

ସମସ୍ତଙ୍କୁ
ଦେଖିବାକୁ
ଆସନ୍ତୁ



ଆସନ୍ତୁ...

དཀར་ཆག

དར་ལྗོག་.....	1
ཉི་ཟླ་གཡུང་བྱང་།	3
ནོར་བུ་དགའ་འཁྲིལ།	4
རི་དྲགས་ཚོས་འཁོར།	4
ལྷང་རྟ།	6
མི་མཐུན་གཡུལ་རྒྱལ།	9
ནོར་བུ་ཆ་བདུན།	10
འདོད་ཡོན་ནམ་ལྗ།	11
རྒྱལ་མིང་སྣ་བདུན།	12

སྲིད་པའི་འཁོར་ལོ།	16
བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད།	22
བཟ་ཤིས་རྫས་བརྒྱད།	24
རྒྱལ་དར་འབྲེལ་བཤད།	26
བོད་ཡུལ་ངོ་སྤྲོད།	29
བཅན་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་མཆན་བྱང་།	33
དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན།	37
བཙེ་ལྷ་མཆོད་པ།	38
ས་ག་ཁྲ་བ།	40
འབྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན།	44
ལྷ་བབས་དུས་ཆེན།	50
ངན་པ་དགུ་འཛོམས་དང་བཟང་པོ་བཅུ་འཛོམས།	57
ཆོས་འཁོར་དུས་ཆེན།	59
འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསང་།	63
བོད་ཀྱི་ལོ་གསལ།	65

ཀང་མིང།	70
མི་ཐོད།	71
རྟེན་ལོར་གངས་པ་སྐྱོར་འགོ་དོན།	73
སྤང་བའི་འགྲེལ་བཤད།	74
གཙང་གི་བྱམས་ཆེན་དོ་སྙོལ།	75
ཁ་བཏགས་གྱི་ལོ་རྒྱུས།	76
གོ་སོ་བྱེ་མར་གྱི་མཆོན་དོན།	79
བར་སྐྱོར་གྱི་དར་ཆེན།	81
སྤྲུལ་ཚུན་དམ་པའི་མཆོན་དོན།	83
སྤྲུལ་གཤེད་དོ་སྙོལ།	85
རྟེན་རྒྱུ་མདའ་འཕེན།	88
བོད་མིའི་མིང་འདོགས་སྒྲིལ།	90
ལྷ་མོའི་འཁྲབ་སྟོན།	93
ཁྱི་དང་རྒྱུ་ལོལ་རྒྱུ་འགྲོགས།	96
སྤྲུལ་མའི་ཡང་སྤྲུལ།	98

གནམ་གཤེས་བརྟག་ཐབས།	99
སོག་པོ་སྟག་འབྲིང།	103
མི་ལམ་བརྟག་ཐབས།	104
ལག་སྒྲོང།	108
ཤེས་རྒྱ་ལ་བའི་ཐབས།	109
རག་བྱང།	110
བོད་དུ་གསུང་རྟེན་ཐོག་མ།	112
བོད་དུ་སྐྱེ་རྟེན་ཐོག་མ།	114
བོད་དུ་བྱུགས་རྟེན་ཐོག་མ།	116
བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་བརྒྱད།	118
སྒྲོག་པ།	124
ས་དཀར་བྱུགས་པའི་མཆོན་དོན།	128
གར་འཆམ།	130
བྱུག་འཆའ་སྟངས།	133
མཐུན་པ་སྐྱོན་བཞི།	139

ཞིང་མོ་སྟངས།	142
གཉེན་སྒྲིག།	147
སྤུངས་ཐབ།	152
འོ་མ་དགོགས་པ།	154
ཁྱུང་ཆའམ་ཁྱུང་དོ།	157
ལབ་ཅེ།	159
བཞུ་མར། སྤུངས་ལྷ།	161
མ་ཁི་ཡི་གོ་བྱུག་གི་དོ་སྤོང།	164
འཆམ་གྱི་མཆོན་དོན།	167
སུམ་མིང་གཞན་ཆ་ཆ།	170
ཆོས་འཁོར་ཕྱག་རྒྱ།	172
མཉམ་བཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ།	173
ཕུང་པོ་སྤྱེལ་སྟངས།	173
དོབ་དོབ།	181
ཁུ་ཆན་ལ་ཞུགས་སྟངས།	184

སྒོལ་རྒྱན་གྱིན་ཆས་འགའ།	189
བོད་མིའི་གྲས་སྒོལ།	194
ཐགས་འཐག་སྒྲངས།	197
རྟ་ཅིང།	199
བོད་མིའི་བསམ་སྒྲིང།	202
གྲུབ་མཐའ་བྱང་ཚུལ།	205
སྟོན་པའི་གྲིས་སྐྱ་ཐོག་མ།	217
ཐུ་གུའི་སྣ་སྟེང་དུ་ནག་པོ་བྱགས་དོན།	219
ཁང་ཁྱིམ་བཟོ་བཀོད།	222
དུང་དཀར།	225
ཆེ་རིང་རྣམ་དུག།	231
མཆོད་རྟེན་གྱི་ནང་གཞུག་འབྲུལ་ཚུལ།	235
བོད་དུ་དཀར་ཡོལ་ཐོག་མ།	240
སྒྱུང་བཟེད།	246
འཛིམ་གཟུགས།	249

སྒྱུ་གྲུ་བཟོ་སྐྱེངས།	254
རྒྱན་བཏེན་ཟས་རིགས།	257
བོད་དུ་མར་ཆོན་བྱང་ཚུལ།	262
སྒྱུ་གཉི།	268
ཁ་མཆུ་རྒྱག་སྐྱེངས།	269
སྒྱུ་འབྱར་བཟོ་ཐབས།	275

དར་ལྗོངས་

བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་ཆེས་གསུམ་གྱི་ཉིན་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་
སྐྱེད་བཟང་བའི་བཀའ་ཤིས་པའི་ཉི་མོ་ཞིག་ཏུ་བཅི་སྟོན་
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། སྐབས་དེར་བོད་མིའི་བྲོང་ཁྲིམ་ཆང་
མས་རང་རང་གི་ཁང་ཐོག་ཏུ་བསྐྱོད་ནས་བསངས་གསོལ་
བྱེད་པ་དང་སྒྲགས་དར་ལྗོངས་ཉིང་པ་རྣམས་པབ་སྟེ་གསར་
པ་བརྗེ་ཡི་ཡོད། དར་ལྗོངས་ནི་དར་ལྗོངས་དང་། བ་དན། དེ་
གཉིས་འདྲིགས་སའི་ཡུལ་ལུང་མ་གསར་པ་བཅས་ལས་
གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། ལུང་གསར་གྱི་ལྷག་ཐོན་སྟེང་དུ་ཆོས་
གཞི་སྟོན་པོ། དཀར་པོ། དམར་པོ། ལྷང་གྲ། སེར་པོ་
བཅས་དབྱིབས་ཅུང་ཆུང་ལ་ངོས་གཅིག་ཨ་ཡིག་གི་
དབྱིབས་ཅན་ལྟར་བྲེགས་པ་དེ་ལ་དར་ལྗོངས་ཟེར། དེའི་འོག་
ལ་བོང་གི་ཆོས་གཞི་ལྗེའི་གང་རུང་གི་ཆོས་གཞི་གཅིག་



ཡིན་པའི་རས་གྲུ་བཞི་མཐའ་བསྐྱེལ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གི་
 རོས་ལ་བྱར་བཞིར་སྟག་སེང་ཁྱུང་འབྲུག་གི་རི་མོ་བཀོད་
 པ། དེའི་སྟངས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དཔར་དུ་བཏབ་པའི་བ་དན་
 ལ་སྤྱང་སྦྱིད་དར་ལྗོག་ཟེར། དར་ལྗོ་དང་བ་དན་གྱི་ཆོས་
 གཞི་སོ་སོར་མཆོན་བྱ་རེ་ཡོད་པས་ཞིབ་པར་ཁྱུས་ན།
 དར་ལྗོའི་ཅེ་མོ་ཆོས་གཞི་སྟོན་པོས་ནམ་མཁའ་མཆོན་
 པ་དང་། དེ་འོག་དཀར་པོས་སྦྱིན་པ་མཆོན་པ། དེ་འོག་
 དམར་པོས་མེ་མཚོན་པ། དེ་འོག་ལྗང་ཁྱུས་ཆུ་མཆོན་པ།
 དེ་འོག་སེར་པོས་ས་མཆོན་པ་བཅས་ཡིན། དེ་དག་གི་གོ་
 རིམ་རྒྱ་བ་ནས་འབྲུག་ས་མི་རུང་། དར་ལྗོའི་འོག་ལ་བ་དན་
 ཡིན་ཞིང་། བ་དན་གྱི་ཆོས་གཞི་ནི་བྱིམ་དེའི་བདག་པོར་
 གྱུར་པའི་མི་སྣའི་འབྲུང་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བརྟེན་
 ནས་གཏན་འཁེལ་བ་ཡིན། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་འབྲུང་རྩིས་དང་
 མཐུན་པར་བརྩིས་པ་ལ་སོགས་ཁྱུངས་དང་ལྷན་པའི་སྒོ་



ནས་དར་ལྷོག་བཞོས་ན་སྤང་ན་ཡར་བསྐྱེད་ཀྱི་པན་པ་ན་
ཅང་ཆེ་བ་ཡིན།།

ཉི་ཟླ་གཡུང་བྱང་།

ཐོད་མིའི་ཁང་པའི་བྱི་སྒྲིའི་སྤྱང་དུ་ཉི་ཟླ་གཡུང་བྱང་གི་རི་
མོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད། དེ་ནི་སྒྲིའི་སྤྱང་དུ་མཛེས་རྒྱན་ཆེད་དུ་
བྲིས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དགོས་པ་ངེས་ཅན་ཡོད། གཡུང་
སྐྱབ་ལས་ཆེ་ཡི་ཉི་མ་མི་རྒྱབ་རབ་དུ་གསལ། བསོད་
ནམས་ཟླ་བ་ཡར་ངོའི་ཟླ་ལྟར་འཕེལ། རིགས་རྒྱད་མི་
འགྱུར་གཡུང་བྱང་ལྟར་བརྟན་པ། བཟ་གིས་དེས་ཀྱང་དང་
འདྲར་བདེ་ལེགས་ཤོག །ཅེས་གསུངས། བོད་གི་གསུང་
རྩལ་འདྲར་གཞིགས་ན་སྒྲིའི་སྤྱང་གི་ཉི་ཟླ་གཡུང་བྱང་གི་
རི་མོས་ཆེ་རིང་བ་དང་། བསོད་ནམས་འཕེལ་བ། རིགས་
རྒྱད་འགྱུར་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་



གྱི་ཡོད་པ་གསལ་ཐོར་ ཤེས་ཐུབ་ཐོ།། །།

ནོར་བུ་དགའ་འབྲེལ།

བོད་མིའི་ཁང་པའི་ཀ་བའི་སྟེང་དུ་ཡོད་པའི་གཞུ་དང་།
 དེ་མིན་རྩ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་སྟེང་ནོར་བུ་དགའ་
 འབྲེལ་གཉིས་ལྡན་དང་། སུམ་ལྡན། བཞི་ལྡན་ལ་སོགས་
 མཐོང་རྒྱ་ཡོད། བཞི་ལྡན་གྱིས་གང་མཆོན་ནམ་ཞེ་ན།
 དེས་དགའ་བ་བཞི་སྟེ། དགའ་བ། མཆོག་དགའ། བྱང་
 དགའ། ལྡན་སྟེས་གྱི་དགའ་བ་བཅས་མཆོན་པ་ཡིན།། །།

རི་དྲགས་ཆོས་འཁོར།

ང་ཆོ་བོད་རིགས་ནམས་མཆོད་མཇལ་དུ་ཕེབས་སྐབས།
 ཐོག་མར་དགོན་པའི་ཆོམ་ཆེན་གྱི་ཡང་སྟེང་དུ་རི་དྲགས་
 ཐོ་མོ་གཉིས་གྱིས་ཅིབས་མ་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་འཁོར་ལོ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གཅིག་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བལྟས་ནས་བསྟན་པའི་གཟུགས་
བརྟན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེས། ཡང་
སྟོང་ཅི་ཞིག་མཆོན་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཅིབས་མ་བརྒྱད་
ལྟན་གྱི་འཁོར་ལོས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་
ལོ་བསྐྱོར་བ་མཆོན། དེའི་གཡས་གཡོན་རི་དྲགས་སོ་
སོ་གཉིས་ནི་བསེ་རུ་ཡིན་ཏེ། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་
སེམས་རྒྱད་བཞིའི་གས་བསེ་རུའི་སེམས་སྟེད་ཀྱིས་ཆོས་
ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཉན་པ་མཆོན་པ་ཡིན། དབུས་ཀྱི་ཅིབས་མ་
བརྒྱད་ལྟན་གྱི་འཁོར་ལོའི་ལྟེ་བས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་
ནང་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མཆོན་པ་དང་། བར་གྱི་
ཅིབས་མ་བརྒྱད་སོ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་འཕགས་
ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་མཆོན། མཐའི་མུ་ཁུད་ཀྱིས་ཉིང་རེ་
འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་མཆོན་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་
ཡོད་དོ་ཅིག་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་། འཕགས་ལམ་ཡན་



ལག་བརྒྱད་དུ་མ་འདུས་པ་མེད། རི་དྲགས་པོ་མོ་གཉིས་
 གྱིས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཆོན་ཏེ་ཐབས་ཤེས་བྱང་
 འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་
 ཐོབ་པ་མཆོན་བྱེད་ཡིན། མདོར་ན་འཇམ་གླིང་གི་ཆོས་
 ལུགས་ཁག་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོར་རྟགས་མ་
 རེ་ཡོད་པ་བཞིན་རི་དྲགས་ཆོས་འཁོར་ནི་ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་རྟགས་མ་ལྟ་བུ་ཡིན། ། །

སྤྱི་ཏུ།

ང་ཆོ་བོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་དུ་
 དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་རྟ་ཞེས་པ་འདི་ནི། དབུས་
 སུ་རྟ་མཆོག་ཀོར་བུས་མཆན་པ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ཕྱོགས་
 བཞིར་སྟག་སེང་ལྷུང་འབྲུག་བཞིའི་གཟུགས་རིས་བཀོད་
 ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། སྤྱི་རྒྱའི་ལྷ་ལ་གསོལ་མཆོད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་མཁའ་ལྷན་པུ་

བྱེད་པའི་ཆོ་ག་ནི་སྤྲོ་མོ་ནས་བོད་རང་དུ་གསལ་ཡོད་
ཀྱང་། སྟག་སེང་ཁྱུང་འབྲུག་རྟ་མཆོག་དང་བཅས་པའི་
རྒྱུང་རྟའི་རི་མོ་འདི་དག་ག་དུས་བྱུང་ཚུལ་སོགས་གསལ་
པོ་མཐོང་ཐོས་སུ་མ་གྱུར། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་བོད་རང་དུ་
བྱུང་ཞིང་དར་བའི་རི་མོ་ཐོག་མའི་གསལ་ཤིག་ཡིན།
ཁ་ཅིག་གིས་སྡེ་བཞིའི་གཟུགས་བཀོད་དེས་མི་འཛིགས་
པ་སྟེ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་མཆོན་པ་ཡིན་ཞེས་ཤོད་སྲོལ་
ཡོད་ནའང་། དངོས་དོན་ནི་འབྲུང་བའི་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་
ན་ལེགས་ཏེ། སྟག་ནགས་ཆོལ་དུ་གནས་པས་འབྲུང་བ་
ཤིང་གི་ཁམས་སམ་རྒྱུང་གི་ཁམས་མཆོན་པ་དང་། སེང་
གོ་རིང་གནས་པས་སའི་ཁམས་མཆོན། ཁྱུང་བར་སྤང་
དུ་གནས་པའི་རྩ་ལས་མེ་འབར་བས་མའི་ཁམས་མཆོན་
དང་། འབྲུག་རྟ་མཆོར་གནས་པས་རྒྱུང་ཁམས་མཆོན་
པ། རྒྱུང་ནི་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པས་ནམ་མཁའི་ཁམས་མཆོན་



བ་བཅས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་དང་དེའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་མཆོན་དོན་
 གསལ་བར་བསྟན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ལས་དེ་ཉིད་ཏྲ་མཆོག་
 གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེའང་ཉེས་པ་ནས་ལེགས་པར་
 བསྐྱོད་པ། ལྟས་ངན་པ་ནས་བཟ་ཤིས་པར་བསྐྱོད་པ་
 སོགས་མཆོན་ཕྱིར་དང་། སྐྱེས་བུའི་རེ་འདོད་ཡོངས་སུ་
 སྐྱོང་བ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་རིན་ཆེན་དང་། འབྲ་བས་
 ཏྲ་མཆོག་དེ་ཡང་ལོར་བུའི་རྒྱན་ལྗན་དུ་འགོད་སྟོལ་བྱུང་
 བ་ནི་རྒྱང་ཏའི་གོ་དོན་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། དུས་
 ཕྱིས་སུ་རྒྱང་ཏ་ཞེས་རྒྱང་གི་བཞོན་པ་ལྟ་བུའི་གོ་དོན་དང་
 སྐྱར་ནས་འབྲི་སྟོལ་བྱུང་འདུག་པ་ནི། རྒྱང་ཏ་བར་སྒྲུང་དུ་
 བསྐྱོད་ཅིང་འཕུར་བ་ལ་རྒྱང་གི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་དགོས་
 པར་སོང་འབྲི་སྟོལ་བྱུང་བར་སེམས། ། །



མི་མཐུན་གཡུལ་རྒྱལ།

མི་མཐུན་གཡུལ་རྒྱལ་ཞེས་པ་ནི། དབྱ་བ་ཤེད་དུ་གྱུར་པའི་
 སྟོག་ཆགས་རིགས་གཉིས་རེ་གཟུགས་འདྲེས་མར་བྱས་
 པ་སྟེ། དེའི་མཚོན་དོན་ནི་མི་མཐུན་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་
 པར་བྱེད་ཅིང་། ཡང་ན་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་རྣམ་
 པར་རྒྱལ་བའམ། མི་མཐུན་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་
 བའི་དོན་ཡིན། དེའི་རི་མོར། སེང་གོ་དང་བྱ་ཁྲུང་འདུས་པ་
 ལས་བྱུང་བའི་གངས་ཀྱི་སེང་གོ་ཁྲུང་གི་མགོ་དང་གཤོག་
 པ། ཁྲུང་རུ་ལོར་བྱ་འབར་བས་བརྒྱན་པ་ཅན། ལྷ་སྟོན་
 དང་དྲུང་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་སྟོན་དྲུང་གི་མཇུག་མ་
 ཅན་ནམ། ལྷ་སྟོན་དྲུང་ན་གནས་པའི་ལྷ་ལ་མཇུག་མ་
 པ་ཏུ་འབྲིལ་བས་མཛེས་པ། ཉ་དང་སྤམ་འདུས་པ་ལས་
 སྤམ་གསེར་ཉའི་མགོ་ཅན་ལ་ཁ་སྤྱད་ཀར་པོས་མཛེས་པ་
 བཅས་གསུམ་འབྲི་ལྷ་ཁྲུང་ཆེ་ཞིང་། ལ་ལས་དེའི་སྟོག་



སྟག་དང་འབྲུག་འདུས་པ་ལས་ཀྱི་སྟག་ཁྱ་བོ་གཟིག་འབྲ་
བ་ལ་འབྲུག་མགོ་ཅན་གྱིས་ཏེ་ ཕྱོགས་བཞིར་འགོད་སྟོལ་
ཡོད་པའང་སྣང་ངོ་།། །།

ཁོར་བྱ་ཆ་བདུན།

ཁོར་བྱ་ཆ་བདུན་གྱི་མཆོན་བྱ་ནི་ཁོར་གཡང་ཡིན་ཞིང་།
བདུན་ནི། རྒྱལ་པོའི་ན་ཆ་དང་། བཙུན་མོའི་ན་ཆ། སློན་
པོའི་ན་ཆ། བསེ་བྱའི་བ། བྱ་བྱའི་སྟོང་པོ། སྤང་ཆེན་གྱི་
མཆེ་བ། ཁོར་བྱ་མིག་གསུམ་པ་བཅས་སུ་བབྲངས་ཀྱང་།
དེ་དག་རི་མོ་ལ་བཀོད་ན་མི་མཛེས་པས་ལྷའི་ཁོར་བྱ་
འབར་བ་དང་། མིའི་ཁོར་བྱ་མིག་གསུམ། ལྷའི་ཁོར་བྱ་
མིག་གཅིག་བཅས་ཁོར་བྱ་རིགས་གསུམ་དགའ་འབྲིལ་
ལམ། ཡང་ན་གོང་དུ་ལྷའི་ཁོར་བྱ་མེ་འབར་བ། གཡས་
མིའི་ཁོར་བྱ། གཡོན་ལྷའི་ཁོར་བྱ་བཅས་བཅེགས་མར་



བྱིས། ཁ་དྲོག་སྒྲ་ཚོགས་བྱང་བའི་མཆོན་དོན་ལ་འགྱུར་
བ་མེད་དོ། །

འདོད་ཡོན་ནམ་ལྔ།

འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་ལྔ་སྟེ། གཟུགས་དང་། སྤྱུ་བྱི། རོ།
རེག་བྱ་བཅས་སོ། མཆོད་ཡུལ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་
ཀྱི་སྒྲ་བརྟན་སྦྱན་སྒྲ་མེ་ལོང་དང་། བི་ཤང་། བདུག་
སྟོས། ལྟ་བཤོས། དར་དཀར་བཅས་ཀྱིས་ཡིད་དུ་འོང་
བའི་མཆོད་རྫས་བཤམས་བ་དེས་དངོས་བཤམས་ཡིད་
སྦྱུལ་ཀྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྔ་རུ་འདུས་པའི་མཆོད་པའི་
བྱེ་བྲག་ཡོངས་རྫོགས་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་
འཛིག་ཏེན་ཀྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྔ་པོ་མཆོན་པ་ལའང་
གོང་མཚུངས་མཆོན་སྒྲ་སྤྱངས་ཁྱབ་ཆེ་སྟེ། མཆོན་ཚུལ་ནི།
མེ་ལོང་གིས་གཟུགས་མཆོན་ཞིང་། བིང་གིས་སྤྱུ་བྱི་བདུག་



རྒྱལ་སྤྱི་དེན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་ནི། འཁོར་ལོ་དེན་པོ་ཆེ་
 དང་། འོར་བྱ་དེན་པོ་ཆེ། བཅུན་མོ་དེན་པོ་ཆེ། སློན་པོ་
 དེན་པོ་ཆེ། སྤང་པོ་དེན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་དེན་པོ་ཆེ།
 དམག་དཔོན་དེན་པོ་ཆེ་བཅས་ཡིན།

རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་བདུན་ནི་སྤྱོད་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་
 དག་གིས་སྤིང་གི་ཁ་ལོ་བསྐྱུར་བའི་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་མིན་
 དག་མཆོད་ཡིན་པར་བརྗོད་གི་ཡོད། མཆོད་དོན་ཡང་
 དུལ་ཁམས་དབང་དུ་བསྐྱུར་ཞིང་། རྒྱེ་འགྲོར་ལེགས་
 ཆོགས་སྤེལ་བ་ལ་ཆེ་མེད་དཔལ་དུ་བྱལ་བའི་རྒྱེ་པོ་དམ་
 བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན།

༡༥ འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

སྒྲིན་དུས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་
བསོད་ནམས་ཀྱི་སྟོབས་ལས་པོ་བྲང་གི་ཅེ་ནས་བདེན་
ཆོག་བརྗོད་པས། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ནས་རྒྱལ་
པོའི་མདུན་དུ་བབས་ཏེ་གང་དུ་འགོ་འདོད་པའི་ཡུལ་དེར་
འཁོར་ལོ་དེས་སྒྲ་བྲངས་ནས་འགོ་བ་དང་། དེ་དང་མཉམ་
དུ་རྒྱལ་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་འབད་མེད་རྗེས་
སུ་འགྱོར་འོང་བ་ཡིན།

༡༦ འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

མདོག་མཐེང་གའི་མ་མེད་པ་འོད་ཀྱིས་དཔག་ཆད་བརྒྱད་
ཅུ་ཙམ་དུ་སྒྲང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པ། མིང་
བཞིའི་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབུལ་པོངས་སེལ་བ། འདོད་
རྒྱ་ཡིད་བཞིན་དུ་སྐྱོང་བ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཡོད་ཏན་དང་ལྡན་
པའོ།



༣༽ བཅུན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

གཟུགས་མངོས་པའི་བྱང་ཆོས་ཀྱན་ནས་རྫོགས་ཤིང་།
 རིག་པ་གསལ་ལ་ངག་འཇམ་པ། བྱད་མེད་ཀྱི་སྦྱོན་ཐམས་
 ཅད་ཡོངས་སུ་བྲལ་ཞིང་ཡོད་ཏན་ལྡན་པ། ལུས་སྤྲ་མ་
 མངོས་པའི་མཆན་མ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་མཆན་ཞིང་དར་
 ཟབ་གོས་དང་རྒྱན་དུ་མས་སྤྲས་པ། སྦྱ་ཅལ་དུག་ཅུ་རེ་
 བཞི་ལ་སོགས་པར་མཁས་ཤིང་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཀྱན་
 ཡིད་འཕྲོག་པ་དང་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་སྟེར་བའོ།

༤༽ སྦྱོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

རྣམ་སྤྲས་ཀྱི་བྱ་ལྟར་ཡོངས་སྦྱོད་དང་དབལ་འབྱོར་ཕུན་
 སུམ་ཆོགས་པ། གཡུལ་དུ་དབལ་ཞིང་ལས་ལ་མཛངས་
 པ། སྤྱིད་ཀྱི་ལས་སྣ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་
 སྦྱོན་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དང་མཚུངས་པ། རྒྱལ་པོས་སྦྱོང་གསུམ་
 གསེར་གྱིས་ཁེངས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ནའང་སྤྲད་ཅིག་



ཏུ་བསྐྱབ་བྱས་ཤིང་གཏོང་པོད་ཆེ་བ་བསོད་ནམས་དང་སྒོ་
སྟོབས་ལྡན་པའོ།

༥༽ སྒྲང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

ཐལ་དཀར་གྱི་མདོག་ལྟ་བུ་ལ་དཀར་ཞིང་མཛེས་པའི་
མཆེ་བ་བྱུག་དང་ལྡན་པ། སྤྱི་གཙུག་དམར་ཞིང་དཔངས་
མཐོ་བ། འོར་བུའི་བྱ་བས་གཡོགས་ཤིང་སྒྲང་པོ་ཆེ་པལ་
བ་སྟོང་གི་སྟོབས་མངའ་བ། གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་
ཞིང་ཤིན་ཏུ་མགྱོགས་པའི་བྱད་ཆོས་ལྡན་པ་སྒྲང་ཆེན་ས་
སྒྲང་གི་བུ་ལྟ་བུའོ།།

༦༽ ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

སྤྱི་མདོག་སྟོན་པོ་མ་བུའི་མགྱིན་སྤྱི་ལྟར་ཡིད་དུ་འོང་བ།
ནད་མེད་ཅིང་འཆར་སྐད་གྱིས་འཛམ་གླིང་བྱབ་པ། རྒྱལ་
པོའི་བྱུགས་ལ་གང་ཤར་ཤེས་པས་ཅད་ཤེས་པ། འཛམ་
གླིང་ལ་ཉིན་གཅིག་གིས་ལན་གསུམ་བསྐྱོར་བྱས་པའི་བང་



འུགས་རྒྱང་དང་འབྲ་བ་རྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཅང་ཞེས་བ་ལ་ཉ་ལྟ་
བུའོ།

ཡ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ནི།

དཔའ་དང་སྤྲོང་སྤྲོས་ལྡན་པ། འབྲུལ་དང་མཆོན་གྱི་རྒྱ་
ཅལ་དང་གཡུལ་འབྱེད་གྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ། དབྱང་
ཆོགས་ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྡན་པ། གཞུ་བརྟུངས་བ་ཅམ་
གྱིས་ཀྱང་པ་རོལ་མི་བསྐྱོན་དག་སྡེ་ཐམས་ཅད་སྤྲ་བཞོང་
བར་བྱེད་ བའི་གཟི་བྱན་བཟོད་པར་དཀའ་བ་རྒྱལ་ཆེན་
འཕགས་སྤྲེས་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་སོ། །

སྤྲ་བའི་འཁོར་ལོ།

སྤྲ་བའི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བ་འདི་ནི། ངན་འགོ་དང་བདེ་
འགོ་གཉིས་སུ་འདུས་པའི་རིགས་ཏུག་གི་སེམས་ཅན་
ཀྱན་སྤྲ་བ་འཁོར་བ་ན་རི་ལྟར་འཁོར་ཞིང་འབྲམས་བ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དང་། དེའི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་རིམ་སྟེ། རིམ་འདི་
ཉིད་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོས་
སངས་རྒྱས་ཤྲུག་ཐུབ་པའི་བཀའ་བཞིན། སྤྱོད་གྱི་རྒྱལ་
པོ་ལྷ་ཨ་ཡ་ནར་སྤྱེས་ལན་དུ་བྲིས་པར་གྲགས།
རིམ་འདི་དབུས་སུ་བྱ་སྤྱལ་པག་གསུམ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་
སྤང་བ་ནི། འགོ་དྲུག་འཁོར་བར་འཁོར་བྱེད་གྱི་རྒྱ་གཙོ་པོ་
ཉོན་མོངས་དྲུག་གསུམ་མཆོན་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ། བྱ་ནི་
འདོད་ཆགས་གྱི་མཆོན་བྱེད་དང་། གཉིས་པ། སྤྱལ་ནི་ཞེ་
སྤང་གི་མཆོན་བྱེད། གསུམ་པ། པག་པ་ནི་གཏི་ལྷག་གི་
མཆོན་བྱེད་ཡིན་པ་དང་། བྱ་སྤྱལ་གཉིས་པག་པའི་ཁ་ནས་
ཐོན་པ་བྲིས་པ་ནི་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཐམས་ཅད་
ཉོན་མོངས་དྲུག་གསུམ་ལས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཆགས་སྤང་
གཉིས་ཀྱང་མ་རིག་པའི་རྒྱ་གཙོ་པོ་གཏི་ལྷག་ལས་བྱུང་བ་
མཆོན་པ་ཡིན། བྱ་དང་སྤྱལ། པག་པ་བཅས་གྱི་རིམ་འདི་



འབྲི་ཚུལ་རྩུང་མི་འདྲ་བའང་ཡོད་སྐད། དེའི་མཐའ་རུ་ལམ་
 དཀར་ནག་གཉིས་གྲིས་བ་ནི། བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོའི་
 བར་སྲིད་ལ་དགོ་སྒྲིག་གི་ལས་དཀར་ནག་གཉིས་སུ་ངེས་
 བར་མཆོན། དེ་ཡང་སྒྲིག་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྲིས་ངན་སོང་དུ་
 ལྷུང་ངེས་བ་ཞིག་ཡིན་ན། བར་དོའི་སྲིད་བར་མགོ་བོ་བྱར་
 དུ་བརྩུགས་ནས་འགྲོ་བའི་སྣང་བ་དང་། ལས་མཁན་གྱི་
 ཐག་པས་བཀྲིག་ནས་དབང་མེད་དུ་འཁྲིད་འགྲོ། འོན་ཀྱང་
 དགོ་བའི་བསོད་ནམས་གྲིས་མཐོ་ངེས་སུ་སྦྲེས་བ་ཞིག་
 ཡིན་ན། མཆོན་མོར་རྩོད་གྲིས་ཁྱབ་བའམ་གངས་རི་ལ་
 ཉི་འོད་གྲིས་ཐོག་མར་ཐོག་བ་ལྟ་བུ་དང་ལམ་གེན་དུ་འགྲོ་
 བའམ། ཐད་ཀར་འགྲོ་བ་སོགས་གྱི་སྣང་བ་འཆར་བ་དང་།
 ལས་མཁན་སོགས་གྱི་འཛིགས་སྣང་གི་རྒྱུག་བསྐྱལ་དང་
 བྲལ་བའོ།
 འཁོར་ལོའི་ཕྱི་བས་བར་རྒྱག་དུ་ལྟ་དང་མི། ལྟ་མ་ཡིན་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོན།

བཅས་བདེ་འགྲོ་གསུམ་དང་། དཔྱལ་བ། ཡི་དྲགས། དྲང་
འགྲོ་སྟེ་ངན་འགྲོ་གསུམ་བཅས་རིམ་པར་བཀོད་དེ་གིས་
པ་ནི། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་
ལ། མཆོན་དོན་ནི། མར་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀྱན་ཐར་པ་མ་ཐོབ་
བར་དུ་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཏུ་རེས་མོས་ཀྱིས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་
སྤྱག་བསྐྱེད་སྤངས་ཤིང་སྤྱོད་བ་དེ་ཡིན།

འཁོར་ལོའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་ང་མིག་བཅུ་གཉིས་ནི། རྟན་
འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་བྱེད་དེ། དང་པོ་
དཔྱུས་ལོང་འཁར་རྒྱག་ལ་བརྟན་པ་དེས་མ་རིག་པའི་རྟན་
འབྲེལ་མཆོན་ཞིང་། གཉིས་པ་རྩ་མཁན་གྱིས་འདུ་བྱེད་
ཀྱི་རྟན་འབྲེལ་མཆོན། གསུམ་པ་སྤྱེལ་ཤིང་ཅེར་ཅེན་པ་
དེས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟན་འབྲེལ་མཆོན། བཞི་པ་གྲུ་གཟིངས་
ཀྱིས་མིང་གཟུགས་ཅེ་རིགས་པའི་རྟན་འབྲེལ་མཆོན། ལྷ་
པ་ཁང་སྟོང་གིས་སྤྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྟན་འབྲེལ་མཆོན། དྲུག་



བ་མོ་མོ་པན་ཚུན་འཁྱུད་ཅིང་འོ་བྱེད་བ་དེས་རེག་པའི་ཉེན་
 འབྲེལ་མཆོན། བདུན་བ་མིག་ཏུ་མདའ་བྲུག་པས་ཆོར་
 བའི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན། བརྒྱད་བ་སྐྱེ་བོས་ཆང་འཐུང་བ་
 དེས་སྲིད་པའི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན། དགྲུ་བ་སྤྱེལ་མཉེན་
 ཏོག་བཏོག་བ་དེས་ལེན་པའི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན། བཙུ་བ་
 བྱད་མེད་སྦྱུ་མ་མ་དེས་སྲིད་པའི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན། བཙུ་
 གཅིག་བ་སྦྱ་གྲུ་བཙའ་བ་དེས་སྐྱེ་བའི་ཉེན་འབྲེལ་མཆོན།
 བཙུ་གཉིས་བ་མི་རོ་འཁྱུར་བ་དེས་གཤི་ཅི་རིགས་པའི་
 ཉེན་འབྲེལ་མཆོན་ནོ།

དེ་ཐམས་ཅད་འཁོར་ལོའི་རྣམ་པར་འཆི་བདག་གི་ཁ་དང་
 ཀླང་ལག་བཞིས་དམ་དུ་བཟུང་བར་གྲིས་བ་དེས། ལས་
 དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་འཛིག་ཉེན་འདིར་སྐྱེ་བ་
 ལེན་བ་མཐའ་དག་མཐར་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་མ་གྱུར་
 བ་མེད་བ་དང་། དེ་ཡང་ལན་རེ་གཉིས་ཙམ་མ་ཡིན་པར།



རི་མིད་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་སྤངས་བ་དེ་མིད་དུ། སྤྱི་ཁྱོད་
ན་འཆིའི་སྤྱག་བསྐལ་འཁོར་མོར་སྤངས་ཏེ་མིད་ཅེ་ནས་
མནར་མེད་བར་རྟག་ཏུ་འཁོར་བ་མཆོད།

སྤྱི་དུ་ཆོ་བའི་གཞུགས་བརྟན་གྱིས་བ་ནི། སྤྱག་བསྐལ་
མཐའ་དག་གིས་དབེན་བའི་ཞི་བ་སྤང་འདས་སམ་བདུད་
བཞི་སྤྱ་རགས་མ་ལུས་བ་བཅོམ་བའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་གོ་
འཕང་མཆོད། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་
སྤྱག་བརྟན་ཏེ་བརྟན་བ་ནི། ཞི་བ་སྤང་འདས་འདི་ལྟ་
བྱ་ཞིག་མ་ཐོབ་ན། འཁོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཆོའི་
གྱི་སྤྱོད་ནས་རྟག་ཏུ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་དུས་མེད་པས།
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ཞི་བ་སྤང་འདས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་
པའི་ཐབས་ལ་བརྟན་ཅིག་ཅེས་ བརྟན་ཐབས་གྱིས་འདོམས་
པར་མཛད་པ་མཆོད་ནོ།།



བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད།

བཀྲ་ཤིས་པའི་མཚོན་བྱེད་རྟགས་བརྒྱད་གྱི་རི་མོའི་མཚོན་
 རོན་རྣམས་མདོར་བསྟུས་ཅམ་བཟོད་པར་བྱ་བ་ལ་སྦྱར་
 དེ་དག་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་བབས་པའི་མཚོན་རོན་འདི་
 དང་འདི་ཁོ་ན་ཞེས་སྦྱ་བར་མི་རྒྱས་ཀྱང་ད་ལམ་གཡང་
 སྐབས་ནོར་བུ་ཆ་བདུན་གྱི་གཡང་རྩལ་འབྲེལ་བཤད་ནང་
 གསུངས་པའི་ལུགས་ལྟར་ན།

༡༽ གདུགས།

འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་ཆ་གདུང་སེལ་བར་
 བྱེད་པ་མཚོན།

༢༽ གསེར་ཉ།

གཡང་རྣམས་ཉེས་པའི་སྦྱོན་སྤངས་པར་བྱེད་པ་མཚོན།

༣༽ བུམ་པ།

ཡོན་ཏན་བརྩུད་གྱིས་གང་ཞིང་རྣམ་དཀར་བསོད་ནམས་



ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པ་མཆོན།

༤༽ བསྒྲ།

སྲིད་པར་གནས་ཀྱང་སྲིད་པར་མ་ཆགས་པར་ལས་ཉོན་
ཀྱི་བྱི་མས་མ་གོས་པ་མཆོན།

༥༽ ཏུང་དཀར་གཡས་འབྲིལ།

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ཆོས་པའི་གསུང་དབྱངས་
མཆོན།

༦༽ དཔལ་བེུ་བ་ཀ།

ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་རྫོགས་ཤིང་། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་
དཔལ་དང་ལྷན་པ་མཆོན།

༧༽ རྒྱལ་མཆོན།

པ་རོལ་བདུད་དང་སྤྱུ་སྟེགས་པམ་པར་བྱས་ཏེ་མཆོན་དང་
དཔེ་བྱད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཆོན།



༡༥འཁོར་ལོ།

བརྗོད་བྱ་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་རྗོད་བྱེད་བསྐྱབ་བ་གསུམ་
གདུལ་བྱའི་རྒྱད་ལ་འཕོ་བར་བྱེད་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
མཆོན།

བཟ་ཤེས་རྣམས་བརྒྱད།

བཟ་ཤེས་བའི་རྣམས་མཆོག་བརྒྱད་ནི།
མེ་ལོང་། གི་ཤང་། འོ་མ། རྩ་དུཤ། ཤིང་རྟོག་བེལ་ཤ། དུང་
དཀར་གཡས་འབྲིལ། ལི་ཁྲི། དུངས་དཀར་བཅས་ལ་ཟེར་
བ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྡོན་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ལ་གཟུགས་
ཀྱི་ལྟ་མོ་འོད་འཆང་མས་མེ་ལོང་ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱིབ་བྲལ་མངོན་
གྱུར་གྱིས་རྣམ་དག་ཆོས་ལ་ཐོགས་མེད་ལོངས་སྟུ་སྟོང་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

པའི་བཀའ་ཤིས་པའི་རྣམས་སུ་རྒྱལ་བས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་
ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་འབྱུང་གི་དབང་པོ་འཕེལ་སྤང་ཆེན་
ས་སུང་གིས་གི་ཤང་ཕྱལ་བས། ཉོན་མོངས་ཟུག་རྩའི་ནད་
དང་སྤྱག་བསྐྱེད་དག་པའི་སྤྲོད་མཆོག་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་
རབ་དུ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། གྲོང་པའི་བུ་མོ་
ལེགས་སྐྱེས་མས་འོ་མ་ཕྱལ་བས་དུས་གསུམ་ཞི་ཞིང་
སྤྱིང་པོ་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་མཆོག་དུ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱི་
བརྒྱབས། ཡང་རྩ་འཁོར་བཀའ་ཤིས་ཀྱིས་རྩ་དུས་ཕྱལ་བས།
ཉོན་མོངས་སྐྱེ་ཤིང་རྒྱན་ཆད་པའི་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་ཆེ་
སྟེ། འཆི་མེད་ཀྱི་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཤིང་
གི་ལྷ་མོས་ཤིང་རྟོག་བེལ་བ་ཕྱལ་བས་འཇིག་རྟེན་ལས་
འདས་པའི་བྱང་ཆེན་སྦྱོང་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་རྣམ་པར་དག་པའི་
འབྲས་བུར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མཛོད་གྱུར་ཀྱི་དོན་
ཀྱན་འབྲུབ་པ་དེ་དང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དུང་



དཀར་གཡས་འབྲིལ་ཅན་ཕུལ་བས་ཐེག་གསུམ་ཆོས་
 འཁོར་གང་འདུལ་མ་རྟོར་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ། སའི་ལྷ་མོ་
 བསྟན་མཐའ་ཡང་ན་བྲམ་ཐེ་སྐར་རྒྱལ་གྱིས་ལི་ཁྲི་ཕུལ་
 བས་སྲིད་ཞི་དཔལ་འབྱོར་ཀུན་ལ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་ཆེན་
 བོར་དབང་སྐྱར་བ་དེ་དང་། གསང་བདག་ཕྱག་རྟོར་གྱི་
 ཡུངས་དཀར་ཕུལ་བས་བདུད་བགོགས་བར་ཆད་ཐམས་
 ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མཐུ་སྟོབས་ལ་དབང་འབྱོར་
 བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་མཛད་པ་བཅས་ལས་བཟ་
 ཞིས་པའི་རྣམ་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་བྱང་བ་ཡིན། །

རྒྱལ་དར་འབྲེལ་བཤད།

དབུས་སུ་སྟུན་སྟུག་གངས་ཀྱི་རི་བོ་བརྩེད་ཆགས་སུ་
 གནས་པས། གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཞེས་ཡོངས་
 སུ་གྲགས་པའི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་ཡུལ་གྱི་བཞོད་པ་



མཆོན།

ནམ་མཁའ་འོ་ས་སུ་འོད་མདངས་དམར་པོ་བྱལ་འཕྲོ་བས།
 སེ་དང་། མུ་དང་། རྩོད་དང་། རྩོད་དང་། རྩོད་དང་། དབ་ཉེ་
 བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཕྱི་མོ་མིའུ་བུ་དང་བྱལ་མཆོན། རིགས་
 ཀྱི་ཁ་དོག་དམར་པོ་དང་། ནམ་མཁའ་ཁ་དོག་སྒྲོ་ནག་
 སྒྲེལ་བས། རིང་ནས་འགོ་བའི་ལྷ་སྤང་དམར་ནག་གཉིས་
 ཀྱིས་བསྟན་སྤྱད་སྤྱང་སྤྱོད་གི་འཕྲིན་ལས་གཡེལ་མེད་དུ་
 སྤྱབ་པ་མཆོན།

གངས་རིའི་ཅེ་ནས་ཉི་མ་ཤར་བའི་འོད་ཟེར་རྒྱ་བྱལ་དུ་འཕྲོ་
 བས། བོད་ལྗངས་སྤྱེ་འཕྲོ་ཡོངས་ཀྱིས་རང་དབང་ཆོས་
 འབྱོར་བདེ་སྤྱད་སྤྱང་བར་ཀྱན་སྟོམས་སུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་
 མཆོན།

གངས་རིའི་དོར་སུ་མི་འཛིན་གདོད་ལྷ་འབར་བའི་སེའླེ་
 ཟུང་ནམ་པར་འགྱུངས་བས། ཆོས་སྤྱད་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་



ཀླུ་ཐབས་སྲིད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་ཀླུ་
བ་མཆོན།

གོང་ན་ནོར་བུ་ཁ་དོག་གསུམ་ལྡན་འོད་འབར་བ་མཛེས་
པས། བོད་མི་ཡོངས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་སྐྱབས་གནས་དགོན་
མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གསུམ་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་བ་མཆོན།
སེའུ་གཉིས་ཀྱི་ལག་ཏུ་ནོར་བུ་དགའ་འབྲེལ་ཁ་དོག་
གཉིས་ལྡན་ཞིག་བཟུང་བས། ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ་དང་།
མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་སྟོང་པོར་གྱུར་བའི་ལུགས་
བྱང་བླང་དོར་ཀྱི་རང་ཁྱིམས་གཅེས་སྤྱང་བྱེད་པ་མཆོན།
མཐའ་ལུགས་ཁ་དོག་སེར་པོས་བརྒྱན་པས། གསེར་སྤྱང་
བཙོ་མ་ལྷ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཕྱོགས་དུས་ལུ་
མེད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་མཆོན་པ་བཅས་སོ། ཞེས་པ་
འདི་རང་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་མ་ཕྱི་
ལྟར་བཀོད་བའོ།



བོད་ཡུལ་ངོ་སྤྲོད།

རང་རེའི་ཕ་ཡུལ་བོད་ལྗོངས་ནི། སྤྱིར་འཛམ་གུའི་སྤིང་གི་ཡང་ཐོག ། ཡང་སྒོས་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་བྱང་།
 ཅུག་རྩལ་གྱི་ཤར། ཤིང་ཅང་དང་ཉོར་སོག་གི་སྟོ། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད། མཐའ་སྒོར་དུ་གངས་ཉི་མི་དང་།
 གངས་རི་ངོ་མོ་སྐང་མ་། རོང་བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ་། གངས་དཀར་ཕྱོགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་སོགས་རི་ཆེན་སྐད་
 གཤམ་ཅན་མི་ལོ་སྟོང་ལྷག་མང་པོར་བཞུ་མ་སྟོང་བའི་གངས་རི་དུང་གི་མཆོད་རྟེན་བསྐྱེགས་པ་ལྟ་བུའི་དབུས་
 སུ། སྤྱ་ལ་མཁེགས་པའི་བྲག་རི། མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མེ་ཉོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་སྡོ་ལྗང་སྤང་རི་
 དང་། གཡའ་རི། ནགས་རི་སོགས་མཐོ་ལ་གནམ་གྱི་ཀ་བ་ལྟ་བུ་བགངས་ཀྱིས་མི་ལངས་པ་ཡོད།
 མཆོ་ངོ་མཆར་སྐད་གཤམ་ཅན་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་



ཟད། གངས་ཉི་མེའི་ཉི་འགམ་མ་པམ་གཡུ་མཆོ་ནས་རྩ་
 བོ་རྟ་མཆོག་ཁ་འབབ་སྟོད་མངའ་རིས་ནས་དབུས་གཙང་
 རྩུད་རྩུ་གར་ཤར་ཕྱོགས་དང་། མ་བྱ་ཁ་འབབ་སྟུ་ཉིང་
 རས་རྩུ་གར་ཡུ་མེའི་ཕྱོགས་དང་། སྤང་ཆེན་ཁ་འབབ་མཐོ་
 ལིང་རྩུད་པན་རབ་དང་ཉིལ་མ་ཅལ་ཕྱོགས་དང་། སེ་རྩེ་ཁ་
 འབབ་ལ་དྲགས་རྩུད་པ་ཀེ་སེ་ཐན་ཕྱོགས་བཅས་སུ་རྩུ་
 ཞིང་། ད་དུང་དེས་མི་ཆད་སྟོད་ཕྱོགས་ནས་རྩུ་མོ་རྩུ་སྤར་
 མ་དང་། ཆབ་མདོའི་རྩུད་རྩུ་དང་དོམ་རྩུ་འདོམ་སྟེ་ཀི་པོ་
 ཉི་ཡ་དང་། འབྲི་རྩུ་མདོ་སྟོད་རྩུད་རྩུ་ནག་དང་། མ་རྩུ་ཨ་
 མདོའི་ཕྱོགས་ནས་རྩུ་ནག་ཁུལ་འབབ་པ་བཅས་རྩུ་བོ་དེ་
 དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་བོད་ཡུལ་ཡིན། མདོར་
 ར་རི་མཐོ་ལ་ས་གཙང་བ། རྩུང་བསིལ་ཞིང་ཆད་པ་མེད་
 བ། རྩུ་ཞིམ་ལ་ཟས་ཀྱི་རོ་བཅུད་ཆེ་བ། དུག་སྤང་དང་དུག་
 སྤྱལ། གཙན་གཟན་སོགས་ཀྱི་གཞོད་འཆོ་ཉུང་བ། འཛམ་



སྒྲིང་གི་ཡུལ་གཞན་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ཡོད།
ཡུལ་གྱི་རང་བྱུང་ཐོན་སྐྱེད་གསེར། དངུལ། ཟངས།
ལྷགས། ཞ་ཉ། རྩོ་སོལ། རྩོ་ཞོ། ཉིམ་ཁ་ཆུ། ཤེལ་རྩོ། གཟི།
མཚོང་རྩོ། ཁྲག་ར། རོམ་མཁྲིས། ལྷ་ཅེས་སོགས་རིན་
ཐང་ཆེན་པོའི་དངོས་རིགས་རྣམ་གངས་བརྒྱ་ཕྱག་བཞུལ་
བ་དང་། གོ་སྒན་ནས་གསུམ་དང་། གོ་བ། སོ་བ་སོགས་
འབྲུ་རིགས་སྣ་ཆོགས་ཆལ་རིགས་རྣམ་མང་། མེ་ཉོག་སྣ་
ཆོགས། ར་ཤིང་། འབྲས་བུ་ཅན་དང་འབྲས་བུ་ཅན་མ་
ཡིན་པའི་ཤིང་རིགས་སྣ་མང་། བདག་ཏུ་བབྱུང་བའི་སྣོ་
ཕྱགས་འབྲི་གཡག་མརྩོ་ཕོ་མོ། ཉ་ཟེལ། ར་ལྷགས་སོགས་
དང་། བདག་ཏུ་མ་བབྱུང་བ་འབྲོང་། རྒྱང་། ཞ་བ། གནའ་
བ། ལྷ་བ་སོགས་རི་དྲགས་དང་། གཅན་གཟན་སྣ་ཆོགས།
བྱ་རིགས་འབྲ་མིན་སོགས་ཀྱིས་ཕྱག་པ་ཞིག་ཡིན།
དེ་ལྟར་འཇམ་སྒྲིང་ནང་སྐྱེད་ཤོས་དང་། རང་བཞིན་ཐོན་



སྐྱེད་བཟང་ཤོས་ཡིན་པའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཁུན་ཞིང་ཆེན་དུ་
 དབྱེན། དབུས་གཙང་དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་ཆོལ་ཁ། མདོ་སྟོད་
 མགོ་ནག་མའི་ཆོལ་ཁ། མདོ་སྟོད་ཀྱི་ལིང་རྟའི་ཆོལ་ཁ་
 ཞེས་ནང་གསེས་རང་རང་ཐོན་ཁུངས་གཙོ་ཆེ་བའི་སྟོན་ས་
 དེ་གསུམ་ཡོད། ཆོལ་ཁ་དེ་གསུམ་ལ་གནས་ཤིང་རྒྱ་བའི་
 བོད་རིགས་རྣམས་ནི་འཕགས་པ་སྦྱར་རས་གཟིགས་ཀྱི་
 གདུལ་བྱ། ཤ་ཁག་གཅིག་པའི་སྦྱར་ཟླ། བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 ཆབ་འབངས་ཡུལ་ཀྱི་བདག་པོ་ངོ་མ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
 སྐྱེ་བོ་དེ་དག་གི་སྦྱོད་ཚུལ་ནི། སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཤད་ན།
 ཆོས་ལ་དགའ་ཞིང་སྤྲིག་ལ་འཛེམས་པ། ཤེས་རྒྱུད་བླ་
 ལ་གཤིས་ཀ་བརྟན་པ། མ་རབས་སྟོང་ཞིང་ཡ་རབས་ལ་
 བརྩོན་པ། སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་ངང་གིས་སྦྱེ་བ། ལས་ལ་
 བརྩོན་ཞིང་གང་ཡང་འཛོན་པ། རྒྱབས་ཆེན་ཀྱི་མི་རིགས་
 ཡིན།



ཡུལ་མིའི་འཆོ་བའི་རྟེན་གཞི་ནི། སོ་ནམ་དང་འབྲོག་ལས་
 ཟུབ་ཆེ་ཞིང་། བཟོ་ལས་དང་ཆོང་ལས་ལ་འཆོ་བ་བརྟེན་
 བའང་ཡོད། བོད་ཡུལ་ཁྱེད་ལ་དགོན་སྡེ་སྟོང་སྟག་མང་པོ་
 དང་། བྲ་བཙུན་ཁྱི་སྟག་བཟུལ་བ་ཡོད། །

བཙན་པོ་རིམ་བྱོན་གྱི་མཆན་བྱང་།

གནམ་གྱི་ཁྱི་བདུན།

- ༡ གཉལ་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༢ ཟུ་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༣ དིང་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༤ སོ་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༥ མེར་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༦ གདགས་ཁྱི་བཙན་པོ།
- ༧ སྟེན་ཁྱི་བཙན་པོ།

སྟོང་གི་སྟོང་གཉིས།

༩ གི་གྲུམ་བཅན་པོ།

༩ བུ་ལྷེ་གྲང་རྒྱལ། (བུ་ཁྱི་བཅན་པོ་འང་།)

བར་གྱི་ལེགས་བླ་ག།

༡༠ ཨི་ཤོ་ལེགས།

༡༡ དེ་ཤོ་ལེགས།

༡༢ ཐེ་ཤོ་ལེགས།

༡༣ གྲང་བུ་ལེགས།

༡༤ འབྲོང་ཞེར་ལེགས།

༡༥ ཨི་ཤོ་ལེགས།

ས་ཡི་ལྷེ་བརྒྱད།

༡༦ ཟ་ནམ་ཟིན་ལྷེ།

༡༧ ལྷེ་འབྲུལ་ནམ་གཞུང་བཅན།

༡༨ སེ་སྟོལ་ལྷམ་ལྷེ།

༡༩ སེ་སྒྲུལ་པོ་ལྷེ།

༢༠ ལྷེ་སྒྲུལ་ནམ།

༢༡ ལྷེ་སྒྲུལ་པོ།

༢༢ ལྷེ་རྒྱལ་པོ།

༢༣ ལྷེ་སྤྱན་བཅན།

བཅན་ལྷ།

༢༤ རྒྱལ་ལྷེ་རེ་ལུང་བཅན།

༢༥ ཁྱི་བཅན་ནམ།

༢༦ ཁྱི་སྤྱ་སྤྱངས་བཅན།

༢༧ ཁྱི་ཐོག་རྩེ་ཐོག་བཅན།

༢༨ ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཅན།

༢༩ ཁྱི་གཉན་གཟུང་བཅན།

༣༠ འབྲོམ་སྒྲན་ལྷེ་ལྷ་འཛོ།

༣༡ སྒྲག་རི་གཉན་གཟིགས།

- ༣༢ གནམ་རི་སྣང་བཅན།
- ༣༣ སྣང་བཅན་སྐམ་པོ།
- ༣༤ གྲང་སྣང་གྲང་བཅན།
- ༣༥ མང་སྣང་མང་བཅན།
- ༣༦ འདུམ་སྣང་མང་པོ་༄༅།
- ༣༧ ཁྱི་ལྷེ་གཙུག་བརྟན། (མེས་ཨག་ཆོམ་ཡང་།)
- ༣༨ ཁྱི་སྣང་ལྷེ་བཅན།
- ༣༩ ལུ་ནེ་བཅན་པོ།
- ༤༠ སད་ན་ལེགས་འཛིང་ཡོན།
- ༤༡ ཁྱི་རལ་བ་ཅན།
- ༤༢ སྒང་དར་མ། (ཕུ་དུམ་བཅན་པོ་ཡང་།)



དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན།

མཚན།	English Name
སྐ་སྐྱུབ།	Nagarjuna
འཕགས་པ་ལྷ།	Aryadeva
སངས་རྒྱལ་བ་སྐྱུངས།	Buddhapalita
ལེགས་ལྡན་འབྲེད།	Bhavaviveka
ཆེ་བ་གྲགས་པ།	Candrakirti
ཐོགས་མེད།	Asanga
དབྱིག་གཉེན།	Vasubhandu
ཕྱོགས་སྒྲང་།	Dignaga
ཡོན་ཏན་འོད།	Gunaprabha
སྐྱུ་འོད།	Sakyaprabha
ཆོས་གྲགས།	Dharmakirti
ཞི་བ་འཚོ།	Santaraksita



སེང་གོ་བཟང་པོ།	Simhabhadra or
Haribhadra	
ཞི་བ་ལྷ།	Santideva
རྣམ་གྲོལ་སྒྲེ།	Vimuktisena
པརྣའི་ངང་ཚུལ།	Kamalashila
ཨ་ཏི་ཤ།	A t i s h a
Dipamkarasrijnana	

བཙེ་ལྷ་མཆོད་པ།

བོད་ལྗེ་ ༡ ཆེས་ ༡༥ ཉིན་བཙེ་ལྷ་མཆོད་པ་ཞེས་ཆེ་
 འབྲུལ་དུས་ཆེན་གྱི་དངོས་གཞིའི་ཉིན་མོ་ཡིན་ཞིང་། ཉིན་
 འདིའི་དགོང་ཙུལ་སའི་བར་སྒྲོར་གྱི་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་བོད་
 གཞུང་དང་། ཅེ་རྣམ་རྒྱལ་གྲུ་ཆང་། གདན་ས་ཆེན་པོ་
 གསུམ། རྒྱུད་གྲུ་སྟོང་སྟོང་། རྗེ་དཔོན་མི་བླ་ཁག་བཅས་

ཉམས་ལེན་གྱི་མཆོད་པ་

ཀྱིས། མར་ཆོན་གྱི་མཆོད་པ་དོ་མཆར་ཅན་ཐོག་བཅེགས་
གསུམ་ལྷག་ལོན་པ་སྤྲིག་གཤོམ་གྱ་རྒྱས་ཞུ་གི་ཡོད་ཅིང་།
མར་ཆོན་གྱི་མཆོད་པ་འི་དོས་སུ་སྤྱབ་དབང་གཙོ་འཁོར་
དང་། རྒྱན་དྲུག་མཆོག་གཉིས། བོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་རིས་
མེད་ཀྱི་སློལ་གཏོད་པ་པོ། རིགས་གསུམ་མགོན་པོ། མེས་
དཔོན་རྣམ་གསུམ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུང་བརྒྱན་གསོན་ཉམས་
ལྷན་ལ་ཆོན་མདངས་བཟ་བ་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་
བརྒྱན་དེ་དག་གི་མཐའ་བསྐྱོར་དུ་སྤྲིན་དང་། རི་བོ། ལྗོན་
ཤིང་། བྱ་བྱིུ། རི་དྲགས། འབབ་ཆུ། མཆོད་པ་འི་བྱེ་བྲག་
སྤྱ་ཆོགས་སོགས་བཞེངས་ཡོད་པས་ཡིད་དབང་མེད་དུ་
འཕྲོག་གི་ཡོད། བཙུ་ལྷ་མཆོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་མར་ཆོན་
གྱི་མཆོད་པ་ཡིན་སྟབས། བོད་མིའི་དག་རྒྱན་དུ་བཙུ་ལྷ་
མཆོད་པ་གྲོང་པོ་ཡོད་ན། ཉི་མའི་དགུང་ལ་དོན་ཤོག་ཅེས་
ཟེར་སློལ་ཡོད་པ་རེད། དགོང་ཕྱོ་ས་སྤིབ་ཀྱི་མཆམས་



སུ་གཟིམ་སྒྲིང་དམག་མི་བཀམས་ནས་ཐག་རྒྱ་བསྐྱམས་
 རྗེས། ཡགོང་ས་མཆོག་དང་། བཀའ་སློན་སོགས་ཀྱིས་
 མཆོད་གཟིགས་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེ་རྗེས་ཐག་རྒྱ་
 སྒྲིང་པ་དང་མང་ཆོགས་རྣམས་དགའ་དད་སྦྱོ་གསུམ་དང་
 འཆང་ག་ཤིག་ཤིག་ངང་ནས་མཆོད་པ་མཇུག་དུ་འགྲོ་ཡི་
 ཡོད། སྤྱིར་བཏང་སློན་ལམ་གྱི་དུས་ཡུན་རིང་ལྟ་སའི་སྤྱིང་
 སྒྲོར་ནང་མར་གཞས་ཞབས་སྒོ་འཁྲབ་མི་ཆོག་ནའང་།
 དམིགས་བསལ་ཉིན་འདིར་ལྟ་སའི་ཉི་འདབས་གྱི་ཞིང་པ་
 ཆོས་ནམ་མ་ལངས་བར་གཞས་དང་ཞབས་སྒོའི་མཆོད་
 པ་འབུལ་གྱི་ཡོད།

ས་ག་ཆེ་བ།

བོད་ཆེ་བཞི་པར་ས་ག་ཆེ་བ་ཟེར་ཞིང་། ཆེ་བ་འདིའི་ནང་
 དུ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུ་ཉུ་ཐུབ་པས་གདུལ་བྱ་རྣམས་

ཉེན་པོ་འཛིན་པའི་ལུང་ལྟོས་

ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གནས་སུ་འགོད་ཆེད་
མཛད་པ་བརྗོད་ལས་འདས་པ་བཞེས་ཡོད་པའི་ནང་ནས།
སྐྱབས་ལྷམས་པའི་མཛད་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཛད་
པ། བདུད་བདུལ་བའི་མཛད་པ། སངས་རྒྱས་པའི་མཛད་
པ། བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་བཅས་དུས་ཆེན་ལྷ་
འཛོམས་ཀྱི་སྒྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དམིགས་བསལ་ཆེས་
༡༥ ཉིན་སྐྱབས་ལྷམས་པའི་མཛད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་
པའི་མཛད་པ། བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་བཅས་
ཀྱི་དུས་ཆེན་གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་བྱེད་འབགས་ཅན་གྱི་
ཉིན་མོ་ཞིག་ཡིན་པས་རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་བྱ་བ་སྤེལ་ན་
བྱིན་རྒྱལས་དང་པན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དུས་སྟོན་ཞིག་
ཡིན། དེ་སྤྱོད་རང་བཅན་ཡིན་སྐབས་ཆེས་བཙེ་ལྷའི་
ཉིན་དེར་བོད་གཞུང་གི་བཀའ་སློན་རྣམ་པས་གཙུག་ལྷན་གྱི་
སྐོར་ཡོངས་རྫོགས་ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ར་མོ་ཆེ།



ཞི་ཁྱོ་ལྟ་ཁང་། རོར་སྒྲིང་བསྐལ་བཟང་པོ་བྲང་། ཅེ་པོ་བྲང་
 སོགས་སུ་མཆོད་མཇལ་དང་སྒྲིང་སྒྲོར་ལ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།
 ཉིན་དེར་ལྟ་སའི་གོང་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཞོགས་པའི་བྲག་
 མཆོད་རྣམས་བྱལ་རྗེས་གཟུང་མཆོར་ལེགས་པར་སྤྲས་
 པ་དང་སྤྲགས་ང་ཆང་ཞིམ་བས་སྦྲེང་ཏེ་རྫོང་རྒྱབ་སྤྱུ་ཁང་
 དུ་ཀོ་གྱུར་ཞུགས་ནས་མཆོ་སྒྲོར་དང་། སྤྱ་གཞས་རྣམ་
 ཐར་སོགས་སྦངས་ཏེ་སྤྱོད་གཏོང་སོལ་ཡོད།
 དེ་སྤྱི་རང་གཞུང་ཅིས་ཁང་ལས་སྤངས་ཀྱིས་ངོ་ལྷག་རྣམ་
 གཉིས་དང་། གདན་ས་ཁག་གཙོ་གྱུར་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་
 ཁག་གི་ཉིན་གཙོ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ས་སྤྱི་མཆོད་སྤྱིན་
 ཞེས་ཞལ་གསེར་སྤྱན་འབྱེད་དང་། མཆོད་འབུལ་སྟན་
 དར་སོགས་རྒྱ་གང་ཆེ་གནང་ལམ་ཡོད་ཐོག །དགོ་འདུན་
 ཀྱི་འདུས་ཆོགས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་ཡང་གཟུང་རྒྱས་ཞུ་
 ཡི་ཡོད་པ་མ་ཟད། རང་གཞུང་ནས་དུས་ལུན་དེའི་རིང་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སྲིག་གཅོད་སྤྱོད་དགོས་པའི་ཤ་ཁྱིམ་ས་བསྐྱམས་ཀྱི་ཡོད་
སྟབས་ཁྱོམ་གཞུང་ཁག་ལ་ཤ་ཁྱོམ་འདོན་མཁན་སྤྱིར་ན་
མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ཡང་ཆེས་ ༡༥ ཉིན་འདིར་གཞུང་
སྤྱིར་གཉིས་ནས། ངན་སྤྱོད་ལ་སྤྱིན་གཏོང་དང་། དག་
འདུན་ལ་བསྐྱོན་བཀྱར། ར་ལུག་དང་གཡག་། ཉ་དང་བྱ་
བྱིའུ་ལ་སོགས་ཆེ་ཐར་གཏོང་བ་དང་། སྤང་ཅེ་ཤག་གི་
ལས་ཁུངས་མཐུན་ནག་ཅན་གྱི་བཙོན་པ་བཞི་སྟོད་བཀོལ་
གཏོང་བ། སེམས་ཅན་ལ་འཆེ་བ་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དམར་
ཟས་སྤྱོད་བ། མ་ཁི་དུང་ཕུར་དང་ཕུག་འབུམ་གསོག་བ།
བཀའ་འབྱུར་བསྟན་འབྱུར་སྟོག་པ་སོགས་རྣམ་དཀར་གྱི་
དག་སྐྱབ་ལ་འབྱུངས་ཀྱི་ཡོད། དེར་སྐབས་བཙན་བྱོལ་
བོད་གཞུང་ནས་ཀྱང་སྤྱོད་སྤོལ་བཟང་པོ་མཐུག་སྤྱོད་ཐོག་
ཆོས་སྤྱི་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ཆེན་དུ་ཤར་སྤྱོད་གནང་ཐུས་
ཀྱིས་ཉིན་དེར་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཆོས་རར་ལས་བྱེད་



དང་མི་མང་ཆང་འཛོམས་ཀྱིས་བཀའ་ཆོས་ལྷ་བ་དང་། ལྷ་
 རྒྱལ་རིང་རྒྱང་ཏྲ་དར་འཇུགས། སྤྱང་པོར་བྱམས་སེམས་
 ཆེན་པོས་དངུལ་དངོས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་སོགས་གནང་
 གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ས་གནས་གཞན་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་
 ཆོས་རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་དགོན་པར་བཅར་ནས་
 སྦྱོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་མཆོད་འབྲུལ་ལྷ་བ་སོགས་ས་
 ག་ལྷ་བའི་དུས་ཆེན་དེ་དམ་འཛིན་ཐོག་རྣམ་དཀར་དག་
 བའི་ལས་བཟང་སྦྱབ་བཞིན་ཡོད་དོ། །

འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན།

རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་པག་ལྷ་ ༥ པའི་ཆེས་ ༥ ཉེ་
 ཕྱི་ལོ་༡༩༣༥ ལྷ་ ༦ ཆེས་༧ ཉིན་ནི། བདག་ཅག་རྣམས་
 ལ་ཤིན་ཏུ་བཀའ་བློན་ཆེ་བ། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་
 མགོན། འཇམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ། བོད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

མིའི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབུ་འཁྲིད། ཡ་སྐྱབས་མགོན་
ཡ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་
པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐྱའི་འཁྱུངས་སྐར་དུས་ཆོས་ཁྱད་
འཕགས་ཅན་ཞིག་ཡིན།

རྗེས་སུ་དགོས་དབང་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ཏེ། ཕྱི་ཟླ་
༡ པའི་ཆོས་ ༤ ཉིན་ལ་འཁྱུངས་སྐར་དུས་ཆེན་གཏན་
འབེབས་མཛད་པ་ཡིན། ཉིན་དེར་ཅེ་པོ་བྲང་དང་། འོར་
སྒྲིང་པོ་བྲང་སོ་སོར་མཛོད་ཚུང་ནས་སྐྱའི་འཁྱུངས་སྐར་
དུས་ཆེན་གྱི་ག་སྒྲིག་ཆ་ཆོད་ཁྱུ་ལྟས་ལྟར། བརྒྱགས་བཤུ་
ལྟ་བུས་དང་། འཁྱུངས་ལྟའི་གསོལ་མཆོད། སྐྱའི་ཁམས་
དང་མཐུན་པའི་དབུ་ལྗོག་གསར་དུ་སྒྲིན་འཇུགས་གནང་
གི་ཡོད། ཡབ་གཞིས་སྐྱ་འཁོར་རྣམས་ནས་ཕྱོད་གཟིམ་
ཚུང་དུ་ནང་མའི་རྟེན་གསུམ་ལ་མཛུལ་དར་ལུལ། རྩང་
བཞེས་ཚུགས། གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་ཕེབས། བཀའ་



འག་དང་། ཅེ་མགོན་ཡན་ནས་རྒྱན་ཆས་ཁ་གསར་ཐོག་
 ཅེ་པོ་བྲང་གི་གཟིམ་རྒྱུང་དགའ་ལྡན་ཡང་ཅེ་དང་། རོར་
 སྒྲིང་དུ་བཞུགས་སྐབས་མཆོ་དཀྱིལ་ལྷན་གྲུབ་དགའ་
 ཆལ་དུ་བདེ་སྟོན་ཐོག་ ཡལོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་
 བཞུགས་འཁོད་ཀྱི་སྐྱའི་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་ནས་
 སྐྱའི་ཆེ་མས་འབྲུལ་གནང་ལ་དབྱ་གཏུགས་དང་། ཕྱག་
 སྲུང་གནང་། མཛོད་རྒྱུང་ནས་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་
 ལ་མགྲུལ་དར་དང་། ཅེ་ཕྱག་ནས་ནམ་རྒྱ་སྐྱ་ཕྱག་བཅས་
 འབྲུལ་གནང་མཛད་དེ་བཞུགས་གདན་ལ་འཁོད། བཀའ་
 སློན་རྣམ་བས་མཆོན་ནང་མ་ཡན་གྱི་གཞུང་ཞབས་རྣམས་
 ནས་རྒྱན་ཆས་ཁ་གསར་ཐོག་ནས་གོ་བབས་ཀྱི་མཇལ་
 དར་དཀར་གཙང་རེ་ཕྱལ་ཏེ་མཇལ་ཁ་ཞུས། ཡལོང་ས་
 མཆོག་ནས་མཇལ་བཅར་བ་སེར་མོ་བ་རྣམས་ལ་ཕྱག་
 སྲུང་དམར་པོ་དང་སྐྱ་བོ་རྣམས་ལ་ཕྱག་སྲུང་སྟོན་པོ་སྦྱལ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཏེ་མཆོད་གྱིལ་པོ་བྱང་ལ་ཞབས་བསྐྱོར་དང་འབྲེལ་ཉི་འོད་
དུ་ཕེབས། གསོལ་ཇ་གཉིས་པ་ཕེབས་ཏེ་བྱང་བཞེས་གྲོལ།
ཡབ་གཞིས་སྐུ་འཁོར་རྣམས་ནས་ཁོར་སླིང་མགོན་པོ་
ཁང་དུ་གནས་གཟིགས་དང་བསྐྱང་གསོ་འཕར་མའི་འཕྲིན་
བཅོལ་ཕུལ་ཏེ་ཁོར་སླིང་ནས་ཆིབས་བྲག་དང་བཅས་རྒྱལ་
ས་ལྷ་སའི་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱང་ཐག་མལ་ལེ་གཉིས་ཙམ་ན་
ཡོད་པའི་འབྲུངས་ལྷའི་རྟེན་ཁང་དུ་ཕེབས་ཏེ་འབྲུངས་ལྷའི་
གསོལ་མཆོད་གཟབ་རྒྱས་ཚུགས་ཐོག་དབུ་སྟོག་གསར་
སྟོན་དང་འབྲེལ་ལྷ་རྟེན་རྣམས་ལ་ཡལོང་ས་མཆོག་གིས་
ཐུགས་སྟོན་སྟན་དར་དང་། ཡརྒྱལ་བའི་ཡབ་ཡུམ་སྐུ་
འཁོར་དང་བཅས་པས་སྟན་དར་འབུལ་གནང་མཛད་དེ་
དེ་གའི་སྐྱེད་ཆལ་དུ་ཕེབས། ཅེ་ཐུག་ལས་ཁུངས་ནས་
ཡབ་གཞིས་སྐུ་འཁོར་རྣམས་ལ་བོད་གཞུང་གིས་གསོལ་
ཆོགས་གཟབ་རྒྱས་ཉིན་གཉིས་ཕུལ། ཡབ་གཞིས་ནས་



།ཀྱང་བཀའ་ཤག་གིས་དབུས་པའི་གཞུང་ཞབས་སེར་
 སྐྱེལས་ཚན་ཡན་ཚང་མར་གསོལ་མགོན་ཉིན་གཉིས་
 གནང་གི་ཡོད་པ་བཞིན་སྐྱེལ་གོན་རྣམས་གསོལ་མགོན་
 ལ་འབྱོར་འབྲལ་ཡུལ་བའི་ཡབ་ཡུམ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་
 ལེགས་ཀྱི་མཆོམས་འདི་ཞུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་མཇུག་
 དེར་དཀར་གཙང་རེ་དང་འབྲུངས་ལྟའི་སྤང་བརྟན་རྣམས་
 ལ་སྙན་དར་འཕྲིན་བཅོལ་ཞུ་སྟོལ་ཡོད། དེ་མཚུངས་
 འདི་ག་བཙན་བྱོལ་ནང་དུའང་ཉིན་དེར་སྟོགས་གང་སར་
 གནས་པའི་རང་རིགས་རྣམས་ནས་འབྲུངས་སྐར་དུས་
 ཆེན་གཟབ་རྒྱས་གཏོང་ཐུས་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྒྱ་ནག་གི་
 བཙན་འོག་གནས་པའི་གཞིས་ལུས་བོད་མི་རྣམས་ནས་
 །ཀྱང་རྒྱ་གཞུང་གིས་བཀག་རྒྱ་བྱེད་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་
 ཉིན་དེར་བསང་གསོལ་དང་རི་མགོར་དར་བཅུགས་པ་
 སོགས། ཡགོངས་མཆོག་གི་སྤྱི་འབྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལྟུང་ལྟུང་།

ལ་སྤང་ཅི་གཟབ་རྒྱས་ལྷ་ལྷས་ཡིན་ལ་དམིགས་བསལ་
ལྷ་ས་ཁྲོང་ཁྲོང་དུ་གནས་པའི་རང་རིགས་རྣམས་ནས་
གོང་གསལ་ལྷར་གནང་ཐུས་ གྱི་སྤྲོད་སྤྲོད་འབྲུངས་སྐར་
སྤང་ཅི་གཟབ་རྒྱས་སྤང་ཅམ་པ་གཤོ་རེས་ཏུ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་
པོ་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་རྒྱ་གཞུང་ནས་དོ་དམ་
བཀའ་འགོག་ནན་པོ་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། འདི་ག་
བཞུགས་སྐར་ཏུ་རམ་ས་ལར། ཡབ་གཞིས་སྤྱི་འཁོར་
དང་། བཀའ་ཤག་སོགས་མཛད་གཙོ་རྣམས་པོ་བྱང་དུ་
འབྲུངས་སྐར་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་བཅར་ལྷས་གནང་གི་
ཡོད་ལ། གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་རྣམས་དང་རྒྱ་ཆེའི་མི་
མང་རྣམས་ལྷན་འཛོམས་གྱིས་ཉིན་དེའི་ཞོགས་པར་ལྷ་
རྒྱལ་རིར་དབུ་མོ་ག་གསར་དུ་སྦྲོན་པ་དང་། ལྷ་བསང་དང་
ལྷ་གསོལ་གཟབ་རྒྱས་ལྷས་རྗེས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཐང་
ཆེན་སྤྲོད་འབྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་གྱི་མཛད་སྒོར་བཀའ་



འགག་དང་སྤྱི་འཐུས་ནས་དམིགས་བསལ་གསུང་བའད་
 དང་། ཀང་བོ་སྤྱི་གཞས་སོགས་དགའ་སྟོན་ལ་རོལ་ཏེ་
 ཉེན་འབེལ་གྱི་མཛད་བཅར་ཁྲུས་གནང་གི་ཡོད་པ་བཅས་
 འཁུངས་སྐར་དུས་ཆེན་གྱི་མཛད་སྒོ་གཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་
 སྤང་ཅི་ཞུ་བཞིན་ཡོད། །

ལྷ་བབས་དུས་ཆེན།

ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་ནི་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་འདུལ་
 བྱ་རྣམས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གནས་སུ་
 འབྲིད་ཐབས་སུ་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་སོགས་མཛད་པའི་
 རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་བསྟན་གནང་ཡོད་པའི་ནང་ཆོན་
 ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བོད་མི་ཆོས་དུས་ཆེན་འདི་ཉིད་ཉོར་ཆེ་
 ༩ ཆོས་ ༡༡ ཉིན་འཁེལ་བར་ངོས་འཛིན་གྱིས་རྗེས་བྲན་
 ཁྲུས་དང་ཁུ་ཐུས་རེད།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དེ་ཡང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུབ་པ་མཆོག་དགུང་
གངས་ ༤༡ ལ་ཕེབས་པ་ལྷགས་པོ་གྱི་བའི་ལོར། རང་ཉིད་
ཀྱི་ཡུམ་སྐྱུ་མ་ལྷ་མཛེས་མི་ཡུལ་ནས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་འདོད་
ལྷར་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་གཙུག་བར་གྱུར་བའི་ལྷ་གངས་ལས་
འདས་པ་ཞིག་གི་རྒྱད་ལ་རྣམ་དཀར་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་
ཀྱི་དགེ་བའི་ཅ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་སྤོན་གྲོལ་གྱི་གནས་
སྤུ་འགོད་བའི་དུས་ལ་བབས་པ་མཐུན་ནས། སངས་
རྒྱལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལྷ་གནས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་
ཕེབས་ནས། ལྷ་བ་དཀར་པོ་ལྷ་བུའི་རྩོལ་བ་ཀྱི་སྤྲོད་དུ།
ཤ་རིའི་བུ་དང་འོད་སྤངས་སོགས་དབྱ་བཅོམ་པ་བརྒྱད་
སྟོང་གི་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་དབྱར་གནས་མཛད་པར་མ་
བད་ཡུམ་སྐྱུ་མ་ལྷ་མཛེས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱེ་སོགས་ལྷ་ཡི་རིས་ཀྱི་
གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་བཞིན་བཞུགས།
དེའི་དུས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་མཉན་ཡོད་ཅེས་བར། རྩ་



འཕྲུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་གྱུར་འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་
 བྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆངས་པར་སྟོད་པའི་དགེ་སྟོང་དུ་མ་
 ཐབས་གཅིག་ཏུ་དབྱར་གནས་མཛད་བཞིན་བཞུགས་པ་
 བ། རྒྱ་གར་ཡུལ་དབྱས་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྙིང་པོས་
 གཙོས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་མི་རྣམས་
 གྱིས་བཙུམ་ལྡན་འདས་གང་དུ་བཞུགས་པ་མ་ཞེས་
 པས། འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་བྱའི་བྱང་དུ་སོང་ནས་
 ཇི་བ་ཞུས་པའི་ལན་དུ། མོའུ་འགལ་གྱི་བྱས་བཙུམ་ལྡན་
 འདས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་བཞུགས་ཡོད་ཅེས་གསུངས། དེ་
 རྣམ་ཞག་དགྲ་བཅུ་འདས་པའི་དུས་སུ་གོང་གསལ་རྒྱལ་
 པོས་དབྱས་པའི་མི་རྣམས་གྱིས་ཡང་བསྐྱར་མོའུ་འགལ་
 གྱི་བྱ་ལ། འོ་ཅག་གིས་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་སྐུ་མ་
 མཐོང་ཞིང་། གསུང་ཡང་མ་ཐོས་པར་ཡུན་རིང་སོང་བས།
 འཕགས་པ་རྩུ་འཕྲུལ་ཅན་ཁྱེད་གྱིས་བཙུམ་ལྡན་འདས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ལ་ཁྱེས་ལ་འཛམ་གླིང་དུ་སྤྱན་རྫོངས་རོགས་ཞེས་གསོལ་
བས། འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་བུས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་དེ་
ཉིད་དུ་ལྷའི་གནས་སུ་བྱོན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ། མིའི་འགྲོ་
བ་རྣམས་ལྷའི་ཡུལ་ལ་འོང་བར་དགའ་ཡང་། ལྷ་རྣམས་
ནི་འཛམ་བུའི་གླིང་དུ་འོང་བར་དགའ་བ་མེད་ན། སྟོན་པ་
བྱགས་རྩེ་ཅན། མིའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་བརྟེ་བས་
དགོངས་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་དུ་བྱོན་རོགས་ཞེས་གསོལ་
བ་བཏབ་པ་ལྟར། སྟོན་པ་མཆོག་གིས་ཀྱང་། བདུན་པྲག་
གཅིག་ནས་གསལ་ལྡན་གྱི་གྲོང་གི་ལ་བ་རྩ་རའི་ནགས་
སུ་མུ་དུམ་མ་རའི་ཤིང་དུང་དུ་བྱོན་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས།
མོའུ་འགལ་གྱི་བུས་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྦྱར་མི་ཡུལ་དུ་བྱོན་
ནས་མི་རྣམས་ལ་གསུངས་པས་མི་རྣམས་ཡིད་རབ་ཏུ་
མགྲུ་ནས་ས་སྤྱོགས་གང་དེར་བྱི་དོར་དང་། མཆོད་པའི་
ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཤམས་ཏེ་ཕེབས་སྐྱག་ཁྱེས།



སངས་རྒྱལ་ལྷ་ཡུལ་ནས་མི་ཡུལ་དུ་ཕེབས་པའི་ཉི་མོར།
 ལྷ་ཡུལ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ལྷ་ཡུལ་བཟོ་བོ་བེ་ཤུ་ཀམ་ལ་
 བཀའ་གནང་སྟེ་རི་རབ་ཀྱི་ཅེ་མོ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ནས་མི་
 ཡུལ་བར་དུ་དཀྱིལ་ལ་རིན་ཆེན་བེདྲུ་ཅའི་ཐེམ་སྐྱས་དང་།
 དེའི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་གསེར་དང་། གཡོན་དུ་ཤེལ་ལས་
 གྲུབ་པའི་ཐེམ་སྐྱད་བཅུ་གསུམ། ལྷ་ཆངས་པས་རིན་པོ་ཆའི་
 ར་གཡལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་ལ་གཡོ་བ་བཞིན་སྐུའི་གཡས་
 ཕྱོགས་ཀྱི་གསེར་གྱི་ཐེམ་སྐྱས་ནས་འོངས་ཤིང་། ལྷ་དབང་
 བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ལྷ་ཡུལ་གདུགས་ཅིབས་སྟོང་ཅན་ལག་དུ་
 བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུའི་གཡོན་ཕྱོགས་ཤེལ་གྱི་ཐེམ་
 སྐྱས་སྟེང་ནས་འོངས། སངས་རྒྱལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་
 རྣམས་བེདྲུ་ཅའི་ཐེམ་སྐྱས་ནས་ཕེབས། དེ་ཡང་བཙམ་
 ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ས་ལ་རེག་ཏེ་ཕེབས་ན། ཕྱི་རོལ་བ་
 ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བོ་ངན་ཏྟོགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས། ད་དགེ་

སྒྱུང་གོ་ཏེ་མ། མཐུ་དང་རྩུ་འབྲུལ་ཉམས་སོ་ཞེས་ལོག་རྟོག་
 རན་པ་སྐྱེ་བར་གྱུར་བ་དང་། ཆོ་འབྲུལ་ཁོ་ནས་ཐེབས་ན།
 ལྷའི་བཟོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་
 བ་མཐུན་ནས་སྐབས་རེ་རྩུ་འབྲུལ་དང་། སྐབས་རེ་ཞབས་
 ས་ལ་རེག་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱོན། མིའི་ངི་མི་ཞེས་པ་དེས་ལྷ་
 རྣམས་ཉེ་འཁོར་དུ་འོང་མི་བཟོད་པ་དང་། མིས་ལྷ་དངོས་
 སུ་མཐོང་ན་དེ་དག་ལ་གཡེང་ནས་ཆོས་ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་
 མི་གཏོད་པ་མཐུན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མིའི་ངི་རྣམས་
 ཅན་དན་གྱི་ངི་དང་། མི་རྣམས་ལ་ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་མི་
 མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཡུལ་གསལ་ལྡན་གྱི་
 ཁོང་ཁྱེད་དུ་བྱོན་ཏེ་སང་གའི་ཁྱིའི་སྤྱིང་དུ་བཞུགས་ནས་
 འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ལ་སྐལ་བ་དང་འཆམས་པའི་ཆོས་
 ཚུལ་དུ་མ་བསྟན་པར་མཛད།

གོང་དུ་སྤྱིང་བ་བཞིན་བོད་མི་ཆོས་བོད་ལྷ་ ༤ ཆོས་ ༡༩



ཉེས་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཡུལ་ནས་མི་ཡུལ་དུ་སེབས་པར་ངོས་
 འཛིན་གྱི་ལོ་ལྟར་གོང་གསལ་དུས་ཆེས་ཉི་མོར། རང་རང་
 གནས་ཡུལ་གྱི་དགོན་ཁག་ལ་མཆོད་མཇལ་དུ་འགྲོ་བ་
 དང་། ཕྱག་མཆོད་འབུལ་བྱེད་པ་སོགས་རྣམ་དཀར་དག་
 བའི་ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་། བོད་གྱི་ཡུལ་ལྷང་མང་པོ་
 ཞིག་ཏུ་ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་མ་ཟིན་སྟེན་ནས་རང་གི་ཁང་
 པར་ལོ་རེའི་དཀར་ཅི་བཏང་ཟེན་པ་བྱེད་པ་མ་ཟད། རི་
 ཅི་དང་བྲག་རྩོ་ཁག་ལ་དཀར་ཅིའི་ཕྱད་བྱུགས་པ་སོགས་
 བྱེད། དེ་བཞིན་བོད་གཞུང་ནས་ཀྱང་དུས་ཆེན་འདི་ཉིད་
 གཞུང་འབྲེལ་གྱང་གསེང་ཞིག་ཏུ་གཏན་འཁེབས་གནང་
 རྟེན་གཞུང་དམངས་ཆོང་མས་སྤང་བཅི་བྱེད་ཐུས་བཅས།།

ངན་པ་དགུ་འཛོམས་དང་བཟང་པོ་བརྩ་འཛོམས།

བོད་ལྗེ་ ༡༡ ཆེས་ ༤ ཉིན་བྱེད་ནས་ཆེས་ ༧ གྱི་ཉིན་
བྱེད་བར་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་འཁེལ་གྱི་ཡོད་སྟབས་སྡེ་
མིའི་ལོ་ཐོའི་ནང་དུའང་། དུས་ཚོད་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་
པས། ཁ་སྤྲོས་སྒྲིང་གཞིའི་ཟས་མི་བ། རྒྱལ་བའི་གསུང་མི་
སྒྲོག། ཁེས་འགོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ལྟར། ཉིན་མོ་འདྲིར་བྱ་བ་
གལ་ཆེན་རིགས་བྱེད་སྟོལ་མེད་པར། ཁྱོད་ངན་པ་དགུ་
འཛོམས་ན། ང་བཟང་པོ་བརྩ་འཛོམས། ཞེས་དེའི་སྟོག་
སྟོགས་ལྟ་བུར། རང་རང་གི་དགའ་ཉེ་ནང་ཁྱུལ་རྣམས་
ཕན་ཚུན་མགོན་འབོད་བྱས་ཏེ། གསོལ་ཆོག་གཟབ་རྒྱས་
བཤམས་ཏེ་དགའ་སྦྱིད་ངང་བཞུགས་སྟོལ་ཡོད། ཡང་ངན་
པ་དགུ་འཛོམས་ཞེས་པ་འདི། ཡིག་ལམ་འགའ་ཞིག་ཏུ་
བོད་ལྗེ་ ༡༡ ཆེས་ ༤ དང་ ༧ ཉིན་མཚན་གཅིག་གི་རིང་
ས་བདག་ངན་པ་ཉི་མ་ནག་ཆེན་དང་། དེ་མིན་ས་བདག་



ངན་པ་བརྒྱད་བཅས་མཉམ་དུ་འཁེལ་གྱི་ཡོད་སྟབས། ངན་
 པ་དགུ་འཛོམས་ཞེས་ཐོགས་པར་བཤད་ཅིང་། དམངས་
 ཁྲིད་དུ་ <<མདོ་མཛངས་སྒྲུབ་>> གྱི་བམ་པོ་བཙུ་གཅིག་
 པའི་ནང་གསལ་བྱིས་བདག་དབྱིག་པ་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་བཤད་སྒྲོས་ཤིག་ཀྱང་འདུག
 །ཡང་ལ་ལས་ཇི་ལྟར་གདུག་རྩལ་གྱི་བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་ཆང་
 བ་ལ། གདུག་རྩལ་ངན་དགུ་ཆང་བ་ཞེས་བཛྲོད་སྟེ་ལོ་
 པ་ལྟར། ཉིན་མོ་འདིར་དུས་ཆོད་ངན་པ་འཁེལ་བའི་དབང་
 གིས་ངན་པ་དགུ་འཛོམས་ཞེས་བཛྲོད་པ་ལས། དུས་ཆོད་
 ངན་པ་དགུ་འདི་དང་འདི་ཞེས་གངས་འབྲེན་བྱ་རྒྱ་མེད་
 པར་གསུངས་སོ།།



ཆོས་འཁོར་དུས་ཆེན།

བོད་ཆེ་ ༤ ཆོས ༤ ཉིན་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལྟ་
 ཐུབ་པས་བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་
 བསྐྱར་གནང་མཛད་པའི་དུས་ཆེན་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིན་
 ཡིན། དེ་ཡང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པོ་མཉམ་མེད་ཐུབ་པའི་
 དབང་པོ་དོ་རྗེ་གདན་དུ་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ནའང་
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་དུས་ལ་མ་བབས་པས་རེ་
 ཞིག་མི་སྤྲོ་ནགས་སུ་བཞུགས་བར་དགོས་པའི་ཆོ། ལྟའི་
 དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་ཆངས་པས་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་
 ཅིབས་སྟོང་འབར་བ་དང་། ཆོས་དྲུང་དཀར་པོ་གཡས་
 སུ་འབྲིལ་བ་ཕུལ་ཏེ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱུལ་བའི་
 གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། བོད་ཆེ་དྲུག་པའི་ཆོས་བཞི་ཉིན་
 དུས་ལ་བབས་པར་གཟིགས་ནས། ཡུལ་ལྷ་རྩ་ཏ་སིའི་བྲང་
 སྟོང་ལྷུང་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་སུ་ཕེབས་ནས་འཁོར་ལྷ་



རྟེན་པ་མཐུན་པོར་བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་
 ལོ་ཐོག་མར་བསྐྱོར་གནང་མཛད། དེར་བཞེན་ཉི་མོ་འདི་
 བཞིན་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱི་ནང་པ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར།
 བོད་མི་ཆོས་ཁྲད་དུ་འཕགས་པའི་རྩ་ཆེན་དུས་ཆེན་ཞིག་
 ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཉིན་འདི་ནམ་ཤར་ལ་
 དེ་སྔ་བོད་གཞུང་ནས་ལྷ་ལྷན་སྤྱལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་
 ལ་མཆོད་སྤྱོན་སྒྲ་ལྷ་སྟོང་ཆར་རྒྱས་པ་དང་། ཐུགས་སློན་
 རྒྱུགས་མཐའི་ལྷ་ཁང་ཁག་ལ་མཆོད་འབུལ་དང་སྤྱོན་ཤལ་
 བཅས་འབུལ་གནང་མཛད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་བོད་
 འདིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཐོག་མ་དར་བར་
 མཛད་པོ་ཆོས་རྒྱལ་མེས་དབོན་ནམ་གསུམ་གྱི་བཀའ་བློན་
 བཅོམ་ཞིང་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅོན་སྐམ་
 པོའི་འཁྲུངས་བན་འཁྲུལ་པ་མེད་པ་དངུལ་རྒྱན་ཅན་ལྷ་
 ཐུག་བཀར་སྟོང་ནས་གདན་ཁུས་ལྷ་གཉིར་ལས་བྱུང་ནང་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གཟན་ཡོངས་རྫོགས་དང་། དཔལ་གསོལ་མ་བཅས་ནས་
པོ་མེད་ཆས་གོས་གནའ་བོའི་སྒོལ་བཟང་ཉམས་པ་མེད་པ་
གཟབ་གྲོན་གྱིས་སྤྱལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བར་ཁང་
ཆོས་རྒྱལ་སྤྱང་བཅན་སྐམ་པོ་ང་ལྟ་གསུང་བྱོན་མའི་སྤྱན་
སྒར་མཆོད་འབུལ་གཟབ་རྒྱས་དང་འབྲེལ་འབྲུངས་སྤྱི་
རྒྱས་པ་ལུལ། དེ་ནས་ཅེ་པོ་བྲང་དང་། རྟོར་སྤྱིང་དུ་བཅར་
ཏིང་དུང་བཞེས་ཐོག་མཇལ་བཅར་གྲལ་འཁོད། གསོལ་རྩ་
བཞེས་འབྲས་ཐེབས། ཆོས་རྒྱལ་འབྲུངས་བན་ནང་ནས་
དུང་བཞེས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱིན་རྒྱབས་འབྲུངས་ལུང་
རིམ་པ་བཞེན་ལུལ་ཏིང་གྲེས་བཞེས་ལུང་གཏོར་གནང་བ་
སོགས་མཇེད་གྱི་ཡོད། དད་ལྡན་མི་མང་རྣམས་ནས་ཅེ་
པོ་བྲང་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་། ལྷགས་པོ་རི་ལ་སོགས་
ལྷ་ས་ཁུལ་དང་། ཉེ་སྒྲོར་ལྷ་ལུང་རི་ཁྲོད། དགོན་གསར་
ཅེ་ཞོད་ལ་སོགས་པའི་རི་ཁྲོད་ཁག་དང་དགོན་པ་ཁག་



།ཚེས་ཕྱེ་ཁག་བཅས་ཚང་མར་གནས་མཇུག་དུ་ཀླང་ཐང་
 ལ་བསྐྱོད་དེ་དགོང་ཚོ་ལྷ་སར་ཕྱིར་ལོག་སྐབས་གཞིན་རུ་
 མ་རྒྱུ་ས་ཀྱིས་སེ་འབྱུའི་སྤྱ་ཐུག་དང་། ཐེང་བ་བཅོས་ཏེ་
 འདྲགས་པ། སྤྱོན་ཤིང་གི་འཁར་བ་འབྲེར་ཏེ་གཞས་རྒྱུ་
 ཐར་གཏོང་བཞིན་ཡོང་སྟོང་ཡོད། རང་མི་རྒྱུ་ས་ནས་
 ལྷ་སའི་བྱང་རྒྱུད་གཞོངས་ཁ་སྐྱིང་ཀ་དང་། ཀམ་དགོན་
 གསར། བྱ་ཕྱི་སྐྱིང་ཀ་སོགས་པན་ཚུན་སྐྱིང་ཀར་གྱུར་
 དང་བྱ་གཡུ་སོགས་བྱ་བསྐྱིགས་ཐོག་གདན་སྟོག་དང་
 ཁ་ལག །ཇ་ཆང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་འབྲེར་ཏེ་བསུ་བར་
 ཡོང་ནས་སྟོ་སྐྱོད་གཏོང་མི་མང་པོ་ཡོད། དེ་མཚུངས་འདི་
 ག་བཅན་བྱོལ་གཞུང་ནས་ཀྱང་གནའ་སྟོལ་བཟང་པོ་མི་
 ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དང་། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཇེས་བློན་ཉིན་དེར་ལས་ཁུངས་
 མ་ལག་དང་བཅས་པ་གྱུང་གསེང་གཏོང་གནང་མཛད་དེ་



སྤྱི་མཐུན་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་མཆོག་བཟང་པོ་
གསོག་གནང་མཛད་བཞིན་ཡོད་པ་བཅས།། །།

འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསང་།

བོད་ལྗེ་ ༥ ཆེས་ ༡༥ ཉིན་ནི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསང་ཞེས་
ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་མཁན་སློབ་ཆོས་
གསུམ་གྱི་སྐུ་དུས་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྟན་
གྱིས་བྱབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་གསར་
བཞེངས་ལེགས་བྱབ་བྱུང་སྟེ་སྤྱི་བོ་མཆོག་དམན་ཡོངས་
ལ་རབ་སྟོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་འབྲེལ་འཛམ་གླིང་གི་དཀར་
ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་སྐུ་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཀུན་ལ་ཡང་
བསང་གིས་གཟབ་རྒྱས་བསང་གསོལ་བྱེད་པའི་དུས་
བཟང་དེར་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བསང་ཞེས་གྲགས། དེར་བརྟེན་
ལྷ་འདིའི་ཆེས་ ༡༥ གོང་ཡར་ངོའི་དབྱར་གསོལ་ཞེས་



ཆེས་བཟང་བ་ཞིག་ལ་བོད་གཞུང་ནས། གཞུང་བསྟེན་
 དབང་ལྷའི་གཙུག་པོ་གནས་ཆུང་ཆེས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དང་།
 དགའ་གཏོང་སོགས་གཞུང་བསྟེན་བསྟེན་སྲུང་རྣམས་ལ་
 གཟབ་གསོལ་དང་སྒྲགས་ཅིའི་སྒྲུ་ཆ་བ་མཁན་ཆེ་དང་།
 ཡིག་ཆ་དེ་ནས་སྒྲུག་དམ་ལུང་ཞུས། བཀའ་ཤིག་དང་ཤོད་
 སྐྱོར་ཡོངས་རྫོགས་དེར་བཅད། ཆེས་སྦྱང་ཆེན་པོས་རྒྱལ་
 བསྟེན་ཆ་བ་མིད་སྐྱོར་གྱི་བཀའ་ལུང་སྒྲུལ་ཏེ་གཞུང་ཞབས་
 རྣམས་བྱིར་ལོག། །ཡགོང་ས་མཆོག་འོར་མིང་དུ་དབྱར་གྱི་
 རྒྱལ་མོའི་ནམ་ཁྲིའི་སྒོ་བཞེས་སུ་ཕེབས་སྟོན་ནས། དབྱར་
 གསོལ་རྗེས་དགའ་སྟོན་ཉིན་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་གཏོང་
 སྒོལ་ཡོད། དེ་བཞིན་མི་མང་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་སོ་
 སོའི་འཁོས་འབྱོར་དང་བསྟེན་རྣམ་དཀར་མཆོད་འབུལ་
 དང་། བསང་མཆོད་སོགས་སྤུལ་རྗེས། བྱ་གཡལ་སྤུབས་
 ཏེ་བཟའ་བཏུང་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པར་ལོངས་སྦྱོང་གིན་

ཀླང་བོ་སྤྱུ་གཞས་ གྱིས་མཆོན་ཉིན་མང་བོ་དགའ་དགའ་
 སྤྱིད་སྤྱིད་ཀྱི་ངང་སྤྱིང་ག་གཏོང་གི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ཆེ་ ༥
 ཆེས་ ༡ ནས་ ༡༥ བར་སྤྱི་བསང་དུ་བཅི་ཡང་། གཙོ་ཆེ་
 ཡོངས་གྲགས་ནི་ཆེས་ ༡༥ ཉིན་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

བོད་ཀྱི་ལོ་གསར།

ལོ་གསར་ནི་སྤྱིར་བཏང་མི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགའ་
 བའི་དུས་སྟོན་གལ་ཆེ་ཞིག་ཡིན། དུས་ཆོད་སྤྱི་བཅི་
 ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་སྤྱུ་བྱ་རེ་ཡོད་ནའང་ཅ་བའི་
 ལོ་གཅིག་གི་དུས་ཆོད་རིང་ཐུང་ལ་བྱེད་པར་མེད།
 རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་ནི། ཞིང་པ་ཆོས་སོ་ནམ་དང་
 སྤྱུ་བས་བསྐྱེད་ཀྱིས་བོད་ཆེ་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་དུ་གཏོང་
 སྤྱི་ལ་ཅམ་ལས་ཡོངས་གྲགས་ནི། ཉི་ཆེ་གཟའ་སྤྱི་ལྷོ་
 ཕྱོགས་དང་། ཅི་ཞིང་གསར་དུ་ཁ་འབྱས་པ་སོགས་ཀྱི་

ཁྱུ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས། དབྱིད་ཆེ་ར་བའམ་བོད་ཆེ་དང་
པོའི་ཆེས་གཅིག་ལ་ལོ་གསར་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྒོལ་བྱུང་
བ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་སྒོན་ཚུད་ནས་ལོ་གསར་གྱི་ཆེད་དུ་ཁང་པར་
ཆོན་ཅི་གཏོང་བ་དང་། ནང་མི་རྣམས་ལ་གྲོན་གོས་གསར་
བ་དང་། ཁ་བས་བཟོ་བ་སོགས་གོ་སྤྲིག་དང་བཅས། བོད་
ཆེ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆེས་དགྲའི་ཉིན། སྤྱོད་ཀྱི་བ་དང་མི་
གཙང་བ་ཐམས་ཅད་བྱབས་པའི་མོས་བ་དང་བཅས་བྲིམ་
གྱི་བྱི་ནང་སྟེང་འོག་བར་གསུམ་གད་བྱིས་གཙང་ཞིང་
ཡིད་དུ་འོང་བ་བྱས། ས་གནས་ཁ་ཤས་སུ་དགྲུ་གཏོར་དང་
དགྲུ་འཆམ་མཇལ་རྒྱ་ཡོད། དགོང་ཚོར་དགྲུ་ཐུག་ཅས་གྱོ་
དང་འབྲས། འབྲུ་དང་སྒན་མ། ཞ་དང་ཆལ་སོགས་བས་
སྒྲ་མང་པོ་འཛོམས་པ། བག་རིལ་ནང་དོ་དཀར་དང་།
སོལ་བ་སོགས་བཟང་ངན་གྱི་ཉྱགས་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲས་པའི་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

བག་ཐུག་བསྐྱོལ་ནས་ནང་མི་རྣམས་ཐུག་གཤམ་དུ་འཁོད།
བཞེས་ཐུག་བཞེས་སྐབས་བག་རིམ་ནང་བཅུག་པའི་དོ་
དཀར་བྱང་ན་སེམས་པ་དཀར་པོ་དང་། སོལ་བ་བྱང་ན་
སེམས་ནག་པོ་མཆོན་པའི་རྟགས་ཡིན་ལུགས་སོགས་
ཅེད་མའི་སྐད་ཆ་དང་། གད་མོ་ཁ་མཆར་བྱེད། མཐུག་ཏུ་
ཐུག་ལྟག་དང་མཉམ་དུ་གད་སྟིགས། ལྷུང་བཅས་ལམ་གྱི་
བཞི་མདོར་བཟངས་ཤིང་། ཤེར་སྟིང་སྟོག་སྦྱར་གྱིས་བཀྲ་
མི་ཤིས་པ་རྣམས་ཞི་བའི་ཐབས་བྱེད།

ཐོད་སྒྲ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆེས་སུམ་ཅུ་ལ་གནམ་གང་ཟེར་
བ་ཡིན། དེ་ཉིན་མཆོད་ཁང་གི་རྟེན་གྱི་བྱང་དུ་ཀུན་བཟང་
མཆོད་སྟོན་དང་། ཁ་ཟས། བྱེ་མར། ཆང་ཕུད། ལྡང་ཕུད།
ལུག་མགོ། གཞན་ཡང་སྒེར་རྫས་ཇ། མར། འབྲུ་སྒྲ། ཤིང་
རྟིག། མངར་ཆ་སོགས་གྱི་ཕུད་རྣམས་སྒེར་ཁ་སྟེག། །དེ་
བཞིན་དུ་སྟོད་ཤིག་ཏུ་གདན་སྟོག་དང་། ཐབ་ཆང་ནང་



དུའང་སྒྲེར་ཁ་སྟབས་བདེ་རེ་སྒྲིག། ཐབ་ཆང་གི་ཅིག་ངོས་
 སུ་ཕྱེ་ཞིབ་ཀྱིས་བག་ཞིས་ཏྟགས་བརྒྱད་དང་། འདོད་ཡོན་
 ལྷ་ལྷ་སོགས་ཀྱི་རི་མོ་དཀར་ཐིག་བཏོད།

བོད་ལྷ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་ཞོགས་པ་རྣམ་ཀུན་ལས་
 ལྷ་བ་ལངས་ཏེ་ཁྱུས་ཀྱི་བྱ་བ་ཆར་ནས་རྒྱན་གོས་གཟབ་
 མཆོར་གྱོན། ཉེན་འབྲེལ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚུ་ཕུད་ལྷངས། ཉེན་
 འབྲེལ་ཀྱི་འབྲེལ་གཏམ་སྟེ་བའི་འབྲས་དཀར་བ་བཟའ་
 བཏུང་གིས་ཆེས་པར་བྱེད། བ་མས་གཙོས་པའི་ནང་མི་
 ཡོངས་རྫོགས་བཞུགས་གཤམ་དུ་འཁོད་དེ་གྲོ་སོ་ཕྱེ་མར་
 དང་། ཆང་ཕུད་སོགས་ཕུད་གཏོར་དང་བཅས་བདེ་སྦྱིད་
 ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དགོན་མཆོག་ལ་སྟོན་འདེབས་
 བྱེད། གསོལ་ཇ་བསྟུབས་མ་དང་། གྲོ་མ་འབྲས་བསིལ།
 ཆང་སྟོལ། གྲོ་ཐུག། གསོལ་ཆོགས་སོགས་རོ་བརྒྱའི་
 བཅུད་དང་ལྡན་པའི་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་སྟོ་ཆོགས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད། གྲོང་བ་བྲིམ་མཆོས་དང་། མགོན་པོ་
སོགས་ལའང་བྱེ་མར་དང་། ཆང་མུད་བཏེགས་ཏེ། བཟ་
ཤིས་བདེ་ལེགས་སུ་སྤྲོ་ཆོགས། ཨེ་མ་བག་འོ་སྤྱི་
ཁམས་བཟང་། གཏན་དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་ཤོག །དུས་སང་
དུས་ཀྱི་ད་ཆོད་ལ་ཞལ་ཁ་རུག་རུག་ཡོང་བ་ཤོག །ཅེས་
བརྗོད་དེ་བཟ་ཤིས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། ར་ཆང་འབྲེན།
ཅེ་མོའི་རིགས་སྣ་ཆོགས་དང་། ཀང་བོ་སྤྱི་གཞས། སྤྱི་
སྟོན། དེ་མཛང་། སྤྱིང་བུ་སོགས་བཏང་སྟེ་དགའ་སྦྱིད་བྱ་བ་
ལ་འདུག་ཅིང་། གཞན་ཡང་མཐུན་པའི་གཉེན་དང་། དགའ་
བའི་གྲོགས་རྣམས་ལ་གསོལ་སྟོན་འབུལ་བ་དང་། སྤྱི་
སྤུལ་འབུལ་བ་སོགས་མདོར་ན་ཆོས་གཅིག་ནས་གསུམ་
མམ་བདུན་གྱི་བར་དུ་སྤྱི་སྦྱིད་འཆོ་བར་ལོངས་སུ་སྤྱོད་
པའི་ལོ་གསར་གཏོང་ཚུལ་སྤྱི་བཤད་ཅིང་དང་། གྲེ་བྲག་
དཔལ་འབྱོར་བཟང་ཞན་དང་། ལུང་ཆོན་སོ་སོའི་ལུགས་



སྲོལ་གོམས་གཤེས་འདྲ་མཉན་དབང་གིས་བྱད་པར་ཐོན་
བུ་རེ་ཡོད།

བོད་ཆེས་གསུམ་ཉིན་སྤྱོད་ཆེ་བསོད་དབང་སྤྱང་ཀུན་ཏུ་
དར་བའི་དར་སྤྱོད་སྤྱིང་འཇུགས་ཀྱིས་ལྷ་སྤྱང་གཞི་བདག་
བཀའ་གཉན་རྣམས་ལ་གཏང་རག་མཆོད་གཏོར་སྐྱང་
འཐིན་གསེར་སྦྱེམ་དང་། མཐུག་ཏུ་བསངས་གསོལ་དང་
འབྲེལ་བའི་གི་སྤྱ་ལྷ་རྒྱལ་ཁུར་སྤྱས་ཁེངས་བ་བྱེད་སྲོལ་
ཡོད། ། །

ཀང་སྤྱིང་།

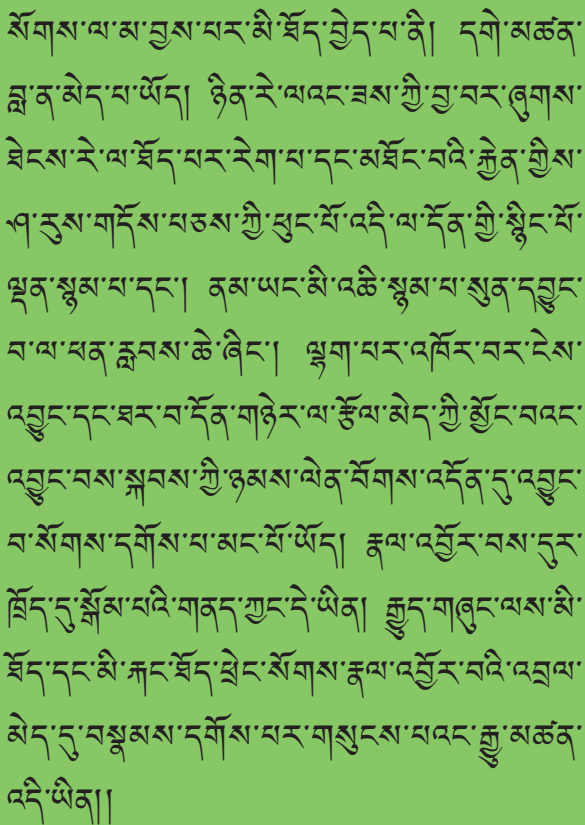
མི་ཀང་ངམ་ཀང་སྤྱིང་དུ་གྲགས་པ་ནི་གསང་སྤྱགས་
གཙོད་པ་བ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་མཁོ་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་
ཡིན། འདི་ལ་སྤྱོད་དང་གཙོད་ཅེས་འབྲི་ཚུལ་གཉིས་སྤྱང་
བ་འགལ་བ་མེད་པར་སེམས། སྤྱ་མ་ལྷར་ན་རྒྱལ་སྤྱས་ཀྱི་



སྤྱིད་པ་དང་ཚུལ་མཐུན་པ་དང་། བྱི་མ་ལྟར་ན་ཐབས་ཤེས་
 ཡ་མ་བྲལ་བའི་ལམ་གྱི་བདུད་བཞི་དབྱིངས་སུ་གཙུག་པ་
 ལ་བྱ་ཞེས་དམ་པའི་མན་ངག་ལས་བྱུང་། དེང་སང་རྒྱང་
 དུང་ལ་འདྲེ་འབོད་ཅེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་ཉམས་
 ལེན་གྱི་སྐབས་རུས་ཆོད་ཐམས་ཅད་འདྲེ་འབོད་བྱེད་གྱི་
 བན་རུ་བསམས་ན་མི་རུང་སྟེ་སྟོང་ཉིད་གྱི་དོན་མཆོན་
 པ་དང་། སྐབས་ལ་ལར་སྤྱན་འདྲེན་པ་དང་པར་སྒྲིག་པ་
 སོགས་མཆོན་བའང་ཡོད། ཆེད་དུ་མི་རྒྱུ་གིས་པཌོས་
 པ་རང་གི་ཕུང་པོ་ལ་ཆགས་ཞེན་སྒྲིག་པ་དང་མི་རྟག་པའི་
 ཆོས་ལའང་བྲན་བསྐྱལ་སོགས་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན།

