

ཕགོང་ས་ཕམོག

ནང་ཆོས་དེ་ལྟོད་མེམ་གྱི་གསང་བ།

བཀའ་ལྟོན།
[ཆོས།]



ཕགོང་ས་ཕ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག

མེད་ཀྱིས་དེ་གཤམ་ཆེན་མོ་ལྟོ་ལྟོ་གསལ་ཁང་།

པ་གོང་ས་མཆོག

༡༡། ལྷི་ནོར་པ་གོང་ས་པ་སྐྱབས་པ་གོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་
ཕྱི་ལོ་༡༠༡༡་ལྷ་ཆེས་༤༥༧་ལོན་དེར་དུས་བོད་
རིག་ས་ན་གཞོན་ནུ་མས་ལ་ནང་ཆོས་
རྩོད་ལྷུ་ལ་བ་བཀྱག་ས་སོ། །

བཀའ་སྤྱོད།
༼ཆོས༽



ལྷི་ལྷ་མཆོག་
༡༡༩
ལྷི་ལྷ་མཆོག་
༡༡

པ་གོང་ས་པ་སྐྱབས་པ་གོན་ཆེན་པོ་མཆོག

དེབ་ཡང་།

H_KLC203031

ནམ་རྒྱལ་བླ་ཆེན་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་བར་གཞི་རབ་སོར་བཞག་ཡོང།

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

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

༡༠༡༥ ལོའི་ཁྲི་ལྔ་པ་ར་ཙོམ་སློབ་བྱས།

དེབ་ཆད། 15x21

ཡིག་ཆད། 14

ཡིག་གངས། 216,813

ང་ཆོའི་བླ་ཆེན་ཀྱི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཆོའི་ཡིག་སྐམ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གསལ་བཤད།

འགོང་ས་འཕྱུགས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་ཙོམ་དང་བཀའ་ཁྲིད་སོགས་དང་འགོང་
ས་མཆོག་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཕྱག་དེབ་ཁག །རང་རིགས་སྤྱན་རློན་གྱིས་སྤྱན་མོང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་
ཐུབ་ཆེད་རྒྱབ་ལ་བཞེས་བསྐྱར་དང་། དེབ་གཟུགས་གསར་བསྐྱིགས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་མ་ཕྱི་རང་
སོར་བཞག་ཡོད་ལ། ལྷ་སྐྱིག་པ་སོགས་ཕྱག་དེབ་ནང་དུ་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

༡༡། རྒྱུ་ཆོས་འོ་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ།

༡༡། རྒྱུ་ཆོས་ལ་གོང་ས་ལ་སྤྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལྷ་ ༤ ཆོས་
༤ དང་ ༥ ཉིན་དེང་དུས་བོད་རིགས་ན་གཞོན་རྣམས་ལ་རྒྱུ་ཆོས་འོ་སྤྱོད་སྤུལ་བ་བཞུགས་
སོ།།

དེབ་ཐེང་ལྷ་བ། རྒྱུ་ཆོས་འོ་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ།

ཡིག་ཐོག་པ་བ་བཟུ་བ། རྣམ་བྱ་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

སྤྱི་བཙུང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་མྱིང་བྲ་ཆང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་ནས་
བར་སྤྱན་དང་འབྲེམས་སྤེལ་ཞུས།

༡༡། །ནང་ཆོས་དོ་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ།

སྐྱབས་ཅན་ནས་པར་རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་བྲུ་ཆང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གས་ནས་
དཔར་བསྐྱུན་དང་འཕྲེམས་སྤེལ་ཞུས་པ་དགེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

ནས་བྲུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གས་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་པར་ཐངས་དང་པོར་དེབ་གངས་
༡༠༠༠ དང་།

བྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་པར་ཐངས་གཉིས་པར་ཐེ་ཕན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གས་ནས་དེབ་
གངས་ ༥༠༠༠ དང་།

སྐྱེ་མཆོག་མཆོན་དཔེ་གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་བཞད། །
གསུང་སྐྱེ་ཆངས་དབྱངས་འཛམ་སྤྱིང་ཡོངས་ལ་བྱུག། །
ཐུགས་བརྩེས་དབྱ་ཡང་བྱ་སྐྱུག་བཞིན་དུ་བསྐྱངས། །
སྐྱབས་མགོན་ཆེ་ཐེད་བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་རྒྱལ། །

ཐོག་མའི་གསལ་བཤད།

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བདེན་གཉིས་ཇི་བཞིན་མཆིན།

སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེས་སྤྲུགས་ཀྱི་བྱས་བཟང་གཏམས།

ཐབས་མཁས་སྤྲུགས་རྩེས་འགྲོ་ཀུན་གཏན་བདེའི་སང།

འགོད་མཁས་བསྟན་འཛིན་ཀྱི་མཆོར་གྲུས་བྱག་འཆལ།

ཞེས་བསྟོད་བྲག་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། དེ་ཡང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྟོན་པ་ཆེན་པོ་
རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དབྱང་དམ་པ། ལྷ་དང་བཅས་པའི་འགྲོ་བའི་འབྲེན་
མཆོག་ ལ་གོང་ས་ལ་སྤྲུབས་མགོན་ལ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཆིན་ཅིང་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་
མཆོག་གིས་ཁྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ལོ་ནས་བཟུང་ལོ་ལྟར་བཞུགས་སྐར་ད་སྟེང་བོད་སྤྲུག་ཁྱིམ་སྟེར་ཀྱི་
གར་འཕགས་ལུལ་གཙོ་གྲུར་གྱི་མཐོ་སྟོབ་ཁག་ཏུ་སྟོབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་རང་རིགས་ན་
གཞོན་རྣམས་དང་། བཞུགས་སྐར་ཉེ་འདབས་ཀྱི་མཐོ་སྟོབ་དང་། ཆོས་རིག་གི་ལྟེ་གནས་ཁག་
གི་སྟོབ་གཉེར་བ་སོགས་ཀྱི་ནང་དད་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་ཆོས་ལུ་བ་སྟོང་ལྷག་མང་པོར་བོད་
ཀྱི་ནང་ཆོས་རྩོད་རིམ་སྤུལ་མཛད་ཡོད།

མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ། ནང་ཆོས་
ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་ནང་ཆོས་ལ་སྟེ་ཆོན་གསུམ་དུ་སྟེ་སྟོལ་གསར་གཏོད་མཛད་པ་ལྟར། ཁྱི་
ལོ་ ༡༠༠༥ ལོར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་ལས་བརྒམས་པའི་བཀའ་ཆོས་ལོ་བདེ་ཟབ་གསལ་
ཡིད་ལ་སྟོན་པ་སྤུལ་བ་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རྩོད་སྟོང་བསྐྱས་ཞེས་པ་རྣམ་གྲགས་ཡོན་ལྷན་
ཆོགས་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱགས་པར་སྦྱར་ཞུས་པ་དང་། ཁྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བ་
སྟོར་བྱི་བ་གསུམ་ལས་བརྒམས་པའི་ལྟ་བུ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་། འཕམ་ལུན་ཀུན་ཏུ་དགེ་བའི་
མང་དོར་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སྟོབ་ཡིད་གདུང་སེལ་བའི་བདུན་ཅི་ལྟ་བུ་སྤུལ་བ་བོད་ཀྱི་ནང་
ཆོས་རྩོད་སྟོང་ཞེས་པ་ཕྱོགས་བསྐྱགས་པར་འབྲེམས་ཞུས་ཡོད།

དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འབད་བར་འཆའ་ཞེས་ཞུ་བྱ་ཡིན།

གཞན་ཡང་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་ཕྱི་དངོས་པོ་ཁོ་ནས་བདེ་སྲིད་བསྐྱབ་མི་བྱུང་བས་
ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བསྐྱབ་ཐབས་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་
མིའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་པ་མ་ཟད། ཆོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱང་
གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ། དད་པ་དང་གུས་པ། དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་སོགས་ཀྱི་དབང་ལས་
འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱབས་ཆེན་བྱུང་བ་དང་། ད་ལྟའང་ཕན་འདོགས་བཞིན་པ། མ་
འོངས་པར་ཡང་ཕན་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལྷག་པར་ཆོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་
དམིགས་ལུལ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་སྟབས་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་དགོས་པ་སོགས་མི་ཆེད་ནང་
རིན་ཐང་བཅའ་ཞིང་། བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ལམ་སྟོན་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དེ་སྟེང་ཅིག་སྟེལ་བ་རྣམས་ཐོག་
ཕབ་བལྟ་དང་བཅས་ཕྱོགས་བསྡེགས་ཀྱིས་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་ཞེས་གསོལ་
ཏེ་ཡིག་པར་འབྲེམས་ཞུས་པ་ཡིན།

ཕབ་བལྟ་ཞུས་ཚུལ་ནི། དང་པོ། ཐོག་མར་ཐབ་གསལ་གོ་བདེའི་གསུང་དངོས་ཀྱི་འོད་
སྟེང་གཞིར་བཟུང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་པ་དང་། གཉིས་པ། ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་ཐེན་པ་དེ་ཉིད་གསུང་
དངོས་དང་ཞིབ་བསྐྱར་ཀྱིས་ཆད་ལྷག་ཞོར་འཁྱལ་ཡོད་མེད་དག་བཅས་ཞུས། གསུམ་པ།
གསུང་དངོས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བལྟ་ཞུས་པ་དེ་ཉིད་ཚུང་ཟད་ཡིག་སྐད་ལྟར་བཅས། བཞི་པ།
སྟེབ་སྟོར་ཀྱིས་ཆོག་དོན་གོང་འོག་བསྟོལ་བསྟེབས་དང་སྟོན་འཕྲི་དགོས་རིགས་ཡིག་སྐད་ལྟར་
བསྡེགས། ལྔ་པ། བསྐྱར་དུ་མ་ཕྱི་དེ་བཞིན་རྫོང་བྱེད་གསལ་ལ་གོ་བདེ་ཡོང་ཐབས་གཙུག་བཟུང་
གིས་ཞུ་དག་འཛོངས་ངེས་སོགས་ལ་འབད་ཐབས་ཞུས། ལྷག་པ། དེ་ལྟར་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་ལེགས་
བྱུང་ཐོན་མཆའ་ས་བཀའ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་དཀར་ཆག་དང་ས་བཅད་གསར་
བསྡེགས་ཞུས་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་འདི་ལྟར་ལགས།

གཞན་ཡང་དམིགས་བསལ་ཀྱི་གསུང་ཆོས་འདི་ཉིད་སྟེལ་བའི་སྐབས་སྟོབ་གཉེར་བ་
རྣམས་ལ་དེ་བ་དེས་ལན་ཀྱི་སྐལ་བཟང་གོ་སྐབས་ཀྱང་གསོལ་སྟེལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་

པར་དེའི་ན་སྐད་དང་། རྒྱ་སྐད་སོགས་སྐད་རིགས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་སོག་ནས་གསུང་བསྟུང་གཞན་བ་མ་བད། བཞུགས་སྐར་ན་སའི་ཉེ་འདབས་ཡོངས་ལ་རྒྱུང་འཕྲིན་སོག་ཐང་གཏོང་གཞན་བ་དང་། ལྷག་པར་སྐབས་དེར་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་བྲ་རྒྱའི་སོག་ཐང་གཏོང་གི་མ་ཐུན་རྒྱུན་བསྟུན་བས་འཛམ་གླིང་གར་རུབ་ཀྱན་ནས་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་མཛལ་ཞལ་གསུང་བཟང་ལ་རེ་བའི་དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་དོན་གཉེར་གྱི་མི་མང་ཁི་འབུམ་མང་པོས་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་ཞལ་བཟང་མཛལ་ཞིང་། གསུང་བཟང་ལ་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་སྒྱབ་པ་བྱུང་སྟེ་མིག་དང་ན་བའི་བདུད་ཅི་དམ་པར་གྱུར་ཡོད།

གུས་པས་ད་བར་ལས་སློབ་གཉིས་ཀྱི་ཞར་ཞོར་དུ་ཚུམ་འབྲི་བཀྲིས་པའི་དེབ་བྲིང་ལྷ་དང་། ལྷག་པར་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་སློབ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་ཞུས་པའི་པོད་བྲིང་བཅུ་དྲུག་བཅས་འདི་གསྐྱབ་བཅར་ནམ་རྒྱལ་ཁྲུང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་འགྲོ་གྲོལ་ནར་གཏོང་སོག་དཔར་འབྲེམས་གནང་བ་བཅས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ལས་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་གསུང་བཟང་བདུད་ཅི་ལྷ་བྱ་འདི་ཉིད་ཀྱང་བདག་བདེ་ལེགས་སུ་འདོད་ཅིང་། དམ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་དོན་དུ་གཉེར་བའི་རྒྱ་ཆེའི་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱན་ལམ་དུ་བསྟར་སྒྱབ་པས། མ་ཐུན་འགྱུར་རོགས་མགོན་དང་། ལམ་སྟོན་མཛད་པ་པོ་ཆང་མར་གོ་སྐབས་འདི་བཟུང་སྟེ་མ་བཅོས་སྤྱིང་དབུས་ནས་སྒྲུགས་རྩེ་བཀའ་བྲིན་གྲ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་བཅས། གུས་རྣམ་གྲའི་དྲུང་ཆེའི་མིང་འཛིན་པ་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ་བས་བྱེ་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༡༥ དགེ་བད།

དཀར་ཆག

ཐོག་མའི་གསལ་བཤད།	i
ནང་ཆོས་དོ་སློང་སེམས་ཀྱི་གསང་བ།	1
རིགས་ལམ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་དགོས་དམིགས།	1
ཐོས་བསམ་སློབ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ།	4
ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་བྱད་པར།	8
ཕྱི་དངོས་པོ་ཁོ་ནས་བདེ་སྲིད་སྐྱབ་མི་བྱུང་ཚུལ།	10
ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབ་གི་བྱད་པར།	14
ཚན་རིག་དང་ནང་ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་དགོས་ཚུལ།	16
ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སློང་གོང་འཕེལ།	18
བདག་གི་གོ་དོན་དང་དེའི་འདོད་ཚུལ།	21
ངའམ་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད།	24
ངའམ་བདག་ལ་མཐའ་མ་ཡོད་དམ་མེད།	31
ཆོས་རྒྱུད་ཆང་མའི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཚུལ།	34
གཏུལ་བྱའི་ཁམས་མོས་དང་མ་སྐྱབ་པའི་ལྟ་བུ།	35
གཟུང་གནས་རྣམ་དཔྱད་ལྟར་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ།	38
བོད་སིལ་བྱར་ཐོར་ཉེ་འཁྱས་ཤོར་བྱིན་ཚུལ།	42
ནང་ཆོས་མ་སྐྱབས་པས་འཁྱས་ཤོར་བྱིན་ཚུལ།	46
ནང་ཆོས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པ།	50
གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོས་བྱས་པ་ཟེར་རམ།	54

སྒོ་ད་བཅུད་དང་གཞི་ཡི་རྣམ་གཞག་.....	58
སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་བོ་དང་དེ་དག་གི་གོ་རིམ།	63
བཀའ་ཚེས་དངོས་གཞིའི་གཞུང་མཆན།.....	70
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྐྱོད་པའི་བཀའ་བློན།	71
ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་འདྲི་དང་དེའི་བཀའ་ལན།	88
གཞུག་ལག་ཁང་རྗེ་ག་ལོ་རྒྱལ་པ་ནང་ཚེས་དང་མཐུན་མིན།	88
ནང་ཚེས་ཀྱིས་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་པན་ཐོགས་ཅི།	89
ལེ་ལོ་མེད་པར་བཟོ་བའི་ཐབས་ལམ་གང་ཡོད་དམ།.....	89
སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་མྱང་འདས་ཀྱི་ཞི་བ་ལ་བྱུང་བར་གང།	91
བྱང་སེམས་སྐྱེ་ཐབས་དང་། ལག་ལེན་རི་ལྟར་བསྟར་དགོས་སམ།	92
ཡགོང་ས་མཆོག་པོད་ལ་ནམ་ཞིག་ཐེབས་ཐུབ་བམ།	93
དམར་མཆོད་ལུལ་བ་འཆེ་མེད་ཀྱི་སྒྱོད་དང་འགལ་མིན།.....	95
མཐུལ་འབྲུལ་སྐབས་ཀྱི་ཐུག་རྒྱས་གང་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད་དམ།	97
སྒོང་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྒོང་ཉིད་ཡིན་མི་ཆོག་གམ།.....	99
འཇམ་གླིང་འཇིག་སྐབས་བདག་ཅེས་པ་གང་དུ་གནས་སམ།	102
སེམས་ལ་བདེ་བ་ཡོད་ན་ངས་པར་ཆོས་སྐྱང་དགོས་སམ།.....	106
ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཚེས། ཉིན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་སྒྲོར།	111
སྒོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གཤམ་ཆེ་ཚུལ།	120
ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་བར་དང་། སྐབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད།	124
སྒོང་ཉིད་རྣམ་གཞག་ཅུལ་འདོན་གྱིས་བཀའ་གནང་ཚུལ།	129

འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པའི་འཕྲོས།	138
རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་བཀའ་ཁྲིད།	154
རྟེན་འབྱུང་གསུངས་པ་བསྟོད་པའི་སྒོ་རོ་མཚར་ཅན་ཏུ་བསྐྱབས་པ།	154
སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཏུ་བཞེད་ཅིང་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལ་བསྟོད་པ།	160
སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཏུ་མཐོང་བའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ།	165
སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཏུ་མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པ།	168
སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཏུ་གསུངས་པས་མཐར་ཉུ་སྟོང་ཞིང་བཀའ་ཐམས་ཅད་ཆད་མར་ བསྐྱབས་པ།	169
སྟོན་པ་ཉག་ཅིག་གོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་མི་བསྐྱབས་པར་བསྐྱབས་པ།	173
བསྟན་པ་ཁོན་ཐར་འདོད་ཀྱི་འབྲུག་དོགས་སུ་བསྟན་པ།	175
སྟོན་པའི་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་སུ་བྲན་ཚུལ།	176
སྟོན་པའི་དགོངས་པ་བཅའ་ཉེ་བཞེད་ནས་གྲུས་པ་སྐྱེས་ཚུལ།	178
བསྟན་པ་འིན་པོ་ཆེ་རིང་ཏུ་གནས་པའི་བསྟོ་སྟོན་མཛད་ཚུལ།	181
རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་བསྟོད་པ་ནི་བསྟོད་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཚུལ།	186
ས་དགེ་བཀའ་རྟེན་གི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བབ་ཚུལ།	188
རྟེན་གཉིས་པའི་བཀའ་འདྲི་དང་། དེའི་བཀའ་ལན།	195
ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྟོང་པོ་དགག་པ་གཉིས་ལས་གང་ཡིན་ནམ།	196
སྐྱེ་བ་འདིས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་འབྱུང་བ་གཏོང་བྱུང་བམ།	199
གཞིས་བཞུགས་བོད་མིར་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སྟོབ།	204
ང་ཞེས་པ་རྣམ་ཤེས་ལ་བཞག་ན་སྟོན་གང་ཡོད་དམ།	205

ལྷ་མིའི་ནམ་ཤེས་གཉིས་ལུས་ལ་ཇི་ལྟར་ཞུགས་སམ།	209
མཐོ་སློབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱང་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས།	212
གནའ་དེང་གི་ཤེས་བྱ་ཞེས་བ་གང་དག་ལ་གོ་དགོས་སམ།	215
དུས་གསུམ་ཞེས་བ་གཞི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོག་གས།	217
བོད་མིས་ད་ལྟ་ནས་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ།	218
དགེ་ལུགས་ནང་སངས་རྒྱས་པའི་མཆན་གཞི་འཛོག་རྒྱ་ཡོད་དམ།	222
ཤེས་བ་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས་སམ།	223

ནང་ཚིག་ཏོ་སྒྲོན་མེ་མས་ཀྱི་གསང་བ།

འིགས་ལམ་སྒྲོབ་ཁྱིད་ཀྱི་དགོས་དམིགས།

༡༡། །འདི་ལོ་སྒྲོབ་ལྷ་ཁག་རི་ཙམ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཁག་རི་ཙམ་ནས་སྒྲོབ་ལྷ་ག་
འདྲུ་འཛོམས་ཐུབ་ཡོད་མེད་དང་། ཁྱེད་རང་ཚོ་རྟགས་གསལ་གཏོང་མཁན་རྣམས་
དུས་ལུན་རི་ཙམ་སྒྲུངས་ཡོད་མེད་བཀའ་འདི་གནང་རྒྱུ་ལ། ཚང་མར་བཟ་གིས་
བདེ་ལེགས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཚོས་གོང་དུ་རྟགས་གསལ་བཏང་བ་ལྟར་ལུལ་
དང་ལུལ་ཅན་དང་། གཟུགས་དང་གིས་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྒྲོབ་ཁྱིད་བྱས་
བ་དང་། དེ་ཡང་སྒྲོབ་ཁྱིད་བྱས་བ་ཙམ་མིན་པར། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་པས་ཁྱབ་
མིན་སོགས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་དབྱེད་བ་བྱས་བ་དེས་ཕན་ཐོགས་གང་འདྲ་
ཡོང་གི་འདུག་གམ། གཞན་ཀྱི་རེད་ཅེས་བརྗོད་མ་ཐག་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད་བསམ་
པའི་ཐོག་ཏུ་མ་བཞག་པར་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་བ་དེ་
དག་གིས། སྒྲོབ་ཚན་གཞན་ཀྱི་ནང་དུ་དགོ་ཆེན་ཀྱིས་སྒྲོབ་ཁྱིད་བྱས་བ་དང་། ཡང་
ན་དེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་བ་དེར་རིགས་ལམ་ཀྱི་དབྱེད་བ་དེས་

བསམ་སྒོ་འཁོར་གྱི་འདུག་གམ་མི་འདུག དེའི་གནད་འགག་གང་ཞིག་ཡིན་པ་
དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་བསམ་སྒོའི་རིགས་འཁོར་གྱི་
འདུག་གམ་མི་འདུག ཅེས་བཀའ་འདི་གནད།

རིགས་ལམ་སློབ་ཁྲིད་བྱས་པའི་དགོས་དོན་ནི། སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དེ་དག་
ཤེས་རྟོགས་ཡོང་བ་གཅིག་ཕྱ་མིན་པར་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐྱད་ས་ཤིག་སློབ་ཀྱི་ཡོད།
དེས་ན་ང་ཆོའི་དཔེ་ཆའི་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཞིག་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྟགས་གསལ་གཏོང་
སྐྱད་ས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་སྐྱད་ས་པའི་དགོས་པ་ནི། སློབ་ཆེན་གཞན་གྱི་ནང་
དུ་ད་ལྟ་ང་ཆོས་ལོད་སྐྱད་ཀྱི་ནང་ནས་དཔེ་ཁྲིད་བྱེད་སའི་ནང་དུ་མེད་པའི་སློབ་
ཆེན་དེར་དུས་རིག་གསལ་གྱི་སློབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐྱད་ས་ཀྱི་
རིགས་པའི་སློབ་ཆེན་ཆོའི་དཔེ་ཆའི་ནང་ནས་ལམ་ཞིག་བསྟན་པའི་རིགས་པ་དེ་
འབྲེལ་ནས་དབྱེད་པ་བྱས་ན་པན་སོགས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེས་ན་བར་སྐབས་ང་ཆོ་ཆེན་རིག་པ་རྣམས་དང་པན་ཚུན་བསྟོ་སྦྱང་
བྱས་ཏེ་ཏ་ལམ་ལོ་ངོ་སྤྲུམ་ཅུ་ཅཱ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་གྲུ་ས་ཁག་གི་དཔེ་ཆ་
པའི་ཁྲིད་ནས་རང་གི་ས་འདོད་མོས་ལྟར་བྱག་བསྐྱུགས་བརྒྱབ་ནས་ཆེན་རིག་
སློབ་སྦྱོང་བྱེད་འགོ་བཙུགས་ནས་ལོ་ངོ་ཁ་ཤས་སོང་ཟིན་ཅིང་། གདན་སའི་ཆེན་
རིག་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་མཁན་གྱི་དགོ་ཤུག་མང་པོས་སློབ་
ཁྲིད་བྱེད་ལུལ་གྱི་ལོད་པའི་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས། དབྱེན་རི་དང་ཨང་ཅིས་
སོགས་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཀྱང་། ཆེན་རིག་གི་ནང་དོན་འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་སྐབས་
ལམ་སང་དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་དོགས་ཅི་བྱེད་པ་དང་། འབྲེལ་བ་ཤད་བརྒྱབ་པའི་

ཐོག་གོ་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་ཡོང་བར་དམིགས་བསལ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འདུག་ཅེས་
དགའ་མོས་དང་བསྐྱབས་བརྩོན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཆེན་རིག་སྒོ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་མཁའ་ཀྱི་
དགོ་ཆེན་ཀྱི་ནང་ནས་སྤྲུལ་ཆེས་ཐེངས་མང་སྤྱད་འཕྲད་བྱུང་བར། ཁོ་ཆོས་ཏུ་ཅང་
དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྲུལ་འཛིན་རྟགས་གསལ་
བཏང་སྟེ་རིགས་ལམ་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱབས་དེས་ཆེན་རིག་གི་སྟེ་ཆེན་ནང་དུ་ཁ་སྒོ་
སྐབས། འདི་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པ་
སོགས་ལམ་སང་ཐེ་ཆོས་སྐྱེ་བ་སོགས་དབྱེད་པ་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་
སྒོ་བ་ཆེན་གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། བསམ་བློར་གི་ཐོག་ནས་དེས་པར་རྟེན་
པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ། དབྱེད་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཏུ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད། དབྱེད་པ་
བྱེད་ཅེས་པ་དེ་ཡང་། ཆོག་གིས་བརྟེན་ལ་བཅད་ནས་དོན་དེ་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་
དགོས་པས་ན། ཁྲབ་དང་མ་ཁྲབ་ཅེས་པ་འདི་ཏུ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་
འདུག།

སྤར་ནས་བརྩོན་བཞིན་པ་ལྟར། ང་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་བརྩོན་ན། ཆེན་
རིག་པ་རྣམས་དང་སྤྱད་འཕྲད་ཀྱིས་གོ་བསྐྱར་དང་བཏོ་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས། ཆེན་
རིག་པ་རྣམས་ནས་ཆེན་རིག་གི་སྟེ་ཆེན་མི་འདྲ་བ་སོ་སོའི་རྒྱུད་གསལ་
བཤད་བྱེད་སྐབས། ཆེན་རིག་པ་རང་ཉིད་ཡིད་ཆེས་གདེང་འཁེལ་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བཤད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་དུ་རྟེན་སྤྱི་བ་དྲིས་ལན་བྱེད་སྐབས། ཁྱེད་རང་གིས་
གསུངས་པ་ལྟར་ན། འདི་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་
པས་མ་ཁྲབ་པ་སོགས་ཀྱི་གནད་འགག་རྣམས་བརྩོན་སྐབས། བོང་དུ་གདེང་

ཆོད་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་པ་རྣམས་ཆོན་རིག་པ་རང་ཉིད་ཀྱང་ཐེ་
ཆོམ་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྦྲེབས་ཏེ། དེ་ལ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་འདུག་ཅེས་
སྐབས་རེ་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་འདུག། ང་ཆོས་ཨང་ཅིས་དང་ཆོན་རིག་
ལྟ་བུར་སྒོམ་སྒྲོང་བྱེད་སྒྲོང་མེད་ཀྱང་། དབྱེད་པ་བྱེད་སྐྱངས་ལ་རིགས་ལམ་སྒོམ་
སྒྲོང་བྱས་སྒྲོང་བ་དེས། དབྱེད་པ་བྱེད་སྐྱངས་ཏེ་ཅང་གཏོང་ཐབ་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་
ཡོད་པ་ངེས་གཏན་རེད་འདུག།

ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ།

ནམ་རྒྱུན་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིམ་པ་བརྗོད་སྐབས་ཤེས་རབ་གསལ་བ་དང་།
ཤེས་རབ་རྒྱུར་བ། ཤེས་རབ་ཐབ་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡོན་ཏན་གང་དང་
གང་ཞིག་སྒོམ་སྒྲོང་བྱས་ཀྱང་སྒོམ་ཆོན་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། བསམ་རྒྱུར་
གི་ཤེས་རབ། ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བཅས་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་ཡོང་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ་ནི། སྒོམ་ཆོན་གྱི་དོན་དག་དེ་ཉིད་
དགོ་ཀན་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་དང་། རང་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་སྒོམ་དེབ་སྒྲོག་
པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདི་ལྟར་ཡིན་པ་རེད་བསམ་སྟེ་སྒོར་ངེས་ནས་ཤེས་པའི་
རིམ་པ་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་གཞན་ལས་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་དོན་དེ་ངེས་པ་ཞིག་
ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཐོས་པའི་དོན་དེར་
དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ། འདི་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་

དགོས་པ། འདི་དང་དེ་ལ་གནད་འགག་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་འདུག་སྟེ་མ་པའི་
དབྱེད་པ་བྱས་ཐེས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་འོར་དེ་ནི་དངོས་གནས་རེད་འདུག འདི་ལ་རྒྱ་
མཚན་འདི་དང་འདི་འདུག་བསམ་སྟེ་ངེས་པ་ཐོབ་པ་དེར་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་
རབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དེར་སེམས་
ཀྱི་གཏིང་ནས་སྒྲོ་འདོགས་དབྱེད་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་དེ་ངེས་པ་རྟེན་
པ་དེར་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་མིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་འདི་དང་འདི་
ལྟ་བུ་ཡོད་པས། གཞན་གྱིས་བརྗོད་པ་དེ་མིན་སྟེ་མ་པའི་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། ཐོས་
བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་བརྗོད་པའི་ངེས་པ་དེ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་གནས་ན། གང་ཟག་
གཞན་ཞིག་དང་། དཔེ་དེབ་གཞན་དང་གཞན་ནས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་བཤད་པ་
མཐོང་ཐོས་བྱུང་ཆེ་མགོ་འཐོམས་ཏེ་དོགས་པ་མ་ཆོད་པ་ཡོང་ཉིན་ཡོད། དེས་ན་
ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡིད་དཔྱོད་ཅུང་ཀྱི་གོ་བ་ངེས་རྟེན་ཀྱང་། དེ་
ནི་བརྟན་པོ་གང་ཡང་མེད།

ཐོས་པའི་དོན་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཤེས་པའི་དོན་དེར་རང་ཉིད་
ཀྱིས་དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བའི་སྒྲོ་ནས་ངེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན།
བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་གསུམ་རི་ལྟར་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བསམ་སྒྲོ་བཏང་། དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་བཤད་ཚུལ་འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་འདི་དང་འདི་
ལྟ་བུ་ཡོད་པ། བཤད་ཚུལ་གཞན་དེར་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིག་ཡོད་དམ་སྟེ་མ་ནས་
དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མ་མཐོང་ན། རྒྱ་མཚན་གང་ལ་ཡོད་པའི་བཤད་ཚུལ་

དེ་བདེན་པ་རེད། དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད།
དེས་ན་བསམ་བློ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཅེས་བརྗོད་པའི་རིམ་པ་གཅིག་ཡོད།

དེ་མིན་རྒྱལ་རབས་ལྟ་བུ་ནི་གང་ཞིག་བློ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཉིད་རེས་རྒྱ་
ཅམ་ཞིག་ལས། དེ་ལ་བསམ་བློ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཅམ་མེད། སློབ་ཚན་མང་པོ་ཞིག་
ལ་ཐོས་བློ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་ཐོས་བློ་བའི་དེར་བསམ་བློ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་
རབ་ཀྱིས་དབྱེད་པ་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ་རེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ལ། རེས་
པ་ཐོབ་པའི་དོན་དེར་ཡང་ཡང་གོ་མས་འདྲིས་བསྟན་ཏེ། ལྟ་སྟངས་ཤིག་ལ་ཆ་
བཞག་ན། རང་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཀྱང་། བན་ཅུན་བཟོས་
ནས་བྱུང་བ་ཞེས་བ་ནི། ཐོག་མར་ཐོས་བློ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེས་པ་
ཞིག་དང་། དེ་ནས་ཡང་ཡང་བསམ་བློ་གཏོང་སྐབས་འདི་ལས་འགྲོ་ས་གཞན་མི་
འདུག་བསམ་པའི་རེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ལ། རེས་པ་ཐོབ་པའི་དོན་
དེར་བསམ་བློ་བྱེད་ན་རེས་པ་ཐོབ་པ་དང་། བསམ་བློ་མ་བྱེད་བར་བཞག་པ་
དང་། རྒྱུན་དང་མ་འབྲེད་ན་ལས་སང་སློང་འཁོར་ལོ་འཆར་བ་ལྟ་བུ་ནི་བསམ་བློ་ཁོ་
ན་ཡིན་པ་འདྲ་འདུག། རིམ་བཞིན་དོན་དེར་འདྲིས་ཤིང་གོ་མས་པར་བྱས་པའི་
དབང་གིས་དོན་རང་གི་རང་གིས་སླེབས་པ་ཞིག་ཡོང་སྐབས། སློབ་བློ་ལ་ཆད་
མཐོ་པའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད། དེ་ལྟར་མིན་ན་འདྲ་གོ་མས་པའི་དབང་གིས་
དོན་དེ་ཤེས་པའི་ནམ་དུས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོང་སྐབས། རང་ཉིད་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་
ནང་རང་གི་རང་གིས་ལྟ་ཆུང་དེ་སླེབས་ཡོང་བ་བཅས་ཐོས་བསམ་སློབ་གསུམ་
ཀྱི་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་ཏུ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་རེད་འདུག།

ང་ཆོའི་སློབ་སྤྲུག་ལ་ཆ་མཆོན་ན། སྤྱིར་བཏང་སློབ་བྱ་ཁག་གི་སློབ་སྤྲུག་
དང་། བྱ་སའི་སློབ་གཉེར་བ་ཚང་མ་གཅིག་པ་ཡིན། དཔེ་དེ་བ་ནང་དུ་གསུངས་
པ་དེ་ཁོ་ན་ངེས་པ་བྱས་ཏེ་བསྟན་ན། དེ་དང་མི་མཐུན་པ་ཤོད་མཁན་བྱུང་ན་ནག་
འཕྲུལ་མེད་སྟོང་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། སྤྲུགས་ཚང་མར་བལྟས་ཏེ་དེ་
དག་གི་གནས་ཚུལ་ཚང་མའི་ཐོག་ཞིབ་འཇུག་དང་། བསམ་སློབ་བཏང་སྟེ་ངེས་པ་
ཉིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ངེས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་སྤྲུས་དག་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་མིན་ཁྱེད་རང་ཆོ་ཡིག་ཚད་གཏོང་སྐབས་སློབ་དེ་བ་ནང་གསལ་བ་
དང་། དགེ་ཆུན་གྱི་དག་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་ཤད་བརྒྱབ་པ་ནམས་ངེས་པ་མ་ཉིད་
ཀྱང་ཆིག་ཙམ་སློབ་འཛིན་བྱས་ནས་དེ་དག་ཡིག་ཚད་སྐབས་བྲིས་ན། དེ་ནི་ངོ་
བཤུས་བརྒྱབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལས། སེམས་ནང་ངེས་པ་ཉིད་པ་ཞིག་མིན། དེས་
ན་ཉགས་གསལ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་ནི་ཏ་ཅང་པན་ཐོགས་
ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདྲག དེ་སྤྱི་བཅན་ཕྱོལ་གྱི་སློབ་བྱའི་ཐོག་མ་མ་སུ་རི་ཐོད་
ཁྱིམ་གསར་འཇུགས་དང་། དེ་རྗེས་ཁྱེད་ཀྱི་སློབ་བྱ། སེམས་ལའི་སློབ་བྱ་
སོགས་སུ་ཐོག་མར་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་བར་སྐབས་འཇུས་
ཤོར་དུ་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་རེད་འདྲག ཉེ་ལམ་ནས་བཟུང་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་
དགོས་ཞེས་འཐོད་སྤྲུལ་བྱས་པ་ལྟར་ཁྱེད་རང་ཆོས་འབད་བཙོན་བྱས་ཏེ་སློབ་མ་
ནམས་ལ་ཉགས་གསལ་སློབ་བྲིད་བྱས་ཏེ་ད་ཆ་གཞི་ནས་དེ་ལྟར་གྱི་སློབ་གཏོད་
པ་དང་། སློབ་སྤྲུག་ནམས་ནས་ཀྱང་དོ་སྤྲོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་
རེད། དེར་བཞེན་ཁྱེད་རང་ཆོར་བཟ་གིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན།

ད་ལྟ་དགེ་གན་གྱིས་ཁ་ལབ་གྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབས་པ་ལྟར་མེན་པར་དོན་
གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་སླེབས་ན་མགོ་འཕྱར་ནས་སྔོན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ཡང་ན་ཉོག་ཅན་ཤེས་གྱི་ཡོད་དམ། སྔོན་རང་ཉིད་རང་རྒྱ་འཁེར་བའི་ཐོག་ནས་
རྟགས་གསལ་བཏང་སྟེ་དབྱེད་པ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གལ་
འགངས་ཆེན་པོ་རེད། སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཆོས་བཤད་བྱས་ནས་ལོ་ལྔ་འགྲོ་གི་
ཡོད་ལ། བན་ཐོགས་ཀྱང་གང་འཆམས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག དོ་སྣང་བྱེད་
མཁན་ཡང་ལོ་རེ་ནས་ལོ་རེ་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་འདུག་ལ། སློབ་མ་རྣམས་ལ་
དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་འདུག་པས་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་།

ཡིག་ས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་བྱད་པར།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐོར་སྤར་ནས་སྐད་ཆ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད།
མིའི་རིགས་ལ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ནས་བདེ་བ་འདོད་པ་
དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ནི་མི་གཅིག་ཏུ་མིན་པར་སེམས་ལྡན་མཐའ་དག་
ལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་། ཁྱི་དང་ཞི་མི། བྱ་
དང་བྱི་ཕུ་ཆང་མར་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ཐུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་ཆོར་བ་
བདེ་བ་འདོད་ཅིང་། སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་རང་གི་རང་གིས་ཡོད་པ་ཆོས་ཉིད་
ཡིན།

མི་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་སེམས་ཅན་གཞན་ལས་བྲགས་ཆེ་
བ་ཡོད། སྐད་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ན་ཡང་། དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་རྣམ་

དཔྱེད་ཀྱང་མིའི་སྒྲིབ་པ་ཆེ་བ་ཡོད། སྒྲིབ་ཆེན་གཟུགས་པོར་ཤིན་ཏུ་ཆེན་ཡང་།
ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཆེན་གྱི་གཟུགས་ལ་དཔགས་
ན་དེ་ཙམ་ཆེ་བ་མེད། དེར་བརྟེན་མི་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་ཤུགས་ཆེ་
བ་ཡོད། བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་བདེ་བ་མང་
བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ལུང་བ་ཡོང་བའི་བྱུང་བ་གང་ཡང་མེད། འདི་ལྟར་དཔྱད་
ཞིབ་བྱས་ན། དུད་འགྲོའི་རིགས་རྣམས་ཐད་ཀར་གྲོད་པ་རྒྱག་པ་དང་། ཉེན་ཁ་
མེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དུད་འགྲོ་དེ་ཉིད་ལྟོད་ཤིག་གེར་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། མི་ལ་བསམ་
སྒྲོའི་རྣམ་རྟོག་གི་བ་བ་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟབས། རྣམ་རྟོག་འབྲེལ་མེད་འཆར་
བ་དང་། མ་འོངས་པར་ཡང་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་སྟེ་མིའི་རེ་བ་དང་།
རེ་བ་དེ་དང་མཉམ་དུ་དོགས་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་མིའི་རྣམ་དཔྱེད་ཀྱི་དབང་
ལས་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་མི་འགའ་ཞིག་རིག་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་
ཡོད་པ་ལ། བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་དང་སྒྲོ་བ་སྒྲོའི་ཅེ་ལུད་དུ་སོན་པ་ཞིག་ཡིན་
ནའང་། སེམས་ཁུལ་ཁོ་ན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ལྟོ་གོས་འགྲིགས་ཀྱི་
ཡོད་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གི་དབང་ལས་རེ་དོགས་སུ་བྱུང་བ་རྒྱུད་ཀྱིས་
བཅེངས་ནས་མ་སྦྱིད་པ་བྱས་ནས་སྤོད་མཁན་ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་མིའི་རྣམ་དཔྱེད་བཟ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་བདེ་སྦྱིད་ཡོང་བའི་
བྱུང་བ་མེད། རྣམ་དཔྱེད་བཟ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ནས་ཏ་ཅང་
ཡག་པོ་ཡིན། རྣམ་དཔྱེད་བཟ་བ་དེས་སྒྲོ་རིག་འབྲེལ་མེད་འཆར་བ་དེ་དག་མེད་ན་
ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱ་མེད། རྒྱབས་ཆེ་ས་ཞིག་ནས་རང་ཉིད་འཆོ་བ་ལ་མཆོན་ནའང་

ནམ་དཔྱིད་ཀྱིས་དབྱད་པ་བྱ་རྒྱུ་མེད་ན། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་རིགས་འཕེལ་
རྒྱས་འགོ་གི་ཡོད་པས་ཉན་ཉན་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱ་རེད་འདུག དེར་བརྟེན་རང་
ཉིད་འཆོ་བ་ལ་མིའི་ནམ་དཔྱིད་དེ་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེས་
ན་རྟོག་པ་སྦྱང་པོའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་འདྲ་མིན་འཁོར་བ་འདི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ།
ནམ་རྟོག་གིས་དབྱད་པ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་དེ་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་
རྟོག་བཟ་བ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱུན་དུ་མི་འགྱུར་བར། བདེ་བའི་རྒྱུན་དུ་
འགོ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

བྱི་དངོས་པོ་ཁོ་ནས་བདེ་སྤྱིད་སྤྱན་ཅི་བྱེད་ཆུམ།

དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་ནང་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་ཡུལ་གྱུ་དེ་དག་ནང་ཤེས་
ཡོན་སོགས་ཉ་ཅང་ཆད་མཐོན་པོར་སླེབས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་ཅམ་གྱིས་མིའི་སྤྱི་
ཆོགས་བདེ་སྤྱིད་ལྟ་བུ་པ་ཞིག་སྤྱན་བྱུང་གི་མེད། དེར་གྱི་དུས་འདིར་གཞི་ནས་
ཕྱིའི་དངོས་པོའི་མ་ཐུན་རྒྱུན་གཅིག་ལུས་འགྲིགས་གི་མེད་པའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་
གསར་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུང་སྤྱག་གསུམ་བཞིའི་རིང་མི་ལ་
སྤྱག་བསྐྱལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་དང་། བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྐབས་སུ་སློན་
ལམ་བརྒྱབ་ནས་ངའི་སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་བྲལ་བར་ཤོག བདེ་སྤྱིད་ཐོབ་པར་ཤོག་
ཅེས་སློན་ལམ་རྒྱག་གི་ཡོད། འབད་བཙོན་ཐུན་བྱ་རེ་བྱེད་པ་ལས། རང་ཉིད་གྱི་
སྤྱག་བསྐྱལ་སེལ་བ་དང་། བདེ་བ་སྤྱབ་པའི་རྣམས་པ་རྒྱང་རྒྱང་ཡིན་པའི་སྐབས་
རང་གི་རེ་བ་རྒྱག་ས་དེ་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་སློན་ལམ་རྒྱག་ས་ཞིག་ལ་སློན་ལམ་

བརྒྱབ་ནས་སྒྲོན་གྱི་ཡོད།

དེ་ནས་འདས་པའི་ལོ་ངོ་ཉིས་བརྒྱ་སྟུང་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་ནང་དུ་ཆོན་རིག་གི་
རིག་གནས་གསར་དུ་རྟེན་ཅིང་། དབྱུང་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་སྤང་ཚུལ་གྱི་གནས་
ཚུལ་རགས་པ་དེ་ཅམ་མིན་པར། སྤང་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲོན་ལུགས་དེ་
ལས་སྤང་བ་ཞིག་ཡོད་པ། དཔེར་ན། ང་ཆོས་མཐོང་བའི་ལོ་ངོ་ཆོས་རྣམས་
སྦྱིར་བཏང་མཐོང་བ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེའི་ཐོག་ཞིབ་ཆགས་གྱིས་བསམ་སྒྲོ་
བཏང་སྟེ་བལྟས་ན། རྩལ་སྤང་བ་བསྐྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་སོགས་ནི་ཞིབ་
འབྱུག་བྱས་ནས་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ཆོན་རིག་གི་རིག་གནས་དེ་ཞིབ་
འབྱུག་བྱས་ནས། སྤང་ཚུལ་ཅམ་མིན་པར་གནས་ཚུལ་ཅུང་ཟད་ཞིབ་ཆགས་པ་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པར་བརྟེན། དེའི་ཐོག་ནས་འགྲུར་བ་གང་ཞིག་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་
དང་། མྱོག་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཡར་
རྒྱས་སུ་བྱིན་ཡོད།

མདོར་ན་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲུལ་ཆས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་སྐབས། ང་
ཆོར་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་གི་གོང་ནས་ནད་ན་ཆ་ཡོང་སྐབས་ནད་ན་ཆ་སེལ་བར་ཤོག་
ནད་དང་ན་ཆ་མི་ཡོང་བར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་པ་གཅིག་ཏུ་མིན་པར།
ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ནད་ཀྱི་རྒྱེན་གང་ཞིག་ཡིན་པ། དེའི་
ཕྱོག་ཁླའི་ཇུས་ཀྱི་རྩལ་པ་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་དེ་སེལ་བྱུང་མིན་ལ་ཞིབ་
འབྱུག་བྱས་པ་སོགས་འདི་ལྟར་དུ་མིའི་སྦྱུག་བསྐྱལ་སེལ་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་
ཡོ་བྱད་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་ཆོན་རིག་གི་འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་

ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལོང་སྟོང་ཕྱག་རིང་ང་ཚོས་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་
ནས་སྐྱག་པ་དེ་ཆོན་རིག་དང་འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་ད་ལྟ་འབྲས་བྱ་
འབྲིན་ཡོང་བས་ན། མི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཆོན་རིག་དང་འབྲུལ་ཆས་ལ་ཡིད་ཆེས་
དང་། དོ་སྤང་ཆེ་བ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་རྗེས་དུས་རབས་བརྒྱད་ཀྱི་པ་དང་། ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་
ཆོན་རིག་ཁོ་ནའི་ཐོག་ལ་དོ་སྤང་བྱས་ནས་བྱིན་པ་རེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་
སྤང་ཆ་ནས་བཟུང་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཤུགས་
ཆེ་བྱིན་པའི་མི་རྒྱལ་ས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྟོང་གི་ཐོག་ནས། རྒྱ་དངོས་ཏ་
ལས་དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཅིམ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེམས་མི་བྱབ་པ་
དང་། སེམས་མ་སྦྱིད་པ་ཡོང་སྐབས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་རྒྱ་དངོས་པོ་འགྲོ་སོང་
བཟང་སྟེ་བཟོ་བྱབ་ཐབས་མེད་པ། སྤྱན་པ་ལག་ཅུལ་ཏ་ཅང་མཁས་པ་ཡོད་པ་
ཞིག་གིས། སྤྱན་བཙོས་དང་སྤྱན་སྤྱད་པའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཀྱི་དངངས་སྐྱག་
མེད་པ་བཟོ་རྒྱ་མེད་ལ། སྟོག་ཁྲད་འབྲུལ་ཆས་སོགས་ཏ་ཅང་འབྲུག་ཆ་དོད་པོ་
ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཀྱང་མིའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། རྒྱུ་རྟོག་
གི་ཐོག་ནས་ཡོང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་རྒྱལ་སེམས་ཐབས་མེད་པ་རང་
ཉིད་ལ་ཉམས་སྟོང་ཡོང་གི་ཡོད།

དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྟོན་གཏོང་མཁན་དེ་དག་གིས།
བདེ་སྦྱིད་ཅེས་པ་དེ་སྟོ་ལྟའི་ཤེས་པ་བརྒྱད་ནས་ཡོང་བའི་ཚོར་བ་སེམ་པ་དེར་
གཙོ་བོར་བསམ་སྟོན་བཟང་བ་ཞིག་རེད་འདྲིག་ དཔེར་ན། མིག་གི་ཤེས་པས་

གཟུགས་དང་། དབྱིབས། ཁ་དོག་སོགས་ཡུལ་རྣམ་པར་བཟ་བ་ཞིག་མཐོང་སྐབས། དེ་དག་གིས་སེམས་ལ་ཡིད་བདེ་སྐྱེ་བ་ཞིག་དང་། རྒྱ་ཤེས་ཀྱིས་རོལ་མོ་སྟེན་པོ་ཞིག་ཐོས་ན་དེས་ཆོར་བ་སེམ་བ་ཞིག་ཡོང་བ། དེ་བཞིན་སྒྲ་ཤེས་ཀྱིས་དེ་ཆོར་བ་དང་། ལྷེ་ཤེས་ཀྱིས་རོ་སྤྲོད་བ། ལུས་ཤེས་ཀྱིས་རེག་བྱ་སྤྲོད་བ་སོགས་གཙོ་བོ་སྒྲ་ལྷེ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ལ་ཆོར་བ་སེམ་པའི་བདེ་སྐྱེད་ཅིག་ཡོང་བ་དེ་ཙམ་ལ་གཙོ་བོར་ལྟ་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ཅེད་མོའི་རིགས་ཀྱིས་མིག་ལ་འཇུག་ཆ་དོད་པོ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། རོལ་མོ་འབྲུ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་བའི་ཤེས་པར་སེམ་པའི་བདེ་བ་ཡོང་བ། ལྟོ་ཆས་འབྲུ་མིན་ཟ་བ་དང་། གྲོན་གོས་འབྲུ་མིན་གྲོན་བ། དེ་བཞིན་འདོད་བ་སྟེ། ད་ལྟར་ཆོས་འདོད་ཡོན་ལྷ་ཞེས་བརྗོད་བ་ནི་གཟུགས་དང་། སྒྲ། དེ། རོ། རེག་བྱ་བཅས་ལྟ་དང་། རེག་བྱའི་འདོད་ཡོན་གྱི་ནང་དུ་པོ་མོའི་འབྲེལ་བ་འདི་དག་མི་ཆེད་སྟོང་པོར་འཛིན་པ་ལས། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱེད་ནི་སེམས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་སྐྱབ་ཀྱི་མེད།

གོང་དུ་བརྗོད་བ་ལྟར་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་བྱུགས་ཆེ་བྱིན་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཆ་ཆར་འཛོམས་ན་འང་མ་སྐྱེད་པར་སྤྲོད་མཁན་མི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། རྟོགས་གཅིག་ནས་ཉམས་སྤྲོད་དེའི་ཐོག་ནས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཅིག་ལུས་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་སྐྱེབས་རྒྱ་མི་འདུག་བསམ་བ་གཞི་ནས་ངོས་འཛིན་སྐབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་སྐབས་ཆོན་རིག་པའི་ནང་དུ་ཡང་སྒྲ་ལྷེ་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་སྒྲོ་རྟོག་པ་ཞེས་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཆོན་རིག་ནང་བྱེ་མེད། དེའི་ཐོག་ནས་དོ་སྤྲོད་གཏན་ནས་བྱུང་མི་འདུག་ རྒྱོས་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཆུང་གྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་

གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། རྟོན་སྤྱི་ས་བསྐྱད་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱིས་ལུལ་
རྟོན་ཆེར་དུ་མཐོང་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བྱེ་མེད། ལྷག་པར་དབང་ཤེས་དང་
མ་འབྲེས་པར་ཡིད་སྒྲོའི་ཐོག་ནས་རྟོག་པ་འདྲ་མིན་ཡོང་བའི་ཐོག་ད་ལྟ་ཆོན་རིག་
པ་རྣམས་ཀྱིས་དོ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

ལུས་མེས་ས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་གི་བྱད་པར།

བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་རིགས་གཉིས་སུ་བྱེ་སྟེ། སྒོ་ལཱའི་ཤེས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཡོང་བའི་བདེ་སྤྱད་ནི་གཙོ་བོ་ལུས་ཤེས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པས།
ལུས་ཤེས་དང་འབྲེལ་བའི་བདེ་སྤྱད་དེ་དང་། ཡིད་སྒྲོའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བའི་
བདེ་སྤྱད་གཉིས་བསྐྱར་ན། ཡིད་སྒྲོའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བའི་བདེ་སྤྱད་དེ་འགས་ཆེ་
བ་ཡོད། ང་ཆོས་ཤེས་གསལ་ལྟར། ལུས་ལ་ན་ཆ་ཇ་དྲག་ཡོད་ཀྱང་། ཆོས་པ་
ཞིག་ཡིན་ན་ནད་ན་ཆ་དེས་སྤྱི་སྤྱོད་དག་པར་ཤོག་ སྒོན་བསགས་ཀྱི་ལས་ངན་
རྣམས་ན་ཆ་འདིས་འཇོག་འབྲེལ་གྱི་རེད་སྟེ་པའི་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། ལུས་ཀྱི་
སྤྱད་བསྐྱེད་དེས་གོ་ཆོད་སོང་བསམ་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་རྒྱ་ཡོད། ཆོས་མེད་
མཁན་གྱི་མི་དང་། གཞན་ཡང་ཅེད་མའི་འགན་བསྐྱར་བྱེད་མཁན་གྱིས་དཀའ་
ལས་ཆེན་པོ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་དདུལ་མང་པོ་ཞིག་
དང་། མིང་གྲགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བའི་དམིགས་ལུལ་འདྲིན་ཉེ་དེ་སྤྱོད་པའི་དོན་དུ་
སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡིད་ཆོར་བདེ་བ་ཡོང་སྐད་ལུས་
ཆོར་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་དུ་ལེན་གྱི་ཡོད། ཡིད་སྒྲོའི་ཐོག་ནས་ཡིད་ཆིམ་པ་ཞིག་

ཡོང་བ་ལ། ལུས་པོའི་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་དུ་ལེན་སྤྱབ་ཀྱི་ཡོད།

གཉིས་ནས་གོ་ཆོད་སོང་སྐྱམ་བ་ལྟ་བུ་ཡིད་སྒྲིབ་སྤྱིང་ནས་བདེ་སྤྱིད་
ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་སྤྱབ་ཀྱི་ཡོད་
བས་ཡིད་སྒྲིབ་སྤྱིང་གི་ཆོར་བ་དང་། གཙོ་བོ་ལུས་ཤེས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ལཱ་
ཤེས་བའི་ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་ཡོང་བ་གཉིས་ཡང་ལྷུ་འཇུག་ན། ཡིད་
སྒྲོ་ལ་བརྟེན་བ་དེ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད།

དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་ལྟར་བྱས་ན། གཙོ་བོ་
ལུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས་ཡིད་སྒྲིབ་ཐོག་ལ་བསམ་
སྒྲོ་གཏོང་སྤྱབ་ཀྱི་མེད། དེའི་དབང་གིས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་བྲིམ་ཆང་
ཞིག་ལ་མཆོན་ན། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ། བྲིམ་བདག་
སྤྱག་བསྐྱེད་ཁོ་ནའི་དབང་ལས་མ་སྤྱིད་པར་སྡོད་པ་དང་། ར་མ་རང་གི་རྒྱག་
མཁན་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་སྒྲོ་བ་སྤྱག་གི་ནང་དུ་མཆོན་ན། ཡིད་སྒྲིབ་
ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱེད་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ཅུ་མ་འཁོར་བའི་དབང་གིས། རང་
ཀའི་ཕྱིའི་མ་སྤྱན་རྒྱུན་བཟང་ངན་དེ་ཅུ་མ་ཞིག་གིས་སེམས་ལ་དགའ་སྤྱག་གི་ཆོར་
བ་ཤུགས་ཆེ་ཡོང་བ་ཞིག་ཆགས་སྐབས། སེམས་མ་སྤྱིད་པ་ཆགས་པ་དང་། ལུ་
སྤྱག་པའི་སྐབས་སྒྲོ་བ་བྱའི་ནང་མེ་མདའ་བརྒྱབ་སྤྱི་མི་གསོད་པ་དང་། ཡང་ན་
རང་ཉིད་རང་གི་རྒྱག་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་
པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་མ་སྤྱིད་པ་བྱེད་མཁན་ཀན་གཞོན་མང་
པོའི་ཁྱོད་དུ་ཡོང་གི་ཡོད། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཕྱི་དངོས་

པོའི་ཡར་རྒྱས་གཅིག་ལུས་སེམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་སྦྱོང་བའི་ངེས་པ་མེད་པ་རང་
ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྦྱོང་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ནི་གནད་དོན་གཅིག་
ཡིན།

ཆོན་རིག་དང་ནང་ཆོས་ལ་དོན་གཉིས་དགོས་ཚུལ།

ཡང་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བརྗོད་ན། ཆོན་རིག་སྡེ་ཆོན་ནང་ཁྲད་ཅ་དང་།
ཁྲད་པའི་རྩལ་ཐ་རབ་བཅས་ཁྲད་པའི་ཆོན་རིག་གི་ཤེས་ཆ་དང་མཐོན་པོར་སོན་
སྐབས། གཞི་ནས་རྣམ་རྟོག་གས་ཤེས་པའི་རིགས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་འབྲེལ་བའི་
ཁྲད་ཅའི་ནང་དུ་འགྲུར་བ་འགྲོ་བའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་ཞིག་སྤྲེལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་
སྤན་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོན་རིག་གི་སྡེ་ཆོན་ནང་དུ་འང་གཞི་ནས་སེམས་ཞི་
བདེ་བག་སེབས་ཡོད་ན། ལུས་ཀྱི་ནད་གཞི་སྡོན་འགོག་ལ་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་
དང་། ལུས་པོ་ནད་ཀྱིས་ཐེན་ཀྱང་ནད་གཞི་མཁྱོགས་པོ་དྲག་བསྐྱེད་ཡོང་བར་
སེམས་བག་སེབས་ཤིང་ཞི་ལྷོད་ཀྱིས་པན་ཐོགས་ཡོད་ལ། སེམས་ནང་འདིགས་
སྣང་དང་། དངངས་སྐྱག་སོགས་སེམས་མ་སྦྱིད་པ་ཤྱགས་ཆེ་བྱས་ན་རིམ་བཞིན་
ལུས་ལ་མི་བདེ་བ་ཡོང་བ་མཐོང་སྐབས། སྤན་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོན་རིག་གི་
ཐོག་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་ཀྱང་སྤྲེལ་བཞིན་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཕྱོགས་གཉིས་ཏེ་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཆ་དང་མཐོན་པོར་
མཐོན་པོར་སྤྲེལ་སྐབས། མིའི་ཤེས་པ་འཕམ་སྒྲིའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། སྤར་མིའི་ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཁྲད་པའི་རྣམ་འགྲུར་འབབ་

ཞིག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། དེར་སྐབས་སེམས་ཀྱི་སྒྲོང་བཟར་བྱས་
པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྐད་པའི་རྩལ་ལ་འགྱུར་བ་འགོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ར་འཁོད་བྱུང་ཡོད། དེ་
ལྟར་འགྱུར་བ་གཏོང་ས་སྐད་པའི་རྩལ་དང་། འགྱུར་བ་གཏོང་མཁན་སྐད་པའི་
རྩལ་མིན་པར་ནང་ཤེས་པ་ཞེས་རྟོག་པའི་ཐོག་ནས་སྐད་པའི་རྩལ་ལ་འགྱུར་བ་
ཐེབས་པ་ཞིག་མཐོང་སྐབས། ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་རྩལ་པ་ཡོད་པར་དོ་སྣང་
གསར་བ་ཞིག་སྟེབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཚན་རིག་གི་སྡེ་ཚན་ཡིན། དེ་གཉིས་
བསྒྲམས་སྐབས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་སྤྱད་ཆར་གཞི་ནས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་
གཅིག་ཤུས་མི་འགྲིག་པ་དང་། ཕྱི་དངོས་པོ་གཅིག་ཤུ་འཆོལ་ཞིབ་ཁོ་ནའི་
ཐོག་ཏུ་ཕྱིན་ན་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐུབ་སྟམས་པའི་ལྟ་སྟངས་དེར་
ཅུང་ཟད་འགྱུར་བ་ཕྱིན་ཡོད།

ད་ལྟ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྟོད་དུ་སྟེབས་ཡོད། ཚན་རིག་པའི་
ནང་ནས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐོག་ཏུ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་ཤུགས་རྩེ་ཆེར་འགོ་
བ་དང་། དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་པ་བཅས་ཏེ་ཅང་ཁྱད་མཆར་དང་།
ཡ་མཚན་ཞིག་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་གཅིག་ཤུ་མིན་པར། སློབ་གྲ་ཆེ་ཁག་མང་
པོའི་ནང་གི་ཚན་རིག་པ་སྟན་ཀྱགས་ཡོད་པ་དེ་རིགས་ཀྱིས། ཆེད་མངགས་
འཆར་གཞི་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་སྟེན་རྣམས་ཀྱིས་འགྱུར་བའི་དབང་གིས་སྐད་
ཅར་འགྱུར་བ་རྩིས་ལྟོ་མིན་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པའི་ལས་འཆར་བསྐྱེགས་
ཡོད། ཆེས་མཐོའི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་ཁ་ཤས་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་མ་ཟད། དེ་
དག་དང་ངོས་རང་འབྲེལ་བ་ཡོད། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་དོ་ནན་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་

