



འབར་ཞུན་འཕྲུལ་དེས། [༠༧༥]

- সিগনিফিক্যান্ট ফিউরনাম

ཤེས་རབ་གྱི་མེ་ལྗེ།

ॐ नमः शिवाय ॥ नमः शिवाय ॥



མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆུང་མེད་པར་གྱུ་ཡོད།

SJRB-0327

འབར་ཞུན་འཕུལ་དེབ་གྱི་པར་ཙ་གཞིར་བཞག་བྱས་ཡོད།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱོད།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་དྲུག་པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།
༢༠༢༢ ཟླ་དགུ་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་བྱ་བར་གྱུ་ཡོད།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བར་གྱུ་ཡོད།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཀར་ཆག

འབྲུལ་དེབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུན་སྒྲིང་།	༡
ཚུན་འགྲོའི་གཏམ།	༩
༡ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྒྲོང་ལ་བརྟག་པ།	༡༦
༢ ཚུན་གྱི་རོ་བོ་ལ་བརྟག་པ།	༢༠
༣ འབྲས་བྱུང་ཁྱེད་ལས་ལ་བརྟག་པ།	༢༡
གཅིག་ཆོས་མདོན་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོང་བཅུད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པ་ལ་དོགས་སེལ།	༢༩
གཉིས། དབྱེ་མའི་ལྷགས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པ་ལ་དོགས་སེལ།	༤༩
གསུམ། ཆོད་མའི་ལྷགས་ཀྱི་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པ་ལ་དོགས་སེལ།	༡༤༡
བཞི། འདུལ་སྐྱེགས་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོང་པ་དང་དམ་ཆོག་གི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པ་ལ་དོགས་སེལ།	༡༥༧
ལྔ། སར་ཕྱིན་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོང་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པ་ལ་དོགས་སེལ།	༡༤༦
ཚུན་དེབ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་བྲི་བ་བྲིས་ལན།	༢༢༦

འབྲུལ་དེབ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིག་སྒྲིབ།

དེང་གི་ཆར་ཇུས་དང་སློབ་གྲོགས་ཀྱི་འཕུད་སྒྲོར་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་བྲན་མ་སྒྲོང་བ་མང་པོ་
ཞིག་མ་ལེར་མིག་ལམ་དུ་མངོན་པར་བྱེད་པ་དང་། ལྷང་རེར་ཡིད་ལུལ་དུ་ཤར་བར་བྱེད་
པ་སོགས་ཐོད་ཀླུ་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འགྱུར་བལ་ཁྱོད་གནས་ལ་འཕྱར་བ་དང་། ས་ལ་
འཇུག་པ། ལུ་ལ་འགྱུར་བ་སོགས་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་གི་ཆ་ཤས་ཏེ་སྤར་གྱི་དུས་སུ་
རི་བོའི་ལྷོས་དང་མཉམ་པའི་སྒྲིགས་བམ་དག་གྱུར་དེང་གི་དུས་སུ་འབྲེལ་བ་དེའི་ཡིག་ཆའི་
ངོ་བོར་བེད་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་དུས་སྐབས་འདིར། ཆ་བ་མངའ་སྤྱུག་ལ་དབྱུང་ལན་དུ་བྲིས་པའི་
ཤེས་རབ་གྱི་མེ་ལྷེ་ཞེས་པའི་དེབ་གཟུགས་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཀན་སུ་ཅུ་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱུན་
ཁང་གིས་དཔར་བའི་སྐབས་སུ་ཡིག་གཟུགས་བརྗེ་བ་སྤྱུར་སོགས་གྱི་དབང་གིས་ཅ་བའི་
མ་ཡིག་ལ་ཆད་ལྷག་དང་འཕྲོ་འགྱུར་འགྲའ་ཞིག་བྱུང་འདུག་པས་སྤྱར་བར་འཕྲུལ་དེབ་དུ་
པབ་ནས་རྒྱ་ཆེ་བའི་སློབ་པ་པོ་ནམས་གྱི་སྤྱན་ལམ་དུ་བསྐྱར་རྒྱུའི་འདུན་པ་སྟེ། ལྷ་གྲུབ་
རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དགག་སྒྲུབ་གྱི་ཅོད་ལན་འདི་དག་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་རྗེན་ཅར་དུ་
གཏན་ལ་འབབས་པའི་རིགས་འཕྲུལ་གྱི་རོལ་ཅེད་དང་། བསམ་སློབ་ཁྱད་ཡོན་ཤོག་ངོས་
སུ་པབ་པའི་སྤར་རིས་གསོན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། འདིག་རྟེན་པལ་པའི་རང་ཁེ་གཞན་པམ་
དང་། ང་ཤི་ཁྱོད་གསོན་གྱི་གཡུལ་འཕྲུག་གི་ངོ་བོ་དང་སྒྲིགས་ཡོངས་ནས་འགལ་བ་ལྷག་
སྟོང་དུ་གནས་ཡོད་པ་འདི་རིས་དགོས། མ་ཟད་དགག་ཡིག་མཁན་པོ་ཁོང་ད་སྐབས་འཆོ་
བཞུགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གཏམ་ཡན་ཞིག་འདུག་ན་སློབ་པ་པོ་ཡོངས་ནས་རེ་སྟོན་རེ་མ་བརྗེད།

དེ་དང་མཉམ་དུ་ཁོང་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཡོད་ཀྱང་རུང་ལ་མེད་ཀྱང་འབྲེལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་
ལྟ་བུ་གི་མདའ་མོ་འཛིག་རྟེན་འདིར་འཕུར་བསྐྱོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ཤེས་རབ་གི་མེ་
ལྷེའི་བྱེད་ལས་ཀྱང་དེ་དང་མཉམ་དུ་གནས་དགོས་ངེས། དབྱེད་ལན་འདི་ཡི་བརྒྱད་རིམ་ཁོད་
རམ་འདེགས་དང་། ལྷག་པར་ལྷ་དག་གི་ཕྱོགས་ལ་དཀའ་ངལ་འཛེམས་མེད་ཀྱིས་རོགས་
རམ་མཐེལ་བྱིན་མཛད་མཁན་འཛིན་གྲོགས་འབྲས་སློ་སྤྱིང་རོང་པོ་ཀན་དགོན་མཆོག་འཕེལ་
རྒྱས་དང་། ལྷན་མ་ཀན་འཛིགས་མེད་རབ་བརྟན་ནམ་པ་གཉིས་དང་། དབར་ཐེངས་སྤྱི་ལོ་
སྐབས་སུ་དཀའ་ཆེགས་དང་འགྲོ་བྱོན་གཏོང་མཁན་ཡོངས་དང་། ད་དུང་དེ་རིང་འབྲུལ་དེབ་
ཏུ་ཕབ་མཁན་འབར་ལྷན་སོགས་དེབ་གཟུགས་འདིའི་དངོས་ལྷུགས་བརྒྱད་གསུམ་ནས་
རོགས་འདེགས་བྱེད་པོ་ཡོངས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

2014-02-03 ཉིན། ཚུམ་པ་པོས་རང་ཤག་ཏུ།

ཕྱིན་པ་གྲོའི་གཏམ།

ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་མཐར་ཐུག་པ་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། སངས་རྒྱལ་བཙུངས་
ལྷན་འདས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་གྲུས་བཀྱར་ཡོད་པ་དག་གིས། ཁོང་དང་ཁོང་གི་བཀའ་
ལུང་དག་ལ་གཡམས་རྒྱག་དང་། ཟེར་རྗེས་འབྲངས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་རང་གི་
ནམ་བར་དཔྱོད་པའི་སྒོ་ཡི་འབྲུག་པ་སྟོན་སོང་གི་སྟེང་ནས། ཆད་མས་ངེས་པ་རྟེན་
པའམ་ཡིད་ཆེས་འཕེར་བ་དགོས་རྒྱ་གཡམས་ཆེ། སྤར་ཙམ་ལ་ཆ་བ་མདའ་སྐྱུག་ཅེས་
པའི་མིང་ཅན་ཞིག་གིས། བྱང་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་དགག་རྒྱག་གི་ཡི་བོ་ཞིག་སྟེ་ལ་
ཡོད་པར་གོ་ཚོས་བྱུང་ཡང་། དགག་ཡིག་ལག་སོན་དང་མིག་མཐོང་མ་བྱུང་། ད་
སྐབས་ཀྱི་དགག་ཡིག་དེ་ཡང་དེང་སང་ནང་ཆོས་ལ་ཞེ་མེར་ལངས་པའི་གསར་བྱ་
དག་གིས། བྱང་ཆོས་ཀྱི་བད་དང་མིང་ཆིག་རིམ་སྟེང་ཅིག་བཟུ་རུབ་ཀྱིས་དགོད་ཁ་སྟོང་
པའི་དགག་རྒྱག་དེ་དག་དང་འབྲེལ་མཚུངས་ཤིག་ཡོད་ཤིག་བྱས་པ་ལས་དོ་སྤངས་མ་
བྱུང་མོད། དེ་རྗེས་དགག་ཡིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤར་བ་ལུས་ཤིག་ལག་སོན་བྱུང་ཡང་རང་
ཉིད་རྒྱགས་སྟོད་ཀྱི་དུས་ཆིགས་ཁེལ་བས། ཞིབ་སྟོན་དང་དབྱེད་པ་བྱ་རྒྱུའི་གོ་
སྐབས་མ་རྟེན་པས་ད་ལྟ་བར་དུ་ཀྱི་ནར་ལུས། རྒྱགས་སྤྱད་ཟེན་རྗེས་དགག་ཡིག་དེ་
ལ་བཟུ་སྟོན་གང་འཆམས་བྱས་པས་ཁོང་གི་དགག་ཚུལ་དེ་ནི་སྤར་ཀྱི་དགག་ཚུལ་དེ་
དག་དང་མི་འབྲེལ་བར། རང་གིས་ནང་ཆོས་ལ་སྐྱེདས་པ་གང་འཆམས་བྱས་རྗེས་ནང་

པའི་ལྷ་གྲུབ་འདི་ནི་ཁྱད་ས་མི་འཁྱོལ་བ་དང་། རྩོན་གྱི་ཕུང་པོ། མགོ་སྒོར་དང་བསྐྱེད་
གྱི་འཆལ་གཏམ། བྱང་བདེན་མ་ཡིན་པའི་གཞུང་ལུགས། གནའ་རབས་གྱི་ཁྱད་རྙིང་
དག་གི་བཤད་སྒྲོས་ཤིག་ཏུ་མཐོང་མགོ་བཅུམས་ཏེ་དགག་ཡིག་འདི་ཉིད་ཆེད་དུ་བྲིས་
བ་གསལ།

འོག་པའི་ལམ་ལ་སྤྱུ་མེད་ཕྱིར། ཞེས་བ་ལྷར་སྐྱེས་བུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་ལ་
མཐའ་དང་སྤྱི་ཞིག་མེད་ན། དེས་བསྐྱེད་པའི་དག་གི་སྒྲོར་བ་ལའང་མཐའ་མེད་པས་དེ་
དག་ཐམས་ཅད་དགག་དགོས་པ་དང་། དགག་པའི་རྩི་མི་རྟོགས་པས་དགག་རྩི་འདི་
ལའང་དགག་ལན་ཞིག་དེས་པར་དགོས་པའི་བྱུང་བ་ནི་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་
འོ་ཤས་རིང་དུ་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ལ་སྤྱད་ས་པའི་འབྲས་བུར་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་
མ་བཤད་པར། སྐབས་འགར་ཐམས་ཅད་དཀར་འབྲམས་གྱིས་སངས་རྒྱུ་གྱི་
གསུང་རབ་ལ་བྱང་དེས་དང་། དགོངས་ལྗེས་དགོངས་གྱི་དབྱེ་བ་ཅེས་ཡང་མེད་པར་ཐ་
ན་རི་རབ་བྱ་བཞི་དང་། སྤིང་བཞི་སྤིང་ཕུན་སོགས་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་དེས་དོན་སྤྱི་
རི་བཞིན་པ་ཁས་སྤངས་ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱུ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སྒྲོན་འཇུགས་
བྱས་པ་དང་། ཡང་སྐབས་སྐབས་སུ་ཐམས་ཅད་ནག་འབྲམས་སུ་བཏང་ནས་དག་གི་བ་
དང་། མི་དག་པའི་རྣམ་གཞག་སོགས་ཐབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་གྱི་རྩར་རི་རི་
ཡན་ཆད་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲོལ་ཅི་སྤྱབ་བྱས་པ་དང་། གཞན་
ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒོར་དང་། སྤྱགས་ཐེག་པའི་སྒོར་སོགས་སངས་རྒྱུ་གྱི་གསུང་མ་
ཡིན་པའི་སྤྱར་འདེབས་བྱས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པ་སྤྱབ་མཐའ་གོང་འོག་གི་བཤད་
བ་ཐམས་ཅད་ཡར་དཀྲུག་མར་དཀྲུག་བྱས་པ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་འདོད་ཚུ་ལ་པར་

སྐྱར་ཚུར་སྐྱར་བྱས་པ། བར་བར་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། སྐྱར་བ་འདེབས་པ་སོགས་
ཅི་ཐོན་དང་གང་རྟེན་བྱས་ཏེ་སྒྲེགས་བམ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེབས་ནས་འདུག མ་ཟད་ཁོང་
གིས་བརྩམས་པའི་དགག་ཡིག་དེ་ཡི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྒྲོ་དང་། རོ་བོ། བྱེད་ལས་བཅས་
ལ་སྒྲོ་རྣམས་དུ་པབ་སྟེ་བལྟ་དུས། གཞུང་ལུགས་ལ་སྦྱངས་བཅོམ་ཟབ་ཅིང་སྦྱེས་སྦྱངས་
ཀྱི་ཡོན་ཏན་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་དག་བསྐྱུལ་བསྐྱོད་ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ནི་མངོན་
གསལ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཚུམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་རིགས་པ་འདི་དག་ལ་བརྒྱ་
ཆ་ལྷ་བརྩུ་ཅམ་ལ་ཁོ་ལ་ལན་སྒྲོག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཆེ་ཅམ་པ་ཐོས་པ་དོན་མེད་ཡིན་ཚུལ་
ཚུགས་ཀྱིན་ལ་བསྐྱབ་དེས་ཡིན་པའི་ཁ་པོ་ཅི་བས་ཆེ་བ་བསྐྱབས་པ་དང་། དགག་
ཡིག་གི་ནང་དོན་དག་ལ་ཡང་ཐད་ཀར་བམ་སྒྲོག་ཅམ་བྱས་ན་འདྲ་ཆགས་ཆགས་དང་
འུར་ཆ་པོ་ཡང་ཁ་ཤས་འདུག་པས། སྒྲོ་བ་ལྷ་རྒྱུང་འབྱེད་གི་སྒྲོ་བ་སྐྱབ་ནས་དགེ་ཆུན་
ཀྱི་བར་བོད་ཡིག་ཡིག་ངོ་ཚོད་ཅམ་དང་། ནང་ཆོས་ཡིད་ལ་གཟན་པ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་
ད་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་ལྷུ་ཆ་སྐྱབ་གི་རིགས་པས་བཅོམ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པ་དག་
མགོ་བོ་དབྱེ་མི་རྒྱས་པར་བཅོས་སོང་སྐྱམ་པ་སོགས་འཇུག་སྐྱང་ངེ་སྟེད་ཅིག་སྐྱེ་གཞི་
བཅོས་པ་རྣམས་ལ་གསལ་བ་འདད་དང་། གཙོ་བོ་ནི་དེང་རབས་ལ་ཁ་རྒྱ་ཤོར་ཞིང་
གནའ་རབས་ལ་དུག་ཏུ་འདུ་ཤེས་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གཞུང་ལ་སྦྱངས་བཅོམ་
ཅི་བས་རྒྱུང་ལ། གཞན་ཀྱི་ཟེར་སྒྲོས་འབའ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་བསྐྱེགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་
ཉམས་ང་བའི་གཡང་དུ་ཁྱིད་པ་ལས་བསྒྲོག་ཐབས་སྟོང་ལ་བཅངས་ཏེ། ཁོང་གི་དགག་
ཚུམ་འདི་ཡི་ཟེར་ཉེས་དང་བའདད་ཉེས། གོ་ལོག་དང་འགྲེལ་ལོག་དག་ལ་གསལ་
བའདད་དང་སུན་འབྱིན་བྱ་རྒྱ་ཡིན།

འདི་ནས་ངེས་དགོས་སྒྲུ་ཞིག་ནི། མི་རིགས་ཀྱི་ལར་ཞེན་སྦྱང་ཁོང་ནས་འཕྱར་བ་
དང་། རྒྱུ་ཞེན་གྱི་བག་ཆགས་དྲུག་ལྟར་བོར་བ། མི་རིགས་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་དང་རིག་
གཞུང་ལ་གཅེས་པ། ས་ས་ས་ཡུལ་རྗེས་ལུས་ནས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་རེ་སློན་
ཅན། ལེགས་བཅས་དང་གསར་གཏོད་ལ་དུང་བ། སྤྱིགས་འདོར་དང་བཅུད་ལེན་ལ་
ཞེན་པ། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་རིག་ནང་འཕྲེན་ལ་བརྩོན་པ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་
འཛུགས་སྤྱོད་ལ་མོས་པ། མི་རིགས་འདིའི་སྤྱིད་སྤྱུག་ཐག་གིས་ཁུར་ཞིང་དཔུང་གིས་
འདེགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་དག་ལ། དུས་ནམ་ཡང་ཡིད་ནས་མགུ་ལ་ངག་
གིས་བསྟོད་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་སློས་ག་ལ་དགོས། དེ་ལྟར་འདྲ་། འཛིག་རྟེན་གྱི་གནའ་
གཏམ་ལ། ཞེ་སྤང་དག་ལ་ལངས་ནས། མགོ་ལྷག་རྟེན་ལ་བྱས། ཟེར་བ་ལྟར་ཁྱུ་ཅག་
གངས་ཅན་པ་མི་འདོད་སྤྱད་གྲུའི་འབྱུང་རྩ་དོ་མ་དེ་དོས་མ་ཟེན་པར། རྒྱུད་པ་ཐམས་
ཅད་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མགོ་ལ་གཡོགས་རྒྱུ་བྱེད་པ་འདི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
ཐད་དེ་ལྟངས་ནས་འདུག་པར་མ་ཟད། ཁོང་ཁྱེད་ན་རྒྱ་བའི་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་ན་
གཞོན་སྒྲོང་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཆོན་ཡོད་མེད་ལ་མ་བཟོས་པར། ས་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་
ལ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་མོ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་དོ་ཚྭ་དང་། ཁ་གཡང་འབོད་
བཞིན་འདུག་པ་དཔེར་ན། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལྷ་ ༡༠ ཚེས་༡༤ ཉིན་གསར་འགྱུར་འདི་
ལྟར།

གསར་འགོད་པ། གངས།

རྒྱལ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་ཆེན་ཏུ་སློབ་གླིང་དེ་གའི་ཚུལ་རིག་ཚོགས་ཚུང་གིས་
༼བསམ་སྒྲུའི་རྒྱུང་འབོད་༽ཅེས་པའི་རང་མོས་བསྐྱོད་གི་ཚོགས་འདུ་ཆེན་པོ་བསྐུས།

ཆོགས་ཐོག་ཏུ་སྒྲོབ་མ་བརྒྱ་ལྷག་འདུས་ཏེ། ལྷ་ཚུ་ལ་འབྲེལ་མེན་སྒྲ་ཆོགས་བཏོན་བྱུང་།
ཐོག་མར་སྒྲན་ངག་མེ་མོང་མས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སམ་ཚུམ་རིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
བཀག་འགོག་བྱས་ཡོད་པས། དེ་ནི་དགོས་མཁོ་མེད་པའི་མེ་མོང་ཆག་པོ་ཞིག་སྟེ།
དེའི་ནང་དུ་འཛིག་རྟེན་ཁྲིམ་པའི་རོ་གདོང་ཤར་ཐབས་མེད་པར་སེར་མོ་བ་ཁོ་ནས་
ལག་ཏུ་ཐོགས་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་སྒྲུས།

བར་སྐབས་ཤིག་ལ་སློང་ཕྱོགས་འདོད་པ་དང་རང་དབང་དང་ཁྲིམས་ལུགས་
སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་འཁོར། ཞེས་ཆེ་ཡིས་དཀོན་མཆོག་གི་སོང་(上帝死了)ཟེར་བ་ཇི་
བཞིན། མི་ཁས་ཀྱིས་ཤུག་ཐུབ་པ་གི་སོང་ཞེས་འུར་ཆེན་པོ་བརྒྱབ།

ཆོགས་ཞུགས་པ་ལ་ལས་རང་དབང་ནི་འགྲམ་ངོགས་མེད་པའི་གཙང་པོ་ཞིག་
ཏུ་འདོད་དེ། བར་སྐབས་གཞི་ཀུན་ལ་འཕྱོ་བུ་འཇུག་དགོས་པར་བཤད། འདོད་པ་ནི་
བསྐྱལ་བའི་ཕྱག་པ་ལས་ཀྱང་གཉིང་རིང་བ་ཞིག་ཏུ་འདོད་མཁན་དག་གིས། ང་ཆོས་
ཅི་སྤྱིར་རང་རྒྱུད་དུ་གདོད་ནས་བཞུགས་པའི་འདོད་པའི་བྱེད་དེ་བག་ཆགས་ཀྱི་ཟེབ་
བ་ལས་ཐར་དུ་འཇུག་མ་ཆོག་པ་རེད་ཅེས་ན་ཐུག་གི་ཁ་ཤིང་ལྷན་ལྷན་ཏུ་འདར་མཁན་
ཇི་མང་ནས་ཇི་མང་དུ་གྱུར།

ད་ལོ་གསར་དུ་འབྱོར་བའི་གཞོན་ནུ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཆོགས་དབུས་ནས་ཡར་
ལངས་སྟེ་ཁུ་ཚུར་གནམ་ལ་བསྐྱེདས་ནས་ང་རང་དཔུལ་ཟངས་ལ་མི་སྒྲག་ཅེས་པའི་
སྐད་སྒྲ་སྒྲོམ་པོ་ཞིག་གིས་ལང་ཆོའི་བསྒྲགས་གཏམ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟེལ་རྗེས། ཟེངས་
འདིའི་བགོ་སློང་གི་རྣམ་པ་འཕུས་སྟོ་ཆང་བའི་ངང་ནས་མཇུགས་རྫོགས་པར་བྱས། །
། ཡིག་ཞོར་སོགས་རང་སོར་བཞག །

གསར་འགྱུར་འདི་འབྲ་བ་མཐོང་དུས་དམ་བཅའ་བཏན་དུ་སོང་ཞིང་། དེར་རབས་
བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་རྣམས་འདི་ཟུས་སུ་སྤྱོད་གས་གཅིག་མ་གཏོགས་མ་མཐོང་ནས་
གཡམ་རྒྱལ་དུ་འགྲོ་བར་ཤིན་དུ་པངས་ཤིང་། རང་གི་དགག་ལན་འདི་ཉིད་དུས་སུ་
སློན་པར་ངོས་འཛིན་གྱིས་འབྲལ་མར་འགྲོ་བསྐྱུང་དགོས་པའི་བསྐྱལ་མ་བྱུང་། ཆ་
སྤྱལ་སོགས་གྱིས་གནའ་བོའི་དུས་ནས་ཉམས་སུ་བྲངས་པའི་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་
ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་གྱུན་ལངས་བྱས་པ་དང་། མི་རབས་གོང་མ་རྣམས་ལོག་ལམ་དུ་བྱིད་པའི་
གཏེ་བོ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་གྱིས། དགག་ཚོམ་གྱིས་ཏེ་ལུང་བརྒྱབ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་
འདི་དག་རེད་ལ་ངས་ཀྱང་དེའི་ལན་དུ་ཅི་ལྟོགས་འབྲི་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཡང་འདི་དག་ཡིན།
གཞན་ཡང་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལས་བརྒྱལ་བར་དཔལ་རྒྱལ་ཡི་ཆོས་བརྒྱད་མཛོད་
སྤྱགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་པ་འདི་ལ་སྤྱངས་པ་ཅུང་ཙམ་བྱས་པའི་འོས་འགན་སྤྱག་
པར་བྲངས་པའི་ཁྲལ་ཡིན་ལ། རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྷག་བསམ་གྱི་དབྱེ་འཕང་དགྲུང་ལས་
མཐོ་བའི་བྲན་དབང་དག་གིས་ཀྱང་འདི་དང་འདི་འབྲའི་རིགས་ལ་དབྱེད་པ་དང་ཚོལ་
བ་ཙམ་དུ་མ་བྱེད། བསམ་ཚུལ་བཞེ་རེས་གྱི་ལམ་དུ་འགྲུལ་བཞུད་རེ་མཛད་ཐུབ་ཆེ་
རང་གཞན་གཉིས་ཆ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་མིག་འབྲས་གསར་པ་རེ་ཐོབ་པར་སེམས་སོ། །

སྤྱིར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་འདི་གོ་ལ་འདི་ཡི་སྟངས་ལ་མགོ་འབྲུས་ནས་
ད་ལྟ་བར་དུ་མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་རིང་ལ་རིགས་པས་བརྒྱལ་བ་དང་། དཔྱད་གིས་
མནན་པ་སོགས་དཀའ་ངལ་བར་ཆད་ཁྲི་མ་འབྲུས་བརྒྱད་ནས་འོང་བའི་འཛམ་གླིང་
སྟོང་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་དང་གཏིང་ཟབ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པས། ལོ་
རབས་ནས་ལོ་རབས་བརྒྱད་རིགས་པས་དཔྱོད་པ་དང་། བཙུན་པས་འཛིན་པ་

སོགས་དགའ་སྤྱད་ཅིག་མ་བྱས་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལོན་པ་ཏུ་ཅང་ཁག་པོ་
ཡིན། རང་ཆོས་ལ་དགག་པ་བྱེད་པ་ལའང་ལོ་རྒྱུ་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་སྦྱངས་པ་ལོལ་སྤྱི་
ཅམ་དང་། ཤོག་སྟེ་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ནང་དུ་ལྟར་སྤང་གི་རིགས་པ་ལག་ལེག་ལས་ངས་
པ་ཅམ་གྱིས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་ཁོལ་བྱི་རུ་དོན་མི་སྤྱབ་ལ། རང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བ་གཙ་བ་
ག་ཤགས་ཀྱང་དེ་བས་གཏོང་མི་སྤྱབ། སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུ་ལདི་རྒྱ་གར་སྤྱ་རྩ་
སྤྱི་ནས་རྩ་བ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་། འཛིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་དུ་མཆེད་ཚུལ་ཡང་ཆོས་
ལུགས་ཆེ་ཁག་གཞན་པ་དང་མི་འདྲ་བར་དམག་གི་རྒྱ་བ་སྤོངས་དང་། ལྷག་གི་སྤོན་
འགྲོ་མ་དགོས་པར་སྤྱང་བཟེད་དང་། འཁར་གསེལ་ཐོགས་པའི་དགོ་སྤོང་རྒྱུ་རྩེན་མ་
སྤོང་ཞིག་གིས་ས་ཡི་གོ་ལ་འདིར་མེར་གྱིས་བརྒྱལ་འགྲོ་བ་འདིའང་། ཆོས་ཚུལ་འདི་
ཉིད་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཤུན་པའི་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་བཀུག་
འགྲོ་བའི་རུས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ད་ལྟའི་དུས་སྤྱི་འཇུག་སེམས་ལྟན་གྱི་སྤྱི་འགྲོ་
ཅི་སྟེད་ཅིག་ལ་མཁོ་ཞིང་པན་པས། གོ་ལའི་ཁྱོད་འདིར་གཟུར་གནས་ཀྱི་མི་བོ་ཆེད་ག་
གིས་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡར་རྒྱས་ལྟར་འཕེལ་བ་ཞིན་པ་འདི་ལྟར་ལགས། ལྷག་པར་
ཆོན་རྩལ་རིག་པའི་མཁས་དབང་ནམ་དཔྱོད་ལྟན་ཞིང་གཟུ་བོར་གནས་པ་དག་གིས།
ནང་པའི་གཞུང་གི་དགའ་གནས་དག་ལ་གདོང་འཛོག་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བ་ཞིན་པ་འདིས་
ཀྱང་། གཞུང་ལུགས་འདི་བྱ་རིག་སོ་རྟོག་གི་བསྟན་བཅོས་ལྟ་བུ་དབྱེད་རིན་མེད་པ་
ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཤེས་རུས།

སྤྱིར་ཆོས་ལུགས་དང་བྱེད་པར་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ཉིད་སྤྱི་ཆོགས་ཡར་
རྒྱས་ཀྱི་བཀག་རྒྱ་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་བ་དེ་དངོས་དོན་དང་མ་སྟན་པ་ཞིག་མིན།

དཔེར་ན་གོ་ལ་འདི་ཡི་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ལས་ཡར་རྒྱས་ཆེ་ཤོས་དང་། སྟོབས་ཆེ་
ཤོས་ནི་ཨ་མེ་རི་ཁ་ཡིན་པར་རྩོད་མེད་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཆོས་
ལུགས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་དད་མོས་ཅི་བས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱེད་སྒྲིལ་
ཤོས་དང་། གནད་འགག་ཆ་ཤོས་སྤྱིང་འཛིན་སྲིད་འདོན་གྱི་དམ་འཛིག་ལ་དཀོན་མཆོག་
དཔང་དུ་བརྟུགས་པས་མཆོན་ཀླུ་ལ། ཐ་ན་ཨ་རིའི་དུལ་ལའི་དོས་ལ་ཡང་ཆོས་
ལུགས་དང་འབྲེས་པའི་ཆོག་གིས་ནས་ཡོད་ཀྱང་། ད་ཆར་འཛམ་གླིང་སྡེ་བྱིན་གྱི་ཀླུ་
བ་ཅན་གཅིག་དུ་ནི་ཁོ་རང་ཡིན་པ་ལས་རྗེས་ལུས་ཐེབས་ནས་བསྐྱད་མེད་པ་མིག་
མཐོང་ལག་ཐེན་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ནང་ཆོས་ཀྱིས་རྗེས་ལུས་ནས་ཡང་ལུས་ལ་བྲིད་
བཞིན་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱང་། ད་ཆར་ལྷོ་ཤར་ཨེ་ཤའི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ལས་ཆོས་
སྟོན་ཐོན་དང་ཡར་རྒྱས་ཆེ་བའི་འཇར་བན་དང་། ཐའེ་ཐུན། ཀོ་རི་ཡ་སོགས་ཤར་
ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གི་མི་རྣམས་ནང་ཆོས་ལ་དད་མོས་ང་ཆོ་བོད་པ་
ལས་མ་ཆེན་ཡང་མི་རྒྱུད་བ་མཐོན་གསལ་ཡིན། འདི་དང་འདི་འབྲ་བར་མིག་གིས་ལྟ་
གིན་སེམས་ཀྱིས་དབྱུད་ན། ནང་ཆོས་རང་དོས་ནས་སྤྱི་ཆོགས་སུ་ནག་དུ་བྲིད་ཅིང་
དོང་དུ་གཤུགས་པའི་བྱེད་ལས་མེད་པར་བྱར་བལྟས་ལེབ་མཐོང་རེད་མི་འདུག་གཤ།
དེས་ན་རང་ཅག་ཁ་བ་ཅན་པ་དེང་རབས་ཤེས་ལྡན་པ་སྟོང་གི་གྲུལ་མཐའ་དང་། ལྷག་
བདག་འབྲུམ་གྱི་རྗེས་སུ་ལུས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བྲགས་པ། ནང་
ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཟབ་བྲགས་པ། བདག་མེད་ལ་སྒོ་ཁ་ཕྱོགས་བྲགས་པ། དེས་
འབྱུང་གིས་རྒྱུད་བརྒྱན་བྲགས་པས་མིན་ལ། ལྷག་པར་དུ་ནང་ཆོས་ཀྱི་དེ་བའི་ཆ་ནས་
མི་རིགས་རྗེས་ལུས་དང་ལོག་ལམ་དུ་འབྲིད་བྱེད་ཉག་གཅིག་ཏུ་དོས་འཛིན་བྱེད་

བཞིན་འདུག་པ་ནི་འུ་ཅག་གིས་མ་འདྲོན་པ་དང་། མ་འགྲིགས་པ་ཡོད་ཀྱ། རང་ཆོས་
ཀྱི་མགོ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་དང་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་ཞུ་མོ་གཡོགས་རྒྱུ་བྱས་པ་ལས་དངོས་
དོན་མིན། འོན་ཀྱང་འུ་ཅག་གི་པ་མེས་ནས་བཟུང་ད་ལྟ་བར་དུ་རང་ཆོས་མེད་སྤྱོད་
ལོག་པར་བྱས་པའི་ནག་ཉེས་ནི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་རྒྱུད་བསགས་ཡོད་ལ། དེ་
ནི་རང་པའི་དར་ཆ་འཕྱར་ནས་རང་ཆོས་གཏོར་བརྒྱགས་བྱས་པའི་མདོན་སྐྱོངས་ཤིག་
ལས་རང་ཆོས་ཀྱི་མགོ་ལ་གཡོགས་རྒྱུ་མེད་པར་ཤེས་དགོས།

འདི་ལས་ཅུང་ཟད་ངེས་དགོས་པ་ནི། རང་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དང་། དགོས་མཁོ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ངོས་ཟེན་རྒྱ་གཡ་ཆེན་པོ་རེད། ཁག་ཅིག་གིས་རང་ཆོས་ཀྱིས་ཆེ་འདི་
དང་བྱི་མའི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱར་སྤྱབ་པ་དང་། རང་པའི་གཞུང་ལུགས་
ལས་མ་གསུངས་པ་དང་། མ་བསྟན་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་རང་པས་མ་
ཤེས་པ་དང་། མི་འདྲོན་པ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་བསམ་ཚུལ་འབྲུག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲ།
དཔེར་ན། གསེར་རྟའི་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲོ་བྲོས་སོགས་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་
མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དངོས་ཁམས་ཆོན་རིག་དང་། སེམས་ཁམས་ཆོན་རིག་
སོགས་རིག་གསར་གྱི་བཤད་པ་མང་པོ་ཞིག་རང་པའི་གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་དང་
ལྷན་པ་འགྲིགས་བསྟན་ཡོད་པ་དང་། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་འབྱར་བསྟན་ཡོད་ཚུལ་
སོགས་ཆོན་རིག་པས་གང་བཤད་ཐམས་ཅད་རང་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་། སྤྱབ་
མཐའ་གང་ཞིག་ལ་ཁུ་ཚུགས་ཀྱིས་སྤྱར་ཅི་སྤྱབ་བྱེད་པ་འདི་དག་ཀྱང་། རང་ཆོས་ལ་
ཞེན་པ་དཀར་པོའི་གསུང་ཆོག་དང་གཟིགས་ཚུལ་ལྟན་མེད་ཅིག་ཡིན་མིན་ཀྱང་།
དུས་ནམ་ཡང་བདེན་པ་དང་དངོས་ཡོད་ལ་གཅིགས་སུ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ནི་ཆོས་ལ་

དགའ་མི་དགའ་དང་། ཡིད་ཆེས་མི་ཆེས་ཀྱི་དབྱེ་སྒོ་མེད་པར་མི་ཡི་རིགས་ཀྱིས་
འདྲོར་དུ་མི་རུང་བའི་དམ་ཆིག་ཡིན་པས་དངོས་ཡོད་དང་བདེན་པ་ལ་བསྟོན་མི་རུང་
ཞིང་། འདི་དག་ཀྱང་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས་གང་ཡིན་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་རྣམ་
དབྱེད་རྣལ་དུ་མ་ཐབ་པའི་སྒྲིན་ཞིག་ངོ་གདོང་ནས་མཐོང་ཡོང་གི་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན་
ཁབ་ལ་ཁབ་དང་། མདུང་ལ་མདུང་གི་བྱེད་ལས་ཡོད་པས་ཁབ་ཀྱིས་མདུང་གི་གོ་མི་
ཆོད་པ་དང་། མདུང་གིས་ཁབ་ཀྱི་གོ་མི་ཆོད་པ་ལྟར་ཡིན། འོགས་གཞན་ཞིག་ནས་
བསམ་ན་རང་གི་ཡབ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་ཡིད་
ཆེས་བརྟན་པོ་ཞིག་མ་རྟེན་པའི་དབང་གིས་རིག་གསར་གྱི་ལྷ་ཚུལ་གང་ཞིག་གིས་
ཆོས་ཀྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་ངོས་གཅིག་ལ་གཞོད་འོང་སྟམ་པའི་དོགས་པ་དང་འཛིགས་སྣང་
ཞིག་ཞེ་སྤྱགས་སུ་ཡོད་པ་མིན་ནམ་སྟམ།

སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་བྱེ་ཡི་ཁོར་ཡུག་འཇུགས་སྒྲིན་དང་། དམག་གི་འཐབ་རྩུམ། དཔལ་
འབྱོར་གྱི་ཁྲིམ་ར་ཡར་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ལག་ཅུལ་
རྣམས་ནི་ནང་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་སུ་གསལ་ཁ་དོད་པོར་གསུངས་མེད་ན་ཡང་
མཆོང་དུ་མི་ཆེ་སྟེ། འཁོར་བའི་སྤྱན་ཆོགས་སྒྲུབ་པ་དང་། སྒོ་ལྗེའི་དབང་ཤེས་ཅམ་
ཆོས་བྱེད་ཀྱི་འདོད་ཡོན་སྒྲུབ་པ་ལ་ནང་ཆོས་ལ་ཅ་བ་ནས་ལྟོས་མི་དགོས་པ་རེད།
འོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་འདི་སྒོ་ལྗེའི་འདོད་ཡོན་ཅམ་མིན་པའི་གཉུག་མའི་སེམས་
ཀྱི་སྤྱགས་ན་ཡོད་པའི་ཞེ་བདེ་དང་རང་དབང་སོགས་ནི་མི་ཆེའི་དོན་དམ་གྱི་བདེ་སྤྱིད་
ཡིན་པས། དེ་དག་གི་ཕྱོག་རྒྱར་གྱུར་པ་ནང་གི་ཡིད་ཤེས་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་ཁག་དེ་
དག་སེལ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་རྣམས་ནང་པའི་ཆོས་ལ་ངེས་པར་དུ་བརྟེན་

དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

ད་དུང་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་རྩལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སྲུང་ས་ན་དཔལ་འབྱོར་
འཕེལ་རྒྱས་དང་། སྡོན་ཐོན་གྱི་དཔལ་ཡོན་ལ་ཅི་ཡང་མི་གནོད་པ་མ་ཟད། སངས་
རྒྱུ་གྱིས་འདོད་པ་བསོད་སྟོམས་གྱི་མཐའ་དང་། ངལ་ཞིང་དུ་བ་པའི་མཐའ་གཉིས་
སྤོང་དགོས་པར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་བག་མེད་རྒྱས་སྟོས་དང་། དོན་མེད་ཅུད་ཐོས་
གྱི་རིགས་གྱི་དཀའ་ངལ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་མི་འབྱུང་བའི་སྡོན་འཕོག་སྒྲུབ་པ་ཡིན། དེར་
སངས་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་ནང་དུ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི། བག་མེད་རྒྱས་སྟོས་ཆོད་མེད་
བྱེད་པའི་དབང་གིས་གཞུང་དཔལ་ལྷོག་ཟ་རུལ་སྤངས་གྱི་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་
སྤེར་པ་པན་རྩལ་གྱི་བར་དུ་རྒྱ་འཕྲོག་བཙོམ་གསུམ་དང་། གཡོ་སྒྱུ་ཁྲམ་གསུམ་
སོགས་ཆོད་མེད་བྱེད་བཞིན་པའི་རིགས་འདི་དག་ཡིན། ཆོས་ལུགས་ཁས་ལེན་མིན་
ལ་མ་ལྟོས་པར་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་བྲང་བདེན་དང་། འཆེ་བ་སྤངས་
པའི་ལྷ་སྒྲུབ་གཞིར་བཞག་ཐོག་དོ་ཆ་ཁྲེལ་ཡོད་ཀྱིས་དོ་སྒྲོག་མེད་པར་བྱ་བ་བསྒྲུབ་ན་
དེར་རབས་སྤྱོད་སྲུ་བསྐྱོད་པ་ལ་བསྒྲུལ་འདེད་ལུགས་ཆེན་པོ་བྱེད་སྒྲུབ་དེས་ཡིན།
ལྷག་དོན་དུ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་པར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་འདི་དག་ད་
ལྱའི་སྤྱི་ཆོགས་འདི་དག་ལ་དགོས་མཁོ་ཏུ་ཅང་ཆེ། དཔེར་ན་སྤྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་གྱི་
ཉམས་ལེན་ལྷ་བྱུང་མཆོན་ན། དེར་དུས་ཨ་སྒོར་ཐེར་འབུམ་ཅན་གྱི་འབྱོར་ལྷན་རྒྱལ་ས་
གྱིས་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁ་སོགས་སུ་ཉིན་གང་ས་བདུན་ཅུ་གྱི་ཡུན་དུ་ཟས་སུན་གཅིག་མ་
གཏོགས་ཟ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཡུལ་གྱུ་རྒྱལ་ས་སུ་གན་གོག་དང་། བྱིས་པ་རྒྱལ་ས་སུ་གོས་
འཆེ་འབྱོར་འདི་དག་ལ་ཟས་གོས་གྱི་སྤྱིན་པ་ཞིག་གཏོར་སྒྲུབ་ན། དེས་དཔལ་ལྷག་

བར་གྱི་དཀའ་འཛིན་ལོ་ལྷན་ལོང་། འཛིན་ཆེན་ཞི་བདེ་ཆེན་པོའི་སྤང་གཞི་ཡང་འདིང་
ངེས་ཅན་ཡིན། དེས་མཆོན་ནས་པར་ཕྱིན་བྱུག་ཀའི་ཉམས་ལེན་རྣམས་ད་ལྟའི་ནང་
ལྷན་ལྷན་ཆོད་ཀྱི་དུས་ངན་འདི་འབྲེལ་ལ་ཉ་ཅང་མཛའ་ཞིང་དུས་སྤྱི་རན་པ་ཡིན།
མདོར་ན་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་ནི་དཔལ་འབྱོར་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་
མིན་ནའང་། གཞུང་འདི་ཡིས་བཤད་པ་རྣམས་ཉམས་ལེན་ཅི་ལུས་རེ་བྱེད་ཐུབ་ན་
དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་སོགས་ཀྱི་གྲོགས་སྤྱི་འགྲོ་བ་ལ་ཐེ་མི་ཆོས།

འོན་ནང་ཆོས་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་དང་། དགོས་པ་གང་གིས་ང་ཆོ་བོད་པ་ཆང་ལ་མཁོ་
བ་རེད་ཅེན། འདི་ནི་གཙོ་བོ་ཆོ་འདི་ལས་ཕྱི་མ་གཙོ་བོ་འཛིན་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ས་བཅུ་
ལམ་ལྷ་རིམ་གྱིས་བཟོད་ནས་གཏན་དུ་བདེ་བའི་གོ་འཕང་སྤྱོད་ཆེད་དང་། ཆོ་འདི་
ལའང་མིའི་བསམ་པར་ཞི་འཇམ་དུ་ཡོང་བ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ལ་མགོ་སྐྱོར་བསྐྱ་
བྱིང་། རྒྱ་ཇག་འཕྲོག་བཅོམ་སོགས་ཞི་བདེ་ལྷིང་འཇགས་གཏོར་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ངན་དག་
འགོག་ཐབས་དང་། ནང་གི་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་འཇུགས་སྤྱོད་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་
པ། དག་གི་སྤྱོད་པ་ཆོད་ཡན་ཆད་ནས་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱུག་པའི་མི་སྤེལ་གྱི་
གསོ་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་སྤྱིང་ལ་བཅངས་ཏེ། མེས་པོ་དག་གིས་སྤྱུག་དཀའ་ངལ་བརྒྱ་
ལྷན་བྱེད་དུ་བསད་ནས་ནང་པའི་ཆོས་འདི་ནང་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན། ལྷན་པར་ཉིན་
རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་པན་ཚུན་བསམ་ཤེས་དང་། སྤང་བདེན། བྱམས་བཅེལ་ཡ་རབས་
ཀྱི་གོམས་གཤིས་འདི་དག་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་འདི་ཉིད་ལས། རྒྱ་
དང་། རོ་བོ། རྒྱུང་རིམ་དང་བཅས་པ་གསལ་བ་ཡིན་པས་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་
པའི་དགོས་དམིགས་ཀྱང་དཀའ་ངལ་འདི་དག་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་གྱིས་

དུས་ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་འདྲུབ་སྐྱོད་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཤར་སྤྱོད་ལེན་གྱི་ཡུལ་
གྲུའི་བར་དུ་བཟང་སྟོང་དང་བྱང་བཞེན་གྱི་ཆ་ནས། ང་ཚོ་གཞོན་ནམ་རྟོག་པའི་མིང་
བྱང་དེ་གཞན་གྱིས་མིག་སྟོན་བྱས་ལས་མཆིལ་ཞགས་འཕེན་ས་ཆགས་མེད་པ་འདི།
མེས་པོ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ནང་འདྲེན་བྱས་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ཀྱི་
བག་ཆགས་དང་། གོམས་གཤེས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འདོད།

ང་ཚོ་ཞེས་ཡོན་ལ་མོས་པ་དང་སྦྱངས་བཅོན་ཅན་དག་གིས་རྣམ་པ་ཀླན་ཏུ་
གཅིགས་ཆེར་འཛིན་དགོས་པའི་དོན་གནད་གཅིག་ཡོད་པ་ནི། གནའ་དེང་བར་གྱི་
འགལ་བ་དང་འདྲུ་འབྲེལ་གཉིས་དུས་ནས་ཡང་མཉམ་དུ་སྦྱར་ནས་ཚོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱ་
དང་དགག་གཞག་བྱེད་རྒྱ་མེད། གནའ་བོའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྟོན་གནད་ཡོད་ལ་
ལེགས་ཆ་ཡང་ཡོད། དེང་རབས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།
རྒྱབ་སྟོགས་པས་བཤད་པ་མཐའ་དག་ལ་མགོ་སྐྱར་ཆོག་པ་དང་སློབ་ཤེས་ཆོག་པ་ཤི་
སྟག་མིན་ལ། ཤར་སྟོགས་པས་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་བ་དང་ལོག་ཞེས་རྒྱང་
རྒྱང་མིན་པས། སྤྲ་མ་ལ་བདེན་ཁ་སྟེར་རྒྱང་དང་བྱི་མ་ལ་དགག་པ་བྱེད་རྒྱང་བྱས་ན་
གཟུར་གནས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུངས་ཤིག་དང་། རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱི་དཔྱོད་སྒྲུངས་ཤིག་མ་
ཡིན་ནོ།། དེས་ན་གནའ་དེང་གི་ལྟ་བུ་དང་ཤར་སྟོགས་ཀྱི་བྱུབ་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་།
སྟོན་ལ་སྟོན་དུ་ངོས་བཟུང་ནས་མུ་བ་མོ་གཞོན་བཅུགས་ཀྱིས་ཡོ་བསྐང་དང་། ཡོན་
ཏན་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་ངོས་བཟུང་ནས་གཟེངས་བསྟོད་མཐོང་ཆེན་དང་། དར་སྤེལ་བྱེད་
དགོས།

དེས་ན་གནའ་ནས་ད་བར་དུ་མ་འཛིན་པ་དང་མ་འབྲིག་པ་ཁོ་ནར་བཤད་ནས་མི་

སྤྲོད་པར། སྤྱི་རབས་ཀྱི་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱ་ཆོས་ར་ཆོ་ལ་འཁར་ར་དང་སྤྱལ་ཡུས་
འདོན་མི་དགོས་པ་དང་། ར་ཆོ་དང་ར་ཆོའི་མི་རབས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་རྩ་ས་ཤུགས་ཡོད་
རྒྱ་བཏོན་ཏེ། དེ་རིང་ནས་མགོ་ཡི་ལྷན་པ་དགྲུགས། ཀྲང་པས་གཟུགས་པོ་བཟུགས་
ཏེ་ལུས་ཀྱི་མེད་ཤུགས་ཅི་ཆེད་དང་། བསམ་སྒྲུབ་འཁོར་རྒྱ་རྩི་ཡོད་ཀྱིས་མི་རིགས་འདི་
ཉིད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་རྣམས། འཆི་ལམ་ནས་སྐྱོབས་ཐབས་ལ་འབད་འབྱུངས་
རྣལ་མ་ཞིག་བྱེད་པའི་དུས་ལ་བབས་ཡོད། དེ་ལས་ཐོག་སྟེན་ར་ཆོས་ཀྱིས་ར་ཆོ་ཏ་
ལོག་རབས་དང་། སྒོལ་རྒྱན་ཀྱིས་ར་ཆོ་རྒྱ་ལ་གཡུགས་རབས། ལུབ་ལུགས་ཀྱིས་ར་
ཆོ་སྐྱབས་འགོ་རབས། རིག་གསར་ཀྱིས་ར་ཆོ་འབྲེན་འགོ་རབས་རྒྱང་རྒྱང་བཤད་
བཞིན་འདི་ལྟར་སྤྱི་འཐུད་དེ་གནས་ཆེ། མི་རིགས་འདི་ཡིས་རིག་གཞུང་དང་གོམས་
གཤེས་འདི་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། མི་རིགས་འདི་ཡིས་བཟང་སྤྲོད་དང་བྱང་ཚུགས་
འདི་ཡིན་ཟེར་ས་མེད་པར་སྟེན་ལོ་ཐང་སྤྲོད་དུ་རྒྱ་བ་ལྟ་བུ་མི་ཆགས་པའི་ངེས་པ་མེད།
ར་ཆོའི་མི་རིགས་འདི་ད་བར་དུ་སྟོན་ཐོན་དང་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་ནི། མི་སོ་སོ་
ལ་ལུགས་འདུན་དང་དམིགས་ཡུལ་ངེས་ཅན་ཞིག་མེད་པ་དང་། མི་རིགས་གཞན་པ་
ལྟར་མདུན་བསྐྱོད་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་འགྲན་ཚོད་མེད་པ། མི་ཡི་རྩ་ས་པ་རྩི་སྤྲོད་ཀྱི་
སྒོལ་གསོ་ཆད་ལྡན་མེད་པ། སྤྱི་ཆོགས་སྟོན་ཐོན་སྟེ་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་རིམ་
བརྒྱད་མེད་པ། བཞོན་པའི་ཡོ་བྱད་རང་ཆས་སྤྱི་བྱུང་འོང་ན་མ་གཏོགས་དཀའ་སྤྱད་
དང་། སྤྱལ་ལས་གང་ཡང་སྤྱོད་མི་འདོད་པའི་གཤེས་ཀ། ལྷན་ཐོག་ལག་ཏུ་དཔུལ་
དངོས་རྩུང་ཐང་རག་ཆེ་རྒྱས་སྤྱོས་དང་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད། རིག་རིག་དང་ཡོད་
མེད་གྱི་སྤྱོད་ཡེངས་དང་སྤྱོད་འཆམ་ཁོ་ནས་ཉི་མ་སྤྱེལ་བའི་ལམ་སྤྱོད། ཆོས་ཀྱི་གནས་

ལུགས་རིམ་ཡིན་མ་ཤེས་པར་རང་རང་གི་དཀའ་ལས་དང་སྤྱག་རུས་མ་བརྒྱབ་ཀྱང་།
བདེ་སྲིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ལྷ་དང་ལྷ་མས་གནང་འོང་བ་དང་། དཀའ་སྤྱག་དང་བར་ཆད་
ཅི་འདྲ་བྱུང་ཡང་ཡི་དམ་དང་ཆོས་སྦྱོང་གིས་སེལ་འགོ་བར་ཞེན་པའི་འཁྲུལ་སྤང་འདི་
དག་གིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་པ་ལས་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནག་
ཉེས་མ་ཡིན་ནོ།།

མ་ཟད་འུ་ཅག་གི་མི་རིགས་འདི་ལ་ད་ལྟ་བར་དུ་སྦྱེས་ཆེན་དང་གྲུབ་ཆེན།
མཁས་པ་དང་མཛངས་པ་ས་ཡི་ཅི་ཐོག་དང་གནས་ཀྱི་སྐར་མ་བཞིན་བྱོན་ཕྱོང་ཞིང་།
ཁོང་ཅག་གིས་བརྒྱུ་ཆོས་ཀྱང་སོ་སྦྱེན་ས་སངས་རྒྱུ་ཆད་། ངན་འགོ་ནས་བདེ་
འགོར་བའོད་བྱེད་རི་སྟེན་ཅིག་བཀའ་བསྩལ་ཅིང་། ཉམས་ཕྱོང་དམར་རྩེན་དུ་བཏོན་
པ་དེ་དག་ང་ཆོས་བཀའ་བྲིན་བརྩེད་མི་རུང་ཞིང་། མི་རིགས་འདི་ཡི་སློབས་པ་དང་
བྱས་རྩེས་ཉག་གཅིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་གསུང་རབ་རྣམས་སུ་སྦྱི་ཆོགས་ཀྱི་
ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ། དམངས་པན་ཀྱི་འགན་འཁུལ་ཆུ་ལ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་གསལ་
ཁ་མེད་པ་ནི་སྟོང་ཆ་ཞིག་ཏུ་སེམས་བཞིན་ཡོད། ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ནས་
བཤད་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་རིམ་བཞིན་པ་དང་སྦྱོན་མེད་ཁོན་ཡིན་པ་ལས། ཞན་ཆ་དང་
འགལ་སྦྱོན་ཅ་བ་ནས་མེད་པར་བཤད་འདོད་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ཆོས་པའི་ཆོས་ཀྱི་
སྟོང་པོ་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་དང་། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས། འབྲས་བུ་སྦྱ་གཉིས་ཀྱི་
རྣམ་གཞག་ལ་ནི་རིམ་དབྱེད་པ་དང་། རིམ་འབྲས་པ་ན་ཡིད་རིམ་ཆེས་དང་སྦྱས་རིམ་
དག་ཏུ་མཐོང་རྒྱ་ཞིག་ལས་འགལ་སྦྱོན་དང་གཞོད་སྦྱོན་རིམ་བཏང་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་།
རང་ཉིད་ངལ་པའི་རྒྱ་རུ་ཟད་པས་འོག་ཏུ་བཞུལ་ལན་ཀྱི་སྐབས་སུ་སློབ་འདོད།

ཉུང་མ་ཀྱན་སྤོང་ལ་བརྟག་པ།

དགག་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཀྱན་སྤོང་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་
ཏེ་གྲེས་ཡོད་མེད་ལ། བསམ་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་ཆོད་འདུག་ལ། འགའ་ཞིག་
གིས་ཁོང་ནི་ལྟ་ལོག་དམ་ལོག་ཅིག་ཡིན་པས་གྲེས་ཚུལ་འདི་ཡིས་ཀྱན་སྤོང་རན་པ་ཐ་
ཆད་ཞིག་ལས་མེད་ཚུལ་དང་། ཡང་རེ་འགས་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་དོན་མ་རྟོགས་པ་དང་
ལོག་རྟོག་དག་བསལ་ཆེད་དུ། ཚུལ་པ་པོས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་གྲེས་པ་ཡིན་ཚུལ་
སོགས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་བཤད་བཞིན་འདུག་མོད། ཁོ་པོས་ནི་ཁོང་གི་ཀྱན་སྤོང་ཅི་ཞིག་
ཡོད་པར་ང་ཚོས་པར་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་མི་དགོས་པར། དགག་ཚུལ་རང་ཉིད་
ཀྱིས་ཚུར་ལ་ཁ་གྲག་ཡོང་གི་འདུག་སྟུག། དེ་ཡང་ཁོ་རང་གི་དགག་ཚུལ་ནང་གསལ་
བ་ལྟར་དེད་དུས་ཆཅན་ཅུལ་རིག་པས་ཡིད་དབང་དབང་མེད་དུ་བཀྱག་སྟེ། ཆན་རིག་
གི་ཐིག་ཤིང་བརྒྱད་ནང་ཆོས་ཐེར་འདོན་གྱི་ལམ་དུ་བསམ་བཞིན་དུ་ཞུགས་འདུག་
ལོན་ཀྱང་ཁོང་གིས་ཆན་རིག་དང་ནང་ཆོས་གཉིས་ཀའི་སྦྱངས་བཅོམ་གྱི་འབྲས་བྱ་
དང་། ཤེས་ཆད་ལ་ཐུགས་འཕེར་བ་ཞིག་ཡོད་བཅོམ་འདུག་ལ་དང་པོར་བཤད་ན་
ཐུག་ཁག་ཀྱང་གཏན་ནས་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་ལ་ཆན་རིག་སྦྱངས་པའི་གོ་
སྐབས་དང་ཁོང་ལུག་མི་རིགས་གཞན་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་པའི་ཤེས་ལོན་ཅན་
བཞིན་སློབ་སྦྱོང་གི་ཁོང་ལུག་དང་ཆ་རྟེན་མེད་པར་ང་ཚོ་དང་གཅིག་མཚུངས་
ཡིན་པར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་ཡང་བསྐྱོམས་ན་མི་ལོ་དུག་
བདུན་ཅུལ་ལས་བྱེད་མ་སྦྱོང་བ་ཁོ་རང་གིས་བཤད་འདུག། ལྷག་དོན་ཏུ་ཅག་བོད་ཕྱི་

ནང་གཉིས་ཆ་ལ་ཚན་རྩལ་རིག་པའི་མཁས་དབང་ཞིག་ད་ལྟ་བར་དུ་ཡོད་པའི་མཐོང་
ཐོས་མ་བྱུང་བས། མཁྱེགས་ནས་སྤྱར་དུ་དེང་རབས་ཀྱི་རྩལ་རིག་འདུས་སྦྲུང་དང་།
ཅིས་རིག་སྟོན་དེའི་ལ་བྱང་རྒྱལ་པའི་རྩལ་ཐན་པའི་བྱ་རྒྱུད་རོ་མ་ཞིག་གོ་ལ་འདི་ཡི་
སྤང་ལ་ཁྱོད་རེར་ལངས་པའི་དུས་ཤིག་ལ་རེ་བ་དང་ཡིད་སྟོན་ཅི་བས་ཆེ། སྤྱིར་གང་
ཟག་དེའི་ཀུན་སྟོང་ནི་དེའི་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྲ་ཡིས་དཔོགས་ཀྱས་པར་གསུངས་ཤིང་དེ་
ཡང་རིགས་པའི་དབང་རྒྱལ་གིས། སྤྲ་བ་པོ་ཡི་བྱེད་པའི་ཡུལ།། དོན་གང་སྟོ་ལ་རབ་
གསལ་བ།། དེ་ལ་སྤྲ་ནི་ཚད་མ་ཉིད།། ཅིས་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་ཀྱས་ཤིང་། བྱེ་བྲག་
ཚོས་པ་པོའི་ཀུན་སྟོང་དཔོག་བྱེད་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ནི། བཅས་མཆོས་དག་ལ་བལྟས་
ནས་དཔོགས་པ་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཅག་ལ་མེད། ལྷག་པར་དུ་ཡང་ཁོང་
གི་ཀུན་སྟོང་ལ་གང་ཡོད་པ་ནི་མང་པོར་བཤད་མི་དགོས་པར་ཁོ་རང་གིས་༼ལས་མ་
དག་པའི་ཁོ་བོ་ལ་ནི་དག་རྣང་མ་སྦྱེས་པའི་གོང་ནས་སྤྲ་རྣང་ཞིག་སྦྱེས་
པར་བྱུང་ཅིང་། རི་རྣམ་བྱས་ཀྱང་མི་བདེ་བར་བྱས་པའི་སྐབས་སུ་རིགས་
གསར་ཀྱི་རྩལ་གཞག་འདི་དག་ཚོ་གཙང་ཁ་མའི་མི་ལ་སྤྲ་བཞིན་ཏེ་གནད་
ལ་འཕྱོད་པར་བྱུང་བས་ད་གཞི་དམིག་ཆེས་པའི་གནས་སུ་བཟུང་བ་ལགས་
སོ།། །ཟེར་ནས་སྤྱིང་དམར་དམར་གྱི་ཏུ་བསྟན་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འདུ་
ཤེས་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། འབྱར་དུ་དོད་པ་དང་། གཟེངས་སུ་ཐོན་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱི་
ཡིས་མི་ལ་རྒྱགས་པ་རོ་མི་མཆར་ནའང་། མི་ཡིས་ཁྱི་ལ་རྒྱགས་པ་ནི་རོ་མཆར་དུ་
བཅིས་ནས་སངས་རྒྱུས་པའི་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་སྟོན་འཇུགས་
འདི་ལྟར་བྱས་པ་མཐོང་ངོ།།

དུས་ཚིག་གི་དོན་ལ་བརྟག་པ།

དེ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ཚོགས་ནས་བལྟས་ན་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཞེན་ས་
ནས་ཅན་དང་། སྦྱོར་ཅན་འབའ་ཞིག་དུ་མཐོང་ཞིང་། གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པའི་ལྟ་
ལོག་པའི་དབྱེ་སྡེ་རྒྱ་རྒྱ་ཞིག་གི་སྦྱོར་རྒྱ་ཞིག་རེད་འདྲག་ལ། འདིག་རྟེན་འདི་
ཚོགས་ནས་བལྟས་ན་བསམ་རྒྱ་བྱ་རྒྱ་མོད་ཅིང་གངས་ཅན་པ་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་
པའི་འཁང་ར་ཅན། གནང་རབས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་རྟེན་པ་དག་གིས་མགོ་ན་ལ། དེང་རབས་
ཀྱི་འདུ་འཛི་ཡོ་ཡང་ཅན་ཀྱིས་ཡིད་འཕྲོག་པའི་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་རྟེན་ཅིག་རེད་འདྲག་
འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ནས་རྒྱན་ནང་པའི་ཆོས་ལ་བརྟགས་དབྱེ་ཡེན་ས་མེད་པར། ནང་
ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ནས་ཅི་བཤད་ལ་དག་པ་སྟེར་བའི་བློ་བོད་དང་པའི་རྗེས་འབྲངས་མང་
པོ་ཞིག་ལ། མགོ་ལ་རྒྱ་འབྲུགས་སྤྱུགས་པ་བཞིན་མོངས་གཉིད་ལས་སད་དེ་དབྱེད་པ་
དང་ཞིབ་འཇུག་གི་སྒོ་མོ་ཞིག་གྱེ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི། དགའ་ལོས་པའི་གནད་ཅིག་དང་
རྒྱ་བ་སྦྱོར་དང་ངོས་ལེན་ཅི་བས་ཆེ་མོད་འདི་ཡང་ཁོང་གི་ཀྱན་སྦྱོང་གི་དབང་གིས་མ་
ཡིན་པར། རྗེས་པཎ་ཀྱིས། མ་དབྱེད་པ་ལས་དོན་འབྲུབ་པ། རྒྱ་ཡང་མཐོངས་པར་
སུ་ཞིག་བཅི། སྤྱི་བྱ་དག་གིས་ཐོས་པའི་རྗེས། ཡི་གེ་རྒྱ་ཡང་ཡིག་མཁན་མི།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟེས་དབང་གིས་རྒྱ་བ་འདྲ། དགག་ཅོམ་གྱི་དོ་བའི་ཆ་ནས་ནི་
བྱུང་མཐའ་གོང་ལོག་གི་བཞེད་པ་དང་། བྱང་དོན་ངེས་དོན་གྱི་ནམ་དབྱེ་ཅམ་ཡང་མེད་
ཅིང་། ཆོས་བརྒྱད་ཁག་གི་བཞེད་མཆམས་སྤྱོད་ཆོས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཡེན་ས་མེད་
པར་ཉར་རྒྱག་དང་། ཉོལ་གཏམ། བམ་བཤད་དང་། སྤྱི་བསྐྱེད་ཁོ་ནས་ཉམ་པ་རི་
ཅམ་བཤད་ན་བདེན་པ་གཡག་ཅམ་ཐོབ་རེ་བྱས་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཁྱེད་ཅག་གི་
མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་ནི་ལོག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། དངོས་དོན་རྟོགས་མཁན་དང་མཐོང་

མཁན་ནི་ཁོ་བོས་ཆད་མར་འདོད་པའི་རྒྱབ་སྟོགས་ཀྱི་མི་བོ་ཆེ་དེ་དག་ཡིན་པས་དེ་
དག་གི་བཤད་པ་དང་། བཀའ་བ་དག་དང་མ་མཐུན་ན་ཉམ་ང་བ་དང་ངོ་ཆ་བའི་ལོག་
ལམ་དུ་སོང་བར་ཡིན་པར་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་བཤད་འདུག་མོད། དེ་ནི་རིགས་
པའི་དབང་སྒྲུག་གིས། གཤམ་ཏེ་འཕྲོ་འོང་མ་མཐོང་ན།། དབང་བོ་མི་གསལ་བྱེར་མ་
མཐོང་།། དཔེར་ན་མིག་མི་གསལ་བ་ཡིས།། དུ་བ་རྩུང་དུ་མི་མཐོང་བཞིན།། ཞེས་པ་
ལྟར་ལས་མ་འདས་པས་འདི་དག་གཟུ་བོར་གནས་པ་དང་རིགས་པ་དང་མཐུན་པ་མི་
སྤང་མོད། ད་སྐབས་ནི་སྤྱི་བཤད་ཅིམ་དང་མཚུབ་མོས་རི་སྟོན་ཅིམ་ཡིན་ལ་འོག་ཏུ་
རྒྱ་མ་ཕུ་འདེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མཐར་ཆགས་སུ་སྟོན་གནད་རེ་རེ་བཞིན་དམིགས་འབྱེན་
ནས་དགག་པར་འདོད་པས་ཞིབ་ཐ་མ་བཤད་དོ།

ནུ་འབྲས་བྱའམ་བྱེད་ལས་ལ་བརྟག་པ།

བྱེད་ལས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་སྤྱིར་བཙུངས་ཆོས་དང་རྩོམ་པ་པོའི་འོས་འགན་
ནི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབས་དང་། གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པའི་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་ལ་
ཡར་འདེད་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་དང་བསམ་སྒྲུབ་པོ་རྟོགས་ཡར་རྒྱས། བྱང་ཁུལ་མཐུན་
ལམ་ལ་སྦྱལ་མ། མི་ཡི་རྒྱས་པ་དོ་སྟོད་སོགས་རྒྱས་ཤུགས་ཡོད་རྒྱར་འདོན་ཏེ་སྤྱི་
ཆོགས་ལ་བག་ཆགས་ཡང་དག་ཅིག་འདྲིལ་བྱུང་བ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་མོད་
ཀྱང་། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ནང་ཁུལ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་གཞི་མ་མཐུན་ལམ་དང་ཆིག་སྦྱིལ་ལ་
སེར་ཁ་བཏར་བ། གཉུག་མར་གནས་པའི་མི་སྟེ་སྤྱི་ཕྱར་བསྐྱངས་པ། ཀ་འོ་ཡིག་འོ་
ཆོད་ཅིམ་ལས་གནའ་དེར་གི་ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱ་ཆད་དམའ་བའི་གསལ་བྱེད་མགོ་
འཁུགས་གཞི་བཅོས་པ་སོགས་ལས། ཡི་རངས་ཀྱི་འོས་སུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བྱུ་མ་

མཐོང་བས་བདེ་བ་དང་དགའ་བ་ལ་དྲུངས་པའི་བློ་དབང་དང་། སྤྱུས་དང་དེང་དུས་
ཀྱི་ཤེས་བྱ་ལ་སྤྱན་དཀྱུས་རིང་བའི་མཁས་དབང་དག་གི་སྤྱན་ལམ་དུ། འཕྱུག་ཐག་
ཆོད་པའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་བདག་སློབ་དགའ་ནས་ཡོད། རྩོམ་ཤེས་
ཡོན་ལ་དྲུངས་ཤིང་ཤེས་ཡོན་ལ་སྤྱངས་བཅོམ་ཅན་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ལོག་ལམ་དུ་
ཁྲིད་བྱེད་དང་། མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་གོང་བུ་གཏོར་བྱེད། སྤྱིང་འཇགས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དཀྱོགས་
རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ལྷན་པའི་བྱ་གཞག་ལ་ཅི་བས་ཀྱང་གཟབ་ནན་བྱ་དགོས་པ་
ནི་ལྟ་ཅག་གི་གནས་བབས་དང་ལས་དབང་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད། རྒྱུ་པའི་
གཞུང་ལུགས་ནས་གསུངས་པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི་སྤྱི་
ཅིག་ལ། ཆ་སྤྱི་གིས་མི་འཐད་པའི་རིགས་པ་དུ་མ་ཞིག་བཀོད་པ་པལ་མོ་ཆེ་དག་ནི།
གང་ཟག་གཞན་གྱིས་བཏང་ཟེན་པའི་རིགས་པ་དང་། ཕྱོགས་སྤྱ་གཞན་གྱིས་བཤད་
ཟེན་པའི་སྐད་ཆ་ལད་སྒྲོལ་བྱས་པ་ལས་མི་འདུག་ཅིང་། གསར་དུ་ངར་ངར་གྱིས་
འགའ་ཞིག་བཤད་འདུག་ཀྱང་། མང་པོ་ཞིག་ནི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མཐོང་ཅམ་གྱི་གཏན་
ཚིགས་ལྟར་སྤང་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། ཕྱོགས་ཁྲབ་བྱུང་ཅིང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་
ཀྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་ཅིག་མི་འདུག་པས་ལོག་ནས་ཐད་ཀར་ཐད་ཀར་བརྒྱལ་ལན་
བྱལོ།

ཡུལ་ལུང་མི་འདྲ་ཤར་རྒྱབ་ས་ཡི་ཁྱོན།

མི་རིགས་མི་འདྲ་དཀར་ནག་སེར་གསུམ་ནང་།

བསམ་ཚུལ་མི་འདྲ་འོང་བ་ཆེས་ལེགས་མོད།

པ་མེས་ལེགས་བྱང་བསྐྱར་ན་ཡིད་ནས་པངས།

གཅིག་ཆོས་མངོན་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་བཅུད་གཉིས་ཀྱི་
རྣམ་གཞག་དབྱུང་པ་ལ་དོགས་མེད།

༼༡༽ སངས་རྒྱས་ཆོས་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་འདྲིལ་རྟེན་སྒྲིབ་བཅུད་
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ། མངོན་པ་ཤོད་འོག་གི་ལུགས། ས་ཇེ་ཆེའི་ལུགས།
འདྲིལ་རྟེན་གདགས་པའི་ལུགས། སངས་རྒྱས་སྐད་བཅད་ཀྱི་ལུགས། བཤའ་
འགྲོ་བྱ་མཆོའི་ལུགས། དུས་ཀྱི་འཁོར་ཁྲོའི་ལུགས་སོགས་རྣམ་གཞག་ལྟ་
ཆེ་བས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་གྲགས་ཀྱང་། སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན་
མངོན་པའི་ལུགས་དེས་མ་ཁུབ་པ་དང་མ་འབྲས་པ་གང་ཡང་མེད། ༽

ཟེར་བ་ལ་འདྲིལ་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་འདྲིལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་གྲངས་དུག་གོང་དུ་
བགྲངས་པ་དག་ལ་མངོན་པའི་ལུགས་དེས་ཁུབ་ཅེས་ཁ་ཆོན་བཅད་འདུག་མོད།
འདྲིལ་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་འདྲིལ་ལྟ་བུ་མེད་དང་། དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་དག་པར་ཞོག་
ཁྲོད་ཀྱིས་གཞུང་ལུགས་དེ་དག་བམ་སྒྲོག་ཅམ་ཡང་བྱས་ཡོད་བཟོ་མི་འདུག་སྟེ།
སངས་རྒྱས་སྐད་གཅད་ཀྱི་ལུགས་ཞེས་འབྲི་དགོས་སྒྱུ་ཡིན་པ་ལ་ཁ་བྱང་ཅམ་ཡང་
དག་ཆ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་སྐད་བཅད་ཅེས་འོར་ནས་བྲིས་འདུག་པས་སོ།།

གཞན་ཡང་མདོ་དམ་པ་ཉེར་བཞག་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་རི་བོ་བཞི་ཡིས་བསྐོར་
བའི་དབུས་སུ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་མངོན་པའི་གཞུང་གང་ནས་བཤད་སྒྲིབ་དགོས།
འདི་ལྟར་འཛམ་བུ་གླིང་རི་བོ་བཞི་ཡི་དབུས་སུ་གནས་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་ཆོས་ཅན།
མངོན་པ་ནས་བཤད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་བྱིར་
རྟགས་མངོན་སྲུང་གིས་གྲུབ་ཅིང་། ཁྲབ་པ་ཁྲོད་ཀྱིས་ཁས་སྐྱེས། འདོད་ན་སྟོན་ཅིག་
སྤྱིར་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་འདྲིལ་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། ཁྲད་པར་དུ་

མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ། ད་ལྟ་བར་དུ་དཔྱོད་ལྡན་དག་གིས་བཤད་ཚུལ་དང་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དེ་སྟེད་ཅིག་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། བསྐྱ་ན་མངོན་པའི་གཞུང་དེ་སྤྱི་ཅི་བཞིན་པར་བཟུང་ནས་འབྲེལ་ཚུལ་ཞིག་དང་། དེ་སྤྱི་ཅི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་ཚུལ་གཉིས་སུ་འདུས་ཡོད་ཅིང་། མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་མཐའ་དག་སྤྱི་ཅི་བཞིན་པར་བཟུང་ནས་དེ་ནས་གསུངས་པའི་སྟོན་བཅུད་ཐམས་ཅད། ད་ལྟ་ཤིང་མིག་གི་སྟོན་ལུས་དུ་སྟོན་དགོས་ན་ཅུང་ཟད་དཀའ་མོད། ཁོང་གིས་བཤད་པ་ལྟར་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་བསམ་སྟོབས་ཀྱང་ས་དང་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཅི་ཡང་མེད་པར། དོན་མེད་རྒྱང་རྒྱང་ཡིན་པ་བཤད་ནའང་གཟུ་ཐོར་གནས་པའི་གཏམ་དུ་མི་སེམས་སོ།།

འུ་ཆོས་ངེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སྟོན་བཅུད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གྲེང་སྐབས་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་དང་། འཛེམ་གྲིང་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་བྱེད་གོས་པ་ལས་དེ་གཉིས་མཉམ་བསྐྱེས་བྱས་ནས་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ན། དོན་གྱི་སྟོང་པོ་རྟོགས་པ་ལ་འགལ་རྒྱུན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་ནི་སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་སྤྱི་དང་། གསུང་རབ་ནས་ཁོང་ཁམས་བྱེ་བ་སྤྲལ་བརྒྱ། གཞུའི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་རྩལ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞེས་དང་། ཡང་ན་ཁམས་གསུམ་དང་། སྤྱིད་པ་གསུམ། ས་གསུམ་སོགས་སེམས་ལྡན་འགྲོ་བ་གནས་པའི་སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཡོངས་ལ་བྱེ་བ་དང་། དེང་དུས་བཤད་སྟངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཉི་མ་སྐར་གསུམ་གྱིས་གཙོས་པའི་གཟའ་སྐར་ཐེར་འབྱམ་དུ་མ་གནས་པའི་འོ་མའི་ལམ་(Milk Way)ཞེས་པའི་སྐར་ཆོམས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཚུན་ཆད་ནས། ཐབ་ཁའི་རྩ་ཟངས་པཏ་ཆད་ལ་སྟོན་གྱི་འཛིག་

རྟེན་ཞེས་གོ་དགོས་པ་དང་། མི་དང་། རྟེན་འགྲོ་སོགས་འགྲོ་བ་རིགས་ལྷན་ཐམས་ཅད་
ནང་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཡིན་ཞིང་གཞུང་ལུགས་དག་ཏུ་སྟོན་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་
རྣམ་གཞག་ཅེས་ཡང་ཡང་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་ནི་ཉ་ཅང་བྲབ་ཆེ་
བའི་མིང་ཆོག་ཅིག་ཡིན།

འཛམ་གླིང་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལས་བྲབ་ཆུང་ཞིང་གོ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་
ཡིན་ཏེ། དང་པོ་དུས་འཁོར་ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་ཆེ་ཆུང་གཉིས་དང་། མངོན་པ་
ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་། ཡན་པ་ཉེར་བཞག་ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་།
དམངས་ཁྲོད་དུ་གྲགས་པའི་འཛམ་གླིང་བཅས་སྐབས་སྟོབས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ཞེས་
པའི་མིང་གི་འབྱུག་ཡུལ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པར་སྣང་ངོ་།

དང་པོ་དཔལ་ལྷན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་ཆེ་ཆུང་གཉིས་
ལས། དང་པོ་འཛམ་གླིང་ཆེན་པོ་ནི། དུས་འཁོར་ཅ་རྒྱུད་ལས། ལན་ཚུ་ཆང་དང་ཆུ་
དང་ལོ་མ་ཞོ་དང་མར་དང་སྤང་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་བདུན་ཉེ་རི་བོ་ནི། འོད་སྟོན་མཐུ་ར་རི་ནི་
༡༨་དང་ནོར་བུའི་འོད་དང་རྩ་བ་སེལ་རིའི་རྩོུ་དང་། གླིང་ནི་ཆེ་བ་འོད་དཀར་དག་
དང་རབ་མཆོག་ཀྱ་ཤ་དང་ནི་མི་འམ་ཅི་དང་ཁྲུང་ཁྲུང་དང་། ཡག་པོ་ཡང་ནི་ལོངས་
སྟོད་ས་སྟེ་འཛམ་བུའི་མི་རྣམས་གནས་པ་དག་ནི་ལས་ཀྱི་ས། ཞེས་གསུངས་པའི་
འཛམ་གླིང་ལས་ཀྱི་ས་དང་། དེའི་བྲབ་ཁོངས་སུ་འགྲེལ་ཆེན་བྲི་མེད་འོད་ཀྱི་རྒྱན་ལས།
གངས་ལྷན་དང་། ཀེ་ལ་ཤ རྒྱ་ནག་ ལ། བོད། འཕགས་ཡུལ་ཉེ་ཡུལ་རྒྱག་དང་ལྷན་
པའི་ས་ཡི་དུས་བུ་ཞིག་ལ་འཛམ་གླིང་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱི་ས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་
ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་གླིང་ཆེན་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ཡུལ་བྱ་པལ་མོ་ཆེ་ལ་བྲབ་པའི་རྒྱ་ཁྲོན་ཅན་གྱི་

ཡུལ་ཁམས་ཞིག་ལ་སྤྱར་རུང་བ་ལས་གོ་ལ་ཕྱི་ལོ་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ།།

དུས་འཁོར་གྱི་འཛམ་གླིང་ཆུང་བ་ནི། ཅ་རྒྱུད་ལས། འཕ་དུ་རྒྱུད་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱུ་མ་
མོར་འགྱུར་ཏེ་མི་ཡི་བདག་པོ་ལྟ་བུ་མེན་གྱི་གསུམ་མོ།། བྱང་དུ་རྒྱ་ནི་ཕྱེད་གྱི་རྒྱ་བ་
དག་དང་རྒྱབ་ཏུ་གསེར་མཆོག་ས་ནི་རྒྱ་ཡི་གཏེར་གྱི་ཟུར།། རི་རབ་ལྷན་པོ་སྤྱོད་པའི་
རྣམ་པ་རྟོག་མཆོག་གི་རང་བཞིན་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་དབུས་སུ་སྟེ། ཞེས་རི་རབ་
གྱི་སྟོང་ས་སུ་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་གླིང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྟོང་འཛམ་བུ་གླིང་ཞེས་བ་དེ་
ཉིད་ཡིན་ཞིང་། འདི་ཉིད་མཐར་གཏུགས་ན་གྲུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡོད་པར་
གསུངས་པས་ན་མདོ་རྒྱུད་པལ་མོ་ཆེན་ས་བསྟན་པའི་འཛམ་བུའི་གླིང་སྟེ། རྒྱ་གར་གྱི་
ཡུལ་གྱི་འདི་ཉིད་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དབྱིབས་གཟུགས་འདི་གཅིག་བུས་ཤེས་ཐུབ་
པ་ཡིན་ནོ།། འོན་ཀྱང་གསུང་རབ་འདི་རྣམས་སུ་ཤིང་རྟའི་དབྱིབས་ཅམ་ཞིག་གཅིག་
གྱུར་དུ་གསུངས་ན་འད་སྟོར་པོར་ཞིག་གི་ཆ་ཆ་ལྟ་བུ་ཆེ་རྒྱུད་མེད་པ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་
ཏེ། རྒྱུད་གྲགས་དུ་མའི་བྱང་པར་ཡོད་ཀྱང་མི་འཆུག་པའི་གཟེར་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་
དབྱིབས་གཟུགས་འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སོག་པ་འབྲ་བ་ཞེས་དང་། ཡང་གཞན་དུ་གྲུ་
གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཞེས་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཤིང་རྟའི་དབྱིབས་དང་། མིའི་རོ་
གདོང་གི་དབྱིབས་སོགས་གང་གསུངས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཐར་གཏུགས་ན་རྒྱ་
གར་རལ། ཡང་ན་ཉི་རྒྱ་སྤྱོད་གྱི་སྟོང་ས་རྒྱ་མཆོར་རྒྱབ་པའི་ས་དབྱིབས་འདི་ཁོན་ལ་
འབྱོར་བ་ཡིན་ནོ།།

མདོན་པ་ནས་བཞད་པའི་འཛམ་གླིང་ནི། མདོན་པ་མཛོད་ལས། འཛམ་བུའི་གླིང་
སྟོང་ས་གསུམ་ལ།། སྟོང་སྟག་གཉིས་སོ་ཤིང་རྟའི་དབྱིབས།། གཅིག་ལ་དཔག་ཆད་

ཕྱེད་དང་བཞི། ཞེས་གསུང་བ་ནི། ད་ལྟ་རྒྱ་གར་དུ་གྲགས་པའི་ཡུལ་གྱ་འདི་ཡི་
 རྩོགས་པལ་མོ་ཆེ་ཙམ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པ་ལས། དེང་སང་གི་ས་བགྱའི་ནང་དུ་
 གསལ་བའི་བྱང་ལ་དྲགས་ནས་ལྟོ་ཨ་རབ་རྒྱ་མཆོའི་བར་ལ་བྱུང་བའི་རྒྱ་གར་རྒྱལ་
 ཁབ་ཆེན་པོ་འདི་ལ་ཡང་བྱུང་བར་གསུངས་མེད། སྤྱི་ལོ་ལྟེ་མོན་པ། འབྲས་ལྗོངས་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་
 ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་གཤོང་དམར་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་འདི་དག་ཕྱད་ཅིང་།
 འགར་རྩང་ག་ལ་དང་། ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ། བ་ཁི་སི་ཐན་སོགས་གྱི་ཆ་འགས་འགའ་ཞིག་
 འདུས་པའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། མདོ་སྤེ་པལ་མོ་ཆེ་ནས་འགྱུར་བ་མེད་
 པར་འཛམ་གླིང་གིང་ཉིད་དེ་བྱིབས་སུ་གསུངས་པའི་གནད་ནི། གླིང་འདི་ཉིད་ངོས་
 གསུམ་ཨ་རབ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ནས་ཡང་བསྐྱིདས་
 བསྐྱུམ་མི་ཡོང་བས་གྲུ་གསུམ་དེ་བྱིབས་དེ་འཆུགས་མི་འགོ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བྱང་
 ངོས་གྱི་ཡུལ་འདི་ནི་གནའ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཆེ་ཆུང་དང་། རོབ་ཤོར་མང་པོ་ཡོང་
 བཞིན་པ་ཡིན་ནོ།

ད་ལྟ་ང་ཆོས་བཤད་བཞིན་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ནམ་གཞག་ནི་ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་ལ་
 འཛམ་གླིང་དུ་བསྐྱད་པའི་འདི་ཡི་ཆགས་འཛིག་གནས་གསུམ་དང་། དེ་བྱིབས་དང་
 ཆོད་བཅས་ལ་བཤད་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མི་ལོ་སྤྱིང་པ་དུ་མའི་ཡར་སྤོན་དུ་
 འཛམ་གླིང་ཞེས་པའི་མིང་འདི་འགོ་བ་མི་རིགས་འདུས་སྡོད་བྱ་སའི་གོ་ལ་ཕྱི་ལ་པོ་འདི་
 ལ་གོ་བའི་བཟོ་མི་འདུག་པས། རོག་མར་འཛམ་གླིང་ཞེས་པ་ནི་ཡུལ་གྱ་ཉི་ཆེ་བ་ཞིག་
 གི་མིང་ཡིན་ཞིང་། ཕྱིས་སུ་རིམ་གྱིས་མིང་དེ་ཉིད་གྱི་བྱུང་རྒྱུ་ཇི་ཆེར་སོང་སྟེ། ས་ཡི་གོ་

ལ་རིལ་ལོ་ལ་གོ་སོང་བ་ལྟ་བུ་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན་ང་ཚོ་བོད་ཅེས་པའི་མིང་དེ་ཡང་
 རོག་མར་བོད་ཀ་གཡག་བྱུག་ཅེས་པ་དང་། བོད་ཡུལ་སྤྱོད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཡུལ་ལུང་གེ་
 བག་པ་ཞིག་གི་མིང་དེ་ཉིད་རིམ་གྱིས་དར་བྱུང་ཟེ་ཆེར་སོང་ནས་མཐར་ཆུ་གར་ཆུ་པོ་
 གཏུག་ནས་ཤར་ཆུ་ནག་ཆུ་ལ་ས་ཁང་ཨན་གྱི་བར་དུ་བོད་ཅེས་པའི་མིང་འདི་ཡི་འོག་ཏུ་
 ཆུད་ཕྱོང་ཡོད་པ་དང་། ཡང་བྲལ་ཆུ་ཅུང་ཅུང་དུར་སོང་ནས་ལུབ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་
 ཆུད་ནས་ཤར་དར་ཅེ་མདོ་ཡི་བར་གྱི་གངས་ཅན་ཕྱོངས་དེ་ལ་བོད་ཅེས་པའི་མིང་
 འདིས་བྲལ་བ་ལྟ་བུ་རེས་འགའ་ཆུས་པ་དང་། སྐབས་འགར་འཁུམས་པ་ཅི་རིགས་
 ཞིག་འགྲུར་བ་འགྲོ་ཕྱོང་བ་བཞིན་ཡིན་པར་སེམས།

བྲན་པ་ཉེར་བཞག་ནས་བཤད་པའི་འཛམ་གླིང་ནི། དེ་སྟོན་རི་གླིང་དཔུང་བརྗོད་
 གྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་མཐོང་དགོན་ཞིང་། འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་གང་དུ་ཡོད་པའི་
 རོས་འཛིན་ཆེས་གསལ་བ་ཞིག་ནི། མདོ་བྲན་པ་ཉེར་བཞག་ལས། རྩ་སྤྱི་གླིང་རི་
 བཞིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། གངས་ཅན་དང་། འབིགས་བྱེད་དང་། མ་ལ་ཡ་
 དང་། ཉེ་སེམས། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཆུ་གར་གྱི་ཡུལ་དུ་སྟན་ངག་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ནང་དུ་
 གྲགས་ཤིང་བྱུབ་པའི་རི་བོ་སྐྱད་གྲགས་ཅན་སྐྱོར་ཞིག་གིས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་དེ། ཤར་
 ཕྱོགས་སུ་གངས་ཅན་ཉི་མ་ལའི་རི་བརྒྱད་དང་། ལྷོར་མ་ལ་ཡའི་རི་བོ། ལུབ་ཏུ་
 འབིགས་བྱེད་ཀྱི་རི་བོ། བྱང་དུ་ཉེ་སེམས་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉི་མ་ལའི་རི་བརྒྱད་ཕྱོགས་
 གྱིས་བསྐྱོར་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་རྩ་སྤྱི་གླིང་ཞེས་གསུངས་པས་དེ་ནི་ཆུ་གར་གྱི་ཡུལ་གྱི་
 འདི་ཉིད་ཡིན་པ་ཆེས་གསལ་བ་ཡིན་ནོ། ། འཛམ་གླིང་འདིའི་དབྱིབས་གཞུགས་ནི་
 མཛོན་པ་ནས་བཤད་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གང་གི་