མི་ཐོད།

མི་ཐོད་ནི་ནལ་འབྱོར་བའི་ཟས་གྱི་བྲ་བ་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱིད་
 པའི་ཕོར་བའི་དོན་ཡིན། འདིའི་རྒྱ་གསེར་དངུལ་ཤིང་





རྟེན་ལོར་གངས་པསྐྱོར་འགྲོ་དོན།

གངས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་སྟོང་མངའ་རིའི་སྤྱགས་སུ་ཡོད།
 གནས་རི་བྱང་པར་ཅན་ཞིག་ཏུ་ཅིས་ནས་ཤོད་དང་རྒྱ་
 གར་སོགས་ཀྱི་ཆོས་དད་ཅན་ཆོས་གནས་མངའ་ཕྱག་
 པསྐྱོར་བྱེད་སྒོལ་ཡོད་ལ། བྱང་པར་དུ་རྟེན་ལོར་གནས་
 མངའ་བ་མང་པོ་འདུ། དེ་ནི་བོད་སིལ་བྱའི་དུས་སུ་རྗེ་
 པཌུན་མི་ལ་རས་པས་གནས་དེ་རུ་དཀའ་སྤྱད་སྟོང་རུས་
 ཀྱིས་པསྐྱོམ་བརྒྱབ་ནས་མཐར་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་
 པལྟེས་ཤིང་། བོན་ཚུང་ན་རོ་བ་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་པན་
 ཚུན་ནང་རྩེ་འཕྱུལ་གྱི་མཐུ་ལ་འབྲུན་ནས། རབ་བྱུང་གཉིས་
 པའི་ལྷགས་རྟེན་ལོར་རྗེ་པཌུན་མི་ལ་རས་པར་རྒྱལ་ཁ་ཆེན་
 པོ་ཐོབ་ཞེས་གྲགས། དེ་ནས་པལྱང་དུས་དན་གྱི་ཆེད་དུ་
 རྟེན་ལོར་ཆོས་དད་པ་མང་པོ་འདུ་བའི་སྒོལ་བྱུང་། གངས་
 ཏེ་སེལ་མིང་གི་རྣམ་གངས་སུ་གེ་ལ་ཤིའི་རྒྱལ་པོ། གང་



གྲུའི་ཡབ། གངས་རིའི་བུ། དབྱིག་གི་ལྷེ་བ་བཅས་སོ།།

ཐེང་བའི་འབྲེལ་བ་འད།

ཐེང་བ་ནི་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ལུགས་པ་ཀུན་ལ་མེད་དུ་མི་
 རུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཡིན། ཆོས་ལུགས་རང་
 རང་གི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲགས་དང་ཙྰ་སྙིང་གི་སྒྲགས་རིན་རེར་
 ཆག་མེད་དུ་བསྒྲུབ་བ་དང་། ལྷག་པར་རང་རེའི་བསྟེན་བ་ཆེ་
 རུང་གི་སྐབས་སུ་འབྲུམ་གཅིག་དང་བཞི་འབྲུམ་སོགས་
 བསྒྲུབ་དགོས་པས། དེའི་གངས་འཛིན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
 ཡང་ན་ཆོས་ལ་བླན་གསོ་བའི་སྦྲད་དུ་འང་ཡིན་ཟེར་ན་ཆོག་
 པར་སྟུམ།

ཕྱིར་གངས་ཆད་ལ་ངེས་པ་མེད་མོད། བརྒྱ་དང་བརྒྱད་དུ་
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ནི། བསྟེན་པའི་སྐབས་ཆེག་འབྲུམ་
 མམ་བཞི་འབྲུམ་སོགས་བསྒྲུབ་དགོས་པས་གངས་ཀ་འཛིན་



བདེ་བའི་ཆེད་དུ་བརྒྱུར་ངེས་པ་བྱས། བརྒྱད་བསྟན་པ་ཁྱི་
འབྲུམ་སོགས་ཀྱི་གྲངས་འཛིན་བའི་ཆེད་ཡིན། ཕྱིས་སུ་
གྲངས་འཛིན་གྱི་དོད་ལ་འཇུག་ཅེས་གསེར་དངུལ་ཟངས་
སོགས་ཀྱི་བྱས་པའི་སྤོང་ཚུང་ཐུར་དུ་དབྱངས་པ་ཞིག་
གསར་བསྟན་གྱིས་སྤྲ་མའི་གྲངས་འཛིན་དཀྱུས་སུ་ཞོར་
བར་སྟུམ།།

གཙང་གི་བྱམས་ཆེན་དོ་སྟོན།

པཎ་ཆེན་སྐུ་ཐོང་དགུ་པ་སྟོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་
མ་ ༡༡༡༣ ༡༩༣༧ ཡིས་གཞིས་ཅེ་བཟུ་ཤིས་ལྷན་པོར་བྱི་
ལོ་ ༡༩༡༩ ༡༩༡༩ བར་དུ་བཞེངས་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་
པའི་སྐུ་བརྟན་དེ་འཇམ་སྤིང་ཐོག་གི་ལྷ་སྐུ་ཆེ་ཞོས་ཡིན།
ལྷ་སྐུའི་མཐོ་ཆད་སྟེ་ ༣༣་༩ དང་། མང་གདན་གྱི་མཐོ་ཆད་
སྟེ་ ༣་༩ ཡོད། ཞལ་གྱི་ཞེང་ཆད་པལ་ཆེར་སྟེ་ ༩ དང་།



ཕྱག་མཐེལ་དུ་སྒྲོག་སྟེགས་སྒྲོ་ལོའི་སྟེགས་ཕུ་གཉིས་
 འཛིག་ཐུབ། ཕྱག་པར་རྒྱངས་འཁོར་ཆེན་པོ་རེ་འོང་རུས།
 རྒྱ་ཆ་ནི། ཟངས་རྒྱ་མ་ཉིས་འབྲུམ་སྟུམ་ཁྲི་དང་། གསེར་
 རྒྱ་མ་ལྔ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད། ཕྱ་ཉིག་དྲོག་པོ་སྟུམ་བརྒྱ།
 བྱ་རུ་དང་སྒྲོས་ཤེལ་གཡུ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དྲོག་པོ་ཆེག་
 སྟོང་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་བཀོལ་བ་མ་ཟད། སྤུང་ཆེན་ལྷ་བྱའི་
 རྩོམ་པ་ལམ་སྟུམ་ཅུ་དང་། དབྱའི་དབྱལ་བར་འཛིག་ཉེན་
 བ་ཆེས་དགོན་པའི་རྩོམ་པ་ལམ་གཅིག་བཅས། རིན་ཆེན་
 དུ་མས་སྤྲས་པའི་ལྷ་སྐྱུ་འདི་ནི་འཛམ་གླིང་སྟེང་དུ་ཟངས་
 ལས་བྱུབ་པའི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་སྐྱུ་ཅལ་ཆེ་འོས་དེ་ཡིན།།

ཁ་བཏགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།

ཁ་བཏགས་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བཟུགས་པའི་
 ཉེན་འབྲེལ་མཆོན་བྱེད་གྱི་དངོས་རྒྱས་ཤིག་སྟེ། རང་ཉིད་

ཕྱི་ལོ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

ཀྱིས་བྱེད་སྒོ་གང་ཞིག་བྱེད་པའི་ལས་རིམ་གྱི་ཐོག་མར་
ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་པའི་མཆོམས་སྐྱར་དུ་བེད་སྤྱོད་
བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན། ཁ་བཏགས་ཅས་པའི་ཐ་སྐད་ནི་དཀོན་
མཆོག་གསུམ་གྱི་འབྲུ་རྟེན་དང་སྒྲ་དཔོན་སྐྱེད་པ་སོགས་
ལ་མཆོད་མཇལ་སྐབས་བདེ་སྤྱད་གི་སྐྱབས་འབྲུག་གང་
ཞིག་ཅུ་བའི་གཏམ་གྱི་སྒྲོན་འགྲོར་ཁ་ནས་སྐྱེད་དགོས་
ཤིང་། རོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ལ་ནག་ཤོན་གི་ཐི་མས་མ་
གོས་པའི་དར་དཀར་ལྟར་ལྟད་མེད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་སྤྱལ་
བའམ་ཡར་བཏགས་ཏེ་སྒྲོན་དུ་གཏོང་བས་ན་ཁ་བཏགས་
ཅས་པའི་མིང་ཐོགས་པ་ཡིན་ལོ། སྤྱིར་ཁ་བཏགས་ལ་ནང་
གསེས་དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ནི། ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་གྱི་
མཛོད་བཏགས་དང་། སོག་དར། ཨ་ཤེ། ཟུབ་ཕྱི། བསོད་
དར། ཁ་ཕྱེ་བཅས་སོ། གཞན་དུ་བཟ་མི་ཤེས་པའི་རྒྱན་
དན་བྱང་སྐབས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་ཡོད་དེ།



སྒོན་དབུལ་ཕྱག་སྒྲིམ་ཆང་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ནམ་ཞིག་
 ཕྱག་པོ་དེ་ལྟ་ལམ་དུ་གྱུར་མ་ཐག་དབུལ་བོས་ཅི་བྱེད་མ་
 ཞེས་པར་རང་གི་བ་ཕྱགས་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་བལ་ཐག་
 རོའི་སྒྲེ་ལ་སྒྲོན་པ་སྒོལ་དུ་ཆགས་ཏེ། རིམ་གྱིས་འགྱུར་
 བ་བྱུང་ནས་ཞི་བའི་རོ་ལ་ཁ་བཏགས་གཡོགས་བའི་ཡུལ་
 རྩེ་དང་སང་ཡང་མང་པོ་ཡོད་སྐད་ལ། ལར་ནས་མངོན་
 ཏོགས་སྒྲོང་དུ་བརྒྱལ་བའི་སྒྲ་ཆེན་ཁག་དགོངས་པ་ཆོས་
 དབྱིངས་སུ་ཐིམ་བའི་སྐྱུ་གདུང་ལ་མཇལ་དར་འབྱུལ་བ་
 བྱི་བསམ་སྒོ་གཞན་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། ཡང་སྲིད་འཁྲུལ་
 བལ་ངེས་རྟེན་བྱུང་སྟེ་དམ་པ་སྒྲ་མའི་རྣམ་ཐར་བདག་གིར་
 མཇེད་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་བྱེད་དུ་འབྱུལ་བ་སོགས་
 སོ།།



གྲོ་སོ་སྤེ་མར་གྲི་མཆོན་དོན།

དེ་སྤྲོན་གྲོ་སོ་སྤེ་མར་བོད་གྲི་སྤོལ་རྒྱན་གོམས་གཤེས་སུ་
 རི་ལྟར་གྱུར་པ་ཁུངས་ལྡན་ལོ་རྒྱས་ཁག་ཏུ་མི་སྤང་མོད།
 ཀླན་རབས་པའི་ངག་རྒྱན་ལ་ཆེ་པ་ལྟར་ན། གདོད་མའི་
 མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཆེ་འཇིག་ལ་
 འགེལ་བྱེད་རྒྱག་མ་ཐུབ་པར་ལྟ་སྤྱི་མཐུ་རུ་བལྟས་ཏེ།
 རང་རང་གི་བཟའ་བུར་གང་སྤྱོད་པ་དེ་མཆོད་གསོལ་
 ཀྱིས་རིམ་བཞིན་རྒྱན་སྤོལ་དུ་འཇགས། རྗེས་སོར་འཕེལ་
 རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པའི་གདོད་མའི་བོན་ཆོས་ཀྱི་ཆོ་གའི་མཐུན་
 རྒྱུན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པར་གསུངས་པ། དུས་རབས་
 བདུན་པའི་སྟོད་ཅམ་ནས་སྤར་གྲི་སྤོལ་དེར་ཐན་བྱ་འཕོ་
 འགྱུར་ཐེབས་ཏེ་རྒྱལ་སློན་རྣམས་ཁྱིམ་འདོན་དང་། གཉེན་
 སྤྲིག་གིས་མཆོན་པའི་དགའ་སྟོན་ཆེ་ཁག་རིགས་ལ་ཆེ་
 མཐོང་གི་ཚུལ་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད། ཡིན་ནའང་དམངས་ཁྲོད་



དུ་དེ་ཙམ་དར་ཁུབ་མེད།

དུས་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པ་ནས་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུའང་
 ཁང་གསོལ་དང་། གཉེན་སྲིད་གྲུས་སྒྲུབ་པ་དང་གསོལ།
 དེ་མིན་རྟེན་འབྲེལ་ཁག་གང་ཡོད་ལ་འབྲུལ་སྒོལ་བྱུང་
 བས་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒོལ་རྒྱུན་གྱི་གྲུབ་ཆ་
 ཞིག་ཏུ་གྱུར། ལྷག་པར་ལོ་གསར་ལ་མཆོན་ན་སྤེམ་ར་
 འབྲུལ་མཁན་གྱིས་མཛའ་བཅེའི་རྣམ་པས། བཟ་ཤིས་བདེ་
 ལེགས། ལྷ་བཞིན་འབྲུལ་དགོས་པ་དང་། བཞེས་མཁན་
 གྱིས་བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཐུན་སུམ་ཆོགས། ཨ་མ་
 བག་གྲོ་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་། གཏན་དུ་བདེ་བ་འཛོལ་པར་
 ཞོག་ གོང་ནས་གོང་དུ་འབྲེལ་བར་ཞོག་ ཅེས་ལོ་གསར་
 བའི་ནང་རང་གཞན་ཀུན་ལ་བགེགས་མེད་བདེ་སྐྱིད་ཡོང་
 བའི་སྒོན་འདུན་གྱི་ཁ་གཡང་སྒྲོག་པར་བྱེད། ལོ་གསར་
 ལས་གཞན་བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྐབས་སྤེམ་ར་འབྲུལ་ལེན་



གཉིས་ཀས་བག་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་ཞུ་བ་ཙམ་ལས་
 གཞན་ནམས་ཟེར་སྟོང་མི་སྣང་།
 མཆོན་དོན་ནི། ཡུལ་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་གཙོར་བཟུང་གིས་གྲོ་སོ་
 གྲེ་མར་འཆོ་བའི་སྟོང་བཅུད་ཡིན་པ་མཆོན། བཟའ་བཏུང་
 མ་སྦྱད་པའི་སྟོན་དུ་མཁའ་ལ་གཏོར་བས་ཡུལ་ལྷ་གཞི་
 བདག་ནམས་ལ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བར་མཆོན། ཞལ་
 ལ་ཅུང་ཟད་གསོལ་བས་ཟས་འདྲིའི་བཀའ་བློན་རྗེས་བླ་
 མཆོན་པ་བཅས། ལོ་ཉིས་སྟོང་སྟོན་ནས་དར་བའི་བོད་གྱི་
 ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གོམས་སྟོང་ད་ལྟའི་བར་མ་ཉམས་
 བར་གནས་པ་འདི་བཞིན་ནོ།

བར་སྐྱོར་གྱི་དར་ཆེན།

ལྷ་སའི་བར་སྐྱོར་གྱི་དར་ཆེན་བཞི་ཡོད་པ་ནི། བར་སྐྱོར་
 གྱི་ཤར་ལྟའི་མཆོམས་སུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ས་སྦང་ ༡༩༠༩



ལོར་ལྷ་ལྷན་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་མོ་སྒོལ་གཏོད་མཛད་སྐབས་
 ཕྱིའི་སྒྲོར་ལམ་དུ་དར་ཆེན་བཙུག་པ་བཅུ་གས་པར་གྲགས་
 པའི་ཡ་གྲུལ་དར་ཆེན་ཤར་སྐྱུ་རེངས། བར་སྒྲོར་བྱང་ཆུབ་
 སྒྲོན་ལམ་གྱི་ཤར་དུ་དགའ་ལྷན་ཆེ་དབང་དཔལ་བཟང་
 མངའ་རིས་སྒྲོགས་སུ་དམག་དོན་གཡུལ་ལས་ནམ་པར་
 རྒྱལ་བའི་དགའ་ལྷན་དར་ཆེན། དགའ་ལྷན་ཁྲི་བ་ན་རིམ་
 གྱི་གསུང་ཆོས་གནང་ཡུལ་གསུང་ཆོས་རྩ་བའི་མདུན་དུ་
 རྒྱལ་བ་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་
 སྐབས་སུ་གསར་འཛུགས་མཛད་པའི་བསྐལ་བཟང་
 དར་ཆེན། ས་སྒོག་སྒྲང་བརྒྱད་ཇོ་བོའི་དབུ་སྒྲོན་ས་ཁུབ་
 སྒྲོགས་གཞུང་ལམ་དུ་གྱུ་ཤིར་བསྐྱན་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་
 གྱིས་མདོ་ཁམས་བེ་རི་རྒྱལ་པོ་ཆམ་ལ་པབ་པའི་གཏམ་
 སྐྱོན་དར་འབྱར་སྐབས་སྡེ་བ་བསོད་ནམས་ཆོས་འཕེལ་
 གྱིས་བཅུ་གས་པར་གྲགས་པའི་བྱུས་ཡག་དར་ཆེན་བཙུག་

དང་། ༡༩༡༩ ལོ་ལྷ་བ་ ༩ ཆེས་ ༥ གུན་གཟིགས་པཎ་
 ཆེན་སྐུ་ཐོང་བརྩ་བ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་མཆོག་གིས་ལྷ་
 སའི་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་བསྐྱར་གསོ་གནང་སྐབས་ཇོ་བོ་
 དབུ་སྐྱའི་བྱང་ཐོས་སུ་བཀའ་ཤིས་དར་ཆེན་ཞེས་པ་ཞིག་
 གསར་འཛུགས་གནང་བ་བཅས་སོ།།

སྡེ་མ་ཚོན་དམ་པའི་མཆོན་དོན།

སྡེ་མ་ཚོན་དམ་པར་ཡོངས་གྲགས་སུ་མེ་སྤང་འཁོར་ལོ་
 ཟེད། མཆོན་དོན་ནི། མཆོ་དབུས་ཀྱི་བསྐྱའི་སྤང་པོས་སློབ་
 དཔོན་བསྐྱ་འབྱུང་གནས་མཆོན། རལ་གྲིས་འཇམ་པའི་
 དབྱངས་ཀྱི་སྐུལ་བ་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤྱང་ལྷུ་བཅན་མཆོན།
 རང་གི་བསྐྱའི་ལྷེ་བར་བཀོད་པས་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་གྱི་
 ཐུགས་སྤུས་ཡིན་པ་མཆོན། བད་སྤྱང་གི་གཡས་ཀྱི་རང་
 སེར་མགོ་གཉིས་པས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་སློབ་



དཔོན་ཀླ་མ་ལ་ཤིང་ལ་གཉིས་མཆོན། མདོག་སེར་པོ་
 ཡིན་པས་རབ་བྱུང་གི་རྟེན་ཅན་ཡིན་པ་མཆོན། གཡོན་གྱི་
 རེ་ཙོ་མགོ་གཉིས་པས་ལོ་རྒྱ་བ་སྐྱ་བ་དཔལ་བཅེགས་དང་
 ཙོག་རོ་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན་གཉིས་ཀྱི་གཙོས་སྐྱད་གཉིས་སྤྱ་
 བའི་ལོ་རྒྱ་བ་རྣམས་མཆོན།

དཔེ་རིས་མཆོ་ལ་གནས་པས་དཔལ་བསམ་ཡས་གཙུག་
 ལག་ཁང་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མེད་གཞོད་པ་འབྱུང་བ་ལུང་
 བསྟན་པ་ཞི་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་འོ། བད་སྡོང་སྟེང་དུ་རྡོ་རྗེ་
 དང་པོ་ཉི་འབྲི་བའི་སྒོ་ལ་ཞིག་འདུག་པ་དེས་མཆོད་ཡོན་
 ཀྱི་འབྲེལ་བ་མཆོན་ནམ་སྟམ། དཔེ་རིས་འདི་ཉིད་འཇམ་
 མགོན་ས་བཤྲ་གྱིས་དཔལ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་
 གི་བྲམས་རའི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་བྱུག་བསྟར་གནང་བ་
 རས་བཟུང་སྟོམ་བཅོན་དཔེ་རིས་འབྲི་བའི་སྒོ་ལ་བྱུང་ཞིང་
 དར་བྱབ་སོང་བ་ཡིན།



85

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས།

རེ་བཟོ། སྐྱེལ་སྒོ་བྱེད་དུས་དགྲིལ་གྱི་ཐག་པ་རྣམས་བཀོལ་
ནས་བྱེད་གཉིས་སུ་བྱེ་སྟེ། ཁལ་གཡག་གཉིས་གྱི་སྟེང་ལ་
འགེལ། ལོ་རེར་སྤྱ་ཐངས་གཅིག་གསོ་ཞིང་། དེ་དུས་བྲིས་
མཆོས་དང་ཤ་ཉི་ཀླན་གཞོན་རྣམས་ཡོང་ནས་རོགས་རམ་
གྱིས་སྤྱི་འདབས་གྱི་རས་སྟིང་དག་ལེན་པ་དང་། ལྷན་གྱི་
ངོས་གཉིས་ལ་གསར་བ་རེ་སྟོན་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཟད་དེའི་
བྱི་ནང་ཡང་བརྗེ་དགོས། རྒྱ་མཚན་ནི་བྱི་ལོགས་སུ་ཉི་
མ་དང་ཆར་བས་རྒྱན་གྱིས་སེར་པོ་དང་། ནང་ངོས་སུ་དུ་
བས་རྒྱན་གྱིས་ནག་པོར་ལོག་ཡོད་པས་ཡིན། དེ་ལྟར་ལོ་
རེར་རས་ཞིང་གཅིག་རེ་བརྗེས་ན་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་གྱི་རིང་
ལ་སྤྱ་ཆ་ཆང་གཅིག་བརྗེས་པོ་རྒྱག་བྱུབ། གཡས་གཡོན་
དང་རྒྱབ་གྱི་འདབས་ས་ལ་ཕབ་པ་དང་མདུན་གྱི་འདབས་
ཡར་ལ་འགྲོགས་དགོས་པ་དེ་ནི་སྤྱ་ནང་དུ་འགྲོ་སའི་སྟོ་
ཡིན། མདུན་སྟོ་འགོག་བྱེད་ལ་སྟོ་ཡོལ་ནར་མོ་གཉིས་



འཐེན་པ་དང་། དབྱར་ཁ་སྒྲ་པབ་དུས་ཐང་ཅུང་གཟར་སར་
 སུབ་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཆར་བ་འབབ་སྐབས་ཐིགས་ཚུ་མི་
 ཡོང་བའི་ཆེད་ཡིན། སྒྲ་འདབས་བསྐྱོར་ནས་ཚུ་རྒྱ་ཕྱན་བྱ་
 བྱིག་ཀྱང་བརྒྱ་སྒྲོལ་ཡོད། དབྱར་ཁ་ཐང་བདེ་སར་མཐའ་
 བསྐྱོར་ནས་ཚུང་འགོག་སྒྲང་ར་དང་པོ་ར་གང་རུང་རྒྱག་པ་
 དང་། སྒྲོ་ཡོལ་གྱི་ཆ་བ་དུ་ཅིག་པ་བཅིགས་ནས་སྒྲོ་ར་བཟོ་
 དགོས་པ་བཅས་སོ།།

རྟ་རྒྱག་མདའ་འཕེན།

བོད་དུ་གནའ་སྔ་མོ་ནས་ཅེད་མོའི་རིགས་ཀྱང་འདྲ་མིན་
 སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལས་རྟ་རྒྱག་པ་
 དང་མདའ་མོ་འཕེན་པ་ནི་རང་རེའི་མི་རིགས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་
 མངོན་གསལ་ཐོན་བའི་ཡུལ་སྒྲོལ་གོམས་གཤིས་སུན་
 མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་རང་རེ་ཡུལ་ཁམས་འདི་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་ཡུལ་གཞན་ལས་ཆེས་མཐོ་ཤོས་
ཡིན་ལ། ས་བབ་ཀྱི་དབང་གིས་མཐོ་སར་གནས་ཤིང་བས་
སྤྱི་ཤར་ཐུང་གསུམ་ཀྱི་འཆོ་བར་ཤས་ཆེར་རོལ་བའི་
རིགས་ལ་འབྲོག་པ་དང་། སའི་དམའ་སར་གནས་ཤིང་
བས་སྤྱི་འབྲུ་རིགས་སྣ་ལྔ་དང་ཤིང་ཉོག་སོགས་ཀྱི་འཆོ་
བར་ཤས་ཆེར་རོལ་བས་རིགས་ལ་རོང་བའམ་སྤྱོད་བ་
ཞེས་བའི་མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱང་མ་བཟུགས་རང་ཐོགས་སྤྱི་
གྱུར། དེར་བརྟེན་སོ་སོའི་བག་ཆགས་དང་སྤྱོད་སྣ་གོམས་
ཀྱི་རྒྱུན་བས། འབྲོག་པ་རྣམས་ཏྲ་ལ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་ཤིང་
དུས་སྟོན་སོགས་སྤྱི་ཏྲ་རྒྱུག་འབྲུག་བསྐྱར་ཀྱི་བྱ་བར་ངང་
གིས་འཇུག། དེ་བཞིན་རོང་བ་རྣམས་ནི་ཆུང་དུས་ནས་
མདའ་གཞུར་གཅེས་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུར་དགའ་ཞིང་། གནམ་
ལོ་གསར་ཆེས་སོགས་དུས་སྟོན་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་
སྤྱི་ཕན་ཚུན་བར་མདའ་མོ་འཕེན་རེས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་



བཙེ་མཐོང་ཆེན་པོ་བྱེད། བྱད་པར་མདོ་ཁམས་ས་ཁུལ་
 ལ་མཆོན་ན་རྟ་རྒྱལ་མདའ་འཕེན་གྱི་ཆོ་ག་ནི། ལྷན་མིའི་
 རྣམ་གྲངས་གཞན་ལས་མཆོག་གམ་རབ་ཏུ་བཙེ་ཞིང་དར་
 བྱེ་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ས་དེའི་དམངས་ཁྲོད་སྤྱོད་གཞས་
 ལས། ས་ཁ་རུ་ཁ་སྟོད་འབྲོག་གི་ས། འབྲོག་མི་རེའི་ལག་
 རྟ་རེ་ཡོད། འབྲོག་རྒྱལ་རྩལ་བདེ་བ་དེ་རྒྱུན་རེད། ས་
 ཁ་རུ་ཁ་སྟོད་རོང་གི་ས། རོང་མི་རེའི་ལག་རྟ་མདའ་རེ་
 ཡོད། རོང་མཐེབ་རྩལ་ཆེ་བ་དེ་རྒྱུན་རེད། ཅེས་ཀྱུན་ལ་
 རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་པ་བཞིན་ནོ།

བོད་མིའི་མིང་འདོགས་སྒྲིལ།

སྤྱིར་བོད་མིའི་མིང་ལ་རིགས་རུས་དང་ཆོས་ལུགས། སྤེ་
 བ་དང་སྤར་ཁ། རེས་གཟའ་སོགས་ཀྱི་འདོགས་སྒྲིལ་ཡོད་
 པ་ལྟས་ཆེ། རྣང་ཆོས་མ་དར་བའི་སྔོན་དུ་བོད་མི་པལ་མོ་



ཆེའི་ མིང་བོན་ཆོས་ཀྱི་ཆོ་ག་ལྟར་འདོགས་ཤིང་། དུས་
 རབས་བརྒྱད་པ་ནས་དམ་ཆོས་དར་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་
 མིང་གི་འདོགས་སྟོལ་ལའང་འགྱུར་བ་བྱུང་སྟེ་འགའ་ཤས་
 ལུང་དེ་མིན་བྱིངས་ལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་བཏགས་ཡོད་
 བ་དུ་ལྟའང་བོད་ཡུལ་སྟོད་སྟེན་བར་གསུམ་དུ་མ་མཉམ་
 རྒྱུད་གཤེས་སུ་ཆགས་ཡོད་པ་འདི་ལྟར་དང་། རེས་གཟའ་
 དང་སྟེ་བ། སྤར་ཁའི་མིང་གི་འདོགས་སྟོལ་ནི་བོད་ཡུལ་
 ཡོངས་ལ་གཅིག་མཚུངས་མ་ཡིན་པར་ཁྱབ་ཆེ་ཆུང་གིས་
 སྟོད་སྟེན་ཁལ་དུ་སྟེ་བ་དང་། སྤར་ཁའི་མིང་གི་འདོགས་
 སྟོལ་ནི་བོད་ཡུལ་ཡོངས་ལ་གཅིག་མཚུངས་མ་ཡིན་པར་
 ཁྱབ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་མདོ་སྟེན་ཁལ་དུ་སྟེ་བ་དང་།
 སྤར་ཁའི་མིང་འདོགས་སྟོལ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། རྒྱ་བར།
 ཆེ་དཀར་སྦྱིད། རོན་ཐར་རྒྱལ། ཁོན་ཐར་ཆེ་རིང་། གནམ་
 ལྷ་ཐར་ལྷ་བུ་དང་། དབུས་གཙང་དུ་རེས་གཟའ་བདུན་



གྱི་མིང་བཏགས་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་། དེ་ཡང་མིང་རྒྱང་
 ཅན་གྱི་ཕོ་མོའི་དབྱེ་འབྱེད་དཀའ་བར་བརྟེན་མང་པོ་ཞིག་
 ལ་འདོད་རྒྱལ་དང་རྗེས་སྐྱབ་གྱི་ཆོག་ཐོགས་རེ་བསྒྲན་ཏེ་
 མིང་འདོགས་པར་དབེར་ན། མིག་དམར་སྒྲོལ་མ་དང་།
 མིག་དམར་ཆེ་རིང་ལྟ་བུ་མང་། མིང་འདོགས་སྒྲོལ་འདིའི་
 རིགས་དམངས་ཁོད་དུ་སྐྱེས་ཅིས་སོགས་བསྐྱོར་བའི་ཆ་
 རྒྱུ་མེད་སྟབས། བ་མ་སོ་སོས་རང་གི་སྤྱ་གྲུ་དེ་བཙས་
 པའི་ཉིན་མཆན་དེ་རེས་གཟའ་གང་ལ་འཁེལ་ན་དེའི་མིང་
 གིས་བཏགས་ཏེ་སྤྱ་གྲུའི་སྐྱེས་གཟའ་སོགས་གང་ཡིན་
 དེས་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་བཤད། ཡིན་ནའང་བཟ་
 ཤིས་ལྷ་བ་ལྟ་བུ་མིང་མཐར་གཟའ་མིང་སྦྱར་ཡོད་པ་ནི་མི་
 དེའི་སྐྱེས་གཟའ་ཡིན་པའི་ངས་བ་མེད་དོ།

ལྷ་མོའི་འཁྲབ་སྟོན།

གནའ་སྤྱོད་མོ་ནས་སྐྱུ་ཅལ་གྱི་བང་མཛོད་དུ་གྲུབ་པའི་རང་
 རེའི་ཁ་བའི་སྒྲིངས་སུ། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་གྱི་བསམ་སྒྲོ་
 འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། སོས་དལ་བག་ཐེབས་
 གྱིས་སྒྲོ་སྦྱིད་གཏོང་བ་དང་། དུས་སྟོན་སྐབས་གཞས་དང་
 ཞབས་སོ་འཁྲབ་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གོམས་གཤེས་སུ་ཆགས་
 ཡོད།

དེའི་ཕྱིར་བོན་སྐྱུང་ལྟུང་གསུམ་གྱིས་བོད་ཁམས་བསྐྱུངས་
 པའི་དུས་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་འཆམ་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་
 སྒོལ་དར་ཁབ་བྱུང་། ཕྱིས་སུ་ཚེས་རྒྱལ་ཁྱི་སྒོང་ལྟུང་
 བཅན་གྱི་རང་འབག་དཀར་གྱོན་སྒོལ་གྱི་འཁྲབ་གཞུང་
 དར་བ་དང་། རབ་བྱུང་བྱུག་པའི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༠ ལོར་གྲུབ་
 ཐོབ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་བོས་དབུལ་ཕོངས་ཉམ་ཐག་རྣམས་
 འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཐེལ་ཆེད། གནའ་བོའི་འཁྲབ་



གཞུང་ལ་ཁ་སྐྱོང་དང་སྟོན་འཕྲི་བྱས་ཏེ་ལྷ་མོའི་འཁྲབ་སྟོན་
གསར་གཏོད་མཛད།

ཐོག་མར་རྫོན་པ་ཞེས་འབག་སྟོན་པོ་གྲོན་པའི་མི་བདུན་
འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། འབག་ཐོད་དུ་ཞོར་བྱ་མེ་འབར་དང་
དབྱལ་བར་གསེར་དབྱལ་གྱིས་བཙོས་པའི་ཉི་ཟླ། གདོང་
འགམ་དུ་མགོན་བྱ་བཅས་བརྒྱན་ཡོད། དེར་སྡེ་འཁྲིད་
མཁན་རྒྱ་ལུ་དང་སེར་ཆེན་འབོག་ཐོ་གྲོན་པ་མི་ཁག་
གཞོན་གཉིས་ཐོན། དེ་མཚུངས་ཨ་ཅེ་ལྷ་མོ་ཞེས་བྱ་མོ་
བདུན་ནམ་བརྒྱད་ནས་སྟོང་བཅེགས་དང་། རིགས་ལྔའི་
ཐོག་འུ་ན་རྒྱན་སོགས་འཕྲོར་ཆས་སྤྲས་ཏེ་འཁྲབ་སྟོན་
བྱེད། རོལ་ཆ་རྩ་སྤྱབ་གཉིས་ཀྱི་དགོལ་སྟངས་ཁྱད་པར་
ཆེན་པོ་ཡོད།

རྣམ་ཐར་འཁྲབ་དུས་རོལ་ཆ་མི་དགོས་པར་མི་གཅིག་
གིས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་གཏོང་བ་དང་། རྗེས་སུ་འཁྲབ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

མཁན་ཆོས་རམ་འདེགས་དང་མཉམ་དུ་མཇུག་སྐྱེལ། ལྷ་
མོའི་གཞུང་སྐད་གྲགས་ཆེ་བ་ནི་འགྲོ་བ་བཟང་མོ། བརྒྱ་
འོད་འབར། སྒྲུང་ས་འོད་འབྱུང། སྤྲུལ་དོན་ཡོན་དང་དོན་
འབྱུང། རོར་བཟང་། རི་མེད་ཀུན་ལྷན་བཅས་ཡིན། བོད་
ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སར་ཞོ་སྟོན་དུས་ཆེན་སྐབས་སྐྱོར་མོ་ལྷང་
བ་དང་། རྒྱལ་མཁར་བ། འདས་བ། གཞུང་བ་བཅས་ཁག་
བཞི་ནས་འཁྲབ་སྟོན་དུ་ཡོང་སྒོལ་ཡོད། མདོར་ན་ལྷ་མོ་
འཁྲབ་སྟོན་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་བཀལ་བའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
དང་། དེག་གཞུང་། གོམས་གཤེས། རྣམ་ཐར་སོགས་མི་
དེགས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་འབྱུར་དུ་ཐོན་ཞིང་། གནའ་བོའི་སྒོལ་
རྒྱན་གྱི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་སྒྲུངས་དངོས་མཆོན་བྱུང་བའི་སྐྱེ་
ཅུལ་སྣ་མང་འཛོམས་བ། མགོ་ནག་བོད་མི་ཆོས་དགའ་
མོས་བྱེད་བའི་འཁྲབ་སྟོན་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནོ།



96

ཕྱིན་པ་འཛིན་པ་འཁྱེད་པ་

པར་ཕྱིན་དུག་ལུགས་སྒོག་གི་ཚུལ་དུ་སྦྱར་བ། ཤེས་རབ་
དང་། བསམ་གཏན། བཙུན་འབྲས། བཟོད་བ། ཚུལ་
ཁྲིམས། སྦྱོར་བ་བཅས་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཁྲི་ལ་བཅེགས་
མ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོས་པ་མང་བའང་སྦྱོར་
སྤོང་རིག་གནས་རྣམ་གཞག་ལས་པ་འདུད་དོ། །བོད་ཀྱི་
མཁས་པ་འགས་ཁྲི་དྲུག་འཁྱོག་འདི་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་
ལྷ་ཁང་གི་སྒྲོ་རྒྱན་རིགས་ཕྱིས་སུ་རང་རེ་བོད་ནང་དུ་རྒྱན་
སྤྲེལ་བ་ཅིམ་ལས་ཁུངས་ཡང་དག་ཅིག་མེད་པར་འདོད།
ཡིན་ན་ཡང་ཁྲི་རྒྱན་གྱི་བཀོད་པ་འདི་དག་འཕགས་ལུལ་
གྱི་བཟོ་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱན་དེ་ཡང་རྒྱན་ཡང་
དག་ཏུ་དཔལ་རང་བྱུང་ཞབས་སོགས་པའི་དེ་ཅས་ཀྱི་
མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་གསུངས་སོ།།



ལྷ་མའི་ཡང་སྲིད།

ལྷ་མའི་ཡང་སྲིད་སྐྱོར་མདོར་བསྐྱུས་ནས་བཤད་ན།
 ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལྷ་མ་
 གཤེགས་རྗེས་བསམ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་བཞེས་ཏེ་སྐྱེ་
 བལྟམས་བཤད་། དམིགས་བསམ་གྱི་ངོས་འཛིན་ཞུ་རིམ་
 དེས་ཅན་ཞིག་བརྒྱད་པ་དེར་ཡང་སྲིད་ཅེས་གྲགས།
 རང་རེ་གངས་ཅན་པའི་ལྗོངས་འདིར་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་
 གྱི་ལུགས་སྒོལ་ཐོག་མ་ནི་ཀམ་རང་བྱུང་དོ་རྗེ་༡༣༡༩་
 ༡༣༣༩་ཞུ་བ་དེ་ཀམ་བཀའ་རྒྱུད་གྱི་ཆེས་མཐོའི་ལྷ་མ་
 བཀའ་ཤིས་ཆོས་གྱི་ལྷ་མའི་སྐྱེ་སྐྱུལ་ལམ་ཡང་སྲིད་དུ་ངོས་
 འཛིན་ཞུས་པ་དེ་ནས་མགོ་ཚུགས་པ་རེད།
 དེ་ལྟར་བོད་དར་ནང་པའི་བསྐྱེད་པ་ལ་སྐྱུལ་སྐྱེ་མང་དུ་བྱུང་
 ཡོད་པ་ལས། རྒྱལ་བ་ཀམ་བའི་ཡང་སྲིད་ནི་ལོ་རྒྱུས་རིང་
 ལོས་དེ་ཡིན། ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་ཞུ་སྒོལ་འདིར་མི་ལོ་



བརྒྱད་བརྒྱར་ཉེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དོན་སྙིང་དང་ལྡན་ནོ།།

གནམ་གཤེས་བརྟག་ཐབས།

ང་ཚོའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་བྱུང་གི་སྤང་ཚུལ་
ལ་ཉམས་སྦྱོང་དང་ལག་ལེན་གྱི་སྒྲུལ་ཆོག་མང་པོ་བཞག་
ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་གྲུབ་འབྲས་
ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནི་
རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གཏིང་ཟབ་ལ། དུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་
ཡང་། ང་ཚོས་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་མེད་པའི་ཆ་ཤས་མང་
པོ་ཞིག་ད་དུང་ཡང་ངག་ཐོག་ན་གནས་ཡོད་ཅིང་བོད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་གཉན་འཕྲང་གི་དུས་ཚོད་འདིར། དེ་དག་འཆོལ་
བསྐྱུ་བྱས་ཏེ་ཡིག་ལམ་དུ་འགོད་རྒྱུ་ནི་ཤིན་དུ་ནས་གལ་
ཆེ་ཞིང་དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན། ཞིང་
འབྲོག་མི་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་ན་མི་རབས་ནས་མི་



རབས་བརྒྱད་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་སྤྲུགས་བསྐྱེམས་མང་
 བོ་ཡོད་པ་ལས། འདིར་ང་ཚོས་དེ་ལུགས་གནམ་གཤིས་
 འགྱུར་ལྷོག་ལ་སྔོན་དཔག་བྱེད་པའི་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་ཁག་
 ཅིག་ནས་བརྩམས་ཏེ་དོ་སྤྱོད་ཁྱབ་པ། རྒྱུད་དང་བསེར་བྱ་
 སྤྲིན་པ། ཉར་སྤྱད་དངོས་རིགས། རང་བྱུང་ཁམས་དང་
 སྐྱེ་དངོས་རིགས་གི་འགྱུར་འགྲོས་ལ་དཔག་ནས་གནམ་
 གཤིས་སྔོན་དཔག་བྱེད་པའི་དཔེ་མཚོན་ཅམ་ཁྱས་ན།
 རྒྱུད་ཤར་ནས་གཡུག་ན་འབབ་ཏྲགས་དང་རྒྱུད་རྒྱབ་ནས་
 གཡུག་ན་ཐང་ཏྲགས། ལྷོ་ནས་གཡུག་ན་འབབ་ཏྲགས་
 དང་བྱང་ནས་གཡུག་ན་ཐང་ཏྲགས་དང་། དེ་བཞིན་སྤྲིན་
 པའི་རྒྱ་སྤྲུགས་ཀྱང་གོང་ལྷོ་དོས་འཛིན་བྱེད་པར་མ་
 ཟད། བྱང་ནས་གནམ་ངོ་ཏ་ཅང་ཐང་ན་ལྷོ་ཡི་གནམ་ངོ་ངེ་
 ལྷོ་རྒྱབ་རྒྱུད་འབབ་མི་ཐུབ་པས་”བྱང་རབ་འབྲམས་ཅམ་
 ཞིག་ཐང་ན། ལྷོ་སྤྲུག་འདུག་ཡིན་རུང་རང་སྤྲུག་ཡིན།”

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཞེས་དང་། སྟོན་ཁར་དགོང་མོར་ཐང་ན་བྱི་ཉིན་ཡང་ཐང་
ལྷས་དང་། དབྱིད་ཁར་དགོང་མོར་ཐང་བ་བྱི་ཉིན་འབབ་
རྟགས་ཡིན་པས་” སྟོན་དགོང་ཐང་བརྒྱབ་ན་ཞིང་འབྲེག་
གན་མོས་ཐོར་བ་དོར། དབྱིད་དགོང་ཐང་བརྒྱབ་ན་ལུག་རྩི་
གན་པོས་རྐང་ལྷམ་ཆེམས།” ད་དུང་”དབྱར་གནམ་ཞིག་
ལ་འབབ་རིམ་དགུ་དང་ཐང་རིམ་དགུ་” ཞེས་དུས་ཆེགས་
ལ་སྟོས་ཏེ་དབྱུང་བའམ་མང་པོ་ཡོད། ཡང་བྱ་ཁྲག་རྟའི་
ཆང་བཅོ་དུས་འབབ་རྟགས་དང་ཆུ་རྩི་ལ་སྟུག་ལངས་ན་
འབབ་རྟགས། ད་དུང་ལུལ་བྱ་ལ་ལར་དཀར་ཡོལ་ལ་ལག་
བ་མི་ཐེབ་ན་འབབ་རྟགས་སུ་ངོས་འཛིན་བའང་ཡོད། དེ་
ལས་གཞན་ད་དུང་སློག་ཆགས་ལ་སྟོས་ནས་ཀྱང་གནམ་
གཤིས་སྐྱོར་ཆོད་དཔག་བྱེད་པ་ནི། དཔེར་ན། ཉ་མོ་ཡར་
ལ་སློགས་པ་ནི་ཆར་འབབ་པའི་རྟགས་མཆན་དུ་ངོས་
འཛིན་པ་སོགས་ཏེ་ཅང་མང་། ད་དུང་འཇའ་རིས་སྤང་དུ་



ཤར་ན་ཡུན་རིང་ཆར་བ་འབབ་བ་དང་འཇའ་སྒེ་ཚུ་ལ་བྱག་
ན་ཐང་རྟགས་སུ་བཤད། བོད་ཡུལ་ལ་ལར་ཆོ་བའི་འོད་
གྱུར་རམ་ན་ལོང་ཞེས་ཆོ་བའི་མཐར་རྒྱན་ལྟ་མིན་པའི་
འོད་ཀོར་ཞེག་འཆར་བ་དེ་ཆར་དང་ཁ་བ་ཆོ་འབབ་བྱེད་
རྟགས་སུ་འདོད།

གནའ་མིའི་ངག་རྒྱན་དུ་”ནང་སྤྱོད་མེད་སྤྱོད་དམར་ཅུ།
དགོང་ཕྱི་ལོའི་སྤྱོད་དམར་མེ།” ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་ན་མ་
ལངས་དུས་སུ་སྤྱོད་དམར་ཆགས་པ་ཕྱི་ཉིན་དེར་ཆར་བ་
འབབ་རྟགས་དང་དགོང་ཁར་སྤྱོད་དམར་འཕྱར་བ་ཅད་ཀྱི་
རྟགས་སུ་འདོད། སྤྱོད་དམར་ཞེས་པ་མཆོམས་སྤྱོད་མིན།
ཡང་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པོ་འཐེབས་ན་ཕྱི་ལོའི་མ་རྩོ་བར་
བཤད་པ་དེ་ཡང་ངག་རྒྱན་དུ་”སྤྱོད་སྤྱོད་ནག་ཁྱད་ནས་
འཐེབས་ན། ཕྱི་རྩོ་ཚུ་ནག་ཐང་ནས་གདུ།” ཞེས་པ་ལྟར་
རོ།



འདི་དག་གིས་མཆོན་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་
 དང་བསྐྱུན་ནས་མེས་པོ་དཔྱོད་ཡངས་དག་གིས་འཛིག་
 ཉེན་ལ་སྒྲུལ་ཆོག་མང་པོ་ཞིག་བཞག་ཡོད་རུང་ང་ཚོས་ཅི་
 ཞིག་འབྲི་ཡང་གང་ཞིག་བཤད་རུང་སྤྱི་མི་རེ་བྱུང་གི་ཆོག་
 ལྟར་འབྲུ་བ་ང་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་ག་ལ་ཡིན།།

སོག་པོ་སྟག་འབྲིད།

སོག་པོ་སྟག་འབྲིད། འདིའི་ལོ་རྒྱས་ཁུངས་ལྡན་ཞིག་
 མ་ཉིད་མོད། གྲགས་ཚོད་ལ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་
 མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཟེར། སོག་པོ་དེ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་
 དང་། སྟག་དེ་སྐྱུན་རས་གཟིགས། ལྷགས་ཐག་དེ་བྲག་ན་
 རྡོ་རྗེ་བཅས་ཀྱི་མཆོན་དོན་ཡིན་པས། ལྷ་བྲང་ཁག་དང་།
 འབྲོར་ལྡན་པ་ནམས་ཀྱི་སྒོ་ནང་དང་ཅིག་ལྡེ་བས་སུ་འབྲི།
 དེས་གདོན་བགོགས་བསྐྱང་བའི་སྐྱང་བ་མཆོན་པར་བྱེད་

ཟེར།

མི་ལམ་བརྟག་ཐབས།

ང་ཚོས་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ནས་ངོ་མཆར་བའི་ལྟ་མོ་
སྒྲ་ཚེགས་ཤིག་མཐོང་གིན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རི་ལྟར་བྱུང་བའི་
སྒྲོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མཁན་ཏུ་ཅང་ཉུང་། ཡིན་ནའང་
མི་ལམ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་འོངས་སྒྲོན་དཔག་བྱེད་སྒྲོལ་
ཞིག་གནའ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གནས་ཡོད། ང་ཚོ་བོད་མིའི་
བཤའ་རྒྱུན་ལ། མི་ལམ་ནི་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པས་དེ་ལ་བརྟག་ནས་བྱ་
བ་ལམ་སྟོང་ཡོང་མིན་དང་། རྒྱ་ཆོད་ཆག་དང་བོར་སྒྲོར་
བརྒྱུ་སྒྲོར་སྒྲོན་དཔག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ཡང་བག་
ཆགས་ཟབ་ལོད་ཀྱི་དབང་གིས་ནམ་སྟོད་ཀྱི་མི་ལམ་ནི་
བརྟེན་སྒྲ་ཞིང་རབ་རིབ་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་འདི་དང་འདི་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

འདྲ་འབྱུང་ཞེས་བཤད་དུ་མེད་ལ། རྩོམ་པ་གི་མི་ལམ་ནི་
ཏྲ་ཅང་གསལ་བས་དེ་ལ་བརྟག་ཏེ་མི་ལམ་གྱི་ལྟས་བརྟག་
པའི་ཐབས་རྩལ་རིགས་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་མི་ལམ་
མི་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་མཐར་གཏུགས་ན་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་
ལས་གཞན་ཞིག་མེད་པ་དེ་ཡང་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ།
ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དང་གསོལ་བ་ཤུགས་ངག་བཏབ་པ།
བརྟག་ཅིང་དབྱད་པ་བཅས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་། རྟོག་གི་
དབང་གིས་འབྱུང་བར་བཤད། ལས་དགེ་སྤྲིག་ལ་འབྲས་
བྱ་བའི་སྤྲུག་ཞེས་པ་ལྟར། མི་ལམ་ལ་ལྟོས་ཏེ་བའི་སྤྲུག་གི་
འབྲས་བྱ་སྤྱོད་དཔག་བྱེད་པའང་འཆོ་བའི་ཆལས་ཡིན།
གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་མདང་དགོང་མི་ལམ་ཡག་པོ་ཞིག་མིས་
ཡོད་ཆོ། དེ་རིང་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་པ་དགའ་ཡེལ་ལེ་བ་ཞིག་
དང་། ཡང་མདང་དགོང་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ལམ་ཞེད་སྤང་ཅན་
ཞིག་མིས་ཡོད་ཆོ། དེ་རིང་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་པ་དེ་ཅུ་གི་



སྐྱེད་པོ་མེད་པ་ཐག་གིས་བཅད་ཆོག་གོང་དུ་བཤད་པ་
 ལྟར་མི་ལམ་ནི་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་དང་།
 མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་མཐའ་མེད་ཅིང་བག་ཆགས་
 ལའང་མུ་མཐའ་མེད་པས་དེའི་མཐུག་འབྲས་ལའང་ང་
 ཆོས་མཐའ་གཅིག་དུ་སྡོམ་ཆོག་འགོད་དཀའ་མོད། ཉམ་
 རྒྱན་ང་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་པའི་བརྟག་ཐབས་
 དང་། རྒྱན་སྦྱོང་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་ཆེ་བའི་རིགས་མདོར་
 བསྐྱས་ཅམ་བཀོད་ན། རི་མཐོན་པོའི་ཅེ་ལ་འཛེགས་པ།
 ཉི་མ་སྤྲོན་གྱིས་མ་སྤྲོབ་པ། ཟས་གོས་ཉིད་པ་དང་ནོར་
 ལོངས་སྦྱོང་འཕེལ་བ། ལྷ་ཆེན་པོ་བརྒྱལ་བ། སེང་གོ་དང་
 སྟག་གྱི་ཡིང་འབྲུག་སོགས་ལ་བཞོན་པ་སོགས་མིས་ཆེ་
 བཟང་བར་བཤད་ལ། མདོར་ན། གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་
 དང་རོ་དང་ལྡན་པའི་ཟས་ཀྱི་རིགས། སྟན་པའི་གཏམ་སླེང་
 བ་དང་མཐུན་པའི་གྲོགས་དང་འཕྲད་པ། གང་ལྟར་མནལ་

ཕྱག་ལེན་ལེན་པའི་ལུང་ལྟོས་

སད་པའི་ཆོ་ན་ཁྲོད་ཀྱི་སེམས་བདེ་ཞིང་དགའ་བས་ཡིད་
གཡོ་བའི་མི་ལམ་གང་མིས་པ་ནི་བཟང་བའི་མི་ལམ་ཡིན་
ལ། དེ་བཞིན་བསམ་པའི་རེ་དོན་ཀྱང་ཆོགས་མེད་གོགས་
མེད་དུ་འགྱུར་པར་བཤད། གོང་ལས་སྟོན་པའི་མི་ལམ་
ནི་ངན་པའི་གས་ཡིན། དཔེར་ན། ལམ་མདོ་དང་རྟ་ལས་
ལྷུང་བ། སྒང་ཆེན་གཡུལ་ངོར་ཞུགས་པ། ཆར་ཆེན་པོ་
འབབ་པ་དང་རང་ཉིད་མེ་མདས་བསད་པ། ཉི་ཟླ་གཟའ་
འཛིན། སྤྱིན་པུང་ལང་ལོང་འཁྲིགས་པ། མེ་དཔུང་གསོད་
པ་སོགས་ཀྱི་མི་ལམ་ནི་ངན་པར་བཤད་པ་བཅས་མདོར་
བསྡུས་ཙམ་ངོ་སྟོན་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱས་པར་ཤེས་འདོད་
དག་གིས་སྟོང་དོལ་ངག་དབང་གི་གསུང་འབུམ་དང་།
དེང་དུས་འཆོ་བའི་སྟོད་སྟོ་དང་སྐར་ནས་མི་ལམ་སྟོར་གྱི་
དཔེ་དེབ་གསར་བ་” མི་ལམ་བརྟག་ཐབས་” སོགས་དང་
འབྲེལ་ནས་རྟོགས་པར་བྱའོ།



ལག་སྐྱོར།

ལག་སྐྱོར་རམ་“མཆིག་གུ”ནི་དོ་ཆས་དུས་རབས་སུ་བྱུང་
 བའི་ཡོས་འཐག་ལག་ཆ་ཡིན། རང་རེའི་མེས་པོ་རྣམས་
 གྱིས་རྩམ་པ་བྲ་བའི་སྒྲིལ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་ལག་སྐྱོར་
 ཡང་བྱུང་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད། “ལག་སྐྱོར་” ཞེས་པའི་
 མིང་ཐོག་ས་དོན་ཡང་ལག་པས་བསྐྱོར་པས་ན་དེ་ལྟར་
 བཟག་སྟེ། སྤྱིར་ལག་སྐྱོར་ནི་དོ་བ་གོར་མོ་ངོས་སུ་ཤུར་
 ཐུན་མང་པོ་ཡོད་པ་གཉིས་ཁ་སྒྲིལ་བྱས་ཡོད། འོག་མའི་
 དགྲིལ་གྱི་ཤིང་ཤུར་དེ་ལ་ལག་ལྟེ་ཞེས་འབོད། དེའི་སྟེང་
 མའི་ཤུ་ཁུང་ཞིག་ཀྱང་བཟུང་ཡོད་པས། ཡས་ཁོད་དང་
 མས་ཁོད་གཉིས་པན་ཚུན་མི་འཁྱོལ་བར་བྱེད། དེ་གཉིས་
 སྤྱི་པག་ས་སུ་མེད་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་སྟེང་མའི་ཤུ་
 ཁུང་ནང་དུ་ཡོས་སྒྲགས་ནས་བསྐྱོར་ན་རིམ་གྱིས་མཐའ་
 སྐྱོར་ནས་རྩམ་པ་ཁ་བ་ལྟར་འབབ། འདི་ནི་རང་རེའི་



གངས་ལྗོངས་སུ་བེད་སྤྱོད་ཤུགས་ཆེ་བས། འདིའི་སྐོར་ལ་
 ”གད་ཐོག་ནས་ལུ་གུ་ཅི་ཅི། གད་འོག་ནས་ཁ་བ་འབབ་
 འབབ།” ཅེས་བའི་སྒྲ་མའི་གཞི་ཆེ་བ་ཅིག་གྲང་ཡོད་དོ།

ཤ་མི་རུལ་བའི་ཐབས།

ཤ་རིགས་ནི་བོད་བའི་ཁ་ཟས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཞིག་དང་།
 བྱང་པར་འབྲོག་པ་ལ་མཆོན་ན་རྒྱན་ཟས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་ང་ཚོའི་ས་མེས་ཆོས་ཡུན་རིང་གི་འཆོ་བའི་ཉམས་
 སྤྱང་ལས་ཤ་རིགས་མི་རུལ་བའི་ཐབས་རྩལ་མང་པོ་རྙེད་
 ཡོད་པ་ལས་ཆེས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ནི། རད་པ་དང་སྐྱ་
 མགོན་དམིགས་བསལ་རིགས་ལ་ཤ་གསར་ཡུན་རིང་
 ཉར་ཆགས་བྱེད་པར། གཡག་ལུག་གང་རུང་གི་ཤ་དེ་
 བྲོད་པའི་རྒྱལ་བ་རལ་སྐྱོན་མེད་པའི་ནང་བཅུག་ནས་ཁ་
 དམ་པོར་བསྐྲུམས། རང་དུ་རྒྱང་སོགས་མི་འགོ་བར་བྱས་



