

ལས་འགུལ་འཆར་འགོད་གོ་རིམ་གྱི་འབྲེལ་བཟང་།

གསལ་འདེབས་གཤམ་ཆེན། ལས་འགུལ་གང་ཡང་ཅང་བ་ཅས་འགོད་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ཁྱིམ་པདེ་འཇགས་སྒོར་ལ་དོ་སྣང་དང་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས།

༡༽ གནད་དོན་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱིས་མང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་ནམ་གངས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་གནས་མི་མང་ལ་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་སྟངས་ཞེས་གཟབ་ནན་གྱིས་འཁུར་དུ་དོད་གི་ཡོད་དམ། ཡང་ན་ས་ཆ་གཞན་ནའང་མི་མང་ལ་འདི་དང་རིགས་མཚུངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བཞིན་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་ཤིང། ཁྱེད་རང་ཡོང་ས་ནས་མེད། ཡིག་ཆ་འདི་ཡི་ནང་དུ་ཐབས་བྱས་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་མང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་ནམས་གངས་ཐད་ལ་ལས་འགུལ་ཇི་ལྟར་སྤེལ་བའི་གཞུང་ལྷན་ལ་དཔེ་དོན་གྱིས་ཟུར་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་རྟོག་ཐུབ། ཡིག་ཆ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་ལས་འགུལ་ལ་ལམ་སྟོང་ཡོང་བྱེད་པར་ལམ་ཁ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད།

དེ་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཁྱེད་རང་གིས་སེལ་འདོད་པའི་དཀའ་ངལ་ལམ་གནད་དོན་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ།

༢༽ དམིགས་ལུལ་དང་དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ།

དམིགས་ལུལ། དམིགས་ལུལ་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་བསྐྱབ་འདོད་པའི་ལས་དོན་ཆེན་པོ་དེ་མངོན་གྱི་ཐུང་བའི་འབྲས་བུ་ལ་གོ་དེ་ནི་སྐྱེས་འཛུགས་ཡང་ཆེན་ཡོད་པའི་ནོར་བུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ཁྱེད་ཀྱིས་ནོར་བུ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེས་འཛུགས་ཀྱི་ཡང་སྟེང་དུ་འཛུགས་པ་དང་མཚུངས།

དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ། ཁྱེད་ཀྱི་ས་གནས་མི་མང་ལ་དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ་ཡང་ཡོད་ཤིང། དམིགས་ལུལ་འདི་དག་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཏེ་མངོན་གྱི་ཐུང་འདོད་པའི་རྩ་བའི་དམིགས་ལུལ་མེན་ན་ཡང་། དམིགས་ལུལ་ཕལ་བ་འདི་དག་ལེགས་འབྱུང་བྱེད་ན་ཁྱེད་ཀྱི་གཞིའི་ཆའི་དམིགས་ལུལ་ལ་ཟུར་དུ་དག་མཚན་མང་པོ་ཞིག་སྟོན་ཐུབ།

༣༽ དམིགས་འབེན་དང་དམིགས་འབེན་ཕལ་བ།

དམིགས་འབེན། སྐར་ཆ་འགའ་རེ་བེད་སྤྱད་དེ་སྤྲོ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་མངོན་འདོད་སྟེར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས། མི་འདི་དག་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་གྱི་དམིགས་འབེན་ཡིན། ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་ནི། མཚམས་རེད། དེས་ཅན་གྱི་ཆབ་སྲིད་ཁོར་ལུག་ལས་བྱུང་བའི་དཀའ་ངལ་ཁག་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྤེལ་ནས་མི་མང་ཚྭ་རྒྱ་གཅིག་སྤེལ་ཡོང་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ལས་འགུལ་དེ་རིགས་ལ་དེས་པར་དུ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་གྱི་དམིགས་འབེན་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་མ་རེད།