དབྱིབས་རྣམས་རི་ལྷ་རི་ལྷར་གྱུར་པ་དེ་དང་དེ་ལ་གནས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཁ་གདོང་གི་དབྱིབས་ཀྱང་དེ་ལྷ་རི་ལྷར་ཡིན་ནོ།། དེ་ལ་ཤིང་རྩ་ལ་ཀ་རྩ་དང་མཚུངས་པ་ནི། རྩ་ལྷའི་སྒྲིང་སྟེ། དེ་དང་འབྲ་བར་རྩ་ལྷའི་སྒྲིང་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་ནོ།། བྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་ཞིང་བྱ་གསུམ་དེ་ཡང་སྟགས་པའི་ཉོམ་ཁུང་འབྲ་བ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་འདི་ཉིད་ལས་གསལ་བ་ལྷར་སྒྲིང་འདིའི་མིའི་ངོ་གདོང་གི་དབྱིབས་དང་མཚུངས་པར་གསུངས། དབྱིབས་གཟུགས་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཅུང་ཁ་གསལ་བ་ཞིག་ནི། འཕགས་པ་རྡོ་འབངས་པའི་མདོ། བཅ་ལོ་གཉིས་པ་ལས། གནས་འཛོག་གི་རྒྱ་དག རྩ་ལྷའི་སྒྲིང་འདི་ནི། ཅུ་དང་ཞེང་དུ་དཔག་ཆད་བདུན་སྟོང་ཡོད་ཅིང་། བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་ནི་ཡངས་ལ། ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཤིང་རྩའི་དབྱིབས་ཡིན་ནོ།། ཞེས་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་བྱ་གསུམ་ཤིང་རྩའི་དབྱིབས་དང་། བྱང་ཕྱོགས་སུ་ནི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་གསལ་ལོ།། འདི་ནི་མདོ་སྟེ་ནས་གསུངས་པའི་རྩ་ལྷའི་སྒྲིང་སྟེ་རེས་པ་དོན་གྱི་འཛམ་བྱ་སྒྲིང་ནི་འདི་ཉིད་ཅམ་ཡིན་ནོ།། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་མདོ་བྲན་པ་ཉིར་བཞག་ལས་ནི་རྒྱ་ནག་དང་ཀམ་རྩོ་ཁྲི་ཡ་སོགས་ཀྱང་འཛམ་སྒྲིང་འདིའི་ནང་དུ་མ་རྩུ་ད་པར་ཟུར་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། རྒྱ་ནག་ཅེས་བྱ་བ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་དཔག་ཆད་སྟོང་ཡིན་ནོ།། རྒྱ་ནག་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ནི། དཔག་ཆད་ཉིས་བརྒྱ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་དང་། ཀམ་རྩོ་རྩི་(Cambodia)ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི། དཔག་ཆད་བརྒྱ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཐུན་ཆེགས་རྣམས་ནི་མ་གཏོགས་སོ།། ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱ་ནག་གཞན་ཞེས་པ་གོ་རི་ཡ་དང་། ཉི་ཉོང་སོགས་ཡིན་སྟེང་ལ། མདོར་ན་མདོ་འདིས་འཛམ་སྒྲིང་ནི་གནའ་དུས་སུ་ཉི་རྩུ་སིཐན་ཟེར་བའི་ཡུལ་ཁོ་ན་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།། དགེ་

ཆོས་ཀྱིས་གསེར་ཐང་དུ། སིལྱ་ལའི་ཡུལ་ནས་རྒྱ་གར་ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་ཞེས་འབོད་
ཀྱིན་ཡོད་ཚུལ་ཞིག་གིས་ཡོད་པར་སྤང་ལ། དེའང་འཛམ་སྤྱིང་ཟེར་བ་གང་དུ་ཡོད་པ་
བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་ཀྱིས་གིས་བཏགས་བཞག་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། རྒྱ་གར་གྱི་
ཡུལ་དུས་བུ་འདི་འམ་འདི་འེ་ཆ་ཤས་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་པར་གནའ་དུས་སུ་སྤྱོད་པོ་པལ་
པའི་ཁ་ན་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་པར་སྤང་ངོ།།

འོན་ཀྱང་དེར་གི་འུ་ཆོའི་དམངས་ཁོད་དུ་ནི་(World)དང་། སའི་གོ་ལ་(Earth)
ཞེས་སུ་གྲགས་པ་ར་ཆོ་འཆོ་སྤོད་བྱ་སའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་ཞེས་འབོད་
ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ་ཆོག་མཛོད་ཚུན་ཆད་དུ་བཀོད་ཟེན་པ་རེད། དེ་ནི་མ་བཏགས་ཉམས་
དགའི་ངང་ནས་བསྐྱར་བཞག་པ་ཞིག་དང་། སྐར་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས་གསུང་
རབ་ནས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་ན་དངོས་དོན་དང་འབྱོར་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད། མངོན་
པ་ནས་གསུངས་པའི་དབྱས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་ལྷོ་
འཛམ་བུ་སྤྱིང་སོགས་བར་དུ་རྒྱ་མཆོ་དང་། གསེར་རིས་ཆོད་པར་བཤད་པའི་སྐབས་
སུ་རི་རབ་དེ་ཉིད་ས་གཞི་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འཛོགས་ཐུབ་ནས། སའི་གོ་ལ་འདི་ཉིད་
རིལ་གྱིས་ལྷོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་དུ་བྱས་ནས་རི་རབ་དེ་ཉིད་གནས་སྐབས་ཅམ་མི་མཐོང་བའི་
ཁད་རྒྱུང་རིང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཐོ་ཆེ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་སྤྱོད་བཏགས་བཞག་པ་
ཅམ་ཞིག་ཡིན། དེའི་རྒྱུང་རིམ་དང་སྤྱིང་བསྐྱར་སྤྱོད་ཚུལ་འདྲ་པོ་ནི། མངོན་པ་ནས་
གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཐོ་བཞིན་པར་ཁས་སྤངས་ཤིང་། མདོ་སྤྱོད་གཞན་དག་དང་
མཚུངས་བསྐྱར་གྱིས་བྱང་རིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་ལོ་ངོ་སྤོང་སྤྱོད་ཀྱི་
མའི་སྤོན་ནས་གང་གསུངས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དེ་རིང་གི་དུས་སུ་མ་འགྱུར་བཞག་པར་

ཡོད་དགོས་པའི་མུ་ཚུགས་གྱིས་སའི་གོ་ལ་འདི་ཉིད་རིལ་གྱིས་སྟོང་མ་བུ་གླིང་དུ་
སོང་བ་ཡིན་ནོ། ཁོ་ཐོས་ནི་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་གང་དུ་འདྲ། ས་ཡི་གོ་ལ་རིལ་པོ་
ལ་སྟོང་སྟེང་གླིང་ཞེས་གསུངས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡོད་པར་མི་འདོད་པས། མངོན་
པ་སོགས་སུ་འཛུམ་གླིང་ཤིང་རྟའི་དབྱིབས་སུ་གསུངས་པ་དང་། ང་ཚོས་ད་ལྟ་ས་ཡི་
གོ་ལ་རིལ་རིལ་མཐོང་གི་ཡོད་པ་འདི་གཉིས་འགལ་ནས་འདུག་ཅེས་སྒྲིབ་དགོས་དོན་མ་
མཐོང་ཞིང་། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་མཁན་ནམས་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་གསུང་རབ་ལ་ཆ་རྒྱས་ཅུང་ཙམ་
ཅུང་བ་མིན་ནམ་སྟམ་པར་བདག་དོགས་སོ། ། འདི་དག་གི་གནད་ཀ་འགའ་ཞིག་ལ་
ཟུང་ཙམ་བལྟས་ན། སྤིང་པ་དང་། འཛིག་རྟེན། སའི་གོ་ལ། འཛུམ་བུ་གླིང་སོགས་
གཞན་སྐད་དང་པར་སྒྲུར་ཅུང་སྒྲུར་བྱེད་དུས་རང་རང་གི་གནས་བབ་དེ་ལ་འབྱོར་
འདུག་མིན་ཏན་ཏན་ཞིག་མ་དཔྱད་ན་ཕྱིས་སུ་བཞིག་དཀའ་བའི་མདུད་ནག་རྩོམ་བ་
རེ་འགྱུར་ཉེན་དུ་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན་དབྱིན་ཡིག་གི་(World)ཞེས་པ་འཛུམ་བུ་གླིང་དུ་
བསྒྲུར་བ་བཞིན་ནོ།

གཞན་ཡང་གསུང་རབ་ནམས་སུ་འཛུམ་གླིང་གི་བཞོད་པ་དུ་མ་ཞིག་གསུངས་
ཡོད་སྤིང་ནའང་། རིལ་གྱིས་བསྐྱུས་ན་དུས་འཁོར་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་འཛུམ་གླིང་
ཆེ་ཅུང་གཉིས་སུ་མི་འདུས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་མི་སེམས་སོ། ། དེ་ལ་འཛུམ་གླིང་ཆེན་པོ་
ནི་དུས་འཁོར་ནས་གསུངས་པའི་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་དང་། བོད་དང་། ཡི་ཡུལ།
གངས་ལྗན། ཀེ་ལ་ཤ་སོགས་ཡ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁམས་ཆེ་ཁག་འགའ་ཞིག་འདུས་པ་
འདི་དང་། གཞན་མངོན་པ་མཛོད་དང་། སངས་རྒྱས་མཛད་གཅད། རྩོམ་སངས་པའི་
མཛོད་སོགས་ནས་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཉི་མའི་སྤྱི་ལམ་ཡང་ན་ལུལ་

འདིའི་ཚྱོགས་གཅིག་ལ་འཛམ་གླིང་ཆུང་བ་ཞེས་འབོད་དགོས་ཏེ། སྤྱིར་ན་དུས་འཁོར་
ཀྱི་ཆུད་ལས་འཛམ་གླིང་ཆུང་བ་ཞེས་པའི་མིང་གིས་གསལ་བར་བསྟན་ཟིན་པའི་ཕྱིར་
རྟོ།

དེ་དག་དཔྱེ་སྒོ་གཞན་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་གསུང་རབ་ནས་གསུངས་པའི་
འཛམ་གླིང་དང་། དམངས་ཁྲིད་དུ་གྲགས་པའི་འཛམ་གླིང་གཉིས་སུ་ངེས་ཤིང་། ས་ཡི་
གོ་ལ་རིལ་ལོ་ལ་འཛམ་གླིང་ཞེས་སུ་འབོད་བ་འདི་ནི་གསུང་རབ་ནས་ཡེ་མི་འབྱུང་
བས་དམངས་ཁྲིད་ཁོ་ན་ལ་གྲགས་པའི་འཛམ་གླིང་དང་། གཞན་དུས་འཁོར་དང་།
སངས་རྒྱས་མ་དག་གཅད། མངོན་བ་སོགས་ལས་བསྟན་པའི་འཛམ་གླིང་རྣམས་ནི་
གསུང་རབ་ནས་འབྱུང་བའི་འཛམ་གླིང་ཞེས་སུ་ཕྱེ་ན་སྒོ་བྲོས་ཀྱི་འཇུག་བ་བདེ་བའི་
ཡན་ལག་ཏུ་ངེས་སོ།

༼ ༣ ༽ འཛིག་རྟེན་འདིའི་དབྱིབས་ཀྱི་ཚྱོགས་ལ་མངོན་པ་བས། ས་གཞི་
ཡེ་ཡ་ཆེན་ཞིག་གི་དབྱུས་ནས་རྩི་ཆེན་བྱ་བ་ཞི་ཞིག་ཡར་ལ་འབྱུང་ནས་ཡོད་
པར་འདོད་པ་ཞི། མཐའ་དབང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་བྱིས། འཛིག་རྟེན་
ཡེ་ཡ་ཡེ་ཡ་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། སྤྱིར་ས་གཞི་ཡེ་ཡ་ཡེ་ཡ་ཡིན་སྟེས་པ་ནི་ར་
ཆོ་ས་ལྟེང་དུ་ཞོད་པའི་མི་ཀྱན་ཀྱི་སྒོ་རྩོད་མ་བཟག་ས་ཉམས་དགའི་སྒྲང་ཆུང་
དེ་རར་ཡིན་པས་གོ་བ་ཡོན་མི་བྱུང་བ་ཞིག་མིན། འོན་ཀྱང་དེའི་དབྱིབས་དུ་རྩི་
ཡོ་མཆོག་རབ་ཅེས་པའི་རྩི་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་པ་འདི་ནི་མཐའ་བྱུང་
ཀྱི་སྒོས་བཏགས་བྱས་པ་མཆོང་དུ་ཡོང་བ་ཞིག་ལྟེ། རོ་དཔོར་ལྷན་དུ་བ་པ་
ནས་བཟུང་སངས་ཉིན་ནས་མ་ལངས་ཀྱི་བར་དུ་ཉི་མའི་འོད་སྣང་རྟ་རྟ་ཅེས་
ཡར་རྩིག་རྒྱ་མེད་པ་འདི་རྩི་ཆེན་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ཡོས་ཡིན་སྟེས་པའི་
ཆོངས་ཆོད་བྱས་པ་ཅེས་ལས་གཞན་ཁྲངས་དང་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡར་མེད།

ལུགས་འདིས་ས་གནི་ཁོ་ན་མ་ཟད་ཉི་ལྷ་སྐར་མའི་འཇིག་རྟེན་ཡོད་ཆད་ཀྱང་
ལེབ་ལེབ་སྐར་ར་ལྟ་བུ་རེ་འདོད་ཀྱིན་ཡོད། ༽

མདོན་པའི་གཞུང་ཙམ་དུ་མ་ཟད་རྒྱལ་པའི་བཀའ་སྡེ་སྟོན་གང་དུའང་འཇིག་རྟེན་
ལེབ་ལེབ་ཏུ་གསུངས་པའི་ཆོག་ཟུར་ཙམ་ཡང་མ་མཐོང་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་ལེབ་ལེབ་
ཅེས་པའི་གྲོང་སྐད་པལ་པ་འདི་འབྲ་བ་གསུང་རབ་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་བཀོལ་སྟོན་བྱས་
བ་པལ་ཆེར་མེད་པའི་ཆོད་དུ་སྒྲང་། འདི་ལ་ཁྱོད་ཀྱང་ཁག་མི་འདུག་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱད་ས་
གཏུགས་ས་དག་ཆོས་ཀྱི། འཇིག་རྟེན་རིམ་མོའམ་རྒྱུ་པོ། ཞེས་པའི་དབྱུང་ཙོས་དུ།
སྟོན་བྱི་སྒྲིང་ཡོ་རུབ་ཀྱི་ཡུལ་རྣམས་ན་ཡང་མ་བཟླ་བའི་སེམས་ཀྱི་འཆར་ཚུལ་
བཞིན་འཇིག་རྟེན་དེ་ལེབ་ལེབ་ཡིན་བྱ་བ་ལས། རིམ་མོ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མཁན་ཅིག་ཀྱང་
མེད། ཡུལ་སོ་སའི་ཆོས་ལུགས་རྟོང་བ་ཐམས་ཅད་ན་ཡང་། འཇིག་རྟེན་ལེབ་ལེབ་
ཡིན་བྱ་བ་ཤ་སྟག་ལས། རིམ་རིམ་ཡིན་བྱ་བ་ཡེ་མེད། ཅེས་སོགས་ནང་བ་སོགས་
ཆོས་ལུགས་རྟོང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ལེབ་ལེབ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་
བཤད་ཉེས་ཤིག་ཞོར་འདུག་པས་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པས་ལན་བ་ཡིན། དག་ཆོས་
ཀྱི་གསུང་འདིའི་ནང་དུའང་། ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་དང་། འཛམ་གླིང་གཉིས་
ཀྱི་གསལ་ཁ་མེད་པར་སྟོམ་བཤད་བྱས་པ་དང་། དེ་ཡི་དབྱིབས་གཟུགས་ལེབ་ལེབ་
ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་དབྱུང་བ་ཞིབ་མོར་མེད་པའི་ཉམས་དགའ་བའི་བཤད་ཡམས་
སྟོར་ཞིག་ཞོར་འདུག་གོ། ཙོམ་ཡིག་དེའི་ཁ་བྱང་དུ་འཇིག་རྟེན་རིམ་མོའམ་རྒྱུ་པོ་
ཞེས་སུ་གསུངས་པས་དོགས་བ་དངོས་ནི་དེ་ཡིན་པར་སྒྲུང་ཞིང་། རྒྱུ་པོ་ཟེར་བ་ནི་
མཐའ་ཡི་བྱུང་འཁོར་དེའི་མིང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་རྒྱུ་པོ་ཡིན་ན་རིམ་མོ་མ་ཡིན་མི་

དགོས་པ་དང་། རིལ་མོ་ཡིན་ན་རྒྱུ་ལོ་མ་ཡིན་མི་དགོས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱ་བཞིར་
འཛིག་རིགས་སོ།།

ཆ་སྤྱལ་གིས་འཛིག་རྟེན་འདིའི་དབྱིབས་ཟེར་བ་ལ་བལྟས་ན་ང་ཆོ་འཆོ་སྟོང་གུ་
སའི་ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་ལ་གོ་དགོས་པ་འདྲ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། མངོན་པ་བས་རི་ཆེན་གུ་
བཞི་དེ་ཡར་ལ་འབྱུང་སའི་ས་གཞི་ལེབ་མོ་ཞིག་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་དབྱིབས་སུ་མི་
འདོད་ལ། རི་ཆེན་གུ་བཞི་དེ་ཡར་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་དབྱིབས་ཡིན་པ་དེ་བས་ཀྱང་མི་
འདོད་དོ། ང་ཡི་རིགས་པའི་གྲོགས་པོ་ཁོང་གི་དགག་ཚུམ་གྱི་མགོ་མཇུག་ཀྱན་ཏུ་འདི་
དང་འདི་འདྲ་བའི་ཁྱད་ས་ལུང་མེད་པ་དང་། རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་ས་གཏམ་བྱས་པ་ཉུང་ཉུང་
རེད་མི་འདུག་གོ། གཞན་འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ཡི་དབྱིབས་ལ་ས་གཞི་ལེབ་མོ་དང་རི་རབ་གུ་
བཞི་ཞེས་བཤད་པ་ཞིག་འོང་དོན་མེད་དེ། འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ལ་རྒྱ་ཁྲོན་དང་མཐའ་དབྱས་
གཞལ་དུ་མེད་པར་འདོད་པ་ཁྲོད་ཀྱིས་བཤད་མ་ཐག་པ་ཡིན་པས་སོ།། འདི་ལྟར་སྤྱ་
སྟེ། ལྷན་པོ་ཆོས་ཅན། འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་དབྱིལ་ནས་ཡར་ལ་འབྱུང་ནས་ཡོད་པར་
ཐལ། ཁྲོད་ཀྱི་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འཛམ་བུ་སྤྱིང་ལྷན་པོའི་ལྷོན་ཡོད་
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྷན་པོ་ལ་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཐན་བརྒྱད་དང་གསེར་གྱི་རི་བདུན་
དང་རོལ་པའི་མཆོ་བདུན་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་གསལ་
ལ་ལན་ཐོབ་ས་ཞིག

ད་དུང་ནང་བ་སངས་རྒྱུ་པའི་ལུགས་འདིས་ས་གཞི་ཁོན་མ་ཐད་ཉི་ཁྲ་སྐར་
མའི་འཛིག་རྟེན་ཡོད་ཆད་ཀྱང་ལེབ་ལེབ་སྤྱ་ར་ལྟ་བུ་རེ་འདོད་ཀྱིན་ཡོད། ཟེར་བཞི་སྐར་
འདེབས་གཉིས་པ་སྟེ། འཛིག་རྟེན་ཡོད་ཆད་སྤྱ་ར་ལྟ་བུར་མ་གསུངས་ཏེ། རི་ཐོའི་

དབྱིབས་དང་། ལྷ་ལོ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་བབས། ལྷ་ལ་མཆོན། ལང་བཟང་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་
སྤྱ་གསུངས་པའི་བྱིར་ཏེ། མདོ་སྤེ་པལ་པོ་ཆེ་ལས། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་མཆོ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱིབས་གཞན་དང་གཞན་ཏུ་འདུག་པ་ལ་སྤྱ་གསུ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། རི་རབ་ཀྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་
འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ལྷ་སྐྱང་གི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་
འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། གུན་ཏུ་འཁོར་བའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། གུན་ཏུ་འབྱིལ་བའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་
ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། འཁོར་བའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། མིག་མང་རིས་ཀྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་
ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ཤིང་གི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་
འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ལང་པ་བཅེགས་པའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། རྩི་ལྷ་མཆོན་གྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་
ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ལྷོགས་འབྱམས་སྐྱས་པའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ།
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ལང་པའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་
རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། བརྒྱའི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། ལྷ་བབས་ཀྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱི་
མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ཀྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་
རྟེན་གྱི་ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། སྤྱིན་གྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ། འཛིག་རྟེན་གྱི་
ཀྱི་མཆོ་འབྱམས་སྐྱས་པ་ལ་ལ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་གྱི་དབྱིབས་ལྷ་བྱུངོ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྲམས་སྐྱུ་པ་ལ་ལ་ནི། འོད་གྱིད་གྱིལ་འཁོར་གྱི་དབྱིབས་ལྟ་
བུལོ། འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྲམས་སྐྱུ་པ་ལ་ལ་ནི། བ་བ་སྒྲ་ཚོགས་བཞེ་བའི་
དབྱིབས་ལྟ་བུལོ། འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྲམས་སྐྱུ་པ་ལ་ལ་ནི། སྒོ་ཀྱན་ནས་
ཡོག་བའི་དབྱིབས་ལྟ་བུལོ། འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྲམས་སྐྱུ་པ་ལ་ལ་ནི།
དམིགས་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་དབྱིབས་ལྟ་བུ་སྟེ། གྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྱས་དག དེ་དག་ལ་
སོགས་བ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འབྲམས་སྐྱུ་པ་འི་དབྱིབས་རྣམ་པ་བྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་
བསྟན་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྒྱ་མཚོའི་རྩལ་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་སྟེད་དོ། ཞེས་སོགས་
རྒྱས་བར་གསུངས་སོ།

འདི་ནས་གསལ་བ་ཤད་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་བོས་ཀློལ་ཡིག་འདི་ཡི་ནང་དུ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཁ་ཤས་ཤིག་བཟང་ཡོད་པ་དག་པ་རོལ་བོ་ལ་ལུང་གི་སྒྲ་བ་
བྱེད་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན། འོན་ཅི་ཞེ་ན། ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གསུང་རབ་ནས་
གང་གསུངས་པ་རྣམས་མ་གསུངས་སོ་བེད་བའི་སྒྲ་རྟེན་འདེབས་དང་། མ་གསུངས་པ་
ལ་གསུངས་སོ་བེད་བའི་སྒྲ་འདོགས་པ་རྣམས་ལ་མངོན་སུམ་དུ་གཞིན་པ་སྟོན་པའི་
ཆེད་དང་། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གཞུང་ནི་ཕྱི་རྒྱུ་ནང་སྟོང་རྒྱུང་ཡིན་པ་ལས། དེ་
ནས་བཤད་པའི་ཤེས་བྱ་སྤྲ་རགས་གང་ལ་ཡང་མཐོ་བསམ་བྱེད་ས་དང་ཁོག་
འབྲུབས་ས་མེད་པར་འདོད་པ་ལ་གསལ་བཤད་ཅམ་ཡིན་པར་ཚིམ་ཡིག་འདིའི་གོང་
ཡོག་ཀྱན་ཏུ་ཤེས་དགོས། གཙོ་བོ་ནི་ཁས་སྤངས་ནང་འགལ་གྱི་རིགས་པ་དང་། མཐོང་
བ་མངོན་སུམ་གྱི་གཞིན་པ་ཁོ་ནས་འགག་ལ་གཏུགས་ཤིང་། ཁྱང་དུ་བཅུད་རྒྱ་ཡིན།

༼ ༣ ༽ འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡོངས་ལ་འཆགས་པའི་དུས་ཚོད་འདི་ཞེས་
འཆད་དུ་མེད་ཀྱང་། ད་ལྟ་མིག་དང་རྒྱང་ཤེས་སོགས་ཀྱིས་མཐོང་བྱུང་བའི་

[illegible]

ཅེས་བཤད་འདུག་མོད་ཆོན་རིག་པ་ས་ད་ལྟ་འེ་མིག་དང་རྒྱུད་ཤེས་ལོགས་ཀྱི་
སྒྲིབ་ཡུལ་ལས་ལོགས་སུ་འདྲིལ་ཉེན་ཞིག་ཡོད་པ་འེ་གཏམ་ཅི་ཡང་མེད་པས་འདྲིལ་
ཉེན་སྒྲིབ་ཡོངས་ལ་འཆགས་པ་འེ་དུས་ཆོད་བཤད་མི་བཤད་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཞིག་འོང་ཚུལ་
མེད་པས་འདྲིལ་ཡང་རྒྱས་མེད་ཀྱི་རྒྱས་གཏམ་ཞིག་བྱས་འདུག སྒྲིབ་འདྲིལ་ཉེན་ལ་
མཐའ་ཡོད་མེད་ཅི་ཡང་མི་སྒྲིབ་བ་དང་། གས་འཛོར་ཆེན་མོ་འདོད་པ་ནི། ཁས་རྒྱངས་
ནང་འགལ་ཀྱི་ཁུར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། འདྲིལ་ཉེན་ཐོག་མར་མགོ་འཇུགས་ས་ནི་
གས་འཛོར་ཆེན་མོ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་སྒྲིབ་པ་དུ་འདྲིལ་ཉེན་ཟེར་བ་མེད་ལ་དུས་ཞེས་

བ་ཞིག་ཀྱང་མེད་ཅེས་ཆོན་རིག་པས་ཤར་བསྐྱགས་ཅུབ་བསྐྱགས་བྱས་ཐེན་ཅིང་། དེ་
ལས་ཁྱདས་བཅོན་བ་དང་རིགས་བ་ལེགས་བ་ཤིག་ད་ལྟ་བར་དུ་རྟེན་མེད་པས་སོ།
དེ་ལ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གས་འཛོར་ཆེན་མོ་མ་བྱུང་བའི་ཕྱོད་དུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་
གཞག་ཡོད་པར་ཐལ། འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཆགས་པའི་དུས་འདི་ཡིན་ཞེས་ངོས་
བཟུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། འཛིག་རྟེན་འདི་ཐོག་མར་
ཆགས་པའི་དུས་དེ་གས་འཛོར་ཆེན་མོ་ནས་བཟུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་
སྤྱོད་པ་དུ་དུས་དང་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པའི་རྣམ་གཞག་མེད་པ་ཆོན་རིག་པའི་རྩ་བའི་
བྱུང་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༼ ༩ ༽ ད་ལྟ་འོད་མོ་ཐེར་འབྱུང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ལྷན་འོད་མཐོང་བྱུང་
པའི་རྒྱང་ཤེལ་བཟོས་ཡོད་ལ། ད་མོ་ཉིས་ལྷོང་འབྱུང་མོར་ཨ་མེ་རི་གའི་ཁེ་ལི་
ཁོ་ཉི་ཡའི་མར་འཕྲུལ་རང་བྱུང་ཆ་ན་རིག་ཞིབ་འཁྱུག་ཁར་གིས་འོད་མོ་ཐེར་
འབྱུང་བཅུ་གཉིས་མཐོང་བྱུང་པའི་རྒྱང་ཤེལ་བཟོས་ཡོད་ཅེས་གསལ་
བཟུགས་ཐོབ་འདུག །གལ་ཏེ་ད་མོ་ཐེར་འབྱུང་བཅུ་ལྷན་གྱི་ལྷན་འོད་
མཐོང་བྱུང་པའི་རྒྱང་ཤེལ་ཞིག་བཟོ་བྱུང་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན། འཛིག་
རྟེན་ཁམས་འདི་ཐོག་མར་རི་ལྷན་ཆགས་པ་དང་། འགས་གཏོར་ཆེན་མོ་དེ་
རི་ལྷན་བྱུང་པའི་རྒྱལ་བཅས་མཐོན་སྤྱོད་ཏུ་མཐོང་བྱུང་པའི་རེ་བ་ཡོད་པ་
ཡིན་འདུག ༽

འདི་ནི་ཐེར་ཉིས་གནས་ལ་མི་ཤོང་བ་ཞིག་བྱས་ཡོད་དེ་འདི་ལྟར། དེར་གི་འབྱུང་
རིག་ལག་རྩལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་གཞིགས་ན་རྒྱང་ཆད་འོད་མོ་ཐེར་
འབྱུང་བཅུ་གསུམ་ནས་བརྒྱ་ཐམ་བ་ཅུ་མཐོང་པའི་རྒྱང་ཤེལ་བཟོ་བྱུང་སྤིང་གྱང་།
རྒྱང་ཤེལ་དེ་ཉིད་བརྒྱད་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཐོག་མར་ཆགས་ཚུལ་དང་། གས་འཛོར་

ཆེན་མོ་(Big Bang)བྱུང་ཚུལ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བྱུང་བའི་རེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་
འདུག་ཟེར་བ་ནི་དང་རབས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བྲགས་པ་ཡིན་ཏེ། གས་འཐོར་ཆེན་མོ་
བྱུང་ནས་མི་ལོ་ཐེང་འབུམ་མང་པོ་སོང་རྗེས་ཀྱི་ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་ཡང་གས་འཐོར་
འབྱུང་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་འདོད་ན། མངོན་སུམ་དང་གྲགས་པ་གཉིས་ཀས་གཞོད་ལ།
དེ་མེད་ན་མིག་གིས་རྒྱང་ཤེལ་བརྒྱད་ནས་གས་འཐོར་ཆེན་མོ་དེ་ལྟར་མཐོང་བྱུང་།
འདི་ལ་ཐལ་ཐེང་ཞིག་སྟོན། འོད་ལོ་ཐེང་འབུམ་བཙོ་ལྷ་མཐོང་བའི་རྒྱང་ཤེལ་བརྒྱད་
བལྟ་བའི་དུས་སུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐོག་མར་ཆགས་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་ཐལ།
འཛིག་རྟེན་ཐོག་མར་ཆགས་ཚུལ་རྒྱང་ཤེལ་བརྒྱད་མཐོང་བྱུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས་
སྤངས། འདོད་ན། འཛིག་རྟེན་ཐོག་མར་ཆགས་པ་དང་བར་དུ་གནས་པ་ཐ་མར་འཛིག་
པ་གསུམ་ལྔ་ཕྱི་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ།

ཆ་སྒྲིག་རིགས་པ་ལ་དྲངས་ཞིན་དང་། དབྱུང་བ་ལ་མོས་པ་ཅན་ཞིག་རེད་
འདུག་པས་གཤིས་རྒྱད་བྲང་མོ་གཟུར་གནས་ཀྱི་སྒྲོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་བཞག་
བྱས་ཀྱང་། ཁོང་གིས་བཤད་སྐད་ལ་བལྟ་དུས་འོ་ཅག་ནང་བ་དང་། བོད་བས་ཅི་
བཤད་ལ་ནོར་འཁྲལ་དང་གྲུ་དོག་གི་སྤྱན་ནག་རེ་དང་། རིག་གསར་དང་བྱབ་ཕྱོགས་
པས་ཅི་བཤད་ལ་ལེགས་བཤད་དང་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་འོད་སྤང་རེ་ཡོད་པར་འདོད་བཞིན་
པ་འདི་ཡ་མཚན། འདིའི་སྐོར་ལ་ཆ་སྒྲིག་ཅན་དུ་མ་ཟད་ང་ཚོ་བོད་པ་ཆང་གི་མཁས་
པ་གྲགས་ཆེ་ཞིང་ཁ་རྩེ་མཐོ་བའི་ཨ་ལགས་དོར་ཞི་ཆང་གིས་ཀྱང་། ནང་དོན་རིགས་
པའི་གཞུང་ལུགས་ཆོན་རིག་དང་མ་སྤྱོད་མིན་བཤད་པ་ཟེར་བའི་དབྱུང་ཅོམ་དུ། ཨ་
རིའི་ཆོན་རིག་པ་ཨེ་ཡན་ཟེ་ཐན་གྱིས་བཤད་པ་ཞིག་ཁྱེད་སུ་བསྐད་ནས་འདི་

ལྷན་བཤད་འདུག གནམ་གྱ་མཁའ་ལ་འབྱར་ཆེ་རི་ལྷར་མགྲོགས་ན་བོངས་ཆད་དེ་
མཚུངས་རེ་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། མགྲོགས་ཆད་འོད་དང་མཉམ་ཆེ་གནམ་གྱའི་
གཟུགས་ཀྱང་ཅད་མེད་ལྟ་བུར་འགྱུར། གལ་ཏེ་མགྲོགས་ཆད་འོད་དང་མཉམ་པའམ་
ལྷག་པའི་གནམ་གྱ་ཞིག་ཡོད་ན། དུས་ཀྱི་བཟོད་རྒྱན་ལུགས་ལྷོག་གི་ཐབས་ཀྱིས་
འདས་པའི་བསྐལ་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་གནམ་རྒྱལ་དང་། དུས་ཀྱི་བཟོད་རྒྱན་ལུགས་
འབྱར་གི་ཐབས་ཀྱིས་མ་འོངས་བསྐལ་པར་འཇུག་ཐུབ་ཚུལ་གསུངས། ཞེས་བྱངས་
ནས་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་སྐབས་རིགས་ལམ་དེའི་སྟེང་ནས་འདས་མ་འོངས་པའི་དོན་
མཛོན་སྤུས་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ལ་ཡང་བདེན་པའི་ཡིད་ཆེས་རྟེན་ཐུབ། ཅེས་བཤད་ནས་
ཏ་ལས་ལས་བྱས་འདུག ཁོ་བོས་བལྟས་ན་གནམ་གྱའི་མགྲོགས་ཆད་འོད་དང་
མཉམ་ན་གནམ་གྱའི་གཟུགས་ཅད་མེད་པ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་ནི། མགྲོགས་ཆེས་པས་
རྒྱས་ལུགས་རྒྱུ་བའི་ར་ཆོ་ལ་ཡི་མིག་གིས་ཟིན་མི་ཐུབ་པ་ཡིན་སྟེན་པ་ལས་གནམ་
གྱ་རྒྱུ་དུ་འབྲོ་བ་ག་ལ་ཡིན། གལ་སྟེན་ཡིན་ན་དེའི་ནང་གི་མི་རྣམས་ཀྱང་རྒྱུ་དུ་འབྲོ་
དགོས་པ་དང་། གནམ་གྱ་དལ་གྱིས་བཟོད་དུས་ཆེ་རྒྱུ་འབྲོ་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་།
དང་པོ་གནམ་གྱ་ལས་བཟོ་བས་ཆད་མཇུག་ནས་བཟོས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་དང་།
གནམ་གྱ་གནམ་ལ་འབྲོ་དུས་རྒྱུ་དུ་འབྲོ་བ་དང་། ས་ལ་འབབ་དུས་ཆེ་རྒྱུ་འབྲོ་བ་
ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལྷར་འདོད་ན་རིགས་པ་ལས་འདས་
པར་བདག་སེམས་སོ།།

མ་ཟད་མགྲོགས་ཆད་ཆེ་བའི་འཕྲུལ་ཆས་ཤིག་རྟེན་ན་འདས་པའི་འཛིག་རྟེན་
མིག་གིས་མཐོང་ཐུབ་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་རྒྱུ་བྱས་ནས་སངས་རྒྱས་པས་བཤད་པའི་

འདས་མ་ད་གསུམ་གྱི་ཆོས་འཇལ་ཚུལ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་ཤེད་དུ་འགོད་ཨེ་
སྒྲུབ་ལྟ་བུ་འདི་ཡང་ཆོན་རིག་པས་བཤད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བླགས་པའི་སྒྲོན་ཞིག་
རང་བྱུགས་གྱིས་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག་གོ། གཤམ་ཉེ་དེ་ལྟར་ཡོད་ན་མི་གི། བྱང་པོ་མེར་
སྲིག་ཐལ་བ་ཚུ་ལ་གཡུགས་ཆར་རྩེས་རྒྱུང་ཤེས་བརྒྱད་མིག་གིས་མཐོང་དགོས་ན་དེ་
འདྲ་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན་གྱི་རེད། ཨ་ལག་ཆར་གིས་འདི་ལྟར་གསུངས་དགོས་དོན་
ཡང་། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་དུས་གསུམ་མཁུར་ཚུལ་དང་། སྐད་
ཅིག་བསྐལ་པར་བརྒྱུར་བ་དང་བསྐལ་བ་སྐད་ཅིག་ལ་བརྒྱུར་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་
དང་། དུལ་རགས་མི་འགྲུར་འདིག་རྟེན་སྤྱི་མི་འགྲུར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དག་
གི་རྒྱབ་རྟེན་དུ་བྱངས་པ་ཡིན་བཟོ་འདུག་ཀྱང་། བདེན་པའི་རྒྱབ་རྟེན་དུ་རྒྱབ་པ་འཆོལ་
བའི་ལས་སུ་གྲུར་འདུག་སྟུང་ཞིང་། རོས་གཞན་ཞིག་ནས་བསམ་ན་རང་གི་རིག་
གཞུང་འདི་ལ་ངེས་པ་ཉན་ཉན་ཞིག་མ་རྟེན་པའི་དབང་གིས་ལྷུང་པ་ཞིག་རང་བཞིན་
གྱིས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའི་མདོན་སྤངས་ཅོམ་ཡིན་ནོ།

༼ ༥ ༽ ཡི་ར་མི་ནས་ཡིན་པའི་བོད་རིག་པའི་མཁས་དབང་འུའུ་ཆེས།
བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆོས་ས་གཞི་བྱ་ཆོང་ལྟར་ཁས་མི་ཡིན་པར་ལྟེན་མ་ཁ་
ལྷུངས་པ་ལྟར་སྐོར་ཁོག་ཅིག་འཆར་བཞིན་འདུག་པ་དེ་བདེན་པས་ཆེ། ར་
ཆོས་ལྟ་བུ་འདི་ཕྱ་ཕུད་བརྒྱུད་དགོས་པར་འདུག །མཐར་ཐུག་ཡོད་པརྒྱུད་
ནང་བརྟན་ནས་བཤད་པ་དེ་ཁོན་དོན་ལ་གནས་པའི་དུས་ཤིག་འོང་། ཞེས་
གསུངས་ཡོད་ཅེས་ས་ལྷིང་གནམ་ལྷིང་ཕྱེད་ཀྱིན་འདུག་མོད། མཐོང་བ་
མདོན་ཐུམ་གྱི་དོན་ལ་འུའུ་ཆེས་མ་འོངས་ཕྱང་བརྟན་རྒྱག་ག་ལ་དགོས། ད་
རྒྱུ་མིག་ཡོད་ཆད་འབྲུལ་མོང་ན་མ་འོངས་པར་མ་འབྲུལ་བའི་མིག་ཞིག་
གང་ནས་རྟེན། རྟེན་ཀྱང་དེ་ལ་སྒྲེ་པོ་སྒྲེ་ཞིག་གིས་ཡིད་ཆེས་ཕྱེད་ཐུབ། དེས་ན་

ཡོད་ཀྱིས་ཤིག་གཞུང་ལ་མཁུ་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་དཀྱིལ་གནས་ཡིན་མོད།
ཡིག་སྐད་ཆེན་ཆེ་དྲག་པའི་དབང་གིས་སྐབས་ཤིར་ཁོང་གི་རྒྱུན་གཉིས་གཉིས་ག
མོ་མེད་ཁོང་ས་འཁོ་ཡི་ཡོད། དེའི་ཉམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཁ་འཁོར་ལོག་སྐབས་ལྟར་གསུང་
ཡོང་དུ་ཡིག་འཆའ་པ་ལ་རྒྱུ་དཔེ་པ་ཞི་པ་འཁྱུག་པར་གསུངས་པ་དེ་ཁོ་རྒྱུ་
ཞེས་ཡིག་སྐད་མཛད་དེ། ལྷན་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོད་པ་མཛད་པར་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་
མངའ་བའི། ཞེས་པའི་ལ་རྟོག་དེ་ཉིད་རྒྱུ་དཔེ་པ་ཞི་པ་ཉམས་ཀྱིས་པའུ་ལ་
ཞིང་། དེ་ལ་དཀོས་ཆེད་ཀྱི་གོ་དོན་འཆད་རྒྱུ་མ་རྟེན་པར་འུ་ཡིག་པའི་ཆེ། རྒྱ་
རྒྱུ་པར་དང་འབྲས་རྒྱུ་པར་གྱི་རྒྱུ་གཞན་འདི་ལ་གོ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་
རྒྱུ་རྟེན་། ཞེས་སྐད་ཆེན་པོ་ལ་མེད་པ་ཞིག་གསུངས་ཏེ་བཞག་ཡོད་པ་ལྟ་དུ་
ཤིང་། རྒྱུ་རྒྱུ་པར་དང་འབྲས་རྒྱུ་པར་གྱི་རྒྱུ་གཞན་དེ་ལ་གོ་བ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡོད་པར་ཆེ་ཡང་། སྐབས་དེའི་ཡིག་གི་ཡུལ་དེ་རྒྱུ་པར་གནས་མིན་
པར་འབྲས་ཡུལ་རྒྱུ་པར་གནས་ཡིན་ཆེ་པ་ཡོད་པ་ཡོད་དེ། ལྷན་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོས་
པ་ལ་པར་ཆད་མེད་ཅིང་བཆུ་པ་པ་མཐའ་ཡིན་པ་ཤིག་ཀྱི་ཆེད་དུ་མངས་
རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་པར་ལྟ་ཆོད་པ་ཡིན་དཀོས་པའི་ཡིད། སྐབས་དེར་ཆོས་པའི་ཡིག་སྐད་
རྒྱུ་དུ་དེ་འབྲའི་དཀོས་དོན་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་དཀོན་མཆོག་ཅིག་མེད་དཀོས་
པའི་ཡིད་ཤི། །རྟེན་སྐབས་འདིར་འབྲས་རྒྱུ་པར་ལ་རྒྱུ་པར་པའོ་ལ་ཉི་འུ་
ཡིག་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་གསུང་ཆོས་ནང་དུ་འདི་འབྲའི་ཞེན་ལྟ་
མཛེགས་འཛེན་གནང་བ་ཁ་ཅིག་ཡོད་མོད་སྐབས་དོན་མིན་པས་བཞག་༽

མཁས་དབང་ཆེ་ཏན་ལམས་དུང་གི་ཟེར་ཉེས་དེ་ཡིས་ཁོང་མིག་ལོང་བར་
ཆགས་འགྲོ་བ་དང་། ཏུའུ་ཆིས་ཟེར་ཉེས་དེ་ཡིས་ང་ཆོ་ལ་གྲུ་ཡངས་བྱས་པའི་ལྷ་ལྷ་
འདི་ལ་བསམ་ན། ཆོང་ན་སྤྱེས་པ་ཞང་ལ་སྤང་། ལུག་ཨ་འབྲིས་དུ་ཚོ་སྤྱིག་ལ་སྤང་།
ཞེས་པ་ལྟར་ལས་གཞན་དུ་ཁོང་གཉིས་ནག་ན་ནག་མཉམ་དང་དཀར་ན་དཀར་

མཉམ་ལས་མ་འདས། མ་ཟད་ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱང་མ་འགྲིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་སྤུ་
 རྩ་པའི་མཆོད་བརྗོད་དུ་གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། ཞེས་པའི་ལ་དོན་རྣམ་
 དཔྱེ་བཞི་པར་བཀའ་བ་མི་འཐད་ཚུལ་དང་། འབྲས་སྐྱབས་ལ་མཆོད་པ་བརྗོད་པ་རོང་
 འབྲུལ་དུ་བཤད་འདུག་མོད། སྐྱབས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་
 དེ་ལ་རྒྱ་སྐྱབས་དང་འབྲས་སྐྱབས་གཉིས་ལས་སྐྱབས་གྱི་གཙོ་བོ་དང་མཐར་ཐུག་གི་
 སྐྱབས་ནི་འབྲས་སྐྱབས་ཡིན་པ་ནི། སྐྱབས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན། ཞེས་
 སོགས་སངས་རྒྱས་པ་ལ་གྲགས་ཤིང་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ན་
 བྲག་ཐོམ་མེར་ལོང་འགྲོ་བའི་གནད་ཅིག་གང་དུ་འདུག ཐོན་མིས་འབྲས་སྐྱབས་བྱུང་
 པའི་སངས་རྒྱས་འབགས་པ་ཆོས་ཅན། སྤུ་རྟགས་རྩོམ་པ་ལ་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་
 རྩོམ་པ་མཐར་ཐིན་པ་མན་མི་ཐོགས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་
 རུས་ཏེ། དེ་སངས་རྒྱས་འབགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཁྲབ་ན། རྒྱ་སྐྱབས་ལ་མཆོད་
 པ་བརྗོད་པ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ་ལོ། འདོད་དོ་ཞེ་ན། མཆོད་ཡུལ་གྱི་དཀོན་མཆོག་
 རོས་བྱངས་ཤིག།

ཡང་མདོ་སྤེལ་བ་ཉེར་བཞག་ཐེངས་འགར་བསྐྱགས་པས་འཛུལ་བུའི་གླིང་གི་
 ས་ཆ་ག་གེ་མོར་ཉི་མ་གཅིག་དེ་ལས་ཆེ་ཆད་མེད་པའི་མི་རིགས་དང་། རྣ་བ་གོས་སུ་
 ཁྱོན་པའི་མི་རིགས། ལུས་པོ་བྱད་མེད་དང་གདོང་བ་བྲི་ཡིན་པའི་མི་རིགས། བྱ་རྩོ་
 རྩེའི་མཆུ་ཅན། ཉ་རྩ་ཡི་གདོང་བ་ཅན། སེང་གེ་ག་ཤོག་པ་ཅན། གཅན་གཟན་ནས་
 མཁར་འབྱར་ནས་འགྲོ་མཁན་དང་། ས་ལ་ཐིམ་ནས་འགྲོ་མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་ཚུལ་
 སོགས་ཡ་མཚན་ཅན་དག་དག་བཤད་པ་ལས་གོ་རིན་དཔྱད་རིན་ཡོད་པ་གཅིག་ཀྱང་

མེད་རབས་བཤད་འདུག་མོད། འདི་དག་ནི་ང་ཚོའི་དུས་མའི་ཁ་སྐད་དང་གནས་
སྐད་ས་ཙམ་ལ་ཡང་བསམ་སྒོམ་བཏང་བས་ཉེས་ཏེ། རྣ་བ་གོས་སུ་གྲོན་བ་ཞེས་བ་རྣ་
བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཉལ་ཐུལ་ལས་ཡང་ན་པོ་ཁེབས་གོན་བ་ལྟ་བུ་ལ་གོ་དགོས་པའི་བཅའ་
ཁྲིམས་ཤིག་སུས་བཅས་འདུག་དཔེར་ན། གནའ་དུས་སུ་བོད་བཙན་པོའི་དུས་རབས་
མ་ཚུགས་པའི་གོང་དེར་ཞང་ཁུང་གི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཙུང་བྱེད་བ་
བྱུང་ཞིང་། བྱ་རུ་བེར་བ་ཡང་མགོ་ལ་རྩ་ཚེ་ཡོད་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་བྱ་བྱུང་ཆེན་གྱི་
རྩ་ལྟ་བུའི་ལྷ་མོ་གྲོན་སྒོལ་ཡོད་པས་ན་བྱ་རུ་ཅན་ཞེས་བོས་བ་བཞིན་དུ་རྣ་བ་གོས་སུ་
གྲོན་ཞེས་བ་ཡང་། སོ་རྩེ་ཨ་རབ་རྩེ་ཡའི་ཡུལ་དུ་གྲོན་སྒོལ་ཡོད་པའི་རས་ལྷེབ་ཆེན་
ཞིག་མགོ་ལ་གྲོན་ནས་རྣ་བ་ལེབ་པོ་གཉིས་གཤམས་དང་གཡོན་དུ་འབྱུངས་བ་ལྟ་
བུའང་ཡིན་སྟེ།

བྱད་མེད་ཁྱི་ཡི་གདོང་བ་ཅན་སོགས་བེར་བ་ཡང་ངེས་པར་ཁྱི་ཡི་མགོ་ལ་མའི་
ལུས་པོ་ཅན་སོགས་ཡོད་པར་གོ་དགོས་པའི་བཙན་བཀའ་མེད་པས་གོ་བ་གཞན་
ཞིག་ཡིན་སྐད་སྟེ། ལུ་ཆོས་སྤྱལ་ལེབ་ལ་ཕག་སྤྱད་དང་། སྤྱ་རིང་ལ་ཐོར་སྤྱད་དང་། བྱ་མགོ།
ཆོད་མགོ་སོགས་སུ་འབོད་བ་ལ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱ་ཡི་མགོ་དང་། ཐོར་བའི་སྤྱ་སོགས་
ཡོད་མི་དགོས་པར་ལུང་ཁྲག་ཨ་མ་ཁྲན་མོས་ཀྱང་ཤེས་ངེས། མ་ཐད་རྒྱ་བོད་ཀྱི་ཆད་
མའི་བསྟན་བཙུན་ཁྲོད་དུ་གྲགས་པའི་བུ་མ་ཐེ་ཁ་ཆེ་སྤྱ་ཉག་ལ་སེང་གེ་བེར་བ་སོགས་
དངོས་མིང་དང་། བཏགས་མིང་གི་བྱད་པར་སོགས་ལ་ཁ་ཚིད་སྤྱ་ཚིད་དང་། ཁྲོད་རང་
གི་ཁ་ལུགས་ལྟར་ན་རིགས་སྐྱམ་དག་ལ་སྤྱངས་བ་གཤམ་ཆེ།

གཞན་ཡང་ཁྲོད་ཀྱིས་མདོ་བཙན་ཉེར་དེ་བེངས་འགར་བཟླགས་ན། ར་སྤྱའི་མྱིང་

འདི་རི་བཞེས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པར་གསུངས་པ་སོགས་གནད་ལག་ཅན་གྱི་ལུང་
ཆིག་དེ་དག་གཡོལ་ཏེ་སོང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་མདོའི་བསྟན་དོན་ཞིབ་ཏུ་མ་དབྱེད་
པར་སྒྲིན་ཞིག་བཅའ་སོང་བས་མ་མཐོང་བ་ཡིན་ནམ། ཟེངས་འགའ་གས་རི་ལྷོ་
བསྐྱེད་པ་ཡིན། མཁས་དབང་ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱེད་གིས་གསུངས་པའི་འདིག་རྟེན་གྱི་
དབྱིབས་ནི་མདོ་བློན་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་འདི་ཡིན་ཞེས་དུས་ཚོད་གིས་གཏུགས་ནས་བསྟན་
རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། མདོ་སྡེ་པལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་འདིག་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་གོར་གོར་
འཁོར་བའི་དབྱིབས་སུ་གསུངས་པ་འདི་འདྲ་བ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་རེས་ཏེ། དེ་
དབང་ཆེན་མོ་ཁོང་ཉིད་ནི་དེ་ག་ཅུ་བས་མ་གཞིག་བྱ་ས་མེད་པར་ཉམ་བཤད་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཅ་བ་ནས་མིན་ནོ།

འདི་མན་ཆད་སྟོད་ཀྱི་འདིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་དང་། རོ་བོ། འགྲོས་སོགས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་རི་
སྐྱད་བཤད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དོགས་འདི་སྣ་ཆོགས་ཤིག་འདུག་མོད། ཆ་རིས་སྐལ་
བཟང་ཐོགས་མེད་དང་། མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་བྲོས། ར་སེ་དགོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོ་
སོགས་རང་རེ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁག་གཅིག་གི་མིང་ནས་སྟོས་ཏེ། ཁོང་དག་གིས་
ལན་ཡོང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཁྱས་འདུག་པས་སྟོས་པ་དོར་ཏེ་བྱུང་ཅུ་སྟོས་ན།

༼ ༥༽ མཐའ་སྐྱོར་རྒྱུ་པས་རྒྱུ་པའི་གོ་ཆེད་ན་ནི། མདོན་པའི་ལྷགས་
ཀྱི་འདིག་རྟེན་དེའང་རྒྱུ་པ་པོ་ཡིན་ཆོག་ཟེ། དེར་ས་རྒྱའི་དབྱིལ་འཁོར་གཉིས་
ག་རྒྱུ་པོར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁོར་ལྷག་གི་རིང་ཆ་ད་ཞེང་ཆ་ད་ཀྱི་སྐུམ་
འབྱུར་བྱ་བཤད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་པའི་མཐའ་སྐྱོར་གྱི་རིང་ཆ་ད་དེ་ཞེང་ཆ་ད་
ཀྱི་སྐུམ་འབྱུར་ཡིན་ན་ཞེས་པ་འདི་དོན་ལ་ཚུང་ཟད་མི་གནས་ཀྱང་མེད་ཀྱི་
མཁས་པ་རྣམས་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེར་གི་རང་རེའི་

དགེ་བཤེས་རྣམས་ལས། གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་འཛིག་རྟེན་དེ་དང་།
གནམ་ཤིག་པས་མཛོང་པའི་འཛིག་རྟེན་གཉིས་རྣམས་པ་འགའ་པ་རྣམས་ཀྱང་
ཡང་དོན་ཏུ་མི་འགའ་པའི་གནད་ཡོད། ཅེས་མཆོག་མཆོང་ཏེ་འགའ་ཚུལ་
ཆད་ཐམས་ཅད་རྒྱས་མེད་ཀྱི་ཚེན་ཏུ་མྱོང་གཏམ་བཤད་པ་འབའ་ཞིག་ལས།
ད་ལྟ་ཡོད་ཏུ་འཇུག་པའི་སངས་རྒྱས་པའི་གསུང་རབ་ཞིག་པ་ཆེ་ཆུང་ལྡན་པ་
དང་བཅས་པ་གང་གི་ནང་ཏུ་ཡང་། ར་ཆོ་འཆོ་ཚོད་བྱ་མའི་འཛིག་རྟེན་
འདིའི་དབྱིབས་ད་རྟེན་ཆོས་མཛོང་ཏུ་ཡོད་པ་འདི་རྣམས་ལ། ཡང་ན་འདི་
དང་ཚྭ་གས་འདྲ་ཅེས་ཞིག་ཏུ་གསུངས་པའི་ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་
ཤེས་དགོས་སོ། །

མཐའ་སྐོར་ནས་རྒྱལ་པས་རྒྱལ་གོ་མི་ཆོད་ན། འོ་ན་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་དོན་གང་
ཡིན། རྒྱ་པའི་དབྱིབས་གཞུགས་འདི་ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་ཁྱོད་ལ་རྟགས་ཤིག་
བཀོད་བརྟག་ན་དངོས་གནས་ཁྱོད་ཀྱིས་དགོད་ཁ་བསྐྱར་ངེས་རེད། སྤྱིར་ན་དབྱིབས་
དང་། ཁ་དོག་རྣམས་ནི་ཕྱིའི་ཁ་དོག་དང་། ཕྱི་ཡི་དབྱིབས་གཞུགས་ལ་སྟོན་དགོས་པ་
ལས་ནང་དང་བར་གསེང་ཚྭ་གས་ལ་དབྱེད་པ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ས་གཞི་རྒྱལ་པོ་
དང་། འཛམ་གླིང་གྲུ་གསུམ། འཛིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་པའི་དབྱིབས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་
སྣ་ན་གནའ་དེང་གི་མཁས་པ་སུ་དང་འགའ་འགྲོ་གི་འདུག རིགས་པ་གང་དང་
འཆུགས་འགྲོ་གིན་འདུག་སྟོན་ཤིག འཛིག་རྟེན་གྱི་ཤེས་བྱ་ཡོངས་རྫོགས་ལུ་བ་
ཚྭ་གས་པའི་སྒྲོ་རོང་འཐད་དགོས་པ་དང་། ཆོན་རིག་པའི་མིག་ལ་འབབ་དགོས་པ་འདི་
ཁྱོད་ལ་སུ་ཡིས་བཅན་བཀའ་བབ་པ་ཡིན། སྤྱིར་ན་ཤིན་ཏུ་གསར་འགྱུར་སོགས་
གསར་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་། བརྟན་འཕྱིན་པལ་མོ་ཆེའི་ནང་དུ་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་
པའི་ཞིང་ལས། ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་འགྲོག་ལས། ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་

གཅིག་གཅིག་དང་། གཉིས་གཉིས་པ་ལ་ཆེར་གཅིན་པ་ཞིག་གཏོང་བ་ལ་འང་ཆོན་རིག་
དང་མ་ཐུན་པ་ཞེས་པ་རེ་བ་སྒྲན་ནས་བཤད་ཡོང་གིན་འདུག་པས་འདི་དག་གི་བག་
ཆགས་ཤིག་ཡིན་ལས་ཆེ། སྐད་ཆ་འདི་དག་གིས་སྤྲུགས་ཞིག་བཅའ་ན་གནའ་རབས་
ནས་བརྒྱད་པའི་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཚུ་ལ་འདེབས་དགོས་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་
མ་ཡིན་ན་གཞན་ཅི་ཡིན།

ང་ཆོ་འཆོ་སྟོད་བྱེད་སའི་ས་ཡི་གོ་ལ་འདིའི་དབྱིབས་དང་མ་ཐུན་པར་ཐེག་པ་
ཆེན་པོ་ལས་གསུངས་ཚུལ་ནི། མདོ་པལ་པོ་ཆེ་ལས། རྩོགས་རྣམས་ཀུན་ན་ཞིང་
རྣམས་རྒྱ་མཆོ་སྤང་། ལ་ལ་རྒྱུ་པོ་ལ་ལ་བྱ་གསུམ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ལ་རྩོགས་ན་བྱ་
བཞི་གནས། ཀུན་ཀྱང་ལས་རྣམས་རྒྱ་མཆོས་རྣམ་པར་བྲིས། ཞེས་དང་། ཞིང་
རྣམས་འདི་ཀུན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་བརྟགས། དེ་ལྟར་ལས་རྣམས་རྒྱ་མཆོ་བསམ་
མི་བྲལ། སྐྱ་ཅེ་གཅིག་ལ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་ཅིང་། ཐམས་ཅད་རྒྱལ་སྟེད་སྒྲ་ཆོགས་
དབྱིབས་སུ་སྤང་། ཞེས་དབྱིབས་གཟུགས་སྒྲ་ཆོགས་པ་གང་དང་གང་དགོས་པ་
ཡོད་ན་ང་ཆོ་སྟོད་ས་འདིའི་དབྱིབས་ག་རེ་ཡིན། འདིའི་ནང་དུ་མི་འདུག་གམ། གསང་
སྤགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་གསུངས་ཚུལ་ནི། དེ་མེད་འོད་ལས། འཛམ་བུའི་སྤང་ཆེན་པོ་
རྒྱུ་པོའི་རྣམ་པ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ལ་ཡིག་འབྲུ་ན་གཅིག་གི་ཅེ་འཛིག་མེད་
པ་ཡིན་དང་། ཡང་ན་མིག་གིས་མ་བཟླས་ནས་ཀི་བརྒྱབ་པ་དང་། མིག་གིས་མཐོང་
ཡང་བསམ་བཞིན་དུ་རྩུན་སྒྲུབ་པ་གང་རུང་ལས་མ་འདས་སོ། དེ་ལ་ང་ཆོ་འཆོ་སྟོད་
བྱ་སའི་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་ས་ཡི་གོ་ལ་རིལ་པོ་འདི་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན། མདོ་སྟེ་པལ་པོ་
ཆེ་ལ་སོགས་པ་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་རྒྱུ་པོར་གསུངས་པ་གོང་དུ་སྒྲུབ་པ་

ལྷན་དང་། ཡང་ན་ར་ཆོ་འཆོ་སྤོང་བྱ་སའི་འདིག་རྟེན་ཟེར་བ་མཛོན་པ་སོགས་ནས་
བཞད་པའི་འཛམ་བུའི་སྤྱིར་འདི་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན། དེའི་བས་བྱ་གསུམ་གྱི་དེ་
དེའི་བས་སུ་མཛོན་བསྟན་བཅོས་ཀྱིན་པ་སྤྱད་ལྷན་བྲགས་གྱི་དེ། རྒྱ་ལྷན་བསྟན་གས་ནས་
ཡོད་བས་ཁྱད་བར་ལུས་གྱི་གྲ

༼༡༽ཆད་ལ་དབྱེད་ན། མཛོན་པ་ལས། ས་དབྱིལ་ལ་དབང་ས་སྤྱད་པ་གྲ་
ཆད་སུམ་འབྲུམ་ཉིས་ཁྲི་དང་། ཞེད་ཀྱི་དབང་ཆད་ས་ཤ་གཅིག་དང་ཉིས་
འབྲུམ་སུམ་ཉེད་པའི་བརྒྱ་ཇེ་བཅུ། ཉི་མ་དང་ཟླ་བར་རམས་སྤྱད་པ་གྲ་ཆད་
ལྷེད་པའུན་དང་གཅིག་པའོ་བརྒྱད་ཀྱི་བཞོས་པའི་ཆ་གཅིག་ཞེད་ཀྱི་ཉི་མར་
དབང་ཆད་ར་གཅིག་དང་། ཟླ་བར་ཇེ་བཅུ། སྤྱད་པ་ཆེ་ལྷེད་པ་ལྷེད་པ་གས་
པའོ་བརྒྱད་དང་། རྒྱ་བོས་ལ་ལྷེད་པ་གས་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྤྱད་དང་ས་
གཞིའི་བར་བྲག་དབང་ཆད་པའི་ཁྲི་ཉིས་ཞེས་བཞོད་ཡོད། དེར་གྱི་གནས་
འི་པ་ལ་ལྷེད་ན། ས་ཤི་གོ་ལའི་ཆད་ས་ཁྲི་ལ་ལྷེད་པ་ཁྲི་ལྷེད་ཀྱི་ཉིས་ལྷེད་ཇེ་བཅུ་
ཙམ་ཤིན་པས་དབང་ཆད་གཅིག་ལ་གཞུང་འདྲུ་པའི་ཉེད་དང་། ལྷེད་པ་
གཅིག་ལ་གཞུང་འདྲུ་པའུན་པའུན་ཇེ་བཅུ་འདི་ཆིས་བྲས་ན། མཛོན་པའི་
ལྷེད་པ་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་དེའི་བྲག་པའུན་ཁྲི་ལ་གཅིག་ཙམ་དང་། དབང་ས་ཆད་
མཛོན་པ་ནས་བཟད་པ་དེའི་བརྒྱ་ཆའི་གཅིག་པ་ཁྲི་ཙམ་ཤིན། ཉི་མའི་
ཆད་ས་ལྷེད་པ་ལྷེད་ཀྱི་ཉེད་པའུན་ལྷེད་པའི་ཆད་ས་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་པ་གཅིག་
པའུན་དུ་དང་། ཉི་མ་ལྷེད་པའི་ཉི་ཟླ་པའི་ཆད་ས་ལྷེད་པའི་ཆད་ས་ཤ་གཅིག་
དང་འབྲུམ་གསུམ་ཤིན་པས་མཛོན་པའི་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་དེ་བས་ལྷེད་ཀྱི་དང་
ལྷེད་པས་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་པའི་ཆད་ས་ལྷེད་པའི་ཆད་ས་ལྷེད་ཀྱི་ཉི་ཟླ་ཁྲི་
ཆེ་ལོས་ཉི་ཉི་མ་ལས་བྱད་ལྷེད་པས་ལྷེད་ཀྱི་དང་། རྒྱ་བོས་ལ་ལྷེད་པ་

གཅིག་ཀྱང་མི་ཁོངས་པའི་བྲག་རྒྱུ་འཁྲུག་ཀྱི་འབྲུལ་ལོང་མེད། འོན་ཀྱང་
མ་ལྟོང་གི་མིས་ནམ་རྒྱུན་དཀྱིལ་ལྷོ་མཐོང་ལྷུང་པའི་སྐར་མ་རྒྱུད་ལོས་ཉི་ཟླ་
བཞིན། ཉི་མ་དང་མའི་གོ་ལའི་བར་བྲག་རྒྱུ་ལྷོ་ཀྱང་རྒྱུར་ཕྱིན་གཉིས་ཅམ་
ཡིན་པས་མར་ན་པའི་དཔག་ཆ་ད་བཞི་ཁྲི་ལས་རྒྱུ་པ་དྲུག་བརྒྱུས་ཤིང་། ཟླ་
བ་དང་མ་ལྟོང་གི་བར་བྲག་རྒྱུ་ལྷོ་འབྲུལ་བཞི་ཡིན་པས་མར་ན་པའི་དཔག་
ཆ་ད་བཞི་ཁྲི་ལས་རྒྱུ་པ་གཅིག་ལ་ཉི་བས་ཤིང་། སྐར་མའི་ཁྲོད་ནས་མ་ལྟོང་
དང་ཉི་མོས་ཉི་མེད་དམར་དང་པ་མངས་གཉིས་ཡིན་ཀྱང་ཟླ་བ་དང་མ་ལྟོང་
གི་བར་བྲག་ལས་ཕྱིན་ཏུ་ཤིང་། བྲག་ཤིང་ལོས་ཉི་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ལྷོ་སྐར་ཆ་ཡིན་པས་དཔག་ཆ་ད་བཞི་ཁྲི་དང་བཞི་ལྷུ་ལྷོ་དེ། དེ་རྒྱུར་ཤི་ཤི་
བཞིན་ཏུ་བཞེས་བརྒྱུ་པ་ན། མཁས་པ་དཀོན་མཆོག་གྱུ་མཆོས། ཉན་ཆོས་ནས་
ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་གྱི་བར་བྲག་གསུངས་པ་དེ་དེར་གི་ཆ་ན་ཤིག་པས་བཟད་པ་
དང་འཁྱིག་ཡོད། ཅེས་གསུངས་འདྲུག་པ་དེའང་གཞི་འཛིན་ས་མེད་པའི་
བཀའ་མོལ་ཡིན་པ་ཉ་གོ་བར་འཕྱར་རོ། །

འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་དུས་འཁོར་གྱི་ཁམས་ལེའུར། རོན་
དམ་པའི་བདེན་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་ཆད་མེད་དེ། སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་
དང་། སྤྱིག་པའི་དབང་གིས་སོ། ། ཞེས་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་དང་བསོད་ནམས་ལ་
མཐའ་དང་། ལུ་ལ་ཆད་ཅི་ཡང་བཟུང་དུ་མེད་པས་དེའི་བདག་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་
འཛིག་རྟེན་ལ་མཐའ་དང་ཆད་མེད་པར་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་མ་
ཡིན་ནམ། གྲེ་བྲག་འཛམ་གླིང་དང་། དུལ་དབྱས་སོགས་ལ་ནི་ཆད་སོགས་མདོན་
པར་གོང་ལོག་ནས་མི་མཐུན་པ་ལག་ཞིག་བྱང་བས་དེ་དག་པན་ཚུན་དབྱེད་བསྐྱར་
གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་པ་ལས་བཀའ་ལུང་སྤྱོད་ས་གཅིག་གིས་གསལ་བ་

ཞིག་མ་ཡིན་ནོ།

ཁྱོད་ཀྱི་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཆད་འདི་དག་ནི་འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ཡི་དབང་དུ་བྱས་པ་
ཡིན་ནམ། ཡང་ན་བྱེ་བྲག་རྩ་སྤྱི་གླིང་གི་ཆད་དུ་བཤད་པ་གང་ཡིན་གསལ་པོ་མེད་
པར་ཉ་དང་ཉུངས་མ་མ་བསྟེ་ཞིག་དེ་དུང་ས་སྟེང་གི་མིས་ནམ་རྒྱུན་དངོས་སུ་མཐོང་
སྟབས་པའི་སྐར་མ་རྩུང་ཤོས་ནི་རྩ་བ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ཉི་མེ་སྐར་གསུམ་པར་འདྲེས་
རྩུང་འདྲེས་བྱུང་བ་སོགས་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་དོན་དེ་དག་ལ་མགོ་བོ་རྩེ་འཇུགས་
དང་། རྟོག་སྟེང་རྩེ་མང་རེད། སྤྱི་བཏང་བྱས་ན་ལུང་དང་རིགས་པ་གང་ཡིན་ཡང་
གཞལ་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་བདེ་ཐུག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆད་དུ་ཡིན་པ་དང་། དེ་དུང་བཤད་
མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོག་ཉུང་དུས་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་གསལ་ལྟར་རེར་གཏན་
ལ་འབབས་སྟབས་དགོས་པ་རེད། སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་གསུངས་སྟོས་སུ། ལྷག་མོ་
མཆོངས་ཐབས་སོགས་གསུལ་བྱ་རྩེས་སུ་འཛིན་པའི་མན་ངག་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ནའང་
སྤྱི་ཀའི་ན་བར་ཆོས་བཤད་ན་ཅི།

༼༤༽ བྱངས་ལ་དབྱེད་ན། མཛོན་པའི་ལྷགས་ལ་ཆགས་འཛིག་ཏུ་ས་
མཉམ་པའི་འཛིག་རྟེན་གཅིག་ལ་སྤྱིར་བཞི་ཏི་རབ་ཉི་མེ་དང་བཅས་པ་བྱེ་བ་
ལྷག་བརྒྱ་ཉེ་མེད་འཇུག་གཅིག་ཡོད་པར་བཤད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ལལ་ལྷ་
ཆེ་ལས། དེ་བས་བྱང་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་པའི་གཞི་དང་སྤྱིར་ཐོ་མོ་རྟོག་གིས་བརྒྱན་
པའི་ཞིང་ཁམས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་བྱང་། ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་
ཀྱི་ཉེར་གི་ནམ་མཁའ་ལ་ནི། ཉི་མ་གཅིག་དང་། རྩ་བ་གཅིག་། སྐར་མ་ཏུང་
རྒྱུད་གཉིས་དང་བྱེ་བ་བརྒྱད། ས་ཡ་ལྷ་ཆས་ཡོད་ཅིས་གསུངས་ལ། གཞུང་ཁ་
ཅིག་ཏུ་སྐར་མ་བྱེ་བ་བྲལ་ཡོད་ཅིས་བྱང་གསུངས་ཤིང་ཡོད་ལྟམ། གནམ་ཐིག་
པས། ར་ཆོའི་ཉི་འཁོར་འདིར་བཞུན་སྐར་ཉི་མ་དང་། རྒྱ་སྐར་ལྷག་པ། པ་

སངས་ལ་ལ་མྱོང་། མིག་དམར་། སྤར་བྱ། སྤེན་ལ། གནམ་མྱོང་། མཆོ་མྱོང་། གཤིན་
མྱོང་བཅས་དག། གཤིན་མྱོང་འདིར་རྒྱ་མྱོང་གི་མཆོན་ཉིད་ལག་པོ་མི་ཆང་
བར་འབྲུག་ཀྱང་ཆེར། ་།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་སུ་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་མཐའ་དང་སུ་
མེད་པར་གསུངས་པས་གངས་འདི་ཞེས་སུས་ཀྱང་ཁ་ཆོན་མི་ཆོད་པར་གསུངས།
ཆོན་རིག་པས་ཀྱང་། སྤང་མིན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་སུ་དགུ་ཆོགས་སྤྱི་
མའི་འདིག་རྟེན་དེར་རྒྱ་མྱོང་གངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པས་འདིག་རྟེན་གྱི་གངས་ཆོད་
འདིའི་ཞེས་གནའ་དེང་གི་རིགས་པ་སྤྱི་བ་སུས་ཀྱང་ཁ་ཆོན་མི་ཆོད་ཅིང་མ་བཅད་དོ།

གནམ་རིག་པས་ཉི་མ་དང་། རྩ་བ། མིག་དམར་། ལྷག་བ། སྤར་བྱ། བ་སངས།
སྤེན་བ། གནམ་རྒྱལ། མཆོ་རྒྱལ། གཤིན་རྒྱལ་སོགས་གཟའ་ཆེན་འགའ་ཞིག་བཅི་
བར་བྱེད། དེའི་ནང་གི་ཉི་མ་ནི་བརྟན་སྐར་ཉི་དབུས་སུ་བརྟན་པར་གནས་ཤིང་། དེའི་
མཐའ་སྐོར་དུ་རིམ་པ་བཞེན་ལྷག་པ་དང་། བ་སངས་། སའི་གོ་ལ། མིག་དམར་བཅས་
བཞེས་ནང་གི་འཁོར་སྐར་དང་། དེ་ནས་སྤར་བྱ་དང་། སྤེན་བ། གནམ་རྒྱལ། མཆོ་
རྒྱལ་བཞེས་པ་སྤྱིའི་འཁོར་སྐར་བཞེས་བཏགས་ཡོད་ཅིང་འདི་དག་ལ་འོད་སྤྲོ་ཆོགས་
གྱི་བྱ་བས་བསྐོར་བ་ཤིས་ལྷག་ཡིན་པར་བཤད། དེ་བཞེན་དུ་མདོ་ལས་ཀྱང་། འདིག་རྟེན་
གྱི་རྒྱ་མཆོ་འབྲམས་སྐུས་པ་ལ་ལ་ནི། འོད་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་དབྱིབས་ལྷ་བུའོ།
འདིག་རྟེན་གྱི་རྒྱ་མཆོ་འབྲམས་སྐུས་པ་ལ་ལ་ནི། བྱ་བ་སྤྲོ་ཆོགས་བཞེས་པའི་དབྱིབས་
ལྷ་བུའོ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའང་འདིག་རྟེན་འདི་དག་ལ་དམིགས་གྱིས་བཀར་
ནས་གསུངས་པ་དེང་དུས་ཀྱི་རིགས་པ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་ཅིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
མདོ་དུ་བྱུང་བའི་མཁྱེན་རབ་ཀྱི་རྩལ་ལ་ཨ་ལ་ལ་རྟོ་ཞེས་བསྐྱུགས་པར་བྱེད་དོ།

དེ་ཡང་ཡོས་ཏེ་གནའ་དུས་སུ་སྤང་སྤྲིད་རིག་པ་བཤད་མཁན་གྱི་མཁན་པོ་མང་
པོ་བྱང་སྤྲོད་ནའང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྤྱིའི་གངས་དང་ཆད་གཞལ་དུ་མེད་པ་
གསུངས་པ་རྣམས་དུས་རབས་འདིར་བདེན་དོན་རགས་པ་འགའ་ཞིག་རྟོགས་པའི་
མགོ་ཚུགས་པ་དང་། ལྷག་པར་ང་ཚོ་འཆོ་སྤྲོད་བྱ་སའི་ས་ཡི་གོ་ལ་འདི་ཉིད་གྱི་ལོ་
རྒྱུས་འཆད་མཁན་ཡོངས་ཀྱི་ཁོད་དུ་ནང་པ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་བྱང་འདུག་གམ། ལོ་ངོ་
ཉིས་སྟོང་གི་སྤོང་ནས་དེ་རབ་སྤྲིང་ཕན་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འཁོར་ནས་ཡོད་པ་
དང་། ཆགས་འཛིག་གནས་གསུམ་གྱེད་པའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་ཇུས་
བརྒྱད་འདུས་ཀྱི་གོང་བུ་ཡིན་པ་སོགས་ཞིབ་དུ་བཤད་སྟབས་མཁན་སངས་རྒྱུ་པ་
ལས་མ་བྱང་བ་རེད། ཆན་རིག་པས་དུས་རབ་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་གཞི་ནས་གཉིད་སད་
པ་ལྟ་བུའི་གཅིག་གཅིག་རེད། གཉིས་གཉིས་རེད་ཟེར་བ་མོ་མ་ངན་པའི་མོ་དང་། འོ་པ་
ངན་པའི་འོ་བཞིན་དུ་ཡིན་ལ་མིན་ལ་ཁ་སང་གིས་པ་དེ་རིང་བསུབ་ཅིང་། དེ་རིང་
བཤད་པ་སང་ཉིན་དོགས་པ་ཟ་ནས་བསྟེན་མི་འདུག་གམ།

དེ་ཡང་མཆོན་པ་ཅམ་ཞུས་ན། གཟའ་སྐར་གཤིན་རྒྱལ་(Pluto)ཞེས་པའི་སྐོར་
དེ་རེད། གཟའ་སྐར་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༠ ནང་གསར་དུ་རྟེན་ཅིང་ཉི་མའི་
ཁྲིམ་རྒྱུད་ཀྱི་གཟའ་དགུ་པ་དུ་བཅིས་ནས་གཟའ་ཡི་གངས་སུ་བགངས་ཡོད་པ་རེད།
དེ་ནས་དེམ་གྱིས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཐོན་ཏེ། ཕྱི་ལོ་༢༠༠༦ ལོ་རྒྱུ་བརྒྱད་པའི་ཆེས་
༡༥ ཉིན། རྒྱལ་སྤྱི་སྤང་སྤྲིད་རིག་པའི་ཆོགས་ཆེན་གྱི་ཐོག་དུ་གཟའ་སྐར་གྱི་གལ་
ནས་རྒྱུད་ཕྱད་བཏང་འདུག དེ་ཡང་ཁོང་ཆོས། གཤིན་རྒྱལ་གསར་རྟེན་བྱང་བའི་
སྐབས་དེར་རྒྱུད་ཤལ་སོགས་ཀྱི་མ་སྤྲོད་ལག་པོ་མེད་པས་གནས་ཚུལ་གསལ་པོ་

གཤམ་མེད་ན་པར། བྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོ་ཙམ་ནས་དེར་དུས་བྱི་རྒྱུར་གཤམ་ཚད་ལྷན་མང་པོ་
གསལ་བསྐྱུན་བྱས་ཤིང་། ག་གིན་རྒྱལ་བྱི་གནས་རྩལ་མང་པོ་གཤམ་རྟོགས་བྱུང་བས།
ད་པེས་གཟུང་རྒྱུར་བྱི་ལས་ནས་རང་བཞིན་བྱིས་བྱུང་བ་རེད། ཅེས་བསྐྱབས།

༼ ༡༠ ༽ རྒྱལ་ལ་དབྱེད་ན། མ་རྟོན་པ་ལས། ཉི་མ་མེ་ཤེལ་ཆ་པའི་རང་
བཞིན་ཅན། རྒྱལ་པ་རྒྱལ་ཤེལ་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཅན། རྒྱུར་མ་ཤིན་མེན་ལྷ་
ཆོག་ལས་པའི་རང་བཞིན་ཅན། ས་གཞི་ཤིན་པོ་ཆོ་པའི་འབྱུང་བ་མ་ཆི་ཤིག་ས་
པའི་རང་བཞིན་ཅན། དབྱུས་ཤི་རབ་ཤིན་མེན་ལྷ་བཞིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་
དང་། ཤི་རབ་བྱི་རྩལ་ཤིན་མེན་དང་། རྩལ་ལས་བྱུང་བས་དེའི་འོད་
མ་དང་ས་བྱིས་རྩལ་ཤིན་པོ་ཆོ་དང་ནམ་མཁའ་ཤིན་པོ་ཆོ་དང་། བར་བྱུང་
བྱུང་གསལ་བྱི་རྩལ་མ་རྟོན་དང་མཁའ་མ་རྟོན་བྱུང་བས་དེ་གའི་ཤི་རྩལ་བྱི་
ཤིན་པོ་ཆོ་དེ་དང་དེའི་ཐ་རྟོན་ལྷ་ཡོད། ཤི་རབ་བྱི་བྱུང་བས་གསལ་ལས་
བྱུང་བས་མི་གར་དག་ཤི་རབ་བྱི་བྱུང་བས་དེ་ལས་མེལ་བ་ན། མི་དེའི་ཐ་
རྟོན་བྱུང་གསལ་གཞི་མ་ཤི་རབ་མ་དང་ས་རྩལ་རྩལ་ལས་ཆོག་མི་ཤེལ་བ་ཞིག་ལྷ་
འབྱུང་འབྱོར་ཞེས་སྐབས་འཁོད་ཡོད། གནམ་མ་ཤིག་པ་དག་གིས་བཤད་ན། ཉི་
མ་མོག་ས་བཙན་རྒྱུར་ལས་ཆོ་པ་བྱི་བྱུང་ཆོ་པའི་གཞི་རྩལ་ཆོ་དང་ཉི་མ་ཤིན་པ་
དང་། རྒྱུར་མ་ལས་པ་རྩལ་ལས་ལས་ལས་དམ་ཆོད་དང་། དཔེས་པོའི་བྱུང་ས་
འཁོད་ལྷོ་ཡོད་སྐབས་ལྷ་ཆོག་ལས་ཡོད་བྱུང་། ཆ་པའི་བྱུང་ཆ་བྱུང་ཆོད་པའི་
རྒྱལ་སྐབས་ཤིན་པ་ལས། གསལ་དབྱུང་བྱུང་བས་བཞུགས་པའི་རྒྱུར་འབྱུང་
གཞིག་བྱུང་ཞིག་ཡོད། རྒྱལ་པའི་འོད་ཆེས་ཡོད་ཉི་འོད་ཆོག་འབྱུང་བ་ཙམ་
ལས་རང་རྩལ་ནས་འོད་མེད་ཅིང་། རྒྱལ་པའི་བཞིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་
མིན་པར་དྲི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཤིན། ཉི་འོད་ལ་ཐ་རྟོན་མི་འབྱུང་བ་འབྱུང་
ཙམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཐ་རྟོན་རྩལ་པོ་དེ་རྒྱུར་ཐམས་ཆོན་པོའི་གསལ་ནས་
ཐད་ཀར་མ་ཁོད་བྱུང་བས་རྒྱལ་ཆོ་དང་ནམ་མཁའ་ཤིན་པོ་ཆོ་དང་ལ་མ་ཡོད།

ཐག་ཤིང་ཟླ་པ་འི་ཉེང་ནས་ལྷ་སྐབས་མ་ཟླང་ཉིང་ཀྱང་ཚྭ་པོར་ཉེང་པ་ཞིན་
པོད། ཟླ་པ་ཤང་པ་མ་ཟླང་དབྱེགས་ཀྱི་ཁྱི་ཐུག་མེད་ཉེང་སྐབས་ཟླ་པ་འི་ཉེང་གི་
ནས་མ་ཟླང་པོར་ཚྭ་པོ་མིན་པར་ཉིན་མཆན་ཀྱན་ཏུ་ནག་པ་མ་མེ་པ་ཞིག་
ཡིན་ཞེས་སྐབས་ཟླ་པ་རྒྱ། །}

མདོ་རྒྱུད་གསུང་རབ་ནམས་སུ་ཁམས་ཐ་མ་ལ་སྐྱགས་ཤི་སྟགས་མཐའ་སྟོར་
ཀྱི་ཁོར་ལུག་དང་། ཁམས་བར་པ་ལ་སྤྱིར་དང་སྤྱིར་ཐོན། ཁམས་རབ་ལ་ཤི་རབ་
སྟགས་སྐབ་བར་བཤད་པ་མ་གཏོགས་གསེར་དུལ་རྒྱང་པ་ལས་སྐབ་པ་འི་གཟའ་
སྐར་ཞིག་ཡོད་པར་མ་གསུངས་ཤིང་། གསུང་རབ་རྒྱ་ཆེ་བས་གལ་ཏེ་ཆོག་ཤིས་དེ་
ལྟར་འབྱུང་ནའང་། མ་ལས་གལ་ཡི་མཆོ་མོ་ལ་གལ་ཡིན་མི་དགོས་པ་དང་། ཐག་
གསེར་ཀྱི་བྱ་སྤྱིབས་ཞེས་བའང་གསེར་ཡིན་མི་དགོས་པ་ལྟར། ཤི་རབ་ཀྱི་རྒྱ་དང་།
ཤོས་སྟགས་སུ་གསེར་དང་། དབང་ཕྱོག་སྟགས་ཀྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་འགའ་ཞིག་
འབྱུང་ནའང་གསེར་དུལ་སྟགས་ཤིན་པོ་ཆེ་རང་མཆོན་པ་ཡིན་མི་དགོས་སོ།

༼ ༡༡ ༽ འཁྱོས་ལ་དབྱུང་ན། མཚན་པ་འི་གཞུང་ལས། འཇིག་རྟེན་ཀྱན་
ཀྱི་ཉེ་པ་ཉི་མ་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་ཤང་ཡིན་པ་དང་། ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་པོད་
ཆ་ད་ཀྱིས་མ་དཀྱིལ་ནས་ཤང་པ་འི་ཤི་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཤས་
སྟོར་དང་གཤོན་སྟོར་རྩ་ཆོག་སྐབ་པ་ཞིན་པོད་པར་བཤད། འདི་ཉི་མར་ས་
རྒྱས་པ་ཁོ་ན་འི་བཤད་ཉེང་ས་ཤིག་ཡིན་པར་གནའ་ཤང་སྐབ་ཀྱི་གཤ་ཁྱི་
ནས་པ་མ་གཞི་མ་པ་འི་ཤང་ཕྱོགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལྷ་ཆེ་པ་པོར་ས་རྒྱལ་ཅིག་
ཡིན་པར་རྟེན་། རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་ཤི་བྱངས་ཉི་མ་ཉེང་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་ཀྱི་ཤང་ཆེན་
ནས་མེ་ཤིང་མའི་མཐའ་པ་ཁ་ཅིག་གིས། ཉི་མ་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ཉེ་པ་དང་། མ་
གཞིས་ཉི་མར་བསྟོར་པ་ཞིན་པོད་པ་འི་ལྷ་ཆེ་པ་ཞིག་གཏོན་ཚུང་པར་བྱགས།

ཚུལ་ཞིག་ནི། ཕྱི་ལོ་༡༤༩༢ ལོར་མི་བན་རྒྱལ་པོའི་རོགས་རམ་ལོག་ཁིརིས་ཉི་ཁྱེར་གོ་
ལུམ་རྟ་མི་(Christopher Columbus)ཟེར་བའི་མི་ཞིག་མཆོ་ཐོག་བརྒྱུད་དེ་སོང་
བས་རིམ་གྱིས་ཨ་རིའི་གདོད་མའི་མི་རིགས་ཀྱིས་བརྒྱུད་བའི་སྤྱིང་ཐུན་དེར་འབྱོར།
ཁོས་ལུང་བ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱིང་ཐུན་ཡིན་པར་འཇུག་ཏེ། རྒྱ་གར་དམར་པོ་(Red
Indian)ཞེས་སུ་བཏགས་པས་ད་བར་དུ་མིང་དེ་ཉིད་རྒྱུན་འཇགས་སུ་གྱུར། དེ་ལྟར་
ཁོས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མངའ་སྡེ་གང་ཡིན་རྟོགས་པ་ལྟ་ཞོག ཤར་སྤྱིང་དང་། ལུབ་སྤྱིང་
གང་ཡིན་ཅེས་ཡང་ངོས་མ་ཟིན་པའི་བྱུང་རབས་འདི་ནི་མཆོ་ཐོག་འབྲུལ་བ་མགོ་འཁོར་
བའི་གཏམ་རྒྱུད་དགོད་བློ་བོ་ཞིག་རེད།

