



འབར་ཞུན་འགྲུལ་དེའ། [01༧]

# དེའ་ཐོར་ནག་པོ།

བན་ཤུལ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་གྱིས་བརྩམས།



ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲུག་གི་ལྷན་ཁྲིམས་།

SJRB-0310

འབར་ལྷན་འཇུག་དེའི་ལྷི་བར་ཚ་སོར་བཞག་བྱས།  
ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཇུག་དེའི་ལྷན་བཞོས།  
ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོས་འགྲིམ་མས་སྲིལ་བྱས།  
༢༠༡༥ ལོའི་ལྷན་གསུམ་བར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།  
༢༠༢༢ ལོའི་དགུ་བར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲུག་གི་ལྷན་ཁྲིམས་།

[www.serajeyrigzodchenmo.org](http://www.serajeyrigzodchenmo.org)

ཨིག་འབྲེལ་བྱ་བྱང་།

[serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com)

## དཀར་ཆག

དེབ་མེད་ནག་པོ་དཔར་མེད་ས་གཉིས་པའི་སྤྱིང་གཞི། .....	༥
སྒོན་འཕྲོའི་འཛོད་དོན་སྒྲན་བྱ། .....	༧
སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པོད་ལུལ་དུ་དར་བའི་ལོ་ཚོགས་ཐོག་མའི་སྐོར་གྱི་དབྱུང་བ། .....	༡༩
བོན་གྱི་རིག་གནས་ཉམས་ཞིབ་ལས་འགྲུན་སངས་གྱི་དོགས་ལན་བསྐྱུས་པའི་སྐོར། .....	༢༡
རྟོག་འཇུག་གི་དཔྱོད་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་ལན་དུ་སྐྱུས་པ་འཇུག་སེལ་འོད་གྱི་ཟེར་མ། .....	༣༧
དང་པོ། ལ་བྱང་དུ་བཀོད་པའི་རྟོག་འཇུག་དང་དཔྱོད་ཤེས་ཟེར་བའི་ཐ་སྐྱད་གྱི་སྤེབ་	
སྤངས་སྐོར། .....	༣༧
གཉིས་པ། རྟོག་འཇུག་གི་དཔྱོད་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སྐོར། .....	༤༣
ཡང་ལན་དུ་སྐྱུས་པའི་གཏམ་གནམ་ལུགས་ཐོག་གི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བྱ་བ། .....	༤༧
སུམ་ལན་དམིགས་བརྗེ་མའི་བཞི་ལན་དམིགས་བརྗེའི་རྒྱན་དཀར་དགྲིགས་པའི་ཚར་གྱི་	
སྤྱིང་བོ་ཞེས་བྱ་བ། .....	༥༦
གཅིག་ .....	༥༧
གཉིས། .....	༦༡
གསུམ། .....	༦༦
རྒྱུར་བཀོད། རྟོག་མཁན་གྱི་རྒྱུས་ལན། .....	༦༩
བོད་གྱི་ཚུམ་པ་པོའི་རང་མཚང་རང་སྤྲས་གྱི་རིང་ལུགས་ལ་དོ་རྟོག་བྱེད་དགོས། .....	༧༩

དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཚོམ་རིག་གསར་བའི་ཤིང་རྟའི་སྐོལ་འབྲེད་ཡིན་མིན་གྱི་ཆ་དང་  
 འབྲེལ་བའི་ཚོམ་རིག་གསར་བའི་དཔུང་པ་ཉུང་བསྐྱུས་མིག་གི་ཕྱར་མ། ..... 10  
 བོད་ཀྱི་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་འབེལ་གཏམ་ཉུང་བ། ..... 16  
 ཇི་ལྟམ་བཅན་པོའི་ཇི་ཡིག་ལས་འཕྲོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་འགའི་སྒྲོན་དཔུང། ... 17  
     དཔུང་གཞིའི་ཡིག་རིགས། ..... 109  
 སྲིད་པའི་ལྷ་ཚོད་འོ་དེ་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་དང་མོས་དང་འབྲེལ་ཉེ་འཇིག་རྟེན་མི་རྒྱའི་ཆབ་སྲིད་  
 རིག་གནས་ཀྱི་འགྱུར་རིམ་ལ་དཔུང་པ། ..... 109  
     དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་དང་འབྲེལ་ཡོད་མཚན་འགྲེལ། ..... 119  
 གནའ་བོའི་ཡིག་ཚངས་ཁ་ཤས་ཤོ་བསྐྱར་ནས་བོན་གྱི་འབེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་ལ་ཡང་  
 བསྐྱར་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པའི་དཔུང་གཏམ། ..... 117  
     འབྲེལ་ཡོད་མཚན་བྱ་དང་དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆའི་སྐོར། ..... 121  
 བང་བའི་ཚོས་སྲེལ་གྱི་སྐྱེགས་བམ་ཐོག་མ་གཉེན་པོ་གསང་བའི་སྐོར་གྱི་དཔུང་པ། ..... 121  
 བའོ་སྐྱེད་བན་ཤུལ་ཚོ་བའི་སྐྱེས་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལ་བརྟེན་དཔུང་བྱས་པའི་སྐྱེན་ལྷ། ..... 120  
     དང་པོ། བསང་མཚོད་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཕྱན་བུའི་ཕན་གཞོན་སྐོར། ..... 127  
     གཉེས་པ། བསང་ལ་སྐྱུང་རྟེན་འདོགས་པའི་རས་ཤོས་ཀྱི་ཕན་གཞོན་སྐོར། ..... 129  
     གསུམ་པ། བྱི་ར་རྒྱག་མཁན་གྱི་གཞོན་ལས་ཚབས་ཚེབ་ཀྱི་སྐོར། ..... 124  
 མི་མཁོའི་ཁ་སྐོན་འཇག་མའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ། ..... 126  
 ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་པ་ཞིག་གི་དྲག་པོའི་གཏམ། ..... 124  
 བསམ་སློང་དང་བསམ་སློང་བའི་སྐོར་གྱི་དཔུང་པ། ..... 124  
 རི་བོ་གངས་ཅན་རྒྱུད་ཀྱི་བོད་ཀྱི་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་འབེལ་གཏམ་ཉུང་  
 བ། ..... 129

# དེབ་ཐེང་ནག་པོ་དཔར་ཐེངས་གཉིས་པའི་སྒྲིབ་གཞི།

ཕྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་དགུ་ལོའི་རྒྱ་བདུན་པའི་སྤྲོད་ཅམ་ལ་གྲེལ་འཚུ་བ་མང་པོའི་བར་གསལ་བརྒྱུད་ནས་བདག་གིས་དེབ་ཐེང་ནག་པོ་བར་བསྐྱུན་བྱས་ཤིང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་སློབ་མཁན་དག་གི་སྐུན་ལམ་དུ་འགྲེམས་སྲེལ་བྱས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དཔར་གཞི་དང་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་དག་ལ་ཕྱི་དག་ཡག་པོ་མ་ཚོན་པའམ་དུས་རབས་ཀྱི་འཁོར་ཕྱོགས་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་བསྐྱར་ཡིག་གི་ཚིག་རིས་ཁ་ཤས་གསལ་ལེར་མངོན་ཡོད་པ་དང་གཟབ་ནན་མ་བྱས་པར་མོར་འཁྲུལ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པས་བརྟེ་ཐུན་གྱི་སློབ་མཁན་དག་ལ་དགོངས་འགའ་མེད་པ་ལྷ་ཞོར་དཔར་ཐེངས་གཉིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་དོན་བྱ་འགའ་ཤས་ངོ་སློད་གྱི་ཚུལ་དུ་ལྷུས་ན།

སྤྱིར་བདག་གི་དེབ་གཞི་འདིའི་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་ནང་ལྷུལ་གྱི་དབྱེད་གཞི་དང་ཚོད་ལྷའི་ཚུལ་དུ་དེབ་གྲངས་ལྔ་བརྒྱ་ཅམ་ལས་དཔར་བསྐྱུན་བྱས་མེད་པས་ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་འགྲེམ་སྲེལ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་བྱུང་ཐུབ་མེད། དེར་བརྟེན་བྲ་ལམ་དང་ཁ་བར་སོགས་འབྲེལ་བ་སྣ་ཚོགས་བརྒྱུད་ནས་མཁོ་འདོན་བྱེད་དགོས་པའི་རེ་བ་མང་པོ་འབྱོར་གསལ་ལྷུར་ཐེངས་གཉིས་པའི་དཔར་བསྐྱུན་གྱི་ལས་ཀ་འདི་མི་བརྒྱུད་མ་ཐུ་མེད་ཆགས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེབ་གཞི་འདི་ཉིད་འགྲེམས་སྲེལ་བྱས་པའི་དུས་ནས་བཟུང་དེ་སློབ་བྲ་ཆེན་མོའི་དགེ་ལྡན་ཆེན་མོར་མིང་བཏགས་པ་ཁ་ཤས་དང་ཞིབ་འཇུག་པར་རང་ཉིད་ནས་ཁས་འཆེ་བ་འགའ་ཤས་དགུང་མོར་གཉིད་མ་ལྷགས་པའི་

ལོ་རྒྱུས་སྣ་ཚོགས་གཞན་ཞུས་ཀྱི་ཟེར་སློབ་ལས་གོ་སློབ་བྱུང་སོང་། བོད་ཀྱི་སྣུན་  
 དག་མི་ཤེས་པའི་སྣུན་དག་པ་རྒྱན་མ་སློང་ཞིག་དང་སྤྱི་ཚོགས་སྤེང་གི་མི་ལྗོན་གྱི་སློབ་  
 འགའ་ཤས་ཤིག་གིས་ཀྱང་དེ་བུ་ཐེང་ནག་པོའི་རྒྱུད་ཏུ་རྒྱུད་པར་ཤོག་ཟེར་ནས་དཔ་  
 སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོགས་སྤྱོད་པ་དང་ཞེ་སྤང་དང་ཕྱག་དོག་གི་ཚོགས་ཁོངས་ནས་རྒྱལ་བཞིན་དེ་  
 ལ་རྒྱུད་དེག་ཚོ་བོ་ཞིག་སློང་རན་ཡོད་ཟེར་མཁན་ཡང་མང་བར་འདུག་སྟེ། ཚང་  
 བཀའ་ཀྱི་བསྟོད་པ་གནང་མཁན་ཡང་མང་རབས་ཤིག་འདུག་ཟེར། གང་སྟར་ང་ལ་  
 མཚོན་ན་བསྟོད་པས་དགའ་བ་དང་སྤྲོད་པས་སྤྲུག་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱི་ལུ་འཛིན་པར་  
 ག་ཤིས་དེ་ལ་རྩ་བ་ནས་དགའ་བོ་མེད་དེ་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་བན་ཤུལ་  
 དཔལ་མཁར་རྒྱལ་བསྟོད་པས་ནམ་མཁར་འདེགས་མི་སྤུབ་ལ་སྤྲོད་པས་རྐང་འོག་  
 དུ་འདར་བརྗེ་མི་སྤུབ་པ་མངོན་གསལ་གྱིས་བྱུང་བ་སྤྲུགས་ཤུད་འོས་པ་ཞིག་རེད། དས་  
 བསམ་ན་ང་ཚོས་དེ་བུ་ཐེང་ནག་པོའི་བརྗོད་བྱའི་སློང་ལ་བསྟོད་སྤྲོད་དང་ཞིབ་བསྟུར་  
 བརྒྱུད་ནས་རིག་གནས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སྣ་ཚོགས་སྤེལ་རྒྱུ་ལས་ངའི་སླེང་དོས་ཀྱི་གདོང་  
 གི་དཀར་ནག་དང་འཕྲོང་གི་ཚེ་རྒྱུང་སོགས་སྤྲོད་བས་དགོ་མཚན་ཚེར་མེད་པར་  
 འདོད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ངང་ཚུལ་སློབ་སུང་དང་དུ་ལེན་པ་ནི་རྩ་མེད་པའི་བསྐྱེད་གི་འདུ་ཤེས་  
 ཅན་ཁོན་དག་གོ།

ཡང་གོ་སློབ་ཡིན་ན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཚུན་ཆེན་མོར་མིང་བཏགས་པ་ཞིག་  
 གིས་དེ་བུ་ཐེང་ནག་པོའི་མིང་འདེགས་དེ་ནི་ང་རྒྱལ་གྱི་ག་ཤིས་སློང་ཅིག་རེད་ཅེས་  
 བཤད་སོང་ཟེར། རྒྱ་མཚན་ལ་དེ་བུ་ཐེང་དམར་སློན་དཀར་གསུམ་གྱི་རྒྱུར་ཤངས་པ་  
 ཞིག་རེད་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཤུག་སྤུག་སྤུག་པ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་ཞེས་བཏགས་ནའང་

ཚོགས་རྒྱ་རེད་དམ་སོགས་ཉོག་གཏམ་ལུང་བ་གང་འདྲེན་པར་བྱེད་ཅེས་གཞན་རྣམས་  
 གྱིས་སྒོ་བཏགས་དང་རྒྱན་ལ་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བོར་ང་ལ་བཤད་རྒྱུར། ཡིན་  
 བཤང་ངན་སྐྱབས་ཁོན་པ་གཏིང་ནས་བསྐྱོག་པར་རྒྱ་མཚན་མེད་མོད་སྐྱོབ་ལྷ་ཚེན་  
 མོའི་དགོ་ཚུན་ཚེན་མོ་ཞིག་གིས་བྱིས་པའི་རྒྱལ་ཇི་ལའང་འགྲན་མི་ལྷུང་པའི་ཉོག་  
 གཏམ་སྐྱ་བ་ཞི་མཚར་རེ་ཚེ་སྟེང་ལ་དངོས་ནས་དེབ་ཐེང་ནག་པོ་དེབ་ཐེང་དཀར་སྐྱོན་  
 སོགས་ཀྱི་སྒྲར་བཤངས་རྒྱུའི་བསམ་འདུན་ཅ་བ་མེད་ལ་གང་ལྟར་དེབ་ཐེང་ནག་པོའི་  
 སྐྱོན་འགྲོའི་བརྗོད་དོན་གྱི་ནང་དུ་དེབ་ཐེང་ནག་པོར་འདོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 སོགས་གསལ་བཤད་འོས་འཚམས་ཤིག་ལྟར་ནས་ཞུས་ཚར་ཡོད། ཁྱོད་ལྟར་ན་  
 སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་སོ་སྐྱེས་པལ་བར་སངས་རྒྱས་ཞེས་པའི་བཏགས་ཚོས་མི་  
 རུང་བ་དང་མཁས་པ་དང་བཟུན་པའི་ཡོན་ཏན་ཉལ་ཅམ་མེད་པ་ལ་མཁས་བཟུན་  
 ཞེས་པའི་བཏགས་ཚོས་སོགས་ཀྱང་མི་རུང་བ་ཞི་ཞིབ་པར་མ་བསམ་པ་ཁོ་ན་སྟེ་  
 འདྲི་བཞེད་ཉེན་གསལ་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་གཏམ་ཅམ་ལའང་བཏགས་མ་ཤེས་པར་ཟད་དོ།  
 གལ་ཏེ་དེ་དག་དགག་ཚོམ་ལ་སྐྱབས་ཡིན་པས་དེབ་ཐེང་དུ་བཏགས་པར་མི་འཐད་པར་  
 སྐྱ་ན་རྒྱལ་ཁམས་པ་རྩོ་ནང་རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྣམ་ཐར་ལ་དེབ་གཏིང་དུ་བཏགས་པ་དང་  
 ཚག་ལོའི་རྣམ་ཐར་ལ་ཚག་ལོའི་ལམ་ཡིག་དུ་བཏགས་པ། སྐྱངས་དོར་གསལ་བྱེད་ཀྱི་  
 ཁྱིམས་ཡིག་ལ་དེབ་ཐེང་དུ་བཏགས་པ་སོགས་ཏ་ཅང་མངས་པས་དེ་དག་ལའང་མི་  
 འཐད་པའི་རྣམ་འགྲུར་སྐྱ་ཚོགས་སྟོན་དགོས་པར་རིགས་སོ།

ད་ནི་བརྒྱ་བཤད་ཚོགས་གི་ཅ་བ་ལ་བདག་གི་དེབ་ཐེང་ནག་པོས་རང་རྒྱགས་ཀྱི་  
 མིང་འདོགས་ནག་པོ་ཁྱེད་ནས་ཡང་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ལྷུང་དུ་སྐྱེབས་སྲིད། གཅིག་བྱས་

ན་ཚེད་ལ་བསམ་གཞིགས་དང་ཞིབ་དབུན་གྱི་གོ་སྐབས་ཅུང་ཟད་རེ་སྟེར་ཐུབ་པར་  
སྲིད་པ་དང་གཉིས་བྱས་ན་ཚེད་གྱི་ཁོངས་དུ་སྐྱས་ཡོད་པའི་ཁྲག་དོག་གི་ནད་རྙིང་དེ་  
སྐར་ཡང་རྒྱས་པའི་དན་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་བའང་སྲིད་པས་གང་ལྟར་སྐབས་དེ་དུས་སུ་ཚེད་  
ཉིད་ལམ་སང་བདག་གི་རྩོད་པའི་གྲུང་ཁང་དུ་ཐེབས་ཤོག་ཨང་།

ཞེས་བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཨ་མདོའི་འབྲོག་ལྗོངས་ནས་འཆར་ཡོངས་བྱང་ཞིང་མི་ཚོ་དུམ་བུ་དཔེ་  
སྟོན་ཐོས་བསམ་ཁྲིད་ཡོལ་བའི་བན་ཤུལ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་ལམ་ཤར་ཕྱོགས་པོ་ཉར་འབོད་བས་  
དབུས་འགྲུར་ཉི་མ་ལྷ་ས་ནས་ཕྱི་ལོ་2009-12-13ལ་གྲུས་བས་བྲིས་བ་དགོ་གྲུང་ཅིག་གྲ།



# སྐྱོན་འགྲོའི་བརྗོད་དོན་ལྟ་བུ།

སྐྱིད་དེ་བ་གཞི་འདི་ཉིད་སྤྱི་ལོ་ཉེས་སྟོང་རྒྱལ་ནས་བཟུང་སྐོས་བསྐྱེད་སྤྱིས་སྐྱོན་  
འཆར་བར་འཁོད་ཅེས་བྱས་ཐེན་ན་འདང་དུས་འགྲུང་སོགས་བགོག་རིགས་ཁ་ཤས་མི་  
འདོད་བཞིན་སྐྱེད་སྤྱིས་ནས་བར་ཆད་གང་མང་རྒྱང་བའི་ཉེད་ལེན་ལས་རེ་ཞིག་སྤྱང་མེད་  
དུ་སོང་ཞིང་མཐར་བཏག་གི་དམིགས་ལུས་དག་གྲང་བག་ལ་ཞ་བར་རྒྱང་བས་བར་  
སྐྱོན་འགྲོའི་སྤྱི་ལོ་ཉེས་སྟོང་། ད་ལོ་དུས་འགྲུང་ལྷ་སའི་སྟོང་ཁྲིད་དུ་ཕྱོགས་  
ནས་དཔྱོད་ཅན་དག་གི་བསྟོ་སྤྱིང་གང་མང་བཟུང་མཐར་བཏག་གི་དགག་ཚུལ་ལས་  
དུས་བབ་དང་འཆོམས་པའི་ཚུལ་ཡིག་ལེགས་གས་སྐོར་ཞིག་བར་སྐྱོན་ལུས་ན་  
དགོས་པ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ཐུན་མོང་གི་བསམ་ཚུལ་དུ་གྲུང་ཡོད་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་  
སྤྱི་ནང་དུ་འཚོ་བཞུགས་གནང་བའི་རྒྱལ་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་ཤེས་ལྡན་པ་སྐོར་ཞིག་  
གིས་གྲང་བར་སྐྱོན་ལུས་ན་ལེགས་ཚུལ་དང་རྒྱལ་སྐོར་གྱི་ནམ་འགྲུང་ལུགས་འགས་  
ཅེས་བསྟན་པ་གཞིར་བཅས་བཏག་གིས་གྲང་ཁོང་ནས་པའི་ལུགས་རེ་རྣམ་ཁས་ལེན་  
བྱས་ཤིང་ཉེན་ཞག་གང་མང་ཞིག་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་མཐར་མ་སྤྱིད་བར་གཞི་  
སྐྱོན་ཚུལ་ལས་དགག་ཚུལ་ཡོད་རིགས་བཏུས་ནས་ཞིབ་དཔྱད་སྐྱོན་ཚུལ་བཏང་  
ན་འདང་དགག་ཚུལ་ཁ་ཤས་ཤིག་འགྲོའི་སྤྱི་ལོ་ཉེས་སྟོང་ལས་ཡོལ་བས་དགོས་མེད་དུ་  
གྲུང་ཡོད་ལ་འགའ་ཤས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་ལ་སྐྱོན་ཆད་སྐྱོན་བསྐྱེད་བྱས་  
གྲང་འགྲོའི་སྤྱི་ལོ་ཉེས་སྟོང་ལ་མ་ཐོབ་པ་མང་བས་དོན་དོས་སྤྱི་བར་སྐྱོན་བྱས་

ནས་གངས་ཅན་མོད་ཀྱི་སྐོག་མཁར་དག་ལ་ལེགས་སྐྱེས་དང་ཞིབ་དཔྱད་ཀྱི་གོ་  
སྐབས་སྟེར་སྐབས་པའི་དགག་ཚུལ་ཞིག་མ་མཐོང་ལ་མ་སྐྱེ་ལག་ཏུ་བརྒྱུད་ནས་ཞིབ་  
འདད་རྒྱག་དུས་སེམས་འཚུབ་ཡང་ཡང་བྱུང་སོང་། དེ་ནི་མ་གཞི་ནས་སྐྱེ་རྗེས་ཞོག་  
སྟོང་ཡིན་པ་རང་ཉིད་ནས་ཀྱང་ཁས་ལེན་པའི་བདག་གི་དགག་ཚུལ་འདི་རིགས་ཀྱིས་  
སྐྱེ་ཞིག་ལ་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་དང་བསམ་སྒྲུབ་ལམ་སྟོན་གྱིས་སྟོན་པའི་སྤང་ཚུལ་  
སོགས་བྱུང་སོས་པ་ཡིན་པས་བྱང་ཞོག་སྟོན་ལ་མི་འདོད་ཀྱི་ཚ་རྒྱབས་ཁ་ཤིང་བརྒྱབ་  
བྱུང་། ཡིན་ནའང་ཁས་སྤངས་པའི་དམ་བཅའ་སྡོམ་མོ་ཞིག་གིས་བདག་ལ་ཡང་ཡང་  
འགྲམ་ལྷགས་མང་བོ་གཞུགས་མཐར་དཔེ་རང་རང་ཉིད་ཀྱི་དེབ་གཞི་འདིའི་མགུལ་རྒྱན་དུ་  
སྐྱོ་བཏགས་དང་འུར་ཤོད་ཀྱིས་སྟོང་བའི་སྐད་ཆའི་འཕྲོན་བུ་ཁ་ཤིང་འདོགས་དགོས་  
བྱུང་སོང་།

[དང་མོ] དེབ་གཞི་འདིའི་ཁ་ཡིག་ལ་དེབ་ཐེར་ནག་པོ་ཞེས་བཏགས་ན་འོས་མིན་གྱི་  
བསམ་འཆར་ཁ་ཤིང་འཕྲིན་བྱུང་ནའང་འདི་ཉིད་སྐར་དོས་ཀྱི་ལྷ་རྒྱལ་སྟེར་བཏགས་  
ན་འོས་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལུང་བ་གང་བཤད་མཐར་ཐོགས་པོ་ཚོས་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་  
ཡོད་ལུགས་ཀྱི་དབུ་ལྷོག་ཅུ་བུས་པ་ལས་དག་གི་མདུད་རྒྱ་མ་གྲོལ་བར་ཐལ་སོང་།  
ཡིན་ནའང་ནག་པོ་ཡོད་ཚད་བཟ་མི་ཤིས་པ་ཞིག་དང་སྟེན་སྟོན་དན་དགུ་ཚང་བ་ཞིག་  
དུ་འདོད་པ་ནི་གདོད་མའི་ལྷ་འདྲའི་ཚོས་ལུགས་ལས་མཆེད་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་  
སྐབས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཞོད་དུ་ང་ཚོར་ད་  
དུང་དེ་འདྲའི་འདུ་ཤེས་འདྲི་ན་སྟངས་ཅུ་ཞིག་ལས་མེད་ན་ངེ་འདྲའི་ཐབས་སྐྱུག་པ་  
ཞིག་རེད། དས་རང་ཉིད་ལ་སེམས་གསོ་ཉོག་ཅུ་བུ་རྗེས་ཡང་བསྐྱུར་དེབ་ཐེར་

ནག་པོ་ཞེས་པ་རྣམ་དཔྱིད་ཀྱི་མགར་ཁང་ནས་ལྷན་བདར་བྱས་མཐར་སྡོམ་ཚིག་འདི་  
 ལྟར་བཀོད་ཡོད། དེབ་ཐེང་ཞེས་པ་ནི་དེས་པར་དུ་ལོ་རྒྱུས་དཔེ་ཆ་ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་  
 ཡིན་པར་བརྟམས་ཚོས་དེབ་གཟུགས་སུ་འཁོད་ནའང་དེ་ལྟར་བཏགས་ཚོས་སུ་རུང་  
 བ་དང་ནག་པོ་ཞེས་པ་ཁ་དོག་རྣམས་ལས་གཞན་གྱིས་ལས་སྒྲུ་མོར་རང་བཞིན་དང་  
 རོ་བོ་སོགས་བསྐྱར་མི་སྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཅན་ཞིག་ལ་འདོད་པས་དེ་བཞིན་  
 འདོགས་པར་ཞེ་ཐག་བཅད་སོང་བས་ལྷོག་མཁན་རྣམས་ལ་དགོངས་འགའ་མེད་པ་  
 ལྷ་ཞོར་བསམ་འཆར་ཡོད་ན་འདོན་ཤག་བྱས་ཚོགས།

[གཉིས་པ] འདིར་བསྐྱུས་པའི་དགག་ཚོམ་དག་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་མི་མ་སྲུན་  
 བ་རྣམས་ལ་མན་ཚུན་བཟོ་སྐྱེད་གི་ཚུལ་དུ་སྦྱིར་བཏང་གི་སྐད་ཆས་དགག་བཞག་  
 བྱས་པ་ཞིག་ལས་གཞུང་ཚིག་གིས་སྒྲོས་པ་སོགས་ཆེར་བྱས་མེད་ལ་ཀུན་སྒོར་ཡང་  
 རང་གི་ཚོད་གྱིས་དག་ཅི་སྲུབ་ཅིག་བྱས་ཡོད་ནའང་འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་  
 འགྲོ་ལུགས་ལྟར་སྐབས་ཁ་ཤས་སུ་པ་རོལ་བོ་དཔེ་ལྷོག་གི་ལམ་དུ་བསྐྱུལ་སྦྱིར་ཅུང་  
 ཟད་རྒྱབ་པའི་ཚིག་དེས་ཁ་ཤས་ཐོན་ཡོད་ནའང་སློབ་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་གདམས་དག་  
 དུ་ལེན་གལ་ཆེ་བ་དང་དགག་ཚོམ་གི་བརྗོད་བྱ་དང་ཐ་སྐད་སྤྲོ་མོ་དེ་དེ་ལའང་རང་ཉིད་  
 ཀྱིས་འགན་གཙང་དག་སྒྲོས་ལེན་རྒྱུ་ཡིན་པ་མ་ཟད་དགག་ཚོམ་གི་དོན་སྦྱིང་གང་ཞིག་  
 རང་སྒོར་མ་བབས་པར་སྦྱིར་དགག་ཡིག་འགོད་ན་དེ་ནི་བདག་གིས་ཆེས་སྒྲོས་སྲུབ་  
 ཀྱི་གོམས་པོར་བཅི་རྒྱུ་ཡིན་ལ་དགག་ཚོམ་དག་གི་བརྗོད་བྱ་སོགས་དང་མ་འབྲེལ་  
 བའི་ཕྲག་དོག་དང་གཟབ་ནན་གྱིས་དགག་ཚོམ་དག་མ་བསྐྱུགས་པའི་བསམ་འཆར་  
 ལ་ཁ་ཡ་སུ་ཅམ་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་མིན་པ་ནི་སྡོན་ནས་ལྷས་པ་ཡིན་ལ་བདག་གི་དགག་

ཚོམ་དགའི་ཐོབ་གོས་དང་ཞེབ་འཇུག་པ་ཆེ་ཁག་ཡིན་མེད་སོགས་ལ་མ་བཟློས་པར་  
རང་གི་ལྟ་ཚུལ་དང་མི་མ་སྤུང་སར་དགག་བཞག་གི་ལྟ་ཚུལ་བཏོན་པ་ནང་བཞེན་  
གཞན་གྱིས་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ་འང་དགག་པ་དེ་བཞེན་རྒྱལ་ཚོགས་ཚོགས་གི་རྒྱ་སྐོ་ཆེ་བུ་  
ཕྱེས་ཡོད།

[གསུམ་པ] འདིར་བསྐྱུས་ཀྱི་དགག་ཚོམ་ཡོད་རིགས་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྲབ་ཁོངས་  
ནས་ཐོན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་རིག་གནས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ལྟར་དཔུང་པ་གཏོང་རྒྱུ་ལས་  
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་དང་མ་སྤུང་པའི་སྐོ་ནས་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ན་རྒྱལ་  
མཁན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐོན་དུ་གོ་དགོས་པ་དང་ཚོམ་པ་ལོ་ཡིད་འཐད་མེད་པར་པར་  
བལྟས་བཅོས་སྒྲིག་སོགས་ཁྲེལ་མེད་པའི་བྱ་བ་མི་སྐྱབ་པར་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་  
དང་དེབ་འདིར་ཀུན་གྱིས་ཚད་ལྡན་དུ་སྐོན་པའི་དཔེ་རྟགས་བསམ་བཅུགས་ནས་མ་  
ལྷངས་པ་དང་གལ་ཉེ་ལྷངས་ནའང་བརྩམས་ཚོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་འགྲུང་བ་གཏོང་  
དགོས་པས་བདག་གིས་དེ་ཉིད་ལ་བཟོད་སྐོམ་བྱེད་མི་སྐྱབ་པ་དང་དཔེ་རྟགས་ཡོད་ན་  
དཔེ་ཆ་ཚད་ལྡན་དུ་འདོད་པའི་ལྟ་ཚུལ་ལ་མ་ཐང་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ལ་  
དེ་ནི་སོག་པོ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ལ་ཐོབ་ཐང་ལག་ཁྲེར་བསྐྱབ་པའི་དཔེ་རང་དེད།

[བཞི་པ] དེབ་འདི་སྐོག་མཁན་ཡོངས་ལ་ཚོས་རབ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་སྐོ་མིག་རྒྱས་  
པའི་སྐོན་ལམ་འདེབས་རྒྱུ་ཡིན།

ཞེས་བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཨ་མདེའི་འཕྲོག་ལྗོངས་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་མི་ཆེ་དུམ་བུ་དཔེ་  
སྐོག་ཐོས་བསམ་ཁྲིད་ཡོལ་བའི་བན་ལྟལ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་ལམ་ཤར་ཕྱོགས་པོ་ཉར་འབོད་པས་  
བ་ཡུལ་གྱི་སྐོམ་ཁང་དཀར་བོ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་ཕྱི་ལོ་2009-7-12ལ་གྲུས་པས་བྲིས་པ་  
དགོ།

མངས་རྒྱས་ཚོས་ཡུགས་བོད་ཡུལ་དུ་དར་བའི་ལོ་ཚིགས་ཚོག་  
མའི་སྐོར་གྱི་དབྱད་བཤམ།

དེ་ཡང་ཡུལ་སའི་རིག་གནས་དང་སྤྱི་ཚོན་རིག་གནས་ཀྱི་འགལ་ཆེན་འོད་དུ་  
དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་བོད་ཡུལ་ནས་གཞི་རྒྱ་རྒྱ་ལས་སུ་བ་པའི་སྤྱི་ཚོན་རིག་  
གནས་ཉེ་མངས་རྒྱས་ཚོས་ཡུགས་འདི་ཉིད་དུས་ནས་ཞིག་ལ་བོད་ཡུལ་དུ་རྒྱ་ལ་ཇི་  
སྟེ་ཚོན་པའི་སྐོར་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་རྒྱ་ནི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་དོས་ཐད་ནས་བརྟམས་  
ན་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་མཐོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ནི་མིའི་ཟེན་ཚོར་བཀོད་  
བ་ལ་སྟམ་ཡིན་པས་མིའི་སྐྱེད་དོས་ཀྱི་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྤང་སོགས་མིའི་འདུ་ཤེས་ལ་  
མ་འབྲེལ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་སྟེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་སྤྱི་སྡེ་  
དབྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆར་ནམ་ཉེན་གྱིས་དབྱེ་ཞིབ་གནང་རྒྱ་ནི་དགོས་པ་གལ་ཆེན་ཡིན།  
དེ་མིན་རང་ཉིད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྤངས་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཟེན་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ལས་གང་  
མ་སྟམ་གང་མཚམས་ཤིག་བཀོད་སྒྲིག་གནང་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་  
དང་དབྱེ་ཞིབ་ལ་འབད་བ་གནང་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་དོན་དངོས་དང་དབྱེ་མཚམས་རིང་དུ་  
འགྲོ་བའི་རྩ་བའི་གནད་དོན་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཉམས་ཞིབ་དང་མཐའ་དཔྱད་དབྱིས་  
སྤྱིན་གནང་རྒྱ་ནི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་པའི་ཐབས་ལམ་ལེགས་ཤོས་སུ་སྟམ་ཚོང་  
གིས་འདོད་བས་སོ།

དེས་ན་བདག་ལའང་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་འབོར་ཆེན་བསྐྲུགས་པའི་ཟེན་གྱིས་དང་

དེར་སྐབས་གསར་དུ་ཐོན་པའི་བོད་རིག་པའི་དབྱུང་འབྲས་ཁ་ཤས་ལ་ལྟ་ཚུལ་མི་  
 མ་ཐུན་པ་གཞིར་བཅས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་བོད་ལུལ་དུ་དར་བའི་ལོ་ཚིགས་  
 ཐོག་མའི་གནད་དོན་གྱི་སྐོར་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུའི་འདུན་པ་སྦྱེས་བྱུང་། འདི་ནི་དབྱུང་  
 ཚོས་འདི་ཉིད་གྱི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་དོན་བྱུང་ཡིན་ཏེ་མཁས་པ་ལྗེ་འུམ་ཚོས་འབྲུང་  
 ལས་“ལོ་དུས་སུ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡང་བྱོན་སྐད་”[1] ཞེས་འབྲུང་བ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་སྐོར་བཀོད་པའི་སྒྲིགས་བཅའ་དང་དེ་མཚོན་བྱེད་  
 གྱི་དངོས་ལོ་སོགས་བྱོན་པར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
 དང་བསམ་སྐོར་དང་བའི་དོན་མིན་ཏེ་ལྟ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བྱོན་ན་ལྟ་བ་  
 བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་དང་དགོས་པའི་ངེས་པ་གཏན་ནས་མེད་དོ། ། ལྷ་ཐོ་ཐོ་  
 རིའི་དུས་སྐབས་སུ་བྱོན་པའི་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བོ་འདི་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིག་  
 བཞི་བོ་དེའི་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་རྣམས་ལ་བཤད་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ་གཙུག་ལྷན་རྒྱལ་  
 རབས་ན་“སྤྱིར་ཐེག་ཚེད་ཀྱི་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་དང་ལྟ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་  
 བཞི་མཚོན་བྱེད་དུ་ཉེན་དེ་རྣམས་བྱུང་བ་ལ་”[2] ཞེས་པ་སོགས་མང་དུ་འབྲུང་བས་  
 ཤེས་ཐུབ། ལྟ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བོའི་ནང་དོན་རྣམས་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རིའི་  
 སྐབས་དེ་ཤེད་ནས་བོད་ལུལ་དུ་དར་བུལ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྱེད་ཁུངས་མ་ཞིག་ཅ་བ་ཉིད་  
 བས་རྟེན་མི་ཐུབ་པས་ཚོས་ཀྱི་རྟགས་སམ་བོད་དུ་ཚོས་བྱུང་བའི་སྐབས་དེ་ལ་བརྟན་  
 པ་དུ་བརྟེས་པའི་ཐ་སྙད་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་ལས་གཞན་པའི་གནད་དོན་གཅིག་ནི་  
 འདིའི་སྐབས་ཀྱི་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བོ་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
 ལྟ་བུའི་སྐོར་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་བོ་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་མཐའ་གཅིག་དུ་ཐུག་གཅོད་མི་

ལུས་ཉེ་སྐྱབས་དེར་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་སྐྱེལ་མ་ལུས་བའི་སྐྱབས་ཀྱིས་ཚོས་  
 ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་བཀོད་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཚོས་སྐྱེལ་མཁའ་པོས་ལུག་རྒྱས་བཏབ་  
 བས་རྒྱལ་པོལ་ལུས་ལ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལ་བཏགས་ནས་གསང་རྒྱ་བྱེད་དགོས་པའི་  
 སོལ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ་ཞེས་བའི་ཚོས་འབྲུང་ན “ཟ་མ་ཉོག་སློང་པ། ལྷིང་བོ་ཡི་གོ་  
 ལུག་མ་གསེར་གྱི་བྲིས་པ་གཅིག་ལ་ལུ་ཉའི་ལུག་རྒྱས་བཏབ་ནས་རྒྱལ་པོལ་  
 ལུས་”[3] ཞེས་བཀོད་ཡོད་པས་ཤེས་ལུབ་ལ་དེར་མ་ཟད་རྒྱལ་པོལ་མང་བོའི་  
 ལེགས་བཤད་ན་“སྐྱ་ཆེན་གྱི་བཀའ་ཉུགས་ཀྱི་ལུག་རྒྱ་བཞི་བྱ་བ་ཡང་དེ་རྣམས་ལ་  
 ལུས་པར་བྱེད་དེ། བཞི་ནི་ལྷ་ཐེབ་ཀྱི་མི་ལུས་དང་། ལྷ་གོས་ཀྱི་མཐའ་མཚམས་དང་།  
 ཉོར་བུ། ཀ་བ་ལའི་ནང་རྣམས་སློན་པར་མཛད་པ་”[4] ཞེས་འབྲུང་བའི་བཀའ་  
 ཉུགས་ཀྱི་ལུག་རྒྱ་བཞི་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་བཀའ་ཉུགས་ཀྱི་ལུག་རྒྱ་  
 བཞི་མ་ཡིན་པར་སྐྱ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱི་ལྷ་ཐེབ་སོགས་དངོས་པོ་བཞི་ལ་  
 བཀའ་ཉུགས་ཀྱི་ལུག་རྒྱ་བཞིའི་ཐ་སྙད་ཆགས་པ་གསལ་བོར་ཤེས་ལུབ་པས་སོ།  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྤང་ཀོང་ལུག་རྒྱ་སོགས་ཚོས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་ནམ་སྐྱེགས་  
 བམ་དེ་རྣམས་ལའང་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ལུག་རྒྱ་བཞི་སོགས་ཐ་སྙད་མི་ཆགས་པའི་  
 དེས་པ་མེད་པའང་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པ་གནང་དགོས་རྒྱུའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད་སྟེ། དེ་  
 འཕྲོས་ཀྱི་གནད་དོན་གཞན་ཞིག་ནི་ཟ་མ་ཉོག་སོགས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
 ཚོས་ཚན་ཁ་ཤས་བཀོད་ཡོད་པའི་གཉན་པོ་གསང་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་གནད་དོན་  
 དེ་ཡིན། དེར་ཚོས་འབྲུང་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆའི་དགོངས་པར་བསྐྱུན་ནས་བཤད་  
 བ་ལྷ་ཚུལ་གཉིས་ཉེ་གཅིག་ནི་གཞན་ནས་བབས་པར་བཤད་པ་དང་གཅིག་ཤོས་ནི་

ལོ་རྒྱུ་བ་གཉིས་ནས་བསྐྱམས་ཡོང་བའི་ལྷ་ཚུལ་དེ་ཡིན་ལ་ལྷ་ཚུལ་ཕྱི་མ་འདི་ནེལ་བའི་  
 ཚོས་འབྱུང་ནས་འདོན་གནང་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙོ་སྐྱ་བའི་  
 དགོངས་པ་དང་ཐད་དེ་མ་ཐུན་པ་ཞིག་འདུག་ནའང་ཚོས་འབྱུང་ཁ་ཤས་ན་ལྷ་ཚུལ་  
 འདིར་དགག་པ་བསྐྱོན་ཡོད། ནེལ་བས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་འདོན་པ་དང་ལྷན་ཏུ་  
 གནམ་ནས་བབས་པ་ནི་བོན་པོས་ལྷན་བཅུག་པ་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད་ལ་དེ་ནི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་དག་པ་ལྷན་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་སྐབས་དེར་བོན་པོའི་ཚོས་ལུགས་  
 འི་ལ་སྐོག་དང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་མཚན་པའི་རྟེན་དེ་དག་སྐྱེས་སྐྱུང་གི་ཐབས་  
 ཤེས་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གཉན་པོ་གསང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་  
 དངོས་གཞོལ་ཐབས་སུ་གནམ་ནས་བབས་ཞེས་ལྷན་བཅུག་པ་ཞིག་རེད་ལ་དེས་བོན་  
 པོའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་སྐོགས་ལ་མན་ཐོགས་མེད་ཅེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐག་གཙོད་མི་  
 ཐུབ། ཕྱིས་སུ་གནམ་ནས་བབས་ཞེས་པའི་བོན་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་དེའང་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལུགས་འི་ལ་སྐོག་གི་ཐབས་ཤེས་སུ་སྐྱུང་ཡོད་པ་དེ་"བསྐྱེན་པ་དབུ་བརྟེས་  
 པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཏུ་འཕགས་པའི་གང་ཐག་གི་སྐྱེལ་བ་དང་ལུགས་རྗེ་བསམ་ལས་  
 འདས་སོ" [5] ཞེས་རྒྱད་རྒྱལ་བོ་ཇི་ཁང་སྟེང་ཏུ་དམ་ཚོས་ལྷིགས་བམ་བབས་པའི་  
 བཟོ་དབྱིབས་ལྷན་ལྷན་བཅུག་ནས་ཚོས་འབྱུང་མཁན་པོ་དག་གིས་མན་ཚུན་ལ་  
 དགག་པ་བསྐྱོན་པེས་མཛད་ཡོད། དེ་ནི་གཉན་པོ་གསང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཐད་ཀྱི་  
 གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་ལ་དེའི་སྐོར་གྱི་གནད་དོན་ཁ་ཤས་བདག་གི་དབུད་ཚོམ་《ནང་  
 བའི་ཚོས་སྟེལ་གྱི་ལྷིགས་བམ་ཐོག་མ་གཉན་པོ་གསང་བའི་སྐོར་གྱི་དབུད་བརྟེས་  
 པར་ཞུས་ཡོད་པས་འདིར་ཞིབ་ཏུ་སྟོ་བར་མི་འདོད།



ཡང་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་ཚུལ་ལ་ལྟ་ཐོ་ཐོ་རིའི་དུས་སྐབས་སུ་རྒྱལ་རྒྱུད་མི་ཚང་གི་  
 ཁྲིད་དུ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་དར་སྲོལ་ཆེར་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ་རྒྱ་མཚོན་གོང་གསལ་  
 རྗེ་འཇམ་མཉམས་འབྲུང་ལས་བྱུང་བའི་ལོ་དུས་སུ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཤོན་ཞེས་  
 བའི་ལུང་དེ་བཞག་ཡོད། དེས་མི་རེས་པའི་རྒྱལ་གོང་ནས་ཞུས་ཟིན་པས་འདིར་སྐྱར་  
 མི་སྲོལ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་དབྱ་བརྟེས་པ་དང་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་དར་  
 བ་གཉིས་ནི་གོ་དོན་ཐ་དད་ཅིང་གཏན་ནས་མི་འདྲ་སྟེ་དབྱ་བརྟེས་ན་དར་མི་དགོས་པ་  
 ཤེས་ཐུབ་པ་ནི་ལྟ་ཐོ་ཐོ་རིའི་དུས་སུ་ཚོས་སྟེལ་སྐྱིགས་བམ་ཙམ་འབྲོར་བའི་དབྱ་  
 བརྟེས་ཀྱང་ལྟ་བུ་དང་བསམ་སྟོང་དར་བའི་དབྱ་བརྟེས་ཐུབ་མེད་པ་ནི་འགོས་ལོ་གཞོན་  
 དཔལ་ནས་“ཚོས་ཀྱི་སྐྱིགས་བམ་ཙམ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། ཟླ་བ་དང་བསྐྲག་པ་དང་  
 འཆད་པ་སོགས་ནི་མེད་དོ”[6] ཞེས་དང་། སྟོང་ཆེན་རབ་འབྲམས་པས་“བསྐྲབ་ཏུ་ས་  
 གཏུབ་ཅིང་དར་བར་མ་རུས་ནས་”[7] ཞེས་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོ་དག་ལ་ཞིབ་ཏུ་  
 བརྟགས་ན་ཤེས་ཐུབ་པས་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་བལྟ་དུས་སུ་སྐབས་དེའི་  
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་འདུ་ཤེས་དང་གནས་བབ་ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་  
 གལ་ཆེན་ཡིན་པས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོ་ཁག་གསལ་གཞི་རྩར་བཅུང་ནས་  
 བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གནད་དོན་ལ་དབྱུང་ན་སྐབས་རེར་སྣ་འཐེན་ནས་ཁ་བར་དུ་  
 ཐོན་རེ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱང་འབྲུང་ངེས་སོ། ཡང་གནད་དོན་གཞན་ཞིག་ནི་གཉམ་ཁྲིའི་  
 དུས་སྐབས་སུ་བོད་ནང་ན་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་དར་ཡོད་པའི་འདོད་ཚུལ་དེ་  
 ཡིན། དེའི་སྐོར་ལ་དེང་གི་དབྱུང་འབྲས་ཁག་གསལ་ན་སྐྱབ་བྱེད་སྣང་སྣང་འགའ་རེ་བཞོད་  
 ཡོད་མོད་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་ཀྱང་དགོས་པ་ཆེར་མི་སྣང་བས་བཞག་ལ་

རྗེ་འཇུག་ལྷོ་གཉལ་ཁྲིའི་དོགས་ལན་དུ་ཅིབས་ལྷ་སྐར་མ་ཡོལ་སྡེ་ཡིས་ལུལ་  
 བའི་ལན་སྟེ་རྒྱ་ལ་ལན་མཆིས། ལྡང་ལ་བྱམས་མཆིས། དུག་ལ་སྐྱེན་མཆིས། དག་ལ་  
 ཟེན་མཆིས། གཏོན་ལ་སྐྱེན་མཆིས། རྩལ་ལ་བདེན་མཆིས། སྲི་དང་ཅན་ལ་གནན་  
 ཐབས་མཆིས། བྱད་ལྷེམས་ལ་བསྐྱལ་ཐབས་མཆིས། གཡོལ་བྱང་མཆིས།”[8] ཞེས་  
 བཀོད་ཡོད་པ་འདིར་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་ནས་གཉལ་ཁྲི་བཅན་པོའི་”དོགས་ལུག[9] ”ཟེར་  
 ཞེས་”གཡལ་ལ་མཚོན་ཡོད་” [10] ཅེས་པ་ལས་གཞན་ལྷ་པོ་པལ་ཆེར་གོང་གི་ལུང་  
 དེ་དང་མཚུངས་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་འདི་ནི་ནང་བའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་འབྲེལ་  
 བ་དམ་པོ་ཡོད་པ་དང་ནང་ཚོས་ཀྱི་སྲོག་ཤིང་ལྷ་བྱང་གྱུར་བའི་དགོ་བ་བཅུའི་དགོངས་  
 བཞེད་ཀྱི་དབར་དུ་བྱད་པར་དམིགས་བསལ་མེད་པ་དེས་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ནི་གཉལ་ཁྲི་  
 བཅན་པོའི་དུས་ནང་ཚོས་དེ་ཉིད་པོད་ལུལ་དུ་དར་འགོ་བརྩམས་ཡོད་པའི་འདོད་ཚུལ་  
 འཛིན་བཞིན་ཡོད། བདག་གི་འདོད་ཚུལ་ལ་དགོ་བ་ཉི་ཆེ་བ་དེ་དང་བྱམས་སྡིང་ཇི་ཡི་  
 བང་དོན་ཁ་ཤས་དེ་འདུས་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་མི་ལུས་སྟེ་  
 དེ་ལྟར་ན་ཁ་ཆའི་ཚོས་ལུགས་དང་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ལུགས་ནའང་དེ་དང་དབྱིབས་འབྲ་  
 བ་ཁ་ཤས་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པས་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་དགོས་པའི་ཁས་ལེན་ལྷི་  
 མོ་དུ་དུ་འབབ་སྲིད་ལ་གལ་ཉེ་གཉལ་ཁྲིའི་དོགས་ལན་ནམས་དགོ་བཅུའི་དགོངས་  
 བཞེད་དང་མ་ཐུན་པར་འདོད་ན་དག་པོ་འདུལ་བའི་ཐབས་བཀོད་དང་གཡལ་ལ་  
 མཚོན་འདེབས་པ། བྱད་ལྷེམས་བསྐྱལ་ཐབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དེ་དག་གྱུར་དགོ་བཅུའི་  
 དགོངས་བཞེད་ལ་མ་ཐུན་མིན་ཞེས་ཏུ་དབྱད་དགོས་པའི་གནས་སོ་སྦྱིར་ཡང་སྲི་  
 གཏོན་ཐབས་དང་བྱད་ལྷེམས་བསྐྱལ་ཐབས་སོགས་འཛིན་ཞེན་པའི་ཚོ་གའི་སྐོར་གྱི་

བྱང་དོན་རྣམས་པོན་ལུགས་ལ་མ་གཏོགས་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་དར་  
 རྒྱབ་ཆེན་པོ་མི་སྣང་ཞིང་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་ཐོག་མར་དར་དུས་ལྟ་བུ་གཙོ་  
 བརྒྱུད་ནས་དར་བ་ཞིག་ཡིན་ལ་སྤྱི་སྲུ་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱུན་ནས་པོན་ལུགས་ཀྱི་  
 ཚོ་གའི་སྤྱི་ལྷན་པ་བཞག་ནས་བྱང་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་དུ་སིམ་འཇུག་བྱས་པའི་དུས་  
 བེ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པོད་ཡུལ་དུ་གཞི་རྒྱ་ཚུགས་ནས་དར་རྒྱས་ཏུ་ཅང་ཆེ་  
 བའི་སྐབས་ཡིན། ལོང་གསལ་གཉའ་ཁྲིའི་དོགས་ལན་འདི་རྣམས་ནི་སྐབས་དེའི་པོན་  
 པོའི་རྒྱུ་རྐྱེན་པའི་ནང་དོན་ཀྱི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་ལ་པོན་གཞུང་བྱམས་མ་ལས་  
 གྲང་“རྒྱལ་པོ་གཉའ་ཁྲིའི་འིང་ལ་རྒྱུའི་པོན་ཤེས་པ་ཅན་བཅུ་གཉིས་དར་ཏེ། མགོན་  
 ཤེས་ལྟ་བོན། གཡང་ཤེས་ལྟ་བོན། འགྲོ་ཤེས་སྲུང་གཏོང་། འདུར་ཤེས་སྲིད་གཤེན།  
 གཅེང་ཤེས་སེལ་འདེབས། སྐྱོལ་ཤེས་ལྟ་བོན། བན་ཤེས་སྲུང་དཔྱད། སྐྱོས་ཤེས་ཅིས་  
 མཁམ། སྐྱེ་ཤེས་གཏོ་དགུ། རྒྱུང་ཤེས་ཤེས་པ། འདུར་ཤེས་ཇུ་ཐིག་འགྲོ་ཤེས་འཇུག་བོན།  
 དེ་རྣམས་ལ་ཤེས་པ་ཅན་བཅུ་གཉིས་ཞེས་བྱའོ”[11] ཞེས་འབྲུང་བའི་པོན་པོ་ཤེས་པ་  
 ཅན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སོ་སོའི་གཉེར་བྱའི་ནང་དོན་དང་བསྐྱུར་ན་གསལ་བོར་ཤེས་སྲུབ་  
 ལ་གནད་དོན་འདིའི་སྐོར་ཀྱི་ནང་དོན་རྣམས་དཔྱད་ཅིང་གཞན་ཞིག་ནས་ལྷུ་ཅིས་  
 ཡིན་པས་འདིར་ཞིབ་པར་མི་འབྲི་ལ་ཡང་ལྗེ་ལྷོ་ཚོས་འབྲུང་ལས་“དེ་ནས་ཤེས་པ་ཅན་  
 བཅུ་གཉིས་ནི། ཨ་མི་སྟེ་དེ། ཨི་མ་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་ཡང་དགོངས་དགེ་འདུན་ལ་སོགས་  
 པ་ཤེས་པ་མཁམ་བཅུ་གཉིས་”[12] ཞེས་འབྲུང་བའི་ཁྲིད་ཀྱི་ཨ་མི་དང་ཡེ་ཤེས། དགེ་  
 འདུན་ཞེས་པའི་ཐ་སྲུང་དག་ནི་བྱང་ཚོས་ཀྱི་ཐ་སྲུང་ཡིན་པར་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་  
 ཐལ་གཙོད་མི་རུས་སྟེ་འཇོ་མ་གྲིང་ཤར་ཕྱོགས་པའི་སྐྱད་ཁོངས་སུ་རྒྱ་གར་ལེགས་

ལྷར་སྐྱད་གྱི་ཤན་ལྷགས་སྐབས་པ་ཆེས་མང་ཞིང་ཨུ་ཏུ་སྲུ་དཀར་པོའི་སྐྱད་ཁོངས་སུ་  
 རྒྱ་གར་ལེགས་སྦྲར་གྱི་ཐ་སྙད་མང་པོ་མངོན་རྒྱ་ཡོད་ལ་ཁ་ཆེའི་ཀོ་རན་གྱི་གཞུང་  
 ལྷགས་ནའང་རྒྱ་གར་ལེགས་སྦྲར་གྱི་ཐ་སྙད་མངོན་རྒྱ་ཡོད་པ་བཅས་ལ་དབྱེད་ན་  
 ལྷུ་ཚོས་འཕྲུང་ཁྲོད་དུ་ཨ་མི་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་ནང་ཚོས་བོད་ལྷལ་དུ་དར་སྐབ་ཅེས་  
 ལྷ་མི་སྐབ་པ་དང་ཡེ་ཤེས་དང་དགོ་འདུན་ནི་སྦྲེལ་གཞིགས་ཏེ་དོན་གྱི་འཛིན་སྦྲངས་  
 གྱི་ཐད་ནས་ནང་ཚོས་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་ཁས་སྦྲངས་པ་ཡིན་ན་མ་དེས་ཏེ་སྐབས་དེ་དུས་  
 བོད་ལྷལ་དུ་ནང་ཚོས་དར་སྐབ་མེད་པ་གོང་ནས་ཞུས་ཟེན་ལ་སྦྲེལ་བ་ཅམ་གྱིས་  
 དོན་གྱི་འཛིན་སྦྲངས་མཚུངས་མི་དགོས་ཏེ་ཤིང་ཉོག་གི་ཁ་དོག་འབྲེལ་བ་ཅམ་གྱིས་རོ་  
 མཚུངས་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ་ཤེས་པ་ཅན་བཅུ་གཉིས་གྱི་ཁྲོད་དུ་སྦྲང་བའི་ཨ་མི་  
 དང་དགོ་འདུན་སོགས་ནང་ཚོས་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་ཁས་སྦྲངས་ནས་ནང་ཚོས་དར་བར་སྦྲེ་  
 བ་གོང་གསལ་བྱམས་མ་ནས་ལུང་བྲངས་པའི་ལུང་ཚིག་དེ་དག་བོན་ལྷགས་གྱི་ཐ་  
 སྙད་ཤེས་ལྷག་ཡིན་པས་བོན་ཚོས་དར་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་སྲིད་རྒྱུ་མཛད་ན་  
 དོགས་སློང་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་འདོད་པ་ནི་བོད་ལྷལ་དུ་སྲི་  
 ལོའི་དུས་རབས་གཉིས་པ་ཡས་མས་སུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་དར་སྐབ་མེད་པ་  
 དང་དེའི་སྐབས་སུ་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་རེ་གཉིས་བོད་གྱི་ལྷལ་གྱེ་བྲག་པ་ཁ་ཤས་སུ་  
 སྐྱེབས་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་དེ་དག་སུ་ཡིན་སོགས་གནས་ཚུལ་གསལ་བོ་མིག་སྲེའི་ཡིག་  
 ཚངས་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་ཉོགས་མི་ལུས་ལ་ནང་བའི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལྷ་བ་དང་བསམ་སློ་  
 དར་བ་དེ་བས་ཀྱང་ཉོགས་མི་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རེ་ནས་བསྟན་པའི་  
 དབུ་བརྟེས་ཟེར་བ་ནི་ནང་ཚོས་གྱི་ལྷ་བ་མཚོན་གྱེད་གྱི་རྟེན་ནམ་སྐྱིགས་བམ་ཁ་ཤས་

ཐོན་པར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ནང་ཚོས་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་ལྟ་བུ་དར་ནས་དབུ་བརྟེས་པར་  
གོ་བ་མིན་ལ་བཅའ་པོའི་མི་རྒྱུད་ནས་ནང་ཚོས་གྱི་ལྟ་བུ་དེ་ཁས་ལེན་མ་རྒྱས་པའི་  
སྐབས་གྱིས་ནང་བའི་ཚོས་སྤེལ་གྱི་མཁན་པོའང་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཕེབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་  
ཟེན་ཐོ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་དེ་དག་བཞིན་ནོ།

ཤེས་རབ་གོ་ཚས་མཛད་པའི་ལྟ་ལས་ཕུལ་བྱུང་གི་བསྟོན་འགྲེལ་[13] དང་  
འབྲོང་བྱས་བྲངས་པའི་དབུས་བ་སྒོ་གསལ་གྱི་བྱ་བཞེད་[14] ཏུ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
གང་ཡིན་བཞེད་པ་མི་མ་ཐུན་ཀྱང་པལ་ཆེར་ཡེ་ཤེས་མ་ཤི་ཀ་མ་འཁྲུངས་པོར་གི་ཕྱི་  
ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ཡི་སྟོན་ལ་རྒྱ་གར་ནས་དམག་འཁྲུག་བྱུང་ནས་མ་མ་ཐུན་པར་  
རྒྱལ་བོའི་བྱ་དབུང་དང་བཅས་པ་རི་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བྲོས་པར་རྒྱ་གར་གྱི་  
ལོ་རྒྱུས་འགའ་ཤས་སུ་བཤད་ཡོད་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ནི་བོད་མིའི་མི་རྒྱུད་ཡིན་པར་  
སྲིང་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ཡར་སྟོན་ནས་བོད་ཡུལ་ཏུ་གཞུག་མར་གནས་པའི་མི་ཡོད་པར་ཆ་  
འཛོག་གནད་དགོས་ལ་རྒྱ་མཚན་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཕྱགས་མི་  
འདྲ་བ་ལྷ་ཚོགས་ཏེ་འབྲོང་བྱས་བྲངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྷ་ཚོགས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱང་དེ་  
དང་ཐང་ཡིག་གསལ་རྟེན་ལས་རྗེ་སྟོན་རྣམས་ལོ་རེར་འདུན་མ་རྒྱུད་ཏུ་རེ་བསྐྱུས་ནས་  
ཁྱི་ཕྱག་སྤེལ་གསུམ་དམར་མཚོད་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཕྱགས་ [15] མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་  
མཚོ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་[16] ན་བཀོད་པའི་ཡུལ་ཕྱགས་དེ་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་  
ཕྱགས་སུ་བསྐྱེ་མི་རྒྱས་ལ་འཇམ་སྤིང་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་གཤོད་མའི་ཚོས་ཕྱགས་  
དབྱིབས་འདྲ་བ་མང་བོ་མཚོར་རྒྱ་ཡོད་པས་དབྱིབས་འདྲ་བ་ཅན་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་  
ནས་དེ་དེའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱེ་བར་མི་རྒྱས་ལ་ཡུལ་ཕྱགས་དེ་དག་རྒྱ་གར་ནས་ཡུལ་

ལྷོལ་དུ་འབྱོར་བའི་མི་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་དུ་གནས་སྡོད་བྱས་པ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ལྷགས་རྒྱུན་དུ་དེ་བས་ཀྱང་སྐྱབ་མི་རུས་པ་ཞིག་རེད། གོང་གསལ་གྱི་ལུལ་  
 ལྷགས་དེ་རྣམས་ནི་རྒྱ་གར་ནས་ལུལ་ལྷོལ་དུ་སླེབས་པ་དེ་དག་གི་འཚོ་བའི་བགས་  
 ཚགས་དང་ལུལ་ལྷགས་གོམས་སྲོལ་ཤིག་ཡིན་པར་ཆ་འདོག་བྱས་ཏེ་དེའི་ཁོང་དུ་  
 གནས་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དེའང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
 ཡིན་པར་ཆ་འདོག་ཤིན་ཏུ་བྱེད་དཀའ་བ་ཞིག་སྟེ་ལུལ་ལྷགས་དེའི་ཁོང་དམར་མཚོད་  
 འབྲུལ་བ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་མི་མ་ཐུན་པ་མང་  
 བའི་ཕྱིར་རོལ་དག་ཅིག་ནི་དེ་དག་སྟོན་པ་ལྷུ་ལུ་བ་པ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་  
 རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་བད་ས་ལིའི་རྒྱལ་བུ་འཆར་བྱེད་ཀྱི་བུའི་དཔུང་ཚོགས་ཡིན་པར་  
 ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཐག་གཅོད་མི་རུས་སྟེ་རྒྱལ་བོ་སུ་ཡིན་གྱི་སློང་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་  
 ཚངས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་མ་ཐུན་པས་ད་དུང་དཔུང་གཞིར་ལུས་ཡོད་ལ་གལ་ཏེ་ཡིན་  
 པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་དེ་དག་གི་ལུལ་ལྷགས་ཀྱིས་བོད་སྤྱི་ལ་ཤེས་ལྷགས་ཐེབས་  
 དགོས་པའི་ངེས་པ་གལ་ཡོད། སྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་དང་མ་བཞུགས་པའི་  
 ཕྱིས་སུའང་རྒྱ་གར་གྱི་ལུལ་དང་ལུལ་སྐྱབ་དག་ན་ཕྱི་རོལ་སུ་སྟེགས་པའི་ཚོས་  
 ལྷགས་ཀྱང་དར་ཡོད་པས་འདི་དག་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་  
 འདུ་ཤེས་ཡིན་ངེས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཁུངས་མ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་བས་ཚོག་པ་  
 མཐའ་བརྒྱང་ཅིམ་བྱེད་པ་ལས་གཞིག་མེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསར་བ་ཞིག་བྱེད་མི་  
 རུབ་པ་བཅས་ཞར་བྱུང་དུ་སྐྱུས་སོ།

མདོ་དོན་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་གོ་ངེས་ཁོང་གནའ་རྣམས་སྟོག་འདོན་

གྱི་རིག་གནས་བྱ་འགྲུལ་དང་དབྱུང་ཡིག་རྙིང་གསུང་གསུང་དུ་རྙེད་དུས་སྟོན་གྱི་ལྷ་བ་  
 དང་བཤའ་སྟོལ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་འགྲུང་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་མོད་  
 མིག་སྤེལ་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་བརྒྱུད་རང་ལུགས་ལ་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལུགས་བོད་ཡུལ་ནས་དབྱུང་བརྙེས་པར་གོ་དོན་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད་དེ།  
 ཚོས་སྟེལ་གང་ཟག་ཐོག་མར་འབྱོར་ནས་དབྱུང་བརྙེས་པའི་རྩལ་དང་ཚོས་སྟེལ་སྒྲིགས་  
 བམ་ཐོག་མར་འབྱོར་ནས་དབྱུང་བརྙེས་པའི་རྩལ། བད་ཚོས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་དང་ལྷ་བ་  
 ཐོག་མར་དར་ནས་དབྱུང་བརྙེས་པའི་རྩལ་དང་གསུམ་བཅས་སོ།ཚོས་སྟེལ་གང་ཟག་  
 ཐོག་མར་འབྱོར་ནས་དབྱུང་བརྙེས་པའི་རྩལ་ནི་ཤར་རྒྱའི་ལོགས་བཤའ་མཛོད་སོགས་  
 བོན་ལུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་མང་བོར་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་སྟེལ་"རིན་ཚེན་དངོས་  
 གྲུབ" [17] ལྷ་བ་ཞིག་བོད་ཡུལ་ལ་འབྱོར་ནས་ཐོག་མར་རྒྱལ་རྒྱུད་མི་ཚང་གི་བྲིད་དུ་  
 བད་ཚོས་སྟེལ་མོད་སྐབས་དེར་བོན་ལུགས་ཏ་ཅང་དར་ཤུགས་ཆེ་སྐབས་ཚོས་སྟེལ་  
 མ་རུས་པའི་ཁར་རྒྱལ་འབངས་འབྲུགས་པའི་འགལ་རྒྱུན་བཟོས་པའི་གནས་རྩལ་དེ་  
 བེ་ཚོས་སྟེལ་གང་ཟག་འབྱོར་ནས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དབྱུང་བརྙེས་པའི་དུས་སུ་  
 འཛོག་དགོས་པར་འདོད་དེ་ཁྱི་བདུན་གྱི་རིང་དུ་ཚོས་སྟེལ་གང་ཟག་འབྱོར་ཡོད་སྲིད་  
 གྲང་མཚན་གཞི་བགྲངས་རྒྱ་མེད་པས་འདི་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ད་  
 ཡོད་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་འདོད་མངས་པ་དང་རྒྱ་དེ་མ་ཐུན་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་རྒྱུན་འདི་ལ་  
 བརྙེན་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་གྲུམ་བཅན་པོར་"དམ་ཚོས་མཛོད་  
 པའི་བོད་རྒྱལ་དང་བོ" [18] ཞེས་མཚན་གྱི་ཚོ་ལོ་གནང་བ་ནི་ད་དུང་ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་  
 པའི་གནས་སུ་མཛོད་དོ་ཚོས་སྟེལ་སྒྲིགས་བམ་འབྱོར་ནས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་

