# ནད་རྟགས། གོ་སླ་རུ་བཏང་བ།



སྙིང་གཟེར་ནད་ལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་རླུང་གིས་གཟེར་བའི་རྟགས་སུ།མགོ་བོ་འཁོར་ཞིང་ལུས་ཀྱི་རྒྱབ་སྟོད་ན་བ་དང་དབུགས་ཀྱི་རྒྱུ་བ་ཐུང་ལ་འཚངས་ཆེ་བ་མིག་རྩ་གསལ་ཞིང་ཁ་དང་ལྕེ་སྐམ་ལ་རྩུབ་པ། དབྱེ་བ་གཉིས་པ་ཁྲག་གཟེར་གྱི་རྟགས་ནི་ལྕེ་སྐམ་ལ་སྙིང་ལ་ཟུག་ཕུར་བ་བཙུགས་པ་ལྟར་གཟེར་བ་དང་མིག་འབུར་ཚུགས་སུ་བལྟ་ཞིང་དབུགས་ཀྱི་རྔམ་པ་དྲག་ལ་ཞེ་མཁུན་བྱེད་པ་བཅས་བྱུང་།

# རྒྱུ་རྐྱེན་ངོས་འཛིན།

སྙིང་གཟེར་ནི་སྙིང་གི་རླུང་ཁྲག་རྒྱུ་བའི་རྩ་ལ་བྱུང་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན། དེའི་རྐྱེན་ནི་སྨུག་པོ་སྙིང་ལ་བྱེར་བ་སྟེ་སྨུག་པོའི་ལེའུ་ལས། གློ་ལ་གློ་ནད་སྙིང་ལ་སྙིང་རླུང་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟར་སྙིང་ནི་རླུང་གི་ཁྱིམ། ཁྲག་གི་སྒོ་ཡིན་པའི་གནས་དེར་ངན་ཁྲག་བྱེར་བ་དེ་ལ་རྐྱེན་ནི་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་མར་དང་ཕག་ཤ་སོགས་ཚིལ་ཞག་ཆེ་བའི་ཟས་སྐོམ་རིགས་རྒྱུན་མཐུད་དེ་བསྟེན་པ་དང་། ལུས་ཁམས་འཚོ་ཆེས་པ། རྩོལ་བཅག་མ་བསྟེན་པར་དལ་བར་འདུག་དྲགས་པ། སེམས་ལས་མང་བ། བསམ་བློར་ཕོག་ཐུག་བྱུང་བ། ལུས་ཁམས་འཁྱགས་པ། ལྟོ་བ་རྒྱག་པ། ངལ་དུབ་བྱུང་བ། ཆང་རག་བཏུང་པ་བཅས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ནད་ལྡང་ཡོང་བ་སོགས་ཀྱིས་སློང་གི་ཡོད་པ་རེད།

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས།

བཅོས་ཐབས། ཚིལ་ཞག་འཇུ་བ་དང་། རླུང་ཁ་གནོན་པ། འཁོར་རྒྱུག་བདེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྨན་ཙན་དན་(ཛཱ་ཏི། སྙིང་ཞོ་ཤ་)གསུམ་ཐང་དང་། སྙིང་ཞོ་(སླེ་ཏྲེས། ཨ་རུ་)གསུམ་ཐང་། ཛཱ་ཏི་( གོ་སྙོད། སྙིང་ཞོ་)གསུམ་ཐང་། བདུད་རྩི་བཅུ་གཅིག ཏང་ཀུན་བརྒྱད་པ། ཨ་གར་ཉི་ཤུ་སོགས་རྒྱུན་སྤྱོད་སྨན་སྦྱོར་སྤྱི་དང་། ད་དུང་རྒྱུད་ནས་བསྟན་པའི་ཛ་ཏི་(གོ་སྙོད། སྙིང་ཞོ། རུ་རྟ། ལི་ཤི། ཀ་ཀོ་ལ། ཤིང་ཀུན་)བདུན་པ་དང་། ཙན་དན་( ཨ་གར། སྙིང་ཞོ། གེ་སར་གཉིས། ཛཱ་ཏི་) དྲུག་པ་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་སྨན་རྫས་དང་སྨན་སྦྱོར་རིགས་ནད་རྟགས་དང་། ལུས་ཁམས། ན་ཚོད་བཅས་དང་སྦྱར་ནས་གང་ལ་དེ་འཚམ་གྱིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་བཅོས་དགོས།

སྙིང་གཟེར་ལ་ཨ་གར་བརྒྱད་པ་དང་ཙན་ནད་བརྒྱད་པ་མཉམ་བསྲེས་དང་འཆི་མེད་ཨར་བརྒྱད། ཙན་དན་བཅོ་བརྒྱད།སྙིང་ཞོ་སྨན་མར་སོགས་དང་འོས་གཏོང་དགོས་སོ། །