དམིགས་འབེན་ཕལ་བ། ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོ་བཙོན་ལེན་བྱེད་དུས་དེ་ལ་དམིགས་འབེན་ཕལ་བར་རེམ་འདེགས་བྱས་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་དོན་འབྱུང་བའི་དུས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད། མི་གང་གང་ལ་སྐུལ་སྐྱོད་བྱས་ཏེ་དེ་དག་གི་ཐོབ་གོ་ས་དང་ཤུགས་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་མང་གཞི་འཇུགས་བསྐྱར་ལ་ཐག་གཅོད་ཐུན་པའི་མི་རྒྱལ་ལ་ཤན་ཤུགས་བཟོ་བྱེད་ཐུབ། འདི་ནི་དམིགས་འབེན་ཕལ་བ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོས་ཉལ་གཅོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་ཐག་གཅོད་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་སྐུལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐབས་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྐར་ཆ་བསམ་སྒོ་ཐོངས། ཁོང་གི་ནང་མི་སྤྱི་ཡོད་པ་དང་། གཉེན་ཉེ་གྲོགས་བཟང་སྤྲོ་ཞིག་ཡིན་པ། ཁོང་ཚོས་སྤྱི་ལ་གུས་བཀུར་བྱེད་པ། ཁོང་ཚོའི་འགོ་བདག་སྤྱི་ཡོད་པ། ཁྱེད་ཀྱི་དབང་ཐང་གི་ས་ཁུམ་དཀྱིལ་འཁོར་ཞིག་བཙོན་ནས་ནང་འཁོར་དང་། བྱེད་འཁོར་ཅན་གྱི་ས་ཁུམ་དའི་ནང་དུ་རང་གི་དམིགས་འབེན་དཀྱིལ་ལ་ཞོགས། དེ་ནས་རང་གིས་རྒྱུས་ལོན་ལྟར་དམིགས་འབེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དང་ཚོགས་པ་གཤམ་ཆེ་རྒྱུ་གི་རིམ་པ་ལྟར་ས་ཁུམ་དུ་ཉལ་མཚན་བཀོད། དཔེར་ན་ཁོང་ཚོའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་ཕན་ཚུན་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་ཚད་རིམ་ལ་སྐྱོད་པ་འགོད་དགོས།

༤༽ ཞིབ་འཇུག

ཐོག་མའི་དུས་སྐབས་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྐོར་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་བྱུང་བའི་དྲི་བ་ཁག་ལ་དེས་ཟེན་གསལ་བོ་བྱས་ཏེ་ལན་འདེབས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ།(དཀར་ཆག་དང་བོ་ལ་གཞིགས།) འདི་ནི་ས་གནས་མི་མང་གི་བྱེད་སྤྱོད་དང་ཁྱེད་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་གང་ཞིག་སེལ་བར་བཙོན་པའི་ལས་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད། གཤམ་གྱི་ཤན་ཤུར་ནི་འཇུགས་བསྐྱར་ནམས་གངས་ལ་ཁ་གཏད་བྱེད་སྐབས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་པའི་དྲི་བ་ཁག་ཡིན། ལས་འགུལ་གྱི་ཐོག་མའི་དུས་སྐབས་སྤྱི་རང་གི་ས་གནས་མི་མང་གི་སྟོབས་ཤུགས་དང་ཞན་ཆ་བཅས་ལ་ཚོད་དཔག་བྱེད་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བའི་གནད་འགག་ཅིག་ཡིན། དེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་དམ་འཛིན་བྱེད་དུས་པའི་གོ་སྐབས་གཞན་ཡོད་མེད་སྟོན། མིག་སྤྱི་ཉེན་ཁ་དང་ཉེན་ཁ་ཡོད་ཤིང་པའི་གནད་དོན་གང་གང་ཡིན། གནད་དོན་འདི་དག་ལ་དེས་ཟེན་བྱུང་ཆོ། དེས་ཁྱེད་ལ་འཚམས་པའི་ལས་འགུལ་གང་ཡིན་པ་དང་སྤྱི་ལ་སྐུལ་སྐྱོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་དུས་ཚོད་ནམ་ཡིན་དགོས་པ་སོགས་ཐག་གཅོད་པར་ཕན།

