

# ལྷ་ལྷོ་མཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲེལ་གྲུབ་ལཱ་ལཱ་

བཅའ་ཡིག



མཇུག་པ་ལོ།

ལྷ་ལྷོ་མཐོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲེལ་གྲུབ་ལཱ་ལཱ་ལྷོ་སྤྱོད་ལཱ་ལཱ་ལོ།

འཕགས་ལཱ་ལྷོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲེལ་གྲུབ་ལཱ་ལཱ་ལོ།

༄༅། གསུང་ཐོར་བུ་དེབ་ཕྱེང་གཉིས་པ།  
བཅའ་ཡིག

མཛད་པ་པོ།

ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བཏུང་བཞུགས་པའི་མཛད་སྒོ།

འཕགས་ལུལ་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བཏུང་བཞུགས་པའི་མཛད་སྒོ།



# ༄༅། བཅའ་ཡིག་ཕྱོགས་བརྒྱུགས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧

གསུང་རྩོམ་ཕྱོགས་བརྒྱུགས་དེབ་ཐོང་བཅུ་པ།



## གྲུང་བརྗོད།

༡༡། སྤྱིར་སྤྲོམས་ཡིག་ཅེས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགྲུར་འགྲོས་དང་  
བརྒྱན་བར་ལམ་ནས་དར་བྱུང་བའི་རིག་གནས་ཤེས་བྲུན་དང་མཚན་པ་ཞིག་  
ཡིན་ཅིང་། མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་གི་གཞི་རྩ་བརྟེན་ས་མ་  
འདྲ་བ་དང་ངོས་འཛིན་གྱི་འདུ་ཤེས་མ་འདྲ་བའི་དབང་གིས་སྤྲོམས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་  
དམིགས་ཚད་ལ་ཡང་མཁས་པའི་བཞེད་པ་མ་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་  
བཞིན་པར་མ་ཟད། སྤྲོམས་ཀྱི་བྱུང་རབས་ལ་གར་རྣམས་ཀྱི་རིག་གཞུང་མི་འདྲ་  
བ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩ་རྒྱུ་ལ་མི་འདྲ་བའི་ངོས་གཉིས་ནས་བརྟེན་བའི་སྐབས་འགལ་བའི་  
སྤང་རྒྱུ་གཉིས་འབྱུང་བར་གཞི་རྩ་ཤིན་ཏུ་མང་། འཇམ་གླིང་གི་ཐོག་མའི་ལོ་  
རྒྱུས་དུས་སྐབས་སུ་སྤྲོམས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་དང་རིག་གནས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་  
འཁོད་པ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་དང་།  
བཟའ་བཏུང་སྤྱོད་གསུམ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བརྩི་སྲུང་བྱེད་པའི་བཅས་མཚན་མས་  
ཤིག་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་གྱི་ཚོས་ཉེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རྟོགས་ཐུབ། ལོ་རྒྱུས་  
ཀྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་ནས་མིས་རང་ངོས་ནས་རྒྱུ་སྤྲོམས་ངང་གིས་སྲུང་བའི་བསམ་  
སློབ་རྣམས་མཐུ་དང་སློབ་གསུམ་གྱི་བཟང་སྤྱོད་རིམ་གྱིས་ཉམས་ཆག་ཏུ་སྤྱིན་ཏེ་མིའི་  
སློབ་གསུམ་ལ་སྤྲོམས་ལུགས་ཀྱིས་སྤངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པར་གྱུར་ཅིང་། དེ་  
ལ་མཁས་མཚོག་དཔྱིག་གཉེན་གྱི་ཚོས་མངོན་པ་མངོན་སོགས་སུ་ཡ་ཐོག་རྫོགས་

ལྷན་གྱི་བསྐྱེད་པ་ནས་རིམ་པས་གསུམ་ལྷན་དང་། གཉིས་ལྷན། ཚོང་ལྷན་བཙས་  
སུ་གནས་འགྲུར་ཏེ་ཀུན་རྫོང་ཉམས་རྒྱུ་དུ་འགོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཤིག་  
ལ་ངོས་འཛིན་མངོན།

བར་སྐབས་ཤིག་ནས་མིའི་ལོ་རྒྱུས་འགྲུར་འགོས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་བརྟུན་  
རིམ་པས་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཆུང་སོ་སོས་རང་རང་གི་མངོན་འདོད་དང་  
རིག་གཞུང་གི་བསམ་བློའི་གཞི་རྩ་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིམས་ལུགས་རྒྱས་བརྗེས་སྐྱ་  
ཚོགས་འབྲི་བའི་སློབ་ལུགས་དར་བྱུང་བྱུང་། དེར་རབས་ཀྱི་བྲིམས་ལུགས་  
མཁས་པ་ཚོའི་བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན་འཛམ་གླིང་གི་ཡིག་བྲིག་བྲིམས་ལུགས་བྱུང་སྲ་  
ཤོས་ནི། རོ་མན་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་བྲིམས་ལུགས་ཡིན་པར་བཤད་ལ།  
དེ་ནི་སྤྱི་ལོའི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༠ ཐམ་པ་ཡས་མས་སུ་བྱུང་། དེ་དག་ནི་རྒྱལ་  
བྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཤིང་། ཅང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བརྟུན་པའི་ཚོས་བྲིམས་  
ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་དངོས་སུ་ཞལ་བཞུགས་པའི་  
སྐབས་སུ་དགེ་ཚུལ་པ་མའི་བྲིམས་བྲང་འདས་སོ་དུག་དང་། དགེ་སྦྱོང་པ་ཚམས་  
ལ་བྲིམས་གཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་གསུམ། དགེ་སྦྱོང་པ་ཚམས་ལ་བྲིམས་སུམ་བརྒྱ་  
དུག་ཅུ་ལྔ་བཞི། དེ་བཞིན་བྱང་སེམས་དང་རྒྱགས་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་སོགས་གདུལ་བྱ་  
སོ་སོའི་ཁམས་མོས་བསམ་པ་མ་འདྲ་བའི་བྱུང་བར་དང་བརྟུན་ཚོས་འདུལ་བའི་  
དགོངས་པ་དང་མཐུན་པའི་བཙའ་བྲིམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སྐྱ་ཚོགས་མངོན་པ་ལ་  
འདུལ་བའི་སྤྱི་ལོ་ཚེས་གསུམ།

ཐོད་དུ་ཚོས་བརྒྱུད་སོ་སོས་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་

ཉམས་པ་མེད་པའི་ཐོག་རང་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱག་སྲོལ་དང་ཉམས་  
ལེན་གྱི་རིམ་པ་དང་བརྟུན་བཅའ་ཁྲིམས་རྒྱས་བརྟུན་སྣ་ཚོགས་མངོན་པའི་སྲོལ་  
དར། ཀའི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་གི་དགེ་འདུན་པའི་ནང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཐོག་མ་ནི།  
ལ་སྐབས་མཚོག་ཀའི་སྐྱེས་ལོ་དང་པོ་རོང་ཆེན་དགེ་འདུན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མདོ་  
སྐད་རྩོམ་གྱི་མཐའ་འཁོབ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
སྤྱི་དང་། བྱེད་པར་ཡབ་རྗེ་སྐུ་མ་སྐོ་བཟང་གྲགས་པའི་གསེར་སྐྱེད་བཙོ་མ་ལྷ་བུའི་  
བརྟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་བྱེད་ཏུ་གནང་བའི་མངོན་འཕྲིན་གྱི་ཐོག་མ་ཚེ་ཁོའི་ཀའི་  
མ་དགོན་ཀྱི་ལ་རིའི་དགོན་བཀྲ་ཤིས་རྒྱན་འགྲུབ་སྤྱིང་ཕྱག་འདེབས་མངོན་པའི་  
སྐབས་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་གོར་མ་ཆག་ཀྱང་། སྤྱིས་སུ་དུས་འགྱུར་རིམ་པའི་གོད་  
ཆག་འོག་ལ་སྐབས་མཚོག་ཀའི་སྐྱེས་ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་གསུང་འབུམ་གཏན་བཟླག་  
ཏུ་གྱུར་པ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེས་ལོ་མ་འགའི་བཅའ་ཡིག་ཉུང་ཤས་ཤིག་ཀྱང་  
འབྱུང་བའི་རྒྱབ་རིས་སུ་བསྐྱེམས་པས་ད་ལྟ་མངལ་དུ་མེད་པ་དང་།

དུས་རབས་ཉི་ལུ་པའི་དུས་དཀྱིལ་དུ་རྒྱུའི་བཙན་འཇུག་གིས་རྒྱུན་པས་བོད་  
ཚོས་ལྷན་ཞིང་གི་རྒྱལ་པའི་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བརྟུན་པ་ལ་ཉམས་ཆག་ཚབས་ཆེན་བྱུང་  
ཞིང་། དམ་པ་གོང་མའི་ཕྱག་སྲོལ་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་སྲོལ་  
མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཉམས་དམས་སུ་གྱུར་པས་བསྐྱར་གསོ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་  
བ་དང་། ལྷག་པར་བར་ལམ་ནས་འཇུག་སྤྱིང་གི་ཡུལ་གྱུ་གང་སར་དངོས་པོའི་  
དཔལ་ཡོན་འཕེལ་རྒྱས་སུ་སོང་བ་དང་མཉམ་དུ་མི་ཕལ་མོ་ཆེ་བཀ་མེད་རྒྱས་སྤྱོས་  
ཀྱི་གཡེང་བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ནས་བསམ་སྤོད་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ཀུན་



སྤྱོད་པལ་མི་ཆེ་ཉམས་ཆག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ཅན་འདི་དག་བོད་ཆོས་  
ལུན་གྱི་ཞིང་གི་དགོན་ཁོང་དག་ཏུ་མཆེད་ལ་ཉེ་བའི་དུས་བབ་རྗེ་དྲག་གི་སྐབས་  
འདིར། ལྷོ་བཟང་གྲགས་པའི་སྐུ་མཚོ་ག་པད་དཀར་འཆང་། །སྤྱི་གས་དུས་  
དམུ་ཚོད་འདུལ་བའི་སྤྱི་སྤྱོད་ཅན། །བརྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
མཚོ། ཞེས་པས་བསྐྱབས་པའི་དོན་ལྟར་བདག་ཅག་ནམས་ཀྱི་མེ་དོག་གང་ལ་  
ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་རོང་ཆེན་བརྟན་པའི་སྤྱོད་མེ་ལྷུ་བས་མཚོ་ག་ཀི་སྤྱོད་བཅུ་  
གཅིག་པ་ལ་རྗེ་བཅུ་སྤྱོད་ལྷོ་བཟང་བརྟན་འཛིན་འཛིན་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོ་དཔལ་  
བཟང་པོ་མཚོ་ག་གིས། སྤྱི་གས་མའི་དུས་མཐའ་འདིར་ཡང་རྒྱལ་བའི་བཤད་སྐྱབ་  
ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཆ་ལག་དང་བཅས་པ་ཉམས་པ་སྐྱར་གསོ་དང་། མ་ཉམས་  
གོང་སྤེལ་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་ལ་བཟང་པོའི་གཞི་རྩ་མ་ཉམས་པའི་ཕོག་བྱེད་ཐབས་  
གསར་པ་རི་སྤྱོད་ཁ་སྤོན་བྱ་བ་ལེན་ཏུ་གལ་གནད་དུ་གཟེགས་ནས། ཀི་ཚོང་  
གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་གཅོས་བོད་གཞིས་བྱེས་ཀྱི་ཀི་ཚོང་དགོན་མ་ལག་སྤྱོད་དང་  
བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཅའ་ཡིག་གི་ཁ་སྤོང་དང་། ལྷན་ཐབས། ཟུར་འདེབས་བཅས་  
རིམ་པས་བཀའ་རྩིས་བཀའ་རྒྱུ་བསྐྱབས།

ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་རྩིས་བཅའ་ཡིག་ཁག་གི་སྤྱི་དོན་ཕྱི་ལ་གྱིས་དྲིལ་  
ན་བརྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་དགོས་དོན་སྐྱོག་པ་ཐོས་བསམ་དང་། སྤོང་བ་  
བསམ་གཏུན་གྱི་འཁོར་ལོས་ཐོས་ཉམས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ། ལྷོ་མ་ཉམས་ཉོན་མོངས་  
མེད་པ་སྟེ། མདོར་ན། དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱོད་མཐའ་དག་ཡབ་རྗེ་སྤོང་ཅོང་  
ཁ་པ་ཆེན་པོས། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལྷན་དུར་སྤྱི་གས་འཛིན་པ་ཡི། །འདུས་པའི་ཚོགས་

གྲིས་གནས་འདི་ཡོངས་གང་ཞིང་། །ཉལ་དུ་བཤད་སྐྱབ་བྱ་བས་སྲིད་མཐའི་བར།  
ཐུབ་བརྟན་སྤྲོགས་བརྩམ་རྒྱས་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག །ཅེས་ཐུགས་སློན་མངོན་པའི་  
དོན་ལྟར་ལུང་སློང་གྲི་བརྟན་པ་ལ་བཤད་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྲི་བརྟན་  
པ་ལ་སྐྱབ་པས་ཉམས་བཞེས་གྲིས་དུས་འདའ་བར་མངོན་ནས། སྐྱེ་ཆོ་ཉིལ་པོ་  
བཤད་སྐྱབ་གྲི་ལས་ལ་གཞིལ་བའི་བརྟན་པའི་མངོས་རྒྱན་གསུམ་གསོ་སྦྱོང་བྱ་  
བའི་སློབ་གསའི་རིམ་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་སྤང་བས། ཆེད་དུ་དམིགས་  
སའི་གི་ཆོང་ཆོང་གི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་ཁག་ཅུ་མ་ཟད་ཆོས་རྒྱུད་རིས་མེད་  
གྲི་དགོན་སྡེ་ཀུན་གྲི་འགྲིག་ལམ་ཀུན་སྦྱོང་དང་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་སོགས་ལ་སྐྱག་  
ཐོག་བཅགས་འཁེལ་ལྟ་བུའི་ཕན་གནད་འབྱུང་བ་གདོན་མི་ཟ་བས། ཆོ་རབས་  
གཏན་གྲི་འདུན་མའི་ལམ་སྟོན་འདི་དག་ད་ལྟའི་མི་རབས་གྲིས་བགོ་སྐལ་དུ་སྦྱུད་  
པ་ཅུ་མ་ཡིན་པར་མི་རབས་སྤེམ་ཆོའི་གཅེས་ནོར་དུ་རྒྱན་འཛིན་ཐུབ་པའི་ཆ་  
རྒྱུ་དུ་དམིགས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ཐོར་བུ་དེ་བུ་སྤེང་གཉིས་པ་དང་། གསུང་  
རྩོམ་པོ་ད་སྤེང་བརྩམ་པར་པར་བསྐྱབ་འགྲུལ་སྤེལ་ཞུས། འོན་ཀྱང་སྤྲོགས་སྐྱིག་  
པའི་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱོང་གིས་རྒྱུན་པས་ནོར་འབྱུང་ཆད་ལྷག་བྱུང་ཡོད་སྲིད་  
པས་མཁྱེན་ལྡན་གཟུར་གནས་ཆོར་ཐོལ་བཤགས་ཞུ་བ་དང་བཅས་གསུང་རྩོམ་  
སྤྲོགས་སྐྱིག་ཁང་ནས་སྤེལ་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་ལུག།



# དཀར་ཆག

## དང་པོ། ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གསུམ་དང་པོ།

དང་པོ། ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གསུམ་དང་པོ།	༡
༡༽ ལྷན་ལྷོན་དང་པོ། མཐུན་ལམ་གྱི་སྐོར།	༩
༢༽ ལྷན་ལྷོན་གཉིས་པ། ལྷོ་བ་གཉེར་གནང་སྤངས།	༤
༣༽ ལྷན་ལྷོན་གསུམ་པ། བརྟེན་པར་རྫོགས་པའི་དགོས་པ།	༤
༤༽ ལྷན་ལྷོན་བཞི་པ། དགེ་འདུན་པའི་ལས་སུ་བྱ་བ།	༤
༥༽ ལྷན་ལྷོན་ལྔ་པ། འདོད་ཡོན་ལྷོས་ཆུ་ཞེས་པའི་སྐོར།	༥
༦༽ ལྷན་ལྷོན་དྲུག་པ། འགྲིག་ལམ་ཐོག་སྤངས་འདོད་ཀྱི་སྤངས།	༦
༧༽ ལྷན་ལྷོན་བདུན་པ། དགེ་འདུན་པས་ཁས་ལེན་པའི་བསྐབ་སྐོར་སྤངས་ཆུ་ལ།	༧
༨༽ ལྷན་ལྷོན་བརྒྱད་པ། གནས་ཀྱི་ལྷ་མའམ་ཤག་གི་དགེ་ལེན་ལེ་བརྟེན་ལྷོས་གལ་ཆེ་ཆུ་ལ།	༡༠
༩༽ ལྷན་ལྷོན་དགུ་པ། དགེ་འདུན་པས་ན་བཟའ་བཞེས་སྤངས།	༡༡
༡༠༽ ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་པ། ཁྱིམ་པ་མོ་མོ་དགོན་པའི་ནང་ཞག་སྤོད་ཀྱི་མི་རུང་བའི་སྐོར།	༡༣
༡༡༽ ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གཅིག་པ། ལྷན་པ་གྲུ་ཚང་གི་འདོད་སྤོང་དང་འཆད་ཉན་ལྷོས་ཐབས།	༡༩
༡༢༽ ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གཉིས་པ། དགོན་པའི་གཞུང་ནས་དཀར་སྤོང་ཀྱི་དྲེད་དགོས་པའི་སྐོར།	༡༥
༡༣༽ ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གསུམ་པ། གྲུ་གཞིན་རྣམས་གསོ་སྤོང་ཀྱི་དྲེད་སྤངས།	༡༤

## གཉིས་པ། ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གསུམ་གཉིས་པ།

གཉིས་པ། ལྷན་ལྷོན་བརྒྱུ་གསུམ་གཉིས་པ།	༡༧
༡༽ ལྷན་ལྷོན་དང་པོ། རྗེ་འདིར་འདུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག	༣༣

༡༥	སྐྱུ་སྐྱོན་གཉེས་པ། སྐྱོབ་གཉེས་མཛད་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༧
༡༦	སྐྱུ་སྐྱོན་གསུམ་པ། ཕྱིགས་ཡིང་གི་སྐྱོབ་གཉེས་པ་གསེས་སྐྱོང་བྱེད་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༧
༡༧	སྐྱུ་སྐྱོན་བཞི་པ། མཁའ་པོ་དང་དབུ་མཛད། དགོ་སྐྱུ་ཚམ་པའི་མཛད་འགན། .....	༡༧
༡༨	སྐྱུ་སྐྱོན་ལྔ་པ། གདན་སའི་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༧
༡༩	སྐྱུ་སྐྱོན་དྲུག་པ། གདན་སའི་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ འཛིན་སྐྱོང་གནང་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༩
༢༠	སྐྱུ་སྐྱོན་བདུན་པ། མཁའ་པོ་དང་ལྷ་ཚབ་རྣམ་པས་ཡིང་སྐྱོ་ བེད་སྐྱོད་གནང་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༩
༢༡	སྐྱུ་སྐྱོན་བརྒྱད་པ། དགོ་འདུན་པའི་སྤྱི་རྣམ་པེད་སྐྱོད་གནང་སྤངས་སྐྱོར། .....	༡༩
༢༢	སྐྱུ་སྐྱོན་དགུ་པ། དགོ་ཚུལ་སྐྱོང་སེ་སེའི་སྤྱི་པའི་ལས་དོན་རྒྱུ་པ་དགོས་སྐྱོར། .....	༡༧
༢༣	སྐྱུ་སྐྱོན་བཅུ་པ། ལྷག་མཛོད་དང་སྤྱི་གཉེས། གཞུང་གི་ཚོང་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་འགན། .....	༡༩
༢༤	སྐྱུ་སྐྱོན་བཅུ་གཅིག་པ། འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་སྐྱོར། .....	༢༠
༢༥	སྐྱུ་སྐྱོན་བཅུ་གཉེས་པ། འདུགས་བསྐྱུན་གྱི་སྐྱོར། .....	༢༡
༢༦	སྐྱུ་སྐྱོན་བཅུ་གསུམ་པ། པར་བཞོ་པའི་སྐྱོར། .....	༢༡

གསུམ་པ། དྲུག་ཚུ་ཚན་པོའི་རེ་འདུན།

༡	དྲུག་ཚུ་ཚན་པོའི་རེ་འདུན། .....	༢༥
༢	དགོ་འདུན་པའི་རྩེ་རྣམས་སུ་འདུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ .....	༢༧
༣	གནས་གྱི་སྐྱེ་མའམ་ཤག་གི་དགོ་ཚན་འི་ལྷ་བྱ་དགོས། .....	༢༥
༤	གདན་ས་གོང་འོག་གི་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་སུ་བྱ་བ་འི་ལྷ་ར་ཡིན། .....	༢༧
༥	ཐོས་བསམ་སྐྱོབ་གཉེས་མཛད་ཚུལ། .....	༢༧
༦	ཉེན་རེའི་སྐྱོབ་གཉེས་འི་ལྷ་ར་མཛད་ཚུལ། .....	༢༥
༧	སྐྱོབ་གཉེས་གྱི་པར་ཆད་དང་དེ་བརྒྱུག་ཐབས། .....	༢༧
༨	རབ་བྱུང་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་སྐྱོང་བརྟེན་ཚུལ། .....	༢༧

༧༥	སློབ་གཉེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་ཉམས་བཞེས་མཛད་ཚུལ།	༢༤
༧༦	བརྟན་འཛིན་སྲིད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ།	༢༥
༧༧	དགེ་འདུན་པའི་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་སློབ་ལམ་ཀྱན་སྲོད།	༢༧
༧༨	ལས་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་སློ།	༧༡
༧༩	རྒྱན་དུས་འཁོར་སོགས་སྤགས་བྱེད་བྱེད་སློ།	༧༤
༨༠	སྤྱོད་པ་གྲུ་ཚང་དང་པར་པ། སྤོང་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་སློ།	༧༤
	བཞི་པ། སྤྱོད་པ་གྲུ་ཚང་དང་པར་པ། སྤོང་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་སློ།	
	བཅའ་ཡིག་ཟེན་བྲིས།	༡༠༩

**ལྷ་པ། མཚོ་སྡོན་ཀི་རྟི་དཔོན་གསར་གྱི་བཅའ་ཡིག**

༡	མཚོ་སྡོན་ཀི་རྟི་དཔོན་གསར་གྱི་བཅའ་ཡིག	༡༡༩
༢	དང་པོ་རྟི་བྱི་གང་ཟག	༡༡༥
༣	གཉིས་པ་ལྷགས་ནས་སྤང་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཚུལ།	༡༡༤
༤	གསུམ་པ་ལས་སྡེའི་བྱེད་སློ་དང་ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཚུལ།	
༥	ལས་སྡེའི་བྱེད་སློ།	
	(1) ལས་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་ལས་འགན།	༡༢༡
	(2) དབུ་མཛད་ཀྱི་ལས་འགན་གཅོད་པ།	༡༢༣
	(3) གྲུ་ཚང་གི་ཕྱག་མཛོད་ཀྱི་ལས་འགན་གཅོད་པ།	༡༢༣
༦	ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཚུལ།	༡༢༩

**དུག་པ། གཅའ་དཔོན་མི་ཤམ་བྱམས་པ་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་ནོར་བུའི་དོ་བཤམ།**

༡	གཅའ་དཔོན་མི་ཤམ་བྱམས་པ་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་ནོར་བུའི་དོ་བཤམ།	༡༢༢
༢	དང་པོ། རྗེ་འདོན་འཇུག་པ་པོ་རྟི་བྱི་གང་ཟག	༡༣༠
༣	གཉིས་པ། དེ་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཚུལ།	༡༣༠
༤	གསུམ་པ། ལྷགས་ནས་སྤང་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཚུལ།	༡༣༩

༥༥ བཞི་པ། ལར་བྱུང་སྐྱབ་མཚོད་ཁག་གི་སྐོར་མདོ་ཙམ་བཤད་པ། ..... ༡༩༡

བདུན་པ། གདོང་རི་གི་ཉིའི་དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་སྐྱིད་གི་  
བཅའ་ཡིག་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

- ༡༥ གདོང་རི་གི་ཉིའི་དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་སྐྱིད་གི་བཅའ་ཡིག་ ..... ༡༩༥
- ༡༦ དང་པོ། ལྷོ་འདྲེས་འཇུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་དགོས་པ། ..... ༡༩༠
- ༡༧ གཉིས་པ། དེ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའི་ཚུལ། ..... ༡༩༡
- ༤༥ གསུམ་པ་ལྷགས་ནས་སྒང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་པའི་ཚུལ། ..... ༡༩༤
- ༥༥ བཞི་པ་ལོ་འཁོར་མོ་གཅིག་གི་རིང་ཚེས་སྟོན་གྱི་རིམ་པ་ལ་  
ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་པའི་ཚུལ། ..... ༡༩༦

བརྒྱད་པ། གདོང་རི་གི་ཉིའི་དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་  
སྐྱིད་གི་བཅའ་ཡིག་ལྟན་ཐབས་དང་པོ།

- གདོང་རི་གི་ཉིའི་དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་སྐྱིད་གི་  
བཅའ་ཡིག་ལྟན་ཐབས་དང་པོ། ..... ༡༩༡
- ༡༥ ལས་སྡེ་དང་ལས་སྡེ་སོ་སོའི་ལས་འགན། ..... ༡༩༤
- (1) ལས་སྡེ་བསྐོས་བཞག་གནང་སྐྱབས། ..... ༡༩༤
- (2) ལས་སྡེའི་ལས་ལུན། ..... ༡༩༦
- ༡༦ སྐྱབ་མཚོད་ཁག་ ..... ༡༩༦
- ༤༥ ལྷགས་སྟོན། ..... ༡༩༩

དགུ་པ། གི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་སྐྱིག་གཞི་བཞུགས་བྱེས་མདོར་བསྐྱུས།

- ༡༥ གི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་སྐྱིག་གཞི་བཞུགས་བྱེས་མདོར་བསྐྱུས། ..... ༡༩༥
- ༡༦ ལས་སྡེ་ལྟན་ལྷན་གྱི་བྱེད་སྐོར་དང་འགན་དབང་། ..... ༡༩༤

༡༥༥	དགེ་ལུ་གུ་གི་བྱེད་སྒོ།	༡༧༥
༡༥༦	གྲ་ཚང་དགེ་བསྐྱེད་གི་བྱེད་སྒོ།	༡༧༦
༡༥༧	གྲ་ཚང་དབུ་མཛད་གི་བྱེད་སྒོ།	༡༧༧
༡༥༨	གྲ་ཚང་གི་ཕྱག་མཛད་གི་བྱེད་སྒོ།	༡༧༨
༡༥༩	གྲ་ཚང་གཉེར་པའི་བྱེད་སྒོ་དང་ལས་འགན།	༡༨༠
༡༦༠	ཐབ་རེས་གི་ལས་འགན།	༡༨༡
༡༦༡	སློབ་གཉེར་པའི་བྱེད་སྒོ།	༡༨༢
༡༦༢	གི་ཉི་ཤེས་པ་གྲ་ཚང་གི་ཆེས་མཐོའི་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བདེ་དོན་ལྷན་ ཚོགས་གི་བྱེད་སྒོ།	༡༨༣
༡༦༣	སྤྱི་ཁང་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་སྒོ་དང་སྤྱི་ཁང་གི་འགྲིག་ལམ།	༡༨༤

བཅུ་པ། འཕགས་ཡུལ་གི་ཉི་ཤེས་པ་གྲ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་མི་ཚེའི་མདུན་ལམ།

༡༦༤	འཕགས་ཡུལ་གི་ཉི་ཤེས་པ་གྲ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་མི་ཚེའི་མདུན་ལམ།	༡༨༥
༡༦༥	དགེ་འདུན་པ་སྤྱིའི་ནང་བྱིན་ལམ།	༡༨༦
༡༦༦	སློབ་གཉེར་པའི་བྱེད་སྒོ།	༡༨༧
༡༦༧	བཞུགས་སྐྱར་གི་ཉི་ཤེས་པ་གྲ་ཚང་གི་འཛིན་སྲོང་ལྷན་ཚོགས།	༡༨༨
༡༦༨	ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཀྱི་འོ་པོ་དང་འགན་དབང་།	༡༨༩
༡༦༩	མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་གི་མཛད་འགན།	༡༩༠
༡༧༠	སྤྱི་ཚབ་གི་མཛད་འགན།	༡༩༡
༡༧༡	སློབ་སྤྱིའི་མཛད་འགན།	༡༩༢
༡༧༢	དགེ་ལུ་གུ་གི་མཛད་འགན།	༡༩༣
༡༧༣	དགེ་བསྐྱེད་གི་མཛད་འགན།	༡༩༤
༡༧༤	དབུ་མཛད་གི་མཛད་འགན།	༡༩༥
༡༧༥	ཕྱག་མཛད་གི་མཛད་འགན།	༡༩༦



132	གཉེར་པ་སོགས་ལས་བྱེད་གཞན་ཚོའི་མངོན་འགན་གཞན་ཁག་.....	343
133	ལས་བྱེད་བརྗོད་བཞག་མངོན་སྤངས།.....	343

བཅུ་གཅིག་པ། ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་སྒྲིག་གཞི།

134	ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་སྒྲིག་གཞི།.....	344
135	སྒྲིག་གཞི།.....	344
136	ལེ་དུ་དང་པོ། སྒྲིག་གཞིའི་ངོ་པོ་དང་ཕ་འཛིན།.....	345
137	ལེ་དུ་གཉིས་པ། གཞི་ཕ་ཚེ་འོས་འགན།.....	346
138	ལེ་དུ་གསུམ་པ། ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཚན་གནས་དང་ འགན་འཛིན་དབང་ཚད།.....	347
139	ལེ་དུ་བཞི་པ། སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུ་ལས་ལྷན་ཚོགས།.....	348
140	ལེ་དུ་ལྔ་པ། དབུ་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས།.....	349
141	ལེ་དུ་དྲུག་པ། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཆེན་མོ།.....	350
142	ལེ་དུ་དབུ་གཅིག་པ། ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་དང་ མང་མོས་འོས་བསྐྱེ་ཆེན་མོ།.....	350
143	ལེ་དུ་བརྒྱུད་པ། ལྷན་ལས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆའི་གཞི་ཕ་ཚེ་ སྤྱི་དབང་དང་མངོན་འགན།.....	351
144	ལེ་དུ་དགུ་པ། ལྷན་ལས་མགོན་ཀྱི་སྤྱི་དབང་དང་མངོན་འགན།.....	351
145	ལེ་དུ་བཅུ་པ། དཔལ་འབྱོར་ལས་ལུགས།.....	352
146	ལེ་དུ་བཅུ་གཅིག་པ། མཐུན་ཉེན་ལས་སྒྲིག་གཞི།.....	353
147	ལེ་དུ་བཅུ་གཉིས་པ། སྒྲིག་གཞི་བརྒྱུད་བཅོས།.....	354
148	ལེ་དུ་བཅུ་གསུམ་པ། དར་བཏགས་ཀྱི་ལས་འགན་དང་ མཚན་ཉེན། སྤྱི་ལོག་.....	355

། ལྷན་སྐྱོན་བཅུ་  
གསུམ་དང་པོ།

བཅའ་ཡིག་གི་ཟུར་འདེབས།

མཛད་པ་པོ།

ལས་ལས་མེ་ཀི་ཉི་རིན་པོ་ཆེ་མོ་བཟང་བཟུན་འཛིན།

ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ ༡༩༩༩ ལོར་ན་མའི་གཟིམ་ཁུང་དུ་མཛད།



༡༡། དགོ་ལྷན་ལེགས་བཤད་སྒྲིང་གིས་གཙོས་རིང་ནས་ལས་སློན་གྱིས་  
འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱན་ལྷན་དོས་ལ་རེ་ལྷོས་འཆའ་བའི་སློབ་བརྒྱད་རྣམས་ལ་  
ཕན་སྲུང་ལྷག་བསམ་ཁོ་ནས་གཞེན་བསྐྱུལ།

**སྤྱན་སློན་དང་པོ།** དགོ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །མཐུན་པ་རྣམས་  
ཀྱི་དཀའ་བྱབ་བདེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་འདུན་པ་ནང་ཕན་ཚུན་དང་།  
དགོན་སྡེ་ཕན་ཚུན་དང་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་བར་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་མཐུན་  
ལམ་དང་དག་སྣང་ཚོར་བུའི་འོད་གྱིས་བྱབ་པར་མངོན་རྒྱ་འདི་ལེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པར་རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་  
གཞན་སྤྱོད་ལ་སྤང་བ་ཁོ་ནས་སྤྱོད་དང་རིས་སུ་གཙོད་མཁན་གྱི་ཚན་གཞིན་  
སྤྱུལ་སུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་འགོ་བའི་ནད་བཞིན་རིང་དུ་སློང་དགོས། རྩོན་གྱི་  
དུས་སུ་ཚོས་སྤྱིད་ཀྱི་གནད་དོན་མི་གཤམ་པའི་སྤྱོད་འགའ་རེས་རང་མཐོང་  
ཁོ་ནས་སྤྱོད་རིས་ལ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འཛིན་སློང་སྟེལ་བའི་མིང་བཏགས་  
ནས་ལས་ངན་ཚབས་ཚེན་བསགས་པས། དུས་ད་ལྟའི་བར་དགོན་སྡེ་ཕན་ཚུན་  
དང་ཤོག་ཀ་ཕན་ཚུན། རྣམ་ཕན་ཚུན་བར་སྤྱོད་རིས་སྤང་འཛིན་གྱི་བག་  
ཆགས་བརྟན་པོ་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་བཞག་འདུག་པ་འདི་བཅོས་བསྐྱར་  
དང་ལྷན་ཅིག་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་འདོར་དགོས། དེང་སྤྱིན་ཆད་གཞིན་  
སྤྱིས་རྣམས་ལ་མིག་ལྷོས་ངན་པའི་བག་ཆགས་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་མ་གོས་པ་བྱེད་  
རྒྱ་དོན་ཆེ། དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་བྱེད་གསོད་དང་བརྟན་སློང་། དུས་ཚོད་ལ་ཚོད་

ཅི་བྱས་ནས་རང་གཞན་ཀུན་ལ་བག་མི་ཤེབས་པ་བཟོས་པར་མགོ་བོ་སྐྱུར་དགོས་པའི་  
དོན་མིན། རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པའི་སྐོ་ནས་བརྟན་པའི་ལ་རྒྱ་འཛིན་དགོས།

**གཉིས་པ།** ཐོས་དོན་ཅི་བཞིན་རྒྱུད་ལ་སྐྱུར་བས་བཅུན། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་གཞུང་ཆེན་མོའི་སློབ་སྦྱོང་ཁ་བཤད་སྐྱམ་པོ་ཙམ་དུ་མ་སོང་བར་དང་  
པོ་ནས་ཐོས་བསམ་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་ལམ་གྱི་རིམ་པར་བསྐྱོད་པ་ནས་སློབ་  
སྦྱོང་གནང་སྟེ་རང་རྒྱུད་དུ་ལ་བཞིག་དགོས་པར་མ་བཟོ་རང་ཉིད་ནས་ཀྱང་ཆེ་  
རབས་ཀུན་དུ་རྒྱལ་བརྟན་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་སྦྱོང་སྟེལ་གསུམ་གནང་བྱུང་བའི་  
སྐྱེས་བུ་དམ་པར་འགྱུར་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དགོས། ལྷག་པར་རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་  
གསུང་རབ་རྣམས་ཡིག་ཆའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གཟེགས་དོག་མཛད་དགོས། རྗེ་  
ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་ལ་རྒྱུན་དུ་འདྲིས་པར་གནང་ན་མཁའ་རྒྱུན་རྒྱབས་ཀྱི་ས་ཆོད་  
གཞན་དང་མི་འདྲ་བཞིག་ཡོང་ངེས། སོ་སོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡིག་ཆ་  
དང་ཟིན་བྲིས་རྣམས་ནི་རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་གོ་བའི་ལྗེ་མིག་  
ལྟ་བུར་མཛད་དགོས། འདུལ་མཛོད་གཉིས་ཀྱི་འཆད་ཉན་སྔ་མོ་ནས་ཞན་པོ་  
ཞིག་ལས་མེད་སྟབས་འདི་གཉིས་ཀྱི་འཆད་ཉན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་གལ་ཆེ།  
འབྲས་སྐྱུངས་སློབ་སྦྱོང་གཉིས་ལ་འདུལ་མཛོད་ཀྱི་འཆད་ཉན་དང་ལྷག་པར་འདུལ་  
མཛོད་ཀྱི་དཀྱུགས་མ་ཆེས་ཟབ་མོ་ཞིག་གནང་སྟོལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིས་སྐབ་ན་དགོ་  
མཚན་ཆེ་བས་དབུས་ཀྱི་གདན་ས་ཁག་ནས་དགོ་བཤེས་གང་བཟང་རེ་གདན་  
འདྲེན་ཞུ་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས།

**གསུམ་པ།** དགོས་པ་རྗེས་སུ་སྐྱུབ་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཞེས་བསྟེན་པར་རྗོགས་

པའི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་ཡུང་རྩེ་སྒོད་གསུམ་ལ་ཐོས་བསམ། ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་  
གྱི་ཉམས་ལེན། ལམ་གྱི་ཡིན་ཏན་སྤར་མ་ཐོབ་པ་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དང་ཐོབ་པ་  
གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། ལྷུ་བས་མགོན་གོང་མའི་བཙུན་ཡིག་  
ཆེན་མོར། དགེ་འདུན་གྱིས་ཉམས་སུ་གྲང་བུའི་རིམ་པ་ལོ་གཅིག་ལ་ཆོས་ཐོག་  
བརྒྱད་ཅེས་གསུངས་པ་ལོ་གཅིག་གི་ཆོས་ཐོག་བརྩམས་ན་ཉིན་གྲངས་བརྒྱ་དང་  
དུག་ཅུ་མེ་བཞི་ལས་མེད།

ཆོས་ཐོག་གི་བྱེད་སྒྲོན་གཙོ་བོ་ནི། རོགས་ཆོས། ཉིན་ཆོས། དགོང་  
མའི་སྐྱ་རིམ་དང་ཆོས་ར་བཙུན་རེད། རྣམ་གསུམ་མ་དག་པའི་ང་གྲུག་སྐྱུ་པོ་  
དང་སྒྱུན་བདག་མང་པོ་ཡོད་མེད་གྱིས་མཁན་པོ་དང་ཆོས་ཐོག་གི་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་  
པའི་སྲོལ་ངན་ཞིག་དར་བས་ཆོས་ཀྱི་ཁྲི་ལ་བཞུགས་པའི་མཁན་པོས་ལོག་འཆོའབའ་  
ཞིག་ག་ཐང་ཐང་གིས་བསྐྱབས་ནས་ཉེས་མེད་སེམས་ཅན་མང་པོའི་སྲོག་ལ་བརྩོ་  
བ་མཁུན་བཞིན་དུ་མི་མཛད་ཐབས་མེད་ཆགས་པའི་སྲོལ་ངན་དེ་སྤར་གསོ་མཛད་  
མི་རུང་། ས་དཀར་ཆོས་ཐོག་དང་། ལྡ་མཚོད། དཔྱིད་ཆོས་བཙུན་པར་ལམ་  
རིམ་རྒྱས་བསྐྱབས་སོགས་གང་འོས་ཀྱི་འཆད་ཉན་མཛད་སྲོལ་སྤྲོ་མོ་ནས་ཡོད་པ་  
ཉམ་ཁྲི་པའི་ཁྲི་དེ་ཆོས་ཁྲིར་འགྱུར་གྱུ་བ་དང་དགེ་འདུན་ཞེས་པའི་མིང་དོན་  
མཚུངས་པ་ཞིག་མཛད་དགོས། དགག་བྱ་མེད་ཆེ་དགེ་འདུན་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་  
ཐོག་ལ་འཛོམས་ནས་སློབ་གཉེར་མཛད་གྱུ་བ་ན་ལེགས། ང་ཆོ་རྒྱུད་པ་དང་དུས་  
འཁོར། ལྷན་གྲུ་དང་དགོན་པའི་ལས་བྱེད་ཡིན་ཞེས་འཆད་ཉན་སྒྲོབ་སྒྲིང་བྱེད་  
མི་དགོས་པ་མིན་པས་རྒྱུན་དུ་ཐོས་བསམ་ལ་འབད་དགོས། ལྷུ་བ་མཚོད་གང་དང་

གང་གི་བརྟེན་སྐྱབ་ཚད་ལྡན་མ་གྲས་པར་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ལས་ལ་འདྲུག་པ་སོགས་  
མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མི་མཐུན་པར་ངེས་པས་བརྟེན་སྐྱབ་ཚད་ལྡན་པེ་སྟོན་  
དུ་འགོ་བ་གལ་ཆེ།

**བཞི་པ།** བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ནི་དོན་ཉུང་བ་  
བྱ་བ་ཉུང་བ། ཞེས་གསུངས་པས་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལྟོ་སྐྱོ་གོས་རྩལ་གྱིས་  
རང་གི་སློ་ཚོད་དང་མཐུན་པའི་ཐོས་བསམ་ལ་བརྟེན་མཁན་ཞིག་དགོས་སྐྱོ་ལས།  
ཚོང་ཁེ་སློགས་བྱེད་པ་དང་། བྱོང་ཡུལ་དུ་བྱི་ལྟར་ཉུལ་ཏེ་ལོག་འཚོ་འབའ་  
ཞིག་བསགས་ནས་མང་ཇ་དང་རྟེན་བཞེངས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རུང་འཕགས་པའི་  
དགེ་འདུན་པའི་ལས་སྐྱ་བྱ་བ་མིན་པར་མ་ཟད་སྤྱི་རབས་རྣམས་ལ་མིག་ལྟོས་ངན་  
པར་འགྱུར་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། དེང་སླེན་ཆད་གྲུ་པས་ཚོང་ཁེ་སློགས་བྱེད་པ།  
བྱིམ་ཐབས་གསོ་སྦྱང་ཆེད་རྒྱངས་འཁོར་ཁ་ལོ་བ་བྱས་ནས་སྲོད་པ། རྒྱན་དུ་  
གོང་བྱིམ་བྱི་ལྟར་ཉུལ་ནས་སྲོད་པ། བྱིམ་ཚང་གི་འཛིན་སྦྱང་དང་འཚོ་འཛིན་  
གྲུ་པས་བྱེད་སྐྱོ་སོགས། བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་ནས་བྱིམ་པའི་  
ལས་བྱེད་པ་འདི་མི་འོས། ཚོས་སྤེའདིའི་སློབ་གཉེར་རྐང་ཚུགས་ས་ཕར་སྤྱིན་  
འཛིན་གྲུ་ཡིན་ལྟེ་ཕར་སྤྱིན་ལས་ཐོག་པའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་དཔེ་ཆ་པ་རྣམས་  
ནས་སྤྱག་དཔེ་གཉིང་ཚུགས་པའི་སློབ་གཉེར་གནང་སྐྱོ་དང་དཔེ་ཆ་མི་ཤེས་མཁན་  
རྣམས་ནས་ཕར་སྤྱིན་སྐྱོགས་ཆེན་དང་འདོན་ཏེ་དབྱངས་བཅས་ལ་གཙོ་བོར་  
སྤྱངས་ནས་འཛིན་གྲུ་གོང་ལོག་འགན་བསྐྱུར་གནང་དགོས་སྐྱོ་ལས་སྤྱི་འཛོག་  
འགན་བསྐྱུར་བྱེད་པ་འདི་མིག་ལྟོས་མི་ལེགས། འཆད་ཉན་དང་སློབ་གཉེར་

ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་མཛད་པར་དགེ་བཤེས་ཀྱི་གཏོང་སློབ་སྒྲིག་དང་འདྲེས་ནས་བྱེད་  
པར། བྱི་པ་དང་དགེ་བསྐྱོས་དབུ་མཛད་སོགས་ལས་སྐྱེའི་འབྲུད་ཇ་དང་བྱི་སྟོན་  
ཞེས་ལོག་འཛོད་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱས་སྒྲིག་འགྲན་བསྟུར་གྲ་རྒྱུད་དཔེ་ཆ་པ་རྣམས་  
ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་གཞིའི་མིག་སྟོན་ངན་པ་འདི་དག་ཡར་རྒྱས་ལ་གཏོང་མི་  
ཉམ། རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་འབྲུད་ཇ་དང་གཏོང་སློབ་གནང་  
བའི་རྣམ་ཐར་རྩུམ་ཅམ་ཡང་མི་གསལ། ལས་སྡེ་གང་དང་གང་ལ་དམིགས་  
པ་དེའི་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ལས་ལ་འབད་དགོས་པ་ལས་སྐྱེ་འབྲུད་དང་  
མང་ཇའི་མང་ཉུང་གིས་མཁན་པོ་དང་ལས་སྡེ་བཟང་ངན་འབྲུད་ན་མཁན་  
པོ་དང་ལས་སྡེ་གང་དགོས་བྱིས་པ་སྟོབས་འབྲོར་ཅན་ཚོ་ལ་རེ་བཙོལ་བྱས་  
ན་ལེགས་ཆ་ཆེ་སྟེ།

**ལྗེ་པལ།** འདོད་ཡོན་ལྷོས་ཚུ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་འགའ་  
ཞིག་ནས་འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མི་མཛད་པར་ལྷོས་ཚུ་དང་སློབ་ཀྱན་ནས་མཚུངས་  
པའི་བདུད་ཀྱི་གཡབ་མོའི་འདོད་ཡོན་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་ཁང་པའི་ལེགས་ཉེས་  
དང་འཛིན་ཆས་རིན་ཐང་ཆེ་ཚུང་། འབྲུལ་པའི་མང་ཉུང་། གསེར་སྐྱེད་དང་  
ཐང་ཁ་སོགས་མཛེས་ཚོས་ཁོ་ནར་ངོམ་ནས་བགམས་བསྐྱིགས་འགྲན་བསྟུར་བྱེད་  
པ་དང་། སེམས་ཅན་བཞོན་མར་འཛོག་པ། ལྷམ་ལུག་ཉོ་ཚོང་། བུ་ལོན་བསྐྱེད་  
གཏོང་། རྒྱ་ཚོང་པོད་ཚོང་བྱེད་པ། རྒྱ་རྩུན་བྱས་ཉེ་མི་མགོ་སློར་པ། མདོ་  
སྡེ་ནས་བྱུང་བའི་ཚོ་ག་བཞིན་མི་མཛད་པར་རང་སྤང་གང་དུན་གྱིས་གྲོང་ཚོ་ག་  
བྱེད་པ། རྒྱེ་བ་ཕྱི་མར་གར་རྒྱས་དང་གར་འགོ་མི་ཤེས་པར་རྩ་མཐོང་འདྲེ་མཐོང་



བཤད་པ་སོགས་སྐོ་སྐོ་ཚོགས་ནས་འདོད་ཡོན་རྒྱ་བརྒྱུད་བྱེད་མཁན་འདི་རྣམས་  
ཚོས་འབག་གྲོན་མཁན་ཡིན་ཞིང་སྐལ་པ་མ་ཅན་ལྟ་བུ་འདི་ཚོ་ཚོས་སྡེ་ཆེན་པོ་  
འདི་ཉིད་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་འདྲ་ཡིན། འབྲོག་རི་བོ་ཆེ་དག་ལྡན་  
རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་སྤྱོད་བཟེད་ཁ་སྤྱདས་ནས་འདོད་  
ཡོན་ལ་མཉན་པ་མངོན་པའི་རྣམ་ཐར་ཀྱང་ཡོད། རི་དུགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་སྐོ་  
སྤྱི་རོལ་གྱི་དགས་གཞོན་དུ་མེད་ནའང་རང་གི་ཁོག་པར་ལྷགས་པའི་འབྲུ་ཡིས་  
འཛོམས་པ་ལྟར་འདོད་ཡོན་ལ་མགོ་འཁོར་བའི་གྲ་པ་ལང་ཤོར་ཅན་ཚོས་རང་  
ཉིད་ལ་ཚོས་ཀྱི་བཟོ་ལྟ་མེད་པའི་ཐོག་ལ་ཟས་ཞིམ་མངར་དང་ཅེད་འཛོམས་གས་  
གཡེང་བ་སྐོ་ཚོགས་ཀྱིས་གྲ་གཞོན་མང་པོ་ཁ་འདེན་མཁན་གྱི་སྤྲིག་གོགས་འདིའི་  
རིགས་ཀྱིས་ཚོས་སྡེ་ཉམས་པའི་རྒྱ་བྱེད་པས་འདོད་ཡོན་ཅན་གྱི་གྲ་པ་སྐོ་ཆད་  
མི་འོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་ན་ལེགས་སྟམ།

**དུག་པ།** ངན་སྤྱིད་རྒྱན་དུ་འོ་མ་ཞིང་ཁྱད་གསོད་ཀྱིས། །གལ་དུ་གནས་  
ནས་དད་ཟས་སྤྱིད་པ་རྣམས། ཞེས་གསུངས་པས་སྤྱིད་ངན་འདིའི་རིགས་སྡེ་  
མོ་ནས་དགོ་འདུན་པའི་སྡེའི་ནང་རེ་བྱུང་ཡོད་པར་བཞེན་དེང་སྐབས་ཀྱི་དུས་  
ཚོད་ལ་བསྟན་ནས་སྟག་པར་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མིན་པས་མངོན་དུ་མ་གྱུར་པ་རྣམས་  
ལ་རྒྱུན་དུ་ཚོས་སྤྱོད་སྤྱང་མ་རྣམས་ལ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་ནས་དམ་ཉམས་ཚར་  
གཙོད་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་རྒྱ་དང་། དགོ་ཚུལ་སྤོང་གི་སྡེ་མ་པ་མ་ལྷས་པར་  
གྲ་པའི་གས་སུ་སྤོད་པ་དང་། ཡང་ན་ཕམ་པ་བཞི་གང་རུང་གིས་གོས་པ་མངོན་  
དུ་གྱུར་ཆེ་སྤོང་རྗེས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ལམ་ལོག་པ་ལས་སྤོག་པའི་ཆེད་དུ་

རབ་བྱུང་ན་ན་ཏུ་གྱི་ལས་བྱེད་མ་དགོས་པར་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་ཀྱི་སློབ་ནས་  
སློབ་གསོ་གནང་རྟེན་གྱི་ཚོང་གི་སློབ་ཁོངས་ནས་འབྲུད་ཐབས་བྱེད་ཐུབ་ཆེ་དག་གཙང་  
པད་མའི་སྐབས་བཞིན་ཡོང་བར་ངེས། རང་རྩེ་གི་དེ་དགོན་གྱི་སྐབས་བསྐྱབ་སྤྲོད་སྤྲོད་  
འཆལ་ནས་ཁྱིམ་ཐབ་ཡོངས་གྲགས་སུ་བརྟེན་པ་རྩེ་བྱང་ནས་མཚམས་མཚམས་  
སུ་གྲུ་ཆས་གྱུན་ནས་སློབ་པའི་ན་བཟུང་ཅེད་ཆས་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་འདི་རང་མཚང་  
རྗེན་པར་བརྟེན་ནས་ཚོས་པའི་ཞབས་འདེན་པ་ཞིག་ལས་དགེ་མཚན་གང་ཡང་  
མེད། ཀུན་གཟིགས་པར་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སོའ་ས་ཐོབ་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ནས་འདི་འདྲའི་ཚུལ་མི་མཛད་པ་འདི་དག་དགོས་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ་བའི་མཛད་པ་རྣམས་ཐར་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་སྟེ།

**བདུན་པ།** མི་ཤེས་པ་ནི་རྣུང་བ་འབྲུང་བའི་སློ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རང་རང་གིས་ཁས་ལེན་པའི་དགེ་ཚུལ་སློབ་གི་སློབ་པ་བསློབ་བྱང་ཚུན་ཆད་  
ཀྱིས་ངེས་པར་བྱེད་ཀྱི་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་། དགེ་ཚུལ་སློབ་གི་སློབ་བཅོས་  
ཅོམ་ཡང་འདོན་ཀྱི་མེད་པ་དང་སྣམ་རྟེན་ཅོམ་ཡང་འཁྲུང་ཀྱི་མེད་པའི་དགེ་སློབ་  
ཀན་གསུམ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཀྱི་འདྲུག་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཞན། དེས་ན་དགེ་  
ཚུལ་སློབ་གི་སློབ་པ་གསར་དུ་ཞུས་མ་ཐག་ནས་བཟུང་བཀག་གི་དགེ་ཀན་སོ་སོས་  
འགན་ལེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་གནམ་ཅེད་རྗེས་མ་དང་སློབ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ་རྟེན་  
བྱའི་རྗེས་ནས་དཔེ་བློན་གནང་དགོས། མཚོག་གསུམ་གྱི་གངས་འདེན་ཅོམ་  
ཡང་མི་ཤེས་པའི་གྲུ་པ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་སྤོར་ཡོད་པ་དེ་མི་བདེན་  
པ་རང་མེད། རྒྱབས་འགོ་མེད་ན་སློབ་པ་སླེ་ཀྱི་ཕར་ཞོག་ནང་པའི་གལ་དུ་འང་

མི་ཚུད། རྗེ་མ་པ་གང་ཡིན་རུང་ཐོག་མར་སྐྱབས་འགོ་ཚུམ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས་ལེན་  
 དགོས་སྐབས་སྐྱབས་འགོ་འདེགས་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས་ངེས་ངེས་ཤིག་བྱེད་  
 རྒྱ་གལ་ཆེ། དེར་སྐབས་འདིར་ཉེན་པོའི་སྣ་མཐུ་བོ་ཆེར་གྲགས་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་  
 སུ་བཟུང་ནས་བྱིམ་པ་རང་ག་པ་ལྟར་དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོར་གི་དམིགས་པ་ཁོ་ནས་  
 དམོད་ལས་དྲག་ལས་སྣ་ཚོགས་བྱེད་པ། བན་པ་ལས་དགག་བྱ་ཆེ་བའི་སྣ་སྦྱང་  
 ལྷ་ཚོགས་བརྟེན་པ་སོགས་བྱེད་མི་ཉན། རང་ཉིད་ནས་ཚོས་དང་འགལ་བའི་ལས་  
 བྱས་ཡོད་ཆེ་ཆེས་སྦྱང་ལ་གཏོར་མ་རི་སྣ་བུ་སྤུལ་ནས་ཅད་ཀྱང་གོགས་མི་མཛད།  
 རྒྱན་དུ་བརྟེན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཡོད་ཆེ་གཏོར་མ་མཐེ་བོར་ཅམ་  
 ཞིག་མ་སྤུལ་མ་བསྐྱུལ་ཀྱང་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་བསྐྱབས་ནས་ཚོས་སྦྱང་  
 ལམས་བྲན་བཞིན་དུ་འཁོར་བས་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ལས་བྱེད་  
 མི་ཉན།

**བརྒྱུད་པ།** གནས་སྤྱིན་པ་དང་སློག་པ་ཡང་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 གནས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་དང་སློག་གི་སློབ་དཔོན་འདི་གཉིས་ཤིན་དུ་གལ་ཆེ། རྗེ་  
 མོ་ཡང་ཚོ་གཅུལ་གོང་དུ་མ་བུད་པར་ལྷ་བྱ་གསར་བུ་སུ་ཡིན་ཡང་དགེ་ཅན་དང་  
 འགོགས་ནས་སྤོད་པ་ལས་རང་སྣང་གང་དུན་གྱིས་བྱ་ཤག་ཡོགས་སུ་སྤོད་མི་  
 ཚོག་པའི་སྤྱུག་སྒོལ་བཟང་པོ་དེ་གནས་ཀྱི་སླ་མ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་ཡིན། དེར་  
 སྐབས་རྒྱ་རྗེས་སུ་འཛོམས་ན་བྱ་ཤག་རེ་སྤུལ་སྟེ་སེམས་སོགས་བྱིམ་མི་གང་རུང་  
 གིས་བྱ་སྤྱུག་དེར་སྤོད་འོགས་བྱས་པས་ཨ་མའི་དགེ་སྤྱུག་ཅེས་དཔེ་ལ་ཡོད་པ་  
 བཞིན་དུ་གྱུར། བྱ་ཤག་ལ་བྱིམ་ཚང་གི་མིང་ནས་འབོད། རང་སྣང་གང་དུན་

དང་སྐྱིད་ལང་ཤོར་པའི་གྲ་སྒྲུག་ལོན་རིམ་བཞིན་རྗེ་མཚོར་སོང་བ་འདིའི་རིགས་  
མང་བར་འཕེལ་ན། མ་འོངས་པར་ཚོས་སྲིད་གང་ནས་ཀྱང་སྐལ་བ་ཆད་པའི་  
སྐྱུ་མིན་སེར་མིན་སྲིད་གང་བཞིག་ཡོང་ཉེན་ཆེ། དེས་ན་ད་ནས་བཟུང་གསར་  
བུ་པ་རྣམས་ནས་གནས་ཀྱི་སྐྱོ་མཉམ་ཤག་གི་དགོ་ཆུ་རེ་བཞེན་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་  
གལ་ཆེ། དགོ་ཆུ་དེས་ཀྱང་དགོ་སྒྲུག་ལ་དགོ་འདུན་པའི་མཇུག་སྐྱོ་སྐྱིད་དང་  
བཟུང་འགོ་སྐྱོད་ཚུལ་སོགས་སྤང་སྤོང་རྣམས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་རབ་  
ཏུ་བྱུང་བའི་དོན་གོ་ཚོད་པ་ཞིག་གྱེད་རྒྱ་ལས་དོན་མེད་པའི་ལས་ལ་བཀོལ་  
སྤྱོད་གྱེད་མི་ཉན། སྐྱོག་གི་སྐྱོབ་དཔོན་ནི་རྒྱུན་དུ་དཔེ་ཆ་སྐྱོབ་པའི་དགོ་  
ཆུ་ལོན་པས་གསར་བུ་པ་རྣམས་ལ་དགོ་ཆུ་རེ་རེ་དང་མ་བུ་སྐྱོ་འབྱར་གྱི་  
ཚུལ་དུ་འགྲོགས་རྒྱ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། རྒྱ་གར་དུ་འཕྱོར་པའི་གྲ་པའི་  
ནང་ལོན་ཏེན་གཞན་མར་ཞོག་ཡི་གེ་སྐྱོག་པ་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་གྲ་པ་རེ་  
ཟུང་འདུག་ན་གདན་ས་ཆེན་པོའི་ཞབས་འདེན་མཁན་ཞིག་དང་གཞན་མ་དད་  
པ་སྐྱེ་སའི་གནས་ཤིག་ཀྱང་རེད་སྟེ།

**དགུ་པ།** དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཆ་ལུགས་འདི་བཞིན་གྱིས། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དམ་ཚོས་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆ་ལུགས་  
ཚང་བ་དགོས་རྒྱ་ལས་སོགས་པོ་དང་རྒྱ་ནག་གི་དཔོན་ཆེན་སྐྱུ་མིན་སེར་མིན་རྣམས་  
ནས་དར་བའི་ཆ་ལུགས་གོས་ཆེན་གྱི་སྐྱོད་འགག་ གོས་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་རྩེའི་  
རིགས་སྐྱ་ཚོགས། གོས་ཤེར། སོག་རྩམ་འཇུག་ཅན། དཀར་ཡོལ་ཡུ་རིང་།  
གསེར་ལྷ་དང་ལྷ་ནག་ དགུན་ལྷ་དང་ཕ་ལྷ། རྒྱ་ནག་གི་མི་དཔོན་ཚོའི་ལུགས་

ལྟར་ཁ་སྲུ་དང་མེན་མོ་རིང་པོ་འཛོག་པ། སྤང་བའི་ནང་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་  
 བསྐྱེད་འཛོག་པ། ལྷ་སེར་གང་དང་ཡང་མི་བརྟུན་པའི་སྐྱ་རིང་པོ་འཛོག་པ། བྱིམ་  
 པའི་གོས་ཀྱི་དུ་བྱས་ནས་གྱོན་པ། མདོག་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་གམ་ཐབས་ནག་  
 པོ་དང་དམར་ནག་སྡོ་ནག་སྤང་གཡོགས་ཀྱི་མཐར་ཐིག་སྤེལ་ཁ་རྒྱན་འཛོག་པ།  
 གཟམ་མཚལ་ཁ་མེ་ཉོག་ཅན། བུད་མེད་ཀྱི་རྒྱན་ལྟ་བུའི་གསེར་དངུལ་གྱི་གཟམ་  
 བཟུང་བ་ཅན། བུར་གྱི་སྣ་འདྲེན་མཚོན་ཆ་དངོས་དང་དེའི་རིགས་ཉར་ཚགས་  
 བྱེད་པ། གསེར་སོ་དང་དངུལ་སོ་འཇུགས་པ་སོགས་ནི་བྱིམ་པའི་རྟགས་སྤོང་དོ།  
 རབ་དུ་བྱང་བའི་རྟགས་ཡང་དག་པར་ལེན་ཉོ་ཞེས་པའི་ཁས་ལེན་དང་ཡོངས་སུ་  
 འགལ་བའི་ལུགས་སྤོལ་རྙིང་བ་བསྐྱར་གསོ་བྱས་ན་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད་སྟེ།  
 དེས་པར་དགོས་པ་ནི་དགོ་ཚུལ་རྣམས་ལ་རུང་མཐུན་གྱི་ཚོས་གོས། གྲ་ཡོད་པའི་  
 གམ་ཐབས་ཚད་ལྡན། གདིང་བ། རྩ་གམ། ལྷ་སེར། སྤོབ་གཉེར་གནང་རྒྱུའི་  
 དཔེ་ཆ། གནས་ཀྱི་སྤོབ་དཔོན། སྤོག་གི་སྤོབ་དཔོན་རྣམས་དེས་པར་དགོས།  
 དགོ་སྤོང་རྣམས་ལ་རབ་བྱང་ན་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་  
 ན་རྒྱ་དང་ཚོན་དང་ཚད་རུང་བའི་ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ། གདིང་བ། རྩ་གམ།  
 ལྷ་སེར། སྤོབ་གཉེར་གནང་སའི་དཔེ་ཆ་སོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་མཐའ་  
 གཉིས་སུ་མ་སྦྱང་བ་མཛད་དགོས།

**བཅུ་པ།** མེད་རྒྱལ་གྱི་ཡངས་རྗེས་རིམ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་ཉམས་གསོ་  
 བྱས་སྐབས་དགོན་ལུལ་ཕལ་ཆེར་ལ་གྲོང་བྱིམ་ཡོད་པ་དང་འགོ་ཡུལ་མེད་པའི་  
 ཕ་མ་རྣམས་གཙོང་ཉམ་ཐག་འགའ་གས་གྲུ་པ་དང་མཉམ་སྡོད་མི་བྱེད་ཀྱི་མེད་བྱུང་

བའི་བྱགས་ཀྱིས། དེང་སྐབས་ཀྱང་དགོན་པའི་ནང་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་འགའ་ཤེ་རྒྱན་  
དུ་སྡོད་སློལ་སྤར་ཡོད་དེ་གནས་སུ་འགོ་བཞུགས་པ་འདི་ཉེན་ཁ་ཆེ། འདུལ་བའི་  
ནང་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིས་པ་ཞེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ནན་ཆེར་མངོན་པ་འདི་  
དགག་དགོས་ཆེ། མི་སོ་སོའི་ས་མ་དང་ཉེ་དུ་ཡིན་ནའང་དགེ་ལྡན་སྤོང་གཞན་  
ལ་རྒྱུང་བ་འབྱུང་བའི་སྤོང་འགྲུར་བས་བྱིས་པ་ལ་ནན་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད།  
གཞན་སྤོང་ཆོར་མིག་ལྟོས་ངན་པར་འགྲུར་རྒྱ་མ་ཟད་ལྡན་བྱིས་པ་འཆལ་བའི་  
རྒྱུར་ཡང་འགྲུར་སྤོང་པས་དེང་སྐབས་འགྲིག་ལམ་སྤོང་སྤོང་བཞུགས་པར་བཞུགས་  
འདི་སྤོང་ཐབས་ལམ་ཞིབ་མོའི་སྤོང་སྤོང་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་དགོན་པའི་ནང་ཞག་སྡོད་  
མ་དགོས་པ་བྱུང་ན་ཞིག་དུ་ལེགས་སྤོང་། བཅའ་ཡིག་ཆེན་མོར། སྤོང་བར་  
དུ་བྱུང་མེད་ཞག་སྡོད་བྱེད་རྒྱ་པར་ཞོག་སྤོང་ལམ་ནང་དུ་ཡོང་མི་ཚོག་ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། སྤོང་དགོན་པའི་སྤོང་བར་དུ་བྱུང་མེད་སྡོད་རྒྱ་པར་ཞོག་  
ཡོང་མི་ཚོག་པར་མ་ཟད་ཉེ་འབྲེལ་སུ་སྤོང་སྤོང་ཀྱང་ལས་སྤོང་ལ་གནང་བ་ལྷུས་ནས་  
ང་ཅམ་འབྲེལ་ཉེ་སྤོང་གི་སྤོང་སྤོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་སྤོང་བཞུགས་ཡོད་པ་  
དེ་དགག་དགོས་ཞིག་དུ་ཆེ་བའི་མངོན་པ་ཞིག་ལས་བྱིས་པ་ལ་སྤོང་རྒྱུ་བྱེད་བྱེད་སྤོང་སྤོང་  
སྤོང་མེད་པ་ཞིག་མིན་སྤོང་།

**བཅུ་གཅིག་པ།** སྤོང་པ་གྲ་ཚང་འདི་ཉེད་གསར་རྒྱགས་ཡིན་སྤོང་སྤོང་རང་  
མགོ་མ་ཐོན་བར་འགྲིག་ལམ་ཀུན་སྤོང་དང་གསོ་སྤོང་གང་ཅིར་དགོན་པའི་གཞུང་  
ནས་དམིགས་བསལ་གཞུགས་སྤོང་གིས་བསྤོང་བསྤོང་བྱེད་བྱེད་གཞུགས་ཆེ། གསེད་  
དགེ་ནན་མཁས་པ་རང་ཁོངས་ན་མེད་ཆེ་གངས་སྤོང་སྤོང་སྤོང་བར་གསུམ་

ནས་གཞན་པོ་ལྟར་བསམ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བ་མཁའ་པ་དུ་མ་གདན་དྲངས་ནས་དམར་  
 འི་མྱོང་འི་དང་བཅས་པའི་སྐོ་ནས་རྒྱུད་བཞིའི་འཆད་ཉན་དང་མཐོང་བ་བརྒྱུད་  
 པའི་སྤྱག་བཞེས་དང་མན་ངག་གང་དགོས་མ་ཚང་བ་མེད་པར་བསྐྱབས་ཏེ་ལག་  
 ལེན་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་པོ་སྐྱབ་རྒྱུ་དམིགས་ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་  
 ལས་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་བྱེད་རྒྱུ་གཙོ་ཆེ་བ་མིན། རྣམ་མེད་དུས་སུ་ཡང་སྐྱེ་  
 གྲུ་འགའ་ཤས་ནང་བྲིམས་འཆལ་མང་པོ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་བཤད་སྐྱེང་མང་ཚོགས་ནང་  
 ཡོད་པ་ལྟར། དང་པོ་ནས་འགྲིག་བྲིམས་དམ་པོར་གནན་རྒྱུ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་  
 ཆེ་། སྐྱེ་བ་རྣམས་ནས་ནད་པ་བྲིམ་པ་ཕོ་མོ་མང་པོར་རྒྱུན་དུ་འགྲོགས་འདྲིས་  
 བྱེད་དགོས་སྐྱབས་བྲིམས་གྲོགས་མེད་པར་ནད་པ་བྲིམ་པ་ཕོ་མོའི་རིགས་ལ་  
 འགྲོགས་འདྲིས་མི་ཚོག་པའི་མིག་དཔེ་ཞིག་དང་པོ་ནས་དར་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས།  
 བྲིམ་པ་ཕོ་མོ་ནད་པ་རྣམས་ལ་བཏག་དབྱུད་བྱེད་ཡུལ་དང་སྐྱེན་སྦྱོར་ཡུལ་གྱི་  
 དཀྱིལ་དུ་མིན་པར་མཐའ་ཞིག་དུ་ཁང་བཟང་ཞིག་བཟོས་ན་ལེགས། དེ་ཡང་  
 འདུལ་བ་ལས་བཤད་པའི་དབེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ཞེས་པའི་འགྲུང་འདུག་གི་  
 རྒྱུང་བྱེད་མི་འབྱུང་བའི་གཞི་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བཟོ་གལ་ཆེ། རིམ་གྱིས་སྐྱེན་  
 རམས་པ་དང་འབྲུམ་རམས་པའི་སློལ་ཞིག་ཀྱང་དར་ན་ལེགས་ཆ་ཆེ་སྟེ།

**བརྒྱུགས་པ།** རྣམ་ནས་ཡང་ཡང་ཞུས་ཡོད་པ་ལྟར་དག་འདུན་པའི་བརྟེན་  
 བཀྲུས་ལ་མིང་བཏགས་པའི་སེམས་ཅན་ཉེས་མེད་གསོད་པའི་སྤྱགས་ཀྱི་མཚོན་  
 རྒྱུན་ལྟ་བུ་འདི་ཤིན་ཏུ་མི་འོས་པས་མཚམས་ཚོད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་མཚོན་རྒྱུན་  
 མི་མིང་སྟོང་བའི་དགོ་སྐྱབ་བྱེད་ཁུལ་ཙམ་ལས་དགོ་བ་ལས་སྤྲིག་པ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད།

སྐྱེན་བདག་གི་ཇ་ཐུག་ཟུར་པ་གང་ཡོད་ཉིན་རེའི་དགེ་འདུན་པའི་འཚོ་བར་ཕན་  
 དགོས། མང་ཇ་གཉིས་བརྟེན་གསུམ་བརྟེན་སོགས་ལ་དགོས་པ་གང་ཡང་  
 མེད་པས་མང་ཇ་གཞན་པ་རྣམས་དགེ་འདུན་པའི་རྒྱུ་གི་འཚོ་བའི་ཐོག་ལ་ཁ་བརྒྱུར་  
 ཐུབ་ན་ལེགས། དཔེར་ན། སྐྱེན་བདག་དང་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་གང་ས་ནས་  
 བསོད་ནམས་གསོག་འདོད་ཡོད་པར་བརྟེན་སློབ་གཉེར་པ་ཉམ་ཚུང་བདག་སྐྱོང་  
 གྱེད་མི་མེད་མཁན་ཚོའི་ལྷ་རེའི་འཚོ་བའི་སྐྱེན་བདག་གྱེད་སྲོལ་དར་ཐུབ་ན་མ་འོངས་  
 པར་ཕན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེ། དགེ་འདུན་པའི་འདུ་སློབ་གང་ཡོད་རྣམས་ལྟོ་སྐྱོ་གོས་རྩལ་ཐོས་  
 དང་རྒྱལ་བྱིས་ཅན་གྱི་སློབ་གཉེར་པ་ཉམ་ཚུང་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་གོས་གནས་མལ་  
 ལ་ཕན་པར་གྱེད་དགོས། ཐག་རིང་ནས་ཕེབས་པ་དང་བདག་པོ་མེད་པའི་གྲུ་རྒྱུན་  
 ཚོའི་བཞུགས་ཡུལ་བོད་དབུས་གཙང་ཁུལ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་ལྟར་ཁང་ཚན་ལྟ་བུའི་  
 སྤྱི་ཁང་གི་རིགས་ཁང་བརྟེན་རྩ་སློབ་ཅན་འགའ་གས་བཀོད་སྤྱོད་གལ་ཆེ།  
 བཅའ་ཡིག་ལས། ནད་པ་ལ་མང་མས་ཁུར་ལེན་དོད་མ་གྱེད། ཁོ་རང་ལ་མཐུན་  
 རྒྱུན་མེད་ན། སྤྱི་རྣམས་སྤོང་ནས་སྤྲོད་རིམ་གོ་དང་སྤྲོད་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྲོད་རིམ་བརྒྱབ་  
 དགོས། ནད་སོས་ནས་འགྲོར་ན་སྤྱི་རྣམས་སོགས་བསལ་ན་ལེགས། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་ཉམ་ཚུང་རྣམས་ལ་གཞིགས་ཉོག་མཇུག་ཐུབ་ན་སྤྱི་མིའི་མཚོང་  
 རྒྱལ་ལའང་ལེགས་ཆ་ཆེ་སྟེ། མིག་དབང་སྐྱོན་ཆེན་དངོས་འབྲེལ་ལ་སྤྲོད་པའི་  
 རོ་སྐྱོར་དང་འབྲེལ་རྒྱས་སྤོང་མེད་པ་དང་མིག་ཤེལ་ནག་པོ་མིན་པ་སོགས་ཀྱི་  
 ཚོགས་པའི་ཚད་འཛིན་གནང་ན་ལེགས་སྟེ།

**བརྒྱུ་གསུམ་པ།** དགེ་འདུན་པ་གཞིན་སྐྱེས་ལོ་རེ་བཞིན་འཕེལ་བ་འདི་རྣམས་





ཐེར་དང་ཉམས་པ་སྐྱེར་གསོ་ལན་གཅིག་ཀྱང་མཛད་བྱུང་མེད། དེ་ནི་མདོ་དབྱུང་གི་  
 བར་ས་ཁད་རིང་བ་དང་འགོ་ལམ་མི་བདེ་བའི་རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་ཡིན་པར་སེམས། ད་  
 བུ་ལོ་བརྒྱའི་གོང་དུ་སྟག་ཚང་རྩ་མོར་ཡུལ་འབྲུམས་ལ་ཤེབས་པའི་དབྱུང་གི་རྒྱུད་  
 པ་པ་ཞིག་གིས་ཚོགས་མཛུགས་སྐབས་རྒྱུད་ལྷན་སྐྱོད་སྐྱོད་གང་གི་རྒྱུ་བཞེས་དང་མི་  
 མཐུན་ནའང་ཁ་མཉམ་པོ་ཞིག་འདུག་ཅེས་བཤད་པར་གྲགས་པ་དེ་ལས་ཆེར་བདེན་  
 སྲིད་པའི་གཏམ་ཞིག་མེད། གར་ཐིག་དབྱུངས་གསུམ་དང་འབྱུང་བརྟུང་དགོལ་  
 གསུམ། ཐ་ན་འཆམ་ཆས་དང་ན་བཟའ་དྲས་དྲུབ་ཚུན་ལའང་བཞུགས་པ་ཙམ་གྱིས་  
 ཏ་གོ་རྒྱས་པའི་རང་བཟོའི་འགྲུར་བ་མང་པོ་ཞིག་བཏང་འདུག་པས་རང་རང་གི་  
 མཐོང་ཚུལ་འདི་ཁོ་ན་འཐད་ཅེས་རྒྱ་མཚན་བཀོད་ནས་མཁྲུགས་བཟུང་གིས་རང་  
 མཐོང་ཁོ་ན་མི་མཛད་པར། དང་པོ་གང་དང་གང་ནས་དར་བའི་གནས་རྒྱུད་ལྷན་  
 སོགས་དེ་དང་དེ་ན་ད་དུང་རྒྱུ་བཞེས་མཁྲུགས་མཁན་རྣམས་ལུས་རེ་བྱུང་བཞུགས་  
 ཡོད་སྐབས་འདིར་དོན་གཉེར་མཛད་ན། དེང་སྐབས་མདོ་དབྱུང་བར་ཉིན་གསུམ་  
 ལས་མི་འགོར་བས་དགོ་ཆུང་ལེ་གདན་འདྲེན་པའམ་ཡང་ན་རྒྱུ་བཞེས་སྐྱོབ་པར་  
 འགོ་ནའང་རུང་གང་རྣམས་དག་ཐེར་དང་བསྐྱེད་བཅོས་མཛད་རྒྱ་གལ་ཆེ། རྗེ་ཙོང་  
 ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྒྱུ་སྐྱོལ་སྲིད་ན་རྙེད་དཀའ་བ་རྩ་བའི་སྲིང་པོ་རྣམས་ལུང་  
 རང་རུལ་ནས་མདོ་རྒྱུད་གང་དང་ཡང་ཁྱེད་ས་ས་གཏུགས་ས་མེད་པའི་ལག་ལེན་  
 རང་བཟོའི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་ལོ་འདབ་འབའ་ཞིག་གིས་སྐྱེ་བ་ན་མི་རུང་སྟུང་།  
 དེས་ན་དེང་སྐབས་དག་ཐེར་མཛད་མ་ཐུབ་ཆེ་སྲིས་སུ་དགོ་ཆུང་ཡང་རྗེ་བཞིན་རྙེད་  
 དཀའ་བར་འགྲུར་བས་ཐུར་སྐྱོབ་མཛད་རན་སྟུང་། ཐུར་དགོ་ཚུལ་སྲིང་ནམས་

ཀྱི་བྱེད་སྐོར་སྤྱི་ཞིང་ཞིབ་པ་དམ་ཚེས་འདུལ་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་རྒྱུ་བརྒྱུས་སྤྱི་  
ཚོགས་ལག་མ་ཐོགས་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ལྷག་པར་ཡ་སྐབས་མགོན་མོང་  
མ་ཚམས་ཀྱིས་མངོན་པའི་བཅའ་ཡིག་རྒྱུ་བརྒྱུས་ཚམས་ལས་སྤྱི་ཚུལ་སྤོང་  
ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་ལྷར་སྤྱུག་དུ་འཛོག་རྒྱ་ཁོན་མ་ཡིན་པར་འདུས་ཚོགས་སུ་ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་བརྒྱགས་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་བཅའ་ཡིག་གི་དགོས་པ་ཡིན།  
དེང་སྐབས་དཔར་སྤྱི་བྱེད་པའི་མཐུན་ཚུན་སྤྱི་བས་བཅའ་ཡིག་དང་སྤོམ་  
གསུམ་བསྐྱབ་བྱ། དག་ཚུལ་སྤོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གནམ་ཅེད་ཤིང་མ་སོགས་མདོ་  
སྤྱུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྤྱུག་དཔེ་ཚམས་དག་འདུན་པ་རེ་རེའི་སྤྱུག་དུ་ཡོད་དགོས་  
པར་མ་ཟད། དཔེ་ཆ་དེར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདྲིས་པར་བྱས་ན་ཉེས་པ་མང་  
པོ་ལས་སྤོག་པར་འགྱུར་ཞེས་གསོལ་བའི་སྤྱི་བས་སྤོང་འདི་དག་གཙོ་ཆེ་བ་དག་  
ལྷན་ལེགས་བཤད་ཤིང་གི་འདུས་སྤྱིར་དམིགས་ནས་ལུས་པ་ཡིན་ནའང་ཚོས་  
དང་དམ་ཚེག་གིས་འབྲེལ་བའི་མ་བུ་དགོན་ཐམས་ཅད་ནས་འདིའི་ནང་དུ་  
ལེགས་ཆ་གང་ཡོད་སྤྱུག་ལེན་བསྟར་བར་ལྷ། རང་ཉིད་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁོལ་  
བོར་གྱུར་པས་རང་མ་དུལ་བར་གཞན་འདུལ་བའི་གནས་མེད་པ་ཤེས་བཞིན་  
དུ་ལྷག་བསམ་གྱིས་མ་བཟོད་ནས་ལུ་མི་འོས་པ་སྤྱི་ཚོགས་ཁ་ནས་ཐལ་བར་དག་  
འདུན་བཟོད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་བཟོད་པ་མངོན་པར་ལྷ།

༄༅། ལྷན་སྐྱོན་བཅུ་  
གསུམ་གཉིས་པ།

བཙའ་ཡིག་གི་རྩམ་འདེབས།

མཛད་པ་པོ།

ཡུལ་ས་རྗེ་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་མོ་བཟང་བལྟན་འཛིན།



༡༡། ལས་སྒོན་དམ་ཚིག་གིས་འབྲེལ་བའི་དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་སྒྲིབ་གི་  
ལས་ཀྱི་སྒྲེ་མོ་པ་ནམས་དང་འདུས་མང་ལྡན་རྒྱས་ལ་སྒྲོན་སྒྲོན་ཞུ་རྒྱུ་ར།

གྲུས་པའི་སེམས་ཀྱི་འཆར་སློ་སྒྲོན་སྒྲོན་བཅུ་གསུམ་སྤུལ་བ་ཡིག་ཐོག་  
ཙམ་དུ་མ་ལུས་པར་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་མཛད་ནས་ཕྱག་བཞེས་འཁེལ་གང་ཐུབ་མཛད་  
པར་ཆེས་དགའ་སློབ་གནས་སུ་གྱུར། ལྷག་པར་དགོན་པའི་གཞུང་ནས་ག་བཅད་  
པ་དེ་དཔེ་བཟང་ཅན་ཞིག་དུ་གྱུར་པར་མ་ཟད་རྒྱལ་བསྐྱོན་སྤྱིའི་མཚན་ལ་དགྲ་  
དུ་འདེགས་པའི་མཛད་བཟང་། ཉེས་མེད་སེམས་ཅན་མང་པོའི་སློབ་སྦྱོར་པའི་  
མི་འཛིགས་པའི་སྤྱིན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་བར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་གིས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
དན་ཞུ་གི་ཡོད། འགྲིག་ལམ་ཀྱི་ཆ་གས་དང་སྤྲ་སྲོལ་འགའ་གས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་  
གང་གནང་བ་ཐམས་ཅད་ཨ་གསར་གྱི་དབང་དུ་མ་བཏང་བར་རྒྱན་འབྲིངས་མཛད་  
རྒྱུ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།

ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྤེ་སྤོད་གསུམ་དང་ལྷག་པར་ཆོས་འདུལ་བའི་དགོངས་  
དོན་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་གྲ་མ་གོང་མའི་ཕྱག་བཞེས་དང་ལུགས་སྲོལ།  
མང་ཚོགས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱལ། དུས་དབང་སོགས་རྒྱ་མཚན་སྤྲ་ཚོགས་ལ་ཁ་  
འདོགས་མི་མཛད་པར་འཕྲལ་འཕྲལ་དུ་བཅོས་ཐབས་མཛད་ན་མིག་དཔེར་འོས་  
ཤིང་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གདན་སའི་གཙོ་བོ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཏེ་དུས་  
རབས་གསར་པ་འདིའི་ནང་གཟེ་བཞིན་ཅན་ཡང་མི་ཉམས་ཤིང་གཞན་ལ་ཕན་  
བདེ་བསྐྱབ་པའི་རུས་པ་ཅན་ཞིག་དུ་འགྱུར་སྟེ། དེས་ན་རྣམ་གཞིན་ཀྱང་ནས་



པའི་བྱང་ཚེས་ཡིག་མིན་ནམ་སྐྱམ་པགས།

**གཉིས་པ།** སྐྱོབ་གཉེར་མཛད་སྟངས་སྐྱོར་གདན་ས་ཁག་གི་ནང་ལོ་རེ་  
 བཞིན་འཛིན་གྱི་སྐར་བས་རང་ལོ་བཞི་བཅུ་མ་ཟེན་གོང་བཀའ་པོད་ལྟ་མཐར་  
 སྤྱིན་པ་དང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཡིན་སྟབས་བསྟན་འགྲོའི་  
 བྱ་བ་རྒྱབས་ཆེན་ཡུན་རིང་མཛད་བྱུང། གདན་ས་འདིར་མཚན་ཉིད་གསར་  
 རྒྱུགས་སྐབས་ནས་བཟུང་ད་བར་འགྲུར་བ་བཏང་མེད་སྟབས་སྡོན་གྱི་ཚོད་གྲའི་  
 འགྲོ་བུགས་སྟར་ན་ལོ་ལྟ་བུ་ཡས་མས་བར་བཀའ་པོད་ལྟ་མཐར་མི་སྤྱིན་པས་  
 བསྟན་འགྲོའི་བྱ་བ་མཛད་ལོང་ཆེར་མེད་པས་སྤྲོ་སྤོལ་དེར་འགྲུར་བ་གཏོང་བཞིན་  
 པ་འདི་ལེགས་སྟམ། ལོ་ན་རྒྱུད་སྐབས་བརྟུས་གྲུ་དང་སྡོན་ཉགས་ནང་རྒྱུན་རིང་  
 མི་བཞུགས་པ་དང་། རྒྱག་པར་སྐྱེལ་དང་རིག་སྟོབས་ཅན་རྣམས་གཞུང་གསར་  
 བར་བོད་བཞུགས་གྱིས་སེབས་ཆོག་པའི་གནང་བ་ལྷུ་སྟོལ་ཡོད་པས་དགུན་ཚེས་  
 ཆེན་མོའི་སྐབས་ཆོགས་ཆེན་དོ་གཅེལ་བོག་ནས་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཚེས་བོག་  
 བཅུགས་ནས་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་འཛིན་གྲུ་མཐོ་དམའ་གངས་ཇི་དགོས་གཏན་འབེབས་  
 གྱིས་དགུན་ཚེས་རིང་རྣམ་འགྲེལ་རྒྱུད་པར་གཟེགས་པས་རྣམ་འགྲེལ་ལ་མཁམས་  
 པར་མ་ཟད་གཞུང་མཁྲོགས་པར་འཇུགས་སྐབས་པའི་དགེ་མཚན་ཆེ་བ་དང་བརྟུས་  
 གྲུ་སོགས་རིམ་བཞིན་མ་འགྲེལ་པའི་སྡོན་ཡང་མེད། རྒྱུན་དུ་སྡོན་ཉགས་སོགས་  
 བྱིད་སྐབས་དེ་དང་འགྲེལ་ཡོད་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཁ་ཕྱག་སོ་  
 སོར་སྐྱེགས་ནས་བྱིད་པ་དང་། སྤྱིར་པར་སྤྱིན་སྐབས་སྤྱི་མཐའ་དང་རྣམ་བཤད་  
 སྤྱིང་རྒྱན་གཙོ་བོར་མཛད། དེའི་སྤྱིང་གསེར་སྤྱིང་སོགས་རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་



ཆེན་མོ་མཉམས་དང་སྐྱབས་ཀྱི་མཉམས་དང་འབྲེལ་བའི་མཉམས་ཤིག་ལྟར་། རྒྱ་བཅའ་ཡིག་དང་འཇམ་བཞུག་ཡིག་  
 ཆ་སོགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དཀའ་གནད་ཆེ་བ་མཉམས་ཟུང་བཀོལ་གྱིས་སློབ་  
 འབྲིད་མཛད་། ལྷག་པར་གཅིག་དུ་བལ་སྐབས་དེའི་ཐད་ཀྱི་དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་  
 སྟོང་པོ་དང་ཨུ་ལྷོ་ལའི་སྤྱོད་བསོགས་དང་སྐྱབས་། དྲང་ངེས་སྐབས་ལེགས་བཤད་  
 སྟོང་པོ་དང་དེའི་ཐད་ཀྱི་དབུ་མ་དཀོངས་པ་རབ་གསལ་དང་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་།  
 དབུ་མའི་སྐྱེ་མཐའ་སོགས་དང་སྐྱབས་། བསམ་གཟུགས་དང་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་  
 སོགས་ཀྱི་སྐབས་དེའི་ཐད་ཀྱི་མཛོད་ཚུ་འགྲེལ་སོགས་དང་སྐྱབས་། དབུ་མའི་སྐྱེ་  
 མཐའི་ཐོག་དབུ་མ་དཀོངས་པ་རབ་གསལ་དང་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་གཉིས་གཙོ་  
 བོར་མཛད་ནས་དེའི་སྟེང་ཚུ་ཤེས་ལྡིག་ཆེན་དང་དབུ་མ་ཚོག་གསལ་སོགས་ཀྱི་པོད་  
 ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་མཉམས་དང་སྐྱབས་། འདུལ་བར་སློབ་སྦྱོང་འདུལ་སློབ་རྒྱུ་བསྟུས་  
 དང་མ་གཟི་སློབ་གང་རུང་སློབ་འཛིན་ཐོག་ འདུལ་ལྡིག་རིན་ཆེན་སྤྱོད་བསོགས་མཚོ་  
 ལྡིག་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་སོགས་དང་སྐྱབས་། མཛོད་ཀྱི་སྐབས་མཚམས་མཛོད་དང་  
 མཛོད་ལྡིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་སོགས་དང་སྐྱབས་ནས་དཔེ་བྲིད་མཛད་པས་  
 མཐུན་སྐྱབས་ཆེ་བར་མ་ཟེན་གཅིག་ཤེས་ཀྱིན་གྲོལ་ཡོང་བའི་གནད་ཅིག་ཀྱང་འདུག་  
 པས་དཔེ་བྲིད་འདི་ལྟར་མཛད་ན་ལེགས་སྟུང་པས་། སྤྱིར་འཛིན་གྲུ་ཅི་དགོས་དང་  
 འཛིན་གྲུའི་སྟེར་མཚམས་། སྤྱིར་ཀྱི་ཚོད་ཡིག་དང་རྒྱགས་ཆེ་ཆུང་། དཔེ་བྲིད་  
 མཛད་སྟངས་སོགས་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པས་མཁན་པོ་བྲི་གདན་ཟུར་།  
 འདུལ་མཛོད་ཀྱི་འཛིན་གྲུ་གཉིས་དང་དཔེ་བྲིད་དགེ་ཅན་མཉམས་འཛོམས་ནས་བཀའ་  
 བསྟུར་གྱིས་ལེགས་བཅོས་གནང་གལ་ཆེ། དཔ་ཕྱིན་དམ་བཅའ་འཛོག་པར་མ་

དགོན་ནས་ཡར་ཐེབས་སྲོལ་ཡོད་པ་སྟེ་ད་ཕྱིན་གདན་ས་གཉིས་ཀྱི་ཡར་མར་  
 ཐེབས་ན་རྩོད་པ་འཕེལ་བར་ཕན་སྟུམ། དགེ་བཤེས་སྟོན་རམས་མ་བཞག་གོང་གི་  
 ལྷ་ལོའི་སྲོལ་ལམ་སྐབས་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་རམས་ལས་ཐོག་གང་ཡོད་དགེ་བཤེས་སྲོལ་  
 འགྲོའི་དམ་བཅའ་འཛོག་པར་སྟོན་མོར་ཐེབས་ནས་སྟོན་མོའི་དགེ་བཤེས་ལས་ཐོག་  
 པའི་དམ་བཅའ་སྤྲུལ་གང་རུང་དུ་སྟོན་རམས་པ་གཞིན་པ་རེ་རེ་ནས་ཉིན་གཅིག་  
 གཉིས་སྟོན་བྱའི་རིང་བཀའ་པོད་ལྡེའི་དམ་བཅའ་གཞག་ན་ལེགས། ལྷ་མོ་ནས་  
 གྲུང་དགེ་བཤེས་སྲོལ་འགྲོའི་དམ་བཅའ་འཛོག་པར་གོང་བཞིན་རྗེ་དགོན་དུ་ཐེབས་  
 དགོས། རྒྱགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཡང་གདན་ས་གཉིས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཐེབས་ན་  
 དགེ་མཚན་ཆེ་སྟུམ། དགེ་བཤེས་དམ་བཅའ་འཛོག་སྐབས་དགེ་བཤེས་གཅིག་  
 གིས་ཉིན་གང་ལན་འདེབས་པ་མ་གཏོགས་དགེ་བཤེས་ཚང་མ་ཁ་རུབ་བྱས་ནས་  
 ལན་གདབ་མི་ཚོགས་སྤྱིར་རྩོད་པ་དང་དམ་བཅའ་སོགས་ཀྱི་སྐབས། འདོད་  
 དང་རྟགས་མ་གྲུབ་སོགས་རྩོད་བྱའི་བད་སྐད་ཀྱིས་ལན་གདབ་པ་མ་གཏོགས་གོང་  
 ཚོགས་ཀྱི་ལ་རྩོད་སྟོན་བྱུ་འདི་མི་མཛེས། གནད་ཆེན་པོ་དགྲོལ་བའི་ཆེད་མཁན་  
 པོ་ནས་སྐྱབ་བྱེད་རེ་བྱུང་གཏོང་བ་མ་གཏོགས་མང་པོ་མི་མཛེས། དེའི་སྐབས་  
 གྲུ་ཚང་ཡོངས་རྫོགས་ནས་ལྷ་ཡུད་ཀྱིས་གྲུས་ཞབས་མཛེད། རྩོད་པ་དང་ལན་  
 འཆལ་ནས་ཚོགས་ཅམ་ཁོ་ནར་སོང་སྐབས་རྩོད་ལན་གཞུང་དོན་ཐོག་ཐེབས་དགོས་  
 ཞེས་མཁན་པོ་དང་དགེ་བསྐྱལ་ནས་སྟངས་འཛིན་མཛེད། དགེ་བསྐྱལ་ནས་  
 རྒྱགས་ལམ་བསྐྱུལ་དགོས་པས་སྐྱབ་བྱེད་གཏོང་བའི་སྲོལ་མེད། གསོལ་ཇའི་སྐབས་  
 གཅིག་ལུ་མ་གཏོགས་དམ་བཅའ་གྲོལ་གྱི་བར་གྲུ་པ་ཡོངས་རྫོགས་ནས་དབུ་ལྷ་པེས་

པར་གྱོན་དགོས། དགེ་བཤེས་གཞིན་པ་ཚོས་དམ་ཇ་དང་རྩོན་མོ་ལྟ་བུ་སོགས་གང་ཡང་བྱེད་མི་དགོས། དུག་དཔེ་གཟེགས་མི་ལྷན་པའི་དེ་རྒྱུ་སྐྱུ་དམིགས་བསལ་ཅན་རེ་རྒྱུང་མ་གཏོགས་ཀྱི་དགོན་པའི་སྐྱུ་ལ་ཡིན་ཕྱིན་བཀའ་པོད་རྒྱུ་གསན་བསམ་མཐར་སྤྱིན་ནས་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམས་པའི་དམ་བཅའ་དེས་པར་འཛོག་དགོས། རང་རེའི་སྐྱུ་ལ་ནམས་ཚུང་དུས་ནས་གོང་ཚོག་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བྱས་པས་བརྟན་འགྲོའི་དོན་ཚུང་ཞིང་མིང་དོན་ཡང་མི་མཚུངས། ལྷ་སྐྱུ་ལ་ནམས་ལྟ་རམས་ལ་ཕྱེབས་རྒྱུའི་སྲ་སྤྱིའི་མིང་གཞུང་གོ་རིམ་ལྟར་སྐྱབ་མི་དགོས་པར་དམ་བཅའ་རྩོན་ལ་གཞག་ཚོག་པའི་དམིགས་བསལ་ཞིག་འབྲུལ་འོས་དེས་རེད་སྟེ།

**གསུམ་པ།** དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་སློང་འདི་མདོ་སྣང་གི་གདན་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མཛད་པར་སྤྱི་ནས་ཕྱེབས་མཁན་སུ་ཡོད་ལ་མཐུན་འགྱུར་རོགས་པའི་མཛད་དགོས་པ་རང་འབྲིའི་ལས་འགན་ཞིག་རེད། དགོན་ལག་ཡིན་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་གདན་ས་འདིའི་སྐྱབ་ཁོངས་སུ་ཞུགས་འདོད་ཡོད་མཁན་སུ་ཡོད་ཚོགས་ལ་གཞུག་ཚོག་པར་མ་ཟད། གཞིས་དགོན་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་གདན་ས་འདི་དང་གྲལ་གཉིས་འཛོན་གནང་འདོད་ཡོད་མཁན་སུ་ཡོད་ལ་བཀའ་འཁྲོལ་གནང་ན་ལེགས་ཆ་ཆེ། ཕྱི་མི་འདིའི་རིགས་ལ་ལོ་རེའི་ནང་གཞིས་དགོན་སོ་སོའི་སྐྱབ་ལ་གནས་དགོས་པའི་ཚོགས་དུས་གལ་ཆེན་གང་ཡོད་དང་པོ་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་སྟེ་དེ་ནམས་ལ་ཕྱེབས་ཚོག་པ་དང་། ལས་ཁུར་ཡང་སྤྱོད་གསལ་གཉིས་ཀར་འཛོན་དགོས་པ་དང་།

སྤོང་གཉེར་མཐར་སྤྱིན་ནས་དགོན་སྡེ་གང་དུ་བཞུགས་ཚོག་པའི་བཀའ་འབྲོལ་སྤྱད་ག་  
པོ་མཛད་ན་ལེགས་སྟེ། གལ་སྲིད་དགོན་སྡེ་གཞན་གྱི་གྲ་གདན་ས་འདི་དང་  
གལ་གཉིས་འདི་མིན་པར་སྤོང་གཉེར་ཁོ་ན་གནང་འདོད་ཡོད་པ་ཚོར། དང་  
པོ་ནས་སྤོང་སྤྱོད་གི་དུས་ཡུན་གཏན་འབེབས་དང་འབྲེལ་དུས་ཚོད་དེའི་རིང་གདན་  
སའི་གྲ་པ་སྤྱི་མཚུངས་བཞིན་སྤྱི་གལ་གནས་དགོས་པ་ལས་གང་ཡུང་བྱེད་མི་ཚོག་  
པ་དང་ཚོགས་ཚོས་གང་ཡོད་ལ་གདན་སའི་གྲ་པ་སྤྱི་མཚུངས་བཞིན་ཕེབས་ཚོག་  
པ་སོགས་བཀའ་འབྲོལ་སྤོང་པོ་ཞིག་མཛད་ཐུབ་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་མཛད་  
སྟབས་བདེ་བ་དང་མཐུན་ལམ་ལ་ཡང་ཕན་རྐྱབས་ཆེ་བས་དུས་རབས་གསར་པ་  
འདིའི་གོམ་འགྲོས་དང་རན་པ་ཞིག་རེད་སྟེ།

**བཞི་པ། བྱི་པ་འཕམ་མཁན་པོ་ནི།** དུས་ཀྱི་གདན་ས་ཁག་གི་ནང་དགེ་  
བཤེས་ལྟ་རམས་པ་ཅེ་སྤྱད་གས་ནས་འདེམས་བསྐྱུགས་ཀྱིས་ལོ་དུག་རིང་གནང་  
སྲིལ་ཡོད། མཛད་འགན་གཙོ་བོ་ནི་གདན་ས་དེའི་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ཁྲིད་  
གནང་དགོས། ལྷན་དུ་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་ཉིན་མཚན་སྤྱོད་ནས་དཔེ་བྲིད་  
གཙོ་བོར་མཛད། གྲ་ཚང་ལ་ལམ་རིམ་སོགས་ཀྱི་འཆད་ཉན་དང་བརྟེན་བཞག་  
གནང་། དབང་ལུང་མན་ངག་སོགས་གང་ཐུབ་མཛད། གསེ་སྤྱོད་ནམ་ཡོད་  
ལ་མདོ་རྒྱས་བསྐྱུས་གང་རུང་དང་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ཉུང་མཐའ་མདོ་རྒྱས་པ་  
ཐེངས་གཅིག་རེ་ཆག་མེད་མཛད། ལྷན་དུ་ཚོགས་དུས་ཕེབས། དགེ་ཚུལ་  
སྤོང་གང་དགོས་བསྐྱུབ། ཚོད་རྒྱགས་དང་འདོན་རྒྱགས་བཞེས། ཚོགས་འདུ་  
དང་ལས་སྤེའི་དུས་བཞུགས་གནང་སྟེ་འཆད་ཉན་སྤོང་གཉེར་དང་སྤྱི་གལ་ཀུན་

སྒྲིག་ལ་དག་ཐེར་གཙོ་བོར་མཛད་དགོས་སྐབས་དགོན་པ་དང་ཁ་བཤམ་ནས་ནམ་  
 ཡང་སྤྱིར་ཐེབས་མི་མཛད་པའི་ཕྱག་སྲོལ་བཟང་པོ་འདི་ལ་ཁ་མིག་ཡར་ལྟ་མཛད་  
 དགོས་པ་མ་གཏོགས་རང་རེའི་ལུང་ཁྲག་གི་ལྷགས་ལྟར་ཚོས་ཀྱི་སྲི་ལ་བཞུགས་  
 བས་ཚོས་མིན་གྱི་ལས་དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོར་གིས་དཔོན་ཉམས་དང་ལེན། ལོག་  
 འཚོ་འབའ་ཞིག་གི་སློབ་སྐྱོང་འགྲུབ་མང་ཇ་གཏོང་བ་དང་རིགས་གྲུའི་སྐབས་འཆད་  
 ཉན་གཙོ་བོར་མི་མཛད་པར་ཇ་ཕྱག་མང་ཉུང་འགྲན་བསྟུར་བྱེད་པ། སྤྱིན་བདག་  
 གི་སྐྱབས་འགྲོལ་ཆེ་ཆུང་མཛེས་ངོམ། སྤོང་ཚོག་ལ་མདའ་རྒྱགས་སུ་རྒྱགས་  
 གནང་སྟེ་རྒྱན་དུ་དགོན་པར་མི་བཞུགས་པ་སོགས་མིང་དོན་གོ་སྟོན་དུ་སྒྲིག་  
 པའི་སྲོལ་ངན་འདི་ཚོས་པའི་ཞབས་འདེན་ཞིག་རེད། ད་སྤྱིན་ཆད་གྲུ་རྒྱང་དང་  
 རྩ་མ་ཁྲུང་མེད་ཀྱིས་དག་བཤེས་དམ་བཅའ་བཞག་བྱེད་པའི་དཔེ་ཆ་པ་གང་བཟང་  
 རེ་ལོ་དུག་རིང་མཁན་པོ་འཕེལ་སྤོང་པ་གནང་སྟེ་ཚོས་ཁྲིའི་སྤོང་ནས་ཚོས་འཆད་  
 ཉན་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་མཛད་དགོས་པ་ལས་སྤོང་ཚོག་མཁན་པོ་དང་ཇ་ཕྱག་སྦྱོང་  
 མོ་རྒྱག་མཁན་སྤྱི་གཉེར་གྱི་ལས་མཛད་ན་ཚོས་སྤོང་བཞུགས་པའི་དགོས་པ་མི་  
 འགྲུབ་སྟུང་། དེས་ན་རིགས་གྲུ་དང་སྤོང་ལམ་སོགས་ཀྱི་ཇ་ཕྱག་གི་འགན་ཁུར་  
 དེ་གྲུ་ཚང་གཞུང་ནས་བཞེས་ཏེ་རིགས་གྲུའི་སྟོན་སྦྱོང་བར་གསུམ་དུ་གྲུ་ཚང་  
 གཞུང་ནས་སམ་སྤོང་ཚོག་དང་སྤོང་ཚོག་ལ་འགན་ཁུར་སྤྱོད་པའམ་དང་སྤོང་གི་སྤྱིན་  
 བདག་སྤུང་ན་ཇ་ཕྱག་ལྟན་པ་གཅིག་གཉེས་ལས་མང་མི་ཉན་པའི་ཚད་འདོན་  
 མཛད། དེ་ལས་སྤོང་ཚོག་པའི་སྤྱིན་བདག་དང་འགྲོལ་པ་སྤུང་ཚོ་རྒྱན་ཇའི་ཐོག་རྩམ་  
 ཐོགས་དང་མར་ཐོགས་འགྲུ་ཐོགས་ལྟ་སུ་རེ་གནང་ན་རྒྱན་གྱི་འཚོ་བར་ཕན་ཐོགས་

ཆེ། མཁའ་པོས་གཙོས་གྲུ་ཚང་ཁག་གི་ལས་སྡེ་དང་སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་གྱི་བཞེས་སོགས་  
 གྱིས་བྲི་འདོན་དང་འབྲུད་ཇའི་སྐབས་ཉེན་འབྲེལ་མཚོན་གྱིད་དུ་གྲུ་ཚང་ལ་དེམ་  
 ཇའི་ཞིག་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་གསོག་པའི་ཆེད་འདོམས་ན་སྦྱོར་གཉིས་  
 ལས་མ་མང་བའི་སྐྱེས་ལྷན་ཅིག་དང་གྲུ་ལག་ཏུ་ལེགས་དར་རྒྱུད་པ་འབྲེལ་བ་ཙམ་  
 མ་གཏོགས་འགྲེད་མང་ཇ་དང་མགོན་ཁ་དང་ཇ་སྟོན་སོགས་སྦྱི་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་  
 བྱས་མི་ཚོགས་པའི་ཐག་གཅོད་མངོན་ན་ལེགས། བྲི་པའམ་མཁའ་པོ་ནི་དགོ་བཞེས་  
 དམ་བཅའ་བཞག་ཟེན་པའི་དཔེ་ཆ་པ་གང་བཟང་རེ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཁྱད་  
 ཚོས་ཡིན། ལོ་དུག་རིང་བྲིར་བཞགས་ན་དགོ་བཞེས་ལེགས་གསུམ་ཁོ་ན་བྲི་པར་  
 སེབས་ཐུབ་པའི་དགོ་མཚན་ཆེ། འོན་ཀྱང་དགོན་པའི་སྣ་སྡེ་ནམས་ལ་ན་འཚོའི་  
 རྒྱུ་རྐྱེན་གྱི་སྐབས་རོགས་པམ་མངོན་རྒྱུ་འདི་སྤྱིའི་རེ་སྟོན་བཅོལ་ཡུལ་སྐབས་  
 གནས་དགོ་འདུན་པའི་ལས་སྐྱེས་བུ་བུ་ལིན་སྐབས་དགོན་པའི་གཞུང་ནས་བྲི་ཚབ་  
 བམ་སྒྲུ་ཚབ། ཡང་ན་གོང་བྲི་སྐྱེས་ལྷན་དཔེ་ཆར་གཟིགས་མི་ཐུབ་པའི་དམིགས་  
 བསལ་ཙམ་གྱི་སྐྱེས་ལྷན་གོང་ཚོགས་མཁའ་པོ་བཞེས་གསུམ་ལྷན་ལྷན་གྱི་དུལ་ཞིང་  
 མངོན་སྦྱོང་བཟང་བ་རེ་ལོ་གསུམ་རིང་བསྐྱོ་བཞག་དང་། གཉེར་པ་དང་ཞབས་  
 ལུ་གང་དགོས། མཚོན་ཆས་དང་རྟ་སྐྱེས་སོགས་གཞུང་ནས་བཀོད་བསྐྱོགས་  
 གྱིས་ནམ་མཁའི་སྐབས་སོ་སོར་ཉེན་མཚན་སྟོན་མེད་གྱིས་སེབས་ནས་གཞན་  
 པན་སྐྱེས་ལྷན་ན་སྣ་སྡེ་ནམས་སེམས་དགའ་བས་ལེགས་ཆ་ཆེ། ཀའི་དགོན་པའི་  
 བྲི་ཚབ་དང་གོང་ཚོགས་པ་གངས་ཅི་དགོས་སོགས་སྣ་སྡེའི་མང་རུང་ལ་སྟོན་ནས་  
 ཐག་གཅོད་མངོན་ན་ལེགས། བྲི་ཚབ་དང་ཞབས་ལུ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེས་ལྷན་འགྲུའི་

བའི་དགོང་ཟས་གང་ཡོད་ཅིས་ཞིབ་དང་འབྲེལ་གཞུང་ལ་འབྲུལ་དགོས་པ་དང་གྲ་  
ཚང་ལ་འགྲུད་མོགས་གང་ཡོད་ཀྱི་སྐལ་བ་འཛོག་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་  
གསར་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ཐེབས་ཐུབ་ན་ལེགས་སྟེ།

**དབུ་མཛད་ཅི།** གདན་ས་ཁག་གི་ནང་འདོན་ཏེ་དབྱངས་ལ་མཁས་ཤིང་  
གྲ་ཚང་གང་དང་གང་ལ་གང་དགོས་པའི་གསུང་སྐད་དེ་བཟང་བ་ཞིག་ངེས་པར་  
དགོས། རབ་བྱུང་ན་དབང་པོ་དང་ཡན་ལག་སྟེན་མེད་ཅིང་གཟུགས་སྟོབས་  
ཆེ་བ་ཞིག་འདེམས་སློལ་ཡོད། སྐད་དང་འདོན་པ་གཟུགས་བྱུང་འཛོམས་པ་  
དགོན་སྟབས་དབུ་མཛད་ཀྱི་ལོ་དུས་ལ་ཚད་འཛིན་ཆེར་མེད། སྐད་བཟང་བ་  
དང་འདོན་བཟང་བ་གང་དགོས་ལས་སྡེ་དང་གྲོས་བསྟུར་གྱིས་འདེམས་སྐྱུག་གྱེད་  
པ་དང་། རྒྱན་དུ་ཚོགས་ཚོས་ར་ཆག་མེད་ཐོག་འདོན་ཏེ་དབྱངས་འཁྲིད་རྒྱ་  
དང་། དུས་དུས་སུ་དབྱངས་ཆགས་གྱེད་རྒྱ། འདོན་ཏེ་དབྱངས་གང་ཡོད་དབུས་  
ཀྱི་གདན་ས་ཁག་ལ་ཁྲུངས་གཏུགས་ནས་དག་ཐེར་དང་མི་ཉམས་པའི་འགན་གཙོ་  
བོར་ལེན་དགོས། དབུ་མཛད་གཞིན་པ་ནི་དབུ་མཛད་ཀྱི་པ་ཐེབས་མ་ཐུབ་  
པའི་སྐབས་ཚབ་གྱེད་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་རྒྱན་དུ་ཚོས་རའི་དབུ་མཛད་ཅེས་ལོགས་  
སུ་དགར་ནས་དབུ་མཛད་ཀྱི་པ་ཐེབས་གཏིས་ཀྱི་ལས་འགན་ཐ་དད་དང་གཞིན་  
པ་དེ་ཀྱན་པའི་གོ་སར་ངེས་པར་འཛོགས་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ལུགས་སློལ་མེད།  
ཚོགས་ཚོས་རའི་འདོན་ཏེ་དབྱངས་ཀྱི་འགན་གཙོ་བོ་དབུ་མཛད་ཀྱི་པ་ནས་  
བཞེས་དགོས། འདོན་བསྐྱུལ་སོགས་དབུ་མཛད་ཀྱི་མཚན་ཐོག་ལ་བྱུང་བའི་  
དབུལ་རྣམས་སྦྱི་སར་འབྲུལ་དགོས། ལོ་གཅིག་གི་ལས་སྡེའི་བརྗེ་མཚམས་སོ་

སོར་བཀའ་བསྐྱར་གྱིས་དབུ་མཛད་ཀྱི་གཞི་གཉིས་བསྐྱར་བསྐྱོ་བྱེད་པའམ་  
དགོངས་པ་གནང་དགོས་མིན་དང་། དབུ་མཛད་གཞི་པ་དེ་ཀྱི་པར་གནས་  
སྤར་འོས་མིན་སོགས་བབས་གཞིགས་གྱིས་གནང་རྒྱ་དང་། དབུ་མཛད་ཀྱི་  
པ་ནི་དབུ་མཛད་གཞི་པ་བྱས་མྱོང་བ་ཞིག་དེས་པར་དགོས། དབུ་མཛད་ཀྱི་  
པ་ལོ་དུག་ནས་རིང་མཐའ་ལོ་བཅུ་ལྔ་པར་དང་གཞི་པ་ལོ་གསུམ་ནས་དུག་པར་  
ལས་འགན་འཁུར་བྱུང་ན་ལེགས་སྟུམ།

**ཞལ་དོ་དང་དག་སྐྱེལ་ནི།** ཚོས་བྲིམས་པ་ཡིན་པས་འདུལ་བའི་བཅས་

མཚམས་དང་དག་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་ལ་མཁས་ཤིང་བྲུགས་རྒྱུ་དྲང་ཞིང་  
སྤྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་དེས་པར་དགོས། དག་སྐྱེལ་ཟླ་དུག་ཅན་དང་ལོ་གཅིག་  
ཅན་གྱི་སྲོལ་གཉིས་ཡོད། ལོ་གཅིག་ལས་སྟག་དུས་ཚོད་རིང་ན་རང་གཞན་  
གཉིས་ཀས་འཆུམས་དཀའ་བས་སློབ་ལམ་ཉམས་རྒྱུ་འགོ་ཉེན་ཆེ། མཛད་  
འགན་ནི་བྲི་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་བྲིད་འོག་རྒྱུན་དུ་སློབ་ལམ་ཀུན་སྦྱོར་ལ་དག་ཐེར་  
དང་སྟག་པར་ཚོགས་དང་ཚོས་རའི་ཚོགས་ཚོད་དང་གྲོལ་ཚོད། ཚོད་བྲུ་དང་  
སློབ་གཉེར་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་བའོ། ཚོད་རྒྱུགས་དང་འདོན་རྒྱུགས་བཞེས་རྒྱ།  
སྦྱོར་རྒྱུངས་དང་དཔེ་ལྟ། དཔེ་བྲིད་བཅས་ལ་ཉིང་བསྐྱེལ། གསར་པ་རྣམས་  
ལ་སློབ་སློབ་པའི་སློབ་དཔོན་དང་གནས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་བྱེད་བྱུང་བའི་དག་ཀྱི་རེ་  
སྦྱོར་རྒྱ། བྲུ་ཤག་ནང་དང་སློབ་སྤྱི་ནང་གི་སློབ་ལམ་ཀུན་སྦྱོར་ལ་སློབ་ལྷན་དབུང་  
གསུམ་གྱི་སློབ་སྤྱོད་པ་ཚོར་གཅོད་བཟང་པོ་རྗེས་འཛིན་གྱིས་དག་ཐེར་རང་བོན་  
མེད་པར་མཛད་དགོས། རྩ་མོའི་ལུགས་ལྟར་མཁན་པོ་དང་དག་སྐྱེལ་ནས་བྲུ་



ཚང་གི་འདུ་སྐྱོད་དང་ཚབ་སྲིད་སྐྱོར་བཀོད་ཀྱི་འགན་ཁུངས་མེད་པའོ། ལས་དོན་གང་  
ཡིན་ཡང་རྒྱ་ལས་སྐྱོད་དང་དགོན་པའི་འཛིན་སྐྱོང་ཁང་གཉིས་ཀྱི་ལས་འགན་ལྔ་ལྔ་  
ཤེས་ཉན་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོས་བསྐྱར་གྱིས་མཐུན་ལམ་ཡོང་བའི་ལས་འགན་ལྔ་  
འབད་པ་སྟོན་མེད་དེས་པར་གནང་གུ་གཤམ་ཆེ།

ཚབ་རིལ་ནས་སྤུར་བྱུང་བའི་གྲོན་པ་འདི་མིག་ལམ་དུ་མི་མངོས་པས་དེའི་  
ཚབ་དུ་གཟུགས་འབྲུག་ཙམ་ཞིག་གྲོན་ན་དགོ་འདུན་པ་ཀུན་ཆ་ལུགས་མཐུན་པས་  
མངོས། ཁྱིམ་དང་མཁན་པོ་དགོ་སྐྱུལ་དབུ་མངོན་སྲིད་ཚབ་དང་ཁྱིམ་ཚོགས་  
ཀྱི་ཡོང་སྐྱོ་ཡོངས་རྒྱུ་གཞུང་ལ་འབབ་གུ་དང་གཞུང་ནས་ཁོང་ཚོར་སྐྱུལ་  
འཕར་བྱུངས་ཚད་དེས་བཟུང་ཅན་རེ་གནང་ན་དགོ་མཚན་ཡོད་མེད་གཞིགས་  
ཞིབ་མངོན།

**ལྔ་པ། གནད་སའི་འཛིན་སྐྱོང་གྲེང་སྤངས་སྐྱོར།** རྒྱ་གར་ནང་གི་གནད་  
སའི་གསུམ་གྱི་མངོན་ལམ་དུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་བསྐྱར་བཅོས་སོང་  
བ་དཔེ་མཚོན་ཙམ་དུ་ལྷན་ཞུ། མཁན་པོ་ལམ་ཁྱིམ་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་ཚོགས་ཆེན་  
དང་གྲྭ་ཚང་གི་ལས་སྐྱོར་མཐུན་པའི་སྐྱོན་ལམ་ཀུན་སྐྱོད་འཆད་ཉན་སྐྱོབ་གཉེར་  
སོགས་ཚོས་སྐྱོགས་ཀྱི་གནང་སྐྱོ་གང་ཡོད་ལ་བཀོད་ཀྱི་འགན་དང་ཚད་འཛིན་སོགས་  
ཀྱི་འགན་དབང་གཙོ་བོར་མངོན་པ་མ་གཏོགས་མཁན་པོ་དང་དགོ་སྐྱུལ་སོགས་  
ནས་གྲྭ་ཚང་གི་འདུ་སྐྱོ་སོགས་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཐོག་ལ་བཀོད་ཀྱི་འགན་དང་དབང་འཛིན་  
གནང་གི་མེད། གནད་སའི་འཛིན་སྐྱོང་གྲེང་སྤངས་མངོན་ཁང་ལ་འཛིན་  
སྐྱོང་ཁང་ནས་གནད་སའི་འཛིན་སྐྱོང་གྲེང་སྤངས་སྐྱོན་དང་འདུ་སྐྱོ་སོགས་དཔལ་འབྱོར་དང་

འབྲེལ་བའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་དང་ལས་སྡེ་མ་ཡིན་པའི་ལས་  
 གྲུབ་གཞན། དཔེར་ན། རྒྱ་གཉེར་དང་དྲུང་ཡིག་ ཕྱིས་པ། སློབ་གྲྭ་དང་  
 བཟོ་གྲུའི་ལས་ཀྱི་དུས་ལས་ཀྱི་དང་གང་དགོས་བསྐྱོ་བཞག་གྲུབ། འགྲོ་སྲིད་  
 ཡོངས་རྫོགས་ཕྱིས་ཞིབ། འཆར་གཞི་བཟོ་འགོད། ལག་ཤེས་བཟོ་གྲྭ་སོགས་  
 དཔལ་འབྱོར་དང་དགོར་ཟས་ཀྱི་འདུ་སྐྱོ་གང་ཡོད་སློབ་གྲྭ་དང་བཟོ་གྲུའི་འཛིན་  
 སྐྱོང་སོགས་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཐད་ཀར་བཀོད་བྱུང་གནང་གི་ཡོད། ལས་  
 ཀའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ལ་དཔགས་ཏེ་ཕྱག་མཛོད་མང་ཉུང་གང་དགོས་དང་ལས་  
 ཡུན་བཅས་གཏན་འབེབས་གྲུབ། ཕྱག་མཛོད་རྣམས་དེར་དུས་ཀྱི་ལྷགས་ལྟར་  
 གྲྭ་མང་གི་འོས་བསྐྱེའི་ལམ་ནས་འདེམས་བསྐྱོ་གྲུབ། ཕྱག་མཛོད་ཀྱིས་གཙོས་  
 ལས་ཀྱི་དང་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་དང་གྲྭ་མང་ཡོངས་རྫོགས་ལས་སྐྱེའི་སྐྱོགས་འོག་  
 དུ་གནས་དགོས་པ་ཡིན། ལས་སྡེ་རྣམས་སྤར་སྲོལ་གྱི་ལྷགས་ཉིང་ལྟར་བསྐྱོ་  
 བཞག་གྲུབ། གནད་སའི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཐག་གཅོད་དགོས་རིགས་ནམ་ཤུང་  
 གི་སྐབས་སོ་སོར་མཁན་པོ་བྲི་བ་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་ལས་སྡེ་རྣམས་དང་ཕྱག་  
 མཛོད་ཁང་གི་ལས་ཀྱི་རྣམས་ལྷན་འཛོམས་ཐོག་མང་མོས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་  
 གནང་སྲོལ་ཡོད། དེ་ལྟར་སྡེ་ཆེན་གཉིས་སུ་དབྱེ་དགོས་དོན་ནི་ཆོས་སྐྱོད་དང་  
 འཛིན་སྐྱོང་སྐྱོགས་ཀྱི་ཉམས་སྐྱོང་རིགས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ལས་དོན་མ་  
 འདྲས་པ་དང་ལས་དོན་སྐྱོར་ཐག་གཅོད་མ་ཞོར་བ་ཡོང་བ་སོགས་སྐྱོགས་གཉིས་  
 ཀའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཐོག་ཡན་རྒྱབས་ཆེ་བ་ལོང་སུམ་ཅུ་ལྷག་གི་ཉམས་སྐྱོང་བསགས་  
 ཡོད་སྐབས་མིག་དཔེར་ལེན་འོས་པ་མེ་མེད་དམ་སྙམ།