གྱི་དབུ་བརྟམས་པ་ནི་ལྷ་ཐོ་ཐོ་འི་དུས་སྐབས་སུ་སྤང་ཀོང་ཡུལ་རྒྱ་སོགས་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལུགས་གྱི་ཚོས་ཚན་དང་ལྷ་བ་བཀོད་པའི་ལྷོགས་བམ་གཉན་པོ་གསང་བ་  
 ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་ནས་ཐོག་མར་བསྐྱམས་ཡོང་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་རེད། དེའི་  
 ཡར་སྡོན་ནས་ཚོས་སྡེལ་གང་ཟག་འབྱོར་ཡང་ཚོས་སྡེལ་ལྷོགས་བམ་འབྱོར་ཡོད་པའི་  
 གནས་ཚུལ་མི་སྤང་བས་དེ་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་གྱི་ལྷ་བ་  
 དང་བསམ་ལྡོ་སོགས་རྒྱལ་བོའི་ཕོ་བྲང་ནས་འབངས་པས་བའི་བར་དུ་དར་ནས་དབུ་  
 བརྟམས་པའི་ཚུལ་ནི་ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པའི་དུས་ནས་འགོ་བརྟམས་པ་ཡིན་  
 ཉེ་ལྷེ་ལྷེ་འབྱུང་ན་"ཡང་མེས་སྲོང་བཙན་སྐམ་པའི་སྐུ་རིང་ལ་དམ་བ་ཚོས་གྱི་སྲོལ་  
 བརྟོད་"[19] ཅེས་འབྱུང་ལ་སྐབས་འདིར་སྲོལ་བཏོད་ཅེས་བ་ནི་ཚོས་སྡེལ་ལྷོགས་  
 བམ་དང་ཚོས་སྡེལ་གང་ཟག་འབྱོར་ནས་སྲོལ་བཏོད་ཅེས་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ལྷ་བ་  
 དང་བསམ་ལྡོ་དར་ནས་སྲོལ་བཏོད་པར་གོ་བ་ལེན་དགོས་ལ་གནས་ཚུལ་འདི་ལས་  
 ང་ཚོས་སྲོང་བཙན་ཡན་ཚོད་དུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་གྱི་དགོངས་དོན་དར་མ་  
 ལུབ་པ་ཤེས་ལུབ་ལ་སྲོང་བཙན་གྱི་སྐབས་དེར་རི་ལྟར་དར་རམ་འདོད་ན་"ལྷ་ཚོས་  
 དགོ་བ་བརྟམས་དོན་གྱི་དཔེ་རྒྱངས་ནས་ལུས་ངག་གིས་དགོ་བ་བརྟམས་པས་མཐོ་  
 རིས་དང་ཐར་བའི་ལམ་སྟོན་"[20] ཅེས་སྲོང་བཙན་ཁོང་གིས་སངས་རྒྱས་ཚོས་  
 ལུགས་གྱི་དགོངས་དོན་ཁ་ཤས་ཁྲིམས་ལུགས་གྱི་གས་སུ་བཞག་ནས་དར་བ་དང་  
 སྲོང་བཙན་གྱི་བརྟམས་ཚོས་ཡིན་ཟེར་བའི་མ་ནི་བཀའ་འབུམ་བྱ་བར་"དེ་ནས་ལོ་  
 བརྟམས་ལུས་དུ་ལོ་རྒྱུ་བས་<sup>[རྩོན་མི་སམ་རྩོན]</sup> བསྐྱུང་ཞིང་གིས་ནས། རྒྱལ་བོའི་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛོན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས། ཚོས་



ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚིག་དོན་ལ་མངའ་བརྟེན་པར་གྱུར་ཏེ། [21] ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྐབས་  
 དེ་ཤེད་དུ་ཐོན་མིས་སྤར་གྱི་སྤར་ཀོང་ལུག་རྒྱ་སོགས་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ནས་ཚོས་  
 སྤེལ་བ་སོགས་སྲོང་བཅའ་གྱི་དུས་སྐབས་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་  
 དང་བསམ་སློང་དར་ནས་དབུ་བརྟེན་པའི་དུས་སྐབས་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཚོས་  
 ལུགས་བོད་ལུལ་དུ་དར་བའི་ལོ་ཚིགས་ཐོག་མའང་འདི་དུས་འདོག་དགོས་ལ་ཚོས་  
 སྤེལ་གང་ཟག་དང་ཚོས་སྤེལ་སྒྲིགས་བམ་ཐོག་མར་འབྱོར་ནས་དབུ་བརྟེན་པ་དང་  
 སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་བསམ་སློང་དར་ནས་དབུ་བརྟེན་པ་ནི་འབྲེ་སྟེ་  
 སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དར་མ་དར་ནི་བསམ་སློང་ལྟ་བ་དར་མ་དར་ལ་བཤམ་པ་  
 ཡིན་པའི་ཞིབ་ཆ་ཤེས་དགོས་ལ་འདིའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་པ་སློབ་མཁན་རྣམ་  
 པར་ཞིབ་ཏུ་སློབ་དགོས་པས་བཞག་ལ་འདོད་ན་གཞན་ནས་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུ་བཅས་  
 བཅེ་ལྟར་སློབ་མཁན་རྣམས་ཀྱི་མདུན་སར་སྤེལ་བའི་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ཅམ་མོ།

དབུང་གཞིའི་ཡིག་ཆའི་སྐོར།

[1] [8] [12] [20] མཁས་པ་ལྗེ་ཉུས་མཛད་པའི་《རྒྱ་བོད་ཚོས་འབྱུང་རྒྱས་པ་》1987ལོར་  
 བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་བསྐྱབས། 9249དང་92349 2429254བཅས་  
 བ་གསལ།

[2] [13] དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་ཤེང་བས་མཛད་པའི་《ཚོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》  
 1986ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་བསྐྱབས། 9168ན་གསལ།

[3] 《བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེང་ཁག་ལྔ་ལྔ་སྟེ་《ཞེས་པའི་ཚོས་འབྱུང་།》1990 ལོར་བོད་  
 ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུང་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་དབུང་། 915ན་གསལ།

[4] ལྷག་ཚང་དཔལ་འབྱོར་བཟང་བོས་མཛད་པའི་《རྒྱལ་རབས་མང་བོའི་ལེགས་བཤའ་རྣམ་གྲངས་ཡིད་འཛིན་ལོར་བུའི་སྤེང་བ》2007ལོར་ཀྲུང་གོ་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དཔར། ༡119ན་གསལ།

[5] རྒྱལ་དབང་ལྷ་བས་མཛད་པའི་《དེབ་ཐེར་དཀྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྐུ་དབྱངས་》1988ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། ༡16ན་གསལ།

[6] འགོས་ལོ་གཞོན་བུ་དཔལ་གྱིས་མཛད་པའི་《དེབ་ཐེར་སྟོན་པོ་》1984ལོར་ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། ༡63ན་གསལ།

[7] རྫོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་པས་མཛད་པའི་《རྫོང་ཆེན་ཚོས་འབྱུང་》1991ལོར་བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དཔར། ༡221ན་གསལ།

[9] [10] 《བཀའ་ཐང་རྟེ་ལྷ་》ལོ་རྒྱུན་གྲིང་བས་གཏེར་ནས་བཏོན། 1986ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྱུན། ༡435ན་གསལ།

[11] 《བྱམས་མ་》ཟི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་མི་རིགས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་དབུ་མེད་སློབ་དཔར་མར་གསལ།

[14] འབྲོང་བུ་ཆེ་རིང་དོ་རྩེ་ཡིས་བརྩམས་པའི་《ཚོད་བརྗོད་ཐེམ་སྤྲངས་མ་》2007ལོར་ཀར་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྱུན། ༡13ན་གསལ།

[15] དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱུར་པའི་《ཐང་ཡིག་གསར་རྙིང་ལས་བྱུང་བའི་བོད་ཆེན་པོའི་སྤིང་ལུགས་》1983ལོར་མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྱུན། ༡130ན་གསལ།

[16] 《མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་》སྤྲུལ་ཤེས་དོ་རྩེ་གཏེར་ནས་བཏོན། 1989ལོར་ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱུན། ༡140ན་གསལ།

---

[17] 《ལེགས་བཤད་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མངོན།》ཤར་རྒྱ་བཀའ་སྲོལ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་  
མཛད། 1985ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་ནས་བསྐྱུག། ༡186ན་གསལ།

[18] ཀའི་ལྷོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཛད་པའི་《གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་སྲིད་དོན་ལོ་རྒྱུས་ལ་  
དབྱེད་པ་བྲངས་གསལ་མེ་ལོང་།》ཀའི་ལྷོ་བཟང་གིས་བསྐྱུག་པའི་དབུགས་ཀྱི་སྐུ་བཞུགས་ཀྱིས་མཛད། ༡93ན་གསལ།

[19] 《ཚོས་འབྲུང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་།》ལྷེ་ལྷོ་རྩོམ་གྱིས་མཛད། 1987 ལོར་བོད་  
ལྷོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟེན་ཁང་ནས་བསྐྱུག། ༡108ན་གསལ།

[21] ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅོན་སྐུ་ལོས་མཛད་པར་བྲགས་པའི་《མ་ཞི་བཀའ་འབྲུམ་།》  
1991ལོར་མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་གིས་ལྷགས་དཔར་དུ་བསྐྱུག་པའི་དཔེ་ཆ་སྐུ་རིང་  
ལ། ༡269ན་གསལ།

# བོན་གྱི་རིག་གནས་ཉམས་ཞིབ་ལས་འགུན་པར་སྤྱི་དོགས་ ལན་བསྟུན་པའི་སྐོར།

ཐོན་པོ་དཔུས་གཙང་ནས་སློབ་གཉེར་གྱི་ལཱ་ལྟར་མཚམས་ཤིག་ཏུ་མཆེད་  
 གོགས་ཤིག་གིས་སློབ་པའི་ཚོགས་ཞེས་པའི་དེབ་སྐོར་ཞིག་སྐྱེས་མཚམས་སུ་བསྟུང་  
 །ཀྱང་དཔེ་སློབ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་གྲེལ་བས་གང་མཚམས་ཤིག་ལ་བསྟུན་མ་ཐུབ། དེ་  
 ཞིག་ངལ་གསོའི་དུས་ཚོད་ལྷན་དུ་ཞིག་མེད་སྐྱེད་ནས་ཁོ་ཚོའི་དེབ་སྐོར་དག་བས་  
 སློབ་ཅམ་བྱས་ཀྱང་དགོས་པ་ཆེར་མ་མཐོང་བས་དེ་ཞིག་སྤྲོད་མེད་དུ་བཞག་ཀྱང་  
 གོགས་ཡོན་ཏན་ཅན་ཞིག་གི་སྐོར་མོལ་ཞོར་འཕྲོས་ལས་འགུན་པར་སྤྱི་དོན་གྲུབ་  
 གྱིས་གྲིས་པའི་དབྱུང་ཚོམ་གྱི་དེབ་གཞུགས་དེ་ཡང་བསྐྱར་བསྟུན་འདོད་ལྷན་བས་  
 གང་མགྲོགས་སློབ་ཚར་གཅིག་བསྟུན་པ་ཡིན་ལ་དབྱུང་ཚོམ་འདིར་མཚོན་ན་ད་  
 ལྟའི་དུས་སུ་དཔེ་སློབ་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཐུགས་མཉམ་མེད་ཅིང་སེམས་ལ་ཅི་འདྲ་ཡིག་  
 ཐོག་ཏུ་འཁོད་པའི་མི་རབས་གསར་བའི་བག་མེད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་དག་ལས་རིང་དུ་འདས་  
 ཤིང་ཤ་ཟེན་སྐྱ་ཟེན་གྱི་དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་རིགས་གང་ཅེད་དང་རང་ཚོད་གྱིས་དེ་དག་  
 ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པར་དབྱུང་ན་ཤེས་རིག་ཉམས་ཞིབ་ལ་སློབ་མོས་ཡོད་མཁན་ཞིག་  
 ཡིན་པ་རྟོགས་ཀྱས་ཀྱང་དབྱུང་ཚོམ་ཡོངས་རྫོགས་མཐར་ཆགས་སུ་བསྟུན་ནས་འབྲུ་  
 བག་གཞོན་འདེད་གྱིས་ཞིབ་མོ་རྣམས་པར་འཐག་ན་དབྱུང་བཟོད་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་འགྲོང་  
 མི་རྒྱས་པའི་ཆ་མང་ཡང་འདིར་དེ་དེ་བཞིན་ཞིབ་པ་མི་གྲི། ད་ལྟའི་དུས་མཚམས་སུ་

གྲིས་པ་བསམ་མེད་ཀྱི་བབ་ཚལ་སྐྱ་བར་ཞུགས་ལྟའི་དོན་ལ་གནས་མིན་གྱི་ཡིག་  
 སྐྱེགས་གྲིས་ས་ཁ་བརྟེན་ཡང་དགག་ཡུལ་དུ་མི་འོངས་པས་སློང་པམ་ལ་འདྲི་དཔྱད་  
 པའི་སློང་གོས་ཀྱི་མིག་དབང་ཅུང་ཟད་སྤེལ་བར་སྤང་བའི་འགྲུག་སངས་ཀྱི་དཔྱད་ཚུལ་དེའི་  
 རབ་བྱེད་དང་བོད་སྐབས་ཤིག་དུ་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་གི་སྐོར་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཁོ་བོའི་རང་  
 ལུགས་ཀྱི་དོགས་ས་ཁ་ཤས་བཞོན་ཡོད་པར་རེ་རེ་བཞིན་དོགས་ལན་བསྐྱོན་པར་སློ་  
 བ་དང་བཅས།

འགྲུག་སངས་ན་ལེ། བོད་ཀྱི་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ་ལྡེལ་ཤོས་སུ་བརྟེན་བའི་ཏུན་ཉོང་  
 གཏེར་ཡིག་དང་བཅན་བོའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་དོ་རིང་དང་རིལ་བུའི་ཁ་བྱང་། སྐྱ་བཞེད་  
 སོགས་ན་ས་གཤེན་རབ་ཀྱི་སྤྱི་བོ་ཞེས་པ་ཚོ་གཤེན་མཁའ་གྱི་དུར་བོན་ཞིག་ཡོད་  
 པ་ལས་གཤམ་དུང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཅེས་པའི་མིང་འདི་མཐོང་རྒྱ་མེད་ཟེར།  
 ལན། ད་ལྟ་རྒྱལ་སྤྱིའི་དཔྱད་ཡིག་གི་ཁྲིད་དུ་གོ་གནས་གལ་ཆེན་ཟེན་ཡོད་པའི་ཏུན་  
 ཉོང་ཡིག་རྙིང་འདི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པར་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཡིག་  
 ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་སྤུན་མོང་གིས་འདོད་ཀྱང་ཏུན་ཉོང་ཡིག་ཆ་ཡིན་ན་ཚད་  
 མ་ཡིན་མི་དགོས་ལ་མཁས་དབང་ཆེ་ཏུན་པས་ཏུན་ཉོང་གྲོམ་ཡིག་དང་མཁའ་མེའུ་  
 བསམ་གཏན་པས་བཅོས་བསྐྱར་ཐངས་གཅིག་བརྒྱད་སྟོང་བར་འདྲིན་པའང་དཔྱད་  
 པའི་གནས་ཡིན་ལ་ཏུན་ཉོང་ཡིག་ཆར་བཞོན་ཡོད་ན་བདེན་པ་དང་མེད་ན་རྩུབ་པར་  
 བསམ་པ་ནི་གྲིས་པའི་བསམ་ཚུལ་འབའ་ཞིག་གོ་ཏུན་ཉོང་ཡིག་ཆ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཀྱི་སྤྱི་དོན་འཆར་བའི་མེ་འོང་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་ན་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་གསར་སྤྲིག་གནང་  
 མཁའ་ཐོན་མིའི་མཚན་དང་མཚན་འཕྲིན་སོགས་གསལ་བོར་འགོད་དགོས་ཀྱང་མི་

སྤང་བས་སོ། བཅོན་པོའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་རྗེ་རིང་དང་ཚང་ཡིག་སོགས་ཀྱང་སངས་  
རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དང་ཤུགས་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་ཚོས་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བའི་སྲིད་  
གཞུང་གི་ཡིག་ཆ་ལ་སྟག་ཡིན་པས་བོན་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་འགོད་པའི་ཐབས་མེད་ལ་སྤྱི་  
བཞེད་ཀྱང་འདྲ་མིན་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་སྲིས་སུ་བཅོས་བསྐྱར་མཁའ་པོའི་སྐྱུག་  
ཅེ་རེག་པ་ལ་སྟག་ཡིན་པས་དཔུང་གཞིར་རུང་ཡང་ཚད་མར་འཛིན་མི་རིགས་  
སོ། དཔུང་གཞི་འདི་རིགས་ཀྱི་ཁ་ལས་ཁོད་ན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ཞེས་པའི་མཚན་  
དང་ཚོ་གའི་ཕྱག་ལེན་གྱི་གནས་ཚུལ་བཀོད་ཡོད་པ་ནི་བདེན་པ་ལ་སྟག་ཡིན་ལ་འདི་  
ནི་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཁོང་གིས་བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོན་པོའི་ལྷ་ཚུལ་དང་ཚོ་གའི་ཕྱག་ལེན་  
སོགས་ལ་རྒྱས་ལོན་དང་སློབ་སྦྱོང་མཛད་ནས་དེ་དག་གི་བསམ་སློབ་ཚུལ་བསྐྱར་  
དང་རྒྱུ་ལོན་ཐེག་པའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་ཕྱིར་ཡིན་ལ་ཡིག་ཆ་འདི་དག་ཀྱང་དེའི་སྐབས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་སྲིས་སུ་བཀོད་པ་ལ་སྟག་ཡིན་ལས་ཆེ་བས་དགོས་མེད་ཀྱི་  
དོགས་པ་བསྟེན་མི་དགོས་སོ། རྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོས་བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོན་པོ་ལ་སློབ་  
སྦྱོང་དང་དེ་དག་གི་ལྷ་ཚུལ་བསྐྱར་བའི་གནས་ཚུལ་དྲན་པའི་ལྷ་བཤེད་དང་མཛད་  
མཛད་གཟེང་མིག་སོགས་ལ་མཛལ་ན་ཤེས་ཤུབ་ལ་རྒྱུ་ལོན་པོར་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ན་  
རྒྱ་བོན་གྱི་ཚོ་གཞི་ན་སྐབས་པའི་བོན་པོར་འགྲུར་ན་སུ་སྟེགས་པའི་ལྷ་ལྷུབ་ལ་སློབ་  
སྦྱོང་མཛད་སྦྱོང་བའི་སློབ་དཔོན་སོགས་མེད་ཀྱང་སུ་སྟེགས་པའི་བྱ་བུ་དེ་འབྲེལ་གྱི་  
སྐབས་པའི་སུ་སྟེགས་པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྲུར་བར་སོམས་ཤིག་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་  
ཞེས་འབྲུང་བའི་པ་ནི་ཞེ་སའི་ཚོག་ཡིན་པར་གོ་སྟེ་པ་དམ་པ་དང་པ་ཚོད་སྐྱེ་མ་སོགས་  
དང་ཆ་འདྲ་ལ་པ་ཞེས་འབྲུང་དུས་འཛིག་ཏེན་གྱི་པ་ཚན་གོག་པོ་ཞིག་ཡིད་ལ་འཆར་བ་

བོ་དང་གི་རྣམ་རྟོག་འགྲིགས་པ་ཁོ་ནའོ། བ་ག་ཤེན་རབ་མི་པོ་ཆེ་ཞེས་འབྲུང་མི་ཚོག་  
 བར་འེས་བར་དུ་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་ག་ཤེན་རབ་ཞེས་འབྲུང་དགོས་ན་ཤུག་  
 ལུབ་པ་ཞེས་འབྲུང་མི་ཚོག་བར་སངས་རྒྱལ་ཚོས་གྱི་སྟོན་པ་ཤུག་ལུབ་པ་ཞེས་  
 འབྲུང་དགོས་བར་ཐལ་བ་ནི་བཞད་གད་སློང་བའི་རྒྱ་རུ་འེས་སོངེས་བར་དུ་ཡིག་  
 ཚངས་ཞེག་ལས་དེ་ལྟར་དུ་ལྷུང་བར་ཡིད་མི་ཆེས་ན་རྒྱལ་རབས་གསལ་མེ་དང་  
 རྒྱལ་རབས་གསེར་སྒང་སོགས་ན་མང་དུ་བཀོད་ཡོད་པས་དེར་གཟེགས་རོགས་ཞུ་  
 ལ་འདིར་མང་བོ་ཟླི་བར་མི་འདོད་དོ།

ཡང་འབྲུན་སངས་ན་པེ། ཉི་ཟླ་རྒྱ་སྐར་ལ་དང་མོས་བྱེད་ཚུལ་དང་སློབ་ཆགས་  
 བསད་ནས་མནའ་བོར་ཚུལ། བཅོན་པོ་གནམ་ནས་བབ་རྗེས་སྤྱིར་གནམ་དུ་  
 ག་ཤེགས་ཚུལ་སོགས་སྤྱིད་པའི་བོན་ལ་གཏོགས་པའི་དད་མོས་གྱི་སྐར་ཚུལ་མང་པོ་  
 དང་། བོན་གྱི་ཁ་འཛིན་དུ་བཤད་པའི་སྟོན་པོ་ངན་ལམ་སྟག་ར་ལྷ་གོང་ལ་དགུ་རྒྱལ་  
 གཅིགས་གནང་བའི་མདོ་སོགས་ཡོད་ཡུང་གཡུང་དུང་གི་བོན་ཞེས་པའི་མིང་འདི་  
 མཐོང་རྒྱ་མེད་ཟེད། ལན། དོགས་པ་གཉིས་པ་འདིར་བརྗོད་སྟེ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་  
 ཡང་གསལ་བོར་མི་སྤང་ཡང་ཚིག་གི་བབ་ལ་བརྟགས་ན་དོ་དུང་སོགས་ཡིག་རྟེང་  
 དག་ན་སྤྱིད་པའི་བོན་གྱི་གནམ་ཚུལ་བཀོད་ཡོད་ཡུང་གཡུང་དུང་གི་བོན་ཞེས་པའི་  
 མིང་ཚམ་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མེད་ཟེད་བ་འདྲ། གང་ལྟར་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་དད་མོས་དང་  
 སློབ་ཆགས་བསད་ནས་མནའ་བོར་ཚུལ་གྱི་ཆབ་སྤྱིད་གནམ་ཚུལ་སོགས་ཡུལ་  
 ལུགས་སྣ་ཚོགས་ཚོས་ལུགས་དང་མཉམ་བསྐྱེས་བྱ་མི་དུང་བའི་གནད་དེ་ཉིད་  
 རྟོགས་བར་བྱ་དགོས་ལ་ཡུལ་ལུགས་ཡོད་ཚད་ཚོས་ལུགས་སུ་སྤྱི་བའི་འདོད་པ་དེ་རེ་

ཞིག་བཞག་ནས་ཞིབ་པར་དབྱེད་ན་གོ་རྒྱུ་ཚེན་པོ་ཡོད་སྟེ་སྟེ་འདི་ལྟོང་དོགས་པ་  
 ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་པས་བཞག་ལ་བོད་ཀྱི་མཛེངས་སློན་སྟག་ར་སྐྱུ་གོང་  
 གི་བྱས་ཇེས་ལ་གཟེངས་སུ་བསྟོད་པའི་བཀའ་གཙམས་དོ་རིང་འཇམ་གྱིང་ལ་སྐྱད་  
 གསལ་ཆེ་བ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་བདུན་བརྒྱ་རེ་གསུམ་ལོར་ལྟ་སའི་པོ་ཉ་ལ་ཡི་མདུན་ཕྱོགས་  
 སུ་བརྩམས་ཡོད། དེའི་ནང་དོན་སྟག་ར་སྐྱུ་གོང་གིས་བོད་དམག་ཁྲི་ཉི་ཤུ་དང་བཅས་  
 རྒྱ་ནག་རྒྱལ་བོའི་པོ་བྱང་ཁྲང་ཨན་བཙམ་པ་སོགས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཤུགས་  
 ཡིན་པས་དེའི་ཐད་ནས་གཤུང་བྱུང་བོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་དང་གནས་ཚུལ་  
 སོགས་སྐབས་དང་མ་འབྲེལ་བས་མདོ་དེར་རེ་ཞིག་དེའི་གནས་ཚུལ་མ་ཐོན་པ་ནི་  
 གསལ་ལ་བོར་མཐོང་བས་རྒྱལ་ལོན་ན་ལོག་ཏོག་རང་འགགས་སུ་འབྱུང་བས་མང་པོ་  
 མི་སྤྲ།

འགྲན་སངས་ན་རེ། སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་རིགས་གང་ལ་གཏོགས་པ་དང་ཡུལ་  
 དུས་གང་དུ་འཁྲུངས་པ་ད་དུང་ཐག་ཚོད་མེད་པས་ཁོང་ཉིད་དངོས་སུ་བྱོན་ཕྱོང་བའི་  
 ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་གཞི་ཡོད་ཟེར། ལན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་རིམ་  
 མང་པོ་བརྒྱུད་མཐར་སྤར་བྱུང་ཐམས་ཅད་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲོས་སུ་ཞུགས་ནས་  
 བཤད་སྣངས་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་བ་དང་ལ་ལ་ཉམས་བརྗེད་ཀྱི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་  
 ཚོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་ཡང་རིགས་རུས་དང་ཡུལ་དུས་གང་འཁྲུངས་སོགས་ཐག་མ་  
 ཚོད་ན་དངོས་སུ་བྱོན་མིན་ལ་དོགས་པ་ཡོད་ན་སངས་རྒྱལ་ལོད་སྲུང་སོགས་ཀྱང་  
 དངོས་སུ་བྱོན་མིན་ལ་དོགས་པ་ཡོད་དགོས་ཏེ་རིགས་རུས་གང་འཁྲུངས་སོགས་ལ་  
 ཐག་གཙོད་མེད་པའི་ཕྱིར་བོ་བོད་ཀྱི་བཙན་པོ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྲི་སོགས་ཀྱང་དེར་ཐམ་



བས་སྐྱོ་ཞིབ་སྒྲུབ་དབྱུང་བ་བསྐྱེན་ནས་དོགས་པ་འགོད་རྒྱ་ལས་དགོས་མེད་ཀྱི་  
 དོགས་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་བྱ་བུ་དབྱེད་བཞེས་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་དོགས་པ་འདི་བར་  
 བཅུད་ན་ཆེས་མི་ལེགས་སྐྱེས་ལ་ང་ཚོས་དོགས་པ་འགོད་པ་ནི་དོགས་པ་ཐག་གཅོད་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་གྱིས། ཡིན་ནའང་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་  
 དངོས་སུ་བྱོན་ཕྱིར་བའི་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་པ་སྟེ་བ་སྟན་པས་བྱིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་  
 ཚངས་སྣ་ཚོགས་ལས་ཀྱང་ཤེས་སྟེ་བ་མ་ཟད་བོན་གྱི་ཡིག་ཚངས་དག་ན་དེ་ལས་  
 ཀྱང་གསལ་བོར་ཡོད་དེ་དཔེར་ན་མཛད་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེས་གསུམ་ན་ཁོང་གི་  
 འཁྲུངས་ལུལ་ནི་གངས་ཉི་མའི་མདུན་མཚོ་མ་པམ་གྱི་འགྲམ། རྒྱ་བོ་ཚེན་པོ་བཞིའི་  
 འགོ་ཁྲུངས་སུ་འཁྲུངས་པ་ཞལ་མ་ཐུན་པས་ས་སྐོར་དག་ལ་ཞིབ་རྒྱས་སུ་དབྱུང་ན་  
 བོད་ལུལ་ནས་འཁྲུངས་པ་ཐག་ཚོད་ཅིང་བོན་པོ་ཆགས་སྟེ་ཅན་མང་བོས་སྟོན་པ་  
 །ལྷ་གྲུབ་པ་ནང་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཞིག་ནས་འཁྲུངས་པར་སྐྱབ་སོགས་  
 དགོས་མེད་ཀྱི་ཚོལ་གཏམ་མང་དུ་སྤང་ཡང་དགོས་པ་ཆེད་མི་སྤང་ལ་སྐྱབ་གཞིག་པོད་  
 ཀྱི་མངའ་སྡེ་ཞིག་ཡིན་པ་ཡིག་ཚངས་ཁྲུངས་མ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་སྟེ་བ་ཀྱང་  
 འདིར་སྐྱབས་བབས་མིན་པས་བཞག་ལ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་འཁྲུངས་འདས་ལོ་  
 ཚོགས་སོགས་ལ་སྟན་མོང་དང་སྟན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདོད་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་  
 ཀྱང་སྟན་མོང་གི་རོང་ལུང་རིགས་དཔེ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་པ་རྗེས་ཆེན་ནམ་མཁའ་  
 རོར་སྤུའི་གསུང་ལ་བལྟས་ན་གསལ་བོར་གོ་སྟེ་བ་ལ་འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚོགས་ལ་  
 བཞེད་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་བའི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་ཉེ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་ཀྱི་འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚོགས་ལའང་གནས་བཏུན་སྟེ་བའི་ལུགས་སོགས་

བཞེད་པ་མི་མ་སྤུན་པ་ཤིན་ཏུ་མངས་པ་དེ་བཞིན་ཡིན་ལ་འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས་ལ་  
བཞེད་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ན་དངོས་སུ་བྱོན་མ་བྱོན་ལ་དོགས་པ་ཟ་བའི་ཁྲུང་དེ་ཉིད་  
རང་ཉིད་ངལ་བའི་རྒྱ་རུ་ཟད་དོ།

འགྲུན་སངས་ན་རེ། ལྷོན་པ་གཉིས་ཀྱིས་དང་བོར་བྱང་རྒྱལ་མཚོག་ཏུ་སྤྲུགས་  
བསྐྱེད་པ་ནས་བར་དུ་བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚོགས་བསགས་པ། བ་མར་  
མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་བར་ལ་ཁྲུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྐྱེ། ལན།  
ཁྲུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཚོག་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུགས་དགོངས་གཅིག་  
ཡིན་པའི་ལྷིང། དཔེར་ན་རྒྱ་སྟོང་དུ་རྒྱ་བ་སྟོང་སྤྲུག་ཤར་ཡང་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ་  
ཞེས་སྐྱེས་ན་ལན་ཅི་འདེབས། ལྷོན་པ་གཤེན་རབ་སངས་རྒྱས་དང་ལྷོན་པ་མ་ཡིན་  
པར་སྐྱེའམ། སངས་རྒྱས་དང་ལྷོན་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་ན་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེབ་བྱེད་  
སྐྱོས་ཤིག་དང་ཉན་པར་སྐྱོའོ། འགྲོ་འདྲེན་ལྷོན་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲུགས་རོ་གཅིག་པའི་  
སྐྱེབ་བྱེད་མང་དུ་སྐྱེ་རྒྱ་འདུག་ཀྱང་དངོས་པོ་གཙོ་ཆེ་བའི་དོར་དངོས་སྐྱེའི་ལྷུགས་  
བཞིན་བཤད་ན་རྫོ་དོར་ཉ་ཅང་བདེ་བས་བཞག་ལ་གོང་ལྟར་དོགས་པ་ཟ་ན་གངས་  
ཅན་མཁས་པའི་བྱ་མཚོག་རྣམས་ཀྱང་དང་བོ་རྒྱ་ཚེན་ཐོས་པ་མང་དུ་བཅོལ་བ་ནས་  
བར་དུ་གཞུང་ལུན་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར་བ། བ་མར་ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་  
ཉམས་སུ་གྲངས་པའི་བར་ལ་ཁྲུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་པས་དོགས་པ་ཟ་བར་རིགས་  
སོ། འདི་ལྟར་དོགས་པ་ཟ་བར་དགོ་མཚན་ཅང་མེད་དེ་དོགས་པ་མང་དུ་ཟ་བ་ལས་  
དོགས་གཙོད་ཀྱི་ཐབས་ལ་འབད་དུ་མེད་ལ་ཡོད་ཚད་རང་གི་རྫོ་དོར་གང་ཤར་གྱིས་  
ཐག་གཙོད་ལ་འབད་ན་ནམ་ཞིག་དོགས་པའི་དྲ་བར་རྒྱུད་ནས་དོགས་ནད་གྱིས་འཚི་

བར་ཡང་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ནས་ཆེ་ལོ།

ཡང་འགྲུན་སངས་ན་ཟེ། བོན་ལུགས་ལ་སྟོན་པ་ག་ཤེན་རབ་སྤྱི་ཅིས་སྟོན་ལ་  
 སྟོན་ནས་དམར་མཚོད་དང་སེམས་ཅན་སྤྱད་ཏུ་གཏོང་བ་སོགས་འཆོ་བ་ཚོས་སུ་སྤྱི་  
 བའི་ལུགས་ཡང་དག་པར་བཅོས་ནས་སྟོག་བཅད་སྤྲིག་གསོག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལས་  
 དག་སྤྲིག་དང་བྱམས་སྤྱིང་རྗེའི་སོལ་བཏོད་པར་བཤད་པ་དང་། ཏུན་ཉོང་གཏེར་ཡིག་  
 ལས་འབྱུང་བའི་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་དང་  
 འཕགས་པའི་ལྷ་རྣམས་དང་ཉི་ཟླ་དང་གཟའ་སྐར་ལ་ཡང་དཔང་ཏུ་གསོལ་ཏེ། ཐ་ཆིག་  
 གི་རྣམ་པས་ཀྱང་བཤད། སྟོག་ཆགས་བསད་དེ་མནའ་ཡང་བོར་ནས། གཅིགས་  
 བཅས་སོ་ཞེས་བོན་ལུགས་སུ་བཤད་པའི་དམར་མཚོད་ཀྱི་ཚོག་སྐབས་དེར་བོད་ན་  
 ད་དུང་དར་ཡོད་ལུགས་གཉིས་འགལ་ཡོད་པར་ཟེར། ལན། བོན་གྱི་ཡི་གེ་རྩིང་བ་སྤིང་  
 བ་སྤྱི་མདོས་སོགས་ལས་སྟོན་པ་ག་ཤེན་རབ་མི་བོས་དམར་མཚོད་སོགས་བཅད་  
 ནས་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་སོགས་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱས་ཡོད་པ་འགྲུན་  
 སངས་རང་ནས་བཤད་པས་དེའི་སྐོར་ཞིབ་པ་འདིར་མི་སྤྱི་ལ་དོགས་པ་འདིའི་ཁྲིད་ཏུ་  
 ད་བོན་ཞང་མོལ་བའི་རྡོ་རིང་ལས་དམར་མཚོད་སྐོར་གྱི་ཆིག་དུམ་ཞིག་བྱངས་ནས་  
 སྟོན་པ་ག་ཤེན་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་འགལ་བར་སྤྱི་ལ་ལུགས་སོལ་དེ་བོན་ལུགས་  
 ཡིན་པར་ཞེ་ཐག་ཚོད་པས་སྤྱི་ལ་འདུག་ཀྱང་དེ་ནི་ཆབ་སྤིད་དང་འབྲེལ་བའི་ལུགས་  
 ལུགས་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ལས་བོན་ལུགས་ཤིག་མིན་པར་སེམས། རྒྱ་མཚན་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན་དེ་ནི་སྤུབ་བསྟན་དར་ཆེ་བའི་ཁྲི་གཙུག་ལྗེ་བཅན་གྱི་དུས་སྐབས་ཡིན་པ་  
 དང་གཅིག་དཀོན་མཚོག་གསུམ་དང་འཕགས་པའི་ལྷ་རྣམས་མནའི་དཔང་ཏུ་བཀོད་

བ་དང་གཉིས། ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་གཞན་ཞིག་ན་དམར་མཚོད་དང་  
 འབྲེལ་བའི་ཚོགས་ལས་བན་དེ་ཞེས་མིང་དངོས་བྱུང་བ་དང་གསུམ་གྱི་ཆ་ནས་དེ་དག་  
 བོན་ལུགས་ཀྱི་དམར་མཚོད་མ་ཡིན་པར་ལུལ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་སྐྱབ་སྐྱབ་བ་  
 བཅས་སོ། ལྷོན་པ་ཤུག་སྐྱབ་པ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་སམ་དེའི་སྤྱིས་སྤྱུང་བུམས་  
 ལྷིང་རྗེ་ཡི་རྣམ་གཞག་སོགས་གསལ་བོར་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་ལུལ་ལུགས་ཀྱི་དམར་  
 མཚོད་སོགས་གང་སར་སྤང་ཡང་དེ་དག་ལྷོན་པའི་གསུང་དུ་སྐྱབ་མི་རུས་ལ་ལྷོན་  
 པའི་བསྟན་པ་དར་ན་དེ་དག་ཙ་བ་ཉིད་ནས་འཛོམས་དགོས་པའི་ངེས་པའང་མེད་པ་དེ་  
 བཞིན་ནོ། འགྲན་སངས་ནས་བོད་བཅོན་པའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་རྗེ་རིང་སོགས་ཀྱང་ཉུན་  
 ཉོང་གཉེར་ཡིག་གི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་ཡང་དེ་ནི་འབྲེལ་བ་ཤིག་སྟེ་ཉུན་ཉོང་གཉེར་  
 ཡིག་ནི་ཀའ་སྤུ་ཉུན་ཉོང་བྲག་སྤྱག་ནས་ཐོན་པའི་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་  
 རྒྱུས་སོགས་ཡི་གེ་དེ་དག་ལ་བྱ་རྒྱུ་ལས་ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་ཀྱི་མདུན་  
 ངོས་སུ་བཙུགས་པའི་རྗེ་རིང་སོགས་དེའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་བར་མི་རུས་ལ་དབྱུད་ཚོམ་  
 འདིར་ཡང་དབོན་ཞང་མོལ་བའི་རྗེ་རིང་གི་ཚིག་དུམ་དེ་ཡང་ཉུན་ཉོང་གཉེར་ཡིག་ཏུ་  
 འབྲེལ་བ་ལ་སྤྱིས་སུ་སྤྱགས་མཉམ་འཛོམ་དགོས་པར་སྤང་བོ་སྲིད་པའི་ལུལ་ལུགས་  
 དང་སྲིད་པའི་བོན་ལུགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྐྱུ་མི་དགོས་ཀྱང་སྲིད་པའི་ལུལ་  
 ལུགས་ཡིན་ན་སྲིད་པའི་བོན་ལུགས་ཡིན་མི་དགོས་པ་ནི་དབྱུད་པའི་གནས་ཡིན་ལ་  
 དེ་བཞིན་རྗེ་རིང་སོགས་ཀྱི་ངོས་ལ་བཀོད་པའི་ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ལུལ་ལུགས་  
 ཀྱི་དམར་མཚོད་འདི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དམར་མཚོད་དུ་སྐྱབ་ན་སྐྱབ་བསྟན་པའི་དམར་  
 མཚོད་ཁོ་ནར་ངེས་པས་རང་གི་དོགས་པར་རང་ཉིད་ཀྱང་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་གནས་སུ་

གྲུང་རྒྱུ།

ཡང་འགྲུན་སངས་ན་ལེ། ལྷག་པར་དུ་གཡུང་རྒྱུང་བོན་གྱི་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲིང་འབྲས་  
 རྣམས་ཐུབ་བསྟན་དང་འདྲ་ཞིང་གཉིས་ཀས་ལྷ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཁས་  
 ལེན་པའི་ཆ་ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་འདྲ་བ་བཅས་ལ་བརྟུག་ན།  
 གཡུང་རྒྱུང་གི་བོན་འདི་སྟོན་པ་ག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསྟན་པར་བཤད་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་  
 གནས་སོ་ཟེམ། ལན། གཡུང་རྒྱུང་བོན་དང་ཐུབ་བསྟན་གྱི་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲིང་གསུམ་དང་  
 གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཤེས་ཅེ་ལྷ་མ་འདྲེས་པར་ཡོངས་སུ་འདྲ་མིན་ལ་  
 དབྱུང་དགོས་ན་མ་མཐའ་ཡང་གཞུང་ཆེན་མོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་གོ་བ་དེས་ཅན་དང་  
 དབྱུང་བསྐྱར་ཟབ་མོ་ཡོད་དགོས་པ་ནི་སྣ་མི་དགོས་ལ་ཆེན་ལུང་ཁ་ཤས་དང་ནང་  
 དོན་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་བསྐྱར་ནས་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲིང་གསུམ་དང་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་  
 སོགས་འདྲ་བར་སྣ་མི་རུས་ལ་ཤུབ་མཐའ་ཆེ་ལག་འདི་གཉིས་ལ་རང་རང་གི་སྟུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཅུལ་སྟུག་ཤུས་ནས་འདོན་རྒྱུ་ཡོད་དེས་སོ། བན་བོན་གང་  
 ཡིན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པ་ནི་མཁས་མཆོག་བོན་བརྒྱའི་དབྱུང་ཅོམ་  
 བ་གསལ་བོར་སྟུབ་ཡོད་ལ་དེའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་འདྲ་བའི་ཆའང་མང་བ་ནི་དབྱུང་བའི་  
 གནས་ཏེ་རྒྱ་གར་གྱི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དང་རྒྱ་ནག་གི་སངས་རྒྱས་ཆོས་  
 ལུགས། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་སོགས་སངས་རྒྱས་ཆོས་  
 ལུགས་གང་ཡིན་ཀྱང་ལྷ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཁས་མི་ལེན་པ་མེད་པའི་  
 ཆ་ནས་འདྲ་ལ་ཡོད་ཆད་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཀྱང་  
 འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། བོན་སོས་ཀྱང་ལྷ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་པས་ནང་

བ་ཡིན་ལ་སྟག་ཚང་སོགས་མཁས་བ་ཚེན་པོ་དག་གིས་ཀྱང་ནང་བ་ཡིན་པར་ཞལ་  
གྱིས་བཞེས་ཤིང་མིན་ཕྱོགས་སྐྱབ་པའི་ཆའང་མཚོང་རྒྱ་ཡོད་མོད་དེ་དག་གི་དགོངས་  
བ་བཞེས་ཕྱོགས་ནི་སྲིད་པའི་བོན་པོ་དང་བཅས་བའི་བོན་པོ་ཡོད་ཚད་ལ་དགོངས་བ་  
ལས་ཆེ་བར་སྤང་བས་དེ་ནི་སྲིད་པའི་བོན་དང་གཡུང་རྒྱུད་བོན་གཉིས་སུ་སྤེ་བའི་སྤེ་  
མའི་སྐབས་ཁོན་དམིགས་མེད་པར་སྤང་བས་འདིའི་སྐབས་སུ་ངེས་པར་དུ་ཞིབ་ཆ་  
སྤེ་དགོས་བར་སྤང་ངོ་། བོན་དང་ཚོས་ཞེས་དེ་སྤེ་བ་ག་ལ་ཡོད་ཅེས་སློབ་དཔོན་པར་  
འབྱུང་གནས་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་མཐའ་དུག་བོད་ལུལ་དུང་བའི་གཞི་རུ་འགྲོ་བའི་  
སྟག་དོག་ཅན་གྱི་ཚོད་པ་འདི་རང་སར་འཛོག་རྒྱུ་ལས་ཡིན་མིན་གསལ་ཁ་བཏོད་ནས་  
ཞིབ་པར་ཞུ་བར་མི་སློའོ།།

རྟོག་འཇུག་གི་དཔྱོད་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་ཡན་ཏུ་སྐྱེས་པ་འབྲུམ་  
མེད་འོད་གྱི་ཟེར་མ།

ཉེ་ཆར་ཚུ་ཨྱི་འབར་ཟེར་བའི་གྲིས་སློབ་མ་ཅན་ཞིག་གིས་རང་གིས་མ་ཤེས་པ་  
རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ནང་བའི་བསྟན་པ་རྒྱ་གར་དེ་རྗེ་གདན་གྱི་དབང་ས་ལྟ་བུར་  
ཕྱོག་ཆགས་ཕྱོག་སྐྱར་གྱིས་སོ་འདེབས་པའི་རང་ཚུལ་བཞིན་སྐྱོན་པོ་སྣོད་ཁམས་  
ག་ཤིས་སུ་རྫོགས་པ་ཅན་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཨང་ཞེས་ཆབ་སྲིད་གྱི་ཁ་གཡང་  
བསྐྱབས་པ་ལྟ་བུའི་ཚོམ་ཉོག་འཆལ་བོ་ལྟར་རིགས་གཉིས་ཆར་ནས་དབྱུལ་བ་འདིའི་  
ཚིག་དོན་འབྲུགས་པའི་ཐད་ལ་སྐྱ་སེར་གྱི་ཕྱོགས་རིས་དང་གསར་རྟོག་གི་ཆགས་  
སྣང་ནས་པར་སྤང་ནས་སློབ་གཟུ་བོས་དབྱུད་ལན་ཞིག་སྤུལ་བར་འདོད་པ་ལ།

དང་པོ། ཁ་བྱང་དུ་བཞོད་པའི་རྟོག་འཇུག་དང་དཔྱོད་ཤེས་ཟེར་བའི་ཐ་  
སྟོན་གྱི་སྐབ་སྟངས་སྐོར།

དེ་སྐད་དུ་མཁས་པའི་དབང་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས་མིང་བརྟེན་རབ་གཙང་ཤེས་  
གྱི་མེ་ལོང་དོས། ལུན་སྐྱལ་རང་བཟའི་དུལ་གྱིས་གཡོགས་པ་གང་། དགག་སྐྱབ་སྲིད་  
གྱི་དར་རིང་སྤྱིས་པ་ན། རོ་མཚར་གཟུགས་བརྟན་འབྲུམ་སྤག་ཅི་ཡང་འཆར་ཞེས་  
གསུངས་པ་བཞིན་ཉེ་ཆར་བོད་རང་གི་སྐད་དང་ཡི་གེ་སོགས་རྒྱུན་སྐྱོར་ཚོགས་གྱི་  
དབང་གིས་ཉེན་རེ་ནས་ཉེན་རེ་བཞིན་འཇིག་ཉེན་གི་ལས་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐད་

འདིར་མེགས་ཉེས་སྒྲངས་དོར་གྱི་ཆ་ལ་མི་དཔྱོད་ཅིང་མི་ཤེས་ཤེས་མདོག་གིས་ཐ་  
སྟེད་གྱི་རོལ་ཅེད་ཁོན་ས་རང་མགོ་རང་གིས་གཡོགས་པའི་སྤྱན་འཛོམས་ཅན་ཁ་ཤས་  
གྱིས་ཐོད་རང་གི་བདེ་སྟོད་ཚོས་ཉིད་དང་ཡོངས་སུ་མ་ཐུན་པ། དུལ་སྲོལ་གོམས་  
གཤེས་དང་མངེས་དཔྱོད་ལྟ་བུ། སེམས་ཁམས་གྱི་སྤྲང་ཚུལ་སོགས་ལ་འབྲེལ་ཆེ་  
བའི་བདེ་དང་ཐ་སྟེད་ཚད་ལྡན་མང་པོ་ཞིག་རྒྱུ་གི་ལྟམ་བཞེན་དོར་ནས་ཚིག་དོན་སྲ་  
ཕྱི་འབྲེལ་མི་ཚགས་ལ་སྟེབ་སྒྱུར་གྱི་ཚོས་ཉིད་ལྷུ་ཚུགས་གྱིས་སིལ་བུར་གཏོར་བའི་  
རང་བཟོའི་མིང་བདེ་དང་ལྷག་པར་བུ་བ་གྲིང་སོགས་གཞན་གྱི་ཡིག་རིགས་ལ་ལད་  
སྒྲོས་པའི་ཐ་སྟེད་མང་པོ་ཞིག་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཁུལ་གྱིས་སྒྲ་དོན་གོ་  
ལོག་ཏུ་སྟེབ་པའི་སྲོལ་ངན་འདི་རང་ཉིད་གྱི་གསར་གཏོད་དང་གཟི་བརྗིད་དུ་སྒྲོམ་ནས་  
མགོ་བའི་ལྷ་བཞེན་བཀུར་བ་དེ་དག་གི་སྦྱང་ཁམས་སུ་ཅི་ཞིག་ཞུགས་སོང་བ་རེད་  
ཨང་། བདག་གིས་ཐོད་རང་གི་བདེ་དང་ཐ་སྟེད་སོགས་ལ་རང་བཟོའི་ཆ་གཏན་ནས་  
མི་མཁོ་ཞེས་བརྗོད་བ་མིན་ཉེ་དེའི་སྐོར་དང་བོའི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་སྤྱུ་རྟགས་ཅ་ཚིག་ན་  
གསལ་བོར་གསུངས་ཡོད་ལ་དེ་མིན་རྗེ་ལྷ་མའི་བྱ་དཀའ་བའི་ཀ་སྟེང་གི་སྐབས་སུ་འོ་  
རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་ཞེས་འབྲུང་བར་གཞིགས་ནའང་འདིའི་ཐད་ལ་ངེས་ཤེས་འདོངས་སུ་བ་  
བོདེར་མ་ཟད་མི་ཤེས་པ་ཡི་ཤེས་བྱ་ལ་རྣམ་གཞག་གྲེད་པ་མཚང་ཡིན་ཉེ་ཞེས་  
གསུངས་པ་བཞེན་སྒྲ་དོན་གཉིས་གྱི་སྒྱོར་སྟངས་གང་གི་ཐད་ལའང་སྟོའི་ཞིབ་འོས་  
དཔྱད་པ་ཅི་ཡང་མ་བསྟེན་པར་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་མི་ཤེས་བཞེན་དུ་འདོད་འདོད་ཅན་  
ཅན་གྱིས་སྲ་ཕྱི་མཚམས་སྤྱར་ནས་རྩོམ་གཞན་སྤྱི་གཤེད་བཞེན་གྲེད་པ་ནི་རང་  
གི་མཚང་ཡིན་པའི་ཁར་དེ་དག་གིས་ཐོད་གྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ལ་མངོན་སྟོག་གང་དུང་



གི་སྐོ་ནས་གཞོན་པ་དང་ཤུན་ཤུགས་རན་པ་ཅི་རིགས་ཤིག་ཐེབས་བཞེན་ཡོད་པར་  
 བསམ་གཞིགས་རེ་གནང་མ་སྤོང་བར་ཟད་ལ་བདག་གིས་སྤོང་བར་འདོད་པའི་རྟོག་  
 འཇུག་དང་དཔྱོད་ཤེས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་གཉིས་གོང་དུ་སྤོང་བཞེན་པའི་གནད་དོན་  
 དེ་རིགས་ཀྱི་གལ་ལ་མངོན་པར་འགྲུང་འདུག་པས་དེའི་སྤེལ་སྤངས་སོགས་ཀྱི་ཐང་ལ་  
 དཔྱད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ་རྟོག་འཇུག་ཅེས་པའི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་པའི་ཚིག་སྤྱད་  
 ཡིན་ན་སྐོན་འབྱུང་སྟེ་རྟོག་པ་ནི་བསྐྱུས་གྲུའི་སྤྱི་དོན་སྐོན་མེ་ལས་སྐྱ་དོན་གང་རུང་  
 འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དེ་རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་དང་། ཡོངས་འཛིན་སེམས་བྱུང་  
 ལས་རྟོག་པ་གང་ཞེ་ན་སེམས་བའམ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་ཏུ་བརྗོད་པ་ཞེས་  
 གསུངས་བ་དང་། འཇུག་ཅེས་པ་དག་ཡིག་སོགས་ན་དོན་མང་བོ་ཞིག་གི་རབ་དབྱེ་  
 ཡོད་ཀྱང་འདིར་རྟོག་དང་འཇུག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་གཉིས་བཅའ་ཤུགས་ཀྱིས་ལྟན་ཏུ་  
 སྤོང་སྤངས་ལ་དཔྱད་ན་སྤི་ནས་ནང་ལ་འགྲོ་རུ་བཅུག་པའི་གོ་བ་ཅམ་གྱིས་མ་སྐྱར་ན་  
 དངོས་འགལ་བྱུང་འདུག་པ་རིགས་པས་དཔྱད་རུས་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་གོང་དུ་  
 བངས་པའི་མཚན་ཉིད་དེ་གཉིས་ཀྱི་རང་སྤོང་ན་འཛིན་བ་དང་འཚོལ་བ་གཉིས་ཀྱི་རུས་  
 པས་འཇུག་པའི་གོ་དོན་བསྐྱུན་འདུག་ཅིང་སྤྱར་ཡང་འཇུག་ཅེས་བཅའ་ཤུགས་ཀྱིས་  
 སྐྱར་ཆེ་བསྐྱར་སྐྱོས་ཀྱི་སྐོན་འབྱུང་བ་མ་ཟད་དོན་གོ་ཚུལ་གྱི་སྤོང་ནས་ཀྱང་འབྱུང་བ་  
 ཚེན་བོ་འབྱུང་བའི་གནད་འདི་རྟོགས་དགོས་པར་རིགས་སོ་འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་མོད་ཀྱི་  
 རྟོག་དང་ཡི་གེ་གང་རུང་ན་མངོན་པའི་བཞད་གང་དང་མཐོན་མཐིང་སོགས་པན་ཚུན་  
 གོ་དོན་སྤྱི་སྤྱི་གཞི་མཐུན་གྱི་ཐ་སྙད་དེ་དག་ཅེས་ལུང་འཕྲེན་སྤྱིད་ཀྱང་དེ་རྣམས་ནི་མི་  
 རིགས་རང་གི་རྟོག་དང་ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་རྣམས་ལས་མི་རྣམས་ཀྱི་དག་གི་རྒྱུན་ལ་

ཆགས་ནས་དུས་ལུན་ངེས་ཅན་ཞིག་འགོར་ཟེན་པས་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་  
ཤེས་མཁན་སྲུང་གྲང་དོན་གོ་བུས་པའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ་གཅིག་སྟེང་དག་དང་རྩོམ་  
རིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོག་གི་མངོས་ཉམས་དང་དོན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་མྱ་ལྟག་གི་  
བུས་པ་ཆེར་ཐོན་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ནས་གསལ་བོར་རྟོགས་བུས་སོ། དེ་བཞིན་  
དཔྱོད་ཤེས་ཞེས་པའི་ཐ་སྟེང་གྲང་གོང་དང་འབྲ་བར་དཔྱོད་པ་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་  
སྟེང་ཡིན་ན་སྒྲིབ་འབྲུང་སྲིད་གྲང་འདིར་ཡིག་ཆོགས་བསྐྱུངས་ཕྱིར་མ་གྲིས་སོ། དེའི་  
གནད་ཀྱིས་བོད་རང་གིས་སྡོན་གྱི་དུས་ནས་བཟུང་ཆོད་ལྡན་དང་གཅིག་གྲུང་གྱིས་  
བཀོལ་སྟོན་གནད་བཞིན་པའི་བརྟེན་དང་ཐ་སྟེང་ལ་གོ་བ་ཟབ་མོ་ཆགས་པ་སྡོན་དུ་  
བཏང་བའི་མང་གཞིའི་སྟེང་ནས་མིང་བརྟེན་གསར་བའང་མེད་དུ་མི་རུང་བས་གཞུང་  
ལུགས་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ནས་གསར་བཟོ་བྱེད་པ་ལས་རང་ཉིད་  
གཅིག་ཤུར་དབང་བའི་བརྟེན་དང་ཐ་སྟེང་དུ་གྲུང་བའི་དགོས་མེད་ཀྱི་བསམ་མཁོ་དེ་ཆོ་  
བསྐྱུང་ན་སྟེང་སྟེ་དེའི་རྗེས་སུ་ཉོལ་རྒྱུགས་བྱེད་པ་ནི་འདུག་སྟོག་གི་སྟོ་མིག་ཀྱང་  
ནས་སྟོངས་བའི་རྟོགས་ལས་མ་འདས་སོ།།

གཉིས་པ། རྟོག་འབྲུག་གི་དཔྱོད་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་བརྟེན་ལྷན་དོན་གྱི་རྣམ་།

དེ་ལས་མི་ལ་རས་པ་ནི་གྱི་ཁ་དང་བདུད་རིགས་གང་ལའང་མི་སྐྱབ་པའི་ངེས་  
དོན་གྱི་སྐང་བ་སྐྱ་རུ་འབྲེན་བུས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་དཔལ་བོ་ཡིན་ཟེར། སྐྱིར་དཔལ་བོ་  
ལ་རིགས་མང་བའི་རབ་དཔྱེ་ཡོད་གྲང་ཁྱོད་ཀྱི་འཆད་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་  
ངེས་དོན་གྱི་དཔལ་བོར་(མོ་རྟོག་ལ།) མི་འགོ་ལ་འཁོན་སྟོག་པ་དང་མཁར་བརྟེན་གསལ་བའས་  
རས་ལེབ་ཐ་རྒྱུང་སོགས་གྲོན་པ་ཅམ་གྱིས་གྲང་ངེས་དོན་གྱི་དཔལ་བོར་མི་འགོ་སྟེ། དེ་

ལ་རྗེ་ཞབས་དཀར་བའི་རྣམ་དཀར་ལས་སྡོན་བཏུ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་སྐྱེ་  
 མེད་ཞིག་རྒྱ་ནག་ཏུ་མེབས་དུས། ཉིན་ཞིག་གོང་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཁྱེད་ཆོའི་པོད་ལ་སྐྱེ་  
 བོ་རྒྱུ་པོ་སྐྱེ་བྱུང་འདུག་ཅེས་བཀའ་མེབས་པ་ལ་ཁོང་གིས་རྗེ་བཏུན་མི་ལ་རས་པ་  
 ཟེར་བའི་རྒྱུ་པོ་ཞིག་བྱུང་འདུག་ལུས་པས། ཁོས་པོ་རྒྱུ་པོའི་བྱ་བ་གང་བྱས་འདུག་  
 གསུངས། ཁོས་དང་པོ་མཐུ་བརྒྱབ་ནས་མི་སྐྱེ་བཏུ་སོ་སྐྱེ་བས། སེར་བ་མཐུ་ནས་  
 ལོ་ཉོག་ཐམས་ཅད་བཅོམ། བྱ་བྱི་བྱ་བྱི་བཟངས་ལས་འདས་བ་བསད་བ་ཚོས་བྱས།  
 ཐོག་མར་རྗེ་ལྟོ་བྲག་མར་བ་ལོ་རྒྱ་བསྐྱེན་དུས་སྐས་མཁའ་དབྱུ་ཐོག་བཅིགས། རྒྱབ་  
 ལ་སྐྱལ་བ་གསུམ་ཐོན་རག་བར་དུ་རྩོ་ཁུར་ནས་བྲག་དཀར་རྩ་སའི་དབེན་གནས་སུ་  
 མི་ལོ་དུག་གི་བར་དུ་དཀའ་བ་སྐྱེད། ཤ་ཟད་བགས་པ་ལ་སྐྱེ་སྡོ་ཞོལ་ལེ་སྐྱེས་རག་  
 བར་དུ་སྡིང་རུས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམ་བས། རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་ཆེ་གཅིག་ལུས་  
 གཅིག་ལ་མཚོག་གི་དངོས་བྱུབ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནས། དངོས་སུ་ནས་  
 མཁའ་ལ་འཕྱར་བ་དང་། རྒྱ་ལ་མ་བྱིང་བ་དང་། ལུས་ལྟའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་སྐྱལ་ནས་  
 སྐྱེས་པོ་གཞན་ལ་སྡོན་བ་སོགས་རྩུ་འཕྲུལ་ཡ་མ་བྱུང་སྐྱ་ཚོགས་པ་བསྐྱེན་ནས། མ་  
 དད་ལོག་ལྷ་མེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་སྤང་བ་ཡང་རང་དབང་མེད་པར་ཚོས་ལ་བསྐྱུར་ནས།  
 མཚོང་ཐོས་རྒྱ་རེག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་བཀོད་པའི་  
 མཐར་གདུལ་བྱ་རྫོགས་པ་དང་། དབྱུང་ལོ་བརྒྱད་རྩ་བྱུ་བཞིའི་ལོར་རོ་མཚར་བའི་  
 ལྷས་དང་ཚོ་འཕྲུལ་དཔག་ཏུ་མེད་བ་སྐྱེ་བོ་པལ་བ་ཀུན་གྱི་མིག་ལམ་དུ་ཡང་གསལ་  
 བར་བསྐྱེན་ནས་ཐམས་ཅད་དད་པའི་སྐྱེ་ལོང་གཡོ་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་མཚོག་གི་ས་ཐོན་  
 བསྐྱེན་བཞིན་དུ་གང་ཟག་ལས་སྤང་དག་པའི་སྤང་འོར་སེང་གོ་དཀར་མོ་རྒྱན་དུ་མས་

བརྒྱན་པ་ལ་ཆེབས་ནས་རྗེ་རྗེ་པག་མོས་བཅེབས་མཐར་ནས་ཁྲིད་དེ་འོད་གྱི་ལམ་ལ་  
ཤར་སྲོགས་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་དུ་གཤེགས་སོང་འདུག་ལགས་ཞུས་བས་  
གོང་མས་ཀྱང་ལུག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས། འོ་དེ་མོ་རྗོད་མོ་བྱུང་འདུག་གསུངས་སྐྱད་ཞེས་  
བ་ལས་རྗེ་བརྒྱན་མི་ལ་རས་བ་ངེས་བ་དོན་གྱི་དཔལ་ལོ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཚུ་ལ་དང་  
དེའི་མཛད་པ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་བོར་གསུངས་འདུག་པས་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལོ་  
ཡིན་ཚུ་ལ་ལ་གསར་བཤད་གྱི་ཁ་བརྒྱལས་ནས་རྟོགས་སང་གྱི་མིག་ཆེས་ཆེར་སྤེ་  
ནས་དཔྱད་དགོས་པར་རིགས་སོ།།

ད་སྐབས་བོད་རང་ལ་མཚོན་ན་དཔལ་ལོ་ཞེས་པ་ནི་བསམ་སྲོ་གསར་བ་ཕྱིར་  
སྲོག་གེད་ཅིང་རང་སྲོན་མཚང་འབྲིན་གེད་ལུབ་པའི་སྣང་སྣོབས་ཅན་ཞིག་ལ་གོ་ན་  
མན་སྦྱུང་བེད། ཁྲོད་གྱིས་འཆད་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཅམ་པོ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་དཔལ་ལོར་འདོད་  
ན་ཁྲོད་ཀྱང་བོད་རང་གི་ད་ལྟའི་དཔལ་ལོ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་སྲོ་གསར་བ་ཕྱིར་  
སྲོག་པའི་བཟོ་ལྷ་སྣོན་ཅིང་རང་སྲོན་མཚང་འབྲིན་གེད་པའི་སྣང་སྣོབས་ཅན་ཞིག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མིན་ན་དེང་སྐབས་གྱི་གསར་བཤད་པར་རྫོམ་པའི་བསམ་སྲོ་ཚུའི་  
ལུ་བ་ལྷ་བུ་གསར་བའི་ཚུ་ལ་དུ་ལྷེ་སྣོད་སྦྱུང་ནས་བསྐྱབས་ཀྱང་སྤང་དོར་གྱི་སྲོ་གོས་  
ལ་མིག་དཔྱད་ཡངས་ཤིང་ཤེས་ཡོན་དང་ལྡན་པ་སུ་ཞིག་གིས་གསར་བ་ཡིན་པར་  
རྫོམ། དེར་མ་ཟད་དེ་བོང་ཅལ་འདྲོག་གི་དཔེ་བཞིན་གསར་བ་གསར་བར་བསྐྱབས་  
ནས་རང་གིས་བཤད་མ་སྲོང་བ་ཞིག་བཤད་ཞུལ་དང་རྟོགས་ཞུལ་གྱིས་མགོ་མོ་  
དགུང་ནས་གཤུགས་ནའང་དགོ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ཚང་གིས་ལེགས་ཉེས་མི་  
ཤེས་པའི་རྒྱན་པོ་པལ་བ་དག་ལ་སྣོད་ཁམས་ཆེ་བ་ནི་གཤེས་སྣང་འོ་ཞེས་གསུངས་པ་

བཞིན་མ་བརྟག་མ་དབྱུང་བར་གྱུ་ཚོམ་དུ་སྐྱེ་བའི་མཚང་འབྲིན་ནི་ཁྱོད་རང་གི་མཚང་  
 ཡང་ཡིན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མ་ལུ་འོག་ནས་ནར་སོན་ཅིང་ཡིག་  
 ཏུག་གི་བྱིན་རྒྱལ་ས་གཉེར་བའི་ཨ་མའི་བང་ནས་མི་རུ་སྐྱེས་བ་ཡིན་གཤེས། དེས་  
 བཞག་བའི་བག་ཚགས་ཉིལ་འབྱུ་ཅམ་ཡང་མེད་དོ་ཞེན་སྲུ་ཡིས་ཁས་འཆེས་ཏེ་རང་  
 ཅག་སོ་སྐྱེས་པལ་བ་རྣམས་འདམ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་འདམ་གྱིས་མ་གོས་ཞིག་མིན་  
 བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱིས་གྲུབ་བའི་ཁོར་ལུག་ན་འཚོ་བཞིན་ཡོད་པ་  
 རེད་ཨང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁ་གཡང་སློབ་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ན་ནང་བསྟན་རིག་གནས་  
 མཐའ་དག་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གཞི་རྩར་ཚོམ་ཞིང་དེ་དག་སངས་མེད་དུ་དོར་དགོས་པའི་  
 འོག་ཉོག་ཅན་གྱི་རུ་ཁག་གི་ཁྱོད་དུ་ཡོད་པ་གསལ་བོར་ངེས་ཀྱང་དེ་ནི་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 དབང་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདི་རྒྱ་ཞིག་ནི་ཁྱོད་རང་ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་ས་འོག་ནས་སར་བྱུང་ཅིང་ཐར་བའི་གོ་འཕང་གཏན་ནས་མི་གཉེར་བའི་བག་  
 ཚགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ནང་བསྟན་རིག་གནས་ཀྱི་བདུན་ཞེས་པ་གོང་དུ་  
 ཁས་ལེན་བྱས་ཡོད་དོ། དེའི་དབང་གིས་ངེས་ལྡན་དུ་རང་ཉིད་ངེས་ནས་གཞན་དག་ལ་  
 ངེས་པ་བསྐྱེད་བར་འདོད་པ་ནི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་སློ་བྲོས་ཀྱི་འཇུག་སློ་ཡངས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་གཉེར་བྱ་ཡིན་པ་བཞིན་རང་ཉིད་ལ་བཞེར་གཙང་བརྒྱབ་རྗེས་གཞན་དག་  
 གི་སློན་ཡོན་སྐྱེ་བ་ནི་བསྐྱོད་བདེ་འཇུག་ཡངས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཞིག་རེད་དོ་སྟེ། གཞན་  
 ཚོས་འདིའི་ཁྱོད་ནས་རྗེ་བཙུན་མི་ལར་སློན་བའི་ཚོ་ལོ་ཐོབ་ཚུལ་དང་སྐྱེ་ཞབས་ཞོགས་  
 དུང་ལ་སློན་བའི་ཚོ་ལོ་བྱིན་བ་ནི་སྟེར་བ་བའི་ལུལ་མི་འདྲ་ལ་སྟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་  
 མི་འདྲ་བ་གནམ་ས་ལྟ་བུའི་བྱུང་བར་ཡོད་ཀྱང་འདིར་དེ་ཞིག་ཡིག་ཚོགས་བསྐྱུངས་