ཡང་གནམ་རིག་པ་མིག་འཇུག་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། གཟའ་སྐར་གཤེན་རྒྱལ་ཞེས་
བྱ་བ་ཞིག་ ཕྱི་ལོ་༡༩༣༠ ནང་དུ་གསར་དུ་རྟེན་ཅིང་ཉི་མའི་ཁྲིམ་རྒྱུད་ཀྱི་གཟའ་སྐར་
གྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་ནས་ཕྱིས་སུ་ ༡༩༥༦ ལོར་སྤར་གྱི་ལྟ་སྟངས་དེ་དག་མིག་འཇུག་
བ་ཁས་སྤངས་ནས་གཟའ་སྐར་གྱི་ཁོངས་ནས་གནས་དབྱུངས་བཏང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ངོ་
མཆར་བ་ཞིག་གོང་དུ་ཐུན་ཅེས་ཞུས་ཡོད་པ་བཞིན་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོན་རིག་ལ་
ཆོངས་དད་མ་བྱེད་ཅེས་ཀྱང་བསྐྱུལ་དགོས་བྱུང་། འདི་དག་ཆོན་རིག་ལ་སྤྱངས་པ་མ་
བྱས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དུ་ཡོངས་གྲགས་སུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དགོད་བློ་བོ་དག་ཡིན།
ང་ཆོ་དང་བར་ཐག་ཆེས་རིང་བའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་གཟའ་སྐར་ནམས་ཀྱི་ངོ་བོ་
དང་། དབྱིབས་གཟུགས། བྱེད་ལས་སོགས་མཐིལ་ཕྱིན་པ་རྟོགས་རྒྱུ་ལྟ་ཞོག བྱངས་
ཀ་རགས་པ་ཅེས་ཡང་ཤེས་མེད་པ་རེད། ཁོང་ཆོས་དེ་རིང་ནས་རྒྱ་སྐར་གསར་བ་
ཞིག་སྤེལ་པ་འདྲུག་ཟེར་བ་དང་། དེ་རིང་ཡང་སྐར་ཆོགས་བྱེ་བ་ཐག་བརྒྱ་ཅན་གྱི་

འཇིག་རྟེན་ཞིག་གསར་དུ་རྟེན་སོང་ཟེར་བ་སོགས་གཟའ་སྐར་རེ་རེའི་གངས་ཀ་པར་
ཞོག་སྐར་ཆོམས་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་གངས་ཅམ་ཡང་རེས་སུ་བ་མེད། རྒྱལ་བའི་
གསུང་རབ་རྣམས་སུ་བསྐལ་བ་གསྒྲའི་སྒྲུང་གི་བྲེ་མ་སྟེད་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་
འཇིག་རྟེན་ཞེས་མཐའ་དང་གངས་མེད་བ་གསུངས་བ་རྣམས་ཁས་མ་སྦྱངས་ནའང་
དོན་གྱིས་བདེན་དོན་ལ་ར་འཕྲོད་བཞིན་ཡོད་བ་རེད། མདོར་ན་ཆོན་རིག་པས་བཏོན་
པའི་གཟའ་སྐར་སྐོར་གྱི་སྲུབ་དོན་གྱི་བསྐྱབས་གཏམ་པལ་མོ་ཆེན་རེས་གཏན་ཅི་ཡང་
མེད་ཅིང་། སློབ་ལོ་ལོན་ཅམ་གྱི་བྱིས་པས་ནང་སྦྱོང་འབྲི་བ་བཞིན་དུ་གཉིས་བྲིས་ན་
གཅིག་བསུབ་དགོས་བ་ལྟ་བུའི་དང་ནས་འགོ་བཞིན་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས། ང་ཆོ་དང་
བར་ཐག་ཉེ་བའི་སྒྲ་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་སྐོར་གཡངས་རེ་ཅམ་དང་། མིག་དམར་
གྱི་ནང་དུ་ཐུར་བལྟས་རེ་ཅམ་བྱས་ཐེན་པས་གཟའ་སྐར་དེ་དག་གི་གནས་སྤངས་རབ་
རིབ་དང་། མོག་མོག་ཅམ་ཞིག་བཤད་དུ་བྱས་སྟེད་གྱི་ཞིབ་ཅིང་སྒྲ་བ་ནི་སུ་ཡིས་ཤེས།
གཞན་དག་པར་ཞོག་ང་ཆོ་འཆོ་སྟོད་བྲེད་སའི་སའི་གོ་ལ་འདིའི་དབྱིབས་གཟུགས་
ཀྱང་ཆོན་རིག་པས་འདྲ་མི་འདྲ་བཤད་ནས་སྟོད་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་སྟོན་དུས་སའི་
གོ་ལ་འདི་ཉིད་བྱ་བུ་ལྟ་བུའི་ཀུན་ནས་རྒྱུ་པོར་ཞིག་ཡིན་པར་བྱས་ཤིང་། དགོ་ཆོས་
གྱིས་ས་གཞི་རིལ་མོ་ཞེས་པའི་སྒོ་ཅི་གཏད་ས་སོགས་ཀྱང་རིལ་རིལ་བྱ་བུ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡིན་པར་ཁོང་གིས་བྲིས་པའི་ས་བཀྲ་ལས་ཤེས། དེར་དུས་ནི་སྤར་གྱི་བཤད་ཆོད་དེ་
དག་མ་འདྲ་བར་སའི་གོ་ལའི་དབྱས་གྱི་ཆངས་ཐིག་ལས་ལྟོ་བྲུང་གི་སྟེ་གཉིས་སུང་
པའི་འཛོང་གཟུགས་ཤིག་ཡིན་རབས་བཤད་བ་སོགས་ད་དུང་ཉར་ཉར་ཞིག་མེད་ན་
གོ་ལ་གཞན་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྟོས།

འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཆེས་མངོན་མཚན་ཅན་གྱི་གཟའ་སྐར་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཉི་མ་
ཞེས་པ་འདི་རེད། འདིའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་འདུག་བྱས་ཚུལ་ཞིག་ལ་བསམ་ན། ཉི་མ་ནི་མེ་
ལྷོ་དཔག་ཚད་དུ་མར་མཆེད་པའི་མེའི་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། ཆེས་རིང་ས་
ཞིག་ནས་རྒྱང་བཟླ་བྱེད་རྒྱ་ཅམ་ལས་འཁྲིས་སུ་བཅར་ས་མེད་ཅིང་། རྒྱང་ཤེལ་གྱི་
བརྒྱད་ནས་བཟླ་བའི་ཆེ་ཉི་མའི་འཛིངས་འགའ་ཞིག་ནས་དོང་འབྲ་བའི་ནག་གོར་རེ་བ་
འགའ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་སྤྱ་མ་ཁ་ཅིག་གིས་ཟེར་ན་ཉི་མའི་ནང་གི་
འབར་རྩས་དེ་དག་ཟད་དེ་མེ་ཤི་སོང་བའི་རྩས་ཤུལ་ཡིན་པའི་ཆོད་དཔག་བྱས། དེ་
ལྟར་ན་ཉི་མ་གྲུབ་ནས་ལོ་ངོ་གང་ཞིག་སོང་བའི་དེ་རིང་ཉི་མའི་ཕྱོགས་གྱི་བརྒྱ་ཆ་འདི་
ཅམ་ཞིག་ནས་མེ་ཤི་ཟེར་བས། དེ་ལ་བསྐོར་ཏེ་ཅིས་ཤིག་བྱས་ན་ཉི་མ་ནི་ལོ་གངས་
འདི་ཅམ་ནས་ནང་གི་འབར་རྩས་གྱི་ཕྱང་པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་
འདི་ནག་ཐོམ་མེར་ཆགས་འགོ་རྒྱ་རེད་ཅེས་ཆོད་དཔག་བྱེད། དེ་ལྟར་ན་ཉི་མ་ནི་ཏ་
ཅང་རྣམས་འཁོགས་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འགྲེལ་བཤུད་བྱས། ཡང་དེང་སང་རྒྱང་ཤེལ་
གསར་དུ་བཟོས་པ་འགའ་ཞིག་བརྒྱད་ཉི་མ་ལ་ཞིབ་བཟླ་བྱེད་དུས་ཉི་མའི་ངོས་གྱི་ནག་
དོང་རེ་བ་དེ་དག་ནི་ནང་གི་འབར་རྩས་ཟད་དེ་མེ་ཤི་སོང་བའི་རྩས་ཤུལ་མ་ཡིན་པར།
ནང་གི་འབར་རྩས་ཐོན་ཆེ་བའི་དབང་གིས་མེ་སྤྱར་འོབས་ལྟ་བུ་སྟོན་དུ་མ་སྤྱབ་པར་
མེ་ལྷོ་ཤུགས་ཆེར་གྱེན་དུ་འཕྱར་བས་ཕྱིའི་ཤུན་པ་ཡོངས་སུ་དབྲལ་ཏེ། མེ་ལྷོ་རྒྱ་ལམ་
གྱི་མ་ཁ་རྣམས་ཡིན་པར་བཤུད། དེ་ལྟར་ན་ཉི་མ་འདི་ནི་ཆེས་གཞོན་ནུའི་རྣམ་པ་ཅན་
དུ་ཡོད་ཅིང་ཉི་མའི་ཆེ་ཆོད་ཀྱང་ཏ་ཅང་རིང་བར་བཤུད་པ་སོགས་འདི་དག་གི་ཁ་ལ་
ངེས་གཏན་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་། གཅིག་གྱུར་གྱི་གྲུབ་དོན་ཞིག་གཏན་དུ་པལ་པ་ལ་དུས་

ཆོད་རིང་མོ་ཞིག་དགོས་པར་སེམས་སོ།

༼ ༡༩ ༽ ཡང་ཁོང་ཅག་གིས། རྒྱ་ལ་ཁོར་འདྲུག་གི་ཤར་ཆེན་དེས་ཉི་ལྔ་
གཟའ་འཁོར་རྒྱ་ཆོད་ཤར་མ་ཙམ་ཡང་འབྲུག་མེད་ཀྱི་ལྷོན་ལྷོན་ལ། ཅེས་
གསུངས་པ་དེའང་བདེན་པ་ཤི་ནས་མིན། ལྷོན་གྱི་རྒྱ་ལ་ཁོར་མ་ཁན་པོ་ཆོས་
ཆུ་ཆོད་ཤར་མ་པར་བཞག །ཞག་དང་ཉི་མ་ཡང་མོ་མ་ཁན་པོ་མོ་བཞིན་
ཐིག་ལ་མི་ཐིག་ལ་ཙམ་ཡིན་ཆེ་ལ་ཁ་ཆེ་བཞེན་དང་། ཁོ་ཤིང་བཟང་ལྷོན་
མོ་གསལ་མང་པོ་མོ་ལྷོས་ཐོད་པོ་ལྷོད། ད་ལྟ་ལྷོན་ཆེན་ཁང་གིས་རྒྱ་ཆོད་
གསལ་ཁ་ཙམ་ཞིག་ཐོད་ལྷོད་པ་འདི་ཉི་ལྔ་ནག་ནས་ལྷོད་པ་འདི་མན་ཁག་
བཟང་ལྷོན་མ་ཞིག་གིས་ཁ་ལྷོན་ལྷོད་ཀྱིན་ཐོད་ཤར་ལ། དེ་ཉིད་དཔེ་འབྲུག་
རྒྱ་ལ་ཉི་ལྔ་ནག་ལ་མི་ལྷོད་པས་མ་ཤིས་པ་པལ་པ་ཆོ་ལ་ཉིན་གྲངས་འཕྲོ་ཙམ་
ལས་ཆུ་ཆོད་དང་ཤར་མ་པའི་ཆུ་མི་འདྲུག །ཆུ་ནག་གི་མན་ཁག་དེ་ཉི་མིང་
ཆུ་ལ་རབས་ཤུབས་ཀྱི་ཆུ་མི་ཆེན་པོ་ལྷོས་ཐོད་ཆེ་ལ་ཁ་ཐོད་ལ། མི་ལ་མི་ནས་
མིན་པའི་ཤི་ལྷོས་ཆོས་ལྷོད་མ་ཁན་ཞིག་གི་བྱང་ནས་བྱུང་ལྷོས་ཆེན་ཤིག་གི་
གནད་གསང་མང་པོ་འབྲུག་པ་དེ་དག་མིན་པའོ་འདྲུག་པས་དོན་ཀྱང་
ལྷོས་པའི་བཟང་ཀྱིན་མིན་པར་ཤེས་དགོས། ༽

འདི་ནི་མཁས་པ་གཞན་ཞིག་གི་འདོད་ཚུལ་ལ་དགག་པའི་སྐོར་ཞིག་རེད་འདྲུག་
མོད། སྐལ་མེད་སར་སྐོར་ཞིག་བསྐྱེད་ན། ང་ཆོ་མོད་ཀྱི་སྒྲན་ཅིས་རིགས་པ་འདི་དག་
རང་ཚུགས་མི་ལྷོད་ཅིང་། ཁྱངས་སྐུལ་མེད་པར་འདོད་པའི་བཤད་ཡམས་འདི་ནི། ང་
ཆོ་གཞན་ལ་འགྲམ་ཆུ་ལྟར་དགས་ནས་རང་གི་ཁོར་ལྟར་ཁོར་ངོ་མི་ཆོད་པ་ས་
གཏོགས་གཞན་ཅི་ཡང་མིན། སྤྱིར་ན་རིག་གཞུང་གང་ཡིན་ནའང་གཞན་དང་ས་
འབྲེལ་བར་རང་སྤྱི་ལྷོད་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། གཞན་གྱི་རིག་གནས་ཀྱི་མེགས་ཆ་

བསྐྱེད་ན་རང་ཚུགས་མི་སྤྱབ་བ་དང་། མདོག་ཤོར་དགོས་པ་གང་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་།
དེ་ནི་མི་རིགས་སྤྱང་པོ་ཞིག་གི་བྱེད་ལུགས་ཡིན་མ་གཏོགས་པ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་
རིག་གཞུང་ཐམས་ཅད་རིལ་གྱིས་གསར་བརྗེ་དགོས་ཟེར་བའི་སློན་ཏྲགས་དེ་དག་
དང་གཏན་ནས་འབྲ་བ་མ་ཡིན། རུབ་ཕྱོགས་སུ་སྐད་གསུང་ཆེ་ཤོས་སུ་གྱུར་པའི་
ལུང་བསྐྱེད་ནས་ལོ་ཐོ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་མ་ཡིའོ་ཐོ་(Mayan Calender)ཟེར་
བ་དེ་རེད། དེའི་ནང་གི་བསྐྱེད་དོན་མང་པོ་ཞིག་མངོན་སུམ་དང་ཐོད་སྤྱད་བཞིན་ཡོད་
རབས་བཤད་ཅིང་། དེ་ལས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོ་ནི་གོ་ལ་འདིའི་ཆེས་མཐའ་མཚུག་གི་ཆེ་
ཆད་དེ་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ལྟར་བརྗོད་བྱའི་སྤྱིང་པོ་བྱས་པའི་(2012)ཞེས་པའི་སློག་
བརྒྱན་ཞིག་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོར་གསར་དུ་བཅོས་ནས་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་
བཟམས་པས། ཆོན་རིག་ལ་རྫོངས་དང་ཅན་གྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ཉིད་བདེན་
པར་བཟུང་ཞིང་། ཡང་བའི་གོད་ཆག་དེ་ཉིད་མཐོང་དུ་མ་འདོད་ནས་གཡང་ལ་ལྷེབས་
པ་སོགས་བྱུང་ཞིང་། རང་རིགས་འགའ་ཡང་ཅི་ཞིག་གསར་ཏོགས་བྱུང་ཚུལ་གྱིས་
ལུད་སློགས་བྱས་ནས་དགོད་ཁ་གང་མང་བསྐྱངས་ཡོད་པ་རེད། དངོས་གནས་གནས་
ཚུལ་ཅི་འབྱུང་ནི་མ་འོངས་པ་ཡིན་ལ་དུས་བཀག་སྤྱད་པ་ལ་སྒྲིགས་ལས་མེད་པ་
རེད། ཐེག་དང་མི་ཐེག་ཡང་དེ་ནས་ཤེས་ཡོང་། ཤར་ཕྱོགས་པའི་ལོ་ཐོ་དང་། རུབ་
ཕྱོགས་པའི་ལོ་ཐོ་གཉིས་སུ་ངར་དེ་དུས་ཤེས་ལ་མན་ངག་བཀའ་རྒྱ་མ་ཞིག་པར་ལ་
སྤྱིར་རྒྱ་ཡོད་དང་། ཚུར་ལ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་དེ་ནས་ཤེས། གལ་ཏེ་བོད་ཀྱི་ལོ་ཐོའི་སྐོར་
ནས་ཉི་མཱ་གཟའ་འཛིན་སོགས་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ཅིས་དེ་དག་གཞན་ལས་སྐྱངས་འོངས་ན།
འོན་མ་འོངས་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རིགས་ལུང་བསྐྱེད་པའི་ཅིས་རིགས་འདི་དག་གང་

ནས་སྒྲངས་ཡོངས་པ་རེད། དཔེར་ན་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ ལོའི་སྤྱན་རླུང་ཁང་གི་ལོ་ཐོ་བསྟུས་
པར། བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཆོས་ལཱ་ནས་བོད་རྒྱ་བཞི་པའི་ཉེར་གཉིས་ཀྱི་བར་དང་།
སྤར་ཡང་བོད་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་བཅས་པར་ས་འགྲུལ་ཡོང་བའི་ཉེན། ཞེས་ས་
འགྲུལ་ཡོད་པར་བཤད་པ་བཞིན་རྒྱ་༥ པའི་ཆོས་༡༥ ཉེན། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་
ཏུ་མ་གཤམས་པའི་སྐ་སྐྱེ་རྒྱ་མདོ་ཏུ་ས་འགྲུལ་གྱིས་གཞོད་འཆེ་ཆབས་ཆེན་པོ་གཏོག་
པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོའི་སྤྱན་རླུང་ཁང་གི་ལོ་ཐོར། བོད་རྒྱ་གསུམ་པའི་
རྒྱ་སྟོད་ནས་བོད་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་རྒྱ་སྟོད་བར་གངས་ལྗོངས་སུ་དུས་མིན་མེ་ཆུའི་གཞོད་
འཆེ་ཡོང་བའི་ངོ་། ཞེས་མའི་འཛིགས་པ་ཡོད་པ་བཤད་པ་བཞིན་ཏུ་དེ་འདྲ་གངས་
ཅན་ལྗོངས་འདིར་སྤར་མ་གཤམས་པའི་ན་གཞོན་མང་པོ་ཞིག་མེར་བླེབས་པ་དང་། སྐྱེ་
རྒྱ་མདོ་ཡི་འབྲུལ་མེལ་ཆོང་ཁྲོམ་ལ་མེ་ཤོར་བ་སོགས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་
མདའ་རྒྱག་རྒྱག་ལྷེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་འདི་དག་གཟུང་གནས་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་ངེས་པ་
ཡིན་ལ་ཕྱོགས་འཛིན་གྱི་རེ་ལྡེས་མགོ་བོ་ཡོངས་སུ་བརྟམས་པ་རྣམས་ལ་ར་མ་འཕྲོད་
ཀྱང་སྒྲོལ།

༡༣ ་། ནང་བཅུད་མེམས་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་དབྱེད་ན། དེར་གི་
ཆ་ན་རིག་པའི་མཐོང་བ་དང་ཆོས་མི་མཐུན་ས་གཅིག་ནི། འགྲོ་བ་རིགས་
བྱུང་ཅེས་མི་དང་དྲུག་འགྲོ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་མོ་རྒྱ་རིག་རྒྱ་མེད་པའི་མེམས་
ཅན་མི་འདྲ་བ་བཞི་བཅི་རྒྱ་རྟེན་ཡོད་པ་འདི་རེད། འདི་ཡང་ནང་བ་མངས་
རྒྱས་པ་ཁོ་ནས་རྟེན་པ་མིན་པར་གནད་རབས་ཀྱི་ཆོས་འཁུམས་ཡོད་ཆ་དུ་པལ་
ཆོར་བ་གཅིག་མཐུན་ལྟ་བུར་བྱུང་འདུག །རྒྱ་གར་དུ་མངས་རྒྱས་ཆོས་འཁུམས་
མ་དར་གོར་ནས་ལྟ་བུལ་དང་དཔུལ་བུལ་གཉིས་པོ་ནི་རྒྱང་ལྟར་བྲགས་ཤིང་།
རིག་ལྷེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་པལ་མོ་ཆེ་ཡང་ལྟ་དང་དཔུལ་བ་པའི་རྟོགས་པ་རྒྱུད་

ཉ་བྱར་བྱར་ཡོད། ༽

ཞེས་བཤད་འདུག་མོད་འདི་ནི་སྤྱོད་པ་སྤྱུངས་ཏེ་བཤད་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་འདོད་པའི་
དབྱེད་ཞིབ་པ་དང་། མཁས་དབང་སྤྱི་མེད་ལྡང་མིག་ཅན་དེ་དག་གི་མིག་གིས་མ་
མཐོང་བ་དང་། ཁས་མ་སྤངས་ན་མེད་དགོས་པ་དང་། ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་མ་འདོད་ན་
གཞན་ཤེས་བྱ་གང་དང་གང་། གང་ཟག་སྤྱད་དང་སྤྱུ་ཡིས་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ། ཤེས་
པ་དང་། རྟོག་པ་བཤད་དུས་རྟོགས་དཔྱོད་ཅུང་ཡང་མེད་པར་མི་བདེན་པའི་ཕྱང་པོར་
བསྐྱར་རྒྱུ་བྱེད་པ་དང་། ཁ་མདའ་ཆོག་མདའ་འཕེན་རྒྱུ་བྱེད་པ་ནི། ར་ཆོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་
ཆོགས་འདིར་ལྟ་བུ་བ་གཅིག་ལས་འོང་མི་ཆོག་པ་གསུངས་པར་དེ་དག་དངོས་གནས་
བདེན་པ་འདྲ། འདི་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་ཆད་མ་མཛོམས་སུ་གཅིག་ཕྱར་འདོད་པའི་
སྤྱི་རབས་སུ་སྟེགས་རྒྱུ་འཕེན་པའི་ལྟ་བུ་རྟོག་པའི་སྤྱི་ཆད་ཅ་ཆག་རོ་སྤྱི་ཡོང་བ་ཞིག་
ལས་གཞན་དུ་མི་སེམས། མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ལས་གོ་རྒྱུ་རིག་རྒྱུ་མེད་པའི་
སེམས་ཅན་མི་འདྲ་བ་བཞི་བཞག་ཡོད་ཅེས་པ་ལ་གཞུང་ལུགས་རིགས་པའི་བཤད་
སྟེལ་དང་མཆན་ཉིད་རིག་པའི་དབྱེད་སྟེལ་གཉིས་ཀྱིས་དངོས་ལན་བྱ་སྟེ། དང་པོ།
ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གསུངས་པ་འདི་ཆོས་ལུགས་གཞན་
ཀྱི་ཟེར་རྗེས་འབྲངས་པ་ཞིག་ཏུ་མི་སེམས་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་
དང་རོ་བོ་སོགས་སྤྱི་བ་གཡོགས་མེད་པར་རི་བཞིན་དུ་གཟིགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཉིད་
ཀྱིས་རི་ལྟར་མཐུན་པ་ལྟར། དཔུས་ལོང་གི་སྤྱི་བོ་ནམས་སྤང་དོར་ལ་འཇུག་ལྟོག་མི་
འོར་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱགས་བཅེ་བས་འདོམས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་འདོམས་
པ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་གདེང་འཛིག་བྱེད་པ་ལ་ཁེ་ལས་གྱོད་མེད་དེ། སངས་རྒྱུ་ཉིད་

གྱི་གསུངས་ལ་རྩོན་གྱི་དྲི་མ་ཅམ་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་སངས་རྒྱུས་
ཁས་ལེན་ཞིང་ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དག་གི་མིག་ལས་དུ་བསྟར་ཅམ་ལས་ནང་གཞུང་
གིས་ཡི་ག་ལོག་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།

མཆན་ཉིད་རིགས་པའི་དབྱེད་སྒོལ་ལྟར་བྱས་ན་མི་དང་དུད་འགྲོ་ལས་གཞན་
པའི་སེམས་ཅན་གོ་རྒྱུ་རིག་རྒྱུ་མེད་ཅེས་པ་དེ་རིགས་པ་དང་མི་མཐུན་ཏེ། གོ་རྒྱུ་དང་
རིག་རྒྱུ་ཡོད་ན། མིག་སྡོན་སྒྲ་སེར་ཅན་དེ་དག་གིས་རྣ་བས་གོ་བ་དང་མིག་གིས་རིག་
དགོས་པ་དང་། ཁྱད་པར་ཆ་སྤྲུག་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་རྣ་བས་གོ་དགོས་པར་
འདོད་པར་འདུག་ན། འོན་མེད་མེད་འབྲུམ་ཡར་སྡོན་གྱི་གས་འཐོར་ཆེན་མོ་དེ་ཡང་
མེད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཁྱོད་ཅག་གིས་རྣ་བས་གོ་བ་དང་མིག་གིས་མཐོང་བ་གང་
ཡང་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར། གས་འཐོར་ཆེན་མོ་བྱུང་བ་ཆན་རིག་པས་བཤད་པ་དག་གོ་
བས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དཔུལ་བ་སོགས་སེམས་ཅན་གཞན་བཞི་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་
དགོས་ཏེ། དེ་ཡོད་པར་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་དག་ཁྱོད་ཀྱིས་གོ་བའི་ཕྱིར།
ཆན་རིག་པས་བཤད་པ་གོ་ན་གོ་གོ་ཆོད་ཅིང་། ནང་པས་བཤད་པ་གོ་ན་གོ་གོ་མི་ཆོད་
ཅེས་སྒྲོ་འཁྲུག་པོར་བློས་པར་འདོད་ན་ཁོ་བོས་ཅང་མི་སྤྲོ།

ཆན་རིག་པས་བཤད་པའི་གས་འཐོར་ཆེན་མོ་ཡོད་པར་ཆན་རིག་པས་གོ་བ་
ཡིན་ནམ། མིག་གིས་མཐོང་བ་ཡིན། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་ན། མི་མེད་འབྲུམ་
ཡར་སྡོན་གྱི་ཆན་རིག་པ་ཞིག་གིས་གོ་རིག་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། དེར་རབས་རུབ་
ཕྱོགས་པའི་ཆན་རིག་པ་ཞོར་མེད་འབྲུགས་མེད་ཅིག་གིས་གོ་རིག་བྱུང་བ་ཡིན། དང་
པོ་མི་འཐད་པ་ནི། དེ་སྐབས་འགྲོ་བ་མི་ཡི་རིགས་གཞི་ནས་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་པར་འདོད་

བས་གཞོན་ལ། སྤྱི་མ་ཡང་མི་འཐད་དེ། མི་ལོ་ཐེང་འབྲུམ་དུ་མའི་ཆེ་སློག་ཅན་གྱི་མི་
ཞིག་ད་ལྟ་བར་དུ་མཐུན་སྦྲེད་དུ་མེད་བས་དེ་ཡིས་གོ་རིག་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་
གང་ན་ཡོད། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པར་ཆོན་རིག་བས་ཆོད་དཔག་བྱས་ནས་
ཡོད་པར་རྟོག་པ་ཡིན་པས་ཡོད་པར་ངེས་སོ་ཞེས། དཔུལ་བ་སོགས་ཀྱང་ཁྱེད་ཅག་གི་
རྣམས་གོ་བ་དང་མིག་གིས་མ་མཐོང་ཡང་། སངས་རྒྱས་བས་རྗེས་དཔག་ཆོད་མས་
ཡོད་པར་རྟོག་པས་ངེས་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་ན་ལན་ཅི་ཡོད། ཁྱེད་ཅག་གི་ཆོད་
དཔག་ནི་ཞོར་འཁྲུལ་ཅན་དང་དེད་ཅག་གི་ཆོད་དཔག་ནི་ཡང་དག་པ་ཡིན་ཞེས་ཡོ་
སློགས་ཅན་གྱི་ལྷ་ཚུགས་ཤིག་བྱས་ན་ལེགས།

༼ ༡༤ ༽ སེ་ཡི་འོག་ཏུ་དཔུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཞེས་པའི་ཁྱིམ་མཚན་ཞིག་
དང་། རྣམ་མཁའི་ནང་ཏུ་རྩ་དང་ཞིང་ཁམས་ཞེས་པའི་སྤྱིང་ཁ་ཞིག་ཡོད་
པར་འདྲོད་པ་འདྲི་མཐར་གཏུགས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་དཔྱད་པོ་འདྲོད་པའི་འཇིགས་
ཡིན། དེ་རྩ་མིན་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པའི་ཁྱིམ་མཚན་དང་། མ་འཇོས་པའི་སྤྱིང་ཁ་ཞིག་
ཡོད་དོན་ཅི་ཡོད། རྩ་ལྟུང་གི་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱོད་པོ་ཁྱོད་དེ་ཆོ་དང་། དཔུལ་
བའི་འཇིགས་ཀྱི་འཇིགས་མཁའ་སྤྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེ་ཤོས་དེ་དག་རྩ་དང་ཡིས་
བཞོད་སྤྱོད་བྱས་པ་མིན་ན་གང་ཞིག་ནས་ཁྱོད་པོ་ཡོད། ཁྱེད་པོ་མེད་ཀྱང་
ལས་ཀྱི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་འཇིགས་སྤྱོད་པར་འདྲོད་ན་དེ་ནི་གནམ་
བསྐྱོས་ལས་དབང་སྤྱོད་པའི་འཇིགས་ཡིན། ༽

དཔུལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས། རྩ་དང་། ཞིང་ཁམས་འདྲོད་པ་མཐར་འཇིག་རྟེན་གྱི་དཔྱད་
པ་པོ་ལ་གཏུགས་དགོས་པར་འདྲོད་པ་ནི། སངས་རྒྱས་བས་ལ་ཡང་བསྐྱར་སྟོན་འབྲིན་
ཐེངས་གཅིག་དང་སྟོན་འདོགས་ལན་གཅིག་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ། སངས་རྒྱས་བའི་
གཞུང་འཇིགས་དག་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དཔྱད་པ་པོ་འདྲོད་པ་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ནས་

དགག་བ་ཇི་ཙམ་བྱས་ཡོད་བ་འོལ་སྤྱི་ཙམ་ཡང་གོ་ཐོས་བྱུང་མེད་བ་ཡིན་ནམ།
དགོས་བ་གཞན་ཞིག་ཡོད། གནས་ལུས་འོངས་སྤྱོད་ལུག་སྤུམ་ཆོགས་བའི་བདེ་སྤྱིད་
ཅན་ཞིག་དང་། ཉིན་མཆན་མི་ཆོད་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་གཉིས་ཡོད་ན།
འཛིག་ཉེན་བྱེད་བ་པོ་འདོད་དགོས་བ་ཡིན་ན་ནི། མི་ལུལ་འདིར་མཁོ་རྒྱ་འོངས་སྤྱོད་
ཆོད་ལས་བརྒྱལ་བའི་མཐོ་རིམ་སྤེ་ཆོགས་ཤིག་དང་། ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་ཙམ་ཡང་ཆོད་
དགའ་བའི་དམའ་རིམ་སྤེ་ཆོགས་གཉིས་ཡོད་བ་འདི་ཡང་མཐར་འཛིག་ཉེན་བྱེད་བ་པོ་
ལ་གཏུགས་དགོས་བར་འགྱུར་རོ།

གཞན་དུ་བདེ་སྤྱིད་ལྷན་བའི་ལྟ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བའི་དཔྱལ་བ་བ་གཉིས་
འདོད་བ་ལ་འཛིག་ཉེན་བྱེད་བ་པོ་འདོད་དགོས་བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། གཞན་ཡང་ནམ་
མཁའི་ནང་དུ་ལྟ་དང་ཞིང་ཁམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒྲོར་བ་ཤད་བ་ནི་སངས་རྒྱས་བསམ་ནམ་
མཁའ་ཉག་པར་ཁས་ལེན་བ་སེམས་ལ་འཁོར་མེད་བ་འདྲ། དཔྱལ་ལུལ་རང་བྱུང་གི་
ཁྲིམས་ར་དང་ལྟ་ལུལ་མ་བཙས་བའི་སྤྱིང་ཁ་རུ་འདོད་ཅེས་བ་ཡང་དབྱེད་མི་བཟོད་དེ།
རང་བཞིན་བཙས་མིན་དང་། ཉེན་འབྲེལ་བཙས་མ་ཡིན་བར་བཞེད་བས་མ་བཙས་
བའི་སྤྱིང་ཁ་དང་། རང་བྱུང་གི་ཁྲིམས་ར་ཞིག་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྤྱིད་དོ། དེ་དག་བྱེད་བ་
པོ་མེད་ཀྱང་ལས་ལ་བཞེན་ནས་འབྱུང་བར་སངས་རྒྱས་བསམ་འདོད་བས་ལས་དབང་
སྤྱི་བ་ཡིན་བར་འདོད་ཀྱང་། དེ་ལ་གནམ་བསྐྱོས་ལས་དབང་སྤྱི་བ་ཞེས་བ་ཞིག་འཛིག་
ཉེན་འདིར་བྱུང་མ་སྤྱོད་ལ་དེ་འདྲའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་མོངས་བ་ནམས་མགོ་པོ་
འཁོར་བྱེད་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱས་བ་ཙམ་མོ། འོན་ཀྱང་དཔྱལ་བ་དང་། ལྟ་ཡི་ལུལ་ལུང་
དག་ར་ཆོ་ལྟར་ས་ཞིང་ཁང་གསུམ་ལ་གཞི་བཙལ་བའི་གདོས་བཙས་ཀྱི་སྤྱིང་ལྷན་

ཞིག་ནི་ཡོད་པར་མི་འདོད་དོ།

༩༥༽ རོ་ན་མི་ཕྱུང་ཁྱིམ་ཁྱིམ་པ་དང་ཁྱིམ་པ་པའི་ནང་གི་འཇིག་ཆས་འདི་
ཆེ་འབྲ་མེད་ལྷན་འབྲུག་ཏུ་མི་འབྲུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ། མི་
ཆམས་པ་ཕྲན་མི་ཕྱུང་ཁྱིམ་པ་ཁོ་ཕྱི་ལྷན་པ་པའི་ཡོད་པ་མིན་ནམ། མེས་
ཅན་དུ་ཕྱུང་པའི་ཕྱག་མཚན་འཕྲོ་བ་ཤར་ལྷན་པ་ཡིན་མིན་དང་། ཡུན་
ཡུན་མ་གཞི་ཕྱི་ཡིན་ལྟར། ཁོ་ཆེ་གས་དེ་དག་ཅི་འདྲ་ལྷན་། ཞེས་པའི་ཤི་བ་
ལྷན་གས་པ་ཤོད་ལྷན་པའོ། དེའི་ཤི་མ་འདྲ་གི་ དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་
ཤར་། ཞིག་མེས་པའི་ཡོད་པར་ཕྱུང་པ་མ་གཏང་མ། ཞེས་པ་འདི་ཡིན་པ་དེ་ཤར་
འབྲུག་པ་ཕྲན་པ་ལྷན་ལྷན་མི་འདྲ་པ་གཞི་ལྷན་པའོ། དང་པོ་གི་ དེ་དག་
ལྷན་པ་གར་ཐག་གཞན་ཞིག་གིས་ཆེད་དུ་པ་ཤོད་ཞིག་ལྷན་པ་མིན་པར་ཆེ་
ལྷན་མཐར་འཇུག་པ་མ་གས་པའི་ཆམ་མེན་ཅི་ཡིན་ཞེས་དང་། གཞི་མ་པ་
གི་ ཞིང་ཐམས་ཞེས་པའི་ཕྱུང་ཁྱིམ་ལྷན་པ་ཞིག་དང་། དུས་ཕྱུང་ཞེས་
པའི་ཤོད་ཞེས་འཇིགས་ཏུ་ཤར་པ་དེ་འདྲ་ཐོགས་ཏུ་མེད། འཇུག་པ་ཆོད་
མ་འདི་ཉིད་འོག་མིན་ལྷན་པ་ཤོད་པའི་ཞིང་ཐམས་དང་། འཇུག་པ་ཤར་ག་
དུས་པ་ཤོད་པ་ཤོད་པ་དེ་འདྲ་ཤར་པའི་ཞེས་པ་ཞེས་ལྷན་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ཞེས་ལྷན་པ་འདི་གཞན་
ལྷན་པ་དང་། ལྷན་པ་འདི་གཞན་པ་ཤར་པ་ཆོས་ཤར་པའི་འདྲ་ཤར་། འདྲ་
ལྷན་དེ་པ་འཇུག་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་
དང་། བཤེས་པ་མི་འདྲ་ཤར་དེ་ཆེ་འབྲ་མེད་དུ་འབྲུག་ཆོག་ལ། འཇུག་པ་
གས་འདྲེས་པ་འཇུགས་པའི་མི་ཕྱུང་འདྲེས་པ་། མ་ཐར་ཕྱིར་ཐར་དང་འཇུག་
གཞན་པ་ཤི་མི་ཤོད་པ་ཤར་པ་ཆོད་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་
མཚན་ཅི་ཡིན་ནམ། ཞེས་པ་ལྷན་པ་པའི་ཤི་མ་འདྲ་འབྲུག་འབྲུག་པ་ཤར་པ་
འདྲ་ཤི་མ་པའི་ཤི་མ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་ཤར་པ་
ཏུ་འདྲེད་པ་ཞིག་ལྷན་པ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་ཤི་མ་

ཁྱི་ཁར་བཟང་ལ་བཞེངས་མཁན་དགོས་མིན་དང་། དཔྱུལ་བའི་ཕྱང་མ་
མེས་མ་ཅན་ཡིན་མིན་ལ་ལན་ཚུང་ཟད་ཀྱང་བཏབ་མི་འདུག་པས་སོ། །འདི་
འདྲའི་ཉེས་སྒྲིན་ལ་མ་འདི་ཏི་ཁོ་དགེ་རྒྱན་པའི་ཕྱང་མཁའ་འཛིན་པའི་དགེ་
བཤེས་མགོ་མཛེགས་དེ་ཆོས་ཁུར་དགོས་ཤིང་། བྱི་མ་འདི་མ་དུགས་ལྟིང་
གསུམ་གྱི་ཁོད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱང་ཆེན་ཏུམ་པ་ཅན་ཁོ་ཆོས་ཁུར་དགོས་པ་
ཡིན། རྟེན།

ཞེས་ཟེར་བ་ལ་མི་ཡུལ་གྱི་ས་ཁར་སོགས་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་མི་ཆོག་པ་དང་།
ལྷ་ཡི་གཞལ་ཡས་ཁར་འབད་མེད་འབྱུང་ཆོག་པ་ཇི་ལྟར་འཐད་ཅེས་དོགས་ན། ལྷར་
སྟོགས་ལྷ་ཡི་གཞལ་ཡས་ཁར་དང་། དོག་སྟོགས་དཔྱུལ་བའི་ལྷགས་སྟེག་གི་ས་གཞི་
དང་བཅས་པ་འབད་མེད་ལྟོས་མེད་དུ་འབྱུང་བ་དེད་ཅག་མི་འདོད་པར་གོང་དུ་དེ་དག་
ལས་གྱིད་བར་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྒྱལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷས།
ལྷགས་སྟེག་ས་གཞི་སྤྱི་ཡིས་བྱས། མོ་ཆོགས་དེ་དག་ཅི་ལས་བྱུང་། ཞེས་པའི་ལན་
དུ། དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ལྷག་སེམས་ཡིན་པར་སྐབ་པས་གསུངས།
ཞེས་པ་ལ་འགྲེལ་བཤད་གཉིས་སྤྱིས་ནས་སྤྱོད་མཁས་ཆེ་སྤྱོད་མཁས་པ་ལས་གསལ་
པའི་རྣམ་སྤྲིན་ཅམ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། བྱི་མས་ད་ལྟའི་གནས་དེ་ག་ལས་དག་ན་
ཞིང་ཁམས་དང་། མ་དག་ན་དཔྱུལ་བ་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་བཤད་པའི་སྤྱོད་མ་དགེ་
ལྷགས་པའི་བཞེད་པ་བཀོད་པ་དེ་ནི། རི་བོ་དགེ་ལྷགས་པའི་གཞུང་ལ་གོམས་འདྲིས་
མེད་པའི་ལོ་ལ་གཏམ་ཡ་མེད་ཅིག་དང་། ཡང་ན་མིག་བཙུམས་ནས་སྒྲིན་འཇུགས་པ་
གང་རུང་ལས་མ་འདས་སོ། །

དེ་ཡང་འདིའི་སྐབས་སྤྱི་དགེ་ལྷགས་པ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་ལྷག་ཡུལ་གཙོ་བོ་རྒྱལ་

ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་ཡིན་པའི་སྤྱོད་འཇུག་དར་རྒྱུ་ཆེན་མོར། དཔལ་བ་
 སོགས་ཆེ་སྤྱོད་མར་ལས་ངན་བསགས་པའི་རྣམ་སྤྱོད་གྱི་དབང་གིས་སྤང་བ་ཙམ་དུ་
 འདོད་ཅེས་འབྱུང་བ་ལས་ཆེ་སྤྱོད་མར་ལས་ངན་ཙམ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཞིག་མེད་
 ཅིང་། རྗེས་འབྱུངས་གྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་པའི་བཤད་
 སྟོལ་བྱས་པ་དེ་འབྲུག་ཏུ་ནས་མེད་དོ། ། འདི་ནས་གཞན་བསྐྱེད་ཞིག་ཞུ་འདོད་པ་ནི།
 རིགས་པ་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ཅི་ཙམ་མང་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་གནས་ལུགས་གསལ་དུ་
 འགྲོ་ངེས་པས་དགའ་བསུ་ཞུ་པའི་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཉ་མ་ཉོལ་དང་། འ་རེ་ལུང་རེས་
 གཞི་མེད་པའི་སྤྱོད་འཇུགས་མ་བྱེད་རོགས་ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལགས། གལ་
 ཉེ་དཔལ་བའི་ཟངས་ཆེན་དང་། ཁོ་ཚུ་ཁོལ་མ་སོགས་ཀྱང་རྣམ་སྤྱོད་དུ་ཁས་ལེན་ན་
 རྣམ་སྤྱོད་གྱི་རོ་བོ་དང་། བྱད་ཆོས་འཛོག་ཚུལ་ཅི་སྤྱོད་ཅིག་དང་འགལ་བས་མི་འཐད་
 པར་རྟོགས་སྒྲ་སྒྲེ། དཔལ་བའི་ཟངས་མོ་ཆེ་ཆོས་ཅན། སྤྱོད་འཇུག་གྱིས་བསྐྱེད་
 པར་ཐལ། རྣམ་སྤྱོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། བྱབ་པ་ནི། རྣམ་སྤྱོད་ལུང་དུ་མ་
 བསྐྱེད་ཆོས། སེམས་ཅན་བརྗོད། ཅེས་པས་བྱུག། འགྲོལ་བཤད་ཕྱི་མ་འདི་ཡིས་ས་
 དུགས་རྟེན་གསུམ་གྱི་མཁས་ཆེན་དང་། བྱབ་ཆེན་དེ་དག་གིས་དཔལ་བའི་སྤྱོད་
 བསྐྱེད་སོགས་ཆེ་སྤྱོད་མའི་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་ལུ་ཡིན་པར་མི་བཞེད་པའི་བཟོ་ཞིག་
 བསྐྱེད་འདུག་པ་འདིའང་། དག་ལུགས་པའི་མགོ་ལ་གཡོགས་པའི་ཞུ་མོད་དང་སྤྱོད་
 ཁོག་གཅིག་མཚུངས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་དོགས་སོ། ། དེས་ན་རེ་བོ་དག་ལུགས་པའི་
 དག་བཤེས་དང་། ས་བཀའ་རྟེན་གསུམ་གྱི་བྱབ་ཆེན་དག་མགོ་འཁྲུགས་བྱས་ནས་
 དངོས་ཡོད་ལ་བསྐྱེད་འདིང་བ་དང་། ཉམ་པ་སོ་ཆོད་བྱས་པ་མི་མཐོང་ཞིང་། དེ་ལས་

སྒྲིག་སྟེ་ཉམ་པ་སྐྱུ་བྱས་འདུག་འདི་ལྟར་གསལ་བས་ན་ཉེས་སྒྲིན་ཅི་ཡོད་ཉམ་པ་
ཅན་གྱིས་ཁྱར་རྟོགས་ལྟ།

༼ ༡༩ ༽ མདོར་ན་བསམ་གཞིག་དང་རྒྱུ་ཆའི་ཕྱུས་པ་མ་ཞིན་པའི་སྒྲིག་
ཆགས་དུད་འབྱོར་དང་། དེ་ཞིན་པའི་མཐོ་ཤིས་བྱི་འབྱོར་མའི་ཤིགས་གཉིས་
ལས་གཞན་པའི་ཆེ་སྒྲིག་ཅིག་དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་གཏན་ནས་རྟེན་མེད་ལ།
མི་དང་དུད་འབྱོར་ཞེས་པའི་སྒྲིག་ཆགས་འདི་གཉིས་ཀྱང་ཆེ་སྒྲིག་འཕེལ་
འཕྱར་བྱི་གོ་ཤིང་ཅམ་ཞིག་ལས། ར་མའི་སྒྲིག་ནས་འབྱོར་ཤིགས་མི་འདྲ་བ་
གཉིས་ཀྱང་ཡིན་པར་མི་འདོད། ༽

ཅེས་བཤད་པ་ལ་དབྱུད་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མཐོ་ཤིས་མི་
ཡི་འགོ་བ་དང་། དམའ་ཤིས་དུད་འབྱོར་འབྱོར་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་ཆེ་སྒྲིག་ཅིག་
རྟེན་མེད་ཅེས་པ་ནི། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིག་ཆགས་ཤིག་རྟེན་མེད་ཟེར་བ་
ཡིན་ཆོད། ད་ལྟ་བར་དུ་མི་དང་དུད་འབྱོར་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིག་ཆགས་ཤིག་
ཁྱོད་གྱིས་འདོད་པའི་མཁས་ཆེན་འཕུལ་བ་མི་མངའ་བ་དེ་དག་གིས་རྟེན་དགོས་ལ་དེ་
དག་གིས་སྒྲིག་ཆགས་གཞན་ཡོད་པར་གསུང་པའི་ཁྱེད་མེད་པས་ད་ལྟ་བར་དུ་རྟེན་
མེད་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་གནའ་དེང་གི་སེམས་སྒྲན་སྐྱུ་ཀྱང་རྟེན་མེད་ཟེར་བ་
ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་གྱིས་འདོད་པའི་ཤིག་གསར་བ་སྣ་པོ་ཆེ་དེ་དག་
གིས་མ་རྟེན་པས་གཏན་མེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་དགོང་མོ་བའི་གཏམ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ཁྱོད་གྱི་
ཨ་མུ་ཡང་མེད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། མཁས་དབང་སྣ་པོ་ཆེ་དེ་དག་གིས་མ་རྟེན་པའི་
ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན་དབྱལ་བ་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་བསྟན་པ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
གསལ་གསལ་རྩོམ་རྩོམ་དག་ལ་སྟོན་འདོད་པ་ཡིན་ནམ། དེ་དག་ནི་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་གྱི་

སྤྱོད་པས་མ་མཐོང་བས་རྒྱན་ཡིན་ཞེས་བཤད་འདོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་པས་མ་མཐོང་བ་དེ་མཁུ་རྒྱ་
ཁྲོད་ལ་དམིགས་པས་ལ་བཏང་རྒྱ་ལས་གསལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྩོམ་བ་སྤྱོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་པས་
མ་མཐོང་བ་དེ་མཁུ་རྒྱ་ ཡོད་ན་ཁྲོད་ཀྱིས་མིག་གིས་མཐོང་དགོས་ན། ཁྲོད་ལ་དགག་ཡིག་འབྲི་
མཁུ་ཁོ་མོ་ཡང་ད་ཆར་མེད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཁྲོད་ཀྱི་མིག་གིས་མཐོང་ཡུལ་དུ་
ད་མཁུ་མེད་པའི་བྱེད། དཔུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་རྣམས་ཡོད་པར་དེང་གི་
ཆོན་རྩལ་རིག་པ་བ་དག་གིས་རྒྱང་ཤེས་དང་སྒྲོག་འཕྲུལ་གྱི་ཁ་ནས་མ་མཐོང་བ་ནི་
དངོས་བདེན་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེ་དག་གིས་དཔུལ་བ་མེད་པར་མཐོང་བ་ད་མཁུ་བར་དུ་
བྱུང་མེད་པར་ཡང་དངོས་བདེན་ཡིན་ན་ཆོན་རིག་པ་མཁུས་ཆེན་གཟུང་གནས་དག་
གིས་ནི། ཁོང་ཅག་གིས་མ་མཐོང་བ་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་དུ་མི་སྤྱོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ད་
དུང་ཡོད་མེད་དཔུང་གཞིར་བྱེད་ནས་འཐད་སྤྱོད་ཀྱི་རིག་པ་བཅའ་བ་དང་། ཉམས་
ཐོང་གི་ཐོང་ཆོར་འཆོལ་བ་སོགས་ལ་ཁ་སྤྱོད་པ་བཞིན་པ་ལས་འདི་ནི་ནང་བས་
བཤད་པ་ཡིན་པས་དཔུང་བ་ཞུགས་པའི་གནས་མིན་ཞེས་མགོ་བོ་འཕྲད་དུ་གཤུགས་
རྒྱང་མི་བྱེད་དོ།

སྤྱོད་པས་མཐོང་བ་ཅན་གྱི་ཆོས་མེད་རིང་ལུགས་བ་དག་གིས་ནི་ད་མཁུ་བར་དུ་སྤྱོད་
པའི་དག་ཞིང་དང་། སྤྱོད་པའི་རྩོམ་སོང་ཁས་མི་ལེན་ལ་དེ་དག་མེད་ན། ཁོང་ཅག་ལས་
རྒྱ་འཕྲུལ་ལ་འཛིགས་དགོས་དོན་མེད་པས་ཆེ་འདི་ཡི་ཆེད་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཁུམ་གསུམ་
དང་། ཡ་མེད་ཉམས་སྤྱོད་ཇི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་སྤྱོད་པ་ལུལ་ཁྲིམས་ལུགས་ནག་མོ་ཆོན་གྱི་
འོག་དུ་མ་ཆུང་ན་ཁོ་སྤྱོད་པས་ཡོད་རྒྱ་རྒྱེད་པའི་ཕོ་རྒྱེད་པོར་འཛིན་ནས། རྒྱལ་ཁམས་ལ་
དཔུགས་ལུང་དཔུགས་ལུ་བཞིག་མདའ་བཞིག་ཇི་ཅམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་

བལྟས་ན་དཔྱལ་བ་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་ལུས་ཀྱི་མ་སྤྱོད་བར་དུ་
ལས་ངན་བསགས་ངེས་བས་སྤྱིང་རྗེའི་གནས་སུ་འཛོལ་རྒྱ་ལས་ཐབས་གཞན་མེད།
མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ཀྱང་ཆེ་སྟོག་འཕེལ་འགྱུར་གྱི་གོ་རིམ་ཙམ་ལས་ངོ་བོའི་ཐོག་
ནས་འགྲོ་བ་རིགས་མི་འདྲ་བར་གཉིས་མི་འདོད་ཅེས་བ་ནི། སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་ཤིང་
རྟའི་སྟོལ་འབྱེད་ཆེན་མོ། ཅལ་སི་ཏར་མེན་(Charles Darwin 1809 – 1882)ཀྱི་
རྗེས་སུ་འབྲངས་པར་ཡིན་བཟོ་འདུག་ཀྱང་། མཁས་དབང་ཁོང་གིས་སྤྱལ་རུས་ཙན་
གྱི་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཐོག་མའི་མེས་པོ་གཅིག་ཡིན་ནའང་། འཕེལ་འགྱུར་གྱི་དབང་
གིས་སོ་སོར་སོང་ཚུལ་བཤད་པ་ལས་མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་
གཅིག་པར་ཡིན་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་བཤད། རྒྱ་བ་ལྔ་བ་དང་རྒྱལ་བ་ལྔ་བ་མ་ཞོར་ན་ལེགས།
གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་འདོད་པ་ལྟར། མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་རིགས་མི་
འདྲ་བ་མེད་ཟེར་བ་འདྲི། མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་སེམས་ཙན་ཡིན་པ་ཙམ་ཞིག་མི་འདྲ་
བ་མེད་ཟེར་ན་ནི་ནང་བ་དང་འགལ་འགྲོ་དོན་མེད་ལ། ཡང་ན་མི་དང་དུད་འགྲོ་གཉིས་
མི་ཡིན་པ་འདྲ་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་ནམ། དུད་འགྲོ་ཡིན་པ་འདྲ་ཟེར་རྒྱ་ཡིན། དེ་གཉིས་གང་
རུང་ལས་མ་འདས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་བོ་ཤིག་གིས་ཟ་བའི་ཆོ། ཤིག་གིས་
ཤིག་ཟ་བ་མེད་དམ། མི་ཡིས་མི་ཟ་བ་གང་རུང་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། མི་དང་ཤིག་
གཉིས་ངོ་བོ་མི་འདྲ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། དེ་ལྟར་ཏར་མེན་གྱིས་གསུངས་
པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། འདི་ནི་སྟོན་འགྲོག་པ་ཞིག་གི་ལ་འདྲེ་ཤིག་ཏུ་འཁྱལ་བའི་
མཆར་གཏམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་དབྱེད་རིན་ཡོད་པར་སུ་ཞིག་གིས་འཛིན། མ་
ཟད་ཏར་མེན་གྱིས་མཐོ་རིམ་གྱི་སྟོག་ཆགས་སྐོར་ཞིག་ཆེས་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་མེས་

སོགཅིག་ཡིན་ནའང་། འཕེལ་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་ཐ་དད་དུ་སོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
སློབ་ཆགས་དེ་དག་མ་ཡི་མངལ་དུ་གནས་པའི་སྐབས་སུ། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སེམས་
ཅན་རྣམས་ཆགས་དབྱིབས་ཤིན་ཏུ་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་པ་ཅམ་ཡིན།
དེས་ན་སློབ་ཆའི་སྐབས་སུ་སེམས་སོགཅིག་ལས་ཆད་པ་ཅམ་ལས། མི་དང་དུད་འགོ་
གཉིས་གཅིག་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་གཏམ་སྤྱང་བུའི་སྐད་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ཤེས་དགོས།
དེར་མ་ཟད་སྐལ་རུས་མེད་པའི་སློབ་ཆགས་ས་འབྲུ་ལྷི་འབྲུ་སོགས་རིགས་གངས་
ཀྱིས་མི་ཡང་བ་རྣམས་འདིའི་ཁོངས་སུ་མི་གཏོགས་པའི་སྡེ་ཆན་ཆེན་སོགཅིག་ཏུ་
ཡོད་པས་འདི་དག་འགོ་བ་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས། ཡང་ན་རྒྱ་མཚན་ལ་བྱིས། ཡང་
ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་ཞིག་རྒྱུ་བས་དང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོན་རིག་ལ་མྱོངས་དད་ཅི་ཅམ་བྱས་
ཡོད་པ་ཤེས་ཡོང། སྤྱིར་ན་དེད་དུས་མཁས་པ་མང་སོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚན་གྱི་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་མེས་སོགཅིག་ལས་བྱུང་བར་འདོད་པ་འདི་ནི་ནང་པས་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་གཟིགས་པའི་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བའི་བསམ་ཚུལ་བྱུང་ཡོད་
ཅིང་། དེ་ཡང་དུས་རབས་དེར་རྒྱ་མཚན་རང་གི་སློབ་པའི་བརྒྱུད་ནས་བོད་བརྒྱུད་
ནང་བསྟན་གྱི་གོ་རྟོགས་ཅུང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་མང་གཞི་བྱས་ཏེ་ནང་པའི་བཞེད་
སློབ་འགའ་ཞིག་རྒྱ་བཟུ་བྱས་ཡོད་པར་དེད་དུས་ཞིབ་འཇུག་པ་དག་གིས་སྤྱིར་། ཁོ་
མོའི་བསམ་ཚུལ་བྱས་ན། གལ་སྲིད་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནང་པའི་ལྟ་བུ་ནས་ལེགས་ཆ་
སྤངས་པ་དང་། ཡང་ན་བརྒྱ་བཟུ་བྱས་ཡོད་ན་རང་བྱུང་འདེམས་སྤྱད་ཟེར་བ་
འདི་ཡིན་རྒྱུ་རེད། འདི་ནི་ནང་པ་རྣམས་ཀྱིས། འཛིག་རྟེན་སྣ་ཆོགས་ལས་ལས་སྤྱིས།
ཟེར་བའི་གོ་དོན་དང་པལ་ཆེར་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། མིའི་རྣམ་རིག་དང་། ཏྲ

ཡི་བར་ཅུལ། ཁྱི་ཡི་རྩི་གསང་། དེལ་གྱི་སྒྲུབ་ཤེད་སོགས་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་
སྒྲུབ་མེན་གྱི་བྱུང་ཆོས་རྣམས་འཕེལ་འབྱུང་གྱི་བྱུང་རབས་ཁོད་ནས་རང་བྱུང་ཁམས་
ཆེན་སོའི་འདེམས་སྒྲུབ་བྱས་པའི་རྣམ་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ལྟར་ན་སྒྲུབ་
ཅན་འདིས་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་ལ་ཁོས་སྒྲུབ་པ་ཅུང་ཞིག་བཟུང་ཅིང་། མིང་བསྒྲུབ་
བྱས་ནས་དེར་རབས་ལ་དབང་བསྒྲུབ་འཕྲོ་གིན་འདུག་གོ།

༼ ༡༥ ༽ གཞུགས་པོ་རྒྱུས་ཆེན་པས་སལ། ཡར་ན་སྒྲིབ་ཤིང་འཁོར་
ཁོས་ཤུམ་པས་ནས་མཁུན་ཏུ་ཕོད་བྱུང་མཆོང་མི་བྱུང་པའི་ཕྱི་མ་ཆགས་དེ་
འབྲུ་ཕོད་པའི་དཔར་རྟགས་ལྟ་ཆེན་པར་མེད་པར་མ་ཟད། ཆེ་ཕྱི་མ་གྱི་
གཞི་རྒྱ་དང་བྱུང་ཆ་ལ་བརྟགས་ན་དེ་འབྲུ་ཉི་མེ་སྒྲིབ་པའི་ཆོད་ཆེན་པོ་
འོན་ཀྱང་གཞི་རྒྱ་དང་མ་གཞི་ལས་འདྲི་དག་དང་ཟད་དེ་མི་འབྲུ་པའི་ཆེ་
དཔེ་གསལ་ཅན་དེ་འབྲུ་ཕོད་ན་ཅི་ཤིས་ཀྱི། ད་ལྟ་ཉི་མེ་པ་ཟ་ནས་ལ་པ་ཟ་ཆོ་
རང་ཆོས་བཟོས་པའི་པ་ཟ་ཉི་ལྷན་པ་དེ་འབྲུ་ཁམས་རྒྱ་ཕོད་མེད་ར་ཆོས་ཉི་མེ་
གོ་བ་བཞིན་ཕོན་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཁོན་དག་ཡིན། ལྷན་པ་ཡིན་ན་ལྷན་ཏུ་པ་གི་
ལྷན་པ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། ཏུ་བ་ཡིན་ན་མེ་ལས་སྒྲིབ་པའི་ཏུ་བ་ཡིན་
དགོས་པའི་བྱུང་པ་འདྲི་ཕོད་ན་ཉི། ཕྱི་མ་ཆགས་འཁྱེད་ལྷན་དང་ལྷན་གྱིས་
བསྐྱེད་པ་ཅན་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱི་མ་ཆགས་དེ་འབྲུ་མེད་
ཅས་སྒྲུབ་བྱུང་ཆོག་པར་མེད་སལ། འདྲི་དུ་མིས་བྱུག །གཞུགས་ཁམས་བཙུ་
བཟུག། གཞུགས་མེད་མུ་བཞི། ལྷ་ཉིན་མེ་བཞི། ཡི་རྒྱལ་མོ་བྱུག །དུམ་
ཁམས་བཙུ་བཙུག་བཙས་ཀྱི་བྱུང་ས་འདྲེན་ཕོད་ཆུང་ལྷན་ཆོ་གས་
བསྐྱེད་ཕོད་ལྷན་ལྷན་ཆོས་མེད་ཏུ་མོང་བ་ཅན་གྱིས་ཐག་ཆོད་ཆུང་བས་
རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་ཉི་བཟོན་པའི་རིགས་པ་འོགས་ཕིག་ནས་འཁོར་མི་དགོས། ༽

ཞེས་བཤད་པ་ལ་འདྲི་ལྟར་དོགས་ཏེ་གཞུགས་རྒྱུས་ཆེ་བམས་སྒྲིབ་ཤིང་གིས་

སྤྱི་པ་སྤྱི་བ་གང་ཡིན་ཡང་ང་ཚོའི་མདུན་དུ་ཡོད་ཀྱང་མཐོང་མི་སྤྱབ་པའི་སློབ་ཆགས་
ཤིག་ཅིའི་ཕྱིར་ཡོད་མི་སྤྱི་བ་ཡིན། མི་ཤི་རྗེས་སྤྱོད་འཁོར་ཟེར་བ་མི་འགའ་ཞིག་གིས་
མཐོང་ལ་པལ་མོ་ཆེས་མི་མཐོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གོ་ཨེ་མྱོང་། གལ་སྤྱི་བ་དེ་གོ་མྱོང་ན་
ཡིད་མི་ཆེས་ཟེར་ནས་མཁྱེན་པ་བཟུང་ཞིག་བྱེད་འདོད་དམ། མི་དང་དུད་འགོ་གང་
དུང་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད། དགོན་སྡེ་དག་གི་དུང་ཁང་གི་ནང་དུ་མཆན་མོ་རང་འགྲུལ་
ཀྱིས་སློ་བྱེ་བ་དང་། རྒྱ་བཤོ་བའི་སྤྱོད་བསྐྱགས་པ། ཐབ་ལས་བྱེད་པ་སོགས་མྱོང་བ་
མངོན་སུམ་ཡིན་ན་འདི་ལ་འབྲེལ་བ་འད་རི་ལྟར་བྱེད། འདི་ནས་དངོས་སྤྱོད་ཞིག་ལྷུས་
ན། ང་ཡི་པ་ཡུལ་དུ་གྲུ་པ་གཉིས་རི་དོས་ཞིག་ལ་མཆན་པ་ཁང་ཤིག་ཡོད་པ་དེར་
མཆན་པ་ལ་བསྟན་སྐབས། དགོང་མོ་སུན་པ་དུབ་ཅམ་ལ་བྱི་ལོགས་ནས་མི་ཞིག་
ཡོང་བའི་དོན་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཐོས། གྲང་གི་བྱི་ལོགས་སྤེལ་ཁུང་གི་ཐད་ཅམ་དུ་སྤྱོད་པ་དུས་
ལྷགས་གཉིས་མཉམ་དུ་བརྟུང་བའི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་རྒྱུ་ཡོད། དེའི་བྱི་ཉིན་ཡང་སྤྱོད་པའི་
ཆོད་དེར་ཡོང་ནས་དེ་ག་རང་དུ་དུང་། དེ་ལྟ་བུ་འཁྱེད་བྱུང་སྟེ། རྗེས་སུ་ད་ནི་པལ་
ཆེར་ཁོ་སྤྱོད་པར་རན་ཆོད་ཡིན་ཟེར་བའི་ཆོད་དཔག་སྤྱབ་པ་བྱུང་། དེ་ལྟར་རྒྱན་མར་
བྱུང་བས་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་གང་ཡིན་སྤྱོད་ནས་བྱི་དུ་ཐོན་ཏེ་བལྟ་དུས་གང་ཡང་མཐོང་
རྒྱུ་མེད་ཅིང་སྤྱོད་ཡང་ག་ལེར་ཡལ་འགོ། ཁོང་དང་ཁོང་གི་མཆན་པ་རོགས་གཉིས་ཀས་
ཉིན་ཞག་མང་པོར་དོ་སྤྱོད་གིས་རི་ཅམ་རྟོག་དཔྱོད་བྱས་ཀྱང་མིག་གིས་མཐོང་ལམ་དུ་
མ་སོན་པས་འདི་ཡིན་གྱི་དོས་འཛིན་མ་སྤྱབ། དེ་རྗེས་ལོ་འགའ་སོང་རྗེས་ང་དགྲུ་ལོའི་
ཟེང་འབྱུགས་སྐབས་མི་ཞིག་གིས་དེ་སྤྱོད་པ་ལ་དུལ་དཀར་མང་པོ་ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱས་ནས་ཁོ་རང་འཆི་ཁར་རང་གི་བྱ་ལ་བཤད། དུ་རྒྱུད་དེ་སྐབས་དེར་ལོ་ན་རྒྱུད་

བས་ཕྱིས་སུ་བཅའ་འཛོལ་འགའ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་ས་ཆ་གང་ཡིན་དོས་འདྲིན་མ་ཐུབ།
རྗེས་སུ་དེང་རབས་སློག་འབྲུལ་གྱི་འཛོལ་ཆས་ཡོ་བྱང་དག་ཁྱད་ནས་བཅའ་སྐབས།
མཆམས་ཁང་གི་སྒྲུ་ཁྱད་གི་ཕྱི་ལོགས་ཉེ་འཁྲིས་ནས་བཅའ་དུས་འབྲུལ་ཆས་གྱིས་
སྐྱ་འབྲིན་པ་དང་། སྤར་གྱི་ལྷགས་བརྒྱུད་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་འབྲིན་སའི་ཐད་དེ་རེད་ཟེར།
གྲང་གི་ཕྱི་ཤུན་ཅུང་ཙམ་བཀོག་རྗེས་སིལ་སིལ་གྱི་སྐྱ་དང་བཅས་དཔུལ་དཀར་དུ་
ཡན་བརྒྱ་ཐག་ཁ་ཤས་ཤིག་རྙེད་པ་རེད། འདི་ནི་དངོས་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་སྟེ། ང་
ཆོའི་མི་ཐོག་འདི་རང་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ལོ་འགའ་ཡི་སྡོན་གྱི་ལྷགས་ལྟ་བུ་
བརྒྱུད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དེ། མི་དང་དུད་འགྲོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། འགྲོ་བ་ལ་དེ་
གཉིས་སུ་གྲངས་རེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འཁོར་གསུམ། འདོད་ན། མི་དང་དུད་
འགྲོ་གང་རུང་ཡིན་ན་སྤར་རུང་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ལ་ཟ་
གཅིག་ཕུ་སྤར་རུང་ཡིན་དགོས་པ་འབྱུང། ང་ཆོའི་མིག་གི་མཐོང་ལུལ་དུ་མེད་པའི་
དངོས་གཞུགས་དང་སློག་ཆགས། ང་ཆོའི་རིགས་པས་དབྱུད་མི་ཐུབ་པའི་རྗེས་གྱི་
རྒྱས་པ་དང་། ལས་གྱི་རྒྱས་པ། ཉིང་འདྲིན་གྱི་རྒྱས་པ། ང་ཆོའི་སློ་ལུལ་ལས་འགོངས་
པའི་ཡ་མཚན་དང་། སློག་བྱུང་གྱི་རིགས་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ནམས་ཁ་ནས་ཁས་མི་
ལེན་ཟེར་ཆོག་ཀྱང་ཡིད་ནས་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་འགོད་རྒྱ་མེད་པས།
ངས་ཁས་མི་ལེན་ཟེར་ནས་མགོ་བཏུམས་ནས་སྟོད་རྒྱ་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་
ད་ལྟ་ནི་ལ་ཟ་ནམས་ལ་ལ་ཟ་ཁོ་རང་ཆོས་བཅོས་པའི་ལ་ཟའི་བྱམ་པ་དེ་འདྲ་ཁྱད་རྒྱ་
ཡོད་མེད་ང་ཆོས་ཉ་མི་གོ་བ་བཞེན་ཤིན་ཏུ་བསྐྱལ་པའི་དོན་དག་ཡིན་ཞེས་མི་དང་དུད་
འགྲོ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་སློག་ཆགས་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱལ་པའི་དོན་ཡིན་པར་ཁས་

སྒྲངས་པ་དང་། མི་དང་དྲུག་འགྲོ་ལས་གཞན་པའི་སློབ་ཆགས་མེད་པར་འདོད་པ་ཁས་
སྒྲངས་ནང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། བེན་ཏུ་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་ན་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་པ་
ལས་དཔེར་ན་མོ་ག་ཤམ་གྱི་བྱ་བེན་ཏུ་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་པར་སྤྱི་ཡུལ་གྱི་མི་འདོད་པས་
སོ།། གཞན་ཡང་ཤ་ཤ་དང་ཤ་ཤའི་བྱམ་པ་བེན་ཏུ་བསྐྱལ་དོན་ཏུ་ཁས་སྒྲངས་པ་ནི། ཤ་
ཟེལ་ཡི་མིག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སོ་སྤྱེ་མེད་པར་འདོད་དགོས་པས། དེང་
གི་ཆར་ཡང་གཤོན་འདྲེ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་ཤར་ཏུ་བ་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་གང་སར་ཡོད་
པ་དང་། ར་ཆོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཡུང་པལ་མོར་ཆར་ཡང་འདྲེ་མིག་ཅན་ནི་རྣ་ལམ་དུ་
གྲགས་ཤིང་བྱུ་བ་པས་གསལ་བ་ཤད་མང་པོར་མི་དགོས་པར་དེ་གས་འཕྱས།

ཡང་འདི་ལྟར་དུ་བ་ཡིན་ན་མེ་ལས་སྤྱེས་པའི་དུ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱུ་བ་འདི་
ཡོད་ན་ནི། སློབ་ཆགས་ལ་འང་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་ཅེས་ལས་རང་བཞིན་
ཀྱིས་བསྐྱལ་བའི་སློབ་ཆགས་དེ་འདྲ་མེད་ཅེས་སྤྱི་ཡུལ་གྱི་ཆོག་པར་སེམས། ཞེས་
སྤྱི་ཡུལ་འདུག་མོད་འདི་དག་མིག་ལམ་དུ་མངོན་ཐེངས་རེར་ཆ་སྤྱི་ཁོང་ཚོར་གྲུའི་
རིགས་པ་ལ་བེན་ཏུ་གོམས་འདྲིས་ཚུང་བའི་ནང་ཏྲགས་ཕྱི་དུ་སྟོན་འདུག་སྤྱི་ལ་རེ་
དབང་མེད་དུ་སྤྱེ་གི་འདུག་ དུ་བ་ཡིན་ན་མེ་ལས་སྤྱེས་པའི་བྱུ་བ་ཡོད་པར་ཐལ།
ཁྱོད་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མེ་ཡི་རྒྱར་གྱུར་པའི་དུ་བ་ཆོས་ཅན། མེ་ལས་སྤྱེས་
པར་ཐལ། དུ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུ་བ་ཁས། ཏྲགས་གསལ་ལ་ལན་མེད་དོ།། དེས་ན་
དུ་བ་ཡིན་ན་མེ་ལས་སྤྱེས་པའི་བྱུ་བ་མེད་པར་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན་པས། ད་ནི་ཏུ་
ཅག་རང་བཞིན་ཀྱིས་བསྐྱལ་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་ཡིད་སྤྱོད་ཀྱིས་ན་
མི་འཐད་པའི་ཐལ་བ་གནད་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་བར་དོགས་པའི་གནས་མེད་དོ།།

[illegible]

དུས་རྒྱུ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་རང་རྩེ་མི་ཚུལ་འདིར་སྒྲེབ་པ་ནི་ལྷ་པས་མ་ལེགས་
པ་ཞིག་དང་། ལམ་འགྲོ་མ་རྒྱགས་པ་ཞིག །ལན་ཆགས་ཤིག །རྩོད་འབྲུལ་ཞིག
།ཆགས་སྒོ་ཞིག །ལམ་ཁ་ཞིག །ཁྲོད་ཀྱང་ཞིག་ལས་རིན་ཐང་དང་དོན་མིང་རྒྱ་
ཅམ་ཡང་མེད་པ་དང་། གནས་མི་རིང་བར་ནད་ཀྱི་བར་གྱི་བསྐལ་པ་དང་།
ལུ་ཤེའི་བར་གྱི་བསྐལ་པ་དང་། མཆོག་གྱི་བར་གྱི་བསྐལ་པ་བཅས་དུས་རྒྱུ་
བསྐལ་པ་འི་བྲགས་སྒོ་དེ་ཆེས་རྒྱ་ཕིན་པས་མིའི་ཤིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པ་འི་ལས་
དབང་གི་ཡ་ར་ཞིང་ཡི་ལུག་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ་༽

ཞེས་ང་ཆོ་རྒྱད་པའི་རྩ་བ་དང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ནག་ཉེས་ཆེ་ཤོས་དེ། སྦྱོ་སྤང་
རིང་ལུགས་ཀྱི་དེལ་བསྐྱགས་དེ་ཡིན་ཞེས་པའི་སྦྱོ་སྤང་རིང་ལུགས་ནི། དེས་འབྲུང་གི་
བསམ་པ་ལ་མིང་འདོགས་གསར་པ་ཞིག་ཡིན་བཟོ་འདུག གང་ལྟར་ང་ཆོ་གངས་ཅན་
པ་རྣམས་དེས་འབྲུང་གི་བསམ་པ་ལས་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་སྦྱོ་སྤང་། ཐར་པ་
དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཟབ་དུགས་ནས་ང་ཆོ་རྩེས་ལུས་ཐེབས་པར་
ངོས་འཛིན་བྱས་ན་ནི། མ་དབྱེད་ཉམས་དགའ་བའི་གཏམ་ཅམ་ལས་དངོས་དོན་དང་
མ་ཐུན་པ་ཞིག་ཏུ་མི་སྤང་། ང་ཆོ་བོད་མིའི་ནང་དུ་རང་རྒྱུད་ལ་དེས་འབྲུང་གི་བསམ་སྒོ་
རྣལ་མ་དང་ཐར་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་ངོ་མ་ཞིག་དང་། དོན་གཉེར་ཆད་ལོངས་པ། ཉམས་
ལེན་མཐེལ་ཕྱིན་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱུ་གངས་རི་ཅམ་ཡོད། བང་པའི་གཞུང་ལུགས་
དག་ནས་གནའ་ནས་ད་བར་དུ་དུས་རིེ་ཉན་དང་། བསྐལ་པ་རིེ་ལྷུག་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་
ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི། ཁ་ལ་ཟ་རྒྱ་རིེ་ཉུང་དང་། རྒྱལ་ལ་གོན་རྒྱ་རིེ་སྐབ། ས་ཞིང་ཁང་
གསུམ་རིེ་རན་དུ་འགྲོ་བའི་སེམས་ཁལ་གྱིས་དུས་རན་སྟིགས་མའི་ལུགས་སོ་ཞེས་
གསུངས་པ་མ་ཡིན། འོན་ཅི་ཞེ་ན། ཕྱི་ཡི་སྦྱོ་ཆོགས་ཀྱི་འབྲུགས་ཆ་དང་། བང་གི་རྣམ་

རྟོག་གི་ངན་ཆ་དོད་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་ལས་ནང་གི་བསམ་པ་འདི་འབྱེད་སོ་དང་། ཡ་
རབས་བཟང་སྟོང་བརྒྱགས་པ། དུལ་ཁམས་སྤྱི་ཡི་ཁོར་ལུག་དང་། ཀུན་སྟོང་ཉམས་
ཉེས་གྱུར་ནས་སྒྲིབ་མེད་དུ་འགྲོ་བའི་གནས་སྤངས་མ་བཟོད་ནས་དུས་སྒྲིགས་མ་
སོགས་སྒྲིགས་མ་ལྟ་ལས་བསྐྱབ་ཆེད་དུ་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་གྱི་བསམ་མོལ་བསྐྱར་
ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་དང་། གཡོ་སྤྱོད་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྟོང་བསྐྱར་ནས་
འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པར་གོ་ན་གདོང་དམར་བོད་པ་
ནམས་ལྷག་བསམ་དང་། དེས་འབྱུང་གི་འདུ་ཤེས་ཆེ་བའི་སྟོན་མེད་པར་རྟོགས་ཐུབ།
ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ནས་ཆེ་འདི་ལས་བྱི་མ་གལ་ཆེ་བ་དང་། ཆེ་འདི་ཅམ་གྱི་
ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ལ་ཆགས་ན་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་པ་རྣམ་པའི་གསུམ་སྤྱི་
འགྲོ་བ་གསུངས་ཡོད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་ཡིན་མོད། ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བརྟགས་ཐུབ་
གནང་བ་རྣམས་ངོ་ནག་སོ་དང་། སེམས་འབྲུགས་པ་བྱེད་ནས་བསྐྱད་དགོས་གསུངས་
མེད་པར་མ་ཟད། དངོས་སུ་སྒྲོམ་སྤྱོད་ཉམས་ལེན་གྱི་སྤྱངས་པ་རྒྱུན་བསྐྱོང་མཁན་
རྣམས་ལ་ཡང་། དུལ་ལ་མི་གཡོ་བའི་གནས་ཆ་བྱེད་པར་ཅན་ཞི་གནས་དང་། དབྱུང་
ཆ་གཙོ་བོ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སོགས་ལམ་གོང་མ་རྣམས་ཐོབ་ནས་ལུས་སེམས་ཤིན་
སྤྱངས་གྱི་བདེ་བ་ཞེས་པ་འདྲིལ་རྟེན་པལ་པའི་བདེ་བས་འགྲམ་མི་བཟོད་པ་དེ་འདྲ་སྟེ་
བ་ཡོད་པར་བཞག་ཡོད། རྣམ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་མི་ལ་རས་པ་དང་། འཇམ་མགོན་
ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་གངས་ཅན་མཁས་གྲུབ་དེ་དག་གིས་རྩ་རི་དང་།
གངས་ཁོད། དཔེན་གནས་རྣམས་སུ་སྤྱོད་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བའི་ཆེ་ལུས་
སེམས་ལ་དགའ་བདེ་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་གཞོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་མ་

གཏོགས། བཅོམ་པ་ལས་ཀ་ལ་དེད་སོང་བ་ལྟ་བུ་ལུས་སེམས་ནག་སྒྲིང་ངར་མ་ཡིན་
པར་ཤེས་དགོས།

གནས་དུས་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་སྦངས་པ་དེ་ནི་
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སྟོན་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་མིག་ལྟ་ནི་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་
བསྟན་ཟིན། འགྲན་མེད་རིགས་པའི་དཔའ་བོ་རྣམས་འཛིག་རྟེན་གཞན་དུ་ཞུལ་ཕྱོགས་
ཞིང་། དུས་ངན་བསྐལ་ངན་ནད་མཆོན་སུ་གེ་ཁ་ལུང་པའི་སྐབས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཁེལ་
བ་ལ་གཞིགས་ན་སྐབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་པ་བདེན་མོད། དམག་
འབྲུགས་དུས་སུ་དཔའ་བོ་འབྱུང་།། ཟེར་བ་ལྟར་ངན་དགུའི་ན་རྒྱབས་འབྲུགས་པའི་
དུས་ངན་འདིར་འཛིག་རྟེན་འདིར་ལེགས་སྐྱེས་སུལ་བའི་གོ་སྐབས་བཟང་བོ་ཞིག་བྱུང་
བ་མ་ཡིན་ནམ། དུས་ངན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཉམས་ལེན་ངོ་མ་ཞིག་བྱས་ཆེ་སྤར་བསྐལ་
བཟང་དུས་བཟང་གི་སྐབས་སུ་བསྐལ་པ་ལ་འབད་ནས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་དོན་ཆེན་
དག་ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ཙམ་ལ་ཡང་སྐྱབ་བྱུང་བ་དང་། སྤར་གྱི་སྐབས་
སུ་སྟོང་གསུམ་རིན་པོ་ཆེས་བཀང་ཏེ། ཡར་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་བ། མར་ངན་སྟོང་
ལ་སྦྱིན་པ་བྱས་པ་བས་དེང་གི་དུས་སུ་བྱིན་ཆངས་བྱ་གཅིག་ཙམ་སྦྱིན་པར་བསོད་
ནམས་ཆེ་བ་སོགས་སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་གསུངས་ཡོད་པ་དང་། ཚོད་
ལྷན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་དུས་ངན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ནི་ལམ་མ་ནོར་བ་ལ་འཇུག་ལྟོག་ཚུལ་
བཞིན་བྱས་ཏེ། ཉིན་ཟས་བཅག་དང་། མཆོན་གཉིད་བཅག་གིས་བྱས་ཏྲག་སྦྱོར་བའི་
བཅོམ་པ་ཆུ་བོའི་རྒྱན་ལྟར་བརྟེན་ནས་གསང་སྤགས་རྩོུ་ཐེག་པའི་སྤྱར་ལམ་ལ་
བརྟེན་ནས། རང་གི་སྙིང་རུས་དང་དཀའ་སྤྱད་རུས་ན། བསྐལ་པ་གངས་མེད་དུ་མར་

འབད་པ་བརྒྱ་ཐག་གིས་སྒོ་ནས་སྤྱབ་དགོས་པའི་བྱང་འབྲུག་དོན་མཆང་གི་གོ་འཕང་
ཞེས་པ་དེ་ཡང་མོ་ཡི་འཁོར་མོ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྤྱབ་སྤྱབ་པར་འདོད་པས། ཆོས་པ་
རྣམས་མ་དག་གིས་ནི་དང་མི་ཡུལ་འདིར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་ཞ་བོ་རྒྱུད་ཞོན་གྱི་དཔེ་ལྟར་
སྤྱབས་ལེགས་པ་དང་། ལམ་འགྲོ་རྒྱུག་པ་འདི་ལས་སྤྲུག་པ་ཞིག་མི་སྲིད་པར་འདོད་
བཞིན་ཡོད་ན་དོན་སྤྱིར་སྤྱི་ཙམ་མེད་པར་འདོད་ཅེས་པ་ཡང་གནས་ལུགས་དང་
མ་ཐུན་པའི་གཏམ་དུ་མི་སེམས་སོ།།

ད་ནས་ཡུན་རིང་མི་འགོར་བར་ནད་ཀྱི་བསྐྱལ་བ་དང་། མཚོན་གྱི་བསྐྱལ་བ། ལུ་
གའི་བསྐྱལ་བ་རྣམས་རིམ་བརྒྱུད་དུ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ལ་ཡིད་མ་རངས་པ་དང་
དེར་གི་སྐབས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་ཡང་རྒྱས་དང་། གོང་འཕེལ་རྒྱུད་རྒྱུད་འགྲོ་བཞིན་པ་
ལས་ཉམས་ཉེས་དང་། རྒྱུད་པའི་གནས་ཚུལ་མི་ཡོང་བར་འདོད་ན། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབས་ལ་བསམ་གཞིགས་ནན་ཙམ་བྱས་ན་གནས་སྤངས་གསལ་
མོར་རྟོགས་ངེས་ཡིན། ད་སྐབས་མི་རིགས་དང་མི་རིགས་དབར་། རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་
ཁབ་དབར་། སྤྱིང་ཆེན་དང་སྤྱིང་ཆེན་དབར་ལ་ཐག་དོག་དང་འཕྲན་སེམས། རང་རྒྱལ་
དང་གཞན་པམ་ཁོ་ནས་ཉི་མ་གང་འཁྲོལ་བྱེད་བཞིན་པ་ནི་དངོས་སུ་མཐོང་བཞིན་པ་
འདི་ལྟར་ལགས་ཤིང་། གལ་སྲིད་སྤྱབས་མ་ལེགས་པར་གཏོང་ཐག་ཆོད་པའི་དམག་
འབྲུགས་འབྲ་བསྤངས་ཆེ་ཤར་བྱུང་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དག་གིས་གཏོར་ཤྱགས་ཆེ་བའི་
འབར་མདེལ་གཅིག་གིས་སྐར་ཆ་ཁ་ཤས་ལ་གོ་ལ་ཕྱིལ་པོ་རྩ་མེད་དུ་བཏང་སྤྱབ་པའི་
མདེལ་སུམ་རྩ་ཡས་མས་ཤིག་ད་ལྟ་དངོས་སུ་བཟོས་ཟེན་ནས་གཞུགས་ཆོག་ཆོག་
དང་། འཕེན་ཆོག་ཆོག་བྱས་ནས་བསྐྱིགས་ཏེ་བཞག་ཡོད་སྟེ། མ་ཟད་དེར་སངས་སྤར་

ན་གཤམ་མ་སྤྱོད་བའི་ནད་རིགས་རི་སྟེད་ཅིག་ཁ་དར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་
དུ་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱུ་ཀུན་ལ་དར་བྱས་ཆེ་ཞིང་། འིན་ཏུ་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་གཉན་ནད་
རིག་དུག་(AIDS)ཞེས་པའི་འགོས་ནད་མི་རིགས་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་ནད་གཞི་
བཅོས་ཐབས་མེད་པ་འདི་ཉིད་ལྟ་བུ་འགོས་བྱས་ཀྱི་གནས་ཚད་སྤྱ་མ་ཐུད་འདི་ལྟར་
གནས་ཆེ། མགྲོགས་ནས་སྤྱར་དུ་འཛམ་གྱུ་གླིང་གི་སྤྱི་འགྲོ་རྒྱལ་ས་འདི་ཡིས་བྱུར་
མིན་བཅར་བའི་སློ་འཆབ་སྤྱི་གཞི་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ནད་ཀྱི་བསྐལ་པ་ཟེར་བ་
ཡང་སློ་བཅགས་རྒྱུ་ཡིན་པར་བཤད་ན་མ་འོངས་སྟོན་གཟིགས་ཀྱི་རུས་བ་འབྲ་ཡོད་
ན་མ་ཉོགས་ཆ་འཛོག་དང་། ཆོད་དཔག་བྱས་ན་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མིན། ད་སྐབས་འཛམ་
གླིང་ཡར་རྒྱས་དང་འཕུར་མཚོང་རྒྱུ་བཤད་བཞིན་ཡོད་པ་ལས་ཉམས་ཉེས་དང་
འཕུས་ཤོར་ཀྱི་སྐྱོར་སྤྱས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་དངོས་ཡོད་གནས་
སྟངས་ལ་གླིང་ཆེན་ཨ་ཁྲེ་རི་ཁའི་ཡུལ་དུ་ཉི་མ་རེ་ལ་མི་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་ལྟོགས་ཤི་
ཐབས་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། གཞན་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་ལྷང་པལ་མོ་ཆེར་ལྟོགས་སྟོན་
ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཉུང་ཉུང་མིན། མ་ཟད་གོང་དུ་བཤད་པའི་ནད་མཚོན་ཀྱི་དུས་
ངན་དངོས་སུ་མགོ་འབྱས་ན་བཤད་མི་དགོས་པར་བཤེས་སྟོན་ཀྱི་དུས་ལས་གཡོལ་
ཐབས་དཀའ། འདི་དག་ལ་བསམ་ན་ནད་མཚོན་སྤྱ་གའི་བསྐལ་པ་ཞེས་པ་ཡང་ལོ་
ཆོགས་དང་གནས་དུས་སོགས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁོར་མེད་འཕྲུག་མེད་ཡོང་ཞེས་ཁ་ཆོན་
མི་ཆོད་ཀྱང་། བསམ་སྟོན་གཏོང་ས་དང་ལྷ་བསྐྱིག་ས་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ནི་མིན་པར་
སེམས།

༼ ༡༩ ༽ ཁོར་རྒྱལ་པས་མ་དགོངས་པ་ཞིག་ང་ཚོས་མི་ཤེས་པ་དང་། ང་
ཚོ་ལྷག་ཆོད་རྣ་ཆེ་ནས་བབྱང་ཉྱེ་འགྲོ་བེས་འདུག་མཐས་བྱ་དགོས་པ་ལས།