རྒྱུ་ལྟོངས་དཀའ་བ་ཞིག་རེད། སོ་སོའི་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་འདུ་སྐྱའི་  
དཔལ་འབྱོར་རྒྱུ་ཡང་རྒྱ་ཐིགས་བསགས་པའི་རྒྱ་མཚོའི་དཔེ་བཞིན་དང་པོ་  
ནས་འཆར་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་བཀོད་དེ་ད་ལྟ་བུ་གྲྭ་སྐྱིག་མཛད་རན་སྟུམ་ལགས།  
དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཆར་གཞི་བརྟན་པོ་མེད་ཚེ་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་འབྱོར་  
ཞིག་ཏུ་འགོ་བཞུགས་པ་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་ལགས།

**བདུན་པ།** དཔེར་ན་གྲུ་ཚང་གི་མཁན་པོ་དང་སྐྱ་ཚབ་ལྟ་བུ་སོགས་གྲུ་ཚང་  
གི་མཚན་སྟུན་ཐོག་ནས་དཀོར་བའི་གྱི་འདུ་སྐྱའི་ཡོད་པའི་རིགས་ཀྱིས་དཀོར་བའི་  
སྐྱ་ཚམ་རང་དོར་མ་འབྲུར་བར་རྒྱ་དངོས་གང་ཡོད་སྐྱི་སར་སྐྱུངས་ཏེ་ཅིས་ཞིབ་  
ལས་རྒྱ་འབྲས་འཕེར་ཞིང་གཞན་སེམས་དག་པ་ཞིག་གནང་དགོས། རང་རྒྱང་  
གང་དུ་གྱིས་སྐྱི་འཛོག་དང་མང་བསྐྱེད་སོགས་སྐྱི་རྗེས་བེད་སྐྱོད་མི་བྱེད་པར་གྲུ་  
ཚང་གི་འཛིན་སྐྱོང་ཁང་དང་བཀའ་བསྐྱུར་གནང་ནས་སྐྱི་ས་ཁོ་ནར་འབབ་བྱུབ་  
པ་ཞིག་མཛད་དགོས། དཀོར་བའི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་དགེ་འདུན་པའི་དཀོར་  
འདི་རྣམ་སྐྱེན་ལྟེ་བ་ལྷགས་ཤོང་མེ་སྐྱེ་འབར་བ་ལྟར་གསུངས་པ་མཁྱེན་གསལ་  
རེད། འབྲས་སྐྱུངས་སྐྱོ་སྐྱོང་རྒྱལ་དོང་མཁན་པོ་ལས་ཁུར་ནས་འབྲུར་སྐྱབས་  
མཚོད་འཕྲོའི་མར་ཉུང་དུ་ཞིག་ཞབས་ཞུ་ནས་སྐྱོག་ཏུ་གྲུ་ལག་ཏུ་འབྱོར་ཡོང་  
བ་མཁྱེན་སྐྱབས་ལམ་སེང་གྲུ་ཚང་གཞུང་ལ་སྐྱེར་འབྲུལ་ཞུས་བཅུག་པའི་རྣམ་  
ཐར་ཡོད། དེང་སྐྱབས་རང་རེའི་དགོན་སྡེ་རེ་བྱུང་ནང་སྐྱུལ་དང་མཁན་པོ།  
མཁན་བླུ་རེ་གཉིས་ནས་སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་དགོངས་དོན་ལ་གཅིགས་སུ་མི་མཛད་  
པར། རྒྱངས་འཁོར་དང་ཉ་དྲེལ་སོགས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་འགྲན་བསྐྱུར་སྐྱུས་ཚོས་

འབག་གྲོན་ནས་ཤོང་ཚོག་ལ་མདའ་རྒྱུགས་ཕུ་རྒྱུགས་བྱས་ཏེ་དགོར་ཟས་གང་  
 འཛོམས་ཀྱིས་ཁང་པ་རྒྱས་སྤོས་ཆེ་བ་དང་། བག་གི་དགོ་ཕུག་གྲུ་གཞིན་ཚོར་སྤོབ་  
 གཉེར་གྱི་ལམ་སྟོན་དང་ཚོས་མཐུན་གྱི་སྤོང་སྤངས་མི་མང་དེ་པར་སྤོམ་མི་ལུགས་  
 ངན་བསྐྱར་གསོས་ཀྱིས་ནང་ཟན་ལྟ་བུར་བཀོལ་སྤོང་གྱིས་སྤོང་བུ་གི་ཆེ་ཉམས་འཐོན་  
 ཐབས་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་གྱི་འཁོར་འདུ་བའི་ཐབས་ལ་མི་འབད་པར་འགྲུལ་བའི་  
 འཚང་ག་གང་ཆེ་དང་སྤྱོད་གསུང་བྱུགས་ཉེན་ལ་ཚོར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་གང་མང་  
 མངོས་དོམ་འཛོན་ཆས་གང་ལེགས་རྒྱན་དུ་དོམ་པ་འདི་དུས་རབས་གསར་བའི་  
 གཞིན་སྤོས་རྣམས་དད་ལོག་སྤོབ་པའི་རྒྱར་འགྲུར་མི་སྲིད་པ་མིན་པས་དུས་རབས་  
 འདིའི་ནང་འཚོམས་པ་ཞིག་ཨེ་ཡིན་མ་ཤེས་ལགས། དེས་ན་སྤོབ་དོན་དང་གཞན་  
 དོན་མང་དེ་པར་ཚོས་སྲིད་གང་ཐད་ནས་རྣམ་དཔྱོད་དང་འཛོན་ཐང་ཡོད་པ་ཞིག་  
 ལ་རང་རང་སྤོབ་གྱི་དོས་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་རྣམ་ཐར་གཙང་མ་ཕྱག་ཏུ་  
 བཞེས་ཏེ་གྲུ་རྒྱུང་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་མང་དུ་ནས་བཞུགས་ཐུབ་ན་དུས་རབས་  
 གསར་པ་འདིའི་ནང་མཚན་སྟོན་དང་གཟི་བརྗིད་ནམ་ཡང་ཉམས་མི་སྲིད།

**བརྒྱུད་པ།** གྲུ་ཚོང་གཞུང་ནས་དགོ་འདུན་པའི་འདུ་སྤོབ་དངུལ་ནས་གང་  
 མང་དགོ་འདུན་པའི་ཕྱག་ཏུ་འབྲུལ་ཐབས་གནང་བཞིན་པ་ཞིན་ཏུ་ལེགས། འོན་  
 ཀྱང་གཙོ་ཆེ་ཤོས་སྤོབ་གཉེར་པ་དང་གྲུ་རྒྱུང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཐོག་རྒྱན་དུ་པན་རྒྱ་  
 གལ་ཆེ་བས་སྤོབ་ལུགས་ལྟ་བུའི་སྤོབ་ཞིག་འཇུགས་ཐུབ་ན་མ་འོངས་པའི་དུས་ཚོད་  
 རིང་པོའི་ནང་ཞིན་ཏུ་པན་ཚུབས་ཆེ་སྟེ། སྤོབ་ལམ་ཆེན་མོའི་སྤོབ་ལུགས་ལྟ་བུར་  
 གྲུ་ཚོང་གཞུང་ལ་བཙོལ་འདུག་གི་ཡོད་སྟོན་མང་བ་དང་དགུན་ཚོས་ལྟ་བུའི་ནང་ཡོད་



ཕྱི་ལོ་ལྔ་པ་འཇམ་མཐོན་གྱི་མང་པོ་ཞིག་གཤམ་ས་འདིར་བཞུགས་ཡོད་སྐབས་རང་  
 རང་སོ་སོས་དང་དུ་གྲངས་ནས་འཁོས་དཔག་སྒྲིག་སྐྱོད་པའི་ཞབས་ཞུ་ཞིག་རྒྱུན་  
 ཏུ་མངོད་དགོས། དཔེར་ན། འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མངོད་མི་ཕྱབ་ནའང་འཛོན་  
 སྐྱོད་གི་ཚུལ་དཔྱད་ཡོད་མཁན་ཚོས་གཤམ་ས་འདིའི་འཛོན་སྐྱོད་གི་ལས་དོན་རྒྱག་  
 མངོད་དང་སྐྱོད་གཉེར་སོགས་འོས་བབས་ཀྱི་འགན་བཞེས་དགོས། སྐྱོད་ཚོགས་ཀྱི་  
 ར་ཤེས་མཁན་ཚོས་ལྷ་སྡེ་ཁག་གི་ནང་ཞབས་བཏན་པ་དང་གསོལ་ཁ་པ། སྐྱོད་  
 བྱི་སོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ། ཡི་གེ་འབྲི་སློབ་ལེགས་པོ་ཤེས་མཁན་ཚུལ་ལྟར་དཔེ་  
 རྒྱན་ཁང་གི་ལས་དོན་བྱེད་པ། ལག་རྩལ་ཅན་ཚོས་འདོད་མོས་བཞེན་ལྟ་བུ་  
 འདུར་བཟོ། ཚོམ་བཟོ། སློབ་བཟོ། ལྷ་བཟོ་སོགས་དང་། ལག་རྩལ་མེད་མཁན་  
 རྣམས་ནས་གྲུ་ཚང་གི་ཟ་ཁང་། མ་བུ་ལ། ང་མ། དཀོར་གཉེར། སྐྱོད་གི་གཙང་  
 སྒྲ་པ་དང་སྐྱོད་སྐྱོང་སོགས་སོ་སོའི་འཛོན་ཐང་ལ་དཔག་ས་པའི་ཞབས་ཞུ་གང་འོས་ཤིག་  
 ཡང་ནས་ཡང་དུ་མི་ཚེའི་རིང་ལྷན་དགའ་འདུན་པའི་དཀོར་བ་ལ་དབང་ཞིང་དཀོར་  
 སྐྱོབ་འདག་པའི་ཐབས་ལེགས་ཤོས་དང་མི་ཚེ་སྐོང་བུ་དུ་མ་སོང་བར་དོན་ལྡན་དུ་  
 འགྱུར་བ་འཕགས་པ་ལམ་རྒྱུང་བའི་རྣམ་ཐར་ལྟར་རེད། དེ་ལྟར་རང་གཞན་ཀུན་  
 རས་མཉམ་རུབ་མངོད་ན་གཤམ་ས་འདི་ཉིད་ཀྱང་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ཡར་རྒྱས་ཕུན་  
 སྐྱོང་ཚོགས་པ་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཡིང་བས་བཞུན་པའི་ཞབས་འདེགས་ཡིན་པར་  
 བཞེན་དགའ་སྐྱོད་དང་ཚོགས་གསོག་འདི་ལས་ལྷག་མེད་སྟེ།

**བཅུ་པ།** ཕྱི་ལོ་ལྔ་པ་འཇམ་མཐོན་གྱི་མང་པོ་ཞིག་གྱི་ཚོང་པ་སོགས་ནས་དཔལ་  
 འབྱོར་རྒྱས་ཐབས་ལ་སློབ་གང་ས་ནས་འབད་དགོས། སྐྱོད་ཉན་ཡིན་ནའང་བསམ་





ཞིག་ནས་གཞིགས་ཆོ་རྒྱལ་དུ་མ་སོང་བར་མཚོང་ཁོ་ན་ལས་མེད་པས་དེ་སྡོམ་བཞིན་གྱི་རྒྱུ་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཏུ་གནས་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སྟེ།

**བཏུ་གཅིག་པ།**

གདན་ས་འདིར་གྲུ་པ་ཆེས་མང་པོ་སྟོན་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་སྟབས་གཙང་སྒྲ་དང་འཕྲོད་བསྟེན་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་དེའི་ཆེད་ལས་བྱེད་གསར་བསྐྱོད་མཛད་ན་ལེགས། གཙང་སྒྲའི་ཆེད་དགོན་པའི་མཐར་ལྷགས་རི་དང་སྲོགས་དང་སྲོགས་མཚམས་སུ་སྒྲིལ་བའོ། མཚོན་གྱི་དུས་སུ་སྒྲིལ་གྱི་སྲོགས་ཡོད་ན་དགོན་པ་འདི་བྱིས་པ་དང་ཐག་ཤིན་ཏུ་ཉེ་དྲགས་པའི་སྒྲིལ་མང་པོ་སྡོམ་འགོག་བྱེད་པར་ཕན་སྟེ། དགོན་པའི་དཀྱིལ་གྱི་འགྲོ་ལམ་དེའང་དགོན་པའི་མཐའ་ཞིག་ལ་ཁ་བསྐྱར་གནང་བྱུང་བའོ་ལེགས། རྒྱུ་གསེབ་ཏུ་གཙང་སྒྲ་ཡོང་ཆེད་རྒྱུ་བར་ལ་གད་བདར་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་གསར་བསྐྱོད་མཛད་ནས་ཉིན་རྒྱུ་གད་བདར་བྱེད་དགོས། རྒྱུ་བར་གྱི་ཚུ་སྟེགས་ཤར་འགྲོ་བྱུང་པའི་ཚུ་ཡུར་གསར་བཟོ་དང་། རབ་བྱུང་ན་གྲུ་ཤག་མེ་མེ་དང་མ་མཐའ་གྲུ་ཤག་གསུམ་བཞི་གང་རུང་གི་ཐུན་མོང་ལ་གསང་སྡོད་སྲུས་ལེགས་མེ་དང་། ཚོན་རིག་གི་ལམ་ནས་བཏག་དཔུང་གིས་འཕྲུང་ཚུ་གང་བཟང་བ་ཞིག་གྲུ་ཤག་མེ་མེའམ་གྲུ་ཤག་འགའ་ཤས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ལ་སྟེགས་སྲུག་སྲོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་འཕྲུང་ཚུའི་གྲུ་སྟེགས་དེས་པར་དགོས། རྒྱུ་ནད་གིས་མཚོན་དེང་སྐབས་འགོ་ནད་རིགས་གསར་པ་མང་པོ་ཤར་བྱུང་བ་ལ་ཁ་བསྐྱར་གསར་བསྐྱོད་ལ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་འགོ་ནད་རིགས་ཡོད་མེད་བཏག་དཔུང་གིས་མཚམས་མཚམས་སུ་སྡོམ་འགོག་སྟོན་ཁབ་རྒྱག་རྒྱ་སྲོགས་སྡོད་མེད་གནང་མ་བྱུང་བའོ་འགོ་ནད་ཁབ་གདལ་

སོང་ན་སློབ་གཉེར་པ་མང་པོའི་སློབ་སློང་ལ་སློབ་ཆེན་པོ་འབྲུང་བར་མ་ཟད་ཆེ་  
སློབ་ལའང་གཞོན་སློབ་ཡིང་སྲིད་པས་ཞབས་བརྟན་བསྐྱུ་བ་ལྟ་གཤམ་ཆེ་ནའང་སྐྱེས་  
བཅོས་དང་གཙང་སྐྱ་འཕྲོད་བརྟེན་དེ་བས་ཀྱང་གཤམ་ཆེ། གྲུ་པ་ནད་པ་ཁོ་ནའི་  
ཆེད་སྐྱེས་པ་གྲུ་ཚང་ནས་སྐྱེས་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་ཕྱེན་གྱི་སྐྱིག་དགོས་པ་དང་། མ་  
དང་ཆག་དཀྱུ་མ་སོགས་སློབ་དུར་གྱི་ཕྱེན་ངན་ནམ་ལྟར་སྐྱབས་སོ་སོར་ལྷུར་སློབ་  
བྱེད་པའི་མཐུན་ཕྱེན་ཁག་སློབ་ཚུད་ནས་གྱི་སྐྱིག་གནང་དགོས། གྲུ་པ་ནད་པ་འགའ་  
ཤས་ཉལ་བྱུང་པའི་ནད་གསོ་ཁང་དང་ནད་གཡོག་བཅས་གྱི་སྐྱིག་མངོན་བྱུང་ན་  
ཤིན་ཏུ་ལེགས་སྐྱེ།

**བཅུ་གཉིས་པ།**

འདྲུགས་སྐྱེན་ཆེ་ཚུང་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་པོ་ཤས་ནས་  
བཞོ་བཅོས་བརྒྱབ་མི་དགོས་པའི་ཆོད་དང་འཆར་གཞི་ལྡན་པ་ཞིག་དང་པོ་ནས་  
གནང་གཤམ་ཆེ། ཁང་པའི་བཞོ་བཞོད་དང་ནང་གི་མཆོད་བཤམས། བྲིས་འབྲུར་  
གྱི་སྐྱུ་དང་རི་མོ། མཆོད་རྗེས་དང་འཆམ་ཆས་སོགས་དཔུས་གཙང་ཆོས་ཀྱི་  
འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་ལུགས་ལྟར་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལག་རྩལ་  
གྱི་མངོས་ཆོས་ལུན་སུ་མ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་ཞིང་ལག་ཤེས་ཀྱི་ཁུངས་གཏུགས་  
ས་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ལག་ཤེས་འདྲེས་མ་གཡལ་ལ་དངུལ་སྲུབ་  
དང་ཉ་སྐྱ་བརྒྱབ་ནས་མངོས་ངོམ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་ལྡན་ནམས་ཀྱི་སྐྱེན་ལམ་  
དུ་མི་མངོས། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སློབ་ལམ་བཞི་བོང་གི་ཁང་པ་ལྟ་བུ་ས་  
མཐོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱུང་དཀའ་བས་འདུལ་བ་ཡུལ་དུས་དང་བརྒྱན་དགོས་པར་  
གསུངས་པའི་དམིགས་བསལ་ཡིན་ནའང་ལུགས་རྙིང་ལྟར་མཆོད་ཁང་། ལག་

ལྡོག་ཁང་། ཉལ་ཁང་། འགྲུལ་ཁང་། ར་ཁང་། ཉ་ཁང་། ས་ཁང་སོགས་ཀྱི་  
 རྒྱས་སྐྱོམ་མི་དགོས་པར་རྒྱན་གྱི་དགོས་མཁོ་ཚང་ཞིང་ཤེལ་བྲ་སོགས་ཀྱི་དཀར་  
 ཆ་ཆེ་བ་དང་། ས་རྒྱུན་གྱིས་གཟུགས་ཁམས་ལ་མི་གནོད་ཅིང་འགྲོ་བརློད་བདེ་  
 བའི་ཁང་མིག་ག་ཚོད་དགོས་མིན་གཞུང་ནས་ཚད་འཛིན་གྱིས་འཆར་གཞིའི་མ་  
 དཔེ་ཞིག་གཏན་འཁེབས་མཛད་ན་ལེགས། གནས་སྐབས་སྤར་ཡོད་ཀྱི་ཤོག་སོགས་  
 ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་ཐབས་དཀའ་ནའང་མ་འོངས་པར་དགོན་པའི་ས་ཆ་གང་ཡོད་  
 ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་རྫོགས་རྒྱ་ཡིན་སྐབས་དགོན་པའི་གཞུང་ལ་དཔལ་འབྱོར་  
 རེ་བྱུང་ཆེ་གྲ་ཤོག་འཚོང་མཁན་ནམ་བུ་སྐབས་སོ་སོར་གཞུང་ནས་གྲ་ཤོག་ཉོས་  
 ཉེ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབས་ནས་སྤྱི་ཁང་གི་དོ་ཤོར་བསྐྱུར་གང་ཐུབ་མཛད་ན་རིམ་གྱིས་  
 ལེགས་བཅོས་མཛད་ཐུབ་སྟམ། དགོན་རྗེ་འགའ་ཤས་ཀྱི་ནང་ཁང་ས་པ་ཤུལ་  
 བྱ་འཛིན་ལྟར་ཁང་སའི་སྐོར་ཚོད་གྲང་ཡོང་བཞིན་པར་མ་ཟད་གྲ་ཤོག་རིན་གོང་  
 ཆེན་པོར་ཁོ་ཚོང་བྱེད་པ་དང་གྲ་རྒྱང་བརྟན་པ་འཛིན་མཁན་ཚོར་སྡོད་གནས་མི་  
 ཐོབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་འདི་མི་མཛེས། གྲ་ཤོག་ནང་གསང་སྟོན་དང་འཐུང་  
 རྒྱ་དགོས་གལ་ཆེ་ཞིང་མེ་ཉོག་འཇུགས་པ་སོགས་ཀྱི་མཛེས་ཚོས་དང་གཙང་སླ་  
 གལ་ཆེ། ཁང་པ་གཉིས་ཐོག་དང་ཤེལ་བྲ་སོགས་མི་འོས་པ་མེད། རིམ་བཞིན་  
 དབྱས་གཙང་གི་ལུགས་ལྟར་སྤྱི་ཁང་གང་མང་བཟོ་ཐབས་མཛད་ན་ལེགས།

**བརྒྱ་གསུམ་པ།** བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལག་རྩལ་དཔར་ཤིང་བཞོ་  
 རྒྱ་འདི་ཉམས་གསོ་གང་ཐུབ་བྱས་ན་ལེགས། དཔེར་ན་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལྟ་བུའི་  
 དཔེ་རྒྱན་མོད་པའི་རིགས་ལྟ་བུ་བསྐྱུར་བཞོ་མི་བྱེད་པར། དཔེ་རྒྱན་ཤིན་ཏུ་དཀོན་

པའི་རིགས་དང་རང་རེའི་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ཚོམ་ལག་དྲུ་གང་འབྱོར་  
ཐམས་ཅད། དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ཕྱག་དཔེ་སོགས་དཔེ་རྒྱན་གནང་དགོས། དེང་  
དུས་རིག་གསར་གྱི་དཔར་རྒྱན་གྱི་དུས་རྒྱུ་ཚོགས་ཡོད་པའི་འཕུལ་ཆས་རྣམས་  
ཀྱི་ལག་ལེན་གྲ་གཞིན་འགའ་ཤས་ལ་སློབ་དུ་བཅུག་ནས་ལྷགས་གསར་རྙིང་གཉིས་  
ཀ་ལྡན་པའི་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ཆེ་བ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་གྲིས་འབྲུར་གྱི་རྩ་བའོ་ཁང་  
དང་ཆོམ་ཁང་སོགས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལག་རྩལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཟོ་གྲུ་  
རིགས་འགའ་ཤས་བཀོད་བསྐྱགས་གནང་བུ་བཟོ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གོང་འཕེལ་  
དང་དཔལ་འབྱོར་འདྲུ་འགོད་གཉིས་ཀར་ཕན་རྒྱབས་ཆེ་སྟེ། གཞན་ཡང་དགོན་  
པའི་ནང་དགོས་མཁོ་ཀུན་ཚང་བའི་དཔེ་ཚོང་ཁང་། མདོག་ལེགས་པའི་རས་ཆའི་  
རིགས་ཀྱི་ཚོང་ཁང་། མར་དང་རྩམ་ཕུར་འབྲས་དང་གོ་ཞིབ། ལྷུ་དང་ཚོད་  
མ་སོགས་རྒྱན་གྱི་དགོས་མཁོ་འཕྲོ་ཟས་རིགས་སྲུས་ལེགས་ཀྱི་ཚོང་ཁང་། བོད་ཟས་  
དང་རྒྱ་ཟས་སླེ་འཛོམས་ཡོད་པའི་བཟོ་ཁང་། གྲ་རྒྱང་ཚོར་མེ་ཤིང་གི་དཀའ་ངལ་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཤིང་གཉེར་བསྐྱོ་བཞག་གིས་མེ་ཤིང་གི་ཚོང་ཁང་བཅས་བཀོད་  
བསྐྱགས་གནང་བུ་བཟོ་སྐྱེར་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་སྟེ་མ་པ་བཅས་དུན་  
གསའི་ཚུལ་དུ་ལྷུས་པ་ཡིན། བོད་ནང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་དང་ད་ལྟོ་  
སྲིད་དབང་གི་འགྲོ་ལུགས་སོགས་ཐག་རིང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ནས་རི་བཞིན་ཤེས་  
རྟོགས་དཀའ་བས་གོང་གསལ་དོན་ཚན་རྣམས་འོས་བབས་མཆིས་མེན་དང་རན་  
པ་ཞིག་ཡིན་མེན་མ་ཤེས་ཀྱང་། རྒྱ་སྲོལ་གང་ཡོད་ལེགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་  
པ་མེད་པས་ལྷན་སྐྱེད་མཁུགས་བརྒྱུད་གིས་ལྷ་ཚུགས་མི་མཛད་པར་སྐྱགས་དོར་

བཅུད་ལེན་གྱིས་ལེགས་བཅོས་གནང་རྒྱལ་ལ་ཆེ་སྟེ། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་རྗེས་སུ་  
མཚམས་འདིར་འཇམ་སྐྱིད་གི་ས་སྤྲོད་སྐབས་གང་སར་འགྱུར་བ་སློབ་ཡུལ་ལས་འདས་  
པ་ཞིག་འགོ་བཙུག་པའི་སྐབས་འདིར། རང་རང་སེ་སེའི་ངོས་ནས་ལེགས་བཅོས་  
གྱིས་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བརྟུན་ནས་གོམ་པ་མདུན་སྤོས་མ་ཐུབ་ཆེ་རྗེས་ལུས་  
ཐེབས་རྒྱ་ཉག་གཅིག་ལས་མེད། དེས་ན་དགོན་པའི་མཚན་སྟན་གཟི་བརྟན་གྱི་དང་  
རིམ་བཞིན་སྟེ་ཟད་གྱི་མར་མེ་ལྟ་བུར་འགྱུར་གྱིན་དམ་སྟེ་པའི་སེམས་ལ་ཚོར་  
སྣང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་པར་བརྟེན་རྒྱུ་དང་སྤོན་འགོག་གི་ཐབས་ཤེས་གང་  
དགོས་དུ་སྟེ་ནས་མཇུག་དེ་དུས་རབས་གསར་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་སྟེན་དུ་གོམ་པ་  
མཉམ་སྦྲོ་བྱུང་བ་བྱུང་ཆེ་གཟི་བརྟན་ནས་ཡང་ཉམས་མི་སྲིད་པའི་གདེང་ཚོད་འདུག་  
པ་བཅས་གཞིན་སྐྱུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་སྐྱུལ་བ་ལགས་ན། ཚེངས་པའི་དབང་གིས་ལྷ་  
མི་འོས་པའི་ཐལ་ཆ་སོང་བ་གང་ཡོད་ལ་བཟོད་གསོལ་མཇུག་པར་ལྷ།

# ༄༅། ཏུག་ཏུ་གན་ པའི་རེ་འདུན།

བཅའ་ཡིག་གི་ཟུར་འདེབས།

མངོན་པ་པོ།

ཡ་སྐབས་རྗེ་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་མོ་བཟང་བཞུན་འཛིན།

པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་སྐྱལ་ལོའི་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༥།



# ༄༅། རྒྱལ་མཚན་པོ་འདི་ལ་འདུན་ཞེས་བྱ་བ།

སློབ་བརྒྱུད་རྣམས་ལ་གདམས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བ་ཅའ་ཡིག་བྱུང་འདེབས།

༄༅། རོང་ཆེན་བརྟན་པའི་སློབ་མེ་ཀའི་སྐྱེས་ལྷན་རིམ་བྱོན་གྱི་གདན་སའི་གཙོ་  
བོད་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་འདུ་བའི་གནས་མཚོག་སྟག་ཚང་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོའི་གནས་  
མདུན་སློབ་སྦྱང་དགོ་ལྡན་བཀའ་ལྷན་འབྲེལ་གྱིས་གཙོས་ལས་དང་སློབ་ལམ་བཟང་  
པོས་འབྲེལ་བའི་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་དགོ་འདུན་པའི་འདུས་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་  
དབང་དམ་པར་གསོལ་རྒྱུར།

ལོ་གས་སློབ་སྦྱོང་གས་ལམ་ཀུན་སྦྱོང་སློབ་ལས་བརྩམས་པའི་སྟན་སློབ་དོན་  
ཚན་བརྒྱ་གསུམ་ཅན་ཞིག་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤུལ་བར། ལྗེས་པོའི་  
བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེར་སེམས་པའི་སྟག་བསམ་ལ་བྱུགས་དཀྱུས་ཆེན་པོས་ཕྱིས་  
མཐོང་མཛད་དེ་ལམ་སེང་སྦྱོང་གས་ལམ་ལ་དག་ཐེར་དང་ལེགས་བཅོས་གནང་།  
སྟག་པར་ངོས་དང་འབྲེལ་ཡོད་མེད་ལ་མ་གཟེགས་པར་ཚོགས་སྡེ་ཆེ་ཆུང་མང་  
པོ་ཞིག་གིས་སྤྱི་པའི་ཐོག་ནས་དམར་ཟས་སྤངས་པས་སེམས་ཅན་སློབ་པུག་  
མང་པོར་མི་འདྲིགས་པ་སྐྱབས་ཀྱི་སྦྱོན་པ་གནང་བས་དཔེ་བཟང་ཅན་གྱི་མཚན་  
སྟན་སྦྱོང་གས་བརྒྱུར་བྱུང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ལ་  
དགུང་དུ་འདེགས་པའི་མཛད་བཟང་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཞིག་བསྐྱབས་བྱུང་བར་རྗེས་སུ་  
ཡི་རང་དང་བསྐྱབས་བརྗོད་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད།



དེའི་རྗེས་སུ་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་གནང་སྟངས་སྐོར་དེང་དུས་དང་  
 མཐུན་པའི་འགྲུར་བ་གཏོང་སྤྱོད་ལས་ཐད་དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་ཅན་ཞིག་ཕྱུལ་བ་  
 ལའང་སྐར་བཞིན་དགོངས་པ་ཆེར་བཞེས་ཀྱིས་ལེགས་བཅོས་འབྲེལ་དུ་གནང་བྱུང་  
 པ་ཁག་ལྷག་ལེན་དུ་བསྟར་བས་རང་ཅག་སྐྱོབ་ཀྱི་དམ་ཚིག་ལ་ཀྱང་དང་ལྷག་བསམ་  
 ལ་གདེང་འཛིན་ཆེན་པོ་མཛད་ནས་དོན་འབྲས་མི་དམན་པ་ཞིག་མིག་མཐོང་ལག་  
 ཟེན་བྱུང་བས། སྐར་ཡང་ཕྱན་གྱི་ལྷག་བསམ་དང་དགའ་སྟོབས་གོང་མཐོར་  
 འཕེལ་བའི་རྒྱར་སོང་བར་བརྟེན། ད་ལམ་ཡང་བཅའ་ཡིག་གི་ལྷན་ཐབས་ལྟ་བུར་  
 ལྷུག་ལས་མགོན་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཚང་གི་གསུང་ལས་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་  
 ཁག་སྤྱོད་ལས་བསྐྱེད་ལས་ཀྱིས་དོན་ཚན་བཅུ་གསུམ་དུ་བསྟུས་ནས་འབྲེལ་དགོས་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི།

རྗེ་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཚང་གི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་དང་བསྐྱེད་བྱ་ཁག་ ལྷག་  
 ཚང་དཔལ་གྱི་རྩ་མོའི་གསང་སྟགས་རྒྱུད་པ་བྱ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་ནོར་བུའི་སྤྱོད་  
 བ་དང་ལྷག་ཚང་དཔལ་གྱི་རྩ་མོ་དགེ་རྣམ་བཀའ་ལྷོ་ལེས་འབྲེལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་ ལྷག་  
 ཚང་རྩ་མོའི་མཚན་ཉིད་བྱ་ཚང་སློབ་གསལ་སྤྱིང་གི་ཚོད་བུའི་བཅའ་ཡིག་ ཀྱུ་  
 ལ་འི་ཀའི་ལེ་མ་དགོན་བཀའ་ལྷོ་ལེས་རྩུན་གྱུ་བསྐྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་རྩ་པ་ཀའི་  
 དགོན་གསར་དགེ་རྣམ་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་ རོར་གཙང་ཀའི་  
 དགོན་གསར་དགེ་རྣམ་བཅུ་པ་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་རྒྱལ་འོང་  
 ཚོ་བདུན་ཀའི་དགོན་བཀའ་ལྷོ་ལེས་ཚོས་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་ དབེན་གནས་བཀའ་  
 ལེས་དགེ་འཕེལ་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་ལྷག་ཚང་རྩ་མོའི་པར་རྟོན་པའི་བཅའ་

ཡིག་སོགས་ཡིག་ཆ་ཁག་ལ་ཞིབ་ཏུ་མངཉ་པ་པོའི་སྐབས། རྗེ་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་  
 ཚང་གིས་སློབ་རྒྱུ་ཡོངས་ལ་གདམས་པའི་བསྐབ་བྱ་རྣམས་ནི། གལ་འགངས་  
 ཚེ་ཞིང་དེང་དུས་དང་མཐུན་པའི་གསུང་བཀོད། སྤྲོགས་ཡོངས་ནས་མ་ཚང་བ་  
 མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལ་དོ་སྣང་ཆེར་མེད་པར་གསུང་འདུམ་མཚོན་བཤམ་ནང་  
 ཅིག་པོའི་ཁྲོད་དུ་ལུས་ཆེ་སློབ་སྟོན་གནང་བའི་དགོས་པ་ཆེར་མ་གྲུབ་སྟམ་པའི་ཕངས་  
 སེམས་ཀྱིས་བསྐབ་བྱ་རྣམས་དཀྱུས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེགས་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་  
 གཞེགས་བྱུང་ན་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་འབྱུང་གིས་སྟམ་པའི་ཀུན་སློང་གི་རྒྱུན་  
 ཀྱིས་བསྐྱུལ་བ་དང་། དེ་སྟོན་གོས་ཆེན་ཐོག་བྱིས་པའི་བཅའ་ཡིག་གི་མགོ་རྩ་མཚོན་  
 བརྗོད་སྐུམ་ཀང་ཅན། མངུག་ཏུ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ཚོས་སྐྱུང་གི་སྐྱུ་འདྲ། བཀའ་  
 ཐམ་བཅས་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་རྗེ་ག་ཉམས་ལྡན་པ་དེ་ཚོ་དག་བསྐྱུལ་སོ་སོའི་ཅིས་  
 སློང་གི་ཁོངས་སུ་རྩ་ཆེར་བཟུང་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་སློབ་བྱུང་བའི་གོ་སྐབས་ཆེས་  
 ཉུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད། སློབ་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཚོས་ཐོག་སོ་སོའི་ཉིན་གྲངས་དང་  
 ཉིན་རེའི་བྱེད་སློབ་ཕལ་པ་ཁག་ལ་དོ་སྣང་ཆེ་ཅོམ་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་མགོ་མངུག་  
 ཏུ་འཁོད་པའི་གལ་ཆེ་བའི་ལམ་སྟོན་གྱི་བསྐབ་བྱ་ཁག་ལ་དེ་ཅོམ་གྱི་དོ་སྣང་མེད་  
 པར་འཚོམས་ལུས་སུ་འགོ་བཞེན་པ་ལྟ་བུའི་སྣང་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་ཤར་བར་བརྟེན་  
 གཞེགས་བདེའི་ཆེད་དེ་དག་ཏུ་འཁོད་པའི་བསྐབ་བྱ་རྣམས་དཀྱུས་གཅིག་ཏུ་བཀོད།  
 ལེ་ཚན་སོ་སོར་འབྲེལ་ཡོད་རྗེ་གྲང་ཐང་པའི་གསུང་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཚུལ་གྱི་བསྐབ་  
 བྱའི་ཚོགས་བཅུད་དང་སྤྲན་གྱི་བསམ་ཚུལ་འགའ་རེ་ཁ་སྟོན་གྱིས་སྤྲོགས་བསྐྱེགས་  
 བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ནང་དོན་འགའ་ཤས་ལ་གཉིས་བསྐྱོས། ཚོག་མཚམས་

གོང་ལོག་མ་འབྲེལ་བ་དང་། སྐབས་འགར་མ་གུས་པ་ལྟ་བུའི་ཚིག་རྒྱུ་བ་མོ་དང་  
ཚིག་དམར་རྗེན་དུ་ཐོན་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡོད་ནའང་ཀུན་སྲོང་ནམ་པར་དག་པས་  
སེམས་གཏིང་ནས་ཐོན་པའི་རང་སྒྲུ། ཏུག་རྒྱུ་མཉམ་པོའི་རེ་འདུན་གྱི་ཁ་ཏ་བསྐྱབ་  
བྱ་ཞིག་ཡིན་པས་ལྷ་སྲོལ་ནང་དུ་ཚིག་ལས་དོན་གཅོ་ཆེ་བར་བརྒྱུད་ནས་སྐྱོན་དེ་  
དག་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་མེད།

བསྐྱབ་བྱ་འདི་དག་གི་ནང་དོན་རྗེས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ན། བོད་གངས་ཅན་  
གྱི་སྲོང་ས་སུ་བྱོན་ཟེན་པའི་བསྐྱུན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ནམས་དང་། ད་  
ལྟ་བུ་ལྟན་འགྲོའི་མཛད་འགན་ཕྲག་པར་བཞེས་བཞེན་པའི་བསྐྱུན་པའི་སྲོག་  
ཤིང་དམ་པ་ནམས་དང་། མ་འོངས་པ་ན་འབྱོན་པར་འགྱུར་བའི་བསྐྱུན་པའི་  
རྩ་ལག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོངས་པ་གཅིག་དང་མགོན་གཅིག་དབྱེངས་གཅིག་  
གིས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གདམས་ངག་འདི་དག་གི་ནང་དོན་དང་སྲ་སྲིའི་  
བཀའ་སློབ་ཁག་བསྐྱུར་ན་གསལ་པོར་མཁྱེན་ཐུབ།

དེས་ན་སྤྱི་གསལ་དོར་བཅུད་ལེན་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་སུ་བཤད་སྲོལ་ཡོད་  
པ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོད་པ་བསྐྱུས་འདིའི་ནང་དོན་ལག་ལེན་དུ་འཁེལ་ཐུབ་པའི་  
ལེགས་ཆ་གང་ཡོད་ལམ་སང་ཕྱག་ལེན་དུ་བསྐྱར། གལ་སྲིད་དགོངས་པར་མི་  
འདུ་མཁན་གྱི་རིགས་ལ་བཅོན་བསྐྱུལ་མཛད་ན་དགོས་པ་ཆེར་མི་འགྱུབ་པས་  
གནས་སྐབས་རང་བབས་སུ་བཞག་ལྟེ་ཚོས་སྤྱོད་པ་གྱི་བསམ་སྲོའི་གནས་ཆད་  
གོང་མཐོར་སོང་བའམ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བྱེའི་གནས་སྤངས་མཁྱེན་པའི་སློ་གྲོས་  
ཀྱི་རྩལ་རྒྱས་པའི་མཚམས་སུ་ཁོང་ཚོའི་བསམ་ཚུལ་ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་སྲིད་པས་

དེ་དུས་ལེགས་བཅོས་མཛད་དགོས།

འདིའི་ནང་དོན་ནི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཁོ་མོ་གཏོགས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་  
དྲི་ཚམ་ཡང་གོས་མེད་པས་དུས་ཚོད་ལ་ཁག་འདོགས་ཀྱིས་ལེགས་པའི་སྤྱོད་ལ་  
བཀག་འགོག་མཛད་མི་འོས་ཤིང་སྤྱོད་ལ་རིམ་འབྲེལ་གྱི་ཀུན་སྲོད་གིས་མ་  
བསྟན་པར་སློབ་ལྟུང་བར་གནས་པའི་སློབ་ལ་དབྱེད་པ་ཞིབ་མོར་མཛད་ཀྱི་གལ་ཆེ།

མདོར་བསྡུ་ན། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པ་འདིར་སྐྱེ་འགྲོའི་བདེ་སྲིད་  
འཕེལ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་ཞི་བདེར་གནས་དགོས། དེ་  
ཡང་བྱམས་སྲིད་རྗེ་ལྷན་ཞིང་ཕན་ཚུན་བརྩེ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་འཇུགས་  
སྐྱུན་བྱེད་པ་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་  
འཆེ་མེད་ཞི་བའི་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཉིད་འཛོན་ཅིང་སྲེལ་བར་བྱེད་པའི་བརྟན་པ་  
རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་སྤྱོད་ལ་དུས་གནས་སྐབས་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ལ་རག་  
ལས། དེ་ཡང་བརྟན་འཛོན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་འདུས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་  
ཞིག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ནའང་དུས་ངན་སྤྱོད་མའི་མཐར་སྐྱབས་པའི་དབང་  
གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྲོད་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་  
དགོངས་པ་དང་མི་མཐུན་ཞིང་དགེ་ཚུལ་སྲོལ་གི་ཉམས་ཅོམ་འཛོན་པ་དེར་སྐབས་  
རྗེ་མང་དུ་འཕེལ་བ་དེ་ཅོམ་གྱིས་བརྟན་པར་ཕན་པ་ལས་གཞོད་ཆབས་ཆེ་བའང་  
ཡོང་སྲིད་པས། རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེར་གཙོ་བོའི་སློབ་པའི་རྗེས་འཇུག་  
གི་མིང་ཅན་རང་ཅག་ཀུན་ལུགས་མཐུན་སྦྲིམས་གཙང་བའི་དོས་ནས་དགེ་འདུན་  
པའི་འདུས་སྡེ་གང་ན་ཅི་ཡོད་ནམས་ཀྱི་སྤྱིའི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྲོད། ནང་སེམས་

ཀྱི་འབྲེལ་སོ་ལ་ཚོས་མེད་ལོག་པར་སྐྱེ་བ་ཞིག་གིས་བརྟུན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་མིའི་  
ལུགས་ཀྱི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་ལྡན་ལ། ལུག་བྱ་བའི་འོས་དང་དད་པའི་ཡུལ་དུ་  
གྱུར་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བྱུང་བའི་ཆེད་སློབ་གསུམ་གྱི་རྣམས་པ་ཡོད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུ་ལ་ནས་  
འབད་དགོས་པ་དང་ཚོ་ལ་སྐྱེས་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲི་བའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་  
ལ་སྐྱེས་ཀྱི་ཀུན་གཟིགས་སློབ་ཟུང་འཕྲིན་ལས་ཚང་གིས་གསུངས་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་  
གདམས་ངག་བརྗོད་དུ་ཕངས་པ་རྣམས་འདིར་དཀྱུས་གཅིག་ཏུ་འགོད་པ་ལ།

**༡༥ རོང་ཆེན་བརྟན་པའི་སྟོན་མའི་སྐྱེས་སྟོབས་རིམ་ཕྱོད་གྱི་གདན་ས་གོང་འོག་  
གིས་གཙོས་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་རྣམས་སུ་འདུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་རི་  
ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཤིང་།**

རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ནི། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་བར་ཆད་ཀུན་དང་བྲལ་  
བ་མཁའ་སློབ་ཚད་ལྡན་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། ར་ཚོད་དང་བརྟུན་ཏེ་དགེ་  
ཚུལ་སློང་གང་རུང་གི་སྟོམ་པ་འོད་པ། རང་དང་འབྲེལ་ཡོད་མེད་ལ་མ་  
སྟོས་པར་དགོན་སྡེ་གཞན་ནས་གནས་དབྱུང་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་ཁ་སྐྱོས་ངན་  
པ་ཕོག་པ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས།

བསྐྱབ་པ་བླངས་པ་ཙམ་དུ་བཞག་སྟེ་རྟེན་པ་ཁོ་ན་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི།  
བྱིས་པ་དང་གོས་ཀྱི་བྱུང་ཚམ་ལས་མ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་མི་རུང་། ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་མ། བརྟན་པའི་རྩ་བ། རྟོན་པའི་གདུང་འཚོ་བ། སོ་  
སོར་ཐར་པའི་བསྐྱབ་བྱིས་པ་རྣམས་པར་དག་པ་སྤྱང་བ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་དུ་  
མཇོང་མཁའ་ཞིག་དགོས། དགེ་སློང་ལ་ཕམ་པ་ ལྷག་མ། ལྷུང་བྱེད། སོར་

བཤགས། ཉེས་བྱས་ཉེ་སྤྲོ་ལྡོ་དང་། དག་ཚུལ་ལ་སྒྲུངས་འདས་སོ་དུག་སོགས་  
སྤྲོ་དང་གཞིས་བརྟུས་པའི་བཅས་མཚམས་མཐའ་དག་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྤྲོག་  
དང་མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་སྤྲོ་ཞིང་། བརྒྱ་ལ་རྩུང་ཟད་འདས་ཀྱང་སྤྲོར་བཅོས་  
ཚུལ་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པ་བཞིན་དུ་མངོད།

ལྟུང་པར་དུ་ཕམ་པ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བས་གོས་ན་སྤྲོ་པ་གཏོང་བས་  
སྤྲོ་སྒྲུབ་དུ་མེད་པས་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་དགོན་སྤྲོ་གང་དུ་འང་འདུག་  
མི་རུང་། ཆང་ནི་ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་སྤྲོ་འདྲེན། ཚུ་ཚེའི་བརྟུང་བ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་  
སྤྲོན་པའི་ཉན་ཐོས་སུ་མི་རུང་བར་གསུངས། མི་ཚངས་པར་སྤྲོད་པ་དང་། མ་  
བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། མི་གསོད་པ་དང་། མི་ཚོས་གྲུ་མའི་རྩུན་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་ཙམ་  
བ་བཞི། ཆང་དང་ལྡོ་པོ་འདིས་མཐོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་མེད་པའི་གཙང་སང་  
ངེ་བ་ཞིག་སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱུ་མེད་ན། སྤྲོར་ཡུལ་ཁམས་དེར་བརྟན་པ་དར་  
ཡོད་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟན་པ་སྤྲོས་ཅུབ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་། ས་ལམ་  
གྱི་ཡོན་ཏན་སྤྲོ་བའི་སྤོ་བཀག་སྤྲོ་སྤྲོ་མར་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་རྒྱག་བཟུལ་སྤྲོང་  
བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སྤྲོག་དང་བསྤོས་ཉེ་སྤྲོ་དགོས།

རྗེ་སྤོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་པས། སྤྲོ་བྲེག་དགོས་པ་ཐར་པ་བསྐྱབ་པ་སྤྲོ།  
གཞུང་ཡུགས་སྤྲོངས་པའི་དགོས་པ་ཉམས་ལེན་ཡིན། །ཉམས་ལེན་དགོས་དོན་  
སེམས་རྒྱུད་ཐུལ་བ་དགོས། །དགོས་དོན་དེ་གསུམ་སྤྲོང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཚོངས།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྲོ་འདིར་ཞུགས་པའི་རབ་དུ་བྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་ལས་སུ་བྱ་  
བ་ནི། ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་གནས་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བཤད་སྐབ་གཉིས་

གྱི་སྒྲོ་ནས་ཕྱག་རྗེས་བཞག་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་དོན་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ།

བརྟན་པ་ཞེས་པ་ཡང་གྲུ་པ་མང་པོ་རྟོན་གཅིག་དུ་འཛོགས་ནས་འདོན་  
ན་དབྱངས་གང་ལེགས་ཀྱི་འཛིན་ར་རླུབ་དུང་ཆེན་གྱི་རླུ་རྗེས་ཉམས་རྟོན་པ་  
ཙམ་དང་། རླུ་པོ་མང་པོའི་འདུ་ལོང་ཆེ་ཞིང་། རླུའི་ཆ་ལྷགས་མཛེས་པ།  
ལྟ་ཁང་དང་འདུ་ཁང་བརྗེད་ཉམས་རྟོན་ཞིང་སྒྲུ་གསུང་བྱུགས་རྟེན་མང་བ།  
བརྟན་བཀུར་དང་མང་པ། རླུ་བདག་དང་འབྲུལ་བ་མང་བ་ཙམ་ལ་མི་བེར་  
གྱི་དྭ་བརྟན་པའི་ཙམ་བ་འདུལ་བའི་བཅས་བྲིམས་གཙང་མ་ཡོད་པའི་དགེ་འདུན་  
པའི་སྟེ་གཞི་གསུམ་ཆོ་གའི་ཕྱག་ལེན་དོས་གཙང་ཞིག་ཡོད་མེད་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
བརྟན་པ་གནས་མི་གནས་འཛོག་དགོས་ན། རང་རང་གིས་ཁས་བླངས་པའི་  
དགེ་ཚུལ་སྟོང་གི་བསྐྱབ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ཡོང་བ་  
ལ་སྲུང་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས་གསར་བུ་པ་རྣམས་དོ་གཅེས་ཐོག་ལ་མ་སྐྱབས་  
བར་དུ་བསྐྱབ་པ་རྟེན་པ་དང་གནས་གྱི་སྐྱ་མཉམ་གཤམ་གི་དགེ་རྟེན་ལ་མ་བུ་  
སྟོ་འབྲུར་གྱི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་དུ་བཅུག་ནས་དེའི་གཤམ་དུ་སྟོང་པ་མ་གཏོགས་  
རང་ཉིད་གཅིག་བུས་གྲུ་གྲུ་གྲུ་ལོགས་སུ་བཟུང་ནས་སྟོང་མི་རུང་བའི་ཕྱག་  
བཞེས་ཡོད་པ་བཞིན་ནམ་ཉན་མཛད་དགོས། གསར་བུ་རྣམས་བསྐྱབ་པ་རྟེན་  
པའམ་གནས་གྱི་སྐྱ་མ་ལ་ཁ་མིག་ཡར་རྣའི་སྟོ་ནས་སྟོ་གསུམ་གྱི་སྟོད་ལམ་  
ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་ལག་ལེན་ལ་བརྟན་ཅི་བུལ་ལ་དང་པོ་  
ནས་གོམས་སུ་འདུག་དགོས། དགེ་འདུན་པའམ་གྲུ་པ་ནི་བརྟན་པའི་ཙམ་ག་  
འདུལ་བའི་བཅས་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་གནས་པའི་སྟོ་ནས་འགྲོ་བ་ཐམས་

ཅད་ཀྱིས་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་། སྤྱག་བྱ་བའི་འོས། བརྟན་པའི་  
རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་མཛད་དགོས།

རྒྱན་དུ་བསྐྱབ་པ་ཀན་གཞིན་ལ་བཏགས་ཏེ་བསྐྱབ་པ་ཀན་པ་གྲལ་གོང་དུ་  
འཛོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་ཀན་རིམ་ནས་སྤྱག་ལེན་བརྟན་ཏེ་བཀྱར་  
རེས་མཛད་ན་རང་གཞན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གྱུས་པ་བྱ་བའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་པར་མ་  
ཟད་མིག་ལྟོས་ལའང་གིན་དུ་ལེགས། མཁན་པོ་དང་ལས་སྡེ། ལས་སྡེ་ཐོན་  
ཟུར། དཔེ་བྲིད་དགོ་ཀན། བསྐྱབ་པ་ཀན་པ་སོགས་ལ་ཞུ་སྲུང་གཟན་འབེབས།  
ལམ་འོག་དུ་གཟུར་བ་སོགས་ཀྱིས་གྱུས་བཀྱར་རྒྱན་དུ་མཛད་ན་སྤྱི་མི་ཚོས་ཁས་  
མི་ལེན་པ་ཞིག་གིས་བརྟན་ཀྱང་འཛོག་ཏེ་མི་ཚོས་ཀྱི་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་དང་  
ལྡན་པ་ཞིག་དུ་མཐོང་བས་རྒྱན་དུ་འདིའི་ཐད་དོ་སྣང་མཛད་པ་གལ་ཆེ།

**༡༥ གནས་ཀྱི་སྒྲ་མཐམ་ཤག་གི་དགོ་ཀན་ཇི་ལྟ་བུ་བསྟན་དགོས་ཤིག།**

དགོ་ཀན་ནམ་ཤག་གི་དགོ་ཀན་ནི། བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཞི་བའི་ཤིང་ཞི་བ།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཆ་ཚང་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལྱང་ན་རབ་དང་གལ་  
སྲིད་དེ་ལྟར་མ་རྟོག་ན། རང་མ་དུལ་བར་གཞན་འདུལ་བའི་གནས་མེད་ཅེས་  
གསུངས་པ་བཞིན་དགོ་ཀན་རང་ཉིད་ཀྱི་སློབ་གསུམ་སྲོད་པ་ཚོས་དང་མཐུན་གང་  
ཐུབ་མཛད་ཅིང་། ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་ལ་རང་ཉིད་གནས་ཏེ་དགོ་སྤྱག་གིས་མིག་  
ལྟོས་ཡར་ལྷ་བྱེད་ས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་མཐའ་དགོས། དེ་ཡང་སྤྱི་སྡེར་གྱི་བརྟན་  
པ་ལ་ལྡན་བསམ་དཀར་བ། སྤྱོགས་རིས་འཕྲེན་ཁྱེར་ཅན་གྱི་ཀུན་སྲོང་རྒྱུན་ཅན་  
མ་ཡིན་པ། སྤྱི་བ་ཉུང་བ། རྒྱན་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མི་མཐུན་སྤྱོགས་ལས་



སྒྲིག་པའི་དྲན་ཤེས་བག་ཡིད་བརྟན་པོས་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པའི་འདུལ་  
བྲིམས་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་སྲུང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་  
བཅའ་ཡིག་བཞིན་སྒྲིག་མཁོ་ལམ་ཆེ་ཡུ་ཀུན་ལ་རང་ཉིད་གནས་ཤིང་གཞན་དེ་ལ་འགོད་  
པའི་ཐབས་ཚུལ་བཟང་པོ་རྣམས་ལེན་པ། རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་ལ་ཐོས་བསམ་  
ཉམས་ལེན་གང་ཐུབ་མཛད་ཅིང་། འཆད་སྡེལ་གྱི་སློན་ནས་ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་རྗེའི་  
རིང་ལུགས་འདི་ཉིད་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་འཛིན་པའི་དམ་བཅའ་རྒྱུ་བ་པའི་  
མཚོན་པར་འབུལ་བ། གསར་བུ་གྲང་དོར་མི་ཤེས་མཁན་ནམས་ལ་སྤིང་བཅེ་  
ཞིང་ཐབས་མཁས་པས་སློབ་སློན་མཛད་པ་སོགས་ཚོས་དང་བྱང་བྱིས་བརྒྱ་  
ཞིང་ཕན་འདོགས་པ་ལ་བརྩོན་པ་ལས་དགེ་སྲུག་ལལ་བར་འདོར་བའམ་ཞེ་བསུན།  
ཡིད་ཤམ་དུ་འགོ་བའི་རིགས་མི་བྱེད་པར་སློབ་གྲོས་དང་ལྡན་པའི་ཕས་བུ་བཞིན་དུ་  
སྦྱང་བར་བྱེད་ཅིང་། གདུལ་བུའི་སློབ་ཚོར་མཐོ་དམན་དང་བསྐྱུན་ནས་སློབ་མ་  
སྦྱང་བུ་བའི་ཐབས་མཁས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས།

དེང་སྐབས་ཀྱི་དགེ་ཆན་འགའ་རེས་དུས་ཚོད་ལ་བསྟན་ནས་རང་ཉིད་  
སྒྲིག་ལམ་ལ་མི་གནས་པས་མིག་སློང་ངན་པ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་དགེ་སྲུག་  
ལ་བསྐྱོས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་དགེ་སྲུག་ཚོར་ཁེ་སློབ་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲིག་  
དང་སྐད་ཡིག་སློབ་པ་སོགས་དོན་ཆེན་པོ་མེན་པ་དང་། ཅུང་འདྲོ། ཡུལ་  
ལུང་བཟོ་སྒྲིག་། ལྷན་དུ་སློབ་སྦྱོང་གཏོང་བ་སོགས་བག་མེད་ཀྱི་བྱ་བར་སྦྱོར་  
བ་དང་། རོ་ཆ་སྐྱེལ་མེད་ཀྱིས་འོས་དང་མི་འོས་པའི་གཡོག་དུ་བཀོལ་ཏེ་སྲུག་  
གཏོང་བ། ཚོས་དང་མི་མཐུན་པའི་ལོང་གཏམ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་དུས་འདའ་

བར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་སློབ་ཡར་སྐོར་ཐབས་བྱེད་མཁན་གྱི་དུ་དཀོན་པར་  
འདུག་པས་བྱིན་ཆད་དགེ་ཀན་དགེ་ཡུག་སོ་སོའི་ཐད་ལ་གྲ་མ་ལས་སྡེ་སོགས་  
ཀྱིས་ཚགས་འཛིན་རེ་ངེས་པར་གནང་དགོས།

གདན་ས་གོང་འོག་ཀུན་དུ་དང་པོར་མཚན་ཉིད་ལྷ་ཚང་ནས་འཇུག་དགོས་  
པའི་ཡུག་སློབ་ཡོད་པ་བཞིན་མཚན་ཉིད་ལྷ་ཚང་ལ་ཞུགས་པའི་དུས་དེ་ནས་བཟུང་  
ཕག་གི་དགེ་ཀན་ཞིག་ངེས་པར་བསྟེན་དུ་བཅུག་ནས། འབྲི་བ། འདོན་པ།  
སློབ་པ། དཔེ་ཆ་སྐྱོར་སྤངས། བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཚུལ། འགྲོ་འཆག་  
ཉལ་འདུག གཟན་ཕམ་གྱིན་སྤངས། ཟས་གོས་གནས་མལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་  
ཚུལ་སོགས་ལ་རབས་ཚུལ་མཐུན་ཅན་ཞིག་དགེ་ཀན་སོ་སོས་ལག་ལེན་དམར་  
བྲིད་ཀྱི་སློབས་སློབ་དགོས། དགེ་ཀན་གྱིས་དགེ་ཡུག་ཚུལ་བཞིན་སྐྱོང་གི་ཡོད་  
མེད་ཀྱི་ལྟ་ཉོག་ཀྱང་ལས་སྡེས་མཛད་དགོས། གསར་བུ་པས་ཀྱང་དགེ་ཀན་  
ནས་ཚོས་མཐུན་གྱི་བསྐྱབ་བུ་གང་གནང་བ་རྣམས་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་བསྐྱབ་  
པ་མ་གཏོགས་ཉིན་འགྲོ་ཞག་འགྲོའི་སློབས་དལ་འགྲོར་དོན་མེད་དུ་འགྲོ་  
རིགས་མཛད་མི་ཉན།

ཚོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་གྲ་མ་དང་དགེ་ཀན་རྣམས་ལ་དད་གུས་མེད་  
པར་ཚོས་བྱེད་པར་སློབ་པ་ནི་སློབ་ལྷགས་འབྲེད་པའི་རྗེ་ལྷ་མིག་པོར་བ་བཞིན་  
བྱིན་རྒྱབས་དང་དངོས་ལུབ་ཀྱི་སློབ་སྡེ་བའི་དུས་མེད་པས་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་  
སློབས་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཡང་  
དང་པོ་ནས་བསྐྱབས་ཏེ་ཤེས་པར་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ།

**༡༥ གདན་ས་སོང་ལོག་གི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་སྲུ་བྱ་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།**

དགེ་ཚུ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱོང་ས་འདས་སོ་དུག་གི་གྲངས་དང་འོ་བོ་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་སྲུང་བ་ལ་འབད། དགེ་སློང་རྣམས་ནས་ཐམ་པ་བཞི། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ། སྐྱོང་སྲུང་སྲུམ་ཅུ། འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ། སོ་སོར་བཞགས་པ་བཞི། ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་ཏེ་བྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་ལ་སྐྱོང་ས་གཅེས་སྤྲོས་དགོས་པ་ཞེ། ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡང་དག་པར་ལྷན་པའི་མདོར། སློག་དང་བྲལ་ཞིང་ཕྱི་བཞི་སྤྲོ་ཡི། ཚུ་ལ་བྲིམས་ཉེས་མེད་ཞིག་པས་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཅེ་ན། སློག་དང་བྲལ་ཞིང་ཕྱི་བཞི་ཚེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ཟད་པར་འགྱུར་གྱི། ཚུ་ལ་བྲིམས་ཉེས་མེད་ཞིག་པས་ནི་སྤྱོད་བ་འབྲུམ་སྤྲུག་བརྒྱ་ཡི་བར་དུ་རིགས་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་སྐྱོང་ས་ཏེ་རྣམ་པ་ལྷུང་བ་ཆེན་པོ་ཉེས་སུ་སྤྱོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་སྣོན་པས་ཚུ་ལ་བྲིམས་རབ་བཞགས་བཞད། ཅེས་སོགས་ཀྱིས་སྲུང་བའི་ཕན་ཡོན་དང་མ་སྲུང་བའི་ཉེས་དམིགས་གསུངས་པ་བཞིན་ཚིག་ཅོམ་དུ་མ་སོང་བར་ཐུགས་ཉེས་སུ་བརྟུན་ཐུབ་པའི་ཆེད་སྣོན་པ་གང་ཞིག་སྐྱོང་ས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་དེའི་བར་སྣོན་དང་བསྐྱབ་བྱ་བྱས་བསྐྱས་གང་ཤུང་རེ་སྣོ་འཛིན་དང་དཔེ་བྲིད་བྲེད་དུ་བརྒྱུག། དགེ་ཚུ་ལ་སློང་དང་བྱང་སེམས་སྤྲུགས་བཅས་ཀྱི་སྤྱིར་བཙོས་ཀྱི་ཚོ་ག་ལམ་སེང་སྣོ་ལ་འཛིན་དུ་བརྒྱུག་སྣོམ་པ་བསྣོ་བཟང་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཡང་ཡང་ངེས་སུ་བརྒྱུག་ནས་བསྐྱབ་པ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་སྲུང་ཤེས་པ་ཞིག་ལས་དང་པོ་བའི་སྐྱབས་ནས་བཟུང་མཛད་རྒྱ་གལ་ཆེ།

མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཞི་བ་ཉེར་ཞི་བ། ཞེས་སོགས་  
ཀྱི་དོན་ལ་གནས་ནས་དེའི་རང་བཞིན་གྱི་དཔ་བཟོད་པ་ཡིན་ཏེ། གཤེ་ཡང་  
སྐར་མི་གཤེ ཁྲོས་ཀྱང་སྐར་མི་ཁྲོ། བརྟེན་ཀྱང་སྐར་མི་བརྟེན མཚང་  
བྱས་ཀྱང་སྐར་མཚང་མི་འབྱ་བ་སྟེ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚོས་བཞི་ལ་གནས་ཤིང་  
མཁན་སྟོབ་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པའི་དུང་དུ་ཁས་སྲུང་ས་ཤིང་དམ་བཅས་  
པ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་ནས་བསྐྱབ་བྲིམས་དག་པར་སྦྱང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་  
ལུས་ངག་གི་སྦྱོང་ཚུལ། སེམས་ཀྱི་འཆར་སྟོན་གང་ཐད་ནས་བྲིམ་པ་དང་ཁྱད་  
པར་དོད་པ་ཞིག་མེད་པར་རྒྱབ་ཀྱི་གོན་པ་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་རབ་བྱུང་དུ་འཛོག་  
དགོས་ཆེ་བ་ལྟར་པ་སྦྱི་སྦྱར་གཉེས་ལ་ཐན་ལས་གནོད་ཆེ་བ་དང་རང་ཉིད་  
བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན།

རབ་བྱུང་བའི་བྱ་བ་ནི། སྟོག་པ་དང་བསམ་གཏན་གང་རུང་དུ་ངེས་  
ཤིང་། ཟས་གོས་དང་གནས་མལ་གང་བྱུང་གིས་ཚོག་ཤེས་པ་སོགས་འཕགས་  
པའི་རིགས་བཞི་ལ་གནས་དགོས། གྲུ་ཤག་ལེགས་ཉེས་དང་། རྒྱ་ཅ་ལག་འགྲན་  
བརྟུན། དགེ་འདུན་པའི་ཆེད་མ་ཡིན་པར་ཚོང་བུན་སྦྱོང་གྱི་དཔ་སོགས་ཀྱི་བྱ་  
བ་མང་པོ་སྲུང་ས་ཏེ་འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་ལ་འབད་དགོས།

སྟོང་མ། ས་སྐྱ། བཀའ་བརྒྱུད། རྫོན་སོགས་པོད་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་  
མཐའ་སོ་སོའི་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་ནི་རྗེ་སྐུ་མའི་དགོངས་བཞེད་  
དང་མཐུན། རྩ་སྟོན་སྦྱོང་པའི་གནད་གང་ལ་ཡང་འཁྲུལ་བའི་ལྟ་སྤྱོད་སྟོང་མ་  
ཡང་མ་ཞུགས་པ་མཉམ་མེད་དགེ་ལྡན་པའི་ལུགས་སྟོལ་འདི་ཉིད་ཡིན། རང་

རང་གི་ལམ་ལུགས་ལ་ལྷོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སློབ་བྱིན་ལྟ་བུ་གཞན་དང་བསྐྱོད་  
བསྐྱོད་མེད་པར་ཉམས་སྲུབ་ལས་ཅི་ཀྱི་ཀྱི་མི་ལྟ་བུ་ཀྱི་ལུང་བཟུང་པའི་མདོ་ལོ་  
དོན་ལྟར་སློབ་པ་བཅོམ་བཟུང་དུ་བྱེད་ཀྱང་ལྟ་བུ་ལྟར་ལྟ་བུ་ལྟར་ལྟ་བུ་ལྟར་ལྟ་བུ་  
མེད་པ་རེ་ཐོབ་པར་བཞག་པ་དང་སློབ་སྦྱོར་མཚུངས་པ་ཡིན།

འགའ་ཞིག་གིས་བཟུང་པ་ཐམས་ཅད་འགའ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་དོན།  
གྲུབ་མཐའ་མི་མཐུན་པ་ལྟ་བུ་ཀྱི་བཞག་ཚད་ཐམས་ཅད་རིགས་པའི་ལམ་ནས་  
འཐད་མི་འཐད་ཀྱི་རྟོག་དཔྱད་མི་བྱེད་པར་དག་སྦྱང་སྦྱོང་བའི་ལུང་གིས་  
ཐམས་ཅད་དགོངས་པ་མཐུན་པར་སྦྱོང་བ་དངོས་འགའ་ལོ་མ་ཤེས་པའི་གཏམ་  
ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་བཞག་པ་དང་སྟོང་ཉིད་བདེན་གྲུབ་  
དུ་བཞག་པ་གཉིས་ལས་སྤྲོ་མ་བདེན་པར་སྦྱོང་ཚེ་གཅིག་ཤོས་མི་བདེན་པར་  
དོན་གྱིས་གོ་བ་བཞིན་ཡིན་པས་བཞག་ཚད་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་སྦྱོང་མི་རུང་།  
ཚོས་ཚོས་མ་ཡིན་པར་སྦྱོང་བ་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པ་ཚོས་སྦྱོང་བ་གཉིས་ཀ་ཚོས་  
སྦྱོང་གི་ལས་སྲུབ་འདྲ་བར་གསུངས་པས། ཚོས་ཐམས་ཅད་འཐད་ལྟར་དུ་སྦྱོང་  
བ་དེ་འདྲ་ཚོས་སྦྱོང་དུ་འགོ་ཉེན་ཡོད་ཚུལ་ཤེས་སྟེ།

ཇི་སྐད་དུ། དོན་ཚུང་མོར་གྱི་ཉེ་ཚོང་ལ། །བསམ་གཞིག་གོས་ཀྱིས་  
བཏགས་ནས་བྱེད། །གཏན་གྱི་སོ་ནམ་དམ་ཚོས་ལ། །མ་བཏག་ཅི་དགར་འདུག་  
འདི་མཚར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདི་གཞིན་ན་ཚོང་དང་ཞིང་ལས་སོགས་དོན་  
ཚུང་དུ་འཛིན་དུ་འདྲ་རྟོག་དཔྱད་མང་དུ་བྱེད་ན། ཚོ་རབས་གཏན་གྱི་སོ་ནམ་དམ་  
ཚོས་བཞག་སྦྱོབ་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་ཡོང་དགོས་པ་འདི་ལ་རྟོག་དཔྱད་མེད་པར་བཞག་

ཚད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ན་ཁི་ལས་གྲོང་ཆེ་ལྟེ། འངམ་པའི་དབྱངས་  
ཀྱིས་ཉིན་བཞིན་གདམས་པ་ཡི། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐའ་དག་མངོན་གྱུར་  
པར། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཡིས་ཀྱང་མ་ཐོན་པའི། །གསར་བཤད་ལྷ་མེན་མ་ཡི་སོ་  
ནམ་དེས། །ཐན་ལས་གཞོན་པ་ཆེ་བས་སྐྱིམས་གིག་ཨང་། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་དེང་སང་ལྟ་བུ་སྟོགས་མའི་དུས་ལ་སྐྱེབས་པའི་དབང་གིས་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
པའི་མདོ་རྒྱགས་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་བཟན་པ་ཆ་ཚང་ལ་མ་ཞོར་བ་འདི་ཡལ་བར་  
བོར་ཏེ། འདི་ལས་ལྷག་པའི་སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་སློབ་པའི་གདམས་པ་  
ཡོད་ཚུལ་གྱི་ཁ་བོ་ཆེ་བསྐྱགས་པ་བདེན་པར་ཞེན་པས་ཅལ་རྒྱག་བྱེད་པ་ནི། ཡན་  
ལག་བརྒྱད་རྩན་གྱི་མཚོ་འགམ་དུ་བ་ཚཱེའི་ཁྲིན་པ་བཞོས་པ་དང་བྱུང་མེད་ཅེས་བཀའ་  
གནང་ཡོད།

**༤༥ ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེན་མངོན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།**

བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་སྟོགས་རེ་བ་མ་ཡིན་པ་བཟན་པའི་གནད་ཡོངས་  
སུ་རྗོགས་པ་ལ། བསྐྱབ་ཚུལ་སྟོགས་རེ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཐོས་པ་དང་། བསམ་  
པ་དང་། སློམ་པ་གསུམ་བརྒྱུལ་གྱི་སློན་ལས་བསྐྱབ་པའི་ཁྲིམས་སུ་བཅའ་བ་འདི་  
དག་སློབ་ཐམས་ཅད་ནས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་  
གནས་པ་ལ་བསྐྱབ་བྱེད་གནས་ལ་བག་ཡོད་ཚུལ་མཐུན་གྱིས་གནས་པ་གཞིར་  
བབུང་། མངོན་པ་མངོན་ལས། ལྟོན་པའི་དམ་ཚོས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །ལྷང་དང་  
རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །དེ་འཛིན་བྱེད་པ་སྐྱ་བྱེད་པ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཁོ་  
ན་ཡིན། །ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་ལུང་རྗེ་སློབ་གསུམ་ལ་འཆད་ཉན་གྱི་སློན་ལས་བསྐྱབ་

སྤྱངས་ལ་སྤྱིར་བཏག་པས་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་བློས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཁམས་པའི་  
གྲལ་དུ་སྟོན་པ་དང་། བློས་པའི་རྗེས་འདྲུག་རྒྱུབ་པ་སྤྱིར་པོར་བྱེད། རྒྱེ་བའི་  
རྫོང་ལས་ཆེགས་ཚུང་ཐར་པར་འགྱུར། བློས་གསུངས་པ་ལྟར་ཁ་སྤྱིར་བཏགས་  
སུ་མ་སོང་བར་བློས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་ལེན་ལ་གཞིལ་བས་ལུང་རྟོགས་  
ཀྱི་བརྟན་པ་འཕེལ་བར་མངོན་དགོས།

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱི་ལ་རག་ལས་པ་དང་། དེའི་  
ནང་ནས་ཀྱང་བརྟན་པའི་སྤྱིར་པོ་དྲི་མ་མེད་པ་ལྷ་སེར་ཙོད་པར་འཆང་བའི་སྤྱི་  
ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ནའང་། མ་བུ་དགོན་འདི་དག་དུ་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདྲིན་  
རྫོང་སྤེལ་གསུམ་མཉེན་དུ་བྱུང་བའི་ངང་རྒྱལ་ལས་འགོངས་ནས་སྤྱིའི་རྒྱས་སྤྱོས་  
ཙམ་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བཟུང་ཆེ་ཆུ་མགོ་ནས་རྫོག་པའི་དཔེ་ལྟར་དུ་འབྱུང་གི་དུ།  
དེས་ན་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་གཙོས་དགེ་འདུན་པའི་སྤྱི་རྣམས་སུ་སྤྱོད་གཉེར་  
ལ་རྟིང་བརྟུལ་ནན་པོ་མངོན་དགོས། ད་ལྟ་བཟུང་བའུང་གཉེན་གྱི་བདེ་བ་ལ།  
ཆགས་པའི་སྤྱི་ཚོས་འདི་ཡིས་མི་འགྲུབ་པས། འདུང་སྤྱི་རྒྱུག་རྒྱུག་རྒྱུས་བཟོད་  
པར་གྱིས་ཐིག་ཨང་། བློས་གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་ཡིན་སྤྱིན་ལོ་ན་བཞེས་  
གཞིན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་རྒྱན་དུ་དཀའ་སྤྱི་རྒྱུག་རྒྱུས་དང་ཁ་མ་བུལ་བར་བློས་  
བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་མངོན་ན་འདི་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་ཅིག་འོང་།

སྤྱིར་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་ཐམས་ཅད་སྤྱིས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དང་།  
ལམ་གྱི་གཙོ་བོ། དེས་འབྱུང་། བྱང་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་གསུམ་དུ་  
འདུ། དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་རྣམས་སྤྱི་བུ་ལ་རྒྱུག་བདེན་འཁོར་བའི་རྫོད་བཅུང་།

གྱི་རྣམ་བཞག་དང་། དེ་རྒྱུད་བྱེད་ཀྱི་ཉམ་འབྲུང་ལས་འབྲས་ཕྱ་རྒྱས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་།  
 དེ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། གྲོལ་པ་འགོག་པའི་རང་བཞིན་བཅས་  
 མངོན་ལས་རྒྱས་པར་བརྟན་པ་ལྟར་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་བས་མངོན་ལ་བསྐྱབ་སྦྱོང་  
 མངོན་དགོས། དེས་འབྲུང་གི་བསམ་པས་ཀྱི་ནས་བསྐྱངས་པའི་རྒྱལ་གྲིམས་  
 གྱི་བསྐྱབ་པ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་སྤྱད་བ། ཉམས་པ་  
 སྤྱིར་བཙོས་པའི་རྒྱལ་སོགས་དགག་སྐྱབ་གནང་གསུམ་གྱིས་བརྒྱས་པའི་བཅས་  
 མཚམས་མཐའ་དག་ཕྱ་ཞིང་ཞིབ་པ་མཐུན་པ་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ་རག་ལས་པས་  
 དེར་སྦྱོང་དགོས། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྦྱེ་གནས་འཕེལ་བའི་ཐབས་སོགས་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་ཕར་སྤྱིན་ལས་རྒྱས་པར་སྟོན་པས་ཕར་སྤྱིན་དང་།  
 ཟབ་མོ་ལྟ་བུའི་གནད་མཐར་ཐུག་པའི་གོ་བ་དབུ་མའི་གཞུང་ཐོས་བསམ་ལ་རག་  
 ལས་པས་དབུ་ཕར་གཉིས་ལ་དེས་པར་སྦྱོང་དགོས། དབུ་ཚད་སེལ་མཛུགས་བསྐྱོལ་  
 དུ་གྲགས་པ་བཞིན་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་རིགས་ལམ་སྦྱངས་པ་དབུ་མའི་རྩ་བའི་རྒྱུད་སྤྱིན་  
 བྱེད་དུ་འགྲོ་བར་མ་ཟད། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ལ་རིགས་པའི་རྗེས་  
 སུ་འབྲང་བའི་དེས་པ་རྟེན་པའི་སྣོན་སྦྱོར་སྐྱབས་འགོ་བརྟན་པོ་འོང་བ་ཡང་ཚད་མའི་  
 གཞུང་ལུགས་ལ་རག་ལས་པས་ཚད་མ་དེས་པར་སྦྱོང་དགོས། མདོར་ན། བརྟན་  
 པའི་གནད་དང་། ས་ལམ་བཟོད་རྒྱལ། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་  
 ཤེས་པ་མཚན་ཉིད་གྱི་བསྐྱབ་སྦྱངས་ལ་རག་ལས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མདོ་དབུས་  
 གྱི་ཚོས་སྡེ་ཆེན་པོ་ཀུན་དུ་ཐོག་མ་ནས་མཚན་ཉིད་གྱི་བཤད་བྲ་རྒྱུགས་པ་ཡིན། མདོ་  
 སྤྱོགས་གྱི་བཀའ་དགོངས་འགྲེལ་མཐའ་དག་གི་དོན་བརྒྱས་པ་བཀའ་པོད་ཆེན་པོ་



ལྷ་ཡིན། དེ་དག་གི་སློབ་གཉེན་ཡང་ཁ་སྤྱིར་བཏགས་སུ་མ་སོང་བར་རྒྱུད་རྟེན་དུ་  
བསྐོར་ནས་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་འདོད་རྒྱ་མེད་པར་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས།

ལམ་རིམ་ཡང་པོ་ཉི་ལྔ་ལས་དོན་གཞན་ཞིག་སྟོན་པ་མིན་པར་ཕར་སྤྱིན་  
གི་གཞུང་ནི་ལམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དངོས་གཞི་དང་། རྒྱུད་པར་ཕར་སྤྱིན་ཐ་  
མ་གཉིས་སློབ་ཚུལ་དབྱུགས། སྟོན་པ་ཚད་མའི་སྤྱིས་བུར་བསྐྱབས་ཏེ་རང་  
གཞན་གྱི་སྟོན་པ་དང་བཏགས་པའི་རྒྱུད་པར། རང་གི་སྟོན་པ་ཁོ་ན་སྐྱབས་  
སུ་འོས་པའི་རྒྱ་མཚན། སྐྱབས་སུ་འགོ་ཚུལ་སོགས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་རིགས་པས་བསྐྱབས་ཏེ་ཚད་མས་ངེས་པ་རྟེན་པ་ནམ་འགྲེལ་ལ་རག་  
ལས་པས། ནམ་འགྲེལ་ནི་ལམ་རིམ་རིགས་པས་སྐྱབ་ཚུལ་ཡིན། མངོན་  
གནས་དང་པོ་གསུམ་གྱིས་སྤྱད་བཤེས། བཞི་པས་ལས་དང་ལྷ་པས་ཉོན་མོངས་  
པ་སྤྲ་རྒྱས་བཏགས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཀུན་འབྱུང་། ཉམས་སུ་ལེན་པ་པོ་འི་  
གང་ཟག་དང་རྒྱུང་བུའི་ལམ་ འབྲས་བུ་སྟོམས་འདུག་སོགས་གནས་སྤི་མ་  
གསུམ་གྱིས་སྟོན་པས་མངོན་པ་མངོན་གྱིས་རྒྱུང་འབྱེད་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་  
བཏགས། ས་ལམ་གྱི་ཉོགས་པ་དང་ཡོན་ཏན་དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་མ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ལ་རག་ལས་ཤིང་དེ་སྟོན་བྱེད་འདུལ་བ་ཡིན་པས་དེ་ཐམས་ཅད་ལམ་  
རིམ་གྱི་རྟེན་དུ་འབབ་པས་ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ་གཅིག་གཅིག་གི་འགལ་  
ཟླར་མ་སོང་བར་ཕན་ཚུན་གྲོགས་དང་ཡ་མ་བྲལ་བར་མངོན་དགོས།

རྗེའི་རིང་ལུགས་ནི་ལྷ་སྟོམ་སྟོན་གསུམ་ཆ་གང་ནས་བཀའ་དང་དགོངས་  
འགྲེལ་དཔང་པོར་བཞག་ནས་དབྱུད་ན་འཁྲུལ་པ་དང་བྲལ་བ། མཚོག་ཐུན་གྱི་

དངོས་གྲུབ་གང་ཞིག་བརྒྱབ་ཀྱང་འདིས་མ་ཚོག་པ་མེད་པས་ཚོས་ཚུལ་འདི་ལ་ཐོས་  
བསམ་སྒོམ་གསུམ་ཚིག་དྲིལ་དུ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་ལ་འགྲམ་ཚུ་ལྡང་མི་དགོས།  
གང་ཡང་མ་སྦྱངས་པའི་ལས་དང་པོ་བཞིག་ལ་སེམས་ངོ་བཏུན་པ་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་  
པ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་མ་ཟད་ལམ་གོལ་བར་འགྱུར་སྲིད་ལ། ཅ་རྒྱུང་དང་སེམས་  
གནས་པའི་ཉམས་ལེན་ཉི་ཚེ་བ་རྩུང་ཟད་གོམས་པས་འབྲས་བུ་སྤངས་ཏེ་གསལ་མ་  
ཚང་བ་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་ན་རྒྱ་འབྲས་འཚོལ་བར་འགྱུར།

དེས་ན་བཀའ་པོད་སོ་སོའི་ཅུ་བ་དང་། རྒྱ་འགྲེལ་ཚད་ཇུན། རྗེ་ཡལ་  
སྲས་ཀྱི་གསུང་རབ། ཡིག་ཚེའི་ཐལ་ཤེང་། སྤྱི་དོན། ཟུར་བཀོལ་གང་ཡོད་  
བཅས་ལ་དཔུད་པ་དང་སྒྲགས་པའི་སྦྱོར་སྦྱངས་ཏེ་རུས་བྱུག་པ་དང་། ཚོད་ཡིག་  
གི་གོ་རིམ་བཞིན་ཚོད་པ་མང་དུ་གཞུང་ཆེན་མོའི་ས་ཁོངས་ཀྱན་ལ་འཚོམས་  
ལུས་མེད་པར་ཆ་སྒོམས་ཀྱིས་ཚོད་པ་འགོ་བུལ་པའི་དགེ་མཚན་ཆེ་ལ། རིང་  
པོར་མི་ཐོགས་པར་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་དུ་སོན་པའི་མཁས་པའི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། གཞུང་ཆེན་མོར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བདར་གཚོད་  
པ་ཞིག་མེད་པའི་ཐོས་བསམ་དང་ཉམས་ལེན་ནི་གཟུགས་བརྒྱན་ཙམ་དུ་འགྲོ།

**༥༥ ཉིན་རེའི་སློབ་གཉེན་ཇི་ལྟར་མང་དུ་དགོས་ཤི་ན།**

ཚོས་རེའི་ཚོད་པ་དང་དམ་བཅའ་སོགས་གང་གི་སྐབས་སུ། ཐ་སྙད།  
འཁོར་གསུམ། ཐལ་དེབ། རྣམ་འགྱུར། ཉམས་གསལ་གཏོང་ཚུལ། ལན་  
འདབས་ཚུལ་སོགས་གྲུ་ས་ཆེན་པོའི་ལུགས་སློབ་དང་མཐུན་པ་སློབ་སང་རེ་བ་བྱ།  
ཚོད་པ་གནད་དུ་འགོ་བུ་སྦྱོར་སྦྱངས་ལ་རག་ལས་པས། ཚ་གང་བཀྱིས་སྒོམ་སོགས་

ཀྱི་དཀའ་བ་བྱུང་དུ་བསང་ནས། རང་རང་གི་སློབ་ཚོར་དང་བསྐྱེད་པའི་སློབ་འཛིན་  
དང་། སློབ་སྦྱངས་ལ་ཚུ་བོའི་རྒྱལ་ལྟར་འབད་དགོས།

མཚན་ཉིད་གྲུ་ཚང་གི་གཞུང་རྒྱལ་སྤྱོད་སྐྱོང་བྱེད་པའི་སློབ་འཛིན་གསལ།  
ཕར་སྐྱེན་སྐྱེ་མཐའ་དཔྱོད། ལེགས་བཤད་སྐྱེང་བོའི་རང་རྒྱུད་པའི་བར་དང་།  
ཅ་ཤེས། དབུ་མའི་སྐྱེ་དོན་དང་མཐའ་དཔྱོད་རྣམས་མཐར་ཆགས་སུ་རྫོགས་  
དགོས་ འདུལ་སྐྱོམ་རྒྱས་བསྐྱོང་དང་མཛོད་ལྡན་གྱི་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་གཉིས་  
ཅོད་པའི་བབས་དང་བསྐྱེད་ཉེ་གང་འགྲོ་རེའི་རྒྱལ་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་། རང་  
སློབ་རྒྱས་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་སྐབས་གང་བབས་ཀྱི་རྒྱ་གཞུང་ཚད་ལྡན་རྣམས་  
དང་། རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་རབ། འདི་གའི་ཡིག་ཆ་སོགས་ཚོགས་རྒྱལ་སྤྱོད་  
ལོ་ལྟར་འཆར་ཅན་དང་། ཅ་འདུག་གི་ལྷན་ཆེན། ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་། རྣམ་  
བཤད། གསེར་སྲོང་སོགས་རྗེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་སློབ་དང་འཚོམས་  
པ་རེ་ཐུགས་ལ་འཛིན་ཐུབ་ན། དེ་ལས་ལྷག་པའི་བདག་ལ་དྲིན་གཞོ་དང་  
སྐྱབ་པའི་མཚོད་པ་འབུལ་ཚུལ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

རྗེ་གྲུང་ཐང་པས། དོན་གྱི་ཆན་པོ་ཆོག་གི་འཁར་བ་ལ། །བཞེན་སྐྱིར་  
གཞུང་ཆེན་སློབ་འཛིན་མི་བྱེད་པར། །དཔེ་སློབ་ཅུ་མ་དང་རྒྱུ་སྐྱོང་ཐུན་ཐུན་  
གྱིས། །ཉིན་རེ་འགོ་ཐབས་དེས་ཀྱང་མི་ཕན་པས། །དཔེ་འཛིན་སློབ་སྦྱངས་  
ཡུན་དུ་གྱིས་ཤིག་ཡང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཉམས་སྦྱོང་ཆན་པོའི་ལམ་སྟོན་  
ཡིན་པས། སློབ་གྱི་སྐྱོགས་ལམ་བཞིན་གཞུང་ཆེན་མོའི་ཅ་འགྲེལ་གལ་ཆེན་  
རྣམས་སློབ་འཛིན་མཛོད་དགོས་པ་མ་གཏོགས། དུས་རབས་གསུངས་པའི་སྤྱི་རྒྱལ་

པ་ཚོའི་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་ལམ་སློལ་ཡམ་ཡོམ་དཔེ་སློག་ཙམ་འདིས་  
གཞུང་ཆེན་མོར་གཏོང་བའི་ཚུལ་དང་པོ་གཞོན་པའི་སློབ་གཉེར་ཡོང་མི་ཐུབ་  
པས། དཔེ་ཆ་སློབ་འཛིན་འདིའི་སློབ་ལས་སྐྱེས་ཉིང་བསྐྱུལ་ནན་པོ་ཞིག་རྒྱུན་  
དུ་མཛད་དགོས། དཔེ་ཆ་བཟུང་བ་བརྗེད་དུ་བཅུག་པ་དང་། མ་བརྗེད་ཀྱང་  
ནི་ཙམ་མཆི་འདོན་པ་ལྟར་སོང་ན་དགོས་པ་རྒྱུང་བས་དཔུད་པ་དང་སྐྱེགས་པའི་  
སྐྱོར་རྒྱུངས། རྩོམ་གང་མཐོ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་ལས་དཔེ་བྲིད་  
ལུ་བ་དང་འཕྲོས་པ་དོགས་གཙོད་སོགས་མཛད་དགོས།

རང་རང་གཞུང་གི་བརྗེད་བྱ་དགོས་དོན་སོགས། །མ་མཐོང་ཤགས་འགྱེད་  
ཚོག་འཁྲི་སྐྱམ་པོ་དང་། །རིགས་པས་དཔུད་པ་མི་བརྗོད་གོ་བོ་བྱི། །བམ་  
བཤད་འདིས་ཀྱང་བདར་གམི་ཚོད་པས། །གོ་རིགས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བར་སྐྱོངས་  
ཤིག་ཨང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བམ་བཤད་ཀྱི་གོ་བ་ཙམ་གྱིས་བདར་གམི་  
ཚོད་པས་ཚོས་གྲ་ནས་གོགས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་ལྷན་གཅིག་དུ་  
གོ་རིགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་བཞགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབབས་དགོས་  
པ་ལས་ཚོས་གྲར་སོང་བ་ཉི་མ་འཕུད་ཐབས་ལྟ་བུར་གྱུར་ན་རིན་ཆེན་གླིང་དུ་  
གཉིད་ཉལ་ནས་སྡོད་པ་བཞིན་ཅི་ཡང་མི་འོང་།

འགའ་ཞིག་གིས་གཞོན་དུས་སློབ་གཉེར་དགའ་རབ་བྱ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་ནར་  
སོན་ནས་རྒྱང་བསྐྱར་དུ་བཏང་སྟེ་འཆི་ཁར་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་གློན་པ་བྱས་ནས་  
འཕོ་དགོས་བྱུང་ཚོང་ལ་བ་འབྲས་མེད་ལྟ་བུར་འགོ་བས། མི་ཚོ་ཉི་ལ་པོ་གཞུང་  
ཆེན་མོར་ཐོས་བསམ་གྱིས་དུས་འདའ་བར་བྱས་ཏེ་ཚོ་འདིའི་སློབ་གཉེར་གྱིས་ཕྱི་

མའི་སློབ་གཉེན་ལ་མཚམས་སྦྱོར་བྱུང་པ་ཞིག་མཛད་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ཤེས་རབ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཚོགས་དང་ཚོས་གྲུ་མི་འགྲེམ་པ་སོགས་བག་མེད་  
དུ་སྡོད་མཁན་རིགས་ཤིང་ཆེ་སྐྱོ་མ་དགེ་བསྐྱོས་དང་ཤག་གི་དགེ་ཆན་རྣམས་ཀྱིས་  
ཉིད་བསྐྱུལ་ནན་པོ་བྱེད་དགོས། གལ་སྲིད་དབང་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ཚོགས་ཚོས་  
གྲར་ཐོས་བསམ་སློམ་གསུམ་རྒྱ་ཚེན་པོ་བྱེད་མ་ཟུས་ཀྱང་ཆོག་ཙམ་ཐོས་པ་ལ་  
ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཅིང་། རྒྱུགས་འོག་ནས་འཚང་རྒྱ་ཞེས་གསུང་  
སློབ་ཡོད་པ་བཞིན་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེར་ཡང་ཡང་མཛུལ་བར་དཀའ་བའི་ཚུལ་  
བསམས་ནས་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་བཞིན་ཚོགས་ཚོས་གྲར་རྒྱན་དུ་ཕྱེབས་  
བྱུང་ན་ཚོགས་གསོག་དང་ཁ་འདོན་དགེ་སྦྱོར་འདི་ལས་རྣམས་པ་མེད་ལ། གྲ་  
མང་གི་མིག་རྣོས་དང་རྒྱུགས་ལམ་ལའང་ཕན་རྐྱབས་ཆེ།

ལས་དང་པོ་བའི་སྐབས་སུ། ཅི་བྱས་ཚོས་ཀྱི་ཤེས་སུ་འགོ་བའདི། ཤོགས་  
ངན་འདུ་ཚོགས་མང་བའི་སྐྱོན་ཡིན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སློམ་ཐུན་དང་  
ཤོགས་པོའི་མིང་ཅན་རྣམས་དང་། ནང་མི་ཉེ་འབྲེལ། རྒྱུན་བདག་དང་འགྲུལ་  
པ་སོགས་གྲ་ཤག་དུ་ཚོགས་ཏེ་ཁ་བདེལ་བྱས་ནས་སྡོད་པ་ནི། མི་ཆེ་སྡོད་ཟད་དུ་  
གཏོང་ན། འདོན་མེད་དག་འབྲུལ་རང་པོ་དེ་ཅིག་ཅས་དང་། འདོན་མེད་ལོང་  
གཏམ་ཆགས་སྤང་འཕེལ་བའི་རྒྱ། འདོན་མེད་བྱ་བཞག་མི་ཆེ་སྡོད་ཟད་བྱེད།  
གཉེན་དང་ལོངས་སྦྱོད་རྒྱལ་བསྐྱེད་སློན་པ་སྟེ། ཉེས་དམིགས་དེ་གསུམ་སྟེང་  
གི་དཀྱིལ་དུ་ཚོངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དག་འབྲུལ་འདི་ནི་བཙོན་འགྲུས་  
དང་སློབ་གཉེན་ལས་ཉམས་བྱེད། ཆགས་སྤང་དང་མི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱང་

སྣེ་འདྲེན་གྱིད། མི་ཚེ་སྣོང་ཟད་དུ་གཏོང་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ཁ་བརྒལ་  
བྱས་ནས་བཞུགས་མི་རུང་། བས་རྒྱན་དུ་ལས་སྣེ་དང་དགེ་ཅན་སོགས་ཀྱིས་ཚད་  
འཛིན་ནན་པོ་ཞིག་མངོན་དགོས།

**༧༥ སློབ་གཉེར་གྱི་བར་ཆད་དང་དེ་བརྗོད་ཐབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།**

འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མངོན་བཞིན་པའི་སྐབས་གནས་སྐོར་སོགས་  
སློབ་གསུང་གཞན་དུ་འགྲོ་སྟོན་མང་ན་སློབ་གཉེར་མཐར་མི་ཐོན་ཞིང་མིག་སྣོས་ལ་  
གནོད་པས། སོང་ནས་ལྷམ་ཟད་པ་ལས་བསྐྱེད་ནས་ལྷན་ཟད་པ་དགལ། ཞེས་  
རང་རེའི་དམ་པ་གོང་མ་ན་མས་ཀྱིས་གསུང་སློབ་ཡོད་པ་བཞིན་གདན་སར་སྟོན་  
རྒྱུགས་པ་ཞིག་མངོན་དགོས། སྐབས་འགར་ནང་ནས་བཤད་གཏམ་འབྲུད་པ་  
ཉ་བུ་དང་། དེས་འབྲུང་སྐྱེ་སྐྱུར་ཉ་བུས་རེར་འགའ་རི་བྲོད་དུ་འགྲོ་འདོད་གར་  
བ་དང་། སྐབས་འགར་མངལ་སྐོར་ཉ་བུ་སྐྱེང་འབྲུམ་ལ་སྤྱིན་ན་སྣམ་པ་དང་།  
སྐབས་འགར་ནང་དུ་འཇུ་ལ་ནས་ཁ་འདོན་དགེ་སྤྱོད་ཁོ་ན་གྱི་འདོད་པ་སོགས་  
སློབ་གཉེར་གྱི་བར་ཆད་བཞིན་པའི་སྐབས་སེམས་ལ་འཆར་སློབ་སྣོ་ཚོགས་གར་བ་འདི་  
ཐོས་བསམ་གྱི་བར་ཆད་མིན་པའི་དེས་པ་མེད། ཤེར་མདོ་ལས་བུད་ལས་ཇི་  
སྟེད་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ངོ་ཤེས་ནས་སློང་བ་གལ་ཆེ།

སློབ་གསུང་དུས་སྟོན་དང་བསོད་ནམས་དམན་པའི་སྤྱིར། །རྣམ་པའི་རྣམ་དང་  
ཡི་དམ་ཚོས་སྐྱེང་ལ། །རྩེ་གཅིག་གསོལ་འདེབས་སྤྱུག་མཚོན་མཐུན་སོགས།  
ཚོགས་བསགས་སྐྱིབ་སྐྱོང་འབད་པ་དུག་པོ་ཡིས། །ཞིང་གི་མཐུ་ལ་རྒྱབ་བརྟེན་  
གྱིས་ཤིག་ཨང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསོད་ནམས་དམན་པས་བར་ཆད་དེའི་

རིགས་ཤུང་ཚེ་བརློག་ཐབས་སུ་ལྷག་པའི་ལྷོ་མ་བཟུང་དང་། རིང་ཁྱད་པར་  
ཅན་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོགས་གསོག་མཛད་དགོས། རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་འཇམ་པའི་  
དབྱུངས་ཀྱིས་ལྷ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དབྱེར་མེད་ཀྱིས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་  
བསགས་སྐྱུང་གི་སློབ་དུ་མར་འབད་པ། གཞུང་ཚེན་མོ་རྣམས་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་  
པ་གསུམ་བརྒྱུལ་དུ་འབད་དགོས། ཞེས་བཀའ་བརྒྱུལ་པ་ལྷར་ཉམས་བཞེས་མཛད་  
ན་བར་ཆད་ཡོང་མི་སྲིད།

སྦྱིར་སྐྱུ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་རོང་གི་མཐའ་འཁོབ་ལུན་པའི་སྤྱིང་  
འདིར་ནག་སྒྲིགས་པ་ཚོར་དྲག་པོའི་ལས་སྦྱོར་མང་ཙམ་མཛད་ནས་བརྟན་པ་  
བརྟུགས་པ་ཡིན་པས། ས་རོལ་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་ཡོད་པའི་  
ཉགས་སུ་ད་ལྟོ་འཇུག་ཆ་འགའ་མེ་ལྷ་སློབ་ཀུན་ལ་རྒྱན་དུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་  
སྐབས་སྤྱིགས་མའི་དུས་མཐར་སློབས་སྐབས་ཚོས་བྱེད་པ་ལ་བར་ཆད་གིན་དུ་  
མང་ཞིང་། ནད་གདོན་སོགས་རྒྱུན་ལྔ་ཅུང་བད་མེ་དང་འཛོམས་དུས་སློབ་  
གཉེར་བསྐྱར་གཏོང་མཁན་ཡང་ཡོད། ལུས་སེམས་སྦྱིད་པོ་བྱུང་དུས་གསོལ་  
འདེབས་སོགས་ལུས་ཤིང་རྒྱུན་ལྔ་ཅུང་བད་མེ་ལ་ཐུག་ཚེ་ལོག་ལྷ་སྦྱོར་ཚོག་ཚོག་  
ལྷ་བུ་མ་ཡིན་པར་རྒྱུན་བཟང་ལན་གང་འཛོམས་ཀྱང་ལྷ་མ་མཚོག་གསུམ་ལ་གདུང་  
ལུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་ཚོས་ལམ་དུ་སྦྱོང་བའི་ཐབས་དང་  
སྐྱགས་ནས་སློབ་གཉེར་ལ་དུར་ཐག་མཛད་ན་བར་ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་  
པ་ཞིག་ཡོད་པ་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་མཁྱེན་བྱུང།

སྦྱིར་རིམ་གྱི་གཙོ་བོ་སློབ་གཉེར་ལ་འབད་པ་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད།

ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོར་བདུད་སྤྱི་ཉེ་ཅན་གྱི་དཔུང་ཚོགས་ཡན་ལག་བཞིར་སྐྱུལ་ནས་  
ཤེར་སྤོང་གི་མདོ་གསུངས་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་དུ་འོངས་པ། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ཤེར་  
སྤོང་ཟབ་མོའི་དོན་ཡིད་ལ་བྱས་པས་བརློག་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུན་དུ་ཚོས་གྲུའི་  
སྐྱུ་རིམ་གྱི་མདོ་བརློག་སྐབས་དམིགས་པ་མ་གཤེད་བར་མངོན་ན་དེས་བརློག་ཐུབ།  
ཚོས་རའི་སྐྱུ་རིམ་ཞེས་པ་སློབ་གཉེར་པ་ནམས་ཀྱི་སྐྱུའི་རིམ་གྲོ་ལ་ཆེད་དུ་དམིགས་  
པ་ཡིན་པས་ཁ་གཤེད་མིག་གཤེད་མེད་པར་དམིགས་པ་བརྟན་པོར་མངོན་ན་བར་  
གཅོད་མཐའ་དག་འདིས་བརློག་པས། ར་བརྟུང་སྐྱུ་བརྟུང་གི་ཞབས་རིམ་ལོགས་  
སུ་བསྐྱབ་མི་དགོས་སྟེ།

འགའ་ཞིག་གིས་སློབ་གཉེར་ལ་བར་ཆད་ཆེ་ཞེས་སློབ་གཉེར་སྟོན་དུ་བཏང་  
དུས་བར་ཆད་གཏོང་མཁའ་དེའི་འདོད་ཐོག་ཏུ་སོང་བ་ཡིན། དཔེར་ན། མེ་  
འབྲུད་དུ་མི་འདུག་པའི་རྒྱུ་བྱུང་ཚོ་མེ་མ་སྲར་བར་བཞག་པ་དང་འདྲ། དེ་  
བས་བྲུད་ཤིང་སོགས་བརྒྱན་ནས་མེ་ཆེར་བཏང་ན་རྒྱུང་སོགས་ཅི་ཅམ་ཆེ་བ་དེ་  
ཅམ་གྱིས་མེ་སློབས་ཆེར་སོང་སྟེ། མེ་མི་འབར་བའི་རང་དབང་མེད་པ་ལྟ་བུ་  
ཡིན་ཕྱིར་ལས་སྟེ་ནམས་ཀྱིས་ཉིང་བསྐྱུལ་དང་མང་མང་གིས་ཀྱང་ཐུགས་ཁུར་  
བཞེས་ཏེ་བར་ཆད་ཡོང་སྐབས་སུ་ལྟག་པར་སློབ་གཉེར་ལ་འབད་དགོས།

སྐྱུར་རྩུལ་བྲིམས་དག་པོ་སྤྱང་མཁའ་དང་། མཚོག་གསུམ་རིན་པོ་ཆེར་  
སློབ་ལ་ངེས་པའི་སྐྱུབས་འགོ་དང་ལྷན་པ་ལ་གདོན་འདྲེས་གཞོན་པ་འབྱུང་མི་སྲིད་  
མོད། འོན་ཀྱང་རྒྱུན་ལྔ་རེ་དང་འཕྲད་ཆེ་འདི་ཚོ་རང་རང་གི་འཆར་སློབ་སྤྱིན་  
ཅི་ལོག་དང་། རྒྱུན་བསགས་ཀྱི་ལས་ངན་པས་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་པས་རང་གི་རྩ་བའི་



མ་མ་དང་དབྱེར་མེད་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོར་གདུང་བུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་དམིགས་བརྟེན་མ་གངས་གསོག་ལ་འབད་ན་རྒྱུན་མེད་པས་ཉིན་རེ་བཞིན་དམིགས་བརྟེན་མ་བརྒྱ་རེ་མི་ཆད་ཅིང་། དེ་ལས་མང་བ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་བཞས་ན་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་སོགས་ལྟ་གཞན་རྩུར་ནས་བསྐྱབ་མི་དགོས་པར་མཆི། ཨ་རྒྱུ་པ་ཅ་སོགས་བཞས་པའི་ཕན་ཡོན་མཐའ་དག་འབྱུང་།

འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱལ་གདོན་སོགས་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཕྱིའི་གདོན་བཞགས་འདུལ་བའི་ཐབས་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ་ཆོ་འདོའི་ལག་ཆ་ལྟ་བུ་བྱས་ནས་དྲག་སྐྱབས་ཁོ་ན་ལ་འབད་པ་འདི། བཞས་བརྗོད་མང་ན་རྩུ་ཇར་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མི་འགོ་བའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། རང་སེམས་འདུལ་བའི་ཐབས་གཅིག་པུར་དམིགས་ནས་མངོན་ན་སྤྱིའི་རྒྱལ་གདོན་སོགས་ཞར་ལ་ཐུལ་འགོ་བ་ཡིན

**༥༥ རབ་དུ་བྱུང་བ་ནམས་ཀྱིས་ཚོས་རྒྱུང་བ་སྟེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།**

རྒྱུར་ཚོས་རྒྱུང་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བརྟན་དོན་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ཐུགས་ལ་དགོངས་རྒྱུ་མེད་ནའང་རྒྱལ་པ་པོ་སོ་སོའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བརྟན་པ་ལ་མ་འབྲིན་པའི་ཐབས་འདྲེན་དུ་མི་འགོ་བ་ཞིག་དང་རང་ཉིད་བརྟན་དག་དམ་ཉམས་ཀྱི་གས་སུ་མ་རྒྱུད་པ་ཞིག་མ་མཐའ་དགོས་པའི་ཐོག་གཏོར་འབུལ་དང་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བ་སོགས་ཀྱིས་ལས་ལ་བསྐྱལ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་ན་ཚོས་རྒྱུང་སྤང་མ་ཚོ་རང་དགར་བཞུད་མི་ཡོང་།

རྒྱལ་སྐྱོང་མའི་སྤྱི་ཚུལ་རོལ་པར་བཞག། །འདི་ཁོ་བོའི་ཚོས་རྒྱུང་བ་སྟེན་ཚུལ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེ་ཚོས་བྱེད་པ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱུན་དུ་སྐྱོང་མ་

དང་མཚོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་མཐུ་ལ་རེ་རྣམས་བྱེད་པ་ལས་གཞན་པའི་མགོན་རྒྱལ་ས་  
བཅའ་མི་དགོས་སྟུང་། སངས་རྒྱལ་ལ་རྒྱལ་ས་སུ་སོང་བས་འཇིག་རྟེན་པའི་རྣ་  
ཚངས་དབང་སོགས་ལ་ཡང་རྒྱལ་ས་འཚོལ་མི་རུང་ན་ཡི་དྲགས་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་  
པའི་རྣ་རྒྱ་སོགས་གཞན་ལ་ཉེ་ཅི་སྟོང་། དེ་དག་ལ་གཏོར་མ་གཏོང་བའི་ཚེ་ཡང་  
སྤོང་རྗེ་དང་གནས་སྐབས་གྱི་གོགས་འཚོལ་བའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་ཡོད།

རྗེ་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་གྱིས། རྒྱལ་ས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སློབ་མི་  
གཏོད། །འགོགས་མི་མིན་འབྱུང་བའི་སློབ་ཅི་གཏད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
མི་མ་ཡིན་ལ་སློབ་ཅི་གཏད་ནས་གསོལ་མཚོད་བྱས་དྲགས་ན་རང་ཉིད་ཀྱང་  
སྐྱེ་བ་སྤེམ་མར་ཁོང་ཚོའི་འཁོར་གྱི་གསུམ་མི་སྐྱེ་བའི་རེས་པ་མེད། གལ་སྲིད་  
དགོ་ཚུལ་སྤོང་ནམས་གྱིས་ཚོས་སྤོང་རེ་བསྟེན་དགོས་ན་མུར་མཇོད་མ་རེ་  
ཐོན་དང་དེས་ཚོག་ཅིས་གསུངས་ཡོད།

གཞན་ལ་གནོད་སེམས་གྱིས་དྲག་བསྐྱེད་ཅམ་ཡང་བྱེད་མི་ཚོག་ལ་རང་  
དོན་ཕན་བུ་པོའི་ཚེད་དུ་ཚོས་སྤོང་བྱི་ལྟར་ཅད་ན་ཚོག་སྟུང་པ་ལྷན་ཉགས་ཡིན་  
ལ། གལ་སྲིད་རང་ཉིད་གྱིས་ལས་འབྲས་རྣོག་པ་དང་དམ་ཚོག་ཉམས་ཚག་གི་  
ཉེས་པ་བསམས་ཡོད་ཚེ་གནོད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤེད་དུ་སྤྱིར་ལོག་སྲིད་པས་དེ་  
འདྲ་གཏན་ནས་གནང་མི་རུང་། རྒྱལ་ས་འགར་བྱེད་མུར་གྱིས་གནོད་པའི་ངོ་བུང་  
ཚོ་བྱེད་མུར་ཡང་གཏོང་བ་པོ་ཁོར་ཚོའི་སྤྱིར་སློབ་ཐབས་བྱས་ན་མི་ལོགས་ཀྱང་།  
ཚུར་མི་ཚུགས་པའི་ཐབས་སུང་འཁོར་དང་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྐྱོམ་པ་

སོགས་ལ་འབད་ན་གཞི་དེ་པ་རང་ཡལ་དུ་འགྲོ།

ཡི་དམ་ཚོས་སྐྱོང་ཡང་རང་གི་པ་མེས་ཀྱིས་བསྟེན་པ་དང་བྱིན་རྒྱུ་བས་དང་  
འཕྲིན་ལས་ལྷུ་ར་བ་སོགས་ཀྱི་གྲགས་ཆེ་བ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཡི་དམ་  
དང་ཚོས་སྐྱོང་གི་མིང་ཐོགས་ཚད་བསྟེན་ན་འཕྲུལ་ཡུན་དུ་མི་གིས་པ་ཡང་འབྱུང་  
སྲིད། གལ་སྲིད་ཡི་དམ་ཚོས་སྐྱོང་རེ་བསྟེན་དགོས་ཚེ་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་བཀའ་སྲོལ་བཞིན་ཡི་དམ་བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་དང་། མགོན་ཚོས་  
སོགས་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ཚོས་སྐྱོང་བསྟེན་ན་དེས་མི་ཚོག་པ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་  
གསུངས་ཡོད།

**༤༥ སློབ་གཉེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་དུ་ཉམས་བཞེས་མཛད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
ཡིན་ཞེ་ན།**

ཉམས་ལེན་ཡིན་ཞེས་ཡི་དམ་རེའི་བསྟེན་མཚམས་ལྟ་བུའི་བཟུང་བཅོང་  
ལ་འབད་པའང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་གི་གནས་ཙམ་ཡིན་ཡང་། གཙོ་བོ་ནི་དཔལ་  
ཨ་ཏི་ག་དང་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཚོང་ཁ་པའི་བཀའ་སྲོལ་བཞིན་ལམ་ཡོངས་  
རྫོགས་ཀྱི་གནད་འདྲིལ་བའི་ཉམས་བཞེས་རེ་གནང་ན་སྣ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ལ་རྩོམ་  
པ་མེད། ཉམས་བཞེས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་སློམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་མཚམས་རྣམ་པར་  
དག་པ་སྤྱང་བ་ལ་བྱེད་དགོས་པས། དག་ཚུལ་སྐྱོང་དང་སྤྲུགས་བྱང་སེམས་སོགས་  
སློམ་པ་གང་ཞུས་པ་དེའི་བསྐྱབ་བྱའི་སློམ་ཚིག་རེ་མ་མཐའ་སློ་འཛིན་བྱས་ཏེ། སོ་  
སོའི་བསྐྱབ་བྱ་ཕྱ་རགས་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམས་དཔེ་བྲིད་དང་དོགས་གཙོད་ཀྱི་སློན་ནས་  
མཁྱེན་པར་མཛད་ནས། ཐ་ན་བྱིན་ལེན་དང་རུང་རྒྱུ་འདེབས་པ། ཕྱི་དོའི་ཁ་

ཟས་སྒོང་བ། རྒྱབ་སྐྱབ་གཙུག་པ། ཡོ་བྱེད་བྱིན་སྐབས་སོགས་བཅས་རྒྱུ་སྤྲོད་མོ་ཚུན་ཆད་ལའང་སྤང་རྒྱུ་མི་མཛད་པར་ལག་ལེན་དུ་བཟུང་ཅི་ཐུབ་མཛད། གལ་སྲིད་ཉེས་རྒྱུ་གིས་གོས་ཆེ་འདུལ་དུ་བཞགས་པར་འོས་པ་ནམས་བཞགས་ ཡུལ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་དུང་དུ་བཞགས་སྒོམ་ལེགས་པར་མཛད་ནས་རྒྱུ་ བཞགས་ཏུ་མི་འགོ་བལ་ནན་ཏན་གྱིས་འབད་དགོས།

དང་པོ་ཉིད་ནས་གཅིག་ཤེས་གཉིས་ཤེས་ཀྱི། ཤིན་པར་འབྱེད་པའི་ དམུ་ཚོད་སེམས་ཀྱི་ཏ། འདི་ཉིད་འདུལ་ཐབས་ཁོ་ནར་འབྱེད་བལྟས། རྩོམ་ བསམ་ཚེས་སུ་འགོ་བར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་པོ་རྩོམ་ བསམ་མཛད་པའི་སྐབས་ནས་བརྒྱུད་གང་ཤེས་པ་དེ་ཉམས་ལེན་དང་སྐྱུར་ནས་ སེམས་རྒྱུད་འདུལ་པའི་ཐབས་ལ་མ་འབད་པར་རྩོམ་པ་རྩོམ་རྒྱུ་དུ་སོང་ནས་ སེམས་རྒྱུད་སྐྱམ་པོ་སྐྱམ་རྒྱུ་དུ་ལུས་ཆེ་གཞུང་ཆེན་མོ་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་ཇི་ ལྟར་ཆེ་ཡང་རྒྱུན་ལྡན་ཞིག་དང་འདུད་སྐབས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ སྐྱེད་པ་མ་རབས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཐ་ཆད་པ། བརྟན་པའི་ཞབས་འདྲེན་ལུ་མཁན་ རྣམ་དགེ་བཤེས་ཚོའི་སྤོད་དུ་དེད་སྐབས་ཡོང་བཞིན་པ་འདི་དག་ཚོས་མ་ཤེས་པས་ མ་ལན་པར་ཉམས་ལེན་མེད་པས་ལན་པ་ཡིན།

ཅི་ཅམ་ཤེས་པ་དེ་ཅམ་དུ། འར་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་འདུལ་ཐབས་སུ། གཞོལ་པའི་ཉམས་ལེན་གང་རུས་གྱིས། རྩོམ་བསམ་བསྐྱོམ་པ་རྒྱུད་འབྲེལ་ བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུན་དུ་སྒོམ་གཉེར་དང་ཉམས་ལེན་རྒྱུད་འབྲེལ་ མཛད་དགོས་པ་འདི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་མ་མཐའ་ཡང་ཉོན་པེ་བཞིན་

སྐྱབས་འགོ་སེམས་བརྒྱད། སྐྱབས་ལྡོང་མེ་དང་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར། དམིགས་  
བརྩེ་མ་དང་ཨ་ར་པ་ཅ། མཁོ་སློན་ལམ་མེ་ཆག་མེད་གསུང་རྒྱ། ཞོགས་  
པ་ལངས་ཕྱག་དང་དགོང་མོ་ཉལ་ཕྱག དུས་དྲན་བརྩེན་རྒྱ་སོགས་དགེ་ཆན་  
སོ་སོས་ཚུལ་བཞིན་མངོན་དེ་དགེ་ཕྱག་ལའང་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་བསྐྱབས་  
བྱ་གནང་ནས་ཁ་དོག་དཀར་དམར་ལྟ་བུའི་སྐབས་ནས་བརྒྱུད་སློབ་ལ་རབས་  
ཀྱི་སློགས་ལ་རིམ་གྱིས་གོམས་སུ་འཇུག་དགོས།

སློབ་གཉེར་ལ་མི་གཞོན་ན་ཉིན་ཞག་སྐྱགས་གཅིག་ཏུ་དགེ་སློབ་ཇི་ལྟར་  
མངོན་ཚུལ་ནི། པའ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ནོར་བུ་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་  
མངོས་རྒྱན་དུ་བཀའ་བསྩལ་པ་ལྟར། གནས་ཁང་གི་དོར་དང་ཡོན་ཆབ་གཙོ་  
བོར་གྱུར་པའི་མཚོན་པ་གང་འབྱོར་ཆག་མེད་འབྲུལ་བ། ཕྱག་སློབ་དང་ལྷུང་  
བཤགས། ཡིག་བརྒྱ། དམ་ཚིག་དོ་རྗེའི་བརྒྱས་པ། ཟ་བྱེད་མཁའ་འགྲོའི་  
སྤྱིན་སྲེག་སོགས་དམ་ཚིག་དང་སློམ་པ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ལམ་གྱི་དོགས་པ་རྒྱུད་  
ལ་སྐྱེ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚོགས་གསོག་པ་དང་འགལ་རྐྱེན་སྐྱབ་པ་སློབ་བའི་ཐབས་  
ལ་འབད་ན། ཉིན་མེ་བཞིན་ཤེས་རབ་ཇི་གསལ་དང་ཤེས་འཆལ་རྣམས་རིམ་གྱིས་  
ཉམས་ནས་ཐོས་བསམ་གནད་དུ་སོང་བའི་འབྲས་ཏུགས་སུ་ལྷུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
གྱི་སློབ་པ་ཇི་དུལ་དུ་འགོ་བཞིག་འོང་།

ཉམས་ལེན་དངོས་གཞི་ནི། སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅི་རིགས་ཀྱི་  
གཞུང་བསྐྱངས་པའི་ཐོག་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
ལ་གར་སློམ་དང་། བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་སོགས་ཡི་དམ་གང་ཡིན་དེའི་

སྐྱབ་ཐབས་རྒྱས་བརྒྱས་སློན་ལམ་དང་བཅས་པའི་སྐོན་ས་ཉིན་རེ་བཞིན་ལམ་རིམ་གཉིས་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་རེ་མཛད། བདག་མདུན་གྱི་མཚོན་གཏོར་སོགས་དངོས་སུ་འགྱོར་པས་མ་སྤྲོགས་ཆེ་བྱ་ཚང་གཞུང་གི་ལོ་གཏོར་ལ་དམིགས་པ་མཛད་ན་འཇུག་ཞེས་གསུང་རྒྱན་ཡོད།

བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་ཚུལ་དང་མདོ་སྐྱབས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚུལ་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་བས་ཐུན་མཚམས་རྣམས་སུ་སློམ་གསུམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ། ལམ་རིམ་གློ་སྦྱོང་། དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར། མདོ་མཛད་ས་སྐྱབ། ལས་བརྒྱ་པ། འདུལ་བ་ལུང་ལྟ་བུ་དང་། ཡི་དམ་གང་ཡིན་དེའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་བྱིད་ཡིག་དང་གཞུང་ཆེན་མོའི་དཔེ་སློབ་དང་འཛིན་སྐྱོར་སྐྱབས་སོགས་གང་ཐུབ་མཛད་པ་མ་གཏོགས་བག་ཡངས་པོར་བཞུགས་མི་རུང་།

དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་གཞི་གསུམ་གྱི་སྤྱག་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་མེད་མི་རུང་བ་ཡིན། དེང་སང་མིག་སློབ་ངན་པས་དབྱར་ཁས་ལེན་གྱི་དམའ་དང་སྐབས་འགར་གསོ་སྦྱོང་ལ་ཐེབས་མཁན་ཉུང་བ་འདི་མི་ལེགས་པས་ནད་པ་དང་མཚམས་པ་ལྟ་བུ་མིན་ཆེ་དབྱར་གནས་དང་གསོ་སྦྱོང་ལ་མཁན་ལས་ཟུར་སྐྱུལ་དགེ་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་ཁུར་བཞེས་ཏེ་དགེ་འདུན་པ་བགྲོས་གཞོན་ཀུན་གྱིས་གལ་ཆེན་པོར་བརྩེ་བའི་གོམས་གཤེས་འཇགས་སུ་བརྟུག་སྟེ་མ་ཆག་པར་ཐེབས་ཐུབ་པའི་ཐབས་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱགས་མཉམ་བཞེས་དགོས།

**༧༥ བཟུང་འཛིན་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་སྐྱུ་ལ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་ཤི་ན།**

སྤྱིར་བཟུང་འཛིན་ཟེར་བའང་མིང་གོ་ས་ཅན་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞན་ལ་  
ལྷན་དུ་བབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ་གར་འདུག་མོད། ལྷོན་  
པའི་རྗེས་སུ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་དགེ་ཚུལ་སྤོང་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་བཟུང་འཛིན་ལྷན་  
མ་བབས་པ་སུ་ཡང་མེད། ཇི་སྐད་དུ། བཟུང་འཛིན་གྲུལ་མཇུག་དུ་སྡོད་ན།  
རང་རྒྱུད་བསྐྱབ་གསུམ་ལ་ཚོགས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གིས་ཁས་སྐྱོངས་  
པའི་བཅས་བྱིས་པ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བཟུང་འཛིན་པ་ཟེར།

སྤྱི་སྤྱོད་བཟུང་འཛིན་དུ་བྱོན་ན། །བཤད་སྐྱབ་ལག་རྗེས་ཤིག་འཛིན་དགོས།  
འཁོར་པའི་ཚོང་རྟེན་ཞིག་ཤེད་ཀྱིས། །བཅོན་སྐྱབ་དུ་སོ་རེས་ལོས་ཚོག་ །ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོད་བཟུང་འཛིན་དུ་བྱོན་པའི་དགོས་པའི་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱལ་  
པའི་བཟུང་འཛིན་པ་རིན་པོ་ཆེར་བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་སྤོངས་ལག་རྗེས་ཤིག་འཛིན་  
དགོས་པ་མ་གཏོགས། མིང་འགོ་འདྲེན་དོན་ལ་རྟོག་འཚོལ་མཁན། མིང་  
གཞན་དོན་རྟོག་ལ་རང་དོན་བཅང་། མིང་གྲུབ་ཐོབ་དོན་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་མཁན།  
མིང་སྤྱི་མཐུན་དོན་ལ་སྤྱོད་པ་རིས་རེམ། མིང་གཞུང་དོན་བཟུང་འཛིན་དུ་གྲུགས་  
ཤིང་མཁན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱོད་བྱ་དམ་པའི་མིང་ཅན་འགའ་རེ་མིང་དོན་མི་  
མཚུངས་ཤིང་། དོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བར་མགོ་འཁོར་ནས་གནའ་དེང་གི་རྩ་ཆེའི་ལོ་  
བྱེད་སྤྱོད་གཤོམ་དང་གཟིམ་རྒྱུད་དང་རྒྱུངས་འཁོར་སོགས་ཚོང་པ་སྤྱོད་པའི་ལུགས་  
ལ་འགྲན་པ། འགའ་གས་ཀྱིས་མིང་དང་གོ་ས། །ཁ་རྗེ་དབང་ཐང་དང་གཡོག་