ཕྱིར་ཞིབ་བ་མི་འགྲིལ་འདྲིའི་ཐད་དུ་ལུང་རིགས་གཉིས་འཛོམས་གྱི་གཟུང་གནས་  
དག་ལ་དབྱུང་བ་ཡོད་པར་ལྟ།

མདོར་ན་རྩོམ་པ་ལོ་ཚུ་ཨོ་འབར་ལ་ར་ཞི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་གྱི་སྐབས་  
འོག་ནས་སྐྱེས་ཤིང་དེས་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་འགྲེལ་རྒྱལ་དཀའ་བ་རྣམས་ལ་འང་  
བདེན་པ་ལྟར་མེད་བདར་ནས་ཞིབ་འཇུག་ལྷུ་སྟོང་འདོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ཚོས་སྤྲིའི་སྟོབ་  
གཉེར་བ་ཞིག་ལགས། སྐབ་ནས་རང་ཉིད་གྲགས་འདོད་པ་རོལ་དམའ་འབེབ་འདོད་  
པའི་ལྷ་རྩལ་གྱིས་ཁྲོད་གྱི་གསལ་རྩོམ་ལ་དགག་གཞག་སྟོབ་མིན་ལ་དེ་ལྟར་བཞི་བའི་  
ཀུན་སྟོང་གཏན་ནས་མེད། གང་ལྟར་མཇུག་འབྲས་མེད་པའི་གསལ་བ་ཤད་འདི་དག་  
རང་མི་རིགས་གྱི་ཚོས་རིག་གཉིས་ཆར་གྱི་རན་རྒྱེན་དུ་འགྲོ་བར་དོགས་ནས་བཟོ་  
སྐྱེང་གི་རྩལ་དུ་ཕྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་ལོའི་དམར་ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་གསུམ་པར་སྤུལ་བ་  
དགེའོ།

ཡང་ཡན་ཏུ་སྐྱུས་པའི་གཏམ་གནམ་རྒྱལ་ས་ཚོག་གི་འཁོར་ལོ་  
ཞེས་བྱ་བ།

དེ་ཡང་ར་རང་མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་བོད་ཡིག་སློབ་འབྲིང་ན་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་སློབ་བྱ་  
མང་བོར་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་ཤིག་ཏུ་སློབ་བྱ་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་འགས་  
བདག་ལ་དགག་ལན་ཞིག་གིས་ཡོད་ཅེས་ཤར་དུང་རིང་འབོད་པའི་སྐྱེར་གཉེར་དུས་  
དེར་ཞིག་སྤྲད་བྱུང་། སུན་ནས་ཀུན་སྲོལ་གཙང་མའི་ལོག་གི་རིག་གནས་བསྐོས་ལྟེང་འདི་  
ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ་སྣམ་ནས་དབྱུགས་ཐེངས་གཅིག་གིས་ཨོ་འབར་གྱི་ལྷགས་ཚོམ་དེ་  
ཐེངས་གཅིག་བསྐྱབས་པ་ན་ཡིད་སྐྱོ་ཞིང་ཞེ་སྐྱེང་བའི་ལུགས་རིང་ཞིག་མི་འཐེན་རང་  
འཐེན་རེད་དེ། མྱོང་ཚིག་གི་ལུང་པོ་གཏོས་ཆེ་བས་གནག་རྩི་ཆུན་པོའི་ཉར་གཏམ་གྱི་  
སློབ་པ་ལས་མེད་ལ། གང་རྒྱ་རྒྱ་གྱི་ཚིག་ཚོགས་སྤངས་དབྱས་པས་གོ་ཁའི་ཆུན་  
མོའི་ཁ་འཛིང་དང་མཚུངས་པ། སར་སྐྱུས་པའི་ལན་གྱི་གནད་བཟུང་ནས་དགག་སྐྱབ་  
ལ་མི་བཙོན་པར་མིག་ཚུ་བཤེར་བའི་སྐྱེ་སྐྱབས་འདོན་པ་དང་། མཚམས་མཚམས་སྐྱ་  
ཤེས་བ་སྲིད་ན་མི་གནས་པ་སྣང་ཁ་པོའི་འབྲུག་སྟོང་རང་དགར་སྤྲིར་བ་སོགས་དགག་  
ལན་སློབ་པའི་ལོས་སྐྱ་མི་ཆེ་ཡང་། ད་སྐབས་རན་ཏོགས་གྱི་དུག་ལོ་སྟོན་མོས་ས་སྟེང་  
ཁེངས་པའི་བར་སྐབས་འདིར་ཚོལ་རྒྱུར་རྣམས་གྱི་བསམ་བར་གཡོ་སྐྱོམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
གཤེས་མཛོ་སྐྱེལ་གཡང་ལྷུང་གི་ཉེན་ཁས་ཀུན་ནས་བསྐོར་བའི་སྐབས་ལ་ཁེལ་ཡོད་  
པ་དང་། ལྷུང་བར་དུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་གྱི་འཐིན་ལས་རྣམ་པར་དག་པའི་

གཙང་རྒྱན་རྣམས་ལ་བཟོ་བའི་བསམ་སྲོད་ཀྱི་ས་རྩལ་དབྱིངས་སུ་འཕྱུར་བར་བསམ་  
ནས་ཁོ་བོའི་ལྷགས་རྩོམ་དེ་ལ་ཀུན་སྲོད་གཙང་མ་དང་ཤ་ཚ་སྲིང་ཉེ་ཡི་སྐྱོན་ས་ལན་  
འགོད་ས་ལ། བསྐྱབས་ན་སུན་སྤང་དང་ཐོབ་བྱའི་དཔེན་པའི་ཤོག་ལྡེབ་བཅུ་བཞི་ཙམ་  
པོར་འབྲུ་ནག་གཏོང་འདེད་ཀྱིས་ལན་འདེབས་རྒྱ་མ་རྩེད་ས་མིན་ཡང་ཁོམ་པའི་  
སྐབས་མ་བྱུང་བ་དང་ལན་མ་ཐེབས་པར་འདོད་ན་ཕྱིས་དངོས་ནས་ཐུག་འཕྲད་ཀྱི་  
སྐབས་བཙལ་ཏེ་བཟོ་སྲིང་བྱས་ཚོགས་བཅས་དགོངས་འཇགས་མཛོད། ཐེངས་སྡོན་  
མར་ཐུན་ནས་བྲིས་པའི་འབྲུལ་སེལ་འོད་ཀྱི་ཟེར་མའི་ཚ་རྒྱབས་དེས་ད་རེབ་རྒྱ་མི་  
འབར་གྱི་རྒྱ་མིག་རྩ་བ་ནས་སྐམ་སོང་བ་གང་ལྟར་ཡང་ད་རེབ་མི་འབར་དུ་འབོད་པའི་  
རྩོམ་ཡིག་« དགོངས་དོན་དང་དགོས་དོན། གཏམ་བཟོད་ལུང་བ »ཟེར་བའི་ལྷགས་  
རྩོམ་ཉོག་རིང་མ་དེའི་གནད་འགག་གི་ཚིག་ཁ་ཤས་ལ་ལན་འགོད་བར།

[དང་པོ] ཁོ་བོས་སྐྱོན་ཆ་ལ་མངོན་པར་སྲོགས་ཤིང་བཟང་ཆ་ལ་མིག་གཤམ་  
ཙམ་མེད་ཅེས་ཐེངས་སྡོན་མའི་ཁོ་བོའི་རྩོམ་ཡིག་ན་བཟང་ཆ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་བསམ་  
ཚུལ་བསྟན་ཡོད་ཡང་། སྐྱོན་རི་རབ་ཙམ་ལ་ཡོན་ཏན་ཉིལ་འབྲུ་ཙམ་གྱིས་ཡོན་ཏན་དུ་  
མི་བཅི་སྟེ་སྐྱོབ་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་སྒྲིག་ལྟ་བུའི་རྫོད་བྱེད་དང་བྲིས་པའི་དུད་མོ་ལྟ་བུའི་  
བཟོད་བྲལ་བདག་གིས་ཆེར་བསྟོད་ཀྱི་བགྱི་བ་མ་བྱས་བ་ཁྱེད་རང་ཐུགས་རྒྱལ་མ་  
བཞེངས་ཏེ་ཕྱིས་སུ་བསྟོད་པས་དགའ་བར་འགྱུར་བ་དང་སྤྲད་པས་ཐུག་པར་འགྱུར་  
བའི་བསམ་སྲོད་རིང་དུ་དོར་ལ་བཟང་ཆ་ཤུགས་ཆེ་བའི་ལྷགས་རྩོམ་གཞོངས་དང་  
བཟང་ཆའི་གྲགས་སྐམ་གྱི་མཚན་སྟོན་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབར་སྲིད་དོ། ཐེངས་སྡོན་  
མའི་ཁྱོད་ཀྱི་རྩོམ་ཡིག་ན་བསྟན་བཙམ་དང་འཇིག་རྟེན་ལ་མ་གྲགས་པའི་རང་བཟོས་



གྲི་ཐ་སྒྲུང་སྐྱམ་པོ་འགའ་ཤམ་ཤིག་ཡོད་པ་སྟོན་ནས་བཀག་ཐེབ་པ་དེ་དང་། ད་རེའ་  
 གྲང་གྲི་ལས་སྐྱབ་པ་ས་སྐྱས་གྲི་ཚུལ་གྲིས་རྟོག་པ་ནི་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཙམ་  
 དང་འཇུག་པ་ནི་ཤེས་པ་ཙམ་པོ་དེ་ཡུལ་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་པའོ། ཞེས་རང་འདོད་གྲི་  
 རྩོད་བཅོས་རྟོག་འཇུག་གི་ཚིག་སྟུང་ཡིན་པར་སྐྱབ་ཁུལ་གྲུང་གྲང་དེའང་ཤིན་ཏུ་མི་རུང་  
 རྟེ། ཚིག་སྟུང་ནི་སྟུང་པར་བྱ་བའི་ཚིག་དེའི་འབྲུ་རེ་རེ་ཡི་གཙུག་པོ་སོགས་གསལ་  
 བར་བྱས་ནས་སྟུང་རྒྱ་ལས་སྟུང་བྱའི་ཚིག་དེའི་བྱ་ཚིག་གི་མ་འོངས་སོགས་དུས་  
 གསུམ་གང་རུང་བཞེ་བའི་རྣམ་གཞག་ཁྲོད་གྲིས་གསལ་བར་བྱས་བས་སྐྱེ་བྱེད་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་རྟེ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ལ་བྱང་འཕགས་ཞེས་ཚིག་སྟུང་རྒྱག་དགོས་ཀྱང་  
 ཁྲོད་ལྟར་ན་བྱང་འཕགས་ཅེས་ཚིག་སྟུང་རྒྱག་རུང་ཉེ། འཕགས་ནི་འཕགས་ཀྱི་ད་ལྟ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །མྱང་བྱ་བསྟན་པ་དང་དོར་བྱ་བཙུན་པ་ལ་བསྟན་བཙུན་ཞེས་ཚིག་  
 སྟུང་རྒྱག་དགོས་ཀྱང་ཁྲོད་ལྟར་ན་བསྟན་བཙུན་ཞེས་ཚིག་སྟུང་རྒྱག་རུང་ཉེ། བཙུན་  
 བཙུན་ཀྱི་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །འདི་ལྟར་དང་པོའི་སྟོབ་དཔོན་དང་རྗེས་འཇུག་  
 མཁས་པས་མ་མཐུན་པའི་གནད་མང་པོ་ཞིག་དང་ཡིག་འོར་མང་པོ་ཞིག་འབྲི་རུང་  
 བའི་ལམ་སྟོལ་ཡངས་པོར་བྱས་བའི་ཆ་རྣམས་སུས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་འོས་  
 ལོ། །དེ་ལྟར་འཕྲོས་དོན་ཙམ་ལས་སྐྱབས་བབ་གྲི་གནད་ལ་འབབ་དགོས་ཉེ་ཐེངས་  
 སྟོན་མའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཚུལ་ཡིག་དེའི་རྩོད་བྱེད་གོང་གསལ་ལྟར་མགོ་ཁ་བྱང་ནས་བཅུམས་  
 ཉེ་རྟེན་འབྲེལ་ལོར་འདུག་པས་བཟང་ཆ་ལ་མིག་ཤར་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པ་དེ་དོན་ཡིན་  
 པ་དང་། བརྗོད་བྱའི་ཐད་ནས་མི་རིགས་འདིའི་ཆེ་སྟོག་གི་རྒྱུན་ལ་འབྲེལ་བའི་ནང་  
 བསྟན་ཤེས་རིག་དང་དེ་ཉིད་ལག་ཆར་སྟུང་ནས་འཛུམ་སྐྱིད་སྐྱིད་ཁྱད་པར་དུ་ཚོས་

རིག་གི་ལས་དོན་ལ་དུས་དུག་འཁོར་མོར་བརྗོན་པའི་མཁས་དབང་དག་གི་དགོངས་  
 པའི་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ཡོད་པའི་ཁོངས་རུལ་ཅན་སྐོར་ཞིག་ལ་བསྟོད་པ་ཆེར་གནང་  
 འདུག་པས་ཤིན་ཏུ་ཁྲིལ་མེད་དང་ངོ་ཚའི་གོས་གྱིས་བཏང་བ་མཐོང་ནས་བཟང་ཆ་མ་  
 རྟོད་པར་བཟང་ཆ་ལ་མིག་བཤར་མ་བྱས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་རེད། གཞན་ཁོ་  
 བོས་བོད་རང་གི་སྐད་དང་བརྗོད་ལ་རྩལ་ཅན་གྲང་ཆ་ཡོད་པའི་ཡིག་ངོ་ཚོད་པ་ཞིག་  
 ལ་མཚོན་ན་ཞེས་ཁོང་ཉིད་དེ་དག་ལ་གྲང་ཆ་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་གི་སྟེང་ནས་  
 གསུངས་འདུག་ཀྱང་སང་གོ་ཚོད་ཀྱི་གཡུ་རལ་ངོམས་ཚད་དུ་མེད་དེ། རྫོང་གསལ་བཅོན་  
 སྤྱི་གཞི་བོད་རང་གི་ཡུལ་སྐད་དངོས་མ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་དང་གོང་གསལ་  
 ཚིག་སྟུང་རྒྱག་སྟངས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་བརྟགས་པས་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། དེ་ལྟར་  
 རྫོག་ཞུགས་ལ་རྫོག་འཇུག་ཅེས་ཚིག་སྟུང་རྒྱག་སྟངས་དང་རྫོག་འཇུག་ཅེས་པ་དག་  
 བས་བརྗོད་པའི་ཆེ་སྐྱ་དྲག་བོར་ཡོད་པས་རེས་བརྗོད་ཅིག་དང་ཟེལ་ལྷགས་ཤིག་ཚིག་  
 རང་སྟེང་ན་རང་ཆས་སུ་བོན་ཡོད་ཅེས་ཟེར་ཡང་བོད་ཀྱི་ཚིག་སྟུང་ནི་དག་ནས་བརྗོད་  
 པའི་ཆེ་སྐྱ་དྲག་པ་དང་རེས་བརྗོད། ཟེལ་ལྷགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚིག་སྟུང་བརྒྱབ་པ་མིན་ལ་  
 དེ་ལྟར་དུ་འདོད་ན་གོང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་སྟུང་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལྟར་ཚིག་སྟུང་རྫོང་བས་  
 དང་སྐྱ་དྲག་ཅིང་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་མཚར་ཤོ།

[གཉིས་པ] ཁོ་བོས་རྫོག་འཇུག་དང་བཞད་གད། མཐོན་མཐིང་གཉིས་ནི་མིང་  
 ཚིག་གི་ངོ་བོ་དང་གྲུབ་ལུགས་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་སྣང་བེད། ཅིའི་སྤྱིར་མི་  
 འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལ་འདྲེ་ཤར་སྐོར་དང་སྤྱད་བྱུང་གཏོང་གི་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྣང་འགའ་  
 དངས་ཡོད་ཀྱང་འཐད་པར་མ་མཐོང་ཉེ། རྫོག་གི་ཁོངས་སུ་འཇུག་རང་ལྷགས་གྱིས་

ལྷུ་ཡོད་པ་འཁྲུལ་སེལ་ཡོད་ཟེར་ནས་སྐྱུ་བ་ཟེན་ལ་དེ་དང་། དེ་བཞིན་བཞད་ཀྱི་ཁོངས་  
 ལུ་གད་དང་། མཐོན་གྱི་ཁོངས་སུ་མཐིང་བཅས་འབྲུ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་དོན་གཅིག་  
 མཚུངས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་ལྷུ་བ་ལུགས་འབྲུ་བ་ལིན་ཏུ་གསལ་ལོ། དེར་མ་ཟད་བདག་གིས་  
 རྟོག་འཇུག་སྒྲོམ་སྒྲོན་ཏུ་སོང་ཡོད་ཞེས་པ་ལས་བོད་རང་ལ་སྤྱི་མོ་ནས་ཡོད་པའི་  
 བཞད་གད་སོགས་སྒྲོམ་སྒྲོན་མིན་པའི་སྐྱུ་བ་བྱེད་ཏུ་ངག་གི་རྒྱན་ལ་ཆགས་ནས་ལུན་  
 རིང་འགོར་བ་དང་ཆིག་གི་མཛེས་ཉམས། དོན་གྱི་སྤྱིང་བོ་འབྲིན་སྤངས་སོགས་ལ་སྤྱི་  
 ལྷུ་གིས་རུས་པ་ཐོན་ཡོད་པ་བཞེས་ཡོད་ཀྱང་འདི་ཅུ་ཀྱི་དོན་ཡང་མ་གོ་བར་མགོ་  
 བོ་འགལ་མེ་བཞིན་འཁོར་ཚུ་ལ་ལ་གཞིགས་ན་ལིན་ཏུ་སྤྱིང་རྗེ་བའི་གནས་སུ་མཐོང་  
 རོ།། གཞན་རྟོག་འཇུག་གོང་གསལ་བཞད་གད་དང་མཐོན་མཐིང་གཉིས་དང་མི་འབྲུ་  
 བ་ནི་བྱ་ཆིག་གཉིས་ཀྱིས་ལྷུ་བ་བ་དང་དུས་གསུམ་གྱི་རབ་དབྱེ་ཡོད་པས་ཡིན་ཟེར།  
 གོང་གསལ་མིང་ཆིག་དེ་གསུམ་འབྲུ་མིན་ནི་དོན་གྱི་སྤྱིང་ནས་བལྟས་པ་མ་གཏོགས་  
 རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་གྱིས་འབྲུ་མིན་བཏགས་པ་མིན་ལ་དེ་དང་ཆ་འབྲུ་བ་ནི་ཁྱོད་གྱིས་བྲངས་  
 བ་ནང་བཞིན་གསུང་བཤད་དང་མངའ་འབྲུན་སོགས་ཡོད་པས་སོ། ད་དུང་འདིའི་  
 རྟོན་ནས་ཁྲུངས་མ་སྤྱི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་ཆིག་ཆོགས་བསྐྱུངས་ཕྱིར་བཞག་ལ་སྐྱབས་བྱུང་  
 བ་ཕྱིས་སུ་རྒྱས་པར་སྤྱོད་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་ཡོད་དོ།།

[གསུམ་པ།] ཁོ་བོས་འཕོལ་ཚཱ་སོ་མ་དར་བཞིན་པའི་ང་ཚོ་ལ་མཚོན་ནའང་  
 ཞེས་འཕོལ་ཚཱ་ནམ་ཞིག་དར་བའི་དུས་ལ་འང་མགོ་བོ་ཕྱུན་ཏུ་མོངས་འདུག་པས་  
 སྤྱིང་རྗེ་བའི་ལུལ་དུ་འོས་ཀྱང་ད་དུང་སྐྱམ་ཚུ་གས་ཆེ་ཚུ་གས་ཀྱི་ལུང་འབྲེན་རིང་  
 ལུགས་ཀྱི་སྤོལ་ཀ་འཆང་མི་འདོད་ཅེས་ལུང་ཁས་མི་ལེན་པའི་གནད་ལ་དབྱུང་ན་རོ་

མ་ཡ་མཚར་བོ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཡང་དབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། འབོལ་རྩོམ་ནི་སྟོན་ཆད་གོ་སླ་  
བའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རིགས་ལ་གོ་ཡང་དེ་རི་བཞིན་མ་དེས་བ་དམངས་ཁོང་གི་ས་  
བརྟེན་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་བ་དང་། དེའི་སྟབས་ཀྱིས་འབོལ་རྩོམ་ནི་གོ་སླ་བའི་བཅད་  
ལྷན་སྟེལ་མའི་རྩོམ་རིགས་སྣ་ཚོགས་ལ་བྱ་བས་སྡེ་མའི་དུས་ནས་བཟུང་འབོལ་རྩོམ་  
ཡོད་པ་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་མིག་ལ་མ་བསྟན་ཀྱང་ཤེས་དགོས་བ་དང་ཁོང་གིས་བྲིས་  
བའི་ལྷན་སྟེལ་རྩོམ་འདི་རིགས་ལ་འབོལ་རྩོམ་ཞེས་བོས་ཚོག་ན་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱིས་  
གཏམས་ཤིང་རྗོད་བྱེད་ཚིག་སྦྱོར་སྟུན་བའི་དམངས་ཁོང་གི་གོ་སླ་བའི་རྩོམ་རིགས་དེ་  
དག་ལ་འབོལ་རྩོམ་དུ་མི་འབོད་རང་འབོད་ཡིན་པས་འབོལ་རྩོམ་ད་སོ་མ་དར་བ་མིན་  
བ་ཤེས་སྤུལ་ལ་ཚུལ་འདི་ཅམ་ཡང་མི་མཁྱེན་ན་ལྷུང་ཁས་མི་ལེན་བའི་ཚད་དུ་སྟེབས་  
ཡོད་མེད་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་བག་ཡོད་དུ་སྟོན་དང་རང་གཞན་ལ་མན་བཏགས་བ་  
ཡིན་ནོ།།

[བཞི་བ] ཡང་ཁོ་བོས་དགོ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ཚང་གི་མི་འཛིགས་སེང་  
གོ་ང་རོན་དགོ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ཚང་གི་རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགག་  
ལན་ཡོད་པ་ལ་འདི་ལྟར་སྟེ། མཁར་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཡིན་ཅུང་བོད་མི་  
བྱིངས་ཀྱི་དག་གི་འགྲུག་ལྷན་སྟེལ་དང་སྤྱི་ཡི་ལེན་ལྷན་སྟེལ་ལ་དེ་འདྲའི་སྤྱན་མཉམ་མ་  
བཞག་བ་དང་རྟོག་དཔྱོད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་མ་དགོངས་བ་འདྲ་བས་ཚིག་གི་རོལ་ཅེད་རྒྱང་  
དུ་ཟད་ཟེལ། ལྟོས་དང་། ལྟོང་རྗེ། ལྟོང་ཁམས་ཆེ་ཚུལ་ལ་ལྟོས་དང་། ཚུལ་འདི་ལྟ་བུའི་  
ལྟོང་ནས་བྱིས་སྟོང་མ་ཅན་ཞེས་འདོགས་ཅུང་བ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཏེ། བྱིས་བ་ལ་ཚན་  
པོའི་རྒྱས་དྲངས་བའི་བྱིས་བ་དང་མཁར་བའི་རྒྱས་དྲངས་བའི་བྱིས་བ། འཕགས་བའི་

རྒྱས་པ་དང་ས་པའི་བྱིས་པ་བཅས་གསུམ་ཡོད་པས་སློབ་མཁན་དག་གིས་གང་ཡིན་  
 མིན་ལ་ཡང་ཡང་དཔྱོད་དང་། རྫོགས་དག་བཤེས་ཚང་གིས་འདྲིལ་རྟེན་གྲགས་པའི་  
 ཀུན་རྫོབ་མ་བརྒྱལ་ཅིག་ཅེས་པ་མ་རྟོག་པ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་ཁྱོད་འབྲེལ་ཆོག་སྲུང་གི་རྣམ་  
 གཞག་གསར་གཏོད་མཛད་ནས་ཆོག་གི་སྲུངས་བ་སྡོན་ཏུ་སོང་མེད་པའི་ཆེ་ཆུགས་  
 ཅན་རྣམས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ཤིང་ཆེ། རི་སྐད་ཏུ་ས་སྐྱ་བཏུ་ཆེན་གྱིས་ཆོགས་ཀྱང་  
 སྤྲིགས་ལེགས་མི་ཤེས་ན། དོན་བཟང་སློབ་ཀྱང་ཅི་ཞིག་དགོས་ཞེས་དང་། སློབ་དཔོན་  
 ལྷ་སྐྱབ་གིས། ཆོག་རྣམས་བརྗོད་འདོད་ཏེ་ཏུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་བརྒྱལ་ས་ཤིང་དེ་ལྷོ་སྐྱབ་  
 ཞིག་མ་བརྒྱལ་པར་སྐྱ་བུ་དཔེ་ན་སྡོན་པའི་བརྒྱན་བཅོས་བཞིན་ཞེས་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་  
 ཆོག་སྡོན་འགྲེལ་ཆ་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པས་རྫོགས་དག་བཤེས་ཁོང་གིས་དགག་  
 ལན་གནང་བ་དེའི་སྟེང་ནས་ང་ཆོའི་གངས་སེང་ཞེས་ཆོག་སྲུང་རྒྱལ་སྲུངས་དང་ཆོག་  
 ལ་ཞིབ་ཆ་འགོད་སྲུངས་སོགས་གཙོ་བོར་གསུངས་བ་མ་གཏོགས་ཁྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གི་  
 འབྲུག་ལུགས་སོགས་འདྲིལ་རྟེན་གྲགས་པ་ལ་སྐྱབས་མཉམ་མ་བཞག་པ་ག་ལ་ཡིན་  
 འོ། དགག་ལན་ཏེ་ཆོག་གི་འདོད་ལེན་སོགས་སྟོན་པའི་བརྒྱལ་ས་ཆོས་མིག་དཔེར་རྒྱང་  
 བ་དེ་ལྷ་སྐྱབ་ཆོག་གི་འོས་ཅིང་རྒྱང་ཏུ་ཟད་ན་ཁྱོད་གི་གཏམ་བརྗོད་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
 འབྲུག་གི་དཔྱོད་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སྲུངས་ཀྱང་འོས་པ་དགོན་པས་ཤིན་ཏུ་པངས་  
 སོ།

[ལྷ་བ] མིང་བརྗོད་ཐ་སྲུང་དག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་གཏུ་ཆོགས་དང་ཆོས་  
 ལུགས་གཞུང་དོན་ལ་པར་བསྐྱབ་ཅི་སྐབ་བྱས་ན་དངོས་ཡོད་འཚོ་བའི་མིང་བརྗོད་ཐ་  
 སྲུང་གྲུ་ལོ་མ་བ་དང་ཏུན་ཏོང་གཏེར་ཡིག་གི་ཐ་སྲུང་གད་སྤྲིགས་སྐྱབས་སྐྱམ་ཏུ་མི་

འཕེན་རང་འཕེན་དུ་འགྲོ་བེད། དེ་ནི་དམར་ཕྱོགས་པ་ཁ་ཅིག་གི་ལྷ་རྩལ་ལས་ཅི་ཡང་  
 མིན་ཏེ་གི་གཅིག་ལུ་ལས་འབྲེལ་སྤྱི་ལྷན་མི་མཁོ་བེད་བ་དང་མཚུངས། སུ་ཞིག་གིས་  
 བརྒྱུ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཐ་སྤྱད་དང་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བཟུན་པའི་ཐ་སྤྱད་གང་  
 སྤྱིགས་སུ་འཕེན་པའི་ལྷ་རྩལ་བཏོན་བ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོག་འཇུག་དང་དཔྱད་ཤེས་ལྷ་  
 ལུའི་ཐ་སྤྱད་ནི་དངོས་ཡོད་འཚོ་བའི་མིང་བརྟུ་ལོ་མ་པ་མ་ཡིན་ལ་ཏུན་ཉོང་གཏེར་  
 ཡིག་ནས་ཐོན་པའི་མིང་བརྟུ་དག་གི་གྲུ་དུ་འབྲེལ་བ་ནི་ཁྱི་མིང་ལ་སེང་གོ་བཏགས་  
 བ་ཚམ་ལས་ཤེས་ལྡན་སུ་ཞིག་གིས་ཡ་མཚར་དུ་འདྲིན། དེ་ལྷ་ལུའི་ཐ་སྤྱད་གང་  
 སྤྱིགས་སུ་འཕེན་གྱིང་བོད་གངས་ཚན་གྱི་ངོ་མཚར་སྐད་ཆའི་བང་མཛོད་ལ་གཞོན་  
 བ་སུ་ཚམ་མེད་པའི་ཁར་མན་ཁེ་ལོན་ཏུ་ཆེཤོ་བཅོས་སྐྱུར་མཁན་པོའི་སྐྱུག་ཅེ་མ་རེག་  
 པའི་དུས་རབས་བཅུ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྒྱུ་དེ་གི་  
 གཏན་ཚིགས་དང་འགལ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས། ཐ་སྤྱད་ཁ་ཤས་ཚམ་མི་མཐུན་ཟེར་རམ།  
 བརྟུ་ཅིང་དཔྱད་པའི་སྐོ་ནས་ཁ་ཚོན་གཅོད་རྒྱ་ལས་གསར་བཤད་ཁ་ཤས་ལ་འབད་  
 བ་ནི་དོན་སྐོ་ལོན་ཏུ་རྒྱང་ལ་རང་གི་འདོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་འོངས་ན་ཨ་མའི་སྐྱེ་ཡང་  
 འབྲེལ་པའི་རང་རྩལ་ནི་ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལོན་ཏུ་ཕངས་སོ།།

[རྒྱག་པ།] ཁྱོད་ལ་སྐྱེ་བོ་ཚོས་སྤྱི་ཞེས་བོས་བ་དང་ཁོ་ལ་གྱིས་སྤོ་བེད་མ་ཚན་ཞེས་  
 བཏགས་པ་འདྲ་མཉམ་མིན་ལ་ཁོ་བོར་དམའ་འབེབས་མཚོང་རྒྱུ་གི་ལུང་ལ་གྱུས་  
 ཡོད་ཅེས་འཁར་ར་དང་སྤྱི་སྤྱིགས་བཏོན་ཡོད། དེར་ཁྱོད་རང་ཁོམ་པའི་སྐལ་ཤར་གྱི་  
 སྤྱན་དུ་གྱུར་ནས་མ་མཚོང་བ་མ་གཏོགས་སྐྱེ་བོ་ཚོས་སྤྱི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་རང་ལུགས་འདྲིན་  
 བ་མཚའ་དག་གིས་དམའ་འབེབས་དང་འབྲུ་སྤོད་ཀྱིས་ནང་བསྟན་ཤེས་རིག་ལ་མོས་

བ་ཅམ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱ་ལོ་དག་འགོག་པར་འདོད་པའི་སྐྱོར་ངན་གྱི་ཚོ་ལོ་ཞིག་སྟེ།  
 བདག་གིས་བསམ་སྐྱོར་ངན་པ་དེའི་འོག་ནས་ཐན་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་ལོ་ཚོས་སྐྱ་འཕྲ་  
 སྟོན་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་བདེན་པ་བདར་ནས་ཞིབ་འཇུག་ཞུ་སྟོན་  
 འདོད་ཅེས་བསམ་ཚུལ་བསྟན་པ་མ་གཏོགས་སྐྱ་ལོ་ཚོས་སྐྱ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་དེ་ཡ་  
 མཚར་ཡིན་པས་རང་ལ་སྐྱར་བ་མིན་པ་སུ་ལའང་གསལ། རྩོད་ཀྱིས་སྐྱ་ལོ་ཚོས་སྐྱ་  
 ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་ཡ་མཚར་ཅན་ཞིག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་རྩོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྐྱོར་པའི་  
 རྒྱུ་གས་ལོ་དག་གི་ཁ་ནང་ལ་ཐལ་བས་བརྒྱབ་པ་ཡིན་པས་རང་ལུགས་གཏད་སོ་བོར་  
 ཅིང་ཤིན་ཏུ་མྱེལ་མེད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་མ་ཡིན་གང་།

ཞེས་གོགས་པོ་ཚུ་ཨིའབར་གྱི་ལྷགས་ཚོམ་ལས་གནད་འགག་གྱི་ཚིག་ཁ་ཤས་ལ་ཐེལ་ཐེང་  
 གི་དུས་ཚོད་བར་ནས་ཤར་མར་ལན་བརྒྱབ་པ་འདིས་ཀྱང་ཀུན་སྟོང་གཙང་མའི་འོག་གི་རིག་གནས་  
 བཟོ་སྐྱེད་སྤར་བ་ཞིན་རྒྱས་པ་དང་དགོས་པའི་དབང་གིས་ཀྱང་བཟུང་བོ་འགའ་རེ་ཤོར་ཡོད་སྟེ།  
 ཀྱང་དགོངས་ཚོས་ཀྱི་བ་སྐྱ་གྱེན་དུ་མི་གཟེངས་པར་ཞུ་ཞེས་མང་རའི་སྐྱ་ཚང་དགོན་ཆེན་ནས་ཕྱི་  
 ལོ་༢༠༠༦་ལོའི་ཟླ་༡༣་ཚེས་ ༡༣་ཉིན་ཤར་མར་བྱིས་ཏེ་ཕུལ་བཤོ།

ལྷན་ལན་དམིགས་བརྒྱུ་མའི་བཞི་ལན་དམིགས་བརྒྱུ་མི་སྲིད་  
 དཀར་དཀྱིགས་པའི་ཆར་གྱི་སྒྲིབ་ཐོ་ཞེས་བྱ་བ།

རྒྱལ་སྤྱིའི་འགོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཡོངས་ཁྲུབ་གསལ་བསྐྲུགས་པས་སྤྱེ་བོ་རེ་  
 རེར་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་དང་བསམ་ཚུལ་ཐད་བརྗོད་ཀྱི་རང་དབང་ལ་སྤྱོད་པའི་ཐོབ་  
 ཐང་ཡོད་གསུངས་པ་ལྟར་བདག་གིས་ཀྱང་མངོན་གྲོགས་སྤྲུལ་ལན་དམིགས་བརྒྱུ་  
 མའི་བྱེད་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སློབ་ལྟ་ཚུལ་ལ་གྲུས་བཀུར་ལྷུ་ལྷུ་ཡིན། དེ་ལྟར་ལྷུ་  
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན་ང་ཚོ་ནི་འཛམ་གླིང་ས་སྐང་རིམ་མོ་འདིར་འགོ་  
 བ་མའི་རིགས་སྤྱུ་སྤྱེས་བ་འདྲ་མཚུངས་ཡིན་པས་མི་སྐྱེར་རོས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་དང་བསམ་  
 འདུན་ཁོ་ནས་གཞན་དག་གི་རང་དབང་ལ་དོག་བརྗེས་གཏོང་བའི་དམིགས་ལྷུ་ལ་  
 གཏན་ནས་མེད་ལ་བྱུང་བར་དུ་ཐོད་ཞེས་པའི་བྱུ་བ་ཆའམ་ས་ཐོན་དེ་ཉིད་སེམས་སྤྱུ་  
 ཡོད་པ་ནས་རང་པོ་གཞན་གཞོན་ཀྱི་བསམ་སློབ་དེ་འདྲ་ཆགས་ན་གཏན་ནས་འགྲིག་  
 རྒྱུ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་འགོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་ལས་ཀྱང་བསམ་སློབ་དང་བསམ་ཚུལ་ཐད་  
 བརྗོད་ཀྱི་དབང་ཆ་ཡོད་ཟེར་བ་ལས་དེ་ཉིད་ལ་སྤྱེ་བོ་སྤྲུལ་ཀྱང་ལན་སློབ་མི་ཚོག་  
 གསུངས་མེད་པས་ལན་སློབ་པ་དེ་ནི་བདག་གིས་ནས་ཡང་པ་རོལ་པོར་གྲུས་བཀུར་  
 དང་བརྗེ་འཛོག་བྱས་པ་ཞེག་ལ་རོས་འཛིན་ལྷུ་ལྷུ་ཡིན། དེའི་སྤྱབས་ཀྱིས་བདག་དང་  
 ནས་ཡང་རྒྱུ་འགལ་དུ་ལངས་ཡོད་པའི་གྲོགས་པོ་སྤྱུ་དང་གང་ཡིན་རུང་ཤ་མདོག་  
 དཀར་ནག་དང་དབྱུ་སྐྱ་དམར་སེམ། དབྱུལ་སྤྱུག་བཅོན་གཉོམ་སོགས་ལ་མ་བསྐྱོས་



བར་ནམ་རྒྱན་བྱ་སྤྱོད་དང་མཛེའ་བཤེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཟུང་ནས་ལྷ་ཚུལ་བཟོ་སྐྱེད་  
 རྱེད་རྒྱ་ཡིན་ལ་བཟོ་སྐྱེད་རྱེད་པའི་གོ་རིམ་ཁོད་བྱང་བདེན་དང་གནས་ལུགས་སོགས་  
 རྒྱབ་ཅུང་བཟུང་ནས་ལན་སློབ་རྒྱ་ཡིན། ལན་སློབ་དུས་ཀྱང་ལྷ་ཚུལ་ཡང་དག་ལ་  
 སློབ་སྦྱོང་དང་གཤེད་འཛོག་རྱེད་སྤིད་ལ་ལྷ་ཚུལ་མི་མ་སྤྱོད་སར་དགག་པ་ཚོ་ལོན་དང་  
 གཏོང་སྤྱུག་གིས་ལན་འདེབས་རྒྱ་ཡིན། འདི་འབྲེལ་སྐབས་སུ་མཛེའ་བཤེས་དང་སློ་  
 ལྷན་སྤྱོད་ཀྱང་སློ་ཁོག་ཡངས་པོར་བསྐྱེད་པ་དང་ཤུ་རེ་སོགས་གཞན་དག་རིག་  
 གནས་སྤྱངས་བ་ལ་བསྐྱེད་ཕྱིར་དུ་སྤྱོད་པའི་ཅེད་མཚར་དང་བཞད་གད་ཀྱི་གཏམ་  
 དག་ཀྱང་དམོན་པ་དང་སློ་བ་སོགས་སུ་བཟུང་བ་ཡིན་ནམ་རྒྱན་སློ་སྤྱུག་དོག་པོ་  
 དང་ཞེ་སྤང་སྤྱུག་དོག་སོགས་དགོས་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ལས་ནམ་རྒྱན་རང་  
 གཞན་གཉིས་ཀར་འཕེལ་རྒྱས་ཡོད་མི་སྤིད་པ་ཚོས་ཉིད་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་  
 བཟོ་སྐྱེད་བྱས་པ་བརྒྱུད་པན་ཚུན་ལ་གོང་བཀུར་དང་སློབ་སྦྱོང་། ལུགས་བསྐྱེད།  
 ཉམས་སྦྱོང་སོགས་བརྗེས་རེས་བརྒྱུད་ནས་སོ་སོ་བའི་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་སྤྱོད་མེ་ཚོགས་  
 སུ་གཏོང་རྒྱ་ལས་བཟོ་སྐྱེད་གི་མཐའ་མར་གྲུབ་མཐའི་འཕེན་འཁྲེལ་དང་རིགས་དུས་  
 གཚང་བཅོག་རྒྱ་སེར་ཁ་བྲལ། ལྷ་ཚུང་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་ན་དེ་ལས་སློ་  
 བངས་པ་མེད་པས་ང་རང་སྐྱེད་དོས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་རྩོག་བྱ་དང་སློབ་འཇགས་པོ་མོད་  
 མི་རིགས་ཀྱི་ནང་མིའི་ཁོད་དུ་མི་འཛོག་པའི་དམ་བཅའ་ནམ་ཡང་སྤྱིང་ལ་བཅངས་  
 ཡོད།

གཅིག

---

ཨོ་འབར་གྱིས་བརྒྱལ་བརྟག་དང་དགག་བཞག་ཅི་དོན་བྱ་མེད་དུ་བྱུང་བ་སོགས་

---

གསོས་སྤོན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུས་ཡོད་པས་ལྷ་ཚུལ་འདི་བདག་གིས་ཀྱང་དོན་བྱ་  
 མདུ་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་བཅི་རྒྱ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བཀལ་བརྟག་དང་དགག་བཞག་མོད་དུ་  
 བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པའི་ཀྱ་རེ་དང་བཞད་གད་ཀྱི་གཏམ་དག་ལ་སློད་པ་དང་ཚིག་  
 དན་སོགས་ཐ་སྙད་འགའ་བཅིན་ནས་བསྟད་བཏགས་ཏེ་བཟུ་ཤིས་སྤྲོ་ནག་མ་ཞིག་ལ་  
 ངོས་འཛིན་ཞུས་ནས་སྤོན་འབྲིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ་དེས་བྱི་རབས་པའི་སློ་ལ་བསྟད་  
 སློན་དང་ལམ་ལོག་ཏུ་འགྲོ་བར་ཡང་སེམས་ཚེགས་ཚེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་  
 སེམས་ཚེགས་གནད་བ་དྲིན་དུ་ཆེ་ཡང་རི་བོང་གནམ་དེབ་ཀྱི་སེམས་ཚེགས་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་མིན་ནམ་སྤུམ་སྟེ་ལྷ་ཚུལ་བྱི་མ་འདི་ངའི་སླེར་ངོས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་དང་མི་མ་སྤོན་པས་  
 སླེར་ངོས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ལན་འདེབས་རྒྱ་ཡིན། སྤྱིར་ན་བཀལ་བརྟག་དང་  
 དགག་བཞག་གི་སྤང་ཚུལ་ནི་བོད་སྤྱ་རབས་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་བྱུང་སྟོང་བ་ཞིག་  
 རེད། ལོ་རྒྱུས་ལ་བྱིར་བལྟ་བུས་སྟོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་  
 བཀལ་བརྟག་དང་དགག་བཞག་གི་སྤང་ཚུལ་སོགས་གསལ་བོར་མཐོང་སྟབས་ལ་དེ་  
 དག་གི་དགོ་སྤོན་ཀྱང་གསལ་བོར་མཐོང་སྟབས་པ་ཞིག་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་དག་གི་  
 མོད་དུ་སྐབས་ལན་རེར་སྟོག་དང་བསྟན་བ་རྒྱུན་དུ་བཙུགས་ནས་བཀལ་བརྟག་དང་  
 དགག་བཞག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ལ་འདི་ནི་རིག་གནས་སོགས་ཤིན་ཏུ་འཕེལ་རྒྱས་  
 སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ལས་སྤིགས་སློད་དང་ཚིག་མཚོན་འདེབས་པའི་  
 དོན་བྱ་ངན་པ་ཞིག་ཏུ་བཅི་ག་ལ་རུང་སྟེ་གཏན་ནས་མི་རུང་ངོ། འདི་དག་གིས་ཚོས་  
 དང་རིག་གཞུང་གི་ལྷ་བྱུབ་བཅད་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས་ཀྱ་རེ་དང་  
 བཞད་གད་ཀྱི་གཏམ་ཚམ་ཡང་མ་ཐེག་པར་དམར་འཛིང་བུས་བ་གཏན་ནས་མིན་པ་

གསལ་བོ་རེད། བྱད་པར་དུ་དུས་རབས་རིམ་གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་བཀའ་  
 བཏུག་དང་དགག་བཞག་གི་གསུང་ཚོམ་དག་ལ་མཇུག་པ་ཡིན་ན་ཀྱང་རེ་དང་བཞད་  
 གད་སོགས་ཚིག་སྣ་བཟེང་པོ་དང་ཁ་ཤོམ་དག་ནི་རྒྱན་ལྡན་གྱི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་ལས་དེ་  
 ལ་དོ་སྤང་མཇུག་མཁུན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བ་ནི་སྐབས་དེའི་དཔེ་ཆ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱད་ཚོས་  
 ཞིག་རེད་དེ། དེའི་སྤྲོད་ནས་བོད་ལྗང་རབས་པའི་རིག་གནས་པ་དང་དཔེ་ཆ་བ་མང་བོའི་  
 བསམ་བ་དང་སློབ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འདི་དག་ནི་མིག་  
 དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཅིས་མ་ཡིན། ཐ་ན་ད་ལྟའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་དག་གི་  
 ཚོས་སྤྱ་རྣམས་ནའང་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་བསྐོ་སྤྱོད་གི་སྐབས་སུ་གོང་གསལ་སྤང་  
 ཚུལ་དེ་རིགས་འབྱུང་སྤྱིད་ཀྱང་དོ་སྤང་དང་དམར་འཛིང་གྲེད་མཁུན་གཏན་ནས་ཡོད་  
 མི་སྤྱིད་ལ་དེས་ཏུ་ཅང་ཀྱང་ཡངས་དང་རང་དབང་ལྡན་པ་ཞིག་མཚོན་གྱི་ཡོད། དེ་རིང་  
 ཏུ་གཉིས་ཀྱི་བསྐོ་སྤྱོད་ལ་བལྟས་ན་པན་ཚུན་ལ་རན་གཏམ་ཅི་ཞིག་ལ་བ་ཡོད་པ་དང་  
 ཚིག་རྒྱབ་གང་དག་ཡོད་མེད་བཟངས་བཞེན་ཡོད་པ་རེད། འདིས་བོད་ལྗང་རབས་པའི་  
 ལུལ་བཞག་རིག་གནས་ཀྱི་རྗེས་རབས་པ་དག་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་དང་སློ་  
 ཞོག་ཤིན་ཏུ་དོག་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་བདག་གི་རང་ཚོམ་སྤྱ་མ་  
 བ་ཀྱང་རེ་དང་བཞད་གད་གྱི་གཏམ་ཁ་ཤམ་རེ་སྤང་བ་དེ་ནི་བཀའ་རྒྱན་ཆེ་བའི་བོད་ལྗང་  
 རབས་པའི་ལམ་སློལ་ཀྱང་ཅན་དེ་དག་ལ་ལད་མོ་གནང་བ་ཡིན་མ་གཏོགས་  
 བྱོད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ཉེ་སྤྲིགས་ཚོམ་དང་ཁ་ཚོད་སྤྲིག་དམོད་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ལ་  
 བདག་གི་མཇུག་སྐོགས་གང་ཉིད་རིག་གནས་དང་དཔེ་སློབ་ལ་བསྐྱུལ་སྤྱིར་ཡིན་པས་  
 དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས། འདི་འདྲའི་རིགས་ཀྱིས་སྤྱི་རབས་པའི་སློལ་བསྐྱད་

སྐྱོན་དང་ལམ་ལོག་ཏུ་འགྲོ་བར་སེམས་ཚེགས་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་སྐྱོ་  
 ཁྲིམ་གྱི་ཚད་གཞིས་བོད་ཕྱི་རབས་པར་དམའ་འབེབས་དང་གདེང་འཛིན་སྐྱུ་ཅམ་  
 ཡང་མ་བྱས་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་སྟེ་དོན་ལ་བོད་ཕྱི་རབས་པའི་ཁྲིམ་སྐྱུ་རབས་པ་ལྟ་བུ་  
 གཅིག་ཀྱང་འབྱུང་མི་སྲིད་ཞེས་ཁ་ཚོན་བཅད་པའམ་ཡང་ན་ཕྱི་རབས་པའི་སྐྱོ་ཁྲིམ་གྱི་  
 ལོན་ཏུ་དོག་པ་གསལ་བ་ཤད་བྱས་པ་ཡིན། ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དང་སྐྱོ་ཁྲིམ་གྱི་ཚད་  
 གཞི་ཁོན་པོ་བོད་ཕྱི་རབས་པའི་གནས་ཚུལ་དང་བསམ་སྐྱོད་སོགས་ལ་ཚད་བཟུང་  
 བས་སྐྱུ་སྐྱོམ་དང་ཐག་གཅོད་གནང་བ་ནི་འོས་སུ་མི་ཆེ་བར་བདག་གིས་འདོད་ལ་བོད་  
 ཕྱི་རབས་པའི་ཁྲིམ་ན་སྐྱུ་རབས་པ་ལས་བརྒྱལ་བའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་དགོས་ལ་ཀྱུ་རེ་  
 དང་བཞད་གད་ཐེག་པའི་རིག་གནས་པ་མང་བོ་དེ་བས་ཀྱང་ཡོད་དགོས་སོ།། གཞན་  
 ཁོ་བོའི་བརྒྱལ་བརྟུག་གི་ཚོམ་སྐྱུ་མར་ཉིད་ཀྱི་བརྩམས་ཚོས་ལས་རང་དང་ལྷ་ཚུལ་མི་  
 མ་ཐུན་པ་ཁ་ཤས་སྤོགས་སྐྱུར་བཀོད་དེ་དགག་བཞག་བྱས་ཡོད་ལ་མཚམས་  
 མཚམས་སུ་ཀྱུ་རེ་དང་བཞད་གད་ཀྱི་གཏམ་ཁ་ཤས་གང་ཉིད་ལ་ཕན་སྤེལ་བཀོད་ཡོད་  
 མོད་ལྷ་མེད་འབྲེ་མཐོང་དང་རི་བོང་རྩོ་བརྩུས་སུ་མཐོང་ཡོད་པ་ནི་མཚར་རེ་ཆེ་སྟེ་  
 བརྒྱལ་བརྟུག་དང་དགག་བཞག་གི་སྐྱབས་སུ་ཚོམ་བ་བོའི་སྐྱོན་དང་བསམ་ཚུལ་ལ་  
 རོས་འཛིན་ལུས་ནས་དོགས་སེལ་བྱས་མི་ཚོགས་ན་བརྒྱལ་བརྟུག་དང་དགག་བཞག་  
 དོན་བྱ་མཉམ་བུང་དང་གསོས་སྐྱུན་དུ་ཁྲོད་ཀྱིས་ཁས་ལུངས་བ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར།  
 འདི་འདྲའི་བརྒྱལ་བརྟུག་དང་དགག་བཞག་གནང་བ་ནི་ཡིག་རྩོམ་དང་འཛིན་ལུང་གིས་  
 པ་པར་ཞོག་ང་ཚོ་དང་སྐྱུ་མཉམ་དོ་མཉམ་ཡིན་ཞིང་རིག་གནས་དོན་གཉེར་ལ་ཐོས་པ་  
 འཚོལ་བའི་ཁ་ཡ་ན་སྐྱུ་དག་གི་སེམས་ལ་ཅི་ཞིག་འཆར་བ་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན། པལ་

ཆེར་ཨ་ཨ་ཇི་འབྲེ་སློ་ཁོ་ག་དོག་ཞིང་ནང་འགལ་གྱི་ཕུང་པོ་གཏོས་ཆེ་བའི་བརྒྱལ་  
 བརྟག་ལ་དུངས་བའི་མི་རབས་ཞིག་རེད་ཨང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཆར་སྲིད་སྟུང་། དེ་  
 ལྟར་ན་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་ཞིང་ས་འབྲམས་སྐྱམ་པ་འདི་ངོས་གཙང་ག་ཤིག་  
 ས་ཏུ་འགྲོ་འམ་ཡང་ན་ངན་རེངས་ཐ་ཚོད་ཏུ་འགྱུར་བེར་ན། སལ་ཆེར་བདག་གི་བརྒྱལ་  
 ཚོམ་སྤུ་མར་སློམ་ཡོད་པ་བཞིན་ངན་རྟོགས་ཀྱི་དུག་ལོ་སློན་མོ་འགའ་ཤས་ལས་ཅི་  
 ཡང་མི་སྐྱེ་བའི་ངན་རེངས་ཐ་ཚོད་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུ་རེད་བསམ་བཞིན་ཡོད།

གཉིས།

ཁོ་བོས་རྩོམ་དང་གཏམ་བཤད་དུས་ཚིག་དང་སྐད་ཆར་འདོར་ལེན་དགོས་  
 ཚུལ་དང་རྩོམ་ལ་བལྟ་ན་འདྲ་རྩོམ་ཡོངས་ཁྲབ་གྱི་ཉམས་ལ་ག་ཞིག་ས་ཉེ་མིང་བརྗ་ཐ་  
 ལྟར་དང་ཚིག་གི་བབས་ལ་དབྱུང་དགོས་ཞེས་རང་ལུགས་འདོན་གནང་མཛད་པ་ནི་  
 སྤྱིར་ན་ལེགས་བཤད་ཉིད་ཏུ་མ་ཐོང་མོད་ཐོག་མར་སོ་སོ་བའི་རང་སྣང་ན་དོན་དངོས་  
 སུ་དེ་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་མེད་ནི་དོགས་བའི་གནས་ཡིན་པ་ག་ཤས་ནས་  
 གསལ་བོར་མ་ཁྲེན་སྐབ་སྟེ། ཡང་ཁོ་བོས་ཁྲོད་ལྟར་ན་ཚིག་རྒྱང་བ་ཚམ་ལའང་རྒྱ་  
 རིམ་བ་བདུན་བཏབ་ནས་གཞན་གྱིས་བཀོལ་བདེ་སྤྱོད་བདེ་བུས་པ་ལ་སློར་མི་འབབ་  
 ཅིང་རྣར་གཟན་ན་ཞེས་ཚིག་ལ་བསྐྱེད་བཅད་བརྗ་གསུམ་བུས་ནས་ཚིག་གི་གཏན་  
 ཚིགས་དང་ཚིག་སྤྱི་སློལ་ཅན་དུ་གཏོང་བར་འབད་བ་ལའང་རྒྱ་རིམ་བ་བདུན་བཏབ་  
 བ་སོགས་ཤིག་ཏུ་མི་འཐད་བར་བསྟན་བ་ནི་ཉིད་གྱིས་རྩོམ་དང་གཏམ་བཤད་སྐབས་  
 ཚིག་དང་སྐད་ཆར་འདོར་ལེན་དགོས་ཚུལ་བཤད་པའི་ཁས་ལེན་དང་འགལ་བ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར། བརྒྱལ་བརྟག་དང་དགག་བཞག་སོགས་རྩོམ་ཡིག་སྐྱེལ་བའམ་གཏམ་གང་

ཞིག་བཤད་དུས་ཀྱང་བཀོལ་བདེ་སྲོད་བདེ་ཡིན་ཞེས་ལུང་བ་སོ་སོའི་སྐད་ཆ་དང་གྲོང་  
 ཆིག་སོགས་གོམས་སོལ་དུ་འགྱུར་ཆེན་ཁྱོད་སྒྲེང་ངོས་ལ་དེ་ལྟར་བདེ་སྐྱང་ཆེ་ཡང་  
 བོད་སྤྱི་བའི་སྐད་ཆ་སོགས་ཚད་ལྡན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་དགག་རྒྱུན་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས་ལྷིས་  
 ལུ་འདིའི་ཚོགས་ལའང་རྫོལ་མོར་འཆང་རྒྱ་ནི་གོས་སུ་འདེབས་སོ།། གཞན་སངས་  
 རྒྱས་སུ་འདེབས་པའི་ཁོ་བོའི་དབང་བཟོན་དེར་འདི་ལྟར་རིགས་པའི་ཅེད་མཚར་གྱི་  
 ཚུལ་དུ་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤྲོ་བ་གཞུག་ཆ་རྒྱུག་ཆ་རྒྱུན་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་ཆིག་གོང་འོག་འབྲེལ་ས་མི་འགྲོ་  
 བའི་སྐད་ཆའི་གནས་བབ་དབེན་པའི་ཆིག་རྒྱང་བ་ཞིག་འདེབས་བར་མི་འཐད་དེ། ལྷ་  
 གཞུག་གཉིས་ལས་གཞུག་ཏུ་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་ལ་གོང་འོག་གཉིས་ལས་འོག་ཏུ་འབྲེལ་ས་  
 འགྲོ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་སོ་སྤྱེས་  
 པལ་བའི་སངས་རྒྱས་གཉིས་གང་རུང་ལ་གོ་ན་ཆིག་ཞེས་ལན་བཏབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལྟར་དུ་མི་འགྱུར་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འཐད་ལྡན་དུ་ལན་བཏབ་རུང་གི་དགོངས་པ་བཏོན་  
 པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར། འགྱུར་ན་སངས་རྒྱས་སུ་འདེབས་ལྷུག་གཞུག་ཏུ་ཆ་  
 རྒྱུན་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་ཆིག་གོང་འོག་འབྲེལ་ས་མི་འགྲོ་བའི་སྐད་ཆའི་གནས་བབ་  
 དབེན་པའི་ཆིག་རྒྱང་བ་ཞིག་ཏུ་སྤྲོ་བ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་ན་སུམ་ལན་དམིགས་བཅེ་  
 མའི་བྱེད་པོས་ཀྱང་ཉིད་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་རིགས་ལམ་རྫོགས་འགྲོས་བསྐྱོན་  
 ལུགས་ལ་འཛིན་ཏུ་གཞབ་བར་རིགས་སོ་འདི་ཡང་ལུ་ཅག་ཕྱི་རབས་བ་དག་གིས་  
 དགོན་སྡེའི་རིག་གནས་དང་ནང་བའི་རིགས་ལམ་སོགས་ལ་དགོས་མེད་ཀྱིས་སུན་  
 འབྲུན་བྱས་ནས་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་འདྲིས་ཆ་མེད་པའི་ནང་ཆ་ཅམ་པོ་ཕྱི་ལ་བརྟན་བ་  
 མ་གཏོགས་ཏུག་པ་ཡིན་པར་ཐལ་སོགས་རིགས་ལམ་གཏོང་ཚུལ་ཡོད་པས་འདི་ཡང་

རོ་མ་ཁྱོད་ལྟར་དགོས་གཤམ་ཞན་པས་ཞིབ་པར་མི་སྐྱོལ་འདོད་ན་གཞན་ནས་ཤེས་  
 པར་བྲ། གཞན་བདག་གི་དགག་ཚེས་སྤྲོ་མར་ཚིག་དང་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་རིགས་པའི་  
 སྐྱུ་བ་བྱེད་དང་ལུང་གི་རྒྱ་བ་རྟེན་དཔེ་གསལ་བ་ཤད་དང་བཅས་ཡོས་འཆའ་འཆའ་དང་  
 ཤ་འཐག་འཐག་ཅིག་མང་རབ་ཏུ་འགོད་རྒྱ་ཡོད་མོད། དགོས་གཤམ་ཞན་པས་སྐྱུ་  
 ལེན་བསྐྱུངས་སོ། ཞེས་ཟེར་མོད་དོན་དངོས་སུ་བདེན་པ་ཡིན་ན་བདག་ལ་དེ་ལས་  
 དགའ་བ་མེད་དེ། རང་གི་སྐྱོན་དང་ནོར་འཕྲུག་དངོས་གནས་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཁས་ལེན་  
 དང་ཡོ་བསྐྱར་ལྷ་ལོས་ལ་སྐྱོན་དང་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་ལ་རིགས་པའི་གཞོན་  
 བྱེད་གཞོན་མཁམ་ཡོད་ན་གོང་བཀུར་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་ལོས་བ་ཞིག་རེད།  
 རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་དང་རིག་གཞུང་བརྒྱལ་བཏག་བྱེད་ས་ན་བྱེ་བྲག་གི་  
 དམིགས་བསལ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ཉིད་ནས་རོ་མ་རིགས་པ་ཡང་དག་དང་བདེན་དོན་  
 མཐའ་འཁྲོལ་སྐྱོས་བདག་དང་ལྟ་ཚུལ་མི་མ་སྐྱུན་སར་དགག་པ་ཚ་ནན་དང་སྐྱོན་ལ་  
 འཇུ་བ་མོ་བཅུགས་ན་བདག་གིས་ངོས་ལེན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་ལ་དོན་མེད་ཏུ་ཁ་ཤོམ་ཅ་མ་  
 འཐེན་བ་ཡིན་ན་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ཅོལ་རྒྱུ་སུ་ཞིག་ཡོད། རས་ནས་རྒྱུན་འཚོལ་  
 བཞིན་བ་རང་གི་ཞན་ཆ་ཁ་སྐོང་དང་ཤེས་རིག་འཕྱུས་ཚང་ཏུ་གཞོང་འདོད་བ་དེ་ཡིན་  
 པས་ཡོས་འཆའ་འཆའ་དང་ཤ་འཐག་འཐག་གི་གནས་སུ་གསལ་ཤིག་བསྐྱངས་རྒྱ་ཡོད་  
 བ་ནས་ཡང་རེ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་དགོས་པ་གཤམ་ཚེན་ཏུ་མཐོང་  
 བས་དགོས་གཤམ་སྐྱུར་ཡོངས་ཤིག་ཨང་། ཐེངས་འདིར་ཁོ་བོས་ཤ་བེན་སྐྱུ་བེན་གྱིས་  
 འཇམ་མགོན་ས་སྐྱུ་བའི་ལེགས་བཤད་དང་སྡེ་སྡིད་སངས་རྒྱལ་བའི་དྲུངས་ཤེས་མེ་  
 ཡོང་སོགས་ཡིག་ཆ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ལུང་གང་རྟེན་ཅིག་བཞོད་ནས་ནར་མི་འགོན་ཡིད་མི་

ཆེས་ས་ན་མཁོ་མི་སོད་ན་སོགས་རང་ལ་ཡི་རངས་ཤོར་བའི་གཏམ་དང་བཅས་སྤང་  
 བོར་ཞོར་བུ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའི་དགའ་སྤང་ཅིག་འདུག་པ་ནི་སྤྱིར་ན་དཔེ་ཆ་ལ་འབྲེལ་  
 འདྲིས་ཅུང་ཟད་བྱས་པའི་རྟགས་སུ་མངོན་པས་དགའ་འོས་པའི་གཏམ་དུ་སྤང་མོད།  
 འདྲིག་རྟེན་པའི་ཁ་དཔེར་ཤ་ཚོན་སོ་གནམ་ན་ཡོད་ཅུང་ཁྱི་སྟོགས་པར་པན་ཐོགས་ཅི་  
 ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར་ལུང་དོན་འདོགས་པའི་ས་ལ་ལྷང་སྐྱམ་པོ་ས་ཡ་ཁ་ཤས་ཡོད་ཅུང་རང་  
 མགོ་རྩུང་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་ལས་འོས་མེད་དོ་འདྲམ་མགོན་ཚོང་ཁ་བས་ལུང་ནི་དཔུང་  
 པའི་གཞི་ཡིན་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་མ་དཔུང་མ་བརྟག་པའི་ལུང་ནི་ལུང་འདྲིན་པར་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བཏགས་པའི་ང་ལའང་དགོས་པ་ཅང་མེད་གཤམ་ཡ་མཚར་དུ་མི་སེམས་  
 པས་དཔུང་པར་བྱ་སྟེ་རྟོག་འདུག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཅམ་ཀྱིས་ཡོད་པར་  
 མི་འགྲུང་ཉེ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་བོས་ཤིང་ཉོག་གི་ཁ་དོག་དང་གཟུགས་མཚུངས་པས་རོ་  
 མཚུངས་པར་སྐྱབ་པ་བཀག་པ་ནང་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོག་གསར་འདུག་བྱས་པའི་  
 དོན་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་མེད་པར་ཐལ་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་བཟོ་བྱས་པའི་རྟོག་པ་ནི་ཡུལ་  
 འདྲིན་པའི་ཤེས་པ་ཅམ་དང་འདུག་པ་ནི་ཤེས་པ་ཅམ་པོ་དེ་དངོས་སུ་ཡུལ་ལ་ཞུགས་  
 པའོ་ཞེས་པའི་དོན་གྱི་འདྲིན་ཚུལ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོག་གསར་འདུག་  
 བྱས་པའི་ནང་དོན་འདིས་འདྲམ་མགོན་ས་སྐྱ་བ་དང་སྟེ་སྟེད་པ་སོགས་མཁར་པའི་  
 ལུང་དེ་རིགས་ལ་གོ་བ་ལེན་མི་རུང་སྟེ་སྐབས་བསྐྱེད་ཀྱི་གོ་བ་གཞན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 སྐབས་བསྐྱེད་ཀྱི་གོ་བ་ལེན་དགོས་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་ན་རང་ལུགས་སུ་བགོད་ཡོད་  
 དེ་དེ་ལྟར་དུ་འདོད་དགའ་ན་ནང་འགལ་གྱི་ལུང་བོ་ཡིན་པར་ཁྱོད་རང་ཉིད་ནས་ཁས་  
 ལྡངས་པའི་ཕྱིར་རོ། སྤྱིར་ན་རྟོག་འདུག་ཅེས་པའི་སྐྱེ་དོན་གཉིས་སོ་འདྲིག་རྟེན་དང་



བསྟན་བཅོས་གང་དུང་ལ་གྲགས་ཡོད་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བཀོད་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་རིགས་དང་  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ལས་ཆེན་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་རྣམ་ཐར་དང་སྤྱི་མཉམས་གདམས་སྤྱི་ག་  
 སོགས་དུས་རབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉེ་ཅང་གསལ་བའི་ཡིག་ཆ་དག་ནི་ཉུང་མང་མོད་  
 ཁྱོད་རྣམས་ཀྱིས་སོག་གསར་འཇུག་བྱས་པའི་ནང་དོན་དེ་ཉིད་དུང་མི་སྐྱེར་ལ་མ་  
 གཏོགས་གྲགས་མི་ཆེ་བས་ཉིད་ཀྱི་གང་འབྲེལ་དང་ཅི་འདོད་འདོད་ཀྱི་བག་མེད་སློ་  
 བཟོ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་འཇུག་ཅེས་པའི་སློ་འཇིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་ཀྱང་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བྱས་པའི་དོན་ཉིད་དེ་ལྟར་དུ་མ་གྲགས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་མེད་པའི་སློ་བཟོའི་  
 ཆོག་སྤྱད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱེད་མེད་སློ་བཟོའི་ཆོག་སྤྱད་ཡིན་ཏེ་རྟོག་འཇུག་གི་ཐ་  
 ལྷན་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་ལས་མ་རྟེན་པའི་སྤྱི་དོན་དུ་རྟོག་པ་ནི་ཡུལ་འཇིག་པའི་  
 ཤེས་པ་སོགས་ལུ་ལྷག་ཐབས་ཟད་ཀྱིས་སློ་བཟོའི་ཆོག་སྤྱད་བརྒྱབ་ཅིང་ཕྱིས་སྤྱི་ག་  
 གསར་འཇུག་སོགས་ལ་ཁ་གཏུག་ནས་ལུང་སྐྱེས་ཁ་གསལ་སྤྱད་ཐོར་ལོར་དུ་ཐོབ་པ་  
 ལྟར་དུང་ལྟོགས་སྐྱོམ་མི་སེལ་ན་འདྲེན་དུ་ཡོད་དེ་ཞེས་ལུང་ལ་བཏག་དཔུང་ཀྱང་མ་  
 ལུས་པར་སོག་མའི་སོན་པོ་བཞིན་ཐབས་གཅིག་ཏུ་སྤྱངས་ཡོད། འདི་ལྟར་དོན་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་གིས་སྐྱེར་དོས་ལྷ་ཚུལ་ཅམ་པོ་སྤྱབ་ཅི་ལུས་ལ་འབད་ན་ལུང་ནམ་མཁའི་སྐྱར་  
 ཆོགས་ལྟར་བཟུ་ཡང་དོན་ཉིན་མའི་སྐྱར་མ་བཞིན་འགོ་བས་རྒྱ་རིམ་བ་བཏུ་གསུམ་  
 ཀྱི་ལུང་ལུ་གདབ་ནས་ཁེངས་ལོག་མི་བྱེད་པའི་ཤེས་ལྡན་སྤྱི་ག་ཡོད། ཡང་ཁོ་བོས་  
 མི་ཆོས་རིག་གནས་ཀྱི་མ་ལག་གསར་འཇུགས་བྱེད་སྐབས་མིང་བརྟམ་སྤྱད་ཀྱིས་  
 དཀའ་ཁབ་གང་མང་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཟེར་བར་གནས་ལུགས་ཡང་དག་ཅིག་མེད་པར་  
 བདག་གིས་འདོད་དེ། བོ་དོར་བས་པོ་ཉི་བརྒྱ་ལྷག་གཅིག་ལྷག་ཚེས་དུས་མིང་བརྟམ་

