

༡༡། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་སྤྱབ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༢༧ ནང་ ༢༥ ཉིན་

དེང་རྒྱས་བོད་རིགས་ན་གཞོན་ནུ་མས་

ལ་ནང་ཆོས་རྩ་སྤྱོད་སྤུལ་

བ་བཞུགས་

སོ།།

དེ་བ་ཐེངས་གསུམ་པ། ནང་ཆོས་རྩ་སྤྱོད་སྤྱིང་ཉིག

སྤྱི་བཅར་ནུས་པར་རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་གྲུ་ཆང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་ནས་

པར་སྤྱན་དང་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལོ་སྟོན་སྟེང་ཉིག

ལྷོ་པཅར་རྒྱལ་པར་རྒྱལ་པ་པལ་བདེ་ལེགས་པ་ཤོད་མྱོང་ལྷོ་ཁོང་གི་ཤེས་ཡོན་སྒྲིབ་ཆོག་པ་ནས་པར་སྒྲིབ་དང་
འཁྲེལ་སྒྲེབ་ཞུས་པ་དགེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག

ནས་གྲུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་མཁན་ནས་བྱེ་ལོ་ ༢༠༡༠ ལོར་བར་ཐེངས་དང་ལོར་དེབ་གངས་ ༢༠༠༠ དང་།

ཐུ་ལོ་ ༡༩༧༠ ལོར་པར་ཐངས་གཉིས་པར་ཐེ་སྒྲན་ནང་བའི་ཤེས་ཡོན་སྒྲུབ་ཆོག་ལས་ནས་དེབ་བྲངས་ ༥༠༠༠ དཔར།

འབྲེལ་ཡུལ་ཞལ་བྱང་།

NAMGYAL MONASTERY

P.O. Mcleod Ganj-176219

Dharamsala Distt Kangra (H.P.) INDIA

Off:91+92184-14777/ 92184-15777

E-mail: namgyalmonastery@gmail.com

www.namgyalmonastery.org

མེད་ཀྱིས་ཤིག་ལྟར་དཔེ་ལྷན་པུ་

SJRB-0133

ནུམ་རྒྱལ་གྱི་ཆང་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གི་པར་གཞི་རང་སོར་བཞག་ཡོད།

མེད་བྱེད་ཀྱི་མཛོད་ཚུལ་སྤྲུལ་པའི་ལྷན་ཁག་གིས་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

ཁེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ལྷ་ ༥ པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

༡༠༡༠ ལྷ་ ༡ པར་བསྐྱར་ལྷིག་བྱས།

མེད་ལྷན་རྒྱུ་མཛོད་དྲ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་དྲ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཀར་ཆག

ཕབ་སྐྱར་ཞུ་བ་པོའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ།.....	༡
ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་སློབ།.....	༡
དེགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་གི་དགེ་མཚན།.....	༡
གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ།.....	༥
འབྲས་བུ་སྤྱོད་བཞི་སྤྱོད་ཚུལ།.....	༡༡
ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས།.....	༡༤
རྒྱལ་སྤྱི་ཐོག་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་བཞུགས་སོ།།.....	༡༦
གཅིག་མཚད་པར་བཞུགས་ཅིང་སྒྲིབ་པར་དམ་བཅའ་བ།.....	༡༦
༡༽ མཚད་པར་བཞུགས་པ།.....	༡༦
༢༽ རྒྱུ་པར་དམ་བཅའ་བ།.....	༡༧
གཉིས། བཙུག་བྱ་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན།.....	༢༠
༡༽ དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱ་བ།.....	༢༠
༢༽ བལྟལ་སྒྲིབ་བ།.....	༢༡
༣༽ དཔེན་པ་བཞུགས་པ།.....	༢༢
༤༽ ཆེ་འདི་སྒྲིབ་གཏོང་བ།.....	༢༣
༥༽ རྒྱུགས་དན་སྒྲིབ་བ།.....	༢༤
༦༽ བཞུགས་གཉིན་བཞུགས་པ།.....	༢༥
༧༽ རྒྱུགས་འགྲོ་བཤད་པ།.....	༢༥

ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་འདྲི་དང་། དེའི་བཀའ་ལན།	༤༠
བདག་གཅེས་འཛིན་སྤངས་ན་ཙམ་མཁུན་ཐོབ་མིན་སྟོར།	༤༠
སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཐབས།	༤༩
ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཚོས།	༧༠
དཔུལ་བ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོར།	༧༠
བདག་འཛིན་སྤངས་ན་ཙམ་མཁུན་ཐོབ་ཐུབ་མིན་སྟོར།	༧༥
ཤར་རྒྱལ་ཚོས་པ་དང་ཚན་རིག་པས་དཔྱད་པའི་རྒྱ་ཚད་ཀྱི་བྱད་པར།	༧༦
ནང་ཚོས་དང་སློབ་རྒྱུན་རིག་གཞུང་གིས་ཡར་རྒྱས་ལ་གནོད་མིན་སྟོར།	༡༠༣
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་.....	༡༡༡
ནང་པ་ཡིན་མིན་གྱི་ཚད་གང་ནས་བཟུང་དགོས་མིན།	༡༡༦
ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོང་མིན་སྟོར།	༡༣༣
སྤྲུགས་ཀྱི་ཆགས་སྤང་ལམ་བུ་སྟོར།	༡༩༠
དངོས་གཞི་སྤྲུག་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་བུ་སྟོར།	༡༩༩
༡༽ རྒྱུས་བྱ་རྒྱུད་བུའི་ལམ།	༡༩༩
༢༽ རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ།	༡༩༥
༣༽ རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ།	༡༩༥
༡༽ ཀྱན་རྫོབ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་སྟོར་པ།	༡༥༣
མཚུག་བསྐྱེད་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོར།	༡༥༥

ཕབ་སྐྱུར་ལུ་བ་པའི་ཕྱོན་སྒྲིང་།

༢༡། །ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ། སྤྱི་སྒྲོས་བསྟན་འགྲོའི་སྒྲིག་ཤིང། བོད་གངས་
ཅན་སྒྲོངས་ཀྱི་ཆོས་སྤེད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་དབྱ་ཁྲིད། ཡངས་པའི་འཛམ་གུའི་སྒྲིང་གི་སྤྱི་
ཁོར་དུ་གྱུར་པ་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཆོ་རབས་བགྲངས་ཡས་པའི་ཕྱོན་
རོལ་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་རི་ལྟར་མཛད་པ་ལྟར་དུག་གསུམ་ཆ་གདུང་གིས་མནར་བའི་
གདུལ་བྱ་མཐའ་གྲས་པར་ཀུན་སྟོམས་བྱམས་བརྩེའི་ཆོས་ཆར་འབེབས་པར་མཛད་དེ་ཞི་བམིལ་
ཕན་བདེའི་ལམ་བཟང་དུ་དགོད་པའི་སྤྲད། ཟབ་རྒྱས་སྒྲ་དོར་གྱི་ལམ་སྟོན་དང། དབང་ལུང་མན་
རག་གི་གདམས་པ་སོགས་ཟམ་མ་ཆད་པར་ཐབས་ལམ་དང་སྐད་རིགས་འདྲ་མིན་བརྒྱད་སྟོལ་
གནད་བཀའ་འདྲིན་བསྐྱུངས་དང་སྟོང་བཞིན་པ་ནས་བྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ནས་བཟུང་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་
མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཞུགས་སྐར་ད་ལྟེང་བོད་ཁྲིམ་དུ་བོད་ཁྲིམ་གཙོ་གྱུར་གྱི་དེང་གི་མཛོ་
སྟོབ་ཁག་དུ་ཤེས་བྱའི་ནམ་གངས་འདྲ་མིན་ཐོག་ཆེད་སྟོང་བཞིན་པའི་བོད་ཐུག་མཛོ་རིམ་
སྟོབ་གཉེར་བ་ནམས་དང། ལྷག་པར་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་དང། ཨ་རི་དང། ཁེ་ཏ་ཏ་སོགས་
རྒྱལ་ཁབ་དང། ལུལ་ལུང་འདྲ་མིན་ནས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་དམ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩི་དོན་དུ་གཉེར་
བའི་སྟོ་བྱར་ལྷག་འཕྲོར་གྱི་དེང་རབས་གཞོན་སྟེས་ནམས་དང། བཞུགས་སྐར་ལུལ་དུ་གཉུག་
མར་གནས་པའི་ས་རྒྱ་མཐོང་གྱི་མཛོ་རིམ་སྟོབ་གཉེར་ཁང་དང། ཁོར་སྤིང་མཛོ་སྟོབ་ ཤེས་རབ་
དགའ་ཆལ་སྟོབ་སྤིང་སོགས་ནས་ཀྱང་ཆེད་བཅར་ལུས་པའི་རང་རིགས་བོད་ཐུག་ན་གཞོན་གཙོ་
གྱུར་གྱི་བྱི་ནད་གི་མི་རིགས་ཁག་དང། རྒྱ་ཆེའི་དད་ལྡན་མང་ཆོགས་སྟོང་ཆོ་མང་པོར་བྱི་ལོ་
༡༠༠༩ ལྷ་ ༦ ཆོས་ ༡༩ དང་ ༡༥ ཉིན་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་དང། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས།

འབྲས་བུ་སྐྱ་གཉིས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་། ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་
པ། འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ཏེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་རིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བ། ནང་ཆོས་
ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་རིམ་པ་གསུམ་ལས། བྱི་ལོ་ ༡༠༠༢' ལོར་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཏེ་
ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་གི་སྒྲིབ་དང་། བྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ་སྟེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་
ལྟ་བུ་བ། བྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ཏེ་ནང་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རིམ་པ་
བཅས་བཀའ་བློན་སྐུ་ལ་གནང་ཡོད།

རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མའི་ཐོག་ནས་ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་ཀྱི་རིམ་པ་རྒྱ་ཆེ་ལ་
གཏིང་ཟབ་པའི་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་དོན་རྣམས་དེར་གི་གཞོན་རབས་རྣམས་ལ་ཁ་གསལ་
ཞིང་གོ་བདེ་བ་དང་། ལྟ་འདོད་ལ་ཉན་སྒྲོ་བ། མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ཀྱི་དཔེ་མཆོན་དང་། ལུན་མེན་
ཀྱི་ཉམས་སྒྲིབ་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་སྐྱར་ནས་འཕྲལ་ཡུན་ཀྱི་ཁྲིའི་དོར་ལམ་སྟོན་ཀྱི་
བཀའ་སློབ་སོགས་ཡིད་གདུང་སེལ་བའི་བདུན་ཅི་དང་། མོངས་སུན་སེལ་བའི་སྟོན་མེ། ཤེས་རིག་
གི་སྒྲོ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་ཐེ་མིག་ལྟ་བུ་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ཏེག་རྣམས་གཅིག་ཏུ་
བསྐྱས་ཏེ་ཟབ་གསལ་གོ་བདེ་ཡིད་ལ་འཇུག་ཆེ་བའི་ལེགས་བཤད་མད་དུ་བྱུང་བའི་བཀའ་ཆོས་
འདི་ཉིད་སྒྲིབ་སྒྲོལ་མཛད་པ་ཡིན།

དཔེགས་བསལ་ཀྱི་གསུང་ཆོས་འདི་ཉིད་སྐུ་ལ་བའི་སྐྱབས་སྒོ་བ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་འི་
འིས་ལན་ཀྱི་སྐུ་ལ་བཟང་གོ་སྐྱབས་ཀྱི་དག་སེལ་སྐུ་ལ་བཀའ་འདི་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་དཔྱིན་སྐད་དང་
རྒྱ་སྐད་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གསུང་བསྐྱར་གནང་བ་མ་ཟད། བཞུགས་སྐྱར་ན་མའི་ཉེ་འདབས་
ཡོངས་ལ་རྒྱུད་འཕྲིན་ཐོག་ཐད་གཏོང་གནང་བ་དང་། ལྷག་པར་སྐྱབས་དེར་འཛིན་སྒྲིབ་ཡོངས་ལ་བྱ་
རྒྱའི་ཐོག་ཐད་གཏོང་གི་མཐུན་ཆེན་བསྐྱབས་པས་འཛིན་སྒྲིབ་ཤིང་ཤིང་ཏུ་བྱུང་ནས་ཡགོངས་
ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཞལ་མཇལ་གསུང་བཟང་ལ་རེ་བའི་དམ་ཆོས་བདུན་ཅི་དོན་གཉེར་ཀྱི་
མི་མང་ཁྱིམ་འབྲས་མང་པོས་ཡགོངས་མཆོག་གི་ཞལ་བཟང་མཇལ་ཞིང་། གསུང་བཟང་ལ་ཡོངས་

ལྷ་སྒྲིབ་སྐྱར་བ་བྱུང་སྟེ་མིག་དང་ན་བའི་བདུད་ཅི་དམ་པར་སྐྱར་ཡོད།

ནམ་གྲུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གསུང་གི་དོན་ནས་གོང་གསལ་བཀའ་ཁྲིད་ནམས་པོད་ཀྱི་ནང་
ཆོས་རྒྱུད་སྒྲིབ་བསྐྱར་དང་། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རྒྱུད་སྒྲིབ་ནོར། དེ་བཞིན་ཟབ་གསལ་གསུང་གི་
ཉིང་ཁུ་དང་། ལམ་རིམ་སྒོན་འགྲོའི་གསུང་ཆོས་སོགས་གསུང་བོད་ཀྱི་ནམ་ཆ་བར་ཕབ་སྐྱར་གྱིས་
མཐོ་རིམ་སྒོན་གཉེར་བ་ནམས་དང་། རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོག་གསུང་གི་ནང་ཆོས་གོ་རྟོགས་རྒྱ་སྐྱེད་
ཁོ་ནར་དམིགས་ནས་འགྲེམས་ལྷ་སྐྱར་པར་ཕན་འབྲས་ཅི་ཆེ་བྱུང་བར་དགའ་སྒོམས་དང་བཅས།
རང་ཉིད་ནམ་གྲུང་ལས་གཞི་འདི་ནམ་དཀར་གྱི་བྱ་བ་དོན་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་སྟེ་ལྷག་སྒོ་ཆེར་
བསྐྱེད་གྱིས་ངལ་འཁུར་སྒྲུང་ཞིང་། བོད་བྲིམ་བཀའ་ཁྲིད་ལོ་གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རྒྱུད་
སྒྲིབ་ཉིག་འདི་ཉིད་ཀྱང་དཔར་འགྲེམས་སྐྱར་པར་དགའ་སྒོ་སྒྲིབ་ལུ་འཕེལ།

ཕབ་བལྟ་ལྷས་ཚུལ་ནི། དང་པོ། གོ་སྤྲིའི་གསུང་གསུང་དངོས་ཀྱི་འོད་སྤེར་གཞིར་བཟུང་
གསུང་དངོས་སོར་བཞག་ལྷར་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བ་དང་། གཉིས་པ། ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བ་དང་
གསུང་དངོས་གཉིས་གཤིབ་བསྐྱར་གྱིས་ཆད་ལྷག་ནོར་འཁུལ་ཡོད་མེད་ཞིབ་བསྐྱར་གྱིས་དག་
བཅོས་བྱས་ཤིང་། གསུམ་པ། གསུང་དངོས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་བལྟ་ལྷས་པ་དེ་ཉིད་ཡིག་སྐད་ལྷར་
བཅོས། བཞི་པ། ཐེབ་སྒྲིབ་གྱིས་ཆོག་དོན་གོང་འོག་བསྒོམ་བསྐྱེད་དང་སྒོན་འགྲོ་དགོས་རིགས་
ཡིག་སྐད་ལྷར་བསྐྱིགས། ལྷ་པ། བསྐྱར་དུ་མ་བྱེ་རི་བཞིན་རྒྱུད་གསལ་ལ་གོ་བདེ་ཡོང་ཐབས་
གཙོ་བཙུང་གིས་ལྷ་དག་འཛོངས་རིམ་སོགས་ལ་འབད་ཐབས་ལྷས་བ་དང་། ལྷག་པ། རྒྱལ་སྐྱས་
ལག་ལེན་སོ་བདུན་མའི་གཞུང་འདི་ཉིད་དག་ལྷན་པའི་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ལྷ་དམར་བ་དགེ་འདུན་
བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱལ་སྐྱས་ལག་ལེན་གྱི་འགྲེལ་བ་བྱུང་འཇུག་བདུད་ཅིའི་བུམ་བཟང་དང་།
བཀའ་ཁྲིད་ཀྱི་ནང་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་དཀར་ཆག་དང་ས་བཅད་གསར་བསྐྱིགས་ལྷས་བ་ཡིན།

དེ་ལྷར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉིང་བཟུད་གཅིག་ཏུ་བརྟུས་པའི་སྤྲིང་ཉིག་གྱི་བཀའ་ཆོས་འདི་ཉིད་
ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་སྟེ་ཕར་བསྐྱར་ལྷ་སྐྱར་ན་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཉིང་ཟབ་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྒོ་སྒྲིབ་མི་

ཐུབ་པའི་སྒྲིབ་པོའི་རིགས་ལ་བལྟ་བདེ་དོན་བཟང་གིས་སྒྲུག་པའི་ལམ་ནས་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆེ་ཡོང་
རྒྱུར་གདོན་མི་བླ་བས། ཀུན་གྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་མཛད་
མཁན་དོན་གཉེར་ཅན་ནམས་ལ་བསོད་ནམས་ཚུགས་ཏེ་གྱི་འབབ་རྒྱུན་ཟམ་མ་ཆད་པ་ཡོང་རྒྱུའི་
རེ་སྒྲོན་སྒྲིབ་དུ་བཅངས་ནས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་པ་ཡིན་ལ། ལས་དོན་འདི་ཐོག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེ་ཡོང་
སྒྲིབ་ལགས་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོན་དང་། སྒྲིབ་ལས་བྱམས་བསྐྱེད་ལགས་ནས་ཁྱེད་གཞི་འཛོམས་དང་།
ལམ་སྒྲོན་གྱི་བཀའ་སྒྲོབ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་གནང་མཛད་པར་གྱུས་པས་སྒྲིབ་དབྱས་ནས་ཐུགས་རྗེ་
བཀའ་བྲིན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེ་ཡོང་དུ་ཆེ་ཞེས་ཁྱེད་རྒྱུ་བཅས་ནམ་གྱི་ཐུབ་བསྐྱེད་ཡར་འཕེལ་པས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལྷ་
༩ ཆེས་ ༡༠ ལ།

ནང་ཆོས་དོ་སློད་སྒྲིབ་ཏེ་བ།

ཉིན་དང་ཕྱི་ཉི་ལྔ་ལྟེན་པ།

རིགས་ལམ་སྟོབ་སྟོང་གི་དག་མཆོད།

༣༧ རྩོག་མར་དེ་རིང་འདྲིར་བསྐྱོང་རྟགས་གསལ་གཏོང་མཁན་གྱི་ཁྱིམ་
 བ་མོ་མོ་ལག་ལ་ཞིག་མགོ་དམར་པོ་ཆགས་འདུག་ལ། ཡང་ཁ་ཤས་མགོ་དཀར་པོ་
 ཆགས་འདུག་བས་ཀས་འཁོགས་ཀྱི་གས་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྟགས་གསལ་བསྐྱོང་རྟགས་
 གྲེད་མཁན་སྣོ་ལགས་དང་སྣོ་ལགས་ཚོར་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་
 ཡིན།

རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་རིགས་ལས་ནི། མོ་མོས་ཀྱི་ནམ་དུང་ཤོད་པོར་ནས་ཤོད་
 ཏུ་ཕྱེད་ཞིང་། རིག་པ་ལྷུང་པོ་ཡོང་བའི་ཐབས་ལས་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་བྱལ་དང་མ་
 བྱལ་ཅས་པའི་ཆོག་ལྷུངས་པ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་ཆ་ཤོད་སྒྲུབས་འདི་རྟུང་བྱས་ན་
 ཆོག་སྟོན་ཡོད་པ་དང་། འདི་རྟུང་བཤད་ན་བྱལ་ཆུང་བའི་སྟོན་འདུག་བསམ་པ་ལས་
 ཆེར་ཐད་ཀར་རྒྱ་ལྷུང་པ་ཡོང་། གཞན་གྱིས་སྒྲིང་ཆ་བཤད་པའི་ཆོག་སྟོན་ཞིག་
 བསྐྱལ་དགོས་ལྟར་ན། ལས་སར་ཤེས་རྟོགས་ལྷུང་སྟེ་ཁོས་བཤད་པ་དེར་ཉེ་བཤ།

ཆེན་པོ་འདུག དེ་ལ་ཁྲབ་པ་མི་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་དེ་འབྲལ་ཤེས་སྐྱབ་པའི་ཁྲད་
པར་གཏན་གཏན་ཡོད།

དེས་ན་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རིགས་ལམ་སྤྱད་ས་ཞེས་པ་འདི་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཆོས་
པ་ཁོ་ནས་སྤྱད་རྒྱ་ཞིག་མིན་པ་དང་། གཉིས་ནས་ཆོས་པའི་ནང་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་
དང་། རབ་བྱུང་གི་ནང་ནས་ཀྱང་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་
སྦྱོང་བ་ལས། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོང་མི་དགོས་པའི་མཐོང་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་
འོར་འཁྱལ་དང་། རྗེས་ལུས་ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་ཡིན། དེས་ན་ཡོན་ཏན་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་བྲམ་ན། ཤེས་བྱའི་སྡེ་ཆོན་གང་དང་
གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་དག་མཐའ་ཆོད་པ་ཤེས་རྒྱ་དང་། རང་གི་བསམ་སློབ་ཀྱང་ཤ་
དོད་ཏུ་འགོ་རྒྱ་བཅས་ལ་བར་ཁྲད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད།

སྤར་ངོས་རང་རྩ་བ་བསྐྱས་ཟླ་སློབ་པའི་སྐབས་ནས་རིགས་ལམ་སློབ་ཀྱི་ཡོད་
ཀྱང་། རྗེས་སོར་ཆོད་མ་རྣམས་འགྲེལ་སྦྱོང་སྐབས་རང་ཉིད་ལ་སྦྱོང་བ་གསར་བ་གང་
བྱུང་ཞེ་ན། གཞན་གྱིས་སྐད་ཆ་འོད་སྐབས་དེའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་དང་། རྒྱ་
མཆོན་དེ་ལ་ངེས་པ་ཡོད་དམ་མེད་སྒྲུལ་པ་ཞིག་ལམ་སང་སེམས་ནང་དྲན་ཡོང་གི་
འདུག དེ་ནི་པན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་རྟགས་ཡིན། མའི་སེམས་ལ་བརྟག་དབྱེད་
བྱེད་པའི་བསམ་སློབ་ཞིག་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་དཔེ་ཆ་ཞིག་བལྟས་ཀྱང་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ཆོག་གིས་བསྟན་པ་དེ་
དག་འགྲིགས་མ་འགྲིགས་དང་། དེ་བཞིན་རྩ་བའི་དོན་དག་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་བསམ་
སློབ་འཁོར་ནས་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐབས་པ་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་རིམ་བཞིན་ང་རང་ཆོའི་

སྒྲོབ་ཚན་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་འདི་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་པས་
ཁྱབ་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་དགོས་ཞེས་པའི་སྤྲུག་སྤྲུམ་སྤྲུ་བཞི་དང་། འགལ་
བ་དོན་གཅིག་ཅེས་ད་ལྟ་བཙུན་པ་དེ་དག་སྒྲོབ་ཚན་ཆང་མའི་ནང་དུ་འགྲོ་སྤྲུབ་པ་
ཞིག་ཡོང་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་གཏན་གཏན་ཁྱད་པར་ཡོད།

གཉིས་ནས་དེ་ནི་ང་ཚོའི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། བོད་སྐད་ཀྱི་
ནང་དུ་ཐལ་དང་། ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་དག་ཏུ་ལམ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཐུག་ལྷག་བརྒྱལ་
བའི་རིང་གོམས་བྱང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཕྱིན་ངའི་སྐད་ཀྱི་ནང་སྤྲུ་བཞི་བཅི་བ་ལྟ་བུ་
ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་མིན་ཐལ་དང་། ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་རྣམས་ད་ལྟ་གོམས་
འདྲིས་མེད། རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ་འང་དེ་བཞིན་གོམས་འདྲིས་མེད་ཆོད། འོན་ཀྱང་རྗེས་
སོར་རིམ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་ཡོང་རེ་ཡོད། དེ་ནི་བོད་སྐད་ཀྱི་གཟེ་བརྗེད་ཡིན།

སྤར་ང་རང་ཚོའི་སྒྲོབ་བྱ་ཁག་གི་ནང་སྐྱེ་སེར་པོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་རིགས་ལམ་
སྒྲོབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་ཞེས་ལོ་རབས་བྲུག་ཅུ་པ་དང་བདུན་ཅུ་པའི་ནང་བཤད་པ་
ལྟར། དེ་སྤོན་སྒྲོབ་བྱ་ཁག་ཁ་ཤས་ཀྱི་ནང་ནས་ཉགས་གསལ་བཏང་ཡོད། དེ་ཡང་ང་
རང་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་བར་སེམ་ལ་དང་། མ་སྤྱིའི་རིའི་སྒྲོབ་བྱར་སྐྱེ་སེར་པོ་མོ་
དབྱེར་མེད་ཀྱིས་ཉགས་གསལ་བཏང་ཡོད། འོན་ཀྱང་བར་སྐབས་ཅུང་ཟད་ཉམས་
ཆག་སོང་ཡོད། ཉེ་ལམ་དེ་དག་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་ཡོང་ཐབས་བྱེད་དགོས་ཞེས་
འབོད་སྒྲུབ་བྱས་པ་ཡིན། མང་ཆོག་སྐྱེ་བོ་པོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་
ལ་དད་པ་བྱས་པ་གཅིག་བྱས་མི་ལྡང་བར། རང་ཉིད་ཀྱི་དད་པ་བྱེད་པའི་ཆོས་དེ་
གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་སྒྲོབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བསམ་འཆར་

དང་རེ་འདྲུན་བཞུགས་ཡོད། རེ་འདྲུན་བཞུགས་པ་ལྟར་མང་ཆོག་པ་གི་ནང་ནས་དོ་སྣང་
བྱས་ཏེ་འདི་ག་དྲ་སར་ནང་ཆོས་དོ་སྣོད་གི་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཅམ་མེན་པར་རིག་པ་ལམ་གི་
འགྲོ་སྐྱབས་ལ་ཁྱེད་རང་ཆོས་དོ་སྣང་བྱས་ནས་དེ་རིང་འདིར་དངོས་སུ་འགྲོ་
འཇུག་པ་སམ་ཤོལ་གསལ་དུ་བཞུགས་ཡོད། རང་ཆོ་བོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ས་གི་ནང་སྐྱ་པོ་མོ་
མོས་རྟགས་གསལ་བཞུང་བ་ད་ལམ་ལམ་ཆེར་དང་པོ་ལས་སྤར་བྱུང་སྒྲོང་མེད་པ་
འདི་ནི་ག་ཟེ་བརྗེད་ཡིན།

འབྲུང་འབྲུང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་ཚང་མ་སློབ་བླ་ཐོན་པ་ལ་སྙམ་ཡོང་རེ་ཡོང་། རྒྱ་
གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཆ་མཆོན་ན་མི་རབས་གཞིན་པ་ལཡ་མོ་ཆེ་སློབ་བླ་འགྲིམས་
མ་མེད་པ་མེད། དེ་ལྟར་རིམ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་ཚང་མ་སློབ་བླ་ཐོན་པ་ལ་སྙམ་
དང་། སློབ་བླ་འི་ནང་ནས་བཟུང་རིགས་ལམ་གྱི་འཕྲོ་སྤངས་ཤེས་ནས་ཡོང་སྐབས།
རིམ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཁོ་རང་རིགས་ལམ་གྱི་འཕྲོ་སྤངས་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོང་ཞིང་།
ཆོས་དང་འདིག་ཏེན། ཡིད་དོན། མདོར་ན་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་སོགས་གང་ཞིག་
ཡིན་ཡང་། སློབ་སློང་སློད་མཁན་གྱིས་རིགས་ལམ་གྱི་འཕྲོ་སྤངས་སོག་ནས་སློབ་
སློང་སློད་པ་དང་། སློབ་སློང་ཤེད་མཁན་གྱི་སློབ་བླ་ཚོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་རིགས་
ལམ་གྱི་འཕྲོ་སྤངས་སོག་ནས་དབྱེད་པ་བྱས་ཏེ་བསམ་བློར་གྱི་རེས་པ་ཉིད་པ་དང་།
སོས་བློར་གྱི་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དོན་གང་ལའང་གང་འཆོམས་ཀྱི་མི་
འདིགས་པའི་སློབས་པ་སོབ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་ནི་རྟ་ཅང་གསལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན།

དཔེར་ན། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ། ང་ཚོས་ཚན་རིག་པ་དང་། ལྷ་སྒྲུབ་སྤྱི་བ་
དང་མཉམ་དུ་ཚན་རིག་གི་ཚོགས་འདུ་འཛོགས་ནས་པན་ཚུན་དེ་བ་དེས་པན་དང་།

དོགས་དབྱེད་བྱེད་སྐབས། སལ་ཆེར་ང་ཆོའི་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐབས་གཞན་དང་མི་འབྲ་
བ་ཞིག་ཡོད། ང་རང་དམིགས་བསལ་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་གང་ཡང་མིན་པར་སྦྱི་འབྲ་
སྦྱི་མཚུངས་ཀྱི་དིགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་ཡིན། དིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྐབས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐབས། དིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་སྤྱོད་གོམས་ཡོད་པ་ཞིག་གིས་
དེ་བ་ཞིག་བཏོན་དུས། དེའི་ལན་སྦྱི་མ་སློམ་གྱི་ཐོག་ནས་བརྒྱབ་པས་མི་འགྲིགས་
པར། བྱབ་མ་བྱབ་ཅེས་པའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་འདྲ་ཏ་ཅང་ཞིབ་ཆགས་རྒྱག་དགོས་
པ་ཡིན། དེས་ན་ཆོན་དིག་མཁས་ཅན་དང་། ལྷ་གྲུབ་སྤྱི་བ་དང་མཉམ་དུ་སྐད་ཆ་འོད་
སྐབས། ང་ཆོར་ཚུར་དེ་བ་བཏོན་པ་ཁག་ལ་ང་ཆོའི་ངོས་ནས་མི་སྤྱི་བའི་བརྒྱལ་
ལྷགས་བཟུང་དགོས་པ་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན། སར་དེ་བ་འདོན་སྐབས་མི་སྤྱི་བའི་
བརྒྱལ་ལྷགས་འཛིན་མཁན་མང་པོ་ཡོད་གི་འདུག དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སློབ་ཆོན་རྒྱས་
མངའ་མེད་པ་དང་། མཐོང་སྤྱོད་མེད་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་དེ་བ་དེས་ལན་བྱེད་ཀྱི་མེད་
ལ། ཡང་པན་ཚུན་གཉིས་ཀས་སྤྲ་ཆོལ་དང་བྱི་ཆོལ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱང་མི་
ཤེས། གང་ལྟར་ཆོལ་བྱི་ཆོལ་དང་སྤྲ་ཆོལ་གྱི་ཚུལ་ལྟར་བཟོ་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས།
སྤྲ་གས་པན་ཚུན་གཉིས་ཀས་ཤེས་པ་ཞིག་འོད་ཀྱི་ཡོད། གཅིག་གིས་ཏ་ཅང་ཞིབ་
ཆགས་པའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་འོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་སློམ་བའདྲ་གྱི་
ཐོག་ནས་འོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་བྱེད་པར་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། སྦྱི་སློམ་གྱི་ཐོག་ནས་
བའདྲ་བ་དེ་ལ་ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་བ་འདོན་སྐབས་ལན་རྒྱག་མ་ཐུབ་པ་
ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། སློབ་སྦྱོང་ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་
དེ་བ་གང་ཞིག་སྤྲེལ་སྤྱོད་ཀྱི་ ཞིབ་ཆགས་གིས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དང་། དབྱེད་པ་

བྱས་ནས་ངེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་གཏན་གཏན་བྱང་པར་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་
གཅིག་ཤུའི་སྐད་ཆ་མིན། ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ་མི་ལ་རང་
བཞིན་གྱིས་ཡོད་ཅིང་། ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་ལ་སྤྱོད་བཅར་སྤྱད་
དེ་དེའི་རྒྱས་པ་ཆ་ཆར་བ་བེད་སྤྱོད་སྐབ་པའི་ཐབས་ལམ་མཁ་ལག་ཆ་ལྟ་བུ་ནི་
རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་དབྱང་པ་བྱ་རྒྱུ་འདི་ཡིན།

གྲིད་རང་ཆོ་རིགས་ལམ་ལོ་གཅིག་ཙམ་ལས་བསྐྱབས་མེད་པས། དེ་རིང་ཅུང་ཟད་
 གློ་འཚབ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ནི་གྲིད་ཆོར་ཁག་ཅ་བ་ནས་མེད། ལོ་མང་ཆོས་ར་འགྲིམས་
 པའི་དགོ་བཤེས་རྣམས་ཀྱང་སྐབས་དེ་ཉགས་གསལ་གཏོང་སྐབས་རྒྱང་བ་འདར་སིག་
 སིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤར་ངོས་རང་གདན་ས་སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་ལ་དམ་བཅའ་
 འཛིག་སྐབས་ཉགས་གསལ་གཏོང་དགོས་ཡིད། སྐབས་དེར་ར་རང་ཡང་རྒྱང་བ་འདར་
 སིག་སིག་ཅུང་ཟད་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་དུས་གློ་བ་གཉིར་བ་སྟོང་སྒྲག་མང་པོས་བལྟས་
 བས་བསྐྱད་ཡོད། སྐབས་དེར་ངོས་ནས་ཐང་དེ་ཐིང་དེ་བྱས་ཆེ་ངོས་ལ་འབྲུ་སྟོད་མི་
 བྱེད་ཅིང་། དེ་མིན་ཡིན་ན་ཉགས་གསལ་གཏོང་སྐབས་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིན་པའི་བྱིར་
 ཞེས་གཅིག་མཐུག་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་བརྫོད་པར་འབྲལ་མར་ལན་རྒྱག་མ་ཐུབ་པར་
 ཅུང་ཟད་ཐང་དེ་ཐིང་དེ་བྱས་ཆེ་གཞན་ཀྱིས་འར་ཆ་བརྒྱབ་ནས་ཉགས་གསལ་ཆད་
 ཉིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཉགས་གསལ་གཏོང་སྐབས་ཆ་འུར་འུར་ཅུང་ཟད་བྱས་ཡོད།
 དེ་མིན་གདེང་འཁེལ་བ་ཆོ་ནི་རྟ་ལས་པའི་གནས་ཡིན། ར་རང་ཆོ་ལྟ་བུ་ཁ་བྱང་ལག་
 བྱང་དེ་ཙམ་མེད་མཁན་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ཉགས་གསལ་གཏོང་སྐབས་ཆ་འུར་འུར་
 བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཆང་མར་བཀ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་བརྫོད་རྒྱུ་ཡིན།

གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ།

དེ་ལྟ་ཡོང་མ་ཐོང་བ་ད་ལན་གསར་དུ་ཡོང་བ་ནི་ཅམ་ཡོད་ལག་པ་རྒྱུངས་དང་
ཞེས་ཐུགས་ཞིབ་གནང་སྟེ། གང་འཆམས་མང་པོ་འདུག་ཅེས་གསུངས། ཡང་ལོ་
གཉིས་བར་ཡོང་ཐོང་བ་ནི་ཅམ་ཡོད་དམ་ལག་པ་རྒྱུངས་ཞེས་དང་། ཡང་ལོ་དང་
པོར་ཡོང་ཐོང་བ་ནི་ཅམ་ཡོད་ལག་པ་རྒྱུངས་དང་ཞེས་ཐུགས་སྒྲུབ་མཛད་དེ། གང་
འཆམས་མང་པོ་འདུག་ཅེས་བཀའ་སྩལ། ན་ནིང་དང་གཞེས་ནིང་ལོ་གཉིས་ནང་རྩ་
བའི་སྒྲོམ་གཞི་ནང་ཆོས་རོ་སྒྲོད་གཙོ་འདོན་བྱས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྤྱིར་ནང་ཆོས་ཀྱི་
འགྲོ་སྤངས་ལྟར་བཟོད་ཟིན་པ་ཡིན།

ནང་ཆོས་ལ་ནང་གསེས་སྡེ་ཆན་དུ་སྟེན། ཐ་སྙད་གསར་པ་ལྟར་ནང་ཆོས་ཀྱི་
ཆན་རིག་དང་། ང་རང་ཆོའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ཐ་སྙད་ལྟར་བྱས་ན། གཞི་
དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེས་ལེགས་ཉེས་ཐྱང་དོར་གྱི་སྐད་ཆ་གང་
ཡང་མེད་པར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་དང་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་དགོས་
པ་དེར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆན་རིག་ཅེས་བཟོད་ཆོག་པ་ཡིན། དེས་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་
དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ལ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་
ཡིན་པས་སེམས་ལ་འགྲུར་བ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་བཟོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་བསྐྱུས་ལྷན་སྒྲོལ་པའི་སྐབས་འགལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། དངོས་འགལ་
དང་རྒྱུད་འགལ། རྒྱུ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་སྟེ་དངོས་པོ་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་འགྲོ་གི་ཡོད། རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁྱོད་མི་མ་ཐུན་པའི་འགལ་བ་དང་འབྲས་
ན་འགྲུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་དང་། མ་ཐུན་པའི་རྒྱུ་དང་འབྲས་སྐབས་ཡང་འགྲུར་

བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འགྲོ་བ་ནི་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ནང་གི་བསམ་སྒྲུབ་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱད་དེ་དག་གྱུར་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་
བརྟེན་ནས་བསམ་སྒྲུབ་འགྲུར་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། སྒྲོ་གསར་བ་གསར་བ་སྦྱེས་
བ་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་སྦྱེས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན།
དེ་བཞིན་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ཡང་རི་ཙམ་གྱིས་དོན་ལ་གོམས་འདྲིས་ཡོད་པ་དེའི་
ཆོད་གྱིས་སྤྱོད་བའི་ངེས་པ་དང་ཆོར་སྒྲུབ་ཤུགས་རྗེ་ཆར་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་དང་ཆབས་ཅིག་བསམ་སྒྲུབ་ནང་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོ་ཞིག་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་
པའི་སྒྲོ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་གསལ་པོ་ཡིན། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་
ལྟར་ཤེས་མཁན་དེ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒྲོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་
པའི་སྒྲོ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡོད་པ་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་ལ་རི་ཙམ་
གྱིས་དབྱེད་པ་དང་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་སྒྲུབ་པ་རྗེ་གསལ་དང་རྗེ་
བརྟེན་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད།

ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་མ་ལོག་ཅེས་བ་ནི། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དོན་མིན་བར་སྒྲོས་རྗེ་ལྟར་
བཟུང་བ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་ཡོད་མེད་དང་། སྒྲུབ་འཛིན་སྐྱེད་སྤྱད་ཀྱི་ཡུལ་དེ་ཉིད་དོན་
ལ་གནས་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོ་ཡིན་ན།
རི་ཙམ་གྱིས་དབྱེད་པ་བྱས་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་གཞི་མེད་པ་ཞིག་ལ་འཁྱུལ་ནས་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ཏུ་ཆོག་པ་བཞིག་ཡིན་སྟབས། དེ་ལ་རྒྱ་བརྟེན་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གཞི་
རྩ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་བྱུང་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སེམས་ལ་
འགྱུར་བཅོས་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཤོད་སྟབས། མི་འདོད་

པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་དང་རྒྱུ་གི་
ནང་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དུ་མ་ཞིག་གིས་རྒྱ་རྒྱུ་བྱས་ཡོད། དེས་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་
གི་སྒོ་དེ་སེལ་ཐུབ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་
ནམས་འགག་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་འགག་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་སྤྱག་
བསྐྱེད་དེ་ཡང་མེད་པ་ཆགས་ཐུབ་ཀྱི་རེད་གསུངས་ཡོད།

ད་ལྟ་ང་ཆོས་བསྐྱེད་བྱ་བ་འད་པའི་སྐབས་ནས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་བའད་
པ་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། དངོས་པོའི་
གནས་ཚུལ་བའད་པ་དེའི་ཐོག་གཞི་ནས་ཞིབ་ཆགས་ཀྱིས་དབྱེད་དེ་ནང་པའི་ལྟ་
བྱུང་བའད་དུས་སྤྱག་བསྐྱེད་བཅོས་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཆད་ཅན་ཡིན་པ།
སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་ཐབས་ཡོད་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཞེས་པ་དེ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ།
སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོང་བའི་རྒྱའི་མཐར་ཐུག་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཞིག་ཡིན་པ། དེ་ལ་
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་དེས་དངོས་སུ་གཞོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་
ཡིན་པ་དང་། གཞོད་བྱེད་དེ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་ལ། གཞོད་བྱ་དེ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་མེད་
སྐབས་སྒོ་མན་ཚུན་འགལ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་གཅིག་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། ཅིག་
ཤོས་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་གཉིས་ཡུན་བསྐྱེད་སྐབས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དེ་འགག་
འགྲོ་གི་ཡོད།

གསལ་ཅན་རིག་ཅན་ཀྱི་སྒོ་ཡི་རང་བཞིན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོའི་རྟོག་པ་དེ་
དག་གིས་སྤྲད་ཡོད་དམ་མེད་བརྗོད་ན། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཞེས་
པ་དེའི་ཐོག་ནས་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་

དེའི་ཐོག་ནས་ལྟ་བུ་བཅུ་ལྟུང་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་
ཅན་ཡིན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་དེ་ལ་འགོག་བདེན་ཞེས་པའི་མིང་
ཞིག་བཏགས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ཐར་པ་ཞིག་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་
གསུངས་ཐོན་རྗེས་གཞི་ནས་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དོན་ཡོང་གི་
ཡོད། དེར་བརྟེན་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆན་རིག་དང་། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཅུ་གཉིས་
འི་དེ་ཕྱོག་ལོ་སྤྱེ་མ་གཉིས་ལ་འཆད་ཐོན་པ་དེ་ཡིན།

འདི་ལོ་ཕྱག་དཔེ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཆད་རྒྱུ་ནི། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
འདི་འདྲ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་
སྲིད་ཅེས་པའི་ནང་པའི་ལྟ་བུ་བཅུ་དེ་དང་། དེ་ལྟར་ནང་པའི་ལྟ་བུ་བཅུ་དེ་བཤད་ཐོན་པའི་
རྗེས་སུ་གཙོ་བོ་དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་རང་ཆོས་བཤད་པ་ལྟར་ལོངས་སྤྱོད་དང་། སྤྱལ་སྤྱོད་ རོ་ཕོ་
ཉིད་སྤྱོད་ ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་བཅས་སྤྱོད་བཞི་བཤད་པ་དེ་ཡོད་སྲིད་པ་དང་། དེ་རི་ལྟར་
ཡོང་གི་ཡོད་པ། དེ་རྒྱུ་རྒྱུན་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ། དེའི་སྤྱོད་གཞི་དེ་ཕྱི་
རོས་སུ་མིན་པར་ང་རང་ཆོའི་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་མཛོན་དུ་འགྱུར་བཞིན་པ་
དེ་གཞི་སྟངས་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་། སེམས་རོ་བོ་ཉིད་
གྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་པ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་
སེམས་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་སྤྱོད་བཞི་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་མཐར་སྤྱག་དེའི་
སྟངས་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ནང་པའི་ལྟ་བུ་བཅུ་བཤད་པ་ཡིན།

འབྲས་བུ་སྒྲིབ་ཞི་སྒྲིབ་ཚུལ།

དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྒྲིབ་ཞི་དེ་རི་ལྟར་སྒྲིབ་དགོས་པ་མ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་རང་ཆོའི་སྒྲིབ་པ་ལ་མོ་ཆེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲིབ་པ་སྒྲུབ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཆོས་ང་ལ་ལྟ་སྐབས་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་རྒྱབ་སྟེགས་སྟེང་གི་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ལུས་དང་། ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སེམས་དེ་གཉིས་མིན་པའི་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་བྱེད་རང་ཆོའི་སྒྲིབ་པ་འདར་གྱི་ཡོད། རོས་ནས་ཀྱང་མར་ལྟ་སྐབས་ངས་མཐོང་བ་ནི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་དེ་མཐོང་གི་ཡོད། ལུས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་བྱེད་རང་ཆོའི་སྒྲུབ་པ་དང་འབྲེལ་ནས་རྣམ་རྟོག་འདྲ་མིན་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་ངས་མཐོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདྲ་མིན་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་དེ་དང་། དེ་གང་ལ་བརྟེན་པའི་ལུས་གཉིས་སྤྱི་ལོ་དེད་དམ་ཞེ་ན། སྒྲིབ་སྒྲུག་དེ་དང་དེའི་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། སྒྲིབ་སྒྲུག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་ལུས་དེ་མིན་ལ། སེམས་དེ་ཡང་མིན། ལུས་སེམས་གཉིས་གང་ཡང་མིན་པ་ཞིག་སྒྲོལ་འདར་གྱི་ཡོད།

མདོ་དོན་སྟེང་པོ་ཕྱི་སྟོན་དང་ནང་བཅུད། ལྷང་ཞིང་སྤྱི་དཔེ་ཆོས་སྟེང་འོག་སྟོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱུད་གང་དུ་བལྟས་ཀྱང་། དེ་མིན་སྒྲོལ་བ་དེ་སྒྲུག་གི་སྤྱོད་པ་གང་ཞིག་འདར་ཡང་དེ་ཐམས་ཅད་དོན་གྱི་རོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ང་ཆོའི་སྒྲོར་འདར་གྱི་ཡོད། མཐར་གཏུགས་ན་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལྟར་གཏན་ནས་མི་འཆར་བར་རང་ཉིད་ཐེ་བའི་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། སྒྲོར་འདར་ཆད་ཐམས་ཅད་དོན་གྱི་རོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་འདར་གྱི་ཡོད། བདེན་གྲུབ་སྤྲང་ཞེས་

པ་དེ་ལ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ནས་འབྲེལ་ལས།
བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །
བདག་གཞན་ཆ་ནས་འཛིན་དང་སྤངས། །
འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །
ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འབྱུང། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱིར་བདག་ཡོད་ཀྱང་། བདག་ཡོད་ལྷགས་སྤངས་
པར་བ་ཞིག་སྒོ་ལ་ཤར་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་རང་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་ཞིག་གིས་བྱངས་
ནས་སྒྲིན་དེ་ནམས་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་ང་རང་ཆོ་ཉིན་མཆན་དུས་དུག་མི་ལས་ཚུན་ཆད་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྤངས་
དུས་ནས་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྤངས་བ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་ཡང་ཡང་སྒྲུབ་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོ་ཉིན་ལྟའི་འབྲེལ་བའི་
སྒོ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དེ་ནམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞི་ཅ་བྱེད་མཁན་ཆགས་ཡོད་
པས་ན། དེ་སེལ་བའི་བསམ་སྒོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱན་བཟས་བ་དང་
ཁབ་བརྒྱབ་ནས་སེལ་བས་མེད་ལ། གཤག་བཙོས་བྱས་ནས་ཀྱང་སེལ་བས་
མེད། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྟོག་པ་ཞིག་སྤྱིར་ནས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པའི་རྩལ་སྤྱག་
རྟོལ་བའི་ཐོག་ནས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་དེར་གོ་མས་བ་བསྐྱངས་ན། དེའི་སྤྱིང་བ་
ཇི་ཅམ་ལྷགས་རྗེ་ཆེར་སོང་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དེ་ལྷགས་རྗེ་ཆུང་དུ་
འགྲོ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་ཞེས་པ་ཐོབ་སྐྱབས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྤངས་
པ་མཐའ་དག་འགག་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཞེས་པ་དེ་སྒོ་བྱར་ནམ་དག་དང་། རང་བཞིན་ནམ་དག་ཅེས་པའི་
ཐོག་ནས་ཁྱེ་ནང་གི་ཆོས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་བཞིན་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་
བ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྐྱུངས་པའི་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་དེར་ངོ་བོ་ཉིད་
སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་བར་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་སྟེ། ད་ལྟའི་ང་ཆོའི་ཡུལ་
རིག་པའི་སྒོ་ཡོད་བཞིན་པ་འདི་རི་ལྟ་རི་སྟེད་ཀྱི་བསྐྱེས་པའི་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་
མཉམ་གཞིག་ལས་མི་གཡོ་བཞིན་དུ་རི་ལྟ་རི་སྟེད་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་དག་གཟིགས་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡོང་སྐབས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཐོབ་ཅིང་། དེ་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

སངས་རྒྱས་ཞེས་པའི་མིང་དངོས་ནི། སྒྲུང་བྱ་སྒྲུངས་པའི་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་
ཆ་ནས་སངས་ཞེས་དང་། ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་སྒོ་གྲོས་རྒྱས་པའི་ཆ་ནས་རྒྱས་
ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ལྷ་ཚུགས་བརྒྱབ་སྟེ། བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་ངེས་པ་ཐོབ་
པ་ལ་གོ་མས་འདྲིས་བསྟན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། ཡོང་བར་ཤོག་
ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱབ་པ་དང་། ཡོང་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་པའི་འདོད་པ་དང་འདུན་པ་
ཅི་མ་གྱིས་སྐྱབ་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན་པས་སྒོ་སྐྱུང་དགོས་པ་ཡིན། འོན་སྒོ་རི་ལྟར་སྐྱུང་
དགོས་སམ་ཞེ་ན། ད་ལན་སྒོ་བ་སྟག་ཆོར་འཆད་རྒྱུའི་ཐེག་པ་གསུམ་པ་ནི། གཙོ་
བོའི་ཤོད་སྒྲུངས་ལྟར་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆན་རིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་གཉིས་
བཞུགས་ཐེག་པ་དང་། ནང་ཆོས་ངོ་སྟོན་བྱས་ཐེག་ཅིང་། དེ་ལྟར་ནང་ཆོས་ངོ་འཕྲོད་པའི་
རྗེས་སུ་ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་རི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། ཐུག་དཔེ་རྒྱུང་རྒྱུང་

ཐོག་མར་བཤད་པོད་པ་ཞིག་ལ། ཆོས་ཞེས་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། མདོ་
 གླེང་ཐོག་གི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་བཙུག་བཟུང་བསྐྱར་བཙུག་བཟུང་བའི་དོན་ཡིན།
 ལེགས་སྒྱར་སྒྲུབ་ཏུ་ཆོས་ལ་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། རྒྱུ་ཞེས་པ་ནི་བཟུང་བཟུང་
 འཛིན་པའི་དོན་ཡིན། དེའི་དོན་གང་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་ཆོས་ཞེས་པའི་
 ཆོས་ནི། རང་རང་གི་མཆོཅ་ཉིད་འཛིན་བཟུང་ཆོས་རང་རང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་ངོ་
 བོ་འཛིན་པའི་ཆ་ནས་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཡང་ཆོས་དང་འཛིན་གཉིས་སུ་
 དཔྱེ་བའི་ཆོས་ནི། སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་འཛིན་བཟུང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་བ་ཞིག་ལ་
 བརྗོད་གྱི་ཡོད།

སྒྲུབ་པ་ཤད་ཟིན་པ་ལྟར་སྤྱད་པ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཐར་གཏུགས་ན། སེམས་དུལ་བ་
དང་མ་དུལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ན། སེམས་འདུལ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
ཡང་སེམས་དུལ་བར་བྱེད་པ་ནི་སེམས་མ་དུལ་བ་དེ་ཉིད་ཉུང་དུ་བཏང་སྟེ་སེམས་
དུལ་བར་བྱེད་དགོས་པ་ལས། དེ་ལས་ཡོགས་སུ་སེམས་འདུལ་ཐབས་གཞན་མིན།
དེས་ན་ཆོས་ཞེས་པའི་དོན་ནི། སྤྱད་པ་སྒྲུབ་སེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་ཡིན། དེ་
ཡང་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་རང་དགར་མི་ཆེ་སྤྱེལ་ཐབས་ཅམ་གྱིས་ཐབས་ཤེས་གཞན་
ཞིག་གི་དོན་མིན། མོག་ཆགས་འདུ་སྟོན་ཚུན་གྱི་རང་ཆོ་ཆང་མ་སྤྱད་པ་སྒྲུབ་མི་
འདོད་པ་ལ་སྤྱད་ཡིན།

འོན་ཀྱང་ཕལ་མོ་ཆེས་སྤྲལ་བསྐལ་ཞེས་བ་ནི། ལུས་ཚེར་གྱི་སྤྲལ་བསྐལ་དང་།

ལྟོ་གོས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅམ་ལ་གཙོ་བོར་མངོན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་དུང་འགྲོས་ཀྱང་
བསམ་གྱི་ཡོད། འཕྲལ་དུ་བཀའ་སྒྲིལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྤམ་པ་དེ་
ཅམ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མེད། ང་རང་ཆོ་མི་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་
རབ་ཅེས་པ་ཉག་དབྱེད་དང་ཅད་གཙོད་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡོད། འབྲུ་སྤམ་
རྣམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་དེ་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་རྒྱ་དེ་ཅམ་ལས་ལོ་རྒྱུས་མ་དང་། འབྲུ་
སྤམ་དག་གི་རྒྱད་པ་རྒྱུ་མའི་བསམ་སྒྲོ་སྤྱ་གཅིག་ལའང་འཁོར་རྒྱ་མེད།

མིས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་དང་། ལོ་སྟོང་ཕྱག་གི་རྒྱུ་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
གི་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།
དེས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་ཞེས་པ་ནི། བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་གཏོང་སྐབས། སྤྱག་
བསྐྱེད་དེ་སེམས་མ་དུལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོའི་ཉིན་རེའི་
འཆོ་བའི་ནང་དུ་གསལ་པོ་ཡོད། མི་སེམས་རྗེ་ཅམ་གྱིས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ཡོད་པ་དེ་
ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིག་བྱུང་ཡང་དངངས་སྐྱག་ཅུང་ཟད་ཅུང་བ་ཡོད། སེམས་ཞི་དུལ་
མེད་པའི་མི་དེར་དུལ་འབེལ་པོ་དང་། མ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཏ་ཅང་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།
སེམས་མ་དུལ་བའི་མི་དེ་མ་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད།

འཛིག་ཉེན་འདིའི་སྟེང་གི་མི་དུང་ཕྱར་དུག་ཅུ་ལྷག་བསམ་ཡོད་པའི་ནང་ཡག་པོ་
བྱས་ནས་ལྟོས་དང་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། ཕྱི་ཡི་ལྟོ་གོས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་མིན་པར་གཙོ་
བོ་ནང་གི་སེམས་རྒྱད་དུལ་བའི་མི་དེ་སྤྱོད་པ་དང་། སེམས་རྒྱད་མ་དུལ་བའི་མི་དེ་
མ་སྤྱོད་པ་མང་བ་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་གསལ་པོ་ཡིན། དེས་ན་འཕྲལ་གྱི་མཐོང་ཆོས་
སྤྱ་བལྟས་ཀྱང་། རྗེ་ཅམ་གྱིས་སེམས་དུལ་བའི་ཆོད་གྱིས་མི་དེ་སྤྱོད་པ་ཡོད། དེར་

བཅེན་ཆོས་ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྣམ་པའི་ཆ་དེ་མང་དུ་བཏང་བ་དང་། མ་སྦྱིད་པ་དང་
མ་རྣམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉུང་དུ་བཏང་བ་དེ་ལ་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་
ཡོད།

ང་རང་ཆོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། སྐལ་བ་བཟང་བཟང་གིས་
 མྱོན་ལམ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་དང་། ལྷག་པ་ཆོས་སྒྲོང་གྲེད་པ། ཁ་འདོན་དང་
 གཟུངས་སྒྲགས་ལྟ་བུ་བཟངས་ནས་སྒྲོད་པ་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་གྲེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ནི་
 ཆོས་ཐམས་པ་ཡིན། མགོན་པོ་སྐུ་སྦྱབ་ཀྱིས། ལུ་སྟེགས་རིག་གྲེད་ཆོས་སྐུ་སྦྱབས་ན་
 བར་རིག་གྲེད་ཀྱི་སྐུ་ཆོས་པའི་ཆོག་ནས་དེ་ནི་ན་བས་སྐུ་བའི་ཆོས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་
 དང་། རིགས་གཅིག་གིས་ཕྱི་འཛིན་ལྟ་བུ་སྐུ་ཀྱི་དཀའ་ལྷན་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ཆོས་
 གྲེད་ལུགས་ཤིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་ལྟ་བུ་ཡིན་
 ཞེས་དང་། ལྷན་སྐུ་བའི་ཆོས་ནི་ཡོད་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་ཡིན། ཕྱི་ཡི་སྐུ་དང་རག་གི་
 སྐད་ཆ་མེན་ལ། ཕྱི་ཡི་ནམ་འཕྲུར་གྱི་སྐད་ཆ་ཡང་མེན་པར་གཙོ་བོ་མེམས་འདུལ་
 ཐབས་གྲེད་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་གཟུངས་ཡོད།

དེས་ན་སྤྱིར་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་དང་བ་དང་། སྤྱིར་ཟླ་
བཟོད་པ། ཚོག་ཤེས་བཅས་བཞད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནང་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཡིན། སྤྱི་
ཡོངས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། སེམས་དུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱབ་ཀྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་མི་འདྲ་བའི་བྱད་ཚོས་ནི། སེམས་
འདུལ་ཐབས་བྱེད་པ་ནི། སེམས་དུལ་བའི་ཡོན་ཏན་བྱམས་དང་སྤྱིར་ཟླ་སྤྱོམ་དགོས་
ཞེས་གསུངས་པ་གཅིག་ཤུའི་དོན་མིན་པར། སེམས་མ་དུལ་བར་བྱེད་མཁན་དེ་གང་།

ཞིག་ཡིན་པ་དེའི་གཞི་ལྷན་ཅད་བཅད་ནས་དེ་ལ་བཟོ་ལྟ་བཟོ་རྒྱ་འདི་ནང་པ་སངས་
རྒྱས་པ་ཁོ་ནའི་བྱང་ཆོས་ཡིན།