འཁོར་སོགས་དཔོན་ཆེན་ཆོའི་ལུགས་ལྟར་བྱེད་པ། མི་ཕུང་བདག་བརྒྱལ་ཅིག་  
 བྱ་ན། །འཁྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་རང་ཉོན་ཅིག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནང་པ་སངས་  
 རྒྱལ་པོའི་ཆོས་དང་རྒྱལ་འགལ་ལྟག་སྤྱོད་ཀྱི་འཆལ་སྤྱོད་དང་མངོན་ཤེས་ཡོད་  
 མདོག་གིས་མི་ཆོས་ལྷ་མའི་རྒྱན་གྱི་པམ་པ་ཡོན་ཏན་དུ་བརྩིས་ཏེ་གཞན་མགོ་བརྒྱུར་  
 གང་ཐུབ་བྱས་ནས་བརྟན་པར་སྦྲེལ་བྱེད་པ། འགའ་གས་ཀྱིས། བརྟན་པོའི་བྱ་  
 བར་བཏགས་ནས་དགོན་སྡེ་བརྒྱུད་ས། །ཆགས་སྤང་རུ་མར་སོང་བ་ཡི་རེ་ལུག།  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་དོན་དང་རྒྱལ་བརྟན་ལ་རྒྱ་ཞེས་པའི་མིང་སྟན་  
 པོ་ཞིག་བཏགས་ནས་འབྲེལ་ཡོད་ཤེས་སྐྱེ་པོ་མི་རྣམས་དག་འདུལ་གཉེན་སྤྱོད་གི་  
 བྱ་བར་འདུག་ཏུ་བརྟུག་ནས་མངོ་སྤྱོད་གཡང་སྤྱོད་། རང་ཉོད་བརྟན་འཛིན་གོང་  
 མའི་སྤྱིས་གལ་དུ་ཚུད་ནའང་བརྟན་པོའི་སྤོ་རུ་མ་ཚུད་པ། འགའ་གས་ལ་ཐོས་  
 པོའི་ཤེས་རབ་ཡོད་ནའང་། མིག་རྩ་ལོར་ལ་གཏད་དེ་ཆོག་ཤེས་ཀྱི། །གདམས་  
 དག་སྤོ་བའི་ཆོས་བཤད་ཡིད་རེ་ལུག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐབ་པ་སྤོབ་གཉེར་  
 བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་དབང་བསྐྱར་རྒྱུད་བཤད་ཐུབ་པའི་མན་དག་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་  
 ལོག་འཛོལ་འབྲེལ་གྱི་ག་ཐང་ཐང་གིས་འབད་ནས་ས་མཆོག་ཅན་དན་སོལ་བར་  
 བརྒྱུར་ཏེ་ཆོས་ཀྱིས་ངན་སོང་སྐྱུབ་པར་བྱེད་མཁན་སོགས་ལ་ཆོའདྲིར་སྐྱེན་པོའི་  
 ཁྲིད་དུ་མཚན་སྟན་གསུངས་དང་། །ཁ་ཁ་ཟང་ཟང་ཆེ་ཅོམ་ཡོད་ནའང་སྤྱི་མར་འབྲས་  
 བྱ་ངན་པ་མ་སྤྱིན་པར་ཐར་ས་མེད་པས་དེ་ཆོལ་མིག་སྤོས་མངོད་མི་རུང་།

རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བྱས།།  
 ཐར་འདོད་ཁྲིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བརྒྱུད་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤོན་



བྱོན་དམ་པའི་ནམ་ཐར་བཟང་པོ་ལ་ཁ་མིག་ཡར་ལྷ། སྤྱིར་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཉག་སྤྲ་  
 ཞིང་། རྒྱུད་པར་རྗེའི་བརྟན་པ་རྣམས་ཟད་ཀྱི་མར་མེ་ལྷར་གྱུར་པ་དང་། སྤྱི་འགྲོའི་  
 བདེ་སྤྱིད་ཉིན་བཞིན་འགྲིབ་པའི་ངང་རྩལ་འདི་ཉིད་ལ་དགོངས་ཏེ་བྱིད་བརྟན་འཛིན་  
 གྱི་སྤྱིས་བྱུང་མ་པ་རྣམས་ཞབས་པད་ཡུན་བརྟན་ངོས་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་  
 རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བྱུར་ཚུགས་རེར་མ་སོང་བའི་ཐོས་བསམ་མཐའ་འབྲེལ་བ་ཞིག་མཛད་  
 པའི་ཐོག་འདོད་རྣུང་ཚོག་ཤེས་ཀྱིས་ཁས་སྲུངས་པའི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་སྤྱི་འབྲས་  
 བྱུ་བཞིན་དུ་སྤྱང་། ཐོས་དོན་མདོ་རྒྱགས་ཀྱི་ཉམས་བཞེས་རྩོད་མེད་ཀྱི་རྩེང་ནས་  
 འཆད་རྩོད་རྩོམ་པས་གཞན་ལ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་སོགས་བརྟན་པ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེན་  
 པོ་མཛད་དགོས།

སྤྱི་ལ་སྤྱི་ཁྲི་འདོན་བྱས་པའི་མཛད་པའི་དང་པོར་སྤྱི་བྱང་གི་དཔལ་འཕྲོར་  
 མངའ་ཐང་རྒྱ་བསྐྱེད། རྒྱལ་མཛོད་དང་ལས་བྱེད་འཛོན་ཐང་ཅན་རེ་འཛོལ་  
 སྤྱི་བམི་བྱེད་པར། སྤྱི་ཆོ་འདིའི་མཛད་པའི་དང་པོ་ལེགས་ཚོགས་ཉེན་འབྲེལ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་  
 ཞིག་གདན་དྲངས་ནས་དེ་ལ་གནས་ཀྱི་སྤྱི་མར་གསོལ་བ་བཏབ་སྤེལ་བསམ་སྤྱོད་རྣམས་  
 པར་དག་པས་ཡོངས་འཛོན་དུ་བསྐྱེད། བཀའ་བཞིན་སྤྱི་བའི་མཚོན་པས་བཤེས་  
 གཉེན་མཉེས་པར་མཛད་རྒྱུ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།

གཞུང་ཆེན་མོའི་གསན་བསམ་མཛད་ཞོར་དུ་མ་འོངས་པར་གདུལ་བྱའི་  
 ཁམས་དང་བསམ་པ་མོས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་གྱིས་བསྐྱོར་  
 དགོས་པས་ཟབ་ཚོས་དབང་བྱིད་ལུང་གསུམ་སོགས་གདམས་པ་མཐའ་དག་ལ་

གསན་ཀྱི་ཆེ་བར་མངོན་དགོས། ཇི་ལྟར་གདམས་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱུད་  
འདུལ་བའི་ཐབས་སུ་འབྱེད་ཏེ་ཐུགས་དམ་ཉམས་བཞེས་དང་ཚོགས་གསོག་སྐྱེ་བ་  
སྦྱོང་རྒྱན་དུ་གནང་དགོས་པ་མ་གཏོགས། གོང་མའི་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་མེད་ཡིན་  
ནའང་མངལ་སྐྱེ་བ་དང་དཀོར་སྐྱེ་བ། འཕྲལ་རྒྱུན་གྲོགས་ངན་དང་འཕྲད་པ་སོགས་  
ཀྱིས་སྐྱེ་བོ་ཐ་མར་འགྱུར་བར་དཀའ་ཚོགས་ཆེར་མེད།

འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱིས་བརྟན་པ་ལ་གང་ཕན་ཐུགས་ཁུར་ཀྱི་ཆེན་  
པོ་བཞེས་ཏེ་སྐྱོགས་དུས་བརྟན་པའི་སྲོག་གིང་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐུགས་  
བརྟེན་རྒྱན་དུ་མངོན་དགོས་པ་མ་གཏོགས། ཇི་གྲང་ཐང་པའི་ཞལ་ནས། མི་  
འཛིན་བཞིག་པ་རང་དགའ་ན། །དུས་དང་རྩལ་བརྟན་ལ་ཁག་ཞོག །ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དེད་དུས་རྒྱ་སྐྱེལ་རེ་རྩེད་ནས་ལུས་ངག་གི་རང་དབང་མི་འགོ་  
བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་རེད་ཅེས་བག་མེད་ཀྱི་ལས་ལ་རི་གཟར་ཐབ་དོ་བཞིན་ངམ་ངམ་  
ཤུགས་ཀྱིས་འཇུག ལེགས་པའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་བོ་གྲུན་དུ་འཐེན་པ་བཞིན་བདག་  
ལྟ་ལུས་བརྟན་པ་འཛིན་ག་ལ་ལུས་ཞེས་ཞུས་ནས་དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྤོང་པོ་ལེན་འདོད་  
མི་བྱེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་བག་མེད་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཀུན་  
སྦོང་ངན་པ་ཐུགས་སུ་བཅངས་ནས་བདག་མི་དཀྱུས་མ་ཞིག་མ་གཏོགས་ལྷ་སྐྱེལ་  
བྱེད་མི་འདོད་ཅེས་སྦོན་བསགས་ལས་སྦོན་བཟང་པོའི་མཐུས་རྟོད་པའི་དལ་རྟེན་  
ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྐྱེས་སྐྱོབས་ཀྱི་རུས་པ་དང་རྩན་པའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་  
པ་དེ་རྒྱན་དུ་མི་འཛིན་པར་ཁུར་དུ་འཛིན་པ། འགའ་ཞིག་གིས་གོང་ཚོག་དང་  
རྒྱ་རིམ་བྱེད་དགོས་པར་མི་འདོད་ཅེས་རང་རུས་དང་བརྟན་པའི་བརྟན་པ་དང་

འགྲོ་བ་ལ་གང་ལས། ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་རྣམས་བསྐྱོད་ལ་སེལ་བའི་  
ཐབས་ལ་མི་འབད་པར་འགྲོ་དོན་མཛད་ཡུལ་གྱི་སེམས་ཅན་ཡུལ་དུས་གཞན་ཞིག་  
ནས་འཚོལ་མཁན་སོགས་ལ་མིག་སྒྲོམ་མཛད་མི་འོས།

སྒྲོབ་བརྒྱད་རང་རང་སོ་སོས་རྩ་ཆེར་འཛོན་པའི་ཡང་སྲིད་དེ་མིང་དོན་  
མཚུངས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཚད་ལྡན་ཞིག་འོང་བའི་ཐབས་སུ་ཡོངས་འཛོན་  
དང་སྤྱད་མཛོད་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ནས་འབད་དགོས། རྒྱ་མའི་དགོར་  
ཟས་གྱིས་བྱིས་ཐབ་གསོ་བ། རྒྱ་མའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བར་ཚོས་གྱི་གནད་  
མི་ཤེས་པའི་དཔོན་པོ་དང་སྤྱད་མཛོད་སོགས་གྱིས་དབང་བརྒྱུར་ཏེ་ཚོས་མིན་  
གྱི་བྱ་བར་སྒྲོར་ནས་ཐུགས་བསུན་པ་དང་ཐུགས་དཀྱིགས་པའི་རིགས་བྱེད་  
མཁན་ཡང་དེ་སྒོན་མང་དག་ཅིག་བྱུང་སྲིད་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ནམ་ཡང་བརྒྱུར་  
གསོ་གནང་མི་འོས།

**༡༠༥ གདན་ས་གོང་འོག་གིས་གཙོས་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱིག་ལམ་  
ཀུན་སྦྱོང་རི་རྩ་བུ་ཞིག་དགོས་ཤིང་།**

བརྟན་པ་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་རྩ་བ་སྐྱིག་ལམ་ཡིན་པས་སྤྲོས་ལ་མ་ཉམས་པ་  
གལ་ཆེ། འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་ཀུན་ཏུ་སྒོ་གསུམ་བག་ཡངས་ཡང་ཤོར་དུ་མི་  
གཏོང་བར་སྒོན་པའི་བཅས་པ་བྲན་ཞིང་བྱ་བ་གང་ལ་འདུག་པ་བརྟག་པའི་ཤེས་  
བཞིན། ཉེས་སྦྱོང་གྱི་རྣམ་སྐྱེན་ལ་འཛིགས་པས་བག་འཁྲུམ་པའི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་  
པ་སྐྱུང་བ་ལས་མི་གཡེལ་བར་བྱེད་ཅིང་།དེ་མི་བརྗོད་པའི་ཆེད་དུས་ཀུན་ཏུ་གཟན་  
ཤམ་མཛེས་པར་གྱོན་པ་དང་མི་འབྲེལ་བར་བྱེད་དགོས་པ་ལས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་

གྱི་ཚེད་དུ་གཟན་ཤམ་སྐྱུར་མི་ཚོགས། ཁམས་མ་སྟོམས་པ་སོགས་དགོས་པ་དམིགས་  
བསལ་ཅན་མེད་ཚེ་གོས་སུ་དུང་ཅན་གྱི་ན་མི་རུང་།

དགེ་སྲོང་ཀུན་ལ་ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་དང་མ་མཐའ་ལྷ་གོས་དང་མཐང་  
གོས་ཚལ་བུ་ཅན་རེ་ངེས་པར་དགོས། ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་ཅན་རེ་  
དང་སྟོན་པའི་སྐྱུ། ལམ་རིམ་ཚེན་མོའི་ཕྱག་དཔེ་རེ་འབྲལ་སྤངས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རང་  
རེའི་གདན་ས་གོང་འོག་གི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཚོས་དེ་སྟོན་བསྐྱམས་སྲོལ་ཡོད་པ་ལྟར་  
མཛད། གལ་སྲིད་ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་གྱི་གྱིན་རྒྱལ་ཤོར་ཚེ་ལམ་སང་གྱིན་  
རྒྱལ་བསྐྱར་མ་མཛད་རྒྱུར་དོ་སྣང་ཡོང་བའི་གོམས་གཤེས་ཤིག་འཇགས་དགོས།

རྗེ་རྒྱུ་བཟང་འཕྲིན་ལས་པས། མདོ་རྒྱུད་ལེགས་བཤད་སློབ་ཤེས་པམ་  
ཚོགས། །མི་ཁོ་བོའི་སྐྱོ་གོགས་ཟླ་མཚེད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
སློབ་སྦྱོང་མཛད་སའི་ཕྱག་དཔེ་དང་རྒྱུན་དུ་ཁ་མ་བུལ་བ་མཛད། སྤང་སེར་  
ལས་གཞན་པའི་སྤང་བ་རྒྱན་ཅན་དང་། བུ་ཤོར་ལས་གཞན་པའི་ཤོར་བ་རྩི་  
ཅན་སོགས་དང་། བྱིམ་པའི་ཉལ་ཅན་གྱི་ལྷ་གོས་ལྷམ་གསུམ། རྗེ་རྒྱུན།  
རྗེ་ཆ། གྱི་རིང་སོགས་འཆང་ས་མེད། ལྷམ་སོགས་ཀྱང་གང་བུང་མིན་  
པར་སྤྱིའི་ཀུན་སྦྱོང་ཚུན་ཆད་སྐལ་ལྷན་དང་བ་འདྲེན་པའི་དམིགས་རྒྱུན་དུ་  
འགྱུར་བ་ཞིག་ངེས་པར་གནང་དགོས། རྒྱ་བ་རྩུང་ན་ཤོག་ཕྱག་གཡེང་བ་མེད།  
ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕན་ཚུན་གྱི་ཤག་དང་སྟོར་ལམ་སོགས་སུ་འཚོགས་ནས་  
ལོང་གདམ་སྐྱ་ཚོགས་མི་བྱ་ཞིང་ཚོགས་གལ་དུ་ཀྱ་བ་དང་རྩིག་པ་ལ་རྒྱལ་བ་སྟོལ་  
བ་སོགས་མ་ཡིན་པར་ལུས་ནམ་སྤང་གི་ཚོས་བདུན་ལྷན། དབུ་ལོ་ཡག་གི་སྟེ་

མ་ལྟོ་བུ། རྒྱལ་མ་ལོང་བསྐྱོར་བ་ལྟོ་བུ། མདུན་གྱིས་བཅད་པ་ལྟོ་བུ། བྲལ་ལྟོ་བུ།  
ཉིག་བསྐྱོར་ལ་བརྒྱུས་པ་བཞིན་བཞུགས་པ་མ་གཏོགས། ཁ་ཅིད། ལག་ཅིད།  
བཞད་གད། གཏམ་ལབ་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད་མི་རུང་། ལྷ་རིམ་ཐང་ཚོགས་  
སྐབས་ཟླ་གམ་ཐང་ལ་བཞག་པ་ལྟོ་བུ་སྐྱོར་མོར་འཚོགས་དགོས།

ཞལ་འདོན་གསུང་སྤངས་ནི། བྱང་འདྲེན་ནས་ཚོས་སྦྱོད་ཏེ་འདུར་གདངས་  
གསུམ་གྱི་དབུ་གང་བསྐྱལ་བ་བཞིན་འཐེན་འཁྲུང་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
མཁྱིན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་གིས་སྤང་ཆེན་གྱི་འགྲོས་བཞིན་དལ་བྲལ་སྦྱོམས་  
པ་ལུང་ཆེམ་མེར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཚོག་ཙམ་དུ་མ་སོང་བར་འདོན་པའི་  
ཚོག་རིས་དང་བརྒྱུན་ནས་མདོ་སྐྱབས་གྱི་ལམ་ལ་གར་སྦྱོམ་དམིགས་རིམ་དང་  
ཐུན་པར་བྱེད། ཞལ་འདོན་གང་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་རྒྱ་མཚོ་ལ་དོ་བརྒྱབ་པ་བཞིན་  
ནང་ནས་སྦྱིར་རིམ་གྱིས་བྱུང་ཅིང་། ཚུར་བསྐྱུ་བའི་སྐབས་མེ་ལོང་ལ་ད་བཏབ་  
པ་ཡལ་བ་བཞིན་མཐའ་ནས་ནང་དུ་སྦྱུད་པར་བྱེད། ར་སྐྱད་ལུག་སྐྱད། གཡས་  
འཐེན་གཡོན་འཐེན། མང་སྐྱད་དང་མི་མཐུན་པར་རང་སྐྱད་ལོགས་སུ་ཆད་  
ནས་མཁྱོགས་པར་འདོན་པ། དལ་བུས་འཐེན་པ། བྱང་འདྲེན་དང་མི་མཐུན་  
པའི་རྣལ་འབྱོར་རང་ཏེ་བྱེད་པ། མགོ་དལ་ལ་མཐུག་བྲལ་བ་སོགས་རྣམ་པ་ཀུན་  
དུ་སྤངས་ཉེ། བྲལ་མཐའ་ནས་ནང་མ་དང་། ནང་མས་ནང་མ་དང་བརྒྱུན་  
ནས་མཁྱིན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་གིས་ངག་དལ་བུས་སྦྱོན་ཞིང་བྱིན་ཆགས་པ།  
སྦྱོམ་ཞིང་སྦྱོན་ཆགས་པའི་སྦྱོན་ནས་ཏེ་འདུར་དབྱངས་གང་འདྲ་ཞིག་འཐེན་ཀྱང་  
སྤ་སྦྱོམ་འདེགས་འཛོག་ བྲེ་འགྲུར། བྲེ་སྦྱོད། བྲེ་འདབ་སོགས་མི་ཉམས་

པར་ཡི་དམ་ལྷ་སྲུང་མཉམ་པོའི་ཐབས་སུ་འགྱུར་བར་བྱེད། བྲ་ཚང་འདྲིའི་འདོན་  
ན་དབྱངས་ཀྱི་སློབ་པར་སྤྱིན་དུས་བཟང་སྐབས་ནས་ཚུགས་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་  
པས་པར་སྤྱིན་དུས་བཟང་གི་དབྱངས་ཆགས་དང་ན་དབྱངས་ཀྱི་ཁྲིད་ལ་ནན་ཏན་  
མངོན་དགོས། བྲང་འདྲེན་ལས་ཟུར་དང་འདོན་བཟང་པ་ཀུན་འཛོམས་ནས་  
མཚམས་མཚམས་སུ་དབྱངས་ཆགས་རེ་འཛོགས་རྒྱ་གལ་ཆེ། ཚོགས་ཆེན་གྱི་  
འདོན་པ་བྲ་ཚང་སློབ་གསལ་གྲིང་དང་འབྲས་སྲུངས་ཀྱི་འདོན་ན་དབྱངས་ལ་གཞི་  
བཙོལ་དགོས་ཤིང་། རྒྱུད་པ་ནི་རྒྱུད་སློབ་བྲ་ཚང་གི་སྤྲུག་བཞེས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་  
ཆད་ལྷག་མེད་པར་མངོན་གལ་ཆེ།

གཞིས་བྱེས་གང་དུ་ཡང་སྲིམས་གྲོགས་མེད་པར་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྲད་  
མེད་དང་ལྷན་དུ་འགྲོ་སྡོད་མི་བྱེད་ཅིང་། བྲང་སྲིམ་དུ་འདུག་ཡུན་རིང་  
དགས་ན་བསྐབ་པ་ལ་སྤྱིན་འབྲུང་བའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས། ཚོགས་  
ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་བྲང་དུ་ཡུན་རིང་མི་སྡོད་པར་དགོན་དུ་བཞུགས་དགོས།  
སློབ་གཉེར་ཆེན་པོ་མངོན་མི་ཐུབ་པའི་དབང་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རང་དགར་  
མི་སྡོད་པར་རང་རང་གི་སློབ་འཁོས་དང་བསྐྱུན་པའི་ལུས་ཀྱིས་སྤྲུག་སློབ་སྦྱོར་  
སློབ་ཤིང་། རག་གིས་བཞུས་བརྗོད་དང་གཤམ་སྲུངས། ཡིད་ཀྱིས་མདོ་སྤྲུགས་  
ཀྱི་ལམ་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་ཀྱིས་དགེ་བའི་བྲ་བས་དུས་འདུའ་བར་མངོན་  
ན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྷན་པར་འགྱུར།

བྲ་པ་ནད་པ་ལ་མང་མས་སྲུང་ལེན་གྱིས་དོ་དམ་བྱེད་ཅིང་། ནད་པ་  
ལ་ཆ་རྒྱུན་མེད་ན་སྤྱི་རྗེས་ཀྱི་སྤོང་ནས་སྤྱན་རིམ་གྲོ་དང་སྐམ་ཚོགས་ཀྱིས་



འདུག་མི་རུང་། གལ་སྲིད་སྤྱི་གཉེན་སོགས་ཀྱིས་དགེ་འདུན་གྱི་ནོར་རྩིས་ཚོང་  
བརྒྱུར་གྱིད་དགོས་ཀྱིས་ཅན་པོ་སྲུང་ལྟ་བུའི་སྤོང་ནས་གཡོ་སྤྱོད་གྱིད་པ་སོགས་དགེ་  
འདུན་པ་ལོག་འཚོ་ལ་སྤྱོད་པའི་རིགས་གྱིད་མི་རུང་།

ཁྱིམ་པའི་བྱ་བ་སྤངས་ལ་རབ་བྱུང་ཟེར། ཞེས་གསུངས་ཡོད་ནའང་  
དེར་སྐབས་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་བྱུང་བ་འགའ་ཞིག་གིས་ཡུལ་  
བའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་དབྱ་འདུལ་གཉེན་སྤོང་དང་ཐ་ན་བྱུང་དང་བུ་མོ་གཉེན་སྤྱི་ག  
ནོར་སྤུགས་འཚོ་སྤོང་། སོ་ནམ་ཞིང་ལས་དང་ཚོང་ལས་སོགས་ཀྱི་ཁ་ཚོད་  
གྲ་པས་བཟུང་ནས་ཁྱིམ་པ་ནག་པོའི་ལས་དོན་གྱི་གསེབ་ཏུ་ཐེ་གཏོགས་གྱིད་  
བཞིན་པ་འདི་ཞིན་ཏུ་མི་འོས། འགའ་ཞིག་གིས་ལག་འདྲེས་པའི་འཐབ་འཛིང་  
གྱིད་པ། ཐ་མ་ཁ་འཐེན་པ། སྤྱི་གཡོལ་གྱི་ཆད་ལས་བཞག་པ་དང་དུ་མི་  
ལེན་ཞིང་ལས་སྤོང་ཁ་ལན་ལག་ལན་སྤོང་པ་སོགས་བྱུང་ན་གནས་ནས་དུང་  
ཞིང་སྤོང་འདུག་ཏུ་མི་སྤོང་།

སྤོང་གསེབ་ཏུ་ཆང་དང་བྱུང་མེད་ཀྱི་འགྲིམ་འགྲུལ་གཏན་ནས་མི་བྱ་ཞིང་།  
གྲ་གལ་ཏུ་ཁྱིམ་པའི་ཡོ་བྱད་ཉར་ཚགས་གྱིད་པ་དང་ཁྱིམ་པ་དང་རྒྱོས་གར་པ་  
སོ་སོའི་པར་རིས་འདྲ་མིན་སྤོང་བ། འདོད་སྤོང་གྱི་སྤོང་བརྒྱན་དང་པར་རིས་བརྒྱན་  
བཅོས་འདྲ་མིན་ལ་བརྟུང་། མདོག་མི་རུང་བ་དང་དབྱེབས་མི་རུང་བའི་གོས་  
སྤུང་ཅན་དང་དོར་མ་སོགས་གཟན་གཟ་གྱི་འོག་ཏུ་གྱུན་པ། གཟན་གཟ་མེད་  
པར་གལ་ཏུ་སྤོང་པ་དང་སྤང་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་མི་ཚོག

དེར་དུས་ལ་བརྟན་ནས་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱི་ཆེད་དང་། ཡང་ན་



སྐྱེད་པ་སྐྱོ་སྐྱིད། ལྷན་གྲུབ་འབྲེལ་སྤྲོད། མི་འོས་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་དེ་བཅས་སོགས་  
 གྱི་ཆེད་གྲུ་པས་བྲིམ་པའི་གོས་གྲོན་སྐོལ་ཞིག་རྒྱ་བྱུང་དུ་དར་བཞིན་པ་འདི་མིན་  
 དུ་ཉེན་ཆེ། ལྷ་ལོག་དང་སྐོལ་ལོག་འགས་གྲུ་ཆས་གྲོན་པ་འདི་མིན་དུ་མི་འོས་མིང་  
 དགོ་འདུན་པའི་སྐྱེ་སྐྱི་ལ་མ་དད་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་སྲིད་པས་ནམ་ཡང་གྲོན་  
 མི་རུང་། ལྷ་པས་བྲིམ་པའི་གོས་གྲོན་ནས་མི་འོས་པའི་ལས་དོན་འགའ་ཤེ་བསྐྱབས་  
 པ་འདི་སྐྱེ་མིས་ཤེས་ཆོ་དོ་སྐོག་གི་ལས་གཉེས་བསལས་གྱིན་ཡོད་པའི་སྐོར་གསུངས་  
 དགོ་འདུན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེ་སྲིད་པར་མ་ཟད། རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྟོགས་སྤངས་  
 པ་ལས་ཀྱང་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་སྐོག་ལ་ལྷག་པའི་འཇིགས་པ་ཡོད་པའམ་དགོས་  
 པ་ཀྱང་པར་ཅན་གཞན་མེད་ཆོ་བྲིམ་པའི་གོས་མི་གྲོན་པའི་གོམས་གཤིས་སྤར་སྐོལ་  
 ལྟར་རྒྱན་འཇགས་བྱུང་བའོ། ། བྲིམ་པའི་གོས་གྲོན་མཁན་ཚོར་ཉེས་པ་འགོལ་བ་  
 སོགས་གྱི་ཆོགས་འཛིན་རྒྱུན་དུ་མཛད་དགོས།

དེ་བཞིན་དུ་དགོ་འདུན་པས་སྐྱ་སྐྱེན་སོགས་དཀྱོལ་བཅུང་། གར་འབྲེལ་  
 པ་དང་སྐྱ་ཚེད་སོགས་བྲིམ་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་འདི་མིག་ལྡོས་ངན་ཞིང་བག་མེད་  
 པའི་ལས་ལ་གྲུ་གཞིན་ཅམས་ཁ་དགྱི་བར་བྱེད་པས་ལས་སྐྱེས་ཆོགས་འཛིན་ནན་  
 ཏན་ཞིག་མཛད་དགོས།

གཏོར་རྗེས་ལྟ་བུའི་ཆེད་མ་གཏོགས་སྤིང་གསེབ་དུ་ཆང་གི་འགྲིམ་འགྲུལ་  
 གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཚོགས་ནང་མཚོན་དང་ཚོགས་རྗེས་ལའང་རྗེད་འོ་ཞེ་སོགས་  
 མ་གཏོགས་ཆང་མི་འཛོག་པའི་ལྷག་བཞེས་བཟང་པོ་སྤར་ཡོད་པཞིན་མཛད་  
 དགོས། ནང་ཆེན་དང་གཞུང་གི་སྐྱེ་གཉེར། ལ་འཕྲོའི་ལས་བྱེད་ཅམས་ནས་

ཟས་ལྟོན། འགྲུལ་པ་དང་སྐྱ་པ། ལས་བྱེད་སོགས་ལ་ཆང་སྐྱེད་མི་ཚོགས་པར་  
མ་ཟད། རྒྱུ་ལྡན་དུ་གྲོང་པས་ཆང་འབྱུང་བ། ཐ་མག་འཐེན་པ་དང་འབྲུལ་  
མི་ཡོང་བའི་བཀག་སྡོམ་བྱེད་དགོས།

རྒྱུ་ལྡན་སྐྱོ་བྱི་བདག་བཟུང་། བེའུ་ལུག་འཚོ་སྦྱོང་། རྒྱུ་ལྡན་ནས་  
འབོད་རྒྱུངས་དང་ཉ་ཞིན་ནས་འགོ་མི་ཚོགས། བྲ་པས་ཤོ་དང་མ་ཇང་། ཤོག་ཤེ།  
མིག་མང་ཚེ་བ་དང་རྒྱན་འཇུགས་བྱེད་མཁན་བྱུང་ཆེ་ཆད་ལས་འགེལ་དགོས། མེ་  
མདའ་འཐེན་པ། མཚོན་ཆ་བདག་ཉར་དང་ཉོ་ཚོང་བྱེད་པ། རྒྱུ་ལྡན་ནས་ཉ་  
ཚོག་མང་པོ་འཛིན་པ་དང་། ལུང་བསགས་ནས་གྲོང་དུ་སྐྱེལ་བ་དང་། བྲ་པས་  
གྲི་དང་སྐྱོ་ཆ། གསེར་སོ་དངུལ་སོ། རྐྱེལ་གསེར་ཐག་འདོགས་པ། བྲ་ཤག་ཏུ་  
དེང་དུས་ཀྱི་སྐྱ་སྟན་འཁོར་ཐག་དང་གཟུགས་མཐོང་སྐྱོག་འཕྲིན་སོགས་གཏོང་བ།  
སྲུག་རྒྱུང་དང་སྐྱ་སྟན་སྐྱ་ཚོགས་འབྱུད་བརྟུང་དགོལ་གསུམ་བྱེད་པ་ལ་བཀག་ཆ་  
ནན་ཏན་བྱེད་དགོས།

ཚོས་བྲ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་དགེ་འདུན་འདུས་པའི་གནས་རྣམས་  
སུ་མཆིལ་སྐྱབས་སོགས་མི་གཙང་བ་འདོར་མི་རུང་ཞིང་རྒྱུང་གསེབ་གཙང་མ་  
ཡོང་བའི་ཐབས་སུ་གད་དམ། རྒྱུ་ལྡན་ལམ། གསང་སྦྱོད་སོགས་བྲ་སྐྱིག་མཇེད་  
དགོས། རྒྱུ་ལྡན་ཇ་མ་སོགས་ནས་རྒྱན་དུ་ཁ་དྲིས་གྲོན་ནས་དགེ་འདུན་པའི་བཞེས་  
པའི་གཙང་མ་སོགས་ལ་འབད་པས་མཚོན་རང་རང་སོ་སོའི་རྟེན་གྱི་བྲ་བ་ལས་  
འཁྲུལ་གང་ཡོད་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས།

བྲ་རྒྱན་དང་བྲ་ཆང་ཕན་ཚུན། འཛིན་བྲ་གོང་འོག་ ཡུལ་སྐྱོགས་དང་

གྲུ་བྱུ་ན། དགེ་སྤྱུག་གི་སྡེ་ཁག་སོགས་སྐྱོགས་བརྗེས་བྱས་ཏེ་མི་དཔུང་གྲུ་བྱུ་བ་  
 གྱི་ཚོད་སྐོང་པ་མོ་ཙམ་ཡང་ལྟ་ཅི་སོ་སོར་རིས་སྲུ་བཅད་པའི་ཆོག་ཙམ་ཡང་མི་  
 རྒྱ་བར། རྒྱ་སྡོལ། དགེ་མཉམ། དགེ་སྤྱུག་གྲུ་ཚང་པམ་ཚུ་ན། དགོན་སྡེ་པམ་  
 ཚུ་ན། ཆོས་བརྒྱུད་པམ་ཚུ་ན་སོགས་གྱི་དཔེ་སྤྱུགས་མཐུན་ཞིང་དམ་ཆོག་གཙང་  
 སང་དེ་བ། རྒྱ་སྡོལ་གྱི་བརྟན་པ་ལ་པམ་པར་དགོངས་པའི་སྤྱུགས་འདུན་གཅིག་  
 ཏུ་འདྲིལ་བཞིག་མཇེད་དགོས། སངས་རྒྱུ་གྱི་བརྟན་པ་ཟེར་བ་དེ་གང་ཟག་གཅིག་  
 གི་རྒྱུད་ཏུ་འཇོག་དགོས་པས་དེ་སྡོལ་གྲུ་པ་འགའ་རེས་མཚོན་བཟུང་སྟེ་རང་རྒྱུད་  
 གྱི་བསྐྱེད་པ་ལ་མ་ཕུང་བའི་སྐབས་བྱུང་ཡོད་པས་རང་གི་འདུན་མ་གཏན་ཉེས་སྲུ་  
 ལྟར་པར་མ་ཟད་བརྟན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ལྟར་པས། རྒྱ་མའི་རྒྱ་དོན་དང་བརྟན་  
 དོན། ལ་རྒྱ་ཞེས་མིང་སྟན་པོ་ཇི་འདྲ་ཞེས་བཏགས་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་གྱི་བརྟན་  
 པ་ལ་དེ་ལས་ལྷག་པའི་གཞོན་འགའ་ཆེ་བ་བྱེད་ལུགས་མེད། རྒྱ་དགེ་སྦྱོང་ཆ་ལུགས་  
 གྱིས་མཇོས་ཀྱང་། མིང་རབ་བྱུང་ཀུན་སྦྱོང་བྱིམ་པ་འདྲ། མིང་ཆོས་པ་ཉམ་  
 ཏུ་ཆོས་མིན་སྦྱོང། མིང་དགེ་བཤེས་དོན་ལ་སྤྱི་བཤེས་ཡིན། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རྒྱུ་བཞེས་གྱི་འབྲུག་པར་ཙམ་ལས་སྡོལ་གསུམ་གྱི་སྦྱོང་པ་བྱིམ་པ་ལས་བྱུ་བ་  
 བྱུང་ན་སངས་རྒྱུ་གྱི་བརྟན་པའི་ཞབས་འདྲེན་དང་བརྟན་པ་བཞེས་པའི་ལས་  
 ངན་ཆོབས་ཆེན་དེ་ལས་ལྷག་པ་བྱེད་རྒྱ་མེད།

འགའ་ཞིག་གིས་དབང་ཤེད་དམ་རྗེས་སེམས། འབྲུག་གསོད་ཀྱིས་སྤྱི་གསུང་  
 འགའ་བྱེད་མཁན་བྱུང་ཆོ་བརྟན་སྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་སྤྱུན་ལྡན་སྦྱི་དང་འབྲུག་པར་  
 དགེ་སྤྱི་གསུང་འབྲུག་འཆི་བཏགས་གཞིན་རྗེ་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ། མཐུ་

སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་མདུ་ཀླ་ལ། གུར་མགོན་ལྷན་པ་དཔ། ཞིང་སྐྱོང་སྟོབས་  
འཕྲིག་ནག་པོ་གདོང་བཞི་པ་ཡབ་ཡུམ། དབྱ་ལྷ་ཆེན་པོ་སྲིག་བདག་ཆོས་རྒྱལ་  
རྩེ་ལྷ་སོགས་སྐྱ་མ་རྩི་རྩེ་འཆང་གི་བཀའ་དང་དམ་ཆོག་བཞིན་དུ་གང་ལ་གང་  
འདུལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོག་མདའ་ལྟར་བརྒྱུག་དུ་མེད་ཅིང་།  
རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་བཞིན་དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པར་མཛོད་ཅེས་བཅའ་ཡིག་སོ་  
སོའི་མཇུག་དུ་བཀའ་བསྐྱོས་དམ་བསྐྱགས་གཉེར་གཏད་ཡང་ནས་ཡང་དུ་མཛད་  
ཡོད་པས་བསྟན་བཤེགས་དེ་ཚོའི་རིགས་ལ་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆེ་བཀའ་ཆད་  
ཐོག་པ་ཆ་མ་འཚལ་བས་དང་པོ་ནས་གཟབ་གཟབ་མཛད་དགོས།

**༡༡༥ ཚོགས་ཆེན་ཁྲི་པ་དང་དགེ་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་ལས་སྡེ་རྣམས་  
ཀྱི་བྱེད་སྒོ་རྩི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན།**

ཚོགས་ཆེན་ཁྲི་པ་ཚང་ནས་ཚོས་ཐོག་སྐབས་ཡོང་ནམ་ཡོད་ལ་བཀའ་པོད་  
ལྷའི་བརྩི་བཞག་ཆག་མེད་དང་། རྒྱུད་དུས་འཁོར་གྱི་མཁན་པོས་འབྲེལ་བ་དང་  
བརྩི་བཞག་གནང་དགོས། གྲུ་ཚང་སོ་སོའི་འཆད་ཉན་ཉམས་ན་བསྟན་པའི་ཆག་  
སྟོན་ལས་ཆེ་བ་མེད་པས་རང་རང་གི་ལས་སུ་བྱ་བ་གང་ཡོད་ལས་བཞོལ་མེད་  
པར་བསྐྱེད་དགོས། ཚོགས་ཆེན་ཁྲི་ཐོག་རེ་རེའི་རིང་ལ་བརྩི་བཞག་ཐོག་གངས་  
སྟོང་རེ་མ་མཐའ་བྱས་ཏེ་འཆད་དགོས།

མཁན་ལས་རྩུར་རྣམས་ནས་གདན་སའི་དཔེ་ཆ་པ་དགའ་པོས་རྣམས་  
དང་སློབ་གསལ་བ་རྣམས་ལ་དཔེ་བྲིད་གཙོ་བོར་གནང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་  
ལོག་འཚོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཇ་ལྷག་གི་སྤྱིན་བདག་འཚོལ་སྐྱབ་མཛད་པའི་གཙོ་

པོར་བཟུང་སྟེ་གོང་ཡུལ་འགྲིམས་ནས་དུས་འདུག་པ་ལྟར་ཕྱི་སྡེ་སྡོལ་འཇུག་པ་  
རྒྱན་འབྲུམས་ཀྱིས་དམན་པའི་བྱ་བར་མགོ་བོ་འཁོར་མི་རུང་། དེར་སྐབས་  
ལས་སྡེ་སོ་སོས་འཆད་ཉན་གྱི་ཉིང་བསྐྱུལ་དང་། ཁྱད་པར་འཛིན་གྲུ་གོང་འོག་  
ཚོའི་སློབ་གཉེར་ཇི་ཞན་དུ་སོང་འདུག་པས་ཚོས་མཚམས་སུ་འཛིན་གྲུ་གོང་  
མ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོད་གོགས་གནང་ནས་བསྐྱུས་གྲུ་སོགས་འཛིན་གྲུ་འོག་མ་ཚོར་  
དམ་བཅའ་རེ་ཚུགས་རྒྱ་སོགས་སློབ་གཉེར་འཕེལ་བའི་གང་དགོས་མཛད་  
དེ་འཆད་ཉན་གཉིང་ཚུགས་པ་ཞིག་མཛད་དགོས།

སྤྱི་ཚོགས་སྤིང་པའི་སྐབས་ཡུལ་དུས་འགའ་ཞིག་ཏུ་མཁན་པོ་དང་བྲི་པའི་  
ལེགས་ཉེས་སེམས་ཅན་ཉེས་མེད་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་བསད་པའི་དམར་མཚོད་ལྟ་  
ཕུའི་ང་ཐུག་འབུལ་མཁན་གྱི་སྤྱི་བདག་མང་པོ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་བཤད་སྡོལ་འཇུག་  
པ་ཞིག་ཡོད་ནའང་ངོས་ནས་རེ་འདུན་ཞུས་པ་བཞིན་བརྟན་པ་སྤྱི་སྡེར་ལ་དགོངས་  
བཞེས་ཀྱིས་མཁན་པོ་དང་བྲི་པས་དེར་སྐབས་དཔེ་བྲིད་གཙོ་བོར་མཛད་པ་དང་  
ཚོགས་ཀྱི་བཞེས་ཐུག་དཀའ་སྤོང་དུ་བསྐྱུར་པ་འདི་སྐབས་པའི་མཚོད་པ་འགྲན་ཆེ་  
མེད་པ་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། དགེ་བའི་བྱ་བར་མིང་གིས་བཏགས་  
པའི་ལས་འཇུག་འདིའི་རིགས་བསྐྱར་གསོ་ནམ་ཡང་མཛད་མི་རུང་བས་འདིའི་ཐད་  
ད་དུང་ཡང་ཚད་འཛིན་ནན་པོ་རེ་གནང་གལ་ཆེ།

ཞལ་ངོ་དང་དགེ་བསྐྱུལ་གྱིས་དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་དགོངས་དོན་བཤད་  
དགོས་པས་འདུལ་བའི་གནང་བ་ཀག་གི་ཆ་ལ་མཁས་པ། གྲུ་ཚན་གསུམ་སྟོན་འཛིན་  
ཐང་ཅན། སྤྱི་སེམས་ཆེ་བ། ཉེ་རིང་མེད་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱོར་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཞིང་།

དེས་ཀྱང་སྤྱིགས་ལམ་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་བྱེད་དགོས། བྱུ་  
 སྤྱོན་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་གདམས་ལས། ཚོས་བྲིམས་པ་བཟང་པོ། རང་སྤྱོན་མེད་  
 པར་སྤྱི་ཚུགས་ཆེ་བ། སློབ་པ་བྱེད་པ་གནས་པ། དག་བསྐྱོས་དང་ཚོས་སྤྱི་བཞུགས་  
 ཤིང་། འདི་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དམ་བཞག་བྱེད་གལ་ཆེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན། ཟླ་ཚོས་ལ་ལྷ་མ་དག་བསྐྱོས་ཀྱིས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཚོགས་གཏམ་  
 རྒྱས་པ་རེ་དང་། བཙོ་ལྷ་དང་ཉི་ཤུའི་ཚོས་ཐོག་ལ་བཅའ་ཡིག་དང་མཐུན་པའི་  
 ཚོགས་གཏམ་གཉིས་རེ་དང་འདུལ་བའི་བཅའ་བྲིམས་ཀྱི་དོ་སྤྱོད་རྒྱས་པ་རེ་ཚོགས་  
 གཏམ་དུ་བྱས་ནས་ལོ་རེའི་ནང་གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་ལྟར་གནང་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་  
 ལེགས། ལས་སྤྱི་ཚུ་མཉམས་དང་གྲུ་པ་མཉམ་པ་ཚོས་རྩ་བ་པོར་ནས་ཡལ་གར་མ་སོང་  
 བར་བཟུན་པའི་རྩ་བ་འདིའི་ཐད་ནས་ཚོགས་འཛིན་ནན་ཏན་རེ་མངོན་དེ་ཡང་དང་  
 ཡང་དུ་ཚོགས་གཏམ་དང་། བསྐྱེད་བྱ། སྤྱིང་མོལ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ལམ་ནས་གསར་  
 བྱུ་པ་རྒྱམས་ཀྱི་རྣ་བར་ཡང་ཡང་བྱང་བར་བྱེད་དགོས། ཚོས་བྲིམས་པ་རྒྱམས་  
 རས་རྒྱུན་དུ་བཅའ་ཡིག་རྒྱས་བརྒྱས་ལ་ཞིབ་གཟིགས་ཀྱིས་ཉེ་རིང་སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་  
 པར་སློབ་པ་བྱེད་པ་གནས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱིགས་ལམ་ལ་ཉིང་བསྐྱུལ་སྤྱོད་པ་མེད་པར་གནང་  
 དགོས། རང་ཉིད་ལ་གཞུང་བཟང་གི་མིང་ཅམ་ཡོང་བ་ལ་མི་རེ་བར་གྲུ་ཚང་གི་  
 སྤྱིག་ལམ་ལ་ག་ཚེ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ཅིའི་ཐད་དོ་དམ་སྤྱོད་མེད་བྱེད་དགོས།

ལས་སྤྱི་ལ་ལ་ལམ་ལམ་ལམ་སྤྱོད་པ་སོགས་སྤྱིག་འགལ་ཚབས་ཚེན་བྱས་རིགས་  
 བྱུང་ན་གནས་དབྱུང་དང་། དེ་མིན་སྤྱི་ནང་གི་སྤྱིག་འགལ་ཆེ་སྲ་ཀུན་ལ་ཉེས་པའི་  
 བབས་དང་བསྐྱུན་ཉེ་མང་བསྐྱོད། བརྒྱ་ཕྱག་དངོས་པོའི་ཆད་པ། རྒྱང་རྟོག་སོགས་

བབས་འོས་ཀྱི་ཆད་པ་འགོ་བཙུག་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་བྱེད་མཁན་ཚུལ་ལ་གཞི་བཟུངས་  
བསྟོན་སོགས་ཀྱིས་ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་མཛད། མཁན་པོ། ལྷ་མ་དབུ་མཛད།  
དགེ་བསྐྱོན་སོགས་ལས་བྱེད་ཚུལ་ལྱེད་ལམ་གཞིན་སྲོལ་ཐད་ཐུགས་མཐུན་  
ཞིང་དགོངས་པ་གཅིག་འདྲེས་ཀྱིས་གཅིག་གི་ཉིང་པ་གཅིག་གིས་གཞིན་དགོས་པ་མ་  
གཏོགས། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གི་སྲོལ་ལ་ཁ་མཐུན་ནམ་ཡང་མཛད་མི་རུང་། ཉེན་  
རེའི་དགའ་སྤྲོད་གི་ཚུལ་ལྟར་དང་རང་འདོད་ཀྱི་གཡོ་སྤྱོད་དང་གཞན་ཟེར་ལ་ཉན་པ་  
སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤང་བར་གང་དུན་མི་བྱེད་པ་གལ་ཆེ།

དེང་སང་ཁ་འཕྲོའི་ལས་བྱེད་པ་འགའ་ཤེས་གཞན་གྱི་ཁ་ལ་བརྒྱུག་སྤྱོད་གཏོ་  
པོར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་ལྷ་མའི་གསུང་ལྟར་སྤྲོད་ལམ་ལ་གཙུག་ལྷན་གྱིས་  
དུ་དཀོན། གལ་ཏེ་ཁོ་པོའི་བཀོད་པ་བཞིན་སྤྲོད་ལམ་ལ་དོ་དམ་ནན་ཏན་དུ་  
བྱེད་མཁན་ཚོར་བྱེད་གསོད་བརྒྱས་སྤོད་ཀྱིས་མངོན་སྟོན་ལེ་ཐུབ་ལྟ་མཁན་ཚོས་  
ཤེས་མི་ཤེས་ནན་གཞིན་བར་མ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ཁ་གསལ་ཡོད་མོད། ལས་སྤྱིའི་  
གསུང་མ་བརྟེན་ན་དེད་ཀྱི་ངག་མ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེས་ཐུགས་མཐུན་ཆེན་པོས་  
བཀའ་གནང་འདུ།

**༡༧༽ རྒྱུད་དུས་འཁོར་སོགས་སྤྲོད་ཀྱི་སྐབས་ལྟར་གྱི་སྐབས་ལྟར་**

རྒྱུད་སྤྲོད་སྐབས་ལྟར་། རྗེའི་སྤྲོད་ཀྱི་བཀའ་བབས་ཡིན། རྒྱུད་སྤྲོད་དགེ་  
འདུན་ཚུལ་ལྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་གསང་སྤྲོད་ཀྱི་བརྒྱུན་པའི་ཁྱེད་བཞེས་དགོས། རང་  
རང་གི་སྤོངས་གསུམ་དག་པ་གཞིར་བཟུང་བའི་སྤྱི་བཟོད་གང་ཡོད་དེའི་དབང་  
ཐོབ་པ་སྤོངས་དུ་འགྲོ་བའི་སྤོངས། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་དང་། མགོན་

ཚོས་སོགས་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་ལས་རུང་ཚད་ལྡན་རེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབད་དགོས།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་འགྲེལ་གྱི་འཆད་ཉན་འདོན་རྟ་དབྱངས། ཐིག་རྩལ་ཚོན་ ཐ་  
 ཉ་རོལ་མོའི་འབྲུད་དཀོལ་ཚུན་ཆད་གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་པ་གྲུ་ཚང་གི་སྤྲུག་བཞེས་  
 འཁྲུལ་མེད་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་མངོན་དགོས། དེ་དག་ལ་ལས་སྤྲེས་ཉིང་བསྐྱུལ་  
 དང་མང་མང་གིས་ཁྲུར་བཞེས་དགོས། རྒྱུད་པོའི་འཛིགས་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ་པོའི་  
 འཛིན་གྲུ་ནས་ཚོགས་འདོན་ཡོངས་རྫོགས་དང་། ཐིག་ དབྱངས། འགྲེལ་པ་  
 བཞི་སྤྲུགས་ཀྱི་ཁྲུངས་བཅས་རྫོགས་ནས་རྒྱུད་གཞུང་གི་རྒྱུགས་ཕྱ་ཞིབ་ཕུལ་རྗེས།  
 གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་པོའི་འཛིན་གྲུར་གཏོང་བའི་སློལ་བཅུགས་པ་དང་། དབང་  
 ཚོན་ཅམས་ཀྱིས་སློལ་སྤེའི་འཛིགས་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ་དང་། རྗེ་འཇམ་དབྱངས་  
 བཞད་པོའི་ལམ་རིམ་དམར་ཁྲིད། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་  
 སོགས་ཚོགས་རྒྱུགས་འབྲུལ་དགོས། ཁྲི་ཐོག་རེ་རེའི་རིང་ལ་འགྲེལ་པ་བཞི་སྤྲུགས་  
 ཚར་གསུམ་རེ་དང་། ལམ་རིམ་དང་འཛིགས་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ་བཅི་བཞག་དུ་  
 གཏོང་བ། པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་དང་ལྷོད་  
 རྒྱུད་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཉིས་ཅི་འགྲོའི་འཆད་དགོས་ཚུ་ལ་གྱི་སྤྲུགས་ལམ་རྒྱུན་ཆགས་  
 སུ་ཚུགས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཐུན་མོང་ལམ་སྤྲུངས་སྤོན་དུ་མ་སོང་ཞིང་། །གཞུང་དོན་ལྟ་བུའི་སློ་  
 མིག་མ་སྤེ་བར། །ཚོ་གའི་ངག་འདོན་བྱང་བ་ཙམ་ཞིག་གིས། །གསང་སྤྲུགས་  
 འཆད་བའི་གྲུལ་དུ་མི་ཚུད་པས། །བཞུན་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སློབས་ཤིག་  
 ཡང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་སྤོན་བོད་དུ་རྒྱུད་དུས་འཁོར་སོགས་སྤྲུགས་



བཅའ་ཡིག་སྐྱོན་གསུང་བསྐྱིད་གསུང་།

གཤིང་དགོང་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སློབ་གཉེར་མཛད་མི་དགོས་པའི་མིག་སྣོན་པར་  
པ་ཞིག་དར་ཡོད་ནའང་རྒྱ་གར་ནང་རྒྱུད་གྲུ་སྟོད་སྐྱོད་སོགས་སྐྱགས་གྲུ་རྣམས་  
སུ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བཤད་གྲུ་གལ་ཆེ་དོན་ཆེར་བཅུས་ནས་འདུགས་གནང་མཛད་  
ཡོད། མདོ་སྐྱགས་ཀྱི་ལམ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་མ་སློབ་པར་བྱོད་བཞུགས་པའི་  
དོགས་པ་ཞིག་སྐྱེ་མི་སྲིད་པས་གཞུང་ཆེན་རྣམས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཐོས་བསམ་  
སྒོམ་གསུམ་མཛད་རྒྱུ་གིན་དུ་གལ་ཆེ།

སྐྱགས་ཀྱི་དམ་བཅའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་རྒྱུ་གསུངས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་ཚོད་པ་བྱེད་པ་  
མིན། གཙོ་ཆེར་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་དག་རྒྱུད་འགྲེལ་རྣམས་སུ་མཐའ་དུག་  
རྒྱུ་བཞིན་སྐྱེར་བའི་རྒྱུ་ལས་བརྒྱུ་མས་ཉེ་ཚོད་པ་བྱས་ན་ལེགས། དགོ་བཤེས་  
ཆེ་བ་རྣམས་གྲུ་སའི་རྒྱག་ལེན་བཞིན་རྒྱུད་ལ་མེད་སྐྱབས་ཐུབ་ན་ལེགས་མོད། དེ་  
འདྲ་དཀའ་ན་བདག་འདུག་རེ་དང་རྒྱུད་འགྲེལ་གྱི་འཆད་ཉན་སྐྱབས་ཅིས་ཀྱང་  
མེད་སྐྱབས་དགོས། སྐྱགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་རྒྱུགས་སྐྱབས་བཀའ་རམས་གོང་འོག་གི་  
དགོ་བཤེས་རྣམས་ནས་གཙོ་བོའི་མཛད་འཁུར་བཞེས་དགོས།

**༡༧༥ ལྷན་པ་གྲུ་ཚང་དང་པར་པ། བྱང་ཚོགས་པ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་སྤྱིང་སྒྲིང་རི་  
ལྷན་ཡིན་ཞེ་ན།**

**ལྷན་པ་གྲུ་ཚང་།** གཞན་རྗེས་སུ་འཛོན་པའི་ཡན་ལག་གསོ་བ་རིག་པའི་  
བཞུན་པ་འཛོན་སྤེལ་གྱི་བཀའ་བབས་ལྷ་བྱུ་གྲུ་ཚང་འདི་ག་ཡིན་པས་སྒོམ་གསུམ་  
རྣམ་པར་དག་པ་གཞིར་བརྒྱུང་བའི་སྤྱིང་ནས་རྒྱུད་བཞི་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་  
པ་ཐོས་བསམ་དཔྱིས་བྱིན་པ་མཛད་དེ། རྒྱུ་དུག་གསུམ་སོགས་ལས་ཉོན་དང་རྒྱུན་

འདྲུང་ཁམས་འཕེལ་ཟད་འབྲུགས་པའི་དབང་ལས། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུས་  
པའི་ནད་གང་ཡུང་ལྟ་རེག་ཏུ་བས་གཏན་ལ་མཐབ་སྟེ། གཉེན་པོ་ཟས་སྤྱོད་སྤྲོད་དཔུང་  
བཞིའི་སྒོ་ནས་འབྲུལ་དུ་ཆེ་རིང་ནད་མེད་པའི་མི་འཇིགས་པའི་སྤྱིན་པ་དང་། མཐར་  
བྱུག་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་མཚོག་ལ་སྦྱར་བའི་རྒྱུར་འགྲོ་ངེས་ཀྱི་བསམ་སྦྱར་ལེགས་  
པའི་ཕྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་རང་གཞན་གྱི་དོན་བརྒྱུབ་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

སྤྲོད་སྦྱར་སྐབས་སྤྲོད་སྤྱི་གངས་དང་ཚད་སོགས་སྤྲོད་གཞུང་ལྟར་མཇུག་  
དགོས་པ་མ་གཏོགས། དེང་སྐབས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྤྲོད་རྗེས་གོང་ཆེན་རྣམས་  
ཉུང་དུ་བཏང་བའམ་ཡང་ན་དེའི་དོན་ཁོ་ནས་འབྲུས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྲོད་  
རྗེས་འབེལ་པོ་རྣམས་མང་དུ་བསྐྱེས་པའི་ལག་ལེན་ངན་པ་ཞིག་དར་བཞིན་ཡོད་  
པ་འདྲིའི་རིགས་ནམ་ཡང་མཇུག་མི་རུང་། སྤྲོད་གང་བཟོས་པ་དེ་ཚད་ལྡན་དང་  
སྦྱས་ཀ་ལེགས་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་མཇུག་དགོས། གཡུ་ཐོག་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྤྲོད་དབང་  
འདི་རྣམས་སྤྱོད་སྤྲོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་རང་རེའི་དམ་  
པ་མང་པོས་གསན་བཞེས་མཇུག་པས་དགག་བྱ་མེད་འདྲ་ཞིང་སྤྲོད་པ་རྣམས་ལ་  
སྟག་པར་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

**པར་པ།** རྒྱུ་ལྡིང་ཡིག་ཆའི་སྒོར་སོགས་ཀྱི་པར་འདི་ཐོས་བསམ་གྱི་རྟེན་  
དུ་སོང་གཤེས་པར་རྒྱག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཅེས་སྤྲོས་དོ་དམ་གང་དྲག་བྱེད་པ་  
དང་། པར་ཡིག་འབྲི་མི་ཚོས་ཡིག་གཟུགས་ལེགས་ངེས། ཆད་སྟག་མེད་པར་  
བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་དང་མཐུན་པར་འབྲི་གང་བྱུང་། ལྷ་དག་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་པར་ཡིག་དང་པར་ལ་ལྷ་དག་ཚར་གསུམ་རེ་འགྲོ་ངེས། པར་རྟོན་

པ་བཞི་བརྒྱུད་ཉེ་བ་ཚོགས་བརྒྱུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྲལ་ཚོས་སུ་མ་སོང་བར་  
ཡིག་གཟུགས་འགྲུར་མེད་བརྟན་པའི་རྒྱན་དུ་འགྲོ་བ་མངོན་དགོས།

**གྲོང་ཚོག་པ།** ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་རྒྱན་བདག་སོ་སོ་རྣམས་ནས་  
བྱ་བ་ལམ་རྟོང་ཡོང་བ་དང་ནད་གདོན་ལས་གྲོལ་བ། ཡང་ན་གཤམ་པོའི་དགེ་  
རྩལ་དམིགས་ནས་སྐྱ་གྲུ་འགའ་གས་གྲོང་ཚོག་དུ་གདན་དྲངས། སྤྱི་ལུ་སྤྱད་  
ཀྱིས་གྲལ་གོང་དུ་བཞག ཁ་ཟས་གང་ཞིས་བཏེགས། བསགས་པའི་རྒྱ་ཚོར་  
ཡོད་ན་དང་མེད་ཚེ་གཞན་ནས་ཐབས་འཚོལ་བྱས་ཏེ་འབྲུལ་བར་ཕུལ་ནས་ཞབས་  
རིམ་སྐྱབ་དུ་བརྒྱག་པའི་སྐབས། གྲོང་ཚོག་པ་སོ་སོ་དམ་ཚིག་དང་སྡོམ་པ་ལ་  
གནས་དགོས་པ་སྒྲིམ་མེད་ཐོག དབང་མེད་ལ་ཉི་དངོས་བྱུབ་མེད། །ཉེ་མ་  
བཅོར་ལ་མར་མེད་ལྟར། །ཞེས་གསུངས་པས་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་དེའི་དབང་ལུང་  
རྗེས་གནང་དང་བརྟེན་སྐྱབ་སྡོམ་དུ་སོང་བ་ཞིག་དགོས་གལ་ཆེ་ཞིང་། གང་འདོན་  
རྒྱུའི་ཚོག་ཚད་ལྡན་ཚད་ལྡག་མེད་པ། མཚོན་རྗེས་རྣམས་གཞུང་བཞིན་དམ་  
པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུག་བཞེས་ལྟར་དམ་རྗེས་མ་ཚོང་བ་མེད་པ་དོས་གཙང་ཡིད་  
དུ་འོང་བ། རྒྱ་ཚོས་སུ་མ་སོང་བར་གཟབ་གཟབ་བྱས་ཏེ་ཡི་དམ་ཚོས་སུང་དགུས་  
པ་བརྒྱུད་རྣམས་པ་ཞིག་འགྲོར་འཁོས་དང་བརྟུན་ནས་བཤམ། བན་སེམས་ཀྱི་ཀུན་  
སྡོང་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བརྒྱུད་  
དང་སྐྱ་མའི་རྣལ་འགྲོར་ནས་བཟུང་མཇུག་བརྗོད་ཉེན་གསུང་གི་བར་ཚོག་གི་  
ཚོག་རིས་བཞིན་དམིགས་པ་མ་གཤེད་བར་དལ་བྱས་གསུང་ན། ཉམས་ལེན་ལ་  
མི་མཁོ་བའི་གྲོང་ཚོག་གི་འདོན་པ་ཚོག་གཅིག་ཀྱང་འདོར་རྒྱ་མེད་ལ་ལམ་རིམ་

གཉིས་ཀྱི་ནལ་འགྲོར་ལ་གར་སྒོམ་མངོན་ཐུབ་པར་མ་ཟད། རྒྱན་གྱི་དགེ་སྦྱོར་  
དང་གཞན་དོན་ཡང་འདིའི་ནང་ཡོད་དུས་སྣ་ཚོས་སུ་མ་སོང་བར་མངོན་ཐུབ་ཆེ་  
སྦྱིན་བདག་གི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་དབང་གིས་ནད་གདོན་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་  
དེ་དག་སེལ་བ་དང་འདོད་དོན་འགྲུབ་པ་སོགས་འོང་བས་མཚོག་གསུམ་ལ་ཡིད་  
ཆེས་དང་དད་པ་བརྟན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་དེ་ལས་ཚྲོག་སྟེ་དེང་སྐབས་གྲོང་ཚོག་པ་ཞེས་གང་ཡང་མི་ཤེས་  
མཁན་ཞིག་གིས། གྲོང་ཚོག་གི་མཚོན་གཏོར་དང་གྲོང་ཚོག་གི་འདོན་པ་  
ཞེས་ཁྲལ་ཚོས་དང་སྣ་ཚོས་ཁོ་ན་གྱེད་སྟོལ་དར་བ་འདི། ཡིག་ཚངས་མེད་  
པར་འགྲོ་བཞིན་པའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདིའི་སྤྱི་ནང་གི་སྦྱོ་བོ་ནམས་  
མ་དད་པ་སྦྱོ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་གྱིད། རྣམ་གོང་མའི་ཕྱག་ལེན་དང་ཡང་ན་  
མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་གྱི་རྒྱུད་པ་གང་ཡང་མིན་པའི་རང་སྣང་གང་དུན་གྱི་མཚོན་  
གཏོར་རན་ངོན་འབགས་བཅོམ་ཅན་ཉུང་ཟད་ཅིག་བཤམས། ཚོ་ག་ཆད་ལྷག་  
ཅན། མགོ་མེད་མཇུག་དུམ། འདོན་པ་ཁ་ཟེན་སྣ་ཟེན་དང་། བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོ་  
ག་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་དམར་ཟས་ལ་འཛེམས་མེད་ཀྱིས་སྦྱོད། ཕན་སེམས་ཀྱི་  
ཀུན་སྦྱོང་བཅོས་མ་ཅོམ་ཡང་མི་གྱེད་པར་འབུལ་བའི་ཆེ་རྒྱུད་དང་ཁ་ཟས་ཀྱི་  
ལེགས་ཉེས་བཤད། ཁ་གཡེང་དང་མིག་གཡེང་ཁོ་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་  
པའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་རྒྱབ་འགལ་ལྷག་སྦྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ཞབས་བརྟན་སྐབ་  
ཁུལ་ཅི་ཅོམ་བྱས་ཀྱང་སྦྱིན་བདག་གི་འགོ་དངུལ་ལ་གཟན་པ་ཅོམ་ལས་ཡི་དམ་  
ཚོས་སྤང་དགེས་པའི་རྒྱུན་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་རྒྱ་ཕར་

ཞོགས་ཐོག་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཞོགས་ཐོག་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཞོགས་ཐོག་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་

ཡུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ས་ཞེས་པའི་མིང་བཏགས་ནས་ཚོང་ཁང་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་བཟུང་སྟེ་སྐྱོང་གི་སྐབས་  
དང་དགོན་སྡེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཡོད་པ་ལྟར་དངུལ་ཡོང་ས་ཁོ་ན་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཆེ་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་སྐབས་  
ནས་དགོན་སྡེ་བཟུང་སྟེ་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཉེན་མིའི་ལུགས་ཀྱི་ཡ་རབས་སྐྱོད་བཟང་དང་མཐུན་ཆེ་སྟེ། ད་ལྟོ་གནས་  
སྐབས་འདིར་གདན་ས་གོང་ལོག་གི་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
མེད་ནའང་གཟབ་གཟབ་མཛད་གལ་ཆེ།

དེས་ན་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཚོང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་མཛད་ན་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་གྱིས་གཞན་དོན་མཛད་  
སའི་གོ་སྐབས་བཟང་ཤོས་ཞིག་ཡིན་ལ་མང་ཚོགས་ལ་ཕན་ཚུབས་ཀྱང་གཞན་  
དང་མི་འདྲ། སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ཚོ་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
མིང་ས་སྐྱོད་པ་ལོའང་དགོན་སྡེ་གིས་མཉམ་པ་ཞིག་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
གཞན་སུ་འགྲོ་བས་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལྟེང་གི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་ལཱ་རྒྱུ་རྒྱུ་

མཐུན་པ་ཞིག་མཛད་པའི་རེ་བ་ཡོད།

གོང་གསལ་རྣམས་ལ་ཞིབ་པར་གཟེགས་འདོད་མཆིས་ཆེ་ཀུན་གཟེགས་  
 རྫོང་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཚང་གི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་དང་ཁོང་གིས་མཛད་པའི་  
 བཅའ་ཡིག་སོགས་ལ་གཟེགས་ན་གསལ་པོ་མཆིན་ཐུབ། གདམས་ངག་འདི་  
 དག་གི་དགོངས་དོན་བཞིན་དགོ་འདུན་པའི་འདུས་ཚེ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་རང་  
 རེའི་སྐྱོབ་ཀུན་ནས་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཏེ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
 ཀུན་སྤྱོད་མཐའ་དག་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་གང་ཐུབ་གནང་ཆེ་དགོ་  
 འདུན་པའི་སྡེ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་ནང་གི་སྤྱོ་པོ་མཆོག་དམན་ཀུན་གྱིས་ཡོན་  
 ཏན་མཛོང་ནས་དད་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ན། རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་རིན་པོ་  
 ཆེ་སྐར་ལས་ལྷག་པའི་དར་རྒྱས་ཡུན་རིང་ཡོང་བའི་ཞབས་འདེགས་སུ་འགོ་  
 རེས་པས། དུག་ཅུ་ཀན་པོའི་རེ་འདུན་ལྟར་རེ་བ་དོན་དང་ལྡན་པའི་ཐུག་ལེན་  
 དུ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་མཛད་གལ་ཆེ་ཞེས་ཡབ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དངོས་  
 རྫོང་རོང་ཆེན་དགོ་འདུན་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྤྱི་བུ་དུ་འཁོད་པའི་སྐུལ་མིང་  
 འཛིན་པ་རྫོང་བཟང་བརྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོར་འབོད་པས།  
 བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་སྐུལ་པོའི་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༥ ལ་  
 གུས་པ་ཆེན་པོས་ཐུལ་བའི་གསོལ་འདེབས་སྟན་ལྷ། །



༡༡། ལྷག་ཚང་ལྷ་མོའི་སྣན་པ་གྲུ་ཚང་གསོའི་ཡིག་པན་  
བདེའི་སློང་དང་རྩ་པའི་སྣན་པ་གྲུ་ཚང་འགོ་པན་  
སློང་གཉིས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག

མཇུག་པ་པོ།

ལྷ་སྐབས་རྗེ་གཉི་ཡིན་པོ་ཆེ་སློང་བཟང་བ་སྣན་འཛིན།





༡༡། མདོ་སྐྱོད་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་མཁའ་འགྲོ་འདུ་བའི་གནས་མཚོག་རྟལ་ཚང་  
དཔལ་གྱི་རྩ་མོའི་གསོ་རིག་ཐན་བདེའི་སྐྱོང་དང་། ར་ཡུལ་དག་ལྡན་ལེགས་བཟང་  
སྐྱོང་གི་སྐྱོན་པ་གྲ་ཚང་འགྲོ་ཐན་སྐྱོང་གསར་ཚུགས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱིགས་ལམ་གྱི་རིམ་  
པ་མདོར་བསྐྱུས་ས་འོན་ཙམ་ཟེན་གྱིས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པར།

**དང་པོ།** གྲ་ཚང་འདིར་འདུག་པའི་རིམ་པ་ནི། ལ་སྐྱབས་མགོན་གོང་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་བཅའ་ཡིག་རྣམས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་ཚོས་སྡེ་འདིར་  
ཞུགས་པ་ལ་དགོས་པའི་ཁྱད་ཚོས་རྣམས་ངེས་པར་ཚང་དགོས་པ་སྡོམ་མེད་ཐོག་  
ཚོས་སྡེ་སྤྱིའི་འདོན་ཚོས་སྤྱོད་རྣམས་བསྐྱབས་ཟེན་པ། རང་ལོ་བཅུ་དུག་ཡན་  
སོན་ཞིང་གྲ་སར་ཞུགས་ནས་ལོ་བཞི་ལོན་པ་ཡན། དབང་པོ་དང་ཡན་ལག་སྦྱོན་  
མེད་པ། རིག་པ་རྩོམ་པ། གཤེས་རྒྱུད་འཇམ་ཞིང་བཅུན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་  
པ་ཞིག་མེད་དུ་མི་རུང་། ལྷག་པར་སྐྱོན་ལ་སྐྱབས་ནས་མཐར་ཐུག་གཞན་པར་  
བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྡོང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡོད་པ་ཞིག་མ་གཏོགས། གསོ་བ་རིག་  
པའི་ཤེས་ཡོན་གྱིས་རང་ཉིད་སྐྱེར་གྱི་དཔལ་འབྱོར་བཟོ་བ་དང་ཁྱིམ་ཚང་གསོ་  
སྤྱོད་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཅན་ཞིག་འདིར་འདུག་མི་འོས། རྒྱར་སྐྱོན་བསྐྱབས་  
ཟེན་པའི་གྲ་པ་གང་ཞིག་གྲ་ཚང་འདིར་ཞུགས་འདོད་ཡོད་ཚེ་དེ་སྔ་ཐན་འདུས་སྡེ་  
སྤྱིའི་འགྲིག་ལམ་གྱི་ཚང་དང་འགལ་བའི་ཉེས་སྦྱོན་མཐོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་མེད་  
པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ་གྲ་ཚང་འདིར་ཐད་འདུག་ཚོག་ དེ་མིན་ཐོས་བསམ་སྐྱོང་འགྲིམས་  
ནས་མ་གཏོགས་ཐད་འདུག་བྱས་མི་ཚོག

**གཉིས་པ།** གྲུ་ཚང་གི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་ཐོག་དང་མཛད་རིམ་  
ཡོད་ན་ལས་དེ་མིན་འགྲིག་ལམ་གྱི་ཆ་སྲ་རགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་དུས་འཁོར་དང་  
འདྲ་བར་དགོན་སྡེ་སྤྱིའི་འགྲིག་འོག་ཏུ་གནས་དགོས། གྲུ་ཚང་འདི་ནས་དགོན་  
པའི་གཞུང་གི་ལས་སྡེར་བསྐྱོད་གཏོང་གནང་བ་དང་། གཞུང་གི་ལས་སྡེས་གྲུ་  
ཚང་ལས་སྡེ་དང་བཀའ་བསྟར་གནང་ནས་འགྲིག་ལམ་གསར་བཙུག་སྤྱིར་བསྟར་  
མཛད་པ་སོགས་ལྷུང་ཚེ་བཀའ་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་དགོས།

**གསུམ་པ།** དགོན་པའི་གཞུང་ནས་བབས་བསྐྱུན་གྱིས་གྲུ་རྒྱུན་མང་ཉུང་  
གསར་གཏོང་མཛད་རྒྱུ་དང་རིམ་གྱིས་གྲུ་ཚང་བརྒྱ་ལས་མ་ཉུང་བ་བྱེད་རྒྱ།  
མཁན་པོ། དབུ་མཛད། དགེ་སྐྱེལ་སོགས་གྲུ་མང་ལ་གང་དགོས་ཀྱི་ལས་སྡེ་  
ལྷམས་རིམ་བཞིན་བསྐྱོད་བཞག་གནང་རྒྱ། གྲུ་ཚོགས་རྗེ་རྒྱུས་སུ་སོང་བ་དང་  
རིམ་གྱིས་འཛིན་གྲུ་བདུན་དུ་སྡེ་ནས་འཆད་ཉན་མཛད་དགོས།

**བཞི་པ།** རྒྱ་འཛིན་རྒྱུགས་སྡོད་ཀྱི་རིམ་པ་ལ། ལྷན་གྲུའི་མདོ་ཚོག་  
རྒྱས་བསྐྱུས་གཉིས། ལྷན་གྲུའི་བདག་འདུག རྒྱུན་ལམ་རྗེ་རྒྱ་སོགས་དང་།  
ཙ་རྒྱུད། བཤད་རྒྱུད། མན་ངག་རྒྱུད། སྤྱི་མ་རྒྱུད། ལྷན་སུམ་ཙ་བ། གྲུ་  
ཚང་གི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདོན་ཚོས་སྡོད་སོགས་རྒྱ་འཛིན་གང་དགོས་ལོ་  
དང་འཛིན་གྲུའི་བབས་ལ་བསྐྱུན་ནས་རྒྱུགས་འཕེན་པ་དང་རྒྱུགས་བཞེས་དགོས།

**ལྔ་པ།** ཚོས་ཐོག་གི་རིམ་པ་ནི། རྒྱུན་ལམ་ཆེན་མོར་འདུས་རྗེ་སྤྱི་དང་  
མཉམ་ཚོགས་ངེས་པར་གནང་དགོས། གཞན་ལོ་གཅིག་གི་ནང་དུས་བཞིར་  
ལྷན་གྲུའི་མདོ་ཚོག་རྒྱས་པའི་བདུན་ཚོས་བཞི། ལོ་གཅིག་ནང་དུས་གཉིས་ལ་

སྐྱེས་པ་གྲུ་ཚང་མོ་བདུན་ཚོས་གཉིས། ཡ་རུ་སློང་མཚོད་བདུན་ཚོས་གཅིག  
དང་པོ་རས་བྲིས་དང་རིམ་གྲིས་རྒྱལ་ཚོན་ལ་བརྟེན་པའི་སྐྱེས་པ་གྲུ་ཚང་མཚོད་  
བདག་འདུག་སྐྱེན་སྲིག་དང་བཅས་པ་དཀར་སློང་བདུན་ཚོས་གཅིག འདྲ་ཚོན་  
དང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱེད་གསོ་རྒྱས་པ་རེ་སྐབས་བརྟེན་གྲིས་མངོན་རྒྱ། གཞུང་  
གི་ལས་སྡེ་དང་གྲུ་ཚང་གི་ལས་སྡེ་གོས་བརྒྱུར་གྲིས་གྲུ་ཚང་གི་ཚོས་ཐོག་རྣམས་ཀྱི་  
ལྷ་དུས་གཏན་འབེབས་གྲིས་བཅའ་ཡིག་ཟུར་རྒྱན་བཟོ་འགོད་གནང་རྒྱ།

**དུག་པ།** རྒྱན་གྱི་ཚོགས་འདོན། སློབ་གཉེར་ལ་མི་གཞོད་པའི་ཡོན་  
བདག་གི་རྒྱ་རིམ་ཉུ་ཤུ་དམིགས་གསལ་མེད་ཚེ་རྒྱན་ཚོགས་སྐབས་དེས་པར་  
གསུང་དགོས་པ། སྐྱེས་པ་གྲུ་ཚང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེས་པའི་རྣམས་འཕྲོར། སློང་འདུག་  
ལེའུ་གསུམ་པ། སློབ་སློང་ཚོག་བརྒྱད། སྐྱེས་པའི་མདོ་ཚོག་བརྒྱུས་པ་ཚར་བདུན།  
སྐྱེས་པའི་སློབ་པ་ལྔ། སྐྱེས་པའི་རྣམས་སློང་འདུག་སློབ་ལམ། འདྲ་ཚོན་  
དང་ཚོས་སྤྱང་རྣམས་ཀྱི་གཏོར་འབྲེལ་བཅས་གསུང་སྐད་མཐོང་མཁན་ཇི་ལྟར་  
འཚམས་པ་དབྱངས་གཅིག་མཁྱིན་གཅིག་གིས་གསུངས་པ་མ་གཏོགས་མི་མངོས་  
པའི་རིགས་གཏན་ནས་ཤེད་མི་ཚོག

**བདུན་པ།** སློབ་སློང་ཤེད་རྒྱལ། གྲུ་ཚོགས་ཇི་རྒྱས་དང་བརྟེན་ནས་  
རིམ་བཞིན་འཛིན་གྲུ་གཉིས། གསུམ། བཞི། ལུ་བར་སྡེ་ནས་ལོ་གཉིས་རེ་ནས་  
འཛིན་གྲུ་རེ་རེ་སློར་རྒྱ། ལོ་བརྒྱའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འཛིན་གྲུ་ལ་དེ་ཐོན་པ་  
དང་སྐྱེས་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུ་པའི་མིང་ཉུགས་སློབ་སློལ་ལྟར་གནང་རྒྱ། བཀའ་བརྒྱ་  
པ་ཐོན་པ་ནས་བརྒྱུད་དེ་དུས་ཀྱི་ལུགས་ལྟར་ལོ་གསུམ་རིང་ཚེས་མཐོའི་གསོ་བ་



པའི་འགན་ཆ་ཚང་ལེན་ཚོགས། ཉན་པ་བྱིས་པ་མོ་མོ་ཆེས་ཇ་དྲག་གིས་རྒྱ་རྒྱུ་བ་  
བྱེད་དགོས་ཤིགས་ཡིན་ན་ལས་དེ་མིན་སྐྱོན་པ་དག་ཚུ་ལ་སློང་གང་ཞིག་བྲིས་ས་  
གོགས་མེད་པར་ཉན་པ་བྱིས་པ་མོ་མོར་བརྟག་དཔུད་བྱེད་པ་དང་བྱིས་དུ་ཞག་སྤོད་  
བྱེད་པ་སོགས་མི་དགོས་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་བྱེད་དགོས། སྐྱོན་པ་དག་ཚུ་ལ་སློང་རྣམས་  
གྲོང་ཡུལ་དུ་ཉན་པར་བརྟུ་བར་འགོ་དགོས་ཚེ་བེངས་ཤེ་ཤེ་བཞིན་ལས་སྐྱེ་ལ་  
དགོངས་པ་ཞུ་དགོས་པ་ལས་སྐྱོན་པ་སོ་སོས་རང་འཚམས་ཀྱིས་འགོ་མི་ཚོགས་གྲུ་  
ཚང་གི་སྐྱོན་པ་ཆན་གཞིན་སུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྐྱོན་སྐྱོད་པ། སྐྱོན་གྱིས་ཉོ་ཚོང་  
བྱེད་པ་སོགས་དཔལ་འབྱོར་བཟོ་བྲལ་བྱེད་མི་ཉན། གྲུ་ཚང་གི་སྐྱོན་རིན་ཀྱང་  
ཚད་ལྡན་ཞིག་ལས་གནས་བབས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྐྱོན་རིན་ཚེན་པོ་ལེན་མི་ཉན།  
ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་ཚོར་སྐྱོན་རིན་མེད་པར་སྐྱོན་གཏོང་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས། ལྷག་  
པར་ཚོས་སྡེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དགོ་འདུན་པ་ཉན་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་གསལ་གྱིས་ཉེ་  
ཉོག་མཇུག་ཐུབ་པའི་འགན་ཆ་ཚང་ལེན་དགོས།

**དགུ་པ།** གསོ་བ་རིག་པའི་ལག་ལེན་སྐོར་ལ་སྐྱོན་པ་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་བྱེད་ཚོས་ཉེར། ཉན་པ་སྤོང་བཅོ་ལྡན་ས་སྐྱུགས་སྐྱོན་དང་པར་ཤུན་གྱི་  
རིགས། བཞི་པའི་ཚོས་དུག་མ་འདས་པར་འབྲུ་འདྲུགས་བྱེད་རྒྱ། ལྡ་པའི་ཚོས་  
གཅིག་ནས་མེ་ཉོག་གི་སྐྱོན་རྣམས་འབྲུ་རྒྱ་དང་། དུག་པའི་ཚོས་བརྒྱད་ནས་ལྷག་གཅིག་  
ཡས་མས་སུ་སྐྱོན་དོས་འདྲིན་བྱེད་ཚེད་སྐྱོན་རིགས་མང་བ་སྐྱེས་པའི་ཕྱི་རྒྱུང་ནགས་  
ཚལ་གང་འོས་སུ་ཐེབས་ནས་སྐྱོན་ལས་དུར་ཐག་དོན་གཉེར་བུ་དགོས་ བདུན་  
པའི་ཚོས་བཅོ་ལྡན་ས་འབྲུ་སྐྱོན་དང་ཅད་པ། ཤིང་སྐྱོན་བཅས་འབྲུ་གཉེར་སྐྱེས་

བཅའ་ཡིག་རྒྱུགས་བརྒྱུགས།

སང་བྱས་ཏེ་ཡོ་གཅིག་གི་སྐྱེན་རྣམས་འདད་ཅེས་པ་དང་སྐྱེས་གཙང་། རྒྱས་པ་མི་  
ཉམས་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུགས་གསོག་བྱ་དགོས།

**བཅུ་པ།** སྐྱེན་འབྲུ་སྐབས་སྐྱེན་གཞུང་ནས་བཀད་པ་ལྟར་འབྲུ་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ལག་  
གང་དགོས་གཙང་ཅེས་པ་བྱས་ཏེ་སྐྱེན་སོ་སོའི་དྲི་རྒྱས་སོགས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་འདྲེས་  
མེད་པར་སྐྱམ་སང། ཚ་ལྟགས་གང་དགོས་སྐྱེན་གཞུང་ལྟར་བྱེད་དགོས།

**བཅུ་གཅིག་པ།** འབྲུ་སྐྱེན་མཁོ་རྣམས་ཀྱི་སྐོར་ལ། རང་འདོད་ཀྱིས་སྐྱེན་  
ཚབ་འཕེན་པ། དགོངས་གཞི་ཅན་གྱི་སྐྱེན་ལ་བརྟེན་དཔུང་མི་བྱེད་པར་གང་བྱུང་  
ལག་ལེན་བྱེད་རྒྱུར་དོགས་འཛེམས་ནན་ཆེར་བྱས་ཏེ་སྐྱེན་རྣམས་མཁོ་སྤོད་བྱ་རྒྱ།

**བཅུ་གཉིས་པ།** སྐྱེན་སྐྱོལ་རྒྱུ་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་སྐབས་སྐོར་ལེགས་ཤིང་  
རྒྱུ་ལེགས་པ། རྒྱུ་ལེགས་པ་དང་རིལ་བུ་བཟོ་ལེགས་པ། སྐྱེན་རིན་ཆེ་ཚུང་  
དང་དཀོན་མི་དཀོན་གྱིས་སྐྱེན་རྣམས་མང་ཉུང་མ་བསྐྱེས་པར་གཞུང་ནས་གསུངས་  
པ་དང་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ཡུག་ལེན་ཚད་ལྡན་ལྟར་སྐྱེན་རྣམས་སུ་གང་དགོས་  
ཚད་མཐུན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྐྱེན་གང་བཟོས་པ་ནམས་གཙང་བཙོག་མེད་  
པར་ཆ་གང་ཐད་ནས་ལེགས་ཆ་གང་ཡོང་གིས་བྱེད་རྒྱ་ནི་སྐྱེན་པའི་འོས་འགན་  
གཙོ་བོ་ཡིན། སྐྱེན་བཟོས་པའི་སྐབས་སྐྱེན་དང་བཟོ་མིའི་མང་ཉུང་དང་འགོ་  
སྐྱོ་སོགས་བྱ་ཚད་རང་གི་ལས་སྡེ་དང་དགེ་ལྡན་སོགས་ནས་ཐག་གཅོད་དགོས་པ་  
མ་གཏོགས་སྐྱེན་གཞུང་གོ་བོས་སྐོང་གསུམ་དང་བུལ་པའི་མི་གཞན་གྱི་བཀའ་བཀོད་  
ཀྱི་རིགས་ལ་དོགས་འཛེམས་བྱེད་གལ་ཆེ།

**བཅུ་གསུམ་པ།** ནད་ལ་བརྟེན་ལེགས་ཉན་གསུམ་གྱི་སྐོར་ནས་བརྟེན་དཔུང་ཡང་

དག་པར་བྱས་ཏེ་མི་སྲོག་འཚོ་སྐྱོབ་མ་གཏོགས་ན་མ་གཡེང་དང་འོལ་ཚོད་ཁོ་ནས་མགོ་  
སྐྱོར་གྱིས་གཞན་སྲོག་ལ་རྟོས་མེད་ཀྱི་བྱ་ངན་དང་མ་འདྲེས་པར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ལས་འགན་  
གི་ཡང་སྤོང་ཡིན། གཞན་གྲུ་ཚང་འདིར་དམིགས་བསལ་གྱི་བཅའ་ཡིག་རྩུར་རྒྱན་  
གང་དགོས་དགོན་པའི་གཞུང་གི་ལས་སྡེ་དང་སྐྱོན་པ་གྲུ་ཚང་གི་ལས་སྡེ་བཅས་བཀའ་  
བསྟུར་གྱི་སྐོ་ནས་འགྲིག་སྐོ་ན་དང་བསྐྱར་བཅོས་མཛད་ཚོག་པ་ཡིན།

སྐྱུས་པ། འདིས་མཚོན་ལེགས་བྱས་བརྗོམས་པའི་པར་འབྲུམ། །བདེ་  
གཤེགས་དགེས་པའི་མཚོད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཏེ། །སྲིད་གསུམ་ནད་ཀྱིས་གདུངས་  
པ་ཀུན་ཁི་ནས། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་དགས་ཁྲབ་གྱུར་ཅིག། ཅས་པ་འདི་ནི་སྐྱུ་  
ཚང་རྩ་མོ་དང་རྩ་པ་གི་དགོན་གྱི་སྐྱོན་པ་གྲུ་ཚང་གཉིས་གསར་རྒྱུགས་ལ་སོང་བྱེད་སྐོའི་བཅའ་ཡིག་ཅིག་  
དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་སྐྱུ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་རང་ཉིད་སྐྱོན་པ་གྲུ་ཚང་གི་བྱེད་སྐོའི་རྒྱུ་མངའ་མེད་ནའང་  
སྐྱུ་འབྲུམ་སྐྱོན་པ་གྲུ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་དགེ་བཤེས་ཨ་ཁུ་ཉི་མས་མཛད་པའི་སྐྱོན་པའི་བཅའ་ཡིག་  
ཟིན་བྲིས་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས་འཕགས་ཡུལ་གི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་པ་གྲུ་ཚང་ནས་རོང་པོ་སྐྱེས་མིང་པ་སྐོ་བཟང་  
བསྐྱོན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ལེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོར་འབོད་པས་སྐྱེ་འགྲོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་རྒྱས་པའི་  
སྐོན་འདུན་བཅས་བྲིས་པ། དགེ་ལེགས་འཕེལ།





༡༡། མཚོ་སྔོན་གི་རྟེན་དགོན་གསལ་ར་  
བཤམ་སྐྱབ་དར་རྒྱས་སྦྱང་  
གི་བཅའ་ཡིག

མངོན་པ་པོ།

ལྷ་སྐྱབས་རྟེན་གི་རྟེན་པོ་ཆེ་སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན།



༡༡། དེ་ཡང་སྐྱེ་དགུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་པ་འགྲུང་བའི་  
 གཞི་རྩ་གཅིག་པུ་ནི་རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡུན་  
 རིང་དུ་གནས་པ་ཡང་བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་སློན་ལོ་འཛིན་ཅིང་སྐྱེལ་བའི་དགོངས་  
 པའི་སྡེ་ལ་རག་ལས། དགོངས་པའི་སྡེ་ཡང་བརྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཐབས་སུ་འགྱུར་  
 བ་ཞིག་ཡོང་མིན་གཞི་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དམ་ཚེས་འདུལ་བའི་དགོངས་དོན་  
 བཞིན་ངོས་གཙང་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ལུང་སྡེ་སློད་གསུམ་གྱི་འཆད་ཉན་དང་  
 ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ། བཅས་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་  
 ར་མ་ཐོ་བ་ལ་འཛིན་ཞིང་དད་ལྡན་དང་བ་འདྲེན་པའི་ཞིང་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་དགོས།  
 དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ཡང་དགོངས་པའི་ནང་བྲིམས་དམ་ཚེས་འདུལ་བའི་དགོངས་  
 དོན་དང་མཐུན་པའི་བཅའ་བྲིམས་ཤིག་མེད་དུ་མི་རུང་བས། དེས་ན་མདོ་སྐྱོད་  
 ཙོང་ཁའི་ཡུལ་གྱི་ནང་ཚོན་མཚོ་སློན་ཀའི་དགོན་བཤད་སྐྱབ་དར་རྒྱས་སྤོང་གི་བཅའ་  
 ཡིག་སྤོང་པོར་བསྐྱེལ་ཏེ་འགོད་པ་ལ་གསུམ། སྡེ་འདིར་འཇུག་པ་པོ་རྟོན་གྱི་གང་  
 ཟག་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ། ལྷགས་ནས་སྤང་བྲང་ཇི་ལྟར་བུ་བའི་ཚུལ། ལས་  
 སྤོའི་བྱེད་སློད་དང་ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་དང་གསུམ་ལས།

**དང་པོ་རྟོན་གྱི་གང་ཟག་ནི།** བྲིམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྡེ་འདིར་ཐོག་མར་འཇུག་  
 པའི་ཚེ་སློམ་པ་སྐྱེ་གནས་ཁྱེད་པར་དུ་འགྱུར་བའི་བར་ཆད་དང་བྲལ་བ། རབ་  
 བྱུང་ན་ལོ་ཚོད་ཀྱང་ཀན་གཞིན་གྱི་མཐར་མ་ལྷུང་བའི་འཆད་ཉན་བྱེད་ལུས་པ།  
 གནས་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་སྡེ་འདིར་བཅུག་ན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྲུག་སློང་ཕོགས་

བཅའ་ཡིག་རྒྱུགས་བརྒྱུགས།

བསྟན་པར་གཞོན་གཞིར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་དགོས། གལ་སྲིད་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞིག་  
ཡིན་ན་ཅུ་བ་བཞི་དང་ཆང་ལྗེའི་མཐོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་གྱི་སློན་གྱིས་མ་གོས་  
པར། དགོན་རྗེ་གཞན་ནས་གནས་དབྱུང་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ། ལྷར་ཚུལ་བྲིམས་  
འཆལ་ནས་སྤྲེལ་སུ་སྤྲོམ་པ་བསྐྱར་ལེན་བྱས་པའི་རིགས་མ་ཡིན་པ་སོགས་མཚན་  
ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་ཡིན་ཚེ་སྤེལ་འདྲིར་འཇུག་ཚོགས་དག་ཚུལ་ཡིན་ན་གཟན་ཤམ། ལྷ་  
ལྷམ། ཚོས་གོས་དང་གདིང་བ་སོགས་ངེས་པར་དུ་དགོས་པའི་རུང་མཐུན་གྱི་ཡོ་  
བྱད་རྣམས་དང་། དག་སྤོང་ཞིག་ཡིན་ན་ཚོས་གོས་རྣམས་གསུམ་སོགས་འཚོ་བའི་  
ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ་ལས་གང་དགོས་པ་རྣམས་དང་འབྲལ་སྤང་གི་སྟོན་པའི་སྐྱུ།  
གཞན་ཡང་གཟན་ཤམ། ལྷ་ལྷམ། གདིང་བ་སོགས་རུང་མཐུན་གྱི་ཡོ་བྱད་མཐའ་  
གཉིས་སུ་མ་ལྷོང་བ་ཚགས་སུ་ཚུད་པ་ཡོད་མེད་མཁན་པོ་དག་བསྐྱོས་གཉིས་ནས་  
ཞིབ་འཇུག་མཛད་དགོས།

**གཉིས་པ་ལྷགས་ནས་སྤང་བྱང་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་ནི།** དག་ཚུལ་དང་དག་

སྤོང་གསར་བྱ་བ་རྣམས་ནས་གནས་གྱི་སྐྱ་མ་རེ་ངེས་པར་དུ་བསྟེན་དགོས་པས་  
གནས་གྱི་སྐྱ་མ་འདི་དང་འདི་ཡིན་ཞེས་མཁན་པོ་དང་དག་བསྐྱོས་གཉིས་ལ་ལྷ་  
དགོས། གལ་སྲིད་སོ་སོའི་ངོས་ནས་གནས་གྱི་སྐྱ་མ་འཚོལ་མ་ཐུབ་ཚེ་གྲ་ཚང་གཞུང་  
ནས་གནས་གྱི་སྐྱ་མ་རེ་གནང་དགོས། གནས་གྱི་སྐྱ་མ་ངེས་ཀྱང་འདུལ་བའི་དགོངས་  
དོན་བཞིན་ཚོས་དང་ཟང་ཟེང་གི་སྐྱ་ནས་བསྐྱར་དགོས་པར་མ་ཟད། དག་ཚུལ་  
སྤོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱས་བརྒྱས་གང་རུང་གི་ཐོག་ནས་ཁས་སྤངས་པའི་བསྐྱབ་བ་རྣམས་  
ཤེས་སུ་འཇུག་རྒྱ་དང་ཐར་ན་སྤོམ་པ་བསྐྱོ་བྱང་ཚུན་ཚད་ཀྱིས་ངེས་སུ་འཇུག་དགོས།

དག་ཚུལ་དང་དག་སྲོང་གསར་བུ་པ་ནམས་ཀྱི་སློབ་དང་བསྐྱུན་པའི་དཔེ་བྲིད་དང་  
 སློབ་གཉེར་ལ་རྟེན་བསྐྱུལ་མངོན་རྒྱ་སོགས་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སློབ་མཚན་བསྐྱུངས་  
 ཉན་ན་བཟའ་བཞེས་ཚུལ། བཟའ་བཏུང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པར་མངོན་རྒྱུ་སོགས་  
 གྲང་ཚུལ་མཐུན་དང་བ་འདྲེན་པ་ཞིག་ལོ་བ་ཏུ་འདུག་དགོས། རྗེ་འདིའི་དགོ་འདུན་  
 པ་བགས་གཞིན་བར་གསུམ་ཀུན་རྟོན་པའི་རྗེས་འདུག་མིང་དོན་མཚུངས་ཤིང་འདོད་  
 རྒྱུ་ཚོག་ཤེས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ། དགོ་བའི་བུ་བ་ལ་ཕེ་གཅིག་ཏུ་གཞིལ་ཞིང་གཞན་  
 བཞན་སྤོང་རྗེ་སྐྱེག་བསམ་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་གཏམས་པའི་དབང་གིས་ངན་སྲོང་དང་  
 ཉན་པ། སློབ་ཀྱིས་ཤོར་བ། རྒྱུན་ལྡན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་སོགས་ཉམ་ཐག་  
 དང་འཕྲད་ཆེ་ཡལ་བར་མ་ཤོར་བར་རང་གི་རྣམས་པ་དང་བསྐྱུན་པའི་ཕན་ཐོགས་  
 མངོན་དགོས། དགོ་འདུན་པའི་སྤྱི་དོན་མ་ཡིན་པར་ཚོང་བུན་སྤྱོད་བྱེད་པ། གསེར་  
 དངུལ་དང་རྒྱ་རྗེས་གསོག་འཛོགས་ས་ཞིང་ཁང་བྱིམ་དང་རྟ་ལུག་ལོར་གསུམ་བདག་  
 འཛོན་བྱེད་པ། བྱིམ་གྱི་སོ་འཛོན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ནམས་ནས་བྱེད་པ། སྤྱི་དོན་  
 ཡིན་ནའང་དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་དགོངས་དོན་དང་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གཏན་  
 ཉན་བྱེད་མི་ཚོགས། དགོན་རྗེའི་སྤྱི་པ་དང་གཉེར་པ་ལྟ་བུས་སྤྱི་རྗེས་ཀྱི་ཆེད་ཚོང་  
 བུན་སྤྱོད་སོགས་བྱེད་དགོས་བྱུང་ཆེ་སེམས་ཅན་གང་ཡང་རུང་བའི་ལུས་སློག་དང་  
 རྒྱ་དངོས་སོགས་ལ་གཞོན་གཞིར་འགྲོ་བའི་རིགས་ཀྱི་ཚོང་བྱེད་མི་ཚོགས། དཔེར་  
 བཤུ་ ལྷམ་ལུག་དང་ག་པགས་སྐྱ་ཕྱི་རུ་སོགས་ལྷམ་རྗེན་ལ་གནས་པའི་དུད་འགྲོའི་  
 སློག་ལ་གཞོན་པའི་རིགས་ལས་བྱུང་བ་དང་། གྱི་དང་མེ་མདའ་སོགས་མཚོན་  
 ཆའི་རིགས་ཆེ་སྤ། ཆང་དང་ཐ་མ་ཁ་སོགས་ཕྱོས་བྱེད་རྗེས་ངན་གྱི་རིགས་སྤྱ་

ཚོགས། སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱིར་ཚོར་ལྟ་བུ་སོགས་ཁྲིམས་  
 འགལ་ནག་ཚོར་གི་རིགས་ཀྱི་མི་ཚོགས་ རྒྱུན་དུ་རྟོན་པའི་བཅས་པ་མི་བརྗེད་པའི་  
 ཚེད་དུ་གཟན་ཤམ་དང་མི་འབྲལ་བ་ཀྱི་དགོས་པ་དང་། གཟན་ཤམ་གྱི་འོག་  
 དུ་བྱིམ་པའི་གོས་གྱོན་པ། རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཆས་གོས་ཡིན་ནའང་ཚད་མི་རྩུང་  
 བ་དང་མདོག་མི་རྩུང་བ་དཀར་པོ། ཉག་པོ་དང་རྩོ་ཉག་ ལྷ་པོ། མཚལ་ཁ་  
 དང་མེ་ཉོག་ཅན། གོས་ཚེན་ལྷ་པོ་སོགས་བཟང་ངན་གྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་སྤྱང་  
 བའི་གོས་དང་། སྐྱ་ལྷ་སོགས་གྱོན་དུ་མི་རྩུང་བའི་ལྷ་རིགས་སྤྲོ་ཚོགས། མཚོན་  
 ཚད་དང་རྒྱན་ཚ་སོགས་བྱིམ་པའི་རྟགས་གང་ཡང་རྩུང་བ་འཆང་མི་རྩུང་། གྲུ་པས་  
 ཞིང་ཚོ་བ་དང་རྟ་ཚོར་ལུག་གསུམ་འཚོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་དང་། བྱིམ་གྱི་ལས་ཀྱི་ཕྱི་དང་  
 བྱིམ་པ་པོ་མའི་གཡོག་ཀྱི་ཕྱི་དང་། རྩ་དང་ཤིང་ནགས་ལོ་ཉོག་གཅོད་འབྲེག་ གཉེར་  
 རྩས་སོགས་སྤྱོད་འདོན། བྱིམ་པ་པོ་མའི་དབར་གཉེན་སྦྱོར་ཀྱི་ཕྱི་དང་དམག་  
 བཤམ་པ། འཕྲོག་བཅོམ་དུང་རྟེན་སོགས་མི་འོས་པའི་གྲོས་བཤམ་པ་དང་ཐག་  
 གཅོད་ཀྱི་ཕྱི་དང་། ཀི་འཐབ། འབོད་རྒྱུང་། ཤོ་བག་ལྟ་བུའི་རྒྱན་ཅེད་ཀྱི་རིགས།  
 གཞན་ཡང་སྤྱིར་བར་དུ་རྟ་ཞོན་ནས་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་མི་ཚོགས་ ལྷག་པར་རྒྱན་  
 དུ་བྱུང་མེད་གང་ཡང་རྩུང་བ་ཞིག་སྤྱིར་ནང་ཞག་སྤོད་ཀྱི་རྩུ་པར་ཞོག་གྲུ་ཤག་  
 དུ་ཡོང་མི་ཚོགས་པའི་ནང་ཁྲིམས་མ་དགོན་བཞིན་མཛད་དགོས། རྒྱུན་བདག་  
 པོ་མོ་རྣམས་འདྲུ་ཁང་དང་རྩུ་ཁང་། རང་ཚེན་དང་སྐྱ་བུ་དང་། གཞུང་ཁང་ནང་  
 ཡོང་བ་དང་ཚོགས་མཛལ་ལུ་བ། བུད་མེད་རྣམས་སྐྱ་མར་མཛལ་བ་དང་དུས་  
 ཚེན་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱིར་བར་དུ་ཡོང་ཚོགས་པའི་དམིགས་བསལ་ཡོད་ནའང་སྐབས་

དེར་གྲུ་ཤག་ནང་འགྲོ་སྡོད་མི་ཚོ་གཤམ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་ལྟར་དང་། རྒྱུ་ལྡན་
 རང་དུ་བྱིམ་པ་རྣམས་ནས་གསེར་སྐྱེམས་ཀྱི་ཚེད་དུ་སྦུལ་བའི་ཆང་དེ་ཙམ་འཛོག་
 པ་མ་གཏོགས། སྐྱོང་གསེབ་དུ་ཆང་ཚོང་གི་འགྲིམ་འགྲུལ་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཚོ་གཤམ་
 རྒྱུར་གྱི་མ་སོར་གཅིག་ཡན་ཆད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་དང་རྒྱུ་ལྡན་པར་
 གླུ་མ་དགེ་བསྐྱོས་སོགས་ལས་སྐྱེ་དང་རང་གཞན་གྱི་མཁུན་སྐྱོབ་དགེ་རྣམས་
 ལ་ལྷ་སྦྲུང་གཟུགས་སྐྱོར་སོགས་ཀྱི་བཀའ་གཞན་དགོས། ཚོགས་ཡར་འཚོགས་
 ཚུལ། གལ་དུ་བཞུགས་ཚུལ། ཞལ་འདོན་གསུང་ཚུལ། ཚོགས་གྲོལ་ཚུལ་
 སོགས་ཚེད་བག་དང་བུལ་ཞིང་ཞི་དུལ་བག་ཡིད་དང་བ་འདྲེན་པ་བྱིམ་པ་སུན་འབྲེན་
 དུ་མི་འགྲོ་བཞིག་མཛད་དགོས། རྒྱུན་དུ་གྲུ་པ་རྣམས་ནས་གཞུང་ཚེན་
 བཀའ་པོད་ལྟར་སྐྱོབ་སྐྱོང་གཅོམ་བྱེད་དགོས་པ་སྐྱོས་མེད་ཐོག་ལུས་ངག་ཡིད་
 གསུམ་དགེ་སྐྱབ་ཀྱི་བྱ་བར་བརྟེན་དགོས། གསར་བུ་པ་རྣམས་ནས་འཛོག་སྐྱོར་
 སྐྱོང་དང་སྐྱོབ་གཉེར་སོགས་གང་འོས་བྱེད་དུ་བརྒྱུག་ནས་ཡ་རབས་དང་དགེ་བའི་
 སྤྱོད་སྲུང་བརྩོན་ཏེ། དལ་འགྲོར་དོན་ལྡན་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་དུས་ཚོད་སྟོང་པ་
 རམ་བྱུང་ལ་དོན་མེད་པའི་བྱ་བར་མགོ་འཁོར་ནས་སྡོད་པ་དང་། རང་པ་མིན་
 པར་ཉིན་བཞིན་སྐྱོད་ཉལ་བྱེད་པ། ཤག་གཅིག་དུ་འཚོགས་ནས་ལོང་གཏམ་ཁོ་
 རས་དུས་འདུལ་བ་དང་ཚེད་མོ་སྐྱོར་ཚོགས་བྱེད་པ། ཚོགས་ཚོས་ལ་མི་འགྲོ་བར་
 རང་དགར་སྡོད་པ་དང་ཚོས་མཚམས་ཚེན་མོའི་སྐབས་མ་གཏོགས་དགོན་པའི་
 གཞུང་ནས་བཀོད་མངགས་མེད་པར་གྲོང་ཚོགས་ལ་འགྲོ་བ་དང་དགོས་པ་ཚེན་པོ་
 མེད་པར་བྱིམ་དུ་ཞག་སྡོད་མི་ཚོ་གཤམ་གཞན་གཞིན་ཀུན་བྱུགས་མཐུན་པར་གནས་



རྒྱུ་ལས་ནང་ཁྲུ་ལ་སྒྲིག་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་དང་འབྲེན་འབྲེད། རྒྱུ་ལས་སྒྲིག་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་ལངས། དགོ་  
 བཅའ་དང་ཡུལ་སྒྲིག་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་མིང་འདོགས་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་གྱིས་སྡེ་མན་ཚུན་རིས་སྐྱོང་  
 བཅའ་པའི་དབྱེ་བ་ཚོགས་བཅའ་ཚུན་གང་རུང་སྐྱོང་བ་དང་ཚོད་སྐྱོང་བྱེད་པ་སོགས་ནམ་  
 ཡང་བྱེད་མི་ཚོགས་གཤམ་སྐྱོང་བཅའ་ཚུན་གང་རུང་གི་སྐྱོང་བཅའ་དབྱེ་བ་དུག་བྱེད་  
 མིའི་གཙོ་བོར་ར་འབྲོད་བྱུང་ཚེ་སྡེ་འདིར་བསྐྱོང་མི་ཚོགས་དགོ་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་གསོ་སྐྱོང་  
 ལ་མིང་བཏགས་པའི་དགོ་འདུན་པའི་བཞེས་སྐྱོང་གི་ཚེད་དུ་དམིགས་ནས་ཉེས་མེད་  
 གྱི་དུད་འགོ་གསོད་མི་ཚོགས་ལོ་གཅིག་རིང་གི་ཚོས་ཐོག་ཚེ་རྒྱུང་ཁག་དང་འཛིན་  
 བྱའི་མོ་རིམ་སོགས་འབྲས་སྐྱོང་སྐྱོང་གསལ་གྱི་སྐྱོང་བཞེས་བཞེས་པ་སྐྱོང་བཞེས་  
 མགོ་སྐྱོང་བཅའ་འབྲེན་ལས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་སྐྱོང་བྱེད་པའི་དགོ་འདུན་ལྟར་རིམ་བཞེས་  
 སྐྱོང་ལེན་འཁེལ་གང་སྐྱོང་མཚན་དུ་གོས། འོན་ཀྱང་ད་ལྟོ་སྐྱོང་འདིར་འདུས་  
 རྒྱུ་ལས་དཔལ་འབྲོར་གྱི་གནས་སྐྱོང་སྐྱོང་དང་དགོ་འདུན་པའི་གྲུ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་  
 གཞིགས་ནས་གང་འབྲས་མཚན་ཚོགས་ ངས་པར་དུ་དགོས་པ་ནི་གཞི་གསུམ་གྱི་  
 ཉམས་ལེན་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ཞིང་ནམ་ཡང་ཆད་མི་ཚོགས་ དེས་ན་ནང་  
 དོན་རིག་པ་རྒྱ་ཚེ་གཏོང་བའི་ཉེད་འཛིན་ཚིང་སྡེལ་བའི་སྐྱོང་བྱེད་པ་ཞིག་  
 ཡོང་བ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱང་གཞི་གཅིག་ནི་གྲུ་ལ་ན་གཞི་ཚོར་གཞི་རིམ་  
 བོད་ཀྱི་སྐྱོང་མོང་པའི་རིག་གནས་ཡི་གེ་དཀར་ནག་འབྲི་སྐྱོང་དང་སྐྱོང་ཉམས་དག་  
 ཡིག་རྒྱལ་རབས་ཚོས་འབྲུང་སོགས་སྐྱོང་དང་བསྐྱོང་ཉེ་དང་པོར་སྐྱོང་སྐྱོང་བྱེད་  
 དུ་འཇུག་རྒྱ་གལ་ཆེ། དེས་ན་སྐྱོང་གཞི་གསུམ་གྱི་འབྲུར་པའི་དབང་གིས་དགོ་འདུན་པའི་  
 མཚན་སྐྱོང་འགའ་གས་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་ནམས་ཀྱི་འབྲུ་སྐྱོང་དང་མ་དང་པ་སྐྱོང་བའི་སྐྱོང་

གཞི་གསར་བ་གང་ཡུང་ཐམས་ཅད་འགོག་ཐབས་སུ་བཅའ་ཡིག་ཟུར་རྒྱུ་གང་དགོས་  
ཅི་མ་བཞིན་ཡུལ་དུ་དང་བརྟུན་ནས་གསར་བཟོ་མཛད་ན་ཡིགས་ཆ་ཆེ།

**གསུམ་པ་ལས་སྒྲིལ་བྱེད་སྒྲོ་དང་ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ལ་**  
**ལ་གཉིས།** དང་པོ་ལས་སྒྲིལ་རྗེས་ལས་འགན་ནི། ཁྱིམ་འཕེལ་མཁན་རིན་  
པོ་ཆེའི་མཛད་འགན་ནི་དགེ་རྒྱུ་སློབ་གྲིལ་མཁན་སློབ་མཛད་རྒྱ་དང་རྒྱུ་དུ་སོ་  
ཐར་གྱི་མདོའི་ལྷག་མའི་བར་དང་དབྱར་དགུན་གྱི་དུས་གཉིས་སུ་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་  
རྒྱས་པ་རེ་འཆད་ཐུབ་ན་ཤིན་ཏུ་ཡིགས། ལྷག་པར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་  
དཔེ་བྲིད་དང་བརྩི་བཞག་གི་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས། དགོན་རྗེ་སློབ་འབྲིག་  
ལམ་ཀུན་སློབ་དང་སློབ་གཉེར་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་སྒྲོ་གང་ས་ནས་  
འབད་དགོས། དགེ་བསྐྱོས་ནི་ཚོས་སྤྲོས་པ་ཡིན་པས་དགོན་རྗེ་སློབ་འབྲིག་  
ལམ་ཀུན་སློབ་ཀྱི་ཆ་སྲ་རགས་ཐམས་ཅད་བཅའ་ཡིག་བཞིན་ལག་ལེན་དུ་འཁེལ་  
ཐུབ་པའི་ཆེད་ནི་དྲག་གང་དགོས་ཀྱི་ལམ་ནས་འབད་དགོས་པ་དང་། དགེ་བསྐྱོས་  
ཀྱི་རྒྱབ་གཞོན་གྲ་མ་ལས་སྒྲིལ་ཞུས་མཐུན་ནས་མཛད་དགོས། ལང་ཤོར་  
སློབ་ངན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སློབ་པ་གྲོང་པོ་འདུལ་བའི་ཆེད་  
ནན་ཏུར་གྱི་ལས་མཛད་དགོས། ལོ་རེའི་ནང་ཐེངས་གཅིག་ལས་མ་ཉུང་བར་  
བཅའ་ཡིག་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་དོན་རྣམས་ཚོགས་དབུས་སུ་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་  
པའི་གསལ་བསྐྱགས་གནང་དགོས། དགེ་བསྐྱོས་ནི་འདུལ་བའི་བཅས་མཚམས་  
ཤེས་ཤིང་སྦྱི་སེམས་ཆེ་བ། སློབ་ལམ་བཟང་ཞིང་ཀུན་གྱིས་བརྩི་བཀུར་གྱི་གནས་  
སུ་གུར་པ། ཉེ་རིང་མེད་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱོ་བཞག་གནང་རྒྱུ་གལ་ཆེ།

**དབུ་མཛད་ཀྱི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ནི།** ཚོགས་ཚོས་རའི་ཞལ་འདོན་རྣམས་མ་དགོན་གྱི་ཕྱག་བཞེས་ལྟར་གོ་རིམ་མ་འཇུག་པ་དང་ཆད་ལྷག་ནོར་བའི་རྒྱུན་གསུམ་དང་བུལ་ཞིང་མགྲིན་གཅིག་དབུངས་གཅིག་དལ་བྲེལ་མཉམ་པ། འུར་ཆེམ་ཆེམ་གསུངས་པ་ལས་སྐད་གདངས་འདྲ་མིན་དལ་བྲེལ་སྐྱོ་ཚོགས་མི་འབྱུང་བའི་འགན་གཙོ་བོ་བཞེས་དགོས། འདོན་བཟང་དང་སྐད་སྒྲ་པ་བསྐོ་བཞག་བྱེད་རྒྱ་དང་ལོ་རའི་ནང་མཚམས་མཚམས་སུ་དབུངས་ཆགས་བྱེད་པའི་འགན་ལེན་དགོས། ཚོགས་འདོན་གྱི་རྒྱུགས་ཇི་ལྟར་འཕེན་དགོས་མིན་ལས་སྐྱེ་ལ་སྟེན་མེང་ཞུས་ནས་རྒྱུགས་འཕེན་རྒྱ། དབུ་མཛད་ནི་གསུང་སྐད་བཟང་བ་དང་འདོན་ཚའི་རིགས་ལ་བུང་ཞིང་གོ་རིམ་ངེས་པ། ཏེ་འདྲུང་གདངས་གསུམ་གྱི་དབུ་བསྐྱེལ་བ་ལ་མཁུལ་པ། ཐུགས་རྒྱུད་བཟང་བ་ཞིག་ལ་བསྐོ་བཞག་མཛད་གལ་ཆེ།

**གྲུ་ཚང་གི་ཕྱག་མཛད་ཀྱི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ནི།** སྤྱི་རྒྱུས་གང་ཡོད་ཚུད་ཐོས་སུ་མི་འགོ་བའི་གསོག་འཛོག་དང་འཕེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པ། དགེ་འདུན་པའི་འདུ་སྐོ་གང་ཡོད་དགེ་འདུན་པའི་ཞལ་དུ་སྒྲིན་པ་ཞིག་གཙོ་བོར་བྱེད་དགོས་པ་དང་འཚོ་གོས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཅན་སྐོབ་གཉེར་པ་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་གོས་ཐོག་གང་ཐུབ་རོགས་རམ་མཛད་རྒྱ་གལ་ཆེ། དཀོར་ཟས་ལ་མི་དབང་བའི་ཁ་ལ་ཐ་ན་ཟས་འབྲུ་དོག་གཅིག་ཅུ་ཡང་མི་འགོ་བའི་དམ་ཚགས་ནན་པོ་བྱེད་དགོས། ལྷན་ལུག་སོགས་རྗེས་སུ་ཤན་པའི་ལག་དུ་འགོ་དགོས་པའི་རིགས་དང་མཚོན་ཆ་དང་རྒྱ་འཕྲོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་དག་པ་སོགས་དུས་ནམ་ཡང་སྤྱི་རྒྱུས་སུ་བཞེས་པ་དང་བདག་ཉར་བྱེད་མི་ཚོགས་སྤེལ་འདོད་སྤྱིན་བདག་རྣམས་ལ་སྐྱེ་ལེན་གང་བཟང་གིས་དང་

ལྷན་ཞེན་པ་མ་ལོག་པར་བྱེད་དགོས། གང་ལུ་ལ་བའི་རྒྱ་རྗེས་རྣམས་མིག་སྒྲན་  
 མིག་ཐོག་ཏུ་ཕན་པ་སྤྱིན་བདག་གི་སློབ་ཁ་ཚིམ་པ་ཞིག་གལ་ཆེ། ར་ཐུག་སོགས་གཙང་  
 སྒྲ་དང་ལྷན་ཞེན་རྒྱ་ཆ་གང་དགོས་རྣམས་སྤྲོ་ཚོས་སུ་མ་སོང་ཞིང་སྤྲིག་དང་མ་  
 འདྲེས་པ་དགོས། དེ་ཡང་བཟང་ངན་གྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་སྤྱོད་བཞིག་ལུ་ན་  
 ལེགས། ལས་སྡེ་གཞན་གང་དགོས་སྐབས་སོ་སོར་བསྐྱོབ་ཞུགས་དང་དེའི་ལས་འགན་  
 གང་ཡོད་བཅའ་ཡིག་གི་ཟུར་རྒྱན་དུ་འགོད་གལ་ཆེ། དགོན་སྡེ་སྤྱིའི་བྱ་བ་ཐག་གཅོད་  
 མངོན་དགོས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མཁུན་རིན་པོ་ཆེ་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་ལས་སྡེ་ལྷན་རྒྱས་  
 རས་ནང་མའི་རྒྱལ་ལྷན་གྲོས་བསྟུན་གྱིས་ཐག་གཅོད་མངོན་དགོས། ཤེན་ཏུ་གལ་  
 ཆེ་བའི་རིགས་རྣམས་ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་འཛོམས་ཐོག་ཐག་གཅོད་མངོན་  
 ར་ལེགས། དགོ་འདུན་པའི་ནང་བྱིས་སྐྱོར་འདུལ་བའི་བཅས་མཚམས་མི་ཤེས་  
 མཁུན་དབང་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་དང་བྱིས་པ་ཕོ་མོར་སློབ་འདུག་སྐོར་  
 མི་འོས་པར་མ་ཟད་གནད་མ་ཤེས་པས་ལམ་ལོག་པར་འབྲིན་སྲིད་པས་གནས་འདི་  
 ལ་གཟབ་དགོས།

**གཉིས་པ་ཚར་གཅོད་དང་རྗེས་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་ནི།** ར་བ་བཞི་

པོ་གང་ཡང་རུང་བ་དང་འགལ་བ་དང་དགོ་འདུན་པའི་སྡེ་འབྲུགས་པའི་དབྱེན་སྒྲོར་  
 བྱེད་གཏེ་གཅོད་པོར་ཐོན་ཆེ་གནས་དབྱུང་གཏོང་དགོས། གཞན་ཆང་དང་ཐ་མ་  
 ཁ་འཐེན་པ། བྱིས་པ་སུན་འབྲེན་གྱི་ལས་བྱེད་པ། མཁུན་སློབ་དང་ལས་སྡེར་  
 ལན་སློག་པ་སོགས་བརྟན་པར་མ་འབྲེན་པར་བྱེད་མཁུན་ཚོར་ཉེས་ཆད་ནན་པོ་སྤར་  
 འགྲོད་སྤྱིས་སྡོམ་བྱེད་ལུས་པའི་ནན་ཏུར་གྱི་ལས་མངོན་དགོས། གཞན་དགོ་འདུན་