སྣང་གི་དཀའ་ཁག་ལ་འཕྲད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མེད་ཀྱང་ཨ་ལེགས་གྱིས་ས་རྒྱལ་ཞོད་  
འདྲགས་འཕྲི་དུས་དང་བྲེད་ཅག་གིས་མི་ཚོས་རིག་གནས་གི་མ་ལག་གསར་  
འཛུགས་གནང་དུས་དཀའ་ཁག་གང་མང་ལ་འཕྲད་པར་ཁག་མེད་དེ། བོད་གི་ཕུན་  
སྤུལ་ཚོགས་པའི་ཐ་སྣང་དག་སློ་ཁོག་ནས་བོར་བ་ཡིན་ནམ་རྒྱུ་དུས་དུ་སོང་ནས་  
བེད་སློད་མི་བདེ་བྱུང་བ་སོགས་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཚལ་ཡང་བརྟེན་བ་ལ་སོགས་  
གསར་བ་འཛུགས་པའི་དགོས་པ་སློ་ཁོག་བྲེད་ཅག་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་ངེས་པར་བདེན་ན་  
འཁྲོག་བཤའ་དང་གཟུ་ཕུལ་སྤངས་ནས་འཛུམ་གྲིང་ལ་ངོམ་དུ་རི་བའི་ཁ་སློངས་  
གཟུགས་ལག་གི་མཛེས་རྒྱན་དུ་བཤམས་པར་རིགས་པ་དང་རྒྱན་དུ་ངེས་ན་རུས་པས་  
ལ་རྒྱན་ཕུག་ཀྱང་རྒྱངས་ཁྲག་བཅུད་དུ་སློམ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཁོ་ནར་བཟང་དོ།

གསུམ།

ད་ལྟ་བོད་གི་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་གནས་བབ་ནི་སྤྲ་རབས་པ་ལས་ལྡབ་  
ཁ་ཤས་གྱིས་རེ་ཞན་དུ་སོང་ཡོད་ནའང་བོད་གཞིས་བྲེས་གཉིས་གི་གནས་ཚུལ་སྤྱི་ལ་  
གཞིགས་ན་དུས་རབས་འདིའི་ཁོད་འབྲ་འབྲའི་ནང་མི་འབྲ་བའི་བྲེད་ཚོས་ཁ་ཤས་  
ཚགས་ཡོད་པ་ནི་མིག་མཐོང་ལག་བྱིན་དུ་ཡོད་པ་འདི་རེད་ལ་མ་འོངས་བོད་གི་གནས་  
སྤངས་ཁོད་འགྱུར་བ་སོགས་བྲག་ཏུ་མ་བྱིན་ན་རིམ་བཞིན་འཕེལ་རྒྱས་གི་ལམ་  
ཕྱོགས་སུ་གོམ་པ་ཁ་ཤས་སློ་ཁོག་བཞིན་འདུག་ལ་དུས་རབས་གི་འཕེལ་ཕྱོགས་དང་  
སྤྱི་ཚོགས་གི་དགོས་མཁའི་དབང་གིས་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་རྣམ་པ་འདི་ནི་  
ཉ་ཅང་འབྲུང་རན་ལ་དགའ་འོས་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད་ཅེས་བཟུང་ལྟ་རྒྱལ་ནས་བཤའ་  
པར་ཡང་གནས་ཕྱགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད། ཡིན་ནའང་ལན་གྲུའི་ནང་

འཁོར་གྱི་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་རྣམ་པ་སྟེ་སྐྱུ་སེར་ཁ་བལ་དང་རིག་གནས་  
 གསར་རྙིང་གི་འགལ་འཐབ་ཁྲོད་དམར་འཇིང་དང་མཚང་འབྱེན་གྱི་ལྟ་སྟངས་ཁོན་ས་  
 བོད་སྐྱེ་བའི་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་རྣམ་པར་ཁ་ཚོན་དང་སྐྱེ་སྟོན་གྱི་མི་  
 རིགས་ཉེ་དེ་ནི་ཁྲོད་གྱི་མཐའ་འཁོར་དང་མིག་ལམ་ལ་འབྲིས་ཆ་ཡོད་པའི་བྱེ་བྲག་གི་  
 གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་པ་རེད། སྐྱིར་རིག་གནས་རང་སྟོང་  
 བ་དུས་རབས་གྱི་རྣམ་པ་མངོན་གསལ་དོད་བོས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གསར་རྙིང་གི་  
 དབྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན། དེ་ནི་རིག་གནས་ལག་ལེན་གྱི་མཁན་གྱི་མིའི་ལག་ལེན་ཁྲོད་དུ་  
 གསར་རྙིང་གི་རྣམ་པ་མངོན་གསལ་གྱིས་ཆགས་སོང་བ་རེད། དེ་ཡོད་པས་གསར་  
 རྙིང་གི་དབྱེ་མཚམས་དེ་ཉིད་རིག་གནས་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཁྲོད་འགལ་མི་ལུས་པ་ནི་  
 གནད་འགག་ཅིག་ཡིན། དེ་ལྟར་རིག་གནས་དགག་བཞག་ཁྲོད་ཞུགས་འདོད་པའི་  
 རིག་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་སྟོ་ཞོག་ཡངས་བོར་སྤྱེས་ཤིང་མིག་སྤང་རྒྱུ་ལ་གཏད་  
 དགོས་པ་ནི་དོན་གྱི་སྟོང་བོར་མཐོང་བས་ཤིན་ཏུ་གཟབ་པར་རིགས་ལ་ཀུ་རེ་དང་ཅེད་  
 མཚར་མི་ཐེག་པའི་རིག་གནས་དགག་བཞག་པ་དང་རིག་གནས་ཚོད་སྲེང་ཁྲོད་རྒྱུན་  
 ལྡན་འབྱུང་བཞིན་པའི་གཞན་ཐབས་ལ་དགྱི་བའི་ཚིག་རིས་ཀྱང་མིག་གིས་བཟོད་མི་  
 ཐུབ་པ་རྣམས་ལ་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་འོས་མེད་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་ལ་  
 བརྒྱལ་བརྟུག་དང་དགག་བཞག་གྱི་དཔེ་ཉམས་སྟོང་དང་ཐབས་ལམ་བཤད་པ་ནི་གྱི་  
 ལས་ཅི་གྲུང་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དུ་ཟད་པས་མང་པོ་སྟོ་བར་མི་འདོད་  
 ལ་ནང་བའི་རྟུགས་གསལ་གཏོང་ལུགས་ལ་ཁྱུད་ཚོས་ཡོད་མེད་དང་ཚོད་པའི་ཀུན་  
 སྟོང་སོགས་ཞེབ་པ་བོད་སྐྱེ་རབས་པས་ཉམས་སྟོང་དང་བཅས་གསལ་བོར་གསུངས་

ཟེན་པས་འདོད་ན་གཞན་ནས་ཞིབ་མོར་ཤེས་པར་བྱ་ལ་འདིར་འབྲེལ་མེད་དང་ཁ་རྩོད་  
ལ་མ་གུས་པ་མིན་ཡང་དུས་ཚོད་ཀྱི་དབང་གིས་ལན་མི་འདེབས་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
དགོས་པ་ཆེར་མི་སྤང་བ་ནི་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་དག་གིས་ཀྱང་གསལ་བོར་མཐུན་ཐུབ་  
པས་སོ།།

ཞེས་བ་འདི་ལུལ་བསེལ་མོ་སྤོངས་ཀྱི་སའི་ཆ་ཤས་མ་སྤྱང་སྤྲེག་མོ་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་སྣོ་  
ཕྱོགས་ཀྱི་འགྲོག་པའི་རྩོད་མཁར་ཞིག་ཏུ་གང་མགྲོགས་སྐྱོས་གྲིས་བ་འདིས་ཀྱང་ཀུན་སྲོད་གཙང་  
མའི་འོག་གི་རིག་གནས་བགྲོ་སྤོང་སྤང་བཞིན་རྒྱས་པར་སྡོོ་ཐོགས་པའི་བསམ་འདུན་གྱིས་བན་  
ལུལ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་དུ་འབོད་པས་ཕྱི་ལོ་2007-11-18ལ་སྤུལ་བཤོ།།

རྒྱུར་བཞོད། རྒྱུག་མཁར་གྱི་བྱིས་ལན།

[༡] ང་རང་མདོ་སྤྲད་ཀྱི་རིག་གནས་བརྒྱལ་བརྟག་དེབ་གཞི་« འཕར་དུང་རི »  
དང་«རྩོད་པའི་རྒྱལ་སྤོང་»གཉིས་ལ་མཇུག་ཐུབ་པས་དགའ་བོ་བྱུང་སོང་། དེབ་གཞི་  
མི་འདྲ་བ་དེ་གཉིས་ཞིབ་པར་སློག་དུས་རྩོམ་པ་པོའི་དངོས་མིང་གཤམ་པ་ཅུང་མང་ཞིང་  
དུང་མིང་དེ་འདྲ་མང་བོ་བཞོལ་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་རེད།

དེ་བ་འདྲེན་མཁར། བ་སངས་ལྷ་མོ་[ཁོར་ལྗེ]

ལན། བྱེད་ཀྱི་དེ་བའི་སྤུགས་ན་དེ་བ་ཞིག་ཡོད་མོད་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
དབང་གིས་འདི་ལྟར་ལན་འདེབས་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དངོས་མིང་སྤྲོས་ནས་དུང་མིང་བཞོལ་  
མཁར་ཉ་ཅང་མང་བ་བདེན་པ་རེད། འདི་ལ་ཕྱི་རྒྱུན་དང་ནང་རྒྱུན་གཉིས་ཡོད་པར་  
འདོད་དེ་ཕྱི་རྒྱུན་གསལ་བོར་སྤོ་མི་འདོད་ལ་ནང་རྒྱུན་རྩོམ་པ་པོ་རང་རང་གི་ཀུན་སྲོད་  
ལ་རག་ལས་ཏེ། གཅིག་ནས་བརྒྱལ་བརྟག་གི་སྐབས་སུ་དངོས་མིང་བཞོལ་ན་ཕྱིས་

སུ་ཚཱ་འགན་སོགས་འགན་འཁུར་བའི་ལྷན་ཚོའི་འཇུག་དཀའ་བར་འདོད་པ་དང་གཉིས་ནས་མི་  
ཁ་དང་མཚང་འབྲེན་སོགས་ལ་སྐྱབས་པའི་གུ་དོག་པའི་བསམ་སྟོན་གྱིས་དེ་འབྲེན་གནང་  
མཁན་གྲང་མང་ལོ་ཡོད་པ་རེད། གསུམ་ནས་སུ་ཡིན་འདི་ཡིན་གྱི་དངོས་མིང་དང་  
གཞི་འཛིན་ས་མེད་པའི་སྐོ་ནས་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་གཏོར་བརྒྱུག་གཏོར་འདོད་  
པའི་བསམ་འདུན་ཅན་ཡང་མང་བ་ཡིན་པས་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་མེད་ན་སྦྱིར་  
བཏང་གི་རིག་གནས་བཟོ་སྐྱབས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དངོས་མིང་བཀོལ་ན་མན་ཚུན་  
འབྲེལ་འདྲིས་སོགས་བྱེད་པར་སྐབས་བདེ་བའི་ཁྱད་ཚོས་ཡོད་པར་བདག་གིས་འདོད་  
ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་དོན་དག་གཞན་ཡོད་ན་དེ་དེ་བཞིན་རེད།

[ཁ] ཁྱེད་གྱིས་ཚུ་མི་འབར་ལ་ལྷ་ཚུལ་ཅི་འབྲེ་ཞིག་བརྱུང་ནས་བཀྲལ་བརྟག་  
གནང་གི་ཡོད་དམ།

དེ་བ་འདྲེན་མཁན། རོ་ལྷགས་[ལྷ་ས]

ལན། བདག་གིས་ཐོགས་སོ་དང་བུ་སྐྱུན་གྱི་འདུ་ཤེས་བརྱུང་ནས་བཀྲལ་བརྟག་  
བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ་དེད་གཉིས་རིག་གཞུང་བཟོ་སྐྱབས་སུ་སོ་སོའི་ལྷ་ཚུལ་  
ནས་ཡང་ཐ་དད་ཡིན་ནའང་མན་ཚུན་ལ་སྐོབ་སྐྱོད་དང་གོང་བཀུར། མཇུག་ལ་བཅེ་ཡི་  
འདུ་ཤེས་དེ་ཉིད་ར་རང་སྐྱེར་དོས་ནས་ནམ་ཚུན་བཅེ་སྐྱུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཡིན་  
ནའང་བཟོ་སྐྱབས་སུ་བོད་པ་སྦྱི་ལ་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཚོས་ལྷར་གྱུ་རེ་དང་བཞད་  
གད་གྱི་གཏམ་དག་གྲང་གོ་བ་གཞན་པར་སྐྱབས་ནས་དམར་འཛིང་དང་གྱོད་གཞིར་  
དོས་འཛིན་ལུས་ན་དོས་འཛིན་ལུ་བ་མོ་སོ་སོའི་སྐོ་ཁོག་དོག་བྲགས་པའམ་རང་སྐྱོན་  
ཡིན་པ་ཤེས་གཤམ་ཆེ། བཀྲལ་ཚཱ་གྱི་ནང་དོན་ཡང་ཚོལ་བ་བོའི་འབྲུལ་བ་དོས་འཛིན་

ལྷན་ནས་དོགས་སེལ་དང་ལྷང་རིགས་དབེ་གསུམ་ལ་ངེས་ཆ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་  
མཁན་གྱི་འི་བར་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་  
ཕན་པ་མ་ཟད་སློབ་མཁན་ལ་འདྲ་ཕན་ལོད་པས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བར་བདག་  
གིས་འདོད་ལ་གདོད་གི་དཀར་ནག་འིས་པ་ལ་འཕོང་ཆེ་རྒྱུང་གི་ལན་འདེབས་པ་ནི་  
བརྒྱལ་བརྟག་དང་དགག་བཞག་ཁོད་ཉ་ཅང་མི་འོས་པ་ཞིག་རེད་བསམ་བཞིན་ཡོད།

ཡིན་ནའང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དག་ལ་ལན་བཏབ་ཀྱང་དགོས་པ་ཆེན་པོ་མི་  
སྤང་བས་འདོད་ལེན་ངེས་པར་ཡོད་དགོས་སོ།། བདག་གིས་ལྷ་རྒྱལ་འདི་འབྲེལ་  
བཅངས་ནས་གོགས་པོ་ཨྲི་འབར་ལ་བརྒྱལ་བརྟག་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

[ག] དྲ་ངོས་ཞིག་ན་གསར་བརྗེ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་དང་སློ་ཁ་མ་ཐུན་པའི་  
ཤེས་ལྡན་འགར་སྤྲིག་མོ་མང་ཅམ་གནང་ཡོད་པས་ཁྱེད་ལ་དེའི་ཐད་དགོངས་འཆར་  
ག་རེ་ཡོད་དམ།

འི་བ་འདེན་མཁན། རྗོ་ལྷགས་[ལྷ་ས]

ལན། འཛམ་བུ་སྤིང་གི་མི་སྲུ་དང་གང་ཡིན་རུང་ལྷ་རྒྱལ་འདོན་པའི་དབང་ཆ་  
ཡོད་པ་རེད། དེའི་སྤྲེལ་གྱིས་རྒྱལ་མཁན་གསར་བརྗེ་ལ་གནས་ལུགས་ཡོད་མེད་  
གང་ལྟར་ཡང་ང་རང་ནམ་ཡང་ཁོ་བའི་སྤིང་ལ་ཐུག་དོག་དང་སྤང་སེམས་སྤྲེལ་མི་སྤིང་  
ལ་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་མཛའ་གོགས་སྲུ་གྱུར་ནས་བཟོ་སྤིང་གི་གོ་སྐབས་བྱུང་ན་བསམ་  
བཞིན་ཡོད། ང་མ་འདུས་པའི་གཞན་རྣམས་ནི་བདག་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་  
གོགས་རིགས་པ་སྤྲེལ་བ་ཁ་ཤས་ཡིན་པས་ཁོང་རྣམས་པའི་ཆབ་ལུས་ཉེ་ང་ལ་སྐད་ཆ་  
ལབ་པའི་སྤོབས་པ་མེད་ལ་ང་རང་སྤིང་ངོས་ནས་གོང་གི་དེ་ལྟར་བྲན་བཞིན་ཡོད།

[ད] ཁྱོད་ཀྱིས་བལྟས་ན་ཚོད་པའི་རྒྱ་བས་སྐྱེད་དང་། འཁར་དུང་རི། ལྟ་བུའི་  
བཀའ་བཏག་ཚོམ་དེབ་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོལ་པའ་གཞོན་ག་འདྲ་  
ཞིག་ཐོན་གྱི་འདུག་གམ།

དེ་བ་འདྲེན་མཁམ། བྱ་གཞུང་ནམ་མཁའི་སྣོད་པོ། [མཚོ་སྡོན་]

ལམ། ཁྱོད་ཀྱི་བྱི་བ་དེ་ཉ་ཅང་གནད་འགག་གི་བྱི་བ་ཞིག་རེད། ཚོམ་དེབ་མི་འདྲ་  
བ་འདི་གཉིས་བྱུང་བ་ནས་བཀའ་བཏག་དང་དགག་བཞག་གི་ཚོམ་ཡིག་མི་ཉུང་བ་  
ཞིག་བྱུང་བའི་ཡོད་པའི་ཁར་མི་རེ་རེ་ཡིས་བྱེ་བྲག་གི་གནད་དོན་རེ་རེ་ལ་ཁ་གཏད་  
ནས་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་པའམ་སྤྱི་ཕྱོགས་ནས་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་མཁམ་མང་བོ་བྱུང་ཡོད་པས་  
རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆ་ནས་བལྟས་བ་ཡིན་ན་དགའ་འོས་པའི་རྣམས་ལ་ཞིག་ལ་  
ངོས་འཛིན་ཞུས་ཚོགས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དོན་མེད་པའི་དོན་མེད་པའི་ཁ་ཚོད་སོགས་  
རིག་གནས་དགག་བཞག་དང་བཀའ་བཏག་ལ་མི་གཏོགས་པའི་དོན་བྱ་ཁ་ཤིང་གས་ཀྱང་  
འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ་དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སློབ་ཞིག་དང་སེམས་རྒྱ་ཉ་ཅང་གུ་དོག་པའི་  
བསམ་སྒྲོད་སོགས་ནི་དུས་དེབ་འདི་གཉིས་ལས་ཐོན་པའི་སྣང་རྒྱུ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་  
སྲིད་ན་ཕིན་ཏུ་གཟབ་པར་རིགས་ལ་ཁྱད་པར་དུ་སྐྱེ་སེང་ཁ་བྲལ་དུ་བཏང་སྟེ་ཐོད་སྤྱི་  
བའི་མ་ཐུན་སྤྱིལ་སོགས་ལ་ཆབ་ཆེ་བའི་བགག་རྒྱུན་སོགས་དོན་བྱ་ངན་པའི་རིགས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལས་པངས་པ་མེད་པས་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་  
པའི་ང་ཚོས་འདིའི་སྐྱོར་ལ་བསམ་གཞིགས་ནན་ཏན་བྱེད་པར་རིགས་ལ་རྗེས་སོར་  
དེབ་འདི་གཉིས་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་བཀའ་བཏག་དང་དགག་བཞག་གི་དུས་དེབ་ཚོད་  
ལྡན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ང་ཚོའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་མཁམ་དང་ཚོམ་མཁམ་ཡོངས་

ལ་རག་ལས་བས་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ཞིག་ངེས་པར་ཡོད་དགོས་སོ།།

[ཅ] བྱིད་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་པ་དེ་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱོང་ལྷ་བྱ་ཞིག་  
ལ་ངོས་འཛིན་ནས་རང་ཉིད་རྒྱལ་འདོད་ཀྱི་ཆགས་སྲིད་ཅིག་ཏུ་སེམས་དགོས།

དྲི་བ་འདྲེན་མཁམ། སྤོང་སྐྱམ་བཀའ་ཤིས་[མཚོ་སྡོན]

ལན། ར་རང་སྐྱེར་ངོས་ནས་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱོང་ཞིག་ལ་ངོས་  
འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཅི་ལགས་ཞེ་ན་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་  
ཟེར་བ་དེ་མདོར་དེད་ན་གྲེ་བྲག་གི་མི་དེ་རེར་འགན་འཁུལ་ཡོད་པས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་  
ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་རིག་གནས་དང་སྲེལ་ལ་གཞིལ་དགོས། དེར་བརྟེན་ར་རང་སྐྱེར་  
ངོས་ནས་གྲོགས་པོ་མི་འབར་དང་བསྐྱོང་བྱེད་པ་དེའང་རང་དང་སློབ་མཉམ་པའི་  
དོན་གཉེར་བ་ལ་ཡོངས་ལ་ཅུང་ཟད་མན་ནའང་བསམ་པའི་ཀུན་སྲོང་གིས་མ་  
གཏོགས་རང་ཉིད་རྒྱལ་འདོད་དང་པ་རོལ་པམ་འདོད་སོགས་ཆགས་སྲིད་ཁོ་ནའི་ཆེད་  
ཏུ་ཡིན་ན་སྡོ་མོ་མཚམས་འཛོག་སྲིད་ལ་ཕྱིས་སུའང་དེ་འདྲའི་དབང་ཏུ་འགོ་ན་ར་རང་  
སྐྱེར་ངོས་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱོང་བྱེད་མཚམས་འཛོག་འཆར་ཡོད།

[ཆ] ཚུམ་པ་པོ་ཁྱོད་རང་ངོས་ནས་གངས་འཚོ་ལགས་ཀྱི་ང་ཚོས་དགག་ཡིག་  
བྲིས་པ་ནི་ང་ཚོ་གཅེར་བུར་བུད་པ་བཞིན་སློབ་མཁན་མང་པོ་ཏེ་ལས་སུ་བརྩམས་ཡོད་  
ཅེས་པར་གོ་བ་དྲི་ལྟར་ལེན་ནམ།

དྲི་བ་འདྲེན་མཁམ། སྤོང་སྐྱམ་བཀའ་ཤིས་[མཚོ་སྡོན]

ལན། རོ་མ་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་མཁས་ཅན་གངས་འཚོ་  
ལགས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་དེ་ནི་ད་ལྟའི་རིག་གནས་བརྒྱལ་བརྟན་དང་དགག་བཞག་གི་གནས་



བབ་ལ་སེམས་ཁུར་གནང་བའི་བསམ་སྒོ་མ་མེད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་  
 ཡོད། ཅེ་ལགས་ཞེན་ད་ལྟའི་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་བར་འབོད་པའི་མི་རྣམས་ནི་དུས་  
 དང་སྒོ་སྒྲོབས་ཀྱི་དབང་གིས་བསྐྱབ་པ་ཉུང་ལ་ཆགས་སྤང་ཚོད་པའི་མི་རབས་ཞིག་ཏུ་  
 གྱུར་ཡོད་པས་རིག་གནས་དགག་བཞག་གི་གནད་དོན་དེ་མི་སྐྱེར་གྱི་གནད་དོན་ཞིག་  
 ཏུ་གྱུར་ནས་དོན་མེད་ཁ་ཕོ་ཆེ་བ་དང་མདོ་མེད་ཆོག་རྩུབ་ཐལ་བ་སོགས་མདོར་ན་  
 རིགས་རུས་དང་ཡག་བཅོལ་ཀྱང་སྐྱེང་བཞིན་འདུག་པས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དགག་ལན་  
 གིས་པ་དེས་རང་ཉིད་ངོ་ཚའི་གོས་དང་བྲལ་ནས་གཅེར་བུར་བུད་པ་མ་ཟད་མ་ཡུམ་  
 གྲོག་མཁན་དག་ཀྱང་ཉ་ལས་ཉང་སངས་སུ་བརྟུག་ཡོད་པར་ཚོམ་པ་པོ་གང་ཉིད་  
 བས་སུན་འབྲིན་གནང་ཡོད་པར་ང་རང་སྐྱེར་ངོས་ནས་གོ་བ་དེ་ལྟར་ལེན་བཞིན་ཡོད་  
 ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དགོངས་པ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ཡང་གོ་བ་ལེན་ཆོག་པར་བདག་  
 གིས་འདོད་དོ།

[གཞན་ངེ་གཞི་ལན་མ་བཏབ་བ་རྣམས་ལ་མ་གུས་པ་མིན་ཡང་དུས་དེབ་ཀྱི་བར་ངོས་ལ་  
 བསྐྱར་ཅི་བྱུང་དང་དུས་ཚོད་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ལན་མ་བཏབ་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟགས་དགོངས་  
 འཇག་མཚོད།]

བོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོའི་རང་མཚན་རང་སྐྱེས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ལ་དོ་  
 རྟོག་བྱེད་དགོས།

ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་འབྲེལ་རྒྱས་ལ་བསམ་གཞིགས་གཏོང་དགོས་ན་ཐོག་  
 མར་རྩོམ་པ་པོའི་སྡེ་ལ་བསམ་གཞིགས་གཏོང་དགོས། རྩོམ་པ་པོ་ནི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་  
 འབྲེལ་རྒྱས་ཁོད་དུ་མེད་ན་མི་རུང་བའི་གྲུབ་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ལྷོན་འདས་པའི་  
 རྩོམ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས་བསྐྱབ་བྱ་འཚོལ་དགོས་ཤིང་ད་ལྟོ་རྩོམ་རིག་འབྲེལ་རྒྱས་  
 ལ་ཁ་གཏང་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ད་ལྟོ་བོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོའི་དགེ་  
 རྒྱུན་གང་འགབ་ཀྱིས་མི་སྲིང་མ་སྤུ་མེད་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད་དེ་དག་གི་རང་མཚན་  
 རང་སྐྱེས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དོ་རྟོག་བྱེད་པ་ང་ཚོའི་གཟུང་དུ་མེད་པའི་  
 དོས་འགན་དུ་གྲུབ་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་འདི་ལྟར་དོ་རྟོག་བྱེད་པ་ནི་སྐྱེད་དོས་ཀྱི་དོན་  
 དག་ཅུང་མ་ཡིན་པར་བོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོའི་སྡེ་སྲང་ལས་འབྲེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བར་  
 མ་སྤུན་རྒྱུན་གནང་བ་དང་ཁོང་ཚོའི་བསམ་བློ་དང་ཀུན་སྲོད་སོགས་འཕུས་རེ་ཆང་དུ་  
 ལྷིན་ནས་ཤིན་ཏུ་དལ་བའི་འབྲེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོམ་ཁ་བསྐྱུར་ན་བསམ་བའི་ཀུན་སྲོང་  
 འཛིན་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དོན་དངོས་ཀྱི་མཚན་ལ་རྟོག་བའི་བསམ་བློ་དེ་ནི་ང་ཚོའི་  
 རྩོམ་རིག་འབྲེལ་རྒྱས་ཀྱི་གཤེད་མ་གསོད་པའི་མཚོན་ཆ་ཡིན། ང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་  
 པ་པོ་དང་སློབ་པ་པོ་ཚང་མས་མཚོན་ཆ་དེ་ལག་ཏུ་འཛིན་དགོས་ཀྱི་རེད།

ཡིན་ནའང་རང་མཚན་རང་སྐྱེས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་ནི་རིམ་བཞིན་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་

དང་ཐ་ན་བོད་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོའི་སྤྱི་སྲོལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་པའི་ཉེན་ཁ་བསྐྱེད་མར་  
འོངས་བཞིན་ཡོད་པས་བྱེད་སྐྱེད་ལཱ་འདིས་ངན་རེངས་ཐ་ཆད་དང་འཕེལ་རྒྱས་མེད་  
པའི་ལམ་བུ་ཞིག་བསྐྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ལགས་ན་ངན་རུལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་རང་  
ལུགས་འདིར་ང་ཚོས་ངོ་རྒྱུ་དང་དག་ཐེང་གཙང་རྒྱུ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་  
སུ་བབས་ཡོད།

རང་མཚང་རང་སྤྱོད་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་ལ་མངོན་ཚུལ་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་  
ཡོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ།

རང་གི་ཆང་གོགས་དང་ཤ་ཉེ། མཛེལ་མོ་དང་ལས་གོགས། སློབ་གོགས་སོགས་  
མདོར་ན་གཅེས་ཤིང་པན་པའི་སྲོལ་གྱིས་འཚོ་བ་དག་ཡིན་པས་བརྟམས་ཚོས་ལ་  
ནག་ཐོག་ཁབ་གཙགས་བྱེད་པའི་དཔུང་བརྗོད་སྟེལ་མ་རུས་པར་ཆིག་འཇམ་པོས་  
བསྟོད་བསྐྱབས་ཅོམ་བྱས་ནས་མཛེལ་བཅའི་ཐོན་ཐབས་ཅོམ་བྱས་པ་ཡིན་པས་རང་  
གི་ལོར་འབྱུང་དང་ཞན་ཆ་ངོས་བཞིན་པ་ལྟ་ཅི་ཐ་ན་དེ་ལས་སྟོག་སྟེ་རང་རྣོམ་གྱི་མགོ་པོ་  
ཀུན་ལས་སྤྱོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པའི་གཞོན་པ་ནི་རིགས་དང་པོ་རེད།

མི་མེད་ཁེར་རྒྱུད་གི་དུས་སུ་སློག་ནས་སློན་བརྗོད་དང་མཚང་འདུ་ཅོམ་བྱེད་པ་  
ལས་གཞོན་ཕྱག་གིས་སློན་བརྗོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལབ་མི་ཡོད་པ་དང་ཐ་ན་མི་མང་ཚོགས་  
པའི་དཔུང་དང་བསྟོ་སྟེང་གི་ཚོགས་འདུ་སོགས་སུ་མི་སྤྱི་བའི་བརྟམས་ལྷགས་བརྒྱུད་  
ནས་འདུག་ཅིང་དེ་དག་གོམ་རྗེས་རང་སྤྱོད་གང་ཅན་གྱིས་གཏམ་སྟེང་བྱེད་ཅིང་ཕྱན་  
མོང་གི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བསམ་འདུན་མེད་པའི་མངོན་སྟོག་ཅན་བཅས་ནི་རིགས་  
གཉིས་པ་རེད།

རང་དང་འབྲེལ་བ་ཐབ་པའི་དོན་དག་ལས་མི་རིགས་སྤྱིའི་བདེ་སྲུག་ལ་དོ་སྣང་སྲུ་  
ཅམ་ཡང་མེད་པར་རང་སྣང་གང་བཞུག་གིས་འཆམ་གཏམ་དང་སྐྱེར་ངོས་ཀྱི་ཕོ་མོའི་  
བརྟེན་དུང་སྟེ་ཐ་ན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཏམ་ཁོ་ནས་སྣལ་ཤོག་ཚུད་ཐོས་སྲུ་བཏང་ནས་  
དེབ་ཀྱན་རིམ་ཁ་མ་ཐུག་པ་རེ་པར་བསྐྱུན་ཤེད་ལ་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བྱ་དགའ་ལོན་  
ཐབས་ཅམ་དང་མིང་སྐྱམ་ཐོབ་སྲུབ་ཅམ་སོགས་ལ་འབད་དེ་རང་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཤི་  
འཐམ་རོ་འཐམ་ཤེད་པ་བཅས་ནི་རིགས་གསུམ་པ་རེད།

ཚོམ་རིག་གི་རྩ་དོན་དང་བརྩམས་ཚོས་ཀྱི་ཆོད་གཞིའམ་ཚོམ་བ་པོ་དང་ཚོམ་  
གཞིས་དོ་མཉམ་ཡོང་མིན་སོགས་ཀྱི་འགན་འཁྲི་འཁུར་མི་འདོད་པར་རང་གི་སྣང་  
བར་གང་འགོ་དང་རང་ཉིད་ལ་ཉེས་སྐྱོན་མ་བྱུང་ན་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་རང་སྐྱོན་སྐྱེད་  
ཅི་སྲུབ་དང་རང་མགོ་ཐོན་གང་སྲུབ་ཤེད་པའི་བསམ་པ་ནི་རིགས་བཞི་བ་རེད།

བརྟེན་སྤོད་པའི་ལུགས་སོགས་ཅི་ཡང་མི་མཐུན་པར་སྐྱད་ཆའི་སྲུ་རྩལ་འདོད་པ་  
དང་ཐ་ན་ཤེད་འབྲེལ་གྱི་རུས་པ་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་ཆོག་སྐྱོར་ཉག་ཉག་མང་པོ་  
སྟེལ་ཉེ་སྲུལ་བྱུང་བརྩམས་ཚོས་སྲུ་སྐྱོ་བཏགས་ནས་གང་སར་འབྲེམས་པ་དང་སྐྱོག་  
པ་པོ་མང་ཆེ་ཤོས་ནས་གོ་བ་མ་ལོན་པར་བེད་སྐྱོད་མ་སྲུབ་ན་མ་འོངས་པར་གོ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་ཐོག་བརྩུས་སྲུ་བ་ནི་རིགས་ལྔ་བ་རེད།

རང་གི་དངོས་མིང་གན་ནས་སྲུ་ཡིན་འདི་ཡིན་གྱི་གཞི་འཛིན་ས་མེད་པར་ཐོད་  
གྱི་རིག་གཞུང་ལ་གཏོར་བཞིག་དང་རང་གི་སྐྱད་ཆར་རང་གིས་འགན་འཁུར་མི་སྲུབ་  
པའི་ཁར་པན་ལས་གཞོད་ཆ་བས་ཆེ་བའི་བརྩམས་ཚོས་རྩུན་མ་སྟེལ་བ་ནི་རིགས་  
དྲུག་པ་རེད།

སྤྱིར་ན་མི་རིགས་ཤིག་གི་ཚོམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་དགོས་ན་རྒྱུར་ལེན་  
 རིང་ལུགས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ལ་ཁོ་བོ་ནི་སློབ་མེད་ལགས་ཀྱང་རྒྱུར་ལེན་དང་ལང་སློབ་  
 ཞེས་མིང་སྟོན་པོ་ཞིག་འོག་ན་མི་རིགས་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་ཚོམ་རིག་  
 བརྒྱུས་ཚོས་ཇི་བཞིན་བསྐྱར་ནས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་ཡང་ན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་  
 ཀྱི་ཐུན་མེན་གྱི་ཚོམ་རིག་གི་ལྟ་བུ་དང་ཐབས་ལམ་ཇི་བཞིན་བརྒྱས་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་  
 གཞུང་གི་སྤྱིང་དཔེ་འགབས་བྱེད་པ་སོགས་མདོར་ན་ལེགས་ཆ་དང་གད་སྤྲུགས་ལྟ་  
 དུ་ནང་འདྲེན་བྱེད་པ་ནི་རིགས་བདུན་པ་རེད།

རང་གི་གོམས་གཤེས་གྲོང་པོ་དང་འདོར་དཀའ་བའི་ཐ་ཤལ་གྱི་ཀུན་སྨོན་  
 སོགས་ཚོམ་རིག་གི་ཚོར་བ་དང་སྟོན་པའི་ཐོན་མིན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ལ་བརྩིས་ནས་མིའི་  
 རིགས་ཀྱི་སེམས་བ་དང་ཀུན་སྨོན་བཟང་བོར་དགག་པ་གཏོང་ཁུལ་གྱིས་རང་ཁོ་ནའི་  
 འདོད་དོན་སྐྱབ་པའི་སྤེར་འཛིན་གྱི་འདུ་ཤེས་ནི་རིགས་བརྒྱད་པ་རེད།

ལྷ་རབས་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་སོགས་ཅི་ཡང་མ་བསྐྱབས་པར་དེ་  
 དག་ནི་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་བཀག་རྒྱ་བ་བཟང་ས་ནས་དེས་ཚོམ་པ་པོའི་སེམས་  
 ཁམས་སོགས་ཇི་བཞིན་མཚོན་མི་ཐུབ་ལ་ཚོམ་རིག་གསར་བའི་རིང་ལུགས་དང་དེ་  
 གཉིས་ཆ་གྲང་ལྷར་འགལ་བར་འདོད་དེ་གྲིས་མ་ཐག་ནས་གཞན་གྱིས་གོ་བ་མི་ལོན་  
 ལ་ཞག་གསུམ་འགོར་ཆེ་རང་གིས་ཀྱང་གོ་བ་མི་ལོན་པའི་བརྒྱུས་ཚོས་སྤང་གསུམ་  
 པ་རེ་སྤེལ་ནས་རང་མགོ་གཡོགས་པ་ནི་རིགས་བདུན་པ་རེད།

ཆང་དང་ནག་མོ་ཁོ་ན་ནི་སྟོན་པའི་དང་ཚོར་བའི་ཐོན་ཁུངས་སུ་བརྩིས་ནས་རྒྱ་  
 ལམ་བཞེ་མདོ་དང་སྤྱད་འཚོང་མའི་སྤོ་འགམ་དག་ན་ནམ་རྒྱུན་སྐྱུགས་རོ་དང་སྟོན་དུ་

སྤོད་ཅིང་དོར་མའི་ཁ་ཐེག་ལ་བདག་དོམ་མི་སྐབ་པའི་རྩོམ་པ་པོ་དང་རྩོམ་པོའི་འགན་  
འཁུལ་མེད་པ་དག་ནི་རིགས་བརྩུ་བ་རེད།

དེ་མིན་ད་དུང་དཔེ་མཚོན་དུ་འགོད་རྒྱུ་བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་ཞིག་ཡོད་ནའང་  
ཉེ་སྔོན་སྤྱི་ཚོགས་སྤེང་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀྲུན་དུ་རྒྱགས་ཆེ་བའི་རིགས་གཙོ་གྲས་ནི་  
པལ་ཆེར་འདི་དག་རེད་ལ་ཤེས་ལྡན་པ་དག་གིས་སེམས་ཁུར་དང་པལ་བའི་མང་  
ཚོགས་ཀྱི་གདམ་མོ་ཤོར་སའང་པལ་ཆེར་འདི་དག་རེད། གོང་གསལ་འདི་དག་ནི་ཚང་  
མ་ནི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོའི་རང་མཚང་རང་སྤྲས་ཀྱི་རིང་ལུགས་མངོན་རྒྱལ་རེད།

བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲིད་ན་རང་མཚང་རང་སྤྲས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ནི་  
དུད་ནག་ལྟ་བུའི་གཞོན་པ་ཉ་ཅང་ཚབས་ཆེན་ཞིག་རེད། དེ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་རྩོམ་  
རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་བུར་བཀག་རྒྱ་མང་བོ་ཐོན་པ་དང་རྩོམ་རིག་གི་གཞུང་  
སོགས་ལ་སྤངས་པའི་འདུན་པ་མེད་པར་སྤྱིད་ལུག་ཏུ་སྤྱུར་ནས་རྩ་བ་པོར་བ། རྩོམ་  
པ་པོའི་དཔུང་སྡེའི་ཁྲིད་དུ་འགོ་སྤོང་སྤྱོད་པའི་ནད་རིགས་འདི་ཐོན་ནས་རྩལ་སྤངས་སུ་  
སྤྱུར་ཉེ་དམིགས་འདུན་མཐའ་འཁྲོལ་གྱིད་དཀའ་བ་སོགས་སྤང་རྒྱལ་འདི་དག་ནི་ངེས་  
པར་དུ་འདོར་ཅི་སྐབ་གནང་དགོས་པའི་འགོ་སྤོང་ནད་ཚབས་ཆེན་ཞིག་རེད།

རང་མཚང་རང་སྤྲས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་སོག་མར་ཐ་ཤལ་གྱི་སྤྱོད་པས་འཚོ་  
ཞིང་མིག་རྒྱར་སྤུང་བ། སློབ་སྦྱོར་མེད་པ། བསམ་སློབ་གོ་རྟོགས་དམའ་བའི་མི་རེ་  
གཉིས་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། རིམ་བཞིན་སྤྱིད་ལུག་ཏུ་སྤྱུར་བའི་མི་རབས་ཀྱི་བསམ་  
སློབ་ཁ་ཕྱོགས་དང་ཆ་འགྲིག་པོ་བྱུང་བར་བརྟེན་རྩོམ་རིག་གི་སྤུན་མོང་ཚོགས་པ་དང་  
རྩ་འཛུགས་བཅས་ཀྱི་སྤེང་སོས་མ་སྤུན་བྱུང་ནས་གསར་དུ་དར་བ་ཞིག་རེད། རང་

ལུགས་འདི་ནི་དོན་དངོས་ལ་རྒྱབ་འགུལ་བྱེད་ཅིང་རང་གི་སྣང་བར་གང་འགོ་བྱེད་པ།  
མི་སྐྱེར་གྱི་བསམ་སྐྱོད་དང་རང་མཚང་གང་ལུས་ཀྱིས་སྐྱེད་ཅི་སྐྱབ་དང་གལ་ཉེ་  
སྐྱབས་བདེ་བོ་མ་བྱུང་ན་ཁ་གཞན་ལ་གཡམ་ནས་མིག་ཡོད་མེད་ཚང་མ་སྐྱེལ་ཉེ་  
གཡམ་ལ་འདྲེན་གང་སྐྱབ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཉ་ཅང་སྐྱོ་བོ་ཞིག་རེད།

རང་མཚང་རང་སྐྱས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་  
དགོངས་པ་དང་ཚད་དེ་ལྡོག་ཕྱོགས་སུ་བྱུང་བའི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་གཞོན་པ་  
ཡོད་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་སྐྱབས་རྩོམ་རིག་འབེལ་རྒྱས་ཀྱི་དགེ་མཚན་ལ་དོན་  
དངོས་སྤྱང་གོད་ཆག་ཡང་བ་ཞིག་བསྐྱུན་ཞོར་མར་འགྲིབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་ལ་རོགས་རམ་  
གང་ལེགས་བྱེད་པའི་ལུས་པ་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ང་ཚོས་རང་མཚང་  
རང་སྐྱས་ཀྱི་རིང་ལུགས་འདི་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་གར་སྐྱེགས་སྤྱང་དུ་འཇུ་མ་བག་དང་  
བཅས་སྡོད་དུ་བཅུག་ན་པ་གསོད་པའི་ལག་དམར་ཁྲིམ་དུ་བསྐྱས་པ་འདྲ་འདུག།

ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་སྐྱེན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྩོམ་རིག་གི་དགེ་མཚན་དང་དེའི་དགོངས་  
དོན་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་མཚན་དང་བསམ་སྐྱོ་བོར་བའི་རིང་ལུགས་རྒྱན་མ་རྣམས་  
བསམ་བར་འོས་ལ་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་དང་བདེན་དོན་མཐའ་འཁྲོལ་སྐྱོས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་  
པ་བོ་དང་སྐོག་པ་བོ་མཉམ་འབྲེལ་སྐྱོས་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཁྲིར་ཡོང་བའི་བསམ་སྐྱོའི་  
ནད་ཡམས་ལ་སྡོན་འབོག་དང་ཕྱོགས་སྐྱུང་གི་རང་ལུགས་ལ་རོ་རྒྱལ་བྱས་ཉེ་བསམ་  
སྐྱོའི་འོས་འངས་དང་རྩོམ་རིག་གསར་བརྗེ་ཡི་ལས་འགུལ་ཐེངས་གཅིག་སྐྱེལ་བ་ནི་  
དུས་སུ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཞིག་རེད་བསམ་བཞིན་ཡོད།

2008-01-16ཉིན་པ་ལུལ་ནས།

གསལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་རྩོམ་རིག་གསར་བའི་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་  
 ཡིན་མིན་གྱི་ཆ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩོམ་རིག་གསར་བའི་དབྱེད་པ་  
 རྒྱུད་བསྐྱུས་མིག་གི་བྱུང་མ།

སྤྱིར་རྩོམ་རིག་གསར་བའི་གོ་དོན་འདོག་ཚུལ་སྣ་ཚོ་གསལ་ཤིག་སྤང་ན་འདྲ་  
 མོང་གིས་འདོད་ཅིང་དམིགས་བསལ་གྱིས་དབྱེད་ཞེས་གནང་ཡུལ་གྱི་རྩོམ་རིག་  
 གསར་བའི་མཚན་གཞི་ཅི་རང་མོས་སྟོན་དག་གི་རྩོམ་སྤངས་འདི་ཡིན་ལ་སྲོལ་རྒྱུན་  
 སྟོན་དག་དང་རང་མོས་སྟོན་དག་གི་རྩོམ་པ་ལོ་སོ་སོས་རང་རང་གི་འདོད་ཡུགས་  
 བརྒྱུད་ནས་སུ་ཚུན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ་དགག་བཞག་སོགས་འདོད་མི་འདོད་གྱི་རིགས་  
 པའི་སྦྱོར་བ་མང་པོ་བཞིན་སྟོན་སྟེན་སྟོན་དག་གསར་རྒྱུད་ལྷིང་གི་འགལ་བ་དང་སྟོན་དག་  
 གསར་རྒྱུད་ལྷིང་གི་མ་སྟོན་སོགས་འབྱུང་སའི་གཞི་གཙོ་པོ་ཡང་འདི་ཡིན་པ་མ་ཟད་  
 མཚན་མས་འདི་དུས་ནས་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་སྟོན་དག་གསར་བའི་རྩོམ་པ་ཚུ་གསལ་ཤིང་རྩོམ་  
 རྒྱུས་པའི་དུས་རབས་དེ་དབྱེད་བརྟེན་སོང་བ་དེ། དེར་བརྟེན་སྲོལ་རྒྱུན་དང་རང་མོས་  
 གྱི་རྩོམ་སྤངས་འདི་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོམ་པ་ལོ་སོ་སོས་རང་རང་སེམས་གྱི་དགའ་  
 རྒྱུ་ཆགས་སྤང་སོགས་མ་བཅོས་དབྱུངས་སུ་གྱུར་བའི་བརྩམས་ཚུལ་འབོར་ཆེན་  
 ཞིག་ཐོན་མྱོང་ཡོད་ལ་ཆབས་ཅིག་རྩོམ་རིག་དབྱེད་བརྟེན་པའི་དབྱེད་འབྲས་ཀྱང་མི་  
 རྒྱུད་བ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་པའི་དོན་སྤྱི་ཡིད་ལ་བཞག་ནས་དེའི་ཐད་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཁ་  
 ཤས་ཤར་མར་ཡི་གེའི་གཟུགས་སུ་འགོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྱིར་བཏང་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་



འབྲེད་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱད་འདི་ནང་བའི་ཚོས་གཞུང་གི་ཐ་སྐྱད་ཅིག་ཡིན་ཞེད་ཀུན་མཁུའ་  
 ཡིག་ཚའི་རང་ལུགས་ལྟར་ན་མིའི་ལ་ཚུ་གས་ཅན་གྱི་འགྲེལ་བ་འདད་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་  
 བར་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་ལེགས་དུ་འགྲེལ་བའི་བྱང་འཕགས་གྱི་རྣམ་ཅན་ཞིག་  
 ལ་འདོད་ཅིང་ཡིག་ཆ་སོ་སོའི་དགོངས་འགྲེལ་མི་གཅིག་གྱང་འདིར་སྐྱབས་བབ་མེད་  
 བས་དེའི་སྐོར་ཞིབ་བར་མི་གྲེང་ལ་གོང་དུ་བཀོད་པའི་ཤིང་རྟའི་སྐོལ་འབྲེད་གྱི་མཚན་  
 ཉིད་དེས་རྩོམ་རིག་གི་ཤིང་རྟའི་སྐོལ་འབྲེད་གྱི་ཚད་ལ་གཞལ་ན་སྐོན་སྒྲ་ཚོགས་འབྲུང་  
 ཞིང་ཤིག་གསོད་སར་སྒྲ་རེ་འབྲུང་བའི་གནད་དོན་དེ་ཉིད་ནི་ཅིས་གྱང་ཤེས་འོས་པ་  
 ཞིག་རེད། དེས་ན་ང་ཚོས་སྤྱིར་ཚོས་གཞུང་གི་ཐ་སྐྱད་ལ་ཚོས་གཞུང་གི་གོ་དོན་ལྟར་  
 འགྲེལ་བ་འདད་བརྒྱབ་ན་འོས་ཤིང་མཚམས་བཞིག་ཏུ་སྤྱང་མོད་ཚོས་གཞུང་གི་ཐ་སྐྱད་  
 རྩོམ་རིག་གི་ཁྲབ་ཁོངས་སུ་ནང་འདྲེན་བྱེད་དུས་རྩོམ་རིག་གི་གོ་དོན་ཐད་ནས་འགྲེལ་  
 བ་འདད་བསྐྱོན་ན་སྤབས་བདེ་ཞིང་ཚོས་ཉིད་དང་འཚམས་བཞིག་རེད་ལ་དེ་ནི་ཚོས་  
 གཞུང་གི་ཐ་སྐྱད་དེ་རྩོམ་རིག་གི་ཁྲབ་ཁོངས་སུ་ནང་འདྲེན་བྱས་པའི་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་རྟགས་  
 མཚན་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཏེ་ཅང་མི་མཚམས་པའི་བཅོས་བསྐྱར་ཞིག་གཏན་ནས་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་ཐ་ཚིག་བསྐྱབས་ནས་བའདད་འོས་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་རྩོམ་རིག་གི་ཤིང་  
 རྟའི་སྐོལ་འབྲེད་ནི་སྐོལ་འབྲེད་པ་འོས་སྤྱད་མེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་གསར་གཏོད་  
 ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་གང་གིས་སྐོལ་བཏོད་པའི་རྩོམ་རིག་གསར་བའི་བརྒྱུས་  
 ཚོས་དེ་ཉིད་ཤིང་རྟའི་ལའོར་ལོ་ཇི་བཞིན་ཆེས་ཐོག་མར་ལམ་དུ་སྐྱེ་འབྲིང་མཁན་ལྟར་  
 བསྐྱོད་པའི་ཆེ་དེའི་རྗེས་སུ་ཤིང་རྟའི་མར་བོ་ལུགས་ནས་ཁོད་ཡངས་ཤིང་བསྐྱོད་བདེ་  
 བའི་གཞུང་ལམ་ཞིག་ཐོན་པའི་ངང་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་འོས་འཛིན་པར་འདོད་དོ། དེ་

ལྷར་བཤད་ལོས་པའི་གནད་དེ་ཉིད་སྟོན་དུ་སློང་ནས་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་སྐབས་  
 གྱི་ཚེས་པ་པོ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ནི་ཚེས་རིག་གསར་བའི་ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྲེད་ཡིན་མེན་  
 གྱི་ཐད་ལ་མཁས་རྒྱན་བར་མའི་སླེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་གཅིག་མཐུན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་  
 མེད་པའི་ཁར་དེའི་ཆར་ཚོད་སློང་ཐན་གྱི་ཅམ་གྲུས་སྲོང་ཡོད་པའི་བཙོ་ལྷའང་སྟོན་  
 བཞིན་ཡོད། ཉེ་ཆར་གྱི་མདོ་སྨད་གྱི་མཁས་པ་དོར་ཞེས་ཞག་གཅིག་སླེས་པའི་མེ་ཉོག་  
 གསེར་གྲུམ་གྱི་ཁ་རྒྱན་ཞེས་བསྟགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་དམ་པ་ཁོང་ཉིད་ནི་སྤྱིར་ན་  
 ཚེས་རིག་གསར་བའི་ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྲེད་དུ་མི་རུང་བ་མེད་སྟེ་སྟེ་ལང་ཚོའི་རྩལ་རྩལ་  
 གསར་དུ་ཚོམ་འབྲི་གནང་བ་ནས་བརྒྱད་ཚོམ་སྟངས་དེའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཚོམ་པ་  
 པོ་དང་དེ་དག་གི་བརྩམས་ཚོས་ཆར་རྗེས་གྱི་ཤ་མོ་རི་བཞིན་གྲུང་སྲོང་ཡོད་པ་ནི་  
 ད་སྟོད་པའི་སློ་མིག་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་འབྲུ་ནག་མཇུ་བ་བཅུགས་གྱིས་ཞུ་མི་དགོས་  
 ཤིང་དེའི་ཡང་སྟོན་ལ་འ་བ་ཉི་སོགས་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་གི་མགྱུར་དང་ལྷ་བ་ཆེན་  
 མོའི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་གཉེར་ན་མདོན་པའི་དགའ་བདེ་དཔལ་སོགས་ཚིག་གི་གཙོད་  
 མཚམས་གྱི་ཆ་ནས་རང་མོས་སྟུན་དག་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཡོད་ལ་རྗེ་བཅུན་ཚོང་  
 ཁ་བ་ཆེན་མོའི་སྟུན་དག་དང་རྫོ་སྤེས་དགོ་བཤེས་ཤེས་རབ་བམ་སྟུལ་སྟུ་གསུང་རབ་  
 སོགས་གྱི་མགྱུར་ནའང་ཚིག་རྒྱུང་དེ་ལྟར་སྤྱད་དོ་མི་མཉམ་པ་ཅི་རིགས་ཤིག་སྟུང་བ་དེ་  
 དག་ནི་ལམ་སློལ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོམ་སྟངས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་བག་ལ་ཞ་བའི་  
 ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ནི་ཀུན་ལ་གསལ་ཆ་ཆེ་ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་བསམ་བཅུགས་ནས་  
 རིགས་པ་མགོ་མཚུངས་ཤིག་གིས་དགག་བའི་རྣམ་འགྲུར་དོམས་པའི་ཚུལ་སྟོན་ཡང་  
 ལུང་རིགས་ཡང་དག་གི་གནས་ལུགས་ནམ་མཁའི་མེ་ཉོག་གི་སྟུན་རྒྱར་རྟོགས་པས་

གྲི་རྒྱལ་ས་ལུག་པའི་ཁ་ནང་དུ་སྐར་ཡང་རྫོ་ལོག་གིས་མི་རྒྱལ་ལ་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩལ་  
 འབར་ཞིང་ཐོད་ཀྱི་ན་གཞོན་རང་ག་བས་ཚབ་མཚོན་བྱེད་མི་སྲུབ་པའི་ལོ་གཞོན་  
 མཁས་པ་དོན་སྲུབ་རྒྱལ་མཚོག་ནས་ལང་ཚོའི་རབ་ཚུ་གསར་གཏོད་གནང་བ་ནས་  
 བཟུང་ཚིག་འགྲོས་དེ་དག་དང་ཆ་འབྲ་བའི་རང་མོས་སྣན་ངག་གི་བརྩམས་ཚོས་རྒྱ་  
 ཚེར་འབྲི་བའི་ལམ་སྲོལ་བྱུང་སྲོང་ཡོད་ན་འད་གོང་གསལ་མ་གྲུང་མ་དང་སྲོལ་རྒྱུན་  
 གྱི་སྣན་ངག་དེ་དག་དང་གཏན་ནས་འདྲ་བོ་མེད་ལ་གལ་ཉེ་ཚིག་གི་གཅོད་མཚམས་  
 ཅམ་གྲིས་སྲོལ་རྒྱུན་དང་རང་མོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ན་མི་ལའི་མ་གྲུང་འབྲུམ་སོགས་  
 ལོ་ལོ་ཀའི་ཚིག་གི་རྒྱུང་བར་མང་ཉུང་ཡོད་པའི་རིགས་ཀྱང་རང་མོས་སྣན་ངག་དུ་  
 ཁས་མི་ལེན་རང་ལེན་དུ་འབྱུང་བས་ཞིབ་དཔྱད་གནང་བར་རིགས་སོ།

སྤྱིར་ན་རང་མོས་སྣན་ངག་གསལ་སྣན་ངག་གསར་བ་ནི་ཐ་སྣང་གྱི་མིང་འདོགས་  
 སོ་སོར་སྤང་ན་ཡང་འབབ་ས་གཞི་གཅིག་ཡིན་ལ་མཁས་དབང་དུང་དཀར་བས་རང་  
 མོས་སྣན་ངག་ཅེས་བོས་ན་ལེགས་ཚུ་ལ་གསུངས་པ་དང་སྣན་ངག་གསར་བ་ཞེས་  
 གང་ག་གཞི་གསར་གཏོད་གནང་མཁས་ནི་ཨ་མདོ་བ་བརྒྱ་འབྲུམ་གྱི་རང་ལུགས་ཡིན་  
 ལ་གང་ག་གཞིའི་ཐ་སྣང་འདི་གཉིས་གང་ཡིན་ཀྱང་ཡག་ཤོས་སུ་སྤང་ཡང་སྲ་མ་རྩོམ་  
 རིག་གི་བྲུབ་ཁོངས་སུ་ཚུང་ཟད་རྒྱལ་ས་ཆེ་བས་རང་ལུགས་ནི་སྲ་མ་མཚོག་དུ་  
 བཟུགས་པའི་གནས་སོ།། སྤྱི་མ་དེར་རང་མོས་སྣན་ངག་ཡིན་ན་སྣན་ངག་གསར་བ་  
 ཡིན་མོད་སྣན་ངག་གསར་བ་ཡིན་ན་རང་མོས་སྣན་ངག་ཡིན་དགོས་མིན་ནི་དོགས་  
 པའི་གནས་ཉེ་མལ་ཆེར་ལོ་རབས་དགུ་བ་རྒྱུའི་སྤྱད་ཅམ་ལ་ཐོད་དུ་དར་སྲོང་ཡོད་པའི་  
 སྣན་ངག་རྒྱུང་བའདུག་མ་དང་བརྩམས་སྤྱང་གསར་བའི་རིགས་དེ་དག་ལ་དཔྱད་ན་མ་

དེས་པའི་ཆ་ལ་དེས་ཤེས་འཛོངས་ལྷུང་བོ། དཔལ་དོན་ལྷུང་རྒྱལ་ཚོམ་རིག་གསར་  
 བའི་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་དུ་ཁས་ལེན་ན་རང་མོས་སྟུན་དག་གི་ཚོམ་སྤངས་གསར་  
 བའི་ལམ་སྲོལ་དེ་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་བཏང་བའི་ཆ་ནས་ཁས་ལེན་གནང་རྒྱུ་ལས་ལྷུང་གཞན་  
 ཞིག་ནས་ཚོམ་རིག་གསར་བའི་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་ལ་བཞག་ན་ལྷུང་རིགས་དཔེ་  
 གསུམ་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་བརྗོད་ཏུ་མེད་པའི་གཞོན་པ་འབབ་ལ་ཁོང་གིས་ཚོམ་  
 སྤངས་གསར་བའི་ལམ་སྲོལ་རྒྱ་ཆེར་སྲོལ་བཏོད་པའི་རང་མོས་སྟུན་དག་དེའི་ཁྱད་  
 ཚོས་ནི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ཆ་དེ་ཉིད་སེམས་ཀྱི་ཚོར་འདུ་སྣ་ཚོགས་ལ་རང་མོས་གྱིས་  
 འབྲེལ་ཆེ་ཞིང་རྗོད་བྱེད་ཚིག་གི་ཆ་དེ་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་འགྲུང་བཅའ་ལྷུང་བཅའ་དབང་  
 གིས་མ་ཡིན་པར་རང་མོས་གྱིས་ཚིག་རྟེན་འདིར་ལྷུང་ཅི་རིགས་སུ་སྡེབ་པ། ཡིད་བརྟན་  
 དང་ཡིད་འགྲུང་སོགས་དེང་རབས་འཛམ་གླིང་ཤར་ལུང་ན་རྒྱགས་ཆེ་བའི་ཚོམ་སྲོལ་  
 སྣ་ཚོགས་གྱིས་ལྷུང་རྒྱན་སྤྲས་པ་སོགས་ཕྱོགས་གང་འཚམས་ནས་ཁྱད་ཚོས་འདུང་  
 དུ་ཐོན་པའི་ཚོམ་སྤངས་གསར་བ་ཞིག་ཡིན་ལ་སྤྲ་རབས་ཀྱི་རང་མོས་སྟུན་དག་དང་  
 ཆ་འདྲ་བའི་བརྩམས་ཚོས་དེ་རིགས་ཚིག་འགྲོས་ཀྱི་ཆ་ནས་རང་མོས་སྟུན་དག་དང་  
 ཆ་འདྲ་ཡང་གོང་གསལ་རང་མོས་སྟུན་དག་གི་ཁྱད་ཚོས་དེ་རིགས་ཅུ་བ་ཉིད་ནས་  
 མེད་ལ་རིགས་ལམ་ལ་བྱང་བར་ངོམས་པ་ཁ་ཤས་ནས་རང་མོས་སྟུན་དག་ཡིན་པའི་  
 འདོད་ལྷུགས་འཛིན་མོད་དེ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིགས་ལམ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འཁྲལ་འཁྲལ་གྱི་བཤའ་ཐབས་ཅམ་མ་གཏོགས་ཀྱུན་གྱི་སུན་མོང་སྤང་ངོར་འཛོག་  
 འོས་པའི་འགྲེལ་བཤའ་ཅིག་རྒྱག་སྐབས་མེད་ལ་རང་མོས་སྟུན་དག་གི་གོ་དོན་ལའང་  
 བསམ་གཞིགས་ཞིབ་པ་ཅམ་ཡང་གཏོང་མ་ལུས་སྤྲུལ་འདྲེ་ཤར་སྤོར་ཡོད་ཀྱང་སྤྱང་

ལུ་ལ་ཉུ་གཏོང་བའི་གོ་འཛོལ་དེ་རིགས་ལྷུང་བ་ཡིང། སྤྱིར་སྣམ་དག་གསལ་བའི་བརྗོད་  
 བྱའི་སྐོར་ལ་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་ལམ་ནས་དབྱུང་བ་བཏང་བ་ཡིན་ན་སྐོར་སྐོར་  
 ཚོགས་འབྱུང་སྲིད་པས་དེ་དག་ཚོམ་རིག་གི་ཁྲུབ་ཁོངས་སུ་བགྲངས་ནས་ཚོམ་རིག་  
 གི་ཁྲུང་ཚོས་ལྷུང་གོ་བ་ལེན་འོས་ལ་དེ་མིན་བྱ་དེ་ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོ་གཤོག་ཅལ་ང་  
 ལ་གཤོང་དང་ཞེས་པར་ཡང་བྱ་ཁྲུང་ཁྲུང་གིས་མི་སྐྱད་གོ་བར་ཐལ་སོགས་སྐྱེས་ན་  
 དགོ་མཚན་མི་ཆེ་བའི་ཁར་དགོད་གོ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡང་ཚོམ་རིག་གི་གཞུང་  
 ལུགས་ལ་སྤྱི་བའི་རིགས་ལམ་གྱིས་དབྱུང་བ་གཏོང་བ་ལྟར་ལྟར་མཚོག་ཉུ་བསྐྱེས་པའི་  
 གནས་ཡིན་ལ་འདྲི་གསལ་བ་ཤད་ལྷུང་ཡོད་པ་ནི་ཚོམ་རིག་གཞུང་ལུགས་དང་  
 བརྒམས་ཚོས་གཉིས་འོ་བོ་དབྱེད་མེད་ཉུ་བསྐྱེས་མི་རུང་བའི་གནད་དེ་ཡིན། ཚོམ་  
 རིག་བརྒམས་ཚོས་ཀྱི་ནང་ཉུ་ཚོམ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཀྱིས་ཇི་བཞིན་ཤོད་མི་རུས་  
 པའི་ཚོས་ཉིད་མང་བོ་གནས་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྐྱབས་ཁ་ཤས་སུ་ཚོམ་རིག་གཞུང་  
 ལུགས་ལས་བརྒལ་བའི་ཚོས་ཉིད་ཀྱང་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པས་ཚོམ་རིག་གཞུང་ལུགས་  
 བེ་བརྒམས་ཚོས་ཇི་སྟེང་འབྲི་བའི་ཚད་གཞི་གཏན་ནས་མིན་ལ་ཚོམ་རིག་གཞུང་  
 ལུགས་བྲིས་པ་ཡིན་ན་ཚོམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་བྲིས་པའི་ངེས་པ་དེ་བས་ཀྱང་མེད་པས་  
 དབྱུང་བར་རིགས་སོ།།

བོད་ཀྱི་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་  
འབྲེལ་གཏམ་རྒྱང་བྱ།

----བོད་ཀྱི་གཞིན་ལུ་ལོ་རྒྱུས་ལ་དགའ་མོས་གནང་མཁན་རྣམས་ལ་འབེལ་  
གཏམ་བྱས་པ་སྐྱབས་ལས་བཟུམ་པ།

ལོ་ད་སྤྱིར་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟེར་བ་འདི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་  
བར་ཉ་ཅང་རྒྱུན་རིང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ཤེས་ཐུབ་ཟེར་ན་  
ད་སྔ་བོད་ཀྱི་ནང་ཁུལ་ནས་ཐོན་པའི་གནའ་རྫས་དང་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གཞུང་  
ལོ་རྒྱུས་དང་བསྟུར་ན་ཉ་ཅང་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
ལས་ཡ་ཐོག་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གཙོ་བོར་འཆད་དགོས་ན་ཡ་ཐོག་བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
འབྲེལ་ཉེ་གསལ་བོར་འཆད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ད་ལྟ་རྒྱལ་  
སྤྱི་དང་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ནང་གི་མི་རིགས་སོ་སོས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
བྱེད་པའི་ཆར་རྒྱབས་ཁྲིད་འདི་ན་ཡ་ཐོག་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཟེར་བའམ་ཡང་ན་བོན་གྱི་  
རིག་གནས་འདིས་ཞིབ་འཇུག་གི་གོ་གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་བརྒྱུང་ཡོད། དཔེ་བཞག་  
ནས་བཤད་ན་རུབ་སྤོགས་ནས་བོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་འདི་བོད་ལས་  
ཉ་ཅང་སྔ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སལ་ཆེར་ཁོ་ཚོས་ལོ་རབས་བདུན་བརྒྱ་བ་ཙམ་ནས་  
འགོ་བརྩམས་ཉེ་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་འདིར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་སྤོང་ཡོད་པ་  
རེད། བོད་ནང་གི་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་འདི་འགོ་  
ཚུགས་པའི་དུས་རབས་ནམ་མཚེད་ཟེར་ན་སལ་ཆེར་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་བའི་དུས་