བྱེད་པའི་ལས་འཆར་འདིར་བཞིན་ཡོད།

འདི་ལྟ་བུའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་རིགས་གཅིག་གིས་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་
ཐོག་ལ་གཞི་ནས་དོ་སྣང་གསར་བ་ཞིག་སྤེལ་བ་བཞིན་བ་དང་། དངོས་སོ་ཡར་
རྒྱས་གཅིག་བྱས་བདེ་སྦྱིད་སྦྱོར་མི་བྱུང་བར་བརྟེན། ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལ་དོ་
སྣང་གསར་བ་ཞིག་སྤེལ་བ་ཡོང་གི་འདུག དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་ལྟ་བུར་མཆོན་ན།
དེར་སྐབས་དངོས་སོ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ནས་འབྱོར་ལྡན་གྱི་རིགས་མང་སོ་ཞིག་དང་།
དེ་བཞིན་ཤེས་ཡོན་ཅན་མང་སོས་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་གསར་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་
མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཕྱི་དངོས་སོ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་མིའི་དགོས་མཁོ་
ཆ་ཆར་སྦྱབ་བྱུང་གི་མེད་པ་ཉམས་སྤོང་གི་ཐོག་ནས་གཞི་ནས་དོ་སྣང་གསར་བ་
ཞིག་སྤེལ་བ་ཉེ་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་དོ་སྣང་གསར་བ་སྤེལ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ།

ཡང་རིགས་གཅིག་གིས་སེམས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་དེ་གལ་འགངས་ཆེན་པོར་
མཐོང་ཡང་། ཆོས་ལ་དོ་སྣང་མེད་པའི་རིགས་གཅིག་ཡོད། དེའི་རིགས་རྣམས་ལ་
རྒྱ་གར་ནང་གནའ་རབས་ནས་ Secular Ethics ཉེ་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་
རབས་བཟང་སྤྱོད། ་ གོམས་གཤམ་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་
རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་ཞིག Secular ཉེ་བཟང་སྤྱོད། ་ ཅེས་བ་ཆོས་ལ་ངོ་
མྱོལ་བྱས་པའི་དོན་མིན། བོད་སྐད་དུ་ཆོས་མེད་སྤྱོད་པའི་རིང་ལུགས་ཞེས་སྤར་
བརྗོད་མཁན་ཞིག་བྱུང་། དེ་ལྟར་བརྗོད་ན་གོ་བ་ཉག་ཉག་སྤེལ་བ་ཀྱི་མེད། Secular

ཞེས་པ་ནི་དཔེགས་བསལ་གྱི་ཆོས་ཤིག་དང་དུ་ལེན་པ་མིན་ལ། ཆོས་ལ་མ་གུས་
བཤང་མིན་པར་ཆོས་ཚང་མར་སྤྱི་སྟོམས་ཉི་མ་ལྟར་བལྟས་ཏེ། ཆོས་དང་མེད་
མཁན་ནམས་ལའང་བཅི་བཀྱར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡོད།

དེའི་སྐོར་སྤྱོད་ལོ་ཞིག་ལ་ཨ་ལོ་ཨ་ལོ་དང་བཀའ་མོལ་བྱུང་སྐབས་ཁོང་གིས་
ཏ་ཅང་གསལ་པོར་གསུངས་པ་ལ། རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་མང་གཙོ་ཆོད་ལྡན་ཞིག་
དང་། དེ་ཡང་བརྟན་པོར་གནས་ཐུབ་པ་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་གི་སྡོན་ནས་བསམ་
ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མན་ཚུན་སྟོན་བརྟེན་བྱེད་བཞིན་དུ། བསམ་ཚུལ་མི་མཐུན་པའི་
ལྟ་བ་འདྲིན་མཁན་གྱི་སྤྱི་བོ་དེ་དང་དེར་གུས་ཞབས་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཞིག་པ་
མེས་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་གིས་དེའི་དཔེར་བརྟེན་
ལ། ལུ་སྟེགས་རྒྱུ་འཕེན་པས་སྤྱི་བོ་སྤྱི་བྱེད་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པར་འདོད་
ཅིང་། རྒྱ་དང་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་རྟོག་བློ་ཆོ་ལོ་དེ་ལྟར་མེད་པར། རང་བཞིན་གྱི་ཐང་
ཀ་ཐང་ཀར་ང་རང་ཆོའི་མདོན་འགྱུར་ལ་མཐོང་བ་དེ་ལས་གཞན་གྱི་སྟོག་གྱུར་
མེད་ལ། ཆོད་མ་ལ་མདོན་སྤྲུམ་ཆོད་མ་གཅིག་ཕུ་འདོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། དཀོན་
མཆོག་དང་སྐུ་བས་གནས་སོགས་གང་ཡང་མེད་ཅེས་བརྟེན་པས་ཆོད་ལྟ་བར་
བཅི་གི་ཡོད། དེས་ན་ལུ་སྟེགས་རྒྱུ་འཕེན་པ་ནི་ཆོད་ལྟ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་འཕེན་པའི་
ལྟ་བུ་ལ་སྟོན་བརྟེན་བྱེད་པ་དང་། དགག་པ་རྒྱག་པ་སོགས་ཆོས་ལུགས་ཆོང་
མས་བྱེད་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཆོད་ལྟ་ལྟ་བུ་འདྲིན་མཁན་ནམས་ལ་བྱང་སྟོང་ཞེས་
འཕོད་དེ་གུས་ཞབས་བྱེད་པའི་མིང་ཆོག་བེད་སྟོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་ཆོད་ལྟ་བ་
རེད་སྤྱང་སོ་སྤྱག་ཅག་ཅེས་མི་བརྟེན་པར། ཆོད་ལྟ་བ་ནམས་ལ་བྱང་སྟོང་ཞེས་

བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་སྐོར་གསུངས་བྱུང་།

དེ་ལྟར་རྒྱ་གར་ལ་སྤར་ནས་ལྷ་བ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་ལ། ལྷ་བ་མི་
མ་ཐུན་པ་མན་ཚུན་དགག་པ་རྒྱག་རེས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་བ་དེ་འཛིན་
མཁན་དེར་སྤྱག་ཅག་རེད་ཅེས་ཕྱིར་དུད་མ་བྱས་པར་དེར་གྲུས་ཞབས་བྱེད་པའི་
ལམ་སྲོལ་ཞིག་ཡོད། རྒྱ་གར་མང་གཙོ་ཡག་པོ་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ལྟར་རེད་
ཅེས་གསུངས་བྱུང་།

དེས་ན་ Secular ཞེས་པ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་གྲུས་ཞབས་བྱེད་པ་མ་
ཟད། ཆོས་མེད་མཁན་རྣམས་དང་། ཆོས་ལ་སྦྱོན་དུ་ལྷ་མཁན་རྣམས་ལའང་གྲུས་
ཞབས་བྱེད་པ་ཞིག་སྟེ། སྤར་ལོ་ངོ་སྟོང་སྟག་གི་གོང་ནས་ཆད་ལྷ་བ་རྒྱུང་འཕེན་པ་
དང་། ཆོས་ལ་སྦྱོན་དུ་ལྷ་མཁན་རྣམས་ལའང་གྲུས་ཞབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས།
དེར་གི་ཆོས་མེད་མཁན་ལའང་གྲུས་ཞབས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།
དེར་བརྟེན། Secular ཞེས་པ་ནི་ཆོས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་པ་དང་། ཆོས་ལ་མ་གྲུས་
པ་བྱས་པའི་དོན་མིན་པར་ཆོས་མཐའ་དག་ལ་གྲུས་པ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་མེད་
མཁན་རྣམས་ལའང་གྲུས་ཞབས་བྱེད་པ། མི་ཐམས་ཅད་གཅིག་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྟོན་གྱི་གཞུང་ལྷར་ན། མི་ཐམས་
ཅད་གཅིག་པ་ཡིན། རང་གི་དགྲ་གཉེན་གྱིས་མཆོན་སུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་བདེ་བ་
འདོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་རེད། རྩོགས་གཅིག་ནས་མི་
ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་དང་། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་སེམས་ལྡན་ཡིན་པ་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་
མཐའ་དག་ལ་གྲུས་ཞབས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ཡང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་མེད་

ཀྱང་སེམས་ལ་དོ་སྤྲོད་བྱས་ཏེ་སེམས་ཞི་བདེ་བག་པེ་བས་དགོས་ཞེས་བརྗོད་
མཁན་ཇི་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

བདག་གི་གོ་དོན་དང་། དེའི་འདོད་ཚུལ།

ཆོས་འདོད་མཁན་གྱི་སྡེ་ཆོན་ནང་སྤར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར། ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་
རིང་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པ་གསུམ་ལ་ལན་
འདེབས་ཀྱི་ཡོད། ངེས་པ་གསུམ་ནི། བདག་གཤམ། ངའམ། གང་ཟག་ཅེས་པ་དེ་གང་
ཞིག་ཡིན་ནམ། བདག་གཤམ། ངའམ། གང་ཟག་ཅེས་པ་དེར་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད།
བདག་གཤམ། ངའམ། གང་ཟག་ཅེས་པ་དེར་ཐ་མའི་མཐའ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པའི་
ངེས་པ་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན། སྤར་ལོ་ཞིག་ལ་ཨམ་རྩ་སར་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་གྱི་
ཆོགས་འདུའི་ཐོག་སོ་ཕེ་ཡི་ལྷ་གྲུབ་སྤྱོད་པ་མཁས་དབང་ཞིག་གིས། ངེས་པ་གསུམ་པོ་
དེ་བཏོན་གནང་སོང་བ་དེ་དག་ཏུ་ཅང་ཡག་སོ་འདུག་གོང་གསལ་ལ་ངེས་པ་གསུམ་ལ་
ཆོས་ལུགས་ཁག་ནས་ལན་རྒྱག་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་ངེས་པ་དང་སོ་བདག་གཤམ། ངའམ། གང་ཟག་ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་
ནམ། ཞེས་པ་དེར་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ཆང་
མས་དབྱེན་ཇིའི་སྐད་དུ་སོལ་ Soul ། ཉུག་གཅིག་རང་དབང་བའི་བདག་ཀྱི་ཅེས་
དང་། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དུ་ཨ་རྩམ་ ། བདག་ཀྱི་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། གཞུང་
ལུགས་ཁག་ཏུ་ཉུག་གཅིག་རང་དབང་བ་སྟེ་བདག་གཤམ་གང་ཟག་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་།
དེའི་དོན་ནི་སྤང་སོར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ལྟར་མིན་པར་བདག་ཅེས་པ་ནི་འགྱུར་བ་

མེད་པར་གནས་མཁན་ཞིག་དང་། སྤང་པོ་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་། བདག་ཅེས་པ་
ནི་གཅིག་རེད་ཅེས་དང་། སྤང་པོ་ནི་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཏོས་པ་ཞིག་དང་།
བདག་ཅེས་པ་ནི་སྤང་པོར་བཏོས་མེད་དང་། སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་ཡན་གར་དུ་
གནས་ཡོད་པས། ཉང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་ Soul དང་། ཨ་རྒྱལ་ ཞེས་
པའི་རོ་བོ་དེ་གང་འབྲེལ་ཞིག་རེད་ཅེ་ན། ཉག་གཅིག་རང་དབང་སྟེ། ཉག་པ་དང་།
གཅིག་ལྟ། རང་དབང་བཅས་ཀྱི་མིང་བཏགས་ཡོད།

ཆོས་ལུགས་གཞན་ཆང་མས་བདག་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བཤད་
དགོས་དོན་ཡང་། ང་རང་ཆོའི་ཁྱེང་བའི་ཐོག་ནས། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ལོ་བདུན་ཅུ་
དོན་གངས་སུ་སྟེབས་པའི་ངའི་ལུས་འདི་སྟེས་པའི་སྐབས་ནས་ཡོད་སྟུང་པ་བྲན་
ཀྱི་མེད། ད་ལྟའི་ལུས་འདི་སྟེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ནམ་རྒྱས་
རྒྱན་ཡིན་ན་ཡང་། ད་ལྟའི་ལུས་འདི་སྐབས་དེ་དུས་ནས་ཡོད་བསམ་པ་མི་བྲན་
ཞིང་། ཁྱིས་པ་དང་། གཞོན་ལྷ། དར་མ། དར་ཡོལ། སྐས་འཁོགས་བཅས་ལུས་
ལ་འགྱུར་བ་རིམ་བར་འགོ་བ་དང་། ལུས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་པ་ལའང་
འགྱུར་བ་འགོ་གི་ཡོད་པ་ང་ཆོའི་ཉམས་ཁྱེང་གི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། འོན་
ཀྱང་ང་ཡི་ལུས་དང་། ང་སྟེས་པའི་སྐབས་ཞེས་སོགས་བསམ་སྒྲོར་འཁོར་རྒྱ་
ཡོད། དེས་ན་ང་དེ་ལུས་ལ་འགྱུར་བ་འགོ་བ་ལྟར་མིན་པ་ཞིག་སྟོང་རོང་འཆར་ཀྱི་
ཡོད། ལུས་དང་མ་འབྲེལ་བར་ང་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད།

ང་ཡི་ལུས་དང་། ང་ཡི་སེམས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ལུས་དང་སེམས་ལ་
བདག་པོ་རྒྱག་མཁན་ཀྱི་ང་ཞིག་ཟུར་དུ་ཡོད་པ་སྒྲོར་འཆར་རྒྱ་ཡོད། ངའི་ལུས་དེ་

ང་ལ་ཚུར་བསྐྱོད་པ་ཞིག་དང་། ང་དེ་ངའི་ལུས་ལ་པར་བསྐྱོད་པ་མེད་པ་ཞིག་
སྒྲོར་ཤར་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་དེ་ཉག་པ་དང་། གཅིག་ལྟ། རང་དབང་བ་བཅས་
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ཆང་མས་དེ་ལྟར་འདོད་
གྱི་ཡོད།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ང་རང་རྒྱ་བ་དང་། ཉག་པ།
གཅིག་ལྟ། རང་དབང་བ་བཅས་བསམ་པ་ནི་ཐུབ་མཐས་བཏགས་པའི་སྒྲོ་ཡིན་
པ་ལས་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་ལ་མེད། ཅ་བ་ཆགས་སྤང་སྐྱེ་བའི་གཞི་མ་ནི་ངོ་སྤྲོམ་པའི་
ཨ་འཐས་ཚུགས་སུ་བ་བ་འཛིན་པའི་ངར་འཛིན་དེས། ང་ཡི་དག་གཉེན་གཉིས་ང་
ལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། ང་ལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སྤང་གི་འདུག་ཅེས་ལུལ་དང་དུ་
སྤངས་ནས་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པའི་ཆགས་པ་དང་། ལུལ་ལ་མི་འདོད་པར་རྒྱ་བ་
ཀྱིས་སྤྱོགས་པའི་སྤང་བའི་སྒྲོ་བཅས། ཆགས་སྤང་གཉིས་པོ་ངར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་
ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེས་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུང་གི་ཡོད།

ངར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེས་ཉག་གཅིག་རང་དབང་བར་ལྟ་བའི་ལྟ་བུ་དེའི་
ངར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེ་བརྟེན་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ནང་པའི་གཞུང་ནས་དེ་ལྟ་
བུའི་ཉག་གཅིག་རང་དབང་བའི་ང་མེད་ཅིང་། དེ་ནི་སྤྱོགས་གཅིག་ནས་ཐུབ་
མཐས་བཏགས་པ་ཞིག་དང་། མདོར་ན་ངར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེ་དུང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་
དང་། ཆགས་སྤང་སྐྱེ་བའི་གཞི་ཅ་བརྟེན་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པས་དེ་ནི་ཞོར་འཇུག་
ཡིན་པས། ནང་པའི་གཞུང་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ཉག་གཅིག་རང་དབང་བའི་བདག་ཐ་
སྟོད་དུ་ཡང་མེད། ཐ་སྟོད་དུ་ཡོད་པའི་ང་ནི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོགས་པའམ་

ཕུང་པོར་བལྟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

བདག་ཅེས་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཞེས་པའི་བྲི་བའི་ལན་ལ་མི་འདྲ་བ་
ཁག་གཉིས་ཡོད། དེ་ཡང་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་ཕུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་
པའི་བདག་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ལུགས་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་ནང་བ་མིན་པའི་ལྟ་
གྲུབ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཞན་ཆང་མ་འདོད་ཚུལ་དེའི་ཐོག་འགྲོ་གི་ཡོད།
བདག་མེད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་གཅིག་ཕུ་
ཡིན་པས་འདོད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན།

བཟའ་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་ཅེད།

དེ་ནས་བདག་དེར་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པའི་བྲིས་ལན་ལ། བདག་
ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་སྐབས། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་དགོན་
མཆོག་གིས། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པར་འདོད་མཁན་གྱི་ལྟ་གྲུབ་འཛིན་མཁན་
རྣམས་ཀྱིས་ང་ལ་ཐོག་མ་ཡོད། དཔེར་ན། ཡེ་ཤུའི་སྒྲ་མ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་
ཡོད་པ་ཁོང་རྒྱ་གར་དུ་རྒྱུན་རིང་བཞུགས་པ་དང་། རྒྱ་གར་དུ་བཞུགས་སྐབས་
རྒྱ་གར་སྤྱི་ལོ་གྲོན་གོས་ལྟ་བུ་གྲོན་ནས་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་སྤྱི་མོ་ནས་ང་
ཞེས་ཀྱི་ཡོད་པས། ངས་ནས་ཁོང་ལ་ཉིན་ཞིག་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་
བ་སྤྱི་མ་འདོད་ན་སྐྱོན་གང་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འབྲི་ཞུས་པར། ཁོང་གིས་
སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་འདོད་ཞེས་ཐབས་མེད། སྐྱེ་བ་འདི་འཕ་ཆེ་འདི་ཉིད་དགོན་མཆོག་
གིས་ཐད་ཀར་བཀོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་། དེ་ནི་ཏ་ཅང་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་

ཞིག་རེད་འདུག ཆོག་དེས་དགོན་མཆོག་ལ་པ་ཡི་འདུ་ཤེས་སྒྲིབས་པ་སོགས་
མདོར་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་འདི་ཉིད་བཟོ་མཁན་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་དགོན་
མཆོག་ཡིན་བསམ་སྐྱབས། དེ་ལ་དམིགས་བསམ་གྱི་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཞིག་
ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་ཚུལ་དེས་དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུར་པན་གྱི་ཡོད། སངས་
རྒྱུ་པ་པོའི་གཞུང་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་དགོན་མཆོག་དེར་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བུ་
ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དགོན་མཆོག་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་
ཞིག་མིན་པར་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་དང་། རང་བྱུང་ཡིན་པ་ལས། ལམ་ལ་
བསྐྱབས་ཤིང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་དགོན་མཆོག་ཅིག་མིན། དེར་
བརྟེན་འཇུག་པ་མེད་པའི་རྟག་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བསྐྱབས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་
མིན་སྐྱབས། རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བུ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བུ་དེར་རི་ཙམ་གྱིས་སེམས་ཐག་ཉེ་
བ་དང་། ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་ཆོད་གྱིས་ང་ཞེས་པའི་འཛིན་པ་དེ་ཤྲགས་རྒྱུད་དུ་
འགྲོ་བར་པན་ཐོགས་ཡོད། བདག་དགོན་མཆོག་གིས་བཀོད་པ་རེད། དགོན་
མཆོག་མཁའ་ཞེས་བསམ་པའི་སྒོ་ཤྲགས་རི་ཙམ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་ང་
ཞེས་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བ་དེ་ཤྲགས་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བར་པན་ཐོགས་ཡོད། འཛིག་རྟེན་
བཀོད་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་གིས་བཀོད་པའི་ཉིན་ནས་བརྒྱུད་བདག་དེ་གྲུབ་པ་
ཡིན། དེས་ན་ང་རང་ཆོའི་ད་ལྟའི་ང་ཞེས་པ་དེ་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་རྟག་
གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་ Soul ། རྟག་གཅིག་རང་
དབང་པའི་བདག་། ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ Soul དེར་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།

དེ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད། རེ་མི་ཆེ་འདི་གྲུབ་པའི་ཉིན་ Soul དེ་བྱུང་ཁྲིང་། དེ་དགོན་
མཆོག་གིས་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་བདག་གི་ཐོག་མ་དེ་ཡིན།

འདིའི་སྐོར་ལྷན་བཤད་ཟིན་ཀྱང་། འདི་ལོ་སློབ་སྦྱོང་གསར་པ་མང་པོ་
ཞིག་ཡོད་སྟབས། བསྐྱར་བསྐྱོས་ཡིན་ནའང་སྦྱོན་ཆེ་བ་མེད། སྤྱིར་འཛིན་ཉེན་
བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་ནམ། ཉན་པ་རང་བྱུང་གི་སྤྱིས་བྱ་འདོད་མཁན་གྱི་ནང་
དུའང་སྤྱི་བ་གཅིག་ལས་མི་འདོད་མཁན་ཡེ་ཤུ་དང་། ཁ་ཆེ། འཇུ་ཐའེ་རི་མ་
བཅས་ཕྱེ་ཆོན་གཅིག་དང་། ཉིན་རྒྱུའི་བྲམ་ཟེའི་ཆོས་ལུགས་ནང་ཙ་བ་ཆངས་
བས་བཀོད་པར་འདོད་ཀྱང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་བ་བཟང་ངན་སྣ་
ཆོགས་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་འདོད་ཀྱི་ཡོད། མཐར་གཏུགས་ན་དགོན་
མཆོག་གིས་བཀོད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལས་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་བ་སྤྱི་
ཡོད་པ་ཞིག་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་འཛིན་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ནང་
དུ་ཡང་མི་ཆེ་འདི་ཉིད་བདག་གི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་འདོད་མཁན་གཅིག་དང་།
བདག་གི་ཐོག་མ་མི་ཆེ་འདི་མིན་པར་ཆེ་རབས་མང་པོ་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད་ཀྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་དགོན་མཆོག་གིས་བཀོད་པ་རེད་ཅེས་འདོད་
སྐབས་བདག་ལ་ཐོག་མ་འཛིན་གི་ཡོད།

དེ་ནས་འཛིན་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་
ནས་སྤྱི་སྤྱེགས་པའི་གཞུང་དུ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་མ་དར་བའི་གོང་
རོལ་ནས་གངས་ཅན་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་ཟིན་པ་དང་། ནང་པའི་གཞུང་དུ་
གསལ་བ་ལྟར་ན། གངས་ཅན་པ་ལ་གངས་ཅན་ལྟ་བཅས་པ་དང་། གངས་ཅན་

ལྷ་མེད་པ་གཉིས་སུ་བཤད་ཅིང་། གངས་ཅན་ལྷ་མེད་པས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་
པོ་མི་འདོད་ཅིང་། ཤེས་བྱ་ཉི་ཤུ་ཙུའི་རྣམ་གཞག་གི་ཐོག་ནས་འཕྲོ་གི་ཡོད།
འོན་ཀྱང་དེའི་ཐོག་མ་ཐེ་ལྷ་ར་འཛོག་མིན་ཞིབ་སྒྲོལ་ནས་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེ་མིན་
གཅེར་བུ་བ་དང་། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ལུགས་གཉིས་དུས་མཉམ་ལྷ་
བུར་བུང་ཞིང་། གཅེར་བུ་བའི་སྟོན་པ་རྒྱལ་བ་བ་ནི་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་
ལས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙུམ་གྱིས་བགྲུས་པ་ཡོད་པའི་གསུང་རྒྱན་ཞིག་ཡོད། གང་ལྷ་ར་
གཙོ་བོ་ནི་མི་ཐོག་གཅིག་ལྷ་བུ་ཆགས་ཡོད། སངས་རྒྱུ་པ་དང་གཅེར་བུ་བའི་
ཆོས་ལུགས་གཉིས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འམ་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྦྲེས་
བུ་མི་འདོད། འོན་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་འདིའི་ཕྱི་སྟོན་དང་། ནང་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གང་
ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ངམ་ཞེན། རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་
ཞེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་བདག་ལ་ཐོག་མ་
འཛོག་ཐུབ་ཐབས་མེད།

གངས་ཅན་པ་དང་གཅེར་བུ་བ་གཉིས་ཀྱིས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་
བདག་འདོད་ཅིང་། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པས་དེ་ལྷ་ར་མི་འདོད་པ་ཡིན། ཙུ་བ་
འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྦྲེས་བུས་བཀོད་པ་མི་འདོད་པར་རྒྱ་
དང་རྒྱེན་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད། ནང་གསེས་ནང་པ་
སངས་རྒྱུ་པ་དང་། གཅེར་བུ་བ། གངས་ཅན་ལྷ་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི།
རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་བདག་འདོད་དང་མི་འདོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྷ་ར་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་པམ་

ཆེར་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུང་གི་མེད་དམ། ཐག་ཆོད་པ་ངས་མི་ཤེས།
ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུ་གི་ཐོག་ནས་ངེ་ལྟར་གསུངས་སམ་ཞེ་ན།
བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད་ཅུང་གཙོད་བྱེད་པ་ལ། བདག་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་ཡིན་སྟབས། གདགས་གཞི་ཕྱང་པོ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་གི་
ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། བདག་ཅེས་པ་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་
བཞག་པ་ཡིན་སྟབས། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པའི་ཕྱང་པོ་དེར་ཐོག་མ་ཡོད་
མེད་གི་ཐོག་ནས་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་འཆོལ་དགོས་པ་ས། ཕྱང་པོ་ལ་
གཙོ་བོ་ལྷ་སྟེ། ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོའི་རིགས་གཅིག་དང་།
གཟུགས་ཅན་གི་ཕྱང་པོའི་རིགས་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གཙོ་བོ་
ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་གི་ཕྱང་པོའི་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། གང་
ལགས་ཤེ་ན། གང་ཟག་གས། སྐྱེས་བྱ་ཞེས་པ་དེ་སེམས་ལྡན་ཡིན་སྟབས།
སེམས་ཡོད་མེད་གི་ཐོག་ནས་འཛོག་པ་ལས། ཆེ་སློག་ཡོད་མེད་གཅིག་ཕྱི་
དོན་མིན། ཆེ་སློག་མེ་ཏོག་རྣམས་ལ་འང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ལ་ཤེས་པ་མེད་
སྟབས་སེམས་མེད་བེམ་པོ་ཞེས་བརྗོད་གི་ཡོད། སློག་ཆགས་བདེ་སྤྱུག་གི་ཆོར་
བ་ཐྱོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་རིགས་རྣམས་ལ་སེམས་ལྡན་གི་སྐྱེས་བྱ་ཞེས་བརྗོད་གི་
ཡོད།

དེས་ན་གང་ཟག་གས་ང་ཞེས་པ་དེ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པའི་གཞི་
གཙོ་བོ་ནི་ཤེས་པ་དེར་འཛོག་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ཅུང་
གཙོད་བྱེད་དགོས་ན། ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་

བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཤེས་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། དེ་ལྟར་རྒྱ་
མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་བ་དང་། དེ་ཡང་ཤེས་པའི་ཐོག་ཏུ་
བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་བྱུང་ན། ཤེས་པ་ཞེས་པ་ནི་ཕྱི་ལྟར་གཟུགས་ཅན་ལེས་པོའི་
ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་རིགས་རྒྱུན་དང་། གཙུ་པོ་རང་རང་རྩིས་གཞིའི་
རྣམས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་བ་ཡིན། རྣམས་རྒྱུན་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ཆེ། དུས་
རབས་ཉིད་གཅིག་པའི་ནང་མཐོང་བཞིན་པའི་མེ་ཏོག་གི་རྣམས་རྒྱུན་ལ་བསམ་སྒོ་
བཏང་ན། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བ་དང་། དགུ་བཅུ་བ་སོགས་མདོར་ན་འཇམ་གླིང་
འདི་ཐོག་མར་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་ནས་ད་ལྟའི་མེ་ཏོག་འདི་དག་གི་རྒྱལ་
མ་རབ་ཀྱི་རྣམས་རྒྱུན་གྱི་རིགས་སྐབས་དེ་དུས་ཡོད་པར་བརྟེན་དགོས་བ་ཡིན།
སྤྱིར་བཏང་ Cosmology ༼སྤྱི་ཤིང་འཛིག་རྟེན། ༽ བཤད་སྐབས། ཐོག་མའི་
འབར་གས་ཆེན་པོ་བྱུང་སྐབས་ནས་ད་ལྟའི་མེ་ཏོག་འདི་རྣམས་ཀྱི་རྣམས་རྒྱུན་དེ་
སྐབས་དེ་དུས་ནས་ཡོད་པ་བརྟེན་དགོས། འབར་གས་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་གཞོན་
ལྷགས་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་དབང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། གཞོན་ལྷགས་དེ་ཡང་
རྣམས་ཤིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་། རྣམས་དེ་ཉིད་ཕྱི་ལྟར་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་
ཞིག་ཡིན་སྐབས། དེ་ལྟར་བྱུང་འབར་གས་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་བ་ཡོང་སའི་རྣམས་རྒྱུན་
གཅིག་ཡོད་དགོས། དེས་ན་འབར་གས་ཆེན་པོ་མ་བྱུང་བའི་སྤྱི་ལོ་ནས་རྣམས་
རྒྱུན་གྱི་རྒྱལ་བ་དེ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

ནང་བ་སངས་རྒྱལ་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་ཐོག་ནས་བཤད་ན། འབར་གས་ཆེན་པོ་གཅིག་བཞག་མི་ཐུབ་པར་འབར་

གས་ཆེན་པོ་མཐའ་མེད་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། རྩ་ལ་ཐོག་
མ་མེད་ཅིང་། རྩ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་ན་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་དགོས་ལ།
ཡང་ན་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་འདོད་དགོས་པར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་ཡོང་ཐབས་
མེད། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་འདོད་ན། འགོ་སྤངས་ཀྱི་ལམ་སློལ་ལྟ་བུ་ཡོང་དགོས་
དོན་མེད། སྤྱི་གཟིམས་ལྟ་བུའི་འགོ་སྤངས་ཤིག་ཡོད་པ་འདི་དག་གིས། དེ་ཉིད་
རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བསྟོས་པའི་རྟགས་ཡིན། དེས་ན་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་འདོད་མི་
ཤེས་ཤིང་། དེ་བཞིན་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པ་རེད་ཅེས་ཀྱང་བརྟེན་
སྟབས་པ་ཁག་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྩ་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་མ་འཛོག་མི་སྟབས་པ་ཡིན། རྒྱ་
མཆན་གང་ལགས་ཤེ་ན། རྩ་ཡོད་པའི་གཟུགས་ཅན་དངོས་པོའི་ཆོས་ཤིག་
ཡིན་ན། དེ་དང་རིགས་མ་སྟན་པའི་རྒྱ་ཡིས་ཉེར་ལེན་བྱས་ནས་སྐྱེ་དགོས་པ་
ཡིན། ལྷན་ཅིག་གེད་རྒྱུན་ནི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ནི་རྒྱུན་
གཅིག་པ་གཅིག་གི་ཐོག་ནས་འགོ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ནང་གི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་། ཤེས་པ་ཞེས་བརྟེན་སྐབས་དབྱེ་བས་
དང་ཁ་དོག་སོགས་གཟུགས་ཅན་དུ་མེད་པར། ཟློང་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་
ཞིག་ཡིན། ཟློང་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་རང་དང་
རིགས་མ་སྟན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལས། ཟློང་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་
ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྟུལ་ཕྱ་རབ་ཅིག་འཛོག་མི་སྟབས་པ་ཡིན།
དེས་ན་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་འཛོག་མི་སྟབས་པ་ཡིན། ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་འཛོག་མི་
སྟབས་པར་བརྟེན་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ངའམ་བདག་ལའང་ཐོག་མ་

འཛོག་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། རྒྱུ་ལ་སངས་རྒྱུས་པའི་གཞུང་ནས་ལན་དེ་ལྟར་བཏབ་
ཡོད། དེ་ཡང་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད། བདག་ཅེས་པ་དེ་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་
བཏགས་ཅིང་ཞིག་ཡིན། ཤེས་པའི་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་བདག་དེའི་
གདགས་གཞི་ཤེས་པའི་རྒྱུན་ལ་ཐོག་མ་འཛོག་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་བདག་
ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱུས་པའི་གཞུང་གི་ལྟ་
སླངས་དེ་ཡིན།

བཟུང་བདག་ལ་མཐུང་མ་ཡོད་དམ་ཅིན།

དེ་ནས་བདག་ལ་ཐ་མ་ཡོད་མེད་ཅེས་བ་ནི། འཛིག་རྟེན་བཞོད་པ་སོ་འདོད་
མཁན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་བྱང་ཏུ་སྐྱེས་ཟླེས་གང་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་
ངོས་ནས་གསལ་པོ་མི་ཤེས། ཡེ་སྤུའི་ཆོས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་སྐད་ཆ་བྲིས་པར།
དེའི་ཐོག་ལ་གསལ་པོ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དག་ཞིང་ཏུ་སྐྱེས་ནས་མཐུང་
མེད་ཀྱང་སྐྱོན་ཆེ་བ་མེད། སྐྱིད་པོ་བྱས་ནས་བསྐད་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་མིན་དཔྱུལ་
བར་སྐྱེས་ཏེ་མཐུང་མེད་སྟོད་དགོས་བྱུང་ན་ཏང་ཁག་སོ་ཡིན། དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་
བཞོད་པ་སོ་འདོད་མཁན་ཡེ་སྤུའི་ཆོས་ལུགས་ནས་མཐུང་མའི་མཐུང་གང་འདྲ་
ཞིག་ལ་འཛོག་གི་ཡོད་མེད་ངོས་ནས་མི་ཤེས།

འཛིག་རྟེན་བཞོད་པ་སོ་མི་འདོད་མཁན་གྲངས་ཅན་ལྟ་མེད་པ་དང་།
གཅེར་བུ་བ། རྒྱུ་ལ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ལུགས་གསུམ་ནས་བདག་ལ་མཐུང་
མ་ཡོད་མེད་ལ་གྲངས་ཅན་པའི་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ཞེས་ང་ཆོའི་བདེ་

སྐྱུག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱི་གཙོ་བོས་སྐྱུལ་པ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དང་། དེ་དག་གཙོ་བོའི་རང་བཞིན་དང་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པ་ཞིག་མཐོང་ན། རིམ་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་འགག་ནས་མཐར་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྦྱེས་བྱ་གཅིག་བྱར་ལྷག་སྟེ་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོང། དེ་ལྟ་བུའི་བདག་དེ་གཏན་དུ་སྟོང་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཡག་པོ་མི་ཤེས། གཅེར་བུ་བའི་འདོད་ལྷགས་ཇི་འདྲ་ཡིན་མིན་ཡང་ངས་གསལ་པོ་མི་ཤེས།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་བདག་ལ་མཐའ་མ་ཡོད་མེད་ལ་འདོད་ཚུལ་ཁག་གཉིས་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུ་བ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོང། གདུལ་བུའི་ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་སྟབས། གདུལ་བུའི་ཁམས་དང་མོས་པའི་བྱུང་པར་ལས་ལྟ་བུ་བ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོང། དེ་ཡང་ལྟ་བུ་བ་གཙོ་ཆེ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་དང་། མདོ་སྟེ་པ། སེམས་ཅམ་པ། དབུ་མ་པ་བཅས་ཁག་བཞི་པོ་འདི་ཡིན། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་ནི་སལ་ཆེར་པལིའའི་གཞུང་གཙོ་ཆེ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་གཞིར་བཞག་ཡིན། ཆོད་མའི་གཞུང་དང་འབྲེལ་ཏེ་མདོ་སྟེ་པའི་བྱུ་བ་མཐའ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོང། དེ་ཡང་ལེགས་སྐྱར་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱི་ཤུན་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟེ། རོས་ནས་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ཞུ་མི་ཤེས།

དེ་ནས་སེམས་ཅམ་པ་དང་དབུ་མ་པའི་བྱུ་བ་མཐའ་གཉིས་ནི་ལེགས་སྐྱར་ཀྱི་གཞུང་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱུ་བ་མཐའ་བཞི་བཤད་པའི་ནང་གི་བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་ལའང་སྟེ་པ་བཙོ་བརྒྱུད་གསུངས་པའི་ནང་།

གི་སྤེ་བ་གཅིག་གཉིས་ཅམ་གྱིས་ལྷག་མེད་ཀྱི་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་ནས་
རིག་པ་འཇམ། འཇམ། གང་ཟག་གི་རྒྱན་ཆད་པར་འདོད། དེ་མིན་གྱི་སངས་རྒྱས་
པའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་པ་མཐའ་དག་གིས་གང་ཟག་གམ་ཤེས་པ་ལ་རྒྱན་ཆད་རྒྱ་
མེད་ཅིང་། ཤེས་པའི་སྤྲོད་གི་དེ་མིན་རྒྱན་ཆད་རྒྱ་ཡོད་པར་འདོད། དེ་མ་གང་ལ་
ལྷན་སའི་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་རང་ཉིད་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འདོད་པ་ནི་སངས་
རྒྱས་པའི་བྱུང་མཐའ་རེ་བྱུང་ཞིག་ལས་། དེ་མིན་གྱི་བྱུང་མཐའ་ཀུན་གྱིས་རིག་
པ་རྒྱན་ཆད་པར་མི་འདོད། རིག་པ་རྒྱན་ཆད་བཤད་ན་རིགས་པ་དང་འགལ་གྱི་
ཡོད། དེས་ན་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱུང་མཐའ་ང་རྟག་པ། གཅིག་ལྟ། རང་
དབང་བ་དེ་མེད་ཅེས་དང་། ང་ཞེས་པ་དེ་མུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་
ཞིག་ཏུ་འདོད་པ་དང་། མུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ང་དེ་ལ་ཐོག་མ་དང་
ཐ་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། འདོད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད།

གོང་དུ་བྱས་པ་ལྟར་ཆོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་འདི་ག་རྟེན་བཞོད་
པ་པོ་འདོད་མཁན་དང་། མི་འདོད་མཁན་དང་། དེ་དག་ལ་འདྲ་ནང་གསེས་ཀྱི་
འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད།
དཔེར་ན། ཡེ་ཤུར་མཆོན་ན་ཡེ་བ་དང་། སྤུལ་ མཐོང་མིན་ Father Sun Holyspr-
ity བཅས་དཀོན་མཆོག་ལ་གསུམ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ཁ་ཆེའི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཆ་
བཞག་ན། ཨ་ལྷ་ཞེས་དཀོན་མཆོག་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད།

ཆོས་རྒྱུད་ཆེད་མཁེ་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཕྱེད།

འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་
ཡང་ལྟ་བུ་གྱུ་བ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་མི་འདྲ་བ་ཤུགས་ཆེ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལྟ་བུ་མི་
འདྲ་བ་དེ་དག་གི་གྲུབ་དོན་དང་དམིགས་ཡུལ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས། བྱམས་བཅེ་
དགོས་པ་དེ་ཡིན། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་དེ་བྱམས་བཅེའི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱམས་བཅེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དགོན་མཆོག་
དེས་བཀོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲ་བྱམས་བཅེ་དགོས་ཞེས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་
གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད།

འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་ཅིང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་ཅན་འདོད་
མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་དེས་རང་ལ་
བདེ་སྲིད་ཡོང་བ་དང་། གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པའི་བྱ་བ་རན་པ་དེས་རང་ལ་
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོང་བས། གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པའི་བྱ་བ་དེ་དག་བ་ཡིན་པས་དེ་
སྤྱུབ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ། གྲུ་
དང་དབང་ཡོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་ན་ཕན་ཡོན་གང་ཡང་མེད།
གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་དེ་ཡོང་བ་ལ། དང་བས་ཀྱན་ནས་
སྒྲུངས་ཏེ་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་ན་ཕན་པའི་ལས་དགེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
དེའི་ཅ་བ་བྱམས་བཅེ་ལ་སྤྱུག་ཡོད། ཁོང་ཁོ་དང་འགྲན་སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་
གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ཞིག་མི་ཡོང་བ་ཡིན།

གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་ཞེས་པ་ནི། གཞན་ལ་བཅེ་བའི་སྒྲོ་ཞིག་ཡོད་ན་

གཞན་ལ་ཕན་བདགས་པ་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་གཞན་ལ་ཕན་བདགས་པའི་བྱ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོང་མིན་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་བསམ་པ་ཡོད་མེད་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། གཅེར་བུ་བ་སོགས་ཀྱིས་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ལས་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་སྟབས། བྱ་བ་བཟང་ངན་ཞེས་པ་མཐར་གཏུགས་ན་ཀྱན་སྒོང་ལ་སྤྱད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། བྱས་པ་བརྟེན་གཤམ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད།

དེས་ན་འདིག་རྟེན་བཞོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་དང་། དེ་ལྟར་མི་འདོད་མཁན་ཐམས་ཅད་ཕན་སེམས་དགོས་པ་དང་། བྱས་པ་བ་དང་བརྟེན་བ་དགོས་ཞེས་གསུང་མཁན་ཆང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་གྲུས་ཞབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་དེ་དག་གིས་སྐྱེ་འགྲོ་མང་པོར་ལོ་ངོ་སྟོང་སྟག་རིང་ཕན་བདགས་ཤིང་། ད་ལྟའང་ཕན་འདོགས་བཞིན་བ། མ་འོངས་པར་ཕན་གདགས་པར་འགྱུར་བ་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ངེས་པ་རྟེན་པ་བྱས་ཏེ་གྲུས་ཞབས་དང་བརྟེན་བཀྱར་བྱ་རྒྱ་ཏ་ཅང་གཤམ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན།

གདུལ་བྱའི་ཁམས་མོས་དང་མཐུན་པའི་རྩ་བ།

ང་རང་ལ་མཚོན་ན་ནང་པ་ཞིག་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་དང་། རྒྱལ་སྐྱེའི་བ་ལྷ། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་ཆད་ཆེན་སོགས་ཀྱི་གཞུང་སོགས་བལྟས་ཡོད། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་སུ་སྟེགས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་དང་འགལ་བ་བསྐྱེགས་ནས་

དེ་ལྟར་མཐོང་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་འདི་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་ལྟ་བུ་བ་
རྣམས་ལ་སློན་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན།
གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད་པས། གདུལ་བྱ་རྣམས་
ལ་པན་གྱི་ཡོད་པས། ཁམས་དང་མོས་པ་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད་པར་བརྟེན་གདུལ་བྱའི་
ཁམས་དང་མོས་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་གསུངས་ཡོད།

བཙེམ་ལྗན་འདས་ལ་ཆ་བཞག་ན། བཙེམ་ལྗན་འདས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་
ལ་ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད་པར་བརྟེན། གདུལ་བྱའི་ཁམས་
དང་མོས་པར་བསྐྱེད་ནས་དབྱུ་མ་པའི་ལྟ་བ་དང་། གདུལ་བྱ་འགའ་ཞིག་གི་རོར་
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གསུངས་
མེད། དེ་ནི་བཙེམ་ལྗན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱི་བཞེད་པ་མིན། གདུལ་བྱའི་ཁམས་མོས་
དང་བསྐྱེད་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལས། ཆོས་ཀྱི་བདག་
མེད་གསུངས་ན་མ་རན་པ་དང་མི་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་
སློན་པའི་སློད་ལའང་སྤྱི་དོན་བཀག་པ་ཅེས་གསུངས་པ་ལས། གཟུང་འཛིན་
གཉིས་ཀ་བདེན་བྱུང་བཀག་པ་སྟེ། མདོར་ན་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་བ་གསུངས་
ན་མ་རན་པར་གཟིགས་ནས་མི་འདྲ་བ་གསུང་གི་ཡོད།

ཞེ་ས་མ་ཁྱས་ན། བཙེམ་ལྗན་འདས་སྤྱགས་བཅེ་མེད་པ་མིན་པར།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱགས་བཅེ་བ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་
ཁམས་དང་མོས་པའི་དབང་ལས་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་བཙེམ་ལྗན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་
གསུངས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ང་ཆོར་ཤེས་རྟོགས་གང་ཞིག་ཡོང་།

གི་འདུག་ཅེ་ན། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བའི་ཆོས་ལུགས་ཡོད་
དགོས་པ་ཞིག་དང་། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱིས་པན་
འདོགས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ལ་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མེད། བྱམས་བརྩེ་དགོས་
ཞེས་བརྗོད་དགོས་བྱུང་ན། དེ་ལ་བྱུང་པར་གང་ཡོད་སྟུང་པ་འཆར་སྤེད་པ་ཡིན།
བྱམས་བརྩེ་དགོས་པ་རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་བྱམས་
བརྩེའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེས་ང་ཚོ་བཀོད་པ་རེད། དགོན་མཆོག་གི་བྱང་ཏུ་སྦྱེས་
པ་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་། བཟོད་པ་སྦྱོམ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་དེར་པན་གྱི་
ཡོད།

དེར་བརྟེན་ང་རང་གི་དོས་ནས་ཆ་བཞག་ན། ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་
གི་སྦྱོན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བའི་དབང་
གིས་དེ་དག་ངེས་པར་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་པ་བྱས་ཏེ་ཆོས་ལུགས་གཞན་
ནམས་ལ་གྲུས་བརྩེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མི་མང་པོར་པན་གྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་ནས་
ངོ་མཆར་སྦྱེ་གི་ཡོད། དེ་མིན་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ། དེ་དགག་
པ་རྒྱག་སའི་ཡུལ་ཞིག་དང་། དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅེས་བརྗོད་སྟབས་ཐབས་མེད། ལྷ་
གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྷ་བ་རེད། འོན་ཀྱང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་
ལྷ་བ་དེས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བའི་གང་ཟག་གྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
ལ་པན་གྱི་ཡོད་ན་དེ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ང་ཚོས་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་
གྲུས་ཞབས་བྱ་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད།

ཡང་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་གྲུས་ཞབས་བྱས་པ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ།

ཆོས་ལུགས་ཚང་མ་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་དེ་ནི་སློན་ཏྲགས་བསྟན་གྱི་
ཡོད། དཔེར་ན། ཁ་ལག་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ཁ་ལག་ཚང་མ་མིའི་ལུས་འཛོལ་བའི་
དམིགས་ལུལ་གཅིག་པ་ཡིན་པས། ཁ་ལག་ཚང་མ་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
མི་ཐུབ། ཁ་ལག་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོ་བ་ཡང་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད། ཁ་ལག་
གཅིག་པ་ཡིན་ན་ཡང་ལུས་ལ་འཕྲོད་མིན་སྣ་ཆོག་གས་ཡོད། དེ་ལྟར་ལུས་པོའི་
གནས་སྟངས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཟས་རིགས་འདྲ་མིན་དགོས་པར་བརྟེན།
ནང་སེམས་ཀྱི་ཟས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་གས་ཤིག་ངས་པར་ཡོང་གི་
རེད་ལ། ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་
སྟངས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

གཞུར་གནས་ནམ་དུའོད་ལྗན་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ།

ང་ཆོ་བོད་པར་ཆ་བཞག་ན། ཆོས་རྒྱལ་བཀའ་བློན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱ་དུས་
ནས་བཟུང་སྟེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་འདི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་
བཅུགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ལྟོ་གཟུ་བོར་
གནས་ཤིང་། རྣམ་དུའོད་དང་ལྗན་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད་འདྲུག་ཅེས་ནམ་རྒྱུན་
འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ལྟོ་གཟུ་བོར་གནས་མེད་ན། ང་ཆོ་བོད་པར་ནང་ཆོས་མ་
དར་བའི་གོང་ནས་ལྟ་གསོལ་འདྲེ་གསོལ་དང་། དམར་མཆོད་ལུལ་བའི་ཆོས་
ལུགས་ཡོད་པས། དེ་གས་འགྲིགས་ཞེས་གསུངས་ན། དེ་ནི་རང་ལྟ་མཆོག་འདྲིན་
ཞེས་པ་དེ་ཡིན། ང་ཆོའི་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གནང་མེད། ལྟོ་གཟུ་བོར་

གནས་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ལ་ཆོས་ལུགས་གང་དང་གང་ཞིག་
དར་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྟག་གཟིག་དང་། ཉོར་གྱི་ཡུལ་ཁག་རྣམས་ལ་ཆོས་
གང་ཞིག་དར་ཡོད་མེད་བཅས་ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་རྗེས། རྒྱ་ནག་ཏུ་དར་
འཕེལ་བྱུང་བའི་ནང་ཆོས་དེ་ཐུགས་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་
གཟིགས་ཤིང་། རྒྱ་ནག་གི་ནང་ཆོས་ལ་ཐུགས་ཡིད་འཕྲོག་སྐབས། ནང་ཆོས་ཀྱི་
ཁུངས་གཏུགས་ས་རྒྱ་གར་ཡིན་སྟབས། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ཆོས་ལ་ཁུངས་གཏུགས་
པ་དང་། ལྷག་པར་དཀོར་བཀའ་འབྲུང་དང་བསྟན་འབྲུང་པོ་ཉི་ལུས་བརྒྱ་ལྷག་
ཙམ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་པོ་ཉི་བཅུ་ལྷག་གཅིག་ཙམ་རྒྱ་སྐད་ནས་བོད་སྐད་
ཏུ་བསྒྱུར་བ་ལས། དེ་འཕྲོས་ཀྱི་པོ་ཉི་ལུས་བརྒྱ་ལྷག་གི་དབྱར་རྒྱ་གར་སྐད་ཏུ་
ཞེས་ཡོད་པ་ཤི་སྟག་ཡིན། ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་ལ་བྱ་
གཞག་རྒྱབས་ཆེན་བསྐྱབས་གནང་འདུག ལས་སྒྲ་བའི་དབང་ཏུ་བྱས་ན། རྒྱ་ནག་
གི་སྐད་ཏུ་བསྒྱུར་ཐོབ་པ་རྣམས་ནས་ཐད་ཀར་བསྒྱུར་ན་སྟབས་བདེ་ཞིང་། སྐབས་
དེར་རྒྱ་བོད་དབར་གཉིན་འབྲེལ་ཡོད་སྟེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལས་སྒྲ་བ་དེ་པར་
བཞག་ནས་ཆེད་མངགས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་གངས་རི་བརྒྱལ་ནས་ཀ་ཤི་སྒྲིང་བརྒྱུད་
ནས་རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ཡུལ་ཏུ་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་སྟེ། བོད་ནས་མི་སྣ་ཆེད་གཏོང་
གནང་བ་དང་། རྒྱ་གར་ནས་བོད་ཏུ་མཁས་པ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་སོགས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་ནང་ཆོས་རྒྱ་གར་ནས་བཞེས་ཡོད།

རྒྱ་གར་ནས་ནང་ཆོས་བཞེས་སྐབས། སྐབས་དེར་ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྒོང་
ལྷེ་ཏུ་བཅཅ་གྱི་སྐུ་ཏུས་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་ཏུ་བཅཅ་གྱིས་རྒྱ་གར་ཏུ་

ནང་པའི་བསྟན་པ་འདྲིན་མཁན་གྱི་ཆོས་སྡེ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་དཔལ་རྒྱ་
ལེན་ནའི་ཆོས་སྡེ་དེ་ཟབ་ཤོས་ཞིག་དང་། གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པ་གཞིགས་ནས་
མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནས་གདན་ཁྲུ་གནང་ཡོད། མཁན་ཆེན་ཞི་
བ་འཆོ་ནི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་མཁས་པའི་ནང་གི་མཁས་པ་ཅེ་སྤྱད་ཀྱི་གས་
ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་རང་རྒྱ་ལྟགས་པའི་
ལྷ་གྲུབ་ཅིག་བཙུགས་ཡོད། རྣམ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབྱ་མ་རང་རྒྱ་དུ་བ་ཞེས་ཅ་བ་
དབྱ་མ་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་པ་ལ། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷ་བ་ཐུན་མོང་དུ་བཞེད་པ་ཞིག་
གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྱིར་བཏང་གི་མཁས་པ་ཞིག་གིས་གནང་མི་སྟབས། ཁོང་ནི་
འབྲ་འབྲའི་ནང་གི་མི་འབྲ་བར་རང་གི་ལྷ་གྲུབ་རང་རྒྱ་ལྟགས་པ་ཞིག་མཛད་
ཅིང་། དེའི་རྗེས་འབྲང་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་མང་པོ་བྱོན་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་མཁས་པའི་ཅེ་སྤྱད་ཅིག་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་བོད་
དུ་གདན་ཁྲུ་གནང་བ་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་དཔོན་སྟགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་སྟགས་
བསྐྱེད་སློན་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་བསྟན་པ་སྤར་མེད་གསར་དུ་བཙུགས་པའི་འགལ་
རྒྱུན་སེལ་ཞིང་། མ་ཐུན་རྒྱུན་སྤྱི་བ་པ་གནང་ཡོད། བསྟན་པ་སློབ་ཆོག་དང་།
བསྟན་བཅོས་བཅུམས་པ། སློབ་ཁྱིད་གནང་རྒྱ་བཅས་ནི་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་
འཆོས་གཙོ་པོ་གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེ་ལ་བཀའ་
བློན་ཆེན་པོ་རེད་འདུག

དེ་མིན་ཁ་ལག་ཡག་ཉེས་ལྟར་ན་རྒྱ་ནག་གི་ཁ་ལག་ཞིམ་པ་ཡོད། རྒྱ་
གར་གྱི་འབྲས་དང་ད་ལི་བོད་དུ་དར་སོ་དེ་ཅམ་མེད། ཆོལ་མ་ཞེས་བརྗོད་ན་

བོད་སྐད་གཙང་མ་ཡིན། དེ་མིན་སྡོ་ཆལ་གྱི་ཆལ་ཞེས་པ་དེ་རྒྱ་སྐད་ཡིན། རྒྱ་
མིའི་ཁ་ལག་ཞེས་པ་ཡོད་སྟབས་རྒྱ་ནག་དང་ཐག་ཉེ་བ་གནང་ཡོད། ང་ཆོས་
པགས་ཟ་བའི་རྩམ་པ་གཞིར་བཞག་ཐོག་ཤ་མར་བཅས་ནི་སོ་སོའི་པ་མེས་ཀྱི་
ཁ་ལག་ཆགས་ཡོད། ང་ཆོ་བོད་པའི་ཁ་རྒྱན་ལའང་། རྒྱ་ཟས་ལེའུ་བཙུ་བརྒྱད་
ཅེས་ཟེར་སྡོ་ཆལ་ཡོད། ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁ་ལག་གི་རིགས་རྣམས་རྒྱ་
ནག་ནས་ལེགས་ཆ་མང་བ་སྤངས་ཡོད།

ཡང་བོད་པའི་གྲོན་གོས་ལ་མཆོན་ན། ཨ་རབ་ཀྱི་ཆས་གོས་དང་། གཙོ་
བོ་སོག་པོའི་གྲོན་གོས་རྣམས་ཤོ་བ་དང་། བོད་ཀྱི་གནམ་གཤིས་དང་བསྐྱུན་ན་
རྒྱ་ནག་གི་དར་གོས་ཆེན་ལས་སོག་པོའི་པགས་རིགས་ཀྱི་གྲོན་གོས་ལེགས་
པར་གཟིགས་ཏེ་ལེགས་ཆ་སྤངས་པ་ལྟར། བོད་མི་རྣམས་པགས་རིགས་ལ་དོ་
སྤྲོད་ཆེན་པོ་ཡོད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་སློ་གཟུ་བོར་གནས་ཏེ་
ལེགས་པའི་ཆ་གང་ཡོད་དང་། རང་ལ་རན་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་
དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེ་བཞེས་གནང་འདུག་པ་འདི་རྣམས་ནི་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་
རེད་འདུག། སློ་གཟུ་བོར་གནས་མེད་ན། ང་རང་ཆོར་སྤར་ཡོད་འདི་དག་གིས་
འགྲིགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་བྱས་ཏེ་སྤྲོད་ཉན་ཡོད།

ཡང་ན་རྒྱ་ནག་དང་གཉེན་འབྲེལ་ཡོད་སྟབས། ཆང་མ་རང་གི་མནའ་མ་
ཡོང་ས་ནས་གཙོ་བོར་བཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་ཉན་ཡོད། དེ་འབྲེལ་གཏན་ནས་གནང་
མེད། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གྲོང་པོ་རེད་འདུག། ང་ཆོའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱིད་ནི་ཉ་
ལས་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱིད་ཡོང་བ་ལ་སློ་གཟུ་

བོར་གནས་དགོས་ཡིང་། ང་རང་གི་འདི་ཡག་ཤོས་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་ཡོང་
བབས་མེད། གློ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་ལེགས་པའི་གང་དུ་ཡོད་པ་ནས་
སྟོགས་དོར་བཅུད་ལེན་གནང་ཡོད།

ཕྱི་ལོ་ལྔ་པ་ཀྱུང་ཟླ་བ་ཉེ་འབྲས་ཤོར་བྱིན་རྒྱུ་ལ།

དེ་ནས་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་མཇུག་སྒྲིལ་རྗེས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གཤུང་རྒྱུད་ཅིག་
དབུས་སུ་སྟག་པ་དང་། གཤུང་རྒྱུད་གཅིག་སྟོད་ཁྲལ་དུ་ལེབས་ཏེ་དེ་རྗེས་རིམ་
བཞིན་བོད་བསིལ་བྱར་ཐོར་ཏེ་ང་ཆོའི་རྟེན་འབྲེལ་རྒྱགས་པའི་འགོ་འདི་ནས་
རྒྱགས་པ་རེད། དཔེར་ན། ང་སྦྱེས་པའི་ཨ་མ་དེའི་ས་ཁུལ་ལ་ཕྱི་སོ་དང་ནང་སོ་
ཞེས་པའི་མིང་ད་ལྟར་ཡོད་ལྟས་ཡིན། དེ་ཡང་ཕྱི་འོ་སོ་སྤང་མཁན་དང་། བར་གི་
ལྟ་རྟོག་བྱེད་མཁན་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱ་དུས་སུ་བསྐྱོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་
ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་དུས་སུ་གཡས་རུ་དང་། གཡོན་རུ། དབུ་རུ་སོགས་ཀྱི་རུ་
ཁག་རྣམས་ཀྱི་མི་ས་མཚམས་ཁག་ཏུ་བཏང་བའི་རྗེས་ལྟལ་ཡིན། ང་རང་གི་སྦྱེ་
རྒྱུད་ཡར་དེད་ན་འཕན་སོ་ནས་ཡོང་བའི་མི་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་རབས་བརྗོད་
རྒྱུ་ཡོད། དེ་ཡང་འཕན་པའི་ཁྲལ་ནས་ཡོང་བའི་དཔག་གི་རུ་ཁག་གཅིག་མདོ་
སྤང་དུ་གཞིས་ཆགས་ཏེ་ཕྱི་སོ་བསྤངས་ཏེ་དེ་དག་གི་རྒྱུད་པ་ཡིན་སྟེ།

སྤང་ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་ཙམ་གྱི་གོང་དུ་ཨ་རིའི་མཐོ་སློབ་ཅིག་གི་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་
ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་དང་སྟག་འཕྲད་བྱུང་བར། ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་ས་
ཁུལ་འདྲ་མིན་གྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཐོག་ཞིབ་འཇུག་བྱས་འདུག་པ་དང་།

དེས་ན་བོད་ས་ཡོངས་རྫོགས་ཁྲིམས་ལུགས་གཅིག་གྱུར་རེད་འདུག དེ་ནི་ལྷ་
ཆོས་དགེ་བ་བརྟུན་དང་། མི་ཆོས་གཙང་མ་བརྟུན་ལྷ་བྱུར་བརྫོད་ཀྱི་མེད་དམ།
གང་ལྟར་བོད་རྒྱ་བྱུང་ཡོངས་ལ་ཆོས་རྒྱལ་གཅིག་གི་ཆབ་འབངས་དང་། ཁྲིམས་
ལུགས་གཅིག་གྱུར་དུ་ཡོད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་རེད་འདུག ཅེས་བརྫོད་བྱུང་།

དེར་གི་དུས་འདིར་ང་ཆོ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ས་ཁུལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་
གཅིག་སྒྲིལ་ཡོང་བ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱི་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། ང་ཆོས་ག་དུས་
ཡིན་ན་ཡང་བོད་སྐད་ཐོག་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཞེས་བོད་ཡོངས་རྫོགས་རྟོག་ལ་
བསྒྲིལ་བ་བརྫོད་ཀྱི་ཡོད། བར་སྐབས་བོད་ཁམས་བསེལ་བྱུར་ཐོར་བ་ནས་
འཐུས་འོར་ཕྱིན་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་བོད་ལ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་དེ་
དཔལ་རྒྱ་ལེ་བྲན་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དཔལ་རྒྱ་ལེ་བྲན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་དེར་
པའི་འདི་ཆོས་རྒྱུད་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། འཕགས་པ་གནས་བརྟན་པའི་སྤེ་པར་
བཅི་བའི་ཐའེ་ལན་ཁྲི་དང་། འིའ་ལྒྱ། ཀམ་པོ་ཁྲི་ཡ་སོགས་སུ་ཆོས་རྒྱུད་
ནམས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་འདུལ་བའི་ཉམས་ལེན་ནམས་ནི།
མཁན་ཆེན་ཞེ་འཆོ་རང་ཉིད་དགེ་སློང་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་
པར་སྤྱོད་པའི་སྤེ་པ་ཡིན་པ་ལས། དེ་མིན་གནས་བརྟན་སྤེ་པའི་འདུལ་བའི་ཉམས་
བཞེས་ནམས་དང་ཅ་བའི་འགྲོ་སྤངས་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད། དེ་མིན་བསམ་
གཟུགས་དང་། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་བཅས་ཀྱང་གནས་བརྟན་སྤེ་པའི་གཞུང་དུ་ཡོད་
པ་དང་། ང་ཆོ་བོད་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་པ་ནམས་བྱང་སྟོགས་སོ་བདུན་གྱི་
ནམ་གངས་ནམས་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད།