པའི་ནང་ཁྲིམས་བཅའ་ཡིག་དང་འགལ་བའི་རིགས་གང་ཡུང་དང་། འཛིང་འཁོན་  
 བརྒྱུད་རེས་བྱེད་པ་སོགས་ལ་ཉིན་འགྲུང་ཞག་འགྲུང་དུ་མ་སོང་བར་སྐབས་སོ་སོར་  
 ཆད་པ་གཙོ་བོར་པ་དང་སློབ་གསོ་ཡང་མཛད་དགོས། ལོ་གཅིག་གི་ནང་གཞུང་རྒྱུགས་  
 ཐངས་གཉིས་རེ་འཕེན་དགོས། རྒྱུགས་མ་འོས་དུ་པའི་རིགས་ལ་ཆད་པ་གཙོ་བོར་  
 དང་སློབ་སྦྱོང་དང་ཀུན་སྦྱོང་མིག་དཔེར་འོས་པ་རྣམས་ལ་གཞུང་སྐོར་བྱ་དགའ་  
 གནང་བ་སོགས་ངན་པར་ཚར་གཙོ་བོར་དང་བཟང་པོར་རྗེས་འཛིན་མཛད་ན་བརྒྱུད་  
 ཐོན་ཆེ། མདོར་ན་གོང་དུ་སློབ་པའི་འགྲིག་ལམ་ཆེ་ཕྱ་མཐའ་དག་ཅན་གཞིན་བར་  
 མ་ཀུན་ནས་ཉམས་སུ་གྲངས་ན་གྲ་མ་མཚོག་གསུམ་དགུས་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་ཞིང་། ཚོས་  
 སྤང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་ལྗན་རྣམས་བཟན་བཞིན་འཁོར་ནས་མ་བསྐྱལ་བར་ཡང་མཐུན་  
 པའི་ལས་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ། རང་ཉིད་བརྟན་པ་དང་མཇུག་པ་དོན་དང་ལྡན་ཞིང་  
 འདི་སྤྱིར་དགེ་བའི་ཐབས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཡང་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད། གལ་  
 ཉེ་དབང་ཤེད་དང་རྣོ་སེམས་ཀྱིས་དུས་དབང་ལ་བརྟུན་ནས་བརྟན་པར་མ་འབྲིན་  
 པའི་འགྲིག་འགལ་བྱེད་མཁན་ལས་སྤྱིར་བཏུ་ལ་མི་བརྩེ་བའི་ངན་དགུ་ཚང་བ་ཡུང་  
 ཚོ་ཚོས་སྦྱོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་ལྗན་སྤྱི་དང་། བྱད་པར་དགེ་སྤྱི་གན་འབྱེད་ཚོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ། དཔལ་མགོན་མཉུ་ཀུ་ལ། དཔལ་ལྷན་དམག་ཟོར་གྱི་རྒྱལ་མོ་  
 རེ་མ་ཉ། དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་ཚོས་རྒྱལ་སྤེལ། སྤེར་གྱི་བཀའ་སྤྱང་སོག་བདག་དེ་རྗེ་  
 དཔའ་བོ་རྩལ་སོགས་གྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལ་གནས་པས་འདི་སྤྱིར་  
 གནས་སྐབས་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པར་བཀའ་ཆད་དུག་པོ་གནམ་  
 ལྷགས་ཀྱི་ཐོག་མདའ་ལྟར་འབེབས་པ་ནི་བརྟན་སྤང་རྣམས་ཀྱི་མཛད་འགན་གྱི་གཙོ་

བོ་ཡིན་པས་ལས་ཀྱི་ནམ་པར་སྡིན་པ་བརྒྱུག་དུ་མེད་པར་སྤོང་དགོས་པའི་མཚམས་  
 སྤོང་བྱེད། རང་ངོས་ནས་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་དང་འགལ་བ་དང་བརྟན་པ་  
 བཞིག་པའི་ལས་བྱེད་བཞིན་དུ་ཚོས་སྤོང་སྤྱང་མ་ལ་གཏོར་མ་རེ་ལྟར་སྤྱངས་ནས་  
 བརྒྱབས་ཀྱང་སྤོངས་གོགས་མཛད་རྒྱ་ཕར་ཞེག་རང་ཐོག་དུ་བཀའ་ཆད་དྲག་པོ་མུར་  
 དུ་ཐད་པ་བཞིན་འགྱུར། དེས་ན་ཚན་གཞིན་བར་མ་ཀུན་ནས་ངོ་རྒྱུག་མེད་པར་དགེ་  
 འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་གང་ཡོད་ལྟར་དུ་མ་སོང་རྒྱན་དུ་སོང་བའི་དཔེ་བཞིན་དང་དུ་  
 གླངས་ཏེ་སྤྲིགས་མའི་དུས་འདིར་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་བརྟན་པའི་ཞབས་འདེགས་མཛད་  
 བ་རང་གི་ཚེ་རབས་གཏན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ཚུ་བ་ཚུགས་པས། འདུས་སྡེ་འདི་ཉིད་སྤྲིགས་  
 གང་ས་ནས་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་ས་དམ་པར་འགྱུར་བཞིག་ཀུན་ནས་མཛད་  
 གལ་ཆེ་བ་ལྟ། ཞེས་མཚོ་སྡོན་གྱི་དགོན་བཅའ་སྤྱི་བཅའ་ཡིག་ཅིག་དགོས་ཞེས་  
 མཚོ་སྡོན་གྱི་དགོན་གྱི་འདུས་སྡེ་ནས་ཡང་ཡང་བརྟུལ་མ་བྱུང་དོན་ལྟར་ལ་རོང་ཆེན་གྱུ་བ་དབང་གོང་མ་རིམ་  
 བོན་གྱི་མཚན་གྱི་ཅོད་པན་སྤྱི་བའི་རྒྱན་དུ་བཀོད་པའི་གྱི་ཉིད་སྤྱི་ཐོང་བཅུ་གཅིག་པར་གྲགས་པ་དགེ་སྤོང་གོ་  
 བཟང་བརྟན་འཛིན་འཇིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོར་འབོད་པས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཉིད་ཤེས་པ་གྲུ་ཚང་  
 གི་ཡང་ཐོག་ནས་སྤྱི་བའི་ལྟ།

མཚོ་སྡོན་གྱི་དགོན་འདི་ཉིད་གསར་རྒྱུགས་ལ་སོང་སྤྲིགས་ལམ་ནམས་ལས་གང་ཐུབ་གནས་  
 ལྟམས་རིང་ལག་ལེན་དུ་བརྟན་རྒྱ་དང་། རིམ་བཞིན་ཆ་གང་ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་སོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་  
 སྤྲིགས་ལམ་ཆ་ཚང་བ་ལྷན་བཞེས་ཐུབ་པ་མཛད་དགོས་རྒྱ་བཅས་ཡིད་འཇགས་གྱིས། །



༄༅། གཙཱ་དགོན་མི་ཕམ་བུམས་པ་སྒྲིང་  
གི་བཙཱ་ཡིག་ཚེར་བུའི་དོ་ཤལ་  
ཞེས་བུ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཛད་པ་པོ།

ཡ་སྐབས་རྗེ་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་སློབ་པ་བཟང་བཞུན་འཛིན།

རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་གྲི་ལོའི་རྒྱལ་རྒྱའི་ཚེས་བཅུ་དེ།





༡༡། ལོ་སྟེན། ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ལ་སྤྱག་འཚལ་ལོ། །ཚོས་དབྱིངས་  
 མི་འགྱུར་བ་དེ་ཚེན་དབྱིངས་ཉིད་ལས། །མ་རིག་ལྷན་པའི་སྤྲུག་ཚེན་ལྷུ་པར་  
 མཛད། །བྱུ་མས་དང་སྟིང་རྗེའི་མཚན་དཔེའི་སྐྱུར་ཤར་པ། །འཛུམ་གླིང་རྒྱན་  
 གཅིག་ལྷ་ཀྱུ་སེར་འདུད། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་པའི་བདུད་རྩིའི་བཅུད། །  
 བདུང་བས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་དགེ་འདུན་སྟེ། །གསེར་མདོག་ཚོད་པར་འཆང་  
 བའི་རིང་ལུགས་ཅན། །མི་ཐམ་བྱུ་མས་པ་སྦྱིང་འདི་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །འཆད་རྩོད་  
 རྩོམ་དང་མཁས་བཅུན་བཟང་གསུམ་གྱིས། །དམ་པའི་རྣམ་ཐར་བདག་གིར་བཞེས་  
 པའི་ཐབས། །སྤང་དོར་རིམ་པར་བསྐྱེགས་པའི་སྤྲུབ་འདི་ཡིས། །ཐར་པའི་དྲུག་  
 ས་མ་ནོར་རྩོན་པར་བྱེད། །བརྟན་འཛིན་ཞབས་བརྟན་སྐྱེ་ཚེ་མཛད་འཕྲིན་སྟེ་ལ། །  
 རྣམ་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབས་ཤིག་བརྟན་སྤྱང་ཚོགས། །བརྟན་བཤིག་དམ་ཉམས་  
 རྟེན་ཅན་ཚར་གཅོད་པར། །སྒོག་ལྟར་སྐྱུར་བའི་ལས་ལ་མ་གཡེལ་ཞིག །

དེ་ཡང་དབལ་ལུལ་གཅེན་ཚང་གི་སེར་སྟེ་འདི་ཉིད་དགག་དགོས་ཀྱི་དབང་  
 གིས་དེང་སྐབས་མི་ཐམ་བྱུ་མས་པ་སྦྱིང་ཞེས་པའི་གཏན་བཀའ་སྤྲུག་དགོན་སྟེ་ཞིག་  
 གི་དོ་བོར་བསྐྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་སྟོན་འགྲོའི་ལམ་སྟོན་  
 གི་ཚུལ་དུ་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་མདོར་བསྐྱེས་པ་ཞིག་བཅའ་ཡིག་དུ་འགོད་  
 པར། དེ་ལ་སྟེ་འདིར་འཇུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག དེ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའི་  
 ཚུལ། ལྷགས་ནས་སྤང་དོར་གྱི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་སྟོབ་པའི་ཚུལ། ཞར་བྱུང་  
 སྤྲུབ་མཚོད་ཁག་གི་སྟོར་མདོ་ཅམ་བཤད་པ་དང་བཞི་ལས།

**དང་པོ་སྡེ་འདིར་འདུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ནི།** བྱིས་པ་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཚོས་འདུལ་བ་ནས་རི་ལྗང་འདུང་བ་བཞིན་འགལ་སྐྱེན་བར་ཆད་བཞི་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་སྐྱེན་ལྗང་ཚང་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་སྡོམ་མེད་ཐོག་ལྷག་པར་ཚོས་མེད་དང་དངོས་གཙོ་ཁོ་ན་སྡེ་པའི་ལྟ་ལོག་ཅན། ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྐྱུར་འདེབས་མཁུན། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་བྱིས་པ་འགལ་ནག་ཉེས་ཅན། དུག་རྗེས་དང་སྤྱོད་སྡེ་སྡོམ་འབྲུང་བ་དང་དུག་རྗེས་ཀྱི་སྐྱེན་ཁབ་སྤྱོད་པའི་ངན་ལོ་མས་དང་གཤེས་ངན་ཅན། དགོན་སྡེ་གཞན་གྱིས་བྱ་རྒྱུན་དུ་བདག་བཟུང་བྱས་ཟེན་པའི་རྩོད་གཞི་ཅན་བཅས་མ་ཡིན་ཆེ་འདིར་འདུག་རུང་། སྡེ་འདིར་གསར་དུ་འདུལ་བ་པོ་དགེ་རྒྱུ་སྤོང་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་ན། དགོན་སྡེ་གཞན་ནས་གནས་དབྱུང་བཏང་བ། ཅུ་བ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་པའི་མཐོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་ཅན། རྩོད་གཞི་ཅན་དང་སྤྱོད་པ་ངན་པར་གྲགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་སྡེ་འདིར་འདུག་མི་ཚོ་གི་གོང་གི་སྤྱོད་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ཞིག་སྡེ་འདིར་ལྷགས་ཆེ་རང་ཉིད་འཕུང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་འདིའང་སྐལ་པ་མ་ཅན་བཞིན་རིམ་པས་སྤྱོད་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་སྲིད་པས་གྲ་ཚོགས་ཁོ་ན་ལ་མི་བསམ་པར་དང་པོ་ནས་སྤྱི་དག་ཡོང་བའི་ཆེད་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་འདུག་རྒྱ་གལ་ཆེ།

**གཉིས་པ་དེ་རི་ལྗང་འདུག་པའི་རྒྱུ་ནི།** འགལ་སྐྱེན་བར་ཆད་དེ་དག་དང་བྲལ་བའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་དད་པའི་དགེ་འདུན་གངས་ཆང་བའི་དབྲས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་བྱིས་པའི་རྟེན་གྱིས་དགེ་འདུན་པའི་དགོང་རྗེས་ཉིན་གཅིག་གི་



མཛད་སའི་ཕྱག་དཔེ་སོགས་མཐུན་པའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ཀྱི་དང་ཚད། མདོག་རུང་  
བ་སྟེ་མཚལ་ཁ་དང་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་བའི་མེ་ཏོག་ཅན་དང་གོས་ཆེན། ལྷ་བོ་སོགས་  
མིན་པ། བཟང་ངན་གྱི་མཐའ་མ་ལྟར་བཞག་དགོས་པས་དེ་ལ་ལས་སྐྱེས་སྣངས་  
འཛིན་མཛོད།

དགེ་སློང་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ཚོས་གོས་རྣམས་གསུམ་ཀྱི་དང་མདོག་ཚད་རུང་བ།  
བྱིན་རྒྱལ་ཅན་རེ་དེས་པར་ཡོད་དགོས། གདོང་བ། ལྷ་དང་ཟླ་གམ། གོས་  
ཆེན་མིན་པའི་སྟོན་འགག་ སྤང་སེར་ལ་རྒྱན་ཆ་དང་འཛུལ་མེད་པ། སྟོབ་གཉེར་  
མཛད་སའི་ཕྱག་དཔེ་སོགས་མཐུན་པའི་ཡོ་བྱད་དེ་དག་བཟང་ངན་གྱི་མཐའ་གཉིས་  
སྲུ་མ་ལྟར་བཞག་ཚད་དགོས། ཡོ་བྱད་དེ་དག་མ་ཚང་ན་ལམ་སང་ཚང་བའི་  
ཐབས་ལ་འབད་དུ་འཇུག་དགོས། རྗེ་འདིར་ལྷགས་པ་ནས་བཟུང་བྱིན་པའི་ཉགས་  
ཅན་གྱི་ལྷ་གོས་སྟེང་སོགས་མིག་ལམ་དུ་མི་མཛོས་པའི་རིགས་གྲོན་མི་ཚོགས་སྐྱ་  
ཚད་ལས་ལྷག་པ་དང་སྐྱ་འདབས་བཞུར་བ། སྐྱ་ལ་ཚོན་བྱུགས་ཏེ་མཛོས་ཚོས་  
བཟོ་བ། ལྷ་སྐྱ་དང་ཨག་ཚོམ་འཛོག་པ་སོགས་མི་ཚོགས་གསེར་སོགས་ཀྱི་སོ་འཇུགས་  
པར་སྐྱ་གཡུ་དང་གསེར་ཐག་ ལྷགས་ཐག་སྐྱེ་ལ་གྲོན་པ་སོགས་མི་རུང་། དེ་  
འདྲི་གསེར་དུ་འཇུག་པའི་དགེ་ཚུལ་སྟོང་ནས་བཟུང་གནས་བཟུན་ལོ་བརྒྱ་ལོན་  
པའི་བར་ཚུལ་བྱིན་མཉམས་མཉམ་པར་སྐྱོར་བ་དང་ཉགས་དང་ཆ་ལྷགས་གཅིག་མཚུངས་  
འདྲ་མཉམ་དང་བ་འདྲེན་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་ཀུན་གྱིས་འབད་དགོས། ལྷས་  
སྟོག་གི་འཛིགས་པ་ལྷ་སྐྱའི་དགག་དགོས་མེད་ཆོ་དུས་ནམ་གྱི་ཆོ་དང་། ལྷ་བ་གང་  
ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འདྲེན་གཟན་གཟམ་དང་ཁ་འབྲལ་མི་རུང་བས་རྒྱན་དུ་གཟན་གཟམ་ཆ་

ཚང་མའི་ས་པར་གྱི་ཡོད་མེད་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པོ་མཛད་དགོས།

**གསུམ་པ་ལྷགས་ནས་སྒྲུབ་དོར་གྱི་ལམ་ལ་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་ཚུལ་ནི།**

ཡབ་ཇི་སྲིད་ལ་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་སྲོལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་ཚུལ་གཙོ་བོ་ནི། སྤྱི་ཚུ་ཉན་ཐོས་སྦྱོང་པས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ། །ཉན་དུ་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་གདེང་དང་རྒྱན། །མདོ་རྒྱགས་ལམ་བཟང་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འབྱེད། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །ང་ནི་མུ་ངན་འདས་ལྟར་ན། །འདི་ནི་སྦྱོང་གི་སློབ་པ་ཞེས་སྟོན་པའི་གདུང་འཚོའ། །བརྟན་པའི་ནང་མཛོད། །ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ཚུལ་སྐྱིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡིང་བའི་ཐབས་འདི་ཁོ་ན་གཙོགས་སུ་མཛད་དགོས། །བརྟན་པ་གནས་ཡོད་མེད་ཀྱང་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་སྤྱད་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་པས། །གཞི་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་དེས་པར་ཡོད་དགོས་ཤིང་སྤྱད་ལེན་ལ་རང་བཟོས་མ་བསྐྱད་པར་འདུལ་བ་ནས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་མཛད་དགོས། །རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་གསེ་ཡང་སྦྱར་མི་གསེ། །སྦྱོར་གྱིང་སྦྱར་མི་སྦྱོ། །བརྟན་གྱིང་སྦྱར་མི་བརྟན་མཚང་བུས་ཀྱང་སྦྱར་མཚང་མི་འབྱུ་བ་སྟེ་དགོ་སྦྱོང་གི་ཚོས་བཞི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ལུས་ངག་གི་སྦྱོང་ལམ་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བཞིག་ཡོད་དགོས་པས་རྒྱན་དུ་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་མཛད་དེ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྦྱོང་བྱིས་པ་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་འབྱེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་གལ་ཆེ།

དགོ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ན། དགོ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གནམ་ཅེད་ལྗོང་མ་ལྟ་

བུ་ལོ་སྤྲོད་ནས་དཔེ་བྲིད་དང་འབྲེལ་བྲུང་ས་འདས་སོ་སྤྱི་གི་གྲངས་འདྲེན་དང་  
 བསྐྱུང་བུ་ལོ་འོ་ལོ་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་སུ་བཅུག་ནས་སྤྱི་བ་དང་། དགོ་  
 རྒྱལ་རྣམས་གསོ་སྦྱོང་ནས་ཡོད་ལ་གལ་ཆེ་དོན་ཆེར་བཅུས་ཏེ་མ་ཆད་པར་  
 སེབས་སུ་འདུག་དགོས། གསོ་སྦྱོང་སྐབས་ཀྱི་བསམ་མཐོ་གཏོང་སྤངས་དང་ཡོངས་  
 དག་ལེན་རྒྱལ་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་རྣམས་དགོ་ཆེན་སོ་སོས་ལེགས་པར་བསྐྱེད།  
 གསོ་སྦྱོང་གི་འདོན་པའང་སློབ་འགྲོ་ངེས་ཤིག་ཡོད་མེད་ལ་ལྟ་ཏེ་ག་མཛད། དགོ་  
 རྒྱལ་གང་ཡོད་མ་བུ་སློབ་འགྲུང་གི་རྒྱལ་དུ་དགོ་ཆེན་རེར་ཚུས་སྦྱོང་མཛད་དགོས་  
 པ་མ་གཏོགས་བྱིས་ཚང་དང་དང་པ་མའི་སར་འཛོག་མི་རུང་། དགོ་ཆེན་དེས་  
 གྲང་ཆོས་མཐུན་བྱམས་བཅུས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྦྱོང་བ་མ་གཏོགས་དོན་མེད་པའི་  
 བྱ་བ་སྐྱབ་དུ་མི་འདུག་པར་སློབ་ཚོད་དང་བསྐྱུན་པའི་ཁ་འདོན་དགོ་སྦྱོང་དང་  
 སློབ་གཉེར་ལ་ཁ་སྦྱོར་བ་དང་། རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཕན་ཡོན་དང་དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་གྱི་དོ་སྦྱོང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་འཕེར་བའི་ཐབས་ལ་སློབ་ཀྱིན་  
 རས་འབད་དགོས།

དགོ་སྦྱོང་གནས་བཞུག་བཤེས་པ་ཞལ་མར་སློབ་གནས་བཟུང་དགོ་སྦྱོང་ཡིན་  
 ཚད་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་སྤྲོད་ལམ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་སྤྱི་བ་དགོས་པ་ལ་བྱུང་  
 པར་མེད་པར་བཞེན། གསར་བུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་སྒྲོལ་ཡར་ལྷ་བྱེད་ས་ཡོད་  
 པ་ཞིག་མཛད་ན་རང་ཡང་བདེ་ལ་གཞན་བདེ་ལ་འགོད་པར་བྱས། ཆེན་རིམ་ནས་  
 བཟུང་བཅོམ་པ་དྲག་པོས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་སྤྲོད་པ་ལ་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་ཐོས་པ་དང་།  
 བསམ་པ་དང་། སློབ་པ་དང་། རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྲོད་གཙང་སེང་དེ་བཞིག་

ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་རྒྱུན་དུ་འབད། བམ་པ་བཞི་དང་རྟུག་མ་བཅུ་གསུམ། སྤང་  
 ལྷུང་སུམ་རྩ། འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ། སེ་སེར་བཤགས་པ་བཞི། ཉེས་བུས་  
 བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཏེ་ཁྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་གྱི་གངས་འདྲེན་དང་  
 ངོ་བོ་སོགས་སྡོམ་བཅད་རྟུག་གང་རུང་གི་ཐོག་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ལ་ངེས་  
 པར་བུས་ནས་སྤྲུང་དགོས། དུས་ནམ་གྱི་ཚེའང་སྡོམ་སེམས་མི་བརྗོད་པར་བྲན་  
 བེས་ཀྱི་རྟུགས་ཀྱས་འཛིན་བྱབ་པ་ཞིག་མི་ལམ་ཚུན་ཆད་དུའང་ངམ་ངམ་ལྷགས་  
 ཀྱིས་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། བརྒྱ་ལ་གལ་ཏེ་ཉེས་པས་གོས་ན་རྩེ་བ་སྤྱེད་  
 སྤྱེད་ཀྱི་གསེ་སྤྱོད་རྒྱབས་བཤགས་སྡོམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བུས་ཏེ་སྤྱིན་ཆད་ཉེས་པས་  
 མི་གོས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་ནས་སེ་སེའི་རྒྱུད་ལ་བརྟན་པ་སྐྱེར་བྱབ་དུ་མ་སོང་  
 བ་ཞིག་མཛོད། དགོན་སྡེ་བླ་ཟེང་ངེ་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་རུང་དེར་བརྟན་པ་གནས་  
 ཡོད་མེད་ནི་གཞི་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོད་མེད་ལ་རག་  
 ལས་པས་སྟག་ཚང་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོའི་ཕྱག་བཞེས་བཞིན་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་  
 རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་རྒྱུན་འབྲོངས་མཛོད་དགོས། དགོ་སྤོང་ཡིན་ཚད་ཀྱིས་སྡེ་  
 རྩོར་དུས་བྲན་བརྟེན་དགོས་པ་དང་ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ཚང་དགོས་པར་མ་ཟད་  
 གོས་སྤྱིན་རྒྱབས་ལྷ་རྒྱུ་དང་རྒྱུན་དུ་གསེ་སྤོང་ལ་ཆད་མེད་ཕེབས་རྒྱུར་དོ་སྣང་མཛོད་  
 དགོས། གསེ་སྤོང་གི་མདོའང་རྒྱུན་དུ་བསྐྱུས་པ་རེ་དང་རྒྱས་པའང་ལོ་གཅིག་གི་  
 རང་མང་ན་ལན་འགའ་ཤས་དང་མ་མཐའ་ལན་གཅིག་རེ་ངེས་པར་འཆད་དགོས།  
 མདོ་བསྐྱུས་པའང་རྟུག་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་རམ་ཡང་ན་ཕམ་པ་བཞིའི་བར་ལྷ་  
 བུ་རེ་ཉག་པར་གསུང་བྱབ་ན་བརྟན་པའི་མིག་རྒྱུན་ལའང་ཕན། སྤྱིར་འཛིག་ཉེན་



གྱི་ཁམས་ལ་བརྟན་པ་དང་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཕན་པར་དག་ཚུལ་སློང་སོ་སོའི་རྒྱད་  
ལ་འདུལ་བའི་བརྟན་པ་སླེར་བྱུང་བྱི་མི་འགོ་བ་ལ་བརྟོན་པ་དྲག་པོས་འབད་ན་དུས་  
ངན་སྡིགས་མའི་མཐའ་འདྲིར་བརྟན་ལ་བྱ་བ་མངོན་ཅེས་པ་འདི་ལས་རྟུག་པའི་  
ཟུར་པ་ཞིག་མངོན་རྒྱ་གང་ན་ཡོད། ཉམ་རྒྱུང་ཚུལ་མཐུན་ཅན་གྱི་བྱ་རྒྱུང་རྣམས་  
ནི་བཅུད་ལྡན་སྟེ་མའི་མགོ་འཕང་དམའ་ནའང་ཚོ་འདི་སྤི་གཉིས་དང་གཏན་གྱི་  
རྒྱུད་རྒྱག་ནི་འཕྲོར་ལྡན་ཁེངས་དྲེགས་ཅན་དང་མངོན་ཤེས་རྟུན་གྲགས་ཅན་སོགས་  
འཁོར་ཚོགས་གྱིས་བརྟོར་བའི་རྒྱ་མིན་སེར་མིན་སྤུས་ཀྱང་འགྲན་གྱིས་མི་བཟོད་  
པའི་མདུན་ལམ་གཟེ་བརྗེད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན།

རྟུག་པར་སྤེའདྲིའི་གནས་བཟུན་བཟེས་པ་རྣམས་གྱིས་རྒྱུན་དུ་གནས་ཁང་  
བྱི་དོར་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་རྟེན་བཀའ་པ། ཡོན་ཆབ་འབུལ་བ།  
ཐུག་འཚལ་བ། རྒྱུང་བཤགས་དང་སྤྱི་བཤགས། ཡིག་བརྒྱ་དང་དམ་ཚིག་དོ་  
རྗེའི་བརྒྱས་པ། ཟ་བྱེད་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིན་སྲེག་སོགས་མཐུན་རྒྱུན་ཚོགས་གསོག་  
པ་དང་འགལ་རྒྱུན་སྤྱི་བརྒྱུང་བའི་ཐབས་ལ་གང་ཅུས་གྱིས་འབད། ཉམས་  
ལེན་དངོས་ནི་གྲ་མའི་རྣལ་འཕྲོར་དང་འབྲེལ་ནས་སྤྱི་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་  
རིམ་པ་ཡོངས་རྒྱོགས་ལ་ཤར་སྒོམ། རང་ལ་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཡི་དམ་གང་  
ཡང་རུང་བའི་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་བསྐྱེད་སྟེ་ལམ་དང་བཅས་པའི་སྒོ་ནས་ཉིན་  
རེ་བཞིན་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་རེ་རང་འཁོས་དང་བརྟུན་  
པར་མངོན་ན་གྱི་ཁར་རང་གིས་རང་ལ་ཞེ་བྲེལ་མི་དགོས་པའི་སེམས་ལ་འཛིན་  
རྒྱ་ཞིག་རྟེན་ཐུབ་པར་མ་བཟད། བརྟན་པའི་མིག་རྒྱན་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་སྤྱིས་

མཁས་གྲིས་ཁ་མིག་ཡར་ལྷ་བྱེད་ས་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་བྱུང།

ཐུན་མཚམས་སོགས་དུས་ཚོད་སྟོང་པ་ནམ་ཤུང་ལ། རྩོམ་གསུམ་བསྐྲུབ་  
བྱ་དང་། ལམ་རིམ་རྒྱས་བསྐྲུས་གང་རུང་། རྩོད་འདུག་ཆེན་མོ་སོགས་སློ་  
སློང་གི་རིགས་ལ་བརྟེན་ཞིག་དམ་པ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ནམ་ཐར། མདོ་མངོངས་  
སྐྱེ། ལས་བརྒྱུ་ལ། འདུལ་བ་ལུང་ལྷ་བུ། གཞན་ཡང་བསྐྱེད་རྩོགས་ཀྱི་  
བྱིན་ཡིག་སོགས་དཔེ་སློག་དང་དཔེ་བྲིད། རོགས་གཙོད་མངོན་དེ་མ་ཤེས་  
པ་ཞིག་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་རྒྱན་དུ་འབད་དགོས། རྒྱབས་མགོན་ལམ་རིམ་  
གྲིས་མཚོན་ལམ་རིམ་རྒྱས་བསྐྲུས་གང་རུང་མེ་སློ་འཛིན་དང་དཔེ་གཟེགས་སྐྱོར་  
སྐྱེད་མེ་མངོན། དགེ་སྐྱོར་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་ཚོས་བརྒྱད་ཀྱིས་མ་བསྐྲུད་  
པར་སེམས་རྒྱུད་དང་འདྲེས་བྱུང་པ་མེ་གནང་ཆོ་དལ་འགྲོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་  
ལྡན་པར་འགྱུར་ལ། འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྟེན་གྱུར་ནས། །བདག་གིས་དགེ་  
གོམས་མ་བྱས་ན། །འདི་ལས་བསྐྲུས་པའང་གཞན་མེད་དེ། །འདི་ལས་སྐྱོངས་  
པའང་གཞན་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དལ་འགྲོར་སྟོང་ཟད་དང་དུས་  
ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱག་ཏུ་གཏོང་མི་ཉན།

ཕ་རྒྱས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་དང་། །ཡུལ་ནི་ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་གོང་གསེབ་ཏུ་འདུག་ཡུན་རིང་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྲུབ་པ་ལ་སྐྱོན་  
འབྱུང་བའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། །ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་གྱུར་  
ཏེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བེན་པར་བཞེན་ཚོགས་ཡོད་མེད་ལ་མ་རྟོས་པར་དགོན་པར་བཞུགས་  
ཏེ་རང་རང་གི་འཁོས་བརྒྱན་གྱིས་ཕུག་སྐོར་སྐྱིབ་སྐྱོང་དང་བསྐྲུབ་པ་སློབ་གཉེར་

ལ་གང་ཐུབ་ཀྱིས་འབད། མེར་སྤེལ་འདི་དགོན་པར་བརྒྱུར་དགོས་པའི་དགོས་པ་  
གཙོ་བོ་འང་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་ངེས།

གཞན་དོན་མཛད་པའི་ཡན་ལག་གྲོང་ཚོག་ལ་ཕྱེབས་སྐབས་ཀྱང་ལུས་ངག་  
ཡིད་གསུམ་གྱི་སྦྱོང་བ་མཐའ་དག་ཁྲིམ་བ་སྲུན་འབྱེན་དུ་མི་འགོ་བར་དད་ལྡན་  
བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་སར་འགྱུར་བ་ཞིག་མཛད་དགོས་ལ། མདོ་སྨགས་  
ཀྱི་ཚོག་སོགས་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་སྤྲུག་ལེན་བཞིན་ངོས་གཙང་ཞིག་ཡོང་བའོ་  
ལ་འབད། ཐ་ན་གཏོར་མའི་བཅའ་བཟོ་ཚུན་ཆད་ཁྲུལ་ཚོས་སྒྲ་ཚོས་སུ་མ་སོང་  
བར་གང་རྒྱས་རྒྱས་དང་གཞན་ལ་གང་ཕན་ཕན་ཞིག་མཛད་དགོས། འབུལ་བ་  
གོང་བཅད་བྱེད་པ་དང་མིག་རྩ་མོར་ལ་གཏད་པའི་ཚོས་བཤད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ནམ་  
ཡང་མཛད་མི་རུང་། ཚོགས་ཚོག་དོན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བསམ་སྒྲོ་ལེགས་པར་  
བཏང་སྟེ་གར་སྒྲོམ་ཞིག་མཛད་ན་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མེད་པའི་མདོ་སྨགས་  
ཀྱི་ཚོག་ཚད་ལྡན་ཞིག་གང་ན་ཡོད། དེས་ན་གྲོང་ཚོག་གི་འདོན་པའང་མགོ་  
སྐབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བཟུང་མཇུག་སྒྲོན་ལམ་གཤིས་བརྗོད་ཀྱི་བར་ཆ་  
ཚང་ཚོ་གའི་གཞུང་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་གསུང་བ་མ་གཏོགས་རང་བཟོས་བསྐྱད་པ་  
དང་མཚོན་ཅམ་ལྟ་བུ་གསུང་ན་གཞན་བརྒྱས་པར་འགྱུར་བས་མི་རུང་། རྗེས་  
སྨགས་ཉིང་ངེ་འདྲིན་གསུམ་ག་འདྲོམས་དགོས་ནའང་མ་མཐའ་རྗེས་སྨགས་གཉིས་  
ཚོག་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་གང་ཚང་ཚང་དང་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་སྤྲུག་ལེན་བཞིན་  
གནང་བུ་བཟོ་བ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ནད་གདོན་སོགས་འགལ་ཉེན་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་  
ནམས་ཞི་བུ་པས་སྦྱེན་བདག་ལའང་ཕན་ཞིང་དད་ལོག་སྦྱེ་བའི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་

བར་པ་ན། སྤྱི་ཐོབ་མངོན་ཤེས་བཤད་པ་ལྟ་བུས་གཞན་མགོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་  
ནི་ས་མཚོག་ཅན་སོལ་བར་བྱེད་པ་དང་མཚུངས་པས་ཚོས་ཀྱིས་ངན་སོང་སྐྱབ་  
པ་ཞིག་མངོན་མི་རུང་།

ཚོགས་ནམ་ཡོད་སྐབས་གཟན་གམ་དང་ལྷ་ལྷམ་ཚུལ་བཞིན་བཞེས་པ་  
མ་གཏོགས་དབུ་བཏུམ་པ། གཞོགས་གཙུགས། ཀ་བ་དང་ཚིག་པ་ལ་རྒྱབ་བསྟེ་  
བརྟེན་ཁ་ཚེད། ལག་ཚེད། བཞད་གད། གཉིད་ལོག། གཏམ་ལབ་གཏོང་བ་  
སོགས་བཞུགས་ལུགས་མི་མངོས་པ་ཞིག་མིན་པར་ལུས་རྣམ་སྤང་གི་ཚོས་བདུན་  
ལྟོ། དབུ་ལོ་ཡག་གི་སྟེ་མ། རྒྱབ་ཨ་ལོང་བསྐྱོར་བ། མདུན་གྱིས་བཅད་  
པརྟེན་གྲལ་སྤྱོད་ལྟར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྟ་བུའི་དང་བ་འདྲེན་པ་ཞིག་མངོན་ནས་  
བཞུགས་དགོས།

ཞལ་འདོན་གསུང་བའི་སྐབས་ཀྱང་གཡས་འཐེན་གཡོན་འཐེན། མང་  
སྐད་དང་མི་མཐུན་པའི་རང་སྐད་ཀྱིས་ལོགས་སུ་འདོན་པ། མགོ་དལ་མཇུག་  
བྲེལ་ལྟ་བུ་མིན་པར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་དོ་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ནང་ནས་ཕྱི་ལ་རིམ་གྱིས་  
བྱུང་བ་དང་། མེ་ལོང་ལ་ཏ་བཏབ་པ་ལྟར་མཐའ་ནས་རིམ་གྱིས་ནང་དུ་ཡལ་  
བ་ལྟར་མཇུག་བསྐྱོད་པ་སྟེ་མཁྱིལ་གཅིག་དབུངས་གཅིག་ངག་དལ་སྟན་ཞིང་བྱིན་  
ཆགས་པས་གསུང་དགོས།

དབང་མེད་ནི་དངོས་གྲུབ་མེད། །བྱེ་མ་བཙེར་ཡང་མར་མེད་བཞིན།།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུད་སྟེའི་སྐྱབ་མཚོད་གང་ཡོད་ཀྱི་དབང་ངེས་པར་ཐོབ་  
དགོས་པ་དང་ལས་རུང་ཚད་ལྡན་རེ་ལ་ངེས་པར་བཞུགས་དགོས། རྒྱུད་སྟེ་

སོ་སོའི་རྒྱུབ་མཚོན། གཏོར་རྒྱུབ། བསྐྱང་གསོ། རབ་གནས། རྒྱུན་རྒྱུག་  
 སོགས་ལས་རབ་འབྲུམས་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་ལེན་  
 ལྟར་གྱི་འདོན་རྒྱུག་དང་མཐུན་པ། དབྱངས་དང་རྩ་རོལ། གཏོར་མའི་བཅའ་  
 བཤམ་ཚུན་ཆད་རོས་གཙང་དང་བ་འདྲེན་པ། རྒྱུབས་ཡུལ་གོང་མ་རྣམས་  
 མཉེས་པའི་མཚོན་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡོང་བའདུག་ལ་འབད། རྒྱུད་རྒྱའི་རྒྱུབ་  
 མཚོན་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཡབ་རྗེ་སྐུ་མ་ཚོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་སློབ་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པ་བཞིན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་མེད་པ་ཞིག་གནང་དགོས་པས་ཚུ་མགོ་  
 གངས་ལ་གཏུགས་པ་ལྟར་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་བྲུ་སློབ་སློབ་གང་ཡང་རུང་བ་ལྟ་བུའི་  
 ཕྱག་ལེན་རོ་མ་དང་ཁྲུངས་གཏུགས་ཐུབ་པའི་དག་ཐེར་ཡང་དག་པ་ཞིག་རེས་  
 པར་མཛད་རྒྱ་གཡ་ཆེ།

དགོན་པའི་ནང་བུད་མེད་ཞག་སྡོད་དང་རྒྱ་འབྲུལ་བྱེད་མི་ཚོགས་སློབ་ཁྲི་  
 འདོགས་པ། བེའུ་དང་མཛོ་མོ་འཚོ་སྦྱང་། རྒྱུང་བར་དུ་རྒྱང་འབོད། མཚོན་  
 ཆའི་རིགས་ཉར་ཚགས། ལོ་དང་མིག་མང་སོགས་རྒྱན་ཅེ་འི་རིགས་སྣ་ཚོགས།  
 ཚོང་ལས་སྣ་ཚོགས་བྱེད་པ། རྒྱ་ས་བོད་སར་དོན་མེད་འབྲུམ་ཉུལ་བྱེད་པ། བྱི་  
 ཡོད་པ་ནས་བྱི་མེད་པར་བརྒྱུར་ཏེ་རབ་དུ་བྱུང་བེན་ནའང་བྱི་ཚང་གི་འཚོ་འཛིན་  
 བྲུ་པས་བྱེད་པ་སོགས་དགེ་འདུན་པར་མི་འོས་པའི་ལས་ལ་ནམ་ཡང་འཇུག་མི་རུང་།  
 དེང་དུས་ཀྱི་དུག་རྩིས་དང་སྲོལ་རྒྱུའི་རིགས་དང་དེའི་སྣུན་ཁབ་སོགས་ནམ་ཡང་  
 བེད་སྡོད་བྱེད་མི་ཚོགས་པས་བཀག་སྡོམ་ནན་པོ་མཛད་དགོས།

དགེ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བདེ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་སྐྱེས་ཡུལ་གྱི་ཤོག་ཀ་དང་གྲ་རྒྱུན་སོགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་བྱས་  
ཏེ་མི་དཔུང་རྗེས་བསྒྲིག་སྤྱོད་ཀྱི་ཤོག་ཀ་དང་ལྷན་དང་ལྷན་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
བྱེད་པ་སོགས་གྲིས་མཚོན་དགོང་འདུན་དེའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
སྤྱོད་པའི་ལས་བྱེད་རྒྱ་ལྡན་ཞིག་ལྟར་ལྟར་དེའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
ལྟར་མཚན་བཞིན་པའི་དོན་ལྟར་བསྒྲིག་སྤྱོད་ལ་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་ལྟར་  
དགོངས་དང་དགོངས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
ལས་སྤྱོད་གང་དགོས་པ་ཀླུ་སྤྱོད་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་

དུལ་བག་ཡོད། དམ་ཚོས་འདུལ་བ་དང་མཚན་པའི་སྤྱོད་ལམ་ལེགས་པ། གཞུང་  
དོན་གང་ཡོད་ཁྱར་དུ་མ་སོང་བར་རྒྱུན་དུ་འཛིན་མཁན་ཞིག་ལ་ལོ་དུས་རྒྱུས་  
བཅའ་གྲིས་བསྒྲིག་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། སྤྱོད་ལམ་ལ་དག་ཐེར་གྱིས་ཉེས་ཅན་ཚུལ་  
གཅོད་པ་དང་རྒྱུ་བཞིན་སྐྱབ་མཁན་རྣམས་ལ་གཟེངས་བསྟོན་གྱིས་རྗེས་འཛིན་  
གནང་དགོས་པ་ལས། ཆགས་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་གཡོ་ལོ་གྱིས་གཞིན་ཐབས་  
རིགས་ནམ་ཡང་མཛད་མི་རུང་། དུང་ལྷན་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
པ་རྒྱན་གཞིན་ཐམས་ཅད་གྱིས་བྱ་སྤྱོད་གཞིན་སྤྱོད་ལམ་ལ་བཙུམས་བྱིས་སྤྱོད་  
དགོས་པ་དང་ཚོས་དང་མཚན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
དག་པའི་ལས་ལ་འབྲིན་བྱེད་པ་ཞིག་མཛད་དགོས།

**བཞི་པ་ཞར་བྱུང་སྐབ་མཚོན་ཁག་གི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་**

ད་ལྟོ་  
ཆར་སྤོང་འདིར་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་  
གྱི་འཕེལ་རྒྱུ་དང་དགོངས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་

བ་སྐྱ་ཚོགས་འགོ་སློབ་པས་ད་ལྟའི་ཆར་ཞིབ་པར་བྱིས་མེད། རྗེས་སུ་རིམ་གྱིས་  
ཕྱག་ལེན་གཏན་འཇགས་སུ་གྱུར་པའི་སྐབས་བཅའ་ཡིག་རྣམས་ཐབས་ཁ་གསལ་  
རེ་རྒྱུར་དུ་བཤོད། དེར་ཚད་འཛིན་གྱིས་རིམ་པས་ཡར་རྒྱས་དང་དག་ཐེར་མཛད་  
ན་ལེགས་ཆ་ཆེ་སྟེ།

ད་ལྟ་སྡེ་འདིར་ཡོད་པའི་ན་པའི་སྐབས་མཚོན་ནི། ༡ གསང་འདུས་བདུན་  
སྐབས། ༢ བདེ་མཚོག་བདུན་སྐབས། ༣ འཇིགས་བྱེད་བདུན་སྐབས། ༤ ཀུན་  
རིག་བདུན་སྐབས། ༥ རྣམ་རྒྱལ་མངོན་བྱེད་བདུན་སྐབས། ༦ མི་འབྲུགས་  
པའི་བདུན་སྐབས། གཞན་ཡང་རྒྱུང་གནས་ཀྱི་ཚོག་གི་སྐད་པར་རྒྱལ་པོའི་ཚོག་  
མཆི་བདུན་སྐབས། དག་འཇུག་ལུ་མཚོན། རྣོན་ལམ་ཆེན་མོ། གཞི་གསུམ་  
གྱི་ཕྱག་ལེན་སོགས་གནས་སྐབས་རིང་སྤར་གྱི་ཕྱག་བཞེས་པའི་ན་པའི་སྡེ་རིམ་  
པས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས། རྒྱལ་ཁབ་གི་རྣམ་ཆེས་དང་བསྐྱེད་གསོ་ནི་དགེ་  
ལུགས་ལེགས་པའདྲ་སྲིད་གི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་མཛད། ཡར་འོ་དང་མར་འོ་འགསོ་  
སྲོང་ཆག་མེད་དང་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་ནི་གདན་ས་ཆེན་པོ་སྟེ་ཆོང་རྩ་  
མོ་ལྟར་མཛད།

དུས་ཀྱི་འགྱུར་རིམ་གྱིས་དགོན་སྡེ་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྐབས་  
མཚོན་རྒྱུ་པ་རེ་ཡོད་པའི་སྐབས་སྡེ་ཞིག་གི་འོ་པོར་མ་ལུས་པར་སྲོལ་ཚོད་དང་  
བརྒྱན་པའི་གཞུང་ཆེན་མོའི་སྲོབ་གཉེར་རེ་བྱེད་ས་ཡོད་པའི་སྲོབ་གཉེར་གྱི་རིགས་  
འགའ་གས་གསར་འཛུགས་གནང་བུལ་པའི་ཆེད་གྲ་ཚན་གཞིན་ཀུན་ནས་འབད་  
པ་རྣོད་མེད་དང་འདུན་པ་ཆེག་སྐྱེལ་གནང་གལ་ཆེ་ཞེས་གསོལ་འདེབས་ལུ་རྒྱ་དང་།

དགོན་པའི་ཚོགས་གཞུང་ནས་དམར་ཟས་མི་མཚོད་པའི་ལས་ལ་འབད་བཞིན་པ་  
 འདི་ཉིན་ཏུ་ལེགས་པས་ལེགས་སའི་བསྐྱབས་བཅོལ་གྱི་མེ་ཏོག་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད་  
 པས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་ལྟུ་ལགས། རིམ་གྱིས་དགོན་སྡེ་འདི་ཉིད་ཡར་རྒྱས་འགོ་  
 བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྲིག་ལམ་ལའང་འགྱུར་བ་འགོ་སྤྱོད་པས་སྤྲིག་ལམ་གཏན་  
 ཆགས་སུ་གྱུར་པའི་མཚམས་སུ་བཅའ་ཡིག་རྒྱས་པ་དང་བཅའ་ཡིག་རྒྱས་ལྷན་གང་  
 དགོས་ཞིབ་ཚགས་ཅན་རེ་དེ་དུས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འགོད་སྤྱོད་ན་ཉིན་ཏུ་ལེགས་པ་བཅས་  
 དགོངས་དབྱིངས་སུ་རོལ་བར་མཛོད། ཅས་གཙུག་ལྷན་མི་ཡམ་བུམས་པ་སྤྱིང་གི་བཅའ་  
 ཡིག་མདོར་བསྡུས་ནོར་བུའི་དོ་གལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། དེ་སྤྱོད་ནས་ནས་སྤྱིར་གསུང་གིས་ཡང་  
 ཡང་བསྐྱུལ་བའི་དོ་མ་བཞོག་པར་ཐུགས་འདོད་བཞིན། བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་བྱེ་ལོའི་  
 རྒྱལ་ཁྲའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཉིན། དུས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་བ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཚང་  
 རྒྱུ་བའི་གནས་མཚོག་དོ་རྗེ་གདན་གྱི་ཐུན་གསེང་ནས། ཡོང་པོ་ཆོས་རྗེ་ཀའི་སྤྱི་ལ་མིང་འདོན་པ་  
 རྗེ་བཟང་བསྟན་འདོན་དུ་འབོད་པས་རྒྱལ་བསྟན་དར་ཞིང་འགོ་ཀུན་བདེ་བའི་སློན་ལམ་རྣམ་པར་  
 དག་པས་མཚམས་སྤྱོད་བ་དང་བཅས་སྤྱིར་བ་དག་ལེགས་འཕེལ། །།མཚུ་ཡོ།།





། ར་སྐད་གདོང་རི་ཀིའི་དགོན་དགའ་ལྡན་  
དམ་ཚུལ་སྤོང་གི་བཅའ་ཡིག་བུ་པོ་  
དགོངས་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་  
ཞེས་བུ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཛད་པ་པོ།

ལྷོ་བས་རྗེ་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེ་ལྷོ་བཟང་བཞུན་འཛིན།

རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་བྱི་ལོའི་རྒྱལ་ལྷའི་ཚེས་བཅོ་ལྔ།



༄། ལོ་སྤྱི། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཚེལ་ལོ། །ཕྱུལ་བྱང་སློབས་  
 བཅུ་མངའ་བ་སྐྱེས་ཀྱིས་དང་། །སྤྱི་གུན་དྲུངས་ནས་འབྱེན་བྱེད་དམ་པའི་  
 ཚོས། །དེ་དོན་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་དགེ་འདུན་ཏེ། །སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་གྱིས་ཤིས་པ་སྤྱོད། །རྒྱལ་གུན་སྤོང་རྗེའི་རང་གཟུགས་མི་ཡི་གར། །བཀའ་  
 དོན་གསུམ་ལྡན་ཁྲུབ་བདག་དོན་འཆང་། །ཁྱིད་མིན་རེ་ས་མེད་དོ་བྱང་ཚུབ་བར། །  
 བཅོམས་རྗེས་བྱངས་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཤེ། །ཕྱག་ན་པོ་ལྷོ་ལྷོ་བྱགས་བསྐྱེད་སྐྱེ་  
 འཕྱུལ་ལས། །ལེགས་འབྱུངས་རྒྱལ་མོན་འཕགས་བོད་པའི་བྱུང་སྐྱོན་གས། །སྤྱི་  
 ཚོགས་སྤུལ་པ་ཚུ་ནང་ཟླ་གཟུགས་བཞིན། །སྤྱི་ཡི་སྤྱང་བའི་དཔལ་གྱིས་མཛོན་  
 མཛོ་བ། །བསྟན་པ་སྤོགས་མཐར་སྤེལ་བའི་བྱགས་བསྐྱེད་དང་། །མདོ་རྡོ་  
 དམ་ཚོད་འདུལ་བའི་མཐུ་བྱུབ་པའི། །རྡོ་ཚེན་བསྟན་པའི་སྤོན་མེ་རིམ་བྱོན་  
 མོ། །སྤོན་གྲོལ་ལམ་སྤོན་འགོ་བའི་མགོན་དང་གོགས། །རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་  
 བྱགས་སྤུལ་དགེ་འདུན་རྒྱལ། །ལྷ་རྒྱན་གཉིས་པ་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་སོགས། །  
 མཁས་བྱུབ་གཉིས་ལྡན་སྤྱི་ཡི་སྤྱང་བ་ཡིས། །འཇམ་མགོན་བསྟན་ལ་ཕྱག་རྗེས་  
 མདུ་བྱང་། །ལེགས་ཚོགས་ཅུ་བ་སྤོན་མ་མཉེས་པར་འབད། །བཀའ་བཞིན་  
 སྤུལ་པས་ཐོས་བསམ་སྤོམ་ལ་གཞིལ། །སྤོམ་འགྲན་གྱི་དོ་མེད་འདུལ་སྤེ་རྣམས། །  
 ཕྱག་གི་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་སྤྱོད་པེ། །ཉོན་མོངས་བསྐྱེད་པོར་སྤོད་པའི་དམ་ཚོད་རྣམ། །  
 ཐར་པའི་དུལ་ས་མཚོར་སྤོད་དོར་གནས། །བྱིས་སྤུ་བཅའ་བའི་གཟེར་བཏབ་  
 སྤུལ་འདི་ཡིས། །ལུས་སེམས་བག་ལོད་རྣམ་ཐར་འཛིན་དུ་ཚུག། །དོན་འཆང་

གི་སྐྱེན་སྲུང་ཞལ་བཞེས་བཞིན། །བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་སྐྱོང་ས་ཤིག་དམ་ཅན་  
ཚོགས། །བྱུང་པར་སྐྱོས་ཀྱི་བཀའ་སྲུང་དཔའ་བོ་རྩལ། །ཐ་ཚོག་གཉན་པོའི་གཡར་  
དམ་བུ་མཛོད་ཅིག །

དེ་ཡང་ཇི་སྟད་དུ། ཡབ་ཇི་སྐྱེ་མ་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་  
གི་བུམ་བཟང་ལས། དེ་ཡི་ཁྱིམ་སྐྱེན་གྱིས་གཟུགས་གྱུར་ནས། །རང་གི་འཁོར་  
ལ་ལེགས་པར་བཅས་པའི་བྱིས་སྐུ། །འཕགས་ཚོགས་སྤེལ་སྤྱོད་པོར་མཛོས་གྱུར་  
པའི། །རྣམ་དག་བཅའ་བ་དེ་ཡི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ཡུན་  
རིང་གནས་སྤྱིར་དུ། །ཚོས་ཀྱི་བཅའ་བྱིས་སྤྱོགས་འགའ་བཛོད་པ་འདི། །ཡིད་  
ལ་སྐྱོན་པ་ཇི་བཞིན་ལེགས་འབྱུང་པར། །ཐུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་བྲིན་མང་ད་  
དུ་གསོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅའ་ཡིག་ཅེས་པའང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་  
ཀྱི་མང་དོར་གི་གནས་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ལས་ཇི་སྟེ་འབྲུང་བ་བཞིན་ཉམས་སུ་  
ལེན་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཟུར་པ་ཞིག་མ་མཆིས་ནའང་། ཡུལ་དུས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་འབྱུར་  
འགྲོས་དབང་བཅོན་པས་དགེ་འདུན་པའི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྐྱོད་དང་འཛོམས་བྱའི་  
མི་མཐུན་སྤྱོགས་ལའང་འགྱུར་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོང་བཞིན་པར་བརྟེན། ཡུལ་དུས་  
སོ་སོར་འོས་ཤིང་འཚམས་པའི་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་སོ་སོའི་ནང་བྱིས་སྐུ་མོང་  
མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཐུག་ལེན་དུ་བསྟར་བདེ་བའི་ཆེད་རྗེས་འདུག་གདུལ་བྱའི་ཚོགས་  
ལ་བརྩེ་བས་གདམས་པའི་མན་ངག་ཞལ་གསལ་ཞིབ་ཚགས་ཅན་རྣམས་ཡིག་ཐོག་  
ཏུ་བཀོད་པར་བཅའ་ཡིག་གམ་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྱིས་སྐུ་ཞེས་དམ་ཅན་ཚོས་སྲུང་  
ལ་གཉེར་གཏད་དང་འབྲེལ་ནས་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་སྡེ་སོ་སོར་གནང་

བའི་སྤྱུག་སྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན། རོང་ཆེན་བརྟན་པའི་སློབ་མེ་ལ་སྐྱབས་མགོན་གི་ཉི་  
སྤྱུ་ཕྱིང་རིམ་བྱོན་གྱི་གདུལ་ཞིང་མདོ་སྐད་རྩ་པའི་སློང་ས་འདིའི་སྐད་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་  
པ་གདོང་མི་གི་ཉི་དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་སྦྱིང་ཞེས་བྱ་བའི་ཚེས་སྤེ་འདིའི་  
བཅའ་ཡིག་མདོར་བསྟུས་ཤིག་ལམ་སྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་འགོད་པར།

འགོ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་གཅིག་ལུ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་  
གནས། །བརྟན་པ་རྩེད་དང་བཀུར་བསྟོད་དང་། །བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་  
གུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འགོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་ནད་མ་ལུས་པ་སེལ་བའི་སྐྱོན་དང་། འདི་སྤྱི་གཏན་  
གྱི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་གཅིག་པུ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་  
པོ་ཆེ་ཉིད་ཡིན་པར་ལུང་རིགས་ཡང་དག་པས་ལེགས་པར་གྲུབ་ཟེན་པས་ཞུ་ག་ལ་  
དགོས། རྟོགས་མའི་དུས་མཐའ་འདིར་སྐྱེ་འགོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་  
འཕེལ་བའང་ཚོས་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་རག་ལས་པ་ནི། འཛམ་གླིང་གར་  
རྒྱུ་གྱི་སྐྱེ་བོ་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་ཚོའི་སློང་སྤྱོད་ཀྱིས་འབྱུང་བཞིན་པར་བརྟེན་  
ཚོས་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་གྱི་ཐབས་ལའང་འདུན་པ་དྲག་པོས་འབད་བཞིན་  
ཡོད། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྐྱེ་འགོའི་བདེ་སྦྱིད་གཉིས་  
ཕན་ཚུན་སྟོན་གྲུབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རྒྱས་པ་  
དང་དེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའང་བརྟན་པ་དེ་འཛིན་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་སྤེ་མཚན་  
དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་པས། རྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཁས་  
འཆེ་བའི་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྦྱོད་བརྟན་པའི་མིག་རྒྱན་དུ་

འདྲུག་པ་ཞིག་དེས་པར་དགོས། དེས་ན་གདོང་རི་དགོན་དག་འཇུག་དམ་ཚོས་  
སློང་ཞེས་གྲགས་པའི་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་འདིའི་ནང་སྐྱིམས་འཆད་པ་ལ་བཞི། དང་  
པོ་སྡེ་འདིར་འདྲུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ཇི་ལྟ་བུ་དགོས་པ། དེ་ཇི་ལྟར་འདྲུག་  
པའི་ཚུལ། ཞུགས་ནས་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་ཚུལ། ལོ་འཁོར་  
མོ་གཅིག་གི་ཚེས་སྟོན་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་བཞི་ལས།

**དང་པོ་སྡེ་འདིར་འདྲུག་པ་པོའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་**

**ནི།** སྐྱིམ་པ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དམ་ཚོས་འདུལ་བ་ནས་  
ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་འགལ་སྐྱེན་བར་ཆད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་སྐྱེན་ཆང་བ་  
ཞིག་དགོས་པ་སློབ་མེད་ཐོག་ ལོ་ན་ཆུན་གཞིན་གྱི་མཐར་ལྷུང་བ། ཚོས་མེད་  
སློབ་དང་། དངོས་གཙོ་ཁོ་ན་སློབ་པའི་ལྟ་ལོག་ཅན། མཚོག་གསུམ་ལ་དད་པ་  
དང་། ལས་འབྲས། སློབ་པ་རྒྱ་སྐྱོ་སོགས་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྐྱུར་འདེབས་མཁན།  
དགོན་སྡེ་གཞན་གྱི་བྱ་རྒྱུན་དུ་བདག་བཟུང་བྱས་ཟིན་པ་སོགས་ཀྱི་ཚོད་གཞི་ཅན།  
སྐྱེ་ཚོགས་ནང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྐྱིམས་འགལ་ནག་ཉེས་ཅན་དུ་གྲགས་པ། སྟོན་  
ངན་སྤུང་དཀྱུག་པར་གྲགས་པ། འགོ་ནད་ངན་པས་བཅོས་ཐབས་བྲལ་བར་གྱུར་  
ཟིན་པ། དུག་རྣམས་དང་། ལྷོས་ཚུ། དུག་ཁབ། རྒྱན་ཅེད་སོགས་ལ་ངན་གོམས་  
སོང་ཟིན་པ་སོགས་ཡིན་ཆེ་སྡེ་འདིར་ཞུགས་མི་ཚོག

སྡེ་འདིར་འདྲུག་པ་པོ་དགེ་ཚུལ་སློང་གི་རྟེན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། ཅ་  
བཞི་ཆང་དང་བཅས་པའི་མཚོང་ཐོས་དོགས་གསུམ་ཡོད་པ། དགོན་སྡེ་གཞན་  
ནས་གནས་དབྱུང་བཏང་ཟིན་པའམ། དགེ་འདུན་དབྱེན་དང་མཚུངས་པའི་

ཕུང་དཀྲུག་གི་ལས་བྲམ་པ། སྤྱི་རྒྱུ་སོགས་ཚེས་གཙང་མ་བྲམ་པ། ལྷན་  
 ཏུ་བྱིམ་ཚང་གི་ཁ་འཛིན་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལས་དགེ་སྦྱོར་ལ་མི་བཙོན་མཁམ། ལྷ་  
 བྱུ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་ལ་དགའ་དད་ཅན། བྱུ་བ་རྒྱན་ལྷ་བུའི་འཆལ་སྦྱོར་ཅན་  
 དང་། མངོན་ཤེས་ལྷ་བུ་བཤད་པ་དང་བྱུ་བ་རྒྱུ་གྱིས་གཞན་མགོ་སྐོར་མཁམ།  
 ལྷན་ཏུ་བྱིམ་པའི་གོས་གྲོན་ནས་གྲོང་གསེབ་ཏུ་འདུག་པ། བུད་མེད་དང་འགྲོགས་  
 འདྲིས་ཆེ་བས་བྱིམ་པ་སྤྱན་འབྲིན་གྱི་ལས་བྱེད་མཁམ། བྱིམ་པ་འགལ་ནག་  
 ཚོང་གི་རིགས་སྤྱི་དང་རྩལ་པར་དུག་རྒྱུ་གྱི་རིགས་ཉོ་ཚོང་བེད་གསུམ་བྱེད་  
 པར་ མཚོན་ཆའི་རིགས་དང་ཤ་པགས་རུས་གསུམ་གྱིས་མཚོན་གཞན་གྱི་ལུས་  
 སྲོག་ལ་དངོས་བྱུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་གཞོད་པའི་ཚོང་ལས་བྱེད་མཁམ་  
 སོགས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། སྤལ་པ་མ་ཅན་ལྷ་བུའི་སྦྱོན་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་  
 རྩེ་འདིའི་ནང་འཇུག་ཆེ་རིམ་པས་དགེ་འདུན་པའི་སྤྱི་འདིའི་ནང་དུ་འདྲེན་  
 ཅན་གྱི་རིགས་མང་དུ་འཕེལ་ནས་བརྟན་པ་འགྲིབ་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་སྲིད་པས་  
 དང་པོ་ནས་གྲུ་ཚོགས་ཀྱི་གངས་ཁོ་ན་ལ་མི་འབད་པར་སྤྱུས་དག་ཡོང་ཆེད་བརྟན་  
 དཔུང་ལེགས་པར་མངོན་ནས་སྤྱི་འདིའི་རྒྱིག་ཁོངས་སུ་འཇུག་རྒྱུ་གལ་ཆེ།

**གཉིས་པ་དེ་རི་རྣམ་འདུག་པའི་རྒྱུ་ལ་ནི།**

རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འདོད་པའི་  
 བྱིམ་པ་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་དང་བྲལ་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་ཚང་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་  
 རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བར་བྱིམ་པའི་རྟེན་དུ་གནས་བཞིན་དགེ་འདུན་པའི་དཀོར་རྒྱུས་ལ་  
 ལོངས་སུ་སྦྱོར་མི་རུང་བས། དགེ་བ་སྦྱོན་དང་། བར་མ་རབ་བྱུང་། ཚོགས་སྤྱི་  
 མ་དགེ་རྒྱུ་བཅས་རིམ་བཞིན་སྤྱི་འདི་སྐབས་སུ་རྒྱུའི་ཀྱན་སྦྱོང་ཐོབ་འདོད་དང་



དུས་ཀྱི་ཀུན་སྲོད་ཐོབ་ཤེས་སྐྱེ་བྱུང་བའི་ཀྱི་གོ་བཅའ་འཕྲོད་པར་མཛད་ནས་དང་པོའི་  
 དགོ་འདུན་གྲངས་ཚང་བའི་དབུས་སུ་སྐྱུ་བ་དགོས། དེ་ཡང་ཐོག་མར་རྩེ་འདིར་  
 ལྷགས་ཚོགས་པའི་ལྷན་མེད་དགོ་བསྐྱེད་བརྒྱུད་ནས་ལས་སྤྲོད་ལྷགས་ཏེ་བཀའ་འཁྲུལ་  
 བ་དང་དགོ་ཚུལ་བསྐྱེད་པས་ནས་མཚན་ཐོར་འཕོད་དགོས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་  
 འགག་གི་དགོ་ཚུལ་ནམ་གཞན་གྱི་སྒྲིམ་མེད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་དེ་བསམ་སྦྱོར་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟེན་ནས་དགོན་པར་བལྟགས་པ་མ་གཏོགས་ཀྱིས་ཚང་  
 དང་པོ་མའི་སར་རྒྱུན་སྲོད་མི་ཚོགས་དགོ་ཚུལ་བསྐྱེད་པས་བཟུང་མཁུན་སྲོད་  
 ཀྱིས་གནང་བའི་ཚོས་མེད་མ་གཏོགས་སྤར་གྱི་སྐྱེ་མེད་དང་ཀྱིས་ཚང་དང་རུས་  
 མེད་སོགས་ཀྱིས་འཕོད་མི་རུང་། དགོ་ཚུལ་དེར་མདོག་དང་རྒྱ་རུང་བའི་གཟན་  
 འཕམ། རབ་བྱུང་ན་འཕམ་ཐབས་གྲུ་ཅན། ཚོས་གོས། གདིང་བ། རླ་གམ། གོས་  
 ཚེན་མེན་པའི་སྲོད་འགགས་སྤར་སེར་ལ་རྒྱན་ཆ་དང་འཛུལ་མེད་པ། སྲོད་གཉེར་  
 མཛད་སའི་ཕུག་དཔེ་སོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ཚང་དགོས། ན་བཟུང་སོགས་  
 བཟང་ངན་གྱི་མཐར་མ་ལྷུང་བ། མདོག་མཚལ་ཁ་དང་དཀར་པོ། ཉག་པོ། སྲོ་  
 ཉག་སྐྱུག་ཉག་རྒྱང་ལྷ། ཐལ་མདོག་སྐྱེ་བའི་རིགས། རི་མོ་ཅན་དང་། གོས་  
 ཚེན། ལྷ་པོ་སོགས་གྱོན་མི་རུང་བས་ལས་སྤྲོད་སྤངས་འཛིན་མཛད་དགོས།

རྩེ་འདིར་གསར་དུ་འདུག་པ་པོ་དགོ་ཚུལ་སྲོད་གང་རུང་གོང་གི་འགལ་རྒྱུན་  
 དང་བར་ཆད་དེ་དག་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ་སྤར་སྲོམ་པ་ལྷགས་སའི་མཁུན་སྲོད་ཀྱི་  
 མཚན་དང་བསྐྱེད་པ་རྣམས་གཞིན་ཤེས་དགོས། ཉགས་ཆ་ལྷགས་དང་སྲོད་ལམ་  
 མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱོ་བའི་རྩེ་པའི་རྩེ་རྒྱན་ཚང་

ལྷན་ཡིན་མིན་སོགས་ལ་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས། ཐོག་མར་དགེ་བསྐྱེད་བརྒྱུད་  
 བས་ལས་སྐྱེད་སྐྱེ་འདིར་ལྷགས་ཚོག་པའི་ལྷན་སེང་ལྷན་ཏེ་བཀའ་ཁྲིལ་མཚམས་  
 སུ་མཚན་ཐོར་འཕོད་དགོས། དགེ་ཚུལ་ཡིན་ན་གནས་ཀྱི་སྐྱེ་མ་དང་ཡོ་བྱད་སོགས་  
 གོང་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དགེ་སྦྱོང་ཞིག་ཡིན་ན། ཚོས་གོས་དང་སྐྱམ་  
 རྒྱུར་མདོག་དང་རྒྱ། ཚད་རུང་བ། བམ་ཐབས་ལྷ་ཅན་ཞིག་ངེས་པར་དགོས།  
 རྒྱུན་དུ་ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་བྱིན་ལྷབས་ཅན་ཞིག་འཆང་དགོས། གདོང་བ། ཟླ་  
 གམ། གོས་ཆེན་མིན་པའི་སྦྱོང་འགག་ ལྷ་སེར། བྱང་སྤེང་སེར་པོ་ལ་རྒྱན་དང་  
 འཛུལ་མེད་པ། སྦྱོང་གཉེར་མཛད་སའི་ཕྱག་དཔེ་སོགས་ཡོད་དགོས། རྒྱུའི་བྱིན་  
 ལྷབས་ཉི་དུས་ལྷུང་དུ་འཛུལ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་མེད་པའི་དགེ་  
 སྦྱོང་རེ་ཡོད་ཆེ་ལམ་སང་ཚོས་གོས་ནམ་གསུམ་ཚང་བར་གྲ་སྦྱིག་བྱེད་དགོས་པར་  
 མ་ཟད་གོས་བྱིན་ལྷབས་ལྷ་དགོས་པའི་ཕྱག་སྐྱོལ་ལ་དམ་འཛིན་མཛད། ལྷ་འདིར་  
 ལྷགས་པ་ནས་བཟུང་བྱིམ་པའི་རྟགས་ཅན་གྱི་ལྷ་གོས་སྐྱེས་སོགས་མིག་ལམ་དུ་མི་  
 མཛེས་པའི་རིགས་བྱོན་མི་ཚོག་ དགེ་ཚུལ་སྦྱོང་ནི་དྲང་པོར་སྦྱོབ་དང་བདེན་པར་  
 སྦྱོབ་པོ་ཡིན་པས་རྒྱུན་དུ་བྱ་པས་མནའ་སྦྱེལ་བ་འདི་མི་འོས། གསེར་བཞུ་ཅན་  
 གྱི་མོར་པ་དང་དངུལ་བཞུ་ཅན་གྱི་མོར་པ། ཚུད་མའི་ཆེད་ཅམ་དུ་འང་མེ་མདའ་  
 འཕེན་པ། སྦྱོ་གྱི་འདོགས་པ། སྦྱ་དང་ཁ་སྦྱ་འབྲེག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་སྦྱ་ཚད་  
 ལས་སྦྱག་པ་འཛོག་པ་དང་། སྦྱ་ལ་མཛེས་བཟོ་བྱེད་པ་དང་། སྦྱ་མཐའ་བཞུར་  
 བཅོད་སྦྱ་ལ་ཚོན་བྱུག་པ། རྒྱ་དང་ཁ་སྦྱ་དང་སེན་མོ་རིང་པོར་འཛོག་པ། གསེར་  
 སོ་དང་དངུལ་སོ་འཛོགས་པ། ལྷ་གཡུ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གསེར་ཐག་དང་

ལྷགས་ཐག་གི་རིགས་སྐྱེ་དང་ལག་པར་གྱི་ཕ་སོགས་མི་རུང་། ལུས་སྤྲོད་གི་  
འཛིགས་པ་ལྟ་བུའི་དགག་དགོས་ཁྱད་པར་ཅན་རེ་ཡོད་པའི་དུས་ཟུང་ཞིག་མ་  
གཏོགས་དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཏུ་འདུག་པའི་སྐབས་གཟན་ཤམ་དང་  
ཁ་བུལ་ནས་བྱིམ་པའི་ཤོས་གྱི་མི་ཚོགས་གཟན་ཤམ་ནི་སྟོན་པའི་བཅས་པ་དུན་  
པའི་ཆེད་ཡིན་པས་རྒྱན་དུ་གཟན་ཤམ་གྱི་ཕ་སོགས་བྱ་བ་ངན་པ་མང་པོར་  
འདུག་མི་བྱུང་བའི་དགོ་མཚན་ཡོད་པས་རྒྱན་དུ་གཟན་ཤམ་གྱི་ཕྱི་ཡོད་མེད་ལ་  
དོ་དམ་ནན་པོ་མཛད་། དེས་ན་སྤྱི་འདིར་གསུང་དུ་འདུལ་བའི་དགོ་ཚུལ་སྤོང་ནས་  
བརྒྱུད་གནས་བརྟན་བགྲེས་པ་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་བར་ཚུལ་བྲིམས་ལ་མཉམ་པར་  
སྦྱོར་བས་སྦྱོད་ལམ་དང་རྟགས་ཆ་ལུགས་གཅིག་མཚུངས་འདྲ་མཉམ་དང་བ་འདྲོན་  
པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད།

**གསུམ་པ་ཞུགས་ནས་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཇི་ལྟར་སྦྱོབ་པའི་ཚུལ་ནི།**

དེ་ཡང་ཚོས་སྤྱི་འདི་ནི་ཡབ་རྗེ་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་རིང་  
ལུགས་དྲི་མ་མེད་པའི་གདུང་འཛིན་པ་དང་རོང་ཆེན་བརྟན་པའི་སྦྱོན་མེ་སྦྱ་སྤྲེང་  
རིམ་གྱོན་གྱིས་ཕུག་མཚན་དུ་བཞེས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྲུབ་  
པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐེལ་དུ་མཛད་ནས་གནང་བཀག་གི་ཆ་ཕྱོགས་ཚུན་  
ཆད་ཕུག་ལེན་དུ་འཁེལ་གང་བྱུང་མཛད་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཤོས་  
ནས་ཡང་དག་སྤངས་པའི་བྲིམས། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་བཞིན་སྦྱང་བར་  
མཛད། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྲེས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་  
ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ། །ཞེས་རང་ཅག་རྗེས་འདུག་རྣམས་ལ་ཞུ་ལ་

ཆེམས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གདམས་པ་ལྟར་སྡེ་འདིའི་མཁན་སློབ་དགེ་འདུན་བཤེས་  
གཞིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡོང་བའི་  
ཐབས་འདི་ཉམས་ལེན་གྱི་གཙོ་བོར་མངོན་དགོས། གཤེ་ཡང་སྤྲོད་མི་གཤེ་  
བ་དང་། ཁྲིམ་ཀྱང་སྤྲོད་མི་ཁྲོ། བརྟེན་ཀྱང་སྤྲོད་མི་བརྟེན་མཚང་བུས་  
ཀྱང་སྤྲོད་མཚང་མི་འབྱུང་བ་སྟེ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚོས་བཞི་ཉམས་སུ་ལེན་པས་ཉམ་  
ཚུང་བ། སྤེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྦྱོང་པས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ། འཇིག་  
ཉེན་ཁྲིམ་པ་བ་ལས་ལུས་ངག་གི་མངོན་སྦྱོང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པས་སྤྲུག་བྱ་བའི་  
གནས་དང་དད་པའི་འོས་སུ་གྱུར་པ། ཐོས་དུར་སྤྲིག་གྲོན་པའི་གྲོན་གོ་ཚོད་  
པ་ཞིག་མངོན་དགོས།

སྦྱིར་ཡུལ་ཁམས་དེར་བརྟན་པ་དར་མ་དར་དང་བརྟན་པ་གནས་ཡོད་མེད་  
ཞི་ལྟ་ཁང་གསེར་ཁང་དང་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་སོགས་དགོན་སྡེ་བྱ་བའི་དེ་བ་  
དང་། དགེ་འདུན་པའི་གངས་མང་བ། སྦྱིས་པོ་མའི་འདུ་ལོང་ཆེ་བ་ཅམ་ལ་  
མི་ཟེར་བར་གཞི་གསུམ་གྱི་སྤྲུག་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་དར་ཞིང་གནས་ཡོད་  
ན་བརྟན་པ་དར་བ་དང་བརྟན་པ་གནས་པ་ཡིན་པས། དམ་ཚོས་འདུལ་བ་ནས་  
ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཐབས་གཞི་གསུམ་གྱི་སྤྲུག་  
ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་རང་བཟོས་མ་བསྐྱད་པར་མ་བྱ་དགོན་གྱི་མཐོང་བ་བརྒྱད་  
པའི་སྤྲུག་ལེན་བཞིན་གནང་དགོས། སྤྲུག་ལེན་ཇི་བཞིན་མ་ཤེས་པ་དང་ཡང་ན་  
དོགས་པའི་གནས་འདྲ་བུ་ཆོ་གནས་བརྟན་འདུལ་བ་འཇིན་པ་རྣམས་ལ་དྲིས་ནས་  
ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་ལེགས་པར་སློབ་དགོས།

ཡར་ངོ་མར་ངོའི་གསོ་སྤྱོད་སྐབས་སྒྲིང་འདྲིར་བཞུགས་པའི་དགོ་ཚུལ་སྤོང་  
 ཡོད་ཚད་སྐྱབ་མཚོད་སོགས་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེན་དོན་ཆེར་བཙུངས་ནས་ཤེབས་གྱི་  
 ཡོད་མེད་ལ་དགོ་བསྐྱལ་ནས་ལྷ་ཉོག་ནན་མོ་མངོད་དགོས། གསོ་སྤྱོད་གི་ཚོག་  
 རྩོམ་གཏུ་ཡོད་དགོས་པར་མ་ཟད་དགོ་སྤོང་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཚེས་གོས་རྣམ་གསུམ་  
 ཚུལ་དང་མཐུན་པར་བཞུགས་དགོས། མར་ངོའི་གསོ་སྤྱོད་ནམ་ཡིན་ལ་སྐྱབས་  
 བྱང་སེམས་གྱི་སྤྱིར་བཙོས་ཤེ་གསུང་བྱུང་ན་ལེགས། དགག་དགོས་གྱི་དབང་གིས་  
 གསོ་སྤྱོད་ལ་ཤེབས་མ་བྱུང་པའི་རིགས་ཡོད་ཚེ་དགོ་འདུན་བྱུགས་མཐུན་པའི་ཆེད་  
 དེས་འདུན་པ་དང་ཡོངས་དག་འབྲུལ་བཞུགས་དགོས་པའི་ཚུལ་ལྷག་ལེན་དུ་བསྟར་  
 དགོས། རྒྱུན་དུ་གསོ་སྤྱོད་གི་མདོ་འཆད་པའི་སྐབས་ཚེས་བསྐྱབས་པའི་མདོ་ཙམ་  
 ཁོ་ན་ཉལ་པར་འཆད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་སོ་ཐར་གྱི་མདོའི་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་  
 གྱི་བར་ཙམ་དང་ཡང་ན་ཕམ་པ་བཞི་ཚོགས་གྱི་བར་རྒྱུན་དུ་འཆད་བྱུང་ན་ཉིན་དུ་  
 ལེགས། ལོ་གཅིག་གི་ནང་དུ་གསོ་སྤྱོད་གི་མདོ་རྒྱས་པ་ལན་འགའ་ཤས་སམ་མ་  
 མཐའ་ཡང་དབྱར་གནས་གྱི་ནང་དུ་མདོ་རྒྱས་པ་ལན་གཅིག་ངེས་པར་འཆད་བྱུང་  
 བ་བསྟན་པའི་མིག་རྒྱུན་ལའང་ཕན།

དགོ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ན། དགོ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གནམ་ཅེད་རྗེས་མའི་རྟེན་  
 རས་དཔེ་བྲིད་དང་འབྲེལ་གྲུངས་འདས་སོ་དུག་གི་གྲངས་འདེན་དང་བསྐྱར་བྱའི་  
 ངོ་བོ་སྟེ་འགལ་རྒྱུན་མི་མཐུན་སྤོགས་ངོས་ཟེན་པའི་སྐྱོན་སྤྱང་དུ་འཇུག་དགོས།  
 དགོ་ཚུལ་བསྐྱབས་མ་ཐག་ནས་བརྩུང་ཤོག་གི་དགོ་ནན་ནམ་གནས་གྱི་སྐྱོན་བསྐྱེན་  
 དགོས་ཤིང་། གནས་གྱི་སྐྱོན་མ་དེས་གཟེན་ཤོག་དང་། ཚེས་གོས་གྱོན་སྤྱངས།

གསེ་སྦྱོང་སྐབས་ཀྱི་འདོན་པ་དང་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྟངས། ཡོངས་དག་འདུལ་  
 རྟངས་ཀྱི་ཕུག་ལེན་སོགས་ལུས་ངག་གི་སྦྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཚོས་འདུལ་བའི་  
 དགོངས་དོན་བཞིན་དམར་བྲིད་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྐབ། གསེ་སྦྱོང་གི་འདོན་  
 པ་སྦྱོལ་འགྲོ་ངེས་ཤིག་ཡོད་མེད་ལ་ལྟ་ཉིག་མཛད། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕན་ཡོན།  
 དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ངོ་སྤོད། རྫོ་ཚོད་དང་མཐུན་པའི་འཆད་ཉན་སོགས་སྦྱོབ་  
 གཉེར་དང་ཁ་འདོན་དག་སྦྱོར་ཕན་བྱ་རེ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
 ཡིད་ཆེས་འཕེར་བ་དང་། ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་ཅན་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་སྦྱོ་  
 ཀུན་ནས་འབད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་དག་ཅན་གྱིས་དོན་མེད་པའི་བྱ་བར་ཁ་སྦྱོར་  
 མི་རུང་། དག་ཚུལ་རྣམས་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་རེས་བཞིན་དག་སྦྱོང་མ་བསྐྱབས་པར་  
 རྒྱན་རིང་དག་ཚུལ་དུ་སྤོད་མི་རུང་བས་དག་སྦྱོང་སྐབ་དགོས། དག་ཚུལ་རྣམས་  
 བྲིམ་ནང་དུ་འདུག་པའམ་པ་མའི་སར་རྒྱན་དུ་འདུག་མི་རུང་བར་མ་ཟད། དག་  
 ཚུལ་རྣམས་ཀྱིས་ཤག་དག་ཅན་རེ་མ་བཞེན་པར་རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་གིས་ཁང་པ་  
 ལོགས་སུ་ཕུབ་ནས་སྤོད་མི་ཚོག

དག་སྦྱོང་གནས་བཅུན་བཞུས་པ་ཞལ་མར་སྦྱོག་ནས་བཟུང་དག་སྦྱོང་ཡིན་  
 ཚད་ཀྱིས་ཁས་གྲངས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་དག་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་སྤྱང་དགོས་  
 པ་གཅིག་མཚུངས་ལས་སུ་ལའང་དམིགས་བསལ་མེད། ལྷག་པར་ཅན་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་ལུས་ངག་གི་སྦྱོད་ལམ་ལ་གསར་བུ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་མིག་ཡར་ལྷ་བྱེད་ས་ཡོད་  
 པ་ཞིག་མཛད་ན་རང་ཉིད་ཚོ་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀར་བདེ་བར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་བདེ་  
 བར་འགོད་ཉུས་པས། ཅན་རིམ་ནས་བཟུང་དོན་མེད་པའི་བྱ་བ་ལ་མགོ་མ་གཡེང་

བར་རྒྱན་དུ་བཅོམ་པ་དག་པོས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་སྤྱོད་པ་རེ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པའི་ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། རྣོམ་པ་ལ་འབད། མི་ཤེས་པ་རྣུང་བ་འབྱུང་བའི་རྣོ་ཡིན་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཙང་མེད་རེ་བ་ཞིག་ཡོང་བའས་སུ་རྣོམ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱའམ་འདུལ་བའི་བར་རྣོམ། ཡང་ན་འདུལ་རྣོམ་རྒྱས་བསྐྱུས་གང་རུང་ཞིག་རྣོ་འཛིན་དང་འབྲེལ་ནས་དཔེ་བྲིད་མཛད་དེ། བམ་པ་བཞི། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ། སྤང་རྣུང་སུམ་ཅུ། འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ། སོ་སོར་བཞགས་པ་བཞི། ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཉེ་བྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་གྱི་གངས་འདྲན་དང་སོ་སོའི་རོ་བོ་རྣམས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་བསྐྱུང་བའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཤེས་པར་བྱས་ཉེ་རེས་སུ་འདུག་དགོས། ཤེས་པ་དེའང་དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་མི་བརྗེད་པའི་དྲན་པས་འཛིན་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་མི་ལམ་ཚུན་ཆད་དུ་ཉེས་པ་ལ་འཛེམས་པའི་སྤང་སེམས་ངམ་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་ཡོང་བའས་ལ་འབད། བརྒྱ་ལ་གལ་ཉེ་ཉེས་པས་གོས་ན་ཟླ་བ་སྤྲེད་སྤྲེད་ཀྱི་གསོ་སྦྱོང་སྐྱབས་བཞགས་སྣོམ་ཚུལ་བཞིན་མཛད་ནས་སྤྱིན་ཆད་ཉེས་པས་མི་གོས་པའི་བཞགས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབད། གསོ་སྦྱོང་སྐྱབས་ཀྱི་འདོན་པ་རྣམས་སྣོ་ལ་འགོ་རེས་ཤིག་བྱས་ཉེ་ཡོངས་དག་བཞེས་ཚུལ་ནས་བཟུང་བྱག་ལེན་རྣམས་རང་བཟོས་མ་བསྐྱུང་པར་འདུལ་བའི་གཞུང་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས།

དགེ་སྦྱོང་ཞིག་ཡིན་སྤྱིན་ཆད་བྱ་བ་བམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གལ་ཆེ་བོས་ནི། ཁས་སྐྱབས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གཞིར་བཟུང་བའི་ཐོག་དབྱར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དང་། རྒྱན་དུ་གསོ་སྦྱོང་ལ་ཆད་མེད་ཤེབས་རྒྱ། ཉིན་ལྟར་

དུས་དྲན་བརྟེན་རྒྱ། འབྲུལ་སྤང་གི་སྟོན་པའི་སྐྱེ་དང་། ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་  
བྱིན་རྒྱལ་ཅན་མེ་རང་ཉིད་གང་དུ་ཕེབས་ན་དེར་མཉམ་འབྲེར་དགོས་པ་འདི་  
རྣམས་ཡིན། གོས་བྱིན་རྒྱལ་ཞུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དུ་དོ་སྣང་མཇེད་དགོས། རྒྱའི་  
བྱིན་རྒྱལ་གྱི་དུས་ལྷུང་དུ་ཞིག་གི་ཚོ་ཁོ་ན་ཡིན་ནའང་དེ་འགོ་འདུག་པའི་  
ཚེད་དུ་གནང་བ་ལྟར་བསམས་ཉེ་དེང་སྐབས་རྒྱའི་བྱིན་རྒྱལ་ཁོ་ནས་ཚོས་གོས་  
རྣམ་གསུམ་གྱི་གོ་ཚེད་པར་བྱེད་པའི་མིག་ལྟོས་ངན་པ་ཞིག་སྤྲོགས་འགའ་གསལ་  
དར་ཡོད་པ་འདི་མི་རུང་བས་ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ངེས་པར་ཡོད་དགོས། གམ་  
ཐབས་གྲུ་ཅན་དང་། གཟན་ཚོམ་བུ་མེད་པའི་ནར་མོ་ཡུག་གཅིག་ལྟ་བུ་མིན་པར་  
གཏུབས་ནས་སྦྱར་བ་ཞིག་དགོས།

རྣམ་པར་རྟེན་འདྲིའི་གནས་བརྟན་བཟེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུན་དུ་གནས་  
ཁང་བྱི་དོར་བྱ་བ། སྐྱེ་གསུང་ལུགས་ཀྱི་རྟེན་བཀྲམ་པ། ཡོན་ཆབ་དང་  
མཇུག་སོགས་འབྲུལ་བ། དུས་དྲན་བརྟེན་པ། ལུག་འཚལ་བ། རྩུང་  
བཞགས། རྒྱི་བཞགས། ཡིག་བརྒྱ་དང་དམ་ཚིག་དོ་རྗེའི་བཟུང་བ། ཟ་  
བྱེད་མཁའ་འགྲོའི་རྒྱུན་སྲེག་བྱེད་པ་སོགས་མཐུན་ཉེན་ཚོགས་གསོག་པ་དང་  
འགལ་ཉེན་རྣམས་སྤོང་བའི་ཐབས་ལ་གང་ལུས་ཀྱིས་འབད། ཉམས་ལེན་  
དངོས་ལྟོ་སྐྱོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ལམ་གྱི་སོག་བཟུང་རྟེ་རྒྱུས་བུ་གསུམ་གྱི་  
ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་རྒྱུགས་ལ་གར་སྟོམ་མེ་དང་། ལུན་དུག་ལྷ་མའི་རྣལ་  
འབྱོར། ལས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཡི་དམ་གང་ཡང་རུང་བའི་བདག་བསྐྱེད་སྟོན་  
ལམ་དང་བཅས་པ་རྒྱས་བརྗེས་གང་རུང་གིས་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་ཉིན་མེ་



བཞིན་པལ་ཆགས་ཅི་ཐེབས་རེ་མཛད།

དུས་ཚོད་སྟོང་པ་ནམ་ཤུང་གི་སྐབས། ལྷུ་བས་མགོན་ལམ་རིམ་ལྟ་  
 བུ་སྟོ་འཛིན་དང་སྟོར་སྐབས། རྩོམ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལམ་རིམ་རྒྱས་བསྐྱུས་  
 བའང་རུང་། སྟོན་འདུག་ཆེན་མོ་སོགས་སྟོ་སྟོང་གི་རིགས་རྒྱས་བསྐྱུས་སྣ་ཚོགས་  
 དང་སྐྱབ་མཚོན་སོ་སོའི་བསྐྱེད་རྩོགས་ཀྱི་བྱིན་ཡིག་ལ་དཔེ་གཞིགས་དང་དཔེ་བྱིན།  
 རོགས་གཅོད་མཛད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་མ་ཤེས་པ་ཞིག་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་རྒྱན་  
 དུ་འབད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་རང་དགར་སྟོན་མི་རུང་། གཞན་ཡང་དམ་པ་  
 ལོང་མ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར། མདོ་མཛད་ས་རྒྱན། ལས་བརྒྱ་པ། འདུལ་བ་ལུང་  
 ལྟ་བུ་སོགས་དཔེ་སྟོན་གིས་དལ་འབྱོར་སྟོང་ཟད་དམ་དུས་ཚོད་འཕྲོ་བརྒྱག་དུ་མ་  
 སོང་བ་ཞིག་མཛད་ན་འཆི་ཁར་རང་གིས་རང་ལ་ཞེ་བྲེལ་མེ་དགོས་པའི་སེམས་  
 ལ་འཛིན་རྒྱ་ཞིག་རྟེན་ཐུབ་ལ། དགེ་འདུན་པ་གཞིན་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱི་ཁ་མིག་ཡར་  
 ལྷ་བྱེད་ས་ཞིག་འོངས་པས་བརྟན་པའི་མིག་རྒྱན་ལའང་ཕན། ཉིན་མཚན་ཀུན་  
 དུ་སྟོང་པའི་ལེན་པ་དགོས། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་  
 འདོད་བྱིན་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚོལ་ལོ། །ཞེས་གདམས་པ་ལྟར་དལ་འབྱོར་  
 ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་ཞིག་མཛད་དགོས་པ་མ་གཏོགས། དམ་པས་སྐྱད་པའི་ལས་ལ་  
 འདུག་མི་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་ནའང་  
 བྱིམ་པའི་ལས་ཚོང་ཁེ་སྲོགས་སོགས་ལ་འབད་ནས་བྱིམ་ཚང་གི་ཁ་གསོ་རྒྱབ་འགེབ་  
 ཀྱིས་མཚོན་བྱིམ་གྱི་འཚོ་འཛིན་གྲུ་པས་བྱེད་པ་ནི་མིག་སྟོས་ལ་ངན་པར་མ་ཟད།  
 དེས་བརྟན་པར་གཞོན་ཅིང་། དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དགེ་འདུན་པར་

འཕུ་སྒོད་བྱེད་པའི་རྒྱུར་འགྲུར་བས་མི་འོས་པའི་ལས་འདི་དག་བྱེད་མི་རུང་སྟེ།  
ཁྱིམ་པའི་བྱ་བ་སྤངས་ལ་རབ་བྱུང་ཟེར། ཞེས་གསུངས་ཡོད། ལྷག་པར་གྲོང་  
གསེབ་ཏུ་འདུག་ཡུན་རིང་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སློན་འབྲུང་བའི་འཛིགས་  
པ་རྒྱན་དུ་ཡོད་དེ། སྤ་རྒྱས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་དང་། །ཡུལ་ནི་ཉེ་བར་གནས་པ་  
དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུན་ལྷན་དང་འབྲུད་ཚོག་ཚོག་ཡོད་པས་ཚོགས་  
ཡོད་མེད་ལ་མི་ལྟོས་པར་རྒྱན་དུ་དགོན་པར་བཞུགས་ཐུབ་དགོས།

གྲོང་ཚོག་ནི་གཞན་དོན་སྤྲུག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་དགོངས་ནས་  
གྲོང་ཚོག་ལ་ཕེབས་པ་མ་གཏོགས་འབུལ་བ་སོགས་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ས་ལྟ་བུར་  
ངོས་འཛིན་བྱེད་མཁན་ཡོད་ན་ནོར་བ་ཡིན། གྲོང་ཚོག་ཅེས་འདོན་པ་མགོ་མངུག་  
མ་ཚང་བའི་སྤྲོ་ཚོས་དང་མགོགས་ཚོས། གོང་འོག་ནོར་བའི་རང་བཟོ། གཟུངས་  
སྤགས་སྤྲུ་མ་དག་པ་དང་གངས་མ་ཚང་བ། མཚོད་གཏོར་རྒྱ་དོན་དང་མཚོན་  
ཅོམ་རེ་བུས་ཉེ་དད་པ་ཡོད་ན་འགྲིག་ཅེས་དད་པ་ལ་ངན་ཁག་སྤྱི་བ། གུབ་རྒྱན་  
དང་སྤགས་རྒྱན་ལྟ་བུའི་འཆལ་སྤྱོད། ལྷ་མཐོང་འདྲེ་མཐོང་གིས་མངོན་ཤེས་བཤད་  
པར། འབུལ་བ་གོང་བཅད་བྱེད་པ་སོགས་ནི་ཚོས་པའི་ཞབས་འདྲེན་ཉེ། མིག་  
རྩ་ནོར་ལ་གཏད་པའི་ཚོས་བཤད། ཅེས་པ་ལྟར་ས་མཚོག་ཅོམ་སོལ་བ་བྱེད་  
པ་དང་མཚུངས་པས་ཚོས་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱིས་ཚོས་ཀྱིས་ངན་སོང་གི་རྒྱ་སྤྲུབ་  
པ་ཞིག་མངོན་མི་རུང་། དེས་ན་གྲོང་ཚོག་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་བརྒྱུད་  
པའི་སྤྲུག་ལེན་བཞིན་ངོས་གཙང་བ་ངོ་སྟོག་མེད་པར་གསུང་དགོས། ཐ་ན་གཏོར་  
མའི་བཅའ་བཟོ་ཚུན་ཚད་ཁྲལ་ཚོས་དང་སྤྲོ་ཚོས་སུ་མ་སོང་བར་གཏོར་མའི་གངས་

ཚང་པ། དབྱིབས་ལེགས་པ། བྱི་ནང་གི་ཉེར་སྤྱོད་དང་འདོན་པ་སོགས་གང་  
 རྒྱས་རྒྱས་ཏེ་སྤྱིན་བདག་གི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་འགྱུར་བ་ཞིག་དགོས།  
 ལྷག་པར་གསང་སྤྲུལ་གྱི་ཚོ་ག་སྤྱི་དང་དྲག་པོ་མངོན་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ཀླམས་  
 ལ་རྫས་སྤྲུལ་ཏེ་ངེ་འཛོན་གསུམ་ག་འཛོམས་ན་རྣམས་པ་ཞིག་འཛོན་ཐུབ་པས།  
 རྫས་ནི། ལྷུངས་སོ་སོའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་དང་དཀྱིལ་འཁོར། མཚོན་ཆས།  
 ར་རོལ། བསྐྱང་རྫས། མཚོན་པ་མཚོན་མེ། བྱི་ནང་གི་ཉེར་སྤྱོད། གཞུང་  
 རས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་གཏོར་རྫས་སོགས་རྫས་སྤྲུལ་དགོས་པ་ཀླམས་  
 འཛོམས་ཨེ་ཐུབ་ངེས་པར་ལྷ་དགོས། གཏོར་མའི་གུངས་དང་བཟོ་དབྱིབས། དཀར་  
 རྒྱན་ཚུན་ཆད་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་བཅའ་གཤོམ་མངོས་པ། གཙང་  
 རྒྱ་དང་རྫོན་པ་ཞིག་དགོས། འབད་ནས་མ་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན་པར་མཚོན་གཏོར་  
 ངན་ངོན་མཚོན་ཙམ་རེ་བྱས་ཆེ་ལྷ་ལ་བརྟམས་པའི་ཉེས་པ་འང་འབྱུང་བས་བསོད་  
 རམས་འགྲིབ་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཏེ་མི་འདོད་པའི་རྒྱུན་ངན་སྤྲོ་ཚོགས་འདྲེན་སྲིད།  
 ལྷགས་ནི། ལྷགས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྣོམ་པ་དང་རྫོན་ཞིང་དེ་དང་དེའི་དབང་ལུང་  
 མན་ངག་དང་ལས་རུང་ཚད་རྫོན་ཡོད་པ། དད་པ་དང་དམ་ཚིག་གཙང་བ་ཞིག་  
 གིས་གཞུང་ཚད་རྫོན་གྱི་ཚོ་ག་ཇི་ལྟར་བཞིན་གསུང་བ་མ་གཏོགས། ཚོ་ག་ལྷག་  
 པ་དང་། ཆད་པ། ཚོ་གའི་ཡན་ལག་སྟེ་ཆ་གས་ཉམས་པ། ཐ་ན་གཟུངས་སྤྲུལ་  
 སོགས་ཀྱི་གུངས་ཚུན་ཆད་ཇི་ལྟར་བཞིན་མ་གསུངས་པར་རང་བཟོ་དང་གང་བསྐྱུས་  
 བསྐྱུས་བྱས་ཆེ་ཚོ་ག་ཉམས་པའི་ཉེས་པས་ཕན་ལས་གཞོད་པ་ཆེ་བ་ཡོང་སྲིད། ཏིང་  
 ངེ་འཛོན་ནི། བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་དམིགས་པ་སྤྱི་དང་མ་མཐའ་ཡང་ཚོ་ག་སོ་སོའི་

ཚོག་རིས་བཞིན་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བཟུང་དམིགས་པ་མ་གཡེངས་  
 པའི་ཤར་སྒོམ་ཞིག་ངེས་པར་མངོན་དགོས། ལྷག་པར་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་  
 གི་ལས་སྒོར་ཐམས་ཅད་གཞན་ཕན་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་སྟོང་ཉིད་ཉོན་ཉོན་གས་  
 པའི་ལྷ་བའི་ཕྱི་མེད་ཐུབ་པའི་སྒོ་ནས་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་  
 དག་པོ་འདུལ་ཐབས་སུ་འགོ་བཞེས་མངོན་ཅི་སྐྱོན་བདག་གི་དམིགས་ཡུལ་ལྟར་  
 འགལ་རྒྱུན་བར་གཅོད་ཞི་བྱུབ་པས་དད་ལོག་མི་སྐྱེ་བར་ཕན་པར་མ་ཟད། ཞོར་  
 དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགེ་བ་ཡང་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བས་རང་ཕན་གཞན་ཕན་  
 ཞིག་འབྱུང་། ལྷག་པར་གྲོང་ཚོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་གི་སྒྲིབ་ལམ་ནི་བྱིམ་  
 པ་སྐྱོན་འབྱེན་དུ་མི་འགོ་བར་དད་ལྡན་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་སར་འགོ་  
 བཞེས་ཅིས་ཀྱང་མངོན་དགོས།

ཚོགས་ནམ་ཡོད་སྐབས་གཟན་གམ་དང་ལྷ་ལྷག་ཚུལ་མཐུན་བཞེས་པ་མ་  
 གཏོགས། དབུ་བཏུམ། གཞོགས་གཟུམ། ཀ་བ་དང་ཕྱིག་པ་ལ་རྒྱབ་བསྟེ་བ།  
 ལ་ཕྱེད། ལག་ཕྱེད། བཞད་གད། གཉིད་ལོག། གཏམ་ལབ་གཏོང་བ་སོགས་  
 བཞུགས་ལུགས་མི་མངོས་པ་ཞིག་མིན་པར་ལུས་རྣམ་སྐྱང་གི་ཚོས་བདུན་ལྟན།  
 དབུ་ལོ་ཡག་གི་སྟེ་མ་ལྟར་མགོ་མདུན་དུ་ཕྱང་ཟད་དུད་པ། རྒྱབ་ལ་ལོང་བསྐྱོར་  
 བཟོ་མདུན་གིས་བཅད་པ། གལ་ལྷན་ཉིག་སྟར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྟ་བུ་དང་། འདུལ་  
 བ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་གི་མ་སོར་གཅིག་ཡན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ཀན་པ་ལ་གུས་བཀྱར་  
 དང་འབྲེལ་བསྐྱབ་གལ་གྱིས་བཞུགས་དགོས། ལྷག་པར་མཁན་སྟོབ་དང་དགེ་  
 ཀན། ལས་སྐྱེ་སོགས་གོང་རིམ་རྣམས་ལ་ལྷ་སྤྱད་གཟན་འབེབས་སོགས་ཀྱི་གུས་

བཀུར་གྱིས་ཡ་རབས་རྒྱུད་བཟང་གི་མིག་དཔེ་ཡར་འདྲེན་བྱེད་དགོས།

ཞལ་འདོན་གསུང་སྐབས་གཡས་འཐེན་གཡོན་འཐེན། མང་སྐད་དང་  
མི་མཐུན་པའི་རང་སྐད་གྱིས་ལོགས་སུ་འདོན་པ། མགོ་དལ་མཚུག་གྲེལ་ལྟ་  
བྱ་མིན་པ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་དོ་བརྒྱབས་པ་ལྟར་ནང་ནས་སྤེལ་རིམ་གྱིས་ཁྲུབ་  
པར། མེ་ལོང་ལ་དུ་བཏབ་པ་ལྟར་མཐའ་ནས་རིམ་གྱིས་ནང་དུ་ཡལ་བ་ལྟར་མཚུག་  
བསྟུ་བ་རྩེ་མགོན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་ངག་དལ་དབྱངས་སྟན་ཞིང་བྱིན་ཆགས་  
པས་གསུང་དགོས།

དབང་མེད་ན་ནི་དངོས་གྲུབ་མེད། །བྲེ་མ་བཙུར་ཡང་མར་མེད་བཞིན།།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུད་རྩེའི་རྒྱུབ་མཚོད་གང་ཡོད་ཀྱི་དབང་ཚད་ལྡན་རེ་རེས་  
པར་ཐོབ་དགོས། དེ་ཡང་རང་རེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་རྒྱན་ལས་ཐོབ་  
ན་རབ་དང་། དབང་མ་ཐོབ་པར་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལས་ལ་འཇུག་མི་རུང་བ་ནི།  
དབང་བསྐྱར་མེད་པར་འཆང་བྱེད་པ། །སློབ་དཔོན་སློབ་མ་གྱི་མ་ཐག །དངོས་  
གྲུབ་ཐོབ་ཀྱང་དམུལ་བར་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཕན་ལས་གཞོད་པ་ཆེ་བས་  
རྒྱུབ་མཚོད་སོ་སོའི་དབང་ལྷུ་དགོས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། དབང་ཐོབ་པ་ཙམ་  
གྱིས་མི་ཚོགས་པར་རྒྱུད་རྩེ་སོ་སོའི་བསྟེན་པ་ཚད་ལྡན་རེ་སྟེན་སོང་མེད་ཆེ་བདག་  
འཇུག་སོགས་རྒྱུབ་མཚོད་དང་གསང་སྟགས་ཀྱི་ལས་ཚོགས་གཏོར་རྒྱུབ་སོགས་  
བྱ་མི་རུང་སྟེ། བསྟེན་སོགས་དག་པར་མ་བྱས་པར། །དཀྱིལ་འཁོར་ལས་ལ་  
འཇུག་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་རིམ་གྱིས་ནན་གཞོན་ཐམས་ཅད་ལས་རུང་  
ཚད་ལྡན་རེ་ལ་བཞུགས་དགོས།

རྒྱུད་སྤེའི་སྐྱབ་མཚོད། གཏོར་སྐྱབ། རབ་གནས། བསྐྱང་གསེས་མོགས་  
 གྱི་དབྱངས་ཏྟ་འདྲུར་གསུམ། འབྲུད་རྩུང་དགྲོལ་གསུམ། ཐིག་རྩུལ་ཚོན། མཚོད་  
 བཟོ་གཏོར་རྒྱན། ཐ་ན་སྐུ་འབྲ་དང་། ཐང་ག་ དགྲིལ་འཁོར་སོགས་སྐྱབ་གསུང་  
 ཐུགས་ཉེན་དང་མཚོད་གཏོར་སོགས་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམས་ཏེ་མཐོང་  
 བ་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་ལེན་བཞིན་ངོས་གཙང་བ་དང་བ་འདྲེན་པ། མ་བུ་དགོན་གྱི་  
 ཕྱག་སློལ་བཞིན་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དག་ཐེར་ཡང་ཡང་མཛད་དགོས། རིམ་  
 གྱིས་རྗེ་བླ་མ་ཚོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་སློལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེ་བསྐྱེད་མེད་  
 པ་ཞིག་ཡོང་བའས་ལ་འབད་དགོས་པས་ཚུ་འགོ་གངས་ལ་གཏུགས་པ་ལྟར་རྒྱུད་  
 གྲ་རྟོད་སྐྱད་གང་ཡང་རུང་བ་ལྟ་བུའི་ཕྱག་ལེན་ངོ་མ་དང་ཁྲུངས་གཏུགས་ཐུབ་པའི་  
 དག་ཐེར་མཛད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་རང་འདོད་དང་རང་བཟོས་བསྐྱེད་པ།  
 མཚོན་ཙམ་རེ་བྱས་ཏེ་བདུན་སྐྱབ་ཚོགས་ཐུབ་ཙམ་ཞིག་གིས་མི་ཕན། འདོན་པའང་  
 ཡིག་ཐོག་ངོ་འདོན་མིན་པར་སློ་ཐོག་ནས་གསུང་དགོས་པ་དང་། རྒྱགས་སློད་  
 གྱི་ལམ་ནས་འདོན་ཏྟ་དབྱངས། ཐིག་རྩུལ་ཚོན། འབྲུད་རྩུང་དགྲོལ་གསུམ་སོགས་  
 བྱང་བར་བྱ་ཞིང་མ་ནོར་བར་སློབ་དགོས། རྒྱུད་སྤེའི་འོག་ནང་ཕན་ཚུན་དང་  
 ཚོས་བརྒྱུད་སྐྱོ་ཚོགས་གྱི་ཕྱག་སློལ་བསྐྱེས་པ་ལྟ་བུའི་ཕྱག་ལེན་ཁྲུངས་དག་མིན་  
 པར་གྱུར་ཡོད་མེད་ལ་དྲི་ཉོག་ནན་པོ་མཛད་དགོས།

རྒྱུན་དུ་དགོན་པའི་ནང་བུད་མེད་ཞག་སྤོད་ལྟ་ཞིག་འགྲུལ་བཞུད་གང་བུང་  
 དུ་བྱེད་མི་ཚོག་པའི་དམ་འཛིན་མཛད་དགོས། འཕུལ་ཏྟ་ཞིན་པ། སློ་གྲི་འདོགས་  
 པར་ བེའུ་དང་མཛོ་མོ་འཚོ་སྐྱོང་། སྤྱིང་བར་དུ་རྒྱུང་འབོད། མཚོན་ཚའི་རིགས་

ཉམ་ཚགས། ཤོ་དང་མིག་མང་སོགས་ཀྱི་ཚུལ་ལྟར་རིགས་སྣ་ཚོགས། དུ་གུ་སོགས་  
ཚུལ་འགན་བཟུང་བ། སྐར་གྱི་ཚོང་ལས་ཀྱི་རིགས་སྣ་ཚོགས། རྒྱ་སྤོང་ས་འགྲིམས་  
ནས་འཁྲུམ་ཉུལ་ཁོ་ན་བཟུང་བ། བྱི་ཚོང་གི་འཚོ་འཛིན་གྲུ་པས་བཟུང་བ། ལྷ་  
གར་རོལ་ཚེད་བཟུང་བ། ཆགས་སློང་གྱི་ལྷ་དམོ་སྣ་ཚོགས་ལྟ་བུ། དེད་དུས་ཀྱི་  
དུག་རྩིས་དང་ལྷོས་ཚུལ་རིགས་སྣ་ཚོགས་འཕུང་བ། དུག་རྩིས་ཀྱི་ཁབ་སོགས་  
ཉེ་ཚོང་བེད་གསུམ་བཟུང་བའི་ཚོགས་པའི་དམ་འཛིན་ནན་པོ་བཟུང་དགོས། དགོན་པའི་  
གཞུང་ནས་འབྲུལ་པར་ཆང་འདྲེན་པ་དང་། འབྲུལ་ཐོག་གན་པར་བཅོང་བ་སོགས་  
དངོས་ལྷགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་སློབ་ལ་གཞོན་པའི་རིགས་  
ཀྱི་ཉེ་ཚོང་བཟུང་བའི་ཚོགས་

དགེ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །མཐུན་པ་ནམས་ཀྱི་དཀའ་ཕུབ་བདེ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་ནམས་ཐུགས་མཐུན་རྒྱུ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། སྐྱེས་  
ཡུལ། ལུང་ཚོན། ཤོག་ཀ། ལྷ་རྒྱུན། ཁང་ཚོན་སོགས་མིང་འདོགས་འདྲ་མིན་  
གྱིས་སྤོགས་བསྐྱོད་ལྟ་བུའི་མི་དཔུང་སྤོང་སྤྱོད། དགེ་ལྡན་དང་སྐྱ་མ་སོགས་ཀྱི་  
སྤོགས་རིས་འཐེན་འཁྲེར་བཟུང་བའི་དགེ་འདུན་དཔེ་དང་མཚུངས་པའི་ལས་ངན་  
ཚབས་པོ་ཆེ་ཡིན་པས་འཐེན་འཁྲེར་དཀའ་ཤིང་འདིའི་རིགས་དངོས་སུ་བཟུང་བུ་  
ལྟ་ཞེས་ཐ་ན་ཁ་ཚུངས་ཀྱི་ཚོགས་ཅོམ་ཡང་སྣང་མི་རུང་། རྒྱུན་དུ་བརྟན་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་  
དགོངས་པ་ཆེར་བཞེས་ཀྱིས་སྤོང་ལམ་ཀུན་སྤྱོད་དང་དགེ་བའི་སྤོང་ལམ་ཐུགས་འདུན་  
གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་སྣོ་མཐུན་པ་ཞེས་མཛད་དགོས།

ལས་སྤྱོད་གང་དགོས་ཐམས་ཅད་ལྷག་བསམ་དང་དྲང་ཚུགས་ཆེ་བ། ཞེ་

དུལ་བག་ཡོད། དམ་ཚེས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པའི་སྲོད་ལམ་ལེགས་པ། ལས་  
སྒྲུ་སྒྲི་སྒྲིའི་ངོ་བོ་དང་མཚུངས་པའི་ཤེས་ཚད་ཡོད་པ། རྒྱ་སློབ་ཀྱི་དད་པ་དང་དམ་  
ཚིག་གཙང་བ། གཞུང་དོན་གང་ཡོད་ལྟར་དུ་མ་སོང་བར་རྒྱན་དུ་འཛིན་མཁན་  
ཞིག་ལ་ལོ་དུས་རྒྱས་བཅད་ཀྱིས་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་དགོས། རྒྱ་ཁང་གསེར་ཁང་  
དང་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་གྱིས་མཚོན་སྲུ་རྗེས་དང་སྲུ་དུལ་གང་ཡོད་དོན་མེད་  
ཚུད་ཟོས་སུ་མི་འགོ་བའི་བདག་སྐྱོང་དང་དོ་དམ། སྲུ་ནང་གི་སློབ་འགལ་ཆེ་སྲ་  
ལ་ཉེས་པའི་བབས་དང་བརྟུན་པའི་ཚར་གཙོད། ཚུལ་བཞིན་བྱེད་མཁན་རྣམས་  
རྗེས་སུ་འཛིན་པ་སྟེ་གཟེངས་བསྟོད་མཛད་རྒྱ་སོགས་སློབ་ལམ་ཀུན་སྲོད་ལ་རྒྱན་  
དུ་དག་ཐེར་དམ་སྟོད་མེད་པར་མཛད་དགོས། སློབ་ལམ་ནི་བྱ་སྲུ་གཞོན་ལྟར་  
གན་རིམ་ནས་གཞོན་པའི་བར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཙུ་བ་ཀུར་གནང་དགོས་ཤིང་  
ལེགས་པའི་སྲོགས་ལ་གཅིག་རྒྱབ་གཅིག་གཞོན་གྱིས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འབྲིང་  
ཐུབ་པ་ཞིག་མཛད་དགོས།

**བཞི་པ་ལོ་འཁོར་མོ་གཅིག་གི་རིང་ཚེས་སྲོད་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་ངེ་རྣམ་སློབ་པའི་**

**རྒྱུལ་ནི།** ད་ལྟོའི་ཆར་སྡེ་འདིར་ཕུག་བཞེས་ཡོད་བཞིན་པའི་རྒྱུབ་མཚོད་སོགས་ཚེས་  
སྲོད་ཁག་ནི། ཚོ་འཕུལ་ལྷ་བའི་ནང་སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་ཀུན་རིག་དང་གསང་  
འདུས་བདག་འདུག རྣམ་རྒྱལ་སྟོང་མཚོད་དང་སློབ་མའི་མཚུལ་བཞི་པ། བོད་ལྷ་  
གཉིས་པའི་ནང་རྩལ་ཚོན་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་མཚོག་སྐབས་མཚོད། བོད་ལྷ་གསུམ་པའི་  
ནང་བཀའ་འགྲུར་དག་སློབ་དང་རྩལ་ཚོན་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམ་སྐྱང་མའོན་བྱང་གི་རྒྱུབ་  
མཚོད། བོད་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་མཆི་དུང་རྒྱུབ། རྒྱུང་གནས། བོད་ལྷ་དུག་པའི་



ནང་དུ་ལོ་ལྷན་ལ་བཞུགས་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་སྐབས་མཆོད། བོད་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་  
དུ་ལོ་ལྷན་ལ་བཞུགས་པའི་འཛིགས་བྱེད་སྐབས་མཆོད། དུ་ལོ་ལྷན་ལ་བཞུགས་པའི་མི་  
འབྲུགས་པའི་སྐབས་མཆོད། བསྐྱར་གསོ་ཆེན་མོ། བོད་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་དུ་ལོ་  
ལྷན་ལ་བཞུགས་པའི་ཀུན་རིག་སྐབས་མཆོད། བོད་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་དུ་ལོ་ལྷན་ལ་  
མཆོད། བོད་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་གི་བུ་དང་སེང་གཏོང་མའི་གཏོར་བཞུགས་  
བསྐྱར་གསོ་དང་གཏོར་བཞུགས་ཀྱིས་པ། ལོ་གཅིག་གི་རིང་ཡར་རྒྱས་རོལ་ལྷོ་དུས་  
འབྲེལ་གསོ་སྦྱོང་དང་དབྱར་ཁས་ལེན་ཆག་མེད། གཞི་གསུམ་གྱི་སྤྱད་བཞུགས་  
ནམས་ཅི་མ་བུ་དགོན་ལྟར་གནང་དགོས།

སྐད་ལྷན་སྤྱི་འདུན་གྱི་ཚོགས་འདུལ་ལྱས་དང་གྲ་མང་གི་ཐུགས་འདོད་སོགས་  
ཀྱིས་ཚོས་སྤོད་ཀྱི་རིམ་པ་ཁག་ལ་འགྲུར་བ་ཡང་ཡང་འགོ་སྤོད་པས་འདིར་མདོར་  
བསྡུས་པའི་ཚུལ་དང་ཞིབ་པ་ནི་བཅའ་ཡིག་ལྷན་ཐབས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་སྤྱད་ལེན་  
དུ་བཞུགས་ཀྱི་དང་། རིམ་པས་ཐུགས་འདོད་སོགས་དགག་དགོས་དང་བསྐྱོད་ནས་  
བཅའ་ཡིག་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དོན་ཚན་གང་ཡང་རུང་བར་འགྲུར་བ་གཏོང་དགོས་ཤིང་  
ཚོད་དང་པོ་འགྲུར་བ་གཏོང་དགོས་རིགས་ལ་ལས་སྤྲོས་གོས་བསྐྱར་ཀྱིས་གོས་ཐག་  
གང་ཚོད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཁག་དོན་དམ་པའི་སྤྱི་གསལ་གྱི་བདག་པོ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་ཡོད་ཅི་  
སེང་ལྷན་ལ་དང་འབྲེལ་བཀའ་འཁོར་བུང་མཚམས་འགྲུར་བ་བུང་བའི་བཅའ་ཡིག་  
ལྷན་ཐབས་ལོག་གནང་སྤྱི་བསྐྱར་བཅོས་མཛད་དགོས་པ་མ་གཏོགས་མི་སྣ་ཁ་དྲག་  
ཅན་གང་ཡང་རུང་བས་རང་འདོད་ཀྱིས་འགྲུར་བ་གཏོང་མི་ཚོགས།

རིམ་པས་ཚོས་སྤོད་ཡར་ལྱས་འགོ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྐབས་མཆོད་འགའ་

གས་ཙམ་ཡོད་པའི་སྐབ་སྡེ་ཁོ་ནའི་ངོ་བོར་མ་ལུས་པར་སློབ་ཚོད་དང་བརྟུན་པའི་གཞུང་  
ཆེན་མོའི་སློབ་གཉེར་རེ་བྱེད་ས་ཡོད་པའི་སློབ་གཉེར་གྱི་རིགས་འོས་འཚམས་རེ་གསར་  
འདུགས་གནང་བྱུང་པའི་ཆེད། གྲུ་ཆེན་གཞོན་ཀྱན་ནས་འདུན་མ་ཆེག་བསྐྱེལ་གྱིས་  
པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཡིག་ཆའི་སྟེང་ནས་མཚན་ཉིད་རིག་པར་སློབ་སྦྱང་  
བྱེད་བྱུང་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པ་སྟོན་མེད་གནང་དགོས།

འདི་གའི་དགོ་འདུན་པའི་འདུས་སྡེ་ནས་དམར་བཟའ་སྤངས་པ་འདི་འོན་ཏུ་ལེགས་  
པས་དེ་ལྟར་རྒྱན་འབྲིངས་ཡོད་པ་དང་གྲོང་ཆོག་ལ་ཕེབས་སྐབས་ཀྱང་རྒྱན་སྡེ་འོག་  
མའི་ཆོ་གའི་རིགས་ལ་དམར་བཟའ་མི་མཚོད་རྒྱ་དང་། རྒྱན་དུ་གྲོང་ཆོག་པ་ཆོའི་ཆེད་  
དུ་དམིགས་ནས་བྱིམ་ཚང་སོ་སོར་སྲོག་གཅོད་བྱེད་དུ་མི་འདུག་པའི་ཐབས་ལ་གང་  
བྱུང་གྱིས་འབད་དགོས།

མདོར་བསྟུན། གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་ལྷོག་པ་དང་། །ཁ་ཉོན་གྱིས་རྒྱས་  
ལེགས་གནས་ཤོག །ཉལ་ཏུ་དགོ་འདུན་མཐུན་པ་དང་། །དགོ་འདུན་དོན་ཡང་  
འགྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་བྱུགས་སློན་མཛད་པ་བཞིན་དགོ་འདུན་པའི་སྡེ་མཚན་དོན་  
མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་སློ་ཀྱན་ནས་འབད་པ་སྟོན་མེད་མཛོད་ཅེས་  
གསེལ་བ་ལགས་ན་རེ་འབྲས་དོན་ལྡན་ཞིག་མཛད་པར་བྱ། ཞེས་རྒྱུ་གདོང་རི་གོའི་  
དགོན་དགའ་ལྡན་དམ་ཚེས་རྒྱུང་གི་བཅའ་ཡིག་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་དེ་གའི་འདུས་སྡེ་ནས་ཉེན་དང་བཅས་སྡེ་ཕྱིར་ཡང་ཡང་བསྐྱེལ་བའི་ངོ་མ་བརྒྱུག་ཙམ་དུ་ལྟུངས་མགོན་  
གོང་མ་ཡབ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་བྱུགས་དགོངས་དང་མཐུན་པར་དགོ་འདུན་པའི་ནང་བྱིམས་སུ་བརྟན་པ་རིན་  
པོ་ཆེར་གཅིག་ཏུ་དཀར་བའི་ལྷག་བསམ་མ་མེད་པའི་ཀྱན་སློང་གིས་མཛེས་ཚོས་ཀྱི་ཆོག་སློབ་སྤངས་ཏེ་

བཅའ་ཡིག་ཕྱོགས་བསྐྱིགས།

བྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་ར་འགྲུར་བར་གོག་ཅེས་སྒྲིན་པ་དང་  
བཅས། དུས་གསུམ་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཛོད་པར་རྫོགས་པར་འཚང་རྒྱ་བའི་གནས་མཚོག་དོ་རྗེ་  
གདན་ནས། འབྲས་རིང་པོ་ཆོས་རྗེ་འམ་གཉི་རྒྱུ་མིང་འདོན་པ་སློབ་པ་བསྟན་འདོན་འདིགས་མེད་ཡི་  
ཤེས་རྒྱ་མཚོར་འབོད་པས། བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་བྱི་ལོའི་རྒྱལ་རྒྱུ་ཆེས་བཙོ་ལྷའི་ཉིན་སྐྱར་  
བ་དག་ལེགས་འཕེལ། །། སར་མཚན་ལོ།།

༄༅། གདོང་རི་ཀི་རྟེ་འི་དགོན་དགའ་ལྡན་  
དམ་ཚེས་སྤྱིང་གི་བཅའ་ཡིག་  
ལྷན་ཐབས་དང་པོ།

མཛད་པ་པོ།

ལྷན་ཐབས་རྗེ་ཀི་རྟེ་འི་ན་པོ་ཚེ་སློ་བཟང་བལྟན་འཛིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༥།