རྒྱས་སྟོབས། ཞན་ཆ། གོ་སྐབས། ཉེན་ཁ།

རྒྱས་སྟོབས། འདི་དག་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་མ་ཆ་ཡིན། དཔེར་ན་ལས་མི་དང་མ་ཆ། ལག་རྩལ་དང་སྒྲན་གཤམ་འདི་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ། ཁྱེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་སྤྱི་ཡོད། ཁྱེད་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་གང་གང་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

ཞན་ཆ། དཀྱིས་གནས་མི་མང་ལ་ཐོན་ཁོངས་འདྲེན་ཅན་མེད་པ། དཔེར་ན་ལག་རྩལ་དང་ཤུགས་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ། ལས་མི་གཤམ་ཆེན་དེ་དག་གིས་ལས་ཀ་སྤྱོད་དག་ལས་མ་ཐུབ་ན་ཇི་བྱེད་དམ།

གོ་སྐབས། འབྲུང་ལ་ཉེ་བའི་དུས་སྟོན་དང་བྱ་འགུལ་གཤམ་ཆེན་གང་གང་ཡོད་པ། ཁྱེད་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་སྟོན་བྱེད་པའི་དབྱང་གོགས་སྤྱི་ཡོད་པ། ཁྱེད་ཀྱིས་འབྲེལ་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་སྟོབས་ཤུགས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པ། ས་གནས་སྤྱི་ལ་སྐོར་ལས་རིགས་ཡོད་པ་དེ་ན་ས་གནས་མི་མང་གིས་རྟོག་དུ་བཙོན་ན་སྤྱི་ཡོད་ཀྱིས་དོ་སྣང་ཤུགས་ཆེ་བ་བྱེད་པ།

ཉེན་ཁ། ལས་གཞིའམ་སྤྱོད་བྱེད་པ་འདི་དུ་རག་བར་དུ་ཅའི་ཕྱིར་མ་འབྱུང་བ་རེད། ཁྱེད་ཀྱི་ཁ་གཏད་པས་ཐབས་ལམ་གང་གང་བེད་སྤྱད་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་མཚམས་འཛུགས་བྱེད་གི་རེད།

ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི། དོན་རྒྱུན་ལ་ལ་དང་གང་ཟག་ལ་ལ་སྐབས་འགར་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱས་སྟོབས་སམ་བཟང་ཆ་ཡིན་པ་དང་། སྐབས་འགར་དེ་དག་ཀྱང་འབྱུར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཞན་ཆར་འབྱུར་ཤིང། དེ་ནི་ཁོར་ལུག་ལ་རག་ལས་པ་ཞིག་རེད། མི་སྤྱི་སྟོབས་ཅན་གྱིས་ཐེག་པ་ཁྱེད་དུ་ཐངས་ནས་ལས་དོན་སྤྱོད་ན་དེ་ནི་རྒྱས་སྟོབས་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཅག་གིས་ལས་དོན་སྤྱོད་སྐབས་ཐབས་བྱས་མེད་སྟངས་ན་དེ་ནི་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་གནས་སྤྱི་ཡོད་ཤིང། དཔེ་བཞག་ན། ཁྱེད་ཀྱིས་གནས་མི་མང་ལ་ལས་འགུལ་སྤེལ་བར་འགོ་ཚུམ་པའི་སྐར་ཆ་མོ་མེད་ཆོ། སྐར་ཆ་མོ་འཚོལ་སྤྱོད་པ་ནི་ཞན་ཆ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མ་ཆ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་དཔེ་སྐབས་སྤྱི་སྐར་ཆ་བཟང་ཆའམ་རྒྱས་སྟོབས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་འདི་རིགས་ལ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཚོད་དཔག་བཟག་དབྱང་བྱས་ན་དེས་ལས་འགུལ་སྤེལ་ཐུབ་དུ་སྐྱོང་བ་ལ་ཕན་པ་དང་། ཉེན་ཁ་ཆོས་རྒྱུ་ཅ་པ་ལྟར་ཉེ་རྒྱས་སྟོབས་དང་གོ་སྐབས་ཆོས་ཆེ་ཅ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཕན།

ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་ལ་ རྒྱས་སྟོབས། ཞན་ཆ། གོ་སྐབས། ཉེན་ཁ། བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ།

ཡན་ལག་པ་ལྔ་ལྟེན་གྱི་རིག་པ།

ཅི་ཞིག་རྒྱུ་བ་དགོས་པ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དུས། ལས་འགུལ་ལ་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས། དཔེར་ན་བྲིམས་གཏུག་དང་ཏྲ་ཐོག་ནས་ཆ་འཇུགས་བྱེད་པ། མང་ཚོགས་མཉམ་ཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱས་སྟོབས། ཞན་ཆ། གོ་སྐབས། ཉེན་ལ། ཡི་ཐབས་ལམ་གྱིས་བྱེད་ཀྱིས་གནས་མི་མང་གིས་ལས་འགུལ་སྒྲེལ་བ་ལ་ཆེས་བཟང་བའི་ཤུགས་སྐྱེན་འཛོག་ཐུབ། སེམས་ལ་ཉར་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ཁོར་ཡུག་གི་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་ལས་འགུལ་ལ་ཡང་འགྱུར་བ་ཐབས་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཡིན།

༤༥ འཕོ་ཁྲིད། མཉམ་ཞུགས་པ། དཔུང་གྲོགས། ཁ་གཏད་པ། བལྟ་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་སྤེལ་

ལས་འགུལ་དུ་འགུག་དགོས་པའི་མི། འགོ་ཁྲིད་དང་མཉམ་ཞུགས་པ་དང་དབྱེད་སྒོ་གསུམ་བཅས་ཡིན། (ས་གནས་མི་མང་གང་ཞིག་ཕྱི་ནང་གང་ཅུང་ཡིན་ན་ཆོག) མི་འདི་དག་གི་ཡིད་ཆེས་དང་སྡིང་སྡོམས་དང་ཐབས་
ཤེས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ལ་ཤུགས་སྒྱུར་སྤྱོད་ཐུག། ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི། སེམས་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི། ལས་འགུལ་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་དུ་ཁྱེད་ཆོས་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཅིག་གིས་འགོ་ཁྲིད་ཀྱི་འགན་
ཁུར་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད། འགོ་ཁྲིད་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཉེ་གང་ཟག་སྡེ་ཆོགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ནུབ་འདུག་འདི་ལྟར་བྱས་ན་ཆོགས་མི་གཞན་ཉེན་ཁ་ལ་སྤྱང་བ་རྩེ་ལྷུང་དུ་གཏོང་ཐུག།

ཁ་གཏང་པ། བྱེད་ཀྱི་ཁ་གཏང་པ་ནི་མིའམ་ཚོགས་པ་གང་ཞིག་གིས་བྱེད་ཀྱིས་དམིགས་ལུལ་བདེ་སྤྱོད་དང་འགྲུབ་རྒྱ་བྱུང་བ་ལ་གཤེགས་དང་བར་ཆད་བྱེད་མཁན་ལ་གོ། བྱེད་ཀྱི་ས་གནས་མི་མང་གི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དང་
ལས་འགལ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཁ་གཏང་པ་འདྲ་འདྲ་མིན་ལྟ་ཚོགས་བྱུང་གི་ཡོད།

བརྩ་མཐུན་གཙོ་བོ་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་བརྒྱུད་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ངེས་པར་དུ་ངེས་ཟིན་ཁྱེད་དགོས་པ་ནི། ངེས་གཏན་གྱི་དུས་ཚོད་ནང་གི་བྱ་འགུལ་རེ་རེ་སྟེལ་སྐབས་སུ་ཞིག་གི་སྒོ་ཁ་བརྒྱུར་དགོས་པ་དེ་ཡིན། མི་དེ་དག་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་བརྩ་མཐུན་གཙོ་བོ་ཡིན། བྱ་འགུལ་རེ་རེ་དེ་ནང་དུ། ཁྱེད་ཀྱིས་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོ་ལས་དང་ཁ་གཏད་པ་བཅས་ལ་ལུག་འཕྲད་དང་འབྲེལ་མཐུད་གྱི་ཚིང་ཏྲ་ཕྱེད་སྟེ། བྱ་འགུལ་གཞན་གྱི་ནང་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་བརྩ་མཐུན་གཙོ་བོ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ལ་དོ་སྣང་ཕྱེད་པའི་མི་ཚོགས་དང་སྟག་པར་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་རྒྱ་བརྒྱུར་གྱི་རྣམ་འབྱུར་སྟོན་མཐུན་དང་མཉམ་ཞུགས་ཕྱེད་འདོད་མཐུན་ལ་གོ་དགོས། ཡང་ན་གཉིས་ཆ་ལ་གོ་ནའང་ཚོགས།