སྟོང་པ་ཉིད་དང་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་འཇམ་གླིང་གི་ཆོས་
ལུགས་ཆེ་ཆུང་ཆང་མ་བསྟོམས་ན་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་ཡོད་པ་ལས་དེའི་ནང་གི་ལྟ་གྲུབ་
ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་དེ་ན་རྒྱའི་ཆོས་ལུགས་ལ་འབྲེལ་མཉམ་པོ་ཞིག་
ཡོད། དཔེར་ན། ལྷགས་ཆེ་བ་གངས་ཅན་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཉ་ལས་པའི་ལྟ་གྲུབ་རྒྱ་ཆེ་ལ་
གཉིང་ཟབ་པོ་ཡོད། རིམ་བཞིན་ཡུལ་གྱུ་གཞན་ནས་བྱུང་བའི་འཛིན་ཆོས་ལུགས་
དང་། ཡེ་ཤྲ། ཁ་ཆེ། རྩོ་རྩོ་དེམ་ཞེས་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་། རྒྱ་ནག་ལ་ཆ་བཞག་
ཀྲང་ཉའོ་ཅའོ་ཞེས་པའི་ཆོས་ལུགས་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་ལ་ལྟ་གྲུབ་ཀྲང་
གང་འཆམས་ཤོད་རྒྱ་ཡོད། དེ་དག་ཆང་མས་བདག་ཅེས་པ་དེ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་པ་
ལས། ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེའི་ཐོག་ཏུ་གྲུབ་མཐས་བཏགས་ནས་ཕྱང་པོ་
ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཡོད་ཅེས་སྒྲུབ་ཡོང་སྐབས། ཀུན་བཏགས་ཀྱི་འཛིན་པ་
ཞིག་སྟོན་མ་སྦྲེབས་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་གྲུབ་མཐས་བཏགས་པའི་བདག་ཅིག་
ཆགས་ཡོད། དེས་ན་བདག་མེད་པ་འདོད་མཁན་ནི་ནང་པའི་ཆོས་གཅིག་ལྟ་ཡིན།

དེ་ལྟར་གསུངས་དགོས་དོན་ནི། རྩོ་མ་དུལ་བར་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་
རྩོ་དེ་ཅད་བཅད་ནས་རྩོ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྩོ་ཡིན་པ་དེ་འཛིན་སྙངས་ལ་འཁྱུལ་བ་
ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེའི་འཛིན་སྙངས་ཀྱི་ཡུལ་བདག་དེ་མེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད།
དེས་ན་ཆོས་དང་ལྷག་པར་ནང་པའི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ལྷག་བསྐལ་ལས་
སྟོབ་པར་བྱེད་མཁན་དང་། ལྷག་བསྐལ་ལས་འཛིན་པར་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ཆོས་

ཞེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཡོད་དང་སྒྲ་བ་འབྲེལ་ནས་བསྟེན་མཆོམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆོས་བྱས་ཀྱང་།
 མེམས་ཀྱི་སྤྱག་བཟུལ་སེལ་མི་བྱལ་ན་སྒྲོ་ཆོས་སུ་མ་སོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱགས་
 བཟངས་ཏེ་ཡོ་མང་བསྟེན་བ་བཏང་ནས་བསྟན་ཀྱང་། མཛུ་བ་མོས་ཐེང་བ་འདྲེན་
 སྐབས་སེན་མོ་ཟད་བ་ལས་ཉོན་མོངས་ཟད་ཀྱི་མེད། སྤྱགས་ཏ་ཅང་མང་པོ་བཟང་
 མཁན་རྣམས་ཀྱི་ལག་པའི་སེན་མོ་ཟད་ནས་སེན་མོའི་དགྱིལ་ཀོང་ཀོང་ཆགས་བ་དེ་
 འདྲ་ཡོད། དེས་ན་སྤར་ཨ་མདོའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས། ཉོན་མོངས་མ་ཟད་སེན་མོ་ཟད་
 ཅེས་གསུངས་བ་ནི། དེས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།

དཔེར་ན། ང་རང་ཆོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཉོ་བ་སྟེ་བཟུང་ན་ཆོས་བྱེད་པའི་ཁྲལ་ཡིན་
 ཞིང་། སློན་ལམ་བརྒྱབ་པ་དང་། ཡོན་ཆབ་སྤུལ་བ། སྤྱག་དང་མཆོད་འབྲུལ་སོགས་
 བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ལ་སྤྱག་ཅམ་བྱས་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཁྱོད་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་
 ཅེས་ལམ་སང་རྒྱག་རེས་བརྒྱབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། དངོས་པོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་མཐོང་
 ཆོ་ལམ་སང་ཞེན་ཆགས་སྦྱིས་ནས་དེ་ཁ་བསྐྱུས་བརྒྱབ་ན་ཨི་ཟླ་གྱི་རྩལ་བ་ཤད་
 བ་ཨི་ཟླ་ མགོ་བསྐྱོར་བཏང་ན་ཨི་ཟླ་གི་ཐོག་ནས་ཨི་རག་མི་རག་ལྟ་བུ་སྦྱ་བ་སྦྱ་བུ་ནི་
 སེམས་མ་དུ་ལ་པའི་རྟགས་གསལ་པོ་ཡིན།

དེས་ན་ང་ཚོའི་ཆོས་དེ་ཁ་ཅམ་ཆོག་ཅམ་གྱི་ཆོས་སུ་བྱ་བ་ལས། དོན་དངོས་
སྤྲུལ་བ་སྤྲུལ་ལས་སྟོབ་པའི་ཆོས་སུ་སོང་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཟེད། དེར་བརྟེན་ཆོས་
ཞེས་པའི་གོ་བ་ཡག་པོ་ཆགས་པ་དགོས། ཆོས་ཀྱི་གོ་བ་ཡག་པོ་ཆགས་ན་རང་དང་
ལྷན་ཆོག་ས་ཚང་མར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཤིས་སྟེ། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་

བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་གསུངས་ཡོད། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙུང་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཡི་ཙུང་བ་དེ་མེད་པར་བཟོ་བའི་དོན་དུ་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་གསུངས་ཡོད། བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་སྤྱི་འབྲས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ལ་སྤྱག་ཡིན།

ད་ལྟ་བྱེད་རང་ཆོས་སྤྱི་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་རྟགས་གསལ་བཅུང་བ་ལྷར་སྤྱི་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་བ་དེ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་མིན་ལ། རྟག་པའི་སྤྱི་ལས་ཀྱང་བྱུང་བ་མིན། འཛིག་རྟེན་བཞེད་པ་པོས་བྱས་པ་ཡང་མིན་པར་རང་རང་གི་སྤྱི་དང་རྟེན་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་པའི་སྤྱི་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་གསུང་གི་ཡོད། དེའི་སྐོར་ལྷ་ལོ་བཞད་པ་དེ་ཡིན། ལྷ་བྱུང་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་བཞད་ནས། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དེ་དང་ར་སྤྱད་ནས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཡི་འཛིན་སྐྱངས་འཁྲུལ་བ་དེ་ར་སྤྱོད་ཐེར་འདོན་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་རང་གི་སེམས་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་རང་གཅེས་འཛིན་ཡང་རང་གིས་རང་ལ་ཉ་ཅང་བཅི་མཐོང་བྱེད་ཅིང་། སྤྱི་རང་གིས་རང་ལ་བཅི་བ་བྱེད་པ་དེ་འགྲིགས་པ་ཡིན། རང་གིས་རང་ལ་མ་བཅི་ན་སྤྱུ་ལ་བཅི། གཞན་ལ་བཅི་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་ཐོག་མར་རང་ལ་བཅི་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ཉིད་གཞན་ལ་སྤྱི་ཆེར་སྤེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་བཅི་བ་དེ་ཡོང་དགོས་པ་ལས། རང་གིས་རང་ལ་བཅི་བ་ཞིག་མེད་ན་གཞན་ལ་བཅི་བ་དེ་ཡོང་ཐབས་མེད། འོན་ཀྱང་རང་གཅེས་འཛིན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། གཞན་ལ་ལ་བར་དོར་བ་དང་།

གཞན་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་བསམ་པའི་སྒོ་དེ་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་
ཞེས་སྒྲིན་ཅན་གྱི་ཕུང་སྣ་འབྲེན་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་ཆོའི་སྒོ་
ལ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་གཅིག་ཕུ་
བསམས་པའི་སྒོའི་དོན་དངོས་ནི་རང་ཉིད་གྲོགས་མེད་གཅིག་ཕུ་ཆགས་པ་དང་།
སྤྱུག་པར་མི་ལ་ཆ་བཞག་ན། མིའི་སྤྱི་ཆོགས་འདི་རང་གི་ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་
གྱིས་མཆོན་པའི་མངོན་མཐོའི་བདེ་སྤྱིད་རྣམས་ཀྱང་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་
དགོས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན།

བར་དུ་མངོན་མཐོ་སྤྱབ་པའི་འཆེ་བ་མེད་པའི་ལམ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡང་། གཞན་
གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་བསྒྲོག་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་
པ་ཡིན། རྣམ་མཁུན་བསྐྱབ་རྒྱ་ར་མཆོན་ན་ཡང་བྱམས་དང་སྤྱིར་རྗེ་ཅ་བར་གྱུར་པའི་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམས་ནས་སྤྱབ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དམིགས་པ་སེམས་
ཅན་ལ་དམིགས་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་
འཕྲུལ་གྱི་མངོན་མཐོའི་ཕུན་ཆོགས་ཏེ། ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སེམས་ལྟོད་ལྟོད་ཡོང་བ་
ནས་བཟུང་སྟེ་ཡ་གཤིའི་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་པའི་བར་དུ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་
པ་ཤ་སྟག་ཡིན། དེ་ཡལ་བར་དོར་ན་སྤྱུགས་པ་ཡིན། བདེ་སྤྱིད་འདོད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་
མི་འདོད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅ་བ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་
དེ་དང་། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གཉིས་སེམས་ཀྱི་གཏིང་དུ་སྒྲིན་
མེད་དཀར་གཙང་ལ་བཞུས་ནས་དེ་དང་དུ་བླངས་ནས་སྟོད་སྐབས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་
འཆིང་ཐག་ལས་ཐོལ་བྱུབ་ཀྱི་མེད།

དེས་ན་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་དང་། བདེན་པར་འཛིན་པའི་
བདེན་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།
དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་དང་བདེན་འཛིན་གཉིས་ལ་མགོ་ལྟག་
གཞུ་ཐུབ་ན། ལག་པར་ལྷགས་ཐག་བརྒྱབ་པ་དེ་ལས་གྲོལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ནས་
དངོས་གནས་སེམས་ནང་བཅེངས་འགྲོལ་ཐོབ་སྟེ། སེམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་དང་། དགའ་
ཆོད། གདེང་སློབས་བཅས་སྟེབས་པ་ཞིག་གཏན་གཏན་ཡོང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ནང་པའི་ཆོས་བྱང་རྩ་རྒྱ་ཞེས་པ་སྟེ། བྱང་ནི་གོང་དུ་སངས་རྒྱས་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་
ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དེས་གསུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ལྟ་བུ་
ཞིག་ང་ཆོས་བསྐྱབ་རྒྱུའི་ཐབས་ཚུལ་དེ་ལ་བྱང་རྩ་རྒྱ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཁྲིམས་ཐོག་མེད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་ལག་ལེན་སྐོར་གྱི་བརྒྱུགས་སྒྲིག་ བཞུགས་སོ།།

དང་པོ། མཆན་གྱི་དོན།

དེ་ཡང་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཐོག་མེད་ཅེས་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ནི། རིགས་རྩས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
 རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་འབྱུངས་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་མིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་
 རྒྱལ་བུ་གཞོན་པུ་དོན་གྲུབ་ཅེས་བརྗོད་པ་ནི། རྒྱལ་པོའི་རིགས་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་
 ཁྲིམས་ཡིན་པས་རྒྱལ་བུ་གཞོན་པུ་དོན་གྲུབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་
 རྒྱལ་ཁྲིམས་འཕགས་པ་ཐོག་མེད་ཅེས་པ་དེ་ཡང་། འཕགས་པ་ཐོག་མེད་རྒྱལ་
 པོའི་རིགས་ལས་འབྱུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་ཡོད།
 སྐབས་འདིའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་པོའི་རིགས་རྩས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེར་བརྗོད་
 ཀྱི་མེད། འདིའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞེས་པའི་རྒྱལ་ནི། རྒྱལ་བ་ལྷན་སྐྱེས་པ་སྟེ། རྒྱལ་བ་ཞེས་
 པ་ནི་བདུད་བཞི་སྒྲ་རགས་ལས་རྒྱལ་བ་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བཅོམ་ལྷན་ཞེས་
 པའི་དོན་ནི་བདུད་བཞི་བཅོམ་ཞིང་། ལེགས་པ་རྒྱག་དང་ལྷན་པས་ན་བཞི་བཅོམ་
 རྒྱག་ལྷན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་བཞི་བཅོམ་རྒྱག་ལྷན་དེ་ལ་རྒྱལ་བ་ཞེས་
 མཆན་བཏགས་པ་ཡིན།

མདོར་ན་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆན་ཡིན། རྒྱལ་བ་སངས་རྒྱས་དེའི་གསུང་
 ལས་སྦྱིས་ཤིང་། གསུང་ལས་སྦྱིས་པ་ཅེས་མིན་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྦྱབ་

བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཐར་ཐུག་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐུགས་
རྒྱད་ལ་མངའ་བ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་ལ་རྒྱལ་
བའི་སྤྲུལ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

མ་གཞི་ཉན་རང་རྣམས་རྒྱལ་བའི་གསུང་ལས་སྦྱེས་པ་ཡིན་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་
འདས་ཀྱི་ཐུགས་སྤྲུལ་ལྟ་བུ་ཆགས་མེད། བཅོམ་ལྷན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བརྟེན་
པའི་གོ་འཕང་སྦྱབ་པར་ཁས་ལྷངས་ཤིང་དམ་བཅས་པ་དེ་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་
སྤྲུལ་ཀྱི་ཐུ་བོ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པས་དཔྱ་བཅོམ་པའི་
གོ་འཕང་ཅམ་མངོན་དུ་བྱ་བསམ་པའི་ཉན་རང་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལས་
སྦྱེས་པ་ཞེས་བརྗོད་ཆོག་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཐུགས་ཉེ་བའི་སྤྲུལ་ལྟ་
ཆགས་ཀྱི་མེད། དེས་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུང་ལས་སྦྱེས་པའི་སྤྲུལ་བདག་
པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་བཞེས་གནང་ནས་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་རྟོག་པའམ་ཡོན་ཏན་འཁྱུངས་པའི་སེམས་དཔའ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་སྤྲུལ་
ཞེས་བྱ་གི་ཡོད།

རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ་ཞེས་བ་ནི། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཉེ་ད་ནས་བཅིས་
པའི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ཅམ་ཀྱི་གོང་དུ་བྱོན་བ་སྟེ། ལྷན་གྲགས་ཅན་ཀྱི་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་
ཆེ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ་རྣམ་གཉིས་དུས་མཉམ་ལྟ་བུར་བྱོན་བ་ཡིན།
དེ་ཡང་ཉིན་ཞིག་བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་དང་། རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ་རྣམ་
གཉིས་ལྷན་དུ་གདན་འདྲེས་པའི་སྐབས་དེར་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་རྩེ་ཟད་
སྤྱང་གི་ཡོད་པས། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོར་ཁྱེད་རང་

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཙྏ་མེད་ཅིག་ཡིན་
པས། ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་ལག་པར་ཕྱ་ཞིག་རྒྱུ་བས་དང་ཞེས་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།
དེ་ནི་རྒྱལ་སྐུ་ཐོག་མེད་བཟང་པོ་ཡོངས་གྲགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རོས་
ལཱིན་གནང་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཁོང་ལ་རྒྱལ་སྐུ་ཞེས་པའི་དོན་འདི་ལྟར་ཡིན།
དུས་ཕྱིས་ཁོང་ཉིད་བཞུགས་གནས་གཙང་གི་དཔལ་ཆུང་འདི་ཁོང་དུ་བཞུགས་པས་
ན་དཔལ་ཆུ་ཞེས་དང་། ཐོག་མེད་བཟང་པོ་ནི་ཁོང་གི་མཆན་དངོས་ཡིན།

ཁོང་ནས་སློབ་གཉེར་མང་དུ་གནང་ཞིང་། སློབ་འཇུག་དང་མདོ་སྡེ་རྒྱུ་ལ་
སོགས་པའི་གཞུང་ཆེན་མོའི་འགྲེལ་བ་བཅུ་མས་བ་གནང་བའི་མཁས་བ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡིན་ལ། སྐབས་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཙོན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་
ཆད་ལོངས་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་འདི་ཁོང་གིས་མཛད་བ་ཞིག་
ཡིན། ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་ཞེས་བ་ནི། ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
ཉམས་བཞེས་གནང་ནས་སྐུ་རྒྱུ་ལ་འཁྱུངས་བ་དང་། ཁོང་གིས་རྗེས་འཇུག་
གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་རང་གི་ཉམས་ཐོབ་གི་སྤྱིང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞིག་
བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ན། ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་ལག་ལེན་རི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་དག་ཆོག་སུ་
བཅད་པ་སུ་ཅུ་སོ་བདུན་གསུངས་པར་བཞེན་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མ་ཞེས་བཟོད་
བ་ཡིན། ང་རང་ཆོ་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་ནང་རབ་འབྱེད་ཐ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། ཆོས་བ་
རབ་ནི་ཆོས་ཉམས་ལེན་ཆེ་དང་སྐབས་པ་མཉམ་བ་བྱས་ཏེ། ཆེ་འདིར་རྟོགས་པའི་
ལམ་སྤྱོད་ཐོན་ནས་རི་དྲགས་རྣམས་མ་བཞེན་དུ་དཔེན་པའི་རི་སུལ་ལ་གནས་ཏེ་སྐབས་
ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཙོན་བ་དང་། སློབ་གསུམ་དགེ་ལ་བཀོལ་ནས་ཆེ་དང་སྐབས་པ་མཉམ་

པའི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་མཁན་དེ་ནི་ཆོས་པ་རབ་ཡིན།

ཡང་ཆོས་པ་འབྲིང་ནི། ཉན་རང་བྱང་སེམས་ལ་ཆེ་འབྲིང་ཚུགས་ཅིང་དབྱེ་བ་ལྟ་
བུ་མིན་པར། དེ་ནི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོར་ཡིན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་
ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། ཉམས་ལེན་བྱེད་སྒྲུངས་ཀྱི་རིམ་པ་
བཤད་ན། སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་མཁན་ཀྱི་རིགས་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་མི་
ཆང་མས་བྱེད་མི་སྟབ་ཅིང་། གལ་ཏེ་བྱས་ན་སྤྱི་ཆོགས་དེ་ཉིད་ཡལ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་
ཆགས་ཉིན་ཡོད་པས་ཡོང་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད། དེས་ན་རིམ་པ་གཉིས་པ་ནི་རང་
ཉིད་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་དོན་རྣམས་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་
བཀལ་ནས་ལམ་སང་སློབ་བྱུང་གི་ཉམས་ལེན་ཞིག་བྱེད་པ་སྟབ་རུང་། ཐོས་བྱུང་
ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས།
དེའི་ཐོག་ནས་བསམ་བྱུང་གིས་ཡང་ཡང་དབྱུང་ཅིང་བསམས་ནས་སེམས་ལ་ངེས་
པ་ཆེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཇི་ལྟར་ངེས་པ་ཆེད་པའི་དོན་དེ་རྣམས་གདེང་འཁེལ་བའི་
ཐོག་ནས་གཞན་ལ་བཤད་དེ་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་བྱེད་སྟབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ནི་བསྟན་པའི་ཞབས་འདེགས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྐྱབ་པ་
ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། སྒར་ལ་རྒྱལ་མཆོག་སྐྱེ་བྱེད་དང་པོ་རྗེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་ཐོག་མར་
སློབ་གཉེར་གནང་བ་དང་། ཕྱིས་སུ་མཁས་པར་གྱུར་ནས་གཙུག་ལྷན་ཆེན་རི་
ཁྲོད་དུ་ཆེ་དང་སྐྱབ་པ་མཉམ་པའི་ཉམས་ལེན་མཛད་ནས་བཞུགས་པ། དེའི་
སྐབས་ལྟག་པའི་ལྟའི་ཞལ་གཟིགས་དང་། ལྟག་པར་རྗེ་བཙུན་སློབ་མ་དཀར་ལྗང་

སོགས་ཞལ་གཟིགས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་དབུགས་དབྱུང་གནང་བ་སོགས་བྱང་ཡོད།
ལྷ་དང་སྒྲ་མའི་ལུང་བསྟན་དང་། ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་གྱི་ཐོག་
ནས་ཆེ་དང་སྐྱབ་པ་མཉམ་པ་མཛད་རྒྱ་བཞག་ནས། གཙང་གི་གཞིས་ཅེར་མེབས་
ནས་བཟ་གིས་སྟུན་པོའི་དགོན་པ་ཐུག་བཟབ་པ་གནང་ཞིང་། བཟ་གིས་སྟུན་པོའི་
དགོན་པ་ཐུག་འདེབས་གནང་སྐབས། དགོན་པ་འཇུགས་སྟུན་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་འཆར་
གཞི་མེ་དགོ་འདུན་གྲུབ་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་བཀོད་གནང་བ་དང་། ཉིན་ལྟར་
འཇུགས་སྟུན་གནང་སར་མེབས་ཏེ་གཟིགས་རྟོག་དང་ཞལ་བཀོད་གནང་ཡོད། དེ་
བཞིན་མེ་དགོ་འདུན་གྲུབ་པ་རང་ཉིད་གྲ་བ་གྲ་རྒྱུ་ཡིན་པས་འགྲོ་སོང་གཏོང་རྒྱ་མེད་
སྟབས། ཕྱོགས་དང་མཆོམས་སུ་སྦྱིན་བདག་རྣམས་ལ་སྒོང་མོ་བྱེད་མི་འབྲལ་སྟུང་
པ་བཀོད་མངགས་གནང་ཞིང་། ཁོང་ཉིད་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟབས་ཉིན་རེ་
གཞུང་ཆེན་སྒོ་བ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་དཔེ་བྲིད་གནང་བ་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་
པོ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དགོ་ཚུལ་སྒོང་གི་སྒོམ་པ་ཡང་མང་པོ་གནང་སྟེ་བཞུགས་ཡོད།
ཕྱིས་སུ་ཁོང་གི་སྒོ་བ་མའི་ནང་ནས་མེ་དགོ་འདུན་གྲུབ་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་བཞེད་
ཇི་བཞིན་འགྲུབ་མིན་ཡོང་སྐབས། མེ་དགོ་འདུན་པས་ངས་བྱང་ཆེན་ལ་ཆེ་སྟོས་
བཟང་སྟེ་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་སུ་མ་བྱུང་བྱས་ཡོད་ན། ད་གཟོད་ངས་ལམ་གྱི་རྟོགས་
པ་བརྟེས་པ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་སྟོས་བཟང་ནས་ངས་དགོན་པ་འདེབས་པའི་དོན་དུ་
ཡོང་བ་ཡིན་པས། བྱེད་རང་ཆོས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་ངས་སྟོས་གཏོང་ཆེན་པོ་
བྱས་ཡོད་ཅེས་བཀའ་བཀྲོན་དང་ཡུས་ལྟ་བུ་ཅུང་ཟད་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་དགོས་
པ་རྒྱབས་ཆེ་རྒྱུང་ལ་བསམ་སྟོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་པའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་

མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་ཡོང་བ་ཡིན།

ཡང་རིགས་གཅིག་གིས་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེ་ས་ལ་དགོངས་ནས་
བྲག་ལས་གནང་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་རིས་སྤྲུལ་ཆད་པའི་ཆོས་
སྒྲུབ་ཁག་གི་ནང་དུ་རང་ཉིད་འདུལ་བ་དང་མ་སྟན་པ། འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་བཀའ་
གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་དང་འབྲ་བར་བཞུགས་ཤིང་། རང་ཉིད་ལ་ཉམས་སྤྱོད་བྱུང་
བ་དང་། དེ་བཞིན་སློབ་གཉེར་སྦྱོན་པའི་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་གཞན་ལ་
འཆད་པ་བཅས་གནང་ན་བསྟན་པའི་བྱ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཆོ་
སྒྱུ་མེར་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་སློབ་གྲུའི་དགོ་ཁན་བྱེད་རྒྱ་ལྟ་བུས་མཆོན་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་སྤྱོད་བྱུངས་ནས་གང་འཆམས་ཀྱི་རེས་བ་རྟེན་པའི་
ཉམས་སྤྱོད་རྣམས་གཞན་ལ་སློབ་ཁྱིད་བྱེད་ཐུབ་ན། ང་རང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཡོངས་
རིས་བཞིན་སྤར་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་ཚུང་བ་ལྟ་ཞེས་ཤོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ལྟར་
རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟའི་ནང་གི་ནང་དོན་རིག་པ་དང་། ཆད་མ་རིག་པ་སོགས་མང་
ཆོགས་ཀྱི་ནང་ཤེས་ཆད་ཡང་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཐིག་སྟེལ་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་
ན། ཐུབ་འབྲས་རྒྱབས་ཆེན་ཐོབ་རྒྱུ་དང་། དངོས་གནས་འབྲེལ་འདྲའི་ནང་ནས་མི་འབྲ་
བ་ཞིག་གཏན་གཏན་ཡོང་རྒྱུ་དེ་འབྲའི་འགྲོ་སྤངས་གཅིག་ཡོད།

ཡང་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་མཐའ་
འབྱོངས་བྱས་ཏེ་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྦྱོང་
སྟེལ་གསུམ་བྱེད་པའི་རིམ་བཤེས་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་མ་མཐར་ཡང་ལམ་ཡོངས་རྟོགས་
ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་བྱས། དེའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་ཐུབ་ཉམས་ལེན་

བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། ལག་ལེན་སོ་བདུན་མའི་ནང་ཆོས་པ་རབ་
གཅིག་གིས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ལུགས་གསུངས་ཡོད།

གཅིག་མཆོད་པར་བརྗོད་ཅིང་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ།

༡༽ མཆོད་པར་བརྗོད་པ།

ན་མོ་ལོ་གེ་ལུ་རྩ་ཡ། ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྤྱར་སྐད་དུ་ཐོག་མར་བྲག་འཆའ་བ་
ཡིན། དེ་ཡང་ལོ་གེ་ལུ་རྩ་ཞེས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་དབང་བྲག་དང་། ཡ་ནི་ལ་དོན་ནམ་
དགོས་ཆེད་དེ། འཛིག་རྟེན་དབང་བྲག་ལ་བྲག་འཆའ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ལོ་གེ་
ལུ་རྩ་ནི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཆོད་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱན་རས་གཟིགས་སྤྱིང་རྗེའི་ལྷ་
ཡིན་པས་སྐབས་འདིར་གཞུང་འདིའི་བརྗོད་བྲ་གཙོ་བོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་
ཀྱི་ཡོད་པས་ན། སྤྱིང་རྗེའི་ལྷ་མཆོག་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་བྲག་
འཆའ་བ་ཡིན།

གང་གིས་ཆོས་ཀྱན་འགྲོ་ཡོང་མེད་གཟིགས་ནས། །

འགྲོ་བའི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་མཇུག་པའི། །

སྤྱིང་མཆོག་དང་སྤྱན་རས་གཟིགས་མགོན་ལ། །

རྟེན་ཏུ་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པས་བྲག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་པ་ནི་གཞུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། གཞུང་དེ་ཉིད་ཚུམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་
གཞུང་བརྩམས་པ་ལ་བར་ཆད་མི་ཡོང་བ་དང་། ཡ་རབས་དམ་པའི་ལུགས་དང་
མཐུན་པར་ཐོག་མར་མཆོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ནས་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ།

གཞུང་དངོས་བཤད་པ། མཐུག་ཏུ་དགེ་བ་བསྡུ་བ། མཛད་པ་པོ་གང་གིས་མཛད་པ་
བཅས་ནས་རྒྱན་འཆད་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡོང་གི་ཡོད། ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་འདིས་
མཆོད་བརྗོད་གསུང་གི་ཡོད།

མཆོད་བརྗོད་ཤོ་ལོ་ཀ་འདིའི་དོན་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་པལ་ཆེར་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རོ་སྤྲོད་གནང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག དེ་ཡང་གང་གིས་ཞེས་པའི་གང་
སྤྲོད། སྤོབ་དཔོན་ཐོན་མིས་མཛད་པའི་སྤྲུལ་ཏུ་བ་ལས། ཅི་རིམ་སྤྲུག་གང་སྤྲི་སྤྲི་
སྤྲེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཅི་དང་རིམ་དང་སྤྲུག་དང་གང་བཅས་ནི་སྤྲི་སྤྲི་སྤྲེ་གང་ལའང་
སྤྲུང་ཆོག་པ་ཡིན། དེའི་བྱད་པར་ཀྱི་ཆོག་ནི་ཆོས་ཀྱན་འགྲོ་ལོང་མེད་པར་གཟིགས་
པའི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པར་མཛད་པའི་རྒྱ་
ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན། ཐབ་པ་དང་། ཤེས་རབ། ཐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཐུག་པ་མངའ་
བའི་སྤྲུལ་པ་དང་སྤྲུན་རས་གཟིགས་ཞེས་པས། གང་གིས་ཞེས་པ་ནི་སྤྲུལ་མཆོག་དང་
སྤྲུན་རས་གཟིགས་མགོན་གང་གིས་ཞེས་སྤྲུན་རས་གཟིགས་དང་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་སྤྲུལ་པ་གང་གིས་ཆོས་ཀྱན་ཞེས་པའི་ཆོས་ནི། རང་གི་རོ་བོ་འཛིན་པའི་ཆ་ནས་
རྩ་སྤྲུལ་ཞེས་པའི་ཆོས་དེ་ཡིན་ལ། ཀྱན་ནི་ཐམས་ཅད་དམ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན།

དེའི་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ལ་སྤྲེ་ཆེན་མང་དུ་བྱེ་རྒྱ་ཡོད། སྤྲུང་
ཤེས་བྱ་དང་ཡོད་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཆད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པའི་མཆན་ཉིད་
དང་། རྫོའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་བ་ཤེས་བྱའི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བསྐྱུས་བྱའི་སྐབས་སུ་ཐོན་
ཡོང་བ་ཡིན། དེ་དག་གིས་སྤོམ་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་ཡོད་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྫོ་
ཡི་ཡུལ་དུ་ཤར་རྒྱ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ཤེས་བྱ་མེད་ཅེས་ཤེས་བྱ་ཡོན་

ཏན་ཤེས་པ་གཅིག་ལུ་ཤྲད་ཆ་མེན་པར་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་སྟེ་སྟོ་ཡི་ཡུལ་དུ་བྱ་
བྱང་བར་ཤེས་བྱ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཡོད་མེད་གཉིས་ལས་ཆད་མས་དམིགས་པ་
ཡིན་ན་ཡོད་པ་དང་། ཆད་མ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་སྟོ་དེས་རི་ལྟར་གཞལ་བ་ལྟར་དོན་
ལ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆད་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་ལུ་ཆད་མས་སྐྱབ་བྱེད་
ཀྱི་ཆད་མ་ཡོད་པ་ལ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་འདྲི་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཆོས་ལ་རྟག་པ་དང་དངོས་པོ། ཡང་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་
ལྟ་བུ་དགོས་པ་མི་འབྲ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་
ཡོད། སྐབས་འདིར་བདེ་སྤྱག་གི་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆ་ནས། མ་བརྟག་མ་
དབྱེད་པའི་ངང་ནས་སྤང་ཆོད་ཀྱིས་གནས་སྤངས་གཅིག་དང་། ང་ཆོའི་བྱིན་ཅི་ལོག་
གི་སྟོ་མང་པོ་ཞིག་སྤང་ཆོད་དེ་དོན་ཀྱི་ཡིན་ལུགས་མཐར་ཐུག་དུ་འཛིན་པའི་ཐོག་
ནས་སྤངས་པའི་སྟོ་མང་པོ་ཞིག་སྟེ་གི་ཡོད་པས་ན། སྤང་ཚུལ་ཙམ་ལ་མི་ཞེན་པར་
ཡིན་ལུགས་སུ་སྟོད་ལུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་
འགངས་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན། མགོན་པོ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་དབུ་མ་ཙ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ།

བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན།

ཞེས་པ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་གསུང་གི་ཡོད། བདེན་པ་གཉིས་གསུངས་
དགོས་དོན་ནི། སྤང་ཆོད་ལ་དོན་ཀྱི་སྟོད་ལུགས་རིམ་ཞེན་མི་སྤང་བ་དང་། སྤང་ཆོད་
དེ་ཉིད་གཞིར་བཞག་པས་ང་ཆོ་མང་པོ་ཞིག་ལུང་གི་ཡོད་པས་ན། སྤང་ཆོད་དེ་ཉིད་
མིན་པར་དོན་ཀྱི་ཡིན་ལུགས་དེ་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། སྤང་ཆོད་ཀྱི་

དབང་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཅིག་དང་། དེའི་མཐར་ཐུག་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་ཆ་
ནས་ངོ་བོ་གཅིག་བཅས་མདོར་ན་སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དམ་ཆད་མས་
དམིགས་པའི་ཆོས་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་ངོ་བོ་གཉིས་རེ་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་
པའི་ངོ་བོ་གཅིག་དང་། དོན་དམ་པའི་ངོ་བོ་གཅིག་བཅས་བདེན་པ་གཉིས་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ལྟ་སྟེགས་པའི་གཞུང་གི་ནང་དུ་འང་
ཡོད། དེ་བཞིན་རང་སྤྱེ་བྱེ་བྲག་སྤྱེ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆང་མས་བདེན་པ་གཉིས་ཞེས་
གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཅེས་བ་ནི་དབྱུ་མའི་གཞུང་ནས་
གསུང་པ་འདི་ཉིད་ཡིན། སྤང་ཆོད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ངོ་བོ་གཅིག་དང་། ཡིན་
ལུགས་གནས་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་ངོ་བོ་གཅིག་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་དགོས་པ་བྱུང་བར་ཅན་
ཡོད་པས་ན་བདེན་པ་གཉིས་གསུངས་ཡོད། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མིང་གཞན་ཞིག་ལ་
རིམ་བུ་དང་རིམ་བུ་ཞེས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

རིམ་བུ་ཞེས་བ་ནི་ཡིན་ལུགས་རིམ་རིམ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རིམ་བུ་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། རིམ་བུ་ཅེས་བ་ནི། སྤྱི་ནང་མང་པོའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། རྣམ་
གངས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཆོག་ཅིག་ཡིན། རིམ་བུ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་དོན་དམ་བདེན་
པ་ཆོས་ཅན་གྱི་དབང་ལས་རྣམ་གངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་ན་ཡང་། ཆོས་ཉིད་རང་ཉིད་
ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་སམ་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། རྟེན་པོ་གཅིག་ཅེས་བ་དེ་ཆགས་
ཀྱི་ཡོད། སྤང་ཆོད་ཀྱི་རིམ་བུ་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། བཟང་ངན་དང་གཅིག་
དང་དུ་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ན་རིམ་བུ་
པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། སྤང་ཆོད་ཀྱི་ངོ་བོ་དེའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་སྐབས་རིམ་བུ་དང་

། གནས་ཚུལ་ལམ་ཡིན་ལུགས་མཐར་ཐུག་གི་ངོས་ནས་བཤད་སྐབས་རིམ་བུ་
ཞེས་བརྗོད་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རིམ་བུ་སྟེང་གཉིས་ཡོད་བ་ལས། སྐབས་འདིར་རིམ་བུ་སྟེང་གི་ཆོས་
ཀྱན་ཞེས་བསྟུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་བ་ཡིན་ལུགས་མཐར་ཐུག་གི་ངོས་
ནས་བཤད་ན། རྩ་མ་རོ་གཅིག་ཅེས་འགག་བྱས་སྟེང་ཙམ་ཞིག་ཏེ། རང་གི་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་མ་ཡིན་བཞིན་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་སྤང་བའི་སྤང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་
། སྟོས་པའི་མཚན་མ་མཐའ་དག་ཞི་བའི་སྟོ་དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་
སྐབས། སྟོས་པའི་སྤང་བ་མཐའ་དག་འགག་བ་དང་། སྟོས་པའི་སྤང་བ་མཐའ་དག་
འགག་པའི་སྟོ་དེའི་གཟིགས་རོ་ལ་འགྲོ་བ་དང་འོང་བ། གཅིག་དང་ཐ་དད། རྩ་དང་
འབྲས་བུ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་གང་ཡང་མེད། གཅིག་དང་ཐ་དད་དང་འགྲོ་བ་དང་འོང་
བ་ཐམས་ཅད་སྤང་ཆོད་ཀྱི་རིམ་བུ་འདི་རོ་བོ་དེའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ན་ལས། རིམ་བུ་
རོ་བོའི་སྟེང་དུ་སྟེབས་སྐབས་དེ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་ཡིན།

དབུ་མ་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཆོད་བརྗོད་ལས།

གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །

འགག་བ་མེད་བ་སྐྱེ་མེད་བ། །

ཆད་བ་མེད་བ་རྟག་མེད་བ། །

འོང་བ་མེད་བ་འགྲོ་མེད་བ། །

ཐ་དད་དོན་མེན་དོན་གཅིག་མེན། །

སྟོས་བ་ཉེར་ཞི་ཞི་བསྟན་བ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་པ་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་སྟེ། སྤྱི་ལག་ལ་སོགས་
པའི་སྟོན་པ་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཞེས་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། མདོར་ན་རི་ལྷ་བ་
དང་རི་སྟེང་པའི་ཆོས་ཀྱན་རི་ལྷ་བ་ལ་སྦྱར་ན། རི་ལྷ་བ་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་སྟོང་པ་ཡིན། དེས་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གཟུགས་ནས་རྣམ་མཐུན་གྱི་
བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ་སྟོང་པ་སྟེ་མིང་ཅམ་བད་ཅམ་རེད་
ཅེས་གསུང་སྐབས། དེའི་ནང་དུ་སྟོང་ཉིད་བཅུ་བྱུག་དང་། སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུ་ལ་སོགས་
པ་རྣམས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་དག་གསུང་སྐབས་ནང་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་སྟོང་པ་
ཉིད། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད། ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད། རོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད། འདུས་
བྱས་སྟོང་པ་ཉིད། འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད། མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་
སོགས་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་དོན་དམ་བདེན་པ་ཆོས་ཉིད་དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན་དུ་
བཞག་པའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན།

དེས་ན་རི་ལྷ་རི་སྟེང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོས་བྱུང་པ་མེད་པར་
དགག་བྱས་དཔེན་ཅམ་མམ་དགག་བྱས་སྟོང་ཅམ་གྱི་གཟིགས་ངོར་འགྲོ་འོང་གང་
ཡང་མེད་པས་ན། གང་གིས་ཆོས་ཀྱན་འགྲོ་འོང་མེད་གཟིགས་ནས། །ཞེས་པ་འདི་
གསུངས་པ་ཡིན། ཆོག་རྒྱུ་འདིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པས་སྟོང་
པ་ཡིན་ཞིང་། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པས་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་དེའི་ནང་དུ་སྟོན་པའི་
མཆོན་མ་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དམ་
བདེན་པ་ཆོས་ཉིད་དེ་མདོར་དུ་གྱུར་ནས་ཆོས་ཉིད་གཟིགས་པའི་མཉམ་གཞག་རྣམ་
པར་མི་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལས་ནས་ཡང་གཡོ་བ་མེད་བཞིན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་

ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པར་མཛད་པ་ཞེས་གསུང་སྐབས། སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་ཅིང་
བདེ་བ་འདོད་པའི་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་དང་ཚུལ་ལམ་ཁམས་
དང་མོས་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཇི་བཞིན་གཞིགས་ནས། དེ་ནི་མཉམ་ཇེས་འདྲེས་པ་
ཞེས་པ་དེ་ཡིན། སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ཁོ་ནར་མཉམ་ཇེས་འདྲེས་པ་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་
ལས་སློབ་པའི་ས་ལ་མཉམ་ཇེས་འདྲེས་པ་ཡོང་གི་མེད།

དེ་ཡང་མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་གྱུར་བའི་གནས་
སྐབས་སུ་ཇེས་ཐོབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རྣམས་ཡོང་གི་མེད། ཇེས་ཐོབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་
བྱང་ཚུབ་སེམས་མངོན་དུ་གྱུར་བའི་ཐོག་ནས་ཀུན་རྫོབ་སློ་ཅན་གྱི་སློ་དེ་རྣམས་
མངོན་དུ་གྱུར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་
བཞག་པའི་སློས་པ་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉར་ཞིའི་དབྱིངས་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་
བྱེད་པ་མི་ཡོང་བར་མཉམ་ཇེས་རེས་འཛོག་ཡིན།

ཤེས་བྱའི་སློབ་པ་སྤངས་པའི་ཇེས་སུ་བདུད་བཞི་ལས། ཉོན་སློབ་ཀྱི་དབང་དུ་
བྱས་པའི་བདུད་བཞི་དང་། ཤེས་སློབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདུད་བཞི་བཅས་
གཉིས་བཤད་པ་ལས་སྐབས་འདིར་ཤེས་སློབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བདུད་བཞི་དེ་
ལས་རྒྱལ་སྐབས་མཉམ་ཇེས་འདྲེས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། ཡོན་
ཏན་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པའི་སྤྲོ་མ་དང་སྤྲོ་རས་གཞིགས་དབྱེར་མེད་པ་འགྲོ་བ་རྣམས་
ཀྱི་མགོན་ཏེ། ཇེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས།

ཞེ་མའོ་སྟོན་པ་ཞེ་མའོ་སྐྱབས། །

ཞེ་མའོ་སྤྲོ་མ་ཆོག་ཞེ་མའོ་མགོན། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ལེགས་གསུངས་པའི།

སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མགོན་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་
ཡིན། ཕྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་བྱངས་ནས་འབྲིན་པའི་ཐབས་མ་
ཆང་བ་མེད་ཅིང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རང་དབང་གི་སྟོན་པ་འདོམས་པར་མཛད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ན་སྐུབས་དང་མགོན་དང་དབྱང་གཉེན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།
དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་པ་གཞིགས་མགོན་ལ། རྟག་ཏུ་སྟོན་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆོལ་
ལོ། ཞེས་པ་ནི་ཐོག་མར་མཆོད་པར་བཞེད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྟོན་གསུམ་ཞེས་པ་ནི། སྟོན་པ་ཐོན་སའི་སྟོན་ལྟ་བུའམ་གང་ལས་མཆེད་
པའི་སྟོན་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྟོན་དང་། དག་གི་སྟོ། ཡིད་ཀྱི་སྟོ་བཅས་དགེ་སྤྲིག་གི་བྱ་བ་
གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ལུས་ཀྱིས་བྱེད་པ་དང་། དག་གིས་བཞེད་པ། ཡིད་ཀྱིས་བསམ་
པ་བཅས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པས་ན་སྟོན་གསུམ་ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན། ཕྱག་འཆོལ་ཞེས་པ་ནི་
འདུད་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཡིད་ཀྱི་སྟོན་པ་དེའི་ཡོན་ཏན་བསམས་ནས་དེ་ལ་ཡིད་
ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དད་ཅིང་མོས་པ་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་པ་འདུད་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་
ཡིན། དག་གིས་བསྟོད་དབྱངས་བཞེད་པ་ནི་དག་གི་ཕྱག་ཡིན། ལུས་ཀྱིས་འདུད་
པའི་ནམ་འགྱུར་བསྟན་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཕྱག་ཡིན། དེས་ན་སྟོན་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་
འཆོལ་ལོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

༡༽ རྩིས་པར་དམ་བཅའ་བ།

ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །

དམ་ཆོས་བསྐྱབས་ལས་བྱུང་སྟེ་དེ་ཡང་ནི། །

དེ་ཡི་ལག་ལེན་ཤེས་ལ་རག་ལས་བས། །

རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་པའི་ཆོག་པ་བཅད་པའི་ནི་བཅུ་པར་དམ་བཅའ་བ་ཡིན། ཀླང་པ་དང་
མོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དོན་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་ཡང་པན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཞེས་
པ་ནི། སྐྱེ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་དེ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱལ་པན་བདེའི་
འབྱུང་གནས་རེད་ཅེས་པ་ནི། བདེ་སྐྱིད་ཐམས་ཅད་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀོད་པ་
རེད་ཅེས་པའི་དོན་མིན་ཞིང་། བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞེས་པ་ནི་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་
རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་
སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཆང་བ་
མེད་པ་སེལ་བ་ནི་ཉམས་སྤྱོད་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་
གི་སྤྱད་བསྐྱེད་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་ནི་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་
གི་ཡོད་པས་ན། སངས་རྒྱལ་ནི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་པན་དང་བདེ་བའི་
འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བཅུ་པར་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་
གཏུལ་བྱས་བསྐྱབས་ན་ཡོང་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་པན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡིན། སངས་རྒྱལ་ལ་དད་པ་བྱས་ན་པན་བདེ་ཐམས་ཅད་ཡོང་བ་ཡིན་
ཞེས་གསུང་གི་མེད། པན་བདེ་ཡོང་བ་ནི་ལས་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན། ལས་དགེ་བ་
ཞེས་པ་ནི་སྟོ་གསུམ་དུལ་བའི་སྟོ་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། སྟོ་གསུམ་དུལ་བ་
ནི་མ་དུལ་བར་བྱེད་མཁན་དེ་ལ་གཉེན་པོ་བརྟེན་ནས་སྟོ་གསུམ་དུལ་བར་བྱེད་

དགོས།

དེ་ལྟ་བུའི་རྗེ་ལྟ་བུ་གླེང་ལས་བརྒྱུད་པའི་གཉེན་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བཅོས་
ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུངས་ཡོད་པས་ན་པན་བདེའི་འབྲུང་གནས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།
ཁྱད་གཞི་སངས་རྒྱས་དང་དེའི་ཁྱད་ཆོས་པན་བདེའི་འབྲུང་གནས་ཞེས་པ་དེ་སྦྱར་
བ་ཡིན། དེ་ཡང་དམ་ཆོས་སྦྱབ་ལས་བྱུང་སྟེ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་པན་བདེའི་འབྲུང་
གནས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་ཡང་རྒྱ་མེད་ལས་བྱུང་བ་མིན་ལ། ཡེ་གདོད་མ་
ནས་སངས་རྒྱས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན། གཞུང་འགའ་ཞིག་ནས་ཡེ་གདོད་མ་ནས་
ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེའི་གོ་དོན་ཐ་དད་ཡིན། གསུམ་འདིར་རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་
ལས་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་མེད་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྲག་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཟབ་པའི་ལམ་ཉམས་ལེན་གནང་ནས་སངས་
རྒྱས་པ་ཤིས་ཀྱི་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་དེ་རྣམས་ཀྱང་དམ་ཆོས་བསྐྱབས་ལས་བྱུང་
བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རྒྱང་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཉེན་
འབྲེལ་གསུང་གི་ཡོད། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབས་པ་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ད་ལྟ་རང་ཆོའི་སེམས་རྒྱུད་གསལ་རིག་གི་
ཤེས་པ་འཆིང་བ་ཀྱན་ལྷན་ཀྱི་སྦྱིས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་གའི་སྟེང་ནས་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྦྱབ་པ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་པས་ན། ཤེས་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་
གསལ་བ་ཞེས་པ་ལྟར་རང་བཞིན་གནས་རིགས་སམ་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྟོང་པོ་
ཞེས་པ་དེ་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། ཅི་མ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྟོང་བྱུང་

བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་དང་། སེམས་དང་བྲལ་རུང་གི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན། གང་
ལགས་ཤེ་ན། གཉེན་པོ་སྟོབས་སྣལ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་
གསལ་བ་ཡིན་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་ནས་རིམ་ཐད་རུང་ཡིན་པ་སྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད།
དེས་ན་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྟོང་པོ་ཞེས་བ་དེ་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ནང་
བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཉེན་འབྱུང་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་། དེ་ཡི་ལག་ལེན་ཤེས་ལ་
རག་ལས་བས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དམ་བའི་ཚོས་བསྐྱབས་བ་དེ་ཡང་མཁས་བ་
ཅམ་དང་སྟོན་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཡོང་བར་ལག་ལེན་བསྟར་ནས་སྐྱབ་དགོས་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་རིམ་
ལྔར་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ཡི་ཞེས་དེར་སྐྱབས་ར་རང་ཚོས་འབྲེལ་སྒྲུ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཁོ་ནས་འཕྲས་པ་
 མེད་ཀྱི་འདུག་དཔེར་ན། བོད་གི་ནི་ཞེས་པ་དང་། རྒྱ་གི་ནི། རྒྱ་མིའི་གི་ནི་ལྟ་བུ་
 བརྗོད་ཀྱི་འདུག་སྐར་གཞིས་ཆགས་ཨང་བཞི་པའི་མཁན་པོ་ཤེས་རབ་བྱུག་དཔེ་
 ཡག་པོ་ཡོད་ལ། ཁོང་མེདས་གཅིག་དཔལ་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བདེ་ལོར་རིན་པོ་ཆེས་
 གཏོར་གནང་གིས་ཕྱིན་པ་དང་། པ་ཡུལ་ནས་ཚུར་འཁོར་རྗེས་ངོས་དང་ཐུག་འཕྲད་
 སྐབས་སྐད་ཆ་བྱུང་བར། པ་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གསར་འགྱུར་ཅུང་ཟད་གོ་ཡི་འདུག་
 བས་ཉན་གྱི་ཡོད་ཅིང་། གསར་འགྱུར་གྱི་ནང་དུ་ངས་གི་ནི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བོད་
 པའི་གི་དང་། རྒྱ་མིའི་གི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་འདུག་པས་དེ་ནི་རིག་
 གནས་གསར་བརྗེའི་སྐབས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་བྱུང་བས་རྒྱུད་འཕྲིན་དེ་བཟག་
 པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་དེ་ནི་རྒྱ་མིས་དབང་ཡོད་བཤད་ནས་བོད་སྐད་ཀྱི་

འགྲོས་ལྷར་སུམ་ཅུ་པ་ལས། ད་བ་ས་ཀྱི་ག་ང་གི། །ཞེས་སོགས་སུམ་རྟགས་ཀྱི་འགྲོ་
སྐྱེས་དེ་རྩིས་མེད་ཀྱིས། བོད་པ་ཞེས་བདག་སྐྱ་སྐྱར་བ་དང་། བོད་པའི་ཞེས་འབྲེལ་
སྐྱ་སྐྱེས་ཟེན་པས་བོད་པའི་གི་ཞེས་འབྲེལ་སྐྱ་འཕར་མ་སྐྱར་དགོས་དོན་ཅ་བ་ནས་
མེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་མིའི་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་འབྲེལ་སྐྱ་སྐྱར་ཟེན་པ་ཡིན། ཡང་ན་རྒྱ་མི་ཡི་
ཞེས་དང་། བོད་པ་ཡི་བརྗོད་ན་འགྲིགས་པ་ཡིན། དེས་ན་བོད་པའི་ཞེས་དང་རྒྱ་མིའི་
ཞེས་བརྗོད་སྐབས་འབྲེལ་སྐྱ་ཡོད་སུམ་ཐོག་སྐྱར་ཡང་བོད་པའི་གི་དང་རྒྱ་མིའི་གི་
སོགས་གི་སྐྱ་སྐྱར་ཡང་སྐྱར་དགོས་དོན་མེད། དེས་ན་ང་རང་ཆོའི་སུམ་རྟགས་ཀྱི་
འགྲོ་སྐྱེས་དེ་ཉིད་ང་རང་ཆོས་བརྒྱལ་བ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག་པས་དེ་
དག་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

གཞན་ཡང་ང་ཀྱི་ནི་དང་། ངས་གི་ནི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཉོ་བ་སྟེ་བལྟས་ན་གནད་
འགག་དེ་ཅི་མེད་ཀྱང་། ད་བ་ས་ཀྱི་ག་ང་གི། །ཞེས་པའི་སུམ་རྟགས་ཀྱི་འགྲོས་དང་
མི་མ་སུན་པས། སྐད་ཆའི་ཁར་དང་ཞོར་བྱ་ཆོག་དེ་དག་སྐྱེས་སྐབས་ཡིག་སྐད་དེ་
ཉམས་འགྲོ་གི་ཡོད། ཡིག་སྐད་བརྒྱུ་བ་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་ལམ་སང་བཀའ་འགྲུར་
དང་བསྟན་འགྲུར་ལྟོག་པ་ལྟར་བཤད་དགོས་དོན་མེད། འོན་ཀྱང་སུམ་རྟགས་ཀྱི་
འགྲོས་དང་བསྟན་སྐབས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོད། ང་ཆོ་བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་ཀྱི་
མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བརྒྱལ་བའི་བྱ་བ་དཔེ་རྣམས་གཅིག་གྱུར་ཡིན།
ཁོང་རྣམས་དངོས་སུ་མཇུག་ནས་བཀའ་མོལ་ཞུས་ན། ཨ་མ་དོ་བས་ཨམ་སྐད་དང་།
ཁམས་པས་ཁམས་སྐད་སོགས་སྐད་ཀྱི་གདངས་འདྲ་མིན་གསུངས་ཀྱང་། ཡི་གེ་
འབྲི་སྐབས་ཐམས་ཅད་གཅིག་གྱུར་ཆགས་ཡོད། དེར་སྐབས་རང་རང་གི་སྐད་དེ་

ཉིད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བྱིས་ཡོང་བ་ནི་སྡོན་གྱི་མཁས་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མཛད་གནང་
མི་འདུག་ཟེས་གྱི་ཡི་གེ་འབྲི་མཁན་རྣམས་སྡོན་གྱི་མཁས་པ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ཡོད་
ན་གནས་ཚུལ་ཐད་དཔྱད་ཡིན། དེ་ནི་ཏཱ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

དཔེར་ན། ཨ་མདོར་ཆ་མཆོན་ན། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཨ་མདོ་བ་ཡིན་ཞིང་།
རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དགྲུང་ལོ་གཞོན་ལུང་སྐབས་ལྷ་སར་ཐེབས་པ་ཡིན་སྐབས་
དབུས་སྐད་བདེ་པོ་ཞིག་མེད་དམ་མི་ཤེས། བྱིས་ཀྱི་གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱང་
ཨ་མདོ་བ་ཡིན། ཨ་མདོའི་མཁས་པ་དེ་དག་གིས་བཀའ་མོལ་གནང་སྐབས་པལ་
ཆེར་ཨ་མ་སྐད་བསྐྱོན་པ་ལས། ཡི་གེ་འབྲི་སྐབས་ར་ཆོའི་སྐུ་འཁྲུགས་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱེས་
རིམ་ཞིན་བསྐྱེད་ནས་བོད་རྒྱ་བྲུབ་ཡོངས་རྫོགས་དང་། སོག་པོ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཆ་
ཆར་སློག་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་རྫོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་ར་ཆོས་འདི་
དག་ཐོག་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ཁ་སྐད་ལྟ་བུ་ཞིག་རང་གར་དོ་སྒྲུང་ཅ་བ་
ནས་མེད་པར་པལ་སྐད་མ་དག་པ་མང་དག་ཅིག་འདི་ལྟར་མ་དག་རྒྱུན་འབྲུམས་སུ་
སོང་ན་ཉམས་ཆག་འགྲོ་ཉིན་ཡོད་པས། འབྲེལ་སྐྱས་མཆོན་པའི་སྐུ་འཁྲུགས་ཀྱི་འགྲོ་
སྐྱེས་ལ་དོ་སྒྲུང་བྱེད་དགོས།

རོས་རང་ལྷ་སར་རང་ལོ་བརྒྱད་དགུ་ཅུ་ལ་ཞོར་གླིང་དུ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་
ཤིག་ལ། རྣམ་རྒྱལ་གྲུ་ཆར་གི་སྐྱེ་ཞབས་ལྷ་རྒྱལ་ཞེས་པའི་གྲུ་བ་ཡག་པོ་གཟུགས་པོ་
རིང་པོ་ཞིག་ཡོད། སྐབས་དེར་ཁོང་གི་པ་དེ་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ཅུ་ལ་སོན་ཞིང་། པ་ལུལ་
ཁམས་ནས་ཡིན། ཉིན་ཞིག་ཞོར་དུ་གླིང་ཁའི་ལྷགས་རི་སེར་པོའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་དོན་
ནས་སྡོད་པའི་སྐབས་སུ། པ་ལགས་དེ་གྲོན་གོས་རྒྱ་ཆོས་དམར་པོ་ཞིག་གྲོན་པ་

དང་། སྐྱད་ཀྱང་པོ་ཡིན་ཞིང་གཟུགས་པོ་ཏ་ཅང་གི་ཐང་པོ་ཡོད། བ་ལགས་དེ་ངའི་
འཁྲིས་སུ་ཡོང་ནས་ཁམས་སྐྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་གི་བྱ་ལ་ཞེས་སྒྲ་རྒྱལ་སྒྲ་རྒྱལ་ཞེས་
ཟེར་ཞིག་དཔེས་ང་ཡི་བྱ་ལ་ཞེས་མི་བརྗོད་པར་ཁམས་སྐྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་གི་བྱ་
ལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཞིག་བྲན་གྱི་འདུག ང་གི་བྱ་ལ་ཞེས་བ་དེར་དགོས་པ་ལྷག་པོ་གང་
ཡང་མེད། ང་ཡི་བྱ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཡི་གཤེའི་འགོ་སྐྱངས་དང་མཐུན་པ་ཡིན།

སྤྲེས་བྱ་རབ་འབྱེང་ཐ་གསུམ་གྱི་སྒྲོང་།

དེ་ནས་གཞུང་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སྒྲོ་ཡི་རིམ་བ་ནི། ང་རང་ཆོའི་འཛིན་རིམ་
ལྟར་ཐོག་མར་བྱིས་པ་རྒྱུད་དུའི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱ་རྒྱུའི་སྤེལ་ཆན་གཅིག་དང་། དེ་
ནས་སྒྲོབ་རྒྱུད་དང་སྒྲོབ་འབྱེང་། མཐོ་རིམ་དང་ཆེས་མཐོའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་བཅས་རིམ་བ་
བཞིན་འགོ་བ་ལྟར་ང་རང་ཆོའི་རྒྱད་མ་དུལ་བ་འདི་པར་སེལ་གྱིན་དུ་རྒྱུད་དུལ་བའི་
ཆ་རྒྱལ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྤེལ་སྐབས་སྒྲོ་ཡི་རིམ་བ་དེ་ལ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་གི་ཡོད། དེ་
གང་ལགས་ཤེ་ན། སྒྲོ་རྒྱུད་དུའི་ཆེ་འདིའི་སྤྱང་བར་ཞེན་པའི་སྒྲོ་ཡི་རིམ་བ་གཅིག་
ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་འདིའི་སྤྱང་ཞེན་བརྒྱུག་པའི་རིམ་བ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་ཆེ་
འདིའི་སྤྱང་ཞེན་བརྒྱུག་ནས་བྱི་མའི་མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་བ་གཅིག་ དེ་རྗེས་བྱི་
མའི་སྤྱང་ཞེན་བརྒྱུག་ནས་ཐར་པ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་བ་གཅིག་ དེ་ནས་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་
ཀྱི་སྒྲོ་དོར་ནས་གཞན་དོན་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པའི་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་
ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་སྒྲུབ་པའི་རིམ་བ་གཅིག་བཅས་རིམ་བ་མི་འདྲ་བ་
གསུམ་ཡོང་བ་ཡིན། རིམ་བ་གསུམ་པོ་དེ་དག་རྩ་བ་བསྟན་འགྲུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་