ཏེ། རྩ་སྒྲིག་རྩུལ་བཀའ་བའི་ནང་དུ་རྒྱལ་པར་བརྩམས། ཉིན་
 རེ་བཞིན་རྩ་དེ་བརྗེས་པས་ཤིག་གསར་གྱི་ངོ་བོ་རྒྱན་བསྐྱེད་
 བྱེད་པའི་ཐབས་ཅུལ་སྒྲིག་གིན་ཡོད། དེ་མིན་ཤིག་གསར་ལ་
 ཆ་བརྒྱབ་པའམ་དུ་བ་བདུག་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་འབྲུ་སྤྱོད་
 གྱི་གཞི་དཔེ་འགོག་པ་དང་དུལ་སྒྲིག་མི་འབྲུང་བའི་ཐབས་
 ཤེས་སྒྲིག་པ་དེ་པལ་ཆེར་བོད་ཞིང་འགྲོག་སྤྱི་ཆོག་གས་སུ་
 དེང་སང་ཡང་རྒྱན་སྒྲིག་ལྟ་བུར་བྱུར་ཡོད།

རག་དུང་།

རག་དུང་ངམ་དུང་ཆེན་དུ་གྲགས་པ་ནི་རང་རེའི་བོད་གྱི་
 བཅོམ་ཅུལ་ལས་ཐོན་པའི་རྩ་ཆས་ཤིག་སྟེ། དེ་ཡང་ཐོག་
 མའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི། མཉམ་མེད་ངོ་བོ་ཆེན་པོ་བོད་དུ་
 ཐེབས་སྐྱབས་ལྟ་བུར་བྱང་རྒྱལ་འོད་གྱིས་བཀྲ་བྱུང་གི་
 ཆ་བ་འདོན་པའི་སྒྲིག་། བསྐྱེད་བྱེད་གི་རྩ་ཆ་མེད་ཆེད་དུ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

བཅོས་པར་གྲགས་ཤིང་། དེང་སང་ཡང་རྒྱན་སྒྲིལ་ཟམ་
མ་ཆད་པར་སྒྲོ་དཔོན་ཆེ་ཁག་གི་རིགས་ཐེབས་བསྟུ་དང་།
ལྷག་པར་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲོ་གར་འཆམ་དང་། ཆོ་
གའི་སྒྱུན་འབྲེན། གཏོར་རྒྱགས། དཔོན་ཁག་ཁ་ཤས་སུ་
དུས་ཆེན་གྱི་སྐབས་ཆོགས་དུང་དུ་བྱེད་པ་སོགས་མང་
པོ་ཞིག་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། རིང་ཆད་ནི། རིང་
བ་ལག་ཁྱུ་དྲུག་གམ་བདུན་དང་། ཟུང་བ་ལག་ཁྱུ་གསུམ་
དང་བཞི་སོགས་མ་དེས་བ་ཅི་རིགས་སྒྲུང་ཞིང་། དུང་ཁ་
ཆེ་ཞིང་མཐུག་མ་བྲ་ལ། ཆོགས་གསུམ་གྱི་བར་མཆོམས་
དང་དུང་ཁ་སོགས་སུ་དགེ་མཆོན་གྱི་རི་མོ་གསལ་བའི་
གསེར་དདུལ་སོགས་ཅི་རིགས་ཀྱིས་རྒྱན་སྒྲིལ། རྒྱ་
དངོས་ནི་ཟངས་སམ་རག་གིས་བཅོས་པས་རག་དུང་དུ་
གྲགས། སྒྲིའི་བྱེ་བྲག་ནི་གིམ་སྟོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཕོ་སྐད་
དང་ཕོ་སྐད་ཞེས་སུ་གྲགས་པའི་སྒྲ་གདངས་མ་འདྲ་བ་སྒྲ་



ཆོགས་ཤིག་ཐོན་གྱིན་ཡོད། དེ་ཐམས་ཅད་ན་བའི་ཡུལ་དུ་
འཇེབས་པ་ཁོ་ན་ཡིན།

བོད་དུ་གསུང་རྟེན་ཐོག་མ།

སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་དགོས་པ་ནི། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་
བསྟན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པ་དེ་ཡང་ཐོག་མར་ལུང་
གི་བསྟན་པ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནས་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་
བྱུང་བ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། རང་རེ་བོད་དུ་ཡང་ཐོག་མར་
བསྟན་པ་དབུ་བརྟེས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་གསུང་ཐོག་མར་
བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་ཅག་གི་རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་
འབྱུང་པལ་མོ་ཆེ་ལས་ཆེས་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར། བོད་
རྒྱལ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཅན་གྱི་རིང་ལ། ཐོ་བྲང་ཡུམ་བུ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

མཐོང་གི་ཡང་ཅེར་གསེར་ཤོག་ངོས་ལ་བེད་ཅུས་བྲིས་
པའི་སྤང་སྒྲོང་ཕྱག་བརྒྱ་དང་། མདོ་སྡེ་བ་མ་ཉོག་གསེར་
ཀྱི་མཆོད་རྟེན་ཁྱ་གང་བ་སྤང་བའི་ཕྱག་རྒྱ། ཅི་ཏ་མ་ཁིའི་
རྒྱུ་མེད་བཅས་བྱུང་ཞིང་། ཚུལ་དེར་དམིགས་ནས་
རང་རའི་དག་རྒྱན་ལའང་། མདོ་ལ་སྤང་བ་བ་མ་ཉོག་དང་།
གཟུངས་ལ་སྤང་བ་ཡི་གེ་དྲུག་བ་བྱུག་ཞེས་གྲགས། དེ་ལྟར་
བོད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་བ་དབྱེ་བརྟེན་བའང་གསུང་
རྟེན་དེ་དག་བྱུང་བར་ཆད་འཛིན་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་དབེ་བོད་
དུ་བསྐྱུར་བའི་ཐོག་མ་ལའང་གོང་གསལ་གསུང་རྟེན་དེ་
དག་ཐོག་མར་བསྐྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། བོད་ཀྱི་ཆོས་སྐལ་སྤང་
ཤོས་ཀྱང་དེ་དག་ཡིན་བ་ཀྱང་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། དེ་
ཡང་གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་བཏགས་བ་ཡོངས་གྲགས་
ཀྱི་གསུང་རྟེན་དེ་དག་གི་མ་ཡིག་གཉན་པོ་གསང་བ་
ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྷུ་བཅན་གྱིས་བསམ་ཡས་མཆོད་



རྟེན་ཆེན་པོའི་གཟུངས་སུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་ཚུལ་
 བསམ་ཡས་དཀར་ཆག་ཏུ་གསལ་ཞིང་། དེ་དག་དང་
 འབྲེལ་བའི་པན་ཡོན་སོགས་གཞུང་དག་ན་སྤྲོས་པ་རྒྱ་ཆེ་
 ཡང་འདྲིར་གསུང་རྟེན་གྱི་ཐོག་མ་བྱང་ཚུལ་ཁོ་ན་ངོ་སྤྲོད་
 ཅམ་བྱས་པ་ཡིན།

བོད་དུ་སྐྱེ་རྟེན་ཐོག་མ།

དེ་ཡང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་བཤད་རྒྱུན་དང་ཁུངས་ལྡན་
 རྒྱལ་རབས་ཆོས་འབྱུང་པལ་མོ་ཆེར། བོད་དུ་སྐྱེ་རྟེན་གྱི་
 ཐོག་མ་ནི་ཅན་དན་ཏ་རིའི་འཕགས་པ་ལོ་གེ་ཤུ་རའི་སྐྱེ་
 བརྟན་རྒྱལ་པོ་སྤྲོང་བཅན་སྐམ་པོའི་ཐུགས་དམ་གྱི་རྟེན་
 དུ་པོ་ཏ་ལར་གདན་བྲངས་ཤིང་། ལོ་གེ་ཤུ་རའི་སྐྱེ་བརྟན་
 འདི་ནི། དུས་རབས་བདུན་པའི་དུས་མགོར་བོད་རྗེ་སྤྲོང་
 བཅན་སྐམ་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གདན་བྲངས་པ་ནས།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཕག་མོ་གྲུ་བའི་སྤྲོད་དབང་མ་ཐོར་བར་གྱི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་
གཅིག་ཙམ་རིང་པོ་བྲང་ཆེན་པོ་པོ་ཏ་ལར་བཞུགས་ཤིང་།
དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༢ ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ བར་བཀའ་
དགོ་ནང་ཁྲལ་མ་མཐུན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སོག་ཡུལ་དང་
མཆོ་སྟོན་ཁྲལ་དུ་ལོ་ངོ་སྟུང་ཅུ་ལྷག་ཙམ་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་
༡༩༢༥ ལོར་མཆོ་སྟོན་གྱི་དཔོན་མོ་དེ་ལའི་ཀུན་རི་རྒྱལ་
མོས་ཚུར་སྐྱས་ཏེ་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པར་འབུལ་རྒྱ་བསྐྱར་བ་
དང་། རྒྱ་བརྟན་འབྲོར་བའི་ཉིན་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པས་པོ་ཏ་
ལའི་པོ་བྲང་དཀར་པོ་རྒྱས་སྐྱོན་གྱི་ལས་མགོ་ཚུགས་པ་
དང་དུས་མཉམ་འཁལ་བ་བཞིན། ད་ལྟའང་བྱིན་རྒྱལ་ས་གྱི་
ཆོན་ཁ་མ་ཡལ་བར་རང་ཅག་གི་བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་དུ་
ཡོད་པ་འདྲིའོ།



བོད་དུ་སྦྱགས་ཏེན་ཐོག་མ།

མཆོད་ཏེན་ནི། སྦྱ་བ་པའི་དབང་པོ་འཇིག་ཏེན་འདིར་མ་
 འཁུངས་གོང་ནས་ཡོད་དེ། རྒྱལ་བུ་གཞིན་ལུ་དོན་གྲུབ་
 ཁོང་མཆོད་ཏེན་ནས་དག་བྱང་དུ་ཉིད་ཀྱི་དབུ་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་
 པཅད་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་གནང་ལ། སངས་རྒྱས་མ་
 རྟོན་པའི་ཡར་ལྷན་ནས་བལ་ཡུལ་དང་མི་ཡུལ་སོགས་
 སུའང་མཆོད་ཏེན་གྱི་རིགས་མང་དུ་ཡོད་པར་གྲགས།
 བོད་ཡུལ་དུ་མཆོད་ཏེན་གྱི་ཐོག་མ་ནི་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་
 བཅན་གྱི་སྐུ་དུས་སུ་གསེར་གྱི་མཆོད་ཏེན་ཁྱུ་གང་བ་ཞིག་
 བྱང་བ་དེ་མཆོད་ཏེན་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ལ། དེ་རྗེས་ནས་
 རིམ་བཤ་མཆོད་ཏེན་གྱི་རིགས་བཞེངས་སྐྱོན་མང་དུ་བྱུང་
 བ་ལས། བསམ་ཡས་སུ་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་ཐོག་ཆེན་གྱི་
 མཆོད་ཏེན་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་། དེང་སྐབས་གྲགས་ཆེ་
 བ་ནི་ཅེ་པོ་ཏ་ལ་དང་། འབྲས་སྤངས། ཨ་མདོ་སྐུ་འབྲུམ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སོགས་སུ་མངལ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་
བརྒྱད་གྱི་བཟོ་བཀོད་དེ་དག་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལས་ཀྱང་
དར་ཆེ་བ་ནི། བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་དང་། རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་
རྟེན་གཉིས་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། མཆོད་རྟེན་ཆོས་སྐུའི་རྟེན་དུ་
བྱེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི་མཚོན་དོན་ལས་གསལ་བར་བྱེད་
རྒྱས་པས་འདིར་ངོ་སྟོན་བྱང་ཅམ་བཤད་པ་ལ། མཆོད་
རྟེན་གྱི་བང་རིམ་བཞིས་བྲན་པ་ཉིར་བཞག་བཞི། ཡང་དག་
སྟོང་བ་བཞི། རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱང་པ་བཞི། དབང་པོ་ལྔ་པཅས་
མཚོན། བྱམ་རྟེན་གྱིས་སྟོབས་ལ། བྱམ་པས་བྱང་ཆུབ་
ཡན་ལག་བདུན། བྲེས་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད།
ཆོས་འཁོར་བཅུ་གསུམ་གྱིས་སྟོབས་བཅུ་དང་བྲན་པ་
ཉིར་བཞག་གསུམ། ཐུགས་རྗེ་མདོ་གཟུངས་གྱིས་ཐུགས་
རྗེ་ཆེན་པོ་དང་སྟོང་བ་ཉིད་དབྱེར་མེད་པ་མཚོན། ཉི་ཟླ་
གཉིས་གྱིས་རི་ལྷ་རི་སྟེད་གྱི་མཁུན་པ་གཉིས་མཚོན།



རྟོག་གིས་གཉིས་མེད་བྱང་འཇུག་མཆོན་པ་བཅས་སྟོ།།

བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་བརྒྱད།

སྤྱིར་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་གསུམ་གྱི་རྟེན་ལ་གཏོགས་ཕྱིན་
གང་ཡང་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་བ་གཞིར་
བཅས། ཐུགས་གྱི་རྟེན་ལའང་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ། ཐེག་
ཆེན་སོ་སོའི་མཆོད་རྟེན་སོགས་ནམ་གངས་མང་དུ་ཡོད་
ཀྱང་། དེར་སང་ནང་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དར་བྱབ་ཆེ་བ་
ནི་བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་བརྒྱད་དུ་གྲགས་པ་འདི་དག་
ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འདི་ལ་སྤྱི་ཕྱི་གོ་རིམ་བཟུངས་སྟོ་མང་
ནས་ཐོག་མ་བྱེད་པ་དང་། བད་སྤྱངས་ནས་ཐོག་མ་བྱེད་
པའི་ཚུལ་གཉིས་བྱང་ཡང་། བད་སྤྱངས་ཐོག་མར་བྱེད་པ་
བྱབ་ཆེ།

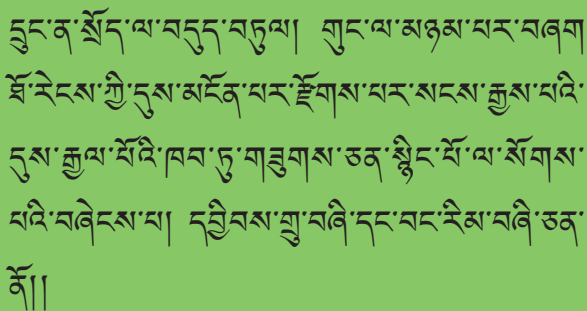
༡ བད་སྤྱངས་མཆོད་རྟེན།



དེ་ཡང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སྐྱབས་ལྷམས་པའི་ཆེ་གཏེར་
 ལཱ་བརྒྱ་ཐོན་པ་དང་། གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོ་ལ་སོགས་པ་
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི། སྤང་པོ་ཆེ་མཆོག་གི། བ་སྤང་བྱུག་
 སྟོང་ལ་སོགས་པ་དུས་གཅིག་ཏུ་བཅས་པས་བཟྱ་ཤིས་
 འབྱུང་བར་གྲགས་པའམ་སྟོགས་པཞིར་གོམ་པ་བདུན་
 བདུན་པོར་བར་བརྒྱ་བྱང་བ་དང་འབྲེལ་བར་བད་སྟུངས་
 སུ་ཐོགས་པ་དོན་མཚུངས་པར་མངོན་ཏེ་བརྒྱ་སྟུངས་པ་
 ཐོག་མར་བགྲིས་ཤིང་། འདིའི་དབྱིབས་ནི་ལྷམ་པོ་དང་
 འཁོར་བའི་འདམ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་དེས་མ་གོས་པ་མཆོན་
 བྱེད་བརྒྱའི་རྣམ་པ་ཅན་བང་རིམ་བཞིའམ་བདུན་བརྒྱད་
 དུའང་བྱ་བྱང་བར་གསུངས་ལ། བརྒྱ་དང་འཁོར་ལོས་
 སྤྲས་པའོ།

༡ བྱང་ཚུབ་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པས་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆེས་པཙོ་ལྷ་ལ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཤིང་།



སྟོན་པས་ཡུལ་ཁ་ར་རྒྱ་སིར་བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་ཆོ། ཀུན་ཀྱང་༣་ལ་སོགས་པ་འཁོར་
ལྔ་སྡེ་བཟང་པོས་བཞེངས་པ། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་པར་རིམ་
བཞི་པ། སྒོ་འབྱར་དང་བཅས་པ་སྒོ་ཅ་བརྒྱད་དམ་ལྔ་བཅུ་
ད་དུག་ལ་སོགས་པར་བཞེད་པ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲིགས་རེར་སྒོ་
བཞི་རེ་བྱེད་པ་བདེན་པ་བཞི། བརྒྱད་རེ་བྱེད་པ་རྣམ་ཐར་
བརྒྱད། བཅུ་གཉིས་སུ་བྱེད་པ་ཉེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས།
བཅུ་དྲུག་ཏུ་བྱེད་པ་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་མཆོན་པ་སོགས་



སྐབས་བསྐྱེད་གིས་བྱེད་པར་གྲགས།

༤ ཆོ་འབྲུལ་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པ་མཉན་ཡོད་ན་བཞུགས་དུས་སུ་སྟེགས་གི་སྟོན་
པ་དུག་འདུལ་བའི་ཆེད། ཆོ་འབྲུལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་
ཆོ། རྩེ་ཏའི་ཆལ་དུ་ལི་ཅ་བྱི་ལ་སོགས་གིས་བཞེངས་པ།
དབྱིབས་བྱ་བཞི་བར་རིམ་བཞི་པ། སྟོགས་རེར་སྟོ་འབྲུར་
དང་བཅས་པ་སུ་སྟེགས་པམ་བྱེད་དུ་གྲགས་པ་དེ་ལགས།

༥ ལྷ་བབས་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པས་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ལྷའི་ཡུལ་དུ་དབྱར་གནས་
མཛད་དེ་ཡུམ་བདེན་པ་ལ་བཀོད། སྤྱོད་གཤམ་དབྱེ་དང་
བྱི་རྩོ་ནམ་མཁའ་ལས་བབས་ནས་ཐེབས་དུས། གསལ་
ལྷན་དད་པ་ཅན་དག་གིས་བཞེངས་པ། དབྱིབས་བྱ་བཞི།
བར་རིམ་བཞི་དང་བརྒྱད་ཅན་གང་མཁོ། རོས་རེར་སྟོ་
འབྲུར་དང་བཅས་པའི་སྟོ་འབྲུར་དབྱུས་ན་ཐེམ་སྐྱས་དང་



ལྷན་པ་སུམ་ཅུ་ཙ་གསུམ་ལྷའི་མཆོད་རྟེན་དུ་གྲགས།

༤ དབྱེན་འདུམ་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པའི་འཁོར་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ལ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་དབྱེན་
བྱས་ཏེ། རྩོགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་མོྔལ་
གྱི་བྱས་པ་སྟུམས་པའི་དུས་སུ། རྒྱལ་བྱེད་སོགས་མ་ག་
རྩ་བས་བཞེངས་པ། དབྱིབས་བྱ་བཞི། བང་རིམ་བཞི་བ་
དབྱེན་གྱི་རྒྱ་བྱག་གསུམ་ཀ་བ་དང་བཞི་བཅད་ནས་རྣམ་
ཐར་ཟད་པར་བེལ་གཞོན་བརྒྱད་མཆོན་ཕྱིར་བུར་རྣམས་
མཉམ་པར་བཅད་པའོ།

༥ རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པར་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་གིས་གསོལ་བ་བཏབ་
པ་ལྟར་སྐྱ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་བཏང་བ་ན། མགར་བའི་བྱ་
ཙ་རྣམས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། སྐྱ་ཆེ་ཆེ་བ་གསུམ་བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབས་པའི་ཆོ། ཡངས་པ་ཅན་པ་རྣམས་གྱི་བཞེངས་པ་



བྱིན་རྒྱལ་ས་མཆོད་རྟེན་ནམ་ནམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་ཞེས་
གྲགས།

༡ སྤང་འདས་མཆོད་རྟེན།

སྟོན་པ་སྤྱད་ངོས་ཀྱི་གདུལ་བུའི་སྤྱལ་བ་རྫོགས་ཏེ་རྩ་
མཆོག་གི་གྲོང་ནས་གཟིམས་ཁྲི་མཐའ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་
ཆོ། རྩ་ཅན་གྱད་ནམས་ཀྱིས་པའེངས་པ། འཁོར་བའི་
མཐུག་དང་བྲལ་ཞིང་སྤྱོས་པ་མེད་པའི་བྱིར་བར་རིམ་
ཀྱིས་དབེན་པའི་གདན་ཁྲིའི་སྟེང་བུམ་སྟན་ཡན་ཆད་
བཞུགས་པ་སྤང་འདས་མཆོད་རྟེན་དུ་གྲགས་པ་བཅས་
དང་། མཆོད་རྟེན་གྱི་མཆོན་དོན་སྤྱི་ནི་བོད་དུ་ཐུགས་
རྟེན་ཐོག་མར་བྱང་ཚུལ་ལས་པ་ཤད་ཟིན་ལྟར་རྟོགས་པར་
བྱའོ།



སྒྲིག་པ།

གངས་ལྗོངས་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་གོས་དོན་མོ་སྒྲིག་པ་
 ཞེས་པ་ནི་ལྷག་པགས་ཀྱིས་བཅོས་པའི་རྒྱན་ཆས་རིགས་
 ཞིག་སྟེ། ལུས་ལ་འཇམ་ཞིང་དོད་ཆེ་བ་མ་བཟང་ཉལ་ཆེ་
 གདན་གོས་གཉིས་གོ་ཆོད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་བཅོ་བ་
 ལ་ཕོ་ཅག་གཅིག་ལ་ལྷག་པགས་བརྒྱད་ནས་དབྱ་དང་
 མོ་ཅག་གཅིག་ལ་བདུན་ནས་བརྒྱད་དགོས་ཤིང་། བཅོ་
 ལྷངས་ཡང་པགས་པ་དམར་མཉེད་བྲས་ཉེ་བཅོ་བ་དང་བ་
 མཉེད་བྲས་ནས་བཅོ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད། དང་བོར་པགས་
 པའི་དོར་ཞོ་དང་ད་ར་ལྟ་བུ་སྐྱར་རིགས་ལ་ཚུ་དང་ཅམ་
 པ་བསྐྱེས་པ་སྐབ་མཐུག་རན་ཅམ་བྱགས་པ་དང་མཐའ་
 བཞི་དཀྱིལ་དུ་འཕངས་ནས་ལྟེན་བཅེགས་བརྒྱབ་རྗེས་
 ཉིན་ཉི་ཤུ་ཡས་མས་ལ་བཞག་སྟེ་མཉེད་པ་དེར་བ་མཉེད་
 དང་། ཡང་མོ་བའི་ནང་དུ་ཞོ་དང་ད་ར་སྐྱར་ཁུ་ཚུ་ཅམ་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སོགས་སྒྲགས་ཤིང་དེའི་ནང་པགས་པ་དང་ཆ་རུ་འཕངས་
ནས་གོང་མཚུངས་བཞག་རྗེས་མཉེད་པ་ལ་ལྟར་མཉེད་
བྱེད། འདི་གཉིས་མཉེད་སྒྲ་ཡང་པགས་པའི་བཅུད་ཅུང་
ལོར་འགྲོ་བ་མ་ཟད་མདོག་ཀྱང་སྒྲ་བོར་ཆགས་ངེས།
དམར་མཉེད་བྱས་པའི་སྒྲོག་པ་སྒྲིད་ཡུན་རིང་ཞིང་མདོག་
ལེགས། ད་དུང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་པགས་པའི་སྤྲིང་འཁོར་ལོ་
དང་འབྲུག་སོགས་ཀྱི་རིམ་བྱིས་ཏེ་མཉེད་སྒྲོལ་ཀྱང་ཡོད།
ཡང་དང་བོར་སྒྲུམ་བྱགས་ནས་མཉེད་པ་ཡོད་ལ་དེ་ནི་
ཆར་ཚུ་འགོག་ཆེད་ཡིན་པས་དབྱར་ཅག་གམ་ཅག་སྒྲུབ་
མ་གཏོགས་མེད། མཉེད་སྤངས་གང་བྱས་ཀྱང་པགས་
ཤད་ཅེས་པ་སྒྲུར་བ་དང་ཤུག་པ་སོགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་
ཤིང་ནར་མོ་ཞིང་དུ་སོར་གསུམ་བཞི་ཅུ་དང་རིང་ཆད་
གོམ་ཞིང་གཅིག་ལས་རིང་བ་ཞིག་ལ་སོ་ཁ་ཚུང་ཚུང་མང་
པོ་བཏོད་དེ་མཉེད་སྒྲིད་བྱེད། དེ་ཡང་པགས་མཉེད་ཀྱིས་



ཀླང་གཉིས་བརྒྱུད་ཅེག་གིས་བསྐྱད་རྗེས་བགས་སྟེ་ཞིག་
 ཀླང་མགོ་གཉིས་ཀྱིས་བབྱུང་ཞིང་སྟེ་གཅིག་བགས་ཤད་
 དང་མཉམ་པོར་ལག་བས་བབྱུང་སྟེ་མཐའ་ནས་མཐའ་
 གཞན་དུ་འབྱད་བའམ་མཉེད་དགོས། དེ་ལྟར་བགས་
 མཉེད་ངར་མ་ཞིག་གིས་ཉིན་གཅིག་ལ་ལྷག་བགས་བཞི་
 ནས་ལྷ་མཉེད་བྱབ་ཅིང་། བཅོ་ཆེ་གྱོན་མཁན་གྱི་ལྷས་ཆད་
 འཇལ་ནས་འབྲ་ཞིང་འཆེམ་བ་མ་བད་བགས་བའི་བཟང་
 ངན་ལྟར་ཐོག་བྱ་དང་འོག་བྱ་སྒྲིག་སྟོལ་ཡང་ཡོད། ད་དུང་
 དཔུང་སྟེང་གཉིས་དང་ཆེམ་སྐྱབས་ཁ་ཤས་ལ་སྐྱབས་བཅན་
 བཞི་བཅེགས་ལྷ་བཅེགས་འཛོག་བ་དང་པོ་རྩག་ལ་ཁ་
 ཆོན་ནམ་མཐའ་ཤན་རས་ནག་པོ་སོར་ལྷ་ཅམ་གྱི་མཐར་
 སྐྱེ་ཆོན་རིམ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བཏུམ་ཞིང་གོང་བ་དང་ཕུ་སྟེ་
 གཉིས་ལ་ཁ་ཆོན་གྱི་རས་དེའི་སྟེང་དུ་གོས་ཆེན་དང་སྟག་
 གཟིག་གི་བགས་བ་སོགས་མཐོ་གང་ཅམ་རྒྱག་སྟོལ་ཡོད།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

མོ་ཅག་ལ་ཁ་ཆོན་ནག་པོ་སོར་ལྔ་ཅན་དང་ལྔ་པ་ཁྱ་དང་
སྒྲོན་པོ་སོར་གསུམ་མམ་བཞི་ཙམ་གྱི་འོག་དམར་པོ་མཐོ་
གང་གི་གཤམ་དུ་ཆ་རུ་དང་རྟུ་པགས་གང་རུང་སོར་དོ་
ཙམ་རྒྱག་ལ་ཁ་ཆོན་གྱི་ཆེ་མས་སྟངས་ཡང་ལྟག་ཆེགས་
དང་ལྟག་ཆེགས་བཅད་མ་བྱེད་པ་མ་ཟད་ཁ་ཆོན་གྱི་རྒྱ་
ཆ་དབུལ་ཕྱག་ལྟར་རས་དང་གོས་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད།
མདོར་ན་སྒྲོག་པ་ནི་མིག་ལ་མཛེས་ཤིང་ལུས་ལ་རྩོ་བའི་
གྲོན་ཆས་མཐོ་སྒྲང་གི་གང་ངར་འགོག་པ་ལ་འོས་འཆམ་
ཡིན་སྟབས་བཟོ་རྩལ་རིག་གཞུང་གི་ཉིང་ཁུ་རྒྱང་དུ་བཞག་
སྟེ་དཔེ་གསར་ཞེས་ཡ་མ་བྱུང་གི་ཆ་ལུགས་ལ་ལད་སྒྲོས་
བྱེད་པའི་ངལ་བ་ཡང་བསྟེན་དགོས་མེད།



ས་དཀར་བྱུགས་པའི་མཆོན་དོན།

རང་རེའི་བོད་ཀྱི་དགོན་པ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་། གྲོང་
 ཁྱིམ་སོགས་ཀྱི་ར་བའི་ཅིག་ངོས་ལ་ས་ཅི་དཀར་དམར་
 བྱུག་པའི་རྒྱན་སྒྲིལ་གནང་བོའི་དུས་ནས་བཟུང་སྟེ་དང་
 སང་བར་དུ་མ་ཉམས་པར་བྱང་བ་འདི་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གྲ་
 ས་སེ་འབྲས་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་གྲ་ཁང་ལ་ས་ཅི་དཀར་པོ་
 དང་། གཙུག་ལག་ཁང་དང་འདུ་ཁང་། ཆོས་སྡེ་ཁང་། ལྷ་
 བྲང་ཆེ་ཁག་གི་རིགས་སོགས་ལ་ས་ཅི་དམར་པོ་གསོལ།
 གཙང་ཁང་ལ་སེར་པོ་དང་། སྒོ་འབྲམ་གཡས་གཡོན་ལ་
 ས་ཅི་ནག་པོ་གསོལ་བའི་སྒྲིལ་ཡོད། དེ་བཞིན་གྲོང་བར་
 མཆོན་ནའང་ཅིག་ངོས་བྱིངས་ལ་ས་དཀར་དང་སྒོ་འབྲམ་
 ནང་ལོགས་ལ་ས་ཅི་ནག་པོ་དང་བྱི་ལོགས་སུ་དམར་པོ་
 གསོལ་ཞིང་། དུལ་གྲུ་ལ་ལར་དེ་ལས་སྒྲིག་སྟེ་གསོལ་བ་
 དང་། ས་ཅི་སོགས་མི་གསོལ་བར་རང་མདོག་ཏུ་འཛོག་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

པའང་ཡོད། ས་དག་བཀའ་རྙིང་གི་དགོན་པ་ཁག་ལའང་
ས་ཅི་གསོལ་སྦངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དམ་སྙམ། གང་ལྟར་
དེ་དག་གསོལ་བའི་དགོས་དོན་ནི། ཞི་རྒྱས་དབང་འག་གི་
ལས་དང་། རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་སོགས་མཆོན་གྱིན་
ཡོད། འདི་ལྟར་ན་དམ་པའི་ཆོས་དར་བ་ནས་བརྒྱུང་འདིའི་
སྲོལ་བྱུང་བ་གོར་མ་ཆག དེ་ལ་ནད་གདོན་བར་ཆད་ཞི་
བར་བྱེད་པའི་རྟགས་སུ་ས་ཅི་དཀར་པོ་དང་། ཁམས་
གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བའི་རྟགས་སུ་དམར་པོ། ཆེ་དང་
བསོད་ནམས་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་རྟ་སུ་མེར་པོ། དག་
བགེགས་སྤྱེ་མར་བརྒྱགས་པའི་རྟ་སུ་ནག་པོ་གསོལ་བ་
སྟེ་ཞི་རྒྱས་དབང་འག་གི་ལས་བཞི་མཆོན་པའམ། ཡང་
ན། ས་ཅི་དཀར་པོས་སྦྱར་རས་གཟེར། ནག་པོས་བྱག་
ན་དོ་རྩེ། དམར་མེར་གཉིས་བསྐྱེམས་པས་འཇམ་དཔལ་
དབྱངས་མཆོན་ནོ།

གར་འཆམ།

ལག་སྟབས་སམ་ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་གཙོ་བོ་བྱེད་པ་ལ་
 གར་དང་། རྒྱ་སྟབས་སམ་རྒྱ་པའི་སྟབས་སྟབས་གཙོ་
 བོར་བྱེད་པ་ལ་འཆམ་ཞེས་དབྱེ་བ་འབྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་
 གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྟབས་སྟབས་ལ་གར་འཆམ་
 ཞེས་ཐ་སྟོང་སྒྱུར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་གར་འཆམ་གྱི་སྒྲིལ་
 ཐོག་མར་གཏོང་མཁན་ནི་སྒྲིལ་དཔོན་པ་རྒྱ་ལྷུང་གནས་
 དང་། ཁོང་གིས་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་
 གུབ་མཇུག་དེ་སྒྲིལ་སྟེང་ལྷ་གསོལ་འདྲེ་ཕྱད་ཀྱི་དགོས་
 མཁོར་དམིགས་ཏེ། ལྷ་ཆོགས་འདྲེ་མིན་གྱི་ཞལ་འབག་
 གཡོགས་ཏེ་གནའ་བོའི་བོན་ཆོས་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་གར་
 གྱི་ལད་སྒྲིལ་བྱས་པའི་མང་གཞིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་
 རང་དོན་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིལ་ཆུང་འདི་གསར་གཏོང་གནང་
 ཞིང་། ད་ལྟའི་བར་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱད་ཡོད། གསང་སྤྲུལ་གསང་རྩིང་གི་
རྒྱད་སྡེ་མང་པོའི་ནང་གར་འཆམ་ནི་ཆོས་ལུགས་གྱི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་གསང་བ་དམ་པར་མཛད་དེ་སོ་
སོའི་སྐྱབ་ཁང་ལས་གཞན་དུ་བྱུག་ལེན་བསྟར་སྒོལ་མེད་
པར་བྲགས། ད་ལྟ་ང་ཆོའི་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་བཞིན་པའི་
ཁྱེད་ཀྱི་གསང་གར་འཆམ་བྱེད་པའི་ལུགས་སྒོལ་འདི་ནི་
དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པ་ནས་ཡོངས་བྲགས་སུ་འཁྲབ་
སྟོན་བྱེད་པའི་སྒོལ་དར་བ་ཡིན། སྤྱིར་གར་འཆམ་ནི་ཆོས་
ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེ་ཆུང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཡུན་རིང་
ལོ་རྒྱུས་གྱི་རྒྱད་རིམ་ཁོང་ང་ཆོའི་རྒྱུན་སྒོལ་གྱི་སྒྲིམ་གར་
ལའང་གར་འཆམ་གྱི་ནམ་པ་དེ་འབྲས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་
བོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱིས་དོ་སྣང་ཟབ་མོ་བྱེད་བཞིན་པ་
དང་། དེ་ལ་འཆམ་ཆས་ནི་སྤྱིར་གཏོད་མའི་མིའི་ཆ་བྱད་
དང་མིའི་སྣང་ཆུང་དུ་བྱུང་བའི་ལྟ་རིགས་ཀྱི་ཆ་བྱད། བོན་



སྒྲིལ་དར་བ་ནས་བཟུང་གངས་ཅན་བའི་འཆོ་བ་ལ་འོད་
སྒྲིལ་གསར་བ་ཞིག་སྦྱར་ཡོད་པ་ཀྱན་གྱིས་མཐོང་སྒྲིལ་དུ་
ཡོད་དོ།

ཕྱག་འཆའ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་

ལས་འབྲས་ཁས་ལེན་བའི་མགོ་ནག་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་
ཕྱིན། རྒྱུ་སྦྱོད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་གཙུག་ལག་ཁང་དང་།
སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞུགས་བའི་གནས་བྱུང་པར་ཅན།
ལྷ་རིག་གི་མཁུན་རྟོགས་ཡངས་བའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཁག་མངའ་
དུས་ལམ་སེང་ལུས་ཀྱི་མ་ལུ་ས་ལ་བབ་སྟེ་ཕྱག་འཆའ་
བའི་ཐུན་མིན་བྱུང་ཆོས་ཤིག་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་སྦྱོར་ནས་
རྒྱུ་མ་ཆད་པར་གནས་ཡོད་པ། ཁ་ནས་མ་ཉི་འདྲོན་ཞིང་།
ལག་དུ་སྒྲིལ་བ་ཐོགས་བའི་དད་ལྡན་ཡོངས་ཀྱིས་མཁུན་
གསལ་བཞིན་ལགས། ཡིན་ནའང་ཕྱག་འཆའ་བའི་དགོས་



དོན་ཅི་ཡིན་པ་དང་། ཕྱག་འཆའ་སྒྲངས་ག་འབྲ་ཡིན་མིན་
རེ་ཞིག་མག་མོག་ཏུ་གྱུར་པས་དེའི་སྒྲོར་ཅུང་ཟད་གསལ་
པོར་བཤད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ།

ཕྱག་འཆའ་བ་ནི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་གྲུས་འདུད་
བྱེད་པའོ། ལུས་ཀྱི་ཕྱག་འཆའ་བ་ལུས་སྒྲུར་ཏེ་གྲུས་དུད་
བྱེད་པ་དང་། ངག་གི་ཕྱག་འཆའ་བ་ནི་བསྟོད་དབྱངས་
དང་སྟན་ཆོག་གེར་འདོན་བྱེད་པ། ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་འཆའ་བ་
ཅེ་གཅིག་དད་པས་མོས་གྲུས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་འཕེལ་བའོ། །དེའི་
དགོས་པ་ནི་ཕྱག་འཆའ་ན་མི་ཆེ་ལ་རྒྱུན་ངན་བར་ཆད་
མི་འབྱུང་བ་དང་། ལྷན་སྦྲེས་སུ་གོམས་པའི་ཉོན་མོངས་
པ་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ། སངས་རྒྱས་དང་སྒྲ་མའི་བྱིན་
རྒྱལ་འཕུག་པ་དང་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་སྤྲིག་སྦྲིབ་འདག་པའི་
ཆེད་དུའོ།

ཕྱག་འཆའ་ཡུལ་ནི་རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དང་། ཡ་རབས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གྱི་ཡོན་ཏན་རང་ལས་མཐོ་བའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ། དགོན་
མཆོག་གསུམ། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཆོགས། མཁའ་འགོ་དང་
ཆོས་སྐྱོང་བཅས་སོ།།

ཕྱག་འཆལ་སྐྱངས་ནི་ཐལ་མོ་སྐུབས་སྐྱོང་སྐྱར་བ་མེ་ཏོག་
བརྒྱ་ཁ་མ་བྱེ་བའི་གང་བུ་འབུས་པ་ལྷ་བུའི་དབྱིབས་ལ་
སོར་ཅི་པན་ཚུན་ཕྱག་ཅམ་མི་བྱང་བ་དེས་ས་བརྩ་མཆོན།
དེ་ནས་ཐལ་མོ་སྐྱེ་བོ་ནས་མགིན་པ་སྐྱོང་ག་གསུམ་ལ་
སྐྱར་བ་ནི་རིམ་བཞིན་ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་
ཅད་འདག་པ་དང་། ལུས་གྱི་མ་ལུ་ས་ལ་པབ་ཞེས་བྱ་བ།
དབྱལ་བ་དང་། ལག་མཐེལ་གཉིས། བུས་མོ་གཉིས་བཅས་
ས་ལ་པབ་སྟེ་ཕྱག་བྱས་པས་རྩོན་མོངས་དུག་ལཱི་འདོད་
ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཏི་ཕྱག་ང་རྒྱལ། ཕྱག་དོག་སྒྲིབ་པ་
བྱང་བ་དང་། དེས་ལམ་ལུ་མཆོན། སྐྱ་གསུང་ཕྱགས་ཡོན་
ཏན་ཐིན་ལས་ལཱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐོབ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་

པས་དེ་ལྟར་བྱ།

ཕྱག་འཆའ་བ་ལས། ༡། རྟོགས་པ་ཆོས་རིད་ཀྱི་ཕྱག་ནི་
 རང་གི་སེམས་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་བའི་གསལ་རིག་ལ་ཕྱག་
 བྱས་པ། རི་ལྟར་འགྲོ་ཞེ་ན་རིམ་བུ་ལས། རི་ལྟར་རྒྱ་ལ་
 རྒྱ་བཞག་དང་། རི་ལྟར་མར་ལ་མར་བཞེན་དུ། །རང་གིས་
 རང་གི་ཡེ་ཤེས་ནི། །ལེགས་མཐོང་གང་ཡིན་འདིར་ཕྱག་
 ཡིན། །ཞེས་སོ། ། ༢། དགུ་ཕྱགས་ནི་རྒྱུད་བཞུགས་དང་།
 གདམས་ངག་གནང་པ། དབང་བསྐྱར་བ་བཅས་པཀའ་
 རིན་གསུམ་ལྟན་ཀྱི་སྒྲ་མར་ཕྱག་ལན་དགུ་འཆའ་བའོ། །
 ༣། གཟིགས་ཕྱག་ནི་སྒྲ་མ་བསྐྱགས་པའམ་རབ་བྱུང་གི་
 དགེ་འདུན་ནམ། རང་གི་སྒྲ་མས་གཟིགས་པའི་སར་ཕྱག་
 བྱས་པ་གོང་དུ་ཞེས་འབྲུལ་བའི་དོན། ༤། བྱེ་གཤོག་ནི་
 བཅན་པོ་རབ་བྱུང་ལྷགས་པ་གསུམ་འཛོམས་ན་བྱའོ། །
 ༥། བཞེས་ཕྱག་ནི་ཡ་རབས་རྩེ་བོ་གླན་རིམ་ལ། མ་རབས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གཞོན་པས་པཎེས་ཕྱག་བྱས་ནས་ཐལ་མོ་སྦྱར་རོ། ། ༦།
རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་ལ་འདུན་ཚུགས་དང་། སྤུངས་ཁྱུགས། རྒྱལ་
ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་གོ། ༧། དབྱལ་སྡེ་བས་ནི་ཉན་ཐོས་
རབ་བྱུང་གི་ཕྱག་གོ། ༨། སྤུངས་མཐུན་ནི་ཟ་མ་མོ་བཅུན་གྱི་
ཕྱག་སྟེ། བྱ་སྤྱུངས་འབྱུང་བ་ལྟར་དུང་བའོ། ། ༩། མོས་
ཕྱག་ནི་དཀོན་མཆོག་རྟེན་མཐོང་གི་ཕྱག་སྟེ། ལན་གསུམ་
འཆལ་བའོ། ། ༡༠། བརྒྱུད་ཕྱག་ནི་ལུས་ཐམས་ཅད་ས་ལ་
ཐབ་བའོ། །

དེ་ལྟར་ཕྱག་འཆལ་བས་རང་ལུས་ཀྱིས་ཅི་ཅམ་ནོན་པའི་
དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་མ་ཐུག་གི་བར་རྒྱལ་ཅི་
ཅམ་ཡོད་པ་དེའི་གངས་གྱི་འཁོར་ལོ་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་སྤྱི་
ཉམས་སུ་སྦྱོང་ཡང་ད་དུང་དེའི་པན་ཡོན་གྱི་མཐའ་མི་ཐུག་
པ་བཙོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཀྱན་དགའ་ལོ་ལ་གསུངས་སོ། །
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ཁ་གཡངས་མིག་གཡངས་དང་མི་



བན་དགུ་བན་བྱས་ཏེ་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི་རང་གི་གཟུགས་
 བོ་སྤྱག་ལ་གཏད་པ་ཙམ་ལས་པན་ཡོན་ཆེན་པོ་མེད་དོ།
 ལྷག་པར་དུ་ལུས་གྱི་མ་ལུ་ས་ལ་པབ་སྟེ་ཡར་ལངས་པའི་
 ཆེ་སྐྱེད་པ་བྱང་བོར་བསྐངས་ནས་ཐལ་མོ་བཅས་པ་ཡང་
 སྒར་ལྷར་ཕྱག་འཆལ་བའི་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། ཐལ་མོ་
 ལེགས་པར་མི་བཅའ་བར་ལག་པ་གཡུག་ཙམ་བྱེད་པ་
 དང་། བྱས་མོ་དང་དབྱལ་བ་ས་ལ་མི་རེག་པར་སྐྱར་ཙམ་
 བྱེད་པ། ལག་མཐིལ་ས་ལ་མ་པབ་པར་ཁུ་ཚུར་འཆང་
 བ། ཡར་ལྷང་བའི་ཆེ་སྐྱེད་པ་བྱང་བོར་མི་བསྐང་བར་སྐྱར་
 ཕྱག་བྱེད་པ་ནི་མ་གུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པས་གཏན་
 རས་མི་རུང་། སྐྱར་ཕྱག་བྱས་པའི་རྣམ་སྟོན་གྱིས་མིའུ་
 ཐུང་སྐྱར་ཏི་རྒྱབ་ཏུ་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་
 གསུངས་སོ།།

མཐུན་པ་སྤྱན་བཞི།

ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་འདུ་ཡོངས་སུ་བྱལ་བའི་མཐུན་པ་
 སྤྱན་བཞིའི་སྤྱི་བརྒྱན་དང་སྤྱི་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་
 བ་མཚོན་པ་དང་། ལེགས་རིས་སྤྱི་དོར་འབྱེད་བའི་ལམ་
 སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདིའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་འདུལ་
 བའི་སྤྱི་གཞི་ལས་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྤྱི་རབས་གཅིག་
 ལ་གཏོགས་པ་དང་། རང་རེའི་གངས་ལྷོངས་སུ་ག་དུས་
 ནས་དར་བའི་ལོ་ཚོགས་སོགས་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་མཐུན་
 གཅིག་ཏུ་བཞག་དཀའ་ཡང་། གང་ལྟར་ལྟ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་
 བཅན་གྱི་སྐབས་ལ་དམ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དབྱ་བཞེས་བའི་
 རིས་ནས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་ལོ་བཅུ་དུ་མས་བཞག་བསྐྱོད་མང་པོ་
 བོད་བསྐྱུར་བྱས་པ་ནས་རི་མོ་འདི་ཡང་གངས་ལྷོངས་སུ་
 དར་ཡོད་སྟེ། སྤྱི་དང་སྤྱི་ནས་རོ་སྤྱོད་བྱས་ན། སྤྱི་
 ཚོན་འཕགས་པ་ཀྱན་དགའ་བོའི་སྤྱི་རབས་སུ་མ་ཞིག་



སྤྱུ་འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་བུའི་སྤྱུས་རབས་སྤ་མ་
 ཞིག་དང་། རི་བོང་འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བུའི་སྤྱུས་རབས་
 སྤ་མ་ཞིག་ བྱ་སྤྱེག་པ་ནི་བཙུམ་ལྷན་འདས་བཅས་གྱི་
 སྤྱུས་རབས་སྤ་མ་ཞིག་ཡིན། སེམས་ཅན་གྲོགས་པོ་བཞི་
 པོ་འདིས་པན་ཚུན་བར་ཀན་གཞོན་གྱི་གྲུས་ཞབས་དང་།
 བསྟེན་བཀུར་བྱེད་འདོད་སྤྱུས་ཏེ་བརྟག་པ་ན། སྤང་ཆེན་
 གྱིས་ང་འདིར་སྤེབས་དུས་ཤིང་ནལ་གྱོ་རྩ་འདི་ངའི་ལུས་
 དང་མཉམ་པོ་ཡོད་ཟེར། སྤྱུས་ཁོ་བོའི་ལུས་དང་མཉམ་
 ཟེར། རི་བོང་གིས་ཁོ་བོས་འདིའི་ལོ་མའི་སྤྱང་གི་བེལ་
 བའི་བྲིགས་པ་ལྷུས་ལྷག་སྤྱོད་ཟེར། བྱ་སྤྱེག་པས་ངས་
 ཤིང་འདིའི་ས་པོན་སྤྱང་དུ་བྱ་བྱུན་བཏང་ནས་སྤྱུས་པ་ཡིན་
 ཅས་པ་འད་མཐར། ཀན་ཞོས་བྱ་སྤྱེག་པ་དང་། དེ་ནས་རི་
 བོང་། སྤྱུ། སྤང་ཆེན་བཅས་རིམ་བས་ཀན་གཞོན་གྱོ་
 རིམ་གྱི་གྲུས་ཞབས་དང་བསྟེན་བཀུར་གྱི་དོད་པར་ཚུར་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

བསྐྱོད་དུས་རིམ་པར་བརྟེན་ཏེ་སོང་བ་རེད། དེ་ཆེ་བྱ་
སྟེག་པས་སྤྲོས་པ། ང་ཆོས་ད་ནས་འབྲུ་སྟོན་རིགས་མི་
གསོད་ཅེས་སྟོག་གཅོད་སྤངས་པ་དང་། དེ་ལྟར་རིམ་པར་
མ་བྱེན་ལེན། རྩུན། ལོག་གཡེམ། རྩོས་བྱེད་བཅས་སྟོམ་
པའམ་དམ་བཅའ་ལྷ་ཁས་སྤངས། དེ་ནས་བྱ་སྟེག་པས་བྱ་
རིགས་དང་། རི་བོང་གིས་རི་བོང་རིགས། སྟེའུས་སྟེའུའི་
རིགས། སྤང་ཆེན་གྱིས་སྤང་ཆེན་རིགས་བཅས་སོ་སོའི་
རིགས་འཁོར་དུ་བསྐྱུས་ནས་དམ་བཅའ་ལྷ་ཁས་ལེན་དུ་
བརྩལ་བ་ལ་བརྟེན། གནས་དེ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་གཞི་རུ་གྱུར་
པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་བྲན་ཆེད་དང་། ཀན་གཞོན་གྲུས་
ཞབས་ཀྱི་རིམ་པ། གཞན་ཡང་སྟོམ་པ་སྤང་ན་བདེ་སྦྱིད་
འབྱུང་བ་སོགས་མཆོན་སྤྲད་རི་མོ་འདི་ལྷ་མོའི་སྟོལ་ལྟར་
ད་དུང་མ་ཉམས་པར་རང་རེའི་སྦྱི་ཆོགས་ནང་ལ་ཡོངས་
སྤྱུ་བྱེད་ཡོད་ལ། ཚུལ་འདི་ཡིད་ལ་སེམས་ནས་རང་རེས་



ཀྱང་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཀན་བཀྱར་ཆུང་བྱམས་དང་
 མཐུན་ལམ་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལས་དོན་ལ་བསམ་ཞིབ་ཐེངས་
 ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་འདྲིར་མ་བཤད་ཀྱང་། མཐུན་གལ་ཆེ་
 བ་བཅས་མདོ་ཅམ་མོ།།

ཞིང་ཚོ་སྤངས།

འཛམ་གླིང་སྤྱི་བྱིངས་དང་འབྲ་བར་སྤྱི་ཆོག་ས་གྱི་རང་
 བཞིན་དང་མཐུན་པའི་ཞིང་ལས་ནི་གང་ལའང་མཁོ་ཞིང་
 སྤྱས་ཀྱང་ཤེས་པའི་སོ་ནམ་པའི་འཆོ་བའི་ཐོན་ཁུངས་གྱི་
 བང་མཛོད་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་
 རེའི་མེས་པོ་སྤྲུལ་ཆོས་ངལ་རྩལ་འབད་སྤྱབ་གྱི་འཆོ་བའི་
 བླ་ཆུབས་ལང་ལོང་དུ་འབྲིགས་པའི་ཁྲིད། རྒྱལ་ཐོག་བརྒྱད་
 པ་སྤྱད་གྱུང་རྒྱལ་ནས་ཞིང་ཚོ་བའི་ལམ་ལུགས་དངོས་སུ་
 ལག་བསྟར་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད།

ཕྱག་ལེན་ལྟོག་པའི་ལུང་ལྟོགས་

དེ་ལྟར་ང་ཚོའི་བོད་མི་རིགས་རྣམས་དབང་ངར་ཆེ་ཞིང་
ལས་ལ་བརྩོན་བས་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ཙམ་གྱི་སྡོན་ནས་
དར་བའི་ཞིང་ཚོ་འདེབས་གི་ལས་དེ་འཆོ་བའི་སྡུང་སྡོ་
གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བཅིས་ཏེ་ཐུ་མཐུད་རྒྱན་འཛིན་གྱིས་
ད་ལྟའི་བར་འབྲོག་བ་རྣམས་སྟུང་། དེ་མིན་ས་མ་འབྲོག་
དང་། ཞིང་བ་རྣམས་གྱིས་སོ་ནམ་གྱི་ལས་ལ་བརྩོན་ནས་
འཆོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད། སོ་ནམ་བྱེད་ལུགས་ལའང་
དབྱིད་དུས་ལུད་འཛོག་བ་དང་ཚོ་འདེབས་བ། དབྱར་ཁ་
རྩ་གཏོང་བ། ཡུར་མ་ཡུར་བ། སད་སེར་ཤུ་འོད་འགོག་
བ། སྡུང་བསྐྱེལ་བ་སོགས་དང་། སྡོན་དུས་བཅས་མ་
བར་སྟུང་དང་གཡུལ་གཅིག་ཉར་ཆགས། སྡོན་ལོག་གམ་
སྡོན་ལོག་རྒྱག་བ། དགུན་ཁར་ལོ་རྗེས་མའི་སོ་ནམ་གྱི་ག་
སྒྲིག་ཏུ་ཞིང་ཁ་ངོ་དམ་བྱེད་བ་དང་དགུན་ལུད་དང་དགུན་
རྩ་གཏོང་བ་སོགས་ལོ་གཅིག་གི་ཞིང་ལས་གྱི་བྱ་བ་ཆ་



ཆང་བྱེད་གྲུབ་པ་དགོས། དེ་ཡང་ཞིང་ཚོ་བའི་དུས་ཚུགས་
 ལ་གནས་གཤིས་ཀྱི་བྱོང་གང་ལ་གཞིགས་པའི་སྡུག་གཞུག་
 ཅུང་ཟད་ཡོད་མོད། བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱུ་པལ་ཆེ་བར་གནས་
 གཤིས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་སྟབས་བོད་རྒྱ་གཉིས་པའི་
 ཆེས་བརྒྱ་གཅིག་ཉིན་ཞིང་ས་བྱོས་ཡོད་མེད་ལ་མ་གྟོས་
 པར་ལོ་གཅིག་གི་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཐོག་མའི་ཞིང་
 འདེབས་ཀྱི་ཐོང་དཀར་བྱེ་སྒོལ་ཡོད། ཉིན་དེར་མི་ཆང་
 མས་གཟབ་མཆོར་གང་ལེགས་སྤྲས་ཏེ་བཟུལ་གཤིས་པའི་སྤྱུ་
 གཞས་དང་བཅས་ཁལ་མའི་རྒྱ་སྤྱང་དུ་ཆོས་གཞི་དམར་
 བོ་ཅན་གྱི་དར་མིང་ཞིག་བཏགས་ཏེ་དབྱིད་མགོ་མའི་ཞིང་
 གི་ཐོང་དཀར་བྱེ་བ་ནི་གཟའ་སྐར་ཆེས་གངས་ཡོངས་སུ་
 བཟང་སྟབས་ཅིས་འབྲས་ལ་དབྱེད་མི་དགོས་པས་ཡིན་
 པར་བཤད། དེ་ནས་ཞིང་སར་བྱོང་བབས་ཡོད་མིན་ལ་
 བཏག་ཏེ་དང་པོ་ལུད་སྤྲངས་ནམས་ཞིང་ཁར་གཏོར་རྗེས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ས་བོན་བཏབ་སྟེ་ཞིང་ཚོ་མགོ་འཇུགས་པ་ཡིན། ཚོན་སྟེབ་
སྒངས་ལའང་ཡུལ་གྱུ་འགར་ཁལ་མ་གཅིག་དང་མང་ཆེ་
བས་སྦང་དང་མངོ་གང་ཡིན་ཡང་གཉིས་རེ་དོར་གཅིག་ཏུ་
སྟེལ་གྱིན་ཡོད། བ་སྦང་དང་མངོ་མོ་ལ་དོར་སྟེལ་མཁན་
ཉུང་ཤས་ལས་མེད། ཁལ་མ་སྟེལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་
བོ་དེར་ཆེ་ཤིང་ཟེར་ཞིང་། རིང་ཐུང་ལ་གཞི་འདོམ་གང་
དང་སྟེ་གཉིས་ཅུང་ནང་དུ་གྲག་ཡོད། གཉའ་ཤིང་གི་སྟེ་
རེར་ཁུང་བུ་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་དེ་བཟུག་ཅེ་རྒྱན་ས་དང་།
བཟུག་ཅེའི་སྟེ་མོར་རྒྱན་ཐག་ཐ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་
བཟུག་ཐིག་ཟེར་ཞིང་། དེས་ཆེ་དང་གཉའ་ཤིང་སྟེལ་བར་
བྱེད། ཆེ་ཤིང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཐ་གྲུ་ཨ་ལུང་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་
ལ་རྒྱ་ཐག་ཟེར་བ་དང་། དེས་གཤོལ་ལ་སྟེལ་བ་དེའི་མིང་
ལ་གཤོལ་མདའ་ཟེར་ལ། གཤོལ་མདའི་སྟེ་རུ་སྦྱད་ཡོད་
པའི་ཤིང་གྲག་གྱིན་འབྲང་ཅན་དེའི་མིང་ལ་གཤོལ་ཟེར།