༢༩ གནད་དོན་འཆར་འཁོད། ཐབས་བྱས། མི་སྲ་སྲ་ལ་སྲ་ལ་སྤོང་བྱེད་དགོས་པ།

གནད་དོན་འཆར་འཁོད་བྱེད་པ།

གནད་དོན་གྱི་འཆར་འགོད་ཞེས་པ་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་དང་གནད་དོན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་མངོན་པར་བྱ་བ་དང་འགྲེལ་བཤེད་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་གོ་
 བྱལ་ཁ་ཅན་གྱི་ལས་འགལ་ཞིག་ལ་སྟེལ་དང་ཕྱར་པའི་གནད་དོན་འཆར་འགོད་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ཁྱེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་པ་མང་བོ་འདུ་བར་བྱེད། (ལྷག་པར་ཏུ་ཁྱེད་ལ་
 དཔུང་གོགས་འདུ་བར་བྱེད་ཐུབ།) དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གནད་དོན་གྱི་འཆར་འགོད་ནང་དུ་ཀྱང་གྱི་རྩིས་སུ་ཡི་རང་དང་སྤང་བསྟེ་བྱེད་ཐུབ་པའི་ལྟ་བ་དང་འཇིག་ཐང་བཞག་ན་མི་ཕལ་བ་
 རྒྱལ་གྱིས་མོས་མཐུན་དང་དང་ལེན་བྱེད་ཐུབ།

ཐབས་ལུས།

བྱེད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་གནད་དོན་འཆར་འགོད་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད། དེས་མི་ཚད་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་དང་དམིགས་ལུལ། སྒྲུབ་བྱ་དང་ཐབས་ཚུལ་བཅས་ལའང་འབྲེལ་བ་ཡོད།
 སྐོས་འཛུགས་ཀྱི་ཚེ་ན་ནོར་བུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་སྟངས། བྱེད་ཀྱི་དོན་སྟོན་བཟུང་བྱས་ཏེ་སྐོས་འཛུགས་ལ་འཛུགས་གི་ཡིན་ནམ་ཉིན་རེར་རིམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་སྐོས་འཛུགས་སྟེང་ལ་འཛུགས་གི་ཡིན།
 བྱེད་ཀྱིས་དེ་ལས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེ་བར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གིན་ཡོད་དམ། འདི་ནི་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ཡིན། བརྟན་བརྩིང་ཅན་གྱི་ཐབས་བྱས་ཤིག་གིས་བྱེད་ཀྱིས་གནས་མི་མང་གི་འབད་པར་བྱ་བའི་ལས་དང་
 དམིགས་འབེན་ལ་ཤགས་སྟེན་གནད་འགན་ཅན་བཟོ་བྱུང་། བྱེད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་ཀྱིས་ཐབས་ཚུལ་དབང་དུ་བསྐྱར་དགོས་པ་ལས་ཐབས་ཚུལ་གྱིས་ཐབས་བྱས་དབང་བསྐྱར་ན་མི་འགྲིག།