དེ་མེན་གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་ཁུལ་ཁག་ཏུ་མེད་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་
རྒྱུད་ཆགས་ཡོད། དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩལ་འདོན་གནང་ས་
ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ཡིན། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྦྱབ་ནས་
བཟུང་སྟེ་མི་ཐོག་མང་པོ་ཞིག་དང་། ཏུས་རབས་བརྒྱ་ལྷག་འགའ་ཞིག་རིང་
དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་ཆོས་སྡེ་དེ་ཉིད་བསྟན་པ་བཤད་སྦྱབ་གཉིས་ཀྱིས་འཛིན་
མཁན་གཙོ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་མཁས་པ་སྐུ་སྦྱབ་ཡབ་སྲས་
ནས་བཟུང་སྟེ་མཁན་ཆེན་ནི་བ་འཆོ་དང་། ཀ་མ་ལ་ཤི་ལའི་བར་ཏུ་མཁས་པའི་
འབྱུང་གནས་ཆགས་ཡོད་ལ། མཁས་པ་དེ་དག་གིས་ལེགས་བཤད་པལ་མོ་ཆེ་
ལེགས་སྦྱར་ཐོག་བརྩམས་ཡོད། སྐུ་སྦྱབ་དང་། དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ཆ་ད་
མའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལེགས་སྦྱར་ཐོག་མཛད་ཡོད་ལ། སྐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོས་དེ་དག་ལ་ངོ་མཆར་ཏུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་
ཕྱོགས་སྐང་དང་ཆོས་གྲགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ད་མའི་སྒོར་ལ་སྐུ་སྟེགས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འདིར་ཡོད་པའི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་བཀ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་རྣམས་ནི། རོས་
ནས་ནམ་རྒྱུན་ངོ་ཤེས་རྣམས་ལ་འདི་དག་ནི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནའི་ཆེས་མཐོའི་སྒོར་
གཉིར་ཁང་གི་མཁས་དབང་རྣམས་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོ་ནང་པ་གཅིག་
གི་རོས་ནས་བཤད་ན། ནང་པའི་སྤུལ་ཏུ་བྱུང་བའི་བཀ་གྲུབ་ཤ་སྟག་ཡིན་ལ།
འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཀྱང་། མཁས་དབང་ཤ་སྟག་ཡིན་
པ་དོན་ལ་གནས་ཡོད། དེས་ན་མོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་འདི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆ་ཉ་ཅང་

ཤུགས་ཆེ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་ནང་དུ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆ་
དེ་ཙམ་ཤུགས་ཆེན་པོ་མེད། བོད་དུ་ནང་ཆོས་མ་དར་བའི་སྡེ་ན་ནས་རྒྱ་ནག་དུ་
ནང་ཆོས་དར་ཐོན་ཡོད། ནང་པའི་ཆོད་མའི་གཞུང་ལ་རྩ་བ་སྤྱ་སྤྱུབ་ཀྱི་གཞུང་
རྣམས་ཉམས་དང་གསལ་བ་བཀོད་ནས་སྤྱུབ་པ་ཤ་སྟག་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོད་མའི་
བསྟན་བཅོས་ཟུང་དུ་མཇུག་པ་པོ་གཙོ་བོ་ནི་སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་དང་། དཔལ་
ལྷན་ཆོས་གྲགས། སྤུས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཡབ་སྲས་གཉིས་བཅས་རེད་
འདུག

སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་གི་གཞུང་ཆོད་མ་ཀྱུན་བརྟན་དང་། དཔལ་ལྷན་
ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ཆོད་མ་སྡེ་བདུན་བཅས་རྒྱ་ནག་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་ཐོག་
བསྐྱར་མེད། རོས་ནས་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་ལྟར་ན། རྒྱ་ཡིག་དུ་ཡོད་པ་ནི་སློབ་དཔོན་
ཕྱོགས་སྤང་གི་གསུང་རིགས་སློ་ཞེས་ཉུང་དུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་
ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་ཆོད་མའི་གཞུང་རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་མི་འདུག ཆོད་མའི་
གཞུང་རྣམས་རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་མེད་སྟབས་རྒྱ་ནག་གི་ནང་ཆོས་ནང་ཆོད་མའི་
སློང་རྣམས་མེད། དེ་ལྟར་ན་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་འདི་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ནང་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་དཔལ་རྒྱ་ལེན་མའི་ཆོད་མའི་གཞུང་དང་
བཅས་པའི་ཆོས་རྒྱུད་ཆ་ཆར་བ་ཡོད་པ་ནི་བོད་པ་གཅིག་ཏུ་ཡིན། དེར་སྐབས་
གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་ཡུལ་ཁག་རྣམས་ནས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་
ཆོས་ལ་དོ་སྤྲོད་གསར་བ་ཞིག་བྱེད་བཞིན་ཡོད། གཞན་ཡང་རྒྱ་ནག་གི་ཆོས་
རྒྱུད་རྣམས་ནས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྤྲོད་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱ་ནག་

ནས་ནང་ཆོས་དང་བྱུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་གོ་རིམ་དང་། མི་ཉི་མཁུ་ ཉི་ཉོང་
སོགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་གསར་བ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ནང་ཆོས་མ་སྤྱདས་པས་འབྱས་ཤོར་བྱ་བྱེད་ཆུང་ལ།

འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་སྙན་གྲགས་ཅན་ཨ་སེ་
ཇིའུ་ཨ་ལ་ཞེས་པས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༠ ནང་བརྩམས་པའི་དེབ་དེ་ལོ་བཞི་བཅའི་
གོང་ངོས་ནས་ཐེངས་ཤིག་གྲོག་སྤྱོད་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་ཁོང་གིས། སངས་རྒྱལ་
པའི་ཆོས་འདི་རིགས་པ་དང་ལྷན་པ་རེད་ཅེས་བསྟགས་བརྗོད་གནང་འདུག དེ་
ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སླེབས་སྐབས། སྐབས་དེར་བོད་ཀྱི་ཆོས་ཤེས་ལ་
མ་ཤེས་དེ་རིགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཆོས་དེ་འགྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་སྐྱངས་ནོར་ནས། ཁོང་
གི་དེབ་ནང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་དེ་བྱུང་མཚར་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སངས་རྒྱལ་
བཙུང་ལྷན་འདས་རིགས་པ་སྤྱི་བ་དེ་བོད་དུ་ཐེབས་ཆེ་ཞེ་ས་ན་མ་ཁུས་ན་ཉོན་
མོར་གནང་གི་རེད་ཅེས། ངའི་ཆོས་དེ་འདི་གར་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་པ་
ཞིག་བྲིས་ཡོད།

ང་ཆོས་བོད་པས་བྱུང་བསྐྱུལ་ཏེ། དངོས་གནས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཞལ་
ཅི་ཡོད་ས་དེར་སློབ་སྦྱོང་མ་བྱས་ན་དཀའ་ངལ་ཁག་པོ་ཡོད་སྐབས། དེ་དག་པར་
བཞག་སྟེ་སྟགས་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབག་གྱོན་པ་དང་། དུང་རྒྱ་བཏང་བ། གཏོར་མ་
འཕེན་པ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཏོར་མ་ངོ་མ་འཕེན་དགོས་བྱུང་ཆེ་ཉིང་དེ་འཛིན་
བརྟན་པོ་དགོས་པ་ཡིན། ཉིང་དེ་འཛིན་བརྟན་པོ་ཙམ་ནི་སྤྱི་སྟགས་པ་ལ་འདོད་

བས། དེ་ལྟར་མེན་པར་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་ཡང་སྤྱོད་ཉིང་གི་ལྟ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་
སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་དག་གིས་ཟིན་པའི་ཐོག་གཏོར་མ་
འཕངས་ཏེ་གཏོར་མའི་ལས་སྦྱོར་དང་། ཟེང་སྒྲོར་གི་ལས་སྦྱོར། སྦྱིན་སྲེག་གི་
ལས་སྦྱོར་སོགས་ཡོད་པ་རྣམས་གསུངས་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཆད་མེད་ས་པ་
ཞིག་གིས་བྱ་རྒྱ་ལས། ང་ཆོས་དངོས་གནས་དགོས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་།
ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གང་ཡང་མེད་པར་གཏོར་མ་འབྲུ་ཆགས་པོ་ཞིག་
བཟོས། ལྷག་པར་བོད་དུ་གཏོར་མ་འཕེན་པའི་སྐབས་སུ། ཐོད་སྐྱམ་དཀར་རིལ་གི་
མགོ་སྦྱར་ཏེ་མིག་རིལ་གཉིས་འབྲུལ་འབྲུལ་བྱེད་པ་ཞིག་བཞེངས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་
ཏ་ལས་དགོས་པ་དང་། དབྱ་བགགས་གསོན་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁུལ་རེད།

ཁྱེད་རང་ཆོར་ངོས་ནས་སྤྱང་ལྟ་བུ་ཞིག་བཤད་ན། སྤར་བོད་དུ་སྲེག་པའི་
ལས་སྦྱོར་ཞེས་པ་ནི། སྦྱིན་སྲེག་བྱུང་ཏེ་རྟོམ་སྲེག་པའི་ལམ་སྲོལ་ཞིག་ཡོད།
རྟོམ་སྲེག་སྐབས་སྦྱུ་འཁོལ་བའི་ནང་དུ་ཨ་རག་སྲེག་ཏེ་སྦྱ་དང་བཅས་ཏེ་
མེ་འབར་གྱི་ཡོད། མེ་འབར་བའི་སྐབས་ཡིན་དེ་ཉིང་མའི་ཐོག་འབྱེར་ཏེ་སྲེག་གི་
ཡོད། དེ་ལྟར་འབར་ཞེས་པའི་སྦྱ་བྲག་པོ་ཡོང་ཆེད་ཐོད་པའི་ནང་སྲེག་པའི་ཨ་
རག་དེ་དོག་སྒྲིལ་པོ་བྱུང་ན་འབར་ཞེས་པའི་སྦྱ་ཕྱགས་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་ལྟར་འབར་
ཞེས་པའི་སྦྱ་ཡོང་བར་དོ་སྤར་གཙོ་བོ་བྱེད་པ་ལས། ཡིན་སྲེག་སྐབས་ཉིང་རེ་
འཛིན་གྱི་སྒྲུང་ཆ་མེད་ལ། ལྷག་པར་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲུང་
ཆ་གང་ཡང་མེད། མི་མང་འདྲུ་འཛོམས་ཡོད་པའི་དབུས་སུ་འབར་སྦྱ་གང་ཆེ་
བྱུང་ན་རྟོམ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་སྲེག་སོང་ཞེས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་ཉིན་ཞིག་ཏོམ་སྒྲགས་སྐབས་ཨ་རག་དོག་སྤིལ་པོ་ཡོང་ཆེད་
མཆོག་གཡོག་གིས་ཨ་རག་གྲོད་པའི་ནང་བསྐྱེལ་ཏེ་ཐོད་སྐྱམ་ནང་དུ་སྒྲགས་པ་
དེ་ཏོམ་སྒྲགས་མཁན་གྱིས་འཆམ་རྒྱག་བཞིན་རྩིག་པོ་བྱས་ཏེ་སྐྱམ་འཁོལ་མའི་
ནང་གཡུགས་པ་དང་། གྲོད་པའི་ནང་བསྐྱེལ་བའི་ཨ་རག་དེ་ཏོམ་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཉག་
ཉག་བྱིན་ན་འབང་ཞེས་སྒྲ་སྒྲད་བྱགས་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་ཏོམ་
སྒྲགས་མཁན་དེ་སེམས་འཆབ་ནས་ཨ་རག་གྲོད་འབྱུང་བརྒྱབ་པ་དེ་ཉིད་སྐྱམ་
བསྐྱོལ་བའི་སྒོད་ནང་ཉག་ཉག་མ་བྱིན་པར་བྱི་ལ་ལྷུང་བས། མཆོད་གཡོག་
མགྲོགས་པོར་རྒྱགས་ཏེ་ལམ་སངས་ནས་བསྒྲགས་ཏེ་སྒོད་ནང་སྒྲགས་དགོས་
བྱུང་བ་ཤོད་སྟོལ་ཡོད།

དེ་མིན་ཅེ་པོ་བྱང་དུ་འཆར་ཅན་བོད་ཆེ་ ༡༢ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་རྒྱས་པར་
རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་གྲིང་གི་ཆོ་ག་རྒྱས་ཏེ་ཅང་སྐྱུས་དག་པོ་ཡོད་ལ།
འཆམ་ཀྱང་ཏེ་ཅང་སྐྱུས་དག་པོ་ཡོད། དེ་ལྟར་དགྲ་གཏོར་སྐབས་དགྲ་གཏོར་གྱི་
འཆམ་འབྲབ་སྐབས་ཏོམ་སྒྲིག་གནང་སྟོལ་ཡོད། རོས་ནས་ད་ལྟ་ཡང་ཏེ་ཅང་
གསལ་པོར་བྲན་བ་ཞིག་ལ། བྲ་ཆང་གི་ཏོམ་སྒྲིག་གནང་བྱུང་རྗེས་འབང་སྐྱ་
གགས་མིན་རྗེ་ལྟར་ཡང་། ཏོམ་སྒྲིག་གི་སྐྱམ་བསྐྱོལ་བ་དེ་དབྱུག་པ་འབྲེར་ནས་
བཤོས་གྱི་ཡོད། སྐྱམ་དེ་བདེ་ཡངས་ཤར་གྱི་ཨར་ཀའི་སྤྲེང་དུ་བྲམ་རྒྱས་ལ་
ལྟ་མོ་ལྟ་བར་ཡོང་བའི་ཨ་པོ་ཏོར་གྱིས་སྐལ་རིལ་རྒྱག་གི་ཡོད། ཁོང་ཆོའི་
པགས་ཆགས་ཐོག་སྐྱམ་གོས་ན་པན་གྱི་ཡོད་པས་ཡིན། ཐོག་མར་དགྲ་འཆམ་
དང་ཏོམ་སྒྲིག་ལ་ལྟ་མོ་ལྟ་བར་ཡོང་བ་དང་། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་དབྲ་བགོགས་

བརྟུལ་བ་དང་། སྒོན་ལམ་རྒྱག་མཁན་ཡང་མེད་པར་ལྷན་མོ་བལྟས་ཟིན་ཏེ་ཉིམ་
ཤེག་གི་སྐྱུལ་གྲམ་པའི་ཐོག་སྐྱལ་རིལ་བརྒྱབ་ནས་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་དགྲ་
བགེགས་བསྐྱོལ་བ་འདུག་གམ། དེ་ལ་སྤྱིང་པོ་དེ་ཙམ་མེད། དེར་བརྟེན་ང་ཆོ་
པོད་པས་ཆེ་ས་གཉིད་བརྟེན་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་མིན་རིས་སྤྱུ་མ་ཆད་པའི་ཆོས་
སྒྲུབ་བཤད་བྲལ་ཡོད་པ་ནམས་ནས་ལོ་རྒྱུད་སྤྲུག་རིང་བསྟན་པ་བཤད་སྐྱབ་
གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྐྱོང་གནང་བ་ལས། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་དགོན་པ་
སྐྱོང་སྤྲུག་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། དགོན་པ་པལ་ལོ་ཆེས་རྩ་བརླངས་ནས་ཞབས་
བརྟན་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ཏེ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཨ་མེ་རི་བུ་ཨལ་གྱིས་བརྟེན་པ་ལྷར་བཙོམ་ལྷན་འདས་པོད་དུ་
ཐེབས་ན། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། ཐབས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས། ཤེས་རབ་སྐྱོང་ཉིང་
ཀྱི་ལྟ་བ་སོགས་གང་ཡང་མེད་ལ། ལྟ་ཡི་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལྟ་བུ་གང་
ཡང་མེད་པར་རང་གར་རྒྱ་སྤེ་ཁྱོམ་པའི་དཀྱིལ་ལ་ལྷན་མའི་འདུ་ཤེས་ལྟ་བུར་
འཁྲབ་པ་དང་། ད་དུང་ཆོས་སྐྱོང་དང་ཡི་དམ་ཡིན་ཞེས་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་།
ཁྲག་འཕྱང་བ་ལྟ་བུ་འདྲ་མིན་བཙོམ་པ་ལས། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ། སྐྱོང་ཉིང་གྱི་
ལྟ་བ་སོགས་ལ་དོ་སྒྲུང་དང་ཉམས་ལེན་གཏན་ནས་མེད་པར་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱུ་
སེལ་རིམ་གྱོ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་སྐྱབས། བཙོམ་ལྷན་འདས་སྐོ་བྱར་དུ་
ཐེབས་ན། དངོས་ནས་ད་ནི་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་དགོངས་ཉིན་ཡོད། དཔེ་
ཆའི་ནང་གསང་སྤྲུགས་འཆལ་བ་ཞེས་བརྟེན་པ་ལྷར། ས་ཆེན་ཀྱན་དགའ་སྤྱིང་
པོས། བོད་ལ་སྤྱ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་འདི་གསང་ཞིང་སྤྲས་པས་སྐྱབ་པའི་ཆ་བ་རྟེན་

ཁྲིམ་གྱི་དབུས་སུ་འཆམ་འཁྲབ་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་འདུག་པས། འདིས་ནུས་པ་ཐོན་
ས་མ་རེད། དེ་ནི་གཞི་ནས་རྒྱ་གར་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཤིག་བཞེས་
དགོས་ཀྱི་འདུག་དགོངས་པའི་སྒྲོར་ས་ཆེན་གྱི་རྣམ་ཐར་ནང་དུ་ཡོད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཟབ་ལ་སྤྲུས་དག་
པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། གསང་སྤྲུགས་འཆལ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཞག་ཅི་ལྟ་
བུ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏིང་ཟབ་པ། ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་ཐོག་རྣམ་དཔྱིད་ཀྱི་ཅལ་
འདོན་སའི་རིགས་ལ་དོ་སྣང་མེད་པར་འཛོག་པ་དང་། ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་
ལྟ་བུའི་ཐོག་ཏུ་བྱིན་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་
པའི་ཆོས་ལ་འཕུས་ཤོར་ཏན་ཏན་བྱིན་འདུག། དངོས་ནས་དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་
བཤད་སྤྲུབ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་སྟོང་སྤེལ་གསུམ་
གནང་མཁན་བོད་ཀྱི་མཐའ་དབུས་ཡོངས་ལ་ཡོད། དེ་དག་ལ་དངོས་གནས་
རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་པའི་ཡུལ་རེད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་འཕུས་
ཤོར་ཏ་ཅང་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱིན་འདུག། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་ནང་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཕུས་
ཤོར་འགྲོ་ས་ནི་ནང་ཆོས་མ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་འཕུས་ཤོར་བྱིན་ཡོད། ནང་
ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ལས་སློབ་སྟོང་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པའི་རྒྱུ་
གྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་མ་བྱུང་བར་འཕུས་ཤོར་དུ་བྱིན་པ་རེད།

ནང་ཆོས་ལ་སྟོན་སྟོང་བྱེད་དགོས་པ།

དེས་ན་དངོས་ནས་ཏྲག་ཏུ་འདི་ལྟར་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་ནི་དུས་རབས་ཉི་

ཕུ་ཅ་གཅིག་པའི་ནང་པ་ཞིག་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གནད་འགག་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་སྦྱེས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལས། ང་ཚོའི་པ་མ་ནང་པ་ཡིན་པས་ངས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལ་སྦྱབས་སུ་མཆི་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་པ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་བྱ་རྒྱུ་མེད།

རྒྱ་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་ཤོག་ཆག་དམར་པོ་འཁྱེར་ནས་ཨོ་མི་དོ་པོ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེས་ལྷང་གི་མ་རེད་ཅེས། རྒྱ་རིགས་ནང་པ་རྣམས་ལ་འང་རྟག་ཏུ་དེ་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ང་ཚོ་བོད་པ་རྣམས་ནས་ཀྱང་ལག་ཏུ་སྤེར་བ་འཁྱེར་ཞིང་ཁ་ནས། ཨོ་མཆི་བརྗོད་ཀྱི་ཞུ། ཞེས་བརྗོད་པ་དེས་ལྷང་གི་མ་རེད་ཅེས་ཅིང་མོ་དང་སྤྲུགས་རྟག་ཏུ་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོས། ཨོ་མཆི་བརྗོད་ཀྱི་ཞུ། ཞེས་བཟང་སྐབས། བེལ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་ཆེ། ཨོ་མཆི། ཨོ་མཆི་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། དེའི་གདངས་ཀྱང་ཉོབ་སྤྲེ་ཉན་སྐབས། དབྱེན་སྐད་ཏུ་ money ཉིད་ལ། ་ ཞེས་པ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོར་ཨ་སྒྲོར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ངག་ནས་ཡིག་རྒྱག་བཟང་བ་དེ་ཡང་ money money money རང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོའི་ཆོས་ནི། དེང་སྐབས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ཆན་རིག་པ་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་མཁན་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡོད་བཞིན་དུ་ང་ཚོས་དེ་སྤྲོ་པོ་བཟོས་ཏེ། སྤྲོ་པོ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྤྲོན་པའི་ཆོས་ཤིག་དང་། མིངས་དད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འཕྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་ནོར་འཁྱུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་དངོས་གནས་རང་གིས་རང་བསྐྱུ་

བ་མ་ཟད། བསྟན་པའི་ཞབས་འདྲེན་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་ན་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་
དང་མི་བྱེད་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་ཡིན། རྟོག་མར་དད་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་བཅི་
སའི་ཆོས་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་སྟོབ་སྟོང་བྱས་ཏེ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་
ནི་ཉ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན།

ངོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་བྱི་རྒྱལ་ཡུལ་ཁག་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ས་གནས་གང་
སར་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱ་གཙོ་བོར་འཛིན་བཞིན་
ཡོད། དབང་བསྐྱར་བ་སོགས་ལ་ངོས་ནས་གཙོ་བོ་བཅི་གི་མེད། དུས་དུས་སུ་
བྱེད་དགོས་པ་ཡོང་བ་ལས། གཙོ་བོ་ནང་ཆོས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད།
དཔེར་ན། དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་བྱེད་སྐབས། དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ཡོད་ཅེས་
བརྗོད་སྐབས། མི་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། མི་མང་པོ་ཡོང་བའི་གོ་
སྐབས་བཟུང་སྟེ་གཙོ་བོ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་བཤད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རྩ་སྟོན་དེ་གཙོ་བོ་
ཅི་གི་ཡོད། ནང་ཆོས་རྩ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ན། མི་མང་པོ་ཡོང་གི་མ་
རེད། དེས་ན་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྐབས་མི་མང་པོ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ངོས་
ནས་དམིགས་ས་གཙོ་བོ་རྩ་སྟོན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད། དེ་ལ་མགོ་སྐོར་
གྱི་གཞུང་ལྷན་ཟུང་འདུག་གམ། མི་ལ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་དེ་
མི་མང་པོ་ཡོང་སྐབས། མི་རྣམས་གཉིད་ཁྲག་ཀྱང་ནང་ཆོས་འགྲེལ་བཤད་
བརྒྱབ་ནས་བསྟན་པ་དེ་གང་འདྲ་འདུག་གམ།

སྤྱི་ལོ་ངོས་ནས་ཐེ་ཉིའི་ཁུལ་དུ་ཐེངས་གཅིག་བྱིན་པ་ཡིན། རོ་ཐང་ལའི་
རྒྱབ་དུ་རྩ་ཆོ་འཁྲུག་ཙམ་ཁ་ལག་བཟས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན། སྤར་གྱི་རོ་ཤེས་

དང་ཡུལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉ་ཅང་དགའ་ལོ་བྱས་ཏེ་བག་ལེབ་སོགས་འབྱེར་ནས་
 སྤེབས་འདུག དེ་གར་ཁོང་ཆོ་སྤེབས་ཟིན་སྟབས་ངོས་ནས་ཆེད་མངགས་ཐུག་
 འཕྲད་བྱས་པ་ཡིན། ང་ཆོ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཏེ་བཟུང་ནས་པན་ཚུན་སྐད་ཆ་བཤད་པ་
 དང་། སྤར་ངོས་རང་ལོ་ན་གཞོན་པའི་སྐབས་སུ་དེའི་བྱ་རིར་རྒྱ་ཐང་ཐོག་
 གནས་སྤྲོད་ཏེ་བསྐྱོད་སྐབས་མཉམ་ཏེ་ཡོད་པའི་ཨ་ཅག་ཅིག་ཡོད་པ་ད་ལྟ་སྐོང་
 ཆགས་འདུག སྤྱིར་ཟླ་སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱང་བཤད་རེས་བྱས་པ་ཡིན།
 དེ་རྗེས་ངོས་ནས་བྱེད་རང་ཆོ་ཆང་མ་ནང་པ་རེད། དེར་བཞེན་ནང་པའི་ཆོས་
 ཞེས་པ་དེ་གང་འབྲུ་ཞིག་ལ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་དེས་པར། ནང་ཆོས་ཞེས་
 པ་ནི་སངས་རྒྱུས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། དགོ་འདུན་ལ་
 སྐྱབས་སུ་མཆི། ཞེས་པ་དེ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག འོ་ན་སངས་རྒྱུས་ལ་
 སྐྱབས་སུ་མཆི་ཞེས་པའི་སངས་རྒྱུས་དེ་གང་འབྲུ་ཞིག་རེད་དམ་ཞེས་དེས་པར།
 ཤེས་ཀྱི་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག འོ་ན་སངས་རྒྱུས་དང་ཡེ་ཤུའི་སྟོན་པ་གཉིས་
 ལ་བྱུང་པར་གང་ཡོད་དམ་ཞེས་པར། གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག འདི་
 ཆོ་རྟོག་བྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་ཆོད་མི་ཟིན་ལ། ལྷག་པར་
 སྤྱིར་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱལ་པ་ཉན་
 ཉན་ཡོང་སྲིད་པ་ཡིན། འོ་ན་ཀྱང་སྤྱིར་བཏང་ཡེ་ཤུའི་སྟོན་པ་དང་སངས་རྒྱུས་
 བཅོམ་ལྷན་འདས་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་མ་
 ཤེས་པའི་རྟགས་ཡིན་པས། ཁོང་ཆོར་ཡང་ངེས་པར་དུ་དཔེ་ཆ་བལྟས་ཏེ་ནང་
 ཆོས་ལ་སྤོབ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་ལ། སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་གང་འབྲུ་

ཞིག་ཡིན་མིན་ངེས་པར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་བུར།

ཡང་ངོས་རང་ལག་ནའོ་ལ་ཆོག་ས་འདྲར་བསྐྱོད་སྐབས། དགའ་བསུ་ཞུ་
མཁན་གྱི་གས་སུ་གྲོན་ཆས་སེར་པོ་གྲོན་པའི་ནང་པའི་སློབ་སྤྱད་ཡིན་ཞེས་རྒྱ་
གར་པའི་ན་གཞོན་སློབ་སྤྱད་མང་པོ་ཞིག་འདུག། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཐོག་ནས་
སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སོགས་ངག་ནས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། ངོས་ནས་
སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ་
ཞེས་དྲིས་པར། སློབ་སྤྱད་རྣམས་ནས་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག།

གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོས་བྱས་པ་ཟེར་རམ།

ང་ཆོས་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ལམ་དང་ལུགས་སོལ་ལྟ་བུར་བཅི་བ་དང་། འདོན་
ཁ་སྤལ་ལྟ་བུ་བཏོན་པ་ལས། དེའི་ནང་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་པ་བཅས་ལ་དོ་སྣང་
གཏན་ནས་མ་བྱས་པར་སྣོད་ཀྱི་འདུག། དེ་ལྟར་མིན་པར་སློབ་སྦྱོང་གི་ཐོག་ཏུ་
ཤུགས་ཏྲིག་ཙམ་རྒྱག་དགོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་རྒྱག་གི་མེད། སྤྱིར་བཏང་གི་མི་ཞིག་
ལ་མཆོན་ན། ཆོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོང་ཅེས་སྒྲིད་སྤྱད་ཅུང་ལེགས་པ་ཤིག་ཡིན་ན། འདི་
ངའི་མཆོད་ཁང་ཡིན་ཞེས་ཁང་མིག་ཟུར་དུ་བཞག་སྟེ། དེའི་ནང་སྐྱ་གསུང་སྤྱགས་
ཏེན་གང་འཆམས་སྤྲིག་གཤོམ་བྱས། ཟློགས་གཅིག་ནས་སྐྱ་གསུང་སྤྱགས་ཏེན་
རྣམས་ལ་སྐྱ་གསུང་རྟེན་དང་། རིན་གོང་ཆེ་ཆུང་གི་ཐོག་ནས་རྒྱ་དངོས་པའི་འདུ་
ཤེས་བཞག་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཉིས་ནས་མཆོད་ཁང་ནང་ཆོས་བྱས་ཀྱང་།
མཆོད་ཁང་གི་ཕྱི་ལ་ཐོན་མེས་རྒྱ་འདྲེ་རྒྱག་དགོས་སར་རྒྱ་འདྲེ་བརྒྱབ། མགོ་སྐོར་

གཏོང་ཐུབ་སར་མགོ་སྐྱོར་བཏང་ནས་བཟུང་ན་སྟོང་པོ་གང་ཡང་མེད།

ཆོས་ཞེས་པ་ནི་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་རྒྱའི་གོ་སྐབས་དང་ཉེན་ཁ་སླེབས་སྐབས་མགོ་སྐྱོར་མི་གཏོང་བ་དང་། རྒྱ་ལྟེ་རྒྱག་རྒྱའི་ཉེན་ཁ་སླེབས་སྐབས་རྒྱ་ལྟེ་མི་རྒྱག་པ། མི་ལ་སེམས་གནག་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་བྱུང་སྐབས་སེམས་གནག་མི་བྱེད་པ་བཅས་ནི་ཆོས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། མཆོད་ཁང་ནང་ཆོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས། མིག་བརྩམ་ནས་འདོན་པ་འདོན་པ་དང་། སྒྲགས་བགྲང་བ། སྒྲོམ་རྒྱག་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ཀྱང་། མི་ཆེ་སྤྱེལ་སྐབས་ཆགས་སྣང་གི་གཞན་དབང་དུ་ཕྱིན་ན་དེ་ནི་ཆོས་བྱས་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན།

དཔེར་ན། སྤྲན་ནི་ན་བའི་སྐབས་སུ་ཟ་དགོས་པ་ལས། གཟུགས་གཞི་བདེ་ཐང་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྤྲན་ཟ་དགོས་དོན་མེད། དེ་བཞིན་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་ཕྱི་ནང་གི་ཡུལ་རྒྱུན་འཕྲད་པའི་སྒོ་ནས་ཉོན་མོངས་མངོན་དུ་བྱུང་ནས་ཆགས་སྣང་གི་ལས་གསོག་པའི་མཚམས་སུ་སླེབས་སྐབས། དེ་ལྟར་མི་རུང་བསམ་པའི་བྲན་ཤེས་ཀྱིས་ཐེན་པ་བྱས་ཏེ་སྒྲོམ་དགོས་པ་ཡིན། ཆོས་བྱས་པ་ཐེར་ན་དེ་ལ་ཐེར་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོམ་སེམས་ཡོང་བ་ལ། སྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་སྒྲོམ་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་དགོས་ཤིང་། སྒྲོམ་སེམས་ཡོང་བ་ལ། སྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་སྒྲོམ་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ལ་གཙོ་བོ་སྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་པ་སོགས་བསམ་སྒྲོར་འཁོར་ཞིང་། ཉེས་སྒྲོད་བསྒྲོམས་ནས་མཐར་ཐུག་དགོས་པ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཤེས་ན།

ཉེས་སྤྱོད་སྒྲིམ་པ་ལ་སྒྲོ་བྱགས་སྒྲེ་བ་ཡིན།

ངས་མི་བསད་ན་ང་ཁྱིམ་ལ་ཐུག་གི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན། དེ་ལ་ནུས་པ་
ཆེན་པོ་གང་ཡང་མེད། གསོད་ཡུལ་དེར་བཅེ་བ་བྱེད། དེ་ནི་ང་དང་གཅིག་པ་
རེད། གཞན་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་ང་ལ་གཞན་གྱིས་ཆོག་ངན་ཞིག་བརྗོད་ཀྱང་། ང་རང་གི་
སེམས་ལ་མ་སྒྲིད་པ་ཡོང་གི་འདུག། ངས་ཁོ་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ན་ཁོ་ལ་མ་སྒྲིད་པ་
ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པའི་སྒོག་གཅོད་སྒྲིམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་སྒྲིམ་པའི་རྒྱ་
མཚན་དེ་ཡང་། ངན་སོང་དུ་སྐྱུང་གི་རེད་བསམ་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སྒོག་གཅོད་
སྒྲིམ་པའི་པན་ཡོན་བྱི་མ་མངོན་མཐོ་ཐོབ་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་བསམ་པ་ཅོམ་ཡང་
མིན་པར། ཐར་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་བསམ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་
ངེས་ལེགས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་ན།
སྒྲིམ་སེམས་བྱེད་པའི་སེམས་བྱགས་སྒྲེ་བས་ཡོང་བ་ཡིན། དངོས་གནས་སྤྱིང་
སྒྲིབས་སྒྲེ་བས་པ་དང་། དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་སྒྲིབས་དེས་དཀའ་ངལ་
ཁྱད་དུ་བསད་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་ཐར་པ་སྐྱབ་པ་དང་འབྲེལ་
པའི་ཆོས་ཤིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས།
མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པ་ཅོམ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་པ་དང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལའང་ཡོད། ཡེ་ཤུའི་
ཆོས་ཀྱིས་སྒྲེ་བ་བྱི་མ་ཁས་ལེན་མིན་ངེ་ལྟར་ཡང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ནམ་དག་བྱས་
ན་སྒྲེ་བ་བྱི་མ་མི་ལུས་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་ཐག་
ཆོད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་མངོན་མཐོ་བསྐྱབ་རྒྱུ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་དགོ་སྐྱབ་བཤད་དེ་

གཞན་ལ་གནོད་པ་མ་བྱེད་པར་པན་སེམས་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཆོས་ལུགས་ཚང་
མས་མངོན་མཐོ་བསྟུབ་རྒྱ་ཡོང་གི་ཡོད།

ནང་པས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་བཤད་དགོས་དོན་ནི། ཐར་པ་བསྟུབ་རྒྱ་
བཞེད་ཅིང་། ཐར་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་། ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་བགེགས་བྱེད་མཁན་ནི།
བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གྱིས་བྱེད་པ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། བདེན་
འཛིན་སྤངས་པའི་སྒོ་ནས་ཐར་པ་སྟུབ་པའི་གོ་བ་ཆགས་སྐབས། ཐར་པ་དོན་
གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོང་བ་ཡིན། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་བདག་མེད་པའི་ལྟ་
བ་རྩ་བར་བཞག་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ལ། བདག་མེད་རྩ་བར་བཞག་པའི་ཆོས་
ཤིག་ཡིན་ན། ཆོས་དེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྲད་ཆོས་ནི། བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་
གོམས་པའི་ཐོག་ནས་བདག་འཛིན་གྱིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱོན་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་
བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་ཀྱི་ཐར་པ་ཞིག་གཞི་རྩར་བཞག་སྟེ། དེ་ལ་ཐོབ་འདོད་
ཅིག་བྱུང་ན་ནང་པའི་ཆོས་རོ་མ་དེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་མ་ཤེས་ན་ཡོང་ཐབས་
མེད།

འཛིག་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་རྣམས་དཀོན་མཆོག་གིས་
མར་གནང་བ་ཞིག་ཏུ་འདོད་པའི་ཐོག་འགྲོ་གི་ཡོད། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནི་
ཡར་འགྲོ་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་སེམས་ཅན་པལ་བ་ཡིན་པ་
ཞིག རང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བྱུང་ནས་ཆོས་གསན་ཞིང་ཉམས་སུ་
བཞེས་ཏེ་མཐར་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ནི་ཐ་མལ་པའི་
སེམས་ཅན་ཞིག་སྒོ་རྗེ་དུལ་རྗེ་སངས་སུ་གྱུར་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེར་གྱུར་

བ་ཞིག་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ས་ནས་སངས་རྒྱས་
གྱི་ས་ལ་ཡར་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་སེམས་ཅན་གྱི་ས་འདི་ནས་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བར་ཡར་འགྲོ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། ཆོས་དང་པོ་འགོ་
འཇུག་སྐབས་སེམས་ཅན་གྱི་ས་ནས་འགོ་འཇུག་ས་ཀྱི་ཡོད།

སྒོ་ད་བརྒྱད་དང་གཞི་ཡི་རྣམ་གཞག

སེམས་ཅན་གྱི་ས་ནས་ཆོས་འགོ་འཇུག་ས་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། གཞི་ཡི་
གནས་ཚུལ་རི་ལྗར་ཡིན་པ་སྟེ། བྱི་སྒོ་ད་ཀྱི་སྤྱག་བདེན་དང་། བར་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱག་
བདེན། འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ལོ། །ཞེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་
ཀྱིས་ཐོག་མར་བདེན་བཞི་གསུངས་སྐབས། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་གསུང་
སྐབས་བྱི་སྒོ་ད་ཀྱི་སྤྱག་བདེན་དང་། བར་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་ཤེས་དགོས་
པ་ཡིན།

བྱི་སྒོ་ད་ཀྱི་བཀོད་པ་ནི་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་རྣམས། དེར་
སྐབས་རྩལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རི་རབ་དང་། སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་པས། ཉི་མ་
བཅས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ངོས་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་མེད།
དེ་ནི་སྤྱད་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སུ་རྒྱ་གར་དུ་ཡོངས་གྲགས་ལྟ་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཁམས་
དང་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། སློབ་དཔོན་དབྱེག་གཉེན་གྱི་
གཞུང་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། མ་མཁུན་བར་གསུངས་པ་ཡང་ཡོང་སྤྱིད་པ་དང་།
བཅོམ་ལྡན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་དུ་གསུངས་པ་རྣམས་ནི་

དགོས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་སྐུ་
མཆེད་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་ཞིག་དང་། སློབ་
དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་མངལ་སྐབས་ངོ་མཆར་སྦྱེ་བ་ཞིག་ཡིན།
འོན་ཀྱང་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ལེ་ལུའི་སྐབས་སུ་གསུངས་པ་
རྣམས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཁས་སྦྱངས་སྟབས་པ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཁས་
སྦྱངས་ན་ནང་པ་དོག་ཁོག་ཆགས་ཉན་ཡོད།

ཆེ་ས་ངས་ལེགས་སྦྱབ་པའི་ལྟ་བའི་རྣམ་གཞག་ལ་བྱང་ངས་བྱེ་སྒྲེ། འདི་ནི་
སྦྱ་ཇི་བཞིན་ཁས་སྦྱང་དུ་བྱང་བ་དང་། འདི་ནི་སྦྱ་ཇི་བཞིན་ཁས་སྦྱང་དུ་མི་བྱང་བ་
རེད་ཅེས་བརྗོད་ཆོག་གི་ཡོད་ན། བལ་བ་རི་རབ་ཡོད་མེད་ལ་བྱང་བར་དང་ཉེས་
པ་གང་ཡང་མེད། རི་རབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདེན་བཞི་དང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་
རྣམ་གཞག་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། བན་གནོད་འགྲོ་བའི་དབང་དུ་
བཏང་ན། སྡོན་འགྲོ་འབྲུམ་ལྟ་བུས་གས་ཏེ་མཁའ་ལ་འབྲུལ་སྐབས་རི་རབ་དང་།
སྦྱིང་བཞི་སྦྱིང་ཕན། ཉེ་སྤྱོད་བཅས་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་གིས་མཐུལ་
ཏུར་ཐག་གིས་སྟལ་ཏེ། ཉེན་ཞིག་རི་རབ་དང་སྦྱིང་བཞི་སྦྱིང་ཕན་མེད་ཅེས་བརྗོད་
ཆེ། ངས་ལོ་ངོ་མང་པོའི་རིང་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་པ་རྣམས་ཚུད་ཐོས་སུ་བྱིན་མེད་
དམ་སྟུམ་པ་ལྟ་བུའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ན་ལས། དེ་མིན་གྱི་ཉེན་ཁ་གང་ཡང་མེད། དེ་ཡང་
ནང་པའི་གཞུང་ནས་སློ་ཡིས་སྦྱངས་ནས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། སྦྱིང་བཞི་སྦྱིང་ཕན་
རི་རབ་དང་བཅས་པ་འཛམ་སྦྱིང་འདིའི་ཐོག་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་། སྦྱིང་བཏང་
སྡོང་གསུམ་གྱི་སྡོང་ཆེན་པོ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གསུམ་ལྟུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་

འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྒོ་ཡིས་སྦངས་ནས་དབུལ་ན་དེ་གས་འགྲིགས་པ་ཡིན།
དགེ་ཚོགས་རྫོགས་པའི་ཆེད་ཡིན་པ་ལས། དེ་རབ་དང་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཐོན་རྒྱུ་ལས་
ནི། མངོན་པ་མཛོད་ལས།

སྤྱན་པོ་རིན་ཆེན་བཞིའི་རང་བཞིན། །

དབལ་ཆད་དག་ནི་བརྒྱད་ཁྲིའོ། །

ཞེས་པ་གསུངས་པ་རྒྱུ་མི་དགོས་པ་ཡིན། རྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་
གྱི་སྐྱོར་དེས་གོ་ཐག་ཅུང་ཟད་སྐོད་གྱི་འདུག་པ་ལས། དེ་མིན་ནང་བརྟུང་གྱི་འཛིག་
རྟེན་གྱི་ཁམས་གསུངས་སྐབས། དེས་དེར་སྐབས་ཆོན་རིག་པ་རྒྱུ་ལའང་པན་
ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆོས་ལུགས་གཞན་སུ་གཅིག་ལའང་
མེད། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་གསུངས་སྐབས། དུང་ཁམས་སྤྱི་མཆེད་རྒྱུ་ལས་
གཞན་དང་། ཤེས་པའི་རྒྱུ་གཞན་བཅས་གསུངས་སྐབས། དེ་དག་ནི་རྟ་ལས་
དགོས་པ་ཞིག་འདུག དེའི་སྐྱོར་མངོན་པ་མཛོད་ནས་རྟ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་
གསུངས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་མངོན་པ་ཀུན་བརྟུས་ནས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད། དེ་
བཞིན་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་མང་པོའི་ནང་དུ་གསལ་ཡོད། དེ་དག་ཆང་མས་གཞི་ཡི་
གནས་ལུགས་གསུང་གི་ཡོད།

གཞན་ཡང་རྟུལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འབྱུང་ཞེས་དཔྱེ་
བ་ཕྱེ་སྐབས། འབྱུང་བ་ཞེས་པ་ནི་རྟ་ཅང་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག དེ་དག་ནི་རྟུལ་
སྤྱོད་ཀྱི་ནང་ནས་སྤྱོད་པ་ལོགས་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཐོག་དུ་སྤྱོད་པས་ཀྱི་ཡོད། ཅ་
པའི་རྒྱུ་གཞན་གསུངས་སྤངས་ནི་རྟ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་དང་

ཆོ་སེམས་ཅན་གྱི་ས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འགྲོ་གི་ཡོད་སྟབས། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་མི་རྟག་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ནི་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད། ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་པ་རེད་ཅེས་པ་དེ་ཡང་གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་གསུང་གི་ཡོད། ཐོག་མར་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེ་ཉིད་བཤད་པ་དང་། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེའི་ཐོག་ནས་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་གཤིས་ཀྱི་ལྟ་བུ་འཇིག་རྟེན་ན་མ་རིག་པ་དང་མི་ཤེས་པ་རེད། མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡོང་གི་ཡོད། ནང་བས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙ་བ་མ་རིག་པ་དང་མི་ཤེས་པ་བྱས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ནི་རྒྱབས་ཆེ་ལ་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག།

སྤྱད་བསྐྱེད་དེ་དགོན་མཆོག་གིས་བྱས་པ་དང་། རང་གར་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་དོན་དངོས་ཤིག་ཡིན། སེམས་ཅན་སྤྱེལ་གྱི་ཡིན་ཡང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཤིས་ཡིན། འོན་ཀྱང་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། དེའི་རྒྱ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་། ཤེས་བཞིན་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་མཁན་སྤྱེལ་གཅིག་ཀྱང་མེད། མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱུང་གི་ཡོད། བདེ་སྤྱད་དང་དེ་ཡང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྤྱང་བྱ་དང་དོར་བྱའི་གནས་ཀྱང་ཡོད་པ་

ཡིན། སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་རི་བཞིན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲུང་བྱ་སྒྲུངས་
ཤིང་། དོར་བྱ་དོར་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཅུང་འགོ་བ་ཞིག་དང་། མཐར་
སྐྱབས་བསྐྱེད་ཐད་ནས་བདེ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་བཅས་འདི་ལྟར་དུ་འགོ་
དགོས་པ་ཡིན།

དེས་ན་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་ནི་ཆོན་རིག་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་གསུངས་སྐབས་ཉོན་མོངས་དོར་བྱ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་མེད། ཉོན་མོངས་
ཞེས་པ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་རེད་ཅེས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རོ་སྤྲད་བ་ཞིག་
ཡིན་པས། དེ་ནི་ཆོན་རིག་དངོས་ཆགས་ཡོད། ཆོན་རིག་ཡོད་སྐབས་བཟང་ངན་
གྱི་རྣམ་གཞག་གང་ཡང་མེད་པར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་
བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་ཡིན། ནང་ཆོས་
ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་ཅེས་པ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་སྐད་ལྟར་ན། གཞི་དངོས་
པོའི་གནས་ཚུལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དེ་གཞི་ལ་བཞག་
ནས། ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པའི་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ལྟ་བུ་བདེ་སྤེལ་ས་ཡོང་གི་
ཡོད། ལྟ་བུ་སྤེལ་ས་རྗེས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་སྤྲེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ལྷན་ཅི་
ལོག་གི་ལྟ་བུ་སྤོང་བ་དང་། མི་སྤྲེལ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པར་བརྟེན། ལམ་བཟོད་
པའི་རིམ་པ་ཞེས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་རིམ་པའི་ཐོག་སྤེལ་ས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་
བྱས་ན་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ཞེས་གཙོ་བོ་ངེས་ལེགས་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབས་པ་དང་། ཐར་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབས་པ་དེ་ཡང་ཡོང་གི་
རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་དག་ཆ་ཆང་ཞིབ་ཆ་གས་མ་ཤེས་ཀྱང་གང་

མཆོམས་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡིན་སྟབས། ལམ་
གྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡོང་བ་དང་། ལམ་གྱི་གནས་ཚུལ་འདི་ལྟར་ལ་བརྟེན་
ནས་འབྲས་བྱུང་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་
ཞིག་ཡོད།

སྐྱབས་གསུམ་གྱི་ཁོ་བོ་དང་དེ་དག་གི་གོ་ངེས།

སྐབས་འདིར་བརྗོད་འདོད་པ་ཞིག་ལ།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆོ།

བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱིས།

འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྲུབ་བར་ཤོག།

ཅེས་པའི་ཆོག་བཅད་འདི་ར་ཆོ་ཆང་མས་འདོན་བཞིན་ཡོད། ཆོག་བཅད་
འདི་འདོན་མིན་ལ་མ་བཟོས་པར་ནང་པ་ཡོངས་ཀྱིས་པའི་འདི་སྐད་མིན་ནམ།

བྱུ་རྣམ་ཤར་ནམ་ག་ཆ་མི།

རྣམ་ཤར་ནམ་ག་ཆ་མི།

སྒྲིབ་སྐྱོད་ག་ཆ་མི།

ཞེས་ནང་པ་ཡོངས་ཀྱིས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། བྱུ་རྣམ་སྒྲིབ་སྐྱོད་སངས་རྒྱས་
དང་། ཆོས། དགེ་འདུན་བཅས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱབས་གནས་ལ་གསུམ་

གསུངས་ཡོད། དེ་གསུམ་སྐྱབས་གནས་སུ་གསུངས་པ་ནི། འཕྲལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་
ཐན་ཆེགས་སེལ་ཞིང་། བདེ་བ་ཐན་ཆེགས་སྦྱིན་པའི་སྐྱབས་གནས་རེད་ཅེས་
གསུངས་མེད། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་མཛད་པའི་སྐྱབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པ་
ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ནི། །ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་
སྐྱབས། །ཞེས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྐྱབས་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། སངས་རྒྱས་པའི་
གཞུང་ནས་ལྟ་བུ་བ་དང་འབྲེལ་ཏེ་བཤད་པ་ཡིན་ན། བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་མ་
གསུངས་པའི་ཆོས་རྒྱུད་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་བརྟན་དུ་གཏོང་
བ་དང་། བདག་འཛིན་ཀྱི་ལྟ་བ་བརྟན་དུ་གཏོང་བའི་ཆོས་རྒྱུད་དེ་དག་གི་ཐར་བ་
འདོད་པའི་སྐྱབས་མིན།

དེས་ན་ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་ཡིན་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།
བདག་མེད་པའི་ལྟ་བར་སྤྱག་གི་ཡོད། བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཐར་བ་སྐྱབས་པའི་
སྐྱབས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་ཅ་བ་བདག་འཛིན་གྱིས་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་པ་དེར་སྤྱག་དགོས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་ནི། གོང་
ཁུས་ལྟར་སེམས་ཅན་པལ་བ་ཞིག་མཐར་མཛོན་པར་རྩོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་
ཞིག་ཡིན་སྐྱབས། སངས་རྒྱས་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བྱང་ངམ་ཞེ་ན། ཆོས་དགོན་
མཆོག་ལ་སྤྱག་གི་ཡོད། དགེ་འདུན་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ཡང་
ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་སྤྱག་གི་ཡོད། ཆོས་དགོན་མཆོག་ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་
ཞེ་ན། མི་ཤེས་པའི་སྒྲེའི་གཉིན་སོར་ཤེས་པའི་སྒྲེ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན།
ཀ་ཁ་ག་ང་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོ་དེ་ཀ་ཁ་ག་ང་ཤེས་པའི་སྒྲོ་དེས་མེད་པར་བཟོ་གི་

ཡོད། ཀ་ཁ་ག་ང་མི་ཤེས་སྒོངས་པའི་སྒོ་དེ་སྒོན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་སེམ་བར་པན་
 རོགས་མེད། ཡིག་རིས་བྲིས་ནས་འདི་ལ་ཀ་ཟེར་བ་དང་། འདི་ལ་ཁ་ཟེར་ཞེས་
 སོགས་དོ་སྤྲོད་ནས་དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་སྒོས་ཀ་ཁ་མི་ཤེས་པའི་སྒོའི་གཉེན་པོ་
 བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་མི་ཤེས་པའི་སྒོ་སེམ་བ་ལ་གང་ཞིག་མི་ཤེས་པའི་དོན་དེ་
 ཤེས་པའི་སྒོ་ཞིག་སྐྱེས་པའི་སྒོ་ནས་མི་ཤེས་དེ་སེམ་དགོས་པ་ལས། དེ་ལས་
 གཞན་པའི་ཐབས་ཤེས་གང་ཡང་མེད།

དེ་ཡང་མི་ཤེས་པ་ལ་མི་ཤེས་པ་ཙམ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་
 མི་ཤེས་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ནས། ད་ལྟ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙམ་བྱེད་མཁན་ནི་
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བདག་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེ་ནི་ཕྱིན་ཅི་
 ལོག་གི་སྒོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། མདོར་ན་མི་ཤེས་པ་ཙམ་མིན་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་
 ཏུ་རྟོགས་པའི་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་མི་ཤེས་
 པའི་སྒོ་དེ་སེམ་བར་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་བདག་ཏུ་མེད་བཞིན་ཏུ་བདག་ཏུ་
 འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དེ་སེམ་བ་ལ།
 བདག་མེད་པའི་སྒོ་ཞིག་སྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། བདག་མེད་པའི་སྒོ་སྐྱེ་བ་ལ་བདག་
 ཡོད་ན་སྒྲིན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་ང་ཆོས་སྤྱོད་པའི་རོགས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་
 བདག་ཡོད་པའི་སྒྲིན་རྣམས་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།

བདག་ཡོད་ན་སྒྲིན་དང་འགལ་འདུ་འདི་དང་འདི་ཡོང་གི་འདུག་བསམ་པ་
 སྒོ་ལ་གང་མཆམས་ཤར་བ་ཞིག་བྱུང་ན། ད་ནི་བདག་མེད་ལས་འགྲོ་ས་མི་
 འདུག་བསམ་པ་ཞིག་ངེས་པར་སྐྱབས་ཡོང་བ་ཡིན། རི་ཙམ་གྱིས་བདག་མེད་

པའི་ངེས་པ་འབྲུག་ས་ཇི་ཆེར་བྱིན་པའི་ཆོད་ཀྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་
འབྲུག་ས་ཇི་ཆུང་དུ་འགོ་བ་ཡིན། མཐར་ཐུག་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་བྱིན་ཅི་
ལོག་གི་སྒོ་ཡིན་པས་ན། ཉམ་དུ་ཡང་དེ་ནི་སེལ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན། བདག་མེད་
པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེར་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་སྟབས། ག་དུས་ཡིན་ན་ཡང་
འབྲུག་ས་ཇི་ཆེར་འགོ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་
སྒོ་དང་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་གཉིས་ཀ་སྒོ་ཡི་རང་བཞིན་ལ་ཞུགས་པ་
ཞིག་མ་ཡིན་ཡང་། བདག་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེར་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཆད་མ་མེད་ཅིང་། ཅིག་
ཤོས་དེར་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་པས་གོམས་པ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བྱུང་པ་
ཡིན།

སྤྱིར་རྟེན་བརྟེན་པ་གོམས་ཟིན་འབད་བཅོམ་བསྐྱར་མ་ལ་མ་བཟོས་པ་
ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་གོམས་པ་འབྲུག་ས་
ཇི་ཆེར་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བདག་མེད་པའི་དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་
ཐོག་མར་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་སྦྱེས། དེ་ཇིས་ཐོས་པའི་དོན་དེར་ཡང་ནས་ཡང་
དུ་བསམས་ནས་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་སྦྱེས། དེ་ནས་དོན་དེར་ཅི་གཅིག་ཏུ་
སྒོ་གོམས་འདིས་བསྟེན་ནས་གོམས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ་
བདག་མེད་པའི་དོན་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བཤད་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་བདག་མེད་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེ་ལམ་བཤེན་ཞེས་པ་ཆགས་པ་རེད། དེ་ནི་ཆོས་
དགོན་མཆོག་ཅིག་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་བཤེན་སྦྱེས་ཟིན་སྐབས་སྤང་བྱ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་

གཉེན་པོ་བྱས་ཏེ་སྤང་བྱ་གང་རུང་ཞིག་སྤོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤང་བྱ་སྤངས་ཏེ་
སྤང་བྱ་གཏན་དུ་བལ་བའི་བལ་བའི་ཡོན་ཏན་དེ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཅིག་ཡིན།
ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་འགོག་ལམ་གཉིས་གསུངས་པ་དེ་གཉིས་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་
འགོག་ལམ་གྱི་ཆོས་དགོན་མཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་ནས་
མཐོང་བ་ན་རང་ཉིད་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་མཐུན་
ནས་རིམ་བཞིན་རྗེ་གོམས་སྤྱི་གྲུང་ཏེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོན་མཐའ་དག་ཟད་ན་སངས་
རྒྱས་འཕགས་པ་ཞེས་པ་དེར་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆོས་དགོན་
མཆོག་གིས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས། དགེ་འདུན་བཅས་ཀྱི་གོ་རིམ་འདི་
ལྟར་གསུངས་པ་ནི། བསྟན་པ་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བྱུང་བའི་རིམ་བཞིན་
ཐོག་མར་ཆོས་གསུང་མཁན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཕྱོན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དེས་
ཆོས་གསུངས། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་དེ་གདུལ་བྱས་
ཐོས་ཏེ་དེ་དོན་ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་ཐོག་ནས་ཉོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་རྒྱུད་ལ་
སྦྲེས། དེ་རྗེས་བསྐབ་པ་གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱས་ཏེ་རྗེ་མཐོ་རྗེ་མཐོར་
ཕྱིན་ཏེ་ཆོས་དགོན་མཆོག་དོ་མ་རྒྱུད་ལ་སྦྲེས། དེ་ལྟར་ཆོས་དགོན་མཆོག་དོ་མ་
རང་རྒྱུད་ལ་སྦྲེས་མཆོམས་སུ་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར། དེ་ནས་སྦོབ་
པའི་དགེ་འདུན་དང་། རྒྱན་བཞུགས། ཕྱིར་འོང་། ཕྱིར་མི་འོང་། དག་བཅོམ་པ་
བཅས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བཞི་ཡོང་བ་ནི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཉམས་ལེན་གནང་བ་
ལས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་གཅིག་ལ་གོ་རིམ་གྱི་དབང་དུ་

བྱས་ན། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས། དགེ་འདུན་བཅས་བཞག་ཡོད། རྒྱ་འབྲས་དོན་
གྱི་རིམ་པའི་ཆ་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ཐོག་མར་ཆོས་དགོན་མཆོག་དང་། དེ་
ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་བྱང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྒྲོབ་པའི་
དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོང་བ་བཅས་ཡིན།

འོན་ཆོས་དགོན་མཆོག་བསྐྱེམས་ནས་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡོང་བ་
དང་། མཐར་ཐུག་མི་སྒྲོབ་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་བྱང་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་
ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོག་པའི་ནང་། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་
མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཞེས་པའི་བྱང་
ཚུབ་ནི། དོན་རྒྱ་ཆེ་པོར་འབྲེལ་རྒྱ་ཡོད་ལས་ཆེ། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ཁམས་
འི་བྲལ་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་དེར་བྱང་ཚུབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་འི་
མ་སྒྲོང་པའི་གཞི་དེ་འི་མ་མ་སྤངས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཁམས་བདེ་
གསལ་གས་སྤྱང་པོ་ཞེས་བ་དེ་ཡིན། བདེ་གསལ་གས་སྤྱང་པོ་ལ་མདོ་རྒྱུད་པའི་དབང་
དུ་བྱས་ཀྱང་། སྐྱ་གསུམ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཉིང་ལེན་ས་བོན་གྱི་ཆ་ཞེས་བ་ཞིག་
བཞག་ཡོད། དེ་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་དུ་
ཁམས་བདེ་གསལ་གས་སྤྱང་པོ་གསུངས་སྐབས། གཙོ་བོ་ནི་འི་མ་མ་སྤངས་པའི་
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེར་གསུང་གི་ཡོད།

རྒྱུད་ཆ་པའི་སྐབས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། འི་མ་མ་སྤངས་པའི་
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཡང་། དེ་བཞིན་སེམས་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་གྱི་སེམས་
དེའི་སྤྱིང་ནས་སྐྱ་གསུམ་སྐྱབ་པའི་ཉིང་ལེན་ས་བོན་གྱི་ཆ་ཡོད་བ་ཞིག་ཡིན་

སྒྲུབས། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་མེད་དམ་སྒྲུབ། གཙོ་བོ་ནི་
སྒྲུབས་ལྷ་མེད་ཀྱི་སྒྲུབས་ནས་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོ་གསུངས་སྒྲུབས།
གཙོ་བོ་རིག་སྒྲིང་བྱང་འཇུག་གི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ངོ་
བོ་སྒྲིང་པའི་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་ཀྱི་རིག་པ་ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེའི་སྒྲིང་ལ་
དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་མ་དག་པའི་ཁམས་དེའི་སྒྲིང་གི་བྱི་མ་ཡིན་
ལུགས་རི་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་སྒྲོ་གོམས་པའི་སྒྲིང་ནས་བྱི་མ་སྒྲུངས་པའམ་བྱི་མ་
མཐའ་དག་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་བྱང་ཆུབ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ད་
ལྟ་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོ་བྱི་མས་བསྐྱེད་པའི་བྱི་
མ་དེ་ཉིད་རིམ་གྱིས་སྒྲུངས་ནས་བྱི་བྲལ་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྒྲུབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་
དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲུབས་སུ་མཆི་གི་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

དེའི་གོ་རིམ་རྒྱུད་ལྷ་མ་ནས་གསུངས་པ་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག སངས་
རྒྱུས་དང་། དེས་གསུངས་པའི་ཆོས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་འདུན་བཅས་དང་།
དགོན་མཆོག་གི་བྱིན་རྒྱབས་འཇུག་ས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་རྣམ་
དག་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཁམས་དང་། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་སྒྲིང་ལ་བྱིན་
རྒྱབས་འཇུག་པའམ། མདོར་ན་མཆོག་གསུམ་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ལ་བརྟེན་ནས་
ཁམས་ཀྱི་སྒྲིང་གི་བྱི་མ་རིམ་གྱིས་སྒྲུངས་ཏེ་བྱི་མ་མཐའ་དག་བྲལ་བའི་གནས་
སྒྲུབས་དེ་བྱང་ཆུབ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་མདོན་དུ་བྱས་ན་རང་དོན་གྱི་ཆ་
ནས་ཡོན་ཏན་རྣམས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་དོན་གྱི་ཆ་ནས་འཕྲིན་ལས་དེ་
ཉིད་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་དོན་དེའི་གནས་བདུན་ཞེས་གོ་རིམ་འགྲིགས་སྒྲུངས་

འདི་ལ་གོ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག།

དེས་ན་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་
ཐོག་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ན། རང་
གཅིག་ལ་བསམ་པ་མ་ཡིན་པར་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་བྱང་
ཆུབ་དེ་ལ་འགོད་བསམ་པའི་སྒྲོལ་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་པ་དེ་སྤྲོབས་ཡོང་བས་ན།
དེའི་རྗེས་སུ། བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །འགྲོ་ལ་
ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྤྲོབས་ཡོང་
བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་ང་ཆོ་ཁང་མས་འདོན་བཞིན་
ཡོད་ལ། སྒོ་ཐོག་ཏུའང་ཡོད་པ་ཡིན། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་པའི་དོན་
དག་ལ་བསམ་སྒོ་གང་མཆོམས་བཏང་སྟེ་སེམས་ལ་བཟོ་ལྷ་ཞིག་ཆགས་ན།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས། ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་
དངོས་གནས་གཅིག་ནས་གཉིས་སུ་བྲངས་པའི་རྒྱ་མཆན་བཤའ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་
དང་། བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རོས་ནས་སྤྱི་བཤའ་ཅུང་ཟད་
མང་བྲགས་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་སོང་ཡང་། རྒྱ་མཆན་དེ་རྣམས་ཁྱེད་རང་ཆོས་ཤེས་ན་
ཕན་ཐོགས་ཡོད།

བཀའ་ཆོས་དངོས་གཞི་ནི་གཞུང་མཆོན།

དེ་རིང་འཁྲིད་རྒྱུའི་དཔེ་ཆ་འདི་ནི་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་
མཇེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ་ཞེས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཁོ་