གཤོལ་སྒྲེ་སར་འཇུགས་བྱེད་ཀྱི་རྟིང་མ་ལ་ཐོང་ཞེས་བྱ་
 ཞིང་། ཐོང་གི་སྒྲེ་ལ་སྤྲད་ཡོད་པའི་ལྷགས་ཟུར་གསུམ་དེའི་
 མིང་ལ་ཐོང་ལྷགས་ཞེས་སུ་འབོད། གཞན་ཡང་གཤོལ་ཀྱི་
 ཅེར་ན་འབྲོག་དང་། དེའི་སྟེང་མར་བལ་དཀར་ནག་ལས་
 གྲུབ་པའི་ཐག་ཁྲ་བར་སྒྲེ་ལ་བྲངས་ཡོད་པ་དེ་འཐེན་ཐག་
 ཡིན་ལ། མོན་དོར་པར་འཁོར་ཚུར་སྒྲོག་དེས་བྱེད་ཀྱིན་
 ཡོད། ཞིང་ཚུ་མ་ཡིན་ན་ཚུ་རྩ་ལ་གཞིགས་ཏེ་མོན་མགོ་
 འཇུགས་དགོས་པ་དང་རི་མ་ལ་མང་ཆེ་བས་ཞིང་འདབས་
 ནས་མོན་མགོ་འཇུགས། དེ་ནི་རྗེས་སོར་ཡུར་ཚུ་འདེན་
 བདེ་བའི་ཆེད་ཡིན། ད་དུང་བསལ་ལམ་གྱིས་མ་ཆོག་པའི་
 སྒོ་ཐོ་ཆེན་པོ་ནམས་སྒོ་རྒྱང་གིས་བརྒྱངས་ཏེ་ཞིབ་བྱེ་བཟོ།
 དེ་ནི་སྤུ་གུ་སྒྲེ་སྒྲེ་བ་དང་སྟོན་ལོག་རྒྱག་སྐབས་ཞིང་ས་
 མཁའགས་པོ་མི་ཆགས་པའི་ཆེད་དང་། གཞན་ཡང་ཆབ་
 དང་རྩ་མང་། ཤོག་བསྐྱངས། ཐོར་བ། གཡུག་མ་སོགས་



སོ་ནམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོ་བྱད་མང་དག་ཅིག་ཡོད་དོ།

གཉེན་སྲིག་

འཛིག་ཉེན་མཐུན་འཇུག་གི་གཉེན་སྲིག་རྒྱ་ནི་སྤྱིར་འགོ་བ་
 མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ནང་མེད་ཐབས་མེད་བའི་གཤམ་
 ཆེའི་བྱ་བ་ཆ་ཞིག་ཡིན་ལ། མི་ཆེ་ཉིལ་བོར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་
 འཆོ་སྤྱོད་ཆེད་འགན་ཁུར་ཆེན་པོས་གཅིག་གས་འཛིན་བྱེད་
 དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། གཉེན་སྲིག་གི་སྤོལ་འཛམ་སྤྱིར་
 སྤྱི་མཆུངས་ལྟར་འགོ་བ་མི་ནམས་ཐོག་མར་བྱུང་བ་ནས་
 ལྟན་སྤྱོད་ཀྱི་པོ་མོ་གཉིས་མོས་ཐོག་ལུས་འབྲེལ་བྱུང་བ་
 དང་། དེ་ཡང་དུས་ལུན་གང་འཆམ་ལ་འབྲེལ་འབྲིས་བྱུང་
 བས་པན་ཚུན་བར་བཅེ་བ་ཆགས་ཏེ་མཉམ་འགྲོགས་ཀྱིས་
 འཆོ་བ་བསྐྱལ་སྐྱབས་རྗེས་སོར་རིམ་གྱིས་གཉེན་སྲིག་གི་
 སྤོལ་དེ་བྱུང་བ་རེད།



རང་རེའི་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་ཆང་ས་ཐེངས་
 གཅིག་ལས་གཉིས་པ་ཞིག་རྒྱག་མི་དགོས་པ་གལ་ཆེར་
 འཛིན་གྱིན་ཡོད་པར་བརྟེན། བ་མ་སོ་སོས་འགན་ཀླང་
 ལེན་གྱིས་རང་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཆོ་གཉིན་སྤྲིག་རྒྱ་དེ་མི་
 ཆེ་གཅིག་གི་ལས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བཅིས་ཏེ་བྱ་ལ་
 མནའ་མ་དང་བྱ་མོར་མག་པ་མ་བཅའ་གོང་། བན་ཚུན་
 རྒྱས་ལེན་དང་མོ་ལུང་བརྟག་དབྱད། རྒྱུས་ཅིས་བསྐྱོར་དེ་
 ལོ་བརྟག་དང་སྤར་ཁ་འབྱུང་བ་སོགས་མཐུན་མིན་ལ་ཞིབ་
 བཞིག་གིས་ད་གཞིན་ཐ་མའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱིན་ཡོད། བྱ་
 ལ་མནའ་མ་ལེན་པར་མཆོན་ན། ཐོག་མར་བྱའི་སྤྱོད་ཀྱིས་
 བས་སྐྱོང་ཆང་དང་། ཁ་བརྟགས། དཔུལ་གྱི་ལག་རྟགས་
 བཅས་བྱ་དང་བཅས་མནའ་མའི་ཡུལ་དུ་སོང་སྟེ་བཟང་ཤིས་
 པའི་མཇུག་སྐོར་གས་བསྐྱུས་ཤིག་སྐྱོང་སྟོལ་ཡོད། མཇུག་
 སྐོར་ཐོག་སྤྱོད་ཀྱིས་བན་ཚུན་གཉིས་ཀའི་གཉིན་ཉི་ཆང་མས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཡིད་མོས་བྱུང་རྗེས་ཅིས་འབྲས་ལྟར་གཟུང་སྐྱར་འཕྲོད་
སྒྱུར་གྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་གཉེན་སྲིག་གི་མཛད་སྒོ་དངོས་
གཞི་གཏན་འབེབས་བྱེད། བག་ཅིས་ལྟར་ཆེས་ཆ་བཟང་
བ་ཞིག་ལ་ཆང་སའི་མཛད་སྒོ་དངོས་གཞི་ཚུགས་ཏེ་བྲིམ་
ཆང་གི་འགྱུར་བ་ལ་གཞིགས་སའི་རྟེན་འབྲེལ་མཛད་
སྒོ་ཅི་རིགས་བྱེད་ཅིང་། མནའ་མའི་ཕྱོགས་ནས་རང་གི་
གཉེན་ཆེན་དུ་གཏོགས་སའི་མི་བཅུ་སྟག་འགའ་ཤས་ཞང་
བོར་འགོ་བ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་བག་རྟོགས་གཅིག་
ཀྱང་ཁིད་དེ་གཉེན་སྲིག་གི་མཛད་སྒོ་མཐུག་མ་སྤྲིལ་བར་
བག་མའི་རྟོགས་ལ་འདུག་སྟེ་ལ་ཡང་ཡོད། བག་སའི་
ཕྱོགས་ནས་མནའ་མར་རྒྱན་གོས་གང་འཛོམས་བྲིར་
དགོས་པ་དང་། མནའ་མའི་བྲིམ་ལྟ་ལས་བཀོལ་བའི་
ལམ་བཤེད་སྒོ་དཔ། མདའ་དར་འཇུགས་སྐབས་མདའ་
བཤད། མནའ་མའི་ཁང་སྟེང་དུ་མག་བ་དང་ཁམས་མཐུན་



གྱི་དར་ཚུག་འཇུགས་པ་སོགས་བྱེད། གནའ་མིའི་བཤད་
 སྒོལ་ལ་བག་མ་བྲིམ་ནས་ཐོན་སྐབས་ཁ་བ་བབས་ན་བག་
 ལམ་ཁ་བས་འགག་ཅེས་ལྟས་ངན་པར་བཅི་ཞིང་། ཟུ་སྟ་
 དང་ཕྱང་པོ་འགོ་བར་ཐུག་ན་མགོན་ཆེན་ལ་གྲོགས་ཆེན་
 ཞེས་བག་ཤིས་པའི་ལྟས་སུ་བཅི། ད་དུང་བུ་མོ་པལ་ཆར་
 གནས་ལ་འགོ་སྐབས་བྲིམ་དུ་བྱ་སྒོལ་ཞིག་ཀྱང་འདུག དེ་
 བྱི་རང་གི་པ་མ་དང་གཉེན་ཆེན་ཀུན་ལ་ཁ་བལ་ཏེ་བྲིམ་
 གསར་ཞིག་ལ་འགོ་དགོས་ཀྱིན་ཞེ་སྟོ་བའི་ཏྲགས་སུ་
 ཡིན་པར་བཤད། བག་མ་ལམ་ལ་ཆས་སྐབས་བུད་མེད་
 ཆང་མས་གང་འཆམ་གྱི་སར་སྐྱེལ་མ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནས་
 ཨ་ཞང་ཆོ་དང་བག་རོགས་བཅས་མཉམ་དུ་འགོ་གནས་
 དུལ་ཐག་མི་རིང་ན་ཨ་ཞང་ནམས་སྟོན་དུ་འགོ་བ་དང་།
 བག་མ་རྗེས་ནས་ཡོང་སྒོལ་ཡོད།
 གཞན་ཡང་རང་རེའི་དུལ་གྱུ་འགར་མི་ཆང་གཅིག་ལ་བུ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སྤྱན་གསུམ་བཞི་རེ་ཡོད་ན་དེ་དག་ལ་མཉམ་དུ་མནའ་མ་
གཅིག་ལེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་བྱ་མོ་ཁ་ལས་ཡོད་ན་མག་
པ་གཅིག་ལས་མི་ལེན་པའི་སྒོལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་བྲིམ་གཞི་
དེ་དབྱེ་གསེས་མང་པོ་གཏོང་མི་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
པར་བཤད། ཡང་སྡེ་བ་ལ་ལར་གཅིན་གཙུང་གང་རུང་
ཞིག་གི་ཆེ་མ་བེན་པ་བྱུང་ན་དེའི་སྐྱེ་དམན་གཞན་པ་དེས་
བསྟེན་སྒོལ་འདུག་པ་ནི་འདས་པོའི་བྱ་སྤྱག་ལ་གཅིས་
ཞེན་དང་། བཟའ་ལྗེའི་འཆོ་གནས་ལ་བསམ་ཞིབ་ཀྱིས་སྤྱ་
མཐུད་བྲིམ་ཆང་དེའི་བདེ་སྐྱིད་མི་བརྒྱག་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
པས། སྡོན་རྒྱུང་མ་ཡོད་ན་ལས་གསར་དུ་ལེན་སྒོལ་མི་
འདུག དེ་ནི་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཐག་རིང་བོའི་ཡ་རབས་
སྒོལ་བཟང་གི་གཉེན་སྤྱིག་སྤངས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་
ཞིག་ཀྱང་རེད་དོ།



སུམ་ཐབ།

སྐྱེར་ཐབ་ཀ་ལ་རིགས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སུམ་ཐབ་ནི་
 མཐོ་སྐང་ན་འཆོ་བའི་རང་རེའི་འབྲོག་ཁྱིམ་པལ་མོ་ཆེའི་
 ཁྱིམ་དཀྱིལ་དུ་འགྱུངས་པའི་ཐབ་ཀའི་རིགས་ཤིག་སྟེ།
 བཟོ་སྐངས་ནི་ཐོག་མར་རྩོམ་གསུམ་བསྐྱངས་ཏེ་མར་སྐྱེད་
 གཅིག་དང་ཡར་སྐྱེད་གཉིས་དགོས། དེ་དག་གི་བར་ལ་
 འབྲམ་ལེབ་ཅེས་རྩོམ་གསུམ་གཉིས་དང་བར་རྩོམ་ཅེས་
 བཞག་སྟེ་སྟེང་དུ་འཛིམ་པ་སྐྱར་ནས་བཟོ་བ་དང་། རིམ་
 གྱིས་ཡར་སྐྱེད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲར་མཐུད་ནས་བང་ཁ་མཐོ་པོ་
 དང་མཛེས་པོ་ཡོང་ཆེད་བང་ཤིང་ཞེས་ཤིང་ལེབ་བྱ་བཞི་
 སྟེང་དུ་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་རིས་ཡོད་པ་བསྒྲིགས་སྟོན་
 ཡོད། ཡོང་བ་ནི་མེ་ཁ་གསོ་དུས་མ་གཏོགས་བཅད་སྟོང་
 ཆར་མེད་སྟབས་བང་ཁའི་སྟོང་དུ་ལྷག་པ་དང་། རིམ་མ་
 ནི་མེ་འབར་ཡུན་རིང་བས་བཅད་སྟོང་ཆེ་སྟབས་བང་ཁའི་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སྐད་དུ་སྒྲུག་ནས་ཐབ་ནང་དུ་རྒྱན་འབྱུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
ཐབ་ཀའི་འགྲམ་གཉིས་སུ་ཁོལ་ཁུང་ཞེས་མི་ཁུང་རྒྱང་དུ་
རེ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཐབ་ཏུ་མེ་འབར་བྱེད་གྱི་རྒྱང་ལམ་དང་།
འབར་བེན་པའི་མེ་རོའམ་མེ་སྤར་སྤྱི་རུ་བཏོན་ནས་ཁ་
ལག་བསྐྱོ་སའང་ཡིན། ཐབ་ཀའི་ཅེ་གསུམ་ཅོན་པ་བྱས་
ནས་སྤང་བསྐྱོན་ཏེ་སྤྲུག་པ་སོགས་བཟོ་བ་དང་། གོང་
ཁའི་བར་དུ་ཇ་དེམ་བཞག་ནས་ཇ་བསྐྱོལ། གཞན་འགྲོག་
པ་རྣམས་མཆོར་གསར་ལ་སྤེབས་དུས་འགྲོག་མོ་ནང་
ཕན་རྒྱན་བར་ཐབ་ཀ་སྤྲུས་འཇུགས་སྤྲ་བ་དང་། ད་དུང་
ཐབ་ཀའི་ཟུར་དང་སྟེང་དུ་ས་དཀར་བྱུང་པ་སོར་གྱི་ལག་
ཅལ་འགྲན་བསྐྱར་བྱེད་པ་མ་ཟད། འགྲོག་མོ་རུལ་མ་དང་
གཡུག་ལས་ཀ་ཅན་གྱི་དབྱེ་བའང་ཐབ་ཀའི་སྟེང་ནས་
འབྱེད་སྐྱོལ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཐབ་ཀ་ནི་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོར་ཁོང་
དུ་དར་བྱབ་ཆེ་ལ་བེད་སྤྱོད་ཆེ་བ་མ་ཟད། ང་ཆོའི་ཡབ་



མེས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་སྒོ་ཅལ་ལས་ཐོན་པའི་ལག་རྒྱུས་ཀྱི་རི་མོ་
སུབ་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་གོ།

འོ་མ་དགོགས་པ།

ང་ཆོའི་རྒྱན་ཟས་ཀྱི་ཁོད་ཏུ་ཞིམ་མངར་གྱི་དི་བསུང་
ཐུལ་བའི་མར་དང་ཐུར་བ་ནི་འོ་མ་དགོགས་པ་ལས་བྱུང་
སྟབས། སྐབས་འདིར་འོ་མ་དགོགས་སྟངས་ཀྱི་སྐོར་དོ་
སྒྲོད་བྱང་བྱུང་བྱེད་པ་ལ། ང་ཆོའི་བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་རྒྱལ་
ལ་ཤེས་རིག་གི་གོ་སྐབས་ཏུ་ཅང་སྤྲ་ཡང་། དགོ་དགོ་
དབྱངས་ལ་འཐེན་ཞོར་འོ་མ་འཛོལ་བའི་བགོ་སྐལ་གནའ་སྤ་
མོ་ནས་ཡོད་པས། བལ་ཆར་འོ་འཛོའི་ལག་ཅལ་ནི་འཛམ་
གླིང་ནས་སྒྲོན་ཐོན་གྱི་གས་སུ་གཏོགས། ཞོགས་པ་སྤ་
བོ་ནས་འོ་ཟེུ་ཆུང་བྱུང་འོ་མ་བཞོ་བ་དང་།
དེ་རྒྱུས་འོ་མའི་སུམ་ཆའི་གཅིག་ཅུ་བསྐྱོལ་ནས་ཞོ་ཅི་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

བརྒྱབ་སྟེ་ཞོ་བསྟལ་བ་དང་། དེ་ནས་འོ་མ་དང་ཞོ་མཉམ་
བསྐྱེད་ཀྱིས་འོ་ཟླ་བླགས་ཏེ་འོ་མ་དགྲོགས་པ་ཡིན། འོ་
ཟླ་ཏེ་དབྱེབས་མདོང་མོ་དང་འདྲ་ལ། མཐོ་ཆད་ལ་མི་ཉར་
གཅིག་ཅམ་དང་ཞེད་དུ་ཁྱེད་ཅམ་ཡོད། བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་
ཆ་ནི་ཤིང་ཤུག་པ་གཙོ་བོར་བྱེད། ཟོ་ནང་དུ་པངས་པའི་འོ་
རྟའི་ཅེར་འོ་འཁོར་ཅས་པའི་ཤིང་ལེབ་གོར་མོ་ཞིག་ཡོད་
པས། འོ་རྟ་ཡར་འཐེན་མར་གཞོན་གྱིས་འོ་མ་དགྲོགས་
ཀྱིན་ཡོད། དེ་ལྟར་ཟོ་ཁ་བརྒྱབ་སྟེ་གངས་ཆེག་སྟོང་ཅམ་
དགྲོགས་ཆེ་གཞི་ནས་མར་ལོ་ཐོན་ངེས། མར་གྱི་ཕུད་ནི་
མཆོད་མེ་དང་བསང་ཁྱག་སོགས་སྤུ་བཅུག་ནས་དགོན་
མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དང་། དེ་རྗེས་བཟང་མི་རེ་ལ་མར་
སྐལ་ཆུང་དུ་རེ་བཙོས་ཏེ་ལྷག་མ་མར་གྲོག་རིལ་བཟོ་བ་
དང་། མར་གྲོག་རིལ་རྣམས་བསགས་ཏེ་རྒྱལ་མར་ཞེས་
ཕུགས་ཀྱི་པགས་པས་སྤུ་མེད་ཀྱིས་བདུམས་པའི་མར་



སྤང་ཆེན་པོ་བཅོ་སྟེང་ཡང་ཡོད། མར་སྒྲངས་རྗེས་འོ་མའི་
 རོ་བོ་དར་བར་གྱུར་ཡོད་སྟབས། དར་བའམ་གཤེར་ཁུ་
 དེ་ལས་སྤར་བ་འབྱུང་བས། གཤེར་ཁུ་དེ་ཡང་བསྐྱར་སྒྲ་
 ངར་སྒྲགས་ནས་ཁོལ་རྗེས་ཚུར་སྐྱེ་ཞེས་སྟོད་ཏེ་ཅང་ཞིབ་
 ཆགས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་སྒྲགས་ནས་བཅགས་པ་ན།
 སྟོད་དུ་ལྷག་པ་ནི་སྤར་བ་ཡིན་པས། དེ་ཞིབ་མོར་བཅོས་
 ཏེ་ཉི་མར་སྐྱེས་པ་དང་། ས་ཆ་གཞན་པར་སྤར་བ་གྲུབ་ཞི་
 དང་སྒྲོར་སྒྲོར་སོགས་བཅོ་སྟེང་སྤང་ཡོད། གང་ལྟར་
 དབྱར་རྩ་གསུམ་གྱི་ཡུན་ལ་བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་པལ་མོ་ཆེས་
 ལོ་གཅིག་གི་འཆོ་བའི་སྟོན་པ་དེ་མར་སྤར་གསོག་འཛོག་
 གི་ཆེད་འོ་མ་དགོགས་པའི་ལས་ལ་བྲེལ་བཞིན་ཡོད་དོ།



ཁུང་ཆའམ་ཁུང་རྟོ།

ཁུང་ཆའམ་ཁུང་རྟོ་ཞེས་པའི་དངོས་པོ་འདི་ནི། བལ་དང་
 ཅིད་པས་བརྒྱས་པའི་ཐག་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། བྱང་པར་དུ་
 སྤྲུགས་ཐོག་འཆོ་སྐྱོང་ནམས་ལ་མེད་དུ་མེད་རུང་བའི་
 ལག་ཆའང་ཡིན། འདིའི་བྱང་རིམ་སྐྱོར་རོབ་ཅམ་བཤད་
 བ། ང་ཆོའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་ཀྱི་རུས་ཆེན་བཞིའམ་ཆོ་བཞི་
 བྱང་བའི་རྗེས་ནས་བོད་ཁམས་མི་མ་ཡིན་བརྒྱས་དབང་
 བྱས་ཚུལ་བྱང་བ་ལྟར། བསམ་ཡས་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལས།
 དུག་པ་ཀྲོག་ཀྲོག་འདྲེ་ཡིས་དབང་བྱས་ཏེ། ལང་ཏང་ལིང་
 ཏང་བར་ལ་ཁུང་རྟོ་འཕེན་ཞེས་པ་བཞིན། ང་ཆོ་བོད་
 ཁམས་འདིར་མི་དངོས་མ་བྱང་བའི་སྤྱོད་ལོ་མི་མ་ཡིན་
 ཀྱི་སྐྱབས་པན་ཚུན་དབང་འཐབ་ཅོད་འབྲུང་དུས་ཁུང་
 རྟོ་འཕངས་ནས་འཐབ་མོ་བྱང་ཡོད་པ་གསལ་བོར་བསྟན་
 ཡོད། དེ་དུས་ཁུང་རྟོ་ནི་སྤྲུགས་རྗེའི་ལག་ཆ་ཅམ་མ་ཡིན་



པར་དམག་འབྲུག་ས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ལག་ཆ་གཙོ་གས་
ཆགས་ཡོད།

དེར་བཏེན་དེར་སང་ཡང་ང་རང་ཚོའི་བྱང་ཐང་གི་འགྲོག་
སྡེ་པན་ཚུན་བར་ཚྲོད་པ་ཞོར་དུས་ལུར་དོ་འཕེན་རེས་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། ལུར་ཆ་གྲུབ་སྟངས་ནི། བལ་དང་ཅིད་པ་གང་
རུང་ཐ་ཞིང་བརྒྱས་པའི་ཐག་པ་གཡས་བརྒྱས་ཤིག་དང་
གཡོན་བརྒྱས་བཅས་གཉིས་ཀ་མཉམ་གཤིབ་ཀྱི་ཆེམས་
པ་དང་། སྡེ་གཅིག་ན་མཇུབ་མོ་རྒྱན་སའི་ལུར་ལོང་ཡོད་པ་
དང་དཀྱིལ་དུ་དོ་བ་འཛོག་སའི་ལུར་འཕེལ་ཡོད། དེ་ལྟར་
གྲུབ་རྗེས་མི་ཅུ་ཆེན་ཞིག་གིས་ལུར་དོ་འདོམས་པ་ཆིག་
སྟོང་ཙམ་ཀྱི་ཁྲོན་ལའང་འཕེན་བྱས་པས་ན། རྒྱགས་ཐོག་
པར་འདེད་ཚུར་འདེད་ཀྱི་སྐབས་ལ་རྒྱགས་རྗེ་རེ་རེའི་རྗེས་
ལ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་ལས་སྤྱོད་རྒྱགས་ཐོག་རྣམས་
བསྐྱུ་བྱུབ་པ་སོགས་བྱེད་ཆོས་འབྱུང་དུ་ཐོན་པའི་ལུར་ཆའི་

སྒྲིབ་རེ་ཞིག་མཐུག་རྗེས་སོ།།

ལབ་ཅེ།

སྒྲིབ་ལབ་ཅེ་བསྟོད་སྟོལ་ལ་བཤད་རྒྱན་འགའ་ཤས་ལས།
 ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་རྒྱ་གར་ཕྱི་རོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་དབང་
 ལྷག་ལ་རྟོ་ལས་བྱུང་བའི་མཆན་མ་བསྟན་ནས་མཆོད་
 སྟོལ་ཞིག་ཡོད་པར་མཆན་མ་ལྷག་པ་ཟེར་ཞིང་། ཕྱིས་
 སྟུ་བོད་པའི་དེ་དང་བསྟུན་ནས་ཤུ་དང་ཤིང་། འབྲོང་
 རུ་སོགས་བསྟོད་པའི་སྟོལ་དར་ཉི་ད་ལྟའི་ལབ་ཅེ་བསྟོད་
 པའི་སྟོལ་འདི་བཞིན་བྱང་བ་རེད་ཟེར། ཡང་འགའ་ཞིག་
 གིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྩོ་བོ་རྩེ་ཨ་ཉི་ཤུ་བོད་
 ལ་ཐེབས་སྐབས་གོང་གི་ཕྱི་རོལ་བའི་ཆོ་ག་ལྟར་བྱས་
 པས་བོད་དུ་ལབ་ཅེ་བསྟོད་པའི་སྟོལ་བྱང་བར་བཤད་
 བའང་། དོན་གྱིས་བོད་རང་གི་སྟོལ་རྒྱན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་



བ་ཞིག་ལས། མི་རིགས་གཞན་པའི་སློལ་རྒྱུན་གྱིས་ཤུན་
 ཐེབས་བ་སོགས་གང་ཡང་མིན། དེ་ཡང་དུས་རབས་དགུ་
 པའི་ནང་བོད་རྒྱལ་ཁྱི་སློང་ལྷུ་བཅན་གྱི་རིང་ལ་རྒྱ་བོད་
 གཉིས་བར་དམག་འབྲུག་ཐེངས་མང་དུ་བྱུང་སྟེ་མི་ཤི་ཏྲ་
 འབྲེལ་གྱི་ལས་མང་དུ་བྱུང་སྟབས། བོད་མི་ཆོས་དམག་
 རོག་དུ་ཤི་བའི་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ཆོའི་ཕུང་པོ་རི་མཐོ་
 ས་ཞིག་དུ་སྤྲས་ནས་མདའ་མདུང་གི་གསུམ་མཉམ་དུ་
 སར་བཅུགས་ཏེ་སྤྱང་ན་ཞུ་བའི་སློལ་དེ་རིམ་བཞིན་ད་
 ལྟའི་ལབ་ཅེ་བསྟོད་པའི་སློལ་དུ་གྱུར་བ་རེད། ད་ལྟ་ཡང་
 ཡུལ་གྱུ་འགར་ཆོ་ཁག་ལ་བྱས་ཇེས་གཟེངས་སུ་བཏྲས་
 པའི་མི་ཞིག་གྲོངས་ཆེ་དེ་གཞི་བདག་དུ་སྐྱེས་ཡོད་པར་
 བསྟོད་དེ་ལབ་ཅེ་བསྟོད་པའི་སློལ་མ་ཉམས་པར་གནས་
 ཡོད། དཔེར་ན། མདོ་སྤྲད་ཀ་རིང་ཆོ་ལྷའི་ཁུངས་རྫོང་
 སྤོན་རྒྱལ་ལོ་བོད་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གྱི་དོན་དུ་རང་



སློག་སྒྲིམ་བཏང་ཐེས། ཁོང་གི་སྒྲིམ་རི་བྲག་དཀར་ཞེས་
 པའི་འདབས་རོལ་ཏུ་ལབ་ཅེ་ཞིག་བསྟོད་སློལ་ཡོད་པ་
 དེར་”རྒྱལ་ལོ་ལབ་ཅེ་”ཟེར་བ་བཞིན་ཡིན། གང་ལྟར་ལབ་
 ཅེ་བསྟོད་སློལ་འདི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ལད་སྒྲིམ་བྲས་པ་
 ཞིག་མ་ཡིན་པར་མེས་དཔོན་ནམ་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་
 དར་ཏེ་ད་ལྟའི་བར་མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱས་གྱི་
 འོན་སྟེང་ལྷན་པ་དང་། རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་ཆེན་མོའི་སྐབས་
 ནས་བརྒྱང་ལབ་ཅེ་འམ་དཔལ་མཁར་བཅིགས་ཚུལ་ལ་
 ཡིག་ཐོག་གི་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་པར་གསུངས་སོ།།

བཞུ་མར། སྒྲིམ་ཁྱེ།

དེང་དུས་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཞིན་པའི་
 སྐབས་འདིར། ང་ཚོའི་འཆོ་བའི་གྲུབ་ཆ་ཁག་ཀྱང་གནའ་
 བོའི་དུས་དང་བསྟུར་ཐབས་མེད་པའི་ཡར་རྒྱས་སོང་དང་



འགྲོ་བཞིན་པ་ལགས་ཀྱང་། ལོ་རྒྱུས་ཤིལ་བོའི་ངོས་ནས་
 ཕྱོགས་བསྡེམས་བྱས་ན་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་
 སྲིལ་འཆོ་བའི་ནང་དུའང་ཆན་རིག་རང་བཞིན་གྱི་ལག་
 རྩལ་བྱུང་འབྲས་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད།
 དེ་ཡང་དེར་དུས་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེ་ཁག་དང་གྲོང་
 བརྒལ། དེ་ལས་ད་དུང་གྲོང་གསེབ་མང་པོ་ཞིག་ལ་སློབ་ཁྱེ་
 དར་ཁྱབ་བྱུང་ཡོད་སྟབས། བཅུ་མར་ནི་དེར་དུས་བོད་སློབ་
 མེད་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་ཀྱང་། ད་དུང་ཡང་གངས་ལྗོངས་
 ཀྱི་མཐའ་ཁུལ་དང་འབྲོག་ཕྱོགས་པལ་མོ་ཆེན་བཅུ་མར་
 བོད་སློབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། སློབ་ཁྱེ་མ་བྱུང་གོང་གི་
 མི་ལོ་ཁྱི་ཕྲག་དུ་མའི་རིང་ལ་བོད་རིགས་ཀྱི་མེས་པོ་ཆོས་
 ལྷམ་ཁྱེར་བཞེན་ནས་ཐུན་པ་སེལ་ཐབས་བྱས་ཏེ་མཆན་
 མོ་ནང་ལས་སམ་ཡོན་ཏན་སློབ་གཉེར་བྱས་སྤྱིང་ཡོད་པ་
 འཇམ་གླིང་ཤིལ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་དང་ཆེས་ཆེར་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས།

མཐུན། ད་ལྟ་ང་ཚོས་འདི་ལྟར་བཞུ་མར་ཞེས་ལབ་དུས་
ཁུང་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་མིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྲིད་
ཀྱང་། དེ་ཐོག་མར་གསར་བཏོད་བྱེད་རྒྱ་ནི་ལས་སྒྲ་པོ་
ཞིག་ག་ལ་ཡིན། སྤྱི་ཁྱེད་མ་བྱུང་སྟེན་གྱི་དུས་ཡུན་རིང་
པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་མི་ཚོས་མེ་ཕུང་གི་འོད་སྣང་དང་དཔལ་
འབར་གྱི་འོད་སྣང་བེད་སྟོད་བྱས་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་ནི་ལས་
སྒྲ་བྱེ་བྲག་པའི་ཐད་སྒྲ་བས་མི་བདེ་ཞིང་འོད་སྣང་གསལ་
པོ་མེད་ཁར། ལམ་སང་ཟད་འགྲོ་བས་མེས་པོ་ཚོས་ཐོག་
མར་དོ་འམ་ས་འདམ་གྱིས་བཅོས་པའི་བཞུ་མར་གསར་
བཏོད་བྱས་པ་རེད། བཞུ་མར་དེ་རིགས་ནང་སྤྱི་ཁྱེད་དང་།
ཆེ་ལྷ། མར་ཁུ་སོགས་སྒྲ་ག་ནས་སྟོང་རས་ལ་མེ་སྤར་ན་
དཔལ་འབར་ལས་གསལ་བ་མ་ཟད། དུ་བ་ཉུང་བ་དང་
སྟོད་ཡུན་རིང་ཞིང་འཁྲེར་བདེ་བ་སོགས་གྱི་དགོ་མཆོན་
མང་པོ་ཡོད། དེ་རྗེས་ལྷགས་དང་རག་ལས་བཅོས་པའི་



སྒྱུམ་ཁྱུ་སྒྲ་ཆོག་ས་བྱང་ཡོད་པ་ད་དྲུང་ཡང་ང་ཆོས་མཐོང་
ལམ་དུ་ཡོད་ཅིང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ་ལགས་སོ།།

མ་ཉི་ཡི་གེ་དྲུག་གི་ངོ་སྤྱོད།

ཨོ་ཡི་གེ་གིས་སྤྱིན་པའི་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་མཆོན་པ་
སྟེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་ཟས་གོས་དང་གནས་མལ་གྱི་བདེ་
བ་ཅེས་མ་ཡིན་པར་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་སྤྱུག་
བསྐྱེལ་སྤྱ་རགས་ལས་ཐར་བའི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ལྟན་
གིས་བྱུབ་པར་སྟོན་ལ། དེ་ཡང་ཨ་ཁུ་ཨོ་གསུམ་གཅིག་
ཏུ་འདུས་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་འཆི་བར་དོ་བཅོམ་པའི་སྤྱི་
གསུམ་སོ་སོ་དངོས་ཟིན་པའང་མཆོན་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་
མ་ཡིག་གིས་བཅོད་པའི་པར་བྱིན་མཆོན་ཏེ། འཕགས་
པ་སྤྱིན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་
པའི་དྲུང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་གྱི་གཡར་དམ་མཛད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལྟུང་ལྟུང་།

པའི་བྱང་བ་བཞིན་གདུལ་དཀའི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྲོ་ན་
མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྐད་ཅིག་ཅམ་ལའང་
བསྐྱེད་དཀའ་བའི་མེ་ཡི་ནང་དུ་བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་གནས་
དགོས་ཀྱང་གཞན་དོན་མི་འདོར་བའི་བཟོད་པ་བསྐྱེད་
པའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་རྒྱ་ཀུན་གྱི་མ་ལྟར་བཅེ་བས་བསྐྱེད་ས་པར་
སྟོན་པའོ། ། ཁི་ཡིས་འགོ་དུག་འབྲེན་པར་བྱེད། གསུངས་
པ་བཞིན་སྟེགས་དུས་ཀྱི་འགོ་བ་རྣམས་ང་རྒྱལ། ཁོང་ཁྱོ།
སྤྲུག་དོག་བཅས་ཀྱིས་དུས་འདའ་ཞིང་། དགེ་བར་གཞོལ་
བའི་སེམས་པག་ལ་ཉལ། བྱིང་ཁྱོད་ཀྱི་འཕྲོང་རྒྱུང་གིས་
གཡེང་བའི་ཤིང་བལ་བཞིན་འབྱུན་པ་རྣམས་ཐར་ལམ་དུ་
འབྲེན་པར་བྱེད་པ་སྟོན་པ་དང་། གཞི་ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་
རྒྱ་འབྲས་ཉེན་འབྱུང་སོགས་བྱ་བྱེད་རྣམ་བཞག་ཡོངས་
རྫོགས་ཀྱི་རང་གཤེས་གསལ་རྗེན་དུ་མཚོན་པའོ། །པད་
ཅེས་པས་མི་འདོད་པའི་སྤྲུག་བསྐྲལ་སྤྲ་རགས་ཀྱི་ཙ་བ་



བྱང་ནས་འབྲེན་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འབྲེན་པ་
 ལའང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ནས་བསམ་གཏན་
 ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་རག་ལས་བས་བསམ་གཏན་ཀྱི་པར་
 བྲིན་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ། །མེ་ཡིས་བྱད་ཤིང་ཐམས་ཅད་
 སླེག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནས་དཀར་ཀྱི་དགེ་བའི་ལས་
 ལམ་དུ་འཇུག་པའི་བཙུན་འབྲུས་ཀྱི་མེ་ཡིས་སྐྱེ་བ་གཉིས་
 བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་བྲི་མའི་བྱད་ཤིང་མ་ལུས་
 པར་བསླེགས་ཅིང་། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་
 བན་བདེ་མ་ལུས་འབད་མེད་དུ་སྟེར་བས་ན་བཙུན་འབྲུས་
 ཀྱི་པར་བྲིན་མཆོན་པ་ཡིན། རྩི་ཡིག་གིས་དོན་དམ་པར་
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་
 དམིགས་པའི་གཏད་སོ་བུ་ལ་བའི་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། རྩི་
 འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་སོགས་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱན་ཀྱན་རྫོབ་
 ཅམ་དུ་འཐད་པའི་རྟེན་འབྲུང་གཉིས་འགལ་མེད་གྲོགས་



སུ་འབྲེར་བའི་ཞེས་རབ་གྱི་ཡུལ་དང་བཅས་པ་སྟོན་པ་མ་
 ཟད། གོང་གི་མ་ཉི་བརྗེ་ཞེས་སྟུན་རས་གཟིགས་གྱི་མཆོན་
 སྟོས་ཏེ་རྩྱུ་ཞེས་པས་ནི་བཅེ་བ་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་
 ཉིད་ཅན། ཁྱོད་གྱིས་བདག་སོགས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་
 དུ་རྗེས་སུ་བྱངས་ཤིག། ཐར་བ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་ལམ་བཟང་
 སྟུར་དུ་འཐོབ་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གསོལ་བ་འདེབས་
 པའི་ཚུལ་མཆོན་པ་བཅས་སོ།།

འཆམ་གྱི་མཆོན་དོན།

སྟུར་འཆམ་སྣ་མི་འབྲ་བ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞི་ཅུ་ཡོད་པ་ལས།
 དེ་དག་གི་འཆམ་ཆས་ཀྱང་སྟོན་བསྐྱལ་བ་ཡ་ཐོག་གི་
 མིའི་ཆ་བྱད་དང་མིའི་མཐོང་སྣང་ལ་བྱང་བའི་ལྟའི་རིགས་
 གྱི་ཆ་བྱད། ད་དུང་གཤོད་མའི་བོན་ཆོས་གྱི་ཆ་ལུགས་
 སོགས་འདྲེས་ཡོད། ཕྱིས་སུ་བོད་ལ་ནང་བསྟན་དར་བ་



ནས་འཆམ་སྒྲ་འགའ་ཞིག་གི་མཆོན་དོན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་
 གྲུབ་དང་མཐུན་པར་འཆམ་ཆས་ལ་ཡང་གང་འཆམས་
 ཀྱི་འགྱུར་བ་བྱིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། དགོན་པ་ཁག་གི་དགེ་
 འདུན་པ་ལས་མི་སེར་དགྲུས་མའི་རིགས་པལ་ཆེར་
 འཆམ་ཀྱི་འཁྲབ་སྟོན་ལ་ཞུགས་ཆོག་གི་མེད། དེ་ནི་སློབ་
 དཔོན་པརྒྱས་པས་མ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ལེགས་འགྱུབ་
 ཀྱི་ཉེན་འབྲེལ་དུ་གར་འཆམ་གསར་བཏོད་བྱས་པ་ནས་
 ད་བར་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་མཆོན་བའི་སྐུ་ཅལ་བྱན་
 མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བས་རེད།

དེ་ཡང་གསང་བ་གཤེན་རྗེ་པོ་མོ་གཉིས་ལྟ་བུ་དང་གཡག་
 གི་འབག་ཞུ་ནག་པོ་སོགས་གྲོན་ཏེ་འཆམ་པ་ནི་ཐ་མལ་
 བ་སྒྲུང་ཞེན་སྒྲུང་བའི་ཉུགས་སམ་མཆོན་དོན་དུ་བཤད།
 དུར་བདག་བཞི་ཀེང་རུས་གཟུགས་ཅན་དུ་ཡོད་པ་དེས་
 ཆོད་མེད་པ་བཞི་མཆོན་ཞིང་མདོར་ན་མཆོན་མའི་རྣམ་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

རྟོག་གིས་མ་གོས་ཤིང་མཆོན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པ་
ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་བ་མཆོན། ལམ་ཁྲིད་བའམ་རྒྱག་ཁ་
འབྲེར་བའི་སྤུ་གུ་གཉིས་ཀྱིས་དུར་བདག་གི་འབག་གྱོན་
ཏེ་འཆམ་བས། ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡོན་དུ་ཐབས་ཤེས་
གཉིས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་མཆོན་ལ། འབྲེལ་མཁན་སྤུ་གུ་
ཆུང་ཆུང་གཉིས་བྱེད་དོན་ཡང་ལམ་དེ་ཉིད་ཆེས་གཏིང་
ཟབ་ཅིང་སྤུ་ལ་རྟོགས་དཀའ་བར་མཆོན། ཨ་ཅ་ར་མི་དྲུག་
གི་མགོར་ལ་ཐོད་དགིས་ཏེ་འཆམ་བ་ནི་ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་
སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བའི་མཆོན་རྟོགས་སུ་བཤད། སྒོ་
སྤང་བཞིས་འཆམ་གོས་ཀྱི་ཆོས་གཞི་མི་འདྲ་བ་བཞི་གྱོན་
ཏེ་འཆམ་བ་དེས་ནི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་བཞི་འབྲུབ་
བར་མཆོན། ཞུ་ནག་བཅུ་དྲུག་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྦྱིང་དོན་
གཙོ་བོ་ལྟན་པས་གོས་ཆེན་རྒྱ་མེར་གྱི་ཆས་དང་། ལག་
རུ་ཕྱག་ཆོས་བསྐྱམས་ཏེ་ཐོན་ཡོང་སྐབས། དགོ་འདུན་པ་



མང་པོས་སེར་སྤྱང་དང་སྒྲོས་སྒྲོས་སྒྲོས་ཀྱིས་སྤྱན་བསྐྱུས་
 ཏེ་སྤྱན་འཛེན་བྱེད། དེས་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་དྲུག་
 དང་ཕྱི་སྟོང་བ་ཉིད་སྒྲོས་སྒྲོས་ཉིད་བཅུ་དྲུག་མཆོན་པར་
 བྱེད་དོ།

སལྟོ་མིང་ག་ཞན་ཆ་ཆ།

བོད་རྒྱལ་སྟོང་བཅུན་གྱིས་དམ་པའི་ཆོས་སྤྲེལ་བ་ནས་
 གངས་ལྗོངས་སུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ག་འདྲ་མིན་ཅི་
 རིགས་དར། བྱད་པར་དུ་བོད་སིལ་བའི་མགོར་དམ་པའི་
 ཆོས་ལ་གོད་ཆག་བྱུང་ནའང་ཕྱིས་སུ་སྟོན་ལས་ལྷ་བ་
 འབྱུར་གྱི་ཆ་ག་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་དར་བ་ལས་སགད་
 ཞེས་པ་འདི་ཡང་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐབས་དེར་རྒྱ་གར་
 ཀྱི་པཎ་ཌི་ཏ་སྤྱི་ཏིས་རང་གི་མ་ཆེ་འཕོས་པ་བོད་ཀྱི་བྱིས་
 ཆང་ཞིག་གི་ཐབ་འོག་ཏུ་འབྱུ་ཞིག་གི་སྤྱེ་བ་བྱངས་ཡོད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

པ་མཐུན་ནས། སེའི་ཉས་ཕྱག་ཆ་བསྐྱམས་ཏེ་བོད་དུ་
ཐེབས་ནས་བྲིས་ཆང་དེའི་ཐབ་ཀྱི་ས་བྲངས་ནས་སགད་
སྐྱ་དཔར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལྟར། སྐབས་དེ་དང་བསྐྱེན་
ནས་སགད་དཔར་བའི་སྔོན་བོད་དུ་དར་བར་སྐྱམ། སྤྱིར་
སགད་ཞེས་པ་ནི་ཐངས་དང་ལི་སོགས་ཀྱི་ཆ་སྐྱོང་ནང་
དུ་འཛིན་སྐྱ་དཔར་བ་ལ་ཟེར་མོད། ད་དུང་རིམ་གྱི་སྐྱབ་
དུས་ཆ་སྐྱོང་དུ་འཛིན་སྐྱ་གཅིག་པོ་དཔར་བའི་ངེས་པ་
མེད། མེ་ལ་དཔར་བ། རྩ་ལ་དཔར་བ། རྒྱང་ལ་དཔར་བ་
སོགས་འབྱུང་བ་བཞི་ཀར་དཔར་བའི་སྔོན་ཡོད། གཙོ་
ཆེར་མི་འདས་པའི་རུས་པ་མེར་བསྐྱེགས་ཏེ་ཐལ་འཛིན་
པར་བསྐྱེས་ནས་སྐྱ་དཔར་ན་བསྐྱལ་བ་ནས་བསྐྱལ་པར་
ངན་སོང་དུ་མི་སྟོང་བའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་
གིས་དེང་ཡང་ང་ཚོ་བོད་མི་པལ་ཆེ་བས། རང་གི་ནང་
མི་འདས་ཆེ་ཕུང་པོ་མེར་བསྐྱེགས་ཏེ་ཐལ་བ་འཛིན་པར་



བསྐྱེད་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་མི་འབྱུག་པའི་སྐྱེ་སོགས་དཔར་གྱིན་
ཡོད། འདི་ལ་བཤད་ཚུལ་གཞན་སྐད་ཞེས་པ་ནི་སའི་
སྐྱེ་པར་མེད་བསྐྱེད་ཀྱིས་པའི་དོན་ཡིན་པས་ན་མིང་གཞན་
ཆ་ཆ་ཞེས་ཀྱང་འབོད་དོ།

ཆོས་འཁོར་ཕྱག་རྒྱ།

ཆོས་འཁོར་ཕྱག་རྒྱ་ནི། ཕྱག་གཡས་གཡོན་གྱི་མཐེ་བོང་
དང་། མཚུབ་མོ་གཉིས་ཅེ་སྤྱད་པ་ནི། ལམ་ཐབས་ཤེས་
གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་མཆོན་པ་དང་། བྱུང་མོ་དང་།
སྤྱི་ལག་མཐེའུ་ཆུང་གསུམ་གྱིན་དུ་བསྐྱེད་པ་དེས་
སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཞིན་འབྲིད་པ་མཆོན།
ཕྱག་གཉིས་ཁ་སྦྱར་གྱི་ཚུལ་དུ་མཛད་པ་ནི། གདུལ་བྱ་ལ་
སྤྱང་དོར་གྱི་གནད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཇི་ལྟར་འདོམས་
པར་མཛད་པ་དེ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཉམས་པའི་ས་སུ་



བསྐྱར་བར་མཛད་པ་མཆོན།།

མཉམ་བཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ།

ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་པ་ནི། གཡོན་
འོག་དང་། གཡས་སྟངས་བཞག་ནས་མཐེ་བོང་གཉིས་ཅེ་
སྤྲད་པ་ནི། མཐེ་བོང་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྩ་ཡོད་པས།
དེ་གཉིས་པན་ཚུན་དོད་སྤྱོད་འཕྲོགས་བྱས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་
ཀྱི་སེམས་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་ནས་མཁའ་ཁྲབ་འགོ་བ་
ཡོངས་ཀྱི་འདོད་དོན་འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་།
མཉམ་བཞག་ནས་མཁའ་ལྟ་བུ་དང་། རེས་ཐོབ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུ་
དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མཛད་པ་མཆོན།།

ཕྱང་པོ་སྤྱེལ་སྟངས།

མི་རིགས་སྤྱི་བྱིངས་དང་འབྲ་བར་མི་ཞི་རྗེས་དུར་འཇུག་



དང་། བང་སོ་བསྟོད་པ་ནི་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་ལྷག་གི་སྟོན་
 རྣམ་རང་རེའི་གོམས་གཤེས་སུ་གྱུབ་ཡོད། དེ་ཡང་ཡོངས་
 གྲགས་ལ་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉེར་བདུན་རྣམ་
 གཉའ་ཁྲི་བཅན་སོ་སོད་རྗེ་ཐོག་མར་བཀྱར་བ་རྣམ་བཟུང་
 གི་གྲུམ་བཅན་སོའི་ཡན་ལ་གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན་དུ་གྲགས་
 ཤིང་། རྒྱལ་སོ་དེ་དག་གི་དུར་བྱང་ས་ལ་མ་བཅིགས་
 བར་བང་སོ་གནམ་ལ་བཏབ་པར་བཤད་དེ། ཆོས་འབྱུང་
 མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། “རི་བྲག་མི་ཐོགས་མཐའ་
 ལ་གཤེགས་བཞུད་བྱེད། །ཉིན་བཞིན་སར་ཁྱོན་མཆན་
 བཞིན་མཁའ་ལ་གཤེགས་སོ་སྐད། །ལྷ་ལ་རོ་གོ་འཇའ་
 ཆོན་ལྟར་ཡལ་བས། །ཁྲོངས་གྱི་བང་སོ་གནམ་ལ་བཏབ་
 ཅས་གྲགས།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅན་སོ་འདི་
 རྣམས་སྟེའི་རྩ་འབྲུལ་ལྟན་པས་རང་འདོད་ལྟར་བར་སྒྲང་
 དུ་འགོ་རྒྱས་པ་སོགས་བཀོད་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྲས་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ནམས་ཀྱིས་རྟེན་ཆེན་ཆེན་ལ་ཐུབ་ཅེས་ནས་ཡབ་ནམས་མུ་
ཐག་ལ་འཇུག་ཏེ་མཁའ་ལ་སོང་བྱིར། བཅོན་པོ་དེ་དག་
གི་རིང་ལ་དུར་འཇུག་བྱེད་སྒོལ་མེད་པར་བཤད། བོད་ཀྱི་
རྒྱལ་རབས་བརྒྱད་པ་གི་གྲུམ་བཅོན་པོ་སྟོན་པོ་ལོང་ངམ་
ཀྱིས་བཀོངས་ཏེ་ཕུར་ཆུར་བསྐྱར་བ་ཀོང་བོ་ནས་ཐོན་ཏེ་
བང་སོ་བཅིགས་པས་བོད་ལ་བང་སོ་བཅིགས་པའི་སྒོལ་
ཐོག་མར་བྱང་། དེ་ནས་སྤང་དར་བར་རྒྱལ་ཐོག་རིམ་པའི་
ཕུར་པོ་ལ་གསེར་བྱགས་ཏེ་དདུལ་ལམ། རྫོ་སོགས་ཀྱི་
ཕུར་སྐྱམ་དང་། ཡང་ན་ག་ཕུར་ལ་བཅུག་སྟེ་དཀོར་ཁོར་
གྲུ་ཁོམ་པ་དང་བཅས་བང་སོར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་
སྒོལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་སེར་དཀྱུས་མ་ནམས་ཀྱིས་དུས་
ལྟར་དེ་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་པའི་སྒོལ་ཡང་ཡོད། སྐབས་དེར་
བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གལ་རིམ་ལ་གཞིགས་པའི་ཕྱི་བོད་
ལུས་ཉེན་ནམས་རྩ་རིམ་ཐོ་སར་བསྐྱལ་ཏེ་བང་སོ་བཏབ་

ཡུལ་འཕྲུལ་གྱི་ལྟུང་ལྟུང་།

ཐད་འགྲུར་བ་བྱུང་སྟེ་དབྱིབས་རྒྱུ་པོར་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱུས་
འགར་གསུངས་སོ།།

དེ་ལྟར་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཁོད་རུས་ཆེན་དམིགས་བསལ་
ཅན་འགའ་ཤས་དམར་གདུང་དུ་འཛོག་པའམ་གདུང་ཏེན་
དུ་འཛོག་སྟོལ་ལས་པལ་ཆེ་བའི་ཕྱང་པོ་མེར་བསྐྱེགས་
པའམ་ཡང་ན་རྒྱུར་སྐྱུང་བ། དེ་མིན་སར་སྤས་པ་སོགས་
བྱེད། དུས་རབས་བདུན་པ་ནས་ནང་ཆོས་དར་བའི་ཤུགས་
ཀྱིས་སྐྱེ་ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབ་ལ་འགྲུར་བ་བྱིན་པ་དང་།
ཕྱང་པོ་སྐྱེལ་སྟོལ་དེ་ཡང་རིམ་བས་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་
ལུས་སྐྱིན་པར་བཏང་བའི་ཡིད་སྟོན་བཞིན་ཕྱང་པོ་དུར་
ཁོད་ལ་བསྐྱུལ་ཇེས་རུས་པ་ནམས་ཇོགས་ཏེ་བཅ་པོ་བྱ་
ཁོད་ལ་སྟེར་བའི་སྟོལ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནི་ཆོས་ཕྱོགས་
ནས་བྱ་ཁོད་ལ་ལུས་སྐྱིན་པ་བཏང་བའི་པན་ཡོན་དང་
མཉམ་པར་བཤད། འགོས་ནད་ཀྱིས་ཤི་བ་དང་། ཡང་ན་



བྱིས་ས་ཐོག་ནས་བསད་པའི་རིགས་སར་སྤྱོད་པ་ལས་བྱ་
 ལ་གཏོར་བའི་སྒོལ་མེད། བོད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཡང་སྤྱིད་བཙལ་
 བའི་སྒོལ་དར་བ་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པ་ཆེ་ཁག་རྣམས་ཀྱི་
 སྤྱོད་པ་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་ཏེ་དམར་གདུང་དུ་བཟུགས་
 སུ་གསོལ་བ་དང་། སྤྱིན་སྤྱེག་བྱས་པའི་གདུང་ཐལ་སྤྲུག་
 ཆར་བསྐྱེད་ཏེ་གཟུངས་སྤྲུགས་སྤྱོད་ཆོགས་འབྲི་བཞེངས་
 བྱེད་པ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་བ་སོགས་ད་ལྟ་ཡང་ཕྱག་ལེན་དེ་
 བསྟར་བཞིན་ཡོད།

རང་རེའི་ཕུང་པོ་སྤྱོད་འཇུག་གི་ཆོག་འདི་བཞིན་ཆོས་
 སྤྱོད་སྤྱེད་འབྲེལ་བ་ཆེ་བར་བརྟེན། བད་པ་གང་ཞིག་གི་
 བད་དཔུགས་མ་ཆད་གོང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིང་
 བསྐྱེད་སོགས་བྱིན་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཁར་སྤྱིན་པ་དང་།
 བདེ་བ་ཅན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ལམ་དང་། བར་དོ་ཐོས་གྲོལ།
 གཞན་ཡང་མཆོན་སྤྲུགས་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱོད་སྤྱེད་གཤེགས་པོར་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ལམ་སྟོན་སོགས་བྱེད། དབྱུགས་རྒྱན་ཆད་མ་ཐག་གཤིན་
པོ་དེ་ཉིད་ལ་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་འཕོ་
བ་འདེབས་དང་། གཤིན་ཅིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐབས་དང་
གཏོར་བཅོས་སོགས་བྱེད་པ་མ་ཟད། འདས་པོའི་ཆེད་དུ་
ལྷ་དང་སྒྲ་མར་བསྡེ་ཞུ་འབྲུལ་བ། ཡར་དཀོན་མཆོག་ལ་
མཆོད་འབྲུལ། མར་དབྱ་པོངས་ལ་སྦྲང་སྦྱིན་གཏོང་བ། ཉེ་
འཁོར་གྲོང་མི་རྣམས་ལ་ཞལ་ཟས་ཀྱི་བསྟེན་བཀྱར་དང་
འབྲེལ་དགོང་ཞག་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་ལ་དགོ་འདུན་པ་ཁ་
ཤས་སྦྱོར་བྲངས་ཏེ་གསུང་རབ་སྒྲོག་འདོན་བྱེད་དུ་འབྲུག་
བ། རྒྱུས་རྟགས་བཞེངས་པ་སོགས་རྒྱད་ཕྱེ་ནས་གསུངས་
པ་ལྟར་གྱི་སྟོ་སྟོའི་ཆོ་གས་ཕྱིག་པ་སྦྲོང་བ་སོགས་བྱེད།
ད་དུང་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལ་འདས་པོ་དེར་དམིགས་ཏེ་ཆོ་
བསུར་གཏོང་རྗེ་བཅུན་མི་ལ་བྲག་ཕུག་ཏུ་བཞུགས་སྐབས་
ལམ་ཁ་བས་བཀག་སྟེ་ཞལ་ཟས་བྲངས་མ་ཐུབ་པར། ཡོན་