མེད་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་དྲུང་ཡིག་མཁུན་ཡངས་པ་ཨ་ཁུ་ཆོས་འཕེལ་  
 ལགས་ཀྱིས་མངོན་པའི་བཅའ་ཡིག་ཟེན་བྲིས་སྟུ། ལ་རྗེ་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་དཀོན་  
 མཆོག་བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོད་པལ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་སྡེ་འདི་ཉིད་སྤྲ་ཉག་གི་  
 སྐང་། རྒྱགས་བཙུ་བས་བདག་གིར་བཞེས་ཏེ། སྤྱིའི་ཀུན་སྦྱོང་དང་། ཅང་གི་  
 ཀུན་སྦྱོང་། འདོན་ཆོས་སྦྱོང་སོགས་ལ་གཙང་སེལ་དག་ཐེར་དམ་ཆོས་འདུལ་  
 བ་དང་མཐུན་པར་མངོན། སྤྱིས་ནས་མ་དགོན་དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་སྤོང་གི་  
 གསང་སྤྲུགས་རྒྱད་པ་གྲ་ཚང་གི་སློབ་དཔོན་རེ་རེ་མ་གྱིས་གཏོང་ཡོང་བས་དེ་མཐུན་  
 བྱེད་དགོས་ཚུལ་གྱི་ཞལ་ཏེ་བསྐྱབ་འདོམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་བསྐྱབས། སྤྱིས་ནས་  
 སྐབས་མགོན་སྤྱི་ཕྱིར་དགུ་པ་ཀུན་གཟེགས་ལེ་ཤེས་ཀྱི་ཉི་མ་ཆེན་པོ་སྐལ་བཟང་  
 སློབ་ཀྱིས་ཀུན་དགའ་ལུང་ཉོགས་རྒྱ་མཆོད་པལ་བཟང་པོ་ནས་ཀྱང་སྤྱི་གོང་མའི་ཞལ་  
 གདམས་ཇི་བཞིན་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ། རྒྱད་ཆེན་སྐ་སློབ་བཟང་བཙོན་འགྲུས་ཕེབས་  
 ཏེ་འཛིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་མ། གསང་འདུས། བདེ་མཆོག་ཀུན་རིག་  
 བཅས་ཀྱི་ཐོག་རྒྱལ་ཆོན་འདོན་ཏེ་དབྱངས་བཅས་རིམ་གྱིས་འདྲུགས་པར་མངོན།  
 དགེ་བསྐྱོས་ཀྱང་ཐོག་མར། མེད་བསམ་འགྲུབ། སློབ་འགའ་སློབ་སམ། དམ་  
 སྐབས་བཟོད་པ། རྗེ་རྗེ་ཐར་རྣམས་རིམ་ཕེབས་བགྱིས་ཏེ། གསང་བདེ་འཛིགས་  
 གསུམ། རབ་གནས་ཆེན་མོ། བསྐྱང་གསོ་བཅས་གསང་སྤྲུགས་རྒྱད་ཉོད་གྲ་  
 ཚང་གི་སྤྲུག་ལེན་ཇི་བཞིན་བྱས། སྤྱིས་སུ་དུས་འཁོར་པ་སློབ་བཟང་བསམ་གཏོན་  
 རྒྱ་མཆོད་ཕེབས་ཏེ། ཀུན་རིག་རྣམ་སྐྱང་མངོན་བྱང་། མི་འབྲུགས་པ་རྣམས་

གྱི་ཐིག་རྩལ་ཚོན། འདོན་ཏྲ་དབྱངས་བཅས་དུས་འཁོར་ཨེ་མི་བྱུང་འདུག་ཚོས་  
 འཁོར་སྐྱོང་གི་ཕྱག་ལེན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་འདུགས་པར་མཛད། རྫོན་ལམ། ལྷ་  
 མཚོད་སོགས་གྱི་ཕྱག་བཞེས་ཚོགས་ཆེན་ཐོས་བསམ་སྐྱོང་གི་འགྲིག་རི་བཞིན་ཡིན་  
 པས་སྤྱིན་ཆད་ཕྱག་ལེན་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་འཚོལ་མེད་བྱེད་ཀྱི་གལ་ཆེ། ལྷ་བས་  
 འདིར་མཐའ་འཁོབ་འགོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཕན་བདེའི་རྩ་ལག་དགེ་ལུང་ཉོགས་དམ་  
 ཚོས་སྐྱོང་གི་བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི་དགེ་འདུན་འདུས་པའི་ཚོགས་  
 གྱི་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པར་བྱ་བའི་སྤང་སྤང་བཅའ་བྲིམས་ཀྱི་རིམ་པ་ཞིག་ཉེར་  
 མཁོར་མཐོང་སྟེ་གསང་སྟེགས་རྒྱན་པ་གྲུ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་ནོར་བུའི་ཕྱིང་བ་  
 གཞིར་བཞག་སྟེང་སྟོན་འཕྲི་རྩུང་ཟད་རེ་བྱས་ཏེ་དགོད་པ་ལ། ཞེས་གསལ་བ་  
 ལྟར་སྤྱིའི་ཆ་ནས་ཀི་ཏི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྐྱིག་ལམ་ལྷ་སྐྱབས་  
 མགོན་ཀི་ཏི་སྐྱེ་སྤེང་རིམ་བྱོན་གྱིས་སྤྱིར་མཛད་པའི་བཅའ་ཡིག་ཁག་གི་དགོངས་  
 དོན་ཆེ་སྤྲ་དང་མི་འགལ་བ་གཞི་རྩར་བཟུང་བ་ཞིག་ཅེས་པར་དགོས་ཤིང་། ལྷག་  
 པར་གདོང་རི་ཀི་ཏིའི་དགོན་དགའ་ལྷན་དམ་ཚོས་སྐྱོང་གིས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་  
 དགོས་པའི་འགྲིག་ལམ་ཁག་ཅིག་ལྷན་ཐབས་སུ་གསལ་བར་འགོད་པར།

༡༥ ལས་སྟེ། ད་ལྟའི་ཆར་གདོང་རི་དགོན་གྱི་ལས་སྟེའི་གྲུབ་སྟངས་ནི།  
 གནས་ཀྱི་སྐྱ་མའམ་སྐྱ་མ་དོ་རྗེ་འཛིན་པ། དབུ་མཛད་ཆེ་ཚུང་གཉིས། དགེ་བསྐྱེལ།  
 ཚོས་ལུགས་དོ་དམ་པ་གསུམ། ཆན་པའམ་ཕྱག་མཛོད་གསུམ་བཅས་བརྗོམས་  
 ལས་སྟེ་བཅུ་ཡོད།

ལས་སྟེ་སོ་སོའི་ལས་འགན་ནི། གནས་ཀྱི་སྐྱ་མའམ་དོ་རྗེ་འཛིན་པའི་ལས་

འགན། དགོན་སྡེ་འདིའི་སྐྱབ་མཚོད་སོགས་ཚོགས་གང་ཡོད་ཀྱི་དབུ་བཞུགས་  
 མཛད་རྒྱ་དང་། སྐྱབ་མཚོད་སོ་སོའི་དབང་ལུང་མན་ངག་དང་། ལས་རུང་ངམ་  
 མཚམས་བསྟེན་སྐྱབ་ཚད་ལྡན་ཡོང་བའམ་དང་། སྐྱབ་མཚོད་རང་རང་གི་ཐུན་  
 མོང་མིན་པའི་ཕྱག་བཞེས་གང་ཡོད་ཚད་ལྡན་ཡོང་བའི་ཉིང་བསྐྱལ་མཛད་རྒྱ། ཟླ་  
 བ་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་གསོ་སྦྱང་གི་མདོ་འཆད་པ་དང་དབུ་ར་གནས་སྐབས་གནས་  
 ཀྱི་ཟླ་མའི་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས། དབུ་མཛད་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་ལས་འགན་  
 ཞིན། དགོན་འདིའི་འདོན་ཏེ་དབུངས་ཀྱི་བདག་པོ་སྡེ་སྐྱབ་མཚོད་གང་ཡོད་ཀྱི་འདོན་  
 ཏེ་དབུངས་དང་རྩུབ་ཕྱག་ལེན་ཐམས་ཅད་ཁྲུངས་ལྡན་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་  
 བཞེས་མ་ཉམས་པ་ཞིག་འཛིན་སྡེ་ལ་དང་དབུངས་ཆགས་ཀྱི་འགན་ཡོད། དགོ་  
 བསྐྱལ་གྱི་ལས་འགན་ནི། གཙོ་བོ་དགོན་སྡེ་འདིའི་སྡེ་གཡུག་སྡེ་ལ་སྦྱངས་  
 འཛིན་དང་བསྐྱབ་པ་སྦྱོར་གཉེར་ལ་བསྐྱལ་འདེད་གནང་རྒྱས་མཚོན་སྡེ་འདིའི་འགྲིག་  
 ལམ་སྤྱིའི་ཆ་ནས་འགན་གཙོ་བོར་བཞེས་རྒྱ། བཞེས་པ་(ཕྱག་མཛོད་) རྣམས་ཀྱི་ལས་  
 འགན་ནི། སྐྱབ་མཚོད་ཁག་གི་ཐེབས་རྩའི་སྤྱི་དབུ་ལ་གང་ཡོད་ཀྱིས་མ་རྩ་བུས་  
 ཏེ་ཡུལ་བྱིམས་དང་མཐུན་ཞིང་བཅའ་ཡིག་གི་དགོངས་དོན་དང་མི་འགལ་བ་གཙོ་བོར་  
 བརྒྱུད་གིས་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་བཏང་ནས་སྐྱབ་མཚོད་ཁག་གི་མཐུན་རྐྱེན་  
 སྦྱར་རྒྱ་དང་། དགོན་པའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་སོགས་གྲ་ཚང་གི་རྒྱ་དངོས་ཡོད་  
 ཚད་ཀྱི་རྩིས་ལེན་དང་བདག་གཉེར་དོ་དམ་བྱེད་པ་དང་། དགོན་གཞུང་གི་དཔལ་  
 འབྱོར་བདག་གཉེར་དང་ཡོང་སོང་གི་གཞུང་རྩིས་ཁ་གསལ་ཉར་ཚགས་དགོས་  
 པའི་འགན་ཡོད། ཚོས་ལུགས་དོ་དམ་པའི་ལས་འགན་ནི། དགོན་སྡེ་སྤྱིའི་ལས་



དོན་ཆེ་ཕྱ་མཐའ་དག་དང་ལྷ་ཁང་གསེར་ཁང་གསར་བཞེངས་དང་ཉམས་གསོ་  
ཤེད་རྒྱས་མཚོན་དགོན་སྡེ་འདྲིའི་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀར་འབྲུས་ཤོར་མི་འགོ་བའི་  
ཐབས་ལམ་བཅའ་དགོས་པའི་འགན་གཙོ་བོར་བཞེས་ཏུ།

ལས་སྡེ་བརྒྱུ་བཞག་གནང་སྤངས་ནི། གནས་ཀྱི་སྐྱ་མའམ་དོ་རྗེ་འཛོན་པ།  
ལས་སྡེ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་ཀྱི་སྐྱ་མའི་འོས་གཞིའི་མཚན་ཐོ་གྲུ་ཚང་ལ་བརྟུན་པའི་  
ཨང་རིམ་ལྟར་འོས་གཞི་གཉིས་ལས་མ་ཉུང་བ་ཞིག་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་སྤུལ་ཏེ་ཡེ་  
ཤེས་དཔྱདས་དཔྱད་ཀྱིས་བརྒྱུ་བཞག་མཛད་ཏུ། དབུ་མཛད་ཆེ་བ་ནི་དབུ་མཛད་  
རྒྱུང་བའི་ལས་ཁུར་ལོ་དུས་རྗེ་གསུམ་མཚམས་སུ་དབུ་མཛད་ཆེ་བར་ལས་གནས་  
འཕར་ཏུ། དབུ་མཛད་རྒྱུང་བ་ནམ་དགོས་སྐབས་ལས་སྡེས་དབུ་མཛད་རྒྱུང་བའི་  
འོས་གཞི་ཁ་ཤས་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་མ་དགོན་དུ་ཐེབས་ནས་དགོན་གོང་འོག་  
(དགོན་གོང་འོག་ནི་འདིར་ལེགས་བཤད་རྒྱུང་དང་གདོང་རི་དགོན་གཉིས་ལ་གོ་དགོས་)གི་ལས་སྡེ་  
རྣམས་འཛོམས་སར་མ་དགོན་གྱི་ཚོགས་ཆེན་མཁན་པོས་གདུང་མདུན་ནས་ཟམ་རིལ་  
དཀྱུགས་པའི་ལམ་ནས་དབུ་མཛད་རྒྱུང་བ་བརྒྱུ་བཞག་གནང་ཏུ་དང་དབུ་མཛད་  
ཆེ་རྒྱུང་གཉིས་ཀྱི་བྲི་འདོན་ནི་ལྷ་མཚོད་སྐབས་ཡིན། དགེ་བསྐྱུལ་དང་། གསོལ་  
ཁ་པ་གཉིས་གཟུགས་གཞིའི་གནས་བབས་སམ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་  
ལས་ཁུར་འཁུར་མི་རྣམས་པའི་རིགས་སུ་དགོན་འདིར་གྲུ་པ་གང་ཡོད་ཀྱི་རྣམ་གཞིན་  
ལོ་འདེད་ཀྱིས་གང་འོས་ཤིག་ལ་ལས་སྡེ་རྣམས་རྒྱས་ལས་བརྒྱུ་བཞག་གནང་ཏུ་དང་།  
དགེ་བསྐྱུལ་ལ་དགེ་སྦོང་ཞིག་ངེས་པར་ཡིན་དགོས་ཤིང་ཆོ་འཕུལ་སྦོན་ལམ་གྱི་  
ཚོས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་བྲི་ཁར་ཐེབས་དགོས། ཚོས་ལུགས་དོ་དམ་པ་ནི་གྲུ་མང་གིས་

འོས་འདེམས་ཀྱི་ལམ་ནས་བསྐྱོབ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ། ཅན་པ་གསུམ་དང་ཐིག་དཔོན།  
ཚོང་ཁང་གི་ཚོང་པ་གཉིས་རང་རང་གི་ལས་རིགས་སོ་སོའི་འཛིན་ཐང་ལ་དབྱུང་ནས་  
སྐྱོབ་གཉེར་ལ་མི་གོང་མཁན་ཞིག་ལ་གྲུ་ཚང་རང་གི་ལས་སྐྱེས་བསྐྱོབ་ཞུགས་གནང་  
རྒྱུ་། ཆབ་རིལ་དང་དུང་རྒྱ་སྤོང་འབྲུད་མཁན་སོགས་ལས་ཁུར་རྒྱུར་གྲས་ཀྱི་རིགས་  
རྣམས་དགེ་བསྐྱེད་ནས་འོས་བབས་ལ་གཞིགས་ཏེ་བསྐྱོབ་ཞུགས་གནང་རྒྱུ།

ལས་སྐྱེའི་ལས་ཡུན་ནི། གནས་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་དུས་ཡུན་ངེས་མེད་དེ་དགོངས་  
ཞུ་ཤུལ་བ་ན་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་འཁྲོལ་ནམ་སྐྱེལ་བར་གནང་རྒྱུ། དབུ་  
མཛད་ཀྱི་ལས་ཡུན་ནི། རྒྱུང་བའི་ལས་ཡུན་ལོ་བཞི་རྩོགས་མཚམས་དབུ་མཛད་  
ཅན་པར་ལོ་བཞི་སྟེ་ལོ་བརྒྱད་རྩོགས་མཚམས་སུ་ལས་སྐྱེས་བབས་གཞིགས་  
ཀྱིས་དགོངས་པ་ཞུ་འཁྲོལ་གནང་རྒྱུ། དགེ་བསྐྱེད་དང་ཆབ་རིལ། དུང་འབྲུད་  
སོགས་ཀྱི་ལས་ཡུན་ལོ་གཅིག་ དགོན་པའི་ཚོང་པ་དང་། རྒྱལ་ཁང་དང་།  
མགོན་ཁང་གསོལ་ཁ་པ་བཅས་ཀྱི་ལས་ཡུན་ལོ་གཉིས། ཐིག་དཔོན་དང་། ཚོས་  
ལུགས་དོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཡུན་ལོ་གསུམ་བཅས་ལ་གནས་སྐབས་གཏན་  
འབེབས་ཡིན།

༡༥ ལྷན་མཚོན་ཁག་ ཚོས་སྡེ་འདྲིའི་ལོ་གཅིག་རིང་གི་ལྷན་མཚོན་  
ཁག་རྒྱས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན། བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཚོས་  
གཅིག་ཞིགས་པར་དཔལ་ལྷན་རྣམས་མོའི་ཚོས་གཏོར། ཚོས་ ༡ ཉིན་སྐྱེ་ལྷན་  
ཚོས་རྒྱས་པ། བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཚོས་ ༡ ནས་ ༣ བར་ལོ་སར་གྱི་གནང་ཚེ།  
བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཚོས་ ༤ ཉིན་སྐྱེན་ལམ་ཡར་ཚོགས། ཚོས་ ༥ ནས་ ༡༥

བར་ཚོར་འབྲུལ་སྐྱོན་ལམ་ཆེན་མོ། ཚེས་ ༥ ཉིན་ཀུན་རིག་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་  
 གྱི་བདག་འཇུག་ཚེས་ ༧ རས་ ༡༥ བར་གྱི་དགོང་ཚོགས་ལ་སྐྱོན་ལམ་  
 དངོས་གཞིའི་འདོན་པ་མ་དགོན་ལྟར། ཚེས་ ༦ རས་ ༡༩ བར་དཔལ་  
 གསང་བ་འདུས་པའི་བདག་མདུན་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་ཀྱ། ཚེས་ ༡༡ ཉིན་  
 རྗེ་སློབ་མཚན་འཕྲིན་ལས་ཚང་གི་གདུང་མཚོད་ཆེན་མོ་འཚོགས་ཀྱ། ཚེས་ ༡༤  
 ཉིན་ཞོགས་ཚོགས་དང་དྲོས་ཚོགས་ལ་སྐྱེ་བསྐྱང་ཡོངས་རྗེ་གསུ། ཚེས་ ༡༥ ཉིན་  
 ཞོགས་ཚོགས་དང་དྲོས་ཚོགས་ལ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བདག་མདུན་བུམ་  
 གསུམ་བདག་འཇུག་དུས་འབྲེལ་གསེ་སྦྱང་དང་། ཚེས་སྦྱོང་རྗེ་རྗེ་དཔའ་བོ་ཅུལ་  
 གྱི་ལྟ་ཚེས། ཚེས་ ༡༦ ཉིན་ཞོགས་ཚོགས་ལ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བདག་  
 བསྐྱེད་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་པ་དང་། བུམས་པ་སྦྱིང་བསྐྱོར་དང་སྐྱུན་འདྲེན་ཁུས་  
 གསེལ་སྐྱོན་ལམ། དགོང་ཚོགས་ལ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་མདུན་བསྐྱེད་གྱི་  
 དགྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་ཀྱ། ཚེས་ ༡༧ ཉིན་རྣམ་རྒྱལ་སྤོང་མཚོད་དང་སྐྱོལ་མའི་མཇུལ་  
 བཞི་ཚོག་བརྒྱ་ཚར། ཚེས་ ༡༨ རས་ ༢༠ བར་ཉིན་གསུམ་རིང་ཚོས་མཚམས།  
 ཚེས་ ༢༡ རས་བོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡༠ བར་སྦྱོར་སྦྱང་གནང་ཀྱ།

བོད་ལྷ་གཉིས་པ། གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡༡ གི་ཉིན་ཤིང་སྦྱོང་། ཚེས་ ༡༣  
 རས་ ༢༣ བར་ཉིན་བཅུ་གཅིག་རིང་སྐྱ་རྗེ་གོང་འགའ་གྱི་སྐྱེ་རིམ་སྐྱབ་པར་གྱ་  
 ཀྱུན་རྣམས་སྦྱོགས་སེ་སེར་ཤེབས་ཀྱ། བོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༢༩ གྱི་དགོང་  
 མོ་བདེ་མཚོག་གི་ས་ཚོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོག་ ཚེས་ ༣༤ རས་ ༣༥ བར་  
 ཐིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་མཚོག་གི་དགྱིལ་འཁོར་དུལ་ཚོན་གྱིས་བཞེངས་ཀྱ་དང་

དགོ་འདུན་པ་སྤྱི་ནས་བདེ་མཚོག་སྐྱོར་སྐྱུང་དང་དབྱུངས་ཚགས་གནང་རྒྱ། མྱོན་  
ལམ་ཚེན་མི་གི་ཉིའི་དགོན་དགོ་ལྷན་ལེགས་བཤད་མྱིང་དུ་དགོན་ལག་རྣམས་ལྷན་  
ཚོགས་གནང་ཚེ། ལྷན་དེའི་སྐྱོན་ལམ་དང་སྐྱུབ་མཚོད་ཚོགས་མ་ཐུབ་པ་གང་ཡོད་  
བོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ནང་ཚོས་གངས་དེ་དང་དེར་འཚོགས་རྒྱ།

བོད་ལྷ་གསུམ་པ། བོད་ལྷ་གཉིས་པའི་ཚོས་ ༡༧ ནས་བོད་ལྷ་གསུམ་  
པའི་ཚོས་ ༤ བར་བདེ་མཚོག་སྐྱུབ་མཚོད་ཁ་སྐོང་སྤྱི་ན་སྤྲེག་སྐྱོ་ཚོག་དང་  
བཅས་པ་རྒྱད་ཉོད་ཀྱི་སྤྲེག་བཞེས་ལྷར། ཚོས་ ༥ ཉིན་ཞོགས་ཚོགས་ལ་ཚོས་  
མཚམས་སྐྱོན་ལམ། ཚོས་ ༦ ཉིན་ཤིང་སྐོང་། ཚོས་ ༧ ནས་ ༡༣ བར་  
ཉིན་བཞིའི་རིང་དགོན་གཞུང་གི་ཞབས་བཅུན་དུ་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཇུག་རིན་  
པོ་ཆེ་དག་སྐྱོག་ཚོས་ ༡༣ ནས་ ༡༠ བར་སྐྱོར་སྐྱུང་། བོད་ལྷ་གསུམ་པའི་  
ཚོས་ ༡༠ དགོང་མོ་རྣམ་སྐྱང་མངོན་བྱང་གི་ས་ཚོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོག་  
ཚོས་ ༡༡ ནས་ ༡༤ བར་ཉིན་བཅུད་ཀྱི་རིང་ཐིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་སྐྱང་  
མངོན་བྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ལ་ཚོན་གྱིས་བཞེངས་རྒྱ། གྲུ་པ་བྱིངས་རྣམས་ཀྱིས་  
མངོན་བྱང་སྐྱོར་སྐྱུང་དང་དབྱུངས་ཚགས་གནང་རྒྱ།

བོད་ལྷ་བཞི་པ། བོད་ལྷ་གསུམ་པའི་ཚོས་ ༡༧ ནས་བོད་ལྷ་བཞི་པའི་  
ཚོས་ ༥ བར་རྣམ་སྐྱང་མངོན་བྱང་གི་སྐྱུབ་མཚོད་ཁ་སྐོང་སྤྱི་ན་སྤྲེག་དང་བཅས་  
པར་ཚོས་ ༦ ཉིན་སྐྱོ་ཚོག་དང་ཚོས་མཚམས་སྐྱོན་ལམ། ཚོས་ ༧ ཉིན་ཤིང་  
སྐོང་། བོད་ལྷ་བཞི་པའི་ཚོས་ ༡༠ ནས་ ༡༤ བར་མཆི་རིལ་སྐྱུབ་དང་འབྲེལ་  
བའི་མཆི་དུང་སྐྱུབ། བོད་ལྷ་བཞི་པའི་ཚོས་ ༡༤ དང་ ༡༥ རྗེས་གཞུང་བའི་

དུས་ཚེན་དང་བརྟུན་ནས་སྤྱད་གནས་ལ་བཞུགས་ཀྱི། ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ཡོན་  
སྤྱོད་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཚེས་ ༡༦ ཉིན་ཤིང་སྤྱོད་། ཚེས་ ༡༧ ཉིན་པོད་  
ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ ༡ བར་སྤྱོད་སྤྱོད་།

པོད་ལྷ་ལྷ་པ། པོད་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ ༡ ཉིན་ཤིང་སྤྱོད་། པོད་ལྷ་ལྷ་པའི་  
ཚོགས་ ༤ ཉིན་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཉིན་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་།  
དང་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། པོད་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ ༥ ཉིན་པོད་ལྷ་  
དུག་པའི་ཚོགས་ ༧ བར་དབྱར་པའི་ཚོགས་མཚམས་ཚེན་མོ།

པོད་ལྷ་དུག་པ། པོད་ལྷ་དུག་པའི་ཚོགས་བཅའ་ལྟར་མོད་པའལ་གསང་བ་  
འདུས་པའི་ས་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོགས་ ཚེས་ ༡༡ ཉིན་ ༡༥ བར་ཐིག་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་དུག་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེངས། ལྷ་  
མང་གིས་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་དབྱར་ས་ཚོགས། ཉིན་གྱི་བཅོ་  
ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཚེས་ཚེན་མོ་ཡོན་པས་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་  
ཀྱིས་པ་དང་། དབྱར་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཚེས་ ༡༦ ཉིན་ ༡༧  
བར་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་སྤྱོད་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཉིན་ལྷ་  
ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཚེས་ ༡༤ ཉིན་ཚོགས་མཚམས་  
སྤོན་ལམ། དབྱར་གནས་སྤྱོད་ལྷ་ལྷ་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟུང་ལྟུང་། ཚེས་ ༡༥ ཉིན་ཚོགས་མཚམས་

པོད་ལྷ་བདུན་པ། པོད་ལྷ་དུག་པའི་ཚོགས་ ༡༥ དམོང་མོ་འཛིགས་ལྷོད་  
ཀྱི་ས་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོགས་ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་པོད་ལྷ་བདུན་པའི་ཚོགས་ ༡  
བར་ཐིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་ལྷོད་ལྷོད་འཛིགས་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་ལྷོད་

ལྷུ་ལ་ཚོན་གྱིས་བཞེངས། གྲུ་མང་གིས་འཇིགས་བྱེད་གྱི་ཚོ་ག་དང་རབ་གནས་  
 ཚེན་མོ་སྐྱོར་སྐྱོང་དང་དབྱུངས་ཆགས། བོད་ཟླ་བདུན་པའི་ཚེས་ ༩ རས་ ༡༠  
 བར་དཔལ་འདོན་འཇིགས་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་མཚོད་དང་རབ་གནས་ཚེན་མོ་དགེ་ལེགས་  
 ཆར་འཕེབས་ཁ་སྐོང་སྐྱེན་སྲེག་སྐྱེ་ཚོག་དང་བཅས་པ་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་སྡོད་གྲུ་ཚང་  
 གི་ཕྱག་བཞེས་ལྟར། ཚེས་ ༡༡ ཉིན་ཚོས་མཚམས་སློན་ལམ། བོད་ཟླ་བདུན་  
 པའི་ཚེས་ ༡༤ དགོང་མོ་མི་འབྲུགས་པའི་ས་ཚོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོག་ཚེས་  
 ༡༥ རས་ ༡༧ བར་ཐིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་འབྲུགས་པ་ལྟ་དགུའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 ལྷུ་ལ་ཚོན་གྱིས་བཞེངས། གྲུ་མང་གིས་མི་འབྲུགས་པ་སྐྱོར་སྐྱོང་དང་དབྱུངས་  
 ཆགས། བོད་ཟླ་བདུན་པའི་ཚེས་ ༢༠ རས་ ༢༢ བར་མི་འབྲུགས་པ་ལྟ་དགུའི་  
 སྐྱབ་མཚོད་ཁ་སྐོང་སྐྱེན་སྲེག་སྐྱེ་ཚོག་དང་བཅས་པ། ཚེས་ ༢༥ ཉིན་བསྐྱང་གསོ་  
 ཚེན་མོ། ཚེས་ ༢༧ ཉིན་སྐྱོ་བུར་དགག་དབྱེ་དང་ཚོས་མཚམས་སློན་ལམ།

བོད་ཟླ་བརྒྱད་པ། བོད་ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཚེས་ ༡ རས་ ༤ བར་ཚོས་  
 མཚམས་ཚེན་མོ། བོད་ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཚེས་ ༧ ཉིན་གྱི་དགོང་མོ་ཀུན་རིག་  
 གི་ས་ཚོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་ཚོག་ཚེས་ ༡༠ རས་ ༡༥ བར་ཐིག་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཀུན་རིག་རྣམ་པར་སྐྱང་མང་ད་ངན་སོང་སྐྱོང་རྒྱུད་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷུ་ལ་ཚོན་  
 གྱིས་བཞེངས། གྲུ་མང་གིས་ཀུན་རིག་སྐྱོར་སྐྱོང་དང་དབྱུངས་ཆགས། བོད་  
 ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཚེས་ ༡༦ རས་ ༢༣ བར་ཀུན་རིག་གི་སྐྱབ་མཚོད་ཁ་སྐོང་  
 སྐྱེན་སྲེག་སྐྱེ་ཚོག་དང་བཅས་པ། ཚེས་ ༢༤ ཉིན་ཚོས་མཚམས་སློན་ལམ།  
 ཚེས་ ༢༥ ཉིན་ཤིང་སྐོང་། བོད་ཟླ་བརྒྱད་པའི་ཚེས་ ༢༦ རས་ཟླ་བ་དགུ་པའི་

ཚེས་ ༡༩ བར་སྐྱོར་སྤྱང་།

པོད་ཆེན་པོ་ལ། པོད་ཆེན་པོ་པའི་ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ཤིང་སྤོང་། དགུ་པའི་  
ཚེས་ ༡༥ ཉིན་པོད་ཆེན་པོ་པའི་ཚེས་ ༡༩ བར་སྐྱོར་སྤྱང་།

པོད་ཆེན་པོ་ལ། པོད་ཆེན་པོ་པའི་ཚེས་ ༡༥ ཉིན་དགའ་ལྡན་རྩ་མཚོ་ད་  
ཚེན་མོར་དཔལ་གསལ་བ་འདུས་པའི་བདག་མདུན་གྱི་དཀྱིལ་ཚོག་ དཤོང་མོ་  
སྤྱན་འདྲན་བྱས་གསོལ་དང་གསོལ་འདེབས་སློན་ལམ། དམིགས་བརྟེན་མ་  
དབྱངས་ཏྲ་དང་བཅས་སྤྱང་མོ།

པོད་ཆེན་པོ་ལ། པོད་ཆེན་པོ་པའི་ཚེས་ ༡༦ ཉིན་པོད་ཆེན་པོ་  
གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡ བར་དགུན་ཁའི་ཚེས་མཚམས་ཚེན་མོ།

པོད་ཆེན་པོ་ལ། པོད་ཆེན་པོ་ལ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡ ཉིན་ ༡༩  
བར་གཞུང་རྒྱལ་སྤྱོད་ལེན་པའི་གྲ་མང་གིས་སྤྱོད་མཚོན་རྣམས་གཙོ་བོར་  
གྱུར་པའི་བསྐྱོན་མཚམས་ལ་བཞུགས་ཀྱི་དང་གཞུང་རྒྱལ་སྤྱོད་ལེན་པའི་རྣམས་  
ཀྱིས་སྐྱོར་སྤྱང་། པོད་ཆེན་པོ་ལ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡༩ ཉིན་ ༡༦ བར་སྐོ་  
བཅའ་གཏོར་བཞེས་དང་མེད་གཏོར་མ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་གྱི་གཏོར་བཞེས་ པོད་  
ཆེན་པོ་ལ་གཉིས་པའི་ཚེས་ ༡༧ ཉིན་ ༡༧ བར་དགུ་གཏོར་དང་གཏོར་རྒྱལ་  
ཚེན་མོ། ཚེས་ ༡༠ ཉིན་དུས་འབྲེལ་གསོ་སྤྱང་།

ཆེན་པོ་པའི་ཚེས་གཉིས་དང་བཅོམ་ལོན་ལ་གནས་ཚུང་དགུ་ལྟའི་  
རྒྱལ་པོ་དང་ཚེས་སྤོང་རྒྱལ་ཚེན་དོ་རྗེ་དཔའ་རྩལ་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་ཚོས། མ་དགོན་  
གྱི་སྤྱག་ལེན་ལྟར་དགའ་ཚེན་ཡོངས་འདོན་ལེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གཞི་གསུམ་

གསལ་བྱེད་ལྟར་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་གསོ་སྦྱོང་ཆག་མེད་གནང་རྒྱ། མགོན་ཁང་  
དུ་ཡི་དམ་དོན་འཛིགས་བྱེད་དཔའ་པོ་གཅིག་པ། མགོན་པོ་ཕྱག་དུག་པ་དང་ཚོས་  
རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱང་གསོ་རྒྱས་པ་དང་གསེར་ལྷན་མ། རྩ་མོ་དང་རྣམ་  
སྲས་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱང་བཤགས་བཅས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཆག་མེད། རྒྱལ་ཁང་དུ་ཡི་  
དམ་རྟ་མགོན་གསང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་པའི་ལུགས། རྒྱལ་པོ་སྦྱོང་དང་རྒྱལ་ཚེན་  
དོན་དཔའ་ཚལ་ཞི་དྲག་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱང་གསོ་རྒྱས་པ། ཚངས་པ། གཟུམ་གསེར་  
ལྷན་མ་བཅས་ཉིན་ལྟར་ཆག་མེད།

༡༥༽ རྒྱགས་སྦྱོང། གཞུང་རྒྱགས་ནི་གདོང་མི་དགོན་པའི་སྤྱི་གཞི་ཁོངས་  
སུ་ལྷགས་མཁན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་རྒྱགས་སྦྱོང་གནང་དགོས་པའི་ཚོ་  
ག་དུག་སྟེ། གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་དང་ཀུན་རིག་རྣམ་སྐྱང་མངོན་བྱང་།  
མི་འཁྲུགས་པ་སྟེ་དུག་གི་བདག་མདུན་བུམ་གསུམ་སྐྱོ་ཚོགས་སྦྱོང་སྟེ་ག་དང་བཅས་  
པ་ཆ་ཚང་དང་། མགོན་ཚོས་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་ཚོས་སྦྱོང་སྦྱོང་བསྐྱང་གསོ་ཡོངས་  
རྫོགས། རབ་གནས་ཚེན་མོ་དགེ་ལེགས་ཆར་འབེབས། སྦྱོན་ལམ་སྟེ་ལྷ། བྱ་  
ཚང་གི་ཚོས་སྦྱོང་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྦྱོང་རྒྱགས། ལས་བཞིའི་སྦྱོན་སྟེ་ག་གི་སྦྱོང་དང་།  
དཀྱིལ་འཁོར་ཁག་གི་སྦྱོང་སྦྱོང་དང་། རྒྱལ་ཚོན་གྱི་སྦྱོང་རྒྱགས་བཅས་ཀྱི་རྒྱགས་  
ཕུལ་བྱུང་མཚམས་རྒྱགས་རྫོགས་པའམ་གདོང་མི་དགོན་གྱི་རྒྱགས་འོག་ནས་བྱེད་  
པ་སྐྱར་སྟོན་ལྟར་ཡིན། གོང་གི་རྒྱགས་འདི་རྣམས་དབང་པོ་རབ་འབྱེད་གི་དབྱེ་  
བ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདུལ་དགོས་པའི་གཞུང་རྒྱགས་ཡིན། དབང་པོ་  
རྣམ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་སྟེང་སྦྱོང་སྦྱོང་མགོན་ལམ་རིམ་དང་སྦྱོང་གསུམ་བསྐྱང་བྱེད་



སོགས་གཞུང་ཚུན་མི་སྲོལ་འཛིན་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སྲོལ་ཡོད་པ་བཅས།

དེ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་པའི་བཅའ་ཡིག་རྣམས་ཐབས་དང་པོ་འདི་ནི་ཨ་ཁུ་  
 ཚོས་འཕེལ་གྱིས་མངོན་པའི་དགོས་ལྡན་དམ་ཚིག་སྒྲིང་གི་བཅའ་ཡིག་དང་སྒྲིག་  
 གཞི་ཞེས་པའི་ཟིན་བྲིས་དང་། དེང་སྐབས་གདོང་རི་གི་དེ་དགོན་དགའ་ལྡན་  
 དམ་ཚིག་སྒྲིང་གི་ལོ་འཁོར་མོ་གཅིག་གི་རིང་སྐབས་ལེན་དུ་བཟུང་བཞིན་པའི་  
 ཚོས་སྲོད་ཀྱི་རིམ་པ་གསལ་བར་འཁོད་པའི་ཟིན་བྲིས་ཀྱི་ས་བོན་གཉིས་ལྟ་སྲིད་  
 འབྲུལ་འགྲོར་བྱུང་བར་ཞིབ་འཇུག་གིས་བཀོད་པ་ཡིན་པས། ཚོས་སྲོད་ཀྱི་  
 རིམ་པ་འདི་དག་དང་ཟུང་སྲུང་ཚོས་གྲངས་སོགས་ལ་རང་བསམ་གྱིས་གང་བྱུང་  
 དུ་འགྱུར་བ་གཏོང་མི་ཚོགས་དགག་དགོས་ལ་གཞིགས་ཏེ་འཕྲུལ་སེལ་འགྱུར་བ་  
 གཏོང་དགོས་རིགས་དམིགས་བསལ་ཅན་ནམ་བུང་སྐབས་ལས་སྡེ་རྣམས་རྒྱུ་གྲོས་  
 མཐུན་གྱིས་དུས་ཐུང་རིང་འགྱུར་བ་གཏོང་ཚོགས་ནའང་། རྒྱུན་རིང་ངམ་གཏན་  
 ཆགས་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་རིགས་ལ་ལས་སྡེས་གྲོས་མཐུན་གྱིས་འདི་དང་འདི་  
 ཞེས་བྱ་བ་གསལ་བཏོན་དམ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཁ་གསལ་དང་  
 རྒྱགས་ནས། བཅའ་ཡིག་གི་བདག་པོ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་ཡ་རྣམས་སེང་སྐྱུལ་བར་བཀའ་  
 འཁོལ་ཡིག་ཐོག་ནས་གསོལ་བསྐྱུལ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དེ་བཅའ་ཡིག་གི་རྣམས་ཐབས་  
 གཉིས་པ་སོགས་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིས་འགྱུར་བ་གཏོང་ཚོགས་རྒྱ་བཅས་ཡིད་འཇགས་  
 གྱིས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༥ ལ། གཏེ་སྐུལ་མིང་པས།

༄།། བལྟགས་སྐར་གི་རིམ་བུ་  
པ་གྲུ་ཚང་གི་སྐྱེ་བ་གཞི་རྩུན་  
བྲིས་མདོར་བསྟུངས།

མཚན་པ་པོ།

ཡུལ་མཚན་གི་རིམ་བུ་ཚེ་སྐོ་བཟང་བསྟན་འཛིན།



༄། གི་ཉི་ལེ་དགོན་ཁག་ནས་བྱེས་འབྱོར་སློབ་གཉེན་པ་དག་འདུན་པའི་ནང་  
 ཁྲིམས་མདོ་ཙམ་ཞིག་ལོ་གཉིས་ཀྱི་སློན་ནས་ཡོད་ནའང་རིམ་བཞིན་གྲུ་ཚོགས་འཕེལ་  
 རྒྱས་ཀྱིས་བཞུགས་སྐྱེད་གི་ཉི་ལེ་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་ཞེས་པའི་སྒྲིག་འདུགས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་  
 པས། དེ་སྤེལ་སྒྲིག་གཞི་ལ་བསྐྱོན་འཕྲི་གང་དགོས་བྱས་ཏེ་སྒྲིག་གཞི་འདི་གཏན་  
 འབེབས་བྱས། སྤྱིར་ན་ཚོས་དད་བྱེད་དང་མི་བྱེད། གི་ཉི་ལེ་དགོན་པའི་གྲུ་པ་  
 བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་རང་དབང་ཆ་ཚང་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་གི་ཉི་ལེ་དགོན་པའི་གྲུ་པ་བྱས་  
 ནས་སྤོང་སྤོང་ཆད་གི་ཉི་ལེ་དགོན་པའི་འགྲིག་ལམ་རྒྱུ་བཞིན་ཁུར་དགོས། གི་ཉི་  
 དགོན་པའི་གྲུ་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་སྒྲིག་གསལ་ཉེས་ཆད་སོགས་ངག་བཀོད་དང་  
 ལེན་མི་བྱེད་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡོང་བའམ་མེད་པས་གཅིག་སྒྲོས་གཏོང་དགོས་  
 པར་སོང་། སྒྲིག་གསལ་ལྟར་ལག་བརྟུན་བྱེད་བྱུབ་མེན་སོགས་གྲུ་ཚང་མང་ནས་  
 སྒོས་བརྒྱུར་བསམ་ཞིབ་དང་འབྲེལ་གོ་དོན་ལེགས་ཉེགས་ཀྱིས་མོས་མཐུན་ཐག་  
 གཅོད་བྱུང་བའི་སྒྲིག་གཞིའི་འབྲུ་དོན་ནམས་ལ་འགལ་མེད་བྱེད་སྤྱི་ཁས་ལེན་  
 དམ་བཅའ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་ཉེགས་འབྱུར་མའི་ནང་ཁྲིམས་གསལ་གསལ།  
 དང་པོ། རྒྱ་གར་དང་མདོ་སྐད་ས་ཁུལ་གང་སར་ཡོད་པའི་གི་ཉི་ལེ་དགོན་  
 མ་ལག་ནམས་ཀྱི་ནང་ཁྲིམས་ལ་འདྲ་མེན་སྤུ་རེ་ཡོད་སྤེད་ནའང་རྩ་བའི་  
 བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་མངའ་བདག་གཅིག་ཕུ་ནི་རང་ཅག་གི་མེ་ཏོག་གང་ལ་སོགས་  
 པའི་ལྷ་སྐལ་རོང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བཤེད་རིམ་བུ་ནས་བཅའ་ཡིག་མཛད་  
 པར་སོང་། ལྷ་སྐལ་རོང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བཤེད་རིམ་བུ་ནས་བཅའ་ཡིག་མཛད་

གང་གནང་ཐམས་ཅད་དགོ་འདུན་པའི་ནང་སྲིམས་ཀྱི་ཆ་གས་སུ་འགྱུར་བས་  
མགོན་པོ་གང་གི་བཀའ་ལས་མི་འདེད་བར་བྱེད་དགོས་པ་སྐྱོས་མེད་ཐོག་རང་  
ཉིད་ཀའི་དགོན་མ་ལག་གང་ཞིག་ཏུ་སྡོད་ཆེད་རིང་དེ་གའི་སྐྱིག་ལམ་ཚུལ་  
བཞིན་ཁྲུང་དགོས། གལ་སྲིད་དགོན་པ་འཇམ་གྱ་ཚང་དེའི་སྐྱིག་ལམ་རྣམ་ཉེས་  
ཆད་བྱུང་ན་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ། རྒྱ་གར་གྱིས་མཚོན་མདོ་སྐད་ས་ཕྱོགས་གང་སར་ཡོད་པའི་  
ཀའི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་སྐྱིག་འགལ་གྱིས་གནས་དབྱུང་བྱས་  
རིགས་ཀའི་དགོན་མ་ལག་གང་ཞིག་ཏུ་འང་སྐྱིག་ཞུགས་བྱ་བ་བས་མེད།

གསུམ་པ། བཞུགས་སྐར་ཀའི་དེའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་སྐྱིག་འགལ་ཉེས་ཆད་  
བྱུང་རིགས་གང་ཞིག་ནས་སྐྱིག་མཐུན་ཉེས་ཆད་ཚུལ་བཞིན་སྐྱུབ་དགོས། གལ་  
སྲིད་བྱས་ཉེས་ཆད་བས་ཆེན་བསགས་ནས་ཉེས་པ་དང་ལེན་མ་ཞུས་པར་བྱ་བ་བས་  
ཟད་ཆེ་རང་ཉིད་གང་ཏུ་གཏོགས་པའི་ཀའི་དགོན་པ་དེར་སྤྱིར་སྐྱོག་གིས་བྱས་  
ཉེས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཁ་གསལ་དང་འབྲེལ་གསལ་བསྐྱགས་བྱེད་རྒྱ།

བཞི་པ། འདི་ག་ཀའི་དེའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་ནང་ཁུལ་ཡུལ་ཕྱོགས་དང་དགོན་  
སྡེ་འདྲ་མེན། དགོ་མཉམ་དགོ་སྤྱད་སོགས་མིང་འདོགས་སྐྱོལ་གས་ཀྱིས་དབྱེན་སྦྱོར་  
དཀྱིག་ཤིང་བྱེད་གཏེ་དངོས་སུ་ཐོན་པའམ་ཡང་ན་དབྱེན་དཀྱིགས་ལ་འགྲོ་གཞིའི་  
བདེན་རྒྱུན་གང་རུང་གི་འཆལ་གཏམ་སྤེལ་ནས་རང་གཞན་ཀུན་སྡོད་བཟེམ་བདེ་  
བ་བྱས་པར་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་དུས་ཚོད་རྒྱས་བཀག་ནང་རང་དགོན་སོ་སོར་སྤྱིར་སྐྱོག་  
དགོས་པའི་རེ་འདུན་བཏོན་སྐབས་ཀར་ཀོར་མེད་པར་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།

ལྷ་པ། ཀའི་ལོ་བྱེས་པ་གྲུ་ཚོང་གི་དགེ་འདུན་པའི་ནང་གི་བྱེས་པ་ལ་ཕྱིས་མེད་  
དོག་རོལ་བཏང་ནས་དགོངས་ལུས་མེད་པར་རང་ལོད་ཀྱིས་འགོ་བའམ་བྱོས་བྱོལ་  
དུ་འགོ་བ། དུས་ཚོད་རྒྱས་བཀག་ནང་རང་དགོན་དུ་སྦྱིར་སྦྱོག་འགོ་རྒྱུའི་མཐའ་  
མའི་རེ་འདུན་བཏོན་པ་སོགས་ལ་ཕྱིས་མེད་བྱས་ཚེ་རང་དགོན་གང་དུ་གཏོགས་  
པ་དེ་ནས་ལོ་གངས་རྒྱས་བཅའ་ཀྱིས་འགྲིག་ཁོངས་ནས་སྦྱིར་འབྲུད་དང་བྱས་ཉེས་  
ཁ་གསལ་དང་རྒྱགས་ཉེས་ཆད་གཏོང་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ལུ་རྒྱ།

དུག་པ། དགེ་ཚུན་དང་ལས་སྣེ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་ལག་པས་གཞུས་  
བའམ་ལག་ལན་སྦྱོག་པ་བྱུང་ཚེ་བྱས་འཛོལ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་བདུན་  
གསུམ་རིང་སློབ་བྱུན་མེད་པའི་སྣོང་པ་ནམ་ཡོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་རྒྱ་དང་། ཟླ་བ་  
གསུམ་གྱི་གྲུང་གསེང་གང་ཡོད་རིང་རྒྱ་ཚོད་དགུ་པ་ནས་བཅུ་གཅིག་བར་དང་གཉིས་  
པ་ནས་བཞི་པའི་བར་ལས་སྣེའི་ལྟ་དོག་འོག་ཕྱག་འཚལ་རྒྱ་དང་། ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱ་  
ཐམ་པ་རེ་གངས་གསོག་གིས་ཉེས་ཆད་སྦྱབ་དགོས། དུས་ཚོད་དེའི་རིང་དགོངས་  
ལུའི་རིགས་གང་ཡང་ལུ་མི་ཚོག

བདུན་པ། དགེ་ཚུན་དང་ལས་སྣེ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་ཁ་ལན་སྦྱིར་  
སྦྱོག་བྱས་ཚེ་བདུན་གསུམ་གྱི་རིང་སློབ་བྱུན་མེད་པའི་དུས་ཚོད་སྣོང་པ་ནམ་  
ཡོད་དང་ཟླ་བ་གཅིག་གི་གྲུང་གསེང་ནམ་ཡོད་ལ་གོང་ལྟར་རྒྱང་ཕྱག་འཚལ་  
དགོས། གོང་གསལ་དགེ་ཚུན་ཞི་ཚོས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་དགེ་ཚུན་དང་། ལས་  
སྣེ་ཞི་དེ་ལྟའི་ཆར་མཁན་པོ་དང་དགེ་བདག་གཉིས་ལ་གོ་དགོས།

བརྒྱད་པ། གལ་སྲིད་འདི་གའི་དགེ་འདུན་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་མཚོན་

ཆའམ་དོད་དང་དབྱུག་པ་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་གང་རུང་ཞིག་གིས་གཞུས་ནས་  
མས་སྐྱོན་ནམ་ཁྲག་བཏོན་རིགས་ཤུང་ཆེ་ལྷོ་བ་དབྱུག་གི་གྲང་གསེང་ནམ་ཡོད་ལ་  
གོང་བཞིན་སྤྲུག་འཆོལ་དགོས་པ་དང་མཚོན་མེ་བརྒྱ་མཚོན་གསུམ་འབྲུལ་དགོས།  
སྤྱི་མི་ལ་དེ་ལྟར་ཤུང་ཆེ་ཉེས་པ་ལྟུང་འཕམ།

དགུ་པ། དགེ་འདུན་པ་ནང་ཕན་ཚུན་ལག་འཛིང་བྱས་ཡོད་ཆེ་ལས་འཛོལ་  
སྤྱི་ཡོད་ལ་མ་སྐྱོད་པར་གཉེས་ཀས་ཉེས་ཆད་འདྲ་མཚུངས་སྐྱབ་དགོས། གལ་  
སྲིད་སློབ་མཁུངས་གཅིག་ནས་མ་གཏོགས་ལག་ལེན་བྱས་མེད་ཆེ་དེ་ཉིད་ནས་ཉེས་ཆད་  
སྐྱབ་དགོས། ལག་འཛིང་ལ་ཉེས་ཆད་ལྷོ་བ་གཅིག་རིང་གྲང་གསེང་ནམ་ཡོད་ལ་  
སྤྲུག་འཆོལ་དགོས་པ་དང་། ཉིན་རེར་ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱ་རེ་བཅས་སྐྱབ་  
དགོས། ཉེས་པ་དེ་བཞིན་སྤྱི་མི་དང་ཤུང་ཆེ་ཉེས་པ་ལྟུང་འཕམ།

བརྒྱ་པ། དགེ་འདུན་པ་ནང་ཕན་ཚུན་གཉེས་ཀས་ཁ་ཚུང་དྲག་པོ་བརྒྱབ་ས་  
པའམ་ཡང་ན་ཁ་ལེན་སྐྱོད་མེད་ཆེ་ཁ་ཚུང་རྒྱག་མཁུང་དེར་གྲང་གསེང་ཉིན་  
གཅིག་དང་བདུན་གཅིག་གི་སྐྱོབ་སྤྲུལ་མེད་པའི་དུས་ཚོད་སྟོང་པ་ནམ་ཡོད་ལ་  
སྤྲུག་འཆོལ་དགོས། སྤྱི་མི་ལ་ཉེས་ཆད་ལྟུང་འཕམ།

བརྒྱ་གཅིག་པ། འདི་གའི་སྐྱོབ་གཉེས་པ་གང་རུང་ཞིག་ནས་དབྲུལ་སྐྱོར་  
བརྒྱ་ཡན་དང་སྐྱོར་བརྒྱའི་རིན་ཐང་ཡན་གྱི་དངོས་པོ་བརྒྱས་འབྱུང་བྱས་པ་ར་  
འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་གྲ་ཚང་གི་སྐྱོབ་ཁོངས་ནས་སྤྱིར་འབྲུད་བྱེད་ཀྱི། དེ་ལས་ཚུང་  
ཚགས་རིགས་རྒྱས་འབྱུང་བྱས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་རིན་ཐང་མ་ཚང་བར་བརྩིས་  
ནས་སྐྱོབ་གསོ་ནན་པོ་རྒྱག་རྒྱུ་དང་དངོས་པོ་དེའི་རིན་ཐང་གི་དབྲུལ་ཞིག་གྲ་ཚང་

གཞུང་ལ་འབྲུལ་བའམ་ཡང་ན་ཏྲ་རྩུག་ལྟ་བུའི་ལུས་ཐོག་ནས་ཉེས་པ་སྐྱབ་དགོས་  
སྐབས་མཚམས་སུ་ལས་སྡེས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཀྱི། ཕྱི་ལོག་ཏུ་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་  
གོང་གསལ་ཉེས་པའི་ཐོག་ལུས་ཐོག་ཉེས་པ་སྐྱབ་དགོས།

བརྩུ་གཉེས་པ། དགེ་འདུན་པ་གང་ཞིག་ནས་དངུལ་སྒོར་དང་དངོས་ཆས་  
རྒྱན་འཇུགས་ཀྱིས་ཅེད་མི་ཅེ་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱན་འཇུག་བྱས་ཡོད་མེད་ལ་  
མི་ལྟོས་པར་ཤོ་དང་བག་མ་གྱང་། ཏ་ཟེ་སོགས་ཚུལ་མིན་ཡོངས་གྲངས་ཀྱི་ཅེད་  
མོའི་རིགས་བྱས་ཡོད་ཆེ་རྒྱན་འཇུགས་ལ་དངུལ་རྒྱང་འབྲུལ་དགོས་པ་དང་དེ་མིན་  
གྲང་གསེང་གཉེས་ཀྱི་རིང་གོང་ལྟར་ཕྱག་འཚལ་དགོས།

བརྩུ་གསུམ་པ། ཚུལ་མིན་ནག་ཉེས་ཅན་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ནག་ཚོང་། དཔེར་  
ནན་ གསེར། དངུལ། རྩོམ་པར། པགས་རིགས། སྒྲིམ་འགྲུར་གྱི་རིགས་སོགས་  
སྒོར་གཉེར་པ་གང་ཞིག་ནས་ནག་ཚོང་བྱས་པར་འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་མ་ཅིའི་བརྒྱ་ཆ་  
བརྩུ་དང་ཁེ་འབབས་གང་ཡོད་གཞུང་ལ་ཕུལ་ནས་ཉེས་ཆད་སྐྱབ་དགོས་པ་དང་།  
ནག་ཚོང་དེའི་རིགས་གཞན་ནས་འབྲེར་སྐྱ་ལེན་པ་སོགས་བྱས་ཆེ་སྐྱ་འབབས་གཞུང་  
ལ་འབྲུལ་དགོས།

བརྩུ་བཞི་པ། དགེ་འདུན་པ་གང་ཞིག་ནས་བྱིམ་པ་སུན་འབྲིན་གྱི་སྡོད་  
ངན་རིགས་སྡེ་དང་། ལྷག་པར་བརྩུན་མ་དང་སྡེས་དམན་རིགས་ལ་ཁ་ཤག་འགྲེད་  
རེས་བྱས་པ་དང་མིག་ལྟོས་ལ་མི་མངོས་པ་བྱས་རིགས་ལ་སྐབས་སྐྱར་གྱི་ཆད་  
པ་ནན་པོ་གཅོད་ཀྱི།

བཙེ་ལྡ་པ། དགོན་པའི་ལས་སྡེ་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་ནས་བཀའ་འབྲོལ་



མེད་པར་རང་སྐྱོད་གང་དུ་གྱིས་སྲིད་དོན་གྱི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་གི་ནང་ཚོགས་  
འདུར་ལྷགས་པའམ་ཚོགས་མི་བཟོ་བ། སྤྱོད་ཁོངས་སུ་ལྷགས་པ། ཚོགས་  
པའི་ལས་དོན་འགན་ལེན་གྱི་ལས་ཁོངས་མི་ཚོགས་ འོན་ཀྱང་རང་གཞུང་བཀའ་  
འབྲེལ་ལས་དོན་གང་ཡོད་དང་ཚུ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ནམས་རང་  
དོན་རང་གཅེས་གྱི་དགོས།

བཅུ་དྲུག་པ། རྩོད་འགག་དང་གཟན་ཤམ་མ་གྱོན་པར་སྤོང་ཁང་གི་སྤྱི་  
ལོགས་སུ་འགོ་སྤོང་གྱི་ལ། བྱིས་བསྐྱོད་གྱི་ལ། ཤམ་ཐབས་འོག་གོས་ཐུང་  
གྱོན་ལ། གཟན་ཤམ་མ་དོག་མི་རུང་བ་དམར་ནག་སོགས་དང་རྩོད་ཐུང་གྱོན་པ་  
སོགས་མི་ཚོགས་ འོན་ཀྱང་བལ་བོད་ས་མཚམས་ཀྱིས་མཚོན་གྱི་ཐབས་མེད་པའི་  
ས་གནས་ཁག་དང་ཨར་ལས་ཀྱིས་གཟན་ཤམ་བཅོམ་པར་འགོ་གཞིའི་རིགས་ཀྱི་  
ལས་ཀའི་སྐབས་སོགས་སུ་དམིགས་བསལ་ཡོད།

བཅུ་བདུན་པ། ཐབ་རེས་སོགས་གྲུ་ཚང་གི་ལས་ཀ་ཁག་ལ་གཡོ་སྤྱོད་  
གྱི་ལ། རད་རླུང་བཏབ་ལ། དགོངས་པ་རླུང་ལྷུ་གྱི་ལ། དགོངས་ལྷུ་གྱི་  
དུས་ཐོག་དུ་མ་འབྱོར་བ། རད་དགོངས་ལྷུ་ནས་སྤྲོད་ཁང་ལས་གཞན་བྱིས་  
གཞུང་ལ་འབྲུམ་པ་དང་སྤོང་བསྐྱོད་ཁང་དང་ཟ་ཁང་སོགས་ཀྱི་ནང་སྤོང་སྤོང་  
གྱི་ལ་སོགས་འཕུལ་དུ་ཤེས་ཉོགས་ཐུང་བ་དང་དེ་མིན་ཤེས་ཉོགས་ཐུང་  
མཚམས་སུ་འོས་བབས་ཉེས་ཆད་འགེལ་རྒྱ།

བཅོ་བརྒྱད་པ། འདི་གའི་དགོ་ཆེན་དང་ལས་སྡེ་གང་རུང་ཞིག་ནས་དགོ་  
སྤོང་གང་རུང་ཞིག་གིས་ཐུས་འདོལ་དང་དགོ་འདུན་པའི་ནང་བྱིས་དང་འགལ་

བའི་ཉེས་པ་བྱས་པ་མིག་གིས་མཐོང་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བསྐྱུང་བྱས་པ་རྗེས་སུ་ཤེས་  
རྟོགས་བྱུང་མཚམས་གཉིས་ཀ་ལ་ཉེས་ཆད་གཏོང་གྱུ།

བཅུ་དགུ་པ། ཉེས་ཆད་རྒྱུ་ཚབ་ཆོག་སྐྱེས་ཆུ་ལ་བཞིན་སྐྱུ་བ་དགོས་པའི་  
སློབ་གསེང་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དག་བཞུགས་དང་ལེན་མ་བྱས་པར་བྱ་ཐབས་ཟད་ཆོ་  
མཐའ་མ་ལས་སྦྱེས་གོས་བསྐྱུར་གྱིས་ལུས་ཐོག་དུ་ཉེས་པ་གཏོང་གྱུ།

ཉི་ལུ་པ། འདི་གའི་ནང་བྲིམས་དང་འགལ་ནས་སྤྱིར་འབྲུད་བྱས་པའི་  
ཉེས་ཅན་ཞིག་ཚོས་སྤེལ་མཚོགས་པ་གཞན་ཞིག་དུ་འདྲེས་ཞུགས་ཤིང་རྒྱུར་དགག་  
བྱ་མེད་ཅེས་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཡི་གེ་མི་སློང་པར་མ་ཟད་བྱས་ཉེས་གང་ཡོད་གསལ་  
བཤད་དང་འབྲེལ་དགག་བྱའི་ཡི་གེ་འབྲུལ་གྱུ།

ཉེར་གཅིག་པ། འདི་གའི་ཚོགས་ཁོངས་སུ་ཞུགས་སྐབས་དང་པོར་འདི་  
གའི་ནང་བྲིམས་གང་ཡོད་ལ་བརྩི་བསྐྱུང་བྱེད་གྱུ་དང་ཉེས་པ་བྱུང་ཆོ་ནང་བྲིམས་  
བཞིན་ཉེས་ཆད་དང་ལེན་བྱ་གྱུ་དང་གལ་སྲིད་ལུས་ཐོག་གམ་དངུལ་དངོས་  
སོགས་ཀྱི་ཉེས་ཆད་སྐྱུ་བ་དགོས་པའམ་དུས་ཚོད་རྒྱས་བཅད་ཀྱིས་རང་ལུལ་དུ་  
སྤྱིར་ལོག་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ལ་ཀར་ཀོར་དང་རྩོག་ཟེང་གང་ཡང་བྱེད་གྱུ་  
མིན་པའི་ཁས་ལེན་ལག་བྲིས་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུར་མའི་གན་རྒྱ་ལེ་དང་ལེན་གྱིས་  
འབྲུལ་དགོས། གན་རྒྱ་ས་ཡིག་འབྲུར་མ་ཕུལ་རྗེས་འདི་གའི་འགྲིག་ཁོངས་  
སུ་ཞུགས་པ་ལས་གན་རྒྱ་མ་ཕུལ་བར་འདི་གར་འགྲིག་ཞུགས་ཞུ་མི་ཚོག་གན་  
རྒྱ་འབྲུལ་མིན་སོ་སོ་ལ་རང་དབང་ཆ་ཚང་ཡོད་པ་ལས་བཅོན་བསྐྱུལ་བྱེད་མི་  
ཚོག་པ་བཅས་ལ་གོས་མཐུན་གྱི་གོས་ཚོད་དུ།

**ལས་སྡེ་ལྷན་ཁྲུས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་དང་འགན་དབང་།**

དང་པོ། ལས་སྡེ་ལྷན་ཁྲུས་ཀྱི་གྲུབ་གཞི་ནི། མཁན་པོ། དཔེ་བྲིད་དང་  
རིག་གནས་དགོ་ཆུ། དགོ་བསྐྱེད། དབུ་མཛད། བྲུ་ཚང་གི་ལྷན་མཛད། བྲུ་  
ཚང་གི་གཉེར་པ་བཅས་ལྷན་འཛོམས་ལ་ལས་སྡེ་ལྷན་ཁྲུས་ཞེས་ཟེར། ཁོང་རིན་  
པོ་ཆེས་འོག་ནས་བྲུ་ཚང་གི་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཀྱིས་པའི་ཆེས་མཐོའི་དབང་  
ཚད་ལྷན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཤིག་ཡིན།

གཉིས་པ། ལྷན་དུ་དབུ་བཞུགས་མཁན་པོ་དང་མཁན་པོ་བཞུགས་མེད་  
ཆེ་དགོ་ཆུ་སོགས་ཆུ་རིམ་ནས་དབུ་བཞུགས་མཛད་ཀྱི། ལྷན་ཚོགས་ནམ་  
དགོས་སྐབས་སོ་སོར་ལྷན་ཚོགས་མཛད་དགོས། ཟླ་རེའི་གཟའ་ཉི་མ་མཐའ་མ་  
དེར་སློབ་གཉེར་པའི་བདེ་དོན་ཚོགས་མི་དང་ལྷན་འཛོམས་གནང་དགོས། ལྷན་  
འཛོམས་ཀྱི་ཚོགས་བཅུ་དགོ་བསྐྱེད་ནས་འགན་ལེན་དགོས།

གསུམ་པ། ཀའི་ལྷན་པ་བྲུ་ཚང་གི་འཛོན་སྐྱོང་སྐོར་སྐྱོད་དང་དམིགས་  
བསལ་ཉེས་ཆད་རིགས་གཏན་འཛུགས་མཛད་ཀྱི། དམིགས་བསལ་དགོངས་  
ལུ་དང་ནད་དགོངས་རིགས་ལ་ཚད་འཛིན། དགོངས་པ་སྐྱོད་འོས་མཆིས་མིན་  
ཐག་གཅོད་མཛད་ཀྱི་དང་། ཉེས་ཆད་དང་མིན་བྱུང་བའི་ལུ་ཚོད་ལ་བདེན་རླུ་  
དབྱེ་འབྱེད་གནང་ཀྱི་དང་། ལས་སྡེའི་རིགས་གང་རུང་ཞིག་ནས་བྱས་ཉེས་ལག་  
ཐོགས་བྱུང་ཆེ་ཉེས་ཆད་ཀྱི་འཆར་གཞི་བཞུགས་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་ལ་འབུལ་ཀྱི།

བཞི་པ། ལས་དོན་རྒྱུ་ཚོགས་རིགས་ལས་སྡེས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཚོག་པ་  
དང་འཆར་གཞི་གསར་འགོད་དང་ལས་དོན་གལ་ཆེའི་རིགས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་བྱེད་

དགོས་རིགས་ལ་འཆར་གཞི་འགོད་འབྲུལ་དང་འབྲེལ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་མཐའ་  
མའི་ཐག་གཅོད་གང་གནང་ལ་བརྩི་བཀུར་ལྷུ་དགོས།

ལྷ་པ། ལས་སྡེ་ལྷན་ཀྲུས་སྐབས་ལས་སྡེ་ཡི་ངོ་ཡོད་གངས་ཚད་ཀྱི་སྲིད་  
ཀ་ལྷན་འཛོམས་དགོས་པ་དང་སྲིད་ཀ་མ་འཛོམས་ཚེ་ཐག་གཅོད་སྲིད་མི་ཚོགས་  
དོན་གནད་གང་ཡང་རྒྱུ་བར་གྲོས་མཐུན་མ་བྱུང་ཚེ་མཐའ་མ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་  
ཐག་གཅོད་གང་གནང་ལ་བརྩི་བཀུར་ལྷུ་རྒྱ།

**དགེ་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་སློབ་**

དང་པོ། སློབ་མའི་ཤེས་ཡོན་དང་ཀུན་སྲོད་ཡར་རྒྱས་སུ་འགོ་ཐབས་གཅོར་  
བརྒྱུད་ཐོག་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྲོད་གཙང་ཉིང་སྲི་ནང་ཀུན་ཏུ་དང་བ་  
འདྲན་པ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་སུ་ཚུལ་མཐུན་ཞི་དྲག་གི་ཐབས་ཤེས་ཇི་ལྟར་མཛད་  
དགོས་ཀྱང་མཛད་ཚོགས་པའི་རང་དབང་ཡོད།

གཉིས་པ། སློབ་མའི་ཀུན་སྲོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཐབས་སུ་དགེ་སློབ་  
གཉིས་རྒྱན་དུ་འདྲིས་གཤིབ་སྲིད་རྒྱ་གལ་ཚེ་ནའང་དོན་མེད་གཏམ་འཆལ་  
ཤོད་རེས་དང་ཕྱི་དོན་འཛོམས་ཡངས། ལས་ཤག་ཏུ་དོན་མེད་འདུ་འཛོམས་  
སྲིད་པ་དང་མི་འགའ་ཤས་ཟུར་ཁྲིད་ཀྱིས་སློབ་སྲིད་གཏོང་བ་སོགས་མིག་ལམ་  
དུ་མི་མཛེས་པའི་རིགས་སྲིད་མི་ཚོགས། ལས་ཤག་ཏུ་འབྲུལ་བ་གཞན་འཛོགས་  
དགོས་ཚེ་གྲུ་ཚང་གི་རྒན་བདག་དང་ཁང་གཉེར་ལ་འབྲེལ་བ་གནང་དགོས་  
པ་ལས་རང་འཚམས་ཀྱིས་འཛོགས་མི་ཚོགས།

གསུམ་པ། ལུང་ཚན་དང་དགོན་སྡེ་སློབ་མ་དང་འཛོན་གྲུ་སོགས་རིས་

སྐྱོང་བྱེད་པ་དང་དབྱེད་སྐྱོང་དུ་འགྲོ་གཞིའི་འཆལ་གཏམ་བདེན་རྒྱུན་བརྒྱུད་  
བསྐྱོང་གི་མི་ཚོགས་པར་མ་ཟད་རྒྱུན་དུ་མཐུན་ལམ་ཡོང་ཆེད་འགན་བཞེས་ཀྱི་  
ལྷན་པོ་བསྐྱོང་རྒྱུ་དགོས།

བཞི་པ། གལ་སྲིད་དགོ་ཆེན་གང་ཞིག་ནས་དགོ་འདུན་པའི་ནང་ཁྲིམས་  
དང་འགལ་བ་བྱས་འཛོལ་གྱི་ཉེས་པ་བསགས་ཡོད་ཆེ་ཉེས་ཆད་སྐོར་ལས་སྐྱོས་  
འཆར་གཞི་འདུལ་རྒྱུ་དང་། ཉེས་ཆད་གང་གནང་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།

ལྔ་པ། དགོ་ཆེན་ཞིག་ནས་སྐྱོབ་བྱུང་མང་པོ་འཕེལ་ཉེན་གངས་མང་པོར་  
དགོངས་པ་ལྷུ་དགོས་ཆེ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་སྟན་མེད་བཀའ་འབྲོལ་ལྷུ་དགོས་པ་  
ལས་རང་བསམ་གྱིས་སྐྱོབ་བྱུང་སྟོང་པར་འཛོལ་མི་ཚོགས་

དུག་པ། གལ་སྲིད་སྐྱོབ་བྱུང་མེ་ཟུང་ལ་ཕྱེད་ས་མ་ཐུབ་ཆེ་དགོ་ཆེན་གཞན་དང་  
གོ་བརྒྱུར་གྱིས་དགོ་ཆེན་གཞན་ལ་དུས་ཚོད་སྟོང་པ་ཡོད་ཆེ་དེ་ལ་ཚབ་བྱེད་དུ་འདུག་  
རྒྱུ་དང་གལ་སྲིད་སྐྱོབ་བྱུང་སྟོང་པ་གཞན་ལ་མེད་ཆེ་འཛོལ་གྱི་ཆེན་པོས་ཀྱི་སྐྱོབ་མ་ལེགས་  
གསལ་ནས་དགོ་ཆེན་གྱི་ཚབ་གཏོང་ཐབས་སུ་དགོ་ཆེན་གཞན་དང་གྲུ་ཚང་གི་དགོ་བརྒྱུལ་  
བཅས་ལ་གོ་བརྒྱུར་གནང་དགོས།

དུམ་པ། སྐྱོབ་ཚན་རྣམས་སྐྱོབ་དུས་ཆ་བཞགས་བྱས་པའི་དུས་ཚོད་ནང་  
སྐྱོབ་ཚན་རྣམས་གང་ཐུབ་མཛད་དགོས། སྐྱོབ་ཚན་རྣམས་འཆར་གཞིའི་སྐོར་  
ལ་གྲུབ་ཆེ་འབྲེལ་ཡོད་སྐྱོབ་ཚན་ནས་གལ་ཆེ་བ་འགའ་པོ་སྐྱོབ་བྱེད་གནང་དགོས་  
པ་ལས་སྐྱོབ་ཚན་རྣམས་པ་ལ་ཆ་འཛོལ་གིས་དུས་ཚོད་སྟོང་པར་འཛོལ་མི་ཚོགས་

བརྒྱུད་པ། རྒྱུགས་ཤོག་དང་ཉི་བ་སོགས་དགོ་ཆེན་གང་འདུན་ནས་སྐྱོར་

བརྒྱུར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་དང་སློབ་ཕྲུག་ནང་ཁྲུལ་དཔེ་རྒྱུར་གྱིས་ཚེས་ལ་དཔེ་འཁྲུག་བྱས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ་གོང་ལྟར་ཉེས་ཆད་སྐྱབ་དགོས།

**གྲུ་ཚང་དགེ་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེད་སྒྲིལ།**

དང་པོ། གྲུ་ཚང་དང་སློབ་གྲུའི་སྐྱིག་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་དང་བྲིས་མ་གང་ཡོད་ལག་ལེན་བརྟམ་ནས་ཉེས་ཅན་ཡངས་པོར་མི་འགོ་བ་དང་རང་བོན་མི་བྱེད་པའི་གཙུག་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་མེད་པར་དྲང་པོའི་སློབ་མཁུན་གྱི་བྲིས་མ་ཚུལ་བཞིན་གཞོན་པ་ལས། ཉེས་ཅན་སྐྱབ་སྐྱུང་ཆེད་གཉེར་བྱས་པ་དང་དྲང་བདེན་མེད་པའི་ཉེས་ཆད་ཆེད་གཉེར་འགེལ་བ་སོགས་ར་འཕྲོད་བྱུང་མཚམས་སུ་ཉེས་ཆད་དེ་ཉིད་དགེ་བསྐྱེད་རང་ཉིད་ནས་སྐྱབ་དགོས།

གསུམ་པ། ཚོགས་བདུན་དུས་ཐོག་ལ་གཏོང་གི་ཡོད་མེད་དང་དུས་ཐོག་དུ་ཚོགས་འཛོམས་ཡོད་མེད་གངས་གཤེར་དང་། དགོངས་ལུས་ཡོད་མེད་དང་དགོངས་པ་སྤྲོད་འོས་མཚེས་མིན་སྤངས་འཛིན་བྱ་བ། ལམ་ཆེན་དང་བྲིས་གཞུང་སོགས་སུ་ཚུལ་མིན་བྱ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས།

བཞི་པ། ལྷན་དུ་གྲུ་ཚང་འཚོགས་པའི་སྐབས་སུ་དགེ་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེད་སྒྲིལ་གང་ཡོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལན་བདུན་གཏོང་བྱ་སོགས་ཆད་ལུས་མེད་པའི་ལས་འགན་འཁྲུང་དགོས།

ལྔ་པ། ཐབ་རེས་དང་གཞུང་ལས་སོགས་ལ་ཇི་བཞིན་འགོ་གི་ཡོད་མེད་དང་འཛིན་གྲུ་ཤག་སོགས་ལ་ཚུལ་མཐུན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད། གཙང་

སྐྱུ་བྱས་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་བརྟུན་ཞིབ་ཀྱིས་གཙང་སྐྱུ་འཕྲོད་བསྟེན་ཡག་པོ་  
ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས།

**གྲ་ཚང་དབུ་མཛད་ཀྱི་བྱེད་སྒོ།**

དང་པོ། དབུ་མཛད་ཆན་གཞིན་གཉིས་དགོས་ཤིང་། དབུ་མཛད་ཆན་  
པས་རྒྱུན་དུ་ཞལ་འདོན་གྱི་འགན་གཙོ་བོར་ལེན་དགོས་པ་དང་དབུ་མཛད་ཆན་  
པ་མེད་ཆེ་གཞིན་པས་འགན་ལེན་དགོས། ཚོགས་ནམ་ཡོད་སྐབས་སྐད་སྒྲ་པ་  
དང་འདོན་བཟང་བ་གྲལ་བརྒྱུགས་ཀྱིས་ཞལ་འདོན་འཁོད་སྟོམས་པ་ལྷ་མ་གོང་  
མའི་ཕྱག་ལེན་དང་མཐུན་པ་དང་བ་འདྲེན་པ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ། དགོས་གལ་ཆེ་བའི་ཞལ་འདོན་དབུངས་ཆགས་དང་ན་སྦྱོང་  
བྱེད་རྒྱ། གསར་བུ་ས་རྣམས་ནས་གལ་ཆེ་བའི་ཞལ་འདོན་སློ་འཛིན་རེས་པར་དགོས་  
རིགས་རྣམས་སློ་འཛིན་བྱས་ཡོད་མེད་བདེ་འདེད་གཏོང་རྒྱུའི་འགན་ལེན་དགོས།

གསུམ་པ། རྒྱུན་དུ་མཚོན་བཤམས་དང་གཏོང་མའི་བཅའ་བཟོ་བྱེད་དགོས་  
ཀྱི་འགན་བཀོད་གཏོང་རྒྱ་དང་ཚོགས་གཞི་གཞུང་དང་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་བཞེས་  
ངོས་གཙང་ཐོག་སྒྲིན་བདག་གི་དད་རྣམས་ཚུད་ཟོས་སུ་མི་འགོ་བ་བྱེད་དགོས།

བཞི་པ། ཚོགས་སྤྱི་ལོ་དུས་ཚོད་དང་ཚོགས་བདེ་དུས་ཚོད་བཅས་  
མཐུན་པོ་དང་དགེ་བསྐྱེད་ལ་གོ་བསྐྱེད་གནང་དགོས་པ་དང་ཇ་ཕྱག་སོགས་གཏོང་  
ཚོད་གཉེར་པ་ལ་གོ་བསྐྱེད་ཀྱིས་སྟོན་བདེ་གནང་དགོས།

ལྔ་པ། གྲ་ཚང་ལ་བཅོལ་བའི་ཞབས་བརྟན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབ་ཐོ་ཁམས་དྲངས་  
ཉར་རྒྱ་དང་། ཞབས་རིམ་རྣམས་དུས་ཚོད་གྲང་བརྒྱུགས་ཀྱིས་ཞབས་རིམ་དག་

འདོན་ཆད་ལྷག་མེད་པའི་འཆར་འགོད་ཀྱིས་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱབ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས།

**གྲུ་ཚང་གི་ཕྱག་མཛོད་ཀྱི་བྱེད་སྒོ།**

དང་པོ། ཀའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་གི་འགོ་སྔོན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་འགན་ལེན་  
བྱུང་བའི་ལས་འགན་གཙོ་བོར་ལེན་དགོས། རིམ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་བའི་གྲུ་  
ཚང་གི་འཛོལ་གནས་མལ་བཞི་དང་སྐྱེན་བཅོས་འཕྲོད་བསྟེན། སློབ་སྦྱོང་གི་  
ཆ་རྒྱུན་གང་དགོས་ཀྱི་འགོ་སྔོན་གཏོང་བྱུང་བའི་སློབ་གང་ས་ནས་འབད་རྒྱ།

གཉིས་པ། གྲུ་ཚང་གི་སྤྱི་རྒྱ་རྫོགས་ཡོང་སྔོན་གང་ཡོད་ཀྱི་ཕྱིས་ཁྲ་ཁམས་དྲངས་  
ཉར་དགོས་པ་དང་། ལོ་འཁོར་ཕྱིས་ཞིབ་རེ་དེས་པར་བྱས་ཏེ་ལས་རྫོགས་འབྱུང་དགོས།

གསུམ་པ། གྲུ་ཚང་གི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་འབྱུང་བའི་ཐབས་ལུགས་ལྷགས་  
གང་ཡོད་ཅུ་ལ་འདོན་བྱེད་དགོས་ནའང་ལོག་འཛོལ་མ་བསྐྱེད་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་  
ཐོག་སྤྱོད་དང་མ་འདྲེས་པ་དགོས། ཡོངས་གྲགས་མཚན་གསལ་ལ་འགོ་བའི་ནག་  
ཚོང་རིགས་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཚོགས།

བཞི་པ། གྲུ་ཚང་གི་རྒྱུན་གྱི་འཛོལ་བའི་ཐད་ལྷག་པ་གསུམ་རེའི་མཚམས་  
ནས་གཉེར་པ་དང་གོས་བསྐྱར་གྱིས་ལེགས་བཅོས་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས།

ལྔ་པ། ཕྱག་མཛོད་བཞེ་ལེན་སྐབས་ལས་སྡེ་ལྷན་རྒྱས་སར་ཕྱིས་རྒྱག་  
ཁམས་དྲངས་དགོས་པར་མ་ཟད་ལྷག་ཆད་གང་བྱུང་གི་འགན་དེ་ཕྱག་མཛོད་  
ནས་ལེན་དགོས།



**གྲ་ཚང་གཉེར་པའི་བྱེད་སྒོ་དང་ལས་འགན།**

དང་པོ། རྒྱུན་གྱི་བཞེས་ལག་ངོས་གཙང་དང་བཅུད་ལྡན། ལུས་ཁམས་  
ལ་མི་གཞོན་པ་དང་རྒྱུན་གྲོན་གང་ཚུང་བྱེད་རྒྱུ་བཅས་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡིན།

གཉེས་པ། མ་བུན་དང་ཐབ་རེས་སོགས་གཉེར་པའི་ངག་བཀོད་འོག་གནས་  
དགོས་པར་མ་ཟད་གཉེར་པའི་བཀོད་བྱུང་གཏོང་བུབ་པ་དགོས། སོ་སོའི་ལས་  
བཀོས་བཞིན་འཇུས་ཚང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ལྟ་ཉོག་ནན་པོ་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ། བཞེས་ལག་གཙང་སྐྱེ་ལྡན་པ། རྒྱུ་ཆ་རུལ་བ་དང་རྩིང་སོང་  
མ་ཡིན་པ། མ་འཚོས་པ་དང་ཚིག་པ་མ་ཡིན་པ། སྒོད་ཆས་བཅོག་པ་མ་ཡིན་  
པཎ་ ཐབ་ཚང་སྤྱི་ནང་གཙང་མ་བཟོ་བ། ཁ་དྲིས་དང་བང་ཁེབས་རྒྱག་དགོས་  
པཎ་ ལག་པ་རྒྱུན་དུ་འབྱུང་དགོས་པ་སོགས་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ལྡན་པ་དགོས།

བཞི་པ། རྒྱུ་ཆ་སྐྱམ་སྒྲོན་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་ཉོན་རེའི་མི་གངས་ལ་ཆ་  
བཀོས་ཀྱིས་ཚད་འཇུག་ནས་སྒྲོད་པ་ལས་ཉོབ་ཚད་བྱས་ནས་རྒྱུ་ཆ་སྒྲོད་ལེན་མི་  
ཚོགས་སྒྲོབ་གཉེར་པ་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་རུང་རིན་མེད་དུ་ཟུང་ཆས་སྐྱམ་སྒྲོན་རིགས་  
སྒྲོད་ལེན་བྱས་མི་ཚོགས་ གལ་སྲིད་དེ་རིགས་སྒྲོད་པ་ལེས་ཉོགས་བྱུང་ན་སྒྲོད་  
མཁན་དེས་རིན་འབབས་ཆ་ཚང་འཇུག་དགོས། འོན་ཀྱང་ནད་པ་དམིགས་བསལ་  
ཅན་རེ་བྱུང་ལ་སྒྲོད་དགོས་མིན་ལས་སྣེས་ཐག་གཅོད་གནང་དགོས།

ལྔ་པ། རྒྱུན་གྱི་བཞེས་ལག་གི་རྒྱུ་ཆ་སྐྱམ་སྒྲོན་གང་དགོས་གསོག་འཛོག་  
འདང་རེས་བྱ་རྒྱུ་བྱེད་དགོས། གཞན་ཡང་སྤྱི་ནང་བདག་ཟུར་བའི་ཇ་ཐུག་  
སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆས། ལོ་སར་དང་སྒྲོ་རྒྱུད་གཏོང་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུ་ཆས། གྲ་ཚང་

གཞུང་གི་དམིག་བསལ་སྐྱེ་མཐོན་གྱི་ཟས་ཆས་དགོས་རིགས་དང་ཞབས་བཏུན་  
སྐབས་གྱི་རྒྱ་ཆས་དགོས་རིགས་སོགས་གསྐྱིག་འབྲས་ཚང་དགོས་པ་དང་ཁོངས་  
སོ་སོར་ཕྱིས་ཁྲ་ཁམས་དྲངས་སྡོད་དགོས། རྒྱ་ཆ་སྐྱེ་མཐོན་ནམས་འབྲུ་དང་  
ཙུ་ཙུ། བཟུང་སོགས་གྱིས་གཞོན་པ་ཡོད་མེད་ལྟ་རྟོག་དང་འཕྲོ་བཟུག་ཏུ་མི་  
འགོ་བའི་འགན་ལེན་དགོས།

དུག་པ། ཟླ་རེ་རྫོགས་མཚམས་ཕྱིས་ཞིབ་གྱིས་འཚོ་དོད་ལེན་དགོས་  
རིགས་ལ་ཕྱིས་ཁྲ་ཁམས་དྲངས་དང་འབྲེལ་ཆད་ལུས་མེད་པ་ལེན་དགོས། ཟླ་  
གསུམ་རྒྱགས་སྡོད་མཚམས་སུ་ཕྱག་མཛོད་དང་གཉེར་པ་ལྟན་རྒྱས་ནས་ཕྱིས་  
ཞིབ་རེ་བྱས་ཏེ་ལས་སྡོམ་འབྲུལ་དགོས། ལོ་འཁོར་ཕྱིས་ཞིབ་ཆེན་མོ་རེ་ལས་  
སྡོམ་དང་ལྟན་དུ་བྱེད་དགོས།

བདུན་པ། ཟླ་གསུམ་ཕྱིས་རྒྱག་སྐབས་ཕྱག་མཛོད་དང་ལྟན་དུ་བྱེད་སྡོམ་  
སྡོམ་གོ་བརྒྱར་བྱས་ཏེ་ལེགས་སྲེལ་ཉེས་འགོག་གིས་ཐབས་ལམ་འཚོལ་དགོས།

**ཐབ་རེས་གྱི་ལས་འགན།**

དང་པོ། དགེ་ལྡན་མ་སྐྱེ་ལ། ལོ་བཞི་བཅུ་ཞེ་ལྷ་ཡན་ལོན་པ་དང་། དབང་  
པོ་རྒྱུན་ཅན། དུས་ཡིན་ཟླ་བ་གཉིས་ལྷག་མི་བསྐྱེད་མཁའ་དང་ནད་པ། ཚོམ་  
བྱ་དང་ལྷ་བྲིས་པ་སོགས་ལས་ཀ་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་དགེ་བསྐྱེལ་དང་དབུ་མཛོད་  
ཕྱག་མཛོད་བཅས་ལ་དམིགས་བསལ་ལས་དེ་མིན་མིང་གཞུང་བཞིན་སྡོམ་གཉེར་  
པ་ཀུན་ནས་ཐབ་རེས་དང་གཞུང་ལས་ཀུན་ལ་འགོ་དགོས།

གཉིས་པ། ལྷན་དུ་མ་བྱུན་གྱི་ལས་རིགས་ཏུར་ཐག་བྱེད་དགོས་པ་དང་

བཞེས་ལག་ངོས་གཙང་བ་དང་། བྲང་མོར་མི་འགྱུར་བ། གཙང་སྐྱ་དང་ལྷན་  
པར། ཁ་དགོས་དང་བར་ཁེབས་རྒྱག་རྒྱ། ལག་པ་འབྲུ་རྒྱ། རྫོང་ཆས་དང་བཞེས་  
ལག་འགོམས་པ་སོགས་མཐོང་སྐྱང་ལ་མི་མངོས་པ་དང་ཚོགས་ངན་གསོག་སའི་  
གཞིར་མི་འགོ་བར་འབད་དགོས།

གསུམ་པ། ཐབ་ཚང་སྤྱི་ནང་ལ་གཙང་སྐྱ་དང་གད་སྤྱིས། གསང་སྤྱོད་  
གཙང་མ་བཟོ་རྒྱ། གད་དར་བྱེད་རྒྱ་དང་། རྒྱན་དུ་ནད་འབྲུ་འབྲུ་མིན་མི་ཡོང་  
བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་དང་རྒྱན་དུ་མ་བྱུན་དང་གཉེར་པའི་ངག་བཀོད་དང་  
ལེན་བྱེད་དགོས།

བཞི་པ། ནད་རླུ་ས་བཏབ་ནས་ཐབ་རེས་ལ་འཛེམས་པ་དང་། ཐབ་རེས་  
ཀྱི་ལས་འགན་མ་སྐྱབ་པར་རྫོང་རྫོང་བྱེད་པ། འྲོམ་གཞུང་དུ་འབྲུམ་པ་སོགས་  
ཤེས་ཉོགས་བྱུང་མཚམས་ཉེས་པ་སྐྱབ་དགོས།

**སློབ་གཉེར་པའི་བྱེད་སྒོ།**

དང་པོ། རྒྱན་དུ་བསྐྱེད་ལྷན་བྱེད་མི་ཡོད་མེད་ལ་མ་རྟོགས་པར་སྤྱིག་རང་  
ཁྱེད་དང་སྤོམ་པ་རང་སྤྱང་གིས་ནང་ཁྲལ་མཐུན་ལམ་དང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཐབས་སུ་འབད་དགོས།

གཉིས་པ། རྒྱན་དུ་ཅན་གཞིན་བཅི་བཀྱར་བྱེད་པ་དང་། དགོ་ཅན་དང་  
གྲ་ཚང་གི་དགོ་བསྐྱེད། འཛིན་གྱི་ཅན་བདག་བཅས་ཀྱི་འགྲིག་མཐུན་ངག་  
བཀོད་གང་གནང་ཐམས་ཅད་དང་ལེན་བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད་གལ་སྤྱིད་ཉེས་  
ཆད་ཕོག་ཚེ་དང་ལེན་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ། ལྷན་དུ་སློབ་ཐུན་ཆད་མི་དགོས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་  
ཤིང་། གལ་སྲིད་དགོངས་པ་ལྷུས་ཚེ་ལས་དོན་དང་འགོ་ཡུལ་གསལ་པོར་  
འཁོད་པའི་དགོངས་ཤོག་ཐོག་འཛིན་གྱི་དགོ་བདག་དང་སློབ་ཐུན་དགོ་མཉམ་  
དགོ་བསྐྱལ་བཅས་ཀྱི་ལག་ཏུ་གསུམ་རིམ་འཁོད་ཀྱིས་དགོངས་པ་ལྷུ་དགོས་པ་  
ལས་དགོངས་ལྷུ་འཛིན་དོན་མ་འཁོད་པ་དང་དགོངས་ལྷུ་རྗེས་སུ་སྤྱད་པ་བཅས་  
ལ་ཅུ་ཆད་དུ་བཅི་རྒྱ། དོན་ཀྱང་དགོངས་པ་ལྷུས་ཚད་ལ་དགོངས་པ་གནང་  
དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད།

བཞི་པ། ར་དུག་གི་གནས་སྐབས་མ་གཏོགས་དགོངས་ལྷུས་ཀྱི་དུས་ཚོད་  
ཞོགས་པ་ཚུ་ཚོད་དགུ་པ་ནས་དགོང་མོའི་ཚུ་ཚོད་བདུན་པའི་བར་ཡིན་ནའང་པ་ཡུལ་  
གཅིག་པ་བསྐྱལ་བསྐྱེལ་སྐབས་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་བསལ་དགོངས་པ་སྤྱད་ཚོག

ལྔ་པ། འཛིན་གྱི་འཛིན་དུས་ཐོག་མ་འབྱོར་བ་དང་དགོངས་ལྷུས་ཀྱི་དུས་  
ཐོག་མ་འབྱོར་བ། དགོངས་པ་རྗེས་ལྷུས་བྱས་པ། དགོངས་པ་མ་ལྷུས་པར་  
རང་འཚམས་ཀྱིས་ཕྱིར་བསྐྱོད་བྱས་པ་བཅས་ནམ་ཞིག་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་མཚམས་  
སུ་ཉེས་པ་སྐྱབ་དགོས།

དྲུག་པ། གཞུང་འབྲེལ་དང་དམིགས་བསལ་ཅན་ནམས་ཕྱད་དགོངས་ལྷུས་  
འདྲ་མིན་སློམ་ཟླ་གསུམ་རྒྱལ་སྤྱོད་མེ་མེའི་བར་སློབ་ཐུན་བཞི་བཅུར་དགོངས་  
པ་ལྷུ་ཚོག་པ་དང་དགོངས་ལྷུ་བཞི་བཅུའི་གོང་ལ་གྲངས་འཕར་ཆེ་སློབ་ཐུན་གཉེས་  
མེ་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཅུ་འབྲོར་བརྒྱ་ཆ་ནས་བརྒྱ་ཆ་མེ་མེ་གཅོག་ཆ་བྱེད་རྒྱ། ཅུ་  
ཆད་དགོངས་ལྷུ་མེ་ལ་བརྒྱ་ཆ་མེ་མེ་གཅོད་རྒྱ།

བདུན་པ། ལྷན་ཁང་དུ་ཉལ་དགོས་པ་དང་དེ་མིན་འཛིན་གྲུབ་ཡོང་མི་ལྟུང་  
པའི་ནད་པ་རྩོམ་ཅན་ལ་དམིགས་བསལ་དགོངས་པ་ལྟུང་ལྟོག་འོན་ཀྱང་  
དམིགས་བསལ་དགོངས་ལྟུང་ལྟོག་མིན་ལས་སྐྱེ་ལྷན་འཛོམས་ཀྱིས་གངས་འཕོར་  
སྐབས་སེ་སེར་གཏན་འཕེབས་ཐག་གཅོད་མངོན་ཀྱང་།

བརྒྱད་པ། སློབ་གཉེར་པ་སུ་ཡིན་རུང་གི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་གི་སྤྲོད་  
ལམ་ཚུལ་བཞིན་འཁྲུང་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྲོད་འགལ་ཉེས་ཆད་བྱུང་ཚེ་ཚུལ་  
བཞིན་སྤྲོད་དགོས།

**གི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་གི་ཚེས་མཚོའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བདེ་  
དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་སློ།**

དང་པོ། བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ནི་སློབ་གཉེར་པ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་  
གི་འོས་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་མཚོ་ལོས་གསུམ་དང་པོ་ལ་ཚོགས་གཙོ། གཉིས་པ་  
དེ་དུང་ཡིག་གསུམ་པ་དེ་དུང་ལ་གཉེར་བཅས་ད་ལྟའི་ཆར་ཚོགས་མི་གསུམ་  
ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་རེད།

གཉིས་པ། སློབ་གཉེར་པའི་བདེ་སྤྱི་ག་དང་བསམ་ཚུལ་སོགས་ལས་བྱེད་  
གོང་རིམ་ནས་མ་ཉོགས་པ་ནམས་གསལ་བཤད་སྟན་སེང་འབྲུལ་རྒྱ་དང་། གོང་  
རིམ་གྱི་དགོངས་ཚུལ་དང་བྱེད་སྲོལ་སྤྲོད་ལ་ལོག་ཉོག་གང་ཡོད་གསལ་བཤད་དང་  
འབྲེལ་སྤྲོད་སྟོམས་དང་འབྲེལ་ལམ་གྱི་བམ་པ་ལྟ་བུ་གནང་དགོས།

གསུམ་པ། སློབ་གཉེར་པའི་བདེ་སྤྱི་ག་ལ་ལྟོག་སློབ་སློང་གི་ཆ་རྒྱུན།  
སློབ་སློང་བྱེད་སྲོལ་སྤྲོད་ལུགས་ལེགས་བཅོས། བེས་ཡོན་གོང་འཕེལ་འགྲོ་ཐབས། གཙང་

སྒྲ་དང་སྒྲིན་བཅོས་འཕྲོད་བསྟེན་དུས་ལས་མི་ཡོལ་བ་དང་རྫོད་ཡང་མི་འགོ་བའི་  
ཐབས་དང་། ཚུལ་མིན་བྱ་སྡོད་སྲུས་བྱས་ཐེར་འདོན་གྱིས་གྲུ་ཚང་གི་འགྲིག་  
ལམ་ཚུལ་བཞིན་གནང་ཐབས་བཅས་ལ་འབད་རྒྱ་བཅས་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡིན།

**སྤྱི་ཁང་ཐེད་སྡོད་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་འགྲིག་ལམ།**

དང་པོ། སྤྱི་ཁང་འདིར་སློབ་གཉེར་པ་ཁེ་གཙང་དང་གི་ཉིད་དགོན་ཁག་ནས་  
བྱེས་འཕྲོར་རྒྱུན་བཞུགས་ཁོ་ནའི་ཆེད་ཡིན། འོན་ཀྱང་བཞུགས་སའི་མ་འདང་ཆེ་  
བྱ་ཐབས་མེད། ཟླ་དུག་རེའི་མཚམས་སུ་གདན་ཁྲི་རྒྱན་དཀའ་གསུམ་བྱེད་རྒྱ་དང་གདན་  
ཁྲི་གང་དུ་ཐོབ་ན་དེར་སྡོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་གཞན་དང་བསྡོད་ས་བཞེ་མི་ཚོག

གཉེས་པ། སྤྱི་ཁང་འདིའི་ནང་སྤྱི་ཉེ་སོགས་མི་ནག་རིགས་མཚན་སྡོད་  
བྱེད་མི་ཚོགས། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཡོད་ཆེ་སྟོར་བཅོ་ལྡེའི་ཉེས་ཆད་འབྲུལ་དགོས།  
ཚོགས་སྡེ་གཞན་དུ་ཡོད་པའི་གི་ཉིད་གྲུ་པ་ཡིན་ནའང་གྲུ་ཚང་ཆད་ལྡན་མི་གྲོན་  
པ་དང་སྐྱ་ལུགས་ཚད་ལྡན་མེད་ཆེ་འདི་གར་བཅུད་མི་ཚོག

གསུམ་པ། གི་ཉིད་དགོན་ཁག་ནས་གསར་འཕྲོར་གང་ཞིག་གཏན་སྡོད་  
མི་བྱེད་པ་ཚོས་སྐྱབ་བ་གཉེས་ནས་ལྟོ་དོད་དང་ཐབ་རེས་སོགས་སྤྱི་མཚུངས་བཞིན་  
བྱེད་དགོས། རྒྱ་གར་ནང་སྤྱོད་གསུམ་གཞན་དུ་ཡོད་པའི་གི་ཉིད་གྲུ་པ་ཚོས་ཉེན་བདུན་  
ནས་སྡོད་ཆེའི་རིང་ལྟོ་དོད་འབྲུལ་དགོས། ཟླ་བ་གཅིག་ནས་ཐབ་རེས་སོགས་  
གྲུ་ཚང་གི་འགྲིག་སྤྱི་མཚུངས་བཞིན་བྱེད་དགོས། སྡོན་འཕྲོར་གི་ཉིད་གྲུ་པ་  
ཚོས་ལྟོ་དོད་ཆ་ཚང་འབྲུལ་དགོས་རྒྱ་དང་གདན་ཁྲི་སྟོང་པ་ཡོད་ཆེ་འབྲུལ་རྒྱ།



༄༅། འཕགས་ཡུལ་གཉི་ཉེ་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་  
བཙུང་ཡིག་མི་ཚེ་ལྟོ་མཛུན་ལམ་གསལ་  
བར་སྟོན་པའི་སྟོན་མེ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཛད་པ་པོ།

ཡུལ་སྐྱོད་ཀྱི་ལོ་ལྟོ་ལོ་ལྟོ་བཟང་བཟང་ལྟོ་ལྟོ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༢༡





༄། མི་ལོ་ཉེས་སྤོང་ལྷག་གི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་བོད་ཚོས་ལྡན་གྱི་ཞིང་ཁམས་འདིར། སྤོན་བྱོན་ཚོས་རྒྱལ། ལོ་པའ་སོགས་བརྟན་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་རྒྱལ་སྐྱེས་བུ་རྒྱལ་སྐྱེས་པ་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་དར་སྤེལ། རྒྱུན་འཛིན་གནང་བའི་བྱུགས་རྗེས། མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱུག་མང་པོའི་རིང་བོད་མི་རྣམས་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་དང་རང་དབང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བཞིན་པར་གནས་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། ཅག་ཕྱོགས་ལྷ་སྒྲིའི་དཔུང་ཚོགས་བོད་སར་ལྷགས་ཏེ་བརྟན་པ་དེ་འཛིན། བོད་མི་སྐྱེས་སེར་ཅན་གཞིན་བར་གསུམ། ཐ་ན་བྱ་དང་རི་དྲགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བོད་ཀྱི་སྤོད་བརྒྱད་ཁོར་ཡུག་དང་བཅས་པར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་རྩལ་སྤོད་ཀྱིས་ཉམས་ཉེས་ཚབས་ཚེན་བཏང་སྟེ། བོད་དང་བོད་མི་ཞེས་པ་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་དུ་འགྱུར་ལ་ཉེ་བའི་དུས་ངན་ཞིག་ཤར་ཡོད། འོན་ཀྱང་གངས་ལྗོངས་སྐྱེ་འགྲོ་སྤྱིའི་བསོད་ནམས་ཟད་མཐར་མ་གཏུགས་པ་དང་། ལམ་གོང་ས་ལྷན་པས་མགོན་ལྷན་པའི་དབང་པོའི་བྱུགས་རྗེ་བཀའ་ངོན་ཉམ་གཅིག་ལ་བརྟེན། རང་རེའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་སུ་ལྷན་པས་སྤོད་གསོའི་ཉེ་བེར་ཞིག་སྤྱོད་བར་ནས་སྤོད་ཡང་འཆར་བཞིན་པའི་གོ་སྐབས་འདི་དམ་འཛིན་གྱིས་ཀི་ཚི་ཚང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་དགོན་རྗེ་ཁག་ནས་བྲུ་གཞིན་མང་པོ་ཞིག་དེ་མ་ལ་ཡ་ཞེས་པ་བོད་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་གངས་རིའི་ར་བ་འདི་བཞུལ་ནས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་གཉེས་པ་བཞུགས་སྐར་ད་རམ་ས་ལར་སྤྱི་རིམ་འབྱོར་བྱུང་བ་རྣམས་ལམ་གོང་ས་ལྷན་པས་མགོན་ལྷན་པའི་དབང་

པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་། ལྷན་པས་རྗེ་མཚོ་དང་  
བདོན་ལྡན་ལ་རྗེ་སློབ་བཟང་བལྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡི་ཤེས་ཀྱི་མཚོ་དཔལ་བཟང་  
པོ་རྣམས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཉེ་འབྲེལ་སྲུ་འཁོར་ནས་སློབ་སྦྱོར་གཅིག་ཏུ་འདུས་སྡོད་བྱས་  
པ་ལས་རིམ་བཞིན་གྲུ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱིས་འཕགས་ཡུལ་གཞིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་  
ཞེས་པ་འདི་ཉིད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། གྲུ་ཚང་འདིའི་རྟེན་གཞིའི་གཙོ་བོ་ནི་བོད་གཞུང་  
དང་ལྷག་པར་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕྱོག་པའི་ལྷ་སྐྱེལ་ལ་རོང་ཆེན་  
ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་འཕྲུན་དང་དགོངས་གཞིའི་ལ་བཞེན་ནས་  
བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། འཕགས་ཡུལ་གཞིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་འདི་ཉིད་རྩ་འཛུགས་  
གནང་དགོས་པའི་དགོངས་གཞིའི་གཙོ་བོ་ཡང་།

༡༥ བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཅུ་སྟེན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་  
ཁྱད་ཚེར་རྟོག་པ་འདི་དག་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་པའི་ལས་འགན་  
དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བཞེས་དགོས་པ།

༡༦ བོད་མི་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་འབྲེལ་ཡོད་བོད་ནང་གི་གྲུ་གཞིན་རྣམས་  
ཐོག་དང་པོར་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་སྤྱིའི་མང་གཞི་དང་ལྡན་  
པའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞི་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུར་ཆེད། འདི་ནས་རིག་གནས་དགེ་ལྡན་  
ཚད་ལོངས་པ་གང་མང་ཞིག་གསོ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ།

༡༧ དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་འདི་གའི་དགེ་འདུན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་གི་སྦྱོང་བ་དམ་ཚོས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་ཞིང་། བོད་མི་སྤྱི་  
དང་ཁྱད་པར་གཞི་ཚང་གི་སློབ་སྦྱོང་ལ་མཚན་གསུམ་འགྲོ་བའི་ལ་རབས་སྦྱོང་

བཟང་ཅན་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཡོང་བའམ་སྲུ་སྟོ་ཀུན་ནས་འབད་དགོས་པ་  
བཅས་ཡིན།

གོང་གསལ་དོན་ཚན་གསུམ་པོ་འདི་ནི་ཡ་སྐབས་རྗེ་དམ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་  
དགོངས་གཞིའི་གཙོ་བོ་དང་གྲ་ཚང་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཚངས་ཐིག་ཡིན་སྟབས་  
གྲ་ཚང་འདིའི་སྐྱེགས་གཞི་དང་སྐྱེགས་གཞིའི་རྩར་རྒྱན་སོགས་དག་འདུན་པའི་སྡེ་  
འདིའི་ནང་གི་མཐའ་ཆེ་མཐའ་དག་དངོས་ལྷགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་དོན་ཚན་  
གསུམ་པོ་འདིའི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་དགོས། དེ་རྣམས་འདི་བཅའ་ཡིག་གམ་  
སྐྱེགས་གཞི་བརྒྱུས་པ་ཞིག་སྤར་ཡོད་ཐོག་སྟོན་འཕྲི་གང་དགོས་གནང་བའི་སྐྱེགས་  
གཞི་དང་སྐྱེགས་གཞིའི་རྩར་རྒྱན་ཁག་གི་ཟིན་བྲིས་ལ་གྲ་མང་ནས་སྤྲིར་གྲོས་  
བརྒྱུད་བསམ་ཞིབ་དང་འབྲེལ་གོ་དོན་ལེགས་ཏོགས་ཀྱིས་མང་མོས་ཐག་གཅོད་  
མཛད་ཟིན་པ་ཞིག་གིས་སྐྱེགས་གཞི་འདིའི་གཞི་བཟུང་ཡོད་།

དུས་རབས་འདིར་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་སྤྱི་སྤེས་ཀྱི་རང་དབང་ཐོབ་  
ཐབས་སྲུ་འབད་བཅོམ་ལྷགས་ཆེ་བྱེད་བཞིན་པར་བརྟེན། མེས་ཀྱི་མངོན་  
འདོད་རྣམས་སྤེས་བཞིན་བྱེད་ཚོག་པའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་སྤྱི་འགྲོ་ཀུན་ལ་  
འདྲ་མཉམ་དུ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྤྱིའི་ཐོབ་ཐང་དང་རང་  
ཉིད་གནས་སའི་སྤྱི་ཚོགས་སོ་སོའི་གནས་བབས་ཀྱིས་རང་སྤྱང་གང་དུན་ལག་  
བརྒྱུད་བྱེད་མི་ཚོག་པའི་བཀག་རྒྱ་རེ་ཡོད་པ་ལའང་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་ངོ་  
བོའི་ཐོག་ནས་བརྩམས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷག་པར་ཡུལ་དུས་ཀྱི་གནས་  
བབས། རྒྱལ་བརྒྱུན་ཚབ་སྤྱིད། སྤྱི་འགྲོའི་བདེ་སྤྱིད། སྤྱི་པའི་སྐྱིག་འཛུགས་ལ་

འདོད་དུ་བཅའ་ཡིག་སྒྲིག་སྐབས་བསྐྱོད་པའི་གསུང་འཕྲིད་ཀྱི་མངོན་འདོད་མཐའ་དག་སྒྲོམ་གཏོང་  
དགོས་པ་ནི་སྐྱོ་ཤེས་ཤིང་དོན་གོ་བའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་སྐྱེས་པའི་དགོས་  
པ་ཡིན་པས། ཉུང་དུ་འདོད་ལས་མང་བའི་དོན་དང་། རང་ལས་གཞན། མ་  
རབས་ཀྱི་གོམས་གཤེས་ལས་ཡ་རབས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད། སྐར་གྱི་བདེ་སྐྱེད་ལས་  
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས། སྐར་གྱི་མི་ཚེའི་མདུན་ལམ་ལས་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ག་འཇུགས།  
སྤྱི་བའི་སྤྱི་ག་འཇུགས་ལས་ཀྱང་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཅ་ལ་ཐུག་ཆེ་དགག་དགོས་ཀྱི་  
དབང་གིས་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་སྐྱོམ་གཏོང་གིས་སྐར་གྱི་རང་དབང་དང་སེམས་ཀྱི་མངོན་  
འདོད། རང་བདེ་བཅས་སྐྱོམ་གཏོང་བྱེད་དགོས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མི་དང་ལྷག་པར་  
འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་པོད་ཚོས་ལྷན་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
སུ་སྐྱེས་པའི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཅན་གྱི་པོད་མིའི་ཁྱད་ཚོས་ཤིག་ཡིན།

སྤྱི་ཚོས་བྱེད་དང་མི་བྱེད། བྲ་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་ཀྱི་རང་དབང་ཆ་ཚང་  
བཞིག་ཐོག་མར་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་ནའང་། ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲ་པ་བྲུས་  
ཟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ལ་བྲ་པ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཀའི་ཚང་  
གི་དགོན་མ་ལག་གི་བྲ་པ་བྲུས་ལ་འགྲོར་བཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ཀའི་ཚང་གི་བྲུས་པ་བྲ་  
ཚང་གི་སྤྱི་ག་འཇུགས་འདོད་ཁོངས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་གཏོགས་དགོས་པ་ནི། ཀའི་  
ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲ་པར་སྤྱི་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱིས་འཁྲི་བའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་པས་  
ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་འོ་བོའི་ཐོག་ནས་འདི་གའི་ནང་ཁྱིམས་ལ་གུས་བཀུར་དང་  
བརྟེ་སྤྱད་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

སྤྱི་ཚོས་བྲ་པ་དང་ལྷག་པར་ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲ་པ་བྱེད་འདོད་མེད་

ཕར་མི་ཚེའི་མདུན་ལམ་གཞན་དང་གཞན་ཞིག་འཚོལ་དང་མི་འཚོལ་ཡང་ཐོག་  
 དང་པོར་རང་ལག་དུ་ཡོད་པས། ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲ་པ་བྱེད་འདོད་  
 མེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཚེ་ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲ་པ་བྱེད་འདོད་མེད་ཅེས་ཁ་  
 གསོང་པོས་བཤད་པོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ལྟར་མིན་པར་ཀའི་ཚང་གི་གྲ་པའི་མིང་  
 ཡང་འདོད་མི་ལུས་པ་དང་རང་སྤང་གང་དུན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ལའང་འདུག་དགོས་པ་  
 གཉིས་མེ་ཚུ་བཞིན་མཉམ་དུ་ཡོང་བའདུག་མེད་པས་དེ་གཉིས་ལས་གང་རུང་ཞིག་  
 སློབ་གཏོང་བྱུང་པའི་པོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་པོད་པ་ཡང་མེད་ལ། རོ་  
 ཚང་དང་རང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཁ་ལའང་མཐོང་སར་ཕྲན་བུ་རེ་འཛེམས། རང་སེམས་  
 རང་གིས་གཞོན་ཡང་མ་བྱུང་པར་འབྲིག་ལམ་ཆེ་ཚུང་ཀུན་སུན་སྤང་སླེ་གཞིར་གྱུར་  
 ཏེ། རང་སློན་གཞན་ལ་གཡོག་བའདུག་གིས་གྲ་ཚང་གི་ནང་ཁྲིམས་དང་ལས་ཀྱི་  
 སློམ་པར་སློན་བརྗོད་ཀྱིས་ནང་ཁྲུལ་དགོགས་གཏམ་སྡེལ་ནས་དབྱེན་སློབ་བྱེད་  
 མཁན་རེ་ཟུང་ཡོང་གི་འདུག་པ་དེ་ཚེའི་གསུ་སུ་རང་ཉིད་མ་ཚུད་པ་ཞིག་ལ་དང་  
 པོ་ནས་འབད་དགོས།

དེང་སྐབས་ལྷུ་ཕྱོགས་པའི་གཞོན་སྐྱེས་མང་པོའི་བསམ་ཚུལ་དང་སློབ་  
 པ་ལང་པོར་ཅན་དེ་ཚོར་དགའ་ཞེན་གྱི་མིག་ལྡོས་ངན་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་དར་ཆེ་  
 བའི་ཐོག་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་མེད་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་སྤྱི་དང་སྨྲ་ག་པར་གར་  
 ཕྱོགས་པའི་ན་གཞོན་འགའ་གསུལ་ཕྱགས་བསམ་ཟབ་པོ་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས། ལམ་  
 སློལ་གསར་པར་ཨ་གསར་དེབ་ལང་གིས་ཅལ་རྒྱགས་བྱེད་བཞིན་པའི་སྤྱི་ནང་གི་  
 ཁོར་ཡུག་དེ་ལ་གཅེས་འཛིན་བྱས་དྲགས་ན། དེང་སྐབས་ལྷུ་ཕྱོགས་སུ་རང་

དབང་དང་སེམས་ཀྱི་མངོན་འདོད་བཞིན་བྱེད་དུ་བཅུག་པའི་ལག་རྒྱུ་སྟེ། རྒྱལ་  
 སློབ་སྦྱོར་པའི་སློབ་སྦྱོར་ཆེས་ན་གཞིན་འགས་སེམས་ལ་གང་ཤར་ལག་ལེན་དུ་བརྟུན་  
 རས་མི་མང་གང་ལྟར་དུ་བསད་པ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད། བརྟེ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱལ་  
 སློབ་སྦྱོར་པའི་སློབ་སྦྱོར་པར་རྒྱལ་སློབ་སྦྱོར་པའི་པོ་རང་རེའི་པོ་སློབ་སྦྱོར་པའི་ལྷན་  
 འདུག་གཞིན་དབང་དུ་གྱུར་ནས་སློབ་སྦྱོར་པའི་ལྷན་པོ་རང་དབང་ཁ་ལ་འབྱེད་ནས་མ་  
 མ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་པ་སོགས་ནི། དང་པོར་ཚན་རབས་འགས་ལུན་རིང་པོའི་དགོ་  
 སློབ་ལ་ཚོད་དཔག་བྱ་མ་བྱུང་པར་གསོ་སློབ་བྱེད་སྐབས་གཞན་ལ་མིག་དཔེ་ལྟ་  
 ལྟངས་ཐལ་ཆ་ཆེ་དུགས་པའི་རྒྱུ་འབྱས་ཤིག་ཡིན་སྲིད། དེས་ན་སློབ་སྦྱོར་ཀྱི་དགོ་  
 སློབ་ལ་མི་ལྟ་བུར་སློབ་སྦྱོར་པའི་མིག་དཔེ་ལེན་རྒྱུ་མང་དུགས་ཆེ་སྐབས་ཤིག་  
 རས་ལས་དགོ་སློབ་ཡིན་མེད་ལའང་མང་ཁ་ཉུང་བསྟུན། དགོ་སློབ་སྦྱོར་གི་བསྟུན་  
 བྱ་ལའང་གསར་བརྗེ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་ཤིག་ཀྱང་འཆར་སྲིད།

ཡང་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཤེས་རྒྱུ་ཆེ་མངོན་གྱིས་ཆད་ལས་དང་རྒྱལ་སློབ་ཀྱི་  
 དུས་ཚོད་ཡོལ་བའི་རྒྱུ་མཚན་དུ། དེང་དུས་དང་། རང་དབང་། གསར་བརྗེ་  
 ལ་ཁ་གཡུར་ནས་ཚོལ་གཏམ་སྤེལ་བ་དང་། ལས་འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 འདུག་མ་བྱུང་ཆེ་དེང་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་འདིའི་མི་གལ་ལ་མི་ཚུད་པས། རྒྱུ་  
 ལུས་པ། མི་ཚོའི་མདུན་ལམ་མེད་པ། ལྷགས་པ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་པ་རོལ་པོའི་  
 སེམས་ཁམས་དང་མཐུན་གང་ཆེ་ཞིག་བཤད་ཅིང་། བཞུ་སེམས་ཆེ་མངོན་དང་  
 བྱམས་བརྟེ་ཆེ་བའི་ཐོལ་གྱིས་འདུམ་ཟེར་བརྟུན་ནས་གཞིན་འགས་ཤས་བག་  
 མེད་པའི་ལས་ལ་སློབ་པའི་ཆེད། ལྷོག་གཡོ་ངན་བྱས་ཀྱིས་རང་གི་སློབ་སྦྱོར་པའི་

ནས་བསམ་སྡོད་གཅིག་མཐུན་གྱི་བརྟན་བཞིག་སྡོན་ཐོན་པ་ཞིག་ཡོང་དུ་རེ་བའི་  
རང་དོན་སྤྲུགས་སུ་བརྟུག་སྟེ། དང་པོར་ལས་ཀྱི་སྡེ་མོ་པ་འགར་གཞི་མེད་བག་  
ཙམ་སོགས་བདེན་རླུང་འདྲེས་མའི་སྡོན་བརྗོད་འགའ་ཤས་བཤད་ཞེས་ལ་རྒྱན་དུ་  
བཅོམ་གཏམ་སྡུ་ཚོགས་པ་ཞིག་ན་བར་རྟན་ཞིང་པ་རོལ་པོའི་སེམས་ཀྱི་མངོན་འདོད་  
དང་མཐུན་པའི་ཚོག་སྟེང་དུ་བསྐྱབས་ནས་ཕན་ཚུན་གྱི་ངོ་ཚའི་གོས་དབྱེ་ཏེ་འདྲིས་  
སུ་བརྟུག་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཟས་ཞོར་སྤྲོད་པུ་རེས་ཁ་དུད་ནས་ལོག་པའི་ལམ་  
དུ་འབྲིང་པར་བྱེད་པའི་མི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྷ་གྲ་ཀན་གཞིན་སུ་ཡིན་ཀྱང་  
རུང་དེ་དག་ནི་སྤྲིག་གོགས་ཡིན་པར་ངོས་ཟེན་པའི་སྡོན་སྲིད་རྒྱུང་རིང་དུ་སྡོད་དགོས།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་ལ་རིགས་རུས་མི་གཙོ་ནའང་དེ་ལ་བརྟན་བཅོས་  
བྱེད་མི་རུང་བས། སྐབས་ཡུལ་གོང་མ་དང་བསྐྱབས་པ་ཀན་པ་ནམས་ལ་གྱུས་  
བཀུར་དང་རྒྱན་དུ་བསྐྱབས་ཀྱིས་མངོན་དགོས། སྤྱིར་ཀན་རབས་ཀྱི་ལ་ཡ་རབས་  
སྡོད་བཟང་གིས་བརྗོད་བཀུར་དང་རོགས་རམ་སོགས་ཕན་ཐོགས་མངོན་དགོས།

འདུལ་བའི་ལས་མང་ཆེ་བ་དགེ་འདུན་པས་ཚུལ་གིང་བཞེས་པའམ་ཅང་  
མི་གསུང་བར་བཞུགས་པའི་གསོལ་བཞིའི་ལས་སོགས་ཐབས་ལམ་སྡུ་ཚོགས་  
པས་དགེ་འདུན་མང་གི་དགོངས་ཚུལ་དང་བརྟུན་ནས་ཐག་གཅོད་མངོན་པས་དེང་  
དུས་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་ལམ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། དེང་སྐབས་འགའ་  
ཤས་ཀྱིས་དམངས་གཙོ་དང་གསར་བརྗེའི་མིང་ཙམ་ལ་སྐབས་སུ་བརྟུང་ནས་མགོ་  
མཐུག་མེད་པར་ཤོད་ཐོད་པ་ཁོ་ན་དགོས་པའི་གཙོ་བོར་འཛིན་མཁན་ཚོའི་བསམ་  
ཚུལ་ལྟར་སྤྲིགས་གཞི་དང་བཅའ་ཡིག་ཆད་ལས་ཐམས་ཅད་དེས་པར་དུ་མང་



ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས་པ་འང་མིན།

སྤྱིར་དགོན་སྡེ་གང་ཞིག་དང་པོ་ལྷན་འདེབས་པ་པོ་འཇམ། ཡང་ན། དད་  
མོས་ཡོད་སའི་རྩ་བའི་སྐྱེ་བའི་ཆེས་ལྷན་ལྷན་ཞིག་ལ། དགག་དགོས་དང་རྒྱ་མཚན་  
དུ་མར་གཞིགས་ནས་བཅའ་ཡིག་ཅིག་ལམ་སྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་གནང་བའི་རེ་འདུན་  
ལྷན་པ་བཞིན་དམ་ཚུན་ཆོས་སྤྱང་ལ་གཉེར་གཏད་མཛད་ནས་གསོལ་རས་གནང་  
སློབ་ཡོད་ནའང་། བརྒྱུད་ལམ་དེར་དུས་བརྒྱན་གྱི་ལེགས་བཅོས་གནང་བར་འགལ་  
བ་མེད། སྤྱིར་ཀུན་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་བཅས་བྲིས་སྤྱོད་ཀྱི་མངའ་བདག་ནི་ཡོ་རོང་  
ཆེན་བརྟན་པའི་སློབ་མེས་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
བ་གཏོང་མི་དགོས་པར་གནས་ཡོད་པ་འདི་ནི་དགེ་འདུན་དམངས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་  
དང་། དད་གུས། རྒྱ་སློབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བག་ཆགས་གཏོང་  
ཟབ་ཡོད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