མི་མཁམ་མཁམ་མཁམ་དང་། མི་འཛུག་འཛུག་མཁམ་གི་གསུམ་བཟུང་དང་།
གསུམ་གཉིད་མཁམ་བྱ་མི་རྒྱུ་བ་དང་། རྟེན་པ་དོར་ནས་གསུམ་པ་འཛུག་
དམོག་ཟུང་མཁམ་བྱ་མི་དེ་ཆེ་ལྷོ་མཁམ་དང་། གཏམ་དེ་ལྷོ་མཁམ་པ་ཅ་ཡིན་
པས་དེ་དག་ལ་དཔྱ་ལྷོ་ལྷོ་ཞིང་དུ་ག་ལྷོ་ལྷོ་འཛུག་དམོག་པ་དང་། དེ་ལྷོ་
ཐབས་ཤིས་ཡོད་དུ་ཆེ་ལྷོ་ལྷོ་གིས་བཟུང་བཟུང་བཟུང་ལྷོ་བཟུང་ན་ད་
གཟུང་ཆུ་མཁམ་ནང་གི་ཉི་མེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཡོང་རྩ་ཡོད་པ་དང་། དེ་མིན་གོ་མ་གང་མཁུན་ལ་མོང་ན་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཡོང་རྩ་ཡོད་པ་དང་། དེ་མིན་གོ་མ་གང་མཁུན་ལ་མོང་ན་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
དང་གཡང་ས་འབང་ཞིག་ཡིན་པ་མཁམ་རང་གིས་ཡིད་ལ་བཟོས་ཞིང་
གཞན་ལ་བཟུང་བྱ་བཟུང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། }

འདི་ནི་པམ་མོ་ཆེ་དེར་གི་སྐབས་སུ་སྤྱད་ཉིང་མཆིགས་བཟུང་ཅན་གྱི་མི་ནམས་
དང་། ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མི་ཤེས་པའི་མོང་ས་པས་དམ་དུ་བཟུང་བའི་མི་བྱ་འགའ་
ཡིས་མཐོང་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་ཆུ་ལ་དང་། བཤད་ཆུ་ལ་དག་དོས་རྗེན་དུ་སྟོན་པ་དང་། དེ་
ལ་ཆོས་པ་པོས་ཡིད་འཁྱེང་བའི་སེམས་ཁོང་གི་ཆོག་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ཁོ་པོ་ཡང་མོས་
པ་ཐལ། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལུགས་
ནམས་སུ་བསྟན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྟོད་གང་ལའང་
སྟོས་པ་མེད་པར་ཐབས་ཤེས་དང་། ལུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་མཁུན་ནས་མཁུན་དུ་བསྟོད་
དེ། གཏན་གྱི་བདེ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་འབད་པ་བཟུང་ལག་བསྟེན་དགོས་པར་
བཤད་པ་ལས་རྒྱུ་བ་ལེག་དང་། ཕྱི་རྒྱར་བྱེད་དགོས་གསུངས་པ་དེ་འདྲ་ནང་པའི་
གཞུང་ལུགས་ལ་མེད་པར་ཤེས་དགོས། འོན་ཀྱང་འཁོར་བའི་གནས་ལུས་ཡོངས་
སྟོད་ལ་ཞེན་ཆགས་དང་། བཞོ་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱུ་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་བསྐྱད་ན་མི་འགྲིག་
པར་གསུངས་ཡོད་པ་ནི་དོས་ཡོད་གནས་ཆུ་ལ་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ནང་ཆོས་

འདི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱན་ནས་ཏུ་ཁྱིད་བྱེད་ཅིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་ནས་དགག་བ་བྱེད་པ་ནི་གོང་
ཏུ་རགས་ཅའ་གསལ་བ་ཤད་བྱས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་འདི་རང་རྒྱད་ཀྱི་
ཆགས་སྤང་སྤོངས་གསུམ་ཞི་ཐབས་དང་། གཏན་དུ་བདེ་བའི་སྤང་འདས་འཆོལ་
ཐབས་འབའ་ཞིག་ཅུལ་དུ་སྟོན་ཏེ་གསུངས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ན། དེའི་བརྗོད་བྱ་ལ་འཁོར་
བའི་དགོས་མཁོ་སྤྱུ་རུས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་པ་ནི་གནས་ལུགས་དང་
མི་མཐུན་པའི་གཏན་སྟེ། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་འཇུག་ཅིག་གིས་ཚན་ཅུལ་
རིག་པའི་དེབ་འདི་དག་ནི་དགོས་མཁོ་མེད་པའི་ཤོག་ལུང་རྒྱང་རེད་འདུག་པ་དང་།
དེར་གི་ཚན་རིག་ནི་མི་ལ་མཁོ་བ་དང་པན་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི་
དེབ་འདི་དག་གི་ནང་དུ་ང་ཚོ་ལ་དགོས་པའི་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བགྱོད་
བྱེད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་བསྟན་མི་འདུག་པས་དོར་བྱ་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བཤད་པ་དང་འབྲ་
བས། གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་དང་དེའི་བཤད་པའི་བརྗོད་བྱ་ལ་བརྗོད་པ་དེ་
དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བྱ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་དབྱེད་པ་བྱས་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས། དཔེ་
རགས་བསྟུས་ཤིག་ནི། ལག་པ་འདི་དགོས་མཁོ་མེད་དེ། གོམ་འགྲོས་བྱེད་པའི་སྐབས་
སུ་པན་ཐོགས་མི་འདུག་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ན་རྒྱང་པ་འདི་ང་ཚོར་དགོས་མཁོ་མེད་དེ།
ཐས་རིགས་གཡོས་སྦྱོར་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་བ་དང་ནམ་པ་ཀྱན་ནས་
མཚུངས་སོ།།

སྤྱང་ཡང་ནན་གྱིས་རྩུང་ཅའ་བཞུན་ན། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་
ལྟར་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སོགས་སྦྱོད་སྦྱོགས་རྒྱ་ཆེ་བའི་
ལམ་དང་། སྦྱོང་བ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་སོགས་ཐབ་མེད་ལམ་ལ་སྤྱངས་པ་མཐེལ་

ཕྱིན་པར་བྱས་ཆེ། དེའི་འབྲས་བུ་ལ་ཆགས་སྒྲང་སོགས་སྒྲངས་པའི་ཐར་པ་སོགས་
ཐོབ་རྒྱུ་མེད་པ་བྱུང་ན། གཞུང་ལུགས་འདི་དང་ལྷ་བྱུང་འདི་ལ་གཞི་ནས་དགག་པ་
དང་། བཞིག་པ། གཏོར་བ་སོགས་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་གྱིས་དང་གནས་ལུགས་དང་
མ་ཐུན་པའི་གནོད་སྦྱོར་གཏོར་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དུས་གཞུང་ལུགས་འདི་དང་། བྱུང་
མ་ཐོབ་འདི་མགོ་བཟུགས་མི་རྣམས་པ་དང་། དགོས་པ་སྦྱབ་མི་རྣམས་པའི་རྩལ་གྱི་ཕྱང་པོ་
ཞིག་ཏུ་སྦྱབ་སྤྱོད་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ཨང་ཅིས་གྱི་གཞུང་ནས་ཐུང་མ་བཤད་པ་
ལ་སྤྲོད་སྤྱོད་དང་། སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་གཞུང་ནས་དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་མ་བཤད་པ་
ལ་སྦྱོར་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། སྐབས་དང་དུས་ལ་མ་འབྲེལ་བའི་དམོན་མཆོད་ཕྱང་པོ་ཞིག་
ལས་དཔྱོད་ལྡན་ལ་བསམ་གཞིག་དགོས་པའི་གྲོས་གཞི་ཞིག་ཏུ་ནས་ཡང་མཐོང་བར་
མི་འགྱུར་དོ།

༼ ༣༠ ༽ འདི་རྣམས་འཛིག་རྟེན་དང་། མི་ཆེ། འབྲུང་འབྲུང་བཅས་ལ་ཡིད་
ཆེས་ཚུ་བ་ནས་བཟག་པའི་རིག་གཞུང་གང་དེའི་བྱ་འབངས་སུ་བྱུང་པའི་
མི་རིགས་ཤིག་ལ་མོ་མོ་མི་ཆེ་དང་། མིའི་རིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་ཆེད་ཀྱི་
རྣམས་ལུགས་འདོན་པའི་སྒྲུ་ལོད་ཡིད་ཡིད་དམ། རྒྱུ་པར་ལྷོགས་སྒོག་རྒྱུ་
རིང་ལུགས་པས་བསམ་གཞིག་གི་མདུན་ཁ་འབྲུལ་རྣམས་དང་མི་མཐོན་པའི་
དཔྱིངས་སུ་གཏད་དེ་མིག་མཐུན་གྱི་དོན་དག་ལ་ཁ་པ་པ་པ་པ་པ་ཞིག་ཀྱི་སྒྲུང་
མེད་ལ། རྒྱུ་པར་ལུགས་ཆུང་པོ་དེའི་མི་རིགས་འདིས་མིག་གིས་རྒྱུ་ཀྱང་བརྣམས་
ཤིང་རྒྱུ་པར་བཞུགས་པའི་ཆེད་ཀྱིས་ནས་བཟུང་པས། ད་ལྟོ་དེར་མང་ཁ་རྒྱུ་པ་
ཆིང་། རྒྱུ་ཀྱང་ཆིང་ཟེར་ནས་འགྲམ་རྒྱུ་ལྷོགས་ཀྱི་བུ་དཔོན་པའི་གནས་
བབ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་རྒྱུང་བ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། ། ༽

ཞེས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གཞུང་འདི་འཛིག་རྟེན་དང་། མི་ཆེའི་འགྱུར་གྱུར་

བཅས་ལ་ཡིད་ཆེས་རྩ་བ་ནས་བརྒྱལ་བ་ལེ་རིག་གཞུང་ཞིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་ནས་ང་
 ཆོའི་མི་རིགས་འདི་རིག་གཞུང་དེའི་བཅུ་དྲུ་གྲུ་བ་ས་མི་སྐྱེར་གྱི་རང་དོན་དང་། མི་
 རིགས་སྤྱི་ཡི་སྤྱི་དོན་སྤྱོད་པའི་བཀའ་གཞི་ཏུ་ངོས་བཟུང་བ་བཅས་ནི་སློབ་ཁྲིམས་པའི་
 འགེལ་བ་འདྲ་ཅིག་ཏུ་མི་འདོད། འདི་ནི་འཆོ་བ་དངོས་དང་རྒྱལ་འགལ་ཅན་གྱི་བཤད་
 ཡམས་ཞིག་རེད། དེང་རབས་ཅན་དང་། བཅོམས་ཅན་དང་། འཕེལ་རྒྱས་ཅན་
 སོགས་སུ་བསྟན་པའི་དེ་རིང་ནི་མི་རྒྱལ་དཔལ་དངོས་ཁོ་ན་དཀོན་མཆོག་དང་
 རྒྱལ་ས་སུ་བཟུང་བའི་དབང་གིས་པ་བྱའི་བར་དུ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་དང་། རྒྱལ་ས་པའི་
 བར་དུ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ། རྒྱང་སྤྱོད་དང་བཅོས་པའི་བར་དུ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ། བན་ཚུན་
 གཅིག་གིས་གཅིག་གཉལ་ནས་གཞོན་ཐབས་དང་། གྲེན་དུ་ལམ་འབྲེལ་ཉོག་ཙམ་རྒྱག་
 མཁན་དེ་དག་རྒྱང་བ་ནས་འཐེན་པ། མདོར་ན་སྤྲུག་དོག་དང་། འབྲན་སེམས་ཀྱི་རྩ་
 རྒྱལ་ས་ཆེས་ཆེར་འཕྲོ་བའི་སྤྱི་ཆོགས་འདིའི་ནང་དུ་མི་དང་མིའི་བར་དུ་གཡོ་སྤྱོད་དང་
 འབྲན་སེམས་རྩར་སོན་པའི་དབང་གིས་ཡིད་ཆེས་རྩ་དེ་བརྒྱལ་ནས་ཡོད་པ་རེད།
 མཐའ་མ་རང་ཉིད་གཅིག་ལུ་རྒྱལ་ས་མེད་ཁེར་རྒྱང་དུ་སྤྲུག་ནས་ཉལ་ཐ་འཐེན་པ་དང་།
 གཟི་སྟན་བ་བ། ཆང་རག་ཆོད་མེད་དུ་འཕྱང་བ། སྤྱོད་ཁབ་རྒྱག་པ་སོགས་མདོར་ན་
 ཉོན་མོངས་མདོན་གྱུར་པའམ་ཆོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱལ་རགས་པ་དེ་དག་རེ་ཞིག་ཞི་བའི་
 ཐབས་ལ་གཞོལ་བཞིན་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གྲུ་རྒྱུར་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཡོད་
 པ་རེད། ད་དུང་ཡང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཞི་བ་དང་བདེ་བ་ཞིག་གང་ནས་རྟེན་སྤྲུབ། ཐ་ན་རང་
 ཉིད་འཛིག་རྟེན་འདིར་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་མི་སྤྱོད་པར་རང་ཉིད་བའི་གངས་ཆད་ཆེས་
 མཐོ་བོ་ཟེན་ཡོད་པ་རེད། འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུན་ནི་རང་ཉིད་གཙོ་བོ་བྱས་

ཤིང་གཞན་པལ་པར་འཛིན་པའི་དབང་གིས་བྱང་བ་དང་། དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན་
རང་གི་འདོད་པའི་དོན་གང་རུང་ཞིག་མ་འབྲུག་པའི་སྤྱད་པ་སྤེལ་ཞིག་གི་འོག་ནས་
ལྷུབས་འཛོག་གི་ཡོད་པ་རེད། ཐབས་སྤྱད་གི་དཀའ་ངལ་འདི་དག་སེལ་སྤྱབ་པའི་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལུགས་
ནས་བྱང་བའི་རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སེལ་སྤྱབ་པའི་ཉམས་སྲོང་དང་བྱང་རབས་
ཏུ་ཅང་མང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ལྟ་བུ་འདིས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་རང་གི་
བྱེད་པའི་སེམས་ཆོར་འདི་བཅེལ་སྤྱབ་པའི་གནད་ཀ་དེ་ནི་རང་ལས་གཞན་གཅེས་
པར་འཛིན་དགོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་མི་ཆེ་དང་། འཛིག་རྟེན། འབྱུང་
འབྱུར་བཅས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་སོང་མེད་པར་མ་ཟད། དེ་དག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་
འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་རེ་བ་གསོན་པོ་ཞིག་དང་། མདུན་ལམ་ཡངས་པོ་ཞིག་སྤྱོད་པའི་
པས་ན་ཅ་བ་ནས་ཡིད་ཆེས་བརྒྱགས་པའི་རིག་གཞུང་ཟེར་བ་སོགས་ནི་དམོན་མོ་
བགྲངས་པ་ཅ་ལས་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་ས་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཏུ་མི་སེམས་སོ།

ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ནས་མི་ཡི་མི་ཆེ་དང་།
འབྱུང་འབྱུར་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་གཤེད་འཛོག་བྱས་པ་ནང་བཞིན་པལ་ཆེར་གཞུང་གང་
ནས་ཀྱང་མ་བཤད་པའི་ཆོད་དུ་འདུག། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་འཛིག་རྟེན་
འདིར་བྱོན་པའི་སྐབས་སུ་ངས་པ་ལྟ་གཟིགས་པའི་ནང་ནས་ཡུལ་ངས་པ་འཛམ་བུ་
སྤྱིང་འདི་གཟིགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ལ། འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་ཕྱོགས་དང་ཕྱོག་
མཆམས་རྣམས་ན་བྱང་འབྱུག་བྱུག་པའི་དཔལ་པོ་དང་དཔལ་མོ་བཞུགས་པའི་གནས་
མང་དུ་ཡོད་པས། འཛམ་བུ་སྤྱིང་འདིར་མདོ་དང་སྤྱགས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་འབྱུར་

བར་དགོངས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དམ་པ་ཏྲོག་དཀར་པོ་འཛམ་བྱ་གླིང་འདིར་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་སྟོན་ཕྱིར་དུ་བྱོན་པར་གསུངས་པ་ལ་ལྟོས་དང་། འཛིག་ཉེན་
འདི་ལ་སངས་རྒྱས་པས་གདེང་འཛོག་དང་ཡིད་ཆེས་ཇི་ཙམ་བྱས་ཡོད་མེད་རྟོགས་
ཅུས། སངས་རྒྱས་པས་མི་ཡི་མི་ཆེ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་གདེང་འཛོག་རིན་ཐང་ཇི་ཙམ་
བཅི་གི་ཡོད་མེད་ནི་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་འདི་འཛིག་ཉེན་ན་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་འོར་བུ་རིན་
པོ་ཆེ་ལས་ལྷག་ཚུལ་དང་། རང་གིས་འཛོན་ན་སངས་རྒྱས་པས་ཆེས་དཀོན་ཞིང་རིན་
ཐང་ཆེ་བར་བཅི་བའི་རྒྱལ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡང་མི་ཆེ་འདི་
ཉིད་ལ་ཐོབ་སྟབས་བར་གསུངས་པ་དང་། བདེ་འགོ་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་འདི་ཐོབ་པ་ལ་རྒྱ་
སྤྱོན་སོགས་ལ་བཙོན་པ་སོགས་དཀར་ཆོས་ཀྱི་ལས་བཟང་པོ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བསགས་
དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། མི་ལུས་འདི་ཐོབ་པ་ཡང་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྟར་འིན་ཏུ་
དཀོན་ཚུལ་ཀྱི་དཔེ་ལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ཁ་ནས་གཡེང་བའི་བྲུ་ག་གཅིག་པའི་གསེར་
ཀྱི་གཉའ་འིང་གི་བྲུག་པར། མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་གི་མཚམས་སུ་ལན་རེ་ཁར་བྲུད་པའི་
རུས་སྤུལ་ལོང་བའི་མགིན་པ་ཆུད་པ་དཀོན་པ་དང་སྦྱར་ནས་གསུངས་པ་དང་། མ་
ཟད་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་གཞི་ལམ་སྐོར་ཀྱི་ནམ་གཞག་དག་ཀྱང་
རྟེན་དཀར་ཞིང་རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བའི་མི་ཆེ་འདི་ཆུད་ཐོས་སུ་མི་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་ལག་
ལེན་བསྟར་ཚུལ་གསུངས་པ་དག་ལས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་པས་མི་ཆེ་ལ་རིན་ཐང་
དང་ཡིད་ཆེས་ཇི་ཙམ་ཡོད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅུས། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལུགས་
ནས་འབྱུང་བ་དག་ལ་བལྟས་ན་འབྱུང་འབྱུང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བྲགས་མེད་ན་ཆུང་བའི་
སྟོན་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད། མ་འོངས་པར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་

འཛོལ་ཆེད་དུ་ཆེ་འདི་ཡི་བདེ་སྲིད་དང་བྱི་མའི་བདེ་འགྲོ་ལྷ་མིའི་ཕུན་ཆོག་གས་ཀྱན་སྒོས་
 བཏང་སྟེ་རང་ལུས་ཡོད་ཀྱི་ཅལ་སྤྲུགས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་གངས་མེད་པ་གསུམ་
 ལ་འབད་བཙོན་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ། རང་ཅག་གིས་མ་འོངས་
 མི་ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་མི་ཆེའི་བདེ་སྤྲུག་གི་ཆེད་དུ་ཉིན་མོའི་མི་དང་མཆོན་མོའི་བྲི་ཞེས་པ་
 ལྷར། དཀའ་སྤྱད་སྤྲུག་ལུས་བྱེད་པ་ལ་མ་འོངས་སྤྲུགས་མདུན་ཅན་དང་། ཡིད་ཆེས་
 ཅན་དུ་བརྗོད་ན། མ་འོངས་མི་ལོ་བྲི་སྤྲུག་དུ་མའི་རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞག་ལ་དམིགས་འབེན་
 བཟུང་སྟེ་འབད་བ་དང་། སྦྱོར་བ་ཙོམ་པ་རྣམས་ནི་ཆེས་མཐོ་བའི་མ་འོངས་ཡིད་ཆེས་
 ཅན་དང་མ་འོངས་རེ་མིག་ཅན་དུ་ཅིའི་བྱིར་མི་བཞག ང་ཆོ་གདོང་དམར་པའི་རིག་
 གཞུང་དང་གོམས་གཤིས་མི་ལོ་བརྒྱ་སྤྲུག་དུ་མར་ཅ་བརྒྱགས་མ་སོང་བར་མི་ཉམས་
 རྒྱུན་འཛིན་དང་། ཉམས་པ་སྤར་གསེའི་སྤྱ་སྒྲིད་ཅམ་ན་བར་ཐོས་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདི་ཡང་
 མཐར་གཏུགས་ན་ང་ཆོའི་རིག་གཞུང་འདི་ལ་སངས་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཤན་ཅུང་
 ཟད་ཅིག་ལུགས་སྤུབ་པའི་བཀའ་བྲིན་ཉག་གཅིག་ཡིན་པ་ལས། གཞན་དུ་ན་དེང་སང་
 གདོང་དམར་པའི་ལས་དབང་དང་རིག་གཞུང་ད་ལྟ་ལས་ཡང་ལ་ཡི་སྤྲུག་པ་ཞིག་གི་
 ཆེད་དུ་སྟེབས་པ་ལས་ཡང་རྒྱས་དང་སྟོན་སྟོན་འཛུམ་སྒྲིང་མི་མང་འགྲམ་རྒྱ་ལྡང་
 དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་སྟེབས་ཡོད་པའི་བཟོ་མི་སྤྲང་།

དེ་ཡང་ཁ་ལུབ་སྒྲིང་དང་སྤྱ་ལུབ་སྒྲིང་ཟེར་མཁན་དག་ནི། གཙོ་བོར་དཔལ་འབྱོར་
 དང་དེད་དུས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱིས་ཐོངས་པའི་ཁྱག་དཀྲོགས་ཀྱི་མི་ཡི་བསམ་ཚུལ་
 ཅམ་ཞིག་དང་། ཞིབ་སྒྲ་བྱས་ན་དབང་པོ་སྟོ་ལྡེའི་འདོད་ཡོན་ལ་ཉེབ་ལངས་པའི་འབྱོར་
 མེད་ཀྱི་མི་སྡེ་རྩུར་ཞིག་གི་འདོད་ཚུལ་རེད། དེ་ཡང་ཨ་རི་གཙོས་པའི་ལུབ་སྤྲོགས་ཀྱི་

ཡུལ་གྱ་རྣམས་ཁྲིམས་ཀྱིས་བཀག་བསྐྱམས་ཚུང་བས་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་
མཐུན་པའི་ལས་ཀ་འཛོལ་བདེ་བ་དང་། རང་དབང་དང་། རྩིས་ཐང་ལ་བརྩི་འཛིག་ཆེ་
བས་དབུལ་སྤྱལ་དང་། དཔོན་འབངས་ཀྱི་ཉེ་བལ་ཚུང་བས་ཁ་སྤྱ་རྩལ་གྲིང་དུ་ཕྱོགས་
བ་ཡིན་སྟེ། གཞན་ལྟོ་གོས་གནས་གསུམ་ལ་མོངས་བ་མེད་ཅིང་སློབ་སྦྱོང་གི་ཆད་
ཟེན་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ནང་ནས་འགྲན་སྦྱར་དང་མཐོ་གཞོན་གྱིས་ཤིན་ཏུ་འཁྲུགས་
ཤིང་། ཕྱི་ནས་ས་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་ལྷགས་དང་འབྲིག་གིས་གཡོགས་པའི་ཡུལ་གྱ་
དེ་དག་ལ་ཡིད་ཡོངས་སུ་སྤྲོད་ནས་ཁ་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་ནས་ཡོད་བ་རེད། དེ་
དག་གི་བསམ་ཚུལ་གཙོ་བོ་ནི། འདི་སྤང་སྤྱོད་པའི་འབྱོར་བ་འདི་ཙམ་གྱིས་མིའི་བདེ་
སྤྱོད་བསྐྱུན་མ་ཐུབ་ཅིང་གཉུག་མའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལ་ཞལ་ཕྱོགས་ནས་ནང་པའི་
གསུང་རབ་རྣམས་ནས་བསྐྱུན་པའི་བྱམས་བ་དང་། སྤྱིང་རྩེ། ལྷག་བསམ་སོགས་ལ་
ཏ་ཅང་གི་རྒྱབས་ཆེན་པོའི་ལྷ་སྤྱལ་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིས་ཡོད་བ་རེད། འོན་ཀྱང་
རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱ་པལ་མོ་ཆེར་འགྲམ་ཚུ་ལྷང་དགོས་བ་ཞིག་ཡོད་བ་དེ་ནི་རང་
དབང་ཞེས་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། རང་དབང་ནི་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཆེས་མཐར་ཐུག་གི་
བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཅ་བ་དང་། མང་གཞི་ཡིན་བས་ན་འདི་ཉིད་གང་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ན་དེར་
ཁ་ཕྱོགས་རྒྱ་ནི་མི་དང་། སློག་ཆགས་ཡོངས་ཀྱི་རང་གཤིས་ཡིན། དེ་ལྟར་ལྷ་སྤྱལ་
དང་རིག་གཞུང་གི་ཆ་ནས་བྱས་ན་རྩལ་གྲིང་ལས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱལ་སྤྱལ་ཅིང་ལོ་
རྒྱས་རིང་བ་དང་། ཁྲིམས་ལྷགས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྩལ་ཕྱོགས་སུ་མང་གཙོ་དང་རང་དབང་
ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། དེས་ན་ཁ་རྒྱ་ཤོར་ན་མཉམ་ཤོར་དང་། མཆིལ་མ་འཛར་ན་འང་མཉམ་
འཛར་རེད། མ་གཞི་ནས་གོང་ཁྱེར་བ་རྩ་ཐང་ལ་མོས་བ་དང་། འབྲོག་བ་རྣམས་གོང་

ཁྱེད་ལ་དུངས་པ་འདི་ནི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཟུར་ཞིག་སྟེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་
འཁོར་བ་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་ཞེས་པའི་བསྐྱེད་
མེད་བཀའ་ཡི་ཕྱག་རྒྱ་དེ་ལས་མི་འདའ་བར་ཤེས་དགོས་སོ།།

གནའ་དུས་མཁས་པས་འཛམ་གླིང་གྲུ་གསུམ་དང་།།

དེད་དུས་སྤྱི་ལོས་རྒྱུ་ལོར་སྤྱར་བ་སོགས།།

འགལ་བ་ལྷག་སྟོང་མཐོང་བའི་འགག་མདོནས།།

ཅི་དགར་རྒྱ་བའི་ལམ་ཞིག་ཁོ་ལོས་རྟོན།།

གཉིས་པ། དབྱ་མའི་ཡུགས་ཀྱི་བརྟན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ གཞག་དབྱད་པ་ལ་དོགས་མེད།

༼ ༡༧ ༽ རྒྱ་གར་འབགས་པའི་ཡུལ་དུ་མངའ་རྒྱས་པའི་ཡུལ་མཐའ་མི་
འབྲ་བ་བཞི་བྱེད་ཞིང་། དེ་འཛིན་གྱི་མཁས་པ་དེ་ཆོས་རང་རང་གི་ཡུགས་དེ་
ཁོ་ན་དབྱ་མའི་ཡུལ་མཐའ་དང་། གཞན་དག་རྟག་ཆད་ཅན་དུ་འདོད། འོད་
ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་པས་དེ་བཞི་ཡི་ཁོད་ནས་རོ་ལོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲུ་
བའི་ཡུགས་དེ་ཁོ་ན་དབྱ་མའི་ཡུལ་མཐའ་ཡིན་རྒྱུར་བྱས་ཏེ། ཡུགས་དེ་དང་
མི་མཐུན་པའི་ཡུལ་མཐའ་གཞན་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་ཆད་ཕྱིན་ཅི་
ཡོག་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཆེད་དང་། ཡུལ་མཐའ་འདི་ལ་ཉི་ཤུ་མ་དང་རྣམས་པ་
ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བའི་དྲི་མ་ལྷ་མོ་ཅམ་ཡང་མི་ཡིད་པ་དང་། ཡུལ་མཐའ་འདི་དེ་
དགོངས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་དེ་ཡོན་མཁན་ཉི་རང་དང་རང་རོ་ཆོས་བརྒྱད་འདི་
གཅིག་དུ་ཡིན་པ་ཡོགས་སྒྲ་ཡོད་ཡོད་པ་ཤིང་། དེ་བས་ཁོ་ལོས་ཆེད་དུ་འོད་

ཞེ་རེད་མི་ནི་རྒྱལ་ཡུགས་ཅམ་མ་ཟད་འཇམ་སྐྱིད་གི་མཆན་ཉིད་རིག་པ་
སྤྱི་ལྟར་ཁྱེད་སྤྱོད་ཐུག་པར་ཆོག་པར་སྟུག།

ཞེས་བཤད་པ་ལ་སངས་རྒྱལ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ཡི་ནང་ནས་དབུ་མ་པའི་
ལུགས་འདི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་གྲུབ་
ལ། མི་ལོ་སྟོང་ལྷག་དུ་མའི་ཡར་སྟོན་ནས་ལྷ་གྲུབ་འདི་གོ་ལ་འདི་ཡི་སྟེང་དུ་མགོ་
ཚུགས་པ་ནས་དེ་རིང་གི་བར་དུ་དབྱེད་པ་བརྒྱ་ལྷག་དང་། སྐོལ་བ་ཁྱི་ལྷག་གི་འགག་
འཕྲང་རིང་མོ་ཞིག་བརྒྱད་པའི་རིང་ལ་གྲུབ་མཐའ་འདི་ཡི་རྩ་བའི་ལྷ་གྲུབ་ལ་གས་ཆག་
ཤོར་བའི་རིགས་རྩལ་གྱི་མདེའུ་ཅེ་ལྷག་མ་སྟོང་ཞེས་བཞེད་ཀྱང་ཉམ་པ་དང་། རང་
སྤྱང་དག་པའི་བཞེད་པ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར། འོན་ཀྱང་དུས་རབས་གྱི་འགྱུར་འགྲོས་དང་།
མི་ཡི་ཤྲད་རྩལ་གྱི་རྒྱས་པ་ལ་མཐའ་མེད་པས་གནའ་རབས་གྱི་ལྷ་གྲུབ་ལ་དེང་རབས་
གྱི་སྤྱང་ཆོད་དཔེ་འགོ་བས་དང་། དབྱེད་བསྐྱར་ཡོང་བ་ནི་གནད་ལ་ཕོག་མ་ཕོག་གང་
ལྟར་འོས་འཆ་མས་ཡིན་པར་མ་ཟད་མི་རབས་གསར་པའི་གཟི་བཞིན་ཀྱང་ཡིན། དབུ་
མའི་སྐབས་སུ་ཁོང་གི་རིགས་པའི་ཁ་སྟོགས་ས་དང་དམིགས་སྤྲུག་ས་ཡང་བདེན་
གཉིས་ཀྱི་སྟོར་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ནམ་གཤག་ལ་སྤྱོད་རགས་གཉིས་ལས་
ཀུན་རྫོབ་རགས་པའི་སྟོར་ནི། གོང་དུ་མངོན་པའི་སྟོན་བརྒྱད་ཀྱི་སྟོར་དེ་ཡིས་འཇུག་
པར་བཤད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་སྤྱོད་མེད་སྟོར་ནི་དོན་ཤེས་སྒྲིབ་ཅིག་མའི་སྟོར་ཡིན་ཞེས་པ་
འདི་དབྱེད་མི་གཞོད་པའི་གཏམ་སྟེ། སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་རི་རབ་ཁང་བྱིས། བརྒྱད་ཀྱི་
སེམས་ཅན་ལྷ་མི་ཡི་དྲགས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་རགས་པ་ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་སྤྱི་
རོ་རིག་བྱ་བྱ་དོན་ནམ་ལྟ་དང་། བར་གི་ཆོར་འདུ་ཡིད་ཤེས་དབང་ཤེས་སྒྲིབ་ཅིག་མ་

ནམས་ཀྱན་རྫོབ་སྤྲོལ་ཡིན་པར་བཤད་པ་འདི། དབྱ་མ་པའི་གཞུང་ལུགས་གང་ཏེ་
ཡང་བཤད་མེད་པས་འདི་ཡང་ཁོང་གི་འཆར་ཅན་གྱི་ཞིབ་དབྱུང་མེད་པའི་ཉར་གཏམ་
དེའི་གསལ་ཤིག་ཡིན། དབྱ་མ་པའི་ལུགས་འདིས་ཀྱན་རྫོབ་སྤྲོལ་ཞེས་པ་ནི། གཞིག་
ཞིག་བདེན་པར་སྤང་ཞིང་སྤང་བ་ལྟར་གྱིས་སྤོང་པའི་སྤང་སྤོང་གཉིས་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱུ་མ་
ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་ལ་འཛིག་པ་དང་། དེ་ཆོགས་པ་ཡང་སྤོང་ཉིད་ཆོགས་པའི་འོག་ཏུ་
གཞི་ནས་ཆོགས་པ་མ་གཏོགས་སྟབས་བདེ་བོའི་ཆོགས་སྟབས་ཀྱི་ཞིག་མིན་པར་འདོད།
གལ་ཏེ་གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་དང་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་ཀྱན་རྫོབ་སྤྲོལ་མོར་འདོད་ན།
དོན་དམ་བདེན་པ་ཆོགས་པའི་འོག་ཏུ་མ་གཏོགས་ཆོགས་མི་སྟབས་པར་ཁས་ལེན་
དགོས་ལ། དེ་འདོད་ན་གྲུབ་མཐའ་འོག་མས་འདོད་པའི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་བྱག་
ཆོགས་པ་ལ་དབྱ་མ་པས་བཤད་པའི་སྤོང་ཉིད་ཆོགས་པ་སྤོང་བུ་འགོ་དགོས་པར་
འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་ཐབས་འདི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས། སྐས་ཀྱི་རིམ་བཤུ་
བྱར་གསུངས། ཞེས་གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་འོག་མས་བཤད་པའི་ནམ་གཞག་དག་གྲུབ་
མཐའ་གོང་མར་འགོ་བའི་འབབ་སྟེགས་སུ་གཞུང་ལུགས་ནམས་ནས་གསུངས་པ་གོ་
ལྟོག་ནས་བཤད་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་། ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་འགོས་དང་
འགལ་བས་གཞུང་ལུགས་ལ་ཡི་མ་སྤྱངས་པ་དག་གི་སྐྱད་ཆའོ།

དོན་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་མ་ཆོས་ཅན། ཀྱན་རྫོབ་སྤྲོལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅུ་བའི་དམ་
བཅའ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤོང་ཉིད་མ་ཆོགས་པའི་གང་ཟག་གིས་ཁྱོད་ཆོགས་པ་མེད་
པར་ཐལ་ལོ། འདོད་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་ཏེ། དོན་ཤེས་མི་རྟག་པར་ཆོགས་པའི་ནང་པའི་
གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་ཀྱན་གྱིས་གཤགས། སྤྱི་བའི་དོན་ཤེས་ཀྱི་ནམ་གཞག་དབྱུང་པ་ལ་

གཉིས་སུ་བྲེས་ནས། རོ་བོའི་ཆ་ནས་དངོས་གཙོ་དང་སེམས་གཙོ་གང་ཡིན་སྐྱེད་བ་
དང་། བྱད་པར་གྱི་ཆ་ནས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་དང་མ་སྤྱོད་མིན་སྐྱེད་བ་ཞེས་ས་
བཅད་གཉིས་སུ་བཤད་བ་ཡང་། རོག་མར་ཀུན་རྫོབ་སྤྲོ་མོ་ངོས་བཟུང་བ་ནས་ནོར་
ཟེན་བ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་ཡིན་པས་མགོ་ཆེས་གཅིག་ནས་ནོར་ན་མཐུག་གནས་
གང་ངོས་མི་ཟེན་བ་ལྟར། དེ་ཡི་རོ་བོ་དང་བྱད་པར་ཟེར་བ་ཡང་བྱད་གཞི་མེད་པའི་
བྱད་ཆོས་སུ་གྱུར་གྲོ།

འོན་ཀྱང་ནང་པའི་ཆོས་གཞུང་འདི་དངོས་གཙོ་དང་སེམས་གཙོ་གང་ཡིན་
བརྟགས་བ་ནི། ད་བར་བྱི་ནང་གི་མཁས་པ་མང་པོས་དབྱུད་ཞིབ་བྱས་ཡོད་ཀྱང་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁ་གཅིག་མ་སྤྱོད་གྱི་འབབ་ས་ཞིག་མ་མཐོང་ལ་རྒྱབ་དར་མཚན་ཉིད་
རིག་པའམ་དངོས་གཙོ་དང་། སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བའི་ལྟ་བུའམ་འདི་བྱང་རབས་ཀྱི་ཚུལ་ནི།
མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུ་ས་ལྟར་པའི་ལྟ་བུའམ་ཅིག་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་རོག་མར་དར་
བའི་ཡུལ་ནི་རྒྱབ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་། སྤྱིར་མཚན་ཉིད་
ཅོད་སྤྱོད་རིག་པ་འདི་རོག་མར་ཡུལ་གང་ནས་དར་བའི་མགོ་ཚུགས་པ་དང་། བར་དུ་
འཕེལ་རྒྱས་རི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་བཅས་ལ་འདོད་ཚུལ་མི་མ་སྤྱོད། སྤྱིར་མཚན་ཉིད་ཅོད་
སྤྱོད་རིག་པའི་ལྟ་བུའམ་འདི་རྒྱབ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་མགོ་ཚུགས་པར་འདོད་པ་
དང་། སྤྱིར་ཚེན་ཨེ་ཤ་ཡའི་ཕྱོགས་ནས་དར་བར་འདོད་པ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་དང་པོ་ནི་
གོང་ལྟར་དང་། ཕྱི་མའི་འདོད་པ་ལྟར་ན་རོག་མར་འཛམ་སྤྱིར་གི་རིགས་པའི་འབྱུང་
ཁུངས་སུ་གྲགས་པའི་ཉི་མུ་སི་ཐན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་དུ་ཕྱི་རོལ་པའི་བྱང་སྤོང་གོ་
ཏམ་གྱིས་རིག་པའི་མདོ་ཞེས་པའི་གཞུང་ལྷགས་གསར་དུ་བཅུམས་པ་ལས་དབྱུ་

ལྷོ་ལ་གཏུག་ཀྱི་མོ་དོན་ལྟེ། མེ་མས་མས་འདྲ་ལེས་འདི་མ་གཞི་ནས་ཡོད་པ་
ཞིག་མིན་པར་ཐོག་མར་དཔྱད་པའི་འཁྱིལ་རྟེན་ཏེ་རྒྱུད་ཁམས་མེན་
པའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་གཞི་དུས་པར་ཀྱང་བྱུང་པ་དང་། བར་ཀྱང་རྒྱ་
ཁྲུལ་རེས་མིན་པར་དཔྱད་པའི་འཁྱིལ་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་དགོས་
པ་དང་། མཐུག་ཆུན་ཆགས་ལྷོ་ལ་མིན་པའི་བྱུང་པར་རྟེན་དཔྱད་པའི་ཉེར་
ཆ་དཔྱད་པས་མེ་ཡལ་འཕྲོ་པ་བཅས་བྱུང་ཆོས་དེ་གཏུག་ཆར་ལ་ཉི་དཔྱད་པ་གཙོ་
ལྷོ་ལ་དང་། དེ་གཏུག་ཆུག་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་མས་གཙོ་ལྷོ་ལ་དཔྱད་པ་མེ་མས་གཙོ་
ལ་དཔྱད་པའི་ཉེར་ནས་ཐོག་མཐུང་བར་གཏུག་ཀྱང་འབྲེལ་མེད་ཡོད་ཀྱང་དེར་
ནལ་ལྟར་ཡོད་པར་འདྲོད་པ་ཉི་ལྷོ་གཙོ་ལྷོ་ལ་འབྲེལ་པའི་དེ་ལྟར་བྱས་
ན་ཀྱང་མཐུང་དེ་གཏུག་པོ་གཞི་ཆའི་ཐོག་ནས་འཁྱིལ་རྟེན་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་འདྲ་པ་
གཏུག་པའི་ལ་དང་། འཁྱིལ་རྟེན་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་
གཏུག་ཀྱང་མ་འདྲུས་པ་ཞིག་ཡོད་མི་ཡོད་པ་དང་། དེ་གཏུག་པས་ཆུན་དགལ་
ལྷོ་ལ་མས་མེ་གཏུག་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་
ལྷོ་ལ་དང་། མི་མེ་ལྷོ་ལ་དང་། འཆོ་གནས་ཀྱི་དཔྱད་པས་འདྲན་ཐོགས་
ལག་ལེན་དཔྱད་ཀྱི་ཐོད་ཀྱང་མཐུག་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་ཉི་མེ་ལྷོ་ལ་
གནད་དོན་གནད་འགག་ཅན་མང་པོ་ཞིག་རྟོགས་ཐུབ། }

ཅེས་དངོས་གཙོ་སྤྲོ་བ་དང་། མེ་མས་གཙོ་སྤྲོ་བ་ལྷོ་གཙོ་སྤྲོ་བ་གཏུག་ཀྱི་མོ་
དོན་བཞག་པ་ནི་འཕྲོད་དཀའ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་གནའ་རབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྟོག་གོ་
སྟེ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་
ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་
ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་
ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་
གཞན་རྟེན་དཀའ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ཚུལ་འདི་ནི་སྤྲོ་བ་ལས་འཁྱིལ་རྟེན་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལ་

འདོད་པ་དང་ཤིན་ཏུ་ཁ་ཐག་ཉེ་ཚུལ་ནི། ཆེ་འདིའི་ཤེས་པ་ཆེ་འདི་ཡི་ལུས་ལ་བརྟེན་
ནས་བྱུང་བ་ལས་རིགས་རྒྱན་སྤྱ་མའི་གསལ་རིག་སོགས་གང་ཡང་སྟོན་དུ་འགྲོ་མི་
དགོས་པ་དང་། ཆེ་འདི་ཡི་ལུས་ཞིག་པ་ན་ཤེས་པ་ཡང་རྒྱན་ཆད་ནས་མེད་པར་
འགྱུར་བ་འདོད་པ་སོགས་རྒྱང་འཕེན་པའི་ལྟ་བུ་དང་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་ཏུ་འགྱུར་བ་
ཡིན་ནོ།།

མ་ཐད་ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་ན་ལུགས་དངོས་གཙོ་སྤྱ་བ་དག་གིས་བཤད་
པའི་དང་པོར་དངོས་པོའི་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དང་། བར་དུ་
དེ་ལ་བརྟེན་ཉེ་གནས་པ་དང་། མཐའ་མ་དངོས་པོའི་ལུས་པ་རྫོགས་པ་ན་བརྒྱགས་
འགྲོ་བའི་སེམས་དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོར་དེ་རིག་གསར་བ་དག་གིས་ཁས་ལེན་པར་
འདོད་དགོས་ལ། དེ་ནི་ཆོན་རིག་པའི་ཞེ་སྤྲུགས་ཀྱི་མཐིལ་ལ་གཟུགས་འདས་ཀྱི་ཤེས་
པའི་ནམ་གཞག་ལ་བལྟ་ཚུལ་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་རྒྱས་མངའ་མེད་པའི་སྟོན་དང་ཁོང་ཅག་
གི་ལྟ་བུ་དང་ཐད་ཀར་རྒྱབ་འགལ་དུ་སོང་ཡོད། དེར་གི་སྐྱབས་སུ་ཤར་ལུབ་ཀྱི་ལྟ་
བུ་སྤྱ་འཐབ་པའི་བར་གསལ་ནས་ཆོན་རིག་པ་འགལ་ཞིག་གིས་དབང་པོའི་བྱེད་
ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་ཤེས་ཙམ་ཞིག་ཁས་ལེན་བྱེད་པའི་བཟོ་ཅུང་ཐད་ཡོད་ཀྱང་།
དེ་ཡང་ཁོང་ཅག་གིས་ནི་དགའ་སྤྲུག་གི་ཆོར་བ་དང་ཁོ་ཆགས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་དང་།
བྱེད་ལས་སོགས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དུས་རྗེས་ཀྱི་འདུ་འབྲེལ་དང་། དབང་ཅའི་མ་
ལག་གི་གཡོ་འགྲུལ། སྤ་སྤང་གིས་འཕུར་བསྐྱོད་སོགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་འབྲེལ་བཤད་
ཡམ་མེ་བ་ཞིག་ལས་རྒྱག་བྱུབ་ཀྱི་མེད་པ་དང་། ལྷག་པར་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཟེར་བ་ནི་
རྟོག་འཇིངས་ཆེ་བའི་དཔྱད་གཞི་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུད་ནས། གཙོ་བོའི་སེམས་དང་། འཁོར་

སེམས་བྱུང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ནས་ཁས་མི་ལེན། དེས་ན་སེམས་དང་
འདུ་ཤེས་མ་གཞི་ནས་ཡོད་པ་མིན་པར་དངོས་པོའི་འཇིག་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་
དུ་བྱུང་བར་འདོད་པའི་གཏན་འདི་ཉིད་འོང་ས་མེད་པས་གོང་དུ་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་པའི་གོ་
དོན་བཞག་པ་དེ་དང་ཚན་རིག་པ་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་དེ་གཉིས་ནི་ནང་འགལ་
གྱི་ཕུང་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ད་ཆར་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཚན་རིག་པ་བ་ཁག་
ཅིག་མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ཡར་ཕྱིན་གྱི་རིག་པའི་དཔལ་བོ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱང་སྟོང་ཆོས་
ལྷན་ཅའི་བཞུར་རྒྱུན་གྱིས་སེམས་བཀུག་ཅིང་། དེ་དག་གི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྦྱངས་
བཅོམ་བྱ་བྱིར་བྱི་ལྡན་མེ་ཏོག་ལ་བྱུང་བ་འཁོར་བ་ལྟར། ལྷ་བ་ནས་ལྷ་བ་དང་། ལོ་ནས་
ལོ་ལ་ངང་གིས་འདུ་བཞིན་འདུག་པས་དེ་དག་གིས་ནི་ནང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་དང་།
ཤེས་པ་བྱི་མ་མཆམས་སྦྱོར་རྩལ་སོགས་ལ་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་བྱུང་དོན་ལ་གཟུགས་
འདས་ཡིད་ཀྱི་གསལ་རིག་དང་། སྤར་ཡང་སྤྱིད་པ་ལ་སྦྱེ་བ་ལེན་པའི་ལྟ་རྩལ་སོགས་
ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་གནས་རྩལ་རབས་དང་རིམ་པ་ནི་ཡོང་གིན་ཡོད་པ་རེད། ཚན་
རིག་མཁས་དབང་ཏ་ཨཾ་ཧྲ་ཏ་ནར་(Howard E. Gardner, ph.D)མཆོག་གིས།
ང་ཆོས་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྟོར་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་ཐུབ་རྩལ་
ཀྱི་བསམ་རྩལ་དེ་ཉིད་རེད། ཡིན་ནའང་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་ནས་རྣམ་ཤེས་
སྟོར་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་ལ་སྤར་མ་གཤམས་པའི་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་གསར་
པ་ཞིག་དགོས་ངེས་ཡིན་ཞིང་། སྤན་གྱི་གོ་རྟོགས་ལྡར་ན་ཚན་རིག་གི་ལམ་ནས་རྣམ་
པར་ཤེས་པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་རྩལ་དེ་མཁས་དབང་རོ་རྩར་མེན་ཝོས་(Roger
Penrose.) ལགས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་གོང་མའི་རྣམ་ཤེས་གསར་མ་(The Emper-

or's New Mind) ཞེས་པའི་དབེ་དེབ་གསར་པ་དེའི་ནང་ནི་ལྷར་འགྲེལ་བ་འདྲ་བུས་
བ་ལྷར་རེད་འདུག་སྟེ། ཞེས་མ་འོངས་པར་ཚན་རིག་པས་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོར་འགྲེལ་
བ་འདྲ་བུ་པའི་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་གསར་གཏོང་གི་སྒྲེང་
ནས་ཐབས་ལམ་འཛོལ་དགོས་པར་བཤད་ཡོད། གཞན་སྤར་གྱི་དབྱུང་བ་ལ་ལྷ་
ཚུགས་ཅན་གྱི་རིག་གསར་པ་ཁག་ཅིག་གིས་ནི་གལ་ཏེ་ཤེས་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་
ཀྱང་། གཞུགས་འདས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གསལ་རིག་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པར་
མ་ཟད་མིག་གིས་རིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། པར་ཆས་ཀྱི་ཁ་ནས་པར་ལེན་སྟབས་དགོས་
པར་བསྟན་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། སྤར་ཅོམ་ལ་ཚན་རིག་པ་ཁག་ཤིག་གིས་དགའ་སྟོན་གྱི་
ཁོ་ཆགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་ཆས་སམ་སྒྲུབ་ཅའི་སྤྱུང་འགྲུལ་སྒྲོད་བྱེད་པའི་སྐབས་
སུ་རྩལ་སྟན་འགའ་ཞིག་པར་སྒྲངས་ནས་ཁོང་ཅག་གིས་ཤེས་པ་པར་སྒྲངས་ཡོད་
ཅེས་ནང་ཆོས་དང་ཚན་རིག་དབྱུང་བསྐྱར་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་པར་དེ་དག་མིག་ལམ་
དུ་བསྟན་ནས་ཏ་ལས་ལས་བྱས་རབས།

༼ ༡༣ ༽ སྐབས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཁོད་ཀྱི་མཚན་
ཉིད་རིག་པའི་མ་ལག་དང་། འཛིག་རྟེན་རྟ་རྒྱལ་འདི་ཡང་བྱུང་མཐའ་དེ་
གསུམ་གར་བྱང་ལས་མ་འདས་པས་གར་ཡིན་དུབྱེད་ན། དེར་བྱས་ཀྱི་རང་
འཛི་མཐའ་པའི་ཁོད་ནས་མཐའ་ཆེན་དམ་པ་འཛིག་པས་མེད་ལུན་ཆོས་སུ་
འབྱུང་གནས་མཚོག་དང་། འབྱི་བྱང་གི་མཐའ་པ་དཀོན་མཚོག་རྒྱ་མཚོ་
མོག་པའི་ཉི། ནང་བཟུན་ཤེས་རིག་འདི་ཡང་དག་པའི་དཔོན་གཙོ་ཆེན་
ལྷུང་ལྷུང་ཡིན་ཏེ། འདི་ནས་གར་གསུངས་དཔོན་ཡོད་ཀྱི་གནས་རྒྱལ་ལ་
ཁོད་ལུག་འདུག་པའི་ལྱིར་ཞེས་གསུངས་འདུག་ཞེ། དཔོན་གཙོ་ཆེན་ལྷུང་ལྷུང་
པའི་དོན་གཞི་ནས་མ་དཀོངས་པར་ཟད་ལ། གར་གསུངས་དཔོན་ཡོད་དང་།

ནི་དངོས་ཡོད་རིང་ལུགས་སམ་ཡང་ན་བདེན་པར་སྒྲ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་དགོས་
ངེས་ནའང་། དངོས་གཙོ་སྒྲ་བ་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་འདི་ཉིད་ཏུ་བསྒྱུར་བ་ཡིན་པ་འདྲ།
དེ་ལྟར་ན་དངོས་གཙོ་སྒྲ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ཤོད་སྐྱད་ཏུ་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་གསུམ་
ཅམ་ལ་གོ་འགོ་གི་འདུག དང་པོ་ལྟར་ན། དབྱིན་ཡིག་གི་(Realism)ལྟར་ལོ་ངོ་སྟོང་
ཕྱག་ཏུ་མའི་སྟོན་ནས་དར་བའི་རྒྱབ་སྟོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཉིད་པ་འདི་ལ་གོ་འགོ་བ་ཡིན།
དེ་ནི་གཟུགས་དང་སེམས་གཉིས་ལས་གཟུགས་དང་པོ་བྱུང་བའི་སེམས་བྱིས་སུ་
བྱུང་བར་འདོད་པའི་རིང་ལུགས་ཞིག་དང་། བཤད་སྟངས་གཞན་ཞིག་གི་དབང་ཏུ་
བྱས་ན་སྟོང་བཅུད་གཉིས་ལས་སྟོང་སྟོན་ཏུ་བྱུང་བའི་བཅུད་བྱིས་སུ་བྱུང་བར་འདོད་
པའི་ལྟ་བུ་ཉིད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ལྟ་བུ་འདི་ཉིད་དང་། དེང་ཏུས་ཆོན་རིག་པ་
དང་མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བའི་ཆ་ནས་འཛིག་རྟེན་ལྟ་བུ་ལ་དང་
བྱུང་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྟེ་ཆོན་ཆོན་པོ་གཉིས་སུ་བྱེས་ནས་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་
རིམ་གྱི་ཆ་ནས་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་ཏུ་མའི་བར་ཁྱད་ཡོད་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་ལྟ་བུ་ལ་གྱི་
ཆ་ནས་ཆོན་རིག་པ་འཕམ་རིག་གསར་བས་སེམས་སམ་རྣམ་ཤེས་ཁས་ལེན་གྱིན་མེད་
པར་གོང་འོག་ཀྱན་ཏུ་ཞིབ་ཅིང་སྤྱོད་བར་བཤད་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན། མ་ཟད་ཆོན་རིག་པ་
ལ་དམིགས་བསལ་ལྟ་བུ་འདི་ཡིན་ཟེར་བ་ཡོད་ཆོད་མི་འདུག་ཅིང་། ཆོན་རིག་པས་
འཛིག་རྟེན་ལྟ་བུ་ལ་ནི་ཡང་ཡང་ཆོད་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་དང་། ཐབས་འབྲུལ་དམིགས་བསལ་
བ་བཀོལ་ནས་གནས་ལུགས་ལ་ལྟ་བུ། ཆེ་ཤེས་སྤྱོད་མཐོང་རྒྱས་ལྟན་བཀོལ་ནས་སྒྲིག་
སྒྱུར་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱན་ལ་མཐུན་སྟངས་ཏུ་དཔེ་ཡི་སྟོན་སྟོན་ཐབས་
བྱེད་ཆུ་ལ་ལ་འབད་བས་རྒྱབ་སྟོགས་དངོས་གཙོ་སྒྲ་བའི་ལྟ་བུ་ལ་ཁྱད་སྤྱོད་སྟེ་

གཏུགས་དགོས་དོན་གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པ་རྣམས་ཀྱང་བྱམ་ལུགས་དངོས་གཙོ་སྤྲོ་བ་
དང་བྱང་སྤངས། ལྷ་བྱལ། སྤྱོད་པ་སོགས་ཆ་དུ་མའི་སྒོ་ནས་ཆེས་མི་འབྲ་ཞིང་པན་
ཚུན་རྒྱལ་འགལ་དུ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན། བྱང་སྤངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྤོན་པ་ལྷ་ཀྱ་
སེང་གོས་སྒོ་ག་ཆགས་སྒོ་ག་སྤར་ཚུན་ཆད་ལ་འཆེ་བ་མེད་པས་སྤང་བའི་དུང་། ཆོས་
ཐམས་ཅད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་གི་རྒྱུ་བཟུང་། སྤོད་བཅུད་མཐའ་དག་བདག་མེད་
པར་གཏན་ལ་པལ་ནས་འཛིག་རྟེན་ལྷ་ཚུལ་ངོ་མཆར་བ་ཞིག་དང་། ལྷ་བྱལ་རང་རྒྱུ་
ཚུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་རིང་ལུགས་འདི་དར་བ་ལ་བྱམ་ལུགས་དངོས་གཙོ་བ་དང་
བྱང་ཚུལ་ཡང་བསྟོས་མེད། མ་ཟད་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་དངོས་གཙོ་བས་
གཟུགས་སེམས་གཉིས་གང་ཞིག་གང་གིས་ཉེར་ལེན་བྱེད་པར་འདོད་པ་ལྟར་བྱས་ན་
ནང་པའི་བྱམ་མཐའ་བཞི་པོ་གང་གི་ཡང་གཟུགས་སེམས་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་
ལ་ཉེར་ལེན་བྱེད་པ་ཞིག་མི་འདོད་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཆེ་ཆུང་ཚོད་སྤོང་བའི་བསྐྱུས་བྲལ་བ་
ཡན་ཆད་ཀྱི་ཡིད་ལ་གསལ་ཐིང་ངེར་ཡོད།

གཉིས་པ་ལྟར་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་དང་མཐུན་པའི་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་
སྤངས་དང་། འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་འཛིག་
རྟེན་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་ལ་དངོས་གཙོ་སྤྲོ་བ་ཞེས་གོ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་གནའ་པོའི་རིག་
གཞུང་རྟེང་པ་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པ་པའི་བྱམ་མཐའ་སྤྲོ་བ་བཞི་ལས་མཛད་སེམས་བྱེ་སྤྲོ་
གསུམ་གྱི་གཞུང་ལུགས་དག་ནས་བཤད་པ་ལ་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་དང་མཐུན་
མི་མཐུན་ཅི་རིགས་ཡོད་ཅིང་། བྱམ་མཐའི་མཐར་ཐུག་དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བ་ནི་མཐར་

ཐུག་པའི་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་བཅས། ལྷན་མེད་པའི་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་ཞེས་འདྲི་ཆོག་སྟེ།
འདི་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སངས་རྒྱུ་པའི་ལྷ་བ་ཉེན་འབྱུང་གི་སྐོར་སོགས་ཀྱི་
གཏིང་ཟབ་པའི་རིགས་པ་དག་ནི། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབས་
པ་ལ་གནས་ལུགས་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་བྱར་སྤྱོད་ཅེས་ཡང་མེད་པར་ཤེས་བྱ་ལུ་
ཀྱི་གནས་ལུགས་སྤྱོད་པའི་གཉིས་ཀ་དང་ཐོད་ཐུག་ནས་ཡོད། དེ་བཞིན་ལུགས་དམ་
པ་འདི་ཡིས་རྣམ་གཞག་གང་བཞག་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་བྱེད་དང་སྦྱོར་བཞིན་ཅི་
ཞིག་བྱས་ཀྱང་བཀྲལ་ལན་དང་གྲུ་བཤངས་སྤྱོད་པའི་གཏོང་སྤྱོད་ལྷན་ཡོད། འདི་ཡི་
སྐབས་སུ་གནས་ལུགས་ཞེས་བཞིན་དུས་གཞུང་ལུགས་ཆེན་མོ་དག་ནས་དགག་བྱ་
བཀག་པའི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ལ་གནས་ལུགས་སུ་གསུངས་པ་ཁོན་ལ་གོ་
རྒྱུ་མ་ཡིན་པར། མེ་ལྷེ་བྱེད་དུ་འབར་བ་དང་། ལྷ་ལོ་བྱར་དུ་བཞུར་བ་ཡན་ཆད་གནས་
ལུགས་དང་མ་ཐུན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྷ་བྱུ་ལ་གོ་དགོས།
མ་ཟད་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་ལེན་པ་ན་རང་སྐྱེ་བྱུ་པའི་སེམས་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་འདོད་
དགོས་པའི་གནས་ལུགས་མེད་པས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་ལེན་པའི་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་བ་ཡོད་
ན། རང་སྐྱེ་བྱུ་པའི་སེམས་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ཁས་ལེན་པའི་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་བ་ཡོད་
དགོས་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་ལ་ངོ་མཆར་སྐྱེ་བའི་གནས་ཤིག་ཅི་ལ་ཡོད།
དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དང་མ་ཐུན་པའི་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་
མི་ལེན་པ་དགོས་པར་འདོད་པ་ནི་སྐྱེ་བྱེད་ཉིལ་འབྱུ་ཅེས་ཡང་མེད་དོ། མ་ཟད་ཉི་
དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་ཆོན་རིག་པའི་བྱུ་བ་དོན་དང་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་
དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དང་ཐོད་ཐུག་ནས་ཡོད་པས་དངོས་གཙོ་སྤྱོད་པའི་ལུགས་སུ་

སྤྱི་ཚུགས་ཡིན།

གསུམ་པ་ལྟར་ན། ཉན་པའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་དངོས་པོ་བདེན་པར་སྤྱི་བའི་ལྟ་བུ་བ་ཅན་སེམས་ཅམ་པ་མན་ཆད་ཀྱི་ཉན་པའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་བ་རྣམས་ལ་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བ་ཞེས་སྤྱི་བ་བཞིན་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་དངོས་སྤྱི་བ་ཞེས་མིང་ཅམ་གཞི་མཐུན་དུ་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་དམིགས་འདུག་པ་ལས་དོན་གྱི་འབབ་ས་ནི་པན་ཚུན་ཆེས་རྒྱང་རིང་ཞིག་ཡིན་པར་ངེས། དེས་ན་རྒྱབ་ལུགས་ཀྱི་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བ་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་སྤྱི་བའི་དངོས་གཙོ་སྤྱི་བ། ཉན་པའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་སྤྱི་བའི་དངོས་སྤྱི་བ་དང་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། འདི་དག་པན་ཚུན་མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱི་དུས་ནམ་ཡང་གནས་ལུགས་རྟོགས་རྒྱ་མེད་ཅིང་། ཉེ་དུས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་དུང་དཀར་དང་། ཨ་ལགས་དོར་ཞི། མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷོ་ཤོས། ལྷ་བས་ཀྱི་ཤོགས་པོ་ཆེ་སྤྱི་གཙོ་སྤྱི་བའི་རིགས་པ་སྤྱི་བ་པལ་མོ་ཆེར་རྣམ་གཞག་འདི་དག་པན་ཚུན་འཛིངས་ནས་སྤྱི་བའི་མ་ཕྱེད་པར་ཉོབ་བཤད་མང་པོ་ཕྱེད་བཞིན་ཡོད་པར་མཐོང་ངོ།།

སེམས་གཙོ་སྤྱི་བའི་རིང་ལུགས་ཞེས་པའང་རྒྱབ་ཀྱི་མིང་ཆིག་(Idealism) འདི་ཉིད་ལས་མཆེད་པ་ཡིན་ཞིང་། (Idealism) སེམས་གཙོ་སྤྱི་བ་ཞེས་པ་འདི་ལའང་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་མིན་ནའང་། གཙོ་བོ་ནི་སེམས་གཙོ་སྤྱི་བ་ཞེས་པའི་རྒྱབ་ཤོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་འདི་ནི་གཟུགས་སེམས་གཉིས་ལས་སེམས་སྡོན་དུ་བྱུང་པར་འདོད་པའི་ལྟ་བུ་བ་ཅིག་གམ། ཡང་ན་ཕྱི་ནང་གི་སྡོད་བཅུད་མཐའ་དག་འདིག་རྟེན་བཞོན་པ་པོའི་སྒོ་ཡི་གཡོ་བ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སྡོན་ནས་བསྐྱུན་པར་འདོད་པའི་ལྟ་བུ་བ་

ཅིག་ལ་གོ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ནང་བ་སངས་རྒྱུ་པའི་བྱུང་མཐའ་གང་ཡང་འདིའི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའམ་འདི་དང་ཕྱོགས་མ་ཐུན་ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་། སེམས་ཅམ་
པས་སྣོད་བཅུད་མཐའ་དག་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་བྱུང་བར་འདོད་ཀྱང་། འཇིག་
རྟེན་བཞོད་པ་པོ་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་། སྣོད་བཅུད་མཐའ་དག་ལས་འབྲས་ཀྱི་དབང་གིས་
བྱུང་བར་འདོད་པས་རྩ་བའི་ཆ་ནས་ལྟ་བུའདི་གཉིས་འགལ་བ་ལྟག་སྣོད་དུ་ཡོད་པ་
ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དབྱ་མ་ཐམ་འགྱུར་པས་འཁོར་འདས་སྣོད་བཅུད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་
ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་དབང་གིས་སེམས་
གཙུག་སྤྱི་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་འདོད་པ་འགལ་ཞིག་ཡོད་འདུག་ཀྱང་། བོད་དུ་
བཤད་པ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་བཞོད་པ་པོ་ཁས་ལེན་མི་ལེན་གྱི་དབང་གིས་འདི་གཉིས་
ཀྱི་བྱུང་བར་ཐད་དེ་ཤོར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་སེམས་གཙུག་སྤྱི་པའི་ལྟ་བུའདི་དང་།
ནང་པའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་བ་རྣམས་དང་ནམ་ཡང་གཞི་མ་ཐུན་མེད་པ་ཤེས་པར་བྱོས་
ཤིག།

རྒྱ་གཉིས་སྤྱི་བ་ཞེས་པ་ཡང་མིང་ཆིག་(Dualism)འདི་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་།
རྒྱ་གཉིས་ཞེས་པའི་དོན་གཟུགས་སེམས་གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་པ་ལས་ནམ་
ཡང་འབྲལ་དུ་མེད་པར་འདོད་པའི་རིང་ལུགས་ཤིག་ལ་འདོད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་
དངོས་གཙུག་སྤྱི་བ་དང་སེམས་གཙུག་སྤྱི་པའི་ལྟ་བུའདི་མ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད།
འདིའང་བྱུང་རིམ་དང་། ལྟ་བུའདི་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་རིག་གསར་བ་དང་། ནང་པའི་
བྱུང་མཐའ་གང་ཡང་འདིའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིག་གསར་པས་ནི་དང་
པོ་གས་འཛོར་ཆེན་པོ་དང་དེ་རྗེས་སློབ་ཆགས་རྣམས་བྱུང་བར་འདོད་པས་གཟུགས་

སེམས་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་མི་བཤད་ཅིང། སངས་རྒྱས་པས་ཀྱང་
གཟུགས་མེད་ན་སེམས་ཡོད་པར་སྒྲི་ཡང་གཟུགས་ཡོད་པར་མི་འདོད་པས་
གཟུགས་སེམས་གཉིས་འབྲལ་མེད་ཡིན་པར་མི་འདོད་དོ། །

དེས་ན་རྒྱབ་ཕྱོགས་གྱི་ལྷ་བྱུང་སྟེང་བ་འདི་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འཛིག་རྟེན་ལྷ་ཚུ་ལ་
ཡོངས་རྫོགས་འདུས་དགོས་ཟེར་ཞིང་། ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱི་ལྷ་གསུམ་འདི་ཉིད་
ཀྱང་འདི་གསུམ་གང་དུང་ཞིག་གི་ཁོངས་སུ་ཅིས་ཀྱང་ཚུད་དགོས་ཟེར་བ་ཡང་ལྷ་
ཚུ་གསུམ་གྱི་སྐད་ཆ་མ་གཏོགས་དོན་ངོ་མའི་ཐོག་ནས་བསམ་ན་ཁ་ནང་ཁྱ་ཚུར་ལྷ་བྱ་
ཡིན་པར་ར་འཕྲོད་བ་ཡིན་གོ། །

༼ ༡༩ ༽ །སེམས་ཅན་ཞེས་པའི་ཅན་ལྟ་དེའི་རྩ་བའི་གོ་དོན་རྒྱུ་ཡང་
བསམ་ན་ཡང་མོད་འདིར་འབྲེལ་བ་ཤད་ཀྱིས་ཉེར་ཆད་དེ་མི་འབྲེལ་བ་
གསུམ་ཡོད། གཙང་ཆོས་འཁོར་ཤར་བ་ཤེས་ཤིན་པས། རྩེ་མེར་མེགས་ཕྱི་
ལྷ་ལྱི་ལྷ་འབྲེལ་བ་ཐམས་ཅད་ནང་གི་སེམས་ཉིད་དངོས་ཡིན་པར་འདོད་ལ།
དུགས་ཉིད་གི་ཐམས་པ་པལ་མོ་ཆེས་འདོད་རྩེལ་དེ་ཉིད་འཐད་པར་ཆེ། ར་
ནག་གི་ཐམས་པ་མོ་རམས་པས། སེམས་ཉིད་གཅིག་ལྷ་མ་གཏོགས་རྩེ་མེར་
མེགས་དོན་ལྷ་འབྲེལ་བ་དཔྱད་ན་གཏན་མེད་ཀྱང་འདོད་ལ། མ་ལྷགས་
འཛིན་པ་པལ་མོ་ཆེ་དེའི་རྩེས་སུ་འབྲུང་བར་ཁྱེད། རྩེ་པལ་ལྷ་མ་གཏོགས་
པའི་དགོ་ཕྱོགས་ཀྱན་ཞལ་གཅིག་ལྷ་གིས། གཟུགས་སེམས་གཉིས་པ་རྩེ་པ་
གཅིག་ལ་རྩེ་ག་ཐད་དང་པའི་དོན་ཀྱང་སྒྲ། དེ་ལྟར་གསུམ་པས་ཁྱེད་ཅག་
དགོ་རྩེ་པའི་ལྷ་པ་མཐའ་རྩེར་དགོས་པས། གཟུགས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་པར་
ན་གཙོ་པལ་དང་ཡང་རིམ་ཅི་ཞིག་པའི་རྩེ་འབྲུག་པས་མ་རྩེ་ཐོངས་ཤིག་
།སེམས་ཅན་ཞེས་པའི་ཆེན་ཅན་ལ་རེ་ནས་རྩེད་དགོས་པ་ཁྱེད་ཅག་ཐམས་

པའི་བྲལ་དུ་འཆང་ཀ་རྒྱག་པ་འདི་ནི་མ་ལེགས་པ་ཞིག་གོ།

ཞེས་བཤད་པ་ལས་ས་བཀའ་རྙིང་གི་བཞེད་ཚུལ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་མིན་ཁ་
ཚོན་བཅད་ནས་བཤད་པར་མི་སྒྲོབས་པས་ཚོས་བརྒྱད་སོ་སོའི་མཁས་དབང་དག་
གིས་མཉམ་འདྲིལ་མཛད་རྒྱ་ལས་གཞན་མེད་ཀྱང་། རི་བོ་དགེ་ལུགས་པས་སེམས་
ཅམ་ཞེས་པའི་ཅམ་སྤྱེད་འི་གོ་དོན་ལ་གཟུགས་སེམས་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་ལ་རང་
ལྷོག་ཐ་དད་པའི་དོན་དུ་སྤྱོད་ཅེར་བ་ནི། དགེ་ལུགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད་
པའི་གཏམ་ཞིག་ལས། འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་གསུང་རབ་གང་
དུ་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས་མེད་པ་ཅམ་མ་ཟད། རྗེས་འཇུག་གི་བྱ་སྒྲོབ་ནམ་མཁའི་སྐར་
ཚོགས་ལྟར་བཟུང་བ་དག་གི་གསུང་ནའང་ཡོད་རེ་སྐྱེ། མདོ་ལས། ཁམས་གསུམ་པོ་
འདི་ནི་སེམས་ཅམ་མོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སེམས་ཅམ་པས་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་རྣམས་
གཙོད་ལ་གཟུགས་སྤྱོད་སོགས་རང་ཉིད་བྱུང་པ་ལ་ནང་ཤེས་པ་ལ་མ་བཟོས་པར་བྱ་
རོལ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་པར་གཙོད་པ་དང་། ཡོངས་གཙོད་ལ་གཟུགས་སོགས་
ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ནང་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་བྱུང་པའམ་ཤེས་པའི་སྤང་ཆ་ཅམ་དུ་
བྱུང་པ་ནི་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་བྱུང་པར་འདོད། འདི་ནི་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པས་སེམས་ཅམ་
པའི་ལུགས་ཀྱི་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་གཙོད་ཚུལ་དང་། གོ་དོན་དཔྱིས་བྱིན་པའི་བཤད་ཚུལ་
ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཁས་སྐྱོངས་པ་གཞུང་ལུགས་དང་མི་འགལ་ཞིང་སེམས་ཅམ་པའི་
ལྟ་བུ་དང་ཐད་ཀར་ཐོད་ཐུག་ནས་ཡོད། ཚོས་བརྒྱད་གཞན་གྱི་མཁས་དབང་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་གོང་གི་མདོ་དེ་རྩ་བའི་བཤད་བྱ་ཡིན་པར་བཞེད་པས་དེ་ལས་ཉེ་བག་ཆེ་
པའི་འགྲེལ་ཚུལ་གཞན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་མི་མཛོན་པས་ད་རེས་ཀྱང་། ཉན་ཉན་དགེ་

ལྷགས་པ་ལ་གཤོགས་པའི་ལྷ་མོ་དེ་དང་ལྷོད་ཆོད་མཉམ་པ་དེ་ཆོས་བརྒྱད་གཞན་
རྣམས་ལའང་བསྐྱོན་ཡོད་པར་དེས།

༼ ༣༥ ༽ རྒྱལ་མཁའ་གཞན་གཟུམ་དང་དགེ་རྒྱན་པའི་འདྲོད་ལྷགས་ཀྱི་
མེམས་ཆམ་པ་དང་བཅས་པ་ནི། བཅད་ཆོད་ཆམ་གྱི་དབང་འབྲུག་ན་རྒྱ་
གཉིས་རྒྱ་པའི་ལྷགས་ཡིན་ཏེ། ལེམ་པོ་ཕྱིས་པའི་ཉིད་འབྲུག་དང་། ཕྱིས་པ་
ལེམ་པོའི་ཉིད་འབྲུག་གང་ཡང་མི་འདྲོད་པར་ལེམ་ཕྱིས་གཉིས་གཞིག་མེད་
ནས་ད་རྒྱའི་བར་འབྲུག་གི་ནས་འོང་བར་བཅད་པར་སོ། །སོར་ཆོད་པ་ནི་
རྒྱུ་མེམས་གཙོ་རྒྱ་པ་དང་། རྒྱ་པ་དང་འཁྲིག་ཉིན་གསུམ་གཤོད་རྒྱ་པའི་
ལྷགས་རྒྱ་སོར་ཡོད་དེ། ལེམ་ཕྱིས་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཁ་འབྲུག་ཐབས་མེད་པའི་
འབྲུག་པ་ཞིག་མཆོད་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་གཉིས་རྒྱ་པར་ནི་དེའི་སྐྱེ་ལ་འབྲུག་
བཅད་ཆོད་ཟུང་ཀྱང་ཀྱང་ལྷོད་ཆོད་ལྷགས་ལྷགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
ཁ་གསལ་བརྒྱལ་ཉི་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུག་པ་ལ་གསལ་བཅད་ལྷགས་ཡོད། ལས་
འབྲུག་གི་རྒྱ་པ་མེམས་ལ་ལྷག་པའི་དབང་གིས་མེམས་གཙོ་པར་སོར་ཞིང་།
ལས་འབྲུག་གི་འབྲུག་པ་རྒྱལ་བ་ཉིན་ལྷགས་དང་། རྒྱ་རྒྱུད་ཆམ་ལས་ཤིགས་པའི་
ལས་ནས་བརྒྱད་མ་ལྷག་པའི་དབང་གིས་འཁྲིག་ཉིན་གསུམ་གཤོད་རྒྱ་པར་
སོར་པ་ཤིང་། འཁྲིག་ཉིན་བཞོད་པ་པོ་ཆེ་གཟིན་ལ་ཁམས་མ་ཐོངས་ཀྱང་། ལས་
འབྲུག་གི་ལྷགས་ནས་འཁྲིག་ཉིན་བཞོད་པ་པོའི་ལས་དང་ལྷགས་སྐྱེ་ལ་མང་
པོ་དང་ལྷགས་རྒྱ་སོར་འོང་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་པ་བཅད་ཆེན་པོ་རྒྱུ་པ་
གསལ་མ་ཁན་ཆོ་ཕྱི་ཆུ་རྒྱུ་ཞིག་གིས་མ་འོག་འབྲུག་ཉིན་ཉིས་ཆ་ད་
གཙོད་འོང་པ་དང་། དགེ་པ་རྒྱུ་མ་ཁན་ཆོ་ནས་མ་ཁའི་དབྱིངས་རྒྱ་འབྲུག་
མེད་རྒྱུ་ལྷག་གི་འཆོ་པ་པོ་ལ་སོགས་མིང་ལས་འབྲུག་རྒྱ་བཟུངས་
ཀྱང་དེས་ཀྱང་འོང་བཞོད་རྒྱུ་ལས་འབྲུག་མེད་པ་དེ་འབྲུག་པ་པོ་ཡོད་པ་
ཤིང་། དེའི་ནས་རྒྱུ་ཀྱི་འཁྲིག་ཉིན་འཁྲིག་པའི་སྐབས་རྒྱ་འཁྲིག་རྒྱུ་དང་ཉིང་།

ནས་ཆང་མི་དགོས་པར་འདྲིལ་པའི་དྲུག་ལ་སྒྲིབ་དྲུག་འདྲིལ་བྱེད་ཀྱི་ཉི་མ་
བྱུག་རང་གར་གཞན་ཞིག་ནས་ཐོན་འོང་བ་ལྟ་བུ་རེད། ་།

ཅེས་བྲུབ་མཐའ་གཞན་གསུམ་དང་སེམས་ཅམ་བ་བཤད་ཆོད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་
ན་རྒྱ་གཉིས་སྤྲོ་བ་དང་། སོང་ཆོད་ལ་སྦྱར་སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བ་དང་བྱུང་བར་འདྲིལ་ཏེན་
གསར་གཏོད་སྤྲོ་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་བྲུབ་མཐའ་བཞི་ཆར་བཤད་ཆོད་ལ་རྒྱ་གཉིས་སྤྲོ་
བ་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་གཉིས་སྤྲོ་བ་དངོས་སེམས་འདྲེས་པའི་རིང་ལུགས་སྤྲོ་བ་ཞིག་
ཡིན་པ་འདི་སློལ་མ་ངེས་པས་ལན་པར་ཟད་དོ། ། སོང་ཆོད་ལ་སེམས་གཙོ་བ་སོང་
ཟེར་བ་ཡང་སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བ་འདྲིལ་ཏེན་བཀོད་པ་སོ་དང་ལྟ་སྤྲང་ལ་གཞི་བཅོལ་བའི་
སྤྲང་ནས་ལྟ་བུ་གཏན་ལ་འབབས་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་འདི་མ་ངེས་པའི་སློན་ཞིག་
འདུག་གོ། སོང་ཆོད་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཅ་བ་སེམས་ལ་ཐུག་པས་སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བ་
དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་འཐད་པ་རྟོག་བཏགས་དང་ལྟ་སྤྲང་ལ་གཏུགས་པས་འདྲིལ་ཏེན་
གསར་གཏོད་སྤྲོ་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ཡང་དབྱུང་མི་བཟོད་པའི་གཏམ་སྟེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་
ཅ་བ་སེམས་ལ་ཐུག་ནའང་། སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བ་འགྱུར་དགོས་པའི་དོན་མེད་དེ།
སེམས་གཙོ་སྤྲོ་བའི་རྒྱབ་སྡོངས་ན་འདྲིལ་ཏེན་བཀོད་པ་སོ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་གོང་དུ་
བཤད་པ་དེའི་ཕྱིར། མཁས་དབང་ཡིག་ཉི་པོས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་
ཡིད་ལས་བྱུང་བར་བཤད་པ་དང་། དེང་སྐབས་སེམས་གཙོ་ཞེས་པ་གཉིས་གཏན་
ནས་མི་འབྲ། ཞེས་བཤད་པ་ཡང་དེང་གི་སེམས་གཙོ་བའི་འདོད་པ་ནལ་མ་གོ་བའི་
གཏམ་དུ་སྤྲོད་རོ།

གལ་ཏེ་ལས་འབྲས་རང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་སེམས་སམ་ཤེས་པ་ལ་རག་ལས་

བས་སེམས་གཙོ་སྤྱོད་བ་བརྗོད་བ་དང་། ལས་འབྲས་རང་ཉིད་འཛིག་བྱེད་ཤེས་བ་ལ་
རག་ལས་བས་སེམས་གཙོ་སྤྱོད་བ་བརྗོད་བ་གང་ཡིན་ཡང་ཁྱོད་གྱིས་འདོད་པའི་
སེམས་གཙོ་སྤྱོད་བ་དག་གི་འདོད་བ་དང་མི་མ་ཐུན་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་ལས་འབྲས་ཀྱི་
རྩ་བ་སེམས་ལ་ཐུག་ཚུལ་ཞིག་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་འཛིག་དཀའ་བས་སོ།།
སེམས་ཙམ་བས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྟོག་བཏགས་ལ་གཏུགས་ཟེར་བ་ཡང་
བརྟག་དགོས་ཏེ། སེམས་ཙམ་བས་ལས་དང་འབྲས་བྱ་འདི་དག་མཚན་ཉིད་གསུམ་
ཀྱི་ནང་ནས་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་སྤྱེས་པའི་གཞན་དབང་དུ་འདོད་པ་ལས་རྟོག་བས་
བཏགས་ཙམ་ཀྱི་ཀུན་བརྟགས་སུ་མི་འདོད་པས། ལྷགས་འདིས་ལས་འབྲས་རྟོག་
བས་བཏགས་ཙམ་དུ་འདོད་ཅེས་བ་ནི་སེམས་ཙམ་པའི་མཚན་ཉིད་གསུམ་ཀྱི་འཛིག་
ཚུལ་ལ་སློལ་འབྲུག་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུར་བའི་སྒྲིབ་དུ་སྤྱང་ངོ།།

ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཁས་སྒྲངས་བ་ལས་འཛིག་རྟོག་བཀོད་བ་པོ་འདོད་
པའི་ལས་དང་ལྷགས་སློལ་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་འབྲུག་ཅེས་ཟེར་བའང་རིགས་བས་
བརྟགས་ན་ཁྱེད་མི་འཁྱོལ་བའི་གཏམ་དུ་སྤྱང་སྟེ། འཛིག་རྟོག་བཀོད་བ་པོ་འདོད་པའི་
ལྷགས་ཀྱིས་རྟོག་བ་རང་བྱུང་གི་སྤྱེས་བྱ་གཅིག་གི་བྱེད་རུས་ཀྱིས་འཛིག་རྟོག་ཀྱི་སྒྲོད་
བརྟུང་དར་རྒྱུད་ཆ་ཆང་བསྐྱུན་བར་འདོད་པ་ཡིན། ལས་འབྲས་སྤྱོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་
ལས་སྤྱོད་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་སྤྱོད་ཆོགས་འབྲུང་བ་ལས་ལས་གཅིག་གིས་
འཛིག་རྟོག་ཀྱི་གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བྱུང་བར་ཁས་མི་ལེན་བ་དང་།
འཛིག་རྟོག་བཀོད་བ་པོ་འདོད་པ་དག་གིས་བྱ་ཡི་བཀོད་བ་པོ་གཞན་ཞིག་གིས་བྱེད་
ལས་དང་། སློལ་གཡོ་འབྲུལ་ཀྱི་དབང་གིས་གང་ཟག་གཞན་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་སོགས་

བཟོས་པར་འདོད་ལ། ལས་འབྲས་སྤྱོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་
ལས་བཟང་ངན་གྱི་དབང་གིས་དེའི་འབྲས་བྱར་གང་ཟག་རང་ལ་སྦྱིད་སྤྱུག་གི་ཆོར་
འདུ་འབྱུང་བར་འདོད། འཛིག་རྟེན་བཞོད་པ་པོ་འདོད་པ་དག་གིས་གང་ཟག་གཞན་
དཞོན་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བའི་དུས་མེད་པར་འདོད་པ་དང་། ལས་འབྲས་སྤྱོད་བ་རྣམས་
ཀྱིས་དཀའ་ཆོག་ལ་གདོང་ལེན་སྟབས་ན་རང་ཉིད་དཞོན་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡོད་
པར་འདོད་པ་སོགས་མི་མ་སྟན་པའི་ཆ་བཟང་གིས་མི་ལང་བར་ཡོད་པ་ལས་དེ་
གཉིས་ཆ་མཚུངས་ཀྱི་གནས་མེད་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱང་དེ་ཡི་
གཤམ་དུ་ཚུད་འགྲོ་བའི་གནད་གཅིག་གང་ནས་རྟེན། མ་ཟད་སྤྱི་བ་པ་གསོག་མཁན་ཆོ་
ལེ་ཆར་རྗེས་སུ་ཞིག་གིས་ས་འོག་ཏུ་བྲིད་ནས་ཉེས་ཆད་གཅོད་འོང་བ་དང་། དགེ་བ་
སྤྱོད་མཁན་ཆོ་ནས་མཁའ་དཔྱིངས་སུ་འབད་མེད་སྟན་བྱུང་གི་འཆོ་བ་རོལ་ཆོག་པར་
འདོད་ཅེས་བ་ཡང་། དཔུལ་སྤྱིང་སོགས་སྤྱིང་སྤྱང་མང་དུ་བསྐྲགས་པའི་བག་ཆགས་
ལྟོག་ལས། དཔུལ་བར་སྦྱེ་བའི་ལས་ངན་བསགས་པ་རྣམས་ཀྱང་། སུ་ཞིག་གིས་སྒྲེ་
ལ་ཐག་བ་བསྒྲོན་ནས་ས་འོག་ཏུ་བྲིད་ནས་བྲིམས་ཆད་གཅོད་འོང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་
འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། སྤྱི་བ་སེམས་ཡིན་པར་སྟབས་པས་གསུངས། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལས་ངན་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་དབང་གིས་སྤང་བ་ཙམ་ཡིན་པར་མདོ་
རྒྱུད་ཆད་ལྷན་དུ་མ་ནས་འབྱུང་ངོ་། ལས་བཟང་བསགས་པ་དག་ལྟ་ལུལ་དུ་འབད་
མེད་སྟན་བྱུང་གི་འཆོ་བ་རོལ་ཆོག་པར་འདོད་ཅེས་བ་ཡང་གོང་དུ་མཛོན་པའི་སྐབས་
སུ་རོལ་ཙམ་བཤད་པ་དེ་ཉིད་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱན་ལ་མ་སྟན་ཤེས་
པར་བྱེད་དགོས། སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འཛིག་གྱིད་ལ་སྦྱོར་དུ་ཉི་མ་བདུན་ཤར་ཡོང་།

བར་བཤད་པ་ལ་འཛིག་རྟེན་བྱེད་པ་པོ་འདོད་པ་དང་། འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་བཤད་
འདུག་པ་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་གསུང་རབ་ལ་སྦྱོན་འདོགས་གྱི་
སྒོ་ཤུགས་ཆེ་བླགས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་གསུང་ཁས་ལེན་
སྐབས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པར་བརྒྱུད་བའི་སྒོ་ཡི་འཛིན་སྐྱད་ས་དེས་བཀག་རྒྱ་
ལས་མ་གྲོལ་བས་བྱས་པ་ཡིན་པ་ལས་འདི་ལ་འབྲེལ་བཤད་དང་རྟོག་ཞིབ་བྱ་བའི་
གཞི་མེད་པ་ག་ལ་ཡིན། ཅི་སྟེ་ཉི་མ་བདུན་ཤར་བར་བཤད་པ་འདི་སྒོ་ངོར་མི་ཤོང་
ནའང་། དེར་གི་ཉི་མ་བདུན་གྱི་ཆ་ཚད་ཅན་གྱི་དུས་ཤིག་ཡོང་ཆོག་སྟེ། དེར་གི་དུས་སུ་
གོ་ལའི་སྤང་རྒྱུད་རལ་བ་དང་ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཆག་གི་དབང་གིས་གོ་ལའི་ཆ་རྟོད་
རྒྱས་པ་དང་། བསྐྱལ་བའི་འབྲུགས་རོམ་བཞུར་ཆད་སོགས་གྱིས་འཇམ་གླིང་ཕྱི་པོ་
འདར་སིག་རྒྱག་བཞིན་པ་འདིས་ཀྱང་རྟོགས་བྱས་ལ། འདི་ལྟར་མི་ལོ་སྟོང་ཆོ་དང་ཁྱི་
ཆོ་ཁ་ཤས་སུ་འཐུད་ཆེ་གོ་ལ་འདིར་སྟོག་ཆགས་འཆོ་བའི་སྐྱལ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུ་
འབྱུར་ཉེན་ཡོད་པར་ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཞིབ་པ་ནམས་གྱིས་ཆོད་དཔག་བྱེད་བཞིན་
ཡོད། འདི་ནས་གསེར་རྟའི་མཁན་པོ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སྒོ་གྲོས་གྱིས་དངོས་ཁམས་ཚན་
རིག་དང་། མདོ་སེམས་བྱེ་སྤྱིའི་འདོད་པ་བཅས་ལ་དབྱེད་བསྐྱུར་བྱས་པ་ཞིག་ལ་
དམིགས་སྤྲུག་སྟེ། དགག་འདུག་པས་དགག་ལན་ཁོང་གི་ལས་སྐྱལ་དུ་སོང་འདི་མན་
ཆད་ཁོང་ལ་ཆེད་དུ་བྲིས་པ་ནམས་ཅམ་གྱིས་བཞག །