སྐབས་དེར་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་དབྱུང་ཚོམ་རེ་འགའ་སྟེལ་ཡོད།  
 གནས་ཚུལ་དེའི་རོམ་ནས་བལྟས་ན་རྒྱབ་སྒྲིང་བས་བོན་པོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་དང་  
 བོད་ཀྱིས་བོན་པོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ནི་ཉ་ཅང་བསྐྱར་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཞེན་རྒྱབ་སྒྲིང་བས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བོན་པོའི་རིག་གནས་འདི་ཉ་ཅང་ཆ་  
 ཚང་ཞིང་གོ་རིམ་ལྡན་པ་རྒྱ་ཆ་ལྡན་སྲུང་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་རིག་གནས་  
 ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་རིན་ཐང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ལོ་  
 རྒྱུས་འདིར་བལྟ་ན་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་མི་འབྲེལ་མ་སྤྱི་མཉམ་ཆགས་ཡོད་པ་ཞིག་  
 རེད་ལ་ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྲོད་གོ་གནས་གཤམ་ཆེན་ཟེན་ཡོད་པའི་བོན་གྱི་  
 རིག་གནས་འདིར་ཆ་ཚང་བའི་སྐོར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྤྱོད་པ་རྒྱུར་བ་ཡིན་ན་ཡང་  
 རོག་རིག་གནས་ཆ་ཚང་རྒྱུད་འཛིན་དང་དར་སྟེལ་ལ་བྱས་རྗེས་སྒྲ་མེད་བཞག་པ་  
 ཞིག་རེད། ད་ལྟའི་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་མི་མང་བོ་ཞིག་གི་སྤང་རོན་  
 ཞང་ཞུང་དང་བོན་པོ་ཞེས་སོ་སོར་བཀར་བའི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཞང་ཞུང་  
 རིག་གནས་ཞེས་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་ཞང་ཞུང་གི་ཤེས་རིག་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཞང་  
 ཞུང་ཞེས་པའི་འཇུག་ཡུལ་ལ་དབྱུང་བ་གཏོང་བའི་སྐྱད་རེད། ང་རང་གི་ལུགས་ལ་ངའི་  
 འབྲུ་རེད་ཟེར་ན་ཞང་ཞུང་ཞེས་པ་འདི་འཇུག་ཡུལ་ཉ་ཅང་མང་བའི་ཐ་སྐྱད་ཞིག་རེད།  
 ཞང་ཞུང་རྒྱལ་རབས་ལ་འཇུག་པ་དང་རྒྱལ་བོ་ལ་འཇུག་པའམ་རུས་རྒྱུད་ལ་འཇུག་  
 པ་སོགས་སྐབས་དུ་མ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་ཁབ་འདི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་  
 ཆེན་པོའི་གྲུས་ཡུལ་ཡིན་ལ་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ཞེས་བོན་གྱི་རིག་གནས་ལས་  
 ལོགས་སུ་གྲུས་བའི་རིག་གནས་ཡན་གར་བ་ཞིག་མེད་དེ་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ཡིན་

ན་བོན་གྱི་རིག་གནས་ཡིན་དགོས་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ལ་  
 ཞིབ་འཇུག་གྲེད་པ་དང་བོན་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་པ་ནི་རོ་བོ་གཅིག་པ་  
 རེད་ལ་ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་སུ་བོན་གྱི་རིག་གནས་མ་ཡིན་པའི་ཞང་ཞུང་གི་རིག་  
 གནས་ཤིག་ལོགས་སུ་འཛོག་རྒྱུ་མེད་ལ་བོན་གྱི་རིག་གནས་འདི་དང་ཞང་ཞུང་གི་  
 རིག་གནས་འདི་ཞེས་སོ་སོར་དགར་དུ་མེད་པ་ནི་དེའི་ཐད་ཀྱི་བདེན་དཔང་ཉལ་ཅིག་  
 རེད་ལ་ཞང་ཞུང་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་ན་བོན་བོར་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་དགོས་པ་ནི་རྩ་བའི་  
 ཐབས་ལམ་མ་ཞོར་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་བོན་བོར་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་པ་འདི་བོད་རིག་  
 པའི་ཁྲབ་ཁོངས་སུ་དོན་སྣང་ཆེན་པོ་ལྡན་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཡ་ཐོག་  
 བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ནི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་གཞི་རྩའི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་ནི་  
 ལྷོགས་མང་བོན་སྐྱབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་འདིར་ཞིབ་པར་བཤད་ཀྱང་དགོ་མཚན་  
 མེད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་བོན་བོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁག་དང་ཞང་ཞུང་རིག་  
 གནས་ཞེས་འདི་ལྟར་ཡན་གར་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་བྱ་འགྲུལ་རབ་དང་རིམ་པ་སྟེལ་  
 དགོས་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྲབ་ཁོངས་ཁྲོད་བོན་བོས་ཁ་བྲལ་བྲས་པ་ཞིག་མ་  
 ཡིན་པར་བོན་བོའི་རིག་གནས་ཀྱི་རོ་བོ་སྤང་སྐྱོབ་གྲེད་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། ལྷོགས་  
 གཞན་ཞིག་ནས་སྲོང་ན་འུ་ཅག་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེབ་གཏེར་སོགས་སྣ་ཚོགས་  
 ཤིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་པལ་ཆེད་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྗེས་སུ་བྱུང་བཤམས་ལྷག་  
 ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེའི་ཡར་སྔོན་ནས་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རོ་མ་དག་ཅད་གཅོད་  
 གྲེད་པ་ནི་ཉ་ཅང་དགའ་ཁག་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་རེད། ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་ཡིན་ནའང་  
 དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐར་ཐོར་དུ་གྱུར་ནས་ཁ་མི་ཚང་བའམ་གཞན་གྱི་རྒྱས་ལ་ཤོར་བ་



སོགས་རྒྱུ་དུ་མའི་དབང་གིས་ལག་སོན་འབྱུང་དཀའ་ཞིང་ཡིག་ཆ་དེའི་སྐྱེང་ནས་  
 གྲང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གྲེང་  
 ཐབས་མེད་པ་ནི་ཉ་ཅང་སློབ་མཁ་པའི་གནས་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཡ་ཐོག་བོན་གྱི་  
 ལུག་དཔེ་དཀོན་གསུམ་འདི་དག་ནི་གནའ་བོའི་དུས་ནས་བརྒྱུང་དམངས་ཁོད་ནས་མི་  
 དང་མིའི་ལག་བྲིས་བརྒྱུད་ནས་ཐོན་སྲིད་ཡོད་པས་འདིའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་  
 རིག་གི་རྒྱུན་ཡོད་སྲིད་པས་བོད་ཀྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
 གྲེང་དགོས་ན་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་རྣམས་ཅ་ཆེན་འདི་དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྲེང་བ་ནི་  
 ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ་དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཚོ་ད་ལྟ་བོན་པོའི་རིག་  
 གནས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལམ་ཁ་འདིར་གོམ་པ་གསུང་དུ་སློབ་དགོས་ལྷན་ཡོད་པ་རེད།  
 དེས་ན་ད་ལྟ་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་བོན་པོའི་རིག་གནས་དང་དེའི་འཕེལ་རིམ་ལ་ཞིབ་  
 འཇུག་དང་དཔྱད་པ་གཏོང་བ་ཞིན་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ང་ཚོས་ལག་སོན་གྱུང་སྐབ་  
 པའི་ཡིག་ཆའི་སྐྱེང་ནས་བལྟས་སོང་བ་ཡིན་ན་འགྲི་གྲང་བའི་བསྟན་སྐྱོང་དགོངས་  
 གཅིག་ལྟ་བུ་རེད། བསྟན་སྐྱོང་དགོངས་གཅིག་གི་ནང་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་  
 རིམ་ལ་ད་གྲེ་བ་གསུམ་གྲེས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ཐོག་མའི་བརྗོད་བོན་དང་བར་གྱི་  
 འབྲུང་བོན་དང་མཐའ་མའི་བསྐྱུར་བོན་གསུམ་དུ་ལྷེས་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེའི་ལྷིས་སུ་  
 ལྷུ་བཀའ་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མའི་གྲུབ་མཐའ་ན་འགྲི་གྲང་བའི་ལྷ་རྒྱུ་ལ་དེ་དང་ལེན་གྲུས་ནས་  
 ཉ་ཅང་ཞིབ་རྒྱས་སུ་བཀོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་བོད་ནང་གི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་  
 པའི་རྗེས་འཇུག་གི་མཁས་པ་མང་བོས་གཅིག་འདྲིན་དང་མཐོང་ཆེན་གནང་ས་  
 གཅིག་ལྟ་དེ་རེད། བོན་པོའི་མཁས་པ་དང་ལྷི་སྐྱིང་བའི་ཞིབ་འཇུག་པ་གྲགས་ཆེན་ཁ་

འགས་ནས་ལྷ་རྩུལ་འདི་ཁས་མི་ལེན་པ་མ་ཟད་དགག་བཞག་སྤོང་གསུམ་བྱས་པའི་  
 གནས་རྩུལ་ཤུང་ཡོད་པ་དཔེར་ན་པེར་ཁ་ཐེར་ན་ལྷ་བྱ་རེད། འོན་དུང་ལྷ་རྩུལ་བཞག་  
 དགོས་པ་གང་རེད་ཟེར་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་དབྱུད་པ་གཏོང་རྒྱ་  
 བྱི་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པའི་གནས་རྩུལ་དེ་རེད། བོན་པོའི་རིག་གཞུང་  
 གི་གནད་དོན་འདིར་བརྟུན་པ་ཚོ་སྤྱོད་པ་གཉིས་སུ་མ་ལྷུང་བར་ལྷ་རྩུལ་དང་བཞག་གི་  
 སློན་ནས་བརྟུན་དགོས་བ་རེད། དེས་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁྲོད་ཆེས་ཐོག་  
 མའི་བརྗོད་བོན་ཟེར་བ་འདི་བོན་པོའི་རང་གཞུང་ནའང་སྤྱོད་པ་སོ་སོ་ནས་བརྗོད་བའི་  
 བོན་ཞེས་པའི་ཆིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བརྗོད་བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྣང་འདི་  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་དམའ་འབེབས་ཀྱི་ནང་དོན་ལྡན་པའི་ཐ་སྣང་ཅིག་ཡིན་པ་ནི་ཤེས་  
 དགའ་བ་ཞིག་རེད། གཤམ་ཏེ་ཐ་སྣང་འདིའི་ནང་དུ་བོན་པོའི་རིག་གནས་བསྐྱུ་དགོས་ན་  
 ཡ་ཐོག་སྲིད་པའི་བོན་གྱི་རིགས་སྣ་ཚོ་གསུམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་འདུ་  
 འོས་པ་ཞིག་རེད་ལ་ཁྲུང་པར་དུ་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོའི་ཡར་སྡོམ་གྱི་སྲིད་  
 པའི་བོན་དེ་རིགས་ནི་མི་འདུས་རང་འདུས་ཤིག་རེད། བར་གྱི་འབྲུང་བོན་ཟེར་བ་འདི་  
 སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པས་བཏགས་པའི་ཐ་སྣང་དོ་མ་ཞིག་རེད་ལ་འདི་ནི་སྤྱིར་  
 ཡིན་ན་ཐོག་མའི་བརྗོད་བོན་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ཆོག་པ་ཞིག་རེད་ལ་གྱི་གྲུམ་བཙན་  
 བོས་གྱི་བཞེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕྱི་ནས་བོན་པོ་གཉིས་ནང་དུ་བོས་ཡོང་ཡོད་པ་དེ་དང་  
 གུན་མཁུན་གྲུབ་མཐའ་སོགས་ན་ཕྱི་རོལ་སྤྲུག་གཟིག་པ་སོགས་སྐབས་དེར་ཕྱིའི་བོན་  
 པོ་ཁ་ཤས་བོད་ནང་དུ་འབྲུང་བའི་རྩུལ་དུ་བོན་སྤོང་ཡོད་ནའང་དེ་འདྲ་ཅམ་ལ་ལྷོས་  
 བས་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་གཉིས་པ་དེ་འབྲུང་བོན་དུ་འཛོག་པར་མི་

རིགས་ལ་དེར་གཤེན་བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྐྱོད་སྐྱོར་དགོས་ཚུལ་བདག་གིས་དབྱུང་ཚོར་  
 གཞན་ན་ཞིབ་པ་བྲིས་ཡོད་པས་དེར་གཞིགས་པར་བྱ། དེ་ནས་མཐའ་མར་བསྐྱར་  
 བོན་ཟེར་ནས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་གཞུང་པར་བོན་པོར་བསྐྱར་ཞིང་དེ་ལ་  
 བརྗེས་ཤིང་ཐབས་སྐྱོན་པོ་ཅན་ནས་འགོ་ཚུགས་ཏེ་བསྐྱར་བ་སོགས་གོ་རིམ་གསུམ་  
 དུ་བསྐྱར་བར་བཤད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་འདོད་ཚུལ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་  
 འདི་ནི་ང་ཚོས་དབྱུང་དགོས་པའི་གཞན་དོན་ལས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁ་ཚོན་བཅད་ནས་  
 བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་རེད་ལ། སྲུང་པར་དུ་བསྐྱར་བོན་ཞེས་པའི་བསྐྱར་དེའི་གོ་དོན་ནི་  
 ང་ཚོས་ད་དུང་གསང་མཐེལ་བརྟོལ་མ་རུས་པའི་སྐྱོན་ཚིག་ཅིག་རེད། དེའི་སྐབས་  
 གྱིས་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདིར་དབྱུང་བ་གནད་དུ་  
 ཐིངས་པ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ན་བན་བོན་གྱི་ཡིག་ཚངས་མང་བོར་བལྟ་སྟོག་དང་  
 དབྱུང་བ་བརྒྱུད་ནས་ཡང་དག་པའི་སྐྱོན་སྤོངས་འཛིན་དང་དབྱེ་ཞིག་སྤྱི་སྐྱོན་བརྒྱུད་  
 བསྐྱར་བལྟས་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདི་ནི་དབྱུང་བ་  
 གཏོང་རིན་ཡོད་པའི་རིག་གཞུང་གི་གཞན་དོན་ཞིག་རེད་པས་མ་སོང་། དེ་ལྟར་བོན་  
 པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདི་སྐྱོན་འདས་བའི་དུས་ཀྱི་བྱུབ་  
 མཐའི་བསྐྱར་བཅོས་དང་ད་ལྟའི་རིག་གཞུང་དབྱུང་ཚོར་ཁག་ནས་སྐྱེང་སྐྱོང་ཡོད་  
 བའང་ང་ཚོས་དེ་དག་ནི་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པའི་སྐྱོན་ཚིག་ཅིག་ལ་མ་བཞག་པར་ད་དུང་  
 ལུ་མ་ཐུད་ནས་དབྱུང་བ་གནད་འོས་པ་ཞིག་རེད་ལ་དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བོན་པོའི་རིམ་  
 འཛིན་གྱི་ཐད་ནས་རྩེ་ཟང་ཞུས་ན་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་ལྟར་བོན་པོ་ནི་མགོ་ལ་རལ་བ་  
 དགྲིས་ཤིང་རྒྱབ་ལ་རྩ་སྲུང་ནས་གཞན་ལ་དཔོན་པོ་འདེབས་མཁན་ཁོ་ན་ཅོམ་མམ་

ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟོན་གས་པ་ལྷ་བྱ་ལ་རོས་འཛིན་པ་ནི་ཉ་ཅང་མི་རོས་པ་ཞིག་རེད། འདིའི་རྩ་  
 བའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་ཡ་ཐོག་སྲིད་པའི་བོན་གྱི་དོན་སྟོང་བོན་པོ་སྤྱི་ལ་དཔེ་འགོ་བས་  
 བྱས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་གས་ཡང་ན་ནང་ཚོས་བོད་ལ་འབྱོར་བའི་དུས་ནས་བཟུང་  
 བོན་པོ་དང་འགལ་བ་རྣོ་རར་དུ་གྱུར་ཞིང་མཐར་བོན་པོའི་ཤེས་རིག་གི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་  
 མེ་ལ་བཏང་ཞིང་རྩ་ལ་བརྒྱུར་བའི་ལས་འགྲུལ་རབ་དང་རིམ་པ་དར་ཞིང་དམའ་  
 འབེབས་སྤྲ་ཚོགས་བྱས་སྲོང་བའི་སྲོལ་དེའི་འགྲོ་བརྒྱུངས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་ད་ལྟའི་  
 དུས་རབས་གསར་བའི་ཁྲིད་སྲོལ་ངན་འདིའི་རིགས་ལ་ང་ཚོས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤྱན་  
 འབྲིན་བྱེད་ལོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་བོན་པོའི་རིག་གནས་ལ་དར་རྒྱུད་སྤྲ་ཚོགས་  
 ཞིག་བྱུང་སྲོང་ཡོད་ནའང་རིག་གནས་འདི་ཉིད་ནི་བོད་རང་ལུལ་གྱི་ས་སྤྱོལ་དོ་སྤྱོལ་  
 གྱི་རིག་གནས་ཞིག་ཡིན་གཤེས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་མང་ཚོགས་གྱི་ཁྲིད་དུ་དར་ཁུབ་བྱུང་  
 ཡོད་པས་མང་ཚོགས་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ཁར་མི་རིགས་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་  
 དང་ལུལ་སྲོལ་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པས་ད་ལྟ་ཡང་བོན་པོའི་རིག་གནས་འདིར་ཕྱི་ནང་  
 གུན་ན་མཐོང་ཆེན་དང་གཅིགས་འཛིན་གནང་མཁན་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་  
 རེད། འདི་ནི་བོན་པོའི་རིག་གནས་འདིར་དམངས་ཚོགས་གྱི་ཁྲིད་ན་ཉ་ཅང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་སྐང་གཞི་ཡོད་པ་དང་རིག་གནས་འདིར་མིའི་རིགས་གྱི་བྱང་བདེན་དང་གནས་  
 ལུགས་དང་མཐུན་པའི་དོན་སྟོང་ཞིག་ཡོད་པ་ཁ་ཚོན་བཅད་ནས་བཤད་ཚོག་པ་ཞིག་  
 རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྒྱུད་མིག་ལ་བརྟན་ཡོད་  
 དུ་སྤང་བའི་བོན་གྱི་རིག་གནས་དང་ལུག་དཔེ་རྩ་ཆེན་དག་ལ་སྤྱང་སྤྱོལ་དང་སྤོབ་སྤོང་  
 གནང་ནས་བོན་པོའི་རིག་གནས་ལ་གསར་དུ་རོས་འཛིན་གནང་རྒྱ་ནི་དུས་སུ་བབས་

སའི་འོས་ལགན་ཞིག་རེད། ལོང་གི་སློང་འཕྲོ་སྟེ་བོན་པོ་ཡིན་ན་ལྷ་སྟེགས་པ་ཡིན་པའི་  
 འདོད་ཚུལ་དེ་ནི་མ་བརྟམ་གྱི་ཚེས་དུ་སྟོ་བར་དགའ་བ་ལགའི་སྣང་ངོར་མ་བྱུང་འབྲུག་  
 སྟེ་ཡིན་མོད་དཔུང་པའི་འདུ་ཤེས་ལ་རིང་ནས་གོམས་ཤིང་ཕྱོགས་ཞེན་མིག་རིས་བོར་  
 བའི་སྐྱེས་པོ་དཔྱོད་ལྡན་དག་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་སུ་མི་འགྱུར་མ་སྟེ་མེད་ཆགས་པ་  
 ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེན་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་རིགས་  
 སའི་ལམ་ནས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱི་རོལ་སུ་སྟེགས་པ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ནི་ཉ་ཅང་  
 དགའ་ཁག་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་  
 མཁས་དབང་རྣམ་པའི་ཞལ་སྤྱོད་ནས་བོན་པོའི་ལྷ་སྟོན་སྟོན་གསུམ་སོགས་རང་གཞུང་  
 དང་མི་མཐུན་པ་རྣམས་ལ་དགག་བཞག་དང་སུན་འབྲིན་མཛད་སྟོང་ཡོད་མོད་དེས་  
 བོན་པོ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སུ་སྟེགས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་མི་སྟབས་པ་ཞིག་རེད། བོན་པོའི་  
 རིག་གནས་གཞིར་བཞག་གི་སྟེང་ནས་བཤད་ན་བོན་པོ་ལ་སྲིད་པའི་བོན་དང་གཡུང་  
 རླུང་བོན་གཉིས་སུ་ཕྱེས་རླུང་ལ་སྲིད་པའི་བོན་ནི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ཡི་  
 བསམ་སྟོན་བཅོས་བསྐྱུར་གྱི་གལ་དུ་མ་ཚུད་པའི་བོན་པོ་རྣམས་ལ་བཤད་དགོས་  
 ཤིང་དེ་ནི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་གདོད་མའི་ཚོས་ལུགས་དང་འདྲ་བར་ལུལ་ལྟ་དམར་  
 མཚོད་དང་རི་ལ་རི་ལྟ་སོགས་རང་རླུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ལུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པའི་  
 ཚོས་ལུགས་ཚོ་གཞིག་རེད། དེའི་ལུགས་རྒྱུན་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཁྲི་སྟོང་ལྗེ་ལུ་བཅན་གྱི་  
 རྣམས་སུ་འདྲ་ཡོད་པ་མཁས་འཕྲོ་ཡི་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་བཀོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོ་  
 དེ་ནང་བཞེན་རེད། གཡུང་རླུང་བོན་ནི་དེ་ལས་ལྗོག་དེ་སྟེ་བ་སྤྱི་སོགས་ཁས་ལེན་  
 ཞིང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དང་འདྲ་བར་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་

ལས་ལེན་གནང་བའི་ནང་བའི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་རེད། འདི་ཉིད་གསར་གཏོང་མཛད་པ་སོ་སོའི་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་སོ་ཚེ་ཡིན་ལ་འདིའི་ནང་དུ་སྲིད་པའི་སོའི་གྱི་ནང་དོན་ལ་འགས་དགོས་དབང་གིས་ནང་འདྲེན་གྲུས་ཡོད་ལ་སྲིས་སུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ནང་བཞིན་མ་ལག་ཆ་ཡོངས་སུ་ཚང་བའི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྲུབ་པ་ནི་སོའི་སྲིད་དུས་རབས་རིམ་བུའི་གྱི་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་རེད་བསམ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན་འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་དུང་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་མ་ལག་ཆ་ཚང་བའི་ཚོས་ལུགས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་དུས་རབས་རིམ་བར་ཆ་རྗེ་ཚང་དུ་སོང་བ་ནི་དོ་སྲིད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། ཚེས་ཐོག་མའི་དུས་སུ་ཚོས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་དང་སོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་གཉིས་ཀྱི་དོན་གྱི་འདྲིན་སྤངས་གཅིག་མཚུངས་རེད། འོན་འདི་གཉིས་སོ་སོར་དགར་བའི་དུས་མཚམས་དེ་ནམ་རེད་ཟེར་ན་སངས་ཚོས་ལུགས་དངོས་སུ་བོད་ནས་གཞི་རྒྱ་ཚུགས་པའི་དུས་ནས་བཟུང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་མང་སོ་སོད་ལ་བསྐྱུར་འགོ་ཚུགས་པ་རེད་ལ་དེའི་སྐབས་དམ་ཞེས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཐ་སྙད་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་སྐབས་སྤྱིར་ན་སོན་ཞེས་བསྐྱུར་དགོས་མོད་དེའི་སྐབས་སུ་བན་སོན་གཉིས་ཀྱི་འགལ་བ་རྣེ་རུ་ཅན་དུ་སོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཐོན་ཆེད་ཚོས་ཞེས་བསྐྱུར་བ་རེད་ལ་དེ་ནས་བཟུང་སོན་དང་ཚོས་ཞེས་དབྱེ་བ་སོ་སོར་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེའི་ཡན་ཚད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིང་ལ་སོན་ཞེས་བྱ་ཞིང་ད་ལྟའི་ཚོས་ལུགས་ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་དང་སོན་ལུགས་གཉིས་དོན་གཅིག་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སོན་ཞེས་

སའི་ཐ་སྟོན་འདི་ཡང་དུས་རབས་དང་རིག་གཞུང་གི་འགྲུང་བ་ལྟར་གོ་དོན་ལ་འགྲུང་  
 ལྡོག་སྣ་ཚོགས་ཤིག་གྲུང་སྤོང་ཡོད་པའི་ཐ་སྟོན་ཅིག་ཡིན་པ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཞིག་  
 རེད། བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་གཡུང་དུང་བོན་ལ་འཇུག་པའི་དུས་མཚམས་ནི་བོན་གྱི་  
 འཇུག་ཡུལ་ཆེས་མཐོ་བའི་དུས་རིམ་ཤིག་རེད་ལ་འདིའི་སྐབས་སུ་ཐ་སྟོན་འདི་དང་  
 བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་རེས་ཅན་ཡོད་པ་རེད། ཡ་ཐོག་  
 སྲིད་པ་རྒྱུད་གྱི་བོན་ལུགས་གིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོས་བསྟན་པའི་ཚོས་ལུགས་  
 གྲུབ་མཐའ་དེར་གཞུགས་ན་ཉ་ཅང་མི་འོས་ཤིང་དེ་གཉིས་ནི་གཏན་ནས་བསྐྱར་ཐབས་  
 དཀའ་བ་ཤིག་ཡིན་ནའང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོས་ཡ་ཐོག་སྲིད་པ་རྒྱུད་གྱི་  
 བོན་ལུགས་དེ་ཉིད་ཁོང་གིས་བསྟན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཁོད་དུ་བསྐྱབ་བའི་བྱིར་དེ་ལ་སྟོབ་  
 སྤོང་གནང་སྤོང་ཡོད་ལ་དེའི་ཁོད་ཀྱི་ལག་ཆ་རྣམས་བསྐྱབ་ལེན་བྱས་ཡོད། དེའི་སྐབས་  
 གིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོན་གྱི་མཚོན་གནས་བའམ་གཏོ་བ་ཅམ་ལ་རོས་  
 འཛིན་བྱེད་པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནད་རྣམས་དེ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་ཡ་ཐོག་རྒྱུའི་ཐེག་པ་རྣམས་  
 ཐེག་དགུའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱས་པའི་གནད་ལ་བསམ་མོ་གཏོང་མ་རུས་པའི་སྟོན་ཆ་  
 ཡོད་པ་རེད། བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོད་ཀྱི་བསམ་མོ་བའི་ཐོག་མ་ཡིན་  
 བར་ཐེ་ཚོམ་ཅེ་ཡང་མེད་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོད་རང་སའི་སྐྱེས་  
 བུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྟག་གཟིག་ནས་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་ཁོང་ལ་བསྟན་དུ་རུང་  
 བའི་བསམ་མོའི་གཞུང་ལུགས་ཞིག་མེད་པས་བསམ་མོ་བར་མི་འདོག་པར་བཤད་པ་  
 བེ་མ་བརྟགས་བྱ་ཚོམ་དུ་སྐྱས་པ་ཅམ་ཡིན་ལ་བོན་གྱི་རིག་གཞུང་གི་ནང་གསར་  
 གསུམ་དང་སྟོ་བཞེ་མཛོད་ལྟ། ཐེག་པ་རིམ་དགུ་སོགས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་དེ་དག་

མ་མཐོང་བས་ལན་བ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་བདག་གིས་བོན་གྱི་སྟོན་པ་ག་ཤེས་རབ་  
མི་བོ་ཆེ་ཆ་རྒྱུན་བཞིའི་སྟོན་པ་སྤྲོད་རབས་བོད་ཀྱི་བསམ་སྟོབ་ཡིན་པར་སྐྱབ་ཡོད། དེ་  
ནི་བདག་གིས་བོན་པོའི་རིག་གཞུང་ལ་བཟུང་བའི་རྩ་བའི་རྣམ་འགྲུའ་ཡིན་ལ་ཕྱི་  
རབས་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དང་གཞོན་ལྷན་དཔྱད་ཅན་རྣམས་ནས་ཀྱང་བོན་པོའི་  
རིག་གཞུང་འདིར་ཡང་དག་པའི་སྟོན་པ་འོས་འཛིན་དང་ཞིབ་འཇུག་གནང་བར་  
འབོད་སྐྱལ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ། བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྟུ།



དྲི་གྲུམ་བཅན་པོའི་དྲི་ཡིག་ལས་འབྲོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
གནད་དོན་འགའི་སྟོན་དབྱད།

པོད་བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཁོང་དུ་གསལ་ནས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ན་རྒྱལ་  
འབངས་འཕུགས་པའི་དོན་རྒྱུན་གྱི་རིམ་པ་དང་པོ་དེ་ནི་རྒྱལ་བོ་འི་གྲུམ་བཅན་པོ་དང་  
ལོ་ངམ་རྟ་རྩེ་གཉིས་ཀྱིས་འཕུག་ཚོད་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཡིན་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
དུས་རིམ་མི་འདྲ་བའི་ཁོང་དུ་དོན་རྒྱུན་དེ་ཉིད་རིམ་བཞིན་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
བྱུང་ནས་བཤད་སྟངས་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཤིག་བྱུང་ཡོད། འདིར་བཤད་སྟངས་དེ་  
དག་གི་ཁོང་དུ་འི་གྲུམ་བཅན་པོའི་མཚན་གྱི་འདོགས་སྟངས་ལ་བཤད་ཚུལ་དེ་གཉིས་  
ཅུ་བྱུང་ཡོད་པའི་དོན་སྤྱི་ཡིད་ལ་བཞག་ནས་དེའི་ཐད་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པའི་རང་གི་  
བསམ་ཚུལ་ཡི་གཤམ་འགོད་བཤམ།

དང་པོ་འི་གྲུམ་བཅན་པོའི་མཚན་གྱི་འདོགས་སྟངས་དེ་ནི་གནའ་རབས་ཀྱི་  
གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་དང་འབྲེལ་ནས་ཉུན་ཉོང་ཡིག་ཆའི་ཁོང་གྱི་བཅན་པོ་རིམ་བྱུང་གི་ལོ་  
རྒྱུས་ཁོང་དུ་འཁོད་ཡོད། དེ་ཉིད་ཀྱུན་ལ་གསལ་ཆ་ཆེ་ཡང་དེའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་  
ཞིབ་བཤམ་ཡི་གཤམ་འགོད་མཁན་ཏུ་ཅང་ཉུང་བར་གཞིགས་ན་དེ་ནི་གནའ་བོའི་གཏམ་  
རྒྱུད་ཁོ་ནར་སོང་སྟབས་འབྲེལ་བཤམ་བསྐྱོན་དཀའ་བཞིག་ཏུ་ཆགས་པ་ནི་དོན་  
དངོས་དེད་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཅུ་མས་ཚོས་ཚོས་འབྱུང་མཁས་  
པའི་དགའ་སྟོན་དང་ལྗེ་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་སངས་རྒྱལ་ཚོས་

ལུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་གྲུམ་བཙན་པོའི་མཚན་གྱི་འདོགས་སྐྱེས་ས་  
 བད་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་ལས་བྱུང་བའི་གནའ་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་གཞི་འཛིན་ས་བྱས་  
 ཡོད་ནའང་དེའི་སྐོར་གྱི་བྱུང་བ་དག་ཡིག་རྙིང་གི་ས་པོན་སོར་འཛོག་བྱས་པ་ཙམ་  
 ལས་འོས་མཚན་གྱི་གསལ་བཤད་གང་ཡང་བྱས་མེད་སྐབས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་  
 རིམ་མི་འབྲེལ་བའི་སྡོན་རབས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ལས་སྐབས་དེའི་དོན་དངོས་ཀྱི་བྱུང་  
 རིམ་འཚོལ་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་ཁག་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་གྲུམ་བཙན་པོའི་  
 མཚན་རྒྱར་གྱི་དེ་ཡིག་དེ་ཉིད་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་དང་ཀོང་པོ་དེ་མོ་ས་ལུལ་གྱི་བྲག་  
 བརྗོད་ཡི་གེ་སོགས་ལས་གཅིག་གྱུར་གྱི་དེ་ཉིད་པོན་པའི་སྐྱེད་ཚུལ་ལ་དབྱེད་ན་པས་  
 ཆེད་དེ་ཡིག་དེ་ནི་གནའ་པོའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སམ་ལུལ་ལུགས་ཁྲུང་པར་བ་  
 ཞིག་དང་འབྲེལ་ནས་ཐོན་པར་ཆོད་དཔག་ཙམ་བྱས་ཆོག་པ་ཞིག་སྟེ་དེ་གྲུམ་བཙན་  
 པོའི་སྐབས་སུ་སྐྱེས་ལོ་ལྟན་པོ་གསོལ་བའི་ལུགས་སོལ་དེ་ནི་དར་བྱུང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་  
 པ་ཀོང་པོ་དེ་མོའི་བྲག་བརྗོད་ཡི་གེ་དེ་ལས་གསལ་བོར་ཤེས་སུ་བ་བ་ཞིག་རེད། དེར་  
 བརྟེན་སླེབ་རིག་གནས་ཀྱི་སྐྱེད་ཚུལ་དེས་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་ལས་བྱུང་བའི་དེ་གྲུམ་  
 བཙན་པོའི་མཚན་འདོགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དེར་པར་གཞུགས་ན་འདི་ལྟར་གོ་སུ་བྲེ།  
 དེའི་ཁྲོད་དུ་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བྲག་མར་བ་དང་དམ་ལེ་དབལ་མཚོ་འཕ་དང་མ་འབྲི་སྐྱེད་  
 གསུམ་ནི་དེ་གྲུམ་བཙན་པོའི་སྐྱེ་བྲེལ་གནས་ལུལ་གསུམ་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆག་  
 འཛིག་ནི་དེ་གྲུམ་བཙན་པོའི་ཆེ་སློབ་ལུན་རིང་དུ་འཚོ་སུ་བ་མིན་གྱི་གནད་དོན་དེ་ཡིན་  
 ཞིང་བྲག་མཚོ་སྐྱེད་གསུམ་ལ་དེ་གྲུམ་གྱི་སྐྱེ་བྲེལ་གནས་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཉིད་  
 ཚོས་འབྱུང་མཁར་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་སྐྱེ་བྲེལ་མཚོ་སྐྱེད་[1] ཞེས་གོང་གསལ་

སྤྱི་བྲག་མར་བ་སོགས་ཀྱི་སྡོན་ལ་སྤྱི་ཡིག་འཁོད་ཡོད་པའི་སྤྱང་ཚུལ་དེས་ཀྱང་གསལ་ལ་  
 རྱེད་སྤྱབ་པ་ཡིན། གཏམ་རྒྱུད་དེའི་ཁོད་དུ་ཡོད་པའི་མ་མ་གོ་ཞ་མ་སྤྱི་བརྗེད་མ་ཉི་  
 རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་རིམ་གྱི་ཚོ་ག་སྤྱབ་དུས་སུ་སྤྱབ་ས་དེའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱང་ཚུལ་དང་  
 ཚབ་སྤྱིད་ཀྱི་འཁོར་ཕྱོགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དང་སྡོན་དཔག་རྱེད་སྤྱབ་པའི་དམིགས་  
 བསལ་གྱི་མི་སྣ་ཉམས་སྲུང་ཚན་ཞིག་ཡིན་ལ་དེ་གྲུམ་བཅན་པོ་སྤྱི་ས་མ་ཐག་མཚན་ཅི་  
 གསོལ་ནི་མ་མ་གོ་ཞ་མར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྱབ་ས་འཁོར་གཡོག་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཁོ་མོར་ལྷུས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་ཉིད་དགྲུང་ལོ་ཉ་ཅང་བགྲུས་སྤྱབ་ས་དབང་པོ་མ་  
 གསལ་བར་བརྟེན་ལོག་པར་གོ་ནས་མཚན་འདོགས་དེ་འབྲེལ་གཞན་བ་རེད།  
 ཡིན་ནའང་མཚན་གྱི་འདོགས་སྤྱང་ས་འདི་ནི་ལྷུང་ས་མེད་བྱུང་རྒྱུ་དུ་བཏགས་པ་  
 ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱབ་ས་དེའི་བརྟེན་ལོག་ཐོས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགལ་བའི་སྡོན་  
 དཔག་གཞིར་བཞག་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་རེད། རྒྱུ་མཚན་ནི་སྤྱི་བྲག་སྤྱི་བྲག་མར་བ་  
 ཉིལ་ནས་བཀུམ་ན་སྤྱི་སྤྱི་འདྲེ་སྤྱི་གྲིས་བཀུམ་པས་སྤྱི་གྲུམ་དང་སྤྱི་མཚོ་དམ་ལེ་  
 དབལ་མཚོ་སྤྱི་ནས་བཀུམ་ན་ཚུས་བཀུམ་པས་ཚུ་གྲུམ་དང་། སྤྱི་སྤྱི་དང་མ་འབྲེ་  
 སྤྱི་མེས་ཚོག་ནས་བཀུམ་ན་དེ་གྲུམ་སྤྱི་འཆི་རྒྱུན་གསུམ་བསྟན་ཡང་མཐའ་མར་  
 སྤྱབ་ས་དེའི་ལོ་ངམ་དང་འབྲེགས་པའི་དོན་རྒྱུན་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་སྤྱི་བྲག་ལོ་ངམ་  
 ཕྱོགས་སུ་དེ་ཚོད་སྤྱི་དུས་གཞན་སྤྱི་འདུལ་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་སྡོན་དཔག་ཅམ་ལ་  
 དབྱེད་ནས་དེ་གྲུམ་ཞེས་བཏགས་པ་ཞིག་རེད་ལ་དེ་གྲུམ་དང་ལོ་ངམ་འཐབ་དུས་  
 སྤྱི་འདུལ་ལོ་ངམ་གྱིས་དེ་ཚོད་སྤྱི་སྤྱི་ཡོད་པ་ནི་སྤྱི་མིག་ལས་དུག་ཤིང་རྒྱ་དགྲུའི་དུད་  
 པ་ཡིས་བར་སྤྱི་སྤྱི་བས་འཐོབ་ས་པར་ཤོག།[2] ཅེས་དུག་ཤིའི་བར་སྤྱི་ཁེངས་ཤིང་

མངོན་མཐོང་གི་སྤང་ཚུལ་འགོག་པའི་ཐབས་སྤྱད་མྱོང་བ་དང་ཁོ་བོ་དབང་ཆེན་གྱི་རྣམ་  
 བཤད་ནའང་ལོ་ངམ་གྱིས་དགྲུང་ལོ་སྤུམ་ཅུ་ཅུ་གྲག་གི་སྟེང་དུ་དེ་དུ་བཀུམ་སྟེ་བང་སོ་  
 ཡར་ལུང་སྤང་རོ་ཚལ་དུ་བཏབ།<sup>[3]</sup> ཅེས་འབྲུང་བའང་དེ་གྲུམ་བཅན་སོ་དེས་བཀུམ་  
 པའི་ཐད་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་ཅང་བཅན་སོ་ཞིག་རེད་ལ་མིའི་ཆེ་སོག་དེ་ལ་འབྲེལ་ནས་  
 གཙོད་པ་ནི་གཏམ་ལུལ་ཡིག་རྙིང་གི་རྗེས་དེ་འདུལ་བའི་རབས་ན་གོངས་པ་རྗེས་གྱིར་  
 རྫོངས།<sup>[4]</sup> ཞེས་དེས་བཀོངས་བའི་ལུགས་སོལ་ཡོད་པ་གསལ་བོར་བསྟན་ཡོད་ལ་  
 གཏམ་ལུལ་ཡིག་རྙིང་ཁོང་གི་དང་དེ་གཉིས་རང་འདོད་ལྟར་བརྗེས་ཡོད་པས་རྗེས་གྱིའི་  
 རྒྱབས་གྱི་དེ་འདི་དེ་མའི་དེ་ཡིན་པ་གཞུང་དེ་ལ་ཞིབ་པར་མཇལ་ན་ཤེས་ཐུབ་ལ་ཏུན་  
 ཉོང་ཡིག་རྙིང་དང་རྫོང་རིང་སོགས་ཡིག་རྙིང་གཞན་རྣམས་ལས་དེ་གྲུམ་བཅན་སོའི་  
 མཚན་རྒྱར་གྱི་དེ་ནི་ད་དེའི་གཅིག་གྲུང་ཡིན་པ་ནི་དཔྱད་ཞིབ་ནན་ཏན་གྱིས་གཏོང་  
 དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་གྱིས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་དག་ལས་དེ་གྲུམ་གྱི་དེ་  
 ཡིག་འདི་ལ་ག་གྱི་འབྲི་བའི་ལུགས་སོལ་རྒྱན་འབྲུམས་སུ་སོང་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ་དེ་ནི་  
 དེ་གྲུམ་གྱི་ཐོག་མའི་མིང་གི་མཚོན་དོན་དེའི་ཁ་དོག་བསྐྱུར་ནས་རང་ལུགས་གྱིས་དེ་  
 གྲུམ་གྱི་མཚན་ལ་གསར་དུ་འབྲེལ་བཤད་བསྐྱོན་པའི་འབྲུང་མཚན་གལ་ཆེན་  
 ཞིག་རེད། ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ན་དེ་གྲུམ་དང་ལོ་ངམ་གྱིས་འཐབ་ཚོད་མ་གྲུམ་གོང་དུ་དེ་  
 གྲུམ་བཅན་སོའི་མཚན་གྱི་འབྲེལ་སྟངས་དེ་ནི་དེ་ལ་འབྲེལ་བའི་བཤད་སྟངས་འདི་  
 གཅིག་སུ་ལས་ལྟ་ཚུལ་གཞན་བྱུང་མེད་ལ་གྱིས་སུ་དེ་གྲུམ་བཅན་སོས་སོན་བསྟན་  
 བསྐྱབས་པ་ནས་བརླུང་བོན་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་དེ་གྲུམ་བཅན་  
 སོའི་དེ་ཡིག་སྤྲུག་རྒྱབ་ཆེ་བའི་མཚོན་བྱེད་གྱི་གྱི་ཡིག་ལ་བསྐྱུར་བ་རེད། དཔེར་ན་སོན་

གྱི་ཡོངས་རྩེའི་སྐོང་ཆེན་གྱི་འབྲེལ་བར་འབངས་ལོངས་གྱིས་གྱིར་བཤོངས་བས་གྱི་  
 གྲུམ་བཅའ་ལོང་གྲགས་སོ།[5] ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་དྲི་གྲུམ་  
 བཅའ་ལོང་མཚན་གྱི་འབྲེལ་སྐྱངས་གྱི་ལྟ་ཚུལ་གསལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཏུ་ཅང་གསལ་  
 ལོང་ལེས་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་བོན་གྱི་སྐྱད་གྲགས་ཆེ་བའི་དཔེ་རྙིང་མཛོད་རྒྱ་  
 འབྲེལ་ཞུ་བར་དྲི་གྲུམ་བཅའ་ལོང་སྐོར་འགོད་སྐབས་མཁར་ཉང་རོལ་ལོ་ན་བཅའ་  
 ལོ་ཁྲི་ཕྱེ་ཡག་པ་དང་། བཅའ་ལོ་སྐྱང་ཟ་ལྟ་རྒྱན་གཉིས་ལ། སྲས་ཐེའུ་རང་མང་སྟ་ཡུ་  
 ཐེར་གྱི་སྐྱལ་བ་ཞུགས་སྟེ། རྒྱ་དཔུ་རོ་བཅའ་སྲས་ཤིག་འཁྱུངས་པ། དེ་ཡང་རྒྱ་ལས་  
 ལོ་གྲངས་སུ་སྐྱེད་ཅོམ་ན། སྐྱ་དམར་ལ་དམིག་རྒྱལ་པ། ལག་མཐེལ་གཡས་པ་སྟེ་བ་  
 འག་ལོ་ཡོད་པ། ཁ་ནས་གསལ་གཅད་དུ་སྐྱ་བ། སྟིག་པ་ལ་མོས་ཤིང་མཚོན་ལ་མོས་  
 པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་མའི་ལུས་ནས་དྲི་ཉགས་ལུས་ལ་ཚང་བ་ཞིག་འདུག་ནས། རྒྱ་  
 ག་ཤེན་པ་བ་ཆེ་ཅོ་ཡིས། མཚན་ཡང་དྲི་དུམ་བཅའ་ལོང་བཏགས་སོ།[6] ཞེས་པོད་  
 རྒྱལ་དྲི་གྲུམ་བཅའ་ལོང་སྐྱང་བཞུན་ཞེ་མེར་བ་ཞིག་བཞེངས་བསྐྱུན་བྱས་ཡོད་ལ་སྐྱར་  
 གྱི་ཡིག་རྙིང་ལས་བྱུང་བའི་དྲི་གྲུམ་གྱི་མཚན་འདོགས་གཏམ་རྒྱུད་དེའི་ཁྱུངས་ཡང་  
 འབྲེལ་བས་ཅེ་ཐུབ་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ལོན་གྱི་མཛོད་རྒྱ་འབྲེལ་འདིར་དཔེ་ཆ་གྲིས་  
 མའི་རིགས་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག་ནའང་དེ་དག་ཚང་མའི་ཁྱོད་དུ་དྲི་གྲུམ་བཅའ་ལོང་དྲི་  
 ཡིག་དེ་ད་དྲི་སྐྱར་བཀོད་ཡོད་པར་གཞིགས་ན་དེའི་ཁྱོད་དུ་སྐྱར་བཞིན་ཏུན་ཉོང་ཡིག་  
 རྙིང་ཁྱོད་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་དེའི་བློ་བའི་རྣམས་རྒྱུན་ཅུད་ཟད་ཡོད་པ་རྟོགས་ཏུས་སོ། ཡིན་  
 བའང་ཕྱིས་སུ་བོན་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་སྐྱ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་རང་ལུགས་གྱི་ལྟ་ཚུལ་  
 རྒྱབ་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱ་འབྲེལ་གྱི་ཚིག་དུམ་དེ་ལུང་འདྲན་བྱེད་དུས་དྲི་གྲུམ་བཅའ་

མེད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚང་གི་ཡིག་དུ་བསྐྱར་ནས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་བཀོད་ཡོད་པ་ནི་དཔེར་  
 བ་ལམ་གཏམ་ལུང་གི་སྟེང་ལོ།[7] ལྟ་བུ་རེད། ལྷིས་སུ་བོན་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་གི་ལྟ་  
 ཚུལ་གཅིག་གྱུར་ཡོང་ཆེད་གཅིག་དཔེ་གཅིག་གིས་བཤུས་པའི་སྐྱེད་ཚུལ་ཁ་ཤས་  
 རོན་ཡོད་ནའང་རྩ་བ་ནས་གཞི་འཛིན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད་ལ་གོང་གསལ་སྐྱ་  
 འགྲེལ་གི་ལུང་དེའི་རྒྱལ་བྱེད་ལ་ལྷིས་སུ་གི་བཤུགས་ཀྱི་[8] ཅེས་བའི་དཔེ་ཆ་ཞིག་ཀྱང་  
 བཀོད་སྟོན་གནང་ཡོད་ལ་དེ་ནི་སྐྱ་འགྲེལ་གི་ལུང་དེ་ལ་ཆེད་དུ་གཞི་བཙུགས་ནས་ལྷིས་  
 སུ་རོན་པའི་བོན་གི་དཔེ་ཆ་ཞིག་རེད་ལ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱ་བ་  
 གྲགས་ཆེན་མང་པོས་གི་གྲུམ་བཙན་པོའི་མཚན་གི་ཐོག་སྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་སྟོན་གི་  
 ཡི་གེ་རྟོག་བའི་ཁྲོད་གི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་གཞིར་བཟུང་བ་ལས་བོན་ལུགས་གི་བཤུགས་  
 སྐྱེད་ཀྱི་ལུང་ལེན་བྱས་མེད་ཀྱང་དེ་གི་གྲུམ་བཙན་པོའི་ལུགས་ལ་གདོན་ཞུགས་པའི་  
 བོན་ལུགས་གི་བཤུགས་སྐྱེད་ཀྱི་ལུང་ལེན་བྱས་ཡོད། དེའི་ཆ་ནས་བལྟས་ན་དེ་གི་གྲུམ་  
 བཙན་པོ་ལོངས་གྱིས་གིས་བསད་པས་དེ་སྐྱེད་ཐོགས་པའམ་ལུས་ལ་གི་རྟགས་བཅུ་  
 ག་སུམ་ཡོད་པས་གི་གྲུམ་བཙན་པོར་ཐོགས་པ་དེ་ནི་བོན་ལུགས་གི་ལྟ་ཚུལ་ངོ་མ་  
 ཞིག་ཡིན་པ་མཚོན་ལུགས་གི་ཡོད། གང་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་གི་དུས་རིམ་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་  
 བ་དེ་གི་གྲུམ་བཙན་པོའི་མཚན་གི་འདོགས་སྐྱེད་ཀྱི་ལུང་ལེན་བཞིན་འཕོ་འགྱུར་ཐེངས་  
 གཉིས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སྟོགས་འཛིན་ཅན་གི་གཞུང་ལུགས་  
 ཞིག་གི་འགྱུར་ལྡོག་ཁ་ཤས་ལ་འགྲེལ་ནས་རོན་མེད་ཡོད་ནའང་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་  
 པར་ཆ་འཛིན་བྱས་ཏེ་སྟོགས་དོར་བཅུད་ལེན་སྟོས་སུ་རབས་གི་དེ་ཡིག་དང་འགྲེལ་  
 པའི་བཤུགས་སྐྱེད་ཀྱི་ལུང་ལེན་ཞིག་ལུང་ལེན་ཆ་འཛིན་བྱེད་ཡོས་བ་ཞིག་རེད།

དབུང་གཞིའི་ཡིག་རིགས།

- [1] 《ཚོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན ཀླུ་པའ་ལོ་གཙུག་ལག་གྲེང་བས་མཛད། 1986ལོར་མི་  
རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དབར་། འོག་ངོས་160ན་གསལ།
- [2] [3] 《 ཁྲི་བོ་དབང་ཚེན་ངོ་མཚར་རྒྱ་ས་པའི་རྣམ་པའགད་གསལ་པའི་སྟོན་མ།》 རྒྱ་བས་སྟོན་རིན་  
ཚེན་འོད་ཟེར་གྱིས་མཛད། 2008ལོར་སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དབར་། འོག་  
ངོས་66ན་གསལ།
- [4] 《 གཏམ་ལུལ་དགའ་ཐང་འབྲུམ་པ་ཆེན་མ་གསར་དུ་རྟེན་པའི་བོན་གྱི་གནའ་དཔེ་བདམས་སྡེ་ག  
པ་ཚབ་པ་སངས་དབང་འབྲུས་དང་གྲུང་འཕྲོད་འཕྲོད་ཆེ་རིང་ནས་བསྡེགས། 2007 ལོར་བོད་ལྗོངས་  
བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་ངོས 46ན་གསལ།
- [5] 《 རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོངས་རྩེའི་སྐོང་ཆེན་གྱི་འགྲེལ་བ།》 རྒྱ་བས་ཆེན་རིན་ཚེན་འོད་ཟེར་གྱིས་  
བརྒྱུས། སྐྱུན་རིའི་ལུགས་དབར་སྐྱ་རིང་མ། འོག་ལྗེབ་26ན་གསལ།
- [6] 《 བདེན་པ་བོན་གྱི་མཛོད་སྐྱ་འགྲེལ་འབྲུལ་གྱི་ལྟེ་མིག།》 རྣམ་པ་ནས་མཁས་མཛད། སྐྱུན་རིའི་  
དབར་སྐྱ་རིང་མ། འོག་ལྗེབ་32ན་གསལ།
- [7] 《སྐྱ་རབས་བོད་གྱི་བྱུང་བ་བཛོད་པའི་འབེལ་གཏམ་ལུང་གི་སྟོན་པོ་རྣམས་འདྲི་རྣམ་དག་གིས་  
མཛད། 2005ལོར་ཁྲི་བརྟན་ལོ་རྒྱུ་ལའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དབར་། འོག་ངོས་ན་གསལ།
- [8] 《 ལེགས་བཤད་རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་མཛོད།》 འར་རྩ་བཟ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད།  
1985ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། 《 གྱི་བཤད་》 ཞེས་པའི་དཔེ་ཆ་དེ་འོག་ངོས་  
191-192ན་གསལ།

སྲིད་པ་ལི་ལྷ་ཚོན་ལོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་དང་ཨོས་དང་འབྲེལ་ཉེ་  
 འདྲིག་ཉེན་མི་སྐྱེའི་ཆབ་སྲིད་རིག་གནས་ཀྱི་  
 འགྲུང་རིམ་ལ་དབྱེད་པ།

གནའ་ལོའི་དུས་སུ་འཛིག་ཉེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབང་འདུལ་གཉེན་སྐྱོང་སོགས་  
 ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་ཀ་རྒྱན་དུ་གཉེར་བཞེན་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལས་  
 ཀ་འདི་དང་འབྲེལ་ཉེ་འཛིག་ཉེན་པའི་ལྷ་སྐྱ་ཚོགས་ཞིག་ཀྱང་རྫོན་བཞེན་ཡོད། འདིར་  
 བརྗོད་པའི་ལོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ལྷ་བ་ཡང་འཛིག་ཉེན་པའི་ཆབ་སྲིད་སྐྱོང་ལུགས་དང་  
 འབྲེལ་བའི་སྲིད་པའི་ལྷ་རབས་སུ་ཤོས་དེ་ཡིན། འདི་ནི་གདོད་མའི་དང་མོས་ཅམ་མ་  
 ཡིན་པར་དེ་ལས་ཁྲབ་ཆེ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྐྱང་ཚུལ་ཞིག་སྟེ་ལོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ཞེས་  
 པའི་ལྷ་འདིའི་འགྲུང་ཁྲུང་ས་དང་དུས་རབས་ག་གེ་མོར་འགྲུང་ལྷོག་སྐྱ་ཚོགས་ཕྱིན་  
 པའི་གོ་རིམ་སོགས་གསལ་ཆ་དོད་པའི་སྐོན་ས་ཤེས་ཉོགས་ཀྱི་དབྱེད་ལ་ཡིན་ན་  
 གནའ་ལོའི་ལོ་དེ་གྱི་ཤེས་རིག་གི་གནས་སྐྱངས་དང་ཡུལ་ལུགས་ཁྲུང་བར་ཅན་རྣམས་  
 ལ་རྒྱས་ལོན་ཀྱི་དབྱེད་པར་མན་པ་ཡོད་སྟེ།

ལོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ནི་ལོ་དང་མའི་ཡུལ་གྱི་ལྷ་  
 ཡིན་པའི་བརྗོད་དུ་མེད་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་དུས་རབས་དང་རིག་གཞུང་གི་འགྲུང་བ་སྐྱ་  
 ཚོགས་ཁོང་དེའི་འགྲུང་ཁྲུང་ས་ཀྱི་ཆར་འགྲུང་བ་ཕྱིན་པའི་ཚན་པ་རྗེས་མ་དགའ་ཞེས་  
 པར་གསལ་བར་འགྲུང་ལ་ལོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་འགྲུང་ཁྲུང་ས་ལ་བརྗོད་སྟོབ་ཆེ་པོ་



འགའ་ཤམ་ཤིག་སྤང་བ་ནི་རྒྱལ་པོ་བཞི་འགྲོགས་ཀྱི་རྫོང་ས་གཏེར་མའི་འཕྲོང་ལས་  
 བས་མཁའ་སྤོང་བའི་འོད་སློང་ཞིག་ལས་དཔྱ་བདུད་སྟག་གི་གཟུགས་ཅན་ཞིག་བྱང་  
 བ་དང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་སྐྱུ་མོ་གཡུའི་བྱ་རྫོང་གི་རྩམ་བ་ཅན་གཉིས་ལས་བྱང་བའི་  
 གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་བཀོད་འདུག།<sup>[1]</sup> འདིར་ང་ཚོ་གཏམ་རྒྱུད་འདིའི་འགྲོས་ལ་ཞུགས་ཏེ་  
 དབྱེད་ན་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གི་ཡབ་སྟག་གི་གཟུགས་ཅན་དེ་ནི་དཔྱ་བདུད་ཅིག་ཡིན་  
 བར་བརྗོད་ཡོད། གནའ་བོའི་ལྷ་འདྲེ་དང་བདུད་སྟོན་སོགས་ཐ་སྙད་ཅི་རིགས་ཡོད་  
 བའི་མཚོན་དོན་དངོས་ནི་སྐབས་དེའི་མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་ཡིན་བ་ནི་  
 སློམ་མེད་རེད། དེར་བརྟེན་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ཡང་བོད་རང་སའི་དཔྱ་རིགས་ལས་མཆེད་  
 བའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ཞུས་ཚོགས་བ་ཞིག་རེད། འདི་ནི་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གི་  
 འབྲུང་ཁྲུང་ས་རིག་བྱེད་གཏམ་རྒྱུད་ལ་འབྲེལ་བའི་བཤའ་སྤངས་ཤིག་རེད།

ཡང་ལྗེ་འཇུག་ཚོས་འབྲུང་ལས་ཡབ་སྟག་ཆ་ཡལ་ཡོལ་དང་ཡུམ་ཆེ་ཟ་ཁྲུང་ཁྲུང་  
 གཉིས་བཤོས་བ་ལས་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་སོགས་ལྷ་རབས་མཆེད་བཞི་བྱང་བར་བཤའ་  
 ཡོད།<sup>[2]</sup> འདི་ནི་ཅུང་ཟད་གྲགས་ཆེ་བའི་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གི་བྱང་རབས་མཚོན་བའི་  
 བཤའ་སྤངས་གཅིག་ལྟ་དེ་ཡིན། བཤའ་སྤངས་འདི་ནི་བོན་གྱི་ལྷ་གཞུང་ཁྲུང་ས་མ<sup>[3]</sup>  
 དག་དང་མ་སྟུན་གྱི་འདུག་ནའང་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གི་བྱང་རབས་འདི་བོན་པོའི་བཤའ་  
 སྤངས་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་བ་ཞིག་རེད་ཅེས་སྐྱུ་མོ་གཡུའི་ཁྲུང་ཁྲུང་ལས་ལེན་གནང་མེད། ཡིན་  
 བའང་བོད་རྒྱལ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྲི་བཅན་པོ་ནི་ལྷ་འདྲེ་ཉིད་དང་བྱང་རབས་གཅིག་ལ་  
 འབྲེལ་འདུག་པས་དོན་ལ་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དང་གཉའ་ཁྲི་བཅན་པོ་ལྷ་རབས་གཅིག་  
 ལས་མཆེད་བ་རྟོགས་སྟབས་ལ་ཚུལ་དེ་ནི་མི་ལོ་ཆེན་སྤོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་གི་བོད་རོལ་

ནས་མྱོལ་པའི་ཏུན་ཉོང་ཡིག་རྙིང་གི་ཁྲིད་ནའང་གསལ་འདུག།44། དེར་བརྟེན་གྱིས་གྱི་  
ཚོས་འབྲུང་དག་ན་གཉའ་ཁྲིའི་བྱུང་རབས་རྒྱ་གར་ལ་འབྲེལ་ཅི་ཐུབ་བྱས་འདུག་  
ནའང་དེ་ལ་ཁྲུངས་བཅོན་པོ་གང་ཡང་མ་མཆིས་པས་བོན་པོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
བཤའ་སྒྲངས་འདི་དང་ལེན་མི་གྲེད་ཐབས་མེད་བྱུང་འདུག་པ་ནི་གསལ་བོར་ཤེས་  
ཐུབ་པ་ཞིག་རེད།

གོང་གསལ་བཤའ་སྒྲངས་འདི་གཉིས་མདོར་བསྡུས་ན་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ནི་བོད་  
བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་མ་ཚུགས་པའི་ཡར་སློན་ནས་བཟུང་ད་ལྟ་རིགས་ལས་  
མཆེད་པའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ་གྱི་ཡོད། ལྷ་རབས་མཆེད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་གཅེན་  
ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་ལས་བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་མཆེད་པ་དང་གཟུང་འོ་དེ་གྲུང་  
རྒྱལ་ལས་བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་གྱིས་མཚོད་པའི་ཡུལ་ལྗེའི་ལྷ་ཚོགས་གྲོལ་བ་  
ཡིན། དེར་བརྟེན་བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་མ་ཚུགས་པའི་ཡར་སློན་གྱི་འཛིག་རྟེན་  
མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་དང་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་གྱི་ཆབ་སྲིད་ནི་གཟུང་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་  
དང་དེའི་ལྷ་ཚོགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཆེས་ཆེར་ཡོད་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། ཡང་གསལ་བོར་  
བཤའ་ན་ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་དང་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བ་དང་  
བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་ནི་ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་ལ་སྲས་བདུན།5། བྱུང་ཡོད་པའི་ཐ་  
མ་དེ་ལས་མཆེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དེ་བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་མ་  
ཚུགས་པའི་ཡར་སློན་གྱི་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་པ་རེད། ཡང་དམ་  
ཅན་བསྟན་སྲུང་གི་རྣམ་ཐར་ལས་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་བོད་ཡུལ་གྲིང་དགའའི་བདག་བོར་  
བཞུགས།6། ཞེས་འབྲུང་བས་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ནི་གྱིས་སྲུ་བོད་བཅོན་པོའི་རྒྱལ་རབས་

གྱི་སྐྱབས་ལ་དེ་ལྟ་བུ་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནའང་བོད་བཅོམ་བཞི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་  
 ཡར་ཕྱིན་ན་ཤིན་ཏུ་གྲགས་ཆེ་བའི་ཡུལ་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ལ་བོད་  
 བཅོམ་བཞི་རྒྱལ་རབས་མ་ཚུགས་པའི་ཕྱིན་དེར་བོན་པོ་ཤེས་པ་ཅན་བཅུ་གཉིས་ནས་  
 ལྷ་གསོལ་གྱིན་ཡོད་པའི་[7] རྒྱལ་དེ་ལ་དབྱུང་ན་བོད་བཅོམ་བཞི་རྒྱལ་རབས་མ་  
 ཚུགས་པའི་ཡར་ཕྱིན་ནས་བརྒྱུད་ལྷ་གསོལ་བའི་ལུགས་སྲོལ་དར་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ་  
 བས་སོ།

དབྱུ་ནག་མི་འུ་ལྟ་བུ་ཆགས་ལས་འོད་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ལས་ཡུལ་ལྷའི་ལྷ་ཚོགས་  
 གྲོལ་བ་ཡིན།[8] ཞེས་གསུངས་ཡོད་ལ་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་ཚོས་འབྲུང་ཁ་ཤས་ལས་  
 གྲུང་འོད་དེ་གྲུང་རྒྱལ་སྲིད་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཕབ་ཡིན་པར་འབྲེལ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དཔེ་  
 ཚ་འདི་ལྷ་བྱའི་བཤའ་རྒྱལ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་ཕྱིས་སུ་གསལ་དུ་བྱུང་བའི་  
 ལྷ་རྒྱལ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན། ལོང་གསལ་དཔེ་ཚ་དེའི་བཤའ་རྣམས་དེ་ནི་ཡང་  
 དག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དམ་ཅན་བསྟན་སྲུང་གི་རྣམ་ཐར་ལས་འོད་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ལ་  
 སྲས་བཅུ་གཉིས་འཁྲུངས་པ།[9] དང་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་སྲས་མཆེད་དགུ།[10] སོགས་  
 ཡབ་ཡུམ་རིགས་དུས་ཚོ་འབྲུངས་སོགས་མི་གསལ་བའི་མཚན་གྱི་རྣམས་གངས་རི་  
 ལྷོད་ཅིག་བཀོད་པ་ལས་ཤེས་ཐུབ་ལ་ལྷའུ་ཚོས་འབྲུང་ལས་གྲུང་ནམ་མཁའ་ན་  
 བཞུགས་དུས་སྲས་གོ་བཅུ་དང་བར་སྣང་ན་བཞུགས་དུས་གངས་མི་ལོན་པ། ས་  
 ཐོག་ན་བཞུགས་དུས་སྲས་དགུ་འཁྲུངས་རྒྱལ་བཅས་འཕོད་ཡོད།[11] པ་ནི་དབྱུ་ནག་  
 མི་འུ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ལྷ་དེ་ལྷུངས་བཅུན་ཞིང་ཡིད་ཆེས་ཚོག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་  
 ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལོང་གསལ་དཔེ་ཚ་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་སྲས་ཀྱི་རྣམ་གངས་

དེ་གཉིས་གཏན་ནས་འདྲ་གི་མི་འདུག ཡིན་ནའང་འདྲིར་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ལ་ས་སྟོན་  
ནས་རྒྱང་བའི་སྲས་རྣམས་ལས་ཁ་ཅིག་ནི་འཛིག་ཉེན་མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བ་  
ཟླ་ལྷག་ཆེ་བས་དེ་འབྲེལ་གྱི་རིག་གནས་འགྲུར་རིམ་ལ་དབྱུང་རྒྱུ་ཡིན།

ཕྱེའུ་ཚོས་འགྲུང་ལས་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་སྲས་ནི་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་དང་འཆིམས་  
ལྷ་ཐབ་ཚོ། དབྱེ་ལྷ་སྐྱེ་དཀར། ལོ་ལ་ལོ་དུ། ཅང་ལྷ་དར། ཅ་ལྷ་བྱེའུ། དུགས་ལྷ་སྐྱས་  
པོ། ཐང་ལྷ་ཡར་བཟུར། ཀོང་ལྷ་དེ་ཡག།<sup>[12]</sup> བཅས་དགུ་བྲངས་འདུག་ཅིང་ལོང་  
གསལ་དམ་ཅན་བརྟན་སྲུང་གི་རྣམ་ཐར་ལས་སྲས་དགུ་པོ་འདྲིའི་རེ་གཉིས་གཏན་གྱི་  
ཐང་ད་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་བཞེས་པའི་སྲས་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲོད་ན་སྤང་ཞིང་ལ་ལ་གཏན་  
ནས་མི་སྤང་བ་སོགས་ནི་དུས་ཕྱིས་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱུང་ཡིག་ནང་  
དུ་འཁོད་པའི་ལྷ་རི་དེ་དག་གི་མིང་དང་དེ་དག་གནས་སའི་ཡུལ་སྐོར་བ་རྣོག་འཛིང་  
ལོན་ཏུ་ཆེ་ཏུ་གྲུར་ཡོད།<sup>[13]</sup> པའི་རྒྱུན་གྱིས་རེད། ཡིན་ནའང་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་ལ་ས་  
སྟོན་ནས་རྒྱང་བའི་སྲས་དགུ་པོ་འདྲི་ནི་ཉན་ཉན་འཛིག་ཉེན་མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་དང་  
འབྲེལ་བ་ལོན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཕྱིས་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་  
ཚོས་ལུགས་པའི་དབྱུང་ཡིག་ཁྲོད་ན་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་སྲས་འདྲ་མིན་སྐྱ་ཚོགས་ལས་  
བཏུས་ཏེ་སྲིད་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ་<sup>[14]</sup> དང་རྗེ་ཡི་མགུར་ལྷ་བཅུ་གསུམ་<sup>[15]</sup>  
སོགས་བཞོ་བཅོས་གསར་སྐྱིག་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་ཕྱིས་སུ་ནང་བའི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་  
བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་བཅོས་བསྐྱུར་ཞིག་ཡིན་པ་འོག་ནས་འཆད་པར་འགྲུར་བ་  
དང་སྲས་དགུ་པོ་དེ་རྣམས་འཛིག་ཉེན་མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་ལས་ཀ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་  
ནི་སློབ་དཔོན་བརྗེ་འགྲུང་གནས་པོད་དུ་ཕེབས་དུས་ལྷ་དགུ་པོ་དེ་ལས་ཁ་ཅིག་གིས་