ན་ཉིད་གསུངས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་སྟོན་པར་བསྟོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རྗེ་
བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་འདི་ཡང་བཙུམ་ལྡན་
འདས་ཀྱིས་རྟེན་འབྲུང་རང་དབང་གི་སྟོན་པ་འདོམས་པར་མཛད་པའི་ཐོག་ནས་
སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་གཟིགས་ཏེ་སྟོན་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འདི་
གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གཞུང་ཁོག་གཅིག་པ་དང་། གཉིས་ནས་རྗེ་བདག་
ཉིད་ཆེན་པོའི་གཞུང་འདི་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་སྟོན་པ་བཙུམ་ལྡན་འདས་ལ་བརྟེན་ནས་
འབྲུང་བའམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་རང་དབང་གི་སྟོན་པ་འདོམས་
པར་མཛད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་སྟོན་པ་ལ་བསྟོད་པ་གནང་བ་འདི་ནི་རྗེ་བདག་
ཉིད་ཆེན་པོའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་ཁྲུངས་འདི་ཆགས་ཡོད་པས་གོ་རིམ་
བསྐྱགས་དགོས་དོན་འདི་ལྟར་ཡིན།

འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ་ལ་ལུང་རྒྱུང་ལས་ཁྲིད་རྒྱན་མེད།
ངོས་ཀྱི་ལུང་རྒྱན་ནི་ད་ལྟའི་ཁྲི་པ་ལས་ཐོག་དེ་རྫོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་བུ་ནས་ལྷན་
པ་ཡིན། ཁོང་ནི་སྤྲ་མ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཞིག་རེད། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ནི་
ཁྱུ་ཅི་སྤྲ་མ་ཆུན་རིག་འཛིན་བསྟན་པའི་བུ་ནས་ལྷན་པ་ཡིན། བཤད་ལུང་ཡིན་
ལ་ཏ་ཅང་དགོན་པོ་རེད་འདུག།

འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པའི་བཀའ་བྲིད།

རྒྱ་གར་རྒྱུད་ལྷ་ལྷ་ཏེ་འ་ཏ་སྟེ་པོ། བོད་རྒྱུད་ལྷ་ལྷ་ཏེ་འ་ཏ་སྟེ་པོ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་
པར་བསྟོད་པ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་ཡང་

འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་
མ་མཐོང་བའི་གནས་སྐབས་དེར་འཛིག་རྟེན་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་
མཐོང་བ་ཡན་ཆད་ནི་སོ་སྐྱེའི་ས་ལས་འཕགས་པའི་འཕགས་པ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་
ལས་འདས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གཙོ་
བོ་ནི། བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་དང་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་
འཛིག་གི་ཡོད་སྟབས། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་
ཡིན། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུར་གྱུར་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་ནི་འགྲུར་
བྱག་ཡིན།

དབེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རིག་གྱུར་པ། །

འཛིག་རྟེན་འདས་ཁྱོད་བྱག་འཆལ་འདུད། །

གང་ཁྱོད་འགྲོ་ལ་པན་པའི་བྱིར། །

ཡུན་རིང་ཐུགས་རྗེས་ངལ་བར་གྱུར། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། གང་གིས་ཐུགས་བརྩེས་ཉེར་བརྩུང་ནས། །ལྟ་བ་ཐམས་
ཅད་སྤངས་པའི་བྱིར། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པའི། །གྲོ་ཏམ་དེ་ལ་བྱག་
འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་ཡིན། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པའི་
འགྲེལ་པ་བསྟན་འགྲུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་སྟུན། འོན་ཀྱང་ད་ལན་བེལ་བ་ཆེ་བས་ལྟ་
ཁོམ་མ་བྱུང་། དབེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རིག་གྱུར་པ། །ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་བ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་
མཐའ་དག་གིས་དབེན་པ། དེ་ཡང་གཉེན་པོ་མ་སྐྱེས་ན་སུ་མ་སྤྱད་གནས་པ་ཞིག་
ལ་གཉེན་པོ་སྐྱེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བཅོམ་སྟེ་སྤྱི་བ་གཉིས་ལས་དབེན་པ་དང་།

ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ནས་དེ་ལྟ་བུ་བརྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲིན་གཙོ་བོ་དང་། དེ་
སྟོན་པ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲིན་ཡང་དེའི་ཞོར་ལ་གསུང་གི་ཡོད།

འདིག་རྟེན་འདས་ཁྱོད་ཕྱག་འཆའ་འདུད། ། ཅེས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་གྱི་ཆ་ནས་གཙོ་བོར་བསྟོན་པ་ཞིག་ཡིན། གང་ཁྱོད་འགྲོ་ལ་པན་པའི་
ཕྱིར། ། ཡུན་རིང་ཐུགས་རྗེས་ངལ་བར་གྱུར། ། ཞེས་པའི་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟེ་
བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ནས་བསྟོན་པ་ཡིན།

སྤང་པོ་ཅམ་ལས་གྲོལ་བ་ཡི། །

སེམས་ཅན་མེད་པར་ཁྱོད་བཞེད་ལ། །

སེམས་ཅན་དོན་ལ་འང་མཆོག་གཞོལ་བར། །

སྐབ་པ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཉིད་ལྷགས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དེ་ཡང་། སྤང་པོ་ལས་ཅམ་གྲོལ་བ་ཡི། ། ཞེས་པའི་སྤང་
པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་མི་བཞེད་པ་གོང་ལྷན་ལྟར། སྤང་པོ་ལས་དོན་
གཞན་པའི་བདག་གས་སེམས་ཅན་མེད་ཅེས་པ་དེས་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བུ་གསུང་
གི་ཡོད། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བའི་སེམས་ཅན་དེ་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་
བཏགས་ཅམ་ཞིག་དང་། མདོར་ན་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་གཟིགས་པའི་སྐོ་
ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་གཞོལ་བར་མཇུག་པ་ཞེས་བརྟོན་
སྐབས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྟོང་པ་རེད། རང་བཞིན་གྱིས་
གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད། བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་མེད་ཅེས་བརྟོན་སྐབས།
ང་ཆོར་སྤང་བ་ཨ་འཐས་ཤིག་འཆར་བ་འདི་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་

ཡོད། རོན་དམ་བདེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྩི་བཙུན་མི་ལས་གསུངས་པ་སྟེ།

རོན་དམ་བདེན་པའི་དབང་དུ་ནི། །

བགེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱང་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོབ་བྱའི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་མེད། བཟོད་བྱེད་གི་
ལམ་ཡང་མེད། དམིགས་པ་སེམས་ཅན་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས། འོན་དམིགས་
པ་སེམས་ཅན་ཉམ་ཐག་པར་དམིགས་ནས་དེ་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བྱལ་འདོད་གི་སྒོ་
རྩི་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཡོང་ངམ་ཞེས་འགལ་འདུ་ལྟ་བུ་འདུག་པ་གཤམ་དུ་རྟེན་འབྲེལ་
བསྟོད་པའི་ནང་ནས་ཐོན་ཡོང་བ་ཡིན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དང་། བྱ་བྱེད་
འཐད་པ་གཉིས་ལ་བསམ་སྒོ་ཞིབ་དུ་བཏང་སྟེ་གཞི་ནས་འདི་ནི་དངོས་གནས་རེད་
འདུག་བསམ་པ་ཞིག་སྟོར་འཆར་བ་ཞིག་ལས། ཉོབ་སྟེ་བདེན་པར་བྱལ་བ་རྒྱལ་
ཅམ་ཡང་མེད། ང་ཆོར་སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱལ་བ་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་ཐག་བཅད་
ཟེན་རྩིས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩི། རྒྱལ་བ་ལ་
དམིགས་པའི་དད་པ་བཅས་ནི་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་སྟོར་འཆར་སྟོན་པ་ཡིན།

དེས་ན་ཆོག་པ་བཅད་འདིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ་རེད།
གང་ཟག་ཀྱང་བདག་མེད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་
གཅིག་དུ་བཙོན་པར་མཛད་པའི་སྤྱབ་པ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཉིད་ཞུགས་ཞེས་གསུངས་
པ་ཡིན། ཞུགས་ཞེས་པ་དེར་བས་འཕྱལ་དགོས་སམ་མི་དགོས། ཡང་ན་སྤྱབ་པ་
ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱི་སྤྱགས་དགོངས་ལ་ཞུགས་ཞེས་འདུག་པའི་དོན་དང་། བ་
འཕྱལ་ཡོད་ན་སྤྱབ་པ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་གཏན་གྱི་སྤྱབས་གནས་དམ་པར་བཞུགས་

ཡོད་ཅེས་པར་གོ་རྒྱུ་ཡོད།

མོ་ལྷན་ཁྱོད་ཀྱི་ཕུང་དེའང་། །

ཞེས་པར་ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱར་ནའང་སྦྱར་རྒྱུ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་རྒྱུ་པ་མཐའ་
མར་བསྟན་ཞེས་ཡོད་པར་བརྟེན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཞེས་བྱེད་སྐྱ་སྦྱར་ན་གོ་རྒྱུ་ཆེ་བ་
བཅས་ལེགས་པ་མེད་དམ་སྟེ།

སྦྱ་མ་སྒྲིག་རྒྱུ་བྱི་བ་ཡི། །

གྲོང་ཁྱེར་མི་ལམ་རི་བཞིན་དུ། །

མོ་ལྷན་ནམས་ལ་རབ་ཏུ་བསྟན། །

ཞེས་པས་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་པ་རྒྱུ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་
མིན་ཞེས་པ་དེ་གྲུབ་ཡོང་གི་ཡོད། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མདོ་མང་པོའི་ནང་བརྟེན་
ནས་འབྱུང་བ་རྒྱུ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་
ཡོད། མདོར་ན་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱུ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ་བདག་མེད་པ་རེད་ཅེས་
གསུང་གི་ཡོད།

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་དེར་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་སྟེ་རྒྱུ་དང་འབྲས་
བྱའི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་ཡོད། དེའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི་རྒྱུ་མ་འབྲས་བྱ་སྐྱེས་པའི་
དོན་ཡིན། འདི་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་
འབྱུང་ལ་ནང་གསལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པའི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་དང་། བརྟེན་ནས་

བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་
རྟེན་འབྱུང་ལ་འདུས་བྱས་མིན་གྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད། འདུས་བྱས་མ་བྱས་
དང་། སྒྲུང་ཞིང་སྤིང་པའི་ཆོས་ཏེ། སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་བྱ་བ་རུང་བའི་ཤེས་བྱའི་ཆོས་
མཐའ་དག་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན།

བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དེར་གོ་བ་རགས་པ་ཞིག་དང་། གོ་བ་ཐབ་པ་
བཅས་གཉིས་ལས། གོ་བ་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་
ཞེས་ཆ་ཤས་ལ་བཟློས་ནས་བཏགས་པ་རེད། དེ་ཡང་ཆ་ཤས་ལ་བཟློས་ནས་
ཆ་ཅན་འཛོག་པ་དང་། ཆ་ཅན་ལ་བཟློས་ནས་ཆ་ཤས་འཛོག་པ་བཅས་གཞི་
གྲུབ་ན་ཆ་བཅས་ཡིན་པས་བྲུབ། དེས་ན་གཞི་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་
རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དེས། ཐ་སྙད་དུ་རང་
མཆན་བཞེད་མཁན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟེན་ནས་
བཞག་པའམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་གསུངས་ཡོད། བརྟེན་
ནས་འདོགས་སྐྱངས་དེ་ཡང་། རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་བཟློས་ནས་བཏགས་པ་ཡིན།
ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རང་མཆན་མི་བཞེད་པར་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱི་དགོངས་པ་མཐར་
བྱུག་གསུངས་ན། སྒོ་བ་དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྐྱངས་དང་། སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་
གྲགས་པ། རྒྱལ་སྤྱུའི་ཞི་བ་ལྷ་སོགས་ཀྱིས་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་ཞེས་པ་དེ་
ཡིན།

བརྟེན་ནས་བཞག་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི་ཆ་ཤས་ལ་བཟློས་ནས་ཆ་
ཅན་དང་། ཆ་ཅན་ལ་བཟློས་ནས་ཆ་ཤས་བཅས་འཛོག་སྐྱབས། ཆ་དང་ཆ་ཅན་

ཡུལ་སྐྱེད་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་བ་ལྟར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་ཆ་དང་།
དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་ཆ་ཅན་བཅས། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ཆ་ལས་
དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ཆ་ཅན་གཉིས་པན་ཚུན་བཟླས་ནས་བྱུང་བ་རེད།

དེས་ན་དོན་དམ་པར་མ་བྱུང་བ་རེད། རེ་ཆོར་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་སྤང་
གི་ཡོད། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་སྤང་བའི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་འདི་རྣམས་དོན་དམ་པར་
ཡོད་མེད་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་རྟེན་རྒྱ་མེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། པན་ཚུན་
བཟླས་ནས་བྱུང་བའི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་སྤང་བ་ལྟར་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའོད་
ཅེས་བརྗོད་མཁན་གཅིག་དང་། སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པས་
ང་རང་ཆོར་སྤང་བ་འདི་དག་སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་གཏན་ནས་མེད་ལ། རོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱུང་བ་མེད་ཅེས་གསུངས། རེ་ཆོར་སྤང་བ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་སྤང་
བཞིན་ཡོད། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་དེ་པར་ངོས་ནས་སྤང་བ་ལྟར་དུ་རོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱུང་བའོད་ན། པར་རིམ་བཞིན་བཅའ་ན་རྟེན་དགོས་པ་ཡིན། ཆོས་འདི་དང་
འདི་རེད་ཅེས་མཛུ་བ་མོ་འཇུགས་ས་ཞིག་དགོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཅ་བ་ནས་མེད།

རྣམ་བཤུན་ཀྱིས་མེད་གང་དེ་རི་ལྟ་བུར།

ཡོད་ཅེས་རྣམ་འབྱོར་པས་འདིའི་ཡོད་མི་རྟེན།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བ་སྤྱད་དུ་སྤང་ཅམ་དེའི་ཐོག་འཛོག་པ་ལས། སྤང་
ཅམ་དེའི་རོ་བོ་དངོས་གང་འབྲ་ཡིན་མིན་འཆོལ་བར་བྱིན་ན་གཏན་ནས་རྟེན་རྒྱ་
མེད། དེས་ན་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་ཅམ་མ་ཟད། བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་རེད།
དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་བ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་

བྱུང་བ་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

རྟེན་འབྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བའི་རྟེན་འབྲུང་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲུང་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་ནང་པ་ཡོངས་ཀྱིས་འདོད་ཀྱི་ཡོད། ནང་པ་མིན་པའི་ཆོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་འབྲས་ཁས་སྦྲངས་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་བྱེད་པ་པོ་དང་། འབྲས་བྱ་མྱོང་བ་པོ་གཉིས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་བདག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། དེས་ན་རྟེན་འབྲུང་གི་དོན་ཆ་ཆང་ཞིག་སྟེ་བས་མི་སྐྱབ་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་པས་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲུང་འདོད་པ་མ་ཟད། རྒྱ་བྱེད་པ་པོ་དང་། འབྲས་བྱ་མྱོང་བ་པོ་གཉིས་ཀ་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅན་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནང་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་གོ་བ་ཆ་ཆང་སྟེ་བས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད།

དེ་མིན་རྟོག་སྟེ་བལྟས་ན། རྒྱ་འབྲས་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པས་རྟེན་འབྲུང་དོན་ཀྱིས་ཁས་སྦྲངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རྟེན་འབྲུང་དོན་ཀྱིས་ཁས་སྦྲངས་པར་སོང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་དགོས་བྱུང་ནའང་། བྱེད་པ་པོར་བསམ་སྟོབས་བཏང་ན་རྟེན་འབྲུང་མི་བཞེད་པར་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པས་མི་འགྲིགས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་དེ་ལྟར་འདོད་མཁན་ནང་པ་ཁོ་ན་ཡིན། ནང་པས་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཞེས་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཞག་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞེས་པ་གཉིས་ནི་དབྱ་མ་པས་འདོད་པ་ཡིན། དབྱ་མའི་འདོད་པའི་ནང་དུའང་ཐ་སྣད་དུ་རང་མཆན་བཞེད་མཁན་གཅིག་དང་། དེ་ལྟར་མི་བཞེད་མཁན་གྱི་ཕྱགས་གཉིས་ཡོད།

དེས་ན་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞེས་པ་
གཉིས་བཞག་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་འདུག འདི་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་ཤིག་ཡིན། བྱམས་པ་དང་། བཅེ་བ། བཟོད་པ་
སོགས་ནི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་གསུང་གི་ཡོད། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་
ནི་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། ཆོས་ལུགས་གཞན་སུ་གཅིག་
གིས་ཀྱང་འདི་ལྟར་འདོད་མཁན་མེད།

ད་དུང་ནང་གཤེས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གིས་ཆོས་ཐམས་
ཅད་པན་ཚུན་བལྟོས་ནས་བཟང་དང་ངན། གཅིག་དང་ཐ་དད། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ།
བདག་དང་གཞན་སོགས་ཆང་མ་བལྟོས་ནས་བྱུབ་པ་ཤིས་ལྟ་ཡིན། བལྟོས་ནས་
བྱུབ་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གང་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཆོ་ནམ་རྒྱན་
མི་ཞིག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་སྐབས། མི་འདིས་བྱས་མ་སོང་། མི་འདིས་ང་ལ་
གཞོད་པ་བསྐྱལ་བྱུང་ཞེས་མི་ཞིག་ལ་མཆོ་བ་མོ་འཇུགས་ཀྱི་ཡོད། བལྟོས་ནས་
བྱུབ་པ་ཞེས་པ་དེར་བསམ་སྒོ་ཞིག་འཁོར་ན། མི་དེས་ང་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱལ་
བའི་བྱ་བ་ངན་པ་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། རྒྱ་
རྒྱུན་དུ་མ་ཆོགས་པའི་ནང་དུ་ངས་ཀྱང་བྱེད་ལུགས་མ་འབྲིགས་པ་མང་པོ་བྱས་
ཏེ་པ་རོལ་པོ་མ་དགའ་བ་བྱུང་སྟེ་ང་ལ་གཞོད་པ་སྐྱེལ་ཀྱི་ཡོད་བསམ་པའི་བསམ་
སྒོ་འཁོར་ན། གོང་དུ་ཁོང་ཁྱོད་མའི་ཡུལ་འབེན་ལྟ་བུའི་མཆོ་བ་མོ་འཇུགས་ས་དེ་
མེད་པར་གྱུར་བ་ཡིན།

ཞེན་ཆགས་སྐྱེ་སྐབས་དེ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། དེ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་

བསམ་པའི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་ཆགས་སྦྱི་སྐབས་ Attachment ཉེན་
ཆགས། ༽ Desire ཉེན་ཆགས་དང་འདོད་པ་གཉིས་མི་འབྲ། འདོད་
པ་ལ་བདེ་བ་འདོད་པའི་འདོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་བྲལ་བར་འདོད་པའི་
འདོད་པ་བཅས་ཡང་དག་པ་ཡིན། ཞེན་ཆགས་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པ་ཞིག་
ཡིན།

ཨ་རིའི་སྙན་གྲགས་ཅན་གྱི་ཚན་རིག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་ལོ་བཅུ་ལྷག་
གོང་ཐངས་གཅིག་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་། སྐབས་དེར་དགུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲངས་
ལ་སླེབས་འདུག ཁོང་ཚན་རིག་པ་ཞིག་དང་། མི་སེམས་ནད་ཅན་བཅོས་གནང་
མཁན་ཞིག་རེད། ཁོ་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་པ་བསྐྱོམས་ཀྱིས་
སྐབས། ཁོང་ཁོ་བ་སྐབས་ཁོང་ཁོ་བ་སའི་ཡུལ་དེ་ར་ཆོར་མི་སྤྱུག་པ་ཞིག་སྤང་གི་
ཡོད། མི་སྤྱུག་པ་སྤང་བའི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་དོན་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་པར། རང་
གི་ནམ་ཉིག་གིས་སྦྱོ་བཏགས་ནས་ཁོང་ཁོ་བ་ཡུལ་དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་སྤྱུག་
པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་ཡོད། དོན་དངོས་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་ཅམ་སྤྱུག་པ་ཡོད་པ་ལས། དེ་
འཛོལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བཟོས་པ་རེད་གསུང་གི་
འདུག།

ནང་པའི་གཞུང་ནས་དེ་ལ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་ཉིག་ཅེས་གསུངས་
ཡོད། ཆགས་སྤང་སྦྱི་སྐབས་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་ཉིག་གིས་བཟང་པོ་དང་
རན་པར་སྦྱོ་བཏགས་ནས་ཆགས་སྤང་སྦྱིས་ཡོང་གི་ཡོད། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་བད་པའི་མཐའ། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ནམ་རྟོག་ལས། །

དེ་དག་སྟོས་ལས་སྟོས་བཞི། །

སྟོང་བཞི་དེ་ཀྱིས་ལག་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པའི་ནམ་རྟོག་ནི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་རྟོག་དེ་ཡིན།
དེས་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བ་དེར་ནང་གསེས་རིམ་བ་མང་པོ་
ཡོད།

མདོར་ན་བསྟོས་ནས་བྱུབ་བ་ཞེས་བ་ནི་ཉ་ཅང་བྱས་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་
འདུག རོས་ནས་ནམ་རྟོག་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། རྟེན་འབྱུང་དང་བསྟོས་ནས་
བྱུབ་བ་ཞེས་པའི་ལྟ་བ་དེ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བྱུང་ཞིང་། ལྟ་བ་དེ་སྦྲུང་ས་ཁོར་
ཡུག་ལ་ཆ་མཆོན་ནའང་ལྟ་བ་དེར་འབྲེལ་བ་ཉ་ཅང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་
བཞིན་འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་འབྱོར་དང་། འཕྲོད་བསྟེན། ཆབ་སྲིད་སོགས་གང་
ཞིག་ཡིན་ཡང་ལྟ་བ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་ཡོད།

ང་ཆོའི་སྟོན་མང་པོ་ཞིག་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཐོག་ཆོས་ཐམས་ཅད་
རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་རུང་། ཕྱིའི་སྤང་ཚུལ་ལ་རང་དོས་ནས་བྱུབ་བར་འཛིན་གྱི་ཡོད།
དེར་བརྟེན་ཉོན་མོངས་མང་ཆེ་བ་ཕྱིའི་སྤང་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་
གཉེན་པོ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱས་ནས་སེལ་དགོས་བ་རེད།
དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི་སྟོ་མི་རུང་བ་དག་ཕྱིའི་མཐོང་སྤང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།
དེར་བརྟེན་ཕྱིའི་སྤང་ཚུལ་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་བར་བྱུང་བར་ཆེན་པོ་
ཡོད། དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་ཤེས་བྱེད་གཙོ་བོ་ནི་བརྟག་དབྱེད་བྱ་རྒྱ་དེ་ཁོ་ན་

རེད། འདི་ནི་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་འདི་ཉ་ཅང་ཙུ་བ་ཆེན་པོ་ཞི་དང་།
ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད་འདུག།

གང་དག་རྒྱ་ལས་བྱང་བ་ནམས། །

དེ་མེད་པར་ནི་ཡོད་མེན་པས། །

ཞེས་འབྲས་བུ་ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་ཡོད་ན། ཁོ་རང་གི་རང་དབང་གིས་
བྱུང་བ་རེད། གཞན་ལ་བཟོས་མི་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་རྒྱ་ལ་བཟོས་
དགོས་དོན་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་མི་བཟོས་ཞེས་བརྗོད་ན། ང་
ཆོའི་སྤྱིང་བ་དང་མངོན་སུམ་ཆོད་བྱུང་ལ་འང་གཞིད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་བསམ་མཆོ་
ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་བཟོས་ཤིང་། འབྲས་བུ་ཡོང་མིན་ནི་རྒྱ་ཁོ་
ནའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས་ན། འབྲས་བུ་དེ་རང་དབང་གིས་བྱུང་མི་འདུག་བསམ་པ་
ཞིག་ཆོར་ཤར་གྱི་ཡོད།

ལྷག་པར་རྒྱ་ཞེས་པའི་དོན་དེ་བྱུང་བ་དེ་ཡང་སྤྱིད་བྱ་ལ་བཟོས་ནས་སྤྱིད་
བྱེད་བཞག་པ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིད་བྱ་མེད་ན་སྤྱིད་བྱེད་ཡོང་མི་ཐུབ། བན་གདགས་
བྱའི་འབྲས་བུ་མེད་ན། བན་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་ངོ་མོ་ཆང་གི་མེད། དེས་ན་
དུས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱ་སྤོན་དང་འབྲས་བུ་རྗེས་སུ་བྱུང་ན་ཡང་། རྒྱའི་རང་བཞིན་ཡོང་
བ་དེ་རྒྱ་ཡི་ངོ་མོའི་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ལ་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་བཟོས་
ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་བཟོས་པའི་དོན་ཡིན། རྒྱ་དེ་འབྲས་བུ་ལ་
བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་མིན་ན་ཡང་། རྒྱ་ཡི་ངོ་མོ་བྱུང་བ་དེ་འབྲས་བུ་ལ་
བཟོས་པ་ཡིན། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་བཟོས་པ་མ་ཟད་རྒྱ་ཡང་འབྲས་བུ་ལ་བཟོས་

ཡོད། དེ་ནི་བརྟོས་གྲུབ་ཡིན།

གཟུགས་བརྟན་ཉིད་དང་མཚུངས་པ་རུ། །

གསལ་བར་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་འདོད། །

འབྲུང་བ་མིག་གིས་གཟུང་མིན་པས། །

དེ་དངོས་མིག་གི་རི་ལྟར་ཡིན། །

ཞེས་པ་ནི་དབྱུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་ལས། འབྲུང་མེད་གཟུགས་ལྟ་ག་ལ་
ཞིག །ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཡང་འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་འབྲུར་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་
འབྲུང་བ་བརྟོས་ནས་གྲུབ་ཅུང་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བརྟོས་ནས་གྲུབ་ཅུང་གི་འབྲུང་
བ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་འབྲུང་འབྲུར་དེ་ཡང་བརྟོས་ནས་གྲུབ་ཅུང་ཞིག་དང་། བརྟོས་
ནས་བཏགས་ཅུང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་མིན་ནས་སྟབས།

འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་འབྲུར་གཉིས་སུ་འབྲུང་བའི་ནམ་གཞག་སྐོར་སྐོབ་
དེ་བ་ཕྱོགས་སྐྱིག་ཀྱིས་ཤོད་པོ་ནམས་དང་། ལ་སྐོན་ར་ཆོ་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར། དེའི་སྐོར་
གསལ་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མི་འདུག དབྱུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བའི་ནང་འབྲུང་བ་དང་
འབྲུང་འབྲུར་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་འབྲུང་བ་ཞེས་གསུངས་སྟབས། འབྲུང་བ་ཞི་
བརྟུས་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་འབྲུང་བའི་གནས་སྟབས་སུ་འབྲུང་བ་ས་དེ་འབྲུང་བ་
གཞན་གསུམ་ལས་ལོགས་སུ་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པར་པན་ཚུན་བརྟོས་ནས་གྲུབ་
ཅུང་ཞིག་དང་། བརྟོས་ནས་བཏགས་ཅུང་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། འདི་ནི་འབྲུང་བ་ས་
དང་། རྒྱ་དང་། མེ་དང་། རྒྱུ་རེད་ཅེས་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པ་ཞིག་
ཡིན། འབྲུང་འབྲུར་ཉེ་རགས་པའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་བས་སྟབས། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་གི་འབྲུང་

བ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་ཡོད། དེས་ན་རྩོམ་གཞི་དེ་ཉིད་བརྟེན་ནས་བཏགས་
ཅམ་ཞིག་ཡིན་ན། རྩོམ་གཞི་དེ་ལས་བརྩམས་པའི་ཆོས་དེ་ཡང་བསམ་སྒྲོ་བཏང་
ན་བཏགས་ཅམ་ཞིག་ལས་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན། དེས་ན། འབྲུང་མེད་གཟུགས་
ལྷ་ག་ལ་ཞིག །ཅེས་གསུངས་པ་མིན་ནམ་སྟུམ།

འབྲུང་བ་མིག་གིས་གཟུང་མིན་པས། །

དེ་དངོས་མིག་གི་རི་ལྟར་ཡིན། །

གཟུགས་ཉིད་གཟུང་བར་རབ་བཞག་པ། །

གཟུགས་ཉིད་ཁོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གསུངས། །

ཞེས་པས། ཡང་ན་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་མིག་གི་དབང་པོ་ལྷ་བྱ་ཆ་མཆོན་ན།
བལྟོས་ནས་བྱུང་བ་ལས་ངོ་མོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་མེད། བྱེ་ཡི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་
ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་། དེ་བཞིན་ཆ་གས་དུ་མར་བལྟོས་ནས་བྱུང་བ་ལས། ངོ་མོ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱུང་མེད། དཔེར་ན། ང་ཆོས་མེ་ཉོག་མཐོང་བ་ལྷ་བྱར་མཆོན་ན། མེ་ཉོག་གི་
དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་མཐོང་གི་ཡོད། དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་དེ་དག་གང་གི་ཡིན་
རྒྱུ་མེ་ཉོག་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། རྟེན་རྒྱ་མེད། དཔེར་ན། ཁྲིད་རང་ཆོས་ང་
མཐོང་གི་ཡོད། དངོས་གནས་མཐོང་བ་ནི་ངའི་ལུས་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་ངའི་ལུས་
ཀྱི་མདུན་ངོས་མཐོང་བ་ལས་ལྷ་ག་རྒྱུ་ཁྲིད་རང་ཆོས་མཐོང་གི་མེད་པས་ལུས་
ཀྱང་ཆ་ཆང་མཐོང་གི་མེད། ལུས་དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་མཐོང་གི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་གང་གི་ཡིན་རྒྱུ་ལུས་དེ་གང་དུ་འདུག་ཅེས་
དེས་ན་བརྗོད་རྒྱུ་མེད།

ཁྱེད་རང་གིས་མཐོང་བ་ནི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ལུས་མཐོང་ཞིང་། རྒྱལ་བ་
རིན་པོ་ཆེའི་ངག་དེ་ཐོས་ཀྱི་ཡོད། ལུང་ངག་གི་རིག་བྱེད་དེ་དག་བརྒྱད་ནས་
བསྟན་པའི་ན་རྒྱ་མཚོའི་བསམ་མཁོ་གང་ལྟ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་པལ་ཆེར་ཆོད་ཐེགས་
བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མཐོང་བའི་ལུས་དང་། ཐོས་པའི་སྒྲ། ཆོད་དཔག་བྱས་
པའི་སྒྲོ་བཅས་སྤྱི་རེད་དམ་ཞེ་ན། བསྟན་པའི་ན་རྒྱ་མཚོའི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་
རེད། ལུང་ཡིན་རྒྱུའི་བསྟན་པའི་ན་རྒྱ་མཚོ་དེ་ག་གི་རེད་དམ་ཞེ་ན་བརྗོད་རྒྱུ་མེད།
མཐོང་བ་ནི་ངའི་ལུས་དང་། ཐོས་པ་ནི་ངའི་ངག་གི་སྒྲ་བཅས་ཡིན། ལུང་ངག་
རེད་ཅེ་ན། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་རེད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡོད། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་གང་
དུ་འདུག་ཅེ་ན་བརྗོད་རྒྱུ་མེད།

གོང་དུ་མེ་ཉོག་ལ་མཚོན་ནས་བརྗོད་པ་ལྟར། མེ་ཉོག་གི་དབྱིབས་དང་ཁ་
དོག་མཐོང་གི་ཡོད། དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གང་གི་རེད་དམ་ཞེ་ན་མེ་ཉོག་གི་རེད།
མེ་ཉོག་ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་སོ་སོར་བསམ་ནས་མེ་
ཉོག་གང་དུ་འདུག་ཅེ་ན་མེ་ཉོག་ཉིད་རྒྱུ་མེད། གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ཆང་
མ་དེ་ལྟར་རེད། དེ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ལ་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་
ཆོར་བ་ལའང་།

ཆོར་བྱ་མེད་པར་དེ་མེད་པས། །

ཆོར་བ་ཉིད་ནི་བདག་མེད་པས། །

ཆོར་བ་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས། །

ཡོད་པ་མིན་པར་ཁྱོད་ཉིད་བཞེད། །

མིང་དང་དོན་དག་ཐ་དད་མིན། །

ཞེས་པས་མིང་འབྲུག་སའི་དོན་ཞིག་ཡོད་དགོས། དཔེར་ན། བྱམ་པ་ཞེས་
བརྗོད་ན། མིང་བྱམ་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་འབྲུག་སའི་ལྟོ་ཕྱིར་ཞབས་ཞུས་ཆུ་
སྐྱོར་གྱི་དོན་བྱེད་ཀྱས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། མིང་དེ་འབྲུག་སའི་དོན་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། མིང་དེ་འབྲུག་སའི་དོན་དེའི་ལྟོ་བ་དང་། ཞབས། ཆུ་སྐྱོར་བའི་བྱ་
བ་སོགས་སོ་སོར་བསལ་ན་བྱམ་པ་རྟེན་རྒྱ་མེད། དེས་ན་མིང་འབྲུག་སའི་དོན་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ངོ་བོ་འཆོལ་བར་བྱིན་ན་མིང་གི་དབང་གིས་ཡོད་ཙམ་ཞིག་
ལས། དོན་གྱི་ངོས་ནས་མིང་འབྲུག་སའི་དོན་དེ་འཛོག་སྐབ་ཐབས་མེད། དེས་ན།

མིང་དང་དོན་དག་ཐ་དད་མིན། །

གཤམ་ཏེ་མིང་དང་དོན་གཅིག་ན་མེ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་བྱ་
ཆོག་པ་ཡོང་བ་ཡིན།

མེ་ཡིས་ཁ་ཉིད་ཆོག་པར་འགྱུར། །

གཞན་ན་འང་རྟོག་པ་མེད་འགྱུར་ཞེས། །

བདེན་པ་གསུང་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན། །

བྱེད་པོ་རང་དབང་ཉིད་ལས་ཀྱང་། །

ཐ་སྙད་དུ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན། །

ཕན་ཚུན་ལྟོས་པ་ཅན་ཉིད་དུ། །

སྐབ་པར་ཁྱོད་ནི་བཞེད་པ་ལགས། །

བྱེད་པོ་ཡོད་མིན་སྟོན་པོ་འདྲ་མེད། །

བསོད་ནམས་དེ་མིན་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱེས། །

ཞེས་བཏགས་དོན་བཅས་ནས་བྱེད་པ་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་མེད་ལ།
དེ་བཞིན་བྱ་བ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བྱེད་པ་པོ་མེད། བྱ་བ་དང་མ་འབྲེལ་ལས་སམ་
ཡུལ་ཡང་མེད། དེས་ན་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་བ་སྟོང་འདི་ནི་བྱ་བ་དང་།
འདི་ནི་བྱེད་པ་པོ། འདི་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་རེད་ཅེས་འཛིག་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བསམ་
སྟོན་ཞིབ་ཏུ་བཏང་ན། བྱེད་པ་པོར་འགྱུར་བ་ལ་བྱ་བ་ལ་བསྟོས་དགོས་ཤིང་། བྱ་བ་
དེ་བསྐྱབས་ནས་བྱེད་པ་པོ་འཛིག་དགོས་པ་ཡིན། བྱ་བ་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་བྱེད་པ་པོ་
ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་བྱས་ཏེ་བྱེད་པ་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་
ལས། བྱེད་པ་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་མེད།

དེ་བཞིན་བྱ་བ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་མི་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་དང་
མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡང་མེད། དེ་དག་ནི་མ་བཟླས་པ་དབྱེད་པའི་རང་ནས་
བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་འཛིག་རྒྱ་ལས། བཟླས་དོན་བཅས་ན་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་
གཏན་ནས་འཛིག་མི་ཤེས་པ་ཡིན། འདི་དག་ལ་གོ་བ་ཞིག་ཁ་རྒྱ་འདུག་གམ།
མཐུག་ཏུ་བྱི་བ་བྱིས་ལན་ཁ་ཤས་བྱས་ན་སྟུང་། སང་ཉིན་རྟ་རྒྱགས་བཏང་ན་ཆར་
བའི་རེ་བ་ཡོད།

ཉིན་དང་མོའི་བཀའ་འདྲི་དང་དེའི་བཀའ་ལན།

གཟུག་ལག་ཁང་རྒྱག་པོ་རྒྱག་པ་ནང་ཆོས་དང་མཐུན་མིན།

བཀའ་འདྲི། རྒྱ་ནག་ནང་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་རྣམས་སུ་བོད་ཀྱི་སླ་བླ་ཆོས་དཔལ་
འབྱོར་གྱི་ཆེད་དུ་འབད་བ་ལུགས་ཆེ་བྱེད་བ་དང་། གཟུག་ལག་ཁང་
སོགས་ལྷ་ཁང་རྒྱག་པོ་རྒྱག་པའི་ལུགས་སྲོལ་དར་བཞིན་པའི་དགེ་
སྦྱོར་སྒོར་གསུངས་རོགས།

བཀའ་ལན། དེ་དག་ནི་ནོར་འཁྲལ་ཡིན། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་
ཀྱི་བསྐུལ་བྱའི་ནང་། ལོག་པའི་འཆོ་བས་འཆོ་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། ལྷག་
པར་དདུལ་ཡོང་སྲད་རྒྱན་དང་། ཁ་གསལ་གྱི་ཞོགས་སྒོར་སོགས་ཤོད་བ་དང་།
སྐབས་རེ་ཉམས་པ་ཉོག་ཅམ་བཤའ་དེ་ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་ཡོང་གི་
ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་སྐབས་པའི་རྒྱ་དངོས་རྣམས་ནི་ལོག་འཆོ་རེད་ཅེས་
གསུངས་ཡོད། དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་ཤས་བཟོ་མཁན་རེད་
འདྲག

ནང་ཆོས་ཀྱི་ས་ཉིན་རེ་དེ་འཆོ་བའི་ནང་ལན་ཐོག་ས་ཅི།

བཀའ་འདྲི། འདི་ཕྱི་ལོ་གཏན་གྱི་སྐབས་གནས་ཡུལ་ས་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་
ཆུ་ན། ནང་ཆོས་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཉིན་རེ་
འཆོ་བའི་ནང་ལན་ཐོག་ས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་དང་། ཐོག་མར་ལྟ་བུ་གྱུ་གྱིས་མང་
གཞི་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ནི།
དངོས་གནས་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་ཞིང་། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ། དངོས་ཡོད་ར་
སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་སྐབས་དེ་ལ་དང་བ་སྤྱེ་ཡོང་བ་ཡིན། དང་བ་སྤྱེ་
སྐབས་བསྐྱབ་བྱའི་ནང་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤིང་དང་། བྱམས་དང་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱོད་པ།
བཟོད་པ་སྤྱོད་པ་སོགས་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་པ་མཐོང་བའི་སྤྱོད་ནས་དེ་ལ་སྤྱོད་
འདོད་ལྷགས་བྲག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན། བསྐྱབ་བྱ་འདི་དག་ཉིན་རེ་འཆོ་བའི་ནང་གི་
ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་ཐུབ་པ་ཡོང་བ་ཡིན།

ལེ་ལོ་མེད་པར་བཟོ་བའི་ཐབས་ལ་མ་གང་ཡོད་དམ།

བཀའ་འདྲི། ལེ་ལོ་མེད་པར་བཟོ་ཐབས་ལ་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་པོ་མེད་པའི་དོན་ཞིག་ལ་ལེ་ལོ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་མེད། དེའི་
ཐོག་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ཀྱང་སྤྱིར་པོ་མེད་པ་ཡིན། སྤར་མི་ཞིག་གིས་རྟོ་བརྟར་
ནས་དཀའ་ལས་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟེན། མི་གཞན་ཞིག་གིས་དཀའ་ལས་དེ་
ལྟར་བརྒྱབ་ནས་རྟོ་དེས་གང་ཞིག་བྱེད་ཅིས་ཡོད་ཅེས་བྲིས་པར། མི་དེས་རྟོ་

བརྟུག་ནས་གཡུག་ཡག་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། དཀའ་ལས་ཤུགས་ཆེ་བ་རྒྱབ་
བའི་མཇུག་ཏུ་དོན་དག་མེད་ན་དེ་ལ་ཡོང་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། དེ་ལྟ་བུར་ལེ་ལོ་ཡོད་
ཀྱང་འགྲིགས། དེ་ལས་སྤྱིད་པོ་བྱས་ཏེ་ཉལ་ནས་བསྐྱད་ན་ལེགས་པ་ཡོད། འོན་
ཀྱང་དཀའ་ལས་རྒྱག་སའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ནང་ཆོས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཆོས་
ཀྱིས་སེམས་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་འདུལ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། སེམས་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་
མོངས་བྲལ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟར་བྲལ་བ་ཞིག་ཡོང་སྲིད་ན། དེ་ལ་འབད་
བཅོན་བྱེད་འོས་པ་དང་། དེ་ལ་འབད་བཅོན་བྱས་ན་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་
ཡིན། དེས་ན་དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་དགེ་བ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱའི་ཆོས་ཤིག་ཐོབ་ཐུབ་པ་ཞིག་མཐོང་ན། དགེ་བའི་ཆོས་མ་
སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་དང་། སྐྱེས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ལ་འགལ་རྒྱུན་བྱེད་
མཁན་ཀྱི་ཉེས་སྲོད་སྟོང་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སེམས་ཤུགས་སྐྱེས་པ་ཡིན། དེར་
བརྟེན་གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་གོ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་ན་དངོས་གནས་ལེ་ལོ་མི་ཡོང་
བ་དང་། བཅོན་འབྲས་བརྩམས་ནས་ངས་མཐའ་འཁྲོངས་པ་ཞིག་དང་། ཆེ་འདི་
ཅུ་མ་མ་བཤད་ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་བསྐྱོམ་བསམ་པ་ཞིག་དང་། ཉམས་ལེན་
བྱས་བསམ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

བཀའ་འདྲི། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པའི་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་གཞི་ལ་རྩལ་ཐུན་སྟོགས་ཀྱི་
ཆ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཆོན་རིག་གི་འགྲེལ་བཤད་དང་མཐུན་ཀྱི་
ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ངས་ཆོན་རིག་ཆ་ཆང་མི་ཤེས། ཡིན་ནའང་ཆོན་རིག་དཔེར་

ནོ། quantum physics རྒྱ་དངོས་ཁམས་རིག་པ། ༽ བཤད་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་
རྩལ་ཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་པལ་ཆེར་བཤད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན།

སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་ཕྱད་འདས་ཀྱི་ཞི་བ་ལ་བྱད་པར་གང་།

བཀའ་འདྲི། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་པའི་ཞི་བ་དེ་དང་། ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་ནང་གི་ཐུ་

ངན་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་ཞེས་པའི་ཞི་བ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་གང་ཡོད་

དམ།

བཀའ་ལན། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ནི་རྫོགས་ངེས་མེད་པར་སེམས་ཞི་བདེ་བག་
ཐེབས་ཡོད་ན། དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེར་བརྩི་བ་ཡིན། ཆད་མཐོན་པོའི་སེམས་
ཀྱི་ཞི་བ་ཞེས་པ་ནི། ཞི་བ་ཐུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་པའི་ཞི་བ་དེའི་ཐོག་ཏུ་
སླེབས་ཀྱི་ཡོད། ཞི་བ་ལའང་ཞི་ལྷགས་ཀྱི་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ཆོག་པ་
ཡིན། དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་ལྷགས་འདྲ་མིན་
དང་། ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཆང་མས་ཞི་བདེ་འདོད་ཀྱི་ཡོད།
དུད་འགྲོས་ཀྱང་ཞི་བདེ་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། བྱིའུར་མཆོན་ན། ཉེན་ཁ་མེད་
པ་ཞིག་བྱང་ན་སྤྱོད་ཀྱང་ཕུབ་ནས་སྤྱིད་པོ་བྱས་ཏེ་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། ཁ་ཡོང་སྟེ་ཉེན་ཁའི་
གནས་སྐབས་སུ་སྤྱི་ཐེངས་སྟེ་སྐད་བརྒྱབ་སྟེ་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱིའུར་དང་བྱི་དང་
ཞི་མིས་ཀྱང་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ལ་ཞི་བ་ཐུང་འདས་ཞེས་
པའི་ཞི་བ་ཡོང་རྒྱ་གཏན་ནས་མེད།

བྱང་མེ་མས་སྤྱི་ཐབས་དང་། ལག་མེན་ནི་ལྟར་བསྟར་དགོས་སམ།

བཀའ་འདྲི། དུས་རྒྱུན་མིའི་འཆོ་བའི་ནང་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་

སྒོ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་སྤྱི་བའི་ཐབས་ལས་དང་། ཐོག་མར་ལག་ལེན་

རི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་གསུངས་རོགས་གནང་།

བཀའ་ལན། གཙོ་པོ་ནི་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་པོའི་སྒོ་སྤྱོད་
ཚུལ་གཅིག་དང་། དབང་པོ་རྣམས་པོའི་སྒོ་སྤྱོད་ཚུལ་གཅིག་བཅས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་
གསུངས་ཡོད། དེའི་སྐོར་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་དབུ་མ་རྒྱུན་གྱི་ནང་དུ་ཉ་ཅང་
གསལ་བོ་ཡོད། རོས་ནས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་
ཞེས་བ་ནི། དབང་པོ་རྣམས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྒོ་སྤྱོད་ཚུལ་དེར་བསམ་སྒོ་
གཏོང་དགོས་བ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཤེས་ཡོན་མང་པོ་ཞིག་གསར་དུ་
སྐྱེ་བས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བས་བ་དང་འབྲེལ་ནས་ཐེ་ཆོམ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱེས་ཤིང་།
ཐེ་ཆོམ་ཞེས་བ་དེ་དགོས་བ་ཞིག་ཡིན། ཐེ་ཆོམ་མེད་ན་དབྱེད་བ་མི་བྱེད་ལ།
དབྱེད་བ་མ་བྱས་ན་དོན་ལ་ངེས་པ་རྙེད་མི་ཐུབ། དེས་ན་ང་ཆོར་ཐེ་ཆོམ་དགོས་བ་
ཡིན། ཐེ་ཆོམ་ལ་སྤང་བའི་ཐེ་ཆོམ་གཅིག་དང་། སྤང་བའི་ཐེ་ཆོམ་བཅས་རིགས་
གཉིས་ཡོད། སྤང་བའི་ཐེ་ཆོམ་དེར་ཐེ་ཆོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་དབྲེ་བ་བྱེ་ཡོད།

དེས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གྲོགས་བྱས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཡོང་གི་བ་དང་། སྒོ་
ལ་ཤར་བའི་ཐོག་ནས་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྤྱེས་དགོས་བ་ཡིན། ཁ་ནས་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་།
སེམས་ཀྱི་གཉིང་ནས་ཆོར་བ་གང་ཡང་མེད་པ་ཡོང་ཐབས་མེད། སེམས་གཉིང་

ནས་ཆོར་བ་ཡོང་བ་ལ་ཤེས་དགོས་ཤིང་། གནས་ཚུལ་དེ་ཆད་མའི་ལམ་ནས་
ངེས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྒྲིབ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་དགོས་
པ་ཞིག་དང་། སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ནས་འགོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། སངས་
རྒྱུ་ཆོས་ཆོག་མ་ལན་གཅིག་འདོན་པ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་བཟུང་བའི་ཆོག་
ལན་གཅིག་བཏོན་པ་ཅམ་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་མི་བརྗོད་ལ། དེ་ལྟར་
ཡོང་ཐབས་ཀྱང་མེད། སེམས་ཀྱི་བཟང་པོའི་རྟོགས་པ་དེ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་
དུ་འཕེལ་བ་ལ་ཆོག་པ་བསགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བཅས་ཡིན།

ཡགོང་ས་མཆོག་བོད་ལ་ནམ་ཞིག་ཤིབས་བྱུང་བ་མ།

བཀའ་འདྲི། ད་ལྟར་ཆོ་བོད་མི་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཐོབ་
པ་འདི་ཡགོང་ས་ཡུལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་པ་དང་། ང་
ཆོ་ཆང་མར་ཡགོང་ས་མཆོག་ག་དུས་ཡིན་ཀྱང་མངལ་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་
བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། བོད་དུ་ཡོད་པའི་
གཞིས་ལུས་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱིས་ཡགོང་ས་མཆོག་བོད་ལ་
མགྲོགས་ནས་སྐྱུང་དུ་ཐེབས་པའི་རེ་སྒོན་ལྟ་བཞིན་ཡོད། ཡགོང་ས་
མཆོག་ཐེབས་སུ་བའི་རེ་བ་ཡོད་དམ། ག་དུས་ཐེབས་སུ་བམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་སྤྱི་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། དབྱིན་ཇིའི་སྐད་
ལྟར་ན། དགོན་མཆོག་གཅིག་ལུས་ཤེས་ཀྱི་རེད་ཟེར་བ་ལྟར་རེད། གང་ལྟར་
གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་ཡོང་སྲིད་པ་ཞིག་ཏན་ཏན་རེད། འགྱུར་བ་མང་པོ་

ཞིག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། གཙོ་བོ་རྒྱ་ནག་ནང་དུ་འགྲོ་བ་ཤུགས་ཆེར་འགྲོ་གི་ཡོད།
གཞིས་གུས་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་ཆང་མས་ལོ་ངོ་དུག་ཅུ་ལྷག་རིང་ལྷག་བསམ་སྡིང་
སྟོབས་ཞུམ་པ་མེད་པའི་ཐོག་བསྐྱད་པ་རེད། མི་རབས་བརྗེས་འགྲོ་གི་ཡོད། འོན་
ཀྱང་མི་རབས་གསར་པའི་ན་གཞོན་རྣམས་ནས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ཤུགས་
ཆེ་དུ་མ་སོང་དུང་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་གི་མེད། དེ་ནི་གཙོ་ཆེ་རྒྱ་མི་གྲུང་ཁན་གྱི་ཐུགས་
རྗེའི་བཀའ་བློན་རེད། རྒྱ་མི་གྲུང་ཁན་གྱིས་བོད་པ་རྩབ་དང་མ་རྩབ་བརྩབ་པ་ཡིན་
སྟབས། སོ་སོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ཞེན་ཁོག་དེ་སྟེབས་ཡོང་གི་ཡོད། རྒྱ་གཞུང་གིས་
བོད་ཀྱི་ཆོས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་དང་། ཆོས་བྱེད་རྣམས་ལ་ཁྲུང་གསོད་སོགས་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད་སྟབས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་རྗེ་མཁྱེགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་གྲུང་
ཁན་གྱིས་དང་བོ་ནས་བྱམས་བོ་བྱས་ཏེ།

རྒྱ་གྲུང་ཁན་བློན་ཆེན་པ་མ་རེད། །

དེའུ་ལ་རྒྱ་ཡང་ཆར་པ་བབ་བབ་རེད། །

ཅེས་པ་དེ་མཐུག་ཆ་ཆང་བསྐྱལ་ཡོད་ན། བལ་ཆེར་ད་ཆོད་རྒྱ་གྲུང་ཁན་
འབྲིགས་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཞིག་ཆགས་རེ་ཡོད། རྒྱ་གྲུང་ཁན་ཁོ་རང་ཆོ་
བསམ་སྟོན་ཅང་གྲུ་དོག་པོ་རེད་འདུག ཐད་ཀ་ཐད་ཀ་འདི་སྤང་བར་འགྲོ་མིན་དེ་གའི་
ཐོག་ནས་དག་གཞོན་བྱས་ཏེ། སྤིང་བྱས་ཀྱི་མིང་ལའང་རྒྱ་དེག་ཆ་ནན་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། འདྲམ་སྤིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་གཞན་ལ་རྒྱ་དེག་ཆ་ནན་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལལ་ཆེར་བརྗོད་མཁན་མེད། རྒྱ་ནག་གི་སྤིང་བྱས་ཐོག་རྒྱ་དེག་ཆ་
ནན་གཏོང་དགོས་ཞེས་བཤད་དེ་མི་མཐོ་དམན་འབྲིང་གསུམ་ལ་མི་བཟོད་པའི་

བཅོར་གཞོན་དང་། སྤྱག་སྦྱོང་མཁར་གཙོད་བཏང་བར་བརྟེན། དུད་འགྲོ་ཡིན་ཡང་
སྤྱག་སྦྱོང་གཏོང་མཁན་དེར་མི་བཟོད་པའི་སྒོ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་དམ་བཅའ་ལྟ་
བུ་རེ་འཛིན་གྱི་ཡོད། གང་ལྟར་བོད་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གི་སྤྱིང་སྟོབས་དང་སྤྱག་
བསམ་ཏ་ལས་པ་ཞིག་རེད།

སྤྱག་པར་དེང་སྐབས་བོད་ནང་བོད་སྐད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པ་དང་། རང་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པ་སོགས་ཤུགས་རྩེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་
ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། བལ་ཆེར་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་ལ་དང་དོད་བྱེད་མཁན་
བོད་ནང་ཤུགས་ཆེ་བ་མེད་ཀྱང་ཆུང་བ་མེད། ང་ཆོ་རང་དབང་ལུང་པར་བསྐད་
ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་རེ་འཇུས་ཤོར་ཐོག་འགྲོ་གི་མེད་དམ་སྟུམ། བོད་ནང་ཉིན་རེ་
བཞིན་དུ་འགལ་རྒྱུན་འཕྲད་བཞིན་པར་བརྟེན། སྤྱིང་སྟོབས་རྩེ་མཆིགས་སུ་འགྲོ་བ་
ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཆོ་རང་དབང་ལུང་པའི་ནང་རྒྱང་ལག་རྒྱང་བྱས་ཏེ་
བསྐད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོད་སྟུབས། མཆིགས་པོ་བྱ་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཤུགས་ཆུང་དུ་འགྲོ་
གི་མེད་དམ་སྟུམ།

དམར་མཆོད་ཕྱལ་བ་འཆེ་མེད་ཀྱི་སྦྱོང་དང་འགལ་མིན།

བཀའ་འདྲི། ཆོས་ཤུགས་ཀྱན་གྱི་མཐར་ཐུག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་ནི། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ།
སྦྱོང་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་སོགས་ཡིན་ན། ཁ་ཆེ་དང་ཉིན་རྒྱུད་ཆོས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་དམར་མཆོད་ཕྱལ་བ་དང་། སེམས་ཅན་
མང་པོ་སྤེལ་གསོད་བྱས་ཏེ་ཆོས་ཤུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་སྤེལ་བ་འདི་རྣམས་

བྱམས་སྣྡོང་ཇི་དང་། འཆེ་མེད་ཀྱི་སྦྱོང་པའི་ཀུན་སྦྱོང་དང་རྒྱལ་འགལ་

དུ་སོང་འདུག་པས། དེར་གསུང་ལན་ཞིག་གནང་རྟོགས།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་རང་རང་སོ་སོའི་འགྲོ་སྐྱབས་ཤིག་ཡིན།
ངོས་ནས་ཤེས་ཆོད་བྱས་ན། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་རྒྱུད་
རྣམས་ཀྱི་སྣྡོང་ཇི་བསྐྱོམ་ས་གཙོ་བོ་ནི་བདག་ཅེས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་
བདག་ཡོད་མཁན་རྣམས་ལ་པལ་ཆེར་བྱམས་བཅེ་སྤེལས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བདག་
མི་འདོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཆལ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལྟ་བུ་བཅེ་བ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་
དཔེར་ན། ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སྟུ། རྟ་རམ་ས་ནས་འཇམ་ལྷ་བར་བྱིན་ན། དེར་
སྐབས་ཟ་ཁང་རྒྱུད་དུ་པལ་ཆེའི་མདུན་དུ་འདྲ་བུ་དེ་ལྷགས་དྲུའི་ནང་རྒྱགས་པ་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད། འུ་དེ་དེ་རྣམས་ལ་སྟོག་གི་འདུ་ཤེས་མེད། སྤང་ལོར་དུ་ཐེངས་
གཅིག་མཐོང་བྱུང་བར། ཤིང་རྟོག་དང་ཆལ་ཆོང་སའི་ཟུར་དུ་འུ་དེ་བཞག་འདུག་
འུ་དེ་དེ་རྣམས་ཆལ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལས། དེ་ལ་སྟོག་ཡོད་པ་དང་། ང་ཆོ་ལྟར་གྱི་
ཆོར་བ་ཡོད་པ་བྲན་གྱི་མེད། དེ་ལ་བྱད་པར་ཞིག་ཡོད། དེ་མིན་རང་རང་གི་བྱལ་
མཐའི་ཐོག་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་དམར་མཆོད་ཕྱལ་བ་ཡོང་གི་ཡོད།

སྒར་བོད་ལའང་དམར་མཆོད་ཕྱལ་བ་ཡོད་ལ། དུས་བྱིས་ཀྱང་ས་ཁུག་
ལུང་ཁུག་འགའ་ཞིག་ཏུ་ལུལ་ལྟ་གསོལ་བར་དམར་མཆོད་འབུལ་གྱི་ཡོད།
བསངས་གཏོང་སྐབས་བསང་ཁུག་སྤྲོང་ལུག་གསོན་པོ་བཞག་པ་ཞིག་སྒར་མཐོང་
ཐོང་ཡོད། དེ་དག་ནི་ལུགས་སོལ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་
དང་། ལྟ་གསོལ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དམར་མཆོད་འབུལ་དགོས་ཞེས་པ་ནི་རང་རང་

གི་ལྟ་བུ་གི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ནི་ནང་པ་ལེ་ལྟ་བུ་གི་ངོས་ནས་གཞལ་ན་མ་འགྲིགས་པ་ཞིག་རེད།
འོན་ཀྱང་དེས་འཇམ་སྒྲིང་འདི་ལེ་ཐོག་འགྲིགས་མེད་ཅེས་བརྗོད་བྱུང་བ་བས་མེད།
དཔའ་མཆོད་འབྲུལ་མཁན་ནམས་ལ་སྲིད་རང་ཆོས་དཔའ་མཆོད་ལུལ་བ་དེ་ནང་
པ་ལེ་བྱུང་མཐའ་དང་། ལྷག་པར་ནང་པ་ལེ་བཅེ་བལེ་བྱུང་མཐའ་དང་འགལ་གྱི་
འབྲུག་པས་དཔའ་མཆོད་བྱས་ན་མི་འགྲིགས་ཞེས་ངེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བརྗོད་དགོས་
སམ། དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡང་མེད།

རང་ཆོས་ཆོས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ལྟ་བུ་གཞན་དག་འཇིན་མཁན་ཞིག་
གིས་བྱེད་རང་ཆོས་ལྟ་བུ་དེ་ཞོར་བ་རེད། བྱེད་རང་ཆོས་འཇིག་རྟེན་བྱི་མ་བསམ་
ཆོ་བཏང་བ་དེ་ཞོར་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན། དེ་ནི་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་
ལྟར་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་གཅིག་པ་ཡིན། དཔའ་མཆོད་འབྲུལ་བར་འབྲུག་ཆེན་རིན་པོ་
ཆེ་བཀའ་གནང་བ་ཞིག་ལ། སྤར་ལ་དྲགས་ཏེ་མི་དགོན་པའི་མགོན་ཁང་གི་མདུན་
དུ་ལུག་ནག་པོ་ཞིག་ཁྲིད་ཡོང་སྟེ་ལུག་བསད་པའི་སྒྲིང་མགོན་ཁང་ནང་སྒྲེལ་གྱི་
ཡོད་ཚུལ་གསུང་གི་འབྲུག རེས་སུ་དེ་ལྟར་མི་ཆོག་ཅེས་བརྗོད་པ་ནས་བཟུང་
མཆམས་འཇོག་བྱས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་། དེ་དག་ནི་ལུགས་སྒོལ་ལྟ་བུ་
ཆགས་ཏེ་འགྲོ་གི་ཡོད།

མཇུལ་འབྲུལ་སྐབས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱས་གང་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་འདྲི། མཇུལ་འབྲུལ་སྐབས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དེས་གང་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ཕྱག་རྒྱ་དེའི་དབྱས་ཀྱིས་རི་རབ་མཆོན་པ་དང་། འོན་ཀྱང་རི་
རབ་ནི་མེད། གཡས་གཡོན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་མཆོན། སྤྱིང་ནི་
འཛམ་སྤྱིང་དྲུག་ཅུ་ཞིག་ཡོད། དེ་མིན་ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་།
བྱ་བ་ལང་སྤྱོད། བྱང་སྤྱི་མི་སྟན་བཅས་ལས། སྤྱི་མི་སྟན་ན་ཆེ་སྟོང་དེ། །གཉིས་
ནི་བྱེད་བྱེད་སྤངས་པའོ། །ཞེས་དང་། ཉམ་བྱེད་ཉི་མ་བྱ་བ་པ་དང་། །ཉི་མ་བྱེད་དང་
ཆར་དུས་གཅིག་ །ཅེས་གསུངས་པ་རྣམས་ནི་མེད། དེས་ན་མཆོན་བྱ་རི་རབ་དང་
སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་མེད་ན། མཆོན་བྱེད་དེར་ཡང་སྟོང་པོ་དེ་ཅི་མེད། དེ་ལས་
ཐལ་མོ་སྦྱར་ན་ཡག་ཤོས་རེད། དངོས་ནས་རང་གི་ལུས་བྲན་དུ་དབྱལ་བ་དང་།
དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་ཅ་རྣམས་སེམས་ཅན་ལ་བསྡོ་བ་སོགས་ནི་ཁ་
ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་བསོད་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་གསོག་པའི་ཐབས་ཤིག་ཡིན།

དེ་བཞིན་མཁའ་ལྷ་ལྷ་ནས་དེས་མཆོན་པར་བྱས་ཏེ། བདག་གཞན་ལུས་
ངག་ཡིད་གསུམ་འོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགོ་ཆོགས་བཅས། །རིན་ཆེན་
མཁའ་ལྷ་བཟང་པོ་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་ཆོགས་བཅས་པ། །སློ་ཡིས་སྤངས་ནས་
སློ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབྱལ། །ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་བཞེས་
ནས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་སོགས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་དག་
ནི་འདིས་མཆོན་ནས་དེའི་ཆེའི་དེའི་དུས་འཛམ་སྤྱིང་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྤྱིང་བཞི་
སྤྱིང་ཕན་གྱིས་མཆོན་བདག་པོས་བཟུང་བ་དང་མ་བཟུང་བའི་བཟང་པོའི་མཆོད་
རྩས་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་པ་ཆང་མ་སློ་ཡིས་སྤངས་ནས་འབྱལ་གྱི་ཡོད་བསམ་
པ་བྱས་ན་ཆོགས་གསོག་གི་ཡོད།