༼ ༣༩ ༽ ཆོས་གཞུང་གི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་དག་ལ་
ནི། ལྟ་བུར་དང་རྟོག་བརྒྱ་ཆེར་མ་འདྲེས་ཤིང་ཆོད་དཔག་དང་རིགས་སྐྱམ་
ཅམ་ཡང་མིན་པར་བྱས་རབས་ཤིམ་བྱོན་གྱི་རྣམ་འབྱོར་པ་ཆོས། ཁ་ནང་དུ་
ཕྱོགས་ནས་ཆོད་ལྟ་གནང་བའི་ཉམས་བྱོར་དངོས་མ་གས་ཆེ་བས། བྲིས་གྱི་

སེམས་ཁམས་རིག་པ་འདི་གཞུང་ཁྲུག་དག་ལ་ཡང་རྩ་བ་ལྟོང་ས་མི་དགོས་པ་
ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་མ་རྟོག་གསལ་དོད་པའི་ཞན་ཆ་གཅིག་ཤིང་མཐོང་
རྒྱུ་ཡོད་པ་ནི། རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་རྩིས་ཆ་ནས་མིན་པར་དགེ་མེད་གི་
ཆ་ནས་བྱས་འདུག་པ་འདི་རྟེན། འཇིག་རྟེན་ལ་དང་རིགས་རྒྱན་གཅིག་ཉིད་
ལ། སྤུངས་ཤིང་དང་འཆམ་པའི་སྤུངས་ཤིང་། བཙོན་འབྱུངས་དང་ལེ་ལོ། དྲ་པ་
དང་ལོག་ལྟ། བྱམས་བཙེ་དང་ཞེན་ཆགས། རེས་འབྱུང་དང་ཞེ་ལྷང་ལོགས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་རྟེན། རྣམ་གཞག་དེ་དག་དགེ་ལྡན་པ་མེད་ལྟ་བུ་གི་
ཉམས་ལེན་གནང་མཁན་ཆོ་ལ་རིན་པང་ཆེ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས། སེམས་
ཁམས་ཆོས་ཉིད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ནི་དེ་ཙམ་པན་མི་
ཐོགས། }

ཞེས་སེམས་དང་སེམས་རྒྱུད་གི་རྣམ་གཞག་ནང་དུ་དགེ་ལྡན་གི་སྒྲོང་བཟེས་པ་
འདི་ཞན་ཆ་ཞིག་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་དག་ལ་སན་ཐོགས་དེ་ཙམ་མེད་པར་
བཤད་པ་འདི། གཅིག་ནས་ཁོང་དགེ་ལྡན་དང་ཆོས་ཁྲིམས་ལ་དེ་ཙམ་མོས་པ་མེད་པ་
དང་། གཉིས་ནས་ཆན་རིག་པའི་འདོད་ལྡན་དང་དཔྱོད་ལྡན་ལ་གོ་རྟོགས་ཅུང་
ཞན་པའི་ངོས་གཅིག་གསལ་སྟོན་བྱས་པ་ཙམ་ཡིན་པ་ལས། དེར་གི་སེམས་ཁམས་
རིག་པ་བ་མང་མང་ཞིག་གིས་ནི། སེམས་སམ་ཤེས་པ་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དུས་
གཟུགས་འདས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད།
ཁོང་ཅག་ལ་རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་མི་སྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་སྐབས།
ད་ལྟ་ཆན་རིག་པས་འུགས་ཆད་ཆེ་བའི་འཕྲུལ་ཆས་བཅད་སྤྱད་ནས་བལྟ་སྐབས། ལྷན་
པའི་དབང་ཅའི་སྤྱབས་སུ་སྤྲོད་སྤྱད་སྤྱད་བརྒྱ་སྤྲུག་ཙམ་མཐོང་གི་ཡོད་ཅིང་། སྤྱགས་
སུན་དེ་རྣམས་གང་དུ་མཇུ་བ་མོ་བཅུགས་ན་འད་ཤེས་པ་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་སྲུབ་པ་

ཞིག་མི་འདུག་ཅེས་ཟེར་གྱི་ཡོད། འདི་དག་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་གཏམ་ཏུ་བསམ་མི་
དགོས་ཏེ། རང་ཅག་གི་མིག་གིས་མི་བཟོད་པའི་རྩལ་ལྷན་མོ་རེ་ལྷན་མཐོང་ཆེ་ཤེས་གྱིས་
ཁང་པའི་བོངས་གཟུགས་ཅན་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་བཟླ་དབྱེད་བྱེད་བྱེད་གྱི་ཡོད། སྤྱིར་
ཆོན་རིག་པས་ལྷལ་གང་ལ་བཟླ་དབྱེད་བྱས་ན་ཡང་། མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་
དང་ལག་པས་རིག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ལས་རྟོག་འཛིངས་ཆེ་བའི་དངོས་སོ་ལ་རྟོག་ཞིབ་
བྱེད་པ་ལ་དེ་ཅན་དག་འཛོམས་མེད་ཅེས་བཤད་གྱི་ཡོད། ཡང་འགའ་ཞིག་སངས་རྒྱས་
ཆོས་ལུགས་ལ་དོ་སྣང་དང་འབྲེལ་ནས་ཆོན་རིག་པས་ཤེས་པ་ཁས་མ་སྐྱངས་ན།
དབང་ཅ་དང་རྩས་གྱི་འདུ་འབྲེལ་འབའ་ཞིག་གིས་འབྲེལ་བཤད་ཆ་ཆང་བ་རྒྱག་མི་
ཐུབ་པས་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཅེས་བཟོད་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབང་ཤེས་
ལས་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཁོ་ཆོའི་སྒོ་ལྷལ་དུ་ཤོང་གི་མེད། ལྷོ་ལུགས་སེམས་
ཁམས་རིག་པ་བ་དག་གིས་ལོང་བ་ཅུ་ཅན་གྱི་སྒོན་དུ་བྱུང་དོན་གསར་བ་ཞིག་རྟེན་
ཡོད་པ་ནི། ཞེ་སྤང་དང་། སྤག་དོག་ང་རྒྱལ་སོགས་མ་རབས་གྱི་སྒོ་དང་། འཁྲུག་པ་
དང་། སྤྱང་རྩེ། བན་སེམས་སོགས་ལ་རབས་གྱི་སྒོ་མངོན་དུ་གྱུར་སྐབས་གཉིས་ལ་
གང་ཟག་དེ་ཡིས་སྤང་ཅའི་འགྱུར་ལྷོག་ལ་བར་བྱེད་ཡོད་པ་དང་། སྤང་པའི་གཡས་
ཕྱོགས་དང་། གཡོན་ཕྱོགས་གྱི་གཡོ་འགྲུལ་ཡང་ངེས་བཟོན་ཡོད་པར་མཐོང་ཡོད།
འཁྲུག་སེམས་སོགས་རིམ་ལྷུགས་ཆེ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཅན་གྱིས་གཡོན་
ཕྱོགས་གྱི་སྤང་ཅ་རྒྱས་པ་དང་སྤང་པ་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་
སོགས་རིམ་ལྷུགས་ཆེ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཅན་གྱིས་གཡས་གྱི་སྤང་ཅ་རྒྱས་པ་
དང་། སྤང་པ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་སོགས་ལ་བརྟེན། འབྲེལ་བཤད་མ་ལག་

ཆང་བ་ཞིག་རྒྱག་ཐུབ་པ་ལ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ཆགས་སྒྲུང་དང་།
བྱམས་བཅེ་སོགས་སེམས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་སྐབས་མེད་དུ་མི་རུང་
བའི་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་
ནས་གསུངས་པའི་དགེ་མི་དགེ་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་སེམས་བྱུང་དེ་དག་སེམས་
ཁམས་དབྱེད་ཞིབ་ལ་དགོས་མཁོ་མེད་པར་བཤད་པ་ནི་དོན་ལ་གནས་པར་མི་
སེམས་སོ།། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་གི་ནང་དུ་འཛིན་སྒྲུངས་དང་
རིགས་རྒྱན་གཅིག་ཉིད་ལ། ཤེས་རབ་དང་འཆལ་བའི་ཤེས་རབ། བརྩོན་འགྲུས་དང་
ལེ་ལོ། དད་བ་དང་ལོག་ལྟ་ལ་སོགས་པ་དུ་མར་བྱས་ཡོད་པར་བཤད་པ་ཡང་། འཐད་
དཀའ་སྤྱོད་ ཤེས་རབ་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུངས་འཆལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུངས་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བརྩོན་
འགྲུས་དང་ལེ་ལོ། དད་བ་དང་ལོག་ལྟ་སོགས་འཛིན་སྒྲུངས་དང་རིགས་རྒྱན་གཅིག་
ཚུལ་ཞིག་མེད་དེ། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ངོ་བོ་དགེ་བ་ལ་ཡིད་མཛོན་པར་སྒྲོ་བའི་བྱེད་ལས་
ཅན་དང་། ལེ་ལོ་ངོ་བོ་འགྲུལ་བའི་ལེ་ལོ་མཚན་མ་དམ་དུ་བརྒྱང་ནས་དགེ་བའི་བྱ་བ་མི་
འདོད་པའམ་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་ཡིད་ལྷུང་བའི་བྱེད་ལས་ཅན། དད་བ་ནི་ཡུལ་བྱེད་
པར་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་དང་བའི་བྱེད་ལས་ཅན་དང་། ལོག་ལྟ་ནི་ཡུལ་ལ་
ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ལྷུགས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་ལ་སོགས་པ་གསུང་རབ་ལས་གསལ་བས་
སོ་སོའི་ངོ་བོ་ལ་གཞིགས་ནས་དབྱེད་ན། དེའི་འཛིན་སྒྲུངས་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་
པས་ལེ་ལོའི་འཛིན་སྒྲུངས་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུངས་སོགས་ཡིན་ན། བརྩོན་
འགྲུས་ལེ་ལོ་རུ་ཐལ་བ་དང་། དད་བ་ལོག་ལྟ་རུ་ཐལ་བ་སོགས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་

ཁས་མེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། གཞན་ཡང་མངོན་པ་ཀུན་བརྟུན་ནས་བཤད་པའི་
སེམས་བྱུང་དགེམ་གཞི་སྤྲོད་ཆོག་ས་ནས་ཉེར་བཞི། མངོན་ནས་ཞེ་དྲུག་ཏུ་འདོད་
པ་སོགས་ཞིབ་ཅིང་སྤྲོ་ལ་གནང་དེར་གཉིས་ཀ་དང་། ཆོས་དང་འཛིག་ཉེན་གཉིས་ཀ་
ལ་མཁོ་གནད་དང་དགོས་དོན་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་སུ་ཆེར་མ་བབས་
བས་དེ་ཅོམ་གྱིས་འཕྲུས་པར་བྱས།

༼ ༣༧ ༽ དབྱེ་མ་ཕྱི་རབས་པ་རྩེ་རི་པོ་དགོ་ལྷན་པའི་བརྟན་འཛིན་རྣམས་
པམ། བོད་ལྷ་རབས་པའི་རྣམས་གཞན་ཡོད་ཆ་དུ་ཕྱིར་མི་རྒྱུག་པར་ཆོར་བཅད་
རྒྱུ་ཡང་དུགས་འདི་རྣམ་བཞག་ཡོད་དེ། རྒྱུར་རའོ་རྣམས་པའི་རྒྱོ་ཅམ་ཉི་
མར་སྐྱུ་མ་འཕགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པས་དེ་ཉི་རའོ་འཛིན་དང་ཐུང་བྱ་མིན།
འོན་ཀྱང་རའོ་རྣམས་པའི་བསམ་རྒྱུ་དུགས་དྲག་པོ་དེ་འབྱུངས་པ་ཡིན་ན་ད་
གཞོན་རའོ་འཛིན་དང་ཐུང་བྱུང་འབྱུར་འབྱོར་པ་ཡིན། རའོ་རའོ་སྐྱུ་མ་པོ་ཞིག་
ལ་ཞོན་རྒྱན་མ་ཤིན། ཅམ་པ་ཞོན་ན་རའོ་རྒྱན་མ་ཡིན་རྣམས་པའི་བསམ་རྒྱུ་ཞིག་
ཞོན་པོ་མ་ཡིན། དེ་ཉི་སྐབས་ཀྱི་རའོ་རྣམས་པའི་རྒྱོ་དེ་ཆ་དུ་མ་དང་ཕྱུལ་དེ་ཆ་ད་
ལྱུ་པ་ཡིན། རྒྱན་མ་མིན་པའི་མི་ཞིག་ལ་ཞོན་རྒྱན་མ་ཤིན། ཅམ་པ་ཞོན་ན་རའོ་
རྒྱན་མ་མིན་རྣམས་པའི་བསམ་རྒྱུ་ཞིག་ཞོན་པོ་མ་ཡིན། དེ་ཉི་སྐབས་ཀྱི་རའོ་རྣམས་
པའི་རྒྱོ་དེ་འབྱུལ་པ་དང་ཕྱུལ་དེ་གཏན་མེད་ཡིན། འོ་ན་དེ་འབྱུངས་རའོ་རྣམས་
པའི་རྒྱོ་རྣམས་ཕྱི་གཉིས་པོར་འཛིན་རྣམས་མི་འབྱུང་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། རའོ་
རྣམས་པའི་རྒྱོ་རྣམས་དེ་དང་མི་འབྱུང་བར་ཕྱི་མ་དེ་དམ་འིག་འིག་ཅིག་དང་།
དེ་ཉི་ཕྱུལ་ཀྱི་རའོ་དེ་འབྱུང་ཞེས་ཞེས་ཞིག་ཡོད། དེ་འབྱུངས་ཞེས་པ་དེ་མི་
ལལ་པ་ཆོས་ཁོས་ཞིན་དཀར་པོར་ཁོ་ནར་ལ་པ་སྐོར་ན་ཉམས་སྐྱོར་གི་ཞོག་
ནས་པོ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད། མདོར་ན་རའོ་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་ཕྱུལ་ཀྱི་རའོ་
ཅམ་ཉི་འཛིན་འབྱུངས་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པས་མཐུང་གཞིག་ཏུ་འཛིན་དགོས་ཡིན།

འཛིན་ལྷན་གྱི་ཕྱི་ལོ་དེ་གི་ར་པ་དེ་ན་ཐུབ་པའི་ན་པས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་
དགོས་ཞེས་དང་། དེ་འདྲའི་ལྷན་གཞི་ཞིབ་ཆ་ཅན་དེ་ལྷན་པ་པོ་པས་
སྐོས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ཁག་ཏུ་གསལ་ཐོབ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་མ་དུ་མ་པས་ཁྱིད་
འོང་བའི་མདོ་ཁག་གྱི་འཇམ་དབྱངས་དེ་ལ་པ་རྟེན་ནས་རྒྱུ་ལྷན་ཚོར་ཁ་
པས་གསལ་དུ་ཆེད་པ་པོ་ཞེས་སྐོས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་འདུག་ཏུ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་
གོ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ཞིག་དང་ལྷན་ཚོས་ལྷན་དེ་འཛིན་པའི་རྒྱུ་ལ་དམིགས་
ཕྱོད་དང་འཛིན་ལྷན་གྱི་ཕྱི་ལོ་གཉིས་ལྷན་དེ་ལྷན་པ་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་
ཞིག་ལ་ཕྱི་ལོ་འདྲ་བ་གཉིས་པ་ཅན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ཀྱི་འདུག་ ལྷན་པ་
ཀྱི་ལྷན་གྱི་ལྷན་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལྷན་ལ་མ་ཐུག་པར་པོ་དམ་འབྲུམ་པོའི་
མན་དག་ལ་གཞུགས་པ་འདིས་ཉམས་དང་རྟེན་འབྲེལ་པོ་དེ་ཆད་འབྲུག་
ནས་སོང་བ་མེད། ལྷན་ལྷན་དེས་ལྷན་གྱི་ལྷན་པ་ལ་ལྷན་པ་པོ་ཞེས་པ་པོ་ལྷན་
འཛིན་གྱི་ལྷན་ཚོར་ལ་ཞལ་འཕེན་གནང་དགོས་ལྷན་པ་པོ་ལྷན་ལྷན་
མ་གཏོགས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལྷན་པ་པོ་ལ་པོ་ལྷན་། }

ཞེས་དགོ་ལྷན་པས་འདོ་སྐྱེས་པའི་རྒྱུ་ལྷན་ཚོར་བ་དེ་དོན་མཐུན་དང་། དེ་
འདྲའི་རྒྱུ་ལྷན་ཆེ་བ་དེ་རང་འཛིན་ལོག་གེས་སུ་འདོད་ཟེར་བ་ཞི། རི་བོ་དགོ་ལྷན་
པའི་གསུང་རབ་དང་། གསུང་རྒྱུ་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་གཏམ་སྟེ། གསུང་ཉེ་ཁྱིད་ཀྱིས་
བཤད་པའི་བདག་འཛིན་དོས་བཟུང་རྒྱུ་དེ་འདྲ་དགོ་ལྷན་པས་འདོད་པ་བདེན་ན།
རི་བོ་དགོ་ལྷན་པའི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་རྩེ་
རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུ་གསུམ་གྱི་གསུང་འབྲུམ་པོ་དེ་ཞེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྟེགས་བས་
དེ་དང་། ལོག་དོས་དེས་ ཐེག་སྟེང་དེར་ཞེས་སྟོན་ཅིག་གལ་ཉེ་བསྟན་རྒྱུ་མེད་ན་བསམ་
བཞིན་དུ་རི་བོ་དགོ་ལྷན་པའི་སྟོན་པ་དང་། བསྟན་པ་ལ་གཞི་མེད་ཀྱི་རྒྱུ་འདོགས་

བྱས་པ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ལས་མ་འདས།

སྤྱིར་ན་འངས་མགོན་སྒྲ་མ་ཙཱ་ཁ་ཆེན་པོ་ནི། དང་པོར་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་མང་དུ་
བཅུ་ལ། བར་དུ་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར། ཐ་མར་ཉིན་མཆོན་
ཀུན་ཏུ་ཉམས་སུ་སྒྲངས། ཀུན་ཀྱང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བསྡེས། གསུངས་པ་
ལྟར་ལགས་ན་གངས་ཅན་གྱི་བཀའ་བསྟན་འགྲུར་རོ་ཙག་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་བས་
ལེགས་པར་གཏན་ལ་པབ་ནས་རང་ལུགས་དེ་ཉིད་ལྷ་བཞི་ལྟར་མེར་བཞག་པ་ཡིན་
ཞིང་། བཀའ་ལྡེ་སྟོད་གསུམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཡོངས་རྫོགས་གདམས་
པར་ཤར་ནས་དབྱ་སེམས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐད་ལ་སྡུ་ན་མེད་པའི་ལེགས་སྐྱེས་ལུལ་
ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཕྱིར་རྗེས་འཇུག་རྒྱལ་ཆབ་དང་། མཁས་གྲུབ་སོགས་བུ་སྟོབ་རིམ་
སྟོན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྗེའི་དགོངས་པའི་བཅུད་དེ་ཉིད་མཐེམ་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ་
དང་། སྐུབ་པ་མཛད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ཐེར་སྟོས་དང་བཤད་ཡམས་མང་པོ་གཙང་སྟོལ་
མེད་ཅིང་། དཔེར་ན་སྐབས་དེར་རྗེའི་དངོས་སྟོབ་མཁས་གྲུབ་གྲུང་དུ་བ་རྒྱལ་མཆོན་
བཟང་པོས། རྗེ་མའི་གསུང་གི་ཆོག་ལྷུང་དང་མི་མཐུན་པའི་བཤད་སྟོས་ཅུང་ཟད་
ཅི་མ་རེ་ཕོར་བ་མཁས་གྲུབ་རྗེས་གསན་ཏེ་བཀའ་གཉན་པབ་པས་གྲུང་དུ་བས། རྗེ་
བཟང་གྲགས་པ་དགའ་ལྷན་གནས་སུ་གཤེགས། བྱམས་ཆེན་ཆོས་རྗེ་མི་དབང་
གཙུག་ན་མངེས། རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོ་གངས་རིའི་ཁྲོད་དུ་ལུས། ཞེས་གསུངས་
ནས་སྐུན་ཆབ་ཕོར་བ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལྟར་རོ། མདོར་ན་རྗེ་སྒྲ་མས་
བདག་དང་བདག་འཛིན་ངོས་འཛིན་ཚུལ་འདི་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་དང་
དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་ཁུངས་གཏུགས། རིགས་པས་དབྱེད་བསྟུར་

བྱས། བསགས་སྤངས་ལ་གཅིགས་སྤྱུ་བཟུང་སྟེ་གཏན་ལ་པབ་བ་ཞིག་ལས་འོལ་
ཆོད་ཀྱི་བཤད་ཡམས་དང་། གོ་བ་པན་ཕུན། ཆིག་འབྲེལ་རྒྱག་བསྐྱས་ཅམ་གྱིས་ཡིད་
ཆེས་ནས་བཞག་མེད།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་བསྟན་པའི་བདག་པོ་སྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནས་
བཟུང་། འཕགས་ཡུལ་གྱི་དབྱ་མ་བ་ཆེན་པོ་ལྷ་སྤྱུ་བ་ཡབ་སྤྱུ་ས། གངས་ཅན་མཁས་
པའི་གཙུག་རྒྱན་རྗེ་ཡབ་སྤྱུ་བ་བར་གྱི་གསུང་རི་སྟོན་ཅིག་མིག་ལམ་དུ་སྟོན་པར་བྱ་སྟེ།
རྟེན་འབྱུང་གི་སྟོན་པ་ཆེན་པོ་མཉམ་མེད་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོས་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།
ཕུང་པོ་རང་བཞིན་དབེན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད། བྱང་ཚུབ་རང་བཞིན་དབེན་ཞིང་སྟོང་པ་
ཉིད། གང་སྟོང་དེ་ཡང་རང་བཞིན་སྟོང་པ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ལྷན་གྱིས་ཤེས་ཀྱི་བྱིས་པས་
མིན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ༼མདོ་འདི་ཀུན་བཅེགས་ནའང་ཡོད། ༽ དེའི་དོན་ལ་ཤིང་
རྟེན་སྟོལ་འབྱེད་ཆེན་པོ་འཕགས་མཆོག་ལྷ་སྤྱུ་བ་གྱིས་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། དེ་ལྟར་
བདག་དང་བདག་མེད་ས། ཡང་དག་རི་བཞིན་དམིགས་སྤྱུ་མེད། ཅེས་གསུངས་
ཤིང་། སྟོབ་དཔོན་རྩེ་བ་གྲགས་པས་འཇུག་པ་རང་འབྲེལ་ལས། དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་
བ་ནི་གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཉེ། དེ་
མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བ་གཉིས་
པས་དབྱ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། སྤར་བཤད་པའི་མིང་གི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་དབང་
ཅམ་གྱིས་བཞག་པ་མིན་པའི་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི། བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་པར་
དང་། ཡང་དག་ཏུ་བྱུབ་པ་དང་། རང་གི་ངོ་བོས་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་དང་།
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ལྷན་སྤྱེས་ཡིན་ལ། དེས་བཟུང་བའི་ཞེན་ཡུལ་ནི་

བརྟགས་པ་མཐའ་བཟུང་གི་བདེན་ཆད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་
ཆ་བ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་རྒྱལ་སྤྲུལ་འབྲུག་དོགས་ལས། བྱལ་མཐས་སྒོ་སྦྲར་བ་
དང་མ་སྦྲར་བ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་བ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་
བྱལ་བར་འཛིན་པའི་སྒོ་རིགས་པའི་དབྱུད་པ་ཞུགས་པ་ལ་མ་སྒྲོལ་བར་ངམ་ངམ་
ལྷགས་གྱིས་སྦྱེ་བ་དེ་ནི། བདེན་འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་ཞེས་བྱ་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།
མཁས་བྱལ་སྦྱེ་བའི་ཉི་མ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོས་སྟོང་བྱུན་སྒྲལ་བཟང་མིག་
འབྱེད་ལས། དེ་ལྟར་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་དང་རྟོག་པ་ཅ་མ་གྱིས་
བཞག་པ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་ཏེ། དེས་
རི་ལྟར་བཟུང་བ་ལྟར་བྱལ་ན་བདེན་པར་བྱལ་བ་དང་། དོན་དམ་པར་བྱལ་བ་དང་།
ཡང་དག་པར་བྱལ་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་བ་དང་། རང་གིས་ངོ་བོས་བྱལ་བ་
དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་བྱལ་བ་དང་། རང་དབང་དུ་བྱལ་བ་དང་། རྣམ་སྤྱུ་བྱལ་
བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་སྐབས་འདིར་བརྟགས་པ་མཐའ་བཟུང་གི་སྒོ་ནས་རྟགས་ཀྱི་
དགག་བྱའི་ཆད་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་གིས་དམིགས་ལྷལ་གང་ཟག་
དང་ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་བདག་
འཛིན་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ནི་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་ལྷལ་དང་། དགག་བྱའི་
བདག་རྟོངས་བཟུང་བ་དང་། དམིགས་ལྷལ་གང་ཟག་ལ་དམིགས་ནས་རང་བཞིན་
གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་གང་ཟག་ནི་དམིགས་ལྷལ། གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་
བྱལ་བ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་ལྷལ་དང་དགག་བྱའི་བདག་
གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་བར་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་

དང་། དམིགས་ལུལ་གང་ཟག་ལས་གཞན་ཕུང་པོ་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་རང་
བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཏུ་བཞེད་པས་
དམིགས་ལུལ་གང་ཟག་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ལ་དགག་བྱའི་བདག་ནི་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད་
པར་བཞེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་གང་ཟག་གི་སྟེང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པས་སྟོང་པ་
ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་མོ་དང་། ཕུང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་གི་རང་བཞིན་
གྱིས་བྱུང་པས་སྟོང་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་མོར་འཛོག་པའི་རྣམ་གཞག་མཛད་
དེ། དཔལ་ལྷན་ཆེ་བས་འདྲུག་པ་ལས། བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་བ་རྣམ་གྲོལ་བྱིང་།
ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ལ་རྩེ་
ཆེ་མས་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། དེ་གཉིས་སུ་འབྱེད་ཚུལ་དེ་ཡང་གཞི་གང་ཟག་
དང་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་དུ་མེད་རྒྱའི་བདག་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱེ་བ་མིན་ཏེ། མེད་
རྒྱའི་བདག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་ཡིན་པས་སོ། དེའི་ཕྱིར་གཞི་ཆོས་ཅན་ཕུང་
སོགས་ཀྱི་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བས་བྱེ་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ལས་
ངའོ་སྟམ་པའི་སྒོ་བྲགས་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལ་སྒོ་དོན་མ་ཐུན་དང་ལོག་ཤེས་གཉིས་སུ་བྱེ་
དགོས་པར་གསུངས་པ་ཞིག་འདྲུག་གས། ཁྱོད་ཀྱི་མིག་བཙུམས་ནས་ཀི་ཤར་མི་བྱེད་
པར་མིག་གངས་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལྟོས་ཤིག།

གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱིར་ངའོ་སྟམ་པའི་སྒོ་ཅམ་ནི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་
ཡང་ཡོད་པས་དེ་ནི་རང་འཛིན་དང་སྤང་བྱ་མིན། འོན་ཀྱང་ངའོ་སྟམ་པའི་བསམ་སྒོ་
བྲགས་བྲག་པོ་དེ་འདྲ་སྤྱིས་པ་ཡིན་ན་ད་གཞོད་རང་འཛིན་དང་སྤང་བྱར་འགྱུར་འགྲོ་
བ་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་བརྟོག་པ་དང་། དེའི་རྩིས་དེ་ག་རང་ལ་མདོར་ན་རང་འཛིན་ལྟན་

གཞུང་ཆེན་ཁག་ཏུ་གསལ་ལོང་མེད་ཀྱང་། སྤྱི་མ་དབུ་མ་བས་ཁྱིད་ལོང་བའི་མདོ་
ཁམས་ཀྱི་འཇམ་དབྱངས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བས་གསར་དུ་རྟེན་པ་
ཡིན་ཞེས་སོགས་ཀྱང་སྤྱི་སྤྱོད་འདུག་གོ་ཟེར་བ་དང་། ལྷ་སྤྱལ་གྱི་ཁྱེད་ལོང་རྟ་ཆེན་
པོའི་གཞུང་ལུགས་ལ་མ་སྤྱུག་བར་ཡི་དམ་འབྲུམ་པོའི་མན་ངག་ལ་གཞུགས་པ་
འདིས་ཉགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་ཆད་འབྲུག་ནས་སོང་བ་རེད། སྤྱི་བྱེད་དངོས་
སྟོབས་ཀྱི་རིགས་བ་མ་རྟེན་པར་སེམས་འཛིན་གྱི་ཉམས་སྟོང་ལ་ཞལ་འཕེན་གནང་
དགོས་བྱུང་བ་ཡང་སྤྱུག་ཉགས་མ་གཏོགས་ཡག་ཉགས་ཤིག་ག་ལ་ཡིན། ཟེར་ནས་
ངར་ཤྱགས་ཆེ་བའི་ཆོག་རྩལ་ཁ་ཤས་ཤིག་བཤད་འདུག་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པ་
ལྟར་གྱི་དགག་བྱ་འཛིན་ཆད་དང་། དམིགས་ལྷལ་དང་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་ལྷལ་ཙམ་
ཡང་སོ་སོར་འབྱེད་མི་ཤེས་པའི་ཁས་སྦྱངས་དངོས་ཤྱགས་འགལ་བ་དང་ངར་ཆོག་
སྤྱི་བྱེད་འགལ་བ་ཙམ་གྱི་ཞིབ་ཆ་དེ་འདྲ་སྤྱི་བྱེད་ལ་བསྐྱུས་ཀྱི་གསུང་ལ་མེད་པ་བདེན་པ་
ཡིན་མོད། རྗེ་སྤྱི་མས་བཞེད་པའི་དགག་བྱའི་ཆད་འཛིན་དང་། དམིགས་ལྷལ་དང་
འཛིན་སྟངས། འཛིན་སྟངས་ཀྱི་ལྷལ་བཙས་ནི་གོང་དུ་བྱངས་པ་ལྟར་སྟོན་པ་སངས་
རྒྱུ་ནས་སྤྱི་བྱེད་ལ་བསྐྱུས་བཙས་ཀྱི་གསུང་རབ་དུ་མ་གསུངས་པ་དང་གསལ་ཁ་
མེད་པ་ག་ལ་ཡིན། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ལ་ཡི་དམ་འབྲུམ་པོ་དང་། ཉམས་སྟོང་
གི་རྩལ་བ་ལ་ཡག་ཉགས་མིན་པའི་སྤྱུག་ཉགས་ཡིན་རབས་བཤད་པ་སོགས་ནི་གོ་
སྤྱོད་དམ་འཛིན་གྱིས་ཆོག་ངན་དང་། དམོད་མོ་བགྱངས་པ་ཙམ་ལས་བསམ་རིན་
དང་། དབྱེད་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་མི་འདུག་གོ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཞིབ་དབྱེད་མེད་པ་དང་སྤྱི་
འདོགས་པའི་སྤྱོད་ཆ་འདི་འདྲ་བ་རབ་དང་རིམ་པ་བཤད་འོང་དུས་ཁོ་མོས་ཁྱོད་ལ་ཡ་

ལན་ཆོད་དུ་གསེར་ལས་ཐིན་པའི་དུས་ཆོད་མང་པོ་ཞིག་ཆུད་ཆོས་བཏང་སོང་སྟེ་
པའི་ལམ་ར་ཞིག་དང་། གནའ་དེང་གི་རིགས་པ་འདི་དག་དོན་མེད་དུ་ཕྱིག་ལ་སྟེ་
གཡུགས་པའི་དཔེར་གྱུར་སོང་སྟེ་ནས་སེར་སྟོང་ཡང་ཤོར་ཡོང་གི་འདུག དེ་ལྟར་
གོང་དུ་བསྟན་པའི་བདག་པོ་སྟོན་པ་ལྟ་སྟབས་དང་། ལམ་གྱི་པོ་སྟོང་སྟེ་དཔེར་
སྟེ་བ་ལྟགས་པ། རྒྱུ་ལ་བ་གཉིས་པ་ཡབ་སྐུ་གསུམ་བཅས་ཀྱི་གསུང་བྲངས་པ་དེ་
དག་ཆ་སྟེ་ལ་ལུང་གི་གཞི་བྱེད་བསྟན་ནས་བསྟེན་བྱ་སྟེ་བ་པ་ཡིན་པར། ཁོང་
གིས་རི་བོ་དག་ལྟགས་པའི་བཞེད་གཞུང་ལ་སྟོང་དོགས་བྱས་པ་དག་ལ་མཛོན་སྟེ་
ཀྱི་གཞི་བྱེད་པ་བསྟན་པ་དང་། རིགས་པ་དང་། བྲང་བཞེད་ལ་དགའ་བའི་ཕྱིས་འབྱུང་གི་
སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལས་དུ་བཞེད་དཔང་ཅན་དུ་བཞེད་པ་ཡིན།

༼ ༣༩ ༽ གཞན་བདག་དང་བདག་འཛིན་འཛིན་ལྟངས་དང་སྟེད་ལྟངས་
ཁྱད་མཚན་ཅན་དེ་ཆོ་ལ། ཡར་འངས་མེད་པའི་དགག་པ་ཞིག་དབྱ་མ་སྟེ་
སྟེ་དཔེར་སྟེ་ཆུན་ཏུ་ཕྱིས་འདུག་པ་དེས་ཆོག་པར་འདུག་པས་དེ་ཉིད་
འདིར་བཞེད་ན། གཤམ་ཉེ་ནས་ཆུན་ཀྱི་རྩོམ་པའི་སྟེ་འདི་ཆད་མ་ཡིན་ན།
ཁྱད་ཀྱི་མ་ཡིན་ཞེས་བཟོད་ཆེ་རེ་སྟེ་པའི་སྟེ་པའི་སྟེ་པའི་དཔང་ཆད་མ་
ལྟགས་ཆེ་ཏུ་མང་བ་ཅན་ཡིན་ཀྱི་བཞེད་འཛིན་ཏུ་འགྲོ་དོན་ག་ལ་ཡོད། གཤམ་
ཉེ་དེ་བཞེད་འཛིན་ཡིན་ན། མི་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཉི་མུངས་གནས་མ་
ཡིན་ཞེས་བཟོད་ཆེ། སྟེ་པའི་གནས་ག་ལ་ཡིན་སྟེ་པའི་སྟེ་པའི་དཔང་
བཞེད་འཛིན་ཅིའི་ཕྱིར་ཡིན། དེ་བཞེད་འདི་དབྱ་པ་ཡིན་ཞེས་བཟོད་ཆེ།
དབྱ་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན། དབྱ་པ་ཡིན་པར་ཐག་ཆོད་སྟེ་པའི་སྟེ་
དེ་ཡང་དབྱ་པའི་བཞེད་འཛིན་ཡིན་ཀྱི་ཆད་མ་ག་ལ་ཡིན། དེས་ན་ཁོང་ཅག་
གི་ལྟགས་ལྟར་ན་སྟེ་ལྟགས་ཁྱད་པ་རྣམས་ཆད་མ་དང་། སྟེ་དེ་ག་རང་ལྟགས་

ཆེ་ཏུ་མོར་ཆེ་རྒྱར་ཁོག་པ་བཞིན་བརྟེན་འཛིན་ཏུ་འགྲོ་བར་འདུག་པས་ཡ་
མཚན། ཞེས་མོ། །འདི་ཡར་ལངས་མེད་པའི་དགག་པ་ཡིན་མིན་ཐུ་སྒྲུབ་
དཀོར་ས་རྒྱན་གྱི་དགག་ཡིག་མི་འཛིན་མེར་མེའི་ར་རྩ་ནས་བཟུང་ཉ། དེར་
ལང་གི་ཁོག་སྒྲུབ་ཆར་ཆེར་མེག་པའི་ཡུར་རྩིགས་རྩི་ཁྱེད་ཆར་གྱི་བར་ཏུ་
ཞིབ་ཏུ་སྒྲིག་དང་ཏ་མོ་བར་འབྱུང་རྩ། །

ཞེས་བདག་དང་བདག་འཛིན་འཛོལ་སྒྲུངས་དང་། ཉེད་སྒྲུངས་བྱུང་མཚར་ཅན་
དེ་ཆོ་ལ་ཡར་ལངས་མེད་པའི་དགག་པ་ཞིག་དབྱེ་མ་སྒྲུ་སྒྲུབ་དགོངས་རྒྱན་ཏུ་གིས་
འདུག་ཟེར་བ་ནི། འཇོགས་སྒྲུ་རང་ཉིད་ལངས་ནས་དགག་པ་རང་ཉིད་གྱིས་བརྒྱབ་པ་
ཞིག་ལས་རི་བོ་དགོ་ལུགས་པའི་བཞེད་དགོངས་གྱི་གནད་ལ་ཕིགས་མེད་པ་ནི་གོང་
ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་དམ་བཅའ་དེ་འདྲ་བ་རྩེ་ཡབ་སྲས་གང་
གི་འང་གསུང་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། གནད་འདི་ནི་སྒྲུ་སྒྲུབ་དགོངས་རྒྱན་རྩེས་འབྲངས་དང་
བཅས་པས་ངེས་དགོས་པ་ཡིན་རྒྱུ་།

ཕྱིར་ན་སྒྲུ་སྒྲུབ་དགོངས་རྒྱན་འདི་ཡི་ནང་ཏུ་དགོ་ཆོས་གྱི་སྒྲོབ་མ་ཉག་རོང་རྒྱ་
བཟང་གིས་བསྐྲད་མང་བོ་བསྐྱེས་ཡོད་པར་བཤད་སྒོལ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་དོན་ལ་གནས་
པའི་གཏམ་ཡིན་པ་ཡང་འདི་དང་འདི་འདྲ་བ་དག་ལས་ཤེས་ཀྱས་ཏེ། གཞན་ཏུ་ན་དགོ་
ཆོས་འབྲས་སྒྲུངས་སྒྲུ་ལོ་ངོ་བདུན་ཅུ་མ་གྱི་རིང་ལ་རྩེ་ཡབ་སྲས་གྱི་གཞུང་ལ་སྒྲུངས་
པ་གང་འཆོམས་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གི་སྒྲིམ་སྒྲོབས་གྱི་ཤེས་རབ་དང་། དཔྱེད་
སྒྲོབས་གྱི་ཀྱས་པ་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཡོད་པས་འདི་ཅུ་ལ་མགོ་བོ་འཁོར་མི་སྲིད་པ་
དང་། ཁོང་གི་ཅ་བའི་མི་གཤེས་ལ་ཡང་སྒྲུང་འདེབས་དང་། སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་དུ་ལ་
ཏམ་པ་འདི་འདྲ་ཡོད་བཟོ་མེད་པས་སྒྲན་ནག་མདའ་འཕེན་མི་བྱེད་པའི་ཡིད་ཆེས་

ཡོད། འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་གནའ་གཏམ་དུ། མོགས་པོ་ཞིག་ལ་བྱས་ན།། མོ་མའི་མགུལ་
ཐག་བསྐོན།། ཞེས་པ་ལྟར་ཉག་རོང་རྩ་བཟང་གིས་དགོ་ཆོས་ཆུ་ལ་གཡུགས་པའི་
ལེའུ་སྒྱར་མོ་ཞིག་རེད། དེ་རིང་གི་གསེད་བཀོལ་འདིས་སྒྱུ་དགོངས་སུ་གཞན་གྱི་སྒྱབ་
མཐའ་ལ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་རྩ་བའི་རྩུབ་ཁུངས་དེ་དག་གཏོར་ཏེ། བར་ཁྲོལ་ངོ་མ་དེ་ཉིད་
ཁྲོལ་ལ་བསྟན་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒྱུ་དགོངས་ནང་གི་དགག་པ་དེ་དགོ་ལུགས་པ་ཡང་
ལངས་མེད་པའི་དགག་པ་ཞིག་ཡིན་དང་། ཡང་ན་རང་མགོ་རང་གིས་གཏོར་བའི་ར་
སྒྱའི་འུར་དོ་ཞིག་ཡིན་གནའ་དེང་གཉིས་ལ་མིག་རྩང་ཡངས་ཤིང་གཟུ་བོར་གནས་
པའི་དེང་རབས་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱོད་དང་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ།

༼ ༡༩ ༽ མདོར་ན་བདག་དང་གང་ཟག་མོགས་ཡོད་པ་མྱོང་བ་མདོན་
སྒྲུབ་ཡིན་པས། སངས་བྱུང་པ་ཆོས་བདག་དང་གང་ཟག་མོགས་མེད་དམ།
ཡང་ན་བདེན་བྱུང་ཏུ་ཡོད་མེད་དཔྱོད་ཆུང་བྱེད་པ་ནི་དོན་མེད་པའི་བྱ་མྱོད་
ཡིན་ལ། ཡོད་ཆུང་རྩི་ལྟར་ཡིན་པའི་སྒྲོར་ལ་གནའ་ནས་བཟུང་ཞེ་མཆན་
ཉིད་རིག་པ་པ་ཆོས་དབྱེད་པ་བྱས་ཡོད་ཅིང་། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་
ངོས་ནས་བབད་ན་དེ་ཉིད་གལ་འགངས་ཆེ་པའི་བྱ་གཞག་ཅིག་ཡིན་པས་ཆེ་
ཡང་། ཡོད་ཆུང་འདི་འདྲ་ཡིན་ཞེས་ད་བར་སྒྲུབ་ཀྱང་གསལ་ཡོར་མ་བོད་
བར་ལྟང་རོ།། ༽

ཞེས་ཟེར་བ་ནི་བདག་དང་དགག་བྱའི་བདག་ཁྱད་པར་མ་བྱས་པའི་གཏམ་ཙམ་
དུ་ཟད་དེ། བདག་དང་གང་ཟག་ང་དང་ང་ཡི་ལག་པ་སོགས་སྤྱིར་ཡོད་མེད་ལ་དཔྱོད་
པ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་ཡོད་ཀྱང་ཡོད་ཆུང་དེ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་དམ་ཡང་ན་
གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡོད་དཔྱོད་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔྱད་རྗེས་སུ་སྒྱབ་དོན་ལ་ལས་

འབྲས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ང་དང་། བདག་དང་། གང་ཟག་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་གཞན་
ལ་རག་མ་ལས་བར་མེད་པ་དང་། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་བའི་ཚུགས་སྐབ་ཏུ་གྲུབ་
པའི་ང་དང་། བདག་དང་། གང་ཟག་ནི་དགག་བྱའི་བདག་ཡིན་ཞེས་ཡོད་ཚུལ་ཐག་
ཚོད་ནས་ཡོད་པས། ད་དུང་ཡོད་ཚུལ་འདི་འབྲེལ་ཡིན་ཞེས་སྤྱད་གསལ་པོར་
བཤད་སྐབ་མེད་ཅེས་རྗེ་ལྷན་བཞེད་དུང་། ཁྱོད་རང་ངོས་ནས་ཐག་མ་ཚོད་ན་རིགས་
པ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྒྲིང་རྒྱའི་ཐབས་ལམ་དེ་ལེགས་ཤོས་སུ་འཁུམས།

༼ ༣༠ ༽ གནའ་བོའི་རྒྱ་གར་གྱི་བྲམ་མེད་ཆོས་འཁུམས་སྐབས་ཕྱ་ཉེགས་
པའི་བྲུབ་མཐའ་ཆར་མས་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་སྐྱུ་བ་ན། རྟོན་པ་ལྷ་ཀྱེ་བྲུབ་
པས་དེ་དག་གི་ཁ་གཏན་ཏུ་ཡངས་ཏེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱུ་པའི་ཆོས་
འཁུམས་གསར་པ་འདི་ཕྱོད་གཏོད་པ་ཡིན་པས། ལྷ་པའི་ཐད་ནས་གང་ཟག་
གི་བདག་མེད་འདི་སངས་རྒྱས་ཆོས་འཁུམས་ཀྱི་རྟེན་ལྷ་ཀྱེ་ཏུ་ཡིན། སྐབས་དེ་
དག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སྐྱད་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་མོད། ལྷས་སྐྱ་
མཁས་པ་མང་པོས་གང་ཟག་པདྟེན་མེད་ཏུ་སྐྱུ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་དག་
དངོས་པོ་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཁ་སྐྱོ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཏ་གོ་ནས། རྣམ་རིག་པ་དང་
རང་ཉིད་མེད་པར་སྐྱུ་བ་ཞེས་པའི་བྲུབ་མཐའ་གསར་པ་གཉིས་བཅུགས་ཏེ་
ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ལུང་པ་རྟེན། ༽

དཀྱི་བགད་མོ་སྒྲོང་བྱེད་དང་། བང་གི་དེ་ཉིད་སྟོན་བྱེད་ཅེས་ལས་མེད་པའི་
གཏན་རེ་མོད་རྒྱང་ལས་མེད་པར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བདག་
མེད་ཀྱི་སྒྲོང་ལ་སྐྱད་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་ཟེར་བ་འདི། ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་
འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་བཞེད་བཀའ་སྤྱལ་བའི་དུས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་
པ། ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱལ་བ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་ཞིང་བདག་མེད་པ།

ལྷ་རན་ལས་འདས་པ་ནི་ཞི་ཞིང་དགེ་བཤོ། ཞེས་མ་གསུངས་སམ། ཆོས་ཐམས་ཅད་
སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་གསུངས་པ་འདི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ན།
གྲུབ་མཐའ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་ཆོག་འདི་འདི་དོན་རྒྱུ་འབྲེལ། གཞན་ཡང་གོང་
དུ་བྲངས་པའི་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སྤང་པོ་རང་བཞིན་དཔེན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད།
བྲང་རྒྱལ་རང་བཞིན་དཔེན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད། ཅེས་སྤང་པོ་དང་རྫོགས་བྲང་རང་
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་གསུངས་པ་དེ། ཆོས་ཀྱི་བདག་གི་སྟོང་པ་ལ་བཞག་རྒྱུ་མ་ཡིན་ན་
ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཟེར་བ་ཞིག་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན། ཡང་ན་
ཀ་བ་བདག་མེད་ཡིན། ལུས་པ་བདག་མེད་ཡིན་ཟེར་ནས་ཆོས་རེ་རེ་ནས་བདག་མེད་
ཡིན་གསུངས་དགོས་པ་ཡིན་ནམ། འདི་འདྲ་ཞིག་བསྟན་དུས་ད་དུང་ཆོས་ཀྱི་བདག་
མེད་བསྟན་པའི་གོ་མ་ཆོད་ན་དེ་ལས་གཞན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྟན་ཚུལ་རྒྱུ་ལ་
ཡིན། གསལ་པོ་དང་བྲང་པོར་གསུང་རོགས།

༼ ༣༡ ༽ དེ་དག་གི་ཁོད་ནས་ལྷ་རབས་པ་ལ་འཕྲངས་པ་ལལ་མོ་ཆེ་
གནད་དུ་བརྒྱན་ཡོད་ཀྱང་། རང་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་བའི་བྱུང་མཐའ་དེ་ཆོ་ནི་ཡིད་
དུ་འོང་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། ཡོད་པ་དང་བདེན་བྱུང་གཉིས་ལ་ཁྱད་
བར་ཆེན་པོ་ཞིག་འཛིན་ཆུང་བྱས་པ་འདི་ནོར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན།
ཡོད་ཀྱང་མི་བདེན་པའི་དཔྲུག་པོ་ཞིག་བཅའ་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་མེད། ཡོད་འཛིན་
ལས་ལྷག་པའི་བདེན་འཛིན་ཞིག་འཛིན་རྟེན་སྤྱི་ལ་ཡང་མེད། སྤྱི་ལ་ཡང་ཆ་
རྒྱས་མེད་པའི་བདེན་ཆ་དེ་རང་བཞིན་ཡིན། དེ་འདྲའི་བདེན་བྱུང་དེ་མེད་
བར་རྟོགས་ཀྱང་དགོས་ཀྱས་རྒྱ་ཅན་མེད་དེ། དེས་རྟོན་མོངས་རྩེ་བའི་རྩ་
རྒྱང་ཅན་ཡང་མི་ཞིགས་པའི་ཕྱིར། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
ཀྱིས། ཁྱོགས་ཡོར་མཚན་མར་ཞེན་པའི་བདེན་འཛིན་དང་། ཁྱོགས་ཀྱིས་

ལན་པར་རྟོགས་པའི་ཆ་ད་མ་གཉིས། །མེད་པ་བསྐྱེད་ལ་བྱེད་པར་ཅི་ཡང་
མེད། །དབྱ་པོ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་དངོས་འཛིན་དང་། །དབྱ་ཡིས་གཞོད་
པར་རེས་པའི་ཆ་ད་མ་གཉིས། །ཞེ་སྤང་བསྐྱེད་ལ་བྱེད་པར་ཅི་ཡང་མེད། ཅེས་
གསུངས་པ་བདེས་ཆེད་ཅལ་གི་བྱལ་མཐའ་དེའི་སྤྱིང་དམར་དམར་པོ་དེ་
ཁྱོམ་བསྐྱབས་བྱས་ནས་བཅུན་མི་འདུག་གས། ད་དུང་ཉ་མ་གོ་ན་ཞེ་སྤང་
ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ལ། ཁྱོད་རང་དབྱ་པོའི་སྒྲུབ་ཏུ་ཞེ་སྤང་ལངས་པ་ཡིན་ནམ།
ཡང་ན་བདེན་བྱལ་གྱི་སྒྲུབ་ཏུ་ཞེ་སྤང་ལངས་པ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་འབྲི་ཞིག་
གཞོངས་དང་སྒྲོ་སྐྱེད་ཡོད་པའི་ལན་ཞིག་འབྲུལ་རྒྱ་རེད། །

ཅེས་ཡོད་པ་དང་བདེན་བྱལ་གྱི་ཡོད་པ་ལ་བྱེད་པར་བཞག་པ་དེ་ཅ་བའི་ཁོར་
འབྲུལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་དང་། ཡོད་ཀྱང་མི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་བཅའ་ཡང་རྟེན་རྒྱ་
མེད་ཅེས་སྒྲོན་བརྗོད་བྱས་པ་ཡང་གནད་ལ་སོང་མེད་དེ། ཅོམ་གྱི་མཁན་དང་དགག་
པ་རྒྱལ་མཁན་གྱི་ཆ་སྒྲུག་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་ཡིན་ཡང་ཆ་སྒྲུག་ཟེར་བ་གང་ཡིན་
ནམ། མགོ་དེའམ་རྒྱང་པ། ཡང་ན་ལག་པ་དང་། སྤྱིང་དང་སྤྱང་པ་སོགས་ཤུས་ཁྲག་
གསུམ་སྤེན་ནས་བཅའ་བ་ན། ཆ་སྒྲུག་རང་ངོས་ནས་ཚུགས་སུ་བ་ཞིག་རྟེན་རྒྱ་མེད་
པ་འདི་ཆ་སྒྲུག་བདེན་པར་མེད་པའི་རྟགས་ཡིན། ཡོད་ན་བདེན་པར་ཡོད་དགོས་ཤིང་
བདེན་པར་མེད་ན་ཡོད་པར་འགལ་བས་དེ་ལྟར་ན་མེད་དགོས་སོ་ཞེས་འདོད་ན། འོ་ན་
ཆ་སྒྲུག་ཁྱོད་ཀྱང་མེད་བཞིན་དུ་དགག་ཅོམ་གྱིས་པ་དང་། འོ་དུག་བདུན་ཞིག་ལ་སྒོ་བ་
སྤྱོད་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲོས་དང་འོ་གསུམ་ཅན་གྱི་བྱིས་པ་ཡན་ཆད་ཉལ་དགོད་ཤོར་
ངེས། ལྟ་ལ་ཡང་ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་བདེན་ཆད་དེ་རང་བཟོ་ཡིན་ཟེར་བ་ནི། རྗེ་མེས་ལ་
བདེན་ཆད་རང་བཟོ་བྱས་པའི་ལྷ་མོ་གཡོགས་པ་ཡིན་གྱི་མདོ་ལས། རང་གི་བདག་

ཉིད་སྟོང་པར་སྟོས།། ཕྱི་རོལ་དག་ཀྱང་སྟོང་པར་སྟོས།། གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་སྟོས་བྱེད་
པ།། དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་མིན།། ཞེས་པ་འདིས་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་དང་། སྟོས་
པ་པོའི་གང་ཟག་བདེན་དངོས་ཀྱི་ངོ་བོ་མེད་པར་གསུངས་པ་ལས་སྦྱིར་མེད་པར་
གསུངས་པ་ཡིན་ན་སྟོན་པ་ཁོང་མངོན་སུམ་ལ་སྟོན་གཤིང་བ་པོར་མི་འགྱུར་རམ། མ་
ཟད་གོང་དུ་བསྟན་པའི་བདག་པོ་སྟོན་པའི་བཀའ་དང་སྒྲ་སྒྲུབ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་
བླངས་པ་དག་གིས་དགག་བྱའི་བདེན་ཆད་གསལ་པོ་བསྟན་མི་འདུག་གམ། གཞན་
ཡང་མགོན་པོ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱིས། སྦྱེས་བྲུ་ས་མིན་རྩ་མ་ཡིན།། མེ་མིན་རྩུང་མིན་ནས་
མཁའ་མིན།། རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་ཀྱན་མིན་ན།། དེ་ལས་གཞན་ན་སྦྱེས་བྲུ་གང་།། ཞེས་
སྦྱེས་བྲུ་ཁམས་དུག་གི་ནང་ནས་བཅའ་ཡང་མི་རྟེན་པར། སྦྱེས་བྲུ་ཁམས་དུག་འདུས་
པའི་ཕྱིར།། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཁམས་དུག་འདུས་པ་ཅེས་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་དགོས་
པ་ལས་མ་བརྟེན་པར་རང་ངོས་ནས་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། རྒྱལ་སྲས་ཆེན་པོ་ཞི་
བ་ལྷས་ཀྱང་། སོ་དང་སྤྱ་སེན་བདག་མ་ཡིན།། བདག་ནི་རུས་པ་ཁྲག་མ་ཡིན།། ཞེས་
སོགས་ཀྱིས་བདག་བཅའ་ནས་རྟེན་རྒྱ་མེད་པར་གསུངས་པའི་གཞུང་དེ་དག་ལ་
མིག་གིས་བལྟ་ཞིང་སེམས་ནས་དཔྱད་དང་། བདག་ཡོད་ཀྱང་སོ་དང་སེན་མོ། མིག་
དང་ཤ་ཁྲག་སོགས་གང་ཡིན་དཔྱད་ན་མི་རྟེན་པར་གསུངས་པས་བདག་རང་སྦྱ་བར་
གཞན་ལ་སྟོས་མེད་དུ་བྱུབ་པ་དེ་བརྟགས་པ་མཐའ་བཟུང་གི་བདེན་ཆད་ཡིན་པར་
བཤད་པ་ལ་ལུང་དང་རིགས་པས་ཅི་ཞིག་གཞོད། སྒྲ་སྒྲུབ་དགོངས་རྒྱན་དུ། དག་པོ་
བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་དག་ཡིས་གཞོད་པར་ངེས་པ་གཉིས་དང་། རྟོགས་པོ་བདེན་
པར་ཞེན་པ་དང་། རྟོགས་ཀྱིས་ཕན་པར་ངེས་པ་བཅས་ཀྱིས་ཁོ་ཆགས་སྦྱེ་བ་ལ་ཁྱད་

པར་མེད་པར་བཤད་པ་འདིར་བྲངས་པ་ནི་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་
བཞེད་པ་རྣམས་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་མ་ཐུབ་པར་ཐུང་འཐེན་ཅམ་བྱས་པ་ཞིག་ལས་མེད་
དེ། བྲང་པའི་གསུང་རབ་ལ་གོམས་འདིས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་གཉེན་གྱིས་པན་པ་དང་།
དག་ཡིས་གཞོད་པ་ངེས་པའི་ཆད་མ་ནི་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་
ཡོད་ཀྱང་ཁྲི་ཆགས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མི་བྱེད་ཅིང་། བདེན་འཛིན་མ་རིག་པ་ནི་དེ་དང་མི་འབྲ་
བར་གང་ཟག་གང་གི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཡིས་རྒྱད་ལ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པས་
ཁྱད་པར་ལེན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་འདོད། གཞན་དུ་ན། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་སངས་
འཕགས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཆགས་སྤང་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་
དག་གཉེན་གྱིས་པན་གཞོད་རྟགས་པའི་ཆད་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།
ཁྱོད་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དེར་ཐལ། དག་གཉེན་གྱིས་པན་གཞོད་ཡོད་
པའི་ཕྱིར། མ་ཁྲབ་ན། བདེན་འཛིན་དང་ཆད་མ་མཚུངས་བསྐྱར་གྱི་ཅ་བའི་དམ་བཅའ་
བྱད། སྤྱད་གོངས་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པས་ཐལ་ངག་འདི་ལ་ལན་རི་ལྟར་བརྒྱག་
རྒྱ་ཡིན།

༼ ༣༣ ༽ དེ་ཡང་ཁོད་ཀྱི་མཁས་པ་རིམ་བྱོན་གྱི་ཁོད་ཏུ་སྤྱུབ་ཡབ་ཕྱས་
གྱི་དཀོངས་པ་འཆོལ་མཁན་ཁོ་ན་མ་གཏོགས། སྤྱུབ་ཡབ་ཕྱས་གྱི་དཀོངས་
པ་དེ་འགྲིག་མིན་གྱི་ཚུགས་སྤྱད་པས་མཐོ་གཏོང་ཁོད་མཁན་མི་གཅིག་གྱང་
མེད་པས་འན་མོང་པ་རེད། ཁོར་རྣམས་པ་ལ་ཡང་སྤྲུགས་ཁག་བྱོན་ནས་མེད་
དེ། སྤྱུབ་ཡབ་ཕྱས་གྱི་མཁུན་དཀོན་ལ་ཏ་མི་ལས་མཁན་ཞིག་དང་། དབུ་
མའི་རིགས་པ་ལ་ར་མི་མཚར་མཁན་གྱི་མཁས་པ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་འདིར་
སྤྱང་མ་བྱོང་ལ། ཁོར་ཡབ་ཕྱས་གྱི་དཀོངས་པ་བཞེས་སྤངས་དེར་རྩ་བ་རང་
ནས་མ་འགྲིག་པའི་རྟོག་འབྲུལ་ཞིག་ཤོར་ཡོད་སྟུང་པའི་པས་མཐོ་སྤྱད་ལ་ཡང་

འཁོར་ཁྲོད་མེད། འོན་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་རིམ་བྱིས་ཤོར་བྱ་འཕེལ་
ནས་བྱས་པ་བས་ཉི་ཤུ་པར་སྒྲིབ་པ་ན། ཉ་གཟུང་སྟོན་ཀྱི་མི་ནམས་ཀྱི་སྒོ་ཕྱེལ་
ལས་འདས་པ་འི་སྒོ་སྒྲིབ་ཁ་ཅིག་རྒྱ་ལོད་པ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རྟོག་པ་རྒྱུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བྱས་ཆོད་ཉི་
ཤུར་ཐགས་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲིབ་འཁོར་ཅན་ཀྱི་དཔེ་སྒོ་སྒོ་ཐགས་ཉི་ཤུས་ཆོད་
དེར་བརྒྱས་པ་འི་ཤུར་རྒྱ་ལྟ་བུ་འོས་འཁོར་ཡོངས་བྱེད་ཀྱིས་བྱེད་ཀྱིན་
ཡོད། གནའ་མོའི་རྒྱ་ལོད་ཀྱི་སྒོ་ཐགས་དཔེ་སྒོ་ཐགས་ཉི་ཤུར་ལྟ་བུ་རྒྱ་ལྟ་བུ་ཉི་ཤུར་གཞིར་
བཞག་གི་རྒྱ་ལོད་ཉི་ཤུས་ཀྱི་ཤུར་མཐའ་མའི་ཤེས་པ་གཅིག་ལ་ཐུབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་
ཡོད་མེད་ཀྱི་བརྒྱུ་དབྱེད་གནད་པ་རྟོག་པ་ཆ་ཤས་ཡོད་ན་ཤུར་མཐའ་འོས་
མེད་ཅིང་ཆ་མེད་ཡིན་ན་རྒྱ་ལྟ་ཆོས་ཀྱི་ཤུར་པར་གཞིགས་ནས་ཤེས་པ་སྒྲིབ་མེད་
བྱ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་རྟོག་པ་གཞི་ཡིན་པ་ཅན་ཆོད་ཀྱི་ཤུར་མེད་ན་
དབྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་འདི་ལ་ལན་འདྲེལ་སྒྲུས་ཀྱང་བྱས་པེ་བྱལ། ༽

མགོན་པོ་སྐུ་སྐུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་ཅན་སྟོན་པའི་གཞོན་མེད་ཀྱི་རིགས་པ་ལ་ད་བར་དུ་
རྒྱ་མཆོན་ལྷན་པའི་སྐུ་འབྱེད་ཞིག་ལྷང་མ་ལྷོང་ལ་ཕྱིས་འབྱུང་ལ་ཡང་མི་སྲིད་པའི་
ཆོད་རེད། གང་ཞེན་གཏིང་ཕྱིན་པའི་དབྱེད་བསྐྱར་དང་། གནས་ལུགས་དང་མཐུན་
པའི་གསུང་ཆོག་རྒྱུང་པ་ལས་སེམས་ལ་གང་ཤར་དང་ཁ་ནས་གང་སྟོན་བཤད་པ་
གཏན་ནས་མེད་པས་རེད། དུས་ཀྱི་སྐུང་མཐའ་ཤེས་པ་ལ་ཆ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབྱེད་པ་
དང་ཆ་ཡོད་ན་སྐུང་མཐའ་མི་འཐད་པ་དང་། ཆ་མེད་ན་རྒྱན་ཅོམ་མི་སྐུབ་པར་མཐོང་
ནས་ཤེས་པ་སྒྲིབ་མེད་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་པར་བཤད་པ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་མ་དབྱེད་པའི་གཏན་
སྒྲིབ་སྐུབ་མཐའ་གོང་མ་དག་གིས་དུས་སྐུ་ཕྱིའི་ཆ་ཤས་མེད་པའི་ཤེས་པ་སྒྲིབ་ཅིག་པ་
དང་། དེ་འཐུད་པའི་རྒྱན་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་སྐུབ་མཐའ་སྒོ་བསྐྱར་བས་
བཞག་པའི་སྒོ་བརྒྱུགས་ཅོམ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལས་རང་ལུགས་འཐད་སྒོ་གསུ་སྐུ་

ཁས་ལེན་དེ་འདྲ་བྱས་པ་ཞིག་མེད། དབྱ་མ་པས་སྤང་མཐའི་ཤེས་པ་དང་། རྒྱན་
བཅས་ཀྱི་ཤེས་པ་འི་རྣམ་གཞག་འདོག་མ་སྤྱབ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེ་མེད་དུ་གཏན་ལ་ལཔ་
ཅེས་པ་ཡང་འདུས་བྱས་སྦྱེ་མེད་ཀྱི་དོན་དང་། སྦྱེ་མེད་དུ་སྤྱུབ་པའི་རྒྱ་མཚན། སྤྱུབ་
དགོས་པའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་ཅེས་ཡང་ངོས་ཟེན་མི་འདུག་པས་དབྱ་པར་ལ་སྤྱངས་
པ་ཅུང་ཅེས་བྱེད་སྤྱིང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་མགོ་བོ་འཕྲད་དུ་གཡུགས་རྒྱུད་བྱེད་རྒྱ་
ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་འདུག ཤེས་པ་སོགས་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྦྱེ་མེད་དུ་
གསུངས་པ་ནི་དེ་དག་གཏན་ནས་མེད་ཟེར་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེ་བ་མེད་པར་
གསུངས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྤྱིར་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་
ལས་སྦྱེ་ཡང་བདེན་པར་བྱུབ་པའི་རྒྱ་ལས་སྦྱེ་བ་མེད་པ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར།

༼ ༣༣ ༽ དགེ་རྒྱན་པའི་མཁས་པ་ཆོས་ཤེས་པ་མེད་ཟེར་བཞག་ན་རྒྱུར་
འདྲེབས་སུ་འགྲོ་བར་དགོངས་ནི། ཤེས་པ་ཤར་ཅིག་མ་གཉིས་མཐུད་ནས་
རྒྱན་ཆོས་ཤར་པས་བར་རྩོད་མེད་ཅིང་སྤྱག་འཕྲད་ཀྱང་མེད་པ་འདི་རྒྱ་རྒྱུབ་
ཡབ་ཕྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་གསུངས་ཀྱང་། བར་རྩོད་དང་སྤྱག་རིག་གཉིས་
ཀ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་བཅས་རྩ་བ་ནས་མེད། རྩོས་བཅས་རྒྱ་བས་དངོས་པོ་སོ་
སོའི་འབྲུལ་རྒྱོད་ལས་ལོགས་སུ་དུས་ཆོད་རང་རྒྱ་བར་མེད། ཅེས་བཤད་པ་
འདིས་གཞི་ནས་ཤེས་པ་གཅིག་ལ་རྒྱ་ཕྱི་འི་རྩ་བ་སྤོང་མེད་བཞག་པ་ཉི་དོན་
མེད་རྒྱུར་ལོག་གི་བསམ་སྒྲོ་ཡིན་པར་ར་འཕྲོད་པ་རེད། ༽

ཅེས་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པ་ལ་འགལ་ཁུར་ཞིག་བཏང་ཁུལ་བྱས་འདུག་པ་འདི་ནི་
དགེ་རྒྱན་པའི་བཞེད་པ་ལ་དབྱུད་པ་བྱས་པ་ལྟ་ཞོག་སྒྲིགས་བཅས་ལ་ཞིབ་སྤྱིའི་བལྟ་
སྒྲིག་ཅེས་ཡང་བྱས་ཡོད་དམ་སྤྱུམ་ནས་དོགས་པ་དབང་མེད་དུ་ཟེ་གི་འདུག དགེ་

ལུགས་པའི་འདོད་པ་ལྟར་ན་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་འབྱུང་ནས་རྒྱན་ཚོས་དུས་
ཟུག་འཕྲད་མེད་པར་འདོད་ཅེས་པ་ནི་རྟོལ་ཆོད་ལས་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱིས། གང་ཕྱིར་བརྟེན་
འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་ལམ་ལྟོས་གྲུབ་
མ་ཡིན་པའི་ཆོས་འགའ་ཡང་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱད་དོད་པ་ཉི་
ཉ་ཞེས་པ་བརྟེན་ལྟོས་ཤད་གསུམ་ལ་འཇུག་ཅིང་། བརྟེན་ལྟོས་འཕྲད་གསུམ་གནད་
དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་པས་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་ཟུག་འཕྲད་མེད་པར་ག་ལ་
བཞེད། བར་སྟོང་ཡོད་མེད་གྱི་སྐྱད་ཆ་འདི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་གསལ་རིག་ལ་
ཡོང་དོན་གཏན་ནས་མེད་པས་དགེ་ལྡན་པས་དེ་ལ་བྱུང་པར་མེད་པའི་བྱུང་པར་ཞིག་
གང་དུ་ཕྱེས་འདུག་སྟོན་ཅིག་མ་ཟད་དུས་གསུམ་གཏན་ལ་འབབས་སྐབས་ད་ལྟ་བ་
དང་། མ་འོངས་པ་གཉིས་ཆ་འདས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་པར་བཞེད་པས་ད་ལྟ་བ་
འདས་པ་ལ་ལྟོས་ཤིང་འཕྲད་ན་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་དང་མི་
འཕྲད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཅི་ཞིག་ཡོད། འདི་ལྟར་ཐེ་གླ་མས་ཅ་ཤེད་རྣམ་བཤད་ཆེན་མོ་
ལས། གལ་ཏེ་གཞན་སྔ་དུས་རྟག་པར་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན་དུས་གཉིས་པོ་འདས་པ་
ལ་ལྟོས་མི་དགོས་སོ་སྣམ་ན། འདས་པ་ལ་ནི་མ་ལྟོས་པར་དུས་དེ་གཉིས་གྲུབ་པ་ཡོད་
པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཐོབ་ནས་དེ་ལས་མ་བརྒལ་བའམ་མ་
འདས་པ་ལ་ད་ལྟར་བར་གཞག་དགོས་པས་ད་ལྟ་བ་འདས་པ་ལ་མི་ལྟོས་པ་འགལ་ལ།
དེའི་ཕྱིར་མ་འོངས་པ་ཡང་བརྒྱད་ནས་འདས་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་ཏེ་ད་ལྟར་མ་འོངས་
པས་མ་འོངས་བར་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ལ་གཞིགས་དང་སྐྱད་
ཅིག་སྔ་ཕྱི་སོགས་དུས་གསུམ་འཛོག་ཚུལ་ཤ་ཞིབ་ལ་སྒོ་རྒྱས་པར་འགྲུར་རོ།

ལྷོས་བཅས་སྤྱོད་བས། དངོས་པོ་སོ་སོས་འགྲུལ་སྤྱོད་ལས་ལོགས་སུ་རང་སྤྱོད་བཞི་
དུས་ཚོད་མེད་པར་བཤད་པས་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་ཕྱི་བཞི་དབྱེད་པ་འདི་དོན་མེད་
ཡིན་པའི་ར་སྤྱོད་སྤྱབ་ཚུལ་བཤད་པ་འདི་ནི། སངས་རྒྱས་པས་ལྷོས་བཅས་སུ་
ལྷོས་སྤྱབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བརྒྱུད་པོ་དེ་ལས་ལྷག་ཅམ་གྱི་དེད་རབས་གྱི་བཤད་ཚུལ་
ཞིག་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཚོད་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཁོང་ཅག་གིས་གཟུགས་ཅན་
གྱི་དངོས་པོ་རགས་པའི་ཐོག་ཏུ་སྐྱོར་ནས་དུས་གསུམ་གྱི་འགྲུལ་བཤད་ཅིག་གྱེད་
གྱིན་ཡོད་ནའང་། གཟུགས་འདས་སེམས་གྱི་ངོ་བོའི་ཐོག་ཏུ་དབབ་ནས་དུས་གསུམ་
གྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་འབེབ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་ཅན་མིན་པ་ཤེས་པའི་ཐོག་
ཏུ་དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་གཏན་འབེབས་སྤྱབ་ཆེ་དངོས་པོའི་འགྲུལ་བསྤྱོད་
ཅམ་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་དེ་དོན་མེད་སྐྱོར་ལོག་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཉེན་ཆེནོ། དེས་ན་
ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དབྱུ་མ་པས་ཤེས་པ་སྤྱི་ལ་སྐྱད་ཅིག་གི་
ཆ་ཤས་ཡོད་མེད་དཔྱོད་པ་འདི་དོན་མེད་སྐྱོར་ལོག་ཡིན་ཚུལ་གཞར་ཡང་མེད་དོ།

རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་དངོས་པོའི་འགྲུལ་སྤྱོད་ལས་ལོགས་སུ་རང་སྤྱོད་བཞི་དུས་
ཚོད་མ་འདོད་ཕྱིན། ཤེས་པ་ལ་སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་ཕྱི་བཞི་དོན་མེད་ཡིན་པར་འགྲུབ་སྤྱབ་གྱི་
ཡོད་ན། ནང་པའི་གཞུང་ནས་ཀྱང་རང་སྤྱོད་བཞི་དུས་ཚོད་ཅིག་གཏན་ནས་མི་འདོད་
པས་ཤེས་པ་ལ་སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་ཕྱི་བཞི་དོན་མེད་ཡིན་པར་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཉ་གོ་དོན་
གསལ་ཆགས་དགོས་ཀྱང་བྱུང་མི་འདུག་པས། དེ་ལས་གཞན་པའི་དཔྱོད་ཚུལ་
དམིགས་བསལ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན་ཤེས་པ་ལ་སྐྱད་ཅིག་གི་ཆ་ཕྱི་བཞི་ལྷགས་གཏོར་
རུས་པས་འབད་བཅོན་ལྟོད་མེད་གྱིས་ཤིག་གཞན་དེར་གི་སྐབས་སུ་དུས་གཟུགས་

ཅན་དུ་འདོད་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་ནི་ད་དུང་དབྱང་གཞིའི་གནས་ལས་ཡིད་ཆེས་རྒྱང་གིས་སྒྲ་ལ་སྒྱིན་མི་བྱུང་སྟེ། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་དག་ལ་དུས་གྱི་རྣམ་གཞག་གྲེད་པ་ལ་རིང་དུ་འགྱུར་རོ། ཁོང་ཅག་གིས་བཤད་པའི་ལྟོས་བཅས་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཁྱད་པ་འབྱོར་བ་ལ་ཐོག་མར་གཟུགས་འདས་གྱི་གསལ་རིག་ཤེས་པ་ཟེར་བ་ཞིག་མེད་པར་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་གྲུབ་ན་གཞི་ནས་ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་སྒྲ་ཕྱི་ཕྱི་བའི་ལྟ་ལྟ་དེ་ཐོ་བས་བརྟུང་བ་ཡིན། དེ་ལས་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྟེང་གི་ཁྱད་ཆོས་གྱི་རང་བཞིན་དེ་གཟུགས་ཅན་ཡིན་མིན་ཆ་ཆང་ལ་ཁ་བགོས་བྱེད་མི་བྱུང་ལ། ཆན་རིག་པས་གཟུགས་ཅན་ལ་དབྱང་པའི་རིགས་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཟུགས་ཅན་མིན་པའི་ཆོས་ཤིག་ལ་བཅའ་སྒྲུར་བྱས་པ་ནི་ར་མགོ་ལྷག་སྒྲུར་ལས་མ་འདས་ལ་གཤམ་ཏེ་རིགས་མཚུངས་ཤིག་བཏང་ཡང་རིགས་ལོག་ལས་འགྲོ་ས་མེད། དེར་སང་གཟུང་གནས་གྱི་ཆན་རིག་པ་དང་བཟོ་སྒྲིང་བྱེད་དུས་ནང་པའི་གསུང་རབ་ནས་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་གྲུབ་འདི་ལ་ཡིད་སྟོན་དང་། རོས་ལེན་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་མེད་པའི་ཆོད་རེད། ནང་པས་བཤད་པའི་ལྟོས་གྲུབ་ལས་ཆོད་མཐོ་བའི་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་རིག་པ་ཞིག་ཁོང་ཅག་གིས་བཤད་པའི་ལྟོས་བཅས་ཀྱི་རིག་པ་འདི་ལ་ཁ་ཆང་བ་དང་གཉིང་བཅས་པོ་ཞིག་མེད་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༼ ༣༩ ༽ དེ་བཞིན་ཡབ་སྐུ་མ་ཕྱིས་ཤེས་པ་ལ་དཔྱད་པའི་རྒྱུ་ལས་སྒྲུ་རགས་པ་བཤིག་ན་རྒྱལ་དུ་འཕྱིན་པ་ལ། རྣམ་གཞིའི་རྒྱལ་དེའང་ཕྱགས་གྱི་ཆ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་རྒྱང་མཐའི་དོན་མེད་ཅིང་ཆ་མེད་ཡིན་ན་རགས་པ་རྣམས་མི་རྒྱས་པར་དཀོར་པ་ཏེ་རྒྱལ་ཕྱན་སྒྲེ་མེད་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་མེད། གཤམ་ཡིད་ཆོད་རྒྱལ་རྒྱས་རིག་འདི་བྱུང་མེད་ན་དེུ་མའི་རིགས་པ་འདི་ལ་

གྱི་དབྱུང་བསྐྱུར་ཞོར་བར་བསྐྱབས་ཐུབ་ན། གནའ་མ་མོ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
རབ་རྣམས་སུ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྒྱས་པས་གཟུགས་ཅན་དབང་པོའི་རྒྱ་བྱེད་ཚུལ་
གསུངས་པར་མ་ཤེས་སམ། གཞན་ཡང་རྒྱས་བྱམས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་གོ་རྒྱུ་ཡོད་ལ་
མེད་ལ་དེ་འདྲ་བཏགས་མེད་ཀྱང་། རོན་ལ་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་རྒྱས་པ་ཞིག་
ལས་གཟུགས་ཅན་འབྱུང་བ་དེ་ཕྱིས་སུ་རིག་གསར་པས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་ནང་པའི་དགེ་སློང་རྣམས་ཀྱིས་གནའ་ནས་ཉིད་པའི་རིགས་འགྲོས་ཉིད་པ་
ཞིག་ཡིན། ཁྱོད་ལ་གསར་པ་ཡིན་ན་གསར་པའི་གོ་མི་ཆོད་པས་གནས་སྐབས་
གསར་ཉིད་ཀྱི་སྐད་གསང་མ་བསྐྱབ་ན་ལེགས་སོ།

གནའ་དང་རིགས་པ་འཐབ་པའི་གཡུལ་ས་ན།

རིག་གསར་རལ་གྱི་འོ་ལ་མ་བཟོད་ཅིང་།

ཕྱི་ཕྱིར་བཞེད་པའི་དགེ་སློང་གསར་བྱ་ལ།

མི་འཇིག་རྟེན་འཇིགས་པའི་གོགས་ལ་བྱོན།

གསུམ་པ། ཆོད་མའི་འཇགས་ཀྱི་མཐོ་རིས་དང་བར་པའི་རྣམ་
གཞག་དབྱུང་པ་ལ་དོགས་མེད།

༩༣༥། རྣམས་བྱུང་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་སོགས་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་
གིས། མདོ་ཁྲུང་ཟུར་རྩེ་བྱངས་ནས་ཆོད་མ་རིག་པའི་ཁྲུངས་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་གསུང་ལ་གཏུག་ཅི་བྱུང་མཇུག་ཡོད་ཀྱང་། གསུང་རབ་གང་ཏེ་ཡང་ཆོད་
མ་དང་ཆོད་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། ཉགས་ཡང་དག་དང་རྩྭ་རྩྭ་གི་

ནམ་དེའི་གསལ་པོར་མ་གསུངས་ཤིང་། མཚན་གཞི་ཙམ་ནི་འཇིག་རྟེན་འཆོ་
བའི་ཁྲིད་དུ་འདྲ་ཡོད་པས་བྱངས་སུ་མི་འགྲོ། ༽

མདོན་སུམ་གྱི་ཆོད་མ་དང་། ཏུ་ལྷན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་དཔོག་པའི་རྗེས་དཔག་
སོགས་ནི་བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་པ་ཞིག་གིས་གཏན་ལ་པབ་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར། དམངས་
ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱོད་པོས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་སུ་བ་པའི་ཆོད་མའི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་ནི་
གཞི་རིམ་གྱི་མང་ཆོགས་ཁྲིད་ན་གདོད་ནས་དར་བ་ཡིན། དེ་དག་མང་གཞི་བྱས་ཏེ་
རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཏུ་གཏན་ལ་པབ་པའི་རྣམ་གཞག་ཐར་ཐོར་རེ་ནི། སྟོན་པ་
སངས་རྒྱུ་འཇིག་རྟེན་འདིར་མ་བྱོན་པའི་གོང་ནས་འཕགས་ལུལ་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་
བར་སྐོང་སྤྱོད་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་སྐོལ་གཏོད་ནས་ཡོད་པར་སྤྱོད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་
གསུང་རབ་རྣམས་སུ་ཆོད་མ་དང་ཆོད་མིན། ཏྲགས་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྤང་བཅས་ཀྱི་
རྣམ་གཞག་གསལ་པོ་གསུངས་མེད་ཟེར་བ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་ཞིབ་
འབྱུག་མ་བྱས་པའི་རང་ཏྲགས་ཙམ་ལས་དངོས་དོན་དང་མཐུན་པ་ག་ལ་ཡིན། མདོ་
སྤྱོད་གོངས་པ་ངེས་འབྱེལ་ལས། ཡང་དེ་ལྟར་ན། འཐད་པར་སྤྱོད་པའི་རིགས་བདེ་ནི་
མདོན་སུམ་གྱི་ཆོད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཆོད་མ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་གི་
ཆོད་མའི་མཚན་ཉིད་ལྔ་པོ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་ཆོད་མའི་རྣམ་
གཞག་གསུངས་པ་དང་། དཀོན་བཅེགས་མེམ་ཅི་ལུང་བསྟན་པའི་ལེའུ་ལས། ཡང་
དག་མཐའ་ནི་ངས་བཤད་པ། ཕྱི་ཅི་ལོག་དེའང་ཡང་དག་མཐའ། ལོག་པའི་སྒྲོ་ཅན་
བྱིས་པ་རྣམས། ཡང་དག་མཐའ་ནི་མ་ཤེས་སོ། ། ཞེས་ཆོད་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་
གསུངས་པ་དང་། དཀོན་བཅེགས་འཇམ་དཔལ་གྱིས་ཞུས་པའི་ལེའུ་ལས། མ་འོངས་

པའི་དུས་ན་དང་པའི་རིགས་གྱི་བྱུང་མ། རིགས་གྱི་བྱུ་མོ་འབྱུང་བ་དེ་དག་གི་རྣམ་པ་
དང་། རྟགས་དང་། མཆོན་མ་ནི་གང་དག་ངས་ད་ལྟར་བསྟན་པ་འདི་དག་ཡིན་ནོ།
ཞེས་སོགས་གྱིས་རྒྱ་མཆོན་ནམ་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་དཔོག་པའི་རྟགས་
སྤྱི་ཡི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ་དང་། ཆོས་བཙུ་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་ནས་འབྲས་རང་
མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པའི་སྐོར་ནི་གསར་བྱ་བསྐྱས་
རྟགས་སྟོ་གསུམ་ལ་སྐྱུངས་སྟོང་མཁན་ཚུན་གྱིས་སྟོ་ལ་གསལ་ལ་ཨ་ལེར་ཡོད།
དགོངས་པ་ངེས་འབྱེལ་ལས། རིགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ལྟོས་པའི་
རིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་དང་། འཐད་པས་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་དང་།
ཆོས་ཉིད་གྱི་རིགས་པ་ལོ། དེ་ལ་ལྟོས་པའི་རིགས་པ་ནི། འདུ་བྱེད་རྣམས་འབྱུང་བ་
དང་། རེས་སུ་ཐ་སྟོན་གདགས་པའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྟེན་གང་དག་ཡིན་པ་
སྟེ། དེ་ནི་ལྟོས་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། ཆོས་རྣམས་འཐོབ་པའམ། འབྱུང་པའམ། སྐྱེས་
པ་རྣམས་ལས་བྱེད་པར་འབྱུང་པའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྟེན་གང་དག་ཡིན་པ་
དེ་དག་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། མོ་སའི་ཤེས་པ་དང་། བཤད་པ་དང་།
སྐྱས་པའི་དོན་སྐྱབ་པ་དང་། ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་
དང་། རྟེན་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཐད་པས་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། དེའང་
མདོར་བསྐྱས་ན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་མ་དག་པ་ལོ།
དེ་ལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་ལྟོས། ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་
བདུན་ནོ། དེ་ལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་ལྟོ་པོ་དག་གང་ཞེ་ན། དེ་མདོར་སྐྱས་
དུ་དམིགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་གནས་པ་མདོར་སྐྱས་དུ་དམིགས་པའི་མཆོན་

ཉིད་དང་། རང་གི་རིགས་ཀྱི་དཔེ་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཡོངས་སྤྱུ་བྱ་བ་
པའི་མཚན་ཉིད་དང་། ལུང་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་གཏན་ལ་ཐབ་པར་བསྟན་པའི་
མཚན་ཉིད་དོ། དེ་ལ་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་
སྤྱུ་བ་སྤྱལ་བ་ཉིད་དང་། ཚས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་ཉིད་འཛིག་རྟེན་ན་མངོན་
སུམ་དུ་དམིགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་དང་། མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་
དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་པ་ཉིད་དང་། འཛིག་
རྟེན་པ་རོལ་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། ལས་དགེ་བ་དང་། མི་དགེ་བ་རྒྱུད་མི་ཟ་བ་དེ་ལ་གནས་
པའི་མི་རྟག་པར་རིགས་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སེམས་
ཅན་སྣ་ཚོ་གས་ལས་སྣ་ཚོ་གས་ལ་གནས་པ་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་
དང་། སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་སྤྱུ་བ་སྤྱལ་བ་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་གནས་པ་
མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། གང་གིས་མངོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་པ་ལ་
རྗེས་སྤྱོད་པར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ལ་གནས་
པ་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། རང་དང་བྱི་རོལ་གྱི་འདུ་བྱེད་
རྣམས་ལ་གྲགས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་པའི་འཆི་འཕོ་དང་། སྤྱི་བ་
དམིགས་པ་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་དང་། སྤྱི་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱུ་བ་སྤྱལ་དམིགས་པ་ཉེ་
བར་སྦྱར་བ་དང་། རང་དབང་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་དང་། པ་རོལ་དག་
ནའང་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་པའི་འབྱོར་བ་དང་། རྒྱུད་པ་དམིགས་པ་ཉེ་
བར་སྦྱར་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་གི་རིགས་ཀྱི་དཔེ་ཉེ་བར་
སྦྱར་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། དེ་ལྟར་དེ་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་

པའི་མཆན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་གནས་པ་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་དང་།
རང་གི་རིགས་ཀྱི་དཔེ་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གྲུབ་པ་བྱ་བ་ལ་
གཅིག་ཏུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ།
འཇམ་དཔལ། གཏན་ལ་དབབ་པར་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་གསུངས་པ་
འདི་ལྟ་སྟེ། ལྷ་ལས་འདས་པ་ནི་ཞི་བའོ། ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལུང་གིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་གཏན་ལ་ཐབ་པར་བསྟན་པའི་མཆན་
ཉིད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། དེ་ལྟ་བུས་ན་མཆན་ཉིད་རྣམ་པ་ལྔ་པོ་དེ་དག་གིས་
རིགས་པ་བརྟག་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་སྟེ། ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཕྱིར་བསྟེན་པར་བྱའོ།
བཅོམ་ལྡན་འདས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མཆན་ཉིད་རྣམ་པ་དུས་རྟོགས་པ་བསྐྱི་
ལགས། འཇམ་དཔལ། ལྷས་ཏེ། གང་སུ་ཡང་རྒྱུད་བ་ཞིག་རྒྱུད་ན། འདིག་རྟེན་དུ་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་སྦྲ་རྣམ་པར་གྲགས་པ་དང་། སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་མཆན་སུམ་
ཏུ་ཅ་གཉིས་དང་ལྡན་པ་དང་། སྟོབས་བཅུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐེ་ཆོམ་
ཐམས་ཅད་གཙོད་པ་དང་། མི་འདིགས་པ་བཞིས་ཆོས་སྟོན་པའི་དེའི་ཆོག་ལ་པས་ཀྱི་
ཁྲོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཀྟལ་དུ་མེད་ཅིང་བཅད་དུ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སུའི་
ཆོས་འདུལ་བ་ལ་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་སྤང་ཞིང་དགེ་སྦྱོང་བཞི་སྤང་
བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་དང་། མཆན་དང་། ཐེ་ཆོམ་གཙོད་པ་དང་། བཀྟལ་དུ་
མེད་ཅིང་བཅད་དུ་མེད་པ་དང་། དགེ་སྦྱོང་དམིགས་པས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
མཆན་ཉིད་ལྔ་རིག་པར་བྱའོ། དེ་ལྟར་འཐད་པའི་སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་དེ་ནི་མངོན་སུམ་
གྱི་ཆད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཆད་མ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་གི་ཆད་མས་