ཅིང་། རོ་པོ་རྗེས་ཐ་སྟོན་སྒྲུང་བ་ལྟར་ན་མ་ལུན་སྟེས་བྱ་ཆུང་ཏུ་དང་། སྟེས་བྱ་འབྲིང་
། སྟེས་བྱ་ཆེན་པོ་བཅས་གསུམ་པས། སྟེས་བྱ་ཆུང་ཏུ་པའང་སྟེས་བྱ་ཆུང་ཏུ་པའ་
པ་དང་། སྟེས་བྱ་ཆུང་ཏུ་བྱང་པར་ཅན་ཞེས་གཉིས་སུ་དེ་ལྟར་བྱེ་བྱེ་ཞིང་། མདོར་ན་
སྟེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ཞེས་བསམ་སྟོན་གཏོང་ཚུགས་མཐོང་མཁན་གྱི་ཐོག་ནས་
སྟོན་ཆུང་དུ་འེ་རིམ་པ་གཅིག་དང་། སྟོན་འབྲིང་གི་རིམ་པ་གཅིག་ སྟོན་མཆོག་གི་རིམ་པ་
གཅིག་བཅས་སྟེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། བསྟན་འགྲུལ་དང་
སྟོན་དཔོན་སྟེགས་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་ལྟར་སྟེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་
ལམ་རིམ་གྱི་ཤོམ་རིམ་བརྒྱུགས་པ་ནི། སལ་ཆེར་རོ་པོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤས་
པོད་དུ་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཁྲུངས་བསྟན་འགྲུལ་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
ནས་ཡར་གཏུགས་ན་བཀའ་འགྲུལ་གྱི་ནང་དུ་ཡོད།

དེ་ལ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་
 ཞིང་དཔལ་རྒྱ་ལེད་ནི་ཆོས་རྒྱུད་ཡིན། དེ་ཡང་ངོས་ནས་རྒྱུན་ཏུ་བརྗོད་པ་སྟུང་ནང་
 པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་ནི་སྤྱིར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ནས་བྱུང་བ་དང་། ལྷོན་
 པ་རང་ཉིད་ཀྱི་གསུང་བོད་སྐད་ཏུ་བསྐྱར་བ་ནི་བཀའ་འབྱུང་པོ་ཉི་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་
 ཡོད་པའི་ནང་འདུལ་བའི་སྐོར་བོ་ཉི་བརྒྱ་གསུམ་ཡོད། ཞིབ་པ་ཞིབ་འདུག་ཀྱིད་རྒྱ་
 མ་བྱུང་ཡང་། དེ་དག་པམིའདི་ནང་ཡོད་པ་དང་མཚུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྡེ་པ་མི་འབྲ་
 པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བར་ཕན་བུ་ཡོད་ན་ལས་དེ་མིན་པལ་ཆེར་གཅིག་མཚུངས་ལྟ་བུ་
 ཡིན།

དེ་ནས་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་པལ་ཆེར་བོད་སྐུལ་ཅུ་མོ་གངས་ཤིག་ཡོད། དེ་ནི་

མངོན་པའི་གཞུང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མདོ་མང་ཞེས་པ་པོད་སྤྱི་ཅུ་ཡོད། དེ་ནས་རྒྱ་
ཀྱི་སྤེ་ཆོན་གཅིག་ཡོད་པ་བཅས་དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་དུ་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཡབ་སྤྱི་ལ་
སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ། དེའི་ནང་དབུ་པར་མཛོད་
འདུལ་སོགས་སྤེབས་ཡོད་པ་དང་། ཐ་སྙད་སྒྱུར་ས་གཙོ་བོ་བསྟན་འགྲུར་གྱི་ནང་
ནས་སྤེབས་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་འདུལ་བའི་སྤེ་སྟོན་ཅེས་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་སྟོར་གྱི་འགྲེལ་བྱེད་སྤེ་
ཆོན་གཅིག་དང་། དེ་དག་ལས་རིགས་གཅིག་པའི་འདི་ནང་ནས་ཚུར་བསྒྱུར་བ་མིན་
ནས་སྤྱི་ལ་ ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་མཛད་པའི་འདུལ་བ་མདོ་ཙ་བ་ལྟ་བུ་
ནི་པལ་ཆེར་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྟོན་ཡིན། དེ་བཞིན་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ཡང་ལེགས་སྒྱུར་
གྱི་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་ལ་རྩེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་གྱིས། ཤེར་
ཕྱིར་གྱི་གཞུང་བཟལ་བའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་
མཛད་ཅིང་། དེའི་ནང་དུ་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་དང་། སྤྱི་དོན་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་
རིམ་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་སྐབས། དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པའི་སྟོར་རྣམས་སྒྲུ་སྒྲུབ་
ཡབ་སྤྱི་ལ་གཙོ་བོར་གཏན་ལ་པབ་ནས་གསུངས་ཡོད།

དེ་མིན་སྤྱི་དོན་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པའི་སྟོར་རྣམས་རྩེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་
ཀྱིས་མདོ་སྤེ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་མཛད་ཡོད་ལ། རྩེ་ལྷན་ཐོགས་མེད་སྒྲུ་མཆོད་
དང་། འཕགས་སེང་ལ་སོགས་པས་སྤྱི་དོན་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམས་
གསལ་བར་བསྟན་ནས། ཙ་བ་པར་ཕྱིན་བྱུག་སྤེ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་བཞེས་
མཛད་དང་འགྲེལ་བའི་ཕྱིན་བྱུག་གི་ཉམས་ལེན་མཛད་རྒྱ་ཞིག་གསུངས་ཡོད།

གཞུང་གི་ཕྱི་ཆོན་དེ་དག་ལ་པར་བྱེན་ཞེས་མཆོན་བཏགས་ཡོད། དེ་ལྟར་དབུ་པར་
གཉིས་ནི་ཤེར་བྱེན་གྱི་གཞུང་ནས་ཡོང་བ་དང་། འདུལ་བའི་སྒོར་རྒྱུ་ལ་འདུལ་བའི་
གཞུང་ནས་ཡོང་བ་དང་། མཛོད་ནི་པམིའའི་གཞུང་ནས་པམ་ཆེར་ཡོང་གི་མེད་དམ་
སྟུམ། དེ་ལྟར་མཛོད་དང་། འདུལ་བ། དབུ་མ། པར་བྱེན་བཅས་དང་། དེ་ནས་གཙོ་བོ་
མངོན་པའམ་ཤེར་བྱེན་གྱི་གཞུང་གི་ནང་དུ་སྐྱབ་བྱེད་བཀོད་ནས་གསུངས་ཡོད་
པས་ན། དེ་ལྟར་རིགས་པ་བཀོད་དེ་གཏན་ལ་པམ་པའི་འགྲོ་སྐྱངས་དེ་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་
སྐྱང་ཡབ་སྐས་གྱིས་གསུངས་ཡོད།

ཕྱིས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོར་དབུ་ཅད་སེལ་མཛིང་སྟོལ་ཞེས་གསུང་གི་
ཡོད། དེ་ཡང་དབུ་མ་དང་ཅད་མ་གཉིས་སེལ་མཛིང་བ་སྟོལ་ནས་བསྐྱད་ན་གང་ལ་
འཛིགས་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་དབུ་མའི་གཞུང་གི་འབྲེལ་བ་ཤད་ཐུག་སྐབས་ཅད་
མའི་གཞུང་གི་འཕྲོ་ལུགས་ལྟར་དུ་ཉགས་དང་གསལ་བ་བཞོད་པའི་འཕྲོ་སྐྱངས་ལྟར་
སྐྱར་སྐབས་ཁ་གསལ་ཞིང་རུས་པ་ཐོན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་སྐབས་དབུ་ཅད་སེལ་
མཛིང་སྟོལ་ཞེས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོར་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཏཱ་
གསལ་པོ་ཡིན། ཁོང་རང་ཉིད་སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་དང་ཆོས་གྲགས་རྣམ་གཉིས་
ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་ཅད་མ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་སྤང་དང་ཆོས་
གྲགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་རིགས་པ་ཅུལ་དུ་བཏོན་ནས་གསུང་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ཅ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱུལ་གྱི་དབྱ་མ་པའི་གྲུབ་མཐའ་འདིན་པ་
གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན། ཁོང་སྐུ་དངོས་པོ་ད་དུ་ཐེགས་ནས་པོད་པའི་སློབ་སྐྱུག་
ནམས་པ་དཔེ་ཆ་འཛིན་གནང་ཡོད་པས་ང་ཚོ་དེ་དག་གན་གཙོ་པོའི་གྲས་མཁན་

ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཡིན། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཁོང་རང་ཉིད་དབུ་ཆ་དང་སེའི་མཇེང་སྒྲིལ་གནང་མཁན་གྱི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཁོང་གི་ཐེས་འབྲང་པ་རང་ཆོ་ཡང་དབུ་ཆ་དང་སེའི་མཇེང་སྒྲིལ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན། ཕྱིས་སུ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པའི་གཞུང་བོད་དུ་བསྐྱུར་ནས་དེ་ཉིད་གཙོ་འདོན་གནང་ཐེས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་ཆ་ལ་ཅུང་ཟད་བརྒྱབ་སྦྱར་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

བསྟན་འགྲུར་ཞེས་བཞེད་སྐབས་བཀའ་འགྲུར་གྱི་ནང་གི་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་དང་། མདོན་པའི་སྡེ་སྡོད། མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་བཅས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། སྒྲགས་ཀྱི་སྐོར་རྣམས་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་ནང་དུ་པལ་ཆེར་བསྐྱུས་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གཙོ་བོར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཡི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདོན་ས་གཙོ་བོ་ནི། ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཅལ་དུ་བཏོན་ནས་སྐྱབ་པ་དེ་གཙོ་བོར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བཀའ་འགྲུར་བོ་ཉི་བརྒྱ་ཐམས་པ་དེ་དག་སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཡོད་པ་ཡིན། བསྟན་འགྲུར་བོ་ཉི་ཉིས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ཅེས་ཡོད་པ་དེ་དག་སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་བཀའ་འགྲུར་བོད་བརྒྱ་ཐམས་པའི་དགོངས་འབྲེལ་ཡིན། དེ་མིན་བསྟན་འགྲུར་བོ་ཉི་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་ཡོད་པའི་ནང་སྤྱི་ལོ་བ་དང་། གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་ཡིན། བར་ལམ་གཞུང་གཞན་ཞིག་འཆོལ་སྤྲད་བསྟན་འགྲུར་སྟོག་པའི་སྐབས་སུ་པཎ་ཆེ་ཉ་ཞིག་གིས་མཇེད་པའི་ཉ་བརྟག་པའི་སྐོར་ཞིག་འདུག དེ་ཡང་རྟའི་ཆོས་གཞི་དང་། ཉ་ཡི་ན་

དཀར་པོ་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་སྐོར་སྐྱོད་པོ་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་འདུག་ལ། དེ་ཡང་
ཤོག་གངས་བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུ་ཙམ་འདུག དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་སུ་རྟ་བརྟག་ཐབས་སྐོར་
རྒྱ་གར་དུ་གཤམ་ཆེན་པོར་བཅི་གི་མེད་དམ། སྐྱོད་པོ་མེད་པ་དེ་འབྲེལ་ལས་མོ་ཁ་དང་།
སྐྱུ་སྐྱུ་བརྟག་ཐབས་བྱུང་ན་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་པན་ཐོགས་ཡོད་རྒྱ་དང་། དེ་
མིན་ང་ཆོ་བོད་ལ་གཤམ་བརྟག་ཐབས་བྱུང་ན་ལེགས་པ་ཡོད།

གང་ལྟར་བཀའ་འགྲུར་དང་བསྟན་འགྲུར་ཞེས་པ་ནི། མཆོད་གཤོམ་ནང་
བསྐྱེགས་ནས་འདོག་རྒྱ་ཞིག་མིན་པར། དེ་དག་ངས་པར་བཟུང་དགོས་པའི་གཞུང་
ཡིན། ང་ལ་ཆ་བཞག་ན། བསྟན་འགྲུར་གྱི་གཞུང་རྣམས་སྟོག་ཁོམ་མེད་པ་མ་
གཏོགས། དེ་དག་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག ཐོག་མའི་བསྟོད་ཆོགས་ནས་
བཟུང་སྟེ་རིམ་པས་མཇུག་ན་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་འདུག དེང་སྐབས་དབུ་མ་ཆོག་
གསལ་མཇུག་བཞིན་ཡོད་པས། ཏ་ལས་པའི་ཡག་པོ་འདུག དེས་ན་བསྟན་འགྲུར་
གྱི་གཞུང་རྣམས་ང་ཆོས་སྟོབ་སྟོབ་བྱེད་རྒྱུའི་དཔེ་ཆའི་ཅ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ཏ་
ཅང་གཤམ་གནད་ཆེན་པོ་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་བཀའ་བསྟན་གྱི་དོན་སྐྱོང་བསྟུས་ན།
མགོན་པོ་སྐྱུ་སྐྱུ་གིས་མཛོན་མཛོ་སྐྱུ་བྱེད་འཆེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་དང་། ངས་
ལེགས་སྐྱུ་བྱེད་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྟེང་བའི་
ནང་དུ་གསུངས་ཡོད། དེའི་དགོངས་དོན་ནི་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

བསོད་ནམས་མིན་པར་དང་པོར་བཞོག།

བར་དུ་བདག་ནི་བཞོག་པ་དང་། །

བྱིན་སྟེ་ལྟ་བ་ཀུན་བཞོག་པ། །

གང་གིས་ཤེས་དེ་མཁས་པ་ཡིན། །

ཞེས་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་མཐ་མངོན་མཐོ་དང་རེས་ལེགས་སྐྱབ་ཚུལ་
འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད། ད་ལྟ་འདིར་རྡོ་བོ་རྗེས་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གྱི་ཐ་
སྟེན་དེ་གསུངས་པ་ཡིན། རྡོ་བོ་རྗེ་བོད་ལ་ཐེགས་ཏེ་ལམ་སློན་མཛད་ཅིན་རྗེས།
དཔེར་ན། ཆོས་རྗེ་ས་པཌ་གྱི་གཞུང་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཐུབ་པ་དགོངས་གསལ་ཡང་
ལམ་རིམ་རྗེ་བཞིན་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་བཀའ་རྒྱུད་གྱི་གཞུང་ལ་ཆ་བཞག་ན།
མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྟ་རྗེས་མཛད་པའི་ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱུ་ཡང་ལམ་རིམ་
ལྟར་བྱ་གསུངས་ཡོད། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་བར་བསྐྱེགས་ཏེ་བཀའ་བྲལ་ཚུ་
བོ་གཉིས་འབྲེས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོན་ལའང་དེ་ལྟར་བྱ་གསུངས་ཡོད།

ཐར་རྒྱུན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་གཅིག་ནི་ཐོག་མར་འཁོར་བ་དང་ལྷུང་འདས་ཞེས་ལྷུང་
འདས་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་ཐབ་གྱི་ཡོད་པ་ནི་ཏ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན། དངོས་
གནས་བྱས་ན་ལམ་རིམ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་དེ་ཁ་སྐོང་མཛད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།
ཐོག་མར་ཐར་པ་ཞེས་པ་དེ་ངོ་མ་འཕྲོད་ན། དོན་ལ་ནང་ཆོས་བྱེད་ལུགས་བྱེད་སྣངས་
མ་ཤེས་པ་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་བཙུག་ལྟར་འདས་གྱིས་བདེན་པ་བཞི་ལས་འགོག་
པའི་བདེན་པ་དང་། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས་ཐར་པ་ངོ་སྟོན་གནང་གི་
ཡོད། ངས་འགའ་ཞིག་ལ་ཅེད་མོ་དང་སྐྱགས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མི་ནང་ཆོས་བྱེད་
མཁན་དང་། ང་ཆོ་བོད་པ་ནང་པ་ནམས་ལྟ་ཁང་དུ་བསྐྱོད་དེ་བྲལ་འཆལ་སྐྱོར་སྐྱོང་
དང་། སློན་ལམ་རྒྱག་པ་སོགས་བྱེད་སྐྱབས་པལ་མོ་ཆེས་ཆེ་རིང་པོ་ཡོང་བར་ཤོག
ནད་མེད་པ་ཡོང་བར་ཤོག བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བར་ཤོག་ཅེས་སློན་ལམ་རྒྱག་པ་

ལས། ང་ཅར་པ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་མཁན་དེ་ཙམ་མེད། དེ་ནི་ཆོས་
མ་ཤེས་པ་འདི་རྟགས་ཡིན། ཆེ་རིང་པོ་ཡོང་བར་ཤོག་ ནད་མེད་པ་ཡོང་བར་ཤོག
མོངས་སྒྲིད་ཆེན་པོ་ཡོང་བར་ཤོག བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བར་ཤོག་ཅེས་པ་འདི་སྒྲོན་
ལམ་དེ་འབྲ་ཟུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱག་གི་ཡོད། ང་ཆོས་ནང་ཆོས་མ་ཤེས་
པ་འདི་རྟགས་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། དེས་ན་ཐར་པ་རོ་འཕྲོད་པ་བྱ་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གལ་
འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན། དུགས་པོའི་ཐར་རྒྱན་ནང་ཐོག་མར་འཁོར་བ་དང་སྤངས་
ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། དེ་མེས་རིགས་གནས་འབྲིང་
པ་གནད་གི་ཡོད། ཤར་བའི་གསུང་དུ་རིགས་ནས་འབྲིང་པ་ནི་གལ་གནད་ཆེན་པོ་
ཞིག་རེད་འདུག།

ཕྱིས་ཀྱི་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་པ་འདི་གསུང་ངལ་གསོ་སྒྲོར་གསུམ་
དང་། དེ་བཞིན་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ཀྱི་ནང་དུ་ལམ་རིམ་ལྟར་དུ་འབྲིང་གནང་ཡོད།
ལྷག་པར་ངལ་གསོ་སྒྲོར་གསུམ་ལས་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོའི་ནང་དུ་སྒྲོ་སྒྲོག་ནས་
བཞིན་སེམས་མར་ལམ་རིམ་བཞིན་དུ་འབྲིང་གནང་མཛོད་ཡོད། དེ་དག་ནི་རོ་བོ་མེས་སྐྱེས་
བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་མཛོད་པ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ས་སྐྱ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད། ཉིང་
མ། རི་བོ་དགེ་ལུན་པ་བཅས་ཆོང་མས་སྒྲོ་སྒྲོག་ནས་བཞིན་དང་། སྐྱེས་བུ་ཆེ་འབྲིང་
གསུམ་ལྟ་བུ་མིང་གང་ཞིག་བཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་ཆེ་འདིའི་སྤངས་ཤེས་བརྒྱུག་པ་དང་།
ཕྱི་མའི་སྤངས་ཤེས་བརྒྱུག་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པ་སྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་སོགས་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ལྟར་གསུངས་པ་
ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེའུ་ལ་ཆུ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོའི་གཞུང་འདི་ཡང་དེ་

བཞིན་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གསུང་གི་ཡོད།

གཉིས། བཅུ་བྱ་བསྟན་བཅོས་གྱི་རང་བཞིན།

སྔོན་འགྲོ་ཆོས་ལ་འདུག་ཚུལ། དངོས་གཞི་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་བསྟན་
པའོ། །དང་པོ་ལ་བདུན་ལས།

༡༽ དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་པར་བྱ་བ།

དལ་འབྱོར་གྱུ་ཆེན་ཆེད་དཀའ་ཐོབ་དུས་འདིར།

བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར།

ཉིན་དང་མཆན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པར་ནི།

ཉན་སེམས་བསྒྲོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་པ་རང་དང་གཞན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་
ལས་བསྐྱལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། དུས་ཉིན་དང་མཆན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པར། བཀའ་
བསྟན་གྱིས་མཆོན་པའི་གཞུང་ལ་ཐོག་མར་ཉན་ཞིང་། བར་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་
བསམས། མཐར་ཉིང་འཛིན་གྱི་གོགས་དང་བཅས་ཉེ་ཅེ་གཅིག་དུ་བསྒྲོམས་པའི་
སྒྲོམ་བྱུང་གི་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཞིག་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

མདོར་ན་ཉན་སེམས་བསྒྲོམ་པ་སྟེ་ཤེས་རབ་གསུམ་ལས་ཐོག་མར་ཉན་པ་སྟེ་
ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ནས་སེམས་པ་ཞེས་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ། དེ་
ནས་བསྒྲོམ་པ་ཞེས་སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བཅས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་

རབ་གསུམ་གྲོང་ནས་གྲོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྒོ་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་ཞིག་
བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། རས་རྒྱན་དུ་འདི་ལྟར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡོད། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་
ལྟར་ནི། ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་བཅད་སྤྱོད་ཆ་ཆང་བྱས། དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་སེམས་ལ་གོ་རྟོགས་གསར་བ་ཞིག་སྐྱེས། གོ་རྟོགས་གསར་བ་དེའི་ཐོག་ནས་
འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་བྱ་ཡིན་པ་དང་། འདི་དང་འདི་ལྟ་བུས་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྱོད་ཡོང་
གི་ཡོད་པ། འདི་དང་འདིས་པན་བདེ་སྤྱིན་ཞིང་སྤྱག་བསྐུལ་སེམས་པ་རྩ་འཛུལ་དེ་
སེམས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་གོ་མས་འདིས་བསྐྱེན་
སྐབས་མ་དུལ་བའི་ཆ་རྒྱས་རིམ་པས་དུལ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་
འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་བཅད་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ངེས་ཤེས་ཐོབ་པའི་སྤྱིང་ནས་བསམ་བློ་གི་
ཤེས་རབ་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་སྒོ་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
འབྲེལ་བྱས་པར་དུག་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ཞི་བར་ཤོག། ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱབ་
པས་མི་པན་ལ། མི་ལུས་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱབ་པས་ཀྱང་མི་པན། མི་
ལུས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཆོག་སྐྱེས་པས་བསྐྱེད་དགོས་པ་དང་། མི་ལུས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་
གཙོད་པའི་འགལ་རྒྱུན་རྒྱས་སེམས་དགོས་པ་ཡིན། དེ་དག་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་
གྱི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལ་ཉོན་མོངས་མེད་པར་ཤོག་ཅེས་བརྒྱུད་པས་མི་
པན་པར་ཉོན་མོངས་མེད་པར་བཟོ་བའི་འབད་བཙོན་བྱས་ནས་ཉོན་མོངས་མེད་པ་
ཡོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེས་ན་ངས་རྒྱ་མིའི་ཆོས་ཐོག་སྐྱེས་པས་ལ་ཉག་ཏུ་འདི་ལྟར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡོད། ཨོ་
མི་དོ་མོ་ཞེས་བརྒྱུད་པས་མི་པན་པ་དང་། བོད་པར་ཆ་བཞག་ཀྱང་། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེན་ཏུ་

ཞེས་བརྗོད་པ་གཅིག་ལྟ་ས་མི་མན་པར་ངེས་པར་དུ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་
རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་དགོས་པ་
ལས། དེ་མིན་གྱི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་པ་ཞིག་མེད། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་
རབ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་བ་དེར་ཉན་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་
ཡང་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ། སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་
བཅས་ཤེས་རབ་རྣམ་གསུམ་དེ་དག་སྔ་མ་སྔ་མ་རྒྱ་དང་། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་དེའི་འབྲས་བུ་
བྱས་པས་ན་སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་བསམ་བྱུང་གི་
ཤེས་རབ་དགོས་པ་དང་། བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་
ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་རྣམས་ཤེས་རབ་སྔ་མ་སྔ་མས་ཉེར་ལེན་
བྱས་ཏེ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྒྲེ་དགོས་པ་ཡིན།

ཁྱེད་རང་ཆོས་གོང་དུ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྒྲོར་བཤའ་པ་ལྟར་ཡིན། དཔེར་ན། ང་རང་
ཆོས་ཐོག་མར་ཡི་གེ་སྒྲིབ་པའི་སྐབས་ཐོག་མར་ཨེ་ཤེས་ལྟོས། དེ་ནས་ཨེ་ཡག་
ལྟོས། དེ་ནས་ཨེ་མགྲོགས་ལྟོས་ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན། ང་རང་ཆོས་ཡི་གེ་སྒྲིབ་པའི་
སྐབས་ཐོག་མར་ཨེ་ཤེས་ལྟོས་ཞེས་པ་ལྟར་ཀ་ཁ་ག་ང་། ཞེས་སྦྱངས་པ་དང་། དེ་
ནས་ངེས་བཞིན་ཚུགས་ངེས་དང་། ཚུགས་སྦྱང་། འཇུག་ཡིག་སོགས་ངེས་པར་སྦྱང་
གི་ཡོད། ཐོག་མར་སྦྱང་བེད་དང་། དེ་རྗེས་ཤོག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་སྐབས་ཐོག་མར་ཨེ་
ཤེས་ལྟོས། དེ་ནས་ཨེ་ཡག་ལྟོས། དེ་ནས་ཨེ་མགྲོགས་ལྟོས་ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཐོག་མར་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་སྒྲེས་དགོས་པ་དང་། ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་
སྒྲེས་པ་དེ་ཉིད་ཨེ་ཡག་ལྟོས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་སེམས་ནང་ངེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་

ཡོང་བ་ལ། བསམ་བློ་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་ཡང་ནས་
ཡང་དུ་དབྱེད་བ་དང་། རང་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉམས་ཡང་དག་དང་། གཞན་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་
ཉམས་ཡང་དག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་སོ་སོ་སོ་སོར་རྒྱ་མཚན་བཀོད་ནས་བསམ་སྒོ་
གཏོང་རྒྱ་གཙོ་བོ་ཡིན། ཉམས་གསལ་བཏང་ནས་གཞན་ལ་བཟོ་ལྷ་སྟོན་རྒྱུ་འདོན་དུ་
མིན་པར། རང་གི་སེམས་ལ་ཉམས་གསལ་བཏང་ནས་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་རྒྱ་དེ་
བསམ་བློ་གི་ཤེས་རབ་སྟེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྟོན་བྱང་
གི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་བློ་གི་ཤེས་རབ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
ངེས་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དེར་ཡང་ཡང་འདྲིས་ཤིང་གོམས་པར་བྱས་པ་དང་། ལྷག་པར་
དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པའི་ཐོག་ནས་སྟོན་བྱང་གི་ཤེས་རབ་སྟེས་
དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བྱའི་ཉན་སེམས་བསྟོན་གསུམ་བྱེད་ཅེས་པ་ལ། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་
ཀྱི་ཤེས་རབ་དགོས་པ་ཡིན། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་མི་ཡི་
ལུས་རྟེན་ལ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོན་ཆགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད། དཔེར་ན། དུང་
འཁྱོར་ཆ་བཞག་ན། འཁྱོ་སྒྲངས་དང་། དོགས་པ་ཡོད་རིགས་ཁྱི་སོགས་ལ་བསྐྱབས་
ན་ཅུང་ཟད་དེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་མའི་ཐོག་ནས་རྣམ་པར་གྱི་རིགས་གང་དག་ཡོད་
མེད་དང་། འཁྱོར་ཞིག་ཏུ་འཁྱོ་བའི་འབར་གས་ཀྱི་རིགས་གང་དང་གང་ཡོད་མེད་ཁྱི་
ལ་སྟོན་སྟོང་སྟེན་ན་དེ་མའི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཅུ་ཞིག་ལས། དེ་ལས་
ལྷག་པ་དེའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་འཁྱོ་སྒྲངས་དང་། དངོས་འགལ་དང་རྒྱུད་འགལ་
སོགས་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་དང་། འབྲེལ་བ་ལའང་བདག་གཅིག་འབྲེལ་དང་དེ་

འབྲུང་འབྲེལ་སོགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་རྒྱུ་འཛིན་པ་དཔྱད་གཏན་ནས་མེད།

ང་ཆོའི་རྟོག་པ་མང་པོ་ཞིག་ཆོག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་གི་ཡོད། རི་ཅམ་གྱིས་མིང་
ཆོག་མང་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་ཆོག་དེས་བྲངས་པའི་རྣམ་རྟོག་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གཏན་ལ་ཐབ་བ་ནི། དབང་པོའི་ཤེས་
བ་ཞོ་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་མི་ཐུབ་པར་འདུ་ཤེས་གཤེར་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་རྟོག་
བས་གཏན་ལ་ཐབ་དགོས་པ་ཡིན། དབང་པོ་ཞོ་ནས་ཆ་ཆར་རྟོགས་མི་ཐུབ་པས་
གཙོ་བོ་ཡིད་སྒྲོལ་རྟོག་བས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རྟོག་པ་ཐལ་པོ་ཆེ་ཆོག་གི་རྗེས་སུ་
འབྲངས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། མང་པོ་ཞིག་མིང་བདས་བཀོད་པ་དེའི་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་
རྟོག་པ་དེ་རྣམས་སླེབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་མིའི་ལྷན་པ་མཆོག་ཡིན་པས་མི་ཞོ་ན་
ལས་གཞན་གྱིས་ཡོང་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན།

དལ་འབྱོར་གྱུ་ཆེན་ཆེད་དཀའ་ཐོབ་དུས་འདིར།

ཞེས་བསམ་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྩེན་སྒྲོར་གསུང་གི་ཡོད། དལ་བ་དང་འབྱོར་བ་
ཞེས་བ་ནི། དེ་ཡང་དལ་བ་ནི་དུས་ཆོད་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། དེ་རིང་ང་
བྲེལ་བ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་དལ་བ་མེད་པ་ཡིན། དེ་རིང་ང་ལྟོད་ལྟོད་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་སྐབས་བྱེད་ཡོང་ཡོད། དེས་ན་དལ་བ་ཞེས་བ་ནི་ཁོམ་པའི་དོན་ཡིན། དལ་བ་
ངོས་བཟུང་བ་ནི་མི་ཁོམ་པ་བྲེལ་བའི་ཆ་ནས་དལ་བ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། འབྱོར་བ་
ཞེས་བ་ནི་མ་ཐུན་རྒྱུན་ཡིན་ལ། མ་ཐུན་རྒྱུན་པའི་ཆ་ནས་འབྱོར་བ་ཞེས་བརྗོད་
ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་དལ་བ་དང་འབྱོར་བ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་དལ་འབྱོར་གཉིས་ངོས་
བཟུང་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་གྲུ་ལ་དཔེ་སྤྱར་བའམ་གྲུ་ཡི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་གྲུ་ཆེན་ཞེས་བརྗོད་
སྐབས་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དལ་བ་དང་འབྱོར་བའི་གྲུ་དངོས་
གནས་དགོས་པ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་ཞིག་སྤྱད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། དལ་འབྱོར་གྲུ་
ཆེན་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་གནས་སྐབས་ལ་བསྟོས་ནས་དོན་ཆེ་བ་དང་། མཐར་
ཐུག་ལ་བསྟོས་ནས་ཀྱང་དོན་ཆེ་བ། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གང་
ལ་བསྟོས་ཀྱང་དོན་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་ཆ་བཞག་ན། འཛམ་གླིང་
འདིའི་ཐོག་གི་འཕྲུགས་སྤྱན་རྒྱས་མེས་བྱས་པ་ལས། དུད་འབྱོར་གཞན་སུ་གང་གིས་
ཀྱང་བྱེད་ཐུབ་མེད། འབྲུལ་གྱི་བདེ་བ་སྤྱད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བ་ལ་མིའི་རྣམ་
དཔྱད་ལྟ་བུ་སུ་ལའང་མེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཆེ་ཕྱི་མ་མདོན་མཐོ་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡང་
མིའི་ལུས་རྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་སྤྱད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་གནས་སྐབས་ཀྱི་འདོད་དོན་
གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་དོན་ཆེ་བ་ཡིན།

མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་སྤྱད་པ་དེ་ཡང་། བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་
བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐར་བའི་གོ་འཕང་སྤྱད་པ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་
རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དགོས་པས་ན། དེའི་ཆ་ནས་ཀྱང་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་
འདི་དོན་ཆེ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་འདི་རྟེན་པར་
དཀའ་བ་སྟེ། དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་འབྲས་བུའི་ཆོས་རིམ་གྱི་བཟང་པོ་
ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་དེའི་རྒྱ་ཡང་སྤྱད་དཀའ་བ་དང་། རྒྱ་བུ་མ་
ཆོགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་འབྲས་པོ་ལ་གྱི་མི་ཡོན་ཏན་ཅན་
ཞིག་འབྲས་བུ་ཡོན་ཏན་ཅན་དངོས་གནས་མཁས་དབང་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་པ་ལ། དེའི་

རྒྱ་ཡང་ལོ་མང་སློབ་སྦྱོང་དང་། ཉམས་ཞིབ་མང་པོ་བྱས་ཏེ་གཞི་ནས་འབྲས་བུ་
མཁས་དབང་ཞེས་མཐོང་དང་ཆ་འཛིག་ཡོད་པ་འདི་བྱང་བ་ལས། རྒྱ་སྐད་ཁ་གཅིག་
ཅམ་དང་ལས་སྒྲ་པོའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བྱུང་བ་ཞིག་མིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་
དལ་བ་དང་འགྱོར་བ་ཞེས་ཁྲད་ཆོས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ལུས་རྟེན་འདི་རྒྱ་རྒྱུ་གངས་
མང་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་དགོས་པར་བརྟེན་རྟེན་དཀའ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་
ཡིན།

བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་བའི་བྱིར། །ཞེས་པའི་བདག་གཞན་
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ནི། དེ་ཡང་འཁོར་བ་ནི་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འཁོར་ཞིང་འགྲོ་
བའི་དོན་ལ་འཁོར་བ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། རང་གི་འདོད་པའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་
པར། རང་ཉིད་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། སེམས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་
དབང་དུ་སོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་བསགས་ཏེ་སྤྱད་བསྐྱལ་ཅན་གྱི་སྤང་པོའི་སྦྱི་
བའི་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་པར་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་ནས་འཁོར་ཞིང་འགྲོ་བས་ན་
འཁོར་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

འཁོར་བ་སོ་གང་ཞེ་ན། བདག་གཞན་ཞེས་པའི་བདག་ཡིན། བདག་ཅེས་པ་གང་
ཡིན་ཞེ་ན། སྤང་པོ་ལྟ་བུ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་དེ་ཡིན། སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་
པའི་བདག་མེད་ལ། སྤང་པོ་ལ་དབང་སྒྱུར་མཁན་གྱི་རྗེ་སོ་ལྟ་བུའི་བདག་རང་རྒྱ་བ་
ཡང་མེད། བདག་ཅེས་པ་ནི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་གྱིས་བདག་ཅིག་
ཡིན། དེ་ནི་མིང་ཅམ་བད་ཅམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ནི་འཁོར་བ་སོ་
ཡིན།

གང་གིས་འཁོར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ལས་ཉོན་གཉིས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཡིན། གང་ཏུ་
འཁོར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ལས་ཉོན་གྱིས་འབངས་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་དེ་ཡིན།
དེ་ཡང་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཉོན་ལ་བཞག་ནས་དེ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་དེ་ཉིད་
འཕེལ་བའི་རྟེན་གྱི་ཆ་ནས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།
སྤྱག་བསྐྱེལ་ཕུང་པོ་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། དེ་ལྟ་བུའི་ཕུང་པོའི་སྐྱེ་རྒྱུ་
གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་ནས་འགོ་ཞིང་འཁོར་བས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་
ལྟར་འཁོར་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ཐབས་གང་ཞེ་ན།
མགོན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུ་གྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་མཐར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་དང་འཆིང་བྱེད་གང་གིས་འཁོར་བ་ལ་འཁོར་བའམ།
སྤྱག་བདེན་གྱི་ཕུང་པོ་འདིར་རང་ཉིད་བཅིངས་པ་ནི་ལས་ཉོན་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པས་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ཉོན་གཉིས་ལས་ཐར་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བ་ཡིན། མདོར་
ན་ལས་ཉོན་དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་མེད་པ་བཟོ་དགོས་སམ་ཞེ་ན། འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་ནི་ཟག་
བཅས་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་དང་། ལས་དེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་གི་བྱུང་བ་
ཡིན། ཉོན་མོངས་དེ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གས་སྒྲོས་པའི་རྣམ་རྟོག་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ནི་བདག་འཛིན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཆད་མའི་སྒྲོས་པའམ་རྣམ་རྟོག་
གི་རྗེས་སུ་འབྱངས་པའི་སྒྲོས་པས་བྱས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲོས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་
གང་གིས་སེལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུས་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད་
པ་ཡིན། དེ་ཡང་དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

དེ་དག་སྒྲོམ་ལས་སྒྲོམ་བ་ནི། །

སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ང་རང་ཆོའི་སེམས་རྒྱུད་འདི་ཉོན་
མོངས་དྲུག་གསུམ་གྱིས་ཕྱི་ཆོས་ནང་ཆོས་བྱས་ཏེ་བསྐད་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་
མ་མེད་བ་ནས་ཉོན་མོངས་བས་ཕྱི་ཆོས་ནང་ཆོས་བྱས་ནས་ཡོད་པའི་སེམས་མ་
དུལ་བ་འདི་དག་བའི་དམིགས་རྣམ་ཡུན་ཅུ་བསྐྱེད་པས་མི་པན་ལ། ལུས་པའང་
ཐོན་མི་ཐུབ། དེས་ན་རྒྱན་བསྐྱེད་ཤིང་བཅོན་པའི་སྒྲོབས་བསྐྱེད་ནས་དག་བའི་
ཐོགས་ལ་གོམས་བ་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་རྣམས་སེལ་དགོས་
པས་བཅོན་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེར་བརྟེན། ཉོན་དང་
མཚན་དུ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཡེལ་བ་མེད་བ་ཞེས་བ་ནི། གཙོག་ཕྱར་འདུག་བ་དང་། སྒྲགས་བགྲང་བ་
གཅིག་ཕྱ་མིན་པར་བྲན་ཤེས་དང་བག་ཡོད་བསྟེན་ཞིང་། ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཟེན་པའི་
ཐོག་ནས་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱིས་སྐབས་གང་ཡིན་གྱི་དམིགས་བ་དེ་དང་དེ་ལ་
དམིགས་རྣམ་དེ་ཉིད་མ་ཞོར་བའི་ཐོག་ནས་དབྱེད་བ་བྱེད་བ་དང་། ཅེ་གཅིག་ཏུ་
འཛོག་སྒྲོམ་བྱེད་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དམིགས་བ་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཕྱིས་གྱིས་འཛིལ་
བའི་ཐོག་ནས་དབྱེད་སྒྲོམ་དང་འཛོག་སྒྲོམ་ལྟ་བུ་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་བ་ཡིན།
དེས་ན། ཉན་སེམས་བསྒྲོམ་བ་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་བ་ནི་ལག་
ལེན་དང་པོ་དེ་ཡིན།

༡༥ བ་ཡུལ་སྤོང་བ།

གཉིས་པ་དྲུག་གསུམ་གྱི་འབྱུང་གནས་པ་ཡུལ་སྟོང་བཞི། ཅ་བ་ལས།

གཉེན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་འདོད་ཆགས་ཚུ་ལྟར་གཡོ།

དག་ཡི་ཕྱོགས་ལ་ཞེ་སྒང་མེ་ལྟར་འབར། །

ལྷན་དོར་བརྗེད་པའི་གཏི་ཟུག་ཟུན་ནག་ཅན།

བ་ཡུལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་པ་འདིས་དེ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་ཉེན་ཐོབ་པའི་
སྐབས་འདིར་ཉིན་མཚན་གཡེལ་བ་མེད་པར་སྒོམ་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་འགལ་
ཤེན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆགས་སྤང་གཉིས་ཡིན། ཆགས་སྤང་གཉིས་ནི་རྩ་བ་ར་ཆོད་
ཆུང་ལ་ཆགས་སྤང་བག་ལ་ཉལ་ཏེ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་གྱི་
ནམ་ཉིད་ཀྱང་ཡོང་བཞིན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེའི་སྐྱེ་བྱི་ཡི་དམིགས་པས་བྱེད་གྱི་
ཡོད། རང་གི་དགའ་ཉེ་སྟོང་ཀར་དང་གཉེན་ཉེ་དུ་མང་པོ་ཡོད་སའི་སྲོགས་ལ་ཇི་ཙམ་
མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་། རང་ལྷགས་ཀྱིས་གཉེན་གྱི་སྲོགས་ལ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པའི་
ཞེན་ཆགས་ཡོང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཇི་ཙམ་ཞེན་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་དེའི་མི་
མཐུན་སྲོགས་ལ་སྤང་བའི་སྟོང་དང་། འོགས་པ། འཇིགས་སྤང་། ཞེ་སྤང་། ཐག་དོག
འཁོན་འཇིན་སོགས་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ཡོང་བ་ཡིན།

དཔེར་ན། མི་ཞེས་སྒྲ་དེ་ཅུ་མཆོད་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ། མི་དེར་སྤྱག་ཅུ་ཡང་བྱེད་
ས་མེད་པ་དང་། མི་ཞེས་སྒྲ་དེ་ཅུ་མཆོད་པ་ཞིག་ལ་བརྟན་བཞིག་གི་སྐད་ཆ་ལྟ་བུ་
བཞུགས་ཀྱང་། ལམ་སང་འཕྲོག་སྤྱག་མི་འཕྲོ་བ་དང་། མི་དང་འཛིན་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་

ཁ་ཚྭ་ཡོད་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེས་ན་ཆགས་སྒྲིབ་གི་སྒྲིབ་སའི་དམིགས་པ་འཕེས་
ཀྱིན་མང་པོ་འཛོམས་ས་དེ་དག་ཡག་པོ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་སྒྲིབ་པ་
ཉམས་ལེན་ཅེ་གཅིག་བྱེད་མཁན་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ལས། ང་
རང་ཆོ་མི་ཆང་མར་དེ་ལྟར་ཡོངས་ཐབས་མེད། དེས་ན་པ་ལུལ་སྒྲིབ་བ་ཀྱིས་སྤྲོས་
ལག་ལེན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཆགས་སྒྲིབ་སའི་ལུལ་ལས་ཐག་བསྐྱངས་
བའི་དོན་ཡིན།

དཔེར་ན། སྤར་བོད་ལ་ས་དགེ་བཀའ་རྟེན་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་སྒྲོབ་གཉེར་བ་
ཅེར་སོན་པལ་མོ་ཆེ་པ་ལུལ་ཐག་རིང་ནས་ཡོང་བ་ཆོ་ཡིན། སོག་པོར་ཆ་བཞག་ན།
སོག་པོའི་གྲ་རྒྱུན་ཁོད་དུ་དོབ་དོབ་པལ་ཆེར་མཐོང་རྒྱ་མེད། དོས་རང་རྩེད་དུ་
སྐབས་སུ་སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་ལ་སོག་པོའི་གྲ་རྒྱུན་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད། དེ་དག་པལ་
མོ་ཆེ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་གཞན་ཡིན། དེ་ནི་པ་ལུལ་ཐག་རིང་ལ་ཡོད་པས་ན་
འབྲུམ་ས་དང་མགོ་འཁོར་ས་གང་ཡང་མེད། དེ་མིན་ཉེ་འཁོར་ནས་ཡོང་བ་ནམས་
མཆམས་རེ་དགེ་ཀྱན་ལ་དགོངས་པ་ཞུས་པ་དང་། མཆམས་རེ་དགེ་ཀྱན་ལ་མགོ་
སྒྲོར་བཏང་ཉེ་བྱོས་བྱོལ་འགྲོ་བ་བཅས་མདོར་ན་རང་ཉིད་ལ་འབྲུམ་ས་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་
དང་། ཟ་འཕུང་གི་མཐུན་ཀྱིན་འཛོམས་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲོབ་སྒྲིབ་ཁོང་ཆོ་ལས་སྒྲོབ་
ཡོད། དཔེར་ན། མཆན་ཞབས་ཀྱན་དངོས་བྱུང་མཆོག་བརྟེན་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་
སོག་པོ་ནང་སོག་ཡིན། མཆན་ཞབས་བདུན་ཡོད་པའི་ནང་གི་བྱུག་དཔེ་བྲག་ཤོས་
དང་། ཏ་ཅང་མཁས་པ་ཡིན་པས་ང་རང་ལ་ཏ་ཅང་བཀའ་བྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན།

དེ་བཞིན་གྱིས་ཀྱི་གན་ཉི་མ་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཅུམ་པ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཉིན་
གངས་མང་པོར་བཞུགས་པ་དང་། མཚམས་རེ་སྒོར་མོ་སྟན་བུ་བསྐྱོན་པ་ལྟ་བུ་
མཛད་ནས་བཞུགས་སྒྲོང་བ་དང་། སྐྱེང་ལ་ཆེན་པོ་བསྐྱོན་ནས་སྟོབ་གཉེར་གནང་
ཡོད། ཁོར་རྣམས་པ་ཡུལ་ཏུ་ཅང་ཐག་རིང་ནས་ཕེབས་པ་དང་། ལྷ་སའི་གཡས་
གཡོན་དུ་གཉིན་ཉི་འཁོར་ལྟ་བུ་འགོ་ས་དང་འབྲུམ་ས་གང་ཡང་མེད་པས་ཁྱད་པར་
བྱུང་ཡོད།

ཉིན་མཆན་སྒྲེལ་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ལུས་འདྲ་
འཇི་ལས་ཐག་བསྐྱངས་རྒྱ་ནི་གཤ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེ་བས་སེམས་དཔེན་
བརྟེན་རྒྱ་གཤ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན། ལུས་རི་ཁྱོད་ལྟ་བུར་མི་སྦྲ་དང་ཡང་འགྲོགས་
འདིས་མེད་པར་རི་དྲགས་ཆུས་པ་བཞིན་དུ་དཔེན་པ་བརྟེན་ནས་བསྐྱད་ན་ཡང་།
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཅི་མེད་པ་དང་། འདོན་པ་བཏོན་པ་དང་སྐྱགས་ལྟ་
བཟངས། དེ་དག་བྱས་ཐེན་པའི་རྗེས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས་པལ་ཆེ་བ་གཉི་ལྷག་
སྒྲོམ་པ་ལྟ་བུས་གཉིད་ཅིག་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱད་ན་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད།

ཡང་ཕྱིན་ས་རི་ཁྱིད་ཏུ་བསྐྱད་ནས་ནང་གི་ལས་ཀར་བྱས་གཏོགས་བྱས་ཏེ། བང་
ཏུ་ལན་དང་ཡི་གེ་བསྐྱར་ནས་འདི་དང་འདི་བྱེད་དང་། ཆོང་འདི་དང་འདི་རྒྱ་བས།
འདི་ལོ་གནས་གཤིས་གང་མོ་འདུག་པས་ཆོང་ལམ་འགྲོ་ཡག་པོ་ཡོང་བས་བལ་
གོས་ཆོང་བར་སོང་ཞེས་བརྗོད་ན་ལུས་རི་ཁྱིད་ཏུ་བསྐྱད་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་སྤོང་
ནང་ཏུ་རྒྱགས་ཏེ་སོང་ན་ལན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་ལུས་འདུ་འཇི་ལས་
དཔེན་པ་དགོས་ཀྱང་། གཙོ་པོ་སེམས་རྣམ་རྟོག་ལས་དཔེན་པ་ཞིག་དགོས་པས་

སེམས་ཀྱི་དབེན་པ་བསྟེན་དགོས་སྐྱེ་ནི་གཤམ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན།

ཁྱེད་རང་ཆོ་སྟོབ་ཟླའི་ནང་དུ་འཛིན་ཟུང་འཆོགས་སྐབས་སྟོབ་ཆོན་གང་ཞིག་ཡིན་
པ་དེ་གའི་ཐོག་དུ་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་བཞག་ནས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པ་དང་། འཛིན་
ཟུང་བར་གསེང་རང་སྟོང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སེམས་སྟངས་ཁྱིམ་ཁྱིམ་རིག་པ་
བསྐྱེམས་པ་དེ་དག་ལ་སྟོབ་སྟོང་ལེགས་པ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་མིན་འཛིན་ཟུང་ནང་
སེམས་གཞན་དུ་གཡེང་བ་དང་། རང་སྟོང་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་ལའང་དེ་བས་གཤམ་
གཡོན་གང་སར་འབྱུངས་ནས་སྤྲིག་གོགས་ངན་པ་དང་འཕྲད་དེ་བྱིན་པ་ཡིན་ན།
སྟོབ་སྟོང་ཡག་པོ་མི་ཡོང་། དེས་ན།

པ་ཡུལ་སྟོང་བ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད།།

༣ ། དབེན་པ་བསྟེན་པ།

པ་ཡུལ་སྟོང་བའི་ཕན་ཡོན་གང་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་
འབྱུང་གནས་དབེན་པ་བསྟེན་པ་ནི།

ཡུལ་ངན་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་རིམ་གྱིས་འགྲིག།

རྣམ་གཡེང་མེད་པས་དགེ་སྟོང་ངང་གིས་འཕེལ།

རིག་པ་དྲངས་པས་ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་སྐྱེས།

དབེན་པ་བསྟེན་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟོག་དཀའ་ཞེས་པ་དེ་
ཡིན། དེ་ནས། བཞི་པ་མི་རྟག་པ་དྲན་པས་ཆོ་འདི་སྟོས་གཏོང་བ་ནི།

བྱུང་ཆེན་ཐེག་པ་ལས། བརྒྱ་ཆ་གཅིག་དེ་ཆོད་པ་ཐེག་པ་ལས་པོ་ཡིན། སྒོ་བྱར་དུ་རྒྱ་
སྒོན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་བྱུང་ཡོང་སྒྲིབ་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲིབ་འཆི་བར་ངེས་ཤིང་། ནམ་
འཆི་ངེས་མེད་དུ་གསུངས་ཏེ་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་མིན་
གྱི་སྐད་ཆ་མིན། བཟའ་བཏུང་ཡོངས་སྒྲིབ་པ་ཆེ་འདི་གསོན་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཡིན་
ཡང་། སྐབས་རེ་བཟའ་བཏུང་སྒྲིབ་ཉེས་ཀྱིས་ནད་འཕྱོག་སྟེ་འཆི་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་
ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་གསོན་པའི་རྒྱུན་ཉིད་ཀྱང་འཆི་བའི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་
ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

དེས་ན་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་དང་། འཆི་བའི་གནས་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགའ་
ཉེ་སྒོ་དཀར་ཞེས་ཅི་ཅམ་གྱི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནམས་བཞག་ནས་འགྲོ་
དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ལྷ་མ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྒོ་བ་མ་ཅི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་བཞག་
ནས་འགྲོ་དགོས། དཔོན་པོ་ཞེས་འཁོར་གཡོག་མང་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་བཞག་ནས་
འགྲོ་དགོས་པ། བཟའ་ཆང་གཏན་གྲོགས་ཡིན་ཞེས་མཐུན་པོ་དང་འཆམ་པོ་ཅི་ཅམ་
ཡོད་ཀྱང་འཆི་བའི་ཉིན་བཞག་ནས་འགྲོ་རྒྱུ་ལས་བྱ་ཐབས་མེད། བ་མ་བྱ་སྤྲུག་ཅེས་
བཅེ་བ་ཅི་ཅམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་
དེར་གཉེན་ཉེ་དུ་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་བ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

དེ་བཞིན་རང་གི་རྒྱ་ཁྱོར་ཡོངས་སྒྲིབ་དང་། དུལ་ཁང་དུ་དུལ་བཅོལ་ཅི་ཅམ་
ཡོད་པ་དེ་དག་ཆང་མ་བཞག་རྒྱུ་ལས་དེ་དག་གིས་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། འཆི་
བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡོངས་སྒྲིབ་ཀྱིས་མི་པན་ལ། གཉེན་བཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་པན།
ཐ་ན་རང་གི་ལུས་བདེ་ཐང་དང་། ལྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འཆི་བའི་

ཉིན་དེར་བཞག་རྒྱ་ལས་དེས་པན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ཞེས་
འདྲི་བ་ཉིན་སྤྱི་མ་ལྟ་བུ་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་པན་པ་ནི་ང་རང་ཆོད་
ཤེས་པའི་རྒྱུ་ལྟར་ལ་དགེ་བའི་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། དེས་པན་པ་
ལས་དེ་མིན་གང་གིས་ཀྱང་པན་ཐོགས་མེད། ཆེ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་དང་། གཙོ་བོ་
ལུས་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ལུན་ཆོགས་ཇི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་། ལུས་འདི་བཞག་པའི་ཉིན་
དེར་པན་ཐོགས་ཙམ་པ་ནས་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

སེམས་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་
མ་ཐུག་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། སེམས་ཤྱ་མོའི་སྤྱི་ལ་དེའི་རུས་པ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡོད། དེ་ལྟར་མེད་པར་སེམས་རགས་པའི་སྤྱི་ལ་བག་ཆགས་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན།
ང་རང་ཆོས་ཆེ་འདིར་སློབ་གཉེར་བརྒྱུ་བ་པ་ནས་ཆེ་སྤྱི་མ་བླ་མ་ཁན་རིགས་
འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་པལ་མོ་ཆེས་བླ་བྱ་མེད། འོན་ཀྱང་སེམས་
གོམས་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ལ་བག་ཆགས་བཞག་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྤྱི་
བ་སྤྱི་མ་བླ་མ་པ་ལ་པལ་ཆེར་བྱགས་ཆེ་བ་ཡོད། དེ་ཡང་བག་ཆགས་འཛོག་ལྟར་དེ་
ཇི་ཅམ་གོམས་འདྲིས་བྱགས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་ཁྱད་པར་ཡོད། དཔེར་ན།
མི་ལས་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཉི་མོའི་བྱ་གཞག་གི་ནང་དུ་སེམས་ལ་བདེ་སྤྱི་གི་ཆོར་བ་
བྱགས་ཆེ་བ་སྤྱངས་པ་དེ་མི་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་ཉིད་གསལ་བ་གཏོང་གི་
ཡོད། ཉིན་ཀྱི་ཆུ་ཆོད་བཙོ་ལྟ་བུ་དེའི་རིང་ལ་བཟང་ངན་མཐོང་ཐོས་སོགས་ཀྱི་
ཆོར་བ་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་པ་ཆང་མ་མི་ལས་ལ་ཡོང་བའི་རེས་པ་
མེད། སེམས་ནང་ཆོར་བ་བྱགས་ཐུག་པོ་བྱུང་བ་དེ་མི་ལས་ལ་སྤྱི་བས་ཀྱི་ཡོད། དེ་

ལྷ་རྒྱུ་བ་ཕྱི་མ་ལ་དགེ་བའི་བག་ཆགས་ཞེས་པ་དེ་ཆོ་འདིར་རྩི་ཅམ་གྱིས་གོམས་
འདྲིས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེས་པན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཡོང་བ་ཡིན།

ལས་གྱིས་འཁོར་བའི་སྤྱི་གང་དང་། །

ཉེ་བ་གང་དུ་གོམས་པ་གང་། །

སྡོན་ཆད་གང་ཡིན་སྲིད་བྱེད་ཅིང་། །

སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ནམ་སྤྲིན་གྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དངོས་བདེན་ཡིན། དེས་ན་པན་བ་ནི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན།
གྲང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས། ཆོ་འདི་ལ་ཆ་བཞག་གྲང་། སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེས་ཆོ་འདི་
ལ་པན་གྱི་ཡོད། ཆོ་ཕྱི་མ་ལ་ཡང་སེམས་སྟངས་གི་ཡོན་ཏན་དགེ་བའི་བག་ཆགས་
ཡོད་ན་དེས་པན་གྱི་ཡོད། རྩི་ཅམ་གྱིས་ཆོ་འདི་ལ་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་གོམས་
འདྲིས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་སྤྱེ་བ་རྩིས་མ་དེ་ཡང་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་དེ་ངམ་
ངམ་ལྷགས་ལྷགས་གྱིས་སྟེབས་ཡོང་བ་ཡིན། ཕྱི་ཡི་རྒྱུན་ཐུན་བྱ་ཞིག་འཛོམས་ན་
ལམ་སང་དེ་དག་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན།

ང་རང་ལ་ཆ་བཞག་གྲང་པལ་ཆེར་འདི་ལྷ་རྒྱུ་བ་ཐོབ་པ་ཞིག་འདུག ཆོ་སྡོན་
མ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ལ་གོམས་པ་དང་རྒྱས་ཡོད་
ཐུན་བྱ་ཡོད་ས་རེད། དེས་རྒྱུན་པས་ཆོ་འདིར་དཀའ་ལས་དེ་ཅམ་མ་བརྒྱབ་གྲང་
ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། ཡང་དེང་སྐབས་ཀྱི་ལག་རྩལ་རིགས་འགའ་ཞིག་ངས་རྩ་བ་ནས་
ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ནི་ཆོ་སྡོན་མ་མེད་པ་ཡིན་ལ་མ་གོམས་པའི་རྟགས་གསལ་པོ་
ཡིན། དེས་ན་རིག་གནས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་གཅིག་གྱུར་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རིགས་འགའ་

ཞིག་ལས་སྤོང་ཤེས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། ལ་ལ་ཤེས་དཀའ་བ་ནི་སྤར་གྱི་གོམས་པའི་
ཁྱད་པར་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཆེ་ཕྱི་མ་ཞེས་པ་དེ་ཟེན་སྐབས་དངོས་གནས་པན་
ཐོགས་ཡོད་པ་ནི་ཆེ་འདིར་དགེ་བའི་སློབ་ཞིག་སྤྱེས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་
བཟང་པོ་ཞིག་བསགས་པས་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཤིག་ཡོང་བ་དང་། ལས་ཞིག་
པས་ཞིག་པའི་རྒྱན་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་བ་མ་ཟད། གཙོ་བོ་ནི་ཤེས་པའི་སྟེང་དུ་དེའི་རྒྱས་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་པན་གྱི་ཡོད།

དེས་ན། ཆེ་འདི་སློབ་བཏང་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། ཞེས་པ་ནི་ཆེ་འདིའི་ལྟ་
གོས་གཏམ་གསུམ་གྱིས་མཆོན་པའི་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་
རྣམས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་དུ་བཅི་རྒྱ་མེད་ཅིང་། ང་ཚོར་ལུས་ཤིག་ཐོབ་པའི་རྗེས་སུ་
ཆེ་འདི་འཆོ་བའི་དོན་དུ་ཡོངས་སྟོན་གྱི་མཐུན་ཆེན་དང་། ལུས་བདེ་ཐང་སོགས་
དགོས་པས་ཆེ་སྤྱོད་དང་གཡང་སྤྱོད་ལྟ་བུ་བྱེད་ཅོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་
བསྤྱོད་བྱེད་གཙོ་བོར་བཞག་ན་ནོར་འཁྲུལ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

༥ གྲོགས་ངན་སྦྱོང་བ།

ཐུ་བ་འགལ་ཆེན་གྲོགས་ངན་སྦྱོང་བ་ནི། ཅ་བ་ལས།

གང་དང་འགྲོགས་ན་དུག་གསུམ་འཕེལ་འགྱུར་ཞིང་། །

ཐོས་བསམ་བསྟོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་ལ། །

བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་མེད་པར་སྦྱར་བྱེད་པའི། །

གྲོགས་ངན་སྦྱོང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། །

འདི་ནས་བརྒྱུད་སྐབས་འགྲོ་དང་འབྲེལ་ནས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་