སྟོང་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་མི་ཆོག་གམ།

བཀའ་འདྲི། བྱ་དངོས་ཡོད་ཆད་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་འཇིག་ལ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་
སྟོང་ཉིད་ཡིན་མི་ཆོག་གམ།

བཀའ་ལན། བྱེད་རང་གིས་སྟོང་ཉིད་ཅེས་བའི་ཆོག་བེད་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
ཀྱང་། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་དམ། སྟོང་ཉིད་ཅེས་བའི་ཨམ་སྐྱེས་སྟོང་བ་
ཡིན། ད་ལྟ་ང་ཆོ་ཞོགས་ང་བཟས་ནས་དུས་ཡུན་གང་འཆམས་བྱིན་བས་བྲོད་བ་
སྟོང་བ་ཡིན། ཞེས་བའི་སྟོང་བ་དེར་གཏན་ནས་བརྟུན་ཀྱི་མེད། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱེ་བ་
ཀྱིས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་བཤམ་པ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ཞིག་ལ་སྟོང་
ཉིད་ཅེས་བརྟུན་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། བརྟུན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བས་ན།
རང་དབང་གིས་བྱུང་བས་སྟོང་བ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་བ་རེད། དེ་
ལྟ་བུའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་བ་དེར་སྟོང་ཉིད་ཅེས་བརྟུན་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས།
སྟོང་བ་ཞིག་ལ་བརྟུན་ཀྱི་མེད། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་བ་ཡིན་སྐབས། རྒྱ་
ལ་བཟོས་བའི་ཤིན་ཏུ་འཐད་ཅིང་། རྒྱུ་གཞན་ལ་རག་ལུས་བའི་ཡང་ཤིན་ཏུ་
འཐད་བ་ཡིན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་ཡོད་ན། བརྟུན་བ་ལི་ཏ་ལས།

རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་ན། །

བརྟེན་ནས་བཏགས་པས་ཅི་བྱ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་བྱུབ་ཡོད་ན། དེ་ཉིད་བཞག་པས་ཆོག་པས། བརྟེན་ནས་
བཏགས་པས་ཅི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ང་
ཆོས་བསྟོན་མེད་གོ་བ་སྐྱེ་བས་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡིན། ཁྱེད་རང་གིས་ད་ལྟའི་སྟོང་པའི་
གོ་བ་དེ་གང་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡོད་དམ། སྟོན་ལ་སྟོང་པའི་གོ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་
པ་བྱས་ཏེ་གཞི་ནས་སྟོང་པའི་སྟོང་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན།

ངོས་ནས་གོང་དུ་བརྟེན་པ་ལྟར། གཞི་དངོས་པོའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་ཤ་སྟག་དང་། ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་བ་དེ་དག་ཀྱང་བརྟེན་ནས་
བཏགས་པ་ཤ་སྟག་རེད། ལམ་བཟོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་
དེ་ཡང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཁོ་ན་རེད། དེར་བརྟེན་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་
སྟོང་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ཡིན་སྟབས། གཞན་ལ་
བསྟོས་པ་དེ་འཐད་པ་དང་། གཞན་ལ་བསྟོས་པ་ཡིན་སྟབས་གཞི་ལམ་འབྲས་
གསུམ་གྱི་དངོས་པོའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འཐད་པ་ཡིན། སྟོང་པའི་གོ་བ་ཡག་པོ་
ཞིག་ཆགས་ན། སྟོང་པའི་གོ་བ་ངོ་མ་ནི། རང་བཞིན་སྟོང་པ་རེད་ཅེས་བརྟེན་
སྐབས་ཡོད་པ་ཞིག་བཤད་གྱི་ཡོད་པ་ལས། རྒྱ་དེ་གོ་བ་ཉིད་ལ་བཤད་གྱི་མེད།
ཡོད་པ་ཞིག་དང་བསྟོས་ནས་བྱུབ་པ་ཞིག་བརྟེན་གྱི་ཡོད་ཅེས་ངོས་ནས་རྒྱ་དེ་
བརྟེན་གྱི་ཡོད། དེ་མིན་མང་པོ་ཞིག་གིས། དབྱ་མ་པ་མ་སྟོན་དུ་ཡང་རང་མཆོན་མི་
བཞེད་པར་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ཞེས་གསུང་མཁན་དེ་ལ་དབྱ་མ་པའི་
ནང་ནས་ཀྱང་འགྲིགས་མི་འདུག་གསུང་མཁན་ཡོད་ལ། སེམས་ཅམ་པའི་ལྟ་བ་

འཛིན་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་འགྲིགས་མི་འདུག དབུ་མ་པའི་ལྷ་བ་དེ་ཆད་ལྷ་
རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། གྲུབ་མཐའ་གཞན་རྣམས་ནས་དེ་བས་ཀྱང་སྒྲོས་ཅི་
དགོས།

ནང་ཆོས་མིན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཉེན་འབྱུང་གཏན་ནས་
ཁས་ལེན་གྱི་མེད། དེས་ན་སྟོང་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། གང་དང་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལྷ་
བྱ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད། དེ་དག་དབྱེ་བ་བྱེ་དགོས་པ་ཡིན།

སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་དོན་བྱེད་པ། །

སྟོང་པའི་དོན་མིན་བདེན་པས་ཉེ། །

ཉེན་འབྱུང་རྒྱ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས། །

འབྱུང་བའི་དོན་མིན་སྒྲུ་མའི་ཚུལ། །

དེ་ལྟར་སྟོང་དང་ཉེན་འབྱུང་གི། །

སྒྲ་དོན་ལེགས་པར་ངེས་པ་ན། །

གཞི་གཅིག་ལ་སྒྲ་སྟོང་གཉིས། །

མི་འགལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། །

ཞེས་སྟོང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས། གང་ཡང་མེད་
པའི་སྟོང་པའི་དོན་ཞིག་མིན། ཉེན་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་པན་ཚུན་བསྟོས་ནས་
གྲུབ་པའི་སྒྲུ་མ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཏུ་གསུངས་པ་ལས། བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཞིག་མིན། དེར་
བརྟེན་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་ཡིན་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་

བ་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འགལ་མེད་དུ་ཡོང་གི་ཡོད། ལྷག་པར་རྟེན་འབྲེལ་
བསྟོད་པ་ལས།

རང་བཞིན་འགལ་ཡང་མེད་པ་དང་། །
འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་བའི། །
རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་གཉིས། །
མི་འགལ་འདུ་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །
མཐར་ལྟ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། །
ལེགས་གསུངས་འདི་ནི་མགོན་ཁྱོད་གྱི། །
སྟེ་བ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་རྒྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད།

འདྲ་མ་སྤྱིང་འདྲི་ག་སྐབས་བདག་ཅེས་པ་གང་ཏུ་གནས་སམ།
བཀའ་འདྲི། སྟོད་བཅུད་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབས་མཚན་ཆའི་
དབང་ལས་ཉིན་ཞིག་འཛམ་སྤྱིང་འདི་འདྲིག་པའམ་སྟོང་ན་དེའི་སྐབས་
བདག་ཅེས་པ་དེ་གང་དུ་གནས་སམ།
བཀའ་ལན། བདག་ཅེས་སྟོག་ཏུ་ཆ་པོ་དེ་ཡང་ཡལ་ནས་མེད་པ་ན་ཡག་
ཞེས་པེད། འཛམ་སྤྱིང་གྱེ་བ་ཐག་བརྒྱ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་

འབར་གས་ཆེན་པོར་ཐོག་མ་མེད་སྟབས། འཛམ་གླིང་ལའང་ཐོག་མ་མེད། འཛམ་
 གླིང་འདི་གཅིག་ཤུ་མིན་པར་འཛམ་གླིང་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད། སྐར་ཆོག་གས་
 ལའང་མཐའ་གཏན་ནས་མེད། བྱི་ཤེལ་ཇི་ཙམ་གྱིས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་
 སྐར་ཆོག་གས་ཀྱི་མཐའ་མཐོང་རྒྱ་མེད། སྤར་འོ་ཤེས་ཤིག་གིས་བརྗོད་པ་ལ། འཛམ་
 གླིང་འདི་འདི་ཐོག་དེར་སྐབས་སྤྱི་སྤྱོད་འགོ་ག་མཁན་ཏ་ཅང་མང་པོ་འདུག མ་འོངས་
 པར་མི་ལུས་ཐོབ་རྒྱ་ཁག་པོ་བྱས་མི་ཡོང་ངམ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག འཛམ་གླིང་
 འདི་འདི་ཐོག་གི་མི་སྟོངས་ཀྱང་འཛམ་གླིང་གཞན་དང་གཞན་མང་པོ་ཡོད། འཛམ་
 གླིང་འདི་སྤྱི་བྱི་ཙམ་ཞིག་ལས་མཐར་སྟོངས་ཀྱི་རེད། དེ་ནི་མངོན་པ་མཛོད་ནས་
 གསུངས་པ་དེ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། སྟོང་པའི་བསྐྱལ་བ་དང་། ཆགས་པའི་བསྐྱལ་
 བ། གནས་པའི་བསྐྱལ་བ། འཛིག་པའི་བསྐྱལ་བ་བཅས་འདི་ལྟར་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད།
 དེ་གངས་མེད་གསུམ་ལ་སངས་རྒྱས། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། གང་ལྟར་འཛམ་གླིང་ཆགས་འཛིག་གནས་གསུམ་
 ཅན་ཞིག་དང་། འཛམ་གླིང་འདི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་སྟབས་མཐར་
 འཛིག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཡིན་ན་འགྱུར་ཁིང་འཛིག་པའི་
 རང་བཞིན་ཅན་ཡིན། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་མཆོན་ན། སྤྱི་བ་སྤྱི་
 མ་ཤི་བའི་སྐབས་ཤེས་པ་རགས་པ་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཐིམ་ནས་ཤེས་པ་སྤྱི་བ་
 སྤྱི་གྱུར་པ་དང་། ཡང་དེ་ནས་སྤྱི་བ་ཞིག་ལེན་སྐབས། ཤེས་པ་སྤྱི་མོ་ནས་ཇེ་
 རགས་སྤྱི་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱི་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འཛིག་པའི་གོ་རིམ་ནི་ས་རྒྱ་
 མེ་རྒྱང་ནས་མཐའ་བཅས་དང་། འགྱུར་བའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གོ་རིམ་

ནི། རྣམ་མཁའ་རྒྱུད་མེ་ཚུ་ས་བཅས་རིམ་བཞིན་འབྱུང་བ་ཡིན།

ཕྱི་སྟོང་གི་འཛིག་ཉེན་རྣམ་མཁའ་རྒྱུད་མེ་ཚུ་ས་བཅས་རིམ་བར་སྐྱེ་བ་
སྟུང་། ར་རང་ཚོ་ནང་གི་འཛིག་ཉེན་དེ་ཡང་སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཅམ་ལས།
རགས་པ་སྟོ་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་རྣམས་གནས་པའི་རིང་གསོན་པ་དང་། རགས་པ་
སྟོ་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་རྣམས་འགགས་ནས་མཐའ་མ་འོད་གསལ་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་བས་
ཤིང་། དེ་རྣམས་འབྱུང་བ་ལུགས་ལྟོག་གི་ཉེར་ཐོབ་དང་། མཆེད་པ། སྟང་བ། འབྱུང་
བ་རྣམ་མཁའ་རྒྱུད་མེ་ཚུ་ས་བཅས་རིམ་བཞིན་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན།

ཐེམ་པ་ལུགས་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི། ས་ཚུ་མེ་རྒྱུད་བཅས་དང་། རང་གི་འཛིག་
ཉེན་ནི་སེམས་ལྡན་སྐྱེས་བྱ་དང་སེམས་མེད་ཤེས་པ་གཉིས་ལས། སེམས་ལྡན་
སྐྱེས་བྱ་ལ་སེམས་སམ་རྣམ་ཤེས་ལྡན་མིན་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་བས་པས་ན། ཕྱི་ཡི་འབྱུང་
བ་འོད་སྐབས་ས་ཚུ་མེ་རྒྱུད་རྣམ་མཁའ་བཅས་དང་། རང་གི་འབྱུང་བ་འོད་སྐབས་
ཀྱང་ས་ཚུ་མེ་རྒྱུད་རྣམ་ཤེས་རྣམ་མཁའ་བཅས་དང་། རང་གི་རྣམ་མཁའ་ནི་སྟོང་བ་
བཞི་སྟེ། སྟོང་བ་དང་པོ་སྟང་བ་དང་། སྟོང་བ་གཉིས་པ་སྟོང་བ་མཆེད་པ། སྟོང་བ་
གསུམ་ཉེར་ཐོབ། སྟོང་བ་བཞི་པ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་འོད་གསལ་བཅས་རིམ་བར་
འགྲོ་གི་ཡོད། ཕྱི་ཡི་འབྱུང་བ་རྣམས་སྤྲ་རིམ་རྣམས་རིམ་བར་སྐྱེ་ཞིང་རགས་རིམ་
རིམ་བཞིན་ཐེམ་པ་ནི་བརྒྱད་བླ་མའི་ནང་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད།

དེ་བཞིན་སྤགས་བླ་མེད་ཀྱི་གཞུང་དང་འབྲེལ་ནས་བརྗོད་ན། རང་གི་
འཛིག་ཉེན་དེ་ཡང་རྒྱུད་གི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་
ཐེང་བའི་ནང་། ཞམས་གསུམ་པོ་དེ་རྒྱུད་གི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་སྟུང་།

རྒྱང་ཕྱ་རགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། རགས་པའི་རྒྱང་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་
པ་རགས་པའི་ཉེན་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་རིམ་བཞིན་ཐིམ་སྐབས་མཐར་རྒྱང་ཕྱ་
མོའི་ཐོག་བྱིན་པ་དང་། རྒྱང་ཕྱ་མོ་དེས་ཚུམ་གཞི་བྱས་ཏེ་ཡང་རྒྱང་སེམས་རགས་
པ་རྣམས་རྒྱུ་ས་པ་བཅས་འདི་ལྟར་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད།

བཀའ་འབྲི། ནང་ཆོས་ནས་དངོས་པོ་རྣམས་ས་ཚུ་མེ་རྒྱང་བཅས་ཀྱིས་བཅོས་པ་རེད་
ཅེས་གསུངས་འདུག ཚན་རིག་ནང་རྒྱ་ནི་རྒྱང་གིས་བཅོས་པ་ཡིན་ཞེས་
འདུག་པས་འདི་རི་ལྟར་ཡིན་ནས།

བཀའ་ལན། བོད་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་འབྲུང་དང་འབྲུང་འབྲུང་གཉིས་སུ་བྱེ་
ཞིང་། ཉམ་རྒྱུན་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པའི་ས་ཚུ་མེ་རྒྱང་བཞི་ཡི་འབྲུང་
འབྲུང་གི་ས་ཚུ་མེ་རྒྱང་བཞི་པོ་དེ་ཡིན། དེ་དག་རིམ་བཞིན་རེ་སྤར་འགོ་སྐབས་
འབྲུང་བ་ཕྱ་མོའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་བས་སྐབས་ཚན་རིག་གི་ quark ཉི་རུལ། ་ དང་པོ་
གཉིས་པ། གསུམ་པ་དེ་རིགས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་པའི་གཟུགས་ལྟ་བུ་ཡིད་
མོའི་སྤྲོད་ནས་བཅིས་བརྒྱབ་སྟེ་བཤད་པ་ལས། atom ཉི་རུལ་སྤྲོད། ་ གྱི་ཤེལ་
ནང་ནས་བལྟས་ན་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། quark ཞེས་པ་དེ་དག་མཐོང་རྒྱ་མེད། དེ་དག་
གཞི་ནས་པན་ཚུན་བསྐྱར་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ལ། ཚན་རིག་པ་རྣམས་
ཀྱིས་གོ་བ་ལེན་སྤངས་དང་། འགྲེལ་བཤད་རི་ལྟར་རྒྱག་སྤངས་ལ་ལྟ་བུ། ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ཚན་རིག་གི་སྟེ་ཚན་ནས་འགོ་ལུགས་
མཐུན་པ་གང་དང་གང་ཡོད་སོགས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།

སེམས་ལ་བདེ་བ་ཡོད་ན་དེས་བར་ཆོས་སྤྱད་དགོས་སམ།

བཀའ་འདྲི། ཆོས་གང་ཡང་མི་ཤེས་ཤིང་། སེམས་ལ་བདེ་བ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་

ན། གང་ཟག་དེས་དེས་བར་དུ་ཆོས་སྤྱད་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། མི་དགོས་པ་ཡིན། རང་ཉིད་ལ་དགོས་པ་དེ་ཞི་བདེ་དང་
སེམས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་ཡིན་སྟབས། དེ་དག་འདུག་ན་བཞག་ན་འགྲིགས་པ་ཡིན། སྤྱི་
བ་སྤྱི་མ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་སེམས་འཁྲུག་རོགས་ཡིན་པས། དེ་ལས་གཡུག་
བཞག་ན་ལེགས། དེས་ན་དོས་ནས་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་
རིན་ཐང་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་གི་མི་ལལ་མོ་ཆེ་ཆོས་
ལ་དོགས་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་པལ་ཆེར་མེད།

ཡི་ཤུའི་ཆོས་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ཡི་ཤུའི་ལྷ་ཁང་དུ་བསྐྱོད་དེ་འཁྲུག་ཅམ་
རིང་སྒོན་ལམ་རྒྱག་པ་དང་། ལྷ་ཁང་གི་སྤྱི་ལ་ཐོན་རྗེས་གང་ཡང་མེད། ར་ཆོ་ནང་
བར་ཆ་བཞག་ཀྱང་། འཁྲུག་ཅམ་ཁ་འདོན་བྱེད་རིང་བསམ་སྒོ་རྟོག་ཅམ་བཏང་བ་
ལས། དེ་དག་ཆར་ན་ཆགས་སྤང་བྱེད་སར་ཆགས་སྤང་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་འགྲོ་བ་
ལས་ཆོས་མི་བྱེད་ཅིང་། ཆོས་ལ་དོགས་ཆེན་པོ་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཆོས་
ཞེས་པ་ནི་ཉི་མ་བསྐྱལ་རྒྱ་ལྷ་བྱུང་བ་ཅི་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱ་མེད་ན་མེད་བ་བཟུང་སྟེ་
མཉེ་བཟངས་ནས་སྤོང་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱ་ཡོད་ན་མེད་བ་གཡུགས་ཏེ་གང་ཞིག་བྱེད་
རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་དག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་མི་ལལ་མོ་ཆེས་ཆོས་ལ་དངོས་གནས་དོ་
གལ་ཆེན་པོར་བརྟེན་ཏེ་བྱེད་མཁན་མེད། དངོས་གནས་དོགས་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་
ཆོས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་དངོས་གནས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་

ཡོད།

ངས་ནམ་རྒྱུན་ཉག་པར་འདི་ལྟར་བཞིན་གྱི་ཡོད། བྱིད་རང་ཆོས་ཆོས་
ཁས་སྦངས་རུང་མ་སྦངས་རུང་དེ་ནི་བྱིད་རང་ཆོ་མི་སྐྱེར་ལ་རག་ལུས་པ་ཞིག་
རེད། གལ་སྲིད་བྱིད་རང་གིས་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཁས་སྦངས་ན་ཆོས་ལུགས་དེར་
ངས་པར་དུ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས་པ་རེད། དེ་
ལྟར་བྱུང་ན་ཆོས་དེ་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ཆ་ལས་སུ་གྱུར་ནས་དེའི་ལུས་པ་ཐོན་གྱི་
རེད། གཞན་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་རིག་གཞུང་གི་ཆ་ལས་ཙམ་དུ་འགྱུར་གྱི་རེད། ད་
དུང་སྤྲུག་ཤོས་ནི་ཆོས་ལ་ Attachment ོ་ཆགས་ཞེན། ༽ སྤེལས་ན། ཆོས་ཀྱི་
བསྐྱབ་བྱའི་ཉམས་ལེན་དེ་ཙམ་མེད་པའི་ཐོག་ཆོས་ལ་ཆགས་སྤང་སྤེལས་ན།
ཆོས་ཀྱི་མིང་གི་ཐོག་ནས་རྫོགས་ཏེ་ལུང་པ་གང་བཟོ་མཁན་ཆགས་གྱི་ཡོད། ཆོས་
ཀྱི་མིང་གི་ཐོག་ནས་རྫོགས་ཏེ་བཟོས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི། ཆོས་ཀྱི་དོན་མིན་པར་
economy ོ་དཔལ་འབྱོར། ༽ དང་། power ོ་དབང་ཆ། ༽ སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་སྤེལ་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་བལྟས་ཀྱང་དཔལ་འབྱོར་དང་དབང་
ཆའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཀྱི་མིང་བེད་སྤྱོད་བཏང་བ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནི་ཤུགས་རྒྱུན་
ཆེན་པོ་རེད། ཆོས་ནི་མིའི་བསམ་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟབས་ཆོས་ཀྱི་
མིང་གི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་རྒྱུར་ལས་སྤེལ་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཆོས་
མེད་པར་རང་ཉིད་འདོད་པ་འཆིམ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་འགྲིགས་པ་ཡིན། སྤྱི་མཁའ་རྒྱ་
བྱིད་རང་ཆོས་བྱེད་རོགས་ཞེས་སུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་བཞིན་གྱི་མ་རེད།

སྤྱང་བོང་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་སྟབས། ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཞིག་གིས་བཀའ་འབྲི་ཞུས་པ་

རེད། བླ་པའི་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་རིན་པོ་ཆེས་ནང་ཆོས་རོ་
སྤྲོད་གནང་བས། ཕྱི་རྒྱལ་བ་དེས་དེ་ནི་རྟོག་ཏུ་ཅང་ཆ་སོ་འདུག་ཅེས་ཞུས་པར།
རིན་པོ་ཆེས་སྤྲོད་རང་ལ་ནང་ཆོས་བྱེད་དགོས་ཞེས་སྤྲོད་ཀྱི་འདུག་གམ་
ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་ནི་བདེན་པ་ཡིན། ཆོས་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཀའ་གཏོང་
མཁན་སྤྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ནི་སོ་སོས་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་རྒྱ་རེད། སེམས་
འདུལ་རྒྱར་ཆོས་ཀྱིས་པན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་ན། ཆོས་སྒྲོབ་
སྤྲོད་མང་ཙམ་བྱས། རང་གིས་ལྟ་བུའི་ཕྱི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོག་མང་ཙམ་བཏང་ན།
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནི་དངོས་གནས་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྲེ་ཆཙམ་རང་རེད།

རྒྱ་ལེབ་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྲེ་གནས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པ་
ལས། ཞབས་བརྟན་འདོན་མཁན་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། མཁས་པ་དེ་དག་ཀྱང་
ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་མཁས་དབང་ཤི་སྟག་རེད། བླ་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་ཀྱང་ནང་
པའི་ལྟ་བུ་རྣམས་ཤེས་ན། བསམ་སྒྲོག་རྒྱ་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་། བསམ་སྒྲོག་ཡངས་
སྤྱ་འགྲོ་བར་ཏན་ཏན་པན་ཐོགས་ཡོད། དེས་ན་དངོས་ནས་ནང་ཆོས་ལ་སྤྲེ་ཆཙམ་
གསུམ་བྱེ་གི་ཡོད། བླ་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆཙམ་རིག་དང་། བླ་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་
བུའ། བླ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་སྤྲེ་ཆཙམ་གསུམ་དུ་བྱེ་བ་ལས། བླ་ཆོས་དེ་
ཉིད་ནང་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ཞིག་ལས། ཆོས་ལུགས་གཞན་རྣམས་
ཀྱིས་བྱེད་པ་དང་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་དགོས་དོན་གང་
ཡང་མེད།

བླ་ཆོས་ཀྱི་ཆཙམ་རིག་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་ཆཙམ་རིག་ལའང་དགོས་མཁོ་ཆེན་

པོ་ཡོད། ཚན་རིག་དང་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཚན་རིག་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ན་
ཚན་རིག་དེ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བུ་འགྲོ་བ་ཡིན། ལུ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚན་རིག་ཅེས་བརྗོད་ན་དེ་
ནི་ཚད་ཡོད་ཅིག་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་དང་རྒྱ་ཆེ་བུ་གཏོང་བར་
ནང་ཆོས་ཀྱི་ཚན་རིག་ནི་ཏ་ཅང་གི་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེ་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་གྱིས་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་ཐོག་ལ་ཏ་ཅང་པན་
ཐོགས་ཡོད། དེས་ན་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཚན་རིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་
བུ་བ་གཉིས་པོ་ནང་ཆོས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་ལྷག་ན་འཕུས་ཤོར་ཆེན་པོ་
ཞིག་དང་། འཕྲོ་བརྒྱུག་ཏུ་འགྲོ་གི་འདུག་པས་མ་གྱི་འདུག དེས་ན་སྤྱོད་ཀྱི་ནས་འགོ་
བརྒྱུགས་ཏེ་བཀའ་འགྱུར་དང་བསྟན་འགྱུར་པོ་ཏི་སྤུལ་བརྒྱའི་ནང་ནས་ཚན་རིག་
གི་སྒྲོར་རྣམས་སྤེ་ཆན་ཟུར་དུ་བྲེ་སྤེ་ཟུར་བཀོལ་གཅིག་དང་། པོ་ཏི་སྤུལ་བརྒྱའི་
ནང་དུ་ཡོད་པའི་ལྟ་བུ་གྱི་སྒྲོར་ནང་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པ་རྣམས་པར་བཞག་སྟེ། སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཁྲུབ་སྤུབ་པ་བརྟེན་སྤུབ་དང་། སྐད་
ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཛིག་པའི་སྤྱི་བའི་མི་ཏྲག་པ་སོགས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐད་ཆ་གང་
ཡང་མིན་པའི་ལྟ་བུ་རྣམས་ཟུར་དུ་བྲེ་སྤེ་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྒྲིགས་བྱས་པ་རྣམས་རྒྱ་
ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱ་དང་། དབྱེན་བྲི། དེ་མིན་སྐད་ཡིག་གཞན་དང་གཞན་ཐོག་
བསྐྱར་རྒྱ་ཡོང་བ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གི་དོ་སྤྱོད་ཡོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དེ་ནི་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ཞིག་ཡིན།

ཚན་རིག་ཅེས་པ་ནི་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ཞིག་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ལྟ་
བུ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་བཅས་པན་

ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ལས་ཀ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན། ལོ་འདིའི་
ནང་མཐུག་སྤེལ་གྱི་རེད། དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་དབྱིན་ཡིག་དང་། སྐད་ཡིག་གཞན་
གྱི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ནི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་ཏན་ཏན་
ཡོང་གི་རེད། རིམ་བཞིན་སློབ་ཚན་བསྐྱབ་རྒྱར་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཏན་ཏན་ཡོང་བ་
ཡིན། དེ་ག་ཡིན་སང་ཉིན་ཡང་བསྐྱར་མཇུག་ཡོང་།

ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཚིག་། ཉིན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ སྟོན།

དེ་རིང་རྟགས་གསལ་གཏོང་མཁན་གྱི་ནང་དུ་ཉི་ཤོང་པ་གསུམ་དང་། མེ་
ཉི་ལྔ་གཅིག་ སི་པན་གཅིག་སོགས་ཡུལ་ཁག་མང་པོ་ནས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་
འཆམས་འདྲི་ཡོད། དེ་རིང་རྒྱ་གར་ཕྱི་ཁྲིད་ལས་ཁུངས་ཁོངས་གྱི་བཟེས་ཡོལ་
དུ་ཕེབས་པ་གང་འཆམས་ཤིག་མངལ་ཉེ་རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་སྒོར་
དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་སོགས་འབྲེལ་བ་ཤད་ཏོག་ཙམ་ཞུ་
རྒྱུ་བྱུང་། དེར་བརྟེན་ཅུང་ཟད་འགྲུངས་སོང་བས་དགོངས་དག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཁ་སང་བཀའ་ཚོལ་བྱུང་བ་ལྟར། ང་ཚོ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་
ནང་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཞེས་པ་ནི། དབང་པོ་རྣོན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ཉེ་སངས་
རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁྲིད་ལུགས་དེ་དགོས་པ་དང་། དབང་པོ་རྣོན་པོའི་ཆོས་ཁྲིད་
ལུགས་སྟར་ན། ཐོག་མར་ཆོས་ཀྱི་སྤང་སྤང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་མ་བཤད་པའི་
སྟོན་ལ་ཆོས་ཞེས་པ་ལེགས་སྒྱུར་སྐད་དུ་རྟོག་སྟེ་འཛིན་པའམ་སྟོབས་པའི་དོན་

ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱོབ་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྱུང་བའི་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། སུ་
གཅིག་ལ་འང་མེད་པའི་བྱད་ཆོས་ཤིག་ཡིན། ལྷག་པར་ལྟ་བུ་དེ་དངོས་ཡོད་
གནས་ཚུལ་ལ་རན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཡིན་པ་རེད་བསམ་སྟེ་
རྒྱ་མཚན་མ་མཐོང་བར་དད་པའི་དབང་དུ་འགྲོ་དགོས་དོན་མེད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
བར་འབྱུང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། སུས་བལྟས་ཀྱང་བསམ་མཐོ་གཏོང་རྒྱ་
ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་
ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་བ་ཤད་སྐབས། ཐ་སྙད་པའི་བདེ་སྤྱད་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་
བ་ཤེས་སྐབས། མཐུག་ཏུ་བསྐྱོམས་རྒྱག་སྐབས་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་དང་། སྤྱི་
པའི་རྒྱ་མི་དགེ་བ་རེད་ཅེས་གསུང་སྐབས། ལྷང་དོར་ཀྱི་སྐད་དེ་སྟེབས་ཡོང་གི་
ཡོད།

ཕན་ཚུན་བལྟོས་ནས་བྱུབ་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་ཤད་སྐབས། གནད་འགག་
གང་ལ་སྤྱག་ཅེ་ན། མགོན་པོ་སྐུ་སྤྱུབ་དང་། རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པའི་ནང་དུ་འང་
གསུངས་ཡོད།

རྒྱ་རྒྱུ་ལས་སྐྱེས་དངོས་པོ་ནམས། །

ཡང་དག་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་གང་། །

དེ་ནི་རྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། །

དེ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འབྱུང་། །

ཞེས་ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོར་མ་རིག་པའི་ཉེན་འབྲེལ་གསུངས་ཡོད། ང་ཆོའི་གཙུག་ལག་ཁང་ནམས་ཀྱི་སྒོ་འབྲམ་དུ་སྤྱིད་པ་འཁོར་ལོ་ཆ་ལྷ་པ་ཞེས་པའི་རི་མོ་འབྲི་སྒོལ་ཡོད་པའི་དབུས་སུ་བྱ་པག་སྐྱུལ་གསུམ་བཞོད་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱིད་པ་འཁོར་ལོ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིད་པ་འཁོར་པའི་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུ་ལ་གསུངས་པས་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་རེད། དེའི་ཙུ་བ་ཉོན་མོངས་ལ་སྐྱག་ཅིང་། ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཀྱང་ཆགས་སྤང་མོངས་གསུམ་དང་། ཉོན་གསུམ་དུག་གསུམ་གྱི་ཙུ་བ་གཉི་ལྷག་ལ་སྐྱག་ཅིང་། བག་གིས་མཆོན་པའི་གཉི་ལྷག་དེ་གསུང་གི་ཡོད།

ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བཟང་སྐྱབས། མ་རིག་པ་དང་། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་སོགས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ནམས་གསུངས་ཡོད། སྐྱག་བསྐྱལ་འདོད་མཁན་སུ་གཅིག་མེད་ཀྱང་། སྐྱག་བསྐྱལ་དེ་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་གང་དང་གང་ལས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་ཤེས་པ་སྟེ། མདོར་ན་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོད། རང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མི་ཤེས་པས་བྱས་པ་རེད་གསུངས་ཡོད།

དེ་ཡང་མི་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཙུ་བ་སྐྱག་ས་ནི་མི་ཤེས་པ་སྟེ། གནས་ལྷགས་སམ་ཡིན་ལྷགས་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཉོགས་པའི་སྒོ་ཞིག་ལ་མི་ཤེས་པ་ཞེས་འཛོག་གི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ན། བན་ཚུན་བལྟོས་ནས་བྱུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། བན་ཚུན་བལྟོས་ནས་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་དེ་དང་དེ་ང་ཆོའི་སྒོ་

ངོར་རི་ལྷར་སྒྲུང་བ་ལྷར་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་སློང་ངོར་རི་
འབྲེལ་ཞིག་སྒྲུང་གི་འདུག་ཅེ་ན། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་སློང་ངོར་འཆར་
སྐབས། ཐ་སྙད་དེ་འཇུག་པའི་དོན་པར་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་འཆར་གྱི་ཡོད།
པར་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་སློང་ངོར་འཆར་བ་དེ་ཡིན་ཤིང་གྲེད་གྱི་ཡོད། དེས་
ན།

རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་དངོས་པོ་ནམས། །

ཡང་དག་ཉིད་ཏུ་རྟོག་པ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། །

ཞེས་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཡང་དག་པ་རི་ལྷར་སྒྲུང་བ་
ལྷར་བདེན་པར་ཡོད་པ་དང་། རི་ལྷར་སྒྲུང་བ་ལྷར་དོན་ལ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཞེན་སྐབས།
དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།
མགོན་པོ་སྐྱུ་གྲུབ་གྱི་སྤྲུལ་གྱི་སྤྱུ་པོ་ཨ་ཏུ་དེ་པའི་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

གལ་ཉེ་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་ཡོད། །

སྟོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དངོས་ནམས་རི་ལྷར་སྒྲུང་བ་ལྷར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན།
དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་སམ། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་
རེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་
ཡོད། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་ཡོད་ན། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་རེད་

བརྗོད་ན། དེ་ནི་སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་ན་དོན་
གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ལྟར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་ཆད་མ་ཡིན། དེས་ན།

གཤམ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་ཡོད། །

སྟོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

ཅེས་པའི་སྟོང་ཉིད་དེ་མཐོང་ནས་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས་
ཡོད།

གཤམ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་ཡོད། །

སྟོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

རྟོག་པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །

རྟོག་པས་མཐོང་བ་དེས་ཕུང་གི་ཡོད། ཕུང་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་
ན། རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་ཆད་མའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། འདི་ནི་སྤྱི་ཅི་ལོག་ཏུ་
རྟོགས་པའི་རྟོག་པ་ལ་འཛོག་གི་ཡོད། སྤྱི་ཅི་ལོག་གང་འབྲེལ་གྱི་རྟོགས་པའི་རྟོག་
པ་ཡིན་ཞེ་ན། དུལ་སྒྲུང་སྒྲུང་བ་ལྟར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་ལ་བརྗོད་ཀྱི་
ཡོད། དེས་ན།

རྟོག་པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །

ཞེས་ཅི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་ཐག་བཅད་ནས་
ཨ་འཐས་སུ་འཛིན་པ་འཇམ། ཞེན་པའི་སྒོ་དེའི་འཛིན་སྟངས་དེ་ཐ་སྟོད་དུ་འང་མེད་པ་

ཡིན། རོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱལ་བར་འཛིན་སྐབས། རོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱལ་བ་དེ་སྒོ་
དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་ལ། ཞེན་ཡུལ་དེ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད། མེད་པ་ཞིག་རོན་གྱི་
ངོས་ནས་བྱལ་བར་ཉ་སྐབས་སྒོ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་
རྟོག་པ་དེས་ཕྱང་བའམ་འཆིང་གི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ཇི་ལྟར་འཆིང་གི་ཡོད་ཅི་ན། རོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྒོར་འཆར་
སྐབས། ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། རོན་གྱི་ངོས་ནས་བདེན་པའི་ཡིད་དུ་འོང་བ་
ཞིག་སྒྲུབ་གི་ཡོད་སྐབས་དེ་ལ་ཞེན་ཆགས་སྐྱེ་བ་དང་། མི་སྦྱག་པ་ཞིག་རོན་གྱི་
ངོས་ནས་ཡོད་པའམ་རང་མཆོན་པ་སྒྲུབ་སྐབས། དེ་ལ་སྒྲུབ་པའི་སྒོ་ཤུགས་ཆེ་
སྐབས་ཀྱི་ཡོད། ཆགས་སྒྲུབ་གིས་ཕྱང་བཞིན་པ་ང་ཚོ་ཆང་མས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།
འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྲོད་གི་རྟོག་བྱ་ནམས་ལ་བལྟས་ན། བྱིས་ཆང་གཅིག་གི་རྟོག་
བྱ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་གི་རྟོག་བྱ་ཆང་མ་ཆགས་སྒྲུབ་གིས་དབང་གི་
ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད། རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་
འདིའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་དེ་ཡང་རང་གཏན་དུ་རྒྱལ་
པའི་བསམ་སྒོ་གང་ཡང་མེད་ལ། ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་རྒྱལ་བ་བཅས་འཛམ་གླིང་
འདིའི་རྟོག་བྱ་ཆང་མ་མིག་རྒྱང་ཕྱང་ཕྱགས་པའི་སྒྱུན་གྱིས་གནས་ཚུལ་སྦྱག་གི་
ཡོད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱིད་བྱུང་གཤིང་སྐབས། ཐོགས་ཡོངས་
དང་ཤུགས་རྒྱང་རིང་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཏེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཇི་མ་
ཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱིད་བྱུས་མི་བཟོ་བར། མིག་རྒྱང་ཕྱང་ཕྱག་གི་ཐོག་

ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་དེས་ཕྱང་གི་ཡོད། དེས་ན་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་དཀའ་ངལ་
མང་པོ་ཞིག་མཐར་གཏུགས་ན་མིས་བཟོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འདོད་པ་ལྷགས་
ཆེ་བྲགས་པ་དང་། འདོད་པའི་དབང་གིས་ཐབས་ཤེས་བྱས་པ་དེ་དག་གིས་
ལྷགས་སུ་རྟོག་བྱ་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་མ་འཁོར་
བའི་འོག་ནས་རྟོག་བྱ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། དེས་ན།

རྟོག་པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །

དེ་ནི་འདི་རུ་དགག་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། རྟོག་པས་མཐོང་ཚུལ་ནི་དོན་གྱི་ངོས་ནས་
ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་ཡོད་བསམ་པའི་འཛིན་པ་དེས་
ཆགས་སྒྲུབ་སྟེས་པ་དང་། ཆགས་སྒྲུབ་གི་དབང་གིས་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་
མང་པོ་ཞིག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་བདེན་པར་
རྟོགས་པའི་སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་དེ་འགོག་ཐབས་ནི་རྟོག་པ་དེས་རི་ལྟར་བཟུང་
བ་ལྟར་གྱི་འཛིན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡུལ་དོན་གྱི་ངོས་ནས་མེད་པ་དེ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་
སྒོར་འཆར་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཤར་ན་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ལྟར་བྱ་སྒྲུབ་
ཞིང་ཞེན་པའི་སྒོ་དེ་ལྷགས་རི་རྒྱུ་བྱ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན།

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་ཡོད། །

སྒོར་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

རྟོག་པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །

དེ་ནི་འདི་རུ་དགག་པར་བྱ། །

ཞེས་དང་། སྟོན་འབྲུག་ལས་ཀྱང་།

རི་ལྷར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག །

འདི་ནི་དགག་པར་བྱ་མིན་ཏེ། །

ཞེས་མིག་གིས་མཐོང་བའི་གཟུགས་དང་། རྣ་བས་ཐོས་པའི་སྒྲ་ལ་སོགས་
པ་འགོག་གི་མེད། གང་ཞིག་འགོག་གི་ཡོད་ཅེ་ན།

འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུར་བྱུར་བ། །

བདེན་པར་རྟོག་པ་བརྗོད་བྱ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོས་མཆོན་ཤེར་བྱིན་གྱི་གཞུང་ཁག་
ཏུའང་། གཟུགས་མེད། སྐྱ་མེད་ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་དེར་གཟུགས་མེད། སྐྱ་
མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་གླེན་པ་ཡིན། གཟུགས་མཐོང་རྒྱ་དང་། སྐྱ་ཐོས་རྒྱ་ཡོད།
གཟུགས་མཐོང་བ་དང་སྐྱ་ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པན་གཞོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་དངོས་སུ་
ཐོང་གི་ཡོད། དེ་ལྷར་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བསྟོན་ནས་གཟུགས་མེད་སྐྱ་
མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་མེད། འོ་ན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ནམས་
ཡོད་ཚུལ་ནི་མིང་ཅམ་བདུ་ཅམ་ཡིན་པ་ལས། གཟུགས་སྐྱ་རི་ལྷར་སྤང་བ་ལྷར་
དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་མེད། དོན་གྱི་ངོས་ནས་མ་བྱུང་པ་དེ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན།
གང་ལགས་ཤེ་ན། དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་པར་ལྷ་བའི་ཆོ་དེས་སྤང་གི་ཡོད། དེས་
ན།

ཇི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག །
འདི་ནི་དགག་པར་བྱ་མིན་ཏེ། །
འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱར་གྱུར་བ། །
བདེན་པར་རྟོག་པ་བརློག་བྱ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། གཟུགས་མཐོང་བའི་མིག་གི་ཤེས་པ་དང་། ལྷ་
ཐོས་པའི་རྣ་བའི་ཤེས་པ་དག་གི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་མི་འགོག་པར།

ཇི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག །
འདིར་ནི་དགག་པར་བྱ་མིན་ཏེ། །
འོ་ན་འདིར་འགོག་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན།
འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱར་གྱུར་བ། །
བདེན་པར་རྟོག་པ་བརློག་བྱ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཨ་རུ་དེ་བས་མཛད་པའི་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་
པ་ལས་ཀྱང་། བདེན་པར་རྟོག་པའི་བརློག་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་མིན་འགྲེལ་
བཤད་བརྒྱུན་སྐབས།

ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །
གཏི་ལྷག་ཀྱང་ལ་གནས་གྱུར་ཏེ། །
དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །
གཏི་ལྷག་བཙོམ་པས་བཙོམ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་མིག་གི་དབང་པོ་དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ། ལྷ་ཡི་
དབང་པོ། ལྷེ་ཡི་དབང་པོ་ཆང་མར་བྱས་ཡོད། མིག་གི་དབང་པོས་རྣ་བའི་དབང་
པོར་བྱས་མེད་ལ། རྣ་བའི་དབང་པོས་ལྷེ་ཡི་དབང་པོར་བྱས་མེད། དེ་ལྟར་དབང་པོ་
གཞན་རྣམས་མི་ལྟར་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྡོད་གནས་ཐོག་བསྐྱད་ཡོད། ལུས་ཀྱི་དབང་
པོས་མཐའ་དག་ལ་བྱས་ཡོད། འདི་དཔེ་ལ་བཀོད་དེ་དོན་ལ་སྦྱར་སྐབས། འདོད་
ཆགས་ཀྱིས་ཞེ་སྤང་ལ་མ་བྱས་ཅིང་། ཞེ་སྤང་གིས་གཉི་ལྷག་ལ་བྱས་མེད། འོན་
ཀྱང་གཉི་ལྷག་གིས་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་། ང་རྒྱལ། ཐུག་དོག་བཅས་ཆང་
མར་བྱས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དབང་པོ་གཞན་ལ་ལུས་དབང་གིས་བྱས་པ་
ལྟར་ཆགས་སྤང་གིས་མཆོན་པའི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ལ་གཉི་ལྷག་གིས་བྱས་
ཡོད།

སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་ཚོ་ག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གཤ་ཆེ་རྒྱལ།

འོན་གཉི་ལྷག་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བཅོམ་
དགོས་སམ་ཞེ་ན། དེའི་མཚུག་མཐའ་

རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ནི།

མཐོང་ན་གཉི་ལྷག་འབྱུང་མི་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས་ཡོད། གཉི་ལྷག་དེ་རི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ཟག་རང་རྒྱ་
བྱུང་པའི་རྩ་ས་ཡོད་དུ་བལྟས་ཏེ་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་ཞིག་ཡོད་བསམ་པའི་འཛིན་
པའི་སྟོན་ཡང་མི་ཤེས་པའི་སྟོན་ཞིག་དང་། བདག་དུ་འཛིན་པའི་རགས་པའི་སྟོ་

ཅམ་མེན་བར། དེས་མཆོན་ནས་བདག་མེད་རགས་པ་རྣམས་ཅི་ལྟར་འཛིན་པ་
ལྟར། འཛིན་སྐྱངས་ཀྱི་ཡུལ་གྱིས་སྟོང་བའི་སྟོང་པ་དེ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་བས། བདེན་
འཛིན་སྤྲ་མོར་གཞོན་མི་སྟབ། བདེན་འཛིན་སྤྲ་མོ་འགོག་པ་ལ་བདེན་འཛིན་སྤྲ་
མོས་ཅི་ལྟར་བརྒྱང་བ་ལྟར་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱི་ཡུལ་བསུན་ཕྱང་བ་ཁོ་ནས་བདེན་
འཛིན་སྤྲ་མོ་གཙོག་པ་ཞིག་དང་། དེས་བཞིན་བསྐྱོག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། བདེན་
འཛིན་སྤྲ་མོ་དེ་བདག་མེད་རགས་པ་མཐོང་བའི་སྟོ་ཅི་ཅམ་བསྐྱོམས་ཀྱང་དེས་
མེད་པར་བཟོ་མི་སྟབ། དེས་ན།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི།

མཐོང་ན་གཏི་མུག་འབྱུང་མི་འགྱུར།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་གནས་ལུགས་ཅི་བཞིན་ཤེས་ན། དེ་
མཐོང་བའི་སྟོས་གཏི་མུག་འཛོམས་པར་འགྱུར་བས་ན།

དེ་ཕྱིར་འབད་བས་ཀྱན་གྱིས་འདིར།

གཏམ་དེ་ཁོ་ན་བསྟན་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་མཐོང་ན།
གཏི་མུག་མི་ཡོང་བའི་ཚུལ་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡང་དབྱུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་
ལས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་།

དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཏུ་བཞག་།

དེ་ནི་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་སྟེ།

དེ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ།

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་ནི་
བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ལ་གསུང་གི་ཡོད། བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ན། གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། གཞན་ལ་
བརྟེན་ནས་གྲུབ་དགོས་སྟབས། བརྟེན་པ་མེད་པར་རང་དབང་གིས་གྲུབ་པ་དེ་
མེད། དེས་ན་གཞན་ལ་བརྟེན་མེད་རང་དབང་གིས་གྲུབ་པ་དེས་སྟོང་པ་རེད་
གསུངས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་།

དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་བཤད།

ཅེས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པའི་དོན་ནི། གྲུབ་མཐའ་ཆང་མར་བྲབ་པ་ཞིག་མིན་
ནའང་། གྲུབ་མཐའ་ལོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཟུ་
སྟེགས་པའི་གཞུང་ནས་ཀྱང་སྟོང་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། སལ་ཆེར་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ནས་
ཀྱང་ totally submit to god རྒྱ་རང་ཉིད་དགོན་མཆོག་གི་འབངས་སུ་མཆི་
ཞེས་བརྗོད་ན། བདག་ཅེས་ང་འཛིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་སྟོང་པ་ཞིག་ལ་
བརྗོད་ཀྱི་འདུག

ལྷག་པར་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཆང་མའི་ནང་མི་རྟག་པ་
དང་། ལྷག་བསྐལ། སྟོང་པ། བདག་མེད་བཅས་བཞེ་གསུངས་ཡོད། ལླབས་འདིར་
སྟོང་པ་ནི་སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །

ཅེས་བ་དེ་ཡིན། དེས་ན་སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་པའི་དོན་ནི། མཐའ་གཉིས་སུ་མ་
ལྷུང་བའི་དབྱུས་ཤིག་ལ་བརྫོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་རི་ལྷར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་བརྟེན་ནས་
གདགས་པ་སྟེ། །ཞེས་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ཡང་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཞེས་པ་ནི།
བརྟེན་ནས་ཞེས་པ་བལྟོས་ནས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། བལྟོས་ནས་ཞེས་པ་ནི་
བལྟོས་མེད་རང་དབང་བ་མེད་པ་དེ་གོ་བྱུང་ཀྱི་ཡོད། བརྟེན་ནས་གདགས་པ་ཞེས་
པ་ནི། གདགས་ཞེས་བརྫོད་སྐབས། དེ་ནི་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་ཡིན། མེད་པ་ཞིག་ལ་
གདགས་སྐྱེ་མེད། ཡོད་པའི་ཐོག་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་ཞིག་གིས་བརྟེན་ནས་བཏགས་
ཏེ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་བལྟོས་མེད་རང་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་ལ། བརྟེན་ནས་བྱུང་
ཡོད་པས་ཕན་གནོད་མེད་པའི་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན། དཔེར་ན། ཐ་
སྟོང་དུ་ཡང་མེད་པའི་ཆོས་ཤིག་སྟེ། རང་པའི་གཞུང་དུ་རི་བོང་གི་རྩ་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། རི་བོང་གི་རྩ་ལྟ་བུ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་མིན། དེ་ནི་གཏན་
ནས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། བརྟེན་ནས་བཏགས་ཞེས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བརྫོད་པ་
ལས། མེད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཞེས་བརྫོད་སྐྱེ་མེད།

སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། ཡོད་པ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ཡིན། ཡོད་ཚུལ་ཡང་གཞན་
ལ་རག་ཤུས་པའི་སྟོན་སྟེན་གྱུ་བ་པས་ན། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་ཚུགས་སུ་བ་

བས་སྟོང་བ་དེ་གོ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཤེས་དགོས་དོན་ནི། ང་རང་ཚོར་སྤང་ཚུལ་དེ་
བསྟོས་ནས་བྱུང་བ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་ཡིན་པ་མི་སྤང་བར། དོན་གྱི་
ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤང་བ་དེས་ཆགས་སྤང་གི་སྒྲིལ་
ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་ང་ཚོ་སྤང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤང་བྱེད་གྱི་ཙམ་དེ་མེད་པར་
བཟོས་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྟོང་ཉིད་གྱི་ལྟ་བུ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་
ཡིན་པ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཤེས་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རྟེན་
འབྲེལ་བསྟོད་པའི་ནང་།

མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། །

མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །

འདི་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པའི་ནང་གི་གཙོ་བོ་ནི་
གསུང་གི་མཛད་པ་ཡིན། གསུང་གི་མཛད་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྱུང་བ་སྟེ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་གསུངས་པའི་གསུང་དེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་གསུངས་
ཡོད།

བྱི་ནང་གི་བྱུང་བར་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་ཞེས་ས་བསྐྱེད།

འདི་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། མིང་པ་འཁོར་ལོའི་ནང་གི་མག་
གིས་མཆོན་པའི་གཏི་ཐུག་བདེན་འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཐོག་མར་ཡག་པོ་ཤེས་
པར་བྱས། དེ་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས།

འདི་ནི་སྤྱག་བསྐུལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །

འདི་ནི་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །

ཞེས་གསུངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་ཞིབ་མ་ཅད་གཅོད་བྱས་ན་འདི་ལ་ཐུག་གི་
ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ཆགས་སྣང་སོགས་ཉོན་མོངས་རེད་ཅེས་ཡི་ཤུའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་
དུ་གསུངས་ཡོད། ཡི་ཤུའི་ཆོས་གཞུང་ནང་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྣང་སོགས་
ཉོན་མོངས་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིད་ཀྱི་ཡོད། ལུ་སྟེགས་པའི་གཞུང་རྣམས་སུ་དེ་བས་
ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད། ཉོན་མོངས་དེ་རྣམས་
ཀྱི་རྩ་བ་པར་གཏུགས་ན་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཡོང་གི་ཡོད།

ནང་བ་སངས་རྒྱུས་པའི་གཞུང་ནས་བདག་ཏུ་རྟོགས་པས་ཕྱང་ཚུལ་
གསུངས་ཡོད། གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་བདག་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། ཡོད་
པ་ཅུམ་མིན་པར་བདག་ལྟ་སྟེས་ཡོད་པའི་ཐོག་ཏུ་བདག་ལྟ་སྟེས་དེ་སྟོ་
ཆད་མར་འདོད་པ་མ་ཟད། ད་དུང་བདག་ལྟ་སྟེས་བརྟན་དུ་གཏོང་བའི་དོན་དུ་
བདག་ལྟ་ཀུན་བཏགས་ཤིག་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཁ་སང་བཀའ་མོལ་
བྱང་བ་ལྟར། རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་
ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་གྲུབ་མཐའ་རྩ་བ་ལས།

བདག་ལྟའི་ཞེན་ཡུལ་སྦྱབ་འགོག་གི་ནང་གཉིས། །

ཞེས་ཀྱི་ནང་གི་དབྱེ་བ་བྱེ་བ་ནི། བདག་ལྟའི་ཞེན་ཡུལ་འགོག་པ་དེ་ནང་
པའི་གཞུང་དང་། བདག་ལྟའི་ཞེན་ཡུལ་སྦྱབ་པ་དེ་ཆོས་འདི་ལས་ཀྱི་རོལ་དུ་གྱུར་
པའི་ཆོས་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན། བད་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཞེས་དོན་དངོས་མཛུབ་མོ་
འཛུགས་ས་ནི། བྱམས་སྣང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བརྗོད་ན་དེ་ཡིན་དང་ཡིན།
དེ་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། རང་གཅེས་འཛིན་ལ་སྦྱོར་དུ་བལྟས། གཞན་
གཅེས་འཛིན་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བལྟས་ནས་སྒོ་སྒྲོང་བ་ནི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྱན་མོང་མ་
ཡིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་འཆ་ནས་བྱམས་པ་དང་སྣང་རྗེ་ཞེས་
བརྗོད་ན། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཙམ་མ་ཟད་དུང་
འགྲོའི་རིགས་ལའང་པལ་ཆེར་བྱམས་པ་དང་བརྗེ་བ་ཡོད། དུང་འགྲོ་སྤྱི་དང་སྤྱག་
པར་དུང་འགྲོ་བྱ་སྤྱག་རང་གི་པ་མར་བརྟེན་ནས་འཆོ་དགོས་པའི་རིགས་དང་།
དེ་བཞིན་བྱ་དང་བྱི་ཏུ་ནམས་སྒོར་ལས་ཐོན་ཟེན་རྗེས་ལས་སང་འཕྱར་མི་སྤྱབ་
པར་བརྟེན་བདུན་སྤྱག་འགའ་ཞིག་རིང་པ་མས་གསོ་སྒྲོང་བྱེད་དགོས། དེའི་
རིགས་ལའང་བརྗེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན། ངས་ནམ་རྒྱུན་ Affection རྒྱ་བརྗེ་བ། ༽
ཞེས་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་མིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་མི་མཐའ་དག་ལ་
ཡོད།

ཆུང་བྱིས་པའི་དུས་སུ་པ་མས་བརྗེ་བ་བྱེད་པ་དང་། བྱིས་པ་སྦྱིས་མ་ཐག་
པ་དེས་ཀྱང་བརྗེ་བ་བྱེད་ས་དེ་ཨ་མ་ཞེས་པའི་བླ་སྣང་འཛུགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་
སོགས་གང་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་ལག་གིས་བཟུང་སྟེ་འོ་མ་སྦྱིན་མཁན་
དེ་ལ་ཉ་ཅང་གི་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཞིག་དང་། རང་གི་སྒོ་སྒྲོང་བྱང་གསུམ་དེ་
གཏོད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པའི་བྱི་དང་ཞི་མི་ཡང་དེ་བཞིན་
ཡིན། མ་ཡི་ངོས་ནས་བྱ་སྤྱག་དེ་དང་དེར་ཤིན་ཏུ་བརྗེ་བ་དང་། བྱ་སྤྱག་གིས་

ངོས་ནས་ཀྱང་པ་མར་ཉ་ཅང་གི་སྒྲིབ་ཉེ་པོ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཆོའི་མི་
ཆོ་ཡང་འདི་ལྟར་དུ་འགོ་ཚུགས་ཀྱི་ཡོད། བཅེ་བ་དེ་ནི་རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ནི་
བཅེ་བ་ཡིན་པ་ལས། ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་བ་རྒྱབ་སྟེ་བྱུང་བའི་བཅེ་བ་ཞིག་མིན།
དེས་ན་བཅེ་བའི་སྒྲིབ་ནས་བདེ་བ་དང་ལྷན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་
དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིབ་རྗེ་ཞེས་པ་དེ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནས་རྩལ་དུ་བཏོན་
ནས་ཉ་ཅང་ཤྱགས་ཆེར་གསུངས་ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་སྤྱན་མོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡིན།

སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི་སྒྲིབ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ས་
བོན་དང་བཅས་པ་དང་། དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་
བཅས་པ་སྒྲོང་སྤྱབ་ཅེས་བཞུགས་དེ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་
བསྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད། ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་པ་དེ་སྤྱིར་ཤེས་བྱ་ལ་
ཡོད་པ་དང་། ཡང་སྒྲོས་རང་གི་རྒྱུད་སྟེང་ལ་བསྐྱབ་རུང་ཡིན་པ་ཞིག་མ་ཤེས་ན།

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཞེས་དང་། ཁ་སང་ལྷས་པ་ལྟར།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ཞེས་པ་དེ་ཆིག་སྐྱམ་པོ་ཞིག་ལས་གང་ཡང་ཡོང་ཆུ་མེད། ཐར་བ་དང་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བསྐྱབ་སྲིད་པ་ཞིག་དང་། ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་
ཞེས་པ་དེ་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་
སྤངས་པ་གཉིས་ལ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་
ཡོད་པ་སྒྲོར་འཆར་ན།

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ཞེས་པ་དེ་སྒྲོར་སྤེལ་ས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་མིན་སྐྱ་པལ་འཁོར་ལོ་བཏང་བ་
དང་། ཉེ་ཅོས་མཆི་བཟང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་གང་ཡང་མེད། སྤར་ལྟ་སར་ཡོད་
སྐབས། བྱ་མེན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་མཆི་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་བཟང་གི་རེད།
སེམས་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་ཆུ་མེད་ན།

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ཞེས་པ་དེ་ཉེ་ཅོས་མཆི་བཟང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་གང་ཡང་ཡོང་ཆུ་མེད།
བྱང་ཆུབ་ཅེས་པ་ནི། ཁམས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤངས་ནས་དྲི་བལ་གྱི་ཁམས་ཤིག་ཡོང་ཆུ་
ཡོད་པ་སྒྲོར་ཤར་བ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱབས་སུ་
འགྲོ་བ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ་རང་གིས་བྱང་ཆུབ་པའི་ཆེད་དུ་
སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལྟར་དུ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིར་པོ་ཡོད་པ་
གཅིག་པ་རེད། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཡོད་པ་གཅིག་པ། སྤྱག་
བསྐྱལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའང་གཅིག་པ་རེད། དེ་དག་ལ་རྣམ་

དཔྱོད་ཀྱིས་དབྱད་པ་བྱས་ན། གཅིག་པ་རེད་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་དང་། དེ་
ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་
ཀྱང་རང་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་དྲི་བ་སྤྱངས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་
ཐུབ་ན་བསམ་པ་འདི་སྒོ་ཞིག་སྤེལ་ས་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་དེ་ཆགས་ཡོད།

སྟོང་ཉིད་ནཱ་གཞག་རྩལ་འདོན་གྱིས་བཀའ་གནང་ཕྱིན།

ངོས་ནས་ནཱ་རྒྱུན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོར་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད།
དེ་ནི་ངས་ཀྱོག་ཀྱོག་བྱས་ནས་བཤད་པ་མིན། ང་རང་གི་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་
མེད། འོན་ཀྱང་ཆུང་དུ་འོས་སྐབས་ང་རང་སྟོང་ཉིད་ལ་དོ་སྤྲོད་ཆེན་པོ་ཡོད། ཉིན་
ལྟར་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་ཡོད། སྤགས་ཀྱི་ཆོ་ག་འདོན་
བཞིན་ཡོད། སྤགས་ཀྱི་ཆོ་ག་འདོན་བྱིན་ཆད་ལ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་མ་བསྐྱོམས་
ན་ཡོང་ཐབས་མེད། སྤོ་གཉིད་ལས་སད་མ་ཐག་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་། བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་ཡོད། བསམ་སྒོ་འདི་ལྟར་བཏང་ནས་ལོ་
ངོ་མང་པོ་བྱིན་པའི་སྐབས། ཉན་ཉན་ཆོར་བ་དང་སྤྱོད་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་
འདུག།

གང་གིས་སྤངས་འདུག་ཅེ་ན། སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་མེད་
སྟབས་དེ་ཙམ་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱ་རྒྱ་མི་འདུག དུས་ཆོད་སྤང་ན་ཞི་གནས་ཤིག་
བསྐྱབ་བསམས་ནས་བསྐྱད་ཡོད། ཞི་གནས་མ་བསྐྱབ་བར་དེ་ཙམ་གྱིས་ནཱ་འཕང་

གཙོད་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་དབྱང་བ་རྫོགས་པ་ཞིག་མིན་ནའང་།
གང་ལ་གང་འཆམས་ལམ་གཙོའི་ནང་གསུངས་པ་ལྟར།

རྒྱ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱ་བ་མེད་མཐོང་ནས། །
དམིགས་པའི་གཏད་སོ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཞིག་པ། །
དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས། །

ཞེས་པའི་མཆམས་དེར་ཏན་ཏན་སྐྱབས་ཡོད།

ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །
རྟེན་འབྲེལ་མི་སྐྱར་མཐོང་བ་ཅམ་ཉིད་ནས། །
རེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱང་འཛིག་ན། །
དེ་ཆེ་ལྟ་བའི་དབྱང་བ་རྫོགས་པ་ལགས། །

ཞེས་པ་ནི་གོམས་འདྲིས་གང་འཆམས་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ཁག་སོ་རེད་
འདུག