མཆན་ཉིད་ལྷ་པོ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན་ནོ། ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་མཆན་
ཉིད་རྣམ་པ་བདུན་གང་ཞེ་ན། དེ་ལ་གཞན་དང་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་
དང་། དེ་ལས་གཞན་དང་མི་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། ཐམས་ཅད་
མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། ཐམས་ཅད་མི་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་
མཆན་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་རིགས་གྱི་དཔེ་ཉེ་བར་སྒྱར་བའི་མཆན་ཉིད་དང་། ཡོངས་
སུ་མ་གྲུབ་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། ལྷང་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་མ་དག་པ་བསྟན་པའི་མཆན་
ཉིད་དོ། དེ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱི་རྣམ་པ་ཤེས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་ཉིད་བྱ་
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཉགས་
དང་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། ལས་དང་ཆོས་དང་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་མཆན་ཉིད་མི་མ་སྤྱན་པ་
རྣམས་གྱི་མཆན་ཉིད་མི་མ་སྤྱན་པ་གང་ཡང་རྒྱུད་བས་པན་ཚུན་མཆན་ཉིད་མི་མ་སྤྱན་
པ་ངེས་པར་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མི་མ་སྤྱན་པ་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་
ཡིན་ནོ། འཇམ་དཔལ། དེ་ལ་དེ་ལས་གཞན་དང་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་
ཉིད་དཔེ་དང་བཅས་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མི་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡོད་
པས་དེ་ན་དེས་གྲུབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་
པའི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། དེ་ལས་གཞན་དང་མི་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་
ཉིད་དཔེ་དང་བཅས་པ་ལ་འང་ཐམས་ཅད་མ་སྤྱན་པར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡོད་
པས་དེས་ན་དེས་གྲུབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་དེ་འང་ཡོངས་སུ་མ་
གྲུབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རིགས་པས་བརྟག་པ་
ཡོངས་སུ་མ་དག་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། དེ་ལྟར་

ལེན་ཏུ་རྒྱས་པར་མ་དག་པ་བསྟན་པའི་མཆན་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་ཡོངས་སུ་
མ་དག་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱལོ། དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱལས་བྱང་ཡང་
རུང་། མ་བྱང་ན་རུང་སྟེ་ཆོས་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་གནས་པ་
ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་ཆད་མའི་རྒྱས་
གཞག་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་གཏན་ལ་པལ་འདུག་པས་ན། དཀའ་ཆོགས་ལ་མ་སྟོས་
པར་སྟོན་ཅུང་ཅིག་བསལ་བའི་རེ་བས་བཤུ་འགོད་བྱས་ཡོད་པས། ཆད་མའི་རྒྱས་
གཞག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལས་མ་གསུངས་སོ། ཞེས་བསྟན་གསུངས་པ་ནི་
སྤྱུའུ་ཡོས་རྒྱ་བ་ལྟར་རང་སྤྱིག་རང་གིས་བཀལ་བ་ཡིན་པར་ཆོས་གསལ།

འོན་ཀྱང་ཞིབ་ཆ་དགོས་པ་ཞིག་ནི་སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་སྐབས་
དེར་ཆད་མ་དང་། ཆད་མིན། ཉགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་དང་། སངས་ཀ་སོགས་
གསལ་པོར་གསུངས་ནའང་། ཆད་མའི་མཐའ་གཅོད་དང་། དོགས་སེལ། ལྷན་ཀ་
སོགས་ལ་ཞིབ་འདུག་བཅས་ནི་རིམ་གྱིས་བྱང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཉགས་ཡང་དག་
གི་དབྱེ་བ་དང་། ཚུལ་གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་སོགས་ལ་བྱི་ནང་གཉིས་ཀས་ཞིབ་
འདུག་དང་། གསར་བཅོས་མང་དུ་བྱས་ཤིང་། ལྷག་པར་སྟོབ་དཔོན་བློགས་ཀྱི་སྒྲང་
པོས་ཆད་མ་ཀུན་བཏུས་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ་སོགས་ཀྱིས་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་ཆད་
མ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་ཉིད་གཏན་ལ་པལ། དེའི་རྗེས་སུ་འདྲོའུ་དཔོན་གྱི་
སྟོབ་མ་དབང་ལྷག་སྟེ་ལ་སོགས་པའི་རང་སྟེ་ཁག་ཅིག་དང་། གཞན་སྟེ་རི་སྟེང་ཅིག་གི་
ཆད་དུ་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཆད་མ་སྟེ་བདུན་བྱ་བ་མཛད་ཅིང་། འཛིག་
རྟེན་འདིར་ཆད་མའི་གཞུང་ལུགས་འདི་ཉིད་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བར་མཛད་དོ།

དེས་ན་སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཡབ་སྲས་ནི་དེར་དུས་སྤྱུང་ལུ་སྤྲེགས་ཀྱི་སློབ་
དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆད་མ་རིག་པ་ལ་མཛད་རྗེས་ཆེ་བར་བསྡུགས་ཤིང་། སློབ་
དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ལོ་ལ་བའི་སྤྲེགས་མ་རྟེན་
པས་ཁོང་ཅག་གི་ཆད་མའི་གསང་གནད་ལག་འཁྱིལ་ཀྱང་། སློབ་དཔོན་གྱི་རིགས་པའི་
འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་སྤར་གྱི་ཐེན་མཆའ་ས་རྣམས་སློ་དྲེགས་སྒྲོན་འཕྲི་བྱས་ཐེན་
སྐད། ཆད་མ་སྤེ་བདུན་མདོ་དང་བཅས་པ་འདི་དག་གིས་ནི་ནང་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་
ཕྱི་རོལ་པའི་ཆད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཡང་ཤུགས་རྒྱུན་ཏུ་ཅང་ཆེ་བ་བྱུང་
ཡོད་པར་གསལ། སྤྱིར་བྱུང་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྤར་གྱི་ཆོས་འབྱུང་ཁྱད་ས་
རྣམས་སྤེ་མདོ་སྤེ་དཀོན་མཆོག་བཅེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱ་བཅོས་པ་ཆོས་སྐྱོབས་
ཀྱིས་མངོན་རྗེས་ཀྱི་ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་གཏན་ལ་པབ་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་།
འདི་ནི་མདོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་གི་བསྐྱུན་བཅོས་ཆེས་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་
པར་ངེས། འོན་ཀྱང་བསྐྱུན་བཅོས་དེ་བོད་དུ་འབྱུང་ཡོད་ཆོད་མི་འདུག་ཅིང་། བཤད་
བྱའི་མདོ་ནི་མདོ་སྤེ་དཀོན་མཆོག་བཅེགས་པའི་སྐྱོར་དེ་ཡིན་འདུག་པས་གཟུ་བོར་
གནས་ཤིང་དོན་གཉེར་དང་ལྷན་པ་རེ་མཆིས་ཆེ་མདོ་འདི་དག་ལ་སྤྱན་རས་གཤོ་ཅམ་
མཛད་ན་རང་སློབ་འཆའ་ས་པའི་འབྲས་བྱ་རེ་ཡོང་ངེས་ལགས།

༼ ༣༦ ༽ རྒྱལ་ས་འདིའི་དབྱུང་བྱ་ཡང་ཆད་མ་རིག་པ་དངོས་དེ་ཡིན་
པར་ཆད་མ་བྱུང་པའི་མེད་དེའི་ནང་དོན་ཏེ་ཆོས་ལུགས་དང་ཐད་ཀར་
འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཁ་ཅིག་ཡིན། དེ་ལ་ཐོག་མར་དབྱུང་འོས་པ་ནི་སྤྱི་
ཡོད་ཀྱི་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཅམ་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་པ་ལ་བྱུང་
ཁ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་། གལ་སྤྱིར་མེད་པའི་དབང་དུ་བཟང་ན་ནི་འཛིག་

ཞིག་ཡིན། མི་ཞིག་རྒྱན་མ་རེད་ཟེར་ནས་ཁག་དགྲི་བྱས་ནས་རྒྱན་མ་མིན་པར་ཐག་
 ཚོད་ཆོ། ཁོ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ན་པམ་ཁ་དང་རྒྱལ་ཁའི་མཆོམས་ཆོགས་གང་
 ཅས་བཟུང་། འདི་ནི་ཆོས་ལུགས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་རང་གིས་
 བྱངས་ནས་བཅའ་ཀྱང་། ལྷ་ནག་ས་དང་གསོ་འཁྲིག་ས་ཞིག་མ་རྟེན་པར་ཅི་བྱ་ཁ་
 ཅས་སྤྱད་པ་ཙམ་ལས་མི་འདུག བྱང་སྟོང་འཛིག་མིག་གིས་རང་གིས་བྱས་པའི་ནག་
 ཉེས་རྣམས་དཀར་འདོན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱེ་བ་ལྔ་བྱེ་མེད་པའི་གཞུང་ལུགས་མང་པོ་
 གསར་བཙུམས་བྱས་ནས་བྱུབ་མཐའི་མང་གཞི་གཏིང་སྐྱད། དེ་སྐྱད་དུ་འདྲ་། རྒྱང་
 འཕེན་པའི་རང་གཞུང་ལས། རང་གི་བུ་མོ་དང་ནི་རྒྱང་མ་ལ། མཛེས་མ་ལེགས་པར་
 སྟོང་ཅིང་ཟ་བར་གྱིས། ལུས་མཆོག་འདས་གང་དེ་ཁྱོད་ལ་མི་འབྱུང་། ཞེས་ཆེ་འདི་
 ལ་གང་འདོད་གང་བྱས་ཏེ་འདོད་ཡོན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ལ་ཡོངས་སུ་སྟོང་དགོས་ཤིང་།
 ལུས་འདི་ཞིག་ནས་ཤི་བའི་ཆེ་ཁྱོད་ལ་ཆེ་འདི་ཡིས་བསགས་པའི་དགེ་རྒྱུག་གི་འབྲས་
 བུ་ཞེས་པ་ཞིག་མི་འབྱུང་བར་བཤད་པ་འདིས་སྐྱེ་སྤེད་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལ་བསྟོན་འབྲིན་
 བྱས་མེད་ན་དེ་ལས་སུ་བའི་སྐྱེ་སྤེད་དང་རྣམ་སྤྲིན་སྟོར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཅན་ཞིག་རི་ལྟར་
 ཡོད། རྒྱ་མཆོན་དེས་ན་བྱང་སྟོང་འཛིག་མིག་དཀར་འདོན་བྱེད་པའི་ཁྱེད་ལེན་པ་ནི་ཉ་
 ཅང་དཀའ་འཆོགས་ཆེ་པས།

[illegible]

འགྱུར་དང་། རིགས་པ་དང་ཆེར་འགལ་བའི་དམ་བཅའ་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཐལ་
འགྱུར་དང་། ཐད་ཀར་བྱུང་བ་མེད་ན་ཡང་གཞན་གྱིས་ཁས་ལེན་ལ་ལྟོས་ནས་བྱུང་བ་
ཡོད་པའི་མི་འདོད་པའི་ཐལ་འགྱུར་འཕེན་པ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དག་ཁྱད་པར་བྱེ་
མ་ཤེས་ན་རིགས་པ་འདི་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་ཟེར་ནས་ལ་
འབོད་ལུང་འབོད་བྱེད་དགོས་ཐུག་པ་ཡིན། ཆད་མ་རྣམས་འབྲེལ་གྱིས་ལུས་སེམས་
གཉིས་ཀྱི་འདྲ་འབྲེལ་སྐྱོར་ལ་འབངས་པའི་ཐལ་འགྱུར་པལ་མོ་ཆེ་གཞན་ལ་མི་འདོད་
པའི་ཐལ་འགྱུར་གས་སུ་འགྲོ། འདིའི་སྐྱབས་སུ་པ་རོལ་པོའི་ཤེས་པ་ལ་ཐུག་མཐའ་
ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ཆེ་འདི་ཡི་ལུས་ཀྱིས་རྟེན་བྱས་པར་ཅན་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་
འདི་ཡི་ཤེས་པ་གསར་དུ་བྱུང་བ་ལས་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཟེར་བ་ཞིག་
སྟོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་བཤད་པ་ལ། ཆེ་འདི་ཡི་ལུས་ཀྱིས་རྟེན་བྱེད་ཚུལ་ལ་ཉར་
ལེན་བྱས་པར་ཅན་དང་། བདག་རྟེན་བྱས་པར་ཅན་བྱེད་ཚུལ་གཉིས་ལས་གཞན་མེད་
པས། དེས་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་བྱིན་ཆད་རྟེན་བྱས་པར་
ཅན་ལུས་ལ་བན་གནོད་རྗེ་ལྟར་སོང་བ་བཞིན་འབྲས་དུ་སེམས་ལ་ཡང་འཕེལ་འགྲིབ་
དེ་ལྟར་འགྲོ་དགོས་པའི་རིགས་པའི་རྒྱ་ལས་མ་བཟལ་བའི་སྟོན་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཅ་
བར། ཏྲག་ཏུ་དེ་ཡིས་རྗེས་འཇུག་བྱིར། གང་ཞིག་ཡོད་པས་བན་འདོགས་བྱེད། ཅས་
སོགས་ཀྱིས་བྱུང་བོ། ཅུང་ཟད་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན་ཆེ་འདིའི་ལུས་ཀྱིས་ཡིད་སྟོའི་རྟེན་
བྱས་པར་ཅན་བྱེད་ན། ལུས་ཀྱི་ཆ་འདི་ཡིས་བྱེད་ལ་འདི་ཡིས་མི་བྱེད་ཅས་པའི་བྱུང་
པར་བྱེ་བྱུང་བའི་རིགས་པ་གཏན་ནས་མེད་པས། ཡང་ན་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་
རྟེན་བྱས་པར་ཅན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཡང་ན་ལུས་ཀྱི་ཆ་རེ་རེས་རྟེན་བྱས་པར་ཅན་

བྱེད་དགོས། དང་པོ་ལྟར་ན་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཙམ་མ་ཆང་བ་ལ་ཡིད་སྒོ་མངོན་
 གྱུར་དུ་མེད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཡིད་སྒོ་འདི་ཉེན་ཁུང་པར་ཅན་རྒྱུ་ཆང་བར་མི་
 གནས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལ་གངས་མེད་པ་བཞིན་ཡིད་སྒོ་
 ཡང་གངས་མེད་པར་སྐྱེ་དགོས་པ་ཐལ་བས་དགག་པ་འདི་ལ་ལན་གྱིས་བསྒྲིག་མི་
 ཅུས་སོ།། དེ་བཞིན་ལུས་དང་ཡིད་སྒོ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཁུང་པར་ཅན་
 གྲུབ་ན་ལུས་རྒྱས་པ་ན་ཡིད་སྒོ་ཡང་རྩེ་གསལ་དང་རྩེ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་དགོས་ཏེ། ཡིད་སྒོ་
 འཕེལ་འགྲིབ་ཏུ་འགྱུར་བ་ལུས་ལ་བལྟོས་པ་ལས་གཞན་གང་ལ་ཡང་བལྟོས་པ་མི་
 འཐད། དེས་ན་རང་གི་དོ་བོ་གྲུབ་པ་དང་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་ལུས་ཀྱི་རྩེས་སུ་འགྲོ་བ་
 ལས་འོས་མེད་པས་ལུས་རྒྱས་ན་སེམས་ཀྱང་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པར་འགྱུར་དགོས་
 ཀྱང་དེ་མི་འཐད་པ་ནི་ཅ་བར། ལུས་ཀྱི་ཕུལ་བྱུང་འགྲིབ་མེད་པར། སྒོ་ཡིས་བྱེད་པའི་
 ཁུང་པར་གྱིས། ཞེས་རབ་ལ་སོགས་ཕུལ་བྱུང་དང་། འགྲིབ་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་
 ཡིན། ཞེས་དགག་པར་མངོན། ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་ནམ། ཡང་ན་ལུས་སེམས་
 བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་ཤི་བའི་རོ་ལ་ཡང་སེམས་གནས་དགོས་པར་ཐལ། ཞེས་པ་
 ལྟ་བུ་དོན་མེད་ཁ་ཁྲལ་འཇལ་བ་ཙམ་དང་། ཟེར་བ་ནི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་ཁུང་
 པར་ཡིན་ན་ཤི་བའི་ལུས་ལ་སེམས་ལྟོག་པ་མེད་དགོས་ཏེ། ཡིད་སྒོ་འབྱུང་བ་ལ་སྒྲིན་
 ཀྱི་རིགས་རྒྱན་སོགས་གང་ལ་ཡང་མི་བལྟོས་པར་ལུས་ཙམ་གྱིས་སྐྱེད་ཅུས་པར་
 ཁས་སྐྱངས་ལ་སོང་ཞིང་དེ་ལྟར་ན་ཤི་བའི་ལུས་ལས་སེམས་མི་སྐྱེ་བའི་སྐྱུབ་བྱེད་
 གཞན་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་པའོ། དེ་ཡང་ཅ་བར། ལུས་ནི་གནས་པ་ཉིད་ན་སེམས།
 ལྟོག་པ་མེད་པ་ཐལ་བར་འགྱུར། ཞེས་པས་སུན་བྱུང་ངོ་། ལུས་སེམས་བདག་ཉིད་

གཅིག་ཡིན་ན་ཞི་བའི་རོལ་སེམས་གནས་དགོས་ཏེ། ལུས་སེམས་བདག་ཉིད་གཅིག་
ཡིན་ན་གཅིག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། པ་རོལ་པོ་རོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་
དད་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་སྒྲིངས་པའི་ཕྱིར། ལུས་སེམས་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་
སེམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ལུས་སྟངས་ནས་སྤང་བར་འགྱུར་དགོས་ཏེ། ལུས་
སེམས་གཉིས་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་།
དེ་ལྟར་ན་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལུས་སྟངས་ནས་མི་མཐོང་བའི་སྤྱབ་བྱེད་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར།
དེ་ཡང་རྩ་བར། དེ་ལྟར་སེམས་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། ཐོས་སོགས་འདུ་བྱེད་སེམས་ལ་
ནི། ཏུས་གསལ་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་འགྱུར། ཞེས་པས་
བཀའ་གྲགས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ན་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
ལུས་སྟངས་ནས་མཐོང་བར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་
ཡིན་ན་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་ལས་འོས་
མེད་ཅིང་། བདག་ཉིད་གཅིག་པ་ལ་གཅིག་གི་བྱུང་པ་པ་རོལ་པོའི་ཞེ་དམ་ཡིན་པས་
སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལུས་སྟངས་ནས་མཐོང་དགོས་པ་མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་ཁས་ལེན་
དགོས་སོ། ལུས་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་གང་ཆང་བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་ན་ཞི་བའི་ལུས་
ལ་སེམས་གནས་དགོས་པ་གོང་གི་རིགས་པ་དང་མཚུངས་པས་བསྐྱར་བསྒྲོས་མ་
བྱས་སོ། དེས་ན་རིགས་པའི་འགྲོས་འདི་དག་ལེགས་པར་ཤེས་ན་བྱུང་བའི་ལ་གང་ཏུ་
དགོས་མིན་སོགས་ཀྱང་ཁོང་ཏུ་རྟོག་པར་འགྱུར།

༼ ༣༩ ༽ དཔྱིན་ཅི་འོ་སྤྱེད་དེས་རིག་པ་བ་ནར་འུན་གྱི་སྤྱེད་དེས་འཕེལ་
འགྱུར་གྱི་རྩ་བ་འདིས། འཛིག་རྟེན་གསར་གཏོད་སྤྱུ་བ་དང་། འགྱུར་མེད་
དེས་གཙོ་སྤྱུ་བའི་བྱུང་མཐའ་འབྱུང་མེད་ཏུ་བརྟེན་བ་ཅན་ཏུ་མ་ཟད། མཐར་

གཏུགས་ནས་བཤད་ན་ར་ཆོའི་ཡང་སྤྱད་ཤིང་འཕགས་འདི་ལ་ཡང་ཆ་འཛིན་
བྱ་ས་ཡག་ཏུ་ཞིག་མེད་པའི་བརྟེན་ལན་གསལ་པར་སྤྱད་ཡོད། དེ་ཡང་འཕེལ་
འཕྱར་སྤྱོད་པ་འདི་ལ་སྤྱོད་དངོས་ནས་ཀྱི་རོ་མོ་ལྟམས་བདེ་ཅན་ནས་ཉོན་
འཛིན་ཅན་ཏུ་འཕེལ་བ་དང་། སྤྱི་གསུང་ཆེན་ཆུང་ཅན་ནས་སྤྱོད་པར་ཅན་
ཏུ་འཕྱར་བའི་ཆ་དོན་གཉིས་ཡོད་ཅིང་འཕེལ་དང་འཕྱར་ཞེས་པའི་མིང་
ཆེན་དེ་གཉིས་བྱི་གོ་དོན་ཡང་དེ་ཡིན། རྟེན།

སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་ཆོན་རིག་པའི་མཁན་པོར་གྲགས་པ་རྟེན་མེན་གྱིས་འཕེལ་
འཕྱར་བྱི་ལྟ་གྲུབ་དེ་ཡིས་འཕྲོ་ཆོས་འདོད་པའི་ཡང་སྤྱད་ཤིང་འཕགས་ལ་ཅ་འཛིན་བྱ་ས་
མེད་པར་བཞེས་ཡོད་ཟེར་བ་ནི། ཡོད་ཆད་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པས་ཤེས་ཤིང་ཡོད་ཆད་རྒྱབ་
སྤྱོད་གས་པས་འཛོན་བ་དང་། རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པ་ལྟ་རུ་བཟུང་ལ་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པ་ཆད་ཤིང་
འཛིན་པའི་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པ་ལ་མོངས་དད་ཀྱི་འཆིང་རྒྱ་ལས་མ་གྲོལ་བའི་དབང་གིས་
བྱུང་བ་ལས། སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་ལྟ་གྲུབ་འདི་ཡི་སྒྲོམ་གཞི་ལའང་གཉིང་རི་ཅམ་ཡོད་
མེད་དང་། བྱུངས་ཅི་ཅམ་ཆོད་མེན་དེ་ད་ལྟ་བཤད་སྤྱོད་པ་མེད་བསམ། དས་ཆོན་
རིག་པས་བྱས་ཆད་དང་བཤད་ཆད་ལ་སྐྱན་ཀ་རེ་འཆོལ་དགོས་པའི་འཁོན་འཛིན་རྣ་
ཅེའི་རྒྱལ་ཅམ་མེད་ཀྱང་། ཡོད་ཆད་ཀྱི་དབང་པོ་ཆོན་རིག་ལ་གཏུགས་དགོས་པའི་
བསམ་ཚུལ་འདི་དངོས་གནས་ཡིད་ལྷག་པའི་གནས་ཤིག་རེད། ཆོན་རིག་པས་སྤར་
མེད་པའི་གྲུབ་འབྲས་གལ་ཆེན་འགའ་ཞིག་སྤངས་ཡོད་ནའང་། འཛིག་ཉེན་འདིའི་སྐོག་
ཏུ་གནས་པའི་སྤྱི་འགྲོའི་འཆོ་གནས་ལ་བན་པ་ལས་གཞོད་པ་སྤྱབ་འཕྱར་གྱིས་ཆེ་བ་
ནི་མཐའ་མའི་སྤྱོད་ཆེན་ཅིག་རེད། རྒྱལ་ཕན་བསྐྱེད་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་འཕྱར་སྤྱོད་
སོགས་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་སྤྱོད་ཞིག་ལ་ཡུན་རིང་ཆོད་ལྟ་བུས་པའི་གྲུབ་

འབྲས་ངོས་འོས་པ་གང་མང་ཞིག་ཐོབ་ཡོད་པ་ནི་མངོན་གསལ་རེད། འོན་ཀྱང་ཤེས་པ་
གསལ་རིག་གི་རང་བཞིན་དང་། གསལ་རིག་གི་རྒྱན་སྒྲ་ཕྱི། གཟུགས་འདས་ཀྱི་
དངོས་པོའི་གནས་སྤངས། ཤལ་ཡི་མིག་གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་པའི་སེམས་ལྡན་གྱི་སྤྱི་
འགྲོའི་ངོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ། དབང་མངོན་གྱི་ཡུལ་དུ་འབྲེན་མི་ལུས་པའི་རྟེན་འབྱུང་མ་
མའི་རྣམ་གཞག་སོགས་ལ་ནི་ད་དུང་ཆོན་རིག་པ་རྣམས་གོམ་ཁ་འཁྱོར་བཞིན་པའི་
ཁྱིས་པ་ཞིག་གི་གནས་སྤངས་ལྟ་བུ་ལས་ཆད་འཛིན་འོས་པའི་ཤེས་ཆད་དང་། སྤྱབས་
སྤྱ་འགྲོ་ཆོག་པའི་མ་ཐུ་སྟོབས་ཀྱི་མངའ་བདག་ཞིག་མ་ཡིན་པ་ཁོང་ཅག་གིས་ངོས་
ལེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ང་ཚོས་རི་བོང་ཅལ་འཛོགས་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་།
ཁར་ཐེན་གྱིས་སྤྱི་དངོས་རིག་པའི་འཕེལ་འགྱུར་གྱི་ལྟ་སྤྱབ་འདི་གཏན་ལ་འབབས་
སྐབས། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ངོ་མ་ཞིག་བཤད་མ་ཐུབ་པར་འཛིག་
རྟེན་འདི་ཡི་སྟེང་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་བྱབ་
ཁོངས་ལས་བཞུལ་མི་ཐུབ་པར་འཛིན་པའི་འཐད་འཛིན་ཞིག་གིས་བྲངས་ནས་གཏན་
ལ་བབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྤྱི་དངོས་རིག་པ་ལ་སྤྱབས་
བཅོལ་བ་དང་། སྤྱི་དངོས་རིག་པ་རྣམས་འགྱུར་རིག་པ་ལ་སྤྱབས་བཅོལ་བ། རྣམ་
འགྱུར་རིག་པ་དངོས་ཁམས་རིག་པ་ལ་སྤྱབས་བཅོལ་བའི་བྱེད་ཐབས་འདི་ལས་
གཞན་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་འཛོགས་མ་ཐུབ་པས་ཐབས་ཤེས་གཞན་ཆོན་རིག་པས་
རྟེན་མེད། འདིའི་སྐོར་འཕགས་མཆོག་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་མཉམ་གཅིག་ཁོ་ནའི་
སྟེང་གི་འཛིག་རྟེན་ཞེས་པར་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་བར་གྱི་བཀའ་གསུང་དེར་ཞིབ་
མཇུག་ཐུབ་ན་སྟོན་མེད་པའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་གཟི་བྱན་རེ་རྟེན་པའི་རེ་བ་ཆེ། གལ་སྲིད་

ཁྱེད་ཅག་གི་འདོད་པ་ལྟར་ཡང་སྤྱིད་རིང་ལུགས་སམ་སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱིའི་རྣམ་གཞག་འདི་
ཅ་འཛིན་མེད་པར་བཟོ་དགོས་ན། ཐོག་མར་གཟུགས་འདས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་
གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་ཟེར་བ་འདི་སྒྲོས་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་དངོས་པོའི་གནས་
ཆོད་ལ་གཏན་ནས་མེད་པར་བསྐྱབས་སུ་བ་དགོས། དེ་ནས་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་
ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་སྒྲོར་གྱི་རྣམ་གཞག་འཛིག་འགྲོ་བ་དང་། ཡང་སྤྱིད་རིང་ལུགས་སྐྱེ་
བ་སྔ་ཕྱི་སོགས་ཀྱང་མིང་ཙམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། ད་ལྟ་བར་དུ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིའི་
ཐོག་གི་ཆོན་རིག་པ་སུ་གང་གིས་ཀྱང་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་
མེད་ལ། འདོད་མོས་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་རིམ་བཞིན་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་གི་
སྒྲོར་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་ཁས་ལེན་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ཁམས་ཆོན་རིག་པ་སྤྱི་དང་། སྒྲོར་ཆོ་གསར་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་
འགྲོས་དང་ཆོན་ཅལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་མཐོ་རྒྱ་བས་ཁྱོད་ནས། ན་ནིང་གི་ཆོན་རིག་པའི་
བྱུང་དོན་ལ་ད་ལོའི་ཆོན་རིག་པས་ཤེས་བྱ་གསར་རྟེན་གྱིས་མཐེལ་བརྗོད་པ་བྱེད་
བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར། མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་སྔོན་གྱི་ཁར་མིན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་རྟེན་པ་དེ་ཡང་དེར་
སང་གཞི་འཛིན་ས་བརྟན་པོ་མེད་པའི་ཉེས་བཅད་གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། འཕེལ་འགྱུར་
གྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ཀྱང་དོགས་པ་དགོས་པའི་དབྱུང་གཞི་ཞིག་ལས་ཡིད་ཆེས་
ཆོག་པའི་བྱུང་དོན་ཞིག་ཡིན་མིན་བསྐྱར་ཞིབ་བྱེད་དགོས་རབས་བཤད། དཔེར་ན་
མིའི་བྱང་རབས་ཀྱི་སྒྲོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ལ་ཁར་མིན་གྱི་འཕེལ་འགྱུར་གྱི་རྣམ་
གཞག་ལ་རྟོག་འཛིང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པར་བྱི་ལོ་༢༠༠༩ ལོའི་ཟླ་༡༠་ཆེས་་
ཉིན། ཆོན་རིག་གི་དུས་བབ། ཅས་པའི་དུས་དཔེ་ཏུ་གསལ། དེ་ཡང་ལོ་ངོ་ས་ལ་བཞི་

དང་འབྲས་བཞི་ཙམ་སོང་བའི་ཆོད་དཔག་བྱས་པའི་མིའི་རུས་སྒྲོམ་ཆེས་རྙིང་པ་ཞིག་
ཨ་རྩེ་རི་ཀའི་ཡུལ་ནས་རྙེད་ཅིང་། ཚན་རིག་པ་མང་པོས་མི་ལོ་བཅུ་བདུན་ཙམ་གྱི་
ཡུན་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བྱུང་འབྲས་ཕྱིར་བསྒྲགས་བྱས་པ་ཞིག་རེད། (Ardi)
ཨར་ཁྱི་ཞེས་པའི་གདོད་མའི་མིའི་རུས་སྒྲོམ་དེ་ལས་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ནི། རང་རེའི་
བོད་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་བཤད་པའི་ནགས་ཁོོད་དུ་གནས་པའི་སྤྱོད་སྤྱེལ་རྣམས་
ཁོོར་ཡུག་འགྱུར་ཐོག་ཅིག་དང་ལྷན་དུ་མི་རུ་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲ་བར་ཨར་ཁྱི་
ཞེས་པའི་གདོད་མའི་མི་རིགས་འདི་འདྲའི་སྤོང་ཡལ་ག་རྣམས་སུ་རྟེན་པས་བཟུང་
ནས་ཅི་བདེར་སྤྱོད་ཐུབ་པའི་ཆེས་གདོད་མའི་མི་རིགས་ཤིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་
ཤིང་། རུས་སྒྲོམ་རྙིང་པ་འདི་ནི་མིའི་འགྱུར་རྩོམ་རྙིང་ཤོས་དེ་ཡིན་པར་བཤད།
གསར་རྙེད་གྱི་འགྱུར་ཐོག་འདིས་ནི་རྟེན་མེན་གྱི་འཕེལ་འགྱུར་རིང་ལུགས་ལ་རྟོག་བྱ་
ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱངས་ཡོད་པའི་གཏམ་གྱིས་རྩི་རྩི་སི་སོགས་འཛམ་གླིང་གི་གསར་
ལམ་ཆེ་ཁག་ཐམས་ཅད་ལུང་ཟེང་དེར་བཅོས། དེ་ཡང་རྟེན་མེན་གྱིས་སྟོག་ཆགས་
ཡོངས་ཀྱི་མེས་པོ་གཅིག་ཡིན་ཡང་། འཕེལ་འགྱུར་རིམ་པའི་ཁོོད་ནས་ལྷོན་ཤིང་གི་
ཡལ་ག་བཞེན་དུ་ཕྱོགས་སུ་གྲུས་སོང་བ་དང་། མི་དང་མི་ཁྱོད་སོགས་མཐོ་རིམ་གྱི་
སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱང་ཐོག་མའི་མེས་པོ་གཅིག་ལས་ཆད་ཅིང་རིམ་གྱིས་འཕེལ་
འགྱུར་སོང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཁོོད་ནས་ད་ལྟ་ཕན་ཚུན་བར་ཐག་ཉེ་ཤོས་ཀྱི་སྤྱོད་
མཆེད་ལྟ་བུ་ངོས་འཛིན་དགོས་སྟབས། ཁོོང་ཆོས། བསམ་ཚུལ་དེ་ད་ལྟ་ཁུངས་མེད་པ་
དང་། དོན་དངོས་དང་འགལ་བ་ཆགས་ཡོད། ཅས་བསྒྲགས་ཡོད་པ་རེད། རྟེན་མེན་
གྱི་རྩིས་འབྲངས་པར་འདོད་པའི་བོད་ཀྱི་གསར་བུ་འགའ་ཞིག་གིས་རང་རེའི་རིག་

གཞུང་དུ་སྤྲོད་པའི་སྤྱི་ཚུལ་ལྟར་བཤེས་པ་ལྟར་སྤྲོད་པ་དང་།
གནས་ཚུལ་གསལ་པོ་མ་ཤེས་པ། འབྲེལ་བ་ཤིང་བྱེད་སྤངས་མ་འབྲིགས་པ་སོགས་
བཤད་བཞིན་ཡོད་པ་མཛོང་ཞིང་། དེ་དག་ནི་རིགས་པ་ལ་ཁུངས་སུ་མི་བྱེད་ཅིང་།
མིའི་ཟེར་སློམ་བདུས་ཏེ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་པོ་སྤྲོད་པ་ལྟར་འདྲ་བ་སློར་ཞིག་གི་བཟུང་ཚུལ་དང་
དཔྱོད་ཚུལ་ཡིན།

དེས་ན་ད་བར་དུ་ཆོན་རིག་པ་སྤུས་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་དང་། ལས་དབང་ཁས་
སྲུངས་པ་ལ་གཞོན་བྱེད་ཡང་དག་ཅིག་འཛུལ་སྤྱིང་འདི་ཡི་སྤྱིང་དུ་རག་ཁྱོང་མེད་པར་
མ་ཟད། རྣམ་ཤེས་ཁས་སྲུངས་ན་ཆགས་སྤང་དང་། ལེ་ལོ། རྣམ་གཡེངས། འཁོར་
འཛིན་སོགས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྱོང་བ་མངོན་སུམ་དག་སྤྲོད་ཅ་དང་། རུས་རྒྱལ་ཁོ་ནའི་
སྤང་ནས་འབྲེལ་བ་ཤིང་མ་སྤྱོད་པར་ཤོགས་ཀྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་ལྟ་
བྱུང་ལ་ཁ་ཚུ་འཛུང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། འཕགས་མཆོག་གྲགས་མེ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་སྤུས་
ཆོན་མཛད་རིམ་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་སེམས་དང་སྤོག་ཅེས་པའི་ཆོས་ཆོན་བར་ཀྱི་བསྐྱོང་དུ་
འཛོལ་ཁ་ཆེ་དུ་འགྲོ་གིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷ་ཚུགས་ཅན་སློར་ཞིག་དེ་དག་གིས་མ་
ཆོས་པར་གདན་ས་གསུམ་གྱིས་གཙོས་པའི་ཆོད་གྲ་དང་བཤད་བྲུ་ཁག་གི་འདབས་
སུ་པོ་རྟོག་འབབ་འབབ་དང་། གོ་བོ་ལྷིང་ལྷིང་བྱེད་ནས་འདུག་གོ།

༼ ༣༩ ༽ རྒྱུ་བ་ལྷ་མོ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་ལ། དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་
ཀྱིས། རྒྱུས་མ་ཐག་པའི་བྱུས་པའི་རིགས་པ་དེ་རིགས་འབྲུའི་རིག་པ་ལྷ་མ་
ལྷན་མོང་ཡིན་ཏེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་བྱུས་པ་ཞེས་རིགས་འབྲུ་ལྷན་མོང་གིས་
བཞུགས། རཁུ་ཆེན་ཞེ་འཆོས། ཆེ་འདིའི་དབང་དུ་བྱུས་པའི་རྣམ་ཤེས་སྤྲོད་
ཅིག་དང་པོ་དེ་རྣམ་ཤེས་ལྷ་མོ་ལྟེང་འབྲས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་

[illegible]

[illegible]

རྒྱུ་བ་ལྷ་མིའོད་པར་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་དག་ལས་རིགས་པ་དང་པོ་
 གསུམ་ལ་བྱབ་འབྲེལ་ངེས་པ་མེད་ཅེས་བཤད་པ་ཙམ་གྱིས་ག་ལ་པན། གལ་ཏེ་མ་
 བྱབ་ན་མ་བྱབ་པའི་སྤྱའདྲི་ཡིན་ཟེར་བ་ཙམ་དང་། འབྲེལ་བ་མེད་ན་འབྲེལ་བ་མེད་
 ཚུལ་ཙམ་ཡང་གསལ་བཤད་བྱེད་སྒྲོབས་མེད་པར་བྱབ་འབྲེལ་མེད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་
 ཉམ་བཤད་ཙམ་ལས་མཐར་གཏུགས་ན་ངས་རྒྱུ་བ་ལྷ་མིའོད་ན་འོད་པས་རིགས་
 པ་དེ་དག་ལ་ངོས་ལེན་མེད་ཅེས་བརྗོད་མ་རྣམས་པར་དེ་ཡི་ཆབ་ཏུ་བྱབ་འབྲེལ་མེད་
 ཅེས་བརྗོད་པ་ཙམ་ཡིན། རིགས་པ་བཞི་བ་རྒྱུ་བ་ལྷ་མ་བློན་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་
 བཞོད་པ་ལ་འདི་ཡང་དམིགས་བསལ་གྱི་མི་སྣའི་བྱང་ཆོས་ཙམ་ཡིན་སྐྱེ་སོགས་ཀྱི་
 འབྲེལ་བཤད་ལ་མ་བྱུང་རེ་བྱེད་ནས་གཞིལ་གང་སྐབ་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི་ཞིག་འདུག
 ཚན་རིག་པས་ཞིབ་འཇུག་བརྒྱད་ཡོངས་ཟགས་སུ་རྒྱུ་བ་ལྷ་མ་ཁ་གསལ་གཏིང་
 གསལ་བློན་མཁན་ད་པར་དུ་སྤུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཅོད་མེད་གྱིས་སྟེད་ཡོད་ལ།
 བོད་ཡུལ་རང་དུ་འང་གསེར་ནའི་མཁན་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློབ་མེས་ཀྱིས་ད་ཡོད་གྱི་བོད་པ་
 གཤོད་དམར་པའི་ཁྲོད་ནས་རྒྱུ་བ་ལྷ་མ་བློན་མཁན་གྱི་མི་རི་སྟེད་ཅིག་ལ་དངོས་སུ་
 བཅར་འདྲི་དང་བརྟགས་ཞིབ་ནན་མོ་བྱས་འདུག་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཡར་གཡུགས་མར་
 གཡུགས་བྱེད་རྒྱང་བྱས་ན་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་

མཐའ་གཞན་ཁེགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱིས་བདེན་དཔང་འདི་ལས་ལྷག་ཅིག་སྟོན་རྒྱ་
མེད། ད་དུང་བསྟོན་ན་ཁྱོད་ལ་པ་མ་དང་སྟོན་མཆེད་ཡོད་པའི་སྤྱབ་ཤེད་ཅི་ཞིག་ཡོད་
ཅས་ཀྱི་བར་འདོད། ཁྱོད་རང་གི་མིག་གིས་མཐོང་སེམས་ཀྱི་དོན་པ་ལས་ལྷག་ཅིག་
ཁྱོད་ལ་བདེན་དཔང་གི་ལག་ཆ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་ལ་དེད་ཅག་གིས་ཡིད་མི་ཆེས་ཟེར་ན་
ཁྱོད་གྱིས་ལན་ཅི་ཞིག་རྒྱག་ དེགས་པ་དང་གནས་ལུགས་ལ་བསྟོན་འདིང་དང་། སྤྱི་
ཚོགས་སུ་ཁྱུང་བརྒྱབ་ནས་གསར་བུའི་སེམས་ཁམས་གཏོར་བའིག་བྱས་ན་ནམ་
དཔྱོད་དང་ལྷན་པའི་དན་རྟགས་འིག་ཏུ་སུ་ཡིས་ངོས་འཛིན་གྱིང།

༼ ༩༠ ༽ མཐོང་སེམས་དང་དན་མང་གི་ཕྱེ་ཁོགས་སུ་ཡོད་མེད་སྟེང་ཟིན་
ཅིང་། དེ་དག་གི་རྒྱ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྩམ་གཞག་ལ། གྲོག་གཞོན་པ་ནས་འབྱུང་
ཕྱེ་ཁོག་པར་རྩ་བའི་བར་ཀྱི་མི་དག་པའི་ལས་ལས་འཇུ་ཡོད་ཅེ་ཆེན་ཁོས་
དཔུང་བ་དང་། འབྱིང་གིས་ཡིད་བྱས། རྒྱང་འཇུ་དུང་འབྱོའི་རྩེ་གནས་སུ་
རྒྱང་བ་དང་། དེ་ལས་རྩེ་གཞུག་ཀྱི་གྲོག་འབྲུབས་པ་ལོགས་དགེ་བ་འཇུ་
ལ་འཁྱེན་ནས་བརྟེ་འབྱོ་རྩེ་མིའི་ལུས་སུ་རྩེ་རེས་ཞེས་མཛོན་པའི་གཞུང་ནས་
བཅད་ཡོད། དེ་འབྱུའི་འཛོམ་བྱ་དང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་འབྱེལ་བ་དེ་དངོས་རྩོམས་
ཀྱི་རིགས་པས་མི་འབྲུབ་པའི་ལྷིང་ན་ཡིད་ཆེས་པའི་ལྷང་ལ་འཁྱེན་དགོས་
ཡིང་། ལྷང་གར་ཞིག་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་འཛིན་ཁོས་མིན་གྱི་དཔྱད་
གསུམ་གྱིས་དག་དང་མ་དག་ལ་འཛོག་དགོས་ཞེས་ཆ་ད་གཞུང་ཏུ་བཅད་
འདུག །དཔྱད་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་རྩུལ་ལ་མཁས་པ་མང་པོའི་འདོད་རྩུལ་
ཡིན་ཏུ་མང་ཞིང་། མཁས་བླུ་བ་དག་ལོགས་དཔལ་བཟང་མོགས་མཁས་པ་ཁ་
ཅིག་གིས། དཔེ་ཆ་རྟེ་རྟེའི་ནང་ཏུ་འབྱེལ་བཅད་མི་འབྲུབ་པའི་པེ་པེ་འབྱོན་
བཞེན་འདུག་པ་ལ་བརྟེས་ན་ཁོང་ནམ་ཆོ་ལ་ཡང་ཉིག་ཉིག་ཅིག་མེད་པ་
འབྱ། མཛོན་ལྷང་འབྱན་པ་མཛོན་སུམ་དང་མི་འགལ། རྩོག་ལྷང་འབྱན་པ་

སྤྱབ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་དང་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་ངི་ཙམ་ཆགས་འདུག་གསལ་
སྟོན་བྱེད་རེས་རེད། དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་ཚུལ་ལ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཀན་པོ་ཡ་
རབས་ཤིག་གི་སྐད་ཆ་ཙམ་ལས་མི་འདུག་ཅེས་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཀན་པོའི་གཏམ་ལ་
མཐོང་ཚུང་བྱས་པ་ནི། མི་གཞི་ལ་བརྩི་མཐོང་དང་འགན་ཁུར་མེད་པའི་དོགས་པ་སྒོང་
གཞི་མ་གཏོགས་བདེན་པ་ནི་བདེན་པ་རང་ཡིན་པས་འཛིག་ཏེན་མི་ཀན་ཞིག་གིས་
བཤད་ན་ཚུང་འགྲོ་རྒྱ་ཞིག་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་ན་ཆེ་
འགྲོ་རྒྱ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པས། ཉན་རྒྱུན་རྒྱུན་མི་བཤད་ཅིང་ད་སྐབས་ཀྱི་གཏམ་
སྤྱི་བྱེ་ལ་ནང་འགལ་མེད་པ་དང་། ཁས་སྒྲངས་ལ་དངོས་ཤུགས་ཀྱི་འགལ་བ་མེད་ན་
དེ་ཡིད་ཆེས་རྒྱུད་བྱེད་ཆོག་པ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཟེར་དུས་སྒོ་ཡུལ་ལས་
འདས་པའི་གཟི་ཤུགས་ཤིག་དང་། སྤྱི་བོ་རང་འགལ་བའི་གཏམ་ཟེར་དུས་བྱ་སྤྱི་ལྟར་
སྤྱིང་བོ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་བལྟ་བའི་ཆོས་ལ་མི་རྟོན་གང་ཟག་ལ་རྟོན་པ་ཡིན་པས། རྟོན་པ་
བཞི་ཡི་འཇུག་ལྟོག་གི་གོ་རིམ་འཆོལ་བར་ཐལ་བའི་བསྐྱོག་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་མི་ཐར་
དོ།

དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་ཚུལ་དངོས་ནི། ཆད་མས་བྱབ་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་
མཛོན་གྱུར་དང་། ཅུང་ཟད་ལྟོག་གྱུར། ཤིན་ཏུ་ལྟོག་གྱུར་བཙས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་
ཤིན་ལྟོག་གི་གནས་ཤུགས་འདི་ལུང་ལ་མ་བརྟེན་པར་རྟོགས་མི་རུས་ཤིང་། ལུང་དེ་
ཡང་མཐོང་བ་མཛོན་གྱུར་བསྟན་པ་ལ་མཛོན་སུམ་ཆད་མས་མི་གཞོད་ཅིང་ཆད་མ་
དེས་བྱབ་པ་དང་། ཅུང་ཟད་ལྟོག་གྱུར་བསྟན་པ་ལ་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་གིས་མི་
གཞོད་ཅིང་ཆད་མ་དེས་བྱབ་པ་དང་། མ་མཐོང་བ་ཤིན་ཏུ་ལྟོག་གྱུར་བསྟན་པ་ལ་ཡིད་

ཆེས་ཆེས་དཔག་གི་མི་གཞིན་ཅིང་ཆད་མ་དེས་བྱུང་བ་དང་། ཁས་སྒྲངས་སྡུ་བྱི་དང་།
རང་ཆོག་དངོས་ཤུགས་ལགལ་བ་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་གཞིན་ནས་དབྱུང་བ་གསུམ་
གྱིས་དག་པ་ཟེར་དགོས་ཡིད། དེ་ལྟའི་ལུང་ཉགས་སུ་བཀོད་ནས་བསྐྱུབ་བྱ་སྐྱུབ་
བྱེད་ཀྱི་ཉགས་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཉགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉོགས་
དཀའ་བ་ངེས་ལེགས་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་ངེས་ན་སྐྱ་བ་མངོན་མཐོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཆོག་
པར་བཤད་ཡོད་ཟེར་བ་ནི། དགོད་ཁ་བསྐྱངས་པ་ཡིན་ཏེ། མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་
ཉོགས་དཀའ་སྐྱ་ཅམ་ཡང་མ་ཤེས་པར་མ་ཟད། ཉོགས་དཀའ་བ་ངེས་ཟིན་ན་སྐྱ་བ་ལ་
ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད། སྐྱ་བ་མངོན་སུམ་གྱིས་ཉོགས་པའམ་དངོས་
སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་སྐྱུབ་མི་ཆོག་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ལ་ཐུག་པ་
རེད། ད་དུང་དེ་ཅམ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་གཞུང་དུ་མངོན་མཐོའི་བྱུང་པར་ལགལ་ཞིག་ཡིན་ཏུ་
སྟོག་སྐྱུང་དུ་གསུངས་ཡོད་ཀྱི་ངེས་ལེགས་ཡིན་སྟོག་ཏུ་གསུངས་པ་ཞིག་ཆད་ལྟ་བུ་གྱི་
གཞུང་གང་དུ་འདྲེས་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉོགས་དཀའ་སྐྱའི་བྱུང་པར་བཤད་པ་དེ་ནི་ཉག་
ཉག་མགོ་གཞུག་སྟོག་ནས་བཤད་ཡོད་པ་འདི་ཤེས་དགོས།

༼༤༡༽ མཐོང་རྒྱ་རིག་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་རྣམས་འཐོང་ཅན་དེ་འདྲ་
ཞིག་ར་ཆོའི་མགོ་ཐོག་དུ་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱེད་ནི་ཆར་ཅམ་ཡང་འཁོད་ཉུང་
མེད། མེད་པའི་དབང་གིས་ལས་འབྲས་སྐྱ་བ་ཆོས་ཀྱང་ལྷང་ལ་སྐྱབས་པ་ཆོལ་
བྱེད་ཤོས་ཐུག་པ་རེད། ལྷང་ལ་སྐྱབས་པ་ཆོལ་བྱེད་མིན་ནི་ཆོངས་དྲན་བྱེད་མིན་
ལ་ཐུག་ཡོད། ལས་འབྲས་མེད་ཟེར་མཁན་ཆོས་མ་མཐོང་པའི་ཕྱིར་མེད་ཟེར་
བ་མིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཡོད་ཟེར་མཁན་ཆོས་ཡོད་པར་གསུངས་
པའི་ཕྱིར་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན། མ་མཐོང་པའི་ཕྱིར་མེད་ཟེར་ན་གཞིག་དུ་
ཁྱེལ་པའི་རྒྱ་དུ་མ་ངེས་ཏེ། རི་ཐོང་གི་མགོ་ལ་ཐུག་རྒྱ་རིག་རྒྱ་ཅན་ཞིག་མ་

མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེར་ར་མེད་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་དེ་ལྷག་གི་གནས་
ལྷགས་ཤིག་ལྷ་ལ་ཡང་འཆད་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་གསུངས་པ་ཅམ་གྱིས་
ཡོད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་འདི་ཅུང་ཟད་རོ་མཚར་ཆེ་ཞེ། གསུང་མཁན་དེ་
ཉལ་མེད་བྱ་ཡོང་མ་ལྟར་བཅན་བྱག་ཆེ་བ་ལ་ཆོད་ཅིག་མི་འདུག་པས་སོ། །

མཐོང་རྒྱ་རིག་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་རྟོག་འདྲིས་ཅན་དེ་འདྲ་ཡོད་པའི་ཤེས་
བྱེད་ཅུང་ཅམ་ཡང་འགོད་རྒྱ་མེད་ཟེར་བ་ནི། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་
དབང་གིས་འདི་ལྟར་བཤད་པ་མ་གཏོགས། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་མཐོང་རྒྱ་
རིག་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་ཤེས་ཤིག་གིས་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་
མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ན། ལྷན་པོས་མ་མཐོང་ཤེས་བྱ་མང་། བོང་བྱས་མ་
བཟོད་ས་ཕྱོགས་མང་། ཟེར་བ་ལྟར་དེ་ཅམ་གྱིས་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན་པའི་གོ་མི་
ཆོད་ལ་ཁུངས་མི་འཁྲུལ། ཆོད་མ་གང་གིས་ཡང་མི་མཐོང་བར་འདོད་པ་ཡིན་ན་ནི་
ཆོས་ལུགས་དང་སྐར་ཆེ་རྣམས་མཁྱེན་སོགས་ལ་ཙཱ་འུ་འུ་ལ་ཡིན་ལ་འདིག་རྟེན་དང་
སྐར་ན་རྗེས་དཔག་ལ་བསྟོན་འདིང་བ་ཡིན། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཤེས་
བྱེད་ཅུང་ཅམ་ཡང་མེད་ན། ཆེ་སྟོད་ལ་ལས་ངན་བསགས་ནས་ཆེ་སྐད་ལ་སྦྱིན་པ་ང་
ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་བྱུང་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་ཁ་ཡ་དང་། རོས་ལེན་གང་འདྲ་བྱེད།
ལས་འབྲས་སྐྱ་བ་ཆོས་ལས་འབྲས་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་ལུང་ལ་ཁུངས་གཏུགས་
ཡོད་པར་བཤད་པ་འདི་ཡང་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་ཞུ་མོ་ལྷིད་ཡོར་རེ་བ་ཞིག་གཞུང་ལུགས་
པའི་མགོ་ལ་གཡོགས་པ་རེད་མ་གཏོགས་ལས་འབྲས་དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྲུར་དུ་མི་འདོད་ཅིང་། སྦྱིན་པ་བཏང་བ་ལས་ལོངས་སྟོད་འབྲུང་བ་
འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་ལ་མཚན་གཞི་གང་ཞིག་འདོག་བཞིན་འདུག་དཔྱོད་དང་ཉི་མ་

ཤར་བ་ལྟར་ཡོང་ངེས་ཡིན། ལུང་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བ་ནི། རྩོངས་དད་བྱེད་མིན་ལ་
ཐུག་ཡོད་པར་བཤད་པ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཁུངས་ལུང་ལ་
གཏུགས་མེད་ལ་ལས་འབྲས་ཡོད་དེ། ལུང་ལས་ཡོད་པར་གསུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་དེ་
བས་ཀྱང་མི་འགོད། འོན་ཀྱང་ཤིན་ཏྲོག་གི་གནས་གཏན་ལ་འབབ་སྐྱབས་ནི་ལུང་ལ་
ཁུངས་གཏུགས་ནས་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྩོངས་དད་ཀྱི་གྲལ་
དུ་བཞག་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ཆགས་མེད། གང་ཡིན་ཞེན་མཐོང་བ་མཛོན་གྱུར་དང་། ཅུང་
ཟད་ཏྲོག་གྱུར་གྱི་གནས་གཏན་ལ་ཕབ་བ་དག་མཐུན་དཔེར་བྱས་ནས། དེ་དག་ལ་མི་
བསྐྱུ་བར་བྱུབ་མེས་གཞི་ནས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་བྱེད་རིགས་བ་དང་བྱེད་
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་སོ།། དོན་དངོས་ལ་རྩོངས་དད་མཁན་སོ་སུ་
ཡིན་དང་རྩོངས་དད་ལ་བྱང་ཞིང་ཚུབ་བ་ནི་ཁ་ནང་དུ་ཕྱོགས་ནས་བསམ་གཞིགས་
ཅུང་ཙམ་གྱིས་དང་ཤེས་གསལ་དུ་འདུག་སྟེ། ལས་འབྲས་སོགས་མེད་དེ། མ་མཐོང་
བའི་ཕྱིར། ཟེར་ནས་མ་མཐོང་བ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བས་མ་རིག་པ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་
བར་སོང་ཞིང་། མ་རིག་པ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བས་རྩོངས་བ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བར་
སོང་འདུག་པས། རྩོངས་དད་ཟེར་བའི་རྩལ་ཆེན་དེ་ཡང་འདི་འདྲ་བའི་རིགས་ལ་གོ་རྒྱ་
ཡིན་པ་ལས་ལོགས་སུ་ཁ་ལ་མཆེ་བ་ཅན་དང་ལག་ལ་སྒྲེར་མོ་ཅན་དེ་འདྲ་ག་ལ་ཡོད།
ལས་འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཅན་སོ་དབང་ཡོད་ཆེ་བྲགས་ནས་
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལས་འབྲས་ཡོད་གསུངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡོད་འགྲོ་བ་དང་། མེད་
གསུངས་པ་ཙམ་གྱིས་མེད་འགྲོ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་མེ་ཆ་བའི་རང་བཞིན་དང་། ཚུ་
གཤེར་བའི་རང་བཞིན་ལྟར་ལས་འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས།

བཅན་པོ་དབང་ཡོད་ཅིག་གིས་གཏན་ལ་པབ་བཞག་སའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བཅའ་ཁྲིམས་
ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་ནོ།

༼ ༤༩ ༽ འཁོར་བ་ཆོག་མེད་ཀྱི་འདོད་པ་དང་། དགེ་ཞིག་ལྷན་ཁྲུང་ལྷན་
པ་འདྲི་ལ་ནང་འགལ་ཞིག་ཀྱང་འདྲུག་ཅི། ཆོག་མེད་ནས་བསགས་པ་འདི་ལས་
ལ་འཇུག་པ་འདི་མཐའ་མི་དཀིགས་ན་དེ་གསལ་ཀྱང་དགེ་བ་མ་བྱས་ཀྱང་འཇུག་ཀྱང་
འཁྲོ་རྒྱ་དང་། ཞིག་པ་བསགས་ཀྱང་མང་ཀྱང་འཁྲོ་རྒྱ་མེད་པ་འདི་ལྷན་དགེ་ཞིག་
འདོར་མེད་ཀྱི་དེ་པ་ལ་དཔོན་ལྷན་ལྷན་པོ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ལས་འབྲས་ལྷན་པོ་
ནས་གཞུག་པ་འཁྲོ་ཆེད་དེ་ཅམ་ཀྱིས་ཆོག་པ་པ་བྱ་ཡང་། འོག་ལྟ་ཟུར་པ་འདི་མ་
འབྲ་འབྲ་ཞིག་འདྲུག་པ་འདྲི་ལ་ཉི་དཀིགས་བསལ་ཀྱིས་རྒྱང་ཟད་ཅིག་མ་
ལྷན་ན་མི་བཟོད་པ་ཞིག་ཡོད། མང་མའི་ཁྱི་གཞུང་ནས་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་
ལས་འོག་ལྟ་ཞི། ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་འདྲི་དོན་མེད་ལྷན་དང་ལས་ལྷན་འབྲས་
ཟུར་པ་འདྲི་ཆོ་ཟུར་ཆོ་དེ་ཅམ་ལས་བདེན་རྒྱ་མང་དག་མ་ཡོད་ལྷན་པོ་
བསམ་ཆོ་ལྷན་ཅིག་མ་ཅིག་ལྷན་པོ། དེ་མ་ལུ་ཀྱང་མེ་མེ་མཁའ་མཁའ་ལྷན་
བསགས་ཆོ་དེ་འཇུག་ཆོ་དེ་ལྷན་ཆོ་དེ་འོ་ཁྱེད་ལས་པ་ལྟུང་ལས་པ་ལྟུང་གས་ཁོར་
ཁོར་འཇུག་འཁྲོ་པ་འདྲི་ཟུར་པོ། དེ་ལྷན་ན་མི་དགེ་བཅུ་དག་ལས་བཞག་ལྷན་
མཆོ་ལས་མེད་ལྷན་ལྷན་པོ་ཅིག་ཆོ་ཡོད། ལས་ལྷན་པོ་རྒྱ་དམི་ཟ། མ་
བྱས་པ་དང་མི་འབྲད། དཀར་ལྷན་པོ་ཆོ་ལས་ལྷན་མི་ལྷན་པོ་ལས་ལྷན་པོ་དེ་དེ་
ཆོ་ལས་ལྷན་ལྷན་པོ་ཆོ་ཡོད་ཆོ་དེ་ལྷན་ལྷན་པོ་འདྲི་ལྷན་མི་དེ་དེ་ཆོ་ལས་
བཞག་འབྲས་མ་ལྷན་པོ་བསམ་ཆོ་གཏོར་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་ལས་འཁྲོ་མི་ལྷན་ལྷན་
ཆོ་ལས་མེད་ཁྱེད་ཀྱང་ལྷན་པོ་ཆོ་དེ་གཞུང་བཞེས་པ་ཆོ་འཁྲོ་མཁའ་ཞིག་
གིས་དེ་དེ་གསལ་ལྷན་དང་རྒྱ་འབྲས་ཆོ་དོར་ན་ཆོ་ལ་འདི་ཟུར་ཟུར་
ལས་འབྲས་མེད་ལྷན་པོ་ཅམ་ཀྱིས་དེ་ཆོ་ཆོ་འཁྲོ་ན་ལས་འབྲས་ཡོད་ལྷན་
པོ་ཅམ་ཀྱིས་ཞིག་ཆོ་ཆོ་མི་འཁྲོ་པ་ཅི་འདྲི་ན་ལ། ཞིག་པ་ཁོ་ན་ལ་འདྲི་ཅམ་

ཀྱི་ཁ་རྩི་ལྷོ་མ་གནང་བའི་རྩོན་པ་མང་ས་རྒྱ་ས་ཁོང་གལ་ཡིད་ལལ་བཞུགས་
ཡོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ད་རེས་དྲང་ཚུགས་ཟིན་མ་ཡུང་ཞེས་འོ་ཚོལ་
རེས་རྩོན་བྱ་དགོས་འེས་འདྲ་བ་གོ། ༽

འཁོར་བ་ཐོག་མེད་དུ་འདོད་པ་དང་། དགོ་སྒྲིག་གི་སྤང་སྤངས་ཁས་ལེན་པ་ནང་
འགལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བསགས་པའི་ལས་ལ་ཟད་མཐའ་
དང་། དགོ་སྒྲིག་མང་ཉུང་འགྲོ་རྒྱ་མེད་དགོས་རབས་བཤད་འདུག་པ་ནི། བྱངས་
གནས་དུག་ཅུའི་ཚུན་ཆད་མ་གཏོགས་དེ་པན་ཆད་ལ་མང་ཉུང་གི་ནས་གཞག་བཅི་
རྒྱ་མེད་པར་བྱངས་མེད་ཀྱི་ཁྲགས་སོ་ལ་སླེབས་འགྲོ་གི་ཡོད་པར་མ་ཤེས་པས་ལན།
འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅིང་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་མི་དགོ་བའི་ལས་ལ་བྱངས་
འདི་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་མེད་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་ཟད་མཐའ་མེད་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱས་ཕྱགས་
ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཤུན་མཚོན་ཆ་གཅིག་གིས་སྒྲེ་བོ་ཁྱི་ཤྲག་དུ་མའི་ཆེ་སྒྲིག་གཅིག་ཅར་དུ་
འཕྲོག་རྒྱས་པ་བཞེན་ངན་ལས་བྱངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པ་དེ་དག་རྒྱས་ཕྱགས་ཆེ་བའི་
དངོས་གཉེན་གཅིག་གིས་རྒྱན་གཅོད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། ལས་གང་དང་གང་ཡིན་ནའང་
འབྲས་བུ་འབྲིན་ཟེན་པ་ན་ལས་དེ་ཟད་པ་ཡིན་གྱི་ད་དུང་ག་མ་ཉམས་པར་གནས་ཡོད་
པར་མི་འདོད། ལྷག་པར་དུ་ནག་པོའི་ལས་གཉེན་པོའི་སློབས་ཀྱིས་རིགས་རྒྱན་དང་
བཅས་པ་ཅ་མེད་དུ་ཆགས་རྒྱ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད། དཀར་པོའི་ལས་ལ་ཞེ་སྤང་
དང་ལོག་ལྷ་སོགས་ཀྱིས་འདྲོམས་རྒྱ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཐོག་མེད་ནས་
བསགས་པའི་ལས་ཟད་མཐའ་མེད་པའི་དཔེ་ཞིག་གང་ན་འདུག གསུང་རབ་གང་དུ་
རི་ལྷར་གསུང་འདུག ཡང་ལོག་ལྷ་ཟེར་བའི་མ་འདྲ་འདྲ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ལ་སྤྲུག་སྤྲུག་
བཅོལ་བས་མ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་བཟོས་པ་ལ། བཞུང་སངས་རྒྱས་ལ་ཡང་རེས་

སྟོན་ཁྲིམ་སྟོར་གྱི་རོ་ཁྲོལ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ཡོད་རབས་བཤད་འདུག་མོད། སངས་
རྒྱུ་དང་ལས་འབྲས་ལ་འཁོན་འབྲས་འབྲ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་སངས་རྒྱུ་གྱིས་
ལོག་ལྟ་དང་། ཞེས་པ་སོགས་གྱིས་རང་རང་གི་གཞིམ་བྱར་གྱུར་པའི་དགེ་ཅ་འཛོམས་
པར་གསུངས་པ་ལས། ལོག་ལྟ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས་ཅམ་གྱིས་ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་ལ་
བསགས་པའི་དགེ་ཅ་ཆ་ཆར་ནག་འཛོམས་བྱེད་འགྲོ་བར་གསུངས་པའི་ཡི་གེ་ན་
གཅིག་ཀྱང་མེད། ཁྱོད་ལོག་ལྟ་ལ་འཛིགས་སྤང་དེ་ཅམ་བྱེད་པའི་སེམས་གཏིང་ནས་
ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་རྟགས་སུ་འདུག་པས། ལས་དགེ་སྤྲི་ཅི་
བསགས་འདོད་ཡོད་ན་བསགས་རྒྱུ་གྱིས་དང་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འབྲད་པ་
བྱས་པ་ཅུང་མི་ཟ་བའི་སྟོམ་གཞི་དེ། ལོག་ལྟས་བཤེག་འགྲོ་བ་ལ་བྱ་རོག་གི་མགོ་ལ་
སྤྲིན་སྤྱང་འོང་བའི་སེམས་ཁུལ་དེ་འབྲར་བྱེད་མི་དགོས། བསམ་སྟོག་ཏོང་སྤངས་ཏོག་
ཅམ་འགྲིག་མིན་བྱུང་ཆེ་ལམ་སེང་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་ཡོད་ཆད་གཞུང་བཞེས་བཟོ་འགྲོ་
མཁན་ཞིག་གིས་ད་དུང་གནས་ལུགས་དང་རྒྱ་འབྲས་སྤང་འོང་ན་ཆོག་པ་མི་ཟུམས་
ཞེས་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་འདི་ཡི་རོ་གདོང་ལ་བལྟ་དུས། ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་གཞུང་བཞེས་
བྱེད་མཁན་དེ་དང་གནས་ལུགས་དང་རྒྱ་འབྲས་སྤང་མཁན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བཟུང་
ནས་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་འདུག་མོད། ཁྱོད་ཀྱི་ཅ་བའི་འདོད་པ་ལྟར་ན་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་ཡོད་
ཆད་འཕྲོག་མཁན་ནི་ལོག་ལྟ་ཡིན་པར་འདོད་པས་ལོག་ལྟས་གནས་ལུགས་དང་རྒྱ་
འབྲས་ཀྱི་སྟོར་སྤང་ནས་ཁྱོད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལྟར་བསྤང་ཡོད་ཅི་ཤེས། ཡང་ན་གནས་
ལུགས་དང་རྒྱ་འབྲས་བཤད་མཁན་རུ་སྟོན་བྱེད་པའི་སངས་རྒྱུ་དེ་ཡིན་དགོས་
པས་སངས་རྒྱུ་གྱིས་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་ཡོད་ཆད་རྩེ་ལྟར་བྱས་ནས་འཕྲོག་ཡོད་ང་

ཆོས་ནི་མི་ཞེས་ཁོ་ཐག་རེད་འདུག། ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་དགོ་ཙམ་གྱི་འཛུལ་འཛུལ་གྱི་ལོག་ལྟ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་ན། དགོ་ཙམ་ཆད་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོད་དགོས་
ཀྱང་སངས་རྒྱུ་ཉིད་ཀྱིས། གང་ཕྱིར་ངས་ནི་ཐར་བ་ཡི།། ས་བོན་ཡིན་ཏུ་ཐ་བ་དག
ཆོན་ནམ་དོ་ཡི་གསེབ་ན་གསེབ།། བག་ལ་ཞ་བའི་ཚུ་ལ་དུ་གཟིགས།། ཞེས་ཐར་བ་ཆ་
མ་ཐུན་གྱི་དགོ་ཙམ་མེད་པའི་གང་ཐག་མི་སྲིད་པར་གསུངས་ཡིད། རྒྱུད་ཟླར། རིགས་
ཡོད་ཕྱིར་ན་ལུས་ཅན་ཀྱང་། རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱུ་སྤྱིར་བོ་ཅན།། ཞེས་ཆད་ལྟར་གྱི་
གསུང་རབ་རྣམས་སུ་སེམས་ཅན་ཀྱང་ལ་སངས་རྒྱུ་གྱི་རིགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ས།
སངས་རྒྱུ་ཐོབ་མི་སྲིད་པའི་སེམས་ཅན་མེད་པར་གསུངས་པ་སོགས་དང་རྒྱབ་
འགུལ་དུ་སོང་ཡོད། ཉན་པའི་གཞུང་ཆེན་ལ་དགག་པ་རེ་རྒྱག་ཁུལ་བྱེད་དུས་ཁྱོད་ཀྱི་
རང་མཆང་རེ་སྟོན་ཡོང་གི་འདུག་ལ། ཆོན་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་རེ་འཛོལ་ཁུལ་བྱེད་དུས་
བརྟགས་ཞིབ་མེད་པར་གཡམ་རྒྱགས་ཉར་པོ་རེ་བྱེད་ཡོང་གི་འདུག། ལོག་ལྟ་རང་
གི་གཞོམ་བྱའི་དགོ་ཙམ་འཛོམས་པར་གསུངས་པ་ནི། སངས་རྒྱུ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་ལ་
ཁ་དོ་སྟེར་བ་དང་། དགོ་བ་ལ་བརྟམ་སྟོན་བྱས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དགོ་སྒྲིག་གི་ཆོས་
ཉིད་ཏུ་ཅག་ལ་གསལ་སྟོན་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན། སངས་རྒྱུ་ཁོང་གིས་ང་ཆོ་ལ་
བདེན་པ་གསུངས་པ་ལ་ང་ཆོས་རྩམ་སྟོན་བྱེད་དགོས་ཟེར་ན་བདེན་པ་ལ་རྒྱབ་འགུལ་
དང་། བདེན་པ་ལ་ངོ་ཆོལ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་རྩམ་སྟོན་བྱེད་ས་ནོར་བ་ཡིན་ལ། ངོ་ཆོལ་
བྱེད་ས་འཆུགས་པ་ཡིན། སྒྲིགས་མ་ལུ་འདུས་སུ་ལྟ་བུ་སྒྲིགས་མ་སོགས་རི་ལུག་
ལུག་དང་། ས་ཉིལ་ཉིལ་བྱེད་ཡོང་གསུངས་པ་འང་འདི་དང་འདི་འདྲ་ལ་བལྟ་དུས་བདེན་
པ་ཡིན་ངེས།

[illegible]

ལོག་ལྷས་རང་གི་གཞིམ་བྱའི་དགོ་ཅ་འདྲིམས་པར་བཤད་པ་ལ། དགོ་ཅ་ལྷ་
གསོད་བྱེད་འགྲོ་བར་བཤད་པར་འབྲུལ་ནས་གཟི་བརླིང་ཁོག་སྟོང་ཞིག་ལས་ངཆོ་ལ་
བསམ་སྒྲོའི་རང་དབང་སྤྲད་མི་འདུག་པས། སངས་རྒྱས་ལ་ངོ་མྱོལ་དང་མི་མང་ཡར་
ལང་གིས་ལས་འགུལ་འཛམ་གླིང་ཕྱིལ་པོ་འདར་སིག་རྒྱག་འོང་བ་ཞིག་སྟེལ་ཡོང་བའི་
བཅོ་འབྲ་ཞིག་བཤད་པ་ནི། བྱ་དྲིག་པའི་ཁ་ལྷེ་མ་ལ་རྒྱོ། ཟེར་བ་ལྷར་རང་གིས་མ་
འདྲིན་རང་གིས་མ་རྒྱས་པའི་དན་ཁག་ཆ་ཆང་ལས་འབྲས་དང་། དཀོན་མཆོག་པ་

མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་། དང་པ་དམ་ཆོག་སོགས་ལ་འགེལ་ཨེ་ཐུབ་བལྟ་བ་འདི། ང་ཆོ་
ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་མདུན་ལམ་སོགས་ལ་པན་ལས་གཞོད་ཆེ་བའི་བསམ་ཚུལ་
དང་བཤད་སྟངས་འདི་རིགས་ཡག་ཏུགས་ཤིག་མིན། གོང་ནས་བཤད་བ་ལྟར་དང་
དུས་མོད་ཡུལ་གྱི་སྤང་ལམ་འགའ་ཞིག་ནས་གསར་བྱ་སྐོར་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་
མཐར་སྐྱོད་གཏོང་བའི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྟེལ་བཞིན་འདུག་པ་འདི་དག་གི་རང་རེའི་
ལས་དབང་དང་། བསོད་ནམས་སོགས་ཚུ་པོ་བཞིན་དུ་ཐུར་ནས་ཐུར་དུ་བཞུར་བའི་
དན་རྟགས་ཤིག་ལོས་ཡིན། བྱང་ཆོས་ཀྱི་ནང་བརྟག་དབྱང་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པ་རྣམས་
ཡག་ས་མ་གཏོགས་སྤྱག་ས་ནས་དན་ཅེས་ཡང་མི་ཆོག་པར་བཤད་ཡོད་ཚུལ་
སོགས་ནི་གོང་དུ་བཤད་བ་ལྟར། ལས་འབྲས་དང་། རྒྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་ལོག་ལྟ་སོགས་མེད་
ན་ཁོང་གི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྟེལ་ཅིས་ཡོད་བཟོ་འདུག་མ་གཏོགས་
གང་ཅན་ཁ་ནས་ཐུང་དགོས་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ལོག་ལྟ་སོགས་གནས་དབྱུང་བཏང་
ཆར་རྗེས་འདྲ་མཉམ་གཉིས་པན་གྱི་བྲིམས་ལུགས་ཤིག་གཏན་ལ་འབབས་དགོས་
ཚུལ་བཤད་བ་ནི། འདྲ་མཉམ་གཉིས་པན་ཞེས་པ་ཞིག་ན་ལམ་དུ་གོ་སྐྱོང་བ་དེ་བེད་
སྐྱོད་བཏང་གང་ཐུབ་བྱས་པ་ཞིག་ལས། རྒྱབས་འདིར་མིང་ཆོག་འདི་འབྲེལ་ཆགས་
པོ་ཞིག་མི་འདུག་ཀྱང་དོན་སྐྱོན་ལས་ཆོག་སྐྱོན་ལ་གཅིགས་སུ་བྱེད་མི་འདོད་པས་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་མི་མཐད་ཅེས་ཁོ་བོས་མི་སྟེ། དགེ་སྤྱིག་འདྲ་མཉམ་དང་དགེ་སྤྱིག་
གཉིས་པན། ཡང་ན་ལས་འབྲས་དང་ལོག་ལྟ། རྒྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་ལོག་ལྟ་མེད་མེད་འདྲ་
མཉམ་གྱི་བྲིམས་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་གཏན་ལ་པབ་ནས་ལས་འབྲས་དང་རྒྱེ་བ་ལྷ་
ཕྱི་ཁས་མ་སྤངས་ཆོ། ལས་འབྲས་དང་རྒྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་འདི་དག་རང་འགར་ཅིས་མེད་དུ་

འགྲོ་ནས་རང་སྤང་གང་ཡང་། གང་དག་ལ་ཅི་འདོད་ཀྱི་རང་དབང་གི་ཉི་མ་ཞིག་ཤར་
ཡོང་ན་ལེགས་མོད། དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་སྤྱད་ཁྱེད་ཀྱི་ཉི་མ་འབྱུང་ཅམ་ཡང་ཉེད་དགལ།

༼༩༩༽ བདེན་བཞིན་ཞུས་གཞག་གི་ཐང་ཏུ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་
ཤེས་པ་བ་ཐེག་པ་འདི་ལ་སྒྲིལ་ནས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་རྒྱལ་དུ་མཆི་
སྐབས་ལྷ་བཟང་ཐེན། འཁོར་བ་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་ན་འཁོར་བ་དོན་
གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་འགྲོ་ཐེག་པ་འདི་ཡང་ཡོང་ས་ལྷ་འབྱུང་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་
ན་ཐུང་འདས་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་ཆེ་ཐུང་འདས་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་
ཅིང་ཐུང་ཐུང་མི་འགྲོ་ཉེ་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པ་ལ་སྒྲིག་ཏུ་མེད་པའི་ཐུང་རྟོ།
།ད་ཏུང་མེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་འོད་གསལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཆུང་དང་། གྱི་མ་
རྒྱས་ཀྱི་སྒྲིལ་ཏུ་པ་ཞིག་ཡིན་ཆུང་མོགས་འཐད་པ་མེད་པའི་རྒྱས་གཞག་
མང་ཏུ་འདུག་མོད། ཉིང་གི་དཀྱིལ་ཏུ་ཇུང་ནས་བརྒྱན་ཐེན་པ་ཡིན་པས་ད་
ཡན་ལག་རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་གསོད་པའི་རལ་བ་བཞེན་མ་འདོད་དོ། །

བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་འཐད་པའི་སྐོར་ལ་ཡར་ལང་མེད་པའི་ཡ་
ལན་དུ་མཆི་སྐབས་སུ་སྒྲིག་ཟིན་ཅིང་། འཁོར་བ་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་ན་འཁོར་བ་
དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་དགོས་ན་ཐུང་འདས་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་ན་ཐུང་འདས་དོན་
གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་དགོས་པའི་མཚུངས་པ་བསྒྲིགས་ཁུལ་བྱས་པ་ནི་དགོད་ལོ་བའི་
གཏམ་སྟེ། འཁོར་བ་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་པ་ན་འཁོར་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་འགྲོ་
བར་གཞུང་ལུགས་གང་ཏུ་བཞག་འདུག། སྒྲིལ་ཉིད་གོམས་པ་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་
འཁོར་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་འགྲོ་བ་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཐུང་འདས་བདེན་
མེད་ཏུ་རྟོགས་ན་ཐུང་འདས་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིལ་ཏུ་མི་དགོས་ཏེ། སངས་བྱུས་

འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་གཞན་རྒྱུད་གྱི་མུང་འདས་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོད་པ་ནི།
སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར་ཞེས་པའི་སྐབས་གྱི་འདུན་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་
སེམས་བསྐྱེད་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བ་དེད་ཅག་འདོད་པས་སོ། ཅི་སྟེ་རང་རྒྱུད་གྱི་
མུང་འདས་ལ་བྱས་ཀྱང་སྒྲོན་མི་འཇུག་སྟེ། འཁོར་འདས་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་དུས་
འཁོར་འདས་མེད་པར་རྟོགས་དགོས་ན་ཁྱོད་གྱིས་བཤད་པ་དེ་ལ་བསམ་གཞིགས་
ཅུང་ཙམ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་མོད། དེ་མི་དགོས་པས་ཁྱོད་གྱི་ཐལ་བ་དེ་འབྲུགས་པའི་སྟེང་གི་
རིལ་མ་བཞིན་འབྱར་ས་དང་འཐམས་ས་ཅི་ཡང་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡིན། མུང་འདས་
བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ན། མུང་འདས་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྟོང་མི་དགོས་ཏེ། མུང་འདས་
བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་དུས་མུང་འདས་དེ་ཉིད་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་མེད་ཀྱང་གཞན་
ལ་བརྟེན་པ་དང་ལྟོས་པའི་སྒྲོན་པ་ཡོད་པར་འབྱུང་བ་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན་འཁོར་འདས་
བདེན་འཛིན་སྤངས་པའི་མུང་འདས་ཡོད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། དེ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་དོན་
གཉེར་གྱི་སྒོ་སྟེ་བ་ལ་ཕན་པ་མ་ཟད་འདོར་འདོད་ཀྱི་སྒོ་འབྲེན་ཚུལ་ཞིག་གཏན་ནས་
མེད། སེམས་གྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ། འི་མ་རྣམས་ནི་སྒོ་བྱུར་བ། ཞེས་
གསུངས་པ་འདི་མི་འཐད་པའི་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མ་བཤད་པ་དེ་ལ་འགྱུར་པ་ཆེ། འདིའི་
སྟོར་ཅུང་ཟད་བཤད་ཆེ་སྟེ་ཡང་དགོད་ཁ་བསྐྱང་བ་ལ་ཐེ་ཆོས་མི་དགོས་པ་རེད།
ཆོག་འདིའི་དོན་ནི་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ནམ་གཤམས་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འི་མ་
སོགས་གྱིས་བསྐྱེད་མེད་པའི་འོད་གསལ་བ་དང་། བདག་འཛིན་སོགས་འི་མ་རྣམས་
ནི་སྒོ་བྱུར་བ་ཡིན་པ་ལས་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་རྒྱ་མེད་པའི་རྟག་བརྟན་ཐེར་ཐུག་གི་
རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། མཐར་གཏུགས་ན་འི་མ་སྟོང་རུང་དང་།

གཉེན་པོ་སྤྱི་རུ་དུ་སྤྱུབ་པའི་གསུངས་ཤིག་ཡིན་པས་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་ཐལ་
བ་འཕེན་རྒྱས་པ་ཞིག་མིན་མོད། ཉང་པའི་ཆོས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་ལ་དབྱེད་
པ་དང་། བརྟགས་ཞིབ་མཐེལ་བྱིན་མ་རྒྱས་པར་སྒྲོ་འདོགས་དང་། སྤྱར་འདེབས་ཀྱིས་
ཁུངས་མེད་ལུང་མེད་དབྱེད་རིན་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱུས་པའི་སྒྲོ་ཡི་
རྒྱར་ཞིག་གིས་བཟུངས་ན་སྒྲིན་གྱི་གོང་བུ་ཞིག་ཡིན་ངེས། འདི་ལ་དགག་པ་ན་ན་མོ་
ཞིག་རྒྱག་སྟབས་ན་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་བཅག་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སངས་རྒྱས་
པའི་གཞུང་གི་འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདོགས་མེད་པར་བཟོ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་
མ་སེམས་ཀྱི་གཤིས་ལ་ཞུགས་ན་སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་དྲི་མ་ཟད་པའི་ཐར་པ་འདོགས་མི་
བྱུང་ལ། དེ་མ་བྱུང་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་མི་འཐད་ཅིང་། དེས་ན་སྒྲིན་ཀྱན་ཟད་
ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་མིང་ཙམ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས། རྗེས་སྟོགས་ནང་ཆོས་
ལ་དགག་པ་རྒྱག་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་འབྲས་སྤྱུས་ཆེ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་
པའི་སྐོར་དེ་སྤྲང་རྒྱུང་བྱེད་མི་རུང་། གནད་འགག་འདི་ན་ཡོད། བ་བཟང་བྲ། ཞེས་ཁོ་
བོས་ཁྱོད་ལ་རོགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

ཆད་མའི་སྤྱིས་བྱ་ཤུག་སེང་གེ་ཡི།

ཆད་དང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་རྣམ་དབྱེད་ཅལ།

ཆད་མས་མ་བྱུན་སྤྲང་གྲུབ་པར་ཡོད་མཆི་ན།

ཆད་མ་བཀའ་ཡིས་གནང་བར་ཅི་ཞིག་གཞིད།

བཞི་པ། འདུལ་ཐགས་ཐགས་ཀྱི་ཚྭ་པ་དང་དམ་ཆེ་ག་གི་ རྒྱུ་གཞི་དབྱེ་པ་ལ་དོགས་སེལ།

༼ ༤༥ ༽ ཐོག་མའི་ཆར་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆད་དེ་ཐུགས་ཤིང་གོས་
བཟུང་ཉེ་ཁྱིམ་ཆར་དང་ཁ་བྱུང་ནས་ཚད་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་མ་གཏོགས། དེར་
སར་ནང་བཞུགས་ཚྭ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་དང་། གཏོར་བའི་ས་མཆོམས་
སྐྱེས་ཆོག་འཁོར་ཆེན་པོ་འདྲི་འདྲེ་མེད། མིམ་བཞུགས་དག་ཚོར་བཟང་ཆུན་
ཀྱིས་དག་ཚོར་གི་ཆ་ཐུགས་མ་དོར་བཞུགས་ཉེ་མི་ཆར་ས་པར་བྱུང་པ་དང་། རྒྱ་
མཐའ་ཆོར་ཙམ་ཀྱིས་རྒྱ་མ་བརྒྱས་པ། ཉ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་བརྒྱས་མ་ཡིན་ཡིན་
མདོག་གི་རྒྱན་གཏམ་པ། དག་ཚོར་མི་ཐུག་པ་ཚོས་མཐའ་ཁ་གས་ཀྱིས་རང་
ཚུལ་རང་གིས་བཅད་པ་སྐྱེས་གནད་དོན་རྒྱུ་ཙམ་མང་པོ་འཕྲོ་མི་
འཕྲོར་ཐོན་པ་ན། ད་གཞོན་ཚུགས་གཅིག་ནས་ཚོན་འཕྲོ་མི་ཆུན་དང་ཆོ་
གའི་བརྒྱན་མིམ་མང་པོ་ཞིག་བཟོས་ཉེ་མི་ཅི་ཡིན་འདྲི་མིན་དེ་འདྲ་རབ་བྱུང་
བའི་བྱུང་ཏུ་འཆར་རྒྱ་ཚོན་འགོག་བྱས་པ་དང་། ༽

ཐོག་མའི་ཆར་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆད་དེ་ལས་དེར་གི་དུས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་
ཆད་ལ་འགྱུར་ལྡོག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་པའོ་ལ་འདྲི་ན། ད་དུང་རབ་ཏུ་བྱུང་
བའི་ས་མཆོམས་དང་། རབ་བྱུང་གི་རོ་བོ་རོས་མ་ཟེན་པའི་གཏམ་ཡིན་ཉེ། སྤར་སངས་
རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་དུས་སུ་སྤྱད་དང་ཁ་སྤྱོད་གས། གོས་དུར་སྤྱིག་གྲོན། ལམ་ཐོ་པོར་
གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཙམ་གྱི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་བྲ་ཞིང་། སྤྱིས་སུ་ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་
ཙམ་ལ་དེ་ལས་སྤྱག་ཅིག་རབ་བྱུང་གི་སྤོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་དང་། སྤོམ་པ་གཏོར་
བའི་ས་མཆོམས་གཏན་ལ་པབ་པ་ཞིག་འདུལ་གཞུང་གང་དུ་ཡང་མེད། ང་ཆོ་མོད་ཀྱི་

ཡུལ་གྱི་འགའ་ཞིག་ནས་དགེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་ཙམ་གྱིས་རབ་བྱུང་དུ་འདོད་པ་སོགས་
ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་འདུལ་བ་ཡུལ་ལུགས་དང་བསྐྱེད་ཞེས་པ་ལྟར་འཛིག་ཉེན་དབང་
བཅན་པར་བྱས་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན། འདི་ལྟར་ན་འཛིག་ཉེན་པས་འདོད་པའི་
རབ་བྱུང་དང་། གཞུང་ལུགས་ནས་བཤད་པའི་རབ་བྱུང་གཉིས་སུ་བྱས་ན་གནས་
སྐབས་ཁྲིམ་པ་སྤྱོད་འབྲིན་གྱི་སྒྲོ་འགོག་པ་ལ་ཅུང་ཟད་པན་རྒྱུ་པས་ཡོད་སྤྱིད་ཀྱང་རབ་
བྱུང་དངོས་བཏགས་གཉིས་མ་ཞོར་བ་གལ་ཆེ། ཁྱོད་གྱིས་སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་
དང་། ཅ་བ་བཞི་ཡི་བྱུང་རིམ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྤར་གྱི་རབ་བྱུང་དང་། དེར་གི་
རབ་བྱུང་གི་ཆད་མི་མ་ཐུན་པར་བཤད་སྤངས་ལ་གཞིགས་ན་སྤར་གྱི་སྐབས་སུ་རབ་
བྱུང་ནི། སྤྱི་གཉིས་པ་དང་གོས་བཞེ་བསྐྱུར་བྱས་པ་ཙམ་དང་། བྱིས་ཀྱི་རབ་བྱུང་ནི་
སྒྲོམ་པ་འཕོགས་ཆོག་ལ་བཞེན་པའི་བསྐྱེད་རྒྱུ་གས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལྟན་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་
སྟེ་འདུག་པ་འདི་ནི། འཁྲལ་གཞི་དོ་མ་དེ་རེད་འདུག་པས་ཁོ་བོས་ཁྱོད་ལ་གྲོགས་ཀྱི་
འདུ་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲོ་སྒྲོ་འབྱེད་པའི་གསལ་བཤད་ཅུང་ཅུ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། རབ་ཏུ་བྱུང་
བ་ཙམ་ལ་བསྐྱེད་རྒྱུ་གས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སོགས་ཐོབ་མི་དགོས་ལ་ཁྱེད་ལ་མི་དགོས་པར་
མ་ཟད། འཕགས་ཡུལ་གྱི་འདུལ་འཛིན་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་
ཆེད་འབྲེལ་ལས། དགེ་ཚུལ་ཉིད་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་ལ་བྱེད། ཅས་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོམ་
པ་ལེན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སྤོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། བོད་རང་གི་
འདུལ་གཞུང་དག་ཏུ་ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཙམ་གྱི་རྒྱུད་ལ་སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་
གང་གི་ཡང་སྒྲོམ་པ་ཡོད་མི་དགོས་པར་གསུངས་པ་དག་ལ་མིག་ཟུང་གཡོ་ཙམ་བྱས་
ན་རབ་བྱུང་གི་ཆད་དང་། རབ་བྱུང་ལ་སྒྲོམ་པ་འཕོགས་ཆོག་དང་། གཏོར་བའི་ས་