བསྟེན་ཚུལ་གསུང་གི་ཡོད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཞོར་དུ་སྤྲིག་ཐོགས་
དེ་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱ་གང་ཟག་གང་དང་འཕྲོགས་ན་རང་གི་རང་གིས་
ཆགས་སྤང་འཕེལ་བ་དང་། རྩོམ་བསམ་བསྟོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ། དེ་
བཞིན་བྱམས་དང་སྤྱང་རྗེ་མེད་པར་བྱེད་པའམ་ཉམས་པར་བྱེད་མཁན་ནི་ཐོགས་
ངན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

དང་གི་དུས་སྤྱད་པེར་ན། ཉེ་ཆར་ཨ་རིའི་སྤྱི་འཛིན་གྱི་བཀའ་སློབ་ཅིག་ཏུ།
སློབ་སྤྱག་རྣམས་ཀྱིས་དུས་ཚོད་པལ་མོ་ཆེ་བརྟན་འཕྲིན་དང་སློག་བརྟན་བཟུ་བར་
བཏང་བའི་ཆེན་གྱིས་སློབ་སྦྱོང་དང་། རང་སྦྱོང་བྱ་རྒྱ་སོགས་ལྟོད་ཡངས་སྤྱ་འཕྲོ་བ་
དང་། རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་སློབ་སྤྱག་རྣམས་དེ་ལྟ་བུའི་མགོ་འཁོར་རྣམ་གཤེད་
ཉུང་བ་ཡོད་ལྟ་བུ། སློབ་སྦྱོང་གི་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་པ་ཡོད་ཅིང་། མ་འོངས་པར་རྒྱ་
དཀར་ནག་གི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཨ་རིའི་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་གོང་དུ་
འཕྲོ་ཉེན་ཡོད། དེ་ལྟགས་ཨ་རིའི་སློབ་སྤྱག་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་
དགོས་ཞེས་གསུངས་འདུག དེ་ནི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་ཡིན།

དང་སྐབས་སློབ་སྤྱག་རྣམས་ནས་ངེས་དགོས་པར། བརྟན་འཕྲིན་ནང་གསུང་
འགྱུར་དང་། ཤེས་ཡོན་གྱི་སྒྲོར་བསྟན་པ་དེ་ཆོ་སློབ་སྦྱོང་ཡིན་པས་སྦྱོན་དེ་ཅམ་
མེད། དེ་མིན་ལྟར་མོ་སློབ་གར་འབྲབ་པ་སོགས་ལ་མགོ་འཁོར་ན་མི་ཆེ་སྟོང་ཟད་
དང་། མིག་ལ་གཞོད་པ། དུས་ཚོད་ཚུད་ཐོས་འཕྲོ་བ་དེ་དག་སྤྲིག་ཐོགས་ཡིན་པས་
སྤྱང་པོ་མེད། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས་པན་ཐོགས་མེད་པ་དང་། དགེ་སྦྱོར་སྤྱབ་སྐབས་
པན་ཐོགས་མེད་པ་རྣམས་ནི་སྤྲིག་ཐོགས་ཀྱི་སྤྲོགས་སྤྱ་འཕྲོ་གི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་

ནས་དུས་བཟང་ནས་གཡེང་གི་དབང་དུ་གཏོང་བ་ནི་ཆུང་ཟོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།
དེས་ཟོས་བ་དང་། བསམ་བ། བསྐྱོམ་པའི་བྱ་བ་ནམས་ཉམས་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡིད།

[illegible]

དེ་ལྟར་བརྟན་འཁོབ་ནང་མེ་མདའ་བརྒྱབ་པ་མཐོང་བ་དེས། ལྷ་ལྷ་ཆུང་དུ་དེ་ཆོ་
 ཅེད་མོ་ཅེ་སྐབས་ཀྱང་མེ་མདའ་རྒྱག་པའི་ཆུལ་དང་ནམ་འཁྱུར་བརྟན་གྱི་ཡོད། དེ་
 ལྟར་བརྟན་འཁོབ་ནང་མི་བསད་བ་དང་། མི་སྐྱོ་པོ་ལྷག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བ་མང་པོ་
 མཐོང་སྐབས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ཨ་ཅི་བསམ་པའི་ཐོག་
 བས་དེ་ཉིད་དམིགས་ཏེན་དུ་བཞག་སྟེ། རང་གི་སྐབ་དང་སྐབ་མཆོམས་གྱི་གནས་
 སྐབས་སུ་དེ་ནམས་སྟོང་ཤར་བ་བྱས་ཏེ་སྤྱང་རྩེ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐེལ་བ་དང་། ལྷག་

བསྐྱེད་དང་འབྲུལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་བ། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཉེས་
དམིགས་དང་ལས་ངན་སའི་འབྲས་བུར་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་བ་བཅས་ལ་སན་ཐོགས་
ཡོད། དེ་མིན་ལྟ་མོད་རྣམ་སའི་ཐོག་ཏུ་བྱིན་ན། གང་འཆོམས་ནས་རང་ཉིད་ལ་དེའི་
གོམས་གཤེས་འཇགས་ནས་དངོས་སུ་མི་ཞིག་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མནར་བ་དང་། མི་
གཉིས་གསོད་རེས་བྱེད་བ་ལྟ་བུ་མཐོང་ཡང་སེམས་ལ་ཆོར་བ་དེ་ཅམ་མེད་བ་དེ་
འབྲ་དང་སང་ཡོང་གི་འདུག ཨ་རི་སོགས་སུ་རང་དགར་མེ་མདའ་བརྒྱབ་ནས་མི་
བསད་སའི་གནས་ཚུལ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤྲིག་སའི་གྲོགས་དང་འགྲོགས་ན་དེ་
དང་མཚུངས་སའི་སྤྲིག་སྟོད་འཕེལ་ཞིང་། བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་ཉམས་བར་བྱེད་བ་
དང་། ཐོས་བསམ་བསྒྲོམ་སའི་བྱ་བ་ལ་གཡེང་བར་བྱེད་པས། དེ་དག་ཐག་བསྐྱངས་
ནས་སྟོང་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

༭ བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ།

བྱག་པ་མཐུན་སྟེན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནི།

ཅ་བ་ལས།

གང་ཞིག་བསྟེན་ན་ཉེས་པ་ཟད་འགྱུར་ཞིང་། །

ཡོན་ཏན་ཡར་ངོད་ཆེ་ལྷར་འཕེལ་འགྱུར་བའི། །

བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རང་གི་ལུས་བས་ཀྱང་། །

གཅེས་བར་འཛིན་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་བས་སྦྱེས་བྱ་གང་ཞིག་བསྟེན་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོག་གཙོད་དང་།

མ་བྱིན་ལེན། ལོག་གཡེམ། དེ་བཞིན་རྩུན། སྤྲ་མ། ཆོག་རྩུབ། དག་བཀྱལ། བརྟུང་།

སེམས་དང་། གཞོན་སེམས། ལོག་ལྟས་མཆོན་པའི་མེ་དགོ་བཅུ་ཀུན་སྒྲོང་དང་
བཅས་པ་རིམ་གྱིས་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོ་བོད་པའི་གཤེས་ཀ་ལ།
རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུ་སྒྲིབ་གསོད་པ་ལ་ཉུང་ཟད་འཛེམས་ཐོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་
སྤྱ་གུ་གཅིག་གིས་འབྲུ་ཞིག་གསོད་པར་ཚོམ་སྐྱབས་གཞན་གྱིས་སྒྲིབ་རྗེ་མ་གསོད་
སྒྲིབ་པ་ཡོད་ཅེས་སྒྲིབ་པའི་རྣམ་གྲངས་དང་། ལས་འབྲས་སོགས་རིམ་བཞིན་མ་ཤེས་
ཡང་། སྒྲིབ་བཏང་གི་ཁ་རྒྱན་དུ་སེམས་ཅན་བསད་ན་སྒྲིབ་པ་ཡོད་པས་བྱེད་མི་རུང་
། སྒྲིབ་རྗེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཞིག་ང་ཆོའི་གོམས་གཤེས་སུ་འཇགས་ཡོད། དེ་ཆོའི་གསུང་
ནི་ཉ་ཅང་ཙམ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན།

དེས་ན་གང་ཞིག་བསྐྱེད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཉེས་པ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཉེས་པ་
ལ་ཉེས་པར་མཐོང་ནས་ཉེས་པ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ། ཉེས་པ་རིམ་ཅུང་དུ་བྱིན་པ་དེའི་
ཆོད་གྱིས་དཀར་པོའི་ཡོན་ཏན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་མ་ཟད། ལྷག་པར་ཆེད་
དུ་གཉེར་ནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ལ་བརྩོན་པ་དང་། དན་ཤེས་བག་ཡོད་བསྐྱེད་
པ། བྱམས་བཅེ་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ཡོན་ཏན་ཡར་རྒྱས་ལྷུ་འཕེལ་
གྱུར་བས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱུན་བྱེད་མཁན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་
རང་གི་སློག་ལྟར་གཅེས་པར་འཛིན་ནས་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། བཤེས་གཉེན་མཆོད་ཉིད་ཆང་བ་
ཞིག་དགོས་ཤིང་། བཤེས་གཉེན་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཉི། གང་ལ་བརྟེན་ནས་
དགོ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་སློག་དང་མཐུན་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་མཁན་གྱི་དགོ་
བའི་མཛའ་བཤེས་ཤིག་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེས་ན་

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་རྟ་ཅང་གལ་ཆེར་གསུངས་ཡོད།
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟབས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་
མཆོན་ཉིད་ནི། འདུལ་བ་འཁྲིད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། འདུལ་བའི་གནས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནས་
བཟུང་ཆེ་སྒྲ་མའི་མཆོན་ཉིད་དམ་སྒྲ་མའི་འོས་ཆོས་གང་དང་གང་ཞིག་དགོས་པ་
རྣམས་ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གསུངས་ཡོད།

དེ་བཞིན་མདོ་སྤེའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་འོས་
ཆོས་གང་དག་དགོས་པ་རྟ་ཅང་གསལ་པོ་གསུངས་ཡོད། དེ་ནས་རྒྱུད་སྤེའི་སྐབས་
རྒྱུད་སྤེ་གོང་འོག་གི་གདམས་པ་སྟོན་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་དེ་མཆོན་ཉིད་དམ་འོས་ཆོས་
འདི་དང་འདི་ཆང་དགོས་ཞེས་འོས་ཆོས་རྣམས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ཆོས་བཤད་
ཤེས་ཅམ་ཞིག་གི་བྱང་ནས་ཆོས་ཉོན་ཞེས་གསུང་གི་མེད། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས།
དོན་སྨྱོད་པ་དང་། དོན་མཐུན་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་ར་རང་ཆོར་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་
སྟོན་མཁན་གྱི་དགེ་བའི་བཤེས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ར་ཆོར་སྟོན་རྒྱུའི་སྒྲུང་དོར་དེ་ཉམས་
ལེན་ཆ་ཆང་བྱེད་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་དོན་སྨྱོད་པ་དང་། དོན་མཐུན་
པ་ཞེས་པ་དེ་གསུངས་པ་ཡིན།

མི་གཞན་ལེགས་ཉེས་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྨྱོད་པར་འགོད་མཁན་
ཞིག་དང་། གཞན་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་སྟོན་པ་དེ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་
དེ་དང་མཐུན་པའི་ཉམས་ལེན་ཁ་ཞེ་རོ་སྒྲིག་མེད་པར་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་
པས་ན། དོན་སྨྱོད་པ་དང་དོན་མཐུན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ཇི་སྐད་དུ། དེ་ཡང་རང་མ་དུལ་བས་གཞན་འདུལ་བ་

གནས་མེད་པར་གསུངས་པས་གཞན་འདུལ་བའི་སྒྲ་མ་དེས་ཐོག་མར་རང་གི་རྒྱད་
བརྒལ་བ་ཞིག་དགོས་སོ། འོན་ཏེ་ལྟར་བརྒལ་བ་ཞིག་དགོས་སྟུང་ན། གང་བྱུང་
བྱུང་གི་སྒྲུབ་པ་བྱས་ནས་ཉོག་པ་འདི་ཡོན་ཏན་དུ་མིང་བཏགས་པ་རེ་རྒྱད་ལ་ཡོད་
པས་མི་པན་པས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་མཐུན་པའི་རྒྱད་འདུལ་ལུགས་ཤིག་
དགོས་ཏེ། དེ་ནི་བསྒྲུབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་དུ་ངེས་པས་དུལ་བ་ལ་སོགས་པ་
གསུམ་གསུངས་སོ། །ཞེས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན་སྒྲ་མཐུན་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་པ་ནི། གཞན་རྒྱད་འདུལ་བའི་
ཐབས་སྟོན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ན། གཞན་རྒྱད་འདུལ་བའི་ཐབས་སྟོན་མཁན་རང་
ཉིད་ཐོག་མར་རྒྱད་དུལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། སྒྲ་མ་རང་ཉིད་ཆོག་མི་ཤེས་ཤིང་།
རྒྱས་སྒྲོས་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་གིས་གཞན་ལ་རྒྱས་སྒྲོས་སྟོང་དགོས། ཆོག་
ཤེས་བསྟེན་དགོས་ཞེས་ཅི་ལྟར་བརྗོད་དགོས་སམ། དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་ཉིད་ཆང་བའི་
བཤེས་གཉེན་དམ་པ་བསྟེན་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། འོན་ཤེས་ཆང་ཅི་ཙམ་
ཡོད་མེད་སྐད་ཆ་ཉན་ན་ཤེས་མོད་ཀྱང་། རྒྱད་དུལ་མིན་ནི་ལམ་སང་མི་ཤེས་པ་
ཡིན། མི་རྩལ་ཤོད་མཁན་འགའ་ཞིག་མདུན་དུ་རྒྱད་དུལ་མདོག་ཁ་པོ་དང་། གཏིང་
ནས་མ་དུལ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཅི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། ཆོས་བརྩ་
པའི་མདོ་ལས།

དུ་བ་ལས་ནི་མེར་ཤེས་དང་། །

རྒྱ་སྒྲུབ་ལས་ནི་རྒྱུར་ཤེས་ལྟར། །

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་སྒྲོ་ལྟར་གྱི། །

རིགས་ནི་མཆོན་མ་དག་ལས་ཤེས། །

ཞེས་དང་། དེ་བཞིན། མཆོན་གནས་པའི་ཉ་ནི་རབ་གང་ཀྱང་། །ཚུ་ཡི་རྒྱལ་ས་
ཀྱིས་འགྲུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན། །ཞེས་པ་ལྟར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལུང་དང་
རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རི་འབྲུག་ཡོད་མེད་ལུན་རིང་འཛིས་ནས་བརྟག་ཞིབ་བྱས་ན་
ཆོད་ཐིག་པ་ཡིན། དཔེ་ནི། རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཉ་རིགས་རྣམས་ཉོབ་སྟེ་རྒྱ་
མཆོའི་སྟངས་མི་མཐོང་ཡང་། སྤྱག་ནས་བལྟས་ན་ཚུ་ཡི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་འདེད་པ་
དང་། ཡང་ན་ཉ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཕག་འཆག་བརྒྱབ་པ་བཅས་ལས་ཉ་རྣམས་མཐོང་བ་
ལྟར་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་མཆོར་བལྟས་པ་ཅེས་ཀྱིས་ཉ་ཡོད་པ་མི་ཤེས་པས། ངང་སྤྱག་
བྱས་ནས་བལྟས་ན་གང་འཆོམས་ནས་ཉ་ཡོད་པའི་རྟགས་མཆོན་རྣམས་མཐོང་བྱུང་
པའི་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། པ་ཅོལ་པོའི་གཤིས་རྒྱུད་དུལ་ཡོད་མེད་ནི་བརྟག་དབྱུང་རིས་
པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

ངས་ནམ་རྒྱུན་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཕྱག་དཔེའི་ནང་དུ། ལོ་ནི་བཅུ་
གཉིས་བར་དུ་བརྟག། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲ་སྒྲོབ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ལུན་རིང་
བརྟག་དབྱུང་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཆོད་མ་ཐིག་པར། ཆོས་རྗེ་ས་པཎ་
ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར། ཁྱི་དང་སྒོ་བ་འཕྲད་པ་ལྟར་མི་བྱ་བར་བརྟག་དབྱུང་ཞིབ་
འཇུག་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཞེས།

རྟ་དང་རྟོར་བྱ་ལ་སོགས་ཀྱི། །

རྩེད་ཐང་ཅེས་ཀྱི་ཉོ་ཆོང་ལའང་། །

ཀུན་ལ་འཛིས་ཤིང་དབྱོད་པར་བྱེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོ་རབས་གཏན་གྱི་མདུན་མ་དེ་ལྷ་མ་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་
ལ་རག་ལས་བ་ཡིན། ཆོས་ནི་བྱི་ཡི་ཟས་བཞིན་དུ། གང་འཕྲད་ན་ཡང་ལེན་བ་སྤོང་
། ཞེས་ས་བཤ་གྱིས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་
པོ་གསུངས་ཡོད། ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ཅུ་མ་བར་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་ལྷན་ཡང་
བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཅོས་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ལྷ་མ་དེ་རི་འབྲུ་ཞིག་
ཡོད་མེད་སྟོབ་མས་ལྷ་མར་གསོ་སྤྱལ་བརྟགས་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

མདོར་ན་རི་ལྟར་ཡོད་མེད་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་ཆོད་ཐིག་པ་ཞིག་དགོས་པ་
ལས། དེ་མིན་ཁྱིམ་ཐོན་པོ་ཞིག་སྤེད་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཡིན་ཞོ་ཙག་ལ་ཆ་འཛིག་
བྱ་རྒྱུ་མེད། ང་ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་ཁྱེད་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་དགོས་པ་
ཡིན། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རེད་ཅེས་ལམ་སང་དད་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་བརྟག་
དབྱེད་བྱེད་རྒྱ་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བསེས་གཉེན་དམ་པ་རང་གི་ལུས་ལས་
ཀྱང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན།

བདུན་པ་བསྟན་པའི་འདུག་གློ་སྐྱབས་འགོ་བཤད་པ་ནི།

ཏཱ་བ་ལས།

རང་ཡང་འཁོར་བའི་བཙོན་རང་བཅིངས་པ་ཡིས།

འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཡིས་སུ་ཞིག་སྐྱོབ་པར་བྱས། །

དེ་ཕྱིར་གང་ལ་སྐྱབས་ན་མི་བསྐྱབ་པའི།

དགོན་མཆོག་སྐུ་བས་འགྲོ་བྱུང་སྐུ་ལ་ལག་ལེན་ཡིན།

ཞེས་བས་སྐབས་འགྲོ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ནི་གོང་དུ་ཞུས་པ་
ལྷ་ལ། རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས།

ཨེ་མའོ་སྟོན་པ་ཨེ་མའོ་སྐབས། །

ཨེ་མའོ་སྐ་མཆོག་ཨེ་མའོ་མགོན། །

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

སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། །

ཞེས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདོམས་པར་མཛད་མཁན་གྱི་
སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་
ལྷ་བ་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོས་བྱམས་སྦྲིང་
རྩེ་བྱང་རྩུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གོགས་ཀྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད། མགོན་པོ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས་
བྱང་རྩུབ་སེམས་འབྲེལ་ལས།

དེ་ལྷར་སྟོང་བ་ཉིད་འདི་ནི། །

ནལ་འབྱོར་བ་ཡིས་བསྟོམ་བྱས་ན། །

གཞན་གྱི་དོན་ལ་ཆགས་པའི་སྒོ། །

འབྲུང་བར་འབྲུང་བ་ཐེ་ཆོམ་མེད། །

ཅེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱིས་ལྷ་བ་མཐོང་བ་དེས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་བརྟེ་བའམ་
ཆགས་པ་ངང་གིས་སྐྱེ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་སྦྲིང་རྩེ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། འགྲོ་ལ་ཆགས་
པས་ཀྱན་ཆགས་མཛད། །ཅེས་པའི་ཆགས་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་ཏ་
ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་གྱི་ཡོད། གཙོ་བོ་ནི་སྟོན་པ་བཙུག་པོ་ལྷ་ལ་འདས་རྟེན་འབྲུང་གི་

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རང་དབང་གི་སྒྲོན་མ་འདོམས་པར་མཛད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ན་སྟོན་
བ་སྒྲུབ་མེད་པ་སྟེ། ཨེ་མའོ་སྟོན་བ་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ཨེ་མའོ་སྐྱབས་ཞེས་པ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཙུ་བ་བྱེད་མཁན་མ་རིག་པའི་དངོས་
ཀྱི་གཉེན་པོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་མཁན་ཡིན་པའི་ཆུན་མོ། མ་རིག་པ་ལས་གྲོལ་
བའི་ཐར་བའི་གོ་འཕང་སྟོན་མཁན་ཀྱི་སྟོན་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། ཨེ་མའོ་སྟོན་བ་ཨེ་
མའོ་སྐྱབས། །ཞེས་པ་ལྟར་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་དེ་ཡིན། ཨེ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཅེས་པས་
ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ལུགས་མཐར་ཐུག་དེ་རི་བཞིན་འདོམས་པར་མཛད་མཁན་
ཞིག་ཡིན་པས་ན། སྐྱ་བ་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྟོན་བ་གཞན་སྤྱད་ཀྱི་མ་གསུངས་
བ་ཞིག་སྟོན་བ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད་པས་ན། ཨེ་མའོ་སྟོན་བ་ཨེ་
མའོ་སྐྱབས། །ཨེ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཨེ་མའོ་མགོན་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་རང་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཤེས་བྱའི་
སྤྱི་བ་པ་གཉིས་སྤང་འཁྱུལ་པའི་བྱི་མ་སྤོང་མི་ཐུབ་པའི་ཙུ་བ་ནི། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་
གཅིག་སུ་མིན་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཐུག་གི་ཡོད། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་རི་ཙམ་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་ཀྱིས་གཉིས་སྤང་འཁྱུལ་པའི་བྱི་མ་ཐད་མི་ཐུབ། གཉིས་སྤང་
འཁྱུལ་པའི་བྱི་མ་ཐད་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ལུགས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་སྟོམ་
པའི་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་སྤྱི་བ་
སྟོང་གི་ཡོད་སྟབས། ཤེས་སྤྱི་བ་སྟོང་བའི་ཁྱེན་གཙོ་བོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་
ཐུག་ཡོད།

དེས་ན་རྫོགས་ཆེན་ཀྱི་ཆོས་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ། རོ་མོ་ཀ་དག་རང་བཞིན་སྟུན་བྱུང་།

གདངས་ལག་མེད་ཐུགས་རྗེ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་དེས་གཞན་དོན་སྦྱབ་
པ་དང་། གྲུན་སྒོང་དེས་ཡོངས་སྦྱོར་གཞན་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་པ་དེ་
ཡོང་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཨེ་མའོ་མགོན་ལྷན་སྟོན་
ཞིའི་མགོན་ཞེས་པ་དེ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་སྟེབས་ཡོང་གི་ཡོད།

ཨེ་མའོ་སྟོན་པ་ཨེ་མའོ་སྦྱབས། །

ཨེ་མའོ་སྦྱ་མཆོག་ཨེ་མའོ་མགོན། །

ཞེས་པ་ལྟར་དེ་དག་ཡིན་པའི་སྦྱབ་བྱེད་གཙོ་བོ་ནི། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་
ལེགས་གསུངས་པའི། རྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན།
དེར་བརྟེན་སྟོན་པ་དང་སྦྱབས་གནས་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་
མིན་རང་ཡང་ལས་ཉོན་ཀྱི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་སོང་ནས་འཁོར་བའི་བཙོན་རར་
བཅིངས་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཞིག་སྦྱབས་སུ་མི་འོས་པས་ན། དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་གང་
ལ་སྦྱབས་སུ་མཆི་ན་གཏན་ཀྱི་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་ཞི་བའི་གོ་འཕང་ངམ། དེས་
ལེགས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་སྟེར་བར་བྱེད་མཁན་ཀྱི་བསྟོན་
མེད་པའི་སྦྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དེ་ལ་སྦྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་ནི་རྒྱལ་
སྤུས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ནི་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། སྐབས་དང་པོའི་རྣམ་
མཐུན་ཀྱི་ཆོས་བཙུན་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ། སེམས་བསྐྱེད་པ་གདམས་ངག་དང་
། ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གདམས་ངག་མཐར་ཐུག་མན་ངག་བཙུན་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་
ཡིན། དེའི་ནང་དུ།

སྐྱུ་བ་པ་བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི།

སངས་རྒྱུ་ལ་སོགས་དཀོན་མཆོག་གསུམ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་གོ་རིམ་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་སྐྱུ་བས་གནས་རོ་
སྤྲོད་བྱེད་པའི་རྩ་བ་འདི་ཉིད་ཡིན། གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་བཞིའི་
རྣམ་གཞག་དང་། འགོག་ལམ་གྱི་ཆོས་གཉིས་བཤད་པའི་ཐོག་ནས་ཆོས་དཀོན་
མཆོག་གཉན་ལ་པལ་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སློབ་པའི་
དགེ་འདུན་གཉན་ལ་པལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སློབ་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་སྐྱུ་
བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་དེ་ཉིད་གཉན་ལ་པལ་བ་བཅས་འདི་ལྟར་དུ་འགྲོ་
དགོས་པ་ཡིན། ཆོས་འགོག་ལམ་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་
ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པའི་འཕགས་པ་གཉིས་ཡོད། དེས་ན་
ཆོས་དཀོན་མཆོག་འགོག་ལམ་གཉིས་རང་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པ་ནི་འདིག་རྟེན་ལས་
འདས་པའི་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལ་བརྗོད་པ་དང་། འགོག་ལམ་གྱི་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་
དཀོན་མཆོག་རྒྱུད་ལ་མི་ལྡན་པའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་མན་ཆད་ནི་སོ་སྐྱེ་
ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

སྦྱིར་བཏང་གི་ལྟ་སྒྲུང་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡང་སོ་སྐྱེའི་རིགས་གཅིག་དང་།
འཕགས་པའི་རིགས་གཅིག་བཅས་ཡོད། དཔེར་ན། ས་བརྒྱུད་པ་ཐོབ་པའི་ས་བརྒྱུད་
སེམས་དཔའ་དང་། ས་བརྒྱུད་དབང་ལྷན་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན།
མགོན་པོར་ཆ་མཆོན་ན། ས་བརྒྱུད་དབང་ལྷན་མགོན་པོ་ནི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ས་བརྒྱུད་དབང་ལྷན་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་འཕགས་པ་ཡིན་པས་དགེ་འདུན་

དགོན་མཆོག་གི་གས་ཡིན། དེ་མིན་བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་དང། རྒྱལ་པོ་སྤྱུ་ལྷ། དེ་
བཞིན་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་གཞུང་ལྟར་བྱས་ཏེ་བརྗོད་ན། ཆངས་པ་དང། རྒྱལ་
འབྲུག་ རྒྱལ་པོ་སོགས་ཀྱང་སོ་སྤྱེ་སྤྱེ་འཛིག་ཏེན་པའི་གས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་
ཆོས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ཆོས་སྤང་འདས་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེན་ནས་
སྐྱབས་སུ་མཆི་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ན། དེའི་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དེ་ཡང་ཐར་པར་
བགྲོད་པའི་ཐབས་རང་དབང་གི་སྟོན་སྟོན་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་རང་གི་རྒྱད་ལ་མདོན་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལས། དེ་
ལྟར་མེད་པ་ཞིག་སྐྱབས་གནས་ཆགས་ཀྱི་མེད། འཕྲལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བ་ལྟ་
བུ་ཡོང་བ་ལས་དགོན་མཆོག་ཆགས་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་བོད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་
ཀྱི་ནང་དུ་རང་གི་སྤྱེས་ལྷ་དང། ཡུལ་ལྷ་སོགས་ལ་ཏ་ཅང་ཅ་ཆེན་དུ་བཅི་བའི་རང་
ཉིད་ལ་སོ་སྤྱེ་དང་འཕགས་པའི་ནམ་དབྱེ་འབྱེད་པའི་ནམ་དབྱོད་མེད་པར་བཞེན་ལྟ་
འདྲེ་ཐ་མལ་གྱི་རིགས་བསྟེན་པ་དེ་རིགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ནམས་ནི་ནོར་འཁྲུལ་ཡིན།

དེས་ན་ཡོན་པ་སྤྱེ་བའི་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་དོལ་རྒྱལ་བསྟེན་གསོལ་བྱེད་
མཁན་གྱི་རིགས་ནམས་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་གྱི་རེད་ཅེས་བཀའ་ནན་
མེབས་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་ཡིན། དོལ་རྒྱལ་ལ་ཆ་བཞག་ན་
འཛིག་ཏེན་འཕགས་པ་དང། འཕགས་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཅོད་གཞི་ཅན་གྱི་འཕགས་པ་
ཞིག་ཡིན། ལོ་ངོ་བཞི་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཅོད་པ་ཁོ་ནའི་ཐོག་དུ་བསྐྱད་ཡོད། དེ་
རིགས་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱད་ཅིང་ཉམས་འཆལ་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་
རྒྱུན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན། སྐྱབས་འགྲོའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རྒྱལ་སྤྱས་ལག་

ལེན་འདི་ཉིད་གསུངས་པ་ཡིན།།

ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་འདྲི་དང་། དེའི་བཀའ་ལན།

བདག་གཅེས་འཛིན་སྤངས་ན་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་མིན་སྟོར།

འཇམ་དཔལ་རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་དཔལ་སྐྱེད་ཞེས། །

སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་བ་སྐྱེད་འཛིན་པ་ལ། །

རྒྱ་མཚོ་ལྷ་རྩེ་ཐོབ་མིན་གསུམ་དཔལ་སྐྱེད་མགོན། །

མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྤྲེལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་སྟོན་ལས་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། ལྷ་རྩེ་བཅས་འགོ་བའི་མགོན་སྐྱབས། བོད་
ཀྱི་ཆོས་སྤྲེལ་གཉིས་ཀྱི་སྤྲེལ་མེད་པའི་དབྱ་ཁྲིད། རྩོམ་པ་ལྟ་བུ་དཔལ་སྐྱེད་ཞེས་
སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་བ་སྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་སྤྲེལ་གསུམ་དཔལ་སྐྱེད་མཚུངས་པ་མེད་
པའི་སྤྲེལ་དཔལ་བཟང་པོ་མཚོག་ལ་དེ་རིང་དུས་བཟང་འདི་དང་སྐྱབས་བསྐྱེད་ནས་ཀྱི་
བ་གཉིས་ཕུལ་ཆོག་པ་ཞུ་རྒྱུ་དུ། དེ་བ་དང་པོ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་དེ་གཙོ་
སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ལས་གང་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་གཙོ་སེམས་ཡིན། དེ་སྟོར་སྤྲེལ་དོགས་དཔྱེད་བྱས་ཡོད་ལ།
མདོ་སྤྲེལ་རྒྱལ་ལས་གསུངས་པ་ལྷ་རྩེ་སེམས་བྱུང་དུ་བཅི་བ་ཡོད་ཀྱང་། མདོར་ན་གཙོ་
བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་ཅེས་སེམས་སམ་གཙོ་སེམས་སུ་བཤད་པ་ཡིན།

དེ་བ་གཉིས་ལ། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེ་སྤངས་ན་རྣམ་མཁུན་གྱི་གོ་འཕང་
སྒོ་བ་ཐུབ་བས།

བཀའ་ལན། གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཉན་རང་དབང་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ལ་རང་
གཅེས་འཛིན་ཡོད་ལ། རང་གཅེས་འཛིན་དེ་ལའང་སྤང་རགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བ་
ཡིན། རང་རང་ཆོའི་རྒྱུད་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་ཏུ་ཅང་རགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་
གཞན་བདེ་ཁྱད་དུ་གསོད་མཁན་གྱི་སྒོ་ཞིག་སྤེལ་གྱི་ཡོད། རང་ཉིད་ཏུ་ཅང་རྩ་ཆེན་
དུ་བཅིས་ནས་རང་གི་དོན་དུ་གཞན་ལ་མགོ་སྐྱོར་གཏོང་བ་དང་། གཞན་ལ་དབང་
ཡོད་དང་ཐུབ་ཆོད་ཤོད་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། རང་གི་དོན་དུ་སེམས་ཅན་སྟོག་བཅད་
པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་བཀོལ་སྒྱུད་བྱེད་པ་སོགས་ནི་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་
ཅམ་མིན་པར་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་ཏུ་ཅང་འབྲུགས་ཆེ་བྲགས་ཏེ་
གཞན་བདེ་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཆོའི་གསུང་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་
པ་རྣམས་དག་མིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ནི་སྤྱིང་ཐེའི་རྩ་བ་ཅན་
ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཞན་བདེ་ཁྱད་དུ་སྤངས་ཤིང་། རང་ལས་གཞན་གལ་འགངས་
ཆེ་བར་བཅིས་ཏེ། གཞན་དོན་ལ་བལྟོས་ནས་རང་དོན་ཡལ་བར་དོར་བུས་པ་སྟེ། ལྷ་
མ་མཆོད་པ་ལས།

སེམས་ཅན་རེ་རེའི་ཕྱིར་ཡང་མཁར་མེད་པའི། །

མེ་ནང་བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཆོར་གནས་དགོས་ཀྱང་། །

སྤྱིང་ཐེས་མི་སྒྱུ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་བཙོན་པའི། །

བཙོན་འགྲུས་པར་བྱིན་རྒྱུས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་མགོ་ལྷག་ཆ་ཆར་བཞུས། གཞན་
 བདེ་དང་དྲ་ཐོངས། གཞན་བདེ་ཁྱར་དྲ་འཁྱེར་བ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ལས་
 གཞན་ཉན་རང་དག་ལ་མེད། བསམ་བ་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་
 སྟོང་ཉིད་བསྟོམས་པ་ཤེས་སྡིབ་ཀྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་གི་ཡོད། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་
 བ་དེའི་རོས་ནས་ཉན་སྡིབ་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཙམ་ལས་བྱེད་མི་སྟབ་ཅེས་བརྗོད་ན་དེ་ལྟར་
 མིན་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་དེ་མེན་བྱེད་ཀྱི་སྟོའི་བྱུང་ཉེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་
 ཀྱིས་ཟིན་སྐྱབས་ནམ་མཁའ་དོན་གཉེར་ཀྱི་བསམ་བས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམས་པས་ན།
 ཤེས་སྡིབ་ཀྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་ན་གཞན་བདེ་ཁྱར་དྲ་ཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་
 ཀྱི་སེམས་དང་ལྷག་བསམ་ཀྱིས་བྱངས་ཏེ་ཉན་རང་གིས་སྟབ་པ་སྟབ་པའི་གཞན་
 གཅེས་འཛིན་དེ་སྟེས་སྐྱབས་ཉན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དེ་གཞན་བདེ་ཁྱར་དྲ་ཐོང་
 པ་མིན་ཡང་། གཞན་གཙོ་པོ་ཁྱར་དྲ་ཐོངས་མི་སྟབ་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་དེ་མེད་
 བར་ཆགས་སྟབ་པ་ཡིན། དེས་ན་རིམ་བ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།

ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབུས་རང་ཡང་སྐྱོན་ཀྱང་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ལྡན་གྱི་སྒྲིབ་ཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་ཡག་པོ་རེད་སྟེ་སྟེང་པ་ཞིག་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ལྟར། འདུན་པ་གཉིས་ལྡན་ཞེས་གཞན་དོན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདུན་པ་དང་། རང་དོན་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདུན་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབུས་རྣམས་ནི་དངོས་གནས་རང་གཅེས་འཛིན་བྱེད་ལུགས་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན། རི་ཅམ་གཞན་དོན་བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་རང་དོན་མཐར་ཐུག་ལུགས་གྱིས་འབྲུབ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ཀྱང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ། བསམ་པ་

གཞན་དོན་བསམས་ནས་རང་དོན་ཞར་ལ་འབྲུག་པ། ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེར་
བརྟེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རང་གཅེས་འཛིན་ནི་རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་པའི་རང་གཅེས་
འཛིན་ཡིན། ཉན་རང་དབྱ་བཅོམ་པ་མན་ཆད་ཀྱི་རང་གཅེས་འཛིན་ནི་སྐྱགས་རྟགས་
ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་ཡིན།

སློབ་ཟླ་ཁག་ཏུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་ཐབས།

དེ་ལ། གྲུས་པའི་དེ་བཞི་ཐད་ཀར་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུར་
མཛོན་ཡང་། བོད་བསྟན་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་པར་ར་རང་གི་ལོ་ཆོད་ལྟ་
བུ་ལ་ལྷུ་ལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་བཀའ་འདི་ལྷུ་ལེ་གོ་སྐབས་གསེར་ལས་དགོན་པ་
ཡིན་སྟབས། དེ་བ་འདི་དེ་རིང་འདིར་ལུས་ན་མ་འགྲིགས་པ་ཨེ་ཡོད་སྟུང་། ར་རང་གི་
མིང་ལ་རྩོམ་ཆེ་བརྟན་ཟེར་བ་དང་། སྤར་འཛིན་རིམ་བརྒྱུ་པ་བར་སྤྱོད་པོད་ཁྱིམ་དུ་
སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཤིང་། འཛིན་རིམ་བརྒྱ་གཅིག་དང་བརྒྱ་གཉིས་རིང་སྤེལ་གོ་བ་བོད་
ཁྱིམ་དུ་སློབ་སྦྱོང་སློབ་མཐར་མོག་ཏེ་འདི་ལོ་མཐོ་སློབ་ལོ་རིམ་དང་པོར་འཇུག་
ལུགས་ཀྱི་འཁམས་ཞིག་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་གི་ནང་ཆོས་རྩ་སྦྱོར་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་སློབ་ཟླ་ཁག་ཏུ་ལག་ལེན་གྱི་
ཐོག་ནས་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཆགས་འདུག་ཅིང་། སློབ་ཟླ་ཁག་ཏུ་ནང་ཆོས་རྩ་སྦྱོར་ཐོག་
དོ་སྤང་དང་། འཛིན་སྦྱོང་གི་ངོས་ནས་མཐུན་སྦྱེན་ཏ་ཅང་གི་ཡག་པོ་སྤྱར་གྱི་འདུག་
མཆོམས་རེ་སློབ་ཟླ་རྩ་ཆོགས་གཏོང་སྐབས་དགོན་པ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ལས་སློབ་ཟླ་དེ་
ལེགས་པ་ལྟ་བུ་བཅས་ཏ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཆགས་འདུག་ འོན་ཀྱང་ར་ཆོའི་སློབ་ཟླ་
ཁག་གི་ནང་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཏ་ཅང་སྦྱོ་བོ་རེད་འདུག་ དེ་ནི་འཛིན་སྦྱོང་གི་

ངོས་ནས་བསམ་བཞིན་དུ་ང་ཚོར་མ་སྤྲད་པ་ལྟ་བུ་མ་རེད་སྟེ། གུས་ནས་ཆབ་སྲིད་
ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལྟ་བུར་མི་བརྟེན་པར།
བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སློབ་མ་མང་དག་ཅིག་མཐོ་སློབ་ཁག་ཏུ་
སླེབས་རྗེས་སེམས་ཤུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདུ་འཛོམས་དང་། སྐད་ཆ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་
རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སློབ་གྲར་ཡོད་སྐབས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ལེགས་པོ་མེད་
སྟབས་ཤོད་རྒྱ་དེ་ཙམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། རི་བ་རི་མཁན་ཞིག་ཡོང་སྐབས་གཡོལ་བ་
དང་བྲོས་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན་སྤར་ཆོགས་ཆེན་མང་
པོ་ཞིག་འཆོགས་ཤིང་། སྐབས་དེར་ས་གནས་སོ་སོ་ནས་བསམ་འཆར་ཡོད་ན་
བསྐམས་ཤེས་པ་ཤོག་ཅེས་ས་གནས་མི་མང་སོ་སོ་དང་། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་དགེ་སློབ་
ལས་བྱེད་སོ་སོ་འདུ་འཛོམས་བྱས་ཡོད། སྐབས་དེར་རང་ངོས་ནས་བསམ་འཆར་
ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཤོག་གངས་ཁ་ཤས་བྲིས་ནས་འབྲེར་ཤོག་ཅེས་བརྟེན་པ་ཙམ་ལས། ང་
ཚོའི་འཛིན་བྲལ་ལྟ་བུ་ཁལ་གྱི་ནམ་པ་ལྟ་བུ་ལས་སྤྱད་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་ལ། སྤ་
ལའང་ཤོད་རྒྱ་གར་ཡང་མི་འདུག དངོས་གནས་ཆད་དང་ལྡན་པའི་ངང་ནས་མ་
འོངས་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་ཐོག་ཏུ་གར་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་
སོགས་བསམ་སློབ་བྱང་སྟེ་བཤད་སྟབས་པའི་རྒྱས་པ་སྤྱད་པའི་འདུག དེ་ཡང་མ་
ཤེས་པ་རེད་མི་འདུག་པས་ང་རང་ཚོའི་རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་ཞེས་བརྟེན་
སྐབས། སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་བོད་གནས་འཁྲབ་པ་དང་། བོད་ཡིག་འབྲི་བ་ཙམ་གྱིས་རིག་
གཞུང་གཅེས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བརྟེན་པ་ནི་ཁོར་འཁྲལ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟེ།
ལྟག་པར་དུ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་སྟེལ་སྐབས་

ལས་སང་ལྷ་མོ་ཆོན་པོ་ཞིག་གཡོགས་ནས། གང་ཡང་ཡིན་སྲིད་པས་གཟབ་གཟབ་
བྱེད་དགོས་ཞེས་ཞེད་སྤང་ཆ་པོ་ཞིག་བཟོས་ནས་མི་རྣམས་སེམས་ཤྱགས་སྤར་
རྒྱུ་ཆ་བ་ཏུ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་ཉིད་ལ་གྲོང་རག་གི་འདུག་རང་ཉིད་ལ་གྲོང་མ་རག་
པའི་ཐོག་ཏུ་སྤྱང་པོ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ན་ཡག་ཤོས་རེད་སྟེ་པ་ལྟ་བུ་སེམས་ཤྱགས་
ཆག་གཞིར་འགྲོ་གི་འདུག་ དེས་ན་མཆོམས་རེ་ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཇུག་ནས་
གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་སྟན་སྟོན་ཞུ་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་ཏུ་ཅང་དགོན་པོ་ཡིན་སྟབས།
ང་རང་ཆོ་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟེ། གང་ལགས་ཤེ་ན། ལོ་
འཁོར་ལས་བསྐྱེམས་སྟན་སྟོན་ཞུས་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་དགོས་པ་གཤམ་ཆོན་པོ་རེད་འདུག་
ལས་བསྐྱེམས་སྤྱི་ཡུལ་རྒྱུ་ལོ་ཞིག་ལས་མདོག་ཉེས་ཤིག་སྤྱི་ཡུལ་སྟོག་སྤྱང་མི་
བྱེད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེ་དག་གི་ཐོག་ཏུ་ང་ཆོས་གཏན་གཏན་བསམ་སྟོབ་གཏོང་
དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་སྟེ། འགའ་ཞིག་ལ་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གོ་
ཉོགས་སྤེལ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། འདིས་བརྟེན་གསུག་གཏོང་གི་རེད་ཅེས་
བརྗོད་ཀྱི་འདུག་ གོ་ནད་ཅན་ཞིག་ལ་གོ་སྟན་སྤྱད་ན་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་ལ་ལར་
གཞོད་རྒྱུ་ཡིན་པ་བརྗོད་མི་དགོས་ཡང་། དེས་གཞོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་སྟན་མ་བཟས་ན་
གོ་ནད་ལས་ཐར་མི་སྤྱབ་པ་མ་ཟད་ནད་གཞི་རྒྱུག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེས་ན་ང་ཆོས་
དེ་ཆོའི་ཐོག་ཏུ་གཏན་གཏན་བསམ་སྟོབ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་གནད་འགགས་ཆགས་ཀྱི་འདུག་
སྟེ། མ་འོངས་པར་བྱིས་བྲགས་ན་ཡག་པོ་མེད་པས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
ནས་དེའི་ཐོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ། སྤྱགས་རྗེ་ཆེ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་བདེན་པ་ཡིན། ང་རང་ཚོ་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་ནས་ལོ་གཅིག་གི་
ནང་ཚུད་དུ་མ་སྟེང་སྟེ་གུ་ལྷ་བཅུ་ཐམས་པ་ཡོད་པའི་གཞོན་པ་རྒྱ་གར་ཁག་ཅིག་
གི་སློབ་ལྷ་ཐོག་མ་དེ་བཅུ་གས་ཤིང་། དེ་ནི་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་འོན་ཏེ་
བཅུ་གས་པ་མིན། ང་རང་ཚོ་བོད་རང་དབང་བྲལ་ཉེ་ཉ་ཅང་སྦྱོ་སོ་ཞིག་ཆགས་པ་ནི།
ང་ཚོ་བོད་པ་མི་རབས་ཁ་ཤས་ཀྱི་གོང་ནས་འཛམ་གླིང་གི་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
གྲིས་སོངས་ཤིང་། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་
ལས་རང་གིས་ཆབ་སྲིད་སྦྱོང་ལུགས་དེ་ཆགས་ཚུད་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་ང་ཚོར་
རྒྱུ་ཚུ་འཕྲད་པ་ཡིན། དེ་དག་ཆང་མ་རྒྱ་མི་གྲུང་ཁྲན་གྲིས་བྱས་སོང་ཞེས་བརྗོད་
རྒྱུ་མེད། རང་ངོས་ནས་ཆགས་ཚུད་མ་བྱས་པས་ང་ཚོར་རྒྱུ་ཚུ་འཕྲད་དེ་བྱུང་བ་ཞིག་
ཡིན། དེས་ན་ང་ཚོས་སློབ་ལྷ་བཅུ་གས་རྒྱ་དེ་སྟེ་གུ་ནམས་ཀྱིས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་སློབ་
སྦྱོང་བྱས་ནས་གོང་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ཆང་མ་དགེ་བཤེས་འཛོག་རྒྱུ་དོན་དུ་
བཅུ་གས་པ་རེད་དམ་ཞེན་དེ་ལྟར་མིན། དེ་ཡང་གལ་ཆེན་སོ་ཡིན། མི་ཞིག་ཡིན་པ་
དང་། དེའི་ནང་ནས་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་པ་ཡིན།
བོད་འདི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་ནང་ཆོས་ཤེས་དགོས་
པ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་གཅིག་བྱས་ལྷ་གི་མེད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་སོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སློབ་གསུང་སྦྱོང་རྒྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་གནས་སྟངས་ཅི་འདྲ་ཞིག་
གི་ཐོག་ཏུ་སླེབས་ཡོད་པ་དང་། དེའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་
སོགས་ནི་གཙོ་བོ་དགེ་ལྡན་གྱི་ངོས་ནས་ལམ་སྟོན་དང་སྦྱོང་གཞི་བསྐྱངས་ནས་བཟོ་
སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་དེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་སློབ་གྲུའི་ནང་ཆབ་སྲིད་དམ་སྲིད་དོན་མ་འདྲེས་པ་དགོས་པའི་སྐད་
ཆ་ཞིག་ཡོད། དེའི་སྲིད་དོན་ནི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཆོག་མཁན་པའི་དོན་ཡིན། ང་ཚོའི་ཆབ་
སྲིད་ནི་མི་རིགས་ཤིག་འཆོ་ཐབས་དང་། མི་རིགས་ཤིག་གསོན་གནས། མི་རིགས་
ཤིག་གི་རང་དབང་གི་དོན་བཅས་ཡིན་པས་དེ་ནི་ངེས་པར་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་དགོས་པ་
དང་། སློབ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། བྱེད་རང་ཆོས་ཞིབ་
ཆགས་ཤེས་འདོད་ཡོད་སྐབས། བཀའ་སློན་ཁྲི་བ་ཉིན་དགུང་གསོལ་ཆོག་སྐབས་བྱུབ་
ཇེས་བྱེད་རང་ཆོ་དང་ཐུག་ནས། ད་ལྟ་བོད་པའི་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཐོག་ཏུ་
བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་། འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བའི་ལྟ་བུ་བྱུབ་རྗེ་ལྟར་
ཡིན། དེ་བཞིན་དབྱུ་མའི་ལམ་ཞེས་བརྗོད་པའི་དབྱུ་མའི་ལམ་ལ་འགྲོ་བའི་དགོས་པ་
དང་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པ། ང་ཚོ་རང་བཅན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བྱིན་ན། ཁ་ནས་ཤོད་རྒྱ་
ལས་སྤྲོ་པོ་ཡིན་ཡང་། དོན་དངོས་ལག་ལེན་བསྐྱར་སྐབས་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཐ་གཏོང་
དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་གང་དང་གང་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་བཅས་ཟམ་གདོང་
རིན་པོ་ཆེས་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་བསྐྱོན་ན། བན་ཐོགས་ཡོང་རྒྱ་རེད་སྟེ། ད་ལན་
འདིར་བྱོགས་ཁག་ནས་སློབ་སྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་འཛོམས་ཡོད་པ་པལ་མོ་ཆེས་བོད་
བསྟན་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་ཁྱར་སྤྲོད་གི་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་ཁྱར་སྤྲོད་དགོས་པའང་ཡིན།
བོད་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་དབང་མེད་པའི་གནས་སྐབས་འོག་
རང་སློབ་འབེན་ལ་བརྩམས་ནས་དཀའ་ལས་རྒྱ་ག་གི་ཡོད། ང་རང་ཚོ་རང་དབང་
ལུང་པར་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱི་བརྗོད་རང་དབང་ཡོད་པས་གང་ཡང་བྱེད་ཐུབ་པ་
ཡིན།

དེས་ན་དངོས་གནས་བསམ་པོད་པ་དང་། འོད་པོད་པ། བྱེད་པོད་པ་བཅས་བྱེད་
དགོས། དེ་ནི་ལྷ་མོ་མཐོང་ཅི་ཏུ་གི་སྐད་ཆ་ཡིན། ངས་དེ་ལྷ་མོ་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་
དགའ་བྱང་སྤྱི་བྱུང་མཐུན་ཆབ་ཀྱིས་ངོས་ལ་བསམ་པོད་པ་དང་། འོད་པོད་པ། བྱེད་
པོད་པ་བཅས་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལྷ་མོ་བྱས་པའི་འབྲས་བྱུང་པན་ཐོགས་གང་
ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ལ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་དགོས་ཞེས་དོན་ཆེན་གཅིག་ལ་སྒྲོན་
བརྒྱབ་པ་དེ་ནི་བདེན་པ་རེད།

མདོར་ན་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་རན་པ་ཞིག་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
ལ་ང་ཚོར་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཐུབ་པ་ཞིག་ལ་བསམ་སྒྲོག་གཏོང་དགོས། དཔེར་ན། ང་རང་
ཆོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འོག་ཅེས་ཉིན་ལྷ་མོ་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་གི་ཡོད།
དེ་ནི་བསམ་པོད་པ་དང་། འོད་པོད་པ་ཡིན་ལ། བྱེད་པོད་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡོང་གི་མེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་
ཉིན་ལྷ་མོ་རྒྱག་གི་ཡོད་ཀྱང་། རྟོག་པ་སོར་གང་ཅམ་ཡང་འཕར་གྱི་མི་འདུག དེ་ནི་ལོ་
ནས་ལོ་བསྐྱུད་དེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤྱེ་སྒྲོན་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་བསྐྱེད་
ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དང་། བསྐྱེད་ཆེན་གྲངས་མེད་སྤྱུང་ཅུ་དང་བཞི་བཅུ་ཞེས་
རིམ་བཞིན་བསྐྱོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། ལས་སྒྲུ་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་ཐུབ་པ་
ཞིག་མིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་ཅ་དོན་གྱི་བསྐྱེད་བྱ་དེ་ཡང་ཡུན་
བསྐྱེད་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་དང་། དེའི་ཅ་བ་ཡང་ལྷག་བསམ་དང་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ལ་
ཐུག་ཡོད། སྤྱིང་སྤྱོད་པས་དང་ལྷག་བསམ་ཡང་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རྟོགས་པའི་
ཐོག་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཡིན་སྟབས། བྱེད་རང་ཆོས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཅི་འདྲ་

ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ད་ལྟ་ང་པར་སླེབས་པ་དང་
བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་ནས་གསུང་བཤད་གནང་བར་ཕེབས་རོགས་ཞེས་བྱ་གི་ཡིན། བྱིད་
རང་ཆོ་དཔེ་ཆ་སློབ་ཤིང་གི་དུས་ཆོད་ཅུང་ཟད་འགྲངས་ཀྱང་སློན་དེ་ཙམ་མེད།

ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཆོས།

དཔུལ་བ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར།

ཁ་སང་བྲིད་རང་ཆོར་བཀའ་སློན་ཁྲི་པའི་གསུང་བཤད་ཁ་གསལ་པོ་བྱུང་སོང་
ངས། རྩི་བ་རྩིས་ལན་བྱུང་སོང་ངས་ཞེས་སྤྲུགས་སྤང་དང་བཅས་བཀའ་འདྲི་གནང་།
ཁ་སང་རྩི་བ་དང་རྩིས་ལན་ཉུང་ཉུང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་སོང་བས། དེ་རིང་སློན་ལ་རྩི་
བ་རྩིས་ལན་འགོ་འཛུགས་བྱས་ན་སྟམ།

གང་གི་སྤྲུགས་བཅེས་ཉེར་བཟུང་ནས། །

ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་བྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སློན་མཛད་པ། །

གྲོ་ཉམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་སློན་པར་མཛོད་པར་བརྗོད་པས་སློན་བསུས་ཏེ། གྲུས་པའི་རྩི་བ་ནི་དུས་
རྒྱུན་ནས་ང་རང་ཆོའི་བ་མེས་གོང་མ་ཆོས་བརྗོད་པའི་དཔུལ་བ་ཞེས་བ་དེ་ང་རང་
ཆོའི་མི་ཐོག་འདིས་དངོས་སུ་མཐོང་མེད་སྟབས་དཔུལ་བ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་
བཀའ་འདྲི་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་སྤིད་གསུམ་ཞེས་བ་མདོ་རྒྱུད་ཆང་མའི་ནང་ཡོད་ཅིང་། དེ་

ཡང་འདྲ་ཁམས་དང་། གཟུགས་ཁམས། གཟུགས་མེད་ཁམས་བཅས་གསུམ་
ལས། འདྲ་ཁམས་ལ་ངན་འགྲོ་སྟེ་དཔུལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས། ཏུད་འགྲོ་གསུམ་དང་
། བདེ་འགྲོ་ལའང་ལྟ་དང་མི་གཉིས། ལྟ་ལའང་འདྲ་ལྟ་རིགས་བྱག་སོགས་ཀྱི་རྣམ་
གངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་ཆང་མ་ང་རང་ཆོར་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་རེད་དམ་
ཞེ་ན། མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་མིན་པས་ང་ཆོས་མཐོང་མི་སྟབ་ཅིང་། ཏུད་འགྲོ་ནི་ང་
རང་ཆོས་དངོས་སུ་མཐོང་བ་འདི་ཉིད་ཡིན། ཡི་དྲགས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་སྐབས་རེ་ལྟ་
ཞུགས་པ་དང་། མཆོམས་རེ་འདྲེ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཡོད་པ་ཐག་
ཆོད་པ་ཡིན། ང་ལ་དེ་འདྲ་མང་པོ་སྟབ་ཚུང་། ལྟ་འདྲེ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ཉིད་མིའི་
ཁོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྐབས་། མི་དེར་རང་དབང་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་རྣམས་ཡོད་པ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་གང་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ང་རང་
ཆོར་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གྱི་མི་དང་ཏུད་འགྲོ་གཅིག་སུ་མིན་པར་འགྲོ་བ་གཞན་
དག་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་སྲིད་པ་བར་དོ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་རིགས་འགའ་ཞིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་
པ་ལྟ་བུ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་དེས་ཆོད་དཔག་བྱས་ན་གཞུང་ནས་དཔུལ་
ཁམས་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་སལ་ཆེར་མེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། ངས་མཐོང་གི་མི་
འདུག་ཅེས་བརྗོད་མི་སྟབ་པ་ཞིག་ཡིན། གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་རིགས་ང་རང་
ཆོར་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་མིན་སྟབས། སྒོག་གྱུར་ལྟ་བུ་ཆགས་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་
རང་ཆོས་མ་མཐོང་བ་དང་མེད་པར་མཐོང་བ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན། ཆོན་རིག་པས་མ་
རྟོག་པ་དང་མེད་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན་ཞེས་རྟག་ཏུ་སྐད་ཆ་འདི་ལྟར་ཡོང་གི་

ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱི་བ་སྤྱི་བྱེ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ང་ཆོས་བློ་བྱེ་མེད།
རིགས་འགའ་ཞིག་གིས་བློ་བྱེ་ཡོད། སྤྱི་ར་བཏང་མི་པལ་བ་པལ་མོ་ཆེས་བློ་བྱེ་
མེད། སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་མ་བློ་བྱེ་མེད་ཀྱི་སྤྱི་མ་མ་མཚོང་བ་ལས་
མེད་པར་མཚོང་བ་མིན། དེས་ན་ཤེས་བྱ་འདི་ལ་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཡོད་དོ་ཅིག་མིས་
ཤེས་ཀྱི་མེད།

དཔེར་ན། སྤྱི་བྱེ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་རྗེས་
སྤྱི་ཤེས་པའི་རིགས་ཀླུ་མས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་འགོ་སྟོན་དང་། དུས་རབས་བཅུ་
དགུ་པ་དང་། དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱི་ཤེས་ཀྱི་མེད། དཔེར་
ན། རྒྱལ་མཐོང་ཆ་མེད་མ་བྱུང་བའི་གོང་དུ་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱི་དངོས་
པོའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱལ་མཐོང་ཆ་མེད་ཅེས་བ་དེ་སྤྱི་ཤེས་
སྐབས་དེ་ལྟར་མིན། དེས་ན་སྤྱི་ར་གནས་ཚུལ་གང་འཆོམས་ཤིག་ཤེས་བ་དང་།
དེ་ནས་གཏིང་རྒྱ་སྤྱི་ར་བ་དེ་སྤྱི་ར་ཀྱི་དུས་སྤྱི་མ་མཚོང་བ་དང་མ་ཆེད་པ་ལས་
མེད་པར་ཆེད་པ་མིན། དེ་མ་འོངས་པར་ཆེད་པ་ཡོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། རི་རབ་ལྟ་བུ་
མཆོན་ན་དེའི་འགལ་ཆུ་མཚོང་གི་ཡོད།

དོས་ལ་ཆ་བཞག་ན་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་པ་ལྟར་ཀྱི་རི་རབ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད།
དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་དུ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་ཅ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།
དེས་ན་མཐོན་པ་མཐོན་ནས་གླིང་བཞི་གླིང་སྤྱི་ར་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུས་
འཁོར་གྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་སྤྱི་ཤེས་འདོམ་གང་སྤྱི་ར་མཐོང་
ནས་སྤྱི་གཞུང་བར་སྤྱི་ར་སྤྱི་མ་ཆུ་སོ་གཅིག་ལྟ་བུར་བཅི་སོལ་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་