དེས་ན་གཞི་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་དང་།
ལྷག་པར་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མཐོང་ཐུབ་པ་སྟེ། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་
པོས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། རྟོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་
གསུངས་པ།

ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པ་ལ། །
རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར། །

ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་ལྟོག་ཕྱིར་རོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པས། །

ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །

ཕྱི་ཕྱིར་སྟོན་ནམས་ཐོས་བ་བཞིན། །

བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བཟོན་ཕྱིར་རོ། །

ཨེ་མའོ་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །

ཁྱད་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་གྱུར་བ། །

དེ་ཆེ་རྒྱུ་གི་ཁོང་ནས་ནི། །

ཁྱོད་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྲུས་མི་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དངོས་གནས་ཀྱི་སྐྱབས་འགྲོ་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་
ཡིན། དོས་ནས་པཌ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་མཐུག་མཐུར།

གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་བདེན་གཉིས་དོན་ཤེས་པས། །

ཞེས་པས་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་རང་བཞིན་གྲུབ་པས་
སྟོང་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་ན། བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་
སྐྱབས་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་འབྱུང་། འགོག་པ། ལམ་བཅས་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་གོ་
བ་ཞིག་སླེབས་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་གོ་བ་ཞིག་སླེབས་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བདེན་
བཞིའི་གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་མཐུན་ཅིང་སྟོན་པར་མཛད་པའི་སྟོན་པ་
དེར་ཡིད་ཆེས་དང་གྲུས་པ་སླེབས་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། འགོག་ལམ་བདེན་པ་

གཉིས་སྒོ་ལ་གོ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་སླེབས་ན་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡོད་པ་དང་།

ཆོས་དཀོན་མཆོག་དེ་སྐྱབས་བྱེད་སྒྲངས་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ། ཆོས་དེ་སྐྱབས་
དངོས་ཡིན་པ་བཅས་ཤེས་ཐུབ་པ་ཡིན།

དེའི་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་དགེ་འདུན་དེ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་
ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་བ་པའི་དགེ་འདུན་དེ་ཉིད་མཐར་མི་སྒོ་བ་པའི་དགེ་འདུན་
ཏུ་གྱུར་པ་དེ་དངོས་གནས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ། དེ་ཡང་
རྟེན་འབྲེལ་བསྟོན་པ་ལས།

ཨེ་མའོ་སྟོན་པ་ཨེ་མའོ་སྐྱབས། །

ཨེ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཨེ་མའོ་མགོན། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལེགས་གསུངས་པའི། །

སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་སྒོ་རྩེ་སླེབས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་བཞིན།

ཆོད་མས་བྲངས་པའི་སྐྱབས་གསུམ་དད་པ་བརྟན། །

ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པའི་ནང་པ་
ཞིག་བྱེད་དགོས་བྱུང་ན། དེ་དག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་བྱེད་
རང་ཆོས་མོས་མཐུན་ཡོད་དམ་མེད། དེ་མིན་ང་ཆོའི་ཆོས་ནི་སྤར་བརྗོད་བྱིན་པ་
ལྟར། སྤར་ཁམས་ཁུལ་དགོན་པའི་མཁན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་ས་ཕྱོགས་གཞན་
ནས་མཇུག་མཁན་ཞིག་ཡོང་བའི་ཉིན་མཁན་པོ་ས་ཆ་གཞན་དུ་གསུང་ཆོས་

གནང་བར་ཐེབས་ཏེ་མ་བཞུགས་པའི་སྐབས་འཁེལ་ཞིང་། མི་དེས་མཁན་པོའི་གཟེམ་ཤག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཞབས་སྤྱིར་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཇུག་དགོས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པར། ཞབས་སྤྱི་དེས་མཁན་པོ་སྤྱོད་པོ་དང་ཆོ་བོ་རྣམས་ལ་ཞེད་སྤང་བསྐྱེལ་བར་ཐེབས་སོང་བརྗོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

ང་ཆོ་བོད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་བཤམ་དར་དོ་དར་ཡིན་སྟབས། ཆོས་བསྐྱེད་དགོས་དོན་མེད། ཞན་གོན་རྣམས་ལ་སྤྲིག་པ་སྤོངས་དགེ་བ་སྐྱབས། མཆི་ཡག་པོ་བཟོངས། བྱུག་འཆལ་སྐྱོར་སྤྱོད་གྱིས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་དཔུལ་བར་ལྷུང་གི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་གི་ཡོད། དེར་གི་དུས་འདིར་དཔུལ་བ་ཡོད་མེད་ཐེ་ཆོས་བྱེད་པ་དང་། རྒྱུ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་མེད་ཐེ་ཆོས་བྱེད་པ། སངས་རྒྱུས་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡོད་མེད་ཐེ་ཆོས་བྱེད་པ། དེ་བཞིན་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡོད་མེད་ཀྱང་ཐེ་ཆོས་བྱེད་པའི་མཆོམས་འདིར་སྤར་གྱི་ལམ་ལུགས་དེས་འགྲིགས་ཐབས་མེད། མཁའ་ལ་འབྱུལ་དགོས་པ་དང་། རི་རབ་དང་སྒྲིང་བཞི་སྒྲིང་སྤན་གྱི་ཆད་སོགས་བཤད་ཀྱང་དོན་སྤྱིང་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད། གཙོ་བོ་རྩ་བ་དེ་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན།

རྩ་བ་བོར་ནས་ཡལ་ག་མ་འཛིན་ཨང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ང་ཆོས་ཡལ་གར་འཐམས་ནས་སྤྲོད་གྱི་ཡོད། ལྷག་པར་ཁ་སང་ཞུས་པ་ལྟར། ཆོས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེས་འདོན་བ་བཏོན་པ་དང་། སྤགས་བགྲངས་པ་སོགས་ལུགས་སྤོལ་ལྟ་བུར་བཅིས་ནས་བྱེད་གྱི་འདུག་པ་ནི་ཆོས་མེན། ཆོས་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ལ་འགྲུལ་བསྤྱོད་ཐེབས་པའི་ཐོག་ནས་སེམས་ལ་

བཟོ་བཅས་བརྒྱབ་པ་ཞིག་ལ་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས། སེམས་ལ་
འགྲུལ་བསྐྱོད་དང་བཟོ་བཅས་གཏན་ནས་མ་བརྒྱབ་པར་ཁ་ནས་དཔེ་ཆ་འདོན་པ་
ནི་ཆོས་མིན། ད་དུང་དེ་ནི་འཛིག་ཉེན་ཆོས་བརྒྱད་དང་། ཚུལ་འཆོས་ལ་འགྲོ་ཉེན་
ཡོད། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་
ལྟ་བར་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་དགོས་པ་ཡིན། རང་སྤྱིར་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་
ལྟ་བུ་འཛིན་པ་བསམ་སྒྲོག་གང་འཆམས་བཏང་ན། དེ་ནི་མ་རེད་ཅེས་གཏན་ནས་
བརྗོད་མི་ཐུབ་པར། དེ་ནི་བྱང་མཆར་ཞིག་འདུག་པས་མ་སྒྲོར་སྒྲེབས་རྒྱ་ཡོད།
དེ་ཡང་ག་ལེ་ག་ལེར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལག་ལེན་བསྟར་ནས་བསམ་སྒྲོག་ཐོངས་དང་།
ངོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་བརྗོད་པ་ལྟར། རོ་ནང་གི་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོག་པ་འཁོར་ཀྱི་ཆོག་པ་
སྒྲ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་སེམས་ལ་ཏ་ཅང་པན་པོ་བྱུང་།

སྒྲ་མའི་རང་སྟངས་རྗེན་མེར་མེར། །

གཏན་མེད་རིག་པ་ས་ལ་ལ། །

བརྗོད་མེད་དབྱིངས་སུ་ཐལ་ལ་ལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱི་སྟངས་བའི་ཡུལ་ལ་བལྟས་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་སྟངས་
ཡང་མི་བདེན་པ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྒྲོར་འཆར་བར་བྱས་ན་ཨ་འཐས་ཀྱི་འཛིན་པ་དེ་
ཤུགས་ཚུང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། བྱི་ཡུལ་ལ་ལྟ་མཁན་ཀྱི་ནང་གི་འཛིན་པའི་སེམས་ལ་
བལྟས་ཀྱང་གཏད་མེད་ཅིག་ཡིན། ཤེས་པ་འཕམ་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཞེས་ཤེས་
པའི་ངོ་བོ་དང་། ཤེས་པའི་རྣམ་གྲངས་སོགས་མང་པོ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་
ཤེས་པ་ཞེས་མཛུབ་མོ་འཛུགས་ས་དེར་བསམ་སྒྲོག་བཏང་ན་དམིགས་གཏད་ཞིག་

འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་མིག་ས་གཏང་བྱེད་ས་མེད་པའི་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཞིག་སྒྲོར་
སྒྲོང་གི་ཡོད། དེས་ན།

གཏན་མེད་རིག་པ་གསལ་ལ་ལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཕྱི་སྤང་བའི་ཡུལ་ལའང་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་
ས་མེད་པ་དང་། ནང་འཛིན་པར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ཡང་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་ས་མེད་
པ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་སྐབས། དེ་མེད་པ་མིན་པར་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་ཡིན་པ་
ཞིག་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་སྐབས།

བརྗོད་མེད་དབྱིངས་སུ་ཐལ་ལ་ལ། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པས་ལག་རྗེས་སམ་པན་ཐོགས་གང་
ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། བདེ་བ་ཆེན་པོ་འབྲིལ་ལི་ལི། །ཞེས་གོང་དུ། རྟོག་པས་མཐོང་བ་
འཆིང་བ་སྟེ། །བདེན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པས་འཆིང་ཡོང་བ་དེ་གཞི་རྩ་མེད་པ་ཞིག་
དང་། བདེན་འཛིན་ཞེས་པ་དེར་རྒྱབ་རྟེན་དང་གཞི་རྩ་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་ན།
བདེན་འཛིན་གྱི་གཞི་མ་བྱས་པའི་ཆགས་སྤང་ནམས་ཀྱང་། ཆགས་སྤང་སྟེ་
སྐབས་ཁ་སྐྱེངས་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད། ཆགས་སྤང་སྟེ་སའི་ཡུལ་དེ་བདེན་པར་མ་
བྱལ་བ་སྟེ་མ་ལྟ་རེད། ཆགས་སྤང་གི་སྒྲོ་སྟེ་སྐབས་སྟེ་མ་ལྟ་བུ་མི་འཛིན་པར་
བདེན་པ་བ། ཚུགས་བྱལ་བ་པར་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་བསམ་སྒྲོར་འཁོར་ནས་
ཆགས་སྤང་སྟེ་གི་ཡོད། དེའི་ཡུལ་རི་ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པ་ཁོ་ཐག་ཆོད་སྐབས།
ཆགས་སྤང་ཁ་སྐྱེངས་ནས་སྤོད་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཆགས་སྤང་གིས་སྒྲོ་

དཔུག་སྐབས། དཔུག་མཁའ་གྱི་ཆགས་སྤང་དེ་ཤུགས་ཚུང་དུ་སྤྱིན་ན།

བདེ་བ་ཆེན་པོ་འབྲིལ་ཡི་ཡི། །

ཞེས་བ་དེ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལ་གོ་རྒྱུ་ཞིག་འདུག་གས་མི་འདུག་སྤྱིར་ཚུལ་
ལ་རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་གི་སྟོང་མིན་བར་བསམ་སྒོ་ཞིབ་སྤྲོད་པ་བྱུང་ན། དེ་ནི་རྩ་
ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་འདུག།

དེས་ན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་རྩ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་སྟོང་
ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྩ་འཕྲོད་སྐབས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་རྩ་འཕྲོད་
དགོས་པ་དང་། བར་དུ་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་བདེན་གཉིས་བརྟུན་སྐབས་བདེན་
གཉིས་ཀྱི་ཅ་བ་ནས་བྱངས་ཏེ་ལམ་ཆོག་གཉིས་དེ་བསྟོམས། མདོར་ན། གཞི་
བདེན་པ་གཉིས། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཞེས་བརྟུན་སྐབས་ཀྱང་། ལམ་སྟོམ་
བའི་གནས་སྐབས་ལའང་ཤེས་རབ་ཅེས་བ་སྟོང་ཉིད་ཉོག་ས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་གོ་
བ་ལྟར་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་དགོས་པ་ཡིན། མཐར་སྟོམ་ལམ་རྩི་རྩུ་བུའི་ཉིང་རེ་
འཛིན་དང་། ཆོག་ས་ལམ་ནས་སྤྱོད་ལམ་དུ་འཕོས་སྐབས་སྟོམ་བྱུང་གི་སྟོང་ཉིད་
ཀྱི་ལྟ་བ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་སྐབས་སྤྱོད་ལམ་ལ་འཛོག་གི་ཡོད།

དེ་ནས་སྟོང་ཉིད་མདོར་སུམ་དུ་མཐོང་སྐབས་མཐོང་ལམ་ལ་འཛོག་གི་
ཡོད། དེ་ནས་མཐོང་ཐེན་བསྟོམ་པའི་སྟོན་སྟོམ་ལམ་རྩི་རྩུ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་
གིས་སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་སྟོང་སྐབས་དབྱ་བཅོམ་པའི་གོ་
འཕང་ཐོབ་པ་ཡིན། བདེན་འཛིན་ཉོན་མོངས་གིས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་གཉིས་

སྤང་འཁྱལ་པའི་བྱི་མ་མཐའ་དག་གི་གཉེན་པོ་བྱས་ཏེ་སྤོང་སྐབས། སྒྲོམ་ལམ་དོ་རྩེ་
ལྷ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཐའ་ཡི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དེས་རྣམ་མཁུན་གྱི་གོ་འཕང་
བསྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། ཡ་
གིའི་སངས་རྒྱས་ནས་རི་ལྷ་རི་སྤྲོད་མཁུན་པའི་རྣམ་མཁུན་ཞེས་སྤོངས་བཅུ་ལ་
སོགས་བ་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་།

མ་ལུས་ཤེས་བྱ་རིམ་བཞིན་གཟེགས་པའི་ཐུགས། །

ཞེས་བ་ལྷར་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་བ་ཞེས་བ་ནི་བདེན་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་
ཤེས་བྱ་མ་ལུས་བ་ལ་བརྟེན་བ་དང་། དེ་ཅིག་ཅར་དུ་མཁུན་སྐབ་བ་དེ་ཡང་སྤོང་
ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱབས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་བརྟེན་ཀྱང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བརྟེན་དགོས་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་
བ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ལམ་བཟོད་སྐབས་ས་ནས་སར་འཕྲོ་སྐབས་མཉམ་བཞག་
ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་ས་ནས་ས་ལ་འཕྲོ་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ཉ་
ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། མཐའ་མ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་སྐབས་
ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་དང་། གང་ལྷར་སྤོང་ཉིད་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མཉམ་བཞག་དེ་ལས་སྤྲང་ལྡང་བ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་
རྣམ་མཁུན་གྱི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་བས་གལ་གནད་
ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

འདི་ག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པའི་འཕྲོས།

རྟེན་ནས་སྐྱེས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་ཞེས། །

ཆོག་གི་བདག་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུང་། །

ཞེས་པ་ནི། གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར། རྟེན་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། སྐྱེ་བ་
མེད་པ་ཞེས་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྐྱེ་བ་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་མི་བརྟོག་པར་
ང་ཆོར་ལྟར་བ་ལྟར་གྱི་སྐྱེ་བ་ཞིག་མེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེའི་དོན་ནི།

གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །

དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་མེད་པར་གསུངས་ཡོད། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་
ཞེས་པའི་རང་བཞིན་དེ་ནི་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། འདིའི་རང་བཞིན་ཞེས་པ་ནི། རྟེན་
འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས།

རང་བཞིན་བཅོས་མིན་ལྟོས་མེད་དང་། །

རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་དང་བཅོས་མ་གཉིས། །

ཞེས་པ་ནི་རང་བཞིན་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དེ་ནི་མི་དེའི་
གཤེས་ཀ་དང་རང་བཞིན་རེད་ཅེས་བརྟོག་སྐབས་བཅོས་སུ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་
གྱི་ཡོད། དེ་ནི་མི་དེའི་གཤེས་ཀ་རེད། མི་དེའི་རང་བཞིན་དེ་ལྟར་ཆགས་ཡོད་
པས་བཅོས་སུ་མེད་པ་རེད་ཅེས་པ་དེར་གོ་གི་ཡོད།

རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་དང་བཅོས་མ་གཉིས། །

ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་དུ་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་དུ་ཡོད་ན་
རྟེན་འབྲེལ་མེད་པ་དེ་སྤྲེགས་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་རང་བཞིན་ཞེས་པ་དེར་ཡང་གོ་
རྒྱ་གཅིག་ཡོད། རང་བཞིན་ཞེས་པའི་ཆོག་གཅིག་ཡིན་ནའང་དོན་མི་འདྲ་བ་མང་
པོ་གོ་རྒྱ་ཡོད། དེས་ན།

རྟེན་ནས་སྦྱེས་ཀྱང་མ་སྦྱེས་ཞེས། །

ཆོག་གི་བདག་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཤེས་པ་མེད་པར་ཤེས་བྱ་མིན། །

ཞེས་པའི་ཤེས་པ་ནི་བྱ་བར་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཡུལ་རིག་པའམ་
ཡུལ་ཤེས་པའི་ཤེས་པའི་བྱ་བ་དེ་མེད་ན། ཤེས་པ་མེད་པར་འདི་ཤེས་ཞེས་པའི་
ཤེས་པའི་བྱ་བ་མེད་ན། བྱ་བ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་ཡོང་གི་མ་རེད་ཅེས་
གསུངས།

དེ་མེད་རྣམ་པར་ཤེས་པའང་མེད། །

དེ་མེད་ན་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་འཛོག་མི་སྤྱབ་ཅིང་། ཤེས་
ཞེས་པས་ཤེས་པ་པོ་དང་། ཤེས་པའི་བྱ་བ། བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཤེས་བྱ་
བཅས་སྤྲེགས་ཡོང་བ་ཡིན། ཁ་སང་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ལྟར་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་

འདི་ལྟར་དུ་ཡོང་གི་ཡོད། གྲུ་བྱེད་ལས་གསུམ་པན་ཚུན་བསྟོན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་
ཡིན།

དེ་ཕྱིར་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་དག །

རང་དངོས་མེད་ཅེས་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུངས། །

ཞེས་པའི་ཆོག་འདིས། ཡང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་གསུང་གི་ཡོད། སེམས་
ཅམ་བ་ལྟ་བུའི་ཤེས་བྱ་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་བྱུང་བ་མེད། བྱང་གི་འཛིན་པའི་ཤེས་བ་
བདེན་པར་བྱུང་བ་རེད་ཅེས། ཤེས་བ་དང་ཤེས་བྱ་དབྱེ་བ་ཕྱི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཕྱི་རོལ་
དོན་དུ་མ་བྱུང་བ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་པར་
གསུངས་ཡོད། མདོར་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་དེ་གསུང་གི་ཡོད། ཕྱི་གཟུང་བ་
དང་ནང་འཛིན་པའི་སྟེང་ནས་བག་ཆགས་སད་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲུང་བ་ལས། བྱང་གི་
འཛིན་བྱེད་ཤེས་བ་དང་རྗེས་ཐ་དད་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་ཅེས་གཟུང་འཛིན་
གཉིས་སྟོང་གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཤེས་བ་བདེན་བྱུང་
ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་ཡོད། །

དེ་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་པའི་ཡང་དག་ཀུན་རྟོག་ཡོད། ཅེས་པའི་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་
འགྲེལ་པའི་ནང་། རང་བཞིན་ཞེས་པ་ནི་ཆོག་གི་ལྷག་མའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།
འདིས། ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་ཡོད། །ཅེས་འགྲེལ་བས་ཆོག་གི་ཁ་སྐོང་

སྐབས། ཡོད་ལྟངས་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་
ཡང་དབྱ་མ་བས་བཀའ་བ་ལྟར་ཡོད་ཅེས་ཀྱི་དོན་མིན་པར། ཡོད་ཅེས་པ་དེ་རང་
བཞིན་ཡོད་པའི་དོན་རེད་ཅེས་སེམས་ཅམ་པས་འདི་ལྟར་བཀའ་ཡོད། དེ་ལྟར་
གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲོ་བ་ལས། འཛིན་པ་བདེན་པར་བྱུང་ཅིང་། གཟུང་བ་
བདེན་པར་མ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་མིན་པ་དབྱ་མ་འཇུག་པའི་ནང་དུ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་
ཡོད། དེས་ན།

དེ་སྤྱིར་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་དག །

རང་དངོས་མེད་ཅེས་ཁྱོད་གྱིས་གསུངས། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །

མཆོན་ཉིད་མཆོན་བྱ་གཞན་ཉིད་ན། །

ཞེས་ཆོས་རང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། དེ་ལྟར་མཆོན་བྱེད་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་
ལ། འདོགས་བྱེད་མཆོན་ཉིད་དང་གདགས་བྱ་མཆོན་བྱ་ཞེས་ཡོད་ཀྱང་། མཆོན་
མཆོན་ཞེས་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་དབྱ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས་མཆོན་མཆོན་
འཛིན་མི་སྤྲོ་བ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟར་མཆོན་མཆོན་གཉིས་པོ་ངོ་བོ་
ཐ་དད་དུ་ཡོད་ན།

མཆོན་བྱ་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་དང་། དེ་ལྟར་ཐ་དད་དུ་མེད་ནའང་།

མཆོན་བྱ་མཆན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །

ཐ་དད་མིན་ནའང་མེད་དེ་པར། །

ཁྱོད་གྱིས་གསལ་པོ་ཉིད་དུ་བསྟན། །

མཆན་ཉིད་མཆོན་བྱ་རྣམ་བཤམ་ཞིང་། །

ཆོག་གིས་བརྗོད་པ་རྣམ་སྤངས་པར། །

ཁྱོད་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ཉིད་གྱིས། །

འགྲོ་བ་འདི་དག་ཞི་བར་མཛད། །

ཅེས་གསུངས།

དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་མི་སྟེ། །

ཞེས་བ་ནི། མིང་ཙམ་ཞེས་བརྗོད་ན་མིང་ཙམ་བད་ཙམ་ལས་མེད་སྟུང་བ་
དང་། དེ་བཞིན་མིང་གིས་གང་བཟོ་རེད་བསམ་བ་སྟོང་ར་འཆར་ཉེན་ཡོད། དོན་
གྱི་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པར་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་པར་ངོས་ནས་མཚུབ་མོ་འཇུགས་ས་
མེད་པར་མིང་ཙམ་བད་ཙམ་རེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། རྟོག་པས་གང་བཟོ་དང་།
མིང་གིས་གང་བཞག་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་སྟོང་ར་འཆར་ཉེན་ཡོད། དེ་ནི་ཆད་
ལྟ་ཡིན། མིང་མིན་པའི་དོན་བཀག་པ་མིན་ནའང་། མིང་འཇུག་སའི་དོན་དེའི་ངོ་བོ་
འཛོག་སྐབས་མིང་གི་དབང་གིས་ཡོད་ཙམ་ཞིག་ལས། དོན་གྱི་ངོས་ནས་ངོ་བོ་
ངོས་འཛིན་ནས་འཛོག་མི་གྲུབ་པར་བརྟེན་མིང་ཙམ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་སྟོས་གང་བཟོ་མིན་པར་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྟེ་བ་དང་།

འབྲས་བུ་ཡོང་བའང་རྒྱ་ལ་བཟོས་པས་སྒོས་གང་བཟོ་མིན་སྟུམ་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་
འདི་སྒྲེབས་ཡོང་བ་ཡིན། རོ་བོ་རང་བཞིན་ནམ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་
ལ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དང་། སྒྱེ་འགག་གནས་གསུམ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ཐོག་
མར་མར་མེད་རྒྱས་གསར་དུ་སྒྲེས་ཤིང་། བར་དུ་གནས། མཐའ་མར་འགག་པ་
བཅས་ནི་སྒྲོའི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཟོས་པ་ཅམ་མིན་པར་དངོས་སུ་ཡོད། དེ་ལྟར་སྒྱེ་
འགག་སོགས་ལ་དབྱེད་ན།

དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་མི་སྒྱེ། །

མེད་པའང་མ་ཡིན་ཡོད་མེད་མིན། །

ཞེས་དངོས་པོ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་ན། རོ་བོས་བྱུབ་སྟེ་རྒྱུན་གཞན་ལ་
བཟོས་མི་དགོས་པས་རྒྱས་བུ་བ་མི་འཇུག་ཅིང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་ན། རྒྱས་
བྱེད་པ་འཇུག་པའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་གསར་དུ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་མེད་པས། འདི་ནི་
འབྲས་བུ་ལ་དབྱེད་པ་ཡོད་མེད་སྒྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆོག་ལས་ཡིན།

བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །

ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་ལ་དབྱེད་པ་རྟོ་རྟེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆོག་ལས་ཞེས་པ་དེ་
ཡིན། དེ་ཡང་གོང་གི་རྒྱས་སྒྲེས་ཞེས་པ་ནི། བསྐྱེད་བྱའི་འབྲས་བུ་དེ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་
ཡོད་ན། རྒྱས་བུ་བ་བྱ་རྒྱུ་མེད་ལ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་ན། རྒྱ་ཡིས་པན་གཞོད་
གང་ཡང་མེད། སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རོས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། སྐྱེད་བྱེད་རྒྱ་ལས་
འབྲས་བུ་དེ་གངས་ཅན་པས་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་པར་འདོད་པས། དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་

དུས་མུ་འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་གྲུབ་ཡོད་ལ། དེའི་ཉེས་པ་སྤོང་བ་ལ་མངོན་པ་
གསལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པ་དང་། མངོན་པ་མི་གསལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པ་
ཞེས་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད། དེ་ལྟར་མུ་སྟེགས་པས་བདག་སྐྱེ་འདོད་པ་ལས། སངས་
རྒྱུ་པའི་བྱུ་མཐའ་ཁག་ཏུ་བདག་སྐྱེ་འདོད་མཁན་མེད།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རང་མཚན་མི་བཞེད་པའི་དབྱ་མ་པ་
མ་གཏོགས་གཞན་ཆང་མས་གཞན་སྐྱེ་འདོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་འབྲས་གཞན་ཡིན་པ་
དབྱ་མ་པས་བཞེད་ཀྱང་། རྒྱལ་ས་འདིའི་གཞན་སྐྱེ་མི་སྐྱེའི་དོན་ནི། ལྷང་ཅམ་དང་
རྒྱུན་ཉིད་འདི་པ་ཅམ་གྱིས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མིན་པར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་སྐྱེ་བ་
ཞིག་བཅད་པར་བརྟེན་གཞན་ནས་སྐྱེ་བ་ཡོང་ཤེས་ཐབས་མེད། དོན་གྱི་ངོས་ནས་
ཡོད་མེད་ཅད་གཅོད་བྱེད་རྒྱལ་ས་ཀྱི་གཞན་ཞེས་པ་ནི། རང་དབང་བའི་གཞན་ལ་
གོ་ཡོང་གི་ཡོད། ལྷང་ཅམ་དེས་མ་འཆིམ་པར་དབྱུང་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་
བདག་དང་གཞན་གང་ཞིག་བརྗོད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཐ་
སྙད་དུ་རང་མཚན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་མཁན་གྱིས་དོན་དམ་པར་གཞན་ལས་མི་སྐྱེ་
ཞེས། དོན་དམ་མ་སྤྱར་ན་གཞན་སྐྱེ་འགོག་མི་བྱུང་བར། གཞན་སྐྱེ་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་
པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལ་ཆོས་ཅན་མཐུན་ལྷང་བ་ཞེས་ཆད་མའི་བྱུ་བ་
ཚུལ་མཐུན་ལྷང་བ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་དབྱ་མ་ཆོག་གསལ་ནང་སློབ་དཔོན་ལེགས་
ལྷན་འབྲེད་ཀྱི་བཞེད་པ་བཀོད་ནས་བརྗོད་ཤིག་གཅོད་རྒྱལ་ས། ལྷ་བའི་ནམ་གཞག་ཤ་
མའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱེབས་རྒྱལ་ས། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་དང་། སངས་རྒྱུ་
བསྐྱེད་ས་ནམ་གཉིས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་ཡོང་རྒྱལ་ས། དབྱ་མ་ཆོག་གསལ་

ནང་ཉ་ཅང་ཞིབ་གསལ་ཡོད།

གཉིས་མེན་སྐྱེ་བ་རི་ལྟ་བུ། །

ཞེས་པ་ནི་མཐའ་བཞི་སྐྱེ་འགོག་གསུངས་པ་ཡིན།

ཡོད་པ་གནས་པར་རིགས་འགྱུར་གྱི། །

ཞེས་པ་ནི། བདེན་དངོས་སམ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་རྒྱན་
མ་བྱུང་ནས་གནས་པ་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་ལ། འཇིག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
རོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་ན། གཞན་ལ་བལྟས་མེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་ཡོད་ན་འགལ་
རྒྱུ་འབྱུང་ནས་འཇིག་པ་མི་ཡོང་སྟེ། གཞན་ལ་བལྟས་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་
གསུངས་ཡོད།

མེད་པ་མི་གནས་པར་རིགས་པས། །

འཇིག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་ཡོད་མེད་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་
སོགས་འཇོག་མི་ཤེས་ཤིང་།

རེ་ཞིག་ཞིག་པའི་རྒྱ་ལས་ཀྱང་། །

འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་མི་རིགས་ལ། །

ཞེས་པ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཞིག་ཅེས་པ་ནི་རྒྱན་ཆད་དང་གཏན་མེད་
ཆགས་ཡོད་པས། རྒྱ་འགགས་པ་དང་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་འཇོག་གི་ཡོད། དེ་ཡང་།

རྒྱ་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྟེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་
སྟོ།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །

རྒྱུན་ལ་སོགས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། །

གཞན་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་གོ་བ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན།

རེ་ཞིག་ཞིག་པའི་རྒྱ་ལས་ཀྱང་། །

འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་མི་རིགས་ལ། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་དབྱེད་པའི་རིགས་ནི། དབྱ་མ་སྤང་བའི་ནང་ཡག་པོ་ཡོད།

མ་ཞིག་ལས་མིན་མི་ལམ་དང་། །

འདྲ་བའི་སྟེ་བ་ཁྱོད་ཉིད་བཞེད། །

ཅེས་དེ་ལྟར་ན། བཏགས་དོན་བཙལ་ནས་ཚུགས་སྐབ་བདེན་གྲུབ་ཅིག་
མིན་པར། བདེན་པར་གྲུབ་པ་སྤང་ཡང་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པ་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་
ལྟ་བུའི་རྒྱ་འགག་སྟེ་འགག་གསུངས།

ཞིག་དང་མ་ཞིག་པ་དག་གིས། །

རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་དག །

སྒྱུ་མ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་འབྱུང་། །

ཀུན་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུངས། །

དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་འདི་དག།

ཅེས་པའི་འགྲོ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བར་འཛོག་དང་། ཡང་ན་འགྲོ་
བ་སེམས་ཅན་ལ་འཛོག་བ། རྒྱུད་སྒྲ་མར་འགྲོ་བ་ཞེས་པ་དེ་ཤེས་བྱར་སྒྱར་བ་
ཞིག་ཡོད་པ་ལས་གང་ལ་འཛོག་གི་ཡོད་དམ། ཤེས་བྱ་ཀུན་སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་
སྟེ། སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་དུ་བྱ་བྱང་བ་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ལས་བྱུང་བར། །

ཀུན་ཏུ་ཤེས་བྱ་འབྱུང་བ་ནའང་། །

སྒྲེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་མེད་གསུངས། །

རྟག་ལ་འཁོར་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་འཁོར་འདས་གཉིས་བཞུགས་ཀྱང་། རྟག་པ་ལ་འཁོར་བ་ཡོད་མ་ཡིན་
ཞེས་གསུངས།

མི་རྟག་པ་ལ་འང་འཁོར་བ་མེད། །

དེ་ཉིད་རིག་པའི་མཆོག་ཁྱོད་ཀྱིས། །

འཁོར་བ་སྤི་ལམ་འབྲུ་བར་གསུངས། །

སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱང་ལོ་ཡིན་པའི་སྤིད་པ་འཁོར་བ་འདི་མིང་གི་དབང་གིས་
བརྟགས་ཅིམ་ཞིག་ལས། རོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་པར་སྤི་ལམ་དང་

འབྲེལ་བར་གསུངས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

སྤྱག་བསྐུལ་རང་གིས་བྱས་པ་དང་། །

གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉིས་ཀས་བྱས། །

རྒྱ་མེད་པར་ནི་རྟོག་གི་འདོད། །

ཁྱོད་གྱིས་རྟོན་ནས་འབྲུང་བར་གསུངས། །

ཞེས་འཁོར་བ་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་ནམས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྲུང་བའི་ཐོག་ནས་བྱུང་ཞིང་།

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་གང་འབྲུང་བ། །

དེ་ཉིད་ཁྱོད་ནི་རྟོན་པར་བཞེད། །

ཅེས་པ་ནི། གོང་སློམ་ལྟར་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་
གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་གཞན་ལ་
བརྟེན་མེད་རང་དབང་གིས་སྟོང་པའི་ངོ་མོ་ཆགས་ཡོད།

དངོས་པོ་རང་དབང་ཡོད་མིན་ཞེས། །

མཉམ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་སེང་གའི་སྤྱུལ། །

ཞེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བས་ན། རང་དབང་གིས་
བྱུང་བ་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་མཉམ་པ་མེད་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་འཛིག་པ་མེད་པའི་སེང་
གའི་ང་རྩོམ་བསྐྱབས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། འོན་ཏེན་མོངས་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་མཁན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི་ཡུལ་

རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་སྟོང་པའི་སྟོང་བ་དེ་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། མཐར་ཐུག་
དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིག་པས་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། དེ་བདེན་པར་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་
ཞེ་ན། དེ་ནི་བདེན་པར་བྱུང་བ་རེད་སྟམས་པའི་དོགས་པ་སྦྱེ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ལ།
བདེན་བྱུང་ཏུ་འཇིན་མཁན་ཡང་ཡོད་གི་ཡོད།

ཐོད་གངས་ཅན་སྟོངས་ཀྱི་མཁས་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་དོན་དམ་བདེན་པ་
བདེན་བྱུང་ཏུ་གསུང་མཁན་བྱུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དོན་དམ་ལ་དགག་བྱའི་དོན་
དམ་དང་། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་སློ་ལ་སློ་དོན་དམ་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་སྟེ། སློ་
དོན་དམ་གྱི་ངོར་སྟོང་ཉིད་བྱུང་ཡོད་ལ། དགག་བྱའི་དོན་དམ་གྱི་ངོ་བོ་བྱུང་མེད།
དེ་ལྟར་དོན་དམ་ལའང་གོ་བ་མི་འདྲ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་
པ་ཡིན།

ཀྱན་རྟོག་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་བྱིང་། །

སྟོང་ཉིད་བདུད་ཅི་སྟོན་མཛད་ན། །

གང་ཞིག་དེ་ལ་ཞེན་གྱུར་བ། །

དེ་ཉིད་ཁོད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་སྤང་། །

ཅེས་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་སྟོང་ཉིད་
བདེན་བྱུང་ཏུ་བལྟས་ན། སེལ་དུ་མེད་ལ་ཏ་ཅང་ཉེན་ཆེ་བས་སྟོན་རེད་ཅེས་
གསུངས་ཡོད། ཡང་དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

གལ་ཏེ་སྟོང་མིན་ཅུང་ཟད་ཡོད། །

སྟོང་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །

མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །

སྟོང་པ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །

ཞེས་སྟོང་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་གསུངས་ཡོད། གཞན་ཡང་
མདོ་ལས། བྱི་སྟོང་པ་ཉིད། ཉང་སྟོང་པ་ཉིད། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་སོགས་
སྟོང་ཉིད་བཅུ་བྱུག་དང་། སྟོང་ཉིད་བཞི་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་དབྱ་
མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ལྟ་ཉེས་ན། །

ཤེས་རབ་རྩང་རྣམས་ཤུང་བར་བྱེད། །

ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་སྟོང་ཉིད་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་ན་སོར་མི་རུང་བའི་ལྟ་
བ་རེད་ཅེས་ཉེན་ཁ་ལྷི་བར་གསུངས་ཡོད།

བེམས་པོ་གཞན་དབང་སྟོང་པ་ཉིད། །

སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་འབྱུང་བར། །

མགོན་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ཆོས་ཀྱན་གྱི། །

དངོས་མེད་གོམས་པར་མཛད་པ་ལགས། །

ཁྱོད་གྱིས་ཅུང་ཞིག་མ་བསྐྱེད་ཅིང་། །

འགའ་ཡང་བཀག་པ་མ་མཆིས་ལ། །

སྟོན་གྱི་ཇི་ལྟར་བྱིས་དེ་བཞིན། །

ཞེས་པ་འདིར་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།

འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །

བཞག་པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་མེད། །

ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །

ཡང་དག་མཐོང་ནས་ནམ་པར་གྲོལ། །

ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་དོན་མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་གྱི་བཟའ་ལུགས་ལྟར་བྱས་ནས་
ནོར་དགག་བྱ་བ་དེན་བྱུང་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོད་ཉིད་སྟོམ་སྤྱིན་ཆད་ནས་སེལ་རྒྱ་ཞིག་
མེད་ལ། སྤྱོད་ནས་ཡོད་སྤྱོད་མེད་པ་ཞིག་དང་། རང་བཞིན་བྱུང་པའི་དགག་བྱ་དེ་
དུས་ནམ་ཡང་ཡོད་སྤྱོད་མེད་པས། འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །ཅེས་
གསུངས།

བཞག་པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་མེད། །

ཅེས་པས་བདེན་བྱུང་གིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཉིད་སྟོམ་པའི་སྟོམ་གསལ་དུ་
བཞག་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་གཤོད་མ་ནས་ཆོས་ཅན་གྱུ་བ་ཅན་ནས་བསྟོས་བྱུང་
གི་རང་བཞིན་ཡིན་པས། ཆོས་ཅན་གྱུ་བ་ཅན་ནས་རང་བཞིན་སྤྱོད་པའི་རང་བཞིན་
དུ་བྱུང་པ་ལ་སྟུག་ཡིན། དེས་ན།

བཞག་པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་མེད། །

ཅེས་གསུངས། འོ་ན་སྤྱོད་ཉིད་སྟོམ་ཞེས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱོད་ཅན་དེས་
མ་འཆིམ་པར་དོན་གྱི་ཡིན་ལུགས་རང་དབང་གིས་བྱུང་པས་སྤྱོད་པ། མིང་ཅན་
བརྟེན་ཅན་ཡིན་པའི་ཡང་དག་པའི་དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་ཡིན་ལུགས་གང་

ཞེག་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན།

ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ཟླ། །

ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་ཤེས་དགོས་དོན་གང་ཞེ་ན།

ཡང་དག་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་གྲོལ། །

ཡང་དག་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་ན་བྱུངས་པར་གྱུར་པས། ཡང་དག་
པར་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པ་དེས་སེལ་ཐབས་ནི་སྟོན་ལམ་བརྒྱུབ་ནས་སེལ་མི་
བྱུང་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེམས་ནས་ཀྱང་སེལ་མི་བྱུང་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་
ལས།

བྱམས་སོགས་མོངས་དང་འགལ་མེད་བྱིན། །

ཤིན་ཏུ་ཉེས་པ་ཆར་གཙོད་མིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་དང་དོན་གཅིག་པས།

ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ཟླ། །

ཡང་དག་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་གྲོལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

སྟོན་གྱི་རི་ལྟར་བྱིས་དེ་བཞིན། །

ཞེས་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་ཡང་རྩང་མ་བྱུང་ཡང་
རྩང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་ནི་སྤང་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོན་
ནས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་པ་ལས། སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་ལ་བྱིས་

རང་བཞིན་བསལ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ཞིག་མིན་ཞེས་གསུངས།

དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ཐུགས་སུ་ཚུད། །
འཕགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བ་ཡི། །
བསྐྱོམ་མ་ཞུགས་པར་མཆན་མེད་འདི། །
རྣམ་པར་ཤེས་པར་འགར་འགྱུར་རམ། །

མཆན་མ་མེད་ལ་མ་ཞུགས་པར། །
ཐར་བ་མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །
དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་རྣམས། །
མ་ལུས་པར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། །

བསྟོད་པའི་སྟོད་ཁྱོད་བསྟོད་པ་ལས། །
བདག་གིས་བསོད་ནམས་གང་ཐོབ་པ། །
དེས་ནི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་རྣམས། །
མཆན་མའི་འཆིང་ལས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག། །

འདིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོད་པ། སྟོབ་དཔོན་འཕགས་བ་སྐྱུ་སྐྱུ་བ་
གྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀྱིཾ་པཱི་ཏ་དང་། ལོ་ལྔ་བ་ཚུམ་
ཁྲིམས་རྒྱལ་བས་བསྐྱུར་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །

འདིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་བསྟོད་པ་ནི་ལུང་རྒྱན་ཙམ་ཡིན་ལ། འདི་ཙམ་
གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན། །

རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་འཛིན་པ་གཞུང་གི་དཔྱད་གྲྭ།

རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པ་བསྟོད་པ་འཛིན་པ་མཆོད་ཅན་ཀྱི་བསྐྱབས་པ།

དེ་ནས་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ནི་རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གསུང་ཡིན་ལ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཉུ་ལྟོ་ཤ་ཡ། །

གང་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་གསུངས་པ་ཡིས། །

མཆེན་དང་སྟོན་པ་སྐྱ་ན་མེད། །

རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

གཟིགས་ཤིང་འདོམས་པ་དེ་ལ་འདུད། །

ཅེས་པའི་གང་སྐྱ་ནི། སུམ་ཅུ་པ་ལས། ཅི་རི་སུ་གང་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱེ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན། དེ་ཡང་ཆོག་གོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱེ་བྱེ་བྲག་ལ་
འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་གང་སྤྱི་དེ་གང་ལ་འཇུག་ཅེན། རྟེན་འབྱུང་གི་
ལྟ་བ་དེར་འཇུག་ཅིང་། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་གང་ཞིག་གཟིགས་པས་མཆེན་པ་སྐྱ་ན་

མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྟེན་འབྲུང་གི་དོན་གང་ཞིག་གསུངས་པས་སྟོན་པ་ཆེན་
མེད་པར་འགྱུར་པར་བྱེད་པ། སྤྲོ་བ་ཆེན་མེད་པར་འགྱུར་བའི་བརྗོད་བྱ་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་པར་འབྲུང་བ་དེ་རང་གི་རིམ་བཞིན་གཟིགས་ནས་གཞན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་
པར་རང་དབང་གི་སྟོན་ནས་འདོམས་པར་མཛད་པའི་སྟོན་པ་དེ་ལ་འདྲད་ཅེས་
གསུངས་པ་ཡིན། འོན་ཏེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན་
ཚུལ་གང་ཞེ་ན།

འདིག་རྟེན་གྲུང་པ་རིམ་གྱི་དང་།

དེ་ཡི་ཙུ་བ་མ་རིག་སྟེ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙུ་བ་མ་རིག་པས་བྱས་ཤིང་།
འཁོར་བ་དང་སྤངས་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་བ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རིག་ན་
འཁོར་བ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་ན་ཐར་བ་སྤངས་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།
དེས་ན་མ་རིག་པ་སེལ་བ་ལ། བསགས་སྤངས་བྱས་ནས་མ་རིག་པ་སེལ་མི་ཐུབ་
ལ། སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་མ་རིག་པ་སེལ་མི་ཐུབ། སྤྲུགས་བབྲངས་ནས་ཀྱང་ཐད་
ཀར་མ་རིག་པ་སེལ་མི་ཐུབ། ཀྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམས་ནས་ཀྱང་མ་རིག་པ་
སེལ་མི་ཐུབ། མ་རིག་པ་སེལ་བ་ལ་མ་རིག་པས་རིམ་གྱི་རྒྱུར་བ་ལྟར་དོན་གྱི་
ངོས་ནས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཁོ་ཐག་ཆོད་པའི་སྟོན་པ་ཉིད་རིམ་བཞིན་རིམ་
གོམས་སྤྱུ་གྱུར་ན་རྗེས་སུ་མ་རིག་པ་སེལ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན།

གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྟོག་པ།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་གསུངས། །

ཞེས་གསུངས།

དེ་ཆེ་སྒོ་དང་ལྡན་བ་ཡིས། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལས། །

ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པའི་གནད་ཉིད་དུ། །

ངེ་ལྟར་ཁོང་དུ་ཚུད་མི་འགྱུར། །

ཞེས་སངས་ཀྱི་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་དང་།
གནད་འགག་སྟེ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མཐར་ཐུག་
སྟོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་ཆགས་ཡོད། སྤྱིར་ཆད་མ་རྣམ་འབྲེལ་ལས།

དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་མིན་ཏེ། །

རྒྱ་ལ་གགས་སོགས་སྤིང་བྱིར་རོ། །

ཞེས་སྤྱིའི་རིགས་བ་རྣམས་བསྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད། ཞེས་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་
ཐུན་པ་སྟོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་ཐར་བ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ལས་དེ་མིན་གྱིས་ཏ་
ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

དེ་ལྟ་ལགས་ན་མགོན་ཁྱོད་ལ། །

བསྟོད་པའི་སྒྲོལ་ནི་སུ་ཞིག་གིས། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུངས་པ་ལས། །

ངོ་མཚར་གྲུང་བ་ཅི་ཞིག་རྟེན། །

འོ་ན་རྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་གང་ཞེ་ན།

གང་གང་རྟེན་ལ་རག་ལས་བ། །

དེ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས། །

གསུངས་པ་འདི་ལས་ཡ་མཚན་བའི། །

ལེགས་འདོམས་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

ཅེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ཆོས་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་རྟེན་ལ་རག་
ལས་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་འདིས་རྟེན་ལ་རག་མ་ལས་བའི་རང་དབང་བ་མེད་
པ་འདོད་ཀྱི་ཡོད། སྤང་ཞིང་སྲིད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་རྟེན་ལ་རག་ལས་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་
ཁྲབ་པའི་རིགས་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པའི་ལེགས་བཤད་
ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

གང་དུ་བརྩུང་བས་བྱིས་པ་རྣམས། །

མཐར་འཛིན་འཆིང་བ་བརྟན་བྱེད་བ། །

དེ་ཉིད་མཁས་ལ་སྟོས་པ་ཡི། །

བ་བ་མ་ལས་གཙོད་པའི་སྟོ། །

དོན་གང་ཞིག་བརྩུང་བས་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྤྱེ་པོ་སྟོངས་པའི་གཞན་དབང་
དུ་གྲུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་

བརྟན་དུ་འགོ་བཙུག་། རྒྱ་ས་འབྲས་བུ་སྤྲེག་གི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། དེ་ལ་རྣམ་
རྟོག་གིས་བཅོས་པ་ཅམ་མིན་པར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པའི་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་
ས་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ལ། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟོན་འབྲེལ་འདུག་ཅེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟོན་
འབྲུང་རྒྱ་མཚན་ལ་བཀོད་ནས། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དེ་སྤྱི་ཡོད་གི་ཡོད།
དེས་ན། གང་དུ་བཟུང་བའི་བྱིས་པ་རྣམས་མཐར་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་སྟེ། མཐའ་
དང་མཐར་ཞེས་པའི་དག་སྟེ་བ་གཉིས་ལས་འ་མཐའ་ལས་ར་མཐའ་ཅན་འདི་
ལེགས་པ་འདུག། མཐའ་ཞེས་པ་ཆད་པའི་མཐའ་དང་རྟག་པའི་མཐའ་ཞེས་མཐའ་
གཉིས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེར་གོ་ཆོག་ཀྱང་། མཐར་ཞེས་པ་ལ་ལ་དོན་གྱི་སྤང་ཡོད་
པས་ཅུང་ཟད་ཁ་གསལ་བ་ཡོད། མཐར་འཛིན་པའི་འཆིང་བ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དེ་
ཉིད་མཁས་པ་ལ་སྟོས་པའི་བྲ་བ་མ་ལུས་པ་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་སྟོ། ཞེས་པའི་སྟོས་པ་ནི།
རྣམ་རྟོག་གི་སྟོས་པ་སོགས་སྟོས་མང་དུ་ཡོད། ལྷག་པར་བདེན་འཛིན་གང་ལ་
བརྟན་ནས་སྤྲེ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་དམིགས་པའི་སྟོས་པ་དེ་བཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་ལ།
དེ་ལྟར་སྟོས་པ་མང་དུ་ཡོད་པའི་སྟོས་པའི་བྲ་བ་མཐའ་དག་རྟོན་འབྲུང་གི་ལྟ་བུས་
སེལ་གྱི་ཡོད།

བརྟན་འདི་གཞན་དུ་མ་མཐོང་བས། །

སྟོན་པ་ཞེས་བྲ་ཁྲོད་ཉིད་དེ། །

ཆ་སྤྲེས་ལ་ནི་སེམས་བཞིན། །

སྤྲེགས་ཅན་ལའང་གཅུ་བུའི་ཆོག །

དངོས་གནས་དོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ་སྟེ། སྟོབ་

དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས།

གང་ཞིག་ཀུན་ལ་སྤྲོད་པ་གཏན་བཙུག་ཞིང་། །

འཁོར་བའི་འདམ་ལས་འགོ་བ་བྲངས་མཛད་བ། །

དོན་བཞིན་སྟོན་པ་དེ་ལ་བྱག་འཁོལ་ནས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དོན་བཞིན་སྟོན་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན།
བྱེད་ནི་སྟོན་པ་ཞེས་སྟོན་པའི་མཚན་དོན་མ་སྤྲོད་ཏུ་འགོ་བ་ཞིག་རེད་འདྲག་ཅེས་
དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྟོན་པ་རྣམས་ལ་སྤྲོད་པ་མེད་ཀྱི་ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་
པ་ལྟར་གཅུམ་བུའི་ཆོག་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཨ་མའོ་སྟོན་པ་ཨ་མའོ་སྐྱབས། །

ཨ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཨ་མའོ་མགོན། །

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་རང་དབང་ཏུ་འདོམས་པ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ། ར་
མཚར་བའི་ཆོག་ཨ་མའོ་ཞེས་དངོས་གནས་སྐྱ་བ་རྒྱ་མེད་པའི་སྟོན་པ་རེད་ཅེས་
གསུངས། བདེན་འཛིན་གྱིས་ང་ཆོ་ཡོད་སྐྱབས། བདེན་འཛིན་བསྐྱོག་ཆེད་
དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་དམར་རྩེན་ཏུ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་བདེན་འཛིན་ལས་གྲོལ་བར་
མཛད་པས་ན། དངོས་གནས་སྐྱབས་རེད་ཅེས་དང་། ཨ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཅེས་པ་ནི།
གང་ཟག་ལ་མི་རྟོན་ཆོས་ལ་རྟོན། དེ་ཡང་ཆོག་ལ་མི་རྟོན་དོན་ལ་རྟོན་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། དངོས་གནས་སྟོན་པས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསུངས་
པའི་ཡུང་དེ་སྐྱ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ལྷན་དོར་གྱི་གནས་སྟོན་པའི་

སྒོ་ནས་གདུལ་བྱ་ནམས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་མི་དགེ་
བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། རྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པའི་སྒོ་
ནས་ངེས་ལེགས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པ་དེ་རྟེན་འབྲེལ་གི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་དང་།
ངེས་ལེགས་སྐྱབ་པ་དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཉམས་སུ་སྦངས་པའི་ཐོག་ནས་མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པ་དང་།
རྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཉམས་སུ་སྦངས་པའི་ཐོག་ནས་ཐར་བ་སྐྱབ་པ་
བཅས། མདོར་ན་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་མཐའ་དག་སྦྱིན་
པར་མཛད་མཁན་ཀྱི་མགོན་པོ་སྟེ།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲེལ་ལེགས་གསུངས་པའི། །

སྒོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །

ཞེས་གསུངས།

སྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་གི་དོན་ཏུ་བཞེད་ཅིང་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་

བ།

པན་མཛད་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ལ། །

སྒོན་པའི་སྦྲད་དུ་བཀའ་བསྩལ་བ། །

བསྟན་པའི་སྦྲེང་པོ་སྦྲེང་བ་ཉིད། །

དེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཟླ་མེད་པ། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ། །

ཞེས་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་མཁན་གྱི་དངོས་སྤྱོད་པ་ལྟ་
བུར་རྟེན་འབྱུང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགལ་
ཉགས་ཏེ། དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དེ། རྟོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པས་རྒྱ་འབྲས་
གྱི་རྟེན་འབྱུང་རྫོས་བཅོས་པ་མ་ཡིན་པར་པར་ངོས་ནས་ཡོད་གི་འདུག་ཅེས་ཤོད་
གྱི་ཡོད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་རང་བཞིན་གྲུབ་པར་
བསྐྱབ་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་བ་འདོད་མཁན་དེས། རྟེན་འབྱུང་གི་གཏན་
ཆིགས་བཀོད་ན་འགལ་ཉགས་ཆགས་གྱི་ཡོད།

ཡང་རྟེན་འབྱུང་གཏན་ནས་ཁས་མི་མེན་ཞིང་། རྒྱ་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་
ཁས་སྦངས་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་བྱེད་པ་པོ་ཉག་གཅིག་རང་དབང་བ་འདོད་མཁན་དེར་
རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་ཡིན། རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་ལ་
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བཀོད་སྒྲུབས། དེ་ནི་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆིགས་
ཆགས་གྱི་ཡོད།

འགལ་བ་དང་ནི་མ་གྲུབ་པར། །

མཐོང་བ་འདི་ཡིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས། །

རི་ལྷ་རའོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས། །

འོ་ན། ཁྱོད་ཀྱི་དགོངས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།

ཁྱོད་ནི་ནམ་ཞིག་སྟོང་བ་ཉིད། །

རྟེན་འབྱུང་དོན་དུ་མཐོང་བ་ན། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་བ་དང་། །

བྱ་བྱེད་འཐད་བའང་མི་འགལ་ཞིང་། །

དེ་ལས་ལྡོག་པར་མཐོང་བ་ན། །

སྟོང་ལ་བྱ་བ་མི་རུང་ཞིང་། །

རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ལ་བྱ་བྱེད་འཛོག་མི་ཤེས་ཤིང་། བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཕན་
གཞོད་འཛོག་སྐབས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་དེ་འཛོག་མི་ཤེས་པར་གྱུར་བས།

བྱ་དང་བཅས་ལ་སྟོང་མེད་པས། །

ཞེས་བས་ཡང་ན་རྟག་མཐའ་དང་ཆད་ལྟར་ལྟུང་བ་གང་རུང་ཆགས་ཀྱི་
ཡོད། དེ་ཡང་སྟོང་བ་ཁས་ལྷངས་ཤིང་། བྱ་བྱེད་འཁྲུལ་བ་རེད། གང་ཡང་མེད་
ཅེས་བརྗོད་ན་ཆད་ལྟ་དང་། ཡང་བྱ་བྱེད་དངོས་སུ་ཡོད་པས་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་
གྲུབ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་རྟག་མཐར་ལྟུང་གི་ཡོད། དེས་ན།

ཉམས་ངའི་གཡང་དུ་ལྟུང་བར་བཞེད། །

ཅེས་གསུངས།

དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་བ་ལ། །

རྟེན་འབྱུང་མཐོང་བ་ལེགས་པར་བསྟགས། །

དེ་ཡང་ཀུན་ཏུ་མེད་པ་དང་། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན། །

ཞེས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་གཞན་ལ་མི་བཟོས་ཤིང་། གཞན་ལ་བཟོས་
མེད་ནམ་མཁའ་མེ་ཏོག་ལྟར་གཏན་ནས་མེད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ཉིན་ནས་བྱུང་བ་
རེད་ཅེས་གསུངས། དེས་ན།

ལྟོས་མེད་ནམ་མཁའ་མེ་ཏོག་བཞིན། །

དེས་ན་མ་བརྟེན་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་གཤམ་ཏེ་ལྟོས་མེད་རང་དབང་གི་སྒོ་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་ན།

རོ་བོས་བྱུང་ན་དེ་འབྱུང་བ། །

རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པ་འགལ། །

དེ་ཡང་།

གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །

དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། གོང་དུ་གང་གང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་བ། །དེ་དེ་
རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས། །ཞེས་པའི་གོ་དོན་འདིར་སྐྱབས་ཡོང་གི་ཡོད། རོ་
བོས་བྱུང་ན་ཁོ་རང་གིས་བྱུང་བ་དང་། ཁོ་རང་གི་རོས་ནས་བྱུང་ན་གཞན་ལ་
བཟོས་མི་དགོས་ཤིང་། དཔེར་ན། ང་ཆོའི་པལ་སྐད་དུ་འང་རང་རྒྱ་འཕེར་ན་གཞན་

ལ་བསྟོས་མི་དགོས་ལ། རང་རྒྱ་མི་འཕེར་ན་གཞན་བསྟོས་དགོས་པ་ཡིན། གཞན་
ལ་བསྟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་རྒྱ་མི་འཕེར་བའི་རྟགས་ཡིན། དེ་ལྟར་ཆོས་གང་
ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་བྱུང་བ་དེ་གཞན་ལ་བསྟོས་ཡོད་ན་རང་རྒྱ་འཕེར་མེད།
རང་རྒྱ་འཕེར་ཡོད་ན་གཞན་བསྟོས་དགོས་དོན་མེད། དེས་ན།

ངོ་མོས་བྱུང་ན་དེ་འབྱུང་བ། །

རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་སྟོས་པ་འགལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས། །

མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་ཡོད་མིན་བསམ། །

ཞེས་པ་ནི། རྒྱན་རྒྱེན་སོགས་གཞན་ལ་བསྟོས་པའི་སྟོན་ནས་བྱུང་བ་ཤིང་
རྟག་ཡིན་སྟབས། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་འགའ་ཡང་མེད་པས་ན།

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་བ་ལས། །

མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་མེད་པར་གསུངས། །

རང་བཞིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་བཙུགས་སུ་མེད་ལ། དེ་ལ་རྒྱན་རྒྱེན་གྱིས་
ཕན་གཞོད་མི་ཡོང་ཞིང་། དེས་ན།

རང་བཞིན་ལྡོག་པ་མེད་པའི་བྱིར། །

ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་འགའ་ཡོད་ན། །

ཞེས་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་བ་མི་ཡོང་ཞིང་། ཉོན་མོངས་སྤྱོད་བ་མེད་ན་སྤྱང་
འདས་ཐོབ་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་བས།

སྤྱང་ན་འདས་བ་མི་རུང་ཞིང་། །

སྤྱོས་ཀྱན་ཕྱོག་བ་མེད་པར་གསུངས། །

དེ་ཕྱིར་རང་བཞིན་རྣམ་གྲུལ་ཞེས། །

སེཁྱེའི་སྤྱ་ཡིས་ཡང་ཡང་དུ། །

མཁས་པའི་ཆོགས་སུ་ལེགས་གསུངས་བ། །

འདི་ལ་སུ་ཡིས་འགོང་བར་རུས། །

ཞེས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པའི་ཐོག་ནས་ཀླན་ཀ་བཙལ་བ་མི་ཡོང་བ་ཡིན།

སྤྱོད་བ་ཉེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་མཐོང་བའི་ཡོན་ཏན་བརྟན་བ།

རང་བཞིན་འགའ་ཡང་མེད་བ་དང་། །

འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་བའི། །

རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་བ་གཉིས། །

མི་འགའ་འདུ་བ་སྤྱོས་ཅི་དགོས། །

ཁ་སང་ཞུས་བ་ལྟར།

སྤྱོད་བ་ཞེས་བྱ་དོན་བྱེད་བ། །

སྤྱོད་པའི་དོན་མིན་བདེན་པས་ཏེ། །

རྟེན་འབྲུང་རྒྱ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས། །

འབྲུང་བའི་དོན་མིན་སྒྱུ་མའི་ཚུལ། །

ཞེས་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་མེད་པ་མིན་ལ། རང་ངོས་
ནས་ཡོད་པའང་མིན་ཞེས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བྱུབ་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་།
ཅོ་ཞེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས།

བརྟེན་ཞེས་ཆོས་ཉིད་མི་འདོར་ལ། །

བརྟེན་ཞེས་པའི་ཆིག་གི་གཞན་ལ་རག་ལུས་བ་དང་། གཞན་ལ་བསྟོས་བ་
གོ་བས། རང་དབང་གིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་མི་འདོར་བ་དང་།

འབྲུང་ཞེས་འཛིག་རྟེན་ཚུལ་ཡང་སྟོན། །

འབྲུང་ཞེས་པས་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དང་། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་འཐད་བ་དེ་
གོ་བྱུབ་ལ། ཐ་སྙད་དུ་བྱུབ་བ་དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་ཡོད།

རིགས་ཚུལ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་པོ་བཞིན། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ཆད་མའི་བཀའ། །

ཞེས་དོ་རྗེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས་དང་། ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་
གཏན་ཆིགས། གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ལྟ་བུས་སྟོང་ཕྱོགས་གཙོ་བོར་
སྒྱུབ་གྱི་ཡོད། རི་ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུབ་བ་དེ་ཁེགས་པ་ཞིག་
ལས། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་བ་དེ་གཏན་ཆིགས་དེ་དག་གིས་དམིགས་བསལ་གོ་མི་བྱུབ་

བ་ཡིན། དགག་བྱ་ངེས་པའི་སྒོ་མ་འདི་ཙམ་ཞིག་འགོག་པ་དང་། འདི་ཙམ་ཞིག་མི་
འགོག་ཅེས་ཐོག་མར་དགག་བྱ་ངེས་པའི་སྒོ་དེའི་ཐོག་གཅིག་དུ་བལ་གྱི་གཏན་
ཆིགས་དང་། ཡོད་མེད་སྒྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས་སོགས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་
ཡོད། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་དེ་གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གོ་སྟབས་ཁག་པོ་ཡིན།
སྐབས་འདིའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པའི་གཏན་ཆིགས་འདིས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་
གོ་སྟབས་བ་ཞིག་ཡིན།