བདག་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་གཤེགས་ཡོད་པར་བསམ་
 རྟེན་ཆ་བསྐྱར་བཏང་བས། རྗེ་མི་ལར་བཟའ་བཏུང་མང་པོ་
 བངས་པའི་ཐུགས་ཉམས་ཤར་བ་སོགས་གཤེན་པོའི་དགེ་
 ཅར་མཆོག་ཏུ་སྦྱར་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། བ་སོགས་རྣམ་
 དཀར་གྱི་ལས་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་སྒོལ་ཡོད། དགོང་ཞག་ཞེ་དགུ་
 སོང་པའི་ཉིན་དེར་བདུན་ཆོགས་སྟོན་མ་ལས་དགེ་སྐྱབ་
 རྒྱ་ཆེ་བར་གཏོང་སྒོལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། དུལ་གྱ་འགར་ཉེ་
 འཁོར་རྣམས་འཛོམས་ཏེ་གཤེན་པོའི་སྐྱེས་ཏྱགས་ལ་སྟོན་
 འལ་དང་མཆོད་འབུལ་བྱས་རྗེས་ཆང་འཐུང་བ་དང་། ལྷ་
 གཞས་གཏོང་བ་སོགས་ཨ་ཁུ་སྟོན་པའི་བཟའ་ལྷ་ཤི་བར་
 སྐྱབ་བསྐལ་བྱས་ཚུལ་གྱི་སྦྱང་དང་མཐུན་པའི་སྒོལ་ཞིག་
 གྲང་འདུག

རང་རེའི་རྒྱན་སྒོལ་ལྟར་ཆོས་དགུ་དང་། བཙུ་དགུ་ཉར་
 དགུར་རེས་གཟའ་ཉེ་མར་འཁེལ་བའི་ཉིན་མི་ཤི་ན་” དགུ་



འབྲིད།” ཅེས་ལྟས་ངན་པར་བཅི་བས་གཏོར་བཅོས་དང་
 རིམ་གྲོ་ཐུར་སྐྱབ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ཕུང་པོ་སྐྱེལ་སྐྱབས་
 ཁ་བ་བབས་ན། དུར་ལམ་ཁ་བས་བཀག་ཅེས་བྲིམ་ཆང་
 དེར་ཐུ་མཐུད་གོད་ཆག་ཆེན་པོ་འབྱུང་སྐད། འབྲོག་པ་
 བལ་ཆེ་བས་ནང་མི་ཡི་ན་ཕུང་པོ་དང་། ཆོ་ག་བྱེད་མི་
 དག་འདུན་ཁ་ཤས་བཞག་སྟེ་མཆོར་ས་གཞན་ཞིག་དུ་སྟོ་
 སྟོལ་དང་། ཕུང་ཆོན་འགར་ཕུང་པོ་སྐྱེལ་རྗེས་ཐུད་རྫོང་
 དང་། བགོགས་སྒྲོད་སོགས་བྱས་ཏེ་བསྐྱོག་བསྐྱར་བྱེད་
 པའི་སྟོལ་ཡང་སྣང་ངོ་།

རྫོབ་རྫོབ།

རྫོབ་རྫོབ་ཅེས་པ་ནི་གྲ་བའི་ཁྲིད་ཀྱི་བྲན་རིག་ཁྲོད་པའི་གྲ་
 བ་མ་རབས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་རྫོབ་རྫོབ་
 ཡིན་ན་མ་རབས་ཐ་ཤལ་བ་ཡིན་པས་ངེས་པ་ཡང་མེད།



ང་ཆོའི་ངག་རྒྱུན་ལ་གྲགས་ཆོད་ལྟར་སྟོན་རྒྱལ་བ་སྐྱེ་བའི་
 གང་དུང་ཞིག་གིས་དོན་དོན་གྱི་བྱེད་སྒྲུངས་ལ་བརྟག་
 དབྱེད་ཆེད། ཁོང་གིས་གྲ་བ་དགྲུས་མ་ཞིག་གི་ཚུལ་བཟུང་
 སྟེ་སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ་དུ་ཕེབས་ནས་མཐར་དོན་
 དོན་རྒྱས་མེད་ཅིག་ལ་གནས་ཆང་གཡར་དུས་ཁོས་ཁས་
 ལེན་བྱེད་སྒྲུངས་ལ་བལྟས་ཏེ་དོན་དོན་རིགས་ལ་བདག་
 འཛིན་མེད་པ་རྟོགས་པ་དང་། མཆོན་གྲུང་ཡོལ་ཙམ་ཞིག་
 ལ་དོན་དོན་རང་ཤག་དུ་ལོགས་ནས་འཛིགས་བྱེད་སྒྲོམ་
 པའི་ཚུལ། གཞན་ཨ་རིག་དགོ་བཤེས་ཆེན་མོ་གྲ་སར་
 བཞུགས་དུས། ཟུན་གསེང་ཞིག་གི་སྐབས་ལ་ཁོང་གིས་
 ཕྱིར་མདོ་སྦྱང་དུ་ལོགས་ནས་དགོན་ཆེན་ཞིག་བཏབ་ན་
 པལ་ཆར་དགོ་འདུན་པ་ཆེག་ཁྲི་ཙམ་བསྐྱུ་བྱབ་བམ་སྟམ་
 མ་ཐག གྲ་སའི་དོན་དོན་ཅིག་གིས་ཁོའི་ཕྲག་སྟེང་ལ་ཐལ་
 ལྷག་གཅིག་གཞུས་ཏེ། “ ཁྱེད་ལ་ཉམ་པ་ཆེ་དག་སོང་།

ཉན་པ་འཛིན་པ་ལྟེན་པ་

སྤུམ་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་འདུས་ན་འགྲིག་གི་རེད།” ཅེས་
བཤད་པ་ལྟར། སྤུམ་སྤུམ་ཨ་རིག་དགོ་བཤེས་ཆེན་མོས་ཨ་
རིག་དགོན་ཆེན་བཏབ་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དགོ་འདུན་པ་
བཞི་བརྒྱའི་ཡན་ལ་འབྱུང་མ་སྤྱོད་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་ཡོད།
དོན་དོན་རྣམས་ཀྱི་ཆ་ལྷགས་ནི་ལག་དྲུང་ཤིང་ཞེས་རྒྱག་
པ་སྤྱོད་བཞི་ཞིག་དང་། ལྷེ་མིག་ཆེན་པོ་ཐལ་ལྷག་ཙམ་རེ་
བཟུང་ནས་ཉིན་མཆན་མེད་བར་ཁྲོམ་ལ་བསྐྱོད་པ་དང་།
འཐབ་རེས་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། རིག་ཉམས་སྟོན་ཆེད་
གདོང་དང་མིག་ནང་དུ་རི་མོ་ནག་པོ་འབྲི་བ་དང་སྒྲ་དང་
ཨ་ར་འཛོག་པ། དབྱང་བ་བསྐྱམས་པ། འཁ་ཐབས་སྟེང་དུ་
སྤུམ་བྱགས་ཏེ་ཉིས་བཅེགས་ལྟར་གྲོན་གྲོན་ཡོད། གཞན་
ཅུ་ཆོད་སྟོང་བའི་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ནས་དོ་སྟོར་སོགས་
རྒྱག་རེས་བྱེད་སྟངས་འབྲེལ་མེད་སྤྱོད་བརྒྱུད་བྱེད་གྲོན་ཡོད།
ད་དུང་རང་རའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་ལྷ་



འབྲུམ་མི་ཁྱོད་ཟེར་བ་དེའང་སྒར་རྫོབ་རྫོབ་ཞིག་ཡིན་པ་
 ལྟར། རྫོབ་རྫོབ་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རྩལ་ཆེ་བས།
 ལྷ་འབྲུམ་མི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ར་ས་འབྲུལ་སྒྲང་གཙུག་ལག་
 ཁང་གི་ཀ་བའི་སྒྲང་དུ་མཚུབ་རྫོ་པངས་པའི་དེའུ་ད་ལྟའང་
 མཛོན་གསུམ་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་བཞིན། དེ་ལྷགས་ཀྱི་
 འཐབ་སྒྲངས་དང་རྩལ་འདྲ་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད་པའི་རྫོབ་
 རྫོབ་ཀྱི་སྐོར་རེ་ཞིག་དེ་ཅམ་མོ།།

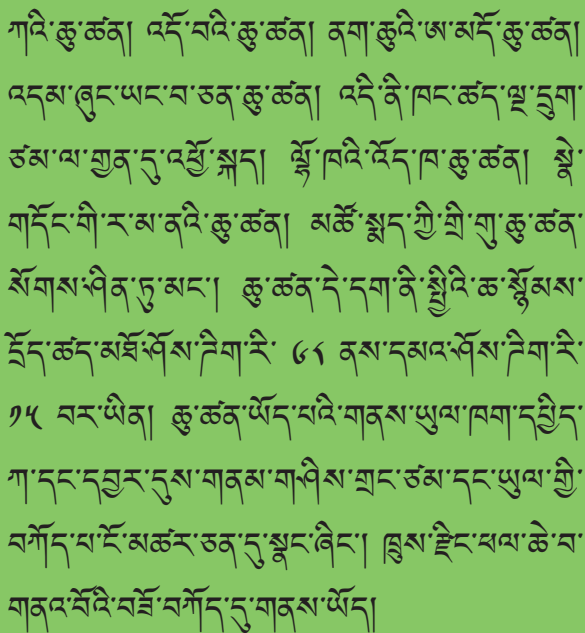
ཆུ་ཚན་ལ་ཞུགས་སྒྲངས།

ཆུ་ཚན་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆེས་ངོ་མཆར་བའི་རྒྱན་གཤེར་
 གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་རེག་བྱ་མེ་ལྟར་ཆ་བས་ན་
 མིང་ལའང་ཆུ་ཚན་ཞེས་སྟུ་བཏགས། ལར་ཆུ་ཚན་ལ་ནང་
 གསེས་བརྒྱ་ཕྲག་ཅམ་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་། མདོར་ན་སྟུ་
 ཟེ་མེར་བོ་ལས་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚན། སྟུ་ཟེ་ལྡང་ཁུ་ལས་བྱུང་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

བདེ་ཆུ་ཚན། རྫོ་ཞེ་ལས་བྱང་བདེ་ཆུ་ཚན། ཅང་ཞེ་ལས་
བྱང་བདེ་ཆུ་ཚན། རྫོ་སོལ་རྒྱང་བདེ་ཆུ་ཚན་བཅས་རིགས་
དྲུག་ཏུ་ངས།

བོད་དུ་ཆུ་ཚན་ལ་གོ་རིམ་ངས་བདེ་རྟོག་ཞིབ་ཐོག་མར་
གནང་མཁན་ནི་གཡུ་ཐོག་རྩིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ཡིན་
པར་བཤད། དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་ཆུ་ཚན་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་
མཁན་མང་དུ་ཐོན་ཏེ་ཆུ་ཚན་གྱི་པན་ཡོན་དང་དགོས་
པ། ཆུ་ཚན་ལ་ཞུགས་ཚུལ་སོགས་རྒྱས་པར་བསྟན་པས།
བོད་རིགས་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཆུ་ཚན་ལ་གདེང་འཛིག་
ཆེན་པོ་གནང་སྟེ་རེ་འདོད་དང་དང་ཞེན་ཆེ་རུ་སོང་བ་མ་
ཟད། ཆུ་ཚན་ནི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་དང་
མཐུ་ལས་བྱང་ཚུལ་ཡང་བཤད་རྒྱུ་དུ་གྲགས། བོད་ཡུལ་
སྟོད་སྟེང་བར་གསུམ་དུ་ཆུ་ཚན་སྐད་གྲགས་ཅན་མང་པོ་
ཡོད་པ་དཔེར་ན། མདོ་སྟེང་གི་གསེར་ཁོག་ཆུ་ཚན། ཁྱི་



ཆུ་ཚོན་གྱིས་ནད་ཀྱི་རིགས་དུ་མ་སེལ་ཐུབ་པ་དང་། ལྷག་
པར་ལུས་ཁམས་ཀྱི་དབང་རྩམས་འགྲུལ་ཚོར་བྱེད་པའི་
ཆུ་རྩ་སོགས་རྒྱས་པ་ཉམས་པའི་ནད་དང་རྩའི་བྱེད་ལས་
ཉམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་རིངས་པའམ་འཁྲུམ་པར་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

གྲུར་ནས་བསྐྱར་བ་སོགས་ལ་ཕན་པར་བཤད། རྩ་ཆོན་
 ཏུ་ཞུགས་པའི་དུས་ཆོད་ནི་དབྱར་དགུན་གཉིས་ལས་སྟོན་
 དབྱིད་གཉིས་ལ་བཟང་ཞིང་། བོད་མིའི་གོམས་གཤེས་
 ལྟར་རྩ་ཆོན་དུ་མ་ཞུགས་སྟོན་རྩ་བདག་ལ་གཏོར་མ་
 འབྲུལ་བ་དང་བསང་དུད་གཏོང་བ་སོགས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་
 ཆོ་ག་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ལུགས་སྟོལ་ཡང་ཡོད། སྟོན་འགྲོའི་
 ཆོ་ག་རྣམས་གྲུབ་རྗེས་ཐོག་མར་རྩ་མགོ་ནས་མི་ཞུགས་
 པར་རྩ་འཇུག་ནས་ཞུགས་ཤིང་རིམ་བས་རྩ་ཆོས་ར་
 འཇུལ་བར་བྱེད། དང་པོ་འཇུལ་ཡུན་བྱང་དགོས་པ་དང་།
 བྲིས་སུ་རིང་དུ་གཏོང་། ཡུན་ཆད་མ་མཐར་ཉིན་ལྔ་ནས་ཉི་
 སྤུ་ཙུ་གཅིག་བར་འདུག་ཅིང་དེ་ལས་མང་བ་འདུག་པའང་
 ཡོད། ནད་པ་གང་ཞིག་རྩ་ཆོན་དུ་ཡོང་སྐབས་ནད་གཡོག་
 ཅིག་ཀྱང་འགྲོ་སྟོལ་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ནད་པ་རྩ་
 ཆོན་ནས་ཐོན་མ་ཐག་བཟའ་བདུང་དང་མལ་སའི་ནང་



འཇུལ་ཚོག་ཚོག་བྱེད་དགོས་པས་ཡིན། དང་ཐོག་ཚུ་ཚན་
 ཏུ་ཞུགས་མ་སྤྱོད་བའི་ནད་པས་ཚུ་ཚན་ཏུ་བསྐྱད་སྤྱོད་བའི་
 མིའི་ས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་དང་སྤྱོད་ཚོར་སྦྱངས་ཏེ་རང་ཉིད་ལ་
 སྟབས་བདེ་ཡོང་ཆེད་ཚུ་ཚན་རྒྱས་ལོན་བྱེད། དེར་བརྟེན་
 བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་ཚུ་ཚན་གྱི་རྒྱས་པར་བརྟེན་ནས་ནད་
 གཞི་བཙོས་རྒྱར་ཏ་ཅང་དགའ་བོ་བྱེད་པ་མ་ཟད། ཚུ་ཚན་
 ཀྱིས་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ལ་པན་རྒྱས་
 ཆེན་པོ་འབྱུང་གིན་ཡོད་པས། དམངས་ཁྲོད་དུའང་” བླ་
 རྒྱ་མེད་པའི་ནད་པ། །ཤི་འགྲོ་བསམ་པ་མ་གནང་། ། ཚུ་
 ཚན་བརྒྱབ་རོགས་གནང་དང་། །ནད་ཀྱི་བྱི་མ་དག་འགྲོ།”
 ཞེས་པའི་གཞས་ཀྱང་གཏོང་སྲོལ་བྱུང་།

མདོར་ན་ཚུ་ཚན་རྒྱག་རྒྱ་ནི་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་ལྷག་གི་སྡོན་
 ནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་སྲོལ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་ཏེ་ད་
 ལྟོ་ཡང་ཚུ་ཚན་ལ་ཞུགས་མཁན་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེར་རེ་



མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་དོ།

སྲོལ་རྒྱན་གྲོན་ཆས་འགའ།

བོད་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ལྡན་ཞིང་སྲོལ་རྒྱན་གྱི་ནམ་
 གངས་མང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པས་ས་གནས་ཁག་
 དང་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་བར་གྱི་གྲོན་ཆས་ལའང་མི་འབྲ་
 བའི་དབྱེ་བ་ཅུང་ཡོད། དེ་ཡང་སྤར་ཆོས་རྒྱལ་སྐབས་གྱི་
 ལོ་རྒྱུས་འགའ་ཞིག་གི་ནང་བོད་མི་ཆོས་དབྱར་ཁ་ཕྱིར་
 བའི་སྤྱ་བ་དང་། དགུན་པགས་བའི་སྤྱ་བ་གྲོན་སྲོལ་ཡོད་
 བ་དེ་སྤྱ་བྱང་གི་ཅེ་སྤེལ་ཅ་བ་སྤྲོམ་བ་ཡོད་ཚུལ་གསལ་བ་
 ཉམར་དུས་ཡུན་རིང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་བསྐྱུན་
 འགྱུར་བ་སྤན་བྱ་སྤྱིན་ཡོད་ནའང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་སྤར་
 སྲོལ་རྒྱན་འཛིན་མ་ཉམས་པར་གནས་སྐབ་པ་ཅམ་བྱུང་
 ཡོད།



ལྷག་པར་དུས་རབས་བཅུ་བཞི་པའི་མཇུག་ཙམ་སྟེ་སྟེ་
 སྲིད་པག་མོ་གྲུབ་པ་དང་སྟེ་བ་རིན་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱི་
 སྐབས་བོད་ཀྱི་སྟེ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་སྲོང་བཙན་སྐམ་པའི་
 དུས་ཀྱི་གྲོན་ཆས་ལ་དཔེ་སྤངས་ཏེ་བཞེས་པར་གྲགས་
 པའི་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་ཞེས་པའི་ཆས་གོས་ཞིག་ད་ལྟ་ཡང་
 དབུས་ཁུལ་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟར། ཆས་གོས་འདི་ནི་
 ཞིན་ཏུ་ངོ་མཆར་ཆེ་ཞིང་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་
 པའི་གསེར་ཀྱི་གཏུ་སྒྲོར་མོ་ཞུ་འབོག་མཐོ་གང་ཙམ་དང་།
 སོག་རྒྱ། སོག་སྒྲོར། རྩ་གུངས། ཞེལ་དཀར་དམར་ཅིས་
 གོས། ཅེ་བེར་གཙུག་ལྷ། ཐོར་བྱབས། ཀོ་ལྷམ་རྟོག་
 གཅིག་མ་བཙས་ཡིན་པ་དང་། ད་དུང་གནའ་དུས་ཀྱི་གྲོན་
 ཆས་བྲུ་རྒྱ་ལུ་ཆས་བྲུ་སྟེ་གྲགས་པའི་སྐུ་བོ་དཔོན་
 རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཆས་གོས་སྤང་ནག་པོ་སྟེལ་རུབ་ཙན་
 ཞིག་དང་། སྟེ་སྟོང་འཇའ་ལྷན། ལྷམ་གཟན། འཁུར་ཁ་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཐེག་ཁུག་ སོར་ཤུབས། ཅེ་སག་ གསེར་མིལ་སྒྲུག་ཁྲིག་
གོ་ལྷམ་རྟོག་གཅིག་མ། ཞུ་མོ་འབོག་ཆེན་དང་། ཡང་ཞུ་
བཅས་གྲོན་སྲོལ་ཡོད་པའང་གནའ་བོའི་སྤྱར་རྒྱལ་སྐབས་
ཀྱི་གྲོན་ཆས་དངོས་ཡིན་པར་བཤད།

གཞན་ཡང་དཔལ་ས་སྤྱོ་བས་བོད་ཀྱི་སྤྲིད་དབང་འཛིན་
སྐབས་དང་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་སྐབས་སོག་པོ་གྲུ་བྱིའ་
བསྟན་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་བོད་དུ་སླེབས་ནས་ལྷ་བཟང་ཉན་
བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྱས་པ་ནས་སོག་བོད་བར་འབྲེལ་ལམ་
བྱུང་བར་བརྟེན་སོག་ཆས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་བོད་དུ་དར་
ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཞུ་མོ་ཕ་སྒྲོར་དང་ལུགས་མདའ། ཉྱག་
ཞུ། གསེར་ཐབས། ཉྱ་ཞུ་མོར། སོག་ཞུ་སོགས་མི་
རིགས་གཞན་པའི་གྲོན་ཆས་ཀྱི་ཤན་སྐབས་དེ་ཙམ་ནས་
ཐེབས་ཉེ་ལོ་ངོ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་ཕྱིན་པ་རེད།
ཞིང་འབྲོག་མང་ཆོགས་དང་གྲོང་མི་ཆོའི་གྲོན་ཆས་ལ་



གཞི་རྩའི་ཐད་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ནའང་། རྒྱ་སྤྱོད་ཐད་
 སྒྲུབ་བྱ་དང་། བགས་རིགས། རས་ཆས། གོས་ཆེན་
 འགོ་སྒྲུབ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་བཟོ་དབྱིབས་སྒྲ་ཆོགས་
 མཆིས་ཤིང་། དཔེར་ན་བྱད་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་བྱ་ཡོད་དང་སྤྱོད་
 མེད་ཡུལ་སོ་སོའི་གནས་གཤིས་ཀྱི་བབ་ལ་བསྟུན་ཏེ་སྤྱོད་
 མཐུག་དང་ལེགས་ཉེས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་ལ། ཀོང་བོའི་བྱད་
 མེད་ཆོའི་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་ལ་ཀོང་སྒྲུབ་ལམ་སྤྱོད་ལྟེན་གས་ཀྱི་
 མགོ་བྱུབས་དང་། སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་ལྟེན་གས་མགོ་བྱུབས་གྱོན་
 སྤྱོད་དང་ཆེ་ཅེས་དང་། གཙང་དང་སྤྱོད་ལ་སོགས་ཀྱི་བྱད་
 མེད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་བཟུགས་ཞེས་བའི་
 སྤྱོད་མེད་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་ལྟེན་གས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྟེན་སྤྱོད་
 བ་དང་། དེ་བཞིན་མདོ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་བའི་གོང་
 བར་ཆར་ལོག་དང་སྤྱོད་ལྟེན་གས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལྟེན་
 སོགས་སྤྱོད་ལྟེན་སྤྱོད་ལྟེན་མ་ཟད། དགུན་ཁར་སྤྱོད་ལྟེན་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

སྤྱ་བ་དང་། དབྱར་ཁ་རས་ཆས་དང་ཆ་རྩེ་པགས་ཅག་
སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་འགོ་རྣམ་ཆོས་བསྐྱིགས་ཀྱི་རྒྱབ་གདན་
ལ་དདུལ་དང་དུང་དཀར་བཅས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དང་། རྟེན་
པར་གསེར་དདུལ་ཀྱི་ཆབ་མ། འབབ་ཁྲག་སྟོ་གི་དང་ཁབ་
ཤུབས་སོགས་འདོགས་ཆས་ཤིན་དུ་མང་། ཡང་ཨ་མ་མདོ་
བའི་བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱབ་གདན་ལ་སྟོས་ཤེལ་དང་བྱ་
རུ། དདུལ་རྩང་ཞེས་པའི་དདུལ་ཆགས་སོར་ཅམ་བརྒྱན་
པ་སོགས་འདོགས་སྟོལ་དང་། དབྱས་མོ་རྣམས་ཀྱིས་
གཡུ་བྱར་ཟུ་ཏིག་སོགས་ཀྱི་སྤྲ་སྤྲག་བྱར་གསུམ་ཅན་ཞིག་
དང་། ཨེ་ཀོར། གཡུ་གསུམ་སྟོམ། གཟིའི་སྟེ་སྤྲག་བྱ་རྩེ་
དགར་བ། ལ་ལས་སྐྱ་མཆམས་སུ་གཟི་དང་གཡུ་བྱར་
སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དང་། གཙང་མོ་རྣམས་ཀྱིས་གཡུ་
བྱར་ཀྱི་སྤྲ་སྤྲག་དང་། གཡུ་བྱར་ཟུ་ཏིག་ལས་བྱབ་པའི་སྤྲ་
སྤྲག་དབྱིབས་གཞུ་འབྲ་བ་ཞིག་དང་སྟེ་ལ་གཡུ། རྟེན་སྟེང་།



ལྷ་ཉིག་གི་ཐེང་བ་ལ་དདུལ་གྱི་ཀག་དང་བཅས་ནོར་བུ་
 དགའ་འབྲིལ། སྤྲིག་རུ་སྒྲོག་ཐེང་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་།
 མདོར་ན་བོད་ཀྱི་གྲོན་ཆས་ལ་སྤྱིར་འདྲ་བའི་སྤྲོགས་མང་
 ནའང་གོང་བཀོད་ལྟར་ནམ་གངས་ཀྱང་མང་བོ་ཡོད་པ་མ་
 ཟད། བོད་རིགས་ཀྱི་གྲོན་སྒོལ་གྲོན་ཆས་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་
 རིང་ལྡན་ཞིང་སྤྱུ་རྩལ་གྱི་རབ་ཏུ་བྱུག་པའི་གནའ་རབས་
 ཀྱི་ཆས་ངོ་མ་དེ་ཡིན་པས། ཕྱི་ནང་གི་མཁས་པ་མང་བོས་
 བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་གྲོན་ཆས་སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་
 དང་བྱེད་བཞིན་པ་ལགས་སོ།།

བོད་མིའི་གུས་སྒོལ།

སྤྱིར་བོད་མི་རིགས་ནི་དམག་འཁྲུག་སོགས་གཞན་ལ་
 འཆེ་བ་བྱེད་པའི་ལས་ལ་མི་དགའ་ཞིང་ཞི་བདེ་ངང་འཆོ་
 བ་བསྐྱེལ་བའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེ་འབྲེལ་གྲན་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དར་གཞིན་གསུམ་དང་མཐོ་དམན་སུ་ཡིན་ན་ཡང་སོ་སོའི་
གནས་བབ་དང་མཐུན་པའི་གྲུས་ལུགས་ཁྱེས་ལོད་པ་
མ་ཟད་ཐ་ན་གོས་གྱོན་སྟངས་དང་། གོམ་པ་རྒྱག་སྟངས།
བཀའ་མོལ་ཁྱེས་སྟངས། མིག་གིས་བལྟ་སྟངས། གསོལ་
ང་འབྲེན་སྐབས་ཀྱི་སྟངས་སྟབས་ཚུན་ནས་གྲུས་སྟོལ་སྒྲ་
ཚོགས་ཡོད་པ་ནི་མི་རིགས་འདིའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
བྱད་ཆོས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་གོས་གྱོན་སྟངས་ཐད། བོད་ཆས་དང་དེང་རབས་
ཀྱི་གྱོན་ཆས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཚུལ་བཞིན་གྱོན་པ་
ལས། སུ་ཐུང་ལུག་གིར་སྟོད་པ་དང་། ཐེབ་ཚུ་མི་རྒྱག་པར་
བྱང་ཁོག་ཐེ་རེར་སྟོད་པ། ལྷ་མ་སོགས་ལ་མཇལ་ཁྱའི་
སྐབས་ཞ་མོ་མི་ཐུད་པ། ཐུད་མེད་ཡིན་ན་སྐྱའི་ལན་སུ་མི་
སྟོད་པ་སོགས་ནམ་ཡང་མི་བྱེད།

དེ་བཞིན་མིག་གི་བལྟ་སྟངས་ཐད་ལའང་གདོང་བར་



མིག་ཅེ་རེར་མི་བལྟ་བ་དང་ ལུས་པོའི་རྣམ་འགྱུར་ཡང་
 ཅུང་གྲུག་ཅམ་བྱེད་པ་ལས་ལྷག་གེར་དགྲེས་ཏེ་སྡོད་པ་
 སོགས་མི་བྱེད། རང་ལས་དམའ་བའམ་རང་མཉམ་གྱི་
 རིགས་ལ་གོང་གསལ་ལས་ཅུང་ལྷག་ཅམ་བྱེད་པ་ཡིན།
 འདྲ་འཛོམས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་གནས་བབ་དང་ལོ་ནའི་
 གོ་རིམ་ལྟར་གྲལ་དུ་འཁོད་པ་ལས་གང་བྱུང་དུ་བསྐྱད་ན་
 མ་རབས་སུ་བཅི་སྟོང་ཡོད། གྲ་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་སྒྲ་
 སྟོབ་དང་བསྐྱབ་པ་གན་གཞོན། དགེ་ཚུལ་སྟོང་སོགས་
 ཀྱི་གནས་རིམ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལས་ལོ་ན་བགྲེས་གཞོན་
 སོགས་ལ་གཅིགས་སུ་མི་འཛིན།
 མི་སེར་དགྲུས་མའི་རིགས་ལ་མཆོན་ན་བཞུགས་གྲལ་
 སྐབས་པ་མ་བྱ་མོ་རྣམས་རིམ་པ་ལྟར་སྡོད་པ་ལས་རང་
 སྒྲུང་གང་བྱན་ཏེ་བཟོ་བ་དང་། འཆང་ཁ་འབུད་འདེད་
 སོགས་མི་བྱེད་པ་བཅས་མདོར་ན་ཡ་རབས་ཚུལ་ལྡན་གྱི་



གོམས་གཤེས་བཟང་པོ་འདི་ནི་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕ་
 མེས་ནས་བརྒྱད་པའི་རང་མདངས་ཤིག་ལགས་ན། མི་
 རིགས་འདི་རི་སྤྱད་འཆོ་བའི་བར་མི་ཉམས་གོང་སྤེལ་དང་
 ཉམས་པ་སོར་ཅུད་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཅམ་ཟན་སྤྱི་དང་ཡང་སྒོས་
 གདོང་དམར་བོད་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་ན་གཞོན་ཀྱན་
 གྱིས་ལས་འགན་དོར་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པའང་ངས་
 དགོས་སོ།།

ཐགས་འཐག་སྤངས།

ཐོ་སྒྲུང་དུ་འཆོ་བའི་རང་རེའི་གངས་ཅན་པ་ནམས་ཀྱི་
 མགོའི་སྒྲ་ནག་དང་། རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲམ་བུ། བྲིམ་ཀྱི་སྤྱི་མོ་
 ནམས་ནི་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོད་ཀྱི་དངོས་པོ་བེད་སྤྱོད་
 ཆེ་ཤོས་དག་ཡིན་ལ། དེ་དག་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་
 གཞན་ལའང་བརྟེན་མི་དགོས་པར་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་



རིག་ཅུལ་ལས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་དངོས་པོ་
 འདི་དག་གི་གོང་ནས་ཐག་ས་འཐག་སྟངས་དར་ཡོད་པ་
 ཐག་གིས་ཆོད། སྤྱིར་ཐག་ས་འཐག་སྟངས་ལ་རིགས་མི་
 འདྲ་བ་གཉིས་ཙམ་ཡོད། མགྲོགས་དལ་དང་སྟབས་བདེ་
 འདུག་ཙམ་ལས། གཞན་མིང་དང་རྒྱ་སྤྱོད་སོགས་ལ་བྱུང་
 པར་མེད། སྟབས་བདེ་ཐག་ས་ཁྱི་དེ་ནི་ཤིང་རྒྱུ་བཞི་ས་ལ་
 བཅུགས་པའི་ཅེར་ུ་མ། རྒྱ་སྤྱོད། སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེས་དབྱུག་
 བཞིས་སྤྱོད་གཞི་བཅོས། དེའི་སྤྱོད་དུ་ཐག་ས་སྤྱོད་དང་
 སྤྱོད་སྤྱོད་བཅུག་སྤྱོད་སོགས་ཆ་ཆ་དང་བསྤྱོད་ས་ཇེས། ཐག་ས་
 ཁྱི་དེ་རྒྱུ་བཞི་དུ་སྤྱོད་ས་བྱུ་ཞིག་བཅོས་ཏེ།
 འཐག་མཁན་གྱིས་དེ་ལ་རྒྱུ་བཞི་དུ་སྤྱོད་ས་བྱུ་ཏེ་རྒྱུ་བཞི་
 གི་འཐག་རྒྱུ་དང་འཐག་སྤྱོད་གཉིས་གསེབ་པའི་བར་དུ་
 སྤྱོད་ས་འཐག་རྒྱུ་དང་འཐག་བྱུ་ཞིང་གཏག་མཁན་གྲུབ་



བང་གིས་ཡང་ཡང་གཏག་སྟེ་འཐག་འཐག་སྟངས་འདིས་
 ཉིན་རེར་འདོམ་བ་བཙེ་ལྲ་ཙམ་འཐག་རུས་ཟེར། འཐག་
 སྟངས་གཞན་བ་དེའི་ཐགས་ཁྲིར་རྒྱང་བ་གསུམ་ལས་མེད་
 བ་དང་། གཞན་འཐག་རྒྱང་དང་རྒྱབ་སྟེགས་སོགས་མེད་
 རྒྱུ། འཐག་མཁན་ཐགས་ལ་ཞོན་དགོས། རྒྱ་སྟེན་དང་
 སྒྲས་སོགས་འཛུགས་སྟངས་འབྲ་ནའང་། འཐག་སྟངས་
 འདིས་ཉིན་རེར་འདོམ་བ་བཞི་ལྲ་ཙམ་ལས་འཐག་མི་རུས།
 བལ་གྲིས་འཐག་བ་ལ་ས་འཐག་དང་། ཅིད་བས་འཐག་བ་
 ལ་རེ་ལྟེ་ཞེས་འབོད།།

ཏ་ཅེད།

རང་ཅག་གངས་ཅན་བ་ཚོར་མི་རིགས་གཞན་དང་འབྲ་
 བར་ལོ་རྒྱས་ཡུན་རིང་ལྡན་བའི་སློལ་རྒྱུན་གྱི་ལུས་ཅལ་
 བྱེད་སློ་སྒྲ་ཚོགས་བ་ཞིག་ཡོད་བ་ལས་ཏ་ཅེད་སློར་ལ་



མཆོན་ན་རྟ་རྒྱལ་འགྲན་བསྐྱར་དང་། རྟ་ཅེད་སློ་ལོ། རྟ་
ཅེད་འདོན་པ། རྟ་ཐོག་ནས་འཁོར་གསུམ་གྱི་རྩལ་སྣ་
འགྲན་པ་སོགས་རྣམ་གངས་ཤིན་ཏུ་མང་།

དེ་ཡང་རྟ་ཐོག་ནས་འཁོར་གསུམ་གྱི་རྩལ་སྣ་འགྲན་པ་ནི་
རྟ་བང་སྐར་མདའ་ལྟར་རྒྱལ་བཞིན་པའི་ཐོག་ནས་རྟ་བ་སོ་
སོས་རིམ་པ་བཞིན་འབེན་དང་པོར་མདའ་ཅེད་དང་གཉིས་
པར་མདུང་ཅེད། གསུམ་པར་མེ་མདའི་རྩལ་བཅས་གྱི་ཆ་
ཁ་འགྲན་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། རྟ་ཅེད་སློ་ལོ་ནི་རྟའི་གོང་
ནས་སློ་ལོ་རྒྱལ་པའི་བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱན་གྱི་ལུས་རྩལ་རྙིང་
གས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་པར་སྤྱི་ནང་གི་མཁས་པ་
མང་པོས་རྟ་ཅེད་སློ་ལོའི་ཐ་སྙད་སྐོར་ལ་དབྱད་ཞིབ་བྱས་
པར་གཞིགས་ན་ཅེད་རིགས་འདི་ནི་ཐོག་མར་བོད་དུ་བྱུང་
བ་དང་། དེ་ནས་སློང་བཅན་དང་ཐང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་
རྒྱ་བོད་བར་དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས་སྤེལ་རིས་བྱས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

པའི་བརྒྱད་རིམ་ཁོད་བོད་ནས་རྒྱ་ཡུལ་དུ་དར་ཞིང་། ཕྱིས་
སོར་རིམ་བཞིན་ཡུལ་ཁག་གཞན་ལ་བྱབ་བརྒྱལ་དུ་སོང་
སྟེ་དེང་འཛམ་གླིང་གི་ཅིད་མོའི་རྣམ་གངས་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཏུ་ཆགས་ཡོད། ཏྲ་རྒྱལ་འགན་བསྐྱར་ནི་ཏྲ་འགྲོས་ཅན་ཁ་
ཤས་མཉམ་དུ་མགྲོགས་ཆད་འགན་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་དང་།
ཏྲ་ཅིད་འདོན་བ་ནི་ཏྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུང་ལྟར་མགྲོགས་
པའི་བཞོན་པའི་སྟེང་ནས་ལུས་པོ་བསྐྱར་ཏེ་ས་ཐོག་ལ་
བཀམས་པའི་ཁ་བཏགས་ལག་བས་ལེན་པ། དེ་བཞིན་
ཏྲ་ཐོག་ནས་འགྲོང་བ་དང་བཞོན་འབབ་བྱེད་པ། གཡོན་
ངོས་སུ་རྒྱུང་བ་གཡས་པ་བཅུགས་ཅམ་བྱས་ནས་སྐར་
ཏྲའི་སྟེང་དུ་བཞོན་འབབ་ཐངས་མང་བྱེད་པ། ད་དུང་ཏྲའི་
སྟེང་དུ་གན་རྒྱལ་གྱིས་ཉལ་བ་དང་སྟོ་འོག་ཏུ་མི་མངོན་
པར་གཤམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱགས་པ། ཏྲ་ཐོག་ནས་ཞགས་
བ་འཕངས་ཏེ་ཏྲ་ལུག་འདེད་བཟུང་བྱེད་པ་སོགས་མདོར་



ན་ཏྲ་ཅེད་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་བོད་པ་ལས་ལྷག་མེད་པར་བསྟུང་བ་
དེ་ཡང་དོན་དངོས་དང་ཆེས་ཆེར་མཐུན་ནོ།།

བོད་མིའི་བསམ་སྟོན།

སྒྲིར་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྟོན་འདི་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་རྒྱ་དཀའ་ནའང་། བོད་མི་རིགས་ལ་གནའ་སྤ་མོ་
ནས་བོན་ཆོས་དར་བྱབ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཁར། རྗེས་སོར་ནང་
ཆོས་དར་བ་ལ་བརྟེན་རིམ་བཞིན་བོད་མི་ཆོའི་བསམ་སྟོན་
ནང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཆད་མཐོན་པོར་སླེབས་ཏེ་དོན་གང་
ཞིག་བྱེད་ཀྱང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་བོད་
མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཅུང་དུས་ནས་སྐབས་འགྲོ་དང་དམིགས་
བརྩེ་མ་སོགས་རང་བྱུགས་ཀྱིས་འདོན་ཤེས་པ་དང་། ཅུང་
མཐར་མ་ཎི་འདོན་མི་ཤེས་པ་པལ་ཆེར་མེད།

དེས་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁག་ཏུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་



མིའུ་གཏུང་བྱུག་ནི་འགྲོ་བ་རིགས་བྱུག་སོ་སོ་ནས་མཆེད་
ཚུལ་བཤད་བ་དང་། དེ་ཡང་བ་སྤྱེའུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔའི་རིགས་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེ་བ། ཤེས་རིག་བཟ་བ། བཟོད་
བསྐྱེད་ཐུབ་པ། གཞུགས་བྱང་ལེགས་པ་ཤིང་ཉོག་སོགས་
ལ་དགའ་བོ་ཡོད་ཚུལ་དང་། མ་བྲག་སྤྱིན་མོའི་རིགས་
ལ་དུག་གསུམ་ཅུང་ཤས་ཆེ་བ་དང་། མདོག་ངན་ཞིང་ཤ་
ཁྲག་ལ་དགའ་བ་སོགས་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་མི་སོ་སོའི་
བསམ་སྤྱོད་ཀྱང་འབྲ་མིན་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། གང་ལྟར་
སྤྲིག་པ་ལ་འདྲེམས་བ་དང་དགོ་བར་སྤྱོ་བ་ནི་བོད་མི་སྤྱིའི་
བསམ་སྤྱོད་གཅིག་མཐུན་ཡིན།

དེ་ཡང་བོད་མི་རིགས་ནི་ཆོས་ལ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་མོས་
ཤིང་། སྤྲ་མ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་དད་པ། དགོ་
ཀན་དང་རང་ལས་ཀན་པའི་རིགས་ལ་གྲུས་བརྟུར་བྱེད་
ཅིང་། ཉམ་རྒྱུན་ནས་ངང་རྒྱུད་རིང་ཞིང་བྱམས་སེམས་ཆེ་



བ་མ་ཟད། རང་ཉིད་ལ་བཀའ་ཤིས་པ་ཞིག་བྱང་ན་སྒྲ་མ་དང་
 དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན་ཞེས་དགའ་གུས་བྱེད་པ་
 དང་། བཀའ་མི་ཤིས་པའི་དོན་རྒྱུ་ཞིག་དང་འཕྲད་ཆོ། རྒྱུ་
 བ་སྒྲོན་མའི་བྱས་ཉེས་ཆེ་འདིར་སྒྲིན་པར་ཡིད་ཆེས་གྲིས་
 ལས་དབང་ཁོ་ནར་བཅི། དེ་འབྲེལ་ལེགས་ཉེས་འབྱོར་
 རྒྱད་གང་ཐད་ལ་ཆོག་ཤེས་གྲིས་སེམས་སྒྲོང་སྒྲོང་པོ་
 སོགས་མི་བྱེད།

ལྷག་པར་བོད་མིའི་གཤེས་ཀ་འཇམ་ཞིང་སྒྲོ་ལ་བཟོད་
 བསྐྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད། རྒྱུ་གཏན་གྱི་བྱེད་སྒྲོའི་ནང་ལའང་
 ཉགས་ཉེན་འབྲེལ་དང་གཟའ་ཆེས། མི་ལམ་སོགས་བཟང་
 བ་དགའ་མོས་བྱེད་པ་དང་། ཉེས་ན་ནམ་ཉོག་ཆེན་པོ་བྱེད་
 པ་དང་འབྲེལ་འཕྲལ་མར་སྒྲ་མ་ལ་གསུང་ཉགས་ཁྲུས་ཏེ་
 དེམ་གྲོ་སྒྱུར་སྒྱུབ་བྱེད། ལས་དོན་ཅུང་ཆེ་བའི་དེགས་ལ་
 སྒྲོན་ཚུན་ནས་མོ་ལུང་ཅིས་གསུམ་གྲིས་ཞབས་དེམ་ཇི་



གསལ་ནམས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་སོགས་མདོར་ན་
 བོད་མིའི་བསམ་སྟོན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདྲིམ་ནས་ཡོད་
 ནོ།།

གྲུབ་མཐའ་བྱང་ཚུལ།

སྤྱིར་ང་ཆོ་བོད་ལ་དར་བའི་ནང་བསྟན་ནི་ནམ་འདྲན་བཞི་
 བ་སྟོན་པ་ཤིང་ཐུབ་པའི་གསུང་ལས་མཆེད་པ་ནི་རྒྱད་
 འདྲིན་གྱི་མཁས་པ་ནམས་གཅིག་མཐུན་ཡིན་མོད། བ་
 སྟན་འདོགས་སྟངས་དང་བྱང་རིམ་སྤྱིའི་རྒྱུན་བས་ཆོས་
 པརྒྱད་དང་གྲུབ་མཐའ་ནང་གསེས་ཁག་མང་པོ་བྱང་བ་
 རེད། དེས་ན་འདྲིར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་འགའི་
 བྱང་ཚུལ་ཅི་ཡིན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

༡ རྟིང་མ་བ།

ལར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མདོ་སྒྲགས་



གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས་མདོ་ཕྱོགས་ལ་གསར་ཉིང་གི་
 རྣམ་གཞག་མེད། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་
 གསར་ཉིང་གི་རྣམ་གཞག་འབྱེད་ཅིང་། དེ་ནི་བོད་རང་གི་
 མཁས་པ་སྤྲ་མ་ཆོས་པའི་ཐ་སྟད་ཅིག་ཆགས་ཡོད།
 དེ་ཡང་འགྲུར་སྤྱིས་དབང་གིས་དུས་རབས་པ་རྒྱད་པའི་
 རང་ལོ་ལྔ་བ་སྐྱ་ཙག་ཞང་གསུམ་གཙོས་ལོ་ལྔ་བ་སྤྲ་མ་
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་འགྲུར་རྒྱད་ཕྱེ་རྣམས་ལ་སྤྱི་འགྲུར་ཉིང་མ་
 ཞེས་དང་། དུས་རབས་པ་རྒྱ་བའི་རང་བྱོན་པའི་མངའ་ངེས་
 ལོ་ལྔ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ནས་དེའི་མན་གྱི་ལོ་ལྔ་བ་དག་
 གིས་བསྐྱར་པའི་རྒྱད་ཕྱེ་རྣམས་ལ་སྤྱིས་འགྲུར་གསར་མ་
 ཞེས་པའི་ཐ་སྟད་ཐོགས་པ་རེད། དེས་ན་ལོ་ལྔ་བ་རིན་ཆེན་
 བཟང་པོ་ནི་སྤྱི་འགྲུར་གསར་མའི་ལོ་ལྔ་བ་ཀྱན་གྱི་ཆེས་
 ཐོག་མ་དེ་ཡིན།
 དེ་ཡང་བོད་དུ་དར་བའི་གསར་སྤྲུགས་ཀྱན་གྱི་ཐོག་མ་ནི་

ཕྱག་ལཱ་འཛིན་པའི་ལུང་ལྟོས།

སྤྱི་འགྱུར་རྙིང་མ་ཡིན་པས། དེའི་རིང་ལུགས་འཛིན་པ་
ནམས་ལ་སྤྱི་འགྱུར་རྙིང་མ་པ་ཞེས་གྲགས་ལ། སྐབས་
དེར་མཁན་སྟོབ་ཆོས་གསུམ་ཞལ་འཛོམས་པའི་ཐོག་
ལ་ཆེན་བེ་རོ་ཙྰ་ན་སོགས་སྤྱལ་བའི་ལོ་ཙྰ་བ་མང་པོས་
རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དང་དགོངས་འབྲེལ་གྲགས་ཆེ་བ་ནམས་
བསྐྱར་ཅིང་། འབགས་ལུལ་དུ་བྱུན་མོང་གི་སྤང་ངོར་མི་
བཞུགས་པའི་གསང་རྒྱུད་དུ་མ་སྟོབ་དཔོན་བརྩ་འབྱུང་
གནས་སོགས་ཀྱིས་མཁའ་འགྲོའི་གསང་མཛོད་ནས་སྤྱན་
བངས་ཏེ་གདུལ་བྱ་ནམས་སྤྲིན་གྲོལ་ལ་བཀོད་པས། རེས་
འབངས་རེར་ལྷ་སོགས་དོ་རྗེའི་སྐྱབ་རྟེན་པའི་སྟོད་ལྷན་
ཀྱི་སྟོབ་མའང་གངས་ཀྱི་མི་ལང་བ་བྱུང་། གསང་སྤགས་
རྙིང་མའི་བསྟན་པ་ལའང་བཀའ་གཏེར་གཉིས་ལས། རྙིང་
མ་བཀའ་མའི་རང་ལུགས་འཛིན་པ་ནི་སོ་ཡེ་ཤེས་དབང་
ལྷག་དང་། ལུང་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས། གཞུབས་སྤྲ་ཆེན་



བྱང་སྒྲིང་གསུམ་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་ཟེར་ཞིང་། གཏེར་མའི་
 ཕྱོགས་ནི་ཨོ་རྒྱན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བརྒྱ་སྟོ་ལྷ་ལས་
 བྱེ་རབས་པོད་འབངས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་སྤྲས་པའི་གཏེར་
 ཆོས་ཟབ་མོ་རྣམས་བཏོན་ཏེ་གང་འདུལ་གྱིས་འགྲོ་དོན་
 མཛད་པའི་རིགས་ལ་ཟེར་ཞིང་། དཔེར་ན། མངའ་བདག་
 ཉང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གུ་རུ་ཆོས་དབང་སོགས་མཆོག་
 གི་སྦྱལ་སྦྱ་གསུམ། སྒྲིང་པ་བཅུ་གཅིག་རི་མེད་སྡེ་ལ།
 རུས་ལྷན་ཉེར་གཅིག་སོགས་གཏེར་སྟོན་ཆེན་པོ་བརྒྱ་ཅ་
 བརྒྱད། གཏེར་ཕན་པ་སྟོང་ཅར་གྲགས་པ་རྣམས་ཡིན་
 ལ། ལྷག་པར་སྤྲ་འགྱུར་བསྟན་པའི་སྟོན་མེ་ཀུན་མཁྱེན་
 རོང་སྟོང་གཉིས་དང་། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ཆེན་པོ་གཏེར་
 བདག་སྒྲིང་བ། ལོ་ཆེན་རྣམ་ཤིང་སོགས་སྤྲ་འགྱུར་རྟེང་
 མའི་རིང་ལུགས་འདྲིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་རྟེང་མ་བ་ཞེས་སུ་
 གྲགས་པ་རེད།

༡ བཀའ་གདམས་པ།

བཀའ་གདམས་པ་ནི་སྤྲོན་སྤྲ་བ་རིན་ཆེན་འབར་གྱིས་
རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཀྱང་བཞག་རྒྱ་མེད་
པར་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་བ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟར།
འབྲོམ་སྟོན་པས་ཀྱང་། རོ་མཆར་བཀའ་ནི་སྤེ་སྟོད་གསུམ་
ཡིན་ཏེ། །གདམས་པ་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་མངོས་པ་ཡི།
།བཀའ་ལྡན་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་སྤེང་བ་ལ། །འགྲོ་བ་གང་
གིས་བགྱངས་ཀྱང་དོན་ཡོད་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་ཇོ་བོ་ཇེས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྤེ་སྟོད་གསུམ་གྱི་
དོན་མ་ལུས་པ་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དུ་བསྐྱས་
ནས་གདམས་པའམ་བསྟན་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་བཀའ་
གདམས་ཟེར་ཞིང་། དེའི་རང་ལུགས་འཛིན་པའི་སྦྱི་ཆེན་
རྣམས་ལ་བཀའ་གདམས་པ་ཞེས་སུ་འབོད། འདིར་ཇོ་
བོ་ཇེ་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་བསྟན་པའི་དབུ་བརྟེས་པ་



དང་། འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་བཀའ་
 གདམས་པའི་སྒོལ་བྱས། བོ་རྟོ་བ་དང་སྤྱན་ལྔ་བ། སུ་
 རྩུང་བ་སྟེ་རྒྱལ་སྐས་སྐྱ་མཆེད་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་དར་ཞིང་
 རྒྱས་པར་བྱས། སྤང་ཤར་བྱ་ཡུལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་རིང་
 ལ་ཤིན་ཏུ་དར་རྒྱས་བྱུང་བའི་སྐབས་ཡིན་པར་གྲགས།
 གཞུང་གི་སྒྲོས་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ཅིན་གྱི་བྱད་པར་ལས་ཇོ་
 བོ་ཡབ་སྐས་ནས་དགོན་པ་བ་དང་སྟེ་ཕུར་བ་སོགས་ལ་
 བརྒྱད་པ་དང་། འབྲོམ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ནས་སྤྱན་
 ལྔ་བ། བྱ་ཡུལ་བ་སོགས་ལ་བཀའ་གདམས་གདམས་ངག་
 པ་དང་། ཡང་འབྲོམ་ནས་དགེ་བཤེས་བོ་རྟོ་བ། དེ་ནས་ཤ་
 ར་བ་སོགས་ལ་བརྒྱད་པར་བཀའ་གདམས་གཞུང་བ་བ་
 ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གངས་ཀྱང་ཡོད་དོ།

༣ ས་སྐྱ་བ།

ས་སྐྱ་བ་ནི་དི་སྐད་དུ་ཇེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གྱིས། ས་དཀར་པོ་མེད་གཏིང་བ་འབྲ། དཔལ་ལྷན་
ས་སྐྱ་མེད་གཏིང་ལུས། འགྲོ་དུག་གི་བསམ་བ་འགོངས་
བ་བོ། རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་བཞུགས་གནས་ཡིན། ཞེས་
གསུངས་བ་ལྟར་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོས་འབྲོག་
མི་ལོ་རྩ་བ་དང་མང་ལོ་རྩ་བ། བ་རི་ལོ་རྩ་བ་སོགས་
ལས་གསང་སྤྲགས་གསར་མ་གསན་ཞིང་། རྗེས་སུ་ས་
སྐྱར་ཆོས་གྲ་བཏབ་བས་གནས་མིང་ཆོས་དང་གང་ཟག་
ལ་ཆགས་པར་བརྟེན་མིང་ལའང་དེ་སྐད་གྲགས། དེའང་
འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་རིང་ལ་གསང་སྤྲགས་བྱི་
འགྱུར་གྱི་བསྟན་པའི་དབུ་བརྟེས་བ་དང་དཔལ་བཅེ་བ་
ཆེན་པོས་སློལ་བཏོད། རྗེ་བཙུན་སྐྱ་མཆེད་ཀྱི་རིང་ལ་
དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད། ལྷག་པར་ཆོས་རྗེ་ཁྱ་དཔོན་
རྣམ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་གངས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོད་དོ་ཅོག་
དཔལ་ས་སྐྱ་བའི་ཆོས་སྲིད་ཀྱི་དབང་དུ་བསྐྱས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་



དར་བར་མཛད། དེ་ལྟར་གཡག་སྐྱག་སངས་རྒྱས་དཔལ་
སོགས་གཡག་རོང་གཞོན་གསུམ་དང་། གུན་དགའ་རྣམ་
གཉིས། གོ་ཤག་རྣམ་གཉིས་སོགས་སྐྱེས་ཆེན་མང་དུ་
བྱོན་ནས་ད་ལྟའི་བར་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མཐའ་
སྐྱས་པར་མཛད་བཞིན་ཡོད་དོ།

༧ བཀའ་བརྒྱད་པ།

བཀའ་རྒྱུད་པ་ཞེས་པ་ནི་བཀའ་བབས་ཀྱི་གདམས་པའི་
བརྒྱུད་འཛིན་པས་ན་མིང་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་གྲགས་ལ། ཉང་
གསེས་ལ་དཔལ་ལྷན་ཏེ་ལོ་བའི་བཀའ་བབས་པ་ཞེས་
གདམས་པ་རྗེ་མར་བ་ནས་བརྒྱུད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
མཁའ་འགྲོ་མ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་བབས་ཁྱུང་པོ་རྣལ་འབྱོར་
ནས་བརྒྱུད་པ་སྟེ་དེ་གཉིས་ལ་བཀའ་བབས་བརྒྱུད་འཛིན་
གཉིས་སུ་གྲགས། ལྷག་པར་མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་གཞིན་
ཅུ་ནས་ཁམས་པ་མི་གསུམ་གྱིས་བཀའ་བབས་བརྒྱུད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

འཛིན་བྱས་པ་དེར་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཅེས་དང་། ཞང་
གཡུ་བཙུན་འབྲུས་གྲགས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ཆལ་བ་
བཀའ་རྒྱད། དཔལ་དུས་གསུམ་མཐུན་པའི་ཆོས་བརྒྱད་
ལ་ཀམ་བཀའ་རྒྱད། བག་མོ་བྱ་བ་ལས་བརྒྱད་པ་ལ་བག་
བྱ་བཀའ་བརྒྱད་ཅེས་ཟེར་ཞིང་། དེ་བཞི་ལ་བཀའ་བརྒྱད་ཆེ་
བཞི་ཞེས་སུ་གྲགས།