ཀལ་ཆིགས་རི་རབ་ཏུ་སྒྱར་བ་ལྟ་བུ་མཆོན་བྱེད་དང་། མཆོན་དོན་ལ་སྒྱར་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན།

སྤྲལས་ལྷལས་ལྟར་ན་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རེ་རེ་བཞིན་མཆོན་དོན་དུ་བྱས་ཏེ་དག་པ་བཤད་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་བཤད་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ངེས་པར་དུ་སྤྲི་བཞིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་མིན་དབྱེད་རྒྱ་ཡོད། དཔེར་ན། མངོན་པ་མངོན་ནས་བཤད་པ་སྤྲི་བཞིན་པར་ཁས་སྦྱངས་ན་མངོན་སུམ་ལ་སྟོན་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་འགལ་ཁྲ་རྩ་ཆོས་དངོས་སུ་མཐོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་ནང་པའི་གཞུང་དུ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་བཀོད་སྐབས། སྤང་རུང་མ་དམིགས་པ་དང་། མི་སྤང་བ་མ་དམིགས་པ་བཅས་ལས་འདི་ནི་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་ན་སྤང་རུང་བ་ལས་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་ན། འགལ་ཁྲ་དམིགས་པ་སྟེ་ཆོས་དེ་དང་དེ་འགལ་བ་ཡིན་པ་དང་། འགལ་བ་ལའང་ངོ་མོ་འགལ་དམིགས་དང་། རྒྱ་འགལ་དམིགས། འབྲས་བུ་འགལ་དམིགས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དཔེར་ན་འཛམ་གླིང་ལེབ་ལེབ་དབུས་སུ་རི་རབ་དང་། དེ་ལ་ཉི་མའི་འཁོར་འགྲོས་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་རྩ་ཆོས་ཁས་སྦྱངས་ན། འཛམ་གླིང་ཕྱིལ་པོ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་ཉི་མ་དབུས་སུ་གནས་ཤིང་། འཛམ་གླིང་གིས་དེ་ལ་འཁོར་ནས་འགྲོ་བ་རྣམས་དངོས་སུ་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཆོད་གཞལ་ན་ཆོད་འཇལ་སྒྲུབ་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན། དེས་ན་འགལ་ཁྲ་དམིགས་པ་ཡིན། འགལ་ཁྲ་དམིགས་པ་ཡིན་པས་ན་མངོན་སུམ་ལ་སྟོན་མེད་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་དེ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པ་ཞིག་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། ཁས་སྦྱངས་སྒྲུབ་པ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། དང་པེས་ལེགས་པ་ཤད་སྒྲིང་པོའི་དབྱུག་ རིགས་པ་
 དང་ལགལ་བའི་བྱལ་མཐའ་ཁས་གྲངས་ན། སྤྱ་བ་པོ་ཆད་མའི་སྤྲེས་བྱར་མི་རྩུང་བའི་
 སྤྲིར་རོ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། རིགས་པ་དང་ལགལ་བའི་བྱལ་མཐའ་ཁས་གྲངས་ན།
 སྤྱ་བ་པོ་ཆད་མའི་སྤྲེས་བྱར་མི་རྩུང་ན། མངོན་སུམ་ལ་བསྟོན་པའི་ཆོས་ཤིག་ཁས་
 གྲངས་ན། སྤྱ་བ་པོ་ཆད་མའི་སྤྲེས་བྱར་མི་རྩུང་བ་སྟོས་མེད་ཡིན། ར་རང་ཆོའི་
 སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དུ་རིགས་པའི་སྤྱལ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་
 གསུངས་ཡོད། རིགས་པ་དེ་རྣམས་རྗེས་དཔག་ཡོང་བར་གྱུར་བ་ཞེས་བརྗོད་བ་ལྟར།
 མཐའ་གཏུགས་ན་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱོད་བ་ལ་གཏུགས་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན་མཐར་གཏུགས་དེ་དང་འགལ་བ་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་འདུག་ན། ཁས་སྦྲངས་
 གྱུ་ཏུ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། བར་པའི་ཆོད་མ་གཞུང་གི་སྤྱི་འཇུག་སྦྲངས་ཡོད་དམ་མེད་
 ཅེས་ཐག་བཅད་ནས་འགྲོ་སྦྲངས་འདི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་
 དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་གཞུང་གི་བར་དུ་ཐ་སྦྲད་དུ་ཡོད་པའི་ཡོད་ཆོད་ནི། ཐ་སྦྲད་དུ་
 གྲགས་ཤིང་བྱལ་བ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་ཐ་སྦྲད་པའི་ཆོད་མ་གཞན་གྱིས་མི་གཞོད་པ་
 ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། སྤྱིར་བཞི་སྤྱིར་ཐོན་ཆམས་ཐ་སྦྲད་དུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་།
 དེ་ལ་ཐ་སྦྲད་པའི་ཆོད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་ཀྱི་ཡོད། རི་རབ་དང་འཛམ་སྤྱིར་གི་
 བཞོད་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ཅུང་གཙོད་བྱེད་མཁན་གཅིག་གྱུར་ཞིག་
 གིས་དབུད་སྐབས་དེ་ལྟར་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད། དེའི་འགལ་སྒྲིབ་འཕྲུལ་
 ཡོད་གི་ཡོད། དེས་ན་ཁས་སྦྲངས་མི་ཤེས་པ་ཡིན།

དཔྱལ་བར་ཆ་བཞག་ན། མ་མཐོང་བ་ཅེས་གྱིས་རྒྱ་མཚན་ལས་དེའི་འགལ་ལྷ་

ཞིག་ང་ཆོར་ཅ་བ་ནས་རྟེན་རྒྱ་མེད། མཐར་གཏུགས་ན་ང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མི་འདུག་
ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་དེའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱི་བ་སྤྱིར་ཆ་བཞག་ཀྱང་།
ང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་པའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུ་ལས། དེ་མིན་མེད་པར་རྟེན་པ་
མིན། དེ་བཞིན་ང་ལ་སྐད་ཆ་ཞིག་དྲིས་ཀྱང་། ངས་དཔྱུལ་བ་མཐོང་ཁྱོད་མེད་ལ།
སྤར་དཔྱུལ་བར་སྤྱེ་ཡོད་ན་ལས། སལ་ཆེར་ང་ཆོ་ཆང་མ་དཔྱུལ་བར་སྤྱེ་ཁྱོད་བ་ག་
སྟག་ཡིན་ལས་ཆེ། མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་ལྟར་བྱས་ཏེ་མེད་ན་ཡང་། རིགས་པས་
ཆོད་དཔག་གིས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་དཔྱུལ་བ་ཡོད་ཆོག་གི་རེད་སྟེ་པ་བ་བྲན་གྱི་
འདུག།

བདག་འཛིན་སྤངས་ན་ནམ་མཁུན་ཐོབ་སྟབ་མིན་སྟོར།

ཁ་སང་གི་དྲི་བའི་ཁོངས་ནས་བདག་གཅེས་འཛིན་སྤངས་ན་ནམ་མཁུན་ཐོབ་
སྟབ་མིན་གྱི་སྟོར་དེ་གཞན་འགག་ཏོག་ཅམ་འདུག་དེ་ཡང་གཞན་བདེ་ཁྱད་དུ་གསོད་
པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་དང་། ཡང་གཞན་བདེ་ཁྱད་དུ་
སྤངས་མ་སྟབ་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་ཡོང་ཆོག་པ་འདུག་ཅེས་ཁ་སང་སྐད་
ཆ་བྱང་བ་ལྟར་ཡིན། གཞུང་གི་ནང་གསུངས་མི་འདུག་ཀྱང་། ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་དབྱེད་ན། སལ་ཆེར་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་བདག་ལ་
ཆགས་པའི་བདག་ཆགས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱི་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་
བོ་ནི་བདག་ལ་ཆགས་པའི་བདག་ཆགས་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་བདག་ལ་
ཆགས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཡིན། འདོད་ཆགས་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་ཞིང་
འདྲེས་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་དང་། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་མ་འདྲེས་ཀྱང་།

བདག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྩལ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་ཡོད་
པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་དང་། ཡང་བདག་བདེན་ཐུབ་དུ་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་
དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྐྱར་པའི་བདག་ཅེས་འཛིན་གཅིག་བཅས་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་
ན་རང་གཅེས་འཛིན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་སྐྱར་ཡིན་
ན་ཡང་། དེའི་གྲོགས་ཉོན་མོངས་གཞན་གྱིས་རྒྱན་པས་གཅེས་འཛིན་ལ་ཤུགས་ཆེ་
ཆུང་དང་། སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱད་པར་གཏན་གཏན་ཡོད།

དེས་ན་བདེན་འཛིན་ཉོན་མོངས་སུ་འདོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། བདེན་འཛིན་
དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྐྱར་པའི་བདག་གཅེས་འཛིན་དེ་དང་། རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྩལ་
ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྐྱར་པའི་རང་གཅེས་འཛིན། དེ་
བཞིན་འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྐྱར་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་དེ་དག་ཉོན་
མོངས་ཅན་གྱི་བདག་གཅེས་འཛིན་ཡིན། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་དབྱ་བཅོམ་པའི་
རྒྱུད་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་དེ་དག་མེད། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་རང་གཅེས་འཛིན་དང་།
ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གཉིས་འཛོག་དགོས་ཤིང་། ཉོན་
མོངས་ཅན་གྱི་རང་གཅེས་འཛིན་ལའང་ཉོན་མོངས་སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱད་པར་ལས་རང་
གཅེས་འཛིན་ལའང་སྤྲ་རགས་ཡོང་བ་ཡིན། འདི་ལྟར་བྱས་ནས་གསལ་པོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

ཤར་བྱུང་ཆོས་པ་དང་ཆོན་རིག་པས་དཔྱོད་པའི་ཚུ་ཆད་ཀྱི་བྱད་པར།

དེ་ན། ལགོང་ས་མཆོག་ནས་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་བརྒྱ་
ཐལ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེ་ཤར་ཨེ་ཤེ་ཡ་ནས་བྱུང་བ་དང་། ཆོས་

ལྷགས་དེ་དག་གི་ལྷ་བྱུང་པ་ལ་ཆེ་བ་གཉིད་ཟབ་ཤིང་ལྷག་རེད། ལམ་སྤྱི་བྱུང་མཆོན་
ན་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་ཉིད་དང་། མཐར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་
འཕང་ཐོབ་པའི་སྐྱེ་བོ་ཏ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པས་མིའི་བསམ་སྒོམ་རིག་པ་ཏ་
ཅང་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་ཡོད། ཡང་བྱུང་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་ཆོན་རིག་ཡར་རྒྱས་ལ་
བརྟེན་ནས་བྱུང་ཕྱོགས་སྐྱད་པ་ཏ་ཅང་སྤྱད་པོ་ཆགས་ཡོད། ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་
བསམ་སྒོའི་རྩ་སྐྱུན་དང་རིགས་སྐྱུན་གྱི་ཤུགས་སྐྱུན་ངེས་པར་ཐེབས་ཡོད། དེས་
ན་སྐྱད་པའི་རྩ་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཤར་བྱུང་གཉིས་ཀྱི་མིའི་སྐྱད་
པའི་རྩ་ཆད་ལ་ཆེ་རྒྱུད་གི་བྱུང་པར་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ཐོག་མར་ངོས་ནས་ཆོས་ལྷགས་བརྒྱ་ལྷག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས།
ཤར་ཕྱོགས་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་བའི་ཆོས་ལྷགས་ཁོ་ནར་བརྗོད་ཀྱི་མེད། ཨ་མི་རི་
ཁའི་ནང་ཆོས་ལྷགས་མང་པོ་ཡོད། ལ་ཤིན་ཨ་མི་རི་ཀའི་ནང་དུ་ཡང་ཆོས་ལྷགས་
མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན། ཨ་མི་རི་ཁའི་ནང་ཁོང་རང་ཆོའི་ཡུལ་པའི་ཆོས་ལྷགས་དར་
འབྲེལ་བའི་མོ་རྒྱག་མཁན་ཞིག་འདུག དེ་ཡང་རྫོ་དང་དུང་དཀར་སོགས་དངོས་
རིགས་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་སྟོད་གཅིག་གི་ནང་དུ་སྤྱགས་ནས་སྟོད་ཀྱི་ནང་དུ་
དཀྲུག་དཀྲུག་དང་བཅས་ཕྱི་ངོས་སུ་གཤོས་ཟེས། རྫོ་དང་དུང་དཀར་སོགས་ཀྱི་
ཆགས་སྐྱངས་དང་། སྟོད་སྐྱངས་ཀྱི་གཟུགས་དབྱིབས་སོགས་ལ་བལྟས་ནས་འབྲེལ་
བཤད་རྒྱག་གི་འདུག ཁོང་རང་ཡུལ་པའི་སྤྱི་མ་རྩ་ཆོན་ལྷ་བྱུང་བཅི་གི་འདུག ངོས་
རང་སྤྱག་འདོད་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་པས་ཡིན་དང་ཡིན་ཞེས་སྤྱག་པ་ཡིན།
དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་སྐྱུད་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།

ལྷ་ལྷ་གསོལ་བ་སོགས་འབྲེལ་བ་སྟེ། མདོར་ན་རྣམ་རྟོག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
པའི་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཆོའི་རིགས་ལ་ལྷ་བ་དང་གྲུབ་མཐའ་བཤད་
རྒྱ་མེད། ལྷ་བ་དང་གྲུབ་མཐའ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་དག་གྲོ་མ་མི་རི་ཁར་ཡོད་
པའི་མ་ཡ་ཞེས་པའི་ཁོང་ཆོར་རིག་གཞུང་དར་བྱུང་ཅིག་ཡོད་ལ། ཁོང་ཆོར་ཡི་གེ་
རྩིང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ཚུལ་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་ལོ་ངོ་རྩོད་པའི་སྐད་ཆ་
ཡིན། མི་ལ་སོགས་བ་དམར་མཆོད་འབྲུལ་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལྷ་བྱ་ཡོད། དེ་
དག་ལ་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་མེད་ངས་ཞིབ་སྒྲུ་མི་ཤེས། གང་ལྟར་ཡོངས་གྲགས་ལྷ་རྣམས་
གྲུབ་རྣམས་ཀྱངས་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ལུགས་ནི་པལ་ཆེར་རྒྱ་གར་
ནས་བྱུང་བ་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་བྱོན་གོང་ནས་གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་
ཡོད་པ་མ་ཟད་ལྷ་གྲུབ་ཀྱང་གང་འཆམས་གཏིང་ཟབ་པོ་ཡོད། དེ་བཞིན་འདི་ལྟ་ཆོས་
ལུགས་ལ་འད་ལྷ་གྲུབ་གང་འཆམས་ཡོད། ངས་ཞིབ་སྒྲུ་ཤེས་ཀྱི་མེད། དཀྱིལ་ཤར་
ཡུལ་གྱུ་ནས་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ཀྱང་དཀྱིལ་ཤར་ཡུལ་གྱུའི་ནང་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་
ཞིག་ཡིན། ཁ་ཆེའི་ཆོས་ཀྱང་དཀྱིལ་ཤར་ཡུལ་གྱུའི་ནང་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་དག་
ནི་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཙོ་ཆེ་བ་རྣམས་ཡིན། དེ་ལྷ་རྣམས་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་པ་
གཙོ་ཆེ་བ་བཅུ་ལྔ་ན་པལ་ཆེར་ཆོས་ལུགས་གངས་བདུན་བརྒྱད་ཅུ་ལས་མེད།

ཁྱེད་རང་གི་བྲི་བ་ངོ་མའི་ལན་ནི། ད་པན་རྒྱུ་ལྟོགས་ཀྱི་ཆོན་རིག་པས་དཔྱེད་
པའི་ཡུལ་ལ་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གཙོ་བོར་བཅུ་ལྔ་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ལས། ལྟོག་གྱུར་གྱི་
རིགས་པལ་ཆེར་མེད། ནང་ཤེས་པ་ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་ལྟོང་བ་རགས་པ་ཡོད་པའི་

ཤེས་པའི་ཐོག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སྒོ་ལུང་ཤེས་པ་རྟོག་མེད་དང་། ཡིད་
སྒོ་རྟོག་པ་གཉིས་ལ་ད་པན་ཆན་རིག་པའི་ནང་དུ་དབྱེ་བ་སྟེ་བ་མེད། ཐོག་མར་དེ་
གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་ཞིག་མ་སྟེ་ན་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་ཞིབ་སྒྲ་ཤེས་མི་སྤྱབ་པས།
རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཞིག་སྟེ་དགོས་ཞེས་ངོས་ནས་རྟག་ཏུ་འདི་ལྟར་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ད་པན་གྱི་ཆན་རིག་པས་སྒྲིའི་འགྲོ་སྤངས་དཔྱོད་སྒྲུབས། ཆད་མ་དང་
ཆད་མིན་གྱི་དབྱེ་བའི་རྣམ་གཞག་སྟེ་གི་མེད་པས་དེ་ངེས་པར་དུ་འབྱེད་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཤེས་པ་རགས་པའམ་སྤྱོད་ཆོར་རགས་པ་དབང་པོའི་ཤེས་པར་
གཙོ་བོར་བཙུགས་པ་ཞིག་ཡིན། དབང་པོ་ཤེས་པ་རྣམས་དབང་རྩ་དང་འབྲེལ་ཡོད་
སྤྱབས། དབང་ཤེས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྒྲུབས་དབང་རྩ་ལ་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་འགྲོ་
མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཤེས་པ་ལ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་པ་ལས། ཤེས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་
བོའི་སྤྱོད་ནས་འགྲེལ་བཤད་ད་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེས་ན་ཆན་རིག་པས་ད་ལྟ་བར་
ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ནི། མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གཙོ་བོར་བྱས་པ་སྟེ། མདོར་ན་ཆད་དང་
ཅིས་རྒྱག་ས་ཡོད་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཞིག་ཡིན།

ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་སྒྲུབས་ནང་གི་སྤྱོད་བའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་གང་
ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་བའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པས་ན། ཆན་རིག་པའི་འགྲོ་
སྤངས་ནི་ངེས་པར་དུ་ང་རང་ཆོའི་ཐལ་འགྱུར་བའི་འགྲོ་སྤངས་བཞིན། རོན་དེ་གྲགས་
པ་ཡིན་པ་ཞེས་གང་ཟག་གཅིག་ལ་གྲགས་པས་མི་འགྲིགས་པར་དབང་པོ་གཉིས་
གསུམ་གྱི་ཐོག་ཏུ་གྲགས་ཤིང་མངོན་སྤང་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་བརྟག་དབྱེད་

ཅི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ར་འཕྲོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཆོད་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཤེས་
པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་རིགས་རྣམས་མི་གཅིག་ལ་ཤེས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་སྦྱེས་ཡོད་ཀྱང་
། དེ་ལ་བར་དབང་བྱེད་མི་ཞིག་གིས་བཤད་ཐུབ་ཐབས་མེད། གཞུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་
སམ་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གྱི་ཆོས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ནས་དེས་པ་
རྟོག་པ་དེ་མི་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བྱེད་ཐབས་དེའི་ཐོག་ནས་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་འཆོལ་
སྐབས་ཉག་ཉག་ར་འཕྲོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། གཞི་ནས་ཡོད་མེད་ཐག་བཅད་པ་ཞིག་
ཡིན་པས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད།

ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་གར་ཉིན་རྒྱུ་འཛིན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་བཤད་
ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་བཤད་ཀྱི་ཡོད།
དེ་བཞིན་འཇན་ནམ་གཅེར་བུ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དབང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་
བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་གི་བསྐྱོམ་རྒྱུ་པ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཤེས་པའི་
རྣམ་འགྱུར་འདྲ་མིན་ཡོང་བ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེ་དང་དེར་གི་ཐུབ་ཕྱོགས་
པའི་ཆོན་རིག་གི་འགྲོ་སྤངས་གཉིས་བསྟར་ན། ད་ལྟ་ཆོན་རིག་པའི་འགྲོ་སྤངས་ཀྱི་
ཆོད་གཞི་དེར་སྦྱེབས་མེད། ཁ་སང་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་འགོ་
སྟོན་དང་མཇུག་གི་དུས་ཆོད་བར་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་སྤྱིན་ཡོད།

དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་ནང་ཐུ་མ་ཐུང་ནས་ལུས་ཀྱི་ཁྲད་ཅའི་འགྱུར་བ་
འགྲོ་བ་སྟེ། གཙོ་བོ་འཕྲོད་བསྟེན་གྱིས་གཞུགས་པའི་བདེ་ཐང་གི་ཐོག་ནས་ནང་གི་
རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ལུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། སེམས་ཀྱི་རྟོག་
པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ལུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་རྣམས་དེར་སྐབས་དེ་

གསལ་དུ་འགྲོ་སྐབས། གཞི་ནས་འཛོད་བསྟེན་གྱི་ཅ་བ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
ཡོང་བའི་ཅ་བ་སྟེ། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སེམས་བག་སེབས་བ་ཞེས་བ་ནི། དངུལ་སྤྲང་
ནས་ཉོ་རྒྱ་མེད་ལ། བཅོ་གྲས་ཀྱང་བཅོ་རྒྱ་མེད་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྐབས་སེམས་
ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞེས་བ་ནི་ནང་སེམས་རྒྱུད་ནས་སྐྱབ་དགོས་བ་ཞིག་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ཞི་
བདེ་ཞེས་བཅོད་སྐབས། ཡིད་སློ་རྟོག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མི་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ནི་
རྟོག་པའི་ནང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། རྣམ་རྟོག་གི་དབང་གིས་ཡིད་སློ་ལ་ཡིད་བདེ་མིན་གྱི་
གནས་ཚུལ་ཡོང་བ་དེ་རྣམས་རྟོག་པའི་ཐོག་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་དབང་ཅའི་
ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་འད་དེ་ཅུ་བྱ་རྒྱ་མེད་བ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ང་ཆོ་ཆན་རིག་བ་དང་མཉམ་དུ་གོ་བསྐྱར་བྱས་ནས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གངས་ཕྱིན་ཟིན་
ཅིང་། དེ་ལྟར་གོ་བསྐྱར་བྱེད་སྐབས་ཆོན་རིག་པའི་ནང་ནས་སྤྱིར་རྒྱ་གར་གྱིས་ཤེས་
པའི་རྣམ་གཞག་འབྲེལ་བ་འད་བརྒྱབ་བ་དང་། དེའི་ནང་ཆོན་ནས་ནང་བ་སངས་
རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་འད་བརྒྱབ་བ་དེ་དག་ལ་ཆོན་རིག་པའི་ནང་ནས་དོ་
སྣང་ཇི་ཆེར་འགྲོ་བ་ཞིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནས་རྩྭ་ར་བསྐྱབ་བྱ་དང་
གནད་འགག་ཤེས་ཐབས་ལ་དོ་སྣང་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་སྟེ་བ་སྤྱི་
སྐྱབ་པའི་སྤྲང་ཆ་ཤོད་ཀྱི་མེད་ལ། ཐར་བ་སྐྱབ་པའི་སྤྲང་ཆ་ཡང་ཤོད་ཀྱི་མེད་བར་ད་
ལྟའི་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ནང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
ཤུགས་ཇི་ཆེར་འགྲོ་བ་ཞིན་ཡོད།

དེས་ན་དེ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོང་གི་ཡོད་བ་ཡིན། ཕྱི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
ཡང་ཆོན་རིག་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་འད་ཆ་ཆང་བརྒྱབ་སྐྱབ་བམ་ཞེ་ན། སལ་

ཆེར་ཁག་པོ་ཡིན། གཟུགས་ཅན་ལ་འདྲ་མིན་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་གྲང་
ཅུང་ཟད་ཁག་པོ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་དེ་རིགས་རྣམས་ཆོན་རིག་ཁོ་ནའི་
ཐོག་ནས་བརྗོད་ཐུབ་ཆུ་ཁག་པོ་ཡིན། དཔེར་ན། འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་རིགས་རྣམས་
འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ཕྱིན་པ་རེད་ཅེ་ན། ཆོན་རིག་པས་འགྲེལ་བ་ཤད་ཆུག་ཐུབ་པ་ཡིན།
གང་ཞིག་བྱས་ཏེ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་
འགྲེལ་བ་ཤད་བྱ་ཆུ་མེད་པས་དེ་ལ་བྱད་པར་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་
པའི་གཞུང་ནས་བཤད་ན། ལས་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཕྱི་
དངོས་པོ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ཐུབ་ཆུ་ཁག་པོ་ཡིན། ཉན་གི་
ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་ཤེས་པ་སྤྲ་རགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། ཤེས་པ་རྩེ་
སྤར་འགྲོ་སྐྱབས་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཐུབ་པ་ལ་ཆེར་ཁག་པོ་ཡིན།

ནང་ཆོས་དང་སྐྱོལ་ཆུན་རིག་གཞུང་གིས་ཡར་རྒྱས་ལ་གཞོད་མིན་སྐོར།

དེ་ལ། བོད་ནང་ཞོགས་དྲུང་གིས་བཅུམས་པའི་དེབ་ཏུ་ནང་ཆོས་དང་། སྐྱབས་
འགྲོ། བོད་ཀྱི་སྐྱོལ་ཆུན་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་འཕེལ་རྒྱས་
འགྲོ་བ་ལ་འགོག་རྒྱུ་བཟོ་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཤད་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་
ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་ཆུ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། དེ་སྐོར་ལོ་དང་པོར་བརྗོད་ཐོག་པ་ཡིན་ལ། ཞོགས་དྲུང་ལ་སོགས་
པ་མི་རིགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཏུ་ཅང་ལུགས་ཆེན་པོ་རེད་འདུག རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་
ཞེན་ཁོག་བྱས་པ་དང་། བོད་མི་རིགས་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱུངས་པ་དང་།
དཀའ་ངལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་འཕྲད་པ་སོགས་ནད་མི་ཐེག་པ་ཆགས་པ་འདི་ཉིད་བོད་

པའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཤུགས་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ཕྱོགས་ཁོ་ནའི་ཐོག་ཏུ་བཏང་བ་དེས་
འཇུས་པོར་བྱེན་འདུག་བསམ་གྱི་ཡོད། ཆངས་སྤྱོད་པ་རབ་བྱུང་པོ་མོ་མང་པོ་ཞིག་
ཆགས་ཡོང་སྐབས་དེས་ཀྱང་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གཞི་དུ་བཟུང་བསམ་པ་པལ་
ཆེར་བྲན་གྱི་ཡོད། ཆོས་ཀྱི་གཞི་དུ་བཟུང་ཅེས་པའི་ཆོས་ཞེས་པའི་མཚུབ་མོ་
འཇུགས་ས་ནི་མི་ཡ་རབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བྱམས་སྤྱིར་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
དང་། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནོར་བ་རེད་ཅེས་སུས་ཀྱང་བརྗོད་མི་ཐུབ། གང་ཞིག་
བརྗོད་ཐུབ་ཅེ་ན། ཆོས་ཀྱི་མིང་འབྲེར་ནས་རྒྱས་སྒྲོས་བྲས་པ་དང་། སྐྱ་གསུང་
ཐུགས་རྟེན་ལ་འགྲོ་སོང་ཆོན་པོ་བཏང་ནས་བཞེངས་ཏེ་སྐྱུག་ས་ནས་བཤད་ན། ལྷ་
མ་དང་ལྷ་བྲང་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ནི་ཉ་ལམ་དཔོན་ཆང་དང་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་བྱེད་
ས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་ཆོས་འབག་ལ་གྱོན་ནས་
བལྟ་གཞིག་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་རིགས་ནམས་སྦྱོན་ཡིན།

བཅོམ་ལྷན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལོག་འཆོ་མ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཁྱིམ་
ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་པ་ནི་གྲ་ཆས་གྱོན་པ་གཅིག་ལུང་སྐྱད་ཆ་
མིན། དེ་ནི་བསམ་སྒྲུབ་འགོད་ཕྱོགས་ཡན་ཆད་དང་། མི་ཆེ་སྐྱེལ་སྤངས་བཅས་ནས་
འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་ལ་གསུང་གི་ཡོད། ང་ཆོས་དེ་དག་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཙམ་མི་བྱེད་
པར་བསམ་སྒྲུབ་དེ་འཛིག་རྟེན་པལ་པར་གནས་ཤིང་། ཕྱི་ཡི་ཆ་ལུགས་བརྗེས་ནས་
འདི་ལྟར་འགྲོ་བ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད།

དེས་ན་བོད་དང་ནང་པའི་ཡུལ་ལུང་གཞན་དག་དང་། དེ་བཞིན་ནང་པ་ཙམ་མིན་
པར་ཆོས་ལུགས་གཞན་སོགས་གང་གི་ནང་དུ་ཆ་བཞག་ཀྱང་། ཆོས་པས་ཆོས་

ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་བསྐབ་བྱ་ཅི་བཞིན་མ་བྱས་པར་རང་གི་ཁེ་ཕན་སྐྱབ་སྐྱུའི་དོན་
དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་ལྟར་སྐབས་སྐྱོན་དེ་རྣམས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཞོགས་དུང་སོགས་ཀྱིས་
བརྗོད་པ་ནི་བདེན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྤར་བྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ནང་ ༡༩༥༥ ལོར་ངོས་རང་
ཀྱི་ནག་པོ་ཅིང་དུ་ཆོ་བ་ཁ་ཤས་བསྐྱད་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་མའོ་ཅེ་ཏུང་ཐེངས་མང་
པོ་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་། མཐའ་མའི་ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མའོ་ཅེ་ཏུང་ནས་ངོས་ལ་
བརྗོད་པར། བྱེད་རང་གིས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་བསམ་སྒྲོལ་གཏོང་གི་འདུག་
པས་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་རེད་ཅེས་བསྐྱགས་བརྗོད་བྱས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཞེས་
པ་དེ་དུག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག རོས་རང་ཆ་འུར་འུར་ལྟ་བུ་བྱས་བྱུང་། ཆོས་
དུག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བ་ལ་གཞོན་པ་དང་། མི་
རིགས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བ་ལ་གཞོན་ཀྱི་རེད་ཅེས་སྐྱོན་འཇུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆན་གཉིས་
བཞོན་ཡོད། དེ་ནི་ད་ལྟ་བརྗོད་པ་ཐག་པ་ལྟར་ཉོབ་སྟེ་བལྟས་ན། བྱ་བཅུན་མང་པོ་
ཆགས་པ་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གཞོན་པ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེའི་སྐོར་ངས་ཡིག་ཆ་ཞིག་མཐོང་བའི་ནང་། འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་
ཀྱི་སྐབས་བོད་ལ་མའི་གངས་འབོར་བཙུས་པའི་མི་བཙུས་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་ཞིག་
མཇོང་ཡོད། དེའི་ནང་སྐབས་དེར་བོད་ལ་མི་འབོར་ས་ཡ་བཅུ་ཡོད་ཆུལ་འཁོད་
འདུག འབྲོམ་སྟོན་པ་བྱོན་དུས་ནི་ད་ནས་བཙུས་པའི་ལོ་རྒྱུང་ཐག་གཅིག་ཙམ་གྱི་
གོང་དུ་ཡིན། སྐབས་དེར་རྩོམ་སྟེ་ལྟ་གཅིག་དེ་ཤི་ཀ་ར་བོད་དུ་ཕེབས་པའི་སྐབས་
བོད་མི་ས་ཡ་བཅུ་ཙམ་ཡོད། བར་སྐབས་བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་ན་
བོད་མི་ས་ཡ་བཞི་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད། དེའི་ནང་བྱ་བཅུན་མང་དགས་པའི་སྐྱོན་བྱུང་

ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན། དེས་ན་དོས་ནས་ཉག་ཏུ་གྲ་བཅུན་ཡོད་པ་
ནམས་སྤྲུལ་དག་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ལས། གྲངས་ཀ་མང་ནས་དགོས་པ་དེ་ཅམ་མེད་
ཅེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད།

དཔེར་ན། བཅོན་བྱོལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཆ་བཞག་ན། རྒྱ་གར་མི་འབོར་ཆེ་
བླ་མ་པས་ངེས་པར་མི་འབོར་འཕེལ་རྒྱས་བཀག་འགོག་གྱེད་དགོས་པ་དང་། ང་
ཚོ་བོད་མི་གྲངས་ཀ་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན་པས། སྤྱི་སྤྱོལ་བཀག་ན་ལེགས་ཞེས་
བརྗོད་གྱི་ཡོད། བོད་ལའང་དེ་བཞིན་ཡིན། སྤར་རྩ་ཡའོ་པང་གིས་གསུང་བཤད་ཅིག་
ནང་བོད་ས་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་མི་ཉུང་བླ་མ་འདུག་ཅེས་བཤད་ཡོད་པ་དེ་
བདེན་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་མའོ་ཅེ་རྩུང་གི་བརྗོད་པ་དེ་དང་། འབྲོམ་སྟོན་པའི་སྤྲུལ་
སྤྱུ་མཇུག་པའི་མི་བཅིས་ནང་མི་འབོར་ས་ཡ་བཅུ་ཡོད། དེས་ན་འདས་པའི་སྟོང་སྤྲག་
གཅིག་ཅམ་གྱི་ནང་བོད་མི་ས་ཡ་བཞི་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད།

མ་གཞི་ནད་ན་ཆ་འཕོག་ནས་མི་མང་པོ་ཞི་བ་ཡོང་གི་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་
ངོས་རང་ལྷ་ས་ནས་བྱོས་ཡོང་སྐབས། བོད་ཀྱི་སྟོ་རྒྱུད་ས་ཁུལ་ཁ་གས་སུ་སྤར་ཞིང་
ཁ་ཡིན་པ་བར་ལམ་ནས་ས་སྟོང་སྤར་ཐང་དུ་གྱུར་པ་གང་འཆོམས་མཐོང་བྱུང་།
སྤྲུལ་དེར་སྤར་འདི་ཁུལ་དུ་ཞིང་པ་ཁྱོད་ཁྱིམ་ཡོད་པ་ད་ལྟ་ཅ་མེད་དུ་སོང་འདུག་དེ་
ཆོའི་གས་རྟོག་བེད་སྤྲུལ་བ་བཅུ་ལྷོད། དེ་བཞིན་སྟོད་ཁུལ་དུ་སྤར་ས་ཞིང་ཡིན་པ་
ལ་དེང་སྤྲུལ་གྱེ་ཐང་དུ་གྱུར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ངའི་ངོ་ཞེས་པ་ཨ་རི་བ་ཞིག་
ཡོད། ཁོང་ནས་དའི་སྟོར་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་གྱི་ཡོད། ཁོང་ནས་སྤར་མངའ་རིས་ཁུལ་
ནས་བཟུང་སྟོད་ཁུལ་དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དར་ཁུབ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དང་།

རིམ་བཞིན་གནས་གཤེས་འགྲུབ་པ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེར་བྱེད་པ་བྱུང་བ་
ཞིག་ཡིན། དེ་རིགས་ནི་འབྲུང་བའི་ཆོས་མཉན་ནས། གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་
། མོན་གྱི་ས་མཆོམས་མཆོ་སྒྲ་སོགས་ཀྱི་རི་རྒྱུད་ལ་སྤང་དང་རྩ་སྒྲིབ་གི་ཡོད་ཅིང་།
ས་ཞིང་འདེབས་ལས་བྱས་ན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཆ་གོང་ནས་ས་རྩ་སྒྲིབ་སྤྱི་
ཕྱིན་ཡོད། དེ་ཞུས་དུང་གོང་ལྟུང་ཅུང་ཟད་རེ་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། དེ་དག་ནི་ང་
ཚོའི་མི་འབོར་ཉུང་དུ་འགོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཉན་ཉན་ཡོད། མོན་ཀྱང་དེ་གཅིག་བྱས་
བོད་ལ་མི་འབོར་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན།

དོན་ཆོད་དང་པོ་ནི། ཆོས་བྱས་ན་དངོས་པོ་ཡང་རྒྱས་འགོ་བ་ལ་གཞོད་ཀྱི་རེད་
ཅེས་བརྗོད་པ་ནི། ང་ཚོའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གནང་སྟེ་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་
གྲུང་བསྐྱོགས་ནས་གཟིགས་མཁན་མང་པོ་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཁས་པའི་སྒྲིབ་
བྱ་མང་པོ་ཞིག་བྱོན་ཡོད། དེ་དག་ནི་མཁས་པའི་གནས་ཤིག་ཡིན། དེ་མིན་མང་
ཆོག་སྤྱི་མཉན་ནི་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མ་ཤེས་པ་དང་། མང་ཆོག་སྤྱི་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཆོས་གསུང་མཁན་དེ་ཡང་སྤྱི་མཉན་མིང་ཡོད་པ་དེ་དག་
ཆགས་ཡོད། གཞན་པར་བཞག་དག་བཤེས་ཞེས་བརྗོད་ན་མཐོང་དེ་ཙམ་མེད་པ་
དང་། སྤྱི་མཉན་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མཐོང་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་མཉན་ནི་དེ་འདྲ་
ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། མཁས་པ་དག་བཤེས་ནས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད། སྤྱི་མཉན་ནང་དུ་
མཁས་པ་ཡིན་མིན་སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་མཉན་ཡོད། དེས་ན་དག་བཤེས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་མཐོང་
དེ་ཙམ་མེད་པ་དང་། སྤྱི་མཉན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཏ་ཅང་ཅ་ཆེན་དུ་བཅི་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་གི་
ཡོད། དེས་ན་མང་ཆོག་སྤྱི་མཉན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མཁན་ནི་སྤྱི་མཉན་པ་ལས། དག་

བཤེས་རྒྱམས་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་མེད།

སྒོ་བ་སྒྲུག་ནམས་དང་ལྷན་དུ་ཚོགས་སྐབས། འདིར་སྤྱང་ཤུང་ཞིག་བཞད་ན་སྟུམ།
 འཕེའི་ཤེས་ཁམས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་བརྗོད་པར། སྤར་ཁམས་ལ་དགོན་པའི་
 མཁན་པོ་སྤྲ་མ་ཞིག་ཡོད། མཁན་པོའི་རིམ་མེ་ཞིག་གིས་མཁན་པོ་མཇལ་བར་
 དགོན་པར་སོང་སྟེ། མཁན་པོ་བཞུགས་ཡོད་དམ། ང་མཁན་པོ་མཇལ་དགོས་ཡོད་
 ཅེས་བརྗོད་སྐབས། མཁན་པོའི་ཞབས་ཕྱི་ཞིག་གིས་དེ་རིང་མཁན་པོ་དགོན་པར་
 བཞུགས་མེད། མཁན་པོ་མྱོང་ནང་གན་གྱོན་ནམས་ལ་ཞེད་སྦྱང་བསྐྱལ་བར་ཐེབས་
 སོང་ཞེས་བརྗོད་ཡོད།

དེས་ན་ཁྱེད་རང་གིས་ཁོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་དགོས་པ་ལས་ཐེག་པ་
བསགས་སྐྱེ་མེད་པ། ཐེག་པ་བསགས་ན་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་གི་རེད་ཅེས་ནས་སྐྱེ་ཡོད་
ལྟར་ཁོད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། མི་དེ་མཁའ་པོ་དང་ནང་ཆགས་ཞིག་མིན་ནམ། ཁོད་ས་
དེ་ཡང་གན་ཁོན་ནམས་ཡིན། ལོ་གཞོན་ནམས་ནས་དོ་སྣང་དེ་ཅས་ཀྱི་ཡོད་
མེད་མི་ཞེས། གན་ཁོན་ནམས་ནས་ཡིད་ཆེས་དང་དོ་སྣང་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ཉན་
ཀྱི་ཡོད་སྟབས། ཞེད་སྣང་བསྐྱལ་མཁའ་ཞིག་ཡིན་ན། ཡག་པོ་མ་བྱས་ན་དཔྱལ་བར་
སྐྱེ་གི་རེད། ང་ལ་འབྱུང་བ་འཁྲེང་ཤོག་ལྟ་བུ་བརྗོད་ཉེན་ཡོད།

ཡང་སྒར་ངས་གོ་ཐོང་བ་ཞིག་ལ། ཨ་མཛོད་ཅིག་གིས་ཞབས་བརྟན་གཙང་
དགོས་ཡོད་དམ་ཞེས་བརྗོད་བཞིན་འགྲོ་བ། ཞོར་ལ་མོ་དང་ཅིས་བསྐྱོར་བ་སོགས་
ཐེད་ཀྱི་ཡོད། མོ་ཅིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཞབས་བརྟན་འདི་དང་འདི་བསྐྱབ་དགོས་ཞེས་
བརྗོད་པ་དང་། སྤྱི་བདག་གིས་ཞབས་བརྟན་དེ་ནམས་གང་དུ་བསྐྱབ་དགོས་སམ་

ཞེས་བརྗོད་སྐབས། རས་སྐྱུའ་ཚོག་ཅེས་ཁོ་རང་གིས་ཞབས་བརྟན་དེ་ནམས་བྱས་ཏེ་
སྐྱ་ཡོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱེད་མཁན་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་ཁོས་ནས་གོང་དུ་བཞོང་བ་ལྟར་མང་ཚོགས་དང་ཕྱེས་བ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲ་
མ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཞུང་གུ་ཆེན་པོ་གཟེགས་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ཚོག་
ལ་ཐུགས་སྒྲུང་དེ་ཅམ་མི་གནང་བར་ཐད་ཀར་སྤྲིག་སྤོང་དགེ་སྦྱབ་ཁོ་ན་གསུང་གི་
ཡོད་སྟབས། མང་ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཏུ་ཅང་རྗེས་ལྷུས་ཐབས་པ་ངས་འདི་ལྟར་
མཐོང་གི་འདུག།

ང་རང་ཆོའི་ཁ་རྒྱན་ལའང་དཔེ་ཆ་ལྟ་དགོས་པ་མ་རེད། ཉམས་ལེན་བྱས་ན་
འགྲིགས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་ཆེན་
མོའི་ནང་ཁྱ་ལྟ་ནས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལ་བཞད་བྱའི་ཆོས་གཅིག་དང་། ལྷུབ་པ་
ཉམས་ལེན་གྱི་ད་རྒྱུ་འི་ཆོས་ལོགས་ལོགས་པོ་གཉིས་བལྟ་རྒྱ་དེ་ཉ་ཅང་ཞོར་འབྲུམ་
རེད་ཅེས་གསུངས་དགོས་པ་ཆགས་ཡོད། དཔེ་ཆ་པོད་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྟན་དེ་ནི་
དཔེ་ཆ་བ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་ལས། ང་ཆོ་ཉམས་ལེན་གྱི་ད་མཐའ་ལ་དགོས་པ་མེད་
ཅེས་ཉམས་ལེན་གྱི་ད་མཐའ་རྣམས་ལ་བེུ་བྱམ་ལག་མཐེལ་ཅ་མ་ཞིག་འཁྱེར་ནས་
ལྟ་བསྟོམས་པ་དང་། ལྷགས་བབྲངས་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ཏེ་ཉམས་ལེན་རོ་མ་འདི་རེད་
ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་གི་ཡོད། བཀའ་འཁྱུར་དང་བསྟན་འཁྱུར་པོད་མང་པོ་
བཅིགས་པ་དེ་རྣམས་བཞད་ཆོས་དང་ལྷུབ་ཆོས་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་དེ་རྣམས་བཞད་
ཆོས་རེད་ཅེས་པ་དེར་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་འགག་པ་ཉ་
ཅང་བསྟོན་གནང་ཡོད།

བཤད་ཆོས་དང་སྐབ་ཆོས་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་བཀའ་བསྟན་རྣམས་བཤད་ཆོས་
རེད། སྐབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱའི་ཆོས་མིན་ཞེས་བཞག་ན། སྐབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་
གདམས་པ་སྟོན་མཁན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་བཙམ་ལྡན་འདས་ཡིན་པས། བཙམ་
ལྡན་འདས་གིས་གསུངས་པ་ལས་ལྷག་པ་སུས་གདམས་པ་སྟོན་སྐབ་ཅེས་གསུངས་
ཡོད། དེ་ནི་དངོས་བདེན་ཡིན།

དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རྗེས་ལུས་ཐེབས་ཡོད། ངས་འདི་ལྟར་
བརྗོད་དགོས་པ་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱངས་ངོ་མ་བཤད་ན།
མངོན་མཐོ་དོན་གཉེར་ཞེས་གནས་སྐབས་མངོན་མཐོ་དང་། མཐར་ཐུག་ངེས་
ལེགས་ཞེས་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མངོན་
མཐོ་བཤད་སྐབས། མངོན་མཐོ་མི་ལུས་ལྟོ་གོས་ཏ་ཅང་སྤྱོ་པོ་ཞིག་དང་། ནད་དང་ན་
ཆོས་གསུངས་པ། དབང་པོ་ཏ་ཅང་རྒྱལ་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་བསྐྱད་ན། དེ་ལྟ་བུའི་མངོན་
མཐོ་དེ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་གང་ཡང་མིན། འབྲལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་མངོན་མཐོ་ཡིན་ན།
མངོན་མཐོ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། མངོན་མཐོ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་
པའི་རྣམ་གངས་བཤད་སྐབས། ཆེ་རིང་བ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། དབང་ཐང་ཆེ་བ།
ཆོག་བཙུན་པ། སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་མངོན་མཐོ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། ལྟོ་གོས་སོགས་
གནས་སྐྱངས་གང་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་ཡིན་ཡང་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པའི་མངོན་མཐོ་ཞིག་
དགོས་པ་ལས། མངོན་མཐོ་ཡི་དྲགས་ལྟར་དུ་བསྐྱད་ན་དེ་ལ་སྤྱིང་པོ་གང་ཡང་མེད།
དེས་ན་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ཕྱན་ཆོགས་སྡེ་བཞི་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཕྱན་

ཆོག་སྤྲེལ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་དང་། འདོད་པ། ཐར་པ་ཞེས་སྤྲེལ་ཞེས་གསུངས་
ཡོད། བསྐྱེད་བྱ་གནས་སྐབས་མངོན་མཐོང་དང་། མཐར་ཐུག་དེས་ལེགས་ཞེས་
གཉིས་གསུངས་ཡོད། བསྐྱེད་བྱ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེད་བྱེད་ཐབས་ནི་འོར་དང་ཆོས་
གཉིས་ལས། འོར་གྱིས་མངོན་མཐོང་བདེ་སྦྱིད་སྐྱེད་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཐར་པ་སྐྱེད་བྱེད་
དེ་བཞུགས་པ་ཡིན། དེས་ན་འོར་རང་གིས་དཀའ་ལས་མ་བརྒྱུ་བ་པར་རྩིས་ལྟ་ལ་
བསྐྱེད་བྱེད་ནས་འོར་བྱེད་ཆར་པ་བབས་པ་ཅང་མེད། འོར་དངོས་འོར་བྱེད་ཞེས་པ་དེ་
གང་ལ་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཤེས་ཀྱི་མེད། འོར་བྱེད་མེད་པ་ལས་སོགས་འོར་བྱེད་ནས་
གངས་མང་པོ་ཞིག་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད་པ་དོན་དངོས་གཅིག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱུ་མེད། རྩིས་
སོགས་པ་དེ་ནས་ཀྱི་སྦྱིང་པོ་དེ་ཅི་མེད། དེ་ལས་མེད་ལོར་ལྷན་རྒྱུ་ཞིན་ཞིན་གཞུང་
དུ་ཁྲ་རིགས་ཆོང་མཐན་མང་པོ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཆོས་འོར་བྱེད་བཅོངས་ནས་པན་གྱི་
ཡོད་ན་ལས། དེ་མིན་འོར་བྱེད་ལས་གསེར་རྩིས་རྩིས་ཀྱི་ལྷན་པ་ཡོད། ཡང་
ན་ཨ་སྒོར་གྱི་ཆར་པ་འབབ་རྒྱུ་ཡོད་ན་དེ་ནི་ཡག་པོ་ཡོད། རང་གིས་དཀའ་ལས་
བརྒྱུ་བ་ནས་ཨ་སྒོར་བཟོ་དགོས་པ་ལས། འོར་ལྷ་བསྐྱེད་བྱེད་ནས་ཨ་སྒོར་གྱི་ཆར་པ་
འབབ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་ཆོས་དང་། འོར་པ། འདོད་པ། ཐར་པ་བཞི་ལས་རྒྱ་
གཉིས་དང་འབྲས་བྱ་གཉིས་ཡོད་པས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་དགོས་པ་ཡིན།

འདོད་རྒྱུད་ཆོག་ཤེས་ཞེས་པ་ནི། གང་ཟག་གྲེ་གྲག་པ་ཞིག་གིས་འདོད་རྒྱུད་ཆོག་
ཤེས་གྲེད་དགོས་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས། སྤྱི་ཆོག་སྤོངས་རྩིས་འདོད་རྒྱུད་
ཆོག་ཤེས་གྲེད་དགོས་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་མེད། སུན་ཆོག་སྤྲེལ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་
ནི་སྤྱི་ཆོག་སྤོངས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་ཐོག་ཏུ་རང་སྤྱིར་གྱིས་རང་བདེ་དོན་གཉེར་

གིས་བཤུ་གཞིག་གཏོང་བ་དང་། རྩལ་སྤྲོ་བ། གཡོ་ཁམ་བྱེད་པའི་རིགས་རྣམས་
སྤངས་ནས་རང་ཉིད་སྒྲེར་གྱི་ངོས་ནས་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་དགོས་པ་ལས།
སྤྱི་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་ལ་རང་ཉིད་གྱི་བྱས་པ་ཡོད་ཆད་བཏོན་དགོས་པ་
ཡིན།

དེས་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཆ་ཆང་ཡག་པོ་ཞིག་བལྟས་པ་ཡིན་ན། དངོས་
གནས་འཕུལ་ལ་སྦྱིད་པ་དང་། དུགས་སུ་བདེ་བ། བྱི་མ་མདོན་མཐོ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡོད་
པ་དང་། ཆེ་འདིར་མདོན་མཐོ་ཡང་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཡོད་པ།
བསམ་སྒྲོ་ཡར་རྒྱས་ཡོད་པ་འདི་ལྟ་བུའི་མདོན་མཐོ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཞིག་བཤད་གྱི་ཡོད།
སྦྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། ལྷག་པར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བཤད་པ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ཡར་
རྒྱས་དེ་ཡང་ལོག་འཆོས་མ་བསྐྱད་པའི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་དོན་སྤྱིང་ལྷན་པ། སྤྱི་ལ་
པན་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཞེས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནས་གསུངས་
ཡོད། དེས་ན་འགལ་བ་མཐོང་གི་མེད།

རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག

དེ་ལ། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་
མ་ཐུན་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་ཆོན་རིག་པ་ལྟར་ན་ང་ཆོའི་གཟུགས་པོར་ཡོད་པའི་
རྒྱལ་ཐོན་རྣམས་དང་། བྱི་ངོས་ཀྱི་ཤིང་དང་ལྷགས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་མེད་བེས་
པོའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐོན་རྣམས་གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་ཐོན་དེ་
རྣམས་ཐོག་མར་སྐར་མ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཡིན། དེས་ན་ད་ལྟོ་སྐར་མའི་

རྒྱལ་མཐོན་དེ་ཉིད་རྒྱ་དང་། ཤིང་དང་ལྷགས་དང་། མིའི་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱལ་མཐོན་རྣམས་
འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་དེང་སྐབས་པ་མ་གཅིག་ལ་སྤྱ་གཉིས་
སྦྲེས་ན། སྤྱ་གཉིས་མི་དང་སྤྱ་གཉིས་ཤིང་སྦྲེས་བུ་མེད་པས། པ་མ་གཅིག་
ལ་སྤྱ་གཉིས་སྦྲེས་ཀྱང་དབང་པོ་རྫོ་རྒྱལ་དང་། ཐོ་མོ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོང་
མིན་ཀྱང་། སྤྱ་གཉིས་མི་སྦྲེས་བུ་དང་། སྤྱ་གཉིས་ཤིང་སྦྲེས་བུ་མི་མིན་པས།
ཆོན་རིག་པ་ལྟར་ན་ཤིང་དང་ར་ཆོའི་གཟུགས་པོའི་རྒྱལ་མཐོན་རྣམས་གཅིག་པ་ཡིན།
དེས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ནང་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་མཐུན་དགོས་པ་ཡིན།
འོན་ཀྱང་འདིའི་ཐོག་ཏུ་རྒྱ་འབྲས་མཐུན་གྱི་མི་འདུག་པས་དེའི་ཐོག་དགོངས་ཚུལ་
གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། འདི་ལ་གོང་དུ་རྩས་རྒྱན་དང་རིགས་རྒྱན་ཞེས་བཤད་པ་དེ་དང་
འབྲེལ་བ་ཡོད། ཐོག་མར་བསྐྱས་བྱ་སྒོའི་པའི་སྐབས་སུ་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གྲངས་དབྱེ་
བ་སྤྱེ་སྐབས། ཁ་སང་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་བྱ་དང་ཡོད་པ་ཞེས་མཐོ་ཤོས་དེ་དང་
། དེ་ནས་པར་དབྱེ་བ་སྤྱེ་སྐབས་གཟུགས་དང་། ཤེས་པ། ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གསུམ་
དུ་སྤྱེ་ཡོད། ཡང་གཟུགས་ཤེས་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གསུམ་པོར་ཡང་ནང་གསེས་སྤྱེ་
ཆོན་མང་དུ་སྤྱེ་བ་དེ་རྣམས་མངོན་པའི་གཞུང་ནང་གསལ་པོ་ཡོད། ཐོག་མར་
གཟུགས་ཤེས་ལྡན་མིན་གསུམ་ཞེས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཤད་ན། གཟུགས་ཅན་གྱི་སྤྱེ་
ཆོན་གཅིག་དང་། དེང་སྐབས་ལ་མཆོན་ན་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། དངོས་
ཁམས་རིག་པ་ཞེས་སྤྱེ་ཆོན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སེམས་ཁམས་རིག་པ་
ཞེས་ཤེས་པའི་སྤྱེ་ཆོན་གཅིག་དང་། དངོས་ཁམས་རིག་པ་ཞེས་དངོས་པོའི་རྩས་ཀྱི་

འགྲོ་སྐྱདས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་གཅིག་བཅས་གཉིས་སུ་བྱེ་གི་ཡོད། དེ་གཉིས་ལ་སེམས་མེད་
བེམ་པོ་དང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་གཉིས་བྱེ་གི་ཡོད། བེམ་པོའི་ནང་དུ་སེམས་ལྡན་དང་
སེམས་མེད་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག་པ་ཡིན། ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདི་ཉིད་སེམས་ལྡན་གྱི་
བེམ་པོ་ཡིན། དེ་ཡང་ལུས་དེ་ཉིད་སེམས་མེད་བེམ་པོ་ཡིན་ཡང་དེ་ཉིད་སེམས་དང་
ལྡན་པ་འཕམ་ནམ་ཤེས་ཀྱིས་ཟིན་ཡོད་པ་ཡིན། མེ་ཏོག་འདིར་ཆ་བཞག་ན་སེམས་
མེད་བེམ་པོ་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀའི་བསྐྱབ་བྱའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ང་
ཆོའི་ལུས་ཟུབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་རྩས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་བཤད་སྐབས། མེ་
ཏོག་གི་རྩལ་སྤྲ་དང་ང་ཆོའི་ལུས་ཀྱི་རྩལ་སྤྲ་པལ་ཆེར་འདྲ་མཚུངས་ཡིན།

རིགས་རྒྱན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ངའི་ལུས་འདི་མིའི་ལུས་དང་། མིའི་ལུས་འདིའི་
མིའི་རིགས་རྒྱན་བཤད་ན། ཐོག་མར་མངལ་དུ་ཉིང་མཚམས་སྤྱར་པའི་སྐབས་ནས་
བཟུང་སྟེ་འདི་མིའི་ལུས་འདིའི་རིགས་རྒྱན་དེ་ནས་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན། རྩས་རྒྱན་
ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ངའི་ལུས་འདི་ཟུབ་པའི་པ་མའི་ཁྱུ་ཁྱག་དང་། པ་མའི་ཁྱུ་ཁྱག་དེ་
ཡང་པ་མའི་མི་རབས་བརྒྱ་སྟག་དང་། སྟོང་སྟག་ ཁྲི་སྟག་ འབྲུམ་སྟག་ ས་ཡ། བྱེ་བ།
དུང་སྤྱར་ཞེས་བརྗོད་དེ་ཆེས་ཐོག་མའི་རྩས་རྒྱན་བཅི་སྐབས་ཐོག་མར་མི་རྣམས་
སྡེ་ཕུ་རིགས་ལས་མཆེད་པ་དང་། སྡེ་ཕུ་རིགས་དེ་ཡར་དེད་སྐབས་སྐམ་ལ་གནས་
པའི་ཐོག་ཆགས་ཐོག་མར་ཡན་ལག་བཞི་བཅུགས་ནས་འགྲོ་མཁན་དང་། དེ་ཡང་
ཡར་དེད་ན་མཆོའི་ནང་གི་ཉ་ལྟེ་གྲུའི་གཟུགས་ཅན་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་འཕེལ་རིམ་
རྒྱར་ཕྱན་གྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ནང་པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤོད་
ཀྱི་ཡོད།

མངོན་པའི་གཞུང་ནས་བསམ་གཏན་གྱི་ལྟ་ནས་སྐྱེ་བ་འཕོས་ཏེ་འཛམ་གླིང་
འདིའི་ཐོག་ཏུ་ཐོག་མར་ལུས་འོད་དང་ལྡན་པ། ཟས་རགས་པ་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པ་
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ཆོག་པ་ཡིན། འོན་
ཀྱང་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་རྩ་བ་ནས་མིན། རྟེན་ཐོབ་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་རིམ་བས་
འཕེལ་གྱུར་བྱུང་བ་དེ་ཉན་ཉན་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་
ལ་དབང་རྟགས་ཀྱང་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདིའི་རྩ་བ་ལྟར་འདི་ལྟར་
བརྩིས་ན་ལོ་དྲུང་ལྟར་དང་། ཐེར་འབྲུམ་རྩུང་བ། ཐེར་འབྲུམ་ཆེ་བ། འགྲུ་འགྲུ་རྩུང་བ།
འགྲུ་འགྲུ་ཆེ་བ་བཅས་འདི་ལྟར་ཡར་རིམ་འདྲེད་བྱས་ན། མཐར་ཐུག་ཐོག་མར་
འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་ཆགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཡར་འདྲེད་ན་ཐོག་མའི་འཛམ་གླིང་
འཐོར་གས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་བྱུང་བ་ཡིན། ད་ལྟ་ངའི་ལུས་
འདིའི་རྩ་བ་ལྟར་འདྲེད་ཏེ་རྩ་བ་ལྟར་བརྩིས་ན་སྐབས་དེ་དུས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་
ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་འབར་གས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་ཡང་། འཐོར་གས་འགོ་བའི་རྩ་བ་
པ་ཉ་ཅང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་དབང་ལས་འབར་གས་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་བྱུང་
བ་ཡིན། འཐོར་གས་འགོ་བའི་རྩ་བ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་ཡང་རྩ་བ་ལ་བརྟེན་
ནས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་རྩ་བ་སྐྱེ་བའི་རྩུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་དབྲུ་མ་བཞི་
བརྒྱ་པ་ལས། གཞུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་དངོས་
བདེན་ཡིན། དཔེར་ན། མེ་ཏོག་འདིའི་ཐོག་མ་བཞག་དགོས་བྱུང་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་
ཡིན། མེ་ཏོག་འདི་ལ་མཐའ་མ་བརྩི་བྱུང་། དེ་ཡང་མེ་ཏོག་འདི་མེད་པར་བཟོས་ན་