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །

མཐར་ལྷ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། །

ལེགས་གསུང་འདི་ནི་མགོན་ཁྲོད་ཀྱི། །

སྒྲ་བ་སྒྲན་མེད་པའི་རྒྱ། །

འདི་ཀུན་ངོ་བོས་སྟོང་བ་དང་། །

འདི་ལས་འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི། །

ངེས་པ་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་དུ། །

གེགས་མེད་པར་ནི་གོགས་བྱེད་པ། །

འདི་ལས་ངོ་མཚར་གྱུར་པ་དང་། །

འདི་ལས་མེད་དུ་བྱུང་བ་གང་། །

ཚུལ་འདིས་ཁྲོད་ལ་བསྟོད་ན་ནི། །

བསྟོད་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མིན། །

མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས། དེ་ནི་ངོ་
མཆར་བས་ངོ་མཆར། །མད་དུ་བྱང་བས་མད་དུ་བྱང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ཡིན། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་གཅིག་རང་བཞིན་
ཀྱིས་བྱུབ་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་འགོག་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་གཉིས་ནི་
ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་རེད་གིས་ཉམས་ལེན་ཞིག་བྱས་ཀྱང་འདི་ལས་
ལྷག་པའི་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱ་ཞིག་མེད། སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་རྣམས་དགོས་ཀྱང་། ཅ་བ་
འབབ་ས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བབ་དགོས་པས། འདི་ཉིད་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྐྱེད་པ།

མོངས་པས་བྲན་དུ་བཟུང་བ་ཡིས། །

གང་ཞིག་ཁྱོད་དང་ཞེ་འགས་པ། །

དེ་ཡིས་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྒྲ། །

མི་བཟོད་ཀྱང་ལ་མཆར་ཅི་ཡོད། །

རྟེན་འབྱུང་ཁས་མི་ལེན་མཁན་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་བྱུབ་མཐའ་ཡིན་པས་
ཁྱད་པར་མེད་ལ། དེར་ཁག་མེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟར་མིན་པར།

ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་གི་གཅེས་པའི་མཛོད། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཁས་སྒྲངས་ནས། །

སྟོང་ཉིད་ང་རོ་མི་བཟོད་པ། །

འདི་ལ་ཁོ་བོ་ངོ་མཆར་གྱུར། །

རང་བཞིན་མེད་ལ་བགྱི་བའི་སྒོ། །

སྒྲ་མེད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི། །

མིང་ཉིད་གྱིས་ནི་རང་བཞིན་དུ། །

འཛིན་ན་ད་གོ་སྒྲེ་བོ་འདི། །

འཕགས་མཆོག་རྣམས་གྱིས་ལེགས་བསྟོད་བའི། །

འབྱུག་ངོགས་སྒྲ་དང་བལ་གྱུར་བ། །

ཁྱོད་དགྱེས་གྱུར་བའི་ལམ་བཟང་དེར། །

ཐབས་གང་གིས་ནི་བགྱི་བར་བྱ། །

རང་བཞིན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མཐར་ཐུག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྱུང་བ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་མཚན་
བཀོད་པ་དང་། རང་བཞིན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གཙོ་བོ་དེ་རང་བཞིན་
ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ལ་བཀོད་ན། དེ་ནི་རྟ་ཅང་ཡ་མཚན་གྱི་གནས་ཡིན་ཞེས་
གསུངས།

སྟོང་ལ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གསུངས་པས་མཐར་ཉུ་སྟོང་ཞིང་བཀའ་

ཐམས་ཅད་ཆད་མར་བསྐྱབས་པ།

རང་བཞིན་བཅོས་མིན་ལྟོས་མེད་དང་། །

རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་དང་བཅས་མ་གཉིས། །

ཞེས་པའི་རང་བཞིན་ཞེས་པ་ནི་བཅས་སུ་མེད་པ་དང་། ལྟོས་པ་མེད་པ་
རེད་ཅེས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་གཞན་ལ་བསྟོས་པ་དང་། བཅས་མ་ཞིག་ཡིན་
པས། དེ་གཉིས་ནི།

ངེ་ལྟ་བུར་ན་གཞི་གཅིག་ལ། །

མི་འགལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

དེ་བྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གང་། །

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གཤོད་མ་ནས། །

ནམ་པར་དབེན་ཡང་དེར་སྒྲུང་བས། །

འདི་ཀྱན་སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་གསུངས། །

སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་གསུང་གི་ཡོད།

ཁྱོད་གྱིས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ། །

གློ་ལ་བ་འགས་ཀྱང་ཆོས་མ་ཐུན་དུ། །

སྐྱུ་གས་མི་རྟེན་པར་གསུངས་པ་ཡང་། །

འདི་ཉིད་གྱིས་ནི་ལེགས་པར་འཁྱུངས། །

ཤེར་བྱིན་གྱི་དགོངས་པ་འབྲེལ་སྐྱབས། དངོས་ཟིན་ལྟར་དུ་ངོ་བོ་ཉིད་
གྱིས་མ་གྲུབ་ཅེས་བརྗོད་ན་སྒྲུང་འདེབས་ཆགས་གྱི་འདུག་སྟུང་པ་སྟོན་ཆུང་བ་དག་

ལ་མདོ་སྤྲེ་དགོངས་འབྲེལ་ལྟ་བུའི་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་ལ་དགོངས་ནས་རོ་བོ་
ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པ་ལས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རོ་བོ་མེད་པ་མིན་ཞེས་
བཀའ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་ན་གཏན་མེད་དུ་ཐལ་བར་
འགོ་གི་འདུག་སྟུང་པའི་དོགས་པ་སྦྱེས་ཏེ། མདོར་ན་ཤེར་བྱིན་གྱི་དགོངས་པ་
ཡང་གཞན་དུ་བཀའ་དགོས་པ་ནི། བཙུག་ལྷན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གདུལ་བུའི་
དབང་གིས་འབྲེལ་བ་ཤད་འདི་ལྟར་བསྐྱོན་གྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་སློབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་། གདུལ་བུའི་དབང་
གིས་དགོངས་པ་འདི་ལྟར་བྲངས་ནས་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་ལ། འདི་རྣམས་དོན་
ལ་གནས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལ་མགོན་པོ་སྐུ་སྦྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ཙུ་
བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པ་ལས། དངོས་སྤྱོད་པའི་ཙུང་པ་རྣམས་བཀོད་
ནས་ཙུང་ལན་བསྐྱོན་སྐབས།

ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །

ཅེས་སོགས་གསུངས་ཡོད། དངོས་སྤྱོད་པའི་ཙུང་པ་ནི། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་དགོས་
པ་དང་། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་རོ་བོ། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་དོན་བཅས་མ་ཤེས་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
སྐྱོན་དེ་ལྟར་ལྟག་པ་རེད་གསུང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་ནི། བྱིན་ཅི་ལོག་གི་འཛིན་པ་མཐའ་དག་
སེལ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་དམིགས་གཏད་མཐའ་དག་བཤིག་དགོས་པ་དེ་ཡིན།
དེས་ན་ཐ་སྙད་དུ་རང་མཆོན་བཞག་ན་དམིགས་གཏད་བཤིག་མི་སྦྱབ་པས་སྤྱོད་

ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་གསུངས་ཤིང་། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རོལ་མེད། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་
དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྣམ་རྟོག་གི་སྟོས་པ་ཞི་བ་སོགས་གསུང་གི་ཡོད།
སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །

དེ་ནི་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་སྟེ། །

དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །

གང་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །

ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །

དེ་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི། །

ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་པོ་
འདི་དོན་གཉེར་ཡོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྟོ་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

ཅི་སྦྲད་ཅེན་འདི་བཤད་པས། །

མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་ལ། །

སྟོ་འདོགས་པ་དང་སྦྱར་འདེབས་ཀྱི། །

གོ་སྐབས་རིང་དུ་མཇུག་ཕྱིར་རོ། །

འདིས་སྟོ་འདོགས་སེལ་བ་མ་ཟད། སྦྱ་འདེབས་ཀྱང་སེལ་གྱི་འདུག་ཅེས་

གསུངས་བ་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲ་བ་རྒྱ་མེད་པར། །
མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་རྟེན་འབྱུང་གི། །
ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་གཞན་ཡང་། །
ཆད་མར་གྱུར་བར་ངེས་བ་སྟེ། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲ་བ་རྒྱ་མེད་པ་རྟེན་འབྱུང་ངམ་རྟེན་འབྱུང་གི་སྤྲ་བྱ་བ་ཀྱི་ལམ་འདི་
ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱེད་སྤྲ་སྤྲ་ནས། ཀྱན་རྫོབ་པའི་དོན་སྟོན་པའི་གསུང་ལའང་བསྟུ་
བ་མེད་པ་རེད་ཅེས་ཆད་མར་གྱུར་པའི་ངེས་བ་སྟེས་ཞེས་གསུངས་བ་ཡིན།

སྟོན་བ་ཉག་ཅིག་ཀྱི་ལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་ཨི་བསྟུ་བར་བསྟུ་བས་བ།

དོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ། །
ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྟོབ་པ་ལ། །
གྲུང་བ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར། །
ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་ལྟོག་ཕྱིར་དོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པས། །
ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །
ཕྱི་ཕྱིར་སྟོན་ནམས་ཐོས་བ་བཞིན། །

བདག་ཏུ་ཉ་བ་བརྟན་ཕྱིར་རོ།

ཨེ་མཐོ་མཁས་བས་འདི་གཉིས་གྱི།

ཁྱད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་གྱུར་བ།

དེ་ཆེ་ཀར་གི་ཁོང་ནས་ནི།

ཁྱོད་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྲུས་མི་འགྱུར།

ཁྱོད་གསུང་དུ་མ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས།

ཆ་ཤས་རེ་ཡི་དོན་ཅམ་ལའང་།

འོལ་སྤྱི་ཅམ་གྱི་ངེས་ཉིད་བ།

དེ་ལའང་མཆོག་གི་བདེ་བ་སྟེར།

ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས་བ་ལ།

ཀྱི་ཏུད་བདག་སྒྲོ་སྒྲོངས་བས་བཅོམ།

འདི་འབྲེལ་ཡོན་ཏན་སྤང་པོ་ལ།

རིང་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་གྱུར་ཀྱང་།

ཡོན་ཏན་ཆ་ཅམ་མ་འཆལ་རྟོ།

འོན་ཀྱང་འཆི་བདག་ཁར་ཕྱོགས་པའི།

སྒོག་གི་རྒྱན་ནི་མ་བྱུང་བར།

ཁྱོད་ལ་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་བ།

འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟུང་བཞི། །

སྟོན་པའི་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་། །

ཤེས་རབ་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས། །

འཇིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བཞིན། །

ཕུལ་བྱང་ལེགས་པར་ཁྱོད་མཁྱེན་གཞན་གྱིས་མིན། །

བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཟུར་འདོད་ཀྱི་འབྱུག་རྟོགས་སྤྱ་བསྟན་པ།

ཁྱོད་གྱིས་རི་སྟེད་བཀའ་སྩལ་བ། །

རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྒྱུ་ཉེ་འདྲུག།

དེ་ཡང་སྤྱང་ན་འདའ་བྱིར་ཉེ། །

ཞེ་འགྱུར་མིན་མཛད་ཁྱོད་ལ་མེད། །

བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་
འབྱུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་སྟོན་པ་གསུངས་པ་ཤ་སྟག་རེད།
དེས་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་གཞོལ་བ་
དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འབབ་བ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བབ་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་
ཡང་ཆོས་དབྱེད་སྟེང་སྟོན་པ་ལས།

མེ་རྟག་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྟོང་པ་ཞེས། །

ཞེས་གསུངས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་པོས་སེམས་སྟོང་བྱེད་དམ་སྟོང་ལ་ཉིད་

ལ་གཞོལ་བའི་ཐབས་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། མདོར་ན་ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་
མེད་པར་བཟོ་མཁན་དེ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
ལ་གཞོལ་བ་ཞེས་པས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་སྟོན་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འབབ་པ་
ཞེས་པ་ནི་སྟོང་ཉིད་རགས་པ་འཕམ་བདག་མེད་རགས་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་རྣམས་
དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བབ་པ་ཞེས་པས་སྟོང་ཉིད་སྤོ་མོ་སྟོན་པའི་གཞུང་བཅས་ཡིན་
ནོ། །

ཀྱི་མཐོ་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི། །
གང་གི་རྣ་བའི་ལམ་སོང་བ། །
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་འགྱུར་གྱིར། །
ཁྱོད་བསྟན་འཛིན་པར་སྲུ་མི་གྲུས། །

པས་ཞོལ་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། །
ལྷག་འོག་འགལ་འདུས་སྟོང་པ་དང་། །
སྤྱི་སྤྱིའི་དོན་གཉིས་སྟེར་བྱེད་བ། །
ལྷགས་འདིར་ཁོ་མོ་སྟོ་བ་འཕེལ། །

སྟོན་པ་ནི་བཀའ་བྱིན་རྗེས་སྤྱད་ཀྱི་ཕྱི་ལ། །
འདི་ཡི་ཕྱིར་བྱ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི། །
ལ་ལར་སྐྱ་དང་གཞན་བྱ་སྟོག། །

སྤྱག་བའི་གཉེན་དང་ཡོངས་སྤྱོད་ཆོགས། །
གངས་མེད་བསྐྱལ་བར་ཡང་ཡང་བཏང་། །

གང་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ཡིས། །
ལྷགས་ཀྱས་ཉ་ལ་རི་བཞིན་དུ། །
ཉིད་ཀྱི་སྤྱགས་བྲངས་ཆོས་དེ་ནི། །
ཁྱོད་ལས་མ་ཐོས་སྐལ་བ་ཞན། །

དེ་ཡི་ཐུང་ན་སྤྱགས་ཀྱིས་ནི། །
སྤྱག་བའི་བྱ་ལ་མ་ཡི་ཡིད། །
རྗེས་སུ་སོང་བ་རི་བཞིན་དུ། །
བདག་གི་ཡིད་ནི་གཏོང་མི་བྱེད། །

འདི་ལའང་ཁྱོད་གསུང་བསམས་པ་ན། །
མཆན་དཔའི་དཔལ་གྱིས་རབ་ཏུ་འབར། །
འོད་ཀྱི་བྲ་བས་ཡོངས་བསྐྱོར་བའི། །
སྟོན་བ་དེ་ཡི་ཆངས་དབྱངས་ཀྱིས། །

འདི་ནི་འདི་ལྟར་གསུངས་སྟུང་དུ། །
ཡིད་ལ་སྤྱབ་པའི་གཟུགས་བརྟན་ནི། །
ཤར་བ་ཙམ་ཡང་ཆ་བ་ཡིས། །
གསུང་ལ་ཟླ་ཟེར་བཞིན་དུ་སྟོན། །

སྟོན་པའི་དགོངས་པ་བཅའ་ཉི་བརྟེན་ནས་བྱས་པ་སྦྱིས་རྒྱུ་ཡ།

དེ་ལྟར་མད་དུ་བྱང་བ་ཡི། །

ལུགས་བཟང་དེ་ཡང་མི་མཁས་པའི། །

སྦྱེ་བོས་བལ་བ་རྩ་བཞིན་དུ། །

ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཇིངས་པར་བྱས། །

བལ་བ་རྩ་བཞིས་པ་ནི་རྩ་བཞི་གི་མིང་ཡིན་ལ། རྩ་འཇིངས་ནས་སྟོན་མཁན་
ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བརྟེན་གྱི་ཡོད།

ཚུལ་འདི་མཐོང་ནས་བདག་གིས་ནི། །

འབད་བ་དུ་མས་མཁས་པ་ཡི། །

རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། །

དགོངས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅའ་། །

རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་
ནམ་གཞག་གསུངས་པ་ནམས་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུང་མདོ་སྟེ་
དགོངས་འབྲེལ་ལྟ་བུའི་ནང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད་ལ།
ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོའི་ནང་བྱེད་ལོན་འགོག་པ་ལྟ་བུ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་
བཅོམ་ལྡན་རང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ལའང་མི་འདྲ་བ་དང་། དེ་དང་མཚུངས་པར་འབྲེལ་
བྱེད་ཐོགས་མེད་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གཞུང་དང་། ཟླགས་སྤང་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་གཞུང་
སོགས་སུ་གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མདོ་ཡི་དགོངས་པ་བཀའ་བ་སོགས།

མདོར་ན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་སྤྲས་ཀྱི་ཐུ་བོ་སློབ་དཔོན་ཀ་ལ་ཤིའ་ལའི་མདོ་
སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་དགོངས་པ་དོན་དམ་བར་མ་གྲུབ་པ་དེ་འགྲེལ་
བྱེད་ཀྱི་གཞུང་རེད་ཅེས་ངེས་དོན་གྱི་མདོའི་གྲས་སུ་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་རིགས་ལ་
གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན། མཁས་པ་དུ་མའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་དགོངས་
པ་དེ་བཙལ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ཆེ་རང་གཞན་སྡེ་པ་ཡི། །

ཞེས་གསུངས་པའི་རང་གཞན་གྱི་སྡེ་པ་ནི། རང་སྡེ་དབུ་མ་པ་དང་། གཞན་
སྡེ་དངོས་སྤྱོད་བར་འཛོག་དགོས་སམ་སྤྱུལ། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་མི་གནས་པའི་
སྤང་འདས་ཁས་ལེན་མཁན་གྱི་རང་སྡེ་དང་གཞན་སྡེ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། སྐབས་
འདིར་དབུ་མ་པ་དང་དངོས་སྤྱོད་བ་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་ཡིན།

གཞུང་མང་དག་ལ་སྤྲངས་པ་ན། །

བྱི་བྱིར་ཐེ་ཆོམ་བྲ་བ་ཡིས། །

བདག་གི་ཡིད་ནི་ཀུན་ཏུ་གདུངས། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲ་མེད་ཐེག་པའི་ཚུལ། །

ཡོད་དང་མེད་པའི་མཐའ་སྤངས་ཏེ། །

རྗེ་བཞིན་འགྲེལ་བར་ལུང་བསྟན་པ། །

ལྷ་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་ཀྱུན་འཛི་ཆུལ། །

དི་མེད་མཁྱེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས། །

གསུང་རབ་མཁའ་ལ་ཐོགས་མེད་རྒྱ། །

མཐར་འཛིན་སྟིང་གི་ཐུན་པ་སེལ། །

ལོག་སྒྲུའི་རྒྱ་སྐར་ཟེལ་གཞོན་པ། །

དཔལ་ལྷན་རྒྱ་པའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི། །

འོད་དཀར་འཕྲེང་བས་གསལ་བྱས་པ། །

སྒྲ་མའི་དིན་གྲིས་མཐོང་བའི་ཆེ། །

བདག་གི་ཡིད་ཀྱི་ངལ་གསོ་ཐོབ། །

ལུང་བསྟན་ཉིད་པའི་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞུང་མེ་ཉོག་
ཀྱུང་འཆལ་ནམས་མཆོན་མོ་མེ་ཉོག་ཁ་བྱེ་ཞིང་། ཉེན་མོ་ཁ་བྱུམ་པ་དཔེ་ལ་བཀོད་
ནས། རྒྱ་པའི་འོད་ཟེར་གྲིས་མེ་ཉོག་ཁ་བྱེ་པའི་ཀྱུང་ལྟ་བུའི་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞུང་དེ་མི་
མ་མེད་པའི་མཁྱེན་རབ་ཀྱི་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས་ཤིང་། གསུང་རབ་མཐའ་ལས་པ་
མཁའ་དང་མཚུངས་པ་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱ་ཞིང་། ཉག་མཐའ་དང་ཆད་མཐའི་
མཐར་འཛིན་གྱི་སྟིང་གི་ཐུན་པ་སེལ་བ་དང་། ལོག་སྒྲུའི་རྒྱ་སྐར་ཟེལ་གྲིས་གཞོན་
པའི་རྒྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་ལེགས་བཤད་དེ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་བྲགས་པས་
མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་དེ་ཉིད་རྒྱ་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་
ལེགས་བཤད་དེས་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་ཀྱུང་འཆལ་དེ་ཁ་བྱེ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་གསུངས་
པ་ཡིན།

མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི།
མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི།
དེ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་མཁས་པ་ཡིས།
འདི་ལས་སངས་རྒྱས་རྗེས་བློས།

སྟོན་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བྱུང་ཏེ།
རྒྱལ་བའི་གསུང་ལ་སྦྱངས་པ་མི་དཔལ་ཞིང་།
ནལ་འབྱོར་སྦྱོར་ལ་བཙོན་པའི་དགེ་སྦྱོར་ཞིག།
བར་སྦྱོར་ཆེན་པོ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་གྱུས།

བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཏུ་གནས་པའི་བསྟོ་སྟོན་མཛད་པ་ཕྱུལ།

སྟོན་པ་ཁྲ་མེད་པའི་བསྟན་པ་དང་།
མཛལ་བ་འདི་འདྲ་སྒྲ་མའི་བྲིན་ཡིན་པས།
དགེ་བ་འདི་ཡང་འབྲོ་བ་མ་ལུས་པ།
བཤེས་གཉེན་དམ་པས་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ།

གོང་ཁྱས་ལྟར་སྦྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་སངས་
རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་བཅས་
གསུམ་ཡིན། ང་ཆོ་བོད་ལ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་དར་སོ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟབས། ཁྲ་
མ་ལ་སྦྱབས་སུ་མཆིའི་ཞེས་པ་དབྱར་སྦྱར་བ་ཞིག་དང་། ཁྲ་མ་དེ་ཡང་ས་ཟིན་
པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། མི་སྟོབ་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཁྲ་མ་དང་། སྟོབ་པའི་དགེ་འདུན་

གི་ཁྲ་ལ། ཡང་སོ་སྤྱིའི་རྟེན་ཅན་གི་ཁྲ་མ་བཅས་ཡོང་བ་ཡིན། གང་ལྟར་ཡང་
དགོན་མཆོག་གསུམ་ངོ་སྟོན་བྱེད་མཁན་དང་། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ལུང་གི་ཆོས་ངོ་
སྟོན་ནས། རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་རྣམས་ཉམས་
སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་ངོ་སྟོན་མཁན་དེ་འབྲང་ཆོར་དགོས་པ་ཡིན།

སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་འཕམ་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་ནི་སངས་རྒྱས་
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཞལ་བཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་མཇུག་པ་ལས། དེ་མིན་
ང་ཆོས་མཇུག་མི་བྱུང་ཅིང་། སྟོབ་པའི་དགེ་འདུན་ཡང་པལ་ཆེར་ཁག་པོ་ཡིན།
འཕགས་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་སྤྲས་པའི་རྣམ་འབྱོར་བ་རེ་བྱུང་ཡོད་ཤིང་ཤིང་ཆེ།
དེ་མིན་འདི་དང་འདི་ཞེས་མཇུ་བ་མོ་འཇུགས་ས་གཏན་ནས་མེད། གཞན་ལྟ་བུ་
སྟོས། སྤར་བཟ་གིས་འབྲིལ་དུ་དགེ་བཤེས་གིས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྟོགས་པ་
བརྟེན་ཡོད་ཅེས་གསུང་སྟོལ་ཡོད། དེར་སྐབས་གྲ་སའི་ནང་དགེ་བཤེས་སྟོང་
ཕྲག་ཁ་ཤིང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནང་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཆོགས་ལམ་གི་
རྟོགས་པ་བརྟེན་པ་ཞིག་འཛོག་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད་འདུག ད་ནི་དགེ་བཤེས་གི་ནང་
དུ་དགེ་བཤེས་འདི་ཆོགས་ལམ་པ་དང་། དགེ་བཤེས་འདི་སྦྱོར་ལམ་ཆོགས་
ལམ་གི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པ་རེད་ཅེས་པ་འདི་འབྲང་དགོས་གི་འདུག སྤགས་གི་ལམ་
སྟོན་མ་བརྒྱབ་ན་རེ་བ་རྟོག་ཅམ་ཡོད་པ་ལས་དེ་མིན་མཐོང་ལམ་པལ་ཆེར་ཁག་
པོ་ཡིན། སྟོང་ཉིད་གི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་མིན་པར། ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེར་
གནད་དུ་བསྟུན་ནས་དེས་གོགས་བྱས་པའི་སྟོན་སྟོང་ཉིད་གི་ལྟ་བུ་བོགས་
འབྲིན་པ་ཡོང་བ་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་མཐོང་ལམ་ལའང་ན་ཅོག་གིང་ཅམ་

དེ་བྱེད་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་མིན་གངས་མེད་དང་པོ་དང་། གངས་མེད་གཉིས་པའི་
ཆོག་ས་བསགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཉ་ཅང་ཐག་རིང་པོ་ཡིན།

དེས་ན། གླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་པ་ནི་མཆོག་གསུམ་རང་ལ་ངོ་
སྤྱད་ཅིང་། ལུང་གི་ཆོས་བསྟན་ནས་མཆོག་གསུམ་ངོ་སྤྱད། དེ་ནས་ལུང་གི་ཆོས་
ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ཏུ་
ཐངས་ནས་རང་གི་རྒྱད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་རང་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒོམ་
པ་སྦྱིན་མཁལ་གྱི་མཁལ་པོ་དགོས་ལ། དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒོམ་པ་
རྟེན་གྱི་བྱང་ནས་ཐངས་ཆོག་ཀྱང་། གླ་མའི་བྱང་ནས་ཞུས་ན་བྱང་སྒོམ་སྦྱིན་མཁལ་
གྱི་གླ་མ་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒོམ་པ་ཞུ་བ་ལའང་གླ་མ་དགོས་པས་
གླ་མ་ལོགས་སུ་བྱེ་ནས།

གླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། གླ་མ་མཆོག་གི་དབང་ཏུ་བྱས་ན། སངས་རྒྱལ་དགོན་
མཆོག་དང་། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གཉིས་སུ་མ་འདུས་པའི་གླ་མ་ཞིག་མེད་
ལ། གླ་མ་པལ་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་ན། སོ་སྐྱེའི་གླ་མ་ཡོང་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འིན་གྱི་
ངོས་ནས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ང་ཆོས་དངོས་སུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ནས་ཞུ་
མེད་ལ། སྒོམ་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་བྱང་ནས་ཀྱང་ཞུ་ཉ་ཅང་ཐག་པོ་ཡིན། དེས་ན་
གླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། རང་ཉིད་རྟོགས་པ་མཐོན་པོ་གང་
འཆམས་སོན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ས་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱང་ནས་

གདམས་པ་ཁྱབ་དང་། མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་མདུན་ནས་གདམས་དག་ཁྱབ།
ལོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ནས་གདམས་པ་ཁྱབ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་
བར་སོ་སྐྱེ་ཐ་མལ་པའི་སྒྲ་མ་དེར་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན།

དེས་ན། བོ་རྟོ་བས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཞེས་པ་དེ་
རང་ཉིད་ལས་རྟོགས་པ་གང་འཆོམས་བརྟེན་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་གདམས་པ་སྟོན་
མཁན་དང་། སོ་སྐྱེ་ཐ་མལ་པའི་སྒྲ་མཐའ་ད་ལྟ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་མཇུག་པའི་
སྒྲ་མ་དེ་ར་ཆོ་སྤྱ་གོ་ཐེབས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བཟའ་བཏུང་སྤྱིན་མཁན་ལྟ་བུ་
ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་དངོས་གནས་རེད་འདུག། སྒྲ་མ་མཆོད་པ་ལས།

སངས་རྒྱས་བྱངས་མེད་བྱོན་པས་མ་བྱུལ་བའི། །

མ་བྱུངས་འདུལ་དཀའི་སྟོགས་དུས་འགྲོ་བ་ལ། །

བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་རི་བཞིན་སྟོན་པ་ཡི། །

སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་ངོས་ནས་
སྤར་བརྗོད་ཟེན་པ་ལྟར། སྤར་འཇར་མན་ནས་ཡིན་པའི་ཨ་ཅག་ཅིག་ཡོད་པ་ཁོང་
ནང་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་འབྲུག་ཏུ་བསྐྱོད་སྐབས་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟན་འདས་
ལས་སྒྲ་མ་ཅ་ཆེ་བར་བཅིས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱ་ཐང་གི་ནང་དུ་འང་ཡ་གིའི་སྒྲ་མ་ཡི་
དམ་གཙུག་པོར་བྱས་པ་ལས། བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་ཞེས་འོག་ཏུ་ཡོད་
སྟབས། སངས་རྒྱས་འོག་ཏུ་བཞག་པ་དང་། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ཞེས་རྗེ་ག་པོ་དེ་འདྲ་
གོང་དུ་འཛོག་པ་དེར་སྤང་བར་བྱིན་མ་སོང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། དེ་བདེན་པ་

རེད།

ཕན་མཛད་དེ་ཡི་བསྟན་པ་འང་སྲིད་པའི་མཐར། །
ངན་རྟོག་རྒྱུད་གིས་རྣམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་། །
བསྟན་པའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་ལ། །
ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་རྟག་ཏུ་གང་བར་ཤོག །

སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བསྟན་པའི་རྣམ་
གཞག་རིམ་ལྟར་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་གེད་
དགོས་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

བརྟན་ནས་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་གསལ་མཛད་བ། །
ཐུབ་པའི་ལུགས་བཟང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །
ལུས་དང་སློག་ཀྱང་བཏང་ནས་འཛིན་པ་ལ། །
སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་སྟོད་པ་མ་གྱུར་ཅིག །

འདྲེན་པ་མཆོག་དེས་དཀའ་བ་དཔག་མེད་ཀྱིས། །
ནན་ཏན་སྦྱིང་པོར་མཛད་ནས་བསྐྱབས་པ་འདི། །
ཐབས་གང་ཞིག་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་སྟམ་པའི། །
རྣམ་པར་དཔྱོད་པས་ཉིན་མཆོན་འདའ་བར་ཤོག །

ལྷག་བསམ་དག་པས་ཚུལ་དེར་བརྟོན་པ་ན། །

ཆངས་དང་དབང་པོ་འཛིག་རྟེན་སྐྱོང་བ་དང་། །

ལེགས་ལྷན་ནག་པོ་ལ་སོགས་སྤང་མས་ཀྱང་། །

གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་གྲོགས་བྱེད་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་སློ་བཟང་གྲགས་པས་མཛད་པའོ། །

རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ་ནི་བསྟོད་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་
ཕྱིན།

གཙུག་པོ་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་
བསྟོད་པ་དེས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྣམ་གཞག་གཙུག་པོར་གསུང་གི་
ཡོད། དགོངས་པའི་མཐར་ཐུག་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་དེའི་
ཐོག་ཏུ་བབ་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་ནས། རྗེ་
བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱང་པེས་ལེགས་བཤམ་སྦྱིང་པོར་གསུངས་
ཡོད། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བསྟོད་པའི་བསྟོད་སྤངས་དེ་ཡང་། རྟེན་འབྱུང་གསུངས་
པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་བསྟོད་པ་མང་ཆེ་བ་འདི་ལྟར་རེད་འདུག་ཅེས་གསུངས་
ཡོད། དེས་ན་རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་གལ་གནད་ཆེ་ལ། ཅ་བ་ཆེ་བ་
ཡིན་ལུགས་རྣམས་གསུང་གི་ཡོད། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་དབྱུ་མ་ཅ་བ་ཤེས་
རབ་ཀྱི་མཆོད་བརྗོད་ལས།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། །

ཞེས་སོགས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ་ལས།

གང་གིས་སྐྱེ་དང་འཇིག་པ་དག །

ཚུལ་འདི་ཡིས་ནི་སྤངས་གྱུར་པ། །

རྟེན་ཅིང་འབྱུང་བ་གསུངས་པ་ཡི། །

ཐུབ་དབང་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་བཙེམ་ལྡན་ལ་བསྟོད་པ་པལ་མོ་
ཆེ་རྟེན་འབྱུང་རང་དབང་གི་སྟོན་མ་འདོམས་པ་རེད་ཅེས་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་
བསྟོད་ཕྱག་མཇུག་གི་ཡོད།།

དེས་ན་བཙེམ་ལྡན་འདས་ལ་བསྟོད་པའི་སྟོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་རྟེན་
འབྱུང་གི་ལྟ་གྲུབ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་དེ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་ལ་དངོས་གནས་
ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་དང་། བསྟོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། སངས་རྒྱུས་
ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་སྟེང་པ་དེ་ཡང་། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱུད་སྟེང་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་ནང་དུ་སངས་རྒྱུས་
པའི་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་སྟེང་གི་ཡིན་ན། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་
བར་བསམ་སྒོ་ཡག་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་ཤོད་སྐབས་
གཏན་ཆོག་ས་བཞེད་ནས་བསྐྱབ་བྱ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྐྱབ་པ་སོགས་གསུང་
སྐབས། ཞར་ལ་གཏན་ཆོག་ས་ཀྱི་འགོ་སྤངས་ཀྱང་ཤེས་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་
མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་རང་ཉིད་ཀྱང་། དབུ་མའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བ་རེད། དེ་དང་

ཆབས་ཅིག་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་སྐོར་རྣམས་ཉ་ལས་པ་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ང་
ཆོའི་ཁ་རྒྱན་ལའང་། དབུ་མཛད་སེང་གེ་མཛིང་སྟོལ་ཞེས་བཞེད་སྟོལ་ཡོད། དེ་
ཡང་ལྟ་བ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་དང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་དང་། བ་རོལ་པོའི་
འདོད་པ་འགོག་པའི་གསལ་བ། རང་གི་ལུགས་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་བཅས་
རྟགས་དང་གསལ་བ་རྣམས་ཆད་མའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་སྐྱབ་སྐྱབས།
དབུ་མཛད་སེང་གེ་མཛིང་སྟོལ་ཞེས་བ་དེ་ཆགས་པ་ཡིན།

ས་དགེ་བཀའ་རྟེན་གྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བབ་ཚུལ།

དེ་ཡང་བསྟན་པ་སྤྱི་མཆན་དང་། གང་ཟག་སྟོས་མཆན་ཞེས་ཡོད་པ་ལས།
གང་ཟག་སྟོས་མཆན་ནི་བསྟན་འགྲུར་ནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། རོ་རྩའི་ཐོག་ནས་གང་
ཟག་རྒྱད་སྟེན་ཅིང་རྒྱད་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྲིད་ལུགས་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད།
ཅིག་ཅར་བའི་ལུགས་དང་། རིམ་སྐྱེས་པའི་ལུགས་ཞེས་གཉིས་བསྟན་འགྲུར་གྱི་
ཀ་དཔེའི་ནང་ཡོད།

དེ་ནི་གང་ཟག་སྟོས་མཆན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འབྲིད་པ་དེ་ཡིན།

བསྟན་པ་སྤྱི་མཆན་དང་། གང་ཟག་སྟོས་མཆན་ཞེས་པ་ནི་སྤྱལ་སྤྱི་
གསུང་རབ་པས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་སྐོར་ཕྱག་དཔེ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་
ཡོད་ལས་ཆེ། འོན་ཀྱང་ངོས་ནས་མཛུམ་མ་བྱུང་། སྤྱལ་སྤྱི་གསུང་རབ་པ་ནི་ང་
ཆོའི་གོང་གི་མི་ཐོག་དེར་བྱོན་པ་ཞིག་ཡིན། ང་གཞོན་ཅུའི་སྐབས་སུ་ཡོད་པ་
ཞིག་རེད་འདྲག སལ་ཆེར་བྱེ་ལོ་ ༡༩༥༠ ནང་གཞུགས་པ་ཞིག་མིན་ནམ། ཁོང་

ནི་ཉ་ལས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་དང་། སྤྲ་མ་འདྲམ་རོལ་པའི་སློབ་མ་ཞིག་ཡིན་
འདུག དགེ་ལུགས་པའི་དགེ་བཤེས་ཤིག་ཡིན་ནའང་རྫོགས་ཆེན་གྱི་གཞུང་ཆ་
ཆང་རང་གིས་གསན་པ་དང་། ཉམས་སུ་བཞེས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་
རྫོགས་ཆེན་གྱི་ལྷ་བ་དེ་ཡང་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་སློ་འདོགས་ཆོད་པ་ཞིག་
རེད་འདུག།

མདོ་ཡི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ལྷ་བའི་སློ་འདོགས་ཆོད་པ་ཞིག་དང་། ལུགས་
སྤྲ་མེད་དང་འབྲེལ་ནས་རྫོགས་ཆེན་དང་། ལུག་ཆེན་སྒྲོམ་པ་དག་གི་སློ་འདོགས་
ཆོད་པ་སོགས་ཉ་ལས་པའི་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ལྷ་ཁོང་གིས་བསྟན་པ་
སྤྱི་མཆན་དང་། གང་ཟག་སྒྲོམ་མཆན་ཞེས་གསུངས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་
པོ་ཞིག་འདུག།

ལྷག་པར་ཁོང་ནི་སྤྱི་མདུན་སྤྱི་ཤོང་མའི་སྐབས་ཀྱི་དུས་བབ་ཀྱི་གཏེར་སྟོན་
བསོད་ཀྱལ་གྱི་དབང་ནས་གསུང་ཆོས་མང་པོ་གསན་འདུག ཉ་ཅང་མཁས་པ་ཆེན་
པོ་ཞིག་རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ལྷ་འགྲུང་རྟིང་མའི་ནང་ནས་དོ་བྱུབ་འདིགས་
མེད་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་སློབ་མ་སྤྱལ་སྤྱི་ཚུལ་གླིམས་བཟང་པོ་འཕེལ་སྤྱོད་ཡང་
རང་ལུགས་རྟིང་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྷ་ཁོང་གཞུང་ལ་དོ་བྱུབ་འདིགས་མེད་བསྟན་པ་ཉི་
མ་ཡང་རྗེའི་གསུང་དང་། དེ་ལྷ་ཆོད་གྱི་གཞུང་ཆ་ཆང་མཁྱེན་པའི་ཐོག་ནས་རྫོགས་
ཆེན་འགྲེལ་བཤད་བསྟོན་སྐབས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཟབ་ལ་གསལ་བ། གོལ་
ས་ཆོད་པ་ཞིག་འདུག དེ་མིན་རྟོགས་པ་མཐོན་པའི་ཆོས་སྐད་ཅིག་གསུངས་པའི་
རིགས་གཅིག་གསལ་པོ་དེ་ཙམ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག དཔེར་ན་ཆོས་རྟིང་

མཛོད་ལྷ་བྱ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཞིག་རེད། ང་ལ་ཆ་མཆོན་ན། སྤྱིང་ཉིག་ཞུས་
ནས་ཆོས་ཉིད་མཛོད་ཆགས་མེད་འདོན་དགོས་སྐབས། འཆར་ཅན་དུམ་བྱར་
བགོས་ནས་འདོན་གྱི་ཡོད། བྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྐབས་ཤོག་བྱ་རེ་རེ་སྒྲིག་ནས་འགྲོ་
གི་ཡོད། དེས་ན་རྟོགས་པ་མཐོན་པོའི་དོན་ལྷ་བྱའི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་
སྐབས། སྐབས་རེ་ཐ་སྐད་ལ་མི་འཇུག་པ་ལྷ་བྱ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་གི་གནད་
འགག་ནམས་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། གང་ལྟར་རྫོགས་ཆེན་གྱི་ལྷ་བ་ནི།

དེ་བྱིར་ཆེས་གསང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ནི། །

དབྱིངས་ལས་མ་གཡོས་རྩལ་ནམས་གཞི་ལ་འབྱོལ། །

ཞེས་པ་ལྟར། འདི་ནི་སྤྲལས་སྒྲ་མེད་གྱི་སེམས་དབེན་གྱི་ཉམས་ལེན་ནས་
བཟུང་སྟེ་ཉག་ཉག་སྒྲེབས་ཡོད། འདིས་མཆོན་གཞུང་རབ་འབྱམས་ལ་གོ་བ་
ཆགས་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་
རྒྱན་གྱིས།

ངེས་དོན་ལུང་རིགས་ལ་མཁས་ཤིང་། །

ཉམས་སྤོང་ཅན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བས། །

བཙལ་ན་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ནི་འཁྲལ་མེད་རེད། དེས་ན་ང་ཆོ་ས་སྐྱ་བ་ཡིན། ང་ཆོ་རི་
བོ་དགེ་ལུགས་པ་ཡིན། ང་ཆོ་ལྷ་འགྲུང་རྩིང་མ་ཡིན། ང་ཆོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཡིན་
ཞེས་ཆིག་སྒྲན་ཆེགས་གྱི་ཐོག་ནས་འགའ་ཞིག་གིས་དབྲེ་བ་ཡོད་པ་ལྷ་བྱ་ཤོད་གྱི་

འདུག་པ་དེ་ལྟར་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མིན། ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་
དགོངས་པ་རྣམས་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་པ་དང་། གཞུང་རྣམས་ཀྱང་རྒྱས་ཡོད་པ་
ཞིག་ཟེད་དགོས།

རྗེ་མིན་པོ་ཆེའི་གཞུང་ལ་མཆོན་ནའང་། མདོ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱུ་པ་མིན་པར་
ལྷགས་སྒྲུ་མེད་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་དང་འབྲེལ་ནས་བྱིན་ན་ལྷག་མཐོང་ལ་འཛོག་སྒྲོམ་
དགོས་པ་ཏྲ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། དུག་ཆེན་དང་རྫོགས་ཆེན་གྱིས་འཛོག་སྒྲོམ་
གསུངས་པ་ལས་དབྱེད་སྒྲོམ་གསུང་གི་མེད། དབྱེད་ན་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་འཕེལ་
ཡོང་གི་རེད།

འཛིན་པ་བྱུང་ན་ལྟ་བུ་མིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱོད་རྣམས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡང་
སྤྱིར་ལྷག་མཐོང་ལ་དབྱེད་སྒྲོམ་ཡིན་ན་ཡང་། བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་
ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་སྐབས་སུ་འཛོག་སྒྲོམ་འབའ་ཞིག་ཡིན། དེ་དག་གཞུང་གོང་
འོག་ཆང་མ་བསྐྱེགས་ནས་བལྟས་ན་ཤེས་རྟོགས་ལུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མིན་དགེ་
ལུགས་པའི་ནང་དུ་ཡང་། ལྷག་མཐོང་ལ་འཛོག་སྒྲོམ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགའ་
ཞིག་ཡ་མཆོད་ལྟ་བུར་བཅིས་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་བྱུག་དཔེ་དེ་དག་མ་མཐོང་ཞིང་།
གནས་ཚུལ་ཡོངས་རྫོགས་མ་ཤེས་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་རྙིང་མ་དང་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལྟ་བུས་དགེ་ལུགས་པ་ལ་དབྱེད་
སྒྲོམ་ལས་འཛོག་སྒྲོམ་མེད་སྐབས་རྟོགས་པ་སྤྱི་གི་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་
གི་ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་མིན། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་རྟོགས་བརྗོད་མཁུ་

ལེགས་མ་ལས།

དེ་ཕྱིར་རྒྱན་དྲུག་མཆོག་གཉིས་ཞེས་གྲགས་པའི།

གཞུང་ལ་སྟོགས་རེ་བ་དང་རགས་པ་རེས།

འཆིམས་པར་མ་བྱས་ཀྱན་ལ་ཞིབ་ཏུ་སྦྱངས།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ས་དགེ་བཀའ་རྩིང་གི་གཞུང་ལུགས་སྟོགས་རེ་བ་
མིན་པར་ཀྱན་ལ་འཛིས་པར་བྱས་པ་དང་། དེ་ཡང་རགས་པ་ཙམ་མིན་པར་དབྱང་
བ་ལྷ་མོ་བྱས་ཏེ་འགྲོ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད་
འདུག

ཕྱིར་བཏང་དེར་སྐབས་ས་དགེ་བཀའ་རྩིང་རྫོན་དང་བཅས་པ་རིས་སུ་
མ་ཆད་པའི་ཆོས་ལུགས་དབར་གྱི་མ་ཐུན་སྤྲིལ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། དེ་བཞིན་
པོན་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ད་དུང་ཡང་འདྲོད་
པ་མི་མ་ཐུན་པ་དང་། ལྟ་བུ་མི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་འོད་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོང་
གི་འདུག ད་དུང་ལྟ་བུ་ཐབ་ལོས་བཤད་པ་ནི་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་ཡིན། ང་རང་
ངོས་ནས་དངོས་གནས་རྩིང་མའི་ཆོས་དང་། ལྟག་པར་རྫོགས་ཆེན་གྱི་རྒྱུད་ལུང་
མན་ངག་གི་གཞུང་རྣམས་ཀྱང་ཁྱེད་ཡོད། རྫོགས་ཆེན་ལ་ཆ་མཆོན་ན་རྫོགས་
ཆེན་གྱི་སེམས་སྡེ་དང་། རྫོགས་ཆེན་སྒོང་སྡེ། རྫོགས་ཆེན་མན་ངག་གི་སྡེ་
བཅས་དང་། མན་ངག་གི་སྡེ་ལའང་གྱི་སྒྲོར་དང་། གང་སྒྲོར། གསང་སྒྲོར། ཡང་
གསང་སྒྲེལ་མེད་དང་བཅས་པ་ཆང་མ་ཐོབ་ཡོད། དེ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པ་ཙམ་ལ་ཆ་མ་
བཞག་པར་དཔེ་ཆ་ལ་བལྟས་པ་དང་། བསམ་སྒྲོ་བཏང་། དབྱང་བ་བྱས།

བསྐྱེམས་ནས་ཉོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་གི་མི་འདུག་ཀྱང་། གང་ལྟར་ཐོས་བསམ་གྱི་
སྒྲིབ་འདོགས་ཆོད་པར་པལ་ཆེར་བརྗོད་ཐུབ་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་དང་། གཞན་ཡང་ས་སྤྱོད་པའི་ལམ་
འབྲས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ཀྱང་ཞུས་སྟོང་། ལམ་འབྲས་ཞུས་ཏེ་ལམ་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུད་
གསུམ་དང་། སྤང་གསུམ་སྐབས་ཀྱི་ལྟ་བར་སྟོབ་སྟོང་བྱས། བསམ་སྟོབ་ཀྱང་།
དེ་ཡང་བཙེ་བརྒྱད་ཁྲི་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱོད་ཐུང་ནས་ལམ་འབྲས་སྟོབ་བཤད་ཀྱི་བཀའ་
ཁྲིད་ཆ་ཆར་ཞུས་ཏེ་འདི་ལྟར་བསམ་སྟོབ་གཏོང་སྐབས། དངོས་གནས་དེ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་ བོད་ཀྱི་སྟོན་གྱི་ས་དག་
བཀའ་རྟེན་རིས་སྤྱོད་མ་ཆད་པའི་སྤྱོད་བྱ་དཔེ་པ་རྣམས་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་དཔྱད་
ཆེན་པོ་དང་། བསྟན་པའི་བྱ་བ་རྒྱལ་ཆེན་འདི་ལྟར་མཛད་འདུག་སྟེ་ལྟ་
རངས་དང་དད་གྲུས་སྦྱེ་བ་ཞིག་འདུག་ ཅོད་པ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་མིན་པར་དད་
གྲུས་སྦྱེ་བའི་ཕྱོགས་ཡིན།

གང་ལྟར་རང་ཆོས་སྤྱིར་འཛུལ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཆོས་ལུགས་ཆར་
མར་གྲུས་ཞབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཡང་སྟོས་བོད་གངས་ཅན་སྤྱོད་ཀྱི་
སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་ཆོས་རྒྱུད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་ལའང་དག་སྤང་
སྤྱངས། དག་སྤང་སྟོང་སྤངས་དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱས་ན་དག་སྤང་
སྦྱེ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པར་དག་སྤངས་པ་ཞིག་གིས་རྟེན་མའི་
དཔེ་ཆར་ལག་པ་འཆང་ནའང་དོལ་རྒྱལ་གྱིས་གཞོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་བཤད་
པ་དང་། རྟེན་མ་དང་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ལྟ་བུས་དག་སྤངས་པའི་དཔེ་ཆ་བསྟན་ན་

དེ་ནི་རྟོག་གེ་མགོ་མཁྱེགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་རེད་ཅེས་དོ་སྣང་གཏན་ནས་མེད་པ་ལྟ་བུ་
བྱས་ན་སྤྱིང་པོ་གང་ཡང་མེད། ཆང་མས་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་ལྟ་
དགོས་པ་ཡིན།

དེ་དག་ད་ལྟ་སློབ་སྤྱལ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་ཆེ་བ་མེད། འོན་ཀྱང་
ངོས་ནས་ཞར་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། བྱེད་རང་ཆོ་རིམ་བཞིན་ནར་སོན་ཏེ་དོ་སྣང་བྱས་
ཏེ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། གཞུང་ཆང་མར་བལྟས་ན།

གཞུང་ལ་སློགས་རེ་བ་དང་རགས་པ་རེས། །

འཆིམས་པ་མ་བྱས་པར་ཀུན་ལ་ཞིབ་ཏུ་སྦྱངས། །

ཞེས་པ་ལྟར་ཡོང་བ་དང་། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བཞི་ལམ་གྱིས་འབྲེར་
ཞེས་པ་དེ་ཡང་ཡོང་བ་ཡིན།

ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་འདྲི་དང་། དེའི་བཀའ་ལན།

བཀའ་འདྲི། ལ་པོང་ས་ལྷ་མིའི་རྣམ་འདྲན་ལ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུན་ཅིང་
གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་སློབ་གསུམ་གྱིས་བྱུག་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ།
བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ནང་གསུངས་པ་གཞིར་བཞག་
བྱས་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་དགོས་ཞེས་
གསུངས་འདུག དེ་འདྲི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཉིན་ཞིག་འཁོར་བ་འདིའི་
ནང་དུ་སེམས་ཅན་གཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་སངས་རྒྱལ་ན་སེམས་
ཅན་གཅིག་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཅའ་ལྟར་སངས་རྒྱལ་ན་དེ་སྤྱི་ཆེད་དུ་
སངས་རྒྱལ་པ་རེད་དམ།

བཀའ་ལན། ངས་ལན་བྱུང་མཆོར་ཞིག་བརྒྱབ་ན། དེ་ནི་བྱུས་ཏོག་མེད་
པའི་བྱུས་ཏོག་རེད། ང་ཆོས་རྟགས་གསལ་འདི་ལྟར་གཏོང་སྟོལ་ཡོད། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱལ་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ཡོངས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་
ཡིན་ནམ་མིན། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དང་མ་བསྐྱོར་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་
རིགས་ནི་བྱུས་ཏོག་མེད་པའི་བྱུས་ཏོག་གི་རིགས་རེད། གཤམ་བཞག་ན་
འགྲིགས་པ་ཡིན།

ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོ་དགག་པ་གཉིས་ལས་གང་ཡིན་ནམ།
བཀའ་འདྲི། འཕེ་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པའི་ཁམས་བདེ་
གཤེགས་སྒྲིང་པོ་དེ་མེད་དགག་དང་མ་ཡིན་དགག་གང་ཡིན་དང་། དེ་
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནམ་མིན།
བཀའ་ལན། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ན། ཁམས་བདེ་
གཤེགས་སྒྲིང་པོ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱུ་སང་མིང་དེ་མ་བློན་པ་རེད། ཨ་རྟེ་ཡ་ཀ་རའི་
དང་ལྷན། རང་གི་རང་བཞིན་གནས་རིག་དེ་ཆོས་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་
ཡོད། ལུང་དེ་ལེགས་བཤད་གསེར་མེད་དུ་བྲངས་ཡོད། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་དུ་
གཙུག་པོ་ཆོས་ཉིད་ལ་སྦྱར་ཡོད། དེ་ལྟར་ན་མེད་དགག་ཡིན།

དེ་ཡང་མེད་དགག་ཅེས་པ་དོན་དེ་རྫོང་འཆར་སྐབས་དགག་བྱ་བཀག་
པའི་ཐོག་ནས་རྫོང་འཆར་བ་ཞིག་ལ་མེད་དགག་ཅེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན།
ཁང་པ་འདིའི་ནང་སྤང་ཆེན་མེད་ཅེས་པར་མཆོན་ན། དེ་ནི་མེད་དགག་ཡིན། དེ་
ཡང་དགག་བྱ་སྤང་ཆེན་མེད་ཅེས་ལས། རྟུགས་ལ་དོན་གང་ཡང་གོ་གི་མེད།
ཡང་སྤང་ཆེན་མི་འདུག་ཀྱང་། ཞེས་བརྗོད་ན་དགག་བྱ་སྤང་ཆེན་བཀག་པ་ཅེས་
མིན་པར་དེ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ཆོག་དེས་འཕེན་གྱི་ཡོད། དེས་ན་དོན་གང་
ཞིག་རྫོང་འཆར་སྐབས། དགག་བྱ་བཅད་ཐོག་ནས་དོན་དེ་རྫོང་འཆར་བ་
ཞིག་དང་། དེ་ནི་དགག་བྱ་བཅད་ཅེས་ལས། སྐབས་འཕམ་ཆོས་གཞན་མི་འཕེན་པ་
ཞིག་ལ་དགག་པ་ཞེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དེས་ན་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་དམིགས་
གཏད་བཞིག་སྟེ་དགག་བྱ་བཀག་ཅེས་ལས་དེ་སྒྲོང་ཉིད་རེད་བསམ་པ་དང་། ངས་

སྒྲིབ་ཉིད་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད་བསམ་པ་འཆར་རྒྱ་མེད། དགག་བྱ་དེ་ཆོར་སྤང་ཕྱིན་ཆད་
དགག་བྱ་སྤང་ཚུལ་དང་འབྲེས་ནས་སྤང་བ་ཞིག་ལས། དགག་བྱ་དེ་སྤང་ཚུལ་སེལ་
ནས་ཆོས་ཅན་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཅེས་ཞིག་འཆར་རྒྱ་མེད། དེས་ན་དགག་བྱ་
ཞིགས་སྐབས་ཆོས་ཅན་གྱི་སྤང་བ་དེ་ཡང་འགགས་འགྲོ་གི་ཡོད།

ཡང་རྒྱད་ཁྲ་མའི་སྐབས་ནས་ཁམས་བདེ་ག་ཞེགས་སྒྲིབ་པོ་ཞེས་པ་ནི། ཁ་
སང་བརྗོད་པ་ལྟར་སྐྱབ་གསུམ་སྐྱབ་བྱེད་ཉེར་ལེན་ས་ཐོན་གྱི་ཆ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་
སྐྱབ་པ་དང་། འདུས་བྱས། ཞེས་པའི་ཆ་བཅས་ཡིན། སྐྱབས་ཁྲ་མེད་དང་འབྲེས་
ཆེ་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་ཆ་སྟེ། སྐྱབ་གསུམ་སྐྱབ་བྱེད་ཉེར་ལེན་ས་ཐོན་གྱི་ཆ་ཞེས་པ་དེའི་
ཐོག་ཏུ་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁམས་བདེ་ག་ཞེགས་སྒྲིབ་པོ་འཛོག་ཚུལ་དེ་
མདོ་རྒྱང་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། ཞེས་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་གཅིག་དང་། ཆོས་
ཉིད་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞག་པ་གཉིས་ཡོད།

དེ་ནས་ང་ཆོའི་རྒྱད་ལ་བདེ་ག་ཞེགས་སྒྲིབ་པོ་ཡོད་མཁས་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་
བཞིན་ག་ཞེགས་པའི་སྒྲིབ་པོ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་སྟེ། ཆོས་ཉིད་
མཛོད་ཀྱི་ཐ་སྟོན་ལྟར་ན། ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡེ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཐོག་ཏུ་ལམ་ལ་བསྐྱབས། ཡང་སངས་རྒྱས་དགོས་ཞེས་
གསུངས་ཡོད། ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་སྟེ་ང་ཆོ་ཆང་མ་སངས་རྒྱས་རེད། དེ་ལྟར་ན་
སྒྲིབ་པ་ལ་ཨང་། ང་ཆོ་ཆང་མ་སངས་རྒྱས་ཏེ་སྒྲོན་ཀྱུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱུན་ལྡན་
ཡིན་ན། སྒྲོབ་སྒྲོང་གང་ཞིག་བྱས་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ། སྒྲེ་ཁྱ་ན་འཆིའི་སྐྱུག་
བསྐྱལ་རྣམས་ཀྱང་གང་ཞིག་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་རེད་དམ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཡིན་

པའི་ངོས་ནས་གསུང་གི་ཡོད།

སྟོང་འབྲུག་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུ་ལས་ཀྱང་རང་བཞིན་སྤང་འདས་ཞེས་
བ་ཞིག་ཡོད་ན། འཁོར་བ་བ་ཡང་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་རེད་འདུག་ཅེས་ཚིན་པ་ཚིན་
པའི་ལན་དུ་རང་བཞིན་སྤང་འདས་ཡིན་པས་མི་འགྲིག་པ་ལ། རང་བཞིན་སྤང་
འདས་ཀྱི་དབྱིངས་དེར་སྟོ་བྱར་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཏེ་སྤངས་
པའི་དག་པ་ཞིག་དགོས་པས། དག་པ་གཉེས་ལྡན་ཞིག་ལ་རང་བཞིན་སྤང་འདས་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ལན་བསྟོན་ཡོད།

དེ་ལྟར་རང་ཆོ་ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་བྱས་ཏེ་གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་
འོད་གསལ་དེ་ནི་མའི་རང་བཞིན་དུ་མེད་ལ། ནི་མས་བསྐྱད་མེད། དེ་ནི་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་། ད་ལྟ་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་བརྟོད་པའི་ནང་།

ཇི་ལྟར་སྤང་བཞིན་ཕྱིས་དེ་བཞིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དག་པའི་དབྱིངས་དེ་ཉིད་གནས་སྤྱས་ཡིན། དེ་ལ་
དགོངས་པ་བཞེས་ནས་ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཡེ་སངས་
རྒྱས་པ་དེ་སྐྱེ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་མེད། སངས་
རྒྱས་སུ་འབྱུང་མཁའ་གྱི་རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཅིག་ཏེ། སྤྱགས་སྤྲེལ་མེད་ཀྱི་སྐབས་
ནས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ལ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་འཛིག་གི་ཡོད། འདུས་བྱས་ཀྱི་ངོ་
བོ་ཉིད་སྐྱེ་འཛིག་པ་ནི། གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་འོད་གསལ་དེ་ཐོག་མ་མེད་
པ་ནས་ཡོད་པས་ན། སྟོ་བྱར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བཙས་པ་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་

རྫོགས་ཆེན་གྱི་གཞུང་ནས་འོད་གསལ་འདི་སྤར་བྱས་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་སྤར་ཡོད་
པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ཏུ་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་ཡེ་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་པ་
དེ་ལྟར་ཡིན།

སྐྱེ་བ་འདི་ས་སྐྱེ་བ་བྱི་མར་འགྱུར་བ་གཏོང་བྱེད་བཟ།

བཀའ་འདི། ཐོག་མར་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་དེ་སྟོན་ཁྱེ་བཞིན་པ་ལྟར། སྐྱེ་ནོར་ཡགོང་ས་
ལ་སྐྱབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཁུན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱེ་
ཆེ་ཁྱིལ་ར་བཏན་པ་དང་། དེ་རིང་གྲུས་པས་བཀའ་འདི་ཁྱེ་རྒྱ་ལོ། ང་
ཆོའི་ཆེ་འདི་སྐྱེ་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་སྟབས། སྐྱེ་བ་བྱི་མ་གང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་
མིན་ནི་སྐྱེ་བ་འདིའི་བྱ་བྱེད་བཟང་ངན་ལ་རག་ལས་པ་རེད། བས་རྒྱུན་
ན་ཆ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་སྟོན་མ་ལས་ངན་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་
དང་། བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྐྱེ་བ་སྟོན་མ་དགེ་བ་བསྐྱབས་པའི་
འབྲས་བུ་ཡིན་པར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྐྱེ་བ་འདིའི་ལེགས་ཉེས་ནམས་སྐྱེ་
བ་སྟོན་མའི་ལས་བཟང་ངན་ལ་རག་ལུས་པ་ལྟར། སྐྱེ་བ་བྱི་མ་ལེགས་
ཉེས་གང་ཡོང་སྐྱེ་བ་འདི་ལ་རག་ལུས་པ་ཡིན་སྟབས། སྐྱེ་བ་འདི་ནི་སྐྱེ་
བ་སྟོན་མའི་རྒྱུ་མ་བྱུང་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་
དེར་འགྱུར་བ་གཏོང་བྱ་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གསུང་སྐབས། སྐྱེ་གནས་ཁྱོད་གྲུར་གྱི་
ལས་དང་། མཐོང་ཆོས་ཁྱོད་གྲུར་གྱི་ལས། དེ་ཡང་སྐྱེ་གནས་ཁྱོད་གྲུར་གྱི་ལས་

ཞེས་པས་སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་ཡོང་བ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། མཐོང་ཆོས་སྤྱིར་གྱུར་གྱི་
ལས་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིན་པ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། ཆེ་
སྟོང་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་ལུགས་ཤིག་གིས་རྒྱུན་པས་ཆེ་སྟོང་ལ་དེའི་འབྲས་བྱ་
བདེ་སྤྱག་སྤྱིར་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྤྱག་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱེ་བ་སྒྲིན་
མར་འཛོག་རྒྱ་མེད། ཆེ་འདིའི་བྱེད་སྒྲུངས་ཀྱི་དབང་ལས་འབྲས་བྱ་བདེ་སྤྱག་ཡོང་
བ་ཞིག་ཡོད།

རྩ་བ་ལས་འབྲས་ཞེས་པ་ནི། མཛོན་བ་ཀྱན་བརྟུན་ནང་ཕྱང་ཁམས་སྐྱེ་
མཆེད་གསུངས་སྐབས། སྤྱིར་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པ་དེར་ལས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་ཨེ་ཡོད་
སྟུང། རོས་ནས་ཏྲག་ཏུ་འདི་ལྟར་བྲན་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། མེ་ཏྲག་འདི་དག་བྱུམ་
བའི་ནང་དུས་གཅིག་ལ་བཅུགས་ཀྱང་། འགའ་ཞིག་སྒྲིན་ལ་ཆས་པ་དང་། ཁ་
ཤས་རྗེས་སུ་ཆས་པ། དེ་བཞིན་ལོ་མ་ས་ལ་ལྷུང་སྐབས་ཀྱང་། ལོ་འདབ་ལ་ལ་
སྒྲིན་ལ་ལྷུང་བ་དང་། འགའ་ཞིག་མཐུག་ལ་ལྷུང་བ་རྣམས་ལས་རེད་དམ་ཞེ་ན།
རོས་ཀྱི་བསམ་པར་དེ་ནི་ལས་མ་རེད་སྟུང།