གཞན་ཡང་མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྟ་ཟེའི་ཐུགས་སྒྲུབ་
འབྲུ་བྱང་སྒྲོབ་པ་བ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་དང་སྟག་ལུང་
བཀའ་ཤེས་དཔལ་གཉིས་ལས་འབྲུ་བོང་བཀའ་བརྒྱད་དང་།
སྟག་ལུང་བཀའ་བརྒྱད། རྒྱལ་ཆབ་ཀྱན་ལྡན་རས་པ་དང་
གླིང་ཟེ་རས་པ་གཉིས་ལས་ཁོ་གླིང་གཉིས། སྤར་བ་བྱུབ་
ཐོབ་ཤེས་རབ་སང་གོ་དང་། ཡེལ་བ་བྱུབ་ཐོབ་ཡེལ་ཤེས་
པཅེགས་པ་གཉིས་ལས་སྤར་ཡེལ་གཉིས། ཟར་བ་སྒྲུལ་
ལྡན་ཡེལ་ཤེས་དང་མཉམ་མེད་བྱུང་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་གཉིས་



ལས་གཡའ་བྱག་བཀའ་བརྒྱད་གཉིས་ཏེ། དེ་དག་ལ་
ཡོངས་གྲགས་སུ་བཀའ་བརྒྱད་ཚུང་བརྒྱད་དུ་འབོད་དོ།

༥ དགེ་ལུགས་པ།

བཀའ་གདམས་གསར་མའམ་དགེ་ལུགས་པ་ནི། རི་སྐད་
དུ། བ་ཚོས་ལེའུ་ཉེར་དུག་པ་ལས། ཐ་མར་བསྟན་པའི་མེ་
རོ་ནི། གྲགས་པའི་མཚན་གྱིས་གསོ་བར་བྱེད། ཅས་ལུང་
དུ་བསྟན་པ་ལྟར་ཤར་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་༡༣༥༧ནས་
༡༩༡༩ བཀའ་གདམས་པའི་གཞུང་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་
གསར་མའི་སྤྲགས་བརྒྱད་ལ་སྦྱང་བ་གནད་དུ་ཐིང་བ་
གནང་ཞིང་། མཐར་དེ་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་བཤད་
སྒྲུབ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ཏེ་འབྲོག་རི་བོ་ཆེར་
དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་བྲག་བཏབ་པར་བརྟེན།
གནས་མིང་གང་ཟག་ལ་ཐོགས་ཏེ་དེའི་བརྒྱད་འཛིན་ལ་
དགའ་ལྡན་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་ལ། ཕྱིས་སུ་མིང་དེ་བརྗོད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལྟུང་ལྟུང་།

བདེའི་དབང་གིས་དག་ལུགས་དང་དག་ལུགས་པ་ཞེས་
སུ་བསྐྱར་པ་རེད། ཆོས་ཁུངས་གང་ལས་མཆེད་པ་བསྐྱར་
པའི་ཕྱིར་བཀའ་ལྡན་གསར་མ་ཞེས་ཀྱང་འབོད།

གཞན་ཡང་སྤྱི་མེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱི་ཆེན་པོར་
དབུ་ཞུ་སེར་པོ་ཅེ་སྤྱི་བ་ཞིག་གནང་པར་བརྟེན། སྤོན་གྱི་
འདུལ་འཛིན་ཆེན་པོ་དག་གིས་ཞུ་སེར་དེ་མནའ་སྤོལ་
ཡོད་པ་ལྟར་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་འདུལ་བའི་བསྐྱར་པ་གོང་
འཕེལ་དུ་གཏོང་ཕྱིར་ཞུ་སེར་བཞེས་པས། ཕྱིས་སུ་ཞུ་སེར་
རང་ལུགས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲགས་སོ།།

དེ་ལྟར་རྗེའི་ཐུགས་སྤྲོས་རྒྱལ་ཚབ་མཁས་གྲུབ་རྣམས་
གཉིས་ཀྱི་གཙུག་མཁས་གྲུབ་རིམ་བྱོན་དག་གི་མདོ་
སྤྲུགས་སྤྱི་དང་། བྱུང་པར་རྗེའི་གསུང་རབ་ལ་འཆད་ཉན་
སྒྲིམ་གསུམ་གྱིས་མདོ་སྤྲུགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱར་པ་
རིན་པོ་ཆེ་འདི་བཞིན་སྤྱི་རྒྱའི་གསེས་སུ་སྤོལ་དང་སྤོལ་



བཞིན་པ་འདིའོ།།

བོན་པོ།

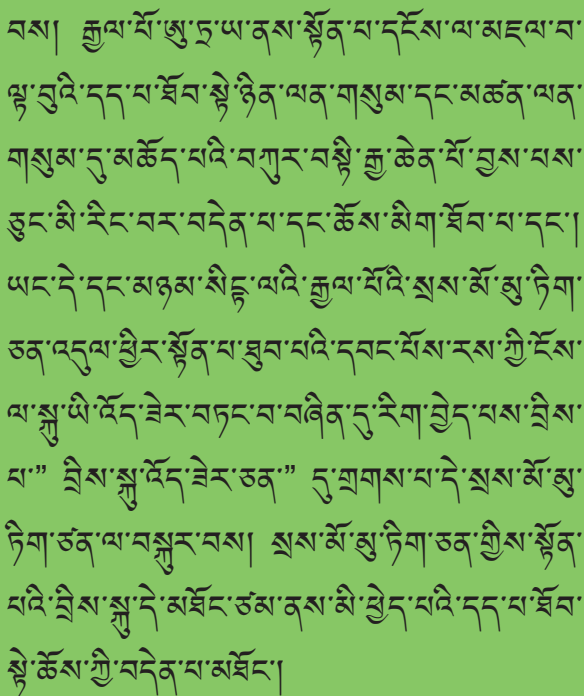
དེ་ཡང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟོན་པ་ཤྲུ་བྱུ་པ་དང་
 དུས་མཉམ་ཙམ་ལ་བྱང་བའི་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ནི་ཡུལ་
 འོ་མོ་ལུང་རིང་དུ་འཁྱུངས་ཤིང་། འགའ་ཞིག་གིས་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་ཡིན་ཡང་ཟེར། གང་ལྟར་ཁོང་ནི་མདོན་
 ཤེས་དང་རྩུ་འབྱུང་མངའ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། བོན་གྱི་
 སྟོན་པའང་ཡིན། སྤྱིས་སུ་ཁོང་གིས་འོ་མདའ་གསེར་ཁང་
 ཅེ་ཞེས་ད་ལྟའི་མངའ་རིས་གྲ་ཚང་ཆགས་པའི་གནས་འདི་
 ཡིན་པར་བཤད། བ་བཅིགས་ཏེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་དུ་མར་
 ཞབས་པཅག་གིས་ལྷ་སྤྱིན་མང་པོ་དམ་ལ་བཏགས་ཤིང་།
 གཡུང་བྱང་གི་ཆོས་བྱང་མཛོད་ལྷ་སོགས་གསུངས་ཏེ་ཏ་
 ཟེག་གི་མཁས་པ་ལུ་ཙ་ཏེ་སེ་སོགས་རྗེས་འཇུག་གི་
 སུ་སྟོབ་མང་དུ་བསྐྱུངས་ཏེ་བོན་ཆོས་སྟེལ། བོན་ལའང་



བརྗེས་པོ་ན་དང་འབྲུང་བོན། བསྐྱར་བོན་སོགས་འབྲེལ་བ་
ཡོད་དོ།

སྟོན་པའི་བྲིས་སྐྱོ་བོག་མ།

ཆུ་མགོ་གངས་ལ་ཐུག་པའི་དཔེ་བཞིན་རང་ཅག་གི་བསྐྱར་
བ་འདིའི་མགོ་ཡང་རྣམ་འབྲེན་བཞི་བ་མཆོག་ལ་ཐུག་
ཡོད། དེ་ཡང་སྐྱོ་སྐྱོགས་གྱི་ཁྱལ་པོ་ལྷ་ཏུ་ཡ་ནས་ཁྱལ་པོ་
གཟུགས་ཅན་སྟེང་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་
པའི་གོ་ཁབ་ཅིག་སྐྱེས་སུ་བསྐྱར་བ་ན། གཟུགས་ཅན་སྟེང་
པོས་དེ་ལ་སྐྱེས་ལེན་མ་རྟེན་པར་སྟོན་པ་ལ་བྱས་པས།
སྟོན་པའི་བཀའ་ཉལ་སྟོན་པ་མཆོག་ཁྱས་རྗེས་གི་འགྲམ་ཏུ་
བཞུགས་པཞིན་པའི་སྤང་བརྟན་ཆུ་ལ་ཤར་བ་དེར་དཔེར་
བགྱིས་ཏེ་བཟོ་བོ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རས་ལ་བྲིས་པ་
"བྲིས་སྐྱོ་ཆུ་ལེན་མར།" གྲགས་པ་དེ་སྐྱེས་ལེན་ཏུ་བསྐྱར་



དེ་ནས་པ་བྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གང་དུ་གནས་པའི་
ས་ཕྱོགས་དེར་སྟོན་པའི་གིས་སྐྱ་བཞེངས་རྒྱུའི་སློལ་དར་
བ་མ་ཟད། རིམ་བཞིན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དག་གི་



སྐྱབ་བརྟན་བཞེངས་སྒོལ་ཡང་བྱང་བ་རེད།
 མདོར་ན་གོང་གི་བྲིས་སྐྱུ་”ཆུ་ལེན་མ་དང་འོད་ཟེར་ཅན་”
 གཉིས་སྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་བཞེངས་པ་དང་།
 བསྟན་པ་འདིའི་བྲིས་སྐྱུ་ཐོག་མའང་ཡིན་ནོ།།

སྤྱ་གུའི་སྒྲ་སྟེང་དུ་ནག་པོ་བྱུགས་དོན།

ང་ཆོའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ཆོས་ལུགས་
 འབྲ་མིན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོ་ག་ཅི་རིགས་དར་བས་ན།
 དེར་བསྟན་ལྟ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་ལ་སྤྱང་བ་བྱེད་མཁན་
 དང་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་པའང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
 གིན་ཡོད་པས། དུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྤྱ་གུ་ཆུང་
 རྣམས་སྤྱིར་བསྐྱོད་བྱེད་དུས་གདོན་འབྲེ་སོགས་ཀྱིས་
 མི་གཞོན་ཆུན་སྤྱ་གུའི་སྒྲ་སྟེང་ལ་དེག་པ་ནག་པོ་ཆུང་
 བྱུགས་པའི་སྒོལ་བྱང་བ་རེད།



དེ་ཡང་དེ་ལྟའི་སྒྲིལ་དུས་རབས་འདི་ནས་དར་ཞེས་ཁག་
 ཐག་གཅིད་དཀའ་ཡང་། རྗེ་བཙུན་སྒྲིལ་མའི་བསྟོད་པ་ཉིར་
 གཅིག་མ་བརྩམས་པའི་རྗེས་སུ་ཡིན་ངེས། དེ་དང་འབྲེལ་
 ཡོད་ཀྱི་ངག་སྦྱང་ཞིག་འདུག་པ་འདི་ལྟར། སྤར་བམ་སྟོང་
 ཞིག་ཏུ་གདོན་འདྲེ་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་པར་འགྲོ་ཚུར་
 འོང་ཆང་མར་གཞོད་འཆེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། བམ་
 པའི་པ་རོལ་ན་བྲིམ་ཆང་འགྲོར་ལྡན་ཞིག་ཡོད་ལ། ལྷག་
 པར་དེ་ཆང་གི་མནའ་མ་ནི་ཞལ་གཟུགས་ལེགས་པ་དང་།
 བུ་ཚུང་དཀར་ལ་རྒྱག་པ་ཞིག་ཀྱང་སྦྱེས་པ་ཐོས་འཕྲལ།
 ཁོ་གཉིས་གྲོས་བྱས་ཏེ་གདོན་འདྲེ་གཅིག་གིས་བམ་
 སྟེགས་ནས་སྦྱག་རྒྱ་དང་། གཅིག་མི་ཆང་དེར་བྱིན་ནས་
 བྲིམ་ཆང་དབྱེན་དཀྲུགས་ཀྱིས་མནའ་མ་བྱིར་བྱུང་ནས་
 བྲིམ་དུ་ལོག་པར་བྱས་ཏེ་བམ་སྟེགས་ནས་གདོན་འདྲེ་
 གཞན་པ་དེས་འཇུས་ནས་མནའ་མ་ཁོ་གཉིས་ཀའི་སྦྱེས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དམན་བྱེད་རྒྱ་དང་། བྱ་ཆུང་ཁ་ཟས་བྱེད་རྒྱའི་གོས་མོལ་
ལྟར་བྱིན་ནས་མི་ཚང་དེ་དབྱེན་དཀྲུགས་ཀྱིས་མནའ་མ་བྱི་
ལ་ལྷུང་། མནའ་མས་ཐབ་ལས་བྱེད་པའི་སྐབས་དང་འཕྲད་
སྐབས་ལག་པས་བྱ་ཆུང་གི་གདོང་ལ་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་པས་
བྱའི་གདོང་ལ་རྩེག་པ་འགོས། ཁ་ནས་སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་
དག་ལ་མ་དག་པ་ཞིག་སྒྲུར་ཞོར་བྱ་ཆུང་འཁུར་ནས་ཟམ་
སྟེགས་བརྒྱལ་ཏེ་རང་བྱིམ་དུ་བདེ་བར་ལོག།
གདོན་འདྲེ་གཞན་པ་དེ་ཟམ་ཁར་འབྱོར་རྗེས། རོགས་
པས་གཅིག་ཀྱང་འདུས་མེད་པར་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་
ནས། བྱེད་ཀྱིས་མ་བཟུང་ངམ་ཞེས་བྲིས་པ་ན། གདོན་
འདྲེ་དེས་འདི་གར་མི་གཅིག་ཀྱང་བྱིན་མ་སོང་མོད། སྒྲོལ་
མ་རྒྱང་ཆག་ཅིག་དང་ཁོ་ལོ་གདོང་ནག་ཅིག་བྱིན་སོང་།
ཞེས་བཤད་པའི་ངག་སྒྲུང་ལྟར་གནའ་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་
གི་སྤུ་གུ་བྱི་ལོགས་སུ་འཁྲིད་སྐབས་འབྱུང་བོ་དང་མི་མ་



ཡིན་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་འགོག་ཆེད། སྤྱ་གུའི་སྤའི་སྤེང་
ལ་རྩེག་པ་ནག་པོ་ཅུང་བྱུག་པའི་སྔོལ་དེ་ད་ལྟའང་རྒྱན་
འཇགས་སུ་ཡོད་དོ།

ཁང་བྲིམ་བཟོ་བཀོད།

ལར་གྲོང་ལ་སྤྱ་བ་འབྲིང་དབར་སྟག་ཅེ་དང་མཁར་ལ་སྤྱ་
བ་ཡུམ་བུ་སྤྱ་སྤང་ཞེས་བཤད་སྔོལ་ཡོད་ནའང་། བོད་ཀྱི་
མཁར་རྩིང་སོགས་བསྟེན་འདོན་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་
པ་བརྒྱད་ཁང་རྩིང་འགར་ལོ་ངོ་བཞི་སྟོང་ནས་ལྔ་སྟོང་
བར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཚུལ་བསྟན་པར་གཞིགས་ན། བལ་
ཆེར་མི་ལོ་ལྔ་སྟོང་ངམ་དེའི་ཡར་སྟོན་དུ་ཨར་ལས་བཟོ་
རྩལ་གྱི་ལག་ཤེས་དར་ཡོད་པ་རྟོགས་བྱུང་། དེས་ན་དུས་
རབས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་བསྟུན་གནའ་བོའི་ཁང་རྩིང་ཁག་
ས་རྩལ་གྱི་སྟོང་དུ་འཕེམས་ཟིན་ནའང་སྤར་ཡོད་བཟོ་རྩལ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གྱི་མང་གཞི་དེའི་སྟེང་བོད་རྗེ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྱི་བཙན་པོས་
ཡུལ་ཡར་སྐྱང་དུ་མཁར་གྱི་དང་པོ་ཡུམ་བུ་སྐྱང་གསར་
བསྐྱལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་རེད།

དེ་ཡང་སྦྱར་བཏང་གྲོང་མི་ཆོའི་སྟོད་ཁང་ནི་པལ་ཆེར་
གཅིག་ཐོག་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སོ་སོའི་དཔལ་འབྱོར་
གྱི་མཁོ་བབས་ལ་དཔོག་པའི་སྦྲས་ཀ་མཆོག་དམན་བར་
གསུམ་ཡོད་པ་དང་། འབྱོར་ལྡན་འགའ་རེའི་སྟོད་ཁང་ཐོག་
བཙེགས་ཅན་ཡིན་ཞིང་། སྟོད་ཁང་གི་སྟེང་མར་ཐབ་ཆང་
དང་། གཟིམ་ཆུང་། མཆོད་ཁང་སོགས་ཡོད་ཅིང་མཐའ་
འཁོར་དུ་སྦྱོ་སྒྲིང་ལྷུ་མ་རུའང་ཡོད། ལྷག་པར་སྤར་གྱི་བོད་
ཁང་ཆང་མར་ཀ་ལུ་དང་གདུང་མ་ལྡན་པ་ཤི་སྟག་ཡིན་
དེ་ནི་བོད་དུ་ཤིང་ནགས་ཏ་ཅང་མོད་པས་ཡིན་སྟེ། པ་མ་
ཟད། ཁང་བྱིམ་གྱི་སྒོའི་ཡ་ཐེམ་ཅུང་དམའ་ཞིང་མས་ཐེམ་
མཐོན་པོར་བཟོ་བའི་སྒོལ་ཡོད་པ་ནི་རོ་ལངས་བྱེད་མཁན་



ནང་དུ་ཡོང་མི་ཐུབ་པའི་སྒྲིན་འགོག་གི་ཆེད་ཡིན་པར་
བཤད་སྒྲོལ་ཡོད།

མི་མང་ཆེ་བས་ཁང་བའི་ངོས་ཤར་སྟེ་ཕྱོགས་སུ་སྟོན་
ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་ཞོགས་པ་ནས་དགྲང་མོའི་བར་
ཁང་བའི་ནང་འོད་ཕྱོག་ཐུབ་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་པར་
བཤད། ཁང་བའི་སྒོ་དང་སྐུ་ཁུང་པལ་ཆེ་བ་ཅུང་ཅུང་
བས་ནང་ནག་ཤས་ཆེ། ད་དུང་ཡུལ་གྲུ་ལ་ལར་སྒོ་དང་
སྐུ་ཁུང་སོགས་ལ་ཆོན་ཅི་གཏོང་སྒྲོལ་དང་དེ་བཞིན་ཁང་
སྟེང་དུ་དར་སྟོག་འཛུགས་སའི་ལྷ་གཙུག་སྒོ་ཐོད་དང་།
བསང་གཏོང་སའི་བསང་བུམ་བཟོ་བ་སོགས་གཞན་དང་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོལ་མང་དུ་སྒྲུང་།

དེ་ལྟར་བོད་རང་གི་ཁང་བྱིམ་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱི་མང་གཞིའི་
སྟེང་མི་རིགས་རང་གི་ཉམས་སྲོང་དང་གཞན་གྱི་ལེགས་
ཆ་སྟོགས་བསྐྱས་ཀྱིས་དུས་རབས་བདུན་པ་ནས་ལྷ་ཁང་



དང་གཙུག་ལག་ཁང་། སོ་བྲང་སོགས་ལ་ཤིང་བཞོས་
 དང་། ཨར་ལས་བཟོ་ཅལ་གྱི་ལག་ཤེས་སྒར་ལས་དར་
 རྒྱས་སོང་ཡོད་པ་ནི། དེང་འཛམ་གླིང་དུ་སྟོན་གྲགས་གྱི་བ་
 དན་གཡོ་བའི་ཅེ་སོ་བྲང་ལ་མིག་ཟུར་སྟོགས་པ་ཅམ་གྱིས་
 རྟོགས་བྱབ་གོ།

དུང་དཀར།

ལར་ང་ཚོས་ཚོས་ལུགས་ལས་རིགས་ཁག་གང་དུའང་
 རོལ་མོ་སྒྲ་ཚོགས་དགོལ་བརྟུང་འབྱུད་གསུམ་བྱེད་ཀྱིན་
 ཡོད་པ་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུབ་ཡོད་ནའང་། དེ་དག་གི་མཚོན་
 རོན་དང་དགོས་པ་སོགས་མི་སེར་དགུས་མའི་རིགས་ལ་
 ཏ་ཅང་གི་སྒྲིག་གྱུར་ཏུ་མཐོང་། དེ་ཡང་རོལ་མོ་ལ་དགོལ་
 བའི་རོལ་མོ་དང་བརྟུང་བའི་རོལ་མོ། འབྱུད་བའི་རོལ་མོ་
 སོགས་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པ་ལས་དུང་དཀར་ནི་འབྱུད་བའི་



རོལ་མེད་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ལ། འདིའི་འབྱུང་ཁུངས་འོག་
 ཕྱོགས་སྐྱའི་ཕོ་བྲང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་བྱུང་བར་གྲགས་
 ཏེ། རི་སྐད་དུ། སློབ་དཔོན་བཟ་ཤིས་རྒྱ་མཚོའི་སྲགས་
 འཆང་རྒྱན་གྱི་མེ་ཏོག་ལས། དུང་གི་སྲིད་པ་བཤད་པ་
 ལ།། བ་ནི་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་པོ་ལ།། མ་ནི་གསེར་ཉ་གཡུ་
 གཤོག་ཡིན།། བྱ་ནི་དུང་པོ་ཨ་གྲགས་ཡིན།། མཚོ་སླན་
 རྒྱལ་མེད་མིང་པོ་ཡིན།། གདེང་ཅན་སྐྱ་ཡི་མཆེད་ཆེ་ཡིན།།
 རྩ་སྲིན་གཤུག་པའི་གཤེད་མ་ཡིན།། ཞེས་བ་ལྟར་དུང་
 དཀར་ནི་འབྲུག་དང་ཉ་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚོའི་
 སྲོག་ཆགས་གྱི་གས་ཤིག་ཏུ་བཤད།

དེ་ཡང་སྟོན་དགའ་ལྡན་དུ་ལྟའི་ཚོགས་ཀྱིས་བྱང་རྒྱལ་
 སེམས་དཔའ་དམ་པ་ཏོག་སྦྱིང་འདིར་འཕོ་བར་གཟིགས་
 བས་འཇམ་བུའི་སྦྱིང་དུ་སྐྱ་སྟེགས་པ་མང་པོས་ཡུལ་མ་
 རུངས་པར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་སྟབས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

འབྲོན་པའི་དུས་སུ་མི་འཆའ་ལོ་ཞེས་པ་ཤོལ་བཏབ་པར།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་དུང་དཀར་ཕྱག་ཏུ་ཐོགས་ཏེ་ལྷ་
ནམས་ལ་རོལ་མོ་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཏུ་དགོལ་ཅིག་
གསུངས་པ་ལྟར་དགོལ་བས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
དུང་དཀར་གྱི་སྤྲུལ་རོལ་མོ་གཞན་ནམས་གྱི་སྤྲུ་བེལ་གྱིས་
མནན་ཏེ་བདུད་དང་ཕྱ་སྟེགས་གང་གིས་ཀྱང་བཙམ་ལྡན་
འདས་པར་བར་མི་བྱས་པའི་དཔེ་བསྟན་པ་དང་། ཡང་
མཉམ་མེད་ཐུབ་དབང་མཆོག་བྱང་ཆུབ་ཤིང་བྱུང་དུ་མངོན་
པར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ན། ལྷའི་
དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་གྱིས་ཆོས་དུང་དཀར་པོ་གཡས་སུ་
འབྲིལ་བ་ཞིག་ཕྱལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལྟར་དོ་རྩེ་གདན་
དང་། ན་ལེན་བ། བི་ག་མ་ལ་ཤི་ལ། ཀོ་མ་སུ་རི། དཔལ་
ལྡན་འབྲས་སྤངས་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་
ནམས་སུ་དུང་དཀར་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རོལ་མོའི་ནམ་



གངས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་མཛད་པ་དང་། བོད་
 དུའང་གནའ་ནས་ཡུལ་ལྷ་སོགས་གསོལ་སྐྱབས་རོལ་མོའི་
 གྲེ་བྲག་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་བརྒྱུད་དཀྲོལ་གསུམ་གྲེད་
 བའི་སྒོལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཉང་ཆོས་དར་རྗེས་དུང་ནི་བཀ་
 ཤེས་བའི་རོལ་མོ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་ཆོས་ཀྱི་གྲེད་སྒོ་
 ཁག་ལ་དུང་དཀར་འབྱུང་སྒོལ་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་
 གང་ཡིན་ཡང་ཏུ་ཅང་དར་བྱབ་ཆེ། བོད་དུ་དཔལ་ས་སྐྱའི་
 དུང་དཀར་རྒྱུད་གསུམ་མ་དང་དགའ་ལྡན་དགོན་བའི་དུང་
 དཀར་འདི་སྟོན་བའི་ཆོས་དུང་འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་
 བོས་དགའ་ལྡན་འགོག་པ་རིའི་ཚུ་མཆམས་སུ་གཏེར་
 དུ་སྤྲས་པ་བྱིས་སུ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གཏེར་དུ་བཏོན་སྐད་
 སོགས་ནི་སྟོན་གསུམ་ཆེ་ཤོས་སུ་བཅི། དུང་དཀར་ལ་རང་
 བྱུང་མཆོག་གི་དུང་དཀར་དང་། དུང་དཀར་གཡས་འབྲེལ་
 སོགས་རིགས་མང་མོད། གོང་གསལ་གཉིས་ནི་ཤིན་ཏུ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དགོན་པར་བཤད། དེ་ཡང་རང་བྱུང་མཆོག་གི་དུང་དཀར་
ནི་སྤྱི་རྒྱུ་འཛིན་པ་སོད་ནམས་ཀྱི་མཐུས་རྒྱལ་བའི་ཆོས་ལས་
བྱུང་བར་བཤད་པ་དང་། དུང་དཀར་གཡས་འབྲིལ་ནི་དུང་
ནས་དུང་དུ་སྤྱི་བ་ལྷ་སྦངས་པའི་མཐའ་མ་དེར་བུའོ།།
གོང་བརྗོད་ལྟར་ཆོས་ལུགས་ལས་རིགས་ཁག་ཆང་མར་
དུང་དཀར་འབྱུང་སྒོལ་བྱུགས་ཆེན་དར་བ་ལྟར། དུང་
དཀར་གྱི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་
དགོངས་དོན་མང་དག་ཅིག་མཆོན་གྱིན་ཡོད། དཔེར་
ན། བྱི་མེད་ཁ་དོག་དཀར་པོས་དཀར་སྒྱུགས་དབྱུ་འཕང་
བསྟོད་པར་མཆོན་པ་དང་། རི་མོའི་ཐུ་བྱུང་གཡོན་དུ་
འཁོར་བས་ས་ལམ་རིམ་གྱི་བཞོད་པ་མཆོན། གཡས་སྤྱིད་
རི་མོ་གཡས་སུ་འབྲིལ་ཡོད་ན་ཅི་བསམ་ཡིད་བཞིན་དུ་
འགྲུབ་པ་མཆོན། འགགས་མེད་དུང་གི་སྐྱ་དབྱངས་སྟན་
མོས་འགྱུར་མེད་ལོངས་སྐྱ་མཆོན། ནང་གི་རྟན་གཉིར་རི་



མོས་སྐྱལ་སྐྱས་སྒྲ་ཚོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་
 པ་མཆོན། སྒྲ་སྐད་ཀན་དབྱགས་ཚེལ་བ་ལས་བྱུང་བས་
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཉེན་འབྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་མཆོན།
 སྒྲན་ཤལ་སྒྲ་ལྡ་འབྱུངས་པས་མཐོང་ལམ་སོགས་ལམ་ལྡ་
 མཆོན། ལག་བྱུང་གི་ཐལ་མོ་ཁ་བྱེ་སྟེ་འཛིན་པས་ཐབས་
 ཤེས་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྱུག་དགོས་པ་མཆོན། ཆངས་པའི་
 དབྱུངས་ལྟར་སྒྲ་སྐད་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པས་
 རྒྱག་པོའི་ཤྱོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་མཆོན་དོན་དུ་བཤད་པ་
 ལྟ་བུ་ཡིན།

དེ་ལྟར་དུང་དཀར་འབྱུང་པའི་དགོས་པ་ཡང་། རྒྱག་པོ་
 ཆེན་པོའི་གཞུང་ལས། དུང་དཀར་ལན་གཅིག་སྟེང་དུ་
 བསྒྲགས། ལྟ་ཁམས་མ་ལུས་དབང་དུ་བསྐྱས། ཆངས་
 པ་བརྒྱ་བྱེན་ལས་ལ་བཀོལ། དུང་སྐད་གཉིས་པ་བར་
 དུ་བསྒྲགས། མི་དང་མི་མིན་དབང་དུ་འབྱུང་། དུང་སྐད་



གསུམ་པའི་ངར་ཡིས།། དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཙ་བ་
 གསུམ།། གོང་མ་སྲིད་ཁྱའི་ཡུལ་ཀུན་མཆོད།། བཞི་བས་
 ཆངས་པ་བརྒྱ་གྲིན་སོགས།། མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་མགོན་
 ཀུན་མཉེས།། ལུ་བས་ཁམས་གསུམ་འགོ་བ་དྲུག་སྟོང་
 རྗེས་མགོན་ཀུན་བདེ་དང་ལྷན།། དྲུག་བས་བགོགས་རྒྱལ་
 བེ་ཡ་སོགས།། བགོགས་རིགས་ལན་ཆགས་དབང་པོ་
 ཆོམ།། སུང་སྐད་བདུན་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱིས།། ཉན་རང་
 བྱང་སེམས་གནས་ནས་སྟོར།། ཐེག་ཆེན་སྒྲ་མེད་འབྲས་
 སུར་སྟོད།། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོག་གི་རོལ་མོ་འདི་
 འབྱད་པའི་དགོས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བོ།།

ཆེ་རིང་ནམ་དྲུག

ཆེ་རིང་ནམ་དྲུག་ནི་བྲག་ཆེ་རིང་བ་དང་། མི་ཆེ་རིང་བ།
 རྒྱ་ཆེ་རིང་བ། སྒྲ་ཆེ་རིང་བ། སྒྲ་ཆེ་རིང་བ། སྒྲ་ཆེ་རིང་བ། སྒྲ་ཆེ་རིང་བ།



ཆེ་རིང་བ་སྟེ་བྱུག་ལ་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་དང་པོ་བྲག་ཆེ་རིང་
 བ་ནི་སྟོན་ཅི་ནའི་ཡུལ་གྱི་ནམ་དག་བདེ་ཆེན་ཆལ་ཞེས་
 བྱ་བ་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ། ལྷའི་བཟོ་བོས་བྱས་པ་
 ལས་ཀྱང་ཆེས་མཛེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ཅེ་མོར། གདོད་
 མའི་རང་བྱུང་གི་བྲག་རི་གཡས་འབྲིལ་དུང་གའི་དབྱིབས་
 ཅན། བརྟན་ཅིང་བརྩིད་པ། སངས་རྒྱས་ཆེ་དཔག་མེད་
 གྱི་གཙོ་ས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མང་པོས་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་པའི་གནས། མ་དག་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས་རྒྱ་བའི་
 སྐབས་དང་བལ་ཞིང་རྟག་ཏུ་འཆི་མེད་ཆེའི་སྐྱབ་ཅུ་འབབ་
 བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་ཟེར་ཞིང་། གཉིས་པ་མི་ཆེ་རིང་བ་ནི་
 གོང་བརྩིད་བྲག་རི་དེའི་འདབས་སུ་འབྱུང་བ་བཞི་ལ་རང་
 དབང་ཐོབ་ཏེ་འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པ། མི་
 ལོ་སྟོང་ལ་ཉི་བར་གནས་དེར་སྒོམ་བརྒྱབ་ཏེ་བཞུགས་
 པའི་རིག་པ་འཛིན་པའི་བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་སྤར་དང་སྤྲོན་མ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དུང་ལྟར་དཀར་ཞིང་བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ་བ། ཕྱག་
གཡས་བ་ཀ་མེད་གྱི་ཆེ་བུམ་དར་གྱི་མགུལ་ཆིངས་ཅན་
གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཕྱག་འཁར་དང་། གཡོན་དུ་མི་ལོ་སྟོང་
ལས་སྒྲིན་པའི་ལྷའི་ཁམ་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་སྒྲིན་པའི་ཚུལ་གྱི་
བཞུགས་བ་དེའོ།། གསུམ་བ་ཚུ་ཆེ་རིང་ནི་རིག་འཛིན་བླ་
སྟོང་ཆེན་པོ་དེས་མཐུ་བྱིན་ལས། རྒྱབ་གྱི་བྲག་རི་དུང་
དཀར་དབྱིབས་འབྲ་བ་དེའི་འབྲེལ་ཁྲག་ནས་ཡན་ལག་
བརྒྱད་ལྟན་གྱི་ཆེའི་སྐྱབ་ཚུ་རྒྱན་མི་ཆད་པར་སྐྱེ་བྱུང་ཆེ་
སྟོག་འཆོ་བའི་གཉེན་དུ་འབབ་པ་དེར་བྲལ། ཞིང་ཆེ་
རིང་བ་ནི་མུ་ངན་མེད་པའི་ལྷོན་ཞིང་འདི་པལ་ཆེར་སྒྲོན་
ཞིང་དུ་བཞུགས། ཅ་བ་བརྟན་ལ་ཡལ་ག་དང་ལོ་འདབ་རྒྱས་
བ། འབྲས་བུས་འཁུར་གྱིས་སྦྱི་ཞིང་འགོ་ཀྱན་ཆ་གདུང་
སེལ་བའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ། ཞིང་འདིའི་གྲིབ་མས་རིག་
བ་དང་འབྲས་བུ་སྟོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཆེ་བསྐྱེདས་ཏེ་མཐར་



སྤྱིན་པར་འགྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བས་
 བ་དེ་སྐད་ཅེས་གྲགས་ཤིང་། ལུ་པ་བྱ་ཆེ་རིང་བ་ནི་རིག་
 པ་འཛིན་པ་བྱང་སྟོང་དེས་རྒྱན་དུ་ཟང་ཟིང་གི་སྤྱིན་པ་
 དང་། མི་འཛིགས་པ་སྦྱབས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་གནང་བའི་མཐུས།
 འདབ་ཆགས་ཀྱི་ཆོགས་མ་ལུས་པ་འདུ་བར་འགྱུར་བ་
 ལས་ལྷ་བྱ་ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོ་གངས་རི་ལ་ཆེ་འོད་ཕྱོག་པ་
 ལྷར་བུའི་མཛེས་ཤིང་མངོན་པར་བཀྲ་བ། ཉོག་དམར་པོའི་
 གུལ་རྒྱན་དང་ལྡན་པ། མགྱིན་པ་དང་རྐང་པ་བྱ་ཆོགས་
 གཞན་ལས་རིང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གནས་དེར་ཡུན་རིང་
 པོར་ཞི་བདེའི་ངང་འཆོ་བ་བསྐྱལ་བས་ཆེ་རིང་རྣམ་དུག་
 གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱངས་པ་ཡིན། དུག་པ་རི་དྲགས་ཆེ་
 རིང་བ་ནི་བྱང་སྟོང་ཆེན་པོའི་བཞུགས་གནས་དང་ཐག་མི་
 རིང་བའི་སར་སྤང་སྟོངས་ཤིག་ཡོད་པ་དེར། རི་དྲགས་རུ་
 རུའམ་ཤྭ་བ་རྩ་བཅུད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཞིག་བྱང་སྟོང་



གི་བྱིན་ཆུབ་ས་ལས་ཀ་ཤི་སྤང་བའི་བདེ་བ་ལ་མངོན་སུམ་
 རེག་པར་གྱུར་བས། གནས་དེར་རང་བྱུང་གི་ཟན་དང་ཚུ་
 སོགས་ལ་ཅི་དགར་ལོངས་སུ་སྤྱད་དེ་ལོ་མང་པོའི་བར་
 འཆོ་བས་ཆེ་རིང་རྣམ་དུག་གི་མཐའ་མ་དེར་བརྫོད་དོ།

མཆོད་རྟེན་གྱི་ནང་གཞུག་འབྲུལ་ཚུལ།

མཆོད་རྟེན་གྱི་སློག་ཤིང་ནི་རབ་ཅན་དན་དཀར་དམར་
 དང་། ཨ་ཀ་རུ། མ་འབྱོར་ན་གནས་རི་བཟང་པོར་སྐྱེ་བའི་
 །ལྷག་ཤིང་ངམ་འབྲས་ལྗན་གྱི་ཤིང་ཅི་རིགས་ཀྱིས་ཆོག་
 ལ། ལྷ་སོགས་གནས་པའི་ས་བཅན་སར་སྐྱེ་བའི་ཤིང་
 རིགས་སློག་ཤིང་གི་ཆེད་གཙོད་དགོས་ཆོ། དང་པོ་མི་མ་
 ཡིན་ལ་མཆོད་གཏོར་སྤུལ་ནས་གནང་བ་ཞུས་ཇེས། ལྷ་
 བ་ཡར་ངོའི་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱོར་ལེགས་པའི་ཉིན་ཞིག་
 ཤིང་གི་ཤར་ཕྱོགས་མི་ཁོར་བའི་མཆོན་མ་བཏབ་ཏེ་གཞི་



བས་གཙོད་དགོས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་རིམ་བཞིན་སྐྱམ་དུ་
 བརྒྱལ་སྟེ་ཅ་ཅེའི་ནམ་པ་ཅན་དུ་བྱེད་བཤམ། ཡང་ན་བྲེའི་
 སྟེང་གི་གདུགས་འདེགས་ཡན་ཆད་ལ་ལྷུམ་པོ་དང་མན་
 ཆད་ངེས་པར་བྱ་བཞི་བྱེད་དགོས། སྟོག་ཤིང་གི་ཅེ་མོར་
 ནམ་རྒྱལ་མཆོད་ཉེན་དང་ཅ་བར་རྫོ་རྗེ་བྱེད་པ་བྲི་བཞོ་
 གང་རུང་བྱ་དགོས་པ་མ་ཟད། རིང་ཆད་མཆོད་ཉེན་གྱི་
 ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་ཏེ་གདོང་ཆེན་ནས་ཅེ་མོའི་བར་རམ།
 ཡང་ན་བྱམ་གདན་ནས་རི་ལྷའི་བར་སྟེབས་པར་བྱེད་
 དགོས་པ་དང་། མདོག་ལ་ཅན་དན་དམར་པོ་ལྟ་བུར་ཆོན་
 བྱག་མི་དགོས་པ་ལུད། དེ་མིན་ཤིང་རིགས་གཞན་ལ་
 མཆོལ་ངེས་པར་བྱག་དགོས་ཤིང་། དེའི་སྟེང་མར་འགྱུར་
 བ་རྒྱ་གསེར་དངུལ་དང་མ་འགྱུར་ན་མཆོལ་སོགས་ཀྱིས་
 གཟུངས་སྒྲགས་སྒྲ་ཆོགས་འབྲི་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་།
 སྟོག་ཤིང་གི་ཅེ་མོ་དང་འོག་གི་སྟོགས་བཞིའི་ཅེ་མོར་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

རྒྱུ། འཕ་དུ་ཨོ། ལྷོར་རྩི་ཅུབ་དུ་རྩི་ཅུང་དུ་ཨུ་ཅེ་མའི་
ངོས་ལ་རྣམ་རྒྱལ་མའི་སྤྲོད་པོ་ཨུལྲུམ་སྤྲུ། ཨོ་ཨ་ཐི་ཏ་
ཨུ་ཡུང་སྤྲུ། མཆོད་རྟེན་གྱི་བེའི་ཐད་དུ་ཨོ་སྐུ་བེད་ཡུ་
སྤྲུ། ཞེས་རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲུགས། རུམ་པའི་ཐད་དུ་ཨོ་
བཟླ་ཡུའེ་སྤྲུ། ཞེས་དང་། དེའི་འོག་གོས་གཞིར་གཙུག་
ཏོར་རྣམ་རྒྱལ་མ་སོགས་གྱི་གཟུངས་རིང་ཐུང་སྤྲུ་ཆོགས།
གའཕམ་དུ་ཡེ་རྩམ་སོགས་དང་འོང་ན་གསོ་སྦྱང་གི་ཆོགས་
སྤྲུ་བཅད་པ། བཅོད་པ་དཀའ་ཐུབ་དམ་པ་སོགས་དག་པར་
འབྲི་དགོས་སོ།

དེ་ལྟར་སོག་འིང་གི་ཆོག་གུབ་རྗེས་ཅིག་སྤྲོད་དུ་ས་
པདག་དང་ལྷུ་རུམ་མཆོན་ཆ་སོགས་མནན་པའི་སྤྲོད་ས་
འཛིན་དང་སེང་ཁྱི་བཅེག་སེང་ཁྱིའི་དོད་དམ་གདོང་ཆེན་
དུ་ཆོས་སྦྱང་འོར་ལྷའི་གཟུངས་སོགས་བྲིས་དཔར་གང་
རུང་འཛིག་དགོས་པ་དང་། དབུས་སྤྲུ་བཅད་ས་དམར་མར་



ཁུས་པ་ཀང་བའི་ཁར་གཞོད་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་གཡས་སུ་
 ཆོས་སྦྱོང་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཡོན་དུ་དཔལ་མགོན་བདུན་
 ཅུ་ཙམ། རྒྱལ་ཏུ་གཞོད་སྦྱིན་ཞོར་ལྷའི་རིགས། མདུན་
 དུ་དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྲགས་
 ལྷ་ཆོགས་དང་། མཆོམས་མཆོམས་སུ་སྦྱོན་ལམ་འདོད་
 གསོལ་རྣམས་ཀྱང་བྱ། ཆོད་མེད་ནས་བྱམ་གདན་བར་
 སྤྲེགས་པམ་གང་འཛོམས་འཛོག་པ་དང་འབྲེལ་བྱམ་ནང་
 སྤྲུལ་གང་ཞོད་། དེ་ཡང་གཡོ་འབྱུལ་མི་འབྱུང་བའི་ཆོད་
 བར་མཆོམས་སུ་བྱེ་མ་སོགས་ཀྱིས་པཅེར་ནས་སྟེང་མས་
 འོག་མ་ཆག་གུམ་མི་འབྱུང་བ་བྱེད་གཡ། ལར་སློག་ཞིང་
 བྱམ་གདན་སྟེང་ནས་འཇུགས་དགོས་པ་ལྟར་མཐའ་སྐྱོར་
 དུ་མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་པར་རྒྱུད་རྒྱལ་མཆོན། ཕྱོགས་
 པའི་དར་དབྱངས་སོགས་ཀྱིས་པར་རྒྱུན་ཏེ་ལས་ཐབས་
 རྣམས་ཆོག་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་དགོས་ལ། སྟེང་འོག་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཏུ་གཙུག་ཏྲར་བྲི་མེད་གྱི་སྤཾ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད། དེའི་སྟེང་
འོད་ཟེར་བྲི་མེད་ནམས་བཅེགས་མར་འཛོག་དགོས།
གཟུངས་བཞུགས་འབྲུལ་སྐབས་བུམ་སྦྱད་ནས་རིམ་གྱིས་
བྱ་རྒྱུད་སོགས་རྒྱུད་སྟེ་བཞི། བྲེ་ལ་དབྱངས་གསལ། ཆོས་
འཁོར་དུ་སྦྲ་བརྒྱད། ཏྲག་ལ་གཙུག་ཏྲར་དང་ཡུངས་འབྲུ་
ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་གྱི་རིང་བསྐལ་སོགས་གང་འཛོམས་
ལྟར་བཞུགས་སུ་གསོལ་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་བངས་གསེར་
སོགས་ལ་བར་མཆམས་ནམས་སྦྱན་སྒྲ་རིན་ཆེན་སྟེ་མ།
ཁྱད་པར་ལྡ་ཆོན་ལྡའི་སྟེ་མ་བུམ་བུ་སོགས་གྱིས་བཅར་
དགོས་པ་ལག་ལེན་གྱི་སྐབས་དང་བསྟུན་ཏེ་ཤེས་པར་
བྱའོ།



བོད་དྲུག་ཀར་ཡོལ་ཐོག་མ།

ཡིག་ཚང་པལ་ཆེ་བར་བོད་དྲུག་རིག་གནས་དར་ཉེ་ལོ་ཉིས་
 ལྷོང་སྐྱམ་སྣོང་ལས་འགོར་མེད་པར་བཤད་ནའང་ ཆེས་
 ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་ཉེ་རབས་མདོ་ཁམས་ཆབ་མདོ་ས་
 ལུལ་དྲུག་ནའི་མཁར་ལྷལ་ཞིག་ལས་རྩ་ཆག་གྱུ་མོ་ཉིས་
 ཁྲི་ལྷག་ཙམ་ཉིད་སོན་བྱུང་བ་ནམས་ལྷ་སྒྲིག་བྱས་རྗེས་རྩ་
 ཐོར་དང་རྩ་ཁོག་ རྩ་གཞིར་སོགས་སྣོད་རིགས་འབྲེམ་ན་
 ཡིན་པ་ཤེས་ཆོར་བྱུང་བ་མ་ཟད། འགའ་ཞིག་གི་ཁ་དོག་
 གྱང་དམར་སེར་ཐལ་ནག་ཁག་བཞི་བྱུང་བ་དང་ ལ་ལར་
 ད་དྲུང་ཐིག་རིས་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་རི་མོས་བརྒྱན་ཡོད་པ་དེ་
 དག་ལ་གནའ་རྩས་རིག་པ་བས་ཚན་རིག་གིས་བརྟག་
 དབྱད་བརྒྱད་ངེས་ཉོགས་བྱུང་བ་ནི། ཉུང་མཐར་སྣོད་སྐྱད་
 རིགས་དེ་ཆོ་ཆེས་སྤྲ་མོའི་དོ་ཆས་གསར་མའི་དུས་སྐུ་
 གསར་བསྐྱུན་བྱས་པ་བདེན་དཔང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེས་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས།

ན་གནའ་རྩལ་དེ་ཆོ་ལོ་ངོ་ལྷ་སྟོང་ཅམ་གྱི་སྟོན་དུ་རང་རེའི་
མེས་པོ་ཆོས་བཟོ་བཀོལ་ཡོངས་སུ་བྱས་ཐེན་པའི་དངོས་
དཔང་འཕར་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུབ་པ་རེད། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་
འཛིན་བཟོའི་ལག་རྩལ་ཡང་ལོ་ངོ་བཞི་སྟོང་ཅམ་གྱི་གོང་
རོལ་ཏུ་དར་ཡོད་པ་ལྷ་སའི་མཆོད་ཀོང་གནའ་བྱུང་ནས་
སྤྱི་ལོ་མགོ་ཞིག་འཛིན་གཟུགས་ལས་གྱུབ་པ་ཐོན་པས་
དཔོག་ཐུབ། དེ་ལྟར་ན་རང་རེའི་བོད་རིགས་ཀྱང་འཛིན་
སྤྱིང་གི་མི་རིགས་སྟོན་ཐོན་གཞན་རྣམས་དང་འབྲ་བར་
ཉུང་མཐར་ལོ་ངོ་ལྷ་སྟོང་ལྷག་གི་སྟོན་ནས་བཟོ་སྟོགས་སྐྱེ་
རྩལ་གང་ལའང་དོན་གྱིས་ངོ་གཞོང་མི་དགོས་པའི་ཆོད་དུ་
སྒྲིང་།

དེ་ལྟར་རྩལ་བཟོ་དང་འཛིན་བཟོའི་ལག་རྩལ་རགས་པ་རྩོ་
ཆས་གསར་མའི་དུས་སྐབས་ནས་ཡོད་པར་བརྟེན། ཕྱི་
ལོའི་སྟོན་གྱི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་ཡས་མས་ནས་བོད་ཀྱི་བཟོ་



ཅུལ་སྒྲ་ཆོགས་ནང་གསལ་བ་ལྟར། བོན་གྱི་ཤེས་པ་ཅན་
 བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆན་ལྗེང་ཤེས་ཤིང་ཞེས་པས་འཛིན་
 བཅོའི་སྒོ་ད་སྤྱད་ཀྱི་ངོས་སུ་ཆད་འཕར་བའི་སྟོག་ཆགས་
 སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་གཟུགས་འགྲོས་བྱེད་ཤེས་པ་འཁོད་ཡོད་པ་
 སོགས། གནའ་སྔ་མོ་ནས་བོད་དུ་འཛིན་བཅོའི་ལག་ཅུལ་
 དར་ཡོད་པ་དཔྱོད་ལྡན་མང་པོས་གཅིག་མཐུན་དུ་བཞེད་
 པ་ལྟར། སྔ་མོའི་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་སྒྲ་ཅུལ་མང་གཞི་དེའི་སྟེང་
 དུས་རབས་བྱག་པ་ནས་རིམ་གྱིས་ཕོ་བྲང་དང་ཕྱི་ནང་
 གི་ལྷགས་རི་སོགས་ཅིག་སྐབས། རྒྱ་རྒྱ་དང་གཡུ་བད།
 སོ་པག་སོགས་གསར་སྦྱར་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཞིང་། དེ་
 མཚུངས་བོད་དུ་དཀར་ཡོལ་བཅོ་བའི་ལག་ཅུལ་ཡང་དར་
 མགོ་ཚུགས་པ་རེད།

དེ་ཡང་སྟག་ཆང་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོའི་རྒྱ་བོད་
 ཡིག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་སྦྱེད་ནང་འཁོད་པ་ལྟར། བོད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཀྱུ་ལ་འདུས་སྒྲིང་མང་པོ་རྗེའི་སྐབས་སུ་བོད་དུ་རྩ་བ་སྙམ་ལ་
བའི་སྒོལ་བྱུང་བ་ལ་རྒྱན་བྱས་ཏེ་དེ་འབྲེལ་དཀར་ཡོལ་
བཅོ་བའི་མགོ་ཡང་ཚུགས་པར་བཤད། རི་ལྷར་བཅོ་མགོ་
ཚུགས་པའི་སྐྱོར་ཡང་ལོ་རྒྱུས་འགར་སྤང་བ་བཞིན། དང་
ཐོག་བཅན་པོས་རྩ་ཤིང་གི་ལོ་མ་གདུས་པའི་ཁྱ་བ་གསོལ་
བར་སྒར་ལས་རོ་མཆོག་ཏུ་སྤང་སྟབས། རྒྱོན་པོ་རྣམས་
ལ་འདི་ནི་བདུང་བ་མཆོག་ཏུ་འདུག་པས་འདིའི་སྒྲིང་ཀྱང་
སྒར་མེད་པ་ཞིག་འཆོལ་ལམ་གསར་སྐྱུན་བྱ་གང་དགར་
བྱིས་གསུངས་པ་ལྷར་གན་མཛོད་ནས་དཀར་ཡོལ་བྱི་
རྒྱ་ཆ་ལ་མཆིང་བྱ་དང་འཛིང་། རྫོང་དཀར་སོགས་གནང་
སྟེ་བཅོ་སོགས་སྒར་རྒྱ་ནག་ཏུ་འང་མ་དར་བ་ཞིག་བཅོ་
དགོས་ཞེས་བཀའ་བསྒྲིམ་པ་དང་འབྲེལ། མིང་ལའང་བོད་
ན་སྒར་མེད་པ་དར་བས་དར་དང་། རྒྱོད་དེ་བསྟེན་ན་ཆོ་
དང་ལོངས་སྒྲིང་འབྲེལ་བར་བྱེད་པས་ན་དེའི་མིང་ལ་དར་



ཆེ་ཞེས་པ་ཐོགས་གསུངས་པ་ལྟར། བཟོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་
 གྲང་རྒྱ་བཟང་ངན་དྲངས་སྟོགས་ལ་གསེས་ནས་དཀར་
 ཡོལ་གསར་སྐྱབ་བྱས་ཐོག་དར་ཆེ་ལ་རིགས་རྣམ་པ་
 དྲུག་ཏུ་བྱས་ཏེ་བོད་ལ་སྤར་མེད་ཀྱི་དཀར་ཡོལ་འདི་བྱང་
 བར་གྲགས། དེས་ན་བོད་དུ་དཀར་ཡོལ་བྱང་བའི་དུས་
 ནི་བཙན་པོ་འདུས་སྔོང་མང་པོ་ཟླའི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་།
 དཀར་ཡོལ་ལ་སྤར་བ་བོད་དཀར་དར་ཆེ་འདི་རྣམས་ཡིན།
 བོད་དཀར་དར་ཆེ་འདི་རིགས་འདི་རྣམས་འདུས་སྔོང་མང་
 པོ་ཟླའི་ཡར་སྔོན་དུ་རྒྱ་ནག་ལའང་བྱང་མེད་པས། བོད་
 དཀར་དར་ཆེ་འདི་རིགས་ནི་ཐོག་མར་བོད་རང་ནས་བོད་
 མིས་བཟོས་པའི་སྒོ་ད་ཆས་བོད་ཇི་བོ་བ་ཞིག་ཡིན།
 སྤྱིར་འཛིག་ཏེན་ཀྱི་བྱ་དངོས་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་། མིའི་
 རྩེ་ལ་བ་ལ་བཏེན་ནས་སྤར་སྤར་མ་ལས་བྱི་མ་བྱི་མ་སྤྱས་་
 གཤེས་རང་བཞིན་སོགས་ཇེ་ལེགས་སུ་འགོ་བ་ཆོས་ཉིད་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ལྟར། འདུས་སྤང་མང་པོ་རྗེའི་སྐབས་བོད་དཀར་དར་ཆེ་
བཅོ་མགོ་ཚུགས་པ་ནས་རིམ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་ཁྱི་
རལ་ཅན་གྱི་སྐུ་དུས་སུ་བཅོ་སྐུས་སོགས་དར་ཆེ་ལས་
ལྟག་པའི་དཀར་ཡོལ་བྱབྱབ་སྐུ་དང་འདོལ་བྱབྱཞེས་པ་
གཉིས་གསར་སྐྱེ་གནང་ཐོག་སོ་པག་དང་རྩ་གཡམ་
གྱི་སོ་ཅིའི་སྐུས་ཆད་སོགས་ཀྱང་ཆད་མཐོན་པོར་སྐབས་
ཡོད་པ་རེད། མདོར་ན་བོད་དཀར་གྱི་ཐོག་མ་དར་ཆེ་དང་།
དེ་ནས་འདོལ་བ་དང་བྱ་སྐུ་གཉིས་ཡིན་ཅིང་། དཀར་ཡོལ་
དེ་ཆོ་བྱང་བའི་དུས་སྐབས་ནི་བཙན་པོ་འདུས་སྤང་ནས་
ཁྱི་རལ་བར་གྱི་ལོ་ངོ་ཉིས་བརྒྱའི་ནང་ཡིན། གང་ལྟར་
སྐབས་དེ་ཅུ་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་དཀར་ཡོལ་
བཅོ་སྐུ་ལྟབ་ཆེ་ཞིང་། འཛིན་བཅོ་སོགས་ལག་ལེན་སྐུ་
རྩལ་ཏེ་ཅང་དར་ཡོད་པ་མདོན་གསལ་ཆགས་ཡོད་དོ།