མཐའ་མ་འཛོག་རྒྱ་ཡོད། དེའི་རྩ་སྒྲིག་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། དེའི་ཐོག་
མ་བཞག་མི་སྤྱབ་པ་ཡིན།

དེས་ན་རྩ་སྒྲིག་པ་མོའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲེབས་སྐབས་ང་རང་ཆོ་སེམས་ལྡན་གྱི་ལུས་གྱི་
རྩ་སྒྲིག་པ་མོ་དང་། སེམས་མེད་ལེས་པོའི་རྩ་སྒྲིག་པ་མོ་དེ་པལ་ཆེར་གཅིག་
མཚུངས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ང་རང་ཆོ་སྐྱེས་འཆར་དང་། ཆམ་པ་ཤ། འཛིག་པ་
བཅས་བྱེད་པ་ལྟར་དངོས་པོར་ཡང་དེ་བཞིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། ང་རང་ཆོ་སེམས་ལྡན་
གྱི་ལུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས་གཅིག་པ་ཡིན། རྩ་སྒྲིག་པ་རབ་གྱི་འགྲོ་
ལྟངས་གྱི་ནང་དུ་ལས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཇི་ཅམ་ཞིག་ཡོད་མེད་ད་ཆ་དོས་རང་ལ་བསམ་
སྒྲོ་འཁོར་གྱིན་འདུག་གྱང་ཞིབ་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱ་ཏུ་ཅང་ཁག་པོ་འདུག

ལས་འབྲས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་
པོ་དང་འབྲེལ་ཡོད། བྱེད་པ་པོ་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ལྡན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གཉིས་
ནས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་སྤྲུག་ཅེས་པ་ནི་ཆོར་བ་ཡིན་ལ། ཆོར་བ་ཞེས་པ་ནི་གཟུགས་
ཅན་མིན་པར་ཤེས་པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན། དེས་ན་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་
བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་དེ་ཡང་ཤེས་པ་རང་ཉིད་གྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་སེམས་རྒྱང་སེམས་པའི་སྐད་ཆ་མོད་གྱི་ཡོད། མ་
གཞི་བྱེད་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། ཐལ་གྱུར་བའི་ལུགས་ལ་ལུས་གཟུགས་ཅན་དུ་བཞག་གི་
ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་ཞི་སྤྱོད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་རེད་འདུག ཅུ་བ་གོང་དུ་ཞུས་པ་
ལྟར་རྩ་སྒྲིག་པ་རབ་གྱི་ཐོག་ཏུ་བཅེས་ན་ཅོམ་གཞི་རྩ་སྒྲིག་པ་མོའི་སྤེང་དུ་གཅིག་པ་
རེད་འདུག

དེས་ན་རྟོག་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་འདི་ལྟར་སྐད་ཆ་བྲིས་ཐོང་། ར་རང་ཆོའི་
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ལུས་འདིའི་རྩོམ་གཞིའམ་གྲུབ་གཞིའི་རྩལ་ལྷ་རབ་དང་།
སེམས་མེད་མེས་པོའི་ཆོས་ཀྱི་རྩལ་ལྷ་རབ་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཡོད་
དམ་ཞེས་བྲིས་སྐབས། དེ་བེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་འོན་ཏེ་བྱེད་མེད་པའི་རྩལ་
ལྷ་རབ་ཅིག་གིས་རྒྱུ་ཆོག་པས་པའི་སྤྲང་ནས་མཆོམས་གང་འདྲ་ཞིག་ནས་རྣམ་ཤེས་
ཀྱི་རྟེན་དུ་བྱུང་བ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་མི་སྤྲུབ་པའི་མཆོམས་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ནས་འཛིག་དགོས་སམ་ཞེས་བྲིས་སྐབས། དེ་ནི་བརྗོད་མི་སྤྲུབ་ཅེས་ཟེར་ཀྱི་འདུག་ དེ་
ལ་ད་ལྟ་ལན་རྒྱག་གི་མི་འདུག་ ད་ལྟ་ནང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་རི་
བཞིན་མི་ཤེས་པའི་སྐབས་སུ་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་བས་བཤད་ཁག་པོ་
ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་མི་ཁོ་ན་མིན་པར་འབྱུ་སྤྲུ་ཚུན་ཆད་ནས་བཟུང་སྟེ་བརྗོད་དགོས་
པ་ཡིན། དེ་དག་གི་ཐོག་དུ་སྤྲུ་མ་སྤྲུད་ནས་ཉམས་ཞིབ་དང་ཅད་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ་
ཡིན། ཚུ་ཆོད་བྱེད་ཀ་ལྷག་ཙམ་སོང་ཡང་དེ་བུ་གཅིག་བྲིས་དང་། སྤྲུ་པོ་འདུག།

ནང་པ་ཡིན་མིན་གྱི་ཆད་གང་ནས་བཟུང་དགོས་མིན།

དེ་བུ་དང་པོ་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་མིན་ས་མཆོམས་ཀྱི་ཆད་གཞི་གང་
ལ་འཛིན་དགོས་པ་དང་། ནང་པ་ཡིན་མིན་སྐབས་འགྲོའི་ཐོག་ནས་བྱེད་པར་བྱེ་ན།
སྐབས་འགྲོའི་ཐོག་ནས་བྱེད་པར་རི་ལྟར་དུ་འབྱེད་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། སྐབས་འགྲོ་ལ་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་སྟེ། དབང་པོ་རྣོན་
པོས་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་འགྲོའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐོག་མར་བདེན་པ་
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཤེས་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་

ཤེས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་འགོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཆོད་
མས་ངེས་པ་རྟེན་དཀའ་ཡང་། གང་འཆམས་ཀྱི་ངེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་སྟེ། བསམ་སྒྲིལ་
ནང་དུ་འདི་རེད། འདི་ལས་གཞན་དུ་འགྲོ་ས་མི་འདུག་སྟམ་པའི་ཁོ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་
གི་ཐོག་ནས།

དོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ། །

ཁྱེད་ཀྱི་མེས་སུ་སློབ་པ་ལ། །

རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར། །

ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་ལྷོག་ཕྱིར་རོ། །

ཁྱེད་ཀྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པས། །

ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །

ཕྱི་ཕྱིར་སྒྲོན་ནམས་བོས་པ་བཞིན། །

བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བརྟན་ཕྱིར་རོ། །

ཨེ་མའོ་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །

ཁྱད་བར་ཁོང་དུ་རྒྱད་གྱུར་པ། །

དེ་ཆེ་རྒྱུ་གི་ཁོང་ནས་ནི། །

ཁྱོད་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྱས་མི་འགྱུར། །

ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ནས་གསུངས་པའི་སྐབས་འགྲོ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་

བས་ཐེག་བཅད་བཟང་གསུམ་བྱས་པའི་སྐབས་འཁོ་ཆགས་ཡོད། དངོས་གནས་
 སྐབས་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་དང་། དེས་པ་ཉེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་སྟེ། རྩ་མཆན་ལ་
 བརྟག་དབྱེད་བྱས་པ་དང་། རྩལ་ལྡོངས་ཡོངས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཐོག་ནས་དེས་པ་
 ཉེད་དེ་བཙུག་ལྟན་འདས་ལ་སྐྱ་མི་ཤེས་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་ནི་ནང་པ་སྤྲས་དག་པོ་
 དང་། མངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་འཁོ་འདི་དབང་པོ་
 རྣམས་པའི་དབང་ཁྱེད་བྱས་པའི་སྐབས་འཁོ་དེ་ཡིན། བརྟན་པ་སྤྱི་མཆན་གྱི་དབང་ཁྱེད་
 བྱས་ན། འདི་བསམ་ཆོད་ལ་སྐབས་འཁོ་འདི་རེད་སྟུམ།

དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་གང་ཟག་དཔལ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལུང་ཆད་མ་དང་། བརྟན་
བཅོས་ཆད་མ། གླ་མ་ཆད་མ། ཉམས་སྤྱོད་ཆད་མ་བཅས་གསུངས་པའི་ཐོག་ནས་
མྱེད་དོར་སྟོན་མཁན་གྱི་གླ་མ་ཞིག་གི་དྲུང་ནས་འདིར་གླ་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི་གླ་བྱང་
ཡོད་པའི་གླ་མ་ཁོ་ན་ལ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན། གླ་བས་འདིའི་གླ་མ་ནི་གདུལ་བྱ་ལ་གླང་
དོར་གྱི་གནད་སྟོན་པའི་ཐོག་ནས། གདུལ་བྱ་དེའི་བཤེས་གཉེན་དུ་གྱུར་ཏེ་གླ་མ་
ཆགས་པ་ཞིག་ལ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེར་སྐབས་ཀྱི་སྐུ་མ་དང་སྐུ་ལ་སྐྱེ་བེ་སྐུ་བྱ་ཆུང་དེའི་སྐབས་ནས་སྐུ་ལ་ཆགས་
ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་སྐྱོབ་མ་ཡོད་མེད་དེ་ལྟར་ཡང་སྐུ་མའས་སྐུ་ལ་སྐྱེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་
རིགས་ལ་མི་བརྗོད་པར་སྐུ་མ་ངོ་མར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྐུ་མ་ངོ་མ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་
གདུལ་བྱ་ལ་བསྐྱོས་དགོས་ཤིང་། གདུལ་བྱ་ཡོད་ན་སྐུ་མ་ཡིན་ལ། གདུལ་བྱ་མེད་ན་
སྐུ་མ་མིན།

དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་པཀ་ས་ལུགས་འགྲེལ་བ་འད་བརྒྱབ་སྟེ།

སེམས་དུལ་ན་སེམས་ལ་བདེ་སྲིད་ཡོང་བ་དང་། ཁོང་ཁོ་བྱས་ན་རང་གཞན་རོགས་གསུམ་ཚང་མ་མ་སྲིད་པ་བྱེད་པ། བྱམས་པ་དང་བཅེ་བ། དེ་བཞིན་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་པན་གྱི་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལ་ཉན་ནས་རང་གི་སེམས་ནང་དེ་ལྷར་བསམ་སྒོ་བཏང་བའི་འབྲས་བྱར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་དཀའ་ངལ་དེ་ཉིད་ལ་གདོང་ལེན་ལྷགས་ཆེ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཤད་ན་ང་ཚོ་ཐོད་པ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་བྱེད་མཁན་དང་། ནང་ཆོས་མི་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་པལ་ཆེར་བྱེད་པར་ཡོད་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན། མི་རྟག་པ་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་སོགས་བསམ་མཁན་ཞིག་དང་། དེ་ལས་ཆེ་ཙམ་བཤད་ན་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེད་ཀྱང་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་བྱས་པ་ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད།

དེས་ན་དེ་ལྷ་བྱའི་རང་ལ་ཉམས་སྤྱོད་ཞིག་ཐོབ་པ་འདི་ལྷ་མ་འདིས་གསུངས་པ་ལྷར་བྱས་པས་པན་བྱང་བསམ་པའི་ཐོག་མར་ཉམས་སྤྱོད་ཆད་མ་སྐྱེས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་མ་ཆད་མ་དང་། ལྷ་མ་ཆད་མ་དེ་ཡང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཉམས་བཞེས་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་ཡིན་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་བྱུང་ཡབ་སྐུས་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཙུག་པོ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་དེ་དད་པ་ཐོབ་པ། དཔེར་ན། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱི་བྱུང་གིས་བཙུག་པོ་ལྷན་འདས་ལ་ཏ་ཅང་བསྟོད་པ་ཆེན་པོ་མཛད་ཡོད།

མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱེས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དཔྱད་ཅན། རིགས་པ་དང་ལྷན་པ་གང་བྱུང་ཞལ་
བཞེས་མི་གནང་མཁན་ཞིག་གིས་བཙུགས་ལྷན་འདས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་བསྟོན་བསྟུགས་
མཛད་ཡོད་པས་ན། ཁོང་གིས་བརྟག་དབྱེད་ཆ་ཆ་འགན་ནས་སྟོན་པ་བཙུགས་ལྷན་
འདས་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པའི་སྟོན་པ་ལ་གཞིགས་ནས་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པའི་སྟོན་པ་བཙུགས་
པ་མཛད་ཡོད་པས་དེ་ནི་ཆོད་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བདེན་
གཉིས་དང་བདེན་བཞི་སོགས་ཆ་ཆ་ཞིག་མ་ཤེས་རུང་འདི་ཙམ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་
བཙུགས་ལྷན་འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་དད་པ་དང་ཡིད་
ཆེས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་བྱིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

སྐྱབས་འགྲོ་ལ་རིགས་མང་པོ་ཡོད། དབང་ཚོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྐྱབས་
འགྲོ་དང་། དེ་ལས་རབ་འབྲིང་གི་བྱེད་པར་ཡོང་བ་དང་། དབང་རྒྱལ་གྱི་དབང་དུ་
བྱས་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་དེ་ལ་ཡང་རབ་འབྲིང་གི་བྱེད་པར་ཡོད། མ་མཐར་ཡང་སངས་
རྒྱུས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ལ་རང་གིས་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་ཞེ་ཐག་བཞག་ནས་
སངས་རྒྱུས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་གསུམ་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཏུ་ཁས་
ལེན་པ་དེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་ཆགས་པ་ཡིན། བྱིན་པའི་བྱེད་པར་སྐྱབས་
འགྲོ་འབྲེད་ཅེས་པ་འདི་འདྲ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བསྟན་པ་སྤྱི་མཆོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་
ནས་བཞད་ན། ཁོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་བསྟན་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་པར་བྱས།
བསྟན་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་ཏེ་རྒྱུ་མཆོན་མཐོང་བའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་
ཆེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

དུས་རྒྱུན་སངས་རྒྱུས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །ཞེས་དང་པོར་བཞག་པ་དང་།

ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ། ཞེས་གཉིས་པར་བཞག་དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།
ཞེས་གསུམ་པར་བཞག་གི་ཡོད། དེ་ནི་བསྟན་པ་གཅིག་ལ་བྱུང་རིམ་གྱི་དབང་དུ་
བྱས་ནས་ཐོག་མར་སྟོན་པ་བྱོན་ཞིང་། དེ་ནས་སྟོན་པ་ས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ནས་
ལུང་གི་ཆོས་དེ་ཉིད་བྱུང་། ལུང་གི་ཆོས་དེ་ཉིད་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་རྟོགས་པ་འདི་
ཆོས་དེ་ཉིད་བྱུང་། དེ་ལྟ་བུའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་
བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དངོས་
སྤྲུལ། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ངོ་མ་དེ་རྒྱད་ལ་སྤྲུལ་བའི་གང་ཟག་དེ་ཉིད་འཕགས་པའི་
དགེ་འདུན་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དེས་ན་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས། དགེ་འདུན་བཅས་ཀྱི་
གོ་རིམ་འདི་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན། ཡང་ང་རང་ཆོར་དད་པ་ཐོབ་ལུགས་སྐྱོར་ཞིག་བཤད་
ན། རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས།

བསྟན་པའི་ངང་ཚུལ་ཞེས་ནས་སྟོན་པ་ལ། །

ཡིད་ཆེས་རྟོག་པས་རྟག་ཏུ་གང་བར་ཞོག །

ཅེས་གསུངས་པ་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་།

ལྷང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །

ཐབས་བཅས་རབ་ཏུ་ངེས་པ་ཡིས། །

གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྤྱིའི་བྱིར། །

གཞན་ལ་རྩེས་སུ་དབག་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མདོར་ན་བདེན་བཞིའི་ལྷང་དོར་གྱི་གནས་གསུངས་པ་
དེ་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་སྐབས་རིགས་པས་དབྱེད་བཞེད་པ་སྟེ། རི་ཅམ་དབྱེད་ཀྱང་།

དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་བས་ན། དེ་ལྟར་སྟོན་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་ལ་དད་པ་
ཉིད་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཐོག་མར་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཅེས་པ་དེ་གང་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པ་དང་། དེའི་ངེས་པ་ཐོབ་སྐབས་དེ་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་
འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་ལ་དད་པ་ཉིད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་པའི་དགེ་འདུན་དེ་
ཉིད་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་མི་སྟོན་པའི་དགེ་འདུན་དུ་གྱུར་ནས་
སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་དེ་ཡོང་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་
མཆི་བ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན། ཆོས་ལ་རྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་
དང་། དགེ་འདུན་སྐབ་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཡིན།

ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོང་མིན་སྟོང་།

དེ་ནི་ནམ་རྒྱུན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་པའི་བདེན་པར་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་
དང་། སྟོང་ཉིད། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བཅས་ལ་བྱུང་བར་གང་ཞིག་ཡོད་དམ། དེ་
དག་གཅིག་པ་ཡིན་ན་ལས་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཡང་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོང་པ་
རེད་དམ།

བཀའ་ལན། གྲུབ་མཐའ་ལྟ་དགོས་ལ། རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ཅེས་
པ་དེ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་བསམ་སྟོང་གཏོང་གི་ཡོད། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་
ཅེས་བརྟེན་སྐབས་གང་ཟག་རང་རྒྱུ་བའི་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱི་སྟོང་པ་ལ་འཛོག་གི་ཡོད།
སྟོང་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་མེས་ཅམ་པ་ལྟར་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་སྟོང་པ་ཉིད་
ཅེས་པ་དེ་དང་། དབྱུ་མ་ལྟར་ན་བདེན་པས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་
ལ་འཛོག་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་དང་། དཔལ་ལྷན་ཆེ་བ་གྲགས་

པས་སྒྲུབ་ཀྱི་གཞུང་གིས་དགོངས་པ་ཡག་པོ་ཞིག་སྒྲུབ་སྐབས་གང་ཟག་གི་
བདག་མེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་དེ་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་ལས་
དགག་བྱའོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ལ་གཅིག་པ་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་
ཡང་དབྱ་མ་འཇུག་པ་ལས་རི་སྐད་དུ།

བདག་མེད་དེ་ནི་འགྲོ་བ་རྣམ་གྲོལ་གྱིས། །

ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །

ཞེས་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ནས་བྱུང་གཞི་གང་ཟག་དང་ཆོས་གཉིས་ཡོད་པས་ན།
དེའི་གནད་ཀྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་གསུངས་
པ་རེད་ཅེས་པ་ཞིག་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་
ལ་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ལ་སྤྲ་རགས་ཀྱི་བྱུང་པར་མི་
བརྗོད་པར། གང་ཟག་རང་རྒྱུབ་པས་སྟོང་པའི་བདག་མེད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་
སྟོང་ཉིད་སྤྲ་མོ་མིན། སྟོང་ཉིད་སྤྲ་མོ་ནི་གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་
དེར་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་ནི་གཅིག་པ་ཡིན།

ལས་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ཡིན་མིན་ནི། ལས་རྒྱ་འབྲས་
ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྒྱུ་ཆ་ཡིན། དེས་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྟེན་འབྲུང་དེ་
རྒྱ་མཆན་དུ་བཀོད་ནས་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་
དེས་བཟོས་ནས་བྱུབ་པ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད། བཟོས་ནས་བྱུབ་པ་དེས་བརྟེན་ནས་
བཏགས་པ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ན་བཟོས་པ་མེད་
པའི་རང་དབང་གིས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་བྱུབ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ལས་འབྲས་

མི་བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་འབྲས་མི་བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་
སྒྲོང་བཅས་བདག་མེད་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། ལས་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་
བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་རེད་དམ་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ནས་བཏགས་
པ་ཡིན་ཞིང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་སྟབས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་རང་བཞིན་
གྱིས་མ་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་བདག་མེད་པ་ཡིན། གཞི་བྱུང་ན་བདག་མེད་ཡིན་པས་
བྱུང་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

༥༽ སྐབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག་

དེ་ནི་ཁ་སང་གི་བཤམ་པའི་མཆོམས་སྐབས་འགྲོའི་སྐོར་ཡིན། མཆོམས་འདིར་
བརྗོད་འདོད་པ་ཞིག་ལ། སངས་རྒྱུ་ཤེས་པ་མཆོག་དང་། ཆོས་ཤེས་པ་མཆོག་དག་
འདུན་ཤེས་པ་མཆོག་བཅས་ནི་ཤེས་པ་མཆོག་གསུམ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱུ་ཤེས་པ་
མཆོག་གི་མཆོན་གཞི་ངོས་འདྲིན་སྐབས། ལོ་རྒྱུ་གྱི་ཐོག་ཏུ་བྱུང་ཞིང་འདིག་རྟེན་
ཡོངས་གྲགས་སུ་བྱུང་པའི་རྣམ་འདྲེན་ཤེས་པ་མཆོག་གི་སྐོར་ཤེས་པ་མཆོག་གི་མཆོན་
ཡོད་ཅིང་། ལྷ་ལས་སྤུལ་བྱུང་གི་བརྗོད་པའི་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་གཞན་
པའི་སྟོན་པ་བྱུང་འདུག་དང་དབང་སྤུལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་མཆོན་ཆ་སོགས་
ཤིང་། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཁྱོད་ཉིད་ནི། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་
སྐབས་གསུམ་པ་ལས།

མདའ་མཆོན་གོ་ཆ་མ་བཟུང་བར། །

རང་ཉིད་གཅིག་སྤུས་བྱེ་བའི་བདུད། །

མ་ལུས་པམ་མཛད་གཡུལ་གྱི་ལས། །

ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་སུ་ཡིས་ཤེས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱིན་གྱི་བདུད་སྤེ་འཛོམས་
པར་མཛད་ཅིང་། སྟོན་པ་ཁྱོད་ལ་རང་གི་གཉེན་གྱི་ཕྱོགས་དང་དག་ཡི་ཕྱོགས་ཞེས་
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་བཅེ་རྒྱ་མེད་པར་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་མ་བྱ་གཅིག་པ་ལ་བཅེ་བ་ལྟར་གྱི་བཅེ་བ་གནང་གི་ཡོད་ཅེས་དེ་ལྟ་
བུའི་ཐོག་ནས་སྟོན་པའི་བྱད་པར་ཞིག་གསུངས་ཡོད།

ལོ་ངོ་བཅུ་གཅིག་ཅུམ་གྱི་སྟོན་དུ་ཉི་ཉོང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་རྒྱ་སར་ཡོང་
སྟེ་ངོས་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་ཞིང་། ཁོང་རང་བོད་ཀྱི་ལྷ་ས་ཁུལ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན། བོད་
པ་ནམས་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག ལྷག་པར་ནང་ཆོས་དེ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་འདུག
རྒྱལ་ཅེར་ལྷ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་འགྲོ་སྐབས་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་། སྒང་མིག་
བཟང་པ། ཞེད་སྤང་སྒྲོང་མཁན་དེ་འབྲུག་པས་དེའི་དགོང་མོ་གཉིད་ཀྱང་ཡག་པོ་
ཁྱག་མ་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དེ་བྱམས་པ་དང་།
སྟོང་རྩེ། ཞི་ཞིང་དུལ་བ་སོགས་ཏ་ལས་པ་ཞིག་གསུངས་པའི་དད་པ་བྱེད་སའི་
སྐབས་གནས་ལ་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་སོགས་འབྲུག་པས་དེའི་འབྲུག་པས་དེ་རི་འབྲུག་
དམ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལ་གནད་འགག་ཅིག་འདུག་པ་བརྗོད་འདོད་བྱུང་།

ལྷ་ལས་སུལ་བྱུང་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱ་མཆོན་དང་ལྷན་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པའི་
བྱད་པར་གསུངས་ཡོད། སེམས་ལ་ངེས་པ་ཐོབ་པ་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་གསུང་གི་
ཡོད་ཀྱང་། ཚུར་ཕྱོགས་དེར་ང་ཆོས་ཡི་དམ་ཞེས་པ་དེ་དག་མཛལ་སྐབས། ཆོས་རྩེ་

ས་པཎ་གྱིས་མགོན་པོ་གྲུང་ཞལ་གྱི་བསྟོད་པ་མཛད་སྐབས།
ཁྱོད་ནི་རང་ཕྱོགས་ལེགས་སྦྱོར་ཞིང་། །
གཞན་ཕྱོགས་རྣམ་པར་བསུན་འབྲེན་པ། །
དོན་གཉིས་སྦྱབ་པའི་ཡབ་ཡུམ་ལ། །
མཆོད་ཅིང་བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་ཀྱང་འཆོལ། །

ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་མགོན་པོ་གྲུང་ཞལ་ལ་བསྟོད་པ་མཛད་སྐབས། ཁྱོད་
རང་རང་ཕྱོགས་བསྐྱེད་ཤིང་། གཞན་ཕྱོགས་ལ་སྤང་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་རེད་ཅེས་
བསྟོད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ལ་རང་ཕྱོགས་དང་
གཞན་ཕྱོགས་མེད་པར་ནམ་མཁའ་མཐའ་གཉེན་གསལ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་
བྱ་གཅིག་པ་ལ་བཅེ་བ་ལྟར་གྱི་བཅེ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལས། བསྐྱེད་རྒྱུའི་གཉེན་ཞེས་
རང་ཕྱོགས་གཅིག་དང་། འདུལ་དག་ཞེས་གཞན་ཕྱོགས་གཅིག་བཤད་རྒྱུ་མེད།
དེས་ན་དེ་དག་སྦྱབས་གནས་ཡང་དག་ཡིན་ནམ་མིན། དེ་བཞིན། འཇམ་དཔལ་
མཆོན་བརྗོད་ལས།

རྟོ་རྟོ་འཇིགས་བྱེད་འཇིགས་པར་བྱེད། །
ཁྱོ་བའི་རྒྱལ་པོ་གདོང་བྱག་འཇིགས། །
མིག་བྱག་ལག་བྱག་སྟོབས་དང་ལྷན། །
ཀུང་རུས་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་པོ། །

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཡི་དམ་ཏ་ཅང་བྲག་པོ་དེ་འབྲེལ་ཡོད། དེ་རྣམས་
ང་ཆོས་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན། རྟོ་རྟོ་འཇིགས་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ནི་གསང་སྔགས་

གཞུང་ལས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལས་མདོ་ལས་ལ་པལ་ཆེར་དེ་ལྟར་མེད། མདོ་ལས་
ལས་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་དང་། གནོད་སྦྱིན་སོགས་ཅུང་ཟད་རེ་ཡོང་བ་ལས། དེ་
མིན་ཡི་དམ་ཆོས་སྤང་དང་། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་སོགས་ནི་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་
བྱང་བ་ཞིག་ཡིན།

སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ནི། ཡི་དམ་ཞི་ཁོ་རབ་འབྲམས་ཞེས་བ་དེ་
ནམས་ནི། སྟོན་བ་བཙུག་ལྟན་འདས་ལྟར་གང་ཟག་རང་མཆོན་བ་རེ་རེ་རང་རང་གི་
ཞིང་བཀོད་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་མིན། དཔེར་ན། རྡོ་རྗེ་
འཇིགས་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པ་ཞིག་དང་། རྒྱུད་ནི་
བཙུག་ལྟན་འདས་ཉིད་ཀྱི་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། སྟོན་བས་རྒྱུད་དེ་ཉིད་གསུངས་
པའི་སྐབས་སུ་བཙུག་ལྟན་འདས་རང་ཉིད་དགེ་སྦྱོང་གི་ཆ་ལུགས་དེ་དོར་ནས། རྟེན་
དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ནམ་བུ་བཞེངས་ནས་རྒྱུད་སྤེ་གསུངས་པ་ཞིག་
ཆགས་ཡོད། དེ་རྗེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བྱང་རམ་ཞེ་ན། གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་ཆོས་འགོག་
ལས་ཀྱི་བདེན་པའི་ནང་གི་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་སྒོ་རགས་པའི་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་
གཅིག་དང་། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྒོ་ཡིན་པ་འདྲ་མཚུངས་ཡིན་ཡང་།
མིག་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དབང་ཤེས་ཏེ་ཅང་རགས་པ་ཞིག་དང་། དབང་ཤེས་ཏེ་ཅང་
རགས་པ་དེ་ནམས་གཉིད་སད་པའི་སད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་
ཞིག་ཡིན། གཉིད་དང་མི་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྒོ་ལྗེའི་ཤེས་པ་ནམས་མངོན་དུ་
གྱུར་མེད། སྒོ་བྱར་དུ་སྤྲ་བཀ་པོ་ལྟ་བུ་བྱང་ན་གཉིད་སད་དེ་མངོན་དུ་གྱུར་ན་ལས།
དེ་མིན་གཉིད་མཐུག་པོ་ཁྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དང་། མི་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་

སྒོ་ལྟའི་ཤེས་པ་དེ་དག་གིས་ལས་ཀ་མི་བྱེད་པས་སང་རྒྱས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་། གཉིད་རྒྱས་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ། མི་ལམ་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞེས་ཤེས་པ་ལ་སྤྱར་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཡིད་སྒོ་ཡིན་ཞིང་། ཡིད་སྒོ་ལ་ཡིད་སྒོ་རགས་པ་དང་། ཡིད་སྒོ་དེ་ལས་སྤྱ་བ། ཡང་དེ་ལས་སྤྱ་བ་བཅས་རིམ་པར་བཞད་ཀྱི་ཡོད།

ལམ་གྱི་བདེན་པ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐོ་བྱས་པ་ཆེ་ཤོས་ནི། ཐོ་
ལ་བླ་རགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་སྟོང་ཉིད་འཇམ་ཁུང་གི་ཐོ་རིམ་གྱིས་
རིམ་བྱོན་ཕྱིན་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་བྱས་པ་ཡང་ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད་གི་ཡོད། དཔེར་ན།
པར་ཁྱིན་ཐེག་པའི་སྐབས་སུ་སྟོང་ལམ་ཤོད་ཅེ་མོ་བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་ཅེས་པ་དེ་
ནམས་ཐབས་གྱི་ཆ་ནས་མི་བཟོད་པར་གཙོ་པོ་སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་
མཉམ་བཞག་དེ་ལ་གཉིས་སྟངས་གི་སྒྲིས་པ་བྱལ་ཆབས་རིམ་ཆེར་ཁྱིན་པའི་ཐོག་ནས་
ཤོད་དང་། ཅེ་མོ་བཟོད་པ། ཆོས་མཆོག་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད།

མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་གཉིས་སྒྲུང་གི་ཕྱོད་པ་མཐའ་དག་ཞི་ནས་སྒྲུང་ཉིད་པ་
མཉམ་པར་བཞག་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཕྱོད་པམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཡང་
ཡོངས་གྲགས་པ་དོན་དེར་གསལ་སྒྲུང་ཐོན་པ་ལ་སློ་དེའི་གཉིས་སྒྲུང་རགས་པ་
ནམས་ཤག་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གཉིས་སྒྲུང་འགོག་ཐབས་ཁྱེད་པ་དེ་
ལ་གོམས་འདིས་ཁོ་ནས་གཉིས་སྒྲུང་འགོག་ཐབས་ཁྱེད་པ་གཅིག་དང་། གོམས་
ལྷགས་ཅམ་མེན་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་རྗེ་སྐར་བཏང་ནས་གཉིས་སྒྲུང་འགོག་ཐབས་
ཁྱེད་པ་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད། དཔེར་ན། སད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡིད་

སྒྲོས་དོན་ཞིག་སྒྲོམ་སྐབས་གཡེང་ཆོག་ཆོག་ཏུ་གནས་ཡོད་སྐབས་ཁོག་ཁོག་ཅེས་
པའི་སྐད་ཅིག་གོ་ན་རྒྱ་བའི་ཤེས་པའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལམ་སང་གཡེང་འགྲོ་
གི་ཡོད། མི་ལམ་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲོམ་རྒྱག་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་
རགས་པའི་གཡེང་བ་དེ་རྣམས་མི་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་རི་ཅམ་གྱིས་སྒོ་སྤ་བྱ་བྱིན་པའི་ཆོད་ཀྱིས་གོམས་ཤུགས་ཅམ་མིན་
པར་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་དེ་ཉིད་སྤ་བྱ་བྱིན་པའི་དབང་གིས་རྣམ་རྟོག་རྩེ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་
ཞིག་ཡོད། དེས་ན་གསང་སྤགས་རྩོམ་ཐེག་པའི་སྐབས་ནས། བསྒྲོམ་བྱའི་ཡུལ་སྟོང་
བ་ཉིད་གཅིག་བ་ཡིན་ཡང་། སྒོམ་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ལ་སྤ་རགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོམ་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་སྤ་མོ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ཤེས་ནི། ཅེ་
གཅིག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྒྲོམས་པའི་ཐོག་ནས་རིམ་བཞིན་སྒོ་དེ། གཙོ་བོ་སྤགས་
སྒྲ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ཅེ་རྒྱུང་ཐིག་ལའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་
ནས་རགས་པ་སྒོ་བྱུང་བའི་སེམས་དེ་རྣམས་རྩེ་སྤར་འགྲོ་བའི་ཐབས་ཤེས་དེ་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། རགས་པ་སྒོ་བྱུང་བའི་སེམས་དང་། སྤ་བ་གཉུག་མའི་སེམས་གཉིས་དུས་
གཅིག་ཏུ་ཡུལ་འཇལ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ལ་འགྲོ་བ་ཞིག་མི་ཡོང་བ་ཡིན། རི་སྤྱིད་རགས་
པ་སྒོ་བྱུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཡུལ་འཇལ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ལ་སྐྱེས་པའི་རིང་དེར་
གཉུག་མའི་ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་འཇལ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ལ་སྐྱེ་མི་བྱུང་བ་ཡིན། རགས་པ་
སྒོ་བྱུང་བའི་སེམས་དེ་རྣམས་གང་འཆོམས་རྩེ་སྤར་བྱིན་ན། སྤ་བ་གཉུག་མའི་
སེམས་ཡུལ་འཇལ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ལ་སྐྱེ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཅེ་རྒྱུང་
ཐིག་ལའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ང་

རང་ཆོ་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དུག་ལྟོད་ཀྱི་ བ་ལས་སྐྱེས་པའི་མཛོད་གསུམ་དང་། མ་
ལས་སྐྱེས་པའི་མཛོད་གསུམ་བཅས་ཤིང་ལྷན་གྱི་སྤང་བོ་འདི་ཁམས་
སམ་ཐེག་ལེ་དཀར་དམར་ཞེས་པའི་རྩ་ས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་སྤང་
རགས་ཀྱི་འགྲུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་འདོད་ཁམས་པ་ལ་ཡོང་གི་ཡོད།

སྤྲུལ་ཀྱི་ཆགས་སྤང་ལམ་བུ་སྤྲུལ་

སྤྲུལ་ཀྱི་གཞུང་ནས་འདོད་ཆགས་ལམ་བུ་དང་། ཞེ་སྤང་ལམ་བུ་ཅེས་པ་
ཞིག་གསུངས་ཡོད། ཆགས་སྤང་གཉིས་པལ་རོལ་དུ་བྱེད་པའི་ཐེག་པའི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་
མཐའ་གཅིག་དུ་དེ་ལ་གཉེན་པོ་བསྟེན་ནས་དོར་རྒྱུ་ལས་མེད། སྤྲུལ་ཀྱི་ཐེག་པའི་
སྤྲུལ་སྤྲུལ་འགྲོར་ཀྱི་སྤྲུལ་ཀྱིས་ཆགས་སྤང་གཉིས་པལ་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྤྲུལ་པའི་
རྟོག་དུ་བསྐྱར་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བུ་དང་པ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་
ཆགས་སྤང་ལམ་བུ་བུ་དེ་པའི་ལམ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། ཆགས་སྤང་ལམ་བུ་བུ་དེ་པའི་
རྟོག་འགྲོར་ཀྱི་ཆ་རྟོག་གཙོ་བོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཤིང་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་
མཐའ་པའི་སྤང་བོའི་སྤང་བ་འདི་བཀག་ནས། སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་གཞུང་རྟོག་སྤྲུལ་
ཆེད་དུ་གཉེན་ནས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཅེ་གཅིག་པའི་སྤྲུལ་པའི་རྟོག་འགྲོར་ཀྱི་སྤྲུལ་ནས་
ཆགས་སྤང་ལམ་བུ་དེ་ཉིད་གསུངས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཆོས་དོན་རྟོག་ཅམ་གོ་གི་
འདུག་གས། ཡང་ན་ཟ་རི་བ་རི་བུ་དེ་ཀྱི་འདུག་

དེས་ན་ཞེ་སྤང་ལམ་བུ་དང་བཀག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཉིད་རྟོགས་པའི་གཞུང་རྟོག་སྤྲུལ་
འཆར་པའི་སྤྲུལ་གསུངས་དེ་ཞེ་སྤང་ལམ་བུ་དེ་པའི་རྟོག་འགྲོར་ཀྱི་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུལ་
སྤྲུལ་ཡང་དུག་པའི་རྟོག་པར་ཤིང་ཀྱི་ཡོད་པས་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད། འདོད་ཆགས་

ལམ་དུ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྐྱོད་སྐབས་ལྟ་ཡུལ་བཅས་དེ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་
མིན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ། དཔེར་ན། འཇིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་ལྟ་
བུ་ཞིག་ཡིན་ན། ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་ཡབ་ཡུམ་ཞལ་སྐྱོར་དུ་
ཡོད་པ་ཞིག་ཉིན་དང་མཆོག་། ལོ་དང་ཟླ་བ་འབྲེལ་ནས་བྱུག་རྒྱ་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་
ཞིག་ཅ་བ་ནས་མིན། དེས་ན་ང་རང་ཆོས་ཡི་དམ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ང་རང་ཆོས་
བདེན་སྣང་དེ་ག་དུས་ཡིན་ཡང་སྟེབས་ཀྱི་ཡོད། བདེན་སྣང་སྟེབས་སྐབས་ཡི་དམ་རྗོ་
རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་བདེན་པ། ཚུགས་སུབ་པ། གང་ཟག་རང་ཆོད་
ཅིག་སྟོ་ཤར་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་མིན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་
དང་མོས་པ་ལ་བསྐྱབ་ནས་ཆགས་སྣང་ལམ་དུ་བྱེད་སུབ་མཁན་གཅིག་གི་ངོར་
བསྐྱོམ་བྱའི་ལྟ་སྣང་ཡི་དམ་སྟེ། ཞི་བའི་དངོས་བྱུབ་སྐབས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ཞི་བའི་
ལྟ་བསྐྱོམས་པ་དང་། རྒྱས་པའི་དངོས་བྱུབ་སྐབས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན་རྒྱན་ཆ་མཆོར་པོ་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་བྱེད་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་པ་དང་། དབང་
གི་དངོས་བྱུབ་སྐབས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་
པ། ཡང་བྲག་པོའི་དངོས་བྱུབ་སྐབས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་ཡི་རྣལ་
འབྱོར་བསྐྱོམས་པ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་རྗོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་སོགས་ནི་བསྐྱོམ་བྱའི་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཅ་
དང་། ཁམས་དང་། རྒྱང་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་བསྐྱབ་ནས་ལྟ་ཡི་རྣམས་པ་ཤར་བ་
ཞིག་ཡིན། ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་རྣམས་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་གདུལ་བྱའི་དབང་ལས་
ཤར་བ་མ་གཏོགས་བཅོམ་ལྡན་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་གདུལ་བྱ་ལ་མ་བསྐྱབ་

པར་རང་དབང་གིས་ཤར་བ་ཞིག་མེད། དེས་ན་ང་ཚོའི་ལྷ་ཁང་ཁག་ཏུ་ཡི་དམ་རྒྱུད་
ལྷའི་ལྷ་ཆོག་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པ་རྣམས་གནས་ལུགས་དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས།
བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་དགོས་པའི་
དབང་གིས་རྣམ་འགྱུར་འབྲེལ་བ་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་ལྷ་ཁང་ཤེས་པ་དགོས་པ་
ལས། བཙུན་ལྷན་འདས་ལས་ལོགས་སུ་ཡི་དམ་འདི་འབྲེལ་ཡོད་པར་བསམ་སྟོང་
བཏང་ནས། བཙུན་ལྷན་འདས་འཆོ་བ་མེད་པའི་སྟོན་པ་ཞིག་དང་། ཡི་དམ་དེ་རྣམས་
ནི་རང་ཕྱོགས་ལོགས་པར་སྐྱོད་ཞིང་། གཞན་ཕྱོགས་བསྐྱེད་འབྱེད་མཁན་དེ་འབྲེལ་
ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་ནོར་བ་ཡིན།

ཡང་སྤར་ངས་ངོ་ཤེས་པའི་འཇར་མན་གྱི་ཨ་ཅག་ཅིག་ཡོད། སྐབས་དེ་རྒྱུད་
བསྐྱེད་པ་ལྷ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཨ་ཅག་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད། ཏ་ཅང་ཁ་རི་ཁ་ཐུག་
ཅིག་ཡོད། ཁོང་རང་ཐེངས་ཤིག་འབྲུག་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་མར་འཁོར་ནས་ང་དང་ཐུག་
འཕྲད་བྱུང་བར། འབྲུག་ཡུལ་དུ་སངས་རྒྱུ་བཙུན་ལྷན་འདས་དེ་གཤམ་དུ་བཞག་
པ་དང་། ལྷ་ཁང་ཞེས་སྟེང་དུ་བཞག་པ་དང་། ཡི་དམ་སོགས་འབྲེལ་མེད་པོ་ཞིག་
བཀམས་འདུག་ལ། དེ་རྗེས་སངས་རྒྱུ་བྱུང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་
སྤང་མ་ཉན་རང་ཐོན་ཡོང་བ་རྣམས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག བཙུན་
ལྷན་འདས་གཤམ་དུ་འཛོག་གི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག ང་རང་ཚོའི་ལྷ་ཁང་དང་
ཀྱི་བད་རིམ་བཅུ་གཅིག་གི་གོ་རིམ་བསྐྱེད་སྐབས། ལྷ་ཁང་དང་། རྒྱུད་ལྷའི་ཡི་དམ།
སངས་རྒྱུ་བྱུང་སེམས། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མ། ཉན་རང་བཙུན་
རིམ་པར་སྐྱེ་བས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཨ་ཅག་དེས་སངས་རྒྱུ་གཤམ་དང་། ཡི་དམ་

རྒྱུ་མོ་དེ་དག་སྟེང་དུ་བཞག་འདུག་པས་རི་ལྷོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལ་
ཁག་དེ་ཙམ་མི་འདུག

སྐལ་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་མདོ་ལུགས་དབང་དུ་བྱས་ནས་
གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱུ་མོ་དེ་ཡི་དམ་ཆུངས་སྟེང་དུ་བཞོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་
བུའི་གནད་འགག་ཆུངས་མ་ཤེས་ན། དེ་དག་ཁྱད་མཆོང་ལ་ཨང་བསམ་པའི་ཉེན་ཁ་
ཡོད། གནད་འགག་ཆུངས་ཤེས་ན་སྟོན་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་འདི་ལྷོ་བརྗོད་
འདོད་བྱུང་།

དངོས་གཞི་སྟེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་བསྟན་པ།

༡༽ སྟེས་བྱ་རྒྱུ་མོ་ལམ།

དངོས་གཞི་སྟེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་
སྟེས་བྱ་རྒྱུ་མོ་ལམ་ངན་འགྲོའི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་ནས་སྟེས་བྱ་སྟོང་བ་ནི།
ཅ་བ་ལས།

ཤིན་ཏུ་བརྗོད་དགའི་ངན་སོང་སྟུག་བསྐྱེད་ཆུངས། །

སྟེས་བྱ་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུར་བྱབ་པས་གསུངས། །

དེ་བྱིར་སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་དགའི་ལས། །

ནམ་ཡང་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདིས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་པ་ཡིན། ལམ་རིམ་
ལྷོ་ན་བྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོ་སྦྱངས་པ་དང་། བྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་

ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། འདིའི་གོ་རིམ་ནི་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བ་ལ། དལ་འབྱོར་
དོན་ཆེ་ཆེད་དཀའ་དང་། འཆི་བ་མི་ཉག་པ་བསམ་པ་གཉིས་དང་། ཕྱི་མར་བདེ་བའི་
ཐབས་བསྟན་པ་དེ་ལ། སྐྱབས་འགྲོ་དང་། ལས་འབྲས་གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན།
སྐྱབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག་གོང་དུ་ཞུས་ཐེན་ཅིང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་
བ་དེ་ལ།

ཤིན་ཏུ་བཟོད་དཀའ་འཇུག་སོང་སྟེ་སྟེག་བསྐྱེད་རྣམས། །

ཞེས་པ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱུ་མ་པའི་གཞུང་དུ་སྟེག་བསྐྱེད་གསུམ་གསུང་གི་ཡོད།
དེ་ཡང་། སྟེག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟེག་བསྐྱེད་དང་། འགྱུར་བའི་སྟེག་བསྐྱེད་ལ། ཁྲབ་བ་འདུ་
བྱེད་ཀྱི་སྟེག་བསྐྱེད་དང་གསུམ་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྟེག་བསྐྱེད་གསུམ་
གསུངས་པའི་ནང་གི་སྐྱབས་འདིའི་སྟེག་བསྐྱེད་ནི། དུད་འགྲོས་ཀྱང་རོས་འཛིན་སྟབ་
པའི་སྟེག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟེག་བསྐྱེད་དེ་ཉིད་གཙོ་བོར་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཤིན་ཏུ་
བཟོད་པར་དཀའ་བའི་འབྲས་བུ་རྒྱ་སོང་གི་སྟེག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟེག་བསྐྱེད་དེ་རྒྱ་གང་
གི་དབང་གིས་བྱུང་ཞེ་ན། རྒྱ་བཟོད་རྣམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་སམ་སྟེག་པའི་ལས་
ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟེག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུར་གསུངས་པ་ཡིན།

སྟབ་པས་གསུངས་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་འབྲས་ལྷ་ཞིང་སྟབ་བ་རྣམས་ནི་
ཤིན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་ཡིན་པས་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཆེས་ཆེད་དགོས་པ་ཞིག་དང་།
ལུང་དེ་ཡང་དབྱེད་བ་གསུམ་ཀྱིས་དག་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོག་ནས་
སྟབ་པས་གསུངས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྐྱབས་འདིར་བཟོད་རྣམས་མ་ཡིན་པའི་
ལས་སམ་སྟེག་པའི་ལས་ཞེས་པ་ནི། མི་དགེ་བཅུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་། ལུས་ཀྱི་

ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། འདྲ་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། ཡིད་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་
སྟེ། །མི་དགེ་བ་ཅུ་ལྔ་སྤང་བར་བཀྱི། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བ་བཅུ་ལྔ་
ལས་རྣམས་སྤོང་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། རྒྱ་དེ་བསགས་
ན་དེའི་འབྲས་བྱ་རན་སོང་གི་སྤྲིག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྲིག་བསྐྱེད་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ཡོང་
གི་ཡོད་སྟབས། འབྲས་བྱ་དེ་མི་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། འབྲས་བྱ་དེ་རང་རང་གི་
རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་སྟབས། རྒྱ་སྤྲིག་པའི་ལས་དེ་སྤོང་དགོས་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡིན།

༡༽ རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ།

གཉིས་པ་རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་སྤྲིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་པར་ཐར་པ་
དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི། ཅ་བ་ལས།

སྤྲིད་གསུམ་བདེ་བ་རྩ་ཅེའི་ཟེལ་པ་བཞིན། །

ཡུད་ཅམ་ཞིག་གིས་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། །

ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་ཐར་པའི་གོ་འཕང་མཆོག།

དོན་དུ་གཉེར་བ་རྒྱལ་སྤྲིང་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདིས་རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་གི་རྣམ་གཞག་གསུངས་པ་ཡིན། རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་
ཞེས་པ་ནི་ཁ་སང་བཟོད་པ་བཞིན། རྫོ་ཡི་རིམ་པ་མཐོ་དུ་བྱིན་ཏེ། ཆེ་འདིའི་སྤང་ཞེན་
དང་ལྟོ་གོས་ཁོ་ནར་བསམ་རྫོགས་ཏེ་བདེ་སེལ་ནས་རྒྱུ་བ་བྱེ་མར་བསམ་རྫོགས་ཏེ་
དགོས་ཀྱི་སྤྲིང་པའི་ཐོག་ནས་སྤྲིག་སྤོང་དགེ་སྤྲིབ་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་དགའ་བའི་

དཔེ་མོ་གསོད་པ་དང་། རང་གི་འདོད་པའི་དངོས་པོ་དབང་ཡོད་ཀྱིས་རྒྱ་འཕྲོགས་
བྱེད་པ་དང་། རྩོད་དང་ཐ་མཉམ་། གཡོ་སྒྱུ་ཁྲམ་གསུམ། དེ་བཞིན་བཅན་གཡེམ་བྱེད་པ་
སོགས་ཀྱིས་འབྲེལ་དུ་རང་གི་དགོས་མཁོ་ཅུང་ཟད་སྒྲུབ་པ་ཡོང་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱ་
མ་བརྒྱས་ནས་དབུལ་འབེལ་པོ་ཡོང་བ་དང་། ཉམ་པ་བཤའ་ནས་རྒྱ་དངོས་རག་པ་
ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཆེ་འདི་ཁོ་ནར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་དང་། ལས་འབྲས་ཁྲད་
དུ་སད་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆེ་འདི་འདྲི་ཞུས་ཞེན་ཁོ་ནར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་
མི་ཆེ་བསྐྱེད་ན། དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན་ཆེ་འདི་ཡང་སྦྱིད་པ་གང་ཡང་
མེད།

དཔེར་ན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་དཔག་འཁུག་མང་པོ་རྒྱག་པ་དང་། མི་གསོད་
ཁྲམ་སྒྲོར་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་དག་ནི་ཆེ་བྱི་མའི་དོན་དུ་གསོད་རེས་བྱེད་
པ་ཞིག་མིན་པར་ཆེ་འདི་སྦྱིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམས་ནས་གསོད་རེས་བྱེད་ཀྱི་
ཡོད། རང་དང་གཞན། དཔེར་དང་གཉིས་ཞེས་བཤའ་ནས་བསད་ནས་ཨེ་བྲགས། རྩོད་
བཤའ་ནས་ཨེ་བྲགས། ཉམ་པ་བཤའ་ནས་ཨེ་བྲགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་ཆེ་སྦྱེད་ཀྱི་
ཡོད། དེ་དག་ནི་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཁོ་ནར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སྦྱད་
ནས་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་སྦྱིད་པ་གང་ཡང་མེད། དཔེར་གཅིག་བལྟས་
ན་དཔེར་གཉིས་ཡོང་བ་དང་། དཔེར་གཉིས་བལྟས་ན་དཔེར་བཞི་ཡོང་བ་ནི་འདྲི་གཉིས་ཀྱི་
ཆོས་ཉིད་ཡིན།

དཔེར་ན། ཨ་རིའི་སྤྱི་འཛིན་སྤྱི་ཁོང་ཉིད་མི་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་།
། དེ་དག་ཉིས་རོ་ཤེས་ཉ་ཅང་ནང་ཆོགས་ཡིན། ཁོང་དངོས་གནས་མི་ཁ་རི་ཁ་སྤྱག་

བསམ་པ་རྣམ་དག་ཆེ་འདིས་རྒྱང་འདིས་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད། བོན་གྲང་ཁོང་
རང་གི་སྲིད་བྱས་འཛིན་སྤངས་སམ། ཡང་ན་སློབ་སྟོན་ཕུལ་མཁན་གྱི་དབང་གིས་
གང་ལྟར་མི་རག་གི་གནས་ཚུལ་དེ། བོད་གྱི་བརྗོད་ཚུལ་ལྟར་སྐྱོ་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་
གཡོས་བ་ད་ཆ་སྐྱོ་མ་ལྷག་མ་ཐུབ་པར་ཏེ་ཅང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཆགས་ཡོད། ད་
ལྟའང་པལ་ཆེར་ཉིན་རེ་མི་གངས་སུམ་བརྒྱ་ནས་བཞི་བརྒྱའི་བར་འབར་གས་གྱི་དོན་
རྒྱུན་ལོག་ཆེ་སློག་ཤོར་གྱི་ཡོད། མི་ལ་ང་རྒྱལ་དང་། ཁོང་ཁྱོ། འཁོན་འཛིན་བཅས་
གྱི་དབང་དུ་འགྲོ་སྐབས་མི་སྟོན་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཏེ་རང་སློག་སློས་བཏང་ནས་གཏོར་
བཤེག་གི་ལས་ངན་ཆ་བས་ཆེན་ཟེད་གྱི་ཡོད། དེ་དག་གོ་མཆོན་གྱིས་འདུལ་ཐུབ་
ཐབས་མེད།

དེས་ནས་གོང་དུ་ཞུས་པ་སྟར་དག་གཅིག་པུལ་ན་དག་གཉིས་ཡོང་བ་དང་།
 དག་གཉིས་པུལ་ན་དག་བཞི་ཡོང་བ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དག་པོ་ཡོང་བ་དེ་ཡང་
 སེམས་ཀྱི་འཁོན་འཛིན་དང་། ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱི་དབང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་
 གནས་དག་འདུལ་སྟངས་ཅི་འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་ནང་འཁོན་འཛིན་དང་། ཁོང་ཁྱོ་
 ཞེ་སྤང་། འཛིགས་སྤང་སོགས་མེད་པ་ཞིག་བཟོ་ཐུབ་ན་དག་མེད་པར་ཆགས་ཀྱི་
 ཡོད། དག་མེད་པ་བཟོ་སྐབས་གོ་མཆོན་ཐོགས་ཏེ་ཞེད་སྤང་བསྐྱུལ་ནས་མེད་པར་
 བཟོ་ཐུབ་ཐབས་མེད། བྱམས་པོ་དང་མངའ་པོ་བྱས་ཏེ་འགྲོགས་འདིས་ངར་ཡིན་
 ལུགས་མིན་ལུགས་བཤད་ནས་པ་རོལ་པོར་བཅི་དུང་དང་གྲུས་བཀྱར་བྱས་པའི་
 ཐོག་ནས་དེའི་སེམས་སྤྱད་རྒྱལ་པོ་ཞི་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་བྱས་ན་
 བན་ཐོགས་གང་ཡང་མེད།

དཔེར་ན། ར་ཚོ་བོད་པའི་ཐོག་ཆ་བཞག་ན། རྒྱ་ནག་གྲུང་ཁུང་གིས་སྒྲིབ་
 བ་མཐེགས་པོས་གསོད་རླང་དང་། རླང་རྟེན་ཆ་ནན་གཏོང་དགོས་ཞེས་བརྗོད་པ་
 དེས་བོད་པ་ཚོ་རྗེ་མཐེགས་སུ་འཕྲོ་གི་ཡོད། དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན།
 དངོས་གནས་བོད་པར་བྱམས་པོ་བྱས། བོད་པའི་བདེ་སྤྱད་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་
 བསམ་པ་རྣམ་དག་བྱས་པ་ཡིན་ན། བོད་པ་ཚོའི་སེམས་རང་བཞིན་ཞི་འཕྲོ་བ་འདི་
 བློ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་ཆེ་འདིའི་འདུལ་རྒྱའི་དབང་དང་། རྒྱུད་རྒྱའི་གཉེན་གཉིས་
 ལ་ཞེན་ནས་སྤྱན་ན་ཆེ་འདིར་བདེ་སྤྱིད་མེད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། ཆེ་སྤྱི་མར་
 ཡང་གཞན་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱིན་པའི་དབང་གིས་རང་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་མྱོང་དགོས་པ་
 འདི་ནི་ལས་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ཡག་པོ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་བ་དང་།
 སྤྱད་པོ་བྱས་ན་སྤྱད་པོ་ཡོང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་ཆེ་འདིར་ཏ་ཅང་ཞེན་ཆགས་
 བྱེད་པ་རྩུང་རྩུང་བཏང་ནས། ཆེ་སྤྱི་མའི་དོན་འཕུས་མི་ཤོར་བའི་ཐོག་བསམ་སྒྲོ་
 གཏོང་བ་ནི་སྤྱིས་བྱ་རྒྱུད་བྱེད་མཁས་ཡིན། ཆེ་སྤྱི་མར་པན་པ་ནི་ཆེ་འདིར་སྤྱི་
 པ་མི་དགེ་བའི་ལས་སྒྲོམ་སྤྱི་སྤྱི་ལས་སྒྲོང་བ་དང་། སྤྱི་པ་སྒྲོང་བ་དེ་ཡང་སྤྱིར་
 བཏང་ལས་འབྲས་སྤྱང་བ་དང་། སྤྱི་པ་སྒྲོང་བ། སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་འཆེ་སྒྲོང་བ་
 དེ་དག་ནི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མ་གཅིག་གྲུང་ཡིན། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཐད་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་
 པ་དང་། དལ་འཕྱོར་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་སོགས་ནི་ཆོག་ལ་གསལ་མེན་ཙམ་ལས་
 དོན་ལ་ཆོས་ལུགས་ཆང་མ་གཅིག་མཆུངས་ཏུ་བྱ་ཡིན།

ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལ་ཆ་བཞག་ན། རྩེ་བ་རྗེས་མ་ལྟ་ཡུལ་དུ་རྩེ་བ་རྩེ་བ་ལྟ་བུ་འཕྲིན་གསུམ་
ཡུལ་དུ་བཞག་ནས། ཆོ་འདིར་རྩོམ་པ་མཐར་ཐུག་ཡོད་པ། གཞན་ལ་གཞོན་པ་ཆོ་སྐྱོར་ས་