འོས་ལངས་བྱས་ཐོང་བ་རེད། [16] དེའི་ཁྲིད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་དང་ཐང་ལྷ་  
 གཉིས་ཡིན་ལ་དེ་ལྟར་འོས་ལངས་བྱེད་དོན་གཙོ་བོ་ནི་ཆབ་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོས་  
 གྱི་དོན་སྣང་ལ་རགས་ལས་བ་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་དང་ཐང་ལྷ་  
 གཉིས་ནི་བྱིས་སྲ་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་བོད་བཙན་པོའི་སྐྱེས་ལྷ་དེ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ཏུ་  
 རྟོང་ཡིག་རྙིང་ན་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་ནི་གཙུག་གི་ལྷ་འོ།[17] ཅེས་དང་ཡང་དེ་ན་ཡར་ལྷ་ནི་  
 ཤམ་པོ་མཁུན་[18] ཞེས་བཀོད་ཡོད། ཐང་ལྷ་ཡང་ཏུ་རྟོང་ཡིག་རྙིང་ན་ཐང་ལྷ་ནི་ཡར་  
 བཟུང་མཁུན་[19] ཞེས་བཀོད་ཡོད་པ་མ་ཟད་སློབ་དཔོན་བོད་དུ་སྐྱབས་དུས་འོས་  
 ལངས་བྱེད་མཁུན་གཙོ་གྲས་ཉེ་ཐང་ཡིག་ལས་ཐང་ལྷ་ཡར་བཟུང་སློབ་དཔོན་ཉམས་  
 ཚད་བྱས་[20] སོགས་མང་དུ་འབྱུང་བས་ཤེས་སྟུག། དེར་བརྟེན་འོ་དེ་གྲང་རྒྱལ་ལ་ས་  
 ལྟང་ནས་བྱུང་བའི་སྲས་དགུ་པོ་འདི་ལས་ཁ་ཅིག་བོད་བཙན་པོའི་སྐྱེས་ལྷར་བཀུར་  
 ཡོད་པ་དང་ལ་ལས་སློབ་དཔོན་ལ་འོས་ལངས་བྱས་ཡོད་པས་ཁོང་ཚོའི་ཡབ་འོ་དེ་  
 གྲང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་བཀུར་བའི་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་འོར་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་དགུ་པོ་  
 རྣམས་ལས་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་གཉིས་ནི་སྐད་གྲགས་ཆེས་ཆེར་  
 ལྷན་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དང་བོན་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་  
 ཚོགས་ཁྲིད་དུ་ནང་འབྲེན་བྱས་ནས་དེ་ལ་གཉེར་བདག་ཅེས་མཚན་བཏགས་པས་  
 [21] ཡིན་ཟེར་བ་ནི་དབྱུང་ཚོམ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་འཐད་ལྷན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཅིག་མ་  
 ཡིན་ནའང་དབྱུང་བ་གནད་དུ་ཐིངས་བ་ཞིག་རེད་འདུག དེ་ལྟར་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་དང་  
 གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་མཚོན་པའི་ལྷ་སྲས་དགུ་པོ་དེ་ནི་བོད་བཙན་པོའི་དུས་སྐབས་སྲ་  
 མི་སྐྱེའི་ཆབ་སྲིད་ལས་ཀར་རོགས་རམ་དང་མཐུན་རྐྱེན་གནད་བའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་

ཁ་ཅིག་ཡིན་ནའང་སྤྱི་སྲུ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཤོད་སྐོང་འཐེན་  
 བཅོས་སྤྱིག་བྱས་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བོད་བཅོན་བོའི་སྲིད་གཞུང་ནི་ལྷ་འོ་དབང་བསྐྱུར་  
 གནང་བའི་སྲིད་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བའི་དོན་རྒྱུ་  
 མང་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡུལ་ལྷ་འོ་གསོལ་མཚོད་དང་འབྲེལ་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།  
 སྲུང་པར་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ཚོགས་འདི་རིགས་ནི་ནང་བསྟན་བོད་དུ་  
 མ་ལེབས་པའི་ཡར་སྡོན་ནས་བརྐྱང་བོད་བཅོན་བོའི་ཆབ་སྲིད་དང་བོན་བསྟན་ལ་  
 འབྲེལ་ནས་ཐོན་ཡོད་སྟབས་ལྷ་ཚོགས་འདི་དག་ལ་དེའི་སྐོར་གྱི་མང་གཞི་དང་འབྲེལ་སྟེན་  
 རྒྱུ་ཉ་ཅང་མ་ཐུག་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་དད་མོས་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་  
 བསམ་སྒྲོའང་རིག་གནས་དེའི་རྗེས་སུ་འཁོར་བ་ཉ་ཅང་འབྲེལ་སྟེན་སྟབས་འདི་ནི་ལས་  
 སྤྱོད་འོ་སྐོར་སྐོར་སྐྱབ་སྐྱབ་པའི་གནད་དོན་ཞིག་མ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྤྱོད་ལས་  
 སྤྱོད་ཡབ་མེས་ཀྱི་སྐྱེ་རིང་ལ་ལྷ་སྐྱེ་གདུག་པ་ཅན་དམ་འོག་ཏུ་མ་བསྐྱུལ་བས་བོད་  
 ཁམས་གཞོན་སྤྱིན་མ་སྐྱོ་བོ་ཆེ་ཚོས་ལ་མི་དགའ་བའི་དབང་དུ་སོང་བས་ཚོས་མཚན་  
 པའི་ཆེ་གཟིགས་ལྟས་ངན་པ་བྱུང་[22] བ་སོགས་སྤྱོད་སོང་གོམས་སྐོལ་དུ་གྱུར་ཆེ་  
 བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་རིག་གནས་སོགས་འབྲེལ་སྟེན་ཆེས་ཆེར་ཆེ་སྟབས་སྤྱིས་འབྱུང་  
 གི་རིག་གནས་གསལ་བ་ཆ་ཡོངས་སུ་དང་ལེན་བྱེད་དཀའ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ནས་  
 འོས་ལངས་བྱས་སྐོར་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྤོབ་དཔོན་གྱི་རྣམ་ཐར་རྒྱ་ལུགས་མ་  
 ལས་ང་གསེར་འདོད་ནས་འོངས་པ་མ་ཡིན། བོད་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་འབྲེ་སྲིན་གདུག་པ་  
 ཅན་བལྟལ་ནས་ཚོས་དར་བར་བྱ་བ་དང་། ཡུལ་བཟང་བོར་བསྐྱུར་ནས་བོད་རྣམས་  
 བདེ་བ་ལ་འགོད་སྤྱིར་འོངས་པ་ཡིན།[23] ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་སྤོབ་དཔོན་གྱུང་བོད་

བཅོན་པོའི་མངའ་ཐང་དང་ཆབ་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་གི་ལྷ་ཚོགས་  
 དང་དེ་འབྲེལ་གི་སློབ་འབངས་སོགས་གི་བསམ་སློབ་སངས་རྒྱ་ས་ཚོས་ལུགས་ཁོད་དུ་  
 འཇུག་སྲིད་འོངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་དེ་རང་རེད། ཡིན་ནའང་སློབ་དཔོན་གིས་  
 དམིགས་ལུལ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྒྱུང་ནས་བོད་ལ་ཐེབས་པར་བོད་རང་སའི་ཡུལ་ལྷའི་  
 ལྷ་ཚོགས་ནས་དགའ་བསུ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པའི་ཁར་སྤྲོ་བཞེད་ལས་འཕང་ཐང་དུ་  
 རྒྱ་པབ་བ་ཤམ་པོ། ལྷ་སར་ཐོག་འབེབས་པ་ཐང་ལྷ། ལྷ་གོ་ལོ་ཉིས་དང་། མི་ནད་གཏོང་  
 བ་བསྟན་མ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་སོགས་[24] ཤིན་ཏུ་ངོ་ལོག་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་མ་  
 ཟད་བོད་ཁམས་སྲིད་དགའི་ལྗོངས་འདི་དུ་མི་བདེ་བའི་འཇུག་ཚོད་གི་རྣམ་པ་བཟེངས་  
 མང་བོར་བྱུང་ཡོད། སློབ་དཔོན་གིས་ཐོག་མར་གང་འགབ་གིས་སྐབས་དེའི་བོད་མི་  
 དམངས་གི་ཆབ་སྲིད་དང་དད་མོས་ལ་འབྲེལ་ཆེ་བའི་ཡུལ་ལྷའི་གཙོ་གྲས་རྣམས་  
 སངས་རྒྱ་ས་ཚོས་ལུགས་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཁོད་སློབ་འཐེན་བྱེད་གང་ཐབས་བྱས་ཡོད།  
 བརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལས་དེ་ནས་སློབ་དཔོན་ཤམ་པོ་གང་དུ་བྱོན་ནས་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་  
 བརྒྱལ་ནས་གསང་མཚན་རྟོ་རྟེ་མཚོག་རབ་རྩལ་དུ་གསོལ་[25] གསོལ་བ་དང་།  
 བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་ལས་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་[26] བརྒྱལ་ནས་སློབ་དཔོན་ཁོང་ལ་ལུག་  
 དང་བསྐྱོར་བ་བྱས་ཚུལ་[27] འཁོད་ཡོད་པ་ནི་སྐབས་དེའི་མི་རྣམས་གི་བསམ་སློབ་  
 བསྐྱོར་བའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ལྷ་ཚོགས་དེ་རྣམས་བརྒྱལ་དུས་  
 མོག་སྡེ་དུལ་ནས་ཁོང་ལ་ཞུ་བ་དུལ་ཚུལ་དང་དེར་བྱིན་ཆད་འོས་ལངས་མི་བྱེད་  
 པར་དམ་བཅས་པར་བཤད་པ་ནི་དོན་དངོས་སྡེ་སྐབས་དེའི་མི་རྣམས་གི་བསམ་སློབ་  
 དང་དད་མོས་གི་སློབས་ལུགས་ལ་འབྲེལ་བ་དེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་སྲིད་པ་རེད། ལྱིས་སུ་

གཡལ་སྤང་བྲག་རི་ལ་སོགས་པར་གནས་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་སོ་ག་གཅིང་ཐོའི་  
 གཞུང་ལ་བསྐྱར་ཅིང་སོག་སྟོང་ལུལ་ནས་དམ་ལ་བཏགས་།[28] ཚུ་ལ་འཁོད་ཡོད་ཀྱང་  
 མི་སྐྱའི་ཆབ་སྲིད་ལ་འབྲེལ་བའི་ལུལ་ལྷའི་དད་མོས་འདི་ནི་དེ་མ་ཐག་ནས་བསྐྱར་སྐབ་  
 པའི་རིག་གནས་ཞིག་མ་ཡིན་སྟབས་སྤྱི་སྲུང་ལྷ་མཚོད་ཀྱི་ཚོ་ག་དང་དེའི་གཞུང་  
 ལུགས་སོགས་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་ཁྲིད་ལའང་ནང་འདྲན་གྱི་དགོས་བྱུང་ཡོད།  
 དུས་རབས་བཅུ་བའི་རྗེས་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པའི་ལོ་རྒྱལ་བརྟམས་ཚོས་  
 ཁྲིད་ནའང་སློབ་དཔོན་ནས་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་ཚོགས་སྐོང་འཐེན་བཙུག་གི་ཐབས་  
 ལམ་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཐོད་རང་སའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་གར་ལ་གཏུགས་  
 པའི་ཚུལ་ནི་ཀ་ཁོལ་མ་ལས་དུས་དེ་ཅ་ན་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་བོ་དམག་བརྒྱ་བའི་སྲས་  
 རྒྱལ་བུ་རུ་བ་སྐྱེས་ཞེས་བྲ་བ་སྲིད་པའི་ལྷ་དེས་གནམ་རིམ་བ་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་  
 བཞུགས་ནས་ལྷ་རབས་འཐེན་དགུ་དང་ལྷ་རབས་མཚོད་བཞིའི་ཡང་མེས་དགུ་མེས་  
 མཛད་[29] ཅེས་པའི་ལྷ་ཚུལ་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ན་ཤེས་སུ་བ་ལ་འདི་ནི་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་  
 སོགས་སྲིད་པའི་ལྷ་རབས་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་གར་ལ་བཙོལ་བའི་ལྷ་ཚུལ་  
 ཞིག་ཡིན་ཞིང་འདི་ས་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྲབ་ཁོངས་དང་བསམ་སྒྲུབ་  
 འབྱུར་ལྟོག་མཚོན་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་ཤེས་འོས་པའི་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་ཞིག་  
 དེད། འདི་ལྷ་ལུའི་རིག་གནས་འགལ་འབྲེལ་གྱི་གནས་བབ་འོག་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་  
 ཚོགས་དང་དེའི་དད་མོས་ནི་དོ་བོ་གཞན་ཞིག་གི་ཆར་འབྱུར་ནས་ཐོར་བརྟམས་ཏུ་སྤྱིན་  
 པ་དེད། འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཚོགས་དང་དེའི་དད་མོས་ཀྱི་ལུགས་སློབ་སོར་འཛོག་  
 གིས་དོ་བོ་གཞན་ལ་བསྐྱར་ཐེན་པ་ནི་དུས་རབས་རིམ་བར་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱལ་



ཚོས་ལུགས་པས་བརྟམས་པའི་བསང་ཡིག་དག་ལ་མངལ་ན་ཤེས་ལུབ་བ་ཡིན།  
 དེར་ལུལ་ལྟ་དང་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་བསྟན་སྲུང་དང་དག་བསྟེན་སོགས་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མཚོན་དོན་ལྟན་པའི་ཐ་སྟོན་དག་བཞེས་ནས་དེའི་ངོ་བོ་བསྟུང་  
 གང་ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཐ་ན་དེ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་ལྟ་  
 ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིད་སློང་འགྲུགས་གཏུན་འཇགས་བྱས་ཐོག་སངས་རྒྱས་དང་དམ་ཚོས་  
 མཐོང་མ་མཐོང་དང་བཀའ་སློང་པ་བཞག་བརྟུན་མ་བརྟུན་ཀྱི་ཆ་ནས་སོ་སོའི་སྐྱེས་  
 བོའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་མ་ཞུགས་པའི་<sup>[30]</sup> དབྱེ་བ་གཉིས་རེ་འཛོག་བ་ནི་བོད་  
 གཤོད་མའི་ལྟ་ཚོགས་འདི་དག་གི་ངོ་བོ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་རིག་གནས་  
 ཁྲིད་དུ་གཏུན་འཇགས་ཀྱིས་འགྲུང་བེན་པའི་མཚོན་ཉགས་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད། ཡིན་  
 བའང་འཛིག་ཉེན་པའི་ལྟ་རྣམས་ནི་ནམ་ཡང་འཛིག་ཉེན་འདིའི་ཆབ་སྲིད་སོགས་བདེ་  
 དོན་འབའ་ཞིག་གཉེར་མཁན་ཡིན་སྟབས་དེ་ལ་ཆེ་ཕྱི་མའི་འོས་འགན་སྐྱབ་སྐྱབ་པའི་  
 གོ་སྐབས་ནམ་ཡང་མེད་པར་ངོས་འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཆེ་འདི་ཕྱི་གཉིས་  
 ལས་ཕྱི་མ་གཙོ་བོར་གཉེར་བའི་སངས་རྒྱས་ཚོས་བ་རྣམ་དག་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཡང་  
 འཁོར་བའི་བཙོན་རྒྱར་བཅིངས་བ་ཡི་འཛིག་ཉེན་ལྟ་ཡིས་སུ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་རུས་<sup>[31]</sup>  
 ཞེས་སྐྱབས་ལུལ་དུ་འཛིན་མི་རུང་བའི་ཐད་ནས་དགག་སྐྱབ་མང་བོ་བྱས་ཡོད་ལ་  
 དཀར་ཕྱོགས་པ་དང་ནག་ཕྱོགས་པ་ཅེས་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་རང་གི་བསྟན་བ་དང་བྱབ་  
 མཐར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་འཛིག་ཉེན་པའི་ལྟ་ཚོགས་ལ་དཀར་ཕྱོགས་པ་ཅེས་བརྟོད་  
 བ་དང་དེ་ལས་གཞན་རྣམས་ལ་ནག་ཕྱོགས་པ་ཅེས་དམའ་འབེབས་བྱེད་པའི་སློལ་  
 ཡང་ཕྱིས་སུ་ཆེས་ཆེར་དར་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག།

དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་དང་འབྲེལ་ཡོད་མཚན་འགྲེལ།

[1] [3] [6] 《དམ་ཅན་བསྟན་སྲུང་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་ཆ་ཤས་ཅམ་བརྗོད་བ་སྟོན་མེད་ལེགས་བཤད》སློབ་ཕྲང་བཞད་བའི་དོན་རྗེས་བརྒྱུ་མཁས། 2003ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར། འོག་ངོས269-275ན་གསལ།

[2] [11] [12] 《རྒྱ་བོད་ཚོས་འབྲུང་རྒྱལ་བ །སྐུ་ལས་བ་ལྟུ་མཚན། 1987ལོར་བོད་སྡོད་ས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར། འོག་ངོས228-230ན་གསལ།

[4] [17] [18] [19] 《ཏུན་ཏོང་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ》དབང་རྒྱལ་དང་བསོད་ནམས་སླིད་ནས་བསྐྲུགས། 1992ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར། འོག་ངོས61ནས69 ན་གསལ། འོག་ངོས69ནགནམ་ལྷ་བ་ཀྱི་སློབ་ཡུལ་སློབ་བཤུག་བཞུགས་པའི་སྐབས། གཅེན་གསུམ་གཙུང་གསུམ་ན། ཁྱིའི་བདུན་ཚིགས་དང་བདུན། ཁྱིའི་བདུན་ཚིགས་ཀྱི་སྐབས། ལྷོ་ཉག་ཁྱི་བཅན་པོ་ཅེས་འབྲུང་ལ་ལུགས་འདིར་བོད་རྒྱལ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྱི་བཅན་པོ་ཡུལ་སློབ་དཔལ་བུག་ལ་སྐབས་བདུན་བྱུང་སྟོང་ཡོད་པའི་ཁྱི་བར་བདུན་ཚིགས་ལས་མཆེད་པར་ངོས་འདྲིན་གནང་ཡོད། ཡུལ་སློབ་དཔལ་བུག་གཅེན་པོ་དང་འོད་གྲང་རྒྱལ་གཙུང་པོ་སོགས་ལྷ་རབས་མཆེད་བཞིན་ཡུམ་གཅིག་ལས་ཀྱོལ་ཚུལ་ལྟར་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྱི་དང་འོད་གྲང་རྒྱལ་སྐྱེས་པས་གཅིག་ལས་ཀྱོལ་ཚུལ་ཤེས་ཐུབ་ལ་ཏུན་ཏོང་ཡིག་རྙིང་གིས་ཀྱང་ལྷ་ཚུལ་འདི་ནང་འབྲེན་བྱས་ཡོད།

[5] ཡུལ་སློབ་དཔལ་བུག་གི་སྐབས་བདུན་པོ་གོང་དུ་བྲངས་པའི་དམ་ཅན་བསྟན་སྲུང་གི་རྣམ་ཐར་འོག་ངོས275ན་གསལ།

[7] [29] 《བཀའ་ཆེམས་ཀ་ཁོལ་མ་།》དོ་ལོ་ཉི་ཤེས་གཏེར་ནས་བཏོན། 1989 ལོར་མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར། འོག་ངོས80-81ན་གསལ།

[8] 《དབུ་ནག་མེུ་འབྲུ་ཆགས་ སྐོན་གྱི་དཔེ་རྙིང་གྲགས་ཅན་གྱིས་མར་གསལ།

[9] [10] 《དམ་ཅན་བསྟན་སྲུང་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་ཆ་ཤས་ཙམ་བརྗོད་པ་སྟོན་མེད་ལེགས་  
བཤད།》སློེ་ལུང་བཞད་པའི་རྗེ་རྗེས་བཅུམས། 2003ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར་།  
ཤོག་ངོས་276-277ན་གསལ།

[13] [23] མཁའ་མེུ་བསམ་གཏན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་རྩལ་སྟོགས་བསྐྱིགས་། [སྤྲེལ་ཆ] བདེ་ཁང་  
བསོད་ནམས་ཚོས་རྒྱལ་ནས་བསྐྱུར། 2007ལོར་ཤུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར་།  
ཤོག་ངོས་353དང་331བཅས་སོ་སོ་ན་གསལ།

[14] [15] 《སྐོང་རྗོལ་དག་དབང་སྐོ་བཟང་གི་གསུང་འབྲུམ་སྒྲིགས་བམ་གཉིས་པ་》 ལས་(བསྟན་  
སྲུང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་མཚན་ཐོ)2002ལོར་བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་  
དཔར་། ཤོག་ངོས་458-459ན་ མིང་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ་ནི། ཡབ་འོད་ལུང་རྒྱལ་དང་། དེ་ཡི་  
སྲས་བརྒྱུད་ལ་ཟེར་རོ། སྲས་བརྒྱུད་ནི། ཡར་ལུང་ཡར་ལྷ་ཤམ་སོ། བྱང་གི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ། ལ་  
སྟོང་རོ་སོ་རྒྱུགས་ཆེན། ཤར་གྱི་མ་རྒྱལ་སྟོམ་ར། རོ་སོ་གཡུལ་རྒྱལ། ཤེུ་མཁའ་འའི་ སྐྱིད་ཤོད་  
ཞིགས་ལྷ་ལྷུག་པོའམ་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱུག་པོ་ཟེར་བ་དང་དགུ་ཤོད་ཇི་ཡི་མཁུར་ལྷ་བཅུ་གསུམ་ནི།  
མིང་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ་ཡི་སྟེང་དུ། རོ་སོ་མཚམས་ལྷ། རོ་སོ་ངེས་སུལ། རོ་སོ་གཡུལ་སྟེང་། རོ་སོ་  
ལྷ་བཅས་བཞི་བསྟན་པས་བྱེད་དོཅེས་འབྲུང་བ་ནི་ཕྱིས་སུ་བོད་གཤོད་མའི་ལྷ་ཚོགས་སྐོང་འཐེན་  
བཅོས་སྐྱིག་ལུགས་ཆེ་བའི་དུས་ཕྱིས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ཞིག་རེད།

[16] [20] [26] [28] ལུ་རུ་ལྷ་རྒྱུ་སྐྱིང་བས་གཏེར་ནས་བཏོན་པའི་《བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་》ལས་ལྷ་  
འདྲེའི་བཀའ་ཐང་ན་གསལ། 1986ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར་། ཤོག་ངོས་1-84ན་  
གསལ།

[22] [24] 《སྐོང་འཛིན་སྐྱོ་གསལ་སྲུང་གིས་མཛད། 1980ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་

དཔལ་ཤོག་དོས་22དང་29མོ་མོན་གསལ།

[23] ཏུ་ར་རྒྱ་ཐས་མཛད་པའི་རྒྱ་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཡི་གེ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན། ཞེས་པར་གསལ། ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་གཏེར་ནས་བཏོན་པའི་སློབ་དཔོན་བསྐྱེད་རྣམ་ཐར་ཟངས་སྤིང་མ། 1989ལོར་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་དཔལ་ཤོག་དོས་272ན་གསལ།

[25] [27] ལྷ་བརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལྷ་རྒྱལ་སྤིང་བས་གཏེར་ནས་བཏོན། 1987ལོར་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་དཔལ་ཤོག་དོས་364ན་གསལ།

[30] 《西藏的神灵和鬼怪》 内贝斯基·沃杰科维茨 著 1993年 西藏人民出版社出版 རྒྱ་ལྷུང་མའི་དཔེ་ཆ་དེའི་ཤོག་དོས་235ན་ཐང་ལྷ་ཡར་ཤུར་དང་ཐང་ལྷ་ཡས་ཤུར། ཡར་ཤར་གཉན་གྱི་ལྷ་བཅས་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་འགའ་ཡོད་ཚུལ་འཁོད་ཡོད།

[30] 《ཐོང་དོལ་ངག་དབང་སློབ་ཐང་གི་གསུང་འབྲུམ་སྒྲིགས་བཅས་གཉིས་པ།》 ལས་(བསྟན་སྲུང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་མཚན་ཐོ)2002ལོར་བོད་ལྗོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སླུབ་ཁང་ནས་དཔལ་ཤོག་དོས་433ན་གསལ།

[31] 《རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་ཅུ་འགྲེལ།》ཐུབ་བསྟན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བརྗེས་སུ་ 2005ལོར་སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སླུབ་ཁང་གིས་དཔལ་ཤོག་དོས་4ན་གསལ།

གནལ་པོ་འི་ཡིག་ཚུངས་ཁ་གས་གོ་བསྐྱུར་ནས་བོན་གྱི་འཕེལ་  
 རིམ་ཁག་གསུམ་ལ་ཡང་བསྐྱུར་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་  
 བའི་དབྱུང་གཏམ།

བོན་གྱི་ཤེས་རིག་གི་འཕེལ་རིམ་འདི་ཉིད་དང་ཚོག་སྤུ་བཀའ་བྱུང་མཐའ་ལས་  
 བྱང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་ལྟའི་བར་དེའི་ཐད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁལ་ཉུང་ཤས་ཤིག་ལས་  
 བྱང་མེད་ལ་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་བའི་སྟོན་ཅམ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཞིབ་འཇུག་པ་ཙན་ཏ་  
 ཏ་སིས་སྤུ་བཀའ་བྱུང་མཐའ་ལས་བྱང་བའི་བོན་པོའི་ལེ་ཚོན་སྤང་དུ་དེ་དབྱིན་ཇུའི་  
 རྐྱད་ལ་བསྐྱུར་ནས་ཀུམ་ཕྱོགས་སུ་འགྲེམས་སྡེལ་བྱས་པ་ནས་བཟུང་བོན་གྱི་འཕེལ་  
 རིམ་དེར་རྒྱས་ལོན་དང་དབྱེ་ཞིབ་གནང་མཁལ་བྱང་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད། དེར་རྩིས་  
 སི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་བོན་པོའི་ཞིབ་འཇུག་ཆེད་མཁས་རོལ་རྩུ་སི་ཏན་གྱིས་སྤུ་བཀའ་  
 བྱུང་མཐའ་ལས་བྱང་བའི་བོན་གྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་དེ་ནི་སྤུ་བཀའ་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུལ་མ་ཡིན་པར་འགྲི་གྲང་སྐྱོབ་པ་འདིག་རྟེན་མགོན་པོའི་བསྟན་སྲིད་  
 དགོངས་གཅིག་གི་ལྟ་རྒྱུལ་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་དཔེ་ཆ་དེ་ནི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་  
 བའི་དུས་འགོར་བརྩམས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད།[1] ལ་ཁོང་གི་དབྱུང་རྩོམ་གཞན་  
 ཞིག་གི་ནང་དུ་བོན་གྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་དུས་རབས་བཅུ་  
 གཉིས་བའི་བར་དུ་འདེད་སྟབས་[2] བར་བཤད་ཡོད། རོལ་རྩུ་སི་ཏན་གྱི་ལྟ་རྒྱུལ་སྲ་གྱི་  
 འདི་གཉིས་ལ་ལོ་བརྒྱ་སྟོར་གཅིག་གི་རྒྱུགས་ཐེངས་ཡོད་ནའང་འདི་ནི་དུས་རབས་གྱི་



ཚེན་བཞུག་པ་ནས་མཁའ་མཛོད་སྐྱེ་འགྲེལ་ལྷ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་དེའི་མཚན་བྱང་ཆ་ཚང་ལ་  
 བདེན་པ་བོན་གྱི་མཛོད་སྐྱེ་འགྲེལ་ལསྐུལ་གྱི་ལྷེ་མིག་ཟེར་ཞིང་བོན་གྱི་སྐད་གྲགས་ཆེ་  
 བའི་དཔེ་ཆ་རྙིང་བ་ཞིག་ཡིན། དཔེ་ཆ་འདི་ཉིད་དུས་རབས་ནས་ཞིག་ལ་བརྩམས་པའི་  
 རྫོང་ལ་ཆ་འཛོག་གྲེད་དགའ་ནའང་འདི་ཉིད་བོན་གྱི་གཏེར་མའི་རིགས་ཡིན་པས་  
 གཏེར་ཐོན་གྱི་དུས་ཚོད་ནི་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག་ལྟར་ན་བྱང་དྲུང་ར་ལྷུང་རྫོང་ནས་  
 བྱུ་ཚེན་གྲེར་མི་ཉི་འོད་གྱིས་སྤྱི་ལོ་1108ལོར་གཏེར་ནས་བཞེས་[4] བར་བཤད་  
 ཡོད་ལ་ལྷ་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྐུལ་གྲེད་གཅིག་ནི་ཤར་རྩེའི་ལེགས་བཤད་  
 མཛོད་ན་གྲེར་མི་ཉི་འོད་ལ་བཀའ་གཏེར་བབ་ཚུལ་བཤད་སྐབས་སུ་དང་དྲ་ལྷུང་རྫོང་  
 ནས་ས་ལོ་གྱི་བའི་ལོ་ལ་གཏེར་ཞལ་བྱེ་ནས་བཏོན་པའི་[5] གཏེར་གྱི་རྫོང་བཤད་པས་  
 གྲེར་མིའི་གཏེར་ཐོན་གྱི་ལོ་ཚིགས་ཉན་ཉན་བསྟན་རྣམ་པའི་གསུང་སློམ་དང་མ་ཐུན་  
 པས་ཡིད་ཆེས་རྙེད་སྤུལ་བ་ཞིག་ཤིང་། མཛོད་སྐྱེ་འགྲེལ་ལྷ་བའི་དཔེ་ཆ་དེར་གྲིས་མའི་  
 རིགས་ཁ་ཤས་ཤིག་འདུག་ནའང་བསྟན་འཛིན་རྣམ་དག་གིས་དཔེ་བསྐྱར་ལུས་པའི་  
 དཔེ་ཆ་དེར་བཤོས་གྱི་ལྷ་བོན་དང་། རྫོང་གི་འདུར་བོན་དང་། ཡང་དག་པའི་སེམས་  
 དོན་དང་གསུམ་ལ་སྤྱོད་གྱིན་བོན་དར་བར་འགྱུར་རོ་[6] ཞེས་རིགས་མི་འདྲ་བའི་བོན་  
 གྱི་རིམ་བ་གསུམ་དར་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད་ལ་འདི་ཉིད་བོན་གྱི་རྩ་ཆེ་བའི་ཡིག་ཆ་  
 གལ་ཆེན་དག་གི་གཞི་འཛིན་ས་དང་ལྷུང་འབྲེན་ལྷུངས་བཙོམ་མང་བོ་བྱས་ཡོད། ཐོན་  
 གྱི་རིམ་བ་འདི་གསུམ་གྱི་ནང་དོན་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལྷགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དཔེ་  
 ཆའི་ཁྲིད་དུ་བྱུང་བའི་ལྷ་བོན་སོགས་གྱི་ནང་དོན་ལ་ཞིབ་བཤུར་བརྒྱུད་ནས་དབྱུང་  
 ཞིབ་བྱས་ན་བྱུང་རིམ་གྱི་དུས་ཚོད་སོགས་ནི་སྤུ་བཀའ་བྱུ་བ་མཐའི་བོན་གྱི་འཕེལ་

རིམ་ཁག་གསུམ་གྱི་ལྷ་ཚུལ་དེར་མ་སྟེན་པ་མ་ཟངས་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་གྱི་ལོ་  
 རྒྱལ་དཔེ་ཆ་གཞན་གྱི་དགོངས་པར་ཡང་ཟད་དེ་མ་སྟེན་གྱི་ཡོད་ལ་འདྲིར་བོན་  
 ལུགས་ལོ་རྒྱལ་གྱི་ལོ་ཚིགས་གཞིར་བརྒྱུད་ནས་དབྱུང་ཞེས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ལྷ་ཚུལ་  
 གཞན་ཡང་འབྱུང་སྲིད་མོད་དབྱུང་ཚོས་འདྲིར་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པའི་ཚོས་  
 འབྱུང་གི་རྒྱལ་རབས་ལོ་ཚིགས་ལྷར་དམིགས་བསལ་གྱི་དབྱུང་བ་གཉེར་ཡོད། དེ་  
 ཡང་མཚོན་སྐྱོ་འགྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་བཤོས་གྱི་ལྷ་བོན་ནི་ཤར་རྗེ་བས་མཚོན་སྐྱོ་  
 འགྲེལ་གྱི་ལུང་དེར་དབྱུང་བ་འགོད་སྐབས་ཡང་ལྷ་ལ་གསོལ་མཚོན་འབྲུལ་བ་དང་  
 མར་འདྲེ་ལ་སྐྱུང་བསྐྱོ་བ།[7] ཞེས་ལྷ་འདྲེ་ལ་མཚོན་བཀུར་བྱེད་པའི་བོན་བའི་རིགས་  
 ཡིན་པ་བརྟན་ཡོད་ལ་དེ་ནི་ཁྱི་བདུན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་དར་བའི་ལྷ་བོན་ཡིན་པ་  
 གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་གྱི་ཡོད། ལྷུང་ཚོས་འབྱུང་ལས་ལྷ་འོད་གྲགས་གྱི་བྱ་བྱང་  
 གཟིགས་བྱ་བས་རྗེ་གཉེན་གྱི་བཙུན་བའི་ལྷ་བོན་བྱས།[8] ཞེས་འབྱུང་བས་གཉེན་གྱི་  
 དུས་སྐབས་སུ་ལྷ་བོན་གྱི་རིགས་ཉ་ཅང་དར་བཤེས་ཐུབ་ལ་སྐབས་དེའི་ལྷ་བོན་ནི་  
 ཚོས་འབྱུང་མེ་ཉོག་སྡིང་བོ་སྐྱང་ཅིའི་བཅུད་ན་གསོན་གྱི་ལྷ་བོན་བྱེད་ཟེར་ནས་གཡའ་  
 རི་དང་གངས་རིའི་ལྷ་འདྲེ་ལ་ཞུང་ཤར། སྐབ་ཤར། གསེར་སྐྱེམས་གྱིས་མཚོན།[9]  
 ཅེས་འབྱུང་བ་ལྷར་སྐབས་འདྲིའི་ཚོས་ལུགས་གྱི་ནང་དོན་ནི་སྐྱང་སྲིད་ལྷ་འདྲེ་ལ་  
 གསོལ་མཚོན་འབྲུལ་བའི་ལྷ་ཡི་ཚོས་ལུགས་[10] རོ་མ་ཞེག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ།  
 བཤོས་གྱི་ལྷ་བོན་གྱི་མིང་འདྲི་ལ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པའི་ཚོས་འབྱུང་ཚོས་བ་  
 བོས་བརྗོད་བོན་ཞེས་བཏགས་ཡོད་ཅིང་འགྲི་བྱང་སྐྱོབ་བ་འཛིག་ཉེན་མགོན་པོས་  
 གཤེན་རབ་མི་བའི་རྗོད་བོན།[11] ཞེས་བཏགས་ཡོད་ལ་སྐྱུང་བཀུར་ཚོས་གྱི་ཉི་མས་



བརྗོད་པོ་གཤམ་པ་མི་པོའི་ཡིན་མིན་བཤད་མེད་ཀྱང་གང་སྐྱར་མར་འབྲེ་སྲི་གཞོན་  
 བ། ཡར་ལྷ་རྒྱལ་མཚོད་པ། བར་ཁྲིམ་ཐབ་འདོན་པ་[12] བའི་བཤོས་ཀྱི་ལྷ་བོ་དེར་  
 བརྗོད་པོ་ཞེས་བཏགས་གནང་མཚུངས་ཡོད་ལ་བཤོས་ཟེར་བ་ནི་བཟའ་བཅའི་ཞེས་  
 ཡིན་ལ་དེ་དག་སྤང་སྲིད་ལྷ་འབྲེ་ལ་འབྲུལ་བའི་བོ་པོའི་གོ་དོན་ལྡན་ཡོད། བརྗོད་པོ་  
 ཞེས་བའི་ཐ་སྤྱད་འདི་སྤང་སྲིད་ཀྱི་སྲོགས་སོ་སོ་ནས་བརྗོད་བའི་ལྷ་འབྲེ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཡས་རྟགས་གཏོང་བ་དང་གསོལ་མཚོད་འབྲུལ་བའི་བོ་པོའི་རིགས་ཡིན་པ་གསལ་  
 བོར་ཤེས་ཐུབ་ཅིང་ཁྱད་ཚོས་གཙོ་བོ་ལྷ་འབྲེ་ཡི་དད་མོས་ཁོ་ཙམ་ཡིན་པ་ལས་མིའི་  
 རིགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་ལ་ཁ་གཏད་བའི་སྤང་ཚུལ་མེད་པས་བཤོས་ཀྱི་ལྷ་བོ་ཟེར་  
 བ་ནི་ཉ་ཅང་དོན་ལ་གནས་པ་ཞིག་རེད།

མརྗོད་སྐྱེ་འབྲེལ་ན་གྲོང་གི་འདུར་བོ་ཞེས་བོ་ཀྱི་རིགས་གཉིས་བ་དེ་  
 གསུངས་ཡོད། གྲོང་གི་ཞེས་བའི་ཐ་སྤྱད་དེར་གོ་རྒྱུ་ཚེན་པོ་ཡོད་པར་སྤང་དེ་བོ་པོ་དེ་  
 རིགས་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་གྲོང་གི་འཚོ་བ་དངོས་ལ་ཁ་གཏད་བའི་མཚོན་དོན་ཡིན། ལྷ་  
 འབྲེལ་གྱི་ལུང་དེར་ཤར་རྗེ་བས་དབྱུང་བ་འགོད་སྐབས་བར་གཤམ་པོ་ལ་འདུར་དང་  
 འབྲེན་ཚོགས་བྱེད་ཅིང་[13] ཞེས་གྲོང་གི་འདུར་བོ་ནི་མིའི་གཤམ་པོ་ལ་འདུར་ལས་  
 བྱེད་མཁུན་གྱི་བོ་པོའི་རིགས་ཡིན་པ་བརྗོད་ཡོད་ལ་གཞན་ཡང་ཉང་རལ་ཚོས་  
 འབྲུང་ན་གཤམ་དུར་བྱེད་ཟེར་ནས་མི་ལི་བ་ལ་མགོ་གཞོན་པ། སྤྱིད་ཀྱི་ལྷ་ལུག་དང་།  
 ཉ་གོད་མ་གསོད། མི་ན་བའི་སྤྱད་དུ་དེས་བ་མེད་ཟེར་ནས་ར་ལུག་དང་། བྱ་མག་དང་།  
 ཡས་ཐག་གཏོང་ཟེར་ནས་སྲོག་ཚགས་གསོད་[14] ཅེས་འདུར་བོ་ནི་མིའི་འཚོ་བའི་  
 བར་གི་ལི་བ་དང་ན་བ་སོགས་ལ་ཁ་གཏད་བའི་བོ་པོ་ཡིན་པ་གསལ་བཤད་བྱས་

ཡོད་ལ་དོན་དུ་འདི་དུས་ནས་བརྒྱུད་མིའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འགོ་རྒྱལ་ས་པ་མ་ཟད་མི་  
 བོན་[15] རྒྱུད་བ་རེད། ཉན་བ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་ཚོས་འབྱུང་རྩོམ་པ་པོས་  
 རྫོང་གི་འདུར་བོན་ལ་འབྱུར་བོན་ཞེས་བཏགས་ཡོད་པ་སྟེ་འབྲི་གྲུང་བས་སྤྱི་ལོ་  
 ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དན་པ་འབྱུར་བའི་བོན་[16] ཞེས་གསལ་བ་ཤད་བྱས་ཡོད་ལ་མུའུ་  
 བཀའ་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ལྷ་རྩལ་དེར་མོས་མཐུན་བྱས་ཡོད། འདི་ནི་  
 གཙོ་བོ་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚངས་སོགས་ལས་ཡབ་ཀྱི་གྲུམ་བཙན་པོའི་རིང་ལ། ཞང་ལྷུང་  
 དང་། ལྷ་ལྷའི་བོན་པོས། གཤེན་གྱི་འདུར་བོན་རྒྱུད་ངོ་[17] ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཞང་  
 ལྷུང་དང་གྲུ་ཤ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ནས་ཕྱིའི་བོན་པོ་ནང་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་འདུར་  
 ལས་ལག་རྩལ་ནང་འདྲེན་བྱས་པ་དེ་ལས་ཐོན་པའི་ལྷ་རྩལ་ཞིག་རེད་ལ་སྟོན་བཅུད་  
 ཐམས་ཅད་སློང་ལས་སྐྱེས་བའི་ལུགས་དང་སྤྲ་དང་དབང་སྤྱུག་སོགས་ཀྱི་ལུགས་སུ་  
 ལྷུང་བར་བཤད་པའི་རྩལ་ནི་བདག་གི་དབྱུང་རྩོམ་[18] གཞན་ཞིག་ན་ལྷུང་ཡོད། གྱི་  
 གྲུམ་བཙན་པོའི་དུས་སྐབས་འདི་ནི་ལྷ་བོན་ནས་མི་བོན་གྱི་འགྱུར་མཚམས་གལ་  
 ཚེན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་རྫོང་གི་འདུར་བོན་གྱི་ལས་ཀ་ཏེ་ཅང་རྒྱགས་ཆེ་བའི་དུས་  
 མཚམས་དེས་ཅན་ཞིག་རེད་ལ་སྐབས་འདིར་ཡང་ལྷ་བོན་དར་སྲོང་ཡོད་ནའང་  
 དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་གནས་གལ་ཆེན་བརྒྱུད་མེད་ལ་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་མིང་ལ་  
 སྐབས་དེར་ཆབ་ནག་སྲིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་[19] ཞེས་འབོད་ཅིང་འདི་ནི་གཉེན་ཁྲིའི་ཡན་  
 ཚོད་ནས་གྱི་གྲུམ་བཙན་པོའི་གོང་གི་དུས་རིམ་ནང་དུ་དར་སྲོང་ཡོད་ཅིང་མིང་གཞན་  
 ལ་རྒྱ་བོན་ལོག་པའམ་[20] བོན་སྤྱི་བ་[21] ཞེས་ཀྱང་འབོད་ལ་དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་  
 སྐབས་འདིའི་བོན་པོ་ནམས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་པོའི་བསམ་སློབ་བཙུན་གྱི་

གལ་དུ་ཚུད་མེད་པའི་ཐོད་རང་སའི་ཡུལ་གྱི་བོན་བོ་ཡིན་ལ་སྤྱིས་སུ་སྤྱི་ལོ་སྐབས་  
 ལ་སྤྱི་བོན་དང་འདྲར་བོན་གཉིས་ཀྱང་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོའི་བསམ་སྒྲུབ་བཅོས་  
 བསྐྱར་གྱི་གལ་དུ་ཚུད་པ་ནས་བརྒྱུད་གཡུང་དུང་བོན་གྱི་ཐེག་པའི་ཁྲངས་སུ་  
 བསྐྱེགས་ཤིང་དེའི་སྐབས་ཀྱིས་སྤྱིས་སུ་མཛོད་སྐྱེ་འགྲེལ་གྱི་ལུང་དེར་དབྱུང་བ་འགོད་  
 སྐབས་ཀྱང་གཤེན་རབ་ཀྱི་སྟོན་ལམ་གྱིས་བོན་ཀུན་བོད་ན་རྫོགས་པར་ཡོད་དེ།[22]  
 ཞེས་སྐྱེ་འགྲེལ་གྱི་བོན་རིགས་གསུམ་བོ་དེ་འདྲེན་པར་བྱེད་པ་དང་འདི་གསུམ་ལ་རྒྱ་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་བོན་[23] ཞེས་ཀྱང་འབོད་དོ། སྐྱེ་འགྲེལ་ལས་བོན་གྱི་རིགས་གསུམ་པ་  
 དེ་ནི་སེམས་བོན་ཡིན་ལ་ལུང་འདིར་ཤར་རྒྱ་བས་དབྱུང་བ་འགོད་སྐབས་གསོན་པོ་  
 ལ་སེམས་དོན་བསྟན་ནས་ཐར་བར་འདྲེན་པ།[24] ཞེས་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་གནས་  
 ལུགས་བསྟན་ནས་ཐར་བར་འདྲེན་པའི་བོན་པོའི་རིགས་ཡིན་པ་བསྟན་ཡོད་ལ་འདི་ནི་  
 གྱི་གྲུམ་བཅོན་བོས་བོན་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱབ་ནས་སྤྱི་སྤྱིའི་དུས་སུ་སྐར་ཡང་དར་བའི་  
 དམིགས་བསམ་གྱི་དུས་མཚན་དེ་ཡིན། ལ་དུགས་རྒྱལ་རབས་དང་རྒྱལ་རབས་  
 གསེར་སྲེང་གཉིས་ཀྱིས་གཅིག་མཐུན་དུ་སྤྱི་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དུ་མཚན་གསོལ་ནས་ཡུལ་  
 ཡར་ལྷུངས་ཀྱི་སྐྱེ་མཁར་ཆེ་མོར་བཞུགས་ནས་དེའི་དུས་སུ་གཡུང་དུང་བོན་གྲུང་  
 རོ།[25] ཞེས་འབྲུང་བས་སེམས་བོན་ནི་གཡུང་དུང་བོན་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་  
 ཤེས་ཐུབ་པ་དང་གཙུག་སྲེང་རྒྱལ་རབས་ན་སྤྱི་དེ་གྲུང་རྒྱལ་སྐབས་སུ་གནམ་བོན་  
 གཤེན་པོ་ཆེ་དང་བོན་གཞུང་གྲུང་[26] ཞེས་ཀྱང་འབྲུང་བས་གནམ་བོན་གཤེན་པོ་ཆེ་  
 དང་སེམས་བོན། གཡུང་དུང་བོན་གསུམ་གོ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་ཉིད་ཐུབ་  
 པ་རེད་ལ་གནམ་བོན་ཞེས་འབོད་དུས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་གདོད་མའི་དུས་སུ་

གནམ་ལ་དད་མོས་བྱེད་པའི་བོན་པོ་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་  
 ཚེད་གནམ་བོན་ཞེས་འདོགས་པ་ནི་བཀའ་ཐང་གྲེ་ལྟ་བུ་བོན་གནམ་བབ་རྒྱ་འབྲས་མི་  
 བསྐྱེ་ཞེས། རྟོན་པ་འཆི་མེད་གཙུག་ལུགས་ཀྱིས། རྒྱལ་དགུ་ལམ་ཉི་ཤུ་བརྟན་ཏུ་  
 དབྱེ། [27] ཞེས་པའི་གོ་དོན་ལ་དབྱེད་པ་གནང་ན་ཤེས་སྤུལ་པ་ཡིན། སངས་རྒྱལ་  
 ཚོས་ལུགས་པའི་ཚོས་འབྲུང་རྩོམ་པ་པོས་སེམས་བོན་གྱི་རིགས་འདི་ལ་བསྐྱུར་བོན་  
 ཞེས་བཏགས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པའི་གཞུང་  
 ལུགས་པར་བོན་ལ་བསྐྱུར་བའི་ནང་དོན་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན་ཡང་དོགས་གཞི་འདི་  
 ལྟར་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ་བསྐྱུར་བོན་ནི་ཁྲི་སྲོང་གླེ་བཙན་གྱི་དུས་ནས་འགོ་བརྟམས་པ་ཡིན་  
 བ་མུའུ་བཀའ་གྲུབ་མཐར་ཁྲི་སྲོང་གླེ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་མ་ཚུད་པའི་བསྐྱུར་བོན་གྱི་  
 དུས་མཚམས་གཅིག་དབྱེ་ཡོད། དེ་ནི་ཁོང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལས་དང་བོར་བསྐྱུར་བ་  
 བྱིས་རྗེས་ཤེས་ཐབས་སྲོན་པོ་ཅན་གྱིས་ཚོས་ལོག་བསྐྱུར་ཏེ་གཏེར་དུ་བཅུག་ནས་ཁོ་  
 རང་གིས་བཏོན་པ་བོན་དང་འདྲེས་པ་ལ་ཟེར། [28] ཞེས་བཀོད་ཡོད། བོན་པའི་ཤེས་  
 རིག་ལ་ཆག་འདྲིག་ལན་གཉིས་བྱུང་ནས་གཏེར་དུ་སྦས་སྲོང་ཡོད་པ་ནི་གྱི་གྲུམ་  
 བཙན་པའི་དུས་སྐབས་དང་ཁྲི་སྲོང་གླེ་བཙན་གྱི་དུས་སྐབས་གཉིས་ཡིན་ཡང་སྤྱི་མའི་  
 དུས་མཚམས་སུ་མ་ཚུད་པ་ནི་མུའུ་བཀའ་རང་གི་གྲུབ་མཐའི་རང་ལུགས་ཡིན་ལ་  
 དེས་ན་སྤྱི་མའི་གྱི་གྲུམ་གྱི་སྐབས་སུ་བརྗེས་ཤེས་ཐབས་སྲོན་པོ་ཅན་བྱུང་ནས་གཏེར་  
 ཡིག་འདོན་གནང་མཛད་དགོས། བོན་པའི་གཏེར་ཡིག་ཐམས་ཅད་པལ་ཆེར་བོན་  
 བསྟན་ལ་ཆག་འདྲིག་བྱུང་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་སྐབས་དང་འབྲེལ་ནས་  
 གཏེར་དུ་བསྐྱུར་ཏེ་སྤྱིས་སུ་འདོན་རྒྱུ་ལས་གདུལ་བྱའི་ལྗོངས་དང་མ་མཚམས་པར་མ་

འོངས་བར་དམིགས་པའི་གཏེར་དུ་སྐྱས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ལ་སྐྱལ་བར་དུ་གི་  
 གུམ་ནས་ཁྲི་སྡོང་སྡེ་བཅན་གྱི་གོང་དུ་བོན་ཚོས་གཏེར་དུ་སྐྱས་པའི་ཆག་འཛིག་གི་  
 དུས་མཚམས་བྱུང་མེད་སྟབས་སུ་འུ་བ་ཀུན་གྱིས་བཀོད་པའི་བསྐྱུར་བོན་གྱི་དུས་  
 མཚམས་དང་བོད་གི་གུམ་གྱིས་བོན་བསྟན་བསྐྱབས་ནས་སྐྱ་སྡེ་ཡི་དུས་སུ་སྐྱར་དར་  
 བའི་དུས་སྐབས་དེ་ཡིན་པ་ནི་ཉ་ཅང་གསལ་བོ་རེད། འོན་དེའི་སྐབས་ཀྱི་པཱིཏྲ་དེ་ནི་  
 མཁས་བ་མི་དགའའི་གས་ཀྱི་སྡོང་རྒྱུང་མ་སུ་ཆེན་[མཁས་ཆེན་ཉི་མའི་བསྟན་ཅིས་ལྟར་བ་སྐྱི་  
 མའི་སྡོན་གྱི་ལོ་977ཅམ་ལ་འབྲུངས།] ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པ་ནི་བྲན་པའི་ཡུང་བསྟན་རྒྱུང་བ་ན་  
 སྡོབ་དཔོན་སྡོང་རྒྱུང་གནས་མཚོའི་དོ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མཛད་  
 ཅིང་བཞུགས་པ། བཅན་བོ་སྐྱ་སྡེས་གདན་དྲངས་ནས་ཞུས་པ། མཁས་ཉོགས་དོན་  
 དང་ལྡན་པའི་པཱིཏྲ་[29] ཞེས་དང་ཡང་དེར་སྡོང་རྒྱུང་གིས་བོན་གྱི་བསྟན་པ་དར་བར་  
 ཟུ་བའི་ཕྱིར། དེ་ག་འཛིན་བརྒྱ་ཐུགས་རྗེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས། བསྟན་པ་གཏེར་  
 བས་བཏོན་ཏེ་སྤེལ་བར་དགོངས།[30] ཞེས་པས་གསལ་བོར་ཤེས་སུ་བ་ལ་སྐྱ་སྡེ་ཡིས་  
 རྒྱལ་ས་སྐྱར་བ་རྒྱུང་ནས་བོན་བསྟན་སྐྱར་གསའི་སྐབས་ཀྱང་སྡོང་རྒྱུང་མ་སུ་ཆེན་  
 གྱིས་རུས་པ་གས་ཆེན་བཏོན་སྡོང་ཡོད་པ་དང་འདྲིའི་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱུར་བོན་ཞེས་པའི་  
 གོ་དོན་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་བོན་ལ་མར་བསྐྱུར་བའི་གོ་དོན་དེ་མ་ཡིན་པར་  
 བདལ་འབྲུམ་ལས་ཡུལ་གྱེ་མ་གཡུང་རྒྱུང་དུ་ཞང་ཞུང་སྡོང་རྒྱུང་མ་སུ་ཆེན་གྱིས་བོད་  
 །ལ་རི་དབུ་ཆེན་ལ་བོན་ཁྲི་སྡེ་བཤད་ཅིང་བསྐྱུར།[31] ཞེས་དང་ཡང་རྒྱལ་རབས་  
 གསལ་མེ་ལས་ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་བོན་པོའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཞུང་  
 ཞུང་གི་ཡུལ་ནས་བསྐྱུར་ཏེ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད།[32] ཞེས་པ་ལྟར་ཞང་ཞུང་

ལྷལ་ནས་བརྒྱུར་བའི་བོན་པོའི་ཚོས་ལ་བརྒྱུར་བོན་ཞེས་ཐ་སྙད་ཆགས་པ་དང་གཞན་  
 ཡང་སྤྱི་ལོའི་དུས་སུ་བོན་བརྒྱུན་སྐྱེད་གསེའི་སྐབས་གཉེར་དུ་སོང་བའི་བོན་ཐམས་  
 ཅད་མྱིར་བསྐྱེགས་པ་ལའང་བརྒྱུར་བའི་ཐ་སྙད་ཆགས་སྲིད་པ་ནི་ཞིབ་དབྱེད་གཉེར་  
 བའི་གནས་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ་སྤྱི་བཟུང་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མའི་ཁྲི་སྲོང་ལྗེ་བཙན་གྱི་  
 དུས་སུ་མ་ཚུད་པའི་བརྒྱུར་བོན་གྱི་དུས་སྐབས་དང་པོ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་དང་པོ་བོན་པོའི་  
 ཤེས་རིག་དང་བའི་དུས་སྐབས་ལ་དབྱེད་པའི་གསང་བའི་སྐོ་ཆེན་ཞིག་རེད་བསམ་  
 ཡོད། དེར་བརྟེན་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་བརྒྱུར་བོན་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ཁྲི་སྲོང་  
 ལྗེ་བཙན་བཙན་པོས་སྤང་དང་མའི་བར་བརྒྱུན་ཤེས་ཐམས་སྲོན་པོ་ཅན་དང་། རྒྱལ་བའི་  
 ལྱང་རྒྱལ་ཟེར་བ་དང་གཤེན་ཆེན་སྤྱི་སྐྱེད་སོགས་ཀྱིས་ནང་བའི་ཚོས་ལྷགས་བོན་དུ་  
 བརྒྱུར་བའི་ལྷགས་ལ་ཟེར།<sup>[33]</sup> ཞེས་སྤང་དོར་དབྱེད་འཛོག་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྤྱི་  
 བཟུང་གྱིས་བཏོན་པའི་བརྒྱུར་བོན་གྱི་དུས་མཚམས་དང་པོ་དེ་རྒྱལ་བོ་ཁྲི་སྲོང་ལྗེ་  
 བཙན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་བརྒྱ་ཅི་སྤྱི་བྱས་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་བརྒྱུར་བོན་གྱི་  
 དུས་མཚམས་དང་པོ་གྱི་གྲུ་བཙན་པོར་ཡང་གཉེན་པོ་ནང་བའི་བརྒྱུན་པ་བོད་དུ་  
 ཐེབས་མེད་པ་དང་སྐབས་དེར་བོད་ཡིག་མེད་པར་འདོད་པ་སོགས་ནང་འགལ་འཇུག་  
 ཆདོད་པོ་ཡོང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་སྤྲོད། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་  
 ཚོས་ལྷགས་པར་བོན་ལ་བརྒྱུར་བའི་བརྒྱུར་བོན་སྐོར་གྱི་ལྷ་རྩལ་དོ་མ་དེ་ནི་ཁྲི་སྲོང་  
 དུས་སུ་བྲན་པ་<sup>[34]</sup> ཅམ་མཁས་བོན་གཉེར་དུས་སྐབས་པ་སོགས་ལས་གཙོ་བོར་རྩོན་  
 སྲིད་པ་ཞིག་དང་མྱིས་སྤྱི་དུས་རབས་བརྒྱ་བའི་སྐབས་ཀྱི་བོན་གྱི་མཁས་པ་སྤྱད་  
 རྒྱགས་ཅན་གཤེན་ཆེན་སྤྱི་སྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་དེ་ཡང་གཙོ་བོར་སྤང་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།

མདོ་དོན་བསྐྱུར་བོན་ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་ཐ་སྙད་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་སྐབས་ཀྱི་  
སེམས་བོན་ནམ་གཤམ་དུང་བོན་གྱི་སྐབས་དེ་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཕྱིས་སུ་  
གྲུབ་མཐའི་ཕྱོགས་ལྷུང་གིས་ཐོག་མའི་བསྐྱུར་བོན་གྱི་ངོ་བོ་བསྐྱུར་ནས་སངས་རྒྱུ་  
ཚོས་ལུགས་སར་བོན་ལ་བསྐྱུར་བའི་ནང་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད།

མདོ་དོན་བོན་པོའི་ཤེས་རིག་གི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདི་དག་གི་ཁུངས་  
བཅོམ་གཞི་འདྲིན་གནང་ཡུལ་ནི་གནའ་བོའི་བོན་གྱི་ཡིག་ཚངས་རྟིང་བ་ཞིག་ལ་ཁེལ་  
ཡོད་ནའང་འདིར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལྷུང་དང་ཚོས་འབྱུང་ཚོམ་བ་པོའི་སྐྱེར་ངོས་  
ཀྱི་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྣང་དང་འབྲེལ་ནས་འབྱུར་བཅོམ་གང་མཚམས་ཐེབས་ཡོད།  
ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་དམིགས་ལུལ་ནི་ཆགས་སྣང་གི་ཆ་དེ་རིགས་རྗེ་རྒྱུ་སྤྱི་གཉོང་རྒྱ་  
མ་ཡིན་པར་བོད་ཀྱི་ལུལ་སའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཤེས་རིག་འདིའི་གདོད་མའི་རྣམ་  
སའམ་གང་དེའི་ངོ་བོའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་མཐོང་ཐུབ་པར་འབད་རྒྱ་ནི་ཉམས་ཞིབ་  
ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་འདུན་ཡིན། བོན་པོའི་བསྐྱུར་རྟེན་དང་ཡིག་ཚངས་སོགས་  
གཞིར་བཟུང་ནས་དཔྱད་ན་བོན་པོའི་ཤེས་རིག་གི་འཕེལ་རིམ་འདིའི་ཁྲོད་དུ་བོན་པོ་  
རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་སྲིད་པ་དང་ཤེས་རིག་གི་བྱུང་འཕེལ་འདིར་ཡང་ཉ་ཅང་སྲ་བའི་  
ལོ་ཚོགས་ཁུངས་མ་སོགས་འགོད་རྒྱ་ཡོད་མོད་དཔྱད་ཚུམ་འདིར་དེ་དག་སྐབས་སུ་  
མ་བབ་པས་ལོ་ཚོགས་སོགས་སངས་རྒྱུ་ཚོས་ལུགས་པའི་རྒྱལ་རབས་ལོ་ཚོགས་  
ལྷན་སོར་འཛོག་གིས་དཔྱད་བ་གཉེར་ཡོད་ཀྱང་ལོ་ཚོགས་འདི་དག་མཐའ་གཅིག་དུ་  
ཚད་མར་ཡང་བཟུང་མེད་ལ་གང་ལྟར་ཁོད་སྤངས་ཐུན་བ་ནམ་མཁའི་མཛོད་རྒྱ་  
འབྲེལ་གྱི་ཐོན་པོའི་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་ནི་འབྲི་གྲང་བ་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་

སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པས་བཏོན་པའི་བོན་པོའི་འབེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་དེ་  
རིགས་ཀྱི་ལྷ་རྩལ་རྙེད་སའི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་པ་ནི་དབྱུང་རྩོམ་འདིའི་མཐར་ཐུག་གི་  
བཤམ་བྱ་གཙོ་བོ་ཉིད་དོ།

འབྲེལ་ཡོད་མཚན་བྱ་དང་དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆའི་རྫོང་།

- [1] གྱི་སྒྲིབ་པས་བོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་དབྱུང་རྩོམ་བདམས་བསྐྱར་རྟོན་བྱ་བ་ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་  
བསྐྱུར། 2005ལོར་ཀྲང་ལོ་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་8ན་གསལ།
- [2] 《国外藏学研究译文集》 第十一辑 1994年西藏人民出版社出版 第8页
- [3] 《ཁང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ནོར་བུའི་འོད་རློམ་མཁའ་མོ་རྒྱུས་བརྩམས། 2005ལོར་ཀྲང་ལོ་བོད་རིག་  
པ་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་384ན་གསལ།
- [4] 《སྤྲ་རབས་བོད་ཀྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པའི་འབེལ་གཏམ་ལུང་གི་སྤྲོད་བོསྐྱུན་འཛིན་རྣམ་དག་གིས་  
མཛད། 2005ལོར་ཁྲི་བརྟན་ནོར་བུའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དབུགས་འོག་ངོས་73ན་གསལ།
- [5] [7] [13] [24] [34] 《ལེགས་བཤམ་བཤམ་པོ་ཆེའི་གཏེར་མཛོད》ཤར་ཇ་བཟུང་གིས་རྒྱལ་  
མཚན་གྱིས་མཛད། 1985ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་  
ངོས་287དང་152དང་277བཅས་སོ་སོ་ན་གསལ།
- [6] 《བདེན་པ་བོན་གྱི་མཛོད་སྐྱེ་འབྲེལ་འབྲུལ་གྱི་ལྷེ་མིག》ཏུན་བ་ནམ་མཁས་མཛད། སྐྱུན་རིའི་  
དཔར་སྐྱེ་རིང་མ། འོག་ལྷེ་བ་15ན་གསལ།
- [8] 《རྒྱ་བོད་ཚོས་འབྲུང་རྒྱུས་པ་ལྷེ་ལུས་མཛད། 1987ལོར་བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་  
དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་236ན་གསལ།
- [9] [14] [19] 《ཚོས་འབྲུང་མེ་ཏོག་སྐྱེད་ཅིའི་བུུད》ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྩམས། 1988ལོར་



བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྱུལ་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་161ན་གསལ།

[10] ལྷ་ཡི་ཚོས་ལུགས་བྱ་བ་ནི་སྤང་སྤིང་ལྷ་འདྲེ་ཁོ་ནར་དང་མོས་བྲེད་བ་ལས་མིའི་འཚོ་བ་དངོས་ལ་ཁ་གཏད་ཐུབ་མེད་པའི་གདོད་མའི་སྤང་སྤིང་ལྷ་འདྲེའི་རྣམ་རྟོག་ཏུ་སྤྲོ་བའི་ཚོས་ལུགས་ལ་ཟེར་ཞིང་ཐ་སྤྲད་དེའི་འབྲུང་ཁུངས་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་ལས་ལྷ་ཡི་ཚོས་ལུགས་སྤྱང་དང་སྡེ་ལྷ་ལྷན་ཞེས་བའི་ཚིག་དུམ་དེར་བཅོལ་ཡོད།

[11] [16] 《བསྟན་སྡིང་དགོངས་གཅིག》 འཕྲི་གུང་སྐྱོབ་བ་ལ་འདིག་རྟེན་མགོན་པོས་བརྩམས། ལུགས་དཔར་སྐྱེགས་བམ་སྤྱི་འཇུག་གསལ།

[12] 《བྱུ་བ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུངས་དང་འདོད་ཚུལ་སྟོན་བ་ལེགས་བཤམ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ལོང་》 སྤུ་བ་གཞུང་གྲོ་བཟང་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མས་བརྩམས། 1991ལོར་ཀན་སུ་ལུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུལ་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་381ན་གསལ།

[15] མི་བོན་ཞེས་བ་ནི་སྐབས་འདིར་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བ་དངོས་ལ་ཁ་གཏད་པའི་བོན་པོར་གོ་ཞིང་ཐ་སྤྲད་དེའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་ལས་མི་བོན་ལྷ་བོན་རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་སྤྱང་བས་བརྩམས་ཞེས་བའི་ཚིག་དུམ་དེར་ཁུངས་བཅོལ་ཡོད།

[17] 《རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚངས་ཚེན་མོ་》དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོས་བརྩམས། 1985ལོར་ཟི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུལ་ཁང་ནས་བསྐྱུན། འོག་ངོས་134ན་གསལ།

[18] བདག་གི་དབྱུང་རྩོམ་《སྤུ་བ་གཞུང་བྱུ་བ་མཐའ་ལས་བྱུང་བའི་བོན་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་ལ་དབྱུང་བ།》ཞེས་པར་ཞུས་ཡོད།

[19] ཉང་ཉི་མ་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྩམས་པའི་ཚོས་འབྲུང་མེ་ཉོག་སྤྱང་རྩེའི་བརྩུད་ལས་བྱུང་བའི་བརྩོམ་བོན་བཤམ་སྐབས་བཤོས་ཀྱི་ལྷ་བོན་དང་གོང་གི་འདུར་བོན་བསྐྱུས་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་ལ་ཚབ་ནག་སྤིང་བ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་ཟེར་ཞིང་བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་འོག་འོག་ངོས་115ངོས་སུ་གཉའ་ཁྲིའི་སྐབས་

གྱི་ཚོས་ལུགས་བཤད་པའི་ནང་དོན་དེ་དང་བསྐྱར་ན་ཆབ་ཞག་སྲིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་གྱི་ནང་དོན་འདི་གཉིས་ལ་གོ་ཞིང་གཉའ་ཁྲིའི་ཡན་ཚོད་ནས་གྱི་གྲུམ་གྱི་བར་དུ་དར་བའི་ཚོས་ལུགས་ཞིག་ཡིན་པ་གོ་བུས་སོ།

[20] [21] 《མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་》སྟག་ཤམ་རྩི་ཇི་གཏེར་ནས་བཏོན། 1989ལོར་མི་ཁྲི་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་བསྐྱབ། འོག་ངོས130-131ན་གསལ། སྐབས་འདིར་རྒྱ་བོན་ལོག་པའམ་བོན་གྱི་པ་ཡིན་མ་ཡིན་དེ་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་པོའི་བསམ་སྒྲའི་བཅོས་བསྐྱར་གྱི་གྲུལ་དུ་རྩེད་མ་རྩེད་ཀྱིས་འདྲིལ་བཞིན་ཡོད།

[22] 《བསྟན་པའི་རྣམ་བཤད་དར་རྒྱས་གསལ་བའི་སྟོན་མེ》སྟག་ཤམ་རྩི་ཇི་གཏེར་ནས་བཏོན། 1991ལོར་ཀྲང་གོ་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་བསྐྱབ། འོག་ངོས132ན་གསལ།

[23] 《ཁྲི་བོད་བང་ཆེན་ངོ་མཚར་རྒྱལ་བའི་རྣམ་བཤད་གསལ་བའི་སྟོན་མེ》སྟག་ཤམ་རྩི་ཇི་གཏེར་ནས་བཏོན། 2008ལོར་མི་ཁྲི་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར། འོག་ངོས60ན་གསལ།

[25] 《ལ་དུགས་རྒྱལ་རབས་》1986ལོར་བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་བསྐྱབ། འོག་ངོས28ན་གསལ། ལ་ཀ་ཐོག་རིག་འདི་ཆེ་དབང་ལོར་བུའི་《བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་གསེར་གྱི་ཐོང་བ》ནང་འདི་བཞིན་གསལ་ཞིང་དེ་བའི་གཉིས་ཀྱི་ནང་དོན་པལ་ཆེར་གཅིག་འདྲ་རེད།

[26] 《ཚོས་འབྲུང་མཁའ་པའི་དགའ་སྟོན་》དཔལ་ལོ་གཙུག་ལག་ཐོང་བས་མཛད། 1986ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་དཔར། འོག་ངོས164ན་གསལ།

[27] 《བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷོ་མོ་རྒྱན་གླིང་བས་གཏེར་ནས་བཏོན། 1986ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྱབ། འོག་ངོས496ན་གསལ།

[29] [30] 《བན་པའི་ལུང་བསྟན་རྩེད་བཤད་ཀྱི་ལུགས་ལུགས་མཁར་མཁར་གསལ།

[31] 《བདལ་འབྱམས་》ལག་ཁྱིམ་མར་གསལ།

[32] 《 རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མི་ལོང་》 ས་སྐུ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་  
བརྒྱུ་སྤྲོད་། 1985ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐུན་ཁང་ནས་བསྐྱུ་བ། འོག་ངོས་57ན་གསལ།

[33] 《 བོད་རྒྱ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་》སྟོད་ཆ། 1993ལོར་མི་རིགས་དཔེ་སྐུན་ཁང་ནས་བསྐྱུ་བ།  
འོག་ངོས་57ན་གསལ།

ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་གྱི་སྐྱེགས་བཟ་ཚོག་མ་གཉན་པོ་  
གསང་བའི་སྐོར་གྱི་དབྱུང་བ།

མི་བདུན་གྱི་རིང་དུ་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་བོད་གངས་ཚན་གྱི་སྐོར་ས་སྤུ་འཕྱོར་  
ཡོད་སྲིད་ཀྱང་སྐབས་དེར་རྒྱལ་སྲིད་བོན་གྱིས་སྐོར་བ་དང་དམངས་ཀྱིངས་ནས་བོན་  
ཚོས་ལ་དང་བ་ཤུགས་ཆེ་སྟབས་ནང་ཚོས་སྐྱེལ་ཚམ་ཡང་ཡང་སྐྱེལ་མ་ལུས་པར་ལུས་  
བས་སྲིས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེབ་ཐེར་སོགས་སྤུ་གསལ་ཁ་བཏོད་པའི་དེའི་སྐོར་གྱི་སྐྱེལ་  
བྱེད་ཡང་དག་ཅིག་རྟེན་མི་ལུག་སྟེང་གཉིས་གྱི་རིང་དུ་རྒྱལ་འབངས་འཇུག་པའི་ལོ་  
སྐབས་དང་བརྒྱུན་ནས་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་རིན་ཆེན་དངོས་ཀྱི་ལུ་ལུ་བ་ཞིག་པོད་ལ་  
འཕྱོར་ཡོད་ཅིང་སྐབས་དེའི་འཇུག་ཚོད་གྱི་འགལ་བ་མི་འདྲའི་ཚོད་རྒྱན་བ་ཞིག་ཡིན་  
དུང་རྒྱལ་སྲིད་དང་དམངས་ཀྱིངས་གྱི་བསམ་སྐོར་བོན་ཚོས་གྱིས་ཁ་ལོ་བརྒྱུད་བཞིན་  
ཡོད་པའི་གནས་བབས་ལོག་སྲི་ཚོན་གྱི་རིག་གནས་གསར་བ་ཞིག་དེ་མ་ཐག་ནས་དང་  
ལེན་བྱེད་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་ཁོང་ནས་ཀྱང་འདོད་སྐོར་ཆོས་ས་པའི་ནང་བའི་ཚོས་  
གཞུང་དེ་སྐྱེལ་མ་ལུས་ཀྱང་བོད་ལ་འཕྱོར་བའི་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་གྱི་གང་ཟག་སོག་  
མར་བཟངས་པ་ནི་ད་སྟེང་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་འདི་དག་གི་དགོངས་པ་དང་བརྒྱུན་ཏེ་  
འབྲེལ་བ་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད་སྟེ་སྟེང་གཉིས་ནས་རྒྱལ་རབས་ཉེར་  
བདུན་ལ་སྐྱ་ཚོ་ཚོ་རིའི་བར་དུ་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་མང་བོ་ཞིག་འཕྱོར་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་  
སྤར་བཤད་པ་བཞིན་ཚོས་སྐྱེལ་མ་ལུས་སྟབས་སྲིས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚངས་ཏུ་

བཀོད་བའི་གནས་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་གཤིས་སྒྲ་བའི་གནས་ལ་འོད་ཚོད་ཀྱིས་དབྱུང་བ་  
སྟེལ་བའི་འདུན་པ་མེད་ཀྱང་ལྷ་མོ་མོ་རིའི་སྐབས་ཀྱི་གཉན་པོ་གསང་བའི་སྐྱོར་ལ་  
ཉམས་ཞིབ་ཐོན་བྱ་བྱས་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་པར་བསམ་ནས་འདི་བྲིས་སོ།།

དེ་ལ་གཉན་པོ་གསང་བ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་མདོ་སྔགས་ཀྱི་ཚོས་གཞུང་  
དུས་བུ་བཀོད་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་འགའ་ཤམ་ལ་བྱ་སྟེ། གསེར་གྱི་མཐེང་ཤོག་གི་དོས་  
སུ་བྲིས་ཡོད་པའི་མདོ་སྔེ་ཟ་མ་ཉོག་དང་སྤང་ཀོང་ཕྱག་བརྒྱ་བ། བཅུ་གཅིག་ཞལ་ཡིད་  
བཞིན་ལོར་བུའི་གཟུངས་ཀྱི་བཞོས་པོར་སོགས་ཚོས་འབྲུང་དང་དེབ་ཐེང་སོགས་སུ་  
བཤམ་ཚུལ་མི་འདྲ་ཡང་གང་ལྟར་ནང་བའི་ཚོས་ཚན་དུས་བུ་རེ་བྲིས་ཡོད་པའི་དངོས་  
པོ་འགའ་ཞིག་ཡིན་པར་ཚང་མ་ཞལ་མ་ཐུན་པས་སྐབས་འདིར་རྣམ་གྲངས་ཐམས་  
གཅོད་པའི་ཞིབ་ཚིས་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ། ། དེས་པར་བཤམ་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་སྟེ་  
གཉན་པོ་གསང་བའི་མིང་ཐོགས་ཚུལ་གྱི་སྟེང་ནས་དེབ་ཐེང་དང་ཚོས་འབྲུང་མང་  
བོས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་རྒྱལ་བོས་དོན་མ་གོ་ཡང་གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་བཏགས་སོ་  
སོགས་ཟེར་བ་ནི་མི་འཐད་དེ་དོན་མ་གོ་བར་གཉན་པོ་ཡིན་མིན་དང་གསང་བ་ཡིན་  
མིན་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིར་དོ། གཅིག་དུ་ན་གཉན་པོ་གསང་བ་དེ་བོད་ཡིག་གི་བྲིས་ཡོད་  
པའི་སྐྱིགས་བམ་ཡིན་དགོས་པ་དང་གཉིས་སུ་ན་ལོ་རྩེ་བས་རེ་རེ་བཞེན་རྒྱ་གར་སྐད་  
ནས་བོད་སྐད་ལ་ཕབ་སྟེ་བཅའ་པོར་འཆད་རྒྱུ་ལས་ཐབས་གཞན་མེད་དོ། སྒྲ་མ་ནི་  
ཚོས་རྒྱལ་སྐོང་བཅའ་སྐྱམ་པོས་མཇུག་ཟེར་བའི་མ་ནི་བཀའ་འབྲུག་བུ་བར་ཡང་  
གཉན་པོ་གསང་བ་བོད་ཡིག་གི་སྐྱིགས་བམ་ཡིན་ཚུལ་དངོས་སུ་འཁོད་ཡོད་ཀྱང་དེ་  
ནི་བོད་ཉོགས་བཞོལ་དགའ་བ་ཚོས་ལྟད་བརྒྱབ་པ་སྟེ་དེ་དུས་བོད་སྐྱི་ལ་དབང་བའི་

ཡིག་གེ་ཞེས་དཔྱད་ལྷན་ཀུན་ནས་ཁས་ལེན་དཀའ་བར་བཤད་པ་དང་། རྩི་མ་ལྟར་ན་  
 བཅོན་པོའི་སྐྱེ་སྲུང་གཙུག་ལྷན་གྱིས་དང་མཚེ་མི་འཕྲོ་འདུ་སོགས་སོན་སོ་རྣམས་  
 ཡིན་ལ་གཉན་སོ་གསང་བའང་ཐོག་མར་སོན་དར་བའི་རྟོགས་ཡིན་ཞེས་ཤིང་། འབྲེག་གིས་  
 མཚོན་པར་དབྱེད་ཀྱིས་སྐབས་དེར་སོན་གྱི་དབང་ལུགས་ཤིན་ཏུ་བཅོན་པ་རྟོགས་  
 ལུས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་བབས་འོག་སྲུང་གོང་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་རྒྱ་གར་ལོ་རྒྱུ་བས་  
 རེ་རེ་བཞེན་བཅོན་སོ་སོ་ཐོ་རི་ལ་འཆད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མེད་ངེས་པར་དབྱེད་  
 དགོས་ཏེ་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ཞེས་རང་སོར་བཞག་པས་མི་རུང་དོ། ། ཡང་མིན་ན་ལྷ་ཐོ་ཐོ་  
 ལྷན་ཤལ་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་མཁུན་དགོས་ཀྱང་མཁུན་པའི་ཁུངས་སྐྱེ་རྒྱུ་མེད་པ་  
 དང་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་ངེས་པར་མཁུན་པར་སྲིད་དེ་  
 རང་ག་བའི་བརྟག་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན་ཐ་དད་དེ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་ལུན་མོང་བའི་  
 བརྟག་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། ལོང་གསལ་འདི་དག་གཅིག་ཀྱང་མེད་  
 རུང་གཉན་སོ་གསང་བ་ཞེས་འདོགས་རུང་དོ་ཟེར་ན་རྒྱལ་བོས་ཕྱིའི་ཁ་དོག་ཅེས་དང་  
 དབྱིབས་ཅེས་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དེ་ལྟར་བརྟགས་པར་ཐག་ཚོད་པས་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་  
 ལྷ་ཐོ་ཐོ་སྐྱེ་ཤལ་ལ་ལྷ་དང་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་ཐ་སྐྱད་གྱིས་གོང་བཀུར་  
 བྱས་པ་ལའང་དགོས་པ་ཅང་མེད་དོ། ། གཉན་སོ་ཞི་ཚོས་ཀྱི་ཁུངས་བཅོན་སོ་དང་  
 གསང་བ་ཞི་སྐབས་དའི་རྒྱལ་སྲིད་སོན་གྱིས་རྒྱུང་བའི་དུས་ཡིན་པས་སོན་རྒྱུ་  
 སོགས་ལ་གསང་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་སྐབས་རྒྱལ་བོས་གནས་བབ་འདི་ལྟ་བུའི་འོག་  
 རྒྱ་མཚོན་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཕྱིའི་དབྱིབས་ཅེས་དང་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་སྐྱེ་བ་འགའ་ལ་  
 ཡིད་ཆེས་ནས་མིང་དེ་ལྟར་འདོགས་པ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཉོན་བཤད་

བྱས་པ་ཞིག་རེད་དོ། །

གཉན་པོ་གསང་བའི་འབྲུང་ཁུངས་སྐོར་ལ་གཉིས་ཉེ་གཅིག་དུ་ན་གནས་ནས་  
 བབས་ཟེར་བ་དང་གཉིས་སུ་ན་ལོ་རྒྱ་བ་ལི་ཟེ་སེ་དང་ཐོ་གར་གྱི་སྒོ་སེམས་འཚོ་  
 གཉིས་ནས་བསྐྱམས་ཡོང་བར་བཤད་བཤོ། དང་པོ་ནི་སུན་མོང་བའི་སྤང་ཚུ་ལ་མི་  
 མ་སུན་ཀྱང་དཔུང་བྱ་ཡོད་དེ། ཁ་ཅིག་གིས་གནས་ནས་བབས་ཟེར་བ་ནི་བོན་བོས་  
 ལྟང་བཅུག་པ་རེད་ཟེར་ཡང་ནང་བའི་ཚོས་འབྲུང་དང་དེབ་ཐེང་ཁུངས་བཅུན་པར་  
 བརྩེ་བ་མང་བོ་ཞིག་ཀྱང་གནས་ནས་བབས་པར་བཞེད་པ་མ་སུན་པས་དེ་དག་ལ་བོན་  
 བོས་ལྟང་བཅུག་པ་ཡིན་མིན་ལ་ཟེ་ཚོས་ཟ་སྲིད་ཀྱང་རྒྱལ་བོ་ཐབས་ཤིན་ཏུ་མཁས་  
 པས་བོན་སྒོན་སོགས་བོན་བོའི་སྲིད་དབང་ལ་མ་སུན་པའི་གཏམ་སྟེ་གནས་ནས་  
 བབས་ཅེས་པའི་གསུང་ཡིན་ན་དོན་དངོས་དང་མ་སུན་པ་ཞིག་རེད་དེ། དོན་ལ་ལོ་རྒྱ་  
 བ་རྣམས་པ་གཉིས་ནས་བསྐྱམས་ཡོང་ན་ཡང་གོང་གསལ་དེ་ཉིད་འགལ་བ་ཇོ་དྲག་ཞི་  
 ཐབས་ཀྱིས་གསང་རྒྱ་བྱས་པ་ནི་ངེས་པར་ཤེས་དགོས་པའི་གནད་ཅིག་གོ། ཕྱིས་སུ་  
 བང་བའི་ཚོས་བོད་ལ་སྟེལ་ནས་དང་རྒྱས་ཆེ་བའི་སྲོང་བཙན་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་  
 གཉན་པོ་གསང་བའི་ནང་བཀོད་པའི་ཚོས་ཚན་རྣམས་ལོ་བཅུ་གསུམ་འིང་ལོ་རྒྱ་བས་  
 བསྐྱར་ཞིང་གིས་ནས་རྒྱལ་བོས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་བར་སྟོབ་སྟོང་  
 བྱས་པ་བདེན་རྒྱུན་གང་ཡིན་མི་ཤེས་མོད་ཚོས་རྒྱལ་བོ་བཙན་སྐྱོན་པོས་མཛད་  
 ཟེར་བའི་མ་ཉི་བཀའ་འབྲུམ་ལས་འབྲུང་པ་དེ་ལྟར་ན་ལྟ་བོ་རྩི་སྟུན་ཤལ་གྱི་འིང་ལ་  
 བང་ཚོས་གྱི་དབུ་བརྟེས་ཟེར་བ་ནི་ཚོས་གྱི་སྒྲིགས་བམ་ཙམ་འབྲུང་བ་ལ་བཤད་པ་  
 ཡིན་གྱི་འབྲི་བ་དང་སྟོབ་པ། འཚད་ཉན་སོགས་ཚོས་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པ་མེད་པ་ནི་

འིན་ཏུ་གསལ་ལོ། དེར་བརྟེན་གཉན་པོ་གསང་བ་ནི་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་མཁན་པོས་  
 བོད་ལ་ཁྱེད་ཡོང་བའི་དམ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་དང་པོ་དེ་ཡིན་སྲིད་ལ་དེའི་སྡོན་ཏུ་  
 ཚོས་སྐྱེལ་གྱི་གང་ཟག་འབྲེལ་ཡང་སྒྲིགས་བམ་ཐོན་ཡོད་མེད་དུ་ལྟ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཡིག་ཚང་དག་ན་མཐོང་དགོན་ལོ་ན་དམ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་དང་པོ་དེ་གནས་  
 ལས་བྱོན་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུ་བས་བསྐྱེལ་ས་ཡོང་བའི་བཞེད་བ་དང་འགལ་  
 ལོ་ཟེར་ན་སྡོན་མེད་དེ། སྐབས་དེའི་སྲིད་དབང་སོགས་གནས་བབ་དེའི་འོག་ནས་དེ་  
 ལྟར་ཐབས་མཁས་བྱས་པ་གོང་དུ་གསལ་བོར་བཤད་ཅིན་ལ་སྤྱིར་བཏང་ལོ་རྒྱུས་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཚིག་སྐྱབ་དང་ལྟ་སྐྱབ་སྣ་ཚོགས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཆབ་སྲིད་  
 གནས་བབ་སོགས་དང་བསྐྱེད་ནས་གོ་བ་ལེན་རྒྱུ་ལས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤང་བུ་འི་མ་  
 ཡིན་ནོའོའལ་བའི་ལུགས་ལྟར་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ལི་ཟེ་སེ་དང་ཐོ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་སྒོ་  
 སེམས་འཚོ་གཉིས་ཀྱི་དམ་ཚོས་སྒྲིགས་བམ་དང་པོ་གཉན་པོ་གསང་བ་ཁྱེད་ཡོང་  
 ཞེས་པས་གནས་ནས་བབས་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་གསང་མཐིལ་བརྟེན་ཡང་འདི་ནི་མིའི་  
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་འིན་ཏུ་མ་སྐྱེན་པས་ལོ་རྒྱུས་སྐྱེ་བའི་སྤངས་  
 བྱང་འོས་ཀྱང་ཞེས་བས་ནས་མཁའ་ནས་བབས་པར་མི་འབྲད་པར་སྐྱེ་བ་ནི་སྡོན་ཚུང་གི་  
 གཏམ་སྟེ་བསྐྱེན་བ་དེའུ་བརྟེན་བའི་བརྟེན་འབྲེལ་དུ་འབགས་པའི་གང་ཟག་གི་སྐྱེལ་བ་  
 དང་སྐྱགས་རྗེ་བསམ་ལས་འདས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྐྱེན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གང་  
 ཟག་གི་སྡོན་པོར་འོས་སུ་ཆེ་ལ་འབྲེལ་བའི་ཡང་ལོ་རྒྱུས་སྐྱེན་མོང་བ་ལ་མཚོན་ན་  
 ཉམས་ཞེབ་གནང་མི་སྐབ་པའི་ཚིག་སྐྱབ་ཅིག་དང་ཁྱད་པར་དུ་ས་ཡན་སིའི་རིག་  
 གནས་དང་འཇམ་གླིང་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱེད་ན་འདིའི་རིགས་དོ་སྤང་



དང་བཏག་དབྱུང་བྱ་ཡུལ་གྱི་གནས་མ་ཡིན་ལ་བཏགས་ཀྱང་མི་ཤེས་པས་སོ།།

གཉན་པོ་གསང་བ་རྒྱལ་བོའི་ཕོ་བྱང་དུ་སྐྱེབས་ཀྱང་སྐབས་དེའི་གསང་རྒྱ་ཤིན་  
ཏུ་དམ་པས་རྒྱལ་བོའི་འཁོར་གྱི་ལྷོན་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྐོར་མཛོད་དུ་སྦྱས་ཡོད་པའི་  
དངོས་པོ་དེ་ཡང་སྡིང་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་རྟོགས་མ་ཐུབ་ལ་རྒྱལ་བོས་ཐོག་མར་མཚོད་  
བཀྱར་བྱེད་པར་བརྟམས་པ་ན་དེའི་འཁོར་ན་དབང་ཐང་ཆེ་བའི་བོན་ལྷོན་དག་གིས་  
སྤར་སྲོལ་ལྟར་དམར་གྱིས་མཚོད་པས་རྒྱལ་བོ་ཐུགས་མ་དབྱེས་ལ་ནད་ཐན་ལོ་ཉེས་  
དང་ལྷ་གོ་བྱུང་བ་སོགས་སྐབས་དེའི་རང་བྱུང་གི་ཆ་རྒྱུན་ཅམ་ལ་ཁ་གཡར་ནས་བོན་  
ལུགས་ཀྱི་མཚོད་པ་དེ་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཐབས་བཅའ་ཡོད་ལ་ཕྱིས་སུ་གསེར་  
སྐྱེམས་དང་གཡུ་སྟོན་སོགས་དཀར་ཟས་གཅོད་མས་མཚོད་པས་རྒྱལ་བོའི་ཐུགས་  
དགོངས་ལ་འདེད་ཤིན་ཏུ་མ་ཐུན་པར་བཏགས་ནས་སྐབས་དེའི་རྒྱལ་བོའི་ཚང་མས་  
གཉན་པོ་གསང་བར་མཚོད་པ་དང་བསྐོར་བ་བྱས་ནས་མན་ཡོན་ཆེ་ཚུལ་གྱི་གཏས་  
བསྐྱབས་པས་དམངས་བྱིངས་ཀྱི་བསམ་སློབ་ཁ་སྐྱོབས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་དེད་ནས་  
སྐྱེད་སྐྱོབས་དེ་ས་ཁྲབ་རྫོགས་དུ་བཏང་བར་མངོན། གང་ལགས་ཞེན་རྒྱལ་བོས་  
གཉན་པོ་གསང་བར་བཀྱར་བསྐྱེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱས་པས་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ལ་སེུ་སྐྱེས། ལྷ་  
དཀར་ནག་པོར་འཇུག། གཉེར་མ་མེད། ལྷ་གཞོན་ཤ་ཅན་དུ་གྱུར་སོགས་ཡོན་ཏན་  
མང་བོ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ནི་སྐབས་དེའི་གཉན་པོ་གསང་བ་མཚོད་བཀྱར་བྱེད་པར་  
འབངས་མི་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་མང་གཞི་དང་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱབས་པ་ཞིག་དེད་སྐྱེས། ལྷ་  
ཐོ་ཐོ་འདི་འཇུངས་འདས་ལོ་ཚོགས་ལ་གྲུབ་མཐའ་འེས་མེད་ཀྱི་ཚོས་འཇུང་དང་དེབ་  
ཐེང་མང་པོར་བཞེད་པ་སྐྱ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་གོང་གསལ་གྱི་ལུགས་ལྟར་བརྒྱད་ཅུ་

དང་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་སོགས་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་ཆེ་ལ་ནང་གི་ཆ་  
 རྒྱུན་གཉན་པོ་གསང་བ་མཚོན་བཀུར་བྱས་པའི་དད་པའི་སེམས་ཤུགས་ཡོད་ཀྱང་  
 ལྷིའི་ཆ་རྒྱུན་ཀྱང་ཡོད་སྟེ། བོན་གྱི་ལེགས་བཤད་མཛོད་ནས་སྐྱབ་གཤེན་གཉིས་  
 གྱིས་སྐྱབ་བྱང་ལུང་དུ་སྐྱབ་བསྐྱབས་ནས་རྒྱལ་བོའི་སྐྱེ་ཆེ་རིང་དུ་བསྐྱངས་པའི་  
 ཐབས་ལ་འབད་ཡོད་པའང་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པའི་གནད་ཅིག་གོ། མདོར་ན་  
 རྒྱལ་བོ་ཐོ་ཐོ་ངེས་གཉན་པོ་གསང་བ་མཚོན་བཀུར་བྱས་པའི་གནད་ལས་འཕྲོས་ཏེ་  
 ཁོང་གོ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་དུ་བསྐྱངས་པར་ལྷིའི་ཆ་རྒྱུན་དང་ནང་གི་ཆ་རྒྱུན་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་  
 ལྷོགས་སུ་མ་ལྟར་བར་ངེས་པར་དབྱུང་དགོས་པ་ཅིག་དུ་མཐོང་ལ་དེ་ལྟར་རྒྱལ་བོ་ལྟ་  
 ཐོ་ཐོ་ངེས་ཁོང་ཉིད་ཀྱང་ཚོས་བྱེད་མི་སྣུར་གྱུར་བ་ནི་མ་འོངས་པར་ནང་བའི་བསྟན་པ་  
 བོད་ལ་དར་ཐུབ་པའི་རྩ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་གྱུར་ཡོད་ལ་ཕྱིས་སུ་རྒྱལ་བོའི་དགོངས་པ་  
 ལྟར་གཉན་པོ་གསང་བ་མཚོན་བཀུར་བྱས་པས་རྒྱལ་བོ་སྐྱབ་འི་གཉན་གཞིགས་གྱི་  
 སྐྱབ་བྱེ་བ་དང་མ་འོངས་པར་འདྲིའི་དོན་ཤེས་པའི་ལུང་བསྟན་པ་སོགས་ནི་གཉན་པོ་  
 གསང་བས་མཚོན་པའི་ནང་བའི་ཤེས་རིག་བོད་དུ་དར་ཐུབ་པར་ཐོག་མར་བསམ་  
 རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་བསྐྱབ་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུས་ན་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད།  
 གཉན་པོ་གསང་བ་ནི་ནང་བའི་ཚོས་སྐྱེལ་གྱི་སྐྱེགས་བམ་དང་བོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ལྟ་  
 ཐོ་ཐོ་ངེས་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་མི་རབས་མང་བོ་ཞིག་ལ་དད་མོས་དང་མཚོན་བཀུར་  
 བྱེད་པའི་ལུལ་གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད་ལ་ཕྱིས་སུ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་  
 ཁང་གི་ཕྱི་སྐྱེའི་གལ་ལ་ངོས་སུ་ཡོད་པའི་མཚོན་ཉེན་དཀར་བོའི་གཟུངས་ལ་ལུལ་ནས་  
 ད་ལྟའི་བར་དད་པ་དང་མཚོན་བཀུར་བྱས་པའི་མས་པོའི་ལོ་བུ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་

མོ། །

འདི་ནི་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་པའི་ཚོས་འབྱུང་དང་དེབ་ཐེང་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་  
ཚངས་བརྒྱ་ཐུག་ཁ་ཤས་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཞུས་ཇེས་དངོས་གཙོའི་རིང་ལུགས་ལྟར་གཉན་པོ་གསང་  
བའི་སྐོར་ལ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་གྱི་དོགས་བར་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་པས་གཟུར་གནས་དག་གིས་  
དགོངས་འཆར་ལྷན་སྦྱོལ་ཡོང་བར་དེ་བ་ཞུའོ། །

ཕྱིར་ལྟོ་བཞུག་པའི་ཚེ་བའི་སྐྱེས་ཁམས་ཁོར་ཕྱག་ལ་  
བཏག་དཔྱད་བྱས་པའི་སྒྲན་བྱ།

སྐྱིར་ན་སོད་ཀྱི་ཡུལ་ནི་རི་མཚོ་ས་གཙང་དང་བསེལ་ལ་མངའ་བའ། གངས་རིའི་  
མེད་བས་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་ཞིང་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་སུ་ཆེ་བ། ཅི་མཚོག་ནི་  
ཞེས་ལ་བཅུད་ཆེ་བ་སོགས་ཡ་ཐོག་རིང་མོའི་དུས་ནས་བཟུང་སྟོད་བཅུད་ཀྱི་བཏང་  
སྟོམས་དང་དགོ་མཚན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་བས་ནམ་ཡང་ཁོར་ཕྱག་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་  
གནད་དོན་གང་ལའང་འབྲས་མ་སྟོང་། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཁོར་ཕྱག་སྲུང་སྐྱོབ་ཅེས་ཆེད་  
དམིགས་ཀྱི་མིང་མ་གདགས་ལ་དེའི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་སོད་མིའི་རྒྱད་ལ་ཆགས་ཡོད་  
མེད་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཡང་མེས་པོ་བཀའ་རིན་ཅན་དག་གི་རྣམ་དཔྱོད་ལས་རི་ལ་སྒྲ་དང་  
རྩ་ལ་སྒྲ་སོགས་གདོད་མའི་ལྷ་མང་སྐྱོ་བའི་དད་གུས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དང་དེའི་ཚོག་སྒྲ་  
ཚོགས་ཀྱིས་མ་སྐུལ་རང་བྱུང་གིས་ཁོར་ཕྱག་སྲུང་སྐྱོབ་ལ་སུ་རྣམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
བསྐྱུན་དང་སྐྱུན་བཞེན་པ་ཤེས་ལྡན་དག་གི་སྐྱུན་སྡེར་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ། ལྷིས་སུ་  
ཚོས་ལུགས་སོགས་རིམ་བས་མིའི་བསམ་སྐྱོ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་ལྷིན་པའི་གོ་རིམ་ཁོད་  
ཡ་ཐོག་དང་མོས་ཀྱི་རྒྱུན་དེ་ལ་ཆེད་མཚོའི་འདུ་ཤེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་བརྒྱུན་སྟོམས་ནས་  
འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྐྱེས་ཁམས་ལ་ལྷག་བསམ་ཀྱི་དགོ་མཚན་སྐྱེས་སུ་འབྱུང་  
བའི་བསམ་སྐྱོ་འགྲན་རྒྱ་བུ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་འཛུལ་སྤྱོད་སྐྱེས་སུ་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབས་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། དེ་ལྟ་བུར་དུས་རབས་གསལ་བའི་

འགྲོས་དང་གསར་བྱུང་དངོས་པོའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་པོད་མིའི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་  
 ལྷུང་སྐྱོབ་ཐང་ལུལ་བའི་དགེ་མཚན་ཅན་གྱི་བསམ་སྒོ་དང་ཚོགས་སོགས་ལའང་འགྲུང་  
 ལྷོག་སྒྲ་ཚོགས་བྱུང་ནས་ད་ལྟ་བུ་གཞོན་གཉིས་ལྡན་གྱི་ལམ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་  
 ལྷགས་ཡོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཤངས་བའི་གནས་ལགས་པས་དེའི་ཚུལ་ཐུན་གྱི་སྐྱེས་  
 ལུལ་མདོ་སྐྱད་གྱི་འགྲོག་སྡེ་ཞིག་གི་སྐྱེས་ཁམས་ཁོར་ལུག་ཚབ་མཚོན་དུ་བྱངས་ནས་  
 ལྷ་རྒྱུ་ཡིན་ལ་འདིར་བྱེ་བྲག་གི་འགྲོག་སྡེ་མང་པོའི་སྤྱི་སྲོལ་དུ་ཚགས་པའང་ཞོར་དུ་  
 ཤེས་པར་མངོན།

དང་པོ། བསང་མཚོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་དངོས་པོ་  
 ལྡན་བུའི་ཕན་གཞོན་རྒྱུ།

མདོ་སྐྱད་གྱི་འགྲོག་སྡེ་སྤྱི་ལུ་བྱེ་བྲག་དུ་བན་བུལ་སྡེ་བར་མཚོན་ན་དུས་བཟང་  
 དང་ཚེས་བཟང་སོགས་བཟང་སྐྱར་འགྲོད་སྐྱོར་ཡག་པའི་ཉིན་མོར་དེ་མཚོན་པོར་དེ་  
 བསང་མི་གཏོང་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་བསང་གཏོང་དུས་ཀྱང་མི་བརྒྱ་ལྷག་མང་  
 པོ་ལྡན་དུ་འདུས་ནས་སྤྱི་བསང་གཏོང་སྲོལ་ཞིག་ཚགས་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་ན་བསང་  
 གི་རྒྱ་ནི་བ་ལུ་དཀར་པོ་དང་མཁན་པོ་གསེར་ལོ། འགྲོ་བུ་དང་སྤང་ཅི་དོ་བོ་སོགས་  
 རང་བྱུང་སྐྱན་རིགས་གྱི་རྩ་མཚོག་རྣམས་ཡིན་ཞེས་འབྲེལ་ཡོད་བསང་ཡིག་སྒྲ་  
 ཚོགས་ལས་འབྱུང་ལ་དེས་བྱས་པའི་བསང་ནི་ནམ་མཁའ་དང་ཐག་ཉེ་བའི་དེ་མཚོན་  
 པོར་མེ་ལ་ལྷགས་འབྲུལ་བྱས་ན་ནི་མཚོག་དང་ལྡན་པའི་བསང་དུད་དེས་འགྲོ་བ་མིའི་  
 རིགས་སམ་ཡང་ན་འཛམ་གླིང་དབྱུགས་ལྡན་སྤྱིའི་འབྲེན་ལུལ་དུ་གྱུར་བའི་མཁའ་  
 དབྱུགས་ལ་བཤེར་གཙང་དང་དག་བསང་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་

གྱིས་སློབ་ལས་དང་བཅས་གསུངས་པ་ནི་ཏུ་ལས་པའི་ཚོད་དུ་གདལ། ད་ལྟ་རི་བསང་  
 གཏོང་མཁན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་དང་ཁོང་ཚོས་བསྐྱམས་པའི་བསང་གི་རྒྱ་ཆ་  
 སོགས་ལ་བརྟགས་ན་ཤིན་ཏུ་ཡིད་སློབ་པའི་གནས་ཏེ་བསང་གི་ཤུང་ཚིག་དང་འཕྲིན་  
 ལས་བཅོམ་སྦངས་ནི་རང་བཅོས་ཀྱི་ཚིག་སྣ་འགའ་སྟེ་རང་དོན་འབའ་ཞིག་ངེས་པར་  
 འགྲུབ་དགོས་པའི་ནུབ་བཤད་ཅམ་ལས་སེམས་ཅན་སླི་མ་ཐུན་གྱི་ལས་དབང་བསམ་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཅམ་མེད་པ་དང་། བསང་གི་རྒྱུའང་དེང་རབས་རྗེས་  
 འགྲུར་དང་འཕྲུལ་གྱིས་བཅོས་པའི་དུག་ལྡན་གྱི་ཀ་ར་དང་སྐྱར་ཁུ་སོགས་མིའི་ཆེ་  
 སོག་གི་གཞི་ཅར་གྲུབ་པའི་མཁའ་དབུགས་ལ་གཞོན་ཚབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབའ་ཞིག་  
 རྩེད་ནས་རི་བསང་གཏོང་གི་ཡོད། ད་དུང་གསེར་སྐྱེམས་དུ་བརྟགས་པའི་ཆང་  
 རིགས་སྣ་ཚོགས་དང་དེང་རབས་འཕྲུལ་བཅོས་ཀྱི་སྐྱོམ་ཚུ་སྣ་ཚོགས་ཕྱོགས་གང་  
 སར་མཚོད་ཅིང་དེའི་ཕྱི་སྣོད་ཤེལ་དམ་དང་རྗེས་འགྲུར་གྱི་འགྲིག་སྣོད་སོགས་གང་  
 སར་འཕངས་པས་རི་མཐོའི་ཅི་ཤིང་སོགས་ཀྱི་སྐྱེས་སྣོབས་ལ་པན་བ་ལས་གཞོན་  
 ཚབས་ཆེ་ཞིང་དེའི་ཁོར་ཡུག་གི་མཛེས་ལྗོངས་ལ་འབག་བཅོག་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད་  
 བ་མངོན་སུམ་མིག་གི་མཐོང་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཡོད་པས་ནམ་ཞིག་ང་ཚོའི་མེས་པོའི་རིང་  
 ཅས་བརྒྱུད་སྲོང་བའི་རྣམ་དག་གི་བསང་གི་མཚོད་པ་དེ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྐྱེས་  
 ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་པའི་གཤེད་མར་འགྲུར་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པས་ཤིན་ཏུ་  
 གཟུབ་པར་རིགས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ས་ཁུལ་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་བསམགས་ནས་  
 འཛེམ་སྲིང་སྐྱེས་ཁམས་ཁོར་ཡུག་གི་ཆགས་འཛིག་གནད་དོན་བྱུང་བ་ཡིན་པས་  
 དབྱུད་པ་ཞིབ་མོ་གནང་བའི་ཡུལ་དུ་མཐོང་ངོ། ། ཉེ་ཆར་རི་བསང་གཏོང་མཁན་

རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡོངས་ལ་ཞིང་བརྟུག་བྱས་ན་གོང་གསལ་གནད་དོན་དེ་རིགས་  
 གཏན་ནས་བཙུག་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན་ཏེ་ཐོག་མར་བསང་གཏོང་བའི་བསམ་  
 རྟོན་གནད་དོན་གྱི་དོག་པོ་དེ་བཙུག་བསྐྱར་བྱེད་རྒྱ་ལ་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་  
 བསང་མཚོན་དཔེ་ཆ་ལས་འབྱུང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་  
 རྟོན་སྤོང་ཞུན་ཏུ་ཞུས་ནས་ཚད་མ་ཐོབ་པས་སྤོང་ཆགས་རྒྱ་དང་དེ་རྗེས་བསང་གི་  
 རྒྱ་ལའང་ལྷ་མའི་བྲལ་སྤོང་ལྷ་རང་བྱུང་སྤོང་རིགས་སྤོང་བྱེད་པ་ལས་དེང་  
 རབས་རྗེས་འགྱུར་གྱི་དངོས་པོ་དུག་སྤོང་དེ་རིགས་མི་བཀོལ་བ། གསེར་སྤོང་སེམས་  
 ལའང་འོ་མའི་ཐིགས་པ་ཅམ་དང་ཇ་མཚོན་ཅམ་གྱིས་ཚོག་པས་དེ་རིགས་སྤོང་སྤོང་སེམས་  
 བདེ་ཞིག་ཏུ་བརྒྱུད་ནས་བསང་མཚོན་ཚོག་བསྐྱེད་པས་ཚད་རྗེས་སྤོང་རང་ལུལ་དུ་  
 དེས་པར་སྤོང་ཡོང་བ་བཙུག་གོམས་སྤོང་ཡག་པོ་དེ་རྒྱུད་ལ་འཇགས་པར་བྱས་ན་  
 རྣམ་ཞིག་ང་ཚོའི་སྤོང་ཁམས་ཁོང་ལུག་གི་མཚོང་ན་འགྲོང་བའི་གངས་རི་རྗེ་རི་སྤོང་  
 རི་སོགས་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་བསང་མཚོན་ཚོག་པོ་སྤོང་ལག་པོ་འདི་འཇམ་སྤོང་  
 རྒྱི་བའི་མཇམ་རྒྱུད་དང་ཡིད་སྤོང་གི་གནས་སུ་འགྱུར་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཅང་མེད་དོ།།

གཉིས་པ། རྣམས་ལ་སྤོང་རྟུགས་འདོགས་པའི་རམ་པོས་ཀྱི་ཕན་གཞོན་རྣམས་།

སྤོང་རི་དང་ཞུགས་རི་སོགས་ཀྱི་འདབས་རོལ་དུ་གནས་འཆམ་བའི་མདོ་སྤོང་གི་  
 འབྲོག་སྤོང་ལ་ཆ་མཚོན་ན། སྤོང་རི་དང་ཞུགས་རི། བྲག་རི་སོགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་  
 རང་རང་གི་སྤོང་ལྷ་དང་གཞི་བདག་གནས་ཡོད་པའི་གདོད་མའི་དང་གུས་ཀྱི་རྒྱུན་དེ་  
 ད་དུང་གནས་ཡོད་ལ་དེའི་སྤོང་གིས་དེ་རྣམས་ལ་ཐོག་མར་བལ་ཐིག་དང་འབྲུ་མར་  
 ཀྱི་སྤོང་རྟུགས་བརྒྱུད་ནས་གཏོང་བའི་གཏོང་འབྲེལ་མི་ཚོག་པའི་སྤོང་ཡག་པོ་

ཡོད་ལ་དེ་ལྟར་སྤྲོད་ཉམས་བརྒྱབ་པ་རྣམས་ཆེ་མར་དུ་བཏང་ཡོད་ཅེས་གཏོར་གཅོད་  
 མི་བྱེད་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་འདྲ་ཆགས་ཡོད། གལ་ཏེ་སྤྲོད་མཁའ་ལེགས་པར་རང་  
 རང་གི་མཚོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་བྲག་རི་དང་ནགས་ཚལ་སོགས་པངས་མེད་དུ་  
 གཏོར་བཤེག་དང་གཅོད་འབྲེག་བྱས་ན། འོག་ལ་མི་འཛོལས་པར་རྒྱལ་བའི་བསམ་  
 རྒྱུ་དེ་དང་གི་བར་དུ་གནས་ཡོད་དོ། ཡིན་ནའང་དེང་གི་དུས་སུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤར་  
 གྱི་བལ་ཐེག་དང་འབྲི་མར་གྱི་ཚབ་ལ་དེང་རབས་རྗེས་འགྱུར་གྱི་སྲིད་སྤྱད་དང་འགྲིག་  
 བཟོས་ཀྱི་རས་གོས་སྤྲོ་ཚོགས་བཏགས་ཞིང་དེའི་སྤྲོད་དུ་ལོ་མང་པོར་ཉི་འོད་བརྒྱབ་  
 པས་ཏེ་སྤྲོད་ལྟ་བུར་གྱུར་ནས་རང་བྱུང་གི་བྱ་བྱེད་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆེ་སོག་གཅོད་  
 པའི་འཆིང་རྒྱ་དུ་གྱུར་འདུག་པ་སྟེ་དཔེར་ན་ང་རང་ན་ནིང་ལོ་གསར་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྲོ་  
 རི་ཨ་སྤེལ་སྤང་ཆེན་གྱི་མན་ཚར་ཡིན་ཞེས་ངག་རྒྱན་དུ་གྲགས་པའི་ཤིང་ཚོམས་ཆེན་  
 པོ་སྤྲེལ་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་འགྲམ་དུ་འབྱོར་ནས་དེར་ཞིབ་ཐོར་བ་  
 ལྷན་པས་ཤིང་སྤོང་པལ་ཆེ་བ་ཞིག་སྐྱམ་ཞིང་ལོ་མ་རྒྱས་སྤུབ་མེད་པས་དེར་ཞིབ་ཏུ་  
 བརྟགས་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་རྒྱེན་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རས་གོས་སོགས་ཀྱིས་སྤྲོད་ཉམས་  
 བརྒྱབ་པ་ཡིན་ཞེས་ཤིང་སྤོང་པེ་པེ་དམ་པོར་བསྐྱམས་པས་ཤིང་སྤོང་དེ་རྣམས་འཚར་  
 ལོངས་བྱང་མ་སྤུབ་པ་ལས་རྒྱ་རྒྱེན་ཅང་མེད་པས་སྤན་ནས་རས་གོས་དེ་དག་གཅོད་  
 འབྲེག་བྲས་ནས་སྤངས་པ་ཡིན། ད་ལོར་དངོས་སུ་སོང་ནས་ཞིབ་པར་བལྟས་པས་  
 ཤིང་སྤོང་དེ་དག་སྤྲེལ་ཚུལ་སྤོན་ལས་ཉ་ཅང་བཟང་བ་ཡིན། དེར་མ་ཟང་རྗེས་འགྱུར་  
 གྱི་སྲིད་གོས་སོགས་དངོས་རིགས་དེ་དག་གི་སྤོང་ལ་ལོ་མང་པོར་ཉི་འོད་བརྒྱབ་ཆེ་  
 སྲིད་སྤྱད་གྱི་ཏེ་སྤྲོད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་ལ་བདག་གིས་དེར་ཤིང་སྤོང་ཞིག་ལས་





ལྷལ་འབྲོག་སྤེལ་འདིར་ཡང་ན་འིང་དོ་ཚིགས་ལ་ཁ་ཆེ་རི་དྲགས་རྫོན་པ་འགའ་འབྲོག་པ་  
 རྣམས་དང་དབྱེ་ལ་གྱིས་སྐོན་ནས་སྤྱང་གི་དང་འབྲི་བ། དགོ་སྤྲོ་ལ་མོ་སོགས་རི་  
 དྲགས་མང་པོ་ཞིག་བསད་པས་རང་བྱུང་རི་དྲགས་ཉེས་མེད་མང་པོ་རིམ་བཞིན་རྗེ་  
 ཉུང་དུ་སོང་བ་ནི་ཉ་ཅང་པངས་པའི་གནས་སོ། འདིར་བདག་གིས་ཞིབ་མོར་བཏག་  
 དབྱེད་བྱས་པ་ལ་བསྐོམས་པས་སྤྱང་གི་བརྒྱལ་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་བསད་སོང་། སྤྱང་གི་མང་  
 པོ་བསད་པའི་རྗེས་ནས་བྱ་སྐྱབ་རང་ལྷགས་གྱིས་རྗེ་ཉུང་དུ་འབྲོ་ལ་རི་སོང་གི་ཁ་  
 གངས་ཀྱང་མར་ལྗིབ་བཞིན་ཡོད། འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་  
 རྣམས་བལྟས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ་ཉེ་རང་བྱུང་རི་དྲགས་དེ་རིགས་གྱིས་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་ལ་གཞོན་འཆེ་བྱས་ཀྱང་དགེ་མཚན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་གསལ་བ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་  
 ཞིག་གོ་ དེ་རྣམས་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་དུ་ཡོད་པས་གཅིག་ཚར་ན་གཅིག་རང་  
 ལྷགས་གྱིས་ཟད་འབྲོ་བའི་ཚོས་ཉིད་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་མཉམ་ལ་དངོས་ནས་འབྲེལ་བ་  
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་ལོ་ཞིག་ལ་དོས་ཀྱི་པ་ལྷལ་དུ་འབྲུ་ཆ་ག་བ་<sup>[འབྲོག་རྒྱུད་དུ་ལས་</sup>  
<sup>ཅག་ཀྱང་ཟེར།]</sup> མང་པོ་འཕེལ་ནས་རྩ་ལྗོངས་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་གཞོན་པ་ཚབས་ཆེན་ཐེབས་པས་  
 འབྲོག་པ་རྣམས་ནས་རྣམས་འགྱུར་དུག་རིགས་མང་པོ་གང་སར་གཏོར་བས་དེ་བས་  
 ཀྱང་གངས་ཀ་རྗེ་མང་དུ་སྤྱིན་ནས་བྱ་ཐབས་ཟད། དེར་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ་ཁ་  
 ཤས་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཐབས་མེད་དེ་འབྲུ་ཆ་ག་བ་ཟ་བའི་བྱ་རིགས་ཞིག་ལ་  
 གཞོན་པ་བཞེས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་གངས་ཀར་དོ་མཉམ་ཤོར་ཉེ་འབྲུ་ཆ་ག་བ་མང་དུ་  
 འཕེལ་བ་རེད་ཅེས་དང་འབྲུ་ཆ་ག་བའི་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་གྲོག་མའི་གངས་ཀ་རྗེ་ཉུང་དུ་སྤྱིན་  
 པས་དེ་རིགས་མང་དུ་འཕེལ་བ་སོགས་གནས་ལུགས་ཅན་གྱི་གཏམ་མང་དུ་ལས་

སོང་བ་ཆེས་ཆེར་བདེན་ལོ་སྤྱིར་ན་རི་དྲགས་ཀི་རང་བྱུང་སྤྱིས་ཁམས་ཁོར་ལུག་གི་  
 སྲོག་རྩུང་འབྲེལ་བའི་མ་ལག་གལ་ཆེན་ཏུ་མཐོང་བས་མིག་སྤེལ་ཁེ་ཕན་ཅམ་གྱི་ཆེད་  
 ཏུ་དེ་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་བཟོ་བ་ཀི་རང་གི་ཆེ་སྲོག་རྗེ་ལྷུང་ཏུ་གཏོང་བ་དང་འདྲ་བས་  
 ལེན་ཏུ་གཟུང་བར་རིགས་ལ་ཉེས་མེད་གྱི་རི་དྲགས་མང་བོ་གསོད་པ་ཀི་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་  
 ཁྲིམས་ལུགས་དང་འགལ་བ་མ་ཟད་བོད་མིའི་སྤྱི་ལོར་སངས་རྒྱས་ཚོས་གྱི་དགོངས་  
 བར་ཡང་ཡོངས་སུ་འགལ་འདུག་པས་ད་ནས་བརླུང་ཚོན་ལས་མཚམས་འདྲོག་པ་  
 ལུས་ན་ནམ་ཞིག་རང་ཅག་འདྲམ་གྱིང་སྤྱིས་ཁམས་ཁོར་ལུག་གི་སྤྱི་དབང་འགྱུར་ལ་  
 ཐེ་ཚོམ་ཅང་མེད་པས་དེ་ལུགས་འགྲོག་སྤྱོད་གས་གྱི་ས་ཆ་སོ་སོ་ན་དོན་མེད་གྱི་ཁྲི་ར་  
 རྒྱག་མཁན་རྣམས་ནས་ཡིད་འདྲོག་མཚོན་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་འཚོ་ཐབས་བདེ་  
 ཐབས་ཀྱང་ལེན་ཏུ་མང་བ་སྤྱོད་སོ་སོར་མིག་གིས་བལྟས་པས་ཤེས་སུ་བོ།

མདོར་ན་ཡ་ཐོག་རང་མོ་ནས་ད་ལྟའི་བར་སྣོད་བརླུང་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཁོར་  
 ལུག་གནད་དོན་ལ་མ་འདྲུང་ཀྱང་ཉེ་ཆར་ཁོར་ལུག་འབག་བཅོག་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་འདྲམ་  
 གྱིང་སྤྱིས་འགྲོ་སྤྱི་མ་ཐུན་གྱི་དབུ་ཐོག་ཏུ་བབས་འདུག་པས་གངས་རི་དཀར་བོའི་ཁོར་  
 ལུག་ན་དྲངས་གཙང་གི་རྩ་རྒྱ་དང་དུག་གལ་གྱི་མཁའ་དབུགས་གཞིབ་པའི་བོད་  
 རིགས་རྣམས་ནས་ཀྱང་དུས་ད་ལྟ་སྤྱིས་ཁམས་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་གྱི་འདུ་ཤེས་ངེས་  
 བར་རྒྱུད་ལ་འདྲགས་དགོས་པས་ན་གོང་སྤྱིས་གྱི་བརྟག་དབུང་སྤྱན་ལུ་འདི་འད་ནམ་  
 ཡང་དེ་དག་གི་མ་ཐུན་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཏུ་བཟོ་བར་མོས་སོ།

མི་མཁོ་འཁོར་ལ་སྒྲིག་པ་ལྟར་གྱི་མཁོ་ལྟར་བ་ཞེས་བྱ་བ།

དེ་ཡང་ང་རང་མ་སྒྲོ་ཡུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྟར་དུ་འབྱོར་ནས་རིང་བོ་མ་ལོན་པའི་ཉིན་  
ཞེག་ལ་སྒྲོ་བ་ཆེན་ནས་འདིས་ཆ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་གྲོགས་པོ་ཞེག་ལ་ངོ་འཕྲད་རྒྱུར། ཡུན་  
རིང་མ་འཕྲད་པའི་ལབ་སྐྱེང་མང་བོའི་ཞོར་ལ་ཁོ་བོས་བྲག་སྐྱོམ་ཚང་ལུ་བའི་སྐྱེས་བུ་  
དམ་པ་བསྟན་འགྲོའི་དཔལ་དུ་སྒྲིག་པ་ཞེག་སྐྱེའི་བཀོད་པ་རྫོགས་སོང་བའི་གཏམ་མང་  
བོ་ཞེག་བཤད་པའི་ངོར་བདག་གི་འབྲུག་པའི་ངོས་ལའང་ལོ་འདི་གར་དེས་དོན་གྱི་དམ་  
པ་མང་བོ་ཞེག་གསལ་གསལ་པའི་པངས་སེམས་དང་ཆབས་ཅིག་འདི་བ་ཚང་ཡང་འདི་  
ལྟར་མི་མང་གི་རེ་སྒོས་ཁོད་ནས་བཞུད་པ་ལི་རི་འདྲའི་ཆག་སྐྱོ་ཆེན་པོ་ཞེག་རེད་ཨང་  
བསམ་རྒྱུར། གྲོགས་དེས་འདི་འདྲའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་འབྲུག་ཚུལ་ཡིག་རེ་  
བྲིས་ན་ལེགས་ཚུལ་གྱི་སྐྱེས་པ་ལྟར་བདག་གིས་ཀྱང་ཡ་རབས་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
བསྐྱེགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་དམ་པ་གང་དེར་ཚོས་འབྲེལ་དང་ཞིབ་ཚགས་པའི་ཆ་  
རྒྱས་སོགས་མེད་ཀྱང་མི་མང་མང་ཚོགས་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་སྐྱིད་སྐྱེག་ལ་འབྲེལ་བའི་  
ཚོས་དང་རིག་གནས་གྱི་ངོ་བོ་སྲུང་སྐྱོབ་གནང་བའི་དམ་པ་གང་དང་གང་ཡིན་ཅུང་  
ཡུལ་ལུང་གི་སྐྱོགས་རིས་དང་གྲུབ་མཐའི་འཐེན་འཁྲེང་སོགས་ལ་མ་སྒོས་བར་རྗེས་  
འབྲུག་ལི་བྱེད་ཚོག་ཚོག་ཡིན་པའི་འོས་བབས་ལྟར་ཡུན་རྒྱུང་ཞེག་གི་རིང་ལ་སེམས་  
ཁམས་གྱི་འགྱུར་བ་ལྟར་སྐྱོད་པའི་རྗེས་འབྲུག་བརྒྱུས་ཚོས་ཞེག་བྲིས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་སྐྱོགས་འགྲུངས་པའི་རིང་ལ་གྲོགས་པོ་ཞེག་གི་ཕྱག་ནས་རྗེས་འབྲུག་

གི་མཚོན་མེ་ཞེས་པའི་དེབ་གཞི་སྤྲོད་མ་ཐུག་རན་པ་ཞིག་ལ་མངའ་བའི་གོ་སྐབས་  
 བྱུང་ཞིང་དེ་ན་བདག་གིས་ཐེས་པའི་རྗེས་འབྲེལ་ལོག་དེའང་བཀོད་ཡོད། དེར་ཞིབ་  
 ཏུ་མངའ་བུ་སྤྲོད་པ་དགའ་སྤྲོད་གི་ཚོར་བ་འདྲ་མིན་གཉིས་བཅོས་མིན་དུ་སྐྱོན་  
 མོད། དགའ་འོས་པ་ཞིག་ནི་རྗེས་འབྲེལ་ལོག་ལྟེང་དག་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་  
 འགྲུལ་བ་དང་ལྷན་ཀྱི་ཚོར་འདྲུ་སོགས་ལ་གཞིགས་ན་སྤྲོད་བྱ་དམ་བ་གང་དེས་མི་  
 དུལ་ལ་བཞག་པའི་ཞབས་རྗེས་ལ་འོད་ཟེར་མཚོན་ཅིང་མིག་དཔེར་རྒྱུ་བའི་མཚན་  
 པར་རྒྱས་ལོན་གནང་སྲུབ་ལ། སྤྲོད་འོས་པ་ནི་མིའི་རང་དབང་གི་སྤྲོད་པ་ཐེ་  
 གཏོགས་གནང་དེ་གཞན་གྱི་བརྒྱུ་ལག་བཅད་འདོར་དང་དགོས་མེད་  
 གྱི་ཁ་སློན་གནང་བའི་རང་རྒྱལ་དེ་རེད། དཔེར་ན་བདག་གི་རྗེས་འབྲེལ་ལོག་གིས་  
 མཚོན་པའི་རྗེས་འབྲེལ་གཞན་དག་ལའང་འདི་ལྟར་ཐེ་གཏོགས་དང་བཅོན་གཏོར་བྱས་  
 ཡོད་པར་འདོད་ན་རྗེས་འབྲེལ་ལོག་གཞན་དག་གྲུ་རྗེས་པ་པོའི་དགོངས་བའོ་མ་  
 ཡིན་མིན་གྱི་ཐད་ལའང་དོགས་པ་མི་ཐ་མ་སྤྲོད་མེད་ཆགས་པ་དེ་རེད། ལར་འཛིག་ཉེན་  
 ལྡང་འགོ་བ་མིའི་སྤྲོད་པ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་པ་འདི་ལས་སྤྲོད་པ་ལྡུང་བ་ཞིག་མེད་  
 དེ་བདག་གི་རྗེས་འབྲེལ་བརྒྱུ་ལག་ཚོས་ཁྲོད་བཅོན་ཤུགས་ཀྱིས་སྤྲོད་འདྲུལ་འཁོར་  
 བསྐྱོར་དེ་རང་དབང་གིས་བརྒྱུད་འདོད་ཡོད་རིགས་ལ་ཐེ་གཏོགས་བྱས་པ་འདིའང་  
 ངའི་སེམས་སྤྲོད་མ་ཡང་དང་ལེན་བྱེད་དཀའ་བའི་བཀག་སྡོམ་གྱི་དོན་རྒྱུ་ཞིག་རེད།  
 གལ་ཏེ་བདག་གི་བརྒྱུ་ལག་ཚོས་འདི་ཉིད་དུས་དེབ་དུ་འགོད་པར་ཆ་རྒྱུན་གྱིས་མ་  
 འཇུག་པ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་མ་གཞིན་དུས་དེབ་དུ་བཀོད་སྤྲོད་མ་གནང་ན་འགྲིག་མོད་  
 ཡིན་མཚོན་གིས་བཟོ་བཅོས་དང་དགོས་མེད་ཀྱི་ཁ་སློན་མཚན་དེ་དུས་དེབ་དུ་འགོད་

པའི་ངལ་ལས་དེ་སུ་ཞིག་གི་འདོད་པ་ཡིན། བདག་གིས་བརྩམས་ཚོས་ཀྱི་མཚུག་དུ་  
ཚོམ་སྐྱིག་པ་ལ་ཞུ་བ་མཛད་ནས་ངའི་ཚོམ་ཡིག་འདི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་འགོད་  
རོགས་གཞོངས་དང་ཞེས་འུ་ཐུག་ཐབས་ཟད་ཀྱི་སྐྱབ་གཏམ་ཅི་ཡང་ལབ་མེད་ལ་  
ཚོམ་སྐྱིག་པ་རྣམས་ལ་འང་བརྩམས་ཚོས་རྣམས་གཤམ་བཅོས་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་  
བཅའ་པོ་དེ་སུ་ཡིས་གནང་བ་ཡིན། ངས་འདི་ལྟར་བཤད་དགོས་དོན་ནི་རང་གི་  
བརྩམས་ཚོས་ཀྱི་བདག་དབང་དང་ང་དང་ང་ལྟ་བུའི་སྐྱབ་ཐོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་  
བརྗོད་རང་དབང་ལ་ཐེ་བུས་ཡོད་པའི་བཅའ་ཤུགས་དེ་གཏོར་ཆེད་ཡིན།

དེ་ནི་གཤམ་ནས་བདག་གི་བརྩམས་ཚོས་ལ་ཉེས་པ་མེད་ཀྱང་ཉེས་འགོལ་བྱས་  
པའི་གནད་འགག་གི་སྐབས་དེ་སློང་རྒྱ་ཡིན། ཁ་བྱང་ལ་ཐུ་ངན་སྐྱབ་རིའི་གསེབ་ཀྱི་  
གཏུང་འབོད་རིང་མོར་འབོད་པའི་བདག་གི་བརྩམས་ཚོས་དེ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་  
དུས་སྐད་ཅམ་དུ་བོད་ལ་དར་སློང་བའི་རྐང་བདུན་མའི་འབྲི་ཐབས་དེ་སྐྱད་ནས་བྲིས་  
ཡོད། ཚོམ་སྐྱངས་གསར་བ་འདི་བོད་ལ་དར་ནས་དུས་ཚོད་ཐུང་གས་ཤིག་ལས་  
འགོར་མེད་ནའང་འདིར་ཞུགས་པའི་ཚོམ་མཁན་དང་བརྩམས་ཚོས་ཉ་ཅང་མང་པོ་  
ཐོན་ཡོད། འདི་ནི་བོད་རང་གི་སློལ་རྒྱུན་ཚོམ་སྐྱངས་གཞིར་བཞག་གི་སློང་ལ་དེར་སང་  
འཛམ་གླིང་ཤར་ལུབ་ན་རྒྱགས་ཆེ་བའི་ཚོར་འདུ་དང་ཡིད་འགྱུར་སོགས་ཚོམ་རིག་  
གསར་བའི་ལག་ཆ་ཁ་སློན་བྱས་ནས་བྱུང་བའི་ཚོམ་སྐྱངས་གསར་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་  
བརྟེན་འདི་ནི་ནང་བའི་ཐ་སྐྱད་རྒྱབས་ཆེན་དག་ལ་འདྲིས་ཆ་དང་གོ་བ་མེད་པའི་ཚོམ་  
མཁན་དག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་རང་སེམས་ཀྱི་དགའ་སྐྱབ་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚོར་བ་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་སྱེར་བསྐྱབས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལས་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། ཁ་ཅིག་གི་

---



---

བསམ་པར་ཚིགས་བཤད་ཚོམ་ཡིག་ཡིན་ན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་འདོད་པ་ནི་  
 དགོད་ཤོད་བཞི་གནས་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་མི་ལའི་རྣམ་མཁུར་དང་རྫོང་བརྟེན་སྤུལ་ཅུ་སོགས་ལོ་  
 ལོ་ག་མ་ཡིན་ཀྱང་ཚིགས་བཤད་ཚོམ་ཡིག་ཡིན་པར་སྦྱབ་བྱེད་གཏོང་ག་ལ་དགོས།  
 འདིར་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ལོ་ལོ་ལོ་སྟེ་སོད་སྐད་དུ་ཚིག་རྒྱང་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེའི་  
 རང་ལུགས་འདྲིན་མཁུན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་བདག་གི་བརྒྱུམས་ཚོས་ཀྱི་ཆེས་  
 མཐོང་མར་ཡང་ཚིག་རྒྱང་ཆ་མེད་དགོས་བས་སྟོང་བ་ཞིག་གསར་སྟོན་མཛད་ཡོད་པ་  
 བེ་ཀྱི་མ་ཞལ་མཛལ་མི་གནང་མི་མདོན་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་བཞུགས་ན་རེད་  
 ཅག་དཀའ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་དའི་བརྒྱུམས་ཚོས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་བསྐྱར་ལློས་  
 སམ་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཚིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དེ་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་  
 དེ་ལྟ་བུ་ཞལ་མ་བཞུགས་ན་འབངས་མི་སེང་གྱིས་ཉ་ཅང་དཀའ་བ་བརྒྱུམས་ཚོས་  
 ཁྱོད་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཏེ་དུ་ཤུམ་འཕེན་པ་དང་མཐོང་ལ་འབྲུམ་བ། དུ་སྐྱད་མཛེད་པ་  
 སོགས་ནི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་གང་དེ་ཞི་བར་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ་འབངས་མི་སེང་ནས་  
 རྒྱ་བཅོད་དང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་བསམ་པའི་རང་རྩོད་དེ་མཚོན་པ་ལས་སྐྱིད་པའི་རང་  
 ལུགས་མཚོན་པར་ཤེས་ལྷན་སུ་ཡིས་དོས་འདྲིན་གནང་ངམ། འདི་ལྟར་འདོད་ན་ཁྱོད་  
 ཀྱིས་དགོས་མེད་ཀྱི་ཚིག་རྒྱང་དེས་བདག་གི་བརྒྱུམས་ཚོས་ལ་སྟོན་དག་གི་བྱེད་ཚོས་  
 ལུང་སྟོན་གནང་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་དེ་ལས་ལྟོག་སྟེ་སྟོན་དག་གི་རོ་བོ་སྐྱབ་ནས་གསལ་བཤད་  
 ཚོམ་ཡིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བཅོས་བསྐྱར་གནང་ཡོད་པ་ནི་སུ་ལན་པ་རེད། དགོས་པ་  
 མེད་སར་གསར་སྟོན་དང་དགོས་པའི་དབང་གིས་ལྲ་ལྟུག་གི་ཚིག་ཁ་ཤེས་ཡོད་པ་སྟེ་  
 ཁ་བྱང་གི་གཤམ་ན་བྲག་སྟོན་སྐྱེས་བའི་སྐྱེ་ཞི་བར་གཤེགས་རྗེས་སུ་ཞེས་ཁ་བྱང་

---

དང་འབྲེལ་བའི་བརྗོད་གཞི་དང་མཚུགས་དགོས་དབང་གིས་ཅེས་པ་འདིའང་ཡུལ་  
 བསེལ་མོ་ལྗོངས་ཀྱི་དག་རིག་སྐྱེ་བའི་གུལ་མཐའ་བ་བན་ཤུལ་དཔལ་མཁར་རྒྱལ་  
 ཀྱིས་དམ་པ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ཞི་བར་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ་འབངས་མི་ཚོགས་ཀྱི་ལྷ་དཔལ་ལྷ་  
 བའི་ཚུལ་སོགས་ལ་གཞིགས་ནས་གང་འདྲ་མོད་ཤར་གྱིས་རིག་བྱེད་དག་གི་ལམ་ལ་  
 དངས་ནས་རྗེས་འདྲ་མཚོན་པའི་མེ་ཉོག་གི་ཚུལ་དུ་སྤྱི་ལོ་༡༠༠༧ལོའི་རྒྱ་  
 འཛེས་༡༥(ཉིན་མ་རྗེ་སོག་རྗོངས་ལྗོངས་འབྲིང་ནས་སྤོས་པ་དགོད་ཞེས་ཡིག་ཚུང་གིས་  
 བཀོད་པ་རྣམས་སྤང་དོགས་སྤྱི་ཅམ་ཡང་མེད་པར་པངས་མེད་དུ་འདོད་བ་ནི་དེ་འདྲའི་  
 དགོད་བྱོལ་ཡང་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་གཤེགས་བཅོས་བཅན་སོ་ཞིག་པེད་ཨང་། ཚུམ་  
 སྤྱིག་པ་ལགས་དའི་སྤྱན་དག་གི་དགོ་རྒྱལ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་འདི་ལྟར་བཅད་འདོད་  
 དང་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་ན་དའི་སེམས་དང་གཤེགས་ལ་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུ་མས་ཚོས་ཀྱི་  
 བརྗོད་འདོད་རང་དབང་དེ་གང་ནས་འཚོལ། རྗོད་བྱེད་ཚིག་གི་ཆ་ལའང་བསམ་  
 བཅུ་གས་ནས་བཟོ་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་སྟེ་མ་ཚོམ་ན་ད་ལྟ་སྤྱིག་གྲུང་བཞད་པའི་མེ་  
 ཉོག་དག་གྲང་མགོ་བོ་སྤྱད་ནས་དུ་ཤམ་འཐེན་ཐོབ་བྲལ་སྤྱ་དན་བར་མེད་འབྲིན་པའི་  
 སྤྱང་བྱའི་ཚོགས་གྲང་མཐའ་ལ་འབྲུམ་ཞེས་ད་ལྟའི་ཚིག་གི་ལུས་པས་སྤོན་ཆད་འདི་  
 ལས་ལྗོགས་པ་མཚོན་པ་བརྒྱད་དམ་པ་གང་ཉིད་བཞུད་ཟིན་པའི་དུས་ད་ལྟར་མཚོན་ན་  
 ཞེས་པའི་ཚིག་གི་གོ་བ་ཡོད་པ་དང་མེ་ཉོག་གིས་མགོ་བོ་སྤྱད་ནས་དུ་ཤམ་འཐེན་ཞེས་  
 ཉིང་འཛིན་རབ་ཉོག་གི་རྒྱན་བཀོལ་ནས་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྤྱིང་ཐོར་ཚིག་རྒྱན་གྱི་  
 ཐབས་ལམ་སྤྱད་ནས་མེ་མ་ཟད་མེ་ཉོག་དག་གིས་གྲང་དུ་ཤམ་འཐེན་ཞེས་པའི་གོ་བ་  
 དངས་ཡོད་གྲང་ཚོམ་སྤྱིག་པས་དོན་དོ་མར་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་སྤྱིག་གི་ཚོས་