མཆམས་ཡོད་མེད་སོགས་འདུལ་བའི་བཅས་མཆམས་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་
ཤེས་པའི་རྒྱ་སྟོགས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་རེ་སྟོན་ཆེ། ཡང་དགེ་སྦྱོར་མི་སྤྱད་པ་སྟོན་
མཁན་ཁ་ཤས་ཀྱིས་རང་སྟོག་རང་གིས་བཅད་པ་སོགས་གནད་དོན་རྩ་བ་ཅན་མང་
པོ་འཛོལ་མ་འཛོར་ཐོན་པ་ན། ད་གཞོན་སྟོགས་གཅིག་ནས་སྟོན་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་དང་ཆོ་
གའི་བརྒྱད་རིམ་མང་པོ་ཞིག་བཅོས་ཏེ། མི་ཅི་མིན་འདི་མིན་དེ་འདྲ་རབ་བྱུང་པའི་གྲལ་
དུ་འཆར་རྒྱ་སྟོན་འགོག་བྱས་པར་བཤད་པ་འདི་ལ་གཞིག་དུས་པམ་བ་བཞི་ཡི་སྤང་
གཞི་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་གཞི་ནས་སྟོན་ཆོག་དང་། ད་ཆོག་གི་ཁྱད་པར་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་
བཤད་འདུག་མོད། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་སངས་རྒྱས་
ནས་བསྐབ་སྟོན་སྟོན་མེད་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་པར་སྟོབ་དཔོན་དེ་མེད་
བཤེས་གཉེན་གྱིས་བམ་པོ་ལྷ་བཅུ་པ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་སངས་རྒྱས་ཏེ། ཉན་
ཐོས་ཀྱི་འཁོར་བརྟེན་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ལ་སྟོན་
མེད་ཅིང་བསྐབ་པའི་གཞི་བཅས་པ་མེད་དོ། ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ད་ལྟའི་ཆོག་ནི་
བཅོམ་ལྷན་འདས་སངས་རྒྱས་པའི་ལོ་དུག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ད་ཆོག་གཏན་
འབེབས་མཛད་པའི་གནད་འགགས་དེ་ཅ་བ་བཞི་ཡི་བྱུང་རིམ་དང་འབྲེལ་བ་ཅུང་ཟད་
ཀྱང་མེད་པར་ཤེས་དགོས། འོ་ན་ད་ཆོག་གཏན་འབེབས་མཛད་དགོས་པའི་གལ་
གནད་ཅི་ཞིག་ལ་སྤྱད་པ་ཡིན་སྟུང་ན། ལུང་གཞི་ལས། སྟོན་གྱི་ཆོགས་བྱུང་ཞིང་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་རྣམས་ལ་མཁན་པོ་མེད་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་མེད་པས་ཆོས་
གོས་ལེགས་པར་མ་བགོས་ཤིང་། སྤྲ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོད་བག་གི་སྟོད་ལམ་གྱིས་
བསོད་སྟོམས་སྟོང་བར་བྱེད་པ་ན། ལུ་སྟེགས་ཅན་འཕྲ་བར་གྱུར་པ་དང་། དགེ་སྦྱོར་

ཞིག་ན་བ་ལ་ནད་གཡོགས་ཟེད་པ་མེད་པས་ཤི་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ངའི་ཉན་མོས་
རྣམས་གཅིག་གིས་གཅིག་བརྟུ་བའི་ཕྱིར་དང་། རད་པ་རྣམས་ལ་ནད་གཡོགས་བྱ་
བའི་ཕྱིར་མཐན་པོ་དང་སྟོབ་དཔོན་དག་གིས་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་
པ་བྱ་བར་གནང་ངོ།། ཞེས་མཐན་སྟོབ་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པའི་སྟོན་པས་བསྟེན་
པར་རྫོགས་པའི་ད་ལྟར་གྱི་ཆོག་འདི་གསུངས་པ་ཡིན། རབ་བྱུང་དང་བསྟེན་རྫོགས་
ནོར། སམ་བཞིའི་བྱུང་རིམ་དང་། ད་ཆོག་གི་སྟེང་གཞི་ལ་ནོར་བ་སོགས་ནོར་བའི་སྟེང་
ལ་ནོར་བ་བཅུགས་ནས་འདུག་ན་མི་ཤེས་པའི་འགག་འཕྲང་ལས་རིག་པའི་ལྷགས་
ལྟས་བྱངས་ཡོད་པས་ངོས་ཟེན་བར་གྱིས་ཤིག།

༼ ༩༩ ༽ འདིར་ཁོ་བོས་བརྗོད་འདོད་པའི་རྣམ་ཆ་ནི། འབྲུལ་བའི་
བཅའ་ཁྲིམས་དེ་རྟེན་པ་བླུ་བླུ་པས་དབྱིངས་ཆོད་ཀྱིས་མུར་བཀའ་པ་
བཞག་པ་ཞིག་མིན་པར། ལྷལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ལྷགས་རྩུབ་སྟོན་མུར་བྱས་དང་།
ཁོར་ལྷག་ལས་ཅན་ཞིག་གི་ལྷགས་རྟེན་ལོག་གཏན་འབེབས་གནང་བཞག་པ་
ཞིག་མིན་པས། ད་བྱུང་ཡར་བྱས་དང་ཁོར་ལྷག་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟེན་འབྲི་
སྟོབ་བཅོག་བྱེད་ཆོག་པ་ཞིག་མ་གཏོགས། དགོ་མཆུ་ཆ་དང་དོན་སྟོང་ཡོད་
མེད་ལ་རྟོས་པ་མེད་པར་མཐོང་གཅིག་ཏུ་མཆོ་སོ་མཁུང་བཟུང་བྱེད་མི་
དཀོས་ཞེས་པ་འདི་མིན། དེ་བཞིན་དཔེ་རྒྱལ་སྟོང་གི་རྩམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་
དེ་ཡང་བརྟེན་པའི་སྟོང་ཏུ་འཇུག་པའི་དམ་བཅའི་མཆུ་ཆ་ཅན་ཞིག་མིན་ཀྱི།
འཕྲོགས་ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་རྩམ་པ་ཞེས་པའི་དཀོས་པོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅིག་ལྟར་
ལ་སྟེ་འོར་རྒྱ་དང་འཛུལ་འོར་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། དེ་དང་འགལ་བའི་གནས་
རྒྱལ་རྟུག་ན་དམ་བཅའ་ཤོར་བ་མིན་པས་སྟེད་པར་འོས་པའི་གནས་ཅན་ནི་
འོས་མིན་མ་གཏོགས། དཀོས་ལྷན་ཆ་བཞིན་ཏུ་ཆག་འབྲི་རྒྱ་དང་། ཤིང་ལོ་
བཞིན་ཏུ་བྱག་འབྲི་རྒྱ་དེ་འབྲ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། རྩམ་པ་ཤོར་མོང་ན་

དཔལ་ལོན་པའི་ལྷན་པ་འདི་ཉིད་ལས་ཀྱང་དཔལ་ལོན་པའི་ལྷན་
གཏམ་ཡིན་ཏེ། རྩོམ་པ་གཏན་ནས་མཁུར་མཁུར་བའི་ཁྱིམ་པ་ཆོ་དཔལ་
བར་ལྷན་མ་ཁོང་ན། ལྷ་ཁོག་ཆོས་ཁྱིམ་པ་ལས་ལྷན་པའི་ལས་གཅི་ཡང་མ་
བྱས་པས་དཔལ་ལོན་པའི་ལྷན་པ་ལྟར་ཡོད་པའི་ལྷན་པ་དེར་
དཔེ་བ་མེད་ཀྱང་ཞིག་པ་ཡོད་མི་དཔེ། འདུལ་བའི་ཆོས་ཉི་མང་སྐྱེས་ཉལ་
གཅིག་ལས། འབྲས་དང་འཇམ་དབྱངས་མོགས་ལའང་དབང་བ་མིན། ཞེས་
མོགས་ཐེང་བ་ཉི་མེད་ཉལ་མཐོག་མ་འཇམ་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལས་མ་འདས།
མངས་བྱས་འཇིག་རྟེན་བཞོད་པ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ཁོང་གཅིག་ལྷ་ལ་
དཔེགས་བསལ་གྱི་དབང་ཆ་དེ་འདྲ་ཡོད་དོན་ཅི་ཡང་མེད། ་་་

དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་པས་མོ་ཆེ་ཡི་བྱང་རིམ་ལ་བསྟུན་ན་རྗེས་
འབྲུག་གི་གདུལ་བྱ་དག་གི་བྱས་ཉེས་དང་སྐབས་དེ་ཡི་ཡུལ་གྱི་བག་ཆགས་གྱི་དབང་
ལྷགས་འོག་ནས་སྟོན་པས་བག་ག་འགོག་དང་། བཅས་པ་མཛད་པ་དངོས་ཡོད་གྱི་
གནས་ལྷགས་ཡིན་ཡང་བཅས་པ་བརྒྱ་ལྷག་གི་ཁོད་ནས་ར་ཆེའི་མིག་ལ་མི་མཛད་
ཁོང་ཞིང་ཞིང་ལ་གནག་ཡོང་བའི་ཁྲིམས་ཤིག་མེད་ཅེས་བཛྟེན་ན་ཆོག་ འོན་ཀྱང་སྤྱི་པོའི་ནས་
རྟོག་ལ་ལྷ་མཐའ་མེད་པས། ཁག་ཅིག་གིས་དུས་དང་ཁོར་ལྷག་ལ་བསྟུན་ནས་སྟོན་
འཕྲི་སྟོན་དཀྱིལ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད་ཀྱང་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་ཤེས་བྱ་ཅམ་ལ་ཡང་གོ་
རྟོགས་མེད་པའི་གཏམ་དུ་སྒྲུབ་སྟེ། རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ཁྲིམས་ལྷགས་ལ་འགྱུར་བ་
གཏོང་དགོས་ན་རང་སྒྲུབ་གང་ལེགས་ཀྱིས་འགྱུར་བ་གཏོང་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན། འདུལ་
བའི་བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་མངའ་བདག་སྟོན་པ་ཉིད་ཞལ་བཞུགས་མེད་དུས་འདུལ་བའི་
བཅས་པ་བརྩེ་སྤང་མི་རུས་པའི་མགོ་རིལ་ཏམ་པ་ཅན་འགས། རྒྱ་མཚན་ཆོད་ལྷན་
མེད་པར་འདུལ་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་ལ་དགོས་པ་མེད་པར་བཞག་ནས་འགྱུར་བ་གཏོང་།

ཆོག་ཆོག་དང་གཏོང་བའི་དབང་ཆ་དེ་ཅིག་ག་ལ་ཡོད། རོས་གཞན་ཞིག་ནས་བསམ་
གཞིག་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ནི་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོས་
ལུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་བོད་པའི་ནང་དུ་གསར་བརྗེ་བ་སྒྲོར་ཞིག་གིས་འགྱུར་
བ་འདྲ་གཏོང་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། བསྟན་པ་སྟོན་པ་བརྒྱད་པའི་ནང་པའི་དགེ་སློང་ཁྱིམ་ག་
མང་པོས་མིག་གིས་བརྟ་ཅམ་དང་། རྩ་བས་ཉན་ཅམ་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་མ་རེད། འདི་ལ་
དུས་དང་ཁོར་ལུག་མི་འདྲོམས་པའི་གནད་འགག་ཀྱང་འདི་དག་ལ་ཐུག་གོ།

དེ་ནས་དགེ་ཚུལ་སློང་གི་སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོག་དེ་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་འཇུག་པའི་
དམ་བཅའི་མཛད་སྟོན་ཅམ་དང་། འཕོགས་ཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོམ་པ་ཞེས་པའི་དངོས་
པོ་རྟོག་རྟོག་ཅིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་ཡོང་རྒྱ་དང་འཛོལ་ཡོང་རྒྱ་མེད་ཅེས་པ་ནི། སོ་ཐར་རིགས་
བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེན་ཚུལ་དང་། སོ་སའི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ་བཅས་ལ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་
བའི་ཉག་ས་བསྟན་པ་འདི་རབ་བྱུང་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ངོ་ཆ་བའི་གནས་མ་ཡིན་ནམ།
གང་ཞེན་དགེ་བསྟན་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེན་དུས་ནས་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་འཇུག་པའི་དམ་
བཅའ་བཞག་ཟེན་པ་ཡིན་ལ་མཛད་སྟོན་བྱས་ཟེན་པ་ཡིན་པས། དགེ་ཚུལ་སློང་གི་སྒྲོམ་
པ་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་གཞི་ནས་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་འཇུག་པའི་མཛད་སྟོན་གྱི་རྒྱས་པ་དེ་
འདྲ་ཞིག་དགོས་དོན་གཏན་ནས་མེད། དགེ་ཚུལ་སློང་གི་སྒྲོམ་པ་འཕོགས་ཆོག་ལ་
བརྟེན་ནས་རིགས་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ཅན་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཞིག་ཐོབ་ཡོང་བར་
བཞད་ཀྱི། སྒྲོམ་པ་རྟོག་རྟོག་ཅིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་ཡོང་བར་གཞུང་གང་དུ་འང་བཞད་མེད།
ཡང་དེ་དང་འགལ་བའི་གནས་ཚུལ་ལྟག་ན་དམ་བཅའ་ཤོར་བ་ཡིན་པས་སྤྲད་པར་
འོས་པའི་གནས་ཅམ་ནི་ལོས་ཡིན་མ་གཏོགས། དངོས་སུ་རྩ་བའི་བཞེན་དུ་ཆག་འགྲོ་

རྒྱ་དང་། ཤིང་ལོ་བཞིན་དུ་གྲུག་འགྲོ་རྒྱ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་ཅེས་བཤད་
 བ་འདིས་ནི་དགེ་ཚུལ་སྤོང་གི་སྤོང་བ་ལེན་དུས་རྒྱ་དང་ལ་སྤྱི་བའི་སྤོང་བ་དེ་ག་ཟུགས་
 ཅན་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པ་ཅམ་ནི་ཤེས། ག་ཟུགས་ཅན་ལ་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་དང་
 ལག་པས་སྤྱག་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་ཉ་མ་གོ་ནས་ཆོས་འདུལ་བའི་
 རྣམ་གཞག་ལ་རང་འགར་སྤྱོད་བཏང་བ་ལས་དངོས་དོན་ལ་ག་ཟུགས་ཅན་ཡིན་ན་
 ཤིང་ལོ་བཞིན་གྲུག་འགྲོ་བ་དང་། རྩ་བུ་དང་དཀར་ཡོལ་བཞིན་དུ་ཆག་འགྲོ་རྒྱ་ཞིག་
 ཡོད་ཅི་ལ་དགོས། གལ་ཏེ་དགོས་ན། མཛོད་ལས། ག་ཟུགས་རྣམ་གཉིས་དང་རྣམ་ཉི་
 ་ལྟ། ཞེས་བའི་སྐབས་སུ་ག་ཟུགས་ལ་ཅི་ཞིག་བཤད་ཡོད་མཐོང་བས་མ་གཏོང་དགོས་
 པར་མ་ཟད། སོ་ཐར་གྱི་སྤོང་བ་ག་ཟུགས་ཅན་དུ་འདོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ག་ཟུགས་ཅན་
 དོས་འཛིན་ཚུལ་ཞིབ་སྒྲུལ་ཤེས་ན། དེ་དག་རྣམ་རིག་རྣམ་རིག་མིན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་
 གཞུང་དོན་ལ་སྤྱངས་པ་བྱེད་དགོས།

ཡང་སྤོང་བ་ཤོར་སོང་ན་དཔུལ་བར་ལྷུང་འགྲོ་ཟེར་བ་འདི་ནི་དེ་བས་ཀྱང་དབྱང་
 མི་བཟོད་པའི་རྒྱན་གཏམ་ཡིན་ཟེར་བ་ནི། གཞུང་གང་དུ་འདྲ་སྤོང་བ་ཤོར་བ་ཅམ་གྱིས་
 དཔུལ་བ་ལ་ལྷུང་འགྲོ་བའི་བྲབ་བ་བསྐྱབས་མེད་པས་ཁྱོད་སེམས་ཁུལ་མེད་ས་ལ་
 སེམས་ཁུལ་རི་བོང་གནམ་རིབ་ཀྱི་སེམས་ཁུལ་དེ་འདྲ་བྱེད་མི་དགོས་ཤིང་། ལྷག་དོན་
 སྤོང་བ་གཏན་ནས་བསྐྱང་མ་སྤོང་བའི་བྲིམ་པ་ཆོ་དཔུལ་བར་ལྷུང་མ་སོང་ན། ག་ལོག་
 ཆོས་བྲིམ་པ་ལས་སྤྱག་པའི་ལས་ཀ་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པས་དཔུལ་བར་ཅི་ལ་ལྷུང་འགྲོ་
 ཟེར་བར་གྲ་བ་ལོག་ན་དཔུལ་བ་ལ་ལྷུང་འགྲོ་བ་དང་། བྲིམ་པ་རྣམས་དཔུལ་བ་ལ་ལྷུང་
 མི་འགྲོ་ཞེས་གསལ་ཁ་ཡོད་པའི་གཞུང་ཞིག་གང་དུ་འདུག ཁོ་བོའི་མིག་ལམ་དུ་ནི་དེ་

འདྲའི་གསལ་ཁ་དོད་པའི་གཞུང་ཆོད་ལྷན་ཞིག་ད་བར་དུ་མ་བྱུང་ལ་གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་
བདོག་ན་རིགས་པའི་སྲོགས་ལོ་ལགས་ཀྱིས་མ་འོངས་བདག་ལ་སྤྱེས་སུ་བཏེགས་
པའི་བསྐྱལ་མ་བྱེད་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲོམ་བ་བསྐྱུང་མི་ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་དེ་
འདྲ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་ན་བསྐྱབ་སྒྲོམ་ཡར་ལ་ཕྱལ་ཆོག་པར་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་
གསུངས་ཡོད་བ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བ་ལས། རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་བསྐྱབ་བ་སྐྱུང་མི་རུས་བ་
མཐོང་ན་བསྐྱབ་བ་འབྱལ་བར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་འདི་ནི་དགག་སྐྱབ་གནང་
གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྐྱབ་པའི་བཅས་བ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པས་སྒྲོམ་བ་སྐྱུང་མ་ཐུབ་ན་
སྒྲོམ་བ་ངེས་པར་དུ་ཕྱལ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་སྤྲིག་ལྟར་གི་རྒྱུ་མི་ཆད་བ་ཡིན་
པས། བསྐྱབ་སྒྲོམ་ཕྱལ་ནས་གཟན་ཤམ་ཕྱད་རྒྱུ་ཀྱང་གིས་དང་། ཐད་ཀར་དཔུལ་བ་དོན་
གདན་ལ་འབྱར་འགྲོ་བའི་སེམས་ཁུལ་དེ་འདྲ་མི་དགོས་པར་མ་ཟད། སྒྲོན་བསྐྱུངས་
བའི་པན་ཡོན་སོགས་དགོས་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པར་ཡང་ཡང་གསུངས་ཡོད་ན།
གཞན་དོན་མེད་ཁ་སྤྲིག་སྤྲིག་མི་གསོག་པའི་ཡིད་གཟབ་བྱས་ན་འཕྲལ་ཡུན་དགེ་
བའི་ཐབས་སུ་སྤྱང་། ཆོས་འདུལ་བའི་བཅའ་ཁྲིམས་འདིའི་འོག་ཏུ་འཇུ་ལ་དང་མི་
འཇུ་ལ་རང་དབང་ཡིན་ལ། ནང་བ་ཡིན་ཆོད་ཀྱིས་བཅའ་ཁྲིམས་འདི་ཁྱར་མི་དགོས།
བཅའ་ཁྲིམས་འདིའི་འོག་ཏུ་རང་དབང་ངམ་གཞན་དབང་གིས་འཇུ་ལ་ཟེན་ནའང་།
གལ་ཏེ་བསྐྱུང་མི་རུས་ན་ད་དུང་སྤྲིག་བ་མིག་བཅུ་མ་དང་། མཛེ་པོ་མཐུད་བཟུང་བྱེད་
ནས་འདུག་མི་དགོས་པར་སྒྲོམ་བ་ཡར་ལ་ཕྱལ་ཆོག་པ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱབ་
བ་འདི་ནི་རང་དབང་དང་། བཅན་གཞོན་མིན་པའི་དཔང་རྟགས་ཡང་དག་ཅིག་ཡིན་
ནའང་རང་རྒྱུད་ལ་གཟུ་བའི་སྒོ་ཞིག་མེད་ན་མི་མཐོང་སྟེ། པལ་མོ་ཆེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི།

འདུག་པས། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་གཉིས་ལས་
རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ནི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྤྲིག་པ་མི་དག་བ་ཡིན་ཞིང་། བཅས་
པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྤྲིག་པའི་ངོ་བོར་ཅུང་ཙམ་ཡང་འདྲེས་མེད་
པ་འདི་ཐོག་མར་ཡིད་ལ་བབུང་དགོས། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སློག་གཅོད་པ་ལྟ་
བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཚོགས་མི་ཚོགས་གསུངས་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་ངོ་བོས་ཆ་ནས་སྤྲིག་
པ་ཡིན་པ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལྟ་བུ་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྤྲིག་པ་མ་ཡིན་ལ་སངས་རྒྱས་
ཀྱིས་བཅས་པ་མཛད་རྗེས་སུ་ཡང་སྤྲིག་པ་འགྱུར་ཚུལ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད། སངས་
རྒྱས་ཀྱིས། ང་ཡིས་རྗེས་འཇུག་ནམས་ཀྱིས་ཆང་འཐུང་ན་ང་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་པ་མ་ཡིན་
ལ་ཁྱོད་ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་མ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་བསྩལ་བའི་དུས་དེ་ནས་བབུང་དག་
ཚུལ་སློང་གིས་ཆང་འཐུང་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་
ལ་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཞེས་པ་དེ་གྱུར་པ་ཡིན། དཔེར་ན་གྲ་བ་ཞིག་གིས་རྐང་
སློལ་ལ་རྟོག་ཐོ་བརྒྱབ་ན་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་ཉེས་པ་ཅི་ཡང་མེད་མོད། དགོན་པ་ཞིག་གིས་
བཅའ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་ཚོགས་པའི་བཅས་པ་བྱས་ཡོད་ན། དེ་ཉིན་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་
རྐང་སློལ་ལ་རྟོག་རྒྱག་བརྒྱབ་པ་དེ་ཁྲིམས་འགལ་ཡིན་ལ་ཉེས་པ་ཡང་ཡོད། ཉེས་
ཆད་ཀྱང་ཁུར་དགོས་ངེས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་དགོན་སྡེ་དེ་ཡི་ཁྲིམས་དང་
འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་པ་ལས་སྤྲིག་པ་མ་ཡིན་ལ་ཆང་འཐུང་བའི་ཉེས་པ་ཡང་དེ་དང་
འདྲའོ། གཞན་ཡང་ཆང་འཐུང་བ་སློགས་བཅས་རྒྱུ་གི་ཉེས་པ་དེ་དག་སྤྲིག་པ་ཡིན་
པར་བཤད་པ་ཞིག་གཞུང་ཆོད་ལྷན་གང་དུ་བཅའ་ཡང་རྟོག་པའི་རེ་བ་བྲ། འདིའི་གོང་
དུ་གྲ་བས་གྲ་ཆས་མ་གྱོར་ན་སྤྲིག་པ་ཡོད་ཚུལ་དང་དེ་ཡིན་ན་ཁྲིམ་པ་ལ་ཡང་

མཚུངས་ཚུལ་སོགས་མགོ་བོ་འཛོམས་པའི་དཀའ་གནད་ཅིག་ཡོད་རབས་བཤད་
 འདུག་མོད་གོང་དུ་འཕངས་པའི་རིགས་ཚུལ་འདིས་ཀྱན་ལ་གོ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས།
 དགེ་ཚུལ་སྒོང་གིས་ཆང་འཐུང་བ་དང་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་མ་འཆང་ན་ཉེས་པ་ཅམ་
 ལས་སྒྲིག་པ་མེད་པ་འདི་འདུལ་གཞུང་གི་ཟབ་གནད་ཅིག་ཡིན་པར་ཤེས་དུས་དཔེ་
 བ་གནས་ཀ་བ་མེད་པའི་འོག་ནས། སྒྲིག་པ་མིག་བཅུ་ཅི་ཐུབ་ན་ཁེ་མ་གཏོགས་གྲོང་
 མི་འདུག་བློ་མི་རུང་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཡོད་ལ་ཅི་
 སྟེ། བྱེད་གསོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཞུགས་ན་ནི་སྒྲིག་པ་ཡང་ཆབས་ཆེན་ཡོད་ངེས་པས། རང་
 ཉིད་ལེགས་སུ་འདོད་པ་དང་རྣམ་སྤྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མ་དད་ན་རང་སྤྱད་རང་
 གིས་ཉེ་མི་རུང་ལ་རང་ཁེ་རང་གིས་སྐྱབ་དགོས་པ་ནི་རང་དོན་རང་གཅེས་ཡིན།
 གནང་བཀའ་ཡེ་བཀའ་ཡེ་གནང་མ་ཡིན་ལ་བཅས་རང་གི་ཉེས་པ་མཐའ་དག་སངས་
 རྒྱས་ཀྱིས་གསར་དུ་བཟོས་པ་དེ་འབྲེལ་ཡང་མིན། སྒྲོམ་པའི་ངོ་བོ་རང་བྱུང་གི་དགེ་བ་
 ཡིན་མིན་ལ་དོགས་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པའི་ངོ་བོ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་
 གཟུགས་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ལ་དགེ་མི་དགེ་གང་
 རུང་ལས་མེད་པ་གཞུང་ལུགས་སྤྱི་འགྲོས་ཡིན་ཞིང་སྒྲོམ་པ་མི་དགེ་བ་ཡིན་པར་ནི་ངེ་
 སྤྲིད་གོ་ཁྱུ་ཏ་མའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཁས་འཆེ་བ་དེ་སྤྲིད་དུ་ཁས་ལེན་མི་རུང་ཞིང་།
 རྣམ་རིག་མིན་ལུང་བསྟན་མིན་མེད། ཅེས་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་
 ལ་ལུང་མ་བསྟན་མེད་པར་གསུངས་པས་ངོ་བོ་དགེ་བ་ཡིན་པར་མཐའ་གཞན་ཁེགས་
 པས་བྱུབ་ལ། དེ་ལྟར་ནའང་རྗེས་འཇུག་གི་གདུལ་བྱ་དག་ལ་གནང་བཀའ་གི་བཅས་
 པ་མཇུག་པའི་དབང་ཆ་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་མི་ཆོག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཅི་ཞིག་ཡོད།

དཔེར་ན་རྒྱ་མི་བྱེད་པ་དང་སློབ་མི་གཙོད་པ་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཡང་། ཡུལ་ལྷང་དེ་དང་དེ་
ཡིས་རྒྱ་དང་སློབ་གཙོད་ཀྱི་རིགས་བཀའ་འགོག་བྱེད་ཆོག་པ་དང་རིགས་པ་
མཚུངས་པས་འདི་ལ་བསྟོན་ཅི་ཞིག་འདིང་། རིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དགེ་བ་དང་།
མི་དགེ་བ་ཞེས་པ་ནི་གསར་དུ་བཅོས་མ་བཅོས་ཀྱི་རྟོག་སྒྲེང་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་གི་
འབྲས་བུར་བདེ་བ་ཡོད་ན་དགེ་བ་དང་། འབྲས་བུར་སྤྱུག་གསལ་ཡོད་ན་མི་དགེ་བ་
འཛོལ་དགོས་པའི་གནད་འདི་ངེས་རྒྱུ་གཤམ་ཆེན་ནང་གི་དོན་ཆེན་ཡིན།

མདོར་བསྡུས་ན་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་སྤྲིག་པ་ཡིན་པས་བྲབ་པ་དང་།
བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་པས་བྲབ་ན་སྤར་སྤྲིག་པ་མ་ཡིན་པ་
ཞིག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསར་དུ་བཅོས་པའི་ཉེས་པ་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་ལ། སྤྲོམ་པའི་ངོ་བོ་
དགེ་བ་དང་། ལྷང་བའི་ངོ་བོ་ལྷང་མ་བསྟན་དང་མི་དགེ་བ་ཅི་རིགས་སུ་འདོད་པས་
སྤྲོམ་པ་དང་ལྷང་པ་མཉམ་བསྐྱེད་བྱས་པའི་ཐོག་པ་མགོ་འཁོར་གྱི་ལམ་དེ་ནས་ཐར་
བར་བྱས་སོ། ། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་པལ་མོ་ཆེ་དང་། ཆོས་པ་ཆོའི་རིགས་
ལམ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ན་དབྱད་རིན་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་བར་
བཞག་པ་འདི། རང་གིས་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་གང་། དེ་ནི་སྤྱབ་པའི་ལྟ་བུར་མཛོམས་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པའི་སྟོན་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་རང་སྟོས་མ་
སྟོགས་པའི་སྟོན་ཡིན་གཤམ་བརྟགས་ཞིབ་བྱས་ན་ལྷང་ལ་འབྱུང་ངེས།

༼༤༽གསར་ཁྲགས་རྩི་རྩི་ཐོག་པ་ལ་ཐོག་པ་གཞན་དང་བྱུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་མང་པོ་ཡོད་པ་སྟོས་མ་དགོས་མོད། ཆོས་མཛོན་གསལ་
དོད་པོས་ཤིག་ནི་དགེ་སྤྲིག་དང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་གང་ཡང་བརྒྱད་མི་
དགོས་པར་གནད་དོན་ཡོད་ཆ་ད་ཆ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་

གཙོད་བྱེད་ཚོག་པ་འདི་རེད། ༽

གསང་ཆེན་རྩོམ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཟབ་བྱེད་རྣམས་ང་ཚོ་ལས་མ་
 དག་པ་རྣམས་ལ་དད་ལོག་སྤྱི་བའི་ཉེན་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས། སྤྱི་བོ་གང་མིན་འདི་མིན་ལ་
 ཉོན་ན་སྤོད་མིན་ལ་གསང་བ་བསྟན་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནི། དངོས་ཡོད་
 གྱི་གནས་སྟངས་ཡིན་པར་ཆ་སྤྲུག་གིས་དེ་རིང་ར་སྤོད་གསལ་ཐེང་ཐེང་ཞིག་བྱས་པ་
 དེ་ཡིས། གསང་སྤྲུགས་ས་དར་རྩོད་དར་དུ་སོང་བའི་ཁ་བ་ཅན་པའི་སྤྲུགས་འཆང་
 རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟ་དང་མཉམ་ན། གུན་སྤོད་མི་དང་མ་ཐུན་དགོས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་
 དེ་ལེན་དགོས་པའི་བརྟེན་བསྟན་པ་ཅམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གསང་སྤྲུགས་ལ་ལོག་པར་
 བལྟས་ནས་དབྱལ་བ་རྩོམ་པའི་གདན་ལ་ལྷུང་ན་ལྷུང་གོ་ཆོད་པ་ཡིན་པར་གསུངས་རྒྱུ་
 ལ་འདུག་པས། ལྟམས་ལེགས་པ་ཞིག་ལས་གཞོང་འབྱོར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་
 བཟོ་མི་འདུག་པས་གསང་སྤྲུགས་སྤྱད་པའི་ནང་དུ་མི་ཤོང་བ་རྣམས་ཀྱང་བསོད་ཟད་
 མ་ཡིན་པར་ལམ་འབྲོག་པའི་ཆོས་ཡོད་པ་ལ་སྤྲུག་ཡིན། དགེ་སྤྱི་དང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་
 འབྲོ་ལུགས་གང་ཡང་བརྒྱུད་མི་དགོས་པར་གནད་དོན་ཡོད་ཆད་སྒྲ་མའི་བྱེད་སྐབས་
 ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཙོད་བྱེད་ཚོག་ཅེས་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་
 གཞུང་གིས་དགེ་སྤྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་རྟོག་རྩིས་གཏོང་ཡོད་པར་
 བཤད་པ་འདི་ཅུང་ཟད་ཐལ་ཆ་ཆེ་བའི་གཏམ་དུ་སྒྲ་སྟེ། གསང་སྤྲུགས་རང་ངོས་ནས་
 བཤད་ན་ཡ་མེད་ཏམ་སྤོད་དང་། རྒྱ་ཇག་ཁམ་གསུམ་གྱི་ལམ་ནས། ཟུང་འཇུག་རྩོམ་
 འཆང་གི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ཞིག་གསུངས་མེད་པར་མ་ཟད། ལྟ་བུ་ཅེན་ཅིང་
 འབྲེལ་འབྲུང་དང་། སྤོད་པ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཅིས་མ་ཟེན་བ་དང་། བསྐྱེད་

རྫོགས་ཀྱི་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་མ་བརྒྱད་པར་ཅི་བྲན་གང་འདོད་དུ་བྱེད་ནས། རྒྱལ་པ་
དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱུར་ལམ་ཞིག་ནང་པའི་
རྒྱད་ཕྱེ་གང་དུ་ཡང་གསུངས་མེད། སྤྱིར་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་སྒྲ་མ་དང་དགོ་
ཆན་ལ་ཐོབ་དང་གོ་ས་བཅི་བཀྱར་དང་ཆེ་མཐོང་ཆད་མཐོང་ཡོད་པ་ནི། གསང་
སྤྲུགས་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མདོ་ཡི་སྐབས་སུ་ཡང་ལམ་གྱི་ཙ་བ་བཞེས་གཉེན་བསྟེན་
ཚུལ་ཞེས་ཏུ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་ཏུ་བརྒྱུང་ཡོད། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་
བཞག་རྒྱང་པའི་ཐད་ནས་བལྟས་ན་ཡང་། སློབ་རྒྱུད་གི་དགོ་ཆན་ནས་བརྒྱུང་སོ་སའི་
དགོ་ཆན་ལ་སློབ་སྤྲུག་དག་གིས་གྲུས་བཅི་རི་ཅམ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་ཤེས་
གསལ་རེད་ལ། གལ་ཏེ་དགོ་ཆན་ལ་གདེང་འཛིག་དང་བཅི་བཀྱར་མེད་པའི་སློབ་མ་
ཞིག་ཡིན་ན་སློབ་གྲུའི་ཁོར་ལུག་དེ་ནས་རག་དགོས་པའི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་དང་། རྟེན་
དགོས་པའི་ཡ་རབས་བཟང་སློང་ཅིག་རྟེན་གྱི་མེད་པ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ཡིན་པ་ལྟ་
བུ་རེད། དམིགས་བསལ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱིན་བརྒྱབས་སྒྲ་མ་ནས་ཐོབ།
དངོས་གྲུབ་ཡི་དམ་ནས་ལེན། འཕྲིན་ལས་ཆོས་སློང་གིས་སྤྱོད་དགོས་པའི་འགག་
མདོ་འདི་ནས་སྒྲ་མ་ལ་མཐོང་དང་གོ་ས་གྲུས་བཅི་ཆད་མཐོན་པོར་ཡོད་པ་ནི། དངོས་
དོན་དང་མཐུན་པའི་གཏམ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཏང་སངས་དགོས་པ་དང་། མི་འདོད་པའི་
ཐལ་སྤྱ་སྤྱར་དགོས་དོན་མི་འདུག་སྟུང་ཡང་། ང་ལ་ཁྱོད་གྱི་བསམ་སྒྲུའི་རང་དབང་ལ་
ཐེག་ཏོགས་བྱེད་དབང་མེད་པས་ཅི་དགའ་གིས།

༼ ༤༩ ༽ གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་མཆན་ཉིད་གང་ཡང་ཆང་མི་
དགོས་ཏེ། སློབ་མས་འཛོན་ན་ཁྱི་སོ་ལའང་རིང་བཟེལ་འབྱུངས་འོང་བ་ཡིན།
གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སློབ་མ་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་འཛོམས་མི་དགོས་ཏེ།

དབང་བསྐྱར་ཆོས་བཤད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱེད་མི་ཆོག་པར་གསུངས་ཏེ། བཤད་རྒྱུ་དོ་
རྗེ་སྲེང་བ་ལས། རྗེ་ལྷར་སེང་གཏེ་འོ་མ་ནི། ས་ཡི་སྣོད་དུ་གཞག་མི་བྱ། དེ་བཞིན་ནལ་
འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱུ། སྣོད་མིན་ནམས་ལ་སྦྱིན་མི་བྱ། ཞེས་སེང་གཏེ་འོ་མ་རྗེ་སྣོད་
ཀྱི་ནང་དུ་སྦྱགས་མི་ཉན་པ་ལྟར། སློབ་མ་མཆོན་ཉིད་མ་ཆང་བ་ལ་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་
ཆོས་སྟོན་མི་རུང་བ་གསུངས་པ་ཡིན། གསང་སྤྱགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་མཆོན་ཉིད་
ཅི་འབྲེལ་གཞི་ལྷན་པ་དགོས་པ་ནི་སློབ་དཔོན་རྟ་བུ་ལྟས། བརྟན་ཞིང་དུ་ལ་ལ་སློབ་ཤོས་
ལྟ། བཟོད་ལྷན་བྲང་ལ་གཡོ་རྒྱ་མེད། སྤྱགས་དང་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ཤེས། སྦྱིང་བཅེ་
ལྷན་ཞིང་བསྟན་བཅོས་མཁས། དེ་ཉིད་བཅུ་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས། དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་
བའི་ལས་ལ་མཁས། སྤྱགས་བཤད་པ་ཡི་སྦྱོར་བ་ཤེས། རབ་ཏུ་དང་ཞིང་དབང་པོ་
དུལ། ཞེས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བསྐྱམས་པ། ཤེས་རབ་ཆེ་བ། དཀའ་སྦྱུད་དང་
ཆོས་ཐབ་མོ་ལ་བཟོད་པ་དང་ལྷན་པ། སེམས་ཅན་ལ་ལྷག་པའི་བསམ་པ་དང་ལྷན་པ།
རང་གི་ཉེས་པ་མི་མངོན་པར་བྱེད་པ་དང་ཡོན་ཏན་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་སྟོན་
པའི་གཡོ་སྦྱུ་མེད་པ། སྤྱགས་དང་སྟན་ཀྱི་སྦྱོར་བས་བགེགས་བརྒྱུག་ཏུས་པ། སེམས་
ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་བཅེ་བ་ཆེ་བ། རིགས་པའི་གནས་ལ་
མཁས་པ། སྦྱིང་བརྒྱུག་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཉིད་བཅུ་ལ་མཁས་པ། དཀྱིལ་
འཁོར་ཐིག་གིས་བྲི་བ་དང་ཆོན་གྱིས་བྲི་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མཁས་པ། གཞན་ལ་
སྤྱགས་ཀྱི་ལམ་འཆད་པ་ལ་མཁས་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྦྱི་དང་བྱུང་བར་གསང་
སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་རབ་ཏུ་གྱུས་པའི་དང་བ་བརྟན་པོ་དང་ལྷན་པ། བྲན་ཤེས་གྱིས་
དབང་པོའི་སློབ་སྐྱམས་པས་ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ཆར་གཙོད་པ་བཅས་ཀྱི་

ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་དགོས་པར་གསུངས་འདུག་ན། གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་
མཆན་ཉིད་གང་ཡང་ཆང་མི་དགོས་པར་བཤད་པ་དེ་དོན་ལ་གནས་པའི་གཏམ་ཞིག་
རེད་འདུག་གས། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་ཡང་བསྟེན་
རྫོགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དང་ལྷན་ན་མཆོག་དགེ་ཚུ་ལ་འབྲིང་། བྱིས་པ་དོན་འཛིན་པ་ཐ་མ་
ཡིན་པར་གསུངས་ཀྱི་སྤྲུགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་དུས་ཐད་ཀར་རིག་མ་དང་ཁ་སྦྱོར་
དགོས་པའི་སྦྱར་ལམ་དེ་འདྲ་སྤྲུགས་གཞུང་ཆད་ལྷན་གྱི་དགོངས་པ་ལས་ནི་ཕྱི་རོལ་
ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་གི་ལེའུའི་འབྲེལ་བར་བྲངས་པ་
ལས། དེ་ཉིད་བཅུ་ནི་ཡོངས་ཤེས་པ། གསུམ་ལས་དགེ་སྦོང་མཆོག་ཡིན་འབྲིང་།
དགེ་ཚུ་ལ་ཞེས་བྱ་དེ་དག་ལས། བྱིས་ན་གནས་པ་ཐ་མའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་
རྫོགས་རྒྱས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་མ་ལ་ཡང་། མཆན་ཉིད་
འདི་འདྲ་ཞིག་ཆང་དགོས་ཏེ། སྦྱ་འབྲུལ་བྲ་བའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་དང་པོ་ལས། དགེ་དང་
སྒྲོམ་ལ་དགའ་བ་དང་། ཏྲག་ཏུ་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་དང་། རྒྱན་དུ་ལྷ་ནམས་མཆོད་བྱེད་
པའི། ཡོན་ཏན་ལྷན་ན་སྒྲོམ་མ་ཡིན། ཞེས་སྒྲོམ་མ་ལ་ཆང་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་
ལྷར་གསུངས་བཞིན་དུ་ད་དུང་གསང་སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་མ་ལ་མཆན་ཉིད་གང་
ཡང་ཆང་མི་དགོས་པར་བཤད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་ཡིན་མིན་རྫོགས་སྒྲུའོ། ཡང་གསང་
སྤྲུགས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་མ་ཆོར་རང་དབང་སྦྱ་ཙམ་ཡང་མེད་དེ། སྒྲ་མས་སྒྲོམས་
གསུང་ན་བརྒྱབ་རྒྱུ་དང་། ལྷེབས་གསུང་ན་ལྷེབ་རྒྱུ་བྱེད་དགོས་པར་བཤད་པ་འདི་
ཡང་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་བཅི་དང་། ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་བཀའ་གསུངས་ལ་ཉན་དགོས་པར་
ཡིན་མོད་ཀྱང་། ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་སྦྱབ་དགོས་ན། མི་གསུང་དགྲུ་གསུང་མ་

གསུངས་ཀྱི། ཟེར་བ་ལྟར་གནས་ལུགས་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གསུངས་ལ་ཡ་
ལན་སྒྲོག་ཆོག་ལ་རང་སྤྱང་གང་ཤར་གྱི་ཅི་གསུང་ཐམས་ཅད་ལ་ཉན་འཛོག་བྱེད་མི་
དགོས་པ་ནི། རིགས་པ་ཡིས་ནི་མི་རྩུས་ན། མི་རྩུས་དེ་ལ་ཆོག་གིས་སྤྱངས། ཞེས་
གནས་ལུགས་ལ་རྒྱུ་བ་འགལ་དང་དགེ་སྤྲིན་གྱི་འཛོལ་གྱི་བཀའ་མོལ་གནང་ན།
གཡང་ས་ནས་གཡུགས་རྒྱ་ཉག་ཅིག་ཡིན་པས་ཉན་འཛོག་མི་རྩུས་པའི་རྒྱ་མཆན་
གསལ་བ་ཤད་བྱེད་ཆོག་པར་གསུངས་ཡོད་པས་པ་མགོ་ལ་རྒྱུ་བས་གསུང་ན་རྒྱག་
རྒྱུ་དང་། དཔྱུལ་བ་ལ་མཆོངས་གསུང་ན་མཆོང་རྒྱུ་དང་མི་དགོས།

ཡང་སྒྲོབ་མའི་བྱེད་སྤྱངས་མ་འགྲིག་ན་སྒྲོབ་མ་དམ་ཉམས་ཡིན་ལ། སྤྱོད་ཀྱི་
གནང་སྤྱངས་མ་འགྲིག་རྒྱུ་སྤྱོད་མ་དམ་ཉམས་མིན། ཟེར་བ་འདི་ཡང་གསང་སྤྱགས་
ལ་སྒྲོ་འདོགས་བྱས་པ་ལས་སྤྱོད་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་བྱུང་བའི་སྒྲོན་དུ་བརྟགས་
དབྱེད་ལེགས་པོ་མ་བྱས་ན་སྒྲོབ་དཔོན་ན་གི་ལྷས། སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་མ་དག་
མཆོངས་པར་དམ་ཆོག་ཉམས་འབྱུང་བས། དཔའ་བོས་དང་བོར་སྒྲོབ་དཔོན་དང་།
སྒྲོབ་མའི་འབྲེལ་བ་བརྟག་པར་བྱ། ཞེས་བྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་བར་ལ་རྟོག་ཏུ་འབྱུང་ཆེ་
སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་མ་གཉིས་ཆ་མཛོ་སྤྱོད་གཡང་ལ་ལྷུང་བ་བཞིན། དམ་ཆོག་ཉམས་ན་
མཉམ་ཉམས་ཡིན་པར་གསུངས་པ་འདི་ཡིས་གསལ་བ་ཤད་བྱས་མི་འདུག་གས། རྒྱ་
གར་གྱི་བྱུ་བ་ཆེན་ཏེ་ལོ་དང་རྒྱ་རོའི་རྣམ་ཐར་ནས་བོད་ལུང་དུ་མར་བ་མི་ལའི་རྣམ་
ཐར་བར་གྱི་གོང་གི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ལས་ར་སྒྲོན་བྱས་ཡོད་པར་བཤད་པ་ཡང་
དོན་ལ་གནས་དཀའ་སྟེ། ཏེ་ལོ་རྒྱ་རོ་དང་མར་བ་མི་ལ་བཅས་སྤྱོད་བར་གྱི་དམ་
ཆོག་ལ་སད་སེ་རུ་ཅམ། གས་རྟ་རྩ་ཅམ་ཤོར་མ་སྤྱོད་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་མ་

དམ་ཉམས་དང་། གླ་མ་དམ་ལྷན་དུ་གནས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མེད་པར་མ་ཟད། ཉེ་ལོ་པ་
དང་ལྷ་རོ་པ་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ལོག་ནས་བཤད་འདུག་མོད་ཀྱང་།
རྣམ་ཐར་ལ་བལྟས་ན་དཀའ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དཀའ་ཆེན་རེ་རེའི་
མཆོམས་སུ་གདམ་དག་རེ་རེ་གནང་བ་དང་། མཐར་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་ནས་
དབང་བསྐྱར་ཚུལ་སོགས་གསལ་འདུག་པས་ཁྱ་གཉིས་ཀྱིས་མཇུག་རྒྱུ་རྣམ་ཐར་
གཉིས་པོ་ལ་ཉེ་བག་ཆེན་པོ་ཞིག་འོར་འདུག་ནའང་། སུ་བདེན་སུ་ལྷན་གྱིས་ཕྱགས་
ཐག་གཅོད་པའི་ངལ་བ་བྱེད་འདོད་མེད། རྗེ་མར་མི་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲོབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་
ཡང་ཁྱོད་གྱིས་བཤད་པ་ནང་བཞིན་མི་ཆེ་སྤྱད་ལ་སྦྱར་བའི་བྱ་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་གནང་
མེད་དེ། དང་པོ་མི་ལའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྱོད་ཆེད་དུ་བལྟས་ཆོད་ལ་སྤྱད་གྲོང་མནར་གཅོད་
སྒོ་ཡུལ་དུ་འོང་དཀའ་བ་ཅུ་གཉིད་ཡོད་ཀྱང་། ཕྱིས་སུ་མི་ལའི་རྒྱུད་སྤྲིན་རྗེས་རྗེ་
མར་པས་མི་ལ་ལ། མི་ཀླན་རང་གི་སྤྱིང་དང་འབྲ་བའི་གདམ་དག་རྣམས་བྱིན་ཏེ་སྤྱབ་
རྒྱགས་ཡང་ར་རང་གིས་སྦྱངས་ནས་སྒྲོམ་དུ་འདུག་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་ནས་
སྒྲོམ་སྤྱབ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཟས་གོས་གནས་མལ་ཚུན་ཆད་མར་བ་
རང་གིས་གནང་ནས་གཟིགས་སྤྱོད་དང་། ཕྱགས་བཅེ་རྗེ་ཅུ་གཉིད་ཚུལ་དེ་དག་
མཇུག་དུས་རང་དབང་མེད་པར་ཡ་ཁོག་ནས་མོས་གྲུས་འདྲེན་ཡོང་བ་ཞིག་གནང་
འདུག་པས། མི་ལ་བཞད་པའི་རྗེ་རྗེས་དཀའ་ངལ་དང་བྱུང་གསོད་མར་བ་ལས་སྤྱོད་
ཡོད་ལ། བདེ་སྤྱིད་དང་རེ་འབྲས་ཀྱང་མར་བ་ལས་ཐོབ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཆར་
གསལ་བཤད་བྱས་ན་གཟུར་གནས་ཞེས་པའི་གྲུ་དུ་འགྲོ། འདིའི་ལོག་ནས་རང་རེ་
བོད་ཀྱི་གསང་སྤྲུགས་འཆལ་སྤྱོད་ཀྱི་ངན་སྤྲུགས་གང་འཆོམས་ཤིག་སྒྲོག་འདུག་པ་

དང་། ལྷག་པར་ཉམས་རྟོགས་དཔལ་པའི་དཔལ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་སྒོར་ས་དང་
བཅན་བྲགས་པའི་བྱ་སྤྱོད། ལྷ་མའི་ཁ་ཁྱད་ལག་ཁྱད་དང་། བྱི་ཆེན་བྱི་ཆུ་ཡན་ཆད་བྱི་
ཆེན་དུ་བཅིས་ནས་ཁ་ལ་ཐ་ཞིང་སྤྱ་ལ་སྤྱོམ་པའི་སྒོལ་སོགས་ལ་དཔོན་མོ་བོར་བ་ནི།
གནད་ལ་ཐེག་པ་དང་མི་ཚས་རིང་ལུགས་ལ་གཅེས་སྤྱུས་བྱེད་པའི་གཏམ་འདི་ཁོ་
བོས་དག་གིས་བསྟོན་ཅིང་ཞེན་མ་མགྲ།

༼༡༠༽ མདོར་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཐེག་པའི་ཆེ་མོ་གསང་སྤྱུགས་
རྒྱ་རྒྱ་ཐེག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་པའི་ས་མཆོར་གཤེགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་
སྤྱོ་སྤྱོད་ཅན་དེ་ཆོ་དང་། དེར་སང་འཇམ་མིང་ཐོག་དུ་མི་གསོད་མེ་རྒྱལ་གི་
ལས་འབྲུལ་སྤེལ་མཁན་གྱི་འཇིགས་སྤྱུལ་བྱུག་སྤྱོད་ཀྱིང་ལུགས་པ་གཉིས་ཏེ་
ཀྱན་སྦྱོར་དང་ཀྱན་སྤྱོད་གང་ལ་ཡང་རྩ་མོའི་ཐོག་ནས་དབྱེ་བ་འབྱེད་དཀའ་
བ་ཞིག་རེད་འདུག ༽

གསང་ཆེན་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་སྤྱུགས་འཆར་བ་དག་དང་། འཇམ་མིང་གི་སྤྱིང་
འཇགས་གཏོར་པའི་བྲག་སྤྱོད་པ་གཉིས་ཀྱན་སྦྱོར་དང་ཀྱན་སྤྱོད་གང་གི་ཐད་ནས་ཁྱད་
བྱེད་དཀའ་པའི་གནས་སུ་བཞད་པ་འདི། གསང་སྤྱུགས་འཆར་སྤྱོད་ཅན་གྱི་བྱུང་སྤྱོན་
དུ་གྲགས་པའི་ཡ་མ་བརྒྱ་ཡི་སྤྱོད་པ་ཅན་དེ་དག་གི་ར་ཆོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་སྤྱི་
དང་། ཡང་སྤྱོས་བོད་ཁ་བ་ཅན་པའི་སྤྱད་རོད་སངས་རྒྱས་པའི་ཀྱང་འདེན་ཡིན་ལ།
གསང་སྤྱུགས་ཁ་རུ་ཁྱེར་ཏེ་གསང་སྤྱུགས་ཀྱི་འབྲུ་འབག་གྱོན་པའི་སྤྱུགས་འཆར་གི་
འབྲུ་གཟུགས་དེ་དག་གི་བྱ་སྤྱོད་དང་། འཇིགས་སྤྱུལ་བྲག་སྤྱོད་པ་གཉིས་དཔེ་
འགྲེལ་འབྲུ་བྱེད་རྒྱ་འདུག ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་བ་བརྒྱ་དང་འབད་བ་སྤོང་གིས་
སྤྱུགས་དང་ཆོས་ལྷན་ཁ་བ་ཅན་པ་ལ་ཞབས་འདེགས་འབྲུ་ཡིན་སྤྱིང་ཅིང་། བྱ་སྤྱོས་པ་

ཡིན་ལ། ཤིང་སྤོང་པོ་ཡིན། གཞན་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་ནི་སྤྱིང་རྩེ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཞི་བཙུགས། བདག་མེད་པའི་ལྟ་བུས་
བཏབ། འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་ཁྱེད་པའི་མན་ངག་གིས་ཉམས་རྟོགས་པོགས་འབྲེན་གྱིད་
པའི་ཀུན་སྤོང་དང་། མཛད་སྤྱོད་རྣམས་འཛིགས་སྒྲུལ་བྲག་སྤྱོད་པ་དང་མཚུངས་
བསྐྱར་གྱིད་འདོད་ན་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ།

དེ་ཡང་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྤྲང་གཉིས་ཀྱིད་པར་ཤིན་ཏུ་
ནས་གལ་ཆེ་བ་ལྟར། རྣལ་འབྱོར་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་ལྟར་སྤྲང་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
མ་ཕྱེད་ནས་འདི་ལྟར་དུ་ཁོང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་བོད་གངས་ཅན་ན་གྲགས་པ་ཅན་གྱི་
རྣལ་འབྱོར་པ་མི་ལ་བཞད་པའི་དོན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་མཁྱེན་བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་
བྲུབ། འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ། ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆོད་ལྟན་འདི་དག་དང་། འཛིགས་སྒྲུལ་རིང་ལུགས་
པ་དང་དཔེ་ཆོས་མཚུངས་བསྐྱར་གྱིད་ཐུབ་ན་བྱོས་དང་། རིགས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་རི་
ཅོམ་འདུག་ལྟར་མོ་མིག་གིས་བལྟ་ཆོག། གཞན་རལ་པ་ཅན་ཞིག་གིས་མི་བསད་པ་
དང་། དོན་ཅན་ཞིག་གིས་ཇག་བརྒྱབ་རབས། རས་དཀར་ཅན་ཞིག་གིས་རྒྱ་བྱས་
རབས་སོགས་ལོ་རྒྱུས་གཅིག་ནས་གཉིས་སུ་བགྱང་དུ་ཡོད་སྤིང་ཁྱང་། དེ་དག་ནི་
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བྲུབ་པའི་ས་མཐོང་གཤེགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་བཏགས་པ་བ་དང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་མདོ་སྤྲུགས་ཟུང་
འབྲེལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་བཞིག་པའི་བདུད་རྩི་མ་དེ་ཡིན་པ་རེད། དེ་དག་
གིས་མི་སྤྱེད་ཀྱུགས་པའི་ནག་ཉིས་རྣམས་ཀྱང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བྲུབ་ཆེན་རྣལ་མ་

ཆོའི་མགོ་རུ་མ་གཡུགས་རོགས།

ཏ་ཅང་སྟོད་པས་གསང་སྤགས་ཁོམ་ལ་བྱལ།

ལིན་ཏུ་དམ་པས་འདུལ་བ་ཟབ་ཆོས་བྱུང།

འདི་དག་ཁ་བ་ཅན་པའི་བསྟན་བ་ལ།

མི་བསྟན་མཆེ་བ་རྒྱག་པའི་གྲོགས་སུ་འཁུམས།

ལྷ་པ། ལའ་ཕྱིན་ཡུགས་ཀྱི་སྤྱ་དང་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
དབྱེད་པ་ལ་དོགས་མེལ།

༼༡༽ ལའ་ཕྱིན་གཞུང་གི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་
ཞུས་ཅན་དེ་དག་ཇི་ག་ཆེན་ཀྱི་མདྲོ་ཞེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མཇེད་པ་ཡིན་
པར་། ཇི་ག་ཆེན་ཀྱི་ཞེ་སྟོད་ཆད་མར་འོས་མིན་གྱི་ཕྱིན་རུ་ཇི་ཆོམ་ཀྱི་གནས་
སུ་རྒྱུང་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་པའི་བྱུང་མཐའ་གོང་འོག་གྲུན་ལ་ཆོད་
པ་མེད་པའི་རྒྱལ་པའི་བཀའ་ཉི་ཉན་ཐོས་ཡུགས་ཀྱི་ཞེ་སྟོད་གསུམ་པོ་ཞེ་དེར་
སང་ཡོངས་བྱུགས་སུ་ཇི་ག་དམན་ཀྱི་མདྲོ་ཞེར་འབོད་པ་འདི་དག་ཅམ་
ཡིན། ༽

འདི་ཡི་སྐབས་སུ་བརྗོད་དོན་སྤྱིར་བོན་ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་
པའི་དོགས་སྟོང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་འདུག་མོད། འདི་ནི་ལྷ་ཁང་རྟིང་པ་ལ་གནས་བཤད་
གསང་བ་བྱེད་མི་དགོས་བ་ལྟར། གནའ་ནས་ད་བར་དུ་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོས་སྟོར་ལ་ཚོད་
བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བྱང་སྟོང་ལ་ཐེག་ཆེན་བཀའ་བསྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་རབ་དང་

རིམ་པ་བྱུང་ཡོད་པས་རྒྱ་ས་སྤྲོས་ཀྱི་དགོས་དོན་ཆེར་མེད། འོན་ཀྱང་རིགས་པ་དང་
མ་ཐུན་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་ད་བར་དུ་ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱ་ས་ཀྱི་
གསུང་ཡིན་པ་ལ་གཞི་དེ་བྱེད་ཡང་དག་པ་ཞིག་བསྟན་ཐུབ་མེད་པར་མ་ཟད་བརྗོད་
བྱའི་ངོ་བོ་དང་། ལོ་རྒྱ་ས་ཀྱི་རྒྱ་ས་སྤྲོས་ཆད་མེད་པའི་དྲན་དབང་དག་གིས་ངོས་
འཛིན་སྐྱངས་སོགས་ལ་གཞིགས་ན། ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱ་ས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པར་ཁས་
མ་སྐྱངས་རང་སྐྱངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དུས་ཀྱི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱ་ས་
འཛིག་རྟེན་དུ་ཕེབས་ནས། མི་ལོ་སྟོང་ཆོ་འགའ་ཡིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་དུས་རབས་
ཉེར་གཅིག་པའི་གསར་བུ་བ་དག་དང་། སངས་རྒྱ་ས་དང་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྲག་བཞི་ལྔ་
ཅས་མ་གཏོགས་སྤྱི་མ་ཆོད་པའི་མགོན་པོ་སྐུ་སྤྲུབ་གཉིས་དང་། ས་ཁྱོན་གྱི་ཆ་ནས་
སངས་རྒྱ་ས་ཤུ་ཐུབ་པའི་པ་གཞིས་ནས་ལེ་དབར་སྟོང་ཕྲག་འགའ་ཡིས་ཆོད་པའི་
མཐོ་སྐྱང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དང་། སངས་རྒྱ་ས་བཙུངས་ལྡན་འདས་འཁྲུངས་བཞུགས་འདས་
གསུམ་གྱི་མཛད་པ་དངོས་སུ་སྟོན་པའི་རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ཡུལ་གྱི་བར་དུ་ས་ཐག་རིང་
ཐུང་ཡང་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་སོགས་ཡུལ་དུས་གང་གི་ཆ་ནས་བསམས་ཀྱང་།
བོད་ཡུལ་གྱི་དབྱུང་བརྗོད་པ་ནམས་དང་། རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་ས་སྤྲོས་རྗོད་སྤྲོས་ཀྱི་སྐུ་
ཐོགས་གཉིས་སོགས་ཐེག་ཆེན་པའི་སྒོ་བ་དཔོན་དེ་དག་སངས་རྒྱ་ས་ལ་རྒྱ་ས་མངའ་
སུ་ཆེ། ནམ་དཔྱོད་ཀྱི་རིག་ཅལ་སུ་ཞོ། དང་ཚུགས་ཀྱི་མི་གཤིས་སུ་བརྟན་བཙས་ལ་
བརྟགས་དབྱུང་བྱེད་ནས་ཉམས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་ལས་མ་འདས། མ་ཟད་མགོན་པོ་སྐུ་སྤྲུབ་
ཀྱི་གསུང་མདོ་བློགས་ཅ་བ་ཤེས་རབ་སོགས་རིགས་ཆོགས་ཀྱི་གསུང་རབ་ནམས་
གང་ལ་ཁྱངས་གཏུགས་པ་ལ་བརྟགས་ནའང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལ་སྒོ་འགོལ་རྒྱུ་ད

བྱས་འདུག་པ་ལས་རྟོགས་བྱས་ཏེ། ཅ་ཤེ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་གང་
 ཞིག་ བསྐྱ་བ་དེ་ནི་བརྟན་ཞེས་གསུངས། ། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་བསྐྱ་བའི་ཆོས། ། དེས་
 བ་དེ་དག་བརྟན་པ་ཡིན། ། གལ་ཏེ་བསྐྱ་ཆོས་གང་ཡིན་པ། ། དེ་བརྟན་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་
 བསྐྱ། ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་གསུངས་པ། ། རྟོང་ཉིད་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན། །
 ཞེས་ཆོས་གང་ཞིག་བསྐྱ་བ་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྟན་པའི་གདོད་ལུགས་ལས་མ་གྲུབ་པས་
 རྟན་པ་ཡིན་ཞེས་བདེན་རྟན་གྱི་ཆམ་གཞག་ཤ་ཞིང་ཤ་བ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུང་
 ལ་བརྟེན་ནས་དོན་དམ་རྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྟོང་གཏན་ལ་པལ་བ་དང་། རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་
 ལས། དངོས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟོང་པས་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཚུངས་མེད་
 པས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་དེ། དངོས་པོ་རྣམས་སུ་ཉེ་བར་བསྟན། ཞེས་
 རིགས་ཆོགས་ཀྱི་ནང་སྟོང་རང་བཞིན་གྱིས་རྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་གསུངས་
 པའི་སྟོང་ནས། ཤིན་ཏུ་ཤ་བའི་རྟོང་རྟེན་འབྲུང་གི་ཆམ་གཞག་གི་སྐྱབས་བཅོལ་ས་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྤེལ་བརྟེན་ནས་མཛད་འདུག་པས། རྣམ་
 དཔྱོད་སྤུལ་དུ་བྱུང་ཞིང་ཆེ་མེད་པའི་གཟུང་གནས་ཀྱི་སྤྱིས་བྱ་ཁོང་ལྟ་བུ་འཁྲུལ་གཞི་
 ཆེན་པོ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་ཚུད་ཡོད་ན། ང་ཆོས་འཁྲུལ་སེལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་
 པའི་རེ་བ་ཡོད་པར་མི་སེམས་སོ། །

༼༥༩༽ འདས་ཆེས་ཀྱི་ཨ་ཆིག་རྟོང་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་ད་གཟོད་ལྷ་
 རོགས་གཉིས་ཨ་གས་བརྒྱད་ནས་ཤིན་ཏུ་མི་འདྲ་བའི་ཆོས་སྐད་ཆབས་ཤི་ཆེ་
 དག་ས་བྱུང་རྒྱུ་ལྟར་བ་རེད། དེ་དག་གི་ཁྱད་ས་དང་རྒྱད་པ་གང་ཡིན་
 དེས་པ་ན། ལྷ་རྒྱུལ་གྱིས་ཁོ་རང་ས་འོག་ཏུ་འཁྲུལ་ནས་ཡར་ལ་བྱངས་པ་ཡིན་
 ཚུལ་དང་། རོགས་མེད་ཀྱིས་ཁོ་རང་ནམ་མཁའ་ལ་འཛེགས་ནས་མར་ལ་པལ་

པ་ཡིན་ཆུང་མ་མོགས་གཏུངས་པ་མ་གཏོགས་འདྲིལ་ཉིན་མི་ཕྱེད་འདྲིལ་
མཁུང་མོ་འཁུགས་ས་གཅིག་ཤར་རལ་མེད་པ་ཤིང་། ཁོར་ལྷན་གཉིས་ལ་
བཞུག་པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་མོར་བཟུང་བའི་རྒྱ་མཚན་པར་དྲར་མོར་ལྷན་ན་
ཁར་མ་ཁར་མེད་པའི་ཤར་མཐོང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་གསར་དུ་སྡེ་ལ་མཐན་
ཡིན་པ་འདྲི་ལ་ཕྱག་ཤིང་། གཙུག་དབྱིག་གཉིས་སྡེ་ན་གཞོན་དུས་ཆེན་པ་ཆེ་
ཆུང་གི་བར་ན་ཆོད་པ་རྩ་བ་ཆེ་བའི་མུང་ཡིན་པ་འདྲིས་ཤེས་དེར་ཆེན་
ཆེན་ས་ཁོག་དུ་དྲར་ནས་དུས་ལྷན་མི་ཤིང་བར་ཤིས་ཤིང་། དེས་ན་སྡེ་བ་
དཔོན་སྡེ་སྡེ་བ་ཁོར་འདས་ཆེས་ཤིང་འཇི་བཟུངས་དུས་སྡེ་འཁུངས་ཤིང་།
དཔུང་ཤར་ཁྱུ་ལ་བཟུང་བར་དུ་བཞུགས་པ་མོགས་ཉི་གཏམ་རྒྱུད་ཅམ་
དང་། དཔུ་བཟུ་ཅམ་དུ་འཁུངས་ཤིང་ཆོད་ཤིག་པས་མས་མས་སྡེ་ཤོར་ས་པ་ཉི་
དཔོན་དོན་དུ་བཟུང་ན་འཕྲིག་ཁུལ་དཔར་དཔེ་ཆོས་ལགས་ཤིས། ལེགས་
ཆེན་དང་ཆོས་ཤིགས་མོགས་གསར་ལྷགས་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད་པར་གཏུངས་པ་
ལྷོ་དུས་རབས་བཟུག་པའི་གཤས་གཤོན་ཅམ་ལ་པར་ཤོར་ས་ཤིགས་སྡེ་
གསར་ལྷགས་ནང་བཞུར་གནང་བའི་མཛོ་ལ་ལ་ཆེར་སྡེ་གསར་མེད་པ་འདྲ།
ལྷན་སྡེ་ཉི་སྡེ་བ་དཔོན་སྡེ་སྡེ་བ་ཤི་མཚན་འཁོད་པའི་གསར་འདུས་ཤིས་ཆེ་
དང་། སྡེ་བའི་མཚན་འཁོད་པའི་སྡོན་མ་གསལ་བ་མོགས་མར་དུ་དཔར་པར་
སྡེ་བ་དཔོན་དེ་དག་གི་གཏུང་ག་ལ་ཡིན་དེ། དེ་ཆོ་ཉི་སྡེ་སྡེ་བ་པར་ཤས་འདས་
ནས་མི་ཁོ་བཟུ་མོར་མར་དེ་མོར་ཆེས་གཞི་ནས་དོན་པ་ཡིན་འདུག་པའི་
ཡིས། ་་

ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སྡེ་སྡེ་བ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཤིས་སྡོལ་སྡོལ་པའི་དབྱ་མ་པ་
དང་། སེམས་ཅན་པའི་བྱུང་མཐོང་གཉིས་སྡེ་སྡེ་བ་ཤིས་ས་འོག་ནས་ཡར་ལ་བྱངས་པ་
དང་། ཐོགས་མེད་ཤིས་གནས་ནས་མར་པལ་པར་བཤད་པ་ཅན་ལས་མི་ལྷལ་འདིར་

མཛུ་བ་མོ་འཛུ་གས་ས་རྟེན་མེད་ཅེས་པ་འདི་ཡང་། ལྷ་སྤྱུབ་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ཕྱེ་
 ལྷ་ཡུལ་ནས་གདན་བྱངས་པར་བཤད་པ་ལ་དེ་ལྟར་ན། ས་ལོག་དང་རྩ་ལོག་ཅིག་ལ་
 འཛུ་ལ་ནས་གདན་འབྲེན་ཞུ་དགོས་སྟུངས་པ་དང་། རོགས་མེད་ཀྱིས་བྱམས་ཆོས་ལྷ་
 ཡུལ་ནས་གདན་བྱངས་པར་བཤད་པས་དེ་ལྟར་ན་བར་སྤྲང་ལ་འབྱུང་ནས་མར་ལ་
 ཁུར་འོང་དགོས་སྟུངས་པའི་སྒྲིའི་འཛིན་སྤངས་འདིས་ལན་སོང་བ་རེད། འདི་ནས་
 གསལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་ལ་ལྷ་རོགས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་དང་བྱམས་
 ཆོས་གདན་འབྲེན་ཚུལ་ལ། འཛིག་རྟེན་དང་མཐུན་སྤང་གཙོར་བཟུང་གིས་འགྲེལ་
 བཤད་བྱ་ཚུལ་ཞིག་དང་། མོས་པ་དང་དག་སྤང་གཙོར་བཟུང་གིས་འགྲེལ་བཤད་བྱ་
 ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ལྷ་བས་འདིར་འཛིག་རྟེན་དང་མཐུན་སྤང་གཙོར་བཟུང་
 གིས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་འོས་ཏེ། ས་རོལ་སོ་ལ་མོས་པ་དང་དག་སྤང་གི་སྤྲད་ཆ་འགྲོ་
 ས་མེད་པས་སོ།

དེས་ན་སྤྱོད་གཞི་གང་ཞིག་འཛོར་འགྲོ་དོགས་དང་། དམ་བཅའ་གང་ཞིག་ཤོར་
 འགྲོ་དོགས་ཀྱི་སེམས་ཆེགས་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་དང་མཐུན་སྤང་གཞིར་བཟུང་
 གིས་དབྱེད་ན། སྤྱིར་ན་རྒྱ་གར་ན་ལྷ་ཡུལ་ཟེར་བའི་ཡུལ་གྱ་འགའ་ཞིག་ཡོད་འདུག་
 གྱང་། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱུབ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་མཛད་འཕྲིན་བསྐྱངས་ས་དང་། ཤེར་ཕྱིན་
 འབྲུམ་པ་གདན་བྱངས་སའི་ལྷ་ཡུལ་དེ་ནི། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཨན་རྩར་མངའ་སྡེའི་
 (Andhra Pradesh)ཁྱབ་ཁོངས། དུས་ད་ལྟ་ཡང་ཡུལ་མིའི་སྤྲད་དུ་རྒྱ་ག་རུ་ན་གོན་
 ཏྲ་(Nagarjunakond)གྲགས་པའི་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་འདི་རང་ཡིན་པ་ལས། ལྷ་
 ཡུལ་དུ་འགྲོ་ཟེར་དུས་རྒྱ་མཚའི་ནང་དུ་མགོ་བོ་སྤར་དུ་བསྟན་ནས་འཛུ་ལ་དགོས་པ་

མ་ཡིན་ནོ།། དག་ཆོས་ཀྱིས་རྒྱ་ག་གོན་ཏེ་ཞེས་བརྗོད་ཡོད། གནས་དེ་ཡི་སྐྱོར་རགས་
ཅམ་བཤད་ན་ཐོག་མར་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤངས་མཆོད་རྟེན་(Amaravti)ནས་རྟོར་
རྒྱན་མའི་རྩུ་བོ་(Krishna River)བརྒྱུད་ནས་སོང་ཆེ་རྒྱ་ག་གོན་ཏེ་ལ་འབྱོར་བ་ཡིན།
འདི་ན་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་དགོན་པ་དང་ལྷ་ཁང་མང་པོ་ཡོད་འདུག་ཀྱང་། ད་ལྟ་ནི་རྒྱ་གར་
གྱི་གནས་ཆེན་པལ་མོ་ཆེ་དང་མཚུངས་པར་ཅིག་མང་དང་མཁར་ལུལ་ཅམ་ཡིན། རྩོ་
ཀ་མ་དུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོན་པའི་སྐུ་བརྙན་བཞེངས་སྟབས་སུ་ཡོད་བ་ཤིན་ཏུ་སྟོས་
གཙང་ཞིང་། རྟོན་ལེགས་པ་ཕྱག་གཉིས་ཀ་གཏོར་སྟོན་ཐོག་པ་ཞིག་གྱང་རལ་ཞིག་གི་
ཁྱུག་ཏུ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། ལྷ་སྐུབ་གྱི་རྒྱ་མཚོ། ལྷ་སྐུབ་གྱི་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་། ལྷ་སྐུབ་གྱི་
གཙུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་ཟེར་བ་སོགས་ལྷ་སྐུབ་གྱི་མིང་གིས་ཁྱབ་ནས་ཡོད་ཅིང་།
འགྲེམ་སྟོན་ཁང་དུ་གནའ་རྩམ་རོ་མཆར་ཅན་དུ་མ་ཡོད། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༠ནང་དུ་སྟོག་
ཁང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱ་རགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅུགས་པས། དཔལ་གྱི་རི་པོ་འདི་ཕྱོགས་
ཀུན་ཆུ་ཡིས་བསྐྱོར་བས་ད་ལན་གནས་འདིར་བྱ་གཞིངས་སུ་འགྲོ་དགོས་བ་ཡིན། གོ་
ཁ་ན་འདུག་སྟེ་རྒྱུང་རིང་ནས་འོང་བའི་མགོན་པོའི་ཟེར་སྟོས་རྒྱུང་ག་སོག་ནས་མི་སྣ་
པར། རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་མ་ཡུམ་དུ་གྱུར་བའི་ཡུལ་འདི་ཕྱོགས་སུ་
དངོས་སུ་བཟོད་ནས་ཡུལ་དེའི་རྒྱང་བ་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་ཐུབ་ན། རིག་པ་ཆོད་ཅིང་།
རྣམ་རྟོག་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་པན་རྒྱབས་ཅི་བས་ཆེ་བར་སེམས་ཤིང་། དེང་སང་འཕགས་
བོད་བར་དུ་གནའ་སྡེ་མོ་བཞིན་འགྲེམས་འབྱུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་མེད་ལ། མཐུན་རྒྱུན་
ཡང་དེ་ཅམ་ཁག་པོ་མེད་པས་ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་དང་ལྷན་དུ། ཡུལ་འདིར་ཟེངས་
གཅིག་བསྐྱོར་ན་སྐོར་འདོགས་གྱི་མཐའ་མང་པོ་ཞིག་སེལ་ངེས་པས། རིགས་པའི་

ཐོགས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་བྱར་དུ་ཉར་བར་རིགས།

དེ་བཞིན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་འབྲུངས་ཡུལ་ཡང་མཁས་དབང་དགེ་ཆོས་
སོགས་མང་མང་ཞིག་གིས། རྒྱ་གར་ནུབ་བྱང་གི་ཐོགས་ད་ཆར་བ་གི་མི་ཐན་(Paki-
stan)རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་ལིས་ཤུ་ཨར་(Peshawer)ཞེས་པའི་ས་གནས་སུ་
ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། ང་ཆོས་ལྷ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་དུ་འབོད་པ་དེར་སང་ཨ་ཟླ་རྩ་ཉི་མི་
ཐན་(Afghanistan)གྱི་ཡུལ་དང་། བོད་པས་ཁ་ཆེའི་ཡུལ་ལམ་ཡང་ན་ཀ་སྤྱིར་དང་།
རྒྱ་གར་བས་ཀ་ཤི་མིར་(Kashmir)དུ་འབོད་པ་སོགས་སུ་ཁོང་སྐྱེ་ཆེ་སྤང་ལ་ཡུན་
རིང་བཞུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པས་དེ་དག་དང་བསམ་གཞིགས་བྱེད་ཞོར་དུ་
དབྱེད་ན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བྱམས་ཆོས་གདན་འདྲན་ཞུ་ས་ཡང་། མཐོ་
རིས་སམ་ལྷ་ཡུལ་དུ་བསྐྱད་པའི་རྟེ་མ་ལ་ཡའི་རི་ཞོལ་གང་ཞིག་ཏུ་གོ་དགོས་ཤིང་། དེ་
ཡང་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བའི་རྟེ་མ་ལ་ཡ་གནས་ལ་ཀ་བ་བཅུགས་པ་ལྷ་བྱའི་རི་དོགས་ནས།
མར་ཡུལ་དབྱས་སུ་བྱོན་པ་ལ་ལྷ་ཡུལ་ནས་མི་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཞེས་སྐྱར་ན་འགལ་བ་
མེད་ཅིང་། གནས་ཀྱི་མཐོངས་ནས་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་བྱོན་མིན་འཆོལ་བའི་ངལ་
བ་མི་དགོས་སོ།

སྤྱིར་ན་ལྷ་ཡུལ་ཟེར་དུས་གནས་ལ་གོ་འགོ་བ་དང་། ལྷ་ཡུལ་ཟེར་དུས་ས་འོག་
དང་ཆུ་གཏིང་དུ་གོ་འགོ་བ་འདི་བོད་ཡུལ་དུ་དར་བྱབ་ཆེ་བའི་སྤྱི་ལུང་ལྷོག་བརྟན་ལ་
བལྟ་མང་སོང་བས་ལོས་ཡིན་སྟེ། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ལྷ་ཐོགས་གཉིས་དུས་ནས་ཞིག་མི་
ཡུལ་དུ་བྱོན་པའི་ཐད་ལ་བྱི་ནང་གི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་མི་མ་བུན་པ་མང་
དུ་ཡོད་ནའང་། མཁས་པ་ཀུ་མ་ར་རྩི་ཤས་(Kumrajva)བསྐྱར་བའི་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་

ཐར་དུ་དུས་རབས་དང་པོའི་ནང་དུ་བྱོན་པར་གསུངས། སློབ་དཔོན་ཀྱ་མ་ར་ཇི་ཨ་
 དུས་རབས་བཞི་པའི་(344-413)ནང་དུ་བྱོན་ཅིང་མགོན་པོ་ལྷ་སྐུ་བ་དང་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་
 ཅུ་མ་ལས་ཁྲད་མེད་པས་ཁོང་གིས་བསྐྱར་བའི་རྣམ་ཐར་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ཆ་འཛོག་གྲེད་
 འོས་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཕྱི་
 འའི་སྟོན་གྱི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུའི་ནང་དུ་འདས་ཚུལ་དེང་སང་ཞིབ་འཇུག་པ་པལ་
 མོ་ཆེས་གཏན་ཆིགས་རྒྱས་ལྡན་དང་བཅས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་བཞིན་ཡོད་པར་
 ཆ་འཛོག་བྱས་ན། མགོན་པོ་ལྷ་སྐུ་བ་ཀྱང་སྟོན་པ་འདས་རྗེས་ཀྱི་ལོ་ངོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་
 གི་རྗེས་དང་། དུས་རབས་དང་པོའི་ནང་དུ་བྱོན་པར་སྐུ་བར་རིགས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ན།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ང་འདས་ནས། ལོ་ནི་བཞི་བརྒྱ་ལོན་པ་ན། དག་སྲོང་ལྷ་ཞེས་
 དེ་འཕོད་འབྱུང་། བསྟན་པ་ལ་ནི་ཤིན་ཏུ་པན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆིགས་བཅད་
 དེ་དག་ཀྱང་དོན་ལ་འབྱོར་ནས་ཡོད་པ་རེད།

ཡང་མགོན་པོ་ལྷ་སྐུ་བ་ཀྱིས་རིམ་ལྔ་དང་། དཔལ་ལྷན་ཟླ་བའི་འགྲེལ་བ་སྟོན་
 གསལ་གཉིས་ཚུལ་བ་པོ་སྤྱི་ཡིན་མིན་ཐད། དེང་དུས་འདོད་པ་འདྲ་མིན་ཡོང་གིན་ཡོད་
 བའང་། བསྟན་བཅོས་འདི་གཉིས་ཀའི་མ་ཕྱི་ལེགས་སྐུར་སྐད་ཐོག་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་
 པས། དེང་དུས་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆིག་འགྲོས་དང་། གཅོད་མཆོམས། ཚུལ་
 གཤིས་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་། ཅ་ཤེད་དང་། འཇུག་པ་གཉིས་དང་ཤིན་ཏུ་མཚུངས་པས་
 ལྷ་སྐུ་བ་དང་། ཟླ་བ་གྲགས་པ་གཉིས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པའི་ཡོད་ཆེས་གྲེད། གཞན་ཡང་
 དབྱིག་གཉེན་དང་ཐོགས་མེད་བར་གྱི་ཚོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཐང་ཟན་ལམ་ཡིག་ནང་དུ་
 སྡེ་པ་ཐ་དད་པའི་ཚོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གསལ་བ་ལས་ཐོག་པ་ཆེ་ཆུང་བར་གྱི་ཚོད་པ་

ཐོག་པོ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་བཤད་མེད་པར་མ་ཟད། དབྱིག་གཉེན་གྱིས་སྤར་ཐེག་ཆེན་
ལ་མ་མོས་པ་ལ་བྱིས་སུ་བཤགས་བསྐྱམས་བྱས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་འབྲེལ་བའི་
རིགས་དང་། བརྟེན་པའི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིགས་བཅ་བརྒྱ་ཕྲག་ཙམ་ཞིག་གཅེན་པོའི་ཞལ་
གསུང་ལྟར་ལྷུ་ལྷེ་ལ་བརྟེན་ནས་བསགས་པའི་སྤྱིག་པ་ལྷུ་ལ་བརྟེན་ནས་དག་པར་མཛད་
པ་གསུངས་མི་འདུག་གམ། དེ་དུས་ཙམ་ཐེག་ཆེན་མགོ་འབྲུས་མ་ཐག་པ་ག་ལ་ཡིན་
ཏེ། ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་སྤེལ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ལྟུང་། དེ་དུང་ཐེག་ཆེན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་
པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་བསྐྱུས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ཟིན་ནས། དེ་དག་གིས་མཛད་པའི་རྩ་ཤེར་
གཙོས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དེ་དག་འཛིག་རྟེན་དུ་དར་ནས་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྲག་
འགའ་ཞིག་སོང་བས་ན། འཛིག་རྟེན་གཏམ་དཔེར། ཤེར་བྱིན་ལྟུང་། ཆོག་བསམས་
ནས་བཤད་དགོས་ཟེར་ལྟར་མ་ཡིན་ནམ།

ལེགས་ལྷན་དང་ཆོས་གྲགས་ལ་གསང་སྤྲགས་ཆ་རྒྱས་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་ནི།
ཐང་གི་བཙུན་པ་ཡི་ཅེན་གྱི་ལམ་ཡིག་ཏུ། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་རྒྱན་འཛིན་གནང་
བའི་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་གདམས་པ་འདི་སློབ་དཔོན་སྤྱི་སྤྱོད་སྤང་གིས་སློབ་སྤྲུངས་དང་
ཉམས་ལེན་གནང་བར་གསུངས་པ་དང་། སློབ་དཔོན་སྤྱི་སྤྱོད་སྤང་དང་དུས་མཉམ་པའི་
རྒྱུ་ལྷན་སྤྱོད་པའི་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གསང་སྤྲགས་ཉམས་ལེན་གནང་ཚུལ་གསལ་
བས། དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་དུ་གསང་སྤྲགས་དར་བྱུང་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་
དགེ་ཆོས་ཀྱིས་ཆོས་གྲགས་ལ་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་ཆ་རྒྱས་མེད་པར་གསུངས་པ་
སྐབས་འདིར་བཀོད་པ་ཡང་འཐད་ལྷན་དུ་མི་སེམས་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་
དགེ་ཆེན་གྱི་དུས་སུ་དར་ཟིན་ནས་ཉམས་ལེན་གནང་བ་ཞིག་དགེ་སྤྲུག་གི་དུས་སུ་ད་

དུང་དང་མེད་ཅེས་ཤེས་ལྡན་སུ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བར་སྤོང་ལ། དེས་ན་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་ཤིང་
གཉིས་ཀར་བྱི་ན་ཁོ་ནས། །

༼ ༤༣ ༽ རྒྱ་ཁྱིའི་རྒྱལ་པོ་མུ་རན་མེད་ཀྱིས་འཇམ་བུའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོས་བྱི་ཕ་
ཉ་བྱི་སྐབས་རྒྱལ་པོ་མུ་རན་དཔ་པའི་བར་སྤོང་ལྟེ་ཤེས་ཀྱི་འཇམ་བུ་ཆོས་བྱི་ཕ་
མ་གཏོགས་ཐེག་ཆེན་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་དཔོན་ཐང་
ལྷ་མོད་གཞུང་པ་ཤོགས་ཀྱིས་མདྲ་སྐྱེད་མ་གཏོགས་གསར་ཆུང་གསར་ཆུང་མ་
འོངས་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། ཡོད་དཔ་རྒྱ་མཆན་ཆེན་བྱི་ཆོས་སྐྱེད་བུས་ལྷིང་ལྷ་
ཡང་རྒྱ་གར་ན་མཇམ་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་བཅས་ལ་བྱུགས་བསྐྱེད་དྲ་
མོད་བཞེས་ན་གོ་བ་ནས་འངས་པ་རྩ་རྩ་ཐེ་བཅར་རྒྱ་ཡོད་མོད་ཆོགས་རྒྱུར་
གི་ཐེ་ཆེ་ནག་འོས་མགོ་གཞུངས་མཆུག་གཞུངས་བྱས་པའི་མི་དག་ལ་ཅི་ཆ། ༽

དང་པོ། ཆོས་རྒྱལ་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་ནི།
རྒྱའི་བཅུན་པ་རྩ་གན་(བྱི་ལོ་ 374-462)ལས་ཡིག་ལས་འདི་ལྟར། དགོ་འདུན་ཆོགས་
ནི་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་མདུན་སར་དབྱེ་འཕང་མཐོ་བར་གྱུར་ཅིང་། ཤེས་ཆེར་ཐེག་
པ་ཆེན་པོའི་དགོན་སྡེ་སྡེལ་ལ། ཐེག་པ་ཆུང་བུའི་དགོན་སྡེ་ནམས་ཀྱང་འདུག་གོ། དེ་
དག་ཏུ་སྡོད་པའི་དགོ་འདུན་ནི་བརྒྱ་ཐག་བྱུག་ལས་ལྷག་ཅིང་། བདུན་བརྒྱད་ཉེ་བར་
འདུག། ཡང་དེ་ན་གཟེ་བཟིང་དང་ལྡན་ལ་བཀྱར་བཟོས་ཆེ་བ་ལྟ་བུར་བཞེངས་པའི་
གཙུག་ལག་ཁང་དག་ཡོད་ལ། རྩོགས་བཞེད་ས་ཆ་དག་ནས་སྐྱ་ལྟོན་གིན་ཏུ་
བཟང་བ་ནམས་དང་། དེག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་སྤོང་གཉིས་བྱི་སྤྱོད་
པོ་ནམས་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་དག་ཏུ་འདུས། བས་ཐེད་ཁྱེུ་དག་གིས་རང་གི་སྐྱ་
མ་ལ་མཆོད་ཀྱི་ཞེས་འཛོད་དོ། དུལ་འདི་ན་ཆེས་གིན་ཏུ་བཅུན་པའི་སྐྱ་མ་ནམས་ནི་ཐེག་