# ཟས་བཅུད་བསྟེན་ཐབས།

སྲན་རིགས་དང་། སྔོ་ཚལ། ཤིང་ཏོག་སོས་པའི་རིགས་མང་ཙམ་ཟ་བ།

# སྤྱོད་ལམ་བསྟེན་ཐབས།

རྩོལ་བཅག་འོས་འཚམ་བྱེད་པ།

# བཅོས་ཐབས།

ད་དུང་བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚམས་དང་། ཚིགས་པ་དྲུག་བདུན་གཉིས་སུ་མེ་བཙའ་གདབ་པ། ཁྲག་གཟེར་ལ་རྩེ་ཆུང་གཏར་དགོས།

གཞུང་ལུགས་ཇི་བཞིན།

# སྙིང་གཟེར། རྩ་ཚིག

སྙིང་གཟེར་ནད་ལ་རླུང་གཟེར་ཁྲག་གཟེར་གཉིས། །

མགོ་འཁོར་སྟོད་གཟེར་རྔམ་པ་ཐུང་ལ་ཆེ། །

མིག་རྩ་རྒོད་ཅིང་ཁ་ལྕེ་སྐམ་ལ་རྩུབ། །

ཁྲག་གཟེར་ལྕེ་སྐམ་ཕུར་པ་བཙུགས་ལྟར་གཟེར། །

འབུར་ཚུགས་བལྟ་ཞིང་རྔམ་རྒོད་ཞེ་འཁུན་བྱེད། །

# འགྲེལ་བ།

སྙིང་གཟེར་གྱི་ནད་ལའང་ནང་གསེས་སུ་རླུང་གཟེར་ཁྲག་གཟེར་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་རླུང་གཟེར་ནི་མགོ་འཁོར་ཞིང་སྟོད་གཟེར་བ་དང་རྔམ་པ་ཐུང་ལ་ཆེ་བ་མིག་རྩ་རྒོད་ཅིང་ཁ་ལྕེ་སྐམ་ལ་རྩུབ། ཁྲག་གཟེར་ནི་ལྕེ་སྐམ་ལ་ཟུག་ཕུར་བ་བཙུགས་པ་ལྟར་གཟེར་བ་དང་མིག་འབུར་ཚུགས་སུ་བལྟ་ཞིང་རྔམ་པ་རྒོད་ལ་ཞེ་མཁུན་བྱེད་པ་འབྱུང༌།

# ནད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན། རྩ་ཚིག

རྒྱུ་ནི་མྱ་ངན་སེམས་འཁྲུགས་ཡིད་མི་བདེ། །

ལྟོ་ཆག་གཉིད་ཆག་ཞེ་སྡང་དྲག་པོས་སྐྱེད།།

# ནད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན། འགྲེལ་བ།

རྒྱུ་ནི་མྱ་ངན་ཞེས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ལས་བྱས་པས་སེམས་འཁྲུགས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང༌། ལྟོ་ཆག་པ། གཉིད་ཆག་པ། ཞེ་སྡང་དྲག་པོ་སྐྱེས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ།

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས།

རླུང་གཟེར་ཛཱ་ཏི་གོ་སྙོད་ཞོ་ཤའི་ཐང༌། །

ཕྱེ་མ་དེ་སྟེང་རུ་རྟ་ལི་ཤི་དང༌། །

ཀ་ཀོ་ལ་དང་ཤིང་ཀུན་བུ་རམ་སྦྱར། །

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས། འགྲེལ་བ།

རླུང་གཟེར་ཛཱ་ཏི་གོ་སྙོད་ཞོ་ཤའི་ཐང༌། །ཕྱེ་མ་དེ་སྟེང་རུ་རྟ་ལི་ཤི་དང༌། །ཀ་ཀོ་ལ་དང་ཤིང་ཀུན་བུ་རམ་སྦྱར། ཁྲག་གཟེར་ལ་སྙིང་ཞོ་ཤ སླེ་ཏྲེས། ཨ་རུ་ར་བཅས་པའི་ཐང་གཏོང་ཞིང༌། ཕྱེ་མ་ཙནྡན་ཨ་གར་སྙིང་ཞོ་ཤ་ནཱ་ག་དང་པདྨ་གེ་སར་གཉིས་དང་ཛཱ་ཏི་རྣམས་ཀ་ར་དང་སྦྱར་ལ་བཏང་།

# བཅོས་ཐབས། རྩ་ཚིག

རླུང་གཟེར་སྙིང་གསང་མདུན་རྒྱབ་གང་དུ་བབས་པ་བསྲེག །

ཁྲག་གཟེར་ཨ་སོ་རྩེ་ཆུང་གཏར་ལ་དྲུག་བདུན་བསྲེག །

# བཅོས་ཐབས་ཀྱི་འགྲེལ་བ།

རླུང་གཟེར་ལ་སྙིང་གསང་མདུན་སྐེ་སྟོང་དང་རྒྱབ་ཚིགས་པ་བདུན་པ་གང་དུ་བབས་པར་བསྲེག ཁྲག་གཟེར་ལ་ཚིགས་པ་དྲུག་པ་དང་བདུན་པ་བསྲེགས་ཏེ་བཅོས་དགོས།