ཉིད་ཞིབ་འབྲི་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བཟོ་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་སྟེ་སྟུག་གྲུར་བཞད་པའི་  
 མེ་ཉོག་དག་གྲང་མགོ་པོ་སྣང་དེ་རྙིང་ལ་སྟོགས། བཅོས་མིན་ལྟ་འདྲ་ཁ་ཏུ་འབྲིན་པའི་  
 སྣང་བུའི་ཚོགས་གྲང་མཐའ་ཏུ་འབྲམས། ཞེས་བཞོད་ཡོད་ལ་ཁྲད་པར་དུ་ཚིག་རྒྱ་  
 ཕྱི་མ་དེར་བདག་གིས་བར་མེད་འབྲིན་པ་ཞེས་ལྟ་འདྲ་གི་དུ་ཤལ་བར་མཚམས་མེད་  
 པར་སྟོག་བཞིན་ཞེས་བརྗོད་འདོད་ཡོད་མོད་རྩོམ་སྒྲིག་པས་སེམས་ནས་མ་ཡིན་པར་  
 ཁ་ཏུ་འབྲིན་པ་ཞེས་ལྟ་འདྲ་གི་དུ་སྐྱད་རྩུབ་མ་ཞིག་ཏུ་བཅོས་འདུག་པ་ནི་དམ་པ་གང་  
 དེ་ག་ཤེགས་པའི་དུས་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་བབ་ལ་སྦྱར་ནས་དབྱེད་ན་རི་འབྲའི་བཟུ་  
 ཤེས་སྣ་ནག་མའི་བཟོ་བཅོས་དམེ་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། རོལ་བུལ་ལ་བཅོས་མིན་དུ་  
 བཅོས་པ་དང་འབྲམས་ལ་ཡང་འདུག་སྟོན་སྣངས་ཀྱི་བཟོ་སྣ་ལ་དབྱེད་ན་རྩོམ་སྒྲིག་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ན་ཅེས་གྲང་མ་སྣང་གཅིག་གཉིས་ཅམ་བཟེ་བསོར་མ་བརྒྱབ་ན་ལ་རྒྱ་ཤོར་  
 བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ཟེར་བ་དང་འབྲེ་ཨང་། ད་དུང་དེབ་གཞི་དེའི་ཞུ་དག་པའི་གཏམ་ན་  
 ངས་གྲང་ཉ་ཅང་མི་མཚམས་པའི་སྤེབ་སྦྱོར་འགའ་ལུང་དང་ཡི་གེའི་ཐོབ་ཐང་དང་ནོར་  
 སྦྱོན་སོགས་མིག་གིས་བེན་ཚོད་ལྟར་བཅོས་པ་ཅམ་ལས་ཁོང་ཚོའི་ལྟ་མེད་ཀྱི་  
 སེམས་པ་ལ་ཤེས་རྣོམ་གྱི་རྣ་ཁ་ག་ལ་བཟོ་སྤྲིད་ཅེས་ཁ་ནས་ཐལ་ཡོད་མོད་སེམས་  
 རྣལ་དུ་ཕབ་ནས་དབྱེད་པ་མི་གཏོང་བར་འོལ་ཚོད་ཀྱིས་སྦྱ་གྲུའི་མཚོན་ཆ་བསྐྱམས་  
 བས་སེམས་དང་བསམ་པའི་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་བརྒྱམས་ཚོས་ལ་དགོས་མེད་ཀྱི་བཅད་  
 འདོར་གནང་ན་ལྟ་མེད་ཀྱི་སེམས་པར་ཤེས་རྣོམ་གྱི་རྣ་ཁ་བཟོས་པ་མ་ཡིན་གྲང་།  
 ཁྲད་པར་དུ་གོང་ནས་ཞུས་པ་བཞིན་བརྒྱམས་ཚོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་  
 ཚིག་གང་གི་ཆར་ཡང་དོན་མེད་གསལ་སྟོན་དང་དགོས་གལ་བཅད་འདོར་བྱས་ན་

ཚོམ་པ་པོའི་བདག་དབང་དང་བརྩམས་ཚོས་གྱི་བདག་དབང་སྲུ་ཡིས་འཁུར་དགོས།  
འདི་ལྟར་སློབ་ལ་དུ་པལ་ནས་ཞིབ་འདད་ཞིག་བརྒྱབ་ན་བོད་གྱི་ཚོམ་སྤྲིག་པའི་ལས་  
ཚོགས་མི་སྣ་དག་གི་རང་སྤང་དང་ཤེས་སློབ་གྱི་བཞེ་ཁའི་ཁྲོད་ནས་ང་ཚོ་ནི་རི་འབྲེལ་  
བདག་དབང་མེད་པའི་གཡོག་པོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་རེད་ཨང་། ཡིན་ནའང་བདག་གི་  
བརྩམས་ཚོས་གྱི་བོད་ཁོལ་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་འཇག་མའི་ལྷན་པ་ནམ་ཡང་མི་དགོས་ལ་  
དེང་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་མི་དགོས་པའི་དམ་བཅའ་སྤྲིང་ལ་བྲིས་ཡོད།

ཅེས་བ་འདི་ཡུལ་བསིལ་མོ་ལྗོངས་གྱི་སའི་ཆ་ཤས་མ་ལྷུང་སྤྲིག་མོ་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་ལྷོ་  
ཕྱོགས་གྱི་འབྲོག་པའི་རྫོང་མཁར་ཞིག་ཏུ་ཕྱི་ལོ་2008-4-2ལ་ཤར་མར་བྲིས་བ་དགོའོ།

# ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་པ་ཞིག་གི་དྲག་པོ་དེ་གཏམ།

ཉེ་བའི་ཆར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་དམངས་སློལ་རིག་གནས་དང་  
འབྲེལ་བའི་བོད་ས་གནས་སོ་སོའི་ཚོ་བ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་གྲིས་དང་གྲི་བཞིན་པའི་སྐར་  
རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་འཁྲོག་གཟུགས་ཀྱི་རྩ་བའི་ལངས་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་ནས་རང་  
འདོད་སྐོས་ལོ་རྒྱུས་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་པ་དང་ཚོ་བ་ཁག་གི་སྲུང་བྱུང་མེས་བའི་དགའ་  
སྤྱོད་མཚང་གསུམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུན་སོགས་དང་དུ་ལེན་མ་འདོད་པར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐ་སྙད་  
དག་ལ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་ནས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་མའི་རིགས་དང་ཁྱབ་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་  
སྐར་ཚུལ་ཀུན་ལ་གསལ་ཆ་ཡོད་པ་དེ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་པ་གངས་འཚོའི་ལོ་  
རྒྱུས་ཞོར་བ་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་མ་ཞེས་པའི་བརྒྱུས་ཚོས་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་དེའི་སྐྱེས་  
བྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་འཁྲོག་པོར་གྲིས་པ་རྣམས་  
ལ་དྲག་པོའི་འོས་ལངས་བྱེད་རྒྱ་ལོ་རྒྱུས་ལ་འགན་ཁུར་བའི་ཉུགས་མཚན་སྐྱབ་མེད་  
པ་ཞིག་ལ་རོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེའི་རང་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར་གོ་སྐབས་སྟེ་བོད་ས་  
གནས་ཁག་གི་གདོད་མའི་ཚོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བསམ་བཅུགས་ནས་བཟོ་བཅོས་བྱས་ཏེ་  
ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་མ་འབྲི་བའི་སྐོར་དེ་ཡིན་ལ་འདིའི་སྐོར་ཡང་ཉི་རྩུན་ནམ་བོད་མིར་བསོད་  
ནམས་ཅེ་མོས་མོད་ཀྱི་ཚོ་བའི་སྐོར་གྱི་རིག་གནས་ཡག་པོ་མི་མཁུན་གྱུར་ཁོར་གིས་  
གཙོ་སྤྲིག་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་ཚོ་བའི་ལམ་ལུགས་ཞིབ་འཇུག་ཟེར་བའི་དེབ་གཟུགས་ལྟ་  
བུ་རེད། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྐར་ཚུལ་ཞིག་ནི་ད་ལྟོ་ཚོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་མ་འབྲི་བའི་  
ལུགས་སློལ་ཞིག་དང་ཁྱབ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་བོད་པ་རང་གི་ནང་ཁྱབ་ནས་ལོ་རྒྱུས་

ལ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་ནས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་མཁུ་མ་གྱིས་ཚོགས་པར་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་  
 དེ་དང་། ཚབ་མཚོན་ཁ་ཤས་བྲངས་ནས་བཤད་ན་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་ཨ་མདོ་ས་ཆ་  
 ཉན་ཅ་བ་རྒྱས་པའི་སྤྱི་ཐར་ཤུལ་ཚོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་བདུད་ཤུལ་སྒོ་འུ་ཚོ་བ་སྐྱེ་ཚང་  
 དུ་བཅོས་པ་དང་བན་ཤུལ་བཤ་ཤུལ་དུ་བཅོས་པ། བོན་སྐྱོར་ཨོ་སྐྱོར་དུ་བཅོས་པ་  
 སོགས་གནའ་བོའི་ཚོ་མིང་རྙིང་བ་དག་ལ་བག་ཚེད་པར་བཟོ་བཅོས་བྱས་ནས་ལོ་  
 རྒྱུས་རྣམས་འབྲི་བའི་སྐྱོར་དེ་ཡིན་ལ་དེ་རྣམས་འབྲི་བའི་ཚོ་མ་པ་བོ་རྣམས་སྐྱེར་ངོས་ན་  
 དགོས་པ་གལ་ཆེན་དང་ཕྱོགས་རེ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་ལྟར་སྐྱང་རེ་འགོད་རྒྱ་ཡོད་པ་གདོན་  
 མི་ཟ་མོད་མི་གཅིག་གིས་མི་མང་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཚབ་བྱས་ནས་མི་མང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་  
 གང་འདོད་སྐོས་བཟོ་བཅོས་བྱས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྣམས་མར་བརྒྱུར་བ་ནི་ནག་ཉེས་  
 ཚབ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་སྐྱར་གལ་དགོས། བོད་ས་གནས་སོ་སོའི་ས་མིང་རྙིང་བ་དང་ཚོ་  
 མིང་རྙིང་བ་དག་གིས་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་དང་ངོ་མཚར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་  
 དག་སྐྱུང་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད་བོད་ཆེན་པོའི་དུས་སྐབས་སུ་མཐའ་སྐྱུང་འགན་  
 ལེན་གྱི་བརྗོད་བྱ་དག་གྲང་མངལ་དུ་སྐྱུམ་ཡོད་སྐབས་རང་འདོད་ཀྱིས་བཟོ་བཅོས་  
 བརྒྱབ་ནས་ངོ་བོར་རྣམས་མར་གཏོང་གལ་འོས། རང་རྒྱལ་གྱི་མཁར་པ་གོ་འུ་ཞེན་ལེ་  
 ཉན་བོད་ཀྱི་ས་མིང་ཚོ་མིང་གིས་སྐྱུང་འཛིན་བྱས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་དཔང་  
 འདི་གལ་ཆེན་པོར་གཞིགས་ནས་བོད་ས་གནས་སོ་སོའི་ས་མིང་ཚོ་མིང་དག་རྒྱ་ཡིག་  
 རྒྱ་སྐད་ལ་བརྒྱུར་བ་དང་གཅིག་གྱུར་གྱིས་གྲུང་གོའི་ས་ཁའི་སྤེང་ལ་འགོད་ཅི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་  
 གཞག་རྒྱབས་ཆེན་སྐབས་ཡོད་པ་ནི་《བོད་རང་སྐྱོར་སྤྱོད་ས་ས་ཆའི་མིང་དེབ》གསང་བའི་  
 དེབ་གངས་ཁ་བ་དང་《མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ས་ཆའི་མིང་དེབ་གསང་བ་ཅན》དག་ལ་

ཞིབ་གཟིགས་གནང་ན་འདིའི་སྐོར་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་པར་འགྲུག། དེར་བརྟེན་གོང་  
 གསལ་ཚོ་མིང་རྙིང་བ་དག་གྲང་གནའ་བོའི་ལུགས་ལྟར་རང་སོར་བཞག་ནས་ལོ་རྒྱུས་  
 གི་བདེན་དཔང་ཉམ་གཅིག་དུ་བསྐྱར་བར་ཐུགས་རྗེ་བྱ་འདོད་གནང་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་ཐ་  
 ལུང་དེ་དག་གི་རང་སྤྲོད་ན་སྐོན་འདོགས་དང་རན་མཚང་གི་ཚ་སྤོང་ལོ་གནས་སྲིད་གྲང་  
 བོད་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་བསམ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་དེ་དག་ལ་སྤྱད་དོགས་ཅི་ཡང་མཚད་མི་  
 དགོས་པར་མ་ཟད་སྐོན་མཚང་གིས་ལྷུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཚད་ལ་འགྲུག་བ་གཏོང་  
 དགོས་ན་བོད་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་བཅོན་པོ་རྣམས་ལ་དུག་གིན་ནས་རང་མི་རང་གིས་  
 གསོད་པ་དང་ཐུག་དོག་གི་མདུང་ཅེ་ཚོན་པོ་ནང་ལ་བསྐོར་ནས་ཞག་གི་རྒྱ་རྒྱལ་ལ་འགྲུག་  
 བ་སོགས་མདོར་ན་།། ཞག་།། དང་།། དུག་།། གི་སྐོན་མཚང་འབའ་ཞིག་ལས་མཐོང་རྒྱ་  
 མེད་པས་ངོ་བོ་རྒྱན་དུ་བསྐྱར་ནས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱན་མ་མང་བོ་འབྲི་དགོས་པར་ཟད་དོ།། དེར་  
 བརྟེན་བདུན་ལུལ་སྐོར་ཚང་གི་སྐོར་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་ཡི་སྐུ་དེ་ཁ་སྐད་ཡིན་པ་དང་དག་  
 ཡིག་གསར་བསྐྱིགས་ལས་དེ་ལྟར་མི་འབྲུང་བར་ཡི་གེ་ལ་འབོད་དུས་དཀའ་ཚེགས་ཆེ་  
 བར་སྐྱ་ན་སྐོན་མེད་དེ་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཚངས་རྙིང་བ་རྒྱངས་ཀྱི་པོ་ཉི་བམེ་དུ་རྒྱུས་པའི་  
 ཤོག་ངོས་ཉི་ལུ་བར་།། སྐོར་།། ཡིག་གི་སྐུ་ཡོད་པར་མ་ཟད་ལོ་རྒྱུས་རབ་འབྲུམས་སྐྱ་  
 བའི་མཁས་དབང་བཤད་སྐྱབ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ནང་མཇལ་རྒྱ་འདུག་པས་འགྲོ་བ་  
 དིགས་དུག་གི་ཐ་མ་གཞོད་སྤྱིན་ནག་པོའི་དིགས་ཀྱི་སྐུ་ལས་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུའི་  
 མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པའི་སྐོར་ཡིག་དེ་ཅིས་མ་ལེགས། དེ་བཞིན་བན་ལུལ་བཏ་ལུལ་དུ་  
 བཅོས་པའི་སྐད་བ་སྟོང་བ་ཅན་རྣམས་ནས་གྲང་གནས་སྐབས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་རྒྱའི་  
 ལྷང་བ་དང་འབྲོག་བ་ལུགས་རྗེའི་ཁ་དབྱུང་ལ་དམིགས་ནས་རྗེ་ཐར་ལུལ་བའི་རྣམ་ཐར་

དང་ཨ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་ཀན་པོ་བན་དེ་བྱམས་ཀྱི་སྤྱོད་གས་བྱ་  
 རབས་ཚོ་རྒྱུད་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་མ་འདོད་པར་ལྷ་རིག་སྤྱོད་པའི་བརྟེན་ཞིག་གི་ཤུལ་དུ་  
 སྤྱོད་པ་ནི་བསམ་མེད་བྱིས་པའི་ཚལ་ལ་བའབའ་ཞིག་སྟེ་ཆ་འདོག་ག་ལ་ཡོད། བན་  
 ཤུལ་ཚོ་བའདི་བརྟེན་ཞིག་གི་ཤུལ་ཡིན་པ་པར་ཞོག་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་བརྟེན་ཞིག་  
 འབྲུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མིང་ཚལ་ཡང་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུངས་ཡོད་ན་མགོ་པོ་རྒྱན་དུ་བཅུགས་  
 བས་ལྟན་མོར་འོལ་རྒྱ་མ་ཟད་མེས་པོ་བན་དེ་བྱམས་ཐོག་རྩི་བས་བརྟེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 པའི་རིགས་པ་ཡོད་ནའང་རྩེས་སུ་ཡི་རངས་ཀྱི་ཁ་བཏགས་བཟུང་ནས་མཇལ་ཁ་ལྷུས་  
 གྲང་ཚོག་མིན་ན་རང་གི་རྣམ་རྟོག་འབྲིགས་པ་ཚལ་ཏེ་སེམས་ཞིབ་མོར་རྣམ་དུ་པབ་  
 བས་སོམས་དང་སྤྱི་ཐར་ཤུལ་ཚོ་གསུམ་དང་སྤྱོད་པོད་ཡོག་བར་གསུམ་གྱི་ཀན་གཞོན་  
 ཀུན་གྱི་ཁ་རྒྱན་ན་བན་ཤུལ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་བྱང་ཆེ་བས་བན་ཤུལ་པརྒྱ་ཤུལ་དུ་བཟོ་  
 བཅོས་གནང་དགོས་ན་དེ་དག་ལ་ངག་ཁྲིམས་བཅན་པོ་འདོག་དགོས་བར་སྤང་བས་མ་  
 དུའུ་རྒྱང་ལྟ་བུའི་བཅན་སྤྱུལ་བ་ཞིག་གོགས་སུ་བསྟེན་པར་རིགས་སོ་ཞེས་ཀྱུ་རེ་དང་  
 བཅས་ཐལ་ལོ། བོན་སྐོར་ཨྱི་སྐོར་དུ་ཐོག་མར་བཅོས་མཁན་ནི་ས་དེའི་ཤེས་ལྡན་པ་བྱ་  
 མཛད་རིན་བཟང་ལྷ་བ་ཡིན་པར་མཛོན་ཏེ་ཉེ་བའི་ཆར་ཁོང་གིས་མཛད་གནང་ཡོད་པའི་  
 ལོ་རྒྱུས་དཔེ་ཆ་ཁ་ཅིག་གི་ཁོད་དུ་མཛོན་ཅིང་སྤྱིར་ན་ཁོད་ལ་བོན་སྐོར་ཨྱི་སྐོར་དུ་བཅོས་  
 པའི་བསམ་སྤྱོད་གྲོག་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་འབྲུང་བར་ང་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ཀྱང་གང་ལྟར་དེ་བ་  
 གཞི་དེའི་ཁོད་དུ་དེ་ལྟར་འབྲུང་བས་རྩེས་སུ་སྤྱུགས་གཟབ་གནང་རྒྱ་བཅས་རྩ་ཡུན་  
 ཚམས་ལ་ཤར་མར་བྲིས་ནས་སྤེལ་ལོ།

# བསམ་སྒོ་དང་བསམ་སྒོ་བའི་སྐོར་གྱི་དབྱེད་པ།

བསམ་སྒོ་ཞེས་པ་ནི་བརྟགས་ཅིང་དབྱེད་པའི་སྐོར་སྐོར་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་  
ཤིང་དེ་ལས་གཞན་འདར་དུ་མེད་པའི་མཐར་ཐུག་གི་སྐོར་དེ་ལ་བྱ་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་  
དུ་བྱུང་བའི་གང་ཟག་དེ་ལ་བསམ་སྒོ་བ་ཅེས་བྱ་ཞིང་དེས་དོན་གྱི་བསམ་སྒོ་བ་ཞིག་ཏུ་  
བྱུང་བའི་འབྲས་ཏུགས་གཅིག་ནི་དེའི་བསམ་སྒོས་ཤེས་རབ་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱི་སྒོ་  
ལ་ཤུགས་རྒྱུན་དེས་ཅན་ཐེབས་ཤིང་བསམ་སྒོ་དེའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཏུ་ཅང་མང་བོས་  
དེར་ལམ་སྐོལ་ཡངས་བོ་ཞིག་སྟེན་ཡོད་མེད་དེ་ཡིན། རང་ག་བའི་བསམ་སྒོ་བར་  
མཚོན་ན་བསམ་སྒོ་ཞེས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་སྐོར་དེ་ཉིད་རྒྱུད་ན་ཡོད་ཀྱང་མི་སྐྱེར་གྱི་  
རྒྱུད་ན་བགས་ལ་ཞ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་བསམ་སྒོའི་རྒྱ་ལོར་རིན་ཐང་བྲལ་བ་དེ་མི་  
གཞན་གྱི་བཟོ་སྐོལ་དུ་ཐོབ་ཐུབ་མེད། བོད་སྐོར་འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒོ་ཞི་བསམ་སྒོ་ལ་  
སྒྲ་ཡངས་དོག་གཉིས་སུ་སྟེ་བའི་དོག་འཇུག་གི་བསམ་སྒོའི་བོ་དོན་དེ་ཡིན། ཡིན་  
ནའང་མི་ཞིག་གི་རྒྱུད་ན་སྐྱ་དོག་འཇུག་གི་བསམ་སྒོ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་སྟེ་  
དུ་མངོན་མ་མངོན་གང་ལྟར་ཡང་བསམ་སྒོ་དེ་ཉིད་མི་དེའི་རིན་ཐང་བྲལ་ཞིང་སྟོག་  
ལས་གཅེས་པའི་རྒྱ་ལོར་གལ་ཆེན་ཡིན་སྟབས་འཛུལ་གྱིང་ས་སྐྱང་རིལ་མོའི་ཁྱོན་ན་  
བསམ་སྒོའི་ཆེད་དུ་གཅེས་པའི་ཆེ་སྟོག་པོར་བའི་བྲག་དབང་ཏུ་ཅང་མང་བ་དེ་  
རེད། འཛིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་པལ་ཆེ་བའི་རྒྱུད་ན་བསམ་སྒོ་ཞེས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་སྐོར་  
ཉིད་ཡོད་མཁན་ཏུ་ཅང་དཀོན་ཞིང་འཛིག་རྟེན་ལྟ་བུ་དང་བསམ་སྐྱོགས་པོར་རེ་ཅན་

དེ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཅམ་ཡོད་པར་བསམ་སློབ་ཞེས་པའི་མིང་གདགས་དུ་མེད་ཀྱང་  
 དེ་ཡང་སྐྱ་ཡངས་འཇུག་གི་བསམ་སློབ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། མི་ཞིག་གི་  
 བསམ་སློབ་ནང་དུ་མི་ཞིག་གི་ཡོད་ཚད་འདུས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བསམ་སློབ་མཐར་  
 ཟུག་པ་དེ་རྒྱད་ལ་ཡོད་ཚུལ་ཉ་ཅང་དགའ་བའི་གནད་འགག་དེ་རང་རེད། འཇིག་རྟེན་  
 གསལ་ཚད་ལ་བསམ་སློབ་ཞེས་པ་ནི་བསམ་རྒྱལ་དང་སེམས་ཀྱི་དབྱེ་རྒྱལ་ཅམ་ལ་གོ་  
 བ་ཤུགས་ཆེ་བ་དེ་ཡང་ཆེས་གདོད་མའི་དུས་ཀྱི་བསམ་སློབ་གོ་དོན་དེ་ཉིད་ལས་  
 འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པའི་སྐྱོད་ཀྱི་འཇུག་གི་བསམ་སློབ་ཀྱི་ལ་ཟེར་བའི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 སྤྱིར་ན་བསམ་སློབ་ཞེས་པ་ནི་ཉ་ཅང་ཁྲུབ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དོན་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཐ་  
 ལྷན་རྒྱལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་བསྟོན་དུ་མེད་ཅིང་དུས་རབས་རིམ་པའི་ནང་ཤེས་རིག་  
 གི་རྒྱུང་འཕེལ་དང་འབྲེལ་ཉེ་བསམ་སློབ་གོ་དོན་ལའང་འཕེལ་རྒྱས་རབ་དང་རིམ་པ་  
 ཕྱིན་ནས་ད་ལྟ་ཕལ་ཆེར་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཁོང་དུ་སྤང་བའི་གྲུབ་  
 མཐའ་ཞེས་པའི་ཐ་ལྷན་དེ་ལ་འགྲན་བཟོད་སྟབ་པ་ཞིག་རེད། གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བསམ་  
 སློབ་ཟེར་ཞེས་པའི་དྲི་གཞི་འདི་ནི་ཉ་ཅང་གནད་འགག་གི་དྲི་གཞི་ཞིག་སྟེ་མཐའ་  
 གཅིག་དུ་ཁ་ཚོན་བཅད་ནས་ལན་རྒྱག་སྟབ་པའི་དྲི་གཞི་ཞིག་མ་རེད། འཇོམ་གྱིང་  
 །ཤར་རུབ་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་མ་ལག་ཁོང་ན་བསམ་སློབ་ཞེས་པའི་ཐ་ལྷན་འདི་ཉིད་ས་ཁྲུབ་  
 རོ་ཁྲུབ་དུ་ཕྱིན་ནས་ལོ་ངོ་མང་པོ་ཞིག་འགོར་ཡོད་ནའང་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བསམ་སློབ་  
 ཟེར་ཞེས་པའི་གནད་དོན་འདི་ལ་སྟོགས་རེ་བ་ཅམ་ལས་ཆ་ཡོངས་སུ་སྟོམས་པའི་  
 དབྱེ་ཞིབ་གསལ་ལ་བོ་ཞིག་གྲས་ཡོད་པ་མ་མཐོང་ལ་བསམ་སློབ་ཞེས་པའི་ཐ་ལྷན་  
 བཞོལ་སྟོད་གྲས་པ་མང་པོ་མཐོང་རྒྱུ་འདུག་གོ། དེར་བརྟེན་བསམ་སློབ་དང་བསམ་སློབ་



བའི་ཚད་གཞི་ནི་འདོར་དུ་མེད་པའི་རིག་གཞུང་གི་གཞན་དོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་  
 རེད། གཞན་དོན་འདི་ཉིད་གསལ་བོར་ཐག་གཅོད་སྟབས་པ་གྱུར་བ་ཡིན་ན་འཛིག་རྟེན་  
 དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རིག་གང་དང་གང་ལ་སྦྱོར་མཁན་གྱི་འདས་མ་  
 འོངས་ད་ལྟའི་སྐྱེ་བོ་སྤྱད་དང་གང་ཡིན་ཅུང་བསམ་སྒོ་ཡོད་མེད་དང་བསམ་སྒོ་བ་ཡིན་  
 མིན་གསལ་བོར་ཤུན་འབྲེད་སྟབས་པ་ཡིན་པས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེར་མཐོང་ལ་དེ་མིན་  
 བསམ་སྒོ་བ་ཞེས་པའི་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་ཐ་སྣང་འོག་ན་བརྗེ་བག་དང་འགྲིང་ཉམས་  
 གྱིས་འཚོ་མཁན་ཉ་ཅང་མང་བོ་ཞིག་གྱུར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

རྒྱ་ནག་གིས་བསམ་སྒོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྣང་ལ་སྤྱི་ཡུལ་གྱི་གནས་བབ་ཚུར་སྤང་  
 བྱས་ཏེ་མིའི་འདུ་ཤེས་ཁོད་བརྒྱད་པའི་བསམ་གཞིགས་གྱི་བྱ་འགྲུལ་ལམ་དེས་  
 བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བྱ་ཞིང་བསམ་སྒོ་བ་ཞེས་པའང་སྤྱི་ཡུལ་དངོས་ཡོད་དོས་  
 འཛིན་ལ་དམིགས་བསལ་གསལ་གཏོང་གི་བཞེད་པས་མ་ལག་རང་བྱུང་བྱེད་སྟབས་  
 མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད། འདི་ཡང་དངོས་གཅོད་ལྟ་ཚུལ་གྱི་གོ་བས་བྲངས་  
 བའི་རྒྱ་ནག་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ལས་ཤེས་རིག་གི་མ་ལག་སྤྱི་ལ་  
 འགོ་བས་སྟབས་པའི་སྤྱི་འགྲོས་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དངོས་བོ་དང་ནང་འདུ་ཤེས་གཉིས་  
 གྱིས་གང་གིས་གང་ལ་ཚུར་སྤང་བྱས་ཀྱང་དེས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བསམ་སྒོ་ལ་  
 ལམ་བཟང་ཚུལ། བསམ་གཞིགས་ཟེར་བ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་སུ་མོང་ལ་  
 ཡོད་པའི་སྤྱི་འགྲོས་ཞིག་རེད། དངོས་བོ་དང་འདུ་ཤེས་འཐབ་པའི་འབྲས་བུ་དེ་ལའང་  
 བསམ་སྒོ་ཟེར་མོད་ད་ལྟའི་བསམ་སྒོ་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གྱི་བསམ་སྒོ་དེ་ནི་མིན་ནོ།  
 གལ་ཏེ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་བ་ན་འཛིག་རྟེན་ཁམས་འདིའི་འགྲོ་བ་པལ་མོ་ཆེ་

བསམ་སྒོ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་བས་དགོས་པ་ཆེར་མི་སྤང་ལ་དམིགས་བསམ་གྱིས་  
 བསམ་སྒོ་བ་ཞེས་ལོགས་སུ་བཀར་ནས་ངོས་འཛིན་ཞུས་པའང་དགོས་པ་མེད་པར་  
 འགྱུར་རྟོག་ཅན་གྱི་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་བའི་གོ་དོན་དེ་ཉིད་དེ་ལུགས་ཀྱི་བསམ་  
 སྒོ་བའི་གོ་དོན་ལས་བརྒྱལ་འདུག་ལ་དམིགས་བསམ་གསར་གཏོང་གི་བཞེད་པ་ཡོད་  
 མཁན་ཞིག་ལ་གོ་བཞིན་ཡོད། ཨ་ལགས་དུང་དཀར་ཚང་གིས་བསམ་སྒོ་བ་ནི་བསམ་  
 སྒོ་གཏོང་མཁས་པ་དང་བསམ་སྒྲུབ་གསར་བ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས་  
 པའང་དངོས་གཙམ་ལུགས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་བའི་གོ་དོན་དང་དབྱིབས་མཚུངས་ལ་ཁོང་  
 གིས་བསམ་སྒོ་གཏོང་མཁས་པ་ཅེས་བསམ་སྒོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ནི་དམིགས་  
 བསམ་ཁྲབ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ནང་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟན་པ་རེད།  
 བསམ་སྒོ་བར་མཚོན་ན་བརྟགས་ཅིང་དབྱུང་པའི་བསམ་སྒོ་བའི་ཐ་སྙད་ལ་ཁོང་གསུངས་  
 ཚུལ་གསར་བ་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་གཙོ་བོ་མཐར་ཐུག་གི་བསམ་ཞིང་བསམ་  
 པའི་སྒོ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པ་ཞིག་རྒྱུན་ལྷོད་མེད་དེ་རེད་སྟེ། བསམ་སྒོ་ཞེས་པ་ནི་ཡི་གེ་  
 དར་མ་དར་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དང་དུས་རབས་ཀྱི་ཚད་བཀག་ཅི་ཡང་མེད་པར་རྒྱུད་  
 ལ་སྦྱེས་ཚོག་པ་ཞིག་རེད་དེ། བསམ་སྒོ་ནི་ནང་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞིག་ལ་བཞག་ཡོད་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡི་གེ་ཡོད་མེད་ལ་མ་བཟོས་པར་སྦྱེ་བོ་སུ་དང་གང་ཡིན་དུང་  
 རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཚོག་པར་འདོད་ལ་དུས་ཀྱི་ཚད་བཀག་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་དབང་  
 གིས་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཚོག་གི་ཚོས་ཉིད་ལྡན་ཡོད་པས་བསམ་སྒོ་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་  
 ཁྲད་ཚོས་མངོན་གསལ་དོན་པོས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། བསམ་སྒོ་བའི་ཐ་སྙད་དེ་གེ་སྟོན་  
 གཉིས་ལྡན་ཞིག་སྟེ་ཐོ་དགེ་བར་གཞོལ་བའི་བསམ་སྒོ་ཡོད་པ་དང་ཐོ་བོ་སྟོན་དུ་བྱ་བ་

སའི་བསམ་སྒོའང་ཡོད་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། དགེ་སྦྱོན་གྱི་རོ་བོ་གང་དུ་གཏོགས་ཀྱང་  
བརྟགས་ཅིང་དབྱད་པའི་སྒོ་ནས་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་ཤིང་དེ་ལས་འདར་དུ་མེད་  
སའི་མཐར་ཐུག་གི་སྒོ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་བསམ་སྒོ་བར་བཞག་རྒྱུ་  
བར་འདོད། འོན་ཀྱང་དེའི་རྒྱད་གྱི་བསམ་སྒོ་ཤེས་རབ་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ལ་སན་  
ཐོགས་ཡོད་མིན་དང་བསམ་སྒོར་རིན་ཐང་ཡོད་མིན་སོགས་ནི་བསམ་སྒོའི་རོ་བོར་  
རགས་ལས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་དེས་ཚད་ལྡན་དང་ངེས་དོན་གྱི་བསམ་སྒོ་བ་ཡིན་མིན་  
ལའང་ཚད་འཇལ་ཚོག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་མདོ་དོན་བསམ་སྒོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་མཐའ་སྒོམ་  
ནི། གཅིག་ བསམ་སྒོའི་རོ་བོ་ཡང་དག་ཅིང་བེད་སྤོད་པའི་རིན་ཐང་ལྡན་པ། གཉིས།  
བསམ་སྒོའི་འབྲུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཚད་མང་ཞིང་སྒོལ་ཡངས་བོར་སྤེ་བ། གསུམ།  
བསམ་སྒོ་ལྟན་རིང་གནས་ཐུབ་པའི་ཚད་གཞི་ངེས་ཅན་ཡོད་པ། བཞི། བསམ་སྒོའི་  
སྤྱབ་ཆའི་ནང་དམིགས་བསམ་གྱི་ལྟ་སྤྱབ་གསར་བ་ཐོན་པ་བཅས་སོ།

རི་ཐོ་གནས་ཅན་རྒྱུད་ཀྱི་བོད་ཀྱི་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་  
རིག་གནས་སྐོར་ཀྱི་འབྲེལ་གཏམ་ཉུང་ཏུ་།

བོད་ཀྱི་གཞིན་ལུ་ལོ་རྒྱུས་ལ་དགའ་མོས་གནང་མཁན་རྣམས་ལ་འབེལ་གཏམ་  
བྱས་པ་སྐྱེས་པ་ལས་བཤུས་པ།

བོད་སྤྱི་རབ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཟེར་བ་འདི་མི་རིགས་གཞན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་  
བར་ཉ་ཅང་རྒྱུན་རིང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ཤེས་ཐུབ་ཟེར་ན་  
ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་ཀང་ཁུལ་ནས་ཐོན་པའི་གནའ་རྫས་དང་མི་རིགས་གཞན་ཀྱི་རིག་གཞུང་  
ལོ་རྒྱུས་དང་བསྐྱར་ན་ཉ་ཅང་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་  
ལས་ཡ་ཐོག་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གཙོ་བོར་འཆད་དགོས་ན་ཡ་ཐོག་བོན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
འབྲེལ་ཉེ་གསལ་བོར་འཆད་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡིན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ད་ལྟ་རྒྱལ་  
སྤྱི་དང་རྒྱལ་ཁབ་སྤེལ་ནང་གི་མི་རིགས་སོ་སོས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
བྱེད་པའི་ཆར་རྒྱབས་ཁྲིད་འདི་ན་ཡ་ཐོག་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཟེར་བའམ་ཡང་ན་བོན་ཀྱི་  
རིག་གནས་འདིས་ཞིབ་འཇུག་གི་གོ་གནས་གསལ་ཆེན་ཞིག་བརྒྱུད་ཡོད། དཔེ་བཞག་  
ནས་བཤད་ན་ལུ་བ་སྤོགས་ནས་བོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་འདི་བོད་ལས་  
ཉ་ཅང་སྐྱ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། སལ་ཆེར་ཁོ་ཚོས་ལོ་རབས་བདུན་བཅུ་བ་ཙམ་ནས་  
འགོ་བཙུགས་ཉེ་བོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་འདིར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་སྤོང་ཡོད་པ་

རེད། བོད་ནང་གི་བོན་བོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་འདི་འགོ་  
 ཚུགས་པའི་དུས་རབས་ནམ་མཁའ་ལ་ཆེར་ལོ་རབས་བརྒྱུད་ཅུ་བའི་དུས་  
 སྐབས་དེར་བོན་བོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་སྐོར་གྱི་དབྱུང་ཚོམ་རེ་འགའ་སྟེལ་ཡོད།  
 གནས་ཚུལ་དེའི་ངོས་ནས་བལྟས་ན་ལུང་གླིང་བས་བོན་བོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་དང་  
 བོད་གྲིས་བོན་བོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ནི་ཉ་ཅང་བསྐྱར་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། ཅིའི་  
 ལྷིང་ཞེན་ལུང་གླིང་བས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བོན་བོའི་རིག་གནས་འདི་ཉ་ཅང་ཆ་  
 ཚང་ཞིང་གོ་རིམ་ལྡན་ལ་རྒྱ་ཆ་ལྷན་སྟེལ་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་རིག་གནས་  
 ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་རིན་ཐང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེའི་སྐབས་གྲིས་བོད་གྱི་ལོ་  
 རྒྱུས་འདིར་བལྟ་ན་བོན་བོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་མི་འབྲེལ་མ་སྤྱི་མེད་ཆགས་ཡོད་པ་ཞིག་  
 རེད་ལ་ང་ཚོས་བོད་གྱི་རིག་གནས་ཁྲིད་གོ་གནས་གཤམ་ཆེན་ཟེན་ཡོད་པའི་བོན་གྱི་  
 རིག་གནས་འདིར་ཆ་ཚང་བའི་སྐོར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྲུབ་པ་ལྷུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་  
 རོག་རིག་གནས་ཆ་ཚང་རྒྱུད་འཛིན་དང་དར་སྟེལ་ལ་བྱས་ཇེས་ལྷེན་མེད་བཞག་པ་  
 ཞིག་རེད། ད་ལྟའི་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་མི་མང་བོ་ཞིག་གི་སྤང་ངོ་ན་  
 ཞང་ཞུང་དང་བོན་པོ་ཞེས་སོ་སོར་བཀར་བའི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་ཞང་ཞུང་  
 རིག་གནས་ཞེས་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་ཞང་ཞུང་གི་ཤེས་རིག་དང་ཞུང་པར་དུ་ཞང་  
 ཞུང་ཞེས་པའི་འཇུག་ཡུལ་ལ་དབྱུད་པ་གཏོང་བའི་སྐྱད་རེད། ང་རང་གི་ལུགས་ལ་ཅེ་  
 འདྲ་རེད་ཟེར་ན་ཞང་ཞུང་ཞེས་པ་འདི་འཇུག་ཡུལ་ཉ་ཅང་མང་བའི་ཐ་སྐྱད་ཞིག་རེད།  
 ཞང་ཞུང་རྒྱལ་རབས་ལ་འཇུག་པ་དང་རྒྱལ་བོ་ལ་འཇུག་པའམ་དུས་རྒྱུད་ལ་འཇུག་  
 པ་སོགས་སྐབས་དུ་མ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྤྱི་རྒྱལ་བཙན་

བོད་ཀྱིས་ལྷལ་ཡིན་ལ་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ཞེས་བོན་གྱི་རིག་གནས་ལས་ལོགས་  
 ལྷུ་གྱེས་བའི་རིག་གནས་ཡན་གར་བ་ཞིག་མེད་དེ་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ཡིན་ན་བོན་  
 གྱི་རིག་གནས་ཡིན་དགོས་པ་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཞང་ཞུང་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་  
 འཇུག་གྱེད་པ་དང་བོན་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་པ་ནི་དོ་བོ་གཅིག་པ་རེད་  
 ལ་ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་སུ་བོན་གྱི་རིག་གནས་མ་ཡིན་པའི་ཞང་ཞུང་གི་རིག་གནས་  
 ཤིག་ལོགས་སུ་འཛོག་རྒྱ་མེད་ལ་བོན་གྱི་རིག་གནས་འདི་དང་ཞང་ཞུང་གི་རིག་  
 གནས་འདི་ཞེས་སོ་སོར་དགར་དུ་མེད་པ་ནི་དེའི་ཐད་ཀྱི་བདེན་དཔང་ཉལ་ཅིག་རེད་  
 ལ་ཞང་ཞུང་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་ན་བོན་པོར་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་དགོས་པ་ནི་རྩ་བའི་  
 ཐབས་ལམ་མ་ཞོར་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་བོན་པོར་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་པ་འདི་བོད་རིག་  
 པའི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་དོན་སྣང་ཆེན་པོ་ལྡན་པའི་བྱ་བ་ཞུགས་ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཡ་ཐོག་  
 བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ནི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་གཞི་རྩའི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་ནི་  
 ལྷོགས་མང་བོན་སྐྱབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་འདིར་ཞིབ་བར་བཤད་ཀྱང་དགོ་མཚན་  
 མེད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁག་དང་ཞང་ཞུང་རིག་  
 གནས་ཞེས་འདི་ལྟར་ཡན་གར་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་བྱ་འགྲུལ་རབ་དང་རིམ་པ་སྟེལ་  
 དགོས་དོན་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁྱབ་ཁོངས་ཁྲིད་བོན་པོས་ཁ་བྱལ་བྱས་པ་ཞིག་མ་  
 ཡིན་པར་བོན་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་དོ་བོ་སྤང་སྤོབ་གྱེད་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད། ལྷོགས་  
 གཞན་ཞིག་ནས་སྐྱེད་ན་འདྲ་ཅག་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེབ་གཏེར་སོགས་སྣ་ཚོགས་  
 ཤིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་པལ་ཆེར་དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྗེས་སུ་གྱུར་བཤམས་ལྷག་  
 ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེའི་ཡར་སྟོན་ནས་གྱུར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དོ་མ་དག་ཅན་གཙོད་

གྲེད་པ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་རེད། ཏུན་རྟོང་ཡིག་རྒྱུང་ཡིན་ནའང་  
 དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐར་ཐོང་དུ་གྲུང་ནས་ཁ་མི་ཚང་བའམ་གཞན་གྱི་རྒྱས་ལ་ཤོར་བ་  
 སོགས་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་ལག་སོན་འབྲུང་དཀའ་ཞིང་ཡིག་ཆ་དེའི་སྐྱེང་ནས་  
 གྲུང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གནས་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གྲེད་  
 ཐབས་མེད་པ་ནི་ཉ་ཅང་སློབ་མཁ་པའི་གནས་རེད། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ཡ་ཐོག་བོན་གྱི་  
 ལུག་དཔེ་དཀོན་གསལ་འདི་དག་ནི་གནའ་བོའི་དུས་ནས་བཟུང་དམངས་ཁོད་ནས་མི་  
 དང་མིའི་ལག་བྲིས་བརྒྱུད་ནས་ཐོན་སྐྱོང་ཡོད་པས་འདིའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་  
 རིག་གི་རྒྱུན་ཡོད་སྲིད་པས་བོད་ཀྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
 གྲེད་དགོས་ན་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་རྒྱུང་ཅ་ཆེན་འདི་དག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྲེད་པ་ནི་  
 ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ་དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་ཚོ་ད་ལྟ་བོན་པོའི་རིག་  
 གནས་ཞིབ་འཇུག་གི་ལམ་ཁ་འདིར་གོམ་པ་གསལ་དུ་སློབ་དགོས་ལྷན་ཡོད་པ་རེད།  
 དེས་ན་ད་ལྟ་མི་མང་བོ་ཞིག་གིས་བོན་པོའི་རིག་གནས་དང་དེའི་འཕེལ་རིམ་ལ་ཞིབ་  
 འཇུག་དང་དཔྱད་པ་གཏོང་བ་ཞིན་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ང་ཚོས་ལག་སོན་གྲུང་གྱུབ་  
 པའི་ཡིག་ཆའི་སྐྱེང་ནས་བལྟས་སོང་བ་ཡིན་ན་འགྲི་གྲུང་བའི་བསྟན་སྐྱོང་དགོངས་  
 གཅིག་ལྟ་བུ་རེད། བསྟན་སྐྱོང་དགོངས་གཅིག་གི་ནང་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་  
 རིམ་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་ཕྱེས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ཐོག་མའི་བརྗོལ་བོན་དང་བར་གྱི་  
 འབྲུང་བོན་དང་མཐའ་མའི་བསྐྱུར་བོན་གསུམ་དུ་ཕྱེས་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེའི་ཕྱིས་སུ་  
 ལྷན་བཀུན་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མའི་གྲུབ་མཐའ་ན་འགྲི་གྲུང་བའི་ལྷ་རྒྱལ་དེ་དང་ལེན་གྲུས་ནས་  
 ཉ་ཅང་ཞིབ་རྒྱས་སུ་བཀོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་བོད་ནང་གི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་

པའི་རྗེས་འཇུག་གི་མཁས་པ་མང་པོས་གཅིག་འཛིན་དང་མཐོང་ཆེན་གནང་ས་  
 གཅིག་ཤུ་དེ་རེད། བོན་པོའི་མཁས་པ་དང་སྲི་སྲིང་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ་གྲགས་ཆེན་ཁ་  
 ཤུལ་ནས་ལྷ་རྩུལ་འདི་ཁས་མི་ལེན་པ་མ་ཟད་དགག་བཞག་སྲོང་གསུམ་བྱས་པའི་  
 གནས་རྩུལ་ཀྱང་ཡོད་པ་དཔེར་ན་པེར་ཁ་ཐེར་ན་ལྷ་བྱ་རེད། འོན་དུང་ལྷ་རྩུལ་བཞག་  
 དགོས་པ་གང་རེད་ཟེར་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལ་དབྱེད་པ་གཏོང་རྒྱ་  
 བྱི་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པའི་གནས་རྩུལ་དེ་རེད། བོན་པོའི་རིག་གཞུང་  
 གི་གནད་དོན་འདིར་བལྟ་ན་ང་ཚོ་ཚུགས་གཉིས་སུ་མ་ལྷང་བར་ལྷ་རྩུལ་དང་བཞག་གི་  
 སློན་པོས་བལྟ་དགོས་བ་རེད། དེས་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁྲོད་ཆེས་ཐོག་  
 མའི་བརྗོད་བོན་ཟེར་བ་འདི་བོན་པོའི་རང་གཞུང་ནའང་ཚུགས་སོ་སོ་ནས་བརྗོད་པའི་  
 བོན་ཞེས་པའི་ཆོག་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བརྗོད་བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་དམའ་འབེབས་ཀྱི་ནང་དོན་ལྡན་པའི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་པ་ནི་ཤེས་  
 དགའ་བ་ཞིག་རེད། གལ་ཏེ་ཐ་སྙད་འདིའི་ནང་དུ་བོན་པོའི་རིག་གནས་བསྐྱུ་དགོས་ན་  
 ཡ་ཐོག་སྲིད་པའི་བོན་གྱི་རིགས་སྤྱ་ཚོགས་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་འདུ་  
 འོས་བ་ཞིག་རེད་ལ་ཁྱད་པར་དུ་བོན་གྱི་སྟོན་བ་གཤེན་རབ་མི་བོའི་ཡར་སྟོན་གྱི་སྲིད་  
 པའི་བོན་དེ་རིགས་ནི་མི་འདུས་རང་འདུས་ཤིག་རེད། བར་གྱི་འབྲུང་བོན་ཟེར་བ་འདི་  
 སངས་རྒྱལ་ཚོས་ལུགས་པས་བཏགས་པའི་ཐ་སྙད་རོ་མ་ཞིག་རེད་ལ་འདི་ནི་སྦྱིར་  
 ཡིན་ན་ཐོག་མའི་བརྗོད་བོན་གྱི་ཁྲོད་སུ་བསྐྱུས་ཆོག་པ་ཞིག་རེད་ལ་གྱི་གྲུས་བཅན་  
 བོས་གྱི་བཤེད་གྱི་སྐབས་སུ་སྲི་ནས་བོན་པོ་གཉིས་ནང་དུ་བོས་ཡོང་ཡོད་པ་དེ་དང་  
 གུན་མཁྱེན་གྲུབ་མཐའ་སོགས་ན་སྲི་རོལ་སྟག་གཟིག་པ་སོགས་སྐབས་དེར་སྲིའི་བོན་



བོ་ཁ་གས་བོད་ནང་དུ་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་དུ་ཐོན་མྱོང་ཡོད་ནའང་དེ་འདྲ་ཙམ་ལ་སྟོན་
 བ་ས་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་གཉིས་པ་དེ་བསྐྱུང་བོན་དུ་འཛོགས་པར་མི་
 རིགས་ལ་དེར་གཤེན་བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྙུང་སྐྱོར་དགོས་ཚུལ་བདག་གིས་དཔུང་ཚོམ་
 གཞན་ན་ཞིབ་པ་བྲིས་ཡོད་པས་དེར་གཞིགས་པར་ལྷ། དེ་ནས་མཐའ་མར་བསྐྱུར་
 བོན་ཟེར་ནས་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་གཞུང་པར་བོན་པོར་བསྐྱུར་ཞིང་དེ་ལ་
 པ་རྒྱུ་འགས་ཐབས་སྟོན་པོ་ཚན་ནས་འགོ་ཚུགས་ཏེ་བསྐྱུར་བ་སོགས་གོ་རིམ་གསུམ་
 དུ་བསྐྱུར་བར་བཤད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་འདོད་ཚུལ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་
 འདི་ནི་ང་ཚོས་དཔུང་དགོས་པའི་གནད་དོན་ལས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁ་ཚོན་བཅད་ནས་
 བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་རེད་ལ། བྱང་པར་དུ་བསྐྱུར་བོན་ཞེས་པའི་བསྐྱུར་དེའི་གོ་དོན་ནི་
 ང་ཚོས་ད་དུང་གསང་མ་ཐེལ་བརྟོག་མ་རུས་པའི་སྟོན་ཚིག་ཅིག་རེད། དེའི་སྟབས་
 གྱིས་བོན་པོའི་རིག་གནས་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདིར་དཔུང་བ་གནད་དུ་
 ཐིངས་པ་ཞིག་གཏོང་དགོས་ན་བན་བོན་གྱི་ཡིག་ཚངས་མང་བོར་བལྟ་སྟོག་དང་
 དཔུང་བ་བརྒྱད་ནས་ཡང་དག་པའི་སྟོན་སྲོལ་འཛིན་དང་དབྱེ་ཞིག་སྤྱི་སྟོན་བརྒྱད་
 བས་བལྟས་ན་བོན་པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདི་ནི་དཔུང་བ་
 གཏོང་རིན་ཡོད་པའི་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་ཞིག་རེད་བསམ་སོང་། དེ་ལྟར་བོན་
 པོའི་རིག་གནས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁག་གསུམ་པོ་འདི་སྟོན་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་བྱུབ་
 མཐའི་བསྟན་བཅོས་དང་ད་ལྟའི་རིག་གཞུང་དཔུང་ཚོམ་ཁག་ནས་སྐྱེང་མྱོང་ཡོད་
 བའང་ང་ཚོས་དེ་དག་ནི་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པའི་སྟོན་ཚིག་ཅིག་ལ་མ་བཞག་པར་ད་དུང་
 ལུ་མ་ཐུད་ནས་དཔུང་བ་གནད་འོས་པ་ཞིག་རེད་ལ་དེ་ལས་འསྟོན་ཏེ་བོན་པོའི་ངོས་

འཛིན་གྱི་ཐད་ནས་ཅུང་ཟད་ཞུས་ན་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་ལྟར་བོན་པོ་ནི་མགོ་ལ་རལ་བ་  
 དགྲིས་ཤིང་རྒྱབ་ལ་རྩ་ཁུར་ནས་གཞན་ལ་དམོད་མོ་འདེབས་མཁན་ཁོ་ན་ཅམ་མས་  
 གྱི་རོལ་ལུ་སྟེགས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ནི་ཉ་ཅང་མི་འོས་པ་ཞིག་རེད། འདིའི་རྩ་  
 བའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་ཡ་ཐོག་སྲིད་པའི་བོན་གྱི་དོན་སྦྱིང་བོན་པོ་སྦྱི་ལ་དཔེ་འགོ་བསམ་  
 བྱས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་གམ་ཡང་ན་ནང་ཚོས་བོད་ལ་འབྱོར་བའི་དུས་ནས་བཟུང་  
 བོན་པོ་དང་འགལ་བ་རྣེ་དང་དུ་གྱུར་ཞིང་མཐར་བོན་པོའི་ཤེས་རིག་གི་དཔེ་ཆ་མང་བོ་  
 མེ་ལ་བཏང་ཞིང་རྒྱ་ལ་བསྐྱུར་བའི་ལས་འགྲུལ་རབ་དང་རིམ་པ་དར་ཞིང་དམའ་  
 འབེབས་སྣ་ཚོགས་བྱས་མྱོང་བའི་སློལ་དེའི་འབྲོ་བརྒྱུངས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་ད་ལྟའི་  
 དུས་རབས་གསར་བའི་ཁྲོད་སློལ་ངན་འདིའི་རིགས་ལ་ང་ཚོས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྟུན་  
 འབྲིན་གྱི་དོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་བོན་པོའི་རིག་གནས་ལ་དར་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས་  
 ཞིག་བྱུང་མྱོང་ཡོད་ནའང་རིག་གནས་འདི་ཉིད་ནི་བོད་རང་ཡུལ་གྱི་ས་སྐྱེས་རྩོ་སྐྱེས་  
 གྱི་རིག་གནས་ཞིག་ཡིན་གཤམས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་མང་ཚོགས་གྱི་ཁྲོད་དུ་དར་ཁྲབ་བྱུང་  
 ཡོད་པས་མང་ཚོགས་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ཁར་མི་རིགས་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་  
 དང་ཡུལ་སློལ་གྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པས་ད་ལྟ་ཡང་བོན་པོའི་རིག་གནས་འདིར་སྦྱི་ནང་  
 གྲུན་ན་མཐོང་ཆེན་དང་གཅིགས་འཛིན་གནང་མཁན་རྩེ་མང་དུ་འབྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་  
 རེད། འདི་ནི་བོན་པོའི་རིག་གནས་འདིར་དམངས་ཚོགས་གྱི་ཁྲོད་ན་ཉ་ཅང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་སྤང་གཞི་ཡོད་པ་དང་རིག་གནས་འདིར་མིའི་རིགས་གྱི་བྱང་བདེན་དང་གནས་  
 ལུགས་དང་མཐུན་པའི་དོན་སྦྱིང་ཞིག་ཡོད་པ་ཁ་ཚོན་བཅད་ནས་བཤད་ཚོག་པ་ཞིག་  
 རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་བོད་གྱི་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྒྱུད་མིག་ལ་བསྟན་ཡོད་

དུ་སྒྲུང་བའི་བོན་གྱི་རིག་གནས་དང་ཕྱག་དཔེ་ཙུ་ཚེན་དག་ལ་སྤང་སྐྱོབ་དང་སྐྱོབ་སྐྱོང་  
 གནང་ནས་བོན་པོའི་རིག་གནས་ལ་གསུང་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་རྒྱ་ནི་དུས་སྤུ་བབས་  
 པའི་འོས་འགན་ཞིག་རེད། ལོང་གི་སྐྱེང་འཕྲོ་སྤྲོ་བོན་པོ་ཡིན་ན་ཕྱ་སྤྲེགས་པ་ཡིན་པའི་  
 འདོད་ཚུལ་དེ་ནི་མ་བཟོག་གྱུ་ཚོམ་དུ་སྤྲོ་བར་དགའ་བ་འགའི་སྤང་ངོར་མ་བྱར་འབྲུག་  
 སྤྲོ་ཡིན་མོད་དེ་ཕྱད་པའི་འདུ་ཤེས་ལ་རིང་ནས་གོམས་ཤིང་སྤྲོགས་ཞེན་མིག་རིས་བོར་  
 བའི་སྤྲོ་བོ་དེ་ཕྱོད་ལྡན་དག་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་སྤུ་མི་འགྲུང་མ་སྤུ་མེད་ཚགས་པ་ཞིག་  
 རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེན་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་རིགས་པའི་  
 ལམ་ནས་ཁས་ལེན་པའི་བྱི་ངོལ་སྤུ་སྤྲེགས་པ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ནི་ཉ་ཅང་  
 དཀའ་ཁག་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པའི་  
 མཁས་དབང་རྣམ་པའི་ཞལ་སྤུ་ནས་བོན་པོའི་ལྟ་སྐྱོམ་སྤྱོད་གསུམ་སོགས་རང་གཞུང་  
 དང་མི་མ་སྤུང་བ་རྣམས་ལ་དགག་བཞག་དང་སྤུན་འབྲེན་མཛད་སྤྱོད་ཡོད་མོད་དེས་  
 བོན་པོ་མཐའ་གཅིག་དུ་སྤུ་སྤྲེགས་པ་ཡིན་པར་འགྲུང་མི་སྤུ་བ་ཞིག་རེད། བོན་པོའི་  
 རིག་གནས་གཞིར་བཞག་གི་སྤྲོང་ནས་བཤད་ན་བོན་པོ་ལ་སྤིད་པའི་བོན་དང་གཡུང་  
 རྒྱང་བོན་གཉིས་སྤུ་སྤུས་དུང་ལ་སྤིད་པའི་བོན་ནི་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ཡི་  
 བསམ་སྐྱོའི་བཙོས་བསྐྱུང་གྱི་གྲུབ་དུ་མ་ཚུད་པའི་བོན་པོ་རྣམས་ལ་བཤད་དགོས་  
 ཤིང་དེ་ནི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་གདོད་མའི་ཚོས་ལུགས་དང་འདྲ་བར་ལུལ་ལྟ་དམར་  
 མཚོད་དང་རི་ལ་རི་ལྟ་སོགས་རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ལུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པའི་  
 ཚོས་ལུགས་ཚོ་གཞིག་རེད། དེའི་ལུགས་རྒྱུན་བོད་གྱི་རྒྱལ་བོ་ཁྱི་སྤོང་སྤྲེའུ་བཙན་གྱི་  
 རྣམས་སྤུ་འང་ཡོད་པ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་བཀོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་ཐོ་

དེ་ནང་བཞེན་རེད། གཡུང་རྒྱུང་བོན་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་དེ་སྐྱེ་བ་སྲ་སྲི་སོགས་ཁས་ལེན་  
 ཞེང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དང་འདྲ་བར་ལྟ་བུ་བ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ལུགས་རྒྱ་བཞེ་  
 ཁས་ལེན་གནང་བའི་ནང་བའི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་རེད། འདི་ཉིད་གསར་  
 གཏོད་མཇུག་པ་ལོ་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ཡིན་ལ་འདིའི་ནང་དུ་སྲིད་པའི་  
 བོན་གྱི་ནང་དོན་ཁ་ཤས་དགོས་དབང་གིས་ནང་འདྲེན་གྲུས་ཡོད་ལ་སྲིས་སུ་སངས་  
 རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ནང་བཞེན་མ་ལག་ཆ་ཡོངས་སུ་ཚང་བའི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་  
 ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྲུབ་པ་ནི་བོན་བོའི་དུས་རབས་རིམ་བྱོན་གྱི་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་  
 བཀའ་འདྲིན་རེད་བསམ་བཞེན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན་འཇུག་གི་ཚོས་  
 ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་རུང་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་མ་ལག་ཆ་ཚང་བའི་ཚོས་ལུགས་  
 ཤིག་མ་ཡིན་པར་དུས་རབས་རིམ་བར་ཆ་རྗེ་ཚང་དུ་སོང་བ་ནི་དོ་བོའི་གནས་ཚུལ་  
 དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། ཆེས་ཐོག་མའི་དུས་སུ་ཚོས་ཞེས་པའི་ཐ་སྣང་འདི་དང་བོན་  
 ཞེས་པའི་ཐ་སྣང་འདི་གཉིས་ཀྱི་དོན་གྱི་འདྲིན་སྣངས་གཅིག་མཚུངས་རེད། འོན་འདི་  
 གཉིས་སོ་སོར་དགར་བའི་དུས་མཚམས་དེ་ནམ་རེད་ཟེར་ན་སངས་ཚོས་ལུགས་  
 དངོས་སུ་བོད་ནས་གཞི་རྒྱ་ཚུགས་པའི་དུས་ནས་བརྒྱུང་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་  
 ཀྱི་དཔེ་ཆ་མང་བོ་བོད་ལ་བརྒྱུར་འགོ་ཚུགས་པ་རེད་ལ་དེའི་རྣམས་རྣམ་ཞེས་པའི་རྒྱ་  
 གར་གྱི་ཐ་སྣང་ཐོད་སྐད་དུ་བརྒྱུར་སྐབས་སྤྱིར་ན་བོན་ཞེས་བརྒྱུར་དགོས་མོད་དེའི་  
 རྣམས་སུ་བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་འགལ་བ་ནི་ངར་ཅན་དུ་སོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
 སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཐོན་ཆེད་ཚོས་ཞེས་བརྒྱུར་བ་  
 རེད་ལ་དེ་ནས་བརྒྱུང་བོན་དང་ཚོས་ཞེས་དབྱེ་བ་སོ་སོར་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེའི་ཡན་

ཚོད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིང་ལ་བོན་ཞེས་བྱ་ཞིང་ད་ལྟའི་ཚོས་ལུགས་ཐེང་  
 བའི་ཐ་སྟད་དང་བོན་ལུགས་གཉིས་དོན་གཅིག་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བོན་ཞེས་  
 བའི་ཐ་སྟད་འདི་ཡང་དུས་རབས་དང་རིག་གཞུང་གི་འགྲུང་བ་ལྟར་གོ་དོན་ལ་འགྲུང་  
 ལྡོག་སྣ་ཚོགས་ཤིག་བྱུང་སྲིད་ཡོད་པའི་ཐ་སྟད་ཅིག་ཡིན་པ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཞིག་  
 རེད། བོན་ཞེས་པའི་ཐ་སྟད་གཡུང་བུང་བོན་ལ་འཇུག་པའི་དུས་མཚམས་ནི་བོན་གྱི་  
 འཇུག་ཡུལ་ཆེས་མཐོ་བའི་དུས་རིམ་ཤིག་རེད་ལ་འདིའི་སྐབས་སུ་ཐ་སྟད་འདི་དང་  
 བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་རེད། ཡ་ཐོག་  
 སྲིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་ལུགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོས་བསྟན་པའི་ཚོས་ལུགས་  
 བྱུང་མཐའ་དེར་གཞལ་ན་ཉ་ཅང་མི་འོས་ཤིང་དེ་གཉིས་ནི་གཏན་ནས་བསྟུར་ཐབས་  
 དཀའ་བ་ཤིག་ཡིན་ནའང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོས་ཡ་ཐོག་སྲིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་  
 བོན་ལུགས་དེ་ཉིད་ཁོང་གིས་བསྟན་པའི་བྱུང་མཐའ་ཁོད་དུ་བསྟུ་བའི་བྱིར་དེ་ལ་སྟོབ་  
 སྲིད་གནང་སྲིད་ཡོད་ལ་དེའི་ཁོད་ཀྱི་ལག་ཆ་རྣམས་བསྟུ་ལེན་བྱས་ཡོད། དེའི་སྐབས་  
 ཀྱིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོན་གྱི་མཚོན་གནས་བའམ་གཏོ་བ་ཙམ་ལ་ངོས་  
 འཛིན་བྱེད་པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནད་རྣམས་དེ་ལས་སྦྱེས་ཤིང་ཡ་ཐོག་རྒྱའི་ཐོག་བ་རྣམས་  
 ཐོག་དགའའི་ཁོངས་སུ་བསྟུས་པའི་གནད་ལ་བསམ་སྟོན་གཏོང་མ་ཅུས་པའི་སྟོན་ཆ་  
 ཡོད་པ་རེད། བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོད་ཀྱི་བསམ་སྟོན་བའི་ཐོག་མ་ཡིན་  
 བར་ཐེ་ཚོམ་ཅི་ཡང་མེད་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་བོད་རང་སའི་སྦྱེས་  
 བུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྟག་གཟིག་ནས་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་ཁོང་ལ་བསྟན་དུ་རུང་  
 བའི་བསམ་སྟོན་གཞུང་ལུགས་ཞིག་མེད་པས་བསམ་སྟོན་བར་མི་འདོག་པར་བཤད་པ་

ཞི་མ་བརྟགས་གྲ་ཚོམ་དུ་སྦྲས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ་བོན་གྱི་རིག་གཞུང་ཕྱི་ནང་གསང་  
གསུམ་དང་སློབ་ཞེ་མཛོད་ལྟ། ཟེག་པ་རིམ་དགུ་སོགས་གཞུང་ལུགས་གྱི་ཆ་དེ་དག་  
མ་མཐོང་བས་ལན་བ་རེད། དེའི་སྟབས་གྱིས་བདག་གིས་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་  
མི་བོ་ཆེ་ཆ་རྒྱུན་བཞེད་སློབ་སྦྱོར་སྤྲོ་བས་བོད་གྱི་བསམ་སློབ་ཡིན་པར་སྦྱབ་ཡོད། དེ་  
ཞི་བདག་གིས་བོན་བོད་རིག་གཞུང་ལ་བཟུང་བའི་རྩ་བའི་རྣམ་འགྲུའ་ཡིན་ལ་ཕྱི་  
རབས་བོད་གྱི་མཁས་དབང་དང་གཞོན་ལྷན་ལ་དཔྱད་ཅན་རྣམས་ནས་ཀྱང་བོན་བོད་  
རིག་གཞུང་འདིར་ཡང་དག་པའི་སློབ་སྦྱོར་དོན་འཛིན་དང་ཞིབ་འཇུག་གཞན་བར་  
འབོད་སྦྱུལ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། བཟུང་གིས་བདེ་ལེགས་ལྷོ།