སྤྱིར་སྤྱི་གསལ་རང་ཁྱེད་དང་སྤྱི་མཐུན་པ་རང་སྤྱི་ལེགས་ཁ་ནས་བརྗོད་ན་པ་རོལ་  
པོའི་རྣམས་སྟུན་ཞིང་། སྤྱི་གསལ་སློབ་ཡུལ་པོ་ཞིག་བཟོས་ཆེ་སྤྱི་གསལ་གཞོན་  
པ་པོར་དཀའ་ངལ་རྒྱུ་ལ་བྱེད་བའི་བ། སེམས་ཁ་མི་ཁེངས་པའི་རྣམས་ལ་རྒྱུ་  
ཞིང་གསར་བརྗོད་ལེགས་ལང་ཅན་ཆོའི་རྣམས་སྟུན་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། སྤྱི་གསལ་དམ་  
པོར་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ཞི་དེ་ལས་སྤྱི་གསལ་རང་གཞན་གཉེས་ཀ་ལ་དཀའ་ཆེགས་ཆེ་ཞིང་རྣ་  
བར་མི་སྟུན་པ་མང་བ། ཉིན་ནས་ཉིན་བརྒྱུད། ལོ་ནས་ལོ་བརྒྱུད་དེ་འབད་བརྗོད་  
སྤྱི་མཐུན་ནས་བྱེད་དགོས་པ། བར་ཆད་ཆེ་ཞིང་སྤྱི་ནང་གི་གཞོན་བཙུན་དང་སྤྱི་  
བརྗོད་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་སྤྱི་ཆོགས་རྒྱུན་དུ་འབབ་ཅིང་། དཀའ་ངལ་ཞིན་དུ་མང་

པོར་རྒྱན་དུ་གདོང་ལེན་གྱི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་།

རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་ཚ་གང་ལྟ་བུའི་དངོས་འགལ་གྱི་གཉེན་པོ་བརྟེན་ནས་སེལ་དགོས་པ་འདིར་འགྱུར་བ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ། རྒྱ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་དེས་བརྒྱུད་པའི་ལུས་ངག་གི་རྩིང་རྒྱུད་འགའ་གསལ་ནས་ཏུར་གྱི་ཚད་ལས་འདུལ་བ་ནས་མ་གསུང་ཐབས་མེད་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། གཞི་འདི་དག་གི་རྩིང་ནས་ལུས་ངག་གི་རྩིད་ལམ་ངན་པ་རགས་རིམ་ནས་འདུལ་བར་བྱས་ཏེ་རྩིང་བདུན་འཁོར་བཅས་ཀྱི་འདུལ་བའི་བརྟེན་པ་དང་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་འཇམ་སྐྱིང་འདིར་ཡུན་རིང་དུ་གནས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། གདུལ་བུའི་ཁམས་དང་། བསམ་པ། མོས་པ་མཁྱེན་པ་ལ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ལས་རྣམས་པ་ཞིག་མེད་དུས་ཐབས་ལམ་སྣ་ཚོགས་པའི་སློན་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་ཐབས་སུ་ཞི་རྒྱས་དབང་དུ་གྱི་ལས་བཞི་དང་ལྷ་ཞི་དུག་སྣ་ཚོགས་པའི་སྐྱུར་བཞེངས་པ་ཞིག་ཡིན།

གི་དེའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་ཞེས་བྱ་བའི་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་འདིའི་ནང་བྲིམས་ཀྱི་བྱུང་རབས་ནི། ཐོག་མར་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་བཅའ་ཡིག་བསྐྱུས་པ་ཞིག་གནང་བ་དེར་རིམ་གྱིས་དགོས་མཁོ་དང་བརྟེན་ནས་འཕྲི་སློན་མཇུག་དེ་བཅའ་ཡིག་ཚ་ཚང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ལོ་རེའི་སློབ་སྦྱོང་མགོ་འདུགས་མ་བྱས་པའི་གོང་དེར་གྲ་ཚང་འདིའི་སློབ་གཉེར་པ་དང་ལས་གྱི་ཡོངས་རྫོགས་ཚོགས་ཁག་འགའ་གསལ་ལ་བགོས་ནས། རྒྱགས་ལམ། སློབ་གཉེར། འདོན་སྦྱོང་གསུམ་གྱི་ཐོག་བསྐྱུར་ཞིབ་གྲོས་བསྐྱུར་གྱི་བསམ་འཆར་བྱུང་བའི་དོན་ཚན་ཁག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཞེས་པ་

དང་། མཚམས་མཚམས་སྲུ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་གྲུ་པ་རེ་རེ་བཞིན་གསང་བའི་བསམ་  
འཆར་བསྐྱུ་བཞེས་ཀྱིས་དེ་ལ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནས་ཞིབ་འདུག་གནང་བ་སློབ་སྦྱོར་  
བསྐྱེད་སྤེལ་གྱིས་གལ་ཆེ་བའི་དོན་ཚན་ཁག་གོས་གཞིར་གནང་བ་དེར། ལས་སྐྱེ་  
ལྷན་རྒྱས་ནས་དངོས་སྲུ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བྱུང་བའི་གོས་བསྐྱུར་གྱིས་དགག་དགོས་  
ལ་གཞིགས་ནས་གལ་ཆེ་བའི་དོན་ཚན་དུ་སློབ་སྦྱོར་བསྐྱེད་སྤེལ་མངོན། དེར་སྤྲོད་ཡང་  
ལས་སྐྱེ་དང་ཚོགས་འདུ་པ། དགེ་ཤོན་རྣམ་པ་བཅས་ཚོགས་འདུ་རྒྱས་འཛོམས་  
ཀྱི་ཐོག་ནས་གོས་བསྐྱུར་གནང་བའི་གོས་ཚོད་ཀྱི་སྤྱིང་པོའི་དོན་ཚན་ཁག་ཁོང་རིན་  
པོ་ཆེར་སྤུལ་ནས་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་གནང་བ་དེ་དག་བཅའ་ཡིག་ཟུར་རྒྱན་  
དུ་ལོ་ལྟར་གཏན་འབེབས་མངོན་ནས་སྤྲུག་ལེན་བསྟར་སློབ་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སློབ་སྦྱོར་ལམ་ལུགས་དངོས་སྲུ་སྤྲུག་ལེན་དུ་བསྟར་སྐབས་དཀའ་གནད་  
དང་འཕྲད་རེས་བཞིན་ལས་སྐྱེ་ལྷན་རྒྱས་སམ། ཡང་ན། ཚོགས་འདུ་དང་ལས་  
སྐྱེ་ལྷན་རྒྱས་བཀའ་བཞུགས་ཀྱིས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བའི་བའི་ཆེད་སློབ་སྦྱོར་གཞིའི་  
ཟུར་རྒྱན་གྱི་གོས་ཚོད་ཡིག་ཆ་ཞིག་སྐབས་སོ་སོར་གཏན་འབེབས་གནང་སློབ་ཡོད་  
པ་ལྟར་སྤྲུག་ལེན་དུ་བསྟར་སྐབས་ཡིན།

མི་ཤེས་པ་ནི་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སློབ་ཡིན་ཞེས་གསུང་སློབ་ཡོད་པ་ལྟར།  
འདི་གའི་སློབ་གཉེན་པ་གསར་བུ་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོ་ནས་འདི་གའི་སློབ་སྦྱོར་  
ལམ་ལུགས་བཞིན་ཤེས་པ་དང་ཤེས་ནས་སྲུང་སེམས་ཡོད་པ་གཉིས་འཛོམས་  
ན་ཉེས་པའི་གཡང་སར་རྣམ་ཡང་སྤྱིང་མི་སྲིད་པས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
རྒྱ་ཡན་དུ་ཤོར་བེད་པའི་ལང་ཤོར་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ལོ་མས་ན་སྤྱིང་བར་

མི་འགྱུར་བའི། །དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཉིན་རེ་བཞིན་ཉེས་པས་མ་གོས་པ་ལ་དོ་གལ་ཆེན་པོས་གོམས་པར་བྱས་ཚེ།  
རྒྱལ་ས་འོག་ན་ཐར་པ་ཡོད་ཅེས་པའི་གསུང་རྒྱན་ཡོད་པ་ལྟར་མཐའ་མར་རང་  
སྦྱིད་གཞན་སྟོན། འདི་སྦྱི་གཉེས་བདེ་ཞིག་འབྱུང་། དེས་ན་གི་རྟེའི་བྱེས་པ་  
གྲ་ཚང་གི་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྱིམས་སྲུ་བཅའ་བ་ནི་འདི་ལྟར།

**༡༥ དགེ་འདུན་པ་སྦྱིའི་ནང་བྱིམས།**

**དང་པོ།** རྒྱ་གར་དང་མདོ་སྐྱོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་སར་ཡོད་པའི་གི་རྟེ་ཚང་  
གི་དགོན་མ་ལག་གི་ནང་བྱིམས་ལ་འདྲ་མིན་ཕྱན་བུ་རེ་ཡོད་སྲིད་ནའང་ཅ་བའི་  
གི་རྟེ་ཚང་གི་བཅའ་ཡིག་བཅས་བྱིམས་ཀྱི་མངའ་བདག་གཅིག་ལུ་རང་ཅག་རྣམས་  
ཀྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་ལ་རོང་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པ་སྦྱི་སྦྱིང་རིམ་  
བྱོན་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་བྱིམས་སྲུ་བཅའ་པ་གཅིག་གྱུར་ལ་སོང་། ལྷ་སྦྱིངས་  
རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཚོས་མཐུན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གང་གནང་ཐམས་ཅད་དགེ་འདུན་པའི་  
ནང་བྱིམས་ཀྱི་ཆ་གས་སྲུ་འགྱུར་བས་མགོན་པོ་གང་གི་བཀའ་ལས་མི་འདའ་བ་  
བྱེད་དགོས་པ་སྟོན་མེད། རང་ཉིད་གི་རྟེ་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་གང་ཞིག་ཏུ་  
སྦྱོད་ཚེའི་རིང་དགོན་པ་དང་གྲ་ཚང་དེའི་ནང་བྱིམས་ཐམས་ཅད་རྩལ་བཞིན་  
བསྐྱུང་དགོས་པ་བཞིན་གྲ་ཚང་འདིའི་ནང་བྱིམས་ཐམས་ཅད་རྩལ་བཞིན་བསྐྱུང་  
དགོས། གལ་སྲིད་གྲ་ཚང་འདིའི་ནང་བྱིམས་ལྟར་ཉེས་པས་གོས་ཚེ་ཆད་ལས་  
ཅི་ཡོད་དང་ལེན་མང་ད་དགོས།

**གཉེས་པ།** རྒྱ་གར་གྱིས་མཚོན་མདོ་སྐྱོད་ས་སྦྱིགས་གང་སར་ཡོད་པའི་

བཅའ་ཡིག་སློབ་སྦྱོར་བསྐྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་

ཀའི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་གིས་གཙོས་དགོན་པ་གྲུ་ཚང་གང་རུང་ཞིག་ནས་སློབ་སྦྱོར་  
འགལ་གྱིས་གནས་དབྱུང་བཏང་བཞིན་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཚེ། ཀའི་ཚང་གི་དགོན་  
མ་ལག་གང་གི་ནང་དུ་འདྲེས་སློབ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོར་སློབ་སྦྱོར་སློབ་སྦྱོར་  
ཡོད་པ་བཞིན་གྲུ་ཚང་འདིར་ཡང་སློབ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོར་སློབ་སྦྱོར་སློབ་སྦྱོར་

**གསུམ་པ།** གྲུ་ཚང་འདིའི་ཁོངས་སུ་སློབ་སྦྱོར་བྱེད་པ་ལ། དང་  
པོར་རང་ཉིད་དགོན་ཚུལ་སློབ་གང་རུང་གི་སློབ་པ་དང་ལྷན་པའམ་ཡང་ན་ལམ་  
སང་རབ་ཏུ་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་པ་སློབ་མེད་ཐོག་གྲུ་ཚང་འདིའི་ནང་  
ཁྲིམས་གང་ཡོད་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་བརྗེས་སུ་བྱེད་འདོད་ཡོད་པ་དང་། གལ་སྲིད་  
ཉེས་པས་གོས་ཚེ་དགོན་འདུན་པའི་ནང་ཁྲིམས་བཞིན། ལུས་ཐོག་གམ། དངུལ་  
དངོས། ཆད་ལས་སོགས་ཉེས་ཆད་གང་གནང་ཐམས་ཅད་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུལ་  
རྒྱུ་ལ་ཀར་ཀོར་དང་སློབ་སྦྱོར་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་དང་ལེན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
གྱི་གན་རྒྱ་རེ་འབྲུལ་དགོས།

ཀའི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་མ་ཡིན་པའི་གྲུ་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ་གོང་གསལ་  
གན་རྒྱ་དེ་དགོས་པ་སློབ་མེད་ཐོག་སློབ་གཉེར་མཐར་མ་སོན་བར་དུ་ཚུལ་བཞིན་  
དུ་སློབ་རྒྱུའི་ཁག་ཐོག་འགན་ལེན་བྱེད་མཁན་ཚང་ལྷན་རེས་འགན་འཁུར་པའི་  
ཡིག་ཆ་ཞིག་གཉེས་མོས་ཀྱིས་འཛོག་དགོས།

**བཞི་པ།** གལ་སྲིད་སློབ་མེད་འདིའི་དགོན་འདུན་པ་སུ་ཞིག་ལ་མི་ཚངས་སློབ་  
སོགས་ཕམ་པ་བཞི་གང་རུང་གིས་གོས་པའི་སློབ་གཞི་བྱུང་བར་ཚོགས་འདུ་ནས་  
དག་སེལ་བྱེད་དགོས་པར་གཟིགས་ཚེ། དགོན་འདུན་འདུས་པའི་དབུས་སུ་མནའ་

སྐྱེལ་ཐོ་འདྲུགས་ཀྱིས་དགེ་འདུན་དམངས་ཀྱི་བྱུགས་དྲངས་པ་ཞིག་གྱེད་དགོས།  
 བམ་བཞི་གང་རུང་གིས་གོས་ནས་ད་དྲུང་གྲུ་པར་བརྟུས་ནས་བསྟན་པ་ར་  
 འཕྲོད་གསལ་པོ་བྱུང་ཚེ། ལམ་སང་གྲུ་ཚང་གི་སྐྱིགས་ཁོངས་ནས་སྤྱིར་འབྲུད་  
 དང་འབྲེལ། གྲུ་པར་བརྟུས་ནས་དགེ་འདུན་པ་སྐྱེལ་མཚན་གས་བཟོ་མཁན་གྱི་  
 བརྟན་བཞིག་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་བསྟན་གས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་རིག་ལས་  
 ལྷངས་ལ་མཁུན་ཉོགས་ཆེད་སྟན་སེང་འབྲུལ་རྒྱ།

གལ་སྲིད་སློ་བྱར་བའི་རྒྱུན་ངན་ཞིག་དང་འཕྲད་ནས་ཕམ་པ་བཞི་པོ་གང་  
 ཡང་རུང་བས་གོས་པ་སློ་འཕྲོད་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཚེ་བདུན་གཅིག་གི་ནང་ཚུན་རྒྱུན་  
 ངན་ཇི་ལྟར་འཕྲད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་དང་བཅས་ཡིག་ངག་གཉིས་ཐོག་ནས་  
 རྒྱ་མཚན་ཞིབ་གསལ་སྟན་ལྷུ་དང་འབྲེལ་བཟོད་གསོལ་འབྲུལ་འདོད་ཡོད་ཚེ།  
 བཟོད་གསོལ་དང་མཐོལ་བཞགས་དགེ་འདུན་དམངས་ལ་འབྲུལ་ཚོག་པ་ཞིག་  
 ཡིན། དུས་ཚོད་དེ་ལས་འགྲངས་ཉེ་གྲུ་ཚང་འདིའི་སྤྱི་རོལ་དུ་སྐྱེ་མིན་སེར་མིན་  
 ཀྱིས་མདུན་ལམ་གཞན་ཞིག་འཚོལ་མཁན་ཚོས་རྗེས་སུ་བཟོད་གསོལ་འབྲུལ་  
 འདོད་རེ་སྐྱེས་པའི་སྐབས་སུ་འབྲུལ་སྟངས་བཅའ་ཡིག་ཟུར་རྒྱུན་ལོན།

འོན་ཀྱང་། བྱིམ་པ་སུན་འབྲིན་གྱི་སྤྱོད་ངན་རིགས་བྱས་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་  
 པར་བརྟུན་མ་དང་བྱུད་མེད་ཀྱི་རིགས་ལ་གསལ་འབྲེད་རེས་ཀྱིས་མཚོན་མིག་སྟོས་  
 ལ་མི་མངོས་པ་བྱས་རིགས་ལ་སྐབས་བརྟུན་གྱིས་ཆད་པ་ནན་པོ་ཞིག་གཅོད་དགོས་  
 པས་ཆད་ལས་ཅི་དགོས་དགེ་བསྐྱེལ་དང་ལས་སྐྱེས་ཐག་གཅོད་མཛད་རྒྱ།

**ལྗེ་པ།** འདི་གའི་དགེ་འདུན་པ་གང་ཞིག་སེམས་ཤེས་ཤིང་ཤེས་པ་རྣམས་

དུ་གནས་པ། ལོ་ན་ལོན་པ་ཞིག་ནས། རང་དང་སྤྱིད་སྤྱིག་ཐ་དད་པའི་ས་ནས་  
དངུལ་དངོས་གང་ཞིག་བྲིམས་ཁང་ནས་རྒྱན་མར་ངོས་འཛིན་གྱིད་འོས་པའི་རིན་  
ཐང་གི་ཚད་གཞི་ལོངས་པ་ཞིག་བརྒྱུས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་སྟེ་མ་གྱིན་ལེན་གྱི་ཕམ་  
པ་བྱུང་བར་སློབ་སྦྱོར་ཀུན་ནས་ངོས་འཛིན་གྱིད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། གྲུ་ཚང་གི་  
སློབ་སྦྱོར་ཁོངས་ནས་སྤྱིར་འབྱུང་གྱིད་ཀྱི།

མ་གྱིན་ལེན་གྱི་ཕམ་པ་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་ཆ་ཚང་གྱིད་མི་ཐུབ་པའི་དངུལ་  
དངོས་སོགས་རྒྱང་ཚག་རིགས་བརྒྱུས་འབྲེལ་གྱིས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ། དངུལ་  
དངོས་སྤྱིར་འཇུག་གྱིད་ཀྱི་དང་། ཉིན་གྲངས་ཚད་འཛིན་གྱིས་གྲུལ་མཇུག་ཏུ་གནས་  
སྟོབས་ནས་ཐུག་འཚལ་དུ་འཇུག་པ་དང་ལུས་ཐོག་གི་ཉེས་ཆད་བསྐྱབས་ནས་དགོ་  
འདུན་དམངས་ཐུགས་མགུ་བ་ཞིག་གྱིད་དགོས་པས་སྐབས་སོ་སོར་དགོ་བསྐྱུལ་  
དང་ལས་སྟེས་ཆད་ལས་ཐག་གཅོད་མཛད་ཀྱི། སྤྱི་ལོ་གསུམ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་པ་  
བསགས་ཆེ་གོང་གསལ་ཉེས་པའི་ཐོག་ལུས་ཐོག་ཏུ་ཉེས་པ་ལྡབ་འཕར་སྐྱབ་དགོས།

ལོ་ན་མ་ལོན་པ་དང་སེམས་མི་ཤེས་པ། ཤེས་པ་ནལ་དུ་མི་གནས་པ་འཕྲ།  
གྱིས་པ་རྒྱང་དུ་བསམ་མེད་ཅིག་གིས་དེ་ལྟར་གྲུས་ཡོད་ཚེ། སློབ་གསོ་ནན་པོ་  
དང་འབྲེལ་ལུས་ཐོག་ཏུ་ཉེས་ཆད་ཅི་དགོས་སོགས་སྐབས་སོ་སོར་དགོ་བསྐྱུལ་  
དང་ལས་སྟེས་ཐག་གཅོད་མཛད་ཀྱི།

**དུག་པ།** གལ་སྲིད་འདི་གའི་དགོ་འདུན་པ་ནང་ཕན་ཚུན་མཚོན་ཆ་འཕྲ།  
དོན་ དུག་པ་སོགས་དང་། དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་རྣམས་སྤྱིན་བཏང་  
བའཕྲ། བྲག་བཏོན་རིགས་བྱུང་ཚེ། ཐབ་ཤེས་སམ་གྲུ་ཚང་གི་གཞུང་ལས་དང་།

ཡིག་བརྒྱ། མཚོན་མེ། ཉིན་རེར་བརྒྱ་ཕྱག་འཚལ་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་  
དང་ལུས་ཐོག་གི་ཉེས་ཆད་སྐྱབ་རྒྱ་གང་འོས་དགེ་བསྐྱལ་དང་ལས་སྣེས་བབས་  
གཟིགས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་ནན་པོ་ཞིག་མཛད་རྒྱ། ཏུས་དེ་ནས་བཟུང་ཕན་ཚུན་  
འཁོན་སེམས་ནམ་ཡང་མི་འཛིན་པའི་ཁས་ལེན་གྱི་དུ་འདུག་དགོས། ཉེས་པ་  
དེ་བཞིན་སྤྱི་མི་ཞིག་ལ་བསགས་ཡོད་ཚེ་ཉེས་ཆད་ལྡབ་འཕར་སྐྱབ་དགོས།

**བདུན་པ།** འདི་གའི་དགེ་འདུན་པ་གང་ཡང་རླང་བ་ཞིག་གིས་ནང་ཕན་  
ཚུན་གཉིས་ཀས་ལག་འཛིང་བྱས་ཡོད་ཚེ། ལས་འཛོལ་སྤྱི་ཡོད་ལ་མ་ལྟོས་པར་  
གཉིས་ཀས་ཉེས་ཆད་འདྲ་མཚུངས་སྐྱབ་དགོས། གལ་སྲིད་སྤྱི་གས་གཅིག་ནས་  
མ་གཏོགས་ལག་འཛིང་བྱས་མེད་ཚེ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེས་ཆད་སྐྱབ་དགོས། ལག་  
འཛིང་ལ་ཉེས་ཆད་དུ་ཐབ་རེས་སམ་གཞུང་ལས་ཀྱི་ཉིན་གྲངས་དང་། ཉིན་རེར་  
བརྒྱ་ཕྱག་དང་། ཡིག་བརྒྱ་འདོན་དགོས་པའམ། ཡང་ན། ལུས་ཐོག་ཉེས་  
ཆད་ཅི་དགོས་དགེ་བསྐྱལ་དང་ལས་སྣེས་བབས་གཟིགས་གནང་རྒྱ། ཉེས་པ་  
དེ་བཞིན་སྤྱི་མི་ཞིག་ལ་བསགས་ཡོད་ཚེ་ཉེས་ཆད་ལྡབ་འཕར་སྐྱབ་དགོས་རྒྱ།

**བརྒྱད་པ།** དགེ་འདུན་པ་ནང་ཕན་ཚུན་ཁ་ཚིད་དུག་པོ་ལྷག་ཚེ་གཉིས་ཀ་  
དང་། ཁ་ལན་སློག་མེད་ཚེ་ཁ་ཚིད་རྒྱག་མཁན་དེར་ཉེས་ཆད་གང་འོས་གཅོད་  
དགེ་བསྐྱལ་དང་ལས་སྣེས་བབས་གཟིགས་གནང་རྒྱ། སྤྱི་མི་ལ་དེ་ལྟར་ཁ་ཚིད་  
བྱས་ཡོད་ཚེ་ཉེས་ཆད་ལྡབ་འཕར་གཅོད་རྒྱ།

**དགུ་པ།** ལས་སྣེ་དང་དགེ་ཞན་གང་ཡང་རླང་བ་ཞིག་ལ་ཕན་ཚུན་ཉེས་  
བསགས་འཛིང་རེས་ཅོམ་མིན་པར། ཕན་སེམས་ལ་ལག་ལན་དང་ཁ་ལན་སློག་



པའི་མོལ་འཛིང་བྱུང་ཚེ་མིག་སྒྲོལ་ལ་བག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་འཛོལ་པས་ཐབ་  
རེས་སོགས་གཞུང་ལས་དང་ཡིག་བརྒྱ་གྲངས་གསོག་དང་། བརྒྱུ་ཕྱག་བརྒྱ་  
རེའི་ཉེས་ཆད་ཉེན་གྲངས་ཅི་དགོས་སོགས་ལས་སྐྱེས་ཐག་གཅོད་མངོན་གྱི། མོང་  
གསལ་དེ་གཉེས་ལ་ཉེས་ཆད་གཏོང་སྐབས་དགེ་བསྐྱེལ་ནས་གསལ་བཤད་དང་  
འབྲེལ་གྱི་མང་ཚོགས་པའི་དབྱུས་སུ་ཕྱག་སྒྲོལ་སོང་གིས་ཉེན་མཚོག་སྐྱེན་སྐྱར་  
མངལ་དར་དཀར་གཅོང་ཞིག་ཕྱེལ་ནས་བཤགས་པ་ལུ་དགོས།

ཟླ་སྐྱེལ་དང་། ལས་སྐྱེ། དགེ་ཆན་སོགས་སྐྱབས་ཡུལ་གོང་མ་མིག་དཔེ་  
བཟུ་ཡུལ་རྣམས་ནས་ཐ་མལ་པའི་འཛིང་རེས་བྱས་པ་སོགས་ཉེས་པ་གང་བསགས་  
ཐམས་ཅད་གྲུ་པ་སྐྱེ་མཚུངས་ལས་ལྡན་འཕར་གྱིས་ཉེས་ཆད་སྐྱབ་དགོས་པ་སྐྱོས་  
མེད་ཐོག་སྐྱོ་མགུ་དབྱུང་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཉེས་པ་དག་པར་མངོན་དགོས།

**བརྒྱུ་ཕྱག་** ཀའི་ཉེས་པ་གྲུ་ཚང་ནང་ལུལ། ཚོས་བརྒྱུད་དང་། ཡུལ་  
ཕྱོགས། དགོན་སྡེ་འབྲུ་མིན། རང་ཕྱོགས་དང་གཞན་ཕྱོགས། དགེ་ཆན་  
དང་དགེ་ཕྱག་ ལས་བྱེད་དང་སྐྱོབ་གཉེར་པ་སོགས་མིང་འདོགས་སྐྱ་ཚོགས་  
གྱིས་དགེ་འདུན་དབྱེན་སྐྱོར་གྱི་དཀྱིག་གིང་བྱེད་གཏེ་དངོས་སུ་ཐོན་པའམ། ཡང་  
ནཎ། དབྱེན་དཀྱིག་འགོ་གཞིའི་ཚོག་བདེན་རྒྱན་གང་རུང་ངམ། སེམས་མ་  
ཁེངས་པའི་འཆལ་གཏམ་སྐྱེལ་ནས་རང་གཞན་ཀུན་སྐྱོད་བཟོད་མི་བདེ་བར་  
བྱས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཚོ། དེ་ནི་དགེ་འདུན་ཞེས་པའི་མཚམས་མེད་པའི་ལས་  
གྱི་ཆར་གཏོགས་པས་ཤིན་ཏུ་ནས་ཉེན་ཆེ་བས་དུས་ཚོད་རྒྱས་བཀག་ནང་རང་  
དགོན་དང་ཚོགས་སྡེ་སོ་སོར་ཕྱིར་སྐྱོག་གིས་ཕྱིས་སྐྱོད་བྱེད་པའམ་སྡེ་འདི་ནས་

གནས་དབྱུང་གཏོང་རྒྱ་སོགས་ཆད་པ་ནན་པོ་ཞིག་ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུས་  
སྐབས་གཞིགས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་མཛད་དགོས།

**བཅུ་གཅིག་པ།** དགེ་འདུན་པ་སུ་ཞིག་ནས་ཚུལ་མིན་ནག་ཉེས་ཅན་ཡོངས་  
གྲགས་ཀྱི་ནག་ཚོང་རིགས་བྱས་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ་མ་ཚུལ་བརྒྱ་ཆ་ལྷུ་དང་ཁེ་འབབ་  
གང་ཡོད་གཞུང་ལ་བཤགས་པའི་ཚུལ་དུ་དང་སྒྲུབ་གིས་འབྲུལ་བ་དང་དེའི་ཐོག་  
ཉེས་ཆད་སྐྱབ་དགོས། ནག་ཚོང་རིགས་མ་ཡིན་ཀྱང་སྐར་གྱི་ཁེ་བཟང་ཁོ་ནའི་  
ཆེད་སྐར་ཚོང་རིགས་བྱས་ཚེ་རིམ་པས་ཚོས་སྡོད་ལས་ཉམས་པའི་རྒྱུར་འབྱུར་  
ཞིང་མིག་ལྡོས་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་ཞིག་འཛོག་པས། དེར་སྐྱོབ་གསོ་ནན་པོ་དང་འབྲུལ་  
སྤྱིན་ཆད་ཚོང་ལས་བྱེད་རྒྱུར་དམ་བསྟགས་མཛད་དགོས།

**བཅུ་གཉིས་པ།** ཚེད་མོའི་སྤྱིགས་གཞི་ཟུར་གསལ་ལྟར། གྲུང་མེང་  
སྐབས་ལ་རབས་སྡོད་བཟང་དང་བྱིམ་པ་སུན་འབྲིན་དུ་མི་འགོ་བའི་སྡོ་སྦྱིད་  
ཀྱི་བག་ཡངས་གནང་ཚོག་ནའང་། དགེ་འདུན་པ་གང་ཞིག་ནས་དདུལ་སྐྱོར་  
དང་དངོས་ཆས་རྒྱན་འཇུགས་ཀྱིས་ཚེད་མོ་ཚེ་བ་དང་། རྒྱན་འགྲུག་བྱས་ཡོད་  
མེད་ལ་མ་ལྡོས་པར། ཤོ་བག་དང་། མ་གྲུང་། ཏ་ཟེ་(ཤོག་པེ)སོགས་ཚུལ་  
མིན་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཚེད་མོ་མཚན་སྟན་ལ་གཞོད་པའི་རིགས་ངོ་སྟོག་གང་  
སར་ཚེས་ཡོད་ཚེ་རྒྱན་འཇུགས་ལ་དདུལ་རྒྱང་ཆད་པར་འབྲུལ་དགོས་པ་དང་།  
རྒྱན་འཇུགས་བྱས་མེད་ན་ཆད་ལས་ཅི་དགོས་སྐབས་བབས་དགེ་བསྐྱུལ་དང་  
ལས་སྡེས་ཐག་གཅོད་མཛད་རྒྱ། གྲུ་ཚོང་གི་སྤྱི་ལོགས་སུ་ཉེས་པ་དེ་ལྟར་  
བསགས་ཡོད་ཚེ་ཆད་ལས་ལྷུ་བ་འཕར་གྱིས་སྐྱབ་དགོས།

**བཅུ་གསུམ་པ།** འདི་གའི་སློབ་གཉེར་པ་སུ་ཞིག་ལོ་དུས་ཚད་འཛིན་དང་  
ཡང་ན་རྩ་དགོངས་ལུ་དགོས་ཤར་ཚེ་བཅའ་ཡིག་ཟུར་རྒྱན་ལྟར་དགོངས་པ་ལུ་  
འཁྲོལ་ཚོག་པ་ཞིག་ཡིན།

འོན་ཀྱང་གི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་དགོ་འདུན་པའི་ནང་སྲིམས་ལ་རྩེས་མེད་  
དོག་རོལ་བཏང་ནས་ངན་པ་དོ་འཁྲེར་གྱིས། དགོངས་པ་ལུས་འཁྲོལ་མེད་པར་  
རང་ཤེད་གྱིས་འགོ་བའམ། བྱོས་བྱོལ་གྱི་རྣམ་པས་འགོ་བ་སོགས་བྱུང་ཚེ་རང་  
དགོན་གང་དུ་གཏོགས་པ་དེར་མི་དེའི་བྱ་སྡོད་ངན་པ་དང་པོའི་ལམ་ནས་དོ་སྡོད་  
གྱིས་བྱིལ་བརྒྱགས་པའི་ཡི་གེ་གཏོང་རྒྱ་དང་འབྲེལ་སློབ་གསོ་གནང་དགོས་པའི་  
རེ་འདུན་འདི་ནས་ལུ་རྒྱ།

བྱོས་བྱོལ་དུ་སོང་བ་སུ་ཞིག་ནས་སློ་འགྲོད་སྦྱེས་ཏེ་ཉིན་གསལ་ལས་མ་འགྲངས་  
པར་གྲ་ཚང་དུ་སྦྱར་ལོག་བྱུང་རིགས་ལ་ཉེས་བསགས་གྱི་དོ་བོར་འཚམས་པའི་ཚད་  
ལས་སྐབས་བབས་སོ་སོར་ལས་སྦྱེ་དང་། ཡང་ན་ཚོགས་འདུས་ཐག་གཅོད་མཇུག་  
པ་དང་ཆབས་ཅིག་གཅོལ་སློབ་གསོ་ནན་པོ་ཞིག་གནང་དགོས།

**བཅུ་བཞི་པ།** གྲ་ཚང་གི་ལས་སྦྱེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་  
པར་སློབ་གཉེར་པ་སུ་ཞིག་ཆབ་སྲིད། ཤེས་ཡོན། ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
སོགས་སྦྱར་པའི་རྩ་འདུགས་ཀྱི་ཚོགས་སྡེ་གང་ཞིག་གི་ཚོགས་མི་བཟོ་བ། ཚོགས་  
པའི་ལས་བྱེད་ཀྱི་གོ་གནས་འཛིན་པ་སོགས་མི་ཚོག

སྤེ་ནང་གི་ཚོས་ལུགས་དང་ལུང་ཚན་ནང་ཁྲུལ། གང་ཟག་སྦྱར་གྱི་ལྟ་སྡོད་  
ལ་སྦྱོན་བཅོལ་གྱི་གཏམ་བཤད་དང་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྦྱོལ་མི་ཚོག འོན་ཀྱང་རང་

གཞུང་གི་བཀའ་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན། ཚེས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཅ་དོན་དང་འབྲེལ་  
བའི་ལས་དོན་རྣམས་རང་དོན་རང་གཅེས་མངོན་དགོས།

**བཅོམ་ལུ་གུ་ལས་སྒྲིའི་བཀའ་འབྲེལ་མེད་པར་བྱིས་པ་**ཆུན་གཞིན་  
སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཏུ་འགོ་འདུག་མི་ཚོགས་ལ་དགོང་མོ་ཞག་སྔོན་ཀྱང་ག་ལ་ཚོགས་ ཉེ་  
དུ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་བུད་མེད་ཀྱི་རིགས་ཆུན་གཞིན་སྲུ་ཡིན་ཡང་ཏུ་གྲུ་  
ལག་ཏུ་ནམ་ཡང་འགོ་འདུག་མི་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཁབ་གི་སྤྱི་གསལ་གཞིར་བརྩི་བཀུར་  
མངོན་དགོས་པ་དང་།

སྔོན་འགག་དང་གཟན་ཤམ་མ་གྱོན་པར་སྤྱི་ཁབ་གི་སྤྱི་འོགས་སྲུ་འགོ་སྔོན་  
བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ཆས་གྱོན་ནས་ཁྲིམ་བསྐྱོད་བྱེད་པ། ཤམ་ཐབས་འོག་གོས་  
ཐུང་གྱོན་པ། ཚེས་བུ་མེད་པའི་གཟན་དང་ཤམ་ཐབས། ན་བཟའ་མདོག་མི་  
ཏུང་བ། དམར་ནག་དང་། དཀར་པོ། ནག་པོ། ལྷ་པོ། དབྱིབས་མི་ཏུང་བ།  
སྔོན་ཐུང་དང་། གོས་ཐུང་། རྒྱ་ལྷ་སོགས་གྱོན་མི་ཚོགས་

འོན་ཀྱང་བལ་བོད་ས་མཚམས་ཀྱིས་མཚོན་གྲུ་ཆས་གྱོན་ཐབས་མེད་པའི་  
ས་གནས་ཁག་དང་ཨར་ལས་ཀྱིས་གཟན་ཤམ་བཅོག་པར་འགོ་གཞིའི་རིགས་  
ཀྱི་ལས་ཀའི་སྐབས་ཁོ་ན་ལ་དམིགས་བསལ་ཡོད་པ་ཙམ་ལས། གཞན་རྒྱ་གར་  
དང་བལ་ཡུལ་སོགས་སྲུ་གུང་མེད་དང་སྤྱན་བཅོས་ལ་འགོ་སྐབས་ཀྱི་ལམ་ཁ་  
དང་། སྔོན་ཡུལ་མགོན་ཁང་། སྤྱན་ཁང་། སྔོ་སྤྱིད་ཀྱི་སྐབས་སོགས་དུས་  
ནམ་དུ་ཡང་གྲུ་ཆས་དང་ཁ་འབྲེལ་མི་ཚོགས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་པ་བསགས་  
ཡོད་ཚེ་ཆད་ལས་སྐྱབ་དགོས།

**བཅུ་དྲུག་པ།** ཐབ་རེས་ཀྱིས་མཚོན་གྲུ་ཚང་གི་གཞུང་ལས་ལ་གཡོ་རྒྱུ་བྱེད་  
པཎྟ ཅད་རྩུ་བཏབ་པ། དགོངས་པ་རྩུན་ལྷུ་བྱེད་པ། དགོངས་ལྷུས་ཀྱི་དུས་ཐོག་  
དུ་མ་འཕྱོར་བ། ཅད་དགོངས་ལྷུས་ནས་སྣམ་ཁང་ལས་གཞན་བྲིམ་གཞུང་ལ་  
འབྲམས་ལྷུ་ལ་དང་། མྱོག་བརྟན་ཁང་། ཟ་ཁང་སོགས་ཀྱི་ནང་སྡོད་སྡོད་བྱེད་  
པཎྟ ལྷག་པར་དུས་མིན་སྤྱིར་བསྐྱོད་བྱེད་པ་ཤེས་ཉོགས་བྱུང་མཚམས་སུ་གཙོ་  
བོར་དགེ་བསྐྱེད་ནས་འོས་བབས་ཀྱི་ཉེས་ཚད་དུས་འགྲངས་མེད་པར་འགེལ་དགོས།  
གལ་སྲིད་དགེ་བསྐྱེད་ནས་ཤེས་བཞིན་ཉེས་ཚད་མ་བཀལ་བར་སྡོད་ཡངས་  
སུ་བཞག་པ་ཤེས་ཉོགས་བྱུང་མཚམས་ཚད་ལས་དེ་དག་དགེ་བསྐྱེད་རང་གིས་ཇི་  
ལྟར་སྐྱབ་དགོས་ལས་སྡེས་ཐག་གཅོད་མཛད་ཀྱི།

**བཅུ་དྲུག་པ།** འདི་གའི་སྐྱུ་ཚབ་དང་དགེ་བསྐྱེད་སོགས་ལས་སྡེ་གང་  
རུང་ཞིག་ནས་དགེ་སློབ་ལས་བྱེད་གང་རུང་ཞིག་གིས་སྤྱིར་བཏོན་འགེལ་དང་  
ལྷག་པར་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་འདི་དང་འགེལ་བའི་ཉེས་པ་བསགས་པ་མིག་  
གིས་མཐོང་བཞིན་དུ་སྐྱབ་བསྐྱུང་བྱས་པ་རྗེས་སུ་ཤེས་ཉོགས་བྱུང་མཚམས་དེ་གཉིས་  
ཀ་ལ་ཉེས་ཚད་ཚོགས་འདུ་ནས་བབས་འོས་གཙོད་ཀྱི།

**བཅོ་བརྒྱད་པ།** ཉེས་ཚད་རྒྱུ་ཚབ་ལྷན་ལྷན་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་དགོས་པའི་  
སློབ་གསེང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ངག་བཀོད་དང་ལེན་མ་བྱས་པའམ། ཡང་ན་སྡོད་  
ལམ་ལ་འགྱུར་བ་མ་བཏང་ཚེ་ལས་སྡེས་གོས་བསྐྱར་གྱིས་དེའི་ལུས་ཐོག་གི་ཉེས་  
པར་ཁ་བསྐྱར་མཛད་ནས་ཚད་པ་གཙོད་ཚོགས་

**བཅུ་དྲུག་པ།** བཞུགས་སྐར་ཀི་ཉི་ཤེས་པ་གྲུ་ཚང་གི་ནང་བྲིམས་ལ་ཁྱུང་

གསོད་ཀྱིས་སྐྱིགས་མཐུན་ངག་བཀོད། གཞིས་དགོན་ཁག་ཏུ་སྤྱིར་ལོག་བྱེད་རྒྱས་  
མཚོན་ཉེས་ཆད་ཆེ་ཆུང་གང་བཏང་ཐམས་ཅད་ལ་དང་ལེན་མ་ལྷས་པར་ངན་ཁྲིལ་  
བྱས་ཆོ། མཐའ་མར་རང་ཉིད་གང་ཏུ་གཏོགས་པའི་དགོན་པ་གྲུ་ཚང་དང་ཚོགས་  
སྡེ་དེ་ལ་སྤྱོད་ངན་ཅི་བྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་པའི་ཡི་གེ་ཁ་གསལ་པར་དང་སྐྱབས་  
ནས་གསལ་བསྐྱབས་གནང་དགོས་པའི་འགན་སྐྱེ་ཚབ་ནས་བཞེས་དགོས།

**ཉི་ལུ་པ།** གནས་དུས་ཚོད་ཅིས་ཀྱིས་རྒྱུན་དུ་འདི་གའི་སྐྱིགས་ཁྲིམས་དང་  
འགལ་བ་བྱས་པའམ། མི་ལྷགས་དཔུང་བསྐྱེལ་གྱིས་ངན་ཁྲིལ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་  
ཞིག་ལ། ཚོས་སྡེ་དང་ཚོགས་པ་གཞན་ཞིག་ཏུ་འཇུག་ལུགས་བྱེད་རྒྱུར་དགག་  
བྱ་མེད་ཅེས་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཡི་གེ་མི་སྤྱོད་པར་མ་ཟད་བྱས་ཉེས་གང་ཡོད་གསལ་  
བཤད་དང་འབྲེལ་དགག་བྱའི་ཡི་གེ་གཏོང་རྒྱ།

གྲུ་ཚང་འདིའི་སྐྱིགས་དང་བཀའ་ལ་གནས་དུས་ཚོད་ཅིས་ཀྱིས་བརྒྱས་  
བཅོས་བྱས་ཏེ་འགོ་བའམ། ཤོས་བྱོལ་དུ་འགོ་ཁུལ་གྱིས་ད་སའི་ཁུལ་གྲུ་ཚང་  
འདིའི་གཡས་གཡོན་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་ངན་པ་ངོ་འཁྲེར་གྱིས་བརྒྱས་བཅོས་  
དང་འབྲེལ་བསམ་བཞིན་བསྐྱད་ནས་གྲུ་ཚང་ནང་ངན་པར་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་འདི་གའི་  
སློབ་གཉེར་པ་བསམ་མེད་ཚོ་བསྐྱེད་བྱེད་པ། ད་དུང་ཡང་གྲུ་ཚང་འདིའི་  
གྲུ་པ་ཡིན་མདོག་གིས་སྐྱ་མ་གྲུ་ཚང་གི་མདུན་དུ་རྐང་བརྒྱུངས་ལག་བརྒྱུངས་  
ཀྱིས་བརྒྱས་བཅོས་དང་གནས་དུས་ཚོད་ཅིས་ཀྱིས་སྤྱིར་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་འདིའི་  
རིགས་ལ། མི་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཀི་རིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་གི་སྐྱ་གྲུ་མིན་ཚུལ་དང་  
འདིར་སྤྱོད་ཆེའི་རིང་གྲུ་ཚང་གི་སྐྱིགས་དང་བཀའ་མ་བཅུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་

གསལ། བར་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ནི་སའི་སྤོངས་གཞུང་གཡས་གཡོན་དུ་སྐབས་  
སོ་སོར་རྒྱར་འགྲེམས་བྱེད་རྒྱུའི་འགན་སྒྲུབ་པ་ཡིད།

**༡༥ སློབ་གཉེན་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།**

**དང་པོ།** འདི་གའི་སློབ་གཉེན་པ་གང་ཞིག་གིས་དགེ་ལྡན་སློབ་གྲྲི་སློབ་  
པ་བྲངས་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་བཟུང་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་  
མི་ཆེད་མདུན་ལམ་གཟེ་བརྗེད་ལྡན་པའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གཏན་འཁེལ་  
ཟེན་པས། རྒྱན་དུ་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སློབ་ཐམས་ཅད་དམ་ཚེས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་  
པར་འབད་བཙོན་གནང་དགོས། སློབ་གྲྲི་ལས་སློབ་བཟང་པོའི་མཐུས་གཞན་དོན་  
མཛད་མཁན་ཞིག་ཏུ་སློབ་བཞེས་ཡོད་པས་མི་ཆོ་འདིའི་ལས་དོན་དང་དམིགས་  
ལུལ་གཙོ་བོ་ཞིག་གཞན་དོན་མཛད་རྒྱུ་འདི་ཉིད་ཡིན་ན། ལོ་ན་གཞོན་པའི་གནས་  
སྐབས་འདིར་གཞན་དོན་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཚོགས་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྤྱི་དང་རྣལ་པར་  
བོད་ཀྱི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཅུ་དྲུག་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀུན་ལ་སློབ་སྦྱོར་རྒྱས་  
ཐབས་སྟུ། ལུས་སློབ་དང་ཉལ་སློབ་ཀྱི་བཙོན་པ་དྲག་པོས་སློབ་གཉེན་མཛད་རྒྱུ་  
འདི་སྐབས་སུ་བབས་པའི་ལས་འགན་ཡིན།

**གཉིས་པ།** རྒྱན་དུ་བསྐྱེད་ལྷུག་བྱེད་མཁན་ཡོད་མེད་ལ་མ་སློབ་པར་  
སྤྱིགས་རང་འཇུག་དང་སློབ་པ་རང་སྤྱང་གིས། དགེ་ལྡན་སློབ་པ། རྣམས།  
བྱང་ལོ་མས་སོགས་སློབ་པ་གང་བྲངས་ནམས་དག་པའི་ཐབས་སུ་གསོ་སློབ་  
ལ་ཆག་མེད་ཐེབས་དགོས་པ་དང་དགེ་ལྡན་སློབ་གྲྲི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལ་སློབ་  
སློབ་མཛད་ནས་སྤྱང་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པར་མ་ཟད། ཤེས་

རབ་འཕེལ་ཞིང་སློབ་གཉེར་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་རྒྱན་དུ་རྟུག་པའི་  
རྩ་ལ་གསོལ་འདེབས་དང་ཞལ་འདོན་སོགས་དགེ་སྤྱོད་མཛད་རྒྱ་འདི་ཤིན་  
དུ་ནས་གལ་ཆེ། རྟུག་པར་དགེ་འདུན་པའི་ནང་སྤྲིམས་ཀྱི་ལ་བརྩེ་སྤྱོད་དང་  
ནང་ཁྲུལ་གྱི་མཐུན་ལམ་ལ་རྒྱན་དུ་འབད་དགོས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
ཀུན་སྡོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་བབས་སུ་ལམ་རིམ་དང་སློབ་སྦྱོང་གི་རིགས་ལ་འབད་  
བ་ཆེན་པོས་སློབ་གཉེར་མཛད་ནས་གང་ཤེས་པ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ཉམས་ལེན་  
དུ་བསྟར་གང་ཐུབ་མཛད་དགོས།

**གསུམ་པ།** རྒྱན་དུ་གན་གཞིན་བརྩེ་བཀྱར་དང་། གལ་ནི་བསྐྱབ་གལ་མཛད་  
དགོས། ཚོགས་འདུ་ལས་སྡེ་དང་། དགེ་ཆེན། འཛིན་གྲུའི་དགེ་བདག་སོགས་འབྲེལ་  
ཡོད་ནས་སྤྲིམས་མཐུན་དང་གཅིངས་བཀོད་གང་གནང་བམས་ཅད་དང་ལེན་མཛད་  
དགོས་པར་མ་ཟད། གལ་སྲིད་རང་ཉིད་ནས་ཉེས་བསགས་བྱས་ཡོད་ཆོ་ཆད་ལས་  
གང་གནང་བམས་ཅད་ལ་རབས་སྡོད་བཟང་གི་སློབ་ནས་དང་ལེན་མཛད་དགོས།

**བཞི་པ།** རྒྱན་དུ་སློབ་ཐུན་དང་ལས་ཀ་ཆད་མི་དགོས་པ་གཙོ་འདོན་བྱེད་  
དགོས། གལ་སྲིད་འཛིན་གྲུར་དགོངས་པ་མ་ཞུས་ཐབས་མེད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་  
དང་འཕྲད་ཆོ། ལས་དོན་དང་འགོ་ཡུལ་གསལ་འཁོད་ཀྱི་དགོངས་ཤོག་ཐོག་འཛིན་  
གྲུའི་དགེ་བདག་དང་། སློབ་ཐུན་དགེ་ཆེན། དགེ་བསྐྱེད། སློབ་སྦྱི་བཅས་ཀྱི་  
མཚན་རྟགས་རིམ་འཁོད་ལུགས་མཐུན་གྱིས་དགོངས་པ་ཞུ་འཁོལ་ངེས་པར་དགོས།

**ལྔ་པ།** སློབ་གཉེར་པ་ནད་མནར་རིགས་ལ་འཕྲོད་བརྟེན་སྤྲོན་བཅོས་འདི་  
ཤིན་དུ་གལ་ཆེ་བས་ཁམས་མ་བདེ་བ་བྱུང་ཆོ་རྣམས་ཡང་དུ་མ་སོང་བར་སྤྲོན་བཅོས་མཐུན་



ཉེན་འབྲུག་སྐྱོད་པའི་སྐབས་ལྟར་ལྷན་འབྲུག་བཞེས་མཛད་ཀྱི།

འགའ་ཤས་ཉེན་དབང་གིས་སློབ་གཉེར་མཐར་མ་སོན་པར་ཅུ་དགོངས་མ་  
ལྷན་ཐབས་མེད་དུ་གྱུར་ཚེ། དགོངས་པ་ལྷན་སློབ་བྱེད་ལྷན་སྐྱོད་པའི་སྐབས་ལྟར་  
གསལ་ལྷན་ལྷན་སློབ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། དགོངས་པ་ལྷན་སློབ་དགོས་པར་སློབ་  
གཉེར་དང་ལས་ཀའི་དུས་ཡུན་མཐར་མ་སློབ་བར་སློབ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་  
བརྩོན་གནང་དགོས།

**དུག་པ།** བྱ་ཚང་གི་ཉེན་ཚོགས། འབས་རིམ། གཞུང་ལས་སོགས་  
འོས་བབས་ཀྱི་ལས་ཀའི་བཞུགས་པའི་གནང་བ་ལ་དང་ལེན་མཛད་དགོས་པ་  
མ་གཏོགས་སློབ་གཉེར་སོགས་ལས་དོན་འདྲ་མིན་ལ་ཁག་འདོགས་ཀྱིས་གཡོལ་  
ཐབས་ནམ་ཡང་མཛད་མི་རུང་།

**བདུན་པ།** སློབ་སློབ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལྟར་ཉེན་ཚོགས་ལྟར་མཛད་རིམ། ལྷན་  
དགོང་གི་ལས་འདོན། སློབ་བྱུང་ཁག་དཔེ་བྱིད། རང་སློབ་ཁག་ཚོམ་ཡིག་  
སྐྱོད་ཀྱི། བཞུགས་པའི་སྐབས་ལྟར་ཉེན་ཚོགས་ལྟར་མཛད་དུ་དཔེ་དེབ་ལྷན་སློབ་  
ཚོམ་ཡིག་འགྲུག་  
བརྒྱུད། ཚོད་ཀྱི་གསལ། ཡིག་ཀྱི་གསལ། རྒྱུ་འཛིན་ཀྱི་གསལ། ལྷན་རིམ། ཚོད་གྲུ་  
དམ་བཅའ། བརྩོན་བཞག་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལྟར་ཉེན་ཚོགས་ལྟར་མཛད་དགོས།

**༡༥ བཞུགས་སྐབས་ཀི་ཉི་ལྟེ་སྐབས་ལྟར་བྱ་ཚང་གི་འཛིན་སློབ་ལྷན་ཚོགས།**

**དང་པོ།** བཞུགས་སྐབས་ཀི་ཉི་ལྟེ་སྐབས་ལྟར་བྱ་ཚང་གི་འཛིན་སློབ་ལྷན་ཚོགས་  
ནི། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ལྷན་ ༡ ཚེས་ ༥ ཉིན་ཅུ་འཇུགས་གནང་བའི་ཚོགས་པ་ཚང་

ལྷན་ཞིག་ཡིན། ཚོགས་པ་འདི་ཉིད་རང་གཞུང་ཚོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ལ་དེབ་སྐྱེལ་  
བྱས་པའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། རང་གཞུང་ཚོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ནས་ལུགས་  
མཐུན་གྱི་ཚོགས་པར་ངོས་འཛིན་གྱི་བཀའ་འོག་གནང་ཡོད་པར་བརྟེན་བཅན་གྱི་ལ་  
བོད་གཞུང་གིས་ངོས་འཛིན་གནང་བའི་བྲིམས་མཐུན་གྱི་ལྷན་ཚོགས་ཞིག་ཡིན།

**གཉིས་པ།** འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་གཞི་ནི། ཚོགས་པའི་དབུ་  
འཛིན་ཆུང་གཞིན་གཉིས། བྲ་ཚང་གི་མཁན་པོ། དགེ་བསྐྱེལ། དབུ་མཛད།  
ཕྱག་མཛོད་ཆུང་གཞིན་གཉིས། གཉེར་པ་ཆུང་གཞིན་གཉིས། དྲུང་ཡིག་དགེ་  
ཆུང་བཞི། སློབ་ཕྲུག་གི་འཇུག་མི་གསུམ། ཚོགས་མི་དཀྱུས་མ་གསུམ་བཅས་  
ཚོགས་མི་གྲངས་ཉི་ལུ་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

**གསུམ་པ།** འཛིན་སྐྱོང་རྒྱུན་ལས་ནི། ཚོགས་གཙོ། དྲུང་ཡིག་ཕྱག་  
མཛོད་ཆུང་གཞིན་གཉིས་བཅས་རྒྱུན་ལས་བཞི་ཡོད།

**བཞི་པ།** དམིགས་ཡུལ་དང་ལས་འགན་ནི། སློབ་གཉེར་ཁང་འདིའི་  
སློབ་སྐྱོང་ཚོགས་ཚུད་དང་། སློབ་ལམ་ཀུན་སྐྱོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དང་།  
འཚོ་གོས་གནས་མལ། ལྷན་བཅོས་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་གང་དགོས་ཐམས་ཅད་  
ཐབས་འཚོལ་བྱེད་དགོས་པའི་སློབ་ལམ་གཞི་ལྷན་ཐབས་སུ་ཡོད།

**༤༥ ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་འགན་དབང་།**

**དང་པོ།** ལས་སྡེ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་གཞི་ནི། མཁན་པོ། སྐྱ་ཚབ། སློབ་  
སྐྱོད་དགེ་བསྐྱེལ། དབུ་མཛད། བྲ་ཚང་གི་ཕྱག་མཛོད་གཉིས་བཅས་གདན་  
འཛོམས་པ་ལ་ལས་སྡེ་ལྷན་རྒྱས་ཞེས་ཟེར། འདི་ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་འོག་ནས་གྲུ་

ཚང་གི་ལས་དོན་ཆེ་ཕྱ་ཀུན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་དུས་པའི་ཆེས་མཐོའི་དབང་ཚད་ལྡན་  
པའི་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན།

**གཉིས་པ།** ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཀྱི་ལྷན་ཀྱི་ལྷན་གཞི་ནི། གོང་གསལ་ལས་  
སྡེ་ལྷན་ཀྱི་སྡེ་དང་། ལྷན་ཚང་གི་གཞི་རྒྱ་ལ་གཉིས། ལྷན་ཚང་གི་དབང་ཡིག་དཔེ་  
མཛོད་དབུ་འཛིན། ལས་ཀྱི་དཔེ་འབྲུག་མི། རིག་གནས་འཛིན་གྲུ་གོང་  
མ་ལུང་འབྲུག་མི་རེ་རེ། རིགས་ལམ་འཛིན་གྲུ་ལུང་ལུང་ལྷན་ལྷན་གྱི་འཛིན་གྲུ་  
སོ་སོའི་སྡེ་དཔེ་བཅས་ལྷན་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ཚང་འདྲིའི་ཚོགས་འདུ་  
ཀྱི་ཤོས་དེ་ཡིན།

**གསུམ་པ།** ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཀྱི་དབུ་བཞུགས་ནི་ལྷན་  
དུ་མཁན་པོ་འཇམ་མཁན་ཚབ་དང་མཁན་པོ་འཇམ་མཁན་ཚབ་བཞུགས་མེད་ཆོ་སྲུ་  
ཚབ་ནས་དབུ་བཞུགས་མཛོད་ཀྱི། ཟླ་རེའི་ནང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཀྱི་ཐབས་  
རེ་དེས་པར་གནང་དགོས། ལས་དོན་དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་རིགས་ནམ་གུང་  
ལ་ལས་སྡེ་ལྷན་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་དང་། ཚོགས་འདུ་འཕར་མ་དུས་ཚོད་དེས་  
མེད་དུ་ལྷན་ཀྱི་གནང་ཚོགས་ཀྱི། ལྷན་ཀྱི་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཚོགས་དུས་མཁན་པོ་འཇམ་  
མཁན་ཚབ་ལ་སྲུ་ཚབ་ནས་གོས་བསྐྱར་གྱིས་དུས་ཚོད་གཏན་འཁེལ་མཛོད་པའི་  
ཚོགས་འདུའི་བདེ་ལན་སྲུ་ཚབ་ནས་དགོ་བསྐྱར་ལ་གནང་ཆོ། ཚོགས་བདེ་གཏོང་  
ཀྱི་དགོ་བསྐྱར་ནས་འགན་བཞུགས་དགོས། ཚོགས་འདུ་པ་སྲུ་ལིག་ལ་བདེ་འཁྱོར་  
ནའང་ཚོགས་འདུར་མ་ལེབས་ཆོ། ཚོགས་དུས་རེ་རེ་བཞིན་སྐོར་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྲུ་  
དགོས། ཚོགས་འདུའི་ཚད་དུལ་དགོ་བསྐྱར་ནས་བཞུགས་ཀྱི།

**བཞི་པ།** ལས་སྣེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་འགན་དབང་ནི། ཀའི་ཉི་ཤུ་གྱི་སྐབས་ལྷན་འཇུག་གི་འཛིན་སྐྱོང་། རྒྱུ་གཉེར། རྒྱུ་གསལ་ལམ་སོགས་ལས་དོན་ཆེ་སྤྱི་དང་། དམིགས་བསལ་རྒྱུ་གསལ་གཞིར་བསྐྱར་བཀོད་དང་། ཉེས་ཆད་གཏན་འབེབས། དགོངས་ལུང་རིགས་ལ་དགོངས་འཁྲིལ་འོས་མིན་གྱི་ཚད་འཛིན། ལུ་ཚོད་ལ་བདེན་རྒྱུན་དུ་འབྱེད། ལས་ཤུད་བསྐྱོ་བཞག་ ཉེས་ཅན་གནས་དུ་བྱུང་། ལས་གཞིའི་འཆར་འགོད་སོགས་ལས་དོན་ལམ་སང་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པ་རྣམས་ཐག་གཅོད་མཛད་པའི་གྲོས་ཚོད་ཁག་དེབ་ཡིག་ཏུ་མ་ཆད་པར་འགོད་དགོས། གལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་དེ་བཞིན་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་དང་སྐྱེ་ཚབ་བརྒྱུད་ནས་སྣན་སང་དང་འབྲེལ་བཀའ་འཁྲིལ་བྱུང་མཚམས་མཐའ་མའི་ཐག་གཅོད་དུ་གཏན་འབེབས་མཛད་ཀྱི།

**ལྔ་པ།** ལས་སྣེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་རྒྱས་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་ཚོགས་མི་སྡེའི་གངས་འབོར་གྱི་དངོས་ཡོད་གངས་ཚད་ཀྱི་ཕྱེད་ཀ་ལྷག་མ་འཛོམས་ཆེ་ཐག་གཅོད་གསར་པ་གང་ཡང་གནང་མི་རུང་། དོན་གནད་འགའ་རེའི་ཐོག་སྐབས་འགར་མང་མོས་དང་། འོས་བསྐྱུ། སྐབས་འགར་མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་དང་སྐྱེ་ཚབ་ནས་གནད་དོན་འབྲེལ་བཤད་ཀྱིས་དགག་དགོས་ལ་གཞིགས་ནས་ཐག་གཅོད་འདི་ལྟར་མཛད་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ཡང་གནང་ཚོགས་གལ་སྲིད་ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན་པའི་ལས་དོན་ཆེ་སྤྱི་གང་ཡང་རུང་བར་དགག་དགོས་ཀྱི་མཚན་ལ་གཞིགས་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་ཐག་གཅོད་གཞན་ཞིག་ཀྱང་མཛད་ཚོགས་པར་མ་ཟད། ཐག་གཅོད་དེ་ཉིད་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་ཐག་གཅོད་ཡིན་པ་ལྟར་བརྟེན་བཀའ་གྱིས་

**༥༥ མཁན་པོ་ལས་མཁན་ཚབ་ཀྱི་མཛད་འགན།**

**དང་པོ།** ཡ་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་འོག་གི་ཉིའི་བྱེད་སྒོ་བྱ་ཚུངས་ཀྱི་སྐྱོད་སྒྲིག་གཞི་གཞིར་བརྒྱུད་ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་བོའི་མཛད་འགན་བཞེས་ཏེ། ལས་སྡེ་ལྷན་ཚུལ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཚུལ་གྱི་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་བྱ་ཚུངས་གི་ལས་དོན་ཆེ་མེད་མཐའ་དག་གི་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྒྲུབ་ལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཛིན། ཡ་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པ་དང་སྐྱོད་སྒྲིག་གཞིའི་ཚུ་ལས་མི་འདུལ་བའི་དོ་དམ་ནན་པོ་མཛད་ཀྱི། གལ་ཆེ་བའི་ལས་དོན་ཡ་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་སྤྲོད་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྐྱོད་སྒྲིག་གི་ཐུགས་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས། ལྟན་ཏུ་གལ་ཆེ་བའི་སྐབས་འགར་མཁན་པོས་ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཚུལ་བསྐྱོང་ཚོགས་ནའང་སྐྱེ་ཚབ་ལ་གྲོས་བསྡུར་གྱིས་དགོ་བསྐྱེད་བརྒྱུད་ནས་ཚོགས་འདུ་བར་ལན་བརྒྱ་མ་ལུས་པར་མཛད་དགོས།

**གཉིས་པ།** མཁན་པོ་དབུ་བཞུགས་གནང་དགོས་པའི་ཚོགས་ཆེ་ཆུང་གང་ཡོད་ལ་རྒྱུན་ཕྱིན་པ། མཚམས་མཚམས་སུ་བྱ་ཚུངས་ཀྱི་ཚོགས་དབུས་སུ་ཚོགས་གཏམ་དང་བཀའ་སློབ། གསར་བུ་པ་ནམས་ལ་དཔེ་བྲིད་གྱིས་མཚོན་ཚོས་འཆད་ཉན་སོགས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་ལོང་། བྱ་ཚུངས་ཀྱི་སྐྱོད་སྒྲིག་ལམ་ཀུན་སྲོད་དང་བསྐྱེད་སྒྲིག་གཉིས་ལ་ཉིང་བསྐྱེད། སྐྱེ་བའི་དང་ཚོས་གྲུ། དམ་བཅའ་སོགས་ལ་གཞིགས་ཏེ་གཞི་བརྒྱུད་བཞུགས་ཚོད་མཚམས་བར་གནང་དགོས་ལོང་། མཚམས་མཚམས་སུ་བཀའ་ཚོས་རེ་གནང་རྒྱ། ལྟན་ཏུ་པར་རིགས་ལམ་འཛིན་

གྲི་ཚོད་རྒྱལ་སྤྱོད་དང་། འདོན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་འགན་བཞེས་དགོས། དམ་བཅའ་ཚེ་  
ཁག་གི་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་འགོ་འདོམས་ཀྱང་མཛད་དགོས།

**གསུམ་པ།** གྲུ་ཚོད་འདོད་ཚོགས་དང་ཚོས་ར་སོགས་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཛད་  
སློང་གང་ཞིག་ཏུ་ཕྱེབས་བཞུགས་སྐབས། དབུ་ལྷ་དང་ཚོས་གོས་སྐྱ་ལྷམ་བཞེས་  
སྤངས་སོགས་སྲ་སྲོལ་མཁན་པོའི་སྤྱད་བཞེས་བཟང་པོ་རྣམས་དེང་དུས་དང་གནམ་  
གཤིས་སོགས་འཕྲོད་མིན་ཡོང་སྲིད་ནའང་སྲ་སྲོལ་བཟང་པོ་གང་ཡོད་ཅད་ཞིབ་  
ཀྱིས་མི་ཉམས་རྒྱུ་འཛིན་གནང་ནས་སྲ་གསར་བུ་པ་རྣམས་ལ་མིག་སྒྲོས་བཟང་  
པོ་ཞིག་འཛོག་ཐབས་མཛད་དགོས།

**༤༥ རྒྱ་ཚབ་ཀྱི་མཛད་འགན།**

**དང་པོ།** རྒྱ་བས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་རྒྱ་ཚབ་ནི། གྲུ་ཚོད་འདོད་  
འཛིན་སྐྱོང་ལས་ཤུད་པའི་ནང་ནས་གནས་རིམ་མཐོ་ཤོས་གཅིག་པུ་དེ་ཡིན་  
པས། འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ནང་གི་ལས་དོན་སྤྱིའི་འགན་སྲུང་ས་  
པའི་ཐོག་ནས་ལྷ་རྟོག་གིས་འཁྲོག་པོ་ཡོ་བསྐང་དུས་ལས་མ་ཡོལ་བར་མཛད་  
རྒྱུ་འདི་ལས་འགན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན།

ལས་སྤྱོད་དང་ཚོགས་འདུ་རྣམས་ཀྱི་དབུ་བཞུགས་སུ་མཁན་པོ་འམ་མཁན་  
ཚབ་བཞུགས་ཡོད་ཚེ་དེའི་སྤྱད་རོགས་དང་མེད་ཚེ་ཚོགས་འདུའི་དབུ་བཞུགས་  
གནང་དགོས། གཞུང་འབྲེལ་ཡིན་མིན་གྱི་ཚོགས་འདུ་དང་མཛད་སློལ་ལ་གྲུ་  
ཚོད་གི་རྒྱ་ཚབ་མཛད་དགོས་ཤིང་། གལ་སྲིད་ཕྱེབས་མ་ཐུབ་ཚེ་རྒྱ་ཚབ་གཞན་  
ཞིག་མངགས་གཏོང་མཛད་རྒྱུ། གྲུ་ཚོད་གཞུང་གི་རྒྱ་མཁོན་ཁག་ཕྱེབས་བསྐྱུ་དང་

སྒྲེ་ལེན་མཐུན་འགྲུར་རོགས་རམ་མངོན་རྒྱུའི་ཐུགས་འགན་ཡང་ཡོད།

**གཉིས་པ།** ལྷན་དུ་གྲུ་ཚང་སྤྱི་ནང་གི་སྤྲིགས་ལམ་སྤོམ་རྒྱུའི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་དག་བསྐྱེལ་ལ་ཡོད་ནའང་། སྤྲིགས་ལམ་སྤྱིའི་ཆ་ནས་ཉམས་ཞན་དུ་མི་འགོ་བའི་ལྷ་ཉིག་དང་དེའི་འགན་བཞེས་ཏེ་དག་བསྐྱེལ་ལ་གོ་བསྐྱེར། ལྷན་པས་སོ་སོར་ཚོགས་ཡོངས་སུ་ཚོགས་གཏམ་བཀའ་སློབ་ཀྱང་གནང་དགོས། དག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་ལྷན་པས་གྲུ་ཚང་གི་སྤྲིགས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ལྷ་ཉིག་དང་ཚོགས་དང་ཚོས་ར་བཅས་པར་དག་བསྐྱེལ་གྱི་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།

ལས་ཀ་དང་འཛིན་གྲུའི་འཆར་ཅན་གྱི་དགོངས་ལུ་མ་ཡིན་པའི་དགོངས་ལུ་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་སྐྱེལ་བའི་བསྐྱེད་ནས་ལུ་སྤོད་གནང་དགོས། ལྷ་ཚབ་ཀྱིས་སྤྲིགས་ལམ་བཞེན་དགོངས་ཤོག་ལ་སྐྱེན་ལུ་བཞེས་འོས་མཆིས་མིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས་ལྷན་པས་འཛིན་གནང་དགོས། དགོངས་ཤོག་ལ་སྐྱེན་ལུ་བཞེས་ཟིན་པ་རྣམས་མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་དང་ལས་སྤྲོ། ཡང་ན། ཚོགས་འདུར་ལུ་འོས་པ་རྣམས་ལུ་སྤོད་དགོངས་འབྲིལ་ཡོད་མེད་ཐག་བཅད་ཟིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལན་བརྟེན་གནང་རྒྱ་དང་། ཐག་མ་ཚོད་པའི་དགོངས་ལུ་གལ་ཆེའི་རིགས་ལ་སྐྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་སྐྱེན་མེད་ལུ་རྒྱ་རྒྱུའི་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།

**གསུམ་པ།** ཐུག་མཛོད་ཁང་། གཉེར་པ། དཔེ་མཛོད། མགོན་ཁང་། ཚོང་ཁང་། ཁང་གཉེར་སོགས་གྲུ་ཚང་གི་དདུལ་དངོས་དང་གཞུང་རྒྱས་སོགས་ཚུལ་སྤོད་ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུལ་སྤོད་ལེན་གྱི་ཚུལ་དཔང་ལ་དེས་པར་ཐེབས་དགོས།

གྲུ་ཚང་གི་ཤག་དཀྱུགས་དང་། དགེ་ཆེན་དང་ལས་བྱེད། བྱི་ནང་གི་སྐྱུ་མཐོན་  
སོགས་ལ་གྲུ་ཚང་ནང་ཁང་པ་གཡར་སྒྲོད་ཀྱི་འགན་ཡང་སྐྱུ་ཚབ་ལ་ཡོད།

**བཞི་པ།** འོས་བསྐྱེའི་ལམ་ནས་ལས་བྱེད་བསྐྱོ་བཞག་བྱེད་དགོས་རིགས་  
རྣམས་དུས་ཐོག་སོ་སོར་འོས་བསྐྱེ་བའི་ལས་འགན་ཡང་སྐྱུ་ཚབ་ནས་གཙོ་བོར་  
བཞེས་དགོས་པ་དང་། ཚོགས་འདུའི་དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས་བྱེད་པའི་འགན་  
ཡང་ཡོད། ལས་བྱེད་བསྐྱོ་བཞག་དང་ལས་བྱེད་དགོངས་པ་ལྷུ་འབྲེལ་བྱུང་ཡོད་  
མེད་ཀྱི་ལན་བརྒྱུ་དུས་འགྲུངས་མེད་པར་གནང་དགོས།

**ཕ་། སློབ་སྦྱིའི་མཇུག་འགན།**

**དང་པོ།** སློབ་སྦྱི་ནི། ཀེ་རིའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་ངམ་སློབ་གཉེར་ཁང་འདིའི་  
ཤེས་ཡིན་སློབ་གཉེར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གཙོ་བོའི་འགན་  
ཁུར་བ་དང་བཀོད་སྐྱིག་གནང་མཁན་མཐོ་ཤོས་དེ་ཡིན་པས། དགེ་ཆེན་སོགས་  
ཤེས་ཡིན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་བྱེད་ཡོངས་རྫོགས་ལ་དུས་སྐབས་སོ་སོར་བཀོད་  
ཁུར་གནང་དགོས་པའི་འགན་དབང་གཉིས་ཀ་ཡོད།

**གཉིས་པ།** དགེ་ཆེན་རྣམ་པ། ལྷུགས་སྒྲོད་སྡེ་ཚོན། ཚུམ་སྐྱིག་སྡེ་ཚོན།  
དཔེ་མཛོད་སྡེ་ཚོན། སློབ་གྲྭ་སྡེ་ཚོན། བཟོ་སྐྱེད་ཚོགས་འདུ། དགེ་ཆེན་འོས་  
སྒྲོད། དམིགས་བཀའ་འཛིན་གྲུ་སོགས་ཤེས་ཡིན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཡོངས་  
རྫོགས་ཀྱི་བཀོད་སྐྱིག་དང་དེ་ཚོའི་སྐྱིགས་ལམ། ལས་དོན་ལ་ལྷ་རྟོག་དགེ་ཆེན་  
སོགས་སྡེ་ཚོན་སོ་སོའི་ལས་བྱེད་པའི་དགོངས་ལུའི་རིགས་ལ་སྤངས་འཛིན། དགེ་  
ཚབ་གང་དགོས་བཀོད་སྐྱིག་གི་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།



**གསུམ་པ།** སློབ་ཚན་གཏན་འབེབས་དང་དེར་བསྐྱར་ཞིབ། རྒྱ་གསུམ་སོ་སོའི་སློབ་ཚན་ཆ་བཤོས། འཛིན་གྲུ་སོ་སོའི་དགེ་མན་དང་། འཛིན་ཁང་གྲུ་སློབ་ཐུན་དང་རྒྱལ་སློབ་སོ་སོའི་དུས་ཚོད་རེ་འཕྲི་མིག་བཤོད་སློབ་དང་གཏན་འབེབས། སློབ་ཚན་ནམས་དུས་ཚོགས་སོ་སོར་རྫོགས་ཐུབ་པའི་བསྐྱེད་འདེད་གནང་རྒྱུའི་འགན་བཞེས་དགོས།

**བཞི་པ།** སློབ་གཉེར་ཁང་འདིའི་རྒྱལ་སློབ་ཚེ་ཕ་མཐའ་དག་གི་སྤྱི་ནང་གི་དྲི་བ་ཁག་གོ་སློབ་དང་། དྲི་བར་མོར་འཁྲུལ་ཡོད་མེད་གསང་བའི་ཞིབ་འཇུག་དྲི་ཤོག་དཔར་འདེབས། དྲི་བའི་གསང་བ་རྒྱུ། དྲིས་ལན་དང་རྒྱལ་སློབ་འབྲས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས་ཐུབ་འབྲས་འདོན་རྒྱུ། རྒྱལ་སློབ་ཤེད་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་ཉོག་པ་དང་རྒྱལ་སློབ་ཀྱི་དུས་ཚོད་གཏན་འབེབས། རྒྱལ་སློབ་སྐབས་ཀྱི་སློབ་ལམ་བཅས་ལ་འཇུག་ཤོར་མེད་པའི་འགན་ལེན་དགོས།

**ལྔ་པ།** ཤེས་ཡིན་སློབ་སློབ་དང་འབྲེལ་བའི་མཛད་སློབ་དང་ཚོགས་འདུ་ཁག་ལས་བརྗོལ་སྲིད་གསུང་བཤད་དང་མཛད་རིམ། ཕུག་འབྲེར་ཁག་ལེགས་སློབ་སློབ་ཚོགས་གོ་སློབ་དང་དེའི་འགན་འབྲེར་དགོས་ལ།

མོ་རའི་དཔེ་དེབ་པར་བསྐྱེད་ཤེད་དགོས་པའི་དཔེ་སྤྲང་། གསལ་ཤོག་ཁག་དཔེ་དེབ་གསར་རྩོམ་ཁག་ནས་དཔར་བསྐྱེད་ལྷུ་དགོས་མིན་གྱི་འཆར་གཞི་བཟོ་འགོད་བཅས་ཀྱི་འགན་བཞེས་དགོས།

### ༤༥ དགོ་ཆེན་གྱི་མཛད་འགན།

**དང་པོ།** དགོ་ཆེན་ནི། སློབ་གཉེས་ཁང་འདིའི་ཤེས་ཡིན་དང་ཀུན་སྲོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་མིན་གྱི་རྩ་བ་དགོ་ཆེན་ལ་རག་ལས་པས། ཐོག་མར་དགོ་ཆེན་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ལུས་ངག་གི་སྲོད་ལམ། དུལ་བ། ཞི་བ། སློབ་མ་ལས་ཡིན་ཏན་ལྟག་པ། ལྷ་བ་ལ་མཁའ་པ། བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། གཞན་དོན་གྱི་དཔལ་སྲོལ་སྲོང་བ་སོགས་བཤེས་གཉེན་ནམ་དགོ་ཆེན་གྱི་མཚན་ཉིད་མ་མཐའ་ཞིག་བཅོས་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཚང་བའི་ཐབས་ལ་རྒྱན་དུ་འབད་དགོས་ཤིང་། ལྷག་པར་དུ་ཁས་སྲུང་ས་པའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དམ་ཚིག་དང་སྲོམ་པ། གྲུ་ཚང་གི་སྒྲིགས་ལམ་མམ་དགོ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་ལ་རང་ཉིད་ཚུལ་བཞིན་དུ་གནས་ཤིང་གཞན་དེ་ལ་འགོད་པར་མཁའ་པ། འདུལ་བའི་བཅས་མཚམས་དང་དགོ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་ལ་འཕུ་སྲོད་དང་མ་རངས་པའི་རྣམ་པ་ཅོམ་ཡང་མེད་པར་བརྩེ་བཀུར་གྱི་ཤིང་པ། འགོ་ཆེན་ཉལ་འདུག་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་དང་། ངོ་ཚ་ཁྲེལ་གཞུང་ལྡན་པ། རྒྱན་དུ་ཤེས་ཡིན་དང་སློབ་སྲོང་ལ་དགའ་ཞིང་བཅོམ་པ་ཆེ་བ། ཚུད་མོ་དང་འདུ་འཛི་ལ་མི་གཤེང་བ་སོགས་སློབ་མས་མིག་སྒོས་ཡར་རྒྱས་གྱི་ས་ཡོད་པ་ཞིག་ངེས་པར་མཛད་དགོས།

**གཉིས་པ།** སློབ་མའི་ཤེས་ཡིན་དང་ཀུན་སྲོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་ཐབས་སུ་ཞི་དུག་གི་ཐབས་ཤེས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱེད་ཚོག་ནའང་དེ་གྲུ་ཚང་གི་སྒྲིགས་ལམ་བཞིན་མཛད། དགོ་ཆེན་རང་ཉིད་ནས་ཡུལ་པས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་དང་གྲུ་ཚང་གི་དམིགས་ལུལ་དང་མཐུན་པའི་མཛད་སྲོད་ལགས་པོ་ཞིག་རྒྱན་

འབྲོངས་གནང་དགོས་པ་ལས། སེམས་ཀྱི་མངོན་འདོད་དང་། རང་དབང་།  
དེང་རབས་དང་། གསར་བརྗེ་སོགས་ལ་བརྟུན་ནས་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་།  
ཡ་རབས་བཟང་སློབ་དང་རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་པོད་མིའི་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་  
ལ་སྦྱོན་བརྗོད་དང་། ལྷན་སྐྱེས་སུ་མ་བཅས་པའི་ལུགས་གསར་སྐྱོབ་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་  
ཚོད་དང་སྦྱོད་ཚུལ་ངན་པའི་རིགས་ཀྱི་སློབ་སློན་བརྒྱུད་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་སྐོར་  
གསལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོས་བཤའ་རིགས་སོགས་གཏན་ནས་གནང་མི་ཚོགས་

**གསུམ་པ།** སློབ་མའི་ཀུན་སྦྱོད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ཐབས་སུ་དགེ་སློབ་གཉིས་  
ཀ་རྒྱུན་དུ་འདྲིས་གཤེབས་གནང་རྒྱ་གལ་ཆེ་ནའང་། དགེ་ཤུན་རང་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་  
གལ་ལ་རང་ཉིད་ནས་བརྗེ་འཛོལ་དགེ་སློབ་བར་ཚུལ་མིན་གྱི་འབྲེལ་བ་མི་འཛོལ་  
པཎ། དོན་མེད་འཆལ་གཏམ་ཤོད་རེས་དང་། ཚེད་འཛོལ་བག་ཡངས། འག་ཏུ་  
དོན་མེད་འདུ་འཛོམས་བྱེད་པ། ངའི་སློབ་མ་དང་ཁོའི་སློབ་མ་ཞེས་རང་སློབ་སྐྱོར་  
དང་གཞན་སློབ་སྐྱོར་བྱེད་པ། སློབ་མ་འགའ་ཤས་ཟུར་བྲིད་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་གཏོང་  
བཎ། ཚོས་ལུགས་དང་ལུང་ཚན། དགོན་སྡེ། སློབ་མ་དང་། འཛོལ་གྲུ་སོགས་  
རིས་སུ་གཙོད་པ་དང་། དབྱེན་སྦྱོར་དུ་འགྲོ་གཞིའི་འཆལ་གཏམ་བདེན་ལྡན་བརྒྱུད་  
བསྐྱེད་པ་ལ་ཡང་བྱེད་མི་ཚོགས་

**བཞི་པ།** གལ་སྲིད་དགེ་ཤུན་ཞིག་ནས་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་འདིའི་ནང་བྲིམས་  
དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་བསགས་ཡོད་ཚེ་ཉེས་ཆད་སྐྱོད་གསལ་ལ་ལྟར་དང་ལེན་  
བྱེད་དགོས་པ་སྡེ་འདིའི་གྲུ་བ་སྐྱེ་མཚུངས་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷག་པར་  
རྒྱུགས་ཀྱི་དྲི་བ་སོགས་གསང་བ་དགེ་ཤུན་གང་རུང་ནས་སྦྱིར་གྱུར་བྱས་པ་དང་།

དགོས་སྤོངས་ཀྱི་འཕུལ་དུ་གྲགས་ཤིང་དང་དཔེ་བུ་སྤོངས། ཚོས་ལ་དཔེ་མཚུངས་བྱས་པ་བཅས་  
ཀྱི་གནས་ཚུལ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཆེ་དགོས་ཀྱི་གནས་རིམ་འོག་མར་ཕབ་རྒྱ་སོགས་  
ཉེས་ཆད་ཀྱང་སྐྱབ་དགོས།

**ལྗེ་པ།** སློབ་ཁྲིད་གནད་སློབ། རང་སློབ་འཆར་འགོད་དང་དཔེ་བུ་དོན་  
ལ་དག་ཐེར། སློབ་ཁྲིད་ཚགས་ཚུད་འབྱུང་སླད་སློབ་སློབ་ཉམས་འཛིན་འོག་སྐབས་  
རེར་དགོས་ཀྱི་ཚན་ལ་འཛིན་ཀྱིས་བཀའ་བསྟུན་གནད་རྒྱ། སློབ་ཚན་ཚུལ་སློབ་  
དུས་ཆ་བཞགས་བྱས་པའི་ནང་རྒྱ་གསུང་ལ་ཞུགས་མཛད་དགོས་ཤིང་། སློབ་ཁྲིད་  
ཀྱི་འཆར་གཞིའི་སློབ་ལ་སློབ་ཚན་གྱུ་བའི་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་ཚན་ནས་གལ་ཆེ་བ་  
དང་དཀའ་གནད་སོགས་སློབ་ཁྲིད་གནད་དགོས་པ་ལས་སློབ་ཚན་རྒྱ་གསུང་ལ་  
ཆ་འཛིན་གཞིས་སློབ་ཐུན་སྟོང་པར་འཛིན་མི་རུང་། བདུན་རེའི་ནང་གི་སློབ་ཐུན་  
གཅིག་ལ་སློབ་མ་ཚོའི་ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྟོད་ལ་རབས་བཟང་སྟོད་དང་ལྷག་པར་  
དགོས་འདུན་པའི་བསམ་སྟོད་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་  
རེ་ལེས་པར་གནད་དགོས།

**བྱུག་པ།** དགོས་ཀྱི་ཞུགས་ཀྱི་མཚན་མ་ཡིན་པར་ཉེན་གཅིག་ལས་མང་  
བར་དགོངས་པ་ལྷུ་དགོས་ཆེ་སློབ་སློབ་བརྒྱུད་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་སྐྱེས་མེད་  
བཀའ་འཁྲོལ་ལྷུ་དགོས་པ་ལས་རང་བསམ་གྱིས་སློབ་ཐུན་སྟོང་པར་འཛིན་མི་  
རུང་ལ། དེའི་རིང་དགོས་ཀྱི་ཚན་གཏོང་དགོས་པའི་སློབ་ཐུན་སློབ་སློབ་ལ་  
སྐྱེས་མེད་ལྷུ་དགོས། གལ་སྲིད་སློབ་ཐུན་རེ་བྱུང་ལ་ཐེབས་མ་ཐུབ་པའི་སྐྱེར་  
དོན་ཡིན་ཆེ་དགོས་ཀྱི་རང་ཉིད་ནས་ཚབ་གསུང་གོ་འཕེར་སློབ་ཁྲིད་དམ་ལྷོ་ཉིག་

བྱུང་ངེས་རེ་གོ་སྐྱོད་གིས་སྒོ་བ་སྐྱེ་ལ་དགོངས་པ་ལུ་དགོས།

### ༧༥ དགེ་བསྐྱེལ་གྱི་མངའ་འགན།

**དང་པོ།** དགེ་བསྐྱེལ་ནི། ཀའི་ཉི་མའི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་ངམ་སྒོ་བ་གཉེར་ཁང་འདི་ལྟོ་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྱིས་མ་གང་ཡོད་བཅས་ལ་ཉེས་ལྡན་གྱི་སྐྱོད་ལ་ཚད་ལས་འགོལ་བའི་ལས་འགན་གཙོ་བོར་བཞེས་མཁུ་གྱི་ཚོས་བྱིས་མ་ལོན། ལྷན་དུ་གྲུ་པའི་ཀུན་སྐྱོད་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྱིས་མ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལྟ་སྟོན་ལས་ཤོར་མེད་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཚོགས་གཏམ་དང་སྐབས་འདུག་སྟན་མེད་མང་ཇའི་གནང་བ་ལུ་སྐྱེ་བཅས་ཀྱི་འགན་ཡོད།

**གཉིས་པ།** གལ་སྲིད་དགེ་བསྐྱེལ་ནས་ཉེས་ཚན་སྐྱེས་བསྐྱེད་བྱས་པ་དང་། རྒྱུ་བདེན་མ་ཡིན་པའི་ཚད་ལས་འགོལ་བ། དགེ་བསྐྱེལ་རང་ཉིད་ནས་བྱིས་མ་འགོལ་བྱས་པ་རེ་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ་ཚད་ལས་དེ་ཉིད་དགེ་བསྐྱེལ་རང་ཉིད་ནས་སྐྱེ་བ་དགོས་ལ། རང་ཟོན་ཁོ་ནས་སྐྱོད་ལས་ཡངས་པོར་བཏང་སྟེ་གྲུ་ཚང་གི་སྐྱོད་ལས་ལ་ལ་ག་ཚེ་མ་བྱས་པ་རེ་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ་དགེ་བསྐྱེལ་གྱི་ལས་ཡུན་མ་རྗེས་གོང་ནས་དགེ་བསྐྱེལ་གྱི་ལས་ཀ་མཚམས་འདྲི་ཏུ་བཅུག་སྟེ་དགེ་བསྐྱེལ་ཐོན་ཟུར་གྱི་གནས་བབས་མེད་པར་བྱེད་སྟེ།

**གསུམ་པ།** ལྷན་ཚོགས་གང་ཡོད་དང་། ལྷན་པོ། ཚོས་ར་བཅས་པར་མགོ་མཇུག་ཆ་ཚང་ལ་ཉིན་ལྟར་ཆག་མེད་ཀྱིས་ཕེབས་དགོས་ཤིང་། ཚོགས་ཀྱི་བཅའ་ལན་དང་། ལྷན་ཚོགས་ཁག་གི་ཚོགས་འདུའི་བཅའ་ལན་ཡང་གནང་དགོས་

པའི་འགན་ཡོད། ཚབ་རིལ་གྱི་ཚོགས་བཅའི་འཁར་རྩ་དང་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་བར་  
བཅས་དུས་ཐོག་གཏོང་བྱུང་གི་ཡོད་མེད་ལ་གཟུགས་ཉོག་གཞུང་ལས་མངགས་  
དགོས་རིགས་ལ་བར་འདེད་མཛད་དགོས་པར་མ་ཟད། གྲུ་ཚང་སྤྱི་ནང་གི་གཙང་  
སྒྲུ་ལ་གཟུགས་ཉོག་མཛད་དགོས། མཚན་མོ་སྤྱིའི་སློ་ཚེན་བརྩོམ་རྒྱ་དང་། གྲུ་  
ཚང་གི་གྲུ་ཤག་དུ་སྤྱི་མི་བཀའ་འབྲེལ་མེད་པའི་རིགས་ཡོང་སྡོད་བྱེད་གི་ཡོད་མེད་  
ལ་གཟུགས་ཉོག་གིས་དམ་བསྐྱགས་མཛད་དགོས།

**བཞི་པ།** དུས་ཐོག་སོ་སོར་ཚོགས་སུ་འཛོམས་ཡོད་མེད་ལ་གངས་བཤེར་  
དང་། ཚོགས་གལ་ཞི་བསྐབ་གལ་བཞིན་བསྐྱོག་དགོས། ལྷན་དུ་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་ཚོགས་དང་གསུང་ཚོས། དུས་འབྲེལ་གསོ་སྦྱོང་ལ་འདེད་བསྐྱུལ། གྲུ་  
ཚང་གི་སྤྱི་ནང་གང་སར་ཉིན་རེའི་དགོངས་ལུ་ཡོད་མེད་ལ་མཚམས་མཚམས་སུ་  
ཞིབ་བཤེར་དང་དགོངས་འབྲེལ་ཚད་འཛིན། གྲུ་ཤག་དང་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ནང་  
ཀུན་དུ་ཚུལ་མིན་གྱི་ཕྱི་ལོ་དང་། ལྷན་ཅོར་རྒྱག་པ། ཕྱི་ལོའི་སྐབས་སྐྱོགས་  
མཐུན་བྱེད་གི་ཡོད་མེད། ཉིན་ལྟར་གཙང་སྒྲུ་པས་གད་སྤྱིས་དང་ཐབ་རེས་གྱིས་  
ལས་དོན་ཇི་བཞིན་སྐྱབ་གི་ཡོད་མེད་ལ་གཟུགས་ཉོག་ དགོང་མོ་རེ་རེ་བཞིན་གྲུ་  
པ་ཚང་ཕྱིས་ཆག་མེད། ཉེས་ཅན་ལ་དུས་འགྲུངས་མེད་པར་ཆད་ལས་འགལ་  
དགོས་པ་སོགས་གྱི་ལས་འགན་ཡོད།

**ལྔ་པ།** གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཚོགས་གྱི་སྐབས་དང་། ལྷན་དུ་གྲུ་ཚང་  
གི་སྤྱི་ལོགས་དང་། འོས་གཞུང་བཅས་པར་ཚུལ་མིན་གྱི་ཀུན་སྡོད་སྒྲུ་ལ་གྲུ་  
ཚང་གི་མཚན་ཤས་ལ་འགོ་བའི་སྡོད་ངན་གྱི་རིགས་བྱེད་གི་ཡོད་མེད་ལ་སྤྱི་ནང་

གསང་གསུམ་གྱི་སློབ་མཁུ་རྒྱ་ལྡན་ལྟ་བུ་ལྟོག་སྟོན་ལྟར་ལྟོག་སྟོན་ལྟར་ལྟོག་སྟོན་ལྟར་  
དགོངས་ལོག་མེད་པར་རང་འཚམས་ཀྱིས་འགྲོ་གི་ཡོད་མེད་རྒྱ་ལྡན་ལྟོག་སྟོན་ལྟོག་སྟོན་  
ནས་པོ་བྱེད་པའི་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།

**༡༠༥ དབུ་མཛད་ཀྱི་མཛད་འགན།**

**དང་པོ།** དབུ་མཛད་ནི། འདོན་སྤྲུལ་ལེན། མཚོད་གཏོར་བཙའ་བཤམས་  
སོགས་ལྷ་ཚང་འདིའི་ཚོས་སློབ་སོགས་ཚོ་ག་སྤྲུལ་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་  
སློབས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛད་འགན་གཙོ་བོར་བཞེས་དགོས་ཤིང་། དེ་  
ཡང་སྤྲུལ་སློབས་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་སྤྲུལ་བཞེས་དང་མདོ་སློབས་སློབས་ལ་སློབ་ལྷོང་གྱི་  
ཚང་གི་འདོན་ཏུ་དབུངས་དང་མཐུན་གང་ཐུབ་མཛད་དགོས། འདོན་བཟང་བ་  
དང་སྐད་སྒྲ་བ་ག་སྤྲུལ་གིས་ཚོགས་འདོན་གཤམ་སྤྱང་། དབུངས་ཆགས། ཏུ་  
སློབ་། འབྲུད་བརྟུང་དགོངས་གསུམ་ལ་བསྐྱུར་སློབ་སོགས་སྐབས་སོ་སོར་དུས་  
ལས་ལོ་ལ་བ་མེད་པར་མཛད་དགོས། དུང་དཀར་དང་། དུང་ཆེན། རྒྱ་སློབ་  
སོགས་ཀྱི་དུང་དགོན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲུད་བསྐྱུར་སློབ་དང་འབྲུད་  
གསར་སློབ་སོགས་སྐབས་སོ་སོར་གོ་སློབ་མཛད་དགོས།

**གཉིས་པ།** ཚོགས་སྤྱིའི་དུས་ཚོད་དང་ཚོགས་ཀྱི་ཡང་སློབ་ལེན་  
པོ་དང་དགོ་བསྐྱུལ་ལ་གོ་བསྐྱུར་གྱིས་ཆབ་རིལ་ལ་ལན་བརྒྱུད་དགོས། ཇ་  
ཐུག་གཏོང་བའི་དུས་ཚོད་སོགས་དགོ་བསྐྱུལ་དང་གཉེར་པར་གོ་བསྐྱུར་གྱིས་  
སློབ་བརྒྱུད་གཏོང་དགོས། འདུ་ཁང་ནང་གི་བཞུགས་ཁྲི་དང་གདན་ཀྱུག་མཚོད་  
གཏོར་བཙའ་བཤམས་སློབ་སློབ་སློབ་སློབ་པའི་འོས་གཙང་མཚོད་བ་བརྒྱུད་

པའི་ཕྱག་ལེན་བཞིན་མཛད་པའི་འགན་བཞེས་དགོས།

**གསུམ་པ།** ལྷན་གྱི་བྱེད་སྒྲིལ། ཚེས་གཏོར། ཟླ་རེའི་ལྷ་ཚོས་གཉིས།  
ཟླ་བསྐྱར། ལྷ་མཚོད། དུས་ཚེན་ཁག་གི་ལྷན་ཚོགས། ལྷ་ཚང་གི་སྤྱི་པའི་  
ཞབས་རིམ་དུ་ལོ་ལྟར་བཀའ་འགྲུར་དག་སློབ་སློལ་མ་འདུམ། གཡང་སྐྱབ་  
སོགས་ཀྱི་འགན་བཞེས་དགོས་ལ། ལྷ་ཚང་ལ་འདོན་བསྐྱུལ་ཞུས་པའི་ཞབས་རིམ་  
ཁག་གི་སྐྱབ་ཐོ་ཁམས་དང་ས་ཡིག་ཚང་ལ་གནང་དགོས། ཞབས་རིམ་རྣམས་དུས་  
ཚོད་སྤྱི་གུང་སྤྱི་གིས་ཞབས་བཏན་ཆད་ལྷག་མེད་པར་སྐྱབ་བྱུང་པའི་འཆར་  
འགོད་ཀྱིས་སྐྱབ་བྱུང་པའི་འབད་བཅོམ་གནང་དགོས།

**བཞི་པ།** འདུ་ཁང་ནང་གི་སྐྱུ་གསུང་བྱགས་ཉེན། འི་ཆས། མཚོད་ཆས།  
མཚོད་རྩིས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བདག་གཉེར་དང་ཕྱི་ས་ལེན་གནང་དགོས་ཤིང་།  
གཞུང་གི་ལོ་གཏོར་ཁག་དུས་ཐོག་སོ་སོར་ལྷ་རྩིས་སྐྱུས་གང་ལེགས་ཀྱིས་བརྗོད་ལེན་  
བྱེད་དགོས་པའི་འགན་ཡང་ཡོད།

**ལྷ་པ།** དབུ་མཛད་གཞིན་པས་ལྷན་དུ་ཚོས་རྩེ་དབུ་མཛད་དང་དབུ་  
མཛད་མེད་པའི་སྐབས་དབུ་མཛད་ཀྱི་ཚབ་མཛད་ནས་ཞུས་འདོན་དང་ཞབས་  
རིམ་གྱི་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།

**༡༡༥ ཕྱག་མཛོད་ཀྱི་མཛད་འགན།**

**དང་པོ།** ཕྱག་མཛོད་ནི། སློབ་གཉེར་ཁང་འདིའི་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་  
བའི་ལས་དོན་ཡོངས་ཀྱི་འགན་འཁུར་དང་ཐབས་འཚོལ་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་  
ཡིན་ནའང་ལོག་འཚོ་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་དང་།



མྱ་ཚང་གི་ལས་ཁུངས་སོགས་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་ཀྱིས་མཚོན་གྱི་ཚང་འདྲིའི་  
སྤྱི་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན་ཆེ་ཕྱ་མཐའ་དག་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལས་སྐྱེའི་བཀའ་འབྲེལ་  
བཞིན་སྐྱབ་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

གྲུ་ཚང་གི་སྤྱི་ཚུལ་སམ་དགེ་འདུན་པའི་དཀོན་མཆོག་ལ་འདྲི་ལྟགས་གོང་མེ་རྩེ་  
འབར་བ་བཞིན་ཉེ་ཆེ་ཞིང་ཉེས་པ་ལྟོས་ཏུ་སྤྱི་བས་གྲུ་ཚང་གཞུང་གི་མུ་དངོས་སྤྲུབ་  
ཚགས་ལོག་ཡིན་ནའང་། བྱིས་པ་ཕོ་མོ་དང་། རོ་ལེས། མཛའ་གོགས། ཉེ་  
འབྲེལ་སོགས་ལ་ཉིལ་འབྲུ་ཚུལ་ཡང་འགོ་རུ་འཇུག་མི་རུང་བར་མ་ཟད། ཕྱག་  
མཛོད་ཁང་དང་ཕྱག་མཛོད་སོ་སོས་དོན་མེད་ཀྱིས་སྤྱི་བྱེད་པ་སོགས་སྤྱི་ཚུལ་  
བག་མེད་ལོངས་སྤོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་དོ་དམ་སྤྱོད་གང་ལ་ས་ནས་ནས་པོ་མཛའ་  
དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**གཉིས་པ།** ཕྱག་མཛོད་རྣམས་ཀྱི་གོ་གནས་དང་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་  
ཐད་དབང་ཆ་འདྲ་མཉམ་མ་གཏོགས་མི་གཅིག་གིས་ཁ་བྱུགས་ཀྱི་མི་ཚོགས་ ཕྱག་  
མཛོད་ཀྱི་ལས་བགོས་ནི་ཕྱག་མཛོད་རྣམས་ཕན་ཚུན་གྲོས་བསྟུན་གྱི་ལམ་ནས་  
ཐག་གཅོད་མཛའ་དགོས། ལས་དོན་གང་ཡིན་རུང་ཕྱག་མཛོད་ནང་ཕན་ཚུན་  
གསང་བ་མཛའ་མི་རུང་བར་མ་ཟད་ཀུན་ལ་ངེས་སུ་འཇུག་དགོས། གལ་སྲིད་  
ཕྱག་མཛོད་ལས་རོགས་རེ་དགོས་ཆེ་ཕྱག་མཛོད་ཁང་ནས་འོས་འཇུགས་བྱས་  
པར་ཚོགས་འདུ་ལས་སྐྱེས་འོས་མིན་དང་དགོས་མིན་ཐག་གཅོད་མཛའ་གྱུ།

གྲུ་ཚང་གི་དཔུང་དངོས་དང་ཚོང་རྩིས་སོགས་གཞན་ལ་སྤྱོད་གཞུང་། མགོན་  
ཁང་། ཟུང་ཁང་སོགས་གྲུ་ཚང་གི་ཁ་རྩི་དབང་ཐང་དང་ཀྱི་རྩིས་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་

གནས་ལ་སྐྱོད་པ། ལྷན་གཏོང་བ། གཏུང་མར་འཛོག་པ། བོགས་མར་གཏོང་  
 བར། ཚོང་ལས་མཉམ་སྐྱེལ་བྱེད་པ་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་སྲུ་ལ་ཡིན་རུང་ཕན་ཚུན་གཉིས་  
 མོས་ཀྱི་གན་རྒྱུའི་ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་རེ་མེད་པའི་ལས་དོན་ནམ་ཡང་བྱེད་མི་ཚོག  
 ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་འམ་ཚོགས་འདུ་ལས་སྤྱིའི་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་པར་ལས་  
 དོན་གལ་ཚེའི་རིགས་ཐག་གཅོད་དང་ལས་གཞི་གསར་པ་འགོ་འཇུགས་བྱེད་  
 མི་ཚོག་དངུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ལ་དང་པོ་དངུལ་གཉེར་དང་ཕྱིས་  
 པ་ལ་གོ་བསྟར་གྱིས་བཀའ་འཁྲོལ་མ་ཞུས་པའི་སྤྱོད་དུ་ལས་དོན་གང་ཡང་  
 བྱེད་མི་རུང་ལ། བཀའ་འཁྲོལ་སྤྱོད་སྲོལ་མེད་པའི་དངུལ་ཕྱིས་ནམས་ཕྱིས་  
 ཁོངས་སུ་གཏོང་མི་ཚོག་པའི་འགན་ཡོད།

**གསུམ་པ།** དགེ་སློབ་ཡོངས་ཀྱི་འཚོ་གོས། གནས་མལ། ལྷན་བཅོས།  
 སློབ་གཉེར་གྱི་མཐུན་ཉེན། སློབ་ཡོན། དགེ་ཚན་དང་ལས་བྱེད་པའི་ལྷ་  
 བོགས། སྤྱི་རྒྱས་དང་ས་ཁང་བདག་གཉེར། མགོན་ཁང་། ཚོང་ཁང་། གཉེར་  
 ཚང་། སྤྱི་ཐབ་དང་བཟ་ཁང་། དཔེ་དེབ་དཔར་བསྐྱུན། སློབ་དེབ་དང་དཔེ་  
 མཛོད་ཀྱི་དགོས་མཁོ། རྒྱགས་སྐྱོད་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་དགོས་མཁོ། ལེགས་  
 རྒྱས་དང་གསོལ་རས། དུས་ལྟོན། དབྱར་སྐྱིད། ལོ་སར་སོགས་ཀྱི་འགོ་  
 གོན་ཐམས་ཅད་ཐབས་འཚོལ་དང་འབྲེལ་ནར་གཏོང་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་  
 ཡང་ཡོད། རྒྱན་དུ་འགོ་གོན་ལ་སྤྱི་ཚགས། ལས་དོན་ཐོག་སྤངས་འཛིན།  
 ལས་དོན་གོ་སྐྱོག་གཞུང་འོག་ལས་བྱེད་པར་བསྐྱེལ་འདེད་དང་སྤྱིགས་གཞོན་  
 མཛོད་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད། ལྷོ་ཚན་རེ་རེ་བཞིན་ཕྱིས་ཞིབ་དུས་ལས་

མ་ཡི་ལ་བར་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

**བཞི་པ།** གྲུ་ཚང་གི་དྲུང་ཡིག་གཉེར་པ། སྤོས་བཟོ། ཁང་གཉེར། རྒྱ་གཉེར། འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད། ཟ་ཁང་གི་ལས་བྱེད། ཚོང་ཁང་ལས་བྱེད། མགོན་ཁང་ལས་བྱེད། མ་བུན། རྒྱུ་མཛོད་ཁང་གི་ལྷ་རྟོག་འོག་གནས་དགོས་སོ་སོའི་སྐྱོགས་གཞི་བྱུར་གསལ་ལྟར་ཕྱག་མཛོད་ཁང་གི་ལྷ་རྟོག་འོག་གནས་དགོས་ཤིང་། ལས་དོན་ལ་འཇུག་ཤོར་མི་འབྱུང་ཆེད་ཕྱག་མཛོད་ཀྱིས་བཀོད་ཁྲབ་དུས་ཐོག་སོ་སོར་མཛོད་དགོས་པ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་པས་ཕྱག་མཛོད་ཁང་གི་བཀའ་ལ་དང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་དབང་འཛིན་ཐུབ་པ་ཞིག་ཕྱག་མཛོད་ཁང་ནས་གནང་དགོས།

**ལྔ་པ།** རྒྱ་ཚོན་སོ་སོའི་རྩིས་ཞིབ་དུས་མཚམས་སོ་སོར་ཕྱག་མཛོད་ཁང་ནས་བཞེས་དགོས། ཕྱག་མཛོད་ཁང་གི་ལོ་འཁོར་རྩིས་ཞིབ་སྤྱི་ལྷ་གསུམ་པའི་ནང་རྩིས་རྒྱག་ཆེན་མོ་རེ་ལོ་ལྟར་ཆག་མེད་བྱེད་དགོས། ཕྱག་མཛོད་ཁང་གི་རྒྱན་གྱི་འགོ་སོང་ཆེ་ཕྱི་འཆར་གཞི་ཁག་དང་། རྒྱ་ཡོང་གི་རྟོན་སོང་དང་། བཀའ་འབྲོལ་ལྷ་དགོས་རིགས་ལ་འཆར་གཞི་སྤོན་འགོད་ཀྱིས་རྩིས་པ་དང་དངུལ་གཉེར་བརྒྱད་ཕྱག་མཛོད་ཁང་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་མེད་ཆེ་མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་དང་སྐྱེ་ཚབ་ནས་ཚོག་མཚན་མཚན་རྟགས་ལྷན་རྒྱས་མ་གཏོགས་ལས་དོན་བྱེད་མཚོག་ཚོག་མཚན་མེད་པའི་ལས་དོན་གང་ཞིག་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེ་རྩིས་ཁོངས་སུ་གཏོང་བཅས་མེད།

**དྲུག་པ།** ཕྱག་མཛོད་གསར་རྟོང་བརྗེ་ལེན་སྐབས། ཡོང་སོང་ལྷན་གསུམ་

གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྲོད་པ་ལས་སྡེ་ལྷན་ཀྲིས་སུ་ཞིབ་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་དགོས། ཡང་  
སྤྱི་ཚུ་དངུལ་དངོས་ལོན་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱུ་ལྷན་སྡོད་ཚུལ་དང་ཁྲིམས་ཤོག་ཐོག་  
ཁྲིམས་མཐུན་ཡིག་ཆ་ཚད་ལྷན་མེད་པའི་གྲུ་ཚང་གི་དངུལ་བུན་ཚུལ་སྤོད་ཀྱི་མི་  
ཚོགས་སྤྱི་མཐོན་གསུམ་སྡོད་པར་ལྷན་ལེན་ཟེན་རྗེས་སུ་སྤྱི་མཐོན་སྡོད་ཀྱི་པ་སྤྱི་ཐོག་  
དང་སྡེར་སུ་རྒྱུ་ལོན་མི་ཚོགས་ནས་གྲུ་ཚང་ལ་བུ་ལོན་འདེད་མཁན་བྱུང་ན་གྲུ་  
ཚང་གི་སྤྱི་མཐོན་གསུམ་པ་ནས་འགན་ལེན་གྱི་མི་དགོས་པའི་ཁྲིམས་མཐུན་  
ཡིག་ཆ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱི་མཐོན་སྡོད་པས་གྲུ་ཚང་ལ་འབྲུལ་དགོས།

**བདུན་པ།** གྲུ་ཚང་གི་དཔལ་འབྱོར་སྤྲུགས་འཕེར་སྲ་བཅུན་ཡོང་ཆེད་མ་

དངུལ་སྤྲུགས་གསོག་གྱི་མཁན་གྱི་སྤྱི་མཐོན་ཁང་ཞིག་ཟུར་འདྲུགས། སྤྲུགས་  
གསོག་གྱི་སྡོད་སྡོད་ཀྱི་སྤྱི་མཐོན་གཞི་ལྷན་ལག་ལེན་བཅུན་རྒྱ། ར་དག་ཞིན་  
དུ་ཆེ་པའི་སྤྲུགས་ལས་སྡེ་དང་ཚོགས་འདུས་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་  
གཞིགས་ནས་ཡར་ལྷོད་འབྲེལ། ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་བྱུང་ན་ལས།  
དེ་མིན་སྤྲུགས་གསོག་མ་དངུལ་ལས་ནམ་ཡང་མ་དངུལ་སྤྱིར་འབྲེན་དང་སྤྱི་  
གཡར་སོགས་གྱི་མི་ཚོགས་

**བརྒྱད་པ།** ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་ལས་སྡེའི་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་པར་སྤྱི་

མཐོན་སྤྱི་སྡེར་གང་རུང་ནས་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་  
དོན་དང་ཚོགས་པ་ཁག་གི་ནང་ལྷན་པ། དེ་དག་གི་ལས་ཀའི་འགན་ལེན་  
གྱི་པ། སྤྱི་རྗེས་སྡེར་ལེད་སྤོད་པ། དོན་མེད་རྒྱས་སྤོད་ཀྱི་པ། གཞུང་  
དངུལ་རང་དོན་དུ་བུན་སྤྱི་གཏོང་བའམ་གཞན་ལ་གཡར་བ། ཡོངས་གྲགས་

ཆེ་བའི་ནག་ཚོང་བརྒྱབ་པ། རྒྱུ་ཚོང་དང་རྒྱུ་ཚོང་ལ་དངུལ་བུན་བསྐྱེད་ལེན་  
གྱི་ཁེ་ཚོང་བརྒྱབ་པ། བཀའ་འཁྲིལ་མེད་པར་སྤྱི་རྒྱལ་དུ་འགོ་བཤམ་དང་། རྒྱལ་  
མངོན་ནས་གྲུ་ཚོང་གི་སྤྱི་ནང་གང་སར་གྲུ་ཆས་ཚུལ་མཐུན་མི་གྱོན་པ། ཤོ་བཀ  
མ་གྲུང་། ཉ་ཟླ་སོགས་རྒྱན་པ་ཡོད་མེད་ལ་མི་ལྟ་བར་ཚུལ་མེན་གྱི་ཚེད་མོ་བརྟེས་  
པར། རྒྱལ་མངོན་རྒྱུ་ཚོང་དང་གཞན་ལ་མཉམ་སྲེབ་གྱིས་རྒྱུ་ཚོང་བྱས་པ་སོགས་  
གྱི་གནས་ཚུལ་ར་འཕྲོད་བྱུང་ཚེ་ལས་སྒྲེད་དང་ཚོགས་འདུའི་བཀའ་བཞིན་ཉེས་ཆད་  
རྒྱབ་དགོས། ཤོང་རིམ་གྱི་བཀའ་འཁྲིལ་མེད་པར་གྲུ་ཚོང་གི་མཚན་གནས་དང་  
ལས་ཤོག་རྒྱུ་ཚོང་དོན་རྒྱབ་ཆེད་ཤེད་སྤྱོད་གཏོང་མི་ཚོགས་ རྒྱལ་མངོན་ནི་གྲུ་ཚོང་གི་  
སྤྱི་གསུང་འོག་དུ་གྲུ་པ་དུས་མ་སྤྱི་མཚུངས་བཞིན་གནས་དགོས་པ་དང་གལ་སྲིད་  
ཉེས་ཆད་བྱུང་ན་དང་ལེན་ལྷ་དགོས།

**༡༡༥ གཉེར་པ་སོགས་ལས་བྱེད་གཞན་ཚོའི་མངོན་འགན་གཞན་ཁག**

**དང་པོ།** གཉེར་པ་ནི། དགེ་སློབ་སྤྱིའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་སློབ་གཉེར་ལ་  
འབྲེལ་བ་གཏོང་བའི་ལས་རྒྱུན་དུ་བཞེས་ལག་དོས་གཙང་། མ་ཚོས་པ་དང་  
ཚོག་པ་མིན་པ། རྒྱ་ཁམས་ལ་མི་གཞོན་པར་ལུས་སློབས་རྒྱས་པའི་ཟས་བཅུད་  
གྱི་རྒྱས་པ་མ་ཤོར་བའི་ཐོག་ཤོ་བཞིས་པ། མ་བུན་ཡང་ཟས་རིགས་འདྲ་མིན་བཟོ་  
བའི་ལག་རྩལ་ཡོད་པ་ཞིག་དེས་པར་ཐབས་འཚོལ་བྱེད། བདུན་རེའི་བཞེས་ལག་  
གི་རེའུ་མིག་གཏན་འབེབས་རྣམས་བཟོ་བ་དང་རེའུ་མིག་ལ་ལྷ་བ་རེ་བྱུང་སོང་  
མཚམས་ནས་བརྒྱུར་ཞིབ་མངོན། རེས་གཟུང་མིག་དམར་དང་ཉ་སློང་བརྒྱད་  
གསུམ་ནས་ཡིན་ལ་བཞེས་ལག་དཀར་སློང་། ཐབ་ཚོང་གི་ཁོར་ཡུག་ལ་གཙང་

རྒྱ་ འབྲུ་དང་ཅི་ཅི་སོགས་ཀྱིས་མི་གཞི་དེ་པ་དང་། བཞེས་ལག་ལ་ནད་འབྲུའི་  
རིགས་མི་འགོས་པ། ཐབ་དང་རྫོད་ཆས་གཙང་མར་འཛོག་པ། ཉིན་རེ་བཞིན་  
མི་གངས་ལ་དཔག་ནས་ཟ་མའི་རྒྱ་ཆས་ཚད་འང་ལ་ནས་རྫོད་ལེན་དགོས་པ་སོགས་  
གཉེར་བས་རྒྱན་དུ་རང་ཟོན་མི་བྱེད་པར་མ་བྱུན་དང་ཐབ་རེས་ལ་བཀོད་བྱུང་གཏོང་  
བྱུང་པའི་འགན་དབང་འཛིན་བྱུང་པ་ཞིག་དགོས། སྤྱི་གས་གཞི་ནི་རྩོན་ཐབས་སུ་  
གསལ་བ་རྩུར་འབྲུས་ཤོར་མེད་པ་མཛད་དགོས།

**གཉིས་པ།** བྲ་ཚང་གི་དཔེ་མཛོད་ནི། སློབ་གཉེར་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བ་ལ་མེད་  
ཐབས་མེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གཞེགས་དཔེ་འགྲེམས་སྤེལ་  
དང་ཕྱིར་བསྟུ། བདག་ཉར། དཔེ་སློབ་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་གས་ལམ། དཔེ་དེབ་དགོས་  
མཁོ་གསར་བསྤྱི་གས་བཅས་དཔེ་མཛོད་དོ་དམ་བས་འགན་ལེན་དགོས། དཔེ་མཛོད་  
ཀྱི་སྤྱི་གས་གཞི་ནི་རྩོན་ཐབས་སུ་གསལ་བ་རྩུར་འབྲུས་ཤོར་མེད་པར་མཛད་དགོས།

**གསུམ་པ།** གཞན་ཡང་བྲ་ཚང་གི་དབྱེད་ཡིག་དངུལ་གཉེར། ཕྱིས་པ། ཕྱི་མ་  
སྤྱི་གས་སྤེ་ཚན་དང་། སློབ་སྦྱོང་དཔར་སྐྱུན་སྤེ་ཚན། འཚོམ་བཟོ་ཁང་། སློབ་བཟོ་  
ཁང་། རྩ་བཟོ། བྲ་ཚང་ནང་གི་ཟ་ཁང་། བྲ་ཚང་གི་ཚོང་ཁང་། གསོལ་ཁ་པ།  
ཆབ་རིལ། འདུ་ཁང་བདག་གཉེར་པ། ཁང་གཉེར། རྒྱ་གཉེར། མ་བྱུན་དང་ཐབ་  
རེས། འཕྲོད་བརྟེན་ལས་བྱེད། ཐབས་བྱུའི་ཁ་ལོ་པ་བཅས་ཀྱི་ལས་འགན་སྤྱི་གས་  
ལམ་རྩོན་ཐབས་སུ་གསལ་བ་རྩུར་འག་ལེན་དོན་འབྲེལ་གནང་དགོས།

**༡༡༥ ལས་བྱེད་བརྒྱ་བཞག་མཛད་སྟངས།**

**དང་པོ།** མཁན་པོ་འམ་མཁན་ཚབ་ནི། འོས་བསྐྱུ་དང་འབྲེལ་ཁོང་རིན་

པོ་ཆེས་སུ་བཟང་ལ་ཐུགས་དམ་དང་འབྲེལ་བསྐྱོད་བཞག་གནང་རྒྱུ། ལྷ་ཚོ་དང་  
 སློབ་སྦྱོང་གི། འོས་གཞི་མཁུན་ཉོག་སློབ་ཆེད་གསང་བའི་འོས་ཤོག་བསྐྱུས་པར་ཁོང་  
 རིན་པོ་ཆེ་གཅིག་པུས་གསང་བའི་འོས་ཤོག་ལ་ཞིབ་འདུག་དང་འབྲེལ་འདྲེལ་ཕྱག་  
 གྱི་དགོ་སློབ་དུ་མར་གཞིགས་ནས་ཐུགས་འདོད་ལྟར་བསྐྱོད་བཞག་གནང་རྒྱུ། དགོ་  
 བསྐྱེད་ཀྱི། སློབ་ཐོན་པའི་གསུམ་ནས་གྲུ་མང་གི་འོས་བསྐྱེད་ལྷན་འབྲེལ་ལྟར་བསྐྱོད་  
 བཞག་གནང་རྒྱུ། དགོ་ཆེན་གྱི། དགོ་ཆེན་བསྐྱོད་བཞག་གི་སློབ་སྦྱོང་གཞི་རྒྱུར་གསལ་  
 ལྟར་བསྐྱོད་བཞག་གནང་རྒྱུ། ཐུག་མཛོད་ཀྱི། གྲུ་མང་གི་འོས་བསྐྱེད་བརྒྱུད་ཁོང་  
 རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་དམ་སུ་བཟང་ལ་བསྐྱོད་བཞག་གནང་རྒྱུ། ཐུག་མཛོད་གཞི་  
 པ་ཞིག་དགོས་ཆེ་ཐུག་མཛོད་ནས་འོས་འདུགས་གནང་བ་ལ་ཚོགས་འདུས་མོས་  
 མཐུན་ཡོད་མེད་ལ་གཞིགས་ནས་བསྐྱོད་བཞག་མཛོད་དགོས། གཉེར་པ་ནི་གཙོ་  
 བོར་སློབ་ཐོན་པའི་གསུམ་དང་གལ་སྲིད་མི་འགྲོས་མ་འདང་ཆེ་ལས་བྱེད་པའི་གསུམ་  
 ལས་ཀྱང་བསྐྱོད་བཞག་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མིན་གྱི་ལས་བྱེད་གཞན་རྣམས་ལས་  
 ལྷན་དང་ཚོགས་འདུས་བསྐྱོད་བཞག་མཛོད་དགོས།

**གཉིས་པ།** གྲུ་ཚོང་འདིའི་ལས་བྱེད་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་ལས་བྱེད་  
 བསྐྱོད་བཞག་བྱེད་སློབ་ཀྱི། འོས་བསྐྱེད་དང་པོའི་སྐབས་གྲུ་མང་སོ་སོའི་ཐུགས་  
 འདོད་ལྟར་གསང་བའི་ཐོག་ནས་རང་རང་སོ་སོའི་འདོད་མོས་ལྟར་འོས་གཞི་  
 གང་འོས་འདོན་རྒྱུ། འོས་གཞིའི་མིང་གང་ཐོན་པ་དེ་རྣམས་ནས་འོས་མིང་  
 གཅིག་ལ་འོས་ཤོག་ལྷན་ཡོད་པའི་མིང་གཞུང་རྣམས་འོས་གཞིར་བཞག་ནས་  
 དེར་འོས་བསྐྱེད་གཉིས་པ་བྱེད་རྒྱུ། འོས་བསྐྱེད་གཉིས་པའི་གྲུ་མང་ལས་འོས་