པ་ཅམ་མིན་པར་གཞན་བདེ་སྐྱབ་པའི་དོན་དུ་སློབ་གྲྭ་དང་སྤོང་ཁང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་
པ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། མ་རྒྱར་ཁེ་རེ་སེའི་རྗེས་འབྲངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རི་ལྷར་བྱེད་ཀྱི་མི་
འདུག་གས། དངོས་གནས་མི་ཉམ་ཐག་རྣམས་ལ་ཏ་ལས་དགོས་པའི་ལྷ་རྟོག་དང་
ཞབས་ཞུ་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ནི་དགོན་མཆོག་དགྲེས་པའི་ཆེད་དང་། བསོད་
ནམས་གསོག་པའི་སྤྲད་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ལྟོག་པ་
དང་རྣམས་ལ་ཡོད་པས། སལ་ཆེར་ནང་པ་དང་ཐུན་མོང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་
པར་གང་གིས་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། གླུ་བས་འགྲོས་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལས་
འབྲས་བསྐྱུང་རྒྱ་ཡང་གླུ་བས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་ལས་འབྲས་སྤང་གི་
ཡོད་སྐབས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཆགས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་རིམ་པ་གཉིས་པ་ནི། ཆེ་འདིར་ང་རང་ཆོ་མངོན་མཐོའི་མི་ལུས་ཐོབ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་སྐྱེ་ཁག་འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ནི་དུས་ནམ་དུ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཅམ་དུ་མ་
ཐད་ཆེ་འདིར་མངོན་མཐོ་ཐོབ་ཀྱང་སྐྱེ་བ་བྱི་མ་ཅི་འདྲ་ཡོང་མིན་ཆོད་མི་ཐེག་པས།
ད་ལྟ་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་སྤར་གྱི་ཉོན་མོངས་
གོམས་པའི་དབང་གིས། ཉོན་མོངས་ལ་ཉེས་དམིགས་མཐོང་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་
མངོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྲོ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་
བསམ་མ་སྒོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན། སྐྱུག་བསྐྱུལ་བཟོ་མཁན་དང་། སེམས་མ་དུལ་བར་
བྱེད་མཁན་གྱི་ཅ་བ་ཉོན་མོངས་ཞེས་པ་འདི་ཡིན་པས། དེ་མེད་པར་བཟོ་བའི་ཐབས་
ཤེས་བྱེད་དགོས། ཉོན་མོངས་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་ཐབས་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་ན། བཅོམ་
ལྷན་འདས་ཀྱིས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་མེད་པ་བཟོ་

ཐུབ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཐོབ་ཐུབ་པ་གསུངས་པ་ཡིན།

ཉོན་མོངས་སམ་སྐྱོན་གྱི་རིགས་སྤང་བྱ་གཏན་དུ་སྤངས་པའི་འགོག་པའི་བདེན་
པ་ཞེས་པ་ནི། འགོག་པ་དང་། ཞི་བ། གྲོལ། དེས་འབྱུང་ཞེས་དེའི་བྱུང་ཆོས་རྣམས་
གསུངས་ཡོད། གྲོལ་པ་ཞེས་པ་ནི་དངོས་གནས་ཡིད་ཆིམ་པ་དང་། གཏན་དུ་ཞི་
བ། སྤང་ཡང་རྟོག་བྱ་ཡོང་བྱ་མེད་པ། གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོན་སྐྱོན་དེ་འགོག་པ་
དང་། འགོག་པ་དེས་གཏན་དུ་ཞི་བ། ཞི་བ་དེ་ཡང་རྟོག་བྱ་མེད་པ་ཅམ་མིན་པར་
དངོས་གནས་ཡིད་ཆིམ་ཞིང་གྲོལ་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི་སྐྱོན་དེ་
ལས་གཏན་དུ་ཐར་བ་ཞིག་ལ་གསུང་གི་ཡོད།

དེས་ན་བཙུགས་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས།
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅ་བ་ཉོན་མོངས་གཏན་དུ་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་བ་གསུང་གི་
ཡོད། དེས་ན་ཉོན་མོངས་ཅ་བ་ནས་མེད་པ་བཟོ་བའི་སེམས་ཀྱི་གསུང་བསྐྱེད་པའི་དོན་
དུ་ཉོན་མོངས་ཡོད་ན་སྐྱོན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བཤད་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱུག་བསྐྱེད་
ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཅམ་ལ་མི་འདོད་པའི་སྐྱོན་ཡོད་པས་ཉོན་མོངས་སྤང་དགོས་དོན་དེ་
ཅམ་མེད། སྤྱུག་པ་སྤངས་ན་འགྲིགས་སྤྱུག་ ང་རང་ཆོ་ལྷ་བྱ་རིགས་འགའ་ཤས་ལ་
འདི་ལྟར་ཡོང་བ་ཡིན། ཆགས་པ་དང་། ཞེ་སྤང་སོགས་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྟ་
བུ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། མི་གསོད་པ་དང་། མི་ལ་སྐྱབ་ཆོད་ཤོད་པ། མི་ལ་མགོ་སྐྱོར་
གཏོང་བ་སོགས་ནི་གཏན་ནས་མི་རུང་བ་ཡིན། ཆགས་སྤང་ཞེས་པ་དེ་ཡང་སེམས་
ཡོད་ན་ཆགས་སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་སྤྱུང་བ་བྱ་གྱི་ཡོད། སྤང་བྱ་སྤྱུགས་
དབྱེད་པ་བསམ་བློ་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ཞུགས་ཡོད་པས་བློ་མ་ཟད་པའི་མཐའ་

མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། བྱང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་
འོད་གསལ་བ་དང་། སྤྱི་མ་སློབ་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན་ཉོན་མོངས་མེད་པར་བཟོ་བའི་སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཉོན་མོངས་
ཇི་སྲིད་གནས་པའི་རིང་ལ་སློན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་པ་
ཡིན། དེ་ལ་ང་ཚོས་བདེ་སྐྱིད་དུ་བཅུ་བའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་བ་དེ་སྤྲུག་
བསྐྲུན་ཀྱི་རང་བཞིན་རེད་ཅེས་འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྲུན་འོས་སྤྲད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་
སྤྲུག་བསྐྲུན་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྲུན་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྲུན་གཉིས་ཀ་ཡོང་བའི་ཅ་བ་
ནི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ཡོད་པའི་དབང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུག་
བསྐྲུན་དེ་འོས་སྤྲད། དེ་དག་ལ་བསམ་སློབ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཉེས་
དམིགས་ཤེས་ཏེ་ཡོང་བ། ཉེས་དམིགས་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོར་
ཞིང་། ཉོན་མོངས་སྤྱོད་ཐབས་ཡོད་མེད་ཀྱི་བསམ་སློབ་འཁོར་བ་དེ་ནི་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་
བའི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། ཉོན་མོངས་ཡག་པོ་ངོས་འཛིན་ཏེ་དེའི་ཅ་བ་གང་ལ་སྤྲུག་
པ་དཔྱོད་སྐབས་གཉི་སྤྲུག་བདེན་འཛིན་ལ་སྤྲུག་པ་ཤེས། གཉི་སྤྲུག་བདེན་འཛིན་
ཞེས་པ་ཡུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཏོག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཤེས། ཡུལ་
ཀྱི་གནས་ལྷགས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་དང་། མ་རིག་པ་དེས་རང་
བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་འཛིན་པ་དེ་ཡག་པོ་ངོ་འཕྲོད་ན། སྤྲུག་བསྐྲུན་ཀྱི་ཅ་བ་ཚོས་
རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སློབ་ཞེན་ཡུལ་ཐ་སྙད་
དུ་ཡང་མེད་པ། ཞེན་ཡུལ་རིགས་པས་བསུན་བྱུངས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཉོན་
མོངས་ཟད་རུང་ཡིན་པ། ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་ཡོད་པ་མཐོང་ཡོང་གི་

ཡོད། གཉེན་པོ་དེ་ལ་གོམས་ན། སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་སྤར་འབད་བརྩོན་ལ་
མ་བཟོས་པར་ངང་གིས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཞིག་དང་། གོམས་པ་མཐའ་མེད་
དུ་འཕེལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཤེས་ཤིང་། དེས་ན་ཐར་བ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཆོག་པ་
འདུག་སྟེ་མ་བཟོས་པ་ཞིག་སློ་ལ་ཤར་ཡོང་བ་གསུང་གི་ཡོད།

སྲིད་གསུམ་བདེ་བ་རྩ་ཅེའི་ཟེལ་བ་བཞིན། །

ཡུད་ཅམ་ཞིག་གིས་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། །

ཞེས་སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་བདེ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེ་རྣམས་ནི་མི་རྟག་པ་
དང་མི་བརྟན་པ། མཐར་ཐུད་པ་བསྐྱས་འགོ་བ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། ལས་ཉོན་
གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་སྲིན་ཆད་ལ་མཐའ་
མི་བཟང་བ་ཡིན། དེས་ན་སྲིད་པའི་ཕྱན་ཆོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། མཐའ་མི་
བཟང་བར་གྲུད་པས་བསྐྱས་འགོ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་ལ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་བདེ་
བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། འོ་ན་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་ཞེས་བརྗོད་བཞིན་པ་སྟེ། ཐར་བ་དང་
འགོག་བདེན་ལ་ཆ་བཞག་ན། དངོས་གནས་འགྱུར་དུ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་ཞི་བ་
ཞིག་ཡིན་པས།

ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་ཐར་པའི་གོ་འཕང་མཆོག །

དོན་དུ་གཉེར་བ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན། །

གསུངས་པ་ཡིན། ཐར་བ་ཞེས་པ་ནི་བཅིངས་པ་ལས་ཐར་བ་དང་། བཅིངས་པ་
ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། མདོར་ན་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ལས་གྲོལ་བ་ལ་ཐར་བ་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ལས་ཐར་སྐྱབས་ཐར་བ་ཞེས་བརྗོད།

ཉོན་མོངས་བརྒྱ་ཁྱིམ་བཞི་སྟོང་སོགས་ཉོན་མོངས་ཕྱ་རྒྱས་ལ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་པར་རིམ་གྱིས་འདེད་ན་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་མིན་ལྟ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མངོན་པ་ལོག་མ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་མིན་བཅུ་བཤད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཅ་ཉོན་དུག་དང་། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ་སོགས་མངོན་པ་ཀུན་བརྟམ་ལས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནས་པར་དེད་ན་ཅ་བ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཡིན། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་ནི་གཉི་ལྷག་བདེན་འཛིན་ཡིན།

སྲིད་པ་འཁོར་ལོའི་དབྱས་སུ་གཞི་ནག་པོའི་སྟེང་དུ་བྱ་པག་སྒྲུལ་གསུམ་གྱིས་ཡོད། ཚད་ལྡན་ལྟར་གྱིས་ན་བྱ་དང་སྒྲུལ་གཉིས་པག་པའི་ཁ་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་གི་དགོས་པ་ཡིན། པག་པས་གཉི་ལྷག་དང་། སྒྲུལ་གྱི་ཞེ་སྒྲུང་། བྱ་ཡིས་འདོད་ཆགས་བཅས་དུག་གསུམ་མཆོན་གྱི་ཡོད། དེས་ན་སྒྲུལ་དང་བྱ་དེས་མཆོན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྒྲུང་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་པག་པའི་ཁ་བྱུང་བ་སྟེ་གཉི་ལྷག་གིས་བྱུང་བ་ཡིན། ཅ་བ་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་གཉི་ལྷག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱི་མདོའི་ནང་དུ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད་ལ། དེའི་དགོངས་པ་བཀའ་ནས་མགོན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་གྱིས་ཀྱང་། ཏ་ཅང་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད། དེ་ནས་ད་དུང་དབྱ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་སོགས་ནང་པའི་གཞུང་ཡོད་དོ་ཅོག་ནས་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་གཉི་ལྷག་པོས་འཛིན་སྟངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ལས། ཅ་བ་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་སྲིད་པ་འཁོར་ལོ་བཤད་སྐབས། སྲིད་པ་འཁོར་ལོའི་ཉོན་མཐེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མ་དེར་མ་རིག་པ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། དངོས་གནས་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདོད་མཁན་སུ་གཅིག་ཀྱང་མེད། བདེ་བ་འདོད་པ་དང་།

སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོང་བ་ནི་མི་ཤེས་པའི་
དབང་གིས་བྱུང་བ་ཏུ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། ཤེས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་དུ་ལེན་མཁན་
སྤྱ་ཡང་མི་ཡོང་བ་ཡིན། མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་བཟོ་གི་ཡོད། དེས་ན་
སྲིད་པ་འཁོར་ལོའི་ཉེན་འབྱེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོར་མ་རིག་པ་བཤད་
ཡོད། དེས་ན་མ་རིག་པ་ལ་སྦྱོན་དུ་བལྟས་ནས། མདོར་ན་མ་རིག་པ་དབྱིས་ཕྱིན་པ་
ངོས་འཛིན་པ་ལ་གཏི་ཟུག་བདེན་འཛིན་དེ་གསུངས་ཡོད། གཏི་ཟུག་བདེན་འཛིན་
རི་སྲིད་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཉར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་དབང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱུ་མི་
ཆད་དུ་ཡོང་བ་གསུངས་ཡོད།

འོན་དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ཉོན་དེ་རི་ལྟར་སྤོང་དགོས་ཤིང་། གཙུག་པོ་ཉོན་མོངས་སྤོང་
བ་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤོང་དགོས། དེ་ནི་ལྟག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་
བསྐྱབ་པ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་
གཉེན་པོ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ། བསམ་གཏན་གྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པ་
ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཞི་གནས་སམ་ལྟག་པ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་
པ་དེ་ཉིད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡོང་བ་ལ་དེའི་གཞི་རྩ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དགོས་
པ་ཡིན། རབ་བྱུང་ཡིན་ན་རབ་བྱུང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཁྲིམ་པ་ཡིན་ན་བཙུན་ལྡན་
འདས་ཀྱིས་ཁྲིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྟོམ་པ་སྟེ་ཁྲིམ་པའི་ཚུལ་
ཁྲིམས་བཅས་གསུངས་ཡོད། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ནི་གཞི་རྩ་དེ་ཡིན། ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེའི་ཐོག་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་བསྐྱབས་པ་དང་། ཉིང་
རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པའི་གྲོགས་དང་བཅས་པའི་སྟོན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟེ།

དེའི་རྒྱལ་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒེལ་ནས། མདོར་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཞེ་ལྷག་
ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་མཐར་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་བྱས་
ནས། ཉོན་མོངས་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་ནས་སྤངས་པས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་
གསུང་གི་ཡོད། དེ་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་མི་ལུས་འདི་ཉིད་ཡིན། དུང་
འགྲོས་སྐྱབ་བྱུབ་པ་མེད་ལ། ལྷ་ཡི་སྐྱེས་གནས་པལ་མོ་ཆེ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་
འབྲམས་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད། འདོད་ལྷ་ལྟ་བུ་ནི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་གཤེད་གི་
གཞན་དབང་དུ་སོང་ནས་ཇི་བཞིན་ཡོང་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན།

ལྷག་པར་ཐུགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ན། རགས་པའི་ཕྱང་པོ་སྟེ་ཤ་ཁྲག་
རུས་གསུམ་ཡོད་པའི་ལུས་འདིའི་ཙ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་གནད་ཀྱིས་སེམས་རྩེ་སྤར་
བཏང་ནས། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱེ་བ་དེ་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་ཉེན་དང་། དེའི་ནང་ཆོན་ནས་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པའི་ཉེན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་འཛམ་བུ་གླིང་པ་
མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དུག་ལྡན་གྱི་ལུས་ཉེན་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། འདི་
ཡན་ཆད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་སྒོར་རྣམས་ཁྱེས་ཐེན་པ་ཡིན།

༣ ་ སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ།

༡ ་ བསམ་པ་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ།

གསུམ་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེ་ཟུང་འབྲུག་ཏུ་བསྐྱོམས་པས་
སྤིང་ཞིའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་གསུམ། བསམ་པ་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་

སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྒྲོ་བ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྒྲོམ་པ། དེ་དག་གི་
བསྐྱེད་བྱ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལོ། ། སྒྲོ་བ་བྱུ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་བ་ལ། སྒྲོ་ལྟོག་ནམ་བཞི་ཞེས་བརྗོད་
ན། རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ལམ་གཙོ་ནམ་གསུམ་ནང་གསུངས་པ་ནི་སྒྲོ་ལྟོག་ནམ་
བཞིའི་འགྲོ་སྐྱེད་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེ་ཡང་།

དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ཆེ་ལ་ལོང་མེད་པ། །

ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆེ་འདིའི་སྒྲོ་བས་ལྟོག། །

ལས་འབྲས་མི་བསྐྱེད་འཁོར་བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་ནམས། །

ཡང་ཡང་བསམ་པས་བྱི་མའི་སྒྲོ་བས་ལྟོག། །

ཅེས་གསུངས་པ་དེས་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་དཀའ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ།
དེ་ནས་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བཅས་མར་སྐྱར་ཉེ་ལས་རྒྱ་
འབྲས་བསམ་པ་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ངེས་
འབྱུང་གི་སྒྲོ་སྐྱེད་པ་དེ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནས་བཤེས་གཉེན་བསྐྱེད་ཆུང་དང་།
སྐྱེད་པ་འགྲོ་བཅས་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྒྲོ་ལྟོག་ནམ་བཞིའི་འགྲོ་སྐྱེད་གསུང་
གི་ཡོད། མདོར་ན་སྒྲོ་ལྟོག་ནམ་བཞིའི་འགྲོ་སྐྱེད་ནི་པལ་ཆེར་ངེས་འབྱུང་སྐྱེད་པ་དེ་
གའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་འབྲིད་ལུགས་འདི་ལྟར་དུ་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན།

སྒྲོ་བ་བྱུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གྱི་སྐྱེད་པ་ནས་གསུངས་པ་ནི། སྒྲོ་བ་འབྲིང་ཐ་མ་
གསུམ་ལ་པན་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་སྒྲོ་བ་བྱུ་ཆུང་དུའི་སྐྱེད་པ་གྱི་བསྐྱེད་བྱ་
མདོན་མཐོ་དང་། དེ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སྐྱེད་པ་འགྲོ་དང་ལས་འབྲས་གཉིས་
གསུངས་ནས་སྒྲོ་བ་བྱུ་ཆུང་དུའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་ཡར་རྒྱུ་བ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་

བར་འདི་ལྟར་ཡིན། བསམ་བ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་རྩ་བ་ལས།
ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་ལ་བརྟེན་བ་ཅན། །
མ་རྣམས་སྤྱག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྲ། །
དེ་ཕྱིར་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་བྱའི་ཕྱིར། །
བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། དོན་ནི་སྤྱི་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ལ་བརྟེན་
བ་ཅན་གྱི་མ་རྣམས་སྤྱག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྲ་ཞེས། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་
འདུན་པ་གཉིས་ལྡན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རང་ཉིད་གཙོ་བོའི་
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་ཅེས་གཙོ་སེམས་ཡིན་ལ། གཙོ་སེམས་དེ་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ།
གཞན་དོན་དོན་གཉིད་ཀྱི་རྒྱ་བྱས་ཤིང་། གཞན་དོན་དོན་གཉིད་ཀྱི་འདུན་པ་དེས་
བངས་ནས་གཞན་དོན་དཀྱིས་ཕྱིན་པ་བྱེད་ཐུབ་པའི་རུས་པ་དང་ལྡན་པའི་བྱང་ཚུབ་
ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་དེ་བདག་གིས་སྤྱབ་སྤྲུལ་པའི་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉིད་ཀྱི་འདུན་པ་དེ་
དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་ཡོད་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་དེ་ལ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་དེ་ལྟོ་སྤྱོད་སྤྲུངས་ལ་
མདོ་ཡི་ཁྱད་ས་བྱས་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སྒོ་སྤྱོད་བ་གཅིག་དང་།
བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒོ་ནས་སྒོ་སྤྱོད་བ་གཅིག་གསུངས་ཡོད།

མ་རྣམས་སྤྱག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཞེས་པ་འདིས་མན་ངག་རྒྱ་འབྲས་བདུན་མའི་སྒོ་ནས་སྒོ་སྤྱོད་བ་དེ་གསུང་གི་
ཡོད། དེ་ཡང་མ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཆེ་འདིར་མངལ་སྤྱེས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། མ་

དེ་དེ་ཆེ་མོས་ཆགས་ཡོད། ངས་ནས་རྒྱུ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། འདི་ལྟར་བྱ་གྱི་ཡང་
འདྲུག་ མ་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱ་གྱི་ཅམ་དུ་མ་ཟད། དཔེར་ན། དུང་འགྲོ་བྱ་དང་བྱི་བྱ་
སོགས་མ་ཡི་སྐྱོང་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱ་གྱི་ནམས་མ་ཡིས་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
རང་ཉིད་རང་མགོ་མ་ཐོན་བར་དུ་མ་ཡི་དེ་མེད་ནས་འཆོ་བ་དེ་རིགས་ལ་རང་
བཞིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱིས་པན་ཚུན་བརྟེན་བཞིག་ཡོད་གི་ཡོད།

མི་ལ་ཆ་བཞག་ན་མ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་། མ་ཡི་བྱ་ཞོ་ལ་བརྟེན་ནས་འཆར་ལོངས་
བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་རང་བཞིན་ལུས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་ནས་བརྟེན་བཞིག་ཡོད།
མ་ཡིས་བྱ་ལ་བརྟེན་བའི་བརྟེན་བའི་ཉིད་མེད་ན། མ་ཡིས་བྱ་སྐྱོང་རྒྱུ་ཤོད་དུ་མ་ཡིས་
དཀའ་སྤྱད་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་བྱ་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོང་སྐྱོབས་དེ་ཉིད་མི་
ཡོང་བ་དང་། བྱའི་རོས་ནས་ཀྱང་མ་ལ་བརྟེན་བའི་བརྟེན་བའི་ཉིད་མེད་ན། མ་ཡི་བྱ་ཞོ་
འཕྱང་བ་དང་། མ་ལ་བརྟེན་པ་དེ་ཉིད་མི་ཡོང་ཁོང་། སྐྱེས་པའི་ཉིན་ནས་མ་ཡིས་བྱ་
ལ་ཞེ་སྤངས་སྐྱེས་པ་དང་། བྱ་ཡིས་མ་ལ་ཞེ་སྤངས་སྐྱེས་ན་བྱ་དེ་ཉིད་ཤི་འགྲོ་བ་ལས་
འཆོ་ཐབས་མེད། བྱ་དང་བྱི་བྱ་དང་། ཁྱི་དང་ཞི་མི་སོགས་དང་དེ་བཞིན་ཡིན། རང་
འཆོ་བ་འདི་རེས་བར་མ་ཡི་བརྟེན་བའི་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་ཡིན།

དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་གྲུབ་ཡོད་པ་ནི་འདི་གཞིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་
བུ་ཡིན། དེ་ནི་ལམ་བསྐོས་ནས་བྱུང་བ་མིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་གི་ཡོད།
དེས་ན་ང་ཆོ་ཆང་མར་མ་ལ་བརྟེན་བཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། མ་ཡིས་དེ་མེད་ཀྱིས་བསྐྱུངས་
པ་ནི་ང་ཆོ་ཆང་ཆོས་སུ་ཡོད། དེ་དཔེ་ལ་བཀོད་ནས་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་
པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དངོས་དང་བརྒྱུད་པའི་སྐྱོད་ནས་རང་ལ་པན་འདོགས་

མཁན་ཞིག་དང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྐྱེ་བ་རྒྱན་མར་འགོ་བས་ཨ་མ་མ་བྱས་པའི་
སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དེའི་ཐོག་ནས། རི་ལྷར་མ་ལ་བཅེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་
སེམས་ཅན་གཞན་ལ་འདྲ་བཅེ་བ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལྷར་ཡོང་བ་
ལ་མ་རྒྱུ་ཆོན་པོ་ཡིན་ཞེས་སྒྲོ་ཁ་ཡམ་ཡམ་དུ་སོང་བས་མི་འགྲིགས་པར་སྒྲོ་ནན་
ཏན་དུ་སྤང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནས་མན་ངག་རྒྱ་འབྲས་བདུན་མ་ཞེས་པ་འདི་
གསུངས་པ་ཡིན།

ཐོག་མར་མ་ལ་བཅེ་བ་དང་གྲུས་བཅེ་སྤྱོད་བའི་སྒྲོ་དེས་མ་མཆོན་པ་ཙམ་བྱས་
ནས། མདོར་ན་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ལ་བཅེ་བ་
སྤང་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་འདིར་བཤད་པའི་བཅེ་བ་ནི། རྟོགས་རིས་མེད་པའི་
བཅེ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ང་རང་ཆོས་རང་གི་མ་ལ་བཅེ་བའི་བཅེ་བ་
དེ་ནི་རྟོགས་རིས་ཅན་གྱི་བཅེ་བ་ཡིན། རྟོགས་རིས་མེད་པའི་བཅེ་བ་ཞེས་པ་ནི། བ་
རོལ་པོའི་བྱ་བ་དང་རྣམ་འགྲུར་ལ་བལྟས་ཡོད། དེས་ན་སུ་ཞིག་གིས་རང་ལ་རྣམ་
འགྲུར་བཟང་པོ་བསྟན་པ་དང་། རང་ལ་པན་བཏགས་པ་སོགས་བྱས་ན་དེ་ལ་བཅེ་བ་
སྐབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་བ་རོལ་པོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བལྟས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བྱ་སྤྱོད་དེ་
ལས་ལྡོག་སྟེ་རང་དང་མི་མཐུན་པའི་དགྲ་བོ་དེས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
སྟབས། བ་རོལ་པོས་རང་ལ་གཞོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རྒྱ་
མཆོན་དུ་བྱས་ཏེ་བྱ་བ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ལ་དགྲ་བོའི་ཐ་སྙད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ལ།
སྒྲོས་ཀྱང་དེ་ཡལ་བར་དོར་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་ད་དུང་སྤང་བའི་སེམས་སྐྱེ་གི་ཡོད།

འོ་ན་སྐབས་འདིའི་བཅེ་བ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཤེ་ན། རྟོགས་རིས་མེད་པའི་

བཅེ་བ་ཞིག་དང་། ཚད་མེད་པའི་བཅེ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། གོང་གི་བཅེ་བ་ནི་
ཚད་ཅན་གྱི་བཅེ་བ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། དེ་ནི་གཙོ་བོ་བྱ་སྤྱོད་ལ་དམིགས་ཡོད།
སྐབས་འདིར་སྤང་དགོས་པའི་བཅེ་བ་ནི་ཚུགས་རིས་མེད་པའི་བཅེ་བ་ཞིག་སྤང་
དགོས་པ་ཡིན། ཚུགས་རིས་མེད་པའི་བཅེ་བ་ནི་གཙོ་བོ་བྱ་བ་ལ་མི་བཅེ་བར་བྱེད་
བ་པོ་གང་ཟག་དེར་བཅེ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད། བྱ་སྤྱོད་དང་
བྱེད་བ་པོ་གཉིས་དབྱེ་བ་བྱེ་སྟེ། བ་རོལ་པོའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བསམ་སྒོ་མི་གཏོར་བར། བ་
རོལ་པོ་ཁོ་རང་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། རང་དང་མཚུངས་པར་རང་གིས་རང་ལ་བཅེ་
བ་ཡོད་མཐན་དང་། རང་ཉིད་རང་ལ་བཅེ་བའི་སྐོ་ནས་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་བདེ་
བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་སྐྱེ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་བ་རོལ་པོའི་ནམ་འགྲུང་
དང་བྱ་སྤྱོད་ལ་མི་ལྟ་བུར། བ་རོལ་པོ་དེ་མིའང་དུད་འགོ་སོགས་སེམས་ལྡན་གང་
ཟག་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་རང་དང་
མཚུངས་པའི་སྐོ་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་བཅེ་བ་སྐྱེ་བྱུང་བ་ཡིན།

དཔེར་ན། རང་གིས་རང་ལ་བཅེ་བ་འདི་རང་ཉིད་རང་ལ་བྱིན་ཆེ་བའམ་གྱུ་མྱོད་
 རྣམ་འགྱུར་བཟང་པོ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཁོན་དུ་བྱས་ཏེ་རང་གིས་རང་ལ་བཅེ་བ་མིན་པར།
 རང་ཉིད་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་འདི་ཙམ་རྒྱ་མཁོན་དུ་བྱས་ཏེ་
 རང་ལ་བཅེ་བ་ཡིན། དེ་ནི་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་
 བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེས་ན་བདེ་བས་ཐོངས་པ་རྣམས་བདེ་བ་
 དང་ལྷན་ན་བསམ་པའི་བྱམས་པ་དང་། སྤྲུག་བསྐལ་གྱིས་མཁར་བ་རྣམས་སྤྲུག་
 བསྐལ་དེ་དང་བལ་ན་སྦྱམ་པའི་བཅེ་བ་ཡོང་བུ་བ་ཡིན། རྗེའི་ལྟ་སྟངས་པ་རོལ་

པོ་འདི་ཀྱན་སྦྱོང་ལ་མི་ལྟ་བུ། པ་རོལ་པོ་མི་ཡིན་པ་དང་། གང་ཟག་ཡིན་པ། སེམས་
ལྷན་ཡིན་པ། མདོར་ན་པ་རོལ་པོ་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་འདོད་པ་འདི་
སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་བལྟས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བཅེ་བ་སྐྱབས་སྤྱབ་པ་
ཡིན།

དེར་བརྟེན་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་གཉིས་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགོས་སྐྱེ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་
ཡིན། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱ་བ་ལ་བལྟས་ནས་བཅེ་བའི་སྒོ་སྦྱེ་
བ་ནི་སལ་ཆེར་ཆགས་པའི་སྒོ་ཡོད་པ་ཡིན། བྱ་བ་དང་མ་འབྲེས་ཤིང་། བྱ་བ་རང་ལ་
གཞོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། བྱེད་པ་པོ་དེ་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་
བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་པ་སྐྱེ་མཆོག་དུ་བྱས་ན་བཅེ་བ་དག་པོ་ལའང་སྦྱེ་སྤྱབ་པ་ཡིན།
དེ་ནི་སྤྱགས་རིས་ཅན་གྱི་བཅེ་བ་མིན། ཞེན་ཆགས་མེད་པའི་ཐོག་ནས་བཅེ་བ་སྦྱེ་
སྤྱབ་པ་ཡིན། དེས་ན་བཏང་སྟོམས་སྒོམ་པ་ཞེས་གཉེན་ལ་ཆགས་པ་དང་། དག་ལ་
སྤང་བའི་སྒོ་གཉིས་སེལ་བའི་སྒོ་ནས་དག་དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་བདེ་
བ་འདོད་པ་རང་དང་འབྲ་བར་བལྟ་བ་དེ་ཡིན།

ཡང་སྐྱེ་མཆོན་གཞན་ཞིག་ལ། ཆེ་སྟོང་གི་དག་ཡང་ཆེ་སྤང་གཉེན་དུ་འགྱུར་བ་
ཡོང་སྲིད་པ་ཡིན། དག་དང་གཉེན་ཞེས་པ་ནི་འབྲེས་ཀྱི་བྱ་སྦྱོང་ཙམ་ཡིན་པ་ལས།
རང་གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྦྱེས་པའི་ཉིན་མོ་ནས་བཟུང་དག་སྦྱེས་པ་མེད་ལ། སྦྱེས་
པའི་ཉིན་མོ་ནས་བཟུང་གཉེན་གྱི་ངོ་བོར་སྦྱེས་པ་ཡང་མེད། བྱ་སྦྱོང་ནི་སྒོ་བྱར་བ་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་གྱི་དབང་གིས་འགྱུར་འགྲོ་བ་ཡིན། གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་ནི།
དཔེར་ན། མི་ལ་ཆ་བཞག་ན། མི་དེ་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་བདེ་བ་འདོད་

བ་ཡིན་པས་ང་ཚོ་མི་གཅིག་པ་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་བཅེ་བ་སྐྱེ་བས་སྐབ་
བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་རང་གི་དབྱ་ལོ་ཡང་བཅེ་བ་སྐྱེ་བས་སྐབ་བ་ཡིན།
དབྱ་ལོ་དེས་ད་ལྟར་ལ་གཞོད་བ་སྐྱེ་ལ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱིར་ཐོག་ལོ་ཁོ་རང་ཡང་བདེ་
བ་འདོད་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེ་ལ་མི་འདོད་བ་གཅིག་པ་རེད་སྤྱི་བ་འདི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་
དམིགས་པའི་བཅེ་བ་སྐྱེས་ཆོག་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་བཅེ་བ་ནི་གཉེན་ལ་ཆགས་པ་
དང་། དབྱ་ལ་སྤང་བའི་ཆགས་སྤང་གཉིས་མེད་པར་བཅོས་ནས་སྐྱེས་དགོས་པས་
ཐོག་མར་བཏང་སྟོམས་བསྟོམ་དགོས་པ་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་མར་ཤེས་དང་།
འིན་པམ། འིན་གཙོ། ཡིད་ཡོང་གི་བྱམས་པ། སྤྱིར་ཐོག་། ལྷག་བསམ། སེམས་བསྐྱེད་
བཅས་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་འདི་ལྟར་དུ་གསུངས་ཡོད།

༡༽ ཀུན་རྗེ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྟོམ་པ།

༡༽ མཉམ་གཞག་དུ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྟོམ་པ།

གཉིས་པ་སྦྱོར་བ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་དུ་སེམས་གཉིས་བསྟོམ་པ་ལ་གཉིས། ཀུན་
རྗེ་བ་བྱང་སེམས་བསྟོམ་པ་དང་། འོན་དམ་བྱང་སེམས་བསྟོམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་
གཉིས། མཉམ་གཞག་དུ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྟོམ་པ། རྗེས་སྐོབ་དུ་རྒྱེན་ངན་
ལས་དུ་འབྱེད་པ་ལོ། །དང་པོ་མཉམ་གཞག་དུ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྟོམ་པ་ནི།
རྩ་བ་ལས།

སྤྱུག་བསྐྱེ་ལ་ལྟས་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་གཞན་པན་སེམས་ལས་འབྱུངས།

དེ་ཕྱིར་བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དག །

ཡང་དག་བརྩེ་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདིས་བདག་གཞན་མཉམ་བརྩེ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་
མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཆེན་སྒྲིབ་བ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་འགྲེལ་བཅས་ཀྱི་ནང་
དུ་གསུངས་ཡོད་ལ། དེའི་དགོངས་པ་ཞིབ་ཚགས་པོའི་ཐོག་ནས་ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པ་
རྒྱལ་སྤྱོད་ཞིབ་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་གསུངས་ཡོད། མདོར་ན་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་ལས།

འཛིག་རྟེན་བདེ་བ་རི་སྟོང་པ། །

དེ་ཀུན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

འཛིག་རྟེན་སྤྱག་བསྐྱེད་རི་སྟོང་པ། །

དེ་ཀུན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། །

བྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་། །

ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། །

འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་བྱེད་པར་ལྟོས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཛིག་རྟེན་པའི་ལེགས་པའི་ཆ་མཐའ་དག་གཞན་གཅེས་
འཛིན་གྱི་སྒྲོའི་འབྲས་བུ་ཡིན། དཔེར་ན། ཆེ་འདིའི་ལྟོ་གོས་བཟང་པོ་དང་། གནས་
མལ་ཡོ་བྱེད་སོགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྩོམ་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་
དགོས་པ་ཡིན། རང་གཅིག་ལྟ་གཞན་སྤྱོད་གཅིག་ལའང་ལྟོས་པ་མེད་པའི་སྟོན་ནས་

ཟས་གོས་གནས་མལ་སྤྱོད་དག་པོ་ཞིག་ཡོང་བྱུང་བཅས་མེད་པར་ཟམས་ཅད་
གཞན་ལ་བརྟེན་ཡོད། དེ་རྣམས་གཞན་བརྟེན་ལ་སྤྱོད་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྤྱོད་ཐུགས་དང་མཛའ་བཤེས་སོགས་ཀྱང་ཆང་མ་གཞན་ལ་བརྟེན་
ཡོད། འཕྲལ་གྱི་ཆེ་འདིའི་ཕུན་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་གཞན་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ལ་
སྤྱོད་ཡིན། དེས་ན་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་ཀྱིས་རང་གི་ཟས་གོས་གནས་
མལ་དང་། མཛའ་བཤེས། ཡོ་བྱད། སྤྱོད་ཐུགས་དང་བཅས་པ་ཟམས་ཅད་འབྲུག་པ་
ཡོང་བ་དང་། གཞན་ལ་སྤྱང་ཞིང་གཞན་ལ་ལ་བར་དོར་ན། བདེ་སྦྱིད་གང་ལ་བརྟེན་
ནས་ཡོང་བའི་གཞི་དེ་ལ་སྤང་ཞིང་གཞི་དེ་ལ་ལ་བར་དོར་བ་ཡིན་པས། དེའི་འབྲས་
བྱུང་འདོད་པ་བདེ་སྦྱིད་འདོད་ཀྱང་ཡོང་བྱུང་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ལས་མེད། བདེ་སྦྱིད་ཡོང་
བའི་བྱུང་ནས་མཁའ་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཅེས་ཤིང་པངས་
པའི་ཆོ་ཞིག་སྦྱེས་བྱུང་ན། རང་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཡོང་ངེས་པ་ཡིན། འཕྲལ་གྱི་མཛོན་
མཐོའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱང་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞན་ལ་མི་དགའ་
བྱེད་པ་དང་གཞན་ལ་སྤང་པོ་བྱས་ན། ཆེ་འདིར་ཡང་ཉེ་སྤྱོད་མི་ཆང་མ་རང་གི་དག་
ཏུ་བྱུང་ནས་ཆང་མར་དོགས་ཐོན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

སྤྱང་གྱི་ཤོད་རྒྱན་ཞིག་ལ། སྤྱེ་མོ་བ་ཆང་ཅི་འཆོང་མཁན་ཞིག་ཡོད། ཆང་ཅི་
རྒྱན་མ་དེ་འདྲ་བཅོས་ཉེ་བྱོང་ཆོ་ཞིག་ལ་ཕྱིན་ནས་དེའི་བྲིམ་ཆང་ཞིག་ལ་བཙོངས་
ཡོད། བྱོང་པ་དེས་ཆང་ཅི་རྒྱན་མ་ཡིན་པ་ཤེས་ནས་རྗེས་སུ་ཁོ་བྱོང་པ་དེར་ཆང་ཅི་
ཆོང་བར་འགྲོ་ས་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། ཡང་ཁོས་བྲིམ་ཆང་གཞན་ཞིག་ལ་ཕྱིན་ནས་
ཆང་ཅི་རྒྱན་མ་བཙོངས་པ་དེས་ཀྱང་རྒྱན་མ་ཡིན་པ་ཤེས། ཁོ་དེར་ཡང་འགྲོ་ས་མེད་

བ་ཆགས། ཡང་ཁོས་བྲིས་ཆང་གཞན་ཞིག་ལ་བྲིན་ནས་ཆང་ཅི་རྒྱུན་མ་བཅོངས་པ་
གོང་བཞིན་ཤེས་ཏེ་འགྲོ་ས་མེད་བ་ཆགས་ཤིང་། ཉིན་ཞིག་ཁོ་ལམ་གསུམ་མདོ་
ཞིག་ལ་བསྐྱད་ནས་ད་ནི་ང་གྲོང་བ་འདིར་འགྲོ་ས་མེད་ལ། གྲོང་བ་དེར་ཡང་འགྲོ་ས་
མེད་བ་བསམ་ནས་སྡོད་དགོས་བྱུང་ཡོད།

དཔེ་དེ་བཞིན་རང་གི་གཞན་ལ་མཐོང་རྒྱུ་དང་བརྟམས་བཅོས། ལུབ་ཆོད་གཏོང་
བ་སོགས་བྲས་ན། ཉེ་སློར་དུ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་རང་གི་དབྱ་ཆགས་རྒྱ་ཡིན། དེ་
དག་སྦྱེས་པའི་སྐབས་ནས་རང་གི་དབྱ་མིན་ཡང་དབྱ་བོ་ཆགས་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བཅོས་བ་ཡིན། བཅེ་བ་བྲས་ན་རང་གི་ཉེ་སློར་གྱི་མི་རྣམས་རང་གི་གཉེན་དུ་འགྱུར་
བ་ཡོང་ཞིང་། དེ་འབྲའི་སྐབས་སུ་རང་གི་སེམས་ནང་གཡས་གཡོན་ཆང་མ་གཉེན་
ཀྱིས་བསྐྱོར་ཡོད་བསམ་བ་ཡོང་བ་དང་། མི་རྣམས་དབྱ་བོ་བཅོས་ན་རང་ཉིད་ཤག་
ནང་མཐུན་རྒྱུན་ཏུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་བ་གང་ལྟར་ལྟར་བྲས་ནས་
སྡོད་དགོས་ཞིག་ཡོང་ཞིང་། སློར་དུང་བྱུར་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱིད་པོ་གང་ཡང་མེད།
དདུལ་དང་རྒྱུངས་འཁོར་སོགས་ཀྱིས་བཅེ་བ་བྲེད་མི་ཤེས། བཅེ་བ་ནི་སེམས་ལྡན་
ཁོ་ན་ལས་ཡོང་བ་ཡིན། སེམས་ལྡན་དབྱ་རུ་ལངས་ན་བཅེ་བ་ཡོང་ཐབས་མེད།
དེས་ན།

སྤྱག་བསྐྱེལ་མ་ལུས་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆེ་འདིའི་སྤྱག་ཆོགས་རྣམས་གཞན་པན་གྱི་བསམ་བ་
ལས་བྱུང་བ་དང་། ཆེ་འདིའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྣམས་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་བྱ་དོག་པོ་
དེ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཆེ་བྱི་མ་མདོན་མཐོ་ཐོབ་འདོད་ན། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་

ཏེ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་པན་བཏགས་ན་མངོན་མཐོང་ལུས་
རྟེན་ཐོབ་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བྱམས་སྒྲོན་ལས་གསུངས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་
པན་ཡོན་ནི།

ངན་འགྲོའི་ལམ་ནི་བསྐྱོག་བགྱིད་ཅིང་། །

མཐོ་རིས་ལམ་ནི་རབ་སྒྲོན་ལ། །

ཆ་ཤི་མེད་པར་འཕྲེན་བགྱིད་པ། །

བྱང་རྒྱལ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན། དཔེར་ན། སློག་གཅོད་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ངས་མི་བསད་ན་
ཁྱིམ་ལ་ཕྱག་གི་རེད་སྟེ་ནས་ཁྱིམ་ཁང་དང་། བཅོན་ཁང་དུ་བཅུག་རྒྱུར་ཞེད་
ནས་སློག་གཅོད་སྒྲོམ་པ་དེ་ལ་པན་ཡོན་གང་ཡང་མེད། ངས་མི་བསད་ན་ང་ལ་སློག་
པ་ཡོང་བ་དང་། ཕྱིན་ཆད་རང་ཉིད་ལ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་
སློག་པ་ལ་འཛེམས་ཏེ་སློག་གཅོད་སྒྲོམ་ན་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན། སློག་གཅོད་སྒྲོམ་
པ་གཅིག་པ་ཡིན་རུང་། ཁྱིམ་ལ་ཞེད་ནས་སློག་གཅོད་སྒྲོམ་པ་དང་། ལས་འབྲས་
ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་སློག་གཅོད་སྒྲོམ་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་
ང་དང་གཅིག་པ་ཡིན། ང་ལ་གཞན་གྱིས་སློག་པ་ར་བསྐྱུལ་ན་ང་མི་བདེ་བ་དང་མ་
སྐྱིད་པ་ཡོང་བ་ལྟར། ཁོ་ལ་ངས་སློག་པ་ར་བསྐྱུལ་ན་ཁོ་མི་བདེ་བ་དང་མ་སྐྱིད་པ་
ཡོང་གི་རེད་སྟེ་ཏེ་རྒྱ་མཆོན་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་ཉེས་པ་སྒྲོམ་ན། དེ་ནི་ཉེས་
དམིགས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་སྒྲོམ་པ་མིན་པར། བཅེ་བའི་བསམ་སྒོ་དང་གཞན་

པན་གྱི་བསམ་བས་ཉེས་པ་སྒྲིམ་པ་ཡིན། དེའི་འབྲས་བུར་ངན་འགྲོ་ལས་ཐར་ཏེ་
མངོན་མཐོང་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ནི།

ངན་འགྲོའི་ལམ་ནི་བརྒྱུག་བགྱིད་ཅིང་། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་གྱི་བསམ་བས་ཉེས་པ་སྒྲིམ་པ་མིན་པར།
བརྟེན་གཅིག་ཏུ་གཞན་པན་གྱི་བསམ་བས་ཉེས་སྒྲིམ་སྒྲིམ་པའི་འབྲས་བུར་མངོན་
མཐོང་དང་ངེས་ལེགས་ཐོབ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཀྱིས་གཞན་གཞོན་གཞི་དང་
བཅས་པ་བརྒྱུག་ཐུབ་པ་ཡོང་བ་ཏུ་ཅང་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཡིན།

ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་བས་ནི། རང་ཉིད་གཅིག་ལུ་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
བ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེད་
དུ་རྣམ་མཁྲེན་དོན་དུ་གཉེར་གྱི་ཡོད། རིན་ཆེན་སྒྲིབ་པའི་ནང་དུ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་
རྣམས་པ་བཞི་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་དམིགས་པ་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་
མེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཡང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཡོན་ཏན་མཐའ་དང་བྲལ་བའམ་
ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ། དེ་སྐྱབ་པའི་དུས་ལུན་དེ་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ། རྒྱལ་
སྐུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བཅས། དཔག་ཏུ་མེད་པ་བཞི་
ལ་བསྐྱབ་ན་ཆོགས་བདེ་ཟླ་གྱི་རྫོགས་པ་མགོན་པོ་སྐྱབ་ཀྱིས་རིགས་པས་
བསྐྱབས་ནས་རིན་ཆེན་སྒྲིབ་པའི་ནང་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་གཞན་པན་སེམས་ལས་འཁྱུངས། །

ཞེས་མདོར་ན་བསྐྱབ་བྱ་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་
བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་། གཞན་པན་གྱི་སྒྲོ་ གཞན་གཅིས་འཛིན་བཅས་གྱི་སྒྲོ་ལ་

བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། ཞི་བ་སྤྱོད་པ་གཅིག་པར་སྤྱོད་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡོང་གི་
གནས་སུ་སྤྱོད་བའི་བར་གྱི་སྤྱོད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་
བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེས་རང་གཅེས་འཛིན་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་
སྤྱོད་ཡོན་འདི་ལྟར་དབྱེ་བ་བྱེ་གི་ཡོད། བོད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་དེ་ནི་
མཉམ་གཞག་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དམིགས་ཆམ་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
སྐྱོམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཆུང་ཡིན།

༡༽ རྗེས་ཐོབ་ཏུ་རྒྱུན་ལྔ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

དེ་ནས་བསྐྱེད་བྱའི་སྐྱོར་གསུངས་པ་ནི། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱུན་ལྔ་
ལམ་དུ་འབྱེད་པ་ལ། གཉིས་པ་ལ་བཞི། མི་འདོད་པའི་ཆོས་བཞི་ལམ་དུ་འབྱེད་པ་
དང་། བཟོད་དཀའ་བ་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བ། འབྱོར་རྒྱུད་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།
ཆགས་སྤང་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། མ་རྟེན་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།
སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ། མི་སྦྱོན་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ། སྤྱོད་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་
བའོ། །དང་པོ་ནི་རྩ་བ་ལས།

མ་རྟེན་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

སྤྱོད་པ་འདོད་ཆེན་དབང་གིས་བདག་གི་ཞོར། །

ཐམས་ཅད་འཕྲོག་གམ་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་ན་ཡང་། །

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་བ་རྣམས། །

དེ་ལ་བསྐྱོར་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་དོན་ནི། དངུལ་ཚུ་རྒྱལ་སྤྱི་གས་མེད་བཟང་
པོ་སླབས་ཤིག་བཀའ་ཆོས་གནང་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་སྒྱུན་བདག་ཅིག་གིས་གདན་
ཁྲིམ་བྱས་པ་ལྟར་སྒྲིབ་ཁྲིམ་དུ་ཕེབས་ཤིང་། སླབས་དེར་སྒྱུན་བདག་གིས་ཕྱལ་བའི་
འབྲུལ་བ་ཡང་གང་འཆོམས་བྱུང་ཡོད། བཀའ་ཆོས་ལེགས་པར་བྱལ་ནས་དངུལ་
ཚུའི་རི་ཕྱག་ཏུ་ཕྱིར་ལོག་ཕེབས་པའི་ལམ་དུ་ཇག་པ་དང་འཕྲད་ཅིང་། ཇག་པས་
རྒྱལ་སྤྱི་གས་མེད་བཟང་པོའི་སྐྱེ་ཆས་ཅི་ཡོད་རྣམས་འཕྲོག་པར་ཡོང་སླབས་
རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་དགེས་བཞིན་དུ་འདི་འབྲེར་ལ། འདི་ཡང་འབྲེར་ཞེས་སྐྱེ་ཆས་
གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཇག་པར་གསོལ་རས་གནང་ཡོད། ཇག་པ་རྣམས་དགའ་ཐག་
ཆོད་ནས་ལམ་ལ་ཁྲུགས་ཏེ་འགྲོ་ཅིས་བྱེད་སླབས། རྒྱལ་སྤྱི་གས་མེད་བཟང་
པོས་ཇག་པ་རྣམས་ལ་བྱེད་རང་ཆོ་ལམ་དེ་ནས་ཕྱིན་ན་དེ་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་སྤྱི་
གས་མེད་བཟང་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུན་བདག་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་ཆོས་མཐོང་
ན་བྱེད་རང་རྣམས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྲིད། དེས་ན་ལམ་ཕྱོགས་འདི་ནས་ཕྱིན་ན་
བྱེད་རང་རྣམས་ལ་ཉེན་ཁ་གང་ཡང་འཕྲད་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་ལམ་སྟོན་གནང་ཡོད།
དངོས་གནས་བྱས་ན་འབྲུལ་དངོས་བཅོམ་མཁན་ཀྱི་ཇག་པ་རྣམས་སྒྱུན་བདག་ཡོད་
པའི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་སླབས་གསང་བའི་བརྟུང་ཞིག་བཏང་སྟེ་ངའི་ཅ་དངོས་གང་
ཡོད་རྣམས་ཇག་པ་དེ་དག་གིས་འཕྲོགས་སོང་གསུངས་ན། ཇག་པ་རྣམས་ལ་རྩེ་
དེག་གིས་སྐྱེ་ཆས་རྣམས་ཚུར་ལེན་བྱལ་པ་ཡོང་རྒྱ་ཡང་། དེ་ལྟར་གནང་ལས་ཐོག་
སྟེ་ཤ་ཆ་ཆེན་པོས་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

ལྷག་པར་རྒྱལ་སྤྱི་གས་མེད་བཟང་པོ་རང་ཉིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་

ཉམས་ལེན་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་ཏེ། གསོལ་ཁྱམ་ཡང་མཆོད་ཀྱི་མེད། དེར་བརྟེན་
ཁོང་གི་ཉེ་འབྲེལ་སྤྱད་ཀྱི་ཞིག་དང་། བྱི་གཅིག་ ལུག་གཅིག་བཅས་ཡོད་པ་སྤྱད་
ཀྱི་དང་བྱི་དེ་གཉིས་ལ་མི་ཟ་མཁན་ཆགས་ནས། སེམས་ཅན་གསུམ་པོ་པན་ཚུན་
གཞོད་འཆེ་མི་བྱེད་པར་སྤྱད་ཉེ་ལྟར་འཆམ་མཐུན་མཉམ་གནས་བྱེད་པ་བཅས་ཁོང་
གི་ཉེ་འབྲེལ་སྤྱད་ཞི་བདེའི་ཁོར་ལུག་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། སྐབས་འདིར་རང་གི་རྒྱ་
དངོས་འཛོག་མཁན་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་བསྟོད་གོས་པའི་བྱུང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་
ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་གསུངས་པ་ཡིན།

སྤྱག་བསྐྱེད་ལམ་དུ་འབྱེད་བཞག་

བདག་ལ་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་མེད་བཞིན་དུ།

གང་དག་བདག་གི་མགོ་བོ་གཙོད་བྱེད་ནའང་།

སྤྱིང་ཐེའི་དབང་གིས་དེ་ཡི་སྤྱིག་པ་ནམས།

བདག་ལ་ལེན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན།

ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱད་བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་སྤྱད་ཤར་གཉིས་ལས་
བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་སྤྱད་རི་ཐང་པ་རྩོམ་སྤྱད་མཆོག་འཆད་ཉན་གནང་
བཞིན་པའི་སྐབས་སྤྱད་སྤྱད་རི་ཐང་པར་མི་དགའ་བའི་མི་ཞིག་གིས་སྤྱད་ཀྱི་བར་དུ་
ཐོགས་པའི་བྱུང་མེད་ཅིག་ཁོང་གི་བྱུང་དུ་བཏང་སྟེ། བྱུང་མེད་དེ་ལ་རང་གི་བར་དུ་
ཡོད་པའི་སྤྱད་ཀྱི་ཉེད་དགོ་བཤེས་སྤྱད་རི་ཐང་པའི་བཞུགས་ཁྱིའི་ཐོག་ཏུ་བཞག་
ནས། ཁྱོད་རང་གི་བྱུང་འདིར་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་དུ་བཞུགས་པ་ལྟར་བྱས་པས། དགོ་
བཤེས་སྤྱད་རི་ཐང་པས་ལགས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྤྱད་ཀྱི་དགོ་བཤེས་སྤྱད་རི་

ཐང་པས་བདག་པོ་བསྐྱོན་པ་གནང་ཡོད། སྐབས་ཞིག་བྱད་མེད་དེ་ལ་འགྲོད་པ་བྲག་
པོ་ཞིག་སྐྱེས་ནས། ཨ་ཙི་ངས་མི་ངན་གྱི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་ཆོད་ལྗན་གྱི་དགེ་བ་ཞེས་
འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྐྱེས་པ་བ་ཡིན་ཀྱང་། ཁོང་ལ་ཆོར་བ་གང་ཡང་མི་འདུག་སྐྱེས་ནས་
འགྲོད་པ་སྐྱེས་ཏེ་ཉིན་ཞིག་བྱད་མེད་དེ་དགེ་བ་ཞེས་སྒྲུང་རི་ཐང་པའི་སྐྱེས་པ་དུན་དུ་
བཅར་ནས་ལྔ་རངས་དགེ་བ་ཞེས་ཁྱེད་ལ་སྐྱོན་འཇུག་ས་བྱས་པར་འགྲོད་པ་སྐྱེས་
བྱུང་། སྐྱ་གྱུ་འདི་རང་གི་ཡིན་པས་དགོངས་དག་ཅེས་བརྗོད་ནས་སྐྱ་གྱུ་འཁྲིད་འགྲོ་
སྐབས། དགེ་བ་ཞེས་སྒྲུང་རི་ཐང་པས་ལགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལས་དེ་མིན་ཆོར་
བ་གང་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

དངོས་གནས་སློ་སྤངས་པའི་མི་དེ་ཆོའི་རིགས་ལ་དག་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེའི་
འབྲུལ་སེལ་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ལ་མ་གཟིགས་པར། དག་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་
འདོད་པ་དང་བདེ་བ་འདོད་པ་རྒྱུ་དང་གཅིག་པ་ཡིན་པ་དང་། ད་དུང་དག་པོ་དེ་དག་ཞེ་
སྤང་དང་ཉོན་མོངས་གྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་གང་བྲག་དགོངས་པའི་སྐྱོག་ནས་
སྤྱི་མེ་སྤྱི་གི་ཡོད། རང་རང་ཆོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བསམ་སློ་བཏང་ན་པན་སྐྱོགས་ཡོད།

དཔེར་ན། སྤུ་ལོ་ཕྱི་ཆེ་ ༣ ཆེས་ ༡༠ ཉིན་གྱི་དོན་རྒྱུན་དེ་བྱུང་སྐབས་རང་རང་ལ་
དངངས་སྐྱག་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་སྤར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོའི་ཆེ་ ༣ ཆེས་ ༡༠ ཉིན་གྱི་དོན་
རྒྱུན་བྱུང་སྐབས་ཀྱི་ཆོར་བ་དང་འབྲུག་པ་ཞིག་བྱུང་། ཁྱེད་ཐབས་ནི་གང་ཡང་མི་འདུག་
དངངས་སྐྱག་གི་སྐྱོག་ནས་གང་བྲག་གཞིས་ལུས་པོད་མི་རྣམས་ལ་རྒྱ་དཔག་གིས་
བྲག་གཞོན་བྱས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤོང་རྒྱ་རེད་བསམ་པའི་དངངས་སྐྱག་ཆེན་པོ་བྱུང་།
མི་འབྲུག་པའི་ཁྱེད་པར་གཅིག་ནི་དོས་རང་གི་སྐྱོག་ལ་ཉིན་ཁའི་འཛིགས་སྤང་མེད་པ་

དེ་ཡིན།

སྤར་ལྔ་བཅུ་དགའི་ལོར་ངོས་རང་གི་སྟོག་ལ་ཉེན་ཁའི་འཇིགས་སྤར་ཆེན་པོ་
ཡོད། དེ་འབྲའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་དམར་གྱི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཆེད་དུ་གསལ་བཟུང་
ནས་དེ་རྣམས་ཉོན་མོངས་གྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་
དང་བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་ཡང་སྤང་དོར་གོ་ལོག་ཏུ་སྤྱད་པ་སོགས་ལ་བསམ་སྒོ་
བཟང་ནས་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་བྱས་པ་ཡིན། དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒོ་མ་
འབྲུག་པ་ཞི་བདེར་གནས་རྒྱུ་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འདུག དེ་ཡང་མགོན་པོ་སྤྱ་སྤྱབ་
གྱིས་དབྱ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

བདག་ལ་དེ་དག་སྤྲིག་སྤྲིན་ཅིང་། །

བདག་དགེ་མ་ལུས་དེར་སྤྲིན་ཤོག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་བྱས་པས་པན་ཐོགས་ཏ་ཅང་
ཆེན་པོ་བྱུང་། ནམ་རྒྱུན་རང་རང་ཆོས་ཆོག་པ་ཐན་ཆོག་དོག་ལ་སོ་རྒྱུ་བས་ཞེས་ཤོད་
གྱི་ཡོད། ཆོག་པ་ཐན་ཆོག་པ་ཐ་ས་དེར་མང་པོ་བརྗོད་པ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་དོག་
ལ་སོ་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱད་ན་པན་པ་ཡོད།

མི་སྤྲན་པ་ལམ་དུ་འབྱེར་བ།

འགའ་ཞིག་བདག་ལ་མི་སྤྲན་སྤྲ་ཆོགས་པ། །

སྟོང་གསུམ་བྱབ་པར་སྟོག་པར་བྱེད་ན་ཡང་། །

བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤར་ཡང་དེ་ཉིད་གྱི། །

ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན། །

སྤང་བ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

འགྲོ་མང་འདུས་པའི་དབུས་སུ་འགའ་ཞིག་གིས། །

མཚང་ནས་བྱས་ཤིང་ཆོག་ངན་སྤྲོན་ཡང་། །

དེ་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས། །

གྲུས་པར་འདུད་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

༡༽ བཟོད་པར་དཀའ་བ་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

གཉིས་པ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ་ལ་གཉིས། རིན་ལན་ལོག་
འངལ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ་དང་། བརྟམ་ཐབས་བྱེད་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བའོ། །དང་པོ་ནི།
ཅ་བ་ལས།

བདག་གི་བྱ་བཞིན་གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་མིས། །

བདག་ལ་དག་བཞིན་ལྟ་བར་བྱེད་ན་ཡང་། །

ནད་ཀྱིས་བཏབ་པའི་བྱ་ལ་མ་བཞིན་དུ། །

ལྷག་པར་བཅེ་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

བརྟམ་ཐབས་བྱེད་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

གཉིས་པ་བརྟམ་ཐབས་བྱེད་པ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ་ནི། ཅ་བ་ལས།