མི་སྲུ་སྲུ་ལ་སྐྱལ་སྤོང་བྱེད་དགོས།

བྱིད་ཀྱིས་གནད་དོན་འཆར་འཁོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱིད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་གཏན་དབབ་བྱེད་དགོས། བྱིད་ཀྱིས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་སུ་ལ་སྐུལ་སློང་བྱས་ཏེ་ལས་འགུལ་རམ་འདེགས་བྱེད་དགོས་པའི་དྲི་བ་དེ་ལ་
 ཞིབ་ལྟ་བྱེད་དགོས། གང་ཡིན་ཞེ་ན་འཆར་གཞི་ནི་ལག་བསྟར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་དུ་འགྱུར་སྲིད་པས་སོ། ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་ནི། བྱིད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ནད་དུ་མི་ཚང་མ་མཉམ་ཞུགས་སམ་རྒྱལ་
 སྐྱོར་ཡོང་བར་བྱ་མི་དགོས། འོན་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁ་ལོན་པར་མི་གནད་ཡོད་ཅན་སུ་སུ་ཞུགས་དགོས་པ་དང་། མི་སུ་སུ་ལ་སྐུལ་སློང་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ལ་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་ནི་གནད་
 འགག་ཡིན།

༥༽ ལྷོ་བྱ་དང་ལྷོ་བྱ་ཕམ་བ།

ལྷན་སྐྱོང་།(དམིགས་ཕྱིར་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད།)

སྐྱབ་བྱ་ནི་བྱིད་གྱི་དམིགས་ལུལ་འབྲུབ་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རེ་རེ་ལ་ཟེར། དེ་ནི་དཔེར་ན་ཡང་ཆེན་མོར་བྱ་ཡོད་པའི་སྐྱེས་འཛུགས་གྱི་ཐེམས་པ་རེ་རེ་རྩ་བ་ཡིན། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཆ། གང་
ཡིན་ཞེ་ན། དམིགས་ལུལ་ཞེས་པ་ནི་ནམ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཡོད་ཅིང་ཅིང་ཡིན་པས། དེ་མངོན་གྱུར་དང་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ན་ངེས་པར་དུ་དུས་ལུས་པཅད་དེ་རེ་རེ་བཞིན་བསྐྱབ་དགོས། སྐྱབ་
བྱ་ནི་ལས་དོན་ཞིབ་ཚགས་ཅན་གང་ཞིག་བྱིད་གྱི་དམིགས་ལུལ་ལ་ངེས་པར་དུ་མཐོ་བའི་བྱ་བ་ཆ་ཡིན། གཟབ་ནན་བྱ་དགོས་པ་ནི། སྐྱབ་བྱ་ངེས་པར་དུ་བྱེད་ཀྱི་པ། ཡོད་འཛིན་བྱུང་བ། ལས་ལྟ་
བྱུང་བ། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་བསྐྱབ་པ། དུས་ངེས་ཅན་ཡིན་པ་(དཔེར་ན་དུས་ལུན་གྲུབ་བྱ། དུས་ལུན་འཁྲིད་ཅིང་། དུས་ལུན་རིང་པོ་རྩ་བ་)པཅས་དགོས།

ལྷ་བ་བྱ་ཕལ་བ། (དམིགས་ལྷ་ཕལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིད།)

བྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་བྱ་པ་ལ་བ་དེ་དག་ངེས་པར་དུ་བྱེ་བྲག་པ་འཇམ་ཞིབ་སྤྲ། མཛད་འཛིན་རུང་བ། ལས་ལྷ་རུང་བ། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་བསྐྱུན་པ། རྒྱལ་ངེས་ཅན་ཡིན་པ་ ཡིན་དགོས། དཔེ་དོན་
 འདིའི་ནང་དུ་དམིགས་ལུལ་པན་བ་ནི་ས་གནས་མི་མང་གི་ལོ་ལ་གཞིན་རྒྱལ་ས་རང་གི་ས་ལུལ་ནས་འདུག་སྤྱབ་ཡོང་བར་ལས་ཀའི་གོ་སྐབས་དང་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱུན་པ་དེ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱིས་
 རོ་གཞིན་རྒྱལ་ས་ལུལ་གཞན་ལ་འཕྱོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཞིབ་འཇུག་དང་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ་ངེས་གཏན་བྱེད་དགོས། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ནི་རྒྱ་པ་གསོ་ལ་སྤྱག་ཡོད་
 པ་མེད་དམ་ཆོང་གི་གོ་སྐབས་ལ་སྤྱག་ཡོད་པ་མེད། ཡང་ན་གཞིས་ཆར་སྤྱག་ཡོད་པ་མེད།