གངས་མང་ཤོས་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་གཞི་གཅིག་དགོས་སར་འོས་འདུའི་མིང་  
བཞི་དང་། འོས་གཞི་གཉིས་དགོས་སར་འོས་འདུའི་མིང་དུག་སོགས་གང་དགོས་  
ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་གཞིར་བཏོན་ནས། དེར་འོས་བསྐྱེ་ལན་གསུམ་པ་བྱས་  
པའི་གྲུབ་འབྲས་འོས་མང་ཤོས་ཐོབ་པ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་དང་གཉིས་སུ་བྱས་  
ཏེ་འོས་ཐོབ་ཏུ་ལམ་སང་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པ་དང་། འདྲ་མཉམ་བྱུང་ཚེ་དེར་  
སྐར་ཡང་འོས་བསྐྱེ་བྱེད་རྒྱ། འོས་བསྐྱེའི་ལམ་ནས་འོས་ཐོབ་པ་ཚོས་ལས་ཀར་  
དགོངས་པ་ལུ་མི་ཚོག་པའི་ལམ་སློལ་ཡོད་པ་བཞིན་ལས་འགན་བཞེས་དགོས་  
རྒྱ་བཅས། ཀའི་འོས་པ་གྲ་ཚང་གི་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་སུ། ཕྱི་ལོ་  
༢༠༠༩ ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༡༡ ལ།

**ཚུམ་སྐྱིག་པའི་མཚན།**

གོང་གསལ་འདི་གའི་གྲ་ཚང་གི་དགེ་འདུན་པའི་ནང་བྲིམས་འདི་གཉིས་ཆ་ཡེའོང་རིན་པོ་ཆེའི་  
བཀའ་ཚུམ་དངོས་ཡིན་ཀྱང་། ཚུམ་ཚོག་འགའ་གས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཞན་ཚུམ་ཞིག་གི་ནམ་པར་མངོད་  
གནང་ཡོད་པ་ནི། གྲ་ཚང་འདི་ཐོག་མར་གསར་ཚུགས་སྐབས་གཞུང་འབྲེལ་སྐོར་ལུ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་ལས་  
དོན་ཆེ་ཕྲ་ཡོངས་རྫོགས་ཡེའོང་རིན་པོ་ཆེས་ཐུགས་འགུལ་གཙང་བཞེས་གནང་དགོས་བྱུང་ཡོད་པར་མ་  
ཟད། ལྷག་པར་གྲ་ཚང་གི་ཚུམ་རིགས་ཀྱི་ལས་དོན་ཐོག་མར་གཉེར་བའི་དུས་ཡུན་གང་འཚམས་རིང་  
ཡེའོང་རིན་པོ་ཆེས་མངོད་བྲེལ་གྱི་བར་གསེང་གང་ཡོད་ལ་དོན་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་ཚུམ་སྐྱིག་པ་ལྷ་བུའི་  
ཐུགས་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་ལ། རིམ་པས་དགེ་འདུན་པའི་ལལ་གངས་ཇེ་མང་དུ་གྱུར་ནས་བཅའ་ཡིག་  
ཅིག་དགོས་མཁོ་བྱུང་བ་དང་གྲ་ཚང་རང་གི་ཚོགས་འདུ་ལས་སྐྱེས་བརྒྱམས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༦  
ལོར་ཀའི་འོས་པ་གྲ་ཚང་གི་ཚེས་མཐོའི་ཤིང་གི་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་བསྐྱེས་པ་



བཅའ་ཡིག་ཚུགས་བསྐྱེགས།

དང་། ལྷ་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཉིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་ཆེས་མཐོའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་  
སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་མི་ཚའི་མདུན་ལམ་གསལ་བར་སློབ་པའི་སློབ་མེ་བཅས་ཀྱང་ཡོལ་རིན་  
པོ་ཆེས་བཀའ་རྩིས་བཀའ་རྒྱུང་ས་པ་ལགས།

༄༅། ཀའི་འཛུགས་ཀྱི་ཚོགས་  
པའི་སྒྲིག་གཞི།

མཇུག་པའོ།

ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་འཛུགས་ཀྱི་ཚོགས་པའི་སྒྲིག་གཞི།

རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡།



## སྒྲིལ་གྱི་ལྷན་པོ།

༡༡། འཇམ་མགོན་ཡུལ་བ་གཉིས་པའི་དངོས་སྤོབ་བསྟན་པ་སྤྱོད་པ་  
མཐར་སྐྱོད་པའི་དར་ཆེན་དང་མདོ་རོང་གི་མཁས་པ་མི་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རོང་  
ཆེན་རྒྱལ་ཉག་པའི་རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་གར་གི་ཉི་ཏུ་ཐོག་ཟུང་མ། གནམ་བསྐྱོས་  
དགའ་རྣམས་ཐོ་བྱང་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་མངའ་བདག་ཡུལ་  
ས་ལུ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་རོང་པོ་ཚོས་རྗེ་ཞེས་པའི་མཚན་གྱིས་གཟུངས་བསྟོད་  
ཅིང་། མན་རྩ་ལོང་མ་ཆེན་པོས་རྣམས་སྤྱོད་པའི་ཞིང་གི་གྲུབ་དབང་རྒྱལ་པོར་  
བསྟན་པ། རོང་ཆེན་བསྟན་པའི་སྤོབ་མེ་སྤོབ་རིམ་ཤོན་གྱིས་སྤྱོད་པ་  
དང་དམ་བཅའ་བཞིན་མདོ་རོང་ཡུལ་གྱི་ཉག་སྤོབ་མེ་མ་ཡིན་མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་  
དགེ་བསྟེན་དུ་བཀོད་ནས་གཞོན་འཚོའི་བསམ་སྦྱོར་ཞི་བར་མཛད། མཐའ་  
འཁོབ་སྲིན་པོ་གདོང་དམར་ཅན་དུ་གྲགས་པའི་མདོ་རོང་གི་སྤོབ་མེ་  
སྤོབ་མེ་ཆེན་པོའི་སྤོབ་མེ་གསར་བཞེངས་དང་འབྲེལ་མཆི་འདོན་པའི་སྤོབ་མེ་  
ཉག་སྤོབ་མེ་ཆེན་པོས་སྤོབ་མེ་སྤོབ་མེ་ཉི་ཏུ་དམར་མཚོད་འབུལ་བའི་སྤོབ་མེ་  
མན་བདེའི་གཞི་རྩ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསར་འཇུགས་དར་སྤོབ་  
མཛད་པས་མདོ་རོང་གི་ཡུལ་དུ་མཛད་འཕྲིན་གྱི་གཞི་རྩ་ཆེ། བཀའ་རིན་གྱིས་  
སྤོབ་མེ་རྣམས་རིས་མེད་དུ་བསྐྱུངས་པས་མཛད་འཕྲིན་གྱི་རྩ་བ་བཏན་ཉལ་  
བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤོབ་མེ་ཡོངས་ལ་གནམ་ས་སྤོབ་མེ་གསུམ་བུ་ལྟ་བུའི་དུས་

འགྲུར་གྱིས་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེར་ཉམས་ཉེས་ཚབས་ཆེན་བྱུང་བ་ལྟར། མདོ་  
 རོང་གི་ཡུལ་དུ་འང་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེར་ཉམས་ཉེས་བྱུང་བས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་  
 ཀའི་མོང་མ་རིམ་བྱོན་གྱི་མངོན་འཕྲིན་ལུ་གུ་བརྟུན་དུ་དར་སྤེལ་རྒྱུན་འཛིན་  
 མ་ཐུབ་པའི་སྣང་ཆ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་ཆབས་ཅིག ཡ་རྒྱལ་བརྟན་སྐར་གསའི་  
 རྒྱལ་མི་ཐོག་གསར་སྣང་སློབ་དུར་བརྗེས་བརྟུར་སོང་བས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཀའི་  
 རིན་པོ་ཆེ་མོང་མ་རིམ་བྱོན་གྱིས་དཀའ་བ་བརྟུན་ཐུག་དུ་མས་གསར་འཛུགས་  
 དར་སྤེལ་མངོན་པའི་ཆོས་འཆད་ཉན། བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར། རྒྱུགས་ལམ་  
 ཀུན་སློང། འདོན་ཕུག་ལེན་སོགས་དོ་ལག་བརྟུན་ལྟར་རྒྱུན་འཛིན་མ་ཐུབ་པའི་  
 ཆད་ལྷག་དང་ངན་པ་ལང་ཤོར་གྱི་ཚོར་འབྱུང་ཡང་མི་དམན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད།  
 ཀའི་སྐྱེས་ལོང་རིམ་བྱོན་གྱི་མངོན་པ་རྣམ་ཐར་དང་འདྲེས་ནས་ཡོད་པའི་ཀའི་  
 རྒྱ་བྱང་ངམ་ཀའི་ཚང་ཆེན་ཞེས་གྲགས་པ་དེའི་བརྟུན་རིམ་ནང་ཆོས་དང་  
 མཐུན་མིན་གྱི་ལུགས་སྲོལ་བཟང་ངན་སྣ་ཚོགས་ཤིག་དར་བ་ལ། དེར་རྒྱལ་  
 དུས་ཀྱི་འགྲུར་བས་སྤྱད་པའི་གནོན་ལུགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་དུ་འགྲུར་བ་མ་བཟང་  
 ཐབས་མེད་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟན་འདས་ཀྱི་དགོངས་  
 པ་དང་དེར་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་དགོས་མཁོར་དབྱེད་ནས་རྒྱུགས་དོར་བརྟུན་  
 ལེན་འཆར་གཞི་ལྟར་པའི་སློབ་ནས་ལམ་སྲོལ་སྣང་པར་བརྟུར་བཙུན་གནང་ཐུབ་  
 ཆོ་མ་འོངས་པར་ལམ་མ་ཚོར་པའི་སྤྱོད་ལ་སློབ་བརྟུན་རྣམས་འབྲིད་ཐུབ་པའི་  
 དགོ་མཚན་ཡོད། དེས་ན་ཀའི་ཚང་གི་མངོན་འཕྲིན་གྱི་སློབ་དུར་སྤེལ་གྱི་ཀའི་  
 རྒྱ་བྱང་ཁམས་གསུམ་ཟེལ་གནོན་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེའི་མཚན། ལས་

རོན་གྱི་ངོ་བོ། དབང་ཚད། དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས། དབང་འཛིན་པ་  
 སོགས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ནས་དེང་དུས་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་འགྲོས་དང་མཐུན་  
 པར་བརྒྱུར་ཏེ་ཀི་ཏི་འེ་དགེ་ཙམ་ཚོགས་པ་ཞེས་པ་འདི་བྱུང་ནའང་། དབང་ཚད་  
 བགོས་འགྲེམས་བྱས་པའི་སྐྱིག་གཞི་དེང་དུས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་མེད་ན་མ་  
 འོངས་པའི་བཤོད་ལམ་ཀྱག་ཀྱིག་དང་ལས་དོན་འབྲུས་ཤོར་ཅན་དུ་འགྱུར་སྲིད་  
 པས་ཚོགས་པ་འདིའང་ཡུན་རིང་དུ་གནས་མི་བྱུང། ཀི་ཏི་སྐུ་སྤང་གོང་མ་ན་  
 རིམ་ནས་སྐྱབས་པའི་སྐྱོལ་སྤོལ་བྱུན་གྱི་ལེགས་ཆ་རྣམས་གཙོར་བཟུང་  
 བློ་བཟང་དེང་དུས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ལམ་སྟོལ་ལེགས་ཤོས་དམངས་གཙོའི་ལུགས་དང་  
 སྟོགས་ཀྱན་ནས་མཐུན་པའི་སྐྱིག་གཞི་ཞིག་གཞིར་བཟུང་ནས་འཛིན་སྐྱོང་གནང་  
 བྱུང་ཆེ། ཀི་ཏི་སྐུ་སྤང་གོང་མ་ཚོའི་མངོན་འཛིན་གྱི་རྣམ་པའང་མ་ཉམས་པར་  
 སྐྱེ་འགྲོའི་བདེ་སྲིད་ཆེད་ཡུན་རིང་དུ་གནས་བྱུང་ལ། ཀི་ཏི་སྐུ་སྤང་རིམ་པར་  
 འབྱོན་རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་དོན་དང་མཚུངས་པའི་མངོན་འཛིན་སྐྱོང་སྤངས་  
 ལེགས་པར་མཐུན་པའི་སྐྱོ་ནས་ལ་རྒྱལ་བསྐྱེ་དང་ལྷག་པར་མདོ་རོང་གི་  
 བསྐྱེད་པར་མངོན་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཡུན་རིང་པོའི་བར་གནང་བྱུང་པའི་ཁོར་ཡུག་  
 གམ་ཆ་རྒྱན་གྱི་ལམ་སྟོལ་འདི་ལྷ་བུ་ཞིག་སྟོགས་མའི་དུས་དབང་གིས་མ་བརྒྱུན་  
 ཐབས་མེད་དུ་མཐོང་ནས་བྱིས་པའི་ཀི་ཏི་འེ་དགེ་ཙམ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞིའི་ཐོན་  
 བྱིས་འདིར། ཀི་ཏི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་སེར་སྐུ་མང་ཚོགས་ཀྱིས་འདིའི་འབྲུ་  
 རོན་ཉོགས་བྱུང་ངེས་ཀྱི་བཤད་སྐྱུང་ཡང་དག་པའི་སྐྱོ་ནས་དམངས་གཙོའི་འགྲོ་  
 ལུགས་ལྟར་སྐྱིག་གཞིའི་དོན་ཚན་ཡོངས་རྫོགས་སམ། དོན་ཚན་གང་ཡང་

བཅའ་ཡིག་ཚུགས་བརྒྱགས།

རུང་བར་བརྒྱུར་བཀོད་དང་། ཐག་གཅོད། དུས་བསྟུན། རོན་སྤོང་ལྷན་པ་  
ཞིག་མངོན་ཐུབ་པའི་རེ་བ་དང་བཅས། འཕགས་ཡུལ་གི་རྟེན་གྲུབ་པ་གྲ་ཚང་  
གི་ཡང་སྤོང་གཟེམ་རྒྱུང་ལུགས་རྒྱང་གཡས་སུ་འབྲིལ་བའི་དགའ་ཚལ་ནས།  
གི་རྟེན་སྐུལ་མིང་འཛིན་པ་རྫོང་བཟང་བསྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚོར་  
འབོད་པས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༡༥ ལ།

# ལེན་དང་པོ།

སྐྱིག་གཞིའི་དོ་བོ་དང་ཚུ་འཛོལ།

**དོན་ཚན་དང་པོ།** སྐྱིག་གཞིའི་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་ཞེས་འབོད་རྒྱ།

**དོན་ཚན་གཉིས་པ།** ཚོགས་པ་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པ་ཞེས་འབོད་རྒྱ། (དེ་ཡང་གནའ་རབས་ནས་ད་ལྟོ་བར་དར་ཁྱབ་ཀྱིས་པའི་ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པ་དང་། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ཀྱི་འགྲུར་འབྲོམ་དབང་གིས་དམངས་གཙོའི་དོ་བོ་དང་མཐུན་པར་བརྒྱུར་བའོད་ཆ་ཚང་བུས་པས། ད་ཆ་ཆབ་སྲིད་དང་ཁ་བྲལ་ཞིང་། དམངས་གཙོའི་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་གནའ་རབས་ཚོས་སྐྱིག་འདུགས་གསར་པ་ཞིག་གི་དོ་བོར་གནས་ཡོད། )

**དོན་ཚན་གསུམ་པ།** ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་ཞེས་པའི་དབུ་བྲིད། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་ཞེས་པའི་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཚན་གནས་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་ཤིང་རིམ་བྱོན་ལ་ཡོད་པར་ནམ་ཡང་འགྲུར་བ་མེད།

**དོན་ཚན་བཞི་པ།** ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་གནས་ཡུལ། ལས་སྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེས་ཤིང་གང་ཞིག་གཏན་བཞགས་གནང་ཡུལ་དེ་སྐྱབས་དེའི་ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་བརྟེན་གནས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན།

**དོན་ཚན་ལྔ་པ།** ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞིའི་ཁྲབ་ཚང་། ལས་སྐྱབས་



མགོན་ཀའི་སྐྱེས་ལོ་རིམ་གྱི་མཛད་འབྲིན་ཐམས་ཅད་དང་ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་གཙོ་བོ་ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ལྷ་བརྩམས་སྐྱོད་པ་གསུམ་གྱི་དགོན་རྒྱུ་དང་ཚོས་སྐྱོད་པ་གྱི་ཚོགས་སྡེ་སོགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་།

**དོན་ཚན་དྲུག་པ།** ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྐྱོད་པ་འཇུག་པ་གྱི་དོ་བོ། དངོས་ལུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ཚོས་སྐྱོད་པ་ཏེ་གཞན་ཕན་དགེ་ཅུ་དང་འབྲེལ་པའི་ལས་དོན་བྱེད་སའི་ཚོས་སྐྱོད་པ་ཁོ་ནའི་སྐྱོད་པ་འཇུག་པ་ཤིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་བདུན་པ།** ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་སྟངས་ཞེ། སྐྱོད་པ་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་དམངས་གཙོའི་འགྲོས་དང་མཐུན་པར་ཀའི་ཚང་གི་སྐྱོད་པ་བརྒྱུད་སེར་སྐྱེ་མང་གིས་མང་མོས་ཀྱི་ལམ་ནས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་དང་གཏན་འབེབས་མཛད་དགོས།

**དོན་ཚན་བརྒྱུད་པ།** སྐྱོད་པ་འཇུག་པ་འདིའི་མིང་ཐོག་ནས་ཆབ་སྲིད་དམ་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་ཆེ་ཆུང་སྲུ་ལའང་དངོས་ལུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ཚོས་སྐྱོད་པ་མིན་པའི་རོགས་རེས་བྱེད་མི་ཚོགས་པར་མ་ཟད། སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་དང་འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་དུ་གནས་དགོས།

**དོན་ཚན་དགུ་པ།** ལྷ་སྐྱབས་མགོན་ཀའི་སྐྱེས་ལོ་རིམ་པར་འབྲོམ་རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་འབྲིན་དང་འབྲེལ་པའི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་སྐྱོད་པ་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་གནང་དགོས་པའི་འགན་སྲུ་སྐྱོད་པ་ཡོངས་ལ་ཡོད།

**དོན་ཚན་བརྒྱུ་པ།** ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་

སྡེ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷ་སྡེ་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་རྒྱུ་གཞི་འདིའི་བྱུང་ཁོངས་སྤྱི་གནས་  
དང་མི་གནས་ཀྱི་དབང་ཚད་ནི་སྡེ་ཚན་སོ་སོར་ཡིད།

**དོན་ཚན་བརྒྱ་གཞི་པ།** ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་  
དགོན་སྡེ་དང་དད་སྐྱེན་ལྷ་སྡེ་སྤྱི་ཡིན་ཀྱང་རྒྱུ་གཞི་འདིའི་བྱུང་ཁོངས་སྤྱི་གནས་  
པ་ནས་བརྒྱུད་སྐྱེག་གཞི་འདི་ལ་བརྩི་སྤྱད་གནང་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡིད།

# ལེན་གཉིས་པ།

གཞི་རྩའི་འོས་འགན།

**དོན་ཚན་བརྒྱ་གཉིས་པ།** ལྷན་པས་མགོན་ཀི་ཏི་སྐྱེས་ལྷན་པས་འཁྲུག་  
རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ཡང་སྲིད་དོས་འཛིན་གནང་བ་ནས་བཟུང་སྐྱོ་ཚེ་གཅིག་གི་མཛེད་འཕྲིན་  
ཡར་རྒྱས་དང་མཚན་སྟོན་སྲུང་སྐྱོབ་ལ་སློབ་ཐམས་ཅད་ནས་རྣམས་རྩལ་གང་ཡོད་  
འདོན་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིད།

**དོན་ཚན་བརྒྱ་གསུམ་པ།** ཀི་ཏི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཀི་ཏི་  
ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་བྲ་བརྒྱུན་སྤྲུགས་  
གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་ཐམས་ཅད་ལ། སོ་སོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དབང་ལུང་བྲིད་  
གསུམ། ཚོས་འཆད་ཉན། བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེས། འགྲིག་ལམ་ཀུན་སྤྱོད། ཚོགས་  
ཕྱག་ལེན་སོགས་ཉམས་པ་སྦྲར་གསོ། མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན། དར་སྤྲེལ་ཡོང་བའི་ཐབས་  
དང་། འཚོ་གོས་གནས་མལ། འཕྲོད་བརྟེན་དང་བཅས་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ལོག་འཚོས་  
མ་གོས་པ་ཞིག་གང་ཐུབ་སྤྱོད་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

**དོན་ཚན་བརྒྱ་བཞི་པ།** ཀི་ཏི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཀི་ཏི་  
ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་གུང་  
རྣངས་གྱི་ལམ་སྲོལ་རྣམས་པ་ལས་སྤྲུགས་དོར་བརྒྱུད་ལེན་གྱིས་དམ་ཚོས་འདུལ་  
བའི་དགོངས་དོན་དང་མི་འགལ་ཞིང་། དེང་དུས་དང་མཐུན་པར་དུས་རབས་

གསར་པའི་འགྲུར་འགྲོས་དང་གོམ་པ་མཉམ་གཤིབས་ཐུབ་པའི་ལམ་སྟོན་དང་  
ཐབས་ལམ་འཛོལ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་བཅོ་ལྔ་པ།** ཀིའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ལྟ་སྐྱེལ་དགེ་འདུན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་མདོ་སྐགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོར་སློབ་སྦྱོང་དེས་པར་མངོན་དགོས་པ་  
དང་། རྒྱུད་པའི་འབྲས་བུར་རྒྱན་དུ་སྦྱི་ལུས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་ལེགས་པ་དང་།  
ནང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་བའི་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ། ཚེ་མཇུག་དུ་སྦྱུབ་པ་ཉམས་  
ལེན་ལ་གཞིལ་ཐུབ་མཁན། ཡང་ན། གཞན་ཕན་སྦྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་ལ་དངོས་  
སུ་ཞུགས་ཐུབ་མཁན་གང་མང་སྦྱེད་སྲིང་མངོན་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་བཅུ་དྲུག་པ།** བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སློབ་རྒྱན་བྲིས་འབྲུར་  
ཀྱི་སྦྱོང་དང་། ཚེ་མ་བཟོ། མཚོན་བཟོ་དཀར་རྒྱན། འབྲུད་དུང་དགོལ་གསུམ།  
སློབ་བཟོ། དཔར་རྩོམ་གསལ་ཚོས་སྦྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ལག་ཤེས་ཏེ་བཟོ་རིག་  
པ་མེ་ཉམས་རྒྱན་འཛིན། ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་བཅུ་བདུན་པ།** བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སློབ་རྒྱན་སྐྱེན་  
ཅིས་སྦྱི་དང་རྟུག་པར་སྐྱེན་བཅོས་ཀྱི་ལག་ལེན་རྒྱན་འཛིན་ཁྲུབ་སླེལ་ཡོང་ཆེད་  
མཐུན་རྐྱེན་གང་ཐུབ་སྦྱོར་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་པ།** ཀིའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་  
དད་སྦྱིན་རྩ་སླེའི་བདེ་སྦྱུག་སྦྱི་དང་། སྦྱི་ནང་གི་མཐུན་ལམ། རྟུག་པར་ཀླས་  
གཙོང་། ནད་མནར། འཚོ་ཐབས་ཞན་པ། དབང་པོ་མ་ཚང་བ་རྣམས་ལ་རོགས་  
སྦྱོར་སོགས་དམིགས་བསལ་སྦྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་གང་ཐུབ་གནང་དགོས་པའི་

ལས་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་བཅུ་དགུ་པ།** ཀའཛི་དཔོན་ཁག་གི་དགེ་འདུན་པ་གཞིན་སྦྱོར་གང་ཡོད་ཚེ་སློབ་སྦྱོར་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྦྱོང་དང་། ལྷག་པར་ཡ་རབས་སྦྱོང་བཟང་ཅན། གནས་ཡུལ་དེའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མཁན་ཞིག་གིས་ཉུང་ལྷོད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉི་ལུ་པ།** ཀའཛི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་སྐྱོ་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། ཀའཛི་ཚང་གི་སྒྲིག་སྒྲུབ་ལྟར་སྦྱོང་དང་། ལྷག་པར་ཡ་རབས་སྦྱོང་བཟང་ཅན། ལྷ་སྐྱོ་ཞིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་གཅིག་པ།** ཀའཛི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་སྐྱོ་ཞིག་གཞིན་སྦྱོར་ཞུས་ཀྱི་ཡིག་ཚངས་སེལ་ཐབས་སྦྱོང་དང་། ལྷག་པར་ཤོད་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་དང་། ཤོད་གྱི་སྐད་ཡིག་ཡ་རབས་བཟང་སྦྱོང་གྱི་གོམས་གཤིས་ལྟར་འཇགས་ཡོད་པའི་ཐབས་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཚོགས་ནས་རོགས་སྦྱོར་གང་ཐུབ་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་གཉིས་པ།** དད་ལྡན་མང་ཚོགས་སྦྱོང་དང་ལྷག་པར་འབྲེལ་ཡོད་ལྷ་སྐྱོ་ཞིག་གི་སྐད་ཡིག་གཞིན་སྦྱོར་ཞུས་ཀྱི་ཚེ་སློབ་སྦྱོར་གྱི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་ཡོད་པ་ལ་སྦྱོར་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ། ཚེས་ཀྱི་ནང་དོན་རོ་སྦྱོང་གསུང་བཤད་དང་། ལྷ་སྐྱོ་ཞིག་གི་བཞུགས་པའི་གསུང་ཚེས་གནང་མཁན་གང་མང་གྲ་སྦྱོང་དང་། མངགས་གཏོང་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་གསུམ་པ།** འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་ལས་འགུལ་སྒྲི་དང་། བྱེ་  
བྲག་སྒྲི་འགོ་ཡོངས་ཀྱི་བདེ་ཅུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པའི་  
ཐབས་ཚུལ་དང་། སྒྲི་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ལ་སྒྲོགས་ཀུན་ནས་མཉམ་  
རུབ་རྒྱུ་བརྩོན་གནང་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུས་རབས་གསར་པའི་ནང་  
བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་དང་ཚན་རིག་གཉིས་དཔུང་པ་མཉམ་གཤིབས་ཀྱིས་བསྐྱོད་  
ཐུབ་པའི་ཐབས་ལམ་འཛོལ་བའི་ལས་འགུལ་ལ་སློ་སྒྲི་ཚོགས་ནས་རོགས་སྐྱོར་  
གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

# ལེན་གསུམ་པ།

ལྷ་ན་མེད་པའི་དབུ་བྱིད་ཀྱི་མཚན་གནས་  
དང་འགན་འཛིན་དབང་ཚད།

**དོན་ཚན་ཉེར་བཞི་པ།** ལྷ་བས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཆེའི་འོས་སྤྲུལ་གང་  
ཞིག་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་བྲུལ་དུ་གཏན་འཁེལ་ངོས་འཛིན་གསལ་བསྐྱགས་བསྐྱངས་  
པ་ནས་བཟུང་ཀི་རིའི་དགེ་ཕྱོགས་པའི་ལྷ་ན་མེད་པའི་དབུ་བྱིད་ཀྱི་མཚན་གནས་  
དང་དེའི་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་སྐྱེ་དབང་ཆ་ཚང་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་ལྔ་པ།** ལྷ་བས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཆེའི་མཚན་གནས་རྗེས་  
འབྲེལ་གྱིས་ཀི་རི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་  
ཡོད་དགོན་རྗེ་སོ་སོའི་སྐྱིག་གསལ་ལྟར་ལས་སྤྲོ་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་དགོས་པའི་རིགས་  
ལ། ལྷ་སོལ་བཞིན་འོས་གཞི་དང་གཉིས་སོགས་ལ་ཐུགས་དམ་དགོངས་དོན་གཞིར་  
བཟུང་ནས་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་ཚོག་པའི་སྐྱེ་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་དུག་པ།** ཀི་རི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་བཅའ་ཡིག་དང་བཅའ་ཡིག་  
ཟུར་འདེབས་སྐར་ཡོད་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་སྐྱིག་ལམ་ལ་རྒྱབ་གནོན། ཡང་ན།  
འདོད་ལྷན་ལྟར་བཅའ་ཡིག་གསར་ཚུལ་དང་བཅའ་ཡིག་ཟུར་འདེབས་གསོལ་སྐྱུལ་

གྲིས་འབྲིག་ལམ་ལ་བསྐྱར་བཀོད་ཀྱང་གནང་ཚོག་པའི་སྐྱེད་བའང་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་བདུན་པ།** ལྷ་སྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆའི་མཚན་གནས་  
རྗེས་འབྲེལ་གྱི་གསུང་བཤད་དང་། གསུང་འབྲིན། བྱས་རྗེས་གཟེངས་རྟགས།  
ལྷ་སྐྱལ་ཁག་གི་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན། ལྷ་མ་དང་མཁན་པོ། ཚོས་མཛད་ཀྱི་གོ་  
མིང་། དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ལས་སྡེའི་གོ་མིང་དང་། ལེགས་སའི་བདག་རྒྱུན་སྲིགས་  
ཁོང་རིན་པོ་ཆའི་མཚན་ཐོག་ནས་སྐྱེལ་ཚོག་པའི་དབང་ཚད་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་བརྒྱད་པ།** ཀའི་འཇུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་ཁག་གཏན་  
འབེབས་དང་། སྐྱིག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་ཁག་ཁྲིམས་མཐུན་ངོས་ལེན་གྱི་ཚོག་  
མཚན་གནང་བའི་སྐྱེད་བའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྐྱིག་གཞིའི་དོན་གནད་གང་ཞིག་  
ཐུགས་དགོངས་དང་མི་མཐུན་པས་ཚོག་མཚན་གནང་འདོད་མ་བཞེད་ཚོ། རྒྱ་  
མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་བསྐྱར་བཅོས་ཡོང་ཚེད་ལན་གཉིས་ཀྱི་བར་ཀའི་  
དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གོས་ཚོགས་ལ་ཕྱིར་སྐྱེལ་གནང་ཚོག་ནའང་བསྐྱར་  
བཅོས་མ་སོང་བར་ལན་གསུམ་པ་ཕུལ་བའི་སྐབས་མཚན་རྟགས་གནང་དགོས་པའི་  
ཐུགས་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཉེར་དགུ་པ།** ལྷ་སྐྱབས་མགོན་ཀའི་སྐྱེད་བའང་རིམ་བྱོན་དགུང་གངས་  
བཅོ་བརྒྱད་དུ་ཕྱིབས་པ་དང་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཀའི་འཇུག་ཅུ་ཚོགས་  
པའི་ལག་བརྟམས་དབུ་བྲིད་ཀྱི་སྐྱེད་བའང་ངེས་པར་འབུལ་དགོས་པ་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་  
འབེབས་ཡིན། ཁོང་གིས་ཐད་ཀར་རམ་གཤམ་འོག་སྐྱེ་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་  
བརྒྱད་ནས་དབང་ལུང་བྱུང་བསྐྱར་མཛད་རྒྱ།



**དོན་ཚན་སྐུལ་རྒྱུ་པ།** རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར། ཀའི་དགེ་ཅུ་  
 ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་དང་ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་  
 ཚེན་མོར་བཀོད་བྱུང་བའལ་ཡིག་ཡང་ན། གསུང་བཤད་གནང་བ། མཚན་  
 གནས་རྗེས་འབྲེལ་གྱིས་སྐྱེ་ཚབ་གཏོང་བ། ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་  
 གྲོས་ཚོགས་དང་། ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཚེན་མོ་དམིགས་བསལ་  
 ཚོགས་བསྐོང་དང་། ཚོགས་འདུ་པར་འགྲུངས། ཚོགས་འདུ་མཚམས་འཛིག་  
 གྱི་བྱུང་བའལ་ལས་ལྟན་ཚོགས་སྐོ་བརྒྱུ་བའལ་སྐྱི་བྱུང་བའལ་ལས་ལྟན་ཚོགས་ཀྱི་  
 འགན་འཛིན་ཚོགས་མིར་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བ་དང་། ལས་དོན་མཚམས་འཛིག་  
 ར་དུག་སྐབས་ལ་རྒྱལ་ཚབ་གསར་བསྐོ་དང་། ཡང་ན་ལ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་དོན་  
 མཚམས་འཛིག་ མང་མོས་འོས་བསྐྱེ་གནང་བའལ་སྐྱི་སྐྱེ་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་སོ་གཅིག་པ།** ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་རྒྱུག་གཞི་ཐམས་ཅད་  
 དང་། རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་མང་མོས་འོས་བསྐྱེ་ཚེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས་  
 བཟང་ངན་གང་བྱུང་ནའང་དེ་ལ་ངེས་པར་བརྩི་བཀུར་དང་འབྲེལ་བྲིམས་མཐུན་  
 དུ་ཚོག་མཚན་བསྐྱེལ་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་དགོས་པའི་མཇུག་འགན་ཡོད།

# ལེའུ་བཞི་པ།

## སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས།

**དོན་ཚན་སོ་གཉིས་པ།** ལྷན་ཚོགས་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་  
པའི་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཞེས་འབོད་རྒྱ།

**དོན་ཚན་སོ་གསུམ་པ།** ལྷན་ཚོགས་འདིའི་དབང་ཚད། ལྷན་ཚོགས་མགོན་  
ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་བྱེད་འོག་གི་དབང་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་ལྷན་ཚོགས་ཡིན།  
ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་ལག་བསྟར་དང་།  
སྤངས་འཛིན་གྱི་དབང་ཚད་ནི་སྤྱི་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཡིན།

**དོན་ཚན་སོ་བཞི་པ།** ལྷན་ཚོགས་འདིའི་གྲུབ་གཞི། སྤྱི་གཞིའི་གཏན་  
འབེབས་ལྟར་འོས་འདེམས་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་ནས་འོངས་པའི་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་  
ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་བཞི་དང་། ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་ཐད་ཀར་བསྐོ་  
བཞག་གནང་བའི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གཅིག་བཅས་ཚོགས་མི་ལྔ་ལས་གྲུབ་  
པ་ཞིག་ཡིན། (འདི་ནི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དོ་དམས་པར་དབང་ཚད་འདྲ་མཉམ་ཡོད་པའི་ཚོགས་མི་རྣམས་  
ལྷན་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཤིག་ཡིན།)

**དོན་ཚན་སོ་ལྔ་པ།** ལྷན་ཚོགས་འདིའི་དོ་དམས་ཀྱི་ཚད་དང་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་སེར་སྐྱ་མང་ཚོགས་ཀྱི་རུས་ལྷན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་

བཅའ་ཡིག་རྒྱུགས་བསྐྱིགས།

བསྐྱེལ་ནས་ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ལས་དོན་ཆེ་སྤྱི་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱུར་  
བྱས་པའི་ངོ་བོ་མཚོན་གྱིང། མང་མོས་འོས་འདེམས་ཀྱི་ལམ་ནས་འོངས་པའི་  
སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིས་དབང་བསྐྱུར་བ་ཞིག་  
ཡིན། ( ལྷ་མོའི་དུས་ཀིའི་དོན་པོ་རྣམ་པ་ཞེས་དབང་རྣམས་ཆེ་ཤོས་ལྷན་པའི་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་དེ་ཚོའི།  
ངོ་བོ་དང་། ཡོང་ཁུངས། ལས་དོན་གྱི་སྤྱི་ལྷན་དང་། དབང་ཚད་བཅས་པར་སྤྱི་གཞི་གཏན་འཁེབས་  
ཀྱིས་གསར་བཏོད་དམངས་གཙོའི་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྐྱུར་བ་ཞིག་རེད། )

**དོན་ཚན་སྤུག་པ།** ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གནང་སྤངས། སྤྱི་ཁྲབ་  
རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་བརྒྱ་ཆ་ཕྱེད་ལྷག་འཛོམས་  
ཚོ་ཚོགས་འདུ་ལྷན་རྒྱས་གནང་བྱུང། དེ་ལས་ཉུང་བས་ལས་དོན་མཐུག་གཞོན་  
ཅམ་མ་གཏོགས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་གསར་པའི་རིགས་ཀྱི་མི་ཚོགས་སྤྱི་ཁྲབ་  
རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་རྣམས་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་གྲོས་མཐུན་  
ནམ། ཡང་ན། མང་མོས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་གྱི་དོན་ལྷན་ཉུ་གལ་གནང་  
ཆེ་བའི་རིགས་ལ་མང་མོས་མ་གྱུར་བའམ། སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་  
འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གྲངས་ཉུང་བས་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་ཀྱིས་ངོ་བོ་ལ་མཐུན་  
སྤྱེལ་བྱས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་འཕྲད་ཆོ། ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་  
གྲོས་ཚོགས་སར་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་ཚོས་སྤྱི་ཁྲབ་ལྷན་པའི་དང་འབྲེལ་ནས་མང་  
མོས་ཀྱི་རྒྱུ་སྐྱོར་དང་ཐག་གཅོད་ཡོང་བའི་མཐུན་ཆོག

**དོན་ཚན་སྤུག་པ།** སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མངོན་འགན། ༡ སྤྱི་ག་  
གཞིའི་གཏན་འཁེབས་ལྷན་པའི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་ཚོགས་ཀིའི་དོན་པོ་ཆེས་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་

ལག་བརྟམ་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་བཞེས་པའི་སྐབས་ཡིན་ཚེ། ལས་དོན་གལ་  
ཆེ་བའི་རིགས་ཚམས་སྐབས་སེ་སེར་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་ཡ་སྟན་སང་བཀའ་བརྟམ་  
དང་གསལ་འདེབས་ངེས་པར་ལུ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད། ལས་དོན་འཕར་མ་  
ཡ་སྟན་སང་ལུ་དགོས་རིགས་མེད་པའི་ཆེ་མཛུགས་སྐྱེ་བུ་ལྟུན་ལས་ལྟན་  
ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་ཚམས་ལས་དོན་བཀའ་བརྟམ་དང་གསལ་  
འདེབས་ལུ་ཆེད། ཐངས་གཅིག་ངེས་པར་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་སྐྱབ་ཅུར་གྱིས་ལྟན་  
ལྟུན་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༡ ཡ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་གལ་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་  
ནམ་ཤར་ལ། ལས་དོན་བཀའ་བརྟམ་། བཀའ་བྲུབ། གསུང་བཀོད་གནང་  
ཆེད་སྐྱེ་བུ་ལྟུན་ལས་ལྟན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་ཚམས་བཀའ་  
འགྲུགས་གནང་ཆེ་ལམ་སང་སྐྱབ་ཅུར་ལུ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད། ཡ་སྐབས་ཚབ་  
ནས་ལག་བརྟམ་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་བཞེས་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཆེ་མཛུགས་  
གོང་གི་དོན་ཚན་དང་གཉིས་བཞིན་འགན་འཁུར་དགོས།

༢ ཡ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱབ་ཅུར་གཞུང་གཞིན་གང་གི་སྐབས་  
ཡིན་ཀྱང་རུང་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་ཚམས་ཀྱིས་སྐྱེ་ཆེ་མཛུགས་འཕྲིན་སྐོར་ལྟུག་  
བསམ་ཚམ་དག་གིས་གསོལ་འདེབས་ཡ་སྟན་སང་ལུ་དགོས་ནམ་ཤར་ལ།  
འཛེམས་ཟོན་མེད་པ་དང་། དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པ། ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་  
གྱིས་ཡང་ཡང་གསལ་འདེབས་ལུ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༣ ཡ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་ལྟུན་གྱི་འཚོ་གོས་གནས་མལ། སློབ་

སྤོང་། འཕྲོད་བརྟེན། འགྲིམ་འགྲུལ། རྒྱུན་མཁོའི་མཐུན་ཀྱིན་དགོས་དེས་  
རྒྱིག་གསལ་ལྟར་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་རྒྱུང་བ། དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པར་ཞབས་  
འདེགས་སྐྱབ་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༥ ལས་ལྟུང་མཁོན་གཏོང་རིན་པོ་ཆེའི་གཟིམ་ཚུང་གིས་མཚོན་གཏོང་དགོ་  
ཅུ་ཚོགས་པའི་རྒྱིག་འདུགས་འདྲིའི་ཁོངས་གཏོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་ནང་གི་གཙང་  
སྤོང་། འཕྲོད་བརྟེན། ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱབ་བཅར་ཞབས་ལུ་བའི་ལས་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་དང་། དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་ཁུངས་དང་། ཡན་ལག་ལས་ཁུངས་ཁག་  
གི་ལས་བྱེད་ཆེ་སྤེའི་རྒྱིག་ལམ་ཀུན་སྤོང་དང་། ལས་དོན་ཚགས་ཚུད་ཡོང་བར་  
བཀོད་འདོམས་མངོན་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༦ རྒྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་གཏོང་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་  
གྲོས་ཚོགས་དང་གཏོང་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་བཅས་ནས་གཏན་  
འབེབས་མངོན་པའི་ལས་དོན་ལག་བརྟུན་མངུག་སྤོང་དང་། འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས་དང་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོར་འབྲུལ་རྒྱུའི་ལས་བརྩམས་ལས་ལྟན་ལྷན་  
ལས་འཆར་  
ལས་ལྟན་ལྷན། རྩོན་ཕྱིས་སོགས་ཡིག་ཆ་ཐམས་ཅད་དུས་ཐོག་ཏུ་འབྲུལ་བྱུང་དགོས་  
པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༧ རྒྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་གཏོང་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་  
གྲོས་ཚོགས་དང་གཏོང་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཆར་ཅན་དང་  
འཕར་མ་ཚོགས་བསྐོང་སྐབས་གཏོང་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟུན་དབུ་ཁྲིད་ཁོང་  
རིན་པོ་ཆེའམ་རྒྱལ་ཚབ་སུ་ཡིན་ལ་བཀའ་འབྲོལ་ལས་ལྟན་སེང་ལྷན་ལྷན། ཚོགས་དུས་

གཏན་འབེབས། ཚོགས་བདུ། ཚོགས་ཡུལ། བྲོས་གཞི་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་  
གསལ་བསྐྱབས། ཚེས་གལ་ཆེ་ཞིང་ཇ་དྲག་ཆེ་བའི་སྐབས་མང་མོས་འོས་བརྟུ་  
བྱ་དགོས་ཆེ་དུས་ཚོད་དང་འོས་བརྟུའི་ལས་རིམ་གཏན་འབེབས་དང་གོ་རྒྱུག་འབྲུས་  
ཤོར་མེད་པར་གནང་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིད།

༡ རྒྱ་བྲལ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དུང་ཡིག་གི་ལས་དོན་རྒྱབ་མཁུན་དུང་  
ཡིག་ཁང་ཚུང་དུ་ཞིག་དགོས། དེས་ཉིན་རེའི་ལྷན་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་འཆར་གོ་རྒྱུག་  
ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་མཇུག་རྒྱུང་དང་། འབྲེལ་མཇུག། རྣམ་ལེན་གྱི་ལས་དོན་  
རྒྱབ་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

**དོན་ཚན་སྟོན་བརྒྱུད་པ། རྒྱ་བྲལ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་**

**ཚོགས་མིའི་འོས་ཚེས།** ༡ ཀའི་ཚང་གི་སྟོན་བརྒྱུད་གཙང་མ་ཡིན་པ། ༢ རང་  
ཚོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་འདང་ཤེས་ཡོད་པ། ༣ ཀའི་ཚང་གི་དགོན་མ་ལག་གང་ཡང་  
རུང་བའི་གྲུ་པ་ཡིན་པ། ༤ དགོས་ཚུང་གི་རྣམ་ལེན་གང་ཞིག་རང་ལོ་ཉེར་ལྷ་ཉིལ་པོ་  
ལོན་པ། ༥ ལོ་བཅུའི་རིང་ཀའི་དོན་དགོན་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཏུ་ཚོགས་ཚེས་  
རུ་འགྲིམས་པའི་ཉམས་སྲོང་ཡོད་པ། ༦ རྒྱ་སར་བབས་ནས་སྐར་ཡང་རྣམ་  
པ་བསྐྱར་རྒྱབ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ། ༧ ཅུ་བ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བས་གོས་པའི་སྐྱེང་  
གཞི་ཡོངས་གྲགས་སུ་མེད་པ། ༨ ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་དང་ཀའི་ཚང་  
དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་སྡེ་གང་རུང་ནས་གནས་དབྱུང་བཏང་  
རིགས་མ་ཡིན་པ། ༩ ཚོས་བརྒྱུད་མི་གཙང་བ་དང་སྐྱེང་མ་དམ་ཉམས་བརྟེན་  
མཁུན་མ་ཡིན་པ། རྒྱ་སྟོན་དང་དགོན་ཚན་བར་དམ་ཉམས་དང་དམ་སེལ་བྱུང་རིགས་

མ་ཡིན་པ། ༡༠ ཀའི་ཚང་གི་མཚན་རྟན་ལ་གཞི་དཔེ་ལས་ཀྱི་བྱས་མྱོང་མེད་  
པར། ༡༡ གཞུང་གི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་བྱས་པ། སྤྱི་རྒྱུ་ལ་བག་མེད་ལོངས་  
སྤྱོད་དང་། བེད་སྤྱོད་ལོག་པར་བཏང་བའི་སྐྱོང་གཞི་མེད་པ། རྒྱུ་ཟ་རུལ་སྤངས་  
ཅན་དུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་པ། ༡༢ རྒྱུ་ཚོང་ལས་སམ། གཞན་དང་མཉམ་  
མཐུན་གྱི་ཚོང་ལས་སམ་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་བསྐྱེད་ལས་གཞི་མེད་པ། ༡༣ ལོ་  
བག་མ་ཅང་སོགས་མ་རབས་རྒྱན་ཅེད་བྱེད་མཁན་དང་། སྤྱོད་པ་ངན་པར་གྲགས་  
པ་མ་ཡིན་པ། ༤ རིག་འཚོ་མ་ཟེན་པ། ཚོས་མེད་སྤྲོ་བ། ལོག་ཏུ་ཅན། དབང་  
པོ་མ་ཚང་བ་མ་ཡིན་པ། ༥ འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་སྲུང་ཆ་གཉིས་  
ཡན་གྱིས་སྤྱི་བྱུང་རྒྱན་ལས་རྟན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིའི་འོས་གཞིར་མི་འོས་པའི་  
ཐག་གཅོད་བྱས་ཟེན་པ་མ་ཡིན་པ།

**དོན་ཚན་སོ་དགུ་པ། སྤྱི་བྱུང་རྒྱན་ལས་རྟན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་**  
**མིའི་འོས་འདེམས།** ༡ སྤྱི་བྱུང་རྒྱན་ལས་རྟན་ཚོགས་ཀྱིས་ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་  
པའི་ལས་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་དང་བདེན་ཅན་གྱི་མི་གསུམ་ལས་མི་ཉུང་བའི་རང་དབང་  
ཅན་གྱི་འོས་བསྐྱེད་ལྟར་ཁང་ཞིག་འཇུག་སེལ་གསར་འཇུགས་དང་འབྲེལ་གསང་བའི་  
འོས་བསྐྱེད་འགོ་ལུགས་ནི་སྤྱིའི་འགོ་ལམ་ལྟར་གནང་རྒྱ།

༢ སྤྱི་བྱུང་རྒྱན་ལས་རྟན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་འོས་བསྐྱེད་  
ལས་རིམ་དང་པོ། འོས་གཞི་འདེམས་སྤངས་ནི། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་  
ཀྱི་འཇུག་མི་སྤྱི་ཡི་བརྒྱ་ཆའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ཡན་འཛོམས་ཡོད་ན་འོས་འདེམས་  
ཀྱི་ལས་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་ཚོག་རྒྱ། འཇུག་མི་སོ་སོའི་འདོད་ཚོས་བཞིན་འོས་

ཚོས་ཚང་མའམ་ཞིག་ལ་གསང་བའི་འོས་ཤོག་འཕངས་པའི་འོས་མིང་རེ་རེ་  
བཞིན་འོས་ཚོས་ཚང་མིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་གིས། འོས་ཚོས་ཚང་བ་འོས་ཁོངས་  
སུ་བཞུགས་འདོད་ཡོད་པ་ནམས་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་ས་སྟོང་འོས་མིག་རེ་རེར་  
འོས་མིང་བཞི་རེའི་མཚན་བྱང་གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་འོས་གཞི་དང་པོའི་མཚན་  
བྱང་གསལ་བསྐྱགས་གནང་རྒྱ།

༡ འོས་བསྐྱའི་ལས་རིམ་གཉིས་པ། ས་སྟོང་འོས་མིག་རེ་རེར་འོས་མིང་  
བཞི་རེ་ཡོད་པ་དེར། ལྷན་བཞིན་གསང་བའི་འོས་འཕེན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འོས་ཤོག་  
མང་བ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་ས་སྟོང་འོས་མིག་རེ་རེར་འོས་འདུ་གཉིས་རེ་སྟེ་འོས་གཞི་  
གཉིས་པའི་མཚན་བྱང་གསལ་བསྐྱགས་གནང་རྒྱ།

༢ འོས་བསྐྱའི་ལས་རིམ་མཐའ་མ། ས་སྟོང་འོས་མིག་རེ་རེར་འོས་འདུ་  
གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་འོས་གཞིར་ལྷན་བཞིན་གསང་བའི་འོས་འཕེན་གྱི་མཐའ་མའི་  
གྲུབ་འབྲས་འོས་ཤོག་མང་བ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་སྟོན་ཚོགས་ཀྱི་  
འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་དགོས་འོས་ཐོབ་བྱང་བ་ནམས་ཀྱི་མཚན་བྱང་གསལ་  
བསྐྱགས་དང་འབྲེལ་ཚོགས་མི་གཏན་འབེབས་གནང་རྒྱ།

༣ ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་ཐད་ཀར་བསྐྱོ་བཞག་གནང་བའི་འགན་འཛིན་ཚོགས་  
མི་གཅིག་དགོས་པར། འོས་ཚོས་ཚང་ཞིང་། ཀུན་གྱིས་བརྩེ་བཀུར་ཆེ་བའི་  
རྒྱ་མི་ཡིན་པ། ལྷན་པས་དེའི་ཡབ་ཡུམ་ཚང་དང་སྐུ་ཉེའི་རིགས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་  
ལ་བསྐྱོ་བཞག་སྤུལ་རྒྱ།

༤ འོས་བསྐྱའི་ལས་པ་རེ་རེའི་བར་དུ་ཉིན་རེ་རེའི་བར་སྟོང་། འོས་བསྐྱའི་



ལས་རིམ་དང་པོ་འོས་གཞི་འདེམས་གྲུབ་པ་དང་འོས་མི་སོ་སོར་འོས་གཞིའི་ཁོངས་  
སྲུ་ཡོད་པའི་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ། འོས་ཁོངས་སྲུ་ལྷགས་འདོད་ཡོད་མེད་  
དྲི་ཅུད་བྱེད་སྐབས་འོས་ཁོངས་ནས་སྤྱིར་འཐེན་གནང་འདོད་ཆེ་དགོངས་ལུ་ཚོགས་  
ནའང་། འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་གཉིས་པ་ནས་བརྒྱུད་འོས་གཞིའི་མིང་ཁོངས་ནས་  
དགོངས་པ་ལུ་འབྲོལ་གཉིས་ཀ་མི་ཚོགས།

༢ སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་ས་རྣོང་ནམ་  
བུང་སྐབས་གསར་འདེམས་གནང་སྟངས། ཚོགས་མི་སྲུ་ཞིག་ལུགས་མཐུན་གྱིས་  
དགོངས་པ་ལུ་འབྲོལ་སོང་བ། དུས་ཚོས་སྲུ་གྱུར་པ། ལས་མཚམས་བཞག་པ་  
སོགས་ཀྱིས་ས་རྣོང་བུང་ཆེ། ལན་གཅིག་རིང་གསར་དུ་འོས་བསྐྱེད་དགོས་པར་  
སྤར་གྱི་འོས་བསྐྱེད་ལས་རིམ་གསུམ་པའི་གྲུབ་འབྲས་རྩེ་བཏོགས་ཀྱི་མིང་མཚམས་  
སྤྱི་མའི་འོས་མི་དེ་གཅིག་སྲུ་ཚོགས་མིར་བསྐོས་བཞག་གནང་རྒྱ། ས་མིག་རྣོང་པ་  
གཅིག་ལྷག་བུང་ན་ཟླ་དུག་ནང་སྤར་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་བྱེད་དགོས།

༣ འོས་ཤོག་འདྲ་མཉམ་བུང་ཆེ་འོས་གཞི་དེའི་མཚན་གྱི་མིང་གཞིའི་ཀ་  
ཕྱིང་དང་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་བྱས་ཏེ་འོས་ཐོབ་ཅན་གཞིན་དང་གཉིས་སྲུ་བྱེད་རྒྱ། གལ་  
སྲིད་འབྲས་མི་ངོ་ཡོད་བརྒྱ་ཆ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་གིས་ཚུལ་མཐུན་འོས་འཐེན་བྱས་མེད་  
ཆེ་སྤར་ཡང་གོས་བསྐྱར་གྱིས་གསར་དུ་འོས་གཞི་འདེམས་དགོས།

**དོན་ཚན་བཞི་བརྒྱུད་། སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་  
མིའི་ལས་ལུན་ནི།** ༡ སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིར་  
འོས་ཐོབ་ནམས་མཐུན་མཐོན་གཏེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཐུན་ཚབ་གཉིས་ཀ་བཞགས་

ཡོད་སྐབས་གཉིས་ཀ་དང་། གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་བཞུགས་པའི་སྐབས་དེར་  
སྲ་སྲོལ་ལྟར་གསར་མཇུག་བྱ་བ་དང་། ཁ་བཏགས་མདུད་པ་གནང་སྟེ་ལས་  
འགན་བཀའ་བསྐྱུར་གནང་བ་ནས་བཟུང་ལས་དོན་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་དགོས་  
པའི་འགན་ཡོད།

༧ སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་ལས་ཡུན་ནི་  
ལོ་ལྔ་ཟླ་ལྔ་པོ་ལོན་པའི་བར་ཡིན་ནའང་ལོ་ལྔ་ཟླ་ལྔ་པོ་མ་ལོན་པར་དུས་ཡུན་སྐོར་ཚོགས་  
པར་ལས་མཚམས་བཞག་ཚེ་ལས་ཡུན་གང་སོང་དེ་ལས་ཡུན་གཅིག་ཏུ་བཅོམ་རྒྱུ་ཡིན།

༨ འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་ཞིག་ལས་ཡུན་གཉིས་པར་འོས་ཐོབ་  
བྱུང་ཚེ་ལས་ཡུན་གཉིས་ཀྱི་རིང་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་  
འཛིན་ཚོགས་མི་བྱེད་ཚོགས།

༩ ཚོགས་མི་གང་ཞིག་བསྐྱུད་མར་ལས་ཡུན་གཉིས་ཚོགས་རྗེས། ཡང་  
བསྐྱུར་ལས་ཡུན་གསུམ་པའི་འོས་གཞིར་བསྐྱུད་མི་ཚོགས་པར་ལས་ཡུན་གཅིག་གི་  
རིང་བར་སློང་དུ་འཛོག་དགོས།

༡༠ བར་སློང་དེའི་རྗེས་སྐར་ཡང་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིར་འོས་ཐོབ་  
བྱུང་ན་ལས་ཡུན་གཅིག་དང་བསྐྱུད་མར་འོས་ཐོབ་བྱུང་ན་ཡང་བསྐྱུར་ལས་ཡུན་  
གཅིག་རིང་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་བྱེད་ཚོགས། བསྐྱུད་མས་ལས་ཡུན་བཞི་ཟླ་བ་  
རྗེས་སུ་ཚོགས་མི་གཞན་ལ་གོ་སྐབས་སྤྱོད་ཆེད་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་འོས་  
གཞིར་འཇུག་ཞུགས་མི་ཚོགས།

**དོན་ཚན་ཞི་གཅིག་པ།** སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་  
**ཚོགས་མིའི་ལས་དོན་མཚམས་འཛོགས།** ༡ སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་  
ཚོགས་མིར་འོས་ཐོབ་བྱུང་ན་འང་ལས་དོན་ཐོག་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་པར་ཟླ་དུག་  
སོང་ཆེ་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་ལས་འགན་རང་བཞིན་གྱིས་ཤོར་རྒྱ།

༡ ཀའི་དུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མིའི་བརྒྱ་  
ཆ་ལྔ་བཅུ་ལྷག་གིས་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་  
ཡང་རུང་བའམ་ཚོགས་མི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ལས་འགན་མཚམས་འཛོགས་དགོས་  
པའི་མོས་མཐུན་བྱུང་ཆེ་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་  
ལས་འགན་བཤོལ་རྒྱ།

༢ ལྷན་པས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་  
ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་སུ་ཞིག་ལས་འགན་ནས་ཕྱིར་འཐེན་དགོས་  
པའི་རེ་འདུན་གནང་སྐབས། ཀའི་དུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་མང་མོས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱུང་ཆེ་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་  
ལས་འགན་བཤོལ་དགོས་པ་ཡིན།

༣ ཀའི་དུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་  
འཛིན་ཚོགས་མི་གང་ཞིག་ཅུ་བ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བས་གོས་པའམ། ལྷོ་མ་  
པ་ལུལ་ནས་སྐྱ་སར་བབས་ཀྱང་རུང་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་འགན་འཛིན་ཚོགས་  
མིའི་ལས་འགན་ཤོར་བ་ཡིན།

༤ སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་ཞིག་ལས་

དོན་ཐོག་དངོས་སུ་ཞུགས་ནའང་ལས་མཚམས་སུ་མཐུད་ཟླ་དྲུག་ལྟག་སོང་བ་དང་།  
ཡང་ན། ལུགས་མཐུན་ཅུ་དགོངས་ཞུས་འབྲིལ་བུང་བ་དེ་ཉིན་ནས་བཟུང་འགན་  
འཛིན་ཚོགས་མིའི་ལས་འགན་ཤོར་བ་ཡིན།

**དོན་ཚན་ཞེ་གཉིས་པ། སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ།**

༡ སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མིའི་འོས་ཤོག་ཐོབ་མང་ལུང་གོ་  
རིམ་བཞིན་དང་ཐད་བསྐྱོས་ཚོགས་མི་བཅས་དང་པོས་ཚོགས་གཙོ་དང་གཉིས་  
པས་ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པའི་ལས་འགན་ལོ་གཅིག་གི་རིང་འཁོར་རེས་ཀྱིས་རིམ་  
བཞིན་ཚོགས་མི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་ཚོགས་གཙོ་དང་ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པའི་  
མངོད་འགན་བཞེས་དགོས།

༢ ཚོགས་གཙོའི་ལས་འགན་ནི། རྒྱུན་དུ་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་  
སྐབས་ཚོགས་གཙོ་དང་། ལས་དོན་ལ་སྣན་སེང་ཞུ་རྒྱ། བཀའ་བཏོན་ལ་  
མང་མོས་ཡོད་མེད་གཞིགས་རྒྱ། ལས་དོན་མཇུག་སྐྱོང་གནང་རྒྱ། བོས་  
ཚོད་སོགས་ཡིག་ཆ་གལ་ཆེ་ཁག་ལ་མཚན་རྟགས་འགོད་རྒྱ། རྒྱུང་ཡིག་ཁང་  
གི་ལས་དོན་ལ་མཇུག་གཞིན་དང་བསྐྱུལ་འདེད་གནང་རྒྱ། ཚོགས་གཙོའི་ལས་  
ཡུན་རིང་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་དང་ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྐྱེ་ཚབ་  
ཀྱི་མངོད་འགན་ཡང་བཞེས་དགོས།

༣ ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པའི་ལས་འགན་ནི། རྒྱུན་དུ་ཚོགས་གཙོའི་ལས་  
དོན་སྐྱབ་རོགས་དང་རྒྱུང་ཡིག་ཁང་གི་ལས་དོན་ལ་བཀོད་འདོམས། ཚོགས་གཙོ་  
ས་གནས་ལ་བཞུགས་མེད་ཆེ་ཚོགས་གཙོའི་ལས་ཚབ་མངོད་དགོས།

# ལེབ་ལྗང་པ།

དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་ཁུངས།

**དོན་ཚན་ཞེ་གསུམ་པ།** ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་  
ཁུངས་ནི། ལྷ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་  
ཀྱི་བཀའ་བཀོད་ལྟར་ལག་བརྟམས་ལས་ཁུངས་མཚན་གནས་མཐོ་ཤོས་དེ་ཡིན།

༡ ལས་ཁུངས་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་  
ལས་ཁུངས་ཞེས་འབོད་རྒྱ།

༢ ལས་ཁུངས་འདིའི་ལས་འགན་ནི། རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་  
ལྷ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་མཚན་དང་། སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས།  
ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས། ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་  
ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་བཅས་ནས་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ལས་དོན་འཆར་ཅན་  
དང་འཕར་མ་གང་ཡོད་ལག་ལེན་དུ་བརྟམས་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༣ ཀའི་དགེ་ཚུ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་ཁུངས་འདི་ལ། སྤྱི་ཁྱབ་  
ལག་བརྟམས་འགན་འཛིན། དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན། ཤེས་ཡོན་འགན་འཛིན།  
རྩིས་ཀྱི་འགན་འཛིན། རོགས་སྐྱོར་འགན་འཛིན། ལས་ཁུངས་ཁག་དང་། རྩེ་  
ཡིག་ཆེ་ཆུང་། ལས་བྱེད་ཀྱི་གནས་རིམ་སོགས། ལས་ཀའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ལ་  
གཞིགས་ཏེ་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ནས་འཆར་འགོད་ཀྱིས་འགན་འཛིན་གྲོས་

ཚོགས་ནས་ཐག་གཅོད་གནང་བ་ལྟར་ལག་བརྟམ་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཞེ་བཞི་པ།** ཀའི་དགེ་ལུ་ཚ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་  
ཀྱི་སྒྲིག་གཞི།

༡ ཀའི་དགེ་ལུ་ཚ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལག་བརྟམ་  
འགན་འཛིན་ནི། སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་  
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་ལོ་གཉིས་དང་ཕྱེད་ཀའི་རིང་བསྐོ་བཞག་གནང་རྒྱ།  
དེ་ཡང་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མང་མོས་སམ་འོས་འདེམས་ཀྱི་ལམ་  
ནས་བསྐོ་བཞག་གནང་རྒྱ།

༢ ཀའི་དགེ་ལུ་ཚ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལག་བརྟམ་འགན་  
འཛིན་གྱི་ལས་རྒྱུན་རིང་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་ཚུལ་བཞིན་རྒྱུ་དགོས་  
པར་མ་ཟད། དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལག་བརྟམ་འགན་འཛིན་ཡིན་པའི་ཆ་  
ནས་ལས་དོན་གལ་ཆེའི་རིགས་ཐག་གཅོད་མ་བྱས་གོང་གོང་རིམ་ལ་ལྷན་སེང་དང་  
བཀའ་བརྟམ་དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པར་ཞུ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༣ དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན། ཤེས་ཡིན་འགན་འཛིན། ཕྱིས་ཀྱི་  
འགན་འཛིན། རོགས་སྐྱོར་འགན་འཛིན་སོགས་འགན་འཛིན་ཆེ་ཁག་ནམས་སྤྱི་  
བྱུང་རྒྱུན་ལས་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་དོན་ཚན་བརྒྱུད་ཅུ་  
གྲ་གསུམ་པ་ལྟར་བསྐོ་བཞག་གིས་འགན་འཛིན་གྱི་མངོན་འགན་བཞེས་རྒྱ།

༤ ཀའི་དགེ་ལུ་ཚ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དུང་ཆེ་ནི། ཀའི་  
ཚང་གི་ཚོས་བརྒྱུད་ལ་དད་དམ་ལྷག་བསམ་ཆེ་ཞིང་། འཛིན་ཐང་ཆེ་བ། དུང་

ཆེའི་ལས་ཀའི་ཉམས་མྱོང་ཡོད་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། ཀའི་དགོན་པའི་གྲ་པ་  
ཞིག་བྱུང་ན་རབ་དང་། མེད་ཆེ་གཞན་ནས་འཚང་རྒྱགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ལོ་དུས་  
རྒྱས་བཅད་ཀྱིས་དུང་ཆེར་བསྐོ་བཞག་གནང་རྒྱ།

༥ དུང་ཆེའི་ལས་འགན་ནི། ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་དང་འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས། སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱན་ལས་ལྷན་ཚོགས་བཅས་ནས་ལས་དོན་གཏན་འབེབས་གནང་  
ཟེན་པ་ཡོངས་རྫོགས་དངོས་སུ་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་པའི་འགན་ཡོད། དེ་ཡང་  
སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱན་ལས་ལྷན་ཚོགས་དང་སྤྱི་ཁྲབ་ལག་བསྟར་འགན་འཛིན་རྣམ་གཉིས་  
དང་དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་སོགས་འགན་འཛིན་ཆེ་ཁག་རྣམས་ལ་འགན་འབྲེར་  
བའི་སྐོ་ནས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་འགན་ཆེ་ཕྱ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྤྱིའི་འགན་  
ལངས་ཏེ་ལས་དོན་ཐོག་དངོས་སུ་ཞུགས་ནས་བཀོད་ཁྲབ་གཏོང་བ་དང་ལས་དོན་  
ཚགས་ཚུད། ཡར་རྒྱས་ལས་འབྲས་ཤོར་མི་འབྱུང་བ་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༦ དུང་གཞིན་ནི་ཀའི་དགོན་པའི་གྲ་པ་ཞིག་ལ་བསྐོ་བཞག་ ལས་བྱེད་  
གཞན་གང་དགོས་ལས་ཀའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ལ་དཔགས་ཏེ་འོས་ཚོས་ཚང་བའི་  
ཀའི་དགོན་པའི་གྲ་པ་ལས་དོན་རྒྱབ་སྐྱོབ་མཁུག་ཤེ་ཡོད་ན་དང་མེད་ཆེ་འཚང་  
རྒྱགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ལས་དོན་རྒྱབ་སྐྱོབ་པའི་ཉམས་མྱོང་ཅན་དང་སྤྱིས་པ་ཕོ་ཡིན་  
པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས།

༧ ལས་ཁང་འདིའི་འོག་ཡན་ལག་ས་གནས་ལས་ཁུངས་དང་ལས་བྱེད་  
གང་དགོས་ཀྱི་འཆར་གཞི་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱན་ལས་ལྷན་ཚོགས་བརྒྱད་ནས་ཀའི་དགོ་  
རྩ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ལ་བཀའ་འབྲིལ་ལུ་དགོས། ཡན་ལག་

ལས་ཁུངས་ཁག་གི་ལག་བརྟམ་འགན་འཛིན་ནི་ཀུན་ཏུ་དགོན་པའི་གྲ་པ་ཡིན་པ་ཞིག་  
ལ་བསྐྱོ་གང་ཟུབ་མཛད་དགོས།

༤ ལས་བྱེད་པའི་འོས་ཚོས་དང་ཕོགས་ཐོབ། གནས་རིམ་དང་གནས་  
འཕོ་སོགས་སྤྱིའི་ལུགས་ལྟར་བཟོས་པའི་ལས་བྱེད་པའི་སྐྱེག་གཞི་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་  
ལས་རྒྱན་ཚོགས་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་ལ་ཀུན་ཏུ་དགེ་ལུ་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས་ནས་བྲིས་ཡིག་ཏུ་གཏན་འབེབས་ཡོང་བའི་ཐབས་མཛད་དགོས། བྲིས་  
ཡིག་ཏུ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ནས་བརྒྱུད་ལས་བྱེད་སྐྱེག་གཞི་བཞིན་ལག་བརྟམ་  
མཛད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།



# ལེན་རྒྱལ་པ།

འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚེན་མོ།

**དོན་ཚན་ཞི་ལྗེ་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་  
ཅ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚེན་མོ་ཞེས་འབོད་རྒྱ།

**དོན་ཚན་ཞི་རྒྱལ་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་འགན་དབང་། ཀའི་  
དགེ་ཅ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་གསར་བཟོ། བརྒྱུར་བཅོས། ལྷན་འཛུགས་  
ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་སྐྱིག་གཞི་ཐམས་ཅད་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་བཟོ་བའི་  
དབང་ཚད་ལྡན་པའི་འཕུས་མིའི་གྲོས་ཚོགས་ཤིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་ཞི་བདུན་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་གྲུབ་གཞི། ཀའི་  
ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་བྱ་བཅུན་སྐྱེས་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་འཕུས་མི་དང་བརྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་འོག་ཀྱི་རྣམས་ཀྱི་འཕུས་མི་བཅས་  
ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་འཕུས་མི་མེད་སྤྱི་རྣམས་དང་  
སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་རྣམས་པ་བཅས་རྣམས་གཅིག་  
དུ་འཛོམས་པའི་གྲོས་ཚོགས་ཤིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་ཞི་བརྒྱད་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་ལས་འགན།

ལ་སྐྱབས་མགོན་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་འབྲིན་དབང་ལུང་རྒྱས་ཐབས། ཀིའི་  
ཚང་གི་གདན་ས་གོང་ལོག་གིས་མཚོན་ཀིའི་ཚང་དང་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་  
ཡོད་གྲུ་བཙུན་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རིས་མེད་དགོན་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རང་རང་  
སོ་སོའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་དབང་ལུང་བྲིད་གསུམ་དང་། ཚོས་འཆད་ཉམ།  
བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེན། སྐྱིག་ལམ་ཀུན་སྦྱོང། ལོག་འཚོ་མ་འདྲེས་པའི་འཚོ་གོས་  
གནས་མལ། ལྷ་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབས་སྦྱོང་དང་། ལྷག་པར་དུ་མང་ཚོགས་རྣམས་  
འདི་སྤྱིར་དགེ་བའི་ཡ་རབས་སྦྱོང་བཟང་ཅན་དུ་འགྱུར་ཐབས། གཞིན་སྐྱེས་སེར་  
སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་ལས་དོན་སོགས་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་  
འབེབས་ལྟར་གཞན་ཕན་དགེ་ཅུའི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་  
པའི་སྐྱིག་གཞི་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་བཟོ་བ་དང་། དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་ཡོད་  
མེད་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་བཀའ་བཀོད་གནང་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཞེ་དགུ་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིས་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་  
མཛད་ལྟངས།

ཀ། ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཆེ་སྲ་ཐམས་ཅད་  
ལ་ལྷན་ཚོགས་འདིས་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་སྤྱད་བཤད་ཀྱིས་སྦྱི་མོས་སམ་མང་  
མོས་ཁོ་ནས་ཐག་གཅོད་མཛད་དགོས། སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ལས་  
དོན་གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་ནས་མང་མོས་ཅོམ་དང་། ཡང་ན། འཇུག་  
མེའི་བརྒྱ་ཆའི་སུམ་ཆ་གཉིས་ཡན། ཡང་ན། འཇུག་མེའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ཡན་  
སོགས་སྦྱི་སློལ་དམངས་གཙོའི་འགོ་ལུགས་ལྟར་ཐག་གཅོད་མཛད་ཀྱི།

**ཁ།** དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་རྩ་དོན་ལ་ཐུག་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ། ལས་དོན་  
ཇ་དྲག་ཅན། ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་ཐག་གཅོད་ཡིན་ཆོ། ལམ་སང་དོལ་རྒྱུགས་ཀྱིས་  
ཐག་གཅོད་མི་མང་དུ་པར། དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོར་སྦྱང་བཤད་  
ཀྱི་ལམ་ནས་མང་མོས་ཐག་གཅོད་མང་དུ་རྒྱུ་འཛོག་ཐུབ་ཐབས་མང་དུ་དགོས།

**ག།** ལྷན་པས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱེ་ཆེ་མང་དུ་འཕྲིན་དང་འབྲེལ་  
བའི་རྩ་དོན་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་ཆེས་ཇ་དྲག་ཆེ་བའི་གནད་དོན་ལ་ཡུད་ཅན་རེ་  
ཡིན་ཆོ། ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ཀྱི་མང་མོས་འོས་བསྐྱེའི་ལམ་ནས་  
ཐག་གཅོད་གནང་རྒྱུ་འཛོག་ཐུབ་ཐབས་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

**ང།** ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་  
འཛིན་ཚོགས་མི་གང་རུང་བརྗེ་བསྐྱར་རམ། ཡང་ན། ཚོགས་མི་འགའ་གས་  
བརྗེ་བསྐྱར། ཡང་ན། སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་སློབ་བརྒྱུད་ནས་ཚོགས་  
མི་ཐམས་ཅད་གསར་དུ་འོས་བསྐྱེ་བྱེད་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་ནའང་འགན་འཛིན་  
གོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིའི་རྩ་འབྲེལ་གྱི་བཞི་ཆའི་གསུམ་ལས་མང་བའི་མང་མོས་  
དགོས་པ་ཡིན།

**དོན་ཚན་ལྔ་བརྒྱུད་པ། འགན་འཛིན་གོས་ཚོགས་ཀྱི་འཐུས་མིའི་འོས་ཚུལ།**

༡ དགེ་འདུན་པའི་འཐུས་མི་ཡིན་ཆེ་དགེ་ཚུལ་སྦྱང་གང་ཡང་རུང་བའི་  
སློམ་པ་དང་ལྡན་པ། ༢ རང་ཚོས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་གང་ལེགས་ཡོད་པ། ༣ དགོན་  
པ་གང་ཡང་རུང་བའི་སྤྱི་གཞི་འོས་སྤྱོད་ལེགས་ལོ་བརྒྱུ་ཡོད་པ། ༤ དགོན་སྡེ་གང་  
ཡང་རུང་བ་ནས་སྤྱི་གཞི་འགལ་གནས་དབྱུང་བཏང་བ་མ་ཡིན་པ། ༥ ཚོས་

མེད་སྒྲིབ་པ། ལྷན་འདེབས་ཅན། དད་ལོག་དམ་ཉམས། རིག་འཚོ་མ་བེན་པ་  
བཅས་མིན་པ། ༤ ཤོ་བག་མ་ཅང་སོགས་མ་རབས་རྒྱན་ཅིང་རིགས་ཅེ་མཁན་  
དང་སྒྲིབ་དང་ལང་ཤོར་ཅན་མིན་པ། ༥ ཆབ་སྲིད་དམ་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་  
གང་ཡང་རུང་བའི་ལས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ། ༦ བཅུན་མའི་འབྲུས་མི་ཡིན་  
ཚེ་དགོ་འདུན་པ་དང་ཆ་མཚུངས་པའི་བཅུན་མའི་འོས་ཚོས་རྣམས་ཚང་དགོས།  
༧ ལྷགས་པའི་འབྲུས་མི་ཡིན་ཚེ་ལྷགས་སྡེ་གང་ཡང་རུང་བ་ནས་ལྷགས་པ་  
ཚད་ལྡན་དང་ལྷགས་སྡེའི་འབྲུས་མི་ཡིན་པའི་དོ་སྦྱོར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཡོད་དགོས།  
༨ ལྷ་སྐྱུལ་མ་ཡིན་པའི་འབྲུས་མི་སྐྱུལ་ཡང་རུང་རང་ལོ་ཉེར་ལྷ་བྱེད་པོ་  
ལོན་པ་ཡན་དགོས། ༩ ལྷ་སྡེའི་ཤོག་ཀ་རྣམས་ཀྱི་འབྲུས་མི།

- ༡༠ ཤོག་ཀ་གང་ཡང་རུང་བའི་སྐྱེ་མི་ཡིན་པའི་དོ་སྦྱོར་ཚད་ལྡན་ཡོད་པ།
- ༡༡ ཀའི་ཚང་གི་ཚོས་བརྒྱུད་ལ་དད་པ་དམ་ཚིག་གཅང་བའི་སྐྱེན་བདག་  
ཡིན་པ།

**དོན་ཚན་ང་གཅིག་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འབྲུས་མིའི་ཡོང་  
ཁུངས་ནི། ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་འབྲེལ་ཡོད་གྲུ་བཅུན་ལྷགས་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་སོགས་ཚོགས་སྡེ་རྣམས་  
དང་ལྷ་སྡེའི་ཤོག་ཀ་རྣམས་ཡིན།

༡ ལྷ་སྐྱུལ་ཚབ་དང་ལྷ་སྐྱུལ་ཚབ་ཟུར་པ་གང་ཡོད་དང་། ཀའི་ཚང་གི་  
གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན། ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་  
དགོན་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུལ་(ལོ་ཚད་དམིགས་བསལ་ཅན།) རང་ལོ་བཅོམ་བརྒྱུད་ལོན་པ་

ཡན་གྱི་སྐྱུ་ལྷུ་ལོངས་རྒྱུ་ཚེའི་རིང་འདིའི་འཇུས་མི་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་  
ལོ་བཅོམ་བརྒྱུད་མ་ཡིན་པའི་སྐྱུ་ལྷུ་ཚམས་ལས་རང་ལོ་བཅོམ་ལྡེ་ལོན་པ་ཚམས་ཚོགས་  
འདྲའི་ཟུར་ཉན་ལ་ཐེབས་འདོད་ན་ཐེབས་ཚོགས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད།

༧ ཀའི་ཚང་གི་དགོན་པ་ཆེ་ཁག་བཞི་(མ་དགོན་རྣམས་ཚང་རྩ་མོ། ར་པ་ཀའི་  
དགོན། ཉར་ཚང་ཀའི་དགོན། ཚོ་བདུན་ཀའི་དགོན་ཏེ་སྐ་མོ་ནས་རྩོད་གྲ་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་བཞི་  
ཁོ་ན་ལ་ཟེར།)སོ་སོའི་བྲི་བའམ་མཁན་པོ་དང་མཁན་ཟུར་ཡོངས་རྒྱུགས། འལ་ངོ་  
དང་དགོ་བསྐྱོས་ལས་ཐོག་པ་གང་ཡོད། ལྷག་མཛོད་དམ་འཛིན་སྦྱོང་ལས་བྱེད་  
གང་ཡོད། གྲ་མང་བརྒྱ་རེ་ལ་འཇུས་མི་རེ་རེ་(གྲ་མང་བརྒྱ་ལས་བརྒྱལ་བའི་གྲ་གངས་  
༡༥༠ ལྷ་བུ་ལ་འཇུས་མི་གཉིས་དང་། གྲ་གངས་བརྒྱ་མ་ཡོངས་པ་ཡན་ལ་འཇུས་མི་གཅིག་ཐོབ་  
རྒྱུ)བཅས་འཇུས་མི་འདི་ཚམས་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུས་མི་ཡིན།

༨ ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་སྡེ་སོ་སོའི།  
༡ མཁན་པོ་འམ་བྲི་བ། ༢ དགོ་བསྐྱོས། ༣ ལྷག་མཛོད་དམ་འཛིན་སྦྱོང་  
ལས་བྱེད་གཅིག་བཅས་ཚོགས་མི་གསུམ་དང་། ༤ གྲ་མང་བརྒྱ་རེའི་མཚམས་  
སུ་འཇུས་མི་རེ་བཅས་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་འཇུས་མི་ཡིན། གཞན་ཀའི་ཚང་  
དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཚོགས་སྡེ་(ཚོས་ཚོགས་  
ལྷ་བུ)ཁག་གི་ལས་བྱེད་དང་འཇུས་མི། སློབ་གྲ་སོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་དགོ་  
ཅན། སློབ་མའི་འཇུས་མི་སོགས་ཐེབས་ཚོགས་

༥ བཅུན་དགོན་ཡིན་ཚེ། ༡ བཅུན་དགོན་གྱི་དབུ་བྲིད། ༢ བཅུན་  
དགོན་གྱི་ལྷག་མཛོད་དམ་འཛིན་སྦྱོང་ལས་བྱེད་གཅིག ༣ བཅུན་མ་བརྒྱ་རེའི་

འཇུས་མི་རེ་རེ་བཅས་འདིའི་འཇུས་མི་ཡིན།

༤ རྒྱགས་དགོན་ཡིན་ཚེ། ༡ རྒྱགས་དགོན་གྱི་དབུ་འཛིན། ༢ རྒྱགས་དགོན་གྱི་ཕྱག་མཛོད་དམ་འཛིན་སྐྱོང་ལས་བྱེད་གཅིག ༣ རྒྱགས་མང་བརྒྱ་རེའི་འཇུས་མི་རེ་རེ་བཅས་འདིའི་འཇུས་མི་ཡིན།

༥ ཀའི་ཚང་གི་རྒྱུན་བདག་ལྷ་སྡེའི་ཤོག་ཀ་རེ་རེ་ནས་འཇུས་མི་གཉིས་རེ་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་འཇུས་མི་ཡིན།

༦ འཇུས་མི་སྐྱ་མེར་སྐྱ་སྐྱལ་སྐྱ་ཡིན་ཡང་རུང་ཁྲུངས་གང་ཡིན་དེ་ནས་ངོ་སྐྱོར་ཚད་ལྡན་རེ་ངེས་པར་མཉམ་འབྲེར་དགོས།

༧ ཚོགས་འདུར་ཞུགས་པ་དང་། འོས་འཕེན། གཏམ་བཤད་སོགས་ཚོགས་འདུའི་བྱེད་སྐྱོང་དང་མཐུན་རྐྱེན་ཐམས་ཅད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཚོག་པའི་ངོ་སྐྱོར་ལག་འབྲེར་དམིགས་བསལ་ཅན། སྐྱ་པར་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པ་རེ་ཚོགས་དུང་ལས་ཁྲུངས་ནས་བཞེས་ཏེ་རྒྱུན་དུ་མིག་སྟོན་མཛོད་དགོས།

**དོན་ཚན་ང་གཉིས་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུས་མིའི་ལས་

ཡུན། ༡ ཀའི་ཚང་གི་སྐྱ་སྐྱལ་རྣམས་དགུང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་ཕྱིན་པ་ནས་བཟུང་རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་སྐྱ་ཚེའི་རིང་དམིགས་བསལ་འཇུས་མིའི་མཚན་གནས་ཡོད།

༢ མཁན་ཟུར་རྣམས་ལ་སྐྱ་ཚེའི་རིང་འཇུས་མིའི་མཚན་གནས་ཡོད། མཁན་པོ་དང་བློ་པ་སོགས་ལས་སྡེ་རྣམས་དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་འགྲོ་ལུགས་ལྟར་བརྗེ་རེས་བཞིན་འཇུས་མི་ལ་ཕྱིན་རྒྱ་དང་། བྲ་མང་གི་འཇུས་མི་ནི་སྐབས་

སོ་སོར་གྲུ་པ་རང་ལོ་བཅོད་བརྒྱུད་ལོན་པ་ཡན་ཆད་ནམས་ཀྱིས་འོས་བསྐྱེའི་ལམ་  
ནས་འབྲུས་མི་འདེམས་རྒྱ་དང་ལས་ཡུན་ཡང་འདེམས་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྐབས་  
སོ་སོར་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཀྱི།

༧ རྒྱ་རྒྱལ་མཁན་ལས་རྒྱུར་སོགས་འབྲུས་མི་ཡིན་པའི་དགེ་འདུན་པ་དང་  
བཅུན་མ་སུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་བསྐྱབ་པ་སྲུལ་བ་དང་རྒྱ་སར་བབས་པ། དགོན་པའི་  
རྒྱུག་ཁོངས་ནས་གནས་དབྱུང་བཏང་བ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ན་གི་ཉི་ཚང་  
གི་རྒྱ་རྒྱལ་དང་གྲུ་བཅུན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འདིའི་  
འབྲུས་མིའི་ལས་འགན་ཤོར་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མི་རྒྱ་དཀྱུས་མ་བྱས་ཏེ་ལྷ་རྩེའི་  
ཁོངས་ནས་འབྲུས་མིར་བདམས་ཐོན་བྱུང་ཆེ་ལྷ་རྩེའི་འབྲུས་མི་སྤྱི་མཚུངས་ལྟར་  
འདིའི་འབྲུས་མི་བྱས་ཚོགས།

༨ ལྷ་རྩེ་ཤོག་ཀ་སོ་སོའི་འབྲུས་མིའི་ལོ་ཡུན་སོགས་ཁུངས་སོ་སོ་ནས་ཐག་  
གཅོད་ཀྱིས་ངོ་རྒྱུར་དང་འབྲེལ་མངགས་གཏོང་བྱེད་ཀྱི།

**དོན་ཚན་ང་གསུམ་པ།** འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་  
ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ནན་གཞིན་དང་དེའི་ལས་འགན། ༡ ཚོགས་ཆེན་གྱི་གྲ་རྒྱུག་  
ཞེན་ འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚུགས་མེད་པའི་སྐབས། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་  
ཀྱི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མངུག་རྒྱུང་དབྱུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ནས་གནང་  
དགོས། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་འཕར་མ་དང་འཆར་ཅན་ཚུགས་  
ལ་ཉེ་བའི་སྐབས། ཚོགས་བྱུང་ལས་ཁུངས་གསར་འཛུགས་དང་། ཚོགས་དུས།  
ཚོགས་ཡུལ། གྲོས་གཞི་སོགས་གསལ་བསྐྱགས་དང་འབྲེལ། ཚོགས་བདེ་གཏོང་

བ་སོགས་ཚོགས་ཚེན་གྱི་སྡོན་འགྲོའི་ག་སྐྱིག་ཆ་ཚང་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་  
ནས་གནང་དགོས།

༡ ཚོགས་ཚེན་གྱི་ཚོགས་གཙོ་ཆེན་གཞིན་ནི། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་  
གྱི་ཚོགས་ཚེན་གྱི་སྡོན་དུ། འཇུག་མི་རྣམས་འགྲོར་བོ་འགོད་པ་དང་ཆབས་ཅིག  
ཚོགས་ཁང་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཚོགས་འདུའི་སྡོན་འགྲོའི་ལྷན་འཛོམས་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེ  
སྐོང་དང་འབྲེལ། ༤ སྡོན་ལྷ་བུའི་སྡོན་ནས་འཇུག་མི་རྣམས་ཕན་ཚུན་དོ་སྤོང་རྒྱས་  
ལོན་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག ཚོགས་ཐངས་དེ་གའི་ལས་དོན་གྱི་དང་པོ་ཚོགས་  
ཚེན་དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་ཆེན་གཞིན་གཉིས་གསང་བའི་འོས་བསྐྱེའི་ལམ་  
ནས་གཏན་འཁེབས་མཛད་དགོས་པའི་ལས་འགན་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ནས་  
གསར་འཛུགས་གནང་བའི་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་ལ་ཡོད། ༢ ཚོགས་  
ཚེན་དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཚོགས་དུང་ནི། ཀུན་ལོ་འདུག་ཅིང་ཚུ་ཚོགས་པའི་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་  
ཁུངས་ཀྱི་དུང་ཆེན་ཀུན་ལོ་འདུག་ཅིང་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་  
འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་དུང་བྱེད་པའམ། དེ་ལ་འཇུག་མིས་མང་མོས་མེད་ཆེ་མང་  
མོས་ཡོད་སའི་ཚོགས་དུང་ཞིག་འཇུག་མིའི་ཁོངས་ནས་འདེམས་རྒྱ་དང་རོགས་  
པ་ལས་བྱེད་ཅི་དགོས་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ནས་ག་སྐྱིག་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་  
ཡོད། ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་ནས་ཚོགས་འདུའི་ཟིན་བྲིས། གྲོས་ཚོད་ཟིན་བྲིས།  
ལས་དོན་མཇུག་སྐྱོང་། མཛད་རིམ་དང་མཐུན་རྒྱུན་སོགས་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་  
ཀྱི་བྱེད་སློབ་ཐམས་ཅད་འཇུག་གོར་མེད་པར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༣ ཚོགས་ཚེན་གྱི་མཛད་རིམ་ནི། ཀུན་ལོ་འདུག་ཅིང་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་



འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚེན་མོའི་ཚོགས་གཙོ་བཤེས་གཞིན་གཉིས་དང་ཚོགས་དྲུང་གསུམ་ལྟན་འཛོམས་ཀྱིས་ཚོགས་ཚེན་སྐབས་ཀྱི་ཚོགས་འདུའི་ལས་རིམ་དང་། མངོན་འཆར་གཞན་དག་གོལ་ཚེས་བཅས་ཀྱི་འཆར་གཞི་རོབ་ཙམ་གྱི་ཟིན་བྲིས་འགོད་ཀྱ།

ཁ འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚེན་མོའི་དབུ་འབྲེད་ཀྱི་མངོན་སྟོན་ནི། ཚོགས་འདུའི་ཐོག་མར་ཚོགས་ཚེན་དབུ་འབྲེད་ཀྱི་མངོན་སྟོན་ཞིག་ཚུགས་ཀྱ། དེའི་ཐོག་ཚོགས་དྲུང་ནས་ལོ་འཁོར་ལས་བསྐྱེམས་རོབ་ཙམ་ལ་སྟན་ལུ། སྐབས་དེའི་ཚོགས་འདུར་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་གནང་མཁན་སྐུ་མགྲོན་གཙོ་བོ་སྟན་བྲགས་ཅན་རེ་གདན་ལུ་གྱིས་གསུང་བཤད། ཚོགས་གཙོས་ལམ་སྟོན་གསུང་བཤད། སྤྱི་ཚོགས་ལས་རིམ་གྱི་བྱ་དགའ་དང་། ཀའི་དུའི་དག་ཅ་ཚོགས་པའི་ལས་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་དགའ་དང་། གཟེངས་ཉགས། ལུག་འཁྲུར་སོགས་གནང་བ། སློ་སྦྱོང་འཕེལ་བའི་ལས་རིམ་གཞན་བཅས་ཚོས་ཚོགས་ལ་འོས་ཤིང་བབས་ཆགས་པཎ། གཟེ་བཞིན་ལྡན་པ་རེ་བྱ་སྤྱིག་གནང་དགོས།

ཁ ཚོགས་ཚེན་དངོས་གཞི་ནི། ཚོགས་ཚེན་ཉིན་དང་པོའི་ཞོགས་ཚོགས་ནས་གྲོས་ཚོགས་འགོ་འདྲུགས་ཀྱིས་ལས་རིམ་དང་མངོན་འཆར་ཟིན་བྲིས་ལ་ཞིབ་འདུག་གིས་ལས་རིམ་གཏན་འབེབས་མངོན་པ་དང་ལས་རིམ་བཞིན་མུ་མཐུད་ནས་ཚོགས་ཚེན་འཚོགས་ཀྱ།

ཁ ཚོགས་གཙོའི་ལས་འགན་ནི། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འགོ་འདྲུགས་དང་མཇུག་བསྐྱེམས་གསུང་བཤད། བྲིམས་བཟོའི་ལས་དོན། ལས་སྐྱོམ་ལ་སྟན་

ལྷན་སྐྱོན་ཅིས། དེ་བ་དྲིས་ལན། ལས་འཆར་ལ་སྟན་ལུ། ཚོགས་འདུའི་འགྲིག་  
ལམ་སོགས་ཉིན་རེའི་ལས་རིམ་མངོན་འཆར་བཀོད་རྒྱུག་གོ་སྟོན་གྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲིག་  
ལམ་དང་ཚོགས་འདུའི་བཀོད་འདོམས། གོ་སྟོན་གཞི་ལ་སྟན་ལུ། གོ་སྟོན་ཆོད་ཁག་  
ལ་མང་མོས་ཡོད་མེད་གཞིགས་ནས་གོ་སྟོན་ཆོད་གཏན་འབེབས་མངོན་ལྟར། གོ་སྟོན་  
ཆོད་ལ་མཚན་ཉགས། གོ་སྟོན་ཆོད་བྱིམས་མཐུན་དུ་གཏན་འབེབས་ཡོང་བར་གོང་  
རིམ་གྱི་མཚན་ཉགས་ལུ་ལྷན་སྐྱོན་གོ་སྟོན་གྱི་ཚོགས་སྤྱིའི་འགོ་ལམ་ལྟར་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་  
གནང་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད། (གོ་སྟོན་གྱི་རྒྱུག་གཞི་ཞིག་ཚོགས་ཚུང་ཟུར་འདུགས་  
གྱིས་ཟིན་བྲིས་སུ་བཀོད་པ་དེར་གོ་སྟོན་གྱི་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་མངོན་དགོས།)

༡ ཚོགས་གཙོ་གཞིན་པའི་ལས་འགན་ནི། ལྷན་དུ་ཚོགས་གཙོའི་ལས་  
རྒྱུ་དང་། ཚོགས་འདུའི་ཟིན་བྲིས་དང་གོ་སྟོན་ཟིན་བྲིས་སོགས་ཡིག་  
ཆ་ཁག་གྲ་རྒྱུག་གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱབས། དེ་ལ་བསྐྱབས་ཀྱི་ལས་དོན།  
ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེར་མཁོའི་གྲ་རྒྱུག་སོགས་ལ་གཞིགས་ཉེན་དང་བཀོད་  
ཁུབ་གཙོ་བོར་མངོན་ལྟར། ཚོགས་གཙོ་མེད་པའི་སྐབས་ཚོགས་གཙོའི་ལས་  
ཆབ་མངོན་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་དང་བཞི་པ།** འགན་འཛིན་གོ་སྟོན་གྱི་ཚོགས་ཆེན་ཚོགས་དུས།

༡ འཆར་ཅན་ཡིན་པའི་འགན་འཛིན་གོ་སྟོན་གྱི་ཚོགས་ཆེན་ནི།  
གནས་ཡུལ་དེའི་ལོ་རེའི་ཕྱི་ལོ་འགོ་གསར་པ་མ་ཚུགས་གོང་གི་ཟླ་བ་དེའི་ནང་  
ཚོགས་ཆེན་ཚོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་མངོན་དགོས། ཚོགས་ཆེན་དངོས་གཞི་ནི་  
ཉིན་ལྔ་ལས་མི་ཉུང་བར་ལྷན་སྐྱོན་གནང་དགོས། ལོ་སྤྱོད་མའི་ལས་བསྐྱོམས་

ལ་ཞིབ་འདུག མ་འོངས་པའི་བྱེད་འཆར་གཏན་འཁེབས། ལོ་འཁོར་རྩོན་  
ཅིས་ལ་ཞིབ་འདུག་གིས་བཀའ་བསྟར་དང་འབྲེལ་ནས་མང་མོས་ཀྱིས་གྲོས་ཚེད་  
གཏན་འཁེབས་མངོན་དགོས། ༡ འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཚོགས་ཆེན་འཕར་  
མ་བསྟར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

༧ རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་རུང་བས་ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་  
ལས་ལྷན་ཚོགས་སྐོ་བརྒྱབས་པ།

༨ ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་  
སུམ་ཆ་གཉིས་ཡན་གྱིས་གྲོས་ཚོགས་འཕར་མ་བསྟར་དགོས་པའི་རེ་འདུན་གྱི་  
ལྷན་ཞུ་འགྲོར་བ་ལ་ལའོང་རིན་པོ་ཆེ་འཕ་ལ་རྒྱལ་ཚབ་གང་རུང་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་  
ཚོག་མཚན་ཐོབ་པ།

༩ ལའོང་རིན་པོ་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་  
སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་བརྒྱད་ནས་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འཕར་མ་གནང་  
དགོས་པའི་རེ་འདུན་བཀའ་ཤོག་གནང་བར་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་  
མིས་མང་མོས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བའོ། ཡང་ན། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་  
འཇུག་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བའི་ཡི་གེ་འགྲོར་བ་གང་རུང་།

༡༠ ལའོང་རིན་པོ་ཆེས་སྤྱི་དབང་མ་བཟུང་བའི་སྐབས་ལ་རྒྱལ་ཚབ་ནས་  
སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་བརྒྱད་ནས་ཀའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་གྲོས་ཚོགས་  
འཕར་མ་གནང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་རེ་འདུན་གནང་  
བར་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ནས་མང་མོས་བྱུང་བའོ། ཡང་ན། དེ་ལ་མང་

ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ཆེ་བྱེད་པ། ཡང་ན། རྩོམ་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་  
བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷན་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ཆེ་བྱེད་པ་གང་རུང་།

**ཅ** ཀའི་དཔེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་  
བརྒྱ་ལྷན་གིས་འགན་འཛིན་ཚོགས་ཚོགས་འཕེར་མ་འཚོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་བའི་མེ་འདུན་ལ་ཡའོང་རིན་པོ་ཆེ་འཇུག་ལྷན་ཆེ་བྱེད་པ་  
རུང་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་གང་ཡང་།

**ཆ** ཀའི་ཚང་གི་གང་ནས་ཆེ་ཁག་བཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་ལྷན་མང་  
གི་བརྒྱ་ཆའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ལྷན་གི་མང་མོས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་  
འབྲེལ་ཀའི་དཔེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་ཚོགས་ཚོགས་འཕེར་མ་བརྒྱུད་དགོས་  
པའི་མེ་འདུན་བྱུང་བ།

**ཇ** ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལྷན་ཆེ་བ་རང་འདུས་རང་བསམ་གྱིས་  
འགན་འཛིན་ཚོགས་ཚོགས་འཕེར་མ་བརྒྱུད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་  
འབྲེལ་མེ་འདུན་བྱུང་བར་ཀའི་དཔེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་  
མིའི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷན་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་འབྲུལ་འབྱོར་བྱུང་བ།

**ག** ལྷ་སྡེའི་ཤོག་ཀ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷན་གིས་ཀའི་  
དཔེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་ཚོགས་ཚོགས་འཕེར་མ་བརྒྱུད་དགོས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་མེ་འདུན་བྱུང་བར་གོང་རིམ་གྱི་སྡེ་ཆེན་གང་  
ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ཆེ་བྱེད་པ།

# ལེན་བདུན་པ།

ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་  
དང་མང་མོས་འོས་བསྐྱེ་ཆེན་མོ།

ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འདི་ནི་ཆེས་གལ་ཆེ་ཞིང་དབང་  
ཚད་ཆེ་ཤོས་ལྡན་པའི་ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་མང་ཚོགས་ཀྱི་གྲོས་མོལ་ཚོགས་  
ཆེན་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན།

**དོན་ཚན་ང་ལྔ་པ།** ཚོགས་ཆེན་འདིའི་མིང་། ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་  
ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཞེས་འབོད་རྒྱ། (གནའ་སྔ་མོར་ཀའི་ཚང་གི་ཚོགས་འདུ་དམར་ནག་ཅེས་  
གྲགས་པ་དེའི་ཚབ་ལྷ་བྱ་ཡིན།)

**དོན་ཚན་ང་དྲུག་པ།** ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་  
ཚོགས་དུས།

༡ འཆར་ཅན་གྱི་ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཡིན་ཆོ།  
ལོ་ལྔ་འདི་མཚམས་སུ་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཐེངས་འདི་དེས་པར་བསྐྱེད་དགོས་པ་  
ནི་སྤྲིན་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ཡིན། (གལ་སྲིད་སྤྲི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྡན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་  
ཚོགས་མིའི་ལས་ལུན་རྒྱུན་ལས་ལ་ཉེ་བའི་དུས་དང་འཁེལ་ཡོད་ཆོ་བརྗེ་ལེན་གྱི་དུས་ཚོད་དང་རྟུབ་སྐྱོད་  
ནས་ཟླ་བ་དེའི་ནང་ཚོགས་ཐུབ་ན་ལེགས།)

ཁ ཀིའི་དགེ་ལྡན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་དམིགས་བསལ་འཕར་  
མ་ཚུགས་དགོས་པ་ནི།

༡ གསུམ་མགོན་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོགས། ༢ གུལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ།  
༣ ཀིའི་དགེ་ལྡན་ཚོགས་པའི་སྤྱི་བྱུང་ཚུན་ལས་ལྷན་ཚོགས། ༤ ཀིའི་དགེ་  
ལྡན་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས། ༥ ཀིའི་ཚང་གི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་བཞི་  
གང་ཡང་རྒྱུ་བའི་དགེ་ལྡན་པ་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་བཅུ་ལྷག། ༦ ཀིའི་ཚང་གི་ལྷ་སྡེའི་  
འབྲུས་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་བཅུ་ལྷག། ༧ ཀིའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་སེར་སྐྱ་མི་མང་ཆེས་  
ཚུ་ཆེ་བ་རང་བསམ་རང་འདུས་ཀྱིས་ཚོགས་ནས་བསམ་འཆར་བྱུང་བ་བཅས།  
གོང་གསལ་སྡེ་ཆེན་བདུན་པོ་གང་ཡང་རྒྱུ་བ་ཞིག་གིས་ཀིའི་དགེ་ལྡན་ཚོགས་པའི་  
ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཕར་མ་ཚུགས་དགོས་པའི་རེ་འདུན་གནང་བ་ལ། སྡེ་ཆེན་  
གཞན་གང་ཡང་རྒྱུ་བ་གཅིག་གིས་འགན་སྲུང་ས་པའི་སློབ་སྐྱོང་དགོངས་མཐུན་ཡིན་  
པའི་ཚུལ་གཉེར་གྱི་འོ་སྤྱོད་ཡིག་ཐོག་ནས་ཕུལ་ན་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཕར་མ་  
ངེས་པར་ཚུགས་དགོས།

**དོན་ཚན་དང་བདུན་པ།** ཀིའི་དགེ་ལྡན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་  
གྲོས་གཞི་ནི། འཆར་ཅན་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཡིན་ཆེ་སྤྱི་བྱུང་ཚུན་ལས་  
ལྷན་ཚོགས་ནས་གྲོས་གཞི་གཏན་འབེབས་མངོན་ཏེ། ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་  
དམིགས་བསལ་འཕར་མ་ཡིན་ཆེ་ཚོགས་འདུ་འཕར་མ་དགོས་པའི་རེ་འདུན་  
གནང་མཁན་ངེས་གྲོས་གཞི་དང་དེའི་ཚུལ་སྤྱོད་སྤྱི་བྱུང་མཚན་བཅས་གསལ་  
བསྒྲགས་མངོན་དགོས།

**དོན་ཚན་ང་བརྒྱད་པ།** ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་  
གྲུབ་སྐྱོན་ འཆར་འཕར་གྱི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་གང་ཡིན་ཡང་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་  
ལྷན་ཚོགས་ནས་ཚོགས་འདུའི་གྲུབ་སྐྱོན་མངོན་དགོས། ཚོགས་འདུ་ལས་ཁུངས་  
གསར་འཛུགས། ཚོགས་འདུས། ཚོགས་ཡུལ། ཚོགས་འདུའི་ཉིན་གངས་རོབ་  
འཆར། ཚོགས་བཅུ་གཏོང་བ། ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཀྱི་གྲུབ་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་  
གྲོས་ཚོགས་ལྟར་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ནས་འགན་བཞེས་དགོས། (ཚོགས་  
འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་འདུའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུག་གཞིའི་ཟིན་བྲིས་བཟོ་འགོད་ཀྱིས་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོས་གཏན་  
འཁེབས་མངོན་དགོས།)

**དོན་ཚན་ང་དགུ་པ།** ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཚོགས་  
ཡུལ་ནི། ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཆར་ཅན་དང་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཕར་མ་གང་  
ཡིན་ཡང་རུང་ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་དགོན་ཁག་གནས་  
ཡུལ་གྱི་རྫོང་ཁག་མི་འདུ་བ་ནམས་སུ་རེས་མོས་ཀྱིས་འཚོགས་ཀྱི། དེ་ཡང་འགོ་  
རྒྱུད་སོགས་སྐབས་བདེ་མིན་ལ་གཞིགས་ནས་ཚོགས་ཡུལ་གཏན་འཁེབས་མངོན་ཚོགས་

**དོན་ཚན་དུག་ཅུ་པ།** ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་  
ཚོགས་མིའི་འོས་ཚེས་ནི། ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས་འཇུག་མིའི་འོས་ཚེས་ལྟར་ཡིན། ལྷ་སྤྱུལ་དང་མཁན་ཟུར་གྱི་འོས་  
ཚེས་ཀྱང་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ལྟར་ཡིན།

**དོན་ཚན་ལྔ་ཅུ་པ།** ཀའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་  
གྲུབ་གཞི་ནི། ལྗེ་ལ་ཚབ་དང་ལྗེ་ལ་ཚབ་ཟུར་པ་གང་བཞུགས། སྤྱི་བྱུང་

རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་རྣམས་དང་། རྒྱ་སྤྲུལ་དང་མཁའ་  
པོ་ཁྲི་གདན་བུར་ཐམས་ཅད་དང་། ཀི་ཏི་ཚང་གི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་བཞིའི་ལས་  
སྡེ་ཡོད་ཚད། དེ་བཞིན་དུ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་གྲུ་བཙུན་སྤྲུགས་  
གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལས་སྡེ་ཆ་ཚང་། གྲུ་བཙུན་བརྒྱ་རེ་ནས་ཚོགས་  
མི་གཉིས་རེ། གཞན་ཀི་ཏི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་  
སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོགས་སྡེ་དང་སློབ་གྲུ་སོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་དང་དགེ་ཆན་སོགས་ཀྱི་  
ཚོགས་མི། ལྷ་སྡེ་ཤོག་ཀ་རེ་རེ་ནས་ཚོགས་མི་བཞི་རེ། གཞན་ཡང་འབྲེལ་  
ཡོད་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་། ཉམས་སྤྱོད་ཅན། ལྷག་བསམ་ཅན་གྱི་མི་ཆན་སྤྱི་  
སེར་ཚོགས་མིར་ཞུགས་འདོད་ཡོད་པ་ཚོར་ས་གནས་གང་དུ་གཏོགས་པའི་སྡེ་  
ཁག་སོ་སོས་ཚོགས་མི་ལ་འོས་པའི་དོ་སྣང་ཚད་ལྡན་རེ་ཡོད་ཚེ་ཚོགས་མིར་  
ཞུགས་ཚོག་(འོན་ཀྱང་ཚོགས་དུང་ལས་ཁུངས་ནས་ཚོགས་འདུར་ཞུགས་ཚོག་པའི་དོ་སྣང་ཡིག་  
ཆ་ལེན་ཆེད་སྤྱོད་མི་ལོ་འགོད་ཀྱིས་དོ་སྣང་ལག་འཁྲུང་ཚད་ལྡན་རེ་འབྲེལ་བཞེས་དགོས་) པ་  
བཅས་ཚོགས་མི་དེ་དག་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན།

**དོན་ཚན་རེ་གཉིས་པ།** མང་མོས་འོས་བསྐྱུ་ཆེན་མོ། ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཇ་  
དག་ཆེ་ཞིང་ཀི་ཏི་ཚང་གི་སྤྱི་དོན་གལ་ཆེ་ཚུ་དོན་གཉན་ཆེ་པའི་རིགས་ཐག་གཅོད་  
བྱེད་ཐུབ་པའི་དབང་ལུགས་ཆེ་ཤོས་ནི་མང་མོས་འོས་བསྐྱུ་ཆེན་མོ་འདི་ཉིད་ཞོ་  
ན་ཡིན། བོད་སྤྱི་ལོག་པར་འགོ་སློན་པས་ཆེས་ཇ་དྲག་མ་གཏོགས་གང་ཡུང་  
དུ་མང་མོས་འོས་བསྐྱུ་བྱེད་དུ་མི་འཇུག་པའི་ལས་འགན་ཡང་འགན་འཛིན་གྲོས་  
ཚོགས་དང་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོར་ཡོད།



**༡ མང་མོས་འོས་བསྟུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐག་གཅོད་ཀྱི་གནང་སྟངས།** 1 ལྟུངས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེ། 2 ལྟུང་ཚེ་བ་རིན་པོ་ཆེ། 3 སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས། 4 ཀི་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས། 5 ལྷ་སྤེའི་ཤོག་ཀ་རྣམས་ཀྱི་འཕུས་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་བཙུན་གྲག་བཅས་གོང་གསལ་སྡེ་ཚོན་ལས་སྡེ་ཚོན་གང་ཡང་རུང་བ་གསུམ་མཉམ་རུབ་མང་མོས་ཀྱིས། མང་མོས་འོས་བསྟུ་ཆེན་མོ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐག་གཅོད་བྱུང་བའི་ལུ་སྟོན་འབྲོར་བ་དང་ཀི་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཕམ་མ་ཚུགས་ནས། འོས་བསྟུ་བྱེད་སའི་དོན་ཚན། འོས་བསྟུའི་ལས་རིམ། མང་མོས་འོས་བསྟུ་དགོས་མིན་ལ་བཞག་སྐྱུང་གནང་རྗེས། ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་མིའི་རྩ་འབྲེར་བརྒྱ་ཆའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ལྷག་གིས་མང་མོས་བྱུང་ན་མང་མོས་འོས་བསྟུ་ཆེན་མོ་དེས་པར་གནང་གོས།

**༡ མང་མོས་འོས་བསྟུའི་ལས་རིམ་ནི།** མང་མོས་འོས་བསྟུ་ཆེན་མོའི་ལས་དོན་དང་བདེན་ཡོང་ཆེད་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ནས་འོས་བསྟུའི་ལས་ཁུངས་གསར་འཛུགས་ཀྱིས་འོས་བསྟུའི་ལས་འགན་བཞེས་དགོས། **ལས་རིམ་དང་པོ།** མང་མོས་འོས་བསྟུ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྒྱགས། གསལ་བཞག་དང་འབྲེལ་ཚོགས་འདུ་སོགས་ཀྱི་ལས་རིམ་སྐྱོང་ཚོགས་བརྒྱུད་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་འོས་བསྟུའི་དོན་རྟོགས་དེས་གསལ་བཞག། (རྗེ་ཡིག་སྡེལ་བ། བསྟོ་སྐྱེད་ཚོགས་འདུ། དེལ་བརྒྱགས་ཡིག་ཆ་འགྲམས་སྡེལ་སོགས།) འོ་ཤས་སམ་ལྷ་ཤས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཀྱང་འདང་དེས་སྒྲིད་དགོས། **ལས་རིམ་གཉིས་པ།** འོས་བསྟུའི་ས་གནས་ཁག་གཉན་འབེབས། འོས་འཕེན་པའི་མིང་གཞུང་གཉན་འབེབས་དང་། འོས་

འཕེན་པའི་ལག་འབྲེར། འོས་སྐམ། འོས་བསྐྱེད་ལས་བྱེད་སོགས་གྲུབ་ཀྱི་ག འོས་  
བསྐྱེད་པའི་ཚོས་ཆ་ཉིན་བརྒྱ་དུས་གཅིག་དུ་གཏན་འབེབས་མཛད་དགོས། **ལས་**  
**རིམ་གསུམ་པ།** མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་འོས་བསྐྱེད་སྒྲིག་གཞི་ནི་སྤྱི་མཚུངས་  
ཉམས་གཞིན་ལུགས་མེད་པ། རང་མོས་རང་བསམ་གྱིས་གསང་བའི་སྐྱོན་ལོས་  
བསྐྱེད་བྱ། **ལས་རིམ་བཞི་པ།** འོས་བསྐྱེད་གྲུབ་འབྲས་གངས་བཞེར་བྱིས་ས་  
དང་མཐུན་པ། ལས་དོན་ཚགས་ཚུད་ཡོང་བར་སློབ་སྦྱོར་ཚོགས་ནས་འབད་དགོས།

**༡ མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་བསྐྱར་མ།** འོས་བསྐྱེད་སྐབས་གཞིན་ལུགས་སོགས་  
འོས་བསྐྱེད་ལྟེ་འགོ་སྤངས་ཉམས་བྱིས་མཐུན་མ་བྱུང་བ་དང་། འོས་འཕེན་དངོས་  
གཞིའི་སྐབས་འོས་འཕེན་པའི་མིང་གཞུང་གཏན་འབེབས་ཟེན་པའི་མིང་ཐོའི་ཙམ་  
འདོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་མ་ལོངས་ཆོ་བསྐྱར་ཞིབ་ཀྱིས་འོས་བསྐྱེད་ལས་དོན་ཚགས་  
ཚུད་ཡོང་ཐབས་ས་གནས་ཚང་མའམ། ས་གནས་རེ་བྱུང་ལ་འོས་བསྐྱེད་བསྐྱར་  
མ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐག་གཅོད་མཛད་དགོས།

**༢ འོས་འཕེན་མཁན་གྱི་མི་མང་ནི།** ཀིའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་དུ་གཏོགས་  
པའི་སེར་སྐྱ། ཚོས་ལུགས་དང་ལུང་ཚན། ཤོ་མོ་བྱེད་མེད་གྱི་མི་མང་རང་  
ལོ་བཅོམ་བརྒྱུད་ལོན་པ་ཡན་ཆ་ཚང་ཡིན་པས་འོས་བསྐྱེད་སྤྱོད་རོལ་ནས་འོས་འཕེན་  
པའི་མཚན་གཞུང་དེབ་སྤྱེལ་གཏན་འབེབས་དང་འབྲེལ་འོས་འཕེན་ཚོག་པའི་ངོ་  
སློད་ལག་འབྲེར་ཚད་ལྡན་སློད་བྱ། གལ་སྲིད་དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་ངོ་སློར་ལག་འབྲེར་  
དམིགས་བསལ་ཅན་རེ་ཡོད་ན་དེའི་ཐོག་ནས་ཐོ་འགོད་བྱས་ཀྱང་ཚོག

**༣ མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་མོའི་གྲུབ་འབྲས།** མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་ཆེན་

---

མོའི་གྲུབ་འབྲས་འདིས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཀོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱད་བང་གིས་མཚོན་ཀོང་འི་  
དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ལས་འགན་ཡོངས་རྫོགས་ལ་མ་ཁྲབ་ས་མེད་པས། མང་མོས་  
འོས་བསྟུ་ཆེན་མོའི་ཐག་གཅོད་གྲུབ་འབྲས་བཟང་ངན་གང་ལྟར་ལ་ཚོད་པ་མེད་  
པར་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཀོང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་བཟུང་ཀོང་ཚང་གི་སློབ་བརྟུན་སྦྱི་སྒྲེར་  
ཐམས་ཅད་ནས་བརྩི་བཀུར་གྱིས་ཁས་ལེན་ཞུ་དགོས་པ་སྒྲིག་གཞིས་གཏན་ལ་ཐབ་  
པའི་འགན་དབང་ཡིན།

# ལེན་བརྒྱུད་པ།

ལསྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་གཞི་རྩའི་  
སྐྱེད་བའ་དང་མཛད་འགན།

ལསྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེད་མཛད་ཀྱིས་མདོ་རོང་གི་གདུལ་  
བྱ་ལྟམས་མེ་ལོ་དུག་བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་ལུགས་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྐྱེད་པས་མཛད་  
འཕྲིན་ནི་གཞི་རྩའི་ཆེ་ལ་ཅུ་བ་བརྟན་ཉམས་ཀྱི་དེང་སྐྱབས་དུས་ངན་སྐྱེད་སྐྱེད་མཛད་  
མཐའ་ལ་སྐྱེད་སྐྱེད་པའི་དབང་གིས་དམངས་གཙོའི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་སྐྱེད་གཞི་  
ཞིག་མེད་ཐབས་མེད་པར་གྱུར་ཡོད། དེས་ན་ཀའི་སྐྱེད་མཛད་མཛད་པར་འཕྲོན་ཆུ་  
ལྟམས་ནས་གཞི་རྩའི་སྐྱེད་བའ་དང་མཛད་འགན་གང་ཡིན་ལེགས་པར་མཐུན་  
དགོས་པ་ནི་གནད་ཆེ་ཞིང་། ཀའི་དགོ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྐྱེད་གཞི་ལྟར་མཛད་  
འཕྲིན་བསྐྱེད་བྱུང་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྷག་པར་མེ་རབས་  
དང་མྱ་རབས་ནས་འབྲེལ་བའི་སེར་སྐྱ་མང་ཚོགས་ལ་འགན་འཁུར་གནང་བྱུང་  
པའི་དགོ་མཚན་ཡོད། དེས་ན་ལསྐྱབས་མགོན་ཀའི་ཚང་གི་ཡང་སྲིད་འཁུལ་བྱུང་  
དུ་ངོས་འཛིན་གནང་བ་ནས་བརྒྱུད་སྐྱེད་ཆེའི་རིང་གི་མཛད་འཕྲིན་སྐྱོང་སྐྱོང་སྐྱོར་  
རགས་ཅམ་སྐྱེད་གཞིའི་ཚུལ་དུ་འགོད་པར།

**དོན་ཚན་རེ་གསུམ་པ།** ལསྐྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚན་ག་  
སྐྱེད་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཐོའི་སྲོལ་འགོ།

**ཀ།** ཀའི་དགེ་ལྡན་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཆེན་མོ་འཕར་མ་ཚོགས་སྐོར་གིས་ཡུལ་ཚོང་གི་སྒྲིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཡུལ་ཚོང་འོས་འདེམས་གནང་བུའི་རྒྱུ་རྐྱེས། ཡུལ་ཚོང་རིན་པོ་ཆེ་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་ཀའི་ཚང་གི་སྐྱེལ་མཁན་གཏན་ཟུར་སོགས་དམ་ཚིག་གཙང་ཞིང་ཀུན་གྱིས་བཀུར་བའི་གནས། ཡིད་ཆེས་འོས་པའི་མི་སྣ་ལྟ་ལས་མི་ཉུང་བའི་ཡང་སྲིད་ཅུང་གཙོ་བོ་ཚོགས་ཚུང་གསར་འཛུགས་གནང་དགོས་པའི་འགན་གྲོས་ཚོགས་ལ་ཡོད། ( ཡུལ་ཚོང་རིན་པོ་ཆེས་ལྡན་དུ་ཡང་སྲིད་སྐོར་གི་བཀའ་ལུང་སོགས་བཀའ་འདྲི་དང་གྲོས་བསྟུན་གནང་མའི་ཚོས་སྒྲིག་སྐྱོང་གི་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་ཡིན། )

**ཁ།** ཡང་སྲིད་ལྟར་འབྲོན་གི་བར་གཙོ་བོ་སྐྱོག་ཐབས་སུ་ཞབས་རིམ་སྐྱབ་པ། ཡང་སྲིད་ལྟར་འབྲོན་གསོལ་འདེབས་ལུ་འདོན། སྐྱོག་པོར་མའི་ཐུགས་དགོངས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་ཐབས། ལྷག་པར་དམ་སེལ་གི་རིགས་སེལ་ཐབས། མཚན་ཐོ་བསྐྱུ་བའི་ལས་དོན་གི་འགལ་ཉེན་དུ་འགྱུར་གཞིའི་འཐེན་འབྲེས་དང་དགོགས་གཏམ་གི་རིགས་སྲོན་འགོག་གནང་དགོས་པའི་འགན་ཡང་སྲིད་ཅུང་གཙོ་བོ་ཚོགས་ཚུང་ལ་ཡོད།

**དོན་ཚན་འདི་ལྟར་ལ། ཡསྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཐོ་བསྐྱུ་བའི་ལས་རིམ་དང་པོ།**

༡ ཀའི་ཚང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཚོས་དང་དམ་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་ཟབ་ཅིང་གཙང་བ། ཀུན་གྱིས་བཀུར་བའི་གནས་དང་། ཡིད་ཆེས་སྲོའོ་འགོལ་ལུ་ཚོགས་པའི་སྐྱོ་ཆེན་ནམ་དོན་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བཞི་ལྔ་གང་རུང་དང་།

སྒྲིག་པར་རང་པོའི་གདན་ས་གོང་འོག་གི་དད་དམ་གཙང་བའི་སློབ་བརྒྱུད་མཐུ་  
སྤུལ་དང་ཁྲི་གདན་ཟུར་ལས། དོན་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བཞི་ལྟ་གང་རུང་  
བཅས་བརྗོམས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བརྒྱ་ཡས་མས་ཞིག་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་  
ཐོ་དང་འབྲེལ་བའི་བཏགས་ལུང་དང་། བཀའ་འདྲི། དགོངས་སྐོར་རྒྱན་དུ་  
ལུ་ས་དང་མཚན་ཐོ་རྒྱུ་གནང་མཁན་དུ་ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་  
འཛིན་གོས་ཚོགས་ནས་བཀའ་བསྐྱུར་གྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་བ་དང་འབྲེལ་  
དེ་དག་ལ་ལས་སྐྱེས་མེད་གསོལ་འདེབས་ལུ་དགོས་པའི་འགན་ཡང་སྲིད་ཅུད་གཙོད་  
ཚོགས་ཚུང་ལ་ཡོད།