རང་དང་མཉམ་པའམ་དམན་པའི་སྤྱི་པོ་ཡིས། །

ང་རྒྱལ་དབང་གིས་བརྟམ་ཐབས་བྱེད་ན་ཡང་། །

ལྷ་མ་བཞིན་དུ་གྲུས་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི། །

སྤྱི་བོར་ལེན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྟེ་སྤྱི་དཔུག་གི་ནང་དུ། ང་རང་ཆོ་སྤྱི་རྗེ་སྤྱི་མཁའ་
གྱིས་ཞེ་སྤྱི་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས་ནས་ཞེ་སྤྱི་སྤྱི་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་
ཞེ་སྤྱི་སྤྱི་པ་ལ་ཞེ་སྤྱི་སྤྱི་ནས་སྤྱི་དགོས་པ་ལས། ཞེ་སྤྱི་ཡོང་ས་མེད་པ་
ཞིག་ལ་ཞེ་སྤྱི་སྤྱི་ཞེས་བརྗོད་ན་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད། ཞེ་སྤྱི་རམ་ཁོང་ཁྱོ་ནི་
དགྲ་ཡིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ཁྱོ་དང་ཞེ་སྤྱི་སྤྱི་གི་ཡོད།

དེས་ན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ལ་བཟོད་པའི་ཡུལ་དག་པོ་
དགོས་པ་ཡིན། བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་བཏང་ན་དགྲ་བོའམ་པ་རོལ་པོ་དེའི་ངོས་ནས་རང་
ལ་པན་འདོགས་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་དེ་ནི་པན་ཐོགས་
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་དགྲ་བོ་དེ་ནི་
དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱི་དག་གི་
རབ་བཏགས་ལྟ་བུ་མིན་པར། དངོས་གནས་ལག་ལེན་ངོ་མའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་
བཏང་ན། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་སྤྱི་ཐབས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དགྲ་ག་
མཁན་དག་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་དང་རང་གི་གཉེན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་དང་། མི་
སྤྱི་པར་བརྗོད་པ། བསྐྱེད་བཀུར་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པ་སོགས་བྱས་ཀྱིན་ཡིད་མི་བདེ་
བ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་རང་ཉིད་མི་དགའ་བའི་དགྲ་བོ་དང་། དེའི་ཕྱོགས་གཏོགས་ལ་
ཉིད་པ་བྱང་བ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་སྤྱི་གསལ་བྱང་བ་སོགས་བྱང་དུས་རང་ཉིད་མི་
དགའ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ལ་ཇི་མི་སྤྱི་པར་རོ་མཉམ་པ་ཞིག་ཡོང་སྐབས་ཞེ་
སྤྱི་ལྷགས་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། ཞེ་སྤྱི་བྱས་ནས་དགའ་ངལ་སེལ་སྐབས་ཐབས་

མེད།

དཔེར་ན། ང་ཚོ་ཐོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན། རྒྱ་མི་གྲང་ཁན་ལ་ཁོང་ཁོ་
བྱས་ཏེ་རྒྱུང་ལངས་ནས་བསྐྱད་ན་རང་ཉིད་གཉིད་མི་ཁྲག་པ་དང་། ཁ་ཟས་ལའང་ཐོ་
བ་མེད་པ་ཆགས་རྒྱ་ལས། དེས་རྒྱ་མི་གྲང་ཁན་ལ་གཞོད་མི་ཐུབ། དེ་ལས་སློ་སྟོད་
སྟོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐབས་ཤེས་གང་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་བསམ་སྟོབས་བཏང་ན་པན་ཐོགས་
ཆེ་བ་ཡོད། དཔེར་ན། ཐོང་པ་བྲིས་མཆོས་དང་རང་ཉིད་མི་དགའ་བ་བྱུང་ན། ཐོང་པ་
བྲིས་མཆོས་ཀྱིས་ང་ལ་འདི་དང་འདི་བྱས་བྱུང་བསམ་ནས་ཁོང་ཁོ་བྱས་ཏེ་བསྐྱད་ན་
རང་ཉིད་སེམས་མ་སྦྱིད་པར་ག་དུས་ཡིན་ཡང་ཁོང་ཁོས་དབྱུགས་རིང་བཏང་ནས་
སྟོད་དགོས་པ་ཡོང་ཞིང་། དེས་སུ་ལ་གཞོད་ཅེ་ན། ཆོག་པ་བྲིས་མཆོས་ལ་ཟ་ནས་
རྒྱུང་རང་གི་ནང་མི་དང་དགའ་ཉེ་སྟོབས་དཀར་ནམས་ལ་བསྐྱན་ན་ཐོང་ཁོང་ཆོར་རག་
ཉེན་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་རིམ་བཞིན་བྲིས་མཆོས་ཀྱིས་ཐོས་ན། ང་ལ་གནག་པོ་
བྱེད་བསམ་ཡང་། ད་ཆ་ཁོ་རང་སེམས་འཁྲུགས་ནས་ནང་དང་མ་འཆམ་པར་
དབྱུགས་རིང་བཏང་ནས་སྟོད་པ་དང་། གཉིད་ཡག་པོ་མ་ཁྲག་པར་ཨེ་མེ་ཡང་སྐྱད་
གཏོང་གི་འདུག་པན་པོ་བྱུང་བཞིན་ཉེན་ཡོད།

དེས་ན་དག་པོས་རང་ལ་གཞོད་པ་གང་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། རང་སེམས་མ་འཁྲུག་
པར་སྟོད་སྟོད་བྱས་ནས་བསྐྱད་དེ་གནག་པོ་བྱེད་རྒྱུ་གང་འདུག་བསམ་སྟོབས་པོ་
བཏང་ནས་བསྐྱད་ན་མཁས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་རང་ཉིད་རྒྱུང་ལངས་ནས་
རང་གི་མགོ་ལ་སྤར་རྫོག་གཞུས་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ན་བྱབ་རྒྱུ་དང་སྐྱུགས་པ་ཡིན།

སྤར་རྫོག་རང་རྒྱུང་དུའི་སྐྱབས་ལྟ་སར་སྤུན་རབ་པའི་མཁན་ཆེན་ཞུ་བའི་གཞུང་

ཞབས་ཞིག་ཡོད། ཁོང་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་ལངས་པོ་དེ་ཙམ་མེད་ཅིང་། གཤམ་ཏེ་རྒྱུ་
ལངས་ན་མགོ་འཕྱར་འཕྱར་བྱེད་པ་དང་། ཨ་ཙེ་གང་བྱག་ཅེས་བྱས་མེད་ཐོག་ཏུ་ཅུང་
ཟད་གཞུས་ནས་གང་མོ་དགོད་པ། དེ་དུས་ཁོང་རྒྱུ་གཏོང་ནས་ལངས་ཡོད་པ་རེད་
ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག།

ཡང་སྤར་ཡོངས་འཛིན་སྒྲིབ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་གནང་བ་ཞིག་ལ། སྒྲིབ་རིན་པོ་
ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསོལ་ལྷོག་བཅོས་པ་གནང་སྟེ། བྱག་གཤམ་ན་མས་སོག་ལེ་དང་།
འཕྱར་ལེན་བསྐྱོན་པ་སོགས་གནང་གི་ཡོད། གསོལ་ལྷོག་ལ་ཆོན་རྒྱ་ཅི་གཏོང་བ།
སྐབས་དེར་ལྷ་སར་རྒྱ་ཅི་གཏོང་མཁན་གྱི་རྒྱ་མི་ཞིག་ཡོད། ཉིན་གཅིག་ཡོངས་
འཛིན་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ཀྱི་ཞིག་རྒྱ་མི་དེའི་སར་གསོལ་ལྷོག་ལ་རྒྱ་ཅི་གཏོང་རྒྱུ་
སྒྲེལ་བར་བཏང་གནང་བ་ལྷར་འགྲོ་དུས་རྒྱ་མི་དེ་ནང་ལ་ཙོག་བྱར་དཀར་ཡོལ་ཆག་
རྩག་ལག་ཏུ་ཉར་ནས་སེམས་ཁུལ་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་བསྐྱད་འདུག ག་རེ་བྱས་སོང་
ཞེས་སྐད་ཆ་འདྲི་སྐབས། རྒྱ་མི་དེས་ང་རྒྱུ་ལངས་ནས་དཀར་ཡོལ་ས་ལ་བརྟུགས་
པ་ཡིན། རྒྱུ་ཞི་ཐེས་འགྲོད་པ་ཆེན་པོ་སྒྲེས་ནས་དཀར་ཡོལ་ཆག་རྩག་ནས་
བསྐྱགས་ཏེ་བསྐྱད་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་འདུག དེས་ན་རྒྱུ་ལངས་སྐབས་རྒྱ་མཆོན་ལ་
བསམ་སྒོ་མི་གཏོང་བར་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཡང་ངོས་ནས་དུས་རྒྱུན་བརྗོད་པ་ཞིག་ལ། སྤར་ང་རང་ལྷ་སར་ཡོད་སྐབས་
རྒྱུ་ལངས་འཁོར་གཏོང་མཁན་གཉིས་ཡོད། གཅིག་ནི་འབའ་བྱ་བཀ་ཤིས་ཆེ་རིང་ཡིན།
ཐེས་སུ་རྒྱ་གར་ལ་སླེབས་པ་དང་། ནང་མི་འགའ་ཤིས་ད་ལྟ་རྒྱ་གར་ནང་ཡོད།
གཅིག་ནི་ལྷ་ས་པ་ཞེས་པའི་མི་མགོ་དམར་བ་ཞིག་ཡོད། ཁོ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་ལངས་པོ་

ཡོད། ཉིན་ཞིག་རྒྱུ་ལངས་འཁོར་ལ་སྒྲིན་འོར་ནས་འཁོར་ལོའི་ལོག་ཏུ་འཇུ་ལ་ནས་
བཞིག་བསྐྱེག་གི་ལས་ཀ་བྱེད་སྐབས། ཁོ་རང་གི་མགོ་དམར་པོ་དེ་ཐོན་བྱ་རྒྱུ་ལ་དེ་
ལ་རྒྱུ་ལངས་ནས་ཡང་བསྐྱར་མགོ་རྒྱུ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། ཁོ་རང་གི་
སྒྲི་མེད་པའི་མགོ་དམར་པོ་དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་རྒྱུ་ལ་ཁོ་རང་གྲོང་ཡིན་པ་ལས་རྒྱུ་
འཁོར་ལ་གང་ཡང་གཞོད་རྒྱུ་མེད།

དེ་ལྟར་རྒྱུ་ལངས་ན་མི་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུ་རིགས་བཅི་ས་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
རྒྱུ་མ་ལངས་པར་མེམས་པ་ལྟོད་ལྟོད་རང་བསྐྱེད་ན། གལ་སྲིད་མི་ལ་བཟོ་ལྟ་ཞིག་
བཟོ་དགོས་བྱུང་ཡང་། རྒྱུ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་བཟོས་ན་གཞན་ལ་འཁེལ་བ་ཡོང་བ་
དང་། རྒྱུ་ལངས་ན་བཟོ་ལྟ་གཞན་ལ་འཁེལ་བ་ཞིག་བཟོ་མི་ཐུབ། དཔེར་ན། རྒྱ་
དམར་གྱིས་སྒྲིན་བཅུགས་བྱས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཁོ་རང་ཆོ་རྒྱུ་ལངས་ནས་གང་བྱུང་
བཞད་པ་ཡིན་སྐབས། ཁོར་ཆོ་རྒྱུ་འོད་མཁན་ཆགས་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཐོག་ཡིད་
ཆེས་བྱེད་མཁན་མེད། རྒྱ་མི་ཁོ་རང་ཆོ་ཡང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མེད། བར་ལམ་ངོས་ནས་
རྒྱ་མི་མང་པོ་ཐུག་འཕྲད་བྱས་པར་སྒོ་གཟུ་པོར་གནས་པའི་རྒྱ་མི་རྣམས་ཀྱིས་བོད་
པར་ཏ་ཅང་གི་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག། དཔེར་ན། དེ་རིང་འདྲིར་སླེབས་ཡོད་པ་མང་
ལི་ཁུང་ལྟར་ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག། དེ་དག་ནི་ར་ཆོ་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་སྟེ་
དགའ་པོ་བྱས་པ་ཅམ་མིན། དཔེར་ན་མང་ལི་ཁུང་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། འདས་པའི་ལོ་
མང་པོའི་རིང་བོད་པའི་ཐོག་དངོས་གནས་བྱང་བདེན་གྱི་ཚུ་མ་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་གིས་
ཡོད། དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་རྒྱ་མི་མང་པོ་ཡོད།

ལྟག་པར་སྒྲི་ལོའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བའི་རྗེས་རྒྱ་མི་མཁས་དབང་དང་། ཚུ་མ་པ་

སོ་མང་སོ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་བ་ཁོང་ཆོ་ཉ་ཅང་ཡག་སོ་འདུག་དཔེར་ན། ང་
ཆོས་ཤེས་པ་ལྟར་ན་སྤྱི་ལོའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་ད་བར་པལ་ཆེར་རྒྱ་
མིའི་ཚུམ་པ་སོས་རྒྱ་ཡིག་ཐོག་ཚུམ་ཡིག་ལྟ་བུ་རྒྱག་ཅམ་གྱིས་འདུག་དེ་དག་ཆང་
མ་བོད་པར་ཤ་ཆས་བདེན་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན། དེའི་ཐོག་ནས་
ང་ཆོའི་བདེན་པའི་བྱས་པ་རིམ་བས་གསལ་ཡོང་བ་དང་། ལྷག་པར་ང་ཆོས་དབུ་
མའི་ལམ་ཞེས་གཉིས་པན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན།
དེ་དག་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། ངའི་ངོ་ཤེས་པ་
འགའ་ཞིག་གིས་སྟོད་འཇུག་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་བོད་རང་བཅན་ཐོབ་མི་ཐུབ་
ཅེས་བརྗོད་མཁན་བྱུང་། དེ་ནི་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་ཡིན།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རྟགས་ནི་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད། བྱང་
རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བྱིན་བྱུག་གི་སྟོད་པ་དེ་དག་སྟགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐབས་སུ་ཞི་
སོགས་ཀྱི་ལས་རབ་འབྲམས་བསྐྱབ་པ་སོགས་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡོད་པ་གསུངས་པ་དེ་
དག་ནི་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཐམས་ཅད་བསམ་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱིས་
ཐེན་པ་དང་། བན་སེམས་འབའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་ན། གནས་སྐབས་ཀྱི་
བྱེད་ཐབས་འདྲ་མིན་མང་སོ་ཞིག་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་བསམ་པ་གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན།
སྟོར་བ་བཟང་ངན་ནི་བསམ་པ་བཟང་ངན་ལ་རག་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རྗེ་བདག་ཉིད་
ཆེན་པོས།

བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། །

བསམ་པ་ངན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་ངན། །

ཐམས་ཅད་བསམ་པ་དག་ལ་རག་ལས་པས། །

ནམ་ཡང་བསམ་པ་བཟང་བར་ནན་ཏན་འཆོལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིབ་བ་བཟང་ངན་དང་། འཆོ་བ་དང་འཆོ་བ་མེད་པ་དེའི་
ཅ་བ་ནི་བསམ་པ་ལ་ཐུག་ཡོད། སྤྱིང་རྗེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་མངོན་སྒྲིབ་ཀྱང་
དོན་གྱི་འཆོ་བ་མིན་ལ། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་གཞན་ལ་བསྟོད་
བུལ་གསུང་བྱེད་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་གཏོང་བ་དེ་ནི་ཞེ་སྤང་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་
ཡིན་པས་འཆོ་བ་ཡིན། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཉམས་ལེན་ནི་ཏ་ལས་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ངས་དུས་རྒྱུན་ཤོད་གྱི་ཡོད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ནམས་ནི། ཞེས་མ་ཁྱུས་ན་ཏ་ཅང་གི་མགོ་བྱང་པོ་ཡིན། དངོས་གནས་ཐུགས་པན་
རང་དོན་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡག་ཤོས་དེ་བཅའ་ཏེ། གཞན་ལ་པན་བདེ་འབའ་
ཞིག་བསྐྱབས་ན་རང་ཉིད་ལ་ཁེ་པན་ཆེ་ཤོས་ཡོད་པ་གཟིགས་པ་དེ་ནི་དངོས་གནས་
མཁས་པ་ཡིན། ང་ཆོ་སྤྱོད་མཆོག་ཆོ་བཀའ་ན་གཞན་དང་རྒྱ་མཚོ་ཤོར་དུས་
བདེ་སྦྱིད་གཞན་ལ་བཏེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་གཏིང་བརྗེད་དུ་བཏང་ན། དེ་ནི་རང་
གི་མགོ་ལ་རང་གིས་རྩོག་ཁུས་པ་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་ཡོང་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་
གོང་གི་ཆོག་བཅད་དེ་གསུངས་པ་ཡིན།

༣ ། འབྱོར་རྒྱུད་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེར་བ་ལས་རྒྱུད་པ་ལམ་དུ་འབྱེར་བ།

དེ་ནས་ཤིན་ཏུ་བཟོད་དཀའ་བ་ནི། གསུམ་པ་འབྱོར་རྒྱུད་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེར་
བ་ལ་གཉིས། རྒྱུད་པ་ལམ་དུ་འབྱེར་བ་དང་། འབྱོར་པ་ལམ་དུ་འབྱེར་བའོ། ། དང་པོ་

ནི། རྩ་བ་ལས།

འཆོ་བས་པོངས་ཤིང་རྟག་ཏུ་མི་ཡིས་བརྟམ། །

ཆབས་ཆེན་ནད་དང་གདོན་གྱིས་བཏབ་ཡུང་སྒྲུབ། །

འགོ་ཁྱེན་སྤྲིག་སྤྲིག་བདག་ལ་ལེན་བྱེད་ཅིང་། །

ཞུས་བ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་དོན་ནི། རྟན་ངན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ནས་ལྟོ་གོས་གྱིས་
པོངས་ཤིང་། རྟན་དང་ན་ཆོས་གསུངས་པ། མི་ཡིས་བརྟམ་བཅས་བྱེད་པ། གདོན་
གྱིས་གཞོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྟན་བྱུང་དུས་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱ་རྒྱུ་ལས་གཤེས་ཆེ་བ་
ཞིག་མེད། ཏུ་ཅང་ཞུས་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱ་
རྒྱུ་བཟེད་ཉེན་ཡོད་པས། དེ་ལ་གཟབ་ནན་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།
གཉིས་པ་ནི། རྩ་བ་ལས།

འབྱོར་བ་ལམ་དུ་འབྱེད་པ།

སྟན་བར་གྲགས་ཤིང་འགོ་མང་སྤྱི་བོས་བཏུང། །

ནམ་ཐོས་བྱ་ཡི་ནོར་འབྱོར་བྱུང་ཡུང་། །

སྤིང་བའི་དབལ་འབྱོར་སྤྱིང་པོ་མེད་གཟིགས་ནས། །

ཁེངས་བ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། ཡང་རང་ཉིད་བྱ་བ་ལམ་འགོ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་
དངོས་ཡུང་གང་འཆོམས་བྱུང་སྐབས། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་དཔེ་ཆ་བ་དག་གི་ནང་
དུ་འདི་ལྟར་ཡོང་གི་ཡོད། བ་ཡུལ་ས་ཐག་རིང་པོ་ནས་རྒྱལ་ཁྲུག་འབྱེད་ནས་བྲ་སར་

ཡོང་སྟེ་དཔེ་ཆ་བཟུས། གྲྭ་བ་ཉམ་ཚུང་ཞིག་བྱས། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དཔེ་ཆ་ཡག་
པོ་ཆགས་པ་དང་། དགེ་སྤྲུག་ཀྱང་མང་པོ་དང་། སྦྱིན་བདག་ཀྱང་གང་འཆོམས་བྱུང་
སྟེ་ལྟོ་གོས་ཀྱང་བཟང་དུ་བྱིན་པའི་སྐབས་སུ་ང་རྒྱལ་ཆེ་རུ་སོང་ནས་གཞན་ལ་
མཐོང་ཚུང་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད།

སྦྱིང་ཡང་སྤྲུག་དོག་དང་། ང་རྒྱལ། འབྲུན་སེམས་སོགས་ནི་མི་སྦྱིད་སྤྲུག་སྤྲུག་
བཟང་བའི་ནང་མང་བ་ཡོད། སྦྱིད་སྤྲུག་ཞན་པའི་ནང་དུ་སྤྲུག་དོག་དང་། ང་རྒྱལ།
འབྲུན་སེམས་སོགས་ཉུང་བ་ཡོད། དེ་ནི་ཁྱེད་རང་ཆོ་ཁྲན་པ་རྣམས་ཀྱིས་པལ་ཆེར་
ཤེས་ཀྱི་ཡོད། སྤར་བྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ནང་དུ་ང་ཆོ་ཆང་མ་སྦྱོ་པོ་བྱས་ནས་སྤྱོད་སྐབས་
པལ་ཆེར་ད་ལྟ་ལས་འཆམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོད། སྤྲུག་འཆོམས་སྦྱེས་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲུག་
དོག་དང་འབྲུན་སེམས་ཆེ་བྱིན་པ་དང་། མགོ་བདེ་བླ་འབྲུལ་བྱེད་མཁན་ཡང་ཅུང་
ཟད་མང་དུ་འབྱོ་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག སྦྱི་ཆོགས་གང་བཟུས་ཀྱང་པལ་ཆེར་གཅིག་
མཚུངས་ཤིག་ཡིན། དཔེར་ན། ཟླ་རྒྱུ་མོང་གསེབ་ནང་སྤྱོད་མཁན་རྣམས་པལ་ཆེར་
ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་ཆ་བ་ཡོད་པ་དང་། མོང་དང་མོང་ཁྲིར་གྱི་ནང་སྤྱོད་མཁན་རྣམས་
མགོ་བདེ་བླ་འབྲུལ་ཆ་བ་ཡོད། རང་ཉིད་ཀྱིས་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་བླ་ཤེས་བག་
ཡོད་བསྟེན་ན་ཕྱི་རྒྱུན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་མི་འབྱོ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བླ་ཤེས་བག་ཡོད་
ཀྱི་བསམ་སྒོ་གཏོང་མ་སྤུབ་ན། ཕྱི་རྒྱུན་གྱིས་སེམས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་རྣམས་ཤུགས་
ཚུང་དུ་འབྱོ་བ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཉིས་པའི་ཆ་རྣམས་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་བཅོན་དབང་
སྤུབ་ཆོད་ཤོད་པ་དང་། མགོ་སྒྲོར་གཏོང་བ། མགོ་བདེ་བླ་འབྲུལ་བྱེད་པ། རྩུན་ཤོད་
པ་བཅས་ཤུགས་ཆེ་རུ་འབྱོ་གི་ཡོད། དེས་ན་གོང་གི་ཆོགས་བཅད་པའི་ནང་ལས་

འགྲོ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྐབས་གཟབ་ནན་མ་བྱས་ན། ཆོས་པ་སྐྱེད་ལ་རིམ་བཞི་ཉེན་ཁ་
ཡོད་པས་གཟབ་ནན་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཆགས་སྤང་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བ་ལས་སྤང་ཡུལ་ལམ་དུ་འབྱེད་བ།

བཞི་པ་ཆགས་སྤང་གཉིས་ལམ་དུ་འབྱེད་བ་ལ་གཉིས། སྤང་ཡུལ་ལམ་དུ་འབྱེད་
བ་དང་། ཆགས་ཡུལ་ལམ་དུ་འབྱེད་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཙ་བ་ལས།

རང་གི་ཞེ་སྤང་དག་པོ་མ་སྤུལ་ན། །

ཕྱི་རོལ་དག་པོ་བརྟུལ་ཞིང་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

དེའི་ཕྱིར་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་དམག་དབུང་གིས། །

རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། ཁོང་དུ་ཁྱེས་པ་ལྟར་དག་གཅིག་བརྟུལ་ན་དག་
གཉིས་ཡོང་བ་དང་། དག་གཉིས་བརྟུལ་ན་དག་བཞི་ཡོང་བ་ཡིན། དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་
པའི་ནང་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་དཔའ་བོ་སློ་ཁོག་ཡོད་པའི་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་། རང་
ཉིད་མི་དགའ་བའི་དག་པོ་ཡོངས་རྫོགས་བརྟུལ་ནས་ཕྱིན་ཆད་དག་པོ་ལངས་རྒྱ་
མེད་པ་ཞིག་བཟོས་པ་སུ་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་དངོས་བདེན་ཡིན། འཛམ་གླིང་
འདིའི་སྤྲང་མི་དབང་འབྲུགས་ཅན་ཉི་ལྔ་ལ་དང་། སི་ཏ་མི། ལེ་ཉིན། མའོ་ཅེ་རྩར་
སོགས་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་དགའ་བའི་དག་པོ་རྣམས་ལ། རྒྱ་ནག་
དང་ཕུ་རུ་སུའི་དབང་འཛིན་པས་ཞུ་མོ་གཡོགས་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་བཙོན་དུ་བཅུག་
པ་དང་། ཉེས་རྒྱུང་བཏང་བ། ལྷོགས་ཤི་དང་། ལྷག་གསོད་བཏང་བ་སོགས་ཏ་ཅང་
འབྲུགས་ཆེ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། དག་པོར་རྫོགས་རྒྱ་མེད་པར་མི་དགའ་བ་བྱེད་མཁན་མི་

རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་རང་གི་ཞེ་སྤང་གི་དག་པོ་དེ་མ་སྤུལ་ན། བྱི་
རོལ་གྱི་དག་པོ་མེད་པར་བཟོ་སྤུབ་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད། ཐབས་ཤེས་གཅིག་རང་
ཡོད་པ་ནི། བྱམས་བརྩེས་དག་པོ་བརྟུལ་སྤུབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད། བྱམས་བརྩེས་དག་
པོ་འདུལ་བ་ལ། གཞན་ལ་བྱམས་བརྩེ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་རང་
རྒྱད་ལ་བྱམས་བ་དང་བརྩེ་བ་སྦྱིས་དགོས་པ་ཡིན། རང་རྒྱད་ལ་བྱམས་བརྩེ་མ་
སྦྱིས་པ་སྦྱིས་པ་དང་། སྦྱིས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྦྱེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་བྱམས་
བརྩེའི་ལུས་ངག་གི་སྦྱོད་པ་ཐོན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཞེ་སྤང་
གི་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཚུལ་དེ་ཡིན།

ཆགས་ལུལ་ལས་དུ་འཁྱེར་བ།

གཉིས་པ་ནི། རྩ་བ་ལས།

འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལན་ཚུའི་རྒྱ་དང་འབྲ། །

རྩི་ཙམ་སྤྱད་ཅིང་སྟེད་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

གང་ལ་ཞེན་ཆགས་སྦྱེ་བའི་དངོས་པོ་རྣམས། །

འཕུལ་ལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ནི། དངོས་པོ་ལ་ཞེན་ཆགས་མ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

མཉམ་གཞག་ཏུ་སྦྱོས་བྲལ་འཛིན་མེད་བསྟོམ་བ།

གཉིས་པ་དོན་དམ་བྱང་སེམས་བསྟོམ་པ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ཏུ་སྦྱོས་བྲལ་
འཛིན་མེད་བསྟོམ་བ། རྩིས་ཐོབ་ཏུ་ཆགས་སྤང་གི་ལུལ་ལ་བདེན་ཞེན་སྤང་
པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩ་བ་ལས།

ཇི་ལྟར་སྤང་བ་འདི་དག་རང་གི་སེམས་།
སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་སྒྲོམ་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་།
དེ་ཉིད་ཤེས་ནས་གཟུང་འཛིན་མཆོན་མ་རྣམས་།
ཡིད་ལ་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྤྱུ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་བ་འདིས་མཉམ་གཞག་གི་སྐབས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུ་བ་
བ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་ཀྱང་། ར་རང་ཆོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་གྱི་རོས་ནས་ཡོད་བ་
ཞིག་སྤང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ར་ཆོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་བརྟམས་པར་བཏགས་བ་ཅམ་
ཞིག་གཏན་ནས་མི་འཆར་བར་དོན་གྱི་རོས་ནས་ཡོད་བ་ཞིག་སྤང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་
སྤང་བ་ལྟར་དུ་བྱུ་བ་ཡོད་ན།

སྤྲིག་རྒྱུ་གལ་ཏེ་ཆུ་ཡིན་ན། །
ཉ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་མཐོང་། །

ཞེས་རིན་ཆེན་ཐོང་བའི་ནང་དུ་གསུངས་བ་ལྟར་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་ནང་བཞིན་བདེན་
ན་པར་རོས་ནས་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་རྙེད་དགོས་ཤིང་། བཏགས་དོན་བཅའ་ན་
རྙེད་རྒྱུ་མེད་བ་ཡིན། དཔེར་ན། གང་ཟག་ཅེས་བ་དེ་པར་རོས་སམ་སྤང་པའི་ནང་
ནས་བྱུ་བ་ཡོད་ན། རྣམ་བ་བདུན་དུ་བཅའ་ན་རྙེད་དགོས་ཤིང་། སྤང་པོ་དང་གཅིག་
གཟ། ཐ་དད་དམ། སྤང་པོ་དང་གང་ཟག་པན་ཚུན་བཞེན་བ་དང་། ལྷན་པ། དབྱིབས་
དང་། ཆོགས་བ་སོགས་ནས་དབྱུད་ནས་བཅའ་ན། རའམ་གང་ཟག་ཅེས་བ་དེ་ཡག་
པོ་ཞིག་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཅ་བ་ནས་རྙེད་རྒྱུ་མེད་བ་གསལ་པོ་ཡིན། དེས་ན་བཅའ་
ནས་མ་རྙེད་བ་དེ་ཡུལ་སྤྱིང་ནས་བྱུ་བ་ཡོད་མེད་བཅའ་བ་ཡིན། སྤང་ཅམ་དེ་ལ་

དབྱེད་པ་མིན་པར་སྤང་ཅམ་དེས་མ་ཆོམས་པར་བཅའ་བ་ཡིན། སྤང་ཅམ་དེ་གའི་
ངང་ནས་བདག་དང་གཞན་དང་། སོ་སྤྱེ་དང་འཕགས་པ། སངས་རྒྱས་དང་སེམས་
ཅན། བཟང་པོ་དང་ངན་པ་བཞག་གི་ཡོད། རྒྱུན་ཆོགས་པའི་སྤྱེད་ནས་བཏགས་ཡོད་
མིང་རྒྱང་ཅམ་གྱི་ཆོས་དེ་རྣམས་བཞག་གི་ཡོད། རོན་གྱི་ཡིན་ལུགས་སུ་བྱུང་ཡོད་
མེད་དབྱེད་ཕྱིན་ཆད་ལ་རྟེན་རྒྱ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན། དེ་ནི་རང་ངོས་ནས་མེད་
པའི་རྟགས་ཡིན་པ་ལས་མེད་པའི་རྟགས་མིན། དེས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནང་སེམས་
ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། འདོགས་
བྱེད་གྱི་རྟོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་བཅའ་ན་སྐད་ཅིག་སྔ་ཕྱིའི་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ནས་དབྱེད་ན་
རྟེན་རྒྱ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་སྒོས་
པའི་སྤང་བ་དེ་རྣམས་ཞི་ཅམ་དང་དགག་བྱ་ཁེགས་ཅམ་དེ་གའི་ངང་ལ་སློ་ཅེ་གཅིག་
ཏུ་གནས་ནས་སྒོམ་པ་ནི། མཉམ་གཞག་ཏུ་སྟོང་ཉིད་བསྒོམས་པ་ཞེས་བ་དེ་ཡིན། དེ་
ནས་རྗེས་ཐོབ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་བདེན་ཞེན་སྤང་པ་ནི།

རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཆགས་སྤང་གི་ཡུལ་ལ་བདེན་ཞེན་སྟོང་བ་ལས། ཆགས་ཡུལ་ལ་
བདེན་ཞེན་སྟོང་བ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཆགས་ཡུལ་ལ་བདེན་ཞེན་སྤངས་པ་དང་། སྤང་ཡུལ་
ལ་བདེན་ཞེན་སྤངས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཅ་བ་ལས།

ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་དང་འཕྲད་པ་ན། །

དབྱེད་གྱི་དུས་གྱི་འཇའ་ཆོན་ངེ་བཞེན་དུ། །

མཛེས་པར་སྤང་ཡང་བདེན་པར་མི་ལྟ་ཞིང་། །

ཞེན་ཆགས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདིས་རྗེས་སྐྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ཡུལ་བཟང་པོ་དང་འབྲུག་སྐྱབས་དེ་རྣམས་
མི་ལམ་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་ཞེན་ཆགས་མ་སྦྱེས་པ་
བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཉིས་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

སྤང་ཡུལ་ལ་བདེན་ཞེན་སྤོང་བ།

སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོག་མི་ལམ་བུ་ལི་ལྟར། །

འཁྲུལ་སྤང་བདེན་པར་བཟུང་བས་ཨ་ཐང་ཆད། །

དེའི་ཕྱིར་མི་མཐུན་རྒྱུན་དང་འབྲུག་པའི་ཆོ། །

འཁྲུལ་པར་ལྟ་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། རྒྱུན་དང་བྱུང་བའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་དེ་རྣམས་མི་ལམ་
ལྟ་བུ་དང་། སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་བསྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་ཞེན་སྤོང་མ་སྦྱེས་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡིན། གསུམ་པ་དེ་དག་གི་བསྐྱབས་བྱུང་བསྐྱབས་པ་ལ་ལྟ། བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་
པ་བྱུག་ལ་བསྐྱབ་བ། མདོ་ནས་གསུངས་པའི་ཆོས་བཞི་ལ་བསྐྱབ་བ། ཉོན་མོངས་པ་
སྤོང་ཚུ་ལ་ལ་བསྐྱབ་བ། རྒྱན་ལེས་དང་ལྷན་པས་གཞན་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་བསྐྱབ་བ།
དགེ་བ་རྒྱུགས་བྱུང་ཏུ་བསྐྱོ་བ་ལ་བསྐྱབ་བའོ། ། དང་པོ་བྱུག་ལས། བྱིན་བྱུག་གི་
ཉམས་ལེན་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

པར་བྱིན་བྱུག་ལ་བསྐྱབ་བ།

བྱུང་ཚུབ་འདོད་པས་ལུས་ཀྱང་བཏང་དགོས་ན། །

བྱི་རོལ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་སྦྱོས་ཅི་དགོས། །

དེ་ཕྱིར་ལན་དང་རྣམ་སྤྲིན་མི་རེ་བའི།
སྤྲིན་བ་གཏོང་བ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།

ཚུལ་ཁྲིམས་མེད་པར་རང་དོན་མི་འགྲུབ་ན།
གཞན་དོན་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་གད་མེད་གནས།
དེ་ཕྱིར་སྤྲིན་པའི་འདུན་བ་མེད་པ་ཡི།
ཚུལ་ཁྲིམས་སྤང་བ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།

དགེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་འདོད་པའི་རྒྱལ་སྤྲས་ལ།
གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་རིན་ཆེན་གཏེར་དང་མཚུངས།
དེ་ཕྱིར་ཀུན་ལ་ཞེ་འགྲས་མེད་པ་ཡི།
བཟོད་བ་སྒྲོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།

རང་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་ཉན་རང་ཡང་།
མགོ་ལ་མེ་མོར་བསྐྱོག་ལྟར་བཙོན་མཐོང་ན།
འགྲོ་ཀུན་དོན་དུ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་ཀྱི།
བཙོན་འགྲས་ཚེས་པ་རྒྱལ་སྤྲས་ལག་ལེན་ཡིན།

ཞེ་གནས་རབ་དུ་ལྡན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས།

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

གཞུགས་མེད་བཞི་ལས་ཡང་དག་འདས་པ་ཡི། །

བསམ་གཏན་སྒྲོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་བསམ་གཏན་དང་། གཞུགས་མེད་ཅེས་པ་དེ་རྣམས་ནི་མི་གཡོ་བའི་ལས་
ཞེས་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལས་ཡང་དག་འདས་པ་ཞེས་པ་ནི། ཐར་པ་
དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པས། སྐབས་འདིར་རྣམ་མཁུན་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པས་ཞི་
གནས་སྐྱབ་སྐབས་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྒྱར་འགྲོ་གི་ཡོད།

ཤེས་རབ་མེད་ན་པ་རོལ་བྱིན་ལྟ་ཡིས། །

རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་འཛོལ་བར་མི་རུས་པས། །

ཐབས་དང་ལྡན་ཞིང་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི། །

ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་ཐབས་དང་ལྡན་ཞིང་ཞེས་པ་ནི། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བྱིན་པའི་སྦྱིན་པ་
དང་། ཚུལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུས་སོགས་ནི་ཐབས་སུ་གསུངས་ཡོད།
འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ་ནི། སྦྱིན་པ་ལྟ་བུར་མཆོད་ན། སྦྱིན་པ་
དང་། སྦྱིན་བྲ། སྦྱིན་པ་སོ་བཅས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་སྟེ། ཉགས་འཇུག་གི་ནང་དུ་བྱ་
བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡུལ་དེ་ལ་བྱེད་པ་སོ་གང་གིས་བྱ་བ་
དེ་བསྐྱབས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཉགས་འཇུག་ལས། མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་
བྱིང་། ཞེས་པའི་ཆོག་རྒྱུ་འདིས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་འཁོར་
གསུམ་མི་རྟོག་པ་ཞེས་པ་ནི། བྱེད་པ་སོ་དང་། བྱ་བ། བྱ་བའི་ཡུལ་བཅས་གསུམ་ག་

ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བས་སྟོང་བ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་
བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟུང་བ། བཟོད་པ་བསྒོམ་པ་བཅས་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་
པའི་སྦྱིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ་བཅས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འཛིག་རྟེན་ལས་
འདས་པ་མིན་ན་ཡང་དེའི་ཕྱོགས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

རང་གི་འཁྲུལ་པ་རང་གིས་བརྟགས་ནས་སྟོང་བ།

རྒྱན་གྱི་སྦྱོད་ལས་འཁྲེང་ཕྱོགས་སྟོར་གསུངས་པ་ནི། གཉིས་པ་མདོ་ལས་
གསུངས་པའི་ཆོས་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་བཞི། རང་གི་འཁྲུལ་པ་རང་གིས་བརྟགས་
ནས་སྟོང་བ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་པ་སྦྱ་བ་སྟོང་བ། སྦྱིན་བདག་གི་བྲིས་ལ་ཆགས་པ་
སྟོང་བ། རྒྱུ་ལོའི་ཆོག་སྦྱ་བ་སྟོང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཅ་བ་ལས།

རང་གི་འཁྲུལ་པ་རང་གིས་མ་བརྟགས་ན། །

ཆོས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་ཆོས་མིན་བྱེད་སྤྱོད་པས། །

དེ་ཕྱིར་རྒྱན་དུ་རང་གི་འཁྲུལ་པ་ལ། །

བརྟགས་ནས་སྟོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

རྒྱན་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་རང་གིས་བྱ་ར་བྱས་ནས། ཕྱི་ངོས་སུ་ཉེན་རྟོག་བ་ཡོད་
མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་། རང་གི་སེམས་ལ་རང་གིས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དོན་
ངོ་མའི་སོ་སྦྱང་མཁན་ནི་རང་གིས་རང་ལ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་བསྟེན་ནས་བྱེད་
དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་པ་སྦྱ་བ་སྟོང་བ།

གཉིས་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

ཉིན་མོངས་དབང་གིས་རྒྱལ་སྤྱོད་གཞན་དག་གི།
ཉིས་པ་སྒྲིང་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་བས།
ཐེག་པ་ཆེ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་གིས།
ཉིས་པ་མི་སྤྱོད་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན།

སྤྱིན་བདག་གི་ཁྱིམ་ལ་ཆགས་པ་སྒྲིང་བ།
གསུམ་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

ཉིད་བཀྱར་དབང་གིས་པན་ཚུན་ཚོད་འགྱུར་ཞིང་།
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་ལ།
མཛེས་བཤེས་ཁྱིམ་དང་སྤྱིན་བདག་ཁྱིམ་རྣམས་ལ།
ཆགས་པ་སྒྲིང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན།

རྒྱལ་མོངས་ཆོག་སྤྱོད་སྒྲིང་བ།
བཞི་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

རྒྱལ་མོངས་ཆོག་གིས་གཞན་སེམས་འཁྱུག་འགྱུར་ཞིང་།
རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ཉམས་འགྱུར་བས།
དེ་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི།
ཆོག་རྒྱལ་སྒྲིང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན།

ཉིན་མོངས་སྒྲིང་ཚུལ་ལ་བསྐྱབ་བ།
གསུམ་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།

ཉིན་མོངས་གོམས་ན་གཉིན་པོས་བརྒྱུག་དཀའ་བས།

བླ་ཤེས་སྤྲེས་བྱས་གཉེན་པོའི་མཆོན་བཟུང་ནས།

ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་དང་པོ་སྤྲེས་མ་ཐག །

འབྱར་འཛོམས་བྱེད་པ་རྒྱལ་སྤྲེས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། དེའི་དོན་ནི། ཉོན་མོངས་རྒྱུད་ཏུ་ཞིག་སྤྲེས་པའི་སྤྲེས་སུ་དེ་
སྤྲེས་དེ་ཙམ་མེད་སྤྲེས་ནས་སྤྲེས་རྒྱུད་མི་བྱེད་པར་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
སྤྲེས་རྒྱུད་བྱས་ན་ཉོན་མོངས་དེ་ཉམ་པ་རྩེ་ཆར་སོང་སྟེ་རྩེ་སྤྲེས་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་
ན་ཉོན་མོངས་སྤྲེས་མ་ཐག་ནས་སྤྲེས་ཏུ་བལྟས་ནས་འདི་བྱེད་མི་ཉན་པ་ཡིན་བསམ་
པའི་ཐོག་ནས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་གཉེན་པོ་བསྟེན་དགོས་པ་དང་། མ་མཐའ་ཡང་ཉོན་
མོངས་སྤྲེས་པའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་བརྩེད་ཏུ་བཅུག་ནས་སྤྲོ་གཞན་ལ་སྤྲོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་།
དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་ཏུ་བཞུགས་པས་སྤྲོ་གཉོང་བ་སོགས་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་
ཡོད།

བླ་ཤེས་ལྡན་པས་གཞན་དོན་སྦྱབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ།

བཞི་པ་ནི། ཅུ་བ་ལས།

མདོར་ན་གང་ཏུ་སྤྲོད་ལམ་གང་བྱེད་ཀྱང་། །

རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྤྲེས་ཅི་འདྲ་ཞེས། །

རྒྱུ་ཏུ་བླ་དང་ཤེས་བཞིན་ལྡན་པ་ཡིས། །

གཞན་དོན་སྦྱབ་པ་རྒྱལ་སྤྲེས་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདི་ཡན་གྱིས་དངོས་གཞིའི་གཞུང་བྱུང་པ་ཡིན།

དགེ་བ་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་བ།

ལྷ་བ་ནི། ཅུ་བ་ལས།

དེ་ལྟར་བཅོན་པས་བསྐྱབས་པའི་དགེ་བ་རྣམས། །

མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་བསལ་བའི་ཕྱིར། །

འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །

བྱང་ཆུབ་བསྡོམ་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན། །

ཞེས་པའི་འཁོར་གསུམ་ནི་གོང་དང་འབྲེལ་བའི་འདི་ཡན་གྱིས་ལག་ལེན་སྤྲུལ་ཅུ་
སོ་བདུན་རྣམས་བྲུབ་པ་ཡིན།

གང་གི་དོན་དུ་རི་ལྟར་བཅུམས་པ།

གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ་ལྷ། གང་གི་དོན་དུ་རི་ལྟར་བཅུམས་པ། ལག་ལེན་
འབྲུལ་མེད་དུ་བསྐྱན་པ། ཁེངས་བསྐྱུང་ཞིང་བཟོད་པར་གསོལ་བ། བཅུམས་པའི་
དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྡོམ་བ། སྤྲུག་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་བཞི་ལྟན་གྱི་སྤྱིར་བྱང་རོ། ། དང་
མོ་ནི། ཅུ་བ་ལས།

མདོ་རྒྱུད་བསྐྱན་བཅོས་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་དོན། །

དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །

རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་སྤྲུལ་ཅུ་བདུན། །

རྒྱལ་སྤྲུལ་ལམ་ལ་སློབ་འདོད་དོན་དུ་བཀོད། །

ལག་ལེན་འབྲུལ་མེད་དུ་བསྐྱན་པ།

གཉིས་པ་ནི། ཅུ་བ་ལས།

སློ་གྲོས་དམན་ཞིང་སྤངས་པ་རྒྱུད་བའི་ཕྱིར། །
མཁས་པ་དབྱེས་པའི་ཕྱེབ་སྤྱོད་མ་མཆིས་ཏེ། །
མདོ་དང་དམ་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །
རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་འབྱུང་མེད་ལགས་པར་སེམས། །
ཁེངས་བསྐྱུང་ཞིང་བཟོད་པར་གསོལ་བ།
གསུམ་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།
འོན་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པ་རྒྱབས་ཆེན་རྣམས། །
སློ་དམན་བདག་འབྲས་གཉིང་དཔག་དཀའ་བའི་ཕྱིར། །
འགལ་དང་མ་འབྲེལ་ལ་སོགས་ཉེས་པའི་ཆོགས། །
དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །
བརྩམས་པའི་དགེ་བ་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་བསྡོམས།
བཞི་པ་ནི། ཅ་བ་ལས།
དེ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བས་འགྲོ་བ་ཀུན། །
དོན་དམ་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་མཆོག་གིས། །
སྤྱི་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི། །
སྤྱི་རམ་གཞིགས་མགོན་དེ་དང་མཆུངས་པར་ཤོག།
ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་བཞི་ཕྱན་གྱི་སྤྱར་བྱང་།
ལྷ་པ་ནི། ཅས་པ་འདི་ནི་རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དོན་དུ་ལྷུང་དང་རིགས་པ་སྤྱི་
བའི་བརྩན་པ་སོགས་མེད་ཀྱིས་དཔུལ་རྒྱུའི་རིན་ཆེན་ཕུག་ཏུ་སྤྱར་བའོ། །ཞེས་

གསུངས་ཏེ། གང་བརྩམ་བྱ། གང་ཕྱིར་བརྩམས་པ། གང་གིས་རྩོམ་པ་པོ། གང་དུ་
བརྩམས་པ་སྟེ། ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་བཞི་དང་ལྷན་པའི་སྤྱར་བྱང་སྟོན་པའོ། །

མཆུག་བརྩའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན།

ད་ལན་གྱི་ཆོས་བཤད་འདི་ནི་ནང་ཆོས་འོ་འཛོད་ནས་རི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་
བའི་ཚུལ་གཙོ་འདོན་བྱས་ནས་བཤད་པ་འདི་ལྟར་ཡིན། དཔེ་ཆ་དེ་ཁྱེད་རང་ཆོ་སྒྲེར་
སོ་སོའི་ལག་ཏུ་ཡོད་སྟབས་དུས་དུས་སུ་སློབ་པ་དང་། རང་གི་ཉིན་ཞག་སྟགས་
གཅིག་གི་སྟོང་ལམ་གོམས་བའི་སྐབས་སུ་འདི་ནས་བསྐབ་བྱ་ལེན་པ་དང་། ལྷག་
བར་རྒྱན་དན་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དཔེ་ཆ་འདི་སློབ་པ་སོགས་བྱས་ན་གཏན་གཏན་
སེམས་ཞི་དུལ་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་ཡིན། རི་ཅམ་གྱིས་སེམས་སྟོང་སྟོང་ཆགས་ན་དེའི་
ཆོད་གྱིས་སློབ་སྟོང་ཡག་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། མི་ཆེ་སྐྱེལ་སྐབས་སྐྱིད་པ། གྲོགས་པོ་
ཡང་མང་པོ་ཡོང་བ་ཡིན། སེམས་འཁྲབ་འཚུབ་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ལ་
མི་བཟོད་པ་བྱས་ན་མི་ཆེ་སྐྱིད་པོ་མི་ཡོང་། ཆོས་ཀྱི་བསྐབ་བྱ་འདིས་ཆེ་རབས་བྱི་
མར་པན་པར་མ་ཟད། ཆེ་འདིར་ཡང་མི་ཆེ་སྐྱིད་པོ་སྐྱེལ་སྟབས་པ་དང་། མི་སྒྲེར་སོ་སོ་
མི་ཆེ་སྐྱིད་པོ་དང་། མི་བཟང་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་བྲིམ་ཆང་ཡང་རང་བཞིན་སྐྱིད་པ་ཡོང་
བ་ཡིན། དངོས་གནས་བྱམས་བཅེ་ལྟན་པའི་བྲིམ་ཆང་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་མི་ཆེ་
སྐྱེལ་མཁན་གཅིག་ནས་བཅུ་དང་། བཅུ་ནས་བརྒྱ། བརྒྱ་ནས་སྟོང་བྱུང་ན་སྤྱི་ཆོགས་
དེ་ཡང་བྱམས་བཅེ་ལྟན་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་ཡོང་སྟབས་པ་ཡིན།

ངོས་ནས་འཇམ་སྒྲིང་ཐོག་འདི་ལྟར་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། བདེ་སྲིད་དང་ཞི་བདེ་ནི་
གནས་ནས་འབབ་རྒྱ་མེད་པར་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་བློ་དང་སྒྲུབ་པའི་ཐོག་ནས་ཞི་
བདེ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། ཞི་བདེ་མིས་སྐྱབ་ཐབས་ནི་འཇམ་སྒྲིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་
ཆོག་གིས་ཡིག་ཆ་བཞག་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཞུང་སོ་སོ་ནས་ཡིག་ཆ་བཞག་སྟེ་
ཞི་བདེ་ཡོང་རྒྱ་ཁག་སོ་ཡིན། ཞི་བདེ་ངོ་མ་ནི་ཐོག་མར་མི་སྐྱེར་རང་ངོས་ནས་ཞི་
བདེ་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་། མི་སྐྱེར་སོ་སོའི་སེམས་ནང་ཞི་བདེ་ཡོད་པ་ཞིག་གྲེད་
དགོས། བཟང་སྲིད་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་ཞི་བདེ་ཡོང་ངེས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱིས་ཆང་ནང་ལའང་ཞི་བདེ་ཡོང་བ་ཡིན། ལྟོ་གོས་ཡག་པོ་ཡོད་མེད་རྒྱུ་ཡང་
བྱིས་ཆང་དེ་བྱམས་བཅེ་ལྟར་པའི་བྱིས་ཆང་ཞིག་བྱུང་ན། བ་མ་སྲིད་པ་དང་། སྤྱ་གྲུ་
སྲིད་པ། གཉེན་ཉེ་དུ་ཞུས་ཀྱང་སྲིད་པ་བཅས་ཡོང་ངེས་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱིས་བཅུ་
ནས་ཉི་ཤུ་སོགས་རྒྱ་བསྲིད་གྲེད་བྱུང་ན། དངོས་གནས་བདེ་སྲིད་ལྟར་པའི་སྤྱི་
ཆོག་གིས་ཡོང་བྱུང་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་བཟང་སྲིད་ཁོ་ན་མིན་པར། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་
པ་དང་། རང་ཆོའི་གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེའི་
ཐོག་ཏུ་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པའི་
ཐོག་རང་ཆོ་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་བོད་ཡིག་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
དེ་ཞུས་ཆ་ཆང་ཡོད་པ་བཅས་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། བཅུན་པའི་ཡོན་ཏན་
ཞེས་བརྗོད་སྐབས། བག་མེད་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུ་མིན་པར་རང་གིས་ལས་
ཀ་གང་ཞིག་གྲེད་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ཞུས་ལ་ཡིད་གཟབ་བྱས་ནས་སྐྱབ་བྱུང་མཁན་

ཞིག་དང་། བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་པ་ནི་དེ་ཐམས་ཅད་བསམ་པ་བཟང་པོའི་ཐོག་
ནས་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། ཞེ་སྤང་དང་ཐུག་དོག་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་མ་ཡིན་པར་
པན་པའི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཐོག་ནས་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། མཁས་
བཙུན་བཟང་གསུམ་འདྲོམས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་མཁུས་བྱ་དམ་པ་གཅིག་པུའི་ཡོན་
ཏན་མིན་པར། ང་རང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོག་པ་ཡོངས་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འདྲོམས་
པ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ན། དེ་ནི་དངོས་གནས་བདེ་སྤྱི་དམན་པའི་སྤྱི་ཆོག་པ་ཞིག་བསྐྱུན་
ཐུབ་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན།

ལྷག་པར་དུ་བྱེད་རང་ཆོ་གཞོན་སྤྱི་མཁུས་ནི་སྤྱི་ཆོག་པ་གསར་བསྐྱུན་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན། ངས་རྒྱན་དུ་བཞུགས་པར། ང་ཆོའི་མི་ཐོག་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པར་
གཏོགས་པའི་མི་རབས་ཞིག་ཡིན་པས། དུས་རབས་དེ་འདས་ཟིན་པ་དང་། བྱེད་
རང་ཆོ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་གཏོགས་པའི་མི་རབས་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དུས་
རབས་ཉེར་གཅིག་པ་ལོ་བརྒྱ་ཡི་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་བྱེད་ཅམ་སོང་ཟིན། ད་དུང་
ལོ་དགུ་བཅུ་ལྷག་ཅམ་བཟུང་ཡོད། ལོ་དགུ་བཅུ་ལྷག་ཅམ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་མིན་
དེ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་པར་གཏོགས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ལ་རག་
ལུས་ཡོད། དེས་ན་མི་རབས་གསར་བ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་རབས་གོང་མ་ལྟར་ཆགས་
སྤང་དང་གཡོ་སྤྱོད་མི་ཆེ་བསྐྱུལ་ན། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་པ་འདི་ཡང་མི་
གསོད་ཐུག་སྤྱིར་བྱི་རང་ནས་འགོ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆོས་ཁས་ལེན་མིན་དང་། སྤྱི་བ་སྤྱི་ཕྱི་ཁས་ལེན་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་། མི་ཆེ་འདིར་

བདེ་སྐྱིད་ལྷན་པའི་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཡོང་བ་ལ། ཐོག་མར་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་ཙ་བ་
རང་རང་སོ་སོའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། རང་ཉིད་སེམས་རྒྱུད་ལ་
བདེ་སྐྱིད་ཙ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་རིམ་བཤ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རྒྱ་བསྐྱེད་སྤྱབ་པ་བྱེད་དགོས་
ཞེས་ངོས་རང་ལུང་བ་གང་དུ་སྦྱོད་སྐབས་ཤོད་ཀྱི་ཡོང།

ལྷག་པར་རང་རང་ཆོ་བོད་པར་ཆ་བཞག་ན། ང་ཆོ་ར་དམིགས་བསལ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་
ཞིག་ཡོད། བྱམས་པ་དང་བཅེ་བ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ནང་
པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་
ལྟར་ཞིག་ང་ཆོ་འི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་ལ་རང་
བཞིན་ལམ་དང་ལུགས་སོ་ལྟ་བུའི་གོམས་ཆ་ཡོད་བཞིན་པ་འདི་ལ། ཤེས་ཤིང་རྒྱ་
མཚན་མཐོང་བའི་སྒོ་ནས་བཟང་པོ་བཟང་པོར་ཤེས་པ་དང་། ང་ཆོ་བོད་པས་ཆེད་དུ་
གཉེར་བའི་ཚོལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ན་འདྲིན་སྤྱབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། བོད་པ་རང་ཉིད་
སྐྱིད་པ་དང་། བོད་ཀྱི་བྲིམ་མཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཞི་བདེ་ཡོང་བ་ཡིན།

རྒྱ་ནག་ནས་ཡོང་བའི་རྒྱ་རིགས་ངོས་སུ་གསལ་བྱེད་མཁན་འགའ་ཞིག་གིས་
བརྗོད་པར། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལྔ་པ་གྱི་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྦྱོད་
པ་རྣམས་ཙ་བ་རྒྱལ་ཏུ་སོང་སྟེ། ད་ཆ་མ་རབས་ཀྱི་སྦྱོད་པས་ཁེངས་འདུག དེ་སེལ་
ཐབས་མ་འོངས་པར་བོད་པའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོས་རྒྱ་ནག་བསྐྱབ་སྤྱབ་པའི་རེ་བ་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལྟར་ང་ཆོ་ར་འེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོ་བོད་མི་
ས་ཡ་དུག་ལས་མེད། རྒྱ་ནག་ལ་མི་ས་ཡ་ཆེན་ལྟར་ལྷག་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཡ་
རབས་བཟང་སྦྱོད་ཀྱིས་ཐོངས་ནས་བསྟན་ཡོད། ཡ་རབས་ཀྱི་ཙ་བ་བྱམས་བཅེ་

ཡིན་ཞིང་། ཁོང་རྣམས་བྱམས་བརྩེས་སྦངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤར་རྒྱ་ནག་ལ་ནང་
ཆོས་ཏེ་ཅང་དར་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེང་སྐབས་རྒྱ་ནག་ནང་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་
བྱེད་མཁན་ཇེ་མང་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད། དེས་ན་ང་ཆོས་བསམ་སྒོ་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་
གཏོང་དགོས། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། ང་ཆོར་མདུན་ལམ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་
ཡོད། འདི་བྱེད་རང་ཆོའི་སྒོ་ལ་ངེས་པ་བྱས་ནས་ཚང་མས་ཉུར་ཐག་བྱེད་དགོས།
བོད་པའི་སྤུ་གྲུས་ཞབས་འདེན་ཞུ་གི་འདུག་ཟེར་བ་དང་། བོད་པའི་སྤུ་གྲུས་རྒྱ་འདྲེ་
རྒྱག་གི་འདུག་ཟེར་བ། བོད་པའི་སྤུ་གྲུས་ཁ་བསྐྱས་རྒྱག་གི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་རིགས་
ཅ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། ཤེས་སོང་ངས། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ཐུགས་
རྩེ་ཆེ། ཡང་རྩེས་ལོ་ཐུག་ཡོང་ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། །

༢༡། །བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་འོ་སྤྱོད་སྤྱིང་ཉིག།

མོ་བ་སྟོན་པ།

སྤྱི་ཕྱིར་བྱུང་ཆེ། མེ་མང་ཆེ་རིང་ལགས། སྤྱི་ཡིག་སྤྱི་ཞབས་བྱམས་བསྟན་ལགས།

ཁྱེད་ཀྱི་པ།

སྤྱི་ཕྱིར་སྤྱི་ཞབས་བྱམས་བསྟན་ལགས།

ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་འགྲོ་པ།

ནམ་ལྔ་སྤྱི་བསྟན་སྤྱི་ཆོན་གྱི་བསྟན་འཛིན་དོན་ཡོད།

ཕུག་བསྟན་པ། ནམ་ལྔ་ཕུག་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༡༣༧ ཏང་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོར་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ཆོང་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་མཁན་ནས་པར་

འགྲེམས་ཁྱེས།