ཐབས་ཚུལ།

ཐབས་ཚུལ་ཞེས་པ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དང་སྒྲུབ་བྱ་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་ཆེད་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་འཆར་གཞི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཞིག་ལ་གོ་བྱེད་ཀྱིས་མི་མང་པོ་བསྐྱུ་བྱས་ཏེ་སྐས་འཛུགས་དེ་ལ་
འགོ་འཇག་ (དཔེར་ན་ས་གནས་མི་མང་གིས་རེ་ཞུ་ཡི་གེ་འབྲི་བ་ལྟ་བུ།) ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་ཡོད་པའི་གང་ཟག་རེ་འགའ་ནང་འདྲན་བྱེད་གི་ཡིན། (དཔེར་ན་རེ་ཞུ་ཡི་གེ་ཡི་རྩིང་དུ་
ས་གནས་མི་མང་གི་ཤུགས་རྒྱུན་ཡོད་པའི་འགོ་བདག་འགའ་བསྐྱུ་བྱས་ཏེ་མིང་རྟགས་འགོད་པ་ལྟ་བུ།) སེམས་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི། ཐབས་ཚུལ་ལ་ནམ་པ་སྒྲ་ཚུགས་ཡོད་པ་དང་གཙོ་
བོ་སྒྲ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་སྒྲོན་དགོས་པ་དེ་ལ་རག་ལས་ཡོད། (དཔེར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་འབེན་དང་དམིགས་འབེན་པལ་བ། དམིགས་འབེན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷ་མཁན་གཙོ་བོ་བཅས།)

ཐབས་ཚུལ་གྱི་ལམ་རིམ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཐབས་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་ས་གནས་མི་མང་གི་དམིགས་འབེན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་མངོན་པར་བསྐྱོད་ཐབས་པ་ལ་ངེས་ཟེན་པའི་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་ཐོག་མར་བསྒྲུབ་
དགོས་པ་དང་། དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ཐག་གཅོད་དགོས། ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཚུལ་གྱི་ལམ་རིམ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དུས། ཁྱེད་ཀྱིས་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་སྒྲུབ་ཅུས་པ་
དང་ཕྱིས་སུ་རེ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་གྱི་ཚད་རིམ་མཐོ་བར་གཏོང་ཐབས་པ་བཅས་ཕྱིགས་གཉིས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས། ཐབས་ཚུལ་གྱི་ལམ་རིམ་དེ་ཡང་**རྩ་སྒྲིག་ལྟ་བུ། ཞན་ཆ། གོ་
སྐབས། ཉེན་ཁ།** ཡི་མངོན་པར་བྱེད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་བསྒྲུན་དགོས།

བརྒྱུད་ལམ།

ཁྱེད་ཀྱིས་འཆར་འགོད་ད་ལྟ་བུས་ཟེན། ཇི་ལྟར་རང་གིས་དམིགས་པའི་བརྒྱ་མཁན་གཙོ་བོའི་དོ་སྣང་ངམ་སེམས་འགྲུག་པ་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་ཡིན། ཐོག་མར་
ཁྱེད་ཀྱིས་གསལ་ཞིང་དག་པའི་བརྒྱན་དོན་ཐད་གར་བརྒྱན་ཡོད་པ་ངེས་གཏན་བྱེད་དགོས། ཐབས་ཚུལ་དང་དམིགས་ཡུལ་དང་དམིགས་འབེན་མི་འདྲ་བ་ཡིན་པ་གཞིགས་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་
བརྒྱན་དོན་དུ་མ་བེད་སྒྱོད་བྱེད་པའམ་བརྒྱན་དོན་གཅིག་ཡང་ཡང་བེད་སྒྱོད་བྱེད་པར་ངེས་གཏན་བྱེད་དགོས། གང་ལྟར་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་བརྒྱན་དོན་ལ་གཤམ་གྱི་ནང་དོན་འདུས་དགོས།
1 ས་གནས་མི་མང་གིས་རེ་ཞིག་འགྱུར་བ་གཏོང་འདོད།
2 འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།
3 འགྱུར་བ་མ་བཟང་ན་ཉེན་ཁ་གང་དག་ཡོད་པ། 4 བརྒྱ་མཁན་གཙོ་བོས་རམ་འདེགས་རེ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ།
ཐོ་སྒྲིག་པ། བརྒྱན་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན། བརྒྱན་དོན་རེ་རེས་དམིགས་པའི་དམིགས་འབེན་གཙོ་བོ་པལ་དང་བརྒྱ་མཁན་གཙོ་བོ་གང་གང་ཡིན། བརྒྱན་དོན་གང་ཞིག་འབེན་གང་ལ་འོས་ཤིང་
འཚམས་པ། ཡང་ན་དེ་ནམས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