༡ མཚན་ཐོ་བསྐྱེས་བུ་དམ་པ་བའི་ལོ་མེད། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཚམས་  
གང་དང་གང་ཡིན། ཐག་ཉེ་རིང་སོགས་གང་དང་གང་དུ་ཅུད་གཙོད། ཚུང་  
སྲིད་གྱི་ལོ་ཚོད་དམ་ལོ་ཏགས་གང་དང་གང་དགོས་སོགས་བཏགས་ལུང་ནམས་  
ཅེ་མཐུན་ནམ་བུ་བ་དང་མཚན་ཐོ་བསྐྱེས་བུ་གཏན་འབེབས་གནང་དགོས་པའི་  
ལས་འགན་ཡང་སྲིད་ཅུད་གཙོད་ཚོགས་ཚུང་ལ་ཡོད།

༢ སྒྲིག་པར་ཡང་སྲིད་གྱི་དོགས་གཞི་ཡོད་རིགས་གྱི་མཚན་གཅིག་ཀྱང་  
མ་ལུས་པའི་མཚན་གཞུང་དང་དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ ཚུང་སྲིད་  
གྱི་མཚན་ཐོ་བསྐྱེས་བུ་ཐད་ཐུགས་དམ་དགོངས་དོན་མིན་པའི་དཔུང་ཤེད་ལྟ་  
བུའི་དགོགས་གཏམ་དང་མཚན་ཐོ་བསྐྱེས་མི་དགོས་པར་འདི་དང་འདི་བྱ་བ་ཡང་  
སྲིད་དུ་ངེས་ཟིན་པའི་དགོགས་གཏམ་འཐེན་འབྲེར་བུང་ཆེ་དེར་གདོང་ལེན་མཛད་  
དགོས་པའི་འགན་ཡང་སྲིད་ཅུད་གཙོད་ཚོགས་ཚུང་ལ་ཡོད།

༤ ཀའི་ཚང་གི་སྐྱེ་ལ་དང་མཁན་གདན་ཟུར་གང་ཡང་རུང་བ་རེས་དབུ་  
བྲིད་པའི་མཚན་ཐོ་བསྟུ་མཁན་གྱི་ཚོགས་ཚུང་ཁག་ལྟ་བུ་གསོགས་ཚོགས་ཚུང་གང་  
དགོས་གཏན་འབེབས་གྱིས་སློབ་པ་བཞི་དང་། ཐག་རིང་ཐུང་གང་སར་དངོས་  
སུ་ཕེབས་ནས་དོ་སྤྲུག་གིས་མཚན་ཐོ་བསྟུ་དགོས། ཡབ་ཡུམ་གྱི་མཚན། ཚུང་  
སྲིད་གྱི་མཚན་དང་། ལོ་གྲངས། འཁྲུངས་ཉམས་སོགས་ཚད་ལུས་མེད་པའི་  
མཚན་ཐོ་ཁམས་དྲངས་ཉུང་མཐའ་སུམ་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ཅིག་ངེས་པར་བསྟུ་རུབ་གནང་  
དགོས་པའི་ཕྱག་སློབ་ཡིད།

༥ མཚན་ཐོ་བསྟུ་སྟེན་རྗེས་ཚུང་སྲིད་གྱི་མཚན་ཐོ་འདྲིའི་ནང་ཕེབས་ཡོད་  
མེད་ལ་ཐུགས་དམ་བཟག་དཔུད་གྱིས་ཕེབས་མེད་ཚེ་ཞབས་རིམ་སྐྱབ་པ་དང་ཚོས་  
སྦྱང་སྤང་མར་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་ནས་མཚན་ཐོ་བསྟུ་བསྟུ་ཡང་བསྟུ་མཛད་དགོས་  
སྲིད། ལྟག་པར་འཁྲུངས་ཉམས་ཅན་ཚོར་གསང་བའི་སྒྲོན་མཚན་ཐོ་ཅུད་གཅོད་  
དང་འབྲེལ་འཁྲུངས་ཉམས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་མཐིལ་ཕྱིན་མཛད་དགོས།

**དོན་ཚན་རེ་ལྔ་པ།** ལྷན་པས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚོག་  
སྐྱེ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཐོ་བསྟུ་བའི་ལས་རིམ་གཉིས་པ།

༡ ཐུགས་དམ་བཟག་ལུང་ལུ་སའི་སྐྱབས་ཡུལ་དམ་པ་དེ་རྣམས་གྱིས་ད་  
ལྟའི་བར་གྱི་མཚན་ཐོ་ཕྱག་འཁྲོར་རྣམས་ལ་བཟགས་པ་གནང་བའི་གྲུབ་འབྲས་  
མཚན་ཐོ་བརྒྱ་ཡས་མས་བར་ཉུང་བསྟུ་མཛད། ལྷན་ཡང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་  
ཡུལ་དམ་པ་དེ་རྣམས་གྱིས་ཐུགས་དམ་ནན་ཏན་དུ་མཛད་ནས་མཚན་ཐོ་བདུན་  
བརྒྱད་ནས་བརྒྱ་གྲངས་ལྷ་བུའི་བར་ཉུང་བསྟུ་གྱིས་མཐའ་མའི་མཚན་གཞུང་

གཏན་འབེབས་མངོན་པའི་མཚན་ལྡན་གསུང་བ་དམ་པོར་འཛིན་དགོས་པའི་འགན་ཡང་སྲིད་ཅུང་གཙོད་ཚོགས་ཚུང་ལ་ཡོད།

༡ ཚུང་སྲིད་ཀྱི་མཚན་ཐོའི་ནང་ལོག་སློན་ཅན་སོགས་འདྲུལ་ལྷགས་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་ཞབས་རིམ་སྐྱབ་དགོས་པར་མ་ཟད། ཚབ་སྲིད་ཀྱི་གོན་ལྷགས་དང་། འཕྲུལ་འབྲེལ། ཚོད་སྐྱོང་། སྲོགས་འཕྲུལ་དཔུང་ལྷགས་ཅན་ལ་གདོང་ལེན། སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་མཚན་ཐོ་བསྐྱེལ་ལྷགས་དགོས་པའི་འགན་གཙོ་བོ་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཚོགས་ཚུང་ནས་འབྲེལ་བྱུང་དགོས།

**དོན་ཚན་རྩུག་པ།** ཡ་རྒྱལ་མཐོན་གཉིད་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚན་གྱི་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཐོ་བསྐྱེལ་བའི་ལས་རིམ་མཐའ་མ།

༡ མཚན་ཐོ་ཉུང་དུར་གཏན་འབེབས་གནང་བའི་ཚུང་སྲིད་དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གསལ་བའི་སློན་ནས་དམིགས་བསལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་གསལ་བའི་མི་སྣ་ཆེད་གཏོང་གིས། སྐྱེ་ཆས་དངོས་རྒྱུན་འདྲ་གཉིས་སོགས་བཅུག་ཐབས་སྣ་ཚོགས་པས་ཞིབ་འཇུག ལྷ་མོའི་སྐྱེ་མཚོ་ལྟ་བུར་མཚོ་གཟིགས་སམ། ཡང་ན་ཟན་རིལ་བསྐྱེལ་བ། ཚོས་སྐྱོང་ཁག་ལ་གསལ་བའི་ལུང་བརྟན་ལྷུ་བ་སོགས་གསལ་བའི་བཅུག་དཔུང་ཡང་ཡང་ལུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་གྱ་སྐྱིག་མངོན་དགོས།

༢ ཡ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་སྲིད་ཀྱི་མཚན་ཐོ་ཉུང་དུར་གཏན་འབེབས་ཇི་ལྟར་གནང་བའི་ཚུལ་སློབ་དོགས་སེལ་རྒྱས་པའི་གསལ་བསྐྱགས་གཉིད་ཤེན་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཆེན་མོར་མངོན་དགོས་ནའང་མཚན་ཐོའི་



གངས་མང་རྒྱུ་ཙམ་མ་གཏོགས་མཚན་གཞུང་དོ་མའི་མཚན་གྱི་གསང་རྒྱ་མི་ཤོར་  
བའི་འགན་བཞེས་དགོས།

༧ ལྷ་བས་མགོན་ཀི་རི་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚོག་སྐྱུ་ལ་འབྲུལ་བུལ་  
ངོས་འཛིན་གནང་མཁན་གཙོ་བོ་གཏན་འཕེབས་མཛད་སྤངས་ཞི། ཀི་རི་པོ་དག་  
ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་འཕར་མ་བསྐྱོད་གིས་ཚུང་སྲིད་སྐོར་  
ད་ལྟའི་བར་གྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ། ཡང་སྲིད་འབྲུལ་  
བུལ་ངོས་འཛིན་མཛད་མཁན་དངོས་ཞི། མཚན་སྟན་ཆེ་བ་དང་། ལྷ་ཆེན་  
ཡིན་པ། རྒྱུ་ཐོབ་མངོན་ཤེས་ཅན་དུ་གྲགས་པ་དང་། དེ་སྟོན་ངོས་འཛིན་  
གནང་སྲོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་གཙོ་བོར་མི་ལྟ་བར། ད་ལྟའི་  
གནས་སྐབས་སུ་ཀི་རི་ཆང་དང་ལྷ་སྟོབ་དབར་དམ་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོ་ཞིང་།  
སྟོན་དམ་ཚིག་ལ་གནས་པ། རང་སྟོགས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བསྐྱོད་འཕྲུལ་མི་མཛད་  
པས་ཀི་རི་ཆང་གི་སྟོབ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་དང་སྟོོ་འགོལ་ལྷོ་ཚོགས། དེས་  
པ་དོན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ། ཚད་ལྡན་གྱི་ལྷ་མ་སུ་འདྲ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་འདུག་  
ལྷ་དགོས་ཀྱི་ཐད་གོས་བསྐྱར་དང་སྐྱབ་བཤད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གཅིག་ལ་  
ལྷ་སྟོན་ལྷོ་རྒྱུ་ལྷོ་ཐག་གཙོ་བོ་གཏན་འཕེབས་མཛད་དགོས། གལ་སྲིད་གོས་  
མཐུན་མ་བུ་ཆེ་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་མེ་བུ་གི་མཚན་ལ་ཡང་སྲིད་ཅད་གཙོ་བོ་  
ཚོགས་ཚུང་དམ་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཞལ་འཛོམས་སར་ཟན་ཏེ་གསལ་བསྐྱེལ་  
བའོ། ཡང་ན་ཐུགས་དམ་བཅགས་ལུང་གི་སྟོན་གཏན་འཕེབས་མཛད་  
ཚོགས་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་རེ་བདུན་པ།** ལས་བྱུངས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་  
བུལ་ངོས་འཛིན་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་ཚུལ།

༡ ལས་བྱུངས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལྷན་གྱི་བར་གྱི་ལས་བྱུངས་མགོན་  
ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་ཡང་སྲིད་ཀྱི་མཚན་ཐོའི་བསྐྱེད་སྲུང་ལུ་སྲུང་ལུ་དང་། མཐའ་མའི་  
ངོས་འཛིན་གནང་མཁན་དོན་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་འདི་ལོ་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་གཏན་འཁེལ་  
མཛད་པའི་དེལ་བསྐྱེད་སྲུང་དང་འབྲེལ། ལས་བྱུངས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་  
སྲིད་འབྲུལ་བུལ་ངོས་འཛིན་སྐྱེས་བུ་འདི་ལོ་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་སྐྱེས་པའི་ལྷན་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཚོ་བའི་ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་སྐྱེས་བུ་འདི་ལོ་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་མཚན་སྟན་དང་  
མཚན་སྟན་པའི་གཞི་མཛུགས་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
མཚན་སྟན་པའི་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་བུལ་ངོས་འཛིན་གནང་པའི་གསོལ་བ་ལྟེ་བུ་  
ཚུགས་སུ་ལན་གསུམ་བར་འདེབས་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད། གལ་སྲིད་  
མཚན་སྟན་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
འབྲུལ་དགོས།

༡ ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་སྲིད་འབྲུལ་ལོ་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
སྐྱེས་ཚེན་དམ་པའི་ཉིད་ཀྱིས་ལས་བྱུངས་མགོན་ཀི་རི་ལོ་ཙམ་ཚ་ཚོགས་པའི་ཡང་སྲིད་མཚོགས་  
སྐྱེས་བུ་འདི་ལོ་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
རྒྱ་མཚན་དང་འབྲུལ་མཚོན་བཏེགས། ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྐྱེས་བུ་འདི་ལོ་ལྟེ་བུ་  
ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཞབས་བཏེན་གསོལ་འདེབས་ལྟེ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

སོན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་རྒྱ་གང་ཆེ་སྟེ་ལ། ལྷུ་ལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་  
སྟོབ་བརྒྱད་སེར་རྒྱ་ཡོངས་ལ་ལྷུ་བས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་  
བུལ་ངེས་རྗེད་ལག་སོན་བྱུང་བའི་དྲིལ་བསྐྱུགས་པ་སོགས་དུས་ལས་ཡོལ་བ་མེད་  
པར་མཛད་དགོས།

༧ ལྷུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུང་ཞིག་ལམ་སང་ཚུང་སྲིད་དེའི་ཡབ་ཚང་ལ་མངགས་  
གཏོང་གིས་ཐུགས་གཏན་འཁེལ་བའི་ཡང་སྲིད་མཚོག་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཡབ་  
ཡུམ་སོགས་ལ་གཏམ་བཟང་དང་དགའ་དར་འབྲུལ། ཡང་སྲིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོན་འབྲུལ་  
རྒྱུགས་གྲོས་མོལ་ལམ་སང་གནང་ནས་ཐག་གཅོད་མཛད་དགོས། རྗེས་མ་ཚུང་  
སྲིད་ཀྱི་མཛད་པར་ཡབ་ཡུམ་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ཀྱིས་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་  
ནས་ཐེ་བྱས་དང་། དབང་འཛིན། གཞོན་ཤུགས་མི་བྱེད་པ། ལྷག་པར་ཚུང་  
སྲིད་རབ་དུ་བྱུང་རྗེས་ཡབ་ཡུམ་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་དང་འབྲེལ་ཐག་རིང་དུ་གཏོང་  
དགོས་པ་འདི་ལོན་དུ་ནས་གནད་ཆེ་བས་ཞི་འཇམ་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་གྲོས་མོལ་  
བྲིམས་མཐུན་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་དང་པོ་ནས་འབྲུས་མ་ཤོར་བའི་ལེགས་ལམ་  
དུ་འཛོག་ཐུབ་པ་ཞིག་གནང་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་ཅེ་བརྒྱད་པ།** ལྷུ་བས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེའི་བྲི་སྟོན་མཛད་  
སྟོན། ཡང་སྲིད་མཚོག་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་ཆེན་དང་པོ་བྲི་སྟོན་གྱི་མཛད་སྟོ་  
རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ། (མཛད་ཆེན་དང་པོ།)

༧ མཚན་ཐོ་རིན་པོ་ཆེ་གདན་ཞུ་དང་དེའི་རྟེན་འབྲེལ། བྲི་སྟོན་སྟོན་འགྲོའི་  
རྒྱུན་སེལ་ཞབས་རིམ། གཟིམ་ཚུང་སོགས་ཀྱི་ག་རྒྱུག ལྷུ་བཅར་ཞབས་ཞུ་ཆེ་

ཚུང་དང་ཞབས་ཞུ་གྲ་ཚང་གསུམ་འདྲུགས། (སྐྱེ་ཆེ་འདྲིའི་སྐྱེ་མཆོད་དང་ཉེ་འབྲེལ་ནི་སྐྱེ་བཅར་  
ཞབས་ཞུའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱོད་ཞག་མཛད་མི་ཚོགས།) སྐྱེ་བཅར་ཀུན་ཏུ་དྲུང་ཡིག་གསུམ་པ་སྐྱོ། རྒྱུ་  
ཉེར་མཁོའི་ན་བཟའ་སོགས་མཐུན་རྐྱེན་གང་དགོས་འབྱུང་གོར་མེད་པའི་གྲ་རྒྱུག་  
གི་འགན་ཀུན་ཏུ་དགེ་རྒྱུ་ཚུ་ཚོགས་པས་བཞེས་དགོས།

**༡ འབྲུངས་གཞིས་སུ་མཛུགས་དར་འབྲུལ་བའི་མཛད་སྒོ་ནི།** སྐྱེ་ཆེ་བ་

བྲག་བརྒྱུས་ལོག་འབྲུངས་གཞིས་སུ་ཕྱེབས་ནས་ཡང་སྲིད་འོས་འཛིན་གནང་བའི་  
བཀའ་ཡིག་སྐྱེན་བསྐྱར་དང་འབྲེལ་རྒྱུགས་མདུན་མཛུགས་དར་བཅས་འབྲུལ།  
འབྲུངས་གཞིས་སུ་བྲི་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་འགྲོའི་གྲ་རྒྱུག་ཁག་མཛད་པ་དང་།  
མཚོགས་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཆེར་ན་བཟའ་འབྲུལ་བའི་མཛད་སྒོ་དང་། བྲི་སྟོན་གྱི་མཛད་  
སྒོའི་དུས་ཚོད་སོགས་ཡབ་ཚང་ལ་གོས་བསྐྱར་གྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་དགོས་  
པའི་འགན་དགེ་རྒྱུ་ཚུ་ཚོགས་པར་ཡོད།

**༡ ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཆེར་ན་བཟའ་འབྲུལ་བའི་མཛད་སྒོ་ནི།**

ན་བཟའ་འབྲུལ་མཁན་གྱི་སྐྱེ་ཆེ་བ་ཚོགས་པ་སྟོན་མ་ལས་གྲ་རྒྱུས་པ་དང་སྐྱེ་བཅར་  
ཞབས་ཞུ་སོགས་འབྲུངས་གཞིས་སུ་ཕྱེབས་ནས། གཟའ་སྐྱར་འབྲིད་སྐྱོར་དགེ་  
བའི་ཉིན་ན་མ་ཚེས་བརྒྱུད་ལ་དབུ་སྐྱེ་བསེལ་བ་དང་། འབྲུལ་སྐྱེས་དང་གཙང་སྐྱ།  
ན་བཟའ་དམར་མེར་ལུལ། བཞུགས་བྲི་ལ་སྐྱེན་རྒྱ་སྐྱོས་སྐྱོད་བཅས་གདན་དྲངས།  
ཉིན་འབྲེལ་ཚོ་རྫས་སོགས་འབྲུལ། མཚུལ་ཉེན་གསུམ། མཛུགས་དར། འབྲུལ་  
མཚོན་སོགས་ལུལ་ནས་ན་བཟའ་འབྲུལ་བའི་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་རྒྱས་པར་  
གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིག བུ་མའི་བྲིམ་ནས་བྲིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་དབུ་

འདྲུགས་ལྟ་བུ་ཡིན་ལྟ་བུ་སྤྱད་ཅི་ནས་བཟུང་ཡབ་ཚང་གི་གཟིམ་ཚུང་ལྟ་བུ་ཞིག་  
དུ་གདན་དྲངས་ནས་སྐྱེ་བཅར་ཞབས་ལུ་རྣམས་ཀྱིས་ཞབས་ཕྱི་ལུ་དགོས། ས་མ་  
ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ལ་ན་བཟའ་སོགས་འབྲེལ་མཚོན་རྣམས་ལུ་ལ། ལྷ་ཡོན་རྩིས་གཙང་  
མཇུག་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་དགེ་རྩ་ཚོགས་པར་ཡོད།

༧ བྱི་སྟོན་གྱི་མཛད་ཚེན་དངོས་གཞི་ནི། སྟོན་དུ་གདན་ལུ་འཇུག་སེང་  
ལན་གསུམ། འབྲུངས་གཞིས་ནས་སྤྱོད་སྟོན་ལྟར་ཚེབས་བསྐྱར་བྱས་པའི་ལུགས་  
བཞིན་ཚེབས་བསྐྱར་བསྐྱར་། ཚེབས་བསྐྱར་བསྐྱར་རིང་བྱུང་གསུམ། ཐབ་  
བསྐྱར་དང་པོ་དང་གཉིས་པ། སེར་སྐྱོངས་དང་བཅས་གདན་སའི་ཚོགས་ཚེན་འདྲུ་  
ཁང་དུ་གདན་སའི་ཐབ་བསྐྱར་གསུམ་པའི་མཛད་སྟོན་བྱས་པ། **བྱི་སྟོན་གྱི་མཛད་**  
**སྟོན་དངོས་གཞི་ནི།** གཟའ་སྐྱར་འབྲོད་སྐྱོར་ལུ་སྤྱོད་སྟོན་ཚོགས་པའི་ཉིན་ཀྱི་ཚང་  
སྐྱེ་སྤང་རིམ་བྱོན་གྱི་མཛད་ཚེན་གནང་སའི་ཀྱི་ཚང་གི་ཚོམས་ཚེན་གཙོ་བོ་བཀའ་  
གདམས་པོ་བྲང་ལ་སྐྱེ་གོང་མའི་ཚོས་ཀྱི་གདན་བྱིར་མངའ་གསོལ་བའི་བྱི་སྟོན་གྱི་  
མཛད་སྟོན་ལམ་ལྟར་བྱ་བྱས། སྟོན་མོ་དཀར་སྐྱོང་། འབྲེལ་སྟོན་དང་བཅས་  
པ་འབྲུས་ཤོར་མེད་པར་མཛད་དགོས་པའི་འགན་ཀྱི་ཉིད་དགེ་རྩ་ཚོགས་པར་ཡོད།

**དོན་ཚན་འདུག་པ།** ཡོངས་འཛིན་བཞུགས་གཞིན་གཉིས་བསྐྱོབ་ལུགས་  
དང་དེའི་འགན་དབང་སྐྱོར། དགེ་བའི་བཞུགས་གཉེན་ཉེ་ཡོངས་འཛིན་ནི་ཡང་  
སྲིད་མཚོགས་སྐྱེལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་འཕྲིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་ཉེན་འབྲེལ་  
ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩ་ཡིན་པར་བརྟེན་གྱི་དུ་གལ་ཆེ་བས་འདི་  
ལ་ནན་ཏན་དུ་མཛད་དགོས།

༡ ཡོངས་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀྱི་འོས་ཚུལ་ནི། ལྗེས་ཚབ་ཀྱི་འོས་ཚུལ་  
དོན་ཚན་བདུན་ཅུ་དོན་ལྔ་པའི་ནང་གསལ་དགུ་པ་དེ་ཚང་ན་རབ་དང་དེ་ལས་  
གཞན་པའི་འོས་ཚུལ་ནི་ལྗེས་ཚབ་བཞིན་ཚང་དགོས་པའི་ཐོག་སྤྱད་སྤྱོད་  
དང་ཞིང་བཟུང་པ། ལྗེས་དྲུ་ཞལ་འདོན་དག་སྦྱར་ལ་བཅོམ་པ། དམ་ཚུལ་འདུལ་  
བ་དང་མཐུན་པའི་ཀུན་སྦྱོང་ལེགས་པ། སྦྱོར་མ་སྦྱོང་མཁས་ཤིང་། སྦྱོ་སེམས་  
ཆེ་བ། ཀའི་ཚང་གི་སྐྱེ་དོན་ལ་ཐུག་ཚེ་རང་ཉིད་སྦོས་གཏོང་བྱུང་པའི་སེམས་  
ཤུགས་ཅན། ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ཀྱི་འབྲིལ་ཐག་མེད་པ་གང་ཞིག་ལ་སྦྱར་གྱི་ལས་  
དོན་ཉུང་བ། སྦྱོ་སེམས་ཆེ་བ། མཁས་བཅུན་བཟང་གསུམ་འཇོམས་པའི་སྦྱོས་  
བྱུང་མ་པ་ཞིག་དང་། ཡོངས་འཇིག་གཞིན་པ་ནི་དག་བཤེས་ལྟ་རམས་ཐོན་པ་  
ཞིག་ཅེས་པར་དགོས།

༡ ཡོངས་འཇིག་སྐྱེ་བཤེས་གཞིན་རེ་རེ་ལ་འོས་གཞི་གསུམ་རེ་གསུམ་  
རེ་སྦྱེ་འོས་གཞི་དུག་ཀའི་འཇིག་རྟེན་ཚོགས་པའི་འགན་འཇིག་གོས་ཚོགས་  
ཀྱིས་གཏན་འབེབས་གནང་བར་སྤྱད་སྤྱོད་དམ་ལུང་ཞུས་ཀྱིས་བཏགས་འབྲས་  
དགོངས་དོན་ལྟར་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་པ་དང་། ཡོངས་འཇིག་སོ་སོར་བྱི་སྦྱོན་  
ཡང་མཛད་དགོས། འོས་གཞི་འདིའི་ནང་དུ་སྤྱད་སྤྱོད་ལེགས་པ་  
པར་མ་བབས་ཆེ་འོས་གཞི་ཡང་ཡང་འབྲུལ་དགོས་པའི་འགན་ཡོད། སྐྱེ་ནར་  
སོན་པ་སྦྱེ་དགུང་ལོ་ཉི་ལྔ་ལོན་པ་ན་ཡོངས་འཇིག་སྤྱོད་ཞིག་བསྦྱོར་ཁོང་རིན་པོ་  
ཆེའི་སྤྱད་སྤྱོད་དང་སྤྱད་སྤྱོད་དམ་བཞག་འཇིག་གཉིས། ཚོས་བཟུང་དམ་  
ཚོག་གཙང་བ་བཅས་ལ་གཞིགས་གནང་གུ་གལ་ཆེ།

༡ ལྷའི་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་མཛད་འགན་ནི། ཡོངས་འཛིན་  
རྒྱ་བགྲེས་པས་ནི། བར་མ་རབ་བྱུང་དང་དགེ་ལྡན་ལ་ནས་བཟུང་སློམ་པ་གསུམ་  
ག་འབྲུལ་བ་དང་། དབང་ལུང་རྗེས་གནང་། བཀའ་བྲིད། མན་ངག་སོགས་  
རང་རེའི་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་དང་བརྒྱུད་པ་མ་ཉམས་པར་བུམ་  
པ་གང་བྱོའི་ལྷའི་གྲིས་འབྲུལ་དགོས། (ཀའི་ཚང་གི་དབང་ལུང་མན་ངག་གི་གསན་རྒྱུན་  
བཞེས་ས་ལ་ནན་ཏན་དུ་མཛད་སློམ་སྤྲེང་དུ་མའི་རིང་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིད་གཟབ་མཛད་དགོས་པའི་འགན་  
ཡོད། ལྷག་པར་ཚོས་དང་ཆབ་སྲིད་མི་བསྐྱེ་མཁན་གྱི་སློམ་ཞིག་གསུ་ཆེ།)

ཡོངས་འཛིན་རྒྱ་གཞིན་པས་ནི། གཙོ་བོ་རྒྱ་བཅར་ཡོངས་འཛིན་ཏེ་གཟེམ་  
རྒྱུང་ར་བར་རྒྱུན་བཞུགས། ཉིན་མཚན་དུས་དུག་དུ་ཡང་སྲིད་རིན་པོ་ཆེ་ར་  
གཟེགས་ཉིག་རྒྱུང་སྲིད་ཀྱི་བསམ་སྲོད་ལེགས་བཅོས། རྒྱའི་འཛིན་རྒྱུགས་བཞེས་  
ནས་བཟུང་ཉིན་རེའི་སློབ་སྦྱོང་དང་སྤྱོད་འཇུག་དང་བསྐྱུན་པའི་ཉམས་བཞེས།  
མདོ་སྐྱེགས་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་དཔེ་བྲིད་མཛད་ནས་མཁས་བཙུན་བཟང་  
གསུམ་འཛོམས་མཁན་ཞིག་དུ་བསྐྱུར་དགོས་པའི་ཐུགས་འགན་ཡོད།

༢ རྒྱུར་རྒྱ་ན་གཞིན་དུས་སུ་འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མཛད་སྤངས་ནི་  
འཆར་གཞི་ཡོད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་རྒྱའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་རྒྱ་ནའི་བབས་དང་  
བསྐྱུན་ནས་གཞན་དོན་མཛད་ཐུབ་པའི་འཆར་གཞི་ཡང་ཡོད་དགོས། ཀའི་ཉིད་དགེ་  
རྩ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་ལྟར་མཛད་འགན་བཞེས་ཐུབ་པའི་བག་  
ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་གཞིན་དུས་ནས་འཛོག་ཐུབ་ཐབས་མཛད་པའི་འགན་ཡང་  
ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་ལ་ཡོད།

༥ དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ཐོག་སྔ་སྔོན་ལྟར་མཚན་ཉིད་ཞབས་ཞུ་བཅུགས་  
ཉེ་གཞུང་ཆེན་མོར་སྐྱེས་པ་མཛད་ནས་རང་རེའི་གདན་ས་གོང་འོག་ཏུ་དགོ་  
བཤེས་དམ་བཅའ་འཛིན་དགོས། ཡང་ན། ལོ་གསུམ་རིང་དབུས་འགྲུང་ཆོས་ཀྱི་  
གདན་སར་ཐེབས་ནས་འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་དང་དགོ་བཤེས་དམ་བཅའ་འཛིན་ག་  
གནང་མཛད་ན་དགོ་མཚན་ཡོད་མེད་ལ་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་དབྱུང་བ་  
ནན་ཏན་དུ་མཛད་ནས་ཐག་གཅོད་གནང་དགོས་པའི་མཛད་འགན་ཡོད།

༦ ཀའི་འཛིན་པའི་ཚུ་ཚོགས་པ་ཀའི་ཚོང་གི་གདན་ས་གོང་  
འོག་གི་དགོ་བཤེས་ཐོན་ཟུར་གང་ཞིག་ལ་སློབ་ལམ་ལེགས་ཤིང་རྣམ་པར་རྩོད་  
རིགས་ལ་མཁས་པ་དང་། སྐྱབས་ལུང་ཡིག་ནི། ཀའི་དགོན་གྱི་གྲ་པ་མདོ་  
སྐྱབས་རིག་གནས་དང་བཅས་པ་ལ་མཁས་ཤིང་སློབ་ལམ་ལེགས་པ། སྐྱབས་  
མདུན་འདུག་པ། གསོལ་དཔོན་དང་མཚོན་དཔོན། ཞབས་ཞུའི་དབུ་མཛད་སོགས་  
སྐྱབས་ལུང་ཞབས་ཞུ་རྣམས་ནི་རང་གྲ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་རང་རང་གི་ལས་ལ་  
མཁས་ཤིང་མི་གཤིས་དང་སློབ་ལམ་ལེགས་པ་རེ་བསྐྱོད་གནང་དགོས་པའི་འགན་  
ལ་རྒྱུ་ཚབ་དང་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས། དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཚོགས་  
བཅས་ལ་ཡོད།

༧ ཡང་སྤྱི་དམ་ཚོགས་སྐྱུ་ལ་རིན་པོ་ཆེས་གཞན་དོན་མཛད་པའི་ཡན་ལག་  
དང་། དེང་དུས་ཀྱི་མི་གྲལ་ལ་གོམ་པ་མཉམ་སྦྲེད་བྱུང་བའི་སྤྱི་ལྟོ་སྐྱོད་ཡིག་  
སོགས་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཆོས་དང་མཐུན་པ་རྣམས་ལ་སྐྱེད་འདོད་གནང་ཆོ།  
གྲ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ནང་དོན་རིག་པའི་སློབ་གྲ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་སྤྱིར་བཏང་



རྒྱུས་པོ་མོ་འགོ་སའི་སྤྱི་ནང་གི་སློབ་གྲུར་འཇུག་ལུགས་གནང་མི་ཚོག་ནའང་དོང་  
དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དགེ་ཚན་གང་དགོས་གཟིམ་ཚུང་དུ་གདན་ལུས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་  
གནང་ཐུབ་པའི་གྲུགས་མངོན་དགོས། (དགེ་ཚན་ཡང་ཤེས་ཡོན་དང་སློབ་ལམ་ལེགས་པའི་  
རྒྱུས་པོ་མོ་ནི་ཡིན་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས།)

**དོན་ཚན་བདུན་ཅུ་པ།** ལྷན་པས་མགོན་ཀི་རྟེ་རིན་པོ་ཆའི་སྐུ་ཚེ་གཅིག་གི་

མངོན་འགན་ཐམས་ཅད་མདོར་བསྡུས་པའི་ཚུལ་དུ་བཀོད་ན།

- ༡ དགྲུང་ལོ་བདུན་ལ་མ་ཐེབས་གོང་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྡོམ་པ་བཞེས་ཏུ།
- ༢ དགྲུང་ལོ་བདུན་ཐོག་རབ་བྱུང་དང་དགེ་ཚུལ། (མངོན་ཆེན་གཉིས་པ།)
- ༣ དགྲུང་ལོ་བདུན་ནས་གསལ་བསམ་སློབ་གཉེར་འགོ་འཇུགས།
- ༤ དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ནས་བཀའ་ཚོས་དབང་ལུང་སོགས་གསལ་བཞེས་ཀྱི་

འགོ་འཇུགས།

༥ དགྲུང་ལོ་དགུ་ནས་བཟུང་དགུན་དུས་ཀྱི་ཚོས་མཚམས་ནམས་སུ་སྐུ་  
མཚམས་བསྟེན་སྐྱབ་རེ་མངོན།

༦ དགྲུང་ལོ་བཅུ་ནས་སློན་ལམ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་མགོན་དུ་བྱོན་ནས་  
བདེ་སློན་དང་བརྗོད་བཀའ་སྤྲུང་ཏུ།

༧ དགྲུང་ལོ་བཅུ་ནས་བཟུང་དགོན་ལག་སོགས་ལ་རིམ་བཞིན་ཆེབས་བརྒྱུར་  
བརྒྱུང་ཏུ།

༨ དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ནས་བཟུང་སློན་ལམ་གསུང་ཚོས་ར་བའི་བཀའ་  
ཚོས་དང་དབང་རྗེས་གནང་རེ་བྱུང་གནང་ཏུ་འོ་འགོ་འཇུགས་མངོན་ཏུ། ཡོངས་

འཛིན་ཚུལ་གཉིས་དང་མཚན་ཞབས་ཚུལ་དང་ལྷན་བཞུགས་ཀྱིས་ཚོད་རྒྱུགས་  
དང་འདོན་རྒྱུགས་བཞེས་རྒྱ། གཞུང་ཆེན་མོའི་འདོན་རྒྱུགས་འཕར་མ་འབྲུལ་  
མཁན་ཚུལ་ལ་ལེགས་སའི་བསྐྱེད་བཞེད་དང་གསོལ་རས་གནང་རྒྱ།

༧ དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་ལ་མཚན་ཉིད་ཞབས་ཞུ་བཅུགས་ནས་ཉིན་ལྟར་  
ཚོད་གྲུ་ཆག་མེད་ཀྱིས་གཞུང་ཆེན་མོ་ལ་སྦྱངས་པ་མངོན་རྒྱ། (མངོན་ཆེན་གསུམ་པ།)

༡༠ དགུང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་པ་ལ་ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟམ་དབུ་  
བྲིད་ཀྱི་སྐྱེད་བང་བཞེས་ཏེ་ཀིའི་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པ་བརྒྱད་ནས་སློབ་བརྒྱུད་མེར་  
སྐྱེ་ཡོངས་ལ་བཀའ་བྲལ་དབང་ལུང་བསྐྱུར་རྒྱ། (མངོན་ཆེན་བཞི་པ།)

༡༡ དགུང་ལོ་ཉི་ལུ་པ་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སློམ་  
པ་བཞེས་རྒྱ།

༡༢ དགུང་ལོ་ཉེར་བདུན་པ་ལ་གཞུང་ཆེན་མོར་གསལ་བསམ་སློབ་གཉེར་  
མཐར་སོན་པའི་འབྲས་བུར་རང་རེའི་གདན་ས་གོང་འོག་ཏུ་དགེ་བཞེས་དམ་  
བཅའ་འཛོག་གནང་མངོན་རྒྱ། (མངོན་ཆེན་ལྔ་པ།)

༡༣ དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་པར་གདན་ས་གོང་འོག་ཏུ་སྐྱགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
འཛོག་གནང་མངོན་རྒྱ།

༡༤ དུས་ཚོད་ནམ་ཁོམ་དང་དགག་དགོས་ལ་གཞིགས་ནས་སློབ་དོམ་  
རྗེས་གསུམ་ཆ་ཚང་བའི་བསྟེན་ཆེན་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་བཞུགས་རྒྱ།

༡༥ སློབ་གཉེར་གནང་སྐབས་ཀྱི་ཉིན་ཞག་སྐྱགས་གཅིག་གི་མངོན་རིམ་ནི།

༡ ཞོགས་པ་སྐྱེ་རེངས་ཤར་བ་དང་སྐྱེ་བཞེངས། ༢ ཚམ་འཛོམས་གཟུངས་

གསུང་བཞིན་ཞལ་བྱས། ༩ ལངས་ཕྱག་གསུམ་དང་དུས་དྲན་བརྟེན། མྱི་  
 བཤགས་ཚར་གསུམ། ༡༠ རྒྱུའམ་སེམས་དང་གླ་མའི་ནལ་འབྱོར། ཡི་དམ་  
 དང་སྐྱོ་སྐྱོང་སོགས་ཞལ་འདོན་དག་སྐྱོར་ཆག་མེད་ནམས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་མགོན་པོ་  
 གུར་ཞལ་སོགས་ལ་གཏོར་འབུལ་མདོར་བསྟུས། ༡༡ ནམ་གསལ་བ་དང་གཟེམ་  
 རྒྱུང་བའི་ཡངས་སུ་ཡོངས་འཛིན་དང་ཞབས་ཞུ་ནམས་རྣམས་འཛོམས་ཀྱིས་ཡོན་  
 ཆབ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ཤས་ཕུལ་ནས་ཕྱག་མཚོད་བསྟུས་པ་རེ། ༡༢ ལྷན་མཇུག་  
 མ་དང་ཇ་མཚོད་འདྲེན་མཉམ་མ་གསུངས་ནས་དུས་ལྷུང་ཞིག་གི་ནང་ཞོགས་ཇ་  
 མཚོད། ༡༣ མདོ་སྐྱགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་སྐྱོ་འཛིན་དང་རྒྱགས་འབུལ། ༡༤ རྣམས་  
 འགར་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་རེ་བྱུང་ལ་མཇུག་ཞུ། ༡༥ སྐྱོ་དྲོའི་དཔེ་བྱིད་  
 དམ་དཔེ་གཟེགས་གང་འོས། ༡༦ དགུང་ཆོགས་ལ། དཀོན་མཚོག་རྗེས་དྲན་  
 ཀྱི་མདོ། ལུང་མཚོད། སྐྱོ་ཆབ་སྐྱོ་ཆབ་དང་བཅས་གསོལ་ཆོགས། ཆངས་བུ་  
 དོར། རྒྱན་བསངས་མདོར་བསྟུས་དང་ཟ་བྱེད་མཁའ་འགྲོའི་སྐྱོན་སྐྱོག་བཅས།  
 ༡༧ ངལ་གསོ་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱན་ལྗོན་གྱི་མཇུག་ཞུ། ༡༨ ཡིག་གཟུགས་  
 སོགས་རིག་གནས་གང་འོས་ལ་རྒྱུངས་པ་དུས་ལྷུང་མཇུག། ༡༩ མྱི་དྲོའི་དཔེ་  
 བྱིད་དམ་དོགས་གཅོད། དཔེ་གཟེགས་གང་འོས། ༢༠ ཡོངས་འཛིན་དང་མཚན་  
 ཞབས་རྣམས་རྣམས་དུ་ཚོད་གྲ་རྒྱགས་ནས་ཚོད་པ་དང་དམ་བཅའ་གང་འོས། ༢༡  
 དགོང་མོའི་དཔེ་གཟེགས། ༢༢ ཕྱག་དཔེ་སྐྱོར་སྐྱོང་། ༢༣ དུག་ཅུ་མ་དང་  
 འཕྲིན་བཅོལ། བསྐྱོ་སྐྱོན་མདོར་བསྟུས། ༢༤ རྒྱུང་བཤགས་དང་འབྲེལ་ནས་  
 བརྒྱུང་ཕྱག་གངས་གསོག་ ༢༥ ཉལ་ཕྱག་གསུམ་དང་སྐྱོ་བཤགས་ལན་གསུམ།

༡༠ མེད་ལོ་ཉལ་སྐབས་ཀྱིས་སྐྱབ་ཞེས་གནང་བྱུ་བཅས་ཉིན་རེའི་མཛད་རིམ་དང་།  
 སྐྱ་ཚེ་རྩིལ་པོའི་རིང་རྒྱུན་དུ་དཔེ་གཞིགས་དང་ཞལ་འདོན་ཉམས་བཞེས་  
 ཡོད་པའི་ཐོག་དབང་ལུང་བྲིད་གསུམ། འདས་གསོན་གྱི་ཆེད་མེད་སྐབས་བཞུད། བསྐྱོ་  
 ཉིན་ལ་སྐྱུན་སེང་འབྲུར་རེས་བཞེན་བསྐྱོ་བ་ཚོགས་བཅད་རེ་གསུང་བ་སོགས་བསྐྱོ་  
 བ་སྐྱོན་ལམ། ཐུགས་དམ་བཀའ་ལུང་། ཐ་ན་བཀའ་བསྐྱོད་དང་སྐྱུགས་ཚུ་འདེབས་  
 པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་སྐྱོབ་བརྒྱུད་སེར་སྐྱ་མཚོག་དམན་ཡོངས་ཀྱི་རེ་བ་ཆེ་ཚུང་གང་  
 ཡོད་སྐོང་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་གཞན་དོན་ཁོ་ན་ལ་གཞོལ་བ་དང་། སྐྱ་རྒྱ་དང་ཐུག་རྗེས་  
 གང་བྱུང་བ་རྣམས་གཞན་ཕན་དགེ་ཚེ་འདོན་དུ་གཏོང་བ་མ་གཏོགས། ཕ་མ་ཉེ་  
 འབྲེལ་སོགས་ལ་དཀོར་ཟས་ཀྱི་དུག་ཚུས་མ་གོས་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་བག་  
 མེད་ལོངས་སྤྱོད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་དམ་འཛིན་མཛད་དགོས། དགོན་སྡེ་གང་དུ་  
 མེད་སྐབས་ཀྱང་ཚོད་རྒྱུགས་དང་འདོན་རྒྱུགས་བཞེས་པ་སོགས་ཀྱིས་འཆད་ཉན་སྐྱོབ་  
 གཉེར་ལ་དག་ཐེར་གཙོ་བོར་མཛད། གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་གི་ཉི་ཚང་  
 དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་གྲུ་བརྩམས་སྐྱུགས་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་གང་  
 ཡོད་ཀྱི་འཆད་ཉན་སྐྱོབ་གཉེར། སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན། རྒྱུགས་ལམ་ཀུན་སྤྱོད་  
 ལ་ཉིན་མཚན་དུས་དུག་དུ་གཞིགས་སྐོང་གིས་སྐྱུ་ལ་སྐྱབ་སྐྱུ་བ་ལྟན་དོན་དུ་བྱོན་པའི་དགོས་  
 པ་འགྲུབ་པ་ཞིག་གི་ཉི་ལེན་དགེ་ཚེ་ཚོགས་པ་འདི་བརྒྱུད་ནས་མཛད་འཕྲིན་བསྐྱུང་དགོས་  
 པའི་ཐུགས་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་དོན་གཅིག་པ།** ལ་སྐབས་མགོན་གི་ཉི་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་ཚེ་མཐའ་  
 མའི་མཛད་པ་བསྐྱུན་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་སྐོན།

༡ རྒྱུན་དུ་སྐྱེན་བཅོས་འཕྲོད་བརྟེན་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྷུང་བའི་འཚོ་  
བ་ལབས་ཏོག་སྐྱ་བཅར་ལབས་ལྷུ་པ་ནམས་ཀྱིས་ལབས་ལྷུ་ཚུལ་བཞིན་རྒྱུ་ཐུབ་  
མིན་ལ་རྒྱུན་དུ་ཉེ་ཏོག་སྐྱ་ལྷུའི་ལབས་བཏན། ལྷག་པར་ཐུགས་སུ་ན་པ་སོགས་  
ཀྱི་སྐྱ་ངལ་དང་ཐུགས་ཕམ་གྱི་རིགས་ནམ་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་འགན་སྲོལ་བརྒྱུད་  
སྤྱི་དང་ལྷག་པར་ཀི་ཏི་འི་དགོ་ཅ་ཚོགས་པར་ཡོད།

༡ མཐའ་མའི་བརྒྱུན་བཞེས་ཇ་དྲག་སྐབས་ཀྱི་ན་སེལ་ལབས་རིམ་དང་  
འབྲེལ་དགོ་སྐྱ་བཅོགས་གསོག་རྒྱ་ཆེན་པོར་སྲོལ་བརྒྱུད་ཀྱི་ན་སེལ་ཉེན་མཚན་  
དུས་དུག་ཏུ་འབད་པ། རྐྱེན་བཅོས་འཕྲོད་བརྟེན། ཐུགས་དམ་ལུང་ལྷུ་སོགས་  
དུས་ལས་ཡོལ་བ་དང་སྲོ་འགྲོད་མེད་པ། མང་ད་པ་མཐའ་མའི་སྐབས་ཐུགས་  
དམ་གསལ་འདེབས་སོགས་དགོངས་ཚེགས་ཀྱི་རིམ་པ་མཐའ་དག་སྐྱ་ཚོས་སུ་  
མ་སོང་བ་སྲོན་བྱོན་དམ་པ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ཐུག་བཞེས་དང་མཐུན་པ། དམ་  
ཚོག་གཅང་བ། སྤྱིས་འབྱུང་ཉེན་འབྲེལ་ལ་མི་གཞོན་པ་ཞིག་གནང་དགོས་པའི་  
འགན་ཀི་ཏི་འི་དགོ་ཅ་ཚོགས་པར་ཡོད།

༡ རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཡ་སྐབས་མགོན་ཀི་ཏི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡ་རྒྱལ་  
ཚབ་ལམ་སང་འོས་འདེམས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ནས་མང་ད་འགན་ལམ་སང་བཞེས་  
དགོས། དགོངས་ཚེགས་མཚོན་སྤྱིན་གྱི་དགོ་སྲོལ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གནད་ལ་སྤྱིན་པ།  
སྲོལ་རྒྱུན་ལྟར་སྐྱ་གདུང་མཚོན་ཉེན་གསར་བཞེངས། སྐྱལ་སྐྱུ་ལྷུར་འབྲོན་གྱི་  
གསོལ་འདེབས་གསུང་བསྐྱེད། གདུང་རུས་སྐྱར་ཁང་ནས་ནང་དུ་གདན་འདྲན་  
པའི་སྐབས་སེར་སྐྱེངས་སྤོས་སྤྱི་དང་བཅས་མཚོག་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷུར་དུ་འབྲོན་

པའི་ཉེན་འབྲེལ་སྒྲིག་པའི་མངོན་སྲོད་དང་པོ་སྤེལ་བ་སོགས་ཞལ་སློབ་སྒྲིག་དང་། ལྷག་  
པར་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་དང་ཀི་ཏི་འེ་དགེ་ཙུ་ཚོ་གསུམ་པ་བཅས་པར་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་དོན་གཉིས་པ།** སྒྲིགས་མའི་དུས་མཐར་སློབས་པ་དང་གཏུལ་  
བྱའི་ལས་བསོད་དམན་པའམ་མངོན་འཕྲིན་བར་གཅོད་ཀྱི་དབང་དུ་ཤོར་སྐབས་  
ཀྱི་གནས་སྤངས་ནི།

༡ ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཀི་ཏི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚོག་སྤུལ་གང་ཞིག་  
ནས་ཚུལ་བསྟན་གྱི་མངོན་པ་སྣ་ཚོ་གསུམ་མངོན་སྲིད་ནའང་ཀི་ཏི་ཚང་གི་སྒྲ་ན་  
མེད་པའི་དབུ་བྲིད་དང་། ཙུ་བའི་སྒྲ་མའི་ཡང་སྲིད་ཀྱི་མཚན་གནས་རྗེས་  
འབྲེལ་གྱིས་སློབ་བརྒྱུད་ཡོངས་ནས་གུས་བཀུར། བརྩེ་འཛོག་མཐོང་ཆེན་  
བཅས་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་གིས་སྒྲ་སློབ་འབྲེལ་བ་ཉེན་འབྲེལ་མ་འཁུགས་  
པ་ཞིག་གནང་དགོས་ནའང་དུས་ཀྱི་འགྲུར་འགྲོས་དང་མ་བསྟུན་ཐབས་མེད་  
ཀྱིས་སྒྲིག་གཞི་འདིའི་ཐོག་དུ་གནས་དགོས་པའི་འགན་ཡོད་པར་མཚོག་སྤུལ་  
ནས་ཁས་ལེན་མངོན་དགོས།

༡ ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཀི་ཏི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་མཚོག་སྤུལ་གང་ཞིག་  
དང་པོ་ནས་རབ་དུ་བྱུང་བར་མི་བཞེད་པའམ། རབ་དུ་བྱུང་ནའང་སློམ་པ་ཕུལ་  
ནས་བཞུགས་འདོད་པའམ། (སློམ་རྒྱན་བཞེས་པའི་ཆེད་ཆུ་ཚོད་འགའ་ཤས་ཀྱི་དུས་ཐུང་རིང་  
སློམ་པ་ཕུལ་བ་དེ་ཁོ་ན་འདིའི་ཁོངས་སུ་མི་ཅི་) ཡང་ན། སློམ་པ་ཕུལ་ནས་བྱིས་སར་བབས་  
པར་ ཡང་ན། ཕམ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བས་གོས་ནས་སློམ་པ་གཏོང་བ་བྱུང་ཆེ་  
གྲ་ཆས་ཏེ་གཟན་ཤམ་བཞེས་ནས་བཞུགས་མི་ཚོག་ དེ་ནི་སློན་པའི་ན་བཟང་དང་

འདུལ་བའི་བརྟན་པ་ལ་གུས་བཀུར་གནང་བའི་ཆེ་བ་ཡིན།

༡ བྱིས་སར་བབས་ཆེ་སྲུང་གི་གཟིམ་ཚུང་བེད་སྤྱོད་གནང་ཚོག་པའི་  
ཐོབ་དབང་ཡང་ཤོར་བས་དགོན་པ་འཕེལ་གྱི་ཚང་ནས་ཐག་རིང་བའི་ས་འགོལ་ཞིག་  
ཏུ་ཡུལ་དེའི་བྱིས་ཚང་འབྲེང་པའི་ཚད་གཞི་ལྡན་པའི་བྱིས་ཁང་ཞིག་གོ་སྐྱོད་གིས་  
དེར་གནས་སྡོད་མཛད་དགོས། (དགོན་པའི་བཅའ་ཡིག་གི་བདག་པོ་རང་ཉིད་ནས་བཅའ་ཡིག་  
ལ་བརྟེན་བཀུར་མཛད་དགོས་པས་ཡིན།)

༢ བྱིས་སར་བབས་ཆེ་གི་དེའི་དགོན་པའི་ལག་བརྟན་དབུ་བྱིད་  
གི་སྐྱོད་དབང་ཕྱིར་སྤོལ་མཛད་དགོས་པར་མ་ཟད། ལྷན་བསྐྱོད་མགོན་གི་རིན་  
པོ་ཆེའི་མཚན་གནས་རྗེས་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་དངོས་མཁར་དབང་གང་ཡོད་  
གི་དེའི་དགོན་པའི་ལག་བརྟན་དགོས་པ་དང་དགོན་པའི་ལག་བརྟན་པས་ལྷན་དགོས་པའི་  
འགན་ཡང་ཡོད།

༣ བྱིས་སར་ལན་གཅིག་བབས་རྗེས་སྡོད་པ་བརྟུར་སྐྱོབ་ལྷན་པུ་གནང་  
ནའང་ཐོབ་དབང་སྐོར་བྱིས་སོ་བཟུང་བ་དང་ཁྱད་མེད་ཀྱིས་དགོན་པའི་གཟིམ་  
ཚུང་མི་དབང་བ་ནས་དགོན་པའི་ལག་བརྟན་དབུ་བྱིད་གི་སྐྱོད་དབང་མེད་  
པ་སྐྱོད་གཞི་འདིས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད།

༤ བྱིས་སྐྱོད་ལ་བཟུང་བའི་གི་དེའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་གང་ཞིག་ནས་དགོན་  
ཚུལ་སྐོར་ཞིག་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ལུས་ལྷན་པས་བྱིས་ཚང་གི་ནང་གཡོག་ཏུ་བཀོལ་  
ན་མི་མཛེས་པ་ནི་བརྟན་པ་དེ་འདྲིན་དང་བཅས་པར་ཆེ་མཐོང་དང་གུས་བཀུར་  
གནང་དགོས་པའི་ཆེད་ཡིན་པ་མཁྱེན་དགོས།

༥ བྱིས་ཚུགས་བཟུང་བའི་གི་ཉི་འདུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྐྱུལ་གང་  
 ཞིག་གི་གི་ཉི་འདུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་དང་འཛིན་སྐྱོང་དབང་འཛིན་སོགས་  
 རྒྱུག་གཞིས་བཀག་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཛད་པ་ཁོ་ནར་བར་གཅོད་བྱུང་བ་  
 ཙམ་མ་གཏོགས། གཞན་ཚོས་སྐྱོགས་ཀྱི་མཛད་པ། དབང་ལུང་། རྗེས་གནང་།  
 བཀའ་བྲིན། མན་ངག་སོགས་གནང་ནས་འཁོར་ཚོགས་སློབ་མ་སྐྱོང་བ་དང་། རང་  
 ཉིད་ནས་མདོ་རྒྱགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོར་གསན་བསམ་སློབ་གཉེར། སློམ་སྐྱུལ།  
 ཉམས་བཞེས་གནང་བ་སོགས་ལྟུབས་མགོན་གི་ཉི་འདུག་ཅུ་ཚོགས་པའི་མཚན་དོན་དང་  
 མཚུངས་ཤིང་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་མཛད་བཟང་གང་ཞིག་གནང་ནའང་གནང་  
 ཚོགས་པར་མ་ཟད། དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་འབྲེལ་མཐུན་རྒྱུན་ཡང་གི་ཉི་འདུག་  
 ཅུ་ཚོགས་པ་ནས་གང་ཐུབ་སྐྱོར་དགོས་པ་དམིགས་བསལ་ཡིན།



# ལེབ་དགུ་པ།

ལ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་སྐྱེ་དབང་དང་མཛད་འགན།

ལ་སྐབས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཚབ་སྟེ། ཀི་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་སྐྱེ་རིམ་  
བྱོན་གྱི་མཛད་འགན་སྐྱེ་སྐྱེ་ནས་སྐྱེ་སྐྱེ་བར་ལུ་མཐུན་ནས་མཐུག་སྐྱོང་དང་  
འབྲེལ། རྒྱལ་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཀི་རིན་པོ་ཆེར་སྐྱེ་དབང་ཅིས་འབྲུལ་  
ལྷ་ཐུབ་པའི་འགན་བཞེས་མཁན་དང་ཀི་རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟམས་དབུ་  
བྱིན་དེ་ལ་རྒྱལ་ཚབ་ནི་གནད་ཆེ་བའི་ལས་ཤིང་ཡིན།

**དོན་ཚན་དོན་གསུམ་པ།** ལ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་མཚན། ལ་སྐབས་མགོན་ཀི་རིན་  
པོ་ཆེའི་ལ་རྒྱལ་ཚབ་ཅེས་འབོད་ཀྱི། (ཀི་རིན་པོ་ཆེ་མང་པོའི་རིང་དར་བའི་གནའ་སྲིལ་  
ཀྱི་མཚན་གནས་ལ་ཀི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱལ་ཚབ་ཅེས་གྲགས་པ་དེ་ཡིན།)

**དོན་ཚན་དོན་བཞི་པ།** ལ་རྒྱལ་ཚབ་དགོས་པའི་དུས་སྐབས་ནི།  
༡ ལ་སྐབས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་མ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་  
ཡང་སྲིད་མཚོག་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་ནར་མ་སོན་པ་སྟེ་དགུང་གྲངས་བཙེ་བརྒྱད་  
མ་ལོན་པའི་བར།

༢ ལ་སྐབས་མགོན་ཀི་རིན་པོ་ཆེས་ཚུལ་བརྟམས་བསྐྱོན་ཤོར་བ། ལྷོ་མ་  
པ་ཐུལ་བ། ལྷོ་མ་ཚུགས་བཟུང་བའི་མཛད་པ་བརྟམས་པའི་སྐབས།

༡ རྒྱུ་འགྲོའི་བསོད་ནམས་དམན་པའི་དབང་གིས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཀིཏི་  
རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་གང་ཞིག་གི་ལུས་སེམས་འཆར་ཡོངས་ཇི་བཞིན་མེད་པ།  
དབང་པོ་སྒྲིན་ཅན། གཙོང་ནད་ཆབས་ཆེན་བཞེས་པའི་སྐབས།

༢ བསྐྱེན་མཚམས་དང་། སྐྱོམ་སྐྱུབ། སྐྱོབ་གཉེར། ཇོ་དྲག་དང་ཉེན་  
ཆེ་བའི་སྐབས་སོགས་དགོས་དབང་དུ་མར་གཟིགས་ནས་ལོ་རྒྱུ་པོ་གསུམ་ལས་  
སྟག་པའི་མཛད་འཆར་གྱིས་ཀིཏིའི་དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟམ་དབུ་བྲིད་ཀྱི་  
མཛད་འགན་མཚམས་འཛོག་གནང་དགོས་ཤར་བའི་སྐབས།

༣ ཀིཏིའི་དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོའི་ཚོགས་མི་སྤྱིའི་བཞི་  
ཆ་གསུམ་གྱི་མང་མོས་ལོ་དུས་རྒྱས་བཅད་ཀྱིས་ཀིཏིའི་དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་ལག་  
བརྟམ་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ལ་གནང་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ལུས་  
པའི་སྐབས།

༤ ཀིཏིའི་དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་མང་མོས་འོས་བསྐྱེད་གྲུབ་འབྲས་ལ་ཀིཏིའི་  
དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟམ་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ལ་གནང་  
དགོས་པའི་མང་མོས་བྱུང་སྐབས་བཅས་ལ་ཀིཏི་སྐྱེས་ལྷན་རིམ་བྱོན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་  
མཇུག་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་མཐུད་གནང་མཁན་གྱི་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་དགོས་པ་སྒྲིག་གཞིའི་  
གཏན་འཛུགས་སྟམ་འོས་འདེམས་ཀྱིས་བསྐྱོ་བཞག་གནང་དགོས།

**དོན་ཚན་དོན་ལྗང་།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་གྱི་འོས་ཚོས། ༡ དགེ་སྲོང་གི་སྡོམ་  
པ་དང་ལྡན་པ། སྡོམ་རྒྱན་བཞེས་ཆེད་མིན་པར་སྡོམ་པ་སྐྱུལ་བ་དང་སྐྱུལ་ནས་  
བརྐྱར་སྐྱུབ་གནང་བ་མ་ཡིན་པ། ཕྱི་བ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བས་གོས་པའི་སྐྱེང་

གཞི་ཡོངས་གྲགས་སུ་མེད་པ།

༡ ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་གཙང་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཀའི་ཚང་གི་བརྟན་  
དང་བརྟན་འཛིན་ལ་དགའ་དད་རྣལ་འབྱོར་བསམ་ཅན་ཡིན་པ།

༡ ཀའི་ཚང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་དབང་ལུང་བྲིད་གསུམ།  
མན་ངག་ ཐུག་ལེན་བཅས་པའི་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གཙོ་བོར་འཛིན་པ་  
ལ་སློབ་པ་ཅན།

༢ ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་མ་མཐའ་ལོ་བཅུའི་རིང་གཞུང་  
ཆེན་མོར་འཆད་ཉན་སློབ་གཉེར་མངོན་མྱོང་ཅོམ་དུ་མ་ཟད་ད་ལྟོ་ཀའི་ཚང་  
གི་དགོན་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་སྤྱི་གཞི་འོངས་སུ་ཡོད་པ།

༣ མདོ་སྐྱེལ་སྤྱོད་རིག་གནས་དང་བཅས་པར་མཁུན་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། རྒྱན་  
གྱི་ཉམས་བཞེས་ལེགས་པ། དམ་ཚོས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པའི་སྦྱོང་ལམ་  
མངོན་པ། མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ། སློབ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲིས་བཙུག་བཟུང་  
ཆེ་ས་ཞིག་ཡིན་པ།

༤ ཆོས་མེད་སློབ་པ། ཆོས་གསར་བརྗེའི་ལྟ་བུར་དགའ་ཞེན་ཆེ་བ། ལྟ་  
ལོག་ཅན། ཆབ་སྲིད་དམ་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་འགན་འཁུར་  
ལས་བྱེད་པ་བཅས་མ་ཡིན་པ།

༥ རྒྱུ་དང་མཉམ་འབྲེལ། མིང་ཐོག་གཞན། རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་སོགས་  
ཀྱི་ཚོང་ལས་སོགས་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་མེད་པ། རྣམ་ཉེས་བྲིམས་  
འགལ་གྱིས་བཙོན་འཇུག་བྱས་མྱོང་བ་མ་ཡིན་པ།

༩ ཤོ་བག་མ་ཅང་སོགས་མ་རབས་རྒྱན་ཅེད་དང་། མ་རབས་ཀྱི་སྦྱོད་  
པ་ལང་ཤོར་ཅན་དུ་གྲགས་པ་མིན་པ།

༧ ཀེའི་ཚང་གི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་བཞི་གང་ཡང་རུང་བའམ། ཀེའི་དགེ་  
ཅུ་ཚོགས་པའི་གནད་ཡོད་ཀྱི་འགན་ཁུར་གནང་བའི་ཉམས་སྦྱོང་ཡོད་པ།

༡༠ རང་ལོ་ཉེར་ལྗེ་རྣམས་པོ་མ་ལོན་པ་དང་། ནད་གཅོང་ཅན། བཀའ་  
སློམ་བདེ་བ། ལས་ཀ་བྱེད་མི་བྱུང་བའི་རྣམས་མེད་མ་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་འོས་  
ཚོས་ཚང་དགོས།

**དོན་ཚན་དོན་དུག་པ།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་ཡུན། སྤྱིར་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་  
ཀྱི་ལས་ཡུན་ལོ་ལྔ་ལྷེ་ཡིན། ལས་ཡུན་དང་པོ་རྫོགས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་ལས་  
དོན་དགོངས་ཞུས། སྤྱིར་ཡང་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་དུ་འོས་ཐོབ་  
བྱུང་ཆེ་ལས་ཡུན་གསུམ་བསྟུན་མར་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་མཛད་འགན་བཞེས་ཚོག་  
ནའང་། ལས་ཡུན་རེ་རེ་རྫོགས་མཚམས་དགོངས་ཞུས་ཀྱིས་ལས་དོན་མཚམས་  
འཛིག་དང་། སྤྱིར་ཡང་སྤྱིར་བཞིན་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་དུ་འོས་  
ཐོབ་དགོས། ལས་ཡུན་བཞི་པ་དེ་སོང་རྗེས། ལས་ཡུན་གཅིག་སྟེ་ལོ་ལྔའི་  
རིང་བར་སྟོང་དུ་འཛིག་དགོས། སྤྱིར་ཡང་འོས་བསྐྱེད་ལམ་ནས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་  
དུ་འོས་ཐོབ་བྱུང་ཆེ་ལས་ཡུན་གཉིས་བསྟུན་མར་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་གནང་ཚོག་ནའང་  
སྤྱིར་བཞིན་ལས་ཡུན་རེ་རེའི་མཚམས་སུ་དགོངས་ཞུ་དང་འོས་གཞིར་ཞུགས་  
ནས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་དུ་འོས་ཐོབ་བྱུང་ཆེ་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ལས་ཡུན་གཉིས་པའི་མཛད་  
འགན་བཞེས་ཚོག་ བསྐྱེད་ལས་ཡུན་དུག་རྫོགས་མཚམས་ནས་སྤྱིར་འོས་

གཞིར་འདྲུལ་མི་ཚོགས་པ་སྐྱེག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ཡིན།

**དོན་ཚན་དོན་བདུན་པ།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་འོས་བསྐྱེད་སྟངས། ཉ རྩོན་འགྲོའི་འོས་གཞིའི་ལས་རིམ་ནི། ཀའི་དགེ་རྒྱུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ནས་འོས་གཞིའི་སྐོར་སྦྱང་བཤད་ཡང་དག་གནང་རྗེས།

**ཀ།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་འོས་ཚོས་ཚང་བའི་འོས་གཞིའི་མཚན། འཇུག་མི་སོ་སོའི་འདོད་མོས་ལྟར་གསང་བའི་ལམ་ནས་འོས་ཤོག་འཕེན་གྱི། དེའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་འོས་མིང་སོ་སོར་འོས་ཚོས་ཚང་མིན་ཞིབ་འདུག་དང་འབྲེལ་འོས་ཁོངས་སུ་ཞུགས་འདོད་ཡོད་མེད་འབྲེལ་བ་གནང་ནས་གཏན་འཁེལ་རྗེས། འོས་ཤོག་མང་བ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་གཞི་བཅུ་ལ་གཏན་འབེབས་གནང་གྱི།

**ཁ།** འོས་གཞི་བཅུ་པོ་དེའི་ཐོག་སྐོར་ཡང་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་ཡོངས་ནས་གསང་བའི་འོས་འཕེན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འོས་ཤོག་མང་བ་ཐོབ་པ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་གཞི་ལྔ་ལ་གཏན་འབེབས་མཛད་གྱི།

**ག།** འོས་གཞི་ལྔ་པོ་དེར་སྐོར་ཡང་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ཀྱི་འཇུག་མི་ཡོངས་ནས་གསང་བའི་འོས་འཕེན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་འོས་ཤོག་མང་བ་ཐོབ་པ་ཚེ་བཏོགས་ཀྱིས་འོས་གཞི་གསུམ་ལ་གཏན་འབེབས་མཛད་གྱི་བཅས་འདི་ནི་རྩོན་འགྲོའི་འོས་གཞིའི་ལས་རིམ་ཡིན།

**ཉ** འོས་འདེམས་དངོས་གཞིའི་ལས་རིམ་ནི། ཀའི་དགེ་རྒྱུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་འཕར་མ་ཚོགས་སྐོང་གིས་འོས་འཕེན་གྱི་ལམ་ནས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་གཏན་འབེབས་མཛད་དགོས་པས། ལྔར་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་

ནས་བཏོན་པའི་འོས་གཞི་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་ལ་མོས་མཐུན་བྱུང་ཚེ་མཐའ་མའི་  
འོས་གཞིར་གཏན་འཁེལ་གྱི། འོས་གཞི་དེར་དགག་བྱ་ཡོད་ཚེ་ཚོགས་འདུ་ཚེན་  
མིའི་ཚོགས་མི་སོ་སོའི་འདོད་མོས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་འོས་གཞིའི་ཚེད་གསང་བའི་  
འོས་འཕེན་གྱི་བྱུང་འབྲས་ལས་འོས་གཞི་ལྗེ་ཅེ་བཏོགས་ཀྱིས་འདེམས་གྱི། དེ་ལ་  
ཚོགས་འདུ་ཚེན་མོས་སྤར་ཡང་འོས་འཕེན་གྱིས་འོས་གཞི་གསུམ་ལ་གཏན་འབེབས་  
མཛད་ནས་མཐའ་མའི་འོས་གཞིར་གཏན་འཁེལ་མཛད།

༡ མཐའ་མའི་འོས་འདེམས། མཐའ་མའི་འོས་གཞི་གསུམ་པོ་དེར་  
དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཚེན་མིའི་ཚོགས་མིའི་ཅུ་འབྲེལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་བདུན་  
ཅུ་ཡན་འཛོམས་ཡོད་ཚེ་གསང་བའི་འོས་འཕེན་གྱིས་འོས་ཐོབ་དང་པོ་དེ་ཉིད་ཡ་རྒྱལ་  
ཚབ་ཏུ་གཏན་འཁེལ་གསལ་བསྐྱབས་མཛད་གྱི། གལ་སྲིད་འོས་ཤོག་འདྲ་འདྲ་  
བྱུང་ཚེ་འོས་གཞི་དེའི་མཚན་གྱི་མིང་གཞིའི་ཀ་སྤེང་དང་གཉིས་ཀྱིས་དང་པོ་དང་།  
གལ་སྲིད་མིང་གཞི་གཅིག་པ་ཡིན་ཚེ་ཟན་རིལ་བསྐྱེལ་ནས་དང་པོ་དེ་ཐོབ་པར་གཏན་  
འབེབས་བྱ་གྱི། ལས་མཚམས་རེ་རེའི་བར་གྱི་འོས་བརྒྱུ་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་ལས་རིམ་  
ཡང་གོང་ལྟར་ཡིན།

**དོན་ཚན་དོན་བརྒྱུད་པ།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་མཛད་འགན་དང་ལས་དོན་ཐག་གཅོད།

༡ གསུབས་མགོན་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་འཚོ་བཞུགས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ཚེ་  
གསར་མཇུག་ཐོག་སྤྱི་ལོ་ལྟར་ཁ་བཏགས་མདུད་པ་གནང་བ་ནས་དང་སྐུ་འཚོ་  
བཞུགས་མེད་ཚེ་སྐུ་གདུང་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་ཁ་བཏགས་མདུད་པ་བཞེས་  
པ་ནས་དང་། ཡང་ན། ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གནང་བ་ནས་བཟུང་ཡ་རྒྱལ་

ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཀྱི།

༧ ལྗེས་སུ་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་འཚོ་བཞུགས་མེད་པའི་སྐབས་སུ་  
ཀའི་དཔེ་རྒྱ་ཚོགས་པའི་སྐབས་མེད་པའི་དབུ་བྱིན་གྱི་ལས་ཚབ་ཀྱི་མཚན་གནས་  
དང་འབྲེལ་བའི་མཛད་འགན་ལ་ལྗེས་སུ་མེད་ཀྱི་མེད་ཐོག་ནས་བཞུགས་དགོས་པ་དང་།  
སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྤྱི་འཚོ་དགུང་ལོ་བཅུ་ལ་མ་ཐེབས་  
གྱི་བར་དུ་ཚོད་རྒྱུགས་དང་འདོན་རྒྱུགས་བཞུགས་རྒྱ་སོགས་ཚོས་འཆད་ཉན་བསྐྱབ་  
པ་སྒོལ་གཉེས། རྒྱུགས་ལམ་ཀུན་སྲོད་སོགས་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཛད་འགན་ལྷག་  
པར་བཞུགས་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༨ ལྗེས་སུ་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྐབས་འགར་སྐབས་མེད་པའི་དབུ་  
བྱིན་གྱི་མཚན་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་གནང་འདོད་མ་བཞེད་པའམ་གནང་  
ཐབས་མེད་པའི་སྐབས་འགར། རྒྱ་མཚན་ཁྲུངས་ལུན་གསལ་བཤད་ཡིག་ཐོག་  
དུ་བཀོད་པ་དང་འབྲེལ་ལོ་དུས་རྒྱུས་བཅད་གྱིས་ཀའི་དཔེ་རྒྱ་ཚོགས་པའི་སྐབས་  
མེད་པའི་དབུ་བྱིན་གྱི་ལས་ཚབ་ཀྱི་མཚན་གནས་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་ལས་དོན་ལྗེས་སུ་  
གྱི་མེད་ཐོག་ནས་མ་མཛད་ཐབས་མེད་ཤར་ཚོ། ཀའི་དཔེ་རྒྱ་ཚོགས་པའི་འགན་  
འདོན་གོས་ཚོགས་ཀྱི་མང་མོས་དང་འབྲེལ་ལྗེས་སུ་མེད་ཀྱི་མེད་ཐོག་ནས་སྐབས་  
མེད་པའི་དབུ་བྱིན་གྱི་ལས་ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་དུས་ཐུང་རིང་གནང་ཚོག་པའི་བཀའ་  
གནང་རྒྱ། ཡང་བསྐྱར་དུས་ཚོད་བསྲིད་དགོས་ཚེ་གོས་ཚོགས་ནས་མང་མོས་  
བཀའ་བསྐྱར་མཛད་པ་མ་གཏོགས་སུ་མཐུན་ནས་ལས་ཚབ་མཛད་མི་ཚོག་

༩ ལྗེས་སུ་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཡང་སྲིད་འབྲུལ་བུལ་ངེས་ལྟར་བྱུང་

བ་ནས་བཟུང་ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་བླ་ན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཡིན་དུས། རྒྱུན་  
དུ་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ནས་ལས་དོན་ཡ་རྣམས་མེད་ལྷོ་དགོས་རིགས་ཐམས་ཅད་མཚོགས་སྐྱུལ་  
རིན་པོ་ཆེ་སྐྱུ་ནར་མ་སོན་པའི་བར་དུ་སྐྱུ་བཅར་ཡོངས་འཛིན་རྣམས་རྒྱུ་ལའི་སར་  
མཁུན་རྟོགས་ཆེད་ཡ་རྣམས་མེད་ལྷོ་དགོས། གལ་སྲིད་ཡོངས་འཛིན་བཞུགས་མེད་  
ཚོ་སྐྱུ་བཅར་གཞན་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་ལས་སྐྱུ་རྒྱུ་ལ་ལྷོ་མི་རུང་།

༥ རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཡ་རྒྱུབས་མགོན་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཡང་སྲིད་མཚོགས་སྐྱུལ་གང་ཞིག་ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་ལག་བརྟུར་དབུ་བྲིད་  
ཀྱི་མཚན་གནས་མ་བཞེས་པའི་སྐབས་ནམ་ཡིན་ལ། ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་  
ལག་བརྟུར་དབུ་བྲིད་ཀྱི་མཚན་གནས་བཞེས་དགོས་པ་དང་འབྲེལ་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་  
ལས་རྣམས་ཚོགས་དང་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ལ་འགན་ཁུར་པའི་སྐོ་ནས་རྒྱུག་  
གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ལས་དོན་ཐག་གཅོད་མཛད་དགོས།

༦ ཀིའི་དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཚོགས་དང་ཀིའི་  
དགེ་ཕ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས། ཡང་ན་ཡ་རྒྱུབས་མགོན་མཚོགས་  
སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་སྲོད་དང་ཐད་ཀར་དགོངས་ཚུལ་མི་མཐུན་པའི་གནས་  
ཚུལ་བྱུང་སྐབས་རེ་འདུན་རྒྱུ་མཚན་གསལ་བཤད་དང་འབྲེལ་བའི་ཡ་རྣམས་ལྷོ་  
དང་རྒྱགས། འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་དང་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོར་གསུང་བཤད་  
གནང་ནས་མང་མོས་རྒྱུ་སྐྱོར་ཐོབ་ཐབས་མཛད་ཚོག

༧ སྐྱུ་དོན་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ལ་ལུག་ཆེ་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཚོགས་སྐོ་  
བརྒྱབས་ནས་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གསར་འདེམས་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་



འབྲེལ་པའི་རེ་འདུན། དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་དང་དགེ་  
རྩ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོར་ཡ་སྟན་ལྷུ་དང་འབྲེལ་གསུང་བཤད་གནང་  
ཚོག་པའི་སྐུ་དབང་ཡོད། དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་དང་ཚོགས་  
འདུ་ཆེན་མོ་འཕར་མ་རྒྱུགས་དགོས་པའི་དགོས་འདུན་ཀྱང་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་  
འབེབས་ལྟར་གནང་ཚོག་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

༡ སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་དགོངས་ཚུལ་མི་མཐུན་པའི་ཇ་དྲག་  
དོན་ཆེན་ལ་ཐུག་ཆེ་མང་མོས་འོས་བསྐྱེ་ཆེན་མོ་གནང་དགོས་པའི་རེ་འདུན་  
བཏོན་ཚོག་པའི་སྐུ་དབང་སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ཡོད།

༢ རྒྱ་དོན་ཕྱིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ལ་ཐུག་ཆེ་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་  
དུས་མིན་སྐུ་དབང་འབུལ་བའམ། ཡང་ན། རྒྱ་དབང་འབུལ་རྒྱ་ཕར་འགྲངས་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པ་རེ་བཟངས་པའི་ཡ་སྟན་ལྷུ་དང་འབྲེལ། ཚོགས་  
འདུ་ཆེན་མོར་གསུང་བཤད་གནང་ཚོག་པའི་སྐུ་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་དོན་དགུ་པ།** ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་དོན་མཚམས་འཛིག་གནང་  
དགོས་པ། ༡ ཡ་རྒྱལ་ཚབ་མགོན་ཀི་རྟི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་ཀི་རྟི་རི་དགེ་རྩ་ཚོགས་  
པའི་ལག་བརྟམ་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་མཛད་འགན་ནམ་བཞེས་ཀྱི་སྐབས།

- ༡ སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་ལས་ཡུན་ལོ་ལྔ་ཚང་བ།
- ༢ ལུགས་མཐུན་དགོངས་པ་ལྷུ་འཁྲོལ་བྱུང་བ།
- ༣ སྐྱིག་གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར། ༡ རྒྱལ་ཚབ་མགོན་ཀི་རྟི་རིན་པོ་ཆེ།
- ༢ ཀི་རྟི་རི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྟན་ཚོགས། ༣ ཀི་རྟི་རི་དགེ་

ཚ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས། ༥ ཀུན་ལོ་དགེ་ལུ་ཚ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་པ་  
འདུ་ཆེན་མོ་བཅས་སྡེ་ཚོན་བཞི་གང་རུང་གཉིས་མང་མོས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་  
ལས་དོན་མཚམས་འཇོག་གནང་དགོས་པའི་རེ་འདུན་བྱུང་ཚེ་ཚོགས་པ་འདུ་ཆེན་མོ་  
འཕར་ཚུགས་ཀྱིས་ལས་འགན་མཚམས་འཇོག་དགོས་པར་མང་མོས་འོས་ཤོག་  
བྱུང་ན་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་མཚམས་འཇོག་གནང་དགོས།

༥ ལྷ་གཤེགས་པ། བསྐྱབ་སྦྱོན་ཤོར་བ། ཆབ་སྲིད་དམ་སྲིད་དོན་ཚོགས་  
པ་ཞིག་གི་འགན་འཁུར་ལས་དོན་ནང་དངོས་སུ་ཞུགས་ན་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་  
མཚམས་འཇོག་གནང་དགོས།

༦ ཡ་རྒྱལ་ཚབ་བསྐྱེད་མར་ལས་ཡུན་བཞི་བཞུགས་རྗེས་ལས་ཡུན་གཅིག་  
རིང་ལས་དོན་མཚམས་འཇོག་གནང་དགོས།

༧ ཀུན་ཚང་གི་གདན་ས་ཆེན་པོ་བཞི་གང་ཡང་རུང་བའི་དགེ་འདུན་པ་མང་  
མོས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་མཚམས་འཇོག་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ཞུས་པ།

༨ ལྷ་སྡེའི་འཕུས་མི་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བརྒྱ་ཡན་གྱིས་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་འགན་  
མཚམས་འཇོག་དགོས་པའི་རེ་འདུན་ཞུ་འཕོད་བྱུང་ན་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ལས་དོན་  
མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས། ( ལས་དུས་ལེགས་པར་རྫོགས་པ་དང་དགོངས་པ་ལྷ་འབྲེལ་ལུགས་  
མཐུན་བྱུང་བའི་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་བྱུར་པ་དེར་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་བྱུར་བའི་མཚན་གནས་ཡོད་པས་མངོན་སྲོའི་སྐབས་  
གདན་ས་ཁག་གི་མཁན་པོ་ཁྲི་གདན་བྱུར་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དབུ་དེར་བཞུགས་ཆོག་པའི་གདན་ཐོབ་ཡོད།  
དུས་མིན་ལས་འགན་མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས་ཤར་བ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ཡ་རྒྱལ་ཚབ་བྱུར་པའི་ཐོབ་ཐང་  
མེད་པར་སྐར་གྱི་མཚན་མཚམས་དེར་བཞུགས་དགོས་སྟེ། )

**དོན་ཚན་བརྒྱད་ཅུ་པ།** ཡུལ་ཚོང་ལས་ཁུངས་ནི། ཡུལ་ཚོང་གི་བཀའ་  
 དགོངས་བཞིན་རྒྱུབ་མཐུན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཤིག་ཡིན། ལས་ཁུངས་དེར་དྲུང་ཡིག་  
 གཅིག་དང་། ལས་བྱེད་ཅི་དགོས་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ནས་ཡུལ་ཚོང་  
 ལ་གོས་བརྒྱུར་གྱིས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ནས་ལས་བྱེད་བརྗོད་མ་གཏོགས་ཡུལ་  
 ཚོང་སྤེལ་གྱི་ལས་བྱེད་བརྗོད་འཛོག་གནང་མི་ཚོགས་ ཡུལ་ཚོང་སྤེལ་གྱི་ལས་བྱེད་  
 དང་། སྤྱི་ཉེ། ཞབས་ཞུ་སྤྱི་ཡིན་ཡང་རུང་དམིགས་བསལ་འགན་འཁུར་མེད་པར་  
 སྤྱི་དོན་ཐོག་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ཐེ་བུས་དང་བཀའ་བཀོད་གནང་མི་  
 ཚོགས་གལ་སྲིད་ཐེ་བུས་བུས་ཚེ་ཡུལ་ཚོང་གི་གཞི་མ་གཞི་ནས་ཕྱིར་འབུད་བྱེད་  
 ཚོགས་པའི་ཐོབ་ཐང་དབུས་སྤྱི་ཁྲབ་ལས་ཁུངས་ལ་ཡོད།

# ལེའུ་བརྒྱ་པ།

## དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས།

གཉིད་དག་ཅ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་གཙོ་བོ་གཉི་ཚང་གི་སྐྱེ་བྱུ་ཕྱག་རྗེས་  
 གྱིས་མཚོན་པའི་གཉིད་དག་ཅ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་དངུལ་དངོས་དང་། ཁ་  
 རྗེ་དབང་ཐང་གང་ཡོད་གཉི་ཚང་གི་སྐྱོབ་བརྒྱུད་སེར་སྐྱ་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་དཔལ་  
 འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཅན་ཞིག་གཞིར་བཟུང་། དམིགས་ཡུལ་གཞན་པན་དག་ཅ་  
 ཁོ་ནའི་ཆེད་ཡིན། དེས་པར་མཁོ་སར་བགོས་འགྲེམས་གྱིས་ཆད་ལྷག་མེད་པར་  
 སྦྲོད་པ། འཆར་གཞི་ལྡན་པའི་སྦྲོ་ནས་གཏོང་བ། དཔལ་འབྱོར་དར་སྤེལ། སྲ་  
 བརྟན། འགན་སྲུང་བྱ་དགོས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ཞིག་ཡིན་དགོས།

**དོན་ཚན་གྱ་གཅིག་པ།** དཔལ་འབྱོར་གཏོང་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་  
 ཁང་འདྲིའི་མིང་། གཉིད་དག་ཅ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་ཞེས་འབོད་  
 རྒྱ། (འདི་ནི་སྤྱི་མཐོང་གཉིད་ཅན་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་ཞེས་གྲགས་པ་དེའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལས་དོན་སྐྱབ་  
 ལྷངས་ལ་འཆར་གཞི་ལྡན་པའི་ལེགས་བཅོས་གྱིས་སྤྱི་དངུལ་སྤྲོད་པའི་དང་ཆུད་ཐོས་མེད་པར་བཞོས་  
 པའི་ལམ་ལུགས་ཞིག་ཡིན།)

**དོན་ཚན་གྱ་གཉིས་པ།** དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་གི་དོ་བོ་ནི། གཉི་ཚང་  
 གི་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་དངོས་ཡོངས་རྗེས་གཉི་ཚང་གི་སྐྱོབ་བརྒྱུད་སེར་སྐྱ་སྤྱི་ལ་

དབང་བའི་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ངེས་པར་དུ་དགོས་སར་  
དགོས་འབྲེལ་ས། མཐུན་ཀྱིན་འདུ་འགོད་དང་། རོགས་རམ་འཚོལ་སྐྱུབ། དཔལ་  
འབྱོར་གོང་སྤེལ། སྲ་བཏུན། འགན་སྲུང་། རྒྱ་དངོས་དང་། མཁར་དབང་  
སྲུང་སྐྱོབ། ཚུལ་ཞིབ། དཔལ་འབྱོར་འཆར་འགོད། དཔལ་འབྱོར་ལས་བརྒྱུ་མས་  
སོགས་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱུག་གཞིའི་གཏན་  
འབེབས་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ལས་ཁང་ཞིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་གྲུ་གསུམ་པ།** དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་གི་གཙོ་འཛིན་ནི། ལས་  
ཁང་འདིའི་དབུ་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་ཞིག་དགོས་པ། སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་  
ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མིའི་མང་མོས་སམ་འོས་འཕེན་གང་  
རུང་གི་ལམ་ནས་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་གང་  
རུང་ཞིག་དཔལ་འབྱོར་ལག་བརྟུན་འགན་འཛིན་ལ་ལོ་གཉིས་དང་སྟེད་ཀའི་རིང་  
བསྐོ་བཞག་མངོན་ཀྱང་། ལས་ལུན་རྫོགས་པ་དང་ཡང་བསྐྱར་འོས་འདེམས་མངོན་  
ཀྱང་། དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་འདིས་སྤྱི་ཁྲབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ལ་རྒྱུན་དུ་  
འགན་འཁུར་དགོས་པ་ཡིན།

**དོན་ཚན་གྲུ་བཞི་པ།** དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་གི་དབུ་འཛིན་ནི། དཔལ་འབྱོར་  
ཀྱི་ལས་དོན་ལ་མཁས་ཤིང་། དཔལ་འབྱོར་ལས་དོན་ཐོག་དངོས་སུ་ཞུགས་མྱོང་  
བའི་ལས་བྱེད་དྲག་གས་ཞིག་འཆང་རྒྱུགས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤྱིའི་འགྲིག་སྲོལ་ལྟར་  
བདམ་རྒྱ། མ་མཁས་ཏེ་ལོ་དུས་རྒྱས་བཅད་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་དབུ་འཛིན་བསྐོ་བཞག་  
བྱེད་རྒྱ། (དེ་ལྟེང་འོས་ཚོས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་རང་ཁོངས་ན་ཡོད་ན་རབ་དང་མེད་ཆེ་གཞན་ནས་སྐྱོ

སེར་ཁྱུང་མེད་ཡིན་ནའང་སྐྱེས་པ་ཕྱི་ཡིན་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས།) དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་འདིའི་  
འོག་ཏུ་དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་གྱིས་དབུ་བྱིད་  
པའི་དཔལ་འབྱོར་འཆར་འགོད་ལས་ཁང་། དཔལ་ཁང་། བཟོ་གྲུ། ཚོང་ལས་  
ཁང་སོགས་དང་། དབུས་སྤྱི་ཁྱབ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྩིས་པའི་འགན་འཛིན་གྱིས་དབུ་  
བྱིད་པའི་འོག་རྩིས་ཞིབ་ལས་ཁུངས། རྩིས་ལས་སྦྱོང་བཅར་ཁང་སོགས་ལས་  
ཁང་དང་ལས་བྱེད་ཅི་དགོས་ཀྱི་འཆར་གཞི་ཚད་ལྡན་དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་  
བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་ཁྱབ་རྒྱུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ལ་གོ་བརྒྱུར་གནང་སྟེ་ཀའི་དགེ་ཅུ་  
ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཚོག་མཆན་ལུས་ཏེ་གཏན་འབེབས་གནང་  
དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་གྲུ་ལྔ་པ།** དཔལ་འབྱོར་ལས་ཁང་གི་ལས་འགན། ༡ ཀའི་དགེ་ཅུ་  
ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་གཙོ་བོ་ཡ་སྤྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེར་དང་འབྲུལ་ལུས་  
པའི་དཔལ་འབྱོར་ནི་གླ་མའི་ཕྱག་རྒྱས་དང་རྒྱ་ཚེའི་མི་མང་གི་དད་ལཱ་ཡིན་པར་  
བརྟེན། བདག་གཉེར། དར་སྟེལ། སྤྱི་ཚོགས། འགན་སྲུང་། རྒྱ་དངོས་  
མཁར་དབང་ལ་བྲིམས་མཐུན་ཡིག་ཆ་དང་ལྡན་པ། སྤྱང་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པའི་  
ལས་འགན་ཡོད།

༡ སྤྱིར་གྲོན་རྒྱུང་དང་རྒྱུད་རྩིས་སུ་མི་འགོ་བའི་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་  
པའི་འགན་ཡོད་ནའང་། ཡ་སྤྱབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་འཕྲིན་དང་འབྲེལ་  
ཞིང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ངེས་པའི་ལས་དོན་ཐོག་དཔལ་འབྱོར་གཏོང་མེད་པ་ཞིག་དགོས།

༡ ལས་ཁང་འདི་ནས་དཔལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་གཞི་ཚུང་ཐམས་

ཅད་ཀྱི་ཟེན་བྲིས་བཟོ་འགོད་ཀྱིས་དཔལ་འབྱོར་འགན་འཛིན་བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་བྱུང་རྒྱུན་  
ལས་ལྷན་ཚོགས་ལ་གོ་བརྒྱུར་གྱིས་ཀའི་དགེ་ཕྱི་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་  
ནས་བྲིམས་མཐུན་ཚོག་མཆན་ཐོབ་ཐབས་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༤ ལས་ལྷན་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་འབྲེན་བརྟེན་དང་། སློབ་སྦྱོང་།  
རྒྱུན་མཁོའི་འཚོ་གོས། གནས་མལ། འགྲུལ་འགྲུལ་སོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྤྱི་  
དང་བྱེ་བྲག་སྤྱི་བཅར་ཞབས་ལུ་ནམས་ཀྱི་འགོ་གོན། མཐུན་རྐྱེན་སོགས་སྤྱི་ག་  
གཞིའི་གཏན་འབེབས་ལྟར་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྷུང་བ་དང་། འབྲུས་ཤོར་མེད་  
པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༥ ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་གྲ་བརྩུན་སྤྲུགས་གསུམ་གྱི་དགོན་  
སྡེ་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་མེད་རྒྱས་སློབ་དང་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་མིན་པའི་དགོས་  
མཁོའི་མཐུན་རྐྱེན་འདུ་འགོད་དང་བསྐྱུལ་སློང་། སྤྱི་སྐོར་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་  
ཀྱི་ཆེད་དང་། དམན་ལ་བརྩེ་བའི་གཞན་ཕན་གྱི་ལས་གཞི་བཅས་ལ་གང་ཐུབ་  
ཀྱིས་མཐུན་རྐྱེན་སྤྱོར་དགོས་པའི་འགན་ཡོད།

༦ ལོག་འཚོ་དང་བུལ་བའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འོག་ལོངས་སྤོངས་སུ། གནས་  
ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་བྲིམས་དང་མཐུན་པའི་དཀར་ཚོང་ཞེས་གྲགས་པ་གང་ཞིག་  
ལ་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་མི་དགེ་བའི་ལས་དང་མ་འདྲེས་པ། ཡ་རབས་  
སྤྱོད་བཟང་ཅན་གྱི་ཚོང་ལས་ལྟ་བུ་གཞན་ཕན་དགེ་ཕྱི་ལས་དོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དཔལ་  
འབྱོར་རྒྱ་བརྒྱེད། མཐུན་རྐྱེན་འཚོལ་སྤྱོད། རོགས་རམ་སྐྱུལ་སློང་། དཔལ་

འབྲོར་སྲ་བཏན་དང་། དཔལ་འབྲོར་རྒྱས་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

༥ ཀའི་འཇུག་ཚུ་ཚོགས་པའི་ལོ་འཁོར་སྤོན་ཚུ་དང་། དཔལ་འབྲོར་འཆར་འགོད། འདས་ལོའི་དཔལ་འབྲོར་ལས་བརྗེས་སོགས་དུས་ལས་མ་ཡིལ་བའི་ཡིག་ཆ་གྲ་སྒྲིག་དང་ཞིབ་འཇུག་གིས་དཔལ་འབྲོར་འགན་འཛིན་བརྒྱུད་སྤྱི་བྱེད་རྒྱུ་ལས་ལྷན་ཚོགས་ལ་དུས་ཐོག་སོ་སོར་འབྲུལ་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

༦ ཀའི་འཇུག་ཚུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཔལ་འབྲོར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་དང་། ཀའི་འཇུག་ཚུ་ཚོགས་པའི་ལས་འགན་དང་འབྲེལ་བའི་མཚན་དོད། གསལ་ཕྱོགས་སོགས་མཐུན་ཚུན་གྱི་གྲ་སྒྲིག་འབྲུས་ཤོར་མེད་པ་བྱེད་དགོས་པའི་འགན་ཡིད།

༧ དབུས་སྤྱི་བྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་འོག་ཀའི་འཇུག་ཚུ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྲོར་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དོན་དཔལ་འབྲོར་ལོངས་སྤོངས་དང་། མཁར་དབང་བཅས་པར་ཚུ་ཚོགས་པའི་ལོ་འཁོར་བཞིན་གཞན་དགོས། (ཚུ་ཚོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ནང་། མོང་ཡོང་གི་ཚུ་ཚོགས་པའི་ལོ་འཁོར་ལས་འཇུག་ལག་ཡིད་མ་དཔལ་ལ་ཆད་ལྷག་ཡིད་མེད། མ་འོངས་སྤོན་ཚུ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྲོར་གང་ཞིག་དམིགས་ཡུལ་དང་ལས་དོན་དེའི་ཐོག་བཏང་ཡིད་མེད། དངོས་ཚོགས་ཚུ་ཚོགས་སུ་བཏང་ཡིད་མེད། མཁར་དབང་བདག་གཉེར་ཡིད་མེད། ཞུམས་འགལ་ཡིན་མེད། རྒྱུ་ཟ་རུལ་སུངས་ཡིད་མེད། བཀའ་འབྲིལ་ཡིད་མེད། དུས་ཐོག་ལས་དོན་ཚུ་ཚོགས་པའི་ལས་འཇུག་ལོངས་སྤོངས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་དགོས།) ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་ཤོང་འོག་གིས་མཚོན་ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡིད་དགོན་སྤོངས་ཀྱི་དཔལ་འབྲོར་ལས་དོན་གོང་འབྲེལ་ཡོང་ཐབས། ཚུ་ཚོགས་པར་སྤོབ་སྤོང་སྤོང་པ་དང་



བཅའ་ཡིག་སྒྲིག་སྐྱོང་གི་སྐབས་ལ་

དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་སྤྱི་དདུལ་མཁར་དབང་དང་བཅས་པར་ཕྱིས་ཞིབ་གནང་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

༡༠ དབུས་སྤྱི་ཁབ་རྒྱུན་ལས་རྣམས་ཚོགས་ནས་ཤེས་ཡོན་དང་རོགས་སྐྱོར་སྡེ་ཚན་གྱི་སྤྱི་གཞི་ཁག་གི་ཟེན་བྲིས་བཟོ་འགོད་ཀྱིས་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ནས་ཞིབ་འཇུག་གིས་བྲིས་ཡིག་ཏུ་གཏན་འབེབས་མངོན་དགོས།

# ལེའུ་བཟུ་གཅིག་པ།

## མཐུན་རྒྱུན་ལམ་སྲོལ།

མང་ཚོགས་ནས་ཀི་རི་པོ་ཚེ་མཚན་ཐོག་ལ་དད་འབུལ་ལུས་པའི་དཀོར་  
 ཟས་རྒྱ་ཚོར་ཡོངས་རྫོགས་སྤྱིའི་འགོ་ལུགས་ལྟར་ན་ཡ་སྐབས་མཐོན་ཀི་རི་པོ་  
 ཚེ་ཐོབ་དབང་ཁོ་ན་ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཚོར་སྲོལ་བཏང་གིས་ཀི་རི་པོ་  
 གི་རྒྱ་དངོས་ཡོངས་རྫོགས་ཀི་རི་པོ་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པར་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྲོལ་  
 གསར་བཏོད་གནང་ཡོད་ལྟར། ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་ཀྱི་འཚོ་གོས་གནས་  
 མལ་ནི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་རྒྱུང་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ལམ་སྲོལ་མཇུག་མཇུག་གི་རྒྱུང་  
 ཞིག་གི་ངོ་བོར་གནས་དགོས་པ་དང་མཚན་དོད་ཅུ་ཞིག་འབུལ་དགོས་པར་སྒྲིག་  
 གཞི་འདིས་གཏན་འབེབས་མཇུག་པ་ལྟར་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་ཀྱིས་འགན་བཞེས་  
 དགོས་པ་དང་བག་མེད་ཡོངས་སྲོད་དང་རྒྱས་སྲོལ་མིན་པར་མཐུན་རྒྱུན་ཚད་ཡོད་  
 འབུལ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཞིག་ཡིན། ( ལྷ་མོའི་ཀི་རི་པོ་སྐྱེས་ཀྱི་མཐོན་མཐོན་ལུགས་ལྟར་རུང་སྐྱེས་མོ་སོས་ཚད་གཞི་ཅན་  
 ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་ལམ་སྲོལ་སྲོད་དགོས་པའི་ལམ་སྲོལ་ཞིག་ཡིན། )

**དོན་ཚན་གྱ་བུག་པ།** ཀི་རི་པོ་སྐྱེས་ཀྱི་རི་པོ་སྲོན་ལ་དད་འབུལ་བྱུང་བའི་རྒྱ་  
 དངོས་ཡོངས་རྫོགས་ཀི་རི་པོ་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པར་ཆད་ལུས་མེད་པར་ཡ་རབས་སྲོད་

བཟང་གིས་གནང་དགོས་པའི་སྐྱིག་གཞི་འདིར་གཏི་སྐྱ་སྤོང་རིམ་པར་འབྲེན་རྒྱུ་  
ནམས་ཀྱིས་བརྩི་བཀུར་མཛད་དགོས་པའི་འགན་དབང་གཉིས་ཀྱི་ཡོད།

**དོན་ཚན་གྲུབ་དུན་པ།** གཏི་འདི་དགོ་རྩ་ཚོགས་པའི་ངོས་ནས་ཟླ་རེ་བཞིན་  
ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་དོད་ནི་ཞི་ས་གནས་དེ་གའི་མངའ་སྡེའི་སློན་ཆེན་མཐོ་ཤོས་  
དེའི་གསོལ་སྤོགས་དང་མཚུངས་པའི་དངུལ་འབོར་ཞིག་འབུལ་དགོས་པ་  
དང་། (མཚན་དོད་ཀྱི་དངུལ་འབོར་དེ་ཁོང་རིན་པོ་ཆེས་སུ་ལ་གནང་ངམ་ཤེད་སྟོན་ཅི་མཛད་སྐྱེས་  
ཀྱི་རང་དབང་ཡིན།) དེའི་ཐོག་ཁོང་རིན་པོ་ཆེར་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་སྐྱུང་བའི་  
འཚོ་བ་ཞབས་ཏོག་དང་གཉེས་ཡོན་མཐུན་རྒྱུ་སྐྱེན་བཅོས། འགྲིམ་འགྲུལ་  
སོགས་དགོས་ངེས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་གཏི་འདི་དགོ་རྩ་ཚོགས་པ་ནས་  
ནར་གཏོང་གནང་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡོད།

**དོན་ཚན་གྲུབ་དུད་པ།** རྒྱུ་འགྲོའི་བསོད་ནམས་དམན་པའམ་མཛད་འཕྲིན་  
བར་གཅོད་ཀྱི་དབང་དུ་ཤོར་ནས་ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱུ་སར་བབས་ནའང་མཚན་  
དོད་ཀྱི་དངུལ་སྤོགས་དང་སྐྱེན་བཅོས་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ནི་གོང་བཞིན་འབུལ་  
དགོས། རྒྱ་ཟླ་དང་ཞབས་ལུ་བྱིམ་གྱི་གཡོག་པོ་གཅིག་ལ་གཏི་འདི་དགོ་རྩ་ཚོགས་  
པའི་ལས་བྱེད་དཀའ་མ་སྐྱེད་སྤོགས་དང་མཚུངས་པའི་དངུལ་འབོར་ཞིག་འབུལ་  
རྒྱུ་ལྟ་ ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱུ་སྤོང་ལོད་ཆེ་སློབ་སྦྱོང་ཐད་སྐྱེ་མཚུངས་ཀྱི་རོགས་  
རམ་གང་ཐུབ་སྟོན་པ་ལས་གཏི་འདི་དགོ་རྩ་ཚོགས་པའི་ལས་རིགས་དང་གོ་གནས་  
གང་ཡང་ལུ་སྟོན་མི་ཚོགས་གལ་སྲིད་ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་བྱིམ་ཚང་ལ་ལུགས་མཐུན་  
དགའ་ངལ་ཆེན་པོ་དང་འཕྲད་ཆེ་དགོ་རྩ་ཚོགས་པས་རོགས་རམ་གང་ཐུབ་

མཛད་ཀྱི། རྒྱ་ཟླ་སོགས་བཟའ་ཚང་ནམས་ནད་མནར་དང་གས་གཙོང་སྐབས་  
ཀིའི་དགེ་ཙམ་ཚོགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྤྱི་མཚུངས་ལྟར་གས་སོགས་དང་རྒྱན་  
བཙོས་སོགས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གིས་འབྲུལ་དགོས་ནའང་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེའི་  
མཚན་ཐོག་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱ་དངོས་ནི་ཁྱིམ་ཚང་ལ་སྡེ་གཅིག་ཀྱང་འབྲུར་དུ་  
མི་འཇུག་པར་དགེ་ཙམ་ཚོགས་པ་ལ་གནང་དགོས་པ་དང་ལྷ་དགོས་པ་ནི་རྒྱུག་  
གཞིའི་དགོངས་དོན་ཡིན།

**དོན་ཚན་གྲུ་དགུ་པ།** རྒྱུབས་མགོན་ཀིའི་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་གནས་དང་  
རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་མཇུག་འཕྲད། ཚོགས་འདུ། གསུང་ཚོས་སོགས་མཛད་སྒོ་  
ཆེ་ཆུང་གནང་སའི་ཚོམས་ཆེན་ཆེ་ཆུང་དང་གཙུག་ལག་ཁང་། གཟིམ་ཆུང་། ཡིག་  
ཚང་། དཔེ་མཛོད། རྩོམ་ལེན་ཁང་། གཟིམ་ཆུང་ཡིག་ཚང་། རྩུང་ཡིག་ཁང་།  
མཇུག་འཕྲད་ཁང་སོགས་མཚན་གནས་རྗེས་འབྲེལ་གྱི། དོས་གཙང་། བེད་  
སྤྱོད་ལེགས་པ། མཐོང་སྐྱང་ལ་མཛེས་པ་གང་ལེགས་དགོས་ནའང་། རྒྱ་དོམ་  
དང་། དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་སྤོས་དང་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་ལྟ་བུར་མ་སོང་བ་གལ་  
ཆེན་ ཁོང་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་བཞུགས་གནང་སའི་རྒྱ་རྩེར་གྱི་གཟིམ་ཆུང་དང་མཐུན་  
རྒྱུན་སོགས་དགེ་ཆུལ་སྤོང་ལ་འོས་པ། བཟང་ངན་གྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྷུང་  
བརྟེན་དམ་ཚེས་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཞིག་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་བྱུང་  
ཐབས་མཛད་དགོས།

**དོན་ཚན་དགུ་བཅུ་པ།** རྒྱུལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེར་ས་གནས་དེའི་རྫོང་དཔོན་  
མཐོ་ཤོས་དང་། ལོངས་འཛིན་རྒྱ་བགྲོས་པར་ས་གནས་རྫོང་དཔོན་གཞིན་པ།

ཡོངས་འཛིན་སྐྱབས་གཞིའི་ཕྱི་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱི་གསུང་ཐོབ་དང་  
མཚུངས་པའི་མཚན་དོད་ཀྱི་དབུ་ལ་འབྲེལ་ཞིག་འབྲུལ་བ་དང་འབྲེལ་འཛོལ་ཞབས་  
དུས་དང་བཞུགས་གནས་སོགས་ཀྱི་མཐུན་ཚུན་གཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པས་འབྲུལ་  
དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད། (ཁོང་གསལ་རྣམས་ཀྱིས་མཇུག་འགན་མཚམས་འཛོལ་གནང་  
བ་ནས་བཟུང་མཚན་དོད་འབྲུལ་མི་དགོས་ནའང་སྤོང་བཅོས་མཐུན་ཚུན་སོགས་ལ་རབས་བཟང་སྔོད་  
ཀྱིས་འབྲུལ་རྒྱ།)

**དོན་ཚན་གོ་གཅིག་པ།** གཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་བྱུང་ཚུན་ལས་ལྷན་  
ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ཚོགས་མི་རྣམས་ལ་ས་གནས་རྫོང་དཔོན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་  
ལས་བྱེད་མཐོ་གོ་ཀྱི་གསལ་ཕྱོགས་དང་ཆ་མཚུངས་པ་རེ་འབྲུལ་དགོས་པའི་འགན་  
དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་གོ་གཉིས་པ།** ཁོང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱབས་བཅར་ཞབས་ཞུ་དང་། རྒྱལ་  
ཚབ་དང་ཡོངས་འཛིན་བཞུགས་གཞིའི་ལ་ཞབས་ཞུ་རེ་རེ། གཉིད་དབུ་ལ་ཡིག་  
མཚན་ཞབས་རྣམས་པ། དབུས་སྤྱི་བྱུང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལག་བརྟུར་འགན་འཛིན་  
སོགས་ལས་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་འབབ་སྐོར་གྱི་སྤྱི་གཞི་སྤྱི་མཚུངས་ཤིག་  
གཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་བྱུང་ཚུན་ལས་ལྷན་ཚོགས་ནས་ཟེན་བྲིས་བཀོད་  
པར་གཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་ནས་གཏན་འབེབས་  
མཇུག་དགོས་པའི་འགན་དབང་གཉིས་ཀ་ཡོད།

# ལེའུ་བཙུ་གཉིས་པ།

རླུག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས།

**དོན་ཚན་གོ་གསུམ་པ།** རླུག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས། ཡུལ་དུས་ཀྱི་འགྱུར་  
འགྲོས། དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱུན་ནས་དུས་སྐབས་སོ་སོར་རླུག་གཞི་བསྐྱར་  
བཅོས་ཡང་ཡང་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་གོ་བཞི་པ།** རླུག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་མི་འོས་པ་ནི། ལེའུ་  
དང་པོ། རླུག་གཞིའི་ངོ་བོ་དང་ཚུ་འཛིན། ལེའུ་གཉིས་པ། གཞི་རྩའི་འོས་འགན་  
ཞེས་པའི་དོན་ཚན་ཆ་ཚང་། ལེའུ་གསུམ་པའི་ནང་གསེས་དོན་ཚན་ཉེར་བཞི་པ།  
ཉེར་ལྔ་པ། ཉེར་དུག་པ། ཉེར་བདུན་པ། ལེའུ་བཙུ་པའི་དོན་ཚན་གྱ་ལྔ་པའི་  
ནང་གསེས་དང་པོ་དང་། ནང་གསེས་གསུམ་པ། ལེའུ་བཙུ་གཅིག་པའི་ནང་  
གསེས་ཀྱི་དོན་ཚན་གྱ་དུག་པའི་ནང་དོན་བཅས་ལ་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་མ་  
ཟད་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོས་ཀྱང་བསྐྱར་བཅོས་གནང་མི་ཚོག

**དོན་ཚན་གོ་ལྔ་པ།** རླུག་གཞི་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་སྒྲུངས་ནི། ཤོང་གི་དོན་  
ཚན་ནམས་ལས་གཞན་པའི་རླུག་གཞི་འདིའི་དོན་ཚན་གང་ཡང་རུང་བར་སྡོན་  
འཕྲི་བསྐྱར་བཅོས་གནང་ཚོག། ཀའི་དེ་དག་ཚུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་  
དང་ཀའི་དེ་དག་ཚུ་ཚོགས་པའི་འགན་འཛིན་གྲོས་ཚོགས་གང་ཡང་རུང་བའི་ཚོགས་

མིའམ་འབྲུས་མི་དངོས་ཡོད་བརྒྱ་ཆའི་བཞི་ཆ་གསུམ་ཡན་གྱིས་བསྐྱུར་བཅོས་ལ་  
མང་མོས་བྱུང་ན་དེ་བཞིན་གཏན་འཕེབས་བྱེད་ཐུབ་ལ། སྐྱིག་གཞི་བསྐྱུར་བཅོས་  
ཀྱི་འཆར་ཟེན་ལའང་གི་ཉི་དགེ་ཙུ་ཚ་ཚོགས་པའི་སྐྱ་ན་མེད་པའི་དབྱེད་ལྷན་ལས་  
མགོན་གི་ཉི་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་ཚོག་མཚན་གནང་སྟེ་བྲིམས་མཐུན་དུ་ཁས་ལེན་  
མཛད་དགོས་པའི་འགན་དབང་ཡོད།

**དོན་ཚན་གོ་དུག་པ།** སྐྱིག་གཞི་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་ཚོག་པ་  
ནི། དོན་ཚན་གོ་བདུན་པ་ལྟར་གི་ཉི་དགེ་ཙུ་ཚ་ཚོགས་པའི་མང་མོས་འོས་བསྐྱུར་  
ལམ་ནས་གི་ཉི་དགེ་ཙུ་ཚ་ཚོགས་པའི་སྐྱིག་གཞི་ལེའུ་དང་པོ་སྐྱིག་གཞིའི་ངོ་བོ་  
དང་ཙུ་འཛིན་ཞེས་པ་ནས་བཟུང་སྐྱིག་གཞི་ཡོངས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་གནང་ཚོག་  
པའི་དབང་ཆ་ཡོད།

**དོན་ཚན་གོ་བདུན་པ།** གི་ཉི་ཆང་གི་སློབ་བརྒྱུད་མེར་སྐྱ་མང་ཚོགས་ལ་  
མང་མོས་འོས་བསྐྱུར་ལམ་ནས་འོས་ཤོག་གི་ཙུ་འཛིན་གི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱུད་ཙུ་ལྷག་  
གི་འོས་ཤོག་ཐོབ་པའི་སློབ་ནས་ལས་དོན་གང་ཞིག་ཐག་གཅོད་བྱས་ན། འདི་ནི་  
གི་ཉི་ཆང་གི་དམངས་གཙོའི་རྣམས་ལྷགས་ཆེ་ཤོས་སྐྱ་ན་མེད་པ་དེ་ཡིན་པས་གི་ཉི་  
དགེ་ཙུ་ཚ་ཚོགས་པ་མི་དགོས་པར་བཟོ་ནའང་བཟོ་ཚོག་པའི་དབང་ཆ་ཡོད།

# ལེན་བརྒྱ་གསུམ་པ།

བར་བརྒྱལ་གྱི་ལས་འགན་དང་མཚོན་

ཉལ་སྤྲོད་ལེན་

**དོན་ཚན་གོ་བརྒྱད་པ།** བར་བརྒྱལ་གྱི་ལས་འགན་ནི། བོད་གངས་ཅན་པ་སྤྱིའི་ལས་དབང་རྩོག་ཏུ་མེད་པས་བོད་མི་རྣམས་གཞིས་བྱེས་གཉིས་སུ་ཁ་གྱུར་ནས་གནས་ཡོད་པ་ལྟར། ཀའི་ཚང་གི་གདན་ས་གོང་འོག་གིས་མཚོན་པའི་ཀའི་ཚང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་ཡོད་གྲུ་བརྒྱུན་སྤྲོད་གསུམ་གྱི་དགོན་སྡེ་དང་དད་སྤྱིན་ལྷ་སྡེ་སེར་སྤྱི་མོ་མང་གོས་བོད་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་ནའང་། ལྷ་སྤྲོད་མགོན་ཀའི་ཚང་མཚོག་སྤྱི་ལ་རིན་པོ་ཆེས་གཙོས་སྤྱི་ལ་དང་དགེ་འདུན་པའི་སྡེ་ཁག་གཅིག་གྱི་རྒྱལ་ཡུལ་ཁག་ཏུ་གཞིས་ཆགས་ཏེ་དུམ་བུ་གཉིས་སུ་གྱུར་ནས་བཞུགས་ཡོད་པར་བརྟེན། ཀའི་ཚང་གི་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ལལ་འཛོམས་པའི་བསྐྱེད་བྱེད་གི་དགའ་སྟོན་མ་བྱུང་བར་དུ་ཀའི་ཚང་གི་སྤོབ་བརྒྱུད་ཡོངས་རྫོགས་རང་དབང་འདོད་མོས་ཇི་ལྟར་བཞུགས་མང་མོས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་སྤྱི་གཞི་གཏན་འབེབས་གནང་རྒྱ་དང་སྤྱི་གཞིའི་དགོངས་དོན་ཇི་བཞིན་ཐུག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བྱུང་བས་མེད། དེ་ལྟར་དུ་བསྐྱེད་བྱེད་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་ཀའི་དགེ་རྩ་ཚོགས་པའི་ལས་དོན་འདི་བར་མ་དོ་རུ་གཞག་བྱུང་བས་ཀྱང་མེད་པ་ནི་འཛོམས་སྤོང་སྤྱིའི་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བས་སྤྱད་པའི་གཞོན་ལུགས་ལས་བྱུང་བའི་ལས་འགན་



ཡིན་སྐབས་དེ་ལས་གཡོལ་ཐབས་མེད་པ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་བར་བཞུལ་  
 གྱི་དུས་ཚོད་འདྲིའི་ནང་དུ་འང་ཀའི་ཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་རྒྱིག་གཞི་རྣམ་ལག་བརྒྱུར་  
 གང་ཐུབ་གོམ་གང་མཛུགས་སྤྲོས་ཀྱིས་ད་རྟེན་ནས་འབད་དགོས་པར་བརྟེན་ལས་དོན་  
 རྒྱུ་བ་སྐབས། རྒྱིག་གཞི་ཇི་རྟེན་བ་བཞིན་གནང་ཐབས་ཟད་པའི་དཀའ་ངལ་དང་  
 འཕྲད་རེས་བཞིན། བར་བཞུལ་གྱི་ངོ་བོའི་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ལས་  
 རྱེད་བཀོད་རྒྱིག་དང་ལས་དོན་རྒྱུ་ཚུལ་བཅས་པར་བར་བཞུལ་གྱི་ཀའི་ཉིད་དགེ་  
 ཅུ་ཚོགས་པའི་གྲོས་ཚོགས་ནས་འགྲུར་བ་བཏང་སྟེ་རྒྱིག་གཞིའི་ཟུར་རྒྱུན་གྲོས་ཚོད་  
 རེ་འཛོག་གནང་གིས་དེ་དང་མཐུན་པར་ལས་དོན་གནང་ཚོག་པ་ནི། བར་བཞུལ་  
 གྱི་དུས་ཚོད་ནང་བྲིམས་མཐུན་ཡིན་པར་རྒྱིག་གཞི་འདིས་གཏན་འཕེབས་བྱེད།

**དོན་ཚན་གོ་དགུ་པ།** ཀའི་ཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་མཚོན་ཉལ་ནི། མི་

ལོ་བརྒྱ་སྟེན་འགའ་གས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཀའི་ཚང་གི་མཚོན་ཉལ་ནི་ཚོས་  
 དུང་དཀར་པོ་གཡས་སུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་ཀའི་ཉིད་ནང་བའི་དུང་ཐེལ་ཞེས་ཡོངས་སུ་  
 བྲགས་པ་དེར་གཞི་བཅོལ་ནས་ལྷ་སྐབས་མགོན་ཀའི་རིན་པོ་ཆེའི་དེང་དུས་ཀྱི་  
 ལས་ཉལ་འདི་བཟོས་ཡོད། དེས་ན་ཀའི་ཉིད་དགེ་ཅུ་ཚོགས་པའི་ལས་ཉལ་  
 ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པར་ཀའི་ཉིད་ནང་བའི་དུང་ཐེལ་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་ལས་ཉལ་  
 འདི་ཉིད་ཡིན། ཀའི་ཚང་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོགས་སྡེ་ཁག་གི་མཚོན་ཉལ་ཐམས་  
 ཅན་དུང་དཀར་གཡས་འབྲེལ་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་སྟེང་ལས་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་  
 མཐུན་པའི་ཁྱད་ཚོས་ཀྱི་རི་མོ་རེ་བསྟན་པའི་མཚོན་ཉལ་གིག་བཟོ་བྱུང་ན་  
 མཐོང་བ་ཅོམ་གྱིས་སློབ་བརྒྱུད་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པར་ལམ་སང་གོ་བྱུང་བའི་

ལེགས་ཆ་འདུག་ཅེས་མང་མོས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན།

**དོན་ཚན་བརྒྱ་པ།** རྣམ་ཡིག་དང་བྲིམས་མཐུན། ཀའི་འཕྲི་ལྟ་ཚུ་ཚོགས་པའི་མིང་དང་རྒྱུག་གཞིའི་ནང་དོན་འགའ་གས་ལ་རྣམ་ཡིག་གཞན་གྱི་གོ་དོན་དང་རྒྱ་སློལ་དང་མཐུན་མིན་གྱི་ཚུད་པ་བྱུང་བའམ་ཀའི་འཕྲི་ལྟ་ཚུ་ཚོགས་པའི་རྒྱུག་གཞི་དང་མཐུན་མིན་གཟེགས་དགོས་པའི་སྐབས། བོད་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་ཐོག་བྲིས་པའི་ཚོགས་པའི་མིང་དང་མཇུག་པ་ལོ། ལྷན་པས་རྗེ་ཀའི་རིན་པོ་ཆེ་ལྟོ་བཟང་བཞུག་འཛིན། རྒྱུག་གཞི་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཚོག་དོན་ཁོ་ན་ཀའི་ཚང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ཡོངས་ནས་མང་མོས་གནང་བའི་ཚུ་འཛིན་དང་བྲིམས་མཐུན་དུ་ཁས་ལེན་གནང་བའི་ཚོག་དོན་ཡིན་པར་རྒྱུག་གཞི་འདིས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན།





བཙན་སྲིད་ཀྱི་འབྲེལ་ལུགས་མེ་ལོ་ལྷ་བཙུ་འཁོར་པའི་དུས་དྲན་སྲུང་བཙེ་བྱ་ཆེད་བཞུགས་སྐྱོད་གཞི་ལྷན་པ་གྲྭ་ཚང་ནས་འགྲེམས་སྤྲེལ་བྱས།

གསུང་ཚིམ་སྤྲོགས་སྒྲིག་པ།

རེ་མདོ་སེལ། (སྐབ་ཚང་ལྷ་མོ་གཉི་དགོན།)

སློབ་མྱོད་འགན་འཛིན་དང་

སློབ་མྱོད་སློབ་འགྲོལ་སྒྲིག་པ།

གཟུང་ལྷ་དང་ལྷ་ས། (གཟུང་ལྷ་དགོན།)

སློབ་མྱོད་དུ་སྒྲིག་འདུག་གྲེད་མཁམ།

མདོད་ཚང་སློབ་སྦྱོང་། (ར་པ་གཉི་དགོན།)

འཕགས་ལུ་ལྷ་མོ་གཉི་ལྷན་པ་གྲྭ་ཚང་གི་དེ་བཞིན་འདོན་ཐེངས་གོ་དགུ་པ།

གསུང་ཚིམ་སྤྲོགས་སྒྲིགས་དེ་བཞིན་བཙུ་པ། པར་ཐེངས་དང་པོ།

འཕགས་ལུ་ལྷ་མོ་གཉི་ལྷན་པ་གྲྭ་ཚང་ནས་འགྲེམས་སྤྲེལ་བྱས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷ་ ༡༣ ཚེས་ ༢༠ ལ།

*Kirti Monastery*

*Institute of Higher Tibetan Studies*

*P.O. Mcleod Ganj-176219*

*Distt Kangra (H.P) India.*