སྤྱིར་བཏང་འཆོ་བའི་ཁྲིད་དུ་སེར་མོ་དང་སྐྱ་བོའི་བར་གྱི་
 རྒྱན་མཁོའི་ཡོ་བྱད་རིགས་བཅད་སྟུང་ཚུལ་ལ་ཏ་ལམ་མི་
 འབ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་མོད། ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་
 ལྟ་གི་སྟོན་ནས་པདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐབས་མཁས་ལ་
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་དེས་ལྷུང་བཟེད་ཅེས་པའི་
 སྟོན་ཁྲད་པར་ཅན་འདི་ཉིད་དགོ་སྟོང་དག་ལ་གནང་ཡོད་
 ཅིང་། འདི་གནང་ཚུལ་ཡང་དགོ་སྟོང་དག་མཐའ་གཉིས་
 སྤངས་པའི་བསོད་སྟོམས་ལ་སྟུང་པའི་དོན་དུ་ཡིན་ལ།
 མཐའ་གཉིས་ནི་འདོད་པ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་མཐའ་དང་ངལ་
 ཞིང་དུ་བ་པའི་མཐའ་གཉིས་ཏེ། དེ་གཉིས་ལ་མི་བསྟེན་པར་
 དབུ་མའི་ལམ་འབགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལ་བརྟེན་
 དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་ལགས་ཤིང་།
 བྱིས་པའི་ཁ་ཕོར་དང་སྐྱ་སྟེགས་ཅན་གྱི་སྟོང་ཕོར་མདོར་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ན་རབ་བྱུང་མ་ཡིན་པ་ལས་སྒྲིང་སྒྲིང་གི་ཏྲགས་ཁྲད་པར་
ཅན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས། འདིའི་ནང་ཟས་གི་འགོང་བ་
བཞིན་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཐོ་རང་ཉིད་གི་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱང་
ཡོན་ཏན་གིས་དགའ་བར་བྱའོ་སྟམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་
འདིའི་ནང་ནས་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་
གི་བདུད་ཅིར་ལོངས་སུ་སྤྱོད་སྟམ་པ་དང་ནམ་རྒྱུན་སྒྲིང་
མཆོག་འདི་ལྟ་བུ་འཆང་ངོ་སྟམ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་
བཅས་ལྡན་དགོས་པ་ལགས་ཤིང་། དེའི་རྒྱ་ནི་ལྷགས་དང་
རྩས་གཉིས་ཡིན་པ་དང་། ཆོད་ལ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་
ཡོད་པ་ལས་ཆེ་བ་ནི་ཡུལ་མ་ག་ཏའམ་རྩོ་རྩོ་གཏན་གི་
བྲེལ་ཆུང་དོའི་འབྲས་ཆན་ཆོད་མ་དང་བཅས་སྒྲིགས་
པའི་ཁ་མཆོམས་སུ་ལག་པའི་མཐེ་བོང་གིས་མ་ཁེངས་
པའི་ཆོད་ཡིན་ནོ། ། མ་ག་ཏའི་བྲེལ་ཆུང་གི་ཆོད་ལ་བོད་
གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཕུལ་དོ་དང་སྐྱོར་བ་གང་ཡོད་པར་



གསུངས། ལུལ་ནི་སོར་མོ་ཅུང་ཟད་བསྐྱམས་པའི་ཁྱོར་
 བ་ལ་བཤད་པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་ཆུང་པའི་ཆད་ནི་བྲེལ་
 ཆུང་གང་གི་འབྲས་ཆན་དང་ཆོད་མ་མཐེབ་གང་གིས་མ་
 ཁེངས་པ་ལ་བཤད།

ལྷུང་བཟེད་འབྲིང་གི་ཆད་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཏེ་མ་ག་ཏའི་
 བྲེལ་ཆུང་བྲེད་དང་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་ཆན་སྒྲགས་པའི་ཆད་
 དུ་བྲེད་དོ། ལུལ་ཇི་ལྟར་འཆང་ན། ལྷུང་བཟེད་ལ་ཞབས་
 ཏེན་ཀྱི་གཞི་མེད་པར། གད་པ་དང་གཡང་སོགས་ངོས་
 མི་མཉམ་པའི་སར་མི་བཞག་པ་དང་། ལུ་སྤྱང་དག་པོའི་
 བསྐྱོག་སྤྱོགས་སུ་མི་འཆུ་བ་དང་། ལམ་ཀྱི་བཞི་མདོར་
 ལངས་ཏེ་མི་བཟུ་བ་སོགས་ལྷུང་བཟེད་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆས་
 པུ་བཞི་པཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལུང་ལས་ཇི་
 ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ།



འཛིམ་གཟུགས།

འདམ་ལས་བཅོས་པའི་སྲོག་ཆགས་འདྲ་མིན་གྱི་གཟུགས་
 བརྟན་ནི་མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་སྲོན་ནས་ཡོད་ངེས་རེད།
 བོད་རྒྱལ་གཉའ་ཁྲི་བཅན་པོའི་དུས་སུ་ཤེས་པ་ཅན་གྱི་མི་
 བཅུ་གཉིས་ཞེས་པའི་ནང་གསེས། ལྷིང་ཤེས་ཤུ་བ་ཟེར་
 བས་འཛིམ་པའི་ཤུ་བ་བཅོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལྟར་
 ཡིན་ཏེ། སྟོང་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་བདེ་བར་གཤེགས་
 པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྲོལ་བཅུགས་པ་
 ཅམ་ཡིན་པས་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་དང་ལག་རྩལ་
 ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཡི་དམ་
 ཆོས་སྟོང་སོགས་ཀྱི་སྐུ་བརྟན་བཅོ་བ་ལ་བསྐྱབ་བར་མ་
 རུས་ཀྱང་། མི་རིགས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་ཤེས་བྱའམ་
 ལེགས་ཆ་ལོན་སྤང། རྒྱལ་པོས་བལ་བོ་དང་། རྒྱ་ནག་ལི་
 དུལ་སོགས་ནས་བཅོ་བོ་མཁས་ཅན་མང་པོ་གདན་འདྲེན་



ལྷས་ཏེ། ད་ལྟ་ལྟ་ལྟ་མཆམས་ཁུངས་དགོན་ཞེས་པར་
 བཞུགས་པའི་སྤྱི་བཅན་སྐུ་པོའི་སྐུ་བརྟན་ཆོས་རྒྱལ་ད་
 འང་མ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོག་མ་
 ཁ་འབྲུག་གི་གཙང་ཁང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་རྒྱལ་
 པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་འབག་སྐུ་སོགས་གསར་དུ་བཞེངས་པར་
 མ་ཟད། མི་རིགས་གཞན་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤྱི་དང་། སྐོས་
 སུ་བཟོ་རིག་གི་དཔེ་མང་དུ་བྲངས་པ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་
 སྤྱི་ལྟུང་བཅན་ཀྱི་དུས་ཁྱུ་ལྟ་ཆ་ལ་སོགས་པ་བོད་ཀྱི་
 སྐྱེས་པ་དང་། བུད་མེད་གཟུགས་བཟང་བ་འགའ་ཞིག་ལ་
 དཔེ་བྱས་ནས་ལྟ་སྐུ་བཞེངས་ཚུལ་དང་། ཁྱི་རལ་ཀྱི་དུས་
 སུ་འུ་ཤང་རྩོད་པེ་མེད་བགྱིས་དགེ་འཕེལ་ཀྱི་གཙུག་ལག་
 ཁང་བཞེངས་ཏེ། བྱམས་པ་ཆོས་འཁོར་ཀྱི་སྐོ་སྤྱང་དུ་
 ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་བཞེངས་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
 ཆད་ལྡན་དག་ལས་གསལ་བ་བཞིན་ཏེ། དེ་རྗེས་ལོ་བཅུ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

རིམ་བྱོན་དག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ནས་
རྒྱ་དཀར་ནག་གི་གཞུང་ལུགས་པལ་མོ་ཆེ་བོད་ཡིག་རྩ་
བསྐྱར་བ་དང་། དུས་མཚུངས་སུ་གཟུགས་བཅོ་མཁས་
བ་མང་པོ་བྱུགས་ཡར་མར་ནས་གདན་བྲངས་ནས་གནའ་
རབས་ཀྱི་ལག་རྩལ་དང་བྱང་འབྲེལ་སྒོས་མདོ་རྒྱད་རྒྱ་
མཚོའི་དགོངས་དོན་དང་མི་འགལ་བར་འཕེལ་རྒྱས་བྱིན་
ཡོད་པར་མངོན་ནོ།།

དུས་རབས་བཅུ་བཞི་པའི་དུས་མཐུག་ཙམ་ལ་མདོ་སྨད་
ཀྱི་རི་བོ་ཏན་ཏིག་ཅེས་པའི་སྐུ་མེ་འབྲོང་ཆུང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་
ཉིད་ཀྱིས་རྒྱའི་རྒྱལ་པོ་མང་ཅང་གིས་སྐབས་སུ་བཞེངས་
པའི་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་གི་འབྲ་བརྟན་ངི་བཞིན་བཤུས་
ཤིང་བོད་ཡུལ་དུ་བྱེར་འོངས་ནས་བྲག་ཡེར་བའི་གནས་
བཅུ་ལྔ་ཁང་དུ་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་གི་འབག་སྐྱེ་ཐོག་
མར་བཞེངས་པར་བཤལ་ལ། བོད་ཀྱི་འདམ་ལས་བྱས་



བའི་སྐྱ་ལ་འབག་སྐྱའམ་སྐྱན་འདམ་གྱིས་སྐྱ་ཞེས་གྲང་བྱ་
 རྟེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ས་འདམ་གཅིག་ཕྱ་ལས་མ་ཡིན་
 བར་སྐྱན་སྐྱ་ཅ་ཆེའི་རིགས་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་
 ཞིབ་མོར་བརྟུངས་པའི་བྱེ་མ་དང་། གཞན་ཡང་བྱིན་རྟེན་
 ཅ་ཆེན་རིགས་བསྐྱེས་པ་དང་། ཡང་ན་ས་ཁྲོར་བ་གང་
 ཅམ་ལའང་སྐྱ་བརྟན་གང་བཞེངས་པ་དེའི་གཟུངས་སྒྲགས་
 འབྱམ་ཐེར་སོགས་ཀྱི་གྲངས་གསོག་པ་ལས་བསྐྱབས་པ་
 ཡིན་པས་སྐྱ་བརྟན་གཞན་ལས་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཤིན་ཏུ་
 མང་ངོ་།། དེ་ཡང་བོད་ནང་དུ་བཞེངས་པའི་སྐྱ་བརྟན་གྱི་
 ཐོག་མར་གྲགས་པ་ནི་པོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལའི་ཆོས་རྒྱལ་སྐྱབ་
 ཕུག་ཏུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་སྲོང་བཙན་ཡབ་ཡུམ་
 ཀྱི་སྒྲུང་བརྟན་དང་། བསམ་ཡས་རྫོ་བཟེའི་རྫོ་བོ་བྱང་ཆུབ་
 ཆེན་པོ་བྱིས་སུ་འདམ་ལས་བྱས་པ་སོགས་བརྟན་པ་སྒྲ་
 དར་གྱི་དུས་སུ་བྱང་བའི་སྐྱན་འདམ་ལས་བྱབ་པའི་རྟེན་སྐྱ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

གཙོ་བོའི་གས་རྣམས་དང་། བསྟན་པ་བྱི་དར་གྱི་སྐབས་སུ་
ལོ་བཅུ་སོགས་སྐྱེས་ཆེན་དུ་མའི་བྲག་བཟོ་རིགས་ཤིན་དུ་
མང་སྟེ། དྲགས་ལྷ་སྐམ་བོའི་སྐམ་བདེ་ཆའི་གཟེམ་ཁང་དུ་
བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་བོའི་བྲག་
བཟོ་བྲགས་ཇེ་ཆེན་པོ་གཙོ་འཁོར་དག་དང་། མདོ་སྨད་སྐྱ་
འབྲུམ་བྲུམས་པ་སྤིང་དུ་ས་བཅུ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་
བྲག་བཟོ་གྲུ་རུ་སྒྲུང་སྤྲིད་ཟེལ་གཞོན་གྱི་སྐྱ་བརྟན་སོགས་
བཟང་ན་བཟངས་གྱིས་མི་ལང་བའི་ཆད་དུ་སྐྱེབས་ཡོད་པ་
འདིས་ཀྱང་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
རིག་གཞུང་ཇེ་ལེགས་སུ་བཏང་ཡོད་པར་སྟོན་ལྡན་སུ་གང་
གིས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་པ་ཉིད་དོ།

སྐྱུ་གུ་བཟོ་སྐྱུ་སྐྱུ་

རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་འདིར་མཆོན་ན་ཆོས་དང་རིག་
 གཞུང་གི་གཏེར་མཛོད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ཐུན་མོང་
 མ་ཡིན་པའི་བཟོ་རྩལ་ལས་ལག་རྩལ་གྱི་ཐད་ནས་ཀྱང་
 མི་རིགས་གཞན་ལ་ངོ་གཞོང་མི་དགོས་པའི་ལེགས་ཆ་
 ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁུངས་ལྡན་རྣམས་ལས་གསལ་བར་
 མ་ཟད། བཟོ་ལས་ཤེས་བྲུ་དག་ལས་ཀྱང་གསལ་བཤད་
 བྱེད་ཐུབ། རྒྱ་མཚན་དེར་བཏེན་འདིར་སྐྱུ་གུ་བཟོ་སྐྱུ་སྐྱུ་
 སྐྱུ་རོལ་ཅམ་བཟོད་ན། དང་པོ་སྐྱུ་གུའི་སྐྱུ་ག་མ་རིགས་
 མང་དུ་ཡོད་པ་ལས་སྐྱུ་གུའི་རྒྱར་འོས་པའི་སྐྱུ་ག་མ་ནི།
 བོད་གི་སྐྱུ་གུ་ཐ་ལ་བཏེགས་ན་སྐྱུ་བ་དང་། སྐྱུ་བྱ་ཆེར་
 སྐྱུ་སྐྱུ་བའི་སྐྱུ་ག་མའི་ཤ་མཐུག་ཅིང་མ་འཆུས་པ་སྐྱུ་བྱ་
 མོར་འདུག་པ་མདོག་སེར་ཞིང་ཅི་འཇམ་ལ་འོད་དང་ལྡན་
 བ། རྒྱ་སྐྱུ་བས་སོས་མནན་ན་འབྲེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་དག་



མཐོ་གང་བས་མི་རིང་ལ། འཐེབ་མཚུབ་ལས་མི་སྤང་བ་
 ཟླ། རིང་སྤང་རན་ཞིང་ལག་དྲུ་འཛིན་བདེ་བ་ལ། གཞོག་
 ཅེ་སོར་བྱེད་དང་གཉིས་ཅམ་གཞལ་བའི་སར་གྱིས་འགྲམ་
 གཉིས་གཞོག་ལ། སུམ་ཆའི་གཉིས་རྫིང་ཞགས་དང་སུམ་
 ཆ་གཅིག་མཆུ་བྱས་ཤིང་མགྲོགས་གྱིས་འབྲི་བར་གས་
 ཆེན་དང་། གཟབ་གྱིས་འབྲི་བར་གས་ཆུང་དུ་བྱས་ཏེ་རྫིང་
 བྱ་འབྲ་བ་དང་འབྲར་བ་འབྲ་བ་ཞེས་སྒྲུ་གུའི་རྒྱབ་ལོགས་
 བལྟས་ན་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཆ་སྟོམས་ཤིང་མངོས་ཆ་
 དང་ལྗན། བཅད་ཁ་སྟེ་སྒྲུ་གུའི་མཆུ་ཅུང་ཟད་གསེག་པར་
 བཅད། ཆོག་གྱིས་འབྲི་ཆེ་མཉམ་པར་གཅོད་པ་དང་། ལྷམ་
 གྱིས་འབྲི་ཆེ་ཉིས་ཆོད་བྱ་བ་སོགས་རང་ཅག་ཡིག་མཁན་
 དག་གི་ཞལ་རྒྱན་ངི་བཞིན་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་རུས་ན་ཡི་
 གོ་ཆེ་ཆུང་རིགས་ཡག་པོ་འབྲི་སྤྱབ་པ་ཅམ་མ་ཟད་སྒྲུ་གུ་
 བཟོ་ཅལ་གྱི་ཆོན་རིག་ཀྱང་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་རྒྱར་གདོན་



མི་ཐ་བར་ངེས། དེས་ན་ང་ཚོས་བཟོ་རིག་པའི་ཆ་ཤས་
 ཏེ་ཡིག་གཟུགས་འབྲི་བ་དང་དེ་འབྲི་སྐྱད་གྱི་ཡོ་བྱད་དེ་
 སྐྱ་གྱའི་རྒྱ་ཆ་དང་བཟོ་སྐྱངས་བྱད་པར་ཅན་འདི་དག་ལ་
 དངོས་ཡོད་བདེན་འཆོལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དངོས་སུ་འབྲུག་འོས་
 པར་ཤིན་ཏུ་རིགས་སོ།། ཡིན་ནའང་དེང་གི་དུས་འདིར་
 ལྷགས་སྐྱུག་སྒྲ་ཚོགས་དར་འབྲུག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡི་གེ་
 འབྲི་ཐབས་སོགས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེར་མེད་པ་ལགས་
 མོད། བོད་ཡིག་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཡིག་གཟུགས་
 ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་བ་ལ་སྐྱུག་མས་བཟོས་པའི་སྐྱ་གྱ་འདི་
 དག་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་གཞན་དུ་མེད་པར་འདོད་དོ།།

རྒྱུན་བརྟེན་ཟས་རིགས།

ལར་འཇིག་ཉེན་སྟེང་འཆོ་སྟོད་བྱེད་མཁན་གྱི་འགྲོ་བ་
 མིའི་རིགས་སྤྱིས་ཐུན་མོང་དུ་སྦྱོད་པའི་འབྲུ་རིགས་དང་



ཚལ་རིགས་སོགས་བཟའ་བཅའི་སྒྲོར་དང་། ར་དང་འོ་
 མ་སོགས་བརྟུང་བའི་རིགས་སྦྱོད་པ་མང་ནའང་། མི་སོ་
 སོ་གནས་ཡུལ་གྱི་ས་བབས་དང་གནམ་གཤིས། བརྒན་
 གཤེར་ཆེ་ཆུང་སོགས་ཡུལ་མི་བཀོད་པ་མི་འབྲ་བའི་ཐོག་
 རས་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་སྒོལ་དང་། ཡུལ་གྱུ་སོ་སོའི་དབར་མི་
 ཟས་སྦྱོད་སྤངས་སོགས་གྱི་ཐད་ལའང་དམིགས་བསལ་
 གྱི་བྱད་ཆོས་རེ་ཡོད་པ་སྒྲོས་མེད་ཡིན་ལ། ང་ཆོ་བོད་
 རིགས་ལ་མཆོན་ན་མི་རིགས་གཞན་དག་ལྟར་འབྲས་དང་
 གོ་ཞིབ་སོགས་ཟས་སྦྱོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་མོད། ཡིན་ནའང་
 བོད་པ་ཆོར་མི་རགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད་པའི་དམིགས་
 བསལ་ཅན་གྱི་ཅུ་པ་བ་ཞེས་ནས་སྒན་སོགས་བརྗོད་ནས་
 ཞིབ་ཏུ་བཏགས་པའི་རྒྱན་ཟས་གཙོ་བོའི་གྲས་གྱི་བཟའ་
 འབྲུ་ཞིག་རྒྱན་གཏན་འཆོ་བའི་ཁྲོད་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་
 པར་ཟས་སུ་བསྟེན་གྱི་ཡོད།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས།

དེ་ཡང་རྩམ་བ་ལ་ནས་རྩམ་དང་སྒྲན་རྩམ་ཞེས་རིགས་
གཉིས་ཡོད་ལ་ནས་རྩམ་ལའང་ཞིབ་རྩམ་ཞེས་ཡོས་བྱས་
བརྒྱབ་སྟེ་ཆེས་ཞིབ་མོར་བཏགས་པའི་ནས་རྩམ་སྤྱས་
ལེགས་ཤིག་དང་། དེ་ཙམ་གྱི་དང་དོད་མ་བྱས་པའི་ནས་
རྩམ་སྟེ་ཁག་གཉིས་ཡོད། སྒྲན་རྩམ་ལའང་དེ་བཞིན་སྒྲན་
ཞིབ་ཅེས་སྒྲན་ལྷགས་ལུད་ནས་ཆེས་ཞིབ་མོར་བཏགས་
པའི་སྒྲན་རྩམ་སྤྱས་ལེགས་ཤིག་དང་། སྤྱིར་བཏང་གི་སྒྲན་
རྩམ་སྟེ་སྒྲན་ལྷགས་མ་ལུད་པའི་སྒྲན་རྩམ་ཁག་གཉིས་
ཙམ་ཡོད།

རྩམ་བ་ནི་ཕྱི་ནང་གང་དུའང་སྟབས་བདེ་བོར་བཟའ་སྦྱོད་
བྱབ་པའི་ཟས་རིགས་ཤིག་ཡིན་པས་བོད་མི་ཚོས་རྟ་ཅང་
དགའ་བོ་བྱེད་ལ། རྒྱང་རིང་བོ་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་སྐབས་
ཀྱང་མི་པལ་ཆེ་བས་རྩམ་བ་སྦྱོད་གྱིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་
ཟས་སུ་བསྟེན་ན་རྟ་ཅང་གི་བདེ་བོ་ཡང་ཡོད། དཔེར་ན།

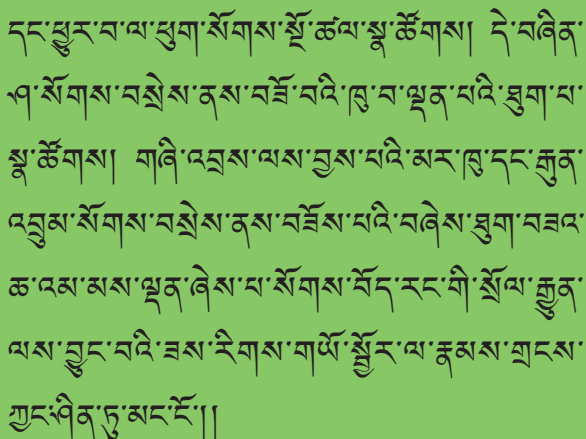


ཅམ་པ་སྟོང་སྒྲངས་ནི་མི་སོ་སོའི་དགའ་སྟོགས་དང་མཐུན་
 རྒྱུ་ལ་གཞིགས་པའི་རྒྱས་པར་བྱེད་ན། ར་དང་ཆང་། འོ་
 མ། སྤར་ཁུ་སོགས་ཀྱི་སྤྲགས་ཁུར་སྤྱད་ནས་བརྩིས་རྩིས།
 ཆལ་གྱི་རིགས་གང་འཆམ་དང་མཉམ་ཟས་སྟོང་བྲས་ན་
 འགྲིག ཡང་ན་ཆལ་གྱི་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་ཞོ་དང་འོ་
 མ། སྤར་ཁུ་སོགས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་མ་འཛོམས་ཆེ་ཆུ་རྒྱང་
 ནང་སྤྲགས་གཡོས་ཏེ་ཟས་སྟོང་བྲས་ནའང་འགྲིག ད་
 གུང་ཡུལ་སྟོགས་འགར་ཅམ་པ་དང་སྤར་བ་ཀ་ར་སོགས་
 བསྐྱེས་ནས་བཏུང་བའི་རིགས་འཕུང་བཞིན་གོམས་སྟོལ་
 ཡང་ཆེས་ཆེར་དར་ཡོད། སྤྲགས་ཞེས་པ་ཅམ་པར་ཁུ་
 བརྒྱན་སྤར་བརྩིས་བརྒྱབ་པ་དེར་བྱ་ཞིང་། དེ་རང་རང་གི་
 འཁོས་འབྱོར་ལ་གཞིགས་པའི་རྩིས་ཆ་ན་ཆོགས་བསྐྱེས་
 རྒྱ་ཡོད་པ་སྟེ་དཔེར་ན། མར་དང་། སྤར་བ། ཀ་ར། སྤར་
 སོགས་སྤར་ནས་སྤྲགས་སྤྲ་ཆོགས་གཡོ་སྤྱར་བྱེད་པ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དང་། གཞན་ཡང་གཞི་རྩམ་པར་བརྟེན་ནས་བཅོས་པའི་
རྩམ་ཐུག་གས་འཇམ་ཐུག་དེ་བཞིན་རྩམ་པ་དང་མཉམ་
གཞིས་སྦྱར་བྱས་པའི་ཕྱར་དུལ་ཞེས་ཐུག་པའི་རིགས་
ཀྱང་མང་པོ་བཅོ་སྟོལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། རྩམ་པ་དང་
མཉམ་དུ་ང་ཆང་མང་ཙམ་སྒྲགས་ནས་སྦྱོ་མའམ་མ་ཐུག་
ཅས་པ་འཇམ་ཐུག་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བོ་ཞིག་ཀྱང་གཞི་སྦྱར་བྱེད་
སྟོལ་ཡོད། དེར་བརྟེན་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་སྦྱོ་བོ་ཡིན་
ན་ཅོག་གིས་རྩ་རྩམ་པར་དགའ་བོ་བྱེད་པ་དང་བཟའ་ཆས་
སྤྲ་མི་བསྟེན་མཁན་ཡང་གཅིག་ཀྱང་མེད།

གཞན་ཡང་བོད་རང་གི་ཟས་སྦྱོད་བྱེད་སྟོལ་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ལ། མཆོན་དོན་ཙམ་བཤད་
ན་གཞི་གྲོ་ཞིབ་ལས་བྱས་པའི་བག་རི་མར་ཁུ་ཞེས་པ་བྱ་
རམ་དང་མར་ཁུ། ཕྱར་བ་བཅས་སྦྱད་ནས་གཞི་སྦྱར་བྱས་
པའི་ཐུག་པ་དང་། ཡང་བག་ཐུག་ཅས་པ་བག་ཆ་ཆུང་ཆུང་



དུས་ལུན་རིང་མོ་ཞིག་ནས་དང་ཁྱབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མར་
 ཆོན་ནས་ཡང་ན་དཀར་རྒྱ་དུ་གྲགས་པའི་གཏོར་མ་
 སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་སྟེ། རྒྱ་ཆ་མར་
 ཁོ་ན་ལས་གྲུབ་ཅིང་རིགས་དང་དབྱིབས་འབྲ་མིན་དང་
 ཆེ་ཆུང་སྟོ་ཆོགས་སུ་མཆིས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་བོད་ལུལ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

དུ་དར་མགོ་ཚུགས་ནས་ཏ་ལམ་མོ་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་
བྱང་བའི་ཚུལ་ནི། སྒོན་གྱི་ཡིག་རྙིང་ལོ་རྒྱུས་ནམས་ལས་
གསལ་བ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་བླ་ཏེ་གྲུང་རྒྱལ་
གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱང་གཤེས་བལ་ཐོ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་དང་གཡང་
འགྲུགས་གྱི་ཆོ་ག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྣོར་གཉིས་ཀ་འབྲེལ་
བར་བྱས་པ་དང་། འཕྲུལ་གཤེན་བལ་ཆོན་ཅན་གྱིས་ཡས་
དང་མདོས་བཏང་བའི་སྒོ་ནས་བྱི་ནང་གི་འགལ་རྒྱུན་སེལ་
བ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།།

དེས་ན་མར་ཆོན་བཟོ་སྐྱུན་གྱི་སྐྱུ་ཅལ་མད་དུ་བྱང་བ་འདི་
ནི་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཁག་སྟེ་ས་དགོ་བཀའ་
རྙིང་གིས་མཆོན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་ཁག་དང་གཡུང་བྱང་བོན་
བཅས་པའི་ཐུན་མོང་བའི་བྱེད་སྤྲངས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་
ཟད། དགའ་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་ཀུན་ལའང་མ་
ཁྲབ་པ་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད་ལ་ལག་བཟོ་བྱ་རྟོམ་པ་



ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེར་བཞེན་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་བྱུང་
 གནས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སོགས་སུ་ ཤེས་པ་ཆང་གསུམ་དང་།
 དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་རྩས་
 དག་ཟག་མེད་ཡི་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིར་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་
 ཤིང་ཅ་གསུམ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་མཉེས་པར་བྱེད་
 པའི་ཆོགས་འཁོར་རྒྱ་ཆེན་བསྐྱོར་ཚུལ་དང་། ཡི་དམ་ལ་
 ཞལ་ཟས་འབུལ་བ། འབྱུང་བོ་ལ་གཏོར་མ་འཕེན་ཚུལ་
 སོགས་ཏུ་ཅང་མང་བ་དང་། སྦྱབ་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྦྱབ་
 མཆོད་དང་འདས་མཆོད་རིགས་དགོན་སྡེ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་
 ཡོད་པས། དུས་དེར་མར་ཆོན་ཀྱི་མཆོད་པ་མི་འབུལ་
 བ་མེད་ཅེས་སྦྲེལ་ཆོག དེ་བཞིན་དམངས་ཁྲིད་སྤྱི་ཆོགས་
 སུའང་ཁྱབ་གདལ་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་བསྐྱར་སྒྲིལ་བྱེད་མི་
 དགོས་མོད། འདིར་དེ་སྐོར་ངོ་སྤྲོད་ཅུང་ཟད་ཞུ་ན། ལོ་རེའི་
 ལོ་གསར་བ་ཆོས་སྐུ་ལས་གོ་སོ་བྱེད་མར་དང་ཉགས་བརྒྱུད།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

མོར་བྱ་དང་གཡུང་བྱང་། ཉི་ཟླ་སོགས་བཀའ་ཤིས་པའི་རི་
མོ་མར་ལས་བྱས་པ་དང་། དངུལ་ཕོར་སོགས་ལ་མར་གྱི་
དཀར་རྒྱན་བྱེད་པ་དང་། དབྱིད་ཀར་ཞིང་ཚོ་བའི་སྐབས་
སུ་ཚོ་མངོའི་རྒྱ་གཉིས་ལ་དཀར་རྒྱན་བྱེད་སྒོལ་ཤིན་ཏུ་
མང་བ་འདིས། མི་རིགས་གཞན་ཏེ་སོག་ཡུལ་ལའང་ཤུན་
ཞུགས་ཐེབས་འདུག་པ་དུས་སྟོན་སོགས་ལ་རོལ་དུས་
ཆང་ཕོར་ལ་དཀར་རྒྱན་བྱེད་སྒོལ་ཡོད་པ་དང་། གསོལ་
སྟོན་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆེས་ཐོག་མར་ལུག་མགོ་བཙོས་
མ་ལ་དཀར་རྒྱན་བྱས་ཏེ་ཟས་གྱི་ཕུད་དུ་འབྲེན་ཚུལ་དུས་
ད་ཉླའང་རྒྱན་ལྡན་དུ་ཡོད་པ་འདིའོ། དེ་འདྲའི་མོད་གྱི་
ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཆར་བེད་སྲོལ་གཏོང་བ་ལ་
དར་རྒྱས་བྱུང་བའི་མར་གྱི་རི་མོའམ་རྒྱན་ཆ་འདི་དག་
བྱུང་ནས་རིམ་བར་མར་ལས་བྱུང་བའི་ཁང་བཟང་དང་།
རྒྱལ་སྤྱི་སྒྲིག་བཟུམ། མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་བཙུ་བྱུག་སོགས་



བཟོ་སྐྱོན་གྱི་ནོམ་པའི་མཆོད་ཇམ་གྱི་བྲག་དར་ཁུབ་བྱུང་
 བའི་ཚུལ་ཡང་། འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་
 ཆེད་འཇུགས་གནང་བའི་ལྷ་ལྡན་ཆོ་འབྱུང་ཆེན་མོའི་དུས་
 མཆོད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟེ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་མཇེད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་
 གྲུལ་དུ་བབས་པ་འདིའི་སྐབས་དང་། རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་
 གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོས་མདོ་སྦྱང་སྐུ་འབྱུམ་
 བྱམས་པ་སྤིང་དུ་ལྷ་ལྡན་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྟོལ་རྗེ་
 བཞིན་བཅུགས་པ་ལ། ཞལ་བཅས་ལྷ་བཞོས་སོགས་ལ་མར་
 རྒྱན་གྱི་རི་མོ་ཡོད་པ་གཞིར་བཅས་བཟོ་སྐྱོན་འདིའི་ལག་
 རྩལ་སྒར་ལས་ཀྱང་རྗེ་ལེགས་སུ་བཏང་སྟེ། ལོ་རེར་བོད་
 ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་བཅོ་ལྔར་འཇམ་དབྱངས་ཀྱན་གཟིགས་
 ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་རས་ཡོལ་བཀབ་སྟེ་མར་ཆོན་གྱིས་
 བཟོས་པའི་བོད་རྒྱལ་སྤྱི་བཅན་སྐམ་པོའི་རྣམ་ཐར་སྐོར་
 དང་། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་མཇེད་པ་བཅུ་གཉིས།

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོན།

མི་དྲན་འགྲོ་སོགས་སྒོག་ལྡན་འདྲ་མེན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་
ནམས་ནི་གསོན་ཉམས་ལྡན་ལ། རི་ཆུ་ཁང་བཟང་སོགས་
བཟོ་བཀོད་ཀྱང་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྤྲུག་པའི་བྱང་ཆོས་དང་
ལྡན་པས། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་བཟོ་བོ་མཁས་
ཅན་ཆོའི་བསྐྲུགས་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཏེ། སྤྱི་འབྲུམ་
བྱམས་པ་གླིང་གི་མེ་ཏོག་མཆོད་པ་ཞེས་ཀྱུན་ལ་རྒྱང་ལྟར་
གྲགས།

དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་བཟོ་རིག་གི་ཁོངས་གཏོགས་མར་
ཆོན་གྱི་བཟོ་རྩལ་བྱང་པར་ཅན་འདི་ཡང་གསར་གཏོད་ཀྱི་
རང་བཞིན་ལྡན་པས་མི་རིགས་གཞན་ལ་ངོམ་ཆོག་པའི་
ཆོད་ལྡན་གྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།

སྐྱུ་གྱི་

སྐྱུ་གྱི་ཞེས་པ་འདི་ནི་སྐྱུ་གྱུ་བཟོ་བྱེད་གྱི་ལག་ཆ་སྟེ་གྱི་
 བྱེད་བྱ་པ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ལྷགས་གྱི་རྒྱ་ཆ་
 ཏ་ཅང་བཟང་ན་མེད་ག་འབྱུང་སྟེ་ཞིང་བཟར་ཁག་ལ། ཏ་
 ཅང་ཞན་ན་ངར་མི་འཛིན་ཞིང་རྩོ་མི་འདུག་པས། ལྷགས་
 རྒྱ་བཟང་ངན་རན་པའི་ལྷགས་ཁམས་མཉེན་ལ་ངར་ཁ་མི་
 འཛིན་པའི་ལྷགས་གྱི་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་སྟོ་ལྷགས་དང་སྟོ་
 ལྷགས་མཉམ་དུ་བསྐྱེས་པ་ལ་མར་དང་བྱར་སྦྱང་བསྐྱེབས་
 པའི་ལྷགས་ཞུན་མར་བྱས་ཏེ། གྱི་དབྱིབས་སོགས་བྱང་
 པར་ཅན་དུ་བཟོ་བ་ལ། གྱི་ཅེ་གིང་རྩོ་སོགས་ལ་ཨི་ཁུང་
 འབྲིགས་བྱེད་གྱི་གཞོང་ལྟར་མཉམ་སྟར་ཡོད་པ་ནི་སྐྱུ་གྱུ་
 བཟོ་སྦྱང་ལ་མཆོག་དུ་བཟང་བར་བཤད་ལ། དེ་བཞིན་
 ཅིབ་མ་ལྟར་སྦྱོན་མེད་པ་ནི་ཤོག་བྱ་འབྲེལ་ལ་མན་པ་
 སོགས་མང་དུ་བཤད་པ་དང་། བཟར་རྩོ་ལའང་འཛིང་རྩོ་



སྟེ་སྤྱ་འབྲེགས་ཅན་གྱི་རྩོམ་རིགས་མཆོག་ཏུ་བཅིས་མོད།
 དེང་སང་བདར་རྩོམ་ཅང་དུ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བཞིན་པ་ནི་
 བཅོས་པའི་བདར་རྩོམ་ཡིན་སྟབས་བདར་ཐབས་ལ་ངར་
 ཟུང་ཐད་ཀར་བདར་བའི་ངར་ཁ་སྤྱར་བར་ལེན་ཞིང་ངར་
 ཆེན་བསྐྱོར་ཞིང་བདར་བས་སོ་ཁ་མི་འགྱུར་བ་སོགས་
 དག་མཆོད་ཞིན་ཏུ་མང་ངོ།

ཁ་མཆུ་རྒྱག་སྟངས།

བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་རོམ་ཞིག་ཞེས་པ་ལ་གནའ་
 བོད་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་མིའི་
 ཀྱན་སྤྱོད་དང་། བསམ་སྒྲུབ་འབྲེལ་ཕྱགས། སྤྱོད་རྒྱུན་གྱི་
 ཆོས་ལུགས་སོགས་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་རིམ་ལྔར་ཡིན་
 མིན་གྱི་སྐོར་ལ་ངས་པར་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
 ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་བ་ཙམ་ནས་བོད་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་



རྒྱལ་པོ་འཕེལ་མངའ་བདག་མེད་པར་བརྟེན། དུལ་གྱ་པན་
 ཚུན་བར་འབྲེལ་གཏུག་སོགས་རྩང་བད་རིང་དུ་སོང་རྒྱུ་
 མཐའ་ཁག་འགའ་ཞོས་སུ་མངའ་ཁུལ་རེ་ལ་རྒྱལ་པོ་རེ་
 དང་། དུལ་སྡེ་རེ་ལ་དཔོན་པོ་རེ་བྱང་ཡོད་པ་དངོས་འབྲེལ་
 ཡིན། དེས་ན་སྐབས་དེ་དག་ཏུ་བོད་ཀྱི་ཕྱོགས་མཐའི་དུལ་
 ཁག་ཆང་མར་བྱབ་པའི་ཁྱིམ་ས་གཞི་ཞིག་མེད་ནའང་། སྡེ་
 ཁག་པན་ཚུན་གྱི་བར་རམ་མི་ཆང་པན་ཚུན་བར་ཚྩོད་གཞི་
 འདྲ་བྱུང་ན། དེ་ལ་སློ་གཟི་བོའི་ངང་ནས་འདུམ་ཐབས་
 གྱེད་པའི་སྒོལ་བཟང་ཞིག་དར་བྱབ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་བཟད།
 དེང་སྐབས་ང་ཚོས་འདྲོད་བཞིན་པའི་དམངས་གཙོའི་ཁ་
 ཕྱོགས་དང་ཉེ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཡག་ཞོས་ཤིག་ལ་མི་མཐོ་
 དམའ་བར་གསུམ་སུ་ཡིན་རུང་རང་ལ་གནད་དོན་གང་
 ཞིག་བྱུང་ནའང་དེ་འབྲེལ་དུལ་གྱི་དུལ་དཔོན་ནམ་རྒྱལ་པོ་
 ལ་ཁུས་ཏེ་བྱང་བདེན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཚྩོད་ཆོག་པའི་སྒོལ་བྱུང་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ཡོད། དེ་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་བོད་མིའི་ངག་རྒྱན་ལ་ “ ཁ་
མཆུ་” ཞེས་ཟེར་གྱིན་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སྤྱོད་པ་མཐའ་བ་
འགའ་ཞོས་ཀྱི་ “ གྱོད་ “ གྱུང་ཟེར། ཁ་མཆུ་རྒྱག་མཁན་
པན་ཚུན་ལ་གྱོད་པ་ཞེས་སུ་འབོད་པ་དང་། ཁ་མཆུ་འི་
འདུམ་བྱེད་མཁན་ནམས་ལ་” གཟུ་བ་” ཟེར་བ་དང་འདུམ་
གྱི་ཆོད་དོན་ལ་ “ གཟུ་” ཟེར།

མི་སྡེ་གང་ཞིག་གིས་སམ་ཡང་ན་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཁ་
མཆུ་རྒྱག་པའི་སྐབས། གྱོད་པ་པན་ཚུན་ནས་འཁོན་གཞི་
དངོས་མ་བཤད་པར་ “ ཇིག་” ཅས་བྱ་བ་སློག་ཆགས་
སྒྲ་ཆོགས་དང་གངས་རི། རྒྱ་མཚོ་སོགས་དཔེར་བཞོན་
དེ། ཇིང་བྱེད་དཔེ་ཡི་སྟངས་གྱོད་ཀྱི་དོན་འབྲས་བཤད་
པ་དང་། ཡང་ “ སྒྱག་” ཅས་བྱ་བ་གྱོད་ཀྱི་ཅ་བ་མི་སྟངས་
སོགས་གང་ལ་ཐུག་པ་དེའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་དངོས་འདི་དང་འདི་
དགོས་ཞེས་མཇུ་བ་སྟོན་གྱིས་ང་ལ་སྒྱག་འདི་ཅམ་བྱུང་ན་



གྲོད་བཤད་ཚོགས་པ་དང་། མ་བྱུང་ན་གྲོད་མི་བཤད་ཅེས་
 བྱ་བ་དེར་སྡོན་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་ནམ་ཡང་ན་སྟག་ཟེར་གྱིན་
 ཡོད། གྲོད་བཤད་སའི་ལས་ཁུངས་ལྟ་བུ་དམིགས་བསལ་
 མེད་ནའང་ཁྱིམ་ཆང་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་གྲོད་པ་པན་ཚུན་
 གཉིས་སྟོགས་ནས་གད་པོ་ཤེས་རྒྱ་ཅན་གཉིས་དང་། དེའི་
 རོག་ལ་” རྒྱུག་པ་” ཞེས་པ་གྲོད་པ་པན་ཚུན་ལ་བྲི་བསྐྱར་
 བྱེད་མཁན་གྱི་མི་རང་བཞིན་བྱང་ཞིང་སློ་ཁོག་ཡངས་པ་
 གཉིས་བཅས་མི་བཞི་ཚོགས་ཏེ་གྲོད་བཤད་སྟོལ་ཡོད།
 དེ་ཡང་གཟུ་བ་གཉིས་ནི་སྟོགས་རིས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་
 དགོས་པ་མ་ཟད། གཟུ་བ་རང་སྟོགས་ཀྱི་གྲོད་ཡ་ལ་ཅུང་
 པམ་ཁ་སློད་མཁན་རེ་ཡིན་དགོས་པ་དེ་ནི་ཆེས་ཡ་རབས་
 ཀྱི་བཟང་སྟོལ་ཞིག་ཏུ་བརྩིས་ཚོག་གལ་སྲིད་གཟུ་བ་གང་
 རུང་ཞིག་གིས་སྟོགས་ཞེན་བྱས་ཏེ་གཞན་སྟོགས་ལ་པམ་
 ཁ་སློད་འདུག་ན། གྲོད་ཡ་དེས་གཟུ་བའི་གཟུ་ལ་མི་ཉན་

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

པར་གཞུ་བ་ཁོ་རང་ལའང་གྱོད་བྱེད་ཆོག་པ་དང་། ད་དུང་
གཞུ་བ་གསུམ་པ་ཞིག་བཙལ་ཏེ་བདེན་རྒྱུ་ཤིན་པ་འབྱེད་
ཐོག་གཞུ་བ་སྒྲིལ་རྗེས་ཐུན་མོང་ནས་ཡང་བསྐྱར་གཞུ་བྱེད་
དགོས་ཀྱིན་ཡོད། དངོས་གཞི་གྱོད་དོན་བཤད་སྐབས་
རྗེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ “རྗེས་རྗེས་” ཅེས་པ་ཉིན་གངས་
གང་འཆམ་ཞིག་ལ་གྱོད་པ་པན་ཚུན་གྱི་གྱོད་ཅ་ཅི་བསྐྱར་
ཀྱིས་དོན་འབྲས་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་གཞུ་བར་བཤད་རྗེས་
གཞི་ནས་གཞུ་བ་ཆོས་ལེགས་ཉེས་དཀར་ནག་དབྱེ་འབྱེད་
ཀྱིས་གྱོད་པ་པན་ཚུན་གྱི་གཟི་བྱེད་དགོས་པ་རེད།

སྤྱིར་བོད་མི་ཆོས་གཞུ་བཤད་སྐབས་གང་ཟག་གི་མཐོ་
དམན་ལ་མི་བཟླ་བར་མི་སུ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། མི་དེ་སྒོ་རྒྱ་
ཆེན་པོའི་ཐོག་གཞུ་འདུམ་ཐུབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་རྒྱ་དང་
འབྲུར་བས་པངས་པའི་མི་ཉམ་ཆུང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་གཞུ་
བར་སྐད་འབོད་གཏོང་སྒོལ་ཡོད། དེ་ཡང་བོད་མིའི་ངག་

ཐུན་ལ་ “ གཞུ་ར་སྒྲག་ཅན་གྱིས་བཏང་ན། ལྷག་སྒྲག་
 ཅན་གྱིས་ཡར་རྒྱུག་མེད་” ཅེས་བརྗོད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་
 ལྷར་བང་བཤེན་གྱི་གཞུ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་གྲོད་ཆེན་པོ་དག་
 གྲང་འདུལ་ཐུབ་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ལྷའི་གཞུ་བའི་གཞུ་ལ་མཐོང་
 དང་བཅི་འཛོག་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། གལ་སྲིད་
 གཞུ་བ་པན་ཚུན་ནས་བང་བཤེན་གྱི་ལམ་ནས་གཞུ་བཏང་
 ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་གྲོད་ལ་གང་རུང་གིས་གཞུ་དེ་དང་ལེན་
 མ་བྱས་ཆོ། བོད་ཀྱི་ཁ་དཔེར་ “ གྲོད་གཞུ་བའི་གྲོད་ལ་
 ཐུག་” ཅེས་པ་ལྷར་གཞུ་བ་ནམས་ཕྱོགས་གཅིག་མཐུན་
 གྱིས་གྲོད་ལ་དེ་དང་ཁ་མཆུར་ཐུག་སྟེ་གྲོད་གཞི་ཆེན་པོ་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གཞན་ཡང་སྟེ་ཁག་པན་ཚུན་བར་ཅོད་
 གཞི་ཆེ་རིགས་བྱང་ན་ཕྱོགས་པན་ཚུན་གྱི་གད་པོ་ཉམས་
 སྤྱོད་ཅན་འགའ་རེ་དང་། ལྷག་པར་ཡུལ་སྟེ་སོ་སོའི་སྒྲི་སྒྲི་
 དང་དགོན་པའི་མཁན་པོ་དག་གིས་གཞུ་གཏོང་སྒྲིལ་ཡོད་



བ་དེ་ནི་གྲོང་གཞི་ཆད་ཆེན་པོའི་རྒྱུན་གྲིས་ཡིན། དེ་མིན་
 རུ་ཁག་ནང་ཁུལ་གྱི་གྲོང་རྒྱུང་དུའི་རིགས་དང་བྲིས་ཆང་
 བར་གྱི་ཁ་མཆུ་ནམས་ཕྱོགས་པན་ཚུན་གྱི་གཟུ་བ་རྩིག་བ་
 མང་བོ་མི་དགོས་པར། གཟུ་བ་གཅིག་དང་དེ་བཞིན་རྩིག་
 བ་གཅིག་བཅས་མི་གཉིས་ཀྱིས་འཇུས་པར་བཤད་དོ།

སྐྱོ་འབྱར་བཅོ་ཐབས།

བོད་ལ་གཉའ་བྲི་ཅན་པོའི་ཡར་སྡོན་ནས་རི་བདག་སྣ་
 ཆོགས་ཀྱི་མཆན་མ་བྱི་བསྐྱོ་བྱེད་སྒོལ་གྱི་ལག་རྩལ་དར་
 ཡོད་པ་ལྟར། རྩིས་སོར་རིམ་གྱིས་བཅོ་གནས་ཆད་མཐོན་
 པོར་སླེབས་ཏེ་མི་རིགས་གཞན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་ལྷ་བྲིས་སྐྱུ་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱན་ནས་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་
 བྱང་བར་བཏོན། ལུགས་བཅོའི་ཞེས་བྱ་སྣ་ཆོགས་དང་།
 གསེར་དབུལ་ཟངས་ལུགས། དེ་བཞིན་རག་དང་མཆོལ།



ལྷང་ཆེར། བཅད་མིར། སྐྱོ་འབྱར་སོགས་འདུལ་ཐབས་
 དང་བཅོ་ཐབས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཡང་ད་ལྟའི་བར་བཅོ་རིག་
 མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྡོན་སྡོལ་རྒྱན་འཛིན་དང་ལག་
 ལེན་ཀྱིས་སྟངས་སྟངས་སྤར་ལས་ཆ་ཆ་ཆེད་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་
 ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡང་གིང་སོགས་
 ལ་སྐྱོ་འབྱར་ཀྱི་རི་མོ་གཏོང་ཐབས་ནི་རྒྱ་བསྐྱལ་བའི་བྱེ་
 བཞག་དང་། འབྱར་བྱེད་དབང་ལག་སྣ་རིང་བྱེད་ཟར་མའི་
 ལུ་བ། རྒྱག་བྱེད་ཤེལ་ཀ་ར། མཉེན་བྱེད་སྤང་ཅི་དང་སྒྲིག་
 ལ། སྤྱེད་སྤྱིན་བཅས་ཡིན་ལ། གོང་གི་དེ་རྣམས་འདུལ་
 སྤང་ཡུན་རིང་བརྒྱད་གར་སྤྲོ་ཞོ་ཅམ་དུ་གྱུར་ངེས། སྐྱོ་
 རྒྱལ་དུ་ལྷག་གཙུག་ཀྱིས་འབྲི་དགོས་པ་ཡིན། བསྐྱལ་བའི་
 བྱེ་བཞག་སྤྲོ་མཆོག་སྤྲོ་ཞིབ་མོ་ལག་རིས་དོད་པ་དེ་འམ་
 དེ་ལ་བྱེ་ཤོད་ཆེ་བ་ལ་སྤྱིན་ཅུང་ཟད་བསྐྱེ་བྱུང་བ་དང་།
 དེར་སྤྱིན་རྒྱ་དམ་ཅམ་བསྐྱེས་ནས་དཀར་ཡོལ་དུ་བརྟལ་

ཉམས་ལེན་གྱི་མཁའ་མཛོད།

ཏེ་བག་ཚག་ལ་བཞུར་བའི་སིག་མ་དོར་ཇེས། གྲངས་མ་
སྐར་ཡང་ཆུ་དང་མཉམ་འབྲེས་དགྲིག་བྱ་དགོས་པ་ཡིན།
དེ་ནས་ཞག་གཅིག་ཅུ་ལ་གྲངས་སུ་བཅུག་ཇེས་ཁྱ་བ་
བཞུར་དོར་བྱེད་དགོས་པ་དང་འབྲེལ་གོང་གི་དབང་ལག་
དང་ཟར་མའི་ཁྱ་བ་སོགས་རན་པར་བཏབ་སྟེ་འདུལ་ཡུན་
རིང་བར་དུ་བྱས་ཏེ་གར་སྐོལ་ཞོ་ཅུ་ཆགས་ཇེས། ར་ལུག་
གི་བགས་རྒྱལ་མཉེད་མ་སྐྱེ་དཀར་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ནང་དུ་
སྐྱུགས་ཏེ་ཅུང་ཟད་འཛོག་དགོས་ལ། སྐྱོ་སྐྱུག་ནི་ཅ་བར་
མཐེུ་ཆུང་གི་ཅེ་ཞོང་བ་ཅུ་དགྲིས་གཉིས་ཡོད་པ་ཞིག་
བཅུག་སྟེ། དགྲིས་གཉིས་པའི་མཆམས་ནས་སྐྱེད་པས་
དམ་པོར་བསྐྱམ་དགོས་པ་དང་། སྐྱོ་རྒྱལ་སུམ་ཆའི་གཉིས་
ཅུ་འགོང་དུ་བཅུག་ཇེས་གཞི་ནས་མཉེད་གཅུར་གྱིས་
སྐྱེ་རིས་བྲིས་པའི་སྟེང་དུ་འབྲི་དགོས་པ་ཡིན། གལ་སྲིད་
འབྲམས་ནས་ལེབ་མོར་སོང་ནས་སྐྱ་བའི་སྐྱོན་དང་། ཅུབ་



ན་བྱེ་ཤོད་ཆེ་བའམ་ཡང་ན་འབྱར་བྱེད་ཚུང་བ་དང་མ་དུལ་
 བའི་སྐྱོན་ཡིན་པར་བཤད། གཞན་ཡང་སྐྱོ་འབྱར་གྱི་ཐིག་
 དེ་ཉིད་གས་ན་སྐྱིན་མང་དགས་པའི་སྐྱོན་དང་། ལྷ་སྐྱོ་གྲོག་
 མའི་སྐྱེད་འབྱར་བྱེད་ན་ཅུར་ཆེ་བའམ་ཡང་ན་སྐྱུ་རྒྱལ་སོང་བ་
 དང་རྒྱལ་བའི་ནང་དུ་དབྱུགས་འཁྱུམས་པ། གར་སྐྱ་ལེགས་
 ཐོ་མ་འདྲེས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡིན། སྐམ་དཀའ་ཁིང་ཆེན་
 གྱིས་བང་སྐྱ་ན་དཀར་སྐྱང་ཤོད་ཆེ་བའི་སྐྱོན་དང་། ཅི་ཕུད་
 ནས་མ་ཆག་ན་དཀར་སྐྱང་ཟར་ཁུ་ཉུང་བའི་སྐྱོན་ཡིན།
 བད་ཆེ་ཀོག་ཀྱག་སྐྱ་ན་སྐྱིན་ཤེད་ཚུང་བ་བཅས་ཀྱི་སྐྱོན་
 ཡིན་པས། དགོ་ཀན་མཁས་པའི་མདུན་ནས་མན་ངག་དང་
 འབྲེལ་རང་རང་གི་སྤྱོད་ཆོར་དང་བསྐྱུན་ནས་ལེགས་པར་
 བརྟག་ཏེ་སྐྱུ་རྒྱལ་མི་ཤོར་བ་གལ་ཆེའོ།

སྐྱོ་འབྱར་ལ་གསེར་དཔུལ་དང་གཤམ་ཡི་སྐྱང་ཤོག་སྐྱར་
 ན་སུག་ལྷ། ཀ་ར། ཆང་གི་ཉིང་ཁ། མཆོ་ལྷུ་མ་མཆོ་ལྷུ་མ་

ཕྱག་ལེན་གྱི་ལུང་ལྟོས་

ནི་རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་རྩ་ཞིག་ཡིན་ཁུ་བ་རྣམས་ཆ་མཉམ་པ་དང་།
གཞན་ཡང་སྐམ་པ་མང་གིས་མི་ལྷག་པའི་ཆེད་སྒྲིག་པའི་
ཁུ་བ་ཆ་མཉམ་ལ། སྤྱི་ཞིང་བརྒྱན་གྱིས་མི་འཛིག་པའི་
ཕྱིར་སྤྱོད་བཟང་བོ་ཉིས་འབྱུར་ཙམ་ལྷག་དགོས་པ་དང་།
བྱག་རལ་གྱི་སྒྲིན་མི་མངོན་པའི་ཕྱིར་གསེར་ཤོག་སྐྱར་
གཞི་ལ་བ་སྒྲ་དང་ཚོན་ངང་པ། དངུལ་དང་གཤམ་ཤོག་
ལ་ལྟང་ཆེར་ཀ་ར་བསྐྱེས་པ་སྐྱར་ནས་གར་སྒྲ་དར་བ་
ཙམ་བྱེད་ལ་བྱག་པས་འབྱས། དེ་ལྟར་སྐམ་ནས་ཁ་ཡིས་
ཉས་བཏབ་པའི་བརྒྱན་ཙམ་གྱིས་གསེར་ཤོག་སྐྱར་ན་
ལེགས་པར་འབྱར་ཞིང་། དེ་ཡང་གསེར་ཤོག་དེ་རང་གི་
ལག་པའི་ཉ་སྒྲ་ལྟེས་བང་ཙམ་བལྷག་པའི་སྤྱིང་དུ་བཞག་
རྗེས། ལག་གཡས་གྱིས་རུང་ཙམ་བཙེར་བས་ཤོག་ངོས་
གཅིག་དུ་འབྱར་འགོ་བ་ཡིན། དེ་ཚུ་སྒྲོད་ཅིག་གི་ཁར་
གསེར་རྒྱག་སྐབས་གྱི་ཤོག་བུ་བྱད་ཐབས་གྱིས་བྱངས་

ཕྱི་ལོ་ལྷན་པུ་ལྷན་པུ་

ནས་གཟར་དུ་ཆུ་བཞུད་པ་ལ་བཀོད་པ་ལྷ་དུག་ཅམ་བྱ་
དགོས་པ་དང་། ཆུ་ཆུང་བད་འཐག་ནས་ཤོག་བྱ་རང་ཆོད་
ཟེན་ཅམ་གྱི་སྐབས་སྐྱར་ཅིའི་སྟེང་མཐེ་མོས་མནན་ཏེ་སྐྱར་
ན་འབྱར་ལེགས་པར་འོང་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་སྐྱར་དཀའ་
བ་ནམས་རྩིང་ཤུན་ཏུ་བན་སྐྱ་མོ་བརྟམ་པའམ་ཡང་ན་ཤིང་
བལ་སོགས་གྱིས་མནན་ན་སྐྱོང་མོར་འགོ་བར་བཤད་དོ།