བྱ་བ་འགྲུལ་གྱི་འཆར་གཞི། ཁྱེད་ཀྱིས་ལས་འགུལ་མ་སྤེལ་བའི་ཕྱིན་ཏུ། མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་ཞིབ་ཚགས་དང་ཚགས་ཆ་དོད་པོ་ཡོད་ཐུབ་བྱེད་དགོས། ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱ་དང་ཐབས་ཚུལ་གྱི་
ཐབས་ལམ་བཅས་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་ལ་རྒྱན་ཏུ་ཞིབ་ལྟ་བྱས་ཏེ། ཇི་ཞིག་སྒྲུབ་དགོས་པ་དང་ག་དུས་སྒྲུབ་དགོས་པ། ལྟ་ཡིས་སྒྲུབ་དགོས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནད་དོན་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཐོངས།
རྟག་ཏུ་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་འཆར་གཞི་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཞིབ་ལྟ་བྱེད་དགོས། (སེམས་སུ་ཉར་དགོས་པ་ནི། གལ་ཏེ་བདེ་འཇགས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཡོད་ན། ས་གནས་མི་མང་གི་
མིང་དངོས་བཀོལ་སྒྱོད་མ་བྱེད། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་རང་གི་འཆར་གཞི་དང་གོ་རིམ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་པལ་པའི་དུས་དང་ཡང་ན་གཞན་ལ་ཁ་པར་དང་སྒྲོག་སྒྲུབ་བརྒྱུད་ནས་གཏམ་བཤད་ཀྱི་སྐབས་
སུ་མིང་དངོས་མ་བཀོལ་སྒྱོད་མ་བྱེད།)

སྒྲིག་ཐོ་མ།

མཐའ་མར། ས་གནས་མི་མང་གིས་འབད་པ་བྱས་ཏེ་འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་ལེན་པར་བྱ་བ་ནི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་དང་པལ་བ་ཐམས་ཅད་མངོན་གྱུར་བྱུང་བ་རེད། འདི་ལ་ཞིབ་ཚགས་དང་ཐབས་ཚུལ་ཅན་གྱི་འཆར་
འགོད་དང་དམིགས་པ་ཆེ་གཅིག་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་དགོས། ལས་དོན་དུས་ཡིན་རིང་བོ་ཞིག་ལ་འགྲུབ་དགོས་བྱུང་བར་སྐྱམ་པའམ། ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོག་མའི་འཆར་གཞི་ལྟར་ལས་བཞུགས་དང་བར་ཆད་བྱུང་སྟེ།
ཟུར་གྱི་འཆར་གཞི་མངོན་འགྱུར་བྱུང་མ་བྱུང་ཆོ། ཁྱེད་ཀྱིས་འཆར་གཞི་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་བ་ནི་ལས་འགུལ་སུ་མཐུད་དུ་སྤེལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན། ས་གནས་མི་མང་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དེའི་འབད་པ་སྒྱུར་ལེན་
ལ་ཕྱོགས་ཁྱབ་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་ཡོད་པས་དེས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་གནས་མི་མང་དང་ཡུལ་ཁམས་རྒྱལ་ཁ་ཕྱོགས་སུ་འདེད་གི་རེད།