བ་ཆེན་པོ་བ་ལ་སྤྱལ་ཡིན་ཞིང་། དགེ་སྲོང་མཐའ་དག་གིས་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ནས་བཀའ་བཞིན་དུ་སྲོང་བ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། དབྱིན་ཡིག་ལས་བསྐྱར་བའི་
འགྲུར་གསར་མ་ལས། ཨ་ལོ་ཀ་མུ་ངན་མེད་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་དེ་དང་ཉེ་བར་ཐེག་ཆེན་གྱི་
དགོན་པ་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱས་པ་གཅིག་དང་། དེ་དང་འདྲ་བའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་
འདུན་གྱི་དགོན་པ་དང་། གཉིས་ཀའི་དགེ་འདུན་བསྐྱོམ་ན་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་དང་། དེ་
ནམས་ཤིན་ཏུ་དུལ་ཞིང་། གཟི་བྱིན་དང་ལྷན་པ་མཐུན་པར་བཞུགས་པ་ལས། བཞི་བ་
གཞན་མི་མཛད་པ་ལྟ་བུར་བཞུགས། དེ་དུས་སུ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་དགེ་སྲོང་ཆེན་པོ་
མཆུ་ཤིར་གྲགས་པ་ཞིག་ཐེབས། དེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་འདུན་ནམས་དང་། དགེ་
སྲོང་སྲོང་བ་བ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་གྲུས། ཞེས་འབྲུང་བས་ཆོག་རིས་མཐུན་མིན་ཙམ་
ལས་དོན་གྱི་གནད་ཀ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་ཞིང་། འདི་ལས་ངེས་སུ་བ་ལྷི་མུ་ངན་མེད་ཀྱི་
སྐབས་སུ་ཐེག་ཆེན་པ་ཡོད་པ་ཙམ་མ་ཟད་ཤས་ཆེར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོན་སྡེ་སྡེ་ལ་
བར་བྱེད་པ་གསུངས། དེ་ལྟར་ཆོས་རྒྱལ་མུ་ངན་མེད་ཀྱིས་ཨེ་ཤ་ཡའི་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ཏུ་
ཆོས་ཀྱི་པོ་ཉ་བཞེ་བའི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་གསུངས་ཐེན་ན་ཡང་།
ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བར་དུ་ལྟ་བུ་གྲུབ་ཀྱི་ཚོད་པ་རྣོ་ངར་ཅན་དེ་འདྲ་ལོར་མེད་པས་ཐེག་པ་
ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་པན་ཚུན་གྲུས་ཤིང་བཀྱར་བའི་སློན་ནས་མཉམ་གནས་མཛད་ནས་
བཞུགས་ཡོད་པར་སེམས། དེའི་རྗེས་སུ་མགོན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུབ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པས་
ཐེག་ཆེན་གྱི་བཀའ་ནམས་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་སྡེལ་མཛད་པ་ཡིན་མ་གཏོགས།
དེ་སྔོན་ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མ་གསུངས་པ་ག་ལ་ཡིན། དཔེར་ན་མགོན་པོ་སྤྱུ་
སྤྱུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་དཔུ་མ་ཐལ་འགྲུར་བའི་ལྟ་བུ་མཆོན་ཉིད་ཆོང་བར་གསུངས་

ཤིང་། འཛིག་རྟེན་འདི་ཡི་སྒྲིབ་ལ་དབུ་ཚུགས་ཟིན་པ་ཡིན་ཡང་མངོན་ཆེན་ཆེན་པོ་
མེད་པར་བྱེས་སུ་སངས་རྒྱུ་བ་བསྐྱེད་པའི་འགྲེལ་དག་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་
གྱིས་སྒྲིན་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་དོགས་སེལ་མཛད་པ་བཅས་གྱིས་
ཐལ་རང་བར་དུ་རྩོད་པ་བྱུང་བས་ཐལ་འགྲུང་བའི་ལྷ་བྱུང་དེ། མངོན་མཆོན་ཅན་དུ་
གཞི་ནས་སོང་བ་མ་གཏོགས་སྒྲུ་སྒྲུབ་གྱིས་མ་གསུངས་པ་མིན་པ་བཞིན་གོ།

གཉིས་པ། ཐང་གི་བཙུན་པ་འདི་དག་རྒྱ་གར་དུ་བསྐྱོད་དོན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི།
འདུལ་བའི་བྲག་ལེན་རྣམས་རྒྱ་ཡུལ་དུ་ལེགས་པར་མ་དར་བ་དང་། ཅུང་ཅམ་དར་བ་
རྣམས་ཀྱང་ངེ་མ་ཅན་དུ་གྱུར་པར་གཟིགས་ཤིང་། འདུལ་བསྐྱོད་ངེ་མ་མེད་པ་ཞིག་རྒྱ་
གར་ནས་ནང་འབྲེན་བྱེད་དེ། རྒྱ་ཡུལ་དུ་འདུལ་བསྐྱོད་སྒྲར་གསོ་བྱེད་རྒྱུའི་འདུན་པ་
ཆེན་པོས་བསྐྱོད་པ་ཡིན་འདུག་ཤི། རྩ་ཤུན་(374-462) གྱི་ལམ་ཡིག་དབྱིན་འགྲུང་
ལས། རྒྱུའི་བཙུན་པ་རྩ་ཤུན། ཁྲང་ཨན་ན་བཞུགས་སྐབས་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ལ་
ཉམས་རྒྱད་འགྲུང་བར་དོགས་ནས་སེམས་ངལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཤི། བྱི་ལོ་༣༩༩ རྒྱ་ནག་
གི་གོང་མ་རྩོད་མི་ཁྱི་ལོ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ལམ་གྲོགས་བཙུན་པ་རྩོས་ཅིན་དང་།
རྩོའི་མིན། རྩོས་ཡིན། རྩོས་མེས་བཅས་འཕགས་ཡུལ་དུ་འདུལ་བསྐྱོད་གྱི་ཁྲངས་
འཆོལ་བར་བསྐྱོད། ཅེས་དང་། རྩོར་འགྲུང་དུ། རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་ཆོས་དང་ཆོས་
ཁྲིམས་བཅས་པའི་བྱིར་ལམ་དུ་ཆས་སོ། ཞེས་དང་། ཐང་གི་བཙུན་པ་ཡི་ཅིན་(635-
713)རྒྱ་གར་དུ་ཐེབས་དོན་ཡང་། ཁོང་གིས། ཐན་ང་རྒྱབ་བྱོགས་འཕགས་ཡུལ་དུ་
འགྲོ་དོན་ནི། རྒྱལ་བསྐྱོད་གྱི་སྡིང་པོ་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ཐང་ཆེན་མའི་ཡུལ་དུ་བྱངས་ཏེ།
རང་རེའི་ཡུལ་དུ་མ་དག་རྒྱུན་འབྲུམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་འདུལ་བའི་གཞུང་འགྲེལ་

དང་། ཚོག་ཕྱག་ལེན་སྤྲོ་ཚོགས་ལ་དག་ཐེང་བྱེད་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་དང་། ལུས་སྤྱོད་གས་
འཕགས་ལུལ་ནས་ཕྱིར་ལོག་པ་དང་ད་ལྟའི་བར་སྟོ་རྒྱ་མཚོར་གནས་བཅས་ཏེ་
བསྐྱད། ཅེས་གསལ་བས་ན་བཅུན་པ་འདི་དག་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ཀྱི་ཁུངས་བཅའ་
བའི་ཆེད་དུ་མ་གཏོགས་གསང་སྤྱགས་ནང་འཕྲེན་བྱེད་དུ་མ་ཐེབས་པར་ཤེས་དགོས།
བཅུན་པ་ཡི་ཅེན་གྱིས་གསང་སྤྱགས་ཁུང་མ་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་ནི། ཁོང་
གིས་གསང་སྤྱགས་ཉམས་ལེན་གནང་ཡང་ལམ་སྟོང་མ་བྱུང་བས་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གིས།
ཐན་ཡི་ཅེན་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱར་ཐོས་བསམ་བྱེད་སྐབས། ཐེངས་དུ་མར་གཟུངས་སྤྱགས་
ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ཏེ་འབད་བཅོན་ཅི་རུས་བསྟེན་མོད། མཐར་ལེགས་གྲུབ་མ་
བྱུང་བར་ཅི་ནས་པངས། ཐོག་མའི་འདུན་པ་ནི་གཟུངས་སྤྱགས་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་
འདི་དག་རང་ལུལ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་འཛིན་པའི་འབངས་མི་དཀྱུས་མའི་ཁྲོད་
ཁྱབ་སྤེལ་གཏོང་འཆར་ཡིན་ལ། འདིར་ལེའུ་མདོ་ཅམ་ལས་ཞིབ་སྤྲོད་འཁོད་མེད། ཅེས་
དང་། སྡེ་སྡོད་འཛིན་པ་ཏྲོའོ་ལྷན་གྱི་རྣམ་ཐར་བཤད་པའི་སྐབས་སུ། གཟུངས་སྤྱགས་
ཀྱི་གདམས་པ་དོ་མཚར་ཅན་འདི་དག་རྒྱ་ནག་ཏུ་དར་མེད་པས། དམ་པ་ཁོང་གིས་
འགོ་ཀུན་སྤྲོན་པའི་གདམས་ངག་འདི་རྣམས་རྒྱ་ནག་ཏུ་དར་བྱིར་ཉིར་མཚན་དུས་
དུག་ཏུ་སྤྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞོལ། ཞེས་གསལ་ཞིང་བཅུན་པ་ཏྲོའོ་ལྷན་གྱིས་
གསང་སྤྱགས་ཀྱི་ཆོས་སྟོར་མང་པོ་ཞིག་ཁུར་ནས་ཕྱིར་ལོག་སྐབས་ལམ་བར་དུ་རྒྱ་
པ་ཐུག་ནས་སྤར་ལོག་དགོས་བྱུང་སྟེ། དེ་ནས་ཕྱིར་རང་ལུལ་དུ་ལོག་སྤྱབ་ཡོད་ཆོད་
མི་འདུག དེ་ལྟར་ཐང་གི་བཅུན་པ་དུ་མས་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་ཆོས་སྟོར་འདི་ཐང་གི་
ལུལ་དུ་འཕྲེན་པའི་འབད་བཅོན་གནང་འདུག་ནའང་། ཐོག་མའི་ཀུན་སྟོང་གིས་མ་ཡུང་

བཤམ། ཡང་ན་གསང་སྤྲུལ་པ་འདི་ཐང་ཆེན་མོའི་ཡུལ་གྱི་བྱ་དར་བའི་ཉག་གས་དང་ཉེན་
འབྲེལ། ལས་དང་སྒྲོན་ལམ་དེ་ཙམ་མེད་པར་གསལ་ལོ།

ཞུན་ཙང་(602-667)ངམ་ཐང་ཐན་སྒྲ་མས་གསང་སྤྲུལ་ཁུར་མ་ཡོང་བའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། ཁོང་ཉིད་གསང་སྤྲུལ་ལ་མོས་པ་མེད་པ་མ་གཏོགས་རྒྱ་གར་དུ་གསང་
སྤྲུལ་མ་དར་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། གསེར་ཐང་དུ། དགེ་སློང་ཆེག་ཁྲི་
བརྒྱད་སྟོང་ལྷག་ཙམ་བཞུགས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་བྱེད། འོད་སྤང་པ་
དང་། ཆོས་སྤྲུལ་པ། བལ་ཆེན་པ། ཐམས་ཅད་ཡོད་སྟེ། ས་སྟོན་པ་སྟེ་སྟེ་པ་ལྟ་ཙམ་
གནས། དགེ་སློང་རྣམས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་། སྟེ་སྟོན་གྱི་ཆེག་ལ་
མཁས་ཀྱང་དོན་གྱི་གཏིང་རིག་པ་ཉུང་། འབྲུལ་དང་སྐྱུ་མའི་ཆོག་ལ་མོས་ཤིང་བརྩོན་
པར་བྱེད། བལ་ཆེར་གྱིས་སྐྱུ་མའི་འབྲུལ་སྟོན་པ་ཤེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། ཁོང་
སྤྲུལ་ལ་མ་མོས་པས་དོན་ལ་གསང་སྤྲུལ་མཛོན་མཆན་ཆེ་བ་དར་བའི་སྐབས་
ཤིག་ཏུ་མཛོན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། འོན་ཀྱང་འདིར་གསེར་ཐང་དུ། སྟེ་སྟོན་
གསུམ་པ་ཕྱེན་ཆེགས་ལ་སྤྱར་ཡོད་ནའང་དོན་ལ་ཐང་ཐན་སྒྲ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆེག་རིས་
འདི་དག་ཐང་ཐན་ལམ་ཡིག་བམ་སོ་གསུམ་པ་ལས་འབྱུང་བར་མ་ཐད། ཕྱེན་ཆེགས་
ནི་ཐང་ཐན་གྱི་སྟོན་མ་གཏོ་རི་ཡའི་མི་རིགས་ཏེ་ཁོང་ཉིད་རྒྱ་གར་ལ་ཐེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
མེད་པས་སོ། རྒྱའི་སྟོན་དཔོན་འདིས་བསྐྱར་གནང་བའི་ནང་པའི་སྟེ་སྟོན་སོ་ཉི་བདུན་
ཅུ་ལས་བཀྲལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། གསང་སྤྲུལ་ནང་འཛིན་མ་བྱས་པའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། དགེ་ཆོས་གྱི་བཤམ་པ་བཞིན་ཁོང་ཉིད་སྤྲུལ་ལ་མ་མོས་པའི་རྒྱ་མཆན་
ལས་གཞན་མ་འདས་སོ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་ཁྲིམ་དུ་ཅ་ལག་ཉི་ཕྱེར་སོང་ན། རང་ལ་

གང་དགོས་པ་དང་། གང་མོས་པ་དེ་ཉི་མུ་མ་གཏོགས་གོང་གང་ཆེ་དང་། སྐད་གྲགས་
གང་ཆེ་དེ་མི་ཉོ་བ་བཞིན་ནོ། ། གཞན་དུ་ན། མར་པ་ལོ་རྩ་བས་གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་
འདུལ་བ་ཁུར་མ་འོང་བ་དེའང་། གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་འདུལ་བ་སྐབས་དེ་དུས་སྐྱ་གར་
དུ་དར་མེད་པའི་སྤྱབ་ལྗེད་དུ་བྱོས་ཤིག།

གསུམ་པ། བོད་དར་རྫོགས་ཆེན་སྐྱ་གར་ལ་ཕྱིས་སུ་འང་མཇུག་དུ་མེད་པའི་སྐྱ་
མཆན་ཅི་ཡིན་ཟེར་ལུགས་ཀྱི་འང་སྤྱས་སྤར་ཡང་མ་དར་བ་བསྟན་ན། སྤྱ་ཕྱི་ནམ་ཡང་
རྫོགས་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྐོར་སྐྱ་གར་ལ་དར་མེད་པར་བཤད་འདོད་པ་འདྲ། བཅན་པོ་ཁྱི་
སྟོང་ལྗེ་འུ་བཅན་གྱི་དུས་སུ་ལོ་ཆེན་བེ་རོ་ཅ་ན་དང་། སྐྱ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་དཔལ་གྱི་
སེདྤེས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཀྱན་ལྗེད་སྐྱལ་པོ།
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་གསང་སྤྱགས་རྟེན་མ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྐོར་མང་པོ་བོད་
དུ་བསྐྱར་ནས་ད་ལྟ་བུ་འཕྲུང་རིན་པོ་ཆེའི་ནང་དུ་མཇུག་སྐྱ་ཡོད་ཅིང་། རྫོགས་པ་
ཆེན་པོའི་ཁྱད་སྤྱུང་སྐྱ་གར་ལ་གཏུགས་བཞིན་དུ་སྐྱ་གར་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་དར་མེད་
པར་སྤྱ་ན་སྟོབ་དཔོན་གོང་མ་ནམས་དང་། ལོ་བཅ་གོང་མ་ནམས་ལ་ཅོ་འབྲི་བ་དང་།
བརྟོན་འདིར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་བསམ་ན་རྟེན་སྐྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་མི་སེམས་སོ།

༼ ༥༧ ༽ རྟོག་ཆེ་ཐེག་པའི་ཆོས་སྐོར་ནམས་ལ་ཞི་དེ་བས་བྱང་དགུ་འཕྲུང་
གྱིས་ཁྱད་སྤྱུང་ཡང་མེད་པ་བ་ལྟ་བུ་ཞེ། གསང་སྤྱགས་ཀྱི་རྟོན་པ་རྟོ་རྟེ་འཆར་
ཞེས་པ་དེ་མངས་སྤྱུས་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་སྤྱ་མར་བཅས་པའི་མིང་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་
བུ་གསུང་མཁའ་ཁྱད་སྤྱུང་ཡང་མེད་པ་དང་། མ་གནས་ཏི་ཤ་བྱི་ཆེ་འཕྲ་རྟོ་རྟེ་
བཅུན་མོའི་ལྟ་བའི་ནང་དུ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གསུང་མ་ཁྱད་སྤྱུང་ཡང་མེད་པ་
དང་། རྒྱུད་འཆད་པ་པོར་དང་ཁྱབ་པོ་འདྲ་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གསུང་ཡུལ་

[illegible]

གསང་སྤྲུགས་དེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཚོས་སྒྲོང་ནམས་གསུང་བ་པོ་དང་། གསུང་ལུལ་
གསུང་རྒྱ་མོགས་གང་པའང་བསམ་ཆོ་གཏོང་ས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བ་ནི།
རྒྱལ་པའི་གསུང་རབ་ལ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་གཅིག་དང་། དེས་དོན་གྱི་མདོ་གཅིག་སྟེ་ཅ་
པའི་ཆ་ནས་སྟེ་ཆོན་ཆོན་པོ་གཉིས་སུ་ཕྱེ་དགོས་པ་མ་ཤེས་པ་འདྲ། དཔེར་ན་བདག་།

ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐབས་མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེས། ས་དང་མ་ནི་བསད་བྱ་ཞིང་།
 རྒྱལ་པོ་གཙང་སྤྱ་ཅན་གཉིས་དང་། དུལ་འཁོར་འཁོར་དང་བཅས་བཅོམ་ན། མི་དེ་
 དག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོན་འདུ་བྱེད་
 དང་། སྲིད་པ་གཉིས་ལ་ས་དང་མ་ཡི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ལྟར་མདོ་འདིའི་རིགས་སྤྱི་
 བཞིན་པ་ཁས་ལེན་དུ་མི་རུང་བའི་མདོ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་གའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་
 གསང་སྤྲུགས་དོན་རྗེ་ཐེག་པའི་ཆོས་སྒྲོར་འགའ་ཞིག་གསུངས་ཐེར་བ་ཡང་། བདེ་སྟོང་
 གཉིས་སུ་མེད་པའི་ངང་ནས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་སྦྱར་དགོས་སྒྲུ་ལོས་ཡིན།
 གཞན་ཡང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲོར་འདི་རྒྱ་གར་བའི་རིག་བྱེད་གཏས་རྒྱུད་ལྟ་བུ་ལས་
 ཁྲུངས་མེད་ཚུལ་བཤད་འདུག་པ་ལ་ནི། གནའ་ནས་ད་བར་དུ་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་
 དང་མཛེངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེད་པ་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་མཛེད་ཡོད་པས། འདི་ནས་
 ཆོག་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ཤགས་འབྲེད་པ་ཅམ་གྱིས་ཐག་ཆོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་མ་
 ཡིན་པས་མང་པོ་སྤྱི་བར་མི་འདོད། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་འདི་ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པོ་ཐབས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། ཤེས་རབ་
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྟོག་དང་མང་གཞི་ཅན་གྱི་རིང་ལུགས་ཤིག་
 གས། ཡང་ན་ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ནང་བའི་ཐེག་པའི་ཅེ་མོ་གསང་སྤྲུགས་དོན་རྗེ་
 ཐེག་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན། ལམ་འདི་ལ་ཞུགས་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཡང་དབང་
 པོ་རབ་དང་། རྒྱུད་སྟོན་པ་ཞིག་དགོས་པར་མདོ་རྒྱུད་ཁྲུངས་མ་རྣམས་སུ་ཡང་ཡང་
 གསུངས་པ་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་རོ།

དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་མ་རྟོར་བའམ་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་གསང་སྤྲུགས་དོན་རྗེ་ཐེག་

པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྐྱེས་བུ་མང་པོ་ཞིག་གྲུབ་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་པོར་གཤེགས་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གནད་དེད་གཉིས་སུ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་ཡིན། དཔེར་མཆོན་ཅམ་ཞིག་ཁོ་བོ་སྐར་ངོས་ནས་མཐོང་ཐོས་བྱུང་བའི་དངོས་བྱུང་དང་སྒྲགས་ཏེ་བཤད་ན། ཞུ་སེར་བསྟན་པའི་མངའ་བདག་རྗེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་གདུང་འཛོལ་ཡདགའ་ལྡན་བློ་སྤྲོད་བརྒྱ་པ་ཆོས་རྗེ་ལྷོ་བཟང་ཉི་མ་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་(1929-2008) ལོ་ལས་ཕྱོད་ཁག་ཤེད་ཀྱི་བསྟན་གཞི་བཞེས་མཐར། ཕྱི་ལོ་༢༠༠༥ ལྷ་༩ པའི་ཆེས་༡༩ ཉིན། དཔལ་ལྡན་འབྲས་སྤངས་དགོན་པ་ནས་ལེ་བར་བརྒྱ་ལྷག་གཉིས་མ་ཟེན་ཅམ་གྱི་སར། རྒྱ་གར་རྟེའ་རྟམ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྤྲོན་ཁང་(KLE Hospital)དུ་ཆེད་མཁས་སྤྲོན་པའི་བརྟག་དབྱང་བརྒྱད་སྟུག་སྟུག་གཤེགས་པའི་གནས་ཚུལ་ཁྲབ་བསྒྲགས་དང་འབྲེལ་སྟུག་གདུང་དགོན་པར་གདན་འདྲེན་བྱས། སང་ཞོགས་ཚུ་ཆོད་དུག་པར་དགོན་པས་ཆོགས་བརྗེ་གཏང་བ་དང་ལྡན་དུ་དགོན་གནས་སུ་འབྱོར། ཉམ་རྒྱུན་སྟུག་གདུང་དེ་གས་བྱུགས་འབྲུལ་ལ་མཁས་པའི་དགོ་ཀན་ཞིག་ཡོད་པས། ཁོང་གིས་མངལ་ཆོད་དང་ཆ་འཛོག་བྱས་ན་མགྱོགས་ནས་སྤྲུགས་དམ་གྲོལ་ས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྤྲོན་ཁང་ནས་དགོན་པ་བར་དུ་ལམ་ཐག་རིང་བ་དང་། མ་ཟད་རིན་པོ་ཆེ་སྟུག་གཤེགས་ཁར་སྟུག་གཟུགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཀྱང་སྟུག་བོ་ཡོད་པས་ཡུན་རིང་ཞིག་བཞུགས་སུ་བ་རྒྱ་མ་རེད་ཅེས་འབྲེལ་བརྗེད་བྱས། ལོན་ཀྱང་གནས་ཚུལ་ནི་ཉག་ཉག་ལྟོག་སྟོགས་རེད། དེ་རིང་ནས་སང་ཉིན་སང་ཉིན་ནས་གནངས་ཉིན་སྟུག་ཡི་གཟེ་མདངས་རྗེ་རྒྱས་དང་། སྤྲུགས་དམ་ལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་རྟགས་རྗེ་གསལ་དུ་སོང་བ་རེད། རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུགས་དམ་ལ་བཞུགས་པའི་སྐོར་དེ་སྤར་གྱི་སྟུག་གཤེགས་པའི་སྤྲོན་ཁང་དུ་ཁ་པར་བཏང་།

བས། ཉིན་བཅུ་གསུམ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཆེད་མཁས་མི་སྣ་བརྟག་དབྱང་གི་ཡོ་བྱང་དུ་
མ་དང་བཅས་ཏེ་འབྱོར། སྤར་གྱི་སྤོན་བ་མ་ཏེ་ཤལ་(Dr Mahishal)དངོས་སུ་སྤྱོད་
གཏུང་མཐུན་དུ་ཆེད་བཅར་ཞུས་ནས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་བརྟག་དབྱང་བྱས་མཐར།
ཁོས་བཤད་དོན། སྤོན་དབྱང་གི་ལུགས་སུ་བྱས་ན་ཁ་སང་སྤར་ནས་གྲོངས་ཟེན་བ་རེད།
འོན་ཀྱང་ཉིན་གངས་འདི་དག་གི་རིང་དུ་སྤྱོད་ཡི་གཟི་མདངས་མ་ཉམས་ཤིང་། རུལ་
བམ་སོགས་གྱི་རྩྭ་བྱ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་ཡ་མཚན་འདི་འགྲེལ་བཤད་ཅི་ཡང་བྱེད་
ཐུབ་ཀྱིན་མི་འདུག ཅས་པ་ཙམ་ལས་དོན་མཐུན་གྱི་ལན་གང་ཡང་འདེབས་མ་ཐུབ།
ཐུགས་དམ་ཡུན་རིང་བཞུགས་པས་ཏ་ཅང་སྤོན་གྲགས་གྱིས་བྱབ་སྟེ། ཡིད་བཞིན་
འོར་བུའི་བཞུགས་གནས་ནས་ཆེད་མཁས་མི་སྣ་ཆེད་མངགས་གྱིས་དེང་རབས་གྱི་
བརྟག་ཆས། E.E.G.དང་། E.C.G. དང་། Thermal Camera) སོགས་རྩུས་
ལྷགས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆས་བེད་སྤྱད་ནས་ཉིན་ཞག་ཆ་མང་པོར་བརྟག་དབྱང་བྱས་
མཐར། ཉིན་མང་པོ་དེའི་རིང་སྤྱོད་གཟུགས་ཀྱི་སྟངས་ཐོད་ཆོད་ཨང་གངས་ཤུ་ནས་
ཤལ་བར་དུ་གནས། ད་དུང་ཁྲམ་ཅ་འགྲུལ་སྟོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཁྲམ་པའི་བྱེད་ལས་
ལ་རྩུས་བ་ཡོད་པར་བཤད། ཉིན་མཚན་མང་པོའི་རིང་དུ་ཁྲམ་པའི་འགྲུལ་བསྟོད་པར་
བལྟས་བྱས་ནས་འཛམ་གླིང་ན་སྐད་གྲགས་ཡོད་པའི་ཆོན་རིག་པའི་སྟོན་དུ་བཞག་
ཀྱང་ཅི་ཡང་འགྲེལ་བཤད་མ་རུས། ཕྱིས་སུ་སེམས་དང་སྟོན་ཅས་པའི་ཆོགས་སོག་
ཏུའང་འདི་ཉིད་དཀའ་གནད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་སྤངས་བཤད་མང་པོ་བྱས་ནའང་ཆོན་
རིག་པ་སུས་ཀྱང་མ་ཆོད་པའི་ལྷགས་ཀྱི་པ་བོང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སྐད། (D.H.) ཞེས་པའི་
ས་གནས་གསར་ཤོག་དང་། (Buddhist Channal)ཀྱུལ་སྤྱི་ནང་པའི་གསར་ཤོག་

དང་། (Daiji World) ཞེས་པའི་གསར་འོག་སོགས་སུ་ངོ་མཆར་འདི་ཤར་བྱ་བ་གྱི་
གསར་འགྱུར་དག་གི་ནང་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཐོན་པས་ན། འགའ་ཞིག་དང་འདུན་
གྱིས་མཇུག་ཁ་དང་། ཁ་ཤས་ངོ་མཆར་གྱི་ལྷན་མོར་འཛིན་པ་དང་། སྤྲོད་ཁང་ཆེ་ཁག་
འགའ་ཞིག་གིས་ངོ་མཆར་གྱི་གསང་གནས་དེ་དག་ཤེས་འདོད་ཅི་ཞིག་གིས་འདོད་
ཇམ་ལངས་པ་ལྟ་བུ་ཏུ་རེ་ཐོན་པ་སོགས་ཉིན་འདི་གའི་རིང་འབྲས་སྤྲུངས་ཆོས་གྱི་
གོང་ཁྲེད་དེ་ཡུལ་སྐོར་བའི་བསྟེན་གནས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་སོང་། དེད་ཅག་སློབ་བྱ་དག་གིས་
ཀྱང་ཆོགས་བསམགས་སྤྱི་བ་སྤྱོད་གི་དུས་ཆོད་དང་། ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་འདྲ་བསྐྱལ་
པའི་བར་དུ་ཆེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆེད་པས་ཉིན་མཆན་རིམ་བསྐྱུད་གྱིས་སྐྱུ་གཤུང་
རིན་པོ་ཆའི་མདུན་དུ་བྱང་རེས་ལེགས་བཤའ་སྤྱིར་པོ་དང་། གསང་འདུས་ཙ་རྒྱ་དྲ་
སོགས་ནམ་རྒྱུན་སྤྲུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཇུག་པའི་གསུང་རབ་ནམས་ཆོགས་
འདོན་བྱས། དེའི་རིང་སྐྱུ་གཤུང་ལ་མི་ཞིམ་པའི་བྲི་སྒྲ་མོ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད།
སྤར་ཆོར་མ་ཁྱོད་ལ་བཟོད་མི་ཤེས་པའི་བྲི་བཟང་ཞིག་གིས་གཟེམས་ཁང་གི་གོང་འོག་
ཀུན་བྱུང་ནས་ཡོད་པར་མཐུན་སྤང་དུ་གྱུབ་པ་རེད། འདི་ནི་རང་གི་ཙ་བའི་སྒྲ་མ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡར་བཀྱགས་པ་མ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱུ་པའི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་
པས་ཞེན་ཁོག་བྱས་པ་དེ་བས་ཀྱང་མིན། སྤྱིར་བྱས་ན་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱོད་ཆོད་ཆེ་
བའི་ཡུལ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སྤྱི་བོ་རང་འགའ་བའི་བཅའ་རོ་ཞག་གཅིག་ཙམ་ལུས་ཆེ་རུལ་བྲི་
དང་སྤྱིར་བྲིས་ཡན་གར་འདུག་བཅུག་གི་མེད་པ་ནི་བཤའ་ཅི་ལ་དགོས། དེ་ནས་སྐྱུ་
གཤུང་ལས་རིང་བསྐྱེལ་འོད་འཚུབས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་བྱངས་པ་རྒྱུང་དུ་དུ་མ་བབས་པ་
དང་། འགའ་ཞིག་མིག་གིས་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡལ་འགྲོ་བ་སོགས་བཤའ་ན་བདེན་པ་

འཛིན་དགའ་བའི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཡང་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྟར་ལྷ་འཁྱུད་དེ་ཉིན་ཞག་
བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་རིང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་རིམ་ལ་གཉིས་
ཀྱི་ཟབ་ལམ་ལ་བརྟེན་ཏེ། སྤྱི་ཆོ་གཅིག་ལ་བྱུང་འདུག་དོན་མཆར་གྱི་གོ་འཕང་མངོན་
དུ་མངོན་པ་ཡིན་ནོ།

༼༥༥༽བརྒྱུད་བྱ་ཐོག་ཆེན་གྱི་རྣམ་གཞག་བྱུན་མོར་མིན་པ་རྣམས་ལ་
ཡང་། བརྒྱུན་ན་མཆར་མཆར་ཙམ་ལས་དབྱེད་ན་སྤྱིར་པོ་དེ་ཙམ་མེད་པའི་
ཆོར་ལྟར་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཙམ་པ་བྱུང་བྱུང་གྱི་མཉམས་ལ་
མཆོན་ན། རྒྱལ་ས་དང་རིས་སྤྱུ་མ་ཆད་པར་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་པོར་སྤྱི་
བདེ་རྒྱག་ལ་སྟེམས་ཁུར་གནད་པ་ཉི་དཁོས་གནས་ཆུབས་པོ་ཆེ་གྱི་རྒྱལ་ས་
བརྒྱུད་ཅིག་ཡིན་པ་སྟོན་མ་དགོས་མོད། འགྲོ་བའི་བདེ་རྒྱག་པར་པར་གྱི་ལས་
ལ་པག་ལས་པའི་རིག་པའི་གཞུང་རྒྱལ་ས་དེ་ཉིད་དཔར་བཅན་དུ་བྱས་ནས་
བཤད་ན། ཆུབས་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་ས་བརྒྱུད་དེ་འར་སྟོར་བསམ་ཙམ་ལས་ལག་
ལེན་གྱི་རིག་ཐར་ཆོར་མེད་ཅིང་། བདག་གཞན་བརྒྱུད་པ་དང་བདག་ལས་
གཞན་གཅིས་བརྒྱུས་པའི་ཐུབས་ལས་དེ་དག་ལའང་རྒྱལ་ས་པར་གྱིས་ཆོས་
རྒྱུས་པར་ཁྲག་མའི་མགོར་གཤོགས་པ་ལྟ་བུའི་གཤོ་སྤྱི་ཆ་ཞིག་འདྲེས་པོད་
བརྒྱུད་འདུག་སྟེ། རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་སྟོན་ཁུར་བྱས་ན་ཁོ་སྟོན་པར་གྱིས་ལེན་
བྱུང་པའི་གནད་གསང་ཞིག་རིག་ནས་དེ་ལྟར་བརྒྱུས་པ་ཡིན་འདུག་ལས་
སྟེ།

ལྷུང་ན་བརྒྱུད་བྱ་ཐོག་ཆེན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་བརྟེན་པའི་དབྱེད་ན་སྤྱིར་པོ་མེད་
པའི་ཆོར་སྤྱང་ཞིག་བྱུང་བར་བཤད་པ་ནི་རང་སྟོར་ལ་སྟོན་ཏུ་མ་གྱུར་པའི་ཆོར་འདུ་
དེ་མ་གསང་བར་པོར་བཤད་པ་ལ་མི་འཐད་པ་མི་འདུག་སྟེ། ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་

བསྐྱེད་གྱི་ཉམས་ལེན་དེ་ལག་ལེན་གྱི་རིན་ཐང་མེད་པའི་སྟོང་བསམ་ཅམ་ཡིན་རབས་
འདི་ལ་དོགས་སེལ་ཞིག་གྱེད་འདོད་པ་དེ་རེད། ལས་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་བྱ་བདེ་
སྤྱག་འབྱུང་བའི་གནས་ལུགས་འདི་ཡོ་སྟོང་གྱེད་ཐབས་མེད་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་གྱི་བཀའ་
ལུང་ཡིན་ཡང་། རྒྱལ་སྤྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཉིན་མཆན་གྱི་དབྱེ་
བས་མ་བཅད་པར་བསྐྱལ་བ་ནས་བསྐྱལ་བའི་བར་དུ་རྒྱད་སྟེན་པ་ལ་ཆོས་གྱི་ཉི་མས་
མི་ཤེས་པའི་སྟུན་པ་བསལ་ནས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་ཐབས་དང་། རྒྱད་པ་
སྟེན་པ་ལ་དང་པོ་ཟེང་ཟེང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱུས་ནས་མ་འོངས་པར་ཆོས་གྱི་རྗེས་སུ་
བཟུང་ནས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ཐབས་འབའ་ཞིག་མཛད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ཡང་
སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་ཡི་གྱེད་ལས་ཡིན། ལས་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐེབས་
པ་རྣམས་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སྟོར་འཇུག་པའི་ལམ་སྟེ་ཟེན་ཏེ། རང་
གི་འབད་བཙོན་སྟོང་མེད་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་ཐར་པ་ལག་ཏུ་རག་འགྲོ་གི་ཡོད་ལ།
སྤྱག་བསྐྱལ་ཅད་ནས་དབྱུང་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་དེ་ཡང་འདི་ཡི་གྱེད་ལས་ཡིན། དེས་ཀྱང་
ག་ལ་ཆད་དེ་མི་ཆོས་རིང་ལུགས་ལ་རྣམས་སྟོན་དང་གསུམ་ཁ་ཤོར་བའི་འཛིག་ཉེན་འདི་
དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆོས་ལྷན་གངས་ཅན་པ་ལ་ནི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་སམ་
དེ་དང་སྟོགས་མ་ཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཞིང་བཙི་མཐོང་གཞལ་དུ་མེད་
པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བ་མི་ཡི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱང་སྟོང་གྱི་མིག་དཔེ་འདི་ཡིས་
སྟོན་ལ། སྤྱི་ཆོགས་མ་ཐུན་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་རྩོད་འདི་ཡིས་གྱེད། འཐབ་འཛིངས་འཁྱགས་
ཅོད་གྱི་གཉེན་པོ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། བ་ཤ་བྱ་འཁོན་གྱི་དཔའ་པོ་འདི་ཡིས་གྱེད། གཉེས་
ཆུང་སྤྱབ་ཆོད་ལ་མིག་ལོག་འདི་ཡིས་བགྲད་ལ། མགོན་མེད་སྤྱབས་མེད་གྱི་དབྱུང་

གཉེན་འདི་ཡིས་བྱེད་པ་སོགས་བགྲང་གིས་མི་ཡང་བའི་པན་བདེའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་
དངོས་ཡོད་ཡིན་ན་ལག་ལེན་གྱིས་སྟོང་བའི་སྟོང་བསམ་ཅིའི་བྱིར་ཡིན། བདག་གཞན་
མཉམ་བཞེའི་བསམ་པ་དེ་ཡང་ཞེ་ཐག་པ་ནས་ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་སྤྲད་ནས་
གྲོང་དང་པམ་ཁ་རང་གིས་ཁུར་ཏེ། སྤྱི་འགྲོའི་བདེ་སྤྲིད་རྣམ་མ་ཞིག་སྤྱབ་འདོད་ཀྱི་
ཀུན་སྟོང་སྤྲད་མེད་ཅིག་ཡིན་གྱི། ལག་ལེན་རྒྱ་ཐིགས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཁ་བྱ་རམ་
འདྲ་བ་ཞིག་བཤད་བཞག་པ་ཙམ་གྱིས་བདག་གཞན་མཉམ་པར་བཞེ་བའི་ལག་ལེན་
ག་ལ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བསམ་པ་བཟང་པོ་གཞན་ལ་བྱས་ན་བདེ་སྤྲིད་ངོ་མ་རང་ལ་ཐོབ་
བའི་གནས་ལུགས་འདི་ཡང་འཛིག་རྟེན་འདི་ཡི་བྱུང་ཆ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་སེམས་
མཆོག་ཏུ་འབར་བའི་མི་ཞིག་གིས་མི་ཆེ་གཞན་དོན་ཏུ་བསྐྱལ་ཡང་། རང་དོན་ཞར་
དང་ཞོར་ལ་ཆོགས་མེད་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པར་མིག་མཐོང་ལག་ཐིན་ཏུ་ཡོད་
པ་འདི་ལ་དཔག་ན། བདག་གཞན་མཉམ་པར་བཞེ་བའི་རྒྱལ་ཁ་ཆེན་གྱི་བྱ་སྤྲོད་འདི་ནི་
རང་གཞན་དོན་གཉིས་འགྱུར་བའི་རྒྱལ་ཐབས་ཁྲད་པར་བ་ཞིག་མ་རེད་དམ། འདི་ལ་
བཀའ་གདམས་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་དོན་ནས་སྤྱེས་ན། རང་དོན་སོག་མ་ཞོར་
ཏུ་འགྱུར་བའི་དཔེ་སྤྱར་ཡོད་ཀྱང་ཁ་སྤྱབས་པའི་སྟོང་ལ་བརྟུད་ཀྱིས་ཅི་བྱ།

༼༥༩༽བདེན་བཞེའི་འབྲུག་རྩོག་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་འབྱུང་
པ་བདེན་ན། གསུམ་ལ་རྒྱལ་ཁ་སྤྲུ་མ་སོང་བའི་ལྷ་སྟེགས་པ་ལ་ཐར་ལམ་མེད་
པའི་རྒྱ་མཆན་མི་འབྲུག་སྟེ། ཁོ་ཆོས་ཀྱང་རིགས་པའི་ལམ་ནས་ཕྱིད་ཆེའི་
དངོས་གཉེན་རྒྱད་ལ་འབྱེད་ཆོག་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་ལ་སྟོན་
པ་དང་འཇུན་པའི་ཆ་འཇུན་ཆེར་མི་འབྲུག་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཆོས་འདི་པ་
ལས་ཕྱི་རྒྱུ་ལྷུང་པའི་མི་ལ་ཐར་པའི་སྐལ་པ་མེད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་སྟོན་

གཙོད་ཀྱི་རང་གཤིས་ཕྱི་རྒྱ་མཛོན་པ་ཅམ་ཏུ་ཟད། འབྲུལ་པའི་རྩ་བ་པདག་
འཛིན་ཡིན་པ་པདོན་ན། དེའི་གཉེན་པོ་པདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་
གཅིག་ཤུས་ཆོག་གི། ཁོགས་ཤུ་ཆོགས་བསགས་སྤྱིའ་རྒྱུང་ཞེས་པ་དེ་ཆོ་དགོས་
དོན་ཅི་ཡོད། ་༥

བདེན་བཞིའི་འབྲུག་ལྷོག་གི་རིམ་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་བྱུ་ཅས་པ་
ནི་སྤྱག་ཀུན་གཉིས་སྟོང་བྱས་དང་། སྤྱག་ཀུན་སྤངས་པའི་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བྱས་
དང་། སྤྱག་ཀུན་སྟོང་གྲེད་ཀྱི་ལམ་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་བྱུང་དངོས་སྟོབས་རིགས་པས་བྱུ་
པར་བཤད་པ་ཡིན་པས། བདེན་བཞིའི་འབྲུག་ལྷོག་ལ་ཉམས་ལེན་བསྟར་ཚུལ་དང་།
བདེན་བཞི་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་གཉིས་ཉ་དང་ཉུང་མ་མཉམ་བསྐྱེས་
བྱས་པ་ལས་དོགས་གཞི་འདི་བྱུང་བ་ཡིན། ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་སྤྱག་ཀུན་སྤྱི་དང་གྲེ་
བྲག་གི་ཉེས་དམིགས་ངོས་ཟེན་དགོས་པས་སྤྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བྲག་བཅས་
འགའ་ཞིག་ལ་ཐར་པ་འཛིན་པ་དང་། བསམ་གཟུགས་ཀྱི་སྟོམས་འབྲུག་ལྟ་བུ་བྲག་
བཅས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཁག་ཅིག་ལ་ཐར་ལམ་དུ་བརྒྱུང་བ་ཅམ་ལས། མི་འདོད་པ་ལྟ་
དགའའི་འབྲུང་ཅ་བདག་འཛིན་ལ་སྟོན་དང་དེ་ཡིས་གཉེན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ་མི་འབད་
པ་ནི་སྤྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུ་མཐའི་འགངས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ད་དུང་གསལ་ཅམ་
བཤད་ན་ལྟ་བུའི་ཆ་ནས་སྤྱི་ནང་གི་ཁྱད་པར་ལྟ་བུ་བཤུར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་
ཁས་ལེན་མིན་ཀྱི་སྟོན་མ་འདྲིག་པ་དང་། སྤར་འདིག་རྟོན་འདི་ཡི་སྟེང་དུ་བྱུང་སྟོང་
པའི་སྤྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ལ་ནི་བདག་འཛིན་འཐད་ལྟར་དུ་འདོད་པའི་ལྟ་བ་ལས།
ལོག་རྟོག་དུ་བརྒྱུང་བའི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་བྱུ་མཐའི་དབང་གིས་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མ་སྟོང་
པས། བདག་འཛིན་སྤངས་པའི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་མི་གྲེད་ཅིང་། དོན་གཉེར་མེད་ན་
འབད་བཙོན་མི་གྲེད་པས་འབྲས་བྱུང་ཐར་པ་ཐོབ་པ་འོང་དོན་མེད། དུས་རབས་

གསར་པའི་ཕྱི་རོལ་པ་དཔེ་གསར་ཅན་དེ་འདྲ་སྟེ་བས་ཡོང་ན་ནི་བདེན་བཞིའི་ཆོས་
སྐྱོར་ལ་བཟོ་བཅོས་དང་ཉམས་ཞིབ་རྗེས་སུ་བྱེད་རྒྱུ་ལས་མ་འདས། བདག་འདྲིན་
སྤངས་པ་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལས་ལོགས་སུ་ཆོགས་བསགས་སྟེ་བ་
སྐྱོང་གི་གྲོགས་ཡོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡོད་ཟེར་བ་ནི། ཤིང་གི་གཉེན་པོ་སྟ་རེ་
ཡིན་ན་དཔུང་བས་རོགས་བྱེད་དགོས་དོན་ཅི་ཟེར་བ་དང་མཚུངས་ཤིང་། ཡང་ན་བྱ་
ནམ་མཁའ་ལ་འཕུར་བྱེད་ག་ཤོག་པ་ཡིན་པས་ག་ཤོག་པ་ཡ་གཅིག་གིས་ཆོག་གི་
ག་ཤོག་པ་གཉིས་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད་ཟེར་བ་དང་འདྲ། དམག་འཁྲུག་ཅིག་བྱེད་དགོས་
ན་གོ་ལག་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་པན་པར་དམག་གི་དཔུང་ཤུགས་
དང་། སྐྱོར་བདར། འཐབ་རྩས་བཅས་འདྲིམས་དགོས་པ་ལྟར་དངོས་སུ་བདག་འདྲིན་
འདྲིམས་བྱེད་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཤེས་རབ་དེ་བྱས་ལྟར་དུ་
གཏོང་བྱེད་ལ་ཆོགས་བསགས་ཀྱི་རྒྱལ་དཔུང་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། མ་ཟད་སྐྱ་
གཉིས་འགྲུབ་ཚུལ་ལ་སྐྱར་ན་ཆོས་སྐྱའི་ལག་རྗེས་འདོག་བྱེད་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་དང་། གཟུགས་སྐྱའི་ལག་རྗེས་འདོག་བྱེད་ལ་སྐྱོད་སྤྲོགས་
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་སྟེ་ཆོགས་གྲངས་ཆང་བའི་
སྟེང་ནས་སྟོབ་པ་གཏན་ཟད་དུ་འགྲོ་བའི་འཇུག་སྟོ་ཆད་ལྷག་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་
པ་ཡིན་ནོ།

ཕྱིན་དུག་ལག་ལེན་ནལ་མས་མང་བཏིང་ནས།

ལམ་ལུ་ས་བརྩའི་བཟོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཆོ།

བདེན་བཞི་འཇུག་ལྟོག་བསྐྱེད་མེད་ཤུག་གི་རྒྱ།

སྐྱ་གསུམ་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་དངོས་པོའི་ག་ཤེས།

མཆུག་བསྐྱབ་བའི་གཏམ།

འདི་ཡན་ལ་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་སྟགས་དང་བཅས་པར་དོགས་གཞི་རི་
སྟེང་ཅིག་ལ། གོང་ནས་མཐུ་བ་མོས་རི་སྟོན་དང་རྒྱ་མ་ཕུ་འདེད་གཉིས་ཀྱིས་དོན་དག་
ཆེ་ཁག་འགའ་ཞིག་ལ་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གཏི་ལྷག་གི་ལུན་པ་བསལ་སྟེང་ལྷག་
བསམ་དག་པས་དོགས་སེལ་ཅི་ཡོང་བྱས་ཤིང་། གཞན་ཡིག་ནོར་དང་། བཏགས་
ནོར། ཆིག་སྟོན་སོགས་ལ་རྩོམ་སྟེང་རབ་ལ་ཞུ་དག་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་ཏ་ཅང་སྤ་
བ་དང་། ཞིབ་པའི་རྣམ་ཐར་དེ་འཆང་ནས་བསྟེན་ན་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་རྣམས་
བསྐྱབ་ཏུ་དོགས་ནས་ཆིག་དོན་གཉིས་ཆར་བསྐྱུངས་ཐབས་བྱས་ཡོད། དེ་ཡང་ཆ་
སྟོག་ལགས་ཀྱིས་བོད་བརྒྱུད་ནང་བརྟན་གྱི་མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཆེད་དམིགས་
ཀྱིས་དོགས་བསྟེང་དང་། དགག་རྒྱག་བྱས་ཤིང་། རང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་
ཡིན་ཟེར་བ་མེད་པས་དགག་པ་དེ་ཡང་ཁོ་རང་གི་སྒྲིབ་བྱེད་དག་ལ་དབྱེད་ནས་ལན་
འདེབས་བྱ་རྒྱུ་ལས་ཅང་མེད་པ་རེད། དེས་ན་ད་རེས་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་ལས་
ཐོག་མར་མདོན་པའི་སྟོར་ན་ཉོག་བཤའ་མང་དུ་ཡོད་ནའང་གཙོ་བོ་ནི། མདོན་པའི་སྟེ་
སྟོང་གཙོ་ས་པའི་གསུང་རབ་ནས་གསུངས་པའི་རི་སྟོང་སོགས་ངོས་མ་བཟོ་ཞིང་།
འཛིག་སྟངས་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཉོག་བྱ་འདི་དག་ལྷག་པ་རེད། དེའི་ཐད་དུ་མདོ་
རྒྱུད་གསུང་རབ་ནས་གསུངས་པའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་རྣམ་གཞག་སྟེ་དང་། ལྷག་པར་
འཛམ་བུ་སྟོང་ངོས་འཛིན་གྱི་སྟོར་ལ་སྤར་སྟེས་ཀྱང་གསལ་བར་མ་བྱེས་པའི་གནད་
དོན་མང་པོ་ཞིག་གསལ་བཤའ་དང་། གཏན་ལ་ཐབ་ནས། ད་ནས་བརྒྱུད་སངས་རྒྱས་

ཀྱི་གསུང་རབ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་རིགས་པ་གང་དང་ཡང་མི་འགལ་བའི་འགག་
འཕང་རིང་མོ་ཞིག་བདེ་ལྷག་ཏུ་བརྒྱད་ཟུབ་པའི་ལམ་ཁ་གཏོང་ཡོད་སྟེ་ཞིང་། ཅ
བའི་ཆ་ནས་མངོན་པའི་སྐོར་ཀྱི་དོགས་བསྐྱེད་དེ་མང་ནས་བསྐྱེད་ཡོད།

གཉིས་པ། དབུ་མའི་སྐོར་ནི། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མདོ་ནས་མ་གསུངས་ཟེར་
ནས་སྐྱར་འདེབས་དང་། བོད་ཕྱི་རབས་པའི་ལུགས་ལ་ངའོ་སྟེ་མའི་ངར་འཛིན་
ལུགས་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལ་འཐད་འཛིན་དང་ལོག་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་བྱས་ཡོད་
པའི་སྐོར་འདོགས་བྱས་འདུག སྤྱི་མ་ནི་ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་མི་འདོད་པ་ལ་
ཟུག་འདུག་ན་སྐྱུ་སྐྱབ་དང་ཁོང་གཉིས་གཤིབས་བསྐྱར་བྱས་པའི་རིགས་འགྲོས་དེ་
ཡིས་མང་གཞི་བྱས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རི་སྟེད་ཅིག་མིག་ལམ་དུ་བསྐྱར་ནས་
སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་གནས་སུ་དབང་མེད་དུ་ཆས་སུ་བཅུག་ཡོད། ཕྱི་མའི་འབྲུལ་གཞི་
འབྲ་བོ་ནི་སྐྱུ་སྐྱབ་དགོངས་རྒྱན་ཀྱི་ཆོག་དུམ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ནས་དོགས་པ་དེ་
ཉིད་བསྐྱེད་འདུག་ན། གཏན་ཆོགས་དང་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞི་དཔེ་དཔྱད་ལྟར་
དག་གི་སྐྱན་སྐྱར་སྐྱབས་བཅོལ་སའི་སྐྱུ་དགོངས་མཁན་པོ་སྐོར་འདོགས་མཁན་པོར་
ཡིན་པའི་ར་སྐོར་གསལ་ཐིང་དེ་བཟོས་ཡོད། ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། བསྐྱར་བ་
འདི་ལ་མ་རྟོགས་པ་དང་། ལོག་པར་རྟོག་པའི་དབང་གིས་སྐྱར་འདེབས་དང་སྐོར་
བཏགས་པ་ལ་ལུང་རིགས་ཀྱི་མ་མེད་པས་སུན་སྐྱེད་ནས་བསྐྱར་བ་ལ་དག་ཐེར་ཐེངས་
གཅིག་བྱས་ཡོད་ཅིང་། འཛིག་རྟོག་པའི་བསམ་མཁོ་གཏོང་སྟངས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྐྱུ་
སྐྱབ་དགོངས་རྒྱན་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པ་གཞན་ལ་མ་ཉིས་ཁག་གཡོགས་བྱས་
པའི་ནག་ཉིས་ཐོག་སྟེ་གཏོང་རྟགས་བརྒྱབ་ཡོད།

གསུམ་པ། ཚད་མའི་སྐྱོར་ནི། སྤྱིར་ན་ཚད་མ་རིག་པ་འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
གསུང་རབ་ལས་མི་འབྱུང་ཟེར་བ་དང་། གྲེ་བྲག་ཚད་མ་རིག་པ་འདི་གཞུང་ལུགས་
དཔང་བཅུགས་ནས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་བསྐྱུབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་འདི་དག་ཁྲབ་འབྲེལ་མེད་
པའི་སྐྱོན་འཛུགས་བྱས་འདུག་པ་ལ། དང་པོ་ད་ལྟ་གངས་ཅན་དུ་བཀའ་འབྱུར་རོ་ཅོག་
འདིའི་ནང་དུ་ཚད་མ་རིག་པའི་སྐྱོར་མི་གསལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན་ནི་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟར་
བྱས་ཟིན་པས་ནས་ལངས་སྤར་མོས་མི་ཁེབས་པ་བཟོས་ཡོད་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
གསུང་གཞན་པ་རྩུ་དུ་གཞག་ནས་འདུལ་བའི་ནང་ནས་གསུང་ཐོར་བྱ་ཞིག་ཁྲབ་
ཡོང་སྟེ། དེའི་ནང་དུ་ཚད་མ་རིག་པ་མི་གསལ་ལོ་ཟེར་ན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་དཔྱོད་ཚུལ་
འོར་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལས་ཚད་མ་རིག་པ་མ་བསྟན་པའི་ཁྲུངས་སུ་
མི་འགོ་བའི་གསང་གཞན་དེ་སྒོ་ལ་ངེས་དགོས་པའི་དམ་བསྟན་ལ་ནན་པོ་བྱེད་རྒྱུ་
ཡིན། སྐྱེ་བ་སྤྱི་བསྐྱུབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་བ་ནི་གསུང་རབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་
ཐལ་བ་འཕེན་ཚུལ་དང་རིགས་པའི་འགགས་གཞན་མ་རྟོགས་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་སྐྱོན་
གསུང་རབ་ལ་བགོས་པ་ལས་རིགས་པ་དེ་དག་ཡང་དག་ཡིན་པའི་གསལ་སྟོན་
གཞན་ལ་མིགས་པ་བྱས་ཡོད། ཁོང་སྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མི་འདོད་པའི་ལང་ཕྱོགས་དེ་
ལ་ནི་ད་བར་དུ་སྤངས་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་དམ་བསྟན་པ་གངས་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐྱེ་བ་
སྤྱི་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞོད་པ་སྟོན་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་རིགས་པ་
དང་མཐུན་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་དང་ལྷན་པའི་འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་སྟབ་མི་འདུག་པས་
ཞི་བའི་རོ་ལ་མདུང་བསྟན་པའི་ངལ་བ་མ་བྱས་སོ།

བཞི་པ། འདུལ་སྤྱགས་ཀྱི་སྐྱོར་ནི། རབ་དུ་བྱུང་བ་ཟེར་བ་སུ་ཡིན་ཅམ་དང་།

གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཞེས་པ་རྩེ་ལྷར་ཡིན་པོས་ཟེན་མི་འདུག་པས་འདུལ་གཞུང་
དང་སྤྱར་ནས་སྒྲོ་བྱོས་གྱི་བསྒྲོ་རྒྱས་པ་དང་། འོགས་གཞི་རྩ་བ་ནས་དབྱུང་བའི་གནད་
དུ་ཐེངས་འེས་གྱི་གསལ་བ་འདད་དང་། སྤྱགས་གྱི་སྒྲོར་ནས་གསང་སྤྱགས་ལ་ཁུངས་
ལུང་མེད་པ་དང་། རྩོམ་ཐེག་པའི་སྒྲ་སྒྲོབ་ལ་མཆན་ཉིད་ཆང་མི་དགོས་ཟེར་བ་སོགས་
ལ་གསེར་གྱིས་བཅར་ཀྱང་མི་ཁྱག་པའི་ལུང་རིགས་གྱི་སྒྲེས་བཏེགས་ཡོད།

ལྷ་པ། པར་ཕྱིན་ནི། འེང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་རྩུན་རྒྱབ་སྤྱད་ཚུལ་དང་། ཐེག་ཆེན་
སེམས་བསྐྱེད་ལག་ལེན་གྱིས་སྒྲོང་ཚུལ་སོགས་ཡ་ང་བའི་བཤད་པ་མང་པོ་འདུག་པ་
ལ་འཛིག་རྟེན་དང་སྤུན་མོང་སྤང་ཆོད་དབང་བཅན་པའི་རྒྱད་ལམ་དེ་བཟུང་སྟེ་ལོ་
རྒྱས་དང་མཐུན་ལ་སྤྱོ་ལོ་པལ་པའི་སྒྲོ་ལ་འཁོར་བའི་འབྲེལ་བཤད་གོ་བ་སོགས་
འདོན་ཡོད་པའི་གསལ་བཤད་རེ་བྱས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་བདག་གཞན་
མཉམ་བཟེའི་བསམ་པ་འདི་དག་མི་ཡི་ཀུན་སྤྱོད་དང་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་ཁ་སྤྱོགས་ཡ་
རབས་བཟང་སྤྱོད་གྱི་སྤྱོགས་ལ་འཁྲིད་བྱེད་དུ་བེད་སྤྱོད་ཡོད་ན་ང་ཆོ་ལ་དགོས་མཁོ་
ཡོད་ཅིང་དེ་མེད་ན་ང་ཆོ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡིན། མདོར་ན་དེས་ཆ་སྤྱུག་གིས་
རྒྱད་གཏིང་ནས་བསྐྱལ་ཏེ་གནད་དེང་གཉིས་ཀའི་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་བསམ་
ཞིབ་མང་དུ་བྱེད་དགོས་བྱུང་ཞིང་། ཤེས་རབ་གྱི་མེ་ལྷེ་བྱེན་དུ་འདེགས་པའི་བྲོགས་
དན་སྒྲ་ན་མེད་པར་བྱུང་བས་ཆ་སྤྱང་གི་རིགས་པའི་མདའ་སྤྱུག་ལ་བཀའ་བྲིན་བྲན་
ཞིང་སེམས་གཏིང་ནས་གྲུས་བཀུར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། འདི་ན་ཁོ་ལོ་གནད་དེང་གང་གི་
ཆ་ནས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་གདེངས་ཆོད་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། སྤོབས་པས་ཁེངས་ནས་
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་ཙོམ་རིག་གི་ཐད་ནས་གོམ་པ་གསར་དུ་སྟོབ་ཞིན་

ཡོད་པས་ཨ་རིས་དཔག་རྒྱག་པ་བཞིན་དུ་དཔག་སྒྲོང་དང་དཔག་འཐབ་མཉམ་དུ་
བྱས་པ་ལགས་ན་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་ནས་ནོར་བ་ཡོང་ངེས་པས་བཟོད་གསོལ་ཞུ་རྒྱ་
དང་། ཆ་སྐང་གི་རིགས་པའི་ཐོགས་པོ་གཙོས་པའི་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་ཡོངས་ཀྱིས་རྒྱ་
མཆན་ལྡན་པའི་དགག་གཞག་དང་། དོགས་སྒྲོང་བྱས་ན་དགའ་བསུ་ཞུ་ངེས་ཡིན་ཏེ།
གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་འབྲོ་བའི་རེ་བས་སོ།

དང་རབས་ལུགས་ལ་སྐྱབས་སུ་བཟུང་བྱས་ཤིང་།

གནའ་རབས་སྒོལ་ལ་དམིགས་འབེན་གཏོད་པ་ཡི།

ལྷར་སྤང་རིགས་པའི་མདའ་དང་མདུང་གི་ཆོགས།

ཤེས་རབ་མེ་ལྷེ་མཆོད་པའི་བྱད་ཤིང་ཉིད།

ཅེས་འབྲས་སྒོ་སྤྱིང་ལྡན་མ་བ་ར་སྤྲུལ་སྤྱུ་བསྟན་འཛིན་སྒོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱིས།
རབ་གནས་ལུགས་ཡོས་ལོ་སྤྱིན་དུག་ལྷ་བའི་ཡར་ཆོས་༥ དང་། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༡ ལོའི་ལྷ་
༡༩ པའི་ཆོས་༩ ཉིན་གྲུབ་པར་བྱས་སོ། །

ཚུམ་དེབ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་དྲི་བ་དྲིས་པ་ན།

༩ རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་འཆམས་འདྲི་བྱ་བ་དང་ལྷན་པ་རེ་སྤྱོད་མཛོད་
བསྐྱུས་ཤིག་གནང་རྟོགས།

ཐོག་མར་མཐོ་སྒྲིབ་ཉི་མེར་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་བཅར་འདྲི་གནང་བར་འཆམས་
འདི་དང་། བཟ་གིས་བདེ་ལེགས་ལྷ་གི་ཡིན། ང་ལ་ང་རང་གི་ངོ་སྤྲོད་ནི་ང་ཆོའི་མི་
དུས་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་ལྷ་རྒྱ་མེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་
སྤྱིས་ཡུལ་ནི་ཉིས་སྟོང་བཅུ་ལོ་ས་འགྲུལ་གྱི་གོ་དེ་ཆག་སོགས་སའི་སྤྱི་དགུ་མདོ་དང་
ཁ་ཐག་ཉི་བའི་རག་ཤུལ་སུ་རུག་སྟེ་བར་སྤྱིས། ལོ་ན་ཉ་ཅང་ཆུང་དུས་ནས་བ་ར་
སྤྱིབས་མགོན་སྤྱི་གོང་མའི་ཡང་མིད་དུ་ངོས་འཛིན་གྱིས་རག་ཤུལ་སྤྱི་གོང་དགོན་དུ་
ཆོས་ལུགས་བྱས་ཤིང་མིང་ལ་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གིས་བསྟན་འཛིན་སྟོ་ལྷན་གཤེས་
རབ་ཅེས་གནང་། དགོན་པའི་འདོན་ཆོས་སྤྲོད་སོགས་སྟོ་འཛིན་གང་འཆམས་བྱས།
གོ་དགུ་ལོ་འབགས་ཡུལ་དུ་སྟོབ་གཉེར་ཆེད་འབྱོར་ནས་ད་བར་བོད་པའི་ཆོས་དང་
རིག་གཞུང་ལ་མོས་པ་མ་དོར་ཅམ་དུ་གནས། སྤྱིར་སྤངས་རང་གིས་མ་འཛོན་པ་རེད་
མ་གཏོགས་སྤྱིས་ཆེན་གསེར་ནག་གི་རི་ལྟ་བུ་དགའ་ལྷན་ཁྲི་ཐོག་བརྒྱ་བ་ཆོས་རྩི་སྟོ་
བཟང་ཉི་མ་མཆོག་དང་། སྤྱིབས་རྩི་ཤར་པ་ཆོས་རྩི་རྩི་བཅུན་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་
སོགས་གྱིས་སྤྲུགས་བཅེ་དང་གཟིགས་སྤྲོད་དམིགས་བསལ་ལོག་འཆར་ལོང་བྱུང་བ་
ཞིག་ཡིན།

དྲི་བ་དང་པ། རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ཐོག་མར་ལོག་ཏོག་སྤྲོད་སྟོབས་ཞེས་པའི་

དེབ་དེ་ལ་དགག་ལན་འབྲི་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་རིམ་རྒྱུ་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་པའི་ངོ་
སྒྲོད་མདོར་བསྡུས་ཤིག་གནང་རོགས།

དྲི་བ་དང་པོའི་ལན། ངས་ཐོག་མར་ལོག་རྟོགས་སྤྱིང་སྟོབས་མཐོང་དུས་ལམ་
སེང་ཆར་གཅིག་བསྐྱགས་པ་ཡིན། ཆོག་འཕྲོས་དང་ཚུལ་གཤིས་ཏུ་ཅང་ལེགས་པས་
སྒྲོག་སྒྲོ་བོ་དང་། ནང་དོན་གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཡ་མཚར་བ་དང་། ཡིད་ལོར་བ་ཡང་གང་
མང་བྱུང་། དཔེར་ན་མི་ཡི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རུས་པ་ལ་གདེང་འཛིག་དང་ཡིད་ཆེས་ཆད་
མཐོང་འཛིན་པ་ལས་སྒོངས་དད་དང་། དག་སྦྱང་། ལྷ་མཆོད་འབྲེ་འདུལ་ལྷ་བྱ་བྱངས་
འབྲུལ་དགའ་ལ་སྒོངས་པ་གཡང་དུ་ཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་གནད་དོན་མང་མང་ཞིག་ལ་མཇུ་བ་
མོ་གདོང་བཅུགས་བྱས་འདུག་པས་ཡིད་རངས་ཅི་བས་ཆེ་བ་བྱུང་། ཡིན་ན་ཡང་ཁོང་
གིས་བཤད་ཆད་དང་། བྲིས་ཆད་ལ་དག་པ་སྟེར་བའི་སྒོ་དེ་ར་ལ་སྐྱེས་མ་སོང་། གང་
ཡིན་ཟེར་ན་ཞིབ་ཆགས་པོས་དབྱུང་འོང་དུས་ཁོང་གིས་ནང་ཆོས་ལ་གཞི་བྱེད་
བཏང་བའི་རིགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི་མ་སྐྱེས་ཕྱིགས་ལ་མཐོང་ཅམ་དང་། ཕྱིགས་བྲབ་
མ་ངེས་པའི་འདུན་སྒྲོགས་ཅམ་དང་སྟིང་པོ་མེད་པའི་རིགས་ཀྱང་རིམ་རྒྱུད་ཅིག་མཐོང་
སོང་། མ་ཟད་ད་ལྟའི་དུས་འདིར་རིག་གནས་གསར་ཉིད་གི་སོ་མཆོམས་དང་། བསམ་
སྒྲོགས་ར་ཉིད་གི་འགག་མདོ་ཞིག་ལ་སྟེབས་སྟངས་ཡོད་དུས་པ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་
སྟོན་འདོགས་འབྲེད་འོང་དུས་གསར་བྱ་མང་པོ་ཞིག་དང་། ཞེས་ཡོན་དེ་ཅམ་ཆད་
ལོང་མེད་པའི་མི་བྱ་མང་པོ་ཞིག་ཅལ་འཛོགས་བྱེད་ནས་རང་གི་རིག་གཞུང་དང་།
ཡབ་མེས་ལ་སྟངས་འདོགས་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་འོང་གི་འདུག་བྱས་ཅང་། ང་རང་གི་ངོས་
ནས་ཀྱང་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཁ་ཕྱེགས་ནས་ཁོང་ཅག་གི་ལྟོག་ཕྱིགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་འདི་

བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱིས་པ་ཡིན། ང་ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ནས་ཆ་བ་
མདའ་སྤྱུག་གི་དབྱེད་བརྗོད་འདི་ལ་བཏུ་ཚུལ་ངོས་ནས་ཟེར་ན་འདྲ། བཤད་སྐྱེད་ས་
ཤིག་ལ་ངས་ཁེ་མཆར་འདྲ་ཞིག་མཐོང་སོང། དེ་ག་རེ་རེད་ཟེར་ན། འགའ་ཞིག་གིས་
ལོག་བཤད་འདི་ལ་དབྱེད་རིན་དང་དགག་རིན་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད་ཁོས་ནང་ཚོས་
ལ་དགག་པ་ག་བ་རྒྱག་ཟུབ་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་རང་སྤྱང་དག་ནས་མགོ་བོ་དཀྱོགས་
དཀྱོགས་འདྲ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་སྟེ། ད་བར་དུ་ནང་ཚོས་ལ་ཚོལ་བའི་ཡིག་རིགས་ཇི་
སྟེད་ཅིག་བྱུང་བའི་ནང་ནས་ཆིག་དོན་གཉིས་ཆར་ནས་དགག་ཡིག་གི་ཐོག་མདའ་ཚོ་
ཤོས་དེ་ལོག་སྟེང་འདི་རེད་ཟེར་བྱུང་ཀྱི་ཡོད། ཡང་ཁ་བྱང་ཅ་མ་ཡང་མཐོང་མ་སྤྱོད་བ་
འགའ་ཞིག་གིས། དབྱེད་བརྗོད་འདི་ལ་ལན་ཤོགས་མི་སྲིད་ཟེར་བ་ཤོགས་བཤད་
བཞིན་འདུག་ཀྱང་། གཤམ་ཏེ་ལོག་སྟེང་ལ་གཏན་ནས་དགག་ལན་ཤོགས་མི་སྲིད་ཟེར་
ན་ཏག་ཏག་བསྐྱད་ཡོད་མ་རེད་ཟེར་བྱུང་གང་ཡིན་ཟེར་ན། དོན་དངོས་ཀྱི་གཤིས་
ལྷགས་ཀྱི་སྟངས་ནས་ལོག་སྟེང་ལ་ལན་ཤོགས་མི་སྲིད་ན་ལོག་སྟེང་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་བ་
རེད་ལ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་སླེ་སྟོད་གསུམ་གཡུལ་སར་ཤི་བ་རེད། གཞུང་བཀའ་ཤིང་
ལྷ་ཡིས་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྣམས་རིགས་བས་དབྱེད་མི་བཟོད་བ་
དང་། ཚོལ་བ་ལ་ལན་འདེབས་མི་ཟུབ་པ་ཡིན་ན། ད་སྐབས་འཛམ་གླིང་སྟེང་གི་ཚོས་
ལྷགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཁྱེད་ས་འབྲོལ་གི་མེད་པའི་གས་སུ་ང་ཚོ་ཡང་འགྲོ་རྒྱུ་ལས་ལྷ་
ཚོགས་བྱེད་དགོས་དོན་མེད་ལ་བྱས་ཀྱང་པན་ཐོག་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དེས་ན་ད་
ཆར་ཀྱི་དབྱེད་ལན་འདི་ཡང་གཅིག་ནས་རང་གི་ཉམ་པའི་དེ་ཉིད་ཕྱི་དུ་བཏོན་པ་དང་།
ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་གནའ་དེང་ལ་ཤེས་རྒྱུ་ཡངས་པའི་མཁས་དབང་རྣམས་

ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་བྱེད་ཅེས་པ་ཡིན།

རྩི་བ་གཉིས་ལ། དགག་ལན་གྱི་གསུང་རྩི་དེ་ལེགས་བྱུང་བའི་རྩིས་སུ་
འདི་ཕྱོགས་སུ་དཔར་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་ས་སྤྲེལ་མ་བྱས་སྡོན་ཐོག་མར་བོད་ནང་དུ་
དཔར་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་ས་སྤྲེལ་གནང་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

རྩི་བ་གཉིས་པའི་ལན། འདི་ལ་རྒྱ་མཚན་ཟེར་ན་འདྲ། གནད་དོན་ཆེ་བ་གང་
ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་དང་པོ་བོད་ནང་ལོག་ནས་དཔར་དགོས་ཡིག་དེ་རང་གི་བལྟ་
ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ལ། འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཤིག་གིས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཆགས་སོང་བ་རེད། བལྟ་ཚུལ་
ག་འདྲ་རེད་ཟེར་ན་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ལས་གཞིས་སྡོད་བོད་མི་
རྣམས་རིག་གཞུང་གི་སློར་ལ་ཆོར་བ་རྒྱུ་པོ་དང་། རྩོད་ཆེ་བ་འདྲ་མཐོང་གི་ཡོད་
ལ། དངོས་སུ་རྒྱུ་པོ་བྱུང་སའི་ས་ཡང་བོད་ནང་ལོག་ནས་རེད་མ་གཏོགས་ཕྱི་ལོག་
ནས་མ་རེད། ཁ་དབེ་ལ་དབྱ་མཁར་དབྱ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་བཅིགས་དགོས་ཟེར་བ་ལྟར་
ཅོད་བ་དངོས་སུ་ཡོད་ས། དཀའ་ངལ་ཆེ་ས། རྩོད་ཡོད་ས་དེ་བོད་ནང་ལ་རེད་
སྟེ་མས་པ་ཡིན། འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཤིག་གིས་ག་འདྲ་བྱས་ནས་བོད་ནས་དཔར་བ་ཡིན་ཞུས་
པ་ཡིན་ན་དང་པོ་ངས་དབྱུད་ལན་དེ་འབྲི་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་བོད་ནས་གནང་དང་
གི་ཤེས་བྱ་ལ་མིག་དཀྱུས་རིང་བའི་ཕྱོགས་པོ་སློར་ཞིག་ལ་ངས་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྲི་གི་
ཡོད་ལམ་བ་ཡིན། ཁོང་ཅག་གིས་མཐོང་འདོད་ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར་ཞུས་དག་ཅེས་ཡང་
མ་བྱུང་གོང་ནས་མར་བསྐྱར་བ་ཡིན། ཁོང་ཆོས་ལྟ་སྟོག་བྱས་རྩིས་དཔར་བསྐྱེད་བྱས་
ན་ལེགས་ཚུལ་དང་། ཆོག་མཚན་སོགས་ལ་དཀའ་ལས་རྒྱག་གི་ཡིན་ལམ་སོང་།
ངས་ཀྱང་མོས་མཐུན་ཐོག་ཞུ་དག་བྱས་རྩིས་པར་ཅེ་མར་བསྐྱར་ནས་བོད་ནས་དཔར་

བ་རེད། ད་མི་རིང་བར་འདི་ནས་ཀྱང་དཔར་ཡག་གི་འཆར་གཞི་ཡོད།

རྩི་བ་གསུམ་པ། བོད་ནང་དུ་གསུང་ཚུམ་དཔར་སྤྱོད་སྐབས་དམིགས་བསལ་
ཆོག་མཆན་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱིས་གཞོན་ལུགས་དེ་འདྲ་ཐེབས་སོང་ངམ།

རྩི་བ་གསུམ་པ་འི་ལན། དེ་བ་དེ་དཔར་སྤྱོད་སྐབས་བརྒྱད་རིམ་མང་པོ་ཞིག་
དགོས་དུས་དུས་ཚོད་གང་འཆམས་འགོར་སོང་མ་གཏོགས། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དཀའ་
ངལ་སོགས་གང་ཡང་འབྲད་མ་སོང་ལ་འབྲད་དགོས་དོན་ཡོད་མ་རེད། དེ་བ་དེའི་ནང་
དུ་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་སྒྲོར་མ་གཏོགས་གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད།

རྩི་བ་བཞི་པ། འོག་རྟོགས་སྤྱིང་སྟོབས་ཚུམ་འབྲི་བ་ཆ་བ་མདའ་སྤྱད་གིས་རང་
རེའི་པ་མེས་ནས་གཅེས་བསྐྱུངས་བྱས་པའི་ནང་བསྟན་ལ་དགག་ཚུམ་སྟེལ་བ་འདིས་
བསྟན་པ་ལ་དངོས་གནས་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་མཐོང་བའི་དགག་ཚུམ་ཞིག་ཡིན་ནམ།
ཡང་ན་བསྟན་པར་དག་ཐེང་ཡིན་མིན་ཐད་ལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་དགོངས་ཚུལ་གང་
ཡོད།

རྩི་བ་བཞི་པའི་ལན། ངས་བལྟ་ཚུལ་ལ་ཆ་སྤྱད་གིས་ནང་བསྟན་ལ་དོན་སྤྱིང་
དེ་ཅུ་མེད་པར་མཐོང་ནས་བྲིས་པ་ཡིན་ས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཁོང་གིས་འདི་
འདྲ་ཞིག་ལ་བ་ཡོད་རེད། རང་དབང་གི་སྒྲོ་ཁ་སངས་རྒྱུ་ཆོས་གཞུང་ལ་བསྒྲོར་བ་
ཅུ་མ་གྱིས་མ་འདང་ས་དང་མ་འབྲིགས་ས་བཙུ་མེ་ཐོན་པ་མཐོང་འོང་གི་འདུག་ཟེར་བ་
དང་། ཡང་། ལས་མ་དག་པའི་ཁོ་བོ་ནི་དག་སྤང་མ་སྤྱེས་པའི་གོང་ནས་སྤྱོད་སྤྱང་ཞིག་
སྤྱེས་པར་གྱུར་ཟེར་བ་སོགས་ནི་ཁོང་གིས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་རེད་ཟེར་གྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གི་དགག་ཚུམ་དེ་ཡིས་བསྟན་པ་ལ་མ་རྟོགས་པ་དང་འོག་རྟོག་གི་

འཆིང་བ་གཙོང་པའི་རྒྱུ་ཡང་བྱེད་བཞིན་འདུག་པས་ནང་ཆོས་ལ་དག་ཐེར་བྱེད་པའི་
སྒྲོ་མོ་ཞིག་ཀྱང་བྱེས་སོང་ལ་བ་ན་མི་ཆོག་རྒྱ་མི་འདུག་དེ་ཡང་ཐོག་མའི་ཀྱང་སྒྲོང་གང་
ཡིན་ལ་ལྟོས་དགོས་དོན་ཆེར་མི་འདུག་བསམ།

དྲི་བ་ལྔ་པ། འོག་རྟོག་སྟོང་སྟོང་གི་ནང་དུ་ཆ་བ་མདའ་སྒྲུག་གིས་ཉིན་ཞག་ས་
སྒྲུག་ས་གཅིག་ལ་ཁ་འདོན་ཆགས་མེད་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་དང་གཅིག་གཉིས་ནས་
བསྟན་པ་ལ་མ་འབྲིན་བྱས་པའི་དགག་ཚུལ་རྣམས་ལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟེལ་པར་
བསམ་ན། དེན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ཆ་བ་མདའ་སྒྲུག་གི་ཚུལ་ལུས་འདིའི་རྒྱ་བ་ལྟོང་ས་
དང་ཐད་ཀར་གསུང་ཚུལ་གཉིས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་གང་འདྲ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད།

དྲི་བ་ལྔ་པའི་ལན། སྐད་ཆ་འདི་དང་སངས་སྤྱི་ཆོག་ས་ནང་ལ་བསམ་ཚུལ་འདྲ་
མིན་ཡོད་ས་རེད། ངས་བལྟས་ན་ཁོང་ནང་ཆོས་ལ་དད་ན་ཡང་འཕར་འགྲོ་ཡག་མ་
དད་ན་མར་ལྟར་འགྲོ་ཡག་གང་ཡང་མི་འདུག་ཁོང་གི་དབྱེད་སྟོང་ས་དང་ལང་སྟོགས་
ཏ་ཅང་གསལ་པོ་རེད་འདུག་ལ་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་ཁོང་ལ་གུས་བརྟུང་ཞུ་དགོས་ཀྱི་
འདུག་མ་གཏོགས་ལྟ་འོག་དང་དམ་འོག་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་དག་ཁོང་ལ་ལན་པོ་མི་
འདུག་འདིག་རྟོག་སལ་པའི་འབྲུག་ས་འདྲིང་དང་། ལྟ་བུ་ཀྱི་ཚོད་ལན་གཉིས་མཉམ་
བསྟེ་བྱེད་པའི་རིགས་མང་པོ་འདུག་པས་དེ་དག་ལ་ར་འཕྲོད་ཐུབ་དགོས་པ་དེ་ཡང་
གནད་འགག་ཅིག་མིན་འགྲོ་བསམ་ཀྱི་འདུག་ཉིན་ཞག་ས་སྒྲུག་ས་གཅིག་ལ་ཁ་འདོན་
མ་ཆགས་པ་དེ་ཡང་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཆེ་བྱས་ནས་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་ཁོ་རང་གི་ལ་བ་
ཡོད་མ་རེད། ག་རེ་ལ་བ་ཡོད་རེད་ཟེར་ན། ངས་དགོས་པའི་དབང་གིས་བཅོས་མའི་
དད་པ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་བ་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་དུས་ཁོང་ཡུག་དང་གནས་བབས་

སོགས་ཅི་ཞིག་མ་འགྲིགས་ནས་ཡིན་གསལ་པོ་མི་ཤེས་མོད། དད་བ་མེད་ན་ཡང་
ཡོད་པར་བཅོས་ནས་བཅོས་མའི་དད་བ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག
དེས་ན་ཁོང་གི་ལང་སྤྱོད་ལ་ཕྱི་ནང་གསལ་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་གང་ཡང་ཡོད་ས་མ་
རེད། གང་འདྲ་བ་དེ་ཐད་ཀར་ལ་བ་ཐུབ་པའི་མདོན་སྒྲོག་མེད་པའི་མི་ཁ་རྩ་ཁ་ཐུག་
ཞིག་རེད་འདུག་འདྲ། ཅ་བའི་ཆ་ནས་བྱས་ན་ཡང་། ཆ་བ་མདའ་སྤྱུག་གི་རྒྱུད་ལ་དད་
བ་ཡོད་མེད་དང་། ཕྱི་ནང་གང་ཡིན། སྐྱ་མེར་སྤྱ་ཡིན། ཐུབ་མཐའ་གང་ཡིན་སོགས་
ལ་ལྟོས་དགོས་མ་རེད་འདྲ་གྱི་ཡོད། སྤར་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱི་ནང་བར་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་རྩོད་
ལན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་མི་དེ་ཡུལ་གང་ནས་ཡིན། དད་བ་ཡོད་མེད། དག་སྤང་
བྱེད་མིན་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་ཟུར་ཅ་མ་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་ལ། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁོང་
གིས་རང་རེའི་སྤྱི་ནོར་བསྐྱར་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྦྱོན་འདོགས་གནང་བའི་རིགས་བ་དེ་
དག་ལ་བསམ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་ལས་མི་གཞི་ལ་བརྟག་པ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་
ཡང་ཡོད་མ་རེད།

དྲི་བ་བྱུག་པ། མི་འགའ་ཞིག་གིས་ལོག་རྟོག་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ཞེས་པའི་དེབ་འདི་
གྲུང་ཁན་ཏང་གི་གསོ་སྦྱོང་ལོག་ཏུ་ལུས་པའི་བོད་ནང་གི་རྩོམ་པ་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་
བཅུ་མས་པ་ལས་ཆ་བ་མདའ་སྤྱུག་ཟེར་བའི་མི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གིས་བཅུ་མས་མེད་
པའང་གསུངས་མཁན་འདུག་ན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་དེའི་ཐད་དགོངས་ཚུལ་གང་འདྲ་
ཡོད།

དྲི་བ་བྱུག་པའི་ལན། དྲི་བ་དེའི་སྒྲོར་རྩོམ་སྤྱི་ཆོགས་ནས་ངས་ཐེངས་ཁ་
ཤས་མོ་བྱུང་བས་ང་གད་མོ་ཤོར་ཡོང་གི་འདུག་འདི་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ཆེད་དུ་གཉེར་

ནས་བཟོ་གི་ཡོད་ས་རེད། དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡོད་མི་ཤེས། གཅིག་བྱས་ན་
པལ་ཆེར་མི་གཅིག་ཁོ་ནས་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྲི་ཐུབ་ས་མ་རེད་འན་ནས་ཏ་ལས། དེ་ལ་
ལན་ཐེབས་ས་མ་རེད་འན་ནས་ཉོན་འཛོར་ནས་ལབ་པ་མིན་འགྲོ། ཏ་ཏ་ཏ། སྐྱ་ཅིང་
ཞུས་ཡིན། ངས་བལྟས་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་དབྱང་བསྐྱེགས་ནས་བྲིས་པ་རེད་འན་གྱི་
མེད། ཚུམ་ཁོ་རང་གི་བབས་ལ་བལྟས་ན་འདྲ། མི་བྱ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་གོ་ཐོས་
ལ་གཞིགས་ན་འདྲ་འདྲ། མི་གཅིག་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་བྲ་བཙུན་སློབ་གཉེར་བ་ཞིག་
ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

མཐར་དོན་དུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་མཐོ་སྒྲིབ་ཉི་མེར་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་གི་བཙུར་
འབྲི་དང་ལེན་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ་བ་དང་། རང་རེའི་བཙན་བྱོལ་བའི་སྤྱི་
ཆོགས་ཁྲོད་དུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་གསུང་འདོད་པ་གང་ཡོད་ཐད་ཀར་གསུངས་
རོགས་ཀྱ།

ང་ལ་བོད་བྲེས་འབྱོར་གྱི་སྤྱན་རྒྱ་ཆོ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཞུ་ཡག་གང་ཡང་
མེད། འོན་ཀྱང་གཞིས་བྲེས་གང་གི་ཡིན་ན་འདྲ། སྐྱ་མེར་གང་ཡིན་ན་འདྲ་དོན་དག་
ཡག་ཉེས་དང་། ཆེ་རྒྱང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་ཐོག་ལ་མིག་གིས་མཐོང་བའི་ཐོག་
ནས། ཏ་གོ་བའི་ཐོག་ནས་བཞད་སྒྲུངས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། བསྐྱལ་མ་ཞུ་རྒྱ་
ཞིག་ལ་ད་ལྟའི་དགག་ཡིག་དང་དགག་ལན་གཞིགས་མཁན་མང་ཆེ་ཤོས་ཆོས་བྱེད་
མི་མང་ཆག་བསྐྱད་ཡོད་རེད་འདྲ། དེ་ཡིན་དུས་སློབ་གསུལ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་
གཞིགས་ཞིབ་གནང་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་འོད་སྣང་གསར་པ་རེ་སྤྱིན་ངེས་རེད་འདྲ།
ང་རང་སྒྲེར་ལ་མཆོན་ན་འདྲ་ཁོང་གི་དགག་ཡིག་ལ་དོ་སྣང་དང་དབྱུད་ལན་བྲིས་པའི་

བརྒྱད་རེམ་ནང་ཉ་ལས་དགོས་པའི་སྒོ་བསྐྱེད་རག་སོང་ལ། རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ཁོང་
ནི་རིགས་པའི་རྒྱ་གྲོགས་ཡག་ཤོས་ཞིག་ཏུ་བཅི་བཞིན་ཡོད་ལ་ད་ལྟའི་དུས་འདིར་ང་
ཚོ་གངས་ཅན་པ་ལ་མི་འདི་འདྲ་བའི་སྤྱལ་ཆོགས་ཅན་རེ་རེ་ཡིན་ནའང་ཡོད་དགོས་པ་
དང་ཡོད་ན་དགའ་དགོས་པའི་གནས་རེད། དེར་སང་གོ་ཚུ་ལ་ཞིག་ལ་ཁོང་ད་སྐབས་
མཐོང་ཡུལ་དུ་མེད་སྟེ་འདུག་པས་གལ་སྲིད་བདེན་ན་གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་
ཕྱོགས་ལ་དགོན་མཆོག་ལ་རེ་ལྟོས་འཆའ་རྒྱ་རེ་མ་བཟུང་ཅི་ཞུ་ཡིན། མཐའ་དོན་དུ་
མཐོ་སྐང་ཉི་ཟེར་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་བཅར་འདྲི་གནང་བར་ཐུགས་ཆེ་ཞུ་ཡིན།
ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ལོའི་ཟླ་༡༢ པའི་ཆེས་མཇུག་ཉིན།