ལས་ཞེས་པ་ནི་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་དང་འབྲེལ་ནས་འཛོག་དགོས་པ་ལས།
ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ལས་ཤིག་མེད། སྤྱིར་འཐུག་ལས་གསུངས་
པ་ལྟར་ན། མེ་ཏྲག་ཆོན་གཞི་སྒྲིལ་ཆོགས་ཡོང་བ་གང་གིས་བྱས་སམ་ཞེ་ན། སྤྱ་མའི་
རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་དང་། སྤྱ་མའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་མེ་ཏྲག་བྱེ་བྲག་པ་དེ་འབྲེལ་
ཡོང་བ་གང་གིས་བྱས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་
གསུངས་ཡོད། དེའི་མཐུག་ཐོགས་ལོགས་སུ།

ཐོག་མེད་བདེ་སྤྱག་ལས་ལས་ཡིན། །

ཞེས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡོད་པའི་བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞེས་པ་དེ་
དག་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་ལས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྤྱི་
འབྲས་ཀྱི་འགོ་སྤྱད་གཅིག་དང་། བདེ་སྤྱག་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་
གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྱོད་འཇུག་ལས་གསུངས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་འདུག
ང་རང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་སྦབས་བདེ་པོའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྤར་ལོ་བཞི་བཅུ་
ཞེ་གངས་ཀྱི་གོང་དུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ཐོག་མར་འཆད་པའི་སྐབས་དེར་སྤྱལ་རོང་
སྤྱོད་དཔོན་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་སྐབས་དེར་ཁྲལ་ཉོར་དུ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད། རྗེས་སུ་
ཁོ་ཉི་མ་ཡང་ཕེབས་ཤིང་། སྐབས་དེ་དུས་ནས་ང་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད།
དཔེར་ན། རི་ཉ་ཅང་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་ལུས་རགས་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་
ཅན་ཏེ། ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར། རིའི་ཐོག་
གངས་བབས་པའི་གངས་ཐིག་གཅིག་བྲག་གི་གཡས་ཟུར་དང་། གངས་ཐིག་
གཅིག་བྲག་གི་གཡོན་ཟུར་དུ་སྤྱང་བ། ཡང་གངས་ཐིག་གཅིག་རྒྱུད་བུས་འབྲེལ་ཏེ་
བྲག་སྤྱོད་དུ་མ་སྤྱང་བ་ནམས་དེ་དག་ལ་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་དམ་ཞེས་སྤྱལ་
རོང་མཁན་ཟུར་རིན་པོ་ཆེར་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པར། རིན་པོ་ཆེས་ལས་ཚུལ་བསམ་
གྱིས་མི་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་། དེ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་
པ་དེར་དད་པ་ཤུགས་ཆེ་ཡོད་ཀྱང་དབྱེད་པ་དེ་ཙམ་གནང་མི་འདུག

དེ་རྗེས་སྤྱོད་འཇུག་ལས་གསུངས་པ་དེ་དང་། མངོན་པ་ཀུན་བཏུས་ཀྱི་
ཡུང་ཁམས་སྤྱེ་མཆེད་གསུངས་སྐབས། ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་དེ་ལས་ལས་བྱུང་བར་

གསུངས་འདུག དེས་ན། ཚེར་བ་བདེ་སྤྱག་གི་འབྲས་བུ་ནི་ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱང་པར་
དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་གསར་བ་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱང་པར་
དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་། རག་གི་བྱ་བ། ཡིད་ཀྱི་བྱ་བ་
བཅས་ཡོང་གི་ཡོད།

ལས་ཞེས་པ་ནི་ཀམ་སྟེ་བྱ་བ་ཡིན། ཚེར་བ་བདེ་སྤྱག་དེ་ཤེས་པའི་སྟེང་
ནས་སྤྱོད་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སེམས་ལྡན་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་ལས་མེ་ཉྱལ་སོགས་
ཀྱིས་སྤྱོད་གི་མེད། སེམས་ལྡན་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་ཚེར་བ་བདེ་སྤྱག་གི་རང་བཞིན་
ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ནང་གི་ཤེས་པའམ་ཀུན་སྒྲོང་གི་
བྱང་པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱ་བ་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ལ་ལས་ཞེས་མིང་བྱེ་
བྲག་པ་ཞིག་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོའི་ནང་ལས་ཞེས་མིང་དམིགས་བསལ་ཞིག་
བཏགས་ནས་དེས་འབྲས་བུ་སྤྱོད་གི་ཡོད། དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་
མང་པོ་ཞིག་གཏོང་རྒྱ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་དེར་ཆེ་སྟོད་ལ་བསགས་པའི་ལས་
ཤིག་ཆེ་སྟོད་ལ་སྤྲོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ང་ཚོར་ཆ་མཆོན་ན། ཞོགས་པ་ལངས་མ་
ཐག་ནས་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་། ཀུན་སྒྲོང་ནམ་དག་ཅིག་འབྱེར་ན་ཉིན་
དེར་སྦྱིད་པ་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་ཞོགས་པ་ལས་ཤིག་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་ཉིན་དེ་རང་ལ་སྤྲོད་
པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཏུ་ལམ་བཟོད་ཆོག་པ་ཡིན། བྱིད་རང་ལོན་གཞིན་པའི་སྐབས་
དང་། ཆེ་སྟོད་ལ་སྒྲོབ་སྤྱོད་ཐོག་འབད་བཅོན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཆེ་སྟོད་ལ་མི་
ཡོན་ཏན་ཅན་ཞིག་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། དེར་སྐབས་ཡོན་ཏན་ཅན་བྱུང་ན་བསམ་སྒྲོ་

གཏོང་ས་གཙུག་པོ་ནི་ལས་ཀ་ཡག་ས་ཞིག་དང་། བོད་ཆེ་བ། སྐྱེད་མན་ཡག་བ།
དེའི་ཐོག་ཁང་བ་ཡག་བ་ཞིག་ ལུ་གུ་ནམས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་བཟོ་རྒྱུ་ལས་སྦྲོ་བ་
ཞིག་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཆེ་སྒྲིབ་ལ་དཀའ་ལས་
བརྒྱབ་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན།

ཡང་བསམ་སྒྲོ་ཅུང་ཟད་གཏིང་ཟབ་བ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན།
ཆེ་སྒྲིབ་ལ་སྦྲོ་བ་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་། སྦྲོ་བ་སྦྱོང་དེ་ཡང་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་
ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འབྲེལ་ནས་སེམས་དུལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ན། ཁྱེད་རང་ཆོ་སྦོ་བ་བྱ་དང་
འཇིན་བྲ་གཅིག་བ་ཡིན་པ། ཕྱིས་སུ་ཆེས་མཐོའི་མཐོ་སྦོ་བ་ཏུ་འང་སྦོ་བ་སྦྱོང་
མཉམ་དུ་བྱས་ཏེ་ལག་འབྲེལ་ཐོབ་རྗེས་ལས་ཀ་ཆེན་པོ་ཞིག་རག་སྐྱབས། ལས་
ཀ་རག་པའི་མི་དེ་སེམས་འབྲལ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་འཆོ་བ་སྐྱེལ་མཁན་ཞིག་ཡོང་
ཉིན་ཡོད། ཡང་ལས་ཀ་མ་རག་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་སེམས་འབྲལ་གཏན་ནས་
མེད་པ་འཆོ་བ་སྐྱེད་པོ་བྱས་ཏེ་སྐྱེལ་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཉན་ཉན་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་
གཉིས་ལ་ཁྱར་བར་དེ་ལྟར་ཡོང་བའི་རྒྱ་རྒྱེན་གང་གིས་བྱས་མིན་ལ་བསམ་སྒྲོ་
གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར་འགྱོར་ལྡན་ཡིན་པ། མིང་གྲགས་ཡོད་པ། དབང་
ལྷགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་སེམས་མ་སྐྱེད་པ་བྱས་ཏེ་སྡོད་པ་དང་། སྤྲོ་བ་
བ་དང་ཆང་ཨ་རག་འཐུང་ནས་སྡོད་དགོས་པ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད། ཅིག་ཤོས་བྱ་
བལ་གྱིས་འཆོ་བ་ལྟོ་གོས་སྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་གནས་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ནང་སྤང་
སྤྱིད་གཉིས་དུ་ཤར་ནས་སྐྱེད་སྤང་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་འཆོ་བ་སྐྱེལ་མཁན་ཞིག་ཀྱང་

ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན། ཁྱེད་རང་ཆོའི་སློབ་སྦྱང་དེ་ཡང་གྱི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་
བའི་སློབ་སྦྱང་དང་། རང་སེམས་ཡར་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྦྱང་གཉིས་ཀ་
ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་མི་ཆེ་སྦྱིད་པ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ཆེ་སྦྱོང་ལ་བསགས་པའི་
ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཆེ་སྦྱང་ལ་སྦྱིན་ཡོང་གི་ཡོད།

གཞིས་བརྒྱུགས་བོད་མིར་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ།

བཀའ་ལན། སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཆ་མ་སྦྱོར་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྟུང་ལམ་དུ་ཁྱེ་
རྒྱུ། སྤར་བགས་རིགས་རྒྱུ་སྦྱོད་ཀྱི་ཐོག་ཁྲུང་དོར་གྱི་བཀའ་སློབ་
སྟུང་བ་དེས་བོད་ནང་མན་ཐོགས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་སོང་བས་སྟགས་
རྩི་ཆེ་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱུ་དང་། ད་ལན་ཡང་བོད་ནང་མ་སྦྱོར་སྦྱིལ་དང་། དཔལ་
འབྱོར་ལ་གཞོད་པའི་གྱི་མེ་མདའ་སོགས་དོ་སྦྱང་ཅུང་ཟད་བྱེད་བཞིན་
བས། དེའི་ཐོག་བཀའ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སློབ་ཅིག་གནང་
རོགས་ཞེས་ཁྱེ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་རིང་འདིར་བརྗོད་ཀྱང་ཆོག་ལ། གཙོ་བོ་རྩིས་སུ་དོར་
གདན་དུ་མི་མང་འདུ་འཛོམས་ཆེན་པོ་ཡོང་རྒྱུའི་སྐྱབས་དེར་བཤད་ཆོག་མ་གཞི་
དོས་ནས་ནམ་རྒྱུན་འཆེ་བ་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། གྱི་དང་མེ་མདའ་སོགས་
ནི་འཆེ་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན། མ་གཞི་རྒྱུ་ཆའི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་གྱི་དང་མེ་
མདའ་འདོགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད། གཙོ་བོ་གྱི་དང་མེ་མདའི་ལས་ཀ་དེ་འཆེ་བའི་
ལས་ཤིག་ཡིན། འཆེ་བ་བྱེད་རྒྱུ་མེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས། གྱི་དང་མེ་མདའ་མི་

དགོས་པ་གཞིར་བཞག་རེད། རང་སྤྱང་གི་དོན་དུ་ཡིན་ན་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན།
ཁ་ཉིན་རང་ BBC ནས་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་ཞིག་ལ། ཟུང་ལ་རྟེ་ཤིའི་ལྟ་རྒྱུ་ད་
དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་ཐོན་ཞིག་གི་ནགས་ཁོད་ནས་སྤྱང་ཅི་འདྲུ་བའི་དུས་ཤིག་ཡོད་
ཅིང་། སྤྱང་ཅི་འདྲུ་སྐབས་ཏ་ལམ་ལོ་རེ་བཞིན་མི་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་སྟག་གིས་བཟ་གི་
ཡོད་འདུག དེ་ལས་སྟག་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ལ། ཁོ་ག་སྤྱང་ཅི་འདྲུ་བར་བྱིན་
ཏེ་སྟག་གིས་བཟས་པའི་ནང་མི་བྱད་མེད་ལྟག་ལུས་དེར་མོའི་ཁོ་ག་སྟག་གིས་
བཟས་པ་རེད་ཅེས་དམན་པར་བཅིས་ཏེ་མཐོང་རྒྱུས་པས་དཀའ་ངལ་ཏ་ཅང་
ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ཆོགས་པ་ཞིག་བཅུགས་ནས་
རོགས་རམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལུགས་བཤད་སོང་། སེམས་པ་ཏ་ཅང་སྟོ་བོ་བྱུང་། དེ་
དག་སྟོང་། རོས་རང་གི་སེམས་ནང་ས་གནས་དེར་སྟེབས་ན་ཨང་། དེར་
སྟེབས་ཆེ་ཞེན་སྐུལ་སོགས་ཀྱི་རོགས་རམ་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་མི་ཡོང་ངམ་སྟམ་བྱུང་།
གནས་ཚུལ་དེ་ལ་མཆོན་ན། གྱི་དང་མེ་མདའ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་
མིན་གོ་མཆོན་ལ་དང་དོད་བྱས་ཏེ་མན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། ལྟག་པར་བོད་ནང་
གོ་མཆོན་ལ་དོ་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ནམས་ལ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད།

བཞེས་པ་རྣམ་ཤེས་ལ་བཞག་ན་སྟོན་གང་ཡོད་དམ།

བཀའ་འདྲི། རྣམ་ཤེས་ཞེས་པ་དེ་སྟེ་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་

ཅིང་། དེར་བརྟེན་ང་ཞེས་པ་དེ་རྣམ་ཤེས་དེ་ལ་བཞག་ན་སྟོན་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ང་ཡི་ལུས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། ང་ཆོའི་སྟོང་རང་ག་ལ་བ་

ང་ཡི་སེམས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཅིག་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ངག་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བརྗོད་
ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་བདག་པོ་རྒྱག་མཁན་དེ་ང་དང་། བདག་པོ་རྒྱག་ས་དེ་ང་ཡི་
སེམས་བཅས་ང་དང་སེམས་གཉིས་ཐ་དད་བྱ་ཡོད། བྱེད་རང་ལ་ཁག་ཅིང་། ང་
ཞེས་པ་དེ་ཕུང་པོའི་གསེབ་ནས་ང་ཞེས་པ་ཞིག་དགོས་སོ་སྐྱེས་པའི་བྱུང་མཐའ་
ཞིག་འདོད་ཕྱིན་ཆད་ལ། ང་ཡི་མཆོན་གཞི་མཐར་གཏུགས་ན་མཆོན་གཞིའི་ཡིད་
ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་འདོད་ཀྱི་ཡོད།

ལྷག་པར་སེམས་ཅམ་པ་ལྟ་བུ་མཐའ་མ་ལྟ་བུ་གསུངས་ལུང་མ་བསྐྱར་ཀུན་
གཞི་ཞེས་ཐ་སྐྱད་སྐྱར་ཀྱི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཡིད་ཤེས་ཟག་ཅིང་ཀྱི་རང་
བཞིན་ལ་ཕྱིན་པའི་གནས་སྐྱབས་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒོ་གཞི་ཡོང་གི་མི་འདུག
གང་ཟག་དེར་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོད་པས་ན། ལུང་མ་བསྐྱར་ཀུན་གཞི་ཞེས་
པ་ཞིག་འདོད་ཀྱི་ཡོད།

གཞན་ཡང་ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པ་དག་གིས་ཀྱང་། གང་ཟག་གི་
མཆོན་གཞིར་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འདོད་གི་ཡོད། གང་ཟག་གིས་མཆོན་པའི་
ཆོས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཅིང་པར་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་
ཅམ་འདོད་མཁན་གྱི་ལྟ་བུ་པ་དེའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ན། གང་ཟག་ཅེས་པ་དེ་གང་
ཟག་གང་གསུངས་གཞིའི་ཕུང་པོའི་གསེབ་ནས་ཆེད་དགོས་དོན་ཅིང་། དེས་ན་གང་
ཟག་གི་མཆོན་གཞིར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱང་
མི་དགོས་པ་ཡིན།

ཡང་སྟོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། སེམས་དེ་ང་ལ་བཞག་

ན། སེམས་ཀྱི་སྒོ་ལྗེ་ལེས་བ་རྣམས་ང་ཡི་མཆོན་གཞིར་འཛོག་མི་བྱལ་ཅིང་། དེ་
དག་ནི་སྒོ་བྱར་བ་ཡིན་པས་ཡིད་ཀྱི་ལེས་པའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་
མཆོན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ལེས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ལེས་ལའང་
སད་དུས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ལེས་དེ་ནི་གཉིད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་
སུ་མེད། དེས་ན་གང་ཟག་མེད་པར་འཛོག་དགོས་པར་འགྱུར་ཀྱི་ཡོད། མི་ལམ་ཀྱི་
གནས་སྐབས་སུ་ཡིད་ཀྱི་ལེས་པའི་རིམ་བུ་གཅིག་ཡོད། གཉིད་འཐུག་པོ་ཁྱལ་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲ་ཡིད་ཀྱི་ལེས་པའི་རིམ་བུ་གཅིག་ཡོད། དེས་ན་གང་ཟག་
གང་དུ་འཛོག་གམ། དེ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པའི་ལེས་པ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་བྱུང་ན་ཡང་།
ལེས་པ་ལ་སྦྱར་བཏང་ལེས་ཞེས་པའི་བྱ་བའི་ཆོག་ཅིག་ཡོད་སྟབས། ལེས་པ་ལ་
མངོན་གྱུར་ཡིན་དགོས་ཞེས་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན་
གཉིད་འཐུག་གི་གནས་སྐབས་སུ་ལེས་པ་མངོན་གྱུར་བ་མེད། དེས་ན་གང་ཟག་
ཏ་ལམ་མེད་པ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་བརྒྱལ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ལེས་
པ་མངོན་གྱུར་བ་མེད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། དེ་བཞིན་འཆི་བའི་གནས་སྐབས་
སུ་ས་དང་། ལྷ། མ། ལྷ་དང་། རྣམ་ལེས། རྣམ་མཁའ་བཙས་དང་། རྣམ་གྱི་རྣམ་མཁའ་
ལའང་སྟོང་པ་བཞི་བཤད་སྟབས། ང་ཆོས་དང་ལྷ་ཉམས་སུ་སྦྱོར་བའི་གསལ་རིག་
གི་ལེས་པ་འདི་འགགས་ཟེན་པ་ཡིན།

སྟོང་པ་བཞི་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་མངོན་དུ་
གྱུར་ནས་འོད་གསལ་དེ་འགག་རྒྱ་ཡོད། འོད་གསལ་དེ་འགགས་ནས་ལྷགས་
ལྷོག་གི་རགས་པ་སྒོ་བྱར་བའི་ཆོས་རྣམས་སྐྱབས་ཡོང་གི་ཡོད། ལེས་པའི་སྟོང་

ནས་ང་ཞེས་པ་དེ་བཞག་ན་འོད་གསལ་གྱི་སྒོ་དེ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། འོད་
གསལ་གྱི་སྒོ་དེ་ང་ལ་བཞག་ན། ང་འགགས་པ་དང་། ང་འཆར་ཞེས་བརྗོད་
དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བདེ་པོ་གཏན་ནས་མེད། དེས་ན་ང་ཞེས་པ་དེ་
ཡུང་པོའི་ནང་ནས་རྟེན་རྒྱ་མེད་ལ། ཡུང་པོའི་ཕྱི་ནས་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་མེད། ང་ཞེས་
པ་དེ་ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅིང་ཞིག་རེད་ཅེས་པ་དེའི་ཐོག་ཏུ་སྤྲེལ་ས་
གི་ཡོད།

སྤྱིར་བཏང་གི་ཐ་སྙད་ལ། ཤེས་པའི་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཞེས་
གསུངས་སྐབས་གདགས་གཞི་གཙོ་བོ་ནི་ཤེས་པའི་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བསམ་སྒོ་
གཏོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་གདགས་གཞི་དང་གདགས་ཆོས་གཉིས་འགལ་བ་
ཡིན། དེས་ན་གདགས་གཞིའི་གསེབ་ནས་གདགས་ཆོས་དེ་བཞག་ན། ཉེ་བར་
ལེན་པ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་བྱ་བྱེད་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་ཡོད་པ་དབྱ་མ་རྩ་བ་
ཤེས་རབ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

བཀའ་འདྲི། ཆོན་རིག་པ་གྲགས་ཅན་ཨན་སི་ཊན་གྱིས་མ་འོངས་པར་ཆོན་རིག་

མཉམ་དུ་དབྱང་མཉམ་གཤིབས་བྱས་ནས་འགྲོ་བྱུང་མཐུན་ཞིག་ཡོད་

ན་དེ་ནི་ནང་ཆོས་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་ཐོག་གསུང་རོགས་

གནང་།

བཀའ་ལན། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་དེ་བདེན་པ་རེད།

ཟླ་མི་དེ་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་ལ་དེ་ལྟར་ཞུགས་སམ།

བཀའ་ལན། དེ་ན་པོ་ཆེ་བཟ་ཤེས་བདེ་ལེགས། ལྷུས་པའི་དོགས་མི་ནི། ལྷ་མེབས་
སྐབས་མིའི་ལྷུས་པོར་ལྷའི་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། ལྷུས་པོ་
གཅིག་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་པོ་གཉིས་ཡོང་བ་དེ་ནི་ལྷར་ཡིན་
ནམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ངས་ཀྱང་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་མེད། ལྷ་ཞུགས་སྐབས་
འདུག ལྷ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོས་རྗེའི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་ཡང་སྐབས་རེ་ལྷར་
ཅམ་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་སྤར་ནས་ཤོད་སྐྱབ་དུ་ཡོད། དེས་ན་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉེན་ཅ་
སྤང་གཅིག་གི་ཐོག་ཤེས་པ་གཉིས་བཞེན་ཀྱི་ཡོད་དམ། ཡང་ན་གནས་སྐབས་དེར་
ལྷ་ཡི་ཅ་མེད་ཀྱང་ལྷ་ཡི་ལྷུས་སྤར་བ་ཞུགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་སྟོར་གཞུང་ལྷགས་ཁག་
ཏུ་གསལ་ཁ་མི་འདུག སྤར་ནས་ངོས་ཀྱི་ངོ་ཤེས་ཁེ་ཏ་ཏའི་མི་ཞིག་ཡོད། ཁོང་
སྟོག་བརྟན་བཟོ་སྐྱབ་པ་རེད། ཁོང་ནས་དེའི་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ཡག་པོ་འདུག འོན་ཀྱང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པར་སྟོན་ལ་ཆོས་
སྟོང་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འཁྲོལ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ལྷར་བརྗོད་དགོས་
དོན་ནི། ཆོས་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་འཁྲོལ་མོས་མཐུན་མེད་ན། ཁོས་སྟོག་
བརྟན་པར་ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་ན། མགོ་ལ་དབྱུག་པ་རག་ཉེན་ཡོད། དེ་རྗེས་ཉམས་
ཞིབ་བྱ་རྒྱ་བྱུང་མེད།

དེར་སྐབས་ཆོན་རིག་པ་རྣམས་ནས་མི་གྲོངས་རྗེས་བདུན་གཅིག་གཉིས་
དང་། བདུན་སྟག་བཞི་ལྔ་ཅམ་ཕུང་པོ་མ་རྟིང་པར་བསྟན་པ་སྟེ། བོད་སྐད་ཀྱི་ཐ་

སྒྲིབ་ལ་སྐྱབས་དམ་ལ་བཞུགས་ཞེས་པའི་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པའི་ལས་
འགུལ་ཞིག་འགོ་བཙུགས་ཡོད། རིམ་བཞིན་ལྷ་ཞུགས་ཞེས་པ་གང་འདྲ་བྱེད་གི་
ཡོད་མེད་དང་། དེ་ཡང་ཁྲད་རྩ་ལ་འགྱུར་བ་རིམ་འགོ་མིན་གི་རིགས་ལ་ཞིབ་
འཇུག་བྱ་རྒྱ་ཉན་ཉན་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་མིན་ངོས་ནས་ཐག་ཆོད་པ་གསལ་པོ་ཞིག་
ཤེས་གི་མི་འདུག་མི་འདྲ་བ་གཅིག་ཡོད་ཐག་ཆོད་རེད། བཅས་རྒྱུན་ཆོས་རྗེ་དང་ཆོ་
དང་སྐྱབས་སྐྱབས་ཏ་ཅང་ཉམ་རྒྱུད་བཞུགས་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ལྷ་ཐེབས་རྗེས་
ཏ་ཅང་རྗེག་པོ་བྱེད་པའང་ཡོང་གི་འདུག་ དེ་ལྷ་བྱ་ཆོས་རྗེས་པལ་ཆེར་འབྲལ་མི་
སྐྱབ་བ་ཡིན།

ཡང་ལྷ་བྱབ་རྒྱུད་བ་དེ་འདྲའང་ཡོད། སྒྲིབ་ངོས་རང་ཁམས་ཁྲལ་དུ་
བསྐྱོད་སྐབས། དཀར་མཛེས་དགོན་དུ་གནས་རྒྱུད་ཆོས་སྐྱོང་ཡིན་ཞེས་ལྷ་
ཐེབས་མཁན་ཞིག་འདུག་ ལྷ་སའི་གནས་རྒྱུད་དེ་ཡིན་ན་ཁ་བཏགས་དཔེ་ལག་དུ་
སྐྱོད་པ་ལས་སྐྱེ་ལ་གཡོགས་སྒོལ་མེད། ང་དཀར་མཛེས་དགོན་དུ་བསྐྱོད་
སྐབས། གནས་རྒྱུད་ཡིན་ཞེས་ལྷ་གཅིག་ཕུ་རྒྱག་བཞིན་ཁ་བཏགས་དཔེ་སྐྱེ་ལ་
གཡོག་པར་སྐེབས་བྱུང་བས། ལྷ་སའི་གནས་རྒྱུད་རྒྱས་ཡོད་རེད། གནས་
རྒྱུད་གཅིག་པ་ཡིན་ན་འདི་ལྷ་རྒྱུད་གི་མ་རེད་སྐྱམ་བྱུང་། དེ་གཅིག་ཡིན།

ཡང་ལྷོག་རོ་དགོན་དུ་འུགས་ལྷན་རེད་ཅེས་ལྷ་ཐེབས་མཁན་ཞིག་འདུག་
ལྷ་ཐེབས་བཞིན་དུ་དཔེ་མདུན་དུ་ཡོང་སྟེ་ཁ་བཏགས་དང་མཐུལ་ཉེན་གསུམ་
འདེགས་འབྲལ་བྱས་བྱུང་། སྐབས་དེ་འདྲ་ཞིག་དུ་མགོན་གཉིད་ཆེ་མོ་པ་ལྷ་
བཞུགས་ཁྱིའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་རྒྱུད་ཟད་མའོན་གསལ་དོད་པོའི་ཐོག་ཐེབས་བྱུང་།

བས། ལྷ་དེ་ང་ལ་མ་ཞེད་པར་མཐོན་གཉེར་ཆེ་མོར་ཞེད་ཐག་ཆོད་ནས་ཟད་དེ་
ཁུ་མོང་། རྗེས་སུ་མཐོན་གཉེར་ཆེ་མོར་གང་ཞིག་བྱས་མིན་སྐད་ལ་ངེས་པར་
ཁ་སང་ཆོས་རྗེ་དེར་མཐོན་གཉེར་ཆེ་མོ་བས་ཆོག་ས་གཏམ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན་ཁ་སང་ཆོས་རྗེར་ཆོག་ས་གཏམ་བཏང་བའི་
ཆུན་གྱིས་དེ་རིང་ལྷ་མེའམ་སྐབས་ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་མ་ཞེད་པར་མཐོན་
གཉེར་ཆེ་མོར་ཞེད་པ་རེད། དེ་ལ་ཅུང་ཟད་རབ་རིབ་ཅིག་ཡོད་པའི་རྟགས་ལྟིག་
འདུག

ཡང་ཡུལ་དབང་ལྷ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་ནང་འདི་ལྟར་གསལ་ཡོད། ཉིན་
ཞིག་ལྷ་མེའམ་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལོ་གསར་གྱི་སྐབས་སུ་ལྷ་མེའམ་གིང་།
སྐབས་དེར་ལོ་གསར་གྱི་ལུག་མགོ་བསྐྱེགས་ཡོད་སྐབས། ལྷས་ལུང་བརྒྱབ་སྟེ་
ལུག་མགོ་དེའི་ངའི་ཉེན་གཞིར་སྤོང་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། ལྷ་ཡིས་རྗེས་སུ་གཡོག་
རྒྱགས་མཁན་ནམས་བསྐྱེད་གསོག་རྒྱུ་རྒྱུ་མགོ་འཁོར་ནས་ལུག་མགོ་དེ་སྤྲད་
རྒྱུ་མ་བྱུང་བར་ལུས་པ་དང་། ལྷ་བརྟེན་དེ་ཉིད་ལུག་མགོ་མ་སྤྲད་བར་ལོག་མ་
ཕྱིན་པར་སྐྱེག་ནས་བསྤྲད་པ་དང་། གང་འཆ་མས་ལུ་ཐུག་སྟེ་ལུག་མགོའི་སྐད་ཆ་
འདྲ་མི་འདུག་གམ་ཞེས་བརྗོད་ཡོད། དེ་རིགས་ནི་རྩུན་མ་ཡིན།

ཡང་ང་ཆུང་དུའི་སྐབས་སུ་མཁན་པོ་དམ་པས་གསུངས་པའི་སྐྱུང་ཞིག་ལ།
པ་ལྷ་མེའམ་མཁན་ཞིག་ལ་བྱ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། པ་ཐོངས་ཁར་བྱས་པ་དེར་བྱིད་
རང་སྐྱུ་བརྟེན་ཡིན་པ་ལྟར་ལྷ་མེའམ་གྱི་ཡོད། བྱིད་རང་ཐོངས་ན་ང་རི་ལྟར་བྱིད་
དགོས་མིན་པ་ལ་སྐད་ཆ་ངེས་པར་ པ་དེས་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། ལྷ་མེའམ་

སྐབས་ཀྱང་པའི་ཅེ་མོ་བཅུགས་ནས་ཉིང་བ་ཡང་བཀྲག་ནས་རྒྱན་རིང་ཅམ་བསྟན་
ན་དབུས་མོ་འདར་འཁྲུག་འཁྲུག་བྱེད་གི་རེད། སྤྱི་དཀར་མང་ཅམ་བདུག་ན་ཨ་
གཏོང་རྒྱག་གི་རེད། དེ་རྗེས་ལྷ་མེགས་ཁུལ་གྱིས་གང་བྱུང་མ་བྱུང་མང་ཅམ་
བཞད་ན་འགའ་ཞིག་ཐིགས་འཁྲོ་གི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་མེགས་
མཁན་ཡང་ཡོད། དེ་རིགས་ནི་རྩུན་མ་རེད། མི་ལ་མགོ་སྐྱོར་བཏང་བ་དང་རྩུན་
ཤོད་གི་ཡོད། དེ་ཆོ་ང་ཆོས་ཆེན་རིག་དང་མཐུན་པ་བྱེད་དགོས།

སྤར་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་སྐུ་དུས་སུ་སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་
མཆོས་གནས་ཚུང་སྐུ་མེགས་ཁུལ་ཏེ་སྤྱན་འཛེན་གཏོང་སྐབས། གནས་ཚུལ་
གལ་ཆེའི་རིགས་ཡིན་ན་དབུ་མོག་དཀྲོལ་ནས་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་བཏག་དབྱང་གནང་
གི་ཡོད། དེ་ཡང་དོ་རྗེ་གསལ་ལྷན་ངོ་མ་མེགས་སྐབས། སྤྱི་གཙུག་ཏུ་དོ་རྗེ་རྒྱ་
གམ་ཞིག་གསལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཤོད་སྟོལ་འདུག དེ་ལྟར་སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་
རྒྱ་མཆོས་གནད་དོན་གལ་ཆེའི་རིགས་ཁུ་སྐབས། དབུ་མོག་དཀྲོལ་ནས་སྤྱི་
གཙུག་ཏུ་དོ་རྗེ་རྒྱ་གམ་གསལ་བའི་སྐབས་སུ་གནས་ཚུལ་གལ་ཆེའི་རིགས་ཁུ་
བ་དང་། དོ་རྗེ་རྒྱ་གམ་མི་གསལ་བའི་སྐབས་སུ་གནས་ཚུལ་གལ་ཆེན་རིགས་མི་
ཁུ་བ་བཅས་གནང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཆེན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དང་། དཀྲུག་
མཐུག་འཕེར་བའི་བཏག་དབྱང་བྱས་ནས་འཁྲོ་གི་ཡོད།

མཆོ་སྤྱོད་གྱི་སྐབས་སུ་བྱང་མེམས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཀྱང་ས།

བཀའ་འདྲི། བྱས་མེའི་མིང་ལ་ཆོས་སྤྱིད་སྟོལ་མ་ཁུ་ཡི་ཡོད། བྱས་མོ་གོ་ལི་མ་སྤེ་

ཡའི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་ནས་ཡིན། གུས་མོའི་བཀའ་འདྲི་གཙོ་
བོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས་པ་གཤམ་ཆེར་གསུངས་པ་
ལྟར། ང་ཆོ་མཐོ་རིམ་སློབ་མ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུའི་སློབ་
ཆོན་དང་མཉམ་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉམས་ལེན་རིམ་ལྗོངས་བྱ་དགོས་སམ།
བཀའ་ལན། ཉམས་སྒྲུབ་ངས་ནང་པའི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྒྲུངས་ནི་དད་པ་
གཅིག་བྱ་མིན་པར་མིའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་
ཁམས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱ་དེ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ནང་པའི་སློབ་
སྦྱོང་བྱེད་སྒྲུངས་ཤིག་རེད། དེར་བརྟེན་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་།

དགེ་སྦྱོང་དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

བསྐྱེད་སྤྱོད་བཅས་པའི་གསེར་བཞིན་དུ། །

ལེགས་པར་བརྟག་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །

སྒྲུངས་པར་བྱ་ཡི་གུས་བྱིར་མིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་དེང་དུས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེ་
བས་ན་ང་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་
པོ་བསྟེན་དགོས་པ་རེད། དེང་སང་དབྱིན་ཇིའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་
བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བས་ན་ཐོག་མར་སློབ་སྦྱོང་བྱ་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན།
ང་ཆོ་བོད་རིགས་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་དེང་དུས་དང་རྗེས་མཐུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་
བྱེད་དགོས་པ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ནི་གཤམ་ཆེན་
པོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཤེས་ཡོན་དེ་དག་བཅས་སྦྱོང་གཏོང་མཁན་གྱི་མི་དེར་བཟང་སྦྱོང་

གྱི་ལག་ན་ཁྱིའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་སྤྱིའི་ཤེས་ཡོན་དེ་ཅམ་མེད་ཀྱང་གཞན་ལ་ཕན་
ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཐུབ་གྱི་ཡོད། ཤེས་ཡོན་དེ་དག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་གྱི་
མིའི་སེམས་ཁམས་ལ་བཟང་སྤྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་མེད་ན་ཁྱིམ་ས་ལུགས་དང་དཔལ་
འབྱོར་སོགས་གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་དག་ག་ཆོད་ཡག་པོ་ཡོད་རུང་ཕན་ཐོགས་
ཡོང་གི་མེད། དེར་སང་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཡག་པོ་ཡོད་རུང་ནང་སེམས་
གྱི་བཟང་སྤྱོད་ཞན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དབུལ་སྤུག་གི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོང་ཡོད།
དེར་སང་སྤུག་པོའི་གྲངས་ཆད་རེ་བཞིན་དུ་འཕེལ་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་དབུལ་པོའི་
རིགས་རྣམས་དབུལ་པོ་རང་ལ་བསྐྱད་ཡོད།

དཔེར་ན་ཨ་རི་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་ཕུང་བ་ཞིག་རེད། སྤུག་
པོའི་གྲངས་ཆད་འཕར་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབུལ་པོའི་རིགས་རྣམས་དབུལ་
པོ་རང་ལ་བསྐྱད་ཡོད། ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་ཤ་ཞིང་གོན་གྱི་མཐའ་སྐོར་དུ་དབུལ་པོ་
མང་པོ་ཡོད། ཉེ་འཆར་ངོས་ནེའུ་ཡོག་གི་ཆོགས་འདུ་ཞིག་ལ་བཅར་རྒྱ་བྱུང་།
སྐབས་དེ་དུས་ནེའུ་ཡོག་སྤྱི་ཁབ་པས་བརྗོད་རྒྱུར་ནེའུ་ཡོག་ཏུ་ཉག་པར་མི་
གསོད་གྲོད་གཞི་རེ་ཐོན་གྱི་ཡོད་ཚུལ་བརྗོད་བྱུང་ལ། མདང་དགོང་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་
མི་གསོད་གྲོད་གཞི་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གཉིད་ཀྱང་ཡག་པོ་ཞིག་ཁྱག་མ་བྱུང་
ཚུལ་བརྗོད་བྱུང་།

རྒྱ་ནག་ལ་ཆ་བཞག་ན་འང་གཞི་ཅ་སྤྱི་ཆོགས་རིང་ལུགས་གྱི་ལམ་
ལུགས་དེ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་ལག་བསྟར་བྱེད་མཁན་གྱི་ཞན་ཆའི་
སྤེང་ནས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་རུལ་སུངས་གྱི་གནད་དོན་ལྟག་གི་ཡོད། དེར་

སང་འཇམ་གླིང་ནང་མིས་བཟོས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བཞིན་ཡོད།
དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ཡོན་གྱི་མ་འདྲང་བས་མིན་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་ཅུང་
དགས་པས་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཆོ་ཆང་མས་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་ལ་དོ་སྣང་སྤང་
དགོས་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་ཡོན་གཅིག་ལྷན་པ་ཅམ་ལ་ཏུ་ལས་རྒྱ་མེད། སྤྱི་
ལོ་ཡོན་ནི་ལག་ཆ་ལྟ་བུ་དང་། ནང་སེམས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་
ནི་ལག་ཆ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་གཏོང་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། དེ་བས་ན་སེམས་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་ཆ་ཆང་ཞིག་ལེས་པའི་ཐོག་ནས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱུ་དོ་
སྣང་བྱེད་དགོས།

གནའ་དེང་གི་ལེས་བྱ་ཞེས་པ་གང་དག་ལ་གོ་དགོས་སམ།

བཀའ་འདྲི། ཡགོང་ས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཆོག་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་
མཁྱོགས་ནས་སྤུང་བྱ་ཐེབས་སུ་བའི་སློན་འདུན་ལྷ་རྒྱ་དང་། ལུས་
པའི་བྱི་བ་ནི་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཅམ་མེད། ང་ཆོ་སློབ་མ་རྣམས་
ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་སྟབས། ཡརྒྱལ་བ་གང་གི་སྤྱུགས་
དགོངས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར། མ་འོངས་པའི་སོན་ཅ་རྣམས་གནའ་དེང་གི་
ལེས་བྱ་རྒྱུ་འབྲེལ་ཡོད་ན། འདབ་གཤོག་གཉིས་ལྟན་ཀྱི་སློབ་སྤྱུག་
ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དེང་ལྟས་
ཀྱི་ལེས་བྱ་ལ་ཆེན་རིག་དང་། འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས། གནའ་ཐོའི་རིག་
གནས་ནི་སློབ་རྒྱུ་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཐོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་

གནའ་བོའི་ཤེས་ཡོན་དེ་ནང་ཆོས་ལ་གོ་དགོས་སམ། ཡང་ན་རིག་
གཞུང་དང་ཆས་གོས་ཆ་ལུགས་ལ་གོ་དགོས་སམ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ང་
ཆོའི་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་སློབ་རྒྱུན་གྱི་རིག་གནས་དང་། བོད་ཀྱི་
རིག་གནས། ནང་ཆོས་སོགས་གང་ཞིག་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་ཐུན་རྒྱུན་
འཛོམས་དཀའ་བས་གནའ་དེང་གི་ཤེས་བྱ་སྤྱོད་བ་ལ་གཞི་རིམ་ནས་
ཆ་རྒྱུན་དེ་ཙམ་མེད་བས་དེའི་ཐོག་ལམ་སྟོན་ཞིག་གནང་རོགས་ཞུ།

བཀའ་ལན། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། བོད་ཀྱི་གོམས་གཤེས་ཞེས་བརྗོད་
ན། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་ལོ་རེད། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནི་
བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ངས་ནམ་རྒྱུན་ནང་བའི་རིག་གཞུང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ནང་ཆོས་ནི་སོ་སོ་སོས་
བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ནང་བའི་རིག་གཞུང་ནི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཞེས་བརྗོད་ན་ནང་ཆོས་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སློས་མ་དགོས་ཤིང་། སྤྱིར་བཏང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཆེ་བ་
ལྟ་དང་། རིག་གནས་རྒྱུང་བ་ལྟ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མའི་རིག་བ་དེ་རྒྱ་གར་ནས་
ལེན་པ་ཞིག་ཡིན། གནའ་བོའི་རིག་གནས་ནང་དུ་བཅུ་ཕྱག་རིག་གནས་ཆང་མ་
རྒྱུད་ཡོད།

དེ་ཡང་རིག་གནས་བཅུ་ནི་བཟོ་རིག་བ་དང་། གསོ་བ་རིག་བ། སྐྱ་རིག་བ།
ཆོད་མ་རིག་མ། ནང་དོན་རིག་བ་བཅས་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་། བཟོ་རིག་པའི་
ནང་དུ་ང་ཆོའི་སྟོན་གྱི་བཟོ་རིག་བ་སལ་སོ་ཆེ་ཆོས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོ་

ཡིན། འོན་ཀྱང་བཟོ་རིག་པའི་ནང་དུ་དེང་དུས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་ལག་རྩལ་རིགས་
རྣམས་འདིའི་ནང་སླེབས་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་འདུག། སྤྱིར་རིག་གནས་ལྔར་སྟེ་བའི་བཟོ་
རིག་པ་ཞེས་བརྗོད་ན། དེང་གི་འབྲུལ་ཆས་ཀྱིས་མཆོན་བཟོ་ལས་ཆང་མ་འདིའི་
ནང་སླེབས་སྟབས་ཡིན། བཟོ་རིག་པ་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

ནང་དོན་རིག་པ་ཞེས་བརྗོད་ན། སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱལ་རྒྱ་ཞིག་དང་།
སེམས་ཀྱི་ Moral ethic ༼ ཡ་རབས་བཟང་སྟོན། ༽ ཡོང་བ་དེ་གཙོ་བོ་ཆགས་
ཡོད། ཆད་མ་རིག་པ་ནི་བཟོ་རིག་གི་ཁོངས་སུ་འདུ་སྟེན་ལ། དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་ལ་
དབྱེད་དེ་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བ་ནི་ཆད་མ་རིག་པ་ཡིན། དེས་ན་ཆང་
མར་འགྲོ་སྟབས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མིན་སྟེན་དག་དང་། མདོན་བརྗོད། ཐེབ་སྟོང་།
ཚོས་གད། སྐར་ཅིས་བཅས་ལ་རིག་གནས་རྒྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་
ཤེས་ཡོན་མཁས་པ་རྣམས་ནས་གོ་བསྐྱར་དང་ལམ་སྟོན་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་
དགོས་པ་ལས་ངོས་ནས་ཞིབ་སྒྲུ་མི་ཤེས།

དུས་གསུམ་ཞེས་པ་གཞི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འདྲོག་གཙ།

བཀའ་འདི། རྟོང་ཉིད་སྤྱིང་རྩེ་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ། །ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་
གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན། །བྱལ་ན་བརྗོད་བསྟན་འདྲིན་རྒྱ་མཚོ་
ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞེད་དོན་ལྷན་བྱུང་ཤོག །ཅེས་བསྟོད་
བྱས་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། །ལོང་ས་མཚོག་ལ་བཀའ་འདི་ལྷ་རྒྱ་ནི། མི་
རྟག་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་ཅིང་

འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་སྤྱི་ས་མ་ཐག་ཏུ་འགག་
བས་ད་ལྟ་བ་ཡང་འཛོག་མི་ཐུབ་ལ། དེས་ན་ད་ལྟ་བར་བཟོས་ནས་
བཞག་བའི་དུས་མ་འོངས་པ་དང་། འདས་པ་གཉིས་ཀ་འཛོག་མི་ཐུབ་
པས། དུས་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་གཞི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོག་དགོས་
སམ།

བཀའ་ལན། བཏགས་དོན་བཅའ་ན་དུས་གསུམ་ལྟ་ཅི་དུས་དེ་ཉིད་ཀྱང་
རྟེན་རྒྱ་མེད། བཏགས་དོན་མ་བཅའ་བའམ། མ་བརྟག་མ་དབྱེད་པར་གྲགས་པའི་
ངོས་ནས་ད་ལྟ་བ་འཛོག་ཐུབ་པ་ཡིན། ད་ལྟ་བའི་ལོ་ཡང་འཛོག་ཐུབ། ད་ལྟ་བའི་ལོ་
བཅའ་ན་ད་ལྟ་བའི་རྒྱ་བ་འདི་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་བའི་རྒྱ་བ་བཅའ་ན་ད་ལྟ་བའི་ཞག་
དང་། ད་ལྟ་བའི་ཞག་གི་རྒྱ་ཆོད་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་བཅའ་ན་ད་ལྟ་བའི་རྒྱ་ཆོད་འདི་ཡིན།
ད་ལྟ་བའི་རྒྱ་ཆོད་བཅའ་ན་སྐར་མའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་ལ། ད་ལྟ་བའི་སྐར་མ་བཅའ་ན་
ད་ལྟ་བའི་སྐར་མའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། སྐར་མ་ནི་ག་དུས་ཡིན་ཡང་འགྱུར་
འགྲོ་བ་ཞིག་སྟེ། སྐར་མ་བྱེད་ཀ་འདས་པ་དང་། སྐར་མ་བྱེད་ཀ་མ་འོངས་པ་ཡིན།
དེས་ན་ད་ལྟ་བ་རྟེན་རྒྱ་མེད། ད་ལྟ་བ་མེད་ན་ད་ལྟ་བ་བཟོས་པའི་འདས་མ་འོངས་
གཉིས་ཀྱང་འཛོག་མི་ཐུབ། དེ་ནི་བཏགས་དོན་བཅའ་བའི་དོན་ཡིན་པས་རྟེན་རྒྱ་
མེད།

བོད་མིས་ད་ལྟ་ནས་དཀའ་ངལ་ལ་གཤོང་ཡིན་ནི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ།
བཀའ་འདྲི། ཡེ་ཤོང་ས་མཆོག་མ་བཞུགས་ན་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་བོད་པར་

དཀའ་ངལ་འབྲུག་དེས་བར་སོང་། ང་ཆོས་དེའི་དཀའ་ངལ་ལ་གཏོང་
ལེན་ནི་ལྟར་བྱ་དགོས་མིན་དང་། ཡགོང་ས་མཆོག་ང་ཆོ་བོད་པ་གཅིག་
བྱ་མིན་བར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྒྱུན་རིང་ལོད་བཞུགས་
ཀྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། རོས་རང་རྒྱུད་དུ་འཇུག་ནས་ང་ཆོ་འཇུག་ལམ་ལུགས་རྟོག་བར་
ཞན་ཆ་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་བུར་། དེ་ནས་མི་འགྲུངས་བར་རོས་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༩༥༠
ལོར་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་ཁུངས་ཤིང་། བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ངས་ལེགས་བཅོས་
འགའ་ཞིག་གཏོང་རྒྱ་བྱས་པ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་གནས་སྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་གིས་
རྒྱུན་པས་ལམ་སྟོང་བུར་མེད། བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོའི་ཟླ་བ་ ༩ བར་རྒྱ་གར་དུ་
འབྱོར་ཞིང་། དེ་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལོར་ང་ཆོས་མང་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ཐོག་
ལས་ཀ་བྱས་པ་རེད། ལོ་ངོ་བཅུ་གཤིག་བྱི་ལོ་ ༡༩༧༠ ལོར་ང་ཆོས་མང་མོས་འོས་
བསྐྱེད་ལམ་ནས་བཀའ་སློན་ཁྲི་བ་བདམས་ཐོན་བུར་བ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་རོས་
སྤྱད་ཀྱི་ཞན་ཡོལ་གྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ལོ་བཅུ་འདས་རྗེས་ངས་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཀྱན་ཡོལ་ཆ་ཆང་ཞུ་རྒྱུའི་དུས་ལ་བབ་པ་ཤེས་བུར་། ད་དུང་རྒྱ་
མཆོག་གཞན་ཞིག་ཡོད། རྣམ་རྒྱུན་ངས་དེའི་སྐོར་ལ་ངོ་བོ་གཏོང་མཁན་ཆོར་ཆོས་
ཀྱི་དབུ་མེད་དང་ཆབ་སྲིད་དབུ་མེད་གཉིས་ཁ་ཁག་བཟོ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་
ཡིན་པར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

ངས་ནས་རྒྱུན་འདི་ལྟར་བྱ་གྱི་འདུག རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་མོའི་ལམ་
ལུགས་དེ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡིན་རུང་། དེ་ནི་དུས་ལས་ཡོལ་ཟེན་པ་ཞིག་རེད། ཉེ་

དུས་ངས་གསར་འགོད་པ་འགའ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱས་པ་ཡིན། དེའི་ནང་
ཨིང་ལན་ནས་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་ངས་ཅེད་མོ་དང་སྐྱུག་ས་ནས་ཨིན་ལན་
གི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་མིར་ངོས་ནས་གྲུས་བཀྱར་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ལམ་
ལུགས་ནི་དུས་ལས་ཡོལ་ཟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་བརྗོད་པ་ཡིན། ངས་གཞན་ལ་
ཆོས་དང་ཆབ་སྲིད་གཉིས་ངེས་པར་དུ་ཐ་དད་བཟོ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་།
དོན་དུང་རང་ཆོས་དང་ཆབ་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབྱུངསྲིད་ཡིན་པར་བརྟེན། མི་གཞན་
གིས་ཁྱེད་རང་ག་རེ་བྱས་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་འགན་ཁུར་གྱི་ཡོད་དམ་ཅེས་
བྲིས་ན། ང་ཁ་ཞེ་མ་མ་ཐུན་པ་ཆགས་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ངོས་ནས་ག་དུས་ཡིན་
རུང་ཁ་ཞེ་མ་མ་ཐུན་པའི་རིགས་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། གཞུང་མང་པོ་ཞིག་
དང་དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱ་ནག་དམར་པོའི་སྲིད་གཞུང་དག་ཁ་བཤད་དང་ལག་
ལེན་གཉིས་མ་ཐུན་གྱི་མེད། ང་བདེན་པ་དང་བྲང་པོ་སོགས་ལ་ཡིད་ཆེས་གཙང་
མ་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྲ་བྲི་མ་གཏོགས་ལམ་ལུགས་འདི་ནི་འགྱུར་བ་འགྲོ་ངེས་པ་
ཞིག་དང་། མཐུག་ཇོགས་ངེས་པ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་ངས་ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་
འདི་ནི་དུས་ལ་བབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མཐོང་བྱུང་།

ལྒྱལ་བ་སྐྱེ་བྲེང་དང་པོ་དང་གཉིས་པ། གསུམ་པ། བཞི་པ་བཙས་ནི་
ཆོས་ཀྱི་དབྱུངསྲིད་གཅིག་ཕྱའི་ཐོག་ཕྱག་ལས་གནང་ཞིང་། ལྒྱལ་བ་ལྔ་པ་ནས་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁུར་བཞེས་པ་རེད། དེ་བས་ན་ལྔ་པོ་སྐྱེ་བྲེང་བཅུ་བཞི་
པ་ནས་ལྒྱལ་བ་སྐྱེ་བྲེང་དང་པོ་ཆོས་ག་རེ་གནང་བ་ལྟར་ཆོས་ཕྱོགས་གཅིག་
ཕྱའི་ཐོག་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འགན་འཁུར་

ཡོངས་རྫོགས་མང་གཙོ་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་བདམས་ཐོན་བྱུང་བའི་མི་སྣ་
 དེས་འབྱེད་དགོས་པ་རེད། ལོ་སྡོན་མའི་ནང་ཉི་ཉོད་དུ་འགྲོ་སྐབས་ངོས་ནས་
 འཛམ་གླིང་འདི་འཛམ་གླིང་གི་མི་མང་ལ་བདག་པ་ལས་གཞན་སྲིད་གཞུང་སྲ་
 གང་ལའང་བདག་མེད་པར་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། ཉེ་འཆར་གསུམ་བཅུའི་དུས་བར་
 ཐོག་དུའང་ངས་རྒྱ་ནག་དེ་རྒྱ་ནག་མི་མང་ཆོར་བདག་པ་རེད་ཅེས་བརྟེན་པ་ཡིན།
 དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་མི་མང་ལ་བདག་པ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་ལམ་ཡག་ཤོས་ནི་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་བདམས་ཐོན་བྱུང་
 བའི་མི་སྣ་དེ་དག་གིས་མི་མང་ལ་འགན་འཁུར་བྱེད་པ་དང་། མི་སྣ་དེ་དག་ཡག་
 བོ་མེད་ན་ཡང་བསྐྱར་འཐུས་མི་གསར་འདེམས་བྱེད་ཆོག་པའི་ལམ་ལུགས་འདི་
 བོ་རན་ཤོས་དང་འཆམས་ཤོས་ཞིག་དང་། ང་ཆོའི་སྡོན་མའི་ལམ་ལུགས་ནི་
 དུས་ལས་ཡོད་ཅིང་བཞིག་རེད། ད་ལྟ་ང་ཆོ་མང་གཙོ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་གི་ཐོག་
 འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་སློབས་པ་བྱ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་གནད་དོན་ནི་རྒྱ་
 གཞུང་གིས་བརྟེན་པ་ལྟར་ཏུ་ལའི་སྐྱ་མ་གཅིག་སྤྱི་གནད་དོན་ཞིག་མིན་པར་
 བོད་མི་ས་ཡ་དུག་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་སྟབས། འཐབ་ཅོད་འདིར་བོད་མི་
 ཆང་མས་འགན་འཁུར་ཆ་ཆང་ཞིག་འཁུར་དགོས་པ་ཡིན། བོད་མི་ཆོས་ལྷན་
 བསམ་ནས་དག་གི་ཐོག་ནས་ངོས་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཕྱིན་ཆད་དགའ་
 སློབས་ངང་ནས་ང་ཆོའི་སྤྱི་གཞུང་གསལ་འདིར་ཡིད་ཆེས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་
 དགོས། ད་དུང་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་སངས་ཉིན་བཀའ་
 རྒྱུ་ཁྱིམ་ས་གསུང་བཤད་གནང་རྒྱུར་བརྟེན་གནད་དོན་འདི་ཆོའི་རིགས་ནམས་

ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཆགས་ངེས་ཡིན།

དགེ་ལུགས་ནང་སངས་རྒྱས་པ་འི་མཆན་གཞི་འདོག་རྒྱ་ཡོད་དམ།
བཀའ་ལན། དགེ་ལུགས་པ་འི་ནང་གང་ཟག་སངས་རྒྱས་པ་འི་མཆན་གཞི་འདོག་རྒྱ་
ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་བྱེད་རང་གཉི་ལུག་དབང་གིས་མ་མཐོང་བ་ལས།
མཁས་གྲུབ་ཞོར་བཟང་རྒྱ་མཆོ་དང་། གྲུབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དོ་རྗེ་སོགས་ཆེ་འདིར་
སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན། སལ་ཆེར་ལ་རྒྱལ་བ་སྐྱེ་བྱེད་གཉིས་པ་འི་རང་རྣམ་ནང་
མཁས་གྲུབ་ཞོར་བཟང་རྒྱ་མཆོ་སྐྱེ་གས་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་
འདུག། ཁོང་གིས་རྩལ་ཤོད་དགོས་དོན་མེད། ཡང་ཉེ་དུས་ཁམས་ཁྲལ་ནས་ཡིན་
པ་ཞིག་གིས་བྲིས་པ་ཞིག་ངས་བསྐྱབས་པ་ཡིན། དེ་ནི་གནས་ཆད་ཏ་ཅང་གི་
ཆད་མཐོ་པོ་འདུག། དེར་བརྟེན་དངོས་གནས་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་
དེ་དག་གིས་ང་རྟོགས་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྐྱེབས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ཏ་ཅང་
དགོན་པོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དདུལ་དང་བྱུང་མེད། ལྷན་གྲགས་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་
ཆོས་བྱེད་མཁན་ཆོས་རང་ཉིད་རྟོགས་པ་མཐོ་པོར་སྐྱེབས་ཚུལ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།
དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་བརྟག་དཔྱད་
ལག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

ཤེས་པ་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ནི་ལྟར་ཤེས་སམ།

བཀའ་འདྲི། ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཕྱི་ལོ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་བཞིན་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་རེད་
དམ། གལ་སྲིད་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ན་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་མཐོང་
རྒྱ་མེད་ཅང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས་སམ།

བཀའ་ལན། དཔེར་ན་སྲིད་རང་མཚམས་རེ་རྒྱང་ལངས་ཀྱི་འདུག་གམ།
རྒྱང་ལངས་པའི་སྐབས་སུ་སེམས་མ་སྲིད་པ་ཡོང་གི་འདུག་གམ། གལ་སྲིད་ཡོང་
གི་ཡོད་ན་དེ་ནི་འགྱུར་བ་རེད། སེམས་ཞེས་པ་ནི་དོག་དོག་ཅིག་མིན་པར་ཤེས་པ་
ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་ལྷུ་ལ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བ་
འགྲོ་བ་གསལ་པོ་རེད། དཔེར་ན་སྐྱ་ལ་ཉན་ནས་རྒྱ་བའི་ཤེས་པ་དེའི་རྗེས་སུ་
དམིགས་པ་གཏོད་མཁན་གྱི་ཡིད་སློ་ཞིག་དང་། ཡང་མིག་གིས་གཟུགས་ཤིག་
མཐོང་ནས་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དེ་ལ་གཟུགས་དེ་མཐོང་དུས། ཁོང་དུ་ཉན་ཤེས་
ཀྱིས་ཐོས་པ་དེའི་ཐོག་སློ་གཏད་ཡོད་ཅིང་། དེ་སྐྱ་མཐུད་དུ་བསྐྱད་ན་མིག་གིས་
མཐོང་བའི་གཟུགས་དེ་ལ་སྤང་ལ་མ་ངེས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཡང་ཡིད་སློ་དེ་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་དེ་ལ་གཙོ་བོར་དམིགས་
ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཕྱིན་ན་ད་ལྟ་རྒྱ་བར་སྐྱ་སྐྱ་མཐུད་ནས་ཐོས་པ་དེ་སྤང་ལ་མ་
ངེས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་དམིགས་པ་གཏད་ས་འདྲ་མི་འདྲར་འགྱུར་བ་
འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་ན་ཤེས་པ་སྤྲ་རགས་འདྲ་མིན་པ་དང་། ཤེས་པ་རགས་པ་དེ་
དག་རྒྱུ་དང་འཕྲད་ན་སྤྱེ་ཞིང་། ཡང་རྒྱུ་འགག་དུས་ཤེས་པ་རགས་པ་དེ་
འགག་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ཅུ་མ་དུ་མ་ཟད་མིའི་ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་མིའི་སྤྱད་པ་

ཆགས་པའི་དུས་ནས་མིའི་ཤེས་པ་དེ་དག་བྱང་བ་དང་། མིའི་སློབ་འགག་དུས་
མིའི་ཤེས་པ་དེ་དག་འགགས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་རྒྱུན་དང་འབྲུག་ན་གསལ་རིག་
གི་རོ་བོ་ལ་སྦྱེ་བའི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་ཤེས་པ་སྤྲ་མའི་རྒྱན་
རེད། དེ་ཤེས་པ་སྤྲ་བའི་ཐོག་ནས་འགོ་གི་ཡོད།

དེ་ཆོ་ཏ་ལམ་རྒྱས་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་དགོང་གི་ཡོད་སྐབས་
ཤེས་པ་རགས་པ་དང་། སྤྲ་བ། ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་ལྟར་ལུས་ལའང་ལུས་རགས་པ་
དང་། སྤྲ་བ། ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་དེ་དག་སྤྲགས་སྒྲ་མེད་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཆོ་
ཁྱེད་ཆོར་དཔེ་ཆ་ལྟ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོང་གི་རེད་ལ། གོ་བསྐྱར་སོགས་བྱ་རྒྱ་
བྱང་ན་གསལ་པོ་ཆགས་ངེས་ཡིན། རྒྱ་གར་གྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྐོར་
ལྷག་པོ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྐོར་
ནི་དེ་བས་ཀྱང་ལྷག་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོན་རིག་ནས་བཤད་པའི་སེམས་ཁམས་
རིག་པའི་སྐོར་ནི་དེ་ཙམ་ལྷག་པོ་མེད། དེར་བརྟེན་སྒོ་བ་སྦྱོང་མང་ཙམ་བྱས་ན་
ཤེས་ཡོང་གི་རེད། ད་ག་ཡིན། ལྷགས་ཇེ་ཆེ་ཞེས་བཀའ་སྤྱལ་ཏོ། །

༡༡། རང་ཆོས་དང་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་གསང་བ།

ཐོབ་སྟོན་བ།

སྤྱི་མཉམ་བྱུང་ཆེ། བེ་སྤང་ཆེ་རིང་ལགས།

སྤྱི་ཡིག་སྤྱི་ཞབས་བྱམས་བསྟན་ལགས།

ཁྱེད་ཀྱི་བ།

ནམ་གྱི་བསྟན་འཛིན་དགའ་བ།

ཡིག་ཐོག་པམ་བཟུང་དང་།

ནམ་གྱི་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

དཔེ་སྟོན་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱུང་བ།

ནམ་གྱི་བསྟན་འཛིན་དགའ་བ།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༩ ནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་ནམ་གྱི་ཐུབ་ཆོས་ལོན་ལྷན་ཆོག་པ་ནས་

བར་འབྲེམས་ཁྱུ་མ།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་མཁན་ལང་གིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོས།