

ཕྱོམ་ཕྱེ་ཆིག་མཛོད་གསུམ་པ།

པ - ༩



ཕྱོམ་ཕྱེ་ལྟ་རམས་པ་ཐུབ་བསྟན་བསམ་གྲུབ།
མེད་ཀྱེས་དིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚྭ་མྱིག་ཁད།

༡༡། ཡེ་ཤི་ཆིག་ཕུང་ཆེན་མོ།

ཡེ་གས་ལམ་གསུང་པ།

པ - ༩



ཡེ་ཤི་ཆིག་ཕུང་ཆེན་མོ། ཡེ་ཤི་ཆིག་ཕུང་ཆེན་མོ།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆུང་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལྟར་།

SJRB-0247

ཚུམ་པ་པོས་གནང་བའི་པར་རྩ་སོར་བཞག་བྱས་ཡོད།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱོས།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༡༠༡༩ ལོའི་ཁྲི་བརྒྱ་གཅིག་པར་ཚུམ་སྒྲིག་བྱས།
༡༠༡༩ ཟླ་བརྒྱད་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཀར་ཆག

ཡ	 ༡
པ	 ༡༠༩
ལ	 ༡༢༤
མ	 ༡༣༣
ཅ	 ༡༣༩
ཆ	 ༡༤༤
ཇ	 ༡༤༤
ཉ	 ༡༤༥
མར་བྱང་སློན་ཆོག	 ༡༥༡

༩ བ ་།

བ་གྲ། (འདུལ་བ) 1 མེར་བསྟེགས་ཏེ་སོ་བཏང་བའི་ས་པག 2 བསྟེན་རྫོགས་བསྐྱབ་སྐྱབས་ཡུན་རིང་
 ཚོག་ཚོག་ཕྱར་འདུག་པ་སྟུག་བསྐྱལ་བས་དེའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་གནང་བའི་རྟེན་བའི་འོག་འཛོག་
 རྒྱུའི་ས་པག 3 ཅིག་པའི་ཁར་ཐོག་ཁར་གི་མདའ་ཡབ་ག་གམ་མའི་དོད་ལྟ་བུ་པར་རྩ་ག་
 སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དམར་པོ་ཤིང་ལེབ་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲུལ་བཟུང་བས་དེ་འདྲ་བྱ་བཞིར་བཏང་བའི་
 རོས་ལ་རིན་པོ་ཆེ་བྱ་བཞི། རྒྱུ་པོ། རྒྱ་གམ། རྩར་གསུམ་ལ་སོགས་པས་སྒྲ་བཏབ་པའི་བ་གྲ།
 ཞེས་གསུང་བསྐྱེད་མི་བསྐྱེད་མགོན་པོའི་ཞལ་ལུང་ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

བ་གྲ་རིམ་པ་གསུམ་ལས་སྟག་པར་ཅིག་པའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་ཉི་ཤུ་པ།
 བ་གྲ་རིམ་པ་གསུམ་ལས་སྟག་པར་ཅིག་པའི་ལྷང་བྱེད་གྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྟན་དགེ་སྦྱོང་གིས་
 གཙུག་ལག་ཁང་བཅིག་པ་ན་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་བ་གྲ་རིམ་པ་གསུམ་ལས་སྟག་པར་
 བཅིགས་པ་ལས་གྲུང་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྤེང་གཞི་ནི། ཡུལ་གྱི་ལྷ་སྤྱིར་གསེས་ཉི་མ་
 གཅིག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་སུམ་བཅིགས་བཅིགས་ཐེན་པར་བྱས་པ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་
 སོ། །དགག་བྱ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་འཛིག་པར་འགྱུར་ཞིང་དོན་དང་བྱ་བ་མང་བའོ། །

བ་རྒྱད། འདི་ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བ་རྒྱད་གྱི་དོན་དང་། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དབང་དུ་
 བྱས་པའི་བ་རྒྱད་དོན་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་རྫོགས་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། ལྷ་
 ལུས་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་རྒྱད་ལ་བ་རྒྱད་ཟེར། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལས་བབས་
 མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བཞི་ཆོག་ཟེན་ལ་མེད་ཅིང་། བར་དོ་ལས་འབྱེད་གྱི་ལྷ་སྤྱིའི་རྣལ་འབྱོར་
 ཡོད་པ་ལ་བ་རྒྱད་ཟེར། ཞིབ་དུ་བཤའ་ན། འོད་གསལ་འཆར་བའི་གནས་སྤྱིར་གར་རྒྱུད་རིམ་
 གྱིས་སྤྱད་པའི་རིམ་པ་ལས་ལུགས་འབྱུང་གི་སྟོང་པ་བཞི་དང་། དེ་ནས་ཕྱིར་ལ་ལྷང་བའི་རིམ་

པ་ལས་ལུགས་ཐོག་གི་སྟོང་པ་བཞིའི་སྟོན་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ཚུལ་དང་། འོད་གསལ་གྱི་
རྒྱ་འོད་ཟེར་ལུ་ལས་ཀྱན་ཆོབ་སྐྱ་མའི་སྐྱ་སྐྱབ་ཚུལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ནི་ནལ་འབྱོར་པའི་རྒྱ་
ཅས་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་རྒྱ་ལས་བསྐྱབས་པའི་སྐྱ་གཉིས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་
སྟོང་པའི་ནལ་འབྱོར་ཡང་ཡིན་ལ། གཙོ་བོར་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱབ་བྱེད་སྤང་སྟོགས་ཐབས་ཀྱི་
ཆ་ཡིན་པས་པ་ཞེས་ཀྱང་བཟོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེའི་རིམ་ལུ་གསལ་སྟོན་ལས་གསུངས་
པ་ལྟར་རོ། །པ་རྒྱ་ལ་དུང་ལྷུར་གཉིས་དང་བྲེ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ། ཟེའི་རིམ་ལུ་
གསལ་སྟོན་ལས། ཟླ་མེད་སྟོན་པ་སྤྱི་བའི་གཙུག་གི་རྒྱ། །ཁབ་བདག་དབལ་ལྷན་རྟེན་
འཆང་དབང་གིས། །ནལ་འབྱོར་ཟླ་མེད་རྒྱ་མེ་བྲེ་བ་སྤྲལ། །གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་པའི་དུང་ལྷུར་
སྤྲལ་གཉིས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

པ་རྒྱ་མ་རྒྱ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱ། རྒྱ་ལ་པ་རྒྱ་མ་རྒྱ་གཉིས་མ་གཏོགས། གཉིས་མེད་ཀྱི་
རྒྱ་ཅེས་བྱར་དུ་མི་འབྲེད་དེ། ཟླ་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དོན་དུ་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་
པས། གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་པ་མའི་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཡིན་གྱི་བྲེ་བའི་ཡ་གྲལ་མ་ཡིན་
པར་ཟེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་གསུངས་ཏེ། འགྲེལ་པ་བཞི་བསྐྱགས་ལས། ཟླ་མེད་ཀྱི་རྒྱ་
ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོའི་གནས་ཚུལ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །དེའི་
བྱིར་ཐབས་ཤེས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཐབས་ཤེས་སྟོགས་རེ་བའི་རྒྱ་དུ་འཛོག་
པའི་མེན་པས། གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་པ་རྒྱ་དང་མ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞིར་བྱེ་བྲེ་བའི་
ཡ་གྲལ་དུ་མི་གཟུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

པ་རྟོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐྱད་འགའ་ཞིག་ལ། པ་ལ་པ་རྟོ་ཟེར། བོད་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀྱན་ནམས་ཀྱིས། པ་རྟོས་
རྒྱ་ཚོམ་གྱིས། མ་རྟོས་ཆང་ཞེས་པ་རྟོངས་ཤིག་ཅེས་པའི་བཤད་སྟོལ་ཡང་ཡོད་དོ། །

པ་དང་མ་ནི་བསད་བྱས་ཤིང་ཞེས་སོགས། ཆེད་དུ་བཟོད་པའི་ཆོམས་དེབ་གཟུགས་༡༩པས། པ་
དང་མ་ནི་བསད་བྱས་ཤིང་། །རྒྱལ་པོ་གཙང་སྤྱ་ཅན་གཉིས་དང་། །ཡུལ་འཁོར་སྐྱོར་བཅས་
བཅོམ་པ་ན། །མི་དེ་དག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཀམ་པ་བརྒྱད་པ་མི་བསྟོད་དོ་

ཇེ་མཛོད་འབྲེལ་ཀྱི་ལས་ལ་མ་སྐྱོད་པ། རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ནམ་ཤེས་གཙང་
སྐྱེ་ཅན་གཉིས་མཆོག་འཛིན་གཉིས། དུལ་འཁོར་སྐྱེ་མཆེད་དུག འཁོར་དུལ་དང་བཅས་པའོ་
ཞེས་འབྲེལ་བ་ཐབ་མོས་བཀོལ་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ཤེས་བྱ་མཛོད་
འབྲེལ་སྒྲིགས་བཅ་སྤྲད་ཆ་༤ ལ། དེའང་འཁོར་བར་འདུ་བྱེད་པས་སྐྱེད་བ་དང་ལེན་བ་གཉིས་
ནི་བ་མཐོ། །ཀུན་གཞི་ནི་བག་ཆགས་སྣ་ཆོགས་པའི་རྟེན་ནམ་གཞིར་གྱུར་པས་རྒྱལ་
པོའོ། །བྲག་ཟེ་འཛིགས་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། དག་སྐྱོར་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་
མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ་སྟེ་གཙང་སྐྱེ་ཅན་གཉིས་སོ། །ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་གཟུང་འཛིན་དང་
བཅས་པ་ནམ་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་ནི་དུལ་འཁོར་གྱི་སྐྱོར་དང་བཅས་པའོ། །དེ་དག་བཅོས་བ་
སྟེ་དག་པ་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

བ་དམ་བ་སངས་རྒྱལ། དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་འཁོར་བྱོན་པའི་བོད་དུ་ཐེབས་སྐྱོར་བའི་རྒྱ་
གར་གྱི་བྱུ་བ་ཐོབ་ཆེན་པོ་ཞིག བྱུ་བ་ཆེན་དེ་ཉིད་རྩོམ་ཆེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ་བོད་དུ་སྐྱེ་
གཤེགས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པར་བོད་དུ་ཐེབས་ཞེས་དེ་བ་སྟོན་དུ་གསུངས་ཏེ། དེ་བ་སྟོན་
སྟོན་ཆ་ཀྱང་དུས་མཚུངས་སུ་བསྒྲིགས་པའི་སྐབས་ལས། རྩོམ་ཆེ་གཤེགས་འབྲེལ་ཅམ་ལ་
དམ་བ་སངས་རྒྱལ་བོད་དུ་བྱོན། ཞེས་གསུངས། ཞི་བྱེད་ཀྱི་བྱུ་བ་མཐའི་སྟོལ་གཏོད་པ་པོ་
དང་། ཁོང་བོད་དུ་ལན་ལྔ་བྱོན་པ་ལས་ལན་གསུམ་པའི་དུས་གཙང་དུ་སྐྱོ་སྟོན་བསོད་ནམས་
ལྷ་མ་དང་། དེས་མ་གཅིག་ལ་བ་སྟོན་སོགས་ལ་གནང་སྟེ་གཙང་གྱི་གདམས་པའི་སྟོལ་ཡང་
གཏོད་པར་མཛད། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོགས་ཐུ་ར་སེང་གཤེ་བྲེ་བྲག་ཁོན་པའི་སྤིང་དུ་སྐྱེ་
འབྱུངས། རྒྱུང་དུ་ནས་སྐྱེ་རིག་པ་སོགས་རིག་གནས་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས། སྤེ་
ཀ་མ་ལྷོ་ལའི་མཁན་པོ་དག་པའི་ལྟ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། ལྷ་མ་གསེར་སྤིང་པ་ལས་སེམས་
བསྐྱེད། ལྷ་མ་མང་པོ་ལས་དབང་མཐོས་པས་སྟོན་པ་གསུམ་དང་ལྷན། མཆོན་ཉིད་དང་སྐྱེ་
དང་རིག་པའི་ལྷ་མ་བཅུ་གཅིག པ་རྒྱུད་གཡོ་བ་རྒྱུད་གི་ལྷ་མ་བཅུ་གཅིག མ་རྒྱུད་བདེ་བ་
ཉམས་ཀྱི་ལྷ་མ་བཅུ་གཅིག བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེའི་ལྷ་མ་བཅུ་གཅིག རིག་པ་པོ་སྟོན་ཀྱི་ལྷ་མ་

བཅུ་གཅིག་སྟེ་གྲུབ་ཐོབ་པོ་ལྟ་བུ་ཅ་བཞི་ལས་གདམས་པ་མཐའ་དག་མཐོས། གོང་གི་སྒྲ་
མའི་གངས་འདྲན་དུ། ཞི་རྒྱ་རྩེ། ལྷ་སྒྲུབ་སོགས་ཆེས་སྡ་བར་བྱོན་པ་དང་། དུས་ཕྱིས་སུ་
བྱོན་པ་ཡང་ཅི་རིགས་ཤིག་བགངས་འདུག་པ་དུས་ཐོགས་མི་མཉམ་པར་སྤང་བ་ནི། དམ་པ་
སྒྲ་ཆེ་ཤིང་ཉུང་པར་བཞུགས་པས་ཡིན་པ་འདྲ་ཞིང་། དམ་པ་མགོན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་
ཡིན་ཚུལ་རྒྱ་ནག་གི་ལོ་རྒྱུས་འགའ་ཞིག་ནའང་སྤང་བས་བདེན་པ་འདྲ་ཞེས་ལུང་སྒྲུ་རོལ་བའི་
རྟོགས་གསུངས་པ་ཐུབ་བཟུང་གྲུབ་མཐར་གསལ། ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་ཡིད་ཡུན་ལ་ཡུལ་ཐ་དད་ཉུ་
བསྐྱོམས་པས། ཡི་དམ་ཀྱི་ལྷ་བཅུ་གཉིས་སོགས་ཀྱི་ཞལ་གཟིགས། རོ་མཆར་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་
མ་མ་སུམ་ཅུ་ཅ་དྲུག་གི་ཞལ་གཟིགས། མིག་སྒྲན། ཀྱང་མགྲོགས། དེལ་བྲ། ས་ལོག་གཞོད་
ཕྱིན་མོ། རལ་གྱི་མཁའ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་འབྲུག། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་མཐོང་ལམ་
ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེས། ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་གནས་སུ་སྤྱོད་པ་མཛོད་ནས་
གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་སྤྲོད་པས་མཆོད་ཡང་སྤྲ་ཆོགས་སུ་སྤྲོགས་སོ། །དེབ་སྟོན་དུང་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་
ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཅིམ་སྤྱང་།

པ་སྤྱད་མ་སྤྱད། པ་སྤྱད་ནི་པ་བྲུ་གཉིས། མ་སྤྱད་ནི་མ་བྲུ་གཉིས་སམ། མ་དང་བྲུ་མོ། ཐ་སྤྱད་འདི་དེད་
ཀྱི་པ་མའི་སྐབས་ཡང་ཡང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རུང་། དེད་སང་ནི་སུས་ཀྱང་བདེ་སྤྱོད་བྱེད་པ་
མཐོང་ཐོས་མ་བྱུང་། འདི་ལྟ་ཅི་བའི་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་ཁྲོད་ནའང་སྤྱང་། བརྟེན་པའི་ཆེ་པ་སྤྱད་མའི་
སྤྱད་ལྟ་བུར་བརྟེན། རྒོ་པམ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ལ་ཐ་སྤྱད་འདི་ཡང་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་
པལ་ཆེར་ཆེག་མེད་དུ་འགྲོ་ཉིད་འདུག།

པ་བྲི། (བརྟེན) པ་རོལ། ལུང་སྒྲུ་རོལ་རྟོད་གསུང་།

པ་བ་དགོ་དགོ། ཤ་མོང་གི་རིགས་ཤིག་ ལུང་ཁྱུ་བའི་འགྲེལ་པ་ལས། པ་བ་དགོ་དགོ་ནི་འབྲུག་གྲག་
པའི་ཆེ་འབྲུང་པ་འབྲུམ་འདྲ་བའི་རྟེན་ཅིག་གོ། ཤ་མོ་ནི་ཤ་མོ་ཞེས་བྲུ་བའི་རྟེན་ཅིག་སྟེ། ཤ་མོ་
ཁོ་བྲུ་ཞེས་བྲུ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས། མདོ་ཅ་རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་
གསུངས། རྣམ་འབྲེད་འགྲེལ་པ་ལས། འབྲུག་གི་སྤྲས་བསྐང་པ་ཐུམ་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ལུང་མོའི་

ཞེས་བྱང་བས་ཤམོ་དང་རིགས་གཅིག་པ་ཡིན་ཀྱང་ཟར་མི་རུང་བ་བཀས་ཆགས་ན་ནང་
ནས་དུད་པ་འབྱུང་ནས་འོང་བ་དེའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དག་སྟོན་འབྲེལ་བར། བ་བ་དགོ་
དགོ་ནི་མི་མེད་དུ་བ་སྟེ་ཁྲག་གཙོད་ཀྱི་སྟོན་ཞེས་གསལ།

པ་བོང་ཁ་པ། 1 འཁོན་སྟོན་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ། མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ནི། འཁོན་སྟོན་མཁས་པ་
དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ། རྗེ་པ་བོང་ཁ་པ། རྗེ་འཆང་པ་བོང་ཁ་པ་ཡང་ཟེར། རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་
པ་ཆེན་པོའི་ཡོངས་འཛིན་དང་། སེ་ར་གྲེས་པའི་མཁན་རབས་ལྷ་རྒྱུད་ནང་། འཁོན་སྟོན་
མཁས་པ་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ་རྗེ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། རྗེ་དེ་ཉིད་ལ་ལྷ་བ་ཡིན། རྒྱལ་
མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་དུ་རྗེ་པ་བོང་ཁ་པ་ཞེས་ཡང་ཡང་འབྱུང་བ་ཡང་། རྗེ་དེ་ཉིད་ལ་
ལྷ་བ་ཡིན། 2 པ་བོང་ཁ་པ་བདེ་ཆེན་སྟོན་སོ། གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས།
ལྷ་མ་འདིས་སྟོན་དཔོན་རིན་པོ་ཆའི་འབྲས་སྐྱུ་རྒྱུ་བ་བསྐྱུར་བ་སོགས་ཀྱིས་རྣམ་རྟོག་དགྲར་
ཡངས་ཀྱི་མི་བདེན་པའི་སྟོན་སྐྱུར་སྐྱ་ཆོག་གིས་བཞད་སྤང་བ་ནི་བདེན་པར་མི་སྤང་སྟེ། པ་
བོང་ཁ་པའི་མདོ་སྟགས་ཀྱི་རྣམ་ལན་3 ལ་3 ཡས། ཨོ་རྒྱན་གྱི་སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱ་
འབྱུང་གནས་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་པཎ་གྲུབ་ཆད་ལྡན། རོ་བོ་ཐོ་བོ་རྗེ་དང་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་
རྣམ་གསུམ་དཔེར་མེད། ཁོ་བོ་ཡང་དད་ཀྱས་དྲག་པོ་ཁ་ཞེ་གཉིས་པ་སྟོང་གི་མཐེལ་དུ་ཡོད།
ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཡང་མདོ་སྟགས་ཀྱི་རྣམ་ལན་11བལྟེས། ཁོ་བོའི་ཤག་དུ་ཡང་ཨོ་རྒྱན་
ཆེན་པོ་སྤང་བརྟན་དང་། རྟེན་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་མང་དུ་ཡོད་མུས་ལགས། ཞེས་གསལ་བར་
གསུངས་འདུག་པས་སོ། །

པ་མའི་མདོ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བེ་ཅ་ལྷ་ཅ་སྟུ་ཅ། བོད་སྐད་དུ། པ་མའི་མདོ། མདོ་སྟེང་ས་
པ། 16 འཇམ་པའུགས་སོ། །མདོ་དེ་ཉིད་ལས། པ་མ་གཉིས་ནི་ཆངས་པ་སྟེ། །དེ་བཞིན་
དང་པོ་སྟོན་དཔོན་ཡིན། །བུ་ཡི་ཀུན་སྟོན་འོས་གྲུར་བ། །མི་ཡང་ཡིན་ལ་ལྷ་ཡང་ཡིན། །དེ་
ཕྱིར་དེ་གཉིས་ཕྱག་གི་གནས། །དེའི་བ་དང་ནི་ཁྱེས་རྣམས་དང་། །རྟེན་པ་དག་ཀྱང་། (སྟུ་
སོགས་ཀྱིས) བསྐྱུ་བ་དང་། །ཡང་ན་ཟས་དང་སྟོན་རྣམས་དང་། །གོས་དང་མལ་ཆ་སྟོན་

རྣམས་ཀྱིས། །མཁས་པ་དག་གིས་བཀྱར་སྟེ་བྱ། །པ་མ་དག་ལ་བཀྱར་བྱས་པ། །དེས་ན་
མཁས་པ་དེ་དག་ནི། །འདིར་ཡང་སྤང་བ་མེད་འགྱུར་ལ། །ཤིན་པར་མཐོ་རིས་ (ལྷའི་ཡུལ་དུ)
འཕྱོ་བར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་བཤེས་སྤྱོད་ །དེ་དེ་ ༧༡ན་རྣམས།
གང་ལ་པ་དང་མ་དག་མཛོད་བྱེད་པའི། །དེགས་དེ་ཆངས་བཅས་སྟོབ་དཔོན་བཅས་པའང་
ལགས། །དེ་དག་ལ་མཛོད་གྲགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །སྤང་མ་ལ་ཡང་མཐོ་རིས་འགྱུར་བ་
ལགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

པ་མའི་རྒྱུད་གཉིས། །རྟོགས་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། །སྤྱི་ཡུས་གཙོ་བོར་བཤད་པའི་རྒྱུད་ལ་པ་
རྒྱུད་དང་། །འོད་གསལ་གཙོ་བོར་བཤད་པའི་རྒྱུད་ལ་མ་རྒྱུད། །བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་
ན། །ཡས་བབས་བས་བརྟན་གྱི་དགའ་བཞི་ཆོག་ཟེན་ལ་མེད་ཅིང་། །བར་དོ་ལམ་འབྱེར་གྱི་ལྷ་
སྤྱི་རྣམས་འཕྱོར་ཡོད་པ་ལ་པ་རྒྱུད་དང་། །ཡས་བབས་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བཞི་བྱེད་བར་
ཅན་ཆོག་ཟེན་ལ་ཡོད་ཅིང་། །བར་དོ་ལམ་འབྱེར་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱི་རྣམས་ཡོད་པའི་རྒྱུད་ལ་མ་
རྒྱུད་ཟེར་རོ། །རྒྱུད་དང་གཏུམ་མོ་བསྟོམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལས་ལྷན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་བདེ་
བཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་གཙོ་བོར་གཏུན་ལ་འབེབས་པ་དེ་ལ་མའི་རྒྱུད་དང་། །ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་ལྷའི་
རྣམ་པར་བཞེངས་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལ་པ་རྒྱུད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་རྗེའི་གསུང་
གསང་འདུས་དཀའ་གནས་ཟེན་གྱིས་ལས་གསུངས།

པ་མེས། །པའི་མེས་པོ་སྟེ། །པའི་པ་སོགས་ཀྱན་རབས་རྣམས་ཀྱི་མིང་། །སྟོན་གྱི་ཀྱན་རབས།
པ་ཚན། །པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཚན་ལ་པ་ཚན་དང་། །མའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཚན་ལ་མ་ཚན་ཟེར། །ཞིབ་
པ་དེགས་རྩས་ཆོ་འབྲང་གི་འཕོད་མིང་ཞེས་པར་གཟེགས།
པ་ཚན་སྟོར་གྱི་མིང་། །པ་ཡི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཚན་ལ། །རང་ནས་གོང་དུ་རིམ་པ་བཞིན། །རང་ནས་
ཡར་དེད་མི་རབས་གསུམ། །པ་དང་ཨ་བྱེས་ཡང་བྱེས་ཟེར། །པ་ཡི་སྤུ་རུ་ཨ་ཁུ་ཡིན། །པ་ཡི་
སྤིང་མོར་ཨ་ནེ་དང་། །དེ་ཡི་ཁྱོ་ལ་ཨ་བང་ (བང་མོ) ཟེར། །ཨ་ཁུའི་དེགས་ཀྱི་བྱིས་པ་དང་། །
རང་གཉིས་བར་ལ་པ་སྤྱན་ཟེར། །པ་ཡི་པ་ལ་ཨ་བྱེས་ (མེས་པོ) དང་། །པ་ཡི་མ་ལ་ཨ་བྱི་

(མེས་མོ) ཟེད། །མེས་པོའི་པ་ཞི་ཡང་མེས་དང་། །མེས་པོའི་མ་ཞི་ཡང་མེས་ཡིན། །དེ་ན་མས་
རང་གི་པ་ཚན་ཡིན། །ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་ལོ། །
བ་ཤང་། མོ་དང་ག་ཤོག་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྒྲིག་ཆགས་ཤིག་ འདི་ལ་ཡུལ་སྐད་དུ་ཅི་ཅི་སྐྱམ་པོ་
ཟེད། བྱ་མ་བྱ། བགས་བྱེའུ་ཡང་ཟེད།
བ་ཤི། 1 བ་རོལ། 2 བར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤི།
བ་ཤི་ཚུ་ཤི། 1 བ་རོལ་ཚུ་རོལ། དཔེར་ན་ཚུ་བ་རོལ་ཚུ་རོལ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 བར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤི་དང་
ཚུར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤི།
བ་ལམ། རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལམ་ལ་ག་ཟེགས།
བ་ལོགས། བ་རོལ།
བག་ཀ། བྱད་མེད་ཀྱི་ཤེད་རགས་སམས་སྐྱ་རགས་ཤིག་གི་མིང་སྟེ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་
བག་ཀ་ཞེས་བྲིས་འདུག་པ་རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས། བག་ཅེས་པའི་ག་
ཡིག་པོ་ཡིག་ཡིན་པས། ས་མགོ་མི་འཛོལ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བག་ཀ་བྲིས་པ་ཡིན་ཏེ། བད་
སྐོར་དང་། ཟུང་སྐོར། རྟོད་སྐོར་ལ། བད་ཀོར་དང་། ཟུང་ཀོར། རྟོད་ཀོར་བཅས་བྲིས་པ་ཡང་
རྒྱ་མཚན་གོང་དང་མཚུངས་སོ། །དེ་སྐོར་སི་ཏུ་འགྲེལ་ཆེན་རྟགས་འདུག་གི་འགྲེལ་པའི་
སྐབས་སུ་བལྟ་བར་བྱལོ། །
བག་སྐྱ། བག་ཀ་དང་འདྲ། གཞུང་ཆེན་མོ་མང་པོའི་ནང་བག་སྐྱ་ཞེས་སྟངས་སྟེ། བྱད་མེད་ཀྱི་སྐྱ་ནམ་པ་
སུམ་ཏུ་རྩ་གཉིས་ཀྱི་གངས་འདྲེན་དུ། གོས་སྟོལ་བར་བྱས་ཏེ་གསེར་གྱི་བག་སྐྱ་དང་བཅས་
པའི་ཤེད་པ་སྟོན་པ་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་ལོ། །
བག་པའི་སྐད། བག་པའི་སྐད་ལ་དུར་སྐྱ་ཟེད། དེ་ཡིན་པ་ཡང་བག་པའི་མིང་གི་ནམ་གངས་ལ་དུར་
སྐྱ་ཅན་ཟེར་བ་དེས་ཤེས་ཀྱས་སོ། །
བག་བྱའི་བཀའ་བརྒྱད། དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་ལྟ་
རྒྱུ་སྐྱེས་ཀྱི་བྱ་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་པོར་དབང་བསྐྱར་བ་ལག་མོ་བྱ་བ་ལས་བརྒྱད་པའི་

བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞིག

ཕག་མོ་གྲུ་བ། ཕག་གྲུའི་བཀའ་བརྒྱུད་སྒོལ་གཏོད་པ་སོ་ཡིན་ཞིང་། མཉམ་མེད་དྲགས་སོ་ལྷ་རྩེའི་
སྤས་ཀྱི་སྤྱོད་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བདག་པོར་དབང་བསྐྱར་བ་རྒྱལ་བ་ཕག་མོ་གྲུ་བ་ཞེས་བྲུ་བ་
ནི། མདོ་ཁམས་ལྷོ་རྒྱུད་དུ་སྤྱོད་འཁུངས། དགྲུང་ལོ་དགྲུ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་། ཡི་གེ་དང་ལྷ་བྲིས་
མ་བསྐྱབས་པར་མཁུན། དགྲུང་ལོ་བཅུ་དགྲུ་དང་བྱི་ལོ་༡༡༣༡ ལོར་དབུས་སུ་བྱོན། སྟོང་
ལུང་དུ་དགེ་བཤེས་རྒྱ་དམར་བ་དང་། ལྷ་བ་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེ་ ལ་ཆོས་གསན། དགྲུང་གངས་
ཉི་ཤུ་རྩ་ལྔ་བ་ལ་བསྟེན་པར་རྫོགས། བྱི་ལོ་༡༡༤༡ ལོར་མཉམ་མེད་དྲགས་སོ་ལྷ་རྩེ་དང་
མཛེས། དེ་ནས་དྲགས་ལྷ་སྤམ་པོར་བྱོན་ནས་མཉམ་མེད་དྲགས་སོ་ལྷ་རྩེའི་བྱང་དུ་གདམས་
དག་གསན་པས་བྲུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་པ་མཆོག་ཏུ་འཁུངས་ཏེ། སྤར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་
བྱི་ཤུན་དང་སྤུན་པ་ལྟར་གྲུར་ཏེ་ཞེས་གྲགས། ལོ་རྒྱུས་ནི། འཕྲོ་མགོན་ཕག་མོ་གྲུ་བ་དེ་ཉིད་
དང་པོར་གཞུང་ལུགས་ལ་སྤྱངས་པ་མཛད་པའི་ཆེ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་འདི་གང་ལ་ཐུག་པ་
ཡིན་སྟེ་དུ་དགོངས་པའི་ཆེ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བར། ལྷ་བ་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེའི་བྱང་དུ་
མེབས་ནས་དེས་པར། ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་ཡིན་གསུང་ཡང་སྤོ་འདོགས་མ་ཆོད། ས་ཆེན་གྱི་
བྱང་དུ་ཞུས་པས་རྒྱུད་སེམས་ངོ་མོ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་འདི་ཡིན་གསུངས་ཏེ། དེས་ཀྱང་སྤོ་
འདོགས་མ་ཆོད། དེ་ནས་དྲགས་ལྷ་སྤམ་པོར་མཉམ་མེད་དྲགས་སོ་ལྷ་རྩེའི་བྱང་དུ་མེབས་པས་
ཁོང་གིས་ཁྱེད་རང་ལ་ཐག་མ་ཆོད་པ་ཅི་ཡོད་དེས་ཤིག་གསུངས་པས། འཁོར་བའི་གཞི་རྩ་
མཐར་ཐུག་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞུས་པ་ན་དེ་ལ་མི་ཤེས་རྒྱ་ཅི་ཡོད། ད་ལྟའི་ཐ་མལ་གྱི་སེམས་འདི་
ག་ཡིན་གསུངས་པས། ཐུགས་ལ་གཏིང་ནས་འཛོད་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་སྟོན་གྱི་བག་ཆགས་ས་ད་
པའི་བྱིན་རྒྱལ་དང་དགའ་སྤོམ་གྲུས་སྤྲེལ་ཤེས་པ་ལྟ་བུས་ཡིད་གཡོས་ཏེ་བན་མེད་དུ་
བརྒྱལ་ཞིང་། དེ་ཀྱང་ལ་བྲུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་པ་ཁྱེད་པར་ཅན་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འཁུངས་
པར་བཤད། ཕག་མོ་གྲུ་བར་ཀུན་བཟང་ནགས་ཁོད་དུ་གདན་ས་མཛད་པས་འཕྲོ་མགོན་ཕག་
མོ་གྲུ་བ་དང་། རིན་ཆེན་སྤྱངས་པར་བྲག་རྩར་བཞུགས་པས་མཐའ་རྩ་བར་ཡང་གྲགས།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ལྟ་ཐུབ་པ་དང་དོ་བོ་གཅིག་པར་ཡང་ཞལ་གྱིས་བཞེས། སློབ་མ་
བསྐྱེད་ས་པས་བྱུབ་པའི་སྤྱིས་བྱ་མང་དུ་བྱོན། ཁོང་གི་གཅེན་སི་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་མཆོན་གྱིས་
དབུས་གཙང་གི་བདག་པོ་བྱས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རྩ་རྒྱ་སྒྲོར་གྱི་ལུས་སྤྱོད་འཁོར་
གྱི་གདམས་པ་འདི་རྒྱལ་བ་པག་མོ་བྱ་པ་ལས་བརྒྱད་པའི་གདམས་པ་ཡིན་པར་གསུང་། བྱི་
ལོ་༡༡༥༥འོར་གདན་ས་མཐིལ་བྱག་བཏབ་པ་བཅས་སོ། །

པག་འཆོང་། པག་པ་གསོས་ནས་འཆོང་མཁན།

པངས་པ། ༡ སྤྱིང་ལ་ཐུག་པ། སྤྱིང་ལ་དགའ་བ། སྤྱིང་ལ་ཉེ་བ། གཅིགས་ཆེན་པོ་བྱ་རྒྱའི་ཆོས།
གཅེས་པ། ༡ ཏ་ཙང་བཅེ་པོ་བྱ་རྒྱའི་ཆོས། དཔེར་ན་གཅེས་ཤིང་པངས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༢
རང་གི་གཅེས་པོ་བྱ་རྒྱའི་རྒྱ་དངོས་སོགས་པོར་བརྒྱག་དུ་སོང་བའི་སེམས་ཀྱི་ཆོར་སྤང་།
པར། ༡ ཁོས་ཤིག་ཅེས་པའི་དོན། རྗེའི་སྤྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། པར་ནི་ཁོས་ཤིག་ཅེས་པའོ། ཞེས་
དང་། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེ་སྤྲགས་ལས། པར་པར་ཅེས་པ་ནི་དགས་པའོ། ཞེས་གསུངས་
སོ། ཁགོ་བོ་ཆལ་པར་ཁོས་ཤིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འདིའི་ཁོས་ཤིག་ཅེས་པ་ནི་འགས་པའི་སྤྲུལ་
ཆིག་ཡིན། པར་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ “ फटना ” དང་ “ फाड़ना ” ཞེས་པ་རལ་བ་དང་དབུལ་བའི་དོན་
ཡིན་པ་དེ་ལས་དུས་པར་སེམས་སོ། ༢ གསོད་ཅིག་ཆོས་ཤིག་ཆར་ཆོད་ཅིག་ཅེས་པའི་
ཆོད་པའི་ཆིག་ཅིག་པར་ཆེན་ཆོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། པར་ནི་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་སྤྲ་སྤྲེ། མི་
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་སྤྲའོ། ཞེས་དང་། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེ་སྤྲགས་ལས།
པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ས་བོན་ནོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ༢ འཛིགས་
སྤྲུལ་དང་སྤྲུགས་པའི་སྤྲ་ཞིག་རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེ་སྤྲགས་ལས། པར་ཅེས་པ་ནི་དོ་རྗེའི་རིགས་
རྣམས་ཡང་དག་པར་འཛིགས་པར་མཛད་པའོ། རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་པར་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་
གྱིས་རྟ་མགོན་ལ་བསྤྲུགས་པར་མཛད་པའོ། ཞེས་གསུངས། ༣ དོན་གང་ཞིག་གསལ་དུ་
གཏོང་བའི་དོན། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེ་སྤྲགས་ལས། རྩྱུ་གཉིས་ནི་སྤྲུགས་ཀྱི་དོན་གང་ཡིན་པ་ལ་
དམིགས་པ། པར་ནི་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པ། སྤྲ་རྩྱུ་ནི་དབུགས་འབྲེན་པའོ། ཞེས་དང་། ཡང་

དེ་ཉིད་ལས། བཏ་བཏ་ཅེས་བ་ནི་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ས་བོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །བཏ་ཆེན་ཆོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་རྣམས་བཤད་ལས་ཀྱང་། བཏ་
ནི་དོན་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །4 ཟུར་སེལ་གྱི་རྒྱུང་མཆོན། བསྐྱེད་
རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་བཏ་སེར་པོས་ཁོར་བུའི་བྲག་པ་བཀག་ཅིས་བ་ལྟ་བུ།

ཕན་གདགས་སོ། ཕན་གདགས་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན། མདོ་མཛོད་སྒྲུབ་༼ མདོ་ཤ་བ་༽ ༡༣༡ན་
ལས། བདག་གིས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་གདགས་སོ་སྟུང་བུ་
བསམས་ནས། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཕན་བདེ། བྲགས་སུ་ཕན་བ་དང་འབྲལ་བུ་བདེ་བའི་བྲུན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར། བདེ་སྦྱིད། བྲུན་
ཆོགས། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་ཀྱི་བྲུན་ཆོགས་དང་བདེ་སྦྱིད་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་སྟེ། བྲུན་
བཤད་ནི། བྲགས་སུ་ཕན་བ་དང་། འབྲལ་བུ་བདེ་བས་ན་ཕན་བདེའོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
ལས། འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་བྲགས་སུ་ཕན་བ་དང་གནས་སྐབས་སུ་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ།
ཞེས་དང་། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་༩༤༦བཤད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ལ་བྲགས་སུ་ཕན་
ཞིང་འབྲལ་བུ་བདེ་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །མདོ་མེ་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་ལས།
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་བ་དང་། བདེ་བར་བྱེད་ཅེས་བྲ་བ་ལ། ཕན་བ་བྱེད་པ་ནི་ཆེ་བྱི་མའི་
ལྟ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་ལ་སྦྱོར་བའོ། །བདེ་བ་བྱེད་པ་ནི་མཛོད་བའི་ཆོས་ཁོན་ལ་བདེ་བ་ལ་
སྦྱོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་རྣམས་ལ་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་ལ་བཤད་པ་
༼ རྩ་༽ ༡༥༥ནལས་ཀྱང་། ཕན་བ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་དུས་གཞན་ན་ཕན་བའོ། །བདེ་བ་ཞེས་བྲ་བ་
ནི་གཏན་དུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཕན་བའི་ས། ས་གཞི་བཟང་པོ་ཞེས་བ་སྟེ། སྐབས་འདིར་ལོ་རྟོག་བྲུན་སུ་ཆོགས་བ་སྟེར་བའི་ཞིང་
སའམ་ས་གཞི་བཟང་པོ་དང་འབྲེད་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་བཟང་ལ་གོ་དགོས། སྦྱོང་འཇུག་
ལས། བེན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་ཕན་པའི་ས། །རི་ཞིག་ལྟར་སྟེ་རྟེན་གྱུར་ནས། །བདག་ཉིད་ཤེས་
དང་ཐུན་བཞིན་དུ། །ཕྱིར་ཡང་དཔུལ་བ་དེར་ཁྱིད་ན། །སྟགས་ཀྱིས་མོངས་པར་བྱས་བ་

བཞིན། བདག་ལ་འདིར་སེམས་མེད་དུ་ཟད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། སློབ་དཔོན་ཤེས་
རབ་འབྲུང་གནས་སློབ་གྲོས་ཀྱི་སློབ་འཇུག་དཀའ་འགྲེལ་ལས། བན་བའི་ས་ནི་མན་བ་དང་བདེ་
བའི་དོན་དུ་དལ་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མཉམ་པ་ཤིན་ཏུ་རྟེན་
དཀའ་བ་ནི་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས།

མན་ལུན། (འདུལ་བ) 1 མ་རུང་བའི་དོན་ཡིན། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་བའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་བ་
༩ ཚུ་༡༩༩པ་ན་ལས། མན་ལུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རུང་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2
དམ་དུམ་གྱི་དོན་དུ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་མིང་བདག་གོ་དཀའ་བ་འགྲེལ་ཞིག་བཤད་བ་སོམ་ཉིད་
ལུན་སེལ་ལས་བཤད། ཆམས་རྩུང་དུ། རུང་ཟད། རུང་ཟད་བཅས་ཀྱི་དོན། བེའུ་འགྲེལ་
ལས། ཟང་ཟིང་མན་ལུན་རྩུང་ན་ཆོས་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་བུང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། 3 ཆམས་
དམ་དུམ་དུ་གྱུར་ནས་རྩུང་འཛིང་བའི་དོན། གནས་མལ་མན་ལུན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷང་བྱེད་ཅེས་
བ་ལྟ་བུ། 4 མི་མ་ལུན་པའམ་འཆོལ་བའི་དོན་ཏེ། སེམས་སྤང་མན་ལུན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བ་ལྟ་
བུ། ཞེས་དག་གསར་ལས་བཤད།

མན་ཡོན། མན་ཚོགས། མན་འབྲས། དག་མཆན། མཇུག་འབྲས་བཟང་ལོ། འབྲས་བྱ་བཟང་ལོ། སྒྲ་
བཤད་ནི། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སློབ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་
རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༩ ཅི་༡༩༩པ་ལས། ཆེ་འདི་དང་བྱི་མ་ལ་ཁན་མ་ཐོ་བ་མེད་པས་མན་ཡོན་
ཞེས་བུའོ། ཞེས་གསུངས།

མག། ཆང་ཕྱིའི་མིང་།

མམ་འབྲ། (འདུལ་བ) རབ་བྱུང་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པས་མི་ཆངས་སློབ་སོགས་ཅུ་བ་བཞིའི་གཞི་ལ་
ཞུགས་པའི་ལྷང་བའོ། །འདི་ལ་མམ་འབྲའི་ཉེས་བྱས་ཟེར། དཔེར་ན་དག་ཚུལ་གྱིས་མི་ཆངས་
པར་སློབ་པའི་གཞི་ལ་ཞུགས་པའི་ལྷང་བ་ལྟ་བུ། སྒྲ་བཤད་ནི། བྱེད་ལས་མམ་བ་དང་འབྲེལ་
སྟེ་ཆོན་ཉེས་བྱས་སུ་གཏོགས་པས་དེ་སྟོན་ཅེས་བུ། དག་ཚུལ་སོགས་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམ་པ་
གསུམ་ནི། བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་མ་རྫོགས་པས་ལྷང་བ་ཉེས་བྱས་ལས་ཆེ་བ་མི་བསྐྱེད་

23

པམ་པ་འཆབ་བཅས་ཆེ་ཉིད་ལ་འདག་པ་སྤྲོད་པར་ཐལ། དེ་རང་ཉིད་འདག་བྱེད་ཆད་ལས་
ཀྱི་བསྐབ་པ་སྤྱིན་པ་ལ་ལྟོས་པའི་བྱིན། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སོ་ཐར་གྱི་པམ་པ་འཆབ་བཅས་དེ་
ཆོས་འདུལ་བ་འདི་ལས་ཡོས་མེས་ཆོག་པ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་མི་སྤྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་གསུངས་པ་
ཡིན་པའི་བྱིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །² རྒྱལ་བའི་ལྷོག་ཕྱོགས།
པམ་པ་བཞི། (འདུལ་བ) རྩ་བ་བཞི་དང་འགལ་བའི་ལྷུང་བའོ། །མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ། མ་བྱིན་པར་
ལེན་པ། སློག་གཅོད་པ། མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་རྩུན་སྒྲ་བའི་པམ་པ་དང་བཞིའོ། །
པམ་པ་པ། གསོལ་རས་ཀྱི་མིང་དུ་བཤད།
པམ་པ་བས། ལྷག་མ། འདུལ་བ་ལས། ལྷའི་གནས་ཀྱི་ལྷག་མ་ཞེས་པའི་ཆབ་རུ་པམ་པ་བས་ཞེས་
བྱུང་བས་སོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །
པའི་རྣམ་འབྱེད། (འདུལ་བ) ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལ་གཟེགས།
པའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ། (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་དང་དོན་འབྲ།
པར། ཚུ་རོལ་གྱི་ལྷོག་ཕྱོགས་ཏེ། པ་རོལ་གྱི་བསྐྱུས་ཆོག
པར་བྱིན། འདི་ལ་གོ་རྒྱ་གསུམ་ཡོད། བྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ལ། པར་བྱིན་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། འདི་
པ་རོལ་རུ་བྱིན་བྱེད་ལ་པར་བྱིན་མིང་བཏགས་པ་ཡིན། བྱིན་སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མཐར་
བྱིན་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། པར་བྱིན་ཟེར་བ་དང་། འདི་ནི་པ་རོལ་རུ་དངོས་ཀྱི་
མིང་ཡིན་ལོ། །དེ་གཉིས་བརྗོད་བྱུང་བྱེད་པའི་གཞུང་ལ་པར་བྱིན་ཟེར་བ་དང་གསུམ་སོ། །
པར་བྱིན་ཁམས་ལུགས་མ། པར་བྱིན་ཁམས་ལུགས་མར་གྲགས་པ་རྫོ་བོའི་གསུང་པར་བྱིན་གྱི་
ཟེན་བྲིས་ཤིག་སྟེ། རྫོ་བོ་ཆེན་པོས་སྟེ་ཐང་དུ་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་རྒྱས་པ་ཞིག་གནང་སྐབས།
ལུག་དར་སྟོན་པས་ཟེན་བྲིས་བཏབ་པའོ། །དེས་སྟོན་༣༡༩་གསལ།
པར་བྱིན་བཟུ། བྱིན་པའི་པར་བྱིན། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་བྱིན། བཟོད་པའི་པར་བྱིན། བཙོན་འགྲུས་
ཀྱི་པར་བྱིན། བསམ་གཏན་ཀྱི་པར་བྱིན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱིན། ཐབས་ཀྱི་པར་བྱིན། ལྷོབས་
ཀྱི་པར་བྱིན། སྟོན་ལམ་ཀྱི་པར་བྱིན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པར་བྱིན་དང་བཅུའོ། །

པར་ཕྱིན་ཐེག་པ། མདོ་ཡི་ཐེག་པ། ལྷ་ཡི་ཐེག་པ། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། ཐེག་པ་གང་ལ་སྤྱོད་པའི་རྟེན་
སེམས་བསྐྱེད་དང་སྤྱོད་པ་པར་ཕྱིན་ཏུག་གིས་བཟོད་ཅིང་དེ་ལས་གཞན་པའི་བསྐྱེད་རྟེན་གས་
ལ་སོགས་པའི་ལམ་མེད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་ཆེན་མོར་གཞི་བྱས་ཏེ་
བཀོད།

པར་ཕྱིན་ཏུག་ ཕྱིན་ཏུག་གི་ཉམས་ལེན། པར་ཕྱིན་ཏུག་ཟེར། ཏུག་ནི་སྤྱིན་པའི་པར་ཕྱིན། ལུ་ལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་པར་ཕྱིན། བཟོད་པའི་པར་ཕྱིན། བཙོན་འབྲུགས་ཀྱི་པར་ཕྱིན། བསམ་གཏན་ཀྱི་པར་
ཕྱིན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དང་ཏུག་གོ། ཡད་ཏུག་ལ་པར་ཕྱིན་ཞེས་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་བྱེད་ཡིན་པས་ཆ་ནས་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་སྤྲུལ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའམ་སྤྱོད་པ་མཐའ་
ཡས་ཀྱང་གཞན་མཐའ་དག་བསྐྱས་པའི་སྤྲོམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་
ཆེན་མོ་ལས། གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་རིགས་བསྐྱུ་ན་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུག་ཏུ་
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་འདྲུ་པས་ཕྱིན་ཏུག་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་གཞན་
མཐའ་དག་བསྐྱས་པའི་སྤྲོམ་ཆེན་པོའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྲོས་ཏེ་བཤད་ན། ༡ གཏོང་བའི་
སེམས་པ་དང་དེའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ངག་གི་ལས་ལ། སྤྱིན་པ་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེ་ན།
ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པ། མི་འཛིགས་པ་སྤྱུབས་ཀྱི་སྤྱིན་པ། ཟང་ཟེང་གི་སྤྱིན་པ་དང་གསུམ་མོ། ༢
གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཡིད་ཕྱིར་ལོག་པའི་སྤོང་སེམས་ནི། ལུ་ལ་ཁྲིམས་
ཀྱི་ངོ་མོ། ཡང་ན་སྤོང་བའི་སེམས་པ་ལུ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ངོ་མོ། དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། ཉེས་སྤྱོད་
སྤོམ་པའི་ལུ་ལ་ཁྲིམས། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ལུ་ལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་
ལུ་ལ་ཁྲིམས་དང་གསུམ་མོ། ༣ གཞན་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་རི་མི་སྟུང་པ་དང་། རང་གི་རྒྱ་ད་
ལ་སྤྲུག་བསྐྱལ་བྱུང་བ་ལ་དང་དུ་ལེན་པ་དང་། ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པ་ལ་མོས་པ་ཤིན་ཏུ་
གནས་པ་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་དགེ་ཅད་ཀྱི། བཟོད་པའི་ངོ་མོ། དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། གཞོད་
པ་བྱེད་པ་ལ་རི་མི་སྟུང་པའི་བཟོད་པ། སྤྲུག་བསྐྱལ་བྱུང་བ་ལ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ།
ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པ་དང་གསུམ་མོ། ༤ དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་

ནས་མཐོང་པར་སྤྲོད་པ། བཙུན་འགྲུལ་གྱི་དོན་ལྟོ་བཤུ་བ་ལ། གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུལ་
 དགེ་བའི་ཆོས་སྤྲུང་གི་བཙུན་འགྲུལ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གི་བཙུན་འགྲུལ་དང་གསུམ་
 མོ། ༡༥ དམིགས་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་གཡེང་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་དགེ་བ་
 དེ། བསམ་གཏན་གྱི་དོན་ལྟོ་བཤུ་བའི་དེ། ཆེ་འདི་ལ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་
 པའི་བསམ་གཏན། ཡོན་ཏན་མཐོང་པར་བསྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་
 པའི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ་མོ། ༡༦ བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་མཐོང་པར་བྱེད་
 པར་བྱེད་པ་དེ། ཤེས་རབ་གྱི་དོན་ལྟོ་བཤུ་བ་ཞི་གསུམ་སྟེ། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ།
 གུན་རྫོང་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་
 མོ། ༡༧ སྤྲུག་སྤྲུག་གི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཐུག་པའི་སངས་རྒྱུ་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྲུག་
 སྤྲུག་ལའང་། བར་ཐུན་ལྷན་ཐེང་ལོ། །འདི་ལ་བར་ཐུན་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། བ་རོལ་
 སངས་རྒྱུ་གི་སར་ཐུན་ཐེང་པས་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་དོ། །

བར་ཐུན་ལྷན་ཏུ་གྲངས་ངེས་ཚུལ། ཟང་ཟེང་བཏང་བས་བ་རོལ་པའི་མོང་ས་པ་སེལ་བའི་སྤྲུག་པ།
 སེམས་ཅན་གང་ལ་ཡང་པར་འཆེ་བ་མི་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། ལྷན་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ལ་མི་
 ཁྲོ་བའི་བཟོད་པ། གཞན་དོན་བྱེད་པ་ལ་མི་སྤྲོ་བའི་བཙུན་འགྲུལ། ལྷན་འབྲུལ་དང་མཐོང་ཤེས་
 སྤྲུག་གིས་གཞན་གྱི་ཡིད་ཆོས་ལ་དང་བ་དང་འདུན་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན། རྟོན་རུང་
 དུ་སོང་བ་ན་གནས་ལུགས་གྱི་དོན་ལེགས་པར་བཤད་དེ་ཐེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བཅད་པས་གྲོལ་
 བར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ་བ་རོལ་དུ་ཐུན་པ་ལྷན་ཏུ་གྲངས་ངེས་སོ། །

བར་ཐུན་ལྷན་ཏུ་བྱ་ཚུལ། ཐུན་པ་ལ་སྐྱར་ན། ཆོས་དང་ཟང་ཟེང་གི་དངོས་པོ་གཞན་ལ་གཏོང་
 པའི་སྤྲུག་པ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ཉན་རང་གི་ཡིད་བྱེད་སྤྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། མཐོང་ཤེས་ཀྱི་
 ཆོས་ལ་མོས་ཤིང་བཟོད་ལ་གཞན་གྱིས་གཤེ་བ་བཟོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་
 འཕེལ་བའི་ཐུང་འདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་བཙུན་འགྲུལ་དང་། ཐེག་དམན་དང་མ་འབྲེས་པའི་
 སེམས་ཅེ་གཅིག་པས་དགེ་བ་རྫོགས་བྱེད་དུ་བསྐྱོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་། ཐུན་བྱ་ཐུན་བྱེད་

ལེན་པ་ལོ་ནམས་ལ་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ་དུག་གོ། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྦྱར་ན། རང་
 ཉིད་གཞན་གཞོན་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་སེམས་སྤང་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་
 ལ་གནས་ནས་གཞན་དེ་ལ་འགོད་པ་ནི་སྦྱིན་པ། རྣམ་མཁུན་གྱི་ཆོས་ལ་མོས་ཤིང་བཟོད་ལ་
 གཞན་གྱིས་གཤེབ་བ་བཟོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་བསྐྱེད་
 པའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། ཐེག་དམན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པས་དགེ་བ་རྩོགས་
 བྱང་དུ་བསྟོར་བའི་བསམ་གཏན་དང་། འཁོར་གསུམ་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ་དུག་
 གོ། བཟོད་པ་ལ་སྦྱར་ན། གཞན་གྱིས་གཤེབ་པ་སྟགས་ལ་མི་སྟོབའི་བཟོད་པ། རང་ཉིད་བཟོད་
 པ་ལ་གནས་ནས་གཞན་དེ་ལ་འགོད་པ་སྦྱིན་པ། དེ་ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་
 འདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། ཐེག་དམན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པས་
 དགེ་བ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྟོར་བའི་བསམ་གཏན་དང་། འཁོར་གསུམ་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤེས་པའི་
 ཤེས་རབ་སྟེ་དུག་གོ། བརྩོན་འགྲུས་ལ་སྦྱར་ན། གཞན་དོན་བྱེད་པ་ལ་མི་སྟོབའི་བརྩོན་
 འགྲུས། རང་བརྩོན་ལ་གནས་ནས་གཞན་དེ་ལ་འགོད་པ་ནི་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། རྣམ་
 མཁུན་གྱི་ཆོས་ལ་མོས་ཤིང་བཟོད་ལ་གཞན་གྱིས་གཤེབ་བ་བཟོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ཉན་
 རང་གི་ཡིད་བྱེད་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཐེག་དམན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་
 པས་དགེ་བ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྟོར་བའི་བསམ་གཏན་དང་། འཁོར་གསུམ་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤེས་
 པའི་ཤེས་རབ་སྟེ་དུག་གོ། བསམ་གཏན་ལ་སྦྱར་ན། ཐེག་དམན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་
 གཅིག་པས་དགེ་བ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྟོར་བའི་བསམ་གཏན་དང་། རང་ཉིད་བསམ་གཏན་
 གནས་ནས་གཞན་དེ་ལ་འགོད་པ་སྦྱིན་པ། དེ་ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་
 བསྐྱེད་པའི་བརྩོན་འགྲུས། རྣམ་མཁུན་གྱི་ཆོས་ལ་མོས་ཤིང་བཟོད་ལ་གཞན་གྱིས་གཤེབ་བ་
 བཟོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ཉན་རང་གི་ཡིད་བྱེད་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཐེག་དམན་དང་
 མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པས་དགེ་བ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྟོར་བའི་བསམ་གཏན་དང་།
 འཁོར་གསུམ་སྦྱུ་མ་ལྟར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ་དུག་གོ། ཤེས་རབ་ལ་སྦྱར་ན། རང་ཉིད་

བར་ཁྱེན་བསྐྱས་པ། སློབ་དཔོན་དཔལ་པོམ་ལྷ་ཅུ་ལྷ་རས་མཛད། ལྷ་ར་ཞེས་བ་ལེགས་སྐྱར་གྱི་
 དཔལ་པོམ་སྐད་དོད་ཡིན། ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་སློབ་དཔོན་དཔལ་པོམ་མཛད་པའི་ཞེས་
 འབྱུང་ཡང་། སྡེ་དགེ་བསྐྱན་འབྱུང་དུ་ལྷ་ཅུ་ལྷ་རས་མཛད་ཅེས་འཁོད་པས་བཟུ་འཆོལ་བྱེད་
 དུས་ཅུང་དཀའ་ཙམ་ཡོད་དོ། །སྡེ་དགེ་བསྐྱན་འབྱུང་དཔུ་མ་༽ ཁེ་ ༡༡༧༡ནས་དབུ་
 ཚུགས་ཤིང་མཐུག་༡༣༧༧ན་རྫོགས་སོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་འདིའི་ལུང་འདེན་
 མེད་ས་ཉི་ཤུ་ཙམ་མཛད་ཡོད། རྒྱལ་ས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་མཆིས་ནས། སྟོང་
 གསུམ་འདི་ཡང་སྟོང་དུ་ཅུང་། །རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཡི་གཏེར། །ལུལ་གྱིས་གཞལ་བར་ག་ལ་
 ཅུས། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་ཡང་གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ཡིན། འདི་སེར་རྩེ་བཅུན་
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྐབས་དང་པོའི་སྤྱི་དོན་རོལ་མཆོ་སྐབས་གསུམ་མད་དངས་ཡོད་
 ཀྱང་། རི་སྐད་དུ་ཞེས་བ་ཙམ་ལས་གཞུང་འདི་ཡིན་གྱི་གསལ་ཁ་མཛད་མེད་དོ། །

པམ་ཆེད་སྟོང་པའི་དགོ་བསྟེན། (འདུལ་བ) ཅུ་བ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་བ་ལྟ་པོ་རྣམས་ལས་གསུམ་
མམ་བཞི་ཅམ་བསྐྱང་བར་ཁས་ལེན་པའི་དགོ་བསྟེན་ལ་ཟེར། མཆོད་ཀྱི་ལས། པམ་ཆེད་སྟོང་
པའི་དགོ་བསྟེན་ནི་ལྟ་པོ་དེ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གསུམ་མམ་བཞི་བསྐྱང་བའོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

པས། 1 པ་རོལ་གྱིས་ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་པའོ། དཔེར་ན་པས་པམ་པ་དང་། པས་བསྐྱ་བ་ཞེས་
པ་ལྟ་བུའོ། 2 པ་རོལ། དཔེར་ན་པས་ཀྱི་ཆོལ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

པས་པམ་པ། (འདུལ་བ) 1 པམ་པའི་ལྷུང་བའི་མིང་། དཔེར་ན་པས་པམ་པ་དང་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་
གཉིས་མོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། པས་ཞེས་པ་ནི་པ་རོལ་གྱིས་ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་པའོ། 2
སྒྲགས་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་གི་མིང་། རེའི་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་
སྟེ་མ་ལས། ཐོག་མར་ཅ་བའི་དམ་ཆོག་སྟོན་པ་ནི། པས་པམ་པར་རྒྱུད་ལྷེ་ནམས་ལས་རབ་ཏུ་
བཤད་པའི་བཏུ་བཞི་ནམས་ཀྱི་བཅས་པ་སྟེ་དེ་ནམས་ལ་མིང་གཉིས་པ་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་ཞེས་
ཀྱང་བཤད་དོ། དེས་སྟོམ་པ་གཙོ་བོ་པས་གཉེན་པོའི་སྤྱགས་པམ་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་ཡང་པ་
རོལ་མི་མཐུན་སྤྱགས་ནས་ཚུར་ལ་པམ་པར་བྱས་པས་པམ་པམ་མོ། ཞེས་གསུངས།

པས་བསྐྱ་བ། པ་རོལ་ལམ་གཞན་གྱིས་བསྐྱ་བ། པ་རོལ་གྱིས་བསྐྱ་བ་བྱེད་པ། མཛོད་ཅ་བ་ལས།
པས་བསྐྱ་རང་འགྲོ་གཤལ་བཤམས་དང་། མཛོན་བཅམས་པས་རྒྱལ་གཞོན་པ་མེད། ཅེས་
གསུངས། སྤྱི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྒྲ་ར་གསེར་གྱི་ཐེང་མཛེས་པ་༥༧ལས། བ་ཏུ་ཏུ་ནི།
པས་བསྐྱ་བ་སྟེ་པ་རོལ་གྱི་བྱུང་ནས་སོང་ཞེས་བཤམ་པས་བསྐྱ་ཐེར་ནའང་སྤྱགས་འདྲ། ཞེས་
འབྱུང་།

མི་སྒྲིང་། ཕྱི་སྒྲིང་། འདི་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མར་མང་དུ་སྒྲང་།

མི་སྒྲིང་བ། ཕྱི་སྒྲིང་བ།

ཕ་གྲ། བྲག་ཕྲག་རྒྱུང་དུའི་དོན། སོམ་སེལ་ལས་ཕྲག་གི་དོན་དུ་བཤད། བེལ་འགྲེལ་ལས། ཕ་གྲ་ན་
འདུག་ནས་མིག་དོག་སྒྲར་བསྐྱས་པས་མི་འོང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ཁོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
མོར། བྲ་གའི་དོན་དུ་བཤད།

ཕ་ཐག་ཆོད་པ། 1 ཐག་ཆོད་པ། 2 དཔྱིས་ཕྱིན་པར་གོ་བ། བསྐྱན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་། སྒྲ་
བཤད་ནི། དཔེར་ན་ལུང་པ་དེར་ཏུ་ལུག་སོགས་བརྒྱགས་པ་ན། ལུང་པ་དེའི་ཕུ་ཇི་ཙམ་ཡོད་

པ་མ་རྫོགས་ཀྱི་བར་དུ་བཅའ་ནས་མེད་པར་ཐག་ཚིང་པ་ན་ཕྱ་ཐག་ཚིང་པ་བཅའ་ཞེས་པ་
དང་ལྷ་བས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད།

ཕྱ་དྲུག གྲུས་འདུང་བྱེད་པ། ཕྱད་དུ་འདུང་བ་སྟེ་ཡུལ་མཆོག་ཏུ་བརྩིས་ནས་དེ་ལ་གྲུས་འདུང་ཁྱ
བཞི་དོན་ནོ། །ཕྱད་དུང་ཡང་འཐད། བརྒྱད་སྟོང་འབྲེལ་ཆེན་ལས། ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བློན་པའི
སྟོན་ས་ཕྱ་དྲུག་བྱེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། པུན་ཀྱི་ཕྱད་དམ་མཆོག་དང་། དྲུད་ནི་འདུང་
པའི་དོན་ནོ། །

ཕུ་ཤོ། གཅེན་ཤོ།

ཕུ་མོ། གཅེན་མོ།

[illegible]

ནས་ལངས་པ་དང་། ཨ་ཙ་ར་ཅིག་བྱང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་ན་པོད་ཀྱི་བརྗེ་གཅིག་ཡོད་འདུག་པ་
ཁྱིད་ལ་ཤོག་ཟེར་ནས་སོང་། དེའི་ཆེ་ཤེས་རབ་སེང་གོ་དང་བསྐྱེབས་ནས་ཕྱོན་ཏེ་ལྟོངས་མེ་
ཏོག་བརྒྱན་པའི་ཤོང་ཁྱེད་རེ་པོ་གསེར་གྱི་དགོན་པ་ལྷུ་ལ་ཏ་རེར་དགོ་ཚུལ་བས་མཇལ་སྒྲ་
བྱས། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་རོ་བཤ་ཆེན་དང་ཞལ་མཇལ་ནས་བརྒྱུད་ཕྱག་མཇལ་དུ་བཅའ། གསེར་གྱི་མེ་
ཏོག་མཇལ་དུ་བྱལ་བས། རྒྱ་རོ་བཤེལ་ནས། ལྷ་མས་ལུང་བསྟན་བདག་གི་བྱ། རྫོང་ལྷན་
མར་པ་སྒྲོ་བློས་གྱིས། །ཁ་བ་ཅན་ལྟོངས་བྱང་ཕྱོགས་ནས། །ཁྱལ་ཆབ་འཛིན་ཕྱིར་སྐྱེབས་པ་
ལེགས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་མཆོག་ཏུ་དབྱེས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས། ཞེབ་པར་ཨོ་ཏྲ་
ལུ་རེ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཕྱག་ཐིག (འདུལ་བ) ཕྱག་ཐིག་དང་འབྲ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་དུ་ཕྱག་ཐིག་ཅེས་འབྱུང་ལ། དེའི་འབྲེལ་པར་
ཕྱག་ཐིག་ཅེས་འབྱུང་ངོ། །

ཕྱག་ཐིག (འདུལ་བ) བ་ལང་སོགས་ན་འཛིང་གཏུག་གའས་བྱེད་དུས་ངར་ངར་བྱེད་ནས་རྒྱང་ལག་
གིས་ས་འཛོར་བ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་
༡༣༥བཤེལས། ཕྱག་ཐིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱང་ལག་གིས་ས་འཛོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །སེང་གོ་དང་ཁྱུ་མཆོག་གི་གཏམ་རྒྱུད་འཆད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ཆ་བ
༢༩༥༠བཤེལས། སེང་གས་སྐྱས་པ། ཞང་པོ་གོ་རིམ་རི་ལྟར་འོང་བར་འགྱུར། རྩས་སྐྱས་པ།
ཆ་པོ་ཁྱུ་མཆོག་འདི་ལྟས་ནས་བྱང་ནས་བྱ་སྐྱུང་བྱེད་པར་འགྱུར་ལ། བྱ་སྐྱུང་བྱས་ནས་འབྲ་
སྐྱ་འབྱིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། འབྲ་སྐྱ་སྐྱུང་ནས་ཕྱག་ཐིག་བྱེད་པར་འགྱུར། ཕྱག་ཐིག་བྱས་ནས་
རམ་པ་བྱས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་མདུན་དུ་འོང་བར་འགྱུར་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་འདིས་བསད་དོ་སྟུང་དུ་
ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །ཅེས་གསུངས་སོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། མིག་པས་ས་ཕྱག་ནས་ཐིག་གས་
ཐིག་ཅེས་པའི་སྐྱ་འདོན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བར་སེམས་སོ། །

ཕྱག་པ་ལྷན་གྱུ་བ་རྒྱ་མཆོད་གསུང་འབྲམ་དཀར་ཆག རྒྱལ་བ་ཙེང་ཁ་པའི་འཁོར་དག་པ་རྣམ་
བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་འོལ་ཁ་ཏེ་མ་སྤིང་གི་སྒྲ་མ་བཟང་སྤྱོད་བ་དང་གཙང་ཆུད་པ་ཆོས་གསལ་ས་

ཐུ་མཆོད་གཉིས་ཀའི་དངོས་སྟོན་ཕྱག་པ་ལྷན་གྱི་ཐུ་མཆོད་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་ནི། ཉ་
 ཀ་པར ཉ་པད་དཀར་ཞལ་ལུང་ལ་ཉིས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་ཕྱག་པད་དཀར་ཞལ་ལུང་ལ་མི་གསལ་
 བ་གསལ་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཆོན་བརྒྱ་གཅིག་མཁས་གྲུབ་ཏུ་གནས་པ་བཟང་ཐུ་མཆོས་མཛད་པ་
 པད་དཀར་ཞལ་ལུང་གི་མཛུགས་ཏུ་ཡོད་པ་ནི། ཉ་ ཏ་པར ཉ་ཆིས་འཕྲོ་གསལ་སྟོན་ལ་སོ་གཅིག་
 ཉ་ ཀ་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་སྟོང་འབུག་ལྷན་ཐབས་ལ་ཉེར་གཉིས། ཉ་ ང་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་
 ཀུན་སེལ་ལ་སོ་གཅིག་ཅ་པར་ཆིས་ཀྱི་དུས་བཞི་གཡས་བསྐྱོར་གསལ་སྟོན་ལ་ཉེར་གཉིས། ཉ་
 ཆ་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་གཟའ་ཉིད་སྤྱོད་པས་ལ་སྟོན་ལ་དུག་ཉ་ ཇ་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་ཉི་ཤུ་གསལ་
 སྟོན་ལ་ཉི་ཤུ། ཉ་ ཉ་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་ཉི་ཤུ་བཙུ་འཆར་བའི་ས་གང་ཡིན་དཔུང་པ་ལ་ལྟ། ཉ་
 བར ཉ་ཆིས་ཀྱི་དུས་བཞི་གཡས་བསྐྱོར་ལ་ལྟ། ཉ་ ཐ་པར་ཉ་གྲུབ་ཆིས་སྤྲོ་སེལ་སྟོན་སེལ་
 བཙུ་ལྟ། ཉ་ ཏ་པར ཉ་ཆིས་ཀྱི་སྟོན་བརྒྱ་འབྲེད་པའི་ཕྱེ་མིག་ལ་བཙུ་ལྟ། ཉ་ ཏ་པར ཉ་དག་ཆིས་
 དང་བྲེད་མདོ་ལ་ཉེར་གསུམ། ཁྱོན་བསྐྱེལ་བཞི་བརྒྱ་དང་ཉེར་དགུ་རྣམས་སོ། །

ཕྱགས་ཀྱི་འབྲུལ་རྒྱ། མ་རིག་པ་དང་དེའི་བག་ཆགས་ལྟ་བུ་ལ་ཟེད།

ཕྱང་གྲོལ། (བདུན་ཉིད་) (འདུལ་བ་) 1 འཐབ་ཅོད། ཕྱང་བྲེད་དམ་ཉེས་དམིགས། ཉེས་པ་མང་བའི་རྩ་བ།
 རང་གཞན་ཕྱང་ལ་སྟོར་བའི་ལས། ཅོད་སྐྱོང་སྟོང་བའི་བྱ་སྟོད། འགལ་ཆབས་ཅན། ལྷ་སྐྱབ་
 ཀྱི་བཞེས་སྤྱི་༤9བལ་ས། འདོད་པ་རྣམས་ནི་ཕྱང་ཁྱོལ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །རྒྱལ་བའི་དབང་
 བོས་ཀྱིས་འཕྲས་འབྲར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། 2 རོན་མེད་པ། ལྷང་སྤྱོད་ལ་འདོད་
 རྩེད་ཀྱི་ལེའི་གྲུར་ཁང་གསུང། རོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བའི་མིང་པར་ཁ་ཅིག་བཤད། 3 རྒྱལ་པོས་
 ཆད་པ་བཅད་པས་གསལ་བྱ་གསོད་བྲེད། མཆོད་རྟེན་ལས་གསུངས། གསོད་པ་འཕམ་རིགས་
 གྲང་ཆུག་པར་བྲེད། ཅས་དཔུང་བཟང་གིས་ཞུས་པའི་འགྲེལ་པ་ལས་གྲང་དེ་བཞིན་དུ་
 གསུངས། 4 རྒྱན་པོའི་བྲེ་བྲག་ཅས་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉ། ལྷང་རྩེ་མེད་པར་
 རྩས་བདག་བསད་ནས་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་དོན་ཡིན།

ཕྱང་ཁམས་སོ་དུག (བཀའ་བརྒྱུད་) གཞུགས་ཆོར་བ་འདུ་ཤེས་འདུ་བྲེད་རྣམ་ཤེས་ཉེ་ཕྱང་སོ་དུག ས་

ཐུ་མེ་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་རྣམ་ཤེས་ཏེ་ཁམས་ཏུ་ག མིག་ན་བ་སྣ་ལྟེ་ལུས་ཡིད་དེ་དབང་པོ་ཏུ་ག
ག་ཟུགས་སྒྲིབ་རྩེ་རྩེ་ག་བྱ་ཆོས་ཏེ་ལུས་ཏུ་ག ཁ་དང་ལག་བ་དང་རྒྱུ་བ་དང་བཤའ་ལམ་དང་
གཅི་བའི་ལམ་དང་ཁུ་བ་འབབ་བའི་དབང་པོ་སྟེ་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ཏུ་ག སྒྲིབ་དང་ལེན་བ་དང་
འཁོ་བ་དང་བཤའ་གཅི་དང་ཁུ་བ་འཕོ་བའི་བྱ་བ་སྟེ་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་འི་བྱ་བ་ཏུ་ག་རྣམས་
སོ། །ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་མཛོད་བར་ཆ་༤ ན ༣ན་གསལ་བ་ལྟར་
རོ། །

ཕུང་ཁོལ། (འདུལ་བ) ཕུང་ཁོལ་དང་འབྲ།

ཕུང་ཁོལ། (འདུལ་བ) ཕུང་ཁོལ་དང་འབྲ། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་སུ་ “ཕུང་ཁོལ་” ཞེས་ཀྱང་སྣང་།

ཕུང་པོ། (མར་ཕྱིན) <སྒྲིམ་> 1 དུ་མ་སྤྱདས་བས་ན་ཕུང་པོའོ། །སྒྲིམ་ཞེས་བ་ཕུང་པོ་དང་ཐག་བ་གཉིས་
ཀ་ལ་འདུག་པར་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མཛོན་བར་རྟོགས་བ་དངོས་བྱུབ་ཀྱི་
འདོད་འཛོན་གསལ། གཞན་ཡང་། ཕུང་པོ་ལྟེ་རབ་བྱེད་ལ། བརྩ་སྒྲིམ་ཕ་ཀར་ཆོ་ཞེས་བཛོད་
བ་ལྟ་བུའོ། 2 ཤི་བའི་པོ། དཔེར་ན་ཕུང་པོ་ཕྱི་ལ་འདོན་ལྟ་བུ།

ཕུང་པོ་ལྟ། (མར་ཕྱིན) ག་ཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ། ཆོར་བའི་ཕུང་པོ། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་
པོ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་ལྟེའོ། །ཕུང་པོ་ལྟ་ཞེས་བསྟུས་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བར་བྱ་བ་
ལྟ་བུར་མཐོང་རྒྱུད་བྱེད་ཀྱང་། འདི་ལ་ཉམས་ལེན་ཀྱི་གནད་ཆེན་པོ་ཆང་སྟེ། 1 རོག་མར་
ག་ཟུགས་མཛེས་མི་མཛེས་མཐོང་། 2 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོར་བ་བདེ་སྟུགས་སྟེ། 3 དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་ལེགས་ཉེས་དང་དག་གཉེན་སོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྣ་ཆོགས་སྟེ། 4 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འདུ་
བྱེད་ནི་ལས་ལ་ཟེར་བས་དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་སྣ་ཆོགས་གསོག། 5 ལས་དའི་བག་ཆགས་རྣམ་
ཤེས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བསྒྲོས་ནས། དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་རྒྱུན་མི་འཆད་དུ་
འཁོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཕུང་པོ་ལྟེ་ལ་གུལ་ཀྱི་ག་ཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ནི། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལྟ་
བུའི་ག་ཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆོད་ཁོན་ལ་གོ་རྒྱ་མིན་པར། ག་ཟུགས་ཡོད་དོ་ཅག་ལ་གོ་དགོས་པས།
ག་ཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆོད་ལ་རི་ལྟར་སྤྱར་བ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་དང་རྩེ་རྩེ་ག་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱར་

བར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐོག་མར་སྐྱ་སྐྱ་ཆོགས་ཐོས། དེ་ལས་ཚར་བ་སྐྱ་ཆོགས་སྟེ། དེ་ལས་འདྲ་
ལེས་སྐྱ་ཆོགས་སྟེ། དེ་ལས་འདྲ་བྱེད་དམ་ལས་སྐྱ་ཆོགས་གསོག། དེའི་ས་བོན་ནམ་བག་
ཆགས་ནམ་ལེས་ལ་བསྟོ། དེ་ལས་འཁོར་བར་འཁོར་ཞེས་སྒྲུར་རོ། །དེས་སྤང་པོ་སྟག་མ་
ནམས་ལ་འང་རིགས་འབྱེལ། །ཡང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་ནམས་སུ་འཆད་ཚུལ་ནི།
ཐོག་མར་གཟུགས་མཛེས་མི་མཛེས་མཛོང་། དེ་ལས་ཚར་བ་བདེ་སྒྲུག་ དེ་ལས་འདྲ་ལེས་
བྱིན་ཅི་ལོག། དེ་ལས་འདྲ་བྱེད་ཆགས་སྤང་འབྱུང་། དེ་ལས་སེམས་སམས་ནམ་ལེས་ཀྱང་ནས་
ཉོན་མོངས་བར་བྱེད་རོ། །ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་རོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། དུ་མ་སྤངས་པའི་དོན་གྱིས་ན་
སྤང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །

སྤང་པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད། (པར་ཕྱིན) <བཅ་སྐྱ་སྐྱ་བ་ཀ་ར་ཏི> ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་མཛོང་བར་
གྲགས། ཉག་ཆོའི་འབྱུང་། འདི་སྤྱུས་མཛོང་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཡོད་དེ། རྗེ་ཙོང་བ་
ཆེན་པོ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་དབྱ་མ་སྤང་པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད་འདི་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་མཛོང་
བ་མིན་པར་གསུངས་ཏེ། རྗེའི་འབྲེལ་བ་བཞེས་སྤྱགས་ལས། གང་སྤྱར་གྲགས་པ་སེམས་ཀྱིས་
ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་དག་སྐྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་ཀྱི་མ་ཟིན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཆུའི་
སྐྱ་སོགས་དང་། ཟིན་མ་ཟིན་གཉི་གའི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལས་བྱུང་བ་ལག་པས་ར་ལ་བརྟུན་
པའི་སྐྱ་ལྟ་བུ་དེ་སྟེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ན་བའི་བྱང་ན་འཁོད་པ་བཞེན་མངོན་ལེས་ཏེ་རྩ་འབྲུལ་
གྱིས་ཐོས་པར་འབྱུར་རོ། །འོན་དེ་སྟོབ་དཔོན་འདིས་མཛོང་ཟེར་བའི་དབྱ་མ་སྤང་པོ་ལྗེ་བར་།
ཟིན་མ་ཟིན་གཉིས་ཀ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་མེད་པར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞེས། སྟོབ་དཔོན་འདི་
ལ་ཁ་གཡར་བྱས་པའི་གཞུང་མང་དུ་སྤང་བ་བཞེས། འདི་ཡང་དེ་ནམས་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་
སྟོན་མེད་དོ། །ཞེས་གཞུང་འདི་རྒྱ་བས་མཛོང་བ་མིན་པར་བྱས་འདུག དེ་ལྟར་འདྲ་ཉོན་མོངས་
ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལེས་པ་ལ་ཆོས་མངོན་པ་དང་། མ་མཐའ་ནའང་སྤང་པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད་མཉན་
དགོས་པར། རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་གསུངས་སོ། ། (བྱ་ལུགས) བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་དེ་
སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་མཛོང་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སོ། །2 ཡང་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་

གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་བླ་ཀ་ར་ཏ་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་ཕྱང་པོ་ལྷའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཞེས་བྲ་
བ་དེའི་མིང་།

ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ། ལྷང་བཤགས། འདིར་ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་གཞན་ཡོད་ཀྱང་འདི་ཐད་
ཀྱི་བསྐྱབ་བརྟམ་སུ་ལྷང་བ་བཤགས་པ་ཉིད་བྱངས་སོ། །མདོ་འདི་དགོན་བཅེགས་ཀྱི་ཉེ་བར་
འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་བྱང་བར། དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བ་གསུང་དོ། །དེ་ལ་འཕགས་
པ་ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་ཞེས་བྲ་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ཞེས་བྲེ། ཕྱང་པོ་གསུམ་ནི། ཆོགས་
གསོག་པ། སྤྱིབ་པ་སྦྱོང་བ། དགེ་རྩ་སྤེལ་བ་སྟེ་བསྟོ་བ་དང་གསུམ་སོ། །ཡང་དཔའ་པོ་གཙུག་
ལག་ཐེང་བའི་སྦྱོད་འཇུག་འབྲེལ་བར་༤༩༣ལས། བཤགས་པའི་ཕྱང་པོ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་
བའི་ཕྱང་པོ། བསྟོ་བའི་ཕྱང་པོ་དང་གསུམ་ལ་བཤགས་དོ། །

ཕྱང་པོའི་བདུད། (པར་ཕྱིན) བདུད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱང་པོ་
འདི་གྲུབ་ན་རང་དབང་མེད་པར་ན་བ་དང་རྒྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དགེ་བའི་བར་ཆད་
བྱེད་པས་ན་ཕྱང་པོའི་བདུད་དོ། །མི་གནས་པའི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པས་ཕྱང་པོའི་བདུད་
བཅོམ་པར་བཤགས་དོ། །

ཕྱད། ¹ རྩོག་མཐམ་ཨ་དང་པོའི་དོན། དཔེར་ན་རྩ་ཕྱད། ཆང་ཕྱད། ཟས་ཕྱད། ཡོ་ཕྱད། མི་ཕྱད་ལྟ་བུ།

² མཐར་སྦྱོད་པའམ་བྱིར་འབྲུད་པའི་དོན། ³ གཅིག་ཕྱ་ལའང་འཇུག་པར་བཤགས།

ཕྱད། ཨང་དང་པོ་དང་ཐོག་མ་བཅས་ཀྱི་དོན། རྩ་ཕྱད། ཆང་ཕྱད། ཟས་ཕྱད། སྤར་ཕྱད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱད་ཏུད། ལྷས་འཕྱད།

ཕྱན་ཆར། (འཕྱལ་བ) ཕྱན་ཆར་ནི། ལྷའི་སྦྱད་པའི་འཕྲོ་ལས་བྱང་བ་ལ། དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒོས་
བཤགས།

ཕྱན་ཆོགས་སྡེ་བཞི། འོར་གྱི་སྡེ། འདོད་པའི་སྡེ། ཆོས་ཀྱི་སྡེ། ཐར་པའི་སྡེ་དང་བཞི་སྡེ། འོར་ཡོངས་
སྦྱོད། འདོད་པ་ (འདོད་བྱ) བདེ་སྦྱིད། ཆོས་དགེ་བ། ཐར་པ་སྤྱང་འདས་དང་བཞི་པོ། །དེ་ཡང་
བདེ་སྦྱིད་འདོད་ནས་འོར་བསྐྱབ་པ་འཁོར་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ཐར་པ་འདོད་ནས་ཆོས་

བསྐྱབ་བ་མུང་འདས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་གཉིས་སོ། །འདི་ལ་ཆངས་པ་སྡེ་བཞིའང་ཟེར་
 སོ། །བསྐྱུན་ཞེས་འདས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་བསྐྱུའོ། །དོགས་གཙོད། འདོད་པ་ཞེས་པ་ནི་
 བོང་དུ་བཞད་པ་ལྟར་འདོད་བྱ་བ་དེ་སྤྱིད་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་
 དང་། སྐྱ་བྱ་ལ་སྐྱ་བ་ཞེས་པ། དཔེར་ན་འདོམས་ཀྱི་སྐྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་། བརྟུང་བྱ་ལ་བརྟུང་བ།
 བཟའ་བྱ་ལ་བཟའ་བ་ལྟ་བུ་ཆེས་མང་ངོ། །

ཕུན་ཚོགས་གསེར་འོད་ཕྱོགས་བརྟུར་རབ་ཏུ་འཕྲོ་ཞེས་སོགས། ཕུན་ཚོགས་གསེར་འོད་ཕྱོགས་
 བརྟུར་རབ་ཏུ་འཕྲོ། །བཟ་ཤིས་དཔལ་གྱིས་ཀུན་ནས་ལྷམ་མེ་བ། །རིན་ཆེན་ས་ལེ་སྐྱམ་གྱི་
 དབྱ་རྒྱན་འདི། །ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོའི་དབྱ་ལ་ཕྱལ་བ་ཡིས། །བསྐྱུན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱོགས་བརྟུར་
 རྒྱས་པ་དང་། །འཛིག་རྟེན་བདེ་ལེགས་ཆེན་པོས་བྱུང་བ་དང་། །ལྟར་བཅས་འགྲོ་བའི་གཙུག་
 གི་རྒྱན་གྱུར་པའི། །སྟོབས་བརྟུ་མངའ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག །ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་
 གཟི་བུ་ཀྱི་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་རབ་ཏུ་འཕྲོ་ཞིང་བཟ་ཤིས་པའི་དཔལ་གྱིས་ཀུན་
 ཅས་ལྷམ་མེར་གྱུར་པ་རིན་པོ་ཆེ་ས་ལེ་སྐྱམ་ལས་བསྐྱབས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིགས་
 ལྡེའི་དབྱ་རྒྱན་དཔལ་པོའི་དར་དབྱངས་དང་བཅས་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་པའི་སྤྲ་བ་ཀོད་པས་
 མཛེས་པར་བྱས་པ་འདི་བཙུག་ལྟར་འདས་མཉམ་མེད་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོའི་དབྱ་ལ་ཕྱལ་བའི་
 དགོ་བའི་རྩ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མདོ་སྔགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བསྐྱུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྐོ་ཐམས་ཅད་
 ཅས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །འཛིག་རྟེན་གྱི་
 ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་འང་བཟ་ཤིས་དང་དགོ་མཚན་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་འབྱུང་བར་
 གྱུར་ཅིག དེ་ལྟར་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་རྣམས་ཀྱང་ལྷ་དང་མི་དང་ལྷ་མ་ཡིན་དང་
 འི་ཟར་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་གི་ཙོད་པན་གྱི་སྟེང་ན་གཤག་གི་ཞབས་ཀྱི་
 པ་སྐོ་རྣམ་པར་མཛེས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་འདས་རྣམས་ཇི་འདྲ་བ་དེ་བཞིན་དུ་གྱུར་
 ཅིག ཅས་པ་འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་ཅིང་། རྗེའི་གསུང་ཐོར་བུ་༥༣༥་ན་གསལ་
 ལོ། །མཇུག་གྱ། ཞེས་པ་འདི་ནི་ལྟ་སར་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཉིད་ཀྱིས་

ཐིགས་སུ་བཞེབས་པའོ། །ཞེས་འབྲུང་ངོ། །གོང་གི་ཆོགས་བཅད་དེ་རྗེ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ལྟ་
སའི་རྩོམ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་དབུ་རྒྱན་ཕུལ་སྐབས་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བགེས་པ་དག་ལས་
ཐོས་སོ། །འདི་ལ་དགག་བཞག་སོགས་བཤད་པར་བྱ་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་རེ་ཞིག་བཞག་གོ།
ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་མངའ་བ་གསེར་གྱི་རི་བོ་འདྲ་ཞེས་སོགས། །འདི་སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཛད་
པའི་དྭ་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་ཤིས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
༡ ཞེས་བྱ་བ་བསྟན་འབྲུང་དྭ་ཉི་པ་ ༡༣༧༩༧ན་བཞགས་སོ། །

ཕུབ་ཁ། པམ་ཁ།

ཕུབ་མ། ཕུན་པ། ཕུན་པ།

ཕུར་ལྟོག་དག་དབང་བུམས་པའི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་རྗེ་དག་དབང་བུམས་པའི་གསུང་འབུམ་
མཆན་ཐོན། བོད་དང་པོར། རྗེ་ཙཱ་ཁ་པའི་རྟོགས་བརྗོད་འདུན་ལེགས་པའི་རྟེན་གྲུབ་དོན་བྱུག་
རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་རྟེན་གྲུབ་སོ་བྱུག་འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་རྗེ་ལ་གནང་བའི་རྟེན་གྲུབ་དོན་
གསལ་བ་ལ་དགྲ། བུམས་པའི་བསྟོད་པ་ཆངས་པའི་ཙཱ་བཀྲ་གྱི་འབྲེལ་པ་ལ་བཅུ་གསུམ།
སྤྱག་ཆང་ལོ་རྒྱ་བའི་བཀའ་ལན་ལ་ཞེ་གཅིག་བརྒྱད་སྟོང་འཆད་རྩལ་མདོར་བསྐྱུས་ལ་བདུན།
སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྱགས་གསུམ་གྱི་ལྷུང་བ་དོས་འཛིན་བཤགས་སྟོན་བྱེད་རྩལ་ལ་
བཅུ་གཅིག །ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་དེས་ལན་ལ་བཅུ་བཞི། གསུང་མགྱུར་བསྐྱབ་བྱའི་དེས་
པ་ལ་གོ་གཅིག །སྤྱ་མའི་མན་དག་སྤྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྟོར་ལ་ཉེར་གསུམ། བྱང་རྩལ་ལམ་དེས་
དེས་ལན་ལ་ཉེར་གསུམ། འཇིགས་བྱེད་གཙོ་རྒྱུད་དང་སེང་གཤོང་མ་རྟ་མགྱིན་བཅས་ཀྱི་
མདོན་རྟོགས་ལ་བཅུ་ ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཙཱ་ཁ་པ་སོ་བདུན། ཐེག་ལེ་བཅུ་བྱུག་དང་
བཀའ་བཀའ་སྒྲོལ་མ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གཏོར་འབུལ་བཅས་ལ་བཅུ་དགྲ། འཇམ་དབྱངས་
ནང་སྤྱབ་ལ་དགྲ། སྒྲོལ་དཀར་བསྟེན་སྤྱབ་དང་དེ་ཡི་བུམ་སྤྱབ་བྱེད་རྩལ་ལ་བཅུ་གཅིག བོད་
གཉིས་པར། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོད་རྒྱལ་ཐར་ལ་བྱུག་ཟུ། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོད་གསུང་
ཐེན་དེས་བྱང་སེམས་སྟོང་རྩལ་ལ་ཞེ་ལྔ། གསང་འདུས་འཇམ་དོར་བདག་བསྟེད་ལ་སུམ་ཟུ།

འཇམ་དྲོར་བུམ་སྐྱབ་དབང་ཚོག་བཅས་ལ་སོགས་ལ། འཇམ་དྲོར་ཞི་རྒྱས་སྒྲིན་བསྐྱེད་ལ་
 བཅོ་ལ། འཇམ་དྲོར་བསྐྱེད་རིམ་ལ་ང་བདུན། འཇམ་དྲོར་རྫོགས་རིམ་ལ་སོགས་ལ། གསང་
 འདུས་བསྐྱེད་རིམ་ལ་སོ་ལ། གསང་འདུས་རྫོགས་རིམ་ལ་ཉི་ལ། འཇིགས་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ་
 ལ་བཅུ་གསུམ། འཇིགས་བྱེད་རྫོགས་རིམ་ལ་བརྒྱད། བདེ་མཆོག་ལྷ་ཉི་པའི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་
 དོན་བདུན། ལྷ་ཉི་པའི་རྫོགས་རིམ་ལ་གོ་གཅིག། བདེ་མཆོག་བསྐྱེན་ཡིག་ལ་བཞི། འཇམ་
 ལྷགས་ལྷ་ལྷའི་ཆེ་དབང་བྱར་འདེབས་ལ་བཅུ། དྲོར་སེམས་རིམ་སྐྱབ་དང་བུམ་སྐྱབ་བྱ་ཚུལ་
 ལ་ལྷ། མ་ཉི་བུམ་སྐྱབ་བྱ་ཚུལ། སྒྲོལ་མ་མཆུལ་བཞི་སོགས་ཉེར་མཁོའི་རིགས་ལ་བཅུ་
 གསུམ། བོད་གསུམ་བར། རེ་ཅོང་ཁ་པའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རིགས་གསུམ་སྐྱི་སྐྱབ་ལ་བཅུ་
 གསུམ། རེ་དོན་ཡོད་མཁས་བྱབ་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་ལྷ་བཅུང་གཅིག། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་
 ཉམས་སྤྱལ་ལེ་ཆུལ་ལ་ཉེར་གཅིག། སྒྲིང་པོ་དོན་གསུམ་ཉུང་ཏུ་ལ་བདུན། རྒྱལ་བ་མ་པམ་
 པའི་གསོལ་འདེབས་ལ་ལྷ། གསོལ་འདེབས་བསྟོད་ཆོགས་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་ཞེ་གསུམ། འདོད་
 གསོལ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཉི་ལ། ཞབས་བརྟན་དང་སྐྱལ་སྐྱུ་སྐྱར་བྱོན་གསོལ་འདེབས་
 བཅས་ལ་ཉེར་བདུན། སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དཀར་ཆག་དང་། སྒོན་ཆོག་གི་རིམ་པ་ལ་བརྒྱ་
 དང་བཅུ་གཅིག་ཐར་སྤྱིའི་རྒྱལ་ཡིག། མཆོད་རྫས་གསར་བསྐྱེན་གྱི་གསོལ་འདེབས་བཅས་
 ལ་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཅིག། ལམ་རིམ་འཇམ་དབལ་ཞལ་ལུང་གི་སྟོང་སྟངས་ལ་དོགས་བྱུང་སྟོར་ལ་
 དགུ། ལྷ་ས་ཆེན་པོ་བཞི་རྒྱུད་པ་སྟོང་སྟངས་ཀྱི་དཀར་ཆག་པད་དཀར་ཐེང་བ་ལ་ཏུག་ཅུ་རེ་
 གཉིས། གཉོར་འབྲལ་རིམ་པ་ལ་ཉེར་གསུམ། དགོན་སྡེའི་བཅའ་ཡིག་གི་རིམ་པ་ལ་ཉེར་
 གཉིས། པཎ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོགས་གཙོད་གསུང་ལན་ལ་ཉི་ལ། བསྐྱོད་དོན་
 གཉིས་སྤུན་ཆོགས་ལ་བརྒྱད། རེ་བུམ་ས་པའི་མཚན་ཅན་གྱི་གསུང་འབྲུམ་སྒྲེགས་བཅ་
 གསུམ་རྫོགས་སོ། །

ལུང་པ། ། (གསང་རྒྱགས་) གདོན་འཕགས་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཆ་ཞིག་རྒྱ་ནི། སེང་ལྷེད་དང་རུས་པ་
 དང་ལྷགས་གསུམ་གང་རུང་ལས་བྱས་པ། སྤྱིང་ཆོད་ནི། སོར་བཅོམ་བརྒྱད་པ་བཅུ་གཉིས་པ་

དང་བརྒྱད་པ་གསུམ་གང་རུང་། སྒྲིམ་སྒྲིལ་ཆད་ནི། རང་རང་གི་སྤིང་ཆད་ཀྱི་གསུམ་
ཆའོ། དེའི་བསམ་ནི། སྒྲིང་ཁོ་བཤུ་སྒྲིང་དོན་ཅེ་གཅིག་པའམ་ཕྱར་བུའི་རྣམ་པའོ། རྗེའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
རིམ་ཆེན་མོ་ལྟར་བཀོད། 2 དུད་འགྲོ་སོགས་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་ལྷགས་ཕྱེད་པའམ་ཕྱིར་བུ་ཅེ་མོ་ནོ་
བཞིག

ཕྱར་བུ། 1 གཟའ་ཕྱར་བུ། 2 ཕྱར་བ་ཆུང་བུ།

ཕྱར་བུའི་རྣ་རྒྱུ། བོར་བུའི་མིང་དུ་བཤད།

ཕྱར་མ། ཕྱར་བུའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་མཆོད་ཀྱི་གསུང་། དཔེར་ན་སྒྲིལ་བུའི་ཕྱར་བུ་ལ་བྱེ་མའི་
ཕྱར་མའམ་བྱེ་མ་ཕྱར་མ་དང་། འབྱེའི་ཕྱར་བུ་ལ་འབྱེའི་ཕྱར་མ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཕྱར་ཆུགས། ཕྱར་པ་ས་ལ་འདེབས་ཆེ་གནས་གཅིག་རང་དུ་འདེབས་པ་ལྟར་སྒྱབས་ཡུལ་ལམ་
དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཅེ་གཏོང་བའི་དོན། དཔེར་ན། གསོལ་བ་ཕྱར་ཆུགས་སུ་
འདེབས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཕུལ་གང་། སྒར་བོད་དུ་འབྱུང་དང་ནས་སོགས་ཆད་འཇལ་བྱེད་ཅིག་སྟེ། ཁྱོར་བ་ཉེར་གཅིག་ཅུ་ལ་
བྲེ་གང་དུ་བྱས་པའི་དེའི་དུག་ཆ་ལ་ཕུལ་གང་ཞེས་བྱའོ། ཁྱོར་བ་ནི་ལག་བ་ཡ་གཅིག་ཅུང་
ཟད་འཁུམས་པའི་མིང་དོ། དེ་ལ་ཡ་ཁྱོར་ཡང་ཟེར།

ཕུལ་ཉམས། (འདུལ་བ) སྒྲིམ་བ་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཞིག ། སྒྲིམ་བ་ཕུལ་བ་དང་ཉམས་པའི་བྱེད་པར་ནི།
ཕུས་ངག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲིམ་བ་དངོས་སུ་གཏོང་བ་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཕུལ་བ་ཡིན་ལ།
བརྒྱུད་ནས་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཉམས་པའོ། །ཞེས་རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་བ་ལས་བཤད་ཅེས་
གསུངས། 2 ཡང་ཕུས་ལ་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་ཡོད་ཀྱང་བསམ་བསམ་བསྐྱེད་མི་འདོད་ནས་
བཏང་བ་ནི་ཕུལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྒྲིལ་བ་ནི་ཉམས་པའོ། །

ཕུལ་དུ་དབྱུང་དུ་མེད་པ། (པར་ཉིན) དེ་ལས་ཡག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱ་མེད་པའམ་ལེགས་པའི་མཐར་ཐུག་པ་
ཞེས་པའི་དོན། དཔེར་ན་སངས་རྒྱས་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་ལྟ་བུ།

ཕུལ་རྟོག། (བརྟོག་ཏུ) ཕུལ་ནི་ཕུལ་ཡིག་སྟེ་སྒྲིལ་འཇུག་རྟོག་ནི་མཐའ་རྟོག་ཏེ་རྟོག་འཇུག་གོ།

ཐེག་ཏོག་། 1 རྩང་འོས་ཀྱི་རོལ་མོ་སྤྱི་འཇུག་དུ་བཤད། 2 ལ་ལས་བོན་པོའི་གཤམ་ལ་ངོས་འཛིན་གྱིད།
3 ལག་པ་ཡིས་རོལ་མོར་བྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་གི་མིང། ལྷ་ཀ་མཆོག་པས། ཐེག་ཏོག་ཅེས་པ་
ལག་པ་ཡིས། །རོལ་མོར་བྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ །ཅེས་བཤད་དོ། 4 བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
མོར། ཉིང་ཤག་ལས་ཆེ་ཅན་གྱི་རོལ་མོའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་གི་མིང་དུ་བཤད་དོ། །

ཐེག་ཏོག། ཐེག་ཏོག་དང་འབྲ་བར་བཤད་ཀྱང་། དག་ཡིག་ལགས། ཐེག་ཏོག་ཅེས་པ། ཉིང་ཤག་ལ་
རྩང་ཆེ་བའི་རོལ་ཆས་མིང་དུ་བཤད་ཅིང་། ཐེག་ཏོག་ཅེས་པ་ལག་པས་རོལ་མོ་ལ་བཤད་དོ། །

ཐེབས་པར་སྤྲོ་བ། བག་ཐེབས་པའམ་འཇམ་པོའི་སྒྲོན་ས་གཞན་གྱི་ཡིད་ལ་འཇམ་པའི་གཏམ་སྤྲོ་
བའོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ 3, 4 རྣམས། ཐེབས་པར་སྤྲོ་བ་
ཞེས་བྱ་བའི་ཡིད་གཏུགས་པ་སྟེ། ཐེབས་པར་སྤྲོ་བ་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཐོ་ཀ་རའི་སྤྱ། མཁའ་འགྲོ་དབང་དུ་སྤྱད་པའི་སྤྱ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཐོ་མཁའ་འགྲོ་འཛོད་པ། ཀ་ར་བྱེད་
པའོ། །ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཐོ་གཙོད། གཙོད་ཀྱི་གདམས་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། བ་དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྒྲོ་སྟོན་བསོད་
ནམས་སྒྲུ་མ་དང་། ཡར་ལུང་སྤྲ་ར་སེར་པོ་གཉིས་ལ་གནད། སྤྲ་ར་སེར་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེ་
གནས་སྒྲོ་བ་སེ་རོང་། དེས་ཅེ་སྟོན་སུམ་སྟོན་གཉིས། ཅེ་སྟོན་གྱིས་གཉན་སྟོན། སུམ་སྟོན་
གྱིས་སྤྲལ་སྟན་སྤྲས་སོ། དེས་གཙོད་སྟོན། དེས་གཉན་སྟོན་སོགས་ལ་གནད། དེ་དག་ལས་
མཆེད་པ་ལ་པོ་གཙོད་ཅེས་བྱའོ། །

ཐོ་ཉ། 1 འཕྲིན་སྒྲེལ། སྤྲགས་པ། བང་ཆེན། ཡིག་སྒྲེལ། 2 ཐོ་མོའི་བར་དུ་འགྲོ་ཡོང་བྱེད་མཁན།
ཐོ་ཏྲགས། ཐོ་ཡིན་པར་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཏྲགས་ཏེ། མཛའི་མིང་། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། མངོན་པའི་
མཁས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས། འདོམས་ཀྱི་སྤྲ་བ་མེ་ཏུན། །སྤྲོས་བྱེད་འཁྲིའི་ལིང་ག་དང་། །བར་
པའི་ཀ་བ་པོ་ཡི་ཏྲགས། །ཆགས་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དབང་པོ་དང་། །སྤྲོས་བྱེད་ལྷགས་ལྷ་
མཆོན་གཏུན་ཤིང་། །འདོམས་ཀྱི་མཐུག་མ་པོ་མཆོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཐོ་ཏྲགས་དང་།
ཐོའི་དབང་པོ་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་ལ་དབྱེད་དགོས། ཐོའི་དབང་པོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

པོ་ཐེག་ཁུར་ཁྱེད་པའི་མིང་དུ་བཤད།

པོ་བྲང་། 1 རྒྱལ་པོ་སྔོན་སའི་ཁང་བ། སྤྱུ་བཤད་ནི། བཅན་པོའི་བྲང་སའམ་སྔོན་ས་ཡིན་པ་ས་ན་པོ་
བྲང་ཞེས་བྱ་སྟེ། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་ལས། ཡིག་རྟིང་
དུ་བཅན་པོ་དང་བཅུན་པོ་ལ་བྱ་བ་ལ། བཅན་པོ་དང་བཅན་པོ་ཞེས་གྲིས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་པོ་བྲང་
བྱ་བ་ཡང་བཅན་པོ་བཞུགས་པའི་བྲང་ས་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་བྲང་བྱ་བ་སྤྱི་མ་བཞུགས་པའི་
བྲང་སའམ་དབུ་གྲུར་སོགས་ལ་བྱེད་དེ། དམག་སྤར་བཏབ་པ་ལ་དམག་གི་བྲང་བཏབ་པ་
སོགས་འདུལ་བ་ཡང་སྤར་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་། 2 རྒྱལ་པོ། དཔེར་ན་པོ་བྲང་ཞིབ་འོད་
ཅས་བ་ལྟ་བུ།

པོ་བྲང་གི་སྤྱུས། སྤྱི་མ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། ཆོག་འདི་མདོ་མཛོད་ས་སྤྱོད་སོགས་སུ་སྤང་རྒྱུ་།
པོ་བྲང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་པོ་བྲང་། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་
གྱི་པོ་བྲང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་ལ་གཟིགས།

པོ་བྲང་ཡུམ་བུ་སྤྲང་། ཡུམ་བུ་སྤྲང་ལ་གཟིགས།

པོ་མ་ནིང་། (འདུལ་བ) མ་ནིང་པོ་ལ་གཟིགས།

པོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ། རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
པོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ པོ་དང་མ་ནིང་མོ་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་དེའི་ཁྲད་པར་ནི། དཀའ་གནད་
གསལ་བའི་མེ་འོད་ལས། ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་པོ། །ཁ་ཆ་ཐ་བ་ཆ་མ་ནིང་། །ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཐ་
ཞ། །ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་རྣམས་པོ། །ང་ཉ་ན་མ་ཤིན་ཏུ་མོ། །ར་ལ་ཏ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། །ཨ་ནི་མཚན་
མེད་ཅེས་གྲང་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུ། །ཡི་གེ་དེ་དག་པོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་སུ་བཞག་
པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེན། སི་ཏུ་འགྲེལ་ཆེན་ལས། འདིར་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་པོ་ལ་
སོགས་པར་རྒྱ་མཚན་གང་གི་སྟོན་ས་བཞག་པའང་འདི་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཏེ། ཡི་གེ་རྣམས་སོ་
སོར་དག་ནས་བརྗོད་པའི་ཆེ་སོ་སའི་སྐྱེ་གནས་མཁྱིན་སོ་མཚུ་ཀན་སོགས་ལ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་
འཁུགས་ཆེ་ཆུང་དམ་གྲིམས་སྟོན་གྱི་དབང་གིས་འཁུགས་ཆེ་བམས་གྲིམས་པ་རྣམས་པོ་ཡིག་

དང་། རན་པ་ནམས་མ་ཞིང་དང་། རྩང་ཟད་ཚུང་བའམ་ལྟོད་པ་ནམས་མོ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་
 རྩང་བའམ་ལྟོད་པ་ནམས་ཤིན་ཏུ་མོ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཚྱུལ་བ་ལྟོད་ཅིང་ཞན་པ་ནམས་མོ་གཤམ་
 ཏུ་བཞག་པའོ། །དེས་ན་ཨ་ཡིག་ཚྱུལ་བ་ཤིན་ཏུ་ལྟོད་པའི་སྒྲོན་མོ་གཤམ་ཏུ་བཞག་མོད་ཀྱི་
 ར་ལ་ཏ་གསུམ་ལྟོས་པའི་དེ་ལས་ཀྱང་ཚྱུལ་བ་ཞན་པའི་ཕྱིར་མཆོན་མེད་དུ་འདྲ་བཞག་གོ།
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་མོ་དང་མ་ཞིང་མོ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་ནི། ཚྱུལ་བ་ཤུགས་
 ཆེ་ཚུང་གི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱ་གདངས་གི་སྒྲོན་མོ་བཞག་པ་མིན།

མོ་ཚུལ་སྣ་དགྲ། ལུས་ཚུལ་གསུམ། དག་ཚུལ་གསུམ། ཡིད་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་དང་དགུའོ། །དང་པོ་
 ལུས་ཚུལ་གསུམ་ནི། མཐེབ་ཀྱིས་ཤེའོན་པ། རྒྱལ་གྱིས་ཚུ་ཆེན་ཆོད་པ། ཡང་ཚུལ་བྱ་ལྟ་བུ་
 ལྟེ་གསུམ་མོ། །དག་ཚུལ་གསུམ་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དགེ་འཕྲོན་པ། གཏམ་གྱིས་བཞད་གད་འཕྲོན་
 པ། གཤམ་གས་ཀྱིས་པ་རོལ་གཞོན་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །ཡིད་ཚུལ་གསུམ་ནི། མཛེངས་ལ་སྒྲོ་འབྱུ་
 པ། དབའལ་སྔན་ཚུགས་པ། ཁ་གསལ་ཞིང་གཏིང་མི་རྟོགས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །འདི་དག་བཟོ་
 རིག་པར་གཏོགས་པར་ལུང་སྐྱ་རོལ་པའི་རྟོ་རྟེན་གསུང་རོ། །

མོ་ཅེད་སྣ་དགྲ། གཏམ་ཡིག་ཅིས་གསུམ། མདའ་རྟོ་མཆོངས་གསུམ། བལ་རྒྱལ་སྟེ་གསུམ་སྟེ་
 དགུའོ། །འདི་དག་བཟོ་རིག་པར་གཏོགས་པར་ལུང་སྐྱ་རོལ་པའི་རྟོ་རྟེན་གསུང་རོ། །

བ་ཆོད། འོལ་ཆོད། ཆོད་ཆོད། ལྷིང་ཁམས་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་མོ་འོལ་ཆོད་བྱེད་པའི་དོན། མཁས་གྲུབ་
 རྟེན་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོ་ན་བཅས་ལ། འདིའི་བསྐྱེད་པ་བརྟོག་པ་ཡང་ཚུལ་དེ་
 ཡིན་ནོ། །སྟམ་པའི་མ་བཟགས་པའི་པོ་ཆོད་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །པོད་རྒྱ་ཆེག་
 མཛོད་ཆེན་མོར། རང་ཆོད་དམ་གདེང་ཆོད་ཅེས་འབྱུང་།

མོ་རེང་། རྩང་མ་མེད་པའི་སྐྱེས་པ། བལ་སྐྱད་དུ་པོ་ཕྱིང་ཞེས་བརྟོག་།

མོ་རེངས། མོ་རེང་དང་འབྲེ།

མོ་ལོགས་པོ། བ་རོལ་པོ།

མོ་ལོང་། <ཀུཅུ་ (འདུལ་བ) > སྐྱད་པའི་ཆོགས་རྒྱུ་པོར་བྱས་པའམ། བྱ་སྐྱ་སོགས་ལ་སྐྱད་པ་དཀྱིས་

པའི་བྱ་སྐྱོད་ལྟ་བུ་རིལ་པོ་བྱིས་པ་རྣམས་ས་ལ་བརྟལ་སྟེ་ཆེ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་བྱ་གྲུ་ཡང་ཟེར།
དེ་སང་མོ་ལོ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་། མོ་ལོང་ཉིད་ཟུར་ཆག་པ་ཡིན། དེང་སང་དབྱིན་རིའི་སྐད་དུ་ཡོད་
པའི་པོ་ལོ་ Polo ཞེས་པའི་ཐ་སྟེད་འདི་ཡང་པོད་སྐད་ནས་བྱུང་བར་བཤད་པ་ཡང་བདེན་པར་
སྤང་རོ། །ཅིང་མོ་འདིའི་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཁུངས་ནི་ Afghanistan ལས་ཟླ་ནི་སྤྱན་ཡིན་ལ། དེ་
ཡང་ཁོང་ཅག་གིས་ཏ་ཐོག་ནས་ས་ལ་ཡོད་པའི་ལུག་ཁོག་སྒེལ་པོ་དེ་ཉིད་འཕྲོག་རེས་བྱེད་པའི་
ཏ་རྒྱལ་གྱི་ཅིང་མོ་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་བྲག་ཆེ་བ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་སུ་བོད་
དུ་དར་ནས། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱ་ནག་དུ་དར། དེ་ནས་བྱིས་སུ་དབྱིན་ལུལ་དུ་དར་བར་
སེམས་སོ། །འོན་ཀྱང་བོད་དུ་ལུག་ཁོག་གི་ཆབ་ཏུ་པོ་ལོ་སྟེ་པོ་ལོང་བྱས་སོ། །པོ་ལོང་ཞེས་
པའི་ཆོག་འདི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཅ་འབྲེལ་སོགས་སུ་སྤང་སྟེ། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་༩ ལྟ་བུ་
༡༡༣༥བཅས་པ། པོ་ལོང་ཐ་གུས་གདགས་པ་འཕང་བའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

པོ་ལ། བཙོས་ལ། ལ་དང་ཉུང་མ་སོགས་བཙོས་པའི་རིགས་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
བྱང་པའི་བྱིས་པ་ནི་བྱང་ན་རྩམ་པ་དཀོན་པས་ཉུང་མ་ནི་ཆེ་བས་བྱིས་པ་ཞིག་བཟེས་ཏེ་
རྩམ་པ་ཐ་འདོད་ནས། མ་ལ་ཟེས་བསྐྱངས་པ་ལ་མ་ལ་རྩམ་པ་མེད་པས་ཉུང་ག་ཤེར་ཞིག་བྱིན་
པས་དེ་མི་འདོད་ཟེར། དེ་ནས་ཉུང་མ་སྐྱམ་པོ་ཞིག་བྱིན་པས་མི་འདོད་ཟེར། དེ་ནས་ཉུང་མ་པོ་
ལ་ཞིག་བྱིན་པ་ལ་ཡང་ང་མི་འདོད་ཟེར། དེ་ནས་ཉུང་མ་བཙོས་འཁེངས་ཞིག་བྱིན་པས་དེ་
ཡང་ང་མི་འདོད་ཟེར་ཞིང་ཁོ་མ་མགུ་ནས་དེ་ཡོ་ཉུང་མ་ཡིན་ཟེར་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

པོ་ཁྱེད། པོ་རེད་དང་འབྲ།

པོན་པོ། ལྷན་པོ་དང་། ཆག་པ། བམ་པོ་རྣམས་དོན་གཅིག་ མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་ཐོར་བུ་
༥༤༥ལས། ལྷན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱལ་ཆེན་སྲོད་པའི་རྗེས་
འབྲོ་པན་བདེའི་ཁུར། །ད་ལྟར་སྲོད་ཀྱི་ཟུར་བུད་ངོས་དག་ལ། །མེ་ཏོག་པོན་པོ་བཞེན་དུ་རབ་
དུ་འཛིན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

པོ་བ་པོ་བ་པར་སྤང་བ། གདོས་བཅས་སུ་རགས་པའི་རྒྱལ་དུ་སྤང་བ་ལ་བཤད།

མེད་དབང་པོ། མེད་དབང་པོ་ཞེས་པ་པོ་མཆན་ལ་གོ་བ་ཤས་ཆེ་ཡང་། ལུ་མ་རྒྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་
 རྣམས་ཀྱང་མེད་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། མཆེས་མཛོད་ ༡༠ ན་ལས། མེད་དབང་པོ་ནི་ལུ་མ་རྒྱུང་བ་
 དང་དབྱིབས་འཛར་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ངོ་གསང་མཐོ་བ་དང་བསམ་པ་དྲག་པ་དང་། མོ་
 ལ་སེམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མེད་ཆོས་ཉིད་ལ་དབང་བྱེད་པའི་བྱིར་དབང་པོར་གཞག་ཅིང་།
 ཞེས་གསུངས།

མེད་དབང་པོ་ལས་བྱུང་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལྗ། (འདུལ་བ) བཤང་བས་ཉེ་བར་ཞོན་པ་དང་། གཅི་བས་ཉེ་
 བར་ཞོན་པ། རྒྱུང་གིས་ཉེ་བར་ཞོན་པ། རྟོག་ཆགས་ལུང་ཅན་གས་ཟེན་པ། འདོད་ཆགས་
 གྲིས་ཀྱན་ནས་དགྲིས་པ་དང་ལྷོ། །ལྷ་པོ་འདི་སྤེད་གཤེད་འགའ་འགྱུར་འདུལ་བ་༽ ཅེས་ །ལྷ་རྒྱུང་
 རྣམ་འབྱེད་ ༤ ན་ལས་གསུངས།

པོ་ལ་མིག ། འབྲུམ་བྱའི་ཐོར་བ་སྤྲོ་མོ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཐ་འབྲུག་ཅན་གྱི་ནད་ཅིག ཡང་པོ་ལ་མིག་ནི།
 མ་ཞིག་གི་མིང་དུ་བཤད་དོ། ༡ འཁོར་པའི་དོན་དུ། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསུངས།

ལྷ་མཁན། ། མོ་བའམ་མོ་མ། མོ་རྒྱག་མཁན། འཛིག་ཏེན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ལུང་སྟོན་མཁན། རྣམ་འབྱེད་
 འབྲེལ་༽ རྒྱ་ ༡ ན་ལས། ལྷ་མཁན་ (མ་དཔེར་མ་ཟུར་མི་སྤྱང་) ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐིག་སྤྱང་
 ལ་ལྷ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཤེས་པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ༢ ས་ལས་དང་ཨར་ལས་བྱེད་མཁན།
 རྒྱལ་རབས་སྤྱ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་ལས། ལྷ་ཁང་རྩིག་པའི་ལྷ་མཁན་དང་། ཞེས་པ་ལྷ་
 བྱ།

བྱ་ལེ་བ། རོས་མཉམ་པ། མཉམ་པ། བྱ་ལེ་བ་ནི་མཉམ་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། བྱང་པོ་ལྷའི་རབ་བྱེད་ལས།
 རྒྱུ་པོ་དང་། ལྷ་པ་དང་། མཐོ་བ་དང་། དམའ་བ་དང་། མཉམ་པ་དང་། མི་མཉམ་པ་དང་།
 ཞེས་བྱ་ལེ་བ་དང་། བྱ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པའི་ཆབ་བྱ། མཉམ་པ་དང་། མི་མཉམ་པ་དང་།
 ཞེས་ཐ་སྤྱད་བྱས་སོ། །བྱ་ལེ་བ་ཞེས་ལའི་མཐའ་རྟེན་ཡོད་པའང་བྲིས་སྤྱང་སྟེ། མདོན་པ་ཀུན་
 བཏུས་ན་བཤམས། བྱ་ལེ་བ་དང་། བྱ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་སྤེ་
 དགེ་བསྟན་འགྱུར་སེམས་ཅམ་སྒྲིགས་བཅ་༽ རི་བ་ ༡༤ བ་ནན་སྤྱང་དོ། །བྱ་ལེ་བ་ལས།

བྱལ་ལེ་བ་ཞེས་པ་འདི་ཅུང་ཟད་གོ་བྱ་ཆེ་བར་སྤང་སྟེ། བྱལ་ནི་ལྟོ་བའམ་ལྟེ་བ་དཀྱིལ་བཅས་
ལ་འཇུག་པར་སེམས་ལ། ལེ་བ་ནི། ལེ་བ་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། མདོར་ན་བྱལ་ཏེ་དཀྱིལ་ནས་
འབྱར་འབྱར་མེད་པར་ཐང་ལྟར་ལེ་བ་མོ་ཡིན་པས་ན་བྱལ་ལེ་བ་སྟེ་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་དོན་གོ།
བྱ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པ། རོས་མི་མཉམ་པ། མི་མཉམ་པ། བྱལ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་ཀྱང་གིས་སྤང་རྒྱུ་།
བྱག་ཀྱ། 1 དམ་བྱག་ཐེལ་ཅེ། ཐམ་ག་བཅས་ཀྱི་ཞེས། 2 ཆོག་འེལ་ག་བད། 3 གསང་ཡུམ། གསང་
སྤགས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་པས་བསྐྱེན་པའི་བྱད་མེད། (དགེ་ལྷགས) འདུ་བྱ་རྒྱའི་རིག་མ་ལ་བྱག་ཀྱ་
ཞེས་བཛོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ་ཐབས་ཀྱི་རྩེ་ས་དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ལ་རྒྱ་གདབ་པར་བྱ་
བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཛོད་པའི་བྱར་ཏེ། བཟླ་གཉིས་ལས། རྩོམ་འདིས་ནི་གདབ་པ་
ཡིས། །དེས་ན་བྱག་ཀྱར་བཛོད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། (བཀའ་བརྒྱུད) བྱག་ཀྱ་
ཞེས་པའི་ངེས་ཆོག་ཀྱང་། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མི་བྱེད་པའི་རྩོམ་འདིས་ནི་རྒྱས་གདབ་
པའི་བྱར་བྱག་ཀྱའམ། ཡང་ན་རིགས་ལྟའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ལས་ཀྱི་བྱག་ཀྱ་ལ་བརྟེན་ནས་
སྤྲོས་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་མོ། ལུལ་དང་ལུལ་ཅན་མི་བྱེད་པའི་རྩོམ་འདིས་ནི། ནལ་འབྱོར་པའི་
རྒྱུད་ལ་རྒྱས་གདབ་པ་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤོང་སྟེ། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་བྱག་ཀྱ་ཞེས་བྱ་བར་བཛོད་
པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལོ།

བྱག་ཀྱ་ལ། 1 དབྱ་རྒྱག། ལྷན་རྒྱག། མགུལ་རྒྱག། གཏུ་བྱ། མཚོད་བྱར་ཐོགས་དང་ལྟའོ། བྱག་ཀྱ་
ལྷ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་དང་སྦྱོར་རྒྱལ་ཐོགས་འདིའི་སྒྲོར་ཞིབ་པ་གཟིགས་འདོད་ན། དེལ་
རྒྱའི་གསུང་ནལ་འབྱོར་མའི་བསྐྱེད་རྩོགས་ཀྱི་ཟིན་གྲིས་ན་གསལ་བས་དེར་གཟིགས། 2
མགུལ་རྒྱན་དང་། གཏུ་བྱ། རྒྱ་ཆ། དབྱ་རྒྱན་གྱི་ཁོར་བྱ། མཚོད་བྱར་ཐོགས་དང་ལྟའོ། རྩེའི་འཛོ་
ལ་གཤིན་བྱས་ཏེ་བཀོད། བྱག་ཀྱ་ལྷའི་གངས་འཛེན་རྒྱལ་ཆོག་རིས་མི་མ་སྤྲོན་པ་མང་ཅས་
འདུག་པས་ཞིབ་ཏུ་བཟླ་བར་བྱའོ། 3 (བཀའ་བརྒྱུད) བྱག་ཀྱ་ལྷ་ནི། སྤྱི་བོར་འཁོར་ལོ། ལྷན་
ལ་རྒྱ་ཆ། མགྲིན་པར་ཁོར་བྱ་སྟེ་མགུལ་རྒྱན། ལག་པ་དང་རྒྱུང་པར་གཏུ་བྱ་དག་དང་། སྒྲིང་
པར་སྒྲེར་གས་ནམས་ཏེ་དེ་དག་གིས་བརྒྱན་པ་ནི། མི་བསྐྱེད་པ་དང་། འོད་དཔག་མེད། རིན་

འབྱུང་། རྣམ་སྒྲིབ་། རོན་བྱ་བ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་ལྷ་མོ་རྣམ་པར་དག་པའོ། །འདི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་གདབ་པའི་ཕྱིར་ཕྱག་རྒྱར་རབ་ཏུ་གྲགས།

ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། ¹ (དགེ་ལུགས་) ཟུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་། རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
 བོ་ཟུང་འཇུག་གོ། ཞེས་དང་། རྗེའི་སྐགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བོ་ཟུང་
 འཇུག་གོ། འདི་འོད་གསལ་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་གསུངས་པས། ཕྱི་ནང་གི་
 ཟུང་རྒྱབ་པ་གཉིས་ནི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ² (དགེ་ལུགས་) ལྷ་སྐྱ་
 ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་ཟེར། ལྷ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ། ལྷའི་སྐྱ་དངོས་གནས་ལ་བྱལ་བའི་
 ཞལ་ཕྱག་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་ལྷ་སྐྱ་འཕམ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ། ཡང་ན་རང་གི་ཐ་མལ་པའི་ལུས་
 ལྷའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བསྟོམས་ནས་ར་རྒྱལ་དང་གསལ་སྒྲུང་བརྟེན་པོ་
 ཐོབ་ནས་རེག་མཐོང་ལྷ་བྱའི་མཚན་མ་བརྟེན་པོ་རྟེན་པ་ན། ལྷ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། ཁྲིང་
 དོལ་ལྷ་མས། ཐ་མལ་ལུས་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ལྷ་ར། །གསལ་སྒྲུང་ར་རྒྱལ་བརྟེན་པོས་རིམ་
 ཟུངས་པས། །རེག་མཐོང་ལྷ་བྱའི་མཚན་མ་རྟེན་པ་དང་། །དེ་ལ་སྐྱ་མོ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
 ཟེར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདི་ལ་ལྷ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡང་ཟེར། ³ (བཀའ་བརྒྱུད་)
 བཀའ་བརྒྱུད་པས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ལ་བཤད་དེ། རང་བཞིན་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་
 རི་ལྷ་བར་རྟོགས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་བཤད་ནི། ཀམ་པ་དགྲ་པ་
 དབང་ཕྱག་རྟོལ་སྤྱི། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་སྤྱི་ཏའི་སྐྱ་དུ་མ་རྩ་སྤྱི་ཏའི་སྐྱ་ལས་ཟུངས་པ་མི་
 འདའ་བའམ་མི་བྱེད་པའམ་མི་སྟོང་བ་ལ་འཇུག་སྟེ། ཟུང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་
 ཅད་རང་ས་རང་ས་ནས་སོ་སོ་ཉམས་མདོག་མ་བསྐྱར་བར་དུས་གསུམ་དུས་མེད་དུ་ལྷན་
 ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལས་མི་འདའ་བས་ཕྱག་རྒྱ། དེ་ལས་འོགས་པའམ་དེའི་ཤོད་ན་གཞན་
 མེད་པས་ན་ཆེན་པོའོ། ཞེས་ངེས་དོན་རྒྱ་མཚོར་གསུངས། སི་ཏུ་བཤ་ཆེན་གྱིས། སྤྱ་ལྷེས་
 པ་མི་འདའ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱའི་སྐྱ་དོད་ཡིན་པ་ལ་འཇུག་གཞི་གཞན་བསལ་བའི་ཕྱིར། ལོ་རྩ་
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་གི་སྐྱ་ལྷ་ཐབས་སུ་བསྐྱབ་ནས་ཕྱག་རྒྱ་ཞེས་བསྐྱར་བ་སྟེ། འཁོར་བ་དང་

སྤྱི་འདུན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་མི་འདའ་བའི་དོན་དང་། ཆེན་པོ་ཞེས་པ་
 འདིའི་གོང་ན་ཆོས་གཞན་མེད་པའམ་ལས་ཆོས་དམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་ལས་ཁྱེད་པར་
 འཕགས་པའི་དོན་ནོ། ཞེས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་གྱི་འགྲེལ་བར་གསུངས། ཀྲོང་སྤྱོད་
 ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས། ལུང་དུ་འཇུག་པས་ན་ཕྱག་རྒྱ། དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་
 ལ་བྱུང་བས་ན་ཆེན་པོ་སྤྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་མི་འདའ་བའོ། དེའི་ཆེ་ཕྱིའི་སྤྱོད་བ་ཐམས་
 ཅད་སྤངས་སྤོངས་ལུང་འཇུག་ནང་གི་རིག་པ་མཐའ་དག་རིག་སྤོངས་ལུང་འཇུག་སྤངས་རིག་སྤངས་པའི་
 ཆེ་ཆོར་བ་མཐའ་དག་བདེ་སྤོངས་ལུང་འཇུག་ཡིན་པ་ལས་དང་པོ་གཉིས་ལ་རྣམ་ཀླན་མཆོག་
 ལྷན་གྱི་སྤོངས་ཉིད་ཅེས་བྲ། ཕྱི་མ་ལ་མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་གསུངས་
 བཤེད་། ཞེས་ཤེས་བྱ་མཛད་འགྲེལ་ན་གསལ། སྤྱི་བཤད་གཞན་ཡང་འདི་ལྟར། ཕྱག་ནི་སྤོངས་
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན། རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་ཆོས་ལས་གྲོལ། ཆེན་པོ་ལུང་དུ་འཇུག་པའོ། ཞེས་
 གསུངས། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྤྱི་བཤད་དང་དེས་ཆོག་ལ་དོགས་གཅོད། ཕྱག་རྒྱ་དང་། ཡེ་
 ཤེས་དང་། གོ་རིམ་ལ་སོགས་པ་ལ་རྒྱ་གར་ན་ཡེ་དང་། ཕྱག་དང་། གོ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་མེད་
 གྲང་། བོད་སྐད་ལ་ཆོག་སྤྱི་བ་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྐྱེད་ནས་བསྤྱི་བ་མཁས་འཇུག་ལས་
 གསུངས་ཞེས་དང་། རྒྱ་སྐད་ལ་ཡེ་དང་ཕྱག་སོགས་ཀྱི་སྐད་དོད་མེད་ན། ཕྱག་ཆེན་ཐེག་ལེ་
 ལས། ཕྱག་ནི་སྤོངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་ཆོས་ལས་གྲོལ། ཞེས་འགྱུར་བ་ཅི་ཡིན་
 ཞེ་ན། འདི་དང་རྣམ་སྤྱང་མཛོད་བྲང་ལས། དཀྱིལ་ནི་སྤོངས་པའོ། འཁོར་ནི་ལེན་པའོ། ཞེས་པ་
 ལྟ་བུ་དག་ལོ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་བདེའི་ཐབས་ཅིམ་དུ་དགོངས་ནས་ཅུང་ཟད་བསྤྱི་བ་ཆེས་
 པར་སྤངས་སྤྱེ། འདི་འདའི་སྐབས། སྤྱི་ནི་སྤོངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། འདི་འཁོར་བའི་ཆོས་ལས་
 གྲོལ། ཞེས་དང་། མཐུན་སྤོངས་པའོ། ལ་ནི་ལེན་པའོ། ཞེས་སྐད་དོད་རང་སོར་བཞག་ན་ཆོག་
 དོན་གཉི་ག་ལ་འགྲིག་པར་སྤངས་ངོ་། ཞེས་རྗེ་གྲུང་ཐང་པ་གསུངས་ངོ་། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་
 མཁྱེན་པས་སྤོངས་སྤྱང་སྤྱི་བ་ཐང་མིག་འབྱེད་སོགས་སུ་ཕྱག་ཆེན་གྱི་ལྟ་བ་ལ་དགག་པ་ཤས་
 ཆེར་མཛད་ཡོད་ནའང་། ཕྱག་ཆེན་གྱི་ལྟ་བ་རྣམ་དག་ལ་དགག་པ་མ་མཛད་པ་མ་ཟད། དེ་དང་

བྱག་ཀྱི་བྱག་། (བདེ་མཆོག་) བྱག་ཀྱི་བྱག་གིས་བརྒྱན་པ་ཞེས་པའི་བྱག་ཀྱི་བྱག་ནི། མགྲུལ་རྒྱན་
 གདུ་བྲ། རྣ་ཆ། སྤྱི་གཙུག་གི་ཁོར་བུ། མཆོད་ཕྱིར་སྟོགས། ཐལ་བ་ཆེན་པོ་དང་བྱག་གོ། འདི་
 བྱག་པ་བྱག་ཀྱི་བྱག་དང་། རྒྱན་བྱག་དང་། རུས་པའི་རྒྱན་བྱག་གི་ཐ་སྣང་བྱེད་ཀྱང་། དང་པོ་
 གསུམ་མ་གཏོགས་ཕྱི་མ་གསུམ་རུས་རྒྱན་ཡིན་མེན་དབྱང་དགོས་ཏེ། རྗེའི་འདོད་འཛོལ་ས།
 དེ་ (ཁོར་བུ) དང་ཐམ་གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མའི་རྒྱན་གསུམ་མེ་རུས་ལས་བྱས་པ་
 གཞན་དང་མ་བྱུང་བར་བྲ། འབྲུལ་སྤོང་ལྟར་ཤེད་རྒྱན་ཀྱང་བྱའོ། །མཆོད་ཕྱིར་སྟོགས་ནི་མི་
 རུས་ལས་བྱས་པར་འབྲུལ་སྤོང་ལས་དང་། ཁྱད་པར་གསལ་བྱེད་ལས་བཤད་ལ། ཞེས་
 གསུངས་སོ། །ཐལ་བ་ཆེན་པོ་ནི་མི་རུས་ཀྱི་ཐལ་བ་ལ་ཟེར། འདི་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུགས་
 པ་སྟེ། དེས་ནི་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བྱབ་པ་མཆོཅན་ནོ། །སྤྱིན་པ་ལ་
 སྟོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱག་རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་བ་བྱག་ཀྱི་བྱག་གིས་རྒྱས་
 བཏབ་པའོ། །མདོན་བརྗོད་ཀྱི་ལྷ་པ་ལས། སྤྱི་གཙུག་གི་ཁོར་བུ་མ་བཟངས་པར། མགོ་མེད་
 བཟངས་ཤིང་གཞན་སྤར་དང་འཕྲལོ། །ལྷ་མ་ཁ་ཅིག་མགོ་མེད་གཅིག་ཏུ་བཟངས་པ་འབྱུང་མ་
 དག་པའས། དཔེ་མ་དག་པར་འཆད་མོད་ཀྱང་། མདོན་བརྗོད་ཀྱི་འབྱུང་པ་ལ་ཆེ་བ་ལས་དེ་
 བཞིན་ཏུ་འབྱུང་བས་དབྱེད་དོ། །ཞེས་རྗེའི་འདོད་འཛོལ་ས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད། བྱག་ཀྱི་
 བྱག་གིས་པར་ཕྱིན་བྱག་མཆོན་པར་གསུངས་ཏེ། མགྲུལ་རྒྱན་གྱིས་སྤྱིན་པའི་པར་ཕྱིན།

གཏུ་ཕུས་ཚུལ་ཁྲིམས། རྣ་ཆས་བཟོད་པ། དབུ་རྒྱན་གྱིས་བཙོན་འབྲུག། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་
གྱིས་བསམ་གཏུན། ཐལ་ཆེན་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་མཆོན་པར་བཅས་སོ། །མདོར་ན་
ཕྱིན་བྲུག་གི་ལམ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་ནི་ཕྱག་རྒྱ་བྲུག་གིས་མཆོན་ནོ། །ཞེས་རྗེའི་འདོད་འཛོ་
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། (ཀྱེ་རྡོར་) ཀྱེ་རྡོར་དང་འབྲུལ་སྤོང་ལས། མགུལ་རྒྱན་དང་། གཏུ་
བྲ། རྣ་ཆ། (སྤྱི་གཙུག་གི་རྡོར་ཕུ་ཆབ་ཏུ) (སྤྱི་པོའི) འཁོར་ལོ། (མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་ཀྱི་ཆབ་ཏུ)
ཏེད་རྒྱན། ཐལ་བ་ཆེན་པོ་དང་བྲུག་གསུངས་སོ། །2 བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཏན་བཙན་
སྐབས། བོད་དུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ། རྣམ་མཁའ་ནས་ཉི་མའི་འོད་
ཟེར་ལ་འབྱོགས་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་གི་སྟེང་དུ་བབས་པའི་མདོ་སྤེ་བ་མ་ཏོག་ སྤྱིང་པོ་ཡི་གེ་
བྲུག་ལ། སྤང་སྟོང་ཕྱག་རྒྱ་པ། གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཁྲ་གང་པ། སྤྱི་ལྷོ་ཕྱག་རྒྱ། ཅི་རྩ་མཆིའི་
སྤྲུ་བསྐྱོས་པོར་བཅས་ཀྱི་མེང་ཡིན་པར་བཤད།

ཕྱག་རྒྱ་པ། དཔལ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་ཤིག ལྷ་བའི་ཆ་ནས་བཏགས་པའི་མིང་
ཞིག་ཡིན།

ཕྱག་རྒྱ་བཞི། ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། དམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་
བཞིའོ། །རྩྱེ་ལ་སོགས་པ་སྤྲགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་ (ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ) དང་། དེ་ཡོངས་སུ་
ལྷུང་བ་ལས་ཕྱག་མཆོན་ (དམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ) དང་། དེ་ཡོངས་སུ་ལྷུང་བ་ལས་ལྷའི་སྤྱི་
རྫོགས་པར་བསྐྱེད་པ་ (ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ) དེས་འགོ་བ་དོན་མཛད་པའི་འཕྲིན་ལས་ནི་ (ལས་ཀྱི་
ཕྱག་རྒྱ) ལྷེ་བཞིས་རྒྱས་བཏབ་ནས་ལྷ་སྤྱི་བསྐྱེད་པའོ། །རྗེའི་རྣམ་གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་
ལ་གཞི་བྲས་ཏེ་བཀོད། མདོར་ན་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ནི། རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་གསུང་ཐུགས་འཕྲིན་ལས་
བཞི་ལ་ཟེར། ཕྱག་ཆེན་སྤྱ། དམ་རྒྱ་ཐུགས། ཆོས་རྒྱ་གསུང་། ལས་རྒྱ་འཕྲིན་ལས། ཞེས་རྗེའི་
སྤྲགས་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། ཡང་། འདི་བཞིས་སྤྱང་གཞི་ཐ་མལ་པའི་ལུས། དག ཡིད།
བྱ་བ་རྣམས་སྤོང་། ཞེས་ལྷུང་སྤྱི་རོལ་པའི་དོན་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །སྟོང་དོལ་གླ་མས། ཐ་མལ་
ལུས་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ལྟར། །གསལ་སྤང་ང་རྒྱལ་བརྟན་པོས་རིམ་སྤྱངས་པས། །རེག་

མཐོང་ལྟ་བུའི་མཚན་མ་རྟེན་པ་དང་། །དེ་ལ་སྐྱེ་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེས། །སྤྱགས་ཀྱི་རུས་པ་
རྒྱུད་ལས་བཤད་ལྟར་འབྱུག། །ཐ་མལ་དག་རྣམས་འབྱུང་འབྱུག་རྒྱུད་གི་གདངས། །སྤྱགས་
ཀྱི་རང་སྤྱོད་ཀྱི་པར་རེས་འགའ་གཟེགས། །དེ་ལ་གསུང་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཟེས། །སྤྱང་
ཕྱོགས་ལྟ་ཡི་འཁོར་ལོ་ཐབས་དང་ནི། །སྤྱོད་ཕྱོགས་ཤེས་རབ་ཤིན་སྤངས་བདེ་བས་སྤེལ། །
སྤྱང་སྤྱོད་གཉིས་ཆོགས་ཟབ་གསལ་ཡེ་ཤེས་ལ། །དེ་ལ་ཕྱགས་ནི་དམ་ཆོག་ཕྱག་རྒྱ་
ཟེས། །ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་བྱ་བ་གང་བྱེད་པ། །ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་པལ་ཆེར་མི་འབྱུང་
ཞིང་། །འོད་ཟེར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅན་གྱིས་ལས་བཞི་འབྱུག། །དེ་ལ་འཕྲིན་ལས་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་
ཟེས། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

ཕྱག་རྒྱ་རིགས་བཞི། བརྒྱ་ཅན་ལ། རྟེན་ཅན་ལ། སྤང་པོ་ཅན་ལ། རི་དྲགས་ཅན་ལ། དེ་རེ་རེ་ལའང་
ལྷན་སྐྱེས་ཞིང་སྐྱེས་སྤྱགས་སྐྱེས་གསུམ་གསུམ་ཡོད་པས། ལྷན་སྐྱེས་ནི་སྤྱོད་ལུས་རང་དོན་གྱི་
འོད་གསལ་ཐོབ་པ་ལ་བྱེད། ཞིང་སྐྱེས་ནི་ལུས་དབེན་དག་དབེན་སེམས་དབེན་དཔེ་ཡི་འོད་
གསལ་ཐོབ་པ་ལ་བྱེད། སྤྱགས་སྐྱེས་ནི་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་མཐོ། །མི་
བསྐྱེད་པའི་རིགས་ལ་སྤེལ་ཅན། རྣམ་སྤྱང་བཙོ་སྤྱག་མཁན། རིན་འབྱུང་འཕྲེང་བརྒྱུད་མཁན།
འོད་དཔག་མེད་གར་མཁན། དོན་གྲུབ་བཟོ་བྱེད་མཁན་གྱི་རིགས་དགོས་པར་བཤད། བརྒྱ་
ཅན་ལ་སོགས་པ་ཕྱག་རྒྱ་མ་བཞིའི་བྱེད་པར་ནི། རྒྱ་རྒྱའི་མར་སྤྱའི་རྩ་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ་
བཞིའི་སྒོ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱེད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱའི་མར་སྤྱ་ཞེས་པ། བྱ་ལའི་རྩེ་མོ་ལ་ཟེར་
བས། མདོར་ན་བྱ་ལའི་རྩེ་མོའི་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ་བཞིའི་སྒོ་ནས་བྱེད་པར་བཞག་པ་ཡིན་
ནོ། །དེས་ན་སྤང་པོ་ཅན་མའི་མར་སྤྱ་ནི། རྩ་སྤྱ་གཡོན་ནས་གཡས་སུ་རྩུང་ཟད་འབྲེལ་བའི་
རྣམ་པར་ཡོད་ལ། དེའི་རྟགས་རྩ་དེའི་ཡས་སྤྱ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་མེད་དེའི་སྤྱ་གཡོན་
ནས་གཡས་སུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལས། ཕྱག་རྒྱ་དེ་ཡང་སྤང་པོ་ཅན་མའི་
རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དྲུང་ཅན་མ་ནི་རྩ་དེའི་མར་སྤྱ་དྲུང་དཀར་གྱི་ཁ་ལྟར་འབྲེལ་
ཞིང་། གྲུག་ལ་རིང་བ་ཞིག་ཡོད་པས་དེའི་རྟགས་ལ། རྩའི་མར་སྤྱ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱང་དང་

སྒྲིལ་ཡང་རིང་བ་ལ་སོགས་པ་དུང་ཅན་མའི་རིགས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །རིགས་དྲགས་ཅན་མ་
ནི། ཅ་དེའི་མར་སྒྲིལ་དེ་དྲགས་སྒྲིལ་བའི་ལྟེ་བ་བྲ་ཁ་བཅུ་མ་ཞིང་འགོར་བའི་རྒྱལ་བ་ཅན་དུ་ཡོད་
པས། ཅ་དེའི་ཁ་ཤིན་ཏུ་ཆོལ་དགའ་བས། དེ་ནི་རྒྱལ་འབྱོར་བས་སེ་མོས་བཅའ་དགོས་པ་
སོགས་གསུངས་སོ། །མར་སྒྲིལ་དེའི་རྒྱགས་ལ་ཡར་སྒྲིལ་ཕྱི་སྒྲིལ་རི་མོ་ཡོད་ལ་དེར་མ་
ཟད་ལུས་གཞན་ལས་སྒྲིལ་བ་སོགས་ཡིན་ནོ། །བསྒྲིལ་ཅན་ནི། མར་སྒྲིལ་མེ་རྟོག་བསྒྲིལ་དབྱིབས་
ལྟ་བུར་ཡོད་པས་ཅ་དེ་ཁ་བཅའ་སྒྲིལ་ཞིང་། འབྱེད་བར་སྒྲིལ་བས་བྱག་རྒྱའི་མཆོག་ཏུ་གསུངས་
པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱག་རྒྱ་བཞིའི་ཅ་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་བར་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
ཅན་སོགས་བཞག་པའི་དོན་དེ་ཉིད། རང་གི་སྒྲིལ་མ་ཁོ་ནའི་མན་དག་ཡིན་པས། རང་ཁོ་ནའི་
སྒྲིལ་ལ་བཅང་རྒྱ་ཡིན་གསུངས། དེའི་རྒྱ་མཆོན་ཆགས་ལས་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པར་གྲགས་
པའི་སྒྲིལ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་བྱག་རྒྱ་རིགས་བཞིའི་བྱེད་བར་སྒྲིལ་གཡོན་
ནས་གཡས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་། ཞེས་སོགས་རྒྱམས་རྩའི་དབྱིབས་ལ་བརྟགས་པའི་དོན་ལ་སྒྲོ་
ཁ་ཅས་ཡང་མ་ཕྱོགས་ཤིང་། ཅ་ལ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཡོད་པའི་གནད་མ་རྟོགས་པ་ལ་སྒྲིལ་ཡིན་
པས། ཕྱོགས་འདི་ལ་ཁ་ཤོ་རྩེ་ལྟར་ཆེ་ཡང་མཁས་པའི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་འབའ་ཞིག་ཡིན་
གསུང་དོ། །ཞེས་ཟེའི་གསུང་ན་གསལ།

བྱག་རྒྱ་གསུམ། 1 ཆོས་ཀྱི་བྱག་རྒྱ། དམ་ཆོག་གི་བྱག་རྒྱ། བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། རྒྱུ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་
སྒྲིལ་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་རྒྱམས་ཆོས་ཀྱི་བྱག་རྒྱ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་བྱག་མཆོན་དམ་
ཆོག་གི་བྱག་རྒྱ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གསུངས་པར་བསྐྱེད་པ་བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ།
ཞེས་ཟེའི་རྒྱལ་གཞན་རིམ་པའི་རྒྱལ་བཤད་ལ་གཞི་བྱས། བྱག་ཆེན་སྒྲིལ། དམ་རྒྱ་སྒྲིལ། ཆོས་
རྒྱ་གསུང་། ཞེས་ཟེའི་སྒྲིལ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། 2 (མྱོང་རྟོག་སྒྲིལ་མ) སྒྲིལ་བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ།
གསུང་ཆོས་ཀྱི་བྱག་རྒྱ། སྒྲིལ་དམ་ཆོག་གི་བྱག་རྒྱ་དང་གསུམ་མོ། །དེ་ཡང་སྒྲིལ་བྱག་རྒྱ་
ཆེན་པོ་ནི། ཐ་མལ་གྱི་ལུས་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ལྟ་ལ་གསལ་སྒྲིལ་དང་རྒྱལ་བརྟེན་པོ་
ཐོབ་སྟེ། དེག་མཐོང་ལྟ་བུའི་མཆོན་མ་བརྟེན་པོ་རྟེན་པ་ན། དེ་ལ་སྒྲིལ་བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར།

སྤྱི་གསུང་གི་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་བྱུང་ཅིང་ཐ་མལ་གྱི་དག་རྣམས་འབྱུང་འབྱུག་
 རྒྱུ་གི་གདངས། སྤྱི་གསུང་གི་རང་སྤྱོད་པར་རེས་དགའ་གཟིགས་པ་ན། དེ་ལ་གསུང་ཆོས་
 གི་ཕྱག་རྒྱ་ཟེར། ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ། སྤྱི་གསུང་ཐམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཟེར།
 ཕྱག་རྒྱའི་ཅ་སད་པ། ཕྱག་རྒྱ་མའི་ཅ་ཁ་ཤེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 ཕྱག་རྒྱའི་སྒྲ། ལྷ་ཡི་དེ་ཉིད་དུག་གི་ཡ་བྱལ་ཏེ། གཙུག་ཏོར་སོགས་ཐུན་གྱིས་རྒྱོབ་པའི་རྒྱ་བཅེངས་
 རས་གནས་དེ་དག་ཏུ་སྤྱི་གསུང་བརྗོད་ཅིང་གཏུགས་པའམ་སོ་སོའི་ཆོག་གི་རྒྱ་བཅེངས་པའོ། །
 ཕྱག་ཆེན། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་ཆོག་དེར་གཟིགས།
 ཕྱག་ཆེན་གཏུ་མ། ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་གྱི་ཆོས་བརྗོད་ཞིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། བདེ་བ་དང་
 སྤྱོད་པ་གཏུ་ཁ་སྤྱོད་བཞིན་དེའུ་མེད་དུ་བསྐྱོམས་ནས་འོད་གསལ་མཛོན་དུ་ཤེད་པའི་
 གདམས་པ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱོད་ཅེས་བཏགས། དུགས་སོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་དང་གནད་
 གཅིག་
 ཕྱག་ཆེན་གཏུ་མ། ཕྱག་ཆེན་གཏུ་མ་དང་དོན་འདྲ།
 ཕྱག་ཆེན་ཐིག་ལེ། གྲོ་རྩོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཅིག་སྟེ། རྒྱུད་ཕྱི་མ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐིག་ལེ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣལ་
 འབྱོར་མ་ཆེན་མོའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་མངའ་བདག་ལེའུ་ཉི་ཤུ་ཅ་བརྒྱད་པ། སྤོབ་དཔོན་ཆེན་
 པོ་དཔལ་ཤེས་རབ་གསལ་བའི་ཞལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་ཆོས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཕྱག་མཆོམས་དག་
 བཅོམ་གྱིས་བསྐྱུར་བ། རྒྱུད་ཀྱི་ད་པར་༽བཞུགས་སོ། །
 ཕྱག་ཆེན་དང་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་ཁྱད་པར། མི་ཉི་ཤ་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་ཆེན་གྱི་མིང་ཅན་གྱི་དབུ་
 མའི་བཀའ་དང་། རྩོ་པོ་ནས་བརྒྱུད་པའི་དབུ་མའི་བཀའ་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་གཅིག་གམ་
 ཐ་དད་ཅེན། དོན་ལ་མི་གཅིག་པ་མེད་ཀྱང་དབུ་མའི་ཕྱགས་འདིར་ནི་རྩོག་དཔྱད་ཀྱི་སྤོབ་ནས་
 གཏན་ལ་པལ་སྟེ་མེད་གཤག་གི་ཆ་ལ་གསལ་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་རྩོབ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཉམ་པར་
 འཛོག་ལ། ཕྱག་ཆེན་གྱི་ཕྱགས་དེར་ནི་བྱད་ཤིང་ཟད་པ་ན་མེ་ཞི་བ་ལྟར་རྩོག་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་
 རབ་ཉིད་ཀྱང་གཤམ་མེད་ཅ་ཐལ་གྱི་སྤོབ་ནས་གཏན་ལ་པལ་སྟེ། དགག་སྤྱོད་གང་གི་འདོན་ཅན་

མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ནི་བྱད་པར་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཀྱང་པ་དབང་བྱུག་དོན་མི་
འབྲུག་ཀྱི་ཀྱུ་ལྷ་གས་བརྒྱད་ལྷ་བ་པའི་ཤིང་རྩར་གསལ།
བྱུག་མཛོད། བྱུག་འཆའ་བ་དང་མཛོད་པ་འབྲུལ་བའི་བསྐྱུས་ཆིག
བྱུག་མཛོད་ཀྱི་ཡུལ། བྱུག་འཆའ་བ་དང་མཛོད་པ་འབྲུལ་བའི་ཡུལ།
བྱུག་མཛོད་སྒྲོར་བ་སོགས་བྱས་པའི་ཕན་ཡོན། དམ་ཆོས་པད་དཀར་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་བསྐྱེད་དང་། །འཛེམ་པའི་གཟུགས་དང་མཛོད་རྟེན་དག་ལའང་རུང་། །ཅིག་
ངོས་གྲེས་དང་རྩལ་ཕྱང་མཛོད་རྟེན་ལ། །དེ་ལ་མེ་ཏོག་དང་ནི་སྤྲོས་གསོལ་ཏེ། །དེར་ནི་གང་
གིས་རབ་སྒྲན་ཅང་ཉེན་དང་། །དྲུང་དང་རྩ་ཆེན་རོལ་མའི་སྤྲ་བྱེད་བཅུག །བྱང་རྩལ་མཛོག་
རབ་མཛོད་པར་བྱ་བའི་བྱིར། །གང་ཞིག་རྩ་རྣམས་རབ་ཏུ་བརྒྱུད་བྱེད་ཅིང་། །པི་ཆང་དང་ནི་
ཕེག་དང་མཁར་ཆེན་ར། །རྩ་རྩ་རྩུད་གཅིག་གི་བྱིར་ཡིད་འོང་དང་། །ཨ་གོན་དང་རབ་ཏུ་སྒྲན་
འབྱེན་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱང་རྩལ་འཛོལ་པར་འབྱུར། །ཞེས་དང་། བདེ་གཤེགས་
གཟུགས་དག་ཅིག་ངོས་གྲེས་པ་ལ། །འབྲུག་བཞིན་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་མཛོད་ན་ཡང་། །དེ་
དག་རིམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་མཐོང་། །མཛོད་རྟེན་དག་ལ་གང་གིས་ཐལ་མོ་
སྤྲུར། །ཡོངས་སྤྱོད་ཆང་བའམ་ཐལ་མོ་ཡ་གཅིག་གམ། །ཡང་ན་མགོ་བོ་སྤྲད་ཅིག་བཏུད་པ་དང་
། །དེ་བཞིན་ལན་གཅིག་ལུས་ཀྱང་བཏུད་པ་དང་། །གང་གིས་རིང་བསྐྱེད་གནས་པ་དེ་དག་
ལ། །གཡེངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱུག་འཆའ་སངས་རྒྱས་ཞེས། །ཆིག་གཅིག་ལན་འགའ་
བརྒྱུད་པར་བྱས་པ་ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱིས་བྱང་རྩལ་མཛོག་འདི་འཛོལ། །ཅེས་གསུངས་
སོ། །

བྱུག་བཏོག་ཐོན་པ། ཐེབས་པ།

བྱུག་རྟེན། 1 མཇལ་རྟེན། 2 དངོས་པོའི་འབྲུལ་བ། ལགོང་ས་ལྟུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་སྤྱན་རླུང་
བྱུག་རྟེན་གྱི་བདོག་པ་ཐན་བྱ་དང་བཅས་ལཞབས་རྩལ་སྤྱི་བོས་བཏུད། དགེས་བཅའི་བཀའ་
མཛོད་ཀྱི་དབྱུགས་དབྱུང་ཐོག་ ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བྱག་རྟེན་དཔལ། མཇལ་རྟེན་བཟང་བའི་དོན་དུ། དཔེ་ཚོས་རིན་ཆེན་སྤྲངས་པའི་བད་བཤོལ་དོན་
གཉིར་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལས་བཤད། གཞུང་གཞན་དུ་བྱག་རྟགས་བཟང་པོའམ། ལག་
རྟགས་བཟང་པོའི་དོན་དུ་བཤད།

བྱག་དང་ཞེས། ལུས་དག་གི་གྲུས་པའི་རྣམ་འགྲུར། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དངགས་སུ། ཡ་རབས་བྱག་
དང་ཞེས་ཆེ། །མ་རབས་གཉིད་དང་གོད་པ་ཆེ། །ཞེས་བ་ལྟར་ལོ། །དེ་ཡང་བྱག་ནི་བྱག་འཆལ་
བ་སྟེ་ལུས་ཀྱི་གྲུད་འདུད། །ཞེས་ནི་དག་གི་རྣམ་འགྲུར་བཟང་པོའོ། །གཞོན་ཏུ་ཆེ་མེད་ཀྱི་
གཏམ་རྒྱུད་ལས། གཞན་དག་བྱག་དང་ཞེས་ར་བཅས་བ་ཡིས། །ལེགས་བརྟུང་སྐབས་སུ་
འཆའ་བའི་རྣམ་འགྲུར་སྟོན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

བྱག་དཔ། གྱི་དོར། གད་བདར།

བྱག་དར་བྱེད་པའི་པན་ཡོན་ལ། གྱི་དོར་བྱེད་པའི་པན་ཡོན་ལྷ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བྱག་དར་རེ་ལྟེ་ཅམ་བྲས་པ། རྩ་བཞི་ཅམ་བྲགས་པ།

བྱག་དོར་ལུ་ཅ་ཅ། དེའི་སྐྱ་མདོག་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། སྐྱ་མདོག་མཐིང་ག་ཞལ་གཅིག་བྱག་
གཉིས་ཀྱི། །གཡས་པས་གནས་ལྷགས་དྲི་རྩེ་ཅེ་དགུ་འབྱར། །གཡོན་པས་བྲགས་ཀར་སྤྱིགས་
མཐུ་བ་བསྐྱང་བ་ཡི། །ཅེ་མོར་མེ་འབར་ཐོད་བ་སྐྱམ་རྫོན་དང་། །སྐྱལ་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་སྐང་
སྤགས་སྟོད་གཡོགས་དང་། །རྟག་ཤམ་གསོལ་ཞིང་གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱང་གིས། །པད་
ཉིར་འཛིགས་བྱེད་དུས་མཆན་གདན་ལ་བཞུགས། །བྱག་དོར་ལུ་ཅ་ཅ་ལ་བྲག་འཆལ་
ལོ། །སྤགས། ལུ་ཅ་ཅ་ཡལ་སེའྲི་ཀུ་ཤ་རྩ་ཞེས་བ་ལྟར་ལོ། །

བྱག་ན་དྲོ་རྩེ། གསང་བའི་བདག་པོའམ། གསང་བདག་དང་དོན་གཅིག་དེའི་སྐྱ་མདོག་སོགས་ཀྱི་
ཁྱད་པར་ནི། སྐྱ་མདོག་མཐིང་ག་ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་ཀྱི། །གཡས་པས་གསེར་གྱི་དྲི་རྩེ་ཅེ་
ལྷ་འབྱར། །གཡོན་པས་བྲགས་ཀར་སྤྱིགས་མཐུ་བ་འབར་བ་བསྐྱང་། །སྐྱན་གསུམ་བགྱང་
ཅིང་མཆེ་བ་རྫོན་པོ་གཅིགས། །སྤོན་མ་སྤྲ་དབུ་སྤྲ་མེ་ལྟར་འབར། །སྤྲ་ཆོགས་རིན་ཆེན་རྒྱན་
དང་སྤུལ་གྱིས་བརྒྱན། །རྟག་ཤམ་གསོལ་ཞིང་གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱང་གིས། །པད་ཉིར་

བཞུགས་པའི་བྱག་ན་དོ་རྩེར་འདུད། །སྤྲགས། ཨྱི་བཟླ་སྤྱི་ལྟོ་ལྟ། ཞེས་པ་ལྟར་ལོ། །

བྱག་ན་བསྒྲ། བྱག་ན་བསྒྲོ་དང་དོན་འབྲ།

བྱག་ན་བསྒྲོ། སྤྱན་རས་གཟིགས།

བྱག་མེབས། མེབས་བ། མོན་བ། འབྱོར་བ།

བྱག་ཕྱི། ཞབས་ཕྱི།

བྱག་བ། (བྱེད་འབྲེལ) ། བྱི་དོར་བྱེད་བ། གད་དར་བྱེད་བ། བྱག་བ། བྱགས། འབྱག་བ། འབྱོགས།
འདུལ་བ་ལུང་ཐུན་ཆེགས་༽ ཐ་བ ༡༡'༥ནལ་ས། བཙུག་ཐུན་འདས་ཀྱིས་བྱག་དར་
འབྱག་བ་ལ་པན་ཡོན་ལྷ་ཡོད་དེ། ཞེས་དང་། དག་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱག་བར་
བྱའོ། ཞེས་དང་། བྱགས་ཏེ་བྱག་དར་པོར་ནས། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །བོད་རྒྱ་ཆེག་
མཛོད་ཆེན་མོར། འབྱག་བ། འབྱགས་བ། འབྱག་བ། འབྱོགས། ཞེས་གསལ། 2 ཆག་བ་དང་
དོན་འབྲ། མོན་ལོ། རྒྱུན་ལོ། བམ་ལོ། དུམ་བྲ། སྒྲོས་བྱག་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། བསྐྱན་དར་ལྟ་རམས་
བ་སོགས་ཀྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས།

བྱག་སྤྲལ། 1 དཔེ་མཛོད་ཁང་། ཏུན་ཏོང་ནས་མོན་པའི་སྤྱན་གྱི་སྒྲོར་གྱི་ཡིག་རྙིང་རྣམས་སུ་བྱག་
སྤྲལ་ཞེས་པ་དཔེ་མཛོད་ཁང་ལ་གོ་འདུག དེ་ཉིད་ལས། བྱི་པོ་འཆ་ལོ་འཆ་ལ་གྱི་སྤྱན་དབྱང་
དཔེ་བྱག་སྤྲལ་ལས་སྤངས་པ་བྱི་ཞིག་སྒྲོས་ཁྲག་བྱུང་སྟེ་གཙུ་མི་རུང་བ་ལ་བལ་ཐག་གིས།
ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། 2 བཙུན་ཁང་ངམ་བཙུན་དོང་ལའང་འདུག་པར་བཤད།

བྱག་འཆ་ལ་བ། <ན་ལྷ> ལྷས་འདུད་བྱེད་པའི་དོན། འདུད་ཅེས་པ་དུད་པའམ་སྦྲར་སྦྲར་བྱེད་པའི་
དོན་རེད། ལེགས་སྦྲར་དུན་ལྷའམ་ལྷ་ཏ་ལྷ་ཞེས་པ་སེམས་དང་པའི་སྒྲོན་ལྷས་དུད་པའམ་
སྦྲར་སྦྲར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། ༡ བྱག་འཆ་ལ་པའི་དགོས་པ་ནི་ ༡ དེ་ནི་གཙོ་བོར་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་
པོ་ཡིན་པས་ང་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་གཏོང་པའི་ཆེད་ཡིན། བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་རྣམས་
ཀྱིས། ང་རྒྱལ་གྱི་སྤང་བྲ། ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མི་ཆགས། ཞེས་ང་རྒྱལ་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོན་
ཏན་སྟེ་པའི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་གསུངས་པས་དཔེ་གཉེན་པོ་བསྟེན་པའོ། ༡༩ བྱག་

འཆལ་ཚུལ་ནི་། ཐལ་མོ་བཅར་ལེབ་སྐྱར་ན་སྤྱིགས་པའི་ལྷགས་ཡིན་པས་མི་རུང་། ཁོང་
 སྤྱིང་བྱས་། ཁོང་སྤྱིང་བྱས་པ་འདི་བོད་པར་གསར་བཅོ་བྱས་པ་མིན་པར་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་
 གསུང་ལས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། ཁ་ཆེའི་བཞེད་འབྲུག་ཀ་ར་ཡམས་མཛད་པའི་ཚུ་གཏོར་གྱི་ཆོག་
 ཞེས་བྲ་བ། སྤྱིང་གི་བསྟན་འགྱུར་རྒྱད་འགྲེལ་། ཚུ་བ་ ༡༧༧༧ ལས། ལག་བ་ཐལ་མོ་
 ཁོང་སྤྱིང་བྱ་སྐྱར་ལ་མཐེ་བོང་ཅེ་སྤྱད་དེ་ཆོགས་རྒྱར་ཅན་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུར་བྱས་ལ་སྤྱགས་
 འདི་བཟོད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་འོ། ལ་མཐེ་བོང་གཉིས་ནང་དུ་བརྟག་ནས་ཐལ་མོ་
 རོར་བུའི་དབྱིབས་ལྟར་བྱས་ཏེ། རང་གི་སྤྱོ་བོ། མཐིན་བ། སྤྱིང་གའི་གནས་གསུམ་ལ་སྐྱར་
 དགོས། དེ་ནི་སྤྱོ་གསུམ་གྱས་པས་འདུད་པའི་མཆོན་དོན་རེད། ཡང་ན། སྤྱི་བོ་ལ་སྐྱར་བས་
 སྤྱིའི་ཡོན་ཏན། མཐིན་བར་སྐྱར་བས་གསུང་གི་ཡོན་ཏན། སྤྱིང་གར་སྐྱར་བས་སྤྱགས་གྱི་
 ཡོན་ཏན་འབྲུབ་པའི་ཉེན་འབྲེལ་དང་། ཡང་སྤྱི་བོ། དཔལ་བ། མཐིན་བ། སྤྱིང་ག་སྤྱི་གནས་
 བཞེར་སྐྱར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དཔལ་བར་སྐྱར་བས་སྤྱིའི་མཛོད་སྤྱི་འབྲུབ་པའི་བག་
 ཆགས་འཛིག་ མཁས་པ་འགས། ཐལ་མོའི་ཁོང་སྤྱིང་གི་ཆོས་སྤྱི་དང་། རོར་བུ་དབྱིབས་གྱིས་
 གསུགས་སྤྱི་མཆོན་པར་ཡང་གསུང་དོ། །བྱག་འཆལ་བའི་ཆེ་སྐྱབས་ལུལ་རང་གི་སྒྲ་མཐུམ།
 རྒྱལ་བ་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་སོགས་དབག་ཏུ་མེད་པ་སྤྱི་གསོན་པོར་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་ཐལ་བ་བྱས་ཏེ།
 སྤྱི་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་
 མཆོད། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། ཞེས་པའི་སྐྱབས་འགོ་བཞེསྤོར་མ་འདི་བཏོན་ནས་
 བྱག་བྲ་བམུག ཡང་ན། «སྤྱི་བཞགས་» ལུ་ཏུ་ལགས། སྤྱི་མ་རྟེན་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་
 པ་སྤྱིགས་བརྟན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་དང་།
 དགེ་འདུན་བརྟན་པ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་ (རང་མིང་གིས་སྤྱོས་)
 འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཆེ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མ་མཆིས་པ་ནས་ད་ལྟ་ལ་བྱག་གི་བར་དུ།
 ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཉི་སྤྱག་གི་དབང་གིས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་
 གྱི་སྤོན་སྤྱིག་པ་མི་དགེ་བ་བརྟུ་བགྱིས་པ་དང་། མཆོམས་མ་མཆིས་པ་ལྟ་བགྱིས་པ་དང་།

དེ་དང་ཉེ་བ་ལྷ་བགྲིས་པ་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་འགལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་དང་འགལ་བ་དང་། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དང་འགལ་བ་དང་།
པ་དང་མ་ལ་མ་གྲུས་པ་དང་། མཁན་པོ་དང་སློབ་དཔོན་ལ་མ་གྲུས་པ་དང་། སྒྲིགས་ཆངས་
པར་མཆུངས་པར་སྒྲོད་པ་རྣམས་ལ་མ་གྲུས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཞོད་པའི་
ལས་བགྲིས་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པ་དང་། འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ལ་སྦྱར་བ་
བཏབ་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པའི་ལས་བགྲིས་པ་ལ་སོགས་པ། སྤྲིག་པ་མི་དགོ་པའི་
ཆོགས་བདག་གིས་བགྲིས་པ་དང་། བགྲིད་དུ་སྦྱལ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བགྲིས་པ་ལ་རྗེས་
སྤྱི་རང་བ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་མཐོ་ངེས་དང་ཐར་པའི་གོགས་སུ་གྱུར་ཅིང་འཁོར་བ་
དང་རན་སོང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཉེས་ལྷུང་གི་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་དོ་རྗེ་འདྲིན་
པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྒྱ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བརྩན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱན་སྲར་མཐོལ་ལོ། །མི་འཆབ་
ལོ། །འཆགས་ལོ། །ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྒྲོམ་པར་བགྲིད་ལགས་ལོ། །མཐོལ་ཞིང་བཤགས་ན་
བདག་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་བཤགས་ན་ནི་མི་འགྱུར་
ལོ། །ཞེས་རང་གིས་ཐོགས་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྱིབ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ཆེ་འདྲིར་
བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྱིབ་རྣམས་འདྲ་པར་བྱས་ཏེ། སྲར་བྱས་ལ་འགྲོད་སེམས་དྲག་པོ་དང་།
ཕྱིན་ཆད་སྒོག་ལ་བབས་ཀྱང་མི་བྱེད་སྦྱུམ་པའི་དུ་འཆོར་པའི་ཆོད་ཅམ་གྱི་འགྲོད་བཤགས་
དྲག་པོ་བྱས་ན་གཉན་པོ་ཏ་ཅང་སྟོབས་ཆེ་བས་སྤྲིག་སྤྱིབ་ངེས་པར་འདག་གོ། དེ་ཡང་རང་གི་
སྤྱི་བ་སྲ་མ་དང་བྱི་མའི་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དེ་དག་ད་ལྟ་སྤྲེལ་སྤེལ་དོན་གོ་མའི་རྣམ་
པར་གསལ་བ་ཏུ་བ་སྤེལ་བྱས་ཀྱིས་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་། ལྷན་ཆེལ་ལེར་
སྤྱབས་འགྲོ་འདོན་ཞིང་བྱས་འཆལ་བའི་མོས་པ་བྱས་ན་རང་གི་ལུས་ཀྱིས་ནོན་པའི་ས་ལོག་
གི་དུལ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཐོབ་པར་གསུངས་
ལོ། །ཡང་ལམ་ངེས་སྒྲོམ་བསྐྱབ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། རྗེའི་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མཐམ།

ཡང་ན་གྲང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྒྲི། རྩོད་འཛིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད། རྟོག་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་སྟེ། གླེང་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཕུན་ཆོགས་དགེ་ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྱུན་པའི་སྒྲི། མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྐྱོང་བའི་གསུང་། མ་ལུས་ཤེས་བྱ་རི་བཞིན་གཟིགས་པའི་ཐུགས། །ལྷ་ཀྲའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་སོགས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཉམས་མཁུར་རམ། ཡང་ན་རྗེའི་ལམ་རིམ་གླེང་བ་བརྒྱད་པའི་གསལ་འདེབས་ (རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་བྱང་རྩ་སྐྱོང་གི་བྲག་སང་གེ་འབྲུ་བའི་ཞོལ་དུ་གསལ་འདེབས་འདི་ལྷགས་ཚུམ་མཛད་སྐབས། རྩོད་མ་གཉིས་སོགས་ལམ་རིམ་གྱི་བརྒྱད་པའི་གླེང་མ་ཀུན་གྱི་ཞལ་གཟིགས་པས། བྱིན་རྒྱལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བྲགས།) «ལམ་མཆོག་སྒྲོ་འབྲེད་» ཅེས་བྱ་བ་འདིའི་གསལ་བ་འདེབས་ཞེས་པ་ཆོག་སྟེ་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱག་འཆའ་ཞེས་པར་བཏོན་ན་ལེགས་པར་གསུངས། ཕྱག་གངས་གསོག་བྱེད་ན། གྲང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐོག་མར། བ་མོ་མཚུ་ལྷོ་ཡེ། བ་མཚུ་ལྷོ་ཡེ། བ་མོ་མཚུ་མ་ལྷོ་ཡེ་སྟེ། ཞེས་པའི་ཕྱག་སྟོང་འགྲུར་གྱི་སྒྲགས་འདི་ལན་གསུམ་ཅམ་བཞིན་ན་ལེགས། ཕྱག་དེ་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒྲོང་བ་ལ་གཙོ་བོར་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ལྷང་བཤགས་དང་འབྲེལ་ནས་གངས་གསོག་བྱེད་ན་སྒྲིག་སྒྲིབ་འདག་པ་ལ་གནད་ཆེན། །ཕྱག་འཆའ་བའི་ཆེ་མ་འབྲུག་པ་ལྟར་ལྟར་བ་སྐྱར་བ་ཞིག་དགོས། དེ་ལའང་གནད་ཅིག་ཡོད་དེ། སྒྲིར་ཕྱག་འཆའ་བས་ངན་སོང་དུ་མི་སྦྱེ་ཞིང་། སྒྲིས་ཀྱང་སྐྱར་དུ་ཐར་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད། ཡང་ཕྱག་འབྲེལ་ཆེ་དཔལ་བ་ས་ལ་མི་ཐུག་པར་སྐྱར་ཅམ་སྐྱར་ཅམ་བྱས་ན་དཔལ་བ་མགོ་འཕྱངས་སུ་སྦྱེ་ཞིང་། ཐར་ནས་ཀྱང་སྐྱར་སྦྱོན་དུ་སྦྱེ་བར། རྗེ་གྲང་ཐང་པ་གསུང་ངོ། །༩ ཕྱག་འཆའ་བའི་པན་ཡོན་ནི་ ༡བཅུ་སྟེ། ༡ གཟུགས་བཟང་ལ་མདོག་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྷ་བྱར་འགྲུར་བ་དང་། ༢ མཛེས་ཤིང་མིག་ཏུ་སྒྲགས་པར་འགྲུར་བ་དང་། ༣ སྐད་སྟན་ཞིང་སྦྱ་བ་སྟན་པར་བརྒྱང་བའི་ཆོག་ཏུ་འགྲུར་བ་དང་། ༤ བག་ཆ་བ་མེད་པར་འཁོར་གྱིན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ༥ ལྟ་དང་མི་རྣམས་དགའ་བར་འགྲུར་བ་དང་། ༦ གཟེ་བཞིན་ཆེན་པོར་འགྲུར་བ་དང་། ༧ གང་ཟག་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱས་བཙུན་འདས་རྣམས་

དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་ཐོས་ནམས་དང་འགྲོགས་
 བར་འགྱུར་བ་དང་། ༩ འོངས་སྤྱོད་ཆེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ༡༠ མཐོ་རིས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་
 དང་། ༡༡ ལྷུང་དུ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་ལས་འདའ་བ་སྟེ། དེ་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་
 བཙུགས་ཀྱི་ལ་བྱུག་འཆའ་བའི་པན་ཡོན་ནོ། །ཞེས་ཅེ་གྲུང་ཐང་བས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་།
 གཞན་ཡང་བསྟེ་བའི་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ལས། །བསོད་ནམས་འདོད་པའི་མི་ཡི་འཛིག་རྟེན་
 དུ། །སྤྱིན་སྟེགས་མཛོད་སྤྱིན་ཅུང་ཟད་ཅི་བྱས་དེས། །གང་ཞིག་དྲང་པོའི་སེམས་ཀྱིས་བྱུག་
 འཆའ་བ། །དེ་ཡི་བཞི་ཆར་ཡང་ནི་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་གསུངས། པན་ཡོན་གཞན་ཡང་འདི་
 ལྟར། སྤྱིག་སྤྱིག་སྤྱོད་ཞིང་ཆོགས་གསོག་པ་དང་། ཆེ་འདིར་ཡང་བད་ཀན་དང་། སྤྱན་ནང་།
 སྤྱིང་ནང་། སོ་བའི་ནད་སོགས་ལས་གྲོལ་ཏེ་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་དུ་གྱུར་ནས་ཆེ་རིང་པོར་
 འཚོ་བ་དང་། བོད་པའི་དག་རྒྱུན་ལ། བྱག་མང་པོ་འཆའ་མཁན་ལ་སྤྱན་ནང་། བྱི་རྒྱལ་བས་
 ཁེན་སར་ཐེར་བ་འདི། མི་འབྱུང་ཞེས་བཤད་སྟེ་ཡོད། དེ་ནི་བདེན་པར་འདུག་སྟེ། བྱག་
 འབྱུང་ཐེར་འགའ་ཤས་བཙུགས་སྤྱན་ནང་སེང་བྱག་སོང་བའི་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཕོ་རྒྱུ་ས་
 དངོས་སྤྱོད་མཐོང་ཐོས་བྱུང་། གཞན་ཡང་དེད་ཀྱི་དགེ་བྱུག་ཅིག་པོ་ནད་ཀྱིས་ཡུན་རིང་མནར་ཏེ་
 སྤྱན་བཙུགས་ཅི་ཅུས་བྱས་ཀྱང་མ་ཐན་པར། མཐར་གནས་མཆོག་རྗེ་ཅེ་གདན་དུ་བྱག་འབྱུང་
 ཐེར་འགའ་ཤས་བཙུགས་ཏེ་སེང་བྱག་སོང་ནས་གདོང་གི་ཤ་མདོག་ཀྱང་འཁྱེད་དུ་ལེགས་པར་
 གྱུར། འདི་དག་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པས་སྤྱི་ཀྱང་བསྟོན་དུ་ག་ལ་ཡོད། བྱག་
 དེའི་ནི། བསྐྱུལ་བྱུག་དང་བསྐྱུང་བྱུག་གཉིས་ཡོད། བསྐྱུལ་བྱུག་ནི། ཡན་ལག་ལྔའི་བྱུག་ཅེས་
 བ། དཔལ་བ། ལག་མཐེད་གཉིས། ལུས་མོ་གཉིས་བཙས་ལྔ་ས་ལ་གཏུགས་ཏེ་བྱུག་བྱ་བ་ལ་
 ཐེར། བསྐྱུང་བྱུག་ནི། ལུས་ཐམས་ཅད་ཤིང་སྤོང་འབྲེལ་བ་ལྟར་ཁ་སྤྱོད་ཏུ་ས་ལ་པལ་སྟེ། ལག་
 བ་གཉིས་ཐང་ཀར་བསྐྱུངས་ཏེ་མགོ་པོའི་ཐང་དུ་ཐལ་མོ་སྤྱར་བ་དང་མཉམ་དུ་དཔལ་བ་ས་ལ་
 གཏུགས་པ་ལ་ཐེར། ཡང་དེ་ལ་དེའི་ནི། ལུས་ཀྱི་བྱུག་དག་གི་བྱུག་ཡིད་ཀྱི་བྱུག་དང་གསུམ་
 མོ། །ཡང་བྱུག་ནི་ནམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཡན་ལག་ལྔས་འཆའ་བ་དང་། སྤྱིད་པ་ལ་འབྱུང་བས་

འཆའ་བའོ། །ཡན་ལག་ལྔ་ཡི་ཕྱག་ནི། བསྐྱམ་ཕྱག་དང་འབྲ། སྦྱིད་བ་ལ་འཁྱུད་པའི་ཕྱག་ནི།
 མདུན་དུ་ཙོག་པོར་འདུག་སྟེ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས། བ་ཐོལ་པའི་རྒྱུ་པའི་མཁྱིམ་མ་གཉིས་ལ་
 ལག་མཐེལ་གཉིས་འཁྱུད་དེ་རྒྱུ་པའི་སྦྱི་བོས་གཏུགས་པའོ། །སྦྱིད་བ་ལ་འཁྱུད་པའི་ཕྱག་གི་
 སྒྲོར་འདི་མཆོ་རྟེན་སྦྱང་ཆ་དག་སྒྲོར་མའི་རྣམ་འབྱེད་ན་གསལ། ། ཕྱག་འཆའ་བའི་སྦྱ་བཤད་
 བེ་། ཕྱག་ཐལ་མོ་དང་། འཆའ་བ་ནི་འབྲལ་བ་སྟེ། ཕྱག་འབྲལ་ཞུ་བའི་དོན་དུ་འདོད་བ་དང་།
 ཡང་ཕྱག་ཅེས་བ་བྱང་བ་དང་། འཆའ་བ་འདོད་པའི་དོན་ལ་སྦྱར་ནས། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེན་སྦྱིབ་
 བྱང་ཞིང་། སྦྱབས་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་འདོད་པའི་དོན་དུ་བཤད་བ་དང་། ཡང་། འགའ་རེས།
 འཆའ་བ་འབྲལ་བའི་དོན་དུ་བྱས་ནས། རང་ཉིད་སྦྱབས་ཡུལ་གྱི་ཕྱག་ཏུ་འབྲལ་བའི་དོན་དུ་
 བཤད་བ་སོགས་མང་། ཁོ་བོ་ལྟར་ན། ཕྱག་ནི་འདུད་པ། འཆའ་བ་ནི་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། འདུད་
 བ་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །འཆའ་ཞེས་བ་བྱེད་བ་ལ་འཇུག་བ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས།
 ལྟ་བུ་འབཞེན་འཆའ་ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ཕྱག་ནི་ལག་པའམ་ཐལ་
 མའི་ཞེས། འཆའ་བ་ནི་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། ཐལ་མོ་བྱེད་པའམ་སྦྱོར་བ། ཡང་ན་ལུས་སོ་དུད་དེ་
 ལག་པས་སྦྱབས་ཡུལ་གྱི་ཞབས་ལ་རེག་ཅིང་གཏུག་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་
 བུའོ། །དེང་སང་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སྟོལ་ལ་རང་གི་བ་མ་དང་ཀན་རབས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་
 བར་ལག་པས་གཏུགས་ཏེ་ཕྱག་བྱ་བའི་སྟེང་མ་ཉམས་པར་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། འདི་ནི་རྒྱ་
 གར་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལ་རབས་ཀྱི་གོམས་སྟེང་ཞིག་སྟེ། འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་བྱ་གང་
 དུའང་མཐོང་རྒྱ་མེད་དོ། །འདི་ཉིད་ལ་དཔེ་སྤངས་ཏེ་བོད་ཀྱི་ཡོ་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། ཕྱག་
 བྱེད་པའམ་ཕྱག་འཆའ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་བཟོས་པར་སེམས་སོ། །

ཕྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆན། ཕྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆན་ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཕྱག་ཞབས་ཀྱི་
 མཐེལ་དུ་རྩེ་ལྟར་ཐེལ་ཅེ་ལ་ཐེལ་ཅེའི་རི་མོ་འབྲུར་དུ་དོད་ནས་ཡོད་བ་བཞེན་དུ། འཁོར་ལོའི་
 མཆན་མཐམ་རི་མོ་འབྲུར་དོད་དུ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། རྩེ་བཟུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་འཇམ་
 དབྱངས་བསྟོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་ལས། གསལ་ཞིང་རྫོགས་ལ་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པའི། རྩེབས་

སྟོང་ལྷན་པའི་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་མཆོག་། རྒྱག་དང་ཞབས་གྱི་མཐེལ་ན་བཟ་བཞི། ། རྒྱ་ལས་
རྒྱ་ཡི་འབྲུང་ནི་གསལ་བ་བཞིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། རྒྱལ་ཚབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་རྣམ་བཤད་སྟེང་པོའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ཐུབ་པའི་རྒྱག་དང་ཞབས་རུས་པའམ་བ་སོ་ལས་
བརྟོན་པ་དང་འདྲ་བར། ཅིབས་སྟོང་ལྟེ་བ་སྤྲུང་རྣམས་རྫོགས་པའི་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་
ལྷན་བཞིན་དུ་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཡོད་དེ། སྟོན་སྟོབ་པའི་དུས་སྐབས་རྣམས་ལ་སྟེལ་བ་དང་
བསུ་བ་དང་། གཡོག་འཁོར་སྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་གོམས་བསུ་དེ་ལྟར་འབྲུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་
གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། ། མང་པོས་རྒྱག་ཞབས་ལ་ཅིབས་སྟོང་ལྷན་པའི་འཁོར་ལོ་དངོས་
གནས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་དོན་དུ་གོ་བ་ནི་ནོར་བ་ཡིན་ཏེ། འདུལ་བ་ལྷང་གཞི་༩ ང་བ་
༡༩༩༡བ༥ལས། དེས་སྤྲུམ་བཤ། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱི་ཞབས་གྱི་མཐེལ་ལ་ནི་འཁོར་ལོའི་
མཆོན་གྱིས་མཆོན་པའི་རྟགས་ཡོད་ན། ཁྱོད་གྱི་རྟེན་པའི་མཐེལ་ལ་ནི་འཁོར་ལོའི་མཆོན་
གྱིས་མཆོན་པའི་རྟགས་མེད་དོ། ། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པས་སོ། །

རྒྱག་གཡམས་ཆོས་འཆད་གཡོན་པ་མཉམ་གཞག་། རྒྱག་གཡམས་ཆོས་འཆད་དང་གཡོན་པ་མཉམ་
གཞག་གི་མཆོན་དོན་ནི། ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་ཆོས་གསུང་
བ་སོགས་གྱིས་གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་ཏུ་བྱེད་པ་མཆོན། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཁོ་
ནིའི་ཁྱད་ཆོས་ཡིན་པས། དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་བདེའོ། །

རྒྱག་གཡམས་ས་གནོན་དང་བདུད་ཅིས་གང་པའི་ལྷང་བཟེད་གྱི་མཆོན་དོན། དེ་གཉིས་གྱིས་བདུད་
བཞི་བཅོམ་པ་མཆོན་ཏེ། གཡམས་ས་གནོན་གྱིས་ལྷའི་བྱའི་བདུད་བཅོམ་པ་དང་། ལྷང་བཟེད་
ནང་གི་བདུད་ཅི་དེ་ཡང་ན་བ་མེད་པ་སྟེན་གྱི་བདུད་ཅིས་ལྷང་པོའི་བདུད། འཆི་བ་མེད་པ་ཆེད་
བདུད་ཅིས་འཆི་བདག་གི་བདུད། ཐག་བ་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་ཅིས་ཉོན་མོངས་པའི་
བདུད་འཛོམས་པ་མཆོན་པ་བཅས་སོ། །

རྒྱག་གཡོག་གཡོག་པོའི་ཞེས།

ཕྱང་ཕྱལ་ཅན། གསེར་གྱི་པག་གའི་དབུས་ཤོག་མ་ལྟ་བུ་ཅན་ལ་གསེར་སྦྱང་གྱིས་བརྒྱས་པ་མཐའ་

ནས་གཡེར་ཀ་བཏགས་པ་ཅན་དག་ལས་བྱས་པའི་གསེར་གྱི་འོག་པག་གང་ཡིན་པའོ།
བྱང་མོ་ཉུག་འབྱང་མོ་ཉུག་དང་དོན་འབྲ།
བྱང་མོ་ཉུག་པ། འབྱང་མོ་ཉུག་དང་དོན་འབྲ།
བྱད། གློ་བྱར།
བྱད་ཀྱིས་འགྲོ་བ། ག་སྒྲིག་བྱ་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་གློ་བྱར་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས། དབྱངས་
ཅན་དག་འ་ཆོའི་ལམ་རིམ་བཏང་བའོལ་ལས། ཤར་སེ་འགྲོ་བའམ་ཆམ་གྱིས་འགྲོ་བ་ཞེས་པ་
ལྟར། གཤོལ་ཐབས་རྩུང་ཐད་ཀྱང་མེད་པར་འགྲོ་བའི་ཉམས་ཀྱི་མིང་དོ། །ཞེས་གསུངས། རྗེའི་
ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བོ་རྟོ་བའི་ཞལ་ནས། དེད་ཀྱི་སྤང་སེལ་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ་འདི་རང་
ཡིན་ཏེ། ཉེ་འབྲེལ་དང་ཡོ་བྱད་ལ་སོགས་པ་ཆེ་འདིའི་སྤང་བ་ཀྱན་བསལ་ནས་རང་གཅིག་བྱ་
གཉིས་སུ་མེད་པར་ཆེ་བ་རོལ་དུ་བྱད་ཀྱིས་འགྲོ་བར་ཤེས་ནས་ཆོས་མེན་པ་ཅེས་ཀྱང་བྱར་
མེད་སྤྱམ་ནས་ཆེ་འདི་ལ་མ་ཆགས་པ་ཞིག་གདོད་འོང་། འདི་གློ་ལ་མ་སྤྲེས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོས་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལམ་འགགས་ནས་འདུག་པ་ཡིན་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།
བྱད་པར། 1 རྒྱན་པར། བཀའ་གདམས་སྒྲིགས་བཅ་ ༩ ཀ་པ ༥ ༣༧ ལས། ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་བཅུའི་
སྒོ་ནས་ནི། ཉིན་མཆན་བྱད་པར་འབད་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 ཐལ་བྱུང་གི་
དོན། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་ལས། བྱད་པར་མཐོང་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།
བྱམ། (འདུལ་བ) གདུང་ཐོན། བྱང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ ༩ ཚུ ༥ ༣༧ ལས། བྱམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
གདུང་ཐོན་ནོ། ཞེས་གསུངས།
བྱམ་བྱད། མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད།
བྱམ་བྱམ། ཐོགས་རེག་མེད་པའི་སྤྱང་སང་ངམ་དེའི་སྤང་བ་འཆར་ཚུལ་ཞིག་སྤྱང་ཆམ་མེ་ཞེས་པའི་
“ཆམ” དང་དོན་གཅིག་བྱམ་བྱམ་དང་ཆམ་ཆམ་གཉིས་དོན་འབྲ་བར་སེམས། དེབ་སྤོན་སྤྱང་
ཆ་ ༡༧ ལས། བྱག་ལྷག་ལྷག་མཛད་པས་ཀ་བ་ལ་ཐོགས་ཆགས་མེད་པར་བྱམ་བྱམ་གདའ་
སྒྲ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ཕུམ་ཅེ། (སྒོ་སྤྱོད་) ལྷ་གས་གྱི་མིང་དུ་བཤད། སྒོ་སྤྱོད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཡན་ལས། དགེ་བའི་བཤེས་
གཉེན་པ་མཆོད་རྟེན་ཅིག་སྤང་བ་ལ་སྒྲོར་བ་མཛོད་དུ་བྱོན་པའི་བྱུང་དུ་བྱིན་ནས་ཕུམ་ཅེ་གདན་
དུ་བཏིང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཕུམ་ཆེ། (སྒོ་སྤྱོད་) ཕུམ་ཅེ་དང་འདྲ།

ཕུར་གཡེང་། ཕུར་གྱིས་འབྲུ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅེད་མོ་རྣམ་གཡེང་གི་མིང་། འབྲུར་གཡེང་དང་དོན་
གཅིག་ འཁྱུ་མཆོག་ལྷན་གྱི་སྤྱིའི་གནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་རྟོགས་བྱེད་ལས། འཆར་གཡེང་ཞེས་ཀྱང་
སྤང་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། ཕུར་ནི་ཕུར་ཀ་གཏོང་བ། གཡེང་ནི་རྣམ་གཡེང་ངམ་ཅེད་མོ་ལོ། །ཕུར་
ཀ་གཏོང་བ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་གཞིའི་འགྲེལ་བ་ལས། ཕུར་ཀ་གཏོང་བར་བྱེད་ཅེས་བ་ནི་
གཞོགས་གྱིས་སྤྱད་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞིའི་
འགྲེལ་བ་ལས། འབྲུར་གཡེང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ཏུ་བརྟན་པར་འཇུག་ཅིང་འཇུག་པ་དང་འོ་
བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟམ་བུ་བྱེད་པ་ལོ། །འབྲུར་གཡེང་དང་། ཕུར་གཡེང་གཉིས་ཀ་འཐད་
པར་སེམས།

ཕུལ། (བར་ཕྱིན་) ལྟོ་བའམ་གྲོད་ཁོག་གི་ཞེས། རྗེའི་ལེགས་བཤད་གསལ་བྲེང་ལས། ཕུལ་ནི་ལྟོ་བ་སྟེ་
ཞེས་གསུངས། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལས། ཆོས་ཟད་པ་རྣམ་པར་བརྟོག་པ་ཉིད་གྱིས་ཕུལ་
བྱང་ངེ་བ་ཉིད་དང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཕུལ་ཞེས་བ་ལྟོ་བའི་ཞེས་ཡིན་པར། རྟོགས་སྟོན་ལོ་ལྟའི་
དག་ཡིག་ལི་ཕྱིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསུངས།

ཕུལ་བྱང་ངེ་བ། (བར་ཕྱིན་) ལྟོ་བ་འབར་འབྱར་རམ་མཐོ་དམའ་མེད་པའི་དོན། རྣམ་བཤད་སྟོང་པོ་རྒྱ་
ལས། ལྟའི་ཕུལ་བྱང་ངེ་བ་མཐོ་དམའ་མེད་པ་ཉིད་དང་ལྷན་ཏེ། བཤད་བྱའི་ཆོས་ཟད་པ་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་ཟད་མི་ཤེས་པར་སྟོན་པ་ཉིད་གྱིས་སོ། །ཞེས་གསུངས། ཕུལ་བྱམ་མེ་བ་ཞེས་
ཀྱང་བྱ་སྟེ། རྗེའི་ལེགས་བཤད་གསལ་བྲེང་ལས། ཕུལ་ནི་ལྟོ་བ་སྟེ་དེ་བྱམ་མེ་བ་ནི་མཐོ་དམའ་
མེད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

ཕུལ་བྱམ་མེ་བ། (བར་ཕྱིན་) ཕུལ་བྱང་ངེ་བ་དང་འདྲ།

སྤྲུལ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པ། སྤྲུལ་ལེ་མ་ཡིན་པ་དང་དོན་ལས།

ཕྱི་རྒྱུད་དྲུ། ཕྱི་རྒྱུད་ན། ཕྱི་ཚུ་ལ་ལ། ཕྱི་འི་རྒྱལ་པ་ལ། ཕྱི་འི་མ་ཐོང་ཚུ་ལ་ལ། ཕྱི་འི་སྤྱང་ཚུ་ལ་ལ་ཞེས་པ་འི་

དོན། ཕྱི་ལྷར་ “ཏུ” ། ཕྱི་ལྷར་ “ན” ། ཕྱི་ལྷར་ “ལ” ཞེས་བ་གསུམ་ག་དོན་གཅིག་ཅིང་། ཚིག་
 ཟུང་གི་ “ཏུ” “ན” “ལ” གསུམ་ཡང་ལ་དོན་ཏུ་འདུལ་། དཔེར་ན། ཕྱི་ལྷར་ཏུ་ (ཕྱི་ལྷར་ན། ཕྱི་
 ལྷར་ལ།) དཔེ་རྒྱུད་གི་རྣམ་པ་ཅན། འད་ལྷར་ཏུ་ (འད་ལྷར་ན། ཕྱི་ལྷར་) རྒྱལ་བ་ལྡན་ལྷ་པ་ལ།
 གསང་བ་ལྷར་ཏུ་ (གསང་བ་ལྷར་ན། གསང་བ་ལྷར་ལ།) རྒྱལ་བ་དོ་རྩེ་འཆང་ཉིད་ཡིན་ཞེས་བ་
 ལྟ་བུ། ཀུན་མཁུན་མཆོ་སྒྲ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་འཆད་པའི་ཐད་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཁྲ་མ་བརྒྱད་
 པའི་རྣམ་ཐར་པ་༡༩་པ་ལས། ཕྱི་ལྷར་ཏུ་གསང་སྤགས་ལ་དམ་དོག་ཆེ་བར་མཛད་ཀྱང་འད་ཏུ་
 འད་ཉིད་སྤགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སུལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་མངའ་བས། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་
 རྩོགས་རིམ་གྱི་རྩི་ལམ་འཛིན་པ་ལ་མངའ་བ་རྩེས་པས་རྩི་ལམ་ཏུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་གཞན་
 ཏུ་བཤོད་པ་དང་། གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས།

ཕྱི་ལྟར་ལ། ཕྱི་ལྟར་དྲུ་དང་དོན་ལང། ཕྱི་ལྟར་དྲུ་ཞེས་པའི་ཐད་དྲུ་གཟིགས།

ནང་གཉིས་ཀ་ལ་འདྲུག་པར། ལྷང་སྒྱུ་རྩེ་ལ་བཞིན་ཞིགས་པར། མཐང་ཞེས་པ་སྒྲུང་ལ་འདྲུག་པ་
ཞི། མཐང་གོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུལ།

གཉིས་ཀ་ལ་འདྲ་བ་དཔ ལྷན་སྐྱེ་རྒྱུ་ལེན་པའི་རྒྱུ་ལྟར་

གསུམ་ནི་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐེག་པ་སྟེ་གསུམ། བཀའ་བརྒྱད་པ་སོགས་ལུ་

མཐའ་གཞན་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་བྱིན་དང་གསང་བ་ཐེག་བ་གསུམ་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། དགེ་ལྷན་
པའི་གཞུང་རྣམས་ལས་བྱིན་དང་གསང་བ་ཐེག་བ་གསུམ་ཞེས་ཆོག་ཤིས་དང་འགྲེལ་ཚུལ་ཅུང་
ཟད་མི་འདྲ་ཡང་དོན་ལ་ཁྱད་པར་མི་སྣང་ངོ། །

བྱི་དོན། 1 རྩལ་སྒྲན་ཆ་མེད་བསགས་པའི་རགས་བ་ལ་ཐེར། 2 དབྱ་མ་ཐལ་འབྱུར་བས་འདིག་རྟེན་
གྱི་གགས་བ་དང་མཐུན་པར་རྒྱད་ཀྱིས་མ་བསྐྱས་པའི་བྱི་རོལ་གྱི་གཞུགས་ལ་བྱི་དོན་ཞེས་
ཐ་སྙད་བྱེད་ཀྱང་རྩལ་སྒྲན་ཆ་མེད་བསགས་པའི་རགས་བ་ལ་བྱེ་མདོས་བྱི་དོན་གྱི་ཐ་སྙད་
བཏགས་པའི་བྱི་དོན་ནི་མི་བཞེད་ངོ། །

བྱི་ནང་གི་རྒྱུད་ཕྱེ་གཉིས། བྱི་བྱ་སྦྱོད་དང་། བྱང་ནལ་འབྱོར་དང་ནལ་འབྱོར་ལྷ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཕྱེ་
གཉིས། འངས་མགོན་ཀོང་སྤུལ་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། བྱ་སྦྱོད་གཉིས་བྱི་ཁྲས་
སོགས་ལུས་དག་གི་ལས་གཙོ་བོར་གསུངས་པས་བྱིའི་རྒྱུད་དང་། རྩལ་འབྱོར་དང་ནལ་
འབྱོར་ལྷ་མེད་དུ་ཉིང་རེ་འཛིན་སོགས་ནང་སེམས་ཀྱི་ལས་གཙོ་བོར་གསུངས་པས་ནང་གི་
རྒྱུད་དུ་གསུངས། ཞེས་ཤིས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་ན་གསལ།

བྱི་ནང་གི་མདོན་བྱང་། དེམ་བ་བཞི་བ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་ བྱི་ནང་གི་
མདོན་བྱང་ཞེས་ཐ་དད་བ་གཉིས་འཛོག་རྒྱ་མེད། དེམ་བ་བཞི་བའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་
བྱིའི་ཆེན་ཉི་མོད་ཀྱི་སྤྲག་གསུམ་འདས་པའི་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་སུ་མདོན་དུ་བྱས་པའི་ལྷོག་ཆ་
ནས་བྱིའི་མདོན་བྱང་དང་། བྱང་གི་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐེམ་པའི་འོད་གསལ་ཐམས་ཅད་
སྣང་བ་ཡིན་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་བྱང་གི་མདོན་བྱང་དུ་བཤད་ངོ། །རྗེའི་སྤྲགས་དེམ་ཆེན་མོ་ལས།
བྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནི་རྩང་འབྱུག་གོ། འདི་འོད་གསལ་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་བ་ལ་
གསུངས་པས། བྱི་ནང་གི་བྱང་ཚུབ་བ་གཉིས་ནི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་བྱལོ། ཞེས་གསུངས་
སོ། །

བྱི་ནང་གསང་བ་ཐེག་བ་གསུམ། བྱི་ཉན་ཐོས། བྱང་ཐེག་ཆེན། གསང་བ་སྤྲགས་ཀྱི་ཐེག་བ་སྟེ་ཐེག་བ་
གསུམ་སོ། །བཀའ་བརྒྱུད་བ་སོགས་བྱུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་བྱི་ནང་གསང་བ་

ཐེག་པ་གསུམ་ཞེས་འབྲུང་ལ། དགེ་ལྡན་པའི་གཞུང་རྣམས་ལས་བྱི་དང་གསང་བ་ཐེག་པ་
 གསུམ་ཞེས་ཆོག་ངེས་དང་འགྲེལ་ཚུལ་རྩེད་ཟད་མི་འདྲ་ཡང་དོན་ལ་ཁྱད་པར་མི་སྤང་ངོ། །
 བྱིན་པ་གསང་བ་དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་བཞི། མཆོད་པ་བཞི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 བྱིན་པ་གསང་གསུམ་གྱི་བར་ཆད། བྱིའི་བར་ཆད་ནི་དཔག་འཁྲུག་དང་འབྲུང་བ་བཞིའི་གནོད་པ་
 སོགས། བྱང་གི་བར་ཆད་ནི་ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་དང་སེམས་ཀྱི་སྦྱུག་བསྐལ་སོགས། གསང་བའི་
 བར་ཆད་ནི་སློ་སྤྲོ་ཆོས་སུ་བཀོལ་དུ་མི་གཏུབ་ཅིང་ལས་སུ་མི་རུང་བ་རྣམས་སོ། །
 བྱི་ལ། བྱང་བ་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ལུགས་སྤྱོད་པ། སྤྱེགས་པ། གཞན་སྤྱེ། བྱི་རོལ་ལ། ཆོས་འདི་
 བ་མེན་ལ། སྤྱེགས་བྱེད་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
 བྱི་པོ། སྤྱ་པོའི་ལྷོག་ཕྱོགས། དབྱེན་རིས་ late ཟེད།
 བྱི་པོ་བྱི་པོ། སྤྱ་པོ་སྤྱ་པོའི་ལྷོག་ཕྱོགས།
 བྱི་བྱིར། ཡང་ཡང་། ཡང་དང་ཡང་དུ། ལྷག་པར། སྤྲར་ཡང་། ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། བྱི་
 བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལོ། ཞེས་གསུངས། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། བྱི་ནི་ཡང་དང་། བྱིར་
 ཞེས་པའང་ཡང་གི་དོན་ཡིན་པས། ཡང་ཡང་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། བྱིར་བྱིར་ཞེས་སྤྱིས་ཀྱང་དོན་
 ལ་སྤྱོན་མེད་དོ། བྱིར་ཞིང་དང་དོན་འདྲ། རྗེའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་
 བྱིར་ཕྱོགས་པས། །ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །བྱི་བྱིར་སྤྱོན་རྣམས་བོས་བ་
 བཞིན། །བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བརྟན་བྱིར་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དམ་ཆོས་བརྒྱ་དཀར་པོའི་
 མདོ་ལས། མིད་པས་བརྒྱལ་ཞིང་གཉི་སྟག་ཕྱོས་པ་རྣམས། །དེ་དག་འདོད་རྒྱས་ངན་འགྱོར་
 རབ་ཏུ་ལྷུང་། །འགྲོ་བ་བྱུག་ཏུ་ཀྱན་ཏུ་ཉོན་མོངས་ཉ། །དུར་ཁྱོད་དེ་དག་བྱི་བྱིར་འཕེལ་བར་
 བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །
 བྱི་གི། (བརྟུ་རྟུང་) བྱི་རོལ། ལུང་སྤྱ་རོལ་རྟོར་གསུང་།
 བྱི་དབྱུགས་ཆད་ལ། །ཁ་དང་སྤྱ་དབྱག་ནས་དབྱུགས་འགྲོའོང་བྱེད་པ་རྒྱུན་ཆད་པ་ན། བྱི་དབྱུགས་
 ཆད་པ་ཟེད། ཐ་མལ་པའི་འཆི་ངེས་ལ་སྤྱར་ན། འཆི་ངེས་བཞི་བ་རྒྱུང་ཁམས་རྣམ་ཤེས་ལ་

ཐེམ་པ་ན། གྱི་དབྱགས་ཆད་པ་ཟེར། རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཛོད་གསང་འདུས་རྫོགས་རིམ་རིམ་
 ལཱའི་དཔམ་ཁྲིད་གྱི་བརྟེན་བྱང་མི་བསྟོད་ཞལ་གྱི་བདུད་རྩི་༡༦་བ་ལས། འཆི་བའི་ཆེ་རགས་པ་
 ཉེར་ལྷ་ལས་འདུ་བྱེད་གྱི་བྱང་པོས་བསྐྱས་པ་ལྷ་ཐེམ་པ་ན་གྱི་དབྱགས་ཆད་པས་སྤང་མཆེད་
 ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་རྣམས་ལ་གྱི་རྟགས་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཆེ་མིག་
 གིས་གཟུགས་མི་མཐོང་། རྣ་བས་སྦྲ་མི་ཐོས། ལྷས་དྲི་མི་ཆོར། ལྷེས་རོ་མི་སྤྱོད་། ལུས་གྱིས་
 རེག་བྱ་མི་ཆོར་རོ། །སྐབས་དེ་དུས་གྱི་རྒྱལ་གྱིས་སྤྲོ་བ་ཆོས་མི་དེ་ཤི་བའི་ཐ་སྤྲད་བྱེད། འོན་
 །ཀྱང་ནང་བའི་གཞུང་དུ་མི་དེ་གྱི་དབྱགས་ཆད་ཀྱང་ནང་དབྱགས་མ་ཆད་པས་ད་དུང་ཤི་མེད་
 ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེར་མ་ཟད་ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དང་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཡོད་པའི་རིགས་
 དང་སྤྲ་མ་སྦྱེས་ཆེན་དཔ་པ་རྣམས་ལ། དུས་ཡུན་བྱུང་ཆེ་ཉིན་མ་གསུམ་དང་། རིང་ཆེ་བདུན་
 ཐག་གསུམ་ལྷག་ཙམ་གྱི་བར་དུ་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་སྐབས་དེ་དུས་སྤྱི་
 བྱང་ཞུགས་འབུལ་ (མེར་སླག་བཏར་བ་ཡིན་ན) བྱས་པ་ཡིན་ན་མི་བསད་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་
 ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། རོགས་གཙོད། ཁོ་ཐོ་ལྟར་ན་འཆི་རིམ་བཞི་བའི་སྐབས་སུ་གྱི་དབྱགས་
 ཆད་པར་འདོད་ཀྱང་། མཁས་བྱུབ་རིན་པོ་ཆེས། འཆི་རིམ་ལྷ་པ་རྣམ་ཤེས་སྤང་བ་ལ་ཐེམ་པའི་
 སྐབས་སུ། གྱི་དབྱགས་ཆད་ལྷ་བྱུང་བཞེད་དེ། མཁས་བྱུབ་རིན་པོ་ཆེའི་རྗེའི་གསུང་གིས་
 གསང་བ་འདུས་པའི་ཡིག་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་ལས། འཆི་བའི་ཆེ་སའི་ཁམས་ཐེམ་པ་ན་སྤྲིག་རྒྱ་
 ལྷ་བྱའི་སྤྲང་བ་འཆར། དེའི་རྗེས་སུ་རྒྱའི་ཁམས་ཐེམ་པ་ན་དུ་བ་ལྷ་བྱའི་སྤྲང་བ་འཆར། དེའི་
 རྗེས་སུ་མའི་ཁམས་ཐེམ་པ་ན་སྤྲིག་བྱ་མེ་ཁྲིར་ལྷ་བྱའི་སྤྲང་བ་འཆར། དེའི་རྗེས་སུ་རྒྱུད་རགས་
 པ་ཐེམ་འགྲོ་བ་ན་མར་མེ་འབར་བ་ལྷ་བྱའི་སྤྲང་བ་འཆར། “དེའི་རྗེས་སུ་རང་བཞིན་གྱི་རྟོག་
 པའི་བཞོན་སར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་རགས་པ་འདི་དབྱ་མའི་ནང་དུ་ཐེམ་པ་ན། ཁ་དང་སྤྲ་བྱ་གནས་
 རྒྱ་བ་འགགས་འགྲོ་ཞིང་། གྱི་དབྱགས་ཆད་པ་ཞེས་ཟེར།” དེའི་ཆེ་མིག་གིས་གཟུགས་མི་
 མཐོང་། རྣ་བས་སྦྲ་མི་ཐོས། ལྷས་དྲི་མི་ཆོར། ལྷེས་རོ་མི་སྤྱོད་། ལུས་གྱིས་རེག་བྱ་མི་ཆོར་
 ཞིང་། ཡིད་རྩོད་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་གཤམ་འདག་པ་ལྷ་བྱའི་སྟོང་སང་ལ་སྤྲོད་གྱིས་བྱུབ་པ་ལྷ་

བྱེད་ཀྱང་ལམ་གྱི་སྒྲིང་བ་འཆད། ཞེས་གསུངས་པས་ད་དུང་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་པར་བྱའོ། བོད་
 རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུང་ཁམས་གྱི་བྱངས་མ་ནང་དུ་འབྲེན་མ་ཐུབ་པས་
 དབྱགས་ཀྱིས་རྒྱ་བ་ཆད་དེ་རྒྱུང་སྟོག་འཛིན་སྟོགས་གྱི་བྱས་པ་མེད་པར་གྱུར་ནས་སྒྲུར་དུ་
 འཆེ་བའི་ལྷས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པར་གཞིགས་ན། བྱི་དབྱགས་ཆད་ཀྱང་མི་དེ་མ་ཤི་ཞེས་
 ཟེར་དགོས་པར་འདུག་པས་དབྱད་དོ། །

བྱི་མའི་ལྷ་ལས་དུ་གྱུར་པ། ཤི་བའི་དོན། ལྷ་ནི། སྐྱེ་བ། ཀ་བ། ཅ་བ། རྒྱད་པ། འཆེ་བ་སྤེལ་འོ། །ལྷ་
 པའི་ལམ་དང་དོན་གཅིག་ ཡང་ན་དང་པོ་མངལ་དུ་ཞུགས་པ། གཉེས་པ་སྐྱེ་བ། གསུམ་པ་
 ཀས་པ། བཞི་བ་ན་བ། ལྷ་པ་ཤི་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཛོད་དོ། །

བྱི་མའི་མཐའ་ཆེ་རབས་བྱི་མ། སྐྱེ་བ་བྱི་མ། མ་འོངས་པའི་དུས། བརྒྱད་སྟོང་པའི་དཀའ་འབྲེལ་སྟོང་
 བོ་མཆོག་ན་གསལ།

བྱི་མའི་མཐའ་ལ་མཁས་པ། འཆེ་བའི་དུས། གང་དུ་སྐྱེ་བའི་གནས། དེ་དག་གི་རྒྱུའམ་ལས་གྱི་རྣམ་
 དབྱེ་རྣམས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་མཁུན་པ་ལ་ཟེར་ཏེ། རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོ་
 ལས། འདི་ཙམ་དུས་ན་ཤི་འཕོ་ཞིང་། ཤེགས་སྤྱད་ཉེས་སྤྱད་ལས་རྣམས་རི་ལྷ་བར། གང་དུ་
 སྐྱེ་བའི་གནས་ཀྱན་རབ་མཁུན་པས། ཁྱོད་ནི་བྱི་མའི་མཐའ་ལ་མཁས་པ་ལགས། ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

བྱི་མའི་སྤང་ཤས། བྱི་མར་རེ་ལྟོས་ཆ་བའི་སྒོ་ལུགས་ཆེན་པོ་སྟེ། ཆེ་འདིར་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་བྱེད་
 མ་ཐུབ་ཀྱང་སྐྱེ་བ་བྱི་མ་རྣམས་སུ་བྱེད་ཆོག་སྟམ་པའི་བྱི་བཞོལ་གྱི་ལེ་ལོ་དང་འབྲེས་པའི་སྒོ་
 ལུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ རྗེའི་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས། དལ་འཕྱོར་རྟེན་དཀའ་ཆེ་ལ་འོང་མེད་
 པ། ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ལྟོག་ ཤེས་འབྲས་མི་བསྐྱེད་འཁོར་བའི་སྤུག་
 བསྐྱེད་རྣམས། ཡང་ཡང་བསམ་པས་བྱི་མའི་སྤང་ཤས་ལྟོག་ དེ་ལྟར་གོམས་པས་འཁོར་
 བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ། ཡིད་སྟོན་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་ཐར་པ་
 དོན་གཉེར་སྟོ། །བྱང་ན་དེ་ཆེ་ངས་འབྱུང་སྐྱེས་པ་ལགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱོ

བཤད་ནི། ཕྱི་མ་ནི་ཆེ་ཕྱི་མ། ལྷང་ནི་ལྷང་བ་སྟེ་བསམ་སྒྲོ་དང་། ཤས་ནི་ཤས་ཆེ་བ་སྟེ་ལྷགས་
ཆེ་བའི་དོན་ནོ། །

ཕྱི་མོ། 1 མའི་མ། མེས་མོའི་བདེ་སྤྱིད་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་
༡༩༥ན་ལས། ཕྱི་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མའི་མའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །2 ཁུངས་དང་། ཅ་བ།
མཆན་མར་འཛིན་པའི་གནས་ཀྱི་མིང་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་སྤྱ་སྤྱབ་དང་འཕགས་པ་ལྟ་གཉིས་ལ་
གཞུང་ཕྱི་མོའི་དབུ་མ་བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། 3 མ་དཔེ། མ་ཕྱི། 4 དུས་འབྱུངས་པ། 5 གཙཱོ་མོ། ཕྱི་
མོ་ལགས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཕྱི་མོ་ལགས། 1 གྲུ་ས་གྲུ་ཆང་གི་དབུ་མཛད། 2 བཟོ་བའི་དགོ་ཆེན། ཕྱི་མོ་ཞེས་པ་འདིར་གཙཱོ་མོའི་
དོན་ཡིན།

ཕྱི་མཆམས་གཙཱོ་དཔེ། ཕྱིའི་བར་ཆད་ནང་དུ་མི་གཏོང་ཞིང་། ནང་གི་དངོས་བྱུབ་ཕྱིར་མི་འཆོར་བའི་
འཕྲིན་ལས་བཙུལ་ཏེ་ཐོབ་ཞག་པ་ལ་ཕྱི་མཆམས་གཙཱོ་དཔེ་ཟེར།

ཕྱི་ཡི་མཛོན་བྱང་། ཕྱིའི་མཛོན་བྱང་ལ་གཞིགས།

ཕྱི་རོལ་བ། ལུ་སྟེགས་པའི་མིང་། གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་ཕྱི་རོལ་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་
དེ་རྒྱའི་ཆོས་ལུགས་པར་གོ། ལྟ་བཤད་ནི། ཕྱི་རོལ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ཐོག་མར་བྲམ་
ཟེའམ་མིང་གཞན་ཆངས་པ་བ་ “ ब्राह्मण ” ཞེས་པ་འདིའི་སྟེང་མིང་ཡིན་ལ། རྒྱུ་སུ་སྤྱི་མིང་
བྱེ་བྲག་ལ་ཆགས་ནས་ལུ་སྟེགས་པ་སྤྱིའི་མིང་དུ་གྱུར་ཏོ། །བྲམ་ཟེའ་ཕྱི་རོལ་བ་ཟེར་བའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། བྲམ་ཟེ་རྣམས་བྱིས་ན་མི་གནས་ཤིང་གོང་གི་ཕྱི་རོལ་དུ་གནས་དཔེན་བ་དག་ན་
དགའ་བྱུབ་དང་ཆངས་སྟོང་དང་གཙང་སྤྱ་སོགས་ཀྱི་དགར་པོ་དགོ་བའི་ཆོས་ལ་སྟོང་ཅིང་
བཞུགས་པས་ཁོང་ཅག་ལ་ཕྱི་རོལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྤྱ་སྟོང་བས་གཉིས་ལས། བྲམ་ཟེ་
ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་ཆེ་མི་ཁ་ཅིག་བྱིས་ན་མི་གནས་ཤིང་དཔོན་པ་ན་ཆོས་སྟོང་བ་
གོང་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡིད་དགའ་བ་ལས་ཕྱི་རོལ་བ་ཞེས་ཆོས་མཛོན་པ་ལས་བཤད། བྲམ་ཟེའི་
གཞུང་ལས་བྲམ་ཟེ་ཆོས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་སྟེ། ཆངས་པའི་བུ་ཞེས་བྱ་བར་འབྱུང་མོད་ཀྱི་

སྤྱི་ཆད་ཐུགས་པ་བཅོན་པར་བྱས་ཏེ་བྲམ་ཟེ་སོན་བཞག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཕྱི་
རོལ་པ་ལ་དབྱེན། ཆད་པར་སྤྲི་བ་ནི། རྒྱང་འཕེན་པ་དང་། རྒྱག་པར་སྤྲི་བ་ནི་གངས་ཅན་པ།
ཆངས་པ་པ། འཁྱུ་འཁྱུ་པ། དཔྱོད་པ་པ། དབང་ལྷག་པ། བྱེ་བྲག་པ། རིག་པ་ཅན་པ། གཅེར་
བྱ་པ་སྤྱི་བརྒྱད་དུ་བསྟུ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདིའི་ཆངས་པ་པ་དང་བྲམ་ཟེ་གཉིས་དོན་
གཅིག་གོ།

ཕྱི་བཤོལ། ཕྱི་བསྟུར། ཕྱི་འཕེན། ལེ་ལོ་བཅས་ཀྱི་དོན།

ཕྱི་ས། སྤྱི་གསུང་པ། བཤད་པ།

ཕྱི་སོ། སྤྱི་དུས་ས་མཆམས་སུ་ཕྱིའི་དགའ་ལ་མེལ་ཆེ་དང་སོ་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལོ་འཕྲོད་པའི་མིང་།
དེའི་ཐེར་དཀར་པོ་ལས། སྤྱི་གྱི་དུས་སུ་ས་མཆམས་ལ་མེལ་ཆེ་དང་སོ་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལོ་
དག་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱིའི་དགའ་ལ་སོ་བྱེད་པའི་ཕྱི་སོ་བྲུ་བ་ཞིག་དང་། བོད་སྤེ་རང་གི་ནང་
དུ་སོ་བྱེད་པའི་ནང་སོ་བྲུ་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱི་མ་ནི་ད་དུང་ཡང་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དུ་ཡོད་ལ།
དེ་དག་ལ་སོ་སྤྱི་བྲུ་བའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་རྫོང་རིང་སོགས་ལ་གསལ་ལོ། །ཞེས་དགེ་འདུན་ཆོས་
འཕེལ་གསུང་།

ཕྱིང་ཀ་ལོག། ཕྱིན་ཅེ་ལོག། རྒྱུ་ལོགས། ལུང་གཞི་༩ ག་བ ༡༣༩་པ་༩་ལས། ཁོ་བོའི་སྤྱི་གསུང་པ་ཞི་
བས་ལས་དེ་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་དེས་ཞི་བ་སྤྲིས་ཀྱང་སྤྱི་བོའི་ཆོགས་ཆེན་པོ་དེས་ལག་པ་ཕྱིང་ཀ་
ལོག་ཏུ་དམ་དུ་བཅེངས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱུལ་ཏེ། ལྷ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདིས་བཟང་མོ་དང་ལྷན་
ཅིག་དགའ་མགུར་སྤྱད་ནས་དེ་བཀུམ་ལགས་སོ། །

ཕྱིང་སང་། (རྒྱུ་སྤྱད) སྤྱི་ལོ། འདི་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱད་ཡིན་པར་མི་གྲུར་དུ་གསུངས།

ཕྱིད་པ། 1 ཀྱང་ལག་སོགས་འབྲུགས་རེངས་ཐེབས་པ། གང་རེག་གིས་འཁེངས་པ། དཔེར་ན་རྒྱང་
ལག་ཕྱིད་པ། གང་དང་ཀྱིས་རྒྱང་ལག་ཕྱིད་ནད་ཆད་པ། 2 འདང་པ། ལྷེང་པའི་དོན། ཞིབ་པར་
མ་ཕྱིད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། 3 འཆོ་ཐབས་བྱེད་པའི་དོན་ལའང་བཤད།

ཕྱིའི་མཁའ་སྤྱོད། དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས།

ཕྱིའི་གོ་ཆུ་གཙོད་པ། ཉན་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མི་སྟོན་པར་ཕྱིའི་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་གོ་བ་ཆུ་
བསྐྱེད་བའམ་དེ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་ཐབས་བྱེད་བ་ལ། ཕྱིའི་གོ་ཆུ་གཙོད་བ་ཟེར། དབྱངས་
ཅན་དགའ་སྒྲོའི་«བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་བྱུང་བའི་བརྟ་བུའི་ཉེར་
མཁོ»¹⁶བཟུངས། ཕྱིའི་གོ་ཆུ་ཙམ་གཙོད་པའོ་ཞེས་བ་ནི། ཕྱིའི་ཆོས་རྣམས་ལ་གོ་ཆུའམ་
ཤེས་ཆུ་ཙམ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་འདོགས་སམ་ཐེ་ཆོས་གཙོད་བ་ཙམ་ཞེས་བའམ། ཡང་ན། ཁ་ཕྱི་
བལྟས་ཀྱི་གོ་བ་ཆུ་ཆེན་པོ་ཙམ་ཅད་གཙོད་པའོ་ཞེས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱིའི་གོ་བ་ཆུ་ཆེར་འཛོལ་
བ་ཙམ་མ་གཏོགས། ཉན་རྒྱུད་ལ་སྒྲོར་བའི་ཉམས་ལེན་སྟོན་པ་མིན་སྟེ། ཞེས་
གསུངས། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གི་བྲིས་ལན་ནོར་ཕྱིའི་
ཐེང་བ་¹⁷ཉན་ལས། ཐོག་མར་ཕྱིའི་གོ་ཆུ་ཙམ་གཙོད་ཅེས་བའི་དོན་རྗེ་ལྟར་ལགས། ཞེས་བ་ལ་
མདོ་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཉན་གི་ཉམས་ལེན་མི་སྟོན་པར་ཕྱིའི་ཆོས་རྣམས་ལ་གོ་
ཆུའམ་ཤེས་ཆུ་ཙམ་བྱེད་པས་སྒྲོ་འདོགས་སམ་ཐེ་ཆོས་གཙོད་བ་ཙམ་ཡིན་སྟེ། ཞེས་བ་ཡིན་ཏེ།
ཆོས་དེ་གོ་བ་ཤེས་བ་དང་ངེས་བ་རྣམས་དོན་མཚུངས་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་
སོགས་གསུངས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་
གནད་མེད་པའི་བཤད་ཆོས་སུ་བྱས་ཤིང་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་སྟོང་པའི་དོན་སྟོན་པའི་མན་
ངག་བྱུར་དུ་ཡོད་པར་གོ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་རང་ལ་བཤད་པ་དང་བསྐྱབ་པའི་ཆོས་ལོགས་
ལོགས་བ་གཉིས་ཡོད་པར་འཛིན་བ་ནི། དེ་མ་མེད་པའི་མདོ་རྒྱུད་དང་དེ་མ་མེད་པའི་དགོངས་
འབྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲུས་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། བའི་གོགས་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་ནད་གི་དོན་མི་
སྟོན་པའི་ཕྱིའི་གོ་ཆུ་ཙམ་གཙོད་པའོ་ཞེས་བ་རྣམས་པའི་གནས་སུ་འཛིན་པའི་ཆོས་སྟོང་པའི་
ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་གསོག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས།

ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ། གསེར་གྱི་རི་བདུན་གྱི་ཐ་མ་སུ་ཁྱུང་འཛིན་དང་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་གི་ལྷགས་རི་
ཆེན་པོའི་བར་གྱི་མཚོ་ལ་ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་དེ་ནི་བ་ལྷ་ཅན་གྱི་
ཆུས་གང་དོ། །

ཕྱི་མཛོན་བྱང་། རིམ་པ་བཞི་པ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག རིམ་པ་བཞི་པ་འདི་
 དོན་གྱི་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་ཕྱི་མཛོན་གྱི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་གསུང་པམ་འདས་པའི་ཐོ་རངས་གྱི་དུས་སུ་
 མཛོན་དུ་བྱས་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་ཕྱི་མཛོན་བྱང་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན། རྗེ་ལྷོ་མ་
 དང་པའི་འཇུག་འོགས་ལས། དུས་དེ་དག་གི་ཆེ་ནམ་མཁའ་ནི་ཐམས་ཅད་སྤོང་བ་འོད་གསལ་
 མཛོན་དུ་མཛད་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་འདྲའོ། །ཞེས་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་
 བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་གཡའ་དག་པར་གྱུར་ཏེ་ཆེས་དྲངས་ཤིང་། ཐ་མལ་གྱི་སྤྱིན་དང་རུལ་ལ་
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་ས་གཞི་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་ནས་བསེར་བྱ་སྤྱི་
 མའི་འགྲོ་འོང་ཡང་རྒྱན་ཆད་པ། ཞག་བཞི་བཅུ་ཅད་ཀྱི་ཅམ་གྱི་བར་དུ་བྱུང་ལ། དེའི་ཆེ་དགོན་
 པའི་སྤྱིང་གསེབ་ནས་གཟིམས་ཁང་གི་ཕྱོགས་སུ་རང་རང་གི་བྱང་ཁང་གི་སྤྱིང་གི་ལ་བད་ཁ་
 རྣམས་སུ་མཆོན་མོ་མར་མའི་སྤྱིང་བ་མཐའ་ཡས་པ་བྱལ་བ་རྣམས་དང་། གཟིམས་ཁང་གི་སྤྱོ་
 བྱང་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཆོས་གྲུའི་ཞལ་དཀར་ཐད་སོ་རྣམས་སུ་མར་མའི་སྤྱིང་བ་ཆར་དུ་དངར་བ་
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཆོན་རིང་གང་ལ་མེ་ལྷེའི་ཅེ་མོ་ཅུང་ཟད་རྒྱུད་གིས་གཡོ་བ་ཅམ་ཡང་མེད་
 པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།

ཕྱི་མཛོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་སོགས་སྤྱི་གསུང་པམ་འདས་ཏེ་འབུལ་བ།

ཕྱིར་ 1 ཆད་དུ། དེའི་ཕྱིར་དུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 རྒྱ་མཆོན་གྱི་སྤྱི་ དཔེར་ན། བྱམ་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་རྟག་
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ཡང་ན། སྤྱི་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྤྱི། བྱམ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 ལྷག་པར་
 དཔེར་ན་སྤྱི་དེ་འཇུག་ལས། ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན། ཕྱིར་ཞིང་སྤྱི་གསུང་པམ་
 གཞོད་པ་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།
 ཕྱིར་ཞིང་ཉམས་པར་འཇུག་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 ཕྱི་ལ། ཕྱིར་བསྐྱད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 5 ལྷན་ རང་
 ལ། དཔེར་ན་གཞན་ཕྱིར་སྤྱིང་ནི་བཅེ་བའོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 6 སྤྱིར་ སྤྱིར་ཡང་། ཕྱིར་བཅོས་
 ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། འོན་ལྷ་པ་དང་དུག་པ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་འབྲའོ། །རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་ ༩ རྒྱ་
 ༡༩༩༧ལས། ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ལོ་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ལོ་དོན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

པོ།

ཕྱིར་བཅོས། (འདུལ་བ) རྩོམ་པ་ཉམས་པ་སྦྲར་ཡང་གསོ་བ། སྦྲ་བ་ཤད་ནི། སྦྲར་གསོ་བ་སྟེ་དེ་ཡང་
ཕྱིར་ནི་སྦྲར། བཅོས་ནི་གསོ་བའོ། །

ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དད་པ། (སྒོ་སྦྱང) དད་པ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་
བ་ལ་ན་ཆ་སྦྱག་བསྐལ་དག་བགེགས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བར་དུ་མི་ཆོད་པ་
ལ་ཟེར། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྦྱངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤོ། །དད་པ་བཞི་
ནི། དད་པའི་དད་པ། འདོད་པའི་དད་པ། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དད་པ་དང་
བཞིའོ། །

ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགོ་འདུན། (པར་ཕྱིན) ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལ་
ཟེར། ཞིབ་པར་བཤད་ན། གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་ཞེན་མཛོད་འགྱུར་བ་ལྟོག་པ་སོགས་
རྟགས་ཞེ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའ་དེ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་དགོ་
འདུན་གྱི་མཆན་ཉིད། རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་ལས། གང་ཟག་གི་བྱང་པར་འགའ་ཞིག་
རིགས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཡང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་ལམ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལམ་གཞན་དུ་ཕྱུང་
ཟད་ཀྱང་མི་འགྲོ་ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་ལས་ཉམས་པ་མི་སྲིད་པས་སྦྲ་ན་མེད་
པའི་བྱང་རྒྱལ་ངེས་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཡང་། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་དང་ལྡན་པར་
མི་བཞག་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྦྱོར་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་
པའི་དགོ་འདུན། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་དགོ་འདུན། རྩོམ་ལམ་པ་
ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་དགོ་འདུན་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ངེས་འབྱེད་ཡན་
ལག་ནས་བཟུང་སྟེ། མཐོང་དང་རྩོམ་པའི་ལམ་དག་ལ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གང་དག་
གནས། དེ་འདྲིར་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཆོགས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ས་མཆམས་ཐེག་
ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་ནས་རྒྱན་མཐའི་བར་ན་ཡོད། རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་ལས། དེས་ན་
འཆད་པར་འགྱུར་པའི་རྟགས་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་ཐོབ་པར་བཞག་ལ། དེ་ལ་

དབང་པོ་ཞོན་པོ་ནས་ནི་སྒྱོར་ལམ་རྒྱུ་དང་། འབྲིང་པོས་མཐོང་ལམ་དང་། དབང་པོ་རྒྱ་
ལྷ་རྒྱལ་ཡང་ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཐོབ་པར་རྣམས་པར་བཞག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྫོ་པོའི་
ལམ་སྒྱོན་རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། མི་ལྷོག་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་སྟ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་བྱིར་མི་
ལྷོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རྣམས་པ་གསུམ་སྟེ། སྒྱོར་བའི་ལམ་ནས་མི་ལྷོག་པ་དང་།
བདེན་པ་མཐོང་བ་ནས་མི་ལྷོག་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ནས་མི་ལྷོག་པ་ལོ། །འདིའི་དོན་ནི་
འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མཛོན་པར་རྟོགས་
པའི་རྒྱན་ལས་རྒྱས་པར་བལྟ་བར་བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ཚོགས། (པར་བྱིན) ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ཡན་གྱི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་སྤྱ་བ་ཤད་ནི།
ས་དང་པོ་ནས་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་བྱིར་ལྷོག་པ་མི་སྲིད་པ་དང་། རང་ཉིད་
འབང་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཆོ་མི་སྤྱེ་བས། བསམ་སྒྲུང་གང་གི་སྒོ་ནས་
ཀྱང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་བྱིར་མི་ལྷོག་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱལོ། །

བྱིར་ཞིང་། ༡ སྤར་ཡང་། ཡང་བསྐྱར། ལྷ་མ་ལྷ་བཙུ་བ་ལས། དེས་ནི་རིམས་སོགས་གཞོད་པ་
རྣམས། །བྱིར་ཞིང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་། རྫོའི་ལྷ་མ་ལྷ་བཙུ་བའི་རྣམས་བཤད་
ལས། བྱིར་ཞིང་སྟེ་སྤར་ཡང་ཞེས་གསུངས། དམ་ཆོས་བསྐྱར་དཀར་པོའི་མདོ་ལས། དེས་ན་དེ་
ཡིས་སྤན་དག་ཉིད་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་སྤར་ལེགས་མཁས་པས་བྱིན་ན་ཡང་། །དེས་ཀྱང་དེ་དག་
ནད་ནི་བྱིར་ཞིང་སྟེ། །ནམ་ཡང་དེ་ཡི་ནད་རྣམས་མཐར་མི་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །2 ལྷག་པར། ད་དུང་། ལྷ་ར་ལ། སྒྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ་ལས། བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགྲ་པོ་
གང་། །དུས་རིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ལྟར། །དགྲ་གཞན་ཀྱང་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུར། །ཡུན་རིང་ཐུབ་པ་
མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཐུན་པར་རིམ་གྱོ་བསྟེན་བྱས་ན། །ཐམས་ཅད་མན་དང་བདེ་བྱེད་ན། །ཉོན་
མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན། །བྱིར་ཞིང་སྤྱུག་བསྐྱལ་གཞོད་པ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་
དང་། རྫོ་གྲང་ཐང་པས་ཀྱང་། རྟུག་པའི་ལོ་མ་མེར་བཙུག་ན། །ལྷག་པར་བྱི་ཞིམ་རྒྱས་པ་
བཞིན། །དམ་པ་རྣམས་ལ་གཞོད་བྱས་པས། །བྱིར་ཞིང་དེ་ཡི་ཆེ་བ་འདོན། །ཞེས་གསུངས་པ་

ལྟར་ལོ།

ཕྱིར་ཞིང་བྱུང་བ། (འདུལ་བ) 1 སྒྲར་ཡང་བྱུང་བ། ཡང་བསྐྱར་བྱུང་བ། 2 འཕེལ་བའི་དོན་ཡིན་པར།

ནམ་འབྲེད་འབྲེལ་༼ ཚུ ༡༩༩༩ ལས་བཤད།

ཕྱིར་ཡང་། སྒྲར་ཡང་། རྗེའི་བྱམས་པའི་བསྟོད་ཆེན་ལས། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ལྷ་ཡི་གནས་

ཐོབ་ཀྱང་། །འདུ་བྱེད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་འཆིང་ལས་མ་གྲོལ་བས། །སྟོན་གྱི་ཉིང་འཛིན་འཕེན་པ་ཟད་

བ་ན། །ཕྱིར་ཡང་འོག་ཏུ་ལྷུང་ནས་བརྒྱུད་མར་འཁོར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ཕྱིར་བཤོལ། ཕྱིར་འགྲུངས།

ཕྱིར་གསོ་བ། བྱ་བླུག་གིས་པ་མ་ལ་རིན་ལན་དུ་བན་འདོགས་ཤིང་ཚུར་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་དོན།

ཕྱིས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་སྦྱོང་བ་བ། རོགས་མེད་སྤྲུ་མཆེད་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་སྦྱོང་བ་བ་ཟེར། སྟོན་གྱི་

ནལ་འབྱོར་སྦྱོང་བ་བ་ལ་གཟེགས། ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དེབ་གཟུགས་

༥༦ རོགས་སུ་གསུངས་སོ།

ཕྱིས་གཞོན་བྱེད་བ། (འདུལ་བ) ཕྱིས་སུ་སླེབས་ནས་གཞན་ལ་རྒྱུང་བ་སོགས་ཀྱིས་བརྗེས་པའི་དོན་

ནོ།

ཕྱིས་གཞོན་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་བཙུ་བདུན་བ། ཕྱིས་གཞོན་བྱེད་

པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་རྩི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྱོང་གིས་དགེ་འདུན་དབང་བའི་གནས་སུ་སྤར་

ཞུགས་པའི་དགེ་སྦྱོང་ལ་ཐོ་འཆམས་པའི་ཕྱིར། ཕྱིས་གཞོན་བྱས་པ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷུང་བ་

དངོས་གཞིའོ། །སྤོང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་ན་འཆར་ཀས་སྤོངས་རྒྱ་ཞིང་སོང་ནས་རི་བླག་གི་

གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དགེ་སྦྱོང་ལ་ཕྱིས་གཞོན་བྱས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་

ནི་རང་རིགས་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་གཞོད་པའོ། །སྤྲོ་བཤད་ནི། ཕྱིས་ཞེས་པ་ནི་སྤར་སླེབས་ཐིག་

པའི་དགེ་སྦྱོང་ལས་ཕྱིས་སུ་སླེབས་པས་ན་ཕྱིས་ཞེས་བྱ་ལ། གཞོན་ནི་བརྗེས་པའི་དོན་ཏེ། བྱ་

མོ་དང་སྤྲུམ་མོ་དང་རྒྱུང་བ་སོགས་ཀྱིས་བརྗེས་པའི་དོན་ནོ། །དེས་ན་ཕྱིས་སུ་སླེབས་ནས་

སྤར་ནས་གནས་དེར་སླེབས་པའི་དགེ་སྦྱོང་ལ་བྱ་མོ་དང་བྱས་མོ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པའི་དོན་

ནོ།

ལྷ་པ། ཁྱིམ་པའི་ཤོས་ཤིག་ ལྷ་པ་ཞེས་གྲིས་པའང་ཡོད། ལྷ་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་དོགས་གཅོད་དང་

བཅས་པ་ཡོད་པས་དེར་གཟིགས།

ལྷ་པ། གནའ་བོ་རྒྱ་གར་ན་གསེར་དངུལ་སོགས་མང་པོ་དང་ལྷན་པ་ལ་ལྷ་པ་བྱས།

ལྷ་པ་ཞོར་ཆེ་བ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། གནའ་བོ་རྒྱ་གར་ན་གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་དང་

ལྷན་པ་ལ་ལྷ་པ་བྱས། མ་ཉེ་ལ་སོགས་པ་སྒོ་ལྷགས་མང་བ་ལ་ཞོར་ཆེ་བ། ཁྱོད་དང་འབྲུལ་སོགས་

བ་མང་བ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཞེས་བྱའོ།

ལྷ་པ། སྒོ་ཐོག་མིས་གསོ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་ལྷ་པ་རྒྱ་མཁན་གྱི་དུད་འགྲོ་སྤྱིའི་མིང་།

ལྷ་པ་གྱི་མཆོད་སྤྱིན། སྒོ་ལྷགས་སེམས་ཅན་གྱི་དམར་མཆོད་འབྲུལ་བ་ལ་ཟེར། མང་པོས་ལྷ་པ་སྤྱི་

གྱི་མཆོད་སྤྱིན་ཞེས་པ་བ་ལྷགས་གཅིག་ལྷ་པ་གོ་བ་ནི་ཞོར་ཉེ། འདི་སྒོ་ལྷགས་སེམས་ཅན་སྤྱི་

དང་། ལྷ་པ་པར་རྟ་ཡི་མཆོད་སྤྱིན་བྱེད་པ་ལ་གོ་དགོས། རྒྱ་གར་བས་འདི་ལ་ अश्वमेधः ཨ་ལྷ་

མེ་རྩེ་ AshWamedha ཟེར་ལ་དེ་ནི་རྟ་ཡི་མཆོད་སྤྱིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར་བོ། དེ་བྱིན་

སྐད་དུ་Horse sacrifice ཟེར། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱིས་ལྷ་པ་མཆོད་པའི་ལུལ་སྒོལ་ཞིག་གོ།

ལྷ་པ་རྒྱུད་། ལྷེས་པ་བསྟེན་པའི་དུས་ལ་བབས་པའི་གཞོན་རུ་མ་ལ་ཟེར། མོ་གསར། འདུལ་བ་

རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ ལྷ་ ༡༧༥ ལས། ལྷ་པ་རྒྱུད་ཞེས་བྱ་

བ་ནི་ལང་ཆོ་ལ་འབབ་པའི་གཞོན་རུ་མ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།

ལྷ་པ་ལྷ་པ་ཞེས་ཀྱང་གྲིས་སྤང་ཡང་དབྱེད།

ལྷ་པ་རྒྱུད་མ་ཉམས་པ། ཁྱོད་ཆོས་ཀྱིས་མ་གོས་པ། མོ་གསར། ལང་ཆོ་མ་ཉམས་པ།

ལྷ་པ་ལྷ་པ། ལྷ་པ་རྒྱུད་ལ་གཟིགས།

ལྷ་པ་མ། ལྷ་པ་རྩེ། རྩེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་དོགས་ལས། ལྷ་མ་དབུ་མ་པ་ཁོང་རང་ལ་མདོ་

ཁམས་ན་ལྷ་པ་མ་སྦྱོར་པའི་དུས་ཉིད་ནས་རྩེ་བཙན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྒྱུ་དང་གསུང་

གི་སྤང་བ་ནར་མར་འོང་ཚུལ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བོ།

ལྷུང་ལྷུང་། གཞོན་ལུ་མའི་མིང་ཡིན་པར། ལྷུང་སྒྲུ་རོལ་དོར་གསུང་།

ལྷུང་བ། དར་བས་བཟོས་པའི་ཟས་ཤིག་ལྷུང་བ་ཞེས་ཀྱང་འབྲི། ལྷུང་བ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ། མངར་

ལྷུང་། སྒྲོ་ལྷུང་། ལྷུང་ལྷུང་། ལྷུང་ལྷུང་དང་བཞི་ཙམ་ཡོད། མངར་ལྷུང་ནི། མར་དང་ཁ་སྒྲིམ་
མངས་པའི་ལྷུང་བ་ལ་ཟེར། སྒྲོ་ལྷུང་ནི། དར་བ་ལན་ཅིག་བསྒྲོར་ཏེ་བཏོན་པའི་ལྷུང་བ་རོ་
བཅུད་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། ལྷུང་ལྷུང་ནི། འོ་མ་བསྐབས་རྗེས་དར་བ་ཅུང་ཡུན་རིང་བར་
བསྒྲོལ་བ་ལས་བཏོན་པའི་ལྷུང་བ་ལ་ཟེར། ལྷུང་ལྷུང་ནི། ལྷུང་ཆུའམ་སྒོ་ཁྲ་ཡུན་རིང་བསྒྲོལ་ཏེ་
བསྐྱམས་ནས་བཏོན་པའི་ལྷུང་བ་རོ་བཅུད་ཞན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། ཡུལ་སྐྱད་ལ་ལྷུང་བེར། འོན་
ཀྱང་ལྷུང་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ལྷུང་བ་བྱུར་ཆག་པ་ཡིན་པས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་
སོགས་སུ་འདི་ཆད་ལྷན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བཞག་པ་ནི་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། ལྷུ་མཆན་ནི།
ལྷུང་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་རྒྱ་མཆན་བཤད་དུ་ཡོད་པའི་རྗེས་གྲུབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་ཏེ།
འདི་བཟོ་དུས་ལྷུང་ཁུའི་སྤྱིང་དུ་འཕྱར་བའམ་ལྷིང་ནས་སྤྱོད་པའི་ཆ་ནས་ལྷུང་བ་ཞེས་བཏགས་
པ་པལ་ཆེར་ངེས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ལྷུང་ཞེས་བཛོད་ན་གོ་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་། མོག་མའི་འབྱུང་
ཁུངས་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་པ་ན་ཡང་ཅུད་ཆོད་དཀའ་བ་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཉམས་ཆག་དུ་
འགྲོ་བའི་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་མང་པོ་སྤྱང་ངོ་། འོན་འབྱུར་བ་ཞེས་མི་ཟེར་བར་ལྷུང་
བ་ཞེས་བཛོད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེན། དེ་ནི་བྱ་ཆོག་དང་ནོར་གྱིས་དོགས་ནས་འས་འཕུལ་འབྲུས་
པའོ། །བྱ་ཆོག་མིང་དུ་བཞག་པའི་ཆེ་སྒྲོན་རྗེས་དོར་བའམ་ཡང་ན་འགའ་ཞིག་ལ་རྗེས་འཇུག་
སྒྲོན་པའང་མང་དུ་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་ཞེས་པའི་ཆོས་ཀྱང་། འབྱུར་བཅོས་
གཏོང་བ་ལ་འཆོས་ཞེས་པའི་འཆོས་དེ་རང་ལ་འས་འཕུལ་དོར་བ་ཡིན་ནོ། འོན་ཀྱང་འདི་ལ་
ལྷུང་བ་ཞེས་བྲིས་པའང་སྤང་ངོ་། །

བྲེ་མ་ལྷུང་མ། བྲེ་མའི་ལྷུང་མ་ལ་གཟིགས།

བྲེ་མའི་ལྷུང་མ། ཅན་དན་སོགས་ཞིབ་མོར་བཏགས་པའི་དངོས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུམ་བུའི་མིང་། དེ་ཡང་བྲེ་

མ་ནི་ཞིབ་མོར་བཏགས་པའི་དངོས་རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ལ། ལྷུང་མ་ནི་ཐུམ་བུའི་མིང་ངོ་། ཅན་

དན་དང་། ཨ་ག་རུའི་བྱེ་མའི་ཕྱར་མ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །དམ་ཚེས་པད་མ་དཀར་པོའི་མདོ་ལས།
ལྷའི་བྱ་མོ་ཅན་དན་དང་། ཨ་ག་རུའི་བྱེ་མའི་ཕྱར་མ་ཐོགས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །ཕུར་མ་ནི་ཐུམ་བུའི་མིང་དུ་མཆོ་རྟེན་ནའང་གསལ།
བྱེ་མར་ཆོག་ ཅམ་བ་འཐག་བྱེད་ཀྱི་མཆི་གྲས་ ཅམ་བ་འཐག་བ་བཞིན་དུ་ཞིབ་བར་འཐག་པའི་དོན་
ཡིན། རྩལ་དུ་ཆོག་དང་འདྲ།

བྱེ་ཞིག་ ལྷལ་ཆོག་ཅིག་སྟེ། ལྷོ་སོགས་བྱེ་ཞིག་ཅེས་པའོ། །

བྱེ་ཕིག་ བྱེ་ཞིག་དང་དོན་འདྲ། ལུས་ཉགས་ཀྱི་འགོས་ལྟར་བྱས་ན། ལྷོན་དབང་ལས། ཆོག་ཐུང་ཞིང་
སོགས་ངན་མ། །འ་དང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་ཞེན་ཞིག་ །ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར། བྱེ་ཞིག་ཅེས་ཐོབ་ཀྱང་། མཁས་པ་འགའ་རེས་ “བྱེ་ཕིག་ཅེས་པ་རྩལ་པ་ཆེ་བར་བཞེད་
དེ། གསེར་ཉོག་འབྲེལ་ཆེན་ལས། ལྷལ་ཆོག་ལ་ཅིག་ཞིག་ཕིག་གང་ཐོབ་ཀྱང་ཁྱད་པར་མེད་
མོད་དཔེ་ཁྱད་པར་དག་པར། བྱེ་ཕིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་འགའ་རེ་སྤང་བས་སྤུལ་བ་གསལ་བྱེད་དུ་
ཞིག་ལས་ཕིག་སྤྱར་བ་རྩལ་པ་ཆེ་བར་སྤང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། ། (གསལ་བཤད། མ་
དཔེར་ “བསྐྱལ་ཆོག་”དང་“བསྐྱལ་བ་”ཞེས་འདུག་ཀྱང་འདིར་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་བཅོས་
འགྲུར་བྱས།)

བྱེད་སྒྲིལ། སྒྲིལ་གྱང་བྱེད་པ་དང་དོན་འདྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བྱེད་བཅེངས། དབུ་སྒྲའི་བྱེད་སྒྲི་ ཐོར་བཅེངས་ཤིང་བྱེད་ཐུར་དུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པའོ། །

བྱེད་དང་བརྒྱན། བདུན་དང་བྱེད་ཀྱི་ སྒྲ་བཤད་ནི། བྱེད་ཀ་དང་རིལ་པོ་ཆང་མ་བསྐྱོམས་པས་
བརྒྱད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །ཡིག་སྐད་ལ། བྱེད་ཀ་དང་བཅས་ཉེ་བརྒྱད་ཅེས་བྱའོ། །ཆེ་ཉན་
ཞབས་བྱང་རིན་པོ་ཆའི་ཐོན་མིའི་ཞལ་ལྷང་ལས་ཀྱང་། བྱེད་དང་བརྒྱད་ཅེས་པ་ནི་ཁྱོད་ལྟར་ན་
བརྒྱད་དང་བྱེད་ཅེས་པ་དང་མཚུངས་པར་བསམས་ནའང་དེ་གཉིས་མི་གཅིག་སྟེ། བྱེད་དང་
བརྒྱད་ཅེས་པའི་དོན་ནི་བྱེད་པ་གཅིག་གལ་ཉེ་སྒྲིན་རྒྱ་ཡོད་ན་རིལ་པོ་བརྒྱད་ཡིན་ཞེས་པའི་
བརྟེན་ལས་འདི་ཅམ་ལ་ཡང་མགོ་བོ་འབྲུག་མཁན་མང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཕྱེན། (བདུན་པ) (འདུལ་བ) འཕྱེན་ལ་གཟིགས།

ཕྱེད། ཕྱེ་མར་ཞེས་པའི་བསྐྱུས་ཆོག་ཕྱེ་མར་བསྐྱུས་ཞེས་པར་ཕྱེར་བསྐྱུས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱེར་བསྐྱུས། ཕྱེ་མར་བསྐྱུས་ཞེས་པའི་བསྐྱུས་ཆོག་སྟེ། ཕྱེ་མར་བཏགས་པའི་དོན་ནོ། །འདུལ་བ་
ལུང་གཞི། ག་པ་ ༡༩༧༧ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ས་འཆོ་མ་ལ་རྟོག་པ་ན་བྱུག་ན་
ལྷགས་ཀྱི་མདའ་བསྐྱུས་པ་དེ་ཕྱེར་བསྐྱུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཕྱེས། མང་པོས། ཕྱེ་ཞེས་པའི་ཆབ་ཏུ་ཕྱེས་ཞེས་བྲིས་སྣང་སྟེ། སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས། བུམ་པ་ཆུས་
བཀའ་ལྟ་བུ་ཕྱོན་འཇུག་ཁོན་འེམ་ཕྱེད་པས་འདས་ཆོག་ཏུ་བྱུབ་པ་དང་། ཟུགས་དམ་བསྐྱངས་
ལྟ་བུ་ཕྱོན་འཇུག་པོ་ཡིག་དང་འབྲེལ་ཅམ་ལས་གཙོ་བོར་རྗེས་འཇུག་གི་ཕྱེད་པས་འདས་
ཆོག་ཏུ་བྱུབ་པ་སོགས་ཕྱེ་བྲག་ “ཕྱེས” ཅས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ལྟ་བུ། འཇུ་མི་པམ་རིན་པོ་
ཆེས། བྱ་ལུལ་ཕྱེད་པོ་བྱ་བའི་ཆོག་རྣམས་ལ། དཔྱེ་བ་འབྱེད་ཕྱེད་ཕྱེ་བ་ཞེས་དང་ནི། །གདེག་
བྱ་འདེག་ཕྱེད་བཏེག་པ་ལ་སོགས་པ། །བྱས་པ་རྣམས་ལ་ས་མཐའ་མི་ཐོབ་སྟེ། །ཞེས་ས་མི་
ཐོབ་པར་གསུངས་སོ། །

ཕྱོ་ཕྱོ། ཁྱི་ལ་ཐད་པའི་དོན་ཏུ་བཤད།

ཕྱོགས། 1 རོས་གཅིག་གམ་ལོགས་གཅིག་གི་མིང་། 2 ཁོངས་གཏོགས་དང་། སྒྲེ་ཆོན། རིགས། རིས་
བཅས་ཀྱི་མིང་། དཔེར་ན་རང་ཕྱོགས་དང་གཞན་ཕྱོགས་དང་། མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་
ཕྱོགས་ལྟ་བུ། 3 ལྷ་ཕྱེད། ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 བསྐྱུབ་བྱ་སྟེ། ཆོས་དང་
ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོགས་དོན། 5 རང་གི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་བ་ལོ། ཕྱོགས་སྒྲེ་ཕྱེ་ཞེས་པ་ལྟ་
བུ། 6 གངས་བརྩའི་མིང་། 7 རོགས་ཀྱི་མིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི། ག་པ་ ༡༩༧༧ལས། བྱུག་
སྟེ་དག་གིས་དེ་མཐོང་ནས་དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། དགའ་བོ་ཉི་དགའ་ཆར་ཞུགས་འདི་ཕྱོགས་
ཆོལ་གྱིས་ཞག་བདུན་འདས་ནས་ཕྱོགས་དང་བཅས་ནས་ཅན་གཤོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ལས། ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤྱིགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ། དབྱིག་གཉེན་གྱི་རང་མཁས་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཆད་མ་རང་ལས་མཁས་
 བ་སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱིགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་ལྟོ་སྤྱིགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་རྒྱལ་འཛིགས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུ་
 འབྱུངས། སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་བསྟེན་ནས་ཆད་མ་ལ་ཕྱིན་ཏུ་མཁས་པར་གྱུར། ཆད་མའི་
 མདོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་བ་བརྩམ་པར་བྱའོ་སྟུང་དུ་དགོངས་ཏེ། སྤྱིགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་ཕྱག་ཅེས་
 བའི་བྲག་ངོས་ལ་རྩོམ་གྱིས། ཆད་མར་གྱུར་བ་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ། །སྟོན་བ་བདེ་
 གཤེགས་སྒྲོབ་ལ་བྱག་འཆལ་ཏེ། །ཆད་མ་བསྐྱབ་ཕྱིར་རང་གི་གཞུང་ཀུན་ལས། །བརྟུས་ཏེ་
 སྤྲུལ་ཆོགས་འཛོར་ནམས་འདྲིར་གཅིག་བྱ། །ཞེས་མཆོད་བརྗོད་དང་བཅས་པར་དམ་བཅའ་
 བྲིས་བ་ན་ས་གཡོས་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྟས་བྱུང་བར་ཅན་བྱུང་། དེའི་ཉེ་ལོགས་ན་སྤྲུལ་སྤྱུ་
 ཀྱི་སྟོན་བ་ནག་པོ་ཐུབ་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས། སྒྲོབ་དཔོན་བསོད་སྟོམས་ལ་
 བཞུད་པའི་བྲུལ་དུ། ལན་གཉིས་བསྐྱབས་བ་ན། གསུམ་བ་བྲིས་ནས་མཐུག་ཏུ་ངས་བྲིས་
 པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འབྲི་བ་སུ་ཡིན། ཀྱུ་རེ་དང་གྲུལ་ཀྱའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་དགོས་པ་རྒྱ་ཆེན་
 པོ་ཡོད་པས་མ་ཕྱི། བྲག་དོག་གི་དབང་གིས་ཡིན་ན་སྒོ་ལ་ཡོད་པས་དབྱེ་བར་མི་རུས་
 སོ། །འདི་ལ་ཁོར་བ་ཡོད་པས་ཅོད་པར་འདོད་ན། ལུས་སྣང་བར་གྱིས་ཕྱིག་བཅད་པར་བྱའོ་
 ཞེས་བྲིས་སོ། །སྒྲོབ་དཔོན་བསོད་སྟོམས་ལས་འཁོར་ཏེ་བྱོན་བ་དང་ཐད་ནས་བསྐྱན་བ་རྒྱལ་
 དུ་བཅུགས་ཏེ་བཅད་པས་ལན་གསུམ་གྱིས་བར་དུ་སྤྲུལ་སྤྱུ་སྤྲུལ་པ་ཕམ་པར་མཛད། ད་ཁྱོད་
 བར་པའི་བསྐྱན་བ་ལ་ཞུགས་གསུངས་པས། ཁོ་ཁྱོས་ཏེ་ཁ་ནས་མེ་སྐར་ཏེ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་ཡོ་
 བྱུང་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད། སྒྲོབ་དཔོན་ཡང་ཆོག་ལ་ཁད་བྲས་པར་ཐུགས་སྒྲི་སྟེ། ངས་སུ་
 སྤྲུལ་པ་འདི་གཅིག་ཕྱི་དོན་ཡང་བྱ་མི་རུས་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་
 སྟུང་དུ་དགོངས་ནས། རྩོམ་གནམ་ལ་འཕངས་ཏེ་ས་ལ་བབས་མ་ཐག་སེམས་བསྐྱེད་གཏང་
 རོ་སྟུང་དུ་འཕངས་པས་ས་ལ་མ་བབས་པར་འཇམ་དཔལ་དངོས་སུ་བྱོན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་བསྐྱན་
 བཅོས་འདི་བསྐྱན་འགྲོ་ལ་ཕན་པ་དང་། ཕྱི་མའི་དུས་ན་བསྐྱན་བཅོས་ཀུན་གྱི་ཕྱི་ཕྱི་གཅིག་ཏུ་
 འགྱུར་པོ། །ཞེས་རྗེས་སུ་བཟུང་ངོ། །བསྐྱན་བཅོས་ཀྱང་། ཆད་མ་ཀུན་བརྟུས་ཅ་འབྲེལ།

དཔེགས་བཟླ་ཅ་འགྲེལ། དུས་གསུམ་བཟླ་བ། དེགས་པ་ལ་འབྲུག་པ། འཁོར་ལོ་སོགས་མང་དུ་མཛད་དེ། ཉང་པའི་ཆད་མ་དེག་པའི་སྒྲིམ་འབྲེད་པའི་སྒྲིབ་དཔོན་དུ་
བྱུང་གོ། །

ཕྱགས་གྱི་མཛེས་མ། ཕྱགས་བྱད་མེད་མཛེས་མའི་གཟུགས་སུ་བཞོད་པའོ། །ཕུར་ལྷོག་དག་དབང་
བྱམས་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་དེས་ལན་༡༧ལས། སྟན་དག་གི་གཟུགས་ཅན་རྒྱན་ལ། ཕྱགས་
བྱད་མེད་གྱི་གཟུགས་སུ་བཞོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཕྱགས་སྐྱོང་། ལྷའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་དེ་ལ་སྐྱུ་དང་ཡི་དྲགས་སུ་གཏོགས་པའང་ཡོད་པ་མཆིམས་མཛོད་
ལས་གསུངས་ཏེ། གཞོད་སྦྱིན་དང་། ཕྱགས་སྐྱོང་དང་། འདིག་རྟེན་སྐྱོང་བ་དང་། བདུད་རྣམས་
ནི་པལ་ཆེར་ལྷའི་སྒྲེར་གཏོགས་ལ། སྐྱུ་དང་ཡི་དྲགས་སུ་གཏོགས་པའང་ཡོད་དོ། །ཞེས་
གསུངས། གཞན་ཡང་། སྦྱིར་ཕྱོགས་སྐྱོང་ལ། ཕུར་གདབ་བྱེད་ས་ལྟ་བུ་བགོགས་གྱི་ཁོངས་
གཏོགས་དང་། སྟོན་འགྲོའི་གཏོར་མ་འབྲུལ་ས་ལྟ་བུ་དཀར་ཕྱོགས་པ། དེ་གྱིལ་འཁོར་གྱི་
མཐར་ཡོད་པ་བྱི་འགྲོའི་གཏོར་མ་འབྲུལ་ས་ལྟ་བུ་གཙོ་བོའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆ་ཡིན་པར་བཅས་
མཁས་པ་འགའ་གསུང།

ཕྱགས་སྐྱོང་བརྒྱད། འར་དུ་བརྒྱ་བྱེན་དཀར་པོ་སྒྲང་པོ་ལ་ཞོན་པ། ལྷོར་གཤིན་རྩེ་སྟོན་པོ་མ་ཉེ་ལ་
ཞོན་པ། ལུབ་ཏུ་ཆུ་ལྟ་དཀར་པོ་གདེངས་ཀ་བདུན་དང་ལྷན་པ་ཆུ་སྟོན་ལ་ཞོན་པ། བྱང་དུ་
གཞོད་སྦྱིན་སེར་པོ་མེ་ལ་ཞོན་པ། བྱང་འར་དུ་དབང་སྐྱུག་དཀར་པོ་སྒྲང་ལ་ཞོན་པ། འར་ལྷོར་
མེ་ལྟ་དམར་པོར་སྐྱེས་ལ་ཞོན་པ། ལྷོ་ལུབ་ཏུ་སྟོན་པོ་སྟོན་པོ་མེ་མགོའི་སྒྲིང་བའི་ཅོན་བན་ཅན་
རོ་ལངས་ལ་ཞོན་པ། ལུབ་བྱང་དུ་རྒྱུད་ལྟ་དུད་ཁ་ཤལ་པ་ལ་ཞོན་པ་དང་བརྒྱད་དོ། །ཐམས་ཅད་
ཀྱང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་པ། དང་པོ་གཉིས་ཕྱགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས། གཡས་འོག་མ་
རྣམས་གྱིས་རིམ་པ་བཞེན་རྟོ་རྩེ་དབྱེག་པ་སྦྱུལ་ནོར་བུ་སྦྱུགས་པའི་ཀེུ་ལེ་ཅེ་གསུམ་བགྲང་
སྒྲིང་རལ་གྱི་བ་དན་བསྐྱམས་པ་དང་། གཡོན་ཐམས་ཅད་ཐོད་ཁྲག་ཕྱགས་ཀར་བརྒྱད་ནས་
རང་གི་ཡུམ་ལ་འབྲུད་པའོ། །

ཕྱོགས་སྤྱོད་བརྒྱ་དབང་གོ། གཤེན་རྗེ། ཚུ་བདག་གཞོད་སྤྱིན། མེ་ལྷ། སྤོན་གོ། རྒྱུང་ལྷ། འབྲུང་གོ།
ཆངས་པ། ས་ཡི་ལྷ་མོ་བཅུ་ལ་ཕྱོགས་སྤྱོད་བཅུ་ཞེས་བྲོལ།

ཕྱོགས་སྤྱོད་བཙུག་ཕྱོགས་སྤྱོད་བཅུ་ཉེ་དབང་། ཆོགས་བདག་ཉི་མ། རྩ་བ། ཐགས་
བཟང་མེས་ལ། བསྐྱེན་ན་ཕྱོགས་སྤྱོད་བཙུག་ལོ།

ཕྱོགས་སྤྱོད་ཡལ་སྤྱུག་སྤྱོད་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་དང་། དེའི་སྤྱོད་མ་དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་
གཉིས་ལ་ཟེར།

ཕྱོགས་སྤྱོད་ཕྱོད་སྤྱོད་དང་ཕྱོད་སྤྱོད་ལྟེན་པ་བཞད་ནི། རང་གི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་བ་
ལ་ཕྱོགས་སྤྱོད་ལ། གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་བ་ལ་ཕྱོགས་སྤྱོད་མེར་བ་ཡིན་འདུག་
འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་
བལྟ། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་བལྟ། ཕྱོགས་སྤྱོད་
མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་གཞུང་ལུགས་དམ་འཆའ་བ་སྤྱོད་བྱེད་པལྟ། ཞེས་གསུངས་སོ། ལུང་
རྣམས་འབྲེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་༼ ཚུ་ ༡༧ རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། གྲུ་

ཕྱོགས་གཅིག་སྤྱོད་པའི་དགེ་བསྟེན། (འདུལ་བ) ལྷ་འགའ་སྤྱོད་པའི་དགེ་བསྟེན་དང་དོན་གཅིག་མཆོ་
རྟེན་ལས། ཕྱོགས་གཅིག་སྤྱོད་པའི་དགེ་བསྟེན་ནི་ཉེས་པའི་ཅ་བ་བཞི་ཆང་དང་ལྷ་ལས་གང་
ཡང་རུང་བ་གཉིས་བསྐྱེད་པལྟ། ཞེས་གསུངས་སོ།

ཕྱོགས་མ་ཐུན་གྱི་མདོ། (འདུལ་བ) ཅ་པའི་མདོ་དང་བཞད་པའི་མདོ་གཉིས་པོའི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་
པའི་འདུལ་བའི་མདོ་རྣམས་སོ། གཤེན་ན་དགེ་སྤྱོད་ལ་རབ་ཏུ་གཅེས་པའི་མདོ་དང་། འཁར་
བསལ་གྱི་མདོ། ཚུ་ལ་ཁྱིམས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེན་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་བུ་རྣམས་སོ།

ཕྱོགས་དང་རྩ་བའི་རྣམས་འབྱོར། ཕྱོགས་བཅུ་ཡོད་པས་གངས་ཀྱི་མདོན་དུ་ཕྱོགས་ནི་བཅུ་འི་
མིང་དུ་བཞད་ལ། རྩ་བ་ནི་གཅིག་གི་མིང་སྟེ། བཅུ་གཅིག་གི་རྣམས་འབྱོར་རལ། བསྐྱེད་མེས་
རྣམས་འབྱོར་བཅུ་གཅིག་གི་མིང་རོ།

ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་ཅིག་ཤོས། ཕྱོགས་སྤྱོད་དང་ཕྱོད་མ་ཞེས་པའི་དོན།

ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ། འར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མང་པོར་ཞེས་པའི་དོན། ཆོས་ས་
ལས། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་རྣམ་འཛོར་བ། །དེ་མཐོང་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་དགཤ། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟ་བུ། ཆེད་དུ་བཛོད་པའི་ཆོས་ས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་
ཏེ། འདི་སྒྲོས་པ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མང་པོ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཕྱོགས་མདོག་ ཕྱོགས་གང་དུ་ཡོད་པ་དེའི་མདོག་གས་དེའི་མདོག་དང་ལྗན་པ།
ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ནས་ཞེས་སོགས། ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ནས་ཞེས་པ་ནས། འཕྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་ཞེས་
པའི་བར་དང་། མཚུངས་མེད་ཅེས་པ་ནས་གནས་བཟླ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག་
ཅེས་པའི་བར། ཁ་ཆེ་པར་ཆེན་ཤུག་གྲིས་མཛོད་བར་གསུངས།

ཕྱོགས་ཕྱོགས། ཕྱོགས་ཐ་དད་པའམ། ཕྱོགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོའི་དོན། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ལས། ཕྱོགས་
ཕྱོགས་ནས་འདུས་པའི་སྒྲ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱོགས་མཆོམས་བརྒྱད། ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་བཞི་དང་བརྒྱད་དོ། ཕྱོགས་བཞི་ནི། འར། ལྷོ།
རུབ། བྱང་དང་བཞིའོ། མཆོམས་བཞི་ནི། འར་ལྷོ་ (མེ) ལྷོ་རུབ་ (བདེན་བྲལ) རུབ་བྱང་
(རྒྱུད) བྱང་འར་ (དབང་ལྗན་དང་བཞིའོ)

ཕྱོགས་འཛིན་པའི་དབྱ་མ་པ། ཐལ་འབྱུར་བའི་ཕྱོགས་འཛིན་པ་སངས་རྒྱུ་བ་བསྐྱེད་པའི་འབྲང་
དང་བཅས་པ་དང་། རང་རྒྱུད་པའི་ཕྱོགས་འཛིན་པ་སྒོ་བ་དཔོན་ལགས་ལྡན་འབྲེད་རྗེས་འབྲང་
དང་བཅས་པའི་དབྱ་མ་པ་ལ་ཟེར། སྒྲ་བཤད་ནི། དེ་དག་གི་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ཐལ་རང་གི་
ཕྱོགས་སོ་སོར་བཀྲལ་ཏེ་འཛིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཛོད།

ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་སྦྱོད་པ། (བཀའ་བརྒྱུད) སྦྱོད་པ་ལྡེའི་ཡ་བྲལ། བཟང་ངན་གྱི་ཉོག་པ་གང་
འར་ཐམས་ཅད་དགེ་སྦྱོར་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སོང་ན། དེ་ལ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་
རྒྱལ་གྱི་སྦྱོད་པ་ཞེས་བྲ། སྒྲ་བཤད་ནི། འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པས་
ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཞེས་བྲའོ། །

ཕྱོགས་སྦྱང་། རང་གི་ལུགས་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་གྱི་ལུགས་ལ་ཞེ་སྦང་བའོ། ཞེས་རྗེའི་ལམ་

རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ཕྱོད། (འདུལ་བ) ཕྱོད་པ་ལ་གཞིགས།

ཕྱོད་པ། (འདུལ་བ) ལུས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ལུས་ན་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟ། 1 རྒྱུ། 2 སྤ་བ་དང་དོན་འདྲ།

སྤ་རྒྱུ། (མཛོད) ཉོན་མོངས་ཀྱི་མིང་། སྤ་བ་ཤད་ནི། རང་གི་སེམས་རྒྱུད་ལ་རྟག་ཏུ་གནས་ཀྱང་
རྟོགས་པར་དཀའ་བས་ན་སྤ། དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སྤོན་སྤ་རྒྱུས་པའམ་འཕེལ་
བར་བྱས་པས་ན་རྒྱུས་ཞེས་བྱའོ། །སྤ་སྤོར་བཅ་གཉིས་༼ ཅོ་བ ༡༡༥༥བལས། ཨ་རུ་ཤ་
ཡ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་མངོན་པའི་གཞུང་དང་སྤ་རྒྱུ་ལ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་
སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བྱབ་པར་གནས་ཀྱང་བརྟག་དཀའ་སྟེ་སྤ་བ་དང་། དམིགས་
པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱུས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་མཚོའི་
བྱ་གནམ་ལ་འཕྱར་བའི་བྲིབ་མ་ལ་ཚུ་སྤོན་སྤེག་པའི་མིང་སྟེ་སྤ་རྒྱུས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་
སོ། །

སྤ་རྒྱུས་བྱག་ (མཛོད) འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁོ་ ང་རྒྱལ། མ་རིག་པ། ལྟ་བ། ཐེ་ཆོས་དང་བྱག་གོ། ཅ་ཉོན་
བྱག་དང་དོན་གཅིག་གོ། མཛོད་ཅ་བ་ལས། སྤེད་པའི་ཅ་བ་སྤ་རྒྱུས་བྱག་ །འདོད་ཆགས་དེ་
བཞིན་ཁོང་ཁོ་དང་། ང་རྒྱལ་མ་རིག་ལྟ་བ་དང་། ཐེ་ཆོས་ཡིན་ཏེ་དེ་བྱག་ཀྱང་། །འདོད་ཆགས་
དེ་བྲེ་བས་བདུན་བྱ་བ་ཤད། །ཅེས་གསུངས།

སྤ་པོ། (ཡུལ་སྐད) སྤ་མོ་དང་དོན་གཅིག་ ལྟ་ས་བས་སྤ་པོ་ལ་པ་པོ་ཟེར།

སྤ་བ། 1 ཆ་ཤས་རྒྱུད་དུ། སྤ་ཆེགས། སྤ་མོ་རྣམས་དོན་གཅིག་ 2 སྤོང་དཀའ་བ་དང་། ལྟ་བ་བཅས་
ཀྱི་དོན། ལྟ་ས་པར་འཐག་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པའི་མདོ་རྩེའི་ལམ་རིམ་དུ་བྲངས་པ་ལས།
འཇམ་དཔལ་དམ་པའི་ཆོས་སྤོང་བའི་ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ནི་སྤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 3
རྟོགས་དཀའ་བ།

སྒྲིམ་བ་གཏུག་མའི་ལུས། གཏུག་མའི་ལུས་ལ་གཟེགས།

སྒྲིམ་བ་གཏུག་མའི་སེམས། གཏུག་མའི་སེམས་ལ་གཟེགས།

སྒྲིམ་བ་རྟོག་པའི་རྣལ་འབྱོར། བསྐྱེད་རིམ་སྒྲིམ་མོ་དང་དོན་གཅིག་བརྟགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡང་ཟེར། དེ་
ནི་བསྐྱེད་རིམ་རགས་བ་ལ་ལོབས་བ་ན། ཐེག་ལེ་སྒྲིམ་མའི་ནང་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲིམ་བ་ལ་
སོགས་པའི་རྟོག་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཟེར། རྟོག་པའམ་བརྟགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། བསྐྱེད་
རིམ་སྐྱེད་མིང་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་སྐྱེ་མིང་གེ་བྲག་ལ་བཏགས་པའོ། །རྗེའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་
ཏེ་བཀོད།

སྒྲིམ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་བ་དགྲ་བཅུའི་གསུམ་པ། སྒྲིམ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་
དོན་ནི། བཅས་ལྡན་དག་སྒྲོང་གིས་དག་སྒྲོང་གཞན་གཉིས་ཡན་ཆད་དཔེ་བའི་བསམ་བསམ་སྒྲིམ་
མའི་ཆོག་དག་ཏུ་སྒྲིམ་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་ཀྱང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྒྲོང་གཞི་ནི། མཉན་
ཡོད་དུ་བྱུག་ཐེས་དག་སྒྲོང་རྣམས་ལ་སྒྲིམ་བྱས་བ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི།
རང་རིགས་ཀྱི་མཛའ་བའི་ལོངས་སྒྲོད་ལ་གཞོད་པའོ། །

སྒྲིམ་མེན། སྒྲིམ་མེན་མ་དང་འདྲ།

སྒྲིམ་མེན་མ། 1 ལྷའི་གཡོག་འཁོར་རམ། གདོན་གྱི་མིང་ཡིན་པར་ཡང་བཤད། 2 ལྷ་མེན་སྒྲིམ་པོའི་
རིགས་ཤིག་ལའང་བཤད། 3 སྒྲིམ་འཆོང་མའི་མིང་ལའང་བཤད་དོ། །

སྒྲིམ་མོ། 1 ཏ་ཅང་ཆུང་བ། རགས་བ་དང་སྒྲིམ་པོ་མེན་པ། རུལ་སྒྲིམ་མོ་དང་། ལོན་སྒྲིམ་མོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2
ཞིབ་པའི་དོན། ཡལ་ག་སྒྲིམ་མོ། སྒྲིམ་མ་སྒྲིམ་མོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 རྟོགས་དཀའ་བ། རྟོང་ཉིད་སྒྲིམ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

སྒྲིམ་རགས། 1 ཆུང་དུ་དང་ཆེན་སོ། 2 རྟོགས་དཀའ་སྒྲིམ་ རྟོགས་དཀའ་བ་ལ་སྒྲིམ་མོ་དང་། རྟོགས་སྒྲིམ་བ་
ལ་རགས་བ་ཟེར། རྟོང་ཉིད་སྒྲིམ་རགས་ལྟ་བུ། མཆིམས་མཛོད་དེབ་གཟུགས་6 ནལས།
རགས་བ་དང་སྒྲིམ་པའི་རྟོགས་པར་སྒྲིམ་བ་དང་དཀའ་བ་ལ་བཛོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་
རོ། །

ཕྱ་རབ་ཀྱི་རྒྱལ། (མཛོད) རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དང་འབྲ།

ཕྱ་ཤགས། ཏཱ་ཐེལ་དང་ཐོང་བྱ་དང་རི་དྲགས་སོགས་ཀྱིས་རྟོག་རྒྱག་གཞུ་བའམ། ཡང་ན་དེ་དག་
མན་ཚུན་རྟོག་རྒྱག་གཞུ་རེས་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། འཕྲ་ཤགས་དང་དོན་འབྲ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་
༩ ང་པ ༡༥༧ (ནམ་ལས། རི་དགས་ཀྱི་དཔོན་པོ་དེ་འབད་ཀྱང་རྩི་གཅད་པར་མ་རུས་ཤིང་དེ་
དེ་ལྟར་ཕྱ་ཤགས་བྱེད་པའི་རི་དགས་མོ་དེས་མཐོང་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྤྲུམ་པ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཕྱག 1 བར། བར་མཆོམས། དབྱས་སམ་དཀྱིལ་བཅས་ཀྱི་དོན། ཕྱག ཅུག ཕྱག བར། བར་དབྱག
བར་སྤྱབས། བར་གསེང་། བར་གསེབ། བར་ཅུག དབྱག སྤྱབས། གསེང་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་
གངས་ཡིན། དཔེར་ན། སྤྲིན་མ་གཉིས་ཀྱི་དབྱས་སམ་བར་ལ་སྤྲིན་ཕྱག་དང་སྤྲིན་མཆོམས་
ཟེར་བ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། སྤྱོད་འབྱུག་ལས། སེམས་ཉི་རྣམ་པར་གཡེངས་པའི་མི། ཁོན་
མོངས་མཆེ་བའི་ཕྱག་ན་གནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 2 སྤེ་ཆན་གྱི་མིང་། ཁྱི་ཕྱག
འབྱམ་ཕྱག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱག་དོག ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་ལྷ་པ་ནི། ཞེ་སྤང་གི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག རྟེན་བཀྲར་ལ་ཆགས་ནས་
གཞན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་ལ་མི་བཟོད་པར་སེམས་ཁོང་ནས་འཇུགས་པའི་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་
པའོ། བྱེད་ལས་ནི། ཡིད་མི་བདེ་འདྲེན་པའི་ལས་ཅན་ལོ། །སྤྲ་བཤད་ནི། སེམས་གུ་དོག་པས་
ན་ཕྱག་དོག་ཅེས་བྱ་སྟེ། སེམས་ཀྱི་ཕྱག་གམ་གུ་དོག་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱ་ལོ། །

ཕྱག་དོག་པ། ཕྱག་དོག་ཟ་བའི་དོན། གཞན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཕྱག་དོག་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཕྱག་དོག་མ་ནིང་། (འདུལ་བ) མ་ནིང་ལྷའི་ཡ་གྲལ་ཏེ། སོ་མོ་ཉལ་སོ་བྱེད་པ་མཐོང་བའི་ཆེ་ཕྱག་དོག་
གིས་དབང་སོ་ལས་རུང་དུ་གྱུར་ལ། དུས་གཞན་གྱི་ཆེ་མི་རུང་བའི་མ་ནིང་། འདུལ་བ་ལུང་
གཞི་༩ ཀ ༡༥༧ (ན་མས། ཕྱག་དོག་ཅན་གྱི་མ་ནིང་གང་ཞེ་ན། གང་ལ་གཞན་དག་ཆོལ་བ་
མཐོང་ན་དབང་སོ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཕྱང་རང་དབང་ཅན། (བདམོད) ཉི་སྤྱ། དང་སྤྱ། དེ་སྤྱ། སྤྱི་སྤྱ། ཅི་ངེ་སུ་གང་བདག་སྤྱ། པ་སོ་བ་སོ་མ་མོ་

དགག་སྒྲིམ་མ་མི་མེད་མེད་རྣམས་སོ། །རྒྱས་པ་ཆོག་སྤང་ལ་གཟེགས།
སྤང་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ། (བད་སྤྲོད) སྤར་བ་སྤྱ། (གོ་ངོ་དོན་བོ་མོ་ལོ། །རོ་ལོ་སོ་ཏོ།) ལ་དོན། (སྤ་
ར་བུ་བྱ་ལ་ཏུ།) མི་ལྟན་ཏེ་བྱེད་སྒྲིམ་དང་འབྲེལ་སྒྲ། (གི་ཀྱི་གྱི་འི་ཡི། །གྱིས་གྱིས་གྱིས་འིས་
ཡིས།) རྒྱན་སྤྱད། (ཀྱང་ཡང་འང) ལྟག་བཅས། (ཏེ་དེ་སྟེ།) འབྲེད་སྤྱད། (གམ་ངམ་དམ་ནམ་
བམ་མམ་འམ། །རམ་ལམ་སམ་ཏམ།) འབྲུང་ཁྱེད་སྤ། (ནས་ལས།) འབོད་སྒྲ། (གྲེ་ཀྲ་ཡེ་མ་ཡེ།)
བཅས་སོ། །ཆོག་སྤང་ལ་གཟེགས།
སྤན། 1 སྤ་མོའམ། རྒྱང་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱལ་སྤན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། སྤན་དང་སྤན་གཉིས་དོན་
འདྲ། དཔེར་ན་རྒྱ་སྤན་ལ་རྒྱ་སྤན་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །སྤན་ནི་སྤ་མོ་ཞེས་པའི་ཆོག་བསྐྱས་པ་ཡིན།
དཔེར་ན་རྒྱ་ཆ་མོ་ལ། རྒྱ་ཆ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། 2 བདག་ང་རང་ཞེས་པ་སྟེ། རང་ཉིད་དམའ་ས་
འཛིན་པའི་ཆོག་ཅིག།
སྤན་ཆོགས། (འདུལ་བ) 1 སྤ་བའམ་སྤ་མོ། རྣམ་འབྲེད་འབྲེལ་། རྒྱ་བ་ ༡༡ ༣༥ན་ལས། སྤན་ཆོགས་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷུང་བ་སྤན་ཆོགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། 2 རྒྱང་བུ།
ཟས་སྤན་ཆོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆོས་བསྐྱན་ཏོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 འདུལ་བ་ལྷུང་སྤན་ཆོགས་ཀྱི་མིང་།
མི་ལི་ལི། རྒྱར་བུ་འབྲིལ་ནས་འགོ་རྒྱལ་གྱི་མིང་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱུག་སྤྱབས་སྤ་མོའི་ནང་སྤན་རིལ་
འབྲིལ་ནས་འགོ་བ་ལྟར་རམ། ཡང་ན་སྤྱད་པ་ལ་རྒྱ་ཐིག་འབྲིལ་ཏེ་འགོ་རྒྱལ་ཞིག་ལ་ཟེར།
སྤ་བ། ༣་མའམ། ༣་ཁོག་ཁོག་མའི་མིང་།
སྤ་མ། 1 བྱ་སྤོད་དམ་ཤེས། 2 རྒྱལ་པོའི་མོ་བྱང་། 3 དམག་སྤར།
སྤ་མ་བཏབ། དམག་སྤར་བརྒྱབ་པ། ལྷུང་སྤན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། སྤ་མ་བཏབ་པ་ནི་དམག་
གི་བཞོད་པ་བྱས་ནས་སོ། ། ཞེས་གསུངས།
སྤ་གྲ། སྤག་གྲའི་འབྲི་རྒྱལ་གཞན་དུ་བཤད། འོན་ཀྱང་དག་ཡིག་དག་སྤོན་ཅ་བར། སྤ་གྲ་ཞེས་པའི་
འབྲི་རྒྱལ་འདི་ནོར་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། །ལྷ་ཀྱ་སོགས་ལ་ག་མཐའ་སྤང་། །སྤག་དོག་
སྤག་གྲར་མེད་ན་ནོར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

སྤྱ་བ། རྩོད་ཀྱི་མིང་། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། རྩུ་ནི་སྤྱ་བ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་
 བ་ལྟར་རྟོ། །རྣམ་འབྲེལ་ཙ་བ་ལས། མི་མ་ཐུན་ཐོགས་ལ་མ་མཐོང་བ། །ཅན་གྱིས་འབྲེལ་བ་
 མེད་བ་མེན། །འབྲེལ་བར་སྤིང་བ་ཅན་ཉིད་ལྱིར། །སྤྱ་བའི་འབྲས་ནི་ཆོས་བ་བཞིན། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །² (འདུལ་བ) དམག་གི་མིང་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
 བཤད་བ་ཏུ་ ཚུ་ ༡༧༥༥བཟེལས། སྤྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམག་གོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་
 རྟོ། །འདི་ལ་དབྱེད་པར་བྱ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ལུང་བྱེད་བཞི་བཅུ་ཙ་བྱག་པ་
 དམག་གི་ནང་ན་གནས་པའི་ལུང་བྱེད་འཆད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཙ་བ་ལས་ནི་སྤྱ་
 མ་ཞེས་འབྱུང་གི་སྤྱ་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་ནི་མེད་དེ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཏུ་ ར་བ་ ༡༧༥༥ནེལས།
 རྒྱལ་པོས་དེ་ཉིད་དུ་སྤྱ་མ་བཏབ་སྟེ་འདུག་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་བ་ཙམ་སོ། །

སྤྱ་མ། དམག་གི་མིང་། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། སྤྱ་མ་བཏབ་པ་ནི་དམག་གི་བཞོད་པ་
 བྱས་ནས་སོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རྟོ། །ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཏུ་ ར་བ་ ༡༧༥༥ནེལས། རྒྱལ་
 པོས་དེ་ཉིད་དུ་སྤྱ་མ་བཏབ་སྟེ་འདུག་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤྱག་གྲ། ལོན་ཆེར་མ་ལོངས་པའི་སློག་ཆགས་ཀྱི་མིང་།

སྤྱག་གྲ་མལ་འབྲུར། རྩེས་ནས་ཡུན་རིང་པོར་མ་ལོན་པའི་སྤྱག་གྲ། སྤྱག་གྲ་མལ་འབྲུར་དང་། ལོ་
 བདུན་ལྟར་འབྲུར་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཐ་སྟངས་ཆད་ལྟན་ཞིག་ཡིན་པར་འདུག་སྟེ། རྩེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་
 ལས། དེ་ནས་ཞག་འགའ་སོང་བ་དང་། བཅུན་མོ་དེ་ལོ་ནད་ལྟར་འབྲུར་གྱིས་ཟེན་ཏེ་སྤྱན་
 དབྱེད་རིམ་གྱི་ཅི་བྱས་ཀྱང་མ་ཐན་པར་ཡུན་རིང་ན་སྟེ་འཆི་ལ་སྤྱག་གྲ་འཆིར་མ་འདོད་པའི།
 ཞེས་སོགས་གསུངས་བ་ལྟར་རྟོ། །ཡང་སྤྱག་གྲ་མར་འབྲུར་ཡང་འཐད་པར་སེམས། མ་ལ་
 འབྲུར་ནས་རྩ་མ་རྩ་བ་ཙམ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་རྩས་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་སེམས།

སྤྱག་གྲ་མར་འབྲུར། སྤྱག་གྲ་མལ་འབྲུར་དང་དོན་འདྲ།

སྤྱགས། 1 འབྲུག་པའི་སྤྱལ་ཆོག 2 ཆའམ་ཟུང་། གཉིས། ཉིན་ཞག་སྤྱགས་གཅིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 3
 (འདུལ་བ) རྩེ་ཆོན། ལྟན་ཅིག་སྤྱར་བ། ལྟའི་རྩེ་ཆོན་ལ་ལྟ་སྤྱགས་ཞེས་བ་དང་། དགྲའི་རྩེ་ཆོན་

ལ་དགུ་སྤྱགས་ཞེས་པ་ལྟར་གྱ། ལྷན་ཅིག་སྤྱར་བ། སྡེ་ཆ་ན། སྤྱགས་རྣམས་དོན་འདྲ་བར་འདུལ་
བའི་ལྷ་སྤྱགས་ཀྱི་སྐབས་པས་ཤེས་སོ། །4 སྤྱག་གུ་དང་དོན་གཅིག་འདུལ་བ་རྣམས་བར་འབྲེད་
བའི་ཆེག་རྣམས་བར་བཞད་པར་༼ རྒྱུ རྟེན་པ་ལོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་
དང་། མེས་པོ་དང་། སྤྱགས་ལ་བརྟེན་བའི་བདུན་པ་ཚུན་ཆད་ནི་ཉི་དུ་ཡིན་ལ་དེ་པན་ཆད་ནི་ཉི་
དུ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཁདོ་རྩ་བ་ལས་གྲང་། བར་སིག་གི་ལྷ་བ་དང་པེའུ་
སྤྱགས་དང་བར་ཐང་ཁ་པོ་གང་ཟག་གིས་བདག་གིར་མི་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །5 ལུང་ལ་
འདུག་གས་སྟུང་སྟེ། རྣམ་འབྲེད་འགྲེལ་༼ རྒྱུ རྟེན་པ་ལོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
སྤྱི་སྤྱགས་ཀྱིས་བདེགས་པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཐུམ་ཁ། རྩུ་ཁ།

བྲོང་པ། བཟང་བྲོང་ནི། རྗེའི་སྤྲུལ་སྤེལ་ཆེན་མོ་༡༩༥༧ལ་ལས། བྲོང་དོག་གི་བྲངས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལས།
 སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དབང་ལ་དེ་ཡི་བྲོང་ཉིད་དོ། །བརྒྱ་ཐག་གཅིག་ནི་ཞི་བ་ལ། དེ་
 བཞིན་རྒྱས་ལ་ལྟག་པར་བརྒྱད། མཛོན་སྤྱོད་ལ་ནི་དྲུག་ཅུ་ཉིད། །ཁྱད་པར་དུ་ནི་ལས་ལ་
 རྒྱ་པ། ཞེས་སོ། ཞེས་གསུངས། བཟང་བའི་ཚུལ་ནི། དེ་ཉིད་ལས་༡༩༤༩ལ་ལས། རྗེ་
 མཁའ་འཁོར་ལས། ཞི་བ་ལ་ནི་མཇུ་བ་མོར་བཞག་ རྒྱས་ལ་གྱུང་མོར་དགལ་བར་བྲ། དབང་དུ་
 བྲ་བ་མེན་ལག་གསུངས། མཐའ་མ་ནི་མཛོན་སྤྱོད་བྲ། མཐེ་མོང་ལྷགས་ཀྱང་བྲས་ནས་
 ནི། །ལྷ་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱུགས་པར་བསམ། །ཤིན་ཏུ་མཉམ་གཞག་སྤྲུལ་བ་རྣམས་
 བ། །འབྱུབ་འབྱུར་འདིར་ནི་ཐེཾ་མེད། ཅེས་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས། བྲོང་བའི་སྐོར་
 རྒྱས་པར་རྗེའི་སྤྲུལ་སྤེལ་ཆེན་མོ་༡༩༥༩ལ་ལ་གཟིགས། བྲོང་བ་དང་། འཕྲོང་བ་གཉིས་
 གདམ་ང་ཡིན་ཏེ། འས་འཕུལ་དགོས་མི་དགོས་བཤད་པའི་ཐད་ཀྱི་དག་ཡིག་ངག་སྒྲོན་ལས།
 མེན་ལས་བྲོང་སོགས་གང་ཡང་རུང་། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་མིང་། གཞུང་ཆེན་མོ་
 རྣམས་སུ་འདྲ་ཅི་རིགས་སུ་བྲིས་པ་ལྟར་ཁས་ལེན་བར་བྲའོ། །

སྲིང་བ་ཤུ། མེ་ཏོག་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག གྲུ་བ་ཤད་ཅི། མེ་ཏོག་གི་སྲིང་བའི་ཤུ་ཡིན་པ་ས་ན་དེ་

སྐད་ཅེས་བྲལོ། །འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་༽ རྟེན་ལས།
མེད་བ་རྒྱ་ནི་མེ་ཉོག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཐད་ཀྱི་ལུང་ནམ་འབྱེད་ལས། བྲི་དང་། མེད་
བ་རྒྱ་དང་། བདུག་སྟོས་དང་། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

སྟེ། 1 བྲམ་ལོ། ཡལ་ག་སྟེ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ལོ་མ་ཞེས་བྲམ་
ནི་ཡལ་ག་སྟེ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །2 བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་མོད་ སྐར་ལས་ཀྱི་དོན་
ལའང་བཤད།

སྟོག་ལྷ། སྟོག་ལྷ་ག་གཟིགས།

འཕགས་པ། 1 འཕགས་པའི་འདས་པ། གོང་དུ་འཕར་བ། 2 མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་གང་ཟག
3 ལུ་ལྷ་དུ་བྱུང་བ། དཔེར་ན་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4 ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ། ཟག་
མེད་ཀྱི་ལམ་ལ་འཕགས་པའི་ཐ་སྙད་ནི་མཛོད་འབྲེལ་ནམས་སུ་འབྱུང་། 5 མཛོད་དུ་སོང་
བའོ། །ཞེས་དགོ་ལོགས་བཤེས་གཉེན་གསུང་། 6 འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ། རྩེ་ཡབ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞུང་
ནམས་སུ་འཕགས་པ་ཞེས་བ་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ལ་གོ་དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ། རྩེ་འེ་རིམ་
ལྷ་གསལ་སྟོན་སོགས་དང་། མཁས་བྲམ་རྩེ་འེ་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྲམ་རྒྱ་མཛོད་ལྷ་སྐྱབ་ལམ་
སྐྱབ་ལ། འཕགས་པ་ཡབ་སྐྱབ་ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །

འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ཞེས་བྲམ་བའི་མདོ། དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
ག་གཟིགས།

འཕགས་པ་གྲོལ་སྟེ། འཕགས་པ་ནམ་གྲོལ་སྟེ་དང་དོན་འདྲ།

འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། ཟག་མེད་ཀྱི་སྟོམ་པའི་མིང་།

འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མའི་དབྱང་རྒྱན། རྒྱ་དྲ་ བ ༽ ༤༥ བཟུགས་སོ། །

འཕགས་པ་སྐྱར་རྒྱུང་། སྐྱར་ཆང་ལ་ག་གཟིགས།

འཕགས་པ་འཛིག་རྟེན་དབང་སྐྱབ་གི་ནམ་འབྲལ་རིམ་བྱོན་ཀྱི་འཁྱུངས་རབས། རྒྱལ་བ་སྐྱབ་སྟེ་རིམ་
བྱོན་ཀྱི་འཁྱུངས་རབས་ནམ་ཐར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་ག་གཟིགས།

འཕགས་པ་ཐོགས་མེད། ཐོགས་མེད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འཕགས་པ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། མདོ་སྒྲིལ་ ཅེས་ ༡༡༥༥བ
ལན་བཞུགས་སོ། །

འཕགས་པ་འདའ་ཀ་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། འདའ་ཀ་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་
ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྒྲེ། <ཡུ་ཐུ་བི་ལུ་ཏུ> དབྱིག་གཉེན་གྱི་རང་མཁས་ཀྱི་སློབ་མ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ།
པར་བྱིན་རང་ལས་མཁས་པ་འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྒྲེ་ནི། གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དུ་མའི་
བདག་པོ། འཕགས་པ་ཀུ་རུ་ཀུ་སྒྲེའི་སྒྲེ་བ། དེས་སངས་རྒྱས་ལ་མཛོན་སྤྲུམ་དུ་མཉན་ནས་
ཤེས་བྱིན་གྱི་དོན་སྟོན་པ་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཉི་ཁྲི་སྤྲང་བ་མཛད་དོ། །

འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ། མདོ་སྒྲིལ་འདིས་མཛོད་རྟོན་ལ་སྐོར་བ་བྱེད་པའི་པན་ཡོན་
སོགས་བསྟན། མདོ་སྒྲིལ་ ཅེས་ ༡༡༥༧ན་བཞུགས་སོ། །

འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་བླག་བཞི་བ། སྤྱན་རས་གཟིགས་བླག་བཞི་བ་ལ་གཟིགས།

འཕགས་པ་བྱམས་བ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱ་བཤད་ནི། སོ་
སྒྲེའི་ས་ལས་རིང་དུ་སོང་བས་ན་འཕགས་བ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱ་གཅིག་པ་ལྟར་བཅེ་
ཞིང་སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱམས་པའི་མཆན་མི་འདོར་བས་
ན་བྱམས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

འཕགས་པ་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ། བྱམས་སྟོན་ལ་གཟིགས།

འཕགས་པ་སློ་བྲོས་མི་ཐད་བས་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ། <ཡུ་ཐུ་ཡུ་ཡུ་མ་ཉི་ཉིར་དེ་ཤ་ལྷུ་ཀ>
འཕགས་པ་སློ་བྲོས་མི་ཐད་བས་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་
མཛད། སྒྲིལ་བཞུགས་འགྲུལ་མདོ་སྒྲིལ་ ཅེས་ ༡༡༥༩ན་བཞུགས་སོ། །

འཕགས་པ་སློ་བྲོས་མི་ཐད་བས་བསྟན་པའི་མདོ། <ཡུ་ཐུ་ཡུ་ཡུ་མ་ཉི་ཉིར་དེ་ཤ་ལྷུ་ཀ>
འཕགས་པ་སློ་བྲོས་མི་ཐད་བས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། སྒྲིལ་བཞུགས་

བཀའ་འགྱུར་མདོ་སྤྲེལ་ མ ༡༧ (ཤུ་ཉ་ནས་དབུ་བཅུ་གས་ནས། མཐུག་ ༡༧༩ བཟུང་ན་རྫོགས་
སྟོ། །

འཕགས་པ་ཟ་མ་ཏྲོག་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། མདོ་སྤྲེལ་མ་ཏྲོག་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟིགས།

འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྦོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་སྟོ། བཟང་སྦྱོང་སྦོན་ལམ་ལ་གཟིགས།

འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྦོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་སྟོ་ཆེན་པོའི་བཤད་སྒྲུབ། འཕགས་པ་ལྷ་སྦྱབ་གྲིས་
མཛད། སྤྲེལ་གྱི་བསྟན་འགྱུར་ མ ༡༩ ན་བཙ་བཞུགས་སྟོ། །

འཕགས་པ་ཡལ་སྤྲུལ། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྦྱབ་དང་། སྦོབ་དཔོན་ཨུ་དེ་ཙ་གཉིས་ལ་
གཙོ་བོར་གྲོ་ཞིང་། ཡང་ལྷ་སྦྱབ་དང་དེའི་སྦོབ་མ་ལྷའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འཐུག་པའི་སྐབས་ཀྱང་
མང་དུ་ཡོད་དོ། །

འཕགས་པ་ལམ་རྒྱུད་པ། <ཨུ་རུ་ཏ་པ་རྩ་ཀམ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་ཐོས་ཤིག་སྟེ། ལམ་སྟན་བསྟན་
ཞེས་ཀྱང་བརྗོད། མདོ་མཁར་ཞབས་དྲུང་ཆེ་མིང་དབང་རྒྱལ་གྱིས། ལམ་སྟན་བསྟན་གྱི་སྐད་
དོད་ལ་རུ་ཏ་པ་རྩ་ཀམ་ཞེས་བསྒྱུར་དོ། །འདིན་འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་གི་ཡ་གྲལ་
ཞིག་སྟེ། གནས་བཅུ་ལས། བྱ་ཁྲོད་ལུང་པོའི་རི་བོ་ལ། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་ལམ་སྟན་
བསྟན། །དག་བཙམ་སྟོང་དང་དྲུག་བརྒྱལ་བསྟོར། །ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་མཛད་ཕྱག་
འཆལ། །ཞེས་གསུངས། །འདིའི་གཏམ་རྒྱུད་འདུལ་བ་ལུང་ནམ་འབྲེད་ ར་བ ༡༩༩ ན་
བཞུགས་སྟོ། །

འཕགས་པ་ལམ་ཆེན་པ། <ཨུ་མནུ་བ་རྩ་ཀམ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་ཐོས་ཤིག་སྟེ། ལམ་ཆེན་བསྟན་
ཞེས་ཀྱང་བརྗོད། གནས་བཅུ་ལས། ལྷ་གནས་སུ་མ་རྩ་ཆ་གསུམ་ན། །འཕགས་པ་གནས་
བརྟན་ལམ་བསྟན། །དག་བཙམ་ཆེན་པོ་དགྲ་བརྒྱལ་བསྟོར། །སྒྲིགས་བམ་ཆོས་འཆད་མཛད་
ཕྱག་འཆལ། །ཞེས་གསུངས་སྟོ། །འདིའི་གཏམ་རྒྱུད་འདུལ་བ་ལུང་ནམ་འབྲེད་ ར་བ ༡༩༩ ན་
བཞུགས་སྟོ། །

འཕགས་པ་ལྷ། རྒྱུ་དེ་ལ་གཟེགས།

འཕགས་པ་ལྷ་མོ་བྲི་མ་མེད་པའི་འོད་ཀྱིས་ཁྱེས་པའི་མདོ། <མི་མ་ལ་བྲ་རྩ་བ་རིམ་རྒྱུ་> བྲི་མ་མེད་པའི་
འོད་ཀྱིས་ཁྱེས་པ། སྒྲིལ་གྱི་བསྟན་འགྲུལ་མདོ་སྒྲིལ་ བ ༡༩༡༧༡༧་བཞུགས། འདི་ལ་ཡོངས་
གྲགས་སུ་ལི་ཡུལ་བསྟན་པའི་མདོ་ཞེས་བྲལ། །

འཕགས་པ་ལྷག་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྲ་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། ལྷག་པའི་བསམ་པ་
བསྐྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

འཕགས་པའི་གང་ཟག་མཛོད་ལམ་ཐོབ་པ་ཡན་གྱི་གང་ཟག་སྐྱ་བཤའ་ནི། སྒྲིག་པ་ལས་རིང་དུ་སོང་
བའོ། སོ་སྐྱའི་ས་ལས་རིང་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲལ། །

འཕགས་པའི་བདེན་པ། གང་གི་གནས་ཚུལ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཁོ་ནས་རིམ་བཞིན་དུ་རྟོགས་
ཀྱིས་པའི་ཆོས། བདེན་པ་བཞི་ལྟ་བུ། སྐྱ་བཤའ་ནི། ཉན་ས་ལས། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བདེན་པ་དེ་དག་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་པར་བདེན་པའི་སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་པ་རིམ་བཞིན་དུ་
མཁྱེན་ཅིང་གཟེགས་ཀྱི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་ཤེས་མི་མཛོད་
བས་ན་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྲལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི། བདེན་པ་བཞི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

འཕགས་པའི་ནོར་བུན། དད་པ། ཚུལ་ཁྲིམས། རོས་པ། གཏོང་པ། ཤེས་རབ། རྩ་ཆ་ཤེས་པ། ཁྲིལ་
ཡོད་པ་དང་བདུན་མོ། །རྩོ་བོའི་བསྟོད་པ་ལས། དད་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་རོས་དང་གཏོང་བ་
དང་། །རྩ་ཆ་ཤེས་དང་ཁྲིལ་ཡོད་ཤེས་རབ་ཀྱི། །ནོར་བུན་དག་གིས་སྤྲུག་པར་གྱུར་པའི་
མཛོད། །ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་ཁྲིལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲོ་བ་
དཔོན་དཔའ་བོའི་ཀྱུ་རྩེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲིམ་པའི་མན་ངག་ཡི་གེར་བྲིས་པ་ལས།
འཕགས་པ་ནོར་བུན་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སྒྲིལ་བདུན་ཆོས་མཐུན་སྒྲུར་ནས་གསུངས་པ་འདི་ལྟར།
དད་པའི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེས། །ཉིན་མཆན་དག་པའི་ལམ་སྤྱང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་བཅུན་མོ་
རིན་པོ་ཆེས། །རབ་དུ་མཛེས་པའི་རྒྱན་སྤང་གདགས། །གཏོང་བའི་སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་

ཆེས། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་འབྲུལ་ཆེན་འབྱུང་། །ཐོས་པའི་དཔལ་ག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས། །ལོག་
 རྟོག་དག་ཡི་གཡུལ་ངོ་བོ་ཞེས། །ངོ་ཆ་ཤེས་པའི་རྟ་མཆོག་གིས། །ཉོན་མོངས་བག་མེད་སྐྱབས་
 སུ་སྒྲ། །ཁྲིལ་ཡོད་སྟོབས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ཆེས། །བྲིན་ཅི་ལོག་གི་ལས་རྣམས་སྤང་། །ཤེས་རབ་ནོར་
 བྱ་རིན་པོ་ཆེས། །བདག་དང་གཞན་གྱི་རེ་བ་བསྐྱང་། །ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་འཕགས་པའི་
 རོར། །ནོར་གཞན་པལ་བ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། རོར་
 པལ་བ་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱ་སྟེ། རོར་པལ་བ་ནི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱི་
 ཡིན་ལ། འདི་ནི་བདེ་བ་དང་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱེད་ལོ། །

འཕགས་པའི་རིགས་བཞི། ཆོས་གོས་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་བ་འཕགས་པའི་རིགས། གནས་པལ་
 ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་བ་འཕགས་པའི་རིགས། བསོད་སྟོན་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་བ་
 འཕགས་པའི་རིགས། སྤོང་བ་དང་སྟོན་བ་ལ་དགའ་བ་འཕགས་པའི་རིགས་དང་བཞིའོ། །སྤྱོད་
 བཤད་ནི། བཞི་པོ་དེ་དག་འཕགས་པའི་རྟོགས་པའི་རིགས་ཉི་ལྔ་ཡིན་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱ་ལོ། །

འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད། འཕགས་པམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་འདྲ།

འཕགས་མ་རི་ཁྲོད་ལོ་མ་གྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བའི་གཟུངས། བཅོས་ལྷན་འདས་མ་མིའུ་མུང་ལ་ཟེ་མོ་རི་
 ཁྲོད་ལོ་མ་གྲོན་མ་དག་སྟེ་དང་ཞགས་བ་འཛིན་མ་ཞེས་བྱ་བའི་ལྷ་མོ་འདིའི་གཟུངས་ནི། སྟེ་
 དགེ་སྤྱར་མའི་རྒྱུད་༩ ཆ་བ ༥༩༩བ་ན་བཞུགས་སོ། །

འཕགས་ལམ། 1 འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ། 2 ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ། སྤྱོད་བཤད་ནི། སོ་སྤྱེད་པས་ལས་རིང་དུ་
 སོང་བའི་ལམ་ཡིན་པས་ན་འཕགས་ལམ་སོ། །

འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད། བྱང་ཕྱོགས་སྟེ་ཆོན་བདུན་གྱི་བདུན་བ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་
 བརྒྱད་ནི། དང་པོ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ། (འདིས་མཉམ་བཞག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཉིད་རྗེས་ཐོབ་
 ཏུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད) གཉིས་བ་ཡང་དག་པའི་རྟོག་བ། (རྟོག་པ་ནི་འདིར་ཀྱུན་སྒྲོང་ལ་
 ཟེར་བས། གང་ཟག་རང་གིས་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་གཞན་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དག་ཀྱུན་
 བས་སྒྲོང་བར་བྱེད) གསུམ་བ་ཡང་དག་པའི་དག (རང་གིས་རི་ལྟར་རྟོགས་པ་ལྟར་གཞན་ལ་

སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དག་ནས་པར་དག་པ། བཞི་པ་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། (སྟོན་གཙོ་བོ་
སོགས་སྟོང་བས་ལུས་ཀྱི་ལས་ནས་པར་དག་པ། ལྷ་པ་ཡང་དག་པའི་འཆོ་བ། (ལོག་འཆོ་སྟོང་
བས་འཆོ་བ་ནས་དག། འབྲུག་པ་ཡང་དག་པའི་རྩོད་པ། (སྟོན་སྟོང་སྟོང་པའི་གཉེན་པོ་ལ་རྩོད་
བས་ཡང་དག་པའི་རྩོད་པ། བདུན་པ་ཡང་དག་པའི་བྲན་པ། (ཞིག་ནས་དང་རབ་ཏུ་འཛིན་པ་
དང་བཏང་སྟོན་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་མ་བཟུང་པའི་ཡང་དག་པའི་བྲན་པའོ། བརྒྱད་པ་ཡང་དག་
པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་བརྒྱད་དོ། ། (མཛོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱབ་པའི་
དོན་དུ་བསྟོན་པས་ཡང་དག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཏོ། བསྟན་འགྲུར་༩ ཉ་༡་༡ནལ། འཕགས་
ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱོད་བཤད་གསུངས་ཡོད། འཕགས་ལག་ཡན་ལག་བརྒྱད་མིག་དང་
རྒྱུ་པ་ལ་དཔེ་སྤྱད་ནས་གསུངས་ཡོད། དཔེར་ན་མིག་གིས་བལྟས་ཤིང་རྒྱུ་པས་བྱིན་པས་
རང་འདོད་པའི་གནས་སུ་སྤྱོད་པས་བ་བཞིན་དུ། ཡང་དག་པའི་ལྷ་པའི་མིག་གིས་བལྟས་ཤིང་།
ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་མ་བདུན་ཀྱི་རྒྱུ་པས་བྱིན་ཏེ། ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་
བྱིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་བམ་གཉིས་༩ ཙ་པ་ ༡༡༣༣བཟུངས། འཕགས་ལམ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་སྤྱར་ན། ཡང་དག་པའི་ལྷ་པ་ནི་རིག་པ། ལྷག་མ་བདུན་ནི་རྒྱུ་པ་སྟེ།
རིག་པ་དང་མིག་དང་འབྲུ་བས་མཆོན་ནས་རྒྱུ་པས་བྱིན་ཅིང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་ན་རིག་
པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ་ཞེས་བྲ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འཕགས་སོ། སྟོང་འཛིན་པའི་དོན། འདུལ་བ་ལུང་ནས་འབྱེད་༩ ཙ་པ་ ༡༡བཟུངས། འབྲུག་སྟེ་དག་
དོན་མ་ཐུན་དེ་དག་གིས་གཏད་པའི་དོན་མ་ཐུན་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འཕགས་སོ། །ཞེས་གསུངས།
འདུལ་བ་ནས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནས་པར་བཤད་པ་༩ ཙ་པ་ ༡༡བཟུངས། འཕགས་སོ་
ཞེས་བྲ་བ་ནི་སྟོང་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འཕན། ༡ ཞེད་དོག་ཅིང་སྲིད་དུ་རིང་པའི་དར་ཆའི་རིགས་ཤིག་ ཀ་འཕན་ལྷ་བྱ། 2 མེར་ཀ གས་
ཆགས། སྟོན། ཉམས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན། འཕན་དང་། འཕན་པ། འཕན་ཟེལ་ནས་དོན་འབྲ།
སྟོབ་སྤྱིངས་ལས། བསྟན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་ལྟར་བཟང་ལ་འཕན་མེད་པ། །ཞེས་དང་། མཛོད་

ལས་ཀྱང་། འཆལ་ཁྲིམས་དེ་རྒྱ་ས་འཕན་མ་བྱུང་། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
འཕན་པ། འཕན་དང་དོན་འདྲ།
འཕན་བ་མེད་པ། སེར་ཀའམ་གས་ཆགས་མེད་པ། ཉམས་བ་མེད་པ། སློབ་སྦྲིང་དཀའ་འབྲེལ་
༡༡ རྟེན་ལས། འཕན་བ་མེད་བ་ནི་ཉམས་བ་མེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །
འཕན་མེད་པ།
འཕན་སོ། ༡ འཕན་ཡུལ་ལ་གཟིགས། ༢ ལྷག་པོའི་མིང་དུ་བཤད།
འཕན་ཟེལ། གས་ཆགས། སེར་ཁ། སློན། ཉམས་ཆག འཕན། འཕན་པ། འཕན་ཟེལ་ནམས་དོན་འདྲ།
དཔེར་ན་ས་སྐྱེའིགས་བཤད་ལས། འཕན་ཟེལ་རིན་ཆེན་ལ་བལྟ་ཡི། །མགལ་དུམ་ལ་ནི་སུ་
ཞིག་དཔྱོད། །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་སོ། །
འཕན་ཡུལ། ལྷ་ས་གོང་ཁྲི་གི་བྱང་ཁོས་འཕན་ཡུལ་ངན་ཆུའི་ཆུ་རྒྱུད་གི་ཡུལ་གི་མིང་། འདི་སྐོར་
རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གི་ཐང་མ་ལས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ།
འཕན་ཡུལ་དེ་ལྷ་སའི་ཡུང་བ་དང་རི་རྒྱུད་གཅིག་གི་པན་ཆུན་དུ་འདུག་མོད། སྤོན་གི་གདན་
ས་ལྷ་ས་ལས་ཀྱང་ཕྱོགས་དེ་ན་མང་བ་ཙམ་འདུག འཕན་སྟོང་ནི་འབྲོག་ས་ལྷ་བྱ་ཁ་ཞེང་ཆེ་
ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་སྤང་། སྤང་ཐང་། པོ་རྟོ། བྲག་རྒྱ་བ་སོགས་བཀའ་གདམས་པའི་
གདན་ས་མིང་ཆེ་ཆེ་བལ་ཆེར་ཡུང་བ་དེའི་མགོ་མཇུག་ཙམ་ལ་འཇུག བཀའ་གདམས་པའི་
དགོན་རྟེན་དེ་ཀུན་པལ་ཆེར་མཆོད་རྟེན་གྱིས་གང་བསྟན་བ་ལྟ་བུར་འདུག་ཅིང་། རྒྱ་གར་དུ་
ཡང་བྱང་སྟོང་ཡུང་བ་དང་། ལྷ་ལེན་བའི་དགོན་ལུལ་ནམས་ན་ཡང་མཆོད་རྟེན་ཆེ་ཆུང་གངས་
གྱིས་མི་ལང་བ་ལྟ་བུ་འདུག་པས་སྤོན་གི་སྟོལ་དེ་ག་རང་ཡིན་འདུག དགོན་སྤེ་དེ་ཀུན་ལས་
རྟེན་པོས་རྒྱལ་ལྷ་ཁང་བྱ་བ་འཕན་སྟོང་དུ་འདུག་ཅིང་། དེ་ནི་འགོ་ས་ལོས་སངས་རྒྱས་བསྟན་
པའི་ཅ་བར་གྱུར་པའི་གནས་གཞི་ཆེན་པོ་བཞེ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ལྷ་ཆེན་པོའི་
དངོས་སྟོབ་ལྷ་མེས་གྱིས་མཁན་བྱ་ཞང་སྤང་ནམ་རྟེ་རྟེ་དབང་ལྷག་གིས་བཞེངས་བ་ཡིན་ཞིང་།
དར་མས་ཆོས་བསྟུན་པས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་བཅུ་གསུམ་ཙམ་ན་ཡིན་པས། བསྟན་བ་བྱི་དར་

ཀྱི་དང་པོའི་གནས་གཞིའི་གསལ་ཡིན། གཅང་ཁང་སྤྱག་ཏུ་བྱམས་པའི་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་
དང་། གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བཅའ་ཅིག་པ་བཞིན་དུ་སྒྲེགས་ཤིང་མེད་པར་གནས་དུ་སྤྱག་སྤྱག་
ཏུ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རྩ་སྤྱིང་ས་སྤྱི་སོགས་ན་ཡང་འདུག སྒྲེགས་བཅའ་དེ་དག་ཆེས་གནའ་པོའི་
དུས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྙིང་མ་རང་དུ་འདུག་ཅིང་། ཡིག་རྙིང་གི་གཟུགས་སོགས་ཅི་ལྟར་ཡོད་པ་འོག་ཏུ་
དཔྱུས་གཅིག་ཏུ་འཆད་པར་བྱའོ། །གཅང་ཁང་དེའི་རྩར་གཅིག་རྒྱ་གར་གྱི་བཟོ་སྤྱད་ས་
འབྲུལ་མེད་ཀྱི་བྱམས་པ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་པ་ཞིག་གི་དོ་སྤྱི་མི་ཆད་མ་ལོང་ཅམ་ཞིག་འདུག
ཅས་སོགས་གསུངས་སོ། །

འཕན་ཡུལ་རྒྱལ་ལྷ་ཁང་། རྒྱལ་ལྷ་ཁང་ལ་གཟིགས།

འབྲུལ་མཆམས། རིགས་པས་འབྲུལ་མཆམས་དང་དོན་འདྲ། རིགས་པས་འབྲུལ་མཆམས་ལ་
གཟིགས།

འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ལས་མ་རིག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་གསུམ་
ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཟེར་ཞིང་། དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྤེད་འཕེན་སོགས་ཀྱི་འགྲུབ་བྱེད་ཡོད་ན་
འབས་བྱ་དེ་དག་འགྲུབ་རུང་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །

འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྤང་པོ་འགྲུབ་རུང་ཅམ་དུ་བྱེད་པའི་ལས། འདིར་འཕེན་བྱེད་ཅས་
པ་ནི། འབས་བྱ་དེ་དག་འགྲུབ་རུང་དུ་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་འགྲུབ་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། དཔེར་
ན་མདའ་འཕངས་ན་པོག་རུང་ཅམ་ལས་པོག་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་དང་མཚུངས་སོ། །འགྲུབ་
བྱེད་ཀྱི་ལས་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་འབས་བྱ་ངེས་པར་རམ་གདོན་མི་ཟ་བར་འགྲུབ་བྱེད་ཅིག་ལ་
ཟེར་རོ། །མདོར་ན་འཕེན་བྱེད་དང་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། འབས་བྱ་འགྲུབ་རུང་
དང་ངེས་པར་འགྲུབ་པའི་ཁྱད་པར་རོ། །

འཕེན་རྫོགས་ཀྱི་ལས། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྤང་པོ་འགྲུབ་རུང་ཅམ་དུ་བྱེད་པའི་ལས་ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་
དང་། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྤང་པོ་འགྲུབ་ནས་དེ་ལ་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་བདེ་སྤྱག་དབྱལ་སྤྱག་
སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྣམས་རྫོགས་པ་སྟེ་ཆད་བར་བྱེད་པའི་ལས་ལ་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཟེར།

དཔེར་ན་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ནི་འབྲ་སྐྱེ་རྒྱ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལས་ནི་ལྟ་
བཟོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་འབྲ་སྐྱེའི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་བཟང་
ངན་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྣམས་ལྟ་བུ་ལོ། །

འཕོངས་ཕྱིས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱིས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ རིན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། ཡལ་བར་དོར་བའི་དཔེ་ལོ། །
འཕོངས་ཆོས། རྒྱུ་ཆོས། རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་ལ་དོག་དོག་ འཕོངས་ལ། རྒྱུ་ཆོས་དང་འཕོངས་ཆོས་
ཞེས་པའི་ཆོས་ནི་འབྲས་འབྲས་དང་དོག་དོག་གི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། དཔེར་ན་མ་ཁུར་
ཆོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

འབྲ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འབྲས་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་བཅུ་གཉིས་པ། འབྲ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི་
དགེ་འདུན་ཀྱི་ཞལ་ཏ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་དགེ་སྦྱོང་ལ་བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྱོང་དམན་པའི་
གངས་སུ་བགངས་བས་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་གྱིས་ཐོས་པར་འབྲའམ་གཞོགས་འབྲས་
བྱས་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞི་ལོ། རྒྱེད་གཞི་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་མ་
རྩེ་འཕོ་དང་ས་ལས་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་ཞལ་ཏ་བ་ལ་འབྲ་བ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་
སོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་རིགས་ཀྱི་སེམས་བདེ་བ་ལ་གནོད་པ་ལོ། །

འབྲ་སྦྱོང་། གཞན་ལ་སྦྱོན་རྒྱུ་དང་དམའ་འབེབས་བྱེད་པ། སྤྲོ་བཤད་ནི། མི་དེའི་མིང་སྦྱོས་པའི་སྦྱོ་
ནས་སྦྱོན་བརྒྱུད་པ་ནི་འབྲ་བ། མིང་མ་སྦྱོས་པར་འགའ་ཞིག་འདི་ལྟ་བུ་དང་དོ་ཞེས་སྦྱོན་བརྒྱུད་པ་
ནི་སྦྱོང་པ་ལོ། །

འབྲང་ཐག་ ཐུར་དུ་འབྲངས་ནས་ཡོད་པའི་ཐག་པ། འབྲང་འབྲུལ་དུ་ཡོད་པའི་ཐག་པ། དབྲང་ཐག་
དང་འབྲ།

འབྲང་མོ་ཉུག ། འབྲང་ཐག་གི་མིང་། ཡང་། སྤྲུག་གུ་ཆོས་རྩེད་མོ་རྩེ་སའི་དབྲང་ཐག་ལིང་ཐག་ཟེར་
བ་དེའི་མིང་ཡང་ཡིན། དབྱིན་སྐད་དུ་ swing ཟེར། བྲང་མོ་ཉུག་གམ་བྲང་མོ་ཉུག་པ་ཞེས་
འས་སུལ་མེད་པའང་འཐད་དོ། །མདོ་བླ་པ་ཉེར་གཞག་། ལ་བ་ ༡༩༡༣ བ༩ ལས། འཁོར་
བ་འདི་ནི་བྲང་སུམ་ཆོགས་པ་དང་རྒྱད་པའི་བྲང་མོ་ཉུག་པ་ལ་ཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 ཐེ་ཆོམ་གྱི་མིང་སྟེ། འབྲང་མོ་ཡུག་ཀྱང་འབྲང། སྒྲ་བ་འད་ནི། འབྲང་མོ་
ཉུག་ཅེས་པ་ནི། གནས་གཅིག་ཉིད་དུ་མི་སྟོང་པར་འབྲང་འབྲུལ་དུ་གཡོ་བའི་ཐག་པ་ལ།
འབྲང་མོ་ཉུག་པ་ཟེར་ལ་དེ་ལ་དཔེ་སྒྲར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་འབྲང་མོ་ནི་འབྲང་འབྲུལ། ཉུག་ནི་ཡུག་
པའམ་གཡུག་པའི་དོན་ཏེ། འབྲང་འབྲུལ་དུ་གཡུག་པའམ་གཡོ་བའི་དོན་ནོ། །བསྟན་དར་ལྷ་
རམས་པས་ཀྱང་། འབྲང་མོ་ཉུག་དང་འབྲང་མོ་ཡུག་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་ཞེས་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་
དུ་བའད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལའི་སྟོམ་རིས་བར་བ་པམས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་བྱང་
ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐེ་ཆོམ་མེད་ན་བསྟོམ་པ་ལ་གཅིག་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་ལོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་
ན་ཐེ་ཆོམ་གྱི་འབྲང་མོ་ཉུག་པའི་ཐག་པ་ལ་འདུག་པ་ནི་ལམ་ཁ་བྲག་གི་མདོར་བྱིན་པའི་མི་
ལྟར་གང་དུ་ཡང་གཅིག་དུ་ངེས་པར་མི་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའང་འདི་དང་
འདྲའོ། །དབྱང་ཐག་ལ་འདུག་པ་དང་། དབྱང་ཐག་འཛིན་པ་ཞེས་པའང་འདི་དང་དོན་འདྲ་བར་
སེམས་སོ། །

འབྲང་མོ་ཉུག་པ། འབྲང་མོ་ཉུག་དང་དོན་འདྲ།

འབྲང་མོ་ཉུག་པའི་ཐག་པ། འབྲང་འབྲུལ་དུ་གཡུག་པའི་ཐག་པ།

འབྲང་མོ་ཡུག་ འབྲང་མོ་ཉུག་དང་དོན་འདྲ་བར། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་།

འབྲར་བ། 1 བྱིན་དུ་སྐྱེང་བའམ་སྟོང་བ། 2 (བསྐྱེད་རིམ) འབྲར་བ་ཞེས་པའི་དོན་ལ་བསྐྱེད་རིམ་
རྣམས་སུ་བའད་པ་འདྲ་མིན་ཡོད་ཀྱང་། ངོས་གཅིག་ལ་སྟོ་ཡོད་པས་ཡབ་ཡུམ་སྟོ་མས་འདུག་
སྐབས་གཡམས་གཡོན་དུ་འཕངས་ཏེ་བྱེ་ཆོག་པའི་དོན་ཡིན་པར་སྒྲ་མ་རྣམས་གསུང་།

འབྲར་གཡེང་། བྲར་གཡེང་དང་དོན་འདྲ། འཆར་གཡེང་ཞེས་ཀྱང་བྲི་ལོ། །བྲར་གཡེང་ལ་གཟིགས།

འབྲི་བ་འབྲི་བ། (འདུལ་བ) ཡུན་རིང་པོའི་རྗེས་སུ་སྟེབས་པ་ལ་ཟེར། ཡང་ཡང་མ་ཡོང་བ་ལའང་ཟེར།
ཡུང་རྣམ་འབྱེད་། ཅ་པ་ ༡༩༣བཤམས། རྩོམ་པ་ཟེར་བྱིན་འབྲི་འབྲི་བར་རང་གི་ཁབ་དུ་བྱོན་
ནས། དེ་རང་གི་ཁབ་ནས་སྦྱིན་པ་མ་བརྟེས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བའད་པ་། ཚུ་ ༡༩༣ བཤམས། འབྲི་བོ་འབྲི་བོ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་སྒར་

ཡང་དང་ཡང་དུ་མ་འོངས་པ་སྟེ། རྣམ་པའི་ཆོག་ཡིན་པས་ལན་གཉིས་བསྐྱུས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། འབྲེ་བ་ནི་བྱི་མོ་དང་དོན་གཅིག་ཅིང་། ལན་གཉིས་སྟོས་པ་
ནི་ཏ་ཅང་ཡུན་རིང་བར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ལོ། །

འབྲེ་བོ། ཀྱང་པ་ཞེསོ། རྗེ་འཇམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས། དེ་བས་ན་འབྲེ་བོ་དང་ལོང་བ་བཞིན་དུ་འདི་
གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་དོན་གྱི་བྱ་བ་འགྲུབ་པོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ། མདོ་
སྟེ་ལས་བརྒྱ་པ་༩ ཏ རྩ་བ་༡ལས། འབྲེ་བོ་འགྲོ་མི་རུས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་བྱ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ཁ་བར རྟག་ཞོན་ནུ་ཆུ་སྤྱེས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དུ་འང་
འབྲེ་བོ་ཞེས་པ་ཞེསོ་ལ་གསུངས་སོ། །

འབྲེན། (བརྟུ་རྟེན) (འདུལ་བ) རྟག་གི། འོག་རྒྱུད་། བྲེན་ཞེས་ཀྱང་སྟེ། ལུང་ལྟ་བུ་༩ པ རྩ་བ་༡ལས།
འབྲེན་གྱི་བྱ་བ་གང་ཞེས། སྟན་པའི་མདུན་དུ་མི་གཏང་། མཆོད་རྟེན་གྱི་བྱུང་དུ་མ་ཡིན།
མཁན་པོ་དང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་བྱུང་དུ་མ་ཡིན། རྒྱ་མའི་བྱུང་དུ་མ་ཡིན། རྒྱ་མར་བྱ་བའི་བྱུང་དུ་མ་
ཡིན། མོང་གི་ནང་དུ་སྤྱེ་བའི་མདུན་དུ་མ་ཡིན། བྱི་བྱིར་གཏང་བར་མི་བྱ། དེ་སྟེ་ཡང་བྱི་བྱིར་
གཏོང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན་གྱུད་དུ་མོང་ལ་གཏང་བར་བྱའི། དེའི་རྟེན་གྱིས་གཞན་ལ་མི་བང་
བར་འགྱུར་བར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་འབྲེན་གྱི་བྱ་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྲོན་མ། སྤྱད་འཆོང་མ། བཤྲ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རང་རྣམ་ལས། ཆགས་སྤང་
བསྐྱང་བའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཞོ་འཐུང་བུའི། །རུས་པར་འགྲན་ཀྱང་གསུང་འཇམ་ཞི་དུལ་
ཅན། །དུར་སྤྱིག་གིས་མཛེས་ཆེར་མ་དར་གཏུམས་བཞིན། །འབྲོན་མའི་རྣམ་ཐར་རྩལ་ལ་འང་
བདག་མི་དགལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

འབྲས་ཤགས། སྤྲ་ཤགས་ལ་གཟིགས།

འབྲས་ཀྱི་འཁྲལ་རྒྱ། སྟོ་བྱར་རམ་གནས་སྐྱབས་ཀྱི་འཁྲལ་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་རབ་རིབ་དང་། ལྷར་དུ་
བསྐྱོར་བ། བྱར་ལྷགས་པ། འབྲས་ནད་ལ་སོགས་པ་ལྟར་བྱའོ། །

འབྲས་པ། 1 (བརྟུ་རྟེན) (འདུལ་བ) དབྲས་པ། འབྲས་པའི་དབྲེས་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ལྟར་བྱ། འདུལ་བ་ལུང་

སོགས་ཀྱི་གཞུང་མང་པོན་གསལ། 2 འཕྲི་བ།

འབྲུལ་བའི་དབྱེས་ཆེ་བ། (འདུལ་བ) དབྲུལ་བ་ཡངས་བའམ་ཞིང་ཆེ་བའི་དོན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་
འབྲུལ་བ་ལས། འབྲུལ་བའི་དབྱེས་ཆེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡངས་བའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །འབྲུལ་བ་དང་དབྲུལ་བ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཅིང་། དབྱེས་ཆེ་བ་ནི་ཡངས་བའམ་ཞིང་ཆེ་
བའི་དོན་དུ་བཤད་དོ། །

འབྲུལ་ཅེ་གསུམ། གཤུང་ཅེ་གསུམ་དང་འབྲུ་བའི་མཚོན་ཆ་ཞིག་ འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་
རྣམ་པར་བཤད་བའ་༽ རྒྱ་ཆུ་༽ འབྲུལ་ཅེ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཤུང་ཅེ་གསུམ་
དང་འབྲུ་བའི་ཡན་ལག་གསུམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྲུལ་སེལ། གནས་སྐབས། རེ་ཞིག་

འཕྲིག་ཚུད་བ། དེས་བ་རྩེད་བའམ་དེས་ཤེས་བྱངས་བའི་དོན། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དོན་
རགས་རིམ་ཅན་ཤེས་བའི་དོན་ལ་བཤད་ཀྱང་དབྱེད་དོ། །རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་
ལྟར་བསྒྲིམས་པས་འཕྲིག་ཚུད་ན་གསུང་རབ་དང་དགོངས་འབྲུལ་པལ་མོ་ཆེས་སྐྱབས་
གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་སྟོན་པས། དེ་དག་གདམས་དག་ཏུ་འཆར་བར་འབྱུང་ལ། ཞེས་གསུངས་
བ་ལྟར་རོ། །

འཕྲིན་ལས། མཛོད་པའི་མིང་སྟེ། བྱ་བ་དང་ལས་ཀྱི་ཞེ་ཆོག་གོ།

འཕྲིན་ལས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་བྱ་ཆེན་བཞི། རྩེ་ཙང་ཁ་པའི་དངོས་སྟོབ་བཞི་སྟེ། འཇམ་
དབྱངས་ཆོས་རྩེ་བཀའ་ཤིས་དཔལ་ལྷན། མཚུངས་མེད་ཆོས་རྩེ་གུང་དུ་རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོ།
རྩེ་བཙུན་ཤེས་རབ་སེང་གེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དང་བཞིའོ། །

འཕྲིན་ལས་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། ལྷ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེས་འཁོར་བའི་དོན་བྱེད་པའི་མཛོད་པ་ལ་འཕྲིན་
ལས་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་རྩེ། ཡང་ན་སྒོར་དོལ་རྒྱ་མས། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་བྱ་བ་གང་བྱེད་
བ། །ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་པལ་ཆེར་མི་འབྱུང་ཞིང་། །འོད་ཟེར་སྟོབ་སྐྱ་ཅན་གྱིས་ལས་བཞི་
འབྲུག། །དེ་ལ་འཕྲིན་ལས་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་རྩེ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

འབྲུལ་འཁོར་དུག ལྷ་རོ་དུག་སྐོར་དང་འབྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཟེགས།
 འབྲུལ་དགའ། འདོད་ལྷ་རིགས་དུག་གི་ནང་གསེས། རང་གི་སྤུལ་པའི་འདོད་ཡོན་ལ་ཅི་དགར་ལོངས་
 གྲོད་པས་ན་འབྲུལ་དགའ་ཞེས་བྲལ། །
 འབྲུལ་འདེགས། གྲེན་དུ་འདེགས་བྲེད་ཀྱི་ཐབས་ཁྲུང་པར་ཅན་ཞིག་དཔེར་ན་ཤིང་བཟོ་མཁས་པས་
 མཁར་སྟེང་འོག་དུ་མ་བཅེགས་པའི་འོག་ཁང་གི་ཀ་བར་འདེགས་བརྒྱབ་པའི་འབྲུལ་གྱིས་
 སྟེང་ཁང་རྣམས་ཀྱང་འཛོངས་པ་ལྟ་བུའོ། །
 འབྲུལ་བཤད་པ། བྱད་མེད་ཀྱིས་སྤྲེས་པ་ལ་ཆགས་པ་སྟོང་བའི་རྣམ་འབྱུང་འདྲ་མིན་སྟོན་པའི་མིང་།
 འབྲུལ་མ་བཤད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
 འཕྲེད་གཏན། སློ་གཞོན་བྲེད་ཀྱི་ཤིང་རིང་པོ་འཕྲེད་དུ་བསྐྱལ་ཏེ་སྤྲེལ་གཉིས་ཅིག་པའི་སྤུབས་སུ་
 གཞུག་པ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ལ་སློ་གཏན་ཡང་ཟེར།
 འཕྲོ་ཞོད་ཀྱི་ཁྲུང་པར། འཕྲོ་བཞི་ཞེ་སྤང་གི་ཡུལ་ལ་སེམས་འཕྲོ་བའི་སེམས་བྱུང་དང་། ཞོད་པ་ནི་
 ཆགས་ཡུལ་དང་བར་བའི་ཡུལ་ལ་སེམས་འཕྲོ་བའི་སེམས་བྱུང་རོ། །མཁས་གྲུབ་ཆས་རྗེའི་
 གསུང་ལ་གཞི་བྱས།
 འཕྲོ་བ། ཞེ་སྤང་བའི་ཡུལ་ལ་སེམས་འཕྲོ་བའི་སེམས་བྱུང་རོ། །
 འཕྲོ་མ། ལྷག་མ། ལྷག་ལུས། འཕྲོ་མ། འཕྲོ་ལུས། འཕྲོ་མ་ལུས་རྣམས་འབྲ། དུ་ཀྱའ་ལས་གོས་བཟང་
 ལས། རིམ་གྱིས་ཡི་གེ་བཤུར་མ་ཐན་བྱ་སྟོགས་པ་དང་བསྐྱུན་འཕྲོ་མ་རྣམས་དཔེ་ཐོག་ནས་
 ཁྲིད། ཅེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །
 འཕྲོ་ཡེ་མ་ཐོད་པ། འཕྲོ་གཏན་ནས་མ་དོད་པའམ་མ་བྱུང་བ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། ཀ་མ་བ་ལ་
 དམིགས་པ་སྟོ་བར་ཁྲུས་ཅ་ན་སྤྲ་སྟོར་སྟོང་། འཕྲོ་ནས་ཁྲུས་ཅ་ན་འཕྲོ་ཡེ་མ་ཐོད་པ་ཞེས་
 གསུང་ཡོ། །དེའི་དོན་ནི། དམིགས་སྟོར་སྤྲ་མ་མ་སྤྲེས་པ་ལ་དེའི་འཕྲོ་མའམ་རྗེས་མ་གཤམ་ཡོད།
 དཔེར་ན་ལམ་གོང་མ་མ་དོད་པར་ལམ་དེའི་འཕྲོ་ཞེས་པ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་དབྱངས་
 ཅན་དགའ་སྟོགས་པ་ལྟར་རོ། །

འཕྲོ་ལུ་མ། འཕྲོ་མ་ལུ་ས་དང་འབྲ།

འཕྲོག་པའི་སྤང་བ། (འདུལ་བ) བྱིན་སྒྲོག་ས་ཀྱི་སྤང་བ། མཆོད་ཀྱི་ལས་འཕྲོག་པ་སྤང་བ་ཞེས་འབྲུང་
ངོ། །

འཕྲོག་མ། (འདུལ་བ) གཞོད་སྦྱིན་མ་འཕྲོག་མ་འདིས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་ལྷུག་གྱུ་སྦྱེས་སོ་ཅོག་སྒྲོག་ས་
ཤིང་སྒྲོག་ས་ནས་ཟ་བར་བྱེད་པས་ན་འཕྲོག་མ་ཞེས་མིང་སྒྲོག་ས་ཤིང་། འདིའི་སྒྲོག་མའི་མིང་ལ་
དགའ་བྱེད་མ་ཟེར། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གཞོད་སྦྱིན་མ་འཕྲོག་མ་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་
བརྟལ་ནས་གཞན་ལ་འཆེ་བ་སྤོང་བྱ་བ་ཅུག་སྟེ་སྦྱབས་འགྲོལ་བཀོད། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་
འཕྲོག་མ་ལ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་འཆེ་བ་སྤངས་ན་ང་དང་འདི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་
ཀྱིས་དུས་ནམ་ཡང་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་སྤྲུག་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་ཆག་མེད་བྱ་སྦྱིན་པར་ཁོ་
བོས་ཁས་ལྷང་ངོ་ཞེས་སྤྲུགས་དམ་བཅས་པར་མཛད་ཅེས་བཤད་སྒྲོས་ལ་ཡོད་དོ། །འཕྲོག་མ་
དང་དེའི་བྱ་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་འཕམ་ཆང་བྱ་སྦྱིན་པའི་སྒོལ་འདི་དེ་དུས་དར་བར་སྟུག། ལུ་ཅག་
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གང་གིས་དམ་བཅའ་མཛད་པ་མི་ཉམས་
པར་བྱ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས། ཟས་མཆོད་ཀྱི་སྦྱབས་འཕྲོག་མ་དེའི་བྱ་ལ་ཆང་བྱ་གཉིས་
འབྲལ་རྒྱུ་མ་བཟེད་པ་གནང་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེདོ། །ཉིན་དགུང་གསེལ་ཆོགས་ཀྱི་ཆེ་དཀོན་
མཆོག་རྗེས་འབྲུག་གི་མདོ་འདོན་ཞིང་ཟས་མཆོད་འབྲལ་སྦྱབས། མཆིལ་ལྷམ་ཕུད་ནས་ཚུལ་
མཐུན་ཀྱིས་ལྷ་ཆབ་སྤངས་ལ། གཅང་སྤྱ་ཆེན་པོས་ཕུད་ཀྱི་ཞལ་ཟས་སྒྲེད་པར་མཐེབ་སྤྱི་བཞི་
ཡོད་པའམ། ཟས་སྦྱས་པས་མི་འབྲུར་བ་བྱུང་ན་ཞལ་ཟས་ཀྱི་འོག་གི་ཕྱོགས་བཞིར་འཛོག་
གནང་མཛད་པ་གང་བདེ་དང་། མཐའ་སྒྲོར་དུ་མཇུག་པོ་ལྷའི་རྗེས་དོད་པའི་ཆང་བྱ་གསུམ་
བཅས་ལེགས་པར་བཤགས་པའི་ཕྱག་སྒོལ་ཡོད་ཅིང་། ཆང་བྱ་གསུམ་ལས་ཕུད་ལ་དབང་
པའི་འབྲུང་པོལ་གཅིག་དང་། འཕྲོག་མ་ལ་གཅིག་ འཕྲོག་མའི་བྱ་ལྷ་བརྒྱུ་ལ་ཆང་བྱ་གཅིག་སྟེ་
གསུམ་ཡིན་ནོ། །འདུལ་བ་ལུང་སྤྲན་ཆོགས་༩ ད ༡༧༥ ལན་ལས། སངས་རྒྱུ་བཅོམ་
ལྡན་འདས་རྒྱལ་ པོའི་ཁབ་ཀྱི་འོད་མའི་ཆལ་བྱ་ཀ་ལན་ད་ཀ་གནས་པ་ན་བཞུགས་སོ། །དེའི་

ཆོན་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་གྱི་ ཁོང་ཁྱེད་ན་ས་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞོན་སྤྱིན་ཞིག་གནས་ཏེ། དེས་ཡུལ་
 མཉམ་དགའི་རྒྱལ་པོ་མཁས་པ་ཅན་ག་ཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོ་བཙུན་མོ་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་
 མོ་དང་། ཁོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ལ་སྤྱད་བ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྦྱོབ་བར་བྱེད་
 སྟོ། །དེའི་མ་ཐུས་ཡུལ་མཉམ་དགའི་རྒྱལ་པོ་མཁས་པ་ཅན་ག་ཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོ་བཙུན་མོ་
 དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་མོ་དང་། ཁོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་
 བར་གྱུར་ཅིང་། དེ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་ཤིང་གི་མེ་ཉོག་དང་འབྲས་བུར་ལྷན། ཆར་པ་ནི་དུས་དུས་སུ་
 འབབ། ས་ནི་འབྲུ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། ཟས་བསྐྱང་བ་རྣམས་ནི་མོད་པས་ཁོང་དང་། ཁོང་ཁྱེད་
 དང་། ཡུལ་དང་། མོ་བྲང་འཁོར་དེ་དང་དེ་དག་གི་དང་། ཡུལ་སོ་སོ་ན་གནས་པའི་དགེ་སྦྱོར་
 དང་། བས་ཟེ་དང་། བཞེན་པ་དང་། མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་མཉམ་དགའ་ལྷགས་ཏེ་དེ་དག་
 ལ་ཡང་གཞོན་སྤྱིན་ས་ཏས་སྤྱད་བ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྦྱོབ་བར་བྱེད་སྟོ། །དེས་རིགས་མཉམ་
 པ་ལས་རྩེད་མ་སྤྱངས་ཏེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་སྟོ། །ཡུལ་གན་རྩ་རན་ཡང་
 བརྩེ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞོན་སྤྱིན་ཞིག་གནས་ཏེ། དེས་ཀྱང་ཡུལ་གན་རྩ་རའི་རྒྱལ་པོ་དང་།
 བཙུན་མོ་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་མོ་དང་། ཁོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ལ་སྤྱད་བ་
 དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྦྱོབ་བར་བྱེད་སྟོ། །དེའི་མ་ཐུས་ཡུལ་གན་རྩ་རའི་རྒྱལ་པོ་དང་། བཙུན་མོ་
 དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྫོན་མོ་དང་། ཁོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་
 བར་གྱུར་ཅིང་། དེ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་ཤིང་གི་མེ་ཉོག་དང་འབྲས་བུར་ལྷན། ཆར་པ་ནི་དུས་དུས་སུ་
 འབབ། ས་ནི་འབྲུ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། ཟས་བསྐྱང་བ་རྣམས་ནི་མོད་པས་ན་དེར་ཡང་ཁོང་
 དང་། ཁོང་ཁྱེད་དང་། ཡུལ་དང་། མོ་བྲང་འཁོར་དེ་དང་དེ་དག་གི་དང་། ཡུལ་སོ་སོ་ན་གནས་
 པའི་དགེ་སྦྱོར་དང་། བས་ཟེ་དང་། བཞེན་པ་དང་། མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་གན་རྩ་རར་
 ལྷགས་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཡང་གཞོན་སྤྱིན་བརྩེ་ལས་སྤྱད་བ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྦྱོབ་བར་བྱེད་
 སྟོ། །དེས་ཀྱང་རིགས་མཉམ་པ་ལས་རྩེད་མ་ཞིག་སྤྱངས་ཏེ། དེ་ཡང་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་དགའ་
 ཡོངས་སུ་སྦྱོད་སྟོ། །དེ་ནས་དུས་ཕྱི་ཞིག་ན་གཞོན་སྤྱིན་ས་ཏ་དང་། གཞོན་སྤྱིན་བརྩེ་ལ་གཉིས་

གཞོན་སྤྱན་ནམས་ཀྱི་གཞོན་སྤྱན་འདུས་པར་དོང་ནས། དེར་དེ་གཉིས་པན་ཚུན་མཛའ་བོར་
 གྱུར་ཏེ། གཞོན་སྤྱན་ས་ཏས་དེ་ལ་དུས་དུས་སུ་ཡུལ་མཉམ་དགའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་སུ་ལ་
 སོགས་པ་སྐྱེས་སུ་བསྐྱར་རོ། །གཞོན་སྤྱན་བཅུ་ལས་ཀྱང་གཞོན་སྤྱན་ས་ཏ་ལ་ཡུལ་གན་རྩ་
 རའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་སུ་སྐྱེས་སུ་བསྐྱར་རོ། །དེ་གཉིས་འདི་བཞིན་པན་ཚུན་དུ་རབ་ཏུ་མཛའ་
 བར་གྱུར་ནས། དེ་གཉིས་ཕྱིར་གཞོན་སྤྱན་འདུས་པར་དོང་སྟེ། གཞོན་སྤྱན་ས་ཏས་སོགས་སོ་
 ཡུ་སུ་གཉིས་དུས་ལས་འདས་ཀྱང་སུ་དང་། ཆ་བོ་དང་། ཡང་ཆ་དང་། སྤྲུལ་ཆ་རྣམས་མཛའ་
 བ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཅི་ཡོད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་དང་། གཞོན་སྤྱན་བཅུ་ལས་སྒྲུབ་པ།
 སོགས་སོ་ལེགས་སོ། །བདག་ཀྱང་འདི་སྤྲུལ་སེམས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་མ་སྐྱེས་པ་ལས་གཉེན་དུ་
 བྱས་ཏེ། དེ་སྟེ་བདག་ལ་སུ་མོ་ཞིག་བཙས་ལ་ཁྱོད་ལ་སུ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་
 གི་སུ་ལ་བྱིན་ཅིག ། འོན་ཏེ་ཁྱོད་ལ་སུ་མོ་ཞིག་སྟེ་བདག་ལ་སུ་མོ་ཞིག་ན་བདག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་སུ་
 ལ་སྤྱན་ནོ། །དེས་སྒྲུབ་པ། སོགས་སོ་ལེགས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་བྱལོ། །དེ་གཉིས་པན་ཚུན་དུ་ས་
 བཙས་པར་གཉེན་བྱས་ཏེ་དོང་རོ། །དེ་ནས་དུས་ཕྱི་ཞིག་ན་གཞོན་སྤྱན་ས་ཏའི་རྒྱུང་མ་སེམས་
 ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་རྒྱ་བ་དགུ་འདས་པ་དང་སུ་མོ་ཞིག་བཙས་ཏེ། དབྱེབས་ལེགས་
 ཞིང་བལྟ་ན་རྒྱག་པ་བཟང་མོ་ཞིག་སྟེ། དེ་བཙས་པ་དང་གཞོན་སྤྱན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་
 དགའ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་བདག་གི་རིགས་དང་འབྲ་བ་དང་རྒྱུད་གཅིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཙས་
 པའི་བཙས་སྟོན་ཆེན་མོ་བྱས་ཏེ་མིང་འདོགས་པ་ལ་ཞུགས་སོ། །སུ་མོ་འདི་མིང་ཅིར་གདགས་
 ཞེས་གྲོས་བྱས་ན་གཉེན་བཤེས་དག་གིས་འདི་བཙས་པའི་ཆེ་གཞོན་སྤྱན་གྱི་རིགས་ཐམས་
 ཅད་དགའ་བར་གྱུར་གྱིས་དེ་བས་ན་སུ་མོ་འདི་མིང་དགའ་བྱེད་མར་གདགས་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་ཏེ།
 དེའི་མིང་དགའ་བྱེད་མར་བཏགས་སོ། །ཡུལ་གན་རྩ་རའི་གཞོན་སྤྱན་བཅུ་ལས་འདི་ལྟར་རྒྱལ་
 སོའི་ཁབ་དུ་གཞོན་སྤྱན་ས་ཏ་ལས་སུ་མོ་ཞིག་བཙས་སོ་ཞེས་ཐོས་ནས་དེས་བསམས་པ།
 བདག་གི་སོགས་སོ་ལ་སུ་མོ་ཞིག་བཙས་ཏེ་སུ་མོ་དེ་བདག་གི་མནའ་མར་འགྱུར་ཡང་བདག་
 གིས་རྒྱན་རྣམས་བསྐྱར་བའི་རིགས་སོ་སྤྲུལ་ནས། དེས་གཞོན་སྤྱན་ས་ཏ་ལ་སོགས་སོ་མཛའ་

བོ་བདག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་མོ་བཅས་པར་ཐོས་ནས་ཤེན་ཏུ་དགའ་སྟེ། བདག་གིས་གྲོགས་པོའི་
 བུ་མོ་ལ་གོས་དང་རྒྱན་རྩམས་བསྐྱར་བ་འདི་ཁྱེད་པོའི་རིགས་སོ་ཞེས་ཡི་གེ་སྤྲིང་ངོ་། །དེས་ཡི་
 གེ་བསྐྱགས་ཏེ་སྤར་ཡང་གྲོགས་པོ་བདག་ཅག་ནི་གཉེན་ཡིན་གྱིས་དེ་སྟེ་ཁྱོད་ལ་བུ་མོ་ཞིག་
 བཅས་ན་འདི་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྤྲིང་ངོ་། །གཞོད་སྤྱིན་བརྩམ་ལས་དེ་བསྐྱགས་ནས་བུ་
 བས་རྟེན་ཅེས་ཏྲག་ཏུ་སེམས་ཤིང་རྩེད་མ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེ་དགའ་སྟེ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ངོ་། །དེ་
 ལ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྤྱད་བས་བུ་མོ་ཞིག་བཅས་ཏེ། དེ་ཡང་བདག་གི་རིགས་དང་མཐུན་པ་
 རྒྱུད་གཅིག་པ་དག་གིས་བཅས་པའི་བཅས་སྟོན་ཆེར་བྱས་ཏེ། མིང་འདོགས་པ་ལ་ཞུགས་
 སོ། །ཁྱེད་འདི་མིང་ཅིར་གདགས་ཞེས་བཟོས་པ་ལས་གཉེན་བཤེས་དག་གིས་ཁྱེད་འདི་
 གཞོད་སྤྱིན་བརྩམ་ལའི་བུ་སྟེ། དེ་བས་ན་ཁྱེད་འདིའི་མིང་ལྷུ་ཀར་གདགས་སོ་ཞེས་སྤྲིང་ནས་
 དེའི་མིང་ལྷུ་ཀར་བཏགས་སོ། །རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་གཞོད་སྤྱིན་ས་ཏས་འདི་ལྷར་ཡུལ་གན་རྩ་
 རའི་གཞོད་སྤྱིན་བརྩམ་ལའི་བུ་མོ་ཞིག་བཅས་པར་ཐོས་ཏེ། དེས་བདག་གི་གྲོགས་པོ་ལས་བུ་མོ་
 གཅིག་བཅས་ཏེ་གཞོན་མི་ཟ་བར་བདག་གི་མག་པར་འགྱུར་རོ་སྟུང་བས་མས་ནས། དེས་དེ་ལ་
 གོས་དང་རྒྱན་རྩམས་བསྐྱར་ཏེ། གྲོགས་པོ་བདག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་ཞིག་བཅས་སོ་ཞེས་ཐོས་
 བས་ཤེན་ཏུ་དགའ་སྟེ། བདག་གི་གྲོགས་པོའི་བུ་ལ་གོས་དང་རྒྱན་ཞིག་བསྐྱར་གྱིས་དེ་ཁྱེད་པོའི་
 རིགས་སོ་ཞེས་ཡི་གེ་སྤྲིང་ངོ་། །དེས་ཡི་གེ་བསྐྱགས་ཏེ་སྤར་གྱི་ལན་བག་མ་ཁྱེད་པོའི་སྟོན་མོའི་
 སྟོན་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྤྲིང་བ་དང་། གཞོད་སྤྱིན་ས་ཏས་ཡི་གེ་བསྐྱགས་ཏེ་ཡེགས་གྱིས་བུ་མོ་
 དགའ་བྱེད་མ་ནི་བདག་གིས་སྤར་བྱིན་ཅོ་སྟུང་བས་མས་ནས། དེས་དེ་སྤྱིད་ཅིང་རྩེད་མ་དང་
 ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ངོ་། །དེ་ལ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྤྱད་བས་རྩེད་མ་སེམས་
 ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏེ། གང་གི་ཆེ་སེམས་ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་བ་དེའི་ཉིན་མོ་ཉིད་དུ་རི་
 ལ་ཁྱེད་ཁྱེད་གིས་སྤྲད་སྤྲད་ངོ་། །དེ་རྒྱ་བ་དགྲ་འདས་པ་དང་བུ་ཁྱེད་ཞིག་བཅས་ཏེ་གཟུགས་
 ཤེགས་ཤིང་བལྟ་ན་སྤྲུག་པ་བཟང་བ་ཞིག་སྟེ་བཅས་མ་ཐག་ཏུ་ཡང་རི་ལས་ཁྱེད་ཁྱེད་གིས་སྤྲད་
 སྤྲད་ངོ་། །དེ་བདག་གི་རིགས་དང་མཐུན་པ་རྒྱུད་གཅིག་པ་བཅས་པའི་བཅས་སྟོན་ཆེར་བྱས་

ཉེ་མིང་འདོགས་པ་ལ་ཞུགས་སོ། །ཁྱེད་འདི་མིང་ཅིར་གདགས་ཞེས་བསྐོས་ན་གཉེན་བཤེས་
དག་གིས་འདི་མངལ་དུ་ཞུགས་པ་ན་ཡང་དེ་ལས་ཁྱེད་ཁྱེད་གི་སྐད་ལྟར་། བཅས་པ་ན་ཡང་
ཁྱེད་ཁྱེད་གི་སྐད་ལྟར་ལ་པ་ཡང་ས་ཏ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་བས་ན་ཁྱེད་འདི་མིང་ཡང་ས་ཏ་གི་རིར་
གདགས་སོ་ཞེས་སྒྲིམ་ནས། དེའི་མིང་ས་ཏ་གི་རིར་བཏགས་སོ། །ཁྱེད་ས་ཏ་གི་རི་དེ་གསོས་
སྤྱོད་དེ་ཆེར་གྱུར་པ་དང་ཇི་ཅུས་དུས་ཕྱི་ཞིག་ན་གཞོད་སྤྱིན་ས་ཏ་རྩེ་མ་དང་བཅས་པར་དུས་
ལས་འདས་ནས་ས་ཏ་གི་རི་ཁྱིམ་གྱི་བདག་པོར་གྱུར་པ་དང་། གཞོད་སྤྱིན་གྱི་བུ་མོ་དགའ་
བྱེད་མས་ས་ཏ་གི་རི་ལ་མིང་པོ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱོད་པོ་མང་པོ་དག་གིས་བྱ་བཅས་
ཤིང་བཅས་པ་དག་ཕྱོགས་ཤིང་ཕྱོགས་ནས་བཟུང་བར་འདོད་དོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དང་། དེས་སྒྲིམ་
པ། སྤང་མོ་ཡུ་བྱ་ཅག་གི་པས་ཡུལ་མཉམ་དགའི་རྒྱལ་པོ་མཁའ་པ་ཅན་གཟུགས་ཅན་སྤྱོད་པོ་
དང་། བཅོན་མོ་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྩོན་པོ་དང་། རྩོང་དང་། རྩོང་ཁེར་དང་། ཡུལ་གྱི་མི་
ནམས་ལ་ཉག་ཏུ་སྤྱང་བ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཐོས་ནས་ཡུ་བྱ་ཅག་གིས་
རབ་ཏུ་བསྐྱང་བར་བྱ་བའི་རིགས་ཏེ། འདི་ནི་ཡུ་བྱ་ཅག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཡིན་གྱིས་འདི་ལ་གཞན་
དག་ཅིག་གྲུལ་ཀ་བྱེད་ན་ཡང་དེ་ལ་ཡུ་བྱ་ཅག་གིས་ དགག་པའི་རིགས་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱོད་གྱིས་
དེ་བཞིན་བྱ་མི་རིགས་པར་ཁྱོད་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤར་རྒྱོག་ཅེས་བསྐྱོའོ། །དེ་ལོག་པའི་
སྤོན་ལམ་གྱི་བག་ཆགས་གྱིས་བགོས་པས་གཞུགས་སུ་མ་བཟུབ་སྟེ། ཡང་ས་ཏ་གི་རི་ལ་མིང་
པོ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱོད་པོ་མང་པོ་དག་གི་བྱ་བཅས་ཤིང་བཅས་པ་དག་ཕྱོགས་ཤིང་
ཕྱོགས་ནས་བཟུང་བར་འཆའ་ལོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་དང་། ས་ཏ་གི་རིས་དེའི་དུས་ཀྱིས་རྟེན་པ་ལས་
ན་གཞུགས་སུ་མི་བཟུབ་པར་ཤེས་ཏེ། འདི་ཕྱི་ཕྱིར་ཉག་ཏུ་དགག་མི་བྱས་ཀྱི་འདི་པས་ཀྱང་
སྤར་བྱིན་ཉེ་བག་མར་གཏང་རོ་སྤྲོམ་བསམས་ནས་དེས་གཞོད་སྤྱིན་པ་རྩུ་ལ་ལ་བུ་མོ་དགའ་
བྱེད་མ་ནི་ན་རྩེ་དུ་གྱུར་གྱིས་རྩེ་པོའི་ལ་བག་མ་ལོང་ལོག་ཅེས་ཡི་གེ་སྤྱིང་བ་དང་། གཞོད་
སྤྱིན་པ་རྩུ་ལ་དེས་གཞོད་སྤྱིན་གཞོན་ལུ་སྤྱི་ཀ་ལ་དཔལ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱར་ཉེ་བག་མ་སྤངས་
ནས་ཡུལ་གན་རྩེ་རར་ཁྱེད་དོ། །གཞོད་སྤྱིན་གཞོན་ལུ་སྤྱི་ཀ་ལ་དེ་དང་སྤྱིན་ཅིག་ཏུ་ཅེ་དགའ་

ཡོངས་སུ་སྒྲིང་དོ། །མོ་ནམ་མཛེའ་ཞིང་སྒོ་བས་པ་དང་དགའ་ཞིང་ཡིད་བདེ་བ་མང་པོར་གྱུར་བ་
 དེའི་ཆེ་མོས་རྩོམ་ཆུལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་གི་བྱ་བ་ཅས་ཤིང་བཅས་པ་
 དག་འཕྲོག་ཅིང་སྒྲིགས་ཏེ་བཟའ་བར་འཆལ་ལོ་ཞེས་སྒྲིགས་པ་དང་། དེས་སྒྲིགས་པ། བཟའ་མོ་དེ་ནི་
 ཁྱོད་ཀྱི་གཉེན་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། དེར་གཞན་དག་ཅིག་ཀྱུལ་ཀྱེད་ན་ཡང་དེ་བདག་ཅག་གིས་
 དགག་པའི་རིགས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅིའི་བྱིར་དེ་ལྟར་བྲ། ཁྱོད་ཀྱིས་མི་རིགས་པ་སེམས་བསྐྱེད་པ་
 དེ་སྐར་རྒྱུ་ཤིག་ཅེས་བསྐྱོན་དེ་སྒྲིབ་ཀྱི་ལོག་པའི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་བག་ཆགས་བསྐྱོས་པས་
 སྒྲིང་ཅིག་ཅེས་སྒྲིགས་ཏེ་ཅང་མི་ཟེར་བར་འདུག་གོ། །དེ་གཞོན་སྤྱིན་གཞོན་ཏུ་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་ལྷན་
 ཅིག་ཏུ་ཅེ་དགའ་ཡོངས་སུ་སྒྲིང་བས་བྱ་བོ་ཞིག་བཅས་ཏེ་དེའི་བཅས་སྒྲོན་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཆེར་
 བྱས་ཏེ་རིགས་དང་མཐུན་པའི་མིང་བཏགས་སོ། །དེ་བཞིན་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་ནས་བྱ་
 ལྷ་ བརྒྱའི་བར་དུ་བཅས་ཏེ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་རྒྱུད་མེ་མིང་དགའ་བྱེད་དུ་བཏགས་
 སོ། །དེ་ནས་བྱ་ལས་མཐུ་རྩེད་པར་གྱུར་བ་དེ་ན་སྒྲིབ་ཀྱིས་བསྐྱོག་ཀྱང་མ་རྒྱོགས་ནས་དེ་མི་
 དགའ་བར་གྱུར་ཏེ་མི་སྒྲིབ་བར་འདུག་གོ། །དེ་ནས་གཞོན་སྤྱིན་མོ་དགའ་བྱེད་མ་གར་དགའ་བར་
 རང་ཉམ་དུ་འགྲོ་ཞིང་རྒྱ་བ་དང་གནས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་
 གི་བྱ་བ་ཅས་ཤིང་བཅས་པ་དག་སྒྲིགས་ཤིང་སྒྲིགས་ནས་བཟའ་བར་བཅུམས་པ་དང་། རྒྱལ་
 པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་གིས་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོ་ལ་ལྷ་བདག་ཅག་
 གི་བྱ་བ་ཅས་ཤིང་བཅས་པ་དག་ཅིག་གིས་སྒྲིགས་ན་སྤྱི་ཞིག་བདག་ཅག་ལ་གཞོན་པར་བསྐྱེད་
 པ་རྒྱ་པོའི་རིགས་སོ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོས་གནས་ཐམས་ཅད་དབང་བ་རྒྱམས་ལ་གྱེ་
 རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་གི་བྱ་བ་ཅས་ཤིང་བཅས་པ་དག་སྤྱི་སྒྲིགས་
 པ་རྒྱུ་ཤིག་ཅེས་བསྐྱོན་ན། དེ་དག་གིས་ནན་ཏན་དུ་བག་ཡོད་པར་མེད་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་།
 རི་ཅམ་ན་དེ་དག་གིས་ཡང་སྒྲིགས་པར་གྱུར་ནས་གཞོན་པ་ཆེར་གྱུར་ནས་གཞོན་པ་ཆེར་གྱུར་
 ཏེ་སྤྱི་གང་གི་བྱུང་མེད་སེམས་ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་དེས་ཕྱལ་གཞན་དུ་སྤྱང་སྤྱོད་བཞག་པ་
 དང་། རྒྱུ་པོ་དག་གིས་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོ་ལ་ལྷ་གཞོན་པ་ཆེར་གྱུར་ཏེ་སྤྱི་གང་གི་

བུད་མེད་དག་སེམས་ཅན་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ན་དེས་ལུལ་གཞན་དུ་སྤྱང་སྟེ་བཞག་གོ་ཞེས་
གསལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོས་ལྷས་པ་བཀུག་སྟེ་སྤྲུལ་ན། དེ་དག་གིས་ལྷ་གནོད་སྤྱིན་ཞོས་ཀྱིས་
གནོད་སྤྱིན་གྱི་གནས་སུ་གཏོར་མ་སྤུལ་ལ་མཆོད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གསལ་
ཏོ། །རྒྱལ་པོས་སྤོན་སོ་རྣམས་ལ་གྱེ་སོང་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་ཁྲོད་ཁྲེང་དུ་རྒྱལ་བསྐྱུགས་པ་
བྱས་ཤིག །རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་སྤྱོད་སོ་མང་སོ་མཁས་ཅད་དང་། ལུལ་སོ་སོ་ནས་ལྷགས་པ་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་གནོད་སྤྱིན་གྱི་གནས་སུ་གཏོར་མ་བྱིན་ལ་མཆོད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་བྱས་ཤིག་ཅེས་
བསྟོན་པ་དང་། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྒྱལ་བསྐྱུགས་ཏེ། གྱེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དང་། ཁྲོད་ཁྲེང་
དང་། ལུལ་སོ་སོ་ནས་ལྷགས་པའི་སྤྱོད་སོ་དག་ཅོན་ཅིག ། ལྷས་འདི་སྐད་བཀའ་སྤུལ་ཏོ། །བདག་
གི་ལུལ་ན་ཁྲོད་ཁྲེང་དང་། ལུལ་སོ་སོ་ནས་ལྷགས་པའི་སྤྱོད་སོ་མང་སོ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་
ཀྱིས་གནོད་སྤྱིན་གྱི་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་གཏོར་མ་བྱིན་ལ་མཆོད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་བྱས་ཤིག་
ཅེས་བསྟོན་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱོད་སོ་མང་སོ་དག་གིས་ཁྲོད་ཁྲེང་དེ་དག་རྩོམ་
དང་། གྱོ་མོ་དང་། ས་རྩོད་ཀྱི་བྱུགས་ཏེ་ཅན་དན་གྱི་ཚུས་ཆག་ཆག་བཏབ་ནས་རྩི་ཞེས་པོའི་
སོག་སོར་དག་སོ་སོར་དབྱེད་སྤྲུལ། རྒྱལ་མཆོན་དང་། ལྷའི་འཕན་སྤྱོད་། དར་གྱི་ལྷ་ལྷི་མང་སོ་ནི་
དབྱེད་སྤྲུལ་ཏེ་མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱིས་གཏོར་ནས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་མོས་ཆལ་དགའ་ལྷན་བཞིན་
དུ་མཛེས་པར་བྱས་སོ། །དེ་ནས་གནོད་སྤྱིན་གྱི་གནས་ཐམས་ཅད་གཏོར་མ་བྱིན་ཞིང་མཆོད་
པ་དང་བཀུར་སྟེ་བྱས་ཏེ་མོན་ཀྱང་དགའ་བྱེད་མ་ཞེ་བར་མ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་
གནས་པའི་ལྷ་དག་གིས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱོད་སོ་མང་སོ་དག་གྱེ་ཁྲོད་ལ་གནོད་སྤྱིན་
མོད་གའ་བྱེད་མས་ཁྲོད་ཀྱི་བྱ་རྣམས་སྤོགས་ཀྱིས་ཁྲོད་ཐམས་ཅད་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུང་
དུ་དོང་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་གཏུལ་བར་མཛོད་དོ་ཞེས་བསྟན་ ཏོ། །དེ་དག་གིས་
ཀྱེ་དེ་ནི་དགའ་བྱེད་མ་མ་ཡིན་གྱི་དེ་ནི་འཕྲོག་མ་སྟེ། དེས་བདག་ཅག་གི་བྱ་བཅས་ཤིང་བཅས་
པ་རྣམས་སྤོགས་ཞེས་སྤྲུལ་པ་དང་། དེའི་མིང་དགའ་བྱེད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལྷོག་སྟེ་གནོད་སྤྱིན་མ་
འཕྲོག་མར་མིང་དུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱོད་སོ་མང་སོ་དག་བཅོམ་

ལྷན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་དོང་སྟེ་བྱིན་པ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་
འཆལ་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་གཞོན་སྤྱིན་མོ་འཕྲོག་མ་འདི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་སྤྱི་བོ་མང་བོ་ལ་
ཡུན་རིང་མོ་ནས་མ་འཁོན་པ་དང་ནི་འཁོན། དགར་མ་གྱུར་པ་དང་ནི་དགར་གྱུར། སྤྱིང་མ་
རིངས་པ་ལ་ནི་སྤྱིང་རིང་བར་གྱུར། དེས་བྱ་བཅས་ཤིང་བཅས་པའི་རྣམས་ཕྱོགས་ན། བཅོམ་
ལྷན་འདས་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཐུགས་བཅེ་བའི་བྱིར་གཞོན་སྤྱིན་མ་འཕྲོག་མ་གདུལ་བར་ཅི་གནང་
ཞེས་གསལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཅང་མི་གསུང་བ་བཞིན་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་
པའི་སྤྱི་བོ་མང་བོ་དག་ལ་གནང་ངོ་། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྤྱི་བོ་མང་བོ་དག་
གིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཅང་མི་གསུང་བ་བཞིན་གནང་བར་ཤེས་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་
ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་འཆལ་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུང་ནས་སོང་ངོ་། །དེ་ནས་སྤྱི་
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཤམ་ཐབས་དང་ཆོས་གོས་མནའས། ལྷང་བཟེད་བསྐྱམས་ནས་རྒྱལ་
པོའི་ཁབ་ཏུ་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་བྱིར་གཤེགས་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་བསོད་སྟོམས་ལས་སྤར་
བསྐྱོར་ནས་ཟས་ཀྱི་བྲ་བ་བྲས་ཏེ། བསོད་སྟོམས་བྱིས་ལེན་བ་སྤངས་ཏེ་གཤེགས་ནས་གཞོན་
སྤྱིན་མོ་འཕྲོག་མའི་གནས་གང་ན་བ་དེར་གཤེགས་ཏེ། དེའི་ཆེན་གཞོན་སྤྱིན་མོ་འཕྲོག་མས་བྲ་
དགའ་བྱེད་ཁྱིམ་ཏུ་བཞག་སྟེ་སྤྱོད་ཡུལ་ཏུ་སོང་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཟེད་
ཀྱིས་བཀའ་སྟེ་བཞག་ནས། རི་ལྷར་བྲ་པོ་དག་གིས་ནི་དེ་མི་མཐོང་གིས། དེས་དེ་དག་ཐམས་
ཅད་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་སོ། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་གཞོན་སྤྱིན་མོ་འཕྲོག་མ་
སྤྱོད་ཡུལ་ནས་འོངས་པ་དང་བྲ་དགའ་བྱེད་མི་སྤང་ནས་དེ་སྤངས་ཏེ་དེ་ཕན་ ཚུན་ཁྱིམ་ཁོར་
ཁོར་ཡུག་ཏུ་བསྐྱས་ན་འོན་ཀྱང་མི་སྤང་ནས་བྲ་དག་དགའ་བྱེད་མི་སྤང་ན་ག་ཇེ། དེ་དག་གིས་
ཀྱང་མ་མཐོང་། བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་ངོ་ཞེས་སྤྱིས་པ་དང་། དེས་བྱང་བརྟུངས་ནས་
མདོག་ཉམས་ཤིང་མི་དགའ་སྟེ་མིག་མཆི་མས་གང་ནས་འཕྲོས་སྤར་བར་བརྒྱགས་ཏེ་རྒྱལ་
པོའི་ཁབ་ཀྱི་གྲོང་དང་། ཆོང་རྩས་དང་། སྤང་དང་། ལམ་ཀྱི་བཞི་མདོ་དང་། ལམ་ཀྱི་སྤུམ་མདོ་
དང་། ཀུན་དགའ་ར་བ་དང་། སྤྱོད་མོས་ཆལ་དང་། མཆོ་དང་། སྟེང་ག་དང་། རིང་དང་། ལྷ་ཁང་

དང་། འདུན་ཁང་དང་། གཞན་ཡང་ཁྱིམ་དོག་པའི་གནས་དག་ཏུ་བཅའ་ན་འོན་ཀྱང་མ་ཆེད་
 དོ། །དེ་ནས་སྒྲིམ་གོས་མེད་པར་སྒྲིམ་ནས་དུ་ཞིང་སྒྲེ་བ་གི་རྟུང་བུ། གི་རྟུང་པ། གི་རྟུང་དགའ་
 བྱེད་ཅེས་ཡང་དང་ཡང་སྒྲུ་འབྱེན་ཅིང་གོང་དང་། བོང་ཁྱིམ་དང་། བོང་འདབ་དང་། བོ་བྱང་དང་།
 བོ་བྱང་འཁོར་རྒྱལ་ས་སུ་བལྟས་ཏེ་འོན་ཀྱང་མ་ཆེད་དོ། །དེ་ནས་ཤར་ཕྱོགས་གི་རྒྱ་མཆོར་སོང་དོ། །ཤར་
 བོར་སོང་དོ། །སྒྲོ་ཕྱོགས་དང་། རུབ་ཕྱོགས་དང་། བྱང་ཕྱོགས་གི་རྒྱ་མཆོར་སོང་དོ། །ཤར་
 ཕྱོགས་དང་། སྒྲོ་ཕྱོགས་དང་། རུབ་ཕྱོགས་དང་། བྱང་ཕྱོགས་དེ་དག་ན་ཡང་མི་སྣང་དོ། །དེ་
 ནས་སྒྲིམ་ཞིག་ཅིང་སྒྲིམ་མོར་གྱུར། འགྲོས་ཀྱང་འབྲུམ། ཡར་མཆོང་མར་ལྷུང་ས་ལ་འབྲེལ། །ལུས་
 མོས་འགྲོ་ཙག་ལུང་འདུག་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ཀྱིས་འཛམ་བུའི་སྤིང་གི་རི་ནག་པོ་བདུན་ཀལ་
 ནས་གསེར་ལྟ་བུའི་རི་བདུན་དང་། གངས་གི་རི་དང་། མ་དྲོས་པའི་མཆོ་ཆེན་དང་། རི་དྲི་རྒྱས་
 དག་ཏུ་ཡང་བཅའ་ཏེ་དེ་ནས་སྐད་ཆེར་དུ་ཞིང་ཤར་གི་ལུས་འཕགས་སྤིང་དང་། རུབ་གི་བ་
 ཡང་སྒྲོད་དང་། བྱང་གི་སྒྲིམ་མི་སྣན་རྒྱས་ཏུ་བཅའ་ན་ཡང་མ་ཆེད་དེ། དེ་ནས་ཡང་སོས་
 དང་། ཐེག་ནག་པོ་དང་། འདུས་གཏུབ་དང་། འོ་དོད་འཕོད་པ་དང་། འོ་དོད་ཆེར་འཕོད་པ་དང་།
 སྒྲེག་པ་དང་། རབ་ཏུ་སྒྲེག་པ་དང་། མནར་མེད་པ་དང་། རྩ་བུར་དང་། ཤིན་ཏུ་རྩ་བུར་དང་། ཨ་
 ཏ་ཏ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཏ་ཏ་པ་དང་། ཏུ་ཏུ་པ་དང་། ལྷན་ལ་ལྟ་བུ་དང་། བད་མ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་
 ལ་སོགས་པ་དང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དག་ཏུ་ཡང་བཅའ་ན་མ་ཆེད་དོ། །དེ་ནས་རི་རབ་གི་
 བང་རིམ་དང་པོར་འཛེགས། དེས་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པར་འཛེགས། དེ་ནས་གཞོད་སྒྲིན་
 གི་བདག་པོ་ངལ་བ་སོ་པོ་ལ་མ་དྲིས་པར་སུམ་བཅུ་ཙག་སུམ་ལྟའི་གནས་སུ་བཅའ་ཏེ་སྤྱིད་
 མོས་ཆལ་ཤིང་རྩ་སྒྲུ་ཆོགས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རུབ་པོར་འགྱུར་བ་དང་། འཕྲེས་པ་དང་། དགའ་
 བ་ཞེས་བྱ་བའི་ སྤྱིད་མོས་ཆལ་དུ་ཡང་བཅའ། པ་རི་ཡ་ཏུ་ཀོ་བི་དྲ་རའི་བྱང་དུ་ཡང་སོང་
 དོ། །དེ་ནས་ལྟའི་འདུ་བ་ཆོས་བཟངས་ཞེས་བྱ་བ་གོང་ཁྱིམ་བཟང་པོར་སྣང་དུ་ཞུགས་ཏེ། དེ་
 ནས་བརྒྱ་བྱེན་ལྟའི་དབང་པོའི་ཁང་པ་རྒྱས་པར་རྒྱལ་དུ་འགྲོ་བར་བཅུམས་པ་དང་། དེར་གཞོད་
 སྒྲིན་ལག་ན་དོ་རྩེ་ལ་སོགས་པ་གཞོད་སྒྲིན་དུ་མ་དང་། ལྷ་སྒྲོང་གིས་བཟུང་བ་དང་། དེ་སྤྱིར་དུ་

མཁྱེགས་པར་ཐོང་ཁྱེར་བཟང་པོར་སྒྲུང་ནས་བྱུང་སྟེ། ཐྱིགས་གཞན་ཞིག་ཏུ་རིང་ཞིག་དུས་
 ནས་མདོར་ན་ཡི་ཆད་པར་གྱུར་ཏེ་གཞོན་སྤྱན་རྒྱལ་གྱི་བདག་པོ་དཔལ་བསོ་བའི་བྱང་དུ་སོང་
 བས་རྒྱུ་ལེན་པ་བདག་གི་ལུས་བཟང་པས་ནས་ཀྱི་ཏུང་བྲ། ཀྱི་ཏུང་པ། ཀྱི་ཏུང་དགའ་བྱེད་ཅེས་སྟེ་
 ཞིང་སྤྱོད་པ་སྟེ། སྤྱི་དཔོན་ཆེན་པོ་སྤྱོད་པ་སྟེ། མི་དགའ་ན་བྱ་སྟོང་ན་སྤྱོད་པ་སྟེ། གསོལ་ཞེས་སྤྱོད་པ་
 དང་། གཞོན་སྤྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དཔལ་བསོ་བའི་སྤྱོད་པ་སྟེ། ཆེ་ཞེ་སྤྱོད་པོ་ལ་མཆི་མ་བྱིས་
 ཕེག། ཁྱོད་ཀྱི་གནས་སུ་ཉིན་པར་གནས་ཕེད་སྤྱོད་པ་སྟེ། མཆི་མ་ཕེག་ཅེས་སྤྱོད་པ་དང་།
 དེས་སྤྱོད་པ་སྟེ། སྤྱི་དཔོན་དགའ་བྱེད་པོ་ཏུ་མ་ལགས་སོ། དེས་དེ་སོང་ལ་བཙུག་ལྟར་འདས་ལ་
 སྤྱོད་པ་སྟེ། སོང་ཕེག་དང་ཁྱོད་ལ་བྱ་དགའ་བྱེད་དེ་བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཏེ་ཞེས་སྤྱོད་པ་
 དང་། དེ་སྤྱོད་པ་སྟེ། སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ་རིང་ཕེད་སྤྱོད་པ་དང་གི་གནས་སུ་སོང་བ་
 དང་། གཞོན་སྤྱན་མ་འཕྲོག་མས་སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྟར་འདས་སྤྱོད་པ་སྟེ། ཆེན་པོའི་མཆི་མ་སྤྱོད་
 བཟུ་ཅ་ གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན། དཔེ་བྱུང་བཟང་པོས་སྤྱོད་པ་སྟེ། ཉི་མེར་སྤྱོད་པས་འདས་པའི་འོད་
 འཛོམས་གང་གིས་བརྒྱན་པ། རིན་པོ་ཆའི་རི་འཕྲོ་བ་བཞིན་ཁོར་ཁོར་ཡུག་ནས་བཟང་བ་མཐོང་
 མ་ཐག་ཏུ་དགའ་བ་སྤྱོད་པ་སྟེ། བྱ་དགའ་བྱེད་ཆེད་དོ་སྤྱོད་པས་བཙུག་ལྟར་འདས་ག་ལ་བ་དེར་
 སོང་སྟེ་བྱིན་པ་དང་། བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་བྱུག་འཆལ་ཏེ་ཐྱིགས་གཅིག་
 ཏུ་འདུག་གོ། ཐྱིགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་ནས་གཞོན་སྤྱན་མོ་འཕྲོག་མས་བཙུག་ལྟར་འདས་ལ་
 འདྲི་སྤྱོད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། ཀྱི་པོ་ཏུ་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་བྱ་དགའ་བྱེད་བཟུན་དུ་གསོལ།
 བདག་གི་བྱ་དགའ་བྱེད་མ་མཐོང་ནས་རིང་ཞིག་ལོན་ནོ་ཞེས་སྤྱོད་པ་དང་། བཙུག་ལྟར་འདས་
 ཀྱིས་གཞོན་སྤྱན་མོ་འཕྲོག་མ་ལ་འཕྲོག་མ་ཁྱོད་ལ་བྱ་མང་ཞེན་རི་སྤྱོད་ཡོད་ཅེས་སྤྱོད་པ་དང་།
 དེས་སྤྱོད་པ་སྟེ། བཙུག་ལྟར་འདས་བྱ་ལྟ་བུ་མཆིས་སོ། བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱིས་འཕྲོག་མ་དེ་
 སྤྱོད་ཏེ་ཀྱི་བྱ་ལྟ་བུ་ལས་གཅིག་ཅིག་མེད་པ་ལྟ་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བཙུག་ལྟར་
 འདས་བདག་གི་དགའ་བྱེད་མ་མཐོང་ན་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཏེ་གཞོན་མི་ཐ་བར་དུས་བབྱིད་
 རོ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། འཕྲོག་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་ལྟ་བུ་ལས་གཅིག་མ་མཐོང་ན་ཡང་འདྲི་འདྲ་

བར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ན་གང་ལ་བྱ་གཅིག་བྱ་ཡོད་པ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་བསད་དེ་མོས་ན་དེའི་སྐྱུག་
 བསྐྱེལ་རིམ་འདྲ་བར་འགྱུར། དེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་རབ་ཏུ་ཆེད་ཞེས་
 གསལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྐྱེལ་བ། འཕྲོག་མ་ཁྱོད་བྱ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱུག་
 བསྐྱེལ་འདི་འདྲ་བ་ཤེས་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་བྱ་ཅི་ཕྱིར་བཟལ། དེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་བདག་
 གིས་རིམ་ལྟར་བགྱི་བ་བཀའ་སྐྱེལ་ཅིག་ཅེས་གསལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཚུར་ཤོག་
 ང་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བྱང་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་
 མི་འཛིགས་པ་བྱིན་ཅིག་དང་། གལ་ཏེ་འདི་ཉིད་ན་འདུག་བཞིན་དུ་བྱ་དགའ་བྱེད་མཐོང་བར་
 གདོན་མི་ཟེའོ་ཞེས་བཀའ་སྐྱེལ་བ་དང་། དེས་བཅུན་བ་འདི་ལྟར་དེང་བན་ཆད་བཅོམ་ལྡན་
 འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་དང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བྱང་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་
 མང་པོ་ལ་ཡང་མི་འཛིགས་པ་སྐྱེལ་རྟོ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེའི་བྱ་དགའ་བྱེད་
 བསྐྱེལ་ནས་དེས་ཀྱང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བྱང་སྟེ་
 རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་མི་འཛིགས་པ་བྱིན་ནོ། །ནམ་གྱི་ཆེ་འཕྲོག་མ་
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བྱང་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་གནས་
 པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་དག་ལ་མི་འཛིགས་པ་བྱིན་པ་དེའི་ཆེ་དགེ་སྦྲོང་དག་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེས་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་
 ཐམས་ཅད་གཙོད་པ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཁྱུས་བ། བཅུན་བ་གཙོད་སྤྱིན་མོ་
 འཕྲོག་མས་ལས་ཅི་བགྱིས། ལས་གང་གི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པས་ན་མདངས་འཕྲོག་མའི་གཙོད་
 སྤྱིན་མོར་སྐྱེས་ལ་འདི་ལས་བྱ་ལྟ་བུ་བཅས་ཞེས་ཁྱུས་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་
 བཀའ་སྐྱེལ་བ། དགེ་སྦྲོང་དག་གཙོད་སྤྱིན་མོ་འཕྲོག་མས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པས་
 ཆོགས་རྟེན་བ་དང་། རྒྱན་སྤྱིན་པ་ནི་ཆུ་པོ་བཞིན་ཏེ་བར་གནས་ཏེ་གདོན་མི་ཟ་བར་འགྱུར་
 རོ། །འཕྲོག་མས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ནི་བྱ་ལྟ་བུ་ཀྱིས་སྤྱོད་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དགེ་སྦྲོང་
 རྣམས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ནི་བྱ་ལྟ་བུ་གི་སའི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་མི་སྤྱིན། རྒྱུའི་ཁམས་
 ལ་མ་ཡིན། མའི་ཁམས་ལ་མ་ཡིན། རྒྱུད་གི་ཁམས་ལ་མ་ཡིན་གྱི། ཟེན་པའི་ཕྱང་པོ་དང་།

ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་འདི་ཉིད་ལ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་པ་ནི་ནམ་པར་སྒྲིན་
 ཏོ། །ལས་ནམས་སྟོར་བར་མི་འགྱུར་བ། །བསྐྱལ་བ་དག་ནི་བརྒྱ་ཡོན་ཀྱང་། །དུས་དང་འཕྲོད་
 བས་ཐོབ་པ་ནི། །ལུས་ཅན་ནམས་ལ་འབྲས་བྱར་སྒྲིན། །དགེ་སྦྲོང་དག་སྟོན་འདས་པའི་དུས་ན་
 བྱུང་བ་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་འདི་ཉིད་ན་གྲོང་བྱེད་གཞན་ཞིག་ཏུ་བ་ལང་རྩི་ཞིག་གནས་པ་དེས་
 རིགས་མཉམ་པ་ལས་རྒྱུད་མ་ཞིག་གྲངས་ཏེ། དེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཅེདགའ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་
 བོ། །དེ་ལ་ཅེདགའ་ཡོངས་སུ་སྦྱང་བས་དུས་ཤི་ཞིག་ན་རྒྱུད་མ་སེམས་ཅན་དང་ལྷན་བར་གྱུར་
 ཏོ། །སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བ་ན་རང་སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་སྟེ། ཉམས་ཤིང་དམན་
 བ་ལ་སྤྱགས་བཅེ་བ་གནས་པས་མཐར་ཆད་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ཡོན་གནས་གཅིག་པའོ། །རི་
 ཅམ་ན་རང་སངས་རྒྱས་གཞན་ཞིག་ལུལ་རྒྱ་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་གཤེགས་ཏེ་དེའི་ཆེན་
 རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་གྲོང་དུ་དུས་སྟོན་ཉེ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེར་སྟོན་ཟན་པ་ལྟ་བུར་ཅམ་ཞིག་གཙང་
 ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་བྱེད་ཏེ་གོས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་ནི་བསྐྱབས། མེ་ཏོག་ཀྱུ་སུ་
 མ་འི་ཞིམ་པོས་བརྒྱན་ཏེ་གར་བྱེད་སྤྱེ་ལེན་རྩ་རྒྱུད་ཞིང་སྤྱོད་མོས་ཆའ་གྱི་སར་དོང་བའི་བར་དུ་
 བ་ལང་རྩི་མོ་ཞིག་དར་བ་བྱམ་པ་གང་ཕོགས་ཏེ་ལམ་དེ་ནས་མར་སོང་བ་དང་། སྟོན་ཟན་པ་དེ་
 དག་གིས་དེ་མཐོང་ནས་ཕྱོགས་མོ་ཚུར་ཤོག། །སྤྱ་མྱང་ངོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་དང་། དེས་ཀྱང་དེ་དག་
 གར་རི་ལྷ་རི་ལྷར་བྱེད་པ་དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་བྱས་པས་དེའི་མངལ་ཞིག་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ཁྲིས་ནས་
 རང་སངས་རྒྱས་ལ་ཨ་མའི་འབྲས་བྱ་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུར་དུས་སྟོན་ལམ་བཟུང་བ། དགེ་བའི་
 ར་བ་ འདིས་བདག་གང་དང་གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེ་དང་དེར་མདངས་འཕྲོག་མའི་གནོད་སྦྱིན་མོ་
 ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་མི་ནམས་ཀྱི་བྱ་དང་བྱ་མོ་བདག་གིས་ཕྱོགས་ཏེ་ཟ་བར་གྱུར་
 ཅིག། །བདག་ལ་བྱ་ཡང་ལྟ་བུར་བཅའ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲིས་སོ། །དགེ་སྦྲོང་དག་དེའི་ཆེ་བ་
 ལང་རྩིའི་རྒྱུད་མར་གྱུར་པ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་འཕྲོག་མ་ཡིན་ཏེ་སྟོན་ལམ་བཟུང་བའི་དབང་གིས་འདི་
 ལྟ་བུར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །

འཕྲོས་ལུས། འཕྲོ་ལུས་དང་འབྲ།

༼ བ ༽

སྒྲ་ཀ (ལེགས་སྒྲུང) གསུང་། ངག

བ་གམ། ལུང་བྱའི་རྣམ་པ་ལྟར་བྱས་པའི་གཙང་ཁང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས། བ་
གམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཙང་ཁང་ལུང་བྱའི་རྣམ་པ་ལྟར་བྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
པོ། །འདི་ལ་འགྲེལ་ཚུལ་གཞན་ཡང་འདུག་པས་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བ་གམ་པ། (འདུལ་བ) བརྟག་པ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་༼ ཚུ ༽༡༥༣༩ལས། བ་གམ་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བརྟག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བ་མཆོག་ བ་ལང་གི་མཆོག་ ལྷ་མཆོག་དང་འབྲ།

བ་སྒྲང་། 1 བ་སྒྲུགས་དང་སྒྲང་གོག་ 2 སྒྲང་པོ་ཆེ། བ་སྒྲང་ཞེས་པ་སྒྲང་པོ་ཆེ་ལ་འདུག་པ་ནི། བ་སྒྲང་
རྗེས་ཀྱི་མཆོག་ ཅས་པའི་ཐད་ཀྱི་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་༤༥ལས།
དཔེར་ན་བ་སྒྲང་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སྒྲང་པོ་ཆེ་ས་སྤངས་ཡིན་པས། བ་སྒྲང་གི་རྗེས་རྣམས་ཀྱི་
ནང་ནས་སྒྲང་པོ་ཆེ་ས་སྤངས་ཀྱི་རྗེས་མཆོག་ཡིན། ཞེས་བ་སྒྲང་ཞེས་པ་སྒྲང་པོ་ཆེ་ལ་སྤྱར་
ནས་བཤད་པས་སོ། །

བ་དན། <བ་རྒྱ་ཀ> 1 གོས་ཁ་དོག་སྤྲ་ཆོགས་པ་ཅན་ལྷུག་མ་རིང་པོ་ལ་བརྟགས་པ་ནི་བ་དན་
ནོ། །ཞེས་ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས། འདི་ལ་ལེགས་སྒྲུང་གི་ “བ་རྒྱ་ཀ” ལུང་
ཆག་པར་མཁས་པ་མང་པོས་གསུངས་ཤིང་སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱ་བའི་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་འང་དེ་
ལྟར་གསུངས། 2 འདུལ་བ་མདོར། ཤེས་ཀྱི་ཁང་བ་བརྒྱུད་པ་དང་། ༩་སྤྱ་རྒྱས་པ་སོགས་སྟོག་
ཆགས་གཉིས་འདུས་ཀྱི་གཟུགས་བྱུང་པར་བས་མཆོན་པས་རྒྱལ་མཆོན་གསུངས་པ་བཞིན་

ཡིན་པས། མཚན་མ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་རྒྱལ་མཚན་དང་། མེད་པ་བ་དན་དུ་འཛོག་ལ། གཉིས་
ཀའང་དར་ལྷེ་གསུམ་པ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་འཕན་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་
གསུང་།

བ་དམ། (རྒྱ་གར་སྐད) བོད་མིའི་དག་རྒྱན་དུ་འཇགས་པའི་ “བ་དམ” ཟེར་བ་རྒྱ་གར་གྱི་ मूंगफली ལྷོག་
པ་ལི་དང་། དབྱེན་རིས་ Peanut “སྒྲི་ནཏ” ཟེར་བ་དེའོ། །དོན་དངོས་ལ་ “བ་དམ” ལ་ཏཱམ་ ཟེར་
བ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ almond ལས་མནཱ་ཟེར་བ་དེ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་དྲ་རྒྱའི་ཆིག་མཛོད་ www.Shabdkosh.com ཟེར་བ་དེའི་ནང་དོས་འཛིན་བྱས་འདུག།

བ་སྤ། ལུས་ཀྱི་སྤ་ལྷོ། འདི་ལ་ལུས་སྤེས། བགས་པའི་སྤ་བྱ་ བགས་པའི་མེ་ཉྱ་ཅེས་ཟེར་རོ། །
བ་སྤ་ལྷང་བ། 1 ལུས་ཀྱི་བ་སྤ་ལང་བ་སྤེ། སྤོ་སྤང་དང་དགའ་སྤང་སྤེ་བའི་དོན། 2 ལུས་ཀྱི་བ་སྤ་ལང་
བ་སྤེ། འཇིགས་སྤང་སྤེ་བའི་དོན། ལུང་སྤན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། བ་སྤ་ལྷང་བ་ནི་
འཇིགས་པའི་རྒྱ་སྤོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་བ་སྤ་ལྷང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤ་བཤད་ནི།
དགའ་སྤང་དང་འཇིགས་སྤང་གས་ཆེར་སྤེ་བའི་ཆེ་ལུས་ཀྱི་བ་སྤ་ལང་བས་ན་དེ་སྤང་ཅེས་
བྱའོ། །

བ་སྤའི་བྱ་ག བ་སྤའི་ཁུང་བ། ལུང་སྤན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལས། བ་སྤའི་བྱ་ག་ནི་བ་སྤ་འབྲུང་བའི་
ཁྲོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

བ་ཕྱེད། 1 ཨ་རུ་འཕོད་པའི་བ་ཡིག་གི་མིང་། (བ་ཕྱེད། འདི་ལ་ཨ་ཕྱེད་ཅེས་འཕོད་དགོས) དཔེར་ན་
ཀ་བ་ཞེས་པའི་མིང་མཐའི་བ་ ཡིག་ལྷ་བྱ་སྤེ། ཀ་བ་ལ་ཀ་ཨ་ཞེས་འཕོད་པ་ལྷ་བྱ། དེས་རྒྱ་བ།
སྤྱི་ལོ་ དགའ་བོ་ལྷ་བྱས་རིགས་འབྲེའོ། །འདིའི་ཁུངས་ནི། དག་སྤོན་ཅ་བར། བདེ་འོ་ལ་སོགས་
ཛོགས་ཆིག་ལ། །འདི་ཉིད་སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པའི། མིང་ལ་བ་ཕྱེད་ཨ་ཉིད་དོ། །ཞེས་དང་། བ་ཕྱེད་
ཨར་འཕོད་རྣམས་ལ་བ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞིབ་པར་ཁུ་བྱ་རྒྱ་མའི་དག་སྤོན་འབྲེལ་པར་
གཞིགས། བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་མོར། བ་ཕྱེད། ཨ་ཕྱེད་དེ་བོད་ཡིག་སྤྲད་འདོགས་བཞིའི་
གས་ཨ་ལྷུར། ཞེས་གསལ། བ་ཕྱེད། ཨ་ཕྱེད། བ་ཕྱེད་ལ། བ་ཕྱེད་མའི་ཨ་རྣམས་དོན་གཅིག་ 2

ཨ་བུར།

བ་བྱེད་མ། བ་བྱེད་དང་དོན་གཅིག།

བ་བྱེད་མའི་ཨ། བ་བྱེད་དང་དོན་གཅིག།

བ་བྱེད་ཨ། དགའ་བ། ར་བ། འ་བ་སོགས་ཀྱི་མིང་གི་ཆ་ཤས་སྟུག་ར་བའི་བ་ཡིག་ལ། བ་བྱེད་ཨ་
ཟེར། སྟུ་བོ་དང་རི་བོ་ལ་སོགས་ལའང་རིགས་འབྲེལོ། །

བ་བྱུང་ལ། བ་སེར་སྐུའི་ལྷ་བ། གཅིན། འོ་མ། ཞོ། མར་དང་ལྷའོ། །རྩའི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་ལྟར་
བཀོད།

བ་མེན། སྒྲང་ཆོད་དང་ཡུལ་པའི་བ་མོ་གཉིས་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག ཞུ་
སྐབ་པའི་མིང་དོན་རྒྱལ་རབས་ལས་ཀྱང་། བ་མེན་ནི་རོང་མཆོམས་སྟུག་ནས་ཀྱི་བ་མེན་ཟེར་
བ། སྒྲང་ཆོད་དང་ཡུལ་པའི་བ་གཉིས་འདུས་པའི་རིགས་ལ་ཟེར། འདི་ནི་བསྐྱ་བཀོད་དང་། སྟོ་
བོའི་ནང་ལ་མང་བོ་ཡོད། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོས། གང་ལ་བ་མེན་
རི་འདྲ་ཞེས། ཁྲོང་བ་དག་གིས་དྲིས་པ་ན། །བ་ལང་ཅི་འདྲ་དེ་འདྲ་ཞེས། །འབྲོག་པས་སྐྱས་པ་
ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ལྷིག་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོར་བྲངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ཆོག་ནི། བ་མེན་ནི་
ལེགས་སྦྱར་དུ་ “ག་བ་ཡ” ཞེས་བ་སྟེ། བ་ལང་འདྲ་ཞེས་པའམ་བ་ལང་དང་དབྱིབས་འདྲ་
ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་བ། སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྦྱར་དང་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་སོགས་
ཀྱིས་གསུངས།

བ་མོ། 1 བ་སྟགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བ་མོའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ལ། བ་སྒྲང་དང་། མ་བ་མོ་
ལས་སྟེས་པའི་མོ་ཐོག་ཅེས་འབྱུང་བ་དེ་ལ། འདི་སྟུ་བར་བྱ་སྟེ། ད་ལྟ་དང་ཆོ་བ་མོ་ཟེར་བ་དེ་ཅི་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཅད་གཅོད་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས། མ་བ་མོ་ལས་སྟེས་པའི་མོ་ཐོག་
ཅེས་བཅོད་པ་ནི། སྒྲང་ཆེན་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་པ་ན། སྒྲང་ཆེན་ནི་སྒྲང་ཆེན་ལས་སྟེས་པའི་
དུད་འབྲེལ་གྱི་གོ་ཞེས་བཅོད་པ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་སོ། །2 ལྟ་ཅིར་ཆགས་པའི་ཆུའི་ཟེལ་
པ་ལ་ཟེར།

བ་ཚྭ། (གཞི་ཞིག) གད་ཐོག་ལས་ཆགས་པ་སྤྱི་འཕྲིད་ཆུ་ཅན་ཟེ་ཆའི་རྒྱ་འདྲ་བ་ལ་ཚྭ་བོ་དང་ཆེ་
ཡང་མེར་བསྐྱེགས་ན་ཟེ་ཚྭ་ལྷར་མི་ཁོལ་བ་ཡིན། བ་ཚྭ་ས་ཚུ་འབྲེད་ཐུར་དུ་སྦྱོང་བར་ཁུས།
ཞེས་སྤྲོན་གཞུང་བྲི་མེད་ཤེལ་སྤང་ལས་བཤའ་དོ། །

བ་བཞོན་དུས་ལ། འོ་མ་བཞོ་རྒྱ་ཡོད་པའི་བ་ལོ། བ་བཞོན་ལ། བ་དུས་མ་རྣམས་དོན་འདྲ།
བ་ཡི་མཆོག་སྤྱིན། <གོ་ད་མ་རི> བལ་ཡུལ་དུ་བ་དཀར་མོ་ཞིག་གིས་འོ་མས་མཆོད་སྤྱིན་བྱས་པའི་
འལ་དུ་བཞོས་པས་དབང་སྤྲུག་ཆེན་པོའི་ཡིང་ག་ཞིག་བྱུང་། དེ་རི་འབེགས་ཁྱེད་དང་ཉེ་བ་དོ་
རྩེ་གདན་ནས་ཆོ་བ་ཁྱེད་གཉིས་ཕྱིན་པའི་སར་ཁྱེད་ཉེ་མཆོད་པས་བྱུང་ཆུང་བའི་གནས་ཉེ།
སྤོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིའི་དོགས་ཤིག་ན་ཡོད་པར་བཞེད།

བ་རིའི་འགྲུར། བ་རི་རིན་ཆེན་གྲགས་གྱི་འགྲུར།

བ་རེག་ཐོས་པ་དགལ། དུ་ལོ་རྒྱ་བ་དོ་རྩེ་གྲགས་གྱི་སྤོབ་མ་ཞིག་དེབ་སྤོན་སྤོད་ཆ་༧༩༦གསལ།
བོད་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་གྲགས་ཆེ་བ་བརྒྱ་དང་གོ་གཅིག་གི་མཆན་ཐོ་བུ་སྤོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསལ་
བའི་ནང་ནས། ཡང་གྲངས་༡༠༣ བ་དེ་ཡིན། སེ་ར་རྩེ་བཅུན་པའི་སྤྲུག་དང་པོའི་སྤྱི་དོན་དུ་
ཟུར་ཅཱ་གསལ།

བ་ལ། (ཞིགས་སྤྱར) 1 སྤོབས། བཟོད་ཆེ་བླ་ལ་ཞེས་བ་ལྟ་བུར་བཟོད། 2 ཤེའི་མིང་། ཤེ་ཐོས་ན་སྤོབས་
སྤྱི་བས་བ་ལ་འཕ་སྤོབས་ཞེས་ཐ་སྤྲད་བཏགས།

བ་ལང་། བ་སྤང་དོན་འདྲ།

བ་ལང་སྤྱོད། (མཛོད) སྤྱིང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཉེ། རི་རབ་གྱི་ཁུབ་དོས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་ཆེན། སྤྱི་བཤའ་
ཞི། གནའ་བོ་ཉོ་ཆོང་ཁྱེད་པའི་ཆེ་འབྲུ་དང་ཆ་སོགས་སྤྱོད་རེས་ཁྱེད་པ་ལྟར། བ་ལང་སྤྱོད་དུ་
དེའི་ཆབ་ཏུ་གཙོ་བོར་བ་ལང་དག་སྤྱོད་རེས་ཁྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཟོད་དོ། །དེ་ལང་
འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤའ་བ་༡༧༩༥ལས། ཁུབ་གྱི་བ་ལང་སྤྱོད་
ཅེས་བྱ་བཞི་འདི་ནས་ཁུབ་སྤྱོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ན་ཉོ་ཆོང་གི་ཐ་སྤྲད་ལ་བ་ལང་དང་
སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཡང་མཆིམས་མཛོད་ལས་ནི། སྤྱིང་དེན་གཙོ་བོ་

རིན་པོ་ཆེ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་བ་ལང་སྤྱོད་དོ། །ཞེས་གྲང་གསུང་དོ། །

བ་ལང་མིག་ <གཞུང་> སྐར་ཁུང་གི་མིང་། མངོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོ་བ་
མོ་༣༠༠ན་ལས། བ་ལང་མིག་སྟེ་སྐར་ཁུང་གི་མིང་དོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་ཁོ་ལ་མ་ཡང་
ཟེད།

བ་ལང་ལམ། བ་ལང་གི་ལམ་ཐག་སྟེ། རྒྱང་གྲགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པར། སྤོ་བོད་སྐད་གཉིས་ཤེས་སྤྱར་
གསེར་གྱི་སྤེང་མཛེས་ན་གསལ།

བ་སྤྱེད་པ། (ལེགས་སྤྱར) འོར་སྒྲ། འོར་གྱི་སྒྲ། འདི་ལ་“མ་སྤྱེད་པ”ཞེས་བསྐྲག་དགོས།

བ་སྤྱུ་རྒྱ་པ། (ལེགས་སྤྱར) འོར་རྒྱ་པ། འདི་ལ་“མ་སྤྱུ་རྒྱ་པ”ཞེས་བསྐྲག་དགོས།

བ་སྤྱུ་རྒྱ་པེ། (ལེགས་སྤྱར) འོར་རྒྱ་པེ། འདི་ལ་“མ་སྤྱུ་རྒྱ་པེ”ཞེས་བསྐྲག་དགོས།

བ་སྤྱུ་བོ་རྒྱ། (ལེགས་སྤྱར) དབྱིག་གཉེན། དབྱིག་གཉེན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། འདི་ལ་ “མ་སྤྱུ་
བོ་རྒྱ”ཞེས་བསྐྲག་དགོས།

བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་གསུང་འབྲུམ་དཀར་ཆག་ མཁས་བྱུང་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གི་
སྤྱུ་མཆོད་བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་གསུང་ནི། འཁོར་ཅེ་ལྷ་བཙུན་གྱིས་མཛོད་པའི་བ་སོ་
པའི་རྣམ་ཐར། དབུ་མའི་ལྷ་ཁྱིའི་རྒྱས་འཕྲིང་བསྐྱུས་གསུམ། སྤྱིང་པོ་དོན་གསུམ། དཔལ་དུས་
ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བསྐྱེད་རིམ་པར་མ་དུག་ཅུ་རེ་ལྟ། དུས་འཁོར་རྩོགས་རིམ་བསྐྱལ་བཟང་འཇུག་
དོགས་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་དགྲ། འཛིགས་ཁྱེད་བསྐྱེད་རྩོགས་རྣམས་བཞུགས་སོ། །

བ་སོའི་མཆན། བ་སོའི་མཆན་ནི། མཁས་བྱུང་རྩེའི་གཙུང་བ་སོ་ཆོས་རྩེ་དངོས་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གི་
སྤྱུ་འཕྲིང་ལྷ་པ་བ་སོ་ལྷ་དབང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་པས་བཏབ་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་
མཆན་ལ་ཟེད།

བག 1 རྒྱང་ཟད། 2 ལྷལ། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བག་ཆགས། 1 གོམས་པ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོམས་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །སྤོན་གྱི་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 སེམས་སྟེང་

དུ་བཞག་པའི་རུས་པ། སྤྱ་བཤད་ནི། མི་མངོན་པར་བག་ལ་ཞ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཆགས་པའམ་
གནས་པས་ན་དེ་སྤང་ཅེས་བྱ་བའམ། ཡང་ན་ཤུལ་དུ་ཆགས་པས་ན་བག་ཆགས་སོ། །དཔེར་
ན་ལས་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་ལས་ཀྱི་ཤུལ་དུ་ཆགས་པའི་རུས་པ་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཞེས་
པ་ལྟ་བུའོ། །³ བྱས་རྗེས་བཟང་པོ་དང་ངན་པའི་མིང་། ཁོས་བག་ཆགས་བཞག་སོང་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ།

བག་ཆགས་ཀྱི་ལུས། མི་ལམ་གྱི་ལུས། མི་ལམ་གྱི་རི་ར་བ་ཁང་ཁྱིམ་རྣམས་ལྟ་བུ། སྤྱ་བཤད་ནི།
བག་ཆགས་སད་རྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ལུས་ཡིན་པས་བག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་ཞེས་བྱའོ། །

བག་ཆགས་དང་ས་བོན་གྱི་བྱང་པར། བདེན་འཛིན་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་ན་བདེན་བྱུང་གྱི་སྤང་བའམ་བདེན་
སྤང་བྱི་མ་སྦྱང་བྱེད་ལ་བག་ཆགས་དང་། བདེན་འཛིན་བྱི་མ་སྦྱང་བྱེད་ལ་དེའི་ས་བོན་ཞེས་
བྱའོ། །གཞན་ཡང་། ས་བོན་ནི་ལྷགས་སྤྲུལ་ནང་གི་ག་ཡུར་དང་། བག་ཆགས་ནི་དེའི་ཤུལ་དུ་
ལུས་པའི་ངེ་མ་ལྟ་བུའོ། །

བག་མེབས། འཛིགས་སྤང་དང་དངངས་སྤྲག་མེད་པར་ཞི་བདེར་གནས་པ། རྫོང་བདེ་པོ་དང་སེམས་
རྫོང་བའི་ངང་གནས་པ།

བག་མེབས་པ། བག་མེབས་དང་འབྲ།

བག་མེད་པ། ། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བཅུ་བདུན་པ་ནི། དུག་གསུམ་གང་རུང་ལེ་ལོ་དང་བཅས་པ་ལ་གནས་
ནས་དགེ་བ་མི་བསྟོམ་ཞིང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོས་ལ་སེམས་མི་བསྐྱུང་བར་བག་ཡངས་སུ་
གཏོང་བས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་བའི་རིག་པའོ། །བྱེད་ལས་ནི། དེ་ཡོད་ན་མི་དགེ་བ་ངང་གིས་འཕེལ་བའི་
ལས་ཅན་ནོ། །མདོར་ན། དགེ་བའི་ཆོས་མི་བསྟོམ་ཞིང་གཅེས་སྤྲུལ་སུ་མི་བྱེད་པ་ལ་བག་མེད་
པ་ཟེར། དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་མི་བསྟོམ་པ་སྟེ་མི་སྦྱབ་པའོ། །ཞེས་བྱུང་བའི་དགོངས་ཀྱིན་
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །² བྱ་བ་ལ་ནན་ཏན་མེད་ཅིང་མངོན་པར་མི་བཙོན་པའི་དོན།
ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་¹ ༣༥ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །³ དོན་ཉམས་དོན་མ་ཡིན་པ་འཕེལ་བ།
འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ༡༡༥༩ལས། བདག་མེད་པ་

ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་ནི་ཉམས་ལ། དོན་མ་ཡིན་པ་འཕེལ་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ཞིབ་
པར་འོག་ཏུ་བག་མེད་པའི་གནས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བག་མེད་པའི་གནས། (འདུལ་བ) ཆང་གི་མིང་། སྒྲ་བཤད་ནི། བག་མེད་པའི་གནས་ཏེ་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་
སྐད་ཅེས་བརྗོད། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། བག་མེད་པའི་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
འབྲེལ་ཆང་དང་། བཅོས་པའི་ཆང་གི་མཚན་ཉིད་དེ། བག་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་ནི་ཉམས་
ལ། དོན་མ་ཡིན་པ་ནི་འཕེལ་བའོ། །དེའི་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་
གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འཕྲང་རྒྱུ་འབྲེད་ཀྱི་འབྲེལ་པར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ།

བག་ཅམ། (འདུལ་བ) ཅུང་ཟད་ཅམ། བག་ཅམ་གྱི་ལྷག་མ་ཞེས་པ་ལྟར་བྱ།

བག་ཅམ་གྱི་ལྷག་མ། (འདུལ་བ) ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་དབྱ་ལ། བག་ཅམ་གྱིས་སྐྱར་བ་འདེབས་
པའི་ལྷག་མའི་ངོ་ཏེ་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤོང་གིས་ལྷ་བ་རང་ཕྱོགས་ཡིན་ན་མཚན་མཐུན་
རུང་མི་མཐུན་རུང་སྟེ་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་གསོར་རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྷན་པ་འཕྲ། ལྷ་བ་
གཞན་ཕྱོགས་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་པམ་པས་མ་གོས་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་བསམ་པ་ཉམས་
འདུན་གྱིས་བྱ་བྱེད་གསལ་པོ་མ་སྐྱར་བར་པམ་པས་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ལས་སྐྱར་པའི་ལྷང་བ་
དངོས་གཞིའོ། ཁྲིང་གཞི་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་མཛའ་བོ་དང་ས་ལས་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་གྲང་
བྱ་ནོར་ལ་བྱེད་པ་བོ་དང་བྱ་བ་མ་སྐྱར་བར་པམ་པས་སྐྱར་པ་བཏབ་པ་ལས་དགེ་འདུན་ལྷག་
མར་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྟོན་པ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པའི་སྟོན་པ་རང་རིགས་ཅམ་ལ་གཞོད་
པའོ། །

བག་ཅངས། བྱ་མོ་མནའ་མར་འགྲོ་དུས་མག་པའི་བྲིས་ཆང་ལ་ངེས་པར་དུ་སྟོང་དགོས་པའི་དདུལ་
དངོས་ཀྱི་མིང་། འདི་ལ་བརྟུན་དུ་གཉོད་ཟེར་ཞིང་། བྱི་རྒྱལ་བས་ doWry དང་། རྒྱ་གར་
བས་ད་ཉེར་ देहज, dehej ཟེར་ལོ། །འཕྲང་རྒྱུ་འབྲེད་ཀྱི་ ཆུ་པ ༡༣༣༧༣༧ལས། བཟང་མོ་བག་
ཅངས་སྟོན་གྱིས་ཞིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ། དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་རྒྱུ་པར་འབྲེད་པའི་
ཆིག་རྒྱུ་པར་བཤད་པ་ཀྱི་ རྒྱ ༡༡༣༧༣ལས། བག་ཅངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བག་མ་གཏང་བ་

ལ་དགོས་པའི་རྒྱུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ལུགས་སྒྲིལ་འདི་གནའ་ལོ་རྒྱ་གར་དང་
ཡུ་རོལ་སོགས་ན་དང་སྒྲིལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༤༡ལོར་རྒྱ་གར་གཞུང་གིས་ཁྲིམས་
ཐོག་ནས་ལུགས་སྒྲིལ་དེ་རིགས་མི་ཆོག་པའི་ཡོངས་ཁྲབ་བཀག་སྒྲོམ་བྱས་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་
བྱས་ན་འདི་བཀག་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱལ་བ་རྣམས་རྫོང་བ་ཡིན་ལ། ཕྱིས་འདི་ཆོང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ་
བག་མའི་ནང་མིར་དཀའ་ངལ་དང་སྤྱན་གཅེར་ཆད་མེད་བཟོ་བའི་ལམ་ལུགས་ངན་པ་ཞིག་ཏུ་
གྱུར་ཏོ། །གཉོན་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ག ༥ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། ཁྲིམ་
དེའི་སྤྱེ་བོས་སྤྱོད་པ། བས་ཟེ་ཅི་ཞིག་སྤོང་། ལུ་མོ་སྤོང་ངོ་། །སུའི་ཕྱིར། མཉན་ཡོད་ན་ཁྲིམ་
བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྤྱིན་གྱི་བྱ་ལེགས་སྤྱེས་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་ལོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ།
བདག་ཅག་རིགས་ནི་མཉན་ན། ལོན་ཀྱང་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གཉོད་མང་དུ་དགོས་སོ། །མང་ཁྱད་རི་
སྟོད། གངས་ཅན་རིའི་སྤང་བོ་ཆེ་བརྒྱ། ཏྲ་བརྒྱ། གཤེར་གྱི་རྒྱན་བརྒྱ། དེའུའི་ཤིང་ཏྲ་བརྒྱ། མོ་
གར་ལུལ་གྱི་བུ་མོ་བརྒྱ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

བག་རྫོངས། བག་རྫོངས་དང་དོན་འདྲ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་བག་རྫོངས་ཞེས་བྲིས་ཀྱང་།
བག་རྫོངས་དང་། བག་རྫོངས་གཉིས་གང་ལེགས་པ་འད་དེ་བྱད་པར་བྱའི་གནས་ཏེ། དཔེར་ན་
བྱིན་རྒྱལ་ལྟ་བུ་བརྒྱལ་གྱི་སྤོན་འཇུག་དོར་ནས་མིང་ཆོག་བཟོས་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་
བརྫོངས་ཀྱི་སྤོན་འཇུག་བྱིས་ནས། བག་རྫོངས་ཞེས་མིང་ཆོག་བསྐྱབས་པར་བྱས་སོ། །མ་
ཟད་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཅུ་འབྲེལ་གཉིས་ཀར་བག་རྫོངས་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

བག་ཞད། བག་ལ་ཞ་བ་སྟེ། བག་ཆགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟམ་སོ། །རྟགས་ཅམ་ཕྱོགས་ཅམ་ཞེས་
པའི་ཡུལ་སྐད་དུ་མངོན། ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགའ་རྫོགས་ཀྱི་ལོ། །

བག་ཡོད། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལས་སེམས་བསྐྱུང་ཞིང་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་གཅེས་སྤྱོད་སུ་བྱེད་པའི་
སེམས་བྱུང་ཞིག་རྒྱས་པར་བཤད་ན། དགེ་བ་བརྩ་གཅིག་གི་དགུ་པ་ནི། དུག་གསུམ་མེད་པ་
བརྩོན་འགྲུས་དང་བཅས་པ་ལ་བཏགས་པའི་བཏགས་ཆོས་གང་ཞིག་དགེ་བའི་ཆོས་བསྐྱོམ་
ཞིང་ཟག་བཅས་ལས་སེམས་བསྐྱུང་བས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པ་ལོ། །བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་གི་

ཟུ་ཆེར་བཤད་པ་ཆོག་གསལ་བ་༥༠བཤམས། དེ་ལ་བག་ཡོད་པ་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་བསྒྲོམ་
བཤོ། །བསྒྲོག་པ་ནི་བག་མེད་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱཤོ། །ཞེས་གསུངས།
བག་ལ་ཉལ། 1 བག་ཆགས་སམ། ས་བོན་གྱི་མིང། བདག་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་
རྣམས་མི་མངོན་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ལ། ཉོན་མོངས་པའི་བག་ལ་ཉལ་ཟེར་བཞིན་ནོ། །འདུལ་བ་
རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༩ ཚུ་ ༡༥༥བཤམས། བག་ལ་ཉལ་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། བདག་གིར་འཛིན་པ་དང་། རང་སྣང་པའི་ད་ཀྱལ་དང་། མངོན་
པར་ཞེན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་ཉིད་བག་ལ་ཉལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །2 ཡིབ་
པའམ། མི་མངོན་པར་གྱུར་པའམ། མི་མངོན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་པའི་དོན་ཡིན།
བགས་ཀྱིས། རིམ་ཀྱིས། བགས་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
བགས་ཀྱིས་སྤྲོ་བ། རིམ་ཀྱིས་སྤྲོ་བ། བྱིན་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་ རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་
སྟོན་ཟུ་མཆོ་ལས། བགས་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་ཞིང་ལྷུང་པའི་བྱིན་པ་ལེགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
བང་སྒྲིག་པ། རུ་སྒྲིག་པ།
བང་བ། འབྲུ་འཛོག་པའི་ཁང་པའི་མིང། འདུལ་བ་གཞི་ཟུ་ཆེར་འབྲེལ་པ་༩ ཚུ་ ༡༥༥ བཤམས།
བང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་ལ་སོགས་པའི་འབྲུའི་བང་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །
བང་བ་དང་མཛོད་ཀྱི་བྱང་པར། བང་བ་ནི་འབྲུ་འཛོག་པའི་ཁང་པའི་མིང་ལ། མཛོད་ནི་གསེར་དབྱལ་
ལ་སོགས་པ་ཟུ་ལོར་སྟེ་འཛོག་པའི་ཁང་པའི་མིང་དོ། །
བང་མཛོད། ཟུ་ལོར་འཛོག་པའི་ཁང་པའི་མིང།
བརྟེ། (ལེགས་སྦྱར) 1 བཅུན་པ། བན་དེ། བྲ་བ། 2 བསྟེན་བཀྲར་གྱི་ཡུལ། བྲག་མཆོད་ཀྱི་གནས། 3
བྲག་འཆལ་བ།
བན་དེ། (ལེགས་སྦྱར) བརྟེ་དང་འདྲ།
བརྟེ་ཤེད་སྟེད་པ། བརྟེ་ཤེད་སྟེད་ཀྱི་ཡུང་དང་དོན་གཅིག་ བརྟེ་ཤེད་སྟེད་ཀྱི་ཡུང་ལ་གཟིགས།
བརྟེ་ཤེད་སྟེད་ཀྱི་ཡུང་། ཆོས་བྱེད་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་གཟེངས་བསྟོད་དང་ཐོབ་ཐང་གི་རྒྱལ་པོའི་

བཀའ་ཡིག་ འདི་ལ་བརྟན་པ་ཤེད་སྤྱིད་ཀྱི་འཇམ་ས་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། ལྷ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་རབས་
དེ་བ་དང་པོ་༡༩ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།
བན་བོན། ཉན་པའི་བཅུན་པ་དང་བོན་པོ་གཉིས་ལ་ཟེར། བན་ནི་བརྟེ་ཞེས་པ་སྟེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་
བཅུན་པའི་སྐད་དོད་དང་། བོན་ནི་བོན་པོའོ། །སྟོན་གྱི་དག་ཡིག་ནམས་སྤུངས་གསལ།
བན་ལོག་ གྲུ་ལོག་གི་མིང་། སྦྱ་བཤད་ནི། བན་ནི་བརྟེ་ལོག་ནི་ལོག་པ་སྟེ་མིན་པའི་དོན་ནོ། །འབར་
ལོག་དང་དོན་འདྲ། འབར་ལོག་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།
བབ་ཅོལ་ སློ་བྱར་སེམས་ལ་གང་འདྲ། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པ། སྤང་བར་གང་འདྲ། སེམས་ལ་
གང་འདྲ།
བབ་ཅོལ་དུ་སྦྱ་བ། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པར་སྦྱ་བ། བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྦྱ་བ། སེམས་ལ་གང་འདྲ་སྦྱ་བ།
མི་ཤེས་བཞེན་དུ་སྦྱ་བ། གང་འདྲ་འདྲ་དུ་སྦྱ་བ། གྲུ་ཆོམ་དུ་སྦྱ་བ། བབ་ཅོལ་དུ་སྦྱ་བ། ལུ་ཙོར་
སྦྱ་བ། རྩ་བའོལ་དུ་སྦྱ་བ། གཟུ་ལུམ་དུ་སྦྱ་བ་ནམས་པལ་ཆར་འབྲ་བར་བཤད།
བབ་བབ། བབ་བབ་ཏུ་དང་དོན་འདྲ། དེར་གཞིགས།
བབ་བབ་ཏུ། འབྲལ་འབྲལ་དུ། སློ་བྱར་སློ་བྱར་དུ། འབྲལ་དུ། སློ་བྱར་དུ། མ་བསམ་པར་སློ་བྱར་དུ།
བབ་ནི་སློ་བྱར་གྱི་དོན་ཡིན་པར་སྤྲང་བས། སློ་བྱར་སློ་བྱར་དུ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དཔེར་ན་
བབ་ཅོལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། །ཆར་བ་འབབ་ཅེས་པའོ། །ཆར་བ་བབ་ལྟ་བུ་ལ་སློ་བྱར་
གྱི་དོན་ཆར་པའི་ཕྱིར་ལོ། །བབ་བབ་ཅེས་པ་དང་དོན་གཅིག་ ལུང་ལྷ་བ་༼ བ ༡༣༠༡ན ༣
ལས། བཤང་པའི་བྱ་གང་ཞེན། དགེ་སློང་གིས་བབ་བབ་ཏུ་བཤང་བར་མི་བྱ། ཅིག་པའི་བྱང་
དུ་མ་ཡིན། ཤིང་གི་བྱང་དུ་མ་ཡིན། ཤེས་བཞེན་དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བཤང་བར་བྱའོ། །དེ་སྟེ་
ཕྱི་ཕྱིར་བཤང་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན་བཤང་པའི་གྲོ་མོ་བྱང་དུ་གཞག་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །ཡི་ཤིའི་གྲུར་ཁང་ལས། མ་བསམ་པར་སྦྱ་བའམ་འབྲལ་མ། ཞེས་གསུངས།
བམ་པོ། ༡ སྦྱིར་བཏང་བམ་པོ་ཞེས་པ། རྩན་པོ་དང་། ཆགས་པ། དུམ་བྱ། མང་པོ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་
བསྐྱས་པ། དཔེར་ན་རྩེའི་བམ་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༢ སློ་གསུམ་བརྒྱུ་ལ་བམ་པོ་གཅིག་ཟེར།

བཅ་པོ་ནི་གཞུང་ཚད་མང་ཉུང་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
བྱས་པ་ཡིན། བཅ་པོ་ནི། གཞུང་འདི་ལ་བཅ་པོ་ལྟ་ཡོད་པས་འདི་བཅ་པོ་དང་པོ་ཡིན་ཞེས་
འཆད་འགྲུར་ལ་སྒྲགས་པས། སྤྱི་རབས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ “བཅ་པོ་ཁ་མར་བལྟ་ལེའུ་ཁ་ཡར་
བལྟ་” ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །འདིའི་དོན་འོག་ཏུ་གཟིགས།

བཅ་པོ་ཁ་མར་བལྟ་ལེའུ་ཡར་བལྟ། བཅ་པོ་ནི་བཀའ་བསྟན་གྱི་འགོ་ལ་འབྱུང་ཞིང་དང་པོ་ནས་
གངས་བཙེ་བས། བཅ་པོ་ཁ་ཐུར་བལྟ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བིན་ཡ་བསྟུ།
བོད་སྐད་དུ། འདུལ་བ་གཞི། བཅ་པོ་དང་པོ། ཞེས་བཛོད་པ་བཞིན་ནོ། །ལེའུ་ནི་སྤར་གྱི་སོར་
ཟེན་བ་བཙེ་བས། ལེའུ་ཁ་བྱེན་བལྟ་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །

བཅ་པོ་ལྟ་བུ་བ། (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་འདུལ་བ་ཀྱན་ལས་བརྟུས་བ་
ཞེས་བྱ་བ་སྒྲེགས་བཅུ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན། རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཅི་མེད་བཞེས་
གཉེན་གྱིས་མཛད། རྒྱ་གར་སྐད་དུ་བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཆན་ལ། བ་ཉི་མོ་མུ་ལུ་འྲི་ཀ་བིན་
ཡ་ས་སུ་རྩ་ཡ་ཟེར། སྤེད་གཉིས་འབྱུང་འདུལ་བ་སྒྲེགས་བཅུ་༩ བྱ རྩ བྱ རྩ བྱ
ཤེས་ན་བཞུགས་སོ། །

བཟླ། (ལེགས་སྦྱར) 1 རྟོ་རྟེ། 2 མི་ཆོད་བ། 3 མི་བྱེད་བ། 4 སྤ་བ། 5 བརྟན་བ། 6 མི་ལེགས་བ། 7
གཞོན་དུ་མེད་བ། 8 ཁོང་སྟོང་མིན་བ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན།

བཟླ་རྟེན། (ལེགས་སྦྱར) མི་བསྐྱོད་བ། དེས་ཆོག་ནི། བཟླ་ནི་རྟོ་རྟེན་པའམ་འཆང་བའི་
དོན་ནོ། །འོན་མི་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་རྟོ་རྟེན་འཆང་དུ་རྟེ་ལྟར་རིགས་སྟུམ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། དེ་ལ་
བཟླ་རྟེན་འམ་རྟོ་རྟེན་འཆང་ཞེས་པ་ནི་སྤྱི་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རིགས་
དུག་པ་རྟོ་རྟེན་འཆང་ནི་མིན་ནོ། །དཔེར་ན་ མཆོ་ནང་གི་སྤལ་བ་ལ་མཆོ་སྤེས་ཀྱི་སྤྱི་བཤད་པའི་
རྒྱ་མཆན་ཡོད་ཀྱང་མཆོ་སྤེས་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་རྟེན་རྣམ་གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་
དང་། འབྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ན་གསལ། སྤྱི་མདོག་སྟོན་སོ། །ཞལ་གསུམ། རྩ་ཞལ་ནག་སོ།
(གཡས་ཞལ་དཀར་སོ། གཡོན་ཞལ་དམར་སོ།) དུག་དུག་བ། ལུས་དང་བཅས་པ་ཞིག་གོ། སྤྱི་

བཤད་ནི། ཡེ་ཤེས་ལྷ་མཆོན་པའི་དོན་ནི་ཅེ་ལྷ་པ་ཕྱག་མཆོན་དུ་འཛིན་པར་མཛད་པས་ན་དོན་
འཆང་སྟེ། བྱང་དོན་གྱི་བཤད་པའོ། །བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཟུང་འཇུག་གི་དོ་
ནིའི་ཡེ་ཤེས་རང་གི་དོ་མོ་ཉིད་དུ་འཛིན་པར་མཛད་པས་དོན་དེ་ཆེ་འཆང་སྟེ། དེས་དོན་ནོ། །ཞེས་
རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེས་སྤྲུགས་ལྟར་ལོ། །

བཟླ་ལྷ་རྩ་ཉི། (ལེགས་སྦྱར) 1 དོན་དེ་པག་མོ། དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པའམ་བདེ་མཆོག་གི་ཡུམ། དེ་ལ་
དོན་མཁའ་འགྲོ་མ། དོན་རྣམས་པར་སྤང་མཛད་མ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) གྱེ་དོར་གྱི་
ཡུམ། དོན་དེ་པག་མོའི་མཆོན་དོན་བཟླ་ལྷ་རྩ་སྟེ། གྲུབ་ཆེན་ནག་ལོ་བས། ལྷ་གཤེས་སྤྱི་དག་
ལས་འདས། །རྩ་ཉི་འི་མ་རྣམས་པར་སྤངས། །ཉི་ཉི་རྒྱ་ཉི་རྣམས་འདྲིག་པ། །པག་མོའི་སྤྱར་ཉི་རབ་
ཏུ་འཇུག །དེ་ཡང་ལྷ་གཤེས་དོན་ཉི་སྤར་དང་འབྲེལ། རྩ་ཉི་ཉི་འི་མ་དང་བལ་བ། ཉི་ཏུ་རྒྱའི་དེས་
ཆོག་དང་ལྷན་པའོ། །ཞེས་གྱེ་དོར་གྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས།

བཟླ་ར་ཉི། (ལེགས་སྦྱར) དོན་དེ་དགའ་མ་སྟེ། སྟོལ་མའོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། དོན་དེ་ཉི་ལོང་གྲུབ་པའོ། །དེ་
ལ་དགའ་བས་ན་དོན་དགའ་མ་སྟེ། བྱང་དོན་ནོ། །དོན་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པའི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་
ཤེས་ལ་དགའ་བས་ན་དོན་དགའ་མ་སྟེ། དེས་དོན་ནོ། །ཞེས་རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེས་སྤྲུགས་ལྟར་
ལོ། །

བའི་རྗེ་མ་ལྷ་བྱ། རྗེ་མ་གནག་ཅིང་སྦྱུ་མ་པ་བའི་རྗེ་མ་ལྷ་བྱ་ཞེས་པའི་དོན། དེན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་
བཤད་པ་༩ བེ ༡༡༥༤ན་མལས། རྗེ་མ་གནག་པས་ན་རྗེ་མ་བའི་ལྷ་བྱའོ། །ཞེས་གསུན་ས་
ཤིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་ཀྱང་། ལྷ་གཞོན་ཏུ་ཉི་སྦྱན་མཐོན་མཐིང་ལ་བའི་རྗེ་མ་ལྷ་བྱ་
དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །མཛོད་རྟོགས་རྒྱན་ལས། སྦྱན་ཉི་མཐོན་མཐིང་སྦྱན་རྗེ་བ་མཆོག་གི།
འབྲེལ་བའི་དག་སྦྱུ་ཅུ་ཅ་གཉིས་མཆོན། །ཞེས་གསུངས་པའང་གོང་དང་འབྲེལ། །རྒྱལ་ཁབ་
ཆོས་རྗེའི་རྣམས་བཤད་སྟེང་པའི་རྒྱན་ལས། སྟེང་འོག་གི་རྗེ་མ་རྣམས་ལེགས་པར་གཞོལ་ཞིང་
མ་འདྲེས་པས་རྗེ་མ་བའི་ལྷ་བྱ་ཉིད་དེ། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

བར་གྱི་བསྐྱལ་བ། (འདུལ་བ) བར་བསྐྱལ་དང་དོན་འབྲེལ།

བར་ཆད། གོགས་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལམ་འགོག་རྒྱུན་ལ། བར་ཆད་ཟེར། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འགྲེལ་པ་
སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། བར་ཆད་ནི་གོགས་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

བར་ཆད་གྱི་ཆོས། (འདུལ་བ) 1 བཅ་ལྷག་ལ་སོགས་པའི་ལྷུང་བ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་
ལས་བཤད། 2 ཐར་པའི་ལམ་གྱི་གོགས་སུ་གྱུར་བའམ། སྒྲོམ་པ་སྦྱི་བའི་བར་ཆད་ཐམས་
ཅད་གྱི་མིང་། ལུང་ཐོན་ཆོགས་གྱི་འགྲེལ་པ་ལ་གཞི་བྱས།

བར་ཆད་མེད་པ། གོགས་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལམ་འགོག་རྒྱུན་མེད་པ་ལ། བར་ཆད་མེད་པ་ཟེར།
བརྒྱད་སྟོང་པའི་འགྲེལ་པ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། བར་དུ་གཙོད་བར་བྱས་པ་ནི་བར་ཆད་དོ། །དེ་
མེད་པ་ནི་བར་ཆད་མེད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

བར་བསྐལ། (མཛོད) འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་རྒྱལ་གྱི་ཆེ་ལོ་བརྒྱད་ཁྲི་ནས། ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་བར་འབྲི་
བའི་དུས་ཡུན་ལ། བར་བསྐལ་གཅིག་ཟེར། འོན་མཛོད་ཅུ་བ་ལས། བར་གྱི་བསྐལ་པ་(ནི) ཆེ་
ལོ་དཔག་མེད་ནས། ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་བར་དུ་ལོ། །ཞེས་དང་། མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། ཆེ་
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ནས་འབྲི་བ་ན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་བར་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ནི་ཆགས་ནས་གནས་
པ་རྒྱལ་གྱི་བར་གྱི་བསྐལ་པ་དང་པོ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་ནས་བརྒྱ་པའི་བར་འབྲི་
བ་ལ་བར་བསྐལ་དུ་བཤད་པ་རིམ་ལྔ་དངས་ཤེས། ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་ནས་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་འབྲི་
བ་ནི། འཆགས་པའི་བསྐལ་པར་གཏོགས་པར་བཤད་དགོས་པས་ཞོར་འཕྲོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱུང་
བ་ཡིན་ལོ། །བར་བསྐལ་དངོས་བཤད་པ་ནི་གོང་དུ་ཁོ་བོས་བཤད་པ་ལྟར་ལོ། །འདི་ནི་ཡ་ཐོག་
རིང་མོ་ལྷ་བུ་ལ་མཆོད་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ལ། མ་ཐོག་རིང་མོ་ལྷ་བུ་ཡིན་ན། ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པ་
ནས་ཆེ་ལོ་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་འཕེལ་བའི་དུས་ཡུན་དང་། བར་གྱི་བསྐལ་གཞན་བཙུག་བརྒྱད་ལྟ་
བུ་ཡིན་ན། ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པ་ནས་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་ཡར་འཕེལ་བའམ། བརྒྱད་ཁྲི་ནས་བརྒྱ་པའི་
བར་འབྲི་བའི་དུས་ཡུན་ལྟ་བུ་གང་རུང་ཞིག་ལ་ཟེར་ལོ། །འོན་ཡ་ཐོག་མ་ཐོག་གཉིས་རྒྱུང་པ་
དང་། གཞན་བཙུག་བརྒྱད་པོ་རྒྱལ་ཁུག་པ་ཡིན་པས་དུས་ཡུན་རིང་སྤང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་
པར་འགྱུར་རོ་ཞེས། སྟོན་མེད་དེ། ཡ་ཐོག་མ་ཐོག་གཉིས་བུལ་བ་དང་། གཞན་བཙུག་བརྒྱད་པོ་

རྣམས་སྤྱར་བའི་ཕྱིར་ལོ། འདས་ན་བར་བསྐྱལ་ཉི་ཤུ་ལོ་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་ཡུན་རིང་མུང་གི་
 ཁྱད་པར་མེད་དོ། འདས་ན་མེ་འཁོར་བྱལ་བས་ཡལ་ཐོག་མ་ཐོག་རིང་མོ་གཉིས་སྤྱི་ལེ་བརྩ་
 འགྲོ་བའི་དུས་ཡུན་དང་། མེ་འཁོར་ཆེས་མགྲོགས་པས་(བར་བསྐྱལ་གཞན་བཙུ་བརྟེན་པོ་
 རྣམས་)སྤྱི་ལེ་ཉི་ཤུ་འགྲོ་བའི་དུས་ཡུན་གཉིས་མཉམ་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །མཆིམས་མཛོད་
 ལས། དེ་ལ་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་ནི་འཛམ་བུ་སྤྱིར་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆོད་བག་ཏུ་མེད་པ་ནས་
 རིམ་གྱིས་མར་འགྲིབས་ཏེ་བརྒྱད་ཁྲི་པར་གྱུར་བའི་བར་ནི་འཆགས་པའི་བསྐྱལ་བར་
 གཏོགས་ལ། གང་གི་ཆོད་བརྒྱད་ཁྲི་པ་འགྲིབ་སྟེ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་བའི་མིའི་ཆོད་ཆོད་ལོ་བརྩ་པར་
 གྱུར་བའི་བར་ནི་(བར་གྱི་)བསྐྱལ་པ་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མཛོད་རྒྱུ་ཐར་
 ལམ་གསལ་བྱེད་ལས་ཀྱང་། ཆོད་ཆོད་བག་མེད་ནས་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་གྱི་བ་ནས། ཆོ་ལོ་བརྩ་
 པའི་བར་དུ་བར་བསྐྱལ་གཅིག་ཞེས་གསུངས། དེའི་ཆོད་ནི། བསྐྱལ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་
 ཅད་དཔག་ཆད་བྱེད་བྱེད་པ་ལ་ཀ་ལི་ཀའི་རས་ཀྱིས་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ཕྱོགས་རེ་ཕྱགས་པས་
 རྣམ་ཐད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཙམ་ན་བསྐྱལ་པ་བར་མཛོ། ཞེས་ཀྱང་གར་གྱི་མཁས་པ་བའི་རོ་ཙ་ན་
 དགྲི་ཉའི་སྤྱོད་འབྲུག་གི་འབྲེལ་པར་གསལ། ཡང་མཁས་བྱུ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་
 ཐོར་བུའི་གས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེབས་པ་༤༣༡ལས། བར་བསྐྱལ་རེ་རེ་ཙམ་གྱི་ཡུན་
 ལའང་། ཀྱང་དཔང་དཔག་ཆོད་གཅིག་གི་ཁྱོན་ཟུན་ཟིང་། སྤྱི་ལེ་ཡོངས་སུ་གང་ལོ་བརྒྱར་
 ལོན་པ་དང་། སྤྱི་ཉག་རེ་ཙམ་བཏོན་པས་ཇོགས་པས་ཆད། བར་བསྐྱལ་གཅིག་ཙམ་ཇོགས་
 པ་སྐྱུ་མ་བཞེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། སྤྱི་བཤད་ནི། འཆགས་བསྐྱལ་དང་། འཛིག་
 བསྐྱལ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འབྱུང་བའི་བསྐྱལ་པ་ཡིན་པས། བར་བསྐྱལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྟམ་
 མོ། །མཛོད་རྩ་བ་ལས། བསྐྱལ་པ་རྣམ་པ་མང་བཤད་པ། །(འཛིག་བསྐྱལ་)འཛིག་པའི་བསྐྱལ་
 པ་དཔྱལ་བ་ཡི། སྤིང་པ་མེད་ནས་སྤྱོད་ཐད་པ། །(འཆགས་བསྐྱལ་)འཆགས་པ་དང་པོའི་རྒྱུང་
 རས་ནི། འདུལ་བའི་སྤིང་པའི་བར་དུལོ། །(གནས་བསྐྱལ་)བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་དཔག་མེད་
 རས། ཆོ་ལོ་བརྩ་པའི་བར་དུལོ། ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་སོ། །བར་གྱི་བསྐྱལ་

པའི་ཚེས་གཞི་ལོ་ཡིས་བྱེད་པ་མིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། བརྟུང་གི་སེམས་ཅན་གྱི་བྱེད་སྤྱོད་
བཟང་བན་གྱིས་བསྐྱལ་བ་ཟང་གི་སངས་རྒྱུ་དེ་དག་སྤྱོད་སྤོང་ལས་གྱིས་ཀྱང་མ་དེས་
ཤིང་། བར་གྱི་བསྐྱལ་བ་ཡང་ཉ་ཅང་རྒྱན་རིང་བས་ལོ་དང་རྒྱ་བས་བཟང་མི་བྱས་སོ། །འགའ་
ཞིག་གིས་བར་བསྐྱལ་གཅིག་ལ། མི་ལོ་དཀྱིགས་ཆེན་པོ་གསུམ། དཀྱིགས་རྩེད་བ་གསུམ།
གཏམས་ཆེན་དག། གཏམས་རྩེད་བདུན། རབ་བཟམ་ཆེན་པོ་བདུན། ཁྲག་ཁྲིག་ཆེན་པོ་དྲུག་
ཁྲག་ཁྲིག་རྩེད་བ་གཉིས། ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་གསུངས། ཁ་ཅིག་གིས་བར་བསྐྱལ་མི་
ལོ་དཀྱིགས་ཁྲག་དགྲུ་ཡོད་གསུངས་སོ། །ཞེས་སྤོང་དོལ་སྒྲིལ་གསུང་། ཡང་པོད་རྒྱ་ཆེག་
མཛོད་ཆེན་མོར། བསྐྱལ་བ་རྩེད་བ་སྟེ། ཆོས་མཛོད་པའི་བཤད་སྟོལ་ལྟར་ན་མིའི་ཆེ་ཆོ་པ་བཅུ་བ་
ནས་བཟུང་ལོ་བརྒྱ་རེར་ལོ་རེ་འཕེལ་ཉེ་མིའི་ཆེ་ཆོ་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་བར་ཡང་འཕེལ་བའི་
དུས་ལུན་ལ་བསྐྱལ་བ་རྩེད་བ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་ལོ་བརྒྱ་རེར་ལོ་རེ་འབྲིབ་སྟེ་མིའི་ཆེ་ཆོ་
བཅུ་བའི་བར་མར་འབྲིབ་པའི་དུས་ལུན་ལ་ཡང་བསྐྱལ་བ་རྩེད་བ་གཅིག་ཟེར། དེ་ལ་མི་ལོ་ཁྲི་
བརྒྱད་བརྒྱ་སོ་དགུ་དང་དགུ་སྟོང་ཐམ་པ་ཡོད་ཅེས་གསལ།

བར་དོ། འབྲུང་ལུས་རགས་པ་སྤངས་པའི་སྤྱོད་པའི་ལུས་ཅན་ཡིན་པ། དབང་པོ་ཀུན་ཚང་བ། རི་བོ་
ལ་སོགས་པ་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲོ་བ། ལས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་སངས་རྒྱུས་གྱིས་ཀྱང་དགག་བར་
མི་བྱས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། ཡིད་ལས་བྱུང་བ། སྲིད་འཆོལ། སྲིད་པ་བར་
མ་དོ། ཇི་ཟ། མཛོད་གྲུབ་ཀྱི་སྲིད་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། འིན་སྟེ་བ་མ་སྤངས་པའི་
བར་གྱི་སྲིད་པ་ཡིན་པས་བར་མ་དོའས་བར་དོ་ཞེས་བྱའོ། 12 སྤྱིར་བཏང་བར་དོན་བར་མ་དོ་
སྟེ། དབྱས་ཀྱི་མིང་དོ། །བར་དོ་ལ། འཁོར་འདས་བར་དོ། སྟེ་ཞི་བར་དོ། ཉིང་འཛིན་ལམ་གྱི་
བར་དོ། མི་ལམ་གཉིད་ཀྱི་བར་དོ། འཆི་བ་སྲིད་པའི་བར་དོ། སྟེ་གནས་བརྒྱད་པའི་བར་དོ་དང་
དྲུག་གསུངས་ཉེ། སྟེ་སྲིད་སངས་རྒྱུས་རྒྱ་མཚོའི་གཡལ་སེལ་121345ལས། རྒྱལ་བ་ཡང་
དགོན་པ་རྗེ་བརྟན་མི་ལས་རྫོ་མོ་བཟ་གིས་ཆེ་རིང་མར་གནང་བའི་བར་དོའི་གདམས་པར།
འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་བར་དོ་རུ། །གནས་ལུགས་དོ་སྤྱོད་དྲུག་རྒྱ་ཆེ། །གཞི་ལྟ་བ་གཏན་ལ་

འབེབས་ཀྱང་འཆལ། ལྷང་བ་སྐྱེ་ཤིང་བར་དོ་རུ། །རིག་པ་སེམས་ཀྱི་རྩལ་སྤྱང་བྱིར། །ལམ་
བསྐྱེད་རྫོགས་གཉིས་ལ་འབད་ཀྱང་འཆལ། །ཉིང་འཛིན་ལམ་གྱི་བར་དོ་རུ། །གཉུག་མ་ཡེ་
ཤེས་ངོས་བརྒྱང་བྱིར། །སྤྲོན་བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་དག་སྒྲོམ་ཡང་འཆལ། །མི་ལམ་གཉིད་ཀྱི་
བར་དོ་རུ། །བག་ཆགས་ལམ་དུ་སྤྱང་བའི་བྱིར། །འོད་གསལ་སྤྱུ་ལུས་སྤྱང་ཡང་འཆལ། །འཆི་
བ་སྤྱིད་པའི་བར་དོ་རུ། །སྤྱོ་གསུམ་མཛོན་དུ་བྱས་ནས་ཀྱང་། །ཞིང་ཁམས་གསུམ་དུ་བཟོད་
ཀྱང་འཆལ། །གལ་ཉེ་མཛོན་དུ་མ་གྱུར་ན། །སྐྱེ་གནས་བརྒྱད་པའི་བར་དོ་རུ། །སྒོན་ལམ་དག་
པའི་མཆོམས་སྤྱོར་འཆལ། །ཞེས་དུག་ཏུ་བཤད་ལ། །ཞེས་གསུངས། ད་དུང་བར་དོའི་བཤད་
ཚུལ་མང་དུ་སྤྱང་བས་གོང་དུ་བཤད་པའི་གཡའ་སེལ་གྱི་ཤོག་གངས་ཀྱི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བར་དོ་སྤྱོད་མ། (བཀའ་བརྒྱུད) ཡིད་ལས་བྱུང་བའི་བར་དོའི་ལུས་དབང་པོ་ཀྱན་ཆང་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱ་
བ་དེའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

བར་དོ་སྤྱོད་ཚུལ། བར་དོ་ལོངས་སྤྱི་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར་གྱིས་བར་དོ་སྤྱོད་ཚུལ་ནི། ཐ་མལ་བ་
ལ་བར་དོ་རང་དགའ་བ་འབྱུང་བའི་དོད་ལ། བསྐྱེད་རིམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ། མཛོན་བྱང་ལྔ་
ལས་དང་པོའི་མགོན་པོ་འབྱུང་བ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་རྗེའི་གསུང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་སྒོ་གསལ་
བྱང་བའི་རེ་སྒོང་ལས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

བར་དོ་ལོངས་སྤྱི་རྣལ་འབྱོར། བར་དོ་ལོངས་སྤྱིའི་ལམ་འཁྱེར་དང་འབྲ།
བར་དོ་ལོངས་སྤྱིའི་ལམ་འཁྱེར། དག་པའི་རྒྱང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱར་ཤར་བ་དེ་ངའོ་
སྤྲོམ་དུ་ང་རྒྱལ་ལ་སྒོལ་བར་བྱེད་པ་ནི། བར་དོ་ལོངས་སྤྱི་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར་རོ། །འདི་
གཞིའི་བར་དོ་སྤྱོད་བྱེད་དང་། འབྲས་བུའི་ལོངས་སྤྱི་འབྲུབ་བྱེད་ཡིན། རྗེའི་གསུང་འདུས་
བསྐྱེད་རིམ་སྒོ་གསལ་བྱང་བའི་རེ་སྒོང་ལས་ཀྱང་། །ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནས། དང་པོའི་
མགོན་པོའི་བར་རྣམས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱུང་དུ་བལྟ་བ་དང་། དང་པོའི་མགོན་
པོའི་ང་རྒྱལ་དང་། གསལ་སྤང་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། དག་པའི་རྒྱང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་བའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་སྤྱར་ཤར་བ་དེ་ངའོ་སྤྲོམ་དུ་ང་རྒྱལ་ལ་སྒོལ་བར་བྱེད་པ་ནི། བར་དོ་ལོངས་སྤྱི་འཁྱེར་

བའི་ལམ་འཁྱེར་ཡིན་ལ། དེ་དང་སྐྱོ་རྩོགས་པ་ལས་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། དང་པོའི་མགོན་པོ་དང་།
བསྐྱེད་རིམ་པའི་ལོངས་སྐྱོ་རྩམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེད་རིམ་པའི་
ལོངས་སྐྱོ་བར་དོ་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ནི། མ་མཁའ་པ་ལ་བར་དོར་དགའ་བ་འབྱུང་བའི་དོད་ལ།
བསྐྱེད་རིམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ། མཛོན་བྱང་ལྷ་ལས་དང་པོའི་མགོན་པོ་འབྱུང་བ་དེ་ཡིན་
ནོ། །རྩོགས་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་གང་སློན་པར་བྱེད་སྟེ་ལྷ་ན། དཔེན་པ་གསུམ་གྱི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་
ལུས་རྗེས་མ་བྱུན་པ་དང་། བར་དོ་དངོས་གནས་ལ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པའི་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྐྱེ་
ལུས་དང་། ལྷ་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་ལུས་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུད་སློན་པར་བྱེད་ཅིང་། སྐྱེད་པའི་
འབྲས་བྱ་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ལོངས་སྐྱོ་འབྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར། བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་ལམ་འཁྱེར་ལ་གཟིགས།
བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་བསྐྱེད་པ། བསྐྱེད་པ་སྐྱོར་དགུའི་བརྒྱུད་པ་དང་འཆི་བྱས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་གཉིས་
པ་བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་དང་བསྐྱེད་པ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་དེ་ལས་
ལངས་ནས། བར་དོ་འཆར་བར་ཚོམ་པ་ན་བར་དོའི་ལུས་ཤིན་ཏུ་ལྷ་པའི་རྒྱུད་སེམས་ཙམ་
ལས་ལོངས་སྐྱེད་དང་པོའི་མགོན་པོ་ལས། རྩོ་རྩོ་འཆར་གི་སྐྱེ་གང་ཅུང་ཅུང་ཞིང་། འཛིགས་
བྱེད་ལྟར་ན་ལོངས་སྐྱེད་རྒྱ་རྩོ་རྩོ་འཛིན་པ་བྱུང་འདུག་འཇའ་ཚོན་ལྷ་པའི་སྐྱེད་ལྷ་དང་བར་
བྱའོ། །འདི་ནི་མ་མཁའ་པ་ལ་བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་དོད་ལ། སྐྱེ་མའི་ལོངས་སྐྱེད་རྩོད་རྩོགས་པའི་སྐྱེད་ལྷ་དང་
བ་ཡིན་པས། འདི་ནི་བར་དོ་ལོངས་སྐྱེད་དང་བསྐྱེད་པའོ། །

བར་དོའི་ཆེ་ཆད། བར་དོའི་ཆེ་ཆད་ནི་ཞག་བདུན་ཡིན། དེ་ཡང་ཕྱི་མ་གང་དུ་སྐྱེ་འཁྱུར་གྱི་འགོ་བ་
དེའི་ཆེ་ཆད་ལ་བྱེད་དགོས་པ་གསུང་རྒྱུན་ལ་འདུག།

བར་སྒྲོམ། (འདུལ་བ་)

བར་བར། སྐབས་རེ་དང་དོན་འདྲ།

བར་བར་དུ། སྐབས་རེར། མཚམས་རེར།

བར་དབུས་གཅོང་བཞི། དབུས་གཅོང་བཞི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བར་མ་དོ། 1 བར་དོ་དང་འདྲ། 2 དབུས།

བར་མ་རབ་བྱང་། (འདུལ་བ) བར་མ་རབ་བྱང་གི་སྒྲིམ་པ་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག

བར་མ་རབ་བྱང་གི་སྒྲིམ་པ། (འདུལ་བ) མཁན་པོར་གསོལ་བ་བཏབ་པ། ཁྱིམ་པའི་ཉགས་སྤངས་པ།
 རབ་བྱང་གི་ཉགས་སྤངས་པ་ཙམ་ལས་ཐོབ་པའི་རབ་བྱང་གི་སྒྲིམ་པ་བཏགས་པ་བ་ཞིག་འདི་
 ལ་ཉམས་པ་རྣམས་གསུམ་སྤངས་པའི་བར་མའི་ཚུལ་ཁྱིམས་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། ཉམས་པ་རྣམས་
 གསུམ་ནི། ཁྱིམ་པའི་ཉགས་སྤངས་པ་ལས་ཉམས་པ། རབ་བྱང་གི་ཉགས་སྤངས་པ་ལས་
 ཉམས་པ། གླ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལས་ཉམས་པ་སྟེ་གསུམ་སོ། །མཚོ་རྒྱུ་ལས་ནི།
 མཁན་པོར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི། སྤར་བཙུན་པ་བདག་གི་མཁན་པོ་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་
 པའི་སྐབས་སུ་སོང་ཟེན་པས། སྤར་ཡང་བགངས་ན་རྒྱོས་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བས། འུ་ཀྱའི་རྒྱལ་
 པའི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་པ། ཁྱིམ་པའི་ཉགས་སྤོང་བ། རབ་ཏུ་བྱང་བའི་ཉགས་ལེན་
 པ་དང་གསུམ་ལས་ཐོབ་པར་གསུངས་སོ། །སྤྱོད་པ་འདེད་ནི། སྒྲིམ་པ་དང་སྒྲིམ་མིན་གང་ཡང་
 མིན་པས་བར་མ་དང་། རབ་ཏུ་བྱང་བ་དང་ཆ་ལུགས་ཙམ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རབ་བྱང་ཞེས་
 བཏགས་སོ། །བར་མ་རབ་བྱང་གི་ཚུལ་ཁྱིམས་ཀྱི་དགོས་པ་ནི། དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་ལེན་
 པའི་སྒོ་ད་རུང་དུ་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་དང་། དེ་ལེན་པའི་དུས་ནི། དང་པོ་དགེ་བསྟེན། དེ་ནས་བར་མ་
 རབ་བྱང་། དགེ་ཚུལ། དགེ་སྤོང་ངོ་། །མེ་ར་རྩེ་བཙུན་པའི་འདུལ་བ་ལས། རབ་བྱང་གི་ཚུལ་
 ཁྱིམས་གང་ཞིག་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲིམ་པའི་སྤྱོད་པར་ཏུ་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་དེ།
 བར་མ་རབ་བྱང་གི་ཚུལ་ཁྱིམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དག་དོན་ནི། བར་མ་རབ་བྱང་དུ་སྐྱབ་པའི་
 ཚུལ་གཞག་དུ་ཡོང་དེ། སྐབས་འགོ་ཙམ་ཁྱེད་དུ་བྱས་ཏེ་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་
 གསུངས།

བར་མའི་དགེ་བ། (འདུལ་བ) བར་མ་རབ་བྱང་གི་སྒྲིམ་པ།

བར་མའི་ཚུལ་ཁྱིམས། (འདུལ་བ) བར་མ་རབ་བྱང་གི་སྒྲིམ་པ།

བར་མའི་སེམས་ཙན། རང་ལ་པན་གནོད་གང་ཡང་མ་བྱས་པའི་སེམས་ལ་ཟེར།

བར་མེད། བར་མཆམས་མེད་པ། བར་མི་འཆད་པ། རྒྱན་འཆད་མེད་པ།
བར་ཤར་པ། ཆན་གཞོན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡོད་པའི་བྲ་འཕྲིལ་མཁུ་ བསྐྱབ་པ་འབྲིང་བྲས་ཀྱི་རབ་
བྱུང་། བརྗོད་པའི་ཆོ་བར་ཤར་ར་ཞེས་བརྗོད། སྒྲ་བཤད་ནི། ཆན་པ་དང་གསར་བུ་གཉིས་ཀྱི་
བར་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བར། ཤར་བཤམ་ཤར་ནི། གཞོན་བཤམ་དར་མའི་དོན་ཏེ། སྒྲག་ཤར་
གཞོན་པ་ཟེར་བ་དང་། སྒྲ་ཤར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
བར་སྤྱི། སྤྱིད་པ་བཞིའི་ནང་གསེས། ཤི་ནས་སྤྱེ་བ་མ་སྤངས་པའི་བར་ཀྱི་སྤྱིད་པ་ལ་ཟེར། བར་དོ་
དང་འབྲ།

བར་ཐུག་ བར་སྟོང་། བར་མཆམས། ཆོས་གཉིས་ཀྱི་དབར།
བལ་གྱི་ལ་བ། སྒྲམ་བུ་སྒྲམ་མོ།

བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སྤུམ་ཅུའི་བཅུ་བྲག་པ། བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་པའི་དོན་
ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྟོང་གིས་ཁུར་ཆ་བ་མེད་ན་དཔག་ཆད་གསུམ་དང་རྒྱུང་གསུམ་གཅིག་
ལས་འདས་པར་བལ་ཁུར་ཁྲེར་བ་དང་། ཁུར་ཆ་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་དགེ་སྟོང་རང་གིས་ཁུར་ན་
རྒྱུང་གསུམ་གཅིག་འདས་པ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། ཁྲེང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་
དུ་བྲག་སྤེ་ལས་འཆར་ཀ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བལ་ཁུར་ཏེ་འོངས་པ་ལས་སྤང་པའི་
ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་མོ། །དགག་བྲལ་ཞི་མ་དང་བ་སྤྱེ་བ་དང་། དོན་དང་བྲལ་བ་མང་བའོ། །

བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སྤུམ་ཅུའི་བཅུ་གཉིས་པ། ལུག་གི་བལ་ནག་
པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྤང་པའི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྟོང་གིས་ལུག་གི་བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་
གི་སྤྲོན་བྲས་མཁུ་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ། བྱེད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་
གཞིའོ། ཁྲེང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སྟོང་རབ་ཏུ་མང་པོས་ལུག་གི་བལ་ནག་པོ་འབའ་
ཞིག་གི་སྤྲོན་བྲས་པ་ལས་སྤང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་མོ། །དགག་བྲལ་ཞི་འདོད་པ་ཆེས་པ་
དང་། དོན་དང་བྲལ་བ་མང་བའོ། །

བལ་མེལ་དུ་འབྲུག་པའི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སྤུམ་ཅུའི་བཅུ་བདུན་པ། བལ་མེལ་དུ་འབྲུག་

པའི་སྤང་པའི་ངོ་ཉི་མེ། བཅས་ལྷན་དག་སྤོང་གིས་དག་སྤོང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་བལ་མེལ་དུ་
འཇུག་གས་འཁྱར་འཇུག་གས་འཆེད་དུ་འཇུག་པ་ལས་སྤྱར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། མྱེང་
གཞི་མེ། མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་ཀས་དག་སྤོང་མ་ལ་བལ་མེལ་དུ་བཅུག་པ་ལས་སྤང་པའི་ལྷང་
བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པས་རྒྱ་བྱས་ཉེ་རང་རིགས་ཀྱི་བསྐབ་པ་ལ་གཞོན་པ་
སྟེ། སྤར་ཁྱར་འཇུག་གི་སྐབས་དང་འདྲོ།

བལ་པོ་སེའུ། སེའུ་འབྲུའི་མིང་། ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྤྲད་དུ་ “ཏྲ་ཁྲི་མ” ཇམ་ཅིམ་ཟེར། དེ་ཕྱིན་སྤྲད་དུ་
pomegranate ཟེར། ས་སྤྱ་ལེགས་བཤད་ལས། བལ་པོ་སེའུ་མ་ཟོས་ཀྱང་། །ཁ་དོག་ཉིང་
ལས་ཐོ་བཤེས། །ཞེས་འབྲེལ་སྤྱོད་ཀྱང་། བྱེ་བྲག་ཉིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༤༦ རྒྱབ་གཟིགས་
དང་། དཀོན་བཅེགས་༩ ཀ །ཤོག་གངས་གཉིས་པའི་རྒྱབ་གཟིགས་སྟེ། བལ་པོ་སེའུ་ཞེས་
འབྲེལ་སྤྱོད་མེད་པ་སྤང་ངོ། །འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་བྱེད་ཆེན་མཛོད་དུ་བལ་པོ་སེའུ་ཞེས་པ་
རྒྱ་གར་གྱིས་ “ཡམ་རུང་” অমরুদ དང་། དེ་ཕྱིན་སྤྲད་དུ་ guava ཟེར་བ་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་
འབྲུག་གྱང་ཞོར་བར་ངོས་སོ། །

བལ་པོ་སེའུ་ཤིང་། སེའུ་འབྲུའི་ཤིང་།
བལ་པོ་སེའུ། བལ་པོ་སེའུ་ལ་གཟིགས།

བལ་མེལ་དུ་འཇུག་པའི་སྤང་པ། (འབྲུག་བ) སྤང་ལྷང་སྤུམ་ཅུའི་བཅོ་བརྒྱད་པ། བལ་མེལ་དུ་འཇུག་
པའི་སྤང་པའི་ངོ་ཉི་མེ། བཅས་ལྷན་དག་སྤོང་གིས་དག་སྤོང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་བལ་མེལ་དུ་
འཇུག་གས་འཁྱར་འཇུག་གས་འཆེད་དུ་འཇུག་པ་ལས་སྤྱར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། མྱེང་
གཞི་མེ། མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་ཀས་དག་སྤོང་མ་ལ་བལ་མེལ་དུ་བཅུག་པ་ལས་སྤང་པའི་ལྷང་
བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པས་རྒྱ་བྱས་ཉེ་རང་རིགས་ཀྱི་བསྐབ་པ་ལ་གཞོན་པ་
སྟེ། སྤར་ཁྱར་འཇུག་གི་སྐབས་དང་འདྲོ།

བས། (བརྟམ་སྤྲོད) 1 རྒྱ་མཆན་གྱི་སྤྱུ། 2 སྤྱ་ཕྱི་མཆན་སྤྱོད་པ་ཅམ་ལས་རྒྱ་མཆན་གསལ་བར་མི་
སྟོན་པའི་སྤྱ་ཞིག་ 3 ལས། གསལ་བ་བས་ཀྱང་གསལ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 ཟད། དེས། བས་པ་

དང་དོན་འདྲ། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་སྡེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྤྱན་སེལ་ལས། དེ་བཞིན་སྒོ་གྲོས་གསལ་ལྟན་ཁོ་བོ་ཡིས། །ལེགས་བར་མ་དབྱད་དེ་སྤིང་གནས་འདི་ལ། །ཁེངས་ལྟན་མཁས་རྒྱུ་བརྒྱ་ཡིས་རབ་དབྱད་ཀྱང་། །ལོག་པའི་ཐ་སྲུང་སྤེལ་བ་ཁོ་ནར་བས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བས་ཀྱང་། ལས་ཀྱང་། གསལ་བ་བས་ཀྱང་གསལ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

བས་མཐའ། 1 ཁྱོད་ལས་ས་ཐག་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ས་ཕྱོགས། སྤྱ་བཤད་ནི། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཁྱེད་སོགས་ཟད་པའི་མཐའ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ་བས་ནི་ཟད་པའི་དོན་ནོ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད་) བས་མཐའ་ནི་ཁྱོད་ལས་དཔག་ཆད་དུ་སོང་བའི་དགོན་པ་ལ་ཟེར། 3 (རྟོག་མཉམས་) རྒྱུང་གྲགས་ཕྱིད་ལ་བས་མཐའ་ཞེས་བྱའོ། །

བས་བ། ཟད་བ། འཛིན་སྐྱབས་ཐ་དད་བ་ཙམ་དུ་བས་བས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

བི་ག་མ་ཕུ་ར། (ལེགས་སྐྱར་) རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ་འབྱུངས་ཡུལ་གྱི་ཁྱོད་ཁྱེད། བི་ག་མ་ཕུ་ར་ཞེས་བ་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ན། རྣམ་པར་རིམ་པའི་ཁྱོད་ཁྱེད་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒྲོའི་ལམ་རིམ་བརྟུང་བཤོལ་དང་། སྤྱི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤིག་སྤྱར་རྣམས་སུ་འདྲ་གསལ་ཞིང་། དེ་ཡང་། བི་ཞེས་བ་རྣམ་པར། ག་མ་ནི་ཞེས་བ་རིམ་པ། ཕུ་ར་ཁྱོད་ཁྱེད་ཞེས་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། ག་མ་ཞེས་བ་རིམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ་འཐད་ཀྱང་། ཁོ་བོ་ལྟར་ན། “Vikrampur” བི་ག་མ་ཞེས་བ་རྣམ་གཞོན་དང་། ཕུ་ར་ཁྱོད་ཁྱེད་ཡིན་པས། རྣམ་གཞོན་ཁྱོད་ཁྱེད་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །ནག་ཆའི་བསྟོད་པ་བརྒྱ་བརྩུ་བ་ལས། ཤར་ཕྱོགས་ཟ་རྟོར་ཡུལ་མཆོག་ན། །དེ་ན་ཁྱོད་ཁྱེད་ཆེན་པོ་ཡོད། །བི་ག་མ་ནི་ཕུ་ར་ཡིན། །ཞེས་བི་ག་མ་ནི་ཞེས་འབྱུང་བའི་“ནི” སྤྱི་དེ་ནི་བོད་སྐད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཁ་སྐོང་ཙམ་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། །ཡ་མཆོན་པ་ཞིག་ལ། དེང་སང་གསར་དུ་དབྱིན་སྐད་དུ་བསྐྱར་བའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་ཡང་“Vikramnipur” ཞེས་ནོར་བ་བྲིས་འདུག་གོ། དེར་མ་ཟད་ཁྱོད་ཁྱེད་པའི་དེང་སང་ཡང་ “Vikrampur” བི་ག་མ་ཕུ་ར་ཞེས་ཟེར་གྱི། བི་ག་མ་ནི་ཕུ་ར་ཞེས་མི་བརྟོད་

པའི་ཕྱིར་དོ། །སྐྱམ་ཡང་ད་དུང་དབྱེད་དོ། །

བེ་ཀ་མ་ལྷི་ལ། (ལེགས་སྦྱར) རྣམ་གཞོན་ངང་ཚུལ་ Vikramasila ཞེས་སྤར་ཀྱ་གར་གྱི་ནང་པའི་
གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གྲགས་ཅན་ཞིག་གི་མིང་། བེ་ཀ་མ་ལྷི་ལ་ཞེས་པའི་ཚབ་ཏུ། མེ་
ཀ་མ་ལྷི་ལ་ཞེས་བྲིས་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་སེམས་སོ། ། (དཔེ་མང་པོར་བྲི་གྲྲ་མ་ལྷི་ལ་དང་།
བོད་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བེ་ཀ་མ་ལ་ལྷི་ལ་ཞེས་དང་། ཡང་། བེ་ཀ་མ་ལ་ལྷི་ལ་སོགས་
སྤྱ་ཆོགས་ཤིག་འབྱུང་བ་ནི་ཡི་གེ་མ་དག་པར་ངེས་སོ། དེ་ནི་ཅ་རྒྱའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་
རྫོགས་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱ་ལའི་རིགས་ཅན་བཅུ་བཞི་བྱུང་བའི་བཞི་པ་རྒྱལ་པོ་རྣམ་སྤྱ་ལ་ཞེས་
མངའ་ཐང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དེས་མ་ག་རྒྱའི་བྱང་ཕྱོགས་ངོས་གཞུང་བྱང་ཕྱོགས་ངོས་གཞུང་བྱང་
འགམ་དུ་རི་དེའུ་ (རི་དེའུ་ནི་རི་འབྱུར་ཚུང་དུ་ཞེས་པའི་དོན) ཞིག་གི་ཅེར་བཞེངས་པར་
བཤད། བེ་ཀ་མ་ལྷི་ལ་སྤྱི་བསྐྱར་ན་རྣམ་གཞོན་ངང་ཚུལ་ཞེས་པའི་མཆོད་གྱིས་བསྐྱགས་པའི་
གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོར་ཉི་མཱ་ལྷ་ར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱི་བོ་བར་མ་ཆད་
པར་བྱོན་པ་ལས་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ནི། སློབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོའི་སློབ་མ་སངས་རྒྱལ་ཡེ་
ཤེས་ཞབས་སོགས་སྤྲུགས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེས་ཆེ་བ་མང་པོ་དང་། མཁས་བ་སློ་བུ་ཏུ་
གྲགས་པ་རྣམས་དང་། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ རྩོད་དུས་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གཉེས་པ་ཨ་
བྱུ་ཀ་ར་གྲུག། བཞ་ཆེན་ཤུ་ཀྱི་ལ་སོགས་པའི་རིམ་བར་བྱོན་ཉི་མཛོད་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྐྱར་བ་
ཟུང་འབྲེལ་དུ་བསྐྱུངས་པའི་བྱུང་ཐོབ་དང་བརྗེ་ཏུ་བཟང་ལས་འདས་པ་བྱོན་པའི་སློབ་གཉེར་
ཀྱི་བསྐྱེད་ནས་ཆེན་པོ་ཞིག་གོ། འདི་བཞེངས་པ་པོ་ནི། སློབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོའི་བྱོན་
བདག་ཆོས་རྒྱལ་རྣམ་སྤྱ་ལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པར་ཆོས་འབྱུང་དང་ཡོ་རྒྱས་མང་པོ་ལས་བཤད་
དོ། ཞེས་དབྱེད་ཅན་དག་འཛོལ་གསུང་དོ། །ར་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བཀོད་པ་ཡང་བེ་ཀ་
མ་ལྷི་ལའི་སྤྱ་ཁང་ལ་དཔེ་བྱས་པར་མཁས་པ་མང་པོས་བཤད། དེར་སང་གཞུང་འགམ་དུ་
དཔོན་ཤུལ་ཞིག་མཛུལ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཁུ་ཏུ་སྤྱ་མ་བསྐྱར་འཛིན་རྒྱལ་མཆོན་ (ཁུ་ཏུ་སྤྱ་མ་
བསྐྱར་འཛིན་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། བེ་ཀ་མ་ལྷི་ལའི་ཤུལ་ནི་གཞུང་འགམ་དུ་ “བ་ཐང་ལྟར” ཟེར་

བ་རེད་གསུངས་ཞེས་ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་༡༥༣ན་གསལ། གསུང་། ཆག་
ཆོས་ཐེ་དཔལ་གྱི་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་སྐབས་གར་ལོག་པས་དགོན་པ་དེའི་བཅེགས་མང་གི་དོ་
ནམས་བཏོན་ནས་གར་རྒྱུར་བསྐྱར་ནས་མི་འདུག་གསུངས་པས་པལ་ཆེར་བྱེ་ལོ་༡༡༥༠ཡས་
མས་ལ་མེད་པ་བཟོས་འདུག་ཅེས། ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ན་གསལ། ད་དུང་དབྱུང་དགོས་
པར་སྒྲང་སྒྲེ། འདི་སྐོར་ཚུལ་སྒྲིག་པ་མང་པོའི་བཤད་པ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་འདུག་ཟུང་། དེར་དུས་
གྱི་ས་ལོག་སྒྲིག་འདོན་པས་རྙེད་སོན་བྱུང་བའི་བི་ཀ་མ་ཤི་ལའི་དགོན་ཤུལ་ཡིན་པར་ཆོད་
དཔག་བྱེད་རྒྱུའི་ས་ཤུལ་དེ་ནི། Bhagalpur གྱི་རྫོང་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་གྲོང་གསེབ་ An-
tichak ནང་ཡོད་པའི་འབྲེལ་བཟོད་བྱེད་ཅིང་། ས་ལོག་སྒྲིག་འདོན་གྱི་ལས་འགུལ་༡༩༦༠-
༦༡ཡས་མས་ནས་འགོ་བཙམས་པ་ནས་བཟུང་། དོ་ལས་བྱུབ་པའི་སྟོན་པའི་སྐྱབ་བརྟན་མང་
དག་ཅིག་དང་། མཆོད་རྟེན། ཐེལ་ཅེ་སོགས་རྙེད་སོན་བྱུང་ཞིང་། ཁོར་ཡུག་གི་བཞོད་པ་ནི་
མཐའ་རྫོགས་ར་བས་བསྐོར་བའི་དབུས་སུ་དགོན་སྒྲེ། དེའི་དབུས་སུ་གཙུག་ལག་ཁང་། དེའི་
མཐའ་སྐོར་དུ་ལྷ་ཁང་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐོར་བ་བཙས་སོ། །བི་རྩ་ར་མངའ་སྡེའི་གཞུང་གི་
ནང་པའི་གནས་མངལ་ལམ་ཡིག་གི་འཛམ་གླིང་བ་རྒྱའི་ནང་དགོན་ཤུལ་སོགས་ཀྱི་བརྟན་
སྤར་ཡང་འགའ་ཤས་མངལ་རྒྱ་འདུག མི་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཉེ་ཤོས་ནི་ Khalgaon ཡིན་
འདུག རྒྱས་པར་གཤམ་གསལ་གྱི་བི་རྩ་ར་མངའ་སྡེའི་བ་རྒྱ་ཞིག་འདུག་པ་དེར་གཟིགས་པར་
ལ།

བི་ཀ། (མེགས་སྐར) བཤད་བ།

བི་རྩ་རྒྱ། (མེགས་སྐར) ནམ་བྱེད་ཅེས་བསྒྱུར། དེའི་དོན་ནི། ནམ་པར་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་པ་སྒྲེ། འཛིག་རྟེན་
བྱེད་པ་པོ་སྒྲེ། ཆངས་པའི་མིང་པོ། །དབྱིན་སྐད་དུ་ Creator ཟེར་རོ། །विधाता, Vidhaata བི་
རྩ་རྒྱ་ཞེས་པ་ནམ་བྱེད་ཅེས་མངོན་བཟོད་མཛོད་དུ་བསྒྱུར་ཡོད།

བི་རྩ་ཡ་ཀླ། (མེགས་སྐར) ལོག་འཛིན་ཏེ། དབང་ལུག་ཆེན་པོའི་བུ་ཆོགས་བདག་སྤང་སྤེའི་མིང་། མིང་
གཞན་གཤམ་པ་ནི་ गणपति དང་། གཤམ་པ་ गणेश ཟེར་བ་དེའོ། །विवनायका བི་རྩ་ཡ་ཀླ་ཞེས་པ་

ཐད་བསྐྱར་བྱས་ན། བི་ནམ་པ། ལྷ་ཡ་ཀླ་འཛེན་པ་ཡིན་ཀྱང་། ལོ་རྒྱུ་བ་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་
 སངས་རྒྱལ་ལ་ཡང་རྣམ་འཛེན་ཞེས་མང་དུ་གསུངས་པས་བྱད་པར་བསྟན་པའི་དོན་དུ་ལོག་
 འཛེན་དུ་བསྐྱར་རོ། དེ་ལ་བགགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བེ་ལྷ་ཡ་ཀླ་ཟེར། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་ལ་
 གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། བེ་ལྷ་ཡ་ཀླ་ཞེས་པ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་འབྲི་རྒྱལ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་
 མེ་ལྷ་ཡ་ཀླ་ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་སེམས། ༡ ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་གསང་བའི་སྐུ་ཐབས་
 སྟོབ་དཔོན་དོན་ཡོད་དོན་རྗེས་མཛད་པ། ༢ འཕགས་པ་ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་ཆགས་པ་རྗེ་རྗེའི་
 དམ་ཚིག་གི་བསྟོད་པ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཏེ་ཨ་ཏེ་ཤས་མཛད་པ། ༣ སྤྱིན་གྱི་སྟོན་
 མ་ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་སྐུ་བ་པའི་ཐབས་སྟོབ་དཔོན་རིན་ཆེན་དོན་རྗེས་མཛད་པ། ༤ དཔལ་
 ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་འབྱར་གཤམ་སེལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐུ་ཐབས་ཨི་རྩ་བྱུ་ཏེས་མཛད་པ། ༥
 ཚོགས་བདག་གི་སྐུ་བ་པ་དབུལ་བ་གཏེར་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོས་
 མཛད་པ་བཅས་བསྟན་འགྲུར་ནང་བདག་གིས་མཐོང་བ་དེ་ཅམ་ལོ།

བེ་མ་ལ་མི་བྱ། (ལེགས་སྐུར) བེ་མ་ལ་མི་བྱ་པོད་རྟེན་དུ་བསྐྱར་ན་བྲི་མེད་བཤེས་གཉེན་ཞེས་པ་ཡིན་ལ།
 དེ་ལ་སྤྱི་གཉིས་བྱུང་བ་དེ་བ་སྟོན་དུ་གསལ་ལོ། ། སྤྱི་མ་ནི་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྟོང་ལྗེ་མཚན་གྱི་
 དུས་སུ་ཕྱོན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དེ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བེ་མ་ལ་མི་བྱ་དེ་
 ཡིན་པར་སེམས། དེ་ཡང་དེ་བ་སྟོན་ལས། དེ་ལ་སྟོབ་དཔོན་བེ་མ་ལ་མི་བྱ་ཡང་། ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་
 སྟོང་ལྗེ་བཙན་ནས་མངའ་བདག་རལ་བ་ཅན་གྱི་བར་དུ། བེ་མ་ལ་མི་བྱ་སྤྱི་གཉིས་བྱུང་བ་
 སྟོན་གྱི་ཡིག་རྙིང་དག་ལ་སྤྱང་སྟེ། སྤྱི་མ་ནི་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྟོང་ལྗེ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་བྱུང་བ།
 རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆ་བྱད་དུ་མེད་པར་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཆ་བྱད་དུ་ཡོད་པས། རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་
 བྱི་བ་དང་ནང་བ་གང་ཡིན་ཐེ་ཚོས་ཟ་ཞིང་རྣམ་སྤྱང་གི་ལྗེར་ཆོ་ལ་བྲག་བྱས་གྲུས་པས་ཀྱང་ཐེ་
 ཚོས་ཐོས་པའི་གཏམ་སྤྱང་ཞིང་། ཐེ་ཚོས་བསྟོག་པའི་བྱིར་སྐྱབས་འགྲོ་ཡན་ལག་དུག་པ་
 མཛད་པ་ལས། རྒྱལ་སྟོན་ཡིད་ཆེས་མ་གྱུར་པས། སྐབས་འགྲོ་ཡན་ལག་དུག་པ་བྱས། །ཞེས་
 ཀྱང་འབྱུང་ངོ། །འདིས་ཤེས་རབ་སྟོང་པོའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་དང་། རིམ་གྱིས་འབྲུག་པའི་

སྒྲིམ་དོན་དང་། ཅིག་ཅེར་འབྲུག་པའི་སྒྲིམ་དོན་གཉིས་ཀྱང་མཛོད་དེ། དེ་དག་གི་ཚུལ་ལ་
བལྟས་ན་སྒྲོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་གྲི་ལའི་རྗེས་ཙམ་ལ་བྱོན་པ་འདྲོ། །ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་བསྐྱ་
འབྲུང་གནས་དུས་མཚུངས་པར་བོད་ལ་མེབས་པར་ཡང་གསུངས་ཏེ། སྒྲོན་པོ་བཀའ་ཐང་
ཡིག་༣༥༠ལས། རྒྱལ་སྤྱི་དྲུག་ཀྱིས་སྐྱོང་བས་མངའ་ཐང་ཆེ་ ཞོ་རྒྱན་མཁན་པོ་བསྐྱ་སྤྱི་
དང་། བཅའ་ཆེན་མི་སྤྱི་ཉ་གཞན་དངས་ནས་། དབྱུས་སུ་བསམ་ཡས་དུ་བཞེར་མཐའ་འདུལ་
སོགས་སུ་གཙུག་ལག་ཁང་ནི་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་བཞེངས་། ཞེས་གསུངས་སོ། །2 མི་མ་ལ་མི་
ཉ་ཕྱི་མ་ནི། སོ་སོར་ཐར་པའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་བཅ་པོ་ལྷ་བཅུ་བ་མཛོད་པ་པོ་སྟེ། རྟེན་ཡང་
དགེ་སྲོང་དུ་འཐད་དོ། །མི་མ་ལ་སྤྱི་མས་སྤྱི་མིག་གི་གདམས་པ་འདི་རྒྱལ་པོ་དང་ལྷང་ཉིང་
འཛིན་བཟང་པོ་གཉིས་ལ་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་མི་མ་ལ་རྒྱའི་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཏོ། །ཞེས་དེབ་
སྟོན་སྟེགས་བཅ་སྟོད་ཆ་༣༩ན་གསལ་བ་ལྟར་དོ། །ཡང་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བའི་
ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་ནི། མི་མ་ལ་མི་ཉ་ཕྱི་མེད་བཤེས་གཉེན་འདི་དགའ་
རབ་རྟོ་རྗེའི་དངོས་སྟོབ་སྟེ་བྱུག་རྒྱ་རྒྱ་ཆེན་ཞེས་སྤྱི་མ་ལ་སྤྱི་དག་པར་སྲོང་ཆེན་པ་འཆད།
དེབ་སྟོན་པས་འདི་མི་མ་ལ་སྤྱི་མར་བྱས་ནས་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཆ་བྱད་ཅན་ཡིན་ཟེར་བ་ཁྱེད་ས་
མེད་པས་བཅའ་ཆེན་དུ་སྐྱེ་འདྲ་རྟེང་མ་རྣམས་ལ་ཡོད། ཅས་ཀྱང་གསལ་ཡོ། །

མི་རྒྱུ་ལ། རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྟ་དང་དུས་མཚུངས་པར་བྱོན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཞིག་ སྒྲོབ་
དཔོན་བྱོགས་ཀྱི་སྐང་པོའི་སྒྲོབ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆོས་སྐྱོང་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་སྒྲོབ་མ་ཡིན་པར་
བཤད། ལོ་རྒྱུས་ཐུང་ཙམ་ཞིག་རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྲུང་ཤོག་གངས་༡༩ན་གསལ་
ལ། ཡང་ཐུའུ་བཀའ་སྤྱབ་མཐའ་༡༩ལས་འབགས་པ་སྤྱི་སྤྱི་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་ལྷུ་བཤེས་
གཉེན། དེའི་སྒྲོབ་མ་འབར་བའི་གཙོ་བོ། དེའི་སྒྲོབ་མ་གནས་བཞུག་དཔལ་ལྷན་ཆོས་སྐྱོང་། དེ་
ཉིད་སྟོད་པ་ལ་གཤེགས་པའི་མཆོན་མིར་ཨ་པར་གྲགས། དེའི་སྒྲོབ་མ་རྟོག་ཏེ་ཅུ་ཀ དེའི་
སྒྲོབ་མ་མི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ཉ་ཕྱི་མ་ཉིད་ལ་སྤྱི་ཆེན་འབྲོག་མིས་ལོ་བཞེར་གསང་
སྤྱུགས་གསན་ཚུལ་སོགས་གསུངས། དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་དང་ལམ་འབྲས་སྤྱི་མ་བརྒྱད་

པའི་ནམ་ཐར་སོགས་སུའང་བཤད་ཚུལ་གྱི་མ་དང་མཐུན་པར་བཤད་སྒྲུང་བས། གང་ཟག་གཅིག་ཉིད་ལ་ལོ་རྒྱུས་མི་མཐུན་པ་གཉིས་འབྱུང་བས་དབྱེད་པར་འོས་སོ། །

བེ་ཤུ་ཀཱ། གཞོ་བོ་བེ་ཤུ་ཀཱ་ཞེས་བྱ་བ་སངས་རྒྱལ་ཞལ་བཞུགས་དུས་ཀྱི་གཞོ་བོ་ཞིག་འདིས་ལྷ་སའི་རྫོང་པོ་མི་བསྐྱོད་རྫོང་དང་། རྫོང་པོ་ཤུ་ལྷ་ཉི་དང་། ཡང་སྟོན་པ་ཉེར་ལྷའི་སྐྱེ་ཆད་ (འདི་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་སྒྲ་ལུལ་དུ་གདན་དྲངས་པར་བཤད། ཅན། གཞན་ཡང་ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ལོངས་སྐྱ་རྒྱུ་སྒྲུང་གངས་ཅན་མཚོ་སྐྱ་དཔག་ཆད་བརྒྱད་བརྒྱ་པའི་རྟེན་མཚོ་གདེ་ཡང་གཞོ་བོ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བཞེངས་པར་བཤད། འདིས་རྫོ་ཤུ་ཀཱ་གཉིས་བཞེངས་སྐབས་སྟོན་པའི་ཞབས་ཀྱི་ཐེའུ་རྒྱུང་ལ་ཐེག་སྐྱུང་བཏགས་ནས་ཆད་འཇལ་བར་བརྩམས་པའི་ཆོ་རྒྱུ་ཅམ་འཇལ་ཡང་ཆད་མ་ལོན་ནས། འོད་མདངས་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་སངས་རྒྱལ་དགའ་དཔལ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱེད་སྒྲུབ་ས། མཐར་སྟོན་པས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་ཡི་ཆད་སུས་ཀྱི་རྟོགས་མི་རྒྱས་པས་སྐྱེ་ཡི་ཆད་ལ་རྟོག་པ་ཞོག་གསུངས་ནས་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་བཀོད་མཛད་ནས་རྫོ་ཤུ་ལྷ་ཉི་དང་རྫོ་པོ་མི་བསྐྱོད་རྫོང་སོགས་བཞེངས་པར་བཤད། ཞིབ་པ་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ཤོག་གངས་པ་༩ སོགས་ལ་གཟེགས།

བེ་ལྷ་ཉི་ལྷ། (ལེགས་སྐྱུར) བཞགས་མཐར་བྱེད།

བེ་ལྷ། (ལེགས་སྐྱུར) རིག་པ།

བེ་ལྷ་རྫ་རྫ། (ལེགས་སྐྱུར) རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་སྒྲ། ཁོ་བོའི་མིང་། རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་གཟེགས།

བེ་ལྷ། (ལེགས་སྐྱུར) རྒྱ་གར་སྟོ་ཕྱོགས་ན་རི་པོ་འབྲིགས་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྐང་གི་སྐབ་གནས་ཡོད་པ་ལ་བཞེད།

བེ་མ་པ། (ལེགས་སྐྱུར) ། གཟུགས་བརྙན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པའི་གཟུགས་བརྙན་འཆར་བའི་ཤིང་འབྲས་ཤིག་དེ་ལ་པལ་སྐྱུང་དུ་ཀཱ་ར་ཐེར་ཞེས་རྒྱལ་མཚོ་གཟུང་པས་གསུངས། ཡང་། འཕགས་པོད་ཤན་སྐྱུར་འགའ། བེ་མ་པ་ནི་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དམར་པོ་སོགས་

ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་རྒྱ་ཐེར་ལས། བེམ་པ་ནི། ཇི་ན་མུར་ཀའོ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་
འབྲས་བུ་དཔར་པོ་ཞེས་བྲལོ། ཞེས་གསུངས། 2 བེམ་པ་ལྟར་དཔར་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་སྒྲིགས་
མེ་རྟག་ལ་ཤོང་སྒོ་ཁྲོས་བཏན་པས་བཤད། ཅེས་སྒྲོང་རྟོལ་སྒྲ་མ་གསུང། 3 རྒྱ་ཡི་སྐད་དུ་ “མེན་
པོ” ཟེར་བའི་ཤིང་རྟག་གི་མིང་ཡིན་པར་དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་ལས་བཤད།

བེསྟ། བེམ་པ་དང་། བེསྟ་རྣམས་དོན་གཅིག་

བེསྟ། བེམ་པ་དང་དོན་གཅིག་

བེར་ལ་བ། བེ་རུ་པ་ལ་གཟིགས།

བེལ་བ། (གསོ་རིག) (ལེགས་སྦྱར) བེསྟ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བེསྟ། (གསོ་རིག) (ལེགས་སྦྱར) ཤིང་རྟག་བེལ་བ། འབྲེལ་པས་ Aegle marmelos (L) corr. ཟེར།

བྲ། <བྲ> 1 བྲག་གུ་ཤེའི་མིང་། དཔེར་ན་བྲ་དང་བྲ་མོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བྲའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི།
བདག་སྒྲིམ། ལུས་འབེལ་བཅས་སོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། བྲ་དང་བྲ་ཞེས་པ་རྒྱུང་བའི་ཆ་ནས་
བཏགས་པར་སེམས་ཏེ། དཔེར་ན་རྫོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་དེ་ལྟ་དང་། ཤིང་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ། ཤིང་བྲ་ཟེར་
པ་ལྟ་བུའོ། 2 བྲག་གུ་སྤྱིའི་མིང་། བྲ་བྲག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། རྩའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། འདི་
ནི་དཔེར་ན་བྲ་ནི་བྲ་པོ་དང་བྲ་མོ་གཉིས་ཀའི་དབྱེ་གཞི་ཡིན་ཁྱད་། བྲ་པོ་ལ་བྲ་ཞེས་སྤྱི་མིང་
སྒོས་ལ་བཏགས་པ་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་ནི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་འི་རྒྱུད་། ལ་འཇུག་
ཁྱད་ཐབས་རྒྱུད་ལ་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཅེས་སྤྱི་མིང་སྒོས་ལ་བཏགས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་པོ། 3 མེ་ཤེའི་མིང་། བྲ་རྫོང་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བྲ་ག <བྲཱ་ག> 1 ཨི་ཁུང་། ཁུང་བྲ། དམིག་བྲ་རྣམས་དོན་གཅིག་ བྲ་གནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ “བྲཱ་ག”
རྒྱར་ཆག་པར་སེམས། 2 ལུས་ཀྱི་བྲ་ག་ལ་དགུ་ཡོད་པས་གྲངས་དགུ་མཚོན་པར་བཤད།

བྲ་ག་དགུ། ཁའི་བྲ་ག་མིག་གཉིས་ཀྱི་བྲ་ག་གཉིས། རྣ་བའི་བྲ་ག་གཉིས། སྤྱའི་བྲ་ག་གཉིས། བཤད་
ལམ་དང་། གཅིན་ལམ་གྱི་བྲ་ག་དང་དགུའོ། །

བྲ་ག་བཅུ་གཉིས། བྲ་ག་དགུའི་སྟེང་དུ་སྟེ་རྒྱུང་གི་བྲ་ག་ དབྲ་མའི་ཡར་སྟེ་མར་སྟེའི་བྲ་ག་སྟེ་བཅུ་

གཉིས།

བྱ་ཚུང་གི་སེམས། (བྱ་ག་ཆེན) གསལ་ལ་འཛིན་པ་མེད་པའི་སེམས།
 བྱ་ཚུང་གི་ལྷ་ཁང་མཐོང་བ་ལྟ་བུ། (བྱ་ག་ཆེན) གསལ་ཆ་ཡོད་ལ་འཛིན་པ་མེད་པའི་དཔེ།
 བྱ་སྟོན་ཁ་ཆེ། བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཀྱི་མཆོན་གྱི་ནམ་གངས་ཤིག། བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། ཉེ་ཙམ་
 ལྟ་བུས་བྱ་སྟོན་ཁ་ཆེས་བྲིས། །ཞེས་གསུངས། ཁ་ཆེ་ཞེས་བཞོན་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། གཟུགས་
 བྱང་མི་མཛེས་ཤིང་ཞལ་སྒྲོས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཁ་ཆེ་ཞེས་འཕྲོད་པའི་གསུང་རྒྱུན་ཞིག་དང་།
 ཡང་དེ་བ་ཐེང་དཀར་པོར་སྒྲ་བོ་ཆེ་དང་། ཁ་ཆེ་སོགས་ཐོབ་གོ་སའི་མིང་ལས་གཟུགས་བྱང་གི་
 རྟེན་དུ་བཏགས་པར་མིན་པར་བཤད་ཅེས། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་མཆོག་གི་བྲིས་ལན་ཕྱོགས་
 བསྒྲིགས་ན་གསལ་ལོ། །
 བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ། ཅོད་དུས་ཀྱི་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི། ས་དགེ་
 བཀའ་རྙིང་གི་གྲུབ་མཐའ་གང་གི་འོ་ཁོངས་སུ་མི་གཏོགས་པའི་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཉི་ཆེ་བ་
 གྲགས་ཅན་འགའ་ཞིག་བྱུང་བའི་ནང་གསེས་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཞ་ལུ་བའི་གྲུབ་
 མཐའ་མ་བྱ་ལུགས་ཞེས་གྲགས། བྱི་ལོ་༡༩༥༠།༣༡༩ ཉིན་གཅོད་དུ་ལག་གི་ཆར་གཏོགས་
 པའི་ལུལ་ལག་སྤྲད་སྟོམ་གནས་དགོན་གསར་ཞེས་པར་སྐྱེ་འཁྲུངས་ཤིང་། ཁྱི་ལུ་བ་བསོད་
 ནམས་མེད་གོ་དང་། ཐར་བ་ལོ་རྒྱ་བ། ཀུན་མཁྱེན་འཕགས་འོད་སོགས་སྒྲ་མ་མང་པོ་བསྟེན་
 ནས་ཐོས་བསམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པས་རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པའི་ཅེར་སོན་
 ཉེ། བོད་འདིར་མཁྱེན་རྒྱ་དང་ཙོམ་རྒྱ་ཁོང་ལས་ཆེ་བ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་གྲགས། བརྩམས་
 ཆོས་ཀྱང་བོད་ཉི་ཤུ་ཅ་དུག་ཡོད། ཞ་ལུ་ཆོས་སྡེར་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་དབང་དང་རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་
 བན་དག་དང་བཅས་པའི་འཆད་ཉན་ལུན་རིང་མཛད། སྒོ་བ་མ་གོང་གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་
 བ། བྱུང་ལྷས་པ། སྤྲ་ཆད་ནམས་ལས་དུས་འཁོར། བདེ་མཆོག་ནལ་འཕྲོར་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོར་
 རྩམས་རྒྱལ་བ་ཅོང་ཁ་པས་ཀྱང་གསན། དེའི་བརྒྱུད་འཛིན་ཤར་ཆེན་དང་ཅུ་བ་སོགས་རེས་
 པར་ཕྱོན། རྗེ་དེ་ཉིད་གྲུབ་མཐའ་མཐའ་དག་ལ་སྤྲངས་པའི་མཁས་པ་འབྲུན་སྒྲ་མེད་པ་ཞིག་

ཡིན་ཞིང་། ལྷ་བའི་བཤད་པ་ནི་བཀའ་གདམས་པ་དང་མཐུན་ཤས་ཆེ་ཞིང་། ལྷ་བའི་གཞུང་ལ་
གཙོ་བོར་མཛད་པར་བཤད། ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གི་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆད་མར་
བྱེད། དགྲུང་གངས་བདུན་ཅུ་དོན་བཞི་པར་ཞི་བར་གཤེགས་སོ། ། (1290-1364)

བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཀྱི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཀྱི་
གསུང་འབུམ་གྱི་མཆན་ཐོག་། ཉ ཀ་པ ི་ཆོས་སྤྱིའི་འབྲུང་ཚུལ་དང་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ་
ཆོས་འབྲུང་གསུང་རབ་རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་ཅེས་བྲ་བ་དང་། བོད་དུ་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་
འབྲུང་རོ་ཅོག་གི་དཀར་ཆག་ཆེན་མོ། ཉ ཌ་པ ི་སྤྱི་ཡི་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་ལ་པའི་འབྲེལ་པ་
བཟོད་དཀའ་སེང་གོས་མཛད་པའི་འབྲེལ་པའི་དཔེར་བཞེད་སྤྱི་བའི་འབྲེལ་པ་ཆེན་མོ། ཆད་
མ་རྣམ་དེས་འབྲེལ་པ་ཆོག་དོན་རབ་གསལ། སྤྱི་སྟོན་འཛིན་པ་འཕགས་རིན་གྱིས་ཞུས་པ་
རྣམ་དེས་ཀྱི་མཆན་དོན། ཉ ཌྷ་པ ི་བསྟན་ཆོས་མཛོད་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་འབྲེལ་བཤད་ལུང་གི་
སྟེ་མ་དང་། དེ་ཡི་མཐོང་ལམ་ལོགས་སུ་བཤད་པའི་སྟན་ཐབས་དང་། ལྷ་བ་དན་སེལ་ཞེས་བྲ་
བའི་བསྟན་ཆོས། བཀའ་རྒྱས་འཕྲིང་བསྐྱས་གསུམ་གྱི་སྐབས་བརྒྱད་དང་དོན་བདུན་ཅུའི་
མཆན་པ་འབྱེད། ཉ ཎ་པ ི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱིང་པོའི་མཛོད་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛོད་
ཡི་བསྐྱུས་དོན་རྫོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་འཁྲག་པ་ལས་མེད་མཆིས་ཞེས་
པའི་མཐའ་ཅན། རྒྱུད་རྒྱ་མའི་དགོངས་འབྲེལ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོའི་མཛོད་རྒྱུ་ཞེས་བྲ་བ།
ཉ ཏ་པ ི་སྟོན་འཛིན་གྱི་འབྲེལ་པ་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་རྒྱ་
བའི་འོད་ཟེར་བྲ་བ། དེ་ཡི་བསྐྱུས་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་མཐུན་ལས་དང་པོ་བའི་ཆོས་
སྟོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆོག་རྣམ་མཐུན་དུ་བཟོད་པའི་བདེ་ལམ། བདུད་མོ་ལ་སྟོན་པའི་སྤྱིང་
ཐུབ། དུགས་པོ་བྱུམ་པས་ཞུས་པའི་གསོན་པོའི་བསྟོན་བ། སུ་གྲུག་ཉི་ཤེས་ཞུས་པའི་གསོན་
པོའི་བསྟོན་བ། མཛོད་པ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྲུང་བའི་རྣམ་བཤད་ལུང་ཀུན་ལས་བརྒྱས་བ། ཉ ཐ་པ ི་འབྲུལ་བ་སྤྱིའི་རྣམ་པར་གཞག་
པ་དང་། འབྲུལ་བའི་སྤྱིང་གཞི་སྟོན་པ་རྣམ་ཐར་རྒྱས་བ། སྤྱིང་འབྲུམ་རྒྱས་བ། ཉ ད་པ ི་དགེ་

སྒྲོང་མ་ཡི་སྒྲིང་འབྲུམ། དགེ་སྒྲོང་མའི་ལུང་ནམ་འབྲེད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ། ༩ ཉ་བ
 ་འདུལ་བ་མདོ་ཙ་བའི་ཁྲི་ག ལས་བརྒྱ་ཙ་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ། འདུལ་བའི་ལས་ཆོག་
 གསལ་བྱེད། འདུལ་བའི་ལས་ཆོག་ཞར་བྱང་ཁྲིམ་བ་ལ་པན་གདགས་བ་ཏི་མ་མེད་པའི་སྒྲིང་
 བ། ཏུས་སྒྲོ་ལྷན་ཐབས་ནམས་སོ། །གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོང་། ༩ ཏ་བ ་རྒྱུད་སྤེ་བཞི་ཡི་ནམ་
 གཞག་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ། རྒྱུད་འབྲུམ་ཀྱི་དཀར་ཆག་སྤར་རྒྱུད་འཛི་བ་ནམས་ཀྱིས་
 དབྱེ་བ་མ་ཤེས་འདུག་པས་རྒྱུད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ། བྱ་རྒྱུད་དེ་
 བཞེན་གཤེགས་པའི་རིགས་འཕགས་མ་འོད་ཟེར་ཏི་མ་མེད་པའི་དཀྱིལ་ཆོག་འཆི་མེད་འབྱུང་
 གནས། གཙུག་ཏོར་ནམ་རྒྱལ་མའི་བསྟོད་པ་འདོད་དགའི་ཆར་འབབས། གཙུག་ཏོར་ཏི་མེད་
 ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་མཆོད་རྟེན་ཀྱི་ཆ་ཆད་དང་མཆོད་རྟེན་ཀྱི་པན་
 ཡོན་ལུང་སྤྲ་ཆོགས་བརྟུས་པ། དཔལ་ལོ་གཅིག་སྤྲུབ་ལ་བརྟེན་པའི་གཞོད་སྦྱིན་པོ་འཁོར་མོ་
 འཁོར་བྱི་ཐབས། ཐོག་མེར་རྒྱོག་ཐབས། བྱ་རྒྱུད་ནོར་བུའི་རིགས་གང་མཁལ་མཆོག་གི་རྒྱུད་
 ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱལ་ཆེན་ནམ་ཐོས་སྤྲུལ་ཐབས། ཞིང་ག་གི་རྗེས་གནང་། བསྟོད་པ་ཆེན་
 མོ། བྲག་རྡོར་ལ་སྒོ་བ་ལྷ་ཡིས་བསྟོད་པ། སྒྲོད་རྒྱུད་ཀྱི་ཙ་བའི་རྒྱུད་ནམ་པར་སྤང་མཛད་
 མཛོན་པར་བྱང་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱི་ཆོག་སྤྲ་ཡི་བཀོད་པ་མི་ཐད་པའི་རྒྱན་ཀྱི་སྒྲོ་འབྲེད་
 ཅས་བྱ་བ་ནམས་སོ། ། ༩ ཐ་བ ་ལ་ནམ་འབྲོར་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་བྱ་གཟིངས་ཞེས་བྱ་བ། ཙ་
 རྒྱུད་དེ་ཉིད་བསྐྱས་པའི་རྒྱུད་འབྲེལ་དེ་ཉིད་སྤང་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱི་ཆོག་རྗེ་
 འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ། རྡོར་དབྱིངས་ཀྱི་ལག་ལེན་ཆོག་རིན་ཆེན་བསམ་འབེལ། རྡོར་དབྱིངས་
 ཀྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་གནས་ལུགས་གསལ་འབྲེད། ཡོགའི་མཆོད་སྤེང་རྒྱ་མེད་མཆོད་སྦྱིན།
 དབང་ཆོག་རྒྱས་པའི་ཁ་སྒོང་། རྡོར་དབྱིངས་ཀྱི་ཞི་བའི་སྦྱིན་སྲེག་རྒྱས་པའི་སྦྱིན་སྲེག་དབང་
 གི་སྦྱིན་སྲེག་དག་པོའི་སྦྱིན་སྲེག་ཞང་ཞུང་མང་ནང་བ་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིམ་བ་བཅུ་དྲུག་གི་
 གར་ཀྱི་མཆོད་པ། ཞར་བྱང་དཔལ་མཆོག་གི་ལྷ་མོའི་གར་དང་བཅས་པ། རྡོར་དབྱིངས་ཀྱི་
 མཁོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་སངས་རྒྱས་སྟོང་ཙའི་བསྟོད་པ། ཏུམ་བྱ་གཉིས་པ་ཁམས་གསུམ་ནམ་

ཀྱུལ་གྱི་དགྲིལ་ཆོག་འཛིག་རྟེན་གསུམ་ཀྱུལ་འབྱུང་བ། བཤད་རྒྱུད་ཅེ་མོ་འཛིག་ས་བསྐྱུས་གྱི་
དགྲིལ་ཆོག་མཁས་པ་འཛི་ཡིད་འཕྲོག་རྩོམ་ཅེ་མོ་འཛི་ཆོག་རྒྱས་པ། ཆ་མཐུན་གྱི་རྒྱུད་དཔལ་
མཆོག་དང་པོའི་དུམ་བྱ་དང་པོའི་འཛིག་ས་བསྐྱུས་གྱི་དགྲིལ་ཆོག་དོན་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་
དམ་ཆོག་དགྲིལ་འཁོར་འབྱུང་བ། དཔལ་མཆོག་འཛིག་ས་བསྐྱུས་གྱི་ཐེག་ཅ། དཔལ་མཆོག་རྩོ་
རྩེ་སེམས་དཔའི་དགྲིལ་ཆོག་དམ་ཆོག་ཆེན་པོའི་དེ་ཁོན་ཉིད་རྩོ་རྩེ་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ།
དཔལ་མཆོག་རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཞི་བའི་སྦྱོན་སྟེག་དགེ་ཞིང་ཞི་བྱེད་དུས་ཐ་མའི་ཆོག་ཐར་
པའི་ཤོང་འབྲུག་སྐྱབ་པ་རྩེས་སྐྱབ་གྱི་ཆོག་བདེ་ཆེན་རྣམ་འབྲུལ། དཔལ་མཆོག་འཛིག་ས་
བསྐྱུས་གྱི་བསྟོད་པ་རྒྱས་པ། དཔལ་མཆོག་གི་བཟ་ཤིས་ཆོས་དང་། བཟ་ཤིས་འཕེལ་བྱེད།
རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་གྱི་དུམ་བྱ་གཉིས་པ་ཁམས་གསུམ་རྣམ་ཀྱུལ་ལས་འཕྲོས་པ། རན་སོང་སྦྱོང་
རྒྱུད་ལ་བརྟེན་པའི་ཀུན་རིག་གི་དགྲིལ་ཆོག་ལས་གྱི་སྦྱོབ་པ་རྒྱུན་གཙོད། ཀུན་རིག་གི་སྐྱབས་
ནས་གསུངས་པའི་རོ་སྟེག་གི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱ་ཀློག་པ་ཞི་བྱེད། སྦྱོང་རྒྱུད་མེ་ལྷར་འབར་པའི་
སྐྱབས་ནས་གསུངས་པའི་གསོན་པོའི་དོན་གྱི་ཞི་རྒྱས་དབང་གསུམ་གྱི་སྦྱོན་སྟེག་ཆེ་དཔག་
མེད་གྱི་སྐྱབས་ནས་གསུངས་པའི་བྲག་པོའི་སྦྱོན་སྟེག་འཁོར་ལོ་བསྐྱུར་པའི་སྐྱབས་ནས་
གསུངས་པའི་ལས་བཞེ་རྩེ་བརྒྱུད་པའི་ཆོག་སྦྱོང་རྒྱུད་གྱི་ཆོག་ཁ་བསྐྱང་། ལྷག་རྩོར་འཆི་
བདག་འཛོམས་པའི་ཆོག་འཆི་བདག་འཛོམས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་སྦྱོར་ཆོག་ལ་བཀོད་པ།
གཙུག་དགའི་དགྲིལ་ཆོག་རན་སོང་རྒྱུན་གཙོད། མི་འབྱུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རོ་སྟེག་པའི་ཆོ་
ག་ཆོས་དབྱིངས་གསུང་དབང་གི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་མཁས་པའི་དགའ་བསྟོན། འཇས་
དཔལ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱུས་དོན། ཡོ་གའི་རབ་གནས་བཟ་ཤིས་རྒྱས་བྱེད། དེ་ཡི་སྦྱོར་
ཆོག་རྒྱལ་ཆོན་བྱང་པའི་ཆོག་ ༩ དཔ ༡ ལ་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་གསུམ་ག་དང་འབྲེལ་པ་ལ་
དགྲིལ་འཁོར་གསལ་བྱེད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབས་དང་པོ་ལ་ཙ་བརྒྱུད་དེ་ཉིད་
བསྐྱུས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པ། བཤད་རྒྱུད་རྩོམ་ཅེ་མོའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པ།
ཆ་མཐུན་གྱི་རྒྱུད་དཔལ་མཆོག་གི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པ། མཆོན་བཛོད་གྱི་དགྲིལ་

འཁོར་གྱི་བཀོད་པ། ངན་སོང་སྤྱོད་རྒྱུ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བཅུ་གཉིས་གྱི་བཀོད་པ། གཙུག་
 དགའི་རྒྱུད་པ་ལྟ་སྤྱོད་བ་པར་སོ་སྤྱོགས་གཅིག་པ་ནས་གསུངས་པའི་དཀྱིལ་
 འཁོར་རྗེ་མྱིང་སོ་རྒྱན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པ། འདི་ཡི་ལེའུ་བཞི་བ་འཛིག་རྟེན་
 གསུམ་རྒྱལ་གྱི་རྟོགས་པའི་དཔེ་དོར་ཞིང་མ་རྟེན་པས། སྤང་རྟེན་ན་འདིའི་མཚམས་སུ་
 བྱེད། །སྐབས་གཉིས་པ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པ། སྐབས་གསུམ་པ་བྱ་
 བའི་རྒྱུད་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པའོ། །དེ་དག་དང་མཐུན་པར་ཞ་ལུའི་གཞལ་ཡས་ཁང་
 ཆེན་སོ་བཞི་ཡི་དཀར་ཆག་བཞི་རྣམས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་པའི་པ་རྒྱུད་གྱི་གཙོ་སྤྱོད་སྤྱོད་
 བསྐྱོད་པའི་རིགས་ལ། གསང་བ་འདུས་པའི་ཆོས་འབྱུང་། (འདི་ལ་མིང་གཞན། གསང་བ་
 འདུས་པའི་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་བཤའ་ཐབས་གྱི་ཡན་ལག་གསང་བའི་སྐོ་འབྲེད་ཅེས་ཀྱང་
 བྱེད། །དཔེ་ཁ་ཅིག་ཏུ་སྒྲིགས་བཅ་༩ ཏ་པར་༥བཞུགས་སོ།) རྒྱུད་གྱི་བཤའ་པའི་སྐོར་འབྲོ་
 བཤའ་ཐབས། གསང་འདུས་གྱི་བསྐྱུས་དོན་ཅུང་གསལ། གསང་འདུས་གྱི་བཤའ་སྐྱུར་མཐའ་
 རྒྱལ་རབ་གསལ། རིགས་ལྗེའི་སྒྲ་མ་བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་ཅེ་བསམ་ཀུན་འབྱུབ། སྒྲ་
 མའི་གསོལ་འདེབས་ཡོན་ཏན་རྩེས་སུ་བྲན་པ། གསང་འདུས་ལྟ་རྟོགས་ལ་བསྟོད་པ་བྱིན་
 རྒྱལ་ཆར་འབེབས། མདོར་བྱས་གྱི་ཆོ་ག་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་བྱེད། གསང་འདུས་གྱི་མདོར་
 རྟོགས་དངོས་བྱུང་ཆར་འབེབས། དཀྱིལ་མཆོག་ཡི་ཤེས་ཆར་འབེབས། གཏོར་ཆོག་འདོད་
 དོན་ཆར་འབེབས། སྤྱིན་སྟེག་འཕྲིན་ལས་ཆར་འབེབས། དཀྱིལ་ཆོག་ཟུར་འདེབས་བགོགས་
 འཛོམས་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་རོལ། གསང་འདུས་འཇམ་དཔལ་རྗེ་རྗེའི་སྐུ་ཐབས་འཇམ་
 དབྱངས་ཡིད་འཕྲོག་གསང་འདུས་འཇམ་རྗེར་དཀྱིལ་ཆོག་འཇམ་དབྱངས་བྱིན་རྒྱལ་རྣམ་
 འཕྲུལ། བྱུག་རྗེར་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོའི་ལྟ་རྟོགས་ལ་བསྟོད་པ། གཤིན་རྗེ་གཤེད་གྱི་སྐོར།
 གཤེད་དམར་ལྟ་རྟོགས་མདོར་རྟོགས་གཤིན་རྗེ་ཀུན་འཛོམས། དེ་ཡི་དཀྱིལ་ཆོག་སྤྱོད་སོ་བདེ་
 འཇུག་འོད་གསལ་འཆར་བའི་བྱིན་རྒྱལ། གཤེད་དམར་སྤྱིན་སྟེག་ཆོ་ག་གཤིན་རྗེ་གཤེད་
 གྱི་གཏོར་མ་བྱུག་ཅུ་ཆ་བཞི་པའི་ཆོ་ག་གཤེད་དམར་ལྟ་བུ་གསུམ་མའི་སྐུ་ཐབས། གཤེད་

དམར་རྫོགས་རིམ་ཞལ་འབྱོར་བཞི་ཡི་གསལ་བྱེད། གཤེད་དམར་དཀྱིལ་ཆོག་དེཉིད་གསལ་
བ། གཤེན་རྩེ་གཤེད་ཀྱི་མཆོད་འཕྲེང་མཆོད་སྒྲིབ་བསམ་ཡས། དཔལ་དོན་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་
དཀྱིལ་ཆོག་སྒྲིབ་པོ་བསྐྱས་བ། མ་རྒྱུད་སྒྲོང་། ཉ ན་བ ཉལ་བདེ་མཆོག་ཆོས་འབྱུང་དོན་
གསལ་ཐབ་དོན་གསང་འབྱེད། བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུ་ག བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་བསྐྱས་དོན་
ཞལ་འབྱོར་མ་ཀྱུན་སྒྲོང་ཀྱི་རྒྱུ་ག ཉ ན་བ ཉལ་བདེ་མཆོག་སྐྱ་ཉི་པའི་སྐྱབ་ཐབས་ཞལ་འབྱོར་
བཞི་ལྷན། ལུ་ཉི་པའི་དཀྱིལ་ཆོག་དེཾོན་ཉིད་གསལ་བར་འཇུག་བ། ལུ་ཉི་པའི་སྒྲིབ་སྒྲེག་
འཕྲིན་ལས་ཀྱན་འབྱུག བདེ་མཆོག་ཤིལ་བྱ་པའི་ལུས་དཀྱིལ་མངོན་རྟོགས་སྐྱབ་ཐབས། ཤིལ་
བྱ་པའི་དཀྱིལ་ཆོག་བདེ་མཆོག་ནག་པོ་པའི་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་གཞུང་གི་རྒྱུ་གཞུང་སྒྲོང་། ཉག་
པོ་པའི་མངོན་རྟོགས་འབྱུང་པའི་ཤི་བལ། བདེ་མཆོག་སྒྲོམ་འབྱུང་མངོན་རྟོགས་དངོས་བྱུབ་
རིན་པོ་ཆའི་གཉེར། བདེ་མཆོག་སྒྲོམ་འབྱུང་གི་དཀྱིལ་ཆོག་ཤི་མ་མེད་པའི་ཆུ་རྒྱུ། བདེ་
མཆོག་ཉེར་སྒྲོང་རིག་མ་བཅུ་བྱག་གི་གར་མཆོད་འཕྲེང། བདེ་མཆོག་གི་མཆོད་འཕྲེང་བདེ་
མཆོག་ཞུམ་རོལ། ཉ ན་བ ཉལ་བདེ་མཆོག་བཤད་རྒྱུད་སམ་བྱ་ཤིལ་རྒྱུ་ག ཉལ་བདེ་
བསྐྱས་དོན། སམ་བྱ་ཤིལ་རྩོམ་པའི་སྐྱབ་ཐབས། སམ་བྱ་ཤིལ་བརྟེན་ནས་ཐོག་སྐྱབ་
པའི་ཆོག་རིགས་ལྷའི་སྒྲོམ་བཟུང་གི་འབྲེལ་བ། ས་སྐྱ་བ་ལྷ་མ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱུད་བརྟག་
གཉིས་ཀྱི་བཤད་པའི་ལུང་བྲངས་པའི་ལུང་འབྲེན་དཀའ་བ་ནམས་ཀྱི་བཤད་པ་ཉི་མའི་འོད་
ཟེར། རྣམ་སྒྲུང་རིགས་ལ་དོན་གདན་བཞིའི་སྐྱབ་ཐབས་རྒྱས་པ་མི་བརྟེན་པའི་བྲན་བྱེད། ལྷ་
འབྱུང་ཆེན་མོའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱས་པ་སྐྱ་འབྱུང་མངོན་བར་འབྱུང་བ། ལྷ་འབྱུང་ཆེན་མོའི་
དཀྱིལ་འཁོར་ཆོག་སྐྱ་འབྱུང་ཆེན་མོའི་མངོན་རྟོགས་བསྐྱས་པ་སྐྱ་འབྱུང་འབྱུང་བ། རིན་ཆེན་
རིགས་ལ་དོན་བདུད་ཅི་དཀྱིལ་འཁོར་གསུམ་གྱི་མངོན་རྟོགས། བསྐྱའི་རིགས་ལ་བསྐྱའུང་
པའི་སྐྱབ་ཐབས་ཐུགས་རྩེ་འོད་ཟེར་འབྱུང་བ། ལས་ཀྱི་རིགས་ལ་སྒྲོལ་མ་བཙོན་འདོན་གྱི་ཆོ་
ག ཉ ན་བ ཉལ་གཉིས་མེད་རྒྱུད་ལ། དཔལ་བྱས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་ཆོས་འབྱུང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོན་
འཕྲོགསལ་བྱེད། རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ས་བཅད་མདོར་བསྐྱས་དང་པོའི་རྒྱུ་གྲུང་པའི་འོད་ཟེར།

བཤད་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་ངེས་པ་དོན་གྱི་སྟེ་མ། ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མཁས་པ་དགའ་བྱེད།
 རྒྱད་ལས་བརྟུས་པའི་ལྷ་བསྟུས་སྤྱ་གཙན་དང་བཅས་པ། གཟའ་ལྡེའི་ཅིས་གཞི། གཟའ་ལྡེའི་
 ཐབས། སྤྱ་རིག་མཁས་པའི་རྒྱན། དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱིན་སྟེག་གི་ཐབ་བཅུ་ཡི་སྟེག་ཅ། ཉེ་བརྒྱད་
 ཀྱི་སྤྱ་མའི་གསོལ་འདེབས། ཏུས་འཁོར་འབྲོ་ལྷགས་ཀྱི་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས། དཀྱིལ་
 འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འདོད་པའི་དོན་འབྲུག། ཏུས་འཁོར་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་
 དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྤྱབ་ཐབས་དངོས་བྱབ་འདོད་འཛོ། ཏུས་འཁོར་ཐུགས་
 དཀྱིལ་ལ་སོགས་ཀྱི་སྤྱབ་ཐབས་དབག་བསམ་སྟེ་མ། ཏུས་འཁོར་ལྷན་སྟེས་སྤྱབ་ཐབས་རིན་
 ཆེན་སྟོང་པོ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་སྤངས་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཀྱན་འབྱུང། དཀྱིལ་ཆོག་བཤད་
 པའི་ལྷན་ཐབས། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཁོར་ཡུག་གི་ལྷ་འགོད་ཚུལ། ཏུས་འཁོར་གྱི་ཞི་རྒྱས་དབང་
 དག་གི་སྤྱིན་སྟེག་འཕྲིན་ལས་ཀྱན་འབྱུང། ཞི་བའི་སྤྱིན་སྟེག་སྤྱག་བསལ་ཞི་བྱེད། མཆོད་
 འཕྲེང་མཆོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོ། ལྷ་མོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མཆོད་གར། ཏུས་ཐལ་འི་ཆོག་འདྲ་འཕྲོ་རྣམ་
 འཛུམས། རབ་གནས་ཀྱི་ཆོག་བཀའ་ཤིས་དཔལ་འབར། ཀླང་པ་བཅུ་བྱུག་དང། ཀླང་པ་བརྟུན་
 ཅུ་ཅ་གཉིས་གར་ཐབས་སུ་སྤྱར་བ་ཀླང་སྟབས་ཀྱི་ཟེན་གྱིས། ཏུས་འཁོར་གྱི་རྫོགས་རིམ་སྟོན་
 པ་དབང་མཛོད་བསྟན་གྱི་རྟེན། དེ་ཡི་ས་བཅད་ཁྲིད་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ། ཏུས་འཁོར་གྱི་རྫོགས་རིམ་
 ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་བུ་དགེ་བའི་ཁྲིད་ཡིག་ཡང་རྫོགས་རིམ་དོ་རྫོང་རྣམས་འབྱོར་གསལ་བ།
 རོ་སྟོད་རྒྱད་གསུམ་ཀྱི་དབང་གཏན་ལ་དབབ་པ་གཅེར་མཛོད་རོ་ཤིས་རྣམས་སོ། གྲིས་ལན་
 ཅི་རིགས་ཀྱི་སྤྲིངས་ཡིག་ལ། སྤྱ་མ་རིན་ཡེ་པའི་དྲིས་ལན། མཁན་པོ་སྤྱི་པོ་ལྷས་པའི་དྲིས་ལན།
 སྤྱ་སྟོད་འཛིན་པ་ལུལ་བྱར་གྱི་དྲིས་ལན། ཡོན་བདག་ཨ་ལྷམ་ལ་སྤྲིངས་པ། གལ་ཡག་སྤྱེ་བཅ་
 ཆེན་གྱི་དྲིས་ལན། རོ་ཡིང་གསེར་ཁང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དང། ཞང་ཁྱུང་མང་ནང་གི་གཙུག་
 ལག་ཁང་ན་གནས་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་གདམས་པའི་སྤྲིངས་ཡིག་ཆོས་རྒྱལ་དཔལ་ལྷ་
 བཅན་པོ་དབང་སྤྱག་དམ་པའི་མངའ་བདག་བུ་རྒྱ་མ་ལ་ཕུལ་བའི་ཁྱུ་ཡིག་སུ་གྲུག་གི་རྒྱལ་
 པོའི་ཉེ་ལྷོ་པ་རྣམ་རྒྱལ་བྲགས་པ་ལ་གདམས་པའི་སྤྱིན་ཡིག་སྟེས་བུ་བཞི་ཡི་དོན་འབྲུག་

ནམས་སྟོ། ། ར་བ གྲུ་ས་འཁོར་འགྲེལ་ཆེན་རྩི་མེད་འོད་གྱི་མཆན་འགྲེལ། ར་ཅ་བ གྲུ་
རྒྱུད་མེ་བཞི་ཡི་ག་རྒྱུངས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་རྒྱལ་ཅེ་ག་རྒྱུངས་འབྲུམ་
ཆེན་མོ་ནམས་སྟོ། ། དེ་དག་གིས་ཞ་ལུ་བུ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་གྱི་གསུང་འབྲུམ་རྫོགས་སྟོ། །
བུ་པའི་ག་རྒྱགས་འཛིན་པ། པའི་སྟོང་རྩལ་ལེགས་པར་སྟོང་པའི་བུ། མཆོ་རྟེན་མཆན་བུ་ལས། པའི་
ག་རྒྱགས་འཛིན་ཞེས་པ་པ་རྩི་བར་གིས་བཏེག་སྟེ་སྟོང་པ་ལ་མི་ཟེར་གྱི་པའི་སྟོང་རྩལ་ལེགས་
པར་སྟོང་པ་ལ་ཟེར་རྟོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

བུ་ཐན་མོ། སྒྲིམ་མོ། སྐྱ་བཤད་ནི། བུ་ཐ་བའི་ཕྱིར་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྲ།
བུ་ཡི་འོད་གསལ། ལམ་དུས་སུ་བསྒྲོམས་སྟོབས་གྱིས་ཤར་པའི་འོད་གསལ་ལ་བུ་འོད་གསལ་
ཟེར། སྟོང་ག་སོགས་སུ་གནད་ཏུ་བསྐྱན་པ་ལས་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་དང་
བཅས་པ་ཤར་པའི་འོད་གསལ་དེ་ལ་བུ་འོད་གསལ་དང་། འཆོ་དུས་གྱི་འོད་གསལ་ལ་མའི་
འོད་གསལ་ཞེས་ཟེར་རྟོ། །

བུ་མའི་བྲིམ། སྟོན་གྱི་དུས། སྐྱ་བཤད་ནི། བུ་མོ་ནམས་མདངས་བཟང་པའི་དུས་ཡིན་པས་དེ་སྐྱད་
ཅེས་བྲ།

བུ་ཐན་མོ། མཁའ་འགྲོ་མ། དན་སྒྲགས་ཤེས་ཤིང་མི་ཤ་ཟ་པའི་བྱད་མེད། འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་༤༠ན་ལས། བུ་ཐན་མོ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། ། མཁའ་འགྲོ་མ་ལ་ག་ཟེགས།

བུ་ཐན་མའི་བྲ། མཁའ་འགྲོ་མའི་བྲ། དན་སྒྲགས་ཤེས་ཤིང་མི་ཤ་ཟ་པའི་བྱད་མེད་གྱི་བྲ།

བུ་རམ་ཤིང་པ། སྟོན་པ་ཤུ་ཐུབ་པའི་རིགས་བརྒྱད་གྱི་མིང་། བུ་རམ་ཤིང་པ། ཉི་མའི་གཉེན། ཉི་
མའི་རིགས། གློ་ཏ་མ། ཡན་ལག་སྦྲེས་ནམས་དོན་གཅིག་ཡིན། འོ་རྒྱུས་ནི། སྟོན་ཡུལ་གྱ་
འཛིན་དུ་རྒྱལ་རབས་ཉིས་བརྒྱ་འདས་པའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་པོ་རྣ་བ་ཅན་ཞེས་བྲ་བ་བྱུང་། དེ་ལ་
བུ་གཉིས་ཡོད་པ་ཆེ་པའི་མིང་གློ་ཏ་མ། རྒྱུང་པའི་མིང་རྣ་ར་རྣ་འོ། གློ་ཏ་མ་རབ་ཏུ་བྱུང་། རྣ་ར་
རྣ་འོས་རྒྱལ་པོ་བྲས་ཀྱང་དེ་ལ་སྐས་མ་འཁྲུངས། བུ་པོ་གློ་ཏ་མ་མི་བསད་པའི་མ་ཉིས་ཁག་

གཡོགས་ཀྱིས། གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲེ་བོའི་ཚོགས་ནུས་ཀྱིས་གསལ་ཤིང་གི་ཅེ་ལ་བསྐྱོན་ཏེ་
 བཞག་གོ། དེ་གྲོ་ཏ་མའི་མཁན་པོ་མདོག་ནག་གིས་མཐོང་བ་ན། མཁན་པོ་མདོན་བར་ཤེས་པ་
 ཐོབ་པ་ཡིན་པས་དེས་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་རྩི་ཆར་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་ནས་ཆར་བའི་ཐེགས་པས་དེའི་
 ལུས་ལ་ཐོག་བ་དང་། དེ་ནས་ཆར་བ་དང་རྒྱུད་གང་མོས་རིག་པས་སྤྲུག་བསྐྱལ་ནས་བར་
 མནན་ནས། དེས་སྒྲོན་གྱི་ཡུལ་ལ་སྤྱད་པས་རྩེས་སུ་བྱན་པར་བྱ་བར་བཅམས་སོ། །གང་གི་
 ཆེད་ཤེས་འཁྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་རྩེས་སུ་བྱན་པར་བྱས་པ་ལས་ཁྱ་བའི་ཐེགས་པ་གཉིས་ཁྲག་
 དང་ལྷན་ཅིག་ས་ལ་སྤྱད་པོ། །ཁྱ་བའི་ཐེགས་པ་དེ་གཉིས་སྒྲོང་གཉིས་སུ་གྱུར་ནས་ཉི་མ་ཤར་
 བའི་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་སྒྲིན་ནས་རྒྱལ་བ་དང་ཁྱེད་ཀྱི་གཉིས་ཤིག་བྱུང་ནས། དེ་
 དང་ཏ་ཅང་ཡང་མི་རིང་བའི་བྱ་རམ་ཤིང་གི་ཆལ་གསེབ་དེར་དེ་གཉིས་ཞུགས་སོ། །དེ་ནས་ཉི་
 མའི་འོད་ཟེར་ཤིན་ཏུ་ཆ་བ་བྱུང་སྟེ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་བྱུང་སྒྲོང་གྲོ་ཏ་མ་གཏུངས་ནས་
 ཤིནོ། །དེ་ནས་བྱུང་སྒྲོང་གསེར་མདོག་འོངས་ནས་ཤི་བ་མཐོང་ནས་དེས་གསལ་ཤིང་གི་ཉི་
 འཁོར་དུ་བལྟས་ན་སྒྲོང་རྒྱལ་བའི་ཐོག་པ་གཉིས་ཤིག་འདུག་ནས་དེ་པན་ཚུན་རྩེས་གཙོད་
 ཅིང་བྱ་རམ་ཤིང་གི་ཆལ་གསེབ་ཏུ་ཞུགས་པ་ལས། རི་ཅམ་ན་ཁྱེད་ཀྱི་གཉིས་ཤིག་མཐོང་
 པོ། །དེས་འདི་གཉིས་སུའི་བྱ་ཡིན་ཞེས་བསམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། བྱུང་སྒྲོང་གྲོ་ཏ་མའི་ཡིན་
 པར་ཤེས་ནས། དེ་ནས་དེ་ལྷག་པར་སྤྲུག་པ་སྤྱེས་ཏེ། དེས་དེ་གཉིས་བསྐྱེད་གནས་སུ་ཁྱིད་ནས་
 བསྐྱེད་བསྐྱོད་དེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་བཏགས་པ་ན། ཉི་མ་ཤར་བའི་ཆེ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་
 སྒྲིན་པར་བྱས་པ་ལས་འདི་གཉིས་སྤྱེས་པར་གྱུར་པས་དེ་བས་ན་ཉི་མའི་རིགས་ཡིན་པས་ཉི་
 མའི་རིགས་ཉི་མའི་གཉེན་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །བྱུང་སྒྲོང་གྲོ་ཏ་མའི་བྱ་ཡིན་པས་མིང་གཉིས་
 པ་གྲོ་ཏ་མ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །རང་གི་ཡན་ལག་ལས་སྤྱེས་པས་མིང་གསུམ་པ་ཡན་ལག་
 སྤྱེས་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །བྱ་རམ་ཤིང་གི་ཆལ་གསེབ་ནས་རྟེན་པས་མིང་བཞི་བ་བྱ་རམ་
 ཤིང་པ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ག་བ་ ༡ སོགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།
 ས་སྤྱིའི་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་འོང་ཤོག་གངས་ ༦ རྒྱུད་འདི་དང་པལ་ཆེར་འདྲ་བ་ལ་མི་

མ་ཐུན་པ་འགའ་ལྟེ་འདུག་པས། དེའི་ཁུངས་གང་ལ་བཅོལ་བཟླས་པར་བྱའོ།

བྱ་ལོན། 1 དངོས་པོ་གཡར་ནས་མར་སྤང་མ་བྱུ་མར་ལུས་པ་ལ་ཟེར། 2 གཞན་ལས་གཡར་བའི་
དབྱལ་དངོས་སོགས་ཀྱི་མིང་། སྤྱི་བཤད་ནི། ཁྱོད་ལས་གཡར་བའི་རྒྱ་དངོས་འདི་དུས་ཐོག་ཏུ་
མར་མ་བྱིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་བའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱུག་པའི་བྱ་འདི་ལོན་པའམ་སྤང་བར་རིགས་སོ། །ཞེས་
པ་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བར་སེམས་སོ། །

བྱག་པ། <བྱ་ག> བྱ་ག་དང་། ཨི་ཁུང་། ཁུང་བྱ། དམིག་བྱ་རྣམས་དོན་གཅིག་བྱག་པ་ནི་ལེགས་སྤྱར་
ཀྱི་ “བྱ་ག” ཟུར་ཆག་པར་སྒྲོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་འདི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་བྱར་ཁང་དུ་གསུངས།

བྱར་བ། 1 སྤང་ཅི་གསོག་མཁན་གྱི་སྤང་བའི་མིང་། 2 བཅུན་བྱམས་པའི་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།
དབྱ་སྤྱི་བྱར་བ་ལྟར་གནག་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དབྱ་སྤྱི་བྱར་བ་ལྟར་གནག་པ་
ཞེས་པའི་བྱར་བ་ནི་སྤངས་ཟེལ་ཟེར་བའི་རྟོན་ག་པོ་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་མཁན་འདུག་ཀྱང་།
སྤང་མ་ཉིད་ལ་གོ་དགོས་པར་སྤྱི་སྟེ། དབྱ་སྤྱི་བྱར་བ་ལྟར་གནག་པ་ཞེས་པའི་སྤྱད་དོད་ལ།
ལེགས་སྤྱར་དུ་ “སྤྱ་མ་ར་ས་ཁྲི་ཤ་གེ་ཤ” ཞེས་བཤད་པའི་ “སྤྱ་མ་ར” ནི་སྤང་མ་ཉིད་ལ་གོ་
བའི་བྱར་ལོ། །2 རྟོན་ག་པོ་ཞིག་གི་མིང་། དེ་ལ་སྤངས་ཟེལ་ཟེར།

བྱར་བ་ལྟར་གནག་པ། དབྱ་སྤྱི་བྱར་བ་ལྟར་གནག་པ་གཟེགས།

བྱངས། ཆོམས་ཀྱི་བྱང་པོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས། བྱངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོམས་དག་
གི་བྱང་པོ་ལོ། །

བྱད། 1 ཕྱིར་ཐོན་པའམ་དོན་པ། མི་གཡར་ནས་བྱད། ལྟོ་བ་ཕྱིར་བྱད། མཚན་མ་ཕྱི་ལ་བྱད་ལྟ་བུ། བྱད་
དང་འབྱད་ལ་དོན་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་གཟེགས། 2 མཚན་ཉིད་ཀྱི་
གཞུང་བྱ། བྱད་དང་། འབྱད་ཅེས་འབྱུང་བ་ནི། ཤོར་བའམ་འཆོར་བ། ཉམས་པ། ཁས་ལེན་
དང་དམ་བཅའ་ཤོར་བ་དང་། མཚན་ཉིད་ཅོད་དུས་ཆ་ཞེས་པ་རྣམས་དོན་འདྲ། མཚོ་རྒྱུ་
ལས། དམ་བཅའ་བྱད་ཅེས་པ་དང་། ཏྲགས་མ་བྱུ་བ་ན་དག་གིས་ལོག་རྟོགས་བསལ་བྱས་ཟེར་
བ་བྱད་ཅིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བརྒྱ། (ལེགས་སྦྱར) 1 སངས་རྒྱལ། 2 པད་འདབ་རྒྱལ་པ། 3 གཉིད་སང་པ། 4 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་ཏུ་
ཅུང་པ། 5 ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་དང་གུང་ཐང་ཆང་གི་གསུང་ལ་གཞི་
བྱས།

བརྒྱ་ལྷ་ལྷ། (ལེགས་སྦྱར) གློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་ས་སམ་དེས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས།
ལྷའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འགྲུལ།

བརྒྱ། (ལེགས་སྦྱར) གློ་བྲོས།

བརྒྱ་ལྷ་ལྷ། (ལེགས་སྦྱར) གློ་དང་ལྷན་པ།

བྱད་མེད། <ལྷ> མི་མོ། གཉེན་བསྐྱེགས་ཟེན་པའི་སྤྱེས་མ། ལེགས་སྦྱར་ཏུ་སྤྱི་ “ སྤྱི ” སི་ཁྱེ་ཞེས་པ་
ལྷ་བྱར་མྱོག་མིང་གི་རྣམ་གངས་ནི། མི་མོ། སྟོབས་མེད་མ། བཅུན་མོ། མཆོམས་ལྷན་མ། ཟུར་
ལྷ་མ། གཡོན་མ། གཡོན་བྱེད། དགའ་སྟོད་ས་གཞི། ལུས་མཆོག་མ་སྟེ། ལུས་བཟང་མ།
འཛིགས་ཅན་མ། འདོད་ལྷན་མ། གཡོན་མིག་མ། རབ་ལྷོས་མ། སྟེག་ལྷན་མ། ལུས་མཛེས་མ།
གཞོན་ལུས་མ། སྤྱད་རྒྱས་མ། མཛེས་མ། དགའ་བྱེད་མ་བཅས་སོ། །མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་
མཛོད་གྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་མོ་༼ བསྟན་འགྲུར་སེ་བ་ ༣༡༡ན་ ༤ ༽ལས་བཤད་པ་ལྷར་
པོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། མཆོན་མ་གྱི་ལ་མ་བྱད་པས་བྱད་མེད་ཅེས་བྱའོ། །ཆོག་མཛོད་འགའ་ཞིག་
ན་གསལ། འདི་ལ་སྤྱ་བཤད་སྤྱ་ཆོགས་ཤིག་སྤྱང་ཡང་འདིར་མ་བཞོད།

བྱད་མེད་གྱི་སྟོན་ལྷ། སྤྱེས་པ་གཞན་ལ་སེམས་པ། སེར་སྤྱད་ད། མི་རིགས་པར་ཆགས་པ་དང་། མི་
རིགས་པའི་གནས་ལ་རྗེས་སུ་དགའ་བ། ཁྱིམ་ཐབ་སྟོག་གཅད་པར་འཛིན་པ་དང་ལྷའོ། །མདོ་
སྤྱེ་ཅན་པ་ཉེར་གཞག་༼ ལ་བ་ ༡༠༡ན་ལས་གསུངས་སོ། །

བྱད་མེད་གྱི་ཁམས། རྩམ་ཆོན། མེ་ཏོག་རྩལ་བཅས་ལ་ཟེར།

བྱད་མེད་གྱི་སྤྱ་རྣམ་པ་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གཉིས། བཞིན་བྱེད་འགྲེལ་པ། ཏུ་མ་མཁྲང་ཞིང་འབྱར་བ་སྟོན་
པ། ཅུང་ཟད་འཇུ་མ་པས་སེའི་བྲེང་བ་སྟོན་པ། ལག་པ་བརྒྱུད་སྟེ་བྱ་སྤྱང་བྱེད་ཅིང་མཆོན་ཁུང་
སྟོན་པ། བེམ་པ་ལྷར་དམར་པའི་མཆུ་སྟོན་པ། མིག་བྱེད་བཅུ་མ་སྟེ་ལྷ་ཞིང་བསྟན་ནས་སྤྱར་བ་

སྐྱུར་བར་འཇུག་པ་དང་། ལུ་མ་བྱེད་གཡོགས་ཏེ་སྟོན་པ། གོས་སྒྲིལ་བར་བྱས་ཏེ་གསེར་གྱི་
ཕག་སྒྲི། (བྱད་མེད་གྱི་སྒྲི་རགས་ཤིག་གི་མིང) དང་བཅས་པའི་ཆེད་པ་སྟོན་པ། གོས་དུ་ཀྱ་ལ་
སྐབ་མོ་གྱོན་ཏེ་གསེར་གྱི་ཕག་སྒྲི་དང་བཅས་པའི་ཆེད་པ་སྟོན་པ། ཆར་བ་གདུབ་སྒྲི་སིལ་སིལ་
འབྱིན་པ། ལུ་མའི་བར་ནས་བྱེད་བ་གཅིག་ཏེ་བར་སྟོན་པ། མགོ་དང་སྒྲག་བ་དག་ལ་བྱ་འདུབ་
སྟེད་དང་། བེ་ཙོ་དང་། རི་སྒྲགས་འདུག་པ་ཏེ་བར་སྟོན་པ། མིག་ཟུར་གྱིས་ལྟ་བུ། གོས་ལེགས་
པར་བགོས་ཀྱང་བགོ་མ་ལེགས་པ་ལྟ་བུར་བཅོས་པ། ཆེད་པ་དང་། གསེར་གྱི་ཕག་སྒྲི་བསྐྱོད་
པ་དང་། འབྲུལ་བ་ལྟར་འཆོས་ཤིང་སྒྲིག་སྟེ་ཕན་ཚུན་འཆག་པ་དང་། གར་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་
ལེན་པ་དང་། བསྒྲིགས་ཤིང་འབྲུལ་བ་ལྟར་འཆོས་ཤིང་སྒྲིག་སྟེ་ཕན་ཚུན་འཆག་པ་དང་། གར་
བྱེད་པ་དང་། ལྷ་ལེན་པ་དང་། བསྒྲིགས་ཤིང་རོ་ཆ་བ་ལྟར་ཡང་འཆོས་པ་དང་། ཚུ་ཤིང་རྒྱང་
གིས་བསྐྱོད་པ་ལྟར་བརྒྱ་སྐུལ་བ་དང་། བརྒྱུད་པའི་སྒྲི་འབྱིན་པ། སེང་རས་བགོས་ཏེ་གསེར་
གྱི་ཕག་སྒྲི་འི་ལྷ་བྱ་བཅིངས་ནས་དགོད་ཅིང་འཆག་པ་དང་། གོས་དང་རྒྱན་རྒྱུ་ས་ས་ལ་
འདོར་ཞིང་རོ་ཆ་བ་ལྟར་སྒྲིང་ཡང་ལེན་པ། གསུང་བ་དང་། གསལ་བའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཏེ་
བར་སྟོན་པ། ལག་བ་སྒྲིལ་གྱིས་བསྐྱུས་པར་སྟོན་པ། མཁུར་བ་བསྐྱུས་ཤིང་རྒྱ་ཆ་ཡང་སྟོན་པ།
མགོ་འང་གཡོགས་ཤིང་བཞེན་ཡང་གཡོགས་ལ་སྒྲིང་ཅིག་ཙམ་གྱིས་སྟོན་པ། རྒྱུ་ཤིང་གི་ལྷ་
དག་འདག་ལ་བ། ཅེ་ཅེ་བ་ཕན་ཚུན་བྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་ཡང་རོ་ཆ་བ་ལྟར་འདུག་པ། གཞོན་ལུང་
གཟུགས་དང་། ལུ་མ་བཅས་པའི་གཟུགས་དང་། ལྷ་རྒྱང་ཆོད་ལ་བབས་པའི་གཟུགས་སྟོན་
པ་དང་སྐུ་ལྷ་ཅ་ཅ་གཉིས་སོ། །རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད་དོ། །

བྱད་མེད་གྱི་ཡུལ། (འདུལ་བ) 1 བྱད་མེད། འདུལ་བ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྒྱུ་པར་བཤད་པ་༼
ཚུ་ ༡༧བཤམས། བྱད་མེད་གྱི་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་མེད་ཉིད་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ནི། 2 བྱད་མེད་གྱི་ཡུལ། འདུལ་བ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྒྱུ་པར་
བཤད་པ་༡༧ནོལས། བྱད་མེད་གྱི་ཡུལ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་མེད་གྱི་ཡུལ་ལ་འདོམས་འདུལ་
བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལས་གསུངས་སོ། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

བྱད་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་
 ཡོན་ཏན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་ནི། དེ་ཉིད་ལས། སྤྱིད་པ་ཐ་མ་པའི་བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱད་
 མེད་གང་གི་མངལ་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་བྱད་མེད་དེ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་ནུམ་པ་སྤྱི་ཅུ་
 གཉིས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ཅུ་གཉིས་གང་ཞེན། འདི་ལྟ་སྟེ། བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
 སྤྱིད་པ་ཐ་མ་པ་ནི་ཀྱང་གྱིས་མངོན་པར་ཤེས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་མངལ་དུ་འཇུག་གོ། ཀྱང་གྱིས་
 མངོན་པར་རིག་པ་དང་། རྒྱུད་པ་ལ་སྒྲགས་མི་ཐོད་པ་དང་། རིགས་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་།
 ཆོ་འབྲང་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་། གཟུགས་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་། མིང་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་
 ཆོ་གས་པ་དང་། ཆུ་ཞེང་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་། རྩོན་ཆད་མ་བཅས་པ་དང་། ཆུ་ལ་ཁྲིམས་
 ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་། གཏོང་བ་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པ་དང་། བཞིན་འཇུག་པ་དང་། མཐུན་
 པར་འཇིན་པ་དང་། གསལ་བ་དང་། དུལ་བ་དང་། འཇིགས་པ་མེད་པ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་
 དང་། མཁས་པ་དང་། སྦྱ་མེད་པ་དང་། གཡོ་མེད་པ་དང་། མི་ཁྲིལ་དང་། སྤྱུ་དོག་མེད་པ་
 དང་། སེར་སྒྲ་མེད་པ་དང་། མི་ཚོད་པ་དང་། མི་གཡེང་བ་དང་། ཅ་ཅོ་མེད་པ་དང་། བཟོད་ཅིང་
 དེས་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། རོ་ཆ་ཤེས་ཤིང་ཁྲེལ་ཡོད་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་།
 གཉི་སྤྱུག་གི་ཤས་རྒྱུང་བ་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་དང་། ཁྲིམ་ཐབ་ཀྱི་བརྟུམ་
 ལྷགས་དང་ལྡན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཕྱན་སྤྱི་ཅུ་གཉིས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་མངལ་དུ་
 བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱིད་པ་ཐ་མ་པ་འཇུག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟེ།

བྱད་མེད་ཀྱི་ཟེའུ་འགྲ། བྱ་ལ།

བྱད་མེད་ཀྱིས་དུབ་པ། (འདུལ་བ) བྱད་མེད་ལ་ཆགས་པ་སྤྱད་བྲགས་ནས་སྟོབས་ཟད་པའི་སྦྱེས་པ་ལ་
 ཟེར། བྱད་མེད་ལ་འཁྲིག་པ་སྤྱད་བྲགས་ནས་ངལ་བའི་དོན་ཡིན། མཆོ་རྒྱུ་ལས་བྱད་མེད་
 ཀྱིས་དུབ་པ་དང་ཁུར་གྱིས་དུབ་པའི་ཁུ་བ་སྦྱ་བ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེས་ཤེས་ཀྱས་སོ། །
 བྱད་མེད་དགའ་བྲལ། ཆེག་འབྲས་བཏོན་པའི་སྦྱེས་པའི་མིང་ཡིན། ལྷག་རུམ་ཟེར་བ་དེའི་མིང་
 རོ། །ཅ་རྒྱ་ད་སེའི་བོད་དབྱིན་ཆོག་མཛོད་ནང་། བྱད་མེད་དགའ་བྲལ་གྱི་དོན་བཤད་པ་ན།

དགའ་བ་དང་བུལ་བའི་བྱད་མེད་ཅེས་དབྱིན་སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་ནི་ཤིང་ལོ།

བྱད་མེད་མཆོག་ བྱད་མེད་མཛེས་མའི་མིང་།

བྱད་མེད་གཏུམ་མོ། ཁོང་ཁོ་དང་འཁྲུག་པ་ཆ་བའི་བྱད་མེད་ལ་ཟེར། མའི་རྣམ་འབྱེད་༩ ཏ་བ
༡༩༧༧ལ་ས། བྱད་མེད་གཏུམ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཁོ་བ་འཐབ་གྲོལ་ཅན་གྱི། ཞེས་གསུངས་
མོ།

བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་རེ་ལྟ་བུ། བྱད་མེད་
དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་བྱད་མེད་དང་གནས་
གཅིག་ཏུ་གཉིས་ཀ་ཉལ་བའི་སྤྱོད་ལས་གྱིས་གཉིད་ལོག་ཅིང་མཆོན་མོ་འདས་པ་ལས་གྱུར་
བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྤྱོད་གཞི་ནི། སངས་རྒྱལ་མཉན་ཡོད་ན་བཞུགས་ཆེ་མ་འགགས་
པ་ལྟེངས་རྒྱུར་སོང་སྟེ། རེ་བྲག་གི་གོང་དུ་བྱད་མེད་དང་གནས་གཅིག་ཏུ་ཉལ་བ་ལས་ལྷུང་
བྱེད་དུ་བཅས་མོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བའོ།

བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་ལས་དུ་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་བདུན་ཅུ་བ།
བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་སྤྱེས་པ་མེད་
པར་བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་ལས་དུ་འགྲོ་ཞིང་རྒྱང་གཤགས་འདས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་
དངོས་གཞིའོ། སྤྱོད་གཞི་ནི། སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཉན་ཡོད་ན་བཞུགས་པའི་ཆེ་
རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནས་དགེ་སྤྱོད་ཞིག་བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་ལས་དུ་འགྲོ་བ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་
བཅས་མོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བའོ།

བྱད་མེད་སྐྱུམ་པ། སྐྱུམ་མ་ལ་གཟེགས།

བྱད་མེད་མཛེས་མ། བྱད་མེད་མཆོག་ཅེས་གྲང་ཟེར། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། ལུས་མཆོག་མ། ལུས་
བཟང་མ། ལུས་མཛེས་མ། འདོད་ལྡན་མ། གཤམ་མིག་མ། (མིག་མཛེས་པས་ན་གཤམ་མིག་
མ་ཞེས་བྱ།) མིག་མཛེས་མ། རབ་ཕྱོས་མ། (མཆོག་ཏུ་རྒྱགས་པའི་གཟུགས་དང་སྐལ་བ་
བཟང་པོ་དག་གིས་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་འགྱུར་རོ) སྐྱེག་ལྡན་མ། (“རྩ་བ་” ནི་སྐྱེག་པའི་སྤྱོད་པ་

ཡིན་ལ་དེ་དང་ལྡན་པས་སོ། གཞིན་ལུས་ལ། སྤང་རྒྱས་ལ། མངོས་ལ། དགའ་བྱེད་ལ། ཁོ་
བྱེད་མ་བཅས་སོ། །མདོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་མོ་༣༡༡བ་ཉན་
གསལ་བ་ལྟར་ཤོ། །

བྱད་མེད་རིན་པོ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ། བསམ་བ་དང་མ་ཐུན་པར་འགྱུར་བ་དང་། བྱ་མང་པོ་
བཅོའ་བར་འགྱུར་བ་དང་། རིགས་མ་ཐུན་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྤིང་མཐོ་བར་འགྱུར་བ་དང་།
བྱིབ་ཐབ་བྱད་མེད་གཞན་ལ་སེམས་ན་ཕྱག་མི་བྱེད་པའོ། །ཞེས་མདོ་སྤྱོད་པ་ཉིར་གཞག་༽
ཡ་བ ༡༠༡ན་༣ལས་གསུངས་སོ། །

བྱད་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྟར་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅའི་ལྟར་བྱད་མེད་ལ་ཆོས་
སྟོན་པའི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་མ། བཅས་ལྡན་དག་སྤོང་གིས་ཁྲིམས་གྲོགས་སྦྲེས་པ་མེད་པར་
བྲིམ་པ་མོ་ལ་ཆོས་ཆོགས་ལྡམས་བྱག་ལས་ལྡག་པར་བསྟན་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྟར་
བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤོང་གཞི་མི། མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་གས་བྲིམ་པ་མོ་ལ་ཆོས་བསྟན་ཅིང་དེའི་
རྗེས་སུ་བྱག་སྤེས་ཆོགས་བྱག་ལས་ལྡག་པར་བསྟན་པ་ལས་ལྟར་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་
བྱ་ནི། ཆགས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་པའོ། །འདི་ལ་སྟོན་པའི་ལྟར་བྱེད་ཀྱང་ཟེར།

བུརྟ། (ཞིགས་སྦྱར) 1 སངས་རྒྱལ། 2 ཉོགས་པ། ཁྲོས་ཉོགས་པ། བྱེ་བྲག་ཉོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་
‘ཤབཤན་གསལ།

བུརྟ་སྤ་ལི་ཏ། (ཞིགས་སྦྱར) 1 སངས་རྒྱལ་བསྐྱངས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག 2
དབུ་མ་ཙ་བཤེས་རབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བུརྟ་སྤ་ལི་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱངས་
འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་དཀའ་གྲུབ་པ་བསྟན་བཅོས་དུ་མའི་ནམས་བཤད་མཛད་པ་ཐེག་པ་
ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རིག་སྤྲུགས་འཆང་གུབ་པའི་གནས་སྤྱང་པར་ཅན་དུ་
གཤེགས་པས་མཛད། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་པར་ཞུ་བྱེད་ཀྱི་ལོ་སྤྱོད་བཅོག་རྒྱུའི་
རྒྱལ་མཆན་གྱི་འགྱུར། བསྟན་འགྱུར་༽ ཅ་སར་༡བཞུགས། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་འབྲེལ་
བ་བུརྟ་སྤ་ལི་ཏའི་སྤྲེགས་བཅ་གསུམ་ནས་དབུ་མའི་ལྟར་བ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཐུགས་ལ་

འབྲུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་དེ། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེས་མཛོད་པའི་རྗེའི་གསང་པའི་རྣམ་ཐར་
རིན་པོ་ཆའི་སྟེ་མ་ལས། གཉལ་ནས་དྲགས་སོ་ལྷ་སྤྲིངས་སུ་ཕེབས། ཐལ་རང་གི་ལྷ་པའི་
གནད་རྣམས་ལ་དབྱེད་པ་ནར་མར་བྱ་བལ་ལ་འབྱོན་པའི་གོང་ཉིད་ནས་དེ་བར་དུ་མཛོད་
ནའང་། མཐར་ཐུག་པའི་གནད་ལ་མི་བདེ་བ་གཏན་ནས་ལོག་པའི་ངེས་པ་འདྲེན་མ་ཐུབ།
གནས་དེར་སྒྲ་མ་དང་རྗེ་བཙུན་ཐ་མི་དད་དུ་བྱས་ཤིང་གསོལ་བ་དྲག་པོ་མང་དུ་བཏབ་པས་
མཆན་མོ་ཞིག་མནལ་ལས་དུ་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཡལ་སྤས་ལྷ་རང་བཞིན་ཡོད་མེད་ཀྱི་
གནད་རྣམས་ལ་འབེལ་བའི་གཏམ་གྱིས་བཀའ་བཅོལ་མཛོད་ཀྱིན་འདུག་པའི་ནང་ནས། སྟོབ་
དཔོན་སངས་རྒྱུ་བསྐྱེདས་ཡིན་ཟེར་བའི་པཱི་ཏ་སྟོ་བསངས་སྐྱ་པོང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་དབྱ་
མའི་རྒྱ་དཔེ་ཞིག་ཐུག་ན་བཟུང་བ་ཚུར་བྱོན་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཆན་མ་ཞིག་
བྱུང་། དེའི་བྱི་ཉིན་ཅ་ཤེའི་འགྲེལ་བ་བུརྟ་སྤ་ལི་ཏ་གཞིགས་པས། འབད་བ་མེད་པར་ཐལ་
འབྲུང་པའི་ལྷ་པའི་གནད་དང་དགག་བྱའི་མཆན་མས་འཛིན་སོགས་ལ་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་
ངེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པ་འབྲུངས་ཤིང་། མཆན་འཛིན་གྱི་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་ཞིག་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མཐའ་གཞན་དུ་དོགས་པའི་སྟོ་འདོགས་ལྷག་མ་མེད་པར་བྱུངས་སྤར་བར་
གྱུར་ཏེ། བྱིན་ཆད་རང་རེའི་རྗེས་འབྲུག་རྣམས་ལ་འང་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱུ་བསྐྱེདས་ཀྱི་
འགྲེལ་བ་འདི་ལ་བལྟ་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། དེ་ལ་བལྟས་ན་ལྷ་
པའི་གནད་ལ་ངེས་པ་ལྷག་པར་རྟེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བྱས་པ་ཡིན། ཞེས་
གསུང་ངོ་། དེ་ནས་ཅ་ཤེའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་མཛོད་པའི་སྐབས་སུ། གཞུང་དཀའ་བའི་གནས་
པལ་ཆེ་བར་སངས་རྒྱུ་བསྐྱེདས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་རེ་བྱུངས་པའི་བཤད་པ་ཡང་ཆེད་ཀྱིས་མཛོད་
པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་དེ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས། རྗེའི་གསང་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། རྒྱལ་སྤས་སྐྱ་
སྐྱབ་ཡལ་སྤས་གཙོ་འཁོར་ལྷ། ཐལ་མོ་རྟེན་འབྲུང་གཏམ་གྱི་བཅོལ་མཛོད། དེ་ཡི་ནང་ནས་
དཔལ་ལྷན་སངས་རྒྱུ་བསྐྱེདས། རྒྱ་དཔེས་བྱིན་བརྒྱབས་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་
འབྲུངས། དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཞེས་གསུངས་སོ། །འཇམ་

དཔལ་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་རྗེ་ཆུང་ཐར་བྱར་འདེབས་༡༡བ་ནས་ལས། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་
ལ་སོགས་པའི་སྤྲོ་མ་དམ་པ་རྣམས་དང་མཛེལ་ཚུལ་དང་། བྱད་པར་དུ་སློབ་དཔོན་སངས་
རྒྱས་བསྐྱེད་སྤྱད་ནས། འགྲེལ་པ་བུ་རྩེ་ལ་ཉའི་སྤྱོད་ནས་རྩ་ཤེལ་ཆར་གཅིག་གསུངས་པས།
དེའི་ཕྱིན་ཉིན་པར་འགྲེལ་པ་དེ་འབྲུལ་མི་བྱུང་བས་རྟེན་འགྲེལ་འགྲིག་སྟེ། དབྱ་མའི་རྟོགས་པ་
ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་བཤར། རྗེའི་ཞལ་ནས། འགྲེལ་པ་འདིའི་སྤྱོད་ནས་རྩ་ཤེལ་བཤའ་ཉན་བྱས་
ན་བསྟན་པ་ལ་བན་པའི་རྟེན་འགྲེལ་འདུག་གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བུམ་པ། <ཀུལྷ> རྟོ་ལྗེར་ཞབས་ཞུ་ཆུ་སྐྱོར་གྱི་དོན་བྱེད་བུམ་པ། བུམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན། བུམ་
པའི་རྟོ་བ་ལྗེར་བའམ་འབྱར་བ། བུམ་པའི་སྤྲོད་པ་དུ་སྟོང་བ་ལ་ཞབས་ཞུ་པ་བཟེ། ཞབས་
ཞུ་པ་ཞེས་པའི་ཞབས་ནི་མཐེལ་ལ་མི་གོ་བར་སྤྲད་ལ་གོ་དགོས། ཆུ་སྐྱོར་བའི་ཆུ་བྱར་དུ་མི་
སྤྱད་བར་སྐྱོར་བའམ་འཛིན་བའོ། །བུམ་པ་ཞེས་པ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ “ཀུལྷ” བྱར་ཆག་པ་ཡིན་
ནས་སྤུམ་ཡང་དབྱེད་དོ། །སྤྱིར་ “ཀུལྷ” ཞེས་པ་བུམ་པ་དང་། སྤྱང་པའི་མགོ་གཉིས་ལ་འཇུག་
པར་མཛོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱུ་ལས་བཤའ་དེ། དེ་ཉིད་ལས། ཀུལྷ་བུམ་པ་སྤྱང་པའི་
མགོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་དོ། །གཞན་ཡང་སྤྱོད་སྤྱད་གཉིས་འདྲ་བྱར་གསེར་གྱི་སྤྱང་
མཛེས་ལས་ཀུལྷ་པ་ཞེས་པ། རྩ་དང་ཤིང་ཉི་འོང་སྟེ་དུར་བྱེད་དང་། བུམ་པ་བཅས་ལ་འཇུག་
པར་བཤའ་དོ། །

བུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ། ཆ་ཆར་བ་གནང་བའམ་ཐོབ་པའི་དོན་ཉེ། དཔེར་ན་ཆུ་བུམ་པ་གང་སྟོང་
གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་པ་བཞིན་དུ་གདམས་དག་སོགས་ཆ་ཆར་བ་གནང་བའམ་ཐོབ་
པའི་དོན། གདམས་པ་བུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ་དུ་གནང་། གདམས་པ་བུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ་དུ་
མངའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །བྱོ་བའི་སྟོ་བའི་དོན་ནོ། །

བུམ་པའི་བྱིས། དགུན་གྱི་དུས། སྤྱོད་བཤའ་ནི། བུམ་པའི་ནང་གི་ཆར་རོ་བུས་དང་ལྗན་པའི་དུས་ཡིན་
པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བརྗོད།

བུམ་པའི་དབང་། བུམ་དབང་ལ་གཟིགས།

བུམ་པས་དག་པའི་ས་ཕྱོགས། བུམ་པ་མེད་པའི་ས་ཕྱོགས་སམ་བུམ་པ་དང་བུམ་པའི་ས་ཕྱོགས།
འདྲིའི་དག་པ་ཞེས་བ་ནི་དེ་མ་མེད་པ་ལ་དེ་མས་དག་ཅེས་བ་དང་གོ་དོན་མཚུངས་པ་ཡིན།
བུམ་དབང་། 1 (དགེ་ལྷགས) མི་བསྐྱོད་པ་ཚུའི་དབང་སོགས་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ལྡེའི་དབང་དང་། རྗེ་
སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དབང་མཐའ་རྟེན་དང་བཅས་པའི་ལྷ་ཡི་ཚུ་བོའི་རྒྱུན་གྱིས་གཙོ་བོ་སྒྲོག་གཙོད་
དང་། ལུས་ཐམས་ཏུ་འདྲིན་པའི་སྤང་ཞེན་གྱི་དེ་མ་སྤངས་ཏེ། ལམ་བསྐྱེད་རིམ་ཡན་ལག་དང་
བཅས་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་འཛོག་པའི་
དབང་ལ་ཟེར། ཁྱི་རྒྱལ་མཆོད་སངས་ཤེས་གཤེས་ལ་གཞི་བྱས། རྗེ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསང་
འདུས་སྒྲོན་ལམ་ལས་ཀྱང་། བུམ་དབང་གཏུའི་རྒྱ་རྒྱུན་བསྐྱར་བ་ཡིས། །ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་དེ་
མ་འཁྱུད་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 (འགའ་བརྒྱུད) འདོད་ལྷ་ཡལ་ཡུམ་འཁྱུད་པ་
ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྟོང་གི་ཉིང་རེ་འདྲིན། སྤྲ་བཤད་ནི། བུམ་པའི་ལས་དང་བྱ་བ་འཇུག་པས་
སམ། གཙོ་བོར་ལུས་གྱི་དེ་མ་འཁྱུད་པ་ཅིང་ལུས་དག་པར་བུམ་ནས་སྤྲོད་རྗེའི་སྤྲུལ་སྤྲུ་
མཛོད་པ་དང་བཅས་པ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་འཛོག་པའོ། །ཀོང་སྤྲུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུད་
བརྟག་གཉིས་གྱི་སྤྱི་དོན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

བུམ་ཇས་ཉེར་ལ། བུམ་ཇས་ཉེར་ལ་ལ་བྱ་རྒྱུད་ནས་བཤད་པ་དང་སྒྲ་མེད་ནས་བཤད་པ་གཉིས་
ལས། 1 དང་པོ་བྱ་རྒྱུད་ནས་བཤད་པའི་བུམ་ཇས་ཉེར་ལ་ནི། ལྷག་ཆེར་བཤམ་ཀླུ་ཀྱི་དེ།
དབང་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྤྲུ་བ། འུ་དག་སྤེལ་ཏེ་སྤྲོན་ལ། གསེར་དབུལ་གཡུ་བྱ་བྱ་ཕྱེད་
སྤེའི་ཆེན་ལ། རས་འབྲས་ཤོ་སྤན་མ་སོ་བ་སྤེའབྲུ་ལ། ཅན་དན་དཀར་དམར་ག་བྱར་བྱར་
ལུས་རྒྱ་ཏེ་སྤེའི་ལ། སྤྲ་ཅི་ཀ་ར། ཞོ་འོམ། མར་ཏེ་སྤེའི་བདུད་ཅི་ལྷ་དང་བཅས་བྱ་རྒྱུད་བུམ་
ཇས་ཉེར་ལའོ། 2 སྤེའི་ལྷ་བུམ་ཇས་ཉེར་ལ། ལྷག་ཆེར་བཤམ་ཀླུ་ཀྱི་དེ། གཞན་གྱིས་མི་
ཐུབ་པ། དབྱུག་པའི་ལྷ་བྲུལ། དབང་ལག་སྤེ་སྤྲོན་ལའོ། །གསེར་དབུལ་ཕྱེད་ཀྱི་ལྷ་བྲུལ་ལམ་
སྤེའི་ཆེན་པོ་ཆེ་ལ། ཉིལ་ལན་ཚུ་མར་བྱ་རམ་སྤང་ཅི་སྤེ་སྤྲོད་པོ་ལ། རས་འབྲས་ཤོ་སྤན་
མ་སོ་བ་སྤེའབྲུ་ལ། ཅན་དན་དཀར་དམར་ག་བྱར་བྱར་ལུས་སྤེའི་དང་ལྷ་སྤེའི་ལྷ་མེད་ལྷ་བུམ་

རྩམ་ཉེར་ལྟོ། །ཁ་ཅིག་དེའི་སྤྲོད་དུ་ནང་གི་བདུད་ཅི་ལྟོ་དོད་བསྐྱབ་བཤང་ཡོད་པར་བཤད།
འདི་དག་གི་སྒྲོར་རྩེའི་ཐུགས་རིམ་ཆེན་མོ་དང་། དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ། རྫོང་རྩོལ་སྒྲ་
མའི་གསུང་འབྲུམ་སོགས་ལ་གཟིགས།

བྱའི་འོད་གསལ། བྱ་ཡི་འོད་གསལ་ལ་གཟིགས།

བྱས་པ། བྱིས་པའི་དོན་ཡིན་པར། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསལ།

བེ་ཏ། (ལེགས་སྤྱང་) 1 ནང་དུ་རྩེ་མངར་ལ་བསིལ་བ་འཐུང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ “གོ་གོ་ན་ཏེ” coconut ཞེས་
པའི་ཤིང་འབྲས་དེའི་མིང་། བྱི་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོད་དུ་ “གོ་གོ་ན་ཏེ” coconut དང་རྒྱ་གར་ཡུལ་སྒྲོད་
དུ་ “རྒྱ་རི་ཡལ་” नारियल ཟེར། རྒྱ་རི་ཡལ་ཞེས་པ་ལེགས་སྤྱང་གི་ “རྒྱ་རི་ཀེ་ལྷ” ཟུར་ཆག་པ་
འདྲ། རྒྱ་རི་ཀེ་ལྷ་ཞེས་པ་ནི་བྱུད་མེད་ཅེན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། རྒྱ་གར་སྤྱོད་ཐོགས་ཀར་ཏ་
ཀའི་ཡུལ་སྒྲོད་ལ་ཤལ་ “སྤྱི་ས” ཟེར་བ་དང་། མཆན་མོ་ལ་ “རྒྱ་ཏི” ཟེར་བ་སོགས་ལེགས་
སྤྱང་ཆེས་མང་བས། དེང་སང་ཡང་ཡུལ་མི་འགས་གོ་གོ་ན་ཏེ་ལ། བེ་ཏ་ཞེས་འབོད་པ་རང་
གིས་དངོས་སུ་ཐོས་སོ། །ཤིང་འབྲས་དེ་ནི་མ་སྤྲོན་པའི་དུས་སུ་ནང་དུ་རྩེ་མངར་བསིལ་འཐུང་
རྒྱ་ཡོད་ལ། འདི་ཆེ་རྒྱུང་མིའི་མགོ་ལས་རྩུང་ཟད་རྒྱུང་ཅམ་པ་ཞིག་ལ་ཏ་ཅང་ལྷི་བ་ཤིང་སྤོང་
ནས་རྩུངས་ཏེ་མགོ་ཐོག་ཏུ་ཐོག་ན་སྤོན་ལམ་དུ་གཏོང་རྒྱ་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེའི་ནང་འབྲས་དེ་སྤོན་
པ་ན་ཞག་ཆི་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ་ཆེ་རྒྱུང་རྩོག་མགོའི་ཆད་ཅམ་པ་ཞིག་ལ་མདོག་ནག་པོ་འཕེ་རྒྱ་
སྤྲུག་ཏུ་བྱ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། བེ་ཏའི་འབྲས་བྱ་ནི་གོ་གོ་ན་ཏེ་རང་ལ་ཟེར་བ་ཁ་ཏུ་སྒྲ་མའི་དག་
སྤོན་འབྲེལ་པར་ཡང་རྩུང་ཅམ་གསལ་ཏེ། རྒྱ་རི་ཀེ་ལྷའི་འབྲེལ་བཤད་ལ་བེ་ཏའི་འབྲས་བྱ་
ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ཏུས་སོ། །མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་
ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་ཀྱང་ཏ་ལ་དང་བེ་ཏ་ཞེས་པ་
གོ་གོ་ན་ཏེའི་འབྲས་བྱ་རང་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད་འདུག 2 གོ་གོ་ན་ཏེའི་ཤིང་སྤོང་། 3 ཤིང་ཏ་ལ་
སྤྱོད་རྩུང་མངར་འཐོན་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཤིང་སྤོང་ཡིང་པོ་དབྱིབས་གོ་གོ་ན་ཏེའི་སྤོང་པོ་དང་པལ་ཆེར་
འདྲ་བ་ཞིག་རྩུང་མངར་དེ་ཤིང་ཆང་བཟོ་བྱེད་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད། ཤིང་སྤོང་ལ་གྲིས་ཉག་ཀ་བཏོང་།

ནས་ཤིང་ཆུ་འདོན་ཞིང་། དེ་ཤིང་ཆང་བཟོ་བྱེད་ཡིན། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་སོགས་སུ་སྤོང་པོ་ལ་
རྩ་ཁོག་མང་པོ་བཏགས་པ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡིན། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཆེར་
མང་། ཁོང་ཆོའི་ཡུལ་སྐད་ལ་ཤིང་འདྲིའི་མིང་ལ་ “ཏལ” ཟེད། 4 བེ་ཏ་ནི་རྩ་འཇག་མའི་མིང་དུ།
རྩེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ན་གསལ། རྩི་ཏ་ཞེས་གྲིས་པའང་སྤང་།

བེ་ཏའི་འབྲས་བུ། (ལེགས་སྦྱར) བེ་ཏ་དང་འབྲ། བེ་ཏ་དང་། ལྷ་རི་ཀེ་ལ། ཏ་ལ་ནམས་དོན་གཅིག་ཏུ་
མཛོད་འདུག་པ་དང་པོ་གཉིས་འཐད་ཀྱང་ཕྱི་མ་ལ་དབྱེད་དོ། །

བེ་ཏའི་ཡུལ། 1 ཀོ་ཀོ་ན་ཏི་སྟེ་བའི་ཡུལ་སྟེ་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མིང་། 2 རྩ་འཇག་མ་སྟེ་བའི་ཡུལ་
ལའང་གསུངས་ཏེ། རྩེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ལས། རྒྱ་གར་ཀྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་སྤྱི་དར་བ་ཞེས་པ་
འཇག་མ་སྟེ་བའི་ཡུལ་དུ་ནི། ཞེས་གསུངས། (སྤྱི་དར་བ་ཞེས་པ་འགྱུར་བཅོས་མ་བྱས་པར་
རྩེའི་གསུང་ལས་འབྱུང་བ་རྩི་ལྟ་བར་བཀོད་) 3 ཡང་དབའ་པོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བས། བེ་ཏའི་
ཡུལ་ཞེས་པ་དབའ་པོའི་ཡུལ་ཞེས་དོན་ཡིན་པར་དོན་གྱིས་བཤད་དེ། ཆོས་འབྱུང་མཁས་
པའི་དགའ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༡༩༡ལས། ལྷོ་ཕྱོགས་སྤྱི་རྩྭ་སྟེ་བོད་ (པའི་དག་རྒྱན) ལ་བེ་ཏའི་
ཡུལ་དུ་གཤགས་པ་དེར་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་སྤྲས་མཆོད་ལྟ་ཡོད་པའི་མ་རྩུང་དོ། ཞེས་
གསུངས་པས་སོ། དེ་ཡང་སྤྱི་རྩྭ་ (སྤྱི་རྩྭ) གི་དབའ་པོའི་ཡུལ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སྐད་
གཉིས་ཤུར་སྦྱར་ན་གསལ། ཞིབ་ཏུ་བེ་ཏ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བེ་ཏའི་ཤིང་། ཤིང་འབྲས་བེ་ཏའི་ཤིང་སྟོང་། བེ་ཏའི་ཤིང་སྟོང་གི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ནི་མངོན་བཛོད་
མཁས་པའི་རྩ་རྒྱལ་ལས། ལྷ་རི་ཀེ་ལ་འབྲས་བུ་ཏྲག་ འབྲས་བུའི་ཕུང་པོ་ས་འཆོ་འདུག། ཏ་
ལའི་རྒྱལ་པོ་མི་མོ་ཆེ། བེ་ཏའི་ཤིང་དང་གཤོལ་ལྟོན་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

བེ་རྩུབ། (ལེགས་སྦྱར) རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཀྱི་རྩོད་རིགས་སྟོན་པོ་ཞིག་ བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་ན་ཤིན་ཏུ་
དྲངས་པ་ཞེས་བྲ། རོར་བུ་རིན་ཆེན་བེ་རྩུབའི་རིགས་ཀྱི། ཁོད་དང་འཆང་བས་ནད་ཀྱན་སེལ་
བར་བྱེད། ཞེས་པ་འདི་ལ། རིགས་གསུམ་འབྱུང་ལ། སུ་ག་ཏ་བེ་རྩུབ་དང་། ལ་ཁུ་བེ་རྩུབ་
དང་། མཚུ་བེ་རྩུབ་ལོ། སུ་ག་ཏ་བེ་རྩུབ་ནི། མདོག་ལྷང་ཁུ་མཆན་བྱེད་ཅམ་ན་འོད་ཟེར་འབྱུང་

བས་ཐུན་པ་འཛོག་པ། བར་ཏུ་སྐྱད་པ་གསུམ་བརྒྱུ་པ་འབྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པས། རིན་ཐང་ཡུལ་
 རྩེ་ཆེ་བ་ཞིག་རི་བར་བཤད་དོ། །ལ་བུ་བཱེུ་ཅུ་ནི། འོད་ཟེར་མེད་པ་མདོག་དཀར་པོ་ནང་ཏུ་
 སྐྱད་པ་གཅིག་བརྒྱུ་པ་འབྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པས་རིན་ཐང་ཡུལ་ཐན་གཅིག་རི་བར་གསུངས་
 ལོ། མཚུ་བཱེུ་ཅུ་ནི། གྱི་ལའི་མིག་ལྟར་སེར་བ་མཚན་མོ་འོད་ཟེར་འབྱུང་བ་ནང་ཏུ་སྐྱད་པ་
 དགྲ་བརྒྱུ་པ་འབྲ་བ་མེ་ལ་བརྒྱུ་ན་འོད་ཟེར་ལྷག་པར་ཆེ་བལྟ། རིན་ཐང་ནི་སྤིང་བཞི་ཀའི་
 རྩེ་ཐོག་རི་ཞེས་བཤད། འདི་ལ་རྩེ་རང་བྱུང་རྩེ་རྩེས། གྱི་ལའི་མིག་འདས་སྒྲུལ་ཆེན་སྤང་། ཞེས་
 གསུངས། འདི་གསུམ་འབྱུང་བའི་ཡུལ་ནི། རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ནས་འབྱུང་བར་བསྟན་བཅོས་
 ལས་བཤད་ཀྱང་། དེར་སངས་པལ་ཆེར་སིངྒ་ལའི་ཡུལ་པ་བ་ལི་གཞུ་ཞེས་པའི་ཆུ་ལས་འབྱུང་
 དོ། །ཞེས་དེ་ཏུ་དམར་དག་བཤེས་བསྟན་འཛིན་ཐུན་ཚོགས་ཀྱི་བྱི་མེད་ཤེལ་ཐེང་ལས་བཤད་
 དོ། །ཁ་དོག་ཐོན་པོ་གྲགས་ཆེ་ཡང་། དཀར་པོ་དང་སེར་པོ་ཡང་ཡོད་པར་བཤད། གྱི་རྒྱལ་
 གྱིས་འདི་ལ་Lapiz Lazuli ཟེད། ལེ་ཁྱིན་Latin གྱི་སྐྱད་ལ་Lapiz ཞེས་པ་རྟོག་དང་། Azul ནི་ཨ་
 རབ་ཀྱི་སྐྱད་ལ་ཐོན་པོའི་མིང་ཡིན་པས་རྩོམ་ཐོན་ཟེད། རོ་མན་Roman གྱིས་འདིས་ཆགས་
 སྟོན་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད། ཏུས་རབས་ལྔ་པ་ནས་བཅོ་ལྔའི་བར་གྱི་མི་རྣམས་
 གྱིས་འདིས་རྒྱང་ལག་གི་ཆོགས་ནད་སེལ་བ་དང་། བྲག་དོག་དང་ཞེ་སྤང་སོགས་ཞེ་བར་བྱེད་
 ཅས་བརྟེན། རོན་ཁུངས་ནི་ Afghanistan, Chile, Sibeia, Colorado, Myanmar བཅས་ནས་
 ད་ལྟ་ཡང་འཛོན་གྱི་ཡོད། སྤྱ་བཤད་ནི། རི་བི་རུར་ཞེས་བྱ་བ་ལས་བྱུང་བས་བཱེུ་ཅུ་ཞེས་བྱ་
 སྟེ། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༢༩བཤེས། རི་བི་རུར་ལས་
 བྱུང་བས་བཱེུ་ཅུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རིན་པོ་ཆེ་ཐོན་པོར་སྤང་བལྟ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

བཱེུ་བུམ། པོ་ཉི་ཆུང་ཏུ་འེམ་ད།

བཱེུ་བུམ་ཐོན་པོ། དག་བཤེས་པོ་ཉོ་བའི་ལམ་རིམ་གྱི་སྐོར་གྱི་གསུང་སྒྲོས་ཉེ་བར་མཁོ་བ་རྣམས་
 བཀའ་བབ་ཀྱི་བྱ་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དག་བཤེས་དོལ་བཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོས་བསྒྲིགས་
 པ་ལ་ཟེད། འབྲུངས་ཡུལ་དོལ་བ་ཡིན་པས་དག་བཤེས་དོལ་བ་དང་། མཚན་དངོས་ཤེས་རབ་

གྲུ་མཚོ། ཡ་གང་དུ་བཞུགས་པས་ཡ་གང་པ་ཞེས་ཀྱང་གྲགས་སོ། །སྐྱ་བ་ཤད་ནི། བེའུ་བུམ་
 བྱི་པོ་ཉི་མུང་དུའི་མིང་དང་། བུམ་ཕྱོན་པོ་ཞིག་ཏུ་ཕྱིལ་ནས་བཞག་པས་བེའུ་བུམ་ཕྱོན་པོར་
 གྲགས། དེ་ལ་སྐས་ཀྱི་ཁུ་པོ་ལྟ་འདྲི་སྤང་བ་ཞེས་བྲ་བས་དགེ་བཤེས་དོལ་བ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་
 སྟོན་གཞིར་བཞག་ནས་འབྲེལ་བ་ལེགས་པ་ཞིག་མཛད་པ་དྲིང་སང་དང་རྒྱས་ཆེ་བ་འདྲི་ཉིད་
 ཡིན་ཞིང་། འབྲེལ་བ་འདྲིའི་མཐུག་ཏུ་སྟོབ་དཔོན་རྩོམ་སྤྱང་བཤོ། །ཞེས་པ་ལྟ་འདྲི་སྤང་བ་
 ཡིན་ཏེ། ཡོངས་འཛིན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཛད་པའི་མདོ་དགོན་མཚོག་ཇེས་འབྲས་ཀྱི་
 རྣམ་བཤད་དུ་འདྲ་། འབྲེལ་བ་འདྲིའི་སངས་རྒྱས་ཇེས་འབྲས་སྐབས་ཀྱི་ལུང་འདྲ་བའི་ཆེ། བེའུ་
 བུམ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལྟ་འདྲི་སྤང་བས་མཛད་པ་ལས། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་དབྱངས་ཅན་
 དག་འགྲོའི་«སོམ་ཉི་མུན་སེལ་»ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རྩེ་ཅོང་ཁ་པའི་ཞལ་ནས། དགེ་
 བཤེས་ཡིན་ན་པེའུ་བུམ་ཕྱོན་པོ་ལ་བལྟ་དགོས་ཞེས་བསུགས་པ་མཛད་ཅིང་། ལམ་རིམ་དུ་
 བྱངས་ཀྱང་མང་དུ་འདྲས་སྤང་དོ། །

བེའུ་རས། རོས་གཉིས་ཀར་སྤྱི་ཤེས་ཤིག་ལྟར་བྱེད་ཆོག་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། བེའུ་
རས་ནི་གཅིག་ཏུ་རོས་གཉིས་ཀ་ནས་སྤྱི་ཤེས་ཤིག་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཤིག་ལོ། །ཞེས་
གསུངས། འདུལ་བ་རྣམས་ལ་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་ལ་བཞད་བ་༼ ཚུ་ ༡༡༣༣༣༣༣༣
ཡང་། བེའུ་རྩས་ཞེས་བྱ་བའི་རས་ལས་ཀྱི་སྤྱི་ཤེས་ཀྱི་སྤྱི་ཤེས་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མདོའི་ <ལུ་ཤིང་མ> འཕྲེང་པའི་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་ལིང་འབྲས་ཀྱི་ཆོ་གྲུ་ཞིག་ ལུ་ཤིང་མ་པོད་རྒྱུད་ཏུ་
བརྒྱུར་ན་ལུ་འཆོལ་མེད། དཔལ་བཟའ་བརྒྱུད་པའི་མཁས་གྲུབ་ཁ་མཆོལ་བརྒྱ་དཀར་
པོའི་དྭ་བསྟར་ཐེང་གི་མཆོལ་ཉིད་ དཔལ་བཟའ་པ་ལས་ཀྱང་། ཞི་རྒྱུས་དབང་དང་མདོ་སྟོན་
ལ། །ལུ་རོ་ (ལྷོ) སི་པ་ལས་ཀྱང་ཐེད། །ཅིས་གསུངས་འདུག་ འདི་རྒྱ་གར་ལོ་ལྟོ་ལྟོ་གས་མོལ་ལོ་
ཀྱི་འཇམ་ཞེས་ཆགས་ཀྱི་ཉི་འཁོར་ནགས་གསལ་ཏུ་དེ་རང་རྒྱུར་ཏུ་ས་མང་པོ་ཆེད་ཅིང་། ལིང་གི་
འབྲས་ལུ་ལྷོ་འཇམ་མཐོ་པོར་ལས་ཆེ་ཙམ་འདི་ར་ལུ་ག་རྣམས་ཀྱིས་ཐས་སུ་ཐེད་ཅིང་། འདི་འཇམ་
མ་ནང་པོ་དེ་ཙམ་མང་པོ་བསྟུག་རྒྱ་ཡོད། པོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་། (རྒྱ) ཞེས་འདི་རྒྱ་ནག་།

གི་སྐད་ཡིན་པར་བྱས་འདུག་ཀྱང་། སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་འཛིན་པ་ཡིག་མི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་འདི་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་བུ་འྲི་བ་ཟུར་ཆག་པར་བཤད་དོ། །འཕོ་ཅི་ཞེས་ཀྱང་བྲིས་སྤང་།

སྟོ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) བསྟོ་དང་འབྲ།

བོགས། སྦྱང་དམ་རྒྱས་པའི་མིང་། གོགས་སེལ་བོགས་འདོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བོང་སྟོ། བོང་བུ་ལ་སྟེར་རྒྱུའི་སྟོ།

བོང་ཐུང་། བོངས་ཐུང་དང་འབྲ།

བོང་བ། ས་དོག་དོག་ བོ་ཐོ། ས་སྟོང་། ས་དོག་ ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྟེང་བོའི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བའི་
ཆོག་གི་དོན་གྱི་སྒྲ་ཟེར་༼ གསོ་རིག་ཀོ་བ་༢༥ན་༩ ༽ལས། བོང་བའི། སའི་རང་བཞིན་ལ་དོ་
དང་འབྲ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

བོང་བུ། རྣམ་པ་རྟ་དང་འབྲ་ལ་དེ་ལས་རྩེ་བཅུད་ཆུང་བའི་སྟོ་སྦྱགས་ཤིག་སྦྱ་བཤད་ནི། རྟ་ལས་བོང་
ཆོད་ཆུང་བའི་ཆ་རྣམས་བོང་བུ་འཕམ་བོང་གྲུ་ཞེས་བཏགས་ཏེ། དེ་ཡང་བོང་ནི་གཟུགས་བོ་དང་།
བུ་འཕམ་གྲུ་ནི་ཆུང་བའི་དོན་ལོ། །འོ་ན་བོངས་ཆོད་ཅེས་ས་མཐའི་ཡང་འདུག་འབྲི་དགོས་པ་མ་
ཡིན་ནམ་ཞེན། དེ་ནི་གདམ་ང་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། མི་
ཆེའམ་ཞེས་བུ་བའི་ཆོད་གསུམ་པ་དག་ལས་བོང་ཆོད་མ་སྦྱག་གམ་ཞེས་བུ་བའོ། །ཞེས་དང་།
ཅ་རྒྱ་ད་སའི་བོད་དེ་བྱིན་ཆོག་མཛོད་དུ་འང་བོང་ཆོད་ཅེས་སྤང་།

བོང་བུའི་རྣ་མཆོག་ལ་གསེར་སྒྲགས་པ་ལྟ་བུ། བན་པའི་གཏམ་སྒྲས་ཀྱང་དང་དུ་ལེན་མི་ཤེས་པའི་
དཔེ་ཞིག་ དཔེར་ན་བོང་བུའི་རྣ་མཆོག་ནང་གསེར་དང་བྲེ་མ་གད་སྒྲགས་ཁྱད་པར་མེད་པར་
རྣ་མཆོག་སྒྲག་སྒྲག་བཏང་ནས་བྱིར་འདོར་ཐབས་བྱེད་པ་དེ་དཔེར་བ་བྱུང་བའོ། །

བོང་བུའི་བུ་ལྟར། རེ་རན་དུ་འཁོར་བའི་དཔེ་ཞིག་

བོང་བུའི་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལྟར། བསྐྱེད་མི་འཛོན་པ་དང་སྟིང་པོ་མི་འབྱུང་བའི་དཔེ།

བོང་ཆོད། བོངས་ཆོད་དང་འབྲ།

བོངས་ཐུང་། གཟུགས་ཐུང་བ། མི་བུ་ཐུང་།

པོངས་ཆོད། གཞུགས་ཆེ་ཆུང་གི་ཆད། པོང་ཆོད་ཡང་འཐད།

བོད། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ལུང་གིས་ཟེན་ཅིང་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་བོད་ཁ་བ་
གངས་ཅན་གྱི་མྱོངས་ནི། རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དང་། བལ་ཡུལ། འབྲུག་ཡུལ་སོགས་
ནས་བཅེས་ན་བྱང་རྒྱུད་དུ་ཡོད་ཅིང་། གནའ་བོའི་རྒྱལ་རབས་རྣམས་སུ་སྟོད་མངའ་རིས་
སྟོར་གསུམ། བར་དབུས་གཅིང་དུ་བཞི། སྤང་མདོ་ཁམས་སྤང་དུག་ཅེས་བཤད་པའི་ས་ཁུལ་
ཐམས་ཅད་དོ། །འགོས་ལོ་རྩ་བ་གཞོན་ཏུ་དབལ་གྱི་དེབ་སྟོན་དུ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ཡང་རྒྱ་
གར་དང་འདྲ་བར། ཡུལ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་གནས་པའི་བསྐྱལ་བ་ནས་བྱང་བར་བྱས་ན་
ཡང་ལུང་དང་རིགས་པའི་གཞོད་པ་མེད་ཅིང་། སྟོན་པ་ཐུབ་པ་བྱོན་པའི་དུས་ལས་སྤྱི་བ་ཅོད་
ལུན་གྱི་ཐོག་མ་སྤྱི་མེད་བྱ་ལྡན་དཔུང་ཆོགས་ཡན་ལག་བཙོ་བརྒྱད་དམ་བཅུ་གཉིས་བཙོ་
པའི་ཆོ། རྒྱ་བ་ཉི་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱལ་པོ་དཔུང་གི་ཆོགས་གཅིག་དང་བཅས་པ་གཡུལ་འབྲེད་
པའི་ཆོ། བྱད་མེད་ཀྱི་ཆ་ལུགས་སུ་བྱས་ནས་བོས་ནས་རི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རི་ཁོང་དུ་ཞུགས་ཉེ་
གནས་པའི་རིགས་ལས། དིང་སང་ན་ཡང་བོད་ཅེས་བྱ་བ་གྲགས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྟོབ་དཔོན་
ཤེས་རབ་གོ་ཆས་བཤད་དེ། སྟོན་གྱི་ཡི་གེ་རྟིང་བ་རྣམས་ལས་ཡུལ་འདི་ལ་སྟོན་མིང་བྱ་རྒྱལ་
ཞེས་ཟེར་ལ། བྱིས་བོད་ཅེས་བྱ་བ་འཆད་པ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆའི་གསུང་དང་
རྒྱ་ར་ན་འབྱོར་རོ། །བྱད་བར་ཐུབ་པ་བཞུགས་པའི་དུས་ན་བོད་ཅེས་པ་ལུང་རྣམ་འབྲེད་དུ་
བཤད་ལ། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལར་ཡང་འཕགས་པ་བོད་ལ་སོགས་རྣམས་ལ། ཞེས་གསུངས་
སྤང་ངོ། །ཞེས་གསལ། བོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྟོད་བྱང་ཚུལ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་རྟོལ་ལས་བོད་བྱང་
ཞེས་པ་དང་། བོད་ལས་རྟོལ་བྱང་ཞེས་སྤྱི་མཐའ་གཉིས་འབྱུང་ཡང་། མཐས་དབང་དགེ་
འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་རབས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་ལས། རང་པའི་ཡུལ་འདི་ལ་ཆེས་སྤྱི་
ཞིག་ནས། རང་སྤྱང་དུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བར་གྲགས། རྒྱ་གར་པ་རྣམས་རང་རེ་ལ་རྟོལ་བྱ་
བར་འབོད། དེ་ནི་གནའ་དུས་ཀྱི་སྟོག་ལ་བོད་ཅེས་བརྗོད་ཆེ་བོ་དང་ད་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་
འཛོན་པའི་དབང་གིས། བོད། རྟོར། རྟོལ། ཞེས་རིམ་གྱིས་འཇུག་ནས་དོན་ལ་བོད་བྱ་བའི་ཆོག་

འདི་ག་རང་རྒྱ་སྐད་དུ་པར་ལ་ཟུར་ཆག་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་གར་བས་ཚུར་བཏགས་པ་ཞིག་ནི་མིན་
 བར་སེམས། ཞེས་གསུངས། (གནའ་དུས་བོད་ཀྱི་ཁྲོག་སྤངས་ལའང་ཇེས་འདྲག་སོགས་
 གསལ་བར་འདོན་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ལ། སངས་རྒྱས་
 ཞེས་བརྗོད་ཆེ་མཁུག་གི་ཡང་འདྲག་གི་ས་དང་བཅས་པ་གསལ་བར་ཐོན་པར་ཁྲོག་པ་འདིས་
 གྲང་མཚོན་བྱས་ཤིང་། ལ་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་སྤྲད་ག་པོ་བརྗོད་ན་དག་ཡིག་ལོགས་སུ་སློབ་
 མི་དགོས་པ་ལྟར་འདྲག་བས་ཡུལ་སྐད་ཏ་ཅང་ཅ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་སྤང་མོད། འོན་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་
 ཐམས་ཅད་ལ་སའི་ཡང་འདྲག་སྤྲར་ཏེ། དཔེར་ན་འཇམ་དཔལ་ལ། འཇམ་སེ་དཔལ་ཞེས་
 འདོན་པ་ལྟ་བུས་ཉམས་སྤང་བར་བྱས་སོ། བོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྤྲད་བྱང་ཚུལ་ལ། འདོད་རྒྱལ་གྱི་
 བད་ཅམ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། བོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བོན་ཡུལ་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་ཟུར་ཆག་སྟེ་བོད་
 ཅེས་ཐོགས་པ་ཡིན་ཞེས་འདོད་པའི་ཚུལ་དང་། ཡང་ན་ནི་ཇེ་གཉའ་ཁྱི་སོགས་ལ་བོད་དེ་དང་
 སྤྲར་རྒྱལ་ཞེས་འབོད་པ་དེ་ཡང་། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བསམ་འཁྱེར་ལྟར་ན། ཡུལ་གྱི་མིང་རྒྱལ་
 པོ་ལ་ཐོགས་པ་ལྟར་སྤང་མོད་ཀྱི་དོན་ལ་རྒྱལ་པོའི་མིང་ཡུལ་ལ་ཐོགས་པ་སོགས་ཀྱང་སྤྲིད་
 ཅེས་པའི་འདོད་ཚུལ་སོགས་ཡོད་དོ། །ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་པ་མ་གཏོགས་ཡུལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བོད་ཀྱི་
 མིང་ལ་ཉི་ལྟང་བྱ་བར་གྲགས། འདི་ནི་རྒྱ་ནག་པ་རྣམས་སྟོན་དུས་སུ་བོད་ཀྱི་མིང་ལ་ཏུའུ་པན་
 དུ་འབོད་པ་དང་། དེ་མཚུངས་སོག་པོའི་སྐད་དུ་བྱ་བྱང་ཅེས་འབོད་པ་འདི་རང་ཟུར་ཆག་བར་
 མངོན་ལ། འོན་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ན་པེ། བད་དེ་ཐོག་མར་ཁ་ཆེའི་ཡུལ་དུ་གྲགས་ཤིང་། དེ་ཡང་
 ཁོང་རྣམས་ལ་དྲགས་ཐོགས་དང་འབྲེལ་ཆེ་བས། ཡུལ་དེ་པ་རྣམས་ལ་ནི་སྟོད་བོད་དམ་སྟོད་
 པ་ཞེས་འབོད་པ་ལས་བད་དེ་ཉིད་ཟུར་ཆག་གོ་ཞེས་ཟེར། ཞེས་གསུངས། སློ་མང་མཁན་ཟུར་
 སོག་པོ་དག་དབང་ཉི་མས། བོད་དེ་ཉིད་འཇམ་གྱིང་གི་དབུས་སམ་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་ས་མཐོ་ཤོས་
 ཡིན་པས། སོག་སྐད་དུ་བྱ་བོད་ཅེས་འབོད་པས། ཟུ་བཞག་ནས་བོད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ་
 སྤུམ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །འདིའི་སྐོར་ཞིབ་པ་མཁས་དབང་དགེ་འདུ་ཚེས་འཕེལ་དང་ཞྭ་
 སྤུམ་པའི་རྒྱལ་རབས་སོགས་ལ་གཟིགས།

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་མདོར་བསྟུན། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐུ་མ་
 བོའི་སྐུ་དུས་ནས་བོད་ལ་དར་ཆ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཙམ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གཞི་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་
 མཆོག་སྐུ་ཐེང་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་དར་འདི་ཉིད་གསར་གཏོད་
 མཛད། མཆོན་དོན་ནི། ཉེ་མས་རང་དབང་དང་ཕན་ཚུན་འདྲ་མཉམ། བདེ་སྦྱིད་བཅས་མཆོན།
 ཆལ་པ་ (ཆ་ཤས་སམ་དུམ་བུ) དམར་པོ་བྱུག་གིས་བོད་ཀྱི་མེས་པོ་མི་འུ་གཤུང་བྱུག (མི་འུ་
 གཤུང་བྱུག་ནི། སེ། སྤྲ། སྤོང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་། རྟུང་།
 ལས་མཆེད་པའི་བོད་ཀྱི་གཤུང་རྒྱུད། ཆལ་པའི་ཁ་དོག་དམར་སྟོན་གཉིས་ཀྱིས་སྤང་མ་
 དམར་ནག་གཉིས། (སྤང་མ་དམར་ནག་གཉིས་ནི། གནས་ཚུང་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དང་།
 དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ་གཉིས་སོ། གངས་རིས་བོད་ཀྱི་ཡུལ། སེལྟེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་སྤྲིད་བྱང་
 འབྲེལ། འོར་བུ་ཆ་གསུམ་པས་དགོན་མཆོག་གསུམ། འོར་བུ་དགའ་འབྲེལ་གྱིས་དགའ་བ་
 བཅུད་ཉམས་ལེན། མཐའ་ཁྱེར་གྱི་ཆལ་པ་མེར་བོས་གསེར་སྦྱངས་བཙོ་མ་ལྟ་བུའི་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མཆོན་པ་བཅས་སོ། །

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་རེའུ་མིག

གངས།	རྒྱལ་རབས།	འབྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས།
1	བོད་རྒྱལ་དར་པོ་གཉའ་ཁྱི་བཙན་པོ།	བྱི་ལོའི་ཐོན་གྱི་ལོ་ཆོགས (127 B.C) རྩོན།
2	ལུ་ཁྱི་བཙན་པོ།	
3	དེང་ཁྱི་བཙན་པོ།	
4	སོ་ཁྱི་བཙན་པོ།	
5	མེར་ཁྱི་བཙན་པོ།	
6	གདགས་ཁྱི་བཙན་པོ། ཁྱི་ལྟེ་བཙན་པོ་ཡང་ཟེར།	

གྲངས།	ཀླུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས།
7	སྤྱི་ཁྱིམ་བཅན་པོ།	
གོང་གི་ཀླུ་པོ་བདུན་ལ་གནམ་གྱི་ཁྱི་བདུན་ཟེར།		
8	གྱི་གྲུམ་བཅན་པོ།	
སྒོན་པོ་ལོང་རམ་གྱིས་གྱིས་བཞོངས་པས་གྱི་གྲུམ་བཅན་པོ་ཞེས་གྲགས།གྱི་གྲུམ་བཅན་པོ་ལ་སྤྱི། ཤ་ ཁྱི། ཉ་ཁྱི་གསུམ་ཡོད་པའི་དང་པོ་བྱ་ཁྱི་ཞེས་པ་དེ་ཕུ་དེ་གྲུང་ཀླུ་ཡིན། ཉ་ཁྱི་ནི་སོག་པོའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་ རྣམ་སོག་པོའི་ཀླུ་པོ་ཐོག་མ་དེ་ཆགས་པ་ཡིན་པར་སོག་པོ་རྣམས་ཀྱང་མཐུན་པར་སྐྱེས་ཞེས་བཤད། ཉ་ ཁྱི་ལ་སོག་པོའི་སྐད་དུ་ “པོར་ཏ་ཟེ་བ་” ཟེར།		
9	ཕུ་དེ་གྲུང་ཀླུ།	
བར་སྒྲུང་ནས་ཡུམ་ལ་བྱིད་གྱི་ཕུ་དེ་གྲུན་ལས་ཀླུ་བར་འཁྱུར་རོ། །ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་ལ་སྤྱི་ཉམས་ཏེ་ཕུ་ དེ་གྲུང་ཀླུ་ཞེས་བརྗོད། ཕུ་དེ་གྲུང་ཀླུ་གྱི་དུས་སུ་རྒྱུ་བཅུ་ལས་ལྷགས་དང་། ཟངས། ཀློང་བཅུ་ལས་ སྤྱི་ལྷན་འབྱུང་ཅི་བྱུང་། སྤྱི་ལྷན་འབྱུང་པའི་ཕུར་བ་དང་ས་ནས་སྤངས་ཞིང་ཚོས། རྩ་ལ་ཟམ་པ་བཅུགས། ཀླུ་པོ་སྤྱི་མཁའ་འཁྱེད་ས་ཀླུས་སུ་ཡོད་པར་བཤད། གོང་གི་ཀླུ་པོ་གཉིས་ལ་སྤྱི་ཉམས་ཀྱི་སྤྱི་ཉམས་ཟེར།		
10	ཨ་ཤོ་ལེགས།	
11	དེ་ཤོ་ལེགས།	
12	ཐེ་ཤོ་ལེགས།	
13	གོང་རུ་ལེགས།	
14	འཕྲོང་ཤར་ལེགས།	
15	ཨ་ཤི་ལེགས།	
གོང་གི་ཀླུ་པོ་དུག་ལ་བར་གྱི་ལེགས་དུག་ཟེར།		
16	ཟ་ནམ་ཟེན་ལྷེ།	
17	ལྷེ་འཕུལ་ནམ་གཞུང་བཅན།	

སྒྲིལ་ཁྱེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ།

གྲངས།	ཀླུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོག་གས།
18	མེ་སྒྲོལ་ནམ་ལྗེ།	
19	མེ་སྒྲོལ་པོ་ལྗེ།	
20	ལྗེ་སྒྲོལ་ནམ།	
21	ལྗེ་སྒྲོལ་པོ།	
22	ལྗེ་ཀླུ་པོ།	
23	ལྗེ་སྒྲིན་བཙན།	
གོང་གི་ཀླུ་པོ་བརྒྱད་ལ་ས་ལ་ལྗེ་བརྒྱད་ཟེར།		
24	ཀླུ་པོ་རྟོ་རེ་ལོང་བཙན།	
25	ཁྱི་བཙན་ནམ།	
26	ཁྱི་སྒྲིང་དཔུང་བཙན།	
27	ཐོག་རྩེ་ཐོག་བཙན།	
གཤམ་ཁྱི་བཙན་པོ་ནས་ཐོག་རྩེ་ཐོག་བཙན་བར་ཀླུ་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ལོ་ ༡༩༠༩མ་ བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་ཐམ་པ་བསྐྱུངས། གོང་གི་ཀླུ་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་གྱི་རིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལི་ མིང་ཙམ་ཡང་མ་བྱུང་། རྩེ་གཤམ་ཁྱི་བཙན་པོ་ནས། ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཤམ་བཙན་བར་ཀླུ་རབས་ཉེར་བདུན་ ལ་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སོང་ཞེས། ཀླུ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་༤༩ན་གསལ།		
28	ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཤམ་བཙན།	བྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ལོར་འཁྲུངས།
རྒྱ་རྒྱ་ཐའེ་ཆོས་འབྱུང་དུ་ཀླ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་ཞབས་དང་དུས་མཚུངས་པར་བྱོན་ པར་བཤད། ཀླུ་པོ་འདི་དགྲུང་ལོ་དྲུག་ཅུར་མེབས་པའི་ཆོ་མོ་བྲང་ལུ་མ་བྱུ་སྒྲུ་མ་ཁར་གྱི་སྤྲོང་དུ་ནམ་ མཁའ་ནས་འོད་ཟེར་དང་འགྲོགས་ཏེ་ཟམ་ཏོག་ཅིག་བབས་པ་ཁ་བྱེ་བའི་ནང་། མདོ་སྡེ་ཟམ་ཏོག་ སྤྲོང་པོ་ ཡི་གེ་དྲུག་མ། སྤང་ཀོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ། (འདི་གཟུངས་བསྟུས་ན་བཞུགས་ཤིང་དེ་ལ་ཤོག་ལྗེབས་དཔེ་རིང་ལྷ་ ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཡོད) གཤེར་གྱི་མཚོད་རྟེན་ཁྲ་གང་པ། ཅི་རྩ་མ་ཁིའི་སྤྲུལ་འཛིན་པོར་བཅུ་གཅིག་ཞེས་		

གྲངས།	ཀླུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས།
	ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཟུངས་ཀྱི་བཞོས་པོར་ཞེས་སྒྲུ་སྤར་འདེབས་བྱེད་ཅིག (ཅི་རྩ་མ་ཁི་ཞེས་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་དོན་ཡིན་པར་སྐད་གཉིས་ཤན་སྤྱར་ན་གསལ) ལུ་བའི་བྱག་ཀྱ། (ཚད་ལྷག་ང་ཙམ་གྱི་ནོར་བུའི་རིགས་ཀྱི་དོ་ལ་ཡིག་དྲག་རང་བྱོན་ཡོད་པ) རྣམས་བྱང་བ་རྒྱལ་པོས་ངོ་མཚར་ཆེ་བར་དགོངས་ཀྱང་དོན་གང་ཡིན་མ་ཤེས་ཏེ། གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་མཚན་གསོལ་སྟེ། བོད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་བརྟེས་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱལ་བ་དེ་དུས་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིགས་བཅ་ཙམ་བྱང་བ་ལ་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཙམ་ལས། བོད་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལྟེ་སྟོང་བཙན་གྱི་དུས་སུ་བཏོད་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱལ་པོས་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་ལ་བཞག་ནས་མཚན་པ་ལུལ་བས། དེའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་སྤར་གཞོན་ཤ་ཙན་དུ་ལྷུར་ནས། དཀྱང་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཐུབ་སྟེ། རྒྱ་ལུས་གཅིག་ལ་སྒྲི་ཆོ་གཉིས་ཐུབ་ཅེས་གྲགས་ཤིང་། དེའི་མི་ལམ་དུ་མི་རབས་ལྔ་ན་འདི་དོན་ཤེས་པ་འབྱུང་ཞེས་ལུང་བསྟན་ཏོ། གཉན་པོ་གསང་བ་བསམ་ཡས་མཚན་རྟེན་དཀར་པོའི་གཟུངས་སུ་ལུལ་ཡོད་པར་བཤད། འདི་ཡན་ཆད་ཆབ་སྲིད་བོན་གྱིས་བསྐྱུངས་སོ།	
29	ཁྲི་གཉན་གཟུང་བཙན།	
	འདི་ལྟ་བོ་ཐོ་གཉན་བཙན་གྱི་སྤྲས་ཡིན། འདིས་ཀྱང་གཉན་པོ་གསང་བ་པ་མཚན་པ་བྱས་ཏེ་ཆབ་སྲིད་རྒྱས་པར་བྱང་བར་བཤད།	
30	འབྲོང་གཉན་ལྟེ་རུ་བཙན།	
	འདི་ཁྲི་གཉན་གཟུང་བཙན་གྱི་སྤྲས་ཡིན།	
31	སྟག་རི་གཉན་གཟུངས།	
	འདི་འབྲོང་གཉན་ལྟེ་རུ་བཙན་གྱི་སྤྲས་ཡིན། འདིས་ཀྱང་གཉན་པོ་གསང་བ་པ་མཚན་པ་བྱས་པས། སྟག་པ་པོས་ནས་མིག་བྱེ་བས། སྤྱིད་ཤོད་སྟག་གི་རི་ལ་གཉན་འབྲོ་བ་གཟུངས་པས་ན། མཚན་ཡང་སྟག་རི་གཉན་གཟུངས་ཞེས་གྲགས་སོ། ཞོང་གི་རྒྱལ་པོ་གསུམ་ལ་བར་གྱི་རྟེང་གསུམ་ཟེར།	
32	གནམ་རི་སྟོང་བཙན།	
	ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཙན་སྤམ་པོའི་ཡབ་ཡིན་ལ། འདིའི་དུས་སུ་རྒྱ་ནག་ནས་ཅིས་དང་སྤན་བྱང་། ཞེས་བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་གི་མཚན་བྱར་གསལ། ཞོང་གི་རྒྱལ་རབས་ལྔ་ཡིས་མི་ལོ་༡༧༥སུམ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་དོན་ལྔར་ཆབ་སྲིད་བསྐྱུངས། རྒྱལ་རབས་༡༧ཁྲི་གཉན་གཟུང་བཙན་ནས། ༡༡ གནམ་རི་སྟོང་བཙན་བར་གྱུང་།	

གྲངས།	ཁྱུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས།
རབས་བཞི་ལ། ལོ་༡༡༡ལོན་ཞེས་ཁྱུ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་༤༩ན་གསལ།		
33	སྔོང་བཅན་སྐམ་པོ།	༤༡༥-༤༥༡
ཁྱུ་རབས་སོ་གསུམ་པ་སྔོང་བཅན་སྐམ་པོ་ནི། ཡབ་གནམ་རི་སྔོང་བཅན་དང་ཡུམ་ཆེ་སྔོང་བཟའ་གཉིས་ གྱི་སྲས་སུ་བྱི་ལོ་༤༡༥འཁྲུངས། མཐའི་ཁྱུ་པུན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས་ཏེ་བོད་ཤྱི་ལ་དབང་བསྐྱར་ བའི་ཁྱུ་པོ་ཆེན་པོར་གྱུར། བོད་ཡིག་དང་། དམ་པའི་ཆོས་གཉིས་ཀའི་སྲོལ་གཏོད་པར་མཛད། ལྷ་ཆོས་ དགེ་བ་བརྒྱ་དང་མི་ཆོས་གཙང་མ་བརྒྱ་དྲུག་གི་སྲོལ་བརྒྱ་གས་ནས་ཁྱུ་སྔོང་བཟུང་། ལྷ་མའི་ Burma སྔོང་གིས་ཆ་རྒྱུས་བོད་ཀྱི་ཆབ་འོག་དུ་བརྟུག་ཅིང་། བལ་ཡུལ་ Nepal ནི་སྔོང་བཅན་གྱི་སྐུ་ཆའི་སྤང་ ལ་ཆབ་འོག་དུ་བརྟུག་ནས། སྔོང་བཅན་སྐམ་པོ་ནས་སྤྱི་ལུགས་བརྟན་མེས་ཨག་ཆོམ་གྱི་བར་ཁྱུ་ རྒྱུ་ལྡེའི་རིང་ལ་མངའ་ཞབས་སུ་གནས། བོད་རྗེ་འདུས་སྔོང་མང་པོ་རྗེ་དང་དུས་མཉམ་པའི་བལ་ཁྱུ་ “ན་རྒྱ་དེ་མ” མི་དབང་ལྷའི་སྲས་གཙུགས་པའི་ “ཤྱི་ལ་དེ་མའི” རྗེ་རིང་ལའང་བོད་ལ་དཔུ་ཁལ་ཕུལ་ བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་གསལ་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ “ཉི་ར་ཉི་ཏ” ཡང་ཐོག་མར་ཁྱུ་པོ་འདིས་བཟུང་། ཉི་ར་ཉི་ཏ་ ནི་གཞུང་འདྲེན་ནས་རི་ནག་པོ་རྒྱུད་ལ་ཐུག་གི་བར་གྱི་ཡུལ་ཤྱི་ལ་ཟེར། བལ་པོའི་ཁྱུ་པོ་འོད་ཟེར་གོ་ཆའི་ སྲས་མོ་བལ་མོ་སྤྱི་བརྟན་ནས་ “སྤྱི་ཀུའེ” ཁབ་དུ་བཞེས་པས་དེས་ལྷ་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེ་དགུང་ལོ་བརྒྱད་པའི་ སྐྱ་ཆད་ཅན་ལྷན་དངས། རྒྱ་གར་གྱི་ཁྱུ་པོ་ཐང་ཐའི་རྩེ་གི་ (ཆ་མོ) སྲས་མོ་མེན་ཅིང་ཀོང་རྩོད་བརྟན་ མོར་བཞེས་ཏེ། དེས་འཕུལ་སྤང་གི་རྗེ་བོད་གུང་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ཆད་ཅན་གདན་དངས། སོ་བུ་ “པོ་ ཏལ་” དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་བལ་བཟའ་སྤྱི་བརྟན་གྱིས་རོགས་རམ་གནང་ནས་ཐོག་མར་བཞེངས། ཕྱིས་སུ་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པའི་དུས་དཀྱིལ་དུ་ཡ་ཁྱུ་མཆོག་ལ་པ་ཆེན་པོའི་དུས་སུ་བསྐྱར་སྐྱོན་དང་ རྒྱ་བསྐྱོད་ཆད་མེད་མཛད་དེ། ཡ་ཁྱུ་པ་སྐྱ་ཕྱིང་རིམ་བྱོན་གྱི་སོ་བུ་དུ་ཡོངས་སུ་ཁྲགས་སོ། ། བོད་ཀྱི་ཁྱུ་ པོ་སྔོང་བཅན་སྐམ་པོ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཁྱུ་པོ་ཤྱི་ཏུ་རྒྱ་དང་། སྔོང་པོ་ན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། རྒྱ་གར་ གྱི་སྤྲན་དག་མཉན་ཁྲགས་ཅན་ནག་མོ་ཁོལ་ལམ་ཀླ་ལི་དཔ་དང་། དབྱུག་པ་ཅན་ནམ་དམི་དང་། ཐང་ ཀྱར་གྱི་གོང་མ་ཐང་ཐའི་རྩེ་དང་། ཁ་ཆའི་སྤྲོན་པ་མོ་ཏམ་ཏུ་རྒྱུས་དུས་མཆུངས་སོ། ། ཞེས་དེབ་དཀར་ ༡༡༡ལས་བཤད་དོ། སྔོང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྐུ་ཕྱར་བཞུགས་པའི་བང་སོན་འཕྱོངས་རྒྱས་ནང་། དོན་མཁར་ མདོར་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་བཟའི་སྤྲད་མར་གདུང་ཡིན་ཟེར་བ་རས་སྤྱི་ལ་དམར་མཁེག་ནི་པ་བོང་ཁའི་ རི་སྤོད་དུ་མཛལ་བུ་འདུག ཅས་ཞུ་སྐབ་པའི་ཁྱུ་རབ་༡༤༦ན་གསལ། འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་ཀྱི་ལོ་		

གྲངས།	ཁྱུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས།
༢༡-༢༢	འདི་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་ལྟར་ཡིན་ནོ། འདི་བསྟོན་ལྟར་ན་སྲོང་བཙན་དགའ་ལོ་འཕུགས་པར་བཤད། (དགའ་ལོ་འཕུགས་སྐྱེ་གཤེགས་སོ།)	
34	གྲུང་ཅི་གྲུང་བཙན།	
མང་སྲོང་གི་སྐས་གྲུང་སྲོང་གྲུང་བཙན་ཞེས་བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་སྤྲང་བས་དྲིགས་གཅོད་དགོས།		
35	མང་སྲོང་མང་བཙན།	
ལོ་རྒྱུས་གཞན་ལས་མང་སྲོང་སྲོང་བཙན་གྱི་ཆ་བོར་གསུངས་ཀྱང་། བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་མང་སྲོང་མང་བཙན་སྲོང་བཙན་གྱི་སྐས་སྐྱེ་གསུངས། འདི་སྲོང་བཙན་གྱི་ཆ་བོ་བུའི་བྱ་ཡིན། འདིའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་ནག་མང་ཁྱུ་རབས་ཀྱི་ཁྱུ་རབས་ཐང་ཀའུ་ཏུང་། འདི་ལ་ཆི་ཀའུ་ཏུང་ཡང་ཟེར་༢༤-༢༥ Gao-zong, or Tang Kao-Tsung གིས་ཁྱུ་རྒྱུ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན། མང་སྲོང་མང་བཙན་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལོན་པ་ན་ཁྱུ་རབས་བཏོན། རྒྱ་བོ་མགར་གྱིས་ཕྱོགས་བྱས་ནས་ཁྱུ་རྒྱུ་ལོ་བཅུ་ལྔ་བསྐྱེད་དེ་ནས་མགར་འདས། ཁྱུ་དང་བོད་གྱི་ཁྱུ་རབས་པོ་གཉིས་རེས་འགའ་མཐུན་ཞིང་རེས་འགའ་དཔག་དང་ས་ཆའི་རྩོད་པ་ཁྱུ་རབས་དུ་མ་བྱས། རྒྱ་པར་མང་སྲོང་ཁྱུ་རབས་བསྐྱོས་ནས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་པ་ལྷགས་པོ་ནིའི་ལོ་ལ་བོད་དཔག་གིས་ཐང་གི་ཁྱུ་རབས་ལ་བརྒྱབ། ཡུ་གུར་གྱི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་སྤངས། ཁྱུ་རྒྱུ་ལོ་སུམ་ཅུ་པ་དང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙུ་གཉིས་པ་ས་མོ་ཡོས་ལ་འདས། རྒྱའི་ཡིག་ཆ་དབ་སྟོན་དབ་སྟོན་ཆ་མཇུག་དངས་སོ། །		
36	འདུས་སྲོང་མང་པོ་རྩེ།	
འདིས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་དགུར་སྤྱིད་བསྐྱེད་སྐྱེད། ཁྱུ་པོ་འདིའི་རིང་ལ་བོད་དུ་རྩེ་དང་། རོ་ལ་མོ་བའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་དང་། རྒྱ་པོ་ཆའི་མི་བདུན་བྱུང་། ཞེས་དེབ་དམར་འཕྲོ་གསལ། འདི་སྐབས་འདི་ཐེན་ཞེས་པ་ཁྱུ་མོ་དེས་ཁྱུ་རྒྱུ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན། དེས་བོད་ལ་དཔག་བརྒྱབ་ནས་ས་ཆ་མང་པོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁྱུ་མོ་དེ་ཤིན་ཏུ་ཐུབ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད། རྒྱའི་ཡིག་ཆ་དབ་སྟོན་དབ་སྟོན་ཆ་མཇུག་དངས་སོ། །		
37	ཁྱི་ལྷོ་གཙུག་བརྟན་མེས་ཨག་ཆོམ།	༢༤-༢༥
ཁྱུ་མོའི་བྱ་ཐང་ཏུང་ཏུང་ཞེས་བྱ་བས་ལོ་དྲུག་ཁྱུ་ས་བྱ་ནས་འདས། དེ་རྗེས་ནུ་བོ་ཐང་ཐང་ཏུང་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱུ་སར་འཁོད། བོད་ཀྱི་ཁྱུ་པོ་ཁྱི་ལྷོ་གཙུག་བརྟན་མེས་ཨག་ཆོམ་གྱིས། རྒྱའི་སྐས་མོ་གྱི་མཁེད་ཀྱིང་རྩོད་བརྟན་མོར་བཞེས། གྱི་མཁེད་ཀྱིང་རྩོད་མར་མེས་ཨག་ཆོམ་གྱི་སྐས་འཇང་ཆ་		

གྲངས།	ཁྱུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས།
ལྷ་དཔོན་ལ་སྐྱངས་ཀྱང་། སྐུ་སློན་པོ་ཞིག་གིས་བསད་པས་མེས་མག་ཆོམ་གྱི་བཅུན་མོ་བྱས་སོ། །		
38	ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་བཅན།	༡༩༡-༡༩༩༡
	ཕྱི་ལོ་༡༠༡ལོར་ཁྱི་ལ་འཁོད་ཅིང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་གདན་དྲངས། ཕྱི་ལོ་༡༡༠ལོར་སློབ་དཔོན་པ་སྐྱེ་འབྱུང་གནས་གདན་དྲངས། བེ་རོ་ཅ་ན་ལ་སོགས་པ་སངས་ལྷ་མོ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ། བོད་ལ་རབ་བྱུང་གི་སྟེ་ཐོག་མར་རྒྱལ་པོ་འདིའི་སྐྱབས་སུ་བྱུང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དུར་སྤྱིགས་འདི་ན་པའི་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྟེ་མང་དུ་འཕེལ་ལོ། ཁག་མ་གྱི་རྩི་རིང་དེ་ནི་ (ཞེལ་རྩི་རིང་) ཞེས་པ་ “པོ་ཏེ་ལའི་ཤོད་ཀྱི་རྩི་རིང་གྲགས་ཅན་དེ་ཟེད། དེར་ཆིངས་དོན་ག་ཅེ་འཁོད་ཡོད་ཟེད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར། རྒྱུགས་སྟག་༡༥༠ནང་བོད་དང་། རྒྱ་གཞི་སྐུ་མཆོམས་སུ་དཔག་འཁྲུག་ཡང་ ཡང་བྱུང་སྟབས། བོད་རྒྱུ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་བཅན་གྱིས་༡༦༡ལོར་སློན་པོ་ཞང་རྒྱལ་ལྷ་སྟང་དང་། ཞང་མཆོམས་རྒྱལ་གཟིགས་ལུ་ཐེར། སྟག་སྐུ་ལྷོད་། ལྷ་བཟང་དཔལ་ལྷན་ལ་ (ལུ་ལྷ་ལྷན་) འ་ཞའམ་གྲུ་གྲན་དཔག་འབུམ་ཐུག་གཉིས་དང་བཅས་རྒྱ་གཞི་ཕྱོགས་སུ་དབྱུང་འཁྲུག་དགོས་པའི་བཀའ་བསྐུལ་བ་བཞིན། རྒྱུ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་བཅན་དཔག་ཅན་ས་གནས་དེའི་སྤྱི་ཁྱབ་ཀོ་ཉི་ཟེར་བས་བོད་ལ་མགོ་འབུལ་ཞུས། མིང་རིང་བར་བོད་དཔག་གིས་ “སྤྱིན་ཅའོ” བྱང་ཡོད་པའི་ཁྱི་སྒོང་ “སན་སི་ལྷན་” ཡང་སྐྱངས། ཕྱི་ལོ་ (༡༦༡-༡༠༩) བར་རྒྱ་གཞི་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱེད་མཁན་གྱི་ཁྱི་རྒྱལ་པོ་ “ཐའི་ལྷང་” བས་སློན་ཆེན་ “ཀོ་ཏུ་ཀི” རྒྱ་དཔག་ཁྱོན་ཆེ་དང་བཅས་བོད་དཔག་གི་གདོང་ལེན་དུ་བཏང་ཡང་། གདོང་ལེན་མ་ཐུབ་པར་ཕྱིར་སྒོས་བྱས། “ཅིང་ཅའོ” ཁྱི་སྒོང་གི་སྤྱི་ཁྱབ་ “ཀོ་ཉི” བས་སྐྱེ་ལམ་རྒྱས་བྱས་པས། བོད་དཔག་རྣམས་དྲག་ཤུགས་དང་། ལྷ་རྒྱུགས་ཆེན་པོས་རྒྱ་གཞི་རྒྱལ་པོ་ “ཅང་རན་” (Changan) རྒྱུ་ཁྱི་སྒོང་མའང་རང་གི་རྒྱལ་ས་ནས་སྤྱི་ཁྱབ་ལྷེ་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་སྒོན་ཆེན་ཀོ་ཉི་ལིས་རང་གི་ནང་མི་དང་། མི་དཔལ་མང་པོ་བཅས་ལྷོ་ཕྱོགས་ “ནན་སིན་ཀུ” ཞེས་པར་སྒོས་བོད་དཔག་རྣམས་རྒྱུ་རྒྱལ་སར་འབྱོར་ནས། “ཀོང་ལྷའི” རྒྱལ་སྐུ་ཆེང་ལྷའི་ (གའོ་མང་) ཞེས་པ་ཀེམ་ཤིང་ཀོང་རྩི་མིང་པོ་དེ་རྒྱ་གཞི་གི་ཀོང་མར་བསྐྱོས། བཀྲའི་མེས་པའི་མིང་བཏགས། རྒྱུ་ཁྱི་སྒོང་མ་གསར་པ་ནས་བྱུང་ལ་ཁྱི་ལོ་སྟོ་བའི་སྟོལ་ལྟར། རྒྱ་གཞི་རྒྱལ་པོ་ལྷའི་མ་བཀྲའི་ཀྱི་ཁྱི་ལོ་ཡང་ཁྱབ་བསྐྱགས་བྱས། རྒྱ་གཞི་ནས་ལོ་ལྟར་བོད་ལ་དབྱུ་ཁྱུ་ལ་རྒྱུ་ཁྱི་ཆེད་དོན་ཡི་གེ་སྐྱངས། རྒྱ་གཞི་ཉི་མཚོ་ལྷའི་རྒྱུ་ཁྱི་བོད་དཔག་རྣམས་རྒྱ་	

གྲངས།	ཁྱུ་འབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས།
	ནག་གི་རྒྱལ་ས་ནས་ཕྱིན་ཐོན་བྱས་སོ་། ཞེས་འཁོད་ཡོད། ཕྱི་ལོ་༡༥༠༥ོར། སའེམ་ Siam (དང་སང་ཐའེ་ལན་ཏ་Thailand) ཞེས་པའི་ནང་གི་རྒྱལ་པོ་སྤེལ་ལོ་མེར་ཞེས་པས་སའེམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྱེད་པའི་དུས་སྐབས་སུ། རྒྱ་ནག་ནས་ཡང་ཡང་སུན་བཅོར་བྱུང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་སྐྱབས་བཅོལ་ཞུས་ནས། བོད་དང་སའེམ་གཉིས་དྲག་པོའི་མཐུན་ཕྱོགས་བཟོས་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་སའེམ་རྒྱལ་པོར་སྐྱེ་མཆེད་གཞིན་པའི་གོ་གནས་ཀྱང་གནང་ཞིང་། ཕྱི་ལོ་༡༥༤༥ོར་སའེམ་གྱི་མངའ་ཁོངས་ནན་ཆའོ་ཞེས་པར་རྒྱ་མིས་བཅོན་འཛུལ་བྱས་པར། བོད་ནས་དམག་བྟང་སྟེ་རྒྱ་ནག་རྒྱུ་མཐར་སྐྱོད་བྟང་བ་དང་། ༡༥༥༥ོར། སའེམ་རྒྱལ་པོ་ཀ་ལོ་མེར་གི་རྩེས་འཛིན་ཨ་མོ་ཤུན་གྱི་སྐབས་བོད་རྒྱལ་ལ་དམག་རྒྱུས་གནང་དགོས་ཞུས་ཏེ། སའེམ་བོད་མཉམ་སྲེལ་གྱིས་ཟི་ཁོན་ནང་ལ་པར་ཆོལ་བྱས། བོད་དམག་རྒྱུ་མཉམ་ལོ་བརྒྱུད་རིང་སའེམ་ཡུལ་དུ་བསྐྱད། སའེམ་དང་། རྒྱ་ནག་ཞི་བའི་མཐུན་འགྲིགས་བྱུང་བ་དང་། བོད་དམག་རྒྱུ་མཉམ་བོད་སར་ཕྱིར་ལོག་གོ། (དགྲུང་ལོ་༡༥༥༥གཤེགས)	
39	ལྷ་ལོ་བཅོན་པོ།	
	ལྷ་ལོ་བཅོན་པོ་ནི་ཁྱི་སྐྱོང་ལྷེ་བཅོན་གྱི་སྐུ་སྤང་པོ་དེ་ཡིན།	
40	ཁྱི་སྐྱོང་བཅོན། (སད་ན་ལེགས་འཛིང་ཡོན)	༡༥༩༩-༡༦༡༤
	ཁྱི་སྐྱོང་ལྷེ་བཅོན་གྱི་སྐུ་སྤང་བཞི་བ་ཡིན། འདི་ལ་སད་ན་ལེགས་འཛིང་ཡོན་ཡང་ཟེར། འདིས་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་བསྐྱུང་། ཞེས་དེབ་དམར་༡༩ན་གསལ། པར་རྒྱུ་བེ་མ་ལ་མི་ཏུ། ཀ་མ་ལ་ཤེལ་ལྷོ་ན་སེ་ན་སྟེ་ཡེ་ཤེས་སྟེ། བལ་པོ་རྒྱ་ཀར། ལོ་རྒྱུ་བའ་འཁོན་སྤྱི་དབང་པོ། མ་རིན་ཆེན་མཆོག་ལ་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་མང་པོ་བརྒྱུད་དེ་བསྐྱོན་སྟོང་ཆ་༡༡ལས་ཀྱང་། ལྷ་ལོ་བཅོན་པོའི་མཛུགས་ཐོག་ཏུ། ཁྱི་སྐྱོང་བཅོན་རྒྱལ་སར་བསྐྱོས་པར་གསུངས་འདུག དོགས་གཅོད། འོན་ཀྱང་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་མཛུགས་ཏུ། ཁྱི་སྐྱོང་བཅོན་གྱི་ཆོབ་ཏུ། ལྷ་ལོ་བཅོན་པོ་དྲངས། སད་ན་ལེགས་འཛིང་ཡོན་ལ་སྐུ་ཀྱང་གཅོད་པ་དང་། ༡ རྒྱུང་། དེར་མ། ༡༩ ཁྱི་རལ་པ་ཅན། ༤ ལྷ་རྩེ། ༥ ལྷ་ལྷུ་བྱུང་དང་ལྷ་བྱུང་རོ། (དགྲུང་ལོ་༡༥༥༥གཤེགས)	
	ལྷ་ལོ་བཅོན་པོ། ལྷ་ལོ་བཅོན་པོས་སྤར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་དུས་སུ། སྟོན་ཞང་དབུ་རིང་ཉེས་མེད་དུ་བསང་པའི་ངན་ལན་དུ་སྒྲ་ནམ་པས་བཟོངས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་བསྐྱུང་ལོང་མ་བྱུང་བས་རྒྱལ་པོ་བས་ཀྱི་གས་སུ་མ་བརྩིས།	

གྲངས།	ཁྱུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཚིགས།
	ཁྱུ་འདྲ་བ་ལ་བརྟགས། འཛམ་གླིང་གི་གསུམ་ཆ་གཉིས་དབང་དུ་བསྡུས་པར། དེབ་དམར་ཤེན་གསལ། (གོང་གི་རྫོང་དེ་རྫོང་ལ་མཐུན་ཡོད་པའི་རྫོང་དེ་ཡིན། རྫོང་ལ་གནོད་པ་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ། མཐའ་སྐོར་དུ་རྫོང་ཅིག་པས་བསྐོར།) (དགྲུང་ལོ་༡༧ཐོག་གཤེགས།)	
42	ཁྲུང་དར་མ་ལུ་དུམ་བཅན་པོ།	༡༠༡-༡༩༡
	ཁྲི་རལ་ལ་སྤུས་མེད་པས་གཅེན་པོ་ཁྲུང་དར་མ་ཁྱུ་ལ་སར་བསྐོས། སུར་རང་གི་རྩེ་ལོ་ཁྲི་རལ་ཁྱུ་སྤྲིད་ལ་བསྐོས་པའི་སྤྲིད་ནད་ཀྱིས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲིད་ནད་ནམས་མེ་ལ་བསྐྱར། འདམ་དུ་སྤུས། ཁྲི་ལོག་དུ་མནན། གསུང་རབ་ནམས་མེ་དང་ཆུ་ལ་བསྐྱར། གཙུག་ལག་ཁང་ནམས་བཤས་ར་བཟོས། ཁྱུ་གར་གྱི་པརྩེ་ཏ་ནམས་རང་ཡུལ་དུ་བྱིར་བསྐྱད། ལོ་ལྷ་བ་པལ་ཆེར་བྱོས། ཆོས་བསྐྱར་འཕྲོར་ལུས། བཅུན་པ་རབ་ནམས་བསད། འབྲིང་ནམས་བསད། ཐ་མ་ནམས་ཁྲི་ར་བྱེད་དུ་བཅུག། འདུལ་ཁྲིམས་མི་གཏོང་བ་ནམས་བསད། རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྟགས་ཅམ་མེད་པར་བཟོས་ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྐྱར་པ་རྒྱང་ནས་བཤིག་པར་ཚོམ་པ་ན། ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྫོང་ཆེས་དམའ་བ་རྒྱུ་ནས་བསད་དེ་མདོ་ཁམས་སུ་བྱོས་སོ། །ཁྲུང་དར་འདྲིའི་བྱེད་པས། བོད་བཅན་པོའི་ཆོས་སྤྲིད་ཀྱི་མངའ་ཐང་གིན་དུ་ནམས་དམས་པར་གྱུར་ཏེ། བོད་སྤྱི་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཁྱུ་ལོ་མེད་པའི་དབང་གིས། ལོ་༡༡འི་བོད་སིལ་བུར་གྱུར་ཏོ། །ཁྲུང་དར་མས་ཁྱུ་ལོ་ལོ་༥དུག་བྱས། ༡༩༡ལོར་ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྫོང་ཆེས་བཏོངས། (དགྲུང་ལོ་༩༠ ལ་འདས།) ཁྲི་རལ་ཁྲུང་དར་གྱི་གཙུང་པོ་ཡིན་པས། ཁྲུང་དར་གྱི་འཁྲུངས་ལོ་༡༠༡ལ་དཔྱད།	
	བོད་སིལ་པོའི་སྐབས།	༡༩༡-༡༩༥༡
	ལོ་༡༡འི་བོད་སིལ་པོར་གནས། རྒྱ་ཁྲི་༡༩༡ལོར་ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྫོང་ཆེས་ཁྲུང་དར་བཏོངས་ནས། རབ་བྱུང་བཞི་པའི་ཆུ་ཁྲུང་༡༡༥༡ ལོར་འབྲོ་མགོན་ཆོས་ཁྱུ་འཕགས་པ་སློབ་ཤོས་ཁྱུ་མཆོན་གྱིས་བོད་ཆོལ་ཁག་སུམ་ལ་དབང་མ་བསྐྱར་བའི་བར་ལོ་བཞི་བ་རྒྱ་བཅུ་གཅིག་གི་རིང་དེར་བོད་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་ཁྱུ་ལོ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་བོད་སིལ་བུ་སྐབས་ཟེར་བ་རེད། འདྲིའི་སྐབས་སུ་ཁྱུ་གསུང་ཁྱུ་རྒྱུད་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་བའི་སྐབས་དང་། ཁྱུ་གར་དང་། བལ་ཡུལ་དུ་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་ཁྱུ་ལོ་མེད་པས་ཕན་ཚུན་འཐབ་ཚྭ་མང་ཞིང་། ལྷག་པར་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཞེན་ཆེ་བས་དུས་མི་བདེ་བ་རྒྱང་དམར་འཛུབ་པ་ལྷ་བུའི་སྐབས་ཡིན་པར་བཤད།	

སྒྲིལ་ཤིང་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ།

གྲངས།	ཐུལ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས།
	ས་སྐྱའི་གདུང་རབས་ཉི་ཤུའི་སྐབས།	༡༣༥༥-༡༣༩༩
ས་སྐྱ་པ་རྩེ་ཏའི་སྐུ་ཆ་འགོ་མགོན་ཆོས་ཐུལ་འཕགས་པ་བྱང་པོས་ལ་བྱོན་དུས། རང་གི་ཉེ་གནས་ཤུག་བཟང་པོ་ཁྲི་སྒོར་བརྒྱ་གསུམ་སྟེ་བོད་ཆོལ་ཁག་སུམ་གྱི་དཔོན་ཆེན་དུ་བསྐོས་པ་ནས། དཔོན་ཆེན་དབང་ཕྱག་བཙུག་འབྲུག་བར་དཔོན་ཆེན་ཉི་ཤུས། ཆབ་སྲིད་ལོ་༩༩དགུ་བརྒྱ་གོ་གསུམ་བསྐྱུངས། ས་སྐྱའི་གདུང་རབས་སམ་དཔོན་རབས་ཉི་ཤུ་ནི། ༡ ཤུག་བཟང་པོ། ༢ གུན་དགའ་བཟང་པོ། ༣ ཁང་བཅུན། ༤ ཕྱག་པོ་བན་དཀར་བ། ༥ བྱང་རིན། ༦ གུན་གཞོན། ༧ གཞོན་དབང་། ༨ བྱང་རྩོམ་། ༩ ལང་ལེན། ༡༠ ལེགས་པ་དཔལ། ༡༡ སེང་གེ་དཔལ། ༡༢ འོད་ཟེར་སེང་གེ། ༡༣ གུན་རིན། ༡༤ རོན་ཡོད་དཔལ། ༡༥ ཡོན་བཅུན། ༡༦ འོད་ཟེར་སེང་གེ། ༡༧ ཐུལ་བ་བཟང་པོ། ༡༨ དབང་ཕྱག་དཔལ། ༡༩ ཡང་ཐུལ་བ་བཟང་པོ། ༢༠ དབང་ཕྱག་བཙུག་འབྲུག་བཅས་སོ། །		
	ཕག་ཤུའི་ཁྲི་རབས་བརྒྱ་གཅིག	༡༣༩༩-
ཕག་ཤུའི་ཁྲི་རབས་བརྒྱ་གཅིག་གིས་ལོ་༤༥བརྒྱ་ཆུ་གུ་བསྐྱུངས། ས་སྐྱའི་གདུང་རབས་ཉི་ཤུའི་ཐ་མ་དབང་ཕྱག་བཙུག་འབྲུག་གིས་ཕག་ཤུ་བྱང་ཆུབ་ཐུལ་མཆན་གོང་དུ་ཤོར་གྱི་དྲགས་པས་མི་འཆམས་པ་མང་དུ་བྱས་པས། ཞབས་ཕྱི་གཞོན་ནུས་བཟང་པོས་དམག་གིས་ས་སྐྱ་བཙོན་སྟེ། ཕག་ཤུའི་ཁྲི་རབས་འགོ་བཙུགས། ༼ ཕག་ཤུའི་ཁྲི་རབས་དང་པོ་ ༽ “ཕག་ཤུ་བྱང་ཆུབ་ཐུལ་ མཆན་” ནམ་ “ལྷ་བཙུན་ཏའི་སི་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཐུལ་མཆན་” རབ་བྱང་ལ་པའི་ཆུ་སྐྱག་༡༠༩ལོ་ནས་རབ་བྱང་དུག་པའི་ཤིང་འབྲུག་༡༤ལོ་བར་དགུང་གྲངས་དྲུག་ཅུ་རེ་གཉིས་བཞུགས། (འདི་ལ་གདན་ས་ཐེལ་དུ་བྱས་པས) ལྷེ་སྲིད་ཕག་མོ་གྲུ་པ། (ཐུལ་ས་སྟེ་གདོང་དུ་བྱས་པས) ལྷེ་གདོང་གོང་མ། (ཡོན་ཐུལ་རབས་ཀྱི་གོང་མ་ཤུད་རྩི་པ་ལ་དབྱི་ཚུང་གེ་གེན་ཏན་གྱིས་དམ་ཁ་སྐྱག་མགོ་མ་ནོར་བུ་གསུམ་པ་དང་ཏའི་སི་ཏུ་གོ་གནས་ཕུལ་བས) ཏའི་སི་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཐུལ་མཆན་སོགས་ཞུ་བ་རེད། ༡༣༩༩ལོར་བོད་ས་གནས་ཡོངས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས། འདི་སྐོར་ཐུས་པ་རང་ཉིད་གྱིས་བཅམས་པའི་བཀའ་ཆེས་དེབ་ཐེར་ལྷོ་རོང་ཆོས་འབྲུང་ཞེས་པར་གཟིགས། ༼ ཁྲི་རབས་གཉིས་པ་ ༽ “ལྷ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ཤུག་ཐུལ་མཆན་ནམ་འཇམ་དབྱངས་གྲུ་སྟེ་ཆེན་པོས་” ལྷེ་གདོང་ཆེད་ཁྲིར་ཁྲི་པེམས་ཀྱི་འདིས་བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྷ་མར་བསྟེན། ༼ ཁྲི་རབས་གསུམ་པ་ ༽ ལྷ་བཙུན་སྐྱུན་ལྷ་གསུམ་པ་བྱང་ཆུབ་གིས་ཤིང་སྐྱག་ནས་ལོ་བདུན་བསྐྱུངས། ཁོང་ལས་རྩེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ན་རོ་ཆོས་དྲུག་ཞུས། ཞེས་བསྟན་འཛིན་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནང་གསལ་ཞེས་དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ནང་གསལ། ༼ ཁྲི་རབས་བཞི་པ་ ༽		

གངས།	ཏུལ་རབས།	འཁྱེད་པ་འདས་ལོ་ཆོགས།
ཤིང་ལྷག་ ༡༩༧༩ལོར་༼ ལྷ་བཅུན་གྱི་ཐུན་ལྷ་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་སྟེ་གཤོང་ཆེད་ཁྲི་ཁྲི་མེབས་ ༽ལོ་བཅུ་གཉིས་ཟིང་བསྐྱངས། ༼ ཁྲི་རབས་ལྷ་བ་ ༽ཤིང་ལྷང་༡༩༧༩ལོར་༼ ལམ་དབང་ལྷོང་མ་གྲགས་པ་ཏུལ་མཆན་སྟེ་གཤོང་ཆེད་ཁྲི་ཁྲི་མེབས་ ༽ ལམ་དབང་ལྷོང་མ་གྲགས་པ་ཏུལ་མཆན་དང་༼ ཐེན་ནམ་མཁའ་བཟང་པོ་གཉིས་ནས། མཉམ་མེད་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོར་རི་ལྷར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལྷར་རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ས་གྲང་༡༩༠༧ལོར་ལྷ་ལྷན་སྤུལ་པའི་གཏུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་པར་ཉམས་གསོ་དང་༼ རྩོམ་པ་ལྷན་སྤུལ་ལྷ་ལྷན་གསེར་འབབ་ཞིག་ལས་ལྷ་བ་པའི་དབུ་རྒྱ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིགས་ལྷའི་སྤྱང་བརྟན་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མའི་སྤ་བཏབ་པའི་དབུ་རྒྱ་གྲགས་ཅན་དེ་དང་༼ རམོ་ཆེད་རྩོམ་པ་བསྟོད་རྩོམ་དང་༼ ལྷག་སྟེ་ཆེན་པོ་རང་བྱུང་ལྷ་ལྷན་གཉིས་ལ་དབུལ་དཀར་ལས་ལྷ་བ་པའི་དབུ་རྒྱ་སོགས་སྤུལ་ཏེ་ལོ་ལྷར་ཆོས་འཕྲུལ་རྒྱ་བར་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་སྟོན་སྟོན་པ་བྱོན། ༼ ཁྲི་རབས་དབུག་པ་ ༽ གྲགས་པ་འབྱུང་གནས། ༼ ཁྲི་རབས་བདུན་པ་ ༽ སངས་རྒྱས་ཏུལ་མཆན། ༼ ཁྲི་རབས་བརྒྱུད་པ་ ༽ མི་དབང་ཀྲན་དགའ་ལོགས། ༼ ཁྲི་རབས་དབུ་པ་ ༽ དཔལ་དག་གི་དབང་པོ། ༼ ཁྲི་རབས་བཅུ་པ་ ༽ མི་དབང་བཀྲིས་གྲགས་པ་ཏུལ་མཆན། ༼ ཁྲི་རབས་བཅུ་གཅིག་པ་ ༽ ཞབས་དྲུང་དག་དབང་གྲགས་པ་བཅས་སོ། ༼ བོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱུད་ལུ་མཐའ་ཀྲན་ལ་ཕྱོགས་རིས་དང་སྤར་བྱག་མེད་ཅིང་༼ དཔོན་གཡོག་ནང་འཁྱེད་པ་མེད་ཅིང་ལྷགས་ནང་མཐུན་པ་བོད་ཀྱི་རྩོམ་པ་མཁས་ཅན་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱ་དང་ལྷ་གཟིགས་སམ་པག་གྱའི་གདུང་རབས་འདི་ལས་དྲག་པ་མ་བྱུང་༼ ཞེས་མཁས་པ་ཀྲན་གྱིས་སྟེང་པོ། ༼མདོར་ན་རྒྱ་བས་དེ་དུས་བཀའ་བརྒྱུད་པས་བོད་ཁམས་སྟོང་ཚུལ་ནི་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་གོ།		
	རིན་ཐུང་པ་པའི་རྒྱབས།	
རིན་ཐུང་པ་པ་མི་ཐོག་བཞིས་ཆབ་སྟིང་ལོ་༡༩༠༧བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་བསྐྱེད་པ་སོ། ༼		
	ལྷེ་སྟིང་གཅོང་པའི་རྒྱབས།	
ལྷེ་སྟིང་གཅོང་པ་མི་རབས་གསུམ་གྱིས་ཆབ་སྟིང་ལོ་༡༩༧༧བརྒྱ་ཅུ་དོན་དབུག་བསྐྱེད་པ། གཅོང་པ་ལྷེ་སྟིང་མི་རབས་གསུམ། ༡ ཀྱམ་ཆེ་བརྟན། ཀྱམ་ཆེ་བརྟན་ནི། བོ་དྲང་བསམ་གྲུབ་ཆེལ་རིན་ཐུང་པ་ལྷེ་པ་སྟོན་དག་མཁའ་དག་དབང་འདིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གྲགས་པའི་འབངས་ཡིན་ ༡ དེ་ལི་སྤས་སུན་ཆོགས་རྩམ་ཏུལ། ༢ དེ་ལི་སྤས་ཀྱམ་བསྟན་སྟོང་དབང་པོ་སྟེ་གསུམ་མོ། ཀྱམ་བསྟན་སྟོང་དབང་པོ་དང་སོག་པོའི་ཏུལ་པོ་གྱེ་བསྟན་འདིན་ཆོས་ཏུལ་གཡུལ་འཁྱེད་པ་བདུན་དུ་བྱས་ནས་དཔུང་ཤིང་གིས་བོད་མམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་ཀྲན་གཟིགས་ལྷ་བ་ཆེན་པོར་སྤུལ། ཞེས་སྟོང་རྩོམ་སྤུལ་གསུང་།		

སྒྲིལ་མེ་ཆོག་མཛད་ཆེན་མོ།

གྲངས།	ཀླུ་རབས།	འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས།
	དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པའི་སྐབས།	༡༩༤༩-༡༩༩༩
ཕྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པ། ཕྱི་ལོ་༡༩༤༩ལོར་ཀླུ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པ་ཆེན་པོ་དབུ་བཞེས་པ་ནས་བཟུང་ཕྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོའི་བར་མི་ལོ་༡༩ཡིང་ཆོས་སྲིད་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་གཞུང་བསྐྱུངས། ༡༩༥༩ལོར་ཀྱང་མར་ནས་བོད་ཡུལ་བཙན་བཟུང་བྱས་ཀྱང་། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཏཱ་ལའི་སླ་མ་སྤྲེལ་བཅུ་བཞི་པ་བཟུན་འདྲིན་ཀྱང་མཆོ་མཆོག་ཀྱི་གར་དུ་བཙན་བྱོལ་དུ་ཐེབས་ཏེ་བོད་ཀྱི་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྲིད་བྱང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་ཉམས་པ་གསེར་རྒྱུད་དེ། མདོར་ན་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པ་ཆེན་པོས་དབར་མི་ལོ་༡༩ཀྱི་རིང་ཆོས་སྲིད་བྱང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་བསྐྱུངས་ཏེ། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཏཱ་ལའི་སླ་མའི་སྤྲེལ་བཅུ་བཞི་དབང་ཡོངས་རྒྱུགས་མི་དམངས་ལ་ཕྱིར་བསྐུལ་གྱིས་བཙན་བྱོལ་གྱི་སྤྱིག་འཛུགས་འདི་བཞེན་དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་མཆན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཤིག་ཏུ་བསྐྱར་རྒྱུའི་དགོངས་བཞེད་སླ་ན་མེད་པ་ལ་བརྟེན། ཡལོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་བཙན་བྱོལ་པའི་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དབུ་བཞུང་མཛད་པའི་གཞུང་འདི་ད་ནས་བཟུང་མཛུགས་བསྐྱེལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཡོངས་བསྟུ་བྱ་གསལ་བསྐྱབས་མཛད་པ་ན། བོད་གཞུང་དམངས་གཉིས་ནས་སློ་འཆབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོས་ཡལོང་ས་མཆོག་ལ་སྐར་ལྷས་བཞེན་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀའི་དབུ་བཞུང་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་འཛུང་རྟོགས་ཞེས་གསོལ་བ་ལུར་རྒྱགས་སུ་ལན་མང་བཟབ་ཀྱང་བདག་གིར་མ་བཞེས་པར། སྤྲེལ་བཅུ་བཞི་དབང་ཡོངས་རྒྱུགས་མི་དམངས་ལ་ཕྱིར་བསྐུལ་གྱིས་མཆན་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཆང་བའི་དམངས་གཙོའི་སྤྱིག་འཛུགས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་པར་མཛད་དོ།		

བོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷའི་བྱང་རིམ། ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་བོན་དང་བཅས་པའི་བྱང་རིམ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

བོད་ཀྱི་བྱང་མེད་སྤྲོན་པ་མཁའ་ཅན་མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ལགས། ཁོང་ནི་ཡལ་ཆབ་མདོ་ས་གནས་རི་བོ་ཆའི་ཡང་མགོན་སླ་བྱང་གི་སླ་མ་རྩེ་བྱང་བྱམས་པ་འབྲུང་གནས་དང་། ཡུམ་ཆབ་མདོ་ས་གནས་ཁམས་ས་སྐང་ནས་ཡིན་པའི་བུ་མོ་ཚུལ་ཁྲིམས་གཉིས་སུ་སྐས་མོར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༨/༡༡/༡ཉིན་འཁྲུངས། མཆན་དངོས་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་ཡིན་ཞིང་། མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ནི་རྒྱུང་མིང་དང་གཅེས་མིང་ཡིན། ཁོང་གི་སྐས་དགུང་གྲངས་༤༥ལ་ཐེབས་པ་འཇམ་

དཔལ་ཀྱན་ཁུབ་དང་། སྤུས་མོ་ཡེ་ཤེས་དབང་མོ་དགྲུང་བྲངས་༡༧༧༧ལ་ཐེབས་པ་གཉིས་ཡོད།
 སྤྲན་བ་བྲམས་བ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཅུམས་པའི་ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད་ཚུལ་
 གསུངས། ཁོང་གིས་ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་འབྲུག་རྒྱལ་པོ་འཛིགས་མེད་དབང་ལྷག་ (འབྲུག་གི་
 རྒྱལ་པོ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན) སྤྲན་ལོང་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤྲན་བ་བསྟེན་ཀྱང་དག་སྦྱིད་མ་བྱུང་
 བར་བརྟེན་བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་སྤྲན་བ་མཁས་ཅན་མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ལགས་གདན་
 འདྲན་ཞུས་ཏེ། སྤྲན་བཅོས་བྲས་ཏེ་མིག་ཕྱེ་བྱུབ་པ་བྱུང་ནའང་འབྲུག་རྒྱལ་ནས་མདའ་རྒྱག་
 ཟུབ་ཟུབ་ཀྱི་བར་བཞུགས་རོགས་ཞེས་རེ་སྐྱེལ་ཞུས་པ་བཞིན་བཞུགས་ཤིང་། རྒྱ་ཤས་རྩེས་
 སྤྲན་སྤྲན་མ་ལོང་བའི་སྐབས་སུ་མདའ་འཕེན་བ་ལྟར་འཕེན་ཏུས་བ་ཆགས་ནས་དེ་ནས་ཁོང་
 བོད་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཐེབས། ཁོང་ནས་ནད་པ་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་གྱི་མིག་ཕྱེ་བྱུབ་པ་བྱུང་ཞིང་།
 མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ལགས་དང་ཁོང་གི་ཡབ་གཉིས་ཀ་མིག་འབྲེད་ཀྱི་ལག་རྩལ་ལ་
 དམིགས་བསལ་གྱི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བྱུང་མེད་ཀྱི་ནད་ལ་འང་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན།
 ཁོང་༡༩༩༧ལོར་སྐྱ་གཤེགས། སྤྲན་བ་མཁས་ཅན་མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ལགས་ཀྱི་ལོ་
 རྒྱུས་འདི་བཞིན་ཁོང་གི་སྤུས་མཇམ་དཔལ་ཀྱན་ཁུབ་དང་། སྤུས་མོ་ཡེ་ཤེས་དབང་མོ་གཉིས་
 ཀྱིས་ཞེ་ཤི་ཡའི་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་དུ་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༧།༠༣།༡༩ཉིན་འཕྲོད་བསྟེན་ལེ་ཆན་
 དུ་བཞོ་སློང་གནང་སྐབས། དེད་ནས་ལོ་རྒྱུས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ནས་ཟིན་བྲིས་སུ་
 བཏབ་པོ། །གཞན་ཡང་། མིག་འབྲེད་ཀྱི་ལག་རྩལ་འདི་སྤྲ་མོ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོའི་
 ཡབ་མེས་ (ལོ་པོ) ལྷག་རི་གཉན་གཟིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་སྤྲན་པས་རྒྱལ་པོའི་སྤྲན་ཕྱེ་
 ཟུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། དུ་ཀུ་ཡའི་གོས་བཟང་དེབ་གཉིས་པ་༢༩༡ལས། རྒྱའི་ཏ་ཤང་གིས་
 བསྐབས་ནས་བོད་པའི་སྤྲན་པས་མིག་ཁ་ཤས་ཕྱེ་བྱུབ་པ་བྱུང་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།

བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྩེ་ལྟར་དར་བའི་ཚུལ། འཕགས་པ་འཛིག་རྟེན་དབང་ལྷག་
 གི་གདུལ་བྱའི་ཞིང་ཁམས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྤྲར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་བསྟན་
 པ་རྩེ་ལྟར་དར་བའི་ཚུལ་ནི། བོད་རྗེའི་ཐོག་མ་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་རབས་ཉེར་

བརྒྱད་པ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཅན་གྱི་དུས་སུ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་བརྟེས། དེ་ནས་རྒྱལ་
རབས་སོ་གསུམ་པ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅན་སྐམ་པའི་དུས་སུ་རྡོ་བླ་ག་སོགས་ལྷ་རྟེན་མང་དུ་
སྤྱན་དྲངས་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པ་དང་ཐོན་མི་སློང་ལྷ་གར་དུ་བརྒྱུད་སྤྲུངས། བམ་ཟེ་
ཡི་བྱེན་དང་ལྷ་རིག་པའི་སེང་གེ་སོགས་ལས་ཡི་གེ་དང་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་བསྐྱབས། དེས་
བོད་དུ་ཐེབས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་ལ་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོན་མི་ཅུང་ཟད་བྱས་ཏེ་
དབྱངས་ཡིག་བཞི་དང་གསལ་བྱེད་སྤྲུམ་ཅུར་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་བོད་ཡིག་བཅས་ས། སྤམ་ཅུ་
པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འབྲུག་པ་སོགས་ཡི་གེའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་མཛད། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་
ཆོས་སྐོར་དང་མདོ་སྟེ་དཀོན་མཆོག་སྤྱན་སོགས་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་
བསྐྱར་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་མང་དུ་བསྐྱར་བའི་སྟོད་བཏོད། དེ་ནས་རྒྱལ་རབས་བྱུག་པ་ཁྱི་སྲོང་
ལྷ་བཅན་གྱི་དུས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་བརྒྱ་མཁ་ལྷ་མོ་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་པཌ་བྱ་བ་
སྤྱན་དྲངས། སྤམ་རྩ་སོགས་སད་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང། མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་བསྐྱར་
ལས་འདས་པ་བསྐྱར། ཆོས་བྲལ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཉིས་དང་སྟོན་བྲལ་པ་བཅུ་གསུམ་པ་སོགས་
བསྟན་པའི་བྲལ་རྒྱ་ཆེར་མཛད། ཁྱི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐབས་སྤར་ཡབ་མེས་ཀྱི་དུས་སུ་བསྐྱར་
བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཞུ་གཏུགས་མཛད་དེ་སྐད་གསར་བཅད་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ། དགེ་འདུན་
ཀྱི་བསྟོན་བཀའ་དང་དགེ་བཅུ་འཛིན་མས་འཆའ་བ་སོགས་བོད་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་དཀར་པོ་དགེ་
བའི་ལས་ལ་བཀོད། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོ་ལྟར་གསལ་བ་བར་སྐབས་སུ་
བདུད་ཀྱིས་ཡིད་བསྐྱད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་ཅན་གྱི་དབང་གིས་ཅུང་ཟད་འབྲིབ་པ་ལྟར་གྱུར་པ་
སྤར་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་
བསྐྱེད་ཆུབས་པོ་ཆེའི་མཐུ་ལས་མདོ་ཁམས་སྤྱད་ནས་སྤྱི་ཆེན་དཔོངས་པ་རབ་གསལ་
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་མེ་རོ་གསོས་པ་ལས་རིམ་གྱིས་བཤད་སྟུང་གྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་།
ཁྱད་པར་དུ་གནས་ལྷ་རིག་པའི་པཱི་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་གཏམས་པ་
དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ལྷ་པི་ཀ་ར་པཱི་ལྷ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བྱགས་པ་དེ་ཉིད་བོད་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་

གཏུང་བརྒྱད་ལྟ་བུ་མ་ཡི་ཤེས་འོད་ཁྱེད་ཐོན་གྱིས་འབད་བ་ཆེན་པོས་སྤྲུག་ཅངས། བོད་དུ་
 སེབས་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྦྱོན་མ་སོགས་མཛད་དེ་བསྟན་བ་ལ་མ་རྟོགས་བ་དང་ལོག་
 བར་རྟོག་པའི་ངེ་མ་མཐའ་དག་བསལ་ནས་བསྟན་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་བ་ལེགས་
 བར་གྱི་བོར་བྱས་ཏེ་གསལ་བར་མཛད། སྤྲུག་གི་ཐུ་བོ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲོམ་གསུམ་སོགས་གྱིས་
 བཤད་སྟུབ་གཉིས་ཀས་བསྟན་བ་བསྐྱངས་པས་རྩོ་བོ་བཀའ་གདམས་བ་ཞེས་པའི་རྣམ་ཐར་
 གཙང་མའི་ཆད་དུ་འབྲེལ་བས་བོད་ཡུལ་མཛེས་བར་བྱས། གཞན་ཡང་དབལ་ས་སྤྲུག་པ་ཡབ་
 སྤྲུག་དང་། སྤྲུབ་དབང་མར་བ་ཡབ་སྤྲུག་སོགས་ལས་ཀྱང་རིམ་བར་བརྒྱད་པའི་བཤད་སྟུབ་
 གྱི་སྤྲེ་མང་དུ་ཚུགས་ཤིང་། མཁས་བྱུབ་ཆད་ལྟན་དུ་མས་གངས་རིའི་ཕྱོད་པོ་ཡོངས་སུ་གང་
 བར་གྱུར་ཏོ། །ཕྱིས་སུ་རྒྱལ་སྤྲུག་དམ་བ་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཡུལ་
 དུ་བྱུང་བ་རྩེ་བཅུན་བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་ཉིད་དུར་སྤྲུག་གི་རྩོམ་གར་འཆང་བའི་ཆུལ་དུ་རོལ་
 ཞིང་མཐོན་མཐེངས་པའི་ཐོར་ཚོག་ནི་བཤ་ཞུ་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་དུ་མཛད་དེ་བསྟན་པའི་
 བདག་པོར་གྱུར་བ་རྩེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དབལ་གྱིས་དགེ་བའི་བཤེས་
 གཉན་མང་དུ་བསྟེན། ཕྱིན་གྱི་བྱུབ་མཐའ་སྤྱི་དང་ནང་པའི་བྱུབ་མཐའ་བཞིའི་ཁྱད་པར་སྤྲོ་
 དག་ལའང་རིགས་བ་ངེ་མ་མེད་པའི་སྟོན་ཞེས་ཏུ་སྐྱེས་པས་བྱུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་
 བ་རོལ་ཏུ་བྱིན། རིག་གནས་མདོ་སྟགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོས་བསམ་བསྟོམས་པས་བྱུབ་པའི་
 རྟོགས་བ་མཚོག་བརྟེས། ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་བུ་མའི་ཞལ་གཟེགས། རྩེ་བཅུན་འཇམ་དབལ་
 དབྱངས་ལ་ཐབ་རྒྱས་གྱི་གདམས་བ་མང་དུ་གསན། འཆད་ཚད་ཚོམ་པས་སྤྲེ་སྟོད་གསུམ་
 དང་རྒྱུད་སྤྲེ་བཞིའི་གསུང་རབ་མཐའ་ཡས་བ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་འདོམས་བར་མཛད་པས་
 འུ་ཀྱའི་རིང་ལུགས་ངེ་མ་མེད་བ་ཉིན་མོ་ལྷར་གསལ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ཉིད་གྱི་སྤྲུག་གི་ཐུ་བོ་
 རྒྱལ་ཆབ་མཁས་བྱུབ་སོགས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་འཛམ་གླིང་རྒྱན་བྱག་མཚོག་གཉིས་ལྟ་བུ་དུ་
 མས་རྩེ་ཉིད་གྱི་བཞེད་སྟོལ་རྩེ་ལྟ་བ་བཞིན་རིམ་བར་བསྐྱངས། རྩེ་བཅུན་དེ་ཉིད་གྱི་བཀའ་འདྲིན་
 ལས་མདོ་སྟགས་བཤད་སྟུབ་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་འགལ་བ་མེད་པར་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་

ཏུ་འཆར་བའི་སྒྲོན་ས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལེགས་པར་སྐྱབ་བྱས་པའི་མཁས་པ་
དང་བྱབ་པའི་སྐྱེས་བུ་དུ་མས་ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་མཛེས་པར་གྱུར་ཅིང་ཀུན་མཁྱེན་བྱ་རས་
ཤིང་པའི་རིང་ལུགས་རྒྱ་བ་ཡར་གྱི་རོལ་ར་འཕེལ་བ་འདི་བཞིན་ལགས་སོ། །ལུང་སྐྱོར་ལ་པའི་
དོན་གསུང་ལྟར་བཀོད།

བོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་གི་ཐོག་ལ། (འདུལ་བ) སང་མི་བདུན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་ཐོག་ལུང་། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས། ཆོས་འབྱུང་། ལོ་རྒྱུས་སོགས་ཀྱི་ཐོ་
གཞུང་ག་གས་གསལ། ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྒྲིམ་པོས་མཛད་པའི་བཀའ་ཆེན་ས་ཀ་ཁོལ་མ་
ཞེས་བྱ་བ་རྩོམ་ཅིང་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་གཏེར་ནས་བཞེས་པ། བྱབ་ཐོབ་དངོས་བྱུབ་ཀྱིས་
གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་བ་ཏི་བཀའ་འབུམ། བསམ་ཡས་དཀར་ཆག་ཆེན་མོའམ་རྒྱལ་རབས་
སྐ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་ཞེས་བྱ་བ་སྐ་ཡེ་ཤེས་དབང་པོས་མཛད་པ། ལྷ་རྩོག་འཕྲོམ་གྱི་
ཡ་བྱལ་ལྷ་སྟོན་བཙོན་འགྲུས་གཡུང་དྲུང་གིས་མཛད་པའི་ལོག་གཞོན་ཆེན་མོ། (ཆོས་འབྱུང་
མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ། ལྷ་སྟོན་བཙོན་འགྲུས་གཡུང་དྲུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོའམ་ལོག་
གཞོན་ཆེན་མོར་གྲགས་པ། ཞེས་དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཐེར་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་འདུག
མཁས་དབང་དྲུང་དཀར་རྫོང་འཕྲུལ་ལས་ལགས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་རྒྱུན་དཀོན་པས་མཛལ་
ཐུབ་མི་འདུག འདིའི་དེབ་རྒྱུན་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་བཅའ་བར་བུའི་ཞེས་དེ་སྐུལ་ཞུ་
རྒྱུ་ལགས།) ཡར་རྩོམ་ཆོས་རྒྱུན་སྒྲིང་པའི་བཀའ་ཐང་བྲག་མའམ། བརྒྱ་བཀའ་ཐང་། ཡར་རྩོམ་
རྒྱུན་སྒྲིང་པའི་བཀའ་ཐང་སྟེ་ལྷ། སངས་རྒྱུས་སྒྲིང་པའི་བཀའ་ཐང་གསེར་སྒྲིང་མ། མངའ་
བདག་ཉང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་བཀའ་ཐང་ཐངས་སྒྲིང་མ། དག་སྟོང་གྲགས་པ་སྟོན་ལམ་མམ།
ནེའུ་བརྗེ་ཏུས་མཛད་པ་སྟོན་གྱི་གཏམ་མེ་ཏོག་འཕྲེང་བའམ། ཉལ་བ་ཆོས་འབྱུང་དུ་གྲགས་པ།
འཇའ་མོ་དག་སྟོང་གིས་མཛད་པ་བསྟན་པ་སྤྱིའི་ཆོས་འབྱུང་། ཨ་མེས་བྱང་ཆུབ་འདེ་བཀོལ་
ནས་གསུངས་པ་ལྷ་རིགས་རྒྱངས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བུ་ཏི་བསེ་བུ། གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས་
མཛད་པ་ལྷ་རིགས་རྒྱངས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བུ་ཏི་བསེ་བུ་དང་། རྒྱངས་གདུང་རབས་ཀྱི་བྱི་བྱི་

ལན། ཅུ་སྟོན་འིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་པ་ཆོས་འབྱུང་གསུང་རབ་འིན་པོ་ཆེའི་མཛོད། ཆལ་
 བ་ཀུན་དགའ་དྲོ་རྩེས་མཛད་པ་དེབ་ཐེང་དམར་པོའམ། ཅུ་ལན་དེབ་ཐེང་། འགྲོ་མགོན་ཆོས་
 རྒྱལ་འཕགས་པའི་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ། བོད་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བསྟན་པ་སྤྱིའི་རྣམ་
 གཞག་དཔལ་བསམ་ཡས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ཆེན་མོ། འགོས་ལོ་རྩ་བ་གཞོན་ཏུ་དཔལ་གྱིས་
 མཛད་པ་ཆོས་འབྱུང་དེབ་ཐེང་སྟོན་པོ་བོད་གཉིས། སྟག་ཆང་ལོ་རྩ་བས་མཛད་པ་རྒྱ་བོད་
 ཡིག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་བྱེད། ཡང་སྟག་ཆང་ལོ་རྩ་བའི་རིག་གནས་ཀུན་ཤེས། དཔལ་པོ་
 གཙུག་ལག་ཐེང་བས་མཛད་པ་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་བོད་གཉིས། བཏ་ཆེན་
 བསོད་ནམ་གྲགས་པས་མཛད་པ་དེབ་ཐེང་དམར་པོའི་དེབ་གསར་མའམ། རྒྱལ་རབས་
 འབྲུལ་གྱི་ལྗེ་མིག་བཏ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་མཛད་པ་བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་
 ཡིད་ཀྱི་མཛེས་རྒྱུ། མཁས་དབང་དགོན་མཆོག་ལྷན་གྱུབ་ཀྱིས་མཛད་པ་བསྟན་པ་རྒྱ་
 མཆོར་འབྲུག་པའི་གྲུ་ཆེན། སྟག་ལུང་ཞབས་བྱུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་ཆོས་
 འབྱུང་དོ་མཆར་རྒྱ་མཚོ། རྩེ་བཙུན་རྣམས་མཛད་པ་རྒྱལ་རབས་མེ་ལོང་གསལ་བྱེད་ཅུང་
 རྣམ་གསལ། རྩོན་པ་རྩ་རྩ་ཐས་མཛད་པ་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་།
 ས་སྤྱུ་རྩེ་བཙུན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པ་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།
 འབྲུག་པ་ཀུན་མཁྱེན་བསྐྱ་དཀར་པོས་མཛད་པ་ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པའི་བསྐྱ་རྒྱལ་པའི་ཉིན་
 བྱེད། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རྒྱལ་རབས་རྩོགས་ལྷན་གཞོན་ཏུའི་དགའ་སྟོན།
 རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྟེན་གསུམ་དཀར་ཆག་
 ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ལྷ་ལྷ་གསེར་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་
 དང་། དགེ་བསྟེན་མགོན་པོ་སྤྱབས་ཀྱིས་མཛད་པ་རྒྱ་ནག་ཆོས་འབྱུང་སློ་གསལ་ཀུན་ཏུ་
 དགའ་བའི་རྣ་རྒྱ། རྩོད་རྩོལ་སྒྲ་དབང་སློ་བཟང་གིས་མཛད་པ་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སུམ་པ་མཁན་པོས་མཛད་པ་ཆོས་འབྱུང་དཔག་བསམ་ལྟོན་བཟང་།
 སུམ་པ་མཁན་པོས་མཛད་པ་མཆོ་སྟོན་ལོ་རྒྱུས་ཆངས་སྤྱ་གསར་སྟོན། སུམ་མཛད་མ་ཤེས་

པ་ཆོས་འབྱུང་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་དོ་མཆར་སྤང་བའི་དགའ་སྟོན། ཀའོག་ཆེད་བར་ལོར་བྱས་
མཛད་པ་བོད་ཀྱི་ལྷ་བཅན་པོའི་གདུང་རབས་ཆོག་ཉུང་དོན་གསལ་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་། བྲག་སྒོ་
རབ་འབྱམས་པས་བྲགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལོར་བྱ་བྱེད་འགྲེལ་ལ་བསྐྱེད་སྤྱད་ཡོད་ཚུལ་ལྟག་
བསམ་བཞུགས་། རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པ་ས་སྤྱིའི་གདུང་རབས་
རིན་ཆེན་བར་མཛད་དགོས་འདོད་ཀྱི་འབྱུང་། གཅང་བྱམས་པ་རྗེ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་
མཛད་པ་ས་སྤྱིའི་གདུང་རབས་ཡ་རབས་ཁ་རྒྱན། ལྷ་མ་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་
གྱིས་མཛད་པ་ལམ་འབྲས་ཆོས་འབྱུང་དོ་མཆར་སྤང་བ། ཉང་སྟོད་གནས་རྟེན་གྱི་གདུང་
རབས་རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་མཛད། མཁར་ནག་ལོ་རྒྱ་བ་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་
དགའ་ལྡན་ཆོས་འབྱུང་། སྡེ་སྤྱང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་ལྷ་སེར་ཆོས་འབྱུང་བེ་རྟུར་
སེར་པོའི་ཐེང་བ། དཀའ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པ་ལམ་ལུ་ལུ་སྤྱིའི་
རྣམ་ཐར་རྒྱལ་བ་སྤྱན་མཛེས་པའི་རྒྱན་མཆོག་ སུ་རྟེན་ལྷ་སྟོན་པའི་མཆོན་ཅན་ནས་མཛད་པ་
ཉོར་གྱི་ཡུལ་དུ་དམ་པའི་ཆོས་བྱུང་ཚུལ་བཀའ་ཤིས་ཆོས་དུང་བཞད་པའི་སྤྱད་བྱངས། འཇམ་
དབྱངས་དབྱེས་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་པ་ཉོར་གྱི་རྒྱལ་རབས་དཔྱོད་ལྡན་མགུ་བྱེད་
དོ་མཆར་གསེར་གྱི་དེབ་ཐེང་། བྲག་དགོན་དགོན་མཆོག་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་གྱིས་མཛད་པ་
མདོ་སྤྱད་ཆོས་འབྱུང་དེབ་ཐེང་རྒྱ་མཚོ། ཨགྱི་རྣམ་མཛད་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱུད་
གྱི་དོས་འཛིན་བྱེད་ཚུལ། དཔེ་རྟེན་གཤམ་ཤོག་གྱུར་བས་སུས་མཛད་མ་གསལ་བ། ལྷ་
ཡུལ་སྟོད་སྤྱད་བར་གསུམ་གྱི་དོ་མཆར་གཏམ་ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་འཇུག་དོགས།
(ལྷ་ཆོས་འབྱུང་) དཔལ་ལྡན་ཤར་ཀ་བའི་གདུང་རབས་རྒྱན་གྱི་འཕྲེང་བ། དཔལ་ལྡན་ཆོས་
ཀྱི་བཟང་པོས་མཛད་པ་གཡམ་དུ་བྱུང་པའི་རྒྱལ་རབས་རིན་པོ་ཆེ་བསྟར་བ། འཇུར་མེད་
རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་ལྷ་ཐོག་དཔོན་གྱི་གདུང་རབས་དེབ་ཐེང་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཆོས་
སྤྱང་སྒོ་བརྒྱུད་པའི་ལྷེ་མིག་ སི་དུ་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤང་བས་མཛད་པ་སྡེ་དགའི་
བཀའ་འབྱུང་དཀར་ཆག ལུས་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་པ་སྡེ་དགའི་བསྟན་

འགྲུར་དཀར་ཆག ལུབ་བསྟན་ཆོས་འཕེལ་བཟང་པོས་མཛད་པ་འབྲུམ་གྱི་དཀར་ཆག་དོ་
 མཚར་གཏམ་གྱི་མྱིང་བྲ། ལུར་ལྷོག་དག་དབང་བྱམས་པས་མཛད་པ་སྟར་ཐང་བསྟན་འགྲུར་
 དཀར་ཆག་ཚངས་པའི་དབྱངས། དཀོན་མཆོག་འཛིགས་མེད་དབང་པོས་མཛད་པ་ཅོ་ཞེ་
 བསྟན་འགྲུར་དཀར་ཆག་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱའི་གཏེར་མཛོད། ཅེ་ནོ་མྱོ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་མཛད་
 བ་ལྷ་སའི་བཀའ་འགྲུར་དཀར་ཆག་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག འཕྱོགས་རྒྱས་སྒྲ་
 མཁུན་དག་དབང་གིས་མཛད་པ་སྟོན་མེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་བློར་དཀར་པོ་ལས་འཕྲོས་པའི་
 སྟན་སྟོན་ཉིས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་པ། སྡེ་སྤིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་བསྟན་བཅོས་
 བློར་དཀར་པོ་ལས་བྱེ་ལན་འབྲུལ་སྤང་གཡའ་སེལ་དོན་གྱི་བཞིན་རས་སྟོན་བྱེད། ཀུན་
 མཁུན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པས་མཛད་པ་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་པོད་དུ་རིམ་བྱུང་གི་ལོ་
 ཆོགས་རེ་མིག་གསེར་གྱི་ཉི་མ་འོད་ཟེར་བཀ་བ། ལུ་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་མཛད་པ་བྱུབ་
 མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུངས་དང་འདོད་ཚུལ་སྟོན་པ་ལེགས་བཤད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། འབྲུ་མི་
 བས་དགེ་ལེགས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་ཅིས། རྗེ་དབལ་སྤུལ་ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཆོས་
 ཀྱི་དབང་པོས་མཛད་པ་བསྟན་ཅིས་ཉིན་བྱེད་སྤང་བ། བཀའ་བྱང་ལོར་རྒྱས་ནང་པ་དང་དབང་
 འདུད་ཆེ་རིང་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་གནང་བ་གཞུང་ཞབས་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་སྒྲ་
 དཔོན་རིམ་བྱོན་གྱི་ལོ་ཆོགས་དང་། ཐམ་དེབ་ལོང་བའི་དམིགས་བྲ། བདུད་འཛོམས་འཛིགས་
 བལ་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་མཛད་པ་རྟིང་མའི་ཆོས་འབྱུང་ལྷ་དབང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྩ་པོ་
 ཆའི་སྒྲ་དབྱངས། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛད་པ་པོད་ཆེན་པོའི་སྤིང་
 ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་རྒྱལ་རབས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ། བསྟན་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་
 ལྷའི་ཆོས་འབྱུང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་འཕྲོ་མཐུད་འཇམ་མགོན་སྟོན་མཐའི་འབྲེང་བ། མཁའ་
 སྤྱོད་འབྲས་མོ་ལྗོངས་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་གསལ་བར་བཀོད་པ་དྲངས་ཤེལ་མེ་ལོང་། ལྷ་བཙུན་
 འགྲུར་མེད་བསྟན་འཛིན་དབང་པོས་མཛད་པ་འབྲས་ལྗོངས་གནས་ཡིག་དོ་མཚར་གཏེར་
 མཛོད། ལ་དུགས་རྒྱལ་རབས་དབྱིན་པོད་ཤན་སྦྱར་ (By A.H. Francke) ཁ་ལ་ར་ཅེའི་བསྟན་

འཛིན་གྱིས་བཤད་པ་རྫོང་མ་སིང་གིས་བོད་ལ་དཔག་བསྐྱབ་ཚུལ། བཅའ་ཡིག་གཅིག་
འཇུག། འབྲི་གུང་གདན་རབས་སོ་བཞི་བ་དགོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཛད་པ་གངས་
དཀར་ཉེ་སེ་དང་། མཆོ་མ་ཐོས་མ་པམ་པའི་གནས་བཤད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་། སུར་ལྷོག་
རག་དབང་བྱམས་པས་མཛད་པ་གདན་ས་ཆེན་པོ་བཞི་དང་། རྒྱུད་ལྷོད་སྤྲང་གཉིས་ཀྱི་
དཀར་ཆག་པད་དཀར་འཕྲེང་བ། འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་དབང་པོས་མཛད་པ་དབུས་འགྲུར་
ཆོས་སྤྱོད་ཁག་གི་གནས་ཡིག་ ལྟལ་མཆོག་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ལྷ་ལྷན་
གཙུག་ལག་ཁང་ཉམས་གསེའི་དཀར་ཆག་དད་སྤྲང་འབྲུམ་ཐག་འཆར་བའི་ཁོ་མཆོའི་རྗེར་བུ།
རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པ་བ་བོང་ཁའི་གནས་ཡིག་གཤམ་དཀར་
ཆག་ སེར་བྱས་སྒྲོབ་རྒྱུར་སྒྲོ་བཟང་ལོར་བྱས་མཛད་པ་ཡེར་བའི་གནས་བཤད། འཛོག་རི་
རག་དབང་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་མཛད་པ་གུང་ཐང་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། སྤྱི་འབྲུམ་
ཆེན་པོའི་དཀར་ཆག་ ཆེ་རིང་མགོན་པོས་མཛད་པ་བདེ་ཆེན་གསལ་སྤྲུགས་མཁའ་གྱི་ལོ་
རྒྱུས། སྤྱེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱུས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་གསེར་སྤྲོང་འཇམ་སྤྱིང་རྒྱན་གཅིག་གི་དཀར་
ཆག་ཐར་སྤྱིང་རྒྱ་མཆོར་བཟོད་པའི་བྱ་རྗེར་། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤའི་རྣམ་ཐར་སྤྲུ་མའི་
ཡོན་ཏན་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་བཀའ་གདམས་རིན་པོ་ཆའི་སྤྲེགས་བཅ། རོ་བོའི་རྣམ་ཐར་
རྒྱས་པ་ཡོངས་གྲགས་མ། དག་བསྟེན་ཆོས་དཔལ་དར་དབྱང་གིས་བྲིས་པ་ཆག་ལོ་ཆོས་རྗེ་
དཔལ་གྱི་རྣམ་ཐར་སྤྲུ་མའི་གསུང་བྲི་མ་མེད་པ། དག་སྤྲོང་བསྟན་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་ནས་
ཕྱོགས་བསྐྱེགས་གནང་བ་འཕགས་པའི་གནས་བཟོན་བཅུ་གྲུག་གི་རྟོགས་བརྗོད་རྟོགས་ལྷན་
སྤྱིན་པའི་དབྱར་ར། རྒྱན་གྲུག་མཆོག་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ཐར། སྤྱོད་གུག་མར་པ་ལོ་རྒྱ་པའི་རྣམ་ཐར།
མི་ལ་བཞད་པ་རྡོ་རྗེའི་རང་རྣམ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་དང་། མགུར་འབྲུམ། མཉམ་
མེད་དྲགས་པོ་ལྷ་རྗེའི་རྣམ་ཐར། རས་རྒྱུང་རྡོ་རྗེ་གྲགས་པའི་རྣམ་ཐར། ལྷ་བཙུན་རིན་ཆེན་རྣམ་
རྒྱལ་ནས་མཛད་པ་གྲུབ་ཐོབ་གཙང་སྟོན་གྱི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་མཐོང་བ་དོན་ལྷན། རྗེ་འབར་
བ་ནས་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རྣམ་ཐར། ཆོས་སྒོ་བསོད་ནམས་དཔལ་གྱིས་མཛད་པ་བདེ་

གཤེགས་པག་མོ་གྲུ་པའི་ནམ་ཐར། ལྷ་བཙུན་རིན་ཆེན་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ནམ་ཐར་སྒོ་འདས་ཆོས་
 ལྷའི་རང་མདངས། བཀའ་བརྒྱུད་གསེར་འཕྲེང་ལས། འབར་རྡེ་ཐུགས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རིན་
 ཆེན་ལྷན་གྱི་ནམ་ཐར། ཀམ་གསལ་བྱེད་གྱི་ནམ་ཐར་དད་པའི་གསལ་འདེབས། ཐུབ་ཆེན་
 དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ནམ་ཐར་རོ་མཆར་བདུད་ཅིའི་ཆུ་རྒྱུ། ལྷུ་ལྷུ་བསྟན་པའི་
 གསལ་བྱེད་གྱི་ནམ་ཐར་སྤྲིག་འཕྲེང་བ། རྩེ་འཛིན་པ་སྒོ་བྲིས་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ནམ་ཐར་
 བེལ་བྱའི་འོད་སྤང་། ཨོ་རྒྱན་དག་དབང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ནམ་ཐར་དཔག་བསམ་ལྷོན་བཟང་། ལྷག་
 ལུང་ཐང་པ་རིན་པོ་ཆའི་ནམ་ཐར། ཀུན་མཁྱེན་པད་དཀར་གྱིས་མཛད་པ་གཙུང་པ་རྒྱ་རས་
 པའི་ནམ་ཐར་རོ་མཆར་དད་པའི་རྒྱབས་སྤེང་། འབར་བ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་གི་རང་
 རྣམ། འཕྲོས་ནམ་མཁའ་རྒྱ་མཆོས་མཛད། དགེ་སློང་སྤྲུ་ཆད་པས་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་
 མཁྱེན་པ་བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་གྱི་ནམ་ཐར་སྤྲིས་པའི་མེ་རྟོག་རིན་སྤངས་དག་དབང་འཇིག་
 རྟེན་དབང་ཐུག་གཤམ་པས་མཛད་པ་ས་སྤྲུ་བཞི་ཉ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ནམ་ཐར་སྤྲུལ་
 བཟང་ལེགས་ལམ། རྩེ་འཛིན་པ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་ནས་མཛད་པ་འབྲོ་མགོན་འཕགས་
 པ་སྒོ་བྲིས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ནམ་ཐར་རིན་པོ་ཆའི་འཕྲེང་བ། མཉམ་མེད་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་
 མཚན་ནས་མཛད་པ་སྤྲ་མ་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ནམ་ཐར། མཁས་གྲུབ་དགེ་
 ལེགས་དཔལ་བཟང་གིས་མཛད་པ་རྩེ་འཛིན་ཐར་དད་པའི་འཇུག་འོགས། དར་ཉན་མཁན་
 ལྷུ་ལྷོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་གྱིས་མཛད་པ་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ནམ་ཐར་ཐུབ་བསྟན་
 མཛེས་རྒྱན་རོ་མཆར་ཞོར་བྱའི་འཕྲེང་བ། བཏ་ཆེན་བསོད་ནམས་གཤམ་པས་མཛད་པ་
 འཇམ་དབྱངས་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྷན་གྱི་ནམ་ཐར། ཡར་འཕྲོག་པ་དགེ་བསྟེན་ནམ་མཁའ་
 བཟང་པོས་མཛད་པ་བོ་དོང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ནམ་ཐར། དཔོན་ཡིག་པ་དཀོན་མཆོག་
 རྒྱལ་མཚན་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་མཛད་པ་བོ་དོང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ནམ་ཐར། ཀོང་
 པོ་དགེ་སློང་ཆོས་སྤྲུ་བ་དབང་ཐུག་གྲུབ་པས་མཛད་པ་གོ་བོ་རབ་འབྱམས་པ་བསོད་ནམས་
 མེད་གཤེན་ཐར་རོ་མཆར་རིན་པོ་ཆའི་འཕྲེང་བ། ཀམ་ཆེ་དབང་ཀུན་བྱུང་གྱིས་མཛད་པ་

ཀམ་ཚང་ཀམ་བརྒྱད་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར་རབ་འབྱམས་ལོར་བུ་རྩ་བ་རྩ་ཤེལ་གྱི་འཕྲེང་
བ། བཅུན་པ་འབྲུང་མེད་བདེ་ཆེན་གྱིས་མཛད་པ་ལྷགས་ཟམ་པ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར་
ངོ་མཚར་ཀུན་གསལ་ལོར་བུའི་མེ་ལོང་། བྱ་བུལ་ལྷ་དབང་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་པཎ་ཆེན་
བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཚར་མཛད་སྤྱང་རོལ་ཅེད། འབྲི་གྲང་སངས་རྒྱས་ཕུན་
ཆོགས་གྱིས་མཛད་པ་ངོར་པ་ཀུན་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་ལེགས་བཤད་རྩ་བོ་འདུས་པའི་རྒྱ་
མཚོ། འབྲུའི་དགེ་སྟོང་ནམ་མཁའ་རྩོད་རྩེའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཚར་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། པཎ་ཆེན་
ཡེ་ཤེས་རྩེ་མོས་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཚར་མཛད་
སྤྱང་ལོར་བུའི་འཕྲེང་བ་དང་། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད་པ་ངོ་མཚར་མཛད་པ་བཅུ་
གཉིས། རྒྱལ་མཚོག་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་རང་རྣམ་མཐུག་མ་གྲུབ། གཤམ་པ་ཆོས་རྗེས་
མཛད་པ་རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་ལྷོན་ཤིང་། རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་
པོས་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་དངོས་གྲུབ་ཤིང་། རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་
པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་ལོར་བུའི་འཕྲེང་བ། རྒྱལ་
མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་ཏུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་སྒྲེགས་བམ་གསུམ། སྡེ་སྡིད་སངས་
རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ཏུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་གི་འཕྲོས་སྒྲེགས་བམ་གཉིས། རྒྱལ་མཚོག་
ལྷ་པ་ཆེན་པོས་རྒྱ་བོད་ཏོར་སོག་གི་དཔོན་རིགས་དང་། སྤྱན་བདག་ཁག་ལ་བཀའ་ཤོག་
སྩལ་ཁག་དང་། རྒྱ་བོད་ཏོར་སོག་གི་དཔོན་ཁག་ལ་བཅའ་ཡིག་སོགས་སྩལ་ཁག་སྡེ་སྡིད་
སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་རབ་གསལ་གསེར་གྱི་
སྟེ་མ། ཡང་སྡེ་སྡིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་རྒྱལ་དབང་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་
རྣམ་ཐར་རབ་གསལ་གསེར་གྱི་སྟེ་མ། ཡང་སྡེ་སྡིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ལྷ་པ་
ནས་དུག་པར་འཕོས་པའི་གཏམ་ན་བའི་བཅུད་ལེན། ལྷ་བཅུན་དག་དབང་རྩོད་རྩེས་མཛད་པ་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དག་དབང་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོའི་རིན་ཆེན་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་
མཚོརྣམ་ཐར་མཛད་མེད་གཏམ་སྟན་ལྷའི་ཏམ་བུ་རའི་རྒྱད་ཀྱི་སྤྱད་བྱངས། ལྷང་སྤྱད་པའི་

རྟོ་རྩེས་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་འཇམ་གླིང་མཐའ་གྲུ་ཡངས་པའི་
 རྒྱུ། རྒྱུད་སྤང་སྤྲོ་མ་དབུ་མཛད་འཇམ་དཔལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བདེ་ཡངས་རབ་འབྲམས་
 པ་སྐལ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས་གཉིས་ནས་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་ཡུང་རྟོགས་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་དང་
 པའི་ཡིད་འཕྲོག་སྐྱ་བཅར་དར་ཉན་མཁན་སྤྱལ་སྤོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ནས་མཛད་པ་
 རྒྱལ་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་རྟོར་བུའི་འཕྲེང་བ། ཡང་སྐྱ་བཅར་དར་
 ཉན་མཁན་སྤྱལ་ནས་མཛད་པ་རྒྱལ་དབང་མཁས་བྲལ་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་སྤྱའི་
 རོལ་ལྟོ་སྤོ་མང་མཆན་ཞབས་དག་དབང་སྤོ་བཟང་ནས་མཛད་པ་རྒྱལ་དབང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་
 མཚོའི་རྣམ་ཐར་དངས་ཤེལ་མེ་ལོང་། སྤར་ལྷོགས་ཡོངས་འཛིན་སྤྱལ་སྐྱ་བྲལ་བསྟན་བྲམས་
 པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་མཛད་པ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་བྲལ་བསྟན་རྒྱ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་རིན་པོ་
 ཆའི་འཕྲེང་བ། ལྷ་རྒྱལ་མཆོག་བྲལ་བསྟན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ་རྒྱལ་བསྟན་པ་ད་ཆ་ལ་
 བཞད་པའི་ཉི་འོད། རོ་སྐག་ཀུན་བཟང་ཅེ་པ་བསོད་ནམས་དབང་འདུས་ནས་མཛད་པ་རྒྱལ་
 མཆོག་སྐྱ་འཕྲེང་བཅུ་བཞི་པ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ངོས་འཛིན་གདན་ཁྲུ་མཛད་པའི་སྐོར་
 བདེན་གཏམ་རྣ་བའི་བཅུད་ལེན། བཤ་ཆེན་སྤོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཀྱི་རང་རྣམ་སྤྱོད་
 ཚུལ་གསལ་བར་སྟོན་པ་རྟོར་བུའི་འཕྲེང་བ། བཤ་ཆེན་སྤོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་རྣམ་འོད་
 དཀར་ཅན་ཀྱི་འཕྲེང་བ། དཀོན་མཆོག་འཛིགས་མེད་དབང་པོས་མཛད་པ་བཤ་ཆེན་དཔལ་
 ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། དག་སྤོང་སྤོ་བཟང་སྤྲིན་པས་མཛད་པ་བཤ་ཆེན་སྤོ་
 བཟང་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར་འཇམ་གླིང་མཛེས་རྒྱུ། ཡོངས་འཛིན་ལྷོ་པ་བསྟན་འཛིན་
 དབང་རྒྱལ་ཀྱིས་མཛད་པ་བཤ་ཆེན་སྤོ་བཟང་བསྟན་པའི་དབང་ལྷག་གི་རྣམ་ཐར་དད་ལྷན་
 པ་ད་ཆ་ལ་བཞད་པའི་ཉིན་བྱེད། རྩེ་དག་དབང་ཆོས་འབྲོར་ནས་ཀུན་གཟིགས་བསྟན་པའི་
 དབང་ལྷག་དབུས་ལེབས་གནང་སྐལ་སྟོན་དག་གི་ལས་ནས་དངས་པའི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ།
 སྤོ་གསལ་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་བདག་ཆེན་སྤོ་བྲོས་རྒྱལ་མཆན་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཡིད་འཕྲོག་
 ལྷུའལ་དོ་ཤལ། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རྟོ་རྩེ་འཛིན་པ་སྤོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་

གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆན་ཆར་ཆེན་དོན་ཆེ་འཆང་སྒྲོགས་ལ་རྒྱ་མཆོག་རྣམ་ཐར་སྒྲོབ་བཤད་
བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད། ཡང་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རིག་བདག་མགོན་པོ་བསོད་
ནམས་མཆོག་ལྷན་གྱི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་རྒྱབས་འཕྲེང་། ཡང་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་
མཛད་པ་བྱང་པ་རིག་འཛིན་དབང་པོའི་རྣམ་ཐར་དོ་མཆར་བཀོད་པ། ཡང་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་
ཆེན་པོས་མཛད་པ་རྗེ་དཀོན་མཆོག་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྣམ་ཐར་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱ། ཡང་རྒྱལ་
མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རྗེ་ཆེ་འཛིན་པ་དབལ་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་རྣམ་ཐར་སྐལ་
བཟང་དད་པའི་ཤིང་རྟ། ཡང་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་བྱར་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་
རང་བྱོལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཐེག་ཆོག་བསྟན་པའི་ཤིང་རྟ། ཆོས་རྗེ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པའི་རྣམ་ཐར་
རྒྱ་མཆོའི་སྤྱང་པོ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན། དགའ་ལྷན་ཁྲི་ཐོག་བདུན་ཅུ་པ་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ་
གྱི་རང་རྣམ། སྟན་མྱིང་རིག་འཛིན་གཏོར་བདག་མྱིང་པ་བསྐྲུགས་གྱི་དབང་ལྷག་གི་རྣམ་ཐར།
ལོ་ཆེན་རྩམ་སྤྱི་རིའི་རྣམ་ཐར། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་སྤུལ་བ་ཅེ་པོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལའི་
གསུམ་སྐལ་འགོའི་ཅ་ཆོག་བྲག་རྗེས་མ། སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་གནའ་
པོའི་ལུགས་བཟང་ཡ་རབས་ཀྱི་སྟོལ་གཏོད་པའི་དེབ་ཐེར་མིག་ཡིད་རྣ་བའི་དགའ་སྟོན་
འགྲུགས་པའི་ལུགས་ཀྱ། ཡང་སྤེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པ་ཆོགས་མཆོད་བཅའ་
བསྐྱིགས་བྱང་ཆེན་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར། ཡང་ཁོང་གིས་མཛད་པ་སྒྲུང་དོར་གསལ་བར་སྟོན་
པའི་བྲང་ཐེག་དྲངས་ཤེལ་མེ་ལོང་། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་མཛད་པ་གྲུབ་
དབང་སྒོ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཐུབ་བསྟན་མཛེས་རྒྱ། རྒྱལ་མཆོག་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་
མཆོས་མཛད་པ་ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་རྣམ་ཐར་ཐུབ་བསྟན་བསྐྱེད་འབྱེད་པའི་
ཉིན་བྱེད། སི་དུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྱི་རང་རྣམ་ངེ་བྲལ་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། འཇམ་དབྱངས་
མཁུན་བཅེ་དབང་པོའི་རང་རྣམ་གསང་ཆེན་བདུད་ཅིའི་རྩ་རྒྱ། དདུལ་རྩ་བ་མཁས་གྲུབ་
དག་དབང་དོན་རྗེས་ཐར། དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོན་རྗེས་མཛད་པ་རྗེ་རྩམ་རྩ་བའི་རྣམ་ཐར་
ཞུ་སེར་བསྟན་པའི་མཛེས་རྒྱ། དདུལ་རྩ་བ་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོན་རྗེས་རྗེ་བཙུན་སྒོ་

བཟང་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རང་རྣམ་དགེ་ལྡན་བསྟན་པའི་ཉི་འོད། ལུང་ལྷོག་དག་དབང་བྱམས་པའི་
 རྣམ་ཐར་དད་པའི་འདབ་བརྒྱ་བཞད་པའི་ཉིན་བྱེད། འབྲུག་ཆེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་
 ཐར་རྒྱས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་ཆེན་པོའི་དབྱངས་ལས་སྐྱེད་གཞི་བོད་ཀྱི་སྐྱོར་དང་། སྐྱེད་གཞི་ལྷོ་འོ་
 སྐྱོར། འབྲུག་ཆེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་ཆེན་པོའི་སྤྱིང་པོ་ལེགས་པར་
 བསྟུས་པ་བདུད་རྩིའི་ཐིག་པ། ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱ་དཀར་པོའི་རང་རྣམ་ཐུགས་མེ་ཆེན་པོའི་རྣོ་
 གར་དང་། དེའི་འཕྲོས་དག་དབང་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ནས་མཛད་པ་རྒྱ་མ་ཆེན་པོའི་དོ་ར།
 འབྲུག་གི་སྒྲ་མ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པ་མེ་དག་དབང་ཡོན་ཏན་མཐའ་
 ཡས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྐལ་བཟང་མོས་པའི་བརྒྱ་རྒྱས་བྱེད་ཡེ་ཤེས་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་ཉི་མ། རེ་
 བཅུན་དམ་ཆོས་པད་དཀར་གྱི་རྣམ་ཐར་ཐུགས་མེ་ཆེན་པོའི་འཕྲུང་། བསྟན་འཛིན་དོན་
 གུབ་གྱི་རྣམ་ཐར་སྐྱ་དབང་རོལ་མཆོ། ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་དབང་ཐུག་གིས་དགེ་བའི་
 ཆོ་ག་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་གཏམ་ཐུ་ཉིག་དོ་ཤལ། དེག་པ་འཛིན་པ་སློ་བཟང་འཕྲིན་ལས་སྤེ་
 ལུང་རེ་བྱུང་གི་རང་རྣམ་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན། སྤེ་ལུང་རེ་བྱུང་སློ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་
 མཛད་པ་དོ་རེ་འཛིན་པ་ཆེ་མཆོག་འདུས་པ་ཅུལ་གཏེར་བདག་སྤྱིང་པའི་ཉི་གནས་སློ་གསལ་
 རྒྱ་མཆོ་གྱི་རྣམ་ཐར་ལས་འཕྲོས་པ་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་གདུང་བའི་ཐུན་སེལ། སེར་སྐྱད་མཁན་
 པོ་གྲགས་པའི་མཆོན་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་དགའ་ལྡན་ཤར་ཅེ་ནོར་བུའི་སྤྱིང་གི་ལོ་རྒྱས་འཇམ་
 དཔལ་སྤྱིང་པོའི་དགོངས་རྒྱལ། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་དབང་པོས་མཛད་པ་ཀུན་མཁྱེན་
 འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྣམ་ཐར་དོ་མཆོར་སྐལ་བཟང་འབྲུག་དོགས། ཏྲེ་ཆོག་བསྟན་པའི་
 མགོན་པོས་མཛད་པ་སྐྱོང་རྟོལ་སྒྲ་མ་དག་དབང་སློ་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་མོས་གྲུས་རིན་ཆེན་
 འཛེན་པའི་ཤིང་ཏྲ་རྒྱལ་སྤྲས་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ། སེར་སྐྱད་སྒྲ་བྱར་སློ་བཟང་ཐུགས་མེས་མཛད་པ་
 ཆེ་སྤྱིང་ནོ་མི་ཏན་དག་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་སྐོ་འབྲེད། གྲུང་ཐང་བསྟན་
 པའི་སྤྲིན་མེས་མཛད་པ་སྐོ་མང་མཁན་པོ་སློ་བཟང་ཆོས་དར་བའི་རྣམ་ཐར་རྟོགས་བརྗོད་
 གཟུང་གནས་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། བྱ་བཏང་ཆོགས་བྱུག་རང་གྲོལ་གྱི་རང་རྣམ་ཡིད་

བཞེན་ལོར་བྱ་བས་མ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་བསྐྱ་
གར་གྱི་དབང་ལྷག་འཕྲིན་ལས་འགོ་འདུལ་ཅལ་གྱི་རྟོགས་པ་བརྟེན་པ་དུས་བུ་སྒྲིག་རྒྱུའི་རྒྱ་
རྒྱུ། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་འདས་མགོན་མོ་ཁྲི་མ་མཐའ་ཡས་གྱི་རང་རྣམ་ལོར་བྱ་སྒྲ་
ཆོགས་མདོག་ཅན། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་རྟ་ཆག་རྩེ་བྱང་སྤྱུ་འཕྲེང་བཅུ་
གཅིག་པ་ཐུབ་བསྟན་སྐལ་བཟང་བསྟན་པའི་སྟོན་མའི་རྣམ་ཐར་བས་མ་འཕེལ་ལོར་བྱའི་བར་
མཛོད། དགའ་ལྷན་ཐེ་པོ་སྤྱེ་མིང་ཡེ་ཤེས་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་དགའ་ལྷན་གསེར་
ཁྲི་རིམ་བྱོན་གྱི་རྣམ་ཐར་མདུན་བྱང་ལོར་བྱའི་འཕྲེང་བ། མདོ་ཁར་ཞབས་བྱང་ཆེ་རིང་དབང་
རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་ལ་མི་དབང་རྟོགས་བརྟེན་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་གཏམ། ཡང་མདོ་
ཁར་ཞབས་བྱང་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་གྱི་རང་རྣམ་ཐོལ་མེད་དག་གི་རི་མོ། རྩོམ་པ་གཤམ་མོན་
བསྟན་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རང་རྣམ་སྤེལ་དཔོན་དགའ་བཞི་བའི་མི་རབས་གྱི་བྱང་བ་བརྟེན་
པ་ཐོལ་མེད་གཏམ་གྱི་རོལ་མོ། སྤོན་ཁོལ་ལོ་མི་ཏན་ནས་མཛད་པ་འཛམ་གླིང་རྒྱས་བཤད།
སྤེལ་དགེ་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཆོགས་གྱིས་མཛད་པ་རྩི་མེད་ཤེས་གོང་དང་། རྩི་མེད་ཤེས་འཕྲེང་།
གངས་ཅན་ལྷ་གཅིག་ལ་རྒྱལ་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པ་ངོས་གྱི་ཡུལ་དང་ངོས་
གྱི་མི་དམངས། བོད་ཡུངས་ཆོས་སྤེད་གཉིས་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་མ་འོངས་བོད་གྱི་ཅ་
ཁྲིམས་པན་བདེའི་ལམ་སྟོན། ཅེ་པོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལའི་མདུན་ཞོལ་གྱི་རྩི་རིང་། ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་
ཁང་རྩོམ་པོའི་དབུ་སྤྱེའི་འགྲམ་གྱི་རྩི་རིང་། དེ་བཞེན་བས་མ་ཡས། འཕྲོངས་རྒྱས་ཐམ་སྤྱེ། འཕྱི་
གྲང་ལྷ་ལྷ་ཁང་། ལྷར་ཐུང་རྒྱལ་སྤྱེ། མཚུར་ཕུ་སོགས་གྱི་རྩི་རིང་ཁག་དང་། ཞོལ་རྩི་རིང་ཉེ་
འགྲམ་ཁང་མེར་ནང་གི་རྩི་ཡིག་བཅས་པའི་ཞལ་བཤུས་ཁག ཡོན་ཏོན། སྤེའི་རི་སི། རོའམ།
ཤོག་ཤོ་སོགས་གྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཁག་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱུས་བྱས་པ་ཏྲིང་རྒྱང་ནས་བརྟེན་པའི་
བོད་སྤྱ་རབས་གྱི་ལོ་རྒྱུས། མཁས་དབང་བོན་གྲོང་པའི་ཆབ་ཤོག བཀའ་མོན་བཤད་སྤྱད་ཏོན་
བྱུང་རྩི་རྩེས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་གནང་བ་ལྷ་ལྷན་རྒྱལ་ཁབ་དབུས་སུ་བཞག་པས་རྒྱ་མདའ་
དང་། ཆབ་མདོ། མར་ཁམས། འབའ་མི་བརྒྱད་དར་ཅེ་མདོ་བར་དང་། ལག་ལྷུ། མཚོ་ལོ་མ་

၇၄၁

གཉིས་པར་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐྱ་ཕྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོའི་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་དང་
འབྲེལ་བའི་སྤྲེག་ལུགས་རིམ་ལྔར་བྱེད་ཚུལ་གསུང་བཤད་གནང་དེལ། རྩ་རམས་ས་ལའི་བོད་
གཞུང་ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱོགས་བསྐྱོམས་གནང་བ། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༩ ལོ་ནས་༡༩༦༩ ལོ་བོད་མི་
སྐབས་བཙུང་བའི་གནས་སྐབས། གུན་བཟང་དཔལ་འབྱོར་ནས་བཅུམས་པ་བསྐྱེགས་ཀྱང་
མི་འཆིགས་པའི་བོད། ཕྱི་ལོ་༡༩༦༥ ལོར་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་བཅུ་གསུམ་པ་ནས་ཕྱི་ལོ་
༡༩༩༣ ལོར་བོད་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཞུས་པའི་ཕྱོགས་བསྐྱོམས་སྟུན་དེལ།
སྟུན་དང་ད་ལྟར་གྱི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་མཁས་པ་སྐྱོད་ཞུས་དབང་ལྷན་བདེ་ལྟན་མཆོག་གི་
སྤྲེག་དོན་རྒྱལ་རབས། མདོ་སྐྱང་བ་མཁས་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་མཛོད་པ་བོད་རྒྱ་
གི་ཆ་ཤས་ཟེར་བ་གཏན་ནས་མེན་པའི་ཁུངས་སྐྱེལ་བདེན་པའི་ཉིང་ཁུ་ཞེས་བྱ་བ་བོད་གཞུང་
ཤེས་རིག་སྤར་ཁང་ནས་༡༩༩༡ ལོར་སྤར་འདེབས་གནང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རགས་
བསྐུས་སུ་བཀོད་པ་རྩོགས་སོ། བོད་དུ་བྲངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་ཐོ་གཞུང་འདི་ཞུ་
སྐབས་པའི་རྒྱལ་རབས་ལས་བརྟམས་ཏེ་བཀོད།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་གྲགས་ཅན་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་གཞུང་། བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡན་ཆོད་ཀྱི་
བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་གྲགས་ཅན་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་གཞུང་ནི། ༡ ཐོན་མི་སྤྱོད་ཀྱི་ ༢
རྩམ་གོ་ཤི། ༣ རྩོམ་དཔལ། ༤ བཟ་ཀ་ལྷ་ལ་གོ་ཤི། ༥ གཉགས་རྩོ་ན་ཀྱ་ལྷ་བ། ༦ སྤེལ་
ཤེས་དབང་པོ། ༧ ངན་ལམ་རྒྱལ་བ་མཆོག་དབྱངས། ༨ འབའ་ཁྱི་བཞེར་སང་ཤི་ཉ། ༩ སྤང་
རྒྱུ་ལེགས་གཟིགས། ༡༠ སེང་གོང་ལྷ་ལུང་གཟིགས། ༡༡ སྤང་མང་རྩེ་གསལ་སྤང་། ༡༢ ལྷ་
ནས་རྩོམ་བུད་འཛོམས། ༡༣ ལྷ་རྩོ་ན་སྤྲི། ༡༤ མཆིམས་ཤུག་ལྷ། ༡༥ བྲང་ཏིང་ལ་
རྟེན་ཏ། ༡༦ ལུང་ལྷ་དཔལ་གྱི་སེང་གོ། ༡༧ དབའ་མཆུ་ལྷ། ༡༨ ཅངས་དེ་མེལ་རྟེན་ཏ། ༡༩
བཟ་ཀ་ལྷ་ཏི་ཀ། ༢༠ པ་གོར་བེ་རྩོ་ན་རྟེན་ཏ། ༢༡ འཕྱོན་ལྷ་གེལ་རྟེན་ཏ། ༢༢ མ་རིན་ཆེན་
མཆོག་ ༢༣ གཅང་ས་ལའི་བུ་རིན་ཆེན་ལེགས་བྲལ། ༢༤ རྩམ་ལྷ་གོ་ལ། ༢༥ བཟ་པ་ནས་
མཁལ། ༢༦ དབྲ་བཙུང་རིན་ཆེན་སྤེ། ༢༧ རྩམ་པར་མི་རྟོག་ལ། ༢༨ ཤུག་ཏོང་། ༢༩ ལྷ་ཁྱི་

འབྲུག་ (ལྷོ་ཁྱི་འབྲུག་ནི་རྒྱལ་རབས་བཞི་བཅུ་ཞེ་གཅིག་པ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱ་དུས་
 གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་ཞིག་ བྱི་ལོ་དུས་རབས་༤༧༧ ཡས་མས་ལ་བྱོན། ༣༠ ཉང་ཁམས་པ་གོ་ཆ།
 ༣༡ རྒྱ་ན་དེ་མ་གོ་ཤ། ༣༢ ཞང་རྒྱལ་ཉེན་ན་བཟང་། ༣༣ འགོས་ཆོས་བྱུག། ༣༤ སྤྱང་ཅ་
 ལྷ་ཅ། ༣༥ རྩམ་ཏ་ལྷོ་ལ། ༣༦ ལྷའི་རྒྱལ་མཆོན། (ཅོག་རོ་ལྷའི་རྒྱལ་མཆོན། བརྟེ་ལྷའི་དབང་
 བོ་ཞེས་སྤང་བ་དེ་ཡང་འདི་ཡིན་པར་སྤྲུམ།) ༣༧ དཔལ་བཅེགས་རྟེན་ཏ། (སྐྱ་བ་དཔལ་
 བཅེགས་མཁ། བརྟེ་དཔལ་བཅེགས་ཞེས་སྤང་བ་དེ་ཡིན་པར་སེམས།) ༣༨ རྩ་རྟེན་ཏ། ༣༩
 ཡེ་ཤེས་སྟེ། ༤༠ རྩ་རྟེན་ཏ། ༤༡ མཚུ་ལྷོ་ལ། ༤༢ རྩེ་ལྷོ་ལ། ༤༣ བཟང་སྤྱོད་།
 ༤༤ ལྷའི་རྒྱ་བ། ༤༥ དཔལ་གྱི་སྤྱན་པོ། ༤༦ དཔལ་འབྱོར། ༤༧ ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་པོ། ༤༨
 རྒྱལ་བ་ཤེས་རབ། ༤༩ རྒྱུ་བཤེས་གཉེན། ༥༠ དག་བ་དཔལ། ༥༡ ཤེགས་གྱི་སྟེ། ༥༢
 གཞུ་བས་ནམ་མཁའི་སྤྱོད་པོ། ༥༣ ཡེ་གོ་བ་དགོན་སྤྱོད་མ། ༥༤ གཞོན་ཏུ་སྤྱང་བ། ༥༥ ལམ་
 མཁའ་སྤྱོད། ༥༦ རིན་ཆེན་བཟང་པོ། རོ་རངས་སྤྱང་ཆེན་དུག་ཏུ་གཤགས་ (༥༧ གཤགས་འབྱོར་
 ཤེས་རབ། ལུས་མ་སྤངས་པར་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་ (༥༨ འཕྲོ་མེད་དཀར་ལྷུ་འོད། ༥༩
 རྩེ་གཤེགས་པའི་ཤེས་རབ། གསང་ཞེ་ཏུ་ཐོག་བཏབ་ ༦༠ ལྷ་རྩེ་ཡེ་ཤེས་འོད། མངའ་རིས་
 རྒྱལ་པོ་ ༦༡ རྒྱ་བཙོན་འབྲུག་མེད་ཤེ། (རོ་བོ་རྩེ་པོ་དུ་སྤྱན་འཕྲེན་པ་པོ་) ༦༢ ལག་འཆོ་ཚུལ་
 ཁྲིམས་རྒྱལ་བ། (འདི་ཡང་རོ་བོ་རྩེ་སྤྱན་འཕྲེན་པ་པོ་དང་། ལག་འཆོའི་འཁྱར་ཞེས་པའི་ལག་
 འཆོ་དེ་ཡིན།) ༦༣ ལུ་དངོས་བྱུག། ༦༤ ཆོས་གྱི་ཤེས་རབ། ༦༥ མར་ཐུང་དད་པ་ཤེས་རབ།
 ༦༦ མ་དག་བའི་སྤྱོད་པོས། ༦༧ ག་རོད་ཚུལ་ཁྲིམས་འབྱུང་གནས། ༦༨ རྒྱུ་སྤྱོད་པོས། ༦༩
 འཕྲོས་སྤོར་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས། དག་བསྟེན་ཡིན་པོ་ ༧༠ ལུང་པོ་ཆོས་གྱི་བཙོན་འབྲུག། ༧༡
 ལྷག་ལོ་རྒྱ་བ། ༧༢ འགར་ཆོས་གྱི་བཟང་པོ། རི་བོ་རྩེ་ལ་གཤེགས་ ཤེ་ཏུ་བརྟེ་དེ་ལ། ༧༣
 རབ་ཞེ་བཤེས་གཉེན། ༧༤ རྩེ་སྤྱོད་ལེས་རབ། ༧༥ ཟངས་དཀར་འཕགས་པ་ཤེས་རབ།
 ༧༦ གཉན་དར་མ་གཤགས། ༧༧ གཞུ་དགའ་བ་རྩོ་རྩེ། ༧༨ གྱི་ལྷང་དབུ་དཀར། ༨༠ ཆོས་གྱི་
 ཡོན་ཏན། ༨༡ ཆོས་གྱི་རིན་ཆེན། ༨༢ ལྷོ་གཤག་མར་པ་ཆོས་གྱི་སྤྱོད་པོས། (རྩེ་བཅུན་མི་ལ་རས་

སའི་སྒྲིལ་མེ་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསང་འདུས་ཀྱི་སྒྲོར་གྱི་མན་དག་གི་ཁྱད་སྤྲུག་གསུགས་
 སའི་བོད་གྱི་སྒྲིལ་མེ་གསལ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན། གཅིག་ཤོས་ནི་འགོ་ས་
 ཁྱུག་པ་ལྟས་བཅས་ཡིན། ༡༣ འགྲོག་མི་ཤུག་ཡེ་ཤེས། ༡༤ འགོ་ས་ཁྱུག་པ་ལྟས་བཅས། (རྗེ་
 ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་འདུས་པའི་མན་དག་གི་ཁྱད་སྤྲུག་གསུགས་པ་ཡིན།) ༡༥ གྱི་ཙོ་སྒྲིལ་བའི་འོད་
 ཟེར། ༡༦ སྒྲོག་སྒྱུ་ཤེས་རབ་བཅེགས། ༡༧ མལ་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོས་གྲགས། ༡༨ སེ་ཅ་བ་བསོད་
 བསམས་རྒྱལ་མཆོན། སྒྲན་ལྷང་བཏབ ༡༩ རོང་པ་ཆོས་བཟང་། ༢༠ ཡོལ་ལྷགས་རྗེ་རྒྱུ་དབང་
 ལྷག ༢༡ མང་འོར་བྱང་རྒྱལ་ཤེས་རབ། ༢༢ ཅ་མི་སངས་རྒྱས་གྲགས། (རྒྱ་གར་ལ་བྱོན་)
 ༢༣ ཁེའུ་གད་པ་འཁོར་ལོ་གྲགས། ༢༤ སྒོང་ཞོ་གསལ་བ་གྲགས། དེང་རི་ཆོས་གྲགས།
 ༢༥ རྒྱས་སྒྲོན་ལམ་གྲགས། ༢༦ པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས། ༢༧ བ་རི་རིན་ཆེན་གྲགས། ༢༨
 འགྲོ་ཤེས་རབ་གྲགས། ༡༠༠ རྩ་ལོ་རྩ་བ་རྗེ་རྗེ་གྲགས། ༡༠༡ གྲེ་བོ་ཤེས་རབ་དཔལ། ༡༠༢
 བཀྲ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན། ༡༠༣ བ་རེག་ཐོས་པ་དགལ། ༡༠༤ རྩ་བན་ཆོས་འབར། ༡༠༥
 མཆོར་དབྱིག་གི་རྒྱལ་མཆོན། ༡༠༦ མཆོར་དབང་དེ། ༡༠༧ དབྱལ་ཀྱན་དགའ་རྗེ་རྗེ། ༡༠༨
 དབྱལ་དགའ་བ་གྲགས། ༡༠༩ མར་དོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ལྷག ༡༡༠ ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ། ༡༡༡ ཀམ་
 ཆོས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས། ༡༡༢ ལྷགས་མཆོས་དབང་ལྷག་རྒྱ་མཆོ། ༡༡༣ ལྷལ་ཁྲིམས་ཡོན་ཏན།
 ༡༡༤ ཁྲེའུ་གར་པ་ཡོན་ཏན་དཔལ། ༡༡༥ བསོད་ནམས་བཟང་པོ། ༡༡༦ ལྷམ་པ་དཔལ་
 མཆོག་རྗེ་རྗེ། ༡༡༧ ཉི་མ་རྗེ་རྗེ། ༡༡༨ ཁྱད་གེ་བསྟེན་ནེ་ཙོ། ༡༡༩ སྒྲོག་སྒྱུ་གཞོན་ལུ་འབར།
 ༡༢༠ ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན། ༡༢༡ བྱང་རྒྱལ་འབྱུང་གནས། ༡༢༢ སྒྲན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲོས།
 ༡༢༣ ཙོག་གྲུ་ཉིང་དེ་འཛིན་བཟང་པོ། ༡༢༤ ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས། ༡༢༥ རིག་པ་གཞོན་ལུ།
 ༡༢༦ གཞོན་རྒྱལ། ༡༢༧ ཁྱེ་མདོ་སྤེ་འབར། ༡༢༨ ཤེས་རབ་བཙོན་འབྲུས། ༡༢༩ གཤུང་
 ལྷང་འོད། ༡༣༠ བསོད་ནམས་རྒྱལ་བ། ༡༣༡ ཙོག་གྲུ་ཤེས་རབ་སྒྲ་མ། ༡༣༢ ཙོག་གྲུ་སྒྲ་བན་
 མེད་པའི་དཔལ། ༡༣༣ ལ་ཆེངས་ཡོན་ཏན་འབར། ༡༣༤ བསོད་ནམས་མོས་པ། ༡༣༥
 དགེ་རྒྱལ་ཁྱུང་གྲགས། ༡༣༦ ལྷལ་ཁྲིམས་བཅེགས། ༡༣༧ ལྷ་བཙོན་པ། ༡༣༨ ལྷ་བཙོན་

၇၄၃

དབང་དུང་དཀར་མོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་རིན་པོ་ཆའི་ཆོག་མཛོད་དུ་གསལ།
བོད་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིལ་རྒྱུ་མི་འདྲ་བ་གསུམ། (འདུལ་བ) གངས་ཅན་གྱི་ཁྲིད་འདིར་བསྟེན་པར་
རྫོགས་པའི་སྒྲིལ་པའི་བརྒྱད་པ་གསུམ་བྱུང་སྟེ། ༡ མཁའ་ཆེན་ཞི་བ་འཛོའི་ལུགས་སྒྲིལ་ཆེན་པོ་
ནས་བརྒྱད་པ་དང་། (འདི་ལ་སྒྲིལ་འདུལ་ཟེར) ༢ རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་པཱི་ཏྲ་ཆུ་པ་ལས་
མངའ་རིས་སུ་སྐུ་ལ་རྣམ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ལས་བརྒྱད་པ་དང་། (འདི་ལ་སྒྲིལ་འདུལ་ཟེར)
༣ ཁ་ཆའི་པཱི་ཏྲ་ཤུ་གྲུ་གྲུ་ལས་བརྒྱད་པའི་སྒྲིལ་གསུམ་དུ་ངེས། ཐ་མ་འདི་ལ་པཱི་ཏྲ་ཆུ་སྒྲིལ་
རྒྱུ་ཟེར། (རྫོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་སྒྲིལ་བཟང་གསུམ་པའི་དཔལ་གྱི་དགེ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲིལ་རྒྱུ་ཡང་
པཱི་ཏྲ་ཆུ་སྒྲིལ་ཡིན་པར་དེབ་སྟོན་དུ་གསུངས་ཏེ། དེབ་སྟོན་སྟོང་ཆ་༥༩ལས། ཐུབ་པའི་
དབང་པོ་གཉིས་པ་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་དགེ་སྦྱོར་གྱི་དངོས་པོ་ནི་པཱི་ཏྲ་ཆུ་གྱི་
བརྒྱད་པ་ལས་བརྒྲེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། སྤྱིར་བཏང་སྒྲིལ་རྒྱུ་ལ། ཐམས་ཅད་ཡོད་
པར་སྒྲིལ། དགེ་འདུན་པལ་ཆེན་ལ། གནས་བརྟན་ལ། མང་པོས་བཀྱར་བའི་སྤེལ་སྟེ་བཞི་ཡོད་
པ་ལས། བོད་ཀྱི་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་སྤེལ་བ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲིལ་བའི་
ལུགས་གཅིག་ལུ་ཡིན་པར་འགོས་ལོ་རྒྱ་བ་གཞིན་ཅུ་དཔལ་གྱི་དེབ་ཐེན་སྟོན་པོ་སྒྲིལ་ཆ་
༡༩༣༥ལས་གསུངས་སོ། །

བོད་རྒྱལ་ལོ། ༡ བོད་རྒྱལ་ལོ་Tibetan Royal Years ཟེར་བཞི། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་གཉེན་འཁྲི་
བཅན་པོ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིལ་འཁོད་པའི་ལོ་དེ་ནས་འགོ་གཟུང་དགོས་པ་རེད། གཉེན་འཁྲི་བཅན་པོ་
རྒྱལ་ཁྲིར་ཐེབས་པའི་ལོ་ནི། ལྷུ་ལོའི་སྟོན་གྱི་ལོ་༡༩༣༥ལ་ཡིན་ཞིང་། བོད་རྒྱལ་ལོ་བརྒྱུ་ལ་ནི།
ལྷུ་ལོའི་ལོ་རབས་གང་ཡིན་གྱི་སྟེང་དུ་ལོ་༡༩༣༥བསྟན་ན། “བོད་རྒྱལ་ལོ” ཟེར་བ་དེ་ཆགས་
འགྲོ་བ་རེད། དཔེར་ན་ལྷུ་ལོ་༢༠༡༠ཡིན་ན། ༢༠༡༠+༡༩༣༥=༣༩༤༥ ཆགས་གྱི་རེད། དེས་ན་
ལྷུ་ལོ་༢༠༡༠ལོར་བོད་རྒྱལ་ལོ་༣༩༤༥ ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། ༢ བོད་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་
སྒྲིལ་ཆོག་ཅིག།

བོད་དང་བོད་ཆེན་པོ། སྤྱིར་བོད་ཅེས་པ་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཡོངས་རྫོགས་པའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྗོངས་ལ་

ཟེར་ཞིང་། བོད་དང་བོད་ཆེན་པོ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་བོད་ནི། སྟོང་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་ལ་
 ཟེར་ལ། དེའི་ལྷན་མ་ནམས་ལ་བོད་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། སྟོང་རྡོ་ལ་སོགས་མང་པོས་བོད་
 བྱ་བ་དབུས་གཙང་རུ་བཞི་དང་། བོད་ཆེན་པོ་བྱ་བ་མདོ་སྟོང་སྟོང་གཉིས་ལ་བཞད། དེ་ནི་མི་
 འཐད་དེ། འཕྱོམ་གྱིས་རྩོམ་པོ་བོད་ཆེན་པོ་ན་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགེ་འདུན་
 གངས་མེད་བཞུགས་པས་དེར་གཤེགས་པར་ཁུས་ཚུལ་ནམ་ཐར་དུ་གསལ་བ་བཞིན་
 རོ། །ཞེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་སོགས་གསུང་ངོ་། །

བོད་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་སྤེབས་པའི་སྐོར། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་ལ་མི་
 ཤི་ན་རི་ missionary ཟེར་བ་རེད། མི་ཤི་ན་རི་” ཟེར་བའི་ཆོག་འདི་ལེ་ཌན་ Latin གྱི་ཆོག་
 missio ཟེར་བ་གཏོང་བའི་དོན་ཡིན་པས། ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་དུ་བཏང་བའི་སྐྱེ་ཆབ་བམ་
 བང་ཆེན་ལྷ་བུའི་མིང་རེད། དེང་སང་བོད་ནང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་སྤེབས་པ་འདི་
 གནས་ཚུལ་གསུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། རྩི་ཚང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་མ་ཕྱོན་ཕྱོན་གྱི་ལོ་༡༩༩༩མ་གྱི་
 གོང་རོལ་ནས་བོད་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྤེལ་མཁན་སྤེབས་ཡོད། གནས་ཚུལ་ཞིབ་བར་གཤམས་
 གྱི་རེད་མིག་དུ་གཟིགས།

ལོ་ཆོགས།	ལོ་རྒྱུ།	དུས་ཡུན།
1328	བྱི་ལོ་༡༣༢༨ལོར་ཨི་ཀྱ་ལིའི་ཡེ་ཤུའི་གྲྲ་པ་ a Franciscan monk, Odoric of Pordenone (real name Odorico Mattiussi or Mattiuzzi) ཁོ་ཚོ་རིག་ཤུག་ཞིག་བོད་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྤེལ་ རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ལྷ་སར་སྤེབས། འདི་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྤེལ་མཁན་བོད་ དུ་སྤེབས་པ་ཐོག་མ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་རྒྱུར་ལམ་ སྟོང་དང་གྲུབ་འབྲས་གང་ཡང་མ་བྱུང་བར། བོད་ནས་རིང་པོར་མི་ ཐོགས་པར་བྱིར་ལོག་བྱས་ཤིང་། དེ་ནི་རྩི་ཚང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ ཕྱོན་པའི་ལོ་༡༩༩༩མ་གྱི་སྟོན་རོལ་དུ་ཡིན་པ་རེད།	ཡུན་རིང་ བསྟན་མ་ཐུབ།

1624	ཕྱི་ལོ་༡༦༢༤ལོར་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཨན་གྲོ་ནི་ཨོ་ཏེ་ཨན་རེ་ཏེ་ Antonio de Andrade ཟེར་བ་ཞིག་དང་། ཕྱི་ལོ་༡༦༢༤ལོར་གྲུར་ ཟུར་ཟེར་བ་ཞིག་དང་ཏེ་ཁྱི་ Grueber and d'Orville ཞུ་བ་གཉིས་ སྟེ་བས་ནས་ཆོས་པ་གཉིས་ཙམ་བསྐྱད་དེ་དོན་འབྲས་གང་ཡང་མ་ བྱུང་བར་ཕྱིར་ལོག་བྱ་དགོས་བྱུང་།	ཆོས་པ་གཉིས།
1707- 1711	༡༧༠༧-༤-༡༡ ཡེ་ཤུ་ཆོས་དཔོན་ “པ་ཏྲར། ཏོ་མི་ནི་གོ། ལྷ། པ་འོ་” ཟེར་བ་ཞིག་བོད་དུ་སྟེ་བས། ཁོང་གིས་གཞི་རྟེན་བརྟན་བསྐྱོང་ཞིག་ བརྟུགས་ཏེ། ༡༧༡༡ལོར་ “རྫོམ་” Rome ལ་ཕྱིར་ལོག་བྱས་ཏེ། ཡེ་ ཤུའི་ཆོས་པ་ Orazio della Penna ཨོ་ར་ཇི་ལོ་ ཏེ་ལ་ལ། བེན་ན་ ཞེས་པ་བོད་དུ་བརྒྱུད་པ།	ལོ་བཞི།
1715- 1729	ཕྱི་ལོ་༡༧༡༥ལོར་ Hippolito Desideri and Freyre “ཉིཔ་པོ་ལི་ ཏོ། ཉི་མི་ཉི་རི་” དང་མི་ར་རི་ཟེར་བ་གཉིས་སྟེ་བས། “ཉིཔ་པོ་ལི་ ཏོ། ཉི་མི་ཉི་རི་”ནི་ བོད་ཀྱི་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ཡིག་ རེ་འབྲི་མཁན་ཐོག་ མ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་མི་ར་རི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་ ནང་ཆོས་མོགས་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས། ཁོང་གིས་ནང་པའི་གཞུང་ ལ་དམིགས་པའི་དགག་པའམ་ཆོད་ཡིག་གཉིས་བྲིས་ཤིང་། དང་ པོ་ནི། རྟེན་ ཡེ་ཤུ་ལས་གཞན་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱི་དད་པས་སྦྱུག་ བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་ནས་ཟེར་བ་ལ་དགག་པ་བྱེད་པའི་ཆོས་ཡིག་ ཅིག་ རེ་དང་། ཅིག་ཤོས་ནི་ ཆུ་བུ་མ་ཡོད་པ་ལ་དགག་པ་བྱེད་ པའི་ རྟེན་ཡིག་གཉིས་བརྒྱུད། Freyre བེ་ར་རི་ཟེར་བས་ཕྱི་ལོ་ ༡༧༢༩ལོར་ལོ་བཅུ་བཞི་བརྒྱུད། ཁོང་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྟེ་ལ་མཁན་གྱི་ ནང་ནས་དེ་སྟེ་པན་བོད་དུ་བཞུགས་ཡུན་རིང་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ན་ ཡང་བོད་མི་གཅིག་ཀྱང་ཡེ་ཤུ་བརྒྱུར་མ་བྱས།	ལོ་བཅུ་བཞི།

1716-1745	འདི་ནི་རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱན་པ་མེད་སྐབས་ཡིན་ ལ། འདི་སྐབས་ Orazio della Penna ཨོ་ར་ཇི་འོ་ ཁེ་ལ། ཐེན་ ན་ཞེས་བྱི་ལོ་༡༨༡༤-༡༠-༡ཉིན་བོད་ཏུ་སླེབས། སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ བཟང་ཁྲན་གྱིས་རོགས་མགོན་བྱས་ཏེ། བྱི་ལོ་༡༨༡༨-བྱི་ཟླ་༤ནས་ ༡༨༡༩བར། སེ་རར་རྒྱ་བ་ལྟེན་པའི་རིང་སློབ་གཉེར་བྱས་ཏེ་བཅའ་ སྟོན་བྱས། དེ་ནས་སེ་རར་བཅའ་བཞུགས་མ་བྱས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་ རིག་གནས་སོགས་སེ་རའི་མཁས་པ་ཞིག་གི་དྲུང་ནས་ལོ་བཞིའི་ རིང་སྦྱངས། མ་ཆོག་༩,༩༠༠ལྷན་སྟོང་ལྷན་བརྒྱ་ཡོད་པའི་བོད་དང་ ཨི་ཏ་ལིའི་རྣམ་གཉིས་ཤན་སྦྱར་གྱི་ཆོག་མཛོད་དེ་སེ་རར་བཅུམས། དེ་ནི་བོད་དང་ཨི་ཏ་ལིའམ་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཐོག་མ་དེ་ཡིན། གཞན་ཡང་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆུ་ཐར། རྒྱབས་འགྲོའི་རྟོན་སོགས་ཨི་ཏ་ ལིའི་རྣམ་ཏུ་བསྦྱར། ༡༨༡༨-༡༨༢༠ ནང་སོག་པོའི་བཅན་འཇུལ་ཆབས་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ བྱུང་བར་བཤད། ཁོང་དང་ཕྱག་རོགས་གཉིས་བོད་ཏུ་ལོ་བཅུ་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་བསྟར་ རྗེས། ༡༨༢༤ལོར་བོད་གཞུང་གི་བཀའ་ཁྲིལ་ཆོག་མཆན་ཐོབ་སྟེ་ཡེ་ ཤུའི་ལྷ་ཁང་དང་སྟོད་ཤག་བཅས་གསར་སྤྱོད་བྱས། དེ་ནས་བྱི་ལོ་༡༨༢༤ལོར་ཨོ་ར་ཇི་འོ་ཁོང་སྤར་ཡང་རང་ཡུལ་རྩྭ་ལ་ བྱིར་ལོག་བྱས་ནས། ༡༨༤༡ལ་ཁོང་དང་རོགས་པ་གསུམ་བཅས་སྤར་ ཡང་ལྷ་སར་འབྱོར། རྒྱབས་དེ་དུས་ཀྱི་སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བཟང་ གི་རྒྱལ་ཆབ་བཅ་སྟེང་པོ་ལྷ་ཟེར་བ་དང་རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་ ཆེན་པོས་ཁོང་ཅག་ལ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་བྱེད་ཆོག་པ་དང་ཆོས་ལུགས་ བསྐྱར་ཆོག་པའི་ཆོག་མཆན་ཡང་གནང་། ། འཕྲོས་འོག་ཏུ་གཟིགས་ །	ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བཞི།

ཁོང་གི་འཕྲོད་	དེ་ནས་ཁོང་ཅག་བོད་མི་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སུ་བསྐྱར་བ་དང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་དཔེ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བ་སོགས་གྱིས་བྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཁོལ། དེ་དུས་བོད་མི་ཉི་ཤུ་ཙམ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སུ་བསྐྱར་བ་བྱུང་། དེ་ནས་བོད་མི་ཡེ་ཤུ་པ་དེ་ཆོས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་གྲས་བཀྱར་དང་བྱིན་ལྟུང་མཛུལ་ཁ་སོགས་མ་ཁུས་པ་མ་ཟད། ཁོང་ཅག་གིས་བོད་གཞུང་ལ་ཁྲལ་དང་ལུག་ལག་སོགས་འཇུག་པར་དང་ལེན་མ་ཁུས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཁོང་ཅག་ལ་རྒྱུ་དཔེ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ནས་བྱི་ལོ་༡༧༤༡-༥-༡༡ ཉིན་བོད་མི་ཡེ་ཤུ་པ་པོ་མོ་ལྷ་ལ་ཁྲོམ་རའི་དབུས་སུ་ཉེས་རྒྱུང་བཤང་། ཆོས་ལུགས་བསྐྱར་ཆོག་པའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་ནས་བཟུང་མེད་པར་གྱུར་གྲོ། དེ་ནས་སྤིང་སྦྱོང་པོ་ལྷ་དང་རྒྱལ་དབང་བསྐླལ་བཟང་རྒྱ་མཆོ་ལྷན་རྒྱས་ནས་ཁོང་ཅག་རང་ལུལ་དུ་བྱིར་ལོག་བྱ་དགོས་གྱི་བཀའ་བསྐྱུལ་དེ། བྱི་ལོ་༡༧༤༥-༩-༡༠ཉིན་བོད་ནས་བྱིར་འབྱུང་བས་སོ། ཁོང་ཅག་བྱིར་འབྱུང་བས་རྒྱུ་ཆེས་ཡེ་ཤུའི་ལྷ་ཁང་དེ་ཡང་མི་དམངས་གྱིས་བཏོར་བཤིག་བཤང་ནས། དེའི་སྤྱི་ཆེན་པོ་དེ་མ་གཏོགས་གང་ཡང་མ་ལྷོག། དེའི་སྤྱི་དེད་སང་ཡང་རྫོང་གི་འགྲམ་དུ་དབྱངས་ནས་ཡོད་པར་བཤད། ཨོ་ར་རྫོང་། རེལ་ལ། བེན་ན་བོད་དུ་༡༧༡༦-༡༧༤༥བར་བཞུགས། དེ་ལས་༡༧༡༦-༡༧༤༡རིང་རྣམས་ལོ་ལྷའི་རིང་བཞུགས་པས། རྒྱུ་བསྐྱེམས་ལོ་༡༩བོད་དུ་བཞུགས་སོ།	

1844	བྱི་ལོ་ ༡༩༤༤ ལོར། ལ་ཇ་རི་སི་ཏྲག་དང་ལྷ་གླེན་ Lazarists Huc and Gabet ཟེར་བ་གཉིས་སྤེལ་ས། ཁོང་ཚོར་པོད་མི་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་གྲུ་པ་ཚོས་དགའ་བསུའི་རྣམ་པ་གང་ཡང་མེད་ཐོག་མི་དགའ་བའི་རང་ལྷ་མཁེག་འཛིན་གྱི་གདོང་ཚོལ་གྱི་རྣམ་འགྱུར་ཡང་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་བསྟན་ཡོད། ཡི་ཤུའི་ཚོས་པ་སྤེལ་ས་རེས་བཞིན་པོད་མི་ཚོའི་ལྗང་པ་རྩེ་མཁེགས་སུ་སོང་ནས། ཏུས་རབས་དེ་གའི་ནང་ཡི་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་བྱུང་སྤེལ་བྱེད་མཁན་བརྒྱ་ཕྲག་བརྒྱལ་བར་སྤེལ་ས་ཀྱང་། མང་ཆེ་བ་རྣམས་ཕྱིར་འབྱུང་བྱས་ཤིང་། འགའ་ཤས་ནི་རྡོ་བརྟུང་བཏང་བ་དང་། ཀོ་བརྟུང་ས་བརྒྱབ་ཉི་བཅེག་བཏང་ནས་འཆི་ཅུ་འཇུག་པ། གསོན་པོར་དོང་ལ་སྤྲས་པ་སོགས་བྱས་ཚུལ་བཤད་ཡོད།	
1897 - 1910	བྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལོར་ཡི་ཤུའི་སློབ་དཔོན་ཉི་ནི་ཨེན་ Bishop of Tiniade ཟེར་བ་ཞིག་ Ta-Tsien-lu ཟེར་བའི་རྒྱ་ནག་དང་ས་འབྲེས་སུ་གནས་པའི་ས་ཁུལ་དུ་ཡི་ཤུའི་ལྷ་ཁང་འཇུགས་སྤྱད་བྱས་ཉི་མཐའ་ཁོབ་གྱི་གྲོང་གསེབ་པའི་པོད་མི་འགའ་ཞིག་ཚོས་ལུགས་བརྒྱར་ཐུབ་ཅུང་རྒྱ་དམར་གྱང་ཁྲན་ཏང་གིས་རིག་གནས་གསར་བརྩེའི་སྤྲེལ་ས་གཏོར་ཚོལ་ཆད་མེད་བཏང་ནས་ཕལ་ཆེར་ཆེག་མེད་དུ་བཏང་འདུག་ཁོང་ཚོས་བཤད་པར་གཞིགས་ན་དེ་ཏུས་ས་གནས་དེར་ཡུ་རོབ་གྱི་ཡི་ཤུའི་སྤྱི་མཐའ་ཉི་ཤ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་མི་དམངས་དཀྲུག་མ་ ༡༤༠༧ དང་། ཚོས་ལུགས་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་མ་བཟུང་བའི་སློབ་མ་གསར་བྱ་པ་ ༤༠༠ དུག་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་བཅས་ཡོད་ཚུལ་བཤད་འདུག།	

བོད་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྤེལ་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཞི་ནི། ས་ཆའི་བབས་
དང་གནས་གཤིས་གྲང་རང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་འབྲུལ་སྐབས་མི་བདེ་བ་དང་གཅིག་ བོད་ཀྱི་ནང་
ཆོས་འདི་བཞིན་ར་སྐབ་དགོལ་དྲང་དང་ལྷ་གསོལ་སྒྱུ་གསོལ་གྱི་རྟེན་རུལ་རྩེས་ལུས་ཀྱི་
མོངས་དང་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་མིན་པར་ལམ་ཉམས་ལེན་དང་སློབ་གཉེན་གྱི་གཞི་རྟེན་
གཏིང་ཟབ་ལྷན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པ་དང་གཉིས། བོད་མི་རྣམས་རང་གི་ཆོས་ལ་དད་ཞེན་
ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་གསུམ། བོད་དུ་བཟའ་རྒྱ་བརྒྱུད་རྒྱ་མེད་པའི་དབུལ་པོངས་ཉམ་
ཐག་གྱི་རིགས་མང་པོ་མེད་པ་དང་བཞི་པོ་དེ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་ཁྲབ་སྤེལ་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་
རྒྱ་མཚན་གྱི་གཙོ་བོ་རེད། རྒྱ་ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་ Bible ཟུལ་ཟུལ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཚུལ་
གྱི་སྐོར་༡༧རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བཅུ་གཅིག་པ་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་ (1838-1855) དགྲང་
གངས་བཙེ་བརྒྱུད་ལ་མེབས་ཆེ་ཆོས་སྤྱི་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཏེ་ཆེ་བ་
དུག་ཅུ་གྱི་རྩེས་སློ་བུར་སྦྱར་ནད་ཀྱིས་ཤིང་མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོ་ (1855 -12-25) ལྷ་རན་ལས་
འདས་ཞེས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚད་ལྷན་རྣམས་སུ་འབྱུང་ནའང་། (God Spoke Tibetan) (དཀོན་
མཆོག་གིས་བོད་སྐད་བརྟོན་པ) ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཅོང་པ་ལོ་ Allen Maberly “ཨེ་
ལན། མ་རྩར་ལེ” ཞེས་པ་ Australian “ཨ་མི་ཤེ་ལེ་ཡའི” མི་རིགས་ཡིན་པ་དེས་བརྩམས་
པའི་ཏ་ཅང་བལྟ་སློབ་པའི་སྒྲུང་དེབ་ལྷ་བུའི་བདེན་རྒྱུན་འབྲེས་མའི་དེབ་དེའི་ནང་། Minister
of Finance, Tempu Gergan བོད་གཞུང་གི་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སློན་བསྟན་བུ་དགོ་ཆན་
(མིང་གི་དག་ཆ་ལ་དབྱང) ཞེས་བྱ་བར་༧རྒྱལ་དབང་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་སྐུ་བཀྲོངས་པའི་
མ་ཉེས་ཁག་གཡོག་པོག་སྟེ། གསང་བོས་ཀྱིས་ལ་དུགས་ཀྱི་རྟེ་འདབས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ས་
མཚན་མེག་ཏུ་གཞིས་ཆགས། དེ་དུས་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྤེལ་བ་འགའ་ཞིག་དང་འབྲང་དེ། ཡེ་
ཤུའི་གསུང་རབ་ཟུལ་ཟུལ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་འགོ་བརྩམས་ཏེ་ལོ་དགུ་བཅུའི་རྩེས་སུ་གཞི་
ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཐུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་བསྟན་བུ་དགོ་ཆན་གྱི་
བུ་ Yoseb Gergan “ཡོ་སེབ་དགོ་ཆན” སོགས་མཐའ་མཚན་ཀྱི་བོད་མི་འགའ་ཤས་ཤིག་

ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་སུ་བསྐྱར་བྱུང་། ཡོ་སེབ་དགོ་ཞན་ནི་ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་བོད་
 རྒྱུ་དུ་སྐྱར་མཁན་གྱི་མི་སྣ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་པར་བཤད། འོན་ཀྱང་བསྐྱར་བྱུང་གོ་ཞན་ཁོ་རང་
 ཚོས་ལུགས་སྒྲོས་བཏང་མ་ཐུབ་པར་ནང་པ་རང་བྱས་ཏེ་ཆེད་འདུ་བྱེད་རྫོགས་པར་བཤད་
 བོ། །དེ་རང་སྤེར་གྱི་བསམ་ཚུལ་ལ་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ནི་ཚོས་ལུགས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་
 པར་བཅི་བཀྱར་ཞུ་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་འཇུག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚོས་ལུགས་
 གཞན་གྱི་ཐབ་ཁྱད་རྣམས་ཕྱད་ཐད་ཀྱང་མི་ཤེས་བཞིན་དུ། རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་
 རན་པས་གཞན་གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་བཅི་བཀྱར་སྤྱི་ཙམ་མེད་པར་ཚོས་ལུགས་
 བསྐྱར་ཐབས་ཁོན་ལ་འབད་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆ་ཆེ་བའི་སྒྲོན་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཏུ་སྒྲུབ་ལོ། །བྱ་སྒྲུབ་འདིས། གཞན་ལ་ཕན་པ་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཕན་སེམས་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་
 རྣམ་དག་ཅིག་གིས་བྱངས་པ་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་པ་རྣམ་ཏོག་ཀྱང་དང་གིས་འཕེལ་ཏེ། ཚོས་
 ལུགས་ཕན་ཚུན་མ་ཐུན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་ལམ་འགོག་པའི་འགལ་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ཆེ་ཤོས་སུ་
 བཟོང་ལོ། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཏུ་ཕན་པའི་བསམ་པ་རྣམ་དག་ཅིག་ཡིན་ཆོ། བ་རོལ་བོ་དེ་ཡེ་ཤུ་
 དང་། ཁ་ཆེ་དང་། ཉི་རྩུ་སོགས་ཡིན་པ་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདི་ནི་རྗེས་འཇུག་
 གི་སྒྲོན་ཡིན་པ་ལས། ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ག་ཁོང་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤེ་རིས་སུ་
 མ་བཅད་པར་ཀུན་ལ་བྱམས་བཅེ་དང་ཕན་པ་བྱུང་མེད་དུ་གནང་བར་ངེས་སོ། །གཞན་ཡང་།
 ཨ་རུན་ཏེ་ བོ་སྒྲིའི་ Arun Shourie ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་དང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཚུལ་སྤྱིག་པ་
 གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ལ་གཞུང་སྒྲགས་ཀྱང་མང་པོ་ཐོབ་སྤྱོད་ཡོད། ཁོང་གིས་
 བཅའ་སྲུང་པའི་རྒྱ་གར་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་ Missionaries in India ཞེས་པའི་
 བཅའ་སྲུང་དེབ་ནང་། ཉི་རྩུའི་སྒོམ་དཔོན་གྲགས་ཅན་ཏུ་མི་འགྲུབ་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་
 སྒྲོན་ཡེ་ཤུ་ལ་སྒྲོན་བཞེད་གནང་བར། “རྒྱ་གར་གྱི་ཡེ་ཤུའི་རིས་གཟའ་ཉིན་མའི་སྒོམ་གྱའི་ནང་
 རྒྱག་གུ་ཆོར་སྒོམ་སྒོན་བྱ་རྒྱའི་ལེ་ཆན་ནང་། ཡེ་ཤུ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་ལུགས་སྤྱི་དང་ལྷག་
 པར་ཉི་རྩུའི་ཚོས་ལུགས་པར་འཁོན་འཛིན་སྒོམ་གྱི་ཡོད། ཡེ་ཤུའི་རྒྱག་གུའི་སྒོམ་དེབ་ནང་

ཉི་མཁའ་མཁའ་རང་གི་ཕྱག་ཁྱུ་ཆུ་ལོ་གསུམ་ལྷོ་མིན་གྱི་ཁར་བསྐྱར་བ་དང་། ཁྱོས་རང་གིས་
ཆུང་མ་མེར་བསྐྱེད་བཏང་བ་བྱིས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་གཤམ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་བྱིས་པ་
རེད་དམ། དོན་དེ་ལ་བསམས་ཏེ་གཤམ་ཏེ་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཙོག་ཆུང་གཉིད་གི་འདམ་
རྟོག་ཆང་མ་རུབ་ཕྱོགས་པའི་གདོང་ལ་བཞོས་ནའང་ད་དུང་ཆུང་བྲགས་པ་རེད་” ཅས་
གསུངས་ཡོད། འོན་ཏེ་ཡེ་ཤུག་སྒོ་བ་ལྷ་དང་སྒྲིལ་ཁང་མང་པོ་བརྒྱབ་པའི་བྱས་རྒྱུ་དེ་དག་བཙེ་
མེད་དམ་བཀའ་བྱིན་བསམ་ཤེས་བྱེད་འོས་པ་ཞིག་མ་རེད་དམ་ཅེ་ན། ཨ་རུན་ཤོ་རྩེས་ Arun
Shourie བཤད་དོན་ལ། དེ་ནི་བཀའ་བྱིན་བསམ་ཤེས་བྱེད་འོས་པའི་ཕན་སེམས་རྣམས་མའི་བྱ་
སྤྱོད་ཅིག་མ་རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྟོན་རྟེན་ Mahatma Gandhi གསུང་
ཕྱོགས་བསྐྱེད་པ་ནང་། “སྒོ་བ་ལྷ་དང་སྒྲིལ་ཁང་སོགས་ཀྱི་འཇུགས་སྐྱུ་འདི་དག་ནི་ཞར་བྱུང་
ཅམ་ཞིག་ལས། དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ནི་ཆོས་ལུགས་སྐྱར་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་འདི་རེད་” ཅས་
གསུངས་པ་རེད། ཅས་ལུང་འབྲེན་གནང་ཡོད། ཡེ་ཤུག་སྒོ་བ་དཔོན་མང་པོས་རྟོན་རྟེན་དུང་དུ་
ཡང་ཡང་ཡོང་ནས་ཁོང་ཡེ་ཤུ་རུ་བསྐྱར་ཅིས་བྱེད་ཅིང་། ཁོང་ལ་བྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་འཇུག་པའི་
ཐོག་བསམ་ཆུལ་གཤམ་ཡོད་དམ་ཞེས་ཡང་ཡང་འདི་རྒྱུད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར། མས་པོ་རྟོན་
རྟེན། “ཡེ་ཤུ་འཇུག་པ་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྟོན་པ་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་མང་པོའི་ནང་ནས་གཅིག་
ཡིན་པ་ནི་ངོས་འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྟོན་པ་ལེགས་ཤོས་དང་བྲག་ཤོས་ཡིན་པ་ནི་ངོས་
འཛིན་ཞུ་གི་མེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཡེ་ཤུ་ལ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་པ་འདས་འད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་
ཆེན་པོ་ཡོད་མ་རེད་” ཅས་གསུངས་པ་རེད། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྟོན་རྟེན། གཤམ་ཏེ་ང་ལ་
ཁྱིམ་ས་བཟོ་རྒྱུ་དེ་དབང་ཆ་ཡོད་ན། དང་ཐོག་དེར་ཆོས་ལུགས་བསྐྱར་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་དེ་བཀག་
འཁོག་བྱེད་ས་རེད་ཅས་གསུངས། བྱང་ཆོས་ནི་ཡེ་ཤུ་འཇུག་པ་མ་བྱུང་གོང་མི་ལོ་ལྷ་
བརྒྱ་དང་ཁ་ཆེའི་ཆོས་ལུགས་མ་བྱུང་གོང་མི་ལོ་ཆེག་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་ལོ་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་
ལུགས་ཤིག་ཡིན། University of California Press (www.ucpress.edu) ཟེར་བའི་ཀ་ལི་ཤོ་
ནི་ཡའི་མཐོ་སྒོ་བ་ཀྱི་གསུང་འགྱུར་ཞེས་པའི་བྱ་རྒྱུ་འདྲ་ན། བྱང་ཆོས་ནི་ཨ་རིའི་ནང་དར་འཕེལ་

ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ལ་འཇུག་མཁན་ཡང་བསམ་སྒྲོ་གྲུ་
 ཡངས་ཤིང་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྡན་པའི་རིམ་བུར་མའི་ཨ་རི་བ་རྣམས་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད།
 ཨོ་སི་གྲོ་མི་ཡའི་ནང་དུ་འདྲ་དར་འཕེལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད། ཨོ་སི་
 གྲོ་མི་ཡའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་མི་འཛོར་ཞིབ་འཇུག་བྱུང་འབྲས་སུ། ནང་པའི་མི་འཛོར་ནི་བརྒྱ་
 ཆ་༣༩༥༥། ཁ་ཆེ་བརྒྱ་ཆ་༣༡ ཉིན་དུ་བརྒྱ་ཆ་༡༠ འཇུ་དེ་ཨོ་སི་མི་བརྒྱ་ཆ་༤ དེ་དག་ལས་
 གཞན་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་བརྒྱ་ཆ་༡༠༥༥། གཤོད་མའི་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་བརྒྱ་ཆ་
 ༡བཅས་ཡིན་པར་བཤད་ཡོད། ནང་ཆོས་ནི་ཨོ་སི་གྲོ་མི་ཡའི་ནང་ཡེ་ཤུའི་རྗེས་སུ་བྱུང་ཁོངས་
 དང་མི་འཛོར་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པ་རེད་ཅེས་འཁོད་ཡོད་དོ།

བོད་ཕྱག་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་སློབ་སྦྱོང་ལ་བཏང་བའི་ཐོག་མ། ༥་རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོའི་
 སྐབས་བོད་ལ་དབྱིན་ཇི་དང་རྒྱ་ནག་མན་རུ་འེ་དག་པོའི་དཔག་མིས་དཔྱད་འཇུག་བྱས་ཏེ་
 དང་པོ་སོག་ལུལ་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་པེ་ཅིང་། དེ་ནས་རྒྱ་གར་བཅས་ལ་བྲོས་ཁྱོལ་དུ་
 བེབས་དགོས་བྱུང་བ་དང་། དེའི་རྒྱུ་བྱས་ཏེ་༥་གོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་པར་བོད་འདི་
 བཞིན་ད་བར་འཛམ་གླིང་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་མ་བྱས་པར་གཅིག་ཤུར་བསྐྱད་པའི་སྒྱིན་དང་།
 ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་སོགས་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་མཁྱེན་ཏེ་དབྱིན་ཇིའི་གཞུང་གི་
 མཐུན་རྐྱེན་རོགས་རམ་འོག་གཞུང་ཞབས་ཀྱི་ཕྱག་ཁྲུ་བཞི་ཨིང་ལེན་རག་སྤྱིའི་RUGBY,
 ENGLAND ཞེས་པའི་སློབ་གྲར་གཏོང་གནང་མཛད་འདུག དེ་ནི་བོད་མི་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་སློབ་སྦྱོང་
 དུ་ཐོན་པ་དང་པོ་རེད། དང་པོ། སློན་གོང་མཁྱེན་རབ་ཀྱན་བཟང་ནས་ས་གཏོར་འདོན་ལས་
 སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ། འོན་དང་། དག་པོ། བྱང་ཁུལ་ནས་ས་གཏོར་མི་འབྲ་བ་འགའ་ཤས་ཡོད་
 པའི་སྟུན་མེད་ཞུས་པར་བསམ་མེད་འགའ་ཤས་ནས་ས་གཏོར་འདོན་ལས་བྱས་ན་ལུལ་གྱི་
 ས་བཅུད་ལ་གནོད་གཞི་ཡོད་ཚུལ་འགོག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེན་འདོན་ལས་མ་བྱུང་བར་། སྐུ་ཐེང་
 གསུང་བསྐྱར་དང་། རྗེས་སུ་ལྷ་སའི་སྐོར་སྤང་པའི་འགོ་བྱེད། དེ་ནས་ཞོལ་གཏོར་བཅས་བྱས་
 པ་རེད། སྐུ་རོ་ལྷ་སྐབ་པ་མཆོག་གིས་བོད་མི་བསམ་མེད་འགས་ས་གཏོར་སྒྲོག་འདོན་བྱས་ན་

ས་བཅུད་ལ་གཞི་དགའི་ཡོང་ཚུལ་བཤད་དེ་འགོག་སྒྲིལ་ཚུལ་གོང་དུ་འཁོད་བ་ལྟར་
གསུངས་འདུག་ཀྱང་། ད་ལྟ་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༢ལོའི་སྔོན་བཅུད་ཀྱི་གནས་བབས་ལ་བལྟས་ན་སྔོན་
མ་བོད་མི་བསམ་མེད་ཆོས་བཤད་བ་དེ་བདེན་བ་ཡིན་པ་ར་འཛོད་གསལ་པོ་འདུག་སྟེ་
གཉིས་པ། སྒྲིལ་མཁར་བ་བསོད་ནམས་མགོན་པོ་དག་པོའི་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་དཔག་ཆེན་དང་
པོའི་སྐབས་འཇར་མན་ཡུལ་དུ་འདར་བྱིན་བ་དང་། རྗེས་སུ་ལྷ་སར་འབྱོར་ཏེ་སྐྱ་སྒྲུང་དཔག་སྐར་
ཁོངས་གཏོགས་འཛོག་གནང་མཛད་ཀྱང་། དུན་རིང་མ་སོང་བར་ཆེ་མ་ཐེན་བ་རེད། གསུམ་
པ། བྱང་པོས་པ། དེ་སྐར་བ་རེག་འཛིན་དོན་རྒྱུ་གི་ལས་ཀ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་ལྷ་སའི་གོང་
ཁྱེར་དང་། ཁོར་སྒྲིང་སྐྱུན་བསལ་པོ་བྱང་བཅས་པར་ཆུ་སྒོག་གསར་འཛུགས་དང་། བྱ་བཞི་
སྒོག་འབྲུལ་ཁོངས་མེ་མདའ་དང་། དུལ་བར། འོག་དུལ་བར་འདེབས་ཆང་མར་སྒོག་
འུགས་དེས་མན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱང་བར་བརྟེན་ལྷ་གཉིར་ཐོག་དཔག་ས་བསལ་རིམ་བཞིའི་
གོ་གནས་སྐུལ་ཏེ་ ༢་གོང་ས་ཆེན་པོའི་གལ་ཆེའི་གསུང་བསྐུར་དང་། བོད་གཞུང་གི་རྒྱལ་
ལས་ཁུངས་སོགས་སུ་འདར་བྱག་ལས་གནང་བ་རེད། བཞི་པ། སྒྲིང་སྐྱུག་བ་དབང་འདུད་ཁོར་
བུས་ས་ཆད་ལེན་ཡག་དང་ཏར་འཕྲིན་གཏོང་ལེན་གྱི་ལས་ཀ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་ལྷ་སའི་ཏར་
འཕྲིན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་དང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོར་ལྷ་ས་ནས་རྒྱལ་ཅེ་བར་
ལུགས་སྐྱུད་འཕྲིན་གཏོང་གཙུགས་པ་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་རོ་མེ་ཡར་Rose Meyer
བྱ་བས་ཐོག་མར་འཛུགས་གཏོང་གི་རོགས་རམ་གནང་འདུག་ ལྷ་སའི་མི་དཔོན་གོང་ཁྱེར་གྱི་
ཁབ་རྗེས་སུ་རིམ་བཞིའི་གོ་གནས་དང་བཅས་ཕྱི་རྒྱལ་ལས་ཁུངས་སུ་འདར་བྱག་ལས་གནང་
བ་རེད། ཁོང་ཆོ་བཞི་ཡིང་ལེན་དུ་སྐྱེལ་མི་ཅེས་པ་ཡུང་ཤར་དོན་རྒྱལ་རྒྱལ་ཐེར་བ་མི་འཛོན་
ཐང་ཅན་ཞིག་ཀྱང་འདུག་ ཞིབ་པ་སྐྱོད་ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ལ་གཟིགས། ༣་གོང་ས་རྒྱ་
ལའི་སྐུ་མ་སྐྱོང་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོས་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༢།༡།༡༩ཉིན་ན་སྟེང་བོད་བྱིས་སྒྲོབ་བྱར་
གཉུག་མར་གནས་བ་དང་ཕྱོགས་འདུས་བཅས་ཀྱི་སྒྲོབ་སྐྱུག་སུམ་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་ལ་
ནང་ཆོས་དོ་སྒྲོད་ཀྱི་གསུང་ཆོས་གནང་སྐབས། སྐྱོང་བཅུ་གསུམ་བ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སྒྲོབ་

སྒྲིག་གི་རྒྱལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོས་བཏོད་པ་དེ། ལུ་འཕུད་མ་ཐུབ་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་ཆེན་པོ་རྒྱུང་
བ་རེད་ཅེས་ཐུགས་འགྲོད་དང་བཅས་ཏེ་གསུངས།

བོད་ཡིག་དཔེ་མཛད་སའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་འདི་ལ་བཤད་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། མཁས་
དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོབ་དཔོན་ཐུ་མིས་རྒྱ་གར་གྱི་གུལྷའི་
ཡི་གེ་ལ་(གུལྷའི་ཡི་གེ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཤས་ཡོད་འདུག་ཅིང་། ཞུ་སྟབ་པའི་རྒྱལ་
རབས་ནང་གུལྷའི་ཡི་གེ་ལ་“ཤ་ར་ད་sharada” ཟེར་བ་དེར་དཔེ་བྱས་ཚུལ་འཁོད་འདུག་ཀྱང་།
འདི་ནི་དུས་རབས་བདུན་པའི་མཇུག་ཙམ་རྒྱུང་བར་གསུང་མཁན་ཡང་འདུག་པས་དབྱེད་དོ་
དཔེ་མཛད་ནས་བོད་ཡིག་གསར་གཏོད་བྱས་པར་བཞེད་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །དེ་བ་ཟེར་དཀར་པོ་
༥༠ལས། དེ་ཡང་རྗེ་བུ་སྟོན་སོགས་གྱིས། ཉ་ག་རའི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྱས་ནས་ཐུ་མིས་མཛད་
པར་བཞེད། རུ་མ་དོག་ལྷན་བྱ་བ་ཟུར་ཆག་པའི་ལུ་དང་ལུ་འཕྲིལ་བ་གཉིས་ལ་དཔེ་
མཛད་ནས་དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་མཛད་དོ་ཞེས་མཁས་པ་གཞན་དག་གིས་གསུངས། བོན་
ཆམས་གྱི་ལྟར་ན། སྟོང་བཅན་གྱི་ལོང་དུ་བོན་ཆོས་དེ་ཙམ་དར་བས་ཡི་གེ་མེད་ཟེར་བ་མི་
བདེན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྟག་གཟིག་གི་སྤྲངས་ཡིག་བྱ་བ་ཞང་ཞུང་གི་ཡིག་རྒྱན་དུ་འགྱུར། དེ་སྟོན་
བྲག་ཏུ་འགྱུར། དེ་རིམ་གྱིས་དབུ་ཅན་དང་འབྲུ་མར་འགྱུར་སོགས་ཟེར། གང་ལྟར་ཡང་ཐུ་མི་
དེ་རྒྱ་གར་ན་གུལྷའི་རྒྱལ་རྒྱུད་དག་གིས་སྤིང་སྟོང་བའི་སྐབས་སུ་བོན་པ་ཡིན་ཞིང་། བོན་ཏུ་
ངོ་མཆར་བ་ནི། ཐུ་མི་དང་དུས་མཉམ་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཉ་རྟ་དང་། གུ་མར་གུ་ལྷ།
(གཞོན་ཏུ་སྐུ་པ) སུ་ཅ་མཆོན། (ཉི་མའི་གོ་ཆ) སོགས་གྱི་དུས་སུ་རྒྱུང་བའི་ཟངས་གྱི་སྒྲིགས་
བྱ་ལ་སོགས་པ་ད་ལྷའི་བར་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སོ་སོར་ཡོད་པ་དག་ལ། ཡི་གེ་བཀོད་པ་རྣམས་
བོད་ཡིག་དང་ཉ་ཅང་འདྲ་ཆེ་ཞིང་། ཟུང་ཟད་རྒྱུང་ནས་བཟུས་ཆེ་ལག་མི་བདེ་བ་ཞིག་གིས་
བོད་ཡིག་གིས་སམ་སྟུང་པ་འཆར། ཡིག་འབྲུ་པལ་ཆེར་མ་བསྟུབ་ཀྱང་ཐོར་རེ་བ་ཞིག་སྟོག་
ཐུབ་པར་འདུག་ ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེས་ན་བོད་ཡིག་གང་ལ་དཔེར་བཅད་པའི་བྱི་
མོ་དེ་ཡང་གུལྷའི་ཡི་གེ་འདི་ཡིན་ནམ་སྟུམ། དེར་མ་ཟད་རྟིང་མའི་གཏེར་ཡིག་གི་གས་གྱི་བཟང་

ཡིག་དེ་དག་ཀྱང་གྲུབ་ཏེ་ཡི་གེ་ལ་ཤིན་ཏུ་འབྲས་བུ་མང་། གཞན་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་ཆོ། དབུ་ཅན་
དབུ་མེད་གཉིས་ཀྱང་ཐོག་མ་ཞིག་ནས་མཉམ་དུ་མཛོད་པ་མིན་པར། དབུ་ཅན་འདི་ཀ་རང་
མགྲོགས་པར་བྲིས་པ་ལས་དབུ་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱང་བ་ལྟར་མཛོད་ཏེ། སྡོན་གྱི་ཡིག་
ཉིང་མང་པོ་དང་། ད་ལྟ་ཡང་འབྲུག་ལུལ་ན་དར་སྒོལ་ཆེ་བའི་ལྟོ་ཡིག་ཏུ་གྲགས་པའི་གཟུགས་
ནམས་ལ་བལྟས་ན། དབུ་ཅན་དབུ་མེད་ཏུ་འགྱུར་ཚུལ་མཛོན་སུམ་དུ་མཛོད་བ་ལྟར་འདུག་སྟེ།
ཞེས་སོགས་དཔེ་མཆོན་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །

བོད་སྐད་བྱེད་སྐབས། གྱི་ལོ་༤༤ལོར་ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྫོང་སྐབས་སྤངས་དར་བཤོངས་ནས། རབ་བྱུང་
བཞི་པའི་ཆུ་བྱང་༡༩༥༣ལོར་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་སློབ་མོས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་
བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ལ་དབང་མ་བསྐྱར་བའི་བར་ལོ་བཞི་བརྒྱ་བཅུ་གཅིག་གི་རིང་དེར་བོད་
ཕྱི་ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་པོ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་བོད་སྐད་བྱེད་སྐབས་ཟེར་བ་རེད། འདིའི་སྐབས་
ལྷ་རྒྱལ་གསུམ་རྒྱལ་རྒྱུད་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བའི་སྐབས་དང་། རྒྱ་གར་དང་། བལ་ལུལ་དུ་
ཕྱི་ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་པོ་མེད་པས་པན་ཚུན་འཐབ་ཅོད་མང་ཞིང་། ལྷག་པར་ཆོས་ལུགས་གྱི་
ཁྲིགས་ཞེན་ཆེ་བས་དུས་མི་བདེ་བ་རྒྱུད་དམར་འཚུབ་པ་ལྷ་བྱེད་སྐབས་ཡིན་པར་བཤད།
མདོར་བསྡུས་ཏེ་བཤད་ན་གྱི་ལོ་༤༤-༡༩༥༣ བར་ལོ་༢༡ལ་བོད་སྐད་བོར་གནས་པའི་
སྐབས་ཟེར།

བོན་པ། འདོན་པའམ་བཟླས་བཞིན་བྱེད་པའི་དོན། དཔེར་ན་ཆོག་དང་རིག་སྒྲགས་འདོན་མཁན་ལ་
བོན་མོ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། བོན་མོ་ལ་གཟེགས། བོན་མོ་ཞེས་གྲགས་པ་ཡང་རིག་སྒྲགས་བཟླས་
བཞིན་བྱེད་པ་ལ་བཏགས་པར་སེམས་སོ། །བསྐྱེད་དར་ལྷ་རམས་པས། བོན་པ་ནི་བཟླས་པ་
སྟེ། མདོ་སྟེ་ཐ་མ་ཏོག་བཞོད་པ་ལས། ཡི་གེ་དུག་པའི་རིག་སྒྲགས་འདི་བོན་ཞེས་དང་། གང་གི་
ཆེ་འདི་བོན་པ་དེའི་ཆེ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་དང་འཕྲ་ཐ་དང་མཁའ་འགྲོལ་མ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་
བྱེར་བར་འགྱུར་པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

བོན་མོ། ཆོག་དང་རིག་སྒྲགས་སོགས་འདོན་མཁན་ལ་ཟེར། འདིའི་མོ་ཞེས་པ་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་

བ་མ་ཡིན། དཔེར་ན་ཇ་མ་ཟེར་བ་བཞིན་མོ། །ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་
མདོ་སྤེལ་བཀའ་འགྲུར་༼ མཆ ༡༥༠ ནྟེ་པ་ལས། ཆེ་འདི་ལ་བོན་མོ་བྱས་ནས་འདྲེ་གདོན་
ཀྱི་ཆོག་འདོན་ཅིང་གཞན་དག་བསྐྱུས་ཏེ་ཁོར་སྦངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཕེ་འཕོས་ནས་ཤེས་
རི་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་ལྷུང་བར་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

ཐོལ་གོང་། ཀྲང་ལག་གི་རྒྱལ་ཀྱི་འབྲུར་གོང་གི་མིང་། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། ཐོལ་གོང་ནི་ཀྲང་
མགོའི་མདུན་སྤྱིང་དང་ལག་མཐེལ་གྱི་ལྷག་མ། ཞེས་གསུངས།

ཐོ་མཁྱེ། (ལེགས་སྤྱར) ཐོ་ཉག་ས། གེ་དོར་གྱི་རྒྱུད་བཟླ་གཉིས་ལས། ལུ་མ་སྦངས་པ་ཐོ་མཁྱེ་གྲུལ། །ཀྲོ་
ལ་དབྱས་ཡང་དག་གནས། །འབྲས་གཉིས་ཤིལ་བུ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

བྱ་ཀ་ལན་ད་ཀ (འདུལ་བ) ཀ་ལ་རྩ་ཀ་དང་དོན་འབྲ།

བྱ་ཁྱུང་། <ག་རུ་ཏ> མཁའ་ལྷིང་། འདབ་ཆགས་མའི་གཟུགས་ཅན་ཆེན་པ་ཞིག་སྤར་བོད་ལ་བྱུང་
ཚུལ་ཡིག་ཆ་ཁ་ཤས་ལ་གསལ་བ་ཅུ་མ་ཟེད། དེའི་རིགས་བརྒྱུད་ཀྱང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་རང་ནམ་ཞོར་བུ་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་མདོག་ཅན་ཤོག་གྲགས་༤བ་ན
ན་གསལ་ཞིང་། དེ་གནས་པའི་བྲག་ཕྱག་ཀྱང་གནས་བཤད་ཤོད་རྒྱུན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་འདུག
དགོན་རྩིང་འགའ་ཞིག་ལ་བྱ་ཁྱུང་གི་སློང་ཡིན་ཟེར་བའི་སློང་ཆེན་པོ་རྟེན་ཁྲིད་དུ་བསྐྱེགས་པ་
དག་འདུག་པ་དེ་ཆོ་ནི་ཨ་ཁི་རི་ཀའི་ནང་ཡོད་པའི་ཨོ་སེ་གེ་ཅེ་Ostrich ཟེར་བའི་བྱ་ཆེན་དེའི་སློ་
ང་ཡིན་པར་ངེས་ཤིང་། ཁྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བྱས་ན་སློང་དེ་ཆོ་ལས་བརྒྱ་འགྱུར་ཁ་ཤས་ཆེ་
བ་ཞིག་དགོས་ངེས་རེད། ཅེས་སྤྱོད་པ་དབང་ཕྱག་བདེ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་དོན་རྒྱལ་རབས་ནང་
གསལ། ཡང་། ལུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་པའི་མར་གོ་པོ་ལོའི་ Travels of Marco Polo ལམ་ཡིག་
༣༡༩ The great island of Madagascar ནང་། གཟུགས་དབྱིབས་བྱ་རྟོན་དང་འབྲེལ་བུ་
ཆེན་ཡང་སྤར་མོས་འབྲེལ་རྒྱས་པའི་བོངས་ཆོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་བྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་
པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ཤིང་། སྤང་ཆེན་སྤར་མོས་བཟུང་ནས་མཁའ་ལ་འཕྱར་བསྐྱོད་བྱེད་
པའི་རི་མོ་དག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱུ་འདུག་པ་དེ་བོད་པས་བྱ་ཁྱུང་ཟེར་བ་དེ་ག་རང་དུ་འདུག་སྟེ།

འདྲིའི་དོགས་གཙོད་གཤམ་དུ་གཟེགས། དེའི་སྒྲོང་ཆེན་པོ་ཞིག་དབྱིན་ཡུལ་གྱི་འབྲེམ་སྟོན་
ཁང་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ཅིང་སྒྲོང་དེའི་ཤུན་སྟོགས་ཀྱི་ནང་ལི་ཀར་བརྒྱད་མ་ཟེན་ཅམ་གྱི་ཤོང་ཆད་
ཡོད་པ་རེད་ཅེས་མཆན་ཡིག་ཏུ་འཁོད་འདུག། བྱ་འདྲི་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་ཅམ་གྱི་བར་དུ་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་ཅིང་། བྱ་འདྲིའི་དུས་སྒྲོམ་ལ་གཞིགས་ཏེ་བཟོས་པའི་བྱ་
དེའི་གཟུགས་བརྟན་ལ་བཟུས་ཆེ་བྱ་དེ་གཟུགས་དབྱིབས་ཨོ་མེ་གྲེ་ཅེ་ Ostrich དང་འབྲལ་
མཐོང་ཆད་མི་གྱིམས་རྒྱང་ཁྱ་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད་པའི་འབྲེལ་བཛོད་བྱས་པར་གཞིགས་ན། ང་ཆོས་
འབྲེལ་བཤད་བྱེད་པའི་བྱ་ཁྱུང་དང་མི་འབྲལ་བར་སྦྱང་ངོ་། །ཕྱི་རྒྱལ་བས་འདྲི་ལ་ elephant bird
སྦྱང་ཆེན་བྱ་ཟེར།

བྱ་སྐབ་ཡེ་ཤེས། བྱ་སྐབ་ཡེ་ཤེས་ལ་གཟེགས། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་སོགས་སུ་བྱ་སྐབ་ཡེ་ཤེས་
ཞེས་སྦྱང་ངོ་། །

བྱ་ཆོད་ཕུང་པོའི་རི། <གི་རྩ་ཀུ་ལི> རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་བྱང་ངོས་ལ་གི་རྩ་ཀུ་ལི་བྱ་བ་བྱ་ཆོད་ཕུང་པོའི་
རི་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་མདོ་གསུངས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་
པའི་གནས་ཆེན་ཞིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། ས་ལུ་ལྷང་པའི་མདོར་བྲག་བྱ་ཆོད་ཀྱི་མགོའི་དབྱིབས་ལྟ་
བུར་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་གསུངས་ལ། ལོ་རྒྱུས་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཤེར་ཕྱིན་མདོ་གསུངས་
པའི་ཆེ་ཞིང་གཞན་ནས་བྱང་མེས་དུ་མ་བྱ་ཆོད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྤྱུལ་ཏེ་ཆོས་ཉན་པར་
འོངས་པས་ཡིན་པར་བཤད། ཅེས་རྗེ་གྲུང་ཐང་བ་གསུང་། ཡང་། རིའི་ཅེ་མོ་བྱ་ཆོད་དང་འབྲལ་
བ་ཡོད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས། དག་ལེགས་བཤེས་གཉེན་གསུང་། ཡང་། ཡུལ་སྤོངས་དེ་
རྒྱ་ཆེ་བས་བྱ་ཆོད་ཕུང་པོའི་རི་སྟེ་མཐོ་ལ་བྱ་མང་པོ་འདུ་བའི་ཕྱིར་མིང་དུ་བཏགས་སོ། །ཞེས་
རྒྱ་ན་མི་འབྲེལ་ཡེ་ཤེས་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདྲིའི་གནས་བཤད་ལ་མཆན་པ་ཞིག་མདོ་དགོན་བཅེགས་༼ ཀ་པའི་
༽དབྱ་ན་བཞུགས་སོ། །

བྱ་རྒྱུད། དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་གྱི་རིམ་པས་ཕྱིའི་བྱ་བ་དང་ནང་གི་རྣམ་འབྱོར་གཉིས་ལས་ཕྱིའི་བྱ་བ་

ཁུས་དང་ཉེ་རེག་སོགས་གཅད་སྒྲ་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་། བསྐྱོམ་བའི་ལྷ་མོ་དང་པན་ཚུན་བལྟ་
བའི་ཆགས་པ་ལམ་བྱེད་རྒྱས་ལ་དེ་ཡན་ཆད་ལམ་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་ཆགས་པ་
ལམ་བྱེད་སྟོན་བའི་རྒྱད། སྒྲ་བཤད་ནི། བྱ་བཤས་ཆེ་བའི་རྒྱད་ཡིན་པས་བྱ་རྒྱད་ཅེས་བྱའོ།
བྱ་རྒྱད་ཀྱི་བྱམ་ཇུས་ཉིར་ལ། ལྷག་ཆེར་བཤམ་ཀྲུ་ཀྱ་རི། དབང་ལག་རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་བ། ལྷ་དག་སྒྲེ་
ཉིས་ཉེ་སྟོན་ལ། གསེར་དབུལ་གཡུ་བྱ་བྱ་སྟེག་སྟེ་རིན་ཆེན་ལ། རས་འབྲས་གྲོ་སྟན་མ་སོ་
བ་སྟེ་འབྲུ་ལ། ཅན་དན་དཀར་དམར་ག་བྱར་བྱར་བྱམ་རྒྱ་ཉེ་སྟེ་ཉི་ལ། སྒྲ་ཅི་ཀ་ར། ཞོ་འོ་མ།
མར་ཉེ་བྱི་ཡི་བདུད་ཅི་ལྷ་དང་བཅས་བྱ་རྒྱད་བྱམ་ཇུས་ཉིར་ལྷའོ། །

བྱ་རྒྱད་རིགས་བྱུག་གས་སྟོ་བྱུག དེ་བཞིན་གཤེགས་བའི་རིགས། བསྐྱེད་རིགས། རྗེ་འཛིན་རིགས་ཉེ་
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་བའི་རིགས་གསུམ་དང་། རོར་བྱེད་རིགས། ལྷས་ཅེན་གྱི་རིགས།
འཛིག་རྟེན་པལ་བའི་རིགས་ཉེ་འཛིག་རྟེན་བའི་རིགས་གསུམ་སྟེ་བྱ་རྒྱད་རིགས་བྱུག་གོ།

བྱ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས། ༡ (འབྲས་དུས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས) བདག་གཞན་གྱི་སྟོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་
རྗོགས་པར་སྒྲུབ་པར་མཐུན་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ། བྱ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཟེར། ཡང་ན་
དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྟོན་པ་འབྲེལ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོ་བ་དཔོན་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་
མཛད་པ་ལས་བཤད་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་རྣམས་གདུལ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་མ་ལུས་པ་མཛད་
པར་མཐུན་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར་རོ། ༢ (རྒྱ་དུས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས) འཛིག་རྟེན་བའི་བྱ་བ་
དང་དགོས་པ་རྣམས་བྲན་བའི་ཤེས་པ་ལ། བྱ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཟེར།

བྱ་ཆེན་གོ། ༡ བྱ་མིང་ཀྱར་མའི་མིང་། རྗེ་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་བྱུག་མཚན་སོགས་ཀྱི་བཤད་བའི་ཐིན་
བྲིས་ལས། བྱ་ཆེན་གོ་ནི། མགོ་བོ་དཀར་ལ་ལུས་པོ་ནག་ལ། དེང་སང་གི་འོ་ལ་བར་གྲགས་པ་
འདི་ལོ། །ཞེས་གསུངས། འོ་ལ་བཤམ་བྱ་འོ་ལ་བ་ནི། བྱ་ནེ་ལེའམ་མིང་ཀྱར་མའི་མིང་རོ། ༢
དེང་སང་འགའ་ཞིག་གོ་བར་འདོད་པ་ཡང་ཡོད། བྱ་གོ་བ་ནི། མགོ་མེར་མགོ་ནག་གཉིས་སུ་
བྱེ་བའི་བྱ་ཆེན་ཞིག་ཅེས་ཟེར་བཤད་ཡོད།

བྱ་རྟོང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ “བྱ་བརྟོངས་” ཀྱི་དོན་ལ་བཤད།

བྱ་བརྒྱུད་སྤྱུལ་བྱ་བྱུང་གི་འབྲི་ཚུལ་གཞན། བྱ་བརྒྱུད་ས་ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ས་ནི་བརྒྱུད་ས་པའི་དོན་ཡིན།
དཔེར་ན་མཛོད་པ་བསྐྱར་བ་ལ་མཛོད་པ་བརྒྱུད་ས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེས་ན་བརྒྱུད་ས། བསྐྱར་
བརྒྱུད་ས། རྒྱུད་རྣམས་འདིར་དོན་འདྲའོ། །ཆོག་འདིའི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་བྱ་བྱུང་
རྣམས་གཤེག་པ་དང་རྒྱུད་ལག་རྒྱུད་འདྲ་བྱེད་པ་དེ་ལས་བྱུང་བར་སེམས་སོ། །

བྱ་གཏོར། མི་རོ་བྱ་ཆོད་ལ་སྦྱིན་པ།

བྱ་ཐལ། བྱ་བྲུན། བྱ་སྒྲུག

བྱ་འདབ། སྒྲུབ་ཁུང་གི་གཤམ་ལྟེ་ཉེས་བཅེགས་ལྟར་ལྷུ་བ་བཏང་བ་བྱ་འདབ་སྟེ། བྱ་འཕྱར་པའི་མཛུགས་
སྒྲིལ་དབྱིབས་སུ་ཡོད་པས་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས།

བྱ་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་བཙུན་འབྲུས་འབར། (འདུལ་བ) གཙང་རོང་གི་གཡུང་དུ་ལྷགས་ལྷགས་
ལ་འབྱུངས། འབྲེ་ཤེས་རབ་འབར་ལས་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་བར་རྩོགས། སོག་ཚུལ་
ཁྲིམས་སྒྲུལ་ལས་འདུལ་བ་གསན། ཁོང་གཤེགས་ཉིང་རྒྱ་འདུལ་བ་དང་མ་ཆོ་སྒྲུབ་དུ་
བྱས་པའི་བྱུང་དུ་རྒྱུད་ས་པས་མཁས་པར་མཁྱེན་ཏེ། འདུལ་བ་བྱ་ལ་སྤྱག་ཅེས་པའི་ཁ་སྒྲུབ་
ཡུང་བྱུང་། རྒྱལ་ཆ་ཞང་ཡེ་ཤེས་ལ་དབྱེ་ཆད། ཟངས་དཀར་ལོ་རྩ་བ་ལ་ལོ་རྩ་ལ་ཡོ་ག་སྟོང་
ལུང་པ་ལ་བཀའ་གདམས་གསན། ལུལ་ཕྱར་འདུལ་བྱ་བརྒྱུད་ས། པེ་ཀར་གྲིས་བཙན་ཆུང་དུ་
སྦྱུལ་ནས་ཞབས་ཏོག་བྱས་པས་འདུལ་བ་དང་འགལ་བ་ན་བཟའི་སྦྱ་བྱིར་བསྟན་པ་གཅིག་
ལས་མ་མཐོང་བས་དད་དེ་བྱ་རྟེན་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་ཐོགས་བྱེད་པར་ཁུས། པག་བྱའི་དགེ་
སྟོང་གི་མཁན་པོ་མཛོད། ལོ་དགྲུང་ཆོགས་པ་བརྒྱུད་ས་ནས་མཐར་སྦྱབ་པ་སྟོང་པོར་མཛོད་དེ་
དོན་བྱུག་པ་ལ་ལུལ་ཕྱར་གཤེགས། ཞེས་ཀོང་སྦྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་དང་། ཆོས་འབྱུང་
མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྟོན་ཆ་༩༩ན་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །

བྱ་ན། <བརྒྱ་ན> 1 ཆོད་མཐའ་སྤྲགས་མ། སྟོགས་སྟོན་ལོ་རྩ་འི་དག་ཡིག་ལེ་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས།
བརྒྱ་ན་ཞེས་པ་ཆོད་མཐའ་ཟས་སྤྲགས་མ་ལ་འཛུགས་པ་ཟུར་ཆག་པས་བྱ་ན་དང་། ཞེས་
གསུངས། 2 ཟས་ཀྱི་ཐོ་བ་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཟས་ཤིག་ 3 ལུག་པ།

བྱ་པ། བྱ་གསོད་མཁན།

བྱ་བ་ཉུང་བ། (འདུལ་བ) 1 ལས་ཀ་ཉུང་ཉུང་། 2 འཛིག་རྟོན་གྱི་བྱ་བ་མང་སོ་མི་བྱེད་པའི་སྐབས་བདེ།
3 ཡོ་བྱད་མང་སོ་མི་འཛིན་པ།

བྱ་བ་བྱས་པ། 1 ལས་ཀ་བྱས་ཟིན་པ། 2 རྟོན་མོངས་སྤངས་པ། སྤྱོད་པ་འདྲ་ནི། རྟོན་མོངས་སྤངས་པ་
ནི་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དེ་བྱས་པས་སོ། །

བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ། མེས་སྤྱེག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་སོགས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་
པའོ། །འདི་ཡང་། འདི་ནི་ཆོས་སོ་འདི་ནི་བྱེད་པ་སོའོ་ཆོས་འདིས་ནི་བྱ་བ་འདི་བྱེད་དོ་ཞེས་
ཆོལ་བའོ། །

བྱ་མ། བྱ་ “མ་ཡིན” ཞེས་པའི་བསྐྱུས་ཆོག

བྱ་མ་རྒྱ། 1 མོ་ཉ། བང་ཆེན། ཡིག་འཕྲིན་སྤྱེལ་གཏོང་བྱེད་མཁན་དང་སྤྱག་པའི་མིང་། སྤྱོད་པ་འདྲ་ནི།
ཨ་ཅི་འདི་བྱ་ཡང་མ་ཡིན་རྟ་ཡང་མ་ཡིན་ཀྱང་དེ་འབྲེལ་མགྲོགས་པ་ལ་ཨང་ཞེས་ཡ་མཆན་
དང་རོ་མཆན་བའི་བྱུང་བར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཅིག ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། བྱ་ལས་བྱལ་ཞིང་རྟ་
ལས་མགྲོགས་ཅན་དུ་འགྲོ་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས་ཞེས་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད། སྤྱིར་
བཏང་བྱ་མ་ཞེས་པ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱ་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། 2 ཉན་ན་དང་བྱ་ར་
བ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། བྱ་མ་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ན་སྟེ་བྱ་ར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་
ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས།

བྱ་མ་བྱམ། རྒྱ་སྤྱག་པའི་བྱམ་པའི་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ལས། བྱ་མ་བྱམ་ནི་རྒྱ་
སྟོང་གྱི་རིལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱ་མོ་ལ་བ། (འདུལ་བ) བྱ་དགའའི་མིང་། རྣམ་འབྲེད་འབྲེལ་༩ རྒྱ་ ༡༧༥༧༥ ལས། བྱ་མོ་ལ་བ་ཅེས་བྱ་
བ་ནི་དགའ་བའི་སྤྱིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱ་རྒྱུད། (འདུལ་བ) ཐང་ཆད་པ་དང་གཉིད་སྤྱོད་སྐབས་ཁ་གདངས་ཤིང་རྒྱུད་ལག་བརྒྱུད་པའི་དོན། འདི་
ལ་རྒྱུད་ཤད་བྱེད་པ་ཡང་ཟེ། ལུས་བྱེན་དུ་འཁྱུ་བ་དང་ལུས་བརྒྱུད་པ་ལའང་ཟེར་ཏེ། རྣམ་

འབྲེད་འབྲེལ་༼ ལྷ་པ ༡༩༥༣ ལས། བྱ་རྒྱུད་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་བྱེན་དུ་འཁྱུ་བའོ། །ཞེས་
དང་། ༡༩༥༣ལས། བྱ་རྒྱུད་ས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་བརྒྱུད་ས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་
ལ་འབྲི་ཚུལ་གསུམ་ཙམ་སྤངསྟེ། བྱ་རྒྱུད་། བྱ་སྦྱུང་། བྱ་རྒྱུད་ས། བྱ་བརྒྱུད་ས། འདིའི་བརྒྱུད་ས་
ནི་བརྒྱུད་ས་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་མཛོད་པ་བསྐྱར་བ་ལ་མཛོད་པ་བརྒྱུད་ས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
དེས་ན་རྒྱུད་དང་། བརྒྱུད་ས། བསྐྱར་། བརྒྱུད་ས་རྣམས་འདིར་དོན་འབྲེལ་། ཆོག་འདིའི་ཐོག་མའི་
འབྲུང་ཁུངས་ནི་བྱ་བྱིའུ་རྣམས་གཤོག་པ་དང་རྒྱུད་འགྲུབ་འབྲེད་པ་དེ་ལས་བྱུང་བར་
སེམས་སོ། །

བྱ་རྒྱུད་ས། (འདུལ་བ) བྱ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ།

བྱ་སྦྱུང་། (འདུལ་བ) བྱ་རྒྱུད་གི་འབྲི་ཚུལ་གཞན། སེང་གེ་དང་ཁྱུ་མཆོག་གི་གཏམ་རྒྱུད་འཆད་པའི་
རྒྱལ་ས་ཀྱི་འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་བ་༼ ལྷ་ ༡༩༥༡མོགས་ན་
གསལ་འོ། །

བྱ་ཆོག ། བྲེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མཛོད་ས་པ་ལ་ “བྱ་ཆོག” ཟེར། དཔེར་ན་ལྷ་གསུམ་གསེར་དུ་བསྐྱར་
བར་བུ། ཞེས་པའི་བསྐྱར་ལྟ་བུའོ། །དག་ཡིག་གསུམ་བསྐྱིགས་ལས། བྲེད་པ་བོ་ཡོད་པའི་
ལས་ཆོག་མཛོད་ས་པར་བྱ་ཆོག་ཟེར། ཞེས་བཤད། འདི་ནི་བྱ་ཆོག་དང་བྲེད་ཆོག་གཉིས་སུ་
བྲེ་བའི་བྱ་ཆོག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། 2 ལས་ཆོག་སྦྱིའི་མིང་། བྲེད་པ་བོ་དང་འབྲེལ་རུང་།
མ་འབྲེལ་རུང་། བྱ་བ་བྱས་ཟེན་པ་དང་། བྱ་བར་འབྱུར་བ། བྲེད་བཞིན་པ་གང་རུང་སྟོན་པའི་
ཆོག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་ཆོག་ཟེར་རོ། །མདོར་ན་བྱ་བ་བྲེད་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཐམས་ཅད་ལ་
བྱ་ཆོག་ཟེར་རོ། །

བྱ་ཆོག་དང་བྲེད་ཆོག་གི་ཁྱུད་པར། བྲེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མཛོད་ས་པར་བྱ་ཆོག་གསུམ་བྱ་ལས་དང་།
བྲེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བར་བྲེད་ཆོག་གསུམ་བྲེད་ལས་” ཟེར། དག་ཡིག་གསུམ་བསྐྱིགས་
ལས། བྲེད་པ་བོ་ཡོད་པའི་ལས་ཆོག་མཛོད་ས་པར་བྱ་ཆོག་དང་། ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བར་བྲེད་
ཆོག་ཟེར། ལས་ཆོག་ལ་བྱ་ཆོག་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད། ཅེས་འབྱུང་ངོ་། །

བྱ་ཟད། བྱ་སྐད་དང་པོ་སྒྲོག་པ་ལ་ཟེད། འདི་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ཅིག་ཡིན་པར་སྒྲུབ་ཞེས་མཁས་པ་
འགའ་གསུང་།

བྱ་རོག་པོ་རོག་སྟེ་བྱ་ནག་པོ་ཞིག་སྐྱ་བཤད་ནི། རོག་ནི་རོག་པོ་སྟེ་ནག་པོ་འདི་དོན་ཡིན་པས་བྱ་ནག་པོ་
ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

བྱ་རོག་རྒྱུད་པ། (འདུལ་བ) 1 ཆོས་གོས་སོགས་ཀྱི་ལྟེན་ཆགས་མི་འགྱུར་བའི་ཆེད་དུ་གཞན་པའི་བྱ་
རོག་གི་རྒྱུད་པ་འདྲ་བའི་ཆེས་བྱ་སྟོན་པོ་རྩུར་གསུམ་པ་ཞིག་ ཡུང་ལྷན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་
ལས། ལྟེན་པས་པར་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱ་རོག་གི་རྒྱུད་པའི་རྩུར་པ་ལྟར་སྐྱད་པས་
གཞན་པ་ནི་བྱ་རོག་གི་རྒྱུད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། 2 འཕོལ་སྐྱར་གྱི་ནང་ཆངས་པན་ཚུན་
དུ་མི་འགྱུར་བར་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་གནས་ཤིང་ཁོད་སྟོམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྐྱར་གྱི་དཀྱིལ་
དཀྱིལ་དུ་བཏབ་པའི་བྱ་རོག་གི་རྒྱུད་པ་འདྲ་བའི་ཆེས་བྱ་རྩུར་གསུམ་པ་ཞིག་ ཅར་རང་འབྲེལ་
(རང་གི་རྩམ་བཤད) ལས་ཀྱང། བལ་དང། ཤན་དང། རས་བལ་དང། རས་མ་དག་དང།
ལོ་མའི་ཆོགས་དག་གིས་ཀྱང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། འདིར་རུང་བར་གྲགས་པ་བསྟན་པའི་
ཕྱིར་དེ་དག་སྟོས་པར་མ་ཟད་ཀྱི། བཟང་པོའི་སྐྱ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་
འདུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མདོ་མདོར་བྱ་རོག་རྒྱུད་པ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་
དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཐམས་ཅད་དུ་ཁོད་སྟོམས་པར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་འདིར་དོན་ནོ། །དེ་ངེ་ལྟ་བ་
བཞིན་དུ་སྐྱ་བ་པ་དེ་ལྟར་གནས་པའི་ཕྱིར་སྐྱར་ནང་ཆངས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་
སྟོམས་པར་བྱུང་ཅིང། གཞན་དུ་མི་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱ་རོག་གི་རྒྱུད་པ་འདྲ་བ་དག་
གིས་གཟུངས་གདབ་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། 3 པོ་རོག་གི་རྒྱུད་པ།

བྱ་རོག་གི་མཐོ། (འདུལ་བ) མོར་བཞིའི་ཆད་དེ། མཐེ་བོང་དང་ཉེ་བའི་མཇུབ་མོའི་ (སྤྱིར་མཇུབ་མོ་
ཞེས་པ་མཇུག་གྲུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིང་ཡིན་མོད། འདིར་མཇུབ་མོ་ནི་མཐེ་བོང་ནས་བརྩིས་པའི་
མཇུག་གྲུ་གཉིས་པ་དེའི་མིང་པོ་) ཆོགས་དབུས་མར་མཐེ་བོང་གི་ཆོགས་སྐྱར་བའི་ཆད། སྐྱ་
བཤད་ནི། མཐེ་བོང་གི་ཆོགས་དབུས་མ་དང་མཇུབ་མོའི་ཆོགས་དབུས་མ་གཉིས་སྐྱར་བའི་

ཆེ་བྱ་རྒྱ་གི་རྒྱ་པ་དང་འབྲ་བའི་བཟོད་བྱིབས་ཤིག་ཐོན་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་སོ། །ལུང་
ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། མཐེ་བོང་དང་ཉེ་བར་གྱུར་པ་མཐུབ་མོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་
དབྱས་མའི་ཆོགས་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཆོགས་ཀྱི་ལོགས་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྟེང་དུ་མཐེ་བོང་
ཆོགས་བཞག་པར་གྱུར་པ་ལས་མཐོར་གྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་འདིར་བྱ་རྒྱ་གི་མཐོ་ཉིད་
དུ་བཟོད་པ་ཡིན་ལ་བྱ་རྒྱ་གི་རྒྱ་པ་དང་འབྲ་བའི་སྒྲོན་པ་འདི་ལ་ཡང་སོར་བཞེ་ཁོན་འཛིང་
དུ་ནས་པ་གཞན་གྱི་སྒྲོན་པ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱ་རྒྱ་གིས་ཁང་བཟང་མཆོན་པ། ལྷས་བྱིན་གྱི་ཁང་པ་མི་ཤེས་པའི་མི་ཞིག་ལ། ལྷས་བྱིན་གྱི་ཁང་
པ་གང་ན་ཡོད་སྟོན་པའི་ཆེ། བྱ་རྒྱ་གང་དུ་བབས་ཡོད་པའི་ཁང་པ་དེ་ལྷས་བྱིན་གྱི་ཁང་པ་
རེད་ཅེས་བཟོད་ན། ཁང་པ་དེ་སྤྱིའི་ཡིན་པ་མཆོན་པའམ་གོ་བར་བྱེད་ཀྱས་པའི་དོན་ནོ། །བྱ་
རྒྱ་གིས་ཁང་བཟང་མཆོན་པ་འདི་ལ་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཐ་སྟོན་བྱེད་པར་ཇིའི་
རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་དུ་གསལ།

བྱ་རྒྱ་མཐོ། (འདུལ་བ) བྱ་རྒྱ་གི་མཐོ་དང་འབྲ།

བྱ་རྒྱ་གཞོང་། 1 <ཀླ་ཀ་ལྷ་ཤི> བྱ་རྒྱ་གི་མཆུ་རྟོ། 2 (གསང་སྤྱགས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་ཅིག་སྟེ། མོ་
མཆན་གྱི) བྱ་ལའི་མིང་། བྱ་རྒྱལ་བས་clitoris ཟེར་བ་དེའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། བྱ་རྒྱ་གི་མཆུ་རྟོ་
དང་དབྱིབས་འབྲ་བའི་ཆ་ནས་བྱ་རྒྱ་གཞོང་ཞེས་བཏགས་སོ། །འདི་ལ་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་
གཞུང་ནམས་སུ་མཁའ་འགོ་གཞོང་ཡང་ཟེར། འདིའི་མཁའ་འགོ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་འགོ་བ་ཞེས་
བྱ་བ་སྟེ། བྱ་སྤྱིའམ་བྱ་རྒྱ་གི་མིང་རོ། །

བྱ་རྒྱ་ལྷག་པའི་བརྒྱལ་ལྷགས། ཕན་ཚུན་བསམ་སྦྱོང་མི་མཐུན་པ་བྱ་རྒྱ་དང་ལྷག་པ་ལྟར་གྱུར་
པའི་དཔེ།

བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་ཀྱི་བྱེད་པར། བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་ཆོག་ལ་གཟེགས།

བྱ་ལེ། མོ་མཆན་གྱི་བྱ་གའི་གོང་ཅམ་དུ་ཡོད་པའི་ཤ་འབྲུར་ཆུང་དུ་དེའི་མིང་། འདི་ལ་བྱུད་མེད་ཀྱི་
ཟེའུ་འབྲུ་ ཞེས་གྲང་ཟེར། འབྲུག་རྫོང་ཁའི་ཆོག་མཛོད་དུ་བྱ་རྩི་ཞེས་གྲང་བྲིས་སྤང་། བྱ་རྒྱལ་

བས་clitoris ཟེར་བ་དེའོ། །འདི་ལ་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་དུ་བྱ་རྟོག་གཞིར་དང་། མཁའ་འགྲོ་
གཞིར་ཞེས་ཟེར། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་དུ་ཅ་དབུ་མའི་མར་སྒྲེ་འདི་ལ་ཐུག་ཡོད་པར་
བཤད་པས། འདི་ལ་རེག་ན་ཨི་ཅི་གུ་ལུ་ཟ་བའི་ཆོད་ཅམ་གྱི་ཏ་ཅད་གི་ཆོར་བ་རྣོ་བའམ་ཆོར་
སྒྲིན་པ་ཞིག་སྟེ། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་འཁྲིག་པའི་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་ཀྱང་འདི་ལ་རེག་ན་འབྱུང་
བ་ཡིན།

བྱ་ཤང་ཤང་ཉེ་ལུ། ཤང་ཤང་ཉེ་ལུ་ལ་གཟེགས།

བྱང་ཁོག་ བྱང་ཁོག་དང་དོན་གཅིག་

བྱང་གྲོལ། ཐར་པའི་མིང་།

བྱང་གྲོལ་གྱི་ལམ། ཐར་པའི་ལམ། ལམ། ཐར་ལམ་དང་ལམ་དོན་གཅིག་ཡིན འཕགས་པའི་ལམ་
བཅས་ཀྱི་མིང་།

བྱང་སྒྲུ་མི་སྒྲུན་པའི་ཆེ་གཟུངས། ཨ་ལེ། བ་ལེ། བ་ལེ། གུ་བ་ལེ། ལེ་སྟེ། རྟེ་ཐར་གྲེ། ལུ་ཅུ་མ་ཉི། ཅུ་
ཅུ་མ་ཉི། ཅུ་ཅུ་ཉི་ལི་མི་ལི། ས་ཐ་རྩྭ་དུ་བ་དགྲ། བ་མས་ས་ཐ་ས་ཐ་རྩྭ་ལྷོ། སི་རྩྭ་རྩྭ་མི་མར་ས་
དུ་སྒྲུ། (སྒྲགས་འདི་ལ་ཞུས་དག་ངེས་པར་དགོས) ཞེས་བཅངས་པའི་ཅམ་གྱིས་སྒྲེ་བ་བྱན་
པའི་གསང་སྒྲགས་ཡི་གེ་ལྔ་བཅུ་ཅ་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་སྒྲེ་རེངས་ཤང་བའི་ཆེ་ཅི་རེགས་
བརྒྱས་པས་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བ་སེལ་ཞིང་ཆེ་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་དཔའ་བོ་གཙུག་
ལག་ཟེང་བའི་སྟོན་འབྲུག་འབྲེལ་པར་གསལ།

བྱང་ཆུབ། (མར་ཕྱིན) 1 (རྒྱ་ལྷ་མ) སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤངས་རྟོགས་བྱུན་སུམ་ཆོགས་
པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཟེར། གོ་སྤྲོ་བར་བཤད་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་ལམ་གཉིས་
ལ་བྱང་ཆུབ་ཟེར་ཞིང་། དེ་ཡང་དེའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ལ་སྤངས་པ་བྱང་ཆུབ་དང་།
ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྲོ་ལ་རྟོགས་པ་བྱང་ཆུབ་ཟེར། བྱང་ས་སྤྲེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་སེམས་ཅམ་། ཆེ་
པ ༡༩༥༧ལས། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་གང་ཞེ་ན། མདོར་བསྟན་སྤངས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་།
ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སྤངས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་ཉོན་མོངས་

སའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་ལོ། །ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་ཉོན་
 མོངས་སའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་ནས་དེ་མ་མེད་ཅིང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་འབྲེལ་པ་མེད་
 སའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་ནས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ་
 མེད་ཅིང་སྒྲིབ་པ་མེད་སའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱི་བཤད་ནི།
 སྒྲིབ་པ་བྱང་ཞིང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའམ་རྒྱུབ་པས་ན་བྱང་རྒྱུབ་ཅེས་
 བྱལོ། །མདོར་ན་བྱང་ཞེས་པས་སྤངས་པ་བྱང་རྒྱུབ་དང་། རྒྱུབ་ཅེས་པས་རྟོགས་པ་བྱང་རྒྱུབ་
 བརྟན་ཏོ། །ནམ་མཁའ་སྤྲིན་དང་བུལ་བ་དེ་སྤངས་པ་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་དཔེ་དང་། ཉི་མ་འོད་གསལ་
 བ་དེ་རྟོགས་པ་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་དཔེར་རྒྱུད་ལྷ་མ་ལས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་རྒྱུད་ལྷ་མ་ལས།
 སངས་རྒྱུས་ཉིད་ནི་དབྱེར་མེད་པས། །ནམ་མཁའ་བཞིན་ཏེ་ཡེ་ཤེས་དང་། །སྤངས་པ་གཉིས་
 ཀྱི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྒྱུད་ལྷ་མའི་དར་རྟེག་ལས། བྱང་རྒྱུབ་ཉིད་ནི་
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དང་རང་གི་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ནས་དབྱེར་མེད་སའི་ཡེ་ཤེས་དང་
 རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་དང་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་དེ་མས་དག་སའི་ཚོས་གྱིས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་སྟེ། སྤངས་
 པ་དང་རྟོགས་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཉམ་རྗེས་དབྱེར་མེད་པས་བདེན་གཉིས་ཅིག་ཅར་
 མདོན་སྤུམ་དུ་གཟེགས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་སའི་ཡེ་ཤེས་རྟོགས་པ་བྱང་རྒྱུབ་དང་།
 སྒྲིབ་གཉིས་ཟད་པར་སྤངས་སའི་དག་པ་གཉིས་ལྡན་ཀྱི་དབྱངས་སྤངས་པ་བྱང་རྒྱུབ་གཉིས་
 ཡོད་དོ། །2 (མདོན་རྟོགས་རྒྱན) དེ་མ་དོན་དམ་པར་སྦྱེ་འགག་མེད་པར་མདོན་སྤུམ་དུ་རྟོགས་
 སའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ལ་བྱང་རྒྱུབ་ཅེས་བྱ། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། དེ་མ་ཐད་དང་མི་སྦྱེ་
 བའི། །ཡེ་ཤེས་བྱང་རྒྱུབ་ཅེས་བཛོད་དོ། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྒྱལ་ཚབ་ཚོས་རྗེའི་རྣམ་
 བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས། དོན་དམ་པར་ཐད་སྦྱེ་མེད་པ་མདོན་སྤུམ་དུ་ཤེས་སའི་ཡེ་ཤེས་
 མཐར་ཐུག་དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཐད་མི་སྦྱེ་ཤེས་སའི་བྱང་རྒྱུབ་ཆེན་པོར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།
 དོན་དམ་པར་དེ་མ་ཐད་དང་མི་སྦྱེ་བ་མདོན་སྤུམ་དུ་ཤེས་སའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པ་བྱང་རྒྱུབ་
 ཆེན་པོ་ཞེས་མདོ་ལས་བཛོད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས། བརྒྱུད་སྟོང་སའི་འབྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་ལྷ་

འོད་། ང ༡༥ བུལས་ཀྱང་། ཟད་བ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལ་དེའི་ཕྱོགས་ཏེ།
 རྗེས་སུ་མ་སྐྱབ་ཞེས་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །³ (མཛོད) རང་རྒྱུད་ལ་
 སྤེལ་ཟད་ཅིང་སྤྲང་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་ཤེས་བ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར། བདེན་བཞིའི་
 རྣམས་ལ་བཅུ་དྲུག་ཡང་དག་པར་རྩི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་རྟོགས་པར་ཤེས་བ་ནི། ཟད་བ་ཤེས་བ་ཡིན་
 ལ། རྣམས་ལ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཏེ་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཤེས་པར་བྱར་མེད་པར་རྟོགས་བ་ནི་མི་
 སྐྱེ་བར་ཤེས་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། སྤྱི་བ་ལ་ཟད་ཅིང་སྤྲང་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེ་བར་ཤེས་
 བས་ན་དེ་སྤྲང་ཅེས་བྱའོ། །གོང་གི་བཤད་ཚུལ་གསུམ་ལས་རྒྱུད་ཆུང་ཆུང་འདི་བཤད་ཚུལ་ཉིད་
 ལེགས་པར་སྤྲང་ངོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱིང་སྟོ། བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་སྟོ་དང་འབྲ། བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་སྟོ་ལ་གཟིགས།
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས། (པར་ཕྱིན) མངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲངས་རྟོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ལ་
 བྱང་ཆུབ་ཟེར་ལ། དེའི་རྒྱུའམ་གཞི་ལ་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་
 མཛད་པའི་སྒྲོ་སྤྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་། ཅི ༡༩ གྲུ་ལས།
 བྱང་ཆུབ་ནི་སྤྲངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེ། དེ་ལ་སྤྲངས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཉོན་
 མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་སྤྲངས་པའི་བྱིར་རྟོ། །ཡེ་ཤེས་ནི་མི་མོང་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ་དང་།
 མཉམ་པ་ཉིད་དང་། སོ་སོར་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དང་། བྱ་བ་སྦྱབ་པའོ། །བྱང་ཆུབ་དེ་ཐོབ་པར་བྱ་
 བའི་རྒྱུའམ། གཞི་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེའང་འཛན་པ་ཉེར་གཞག་པ་བཞི་དང་།
 ཡང་དག་པར་སྟོང་བ་བཞི་ལ་སོགས་པ་སུམ་ཅུ་བདུན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རྟོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མ་སྐྱབ་པ། (པར་ཕྱིན) བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་དོན་གཅིག
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གཞི། རྗེ་གདན་གྱི་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གཞི་ནི་
 རྗེ་མེད་གདན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རྟོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན། བྱང་ཕྱོགས་སྡེ་ཚན་བདུན་གྱི་དྲུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་
 བོ། འཛན་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་

ཡན་ལག་བཅོམ་འགྲུས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དགའ་བ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཤིན་ཏུ་སྤངས་ས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཉང་འཛིན་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་བདུན་མོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་འཕགས་པའི་མཁུན་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱའོ། །སྤྱོད་པ་ཤད་ཀྱང་དེས་ཤེས་སོ། །ཡང་ན་མཆིམས་མཛོད་ལས། བྱང་ཆུབ་ནི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་ནི་འདྲིའུ་ཆ་ཤིས་ལ་བཛོད་པ་ཡིན་མོ། །ཞེས་དང་། དེས་ན་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་འབྱེད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་དང་ཡན་ལག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ལ། གཞན་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷས་བྱིན་གྱི་རིལ་བ་ཞེས་བཛོད་པ་བཞིན་མོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། 1 གཞན་དོན་དུ་རྟོགས་བྱང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས། 2 (སྟགས) ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་འཇམ་མཁ། ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྟོག་སེམས་དཔའི་ཉིང་འཛིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར། རྟོག་སྟགས་རིམ་ཆེན་མོར་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། རྟོག་སྟགས་དོན་ལྟ་བུའི་མིག་འབྱེད་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས། 3 (སྟགས) ཐེག་ལེ་དཀར་དམར། དཔེར་ན་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཉིད་དམ་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ། དེ་ལ་གདོད་མའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་མོ། སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྟོག་སྟོང་པོ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་འདུས་པའི་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ལས། ཐོག་མ་ཐ་མེད་ཞི་བ། དངོས་དང་དངོས་མེད་ཟད་པའི་གཙོ། སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྟོག་སྟོང་ཐེད་པ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བར་བཛོད། ཅེས་གསུངས། དེ་ལ་གཞི་དང་། ལམ་དང་། འབྲས་བུ་གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསུམ་ཡོད་པར་གསུངས།

བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ། 1 ལག་པ་གཡོན་པའི་རྟོག་སྟོང་ཀྱི་མཛུབ་མོ། གཡས་པའི་རྟོག་སྟོང་ཀྱི་ནང་དུ་བརྟུག་པའི་ཕྱག་རྒྱའི་མིང་། འདི་རྣམ་སྤང་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཡིན། གསང་འདུས་ཀྱི་ཆོག་པའི་ནང་སྤང་། 2 རྟོག་སྟོང་ཀྱི་ལས་མཛུབ་མོ་ཀེར་བའི་ཕྱག་རྒྱའི་མིང་སྟེ། སྟགས་མཛུབ་ཀྱི་རྣམ་ཐངས་ཤིག་སྟེ། སྟག་པ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཕྱག་རྒྱའོ། །ཁྱི་རྒྱལ་མཆོན་མེད་གཤེ་

འཛིགས་བསྐྱེད་དཔེ་བྱང་༥༥ལས། སྤྲེགས་མཛུ་བ་ནི་སྤྲེག་པ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་བྲག་ཀླ་སྟེ། རྩོ་
རྩོ་ཁྱུ་ལས་མཛུ་བ་མོ་ཀེར་བ་བྱང་ཁྱུ་མཆོག་གི་བྲག་ཀླའས། ཞེས་གསུངས།
བྱང་ཁྱུ་ཆེན་པོའི་སྐུ་བརྟན། <མདུ་བོ་རྩི་> གནས་མཆོག་དོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་ཆེན་མོའི་ནང་
གི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུ་བྱུ་བྱུ་བའི་སྐུ་བརྟན་གྱི་ནང་དེ་ལ་མདུ་བོ་རྩི་མེས་བྱང་ཁྱུ་ཆེན་
པོ་ཁྱུ་བ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པ། མདུ་བོ་རྩི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བྱང་ཁྱུ་མཆོད་རྟེན། མཆོད་རྟེན་ཆ་བརྒྱད་ཀྱི་གཉིས་པ་སྟེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་
མངོན་པར་རྩོགས་པར་བྱང་ཁྱུ་བའམ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་བཞེངས་པའི་བྲ་བཞི་བར་རིམ་
བཞི་བ་ཅན་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཞིག
བྱང་ཁྱུ་ཆེན་པོ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་།
བྱང་ཁྱུ་སྟོང་པོ། <བོ་རྩི་མཛུ་> འོ། རྩོ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་ཁྱུ་ཤིང་བྱང་གི་ས་གཞིའི་མིང་། ཞེས་པར་
བཤད་ན། རྩོ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་ཁྱུ་ཀྱི་ཤིང་བྱང་ན་རྒྱུ་དཔག་ཆད་བྱེད་དང་ལྷན་པའི་རྩོ་རྩོ་
གས་ཀྱི་ས་གཞི་ཡོད་པ་དེ་ལ། བྱང་ཁྱུ་སྟོང་པོ་ཟེས། ས་གཞི་དེར་གཤེགས་པ་ལ་བྱང་ཁྱུ་
སྟོང་པོར་གཤེགས་པ་ཟེས། བྱང་ཁྱུ་སྟོང་པོ་ཞེས་པའི་མིང་འདི་ཐོག་མར་བྱང་ཁྱུ་ཤིང་བྱང་
གི་མིང་དུ་བཅགས་ཤིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རྩོ་ཤེས་སྟོང་པོ་དང་། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་
འཕང་ལའང་མིང་ཐོགས་སོ། །སྐྱེ་བཤད་ནི། གནས་མཆོག་རྩོ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་ཁྱུ་ཤིང་བྱང་
ལ་བྱང་ཁྱུ་ཅེས་བྲ་ལ། སྟོན་པས་སྟོན་དེར་རྩོ་ཤེས་བྱུ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་མངོན་དུ་བྲས་པས་ན་
སྟོང་པོ་ཞེས་བྲ་ལ། །རྩོ་པོའི་ལམ་སྟོན་རང་འགྲེལ་ལས། བྱང་ཁྱུ་སྟོང་པོའི་མཐར་ཐུག་
པར། །མི་ཐོག་པ་ཡི་མེམས་ཀྱིས་སྟེ། །ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། བྱང་ཁྱུ་སྟོང་པོ་ནི་བྱང་
པའི་དོན་དུ་དཔལ་རྩོ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་ཁྱུ་ཆེན་པོའི་གནས་དང་། འོག་མིན་གྱི་གནས་དཔལ་
སྐྱག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་རོ། །དེ་དག་ཏུ་རྩོ་ཤེས་བྱུ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྟེན་པས་ན་སྟོང་
པོའོ། །དེས་པའི་དོན་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་བརྟེན་པའི་གནས་འདི་ཡིན་བྲ་བ་མེད་དེ། དོན་དམ་
པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ཡང་སྟོང་པོ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་མཛུ་

ཞེས་པ་བསྐྱར་བ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི་སྙིང་པོ་དང་། དཀྱིལ། མྱོ། ས་སྟེགས་བྱ་བ་ཞེས་པོར་མོ་
 སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཀྱང་འདིར་སྙིང་པོར་བསྐྱར་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ཞེས་བྲལ། མང་པོས་
 དེ་མ་གོ་བར་སྙིང་པོ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གཙུག་པོ་དང་དྲངས་བཅུད་སོགས་ལ་གོ་གིན་
 བསྟན་པས་ཤིན་ཏུ་གོ་དཀའ་བའི་ཆོག་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཏོ། །དེས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་མཐུང་དང་
 མཐུལ་ཞེས་པ་དཀྱིལ་ལམས་སྟོ་ལ་བསྐྱར་ནས། རྟོ་རྟེན་གདན་གྱི་སྟོ་ལ་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་
 སངས་རྒྱུས་སོ་ཞེས་བཞེད་པ་ཡང་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོའི་སྐད་དོད་བོ་རྟེན་མཐུ་
 ཞེས་པ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༩ ཙོ་ ༡༤༧༧ བཅུགས་ལ། ཡང་ན་འདིའི་སྙིང་པོ་ཞེས་པ་
 སའི་སྙིང་པོ་ལ་གོར་བྱུང་དམ་སྟེ་སྟེ། འཕགས་པ་སྟོ་བྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་༩ མ་
 ༡༤༧༧ ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སའི་སྙིང་པོའི་གདན་གནན་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་
 འགྲེལ་བར་ཡང་དེ་ལྟར་གསལ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བྱང་ཆུབ་ལྟོན་ཤིང་གི་བྱུང་གི་སའི་སྙིང་པོ་འཕམ་
 མཆོག་ཅེས་བྱ་བར་འགྲུར་དོ། །དབུང་། 2 རྒྱ་གར་རྟོ་རྟེན་གདན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ནི་ལམ་
 སྟོན་རང་འགྲེལ་ལས་རྟོ་རྟེན་གདན་དང་འོན་མེད་སྟེ། བོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ལ་ལ་བཤད་དོ། །ས་
 རྒྱ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཐུག་ཏུ། བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་རྟོ་རྟེན་གདན་ལས་དཔག་ཆད་བརྒྱ་བཞོད་
 པའི་གནས། ཞེས་གསུངས་སོ། །3 འོག་མེན་སྟེགས་པོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ལ་ཟེར། ཁུངས་གོང་དུ་
 དྲངས་པའི་ལམ་སྟོན་རང་འགྲེལ་ལ་གཟིགས། 4 མི་གནས་པའི་མུང་འདས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་
 གོ་འཕེང་། རྒྱ་བཤད་ནི། ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་སོགས་བྱང་ཆུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་
 པས་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བཤད་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་དེ། རྟོ་རྟེན་གསང་སྟེགས་ཀྱི་ཚུལ་
 ཁྲིམས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྟེ་མ་ལས། སྙིང་པོ་ནི་བྱང་ཆུབ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པ་དང་།
 ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྟོ་རྟེན་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ།
 བདག་མིང་འདི་ཞེས་བཀྱི་བ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་ནས་ངེ་སྙིང་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་
 བར་དུ་རྒྱུད་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་རྒྱུས་བཙུན་འདས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་
 མཆིའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དབུངས་ཅན་དག་འཁྲོས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ལ་གནས་

དང་རྟོགས་པ་གཉིས་ལས། རྟོགས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེལ་ཐམས་
 ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བྱ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོ་ཞེས་འབྲེལ་སྒྲ་
 སྟུང་དགོས་མི་དགོས། སྟུང་རུང་མི་རུང་གི་དོགས་གཅོད་གོང་དུ་གོ་དོན་དང་པོའི་སྐབས་སུ་
 གཟེགས།

བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོའི་གཞི། བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་དང་འབྲ།

བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོར་གཤེགས་པའི་མཛད་པ། མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་སྟེ། རྩོམ་གདན་གྱི་
 བྱང་ཆུབ་ཤིང་བྱང་གི་ས་གཞིར་ཕེབས་པ་ལ་ཟེར། དེ་འབྲེལ་ས་གཞི་དེ་ལ་བཟོ་ས་ནའམ་རྩོམ་
 གདན་ཟེར་རོ། རྩོམ་གདན་ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་ཐ་སྙད་འབྲུག་གཞི་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། རྩེས་སུ་
 རིམ་གྱིས་དེའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ཡུལ་ལའང་རྩོམ་གདན་ཞེས་མིང་ཐོགས་སོ། །དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
 སྙིང་པོར་གཤེགས་པའི་མཛད་པ་ཞེས་འབྲེལ་སྒྲ་བྱས་ཀྱང་མི་འཐད་པ་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྩོ་
 རྩེའི་ས་གཞི་ལ་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་དངོས་ནི་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡིན་ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གནས་དེར་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་མཛོན་དུ་
 མཛད་པས། གནས་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ཞེས་མིང་ཐོགས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་ལྟོན་ཤིང་། བྱང་ཆུབ་ཤིང་ལ་གཟེགས།

བྱང་ཆུབ་རྩོམ་གྱི་ ལྷལ་བ་རྩོམ་འཆང་གི་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་མཁས་བླ་མ་ཆོས་རྩེའི་བསྐྱེད་རིམ་
 དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཆོ་ཤན་ན་ལས། བྱང་ཆུབ་རྩོམ་སྟེ་རྩོམ་འཆང་དང་འབྲ་བར་བལྟས་ནས་
 བདག་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་རྒྱད་ཕྱི་མ་ལས་གསུངས་ཤིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་པ། 1 སྤྱངས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ། 2 མཛོན་དུ་བྱས་པ་འཕམ་ཐོབ་པ། 3 བསྐྱེད་པ། དཔེར་ན་ས་
 པོན་ལས་བྱང་ཆུབ་པ། ཕྱག་མཆན་ལས་བྱང་ཆུབ་པ། སྤྱི་རྟོགས་པ་ལས་བྱང་ཆུབ་པ་ཞེས་
 པ་སྟེ།

བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལས་ནི།
 རྩོམ་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད།

བྱང་ཆུབ་ལམ་སྟོན། ལམ་སྟོན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

བྱང་ཆུབ་ཤིང། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་གར་དོ་རྩེ་གདན་དུ་ཐོག་
མར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱལ་བའི་ཆུལ་སྟོན་པའི་ཆེ་ཤིང་གང་ལ་སྐྱེ་བྱུང་གཏད་དེ་
བཞུགས་པར་མཛད་པའི་ཤིང་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཤིང་ཟེར། སྐྱ་བཤད་ནི། འདིའི་རྩ་བར་སངས་
རྒྱལ་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་མཛད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །འདི་ལ་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དུ་བིསྤལ་ཟེར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཤིང་ནི་བིསྤལ་ཤིང་ཡིན་ཏེ། ཞེས་ལུང་སྟོན་
ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས། ཡང་། ལྷ་ལྟན་ཐ་ཞེས་ཀྱང་འཕོད་པ་སྦྱང་སྟེ། རྩེ་ཙོང་ཁ་བ་
ཆེན་པོས་ཐུབ་དབང་ལ་བསྟོད་པ་ལས། མཁས་པའི་སྤྱི་བོས་བསྟེན་པའི་མ་གཞ། །མི་མཛེད་
ཞིང་གི་སྟོང་པོ་དོ་རྩེ་གདན། །གང་དེར་ལེགས་སྦྱར་བརྒྱལ་བ་བསྟེན་བྱང་ཆུབ་ཤིང་། །ལྷ་ལྟན་ཐ་
ཞེས་གྲགས་པ་དེའི་བྱང་དུ། །བྱམས་པའི་མཆོན་གྱིས་བདུད་སྟེའི་དབྱང་བཙུན་ནས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་གི་བྱང་པར་ཐ་མོ་རྣམས་ལྷ་ལྟན་ཐ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ། སྟོན་དཔོན་ལྷ་སྐུ་བྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཙུན་ཤིག

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ། 1 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བའི་གང་ཟག་ཐེག་པ་ཆེན་
པོའི་གང་ཟག་སྤྱིའི་མིང་། 2 སངས་རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་མ་བསྟན་གོང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་
ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་བྱ་བ་རེད། དཔེར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ (བདག་ཅག་
གི་སྟོན་པ) འཆང་བྱ་ཁར་རྩ་ཆོང་གི་བྱེད་བཀའ་ཤིས་ལ། བཀའ་ཤིས་རྩ་ (བཀའ་ཤིས་རྩ་ཞེས་པ་
བཀའ་ཤིས་པའི་རྩ་ལ་ཟེར་ཡིན་གྱི་རྩ་འཆོང་བཀའ་ཤིས་ལ་འཕོད་པ་ནི་མིན་ནོ། །འདུལ་བ་གཞི་
རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལ་གཞིགས་ན་ཤིས་པར་འགྱུར་རོ། །ནིང་ལ་སྤྱར་དུ་བྱི། །དེ་རིང་ལ་རྩ་ནི་
དོན་ཆེན་འགྱུར། །དབྱང་དང་བཅས་པའི་བདུད་ནི་བཙུན་ནས་སྟ། །བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ཞི་བར་
རེག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྟན་འདིར་བདག་ནི་ལུས་ནི་བསྐྱམས་ཀྱང་བྱང་། །པགས་པ་
རུས་པ་ཤ་རྣམས་ཞིག་ཀྱང་བྱང་། །བསྐྱལ་མང་རྙེད་དཀའི་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར། །སྟན་འདི་

ལས་ནི་ལུས་བསྐྱོད་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་
ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་ཀྱང་། (བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ) བསྟན་འདི་ལན་མང་པོ་བཤད་སྤྱད་བྱས་ཡོད།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་རྣམ་མཁེན་གྱི་རྣམ་པ་སྤྲུལ་ཅུ་ཅ་བཞི།
སངས་རྒྱུ་ལས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ལམ་གསུམ། མཐོང་ཚོས་ལ་བདེར་གནས་གྱི་
ལམ་ལྟ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དགྲ། རྟོང་ལམ་གྱི་རིགས་འདྲ་བའི་སངས་
རྒྱུ་ཉིད་ཀྱི་ལམ་བཅུ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉེན་པོའི་ལམ་གསུམ་ཡོད་དེ། རྣམ་ཐར་སྒོ་
གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། སྤྱལ་པའི་ལམ་གསུམ་ཡོད་དེ། གཟུགས་ཅན་
གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་མཐར། གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར། གཤམ་སེལ་
སྤྲུག་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། མཐོང་ཚོས་ལ་བདེར་གནས་གྱི་ལམ་ལྟ་ཡོད་དེ།
ཆོ་འདི་ལ་བདེ་བར་གནས་པའི་ལམ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་བཞི་དང་། འགོག་པའི་
རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་སྤྲུལ་རྗེས་རིགས་ལ་
དགྲ་ཡོད་དེ། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམས་འཇུག་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་
ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་བཞི། འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། རྟོང་ལམ་
བཞི་ཡོད་དེ། ཆོས་བཟོད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ལུལ་བདེན་བཞིས་བསྐྱུས་པའི་ལུལ་
ཅན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་མཆོན་ཉིད་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར། སངས་རྒྱུ་
ཉིད་ཀྱི་ལམ་བཅུ་ཡོད་དེ། སྤྱིན་སོགས་པར་བྱིན་བྱུག ཐབས་སྟོབས་སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་གྱི་
པར་བྱིན་དང་བཅུ་རྣམས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག
སྤྲུལ་བཤད་ནི། རྒྱ་སྟོབས་དང་བཙོན་འགྲུས་དྲག་པོས་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་སྤྱུལ་པར་བྱེད་པས་ན།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ། དེ་ཡང་སེམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱེད་པས་ན། སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་
ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྤྱི་སྤྱོད་པམ་གཉིས་ལས། བོད་སྐད་ཞེས་བྱ་བ་སྐད་ཡེའུ་སྟེ་བོད་སྐད་ཞེས་

པ་པོ་ཞི་བོ་བྱང་ཆུབ། སང་ཁྱི་སེམས་དཔལ་སེམས་སྟོབས་ཆེ་བ་ལ་བྱ། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་
ཆུབ་སྒྲིལ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྟེན་ཞིང་མི་བྱུང་བས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ། མཐུ་སང་ཞེས་
བྱ་བ་མཐུ་ཁྱི་ཆེན་པོ། སང་ཁྱི་སེམས་དཔལ་སྟེ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ལྷ་ན་མེད་པའི་
བྱང་ཆུབ་ལ་ཞུགས་པས་ན་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། རང་
དོན་མཐར་ཐུག་ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་།
གཞན་དོན་མཐར་ཐུག་པ་ལ་དམིགས་པས་ན་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་
ཆེན་པོའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ན་གསལ། ཡང་ན། རང་དོན་ཆོས་སྐྱོབ་པ་ལ་སེམས་པས་
ན་སེམས་དཔལ། གཞན་དོན་གཟུགས་སྐྱོབ་པ་ལ་སེམས་པས་ན་སེམས་དཔལ་ཆེན་
པོའོ། །ཞེས་བདག་གི་ལྷ་མ་དམ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟུལ་ཤིས་འབྲུམ་གྱི་ཞལ་
སྤྱོད་ཀྱིས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་ཡང་རྗེའི་གསུང་དང་མཐུན་པོ། །ཡང་ན། རྗོགས་པའི་བྱང་
ཆུབ་ལ་སེམས་པའམ་དམིགས་པས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ། དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་དེ་རྒྱ་ཆེ་
བས་ན་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོའོ། །འོན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་ཞེས་མི་ཟེར་བར་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ་ཞེས་སྟོས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་དཔལ་ཞེས་བསྐྱར་བ་
ནི་དོན་ཐོབ་ཀྱི་འགྲུར་ཡིན་པར་མངོན་ཞིང་། དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་སེམས་པ་ཆེན་པོ་
ཞེས་བཏོན་པ་དང་འདྲམ་སྟུང་མོ། །འདི་བརྒྱད་སྟོང་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་རྣམས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་
བཀོད།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལའི་སྡེ་སྟོན། རྟེན་རབས། སྤྱོད་བཤད་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སྟོན་སྟོབ་པ་ལས་
ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལའི་སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་ཆུལ་སྟོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ཡིན་པས་
དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལའི་སྟོས་པ་ལེན་པའི་ཆོག་ (དབུ་མ)། ལྷ་མ་ཡོད་པའི་ཆོག་ནི་ །སྟོས་པ་ལེན་པ་
པོས། སྟོས་པ་རྒྱང་ལུལ་ལྷ་མ་ལ། ཀྱང་བ་གཉིས་ལ་བྱག་བྱ་བ་དང་། མཐུལ་བུལ་ཏེ། སྟོས་པའི་

སྒྲིབ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། ཅོག་ཅོག་པོར་འདུག་ཅིང་ཐལ་མོ་སྦྱར་ལ་རྒྱུ་ལ་གཡས་པའི་
 ལྷ་ང་ས་བཅུགས་ཏེ། བདག་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲིད་ལས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་
 སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱང་བ་ལོད་པར་འཛུལ་ཀྱི་དེ་ལ་གཞོད་པ་མ་མཆིས་ན་བདག་ལ་
 ཐུགས་བརྟེན་པའི་སྦྱང་དུ་ཅུང་ཟད་ཅིག་གསན་ཅིང་སྦྱལ་བའི་རིགས་སོ། །ཞེས་གསོལ་བ་ལན་
 གསུམ་གདབ། དེ་ནས་རྒྱ་མམ། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲིད་ཉོན་ཅིག་ ཁྲིད་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་མ་
 བཞུལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བ་དང་མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དགྲོལ་བ་དང་དབྱགས་མ་ཕྱིན་བ་རྣམས་
 དབྱགས་དབྱང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྦྱང་ན་ལས་མ་འདས་བ་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྦྱང་ན་ལས་
 བཟུང་བ་དང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གདུང་རྒྱུན་མི་གཅད་པར་འདོད་དམ། དེ་ལ་ཁྲིད་གྱིས་སེམས་
 བསྐྱེད་པ་བརྟན་པ་དང་ཡི་དམ་བརྟན་པར་ཡང་བྱའོ། །ཁྲིད་སྒྲིམ་པ་ལེན་པ་འདི་གཞན་དང་
 འགྲན་པའི་བྱིར་མ་ཡིན་ནམ། (སློབ་བ་རྣམས་ཀྱིས། མ་ཡིན་འགས་ཞེས་བརྗོད) གཞན་གྱིས་
 རང་དབང་མེད་པར་ལེན་དུ་བཅུག་པ་མ་ཡིན་ནམ། (མ་ཡིན་འགས) བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་
 སྤྲོ་སྤྲོད་དམ་སྤྲོ་སྤྲོད་ཀྱི་མ་མོ་ཐོས་སམ། (ཅུང་ཟད་ཐོས་འགས) ཤེས་སམ། (ཅུང་ཟད་ཤེས་
 འགས) དད་དམ། (དད་འགས) ཅུང་ཟད་སྦྱང་བྱས་སམ། (བྱས་འགས) ཞེས་ལན་གདབ་
 པར་བྱའོ། །སྒྲིམ་པ་སྦྱར་དུ་བསྐྱལ་བ་ནི། དེ་ནས་འདུད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱས་མོ་གཡས་པའི་ལྷ་
 ང་ས་བཅུགས་པའམ་ཅོག་ཅོག་པོར་འདུག་སྟེ། བཅུན་པས་བྱང་ཚུབ་སེམས་པའི་ཚུལ་
 ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱང་བ་བདག་ལ་སྦྱར་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་
 ལན་གསུམ་གདབ་པོ། །བར་ཆད་འདི་བ་ནི། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྦྱོན་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་
 ཁྲིད་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ནམ་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སློན་ལམ་བཏབ་བམ། (སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་
 ལེགས་སོ། །ཞེས་ཁས་རྒྱང་ངོ། །དེ་བ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ནི་རིགས་ཀྱི་བྱས་པ་ལེགས་པར་སང་བ་
 དང་སློན་སེམས་བརྟན་པ་ལ་བྱའོ། ། སྒྲིམ་པ་ལེན་པའི་ཆོག་དངོས་ནི། རིགས་ཀྱི་བྱ་མིང་འདི་
 ཞེས་བྱ་བ་ཁྲིད་འདས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་སྦྱར་བ་
 གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་སྦྱར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་ཚུབ་

སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་
སུ་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། ད་ལྟ་ན་ཕྱོགས་བཅུ་དག་ན་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཡིན་པ་དང་
བསྐྱབ་པའི་གཞི་གང་དག་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ལ་འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པར་གྱུར་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་སྟོབ་
པར་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱོགས་བཅུ་དག་ན་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་
ད་ལྟ་ན་སྟོབ་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་པའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་དེ་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་
ཁྲིམས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ང་ལས་འོད་དམ། (སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་)
འོད་ལགས་སོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ལན་རེ་རེའི་མཐར་ཐིམ་ཞིང་དེས་ཀྱང་ལན་རེ་
ཞིང་འོད་ལགས་སོ་ཞེས་ལན་གསུམ་ཁས་སྦྱང་བར་བྱལ། །མཐུག་གི་ཆོག་ལ་མཐུན་པར་
གསོལ་བ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱན་སྦར་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་
རྒྱུ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བཞུགས་ཤིང་འཆོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ་
ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདིས་བདག་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་
ཡང་དག་པར་སྦྱང་བ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་མཐོས་ལགས་ཏེ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདིའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་
སྟོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྦྱངས་པ་ལ་བདག་དཔལ་དུ་གྱུར་པར་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་
ཁམས་མཐའ་ཡས་ལྷ་མེད་པ་དག་ཏུ་འཕགས་པའི་མཆོག་ལྷོག་ཏུ་གྱུར་ཀྱང་ཐམས་ཅད་དུ་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོག་ཏུ་མ་གྱུར་པའི་ཐུགས་མངའ་བ་རྣམས་ལ་མཐུན་པར་གསོལ་
ལོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བཛོད་པར་བྱལ། །དེ་ནས་སྟོབ་མ་དེ་འདུག་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་
བཅུའི་ཞིང་གི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་པར་མོས་པ་བྱས་ནས་དངོས་སུ་

ཐྱིགས་ཅེ་ཅེར་ཕྱག་གསུམ་གསུམ་དང་མེ་ཏྲོག་ཅེ་གཏོར་ནས་མཐར་འཁྱེད་སྟེ་ཐལ་མོ་སྦྱར་
 ནས་ཐྱིགས་བཅུ་ལྔ་མས་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་
 ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་པས་སྦྱ་བྱངས་ཏེ་མཁུན་གསོལ་མཛད་པའི་ཕྱག་ལེན་
 ཡོད་དོ། །སྤྱང་དང་འོག་གི་ཕྱག་ནི་དེ་དག་ལ་དམིགས་ཏེ་ཤར་དང་ཁུབ་ཏུ་བྱལོ། །༩ ལྷ་མ་མེད་
 པའི་ཚོག་ནི་༡༥ (ལྷ་མ་མཚན་ལྷན་མ་རྟེན་ན་རྟེན་གྱི་བྱང་ནས་ལྷང་ཆུ་ལ་ནི) བདག་མིང་འདི་
 ཞེས་བཀྲི་བ་ཐྱིགས་བཅུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ལ་གསོལ་བ་འཆའ་ཏེ། དེ་དག་གི་སྦྱུན་སྦྱར་བྱང་ཆུབ་སེམས་
 དཔའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་དེ།
 སྤྱོམ་པའི་ཆུལ་ཁྲིམས་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཆུལ་ཁྲིམས་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
 བྱ་བའི་ཆུལ་ཁྲིམས་གང་ལ་འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་
 དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སློབ་པར་འགྱུར་བ་དང་།
 ཐྱིགས་བཅུ་ན་ཏྱར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་སློབ་པ་རྣམས་
 བདག་གིས་ཡང་དག་པར་ལྷང་དོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བཞེད་ནས་ལྷང་བར་བྱལོ། །༩ བྱང་
 སེམས་ལེན་པའི་ཚོག་ཤིན་ཏུ་མདོར་བསྡུས་ནི་ ༡༥ རྗེའི་ཕྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དཀོན་
 མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། ཐྱིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཤགས། །འགྲོ་བའི་དགེ་
 ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །ཞེས་པ་ལན་གསུམ་བཞེད་དུ་
 གཞུག་ལ་སློམ་པ་དཔོག་གོ། ཚོག་འདི་སྦྱ་བྱའི་གཉིས་པ་དང་གྲུར་གྱི་བཅུ་གཉིས་པ་ལས་
 གསུངས་སོ། །ཤོང་གི་དེ་ཆོག་ཉུང་བས་བཞུ་འཕྲོད་དཀའ་བར་གསུངས་པས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་
 པ་དགོས་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། ཐྱིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་
 བཤགས། །འགྲོ་བའི་དགེ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །སངས་
 རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་མཆོག་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་སུ་
 འདི་བཀྲི་སྟེ། །བདག་དང་གཞན་དོན་རབ་བསྐྱབ་ཕྱིར། །བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་སེམས་

བསྐྱེད། །ཞེ་མ་ཉོ་སེམས་ཅན་ཀུན་མགྲོན་གཉེན། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཆོག་མཛོད་བཞིན་
སྤྲད། །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཤོག། །ཅེས་ལན་གསུམ་བཟོད་པས་སྤང་རོ། །ཆོག་
མཛོད་བསྐྱེད་འདི་གཉེས་སྤྲ་མ་ཡོད་པའི་ཆོག་ལའང་རིགས་འདྲེལ། །རྗེའི་གསུང་ལ་གཞི་
བྱས་ཏེ་བཀོད་དོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤོང་བ་ལེན་པའི་ཆོག་འདི་གཞུང་། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་མཛོད་
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤོང་བ་ལེན་པའི་ཆོག་ སྤྱི་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༽ གི་པ
༽ ༡༩༩ ལན་བཞུགས། རྫོང་པོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་མཛོད་པའི་བྱང་སྤོང་ལེན་པའི་ཆོག་
སྤྱི་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༽ གི་པ ༽ ༡༩༩ ལན་བཞུགས། སློབ་དཔོན་འཛིགས་མེད་
འགྲུང་གནས་སྤྲས་པས་མཛོད་པའི་བྱང་སྤོང་ལེན་པའི་ཆོག་ སྤྱི་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༽
གི་པ ༽ ༡༩༩ ལན་བཞུགས་ལོ། །སློབ་དཔོན་དབང་ལས་ནས་རྒྱལ་གྱི་བྱང་སྤོང་ལེན་པའི་ཆོག་
སྤྱི་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༽ གི་པ ༽ ༡༩༩ ལན་བཞུགས། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་
བཟང་པོའི་བྱང་སྤོང་ལེན་པའི་ཆོག་ སྤྱི་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༽ གི་པ ༽ ༡
བཞུགས། ༡༩༩ ལན་བཞུགས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ་ལ་གཞིགས།
བྱང་འདྲེན། རྒྱ་གྲོ་སྤྱོད་ཀྱི་དབུ་མཛོད་ལ་བྱང་འདྲེན་ཟེར། སྤྱི་བཤད་ནི། འདོན་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་བྱང་
ཞིང་དབུ་སྤྱོད་པ་བོ་འཕམ་མགོ་འདྲེན་བ་བོ་ཡིན་པས་བྱང་འདྲེན་ཞེས་བྱའོ། །

བྱང་འདྲེན་པ། བྱང་ཆེན་དང་འབྲ།

བྱང་སྤོང་ལེན་པའི་ཆོག་ (དབུ་མ) བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤོང་བ་ལེན་པའི་ཆོག་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན། འན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི། ཡང་དག་སྤོང་བ་བཞི། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་བཞི།
དབང་པོ་ལྔ། སྤོང་པ་ལྔ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བཅུད་དང་
སོ་བདུན་ནོ། །སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛོད་རང་འབྲེལ་ལྟར་ལོ། །བྱང་ནི་སྤྱི་བ་པ་ཐད་པ།

ཆུབ་ནི་རྟོགས་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཆད་མི་སྟེ་བར་ཤེས་པ་ལོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་དེ་དང་ཕྱོགས་མ་ཐུན་
པ་སྟེ་འདྲ་བ་དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་མ་ཐུན་ཞེས་བྱའོ། །
བྱང་བྱ། འིང་དང་ལྷགས་དང་ཟངས་དང་རས་སོགས་བྱ་བ་ཞིན་ར་མོར་དྲས་པའི་ཆལ་བྱ། བརྟེང་
བྱང་། ཁ་མིང་། ཁ་བྱང་། ཆུང་བ། འིང་བྱང་། མཛད་འགྲུར་ལ་བཅས་ལ་འཇུག་པར་བཤད།
བྱང་ཤམ་རྩ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ། ཤམ་རྩ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་ག་ཟེགས།
བྱང་འིང་། སྤྱང་འིང་དང་འབྲ། ཡི་གེ་སྦྱོང་སའི་འིང་ལེག། འདི་ལ་སྤྱང་འིང་དང་། བྱང་འིང་ཞེས་འཛི་
སྟོལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། གཉིས་ཀའང་འཐད་པར་བཤད། སྤྱང་འིང་ཞེས་པ་ཡི་གེ་སྦྱོང་སའི་
བར་ལེག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤྱང་འིང་དང་། བྱང་འིང་ནི་འིང་བྱང་ཞེས་པའི་ཆེག་འདི་སྤྱེད་
བསྐྱར་བ་སྟེ། འིང་གི་བྱང་བྱ་ཟེར་བ་རེད།

བྱང་ས། (པར་ཕྱིན) འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ཞེས་བྱ་བའི་
བརྟན་བཅོས་ཤིག་སྟེ་དགོ་བརྟན་འགྲུར་སེམས་ཅན་། མི་པར་ ་བཞུགས་སོ། །འདི་ས་སྟེ་
ལྡེ་ནང་ནས་སའི་དངོས་གཞིར་གཏོགས་སོ། །

བྱང་ས་ནས་བཤད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་བརྒྱ་རྩ་བཅུ། བྱང་ས་སྟེ་དགོ་བརྟན་འགྲུར་སེམས་ཅན་། མི་
པར་ ་༡༩༧བ་ལྟམས། སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་བརྒྱ་རྩ་བཅུ་གང་ཞེན། སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་གཅིག་
ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་འཇུག་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
འཇུག་པར་གཏོགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་ལྡན་པའོ། །སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་འདུན་
པའི་རྩ་བ་ཅན་ཏེ། དགའ་བའི་དངོས་པོ་གང་དག་འགྲུར་ཞིང་གཞན་དུ་འགྲུར་བ་ལས་སྤྱག་
བསྐལ་སྟེ་བ་དང་། རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་རྫོངས་པ་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཏེ། ལུས་ཀྱི་ཆོར་བ་དྲག་པོ་
གང་དག་གིས་ཐེབས་ནས། ལུས་དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བཤམ། བདག་གི་ཞེས་བྱ་བར་རྫོངས་
ནས་ཤིན་ཏུ་ཐུང་ན་བྱེད་ཅིང་གང་གིས་ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བའི་རྟུག་རྩ་གཉིས་སྦྱོང་།

པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཉེ་དུ་རྒྱད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། མོངས་སྟོང་ཉམས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་
 དང་། ཉན་མེད་པ་ལས་ཉམས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་
 དང་། ལྷ་བ་ཉམས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཆེ་འདྲིའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཆེ་བྱི་མའི་སྤྱག་བསྐལ་
 ལོ། །སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་བཅུ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཁ་ཟས་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། བརྟུང་
 བ་དང་། བཞོན་བ་དང་། གོས་དང་། རྒྱན་དང་། རྟོད་སྤྱད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་
 དང་། སྒོས་དང་། མེ་རྟོག་ཐེང་དང་། ཐུག་པའི་ཡོ་བྱད་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། གར་དང་སྤྱ་
 དང་རོལ་མོའི་སྤྱའི་ཡོ་བྱད་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། སྤྱང་བའི་ཡོ་བྱད་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་
 དང་བཅུ་པ་སྟེ། སྤྱིས་པ་དང་བྱད་མེད་དང་དགའ་དགུར་སྟོང་པའི་ལུས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མེད་པའི་
 སྤྱག་བསྐལ་ལོ། །ཡང་སྤྱག་བསྐལ་ནི་རྣམ་པ་དགུར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་
 དང་། སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོ་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་སྤྱག་བསྐལ་བ་དང་། ལོག་པར་
 རྒྱགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འཇུག་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། མི་འདོད་པས་བྱས་པས་སྤྱག་
 བསྐལ་དང་། མོངས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། རེས་སྤྱ་འབྲེལ་པ་ལས་བྱུང་པའི་སྤྱག་བསྐལ་
 དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ལོ། །དེ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོན་གྱི་རྒྱ་
 ལས་བྱུང་བ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་ཕྱིན་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོ་ནི་ཡུན་རིང་བ་
 དང་། བཟོད་བརྒྱག་པ་དང་། ལྷ་ཆོགས་པ་དང་། རྒྱན་མི་འཆད་པའོ། །དེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོ་
 རས་སྤྱག་བསྐལ་ནི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་པ་དང་། དུད་འགྲོའི་སྤྱེ་གནས་དང་། ཡི་དུགས་ཀྱི་
 འཛིག་རྟེན་པ་དང་། བདེ་འགྲོར་གཏོགས་པའོ། །དེ་ལ་ལོག་པར་རྒྱགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་ཆེ་
 འདི་ལ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པར་བྱས་པ་དང་། གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་བྱུང་བ་དང་། ཀུན་
 རས་སྟོང་བ་དང་། ཁ་ཟས་མི་མཐུན་བཟོས་པས་ཁམས་མ་སྟོམས་པ་ལས་བྱུང་པའི་སྤྱག་
 བསྐལ་ཀུན་ནས་སྟོང་བ་དང་། ཆེ་འདི་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མི་རིགས་པར་སྤྱག་བསྐལ་པར་
 བྱས་པ་ལས་བདག་གིས་བྱས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཀུན་ནས་སྟོང་བ་དང་། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་
 པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་ཤེས་ཆར་གནས་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་

མོངས་པའི་ཀླན་ནས་དགེས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སྤྱོད་པའི་འགྲུར་བ་དང་། ལུས་དང་
དག་དང་ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་སྤྱོད་བཤམ་ཆེ་བས་བྱི་མ་ལ་ངན་སོང་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉམས་སྤྱོད་
སྤྱོད་བར་འགྲུར་བའོ། །དེ་ལ་འདྲུག་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་མ་ངེས་པ་རྣམས་པ་དྲུག་ལས་བྱུང་བ་
སྟེ། འཁོར་བར་འཁོར་བ་ན་ལུས་མ་ངེས་པས་རྒྱལ་སོར་གྱུར་པ་ལས་མི་དབྱུལ་སོར་གྱུར་པ་
དང་། པ་མ་མ་ངེས་པ་དང་། བྱ་དང་རྩེད་མ་མ་ངེས་པ་དང་། བྱ་དང་བྱ་མོ་དང་། ལས་བྱེད་
པ་དང་། ཞོ་ཤས་འཛོལ་མ་ངེས་པ་དང་། མཛེས་བཤམས་དང་། གྲོས་གྲོགས་དང་། ཉེ་དྲ་དང་
སྤྱག་གི་གཉེན་མཆམས་མ་ངེས་པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ན། པ་མར་གྱུར་པ་
ནས་རྒྱས་པར་མཛེས་བཤམས་དང་། གྲོས་གྲོགས་དང་། ཉེ་དྲ་དང་། སྤྱག་གི་གཉེན་མཆམས་ཀྱི་
བར་དྲ་གྱུར་པ་ལས་དུས་གཞན་དྲ་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ན། བསད་པ་དང་། བྲིར་གྲོལ་བ་
དང་། དག་སོར་གྱུར་པ་དང་། འཁོར་བར་འཁོར་བ་དང་མོངས་སྤྱོད་མ་ངེས་པས། མོངས་སྤྱོད་
ཆེན་སོར་གྱུར་པ་ལས་བྱིས་དུས་གཞན་དྲ་མཆོག་དྲ་དབྱུལ་སོར་འགྲུར་ལོ། །དེ་ལ་མི་འདོད་
པ་བྱས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་ཆེ་རིང་བར་འདོད་པ་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་ཆེ་བར་གྱུར་པ་
ལས་བྱུང་བ་དང་། བྱད་བཟང་བར་འདོད་པ་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་བྱད་ངན་པར་འགྲུར་
བ་དང་། རིགས་མཐོན་སོར་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་རིགས་དམའ་བར་
སྐྱེ་བར་འགྲུར་བ་དང་། དབང་སྤྱག་འདོད་པ་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་དབྱུལ་སོར་འགྲུར་
བ་དང་། སྟོབས་ཆེ་བར་འདོད་པས་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་སྟོབས་རྩེད་དྲར་འགྲུར་བ་
ལས་བྱུང་བ་དང་། ཤེས་བྱ་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་མོངས་པའི་ཤེས་
བྱ་ཀླན་དྲ་སྤྱོད་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། པ་རོལ་པམ་པར་འདོད་པ་ལས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དྲ་
བདག་ཉིད་པམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལོ། །དེ་ལ་མོངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་ཁྲིམ་པ་
རྣམས་ཀྱི་བྱ་དང་རྩེད་མ་ལ་སོགས་པ་འགྲིབ་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རབ་དྲ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྤྱག་
བསྐྱེད་གང་སྤྱ་གཤམ་མོངས་པ་འཕམ། པ་རོལ་གྱི་དམག་ཆོགས་ཀྱིས་མོངས་པ་དང་། དགོན་པ་

དང་། གཙོང་རོང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉམས་ང་བས་ཐོངས་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་གང་བ་
 རོལ་ལ་རག་ལས་བས་འཆོ་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་གང་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་
 ཉམས་བས་ཐོངས་བར་གྱུར་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་གང་གསད་བ་དང་། བཅིང་བ་
 དང་བཅད་བ་དང་། བརྟེག་བ་དང་། བསྐྱད་བ་ལ་སོགས་བས་ཐོངས་བ་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་
 རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐལ་བ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་
 གང་ཡིན་པ་སྟེ། འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་འཛིག་པ་དང་། ཟད་པའི་ཆོས་ཅན་ཟད་པ་དང་། རྒྱ་བའི་
 ཆོས་ཅན་རྒྱ་བ་དང་། ལ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ་བ་དང་། འཆི་བའི་ཆོས་ཅན་འཆི་བ་དང་། ཡང་མ་
 རྟེན་བའམ། མི་སྟན་བའམ། སྤྱད་བ་ལས་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ། སྤྱག་བསྐལ་
 རྣམ་པ་བརྒྱད་པ་འདི་དག་དང་། འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འདི་རྣམས་ནི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་
 ལས་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་བདེ་བ་
 རྣམ་པ་ལྔ་རྗེ་སྤྱད་བསྟན་པའི་མི་མ་སྟན་པའི་ཕྱོགས་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། རྒྱུའི་སྤྱག་
 བསྐལ་དང་། ཆོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། བདེ་བ་མེད་པ་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཆོར་བ་
 རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། མངོན་པར་འབྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་དབེན་པ་དང་། ཉེ་
 བར་ཞི་བ་དང་། རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་བདེ་བའི་མི་མ་སྟན་ཕྱོགས་ཁྲིམ་པ་དང་། འདོད་པའི་
 ཁམས་དང་། གྲུན་ཏུ་སྤྱོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་རྟོག་པ་དང་། སོ་སའི་སྤྱོ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་ལྔ་པ་
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་ལྔ་པོ་འདི་དང་གཞོད་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཡོ་
 བྱད་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཁམས་མ་སྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དགའ་བར་འགྱུར་བ་
 ལས་བྱུང་བ་དང་། ཁམས་གསུམ་ན་སྤྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་
 སྤྱག་བསྐལ་ལྔ་པོ་དེ་དག་དང་། སྤྱ་མའི་རྣམ་པ་ལྔ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཏེ། སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་
 བཅུ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱ་མའི་རྣམ་པ་ལྔ་བཅུ་ཅ་ལྔ་པོ་དང་། རྣམ་པ་ལྔ་
 བཅུ་ཅ་ལྔ་པོ་འདི་དག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ན་སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་བརྒྱ་ཅ་བཅུར་འགྱུར་བ་ནི་
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིང་རྗེའི་དམིགས་པ་སྟེ། དམིགས་པ་དེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

ནམས་ཀྱི་སྤྱིང་རྩེ་སྤྱི་ཞིང་ནམ་པར་འཕེལ་ལ་བསྒྲོམ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་པོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །ཁོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ནི། རྩེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་དག་ནི་མཚོན་པ་ཙམ་
སྟེ། རྒྱས་པར་སྤྱིང་རྩེ་ལེ་དམིགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བརྒྱ་ཙམ་བཅུ་བྱང་སར་གསུངས་པ་ལ་སྒྲོལ་
མཐུ་ཡོད་པ་ནམས་ཀྱིས་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བརྒྱ་ཙམ་བཅུ་པོ་
དེ་ཡིན་ནོ། །

བྱང་ས་ནས་བཤད་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་ས་བཅུ་བདུན། ༡ རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་ལྡ དང་
ལྷན་པའི་ས་དང་། ༢ ཡིད་ཀྱི་ས་དང་། ༣ རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་དབྱེད་པ་དང་བཅས་པའི་ས་
དང་། ༤ རྟོག་པ་མེད་ཅིང་དབྱེད་པ་ཙམ་གྱི་ས་དང་། ༥ རྟོག་པ་ཡང་མེད་ལ་དབྱེད་པ་ཡང་
མེད་པའི་ས་དང་། ༦ མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་དང་། ༧ མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་ས་དང་།
༨ སེམས་ཡོད་པའི་ས་དང་། ༩ སེམས་མེད་པའི་ས་དང་། ༡༠ རྩོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ས་དང་།
༡༡ བསམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ས་དང་། ༡༢ བསྒྲོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ས་དང་། ༡༣ ཉན་
རྩོམ་གྱི་ས་དང་། ༡༤ རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་། ༡༥ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དང་། ༡༦
ཕྱང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལྷན། ༡༧ ཕྱང་པ་མེད་པའི་ས་སྟེ་ས་བཅུ་བདུན་ནོ། །དེ་དག་གི་སྤྱི་
སྤྱོམ་ནི། རྣམ་ཤེས་ལྡ་དང་ལྷན་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ས་དང་གཞན་གསུམ་སྟེ། རྟོག་དབྱེད་བཅས་
ལ་སོགས་པ་དང་། ཉིང་འཛིན་བཅས་དང་མ་ཡིན་དང་། །སེམས་ཡོད་པ་དང་སེམས་མེད་
དང་། །རྩོམ་དང་བསམས་དང་བསྒྲོམས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་ཐེག་པ་གསུམ་ལྷན་དང་། །ཕྱང་
པོར་བཅས་དང་ཕྱང་མེད་གཞན། །རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་ས་མང་པོ་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
བཀོད་དོ། །

བྱང་སའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ། (མར་ཕྱིན) རྩེ་དགེ་བསྐྱན་འགྱུར་སེམས་ཙམ་༩ མེ ༥༧ ན་བཅུན་
བཞུགས་སོ། །

བྱང་སེམས་ཀྱི་རྩ་ལྟར་བཙོ་བརྒྱད། ༡ བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཀྱི་རྩ་ལྟར། ༢ ཆོས་ནོར་མི་སྟེར་
བའི་རྩ་ལྟར། ༣ བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་པའི་རྩ་ལྟར། ༤ ཐེག་ཆེན་སྟོང་བའི་རྩ་ལྟར། ༥ དཀོན་

མཆོག་གསུམ་གྱི་དཀོར་འཕྲོག་པའི་ཆ་ལྟར། ༦ ལུང་གི་ཆོས་རྒྱལ་བས་མ་གསུངས་ཞེས་སྤོང་
བའི་ཆ་ལྟར། ༧ རུར་སྤྲིག་འཕྲོག་པའི་ཆ་ལྟར། ༨ མཚམས་མེད་ལྷ་བྱས་པའི་ཆ་ལྟར། ༩
ལོག་པར་ལྷ་བའི་ཆ་ལྟར། ༡༠ བྱོང་སོགས་འཛེམས་པའི་ཆ་ལྟར། ༡༡ རྫོང་སྤངས་པ་ལ་སྤོང་
ཉིད་བསྟན་པའི་ཆ་ལྟར། ༡༢ རྫོགས་བྱང་ལས་བསྐྱོད་ཏུ་འཇུག་སྟེ་ལོག་པའི་ཆ་ལྟར། ༡༣ སོ་
ཐར་སྤོང་པའི་ཆ་ལྟར། ༡༤ ཉན་རང་གི་རང་གི་རྟོགས་པའི་ཆོས་ལ་སྤོང་པའི་ཆ་ལྟར། ཆ་ལྟར་
བཅུ་བཞི་པ་འདི་ཉན་རང་གི་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་སྤིང་པའི་ཆ་བ་གཅོད་མི་རུས་པས་འཁོར་
བ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་མི་རུས་ཞེས་སྤོང་ཅིང་སྤོང་བར་བྱེད་པས་ཆ་ལྟར་བྱག་པ་དང་མི་
འདྲའོ། ༡༥ ཟབ་བརྒྱན་སྤྲོ་བའི་ཆ་ལྟར། ༡༦ མཆོག་གསུམ་གྱི་དཀོར་ལེན་པའི་ཆ་ལྟར། ༡༧
ཁྲིམས་ངན་འཆའ་བའི་ཆ་ལྟར། ༡༨ བྱང་སེམས་གཏོང་བའི་ཆ་ལྟར་དང་བཙོ་བརྒྱད་དོ།

བྱང་སེམས་དཀར་དམར། ༡ ཐའི་ཐེག་ལེ་དཀར་པོ་དང་། བྱང་མེད་ཀྱི་ཆེ་མཆོན་དམར་པོ་གཉིས་ཀྱི་
མིང་། ༢ པ་ལས་ཐོབ་པའི་ཐེག་ལེ་དཀར་ཆའི་དྲངས་མ་རྟོ་ཡིག་གི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། མ་ལས་
ཐོབ་པའི་དམར་ཆའི་དྲངས་མ་གཏུམ་མོ་ཨ་མུང་གི་རྣམ་པ་ཅན་གཉིས། སྤྲོ་བ་འདེད་ནི། སྤྲུགས་
ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐེག་ལེ་དཀར་དམར་ལ་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་སམ་བྱང་སེམས་ཞེས་མིང་གིས་
བཏགས་པ་ནི། རྟེ་བའི་གཏུམ་མོ་འབར་བ་དང་སྤྱི་བོའི་རྟོ་ཡིག་ཞུ་བ་ལས་དོན་དམ་པའི་བྱང་
རྩལ་གྱི་སེམས་འོད་གསལ་གྱི་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་བོའི་གྲོགས་བྱེད་པས་བྱང་སེམས་ཞེས་
འབྲས་མིང་རྒྱུ་ལ་བཏགས་པའོ།

བྱང་མ། ༡ ངན་སྤྲུགས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་བྱེད་པའི་བྱང་མེད་ཀྱི་མིང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྤྲུག་དང་
མེད་གེ་སྤང་ཆེན་ཤེད། སྤྲུལ་དང་དབྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དང་། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤང་
མ་དང་། བྱང་མ་དེ་བཞིན་སྤིན་པོ་རྣམས། སེམས་འདི་གཅིག་བྱ་བཏགས་པ་ཡིས། གྲེ་དག་
ཐམས་ཅད་བཏགས་པར་འགྱུར། ཞེས་དང་། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྗེའི་སྤྱོད་འཇུག་དར་རྒྱུག་ལས།
རིག་སྤྲུགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་བྱང་མ་མཁའ་འཕྲོ་མ་སོགས་དང་། ཞེས་གསུངས།
རྒྱལ་ཁབས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏུམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་ཀྱང་། སྤྱོད་འཇུག་ཏུ།

བྱད་པ་དེ་བཞིན་སྤོང་པོ་རྒྱལ་ལ། །བྱ་བར། རྒྱུ་ལྡན་ལྷ་ལ་སྒྲིམ་སྡེ་སོགས་བྱུང་བས། དེ་ནི་བྱད་
ནི་དང་སྒྲིམ་ལ་གྲགས་པས་བྱད་མ་ནི་དང་སྒྲིམ་གྱི་དཔེ་བྱད་མེད་དང་། དེར་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་བྱ་
བ་བསྐྱུར་འདུག་ཅེས་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །² བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མཐུ་གཏད་ལ་
བཤད།

བྱམས་ཆོས་སྡེ་ལྔ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས་གསུངས་པའི་གཞུང་ལྔ་སྟེ། ༡ མངོན་རྟོགས་རྒྱལ། (དབུ་
མ་པའི་གཞུང) ༢ མདོ་སྡེ་རྒྱལ། (སེམས་ཙམ་པའི་གཞུང) ༣ དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད།
(སེམས་ཙམ་པའི་གཞུང) (དབུས་ནི་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་དབུ་མའི་ལམ་
ཡིན་ལ། མཐའ་ནི་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སོ། །དེ་གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པས་དབུས་
མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ཅེས་བྱའོ) ༤ ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད། (སེམས་ཙམ་པའི་གཞུང)
(འདྲིའི་ཆོས་ནི་འཁོར་བའི་ཆོས་དང་། ཆོས་ཉིད་ནི་སྤྱད་པས་འདས་པའི་ཆོས་སོ། །དེ་
གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པས་ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་ཅེས་བྱའོ། །སྤྱ་བཤད་དེ་ནི་ཆོས་
དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཆོག་རིས་ལ་དངོས་སུ་ཐོན་ཞོ།) ༥ རྒྱུད་ཆུ་མ་ (དབུ་མ་པའི་
གཞུང) དང་ལྔ་ལོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཞབས་ཀྱིས་དགའ་ལྡན་དུ་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་ལ་
གསལ་ཏེ་བྱིས་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ཡིན། འདི་དག་མཛད་པའི་གོ་རིམ་ནི། དང་པོ་མངོན་རྟོགས་
རྒྱལ། དེ་ནས་མདོ་སྡེ་རྒྱལ། དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད། ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད། དེ་ནས་
རྒྱུད་ཆུ་མའི་བསྐྱེད་བཙུན་རྣམས་རིམ་བཞིན་མཛད། དེ་ཡང་བར་པ་གསུམ་ལ་ནི་མཆོད་
བཅོད་དང་བསྡོ་བ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། དང་པོ་ལ་བསྡོ་བ། ཐམ་ལ་མཆོད་བཅོད་མེད་པས་ལྔ་
པོ་འདི་རྣམས་དཀྱུས་ཐོག་གཅིག་ལ་མཛད་པར་མཁས་པ་རྣམས་བཞེད། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་
བཤད་ཚུལ་ལ། ཐོགས་མེད་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་ལོ་བཙུག་གཉིས་སུ་བསྐྱབས་པས་ཞལ་
མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་གྱི་རྒྱ་འབྱུལ་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་ལྡན་དུ་བྱོན་ནས། ལྷ་འི་
བོ་སྤྲད་གཅིག་གས། མི་ལོ་ལྔ་བཙུའི་བར་དུ་ཆོས་གསལ་ཅིང་། འཛམ་བུ་གླིང་པའི་གདུལ་བྱ་
རྣམས་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་བྱིར་བྱམས་ཆོས་ལྔ་པོ་རྣམས་སྟེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནང་བའི་བྱིས་

སྒོ་བ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ཡི་གེར་བཀོད་པར་གསུངས་སོ། །ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་
ལ། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ། མདོན་སྡེ་རྒྱུ། དབྱས་མཐའ་རྣམ་འབྲེད་དང་གསུམ་ནི་ཐོག་མ་ནས་
ཡོངས་གྲགས་སུ་དར་བ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་རྒྱ་མ་དང་ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྲེད་གཉིས་ནི་
དུས་ཤིས་མི་ཉི་ཤེས་མཆོད་རྟེན་ཞིག་གི་སེར་ཁ་ནས་འོད་འབྱུང་གི་འདུག་པ་གཟིགས་པས་
ཆོས་གཉིས་པོའི་དཔེ་བྱུང་། མི་ཉི་ཤེས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྤྱིན་གྱི་
མཐོངས་སུ་གསལ་བར་བྱོན་ཏེ་དེ་གཉིས་ལེགས་པར་གནང་། དེས་པ་རྗེ་ཏུ་དགའ་བའི་གྲགས་
པར་གནང་། དེས་ཁ་ཆེས་རྩ་ས་ལ་གནང་ནས་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་པ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་གསུངས་
ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དོ། །འགོས་ལོའི་དེབ་སྟོན་དུ། སྤྱིར་བྱམས་པའི་ཆོས་བྱི་མ་ (རྒྱུ་རྒྱ་མ་དང་
ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྲེད) གཉིས་པོ་འདི་རྗེ་བཙུན་མི་ཉི་ཤེས་གསར་དུ་རྟེན་པ་ནི་བདེན་
པ་འདྲ་སྟེ། སེམྱེ་བཟང་པོའི་བརྒྱུད་སྟོང་འབྲེལ་ཆེན་སོགས་སུ་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་
འབྲེད་པ་དང་། མདོན་སྡེ་རྒྱུ་ནས་ལུང་བྲངས་ཤིང་། བསྟན་བཅོས་བྱི་མ་གཉིས་པོའི་ལུང་ཅུང་
ཟད་ཀྱང་མ་བྲངས་པར་སྤང་བའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡོངས་འཛིན་ཡི་ཤེས་རྒྱལ་
མཆོད་གྱི་ལམ་རིམ་རྒྱ་མ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། བྱང་རྩལ་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་གི་རྩ་བ་
ལྟ་བུ་མདོན་རྟོགས་རྒྱུ། ལམ་རིམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་རྣམས་མདོ་མང་པོ་ནས་བཏུས་
ཏེ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་མདོན་སྡེ་རྒྱུ། ལམ་རིམ་གྱི་ཞི་ལྷག་གི་ཉམས་ལེན་བྱུང་དུ་བཀར་ནས་
སྟོན་པ་དབྱས་མཐའ་རྣམ་འབྲེད་དང་། ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྲེད་གཉིས། ལྷ་སྦྱུབ་གྱི་
ལུགས་གྱི་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཏན་ལ་པབ་སྟེ་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་བསྦྱུབ་པ་
རྒྱུ་རྒྱ་མའི་བསྟན་བཅོས། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྐོར་བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་། དེབ་སྟོན།
ཡོངས་འཛིན་ཡི་ཤེས་རྒྱལ་མཆོད་གྱི་གསུང་ལམ་རིམ་རྒྱ་མ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར། ཀོང་སྤུལ་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་ཤེས་བྱ་མཐོང་འབྲེལ་སོགས་ལ་གཟིགས།

བྱམས་བསྟོད་ཆངས་པའི་ཅོད་པན། རྗེ་ཅོང་པ་ཆེན་པོའི་བསྟོད་ཆེན་བཞི་ཅུ་གྲགས་པའི་ནང་གསལ།
བྱམས་པའི་བསྟོད་ཆེན་ནམ་གཉིས་གཤེན་བྱམས་པའི་མ་ཞེས་བྱ་བ་དེལོ། །བསྟོད་པ་འདི་རྗེ་

ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མདོ་སྡེ་རྒྱུན་གྱི་སྤྱི་ཁོག་དང་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་སྟོན། ཀུན་
མཁུན་འཛིགས་མེད་དབང་པོའི་རྣམ་ཐར་རྗེ་གྲུང་ཐང་བས་མཛད་པ་ན་གསལ་ཡོ། །
བྱམས་བསྟོད་ཆངས་པའི་ཅོད་པན་གྱི་འགྲེལ་བ། སོག་པོ་ཆོས་རྗེ་དག་དབང་དཔལ་ལྷན་གྱི་བྱམས་
བསྟོད་ཆངས་པའི་ཅོད་པན་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་སོགས་སོ། །
བྱམས་འདུག རྗེ་བཙུན་བྱམས་པའི་འདུག་སྐྱེད་ས་སམ་བཞུགས་སྐྱེད་ས་ཏེ། ཏྲ་སྟེགས་སམ་རྒྱལ་
སྟེགས་བྱས་ཏེ་བཞུགས་ཚུལ་ཞིག
བྱམས་པ། (པར་ཕྱིན) ། དམིགས་པ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་བདེ་བ་དང་ཐུད་ན་ཅི་མ་
རུང་ཐུད་པར་གྲུར་ཅིག་ཐུད་པར་བདག་གིས་བྱའོ་སྟུང་པའི་ཆོ་ཞིག་གོ། བྱམས་པ་བསྟོམ་
པའི་རིམ་པ་ནི། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། སོག་མར་མཛད་པ་ཤེས་ལ་བསྟོམ། དེ་ནས་བར་མ་དང་
དེ་ནས་དགའ་ལ་བསྟོམ་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་
བསྟོམ་སོ། །བསྟོམ་པའི་ཚུལ་ནི་རྗེ་ལྟར་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེད་བས་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་
ཡང་ཡང་བསམས་ན་སྟོང་རྗེ་སྟེ་བ་ལྟར། སེམས་ཅན་ལ་ཐག་བཅས་དང་ཐག་བ་མེད་པའི་
བདེ་བ་མེད་ཅིང་བདེ་བས་ཐོངས་ལུགས་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་གོམས་པ་ན་
བདེ་བ་དང་ཐུད་འདོད་ངང་གིས་འབྱུང་ལ། དེ་ཡང་བདེ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱས་
ནས་དེ་དག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བསྟུབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །པལ་སྐད་དུ་བཤད་
ན། གཞན་དག་ལ་ཐན་འདོགས་པའི་སེམས། བཅེ་བ། བཅེ་གཏུང་། གཏུང་སེམས་རྣམས་
པལ་ཆེར་དོན་འབྲེལ་དང་། བྱམས་པ་བཅེ་བ་གཏུང་སེམས་རྣམས་ལ་ནང་གསེས་གྱི་ཁྱད་པར་
རུང་ཐུད་ཡོད་པ་ནི། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟུགས་ལས། མ་ལྟར་བྱམས་པ། སྤང་མོ་ལྟར་བཅེ་བ།
(རང་གི) བྱ་མོ་ལྟར་གཏུང་སེམས་ཆེ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །2 རང་གི་དགའ་རོགས་
གྱི་མིང་། བྱ་རྒྱལ་བས་girlfriendཟེར་བ་དེའོ། །

བྱམས་པ་བསྟོམ་པའི་ཐན་ཡོན་བརྒྱད། (དབུ་མ) བྱམས་པ་བསྟོམ་པའི་ཐན་ཡོན་བརྒྱད་ནི། ༡ ལྷ་མི་
བྱམས་པར་འགྲུང་བ། ༢ དེ་དག་གིས་བསྐྱེད་བ། ༣ ཡིད་བདེ་བ། ༤ ལུས་གྱི་བདེ་བ་མང་བ།

༥ དུག་གིས་མི་གཞོད་པ། ༦ མཚོན་གྱིས་མི་གཞོད་པ། ༧ འབད་པ་མེད་པར་འདོད་བྱའི་དོན་
འཛོལ་པ། ༨ ལྷ་ལུལ་དུ་སྐྱེ་བ་དང་བརྒྱད་དོ། །སྐྱ་སྐྱུབ་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། རྩེ་ལྷོ་སྐྱ་
སུམ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས་དག ཉིན་རེ་དུས་གསུམ་སྦྱིན་པས་ཀྱང་། །བྱམས་བ་ཡུད་ཅམ་ཐང་
གཅིག་གི། །བསོད་ནམས་དག་ལ་ཆར་མི་ཤོད། །ལྷ་མི་བྱམས་བར་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་དག་
ཀྱང་ནི་བསྐྱུང་བ་དང་། །ཡིད་བདེ་བ་དང་བདེ་མང་དང་། །དུག་དང་མཚོན་གྱིས་གཞོད་མེད་
དང་། །འབད་པ་མེད་པར་དོན་འཛོལ་དང་། །ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་སྐྱེ་འགྱུར་ཏེ། །གལ་ཏེ་
སྒྲིལ་བར་མ་གྱུར་ཀྱང་། །བྱམས་ཆོས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་འཛོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱམས་བ་ཆེན་པོ། (མར་ཕྱིན) བྱ་ཆུང་དུ་སྦྱིང་དུ་ཆེས་སྐྱུག་པ་བདེ་བས་ཤོངས་པ་ལ་མ་དེ་བྱམས་བ་
རི་ཅམ་སྐྱེ་བ་དེ་ཅམ་པའི་སྒྲོའི་ཆོད་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་གི་རང་གིས་སྐྱེ་བའི་
བྱམས་བ་དེ། བྱམས་བ་ཆེན་པོའི་མཚན་ཉིད། རྩེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བྱ་ཆུང་དུ་སྦྱིང་དུ་
ཆེས་སྐྱུག་པ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བར་གྱུར་པ་ལ་མ་དེ་སྦྱིང་རྩེ་རི་ཅམ་སྐྱེ་བ་དེ་ཅམ་པའི་སྒྲོའི་ཆོད་
ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱིང་རྩེ་རང་གི་རང་གིས་སྐྱེ་བ་ན་སྦྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཚན་ཉིད་
ཆང་བར་གསུངས་སོ། །འདིས་བྱམས་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་པའི་ཆད་ཀྱང་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

བྱམས་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉི་ཤུ། (མར་ཕྱིན) བྱམས་ཆོས་སྡེ་ལྷ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་
མཛད་པའི་ས་སྡེ་ལྷ། སྡོམ་པ་རྣམ་པ་གཉིས། དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་བླ་ཀ་ར་ཏ་སྡེ་
བརྒྱད་དང་བཅས་པ་ལ་ཟེར།

བྱམས་བ་དང་བཅེ་བ་གདུང་སེམས་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར། (མར་ཕྱིན) རྩེ་ལམ་འབྲེལ་བ་བཞི་སྐྱུགས་ལས།
མ་ལྟར་བྱམས་པ། སྤང་མོ་ལྟར་བཅེ་བ། རང་གི་བྱ་མོ་ལྟར་གདུང་སེམས་ཆེ་བ་ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་ལོ། །

བྱམས་བ་གདན་འབྲེན། ཆོ་འབྲུལ་སྦོན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་སྦོར་ལམ་དུ་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐྱེ་
བརྒྱན་གདན་འབྲེན་བྱེད་པ་ནི། འཛམ་བུ་སྤྱིང་པའི་མིའི་ཆོ་ཆད་ལོ་བཅུའི་བར་དུ་མར་འབྲིབ་སྟེ།

དེ་ནས་སྤྱང་འཇམ་གྱིས་ཡར་འཕེལ་ནས་ཆེ་ལོ་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་གྱུར་པ་ན་རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་
མགོན་པོ་འཇིག་རྟེན་དུ་འབྱོན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་འཁོར་གྱི་ཐོག་མར་སྤྱི་བའི་རྟེན་
འབྲེལ་འགྲིག་པའི་ཆེད་དུ་ད་ལྟ་སྤྱི་བརྟན་སྤྱན་འཛེན་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་བྱག་མཆོད་སྟོན་ལམ་
སོགས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་དོན་དེ་འབྲེལ་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་
ཆོ་འབྲུལ་མཆོད་པའི་དུས་སུ་བྱམས་པ་སྤྱན་འཛེན་མཛད་པའི་སྟོལ་བཏོད། དེའི་རྒྱན་ད་ལྟའི་
བར་དུ་མ་ཉམས་པར་ཡོད། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་ལས་འདས་ནས་
སངས་རྒྱུ་བྱམས་པ་འཇིག་རྟེན་ན་མ་བྱོན་པའི་བར། མི་ལོ་བྱེ་བ་ཐམས་ཅད་བཅུང་བརྟན་དང་།
ས་ཡའང་སྤག་བྱག་ཡོད་པར་འགོས་ལོ་རྒྱ་བས་བཞེད་པ་དང་གསུང་རབ་ལས་བྱུང་། ཞེས་སྟོང་
དོལ་ཁྲ་མ་གསུང་།

བྱམས་པའི་སྤྱི་གཟུགས་མ། བྱམས་པའི་སྤྱི་གཟུགས་སྤུལ་བྱུང་བཞེད་བ་ལ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་
བྱམས་ཆེན་བཞེདས་པའི་སྟོན་ལམ་མདོར་བསྟུས་འདི། རྗེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད།
གསུང་ཐོར་བུ་༥༡བཅུན་བཞུགས།

བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ། བྱམས་སྟོན་ལ་གཟིགས།

བྱམས་མ། <མི་ཏི་ཡ་ཁྱེ> 1 (འདུལ་བ) བྱམས་བཅེ་ལྟན་པའི་བྱུང་མེད། ཆེ་དང་ལྟན་པ་བྱམས་མའི་བྱ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ། བྱམས་བ་ཉིད་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ “མ” གྲྭ་བསྟན་པའོ། །དཔེར་ན་གྲོགས་མོ་དང་
གཡོགས་མོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། 2 ཐོན་པོའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་ཞིག་གི་མིང་དུ། ཐོད་
རྒྱ་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོར་གསུངས།

བྱམས་སྟོན། དཀོན་བཅེགས་ཀྱི་བྱམས་པས་ཁྲུས་པ་ལུང་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
མདོ་ལས་བྱུང་བའོ། །བསྟན་འགྱུར་སྤྱི་ཆོགས་༩ ཉེ་བ ༡༣༠༧བ་ན་གསལ་ལོ། །

བྱམས་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་པ། ཀུན་མཁྱེན་བསྐྱེད་ཀྱང་པོས་མཛད་པའི་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་འབྲེལ་
པ། རྫོན་རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་བྱམས་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ (འདི་གསུང་འབྲུམ་༩ ཅ ༡པའི་ནང་
བཞུགས་སོ།) སོགས་སོ། །ཅོ་ཁྲི་ཁྲ་མ་གསུངས་པ་བཤད་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ།

བྱའི་གདོན། བྱ་ཡི་གཟུགས་ཅན་གྱི་གདོན་ཞིག ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། བྱའི་གདོན་ནི་
གཟུགས་ཅན་དེ་དུང་འབྲེལ་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

བྱར། བྱ་རྩ། བྱེད་དུ། བསྐྱབ་ཏུ། བཅོས་སྤྱ།

བྱར་མེད། བྱར་མེད་པ་དང་འདྲ། རྗེའི་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བྱའི་ཆེར་མ་འདོན་པ་ལྟར་བྱར་
མེད་གྱི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། བྱར་མེད་པ་ལ་གཟེགས།

བྱར་མེད་པ། བྱ་རྩ་མེད་པའི་བསྐྱབ་ཆོག བཅོས་སྤྱ་མེད་པ། བྱེད་དུ་མེད་པ། བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པ།

བྱས་པ་ཤེས་པ། བཀའ་ཤིན་བསམ་ཤེས། བཀའ་ཤིན་རྗེས་བྲན།

བྱས་ལ་མ་བསགས་པའི་ལས། (པར་ཕྱིན) མྱོག་བཅད་ནས་འབྱོད་སེམས་སྦྱི་བ་ལྟ་བུ། ལས་རྣམ་པར་
འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ། མདོར་ ས ༡༩༤༩ན་༣ལས། དེ་ལ་བྱས་ལ་མ་བསགས་པའི་ལས་ཡོད་
དེ་དེ་གང་ཞེ་ན། བྱས་ན་ངོ་ཆ་བར་འཛིན་པ་དང་། འབྱོད་པ་དང་སྦོད་པ་དང་། འཆགས་པ་དང་
མཐོལ་བ་དང་། སྦོང་བ་དང་ཕྱིན་ཅད་མི་བྱེད་པར་སྦོམ་པ་སྟེ། ལས་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བྱས་པ་མ་
བསགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱས་སོ་ཅོག བྱས་ཆད། བྱེད་ཤེས་ན་ལུས་ཀྱི་གཡོ་འབྲལ་བྱས་སོ་ཅོག་ཆོས་སུ་འབྱོ་བ་ཞིག་འོང་ལྟ་
བུ།

བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་ཆང་བའི་ལས། (པར་ཕྱིན) བསམ་བཞིན་དུ་དངོས་སུ་པ་རོལ་བའི་སྟོག་
བཅད་པའི་ལས་ལྟ་བུ། ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོར་ ས ༡༩༤༩ན་༧ལས། དེ་
ལ་བྱས་ཀྱང་བྱས་ལ་བསགས་ཀྱང་བསགས་པའི་ལས་ཡོད་དེ་དེ་གང་ཞེ་ན། ལས་གང་བྱས་
ནས་མི་འཛོལ་བ་དང་མི་སྟོག་པ་དང་མི་འབྱོད་པ་དང་མི་སྦོད་པ་དང་མི་འཆགས་པ་དང་མི་
མཐོལ་བ་དང་མི་འདོར་བ་དང་། མི་སྦོང་བ་དང་ཕྱིན་ཅད་མི་སྦོམ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ལས་དེ་ལྟ་བུ་
ནི་བྱས་ཀྱང་བྱས་ལ་བསགས་ཀྱང་བསགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་མ་ཆང་བའི་ལས། (པར་ཕྱིན) མི་ལམ་དུ་བྱས་པའི་ལས་ལྟ་བུ། བྱས་
བསགས་གཉིས་ཀ་མ་ཆང་བའི་ལས་ནི། ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། དེ་ལ་བྱས་ཀྱང་མ་

བྱས་ལ་བསགས་ཀྱང་མ་བསགས་པའི་ལས་ཡོད་དེ་དེ་གང་ཞེ་ན། ལས་གང་ཆེད་དུ་མ་
བསགས་པར་བྱས་པ། མི་ལམ་ན་བྱས་པའམ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལས་དེ་ལྟ་བུ་ནི་
བྱས་ཀྱང་མ་བྱས་ལ་བསགས་ཀྱང་མ་བསགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དོགས་གཙོད། མི་
ལམ་དུ་བྱས་པའི་ལས་ལྟ་བུ། ལས་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས། བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་
མ་ཆང་བའི་ལས་ལ་བཞག་ཡོད་ཀྱང་། སེ་ར་རྩེ་བཙུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྐབས་དང་
པོའི་སྤྱི་དོན་དེབ་གཟུགས་ ༣༦༠ལས། བྱས་ལ་མ་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་མཆོན་གཞིར་
བཞག་ཡོད་པས་དབྱེད་པར་འཆལ་ལོ། །

བྱི་ཤྱི་རྣམས་ཀྱི་ཀྱང་གསལ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བྱི་ཤྱི་ནི་བརྟེན་ཀ་ར་སྟེ་ཤིང་རམ་གྱི་འབྲུའམ་ཡུངས་བ་
གང་རུང་ངོ་ཞེས་མཁས་པ་དག་གསུང།

བྱི་དོར། གང་བདར་བྱེད་པ། གཙང་མ་བཟོ་བ། རས་སོགས་ཀྱིས་བྱིས་ནས་གཙང་མ་བཟོ་བའི་དོན།
འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། བྱི་དོར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རས་ལ་སོགས་པས་རྩལ་
ལ་སོགས་པ་བྱི་བར་བྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། བྱི་བ་ནི་བྱི་བའམ་འབྲུག་པའི་
དོན་ཡིན་ལ། དོར་ནི་གང་སྟོགས་བྱི་རོལ་དུ་དོར་བའི་དོན་ལོ། །དེ་ཡང་བྱི་བ་ནི་འབྱེད་པ་དང་།
བྱིས་པ། ད་བྱི་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་འདྲའོ། །རྩེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོད་ལམ་རིམ་གྱི་ཞལ་ལུང་
༤༠ན་ལས། བྱི་བ་ནི་བྱགས་མ་འདེབས་པ་སྟེ་བྱག་པ། དོར་བ་ནི་རྩལ་བྱི་རོལ་དུ་སོ་བ།
ཞེས་གསུངས།

བྱི་དོར་བྱེད་པའི་པན་ཡོན་ལྷ། གཙུག་ལག་ཁང་དང་རང་གི་གནས་ཁང་སོགས་བྱི་དོར་བྱེད་པ་ལ།
འདུལ་བ་ལུང་དང་། ཁང་བྱ་བཅེགས་པའི་མདོ་ལས་པན་ཡོན་ལྷ་གསུངས་ཏེ། རང་གི་སེམས་
དང་བར་ (དང་བ་དང་དད་པ་ཞེས་པ་དགའ་བའི་དོན་ཡིན།) འགྱུར་བ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་
དང་བར་ (དགའ་བར) འགྱུར་བ་དང་། ལྷ་རྣམས་དགའ་བར་འགྱུར་བ་དང་། མཛེས་པའི་ལས་
གསོག་པ་དང་། ལུས་ཞིག་ནས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་གསུངས་སོ། །བྱམས་པ་རིན་པོ་
ཆེས། རྩལ་ནི་སྤྱུག་ཀྱང་། བྱགས་མ་ལམ་བདེན། རྩལ་དག་པ་འགོག་བདེན་མཆོན་བྱེད་དུ་

སྤྱི་ལོ་ཞེས་གསུངས།

བྱི་བ། 1 སྤྱི་ལོ་གསུངས་བྱི་བ། དཔེར་ན་སྤྱི་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཅི་ཅི། དཔེར་ན་བྱི་བས་ཟུག་ཅེས་པ་
ལྟ་བུ། 3 ལོ་འཁོར་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ དཔེར་ན་བྱི་བ་ལོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བྱི་བོ། (མར་ཕྱིན) 1 འཆལ་སོ་དང་འཆལ་མེའི་མིང་། གཞན་གྱི་རྒྱུང་མཐུན་ཁྲོ་དང་ལྷན་ཅིག་འདོད་
ལོག་སྤྱོད་མཁན་གྱི་མིང་། བྱི་བོ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་ཐད་ཀའི་གོ་དོན་ནི། བྱི་ནི་གོས་མེད་
གཅེར་བྱར་སྤྱད་བའི་དོན་ཡིན་པས། གཅེར་བྱར་སྤྱད་ནས་གཞན་ལ་འདོད་ལོག་སྤྱོད་པ་ལས་
བྱི་བོ་ཞེས་པའི་ཆོག་བཅོས་པར་སེམས་སོ། 2 ལོག་གཡེམ་དང་འདོད་ལོག་གི་མིང་། དཔེར་
ན་བྱི་བོ་བྱེད་པས་ཁྲོ་དང་བྲལ། ཞེས་གསུངས། 3 རྒྱན་མེད་པ་ལའང་ཟེར། དཔེར་ན་གཞི་བྱི་
བོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

བྱི་ལ། ཞེ་མིའམ། ཞུམ་བྱའི་མིང་། ས་སྤྱི་ལེགས་བཤད་ལས། དབྱ་བོ་སྤྱན་པར་སྤྱན་ལང་། ཁྲོ་དང་
ལྷན་པས་ཡིད་མི་བརྟན། རྒྱ་སྤྱི་བྱི་ལ་དེས་པ་ཡིས། །ལ་རོལ་གསོད་ལ་རྟག་ཏུ་བཅོན། ཞེས་
པ་ལྟ་བུ།

བྱིང་ཁྲོད་བཅན་ཐབས་སུ་སེལ་ཚུལ། (གསང་སྤྱུགས་) ཞི་ལྷག་གི་སྤྱི་བས་སུ་བྱིང་ཁྲོད་གཅོད་པ་ཤིན་ཏུ་
གཤམ་ཆེ་བས། བྱིང་ཁྲོད་བཅན་ཐབས་སུ་སེལ་ཚུལ་ནི། བྱིང་ཁྲོད་ཤས་རྒྱུང་ཞིང་ལན་རེ་ཅན་
ལས་མི་འབྱུང་ན། སྤྱི་བས་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་བེས་བཞེན་ཚུལ་ལ་མཁས་པས་
སེལ་ལ། བྱིང་ཁྲོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ཡང་ཡང་འབྱུང་བ་ལ་ནི། འདི་ལྟར་བྱིང་དང་ཟུགས་པ་ཡང་
ཡང་བྱུང་བ་ན། རང་གི་སེམས་དང་ནམ་མཁའ་གསལ་སྤོང་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་
བསྐྱོམས་ན་སེམས་གསལ་ལ་དྲངས་ཤིང་དམིགས་པ་ལ་འདོད་པ་བཞིན་གནས་པ་ཞིག་འོང་
བ་ཡིན་ནོ། ཁྲོད་པ་ལ་ནི་རྒྱུང་སྤྱིར་བྱས་ཏེ་ནད་ཏུ་བཟུང་བས། སེམས་ཡང་གནས་ཤིང་རིག་
པ་དྲངས་སྤྱིགས་བྱེ་ནས་འོང་བ་ཡིན་ཏེ། བྱིང་ཁྲོད་བཅན་ཐབས་སུ་གཅོད་པའི་ཞལ་ཤེས་
སོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་འོ།

བྱིང་བ། (མར་ཕྱིན) སེམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་འཛིན་པའི་འཛིན་སྤངས་སྤོང་ནས་དམིགས་པ་ཤིན་ཏུ་

གསལ་བཤས་དམ་པར་མི་འཛིན་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག དེ་ཡང་དྲངས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་། དམིགས་
པའི་འཛིན་སྣངས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་མེད་ན་བྱིང་བར་འགྲོ་ཡོད། སྤྱོད་བཤད་ནི། དམིགས་པའི་
འཛིན་སྣངས་འཕང་དམའ་བུ་སོང་བས་ན་བྱིང་བ་ཞེས་བྱའོ། །རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། བྱིང་
བའི་མཚན་ཉིད་ལ་གངས་རེདེ་ཁྱོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་པ་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ནི། དུལ་གཞན་ལ་
འགྲོ་བ་མེད་པར་གནས་ཤིང་གསལ་དྲངས་ནི་མེད་པའི་སེམས་སྤྲུགས་པ་ཞིག་ལ་བྱིང་བར་
འདོད་པར་སྣང་ངོ་། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། སྤྲུགས་པ་ནི་བྱིང་བའི་རྒྱུར་གསུངས་པས་དེ་གཉིས་
སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་བྱིང་ཏེ། ཞེས་གསུངས། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཁྲིས་
ལན་སྒོ་བཟང་བཞད་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་། བྱིང་བ་དྲངས་གསལ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་། །ངར་མེད་དམིགས་
པ་སྟོང་པ་ཡི། །ལུང་མ་བསྟན་ནམ་དག་བཞི། །ཅི་ཡང་རུང་བའི་ཤེས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྲག་ཆེན་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་བྲག་ཆེན་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས། ལུས་སེམས་
ཉིགས་ནས་དམིགས་པའི་གསལ་ཆ་སྟོང་བར་གྱུར་བ་ཞིག་ལ། བྱིང་བར་འདོད་ཅིང་སྤྲུགས་པ་
དང་རུང་མི་འདྲ་བར་གསུངས་ཞེས་གསལ།

བྱིང་བ་ཆེན་པོ། (ལར་ཕྱིན) བྱིང་བ་རགས་པ་དང་འབྲ།

བྱིང་བ་འབྲིང་། (ལར་ཕྱིན) ངར་མེད་ལ་དྲངས་ཆ་ཡོད་པ་ནི་བྱིང་བ་འབྲིང་ཡིན། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཁྲིས་ལན་སྒོ་བཟང་བཞད་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་། ངར་མེད་དྲངས་ཆ་ཡོད་པ་
ན། །བྱིང་བ་འབྲིང་གིས་སྤེབས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱིང་བ་སྤྱོད་མོ། (ལར་ཕྱིན) 1 དམིགས་པའི་འཛིན་སྣངས་མ་ཡོང་བའི་གནས་ཆ་དང་གསལ་ཆ་ཡོད་
ཀྱང་། འཛིན་སྣངས་ཀྱི་འགྲུགས་སྟོང་ནས་གསལ་ཆའི་ངར་མེད་པ་ནི་བྱིང་བ་སྤྱོད་མོ་ཡོད། །ངར་མེད་
པ་ཞེས་པ་ནི། གནས་ཆ་ཡོད་པ་ལ་སེམས་སྟོང་གི་ག་གོ་བར་སོང་བ་ལ་ཟེར། གསལ་ཆའི་ངར་
དང་ལྡན་པ་ནི་དམིགས་ཉེན་ལ་སེམས་གྲིམས་སེང་ངར་གནས་པ་དེ་ཡིན། གནས་ཆ་དང་
གསལ་ཆ་དང་གསལ་ཆའི་ངར་ཡོད་མེད་ནི་དཔེར་ན་ལག་པས་འབྲིང་བ་དང་སོར་བ་སོགས་
འཛིན་པ་ན་སྟོང་པོ་དང་དམ་སོར་བརྒྱུད་པའི་བྱིང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །གསལ་ཆ་དང་དྲངས་ཆ་

ནི། ཡུལ་ལ་མི་བྱེད་པར་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་ལ་གསལ་ཆའམ་དྲངས་ཆ་ཡོད་མེད་ལ་བྱ་དགོས་
པ་ནི་རྗེའི་དགོངས་པ་ལོ། །བཤ་ཆེན་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་དྲིས་ལན་སློ་བཟང་
བཞད་སྤྱ་ལས་ཀྱང་། ཉིང་འཛིན་གཡོ་མེད་བསྐྱེད་ས་པའི་ཆོ། །ཅུང་ཟད་དམིགས་པའི་ངར་
ཤོར་ན། །བྱིང་བ་སྤྲོས་ཐེན་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུས་པ་ལྟར་རོ། །² (བཀའ་བརྒྱུད) གསལ་ཆ་
ཡོད་ཀྱང་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཤུགས་ཞན་པ་ཞེས་འབྱུང་།

བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་བསགས་པ། (གསང་སྒྲགས) བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་མ་ཆོད་པར་ལྷག་མ་ལུས་པའི་དོན་ཏེ། རྗེའི་
རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ལས། སྤྱ་བུག་གི་རྒྱ་བ་སྤྲོ་ཡང་ལོག་པ་འདི་བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་མ་ཆོད་པར་
བསགས་པའམ་ལྷག་མ་ལུས་པའི་བྱིང་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཡང་ཡང་འོང་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱ་ཁྱིར་ཚུད་
པ་དང་དེར་ཐིམ་པ་གང་ཡང་མིན་པས་བྱུང་པར་བྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱིང་བ་རགས་པ། (བར་ཕྱིན) ། དམིགས་རྟེན་དྲན་པས་ཐེན་པ་ན། གནས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་གསལ་ཆ་མེད་
པ་ནི་རགས་པ་ཡིན། བཤ་ཆེན་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་དྲིས་ལན་སློ་བཟང་བཞད་སྤྱ་
ལས་ཀྱང་། དྲངས་པའང་མེད་ན་བྱིང་བ་ཆོ། །² (བཀའ་བརྒྱུད) དམིགས་ཤེས་ཀྱི་གྲིམས་ཆ་ཤོར་
ནས་དམིགས་རྟེན་མི་གསལ་པའི་ཐམ་ཐམ། ཞེས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱེད་གསུང་།

བྱིང་བ་གསུམ། (བར་ཕྱིན) ། བྱིང་བ་སྤྲོ་རགས་འབྲིང་གསུམ། བཤ་ཆེན་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་
གྱི་དྲིས་ལན་སློ་བཟང་བཞད་སྤྱ་ལས། ཉིང་འཛིན་གཡོ་མེད་བསྐྱེད་ས་པའི་ཆོ། ཅུང་ཟད་
དམིགས་པའི་ངར་ཤོར་ན། །བྱིང་བ་སྤྲོས་ཐེན་པ་ཡིན། །ངར་མེད་དྲངས་ཆ་ཡོད་པ་ནི། །བྱིང་
བ་འབྲིང་ནི་སྤེབས་པ་ཡིན། །དྲངས་པའང་མེད་ན་བྱིང་བ་ཆོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །²
ངར་ཆ་ལུས་ལ་གསལ་ཆ་མ་ལུས་པ་ནི་བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ། གསལ་ཆ་ལུས་ལ་ངར་ཆ་ལུས་པ་ནི་
བྱིང་བ་འབྲིང་། གཉིས་ཀ་ལུས་པ་ནི་བྱིང་བ་རགས་པའོ་ཞེས་མཁས་པ་གཞན་དག་གསུང་
རོ། །

བྱིངས། ། འབྱུང་གནས། དཔེར་ན་རྩ་ཀྱུ་ཤེས་བྱིངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ² མང་ཆེ་བའམ། བལ་ཆེ་བ།
དཔེར་ན་མི་དམངས་བྱིངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ³ སྤྲིའི་བསྐྱེད་གཞི།

བྱིངས་སེཾྱགས་སེ། (སྒྲོ་སྒྲོང་) མི་གསལ་བའམ་ཉག་ཉག་གི་དོན་ཡིན།

བྱིན་གྱིས་སྤ་བ། རིས་གྱིས་སྤ་བ་སོང་བ། བགས་གྱིས་སྤ་བའང་ཟེར། སོར་མོ་བྱིན་གྱིས་སྤ་བ་ཞེས་
བ་ལྟ་བུ།

བྱིན་གྱིས་ཡངས་བ། (བར་བྱིན) རིས་གྱིས་རྒྱ་ཆེ་བ་སོང་བའི་དོན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་
ལས། རྒྱ་མཆོའི་རྣམ་བ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབྱིབས་རྒྱ་མཆོའི་རྣམ་བ་འདྲ་བ་སྟེ་བྱིན་གྱིས་
ཡངས་བའོ། །ཞེས་གསུངས།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། (གསང་སྤྱགས་) བྱིན་རྒྱབས་ལ་གཟིགས།

བྱིན་ཆགས་བ། བྱིན་ཆགས་པོ་དང་དོན་འདྲ།

བྱིན་ཆགས་པོ། ཉམས་དང་གཟི་བརླིང་ཅན། ཉམས་དོད་བ། བཞོད་བ་ལེགས་བ། འདྲ་ཆགས་པོ།
བལྟ་གཟུགས་དོད་པོ། མཛེས་པོ། སྐྱ་བྱིན་ཆགས་པོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྤྱོད་ལམ་དུལ་ཞིང་སྐྱ་
བྱིན་ཆགས་བས་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱི་མཐོང་ན་དགའ་བ་མིག་གི་བདུད་ཅི་གསར་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

བྱིན་ཐོགས་གྱི་སྤང་བ། (འདུལ་བ་) སྤང་ལྟར་སྤུམ་ཅུའི་ཉེར་ལྟ་བ། བྱིན་ཐོགས་གྱི་སྤང་བའི་དོ་རྟེན།
བཅས་ལྟན་དགེ་སྤོང་གིས་གོས་སམ་ལྟར་བཟེད་དེ་གཞན་དབང་བ་ལ་རང་ཉིད་དབང་བར་
འདུ་ཤེས་འཁྲལ་བས་རྒྱ་སེམས་མེད་བར་འཕྲོགས་ཏེ་ཐོབ་སྒྲོ་སྤུམ་བ་ལས་གྱུར་བའི་ལྟར་བ་
དངོས་གཞིའོ། །འདི་ལ་འཕྲོག་བའི་སྤང་བ་ཡང་ཟེར། མེད་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དགའ་བོས་
ཆོས་གོས་བྱིན་འཕྲོག་བྱས་བ་ལས་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི། རང་
རིགས་གྱི་འོངས་སྤྱོད་ལ་གཞོད་བ་དང་། མ་བྱིན་ལེན་བའི་རྒྱར་འཕྲོ་བའོ། །

བྱིན་ཟ། (གསང་སྤྱགས་) 1 སེ། 2 མེ་ལྟའི་མིང་དུ་འང་བཤད།

བྱིན་རྒྱབས། (གསང་སྤྱགས་) 1 སྐྱབས་ཡུལ་སོགས་གྱི་རྒྱས་བས་རང་གི་ཡུལ་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་
རྣམ་བ་གཞན་དང་གཞན་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་བ་ལ་ཟེར། བྱིན་རྒྱབས་ཞེས་བའི་སྐྱབས་ཡུལ་
གཅིག་ལྟ་ལ་གོ་རྒྱ་མེན་བར། བདུད་གྱི་བྱིན་རྒྱབས། ལས་གྱི་བྱིན་རྒྱབས། ཉོན་མོངས་བའི་

འིན་རྒྱལ་སྤྱི་ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱལོ། མདོ་པལ་ཆེན་༩ ཁ་བ ༡༥༦མདུན་
གཟིགས་ལས། ལས་ཀྱི་འིན་རྒྱལ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་འིན་རྒྱལ་དང་། ཞེས་གསུངས་
པས་སོ། །² ཡང་ན། སྤྱི་ཡོད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ལུས་ལའང་འིན་རྒྱལ་ཟེར་ལོ། །དག་སྒྲོན་
འགྲེལ་བ་ལས་ལྷག་གནས་སམ་རྒྱས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟེ། ཞེས་གསུངས། རྒྱ་མ་དང་
བདུན་ཀྱི་འིན་རྒྱལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་འིན་རྒྱལ་ལ་གཟི་འིན་དང་། རྒྱལ་
ཞེས་པ་བསྐྱར་བའི་དོན་ཡིན་པས། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་གཟི་འིན་གྱིས་གདུལ་བྱའི་ལུས་དག་
ཡིད་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་པ་ལས་རྩལ་དུ་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །³ རྒྱས་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ལུས་
བསྐྱར་བའི་རྒྱས་ལྟ་བུ་ལའང་འིན་རྒྱལ་ཟེར།

འིན་རྒྱལ་གྱི་བརྒྱུད་པ་མ་ཉམས་པ། (གསང་སྤྱི་ཡོད་) སྤྱི་ཡོད་ཆུང་ཆུང་མ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རྒྱ་མ་སྤྱི་
མ་སྤྱི་མའི་འིན་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱུད་སྤྱི་དང་མཐུན་པའི་རྒྱལ་པ་སྤྱི་མ་བཞེད། མཁས་གྲུབ་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་འཛོལ་བུ་༡༩༩ན་ལས། གཉིས་པ་ལྟར་ན་བོད་ཀྱི་མཁས་
གྲུབ་བྱུང་བར་ཅན་དེ་དག་སྤྱི་ཡོད་ལའང་། རྒྱ་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འིན་རྒྱལ་གྱིས་འིན་མ་སྤྱི་
མའི་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་རྒྱུད་སྤྱི་དང་མཐུན་པའི་རྒྱལ་པ་སྤྱི་གཅིག་གྱི་ལུས་ལའང་བས།
མར་པ་ལོ་རྒྱུ་བ་དང་མིང་ལ་རས་པ་དང་། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་སྤྱི་ཡོད་དེ་དག་ལ། རྒྱུད་སྤྱི་དང་
མཐུན་པའི་རྒྱལ་པ་སྤྱི་གཅིག་གྱི་སྤྱི་ཡོད་ལ་འབྱུངས་མ་སྤྱི་དོ་ཞེས་སྤྱི་ཡོད་ལྟ་བུ་
ལས་འཆལ་གཏམ་ཆེ་བ་གང་ཞིག་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ལུས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འིན་ལེན་བྱ་ཆུལ། (འདུལ་བ) བསྐྱར་བར་མ་རྒྱུས་པ་དང་འིན་པ་སྤྱི་ཡོད་ཀྱིས་གྲུལ་པའི་སྤྱི་ཡོད་ལས་
ཀྱིས་ཟས་འིན་དུ་འདེགས་ཤིང་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྤྱི་ཡོད་པར་འདོད་པའི་བསམ་པས་ལག་
པས་བསྐྱར་བ་སྤྱི་ཡོད་ལ། ལེན་པ་སྤྱི་ཡོད་ལག་གཉིས་བཟུན་ཏེ་སྤྱི་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཡོད་པར་
རྒྱངས་པའོ། །འིན་ལེན་བྱེད་པའི་དགོས་པ་ནི། རང་ལ་གཞན་གྱིས་མི་ལ་ཐོས་སོ་ཞེས་པ་ལྟ་
བུས་སྤྱི་ཡོད་པའི་འདུལ་བའི་དོན་དུ་ཡིན་པར། ལུང་རྒྱས་འབྱེད་ལས་གསུངས་སོ། །དེའི་
སྤྱི་ཡོད་ལེན་པ་བྱས་པར་ཟ་བའི་སྤྱི་ཡོད་ལ་གཟིགས།

བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་སོ་དགྲ་པ། བྱིན་ལེན་མ་
བྱས་པར་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད་གྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སྦྲེང་གིས་བྱིན་ལེན་འཇུག་པའི་ཟས་
ལ་རང་ངམ་རང་དང་ཆོག་གཅིག་པའི་བྱིན་ལེན་དང་མི་ལྡན་པ་ཁམ་གཅིག་ཡན་ཆད་ཐོས་པ་
ལས་གྲུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིལོ། ཁྲིང་གཞིན། ལྷུང་ལས་མཉན་ཡོད་དུ་བྱུག་སྒྲེས་བྱིན་
ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་བར་བྱད་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། དགག་བྱའི་མ་བྱིན་པར་ལེན་
པའི་རྒྱར་འཇུག་བ་དང་། ཟས་བཀག་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྒྱར་འཇུག་བ་སྟེ། ལྷུང་ལྷན་དུ་
ལྷུང་བ་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཟས་ལ་དཔང་པོར་འཇུག་རོ་ཞེས་གསུངས་པས་
སོ། །བྱིན་ལེན་བྱས་ཏེ་བཟའ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཟས་དེ་གཞན་གྱིས་བྱིན་ནས་ཐོས་ན།
དགེ་སྦྲེང་དེས་མི་ཤ་ཐོས་སོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་སྦྱར་འདེབས་མི་འབྱུང་བའི་དོན་དུ། བྱིན་ལེན་
བྱས་ཏེ་བཟའ་དགོས་པའི་བཅས་པ་བཅས་སོ། །ལུང་རྣམ་འབྱེད་། ༩ ར ༡༡༥༦ན༥ ལས།
འདི་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དུ་འབགས་པ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་མི་ཤ་གསོལ་ཞེས་སྒྲ་གྲགས་པར་གྲུང་ཏེ་
ཞེས་ཟེར་བའི་སྐབས་དེ་དགེ་སྦྲེང་རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་གསོལ་ཏོ། །དེ་ནས་
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདི་སྦྱུང་དུ་དགོངས་ཏེ། ཉེས་དམིགས་ནི་གང་ཅུང་ཟད་བྱུང་བ་དེ་ནི་
དགེ་སྦྲེང་དག་བྱིན་ལེན་བྱེད་དུ་མ་བཅུག་པར་ཟ་བ་ལས་གྲུང་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུས་ན། དགེ་
སྦྲེང་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་ལེན་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ་ཟན་དེ་ཉིད་དཔང་པོར་འཇུག་རོ་སྦྱུང་དུ་དགོངས་
ནས་བཀའ་སྩལ་པ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དགེ་སྦྲེང་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་ལེན་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ་བཟའ་
བར་བྱལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱིའུ་མགོ་ཐོན། (སྦྱོང་བྱེད་) ལྷས་ངན། ལྷ་ལྷས་ངན་པ། དཔེར་ན་སྦྱོང་དུ་འཁོར་བའི་བྱིའུ་ཆུང་དུ་འདི་
ལ་མགོ་མདོག་ཐོན་པོ་མི་སྤྲིད་པས། གལ་སྤྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལྷས་ངན་
དུ་བྱེད་པ་ལྟ་བུལོ། ཞེས་བཀའ་པ་ལྷར་ལོ། སྦྱོང་བྱེད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལས། བྱི་དགྲ་དང་ནང་
འཇུག་འདི་བྱིའུ་གནོད་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་སྦྱ་ལྷས་ལྷས་ངན་བྱིའུ་མགོ་ཐོན་ལྟ་བུ་དེ་རང་
གཅེས་འཛིན། གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྦྱོར་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་ལོ། །

བྱེད་ཐུལ། བྱེད་ཐུལ་དང་འབྲ།

བྱེད་བྱེད། བྱེད་བྱེད་བྱེད་པའི་དོན། བྱེད་བྱེད་གཏོང་བའང་ཐེང། དཔེར་ན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོའི་
 རྣམ་ཐར་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལམ་རིམ་སྒྲིམ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་༩༩ལས། ཁྱོད་ཀྱི་མིང་
 ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་གསུངས་ནས་མགོ་ལ་བྲག་གིས་བྱེད་བྱེད་མཛད། ཅེས་
 པ་ལྟ་བུ།

བྱེས་པ་ལྟར་འཇུག་པའི་དབང་བདུན། (གསང་སྔགས་) བྱེས་པ་ལྟར་འཇུག་པའི་དབང་བདུན་ནི། རྩའི་
 དབང་། ཅོད་པན་གྱི་དབང་། དར་དབྱངས་ཀྱི་དབང་། རྩོམ་འཇུག་གྱི་དབང་། བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་
 དབང་། མིང་གི་དབང་། རྩིས་གནང་གི་དབང་དང་བདུན་ནོ། །དུས་འཁོར་ནས་བཤད་པའི་
 བྱེས་པ་ལྟར་འཇུག་པའི་དབང་བདུན་པོ་འདི་རྣམས་ལ། བྱམ་དབང་ཞེས་ཐ་སྙད་མ་བྱས་ཀྱང་།
 དོན་དུ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བྱམ་དབང་རང་ཡིན། ཡང་དུས་འཁོར་གྱི་གོང་མ་དང་གོང་ཆེན་གྱི་
 བྱམ་དབང་ཞེས་པ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བྱམ་དབང་དང་གཏན་ནས་མི་འབྲ། དེ་ནི་དཔེར་ན་
 གོང་མའི་བྱམ་དབང་ལྟ་བུ། དེ་ག་མའི་དཀར་འཛིན་བྱམ་པ་ལ་རེག་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དབང་
 ཡིན་པས་ན་བྱམ་དབང་ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་ཆེ་པོ། །བྱེས་པ་ལྟར་
 འཇུག་པའི་དབང་བདུན་ནི། རྩོམ་སྐྱོང་འབྲེལ་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་པ་༣༩༥པར་
 བངས་པ་ལས། བྱེས་པ་སྐྱེས་ལ་མ་རྣམས་ཀྱིས། རྩོམ་ཡིས་འཇུག་པའི་དབང་བསྐྱར་བྱེད། །དེ་ཡི་
 གཞུག་ཕྱད་རབ་འཛོག་པ། ཅོད་པན་དུ་ནི་ཡོངས་སུ་བརྟག། །དེ་ཡི་རྣ་བ་འབྲེགས་པ་
 སོགས། །དར་དབྱངས་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པར་བཤད། །བྱེས་པ་སྐྱེས་དང་དགོད་པ་ན། །བྱེས་བྱ་
 རྩོམ་འཇུག་དབང་བསྐྱར་པོ། །ལྟ་པ་ཡོངས་སྐྱོད་བརྒྱལ་ཞུགས་ཡིན། །མིང་ནི་མིང་གི་དབང་བསྐྱར་
 ཡིན། །ཁྱོག་པ་ལ་སོགས་རྩིས་གནང་ནི། །པ་དག་གིས་ནི་རྟག་ཏུ་སྦྲེད། །དེ་ལ་རྣམ་པ་བདུན་
 ཀྱི་ནི། །དབང་བསྐྱར་བདུན་དུ་རབ་ཏུ་གྲགས། །ཞེས་བྱེས་པ་མངལ་ནས་བཅས་ཏེ་བསྐྱེད་
 བསྐྱང་བའི་བྱེད། དང་ཐོར་རྣམས་འཇུག་པ་དང་། དེ་ནས་གཞུག་ཕྱད་བཞག་པ། དེ་ནས་རྣ་བ་
 འབྲེགས་པ་སོགས་པ་བྱེད། དེ་ནས་བྱེས་པ་དགོད་ཅིང་སྐྱེ་བ། དེ་ནས་ཡོངས་སྐྱོད་ལ་གནས་

པ། དེ་ནས་མིང་འདོགས་པ། དེ་ནས་པ་མ་སོགས་ཀྱིས་འདི་སྟོག་སོགས་སྟོབ་པ་དང་ཆོས་
མཚུངས་པར། དང་པོར་མུ། ཅོད་པན། དར་དབྱངས། རྟོར་བེལ། བརྟལ་ཞུགས། མིང། རྩེས་
གནང་བདུན་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་དག་ལ་བྱིས་པ་ལྟར་འབྲུག་པའི་དབང་བདུན་
ཞེས་ཐ་སྙད་གསུངས་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱིས་པ་ལྟར་འབྲུག་པའི་དབང་བདུན་ཞེས་པར་
བཤད་པ་ལ། དང་པོ་ནི། བྱིས་པ་སྟེས་མ་ཐག་ཆུས་བརྒྱ་བ་དང་མཐུན་པ་དཔལ་དུས་ཀྱི་
འཁོར་ལོའི་བྱང་ཕྱོགས་སྟེ་ཞལ་དཀར་པོའི་ཐད་དུ་སྟོབ་མ་སྟེ་རྟོར་བེལ་བསྐྱེད་ནས་གཤེགས་མ་
ལྟས་བྱམ་དབང་བསྐྱར་བས་ཁམས་ལྗེའི་བྱི་སྟོང་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། བྱིས་པ་གཙུག་ལྷན་
འཛོག་པ་དང་མཐུན་པ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་སྐར་ལྟར་གནས་པ་ལ་གཤེགས་པ་ལྟས་ཅོད་པན་ཀྱི་
དབང་བསྐྱར་བས་ལྷན་པོ་ལྗེའི་བྱི་སྟོང་བའོ། །གསུམ་པ་ནི། བྱིས་པ་ན་བ་འབྲུག་པ་དང་
མཐུན་པ། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྟོ་ཕྱོགས་སུ་གསུང་ཞལ་དམར་པོའི་ཐད་དུ་སྟོབ་མ་
གསུང་རྟོ་རྩེར་བསྐྱེད་ནས་ལྟ་མོ་རྩུས་མ་བཅུས་དར་དབྱངས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་བས་རྒྱང་
བཅུའི་བྱི་སྟོང་བའོ། །བཞི་པ་ནི། བྱིས་པ་ཁོད་ཅིང་སྐར་བ་དང་མཐུན་པ། ལྟོ་ཕྱོགས་སུ་སྐར་
ལྟར་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡལ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་རྟོར་བེལ་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་བས་རྩ་རྩུང་
གཉིས་ཀྱི་བྱི་སྟོང་བའོ། །ལྔ་པ་ནི། བྱིས་པས་འདོད་ཡོན་ལ་ལོངས་སྟོང་པ་དང་མཐུན་པ།
དཔལ་དུས་འཁོར་ལོའི་རྩ་ཞལ་སྟོན་པོ་ཐུགས་ཀྱི་ཞལ་ཀྱི་ཐད་ཀར་སྟོབ་མ་ཐུགས་རྟོ་རྩེར་
བསྐྱེད་ནས་སེམས་དཔལ་དང་སེམས་མས་མཐེ་པོའི་རྟོ་རྩེའི་བརྟལ་ཞུགས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་
བས་སྟོབ་པའི་དབང་པོ་ལྷ་དང་ཡུལ་གཞུགས་སྟེ་སོགས་ལྗེའི་བྱི་སྟོང་བའོ། །ལྷུག་པ་ནི།
བྱིས་པ་མིང་འདོགས་པ་དང་མཐུན་པར། ཤར་ཕྱོགས་སུ་སྐར་ལྟར་གནས་པ་ལ་ཁོ་བོ་ཁོ་
མོས་གདུ་བུའི་དབང་བསྐྱར་བས་སྟོབ་པའི་ལས་དབང་ལྗེ་བྱ་བ་དང་བཅས་པའི་བྱི་སྟོག་
པའི་བག་ཆགས་འཛོག་པའོ། །བདུན་པ་ནི། བྱིས་པ་པ་མ་སོགས་ཀྱིས་ཡི་གེ་འདི་སྟོག་སྟོབ་པ་
དང་མཐུན་པར། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྩུབ་ཕྱོགས་རྒྱ་ཞལ་སེར་པོའི་ཐད་ཀར་སྟོབ་མ་
ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྩེར་བསྐྱེད་ནས་རྩེས་གནང་། དེ་ཡི་འདོགས་སྟུགས་གཏད་སོགས་བཞི་ཡི་དབང་

བསྐྱར་བས་སྐྱོབ་མའི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཡི་ཤེས་དང་བཞི་ཡིས་བྲི་མ་སྐྱོང་བཤོ། ། བྱིས་པ་
ཉར་འཇུག་པ་བདུན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བའི་མཐར་ལོ་དང་རྒྱ་བ་ཆོས་གངས་གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་
བྱང་ཤུག་ལར་རིགས་ལྷན་རྒྱལ་པོ་འདི་ཡིས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་དུས་ཡིན་ནེས་ཐོབ་པའི་
དུས་བསྐྱོད་བང་གི་སྒྲོན་ས་ཆེན་གཞོན་ཤེས་པར་བྱཤོ། །

བྱིས་པའི་གདོན་ཆེན་བཅོ་ལྔ། (གསར་ལྗགས་) ༡ འངས་པ་ནི་སྐྱང་པོའི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་མིག་
རབ་ཏུ་འགྱུར ༡ རི་དྲགས་རྒྱལ་པོ་རི་དྲགས་འབྲ་བ། དེས་ཟེན་ན་སྐྱུག་པ་མི་ཟད་པ་སྐྱུག ༣
སྐྱེས་བྱེད་ནི་གཞོན་ལུང་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་བྱིས་པ་མང་དུ་འགྱལ་བར་བྱེད ༤
བརྟེན་བྱེད་ནི་ཕ་དང་འབྲ་བ། དེས་ཟེན་ན་འབྲེ་ཞིང་སྐྱ་ཡང་འབྱིན ༥ ཁྱ་ཚུར་ཅན་ནི་བྱ་རོག་གི་
གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་ཁྱ་ཚུར་བཅངས་ཤིང་དགའ ༦ མ་མོ་ནི་མི་ཡི་གཟུགས་ཅན།
དེས་ཟེན་ན་ཆོད་ཅིང་སྐྱ་ཡང་འབྱིན ༧ རྩ་མི་ཀ་ནི་རྩ་ཡི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་རུ་ཞོ་ལ་
མི་དགའ ༨ འདོད་པ་ཅན་ནི་རྩེའི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་ཉིད་ལོག་དུས་དུ་བར་བྱེད ༩
ནས་བྱུ་ནི་ཁྱི་ཡི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་སྤྲེ་ལ་སོ་འདེབས ༡༠ སྤལ་པོ་པག་གི་གཟུགས་
ཅན། དེས་ཟེན་ན་ཀྱ་ཅོའི་སྐྱ་འབྱིན ༡༡ མ་དགའ་བྱེད་པ་བྱི་ལའི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་
སྤྲ་ཆོགས་གཟུགས་སུ་འགྱུར ༡༢ བྱ་ནི་འདབ་ཆགས་ཀྱི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་བྲི་ངན་
འབྱུར ༡༣ གཉའ་ལག་ཅན་ནི་བྱ་གག་གི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་སྤྲེ་འགག ༡༤ བཞིན་
རྒྱས་ནི་འུག་པའི་གཟུགས་ཅན། དེས་ཟེན་ན་རིམས་བཏབ་འབྲུ་བར་བྱེད ༡༥ མིག་འབྱུངས་
པ་ནི་པ་ཡང་གི་གཟུགས་ཅན་དེས་ཟེན་ན་སྤྱི་བྱང་ལྷན་པར་འབྱུར་དང་བཅོ་ལྔཤོ། །སྐོང་རྡོ་ལ་སྐྱ་
མའི་གསུང་འབྲུམ་སྐྱད་ཆ་༤༥༧པ་ལས་གསུངས་པ་ལ་འགྱུར་བཅོས་ལྷན་ཆོགས་ཀྱིས་བཀོད།

བྱ་བྱ། བྱི་དུ་ཞེས་ཀྱང་འབྱི།

བྱུག་རིས། བྱལ་ལམ་འདུག་སའི་བདེ་རྒྱིང་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

བྱང་རྒྱལ། སེམས་ལ་གང་བྱེད། སྐྱང་བར་གང་ཤིང། གང་བྱེད་བྱེད། གང་བྱུང་མང་བྱུང་།

བྱང་རྒྱལ་དུ་སྐྱ་བ། སེམས་ལ་གང་བྱེད་སྐྱ་བ། མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྐྱ་བ། གང་བྱེད་བྱེད་དུ་སྐྱ་བ། བྱང་

ཐུལ་དུ་སྒྲིམ་བ། བྱ་ཆོམ་དུ་སྒྲིམ་བ། བབ་ཅོལ་དུ་སྒྲིམ་བ། སྒྲ་ཅོར་སྒྲིམ་བ། བྲ་བདོལ་དུ་སྒྲིམ་བ། བཅུ་
ལུམ་དུ་སྒྲིམ་བ་ནམས་པ་ལ་ཆེར་འབྲ་བར་བཤད།
བྱུང་ངེ། བྱུང་ངམ། སྦྱིད་པོ་བྱུང་ངེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེ་མི་ལའི་ནམ་ཐར་གྱི་སྐབས་ཀྱི་དེབ་སྒྲིན་སྟོང་ཆ་
༡༡༧ལས། དེད་མ་སྦྱང་ལ་སྦྱང་བར་བྱས་པས་ད་ཁྱེད་ཅག་ནམས་ལ་སྦྱིད་པོ་བྱུང་ངེ། ཞེས་
པ་ལྟ་བུ།
བྱུང་གནས་འབྲོག་སྐུམ། (བཀའ་བརྒྱུད) ལུག་ཆེན་གྱི་བརྗོད་ཆད་ཅིག་ རྣམ་རྟོག་སོགས་ཀྱི་བྱུང་གནས་
སོང་གསུམ་ལ་བརྟགས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་དང་པོར་རྟོག་པ་དེ་རྒྱ་གང་ལས་བྱུང་། བར་དུ་དོ་པོ་
རྗེ་ལྟར་གནས། ཐ་མར་གང་དུ་སོང་བརྟགས་པ་ལོ། །
བྱུང་བ། 1 འབྱུང་བའི་འདས་པ། 2 བཀའ་བརྒྱུད། ལོ་རྒྱུས། འདི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་Itihasa འཛིམ་མེ་ཆོག་ ཨི་
ཏི་ཏུ་ས་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱུས་ནས། བྱུང་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེས་
ཡོད་རྗེ་བྱུང་བ་དེན་པར་བཀོད་པ་སྟེ། འཁྲོག་བཤའ་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པའི་དོན་རེད།
དཔེན་སྐད་དུ་” Thus occurred” ཞེས་བྲ། ཞིབ་པར་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།
བྱུང་། 1 བཀའ་མི་ལེས་པའི་རྒྱུད་ངན། ཆག་སྒྲོ། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་བརྗོད་པ་དོན་གཉེར་
ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ན་གསལ། གུང་ཐང་རིན་པོ་ཆའི་རྗེའི་བསྟོད་པ་དོན་ལྡན་མའི་འགྲེལ་པ་
ལས། རྟེན་བཀའ་འདུ་འཛི་སོགས་བསྐྱན་པ་ཉམས་བྱེད་ཡིན་པས་དཔལ་དང་བྱུར་མ་ཞོར་བ་
དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་སོགས་གསུངས། 2 གྲོད་དམ་ཁ་མཆུའི་དོན་དུ། ཡིག་རྟེན་འགའ་
ལས་བཤའ་དེ། ལེགས་པར་སྒྲིམ་ན། ཁ་ནི་དཔལ་གྱི་སྒྲོ་མོལ། ལྷོ་ནི་འབྲུལ་གྱི་ལྷེ་ལྷིག་ཅེས་
བྲལ། ཉེས་པར་སྒྲིམ་ན། ཁ་ནི་བྱུར་གྱི་སྒྲོ་མོ། ལྷོ་ནི་བདུད་ཀྱི་སྒྲ་རེ་ཞེས་བྲ། ཞེས་ཀྱང་གསལ་གོ།
ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་དོ། །བསྐྱེད་བྱ་ཨ་རུ་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་དགའ་ཆལ་ལས། ལྷན་པའི་ནམ་
རྟོག་བྱུར་གྱི་སྒྲ་འབྲེན་ཡིན། ཞེས་སོ། །
བྱུལ། འབྲུམ་པ་དང་ཉུལ་པ་དང་བསྐྱོར་བའི་དོན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས། བྱུལ་ནས་
ཞེས་བྲ། བཞི་བསྐྱོར་ནས་སོ། ཞེས་གསུངས།

བྱུལ་བྱུལ། ¹ བྱུལ་དང་འབྲ། ² གྲེལ་གྲེལ། མགོ་ལ་གྲེལ་གྲེལ་བྱེད་ལྟ་བུ།

གྲེ་བ། འབྲུམ་ཐྱག་བརྒྱའམ། ས་ཡ་བརྩ་ལ། གྲེ་བ་གཅིག་ཟེར། འུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས།
གྲེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འབྲུམ་ཐྱག་བརྒྱ་ནི་གྲེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ གངས་གནས་བརྩ་གཉིས་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ཅེས་བ་དང་དོན་གཅིག་ འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་སྟེ། གངས་ཀྱི་ཆོད་གནས་
བརྩ་གཉིས་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །གཤམ་གྱི་གངས་གནས་ལ་གཞིགས་ན་ཞེས་
བར་འགྱུར། གངས་གནས་གྲེ་མ་གྲེ་མ་རྣམས། སྡ་མ་སྡ་མ་ལས་བརྩ་འགྱུར་གྱི་མཐོ་བའམ་
མང་བ་ཡིན། ¹ གཅིག་ ² བརྩ། ³ བརྒྱ། ༤ རྫོང་། ༥ ཁྲི། ༦ འབྲུམ། ༧ ས་ཡ། ༨ གྲེ་བ།
༩ དྲང་ཐུར། ¹⁰ ཐེར་འབྲུམ། ¹¹ ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ། ¹² ཁྲག་ཁྲིག་ (འདི་ལ་གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་
ཅེས་ཀྱང་ཟེར)

གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་དགྲིགས་པའི་ཞིང་། ཞིང་མཐའ་ཡས་བ་ཞེས་པའི་དོན། དབྱངས་ཅན་དགའ་ལློས།
ཆོས་མངོན་བ་ལྟར་ན། གྲེ་བ་གངས་གཅིག་རྩ་བུས་ཏེ། དེ་ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ་ལ་བཙེ་གཞི་
གཅིག་རྩ་བུས་པའི་དེ་འབྲེལ་ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ་གྲེ་བའི་གངས་དང་མཉམ་པའི་ཞིང་ཞེས་
པའོ། །འོན་ཀྱང་དེ་གངས་ངེས་བཟུང་ལ་མི་བྱ་ཡི། གངས་མཐའ་ཡས་བ་ལ་བྱའོ། །ཞེས་
གསུངས། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་རྗེའི་ལམ་ངེས་དུ་བྱངས་བ་ལས། གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་དགྲིགས་
པའི་ཞིང་དག་ན། །མཆོད་བ་རྣམ་མང་དཔག་མེད་རི་སྟེང་བ། །སྤྱེས་མཆོག་རྣམས་ལ་དེ་ཡིས་
རྟག་མཆོད་པས། །བུམས་པའི་སེམས་ཀྱི་གངས་དང་ཆར་མི་ཤོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །གྲེ་བ་
ཁྲག་ཁྲིག་དགྲིགས་པའི་ཞེས་པའི་དགྲིགས་བ་དེ། གངས་གནས་བཙོ་བརྒྱད་བ་ “དགྲིགས་”
ཞེས་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནས། སྤྱིན་དགྲིགས་ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་དགྲིགས་གང་ཡིན་དུ་བྱེད་པར་
བྱའོ། །

གྲེ་བ་ཐྱག་བརྒྱ། ཐེར་འབྲུམ་གཅིག་ (one billion: 1,000,000,000) དྲང་འཐུར་བརྩ། གྲེ་བ་ཐྱག་བརྒྱ་
རྣམས་དོན་གཅིག་

ཁྱེ་བ་ལི། དངུལ་དང་ཁོར་སོགས་ཁྱེ་བ་སྟེར་འོས་པའི་རྒྱ་དངོས་སོགས་ཀྱི་མིང་། ཁོར་སོགས་རིན་
ཐང་འདི་ཙམ་འི་ཞེས་ཆད་གཟུང་དུ་མེད་པ་ལ་རྒྱ་གར་ན་ཁྱེ་བ་འི་ཞེས་འདོགས་པར་ན་བ་ཁྱེ་
བ་འི་རྟོགས་བཟོད་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་རྗེ་གྲུང་ཐང་པ་གསུང་བ་ལྟར་ལོ། །

ཁྱེ་བྱལ་ཁྱད་པར། སྒྲིལ། བྱང་གསེས། ཞིབ་མོ། ཁྱེ་ལྷ་བཤའ་ཁྱེ་མ་ཞེས་པའི་ཐང་དུ་གཟིགས།
ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་ཆེ་འབྲིང་། འོ་པཎ་མང་པོས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཛོད་པའི་འཕགས་
བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་སྒྲུར་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེ་འབྲིང་གཉིས། ཁྱེ་བྱལ་རྟོགས་ཁྱེད་ཆེན་པོ་དང་།
འབྲིང་པོ་གཉིས་ཀ་སྟེ་དགོ་བསྟན་འབྱུར་སྒྲུར་ཆོགས་༽ ཙོ་བ་ རྟེན་བཞུགས་སོ། །

ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་ཆེན་མོ། <མ་རྩ་བྱུང་༥> འོ་པཎ་མང་པོས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཛོད་
པའི་འཕགས་བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་སྒྲུར་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཅ་ཆེན་ཞིག་ འབྲེལ་བཤའ་ཞིབ་པར་
སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལ་གཟིགས། ཁྱེ་བྱལ་རྟོགས་ཁྱེད་ཆེན་པོ་དང་། འབྲིང་པོ་གཉིས་ཀ་སྟེ་དགོ་
བསྟན་འབྱུར་སྒྲུར་ཆོགས་༽ ཙོ་བ་ རྟེན་པའི་ཐོག་གངས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤའ་ལས་བཞུགས།
ཐོག་གངས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤའ་སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་སམ་ཁྱེ་བྱལ་རྟོགས་ཁྱེད་འབྲིང་པོ་བཞུགས་སོ། །

ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་འབྲིང་པོ། <མ་རྩ་བྱུང་༥> སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལ་གཟིགས། སྟེ་དགོ་བསྟན་
འབྱུར་སྒྲུར་ཆོགས་༽ ཙོ་བ་ རྟེན་ཐོག་གངས་བརྒྱ་དང་སོ་གཅིག་ཀྱི་འབྲེལ་བཤའ་ལས་བཞུགས་ན་
བཞུགས། དེའི་པོར་དུ་ཁྱེ་བྱལ་རྟོགས་ཁྱེད་ཆེན་པོ་བཞུགས་སོ། །འདི་ལ་སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་
དང་། ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་འབྲིང་པོ། ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་འབྲིང་པོ་སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་
པ་ཞེས་གྲང་བྱའོ། །འདི་སྒྲོག་པའི་ཆེ། སྒྲ་སྒྲོར་མཐུག་གཉིས་ཆེས་བཞུག་དགོས། འབྲེལ་
བཤའ་ཞིབ་པར་སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལ་གཟིགས།

ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་རྟོགས་ཁྱེད་འབྲིང་པོ་སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལ། སྒྲ་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལ་གཟིགས།

ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་སྒྲ་བའི་ཅ་བའི་སྟེ་པ་བཞི། སྟེ་པ་བཞི་ཞེས་པའི་ཐང་དུ་གཟིགས།

ཁྱེ་བྱལ་ཏུ་བཤའ་ལ། ཞིབ་མོར་བཤའ་པ་ཞེས་པའི་དོན། དཔེར་ན། ཁྱེ་བྱལ་བཤའ་མཛོད་ཆེན་མོ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཁྱེ་བླ་ཏུ་བཤད་པ་ཆེན་པོ། ཁྱེ་བླ་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་གཟིགས།
 ཁྱེ་བླ་རྟོག་བྱེད། ཁྱད་པར་རྟོག་བྱེད། ཁྱད་པར་དབྱེད་བྱེད། ཁྱེ་བླ་ནི་ཁྱད་པར། རྟོག་བྱེད་ནི་
 དབྱེད་བྱེད་དོ། །

ཁྱེ་བླ་རྟོགས་བྱེད། ། ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ། ཞིབ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ། ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ།
 བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཁྱེ་བླ་རྟོག་བྱེད་ཅེས་ས་མཐའི་ཡང་འབྲུག་མེད་པ་ནི་ལེགས་
 པར་མི་མེས་ས་ཏེ། སྤེད་གཤམ་མའི་ཁྱེ་བླ་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་༼ ཅོ་བ ༡༡༣༡༥ ལས་
 གྲང་། ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པར་རྫོགས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱེ་བླ་
 ཏུ་རྟོགས་བྱེད་འབྲེང་བོའམ་སྤྱི་ལོ་བཅས་ལས་ཀྱིས་ལས་ཀྱང་། རྟོགས་བྱེད་ཅེས་འབྲུང་ངོ་། ། རོན་
 ལའང་འདིར་ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་བྱེད་ཅེས་པ་གོ་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་ཆེ་པར་སྤང་སྟེ། ཁྱེ་བླ་ཏུ་ཞེས་པ་
 བེ་ཞིབ་ཏུ་ཞེས་པའི་དོན་དང་། རྟོགས་བྱེད་ནི་ཤེས་པར་བྱེད་པའམ་བཤད་པ་ཞེས་པའི་དོན་
 ཡིན་པས། ཞིབ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱེད་པའམ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། ཁྱེ་བླ་རྟོགས་
 བྱེད་ཅེས་པ་ཆོག་ཅུང་མི་བདེ་བ་ལྟ་བུར་སྤང་ཡང་། དེ་ནི་ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་
 བསྐྱུས་ཆོག་ཙམ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དུ་སྤང་ཡང་སྟོན་མེད་དོ། ། ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་
 ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ནི། ལྷན་ཏེ་ཞེས་པ་འདི་ལོ། ཁྱེ་བླ་རྟོག་བྱེད་ཅེས་མཛོད་ན་ནི་ཁྱད་པར་
 འབྱེད་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཙམ་སོ། །² ཁྱེ་བླ་ཏུ་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་དང་དོན་འབྲེ།

ཁྱེ་བླ་གནས་མ་བྱ་བ། གནས་མ་བྱ་བ་ལ་གཟིགས།

ཁྱེ་བླ་བ། <འཛིན་པ་༩> ལུ་སྟེགས་པའི་ཁྱེ་བླ་ཅིག

ཁྱེ་བླ་སྤྱི་བ། (པར་ཕྱིན) རང་རིག་མི་འདོད་ཅིང་ཕྱི་དོན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་
 མཐའ་སྤྱི་བའི་གང་ཟག་དེ། ཁྱེ་བླ་སྤྱི་བའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེན། ཁ་ཆེ་ཁྱེ་བླ་སྤྱི་བ། ཉི་
 རོག་པ། ལུ་ལ་དབྱུས་ཀྱི་ཁྱེ་བླ་སྤྱི་བ་དང་གསུམ་ཡོད། སྤྱི་བཤད་ནི། ཁྱེ་བླ་བཤད་མཛོད་
 ཆེན་མོའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བས་ན་དེ་ལྟར་བཛོད་པའམ་ཡང་ན་དུས་
 གསུམ་ཇས་ཀྱི་ཁྱེ་བླ་ཏུ་སྤྱི་བས་ཁྱེ་བླ་སྤྱི་བ་ཞེས་བཛོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །

བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པའི་རང་རིག་ཁས་མི་ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན། དེའི་རྒྱ་མཚན་མཐར་ཐུག་ནི། ཤེས་པ་ནམ་
མེད་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་ཐུག་ཅིང་། དེ་ཡང་ཤེས་པས་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཆེ་རྒྱས་པ་བརྒྱད་མི་
དགོས་པར་རྗེན་པར་གཞལ་དུ་ས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ནོ། རྟེན་པ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་
དང་གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། རྟེན་པ་མཁས་
བྱུང་ཆོས་རྗེའི་སྤེལ་བ་དུན་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་ལས། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་བའང་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་
བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་དེ་ལྟ་བུ་ཁས་ལེན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེ་རང་རིག་ཏུ་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན་
ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཤེས་པ་རྣམས་མེད་དུ་ཁས་ལེན་པས། གཟུང་རྣམ་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་
ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་རང་
རིག་ཏུ་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ། རིག་བྱ་མེད་པའི་རང་རིག་དང་། སྤྱོད་བྱ་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་
མི་འཐད་སྤྲུལ་དུ་བསམས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ། དབྱ་བཙེམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྒྱུན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེགས་པ་
གནས་བརྟན་རྣམས་ཀྱི་ན་བ་ནས་ན་བར་བརྒྱད་པ་ཕྱིས་ཡི་གེར་བཀོད་པའི་བམ་པོ་བརྒྱད་
བརྒྱ་ཙམ་ཡོད་པའི་བསྟན་བཙེམ་ཤིག་སྟོན་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཆོག་བརྗོད་
ནས་དེའི་གདམས་ངག་སྟོན་པ་དང་དཀོངས་པ་འགྲེལ་པ་ཙམ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་
ལས་ལོགས་སུ་བསྟན་བཙེམ་ཆོས་པ་མེད་དོ། ཕྱིས་སུ་མ་འོངས་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་རྣམས་གོ་བདེ་རུ་བཏང་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འཇུག་ཞེས་མོར་བཤད་པའི་
བསྟན་བཙེམ་བརྒྱུ་པ་ལ། བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱའོ། འདི་གཞུང་འགྲེལ་
མཛོད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་མོག་ཆོས་པར་མཛད་པར་རྒྱལ་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་
མཚོ་གསུང་དོ། རྟེན་པ་ཅིག་གིས་འཕགས་པ་ཉེར་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་སུ་དབྱ་བཙེམ་པ་རྣམས་
ཀྱིས་སྤྱོད་མཐུན་ནམ་ཐུན་མོང་དུ་བརྒྱུས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་བྲག་པ་དང་
ཐམས་ཅད་འདོད་ལ་སོགས་པས་བྱས་པར་འདོད་ཅིང་། འོད་རྣམས་ནི་ཐམས་ཅད་འདོད་
དང་། སྤྱོད་པོ་ལ་སོགས་པ་དབྱ་བཙེམ་པ་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་རི་པོ་འཕགས་བྱེད་གར་མཁན་

ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཛད་པ་སོགས་སྤྲོ་ཆོགས་སྤྲང་ཡང་། གང་ལྟར་དག་བཅོམ་བ་དེ་དག་གི་གསུང་རྒྱུ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱིགས་པ་གནས་བཞུག་ནམས་ཀྱི་ན་བ་ནས་ན་བར་བརྒྱད་པ་ཁྱིས་ཡི་གེར་བཀོད་པའོ། །རྫོ་བོ་རྫོ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤེས་ཀྱང་སྤྲོ་མ་རྩམ་དཀྱི་ཏེ་སྤྱན་སྤར་གྱི་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་ལོ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གསན་ནས་མཐའ་ཆོད་པར་སྤྲངས། འདི་ལ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ཆེན་པོ་དང་། གྱི་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ། གྱི་བྲག་བཤད་མཆོ། གྱི་བྲག་བཤད་མཛོད་བཅས་ཐ་སྙད་ཅི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་སྤྲང་རོ། །བྱ་སྟོན་གྱིས་དག་བཅོམ་པ་བཞི་ལྟར་དང་། སྤྲུང་པོ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ཤིང་། བཤད་མཛོད་ཅེས་པ་མི་འཐད་གསུངས་སོ། །འདི་བོད་དུ་མ་འགྱུར་ཡང་། དེའི་དུམ་བྱ་ཞིག་བོད་དུ་འགྱུར་བའི་སྟོར་སྟོང་རྩོམ་སྤྲུང་འབྲུམ་སྤྱི་གསུམ་པམ་དང་བོད་ལོ་༧༧༠༠འདུལ་བ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལས་གསུངས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེའི་དུམ་བྱ་ཞིག་ཀྱང་དེར་བྲངས་ཡོད་དོ། །གཞུང་རིལ་པོ་མ་བསྐྱར་བར་དུམ་བྱ་ཞིག་བསྐྱར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ལོ་རྒྱ་བ་བེ་རོ་ཅ་ན་སོགས་པ་ལོ་རྒྱ་བ་མང་དུ་འཆོགས་པའི་སྐབས་སུ་གྱི་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱར་དཀའ་བའི་དུམ་བྱར་བགོས་ཏེ་བསྐྱར་བཙུག་པས་བེ་རོས་བསྐྱར། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱར་མ་ཐུབ་པར་ལུས་པར་གྲགས་སོ། །འདི་སྟོར་བྱར་ཅམ་ཞིག་གོང་སྤྱུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་རང་རྣམ་སྤྱི་གྲུའི་བདུད་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བ་གཟུགས་པ་ཉན་གསལ་ལོ། །ཡང་གྲག་དཀའ་སྤྱུལ་སྤྱིའི་རྣམ་ཐར་ཞིག་ཏུ། འདི་རྒྱ་ཡི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྟོ་བཟང་ཆོས་འཕགས་ཞེས་བྱ་བ་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་རྒྱ་མིའི་སྐད་དུ་སྤྲུང་མཁན་དེས་གྱི་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ཡོད་ཆུང་ཞིག་མཐོང་བས། དེ་བདེན་པ་ཡིན་མིན་དབྱེད་པར་འཆའ་ལོ། །

གྱི་མ། ས་རྫོ་ཞིབ་མོར་སོང་བའི་རྒྱལ། སྤྲུང་བཤད་ནི། ཆགས་སྤྲུང་མཐའ་ཞིབ་ཞིབ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གྱི་མཐའ་གྱི་མ་ཞེས་བཏགས། སྤྲིར་གྱི་མ་དང་གྱི་མ་གཉིས་ལ་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་རུང་། ཆོག་གི་ཐད་ཀའི་གོ་དོན་ཆགས་སྤྲུང་བའི་ཆ་ནས་བཏགས་པ་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁུ་བྱ་སྤྲུང་མའི་དག་སྟོན་འགྲེལ་པར། གྱི་མ་གྱི་མ་ཞེས་གྱི་མའི་དོན་གྱི་མ་ལ་འགྲེལ་འདུག་པས་སོ། །གྱི་དང་གྱི་

གཉིས་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་པར་ཅམ་ལས་དོན་གཅིག་པར་ཤེས་ན། བྱེད་བྱུག་སོགས་ལ་འད་དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་བ་ལོན་པར་འགྱུར་རོ། །

བྱེད་མ་སྟེད། བྱེད་མའི་བྱངས་དང་མཉམ་བ་སྟེ། མཐའ་ཡས་པའི་དོན།

བྱེད་མ་མའི་མདོག་ བྱེད་ཆོན་གྱི་མིང་ཡིན།

བྱེད་མའི་བྱུལ་གྱི། བྱེད་མས་ཡོངས་སུ་གང་པའི་བྱུལ་གྱི།

བྱེད་རྒྱ། རྒྱ་བྱུག་གི་དང་པོ། རང་ཉིད་སྦྱེ་བ་ལ་གཤམ་མི་བྱེད་པར་གནས་པ་ཅམ་ལ་བྱེད་རྒྱར་འདྲི། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོས་གཞོན་པ་མ་བྱས་པ་ལ། བདག་ཅག་རྒྱལ་པོས་བདེ་བར་བྱས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །མཚན་གཞི་ནི། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ། །

བྱེད་སྒྲ། (བརྒྱ་སྟོན) བྱེད་པ་པོ་སྟོན་པའི་ཐད་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་སྟེ། “གིས་བྱིས་བྱིས་འིས་ཡིས་”སྟེ་ལྟེ། །1 བྱེད་པ་པོ་སྟོན་པ་ནི། དཔེར་ན་ལྷ་མས་ཆོས་གསུང་ལྟ་བུ། 2 བྱེད་པ་སྟོན་པ་ནི། ལྷ་རེས་ཤིང་གཙོན་ལྟ་བུ། 3 རྒྱ་མཚན་སྟོན་པ་ནི། དཔེར་ན་ལེ་ལོ་ཆེ་བས་ལོན་ཏན་མ་ལོབས་སོ། ཞེས་དང་། མ་ཤེས་བས་ཞོངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 ཆོག་སྒྲ་བྱི་མཚམས་སྟོར་བ་ཅམ་ལས་རྒྱ་མཚན་གསལ་བར་མི་སྟོན་པ་ནི། དཔེར་ན་ཁྱོད་སུ་ཡིན་དེས་པས་ད་ལྟོ་བཟང་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ།

བྱེད་ཆོས། བྱེད་པའི་ཆོས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

བྱེད་པ། (བརྒྱ་སྟོན) 1 བྱེད་པ་བྱེད་བཞིན་པ་ལ་ཟེར། བྱེད་པ། དཔེར་ན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ། བཀའ་སྟོན་བྱེད་པ། སྤྱི་ཞུ་བྱེད་པ། གཅེས་སྤྱས་བྱེད་པ། སྤྱིག་པ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དུས་གསུམ་ལ་སྦྱར་ན། བྱེད་པ། བྱས་པ། བྱ་བ། བྱོས། 2 བྱེད་པ་པོ་པལ་པ་ལ། བྱེད་པ་ཟེར། དཔེར་ན་སྤྱ་རེ་ལྟ་བུ། 3 ཡི་གེའི་སྒྲ་གདངས་འབྲིན་པ་འཇམ་འདོན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལ། བྱེད་པ་ཟེར། འདི་བརྒྱ་སྟོན་གྱི་གཞུང་དུ་གནས་དང་། བྱེད་པ། ཆོས་བའམ་རྒྱུང་། རྣམ་ཤེས་དང་བཞིར་བྱེད་པའི་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །གནས་ནི་དེལ་བྱའི་ཁོག་པ་འབྲ་བ། བྱེད་པ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་བའི་དེལ་བྱའི་ལྟེ་ལྟ་བུ། རྒྱུད་ནི་དེལ་བྱ་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱེད་པའི་ལག་པ་ལྟ་བུ། རྣམ་ཤེས་ནི་དེལ་བྱ་འཁོལ་མཁན་གྱི་

བྱེད་པ་བཅེངས་པ། 1 ཡུམ་གྱི་གསང་གནས་བྱེད་ཀྱི་གདོང་ངམ། བལ་སྐྱོད་དུ་བྱེད་མེར་བེད་ལས་
 དབུ་མའི་མར་སྒྲ་སོར་གང་ངམ་བྱེད་ཅམ་བྱེར་ཐོན་པ་ཡལ་གྱི་ནོར་བུའི་ཕྱག་པའི་ནང་དུ་
 བརྟལ་ནས་དམ་དུ་བཅེངས་པ་ལ་བྱེད་པ་བཅེངས་པ་ཟེར། དེ་ལ་ཅ་ནོ་ཇི་སྒྲིལ་སྐྱུང་ཡང་ཟེར།
 དག་དཔེན་གྱི་སྒྲིལ་སྐྱུང་བཞིའི་ཡ་གྲལ་ཞིག་དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། ཕྱག་རྒྱའི་ཅ་ནོར་
 བས་རྒྱང་བྱང་སྟེ། རང་གི་ཅའི་ནང་དུ་སླེབས་ན་སྟོམས་འཇུག་གི་བདེ་བ་སོགས་གང་བས་
 གྲང་ལྷག་པའི་བདེ་བ་སྟེ་ལ། རྒྱང་དེ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱའི་ནང་དུ་བརྟལ་བས་རང་གི་ཐུར་སེལ་གྱི་
 རྒྱང་ཕྱེན་དུ་ལོག་སྟེ་ཕྱག་རྒྱའི་རྒྱང་དེས་སྒྲ་འདེན་བྱས་ནས་དབུ་མར་ཞུགས་ཤིང་བརྟལ་
 བས་ཤོད་འབར་ནས་སྒྱི་བའི་རྟོ་ཡིག་བཞུ་ཞིང་། བྱང་སེམས་རྒྱ་རྒྱའི་མར་སྐར་སླེབས་པ་ན་
 ཕྱག་རྒྱའི་ཡང་ཁ་བ་བཞུ་ནས་རྒྱ་རྒྱའི་ལམ་ནས་བྱང་སྟེ། རང་གི་ཅའི་ནང་དུ་ཟང་པ་ན་ཐབས་
 ཤེས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་གནད་ཀྱིས་ལྷ་མའི་བདེ་བ་དེ་ལས་གྲང་ཆེས་ཆེ་བ་ཞིག་འབྱུང་ཞིང་།
 དེ་ནས་མན་ངག་གི་བྱེན་དུ་བརྒྱུག་པའི་སྐྱོར་བས་ཐིག་ལེ་དེ་སྟེ་བར་སླེབས་པ་ན་དགའ་བ།
 སྟིང་གར་སླེབས་པ་ན་མཆོག་དགའ། མཐིན་བར་སླེབས་པ་ན་ཁྱད་དགའ། གཙོག་གཏོར་དུ་
 སླེབས་པ་ན་ལྷན་སྟེས་ཀྱི་དགའ་བ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་འབྱོར་བསྟོམ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །ཇིའི་
 གསུང་ལ་གཞི་བྱས། 2 ཡང་བཤད་ཚུལ་རྩང་མི་འད་བའདི་ལྟར། བྱེད་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་
 པའི་དབང་པོ་སྟེ། འཆིང་ཚུལ་ནི་དེ་རྣམས་རང་གི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ལོག་པ་སྟེ། མི་འཇུག་
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྟེང་དུ་སོག་གི་རྒྱང་དང་། ལོག་ཏུ་ཐུར་སེལ་བཅེངས་པའི་སྟོ་
 བས་བཞོན་པའི་རྒྱང་བཅེངས་ནས་འཆིང་བ་ཡིན་ལ། རྒྱང་འཆིང་ཚུལ་ནི་རོ་རྒྱང་ལ་རྒྱ་བ་
 བཀག་ནས། དབུ་མར་འཇུད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

བྱེད་པ་འཆིང་བ། བྱེད་པ་བཅིངས་པ་དང་འབྲ།

བྱེད་པའི་ཆོས། འཛོག་ཆོས། སངས་རྒྱས་སུ་འཛོག་པའི་ཆོས་ལ། སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་བྱེད་པའི་ཆོས། །མི་སྒྲོབ་པ་དང་གཉི་ག་དང་། །མྱ་ངན་
འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱེད་པའི་བྲང་། <ཀ་ར་རྒྱ་མུ་ཏ་ཀ་> ལྟོ་ཤོགས་རྒྱ་མཆོའི་གྲིང་ཐུན་སྒྲན་མང་པོ་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་
བཞེད་དོ། །

བྱེད་ཅི་བྱེད། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་རྒྱའི་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་པ།

བྱེད་ལས་དང་བྱ་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར། བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མ་འོངས་པར་ “བྱ་ལས” སམ་ “བྱ་
ཆོག” དང་། བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བར་ “བྱེད་ལས” སམ་ “བྱེད་ཆོག” ཟེར། སི་རུ་
འབྲེལ་ཆེན་ལས། བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་ལས་ཀྱི་ཆོག་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའང་
དབྱེ་བ་དེ་དག་ཏུ་འདུས་ཏེ་རྒྱས་གསུམ་གྱི་དབང་གིས་བྱེད་པའི་ལས་ནི་རྒྱས་ད་ལྟ་བ་དང་། བྱ་
བའི་ལས་ནི་རྒྱས་མ་འོངས་པར་འདུ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་ཆོག་ལ་
གཟིགས།

བྱེད་ཟུལ། ལུ་ལ་ཅེ་བའི་མིང་། བྱེད་སྤྱོད་ལ་ཅེ་བ་ལྟར། ལུ་ལ་གཉིང་དུ་འཇུག་པ། ལྷེད་དུ་འབྱུང་བ།
ཐག་རིང་དུ་འགྲོ་བ། ལྷེད་དུ་མཆོང་བ་དང་རྒྱག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཅེ་བའོ། །འདུལ་བ་ལུང་
གཞི་༼ ཀ་པ་ ༡༣༡༣༥ལས། རི་ལ་ཡང་ཐད་ཀར་འགྲོ། །ར་བ་ལ་ཡང་ཐད་ཀར་འགྲོ་སྟེ། ལུས་
ཀྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པར་འགྲོ་བ་ནི་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ས་ལ་ཡང་ལྷེད་དུ་
འབྱུང་བ་དང་བྱེད་ཟུལ་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་ལུ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱེར། སྐྱག་ནས་གནས་འཕེལ་མེད་དུ་བྱོས་པའི་དོན། ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༡༤༢ན་ལས།
བྱེར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱག་ནས་པན་ཚུན་དུ་བྱོས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱེས། གཞིའམ་རྩ་བའི་གནས་དེ་ལས་ལོགས་སུ་ཁ་བྱེས་པའམ་ཐ་དད་དུ་སྒྱུར་བ་ལ་ཟེར། བྱེས་
ཞེས་པ་ཐ་དད་དུ་འསྒྱུར་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་ཆོག་འབྱེ། བྱེ། འབྱེ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལས་

བྱང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། བྱེས་བ་བྱ་ཆང་ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ།
ཁྱོལ་བ། ༡ གཡོལ་བ། གཟུར་བ། ཁྱོས་བ། དཔེར་ན་གཡོལ་ནས་འགྲོ་བ་ལ་ཁྱོལ་སོང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ།
2 གཏོད་བ། རྒྱ་བ་ཁྱོལ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། རྒྱ་བ་ཁྱོལ་ཏེ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་དེ་མཉན་བ་ལ་རྒྱ་བ་དང་སེམས་དག་རྣམས་པར་གཏོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་
ལྟར་ལོ།

ཁྱོལ་སོང་། དུད་འགྲོ། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། མི་ལ་འདྲོགས་ཏེ་ཁྱོལ་བ་འཕམ་གཡོལ་ནས་འགྲོ་བས་དེ་སྐད་ཅེས་
བྱ། ཡང་ན། ཁྱོལ་བ། གཡོལ་བ། གཟུར་བ། ཁྱོས་བ་རྣམས་དོན་པལ་ཆེར་འབྲལོ། །ལོ་བཞ་
བཀའི་ཐང་ཡིག་༥༩༡ལས། རོ་བོ་སྤྱན་ཞིང་སྤོངས་པའོཟེ དེས་ཆོག་ཡང་དག་ལམ་ལས་ཁྱོལ་ཟེ
ངན་སོང་གནས་སུ་སོང་བའོཟེ ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ།

བྱ་ཏི་དགེ་བཤེས། བྱ་ཏི་སྤུམ་འབྲེལ་མཛད་པ་པོ་མཁས་མཆོག་བྱ་ཏི་རིན་ཆེན་གྲུབ། བྱ་ཏི་དགེ་
བཤེས་རིན་ཆེན་གྲུབ་ལ་མཆོན་གཞན། བྱ་ཏི་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོ་ཞེས་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་
བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་མཆོན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་སེར་བྱེས་ཉེ་ཤོར་མཁན་བྱུར་སློབ་ཐང་
དབང་བླུག་རིན་པོ་ཆེས་དཔེ་བྲིད་སྐབས་ལོ་རྒྱུས་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱུས་པར་གསུངས་བ་ད་ལྟ་
ཡང་ལྟར་ངེར་བྲན། དཔེ་མང་སོར་སྤྱ་ཏི་དགེ་བཤེས་ཞེས་བྱེས་སྤྱང་།

བག་དཀར་བ། (སློ་སྤྱོད) དགེ་བཤེས་པོ་ཏི་བའི་སློབ་མ་ཞིག་སྟེ། པོ་ཏི་བའི་དཔེ་ཆོས་རྩ་བ་ལ་འབྲེལ་
བ་མཛད་མཁན་དེའོ། །བག་དཀར་སྟག་ཅེ་བ་ཡང་ཟེར།

བག་དཀར་སྟག་ཅེ་བ། (སློ་སྤྱོད) བག་དཀར་བ་དང་འདྲ།

བང་ཁང། (འདུལ་བ) རྒྱན་པར་སྤོད་པའི་གནས་ཁང་གི་མིང་ཡིན་པར་བཤད། ཁྱིམ།

བང་ཆིངས། (འདུལ་བ) རྒྱ་ཁེབས། རྒྱ་ལུབས། ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། བང་ཆིངས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་རྒྱ་མ་ལ་སྤོད་པའི་དངོས་སོར་མི་འགྱུར་བར་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་རྒྱ་མ་བཅིང་བའི་ཐབས་
སུ་གྱུར་པའི་ཆིངས་མ་ཐམས་ཅད་ལ་བང་ཆིངས་ཉིད་དུ་བརྗོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ།

བད་བྱུད། ལྷུང་ཅག་ ཆང་ལྷུང། ཆང་ངེ་ལྷུང་ངེ། ལྷུང་ལྷུང། ཆན་ཆོན་གྱི་དོན་དུ་བཤད། རྗེའི་ལམ་

རིམ་ཆེན་མོ་ལས། འོ་སྒྲོལ་དགེ་བ་འབྲ་བ་བྲད་བྲད་བྲད་པར་འདུག་ཀྱང་འཕེལ་རྟགས་མེད་
པར་ཟད་རྟགས་མང་བ་དེ་བྱང་མེམས་དང་གྲོགས་ལ་ཞེ་སྤང་དང་བརྟུས་བ་བྱས་ཤིང་མ་སྤྱང་
བས་ཟད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

བྲད་ཟེད། བྲད་ཟེད་དང་། བྲད་བྲད། བྲད་བྲད་རྣམས་སྤྱང་བའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད།

བན། ¹ ཆེ་གཡོག་དང་། གཡོག་སྟོ འབངས་ལའང་གོ་སྤྱོད་བཤད་ནི། བན་ནམ་བན་ཞེས་བ་སྤྱང་བའི་
དོན་ཡིན་པས་རང་གི་བདག་པོ་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྤྱང་བའམ་དམན་བ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བཛོད་
དོ། ² བན་དང་། སྤྱང་བ། བ་སྟོ། དམན་བའི་དོན། མདོ་དགོན་བརྟེན་སྟེ། ཁ་བ་ ༡༥ བ་
༧ལས། མཆོ་བན་དང་། སྤྱང་དང་། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། མཆེམས་མཛོད་ ༡༩༧ལས་ཀྱང་།
གཞུ་ལ་སོགས་བ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བཞི་རེ་འདྲ་ “སྤྱབན” ལྟ་བུ་སྤྱབ་སྤྱད་བཅས་བ་མཆོ་
མཛོད་བ་ལ་གཡམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ནས། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

བན་ཁ། རོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་འཕན་ལུལ་ལེན་བ་སྤྱིལ་བྱར་ལེབས་སྤྱབས་སྤྱ་རྩ་མཁྱེན་ཤུན་བཞི་སྟོར་གྱི་སྟོ་
ནས་དམ་ལ་བཞག་པའི་བན་ཁ་ཞེས་བ་ནི། མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་གྱི་སྟོན་པོ་ཆོས་ལ་དཀར་བ་
བན་ཁ་དཔལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཁྲིམས་ལ་སྤྱར་བས་མི་མེན་དུ་སྤྱེ་བ་སྤྱངས་བ་དེ་ཡིན། འདི་ཤིན་ཏུ་
གཏུག་རྩལ་ཅན་དུ་གྲགས་ཤིང་། བོད་སྤྱིལ་དབང་བའི་རྩེ་བོ་མི་འོང་བ་འདི་ཡིས་བྱས་པར་
ཆོས་བྱང་རྣམས་ལས་ཡང་ཡང་གསུངས་སོ། །ཞེས་སྟོང་དོལ་སྤྱེ་མ་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

བན་མོ་དབུལ་མོས་ཀྱ་རྩུ་ལ་ན་ལ་དབུལ་བཅོངས་པའི་ལེའུ། དབུལ་ཞིང་མོངས་པའི་བན་མོ་ཆུན་མོ་
ཞིག་གིས་འཕགས་བ་ཀྱ་རྩུ་ལ་ན་ལ་སྤྱབ་ཅང་མ་སྤྱང་བཟེད་གང་སྤལ་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བས་
སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་དུ་སྤྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་འདི་མདོ་མཛངས་སྤྱན་ན་བཞུགས། “ཡོན་ཆབ་
གྱི་སྟོར་” ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས་ན་དེར་བཀོད་ཡོད།

བན་གཡོག་ཆེ་གཡོག་ བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། བན་གཡོག་གི་དོན་ལ། གཡོག་འཁོར་ཞེས་
འབྱུང་བ་ནི་མི་ལེགས་སོ། །

བམ་ཟེ། <བླ་སྤྱོད> རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་མཛོ་ཤོས་ཤིག་བམ་ཟེ་ནི་ལེགས་སྤྱར་

ཀྱི་བླ་མ་ “ བླ་མ་ ” ལུ་ཆག་པ་སྟེ། བསྐྱར་ན་ཆངས་པ་ལས་བྱང་བ་ཞེས་སྟོགས་སྟོན་ལོ་
 རྩོམ་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲུ་ཁང་ལས་གསུངས། བླ་མ་ “ བླ་མ་ ” ཅི་ཆངས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་
 རྩོམ་འབྲང་བ་ནམས་ལ་བྲམ་ཟེ་ “ བླ་མ་ ” ཟེ། བྲམ་ཟེ་ནི་ཆངས་པའི་ཁ་ལས་བྱང་བ་དང་
 རིགས་གཞན་ནམས་ཀྱང་པ་སྟོགས་ཆངས་པའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞན་ནམས་ལས་བྱང་
 ཞེས་ཀྱི་རོལ་པའི་རིག་བྱེད་ལས་འབྱུང་ངོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། བྲམ་ཟེ་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རམ་སྤྱིག་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་གསུངས།
 བྲམ་ཟེ་ལ་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་ནགས་ཀྱི་འདབ་ནམས་སུ་གནས་པས་ཀྱི་རོལ་བ་ཞེས་
 གྲང་བྱ་སྟེ། ལུང་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། བྲམ་ཟེ་ནི་གང་ཡིད་ཕྱིར་སྟོགས་པ་ཁྱིམ་དག་
 ཏུ་གནས་པའི་བསམ་པ་མེད་པར་གྱུར་པའོ། །ཞེས་གསུངས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།
 བྲམ་ཟེའི་དོན་ལ་ཆངས་སྟོད་ཅེས་འབྱུང་ཡང་བྲམ་ཟེ་ནི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་པས་དབྱེད་
 ཏོ། །སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་གསེར་གྱི་མེད་མཛེས་ལས་ཀྱང་། བླ་མ་ཞེས་པ་དཀའ་
 ལུབ་དང་། ཆངས་སྟོད་ལ་བསྐྱར་བར་སྤང་ཡང་དབྱེད་ཏོ། །

བྲམ་ཟེ་སྐར་རྒྱལ། (འདུལ་བ) ། ལྷ་མེའི་བྱའི་ཡབ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ཀ་པར ། འདིའི་སྐོར་མང་དུ་
 འབྱུང་ངོ། །

བྲམ་ཟེ་སྐྱ་གཅན་འཛིན། བྲམ་ཟེ་སྐྱ་གཅན་འཛིན་བཟང་པོ་དང་འབྲ།

བྲམ་ཟེ་སྐྱ་གཅན་འཛིན་བཟང་པོ། གྲུབ་ཆེན་ས་ར་ཉའི་མིང་གཞན། ས་ར་ཉ་ལ་གཟེགས།

བྲམ་ཟེའི་ཁྱེུ་མ་ལ། (འདུལ་བ) བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ལུ་པའི་སྐྱ་སྐྱེ་ལྷ་ས་ཞིག་སྟེ། བསྐལ་བ་
 བཟང་པོ་འདི་ཉིད་ལ་སྐྱེ་དགུ་ནམས་ཀྱི་ཆེ་ལོ་ཉི་ཁྱི་ལུབ་པ་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་
 རྒྱས་འོད་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་འཛིག་ཉེན་དུ་བྱུང་ཞིང་། དེའི་དུས་ཀྱི་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེུ་མ་ཞེས་བྱ་
 བ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་འོད་སྤང་གིས་དེ་ལ་ཁྱོད་སྐྱེ་
 དགུ་ནམས་ཀྱི་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་ལུབ་པ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུན་པ་ཡང་དག་པར་
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་ལུ་པའི་བྲམ་ཟེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །འདུལ་བ་

ལུང་གཞི་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད་དོ། །

བཅས་ཟེའི་རིགས། (འདུལ་བ) རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ཕྱིར་གྲོང་ལས་ཡིད་
ཕྱིར་ཕྱོགས་ཏེ་ཆངས་སྤྱོད་གཙང་སྤྱུར་ལེན་ཞིང་དཔེན་པའི་གནས་བསྟེན་པ་དེ་དག་ལ་
བཅས་ཟེ་བེད།

བཅས་སྟོན་གྱི་ཡོན་ཏན་དྲུག་ཙུ་ཙ་བཞི། (པར་ཕྱིན) རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས་གསུངས་པའི་བཅས་སྟོན་གྱི་ཡོན་
ཏན་དྲུག་ཙུ་ཙ་བཞི་ནི། སྟོབས་བཅུ། མི་འཛིགས་པ་བཞི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་
བཅོ་བརྒྱད་དེ་བཅས་བའི་ཡོན་ཏན་སུམ་ཙུ་ཙ་གཉིས་དང་། རྣམ་སྟོན་གྱི་ཡོན་ཏན་སུམ་ཙུ་ཙ་
གཉིས་ནི། མཚན་བཟང་པོ་སུམ་ཙུ་ཙ་གཉིས་པོ་རྣམས་སོ། །

བྲིན་པ། 1 ཆོང་ཐོག་རྒྱག་པའམ། ཉོ་མཁན་མང་བའི་དོན། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། ཡུལ་དང་
དུས་ལ་བབ་པའི་ཆེ། རབ་ཏུ་བསྐྱེམས་ཏེ་ལན་འགའ་སྟེ། ལེགས་བཤད་ཡིན་ཀྱང་མང་གྲུར་
ན། ཆོང་ཐོང་ལྷག་བཞིན་བྲིན་མི་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཅིས་ཆེ་བའམ་རིན་ཐང་
ཆེ་བའི་དོན་ལ་འབྲུག་པར་བཤད། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། མཁས་པ་རང་གི་ཡུལ་བས་
ཀྱང་། ཡུལ་ཁམས་གཞན་ན་མཚོད་པ་ཐོབ། ཁོར་བུ་གཞན་དུ་བྲིན་པ་ཅམ། རྒྱ་མཚོའི་གླིང་
དུ་ག་ལ་བྲིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བྲིས་སྐྱའི་ཐོག་མ། སྤྱིད་པ་འཁོར་ལོའི་དཔེ་རིས་འདི་བཞིན་ནང་པའི་བྲིས་སྐྱ་བཞེངས་པའི་ཐོག་མ་
ཡིན་པར་བཤད་དེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་མུ་ཏྲ་ཡས་
རིན་པོ་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་ཁམས་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཞིག་སྟེས་སུ་བསྐྱར་བའི་ལན་དུ། རྒྱལ་པོ་
གཞུགས་ཙན་སྟོང་པོས་སྟོན་པ་ལ་གནང་བ་ཞུས་ཏེ། སྟོང་དུ་སངས་རྒྱས་ཐུང་ན་ལས་འདས་
པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དཀར་པོ་ཉི་ལུང་སྟོན་པའོ། བར་དུ་ཉེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལྟོག་རྣམས་
གསལ་བར་མཚོན་པའི་སྤྱིད་པ་འཁོར་ལོའི་དཔེ་རིས། འོག་ཏུ་བཅུམ་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་
བྱ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆེགས་བཅད་གཉིས་པོ་བཀས་གནང་བ་ལྟར་བྲིས་ཏེ་བསྐྱར་བར་མདོ་
ལས་གསུངས་ཞེས་འབྱུང་དོ། །

བྲིས་ཆ། ལག་པས་བྲིས་པའི་རིམ་དང་ཡིག་སོགས།
བྱ་ཤ། དེང་སང་ཤིན་ཅང་ཞེས་པའི་ནང་གི་སྤྲེལ་གཤམ་གི་མིང་། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་བཟླ་
བཞུལ་དོན་གཉེར་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ན་གསལ།
བྱད་བྱད། རྩུང་རྩུང། བྱད་བྱད། བྱད་བྱད། བྱད་བྱད་ནམས་དོན་གཅིག་རྩེའི་ལམ་རིམ་ལས། སྟོན་པ་
རིན་པོ་ཆའི་གསུང་ནས་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་པའི་གམ་ན་མི་དགེ་བ་བརྩུ་སྤྲིག་པ་བྱད་བྱད་
ཡིན་གསུང་སྟེ་མད་བར་སྤང་ངོ། ། ཞེས་གསུངས།
བྱབས་བྱེད། མཐུ་བྱེད། མཐུ་རྒྱག་པ། རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གཞོད་པ་བག་ཅམ་བྱུང་ན་
བཟོད་པ་མི་བསྐྱོམ་པར་འདིས་བསྟན་པ་རྩ་བ་ནས་བཞིག་ཟེར་བྱབས་བྱེད། དེས་ནི་སྟོམ་པ་
གཏོང་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །
གྲེ། 1 ཁོ་ལ་སོགས་པ་འཇལ་བའི་སྟོང་། 2 ལྷ་བྲེ་ཞེས་པའི་ཆོག་བསྟུས་པ། 3 རོག་གཡོགས། རོག་
གཡལ། མཆོད་རྟེན་གྱི་སྟེང་དུ་ལྷ་བྲེའི་རྩུལ་དུ་ཡོད་པའི་སྟེང་གཡོགས་ལ། མཆོད་རྟེན་གྱི་བྲེ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་མཆོད་རྟེན་ཉི་མ་དང་ཆར་པ་སོགས་ལས་སྐྱེབ་བྱེད་ཀྱི་རོག་གཡོགས་ལ་
ཟེར། བོད་བཟོའི་མཆོད་རྟེན་ནམས་གྱི་བྲེ་ལ་རོག་གཡལ་གྱི་རྩམ་པ་གསལ་བར་མི་ཐོན་ཡང་།
རྒྱ་གར་སོགས་ཀྱི་ནང་པའི་མཆོད་རྟེན་སྟེང་པ་དང་དེའི་རིས་མོ་སྟེང་པ་རྩམས་ལ་གསལ་བར་
ཐོན་ཡོད། །མདོ་རྩ་བར་དེ་ལ་མཆོད་རྟེན་གྱི་བྱ་བུ་ཞེས་ཐ་སྟད་གསུངས་ཡོད།
གྲེ་བ། (བྱེད་འབྲེལ) བྲེས་པ། བྲེ་བ། བྲེས། འདོགས་པའི་དོན། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས།
མཆན་མ་བརྟན་པོ་གཟུགས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་བཞིར་སེང་གྲེང་གི་བྱར་བྱ་བཏུབ་
པའམ་སྤང་བུ་བྲེས་པའམ་རྩོལ་བཞག་པའམ་སྟོལ་བཏོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་བརྟན་པོ།
ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། སྟེང་དུ་འདོགས་རྒྱུའི་མཆོད་རྩས་ལ་ལྷ་བྲེ་ཟེར་བ་ལྟ་
བུ། བྲེས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།
བྲེ་མའི་གཏམ། མོང་གཏམ་མམ་དོན་མེད་ཀྱི་གཏམ།
བྲེ་སྤང་འཇལ་བྱེད་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར། ཁོ་ལ་སོགས་པ་འཇལ་བའི་སྟོང་ནི་འདིར་བྲེ་ཡིན་ལ།

གསེར་ལ་སོགས་པ་འཇལ་བའི་ཐབས་སུ་གྱུར་བ་ནི་སྤང་ཡིན་ཞིང་། འཇུ་བའི་ཇུས་མར་དང་
ཉིལ་མར་ལ་སོགས་པ་འཇལ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་བ་ནི་འཇལ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཞེས་
ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

བྱེད་ཆགས། ལྷན་ཆགས། གཏན་ཆགས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གཉིད་རྒྱགས་དང་བྱིང་བའི་
དབང་དུ་ཡང་མི་བཏང་བར་ཤེས་པ་ཆེར་གསལ་ཞིང་དུངས་པའི་དང་ནས་བྱེད་ཆགས་སུ་
བསྐྱོམ་སྟེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བཟུངས་བཟོད་དང་ནི་དཀའ་ལྷན་སོགས། །ཡུན་རིང་དུས་སུ་
སྤྱད་བྱས་ཀྱང་། །སེམས་གཞན་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི། །དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་མེད་
གསུངས། །ཞེས་ཡིད་གཞན་དུ་གཡེངས་པའི་དགོ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུ་རྒྱུང་བར་
གསུངས་པའི་བྱིར་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བྱེད་ཤ་འཛོན་པ། ཞེད་སྤང་གི་ནམ་འགྱུར་འཛོན་པ། དངངས་སྒྲག་གི་ཉམས་འཛོན་པ། སྤྱོད་འཇུག་
ལས། བྱེད་ཤ་འཛོན་པའི་མིག་བཟད་ནས། །ཐོགས་བཞེད་སྒྲུབས་དག་ཆོལ་བར་བྱེད། །ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

བྱེུ་རྒྱུང་། (འདུལ་བ) 1 འབྲུ་རིགས་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་མ་གཞིའི་བྱེུ་རྒྱུང་གང་ལ། མ་གཞིའི་སྤང་བཅུ་
དྲུག་ཡོད། རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་༼ རྒྱ་བ ༡༩ རྣམ་ལས། ཉིལ་དང་ཉུངས་ཀར་བྱེུ་རྒྱུང་གང་
ལ་མ་གཞིའི་སྤང་བཅུ་དྲུག་གོ། ཞེས་གསུངས། 2 ལྷུ་དང་འོ་མ་སོགས་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་མ་ག་
ཞིའི་བྱེུ་རྒྱུང་གང་ལ། མ་གཞིའི་སྤང་སྤྱི་ཙུ་ཅ་གཉིས་ཡོད། རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་༼ རྒྱ་བ
༡༩ རྣམ་ལས། འོ་མ་དང་ཞོ་བྱེུ་གང་ལ་ནི་མ་གཞིའི་སྤང་སྤྱི་ཙུ་ཅ་གཉིས་སོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །

བྱེས། 1 བྱེ་བའི་འདས་པ་སྟེ། བཏགས་པའི་དོན། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། །ཁམ་ཁྱུ་མེད་པར་འཐེན་ནས་
བཏགས་པའི་དོན། མཆོ་རྟེན་ལས། སྤང་བུ་བྱེས་པ་ལ་སྤྱ་བཅུག་ནས་དེ་ལ་འཇུས་ཞེས་
རྟེན་ལས་བཤད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 ལྷུགས་ཐོག་འདོགས་པའི་ཐག་པ་འབྲད་འཐེན་
ཀྱི་མིང་། རྒྱ་དང་དོན་གཅིག རྒྱ་དང་དང་། མཛོ་དང་། ཞེས་དང་། རྒྱ་མོ་བྱེས་ལ་ཐོགས་དང་།

གོང་ཐང་མེས་རྒྱལ་ཡོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བྱིས་སུ་རིམ་གྱིས་སྤྱུགས་ཐོག་འདུག་སའི་ར་བ་
ལའང་གྲེས་ཞེས་མིང་ཆགས་པ་ཡིན་འདུག་³ གླུང་པོ་ཆེ་དང་སྤྱུགས་སོགས་འདོགས་སའི་ར་
བ་ལའང་ཟེར། འདུལ་བ་ལུང་གཞི། ང་བ་ ༡༣༧བཟུངས། རི་ཅམ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་རི་
འོར་དེ་ན་བཞན་མོ་ཞིག་ཐབ་ན་ཡོས་ཚོད་ན་མ་སྟེས་པས་ལུག་ཅིག་འབྱམ་ཞིང་སྤྱོགས་དེར་བྱིན་
ནས་དེ་ནས་དེ་དག་བཟའ་བར་བཅུམས་པ་དང་དེ་འགལ་དུམ་གྱིས་བསྐྱུན་པས་མེ་འབར་
བཞིན་རྒྱལ་པོའི་གླུང་པོ་ཆེའི་གྲེས་སུ་ཞུགས་པ་དང་འབར་བ་དེས་གྲེས་བསྟེགས་ཏེ་གླུང་པོ་
ཆེ་མང་པོ་ཞིག་ཆིག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

སོ་བ། ༡ རྟོ་ལེ་ཕྱོང་ཆོར་གྱི་མིང། ཁ་ལག་སློབ་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༢ ལྷ་ལྷེ་ལ་ཕྱོང་ཆོར་གྲུང་བའི་
དོན་ཏེ། ༡༡་རྟོ། དེ་ཞེས་སོ་བ། དེ་རན་སོ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༣ འདོད་པ། (སོ་བ། མོད་པ། སྟོ་བ་
གསུམ་ཆིག་གཅིག་གི་རྣམ་འབྱུང་དུ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་སྟོར་
བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་བཤད། དེ་བཞིན་དུ། འཛིད་པ། འཕྱིད་པ། འཕེན་པ།
བྱིད་པ་སོགས་ཀྱང་རྩ་བ་གཅིག་ལས་བྱེས་པར་བཤད། གཉིད་སོ་བ། གཅིན་པ་སོ་བ། ཆོད་སོ་
བ་སོགས་ལྟ་བུ། ༤ སློབ་འཕེལ་རོལ། མངར་བ། སྦྱར་བ། ཁ་བ། བསྐྱེད་པ། ཆ་བ། ལན་ལྟ་དང་
དུག་ཡོད་པས། བྱངས་དུག་མཆོན་པར་བཤད།

སོ་ཆབས་ཆེ་བ། (འདུལ་བ) ཅད་ཆབས་ཆེ་བ།

སོ་འཆལ་བ། (འདུལ་བ) ཅད་དང་ལྡན་པ།

སོ་གཡོག་པ། (འདུལ་བ) ཅད་གཡོག

སོ་ལག་ སོ་བ། ཟས་ཀྱི་སློབ་ལ་པལ་སྐྱད་འགའ་ཞིག་ལ་སློབ་པ་ཟེར། པལ་སྐྱད་དུ་ཁ་ལག་དེ་ལ་སློ་
ལག་རྩ་བ་ནས་མི་འདུག་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་གནང་ཚོམ་གཅེས་བཏུས་
སྟོབ་དེབ་ཤོག་གངས་༧༠ཡས་། བེའུ་འབྱམ་སྟོན་པོའི་འབྲེལ་བ་ལས། ཡི་དུགས་ཀྱི་ཟས་དེ་
སློབ་པ་ཆུང་བ་རྒྱག་གི་བ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་བར་འདུག་གསུང་སྟོན། ཅེས་པ་ལྟ་བུལོ།

སོད་པ། དགའ་བ། འདོད་པ།

ཟླ་ 1 ཉེང་། བོང་། ཟླ་ཐེ་ཉེ་བུ། 2 ཉེང་། ཟླ་ཤོས་ཉེ་བུ། 2 རུང་བ། ཆོག་པ། བཟོད་པ། མཛེས་པའི་
དོན་ལ་བཤད་དེ། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༽ ཚུ་ ༡༩༡བ
༧ལས། ཟླ་འེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཛེས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཚུལ་
ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་ལྟན་པའི་མདོ་ལས། དགེ་སློང་དག་སྟོག་དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བ་ནི་
ཟླ་ཤི། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཤི་བ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ༡3 སྟོག་
གི་རྟེན། དཔེར་ན་ཟླ་སྟོག་ཆེ་གསུམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། མར་མེ་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་ན། ཟླ་ནི་སྦྱུམ་
དང་། སྟོག་སློང་བུ། ཆེ་མར་མེའི་འོད་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་སོ། ༡4 བྱི་དཔེར་ན་ཟླ་མཐར་
ནི་ཉེད་སློང་དམ་བྱི་ནང་གི་དོན་ཡིན་པར། ལྷང་སྦྱུ་རོལ་པའི་དོ་རྩེ་གསུང་བ་ལྟར་ལོ། ༡5 རྒྱལ་
ལོ། རྩེ་དང་། རྒྱལ་ལོ། མངའ་བདག་ཟླ། ས་སློང་། མི་དབང་། སྡེ་པ་སོགས་རྒྱལ་པོའི་མིང་གི་
རྣམ་གྲངས་སུ་དེ་བ་ཐེར་དཀར་སོ། ༧ལས་བཤད། 7 ཟློན་ལོ། དཔེར་ན་ཟློན་པོའི་ཆོགས་ལ།
ཟླ་འེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 8 བྱིས། རྩེས། མཐུག་དཔེར་ན་བྱིས་སུ་མིང་བཏགས་པ། ཟླ་དྲགས་
ཐེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། བྱིས་སུ་བསྟན་པ་ལ། ཟླ་ཐབས་སུ་བསྟན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཟླ་མཁུའི། (འདུལ་བ) བཟུན་མོའི་འཁོར་གྱི་ཞལ་ཏ་བའི་མིང་། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་
པར་བཤད་པ་༽ ཚུ་ ༡༩༡༧བལས། ཟླ་མཁུའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཟུན་མོ་འཁོར་གྱི་ཞལ་ཏ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟླ་ཤོས། (འདུལ་བ) 1 ཆོས་ཤོས། འདི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཆོས་ཤོས་དང་སྦྱུམ་སྦྱར་ཞེས་པའི་ཆོས་
ཤོས་དེ་ཡིན། 2 ཁྲིམ་པའི་ཟླ་ཤོས་ཞེས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ། ཡབ་སྲས་མཛེས་པའི་མདོ་
ལས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཟམ་གཅང་མས་ཟླ་ཤོས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བཤོས་ཏེ། བྱས་མོ་གཡས་
པའི་ལྟ་རྟེན་ལ་བཟུགས་ནས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་སྦྱི་བོས་བྱག་འཆའ་ཏེ་འདི་
སྐད་ཅེས་སྟུག་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྦྱ་བཤད་ནི། ཟླ་ནི་བོང་ངམ་སྟོང་དང་སྟེང་གི་
དོན་ཡིན་པས། ལུས་ཀྱི་སྟོང་དུ་བཤོ་བའི་བོས་ཡིན་པས་ཟླ་ཤོས་ཞེས་བྱའོ། །

ཟླ་གྲ། (འདུལ་བ) 1 ཟླ་མ་དང་གྲ་པའི་བསྟུས་ཆོག་ 2 ཟླ་འེ་ཞེས་དང་དོན་འདྲ།

ཆ་ཐབས། 1 འཕྲལ། ཆོ་བྱར་གྱི་དོན་དུ་བཤད། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ཆ་ནི་ཕྱིས་སམ་རྗེས་གྱི་དོན་ཡིན་
ལ། ཐབས་ནི་འདིར་བཏགས་པའམ་སྦྲར་བ་དོན་ཡིན་འདུག་པས། ཕྱིས་སུ་བཏགས་པའམ་
སྦྲར་བའི་དོན་ཏེ། ཆ་བྲགས་དང་དོན་འབྲས་བར་སེམས། 2 བརྗོད་བདེའམ་རུང་ཐབས་ཅེས་གྲང་
གསལ།

ཆ་ཐབས་སུ་བསྒྲུབ་པ། སྤར་མེད་ཕྱིས་སུ་བསྒྲུབ་པའི་དོན། དཔེར་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་གྱི་སྐད་དོད།
རྩ་ག་ཟུན་ཞེས་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལའང་འཇུག་པས། དེ་ལས་ཁྲད་བར་དུ་འབྱེད་པའི་ཕྱིར།
སྐད་དོད་ལ་འདས་པ་མེད་ཀྱང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདས་ཞེས་ཆ་ཐབས་སུ་བསྒྲུབ་
ནས་བཙུག་ལྷན་འདས་སུ་བསྦྲུང་ཏེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཆ་བྲགས། 1 ཆ་བྲགས་ནི་མིང་པམ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས། དེ་ཡང་སྤར་མེད་ཕྱིས་སུ་བཏགས་པ་
ཞིག་ལ་གོ་དགོས། དཔེར་ན་ཁྱི་སྤྲུག་ལ་སེམས་ཞེས་པ་མིང་ཆ་བྲགས་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །སྤྲ་
བཤད་ནི། ཆ་ནི་ཕྱི་མའི་དོན་ཡིན་ལ། བྲགས་ནི་བཏགས་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཕྱིས་སུ་
བཏགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཆ་ཞེས་པ་ཕྱི་མ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ལ།
རྒྱུད་ཆ་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། །བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས་འབྲལ་དུ་སྦྲར་བའི་མིང་ལ་
བཤད། 2 དག་སྟོན་འབྲེལ་པར། མིང་བཏགས་པའམ་ཐོགས་པའི་དོན་ལའང་བཤད། 3 ལ་
བྲགས་ཀྱི་འགྲི་ཚུལ་གཞན། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚེས་འཁེལ་གྱིས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོར་
ལ་བྲགས་ཀྱི་ཆབ་ཏུ་ཆ་བྲགས་ཞེས་གྲིས་ཡོད།

ཆ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱི་གདུང་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་། (འདུལ་བ) འདི་ཟེང་ལིང་
གི་ཉེ་འདབས་ཤིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་སྤྲུལ་སྟེ། ༧ རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་དུ་
རྒྱ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་ ༣༧ རྟ་དེའི་སྒྲོང་རྒྱར་ཅམ་གསལ་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཆ་ཆེན་
དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱི་གདུང་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་མི་རིང་བའི་ཆ་ཐེར་
ཀྱང་ཡི་རུང་བསྟན། ཅེས་གསལ།

ཆ་དོལ། ཆ་བདོལ་དང་འབྲ།

ཆ་བདོལ། བཏག་དབྱང་མ་བྱས་པར་སེམས་ལ་གང་འཇགས་པའི་ཆོག་སྒྲ་བཤད་ནི། ཆ་ནི་ཆ་པོ་སྟེ་
གཏམ་དང་བདོལ་བ་ནི་བྱུང་རྒྱལ་དུ་ཐོན་པའི་དོན་ཡིན་པས། གཏམ་གང་བྱུང་ཐོན་པ་ཞེས་
པའི་དོན་ནོ། །མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྒྲ་བ། གང་འཇགས་འཇགས་དུ་སྒྲ་བ། སེམས་ལ་གང་འཇགས་པ། བྱུང་
རྒྱལ་དུ་སྒྲ་བ། བྱའོམ་དུ་སྒྲ་བ། བབ་ཅོལ་དུ་སྒྲ་བ། ལུ་ཙོར་སྒྲ་བ། ཆ་བདོལ་དུ་སྒྲ་བ། གཟུ་
ལུམ་དུ་སྒྲ་བ་རྣམས་པལ་ཆེར་འབྲ་བར་བཤད།

ཆ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ལ་སོགས་པ་མཐུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བཟང་དགུ་
སྒྲུལ་པའི་མཆོད་པ་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིན་ཆེན་མོ་ལས། ཆ་ན་མེད་པ་ནི། མཆོད་པ་གང་རྣམས་
ཞེས་པའི་ཆོག་བཅད་གཅིག་སྟེ། ཆ་ན་ཡོད་པ་ནི་འདྲིག་རྟོན་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པས། འདིར་ནི་
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ལ་སོགས་པ་མཐུ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བཟང་དགུ་སྒྲུལ་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །ཡང་། བྱང་ཐང་རིན་པོའི་མཛུལ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་ལས། སྟོད་འབྲུག་ལས། ཉན་
མཁའ་རབ་འབྲམས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་བར། །ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་
ཀུན། །ཆོ་ཡིས་བསྐངས་ནས་བྱབ་པ་སྒྲིམ་གྱི་མཆོག་ །སྤྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་
འབྲུལ་ན། །ཞེས་བ་ལྟར་འོ། །མདོ་ལུགས་ལ་འདི་ལས་གོང་མར་གྱུར་པའམ་རྒྱ་ཆེ་པའི་མཆོད་
པ་འབྲུལ་ཚུལ་མེད་པས་ཆ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །

ཆ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་པ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
གོ་འཕང་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་དོན་ནོ། །

ཆ་ན་མེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱི་གཏམ་གྱི་སྟོར་བ། རྗེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད། འདིར།
རིགས་ལམ་ཐ་མོ་བྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱིད་དང་། །གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་ཤར་པའི་ཉམས་
ལེན་དང་། །ཆོག་སྟོར་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་དག་གི་དཔལ། །ས་སྟེང་འདི་ན་རིན་ཆེན་རྣམ་
གསུམ་སྟེང་། །འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ཞིང་འདོད་པ་འདོ། །མདོ་དུ་བྱུང་བའི་དགའ་བ་རྒྱས་བྱེད་
པས། །རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་བྲགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་སྟན་
བྲགས་ཅན་དེ་ཡང་། གསུང་མོར་བུ་༥༤ན་པ་འབྲུགས་སོ། །

ལྷན་ཡོད་པའི་མཆོད་པ། འཇིག་རྟེན་པའི་མཆོད་པ་སྟེ་མཆོད་པ་པལ་པ་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིན་ཆེན་
མོ་ལས། ལྷན་ཡོད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པས། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །དེ་
ནི་བཟང་སྟོང་ལས། མེ་རྟོག་དམ་པ་ཐེང་བ་དམ་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་
མཆོད་པར་བགྱི། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན།

ལྷན་སྐྱེས་ལོང་ནས་ལོང་བ།

ལྷ་བ། (བརྟུན་པ) ལྷ་བའི་བརྟུན་པ། དཔེར་ན་བྱུང་རྒྱལ་བ་ལྷ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལི་གུར་དང་ཆེ་ཉན་
ཞབས་བྱུང་སོགས་ཀྱིས་བཤད། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དྲ་ར་བ་ ༡༩༧༧ལས། བྱུང་མེད་དེ་
དག་ཐམས་ཅད་དོལ་ཞིང་། ལྷན་མོར་བྱུང་ལ་སྐྱ་ཞིག ལག་པ་བརྒྱུད་སྟེ། བྱུང་རྒྱལ་བ་
མཐོང་ངོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ལྷ་མོ། <ལྷ་སྟོན་ཅ་> ལྷ་མོ་ནི་དབུ་གདུགས་ཀྱི་དོན་དེ། ལྷ་མ་སོགས་ཀྱི་བཞུགས་ཁྲིའི་སྟེང་གི་མཁའ་
དབྱིངས་སུ་འདོགས་རྒྱུའི་སྟེང་གཡོགས་ལ་ཟེར། ལེགས་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷ་སྟོན་ཅ་ཞེས་པ་ལྷ་རེའམ་
སྟེང་གཡོགས་ལ་ཟེར། ལྷ་རེའི་དགོས་པའམ་མཆོན་དོན་ནི། མདོ་ཅ་བ་ལས། ལྷ་གབ་མེད་
པར་ཆོས་ཉན་ན་ལྷ་རེ་གདུགས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་གབ་མེད་པའི་གནས་སུ་ཉི་
ཆར་སོགས་ལས་སྟོབ་པ་དང་གུས་ཞབས་མཆོན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་རེ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
ནོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། ལྷ་ནི་སྟེང་། མེ་ནི་འདོགས་པའི་དོན། མིང་གི་རྣམ་གངས་ལ། མོག་ཡོལ།
གནས་རྒྱུ། ལྷ་རེ་སོགས་ཟེར། འདི་ལ་ལྷ་མོ་དང་། ལྷ་མེས། ལྷ་རེ་བཅས་འབྲི་ཚུལ་གསུམ་
ཅམ་ཡོད།

ལྷ་མེས། ལྷ་མོ་དང་འདྲ།

ལྷ་མ། ། དག་པའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཟེར། ཡང་ན་ལྷ་མའི་མཆོན་ཉིད་ནི། ལྷ་བ་པས་མཉེས་ཀྱི་ཟང་ཟིང་
ལ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ལའང་མི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ལྷ་མ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལས་སྟོག་པས་རྣམ་ཐོལ་སྐྱེ་བ་
པའི་ལྷ་མ་མི་འོང་གསུང་ངོ། ཞེས་ཤིང་པའི་གསུང་སྟོས་རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་བྱངས་པ་ལྟར་
ལོ། །ཡང་ན་གུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་བ་མའི་སྟོན་ལོང་ནས་ལོང་བྱེད་པའི་དོན་

པར་བྱེད་པ་ལ་ཁྲ་མ་ཐེར་པོ། །སྤྲ་བཤད་ནི། ཡོན་ཏན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱི་དགུ་ནམས་ཀྱི་ཁྲ་མ་སྟེ་
 བོང་མར་གྲུར་པས་ན་དེ་སྤྲ་ཅེས་བྱའོ། །ཁྲ་མ་ལེ་སྤྲ་དོད་གུ་བྱ་ཞེས་བ་བོང་མ་ལྟེ་བ་བསྐྱེད་
 བ་བཅས་ལ་འབྲུག་པར་བཤད་པས། ཡོན་ཏན་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་ལས་སྟག་པའམ་ཁྲུང་པར་
 ཏུ་འཕགས་པས་ན་བོང་མ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས་ན་ལྟེ་བ། ཆགས་སྤང་སོགས་
 ཀྱིས་གཡོ་བར་མི་རྒྱས་པས་ན་བསྐྱེད་པའོ། །ཁྲ་མ་ལ་སྤྲས་བཅོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན།
 (དགེ་ལུགས་) གང་ཟག་ཁྲ་མ། སྤང་བ་ཁྲ་མ། བདེ་སྤོང་ཁྲ་མ་དང་གསུམ་མོ། །བདེ་བ་ཆེན་པོས་
 ཞེ་མཐའ་ལས་འཛིན་ཅིང་། སྤོང་བས་སྤིང་མཐའ་ལས་འཛིན་པས་དེ་ལ་ཁྲ་མ་འམ་ཡོངས་
 འཛིན་ཅེས་བྱའོ། །དདུལ་ཚུའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། (བཀའ་བརྒྱུད་) ཁྲ་མ་ལ། གང་ཟག་བརྒྱུད་
 པའི་ཁྲ་མ། (དངོས་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྲ་མ་ལྟ་བུ) བདེ་གཤེགས་བཀའི་ཁྲ་མ། (ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་རྣམས་འགལ་མེད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བ་ལྟ་བུ) སྤང་བ་བདེའི་ཁྲ་
 མ། (འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་འབྲུང་སོགས་བྱིན་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལྟ་བུ) དོན་དམ་ཆོས་
 ཉིད་ཀྱི་ཁྲ་མ་ (དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཉིད་ཉོགས་པ་ལྟ་བུ) དང་བཞིའོ། ² བོང་མ། སྤྱིང་མ། ཁྲ་
 ཞེས་བ་བོང་ངམ་སྤྱིང་གི་དོན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁྲ་ཐེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ³ བྱི་མ། དཔེར་ན་
 གཞུང་ཁྲ་མ། རྒྱུད་ཁྲ་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཁྲ་མ་ལྟ་བུ་པ། ཁྲ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལྟ་བུས་སྟོན་པའི་གཞུང་ཁྲ་མ་ལྟ་བུ་པ་
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཏུ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད། ཡོ་རྫོ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
 འབྲུག་ འདིའི་ལོ་རྒྱས་ནི། སྟོན་སྟོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རི་ལ་སྤྲ་སྤྲུབ་ཡལ་སྤས་ལ་མདོ་སྟགས་
 ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གསལ། སྤབས་ཤིག་ལ་ཆོས་ཉན་པའི་ཆེ་ལུས་འབྲུད་བཅིངས་ཏེ་ཉན་
 པས་འཕགས་སྤྲ་སྤྲུབ་ཀྱིས་པས་དེ་འདྲ་མི་རུང་གསུངས་པ་ན་ང་འདྲ་བའི་ང་རྒྱལ་དང་ལྷན་པ་
 ལ་ཆོས་ཉན་ཡང་མི་ཤེས་ཤིང་སྤོངས་པ་ལ་སྟུམ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ངོ་ཆ་ཞིང་ཡང་འདི་འདྲ་ན་གཞན་
 ལྟ་ཅི་སྟོས་སྟུམ་ནས་ཁྲ་མ་ལྟ་བུ་པ་བརྩམས་པར་བྲགས། རྒྱས་པ་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་
 ༡༩༥༡ལ་གཟིགས།

ལྷ་མ་ལྷ་བཅུ་པའི་རྣམ་པ་གད། ལྷ་མ་ལྷ་བཅུ་པའི་རྣམ་པ་གད་སྒྲོབ་མའི་རེ་བ་ཀྱང་སྒྲོང་ཞེས་བྲ་བ། རེ་
 ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་བྱང་དུ་སྤྱེད་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་ཀྱི་ཡང་དགོན་བྲག་སེང་གའི་ཞོལ་དུ་
 སྤྱར་པོ།

ལྷ་མ་མཆོད་པ་དང་ལམ་རིམ་ཆོགས་ཞིང་། རང་གི་མདུན་གྱི་ཐད་བྱང་དུ་རང་སེམས་བདེ་སྒྲོང་
 གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་རྣམ་ལྷ་ལམ་སྟེན་མ་མཁའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་
 དེའི་ངོས་སུ་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རིན་པོ་ཆའི་ས་གཞིའི་དབུས་སུ་འོ་མའི་
 རྒྱ་མཆོ་ (འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་པ་འོ་མ་དངོས་གནས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་ཞིག་ཡོད་པའི་དོན་མིན་གྱི།
 དེ་ནི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ལ་འཛིག་ཏེན་ན་དེ་ལྟར་གྲགས་པར་བཤད་དོ་ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགའ་
 རྒྱུ་གསུང་བ་ལྟར་རོ) ཆེན་པོའི་ནང་ནས་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་། རྩ་བ་གསེར་། སྤྱོད་པོ་དབུལ།
 ཡལ་ག་བེ་རྒྱུ། འོ་མ་ཤེས། འདབ་མ་སྟུག་མེ་ཏོག་སྟེན་གྲམར་པོ། འབྲས་བུ་རྩོམ་སྟེང་པོ་
 སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་བདུན་ལས་བྱུང་བ། (རྩ་བ་གསེར་། སྤྱོད་པོ་དབུལ། ཡལ་ག་བེ་རྒྱུ་ཞེས་
 སོགས་ཀྱང་ཁ་དོག་གི་ཆ་ནས་བཏགས་པའི་སྟེན་དག་གི་རབ་བཏགས་ཡིན་གྱི། གསེར་དང་
 དབུལ་དང་བེ་རྒྱུ་སོགས་དངོས་ནི་མིན་ནོ) རྩ་བ་སོགས་ཆང་མ་བདུན་ཆེན་བདུན་ཆེན་དུ་
 ཡོད་པ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལྟར་དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་དཔག་པ་དང་བསམ་པ་ཅམ་
 གྱིས་འབྱུང་བ། ཡལ་ག་སོགས་བསྐྱོད་པའི་སྟེ་ལས་མི་རྟག་བདག་མེད་སོགས་ཆོས་ཀྱི་སྟོམ་
 བཞིའི་སྒྲ་འབྲེན་པ། དབུས་སུ་ཤིང་དེའི་མེ་ཏོག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་སེང་གེ་ཆེན་པོ་
 བརྒྱད་ཀྱིས་བཏག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཁྱི། དེའི་སྟེང་དུ་བརྒྱའི་གདན་རིམ་པ་བཅུ་གཅིག་སྟེ་རྒྱ་རེ་
 རྒྱུད་དང་། དཔངས་རེ་མཐོང་སོང་བ་བང་རིམ་ལྟར་ཡོད་པ། བད་འདབ་དང་པོ་འདབ་མ་བཞི་
 པ། དེའི་དབུས་ས་རྒྱའི་ཟེའུ་འབྲའི་སྟེང་ཉི་མའི་གདན། དེའི་སྟེང་དུ་ཆོ་བའི་གདན་གྱི་སྟེང་།
 ཆོགས་ཞིང་གི་དཀྱིལ་ཏག་ཏག་དེར། ཆོགས་ཞིང་གི་གཙོ་པོར་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙུང་ཁ་པ་
 ཆེན་པོ། དེའི་ཐུགས་ཀར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱལ་བ་རྟེན་འཆང་།
 དེའི་ཐུགས་ཀར་ཉིང་རེ་འཇིན་སེམས་དཔལ་འརྒྱ་ཡིག་སྟོན་པོ་བཅས་གསལ་གདལ། (འཁོར་

གསལ་འདེབས་ཚུལ་ལ། རོག་མར་རྒྱ་ཆེན་སྲོད་བརྒྱད་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ནི། གཙོ་བོའི་
 ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་གཡས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོས་པའི་ཅེ་མོ་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་སོང་བའི་སྐར་དུ་རྒྱ་
 ཆེན་སྲོད་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམ་རྣམས་གསལ་གདབ། ༡ དབུས་སུ་རྗེ་བཙུན་བྲམས་པ་མགོན་པོ།
 ༢ འཕགས་པ་ཐོགས་མེད། ༣ དབྱིག་གཉེན། ༤ འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། ༥ བཙུན་པ་རྣམ་
 གྲོལ་སྟེ། ༦ མཆོག་གི་སྟེ། ༧ དུལ་བའི་སྟེ། ༨ རྣམ་སྤང་མཛད། ༩ སྒོ་བ་དཔོན་སེངྒེ་བཟང་པོ།
 ༡༠ ཀུ་ས་ལི་ཆེ་ག། ༡༡ དགེ་བ་ཅན། (འདི་ལ་ཀུ་ས་ལི་རྩུང་བ་ཟེར།) ༡༢ གསེར་གླིང་ག། ༡༣
 དཔལ་མར་མེ་མཛད། ༡༤ འཕྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་བཅས་སོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ཆོས་
 བྱ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དབུས་སུ་བཀའ་གདམས་གདམས་དག་ག། ༡ དཔོན་པ་བ་དབང་
 ཐུག་རྒྱལ་མཆོན། ༢ སྟེ་ཕུ་ཕུར་ག། ༣ ཐག་མ་བ་ཀ་བ་དར་མེད། ༤ སྟོ་བྲག་ནམ་མཁའ་
 སེང་གོ། ༥ མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་པོ། ༦ མཁན་ཆེན་སེང་གེ་བཟང་པོ། ༧ རྒྱལ་སྤྲུལ་
 ཐོགས་མེད་བཟང་པོ། ༨ སྟོ་བྲག་བྲམ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་བཅས་སོ། ། (རྒྱ་ཆེན་སྲོད་
 བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམ་སུ་ཐག་མ་བ་གཡས་དང་། སྟེ་ཕུ་ཕུར་བ་གཡོན་དུ་བཞུགས་དགོས། དེས་
 གཞན་རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེལ། དེའི་གཡས་སུ་བཀའ་གདམས་མན་དག་ག། ༡ ཐུན་ཐུ་
 རྒྱལ་ཁྲིམས་འབར། ༢ བྱ་ཡུལ་པ་ཆེན་པོ་གཞོན་ཏུ་འོད། ༣ དབྱེར་སྒྲིམ་ཆེན་པོ་གཞོན་ཏུ་
 བྲགས་ག། ༤ སངས་རྒྱས་དཔོན་སྟོན། ༥ མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་པོ། ༦ མཁན་ཆེན་
 སེང་གེ་བཟང་པོ། ༧ རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ། ༨ སྟོ་བྲག་བྲམ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་
 མཆོན་བཅས་སོ། ། (རྒྱ་ཆེན་སྲོད་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམ་སུ་དབྱེར་སྒྲིམ་ཆེན་པོ་གཡས་དང་། བྱ་
 ཡུལ་བ་གཡོན་དུ་བཞུགས་དགོས། དེས་གཞན་རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེལ། གཡོན་དུ་བཀའ་
 གདམས་གཞུང་བ་ག། ༡ པོ་ཏོ་བ་རེན་ཆེན་གསལ། ༢ འར་བ་ཡོན་ཏན་བྲགས། ༣ ཆད་ཁ་
 བ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེ། ༤ སྤྱིལ་བུ་བ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༥ ལྷ་ལུང་གི་དབང་ཐུག་ ༦ ལྷ་འཕྲོ་
 བའི་མགོན་པོ། ༧ ཟངས་ཆེན་པ་དར་མ་བསོད་ནམས། ༨ མཆོ་སྤྲ་བ་ཤེས་རབ་བཟང་པོ། ༩
 མོན་བྲམ་པ་རྒྱལ་ཁྲིམས་བྲག་ཤིས། ༡༠ སྤྲ་སྒོར་མཁན་ཆེན་ཆོས་སྐུབས་བཟང་པོ་བཅས་སོ། །

(རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་བརྒྱད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མཆད་ཁ་བ་གཡས་དང་། ཤར་ར་བ་གཡོན་དུ་བཞུགས་
 དགོས། དེས་གཞན་རྣམས་ལ་འདྲ་འཁོར་འཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟོག་ཡོད་པའི་དབུས་
 སུ། ༡ རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ། དེའི་གཡོན་དུ་༢ རྗེ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ། གཡས་སུ་༣ མཁས་
 གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་། ༤ བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༥ གྲུབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དྲོ་རྩ། ༦
 དཔེན་ས་པ་སློབ་ཟུང་དོན་གྲུབ། ༧ མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས། ༨ བཀའ་ཆེན་སློབ་ཟུང་
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༩ དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན། ༡༠ བཀའ་ཆེན་སློབ་ཟུང་ཡེ་ཤེས། ༡༡ རྗེ་
 དག་དབང་བྱམས་པ། ༡༢ སློབ་ཟུང་སྟོན་གྲགས། ༡༣ རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས། ༡༤ བླ་ཆེན་
 བསྟན་པ་རབ་རྒྱས། ༡༥ གྲུབ་དབང་སློབ་ཟུང་རྣམ་གྲོལ། ༡༦ བཅ་ཆོས་མཁན་ཆེན་སློབ་ཟུང་
 སྤྱིན་པ། ༡༧ རྒྱལ་སྐུ་པ་བསྐལ་བཟང་བསྟན་འཛིན། ༡༨ རྗེ་བསྐལ་བཟང་བསྟན་འཛིན་
 མཁས་གྲུབ། ༡༩ སློབ་ཟུང་འཇམ་དཔལ་ལྷན་གྲུབ་བཅས་སོ། ། (ཐབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་) གཡོན་དུ་
 དེ་བཞིན་དུ་ཐབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆེ་མ་རྣམས་གསལ་གདབ་པ་ནི། དབུས་སུ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་
 དབང་ས། ༡ འཕགས་པ་ལྷ་སྤྱུལ། ༢ སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་སྤྱུང་ས། ༣ རྒྱ་བ་གྲགས་པ། ༤ ཞེ་བ་ལྷ།
 ༥ རིག་པའི་ཁྱུ་བྱུག་ཆེ། ༦ རིག་པའི་ཁྱུ་བྱུག་གཉིས་པ། ༧ དཔལ་མར་མེ་མཛད། ༨ འབྲོམ་
 སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་བཅས་སོ། ། (དེའི་ལོ་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་བརྒྱད་དང་འདྲ་བར་ཆོས་
 གསུམ་གསལ་གདབ་པ་ལ། དབུས་སུ་བཀའ་གདམས་གདམས་དག་པ། ༡ དགོན་པ་བ་
 དབང་བྱུག་རྒྱལ་མཆོན། ༢ རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་པ། ༣ ཐག་མ་བ་ཀ་བ་དར་སེང་། ༤ རྗེ་བྲག་ནམ་
 མཁའ་སེང་ག། ༥ མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་པོ། ༦ མཁན་ཆེན་སེང་གེ་བཟང་པོ། ༧ རྒྱལ་
 སྐུ་མོགས་མེད་བཟང་པོ། ༨ རྗེ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་བཅས་སོ། ། (ཐབ་མོ་
 ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་གཡས་དང་། ཐག་མ་བ་གཡོན་དུ་བཞུགས་དགོས། དེས་
 གཞན་རྣམས་ལ་འདྲ་འཁོར་འཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟོག་ཡོད་པའི་དབུས་སུ་བཀའ་གདམས་གཞུང་བ་བ། ༡ རོ་རྟོ་བ་
 རིན་ཆེན་གསལ། ༢ ཤར་ར་ཡོན་ཏན་གྲགས། ༣ ཆད་ཁ་བ་ཡེ་ཤེས་དྲོ་རྩ། ༤ སྤྱིལ་བུ་བ་
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༥ ལྷ་ལུང་གི་དབང་བྱུག་ ༦ ལྷ་འབྲོ་བའི་མགོན་པོ། ༧ བཅས་ཆེན་པ་

དང་མ་བསོད་ནམས། ༡ མཆོ་སྒྲ་བཤེས་རབ་བཟང་པོ། ༢ མེན་གྲ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཀའ་ཤེས།
 ༡༠ གྲ་སྒྲོར་མཁན་ཆེན་ཆོས་སྒྲུབས་བཟང་པོ་བཅས་སོ། ། (ཟབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ་
 ཤར་ར་བ་གཡས་དང་། མཆད་ཁ་བ་གཡོན་དུ་བཞུགས་དགོས། དེས་གཞན་རྣམས་ལའང་
 རིགས་འགྲེལ་ དེའི་གཡོན་དུ་བཀའ་གདམས་མན་དག་པ། ༡ སྒྲན་སྒྲ་ཚུལ་ཁྲིམས་འབད། ༢
 གྲ་ཡུལ་བ་ཆེན་པོ་གཞོན་ལུ་འོད། ༣ དགྲེར་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་གཞོན་ལུ་གཞགས་པ། ༤ སངས་
 རྒྱས་དཔོན་སྒྲོན། ༥ མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་པོ། ༦ མཁན་ཆེན་སེང་གེ་བཟང་པོ། ༧
 རྒྱལ་སྤྱུ་མོགས་མེད་བཟང་པོ། ༨ ལྷོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་བཅས་སོ། །
 (ཟབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ་གྲ་ཡུལ་བ་གཡས་དང་། དགྲེར་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་གཡོན་དུ་
 བཞུགས་དགོས། དེས་གཞན་རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེལ་ (ཟབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ།
 བཀའ་གདམས་གདམས་དག་བ་དབུས། དེའི་གཡས་སུ་བཀའ་གདམས་གཞུང་བ་བ།
 གཡོན་དུ་བཀའ་གདམས་མན་དག་བ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་འདི། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་
 ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྒྲོ་འབྲེད་ལ་གཞི་བྱས་པར་སྤང་ངོ། །འདི་དག་ལ་
 དབྱེད་དགོས་པ་མང་ཙམ་སྤང་རེ་ཞིག་བཞག་གོ། དེའི་ལོག་དུ་ཆོས་བྱ་གཅིག་ཡོད་པའི་དབུས་
 སུ། ༡ རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ། དེའི་གཡས་སུ་༢ རྗེ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཆོ། གཡོན་དུ་༣ མཁས་
 གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་། (དེས་གཞན་རྣམས་ལ་རིགས་འགྲེལ་) ༤ བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་
 མཆོན། ༥ གྲུབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དྲོ་ཐེ། ༦ དཔེན་ས་བ་སྒྲོ་བཟང་དོན་གྲུབ། ༧ མཁས་གྲུབ་སངས་
 རྒྱས་ཡེ་ཤེས། ༨ བཅའ་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༩ དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན། ༡༠
 བཅའ་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་ཡེ་ཤེས། ༡༡ རྗེ་དག་དབང་བྱམས་པ། ༡༢ སྒྲོ་བཟང་སྒྲན་གཞགས། ༡༣ རྒྱ་
 མཆོ་མཐའ་ཡས། ༡༤ ཁྲི་ཆེན་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས། ༡༥ གྲུབ་དབང་སྒྲོ་བཟང་རྣམ་གྲོལ། ༡༦
 བམ་ཆོས་མཁན་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་སྦྱིན་པ། ༡༧ རྒྱལ་སྤྱུ་བསྐྱེད་བཟང་བསྟན་འཛིན། ༡༨ རྗེ་
 བསྐྱེད་བཟང་བསྟན་འཛིན་མཁས་གྲུབ། ༡༩ སྒྲོ་བཟང་འཇམ་དཔལ་ལྷན་གྲུབ་བཅས་སོ། །
 (ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ།) རྗེ་ལྷ་མའི་སྒྲོ་རྒྱལ་དུ་ཅུང་ཟད་མཐོ་བར་ཉམས་ལེན་

བྱིན་ཆེན་པ་མཐོ་བཅེགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་གལ་རིམ་ལྟ་ཡོད་པའི་དབུས་
 སུ་དོ་རྩེ་འཆང་མ་གཏོགས་པ་རྩེ་བཅུན་འཇམ་དབྱངས་ནས་རང་གི་སྤྲ་མ་ལ་ཐུག་གི་བར་
 འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐོ་བཅེགས་དང་། དེའི་གལ་སྤྱི་པ་རྒྱུད་གསལ་འདུས་དང་།
 འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྤྲ་བརྒྱུད་གཉིས་སོ་སོ་ནས་མཐོ་བཅེགས། གཡོན་དུ་པ་རྒྱུད་བདེ་མཆོག་གི་
 སྤྲ་བརྒྱུད་དང་། ཐིག་ལེ་བཅུ་དྲུག་གི་སྤྲ་བརྒྱུད་སོ་སོ་ནས་མཐོ་བཅེགས་རེ་བཅས་མཐོ་
 བཅེགས་ལྷར་གསལ་འདེབས་པ་ཡིན། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། གལ་རིམ་ལྟ་ཡོད་པའི་དབུས་སུ་
 དགོ་ལྷན་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྲ་མ་གསལ་གདབ་པ་ལ། ༡ རྒྱལ་བ་དོ་རྩེ་འཆང་། ༡ རྩེ་བཅུན་
 འཇམ་པའི་དབྱངས། ༢ རྩེ་ཚོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ། ༣ རྩེ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ། ༤ བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་མཆོན། ༥ བྱལ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དོ་རྩེ། ༦ དཔེན་ས་པ་སྤོ་བཟང་དོན་གྲུབ། ༧ མཁས་གྲུབ་
 སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས། ༨ བཀ་ཆེན་སྤོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། ༩ བྱང་བ་བཙོན་འགྲུས་
 རྒྱལ་མཆོན། ༡༠ བྱང་བ་རྟ་ཕུག་པ་དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཆོན། ༡༡ སྤྱུ་ཁང་དགོ་ལེགས་རྒྱ་
 མཚོ། ༡༢ མཁར་མདོ་བཟོད་པ་རྒྱ་མཚོ། ༡༣ བྱར་བྱ་ལྷོག་དག་དབང་བྱམས་པ། ༡༤ ཀུན་
 མཁྱེན་འཛིགས་མེད་དབང་པོ། ༡༥ བྱང་ཐང་དགོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྤོན་མ། ༡༦ རྩེ་རྩྭ་
 དུ་ངོ། ༡༧ བྱལ་ཆེན་དངོས་གྲུབ་རབ་བརྟན། ༡༨ ཡོངས་འཛིན་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཚོ། ༡༩ དག་
 དབང་མཁྱེན་རབ་དཔལ་ལྷན་བསྟན་པའི་ཉིམ་བཅས་སོ། ། (འདིར་དོ་རྩེ་འཆང་མ་གཏོགས་སྤྲ་
 མ་གཞན་ཐམས་ཅད་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་པར་བྱས་པ་ནི། དེ་དག་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་རྣམ་
 འཕྲུལ་དུ་གོ་བའི་ཕྱིར་ཡིན། དེའི་གལ་སྤྱི་པ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྤྲ་བརྒྱུད་ནི། ༡ དོ་རྩེ་འཛིགས་
 བྱེད། ༢ རྩེ་རྩྭ་དུ་ངོ། ༣ ལ་ཡི་ཏ་བཟོ། ༤ ལ་མོ་རྩ་བཟོ། ༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦ བཟོ་བཟོ།
 ༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༡
 རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༡༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༢༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༢༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༢༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༣༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༣༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༣༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༤༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༤༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༤༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༥༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༥༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༥༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༦༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༦༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༦༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༧༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༧༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༧༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༨༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༨༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༨༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༩༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༡ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༢ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༣ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༤ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༩༥ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༦ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༧ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༨ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ། ༩༩ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།
 ༡༠༠ རྩེ་ལྷ་ཀར་གུམ།

༡༠ དཔེན་ས་པ་སྒྲོ་བཟང་དོན་གྲུབ། ༡༡ མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས། ༡༢ པཌ་ཆེན་སྒྲོ་
 བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་བཅས་སོ། །དེའི་ཡང་གཡམས་སུ་གསང་འདུས་སྒྲ་བརྒྱད་ནི། ༡
 གསང་བ་འདུས་པ། ༡ རྩ་མ་ཉི། ༢ བྱལ་ན་དོ་ཇ། ༣ ཞི་རྩུ་ཉི། ༤ ལྷག་ཡོ་གི་ནི། ༥ བེསུ་
 ཀལ་པ། ༦ ས་ར་ཉ། ༧ ལྷ་གཟུ་ན། ༨ མ་ཉང་གི་པ། ༩ ཉེ་ལོ་པ། ༡༠ ལྷ་རོ་པ། ༡༡ མར་བ་
 ལོ་རྩ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་གོས། ༡༢ ལོ་ལྷ་ཀྱི་མཆུར་སྟོན་དབང་གི་དོ་ཇ། ༡༣ འཁོན་སྟོན་གད་བ་
 ཀེ་རྟེ། ༡༤ བྱ་སྒྲང་བ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན། ༡༥ མི་ཉག་ཐུར་ལྷ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲུབས། ༡༦
 རྒྱ་མཁར་ཐང་དཔེ་བ་འཕགས་པ་སྒྲུབས། ༡༧ གསེར་སྒྲིང་གཞོན་ལུ་འོད། ༡༨ མག་དགེ་
 སྒྲིངས་པ་ཆོས་སྒྲུ་འོད་ཟེར། ༡༩ རོ་ལོ་རྩ་བ་འཕགས་པ་འོད། ༢༠ ལྷ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ། ༢༡
 རྒྱང་པོ་ལྷད་པ་གཞོན་ལུ་བསོད་ནམས། ༢༢ རྩེ་ཙོང་ཁ་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་བཅས་
 སོ། །དགེ་ལྷན་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་གཡོན་ལུ་བཀའ་གདམས་ཐེག་ལེ་བཅུ་དྲུག་གི་སྒྲ་བརྒྱད་
 གསལ་གདབ་པ་ནི། ༡ དྲི་པི་ཀ་ར་ལྷི་རྩུ་ན། ༢ འཛོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས། ༣ རོག་
 ལེགས་པའི་ཤེས་རབ། ༤ མངའ་རིས་པ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆན། ༥ ལུ་རྒྱུང་བ་གཞོན་ལུ་
 རྒྱལ་མཆན། ༦ ཀམ་བ་ཤེས་རབ་འོད། ༧ རང་སྟོན་དར་མ་རྒྱལ་མཆན། ༨ ལྷུབས་ཀ་བ་
 བྱང་རྒྱུབ་བཟང་པོ། ༩ ལྷུབས་ཀ་བ་ནམ་མཁའ་རིན་ཆེན། ༡༠ འཛོམ་གཞོན་ལུ་སྒྲོ་གོས། ༡༡
 ལྷར་ཐང་མཁན་ཆེན་ཉི་མ་རྒྱལ་མཆན། ༡༢ སྒྲིང་ཁ་པ་བྱང་རྒྱུབ་རིན་ཆེན། ༡༣ ལྷ་ལུང་བ་
 རིགས་ཀྱི་བདག་པོ། ༡༤ ལྷ་ལུང་བ་བྱང་རྒྱུབ་འཕེལ། ༡༥ ལུག་པའི་སྒྲོ་བ་དཔོན་བསོད་
 བསམ་འོད་ཟེར། ༡༦ ལོ་སྟོན་རྒྱ་སེར་བ་སངས་རྒྱལ་བཟང་པོ། ༡༧ བྱ་གཡམ་བ་བསོད་
 བསམ་བཟང་པོ། ༡༨ རྒྱ་མ་དཔལ་ལྷན་པ། ༡༩ ལྷག་ཆང་མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་འོད་ཟེར།
 ༢༠ རྒྱལ་མཆོག་ལུ་མཆོན་པོ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཆོ་བཅས་སོ། །དེའི་ཡང་གཡོན་ལུ་
 འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་སྒྲ་བརྒྱད་ནི། ༡ འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་༢ ལྷ་ཡི་པ། ༣ དུ་རི་ཀ་པ། ༤
 རྩུ་ལྷ་པ། ༥ ཀུམ་ལྷ་པ། ༦ རྩུ་ལྷ་པ། ༧ ཀུམ་ལྷ་པ། ༨ ལྷ་པ། ༩ ལྷ་པ། ༡༠ ཉེ་
 ལོ་པ། ༡༡ ལྷ་རོ་པ། ༡༢ ལམ་སྒྲིང་པ། ༡༣ ལྷོག་སྒྲུ་ཤེས་རབ་བཅེགས། ༡༤ ལམ་ལོ་རྩ་བ་

རྫོགས་གྲགས། ༡༥ ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྤྱི་ལོ། ༡༦ སློབ་དཔོན་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ། ༡༧
 རྫོགས་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན། ༡༨ ས་སྐྱ་བཞེད་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན། ༡༩ འགྲོ་མགོན་
 ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ། ༢༠ ཁང་སྟོན་དཀོན་མཆོག་དཔལ། ༢༡ བ་བཟང་བྲག་ཕྱག་པ། ༢༢
 རྫོགས་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན། ༢༣ རྫོགས་པ་སློབ་པ་འཕགས་པ་འཕེད་པའ་བཅས་
 མོ། ། (རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་མཐུན་དུ། རྫོགས་གསལ་འདེབས་ཚུལ་གྱི། (དབུས་སུ་རང་གི་
 ཅ་བའི་རྫོགས། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་རྫོགས་གཉིས།) (དཔེ་ན་དབུས་
 སུ་ལ་རྒྱལ་མཆོག་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོ། དེའི་གཡས་སུ་སྐྱབས་རྗེ་སྤྱིང་སྐྱུལ་རྗེ་རྗེ་འཆང་།
 གཡོན་དུ་སྐྱབས་རྗེ་ཁྱི་བྱང་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལྟ་བུ་གསལ་གདབ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་རྒྱལ་འབྱོར་རྫོགས་
 མེད་ཀྱི་ཡི་དམ་རྣམས་གསལ་གདབ། གཡས་ནས་བཅུ་མས་ཏེ། ༡ རྗེ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད། ༢
 གསང་བ་འདུས་པ། ༣ འཁོར་ལོ་བའི་མཆོག་ ༤ ཀྱི་རྗེ་རྗེ། ༥ རྒྱལ་འབྱོར་མ། ༦ གཤེན་རྗེ་
 གཤེན་དམར་མོ། ༧ གཤེན་རྗེ་གཤེན་དབྱ་ནག་ ༨ རྩ་མཁུ་ཡང་གསང་ཁྲིམ་པ། ༩ རྗེ་རྗེ་
 གདན་གཞི། ༡༠ དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། ༡༡ གསང་འདུས་འཇམ་དཔལ་རྗེ་རྗེ། ༡༢ མཐུ་མ་ཡ། རྒྱ་
 མ་ཆེན་མོ། ༡༣ ཕྱག་རྒྱུ་འཁོར་ཆེན། ༡༤ སེང་གོ་གདོང་ཅན་མ་བཅས་མོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་
 ཏུ། རྒྱལ་འབྱོར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡི་དམ། ༡ ཁྲི་ལྷ་མཁུ་གསུམ་རྣམས་རྒྱལ་མ། ༢ རྗེ་ལོང་གྲུབ་
 པ། ༣ རྒྱ་གདུང་དམ་པ་རིགས་བརྒྱ། ༤ འཇམ་དཔལ་གསང་ལྷན། ༥ དཔལ་མཆོག་རྗེ་རྗེ་
 སེམས་དཔལ། ༦ འཇམ་དཔལ་གྲགས་ལྷན། ༧ རྗེ་རྗེ་དབྱིངས། ༨ ཀུན་རིག་ ༩ འཇམ་དཔལ།
 ༡༠ གཙུག་དགུ་ལྟ་བུ་སེང་གོ། ༡༡ འགྲོ་བ་དུལ་བ། ༡༢ ལེས་རབ་ཀྱི་མ་རོལ་ཏུ་བྱེད་མ། ༡༣
 ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ་བཅས་མོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། རྒྱུང་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡི་དམ། ༡ རྩ་མཁུ། ༢ གོས་དཀར་
 མོ། ༣ རྫོགས་མ། ༤ རྒྱན་རས་གཟིགས། ༥ ཁྲི་གཉེར་ཅན། ༦ མཐུ་ཆེན་ཐོབ། ༧ གྲགས་ལྷན་
 མ། ༨ རམ་མཁའི་སྐྱུན་མ། ༩ རྣམ་སྤྱང་མཛོན་བྱང་། ༡༠ (འདིར་ནས་མཁའི་སྐྱུན་མ་ཞེས་
 འཁོད་འདུག་པ་རྫོགས་སྐྱེད་ཡིན་པར་སེམས།) ༡༡ རྗེ་རྗེ་ཅེ་མོ། ༡༢ ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ་ཞི་བ། ༡༣ རྗེ་
 རྗེ་ལྟ་བུ། (འདིར་བར་ཀྱི་སྤྱ་འགའི་མཆོན་མི་གསལ།) ༡༤ མི་གཡོ་བ། ༡༥ མི་གཡོ་བ་

སྒྲིམ་མོ། ༡༢ འཛིག་རྟེན་དབང་ལྷན་བཅས་སོ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། བྱ་རྒྱུད་གྱི་ཡི་དམ། ༡ རྗེ་
 རྣམ་འཛོམས། ༡ གཙུག་རྟེན་རྣམ་པར་རྒྱལ་མ། སྒྲོལ་མ་དཀར་མོ། ༢ གཙུག་རྟེན་གཤུགས་
 དཀར་མོ། ༥ རི་ཁྲིད་ལོ་མ་གྲོན་མ། ༦ རྗེ་སེམས་དཔལ། ༧ སྒྱུན་རས་གཟིགས། ༨ ཆེ་
 དཔག་མེད། ༩ དམ་ཆོག་གསུམ་བཞོད། ༡༠ སྒྱུན་རས་གཟིགས་བཅུ་གཅིག་ཞལ། ༡༡ སྒྱུན་
 རས་གཟིགས་སེང་གེ་སྒྲ། ༡༢ འཇམ་དབྱངས་དཀར་མོ། ༡༣ དབྱངས་ཅན་མ། ༡༤ འཇམ་
 དབྱངས། ༡༥ འོད་ཟེར་ཅན་མ། ༡༦ རོར་རྒྱུན་མ། ༡༧ མི་གཡོ་བ་དཀར་སོ་བཅས་སོ། དེའི་
 ཕྱི་རོལ་ཏུ་སངས་རྒྱས། ༡ རོན་གྲུག། ༢ འོད་དཔག་མེད། ༣ རིན་འབྱུང་། ༤ རྣམ་སྒྲུབ་། ༥
 མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེ། ༦ བྱམས་པ། ༧ མར་མེ་མཛད། ༨ མི་འཁྲུག་པ། ༩ སྒྲན་མ། ༡༠ འཕྲུ་ལྷ་བ་
 པ། ༡༡ མཛོན་མཁྲུག། ༡༢ ཆོས་གྲགས། ༡༣ ལྷ་འཛན་མེད། ༡༤ གསེར་བཟང་། ༡༥ རིན་
 ཆེན་ཆེན་པ། ༡༦ མཚན་ལེགས་དང་། སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་། ལྷ་དང་བཤགས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲུམ་ཅུ་སོ་
 ལྷ་སོགས་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་སོ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། བྱང་སེམས། དེའི་ཕྱི་རོལ་
 ཏུ། རང་རྒྱལ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། གནས་བརྟན་བཅུ་གྲག་སོགས་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ། དེའི་ཕྱི་
 རོལ་ཏུ། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྤང་མ་རྣམས་
 གསལ་གདལ། ༡ མགོན་པོ་ཞལ་བཞི་པ། ༢ མགོན་པོ་གྲུབ། ༣ ཆོས་རྒྱལ་ནང་སྒྲུབ། ༤
 ཆོས་རྒྱལ་གསང་སྒྲུབ། ༥ ཆོས་རྒྱལ་ཕྱི་སྒྲུབ། ༦ ལྷ་མཛོད་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ། ༧ མགོན་
 དཀར། ༨ དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ། ༩ རྣམ་སྒྲུབ། ༡༠ མགོན་པོ་བྲག་བཞི་པ། ༡༡ ལྷ་སྤང་བཅས་
 སོ། ཆོགས་ཁིང་གི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། ཆོགས་ཁིང་གི་ཕྱོགས་བཞིར་ཆོས་སྟོང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི།
 ༡ འཕགས་སྤྱེས་པོ། ༢ ཡུལ་འཁོར་བསྐྱུང་། ༣ རྣམ་ཐོས་སྒྲུབ། ༤ སྒྱུན་མི་བཟང་བཅས་
 སོ། ཆོགས་ཁིང་གི་སྤྱོད་པོ། ཆོགས་གསོག་པའི་ཁིང་སྤྱེ་ཡུལ་ཡིན་པས་ན་ཆོགས་ཁིང་
 ཟེར་རྟེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཆོགས་གསོག་པའི་ཁིང་གསལ་གདལ། ཅས་གསུངས་
 པས་སོ། འཛིག་རྟེན་པའི་ཆོས་སྤང་ཆོགས་ཁིང་གི་གྲས་སུ་བཞོད་མི་ཆོག་བཞོད་ན་སྐྱབས་
 འགྲོ་རྣམ་དག་མི་འོང་བར་མ་ཟད། སྐྱབས་འགྲོ་སྤང་ཡོད་གཏོར་བར་རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་

རྒྱ་མཚོ་གསུང་། གནས་ཚུང་ཆོས་རྒྱལ་སོགས་དོན་ལ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཀྱང་
 འཛིག་རྟེན་པའི་ཚུལ་བཟུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཆོགས་ཞིང་གི་ནང་དུ་འཛིག་མི་བྱང་བར། སྤུ་
 བཀྲ་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་གསུངས་ཞེས་རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོས་གསུངས་པས་ཤིན་ཏུ་
 གཟབ་པར་བྱལོ། བོད་གི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་སོ་ཡང་རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་སོགས་སྐྱ་མ་མང་
 སོས་ཆོགས་ཞིང་གི་གས་སུ་འཛིག་པར་མཇད་ཀྱང་མི་རིགས་སོ། ། (རྒྱ་མཚོ་ཆོགས་ཞིང་
 དང་ལམ་རིམ་ཆོགས་ཞིང་ལ་དོགས་གཅོད) བོད་གི་ཆོགས་ཞིང་དེ་སྐྱ་མའི་མཚོ་དང་
 ཆོགས་ཞིང་ཡིན་པར་བྱས་མི་རིགས་པ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། ལམ་རིམ་གྱི་ཆོགས་ཞིང་ཡིན་ཟེར་
 བ་གཞོད་བྱེད་མང་དུ་མཐོང་སྟེ། རྗེ་ཤེས་རབ་ཆེན་མོ་ལས། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་ཆེན་
 སྤྱོད་པ་དང་ཟབ་མོ་ལྟ་བུའི་བརྒྱད་པའི་སྐྱ་མ་རྣམས་དང་གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་
 ཚུབ་སེམས་དཔལ་འབེགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་བཀའ་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བཞུགས་པར་བསམས་ཏེ་ཆོགས་གསོག་པའི་ཞིང་གསལ་གདབ། ཅེས་
 ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་བརྒྱད་པའི་མིང་ཅམ་ཡང་མི་འབྱུང་བ་མ་ཟད། རྗེ་ཤེས་རབ་
 གསོལ་འདེབས་ལམ་མཚོག་སྒོ་འབྱེད་ལས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་བརྒྱད་པ་མི་
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚོན་ཡང་ལམ་སྒྲོན་དང་རྗེ་ཤེས་རབ་ཆེ་ཆུང་རྣམས་མདོ་
 གྲགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་ཡིན་ཟེར་བ་ཅམ་ལས། དོན་དུ་གསང་གྲགས་ཀྱི་ལམ་བཟོད་
 ཚུལ་མིང་ཅམ་ཕྱོགས་ཅམ་ལས་དངོས་སུ་ལམ་བཟོད་ཚུལ་མ་བཤད་པས་ཀྱང་ཤེས་རུས་
 ཤིང་། གཞན་ཡང་ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྣང་ནི་གྲགས་ཀྱི་ཤན་ཤོར་བར་ཡིན་
 མོ། །རྗེ་ཤེས་རབ་ཆེན་མོ་ལས། འདི་དག་ནི་འདིར་མིང་ཅམ་གྱི་སྒྲོན་པ་གྲགས་ལ་འཇུག་
 པའི་ཕྱོགས་ཅམ་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་པས། རྒྱས་པར་ནི་གྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བུ་རྣམས་
 ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྗེ་ཤེས་རབ་ཆེ་ཆུང་དུ། མདོ་གྲགས་ཀྱི་གནད་
 བསྟུས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ཡང་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་སོའི་ལམ་
 རིམ་ཆེ་ཆུང་དང་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཚོག་སྒོ་འབྱེད་སོགས་སུ་ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལ་

ཀྱི་བརྒྱད་པ་མ་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དོ། ། (ཆོགས་ཞིང་གསལ་
འདེབས་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་སྐོར) ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ལ་ཡང་ཆོག་ཆོགས་པ་
ལྟར་གདོང་བྲལ་སོགས་ཀྱི་ནུས་པར་འཁོད་པ་དང་། སྤྱི་འདྲ་བསྐྱེགས་པ་ལྟར་ཐམས་ཅད་རང་
ལ་ཞལ་སྤྱོགས་པ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་ལྟར་ཐམས་ཅད་ཐུབ་དབང་ལ་ཞལ་
སྤྱོགས་པར་སྒྲོམ་ཚུལ་གསུམ་ཀ་རུང་ཡང་ཞལ་རང་ལ་སྤྱོགས་པ་རུང་ཟད་འཆར་བདེ་
གསུངས། ཞེས་ཀུའུ་ཆང་འཇམ་དབྱངས་སྟོན་ལམ་གྱི་ལམ་རིམ་དུ་གསལ་ལོ། །

ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཁྱི་ཀ བཤཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་ཟབ་ལམ་ལྷ་མ་
མཆོད་པ་ཅུ་བ་དང་། ༡ དེའི་འགྲེལ་པ་སྒོ་བ་དཔོན་སྒོ་བཟང་རིག་ཕྱོམ་གྱིས་མཛད་པའི་ཁྱི་ཀ
༢ རྗེ་དོན་ཡོད་མཁས་གྲུབ་པས་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསུང་ཟིན་གྱིས་མཛད་པའི་ཁྱི་ཀ
༣ མཁར་རྩོམ་ཐོད་པ་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་ལྷ་མཆོད་ཀྱི་ཁྱི་ཡིག་དང་། དེའི་ཁྱི་ཡིག་གི་ལྷན་
ཐབས། ༤ ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ལྷ་མཆོད་མཆོན་འགྲེལ། ༥ ཡོངས་འཛིན་
ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མཆོད་ཁྱི་ཀ ༦ རྗེ་གྲུང་ཐང་པས་མཛད་པའི་ལྷ་
མཆོད་ཁྱི་ཀ སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཟིན་གྱིས་
བཅས་སོ། །ད་དུང་ཡང་རེ་གཉིས་ཡོད་འདྲ་ཡང་རང་གིས་དངོས་སུ་མ་མཐོང་བས་འདིར་མ་
བཀོད།

ལྷ་མ་རྗེ་བཙུན་པ། ༡ རང་གི་ལྷ་མ་ལ་ཆེ་བསྟོད་ཀྱི་ཆོག་ཅིག དཔེར་ན་རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་
རོགས་སུ། ལྷ་མ་རྗེ་བཙུན་པ་ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་བ་དེ་ནི། རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་ལ་ལྷ་བ་
དང་། ༢ སེར་རྗེ་བཙུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལའང་། ལྷ་མ་རྗེ་བཙུན་པ་ཞེས་ལྷ་བ་རེད།
ལྷ་མ་བསྟན་བདོ་ཅ་ན་སྤངས་དོགས་ཡོད། ལྷ་མ་མང་པོ་བསྟན་པའམ་རྒྱུན་རིང་པོ་བསྟན་པ་ན་ལྷ་མ་
ལ་སྟོན་འདོགས་ཀྱི་སྒོ་སོགས་སྤྱེས་ནས་ལྷ་མ་སྟོང་རྒྱའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་
ནོ། །དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒོས། ལྷ་མ་བསྟན་རན་དུས་ཐོར་དོགས་ཡོད་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་
པར་བཤད་པ་ནི་ལེགས་པར་མ་མཐོང་ངོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལྟར་ན་ལྷ་མའི་

རྒྱལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་བྲགས་པའི་གདམས་པའང་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི།
 དམིགས་པ་ཐུན་རེ་ཙམ་པ་སྤངས་པས་ནི་གར་ཡང་མི་ཕྱིན་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཆོས་ཤིག་
 བྱེད་ན་ནི་མ་ཞོར་བར་འཁྲིད་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ལ་རྒྱུན་རིང་དུ་བརྟེན་དགོས་ལ། དེའི་
 ཆེ་ཡང་མཆད་ཀ་བའི་ཞལ་ནས། གླ་མ་བསྟེན་བདོ་ཙ་ན་སྤངས་དོགས་ཡོད་གསུང་བ་ལྟར།
 བསྟེན་ཚུལ་མ་ཤེས་པར་བསྟེན་ན་ནི་ཁེ་མོན་པར་གྱོང་འབྱུང་བས། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་
 པའི་ཆོས་སྐོར་འདི་རྣམས་ནི་གང་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བ་གཏན་གྱི་འདུན་མའི་ཙ་བར་སྤང་བས་
 རགས་རིམ་ཞིག་ཇི་མ་མེད་པའི་གསུང་རབ་དང་དགོངས་འབྲེལ་ནས་བྱངས་ཏེ་གོ་སྤྲོ་ལ་ཡིད་
 ལ་འཁུལ་ཞིང་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་གཞིལ་བའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་སྤྱོད་ཀྱིས་བརྒྱན་
 བས་བཀོད་དེ། རྒྱས་པར་གཞན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས།

གླ་མ་དང་གཙོ་བོ་ཐ་མི་དད་པ། རང་གི་གླ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་དོན། དཔེར་
 ན་རང་གི་གླ་མ་ཉིད་འདིགས་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ལྟ་བུ། འདིའི་གཙོ་བོ་ཞེས་པ་ཡི་དམ་གྱི་
 ལྟ་ཆོགས་ལ་གཙོ་འཁོར་གཉིས་ཡོད་པའི་གཙོ་བོའི་དོན་ཡིན།

གླ་མ་དང་སངས་རྒྱས་གཉིས་ལས་སྟོན་ལ་གླ་མ་ལ་བྱག་བྱ་དགོས་པའི་ལུང་། རང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ནང་པ་
 སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པའི་ཆེ། གླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་
 རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་གླ་མ་ལ་སྟོན་ལ་བྱག་བྱས་ནས། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་
 བྱེད་པས། དེ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་གནས་བརྟན་སྟེ་པ་སོགས་ཐེག་པ་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འབྲུ་སྟོང་
 བྱེད་ཅིང་། དོན་ལའང་བསྟན་པའི་བདག་པོ་བཙུག་པ་ལྟར་ལ་བྱག་མི་བྱེད་པར། དང་པོ་གླ་
 མ་ལ་བྱག་བྱེད་པ་འདི་འོས་པ་ཨེ་ཡིན་ཞེས། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་འོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཁྲུངས་འདུལ་
 བ་ལུང་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དེ་ཡང་སྟོན་བྲམ་ཟེ་ཉེ་རྒྱལ་དང་བང་ནས་སྐྱེས་ (ཉེ་རྒྱལ་
 དང་བང་ནས་སྐྱེས་ཞེས་པ་འཕགས་པ་ལྟ་རིའི་བྱ་དང་མོ་ལུ་གལ་གྱི་བྱ་སྟོན་སྟེ་གསུངས་པ་ཡིན་
 པའི་སྐྱབས་ཀྱི་མིང་ཡིན།) གཉིས་ཀྱིས་འཕགས་པ་རྟ་ཐུལ་དང་། བཙུག་པ་ལྟར་ལྟེན་གཉིས་
 གནས་གཅིག་ཏུ་གཟེགས་པ་ན། རང་གི་གླ་མ་འཕགས་པ་རྟ་ཐུལ་ལ་བྱག་བྱའམ། འོན་ཏེ་

སངས་རྒྱུ་ལ་བྱུག་བྱ་སྒྲུབ་དུ་བསམས་ཏེ་ཐེ་ཆོས་དུ་གྱུར་པ་ན། (དེ་དུས་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་
བཅོམ་ལྷན་འདས་མཛུལ་བ་ཐོག་མ་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། གང་ལས་ཆོས་ཐོས་པ་དེ་
ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱལོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་འཕགས་པ་རྩ་མུལ་ལ་བྱུག་བཅུལ་དུ་བཅུག་གོ། དེ་
ཡང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ཀ་པ་༥ལས། དེ་ནས་ཀྱུན་དུ་རྒྱ་ཉེ་རྒྱལ་དང་པང་ནས་སྐྱེས་
གཉིས་འཁོར་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ལྔ་བཅུ་དང་འོད་མའི་ཆེལ་བྱ་ཀ་ལན་དཀའི་གནས་གལ་བ་
དེར་དོང་དོ། །དེའི་ཆེ་ན་ཆེ་དང་ལྷན་པ་རྩ་མུལ་ཉིན་མོ་སྒྱུད་པའི་བྱིར་ཤིང་ལྷོན་པ་ཞིག་གི་བྱུང་
ན་རྟེན་ཅིང་འདུག་གོ། ཀྱུན་དུ་རྒྱ་ཉེ་རྒྱལ་དང་པང་ནས་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་རྩ་
མུལ་ཐག་རིང་པོ་ཁོ་ན་ནས་མཐོང་དོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་ཉེ་རྒྱལ་གྱིས་པང་ནས་སྐྱེས་ལ་སྐྱས་
པ། པང་ནས་སྐྱེས་ཅི་ཐེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱུངས། འོན་ཏེ་གང་ལས་ཆོས་
ཐོས་པ་དེ་ལ་བྱ། དེས་སྐྱས་པ། རེ་གང་ལས་ཆོས་ཐོས་པ་དེ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱལོ། དེ་གཉིས་
ཆེ་དང་ལྷན་པ་རྩ་མུལ་གལ་བ་དེར་དོང་སྟེ་བྱིན་ནས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་རྩ་མུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་གཉིས་
ལ་མགོ་བོས་བྱུག་འཆུལ་ཏེ་མཐའ་གཅིག་དུ་འཁོང་དོ། །དེའི་ཆེ་ན་བཅུ་ཐེ་རྒྱ་བ་ལ་དགའ་བ་
ཞིག་རྒྱ་བ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་ཅིང་བྱུག་འཆུལ་ལོ། དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱུང་བ་
འདི་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བཀའ་སྩལ་པ། ཆན་པ་དང་ནི་གཞོན་པ་འདར་རུང་། གང་ལས་
ཆོས་ནི་རྣམ་ཤེས་པ། དེ་ལ་གྲུས་པར་བྱུག་བྱ་སྟེ། རྒྱ་བ་ཆེས་ལ་ཐེ་བཞིན་ནོ། །བཅུ་ཐེ་མེ་ལ་
དགའ་བ་ཞིག་ཀྱང་མེ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་ཅིང་བྱུག་འཆུལ་ལོ། དེ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་
ཀྱིས་བྱུང་བ་འདི་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སྐྱས་པ། ཆན་པ་དང་ནི་གཞོན་པ་འདར་རུང་། གང་
ལས་ཆོས་ནི་རྣམ་ཤེས་པ། དེ་ལ་གྲུས་པར་བྱུག་བྱ་སྟེ། མེ་ལ་བཅུ་ཐེ་གཅོད་མ་བཞིན། ཞེས་
གསུངས་སོ། །དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་༣༩༩ལས་ཀྱང་། ཉེ་རྒྱལ་
བཞིན། ཞེས་པ། སྟོན་འཕགས་པ་རྩ་མུལ་དང་། སངས་རྒྱུ་གཉིས་སྟབས་གཅིག་ན་
བཞུགས་པ་ལ། འཕགས་པ་རྩ་མུལ་གྱི་སྟོན་མ་བཅུ་ཐེ་རྒྱལ་དང་། པང་ནས་སྐྱེས་གཉིས་
ཀྱིས་ཁོང་གི་སྒྱུན་སྤར་འོངས་ཏེ། སྟོན་ལ་སངས་རྒྱུ་ལ་བྱུག་བྱ་སྒྲུབ་པས། སངས་རྒྱུ་གྱི་

ཞལ་ནས། གང་ལ་ཚོས་ནི་ཐོས་གྱུར་པ། རྟེན་པ་དང་པོ་བྱག་བྱ་སྟེ། ཁྲི་བ་ཆེས་ལ་བྲམ་ཟེ་
བཞིན། གསུངས་ནས་སྟོན་ལ་འཕགས་པ་རྟ་བྱལ་ལ་བྱག་གྱིས་གསུངས། རྟེན་པ་ཞིག་དུ། འོ་
སྟོལ་གྱིས་ཀྱང་། བྱག་དང་མཆོད་པ་གང་བྱེད་ཀྱང་། སྟོན་ལ་སྒྲ་མ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། མཆོད་པ་
ནམས་ཀྱི་ཐོག་མར་ནི། ཁྲི་མ་མཆོད་པ་རབ་ཏུ་བརྩམ། རྟེན་པ་ཉེས་པ་ལས་དངོས་བྱུང་ནི། ཡེ་
ཤེས་དམ་པ་འད་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་སོ། རྟེན་པ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་གི་ནང་ནས་སྒྲ་མ་
ཁོན་དག་སྟེ། བྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསོད་
ནམས་བས། སྒྲ་མའི་བ་སྤྱིའི་ཁུང་གཅིག་མཆོག་ ཅེས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲ་མ་རྩམ་རྟེན་ཏེ། (སྟོསྟོང་) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་ཚོས་ཀྱི་གོ་ཆ་ཞེས་པ་སྟེ། རྩོམ་ཅིང་དཔལ་ལྷན་ཨ་
ཏི་ཤའི་སྒྲ་མའི་གཙོ་བོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ་ཞིག་ རྩོམ་ཆེན་པོས་སྒྲ་མ་འདི་ལ་ཨོ་རྟན་པ་སྤྱི་འདི་
གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ལོ་བརྩུ་གཉིས་སུ་བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་གསན་ནས་བཞུགས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཅིང་། སྒྲ་མ་འདི་རང་གི་སྤྱི་ཤོག་བཅད་ནས་གཞན་ལ་སྤྱིན་ཅིང་བྲམས་སྟེང་རྩེ་
འབའ་ཞིག་བསྟོམས་པས་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྤྱགས་ལ་འཇུངས་པ་ཞིག་སྟེ། བཀའ་
གདམས་སྟེགས་བམ་༼ ༡༧ ༽ལས། བྲམས་པའི་སྤྱིས་མཆོག་གྲུབ་ཆེན་ནལ་འབྱོར་
པ། རྩེ་ཏེ་ཞེས་རང་ཤམ་གཞན་ལ་སྟེ། སྤྱན་མོངས་མ་ཡིན་སེམས་བསྐྱེད་སྤྱིན་མཛད་
པའི། སྒྲ་མ་དཔལ་པོ་གཉིས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲ་མ་སྟེ་ལྷ། རང་གི་སྤྱིན་མཚམས་ཀྱི་ཐད་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཞི་
ཤིག་ཏུ་ཆེ་བ། དེའི་དབྱས་དང་བྱོགས་བཞིར་བྱི་རྒྱུད་ལྷ་ཡོད་པའི་དབྱས་མ་རྒྱུད་ཐད་མཐོ་བའི་
སྟེང་འོ་པོ་རང་གི་རིན་ཅན་ཆ་བའི་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ལ། ནམ་པ་སྟོན་པ་སྤྱབ་པའི་དབང་པོ། དེའི་
སྤྱགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་རྟོག་ཅིང་། དེའི་སྤྱགས་ཀར་ཉིང་འཛིན་སེམས་དཔལ་
རྩྱུ་སྟོན་པོ་སྟེ་སེམས་དཔལ་སྤྱམ་བཅེགས། དེའི་གཡལས་ཀྱི་ཞི་རྒྱུད་ལ་རྩེ་བཙན་བྲམས་པ་ལ་
རྒྱ་ཆེན་སྟོད་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱིས་བསྟོར་བ། གཡོན་ཀྱི་ཞི་རྒྱུད་ལ་རྩེ་བཙན་འཇམ་པའི་
དབྱངས་ལ་ཐབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱིས་བསྟོར་བ། རྒྱལ་ཀྱི་ཞི་རྒྱུད་ལ་རྒྱལ་བ་རྟོག་ཅིང་།

འཆང་ལ་ཉམས་ལེན་བྱིན་ཐུབས་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། མདུན་གྱི་ཁྲི་
ཚུང་ལ་རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ལ་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་ལྷ་
ལ་སྒྲ་མ་སྡེ་ལྟ་བུར།

སྒྲ་མ་སྐྱོ་བཟང་ལུབ་དབང་དོན་དེ་འཆང་། (གསང་ལྷགས་) སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོགས་ཁིང་གི་གཙོ་བོ་སྤྱི། དེ་
ཡང་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དང་། སྐྱོ་བཟང་ཞེས་པ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་སྐྱོ་བཟང་
གྲགས་པའི་དབལ། ལུབ་དབང་ཞེས་པ་སྟོན་པ་ལུབ་པའི་དབང་པོ། དོན་དེ་འཆང་ཞེས་པ་རྒྱལ་
བ་དོན་དེ་འཆང་དང་བཞིའོ། དེ་དག་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ནི། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཅེས་
སོགས་སྒྲ་མཆོད་ནས་གསུངས་པ་ལྟར། བཀའ་བློན་གསུམ་ལྡན་གྱི་རང་གི་བློན་ཅན་ཅ་བའི་
སྒྲ་མ་དེ་ཉིད། རྣམ་པ་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོར་གསལ་བཟུགས། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱལ་བ་
ལྷ་ཀྱི་ལུབ་ལ། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱལ་བ་དོན་དེ་འཆང་། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་
དཔའ་རྒྱུ་ཡིག་བཅས་གསལ་བཟུགས། དེ་དག་རྣམ་པ་ཐད་དུ་སྤྱང་ཡང་། དེས་དོན་དུ་རང་གི་
ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ཉིད། རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་དང་། སྟོན་པ་ལུབ་དབང་པོ། རྒྱལ་བ་དོན་དེ་འཆང་བཅས་
ཀྱི་ངོ་བོར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པོ། །

སྒྲ་མ་དབྱུ་མ་ལ། (རྣམ་ཐར་) དབྱུ་མ་པ་དཔའ་བོ་དོན་དེ་སྤྱི། ཐོག་མར་སྒྲ་མ་འདི་བས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་
པོའི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ནས། དབྱུངས་ཅན་མའི་རྗེས་གནང་ཞིག་ཞུས་ནས་སྐྱོབ་མར་གྱུར་
ལ། སྤྱིས་སྤྱི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་སྒྲ་མ་ཁོང་པ་ལས་འཇམ་དབྱུངས་ཆོས་སྐྱོར་སོགས་
གསན་ཏེ་སྒྲ་མའི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏོ། ཁོང་ལ་གྱུབ་ཆེན་དཔའ་བོ་དོན་དེ་འཆང་ཞུ། མཁས་
གྲུབ་ཆོས་རྗེས་མཛད་པའི་རྗེའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་ལས། སྒྲ་མ་དབྱུ་མ་པ་དེ་ཡང་སྤྱི་ཆེ་
དཔལ་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱི་པོལ་ནས་ཆོགས་གཉིས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསགས་ཤིང་། ཁྱད་པར་དུ་སྤྱི་ཆེ་
ལན་གངས་མང་པོར་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱུངས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་མཐུས། སྤྱི་ཆེ་
འདིར་བསྟེན་སྤྱོད་སོགས་ལ་འབད་བ་ཆེར་མ་མཛད་པར་ཡང་། སྤྱིས་པ་གཞོན་ཅུའི་དུས་ཉིད་
ནས་མདོ་ཁམས་སུ་སྤུགས་རྗེ་མཛད་པའི་ཆེ། ལུས་ཀྱི་ཁོང་པའི་ནད་སྟོང་གི་ཐད་ཅམ་ནས།

ཨ་ར་པ་ཙ་ནའི་སྐགས་ཀྱིས་འུར་འུར་བ་འོང་ཞིང་། དེ་བྱུང་པེས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་བ་སྐྱ་ཐིང་བྱེད་
 ཅིང་། སྐགས་བསྐྱུང་མི་སྐབ་པ་འབྲ་བ་འོང་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། ལན་ཅིག་དེ་ལྟར་བྱུང་བས་ཀྱིན་
 བྱས་ནས་བརྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིང་། བརྒྱལ་བ་སངས་པ་དང་། མདུན་ན་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་
 དབྱངས་སྐྱ་མདོག་ནག་པོ་ཞིག་འདུག་པ་དངོས་སུ་གཟིགས་པའི་སྤང་བ་བྱུང་། དེ་རྗེས་རྗེས་
 གནང་དང་སྐྱབ་པའི་ལུང་གསན་ནས། བསྐྱེན་སྐྱབ་ལ་ཤིན་ཏུ་འབྱས་པར་མཛད་པས་ནས་
 པར་ཐར་པ་སྐྱོན་མོང་བར་བསྐྱུང་བ་ལྟར་སྐྱ་དང་གསུང་གི་སྤང་བ་རྒྱུན་ཆགས་སུ་འོང་བ་ཞིག་
 ཡོད་པར་སྤང་། ཞེས་གསུངས། རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་གཙང་འོང་དུ་སྐྱ་མ་འདི་དང་
 མཛལ་ནས། སྐྱ་མ་དབྱུ་མ་པས་ལོ་རྒྱ་བ་མཛད། རྗེ་པེན་པོ་ཆེས་འདི་བ་པོ་མཛད་ནས། རྗེ་
 བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཆོས་སྤྱི་དང་ལྷག་པའི་དབྱུ་མའི་ལྟ་བའི་སྐྱོར་ལ་འདི་བ་མང་དུ་
 མཛད་ཅིང་། རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་གསུང་ནས། སྤང་བློགས་དང་སྐྱོན་སྐྱོགས་ལ་ཉེ་
 རིང་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཉན། བྱུང་པར་སྤང་བ་ལ་གཅིགས་སུ་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་
 གསུང་བའི་སྐྱོར་སོགས་རྒྱས་པར་གོང་གི་གསང་ནས་དུ་གསལ་ཡོ། །སྐྱ་མ་དབྱུ་མ་པ་འདི་
 ཉིད་རྗེའི་སྐྱ་མའི་སྐྱ་མ་དང་སྐྱོབ་མ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཞིང་། ཐོག་མར་སྐྱ་མ་དབྱུ་མ་པས་རྗེ་ཙོང་ཁ་
 པ་ཆེན་པོ་ལས། དབྱངས་ཙན་མའི་རྗེས་གནང་ཞུས་ནས་ཆོས་འབྲེལ་གསན། ཕྱིས་སུ་རྗེ་ཙོང་
 ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་མའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་དོགས་ལས།
 སྐྱ་མ་རྗེ་བཙུན་པ་ (རྗེ་བཙུན་པེད་མདའ་བ) དང་དཔོན་སྐྱོབ་ (འདིའི་དཔོན་སྐྱོབ་ཅེས་པ་རྗེ་
 བཙུན་པེད་མདའ་བ་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུ་བ་ཡིན།) གསུང་གྲུང་མཛད་པའི་དགོས་
 པ་ལག་འཁེལ་གི་ཕྱིར་དུ་གཙང་ལ་བྱོན། རོང་གི་སྐྱབས་ཆོས་ལུང་དུ་བཞུགས། ཆོགས་པའི་
 མཁན་པོ་པེན་པོ་ཆེ་གྲགས་པ་བཤེས་གཉིན་པ་ལ་བཀའ་ལུང་ཅི་རིགས་པ་གསན། དེ་དུས་རྗེ་
 འདི་པའི་ཞབས་འབྲིང་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱ་བྱེད་པོན་པོ་བསོད་ནམས་གྲགས་དང་། མདོ་སྐྱུང་པ་
 དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་གྲགས། ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱིས། སྐྱ་མ་དབྱུ་མ་པ་བཙོན་འབྲས་སེལ་བའི་
 མཆོག་སྤྱང་ཞེས་པའི་དཔེན་གནས་ཤིག་ན་བཞུགས་པའི་བྱུང་དུ་མཛལ་བ་ལ་བྱིན། ཆོས་

འབྲེལ་ཞུས། གསུང་གླེང་བྱུང་བས། ཁོང་པ་ན་ཤེ། དེད་ཁྱིད་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་པ་དེ་ལ་དབྱངས་
 ཅན་མའི་རྗེས་གནང་ཞིག་ཞུ་དགོས་གསུངས། དེ་ནས་ཁོང་པ་དང་རྗེ་འདི་པ་ཞལ་འཛོམས་
 མཛད་དེ། རྗེ་འདི་ལ་དབྱངས་ཅན་མའི་རྗེས་གནང་ཞུས། དེའི་ཆེ་གསུང་གླེང་ཞིབ་ཏུ་མཛད་
 བས། ལྷ་མ་དབྱ་མ་པ་ཁོང་རང་ལ་མདོ་ཁམས་ན་ཕྱུགས་མ་སྐྱོང་བའི་དུས་ཉིད་ནས་རྗེ་བཙུན་
 འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་གི་སྒྲུབ་བ་ནར་མར་འོང་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་སྤྱི་ཕྱིར་བཟླ་
 བ་བྱས་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ཞིབ་བར་ཞུས་ནས། ད་དུང་དེད་འདི་ལ་གཏིང་ནས་ངེས་པ་རྟེན་བ་
 མེད་པས་བཟླ་དབྱང་ཡང་དག་ཅིག་ཐུགས་ལ་འདོགས་བར་ཞུ། ད་ལན་ཡང་རྗེ་བཙུན་གྱི་
 སྐྱེའི་སྒྲུབ་བ་དེའི་གསུང་ནས། རང་ར་ལ་དབྱངས་ཅན་མའི་རྗེས་གནང་ཞུ་བ་ལ་རྒྱུག་གསུངས་
 ནས་འོངས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་རྗེ་འདི་པས་དབྱ་མའི་ལྟ་བ་སོགས་ཆོས་ཀྱི་གནད་
 ཟབ་མོ་རྣམས་ཀྱི་རྗེ་གཏུགས་མཛད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལེགས་བར་བཟླགས་པས་བཟླ་
 ཐུབ་པར་འདུག་པས། ཐུགས་ཡིད་གཉིས་ཟ་དགོས་པར་མི་གདལ། གསོལ་བ་བྲག་ཏུ་ཐོབ་
 མཛོད། འོན་ཀྱང་རྗེ་བཙུན་གྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་རང་མཚན་པ་ད་ལྟ་དབང་ཤེས་ལ་སྒྲུབ་བ་མིན།
 ཡི་དམ་གྱི་སྐྱུ་དངོས་ཀྱིས་གཏད་པའི་རྣམ་པ་ཡིད་ཤེས་ལ་དངོས་སུ་སྒྲུབ་བ་ཞིག་ཡིན། དེད་
 ཀྱང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྐྱུ་བ་སྐྱོར་མན་དག་སོགས་འདི་ཕྱོགས་ལ་ཤེས་འདོད་ཆེ་བར་
 ཡོད་པས་ཞུ་དགོས་ནའང་། ད་ལན་རྗེ་བཙུན་ཅེད་མདའ་བའི་དུང་ནས་སྟག་ཆང་དུ་འབྱོན་པ་
 དང་དཔོན་སྒྲོབ་དུས་ངེས་མཛད་པའི་མཇུལ་ཐུད་དགོས་པར་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས་བྲེལ་ནས་
 མི་འགྲུབ་པར་འདུག །རྗེས་སུ་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་སྒྲིག་འཆལ་ཞེས་གསུངས། ཞེས་
 གསུངས་སོ། །

ལྷ་མ་མན་ཐང་། ཀྲོ་མ་ཀྲོ་ (Tomato) ཞེས་པའི་ཆལ་རིགས་ཤིག་ཁ་ཅིག་གིས། འདི་ལྷ་མའི་སྒྲན་ཐང་
 ཟེར་བ་རེད་ཟེར། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ལྷ་མའི་སྒྲན་ཐུམ་ཟེར་བ་ཡིན་འདྲ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱི་མོ་
 བོད་དུ་ལྷ་མ་ལ་གསོལ་སྒྲན་འབྲུལ་སྐབས་རས་དམར་སྟེའི་ཐུམ་བྱའི་ནང་སྒྲན་བྱེ་བཏུམས་
 ནས་འབྲུལ་སྒོལ་ཡོད་པ་དེའི་ཁ་དོག་དང་ཁ་སྐུལ་དང་བཅས་པའི་དབྱིབས་དེ་དང་སང་གི་ཀྲོ་

མ་གྲིའི་བཟོད་བྱེད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་དེས་བཏགས་པ་འདྲ་ཟེར།
 གླ་མ་རྩ་ལ་གུག། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤས་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་ལྷ་ཡུལ་གྱི་གླ་མ་ཞིག
 འདི་བོད་དུ་བྱོན་ནས་གླ་བ་དུག་གི་བར་མཁས་བྱུང་ལྷུང་པོ་རྣལ་འབྱོར་ལ་མགོན་པོ་འི་ཆོས་
 རྒྱུ་རྣམས་གསུངས་ནས། སྤར་ལོག་ནས་རི་ནག་པོར་ད་ལྟ་ཡང་བཞུགས་པར་བྱགས་
 སོ། །འདི་མགོན་པོ་གླ་བ་རྒྱུད་དུ་བཞུགས་པར་བཤད། རྗེ་འཇམ་དེམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། རི་
 ནག་པོའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷུག་དཔལ་གྱི་རྗེ་རྗེའི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་
 རྗེ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་མས་ལུང་བསྟན་པ་ཐོབ་པའི་གླ་མ་རྩ་ལ་གུག་ལ་དབང་ཡོངས་སུ་རྗེ་གས་
 བར་བྱས་ཤིང་། གསང་མཆོན་ཡེ་ཤེས་གསང་བའི་རྗེ་རྗེའི་སྤྱུ་བར་བཏགས་ཏེ་དགུང་ལོ་
 ཉེར་དགུ་ཚུན་ཆད་ལ་དངོས་བྱུང་བརྟེན་པའི་གླ་མ་དུ་མའི་སྤྱན་སྤར་རྗེ་རྗེའི་ཐེག་པ་ལ་སྤངས་
 བས་གཞུང་དང་གདམས་དག་མ་ལུས་པ་ལ་མཁས་པར་བྱུང་ཏེ། གསང་སྟགས་ལ་ང་ཉིད་
 མཁས་པོ་སྤྲུལ་དུ་དགོངས་པ་བྱུང་བ་ན། རྒྱ་གི་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྟགས་ཀྱི་སྒྲིགས་བཅ་སྤར་
 མཐོང་མ་མྱོང་བ་མང་པོ་མནལ་ལམ་དུ་བསྟན་ནས་སྟགས་རྒྱལ་བཅག་གོ། ཞེས་གསུངས་
 སོ། །

གླ་མ་གསེར་སྤྱིང་པ། མཉམ་མེད་རོ་བོ་ཆེན་པོས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གདམས་པ་གསན་ཅིང་
 འགན་གྱི་མེད་པའི་གླ་མའི་གཙོ་བོར་ཅི་བར་མཛད་པའི་གླ་མ་ཞིག གླ་མ་གསེར་སྤྱིང་པ་
 འཁུངས་པའི་ཡུལ་ནི། ཕྱི་ལོ་༡༠༠༥། ༣། ༥ཉིན་ཡགོང་ས་ཡ་རྒྱལ་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་
 མཆོག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་གྱི་གསུང་ཆོས་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་སྐབས། གསེར་སྤྱིང་ཞེས་
 པ་ཨིན་ཏོ་ནི་ཤེ་ཡ་Indonesiaཞེས་པའི་ཡུལ་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད་སོང་། ཡང་འགའ་ཞིག་
 གིས། སུ་ཐུ་ཁྱི་བ་སྟེ་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་མི་མེད་པའི་གསེར་སྤྱིང་ཞིག་སྟེ་གསེར་སྤྱིང་རྒྱལ་
 པོའི་སྤྱིང་རྒྱུད་ཞིག་ལ་བཞེད། ཡང་གཞན་དག་གིས། ཐེ་གུ་ཞེས་པའི་རྩར་མའི་Pegu, Bur-
 maརྒྱལ་ས་དེ་ཡིན་པའི་འོལ་ཆོད་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག ཁམ་ལུང་པའི་ལྷོ་རྩོད་ལྷན་བརྒྱུད་
 མ་ལས། སྤྱིར་རོ་བོ་ལ་སྟགས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་གསན་པའི་གླ་མ་བདུན་ཅུ་གཉིས་

ཡོད། བྱང་པར་གྱིས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་གསུམ་ཡོད། བྱམས་པའི་ནལ་
འབྱོར་པ། རྣམ་དཀྱི་ཏ། གསེར་སྒྲིང་པ་གསུམ་ཡིན་གསུངས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྒྲ་
མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་གསུང་པའི་གྲུས་པའི་རྒྱ་མཚན་སྒྲ་མ་གཞན་ལ་གཏུང་ཁང་མེད་དེ།
གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་གཏུང་ཁང་དཔུལ་གཏུགས་ཅན་ཡོད། སྒྲ་མ་གཞན་ལ་སྒྲ་མཚོད་མེད་དེ།
གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་སྒྲ་མཚོད་ཡོད། སྒྲ་མ་གཞན་གྱི་མཚན་ཐོས་ཅམ་གྱིས་ཐལ་མོ་ཐུགས་ཀར་
སྒྱོར་ཏེ། མཉམ་མེད་གསེར་སྒྲིང་པའི་མཚན་ཐོས་པ་ཅམ་ན་ཐལ་མོ་སྒྱུ་ཤོར་སྒྱོར། སྒྲ་མ་
གཞན་ཅན་ཀྱང་སྒྲུན་ཆབ་མི་འོང་སྟེ། སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ཅན་སྒྲུན་ཆབ་ཡོང་སྟེ།
ཨ་ཏི་ཤ་ལ་སྒྲ་མ་མང་དུ་ཡོད་པ་ལ་གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་དེ་ཅམ་གྲུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ལགས་
ཞུས་པས། རོ་ཤོའི་ཞལ་ནས། བདག་གཞན་བཞེ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་སྒྲ་མ་གསེར་
སྒྲིང་པ་མིན་པ་ལ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས། ཞེས་གསུངས།

སྒྲ་མའི་ཆོས། (འདུལ་བ) ལྷུ་བའི་ཆོས། དཔེར་ན་དག་སྒྲོང་མ་ཡི་ལྷུ་བའི་ཆོས་ལ། སྒྲ་མའི་ཆོས་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། མཆིམས་མཛོད་དེབ་གསུགས་༣༦ ནལས། སྒྲ་མའི་ཆོས་ (ཏེ་ལྷུ་ཆོས་བརྒྱད) ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

སྒྲ་མའི་ཆོས་བརྒྱད། (འདུལ་བ) ལྷུ་བའི་ཆོས་བརྒྱད་དང་དོན་འདྲ། སྒྲོབ་དཔོན་གང་སྟེལ་གྱི་མཛོད་
འབྲེལ་༩ རྒྱ ༡༣༠ན་ནལས་ཀྱང་འབྱུང་དོ།

སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར། རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་ལྟ་བའི་སྒྲོན་ནས་དད་དམ་ཅེ་གཅིག་
པའི་བྱག་མཚོད་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཟེར། སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དེ་ལྟར་བསྒྲོམ་
པའི་རྒྱལ་ནི། སེམས་རྒྱུད་ལ་བྱིན་སྒྲུབས་འདུག་པའི་བྱིར་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བསྒྲོམ་པ་ལ།
མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་སེང་གས་བཏེགས་པའི་སྟེང་ན་པད་ཉིའི་གདན་ལ། རོ་ཤོ་
རང་གི་འཛིན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནམ་པ་རིགས་དུག་པ་རྩོུ་འཆང་སྒྲུ་མདོག་སྒྲོན་པོ་
ཞལ་གཅིག་བྱག་གཉིས་པ་གཡས་པ་རྩོུ་འཆེ་གཡོན་དེལ་བྱ་འཛིན་པས་རང་འདྲའི་ཡུམ་ལ་
འཕྱུང་པ། ལྟ་ཆས་ཀྱི་གོས་ཀྱི་སྟོང་གཡོག་དང་སྦྲང་གཡོག་ཅན། རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་གྱིས་

བརྒྱན་པ། ཞབས་དོན་ཤིང་གིས་བཞུགས་པ། རོད་ཟེར་ནམ་པ་ལྟ་རབ་ཏུ་འབར་བར་
 བསྐྱེམས་པའི་སྤྱི་པོར་རྒྱ་བ་ལ་ཨོ་དཀར་པོ། མགྲིན་པར་བསྐྱེམ་ལ་ལྟ་དམར་པོ། སྤྱིང་གར་ཉི་མ་
 ལ་རྩྱི་སྟོན་པོ་འདྲ་ཟེར་འཕྲོ་བ་བསྐྱེམ། རྩྱི་ལས་འདྲ་ཟེར་འཕྲོས་པས་དོན་འཆང་ནས་བསྐྱེམ་སྟེ།
 རྒྱ་མ་བརྒྱད་པ་ནམས་དང་། ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་ཆོགས་ནམས་སྤྱི་པོར་དངས་ཏེ་བསྐྱེམས་ལ།
 སྤྱི་བས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་དོ་པོར་བསྐྱེམ། སྟོན་གྱི་དོས་ནས་བཏགས་ན་དངོས་བྱུང་གི་
 རོགས་ཀྱི་ལ། ཡོན་ཏན་གྱི་དོས་ནས་བཏགས་ན་དངོས་བྱུང་ལྟར་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་
 བྱ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱ་མ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་དང་བ་དང་། བཀའ་འདྲིན་ཆེས་སུ་
 དན་ཏེ་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་མང་ཏུ་སྦྱར་དོ། །དེ་ནས་དངོས་བཤམ་ཡིད་སྦྱལ་གྱི་མཆོད་པའི་དངོས་
 པོ་གྲུ་ལོ་མ་བ་དང་བཅས་མཐུལ་རྒྱས་པར་དབུལ། གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ས་ལམ་གྱི་ཆོགས་པ་
 ནམས་རང་རྒྱད་ལ་སྦྱར་ཏུ་སྤྱི་བ་དང་། དེ་དག་གི་འགལ་རྒྱུན་ཞི་ཞེང་མཐུན་རྒྱུན་ཡིད་བཞིན་
 ཏུ་འབྱུང་བའི་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དགེས་ཏེ་རྒྱ་མའི་སྤྱི་པོའི་ཨོ་དཀར་པོ་ལས་འདྲ་ཟེར་
 དཀར་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས། རང་གི་སྤྱི་པོ་ནས་ཞུགས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་འདྲ་ཟེར་
 དཀར་པོས་ཁེངས། ལུས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྦྱངས། སྤྱི་དོན་འདྲོས་བྱུང་དང་ཕྱིན་རྒྱུ་ཐོབ་པར་
 བསམ། ཡང་རྒྱ་མའི་མགྲིན་པའི་ལྟ་དམར་པོ་ལས་འདྲ་ཟེར་དམར་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས། རང་
 གི་མགྲིན་པ་ནས་ཞུགས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་འདྲ་ཟེར་དམར་པོས་ཁེངས། དག་གི་
 སྤྱི་བ་པ་སྦྱངས། གསུང་དོན་འདྲོས་བྱུང་དང་ཕྱིན་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བསམ། ཡང་རྒྱ་མའི་
 རྒྱགས་ཀའི་རྩྱི་སྟོན་པོ་ལས་འདྲ་ཟེར་སྟོན་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས། རང་གི་སྤྱིང་གར་ནས་ཞུགས་ཏེ་
 ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་འདྲ་ཟེར་སྟོན་པོས་ཁེངས། ཡིད་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྦྱངས། རྒྱགས་དོན་འདྲོས་
 དངོས་བྱུང་དང་ཕྱིན་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བསམ། དེ་ནས་སྤྱིའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལས་འདྲ་ཟེར་
 ལྟ་ཆོགས་འཕྲོས། རང་གི་ལུས་ཀྱི་སྟོན་ཐམས་ཅད་ནས་ཞུགས་སྟོན་གསུམ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་སྦྱངས་
 རྒྱངས། དོན་གསུམ་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པར་བསམ་མོ། །དེ་ནས་མདུན་གྱི་
 རྒྱ་མ་རང་གི་སྤྱི་པོར་དོན་འདྲ་ཟེར་པའི་དང་། རྩྱི་པོ་ཏོ་སྤྱི་བ་རྒྱས་པས། དམིགས་པས་སྦྱོན་དངས་

ཉེ། སྤྱི་བོན་ས་ཐེམ་པས་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་། གླ་མའི་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་
མི་བྱེད་པར་བསམས་ལ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པས་བརྟན་པར་བྱལོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལ་
གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། དོགས་གཙོད། མཁས་བྱུང་ཆོས་རྗེའི་གསུང་ཐོར་བུ་༡༥༦བལས། གི་
བ་བདུན་པ། གླ་མའི་ནལ་འབྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་གླ་མ་རྗེ་རྗེ་འཆང་དུ་བསྐྱུར་ནས་སྒྲིལ་བ་དང་།
ད་ལྟ་རྗེ་བཞིན་དུ་སྒྲིལ་བ་གཉིས་ལ་གང་ཟབ་ཟེར་བ་ལ། དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་གྱི་མོས་གྲས་
གྱི་ལམ་གྱི་དགོས་པ་ནི་གླ་མའི་སྤྱ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཙུན་བསྐྱེད་མི་བྱེད་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཀྱང་།
སྤྱིར་སྤགས་གྱི་ལུགས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་རིགས་བདག་གི་ངོ་བོ་གླ་མ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེས་ན་གླ་
མའི་ནལ་འབྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་ཅ་བའི་གླ་མ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལྟ་བུའི་ཡོངས་སྤྱི་ཞིག་གི་ནམ་པར་
བསྒྲིམས་ནས། དེ་ལ་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱང་
སྤང་མ་ཀུན་བསྐྱེམས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཉིད་ཟབ་པོ། །ཞེས་མེན་ཏུ་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་
གསུངས་གངཏོ། །

གླ་མའི་འཕོ་བ། འཕོ་བའི་གདམས་པ་དང་དོན་གཅིག་སྤྱ་བཤད་ནི། གླ་མ་ནི་གོང་མའི་དོན་ཡིན་པས་
རྟེན་གོང་མར་འཕོ་བར་བྱེད་པའི་གདམས་པ་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱལོ། །

གླ་མར་བརྟན་སྒོད། སྤགས་གྱི་ཅ་ལྟང་ཞིག་ གླ་མར་བརྟན་སྒོད་བྱེད་པ་ནི་མཆོམས་མེད་གྱི་ལས་
ལས་ཀྱང་ཆབས་ཆེ་བར་གསུངས་ཏེ། རྗེའི་གླ་མ་ལྟ་བུ་བའི་ནམ་བཤད་༡༥ན་༣ལས།
འདུས་པའི་ལེའུ་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་མཆོམས་མེད་ལ་སོགས་པ། །སྤྱིག་པ་ཆེན་པོ་
བྱེད་པ་ཡང་། །རྗེ་རྗེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆེ། །ཐེག་པ་མཆོག་ནི་འདི་ལ་འགྲུབ། །སྤྱིང་ནས་སྒོ་བ་
དཔོན་སྒོད་པ་དག །བསྐྱབས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་ཡོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་
འགྲེལ་པ་སྒྲོན་གསལ་ལས་པ་མ་དང་དག་བཙུན་གསོད་པ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྤྱ་
འཇིག་པ། །དམ་པའི་ཆོས་སྦྱང་བསྐྱེ། །ཤི་མ་ཐག་དཔུལ་བར་ལྟར་བའི་མཆོམས་མེད་ལྟ་དང་།
ཉེ་བའི་མཆོམས་མེད་དང་། སྤྱིག་པ་ཆེན་པོ་ཅ་ལྟང་བཞི་སྤྱད་པ་ནམས་ཀྱང་། གླ་མའི་བྲིན་
གྱིས་རྗོགས་རིམ་ཐོབ་ནས་སངས་རྒྱུས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཡང་། སྤྱིང་ནས་སྒོ་བ་དཔོན་སྒོད་

པ་དང་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཟང་ཟེང་གིས་ལོངས་སྟོང་གིས་དགའ་བར་བྱེད་པས་ཀྱང་མི་འབྱུང་
ན། དེས་མི་འབྱུང་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། ཞེས་ཆོས་སྟོང་དང་མཚམས་མེད་ལས་ཀྱང་སྤྲིག་ཆེ་
བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཉེས་སྟོང་དེ་དག་ནི་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་ཅིང་ངན་འགོ་
ཤིན་ཏུ་ཉམ་ང་བའི་སྤྲིག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅ་བར་རྒྱུད་སྤེལ་སྤང་ཡང་ཡང་ནན་ཆེ་བར་གསུངས་པས་
གནས་འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་གཟབ་བར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གླ་མ་ལ་བརྟམས་པ་ལ་
སོགས་པའི་ལྷང་བ་རྣམས་ལ་ངེ་མི་སྟམ་བར་འཇུག་ཅིང་། བསྐྱེད་སྟོན་ལལ་བར་དོར་ནས་
ལམ་བསྟོན་བ་སྐྱེད་བྱས་ཀྱང་། ངན་འགོའི་སྟོང་འབྱེད་བར་གསུངས་པས་ཁས་སྒྲུངས་པའི་དམ་
ཆོག་དང་སྟོན་བ་བསྐྱེད་བ་ཉིད་གཞིར་བཞག་ནས་ལམ་བསྟོན་བ་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཆེ་སྤྱིང་པོ་
རྒྱན་གྱི་ལེའུ་བཅུ་བཞི་བ་ལས། གང་གིས་སྟོབ་དཔོན་ཡང་དག་སྟེ། དེ་ཡིས་རྒྱུད་ཀྱན་སྐྱུ་
པའི་མཆོག་ །གཉིད་དང་འདྲུ་འདྲི་རྣམས་སྤངས་ཏེ། །བསྐྱེད་བ་སྟོང་དུ་ལེགས་བསྐྱུ་
ཀྱང་། །དཔུལ་སོགས་སྐྱུ་བ་བར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཆེ་འདིར་ཡང་ནད་
གདོན་སོགས་ཉེར་འཆེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་གོང་ཙམ་༡༠བཤེལ་སྤྱིང་དཔོན་
ལ་ནི་སྟོང་པ་དེ། ཡམས་དང་འཆེ་བའི་ནད་རྣམས་དང་། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་རྣམས་
ཀྱིས། །ཚོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆེ་བར་འགྱུར། །རྒྱལ་པོ་མི་དང་སྐྱུ་ལ་གཏུག་དང་། །རྒྱ་དང་མཁའ་
འགོ་རྒྱན་པོ་དང་། །གདོན་དང་ལོག་འཕྲེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །བསད་ནས་སེམས་ཅན་དཔུལ་
བར་འགོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཉེས་ན་འདི་ལས་སྤྲིག་ཆེ་བ་མེད་པས། ལྷར་
མི་ཤེས་པ་དང་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་བསྟེན་ཚུལ་ཉེས་ན་འདྲུང་། འགྱོད་སེམས་དྲག་པོས་གླ་མ་
ཞལ་བཞུགས་ན་དེའི་སྐྱེ་མདུན་དང་མེད་ཀྱང་གླ་མའི་སྐྱེའི་ན་བཟའ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་བྱུང་དུ་
བཞགས་སྟོན་ལ་འབད་ན་ད་ལྟ་ཡང་ཕྱིས་དྲགས་མེད་པས། སེམས་དང་ལྟན་བ་དག་གནས་
འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་གཟབ་བར་བྱའོ། །

གླ་མར་བྱ་བ། (འདུལ་བ) གླ་མར་བྱེད་ལ་གཟིགས།

གླ་མར་བྱས། (འདུལ་བ) 1 གླ་མར་བྱེད་པ་དང་དོན་འདྲ། 2 ལུང་འཕོགས་པའི་སྟོན་གླ་མའི་གནས་

སུ་གུར་པ།

ཁྲ་མར་བྱེད། <གུ་རུ་ཀུ་རུ> (འདུལ་བ) 1 ཁྲ་མ་ནི་གོང་མའི་དོན་ཡིན་པས། གོང་དུ་བཀྱར་བ་དང་
གྲུས་ཞབས་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། སྐད་དོད་དེ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་ནི་འབམན་གསལ།
བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་བ་གཞན་གྱི་ཆེ་འོད་ལས། ཁྲ་མར་བྱེད་པ་ནི་གྲུས་པས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །རྒྱ་ལར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་པཱེ་ཀ་ར་སིརྟས་མཛོད་པའི་༼ སྟེས་རབས་གྱི་རྒྱུད་གྱི་
དཀའ་འབྲེལ་ གྲུ་ལས་ཀྱང་། ཁྲ་མའི་དོན་ནི་གསུམ་གྱིས་ཉེ། ཁྲ་མར་བྱེད་ (དཀོན་མཆོག་
གསུམ་གོང་མར་བྱེད་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་མཆོད་པ) པ་དང་། ཁྲ་མ་ལྷ་བར་བྱས་
པ་དང་། ཁྲ་ (རང་ཉིད་གཞན་གྱི) མར་གྱུར་པ་སྟེ་ཆོག་གསུམ་དང་སྐྱར་པོ། ཞེས་གསུངས།
2 ཁྲ་མར་འཛིན་པའི་སྟོན་སྒྲུས་བཀྱར་ཞུ་བ། ལུང་ཐོན་ཆེགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས། ཁྲ་མར་
བྱེད་པ་ནི་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་འཛིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས། སེམས་ཀྱིས་ཁྲ་མར་འཛིན་པའི་སྟོན་སྒྲུས་
བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

ཁྲ་མར་བྱེད། རིམ་གྱིར་བྱེད། མཆོད་པར་བྱེད། རྟེན་པར་བྱེད། (འདུལ་བ) དེ་དག་སོ་སོའི་དོན་ནི།
བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་བ་གཞན་གྱི་ཆེ་འོད་ལས། ཁྲ་མར་བྱེད་པ་ནི་གྲུས་པས་སོ། །རིམ་གྱིར་
བྱེད་པ་ནི་དད་པར་བྱེད་པ། མཆོད་པར་བྱེད་པ་ནི་བྲག་དང་ཐལ་མོ་སྐྱར་བ་དང་བསྟོད་པ་ལ་
སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །རྟེན་པར་བྱེད་པ་ནི་གཡས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །

ཁྲ་མས་སྟོབ་མ་བརྟག་དགོས་ཚུལ། སྟོབ་མས་ཁྲ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་མི་ལྷན་བརྟག་དགོས་པ་
བཞིན་དུ། ཁྲ་མས་སྟོབ་མ་སྟོད་རུང་ཡིན་མེན་བརྟག་དགོས་པའི་ཚུལ་ནི། རྒྱུད་རྩོད་ཐེང་བ་
རྒྱལ་བ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་པ་ཨ་ཕ་ཀུང་ལངས་པ་ལས། རྒྱུད་
རྩོད་ཐེང་གི་གཉིས་པ་ལས། རི་ལྷར་རིན་ཆེན་བརྟར་བ་དང་། །གསེར་ནི་བསྐྱེད་དང་བཅད་
པས་བརྟག་ །དེ་བཞིན་དུ་ནི་སྟོབ་མ་ཡང་། །ལོ་ནི་བརྟག་ཉིས་བར་དུ་བརྟག་ །ཅེས་གསུངས་
སོ། །

ཆ་མེད་ཀྱི་རྒྱད། རྣམ་འབྱོར་ཆ་མེད་པའི་རྒྱད་དང་དོན་གཅིག་དེ་ནི་ཕྱིའི་བྱ་བ་ལ་མི་ལྟོས་པར་ནང་
གི་རྣམ་འབྱོར་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་། བསྐྱོམ་པའི་ལྷ་མོ་དང་བལྟ་བྟོད་སོགས་ཀྱི་ཆགས་ས་
ལམ་བྱེད་ཀྱས་པར་མ་ཟད། དངོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་དབང་སོགས་སྤྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་ལམ་བྱེད་
ཀྱས་པའི་གདུལ་བྱ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆགས་ས་ལམ་བྱེད་སྟོན་པ་དང་། རྣམ་འབྱོར་དེ་ལས་གོང་
ན་མེད་པས་རྣམ་འབྱོར་ཆ་མེད་ཀྱི་རྒྱད་ཅེས་བྲལ།

ཆ་མེད་ཀྱི་བྱམ་ཇུས་ཉེར་ལྷ། སྤྲུལ་ཆེར་པའམ་ཀུན་གྱི་དེ། གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་བ། དབྱུག་པའི་
ལྷ་བྲུལ། དབང་ལག་སྟེ་སྤྲུལ་ལྷོ། །གམེར་དདུལ་སྤྱ་ཏིག་བྱ་རུ་གཡུའམ་སྤྱ་མེན་ཏེ་རིན་པོ་ཆེ་
ལྷ། ཏིལ་ལན་ཚུ་མར་བྱ་རས་སྤྱང་ཅི་སྟེ་སྤྱིང་པོ་ལྷ། ལས་འབྲས་གྲོ་སྤྲུལ་མ་སོ་བ་སྟེ་འབྲུ་ལྷ།
ཅན་དན་དཀར་དམར་ག་བྱར་གྱར་གྱུམ་ཆུ་ཅི་དང་ལྷ་སྟེ་ཆ་མེད་ཀྱི་བྱམ་ཇུས་ཉེར་ལྷོ། །ཁ་
ཅིག་དེའི་སྟེང་དུ་ནང་གི་བདུད་ཅི་ལྷའི་དོད་བསྐྱན་པའང་ཡོད་པར་བཤད།

ཆ་སྤྲན་པ། རྒྱལ་པོར་ས་རྒྱ་ལའི་ཆུ་མའི་སྤྱ་སྤྱེར་ཀྱི་སྤྲན་པའི་མིང་དུ་གྲགས་ཆེ་ཡང་། སྤྱིར་བཏང་འདི་
རྒྱལ་པོའི་སྤྲན་པའི་མིང་ཡིན་ཏེ། ཆུ་ནི་རྒྱལ་པོའི་མིང་ཡིན་ལ་དེའི་སྤྲན་པ་ཡིན་པས་ཆ་སྤྲན་པ་
ཞེས་གྲགས་ཏེ། ཆུ་ནི་རྒྱལ་པོའི་མིང་གི་རྣམས་གངས་སུ་དེབ་ཐེར་དཀར་པོར་གསལ་ཞིང་།
ཐ་སྙད་འདི་རྒྱལ་པོའི་སྤྲན་པར་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ་འང་གསལ་ཡོ།

ཆ་མཚོ། གཤམ་རབས་བོན་གྱི་བཤད་སྟོལ་ལ། ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་སྟོན་པོ་སོགས་ཀྱི་ཆ་སྟོག་དར་
རྒྱུད་ཀྱི་ཉགས་སྟོན་པའི་མཚོ་དམིགས་བསལ་ཅན་ཞིག་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད།
པཎ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རང་རྣམ་དུ་ལྷ་མོའི་ཆུ་མཚོར་མཚོ་མཇལ་ལ་
ཐེབས་སྟོར་དང་དེར་ལ་མཚན་གྱི་ཉགས་རི་ལྷར་བྱུང་ཚུལ་སོགས་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་རྣམ་
ན་གསལ། རྒྱལ་དབང་ལྷ་པོའི་རང་རྣམ་དུ་ཀྱ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༡༩༥༧ལས། སྤྲན་
རས་གཞིགས་ཀྱི་མཚོ་ནས་མེར་འབྲས་དགེ་གསུམ་དང་ལྷ་ས་གསལ་པོ་བསྐྱན་བྱུང་བས་
ཐམས་ཅད་ལ་མཚན་ཞིང་སྤར་སྤོང་མཐོན་གཉེར་ཏེ་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལབ་རྒྱུའང་མི་འདུག
སྟོལ་མ་དཀར་སྟོན་གྱི་མཚོ་ནས་གོང་ཡུལ་ཐོར་རེ་བ་བསྐྱོད། ཏེ་མཐོན་གྱི་མཚོར་ཆུ་བོ་རྣམས་

ལ་ནི་མ་བྱུང་ཟེར་བདག་གིས་མཛོད་སྒྲུང་ལ་མཁར་དམར་པོ་ཐོག་གསུམ་པ་སྟེལ་སྟེལ་ཞོལ་
ཅན་སྒྲོ་སྒྲོ་ཁྱེད་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་། ཞེས་དང་། སུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོའི་༡༩༩༩ལས།
རྟ་ཁོད་ཤེལ་ལྟགས་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ལ་ཁར་དཔལ་གསར་བ་འདུས་པའི་སྒྲ་མཆོ་འདུག་པ་མངལ།
གཞོན་སྒྲིན་ཆེན་པོ་གངས་ལས་རྒྱ་བྱུང་དུ་རྟོལ་བ་གནས་སྒྲུང་དབྱེས་པའི་མཆན་མར་
མཛོད་། ཞེས་གསལ། གཞན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་མའི་སྒྲ་མཆོ་སོགས་ཆེས་མང་པོ་ཡོད་པར་སྒྲུང་
རོ། །

སྒྲ་ཡི། སྒྲའི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

སྒྲ་ཤེ། སྒྲ་ཟེ་དང་འབྲ།

སྒྲ་སྟོག་ཆེ་གསུམ། མར་མེ་ལྟ་བུར་སྒྲུར་ན། སྒྲ་ནི་སྒྲུམ་དང་། སྟོག་སྟོང་བྲ། ཆེ་མར་མའི་འོད་ལྟ་བུའི་
རྒྱལ་གྱིས་གནས་སོ། །ཡང་གཞན་དུ། ཆེ་སྒྲུམ། སྟོག་སྟོང་བྲ། སྒྲ་མར་མའི་མེ་ལྟ་ཟེར་བའང་
སྒྲུང་ཡང་། སྒྲ་ནི་སྟོག་གི་རྟེན་དུ་གསུངས་པས་སྒྲུམ་དང་དཔེ་དོན་སྒྲུར་ན་ལེགས་པར་སེམས་
སོ། །

སྒྲ་ལྟག་མཉམ་པ་མེད་པ། མི་མཉམ་པ། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་བ་གནད་ཀྱི་སྒྲ་འོད་ལས། དེ་ལས་སྒྲ་
ལྟག་པས་ནི་མི་མཉམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲའི། རུང་བ། ཆོག་པ། བཟོད་པ། མཛེས་པའི་དོན་ལ་བཤད་དེ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་
རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ རྒྱུ་ ༡༩༡༡ ལས། སྒྲའི་ཞེས་བྲ་བ་ནི་མཛེས་ཀྱི་ཞེས་བྲ་བའི་ཐ་ཆོག་
གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །རྒྱལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་ལྟན་པའི་མཛོད་ལས། དག་སྟོང་དག་སྟོག་
དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བ་ནི་སྒྲའི། རྒྱལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཤི་བ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲའི་བྲ། རྒྱའི་པའི་ཆོགས་ཀྱི་མིང་། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། རྒྱལ་པོས་བསྐོས་པའི་ལས་བྱེད་པའི་
བྲ་སྟེ་རྒྱའི་པའི་ཆོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲའི་བྲ། ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་ཐད་ཀའི་
གོ་དོན་ནི། གཙོ་པོའི་ཆོགས་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲ་ནི་ལེགས་སྒྲུར་ཀྱི་ “བ་ཏི” ཞེས་པ་དེ་

ཡིན་ལ། དེ་ནི་གཙོ་བོ་དང་བདག་པོ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་ནི་འདིར་སྡེ་ཆོན་ནམ་
 ཆོགས་པའི་མིང་རོ། །དཔེར་ན་པ་ཏི་ཞེས་པ་སྒྲའི་དོན་ཡིན་པའི་ཚུལ་ནི། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ན་ག་
 ར་པ་ཏི་ཞེས་པ། ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཞེས་བསྒྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།
 སྒྲའི་གྲ། ཞེས་གསལ་ཞིང་དེའི་འགྲེལ་བཤད་ལ། ཆོན་པོའི་ཆོགས་ས། ཞེས་སྤང་བ་ནི་སྒྲའི་
 ལྷ་དང་། ཆོན་པོའི་ཆོགས་སོ་ཟེར་རྒྱར་སྤང་བས་ཡིག་ནོར་ཡིན་པར་ངེས་སོ། །སྒྲའི་ལྷ་ཞེས་
 པའི་ཐ་སྙད་འདི་འདུལ་བ་ན་སྤང་རོ། །སེར་བྱེས་པའི་བྱ་སྤོས་དུང་། འོག་རྩར་ལུལ་མི་སྒྲའི་
 ལྷ་རྒྱལ་པོས་བསྐྱོས། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

མྱིངས་པ། མྱིངས་པ་དང་དོན་འདྲ།

སྒྲིགས་གཟར། སྒྲིན་སྒྲིག་སྐབས་མར་ཁ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་གཟར་བུ་ལུ་བ་རིང་སོ།

སྒྲིན་པོ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྟགས་ལ། རྣམ་འགྲེལ་ཙ་བ་ལས། རིག་བྱེད་ཆད་མ་དང་ནི་འགྲེལ་བྱེད་
 སྤྱ། །ཁུས་ལས་ཆོས་འདོད་དང་ནི་རིགས་སྤྱས་ཐེགས། །སྤྱིག་པ་གཞོམ་ཕྱིར་གདུང་བ་ཚོམ་
 ཞེས་པ། །སྒྲིན་པོ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྟགས་ལ་ཡིན། ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་
 ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། གཉིས་པ་ལོག་རྟོག་སྒྲིན་པོའི་རྟགས་སུ་བསྟན་པ་ནི། སྤྱད་པ་སོ་
 སོགས་ཆོས་ཅན། ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་སྒྲིན་པོ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྟགས་ལ་ཆད་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 དེར་ཐལ། མ་བྱས་པ་དང་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མི་སྤྱ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་འགྲེལ་བ་དུ་མ་སྟོན་པའི་
 རིག་བྱེད་ཆད་མར་སྤྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། བདག་ལ་སོགས་པའི་རྟག་པ་འགས་འབྲས་བུ་བྱེད་
 པར་སྤྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། འབབ་སྟེགས་ཀྱི་ཁུས་ལས་ཆོས་འཕེལ་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་དང་།
 ཡོན་ཏན་རྩར་ཐད་མེད་ཀྱང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སོ་ཞེས་སྤྱ་བས་ཐེགས་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་
 ཀྱི་སྤྱིག་པ་གཞོམ་པའི་ཕྱིར་དུ། མེར་མཆོང་བ་སོགས་གདུང་བ་དུ་མ་ཚོམ་པའི་ཕྱིར། ཅས་པ་
 རྣམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲིན་པོ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྟགས་གསུམ། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་མཛེས་རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་
 ལས། བྱང་གྲོལ་རྒྱ་འབྲས་ཤེན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་དང་། །ཆད་མའི་བཅད་དོན་ཆད་མས་འགོག་པ་

དང་། །དངོས་སྟོབས་ཡུལ་ལ་ཡུང་གི་གཞོད་སྒྲུབ་འདོད། །ལྷན་པོ་ཤེས་རབ་འཛུལ་བའི་རྟགས་
གསུམ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

སྒྲོ། 1 རིག་པ། 2 སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་བསྐྱུས་མིང་སྟེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིང་རོ། །མདོན་པ་མཛོད་སོགས་སུ་སྒྲོ་
ཞེས་པ་སྒྱུར་བཏང་གི་སྒྲོ་ཙམ་མིན་པར་ཤེས་རབ་ལ་གོ་དགོས། རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། སྒྲོ་
ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲོ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་དབྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། གང་
དག་ལ་དེ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོ་ལྷན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

སྒྲོ་བྱོས། ཤེས་རབ།

སྒྲོ་བྱོས་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་པའི་མདོ། མདོ་བམ་པོ་བརྩམས་པའི་༩ ན ་༥ པའི་ནང་བཞུགས།

སྒྲོ་བྱོས་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་བདུད་ཚར་གཙོད་པའི་སྒྲགས། བདུད་ཚར་
གཙོད་པའི་སྒྲགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

སྒྲོ་བྱོས་བཏྟན་པ། སྒྲོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་རང་མཁས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་མ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། མདོན་པ་རང་
ལས་མཁས་པ་སྒྲོ་བ་དཔོན་སྒྲོ་བྱོས་བཏྟན་པ་ནི། སྒྲོ་བ་དབྱིག་གཉེན་ན་ག་མི་ཏུ་ར་ཞེས་བྱ་བ་ན།
འབྲུ་མར་གྱིས་བཀང་བའི་ཟངས་ནང་བཞུགས་ཏེ། འབྲུམ་སྟེ་བརྒྱད་ཅུ་ཞལ་འདོན་མཛོད་པའི་
ཆོ། ཡུག་རྟོག་ཞིག་རྒྱན་དུ་ཉན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཤེ་སྟེ། མཐའ་ཁོབ་འདྲ་མ་ཞེས་བྱ་བར་
དམངས་རིགས་ཀྱི་བྱར་སྐྱེས་མ་ཐག་དཔོན་གང་ན་བཞུགས། ཞེས་འདི་བ་ལ་པས་
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་སུ་ཡིན་བྱས་པས་དབྱིག་གཉེན་ཡིན་ཟེར། གཞན་ལ་དེས་པས་བཞུགས་
པར་ཐོས་ཏེ། དུས་དབྱིག་གཉེན་དང་མཛུལ་ནས་ཡི་གེ་བྱི་མོ་སྒྲོ་བ་པ་ནས་བཟུང་། རིག་པའི་
གནས་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པར་བསྐྱབ། རྒྱུང་དུ་འདྲེ་དུས་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ན་སྒྲོ་བ་མའི་རྟེན་ཁང་ཞིག་ཏུ་
བྱག་ལ་སྒན་མའི་ཕྱད་བཟུང་ནས་སྒྲོ་བ་མའི་ཞལ་ལ་ཕྱལ་བས་འདི་ལ་ནས་བྱུང་། སྒན་མ་ཟད་
ཟད་དུ་ཕྱལ་ཡང་སྒྲོ་བ་མས་མ་གསོལ་བར་འདི་ལ་བས་གྱིས་པ་དུས་སོ། །དེ་ནས་འཕགས་
མས་ཞལ་དངོས་སུ་བཏྟན་ཏེ་དུ་མི་དགོས། དས་ཁྱོད་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཀྱི་ཁྱི་མ་དུ་སོང་
གསུངས། དེ་ནས་མཁའ་ན་རབ་ཐོགས་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་སྒྲོ་བ་མའི་རྟེན་དེ་ལ་སྒན་མའི་སྒྲོ་བ་མ་

ཞེས་གྲགས་སོ། །

ཆོ་བྱོས་མཐའ་ཡས། ཆོ་བྱོས་ཐོགས་པ་མེད་པའི་དོན། ཏུ་ར་བྱ་ཐའི་ཆུ་གར་ཆོས་འབྱུང་ནའང་དེ་ལྟར་
གསལ།

ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་ཆུ་ཆེར་འབྲེལ་བ། འཕགས་པ་ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་ཆུ་
ཆེར་འབྲེལ་བ། ཆུ་གར་སྐད་དུ། ལྷུ་རྩ་ལྷུ་ཡ་མ་ཉི་ཞིར་དེ་ཤ་རྒྱུ་ཞེས་བྲ་བ། སློབ་དཔོན་
དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད། སྤེད་གོ་བསྟན་འབྱུང་མདོ་སྟེར་ ཅི་ ༡༡༡ན་བཞུགས་སོ། །

ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ། འཕགས་པ་ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པ་ཞེས་བྲ་བ་ཐེག་པ་
ཆེན་པོའི་མདོ་ཞེས་བྲ་བ། ཆུ་གར་སྐད་དུ། ལྷུ་རྩ་ལྷུ་ཡ་མ་ཉི་ཞིར་དེ་ཤ་རྒྱུ་མ་མར་ལྷ་ན་སྟུ་བྲ་
ཞེས་བྲ་བ། སྤེད་གོ་བཀའ་འབྱུང་མདོ་སྟེར་ མ་ ༡༥༡ན་བཞུགས་སོ། །ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པ་
ཞེས་པའི་དོན་ནི། མདོ་དེ་ཉིད་ མ་ ༡༥༠ན་ལས། ཅིའི་བྱིར་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཁྲོད་ཀྱི་མིང་ཆོ་
བྱོས་མི་ཟད་པ་ཞེས་བཏགས། ཆོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་སྤྲུམ་པ། བཅོན་པ་ཤར་དུ་ཉིད་བྱ། ཆོ་
བྱོས་མི་ཟད་པ་ཞེས་བྲ་བ་འདི་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དཔྱད་པའི་སྟུ་མེད་པའི་ཆུ་འཕུན་པའོ། །དེ་
ཅིའི་བྱིར་ཞེས། ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ཟད་པའི་བྱིར་ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆོ་དང་ལྷན་པ། ཆོ་ལྷན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞུགས།

ཆོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་ཆའི་གོས་ཞེས་སོགས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་ཆའི་གོས། །ཚུ་ལ་
ཁྲིམས་ཡིན་གྱི་དུ་ཀུ་ལ་ཡིས་མིན། །མཁྱིན་རྒྱན་ལེགས་བཤད་ཡིན་གྱི་དོ་ཤལ་མིན། །གཙུག་
རྒྱན་ཆ་མ་ཡིན་གྱི་ནོར་བུ་མིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་རྣམས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་
པོས་མཛད་པའི་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་
བཟང་པོའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་སྟན་དངགས་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ལྷུང་པོ་ཞེས་བྲ་བ་ ༡དེའི་གཞུང་
ཆོག་ཡིན།

ཆོ་ལྷན། ལེགས་ཉེས་འབྲེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པ། རྟོག་གོ་འབར་བ་ལས། ཆོ་ལྷན་ཞེས་བྲ་བ་ལ་
ཆོ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་དཔྱོད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། གང་དག་ལ་དེ་ཡོད་པ་ནི་

སྒྲིམ་མེ། །

སྒྲིམ་མེ་ནས་བཞུགས། (བཀའ་བརྒྱུད) ཆེ་འདི་ལས་སྒྲིམ་མེ་ལ། འཁོར་བ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ལ། ཞི་བདེ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ལ། གཟུང་འཛིན་ལས་སྒྲིམ་མེ་ལ་དང་བཞུགས། །ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པ་ཞེན་པ་ལོག་པ་དང་སྒྲིམ་སྒྲིམ་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་ལམ་གྱི་སྒྲིམ་ཆེན་པོ་ཞིག་གོ། དཔལ་ས་སྐྱ་པས་དེ་ལ་ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད། དེ་པོ་དགོ་ལྟར་པས་དེ་ལ་ལམ་གཙོ་རྣམས་གསུམ་ (དེས་འབྱུང་བྱང་སེམ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གསུམ) མཐུ། སྒྲིམ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད། དགོ་ལྟར་པའི་ལམ་གཙོ་རྣམས་གསུམ་དང་སྒྲིམ་མེ་ནས་བཞུགས་པ་ཞེན་པ་ལྟོས་ཐ་སྙད་སྒྲིམ་ཆུ་ལ་ཅམ་ལས་དོན་ལ་འབྲས་སྒྲིམ་ཆེ་འདི་ལ་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པ་དང་། འཁོར་བ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་དེས་འབྱུང་། ཞི་བདེ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཟུང་འཛིན་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་བསྟན་ཏོ། །སྒྲིམ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དང་སྒྲིམ་ཆུ་ལ་ནི། ཆེ་འདི་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་སྒྲིམ་བྱ་ཆུང་དུ་འཛིན་པའི་ལམ་ཞིག་འཁོར་བ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་སྒྲིམ་བྱ་འབྲིང་། ཞི་བདེ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་ལས་སྒྲིམ་མེ་ཅེས་པས་སྒྲིམ་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་བསྟན་ཏོ། །

སྒྲིམ་གོད་མེད། 1 རང་གི་འཇུག་ཡུལ་ལ་ཆད་མས་གོད་པ་མེད་པའི་སྒྲོའམ། འཕྲལ་གྱི་འཁྲལ་རྒྱས་མ་བསྐྱད་པའི་ཤེས་པ། 2 རང་མཆོན་སྣང་པའི་ཆ་ལ་མ་འཁྲལ་བའི་ཤེས་པ།

སྒྲིམ་འབྱོར་པའི་ཉག་སྒྲིམ་མེ་ཅེན་པོའི་ལམ་ལ་སྒྲིམ་འབྱོར་པའི་ཉག་སྒྲིམ་མེ་དཔེར་ན་རྟ་ཅལ་ཅན་ཡེངས་པའི་ཆེ་རྟ་འཛོགས་ཀྱང་མི་ལྟོང་བ་བཞེན་དུ། སེམས་ཡེངས་པ་ན་འང་། གཞན་གྱི་བརྟེན་འཇོག་རན་སྐྱས་སོགས་ལ་ཁོང་ཁོ་དང་མི་དགའ་བ་སོགས་མེད་པ་ནི་སྒྲིམ་འབྱོར་པའི་ཉག་སྒྲིམ་མོ། །

སྒྲིམ་འབྱོར་པའི་ཆད། (སྒྲིམ་སྒྲིམ་) ཆོས་ཀྱན་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་འདུས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་། ཅེ་བྱེད་བདག་འཛིན་དམའ་འབེབས་པའི་བློགས་སུ་འདུག་ན་ཆོས་ལམ་དུ་སོང་བའི་ཉག་སྒྲིམ་ཡིན་

བས་ཆོ་སྤྱོད་གི་རྟོགས་པ་གཤམ་མ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།
 ཆོ་སྤྱོད་། (ཆོ་སྤྱོད) བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ཉམས་ལེན་དང་། གཏོར་ལེན་གཉིས་པོ་སྤྲགས་པའི་
 ཉམས་ལེན་ལ། ཆོ་སྤྱོད་ཞེས་གྲགས་སོ། །སྤྱིར་ཆོ་སྤྱོད་ལ་སྤྱེས་པ་རྒྱུད་དུའི་ཆོ་སྤྱོད་། འཕྲིང་
 གི་ཆོ་སྤྱོད་། སྤྱེས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོ་སྤྱོད་དང་གསུམ་ཡོད་དོ། །ཆོ་སྤྱོད་གི་གདམས་པ་འདི་ལ་
 མཛེ་ཆོས་ཅེས་གྲུང་གྲགས་ཏེ། དགེ་བཤེས་མཆད་ཁ་བས་ཤར་བའི་བྱང་ལྷན་ཆོ་སྤྱོད་གི་
 གདམས་པ་དག་ལྷན་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས། མཛེ་ནད་
 ཅན་མང་པོར་ཡང་གདམས་པ་འདི་གནང་ནས་བསྐྱོམས་པས་ནད་ལས་གྲོལ་བས་མཛེ་ཆོས་
 སུ་གྲགས་པ་འདྲ་བྱུང་དོ། །
 ཆོ་སྤྱོད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། (ཆོ་སྤྱོད) འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དངོས་སྤྱོད་ནམ་མཁའ་
 དཔལ་བས་མཛད། ཆོ་སྤྱོད་འདི་ཉིད་འཇམ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་བཞེད་སྲོལ་མན་དག་གི་
 གནད་མཐའ་དག་ཆང་ཞིང་། གོ་སྤྱོད་རྒྱས་པ་སྤྱུས་འཆམས་པས་ཆོ་སྤྱོད་གི་མན་དག་ཀྱན་
 གྱི་ཡང་ཅེ་ལྟ་བུའི་ལེགས་བཤམ་མད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་གོ།
 ཆོ་སྤྱོད་དོན་བདུན་ལ། (ཆོ་སྤྱོད) འཆད་ཀ་བ་ཡེ་ཤེས་དོན་མཛད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་གི་གཞུང་ཞིག་དོན་
 བདུན་ནི། ༡ སྤོན་འགྲོ་རྟོག་གི་ཆོས་བསྟན་པ། ༢ དངོས་གཞི་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་པ། ༣
 རྟོན་དན་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱུར་པ། ༤ ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་འཕྲུལ་སྤྱུར་པ། ༥
 ཆོ་འགྲོངས་པའི་ཆད། ༦ ཆོ་སྤྱོད་གི་དམ་ཆོག་ ༧ ཆོ་སྤྱོད་གི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བདུན་ནོ། །
 ཆོ་སྤྱོད་ཆོགས་བརྒྱད་ལ། (ཆོ་སྤྱོད) ཁྱང་རི་ཐང་པ་དོན་མཛད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་གི་གཞུང་ཞིག་
 འདི་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བརྒྱད་ཡོད་པས་ཆོ་སྤྱོད་ཆོགས་བརྒྱད་མར་གྲགས།
 ཆོ་ཅིང་པོ། ཆོ་ཅིང་བ་དང་འདྲ།
 ཆོ་ཅིང་ག། དབང་པོ་རྒྱལ་པོ། ཆོ་དམན་ག། ལྷན་པོ། ཆོངས་པ། ཆོངས་རྒྱལ།
 ཆོ་བཟང་། ། ཆོ་གྲོས་བཟང་པོ་སྤྱེ། ཤེས་རབ་ཆེ་བའི་དོན། དབང་པོ་རྟོན་པོ། མལ་སྐད་དུ་རིག་པ་ཡག་
 པོ་ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་ ༢ འཕགས་པའི་གང་ཟག་གི་མིང་། དཔེར་ན་འཕགས་པའི་བདེན་

པ་ལ་སྒོ་བཟང་བདེན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོའི་མཆན་འགྲེལ་ལ་གཞི་བྱས།
སྒོ་ཡི་བདག་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག།
སྒོ་རིག་བདུན། མཛོན་སྤྱུ་ཆད་མ། རྗེས་དཔག་ཆད་མ། བཅད་ཤེས། ཡིད་དཔྱོད། སྤང་ལ་མ་ངེས་
པའི་སྒོ། ཐེ་ཆོས། འོག་ཤེས་དང་བདུན་ནོ། །བསྐྱེས་ན་ཆད་མ་དང་ཆད་མེན་གྱི་སྒོ་གཉིས་སྤྱ་
བསྐྱེས་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་ཆད་མ་དང་། བྱི་མ་ལྔ་ཆད་མེན་ཤེས་སྒོར་བསྐྱེས་སོ། །
སྒོ་ལ་སྐྱེལ་བ་ལ་གཞོ་བ། ཡོན་ཏན་སོགས་སྒོར་མའི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེལ་བ་སྤེ་སྐྱེད་བར་བྱེད་བ་ལ་གཞོ་
བའམ་མཁས་པའི་དོན། འདིའི་གཞོ་བ་ཞེས་པ་འཛེམ་ཐོན་གྱི་དོན་དང་། ཡུལ་སྐྱད་དུ་གཞོ་བོ་
བྱེད་ཅེས་པ་དེའོ། །དབྱིན་སྐྱད་དུ་careful ཟེར་བ་དང་འདྲ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱ་
མཁས་པ་ནི་རྗེ་རྟེན་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་ལ་མཁས་ཤིང་དོན་གདུལ་བྱའི་སྒོ་ལ་སྐྱེལ་བ་ལ་གཞོ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །
སྒོ་ལ་རུག་གེ་ཡོད་པ། སྒོ་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གསལ་མིང་ངར་ཡོད་པའི་དོན།
སྒོར་སྒོར། སྒོར་སྒོར་པོ་དང་འདྲ།
སྒོར་སྒོར་པོ། 1 སེམས་མི་གསལ་བ། ཡི་སྤྱག་པ། མི་བདེ་བ། པཎ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་པས། སྒོར་སྒོར་
ཞེས་པ་ཡི་ཆད་པའི། ཞེས་གསུངས་སོ། །2 སེམས་ཆབས་པ། སྒོ་འཆབ་པ། སེམས་ཟང་
ཟེང་དུ་གྱུར་པ། ཆབས་ཆབས་པོ། རྟུབ་རྟུབ་པོ།
སྒོན་འདེབས། གྲོས་འདེབས།
སྒོན་པོ། རྒྱལ་པོས་གྲོས་འདྲི་མའི་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ ལུང་ཐན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། སྒོན་
པོ་ནི་སྒོའི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒོན་ཞེས་པ་ནི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མིང་
ཡིན་པར་འདུག།
སྒོའི་རབ་རིམ། མི་ཤེས་པའི་སྒོངས་པ། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། སྒོ་ནི་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ། དེའི་རབ་རིམ་ནི་མི་
ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ཐན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
སྒོས་བྱས་ཉི་ཆའི་སྒོང་པ། 1 (དག་ལུགས) སྒོས་བྱས་ཀྱི་སྒོང་པ་ནི། རྟེན་འགྲེལ་བཤིག་པའི་སྒོང་པ་ལ་

ཟེར་ལ། རྗེའི་ལྷག་མཐོང་ཆུང་དུ་ལས། ཆོས་རྣམས་ཡེ་གདོད་མ་ནས་དེ་ལྟར་སྟོང་བ་ལ་སྟོང་
 བར་ཤེས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་སྟོང་བའང་མིན་ཞིང་། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་
 འདོད་པས་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་བའང་མིན་པས། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་བྱས་སོ། ཉེན་འབྲེལ་
 བཤེགས་པའི་སྟོང་བ་ཞེས་པ་ནི། བྱམ་པ་ལྟ་བུའི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་ནས་བསེལ་ནས་མཐར་བྱམ་པ་
 མི་རྟེན་པའི་སྟོང་བ་ཅམ་སོ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་ཆད་ལྡན་གྱི་གཞུང་ཁ་ཅིག་ནས་བྱམ་པ་ལ་
 སོགས་པ་རང་གི་ཡན་ལག་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་དབྱུང་བའི་རིགས་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་
 གཏན་ལ་འབེབས་པར་གསུངས་པའི་དོན་ལ་འབྲུལ་བ་ཡིན་པར། རྗེའི་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོར་
 གསུངས་སོ། ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་བ་ནི། དགག་བྱ་ཉི་ཆེ་བ་སྟེ་ཕྱོགས་རེ་བ་བཀག་པའི་སྟོང་བའི་
 དོན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་བྱ་བདེན་པར་སྤང་ཡང་དེར་
 གྲུབ་པའི་སྟོང་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱི་མའི་རྟ་སྤང་དེར་བདེན་པར་སྤང་ཡང་དེས་སྟོང་བ་ལྟ་བུ་ལ་
 ཟེར་ཏེ། ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱི་མ་མཁན་གྱིས་རྟ་སྤང་བརྟུན་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཉི་ཆེ་
 བའི་སྟོང་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རང་སྤྱི་བྱུང་བའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱིས་སྟོང་བའི་བདག་
 མེད་ལྟ་བུ་ཡང་དེའི་མཆན་གཞིར་འཐད་དོ། རྗེའི་ལྷག་མཐོང་ཆེ་ཆུང་དང་། གྲུང་ཐང་རིན་པོ་
 ཆའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། ཡང་དདུལ་ཚུ་རྣམས་ལྟ་བུའི་གསུང་བྲི་ལན་ནང་འདི་ལྟར་གསལ་ཏེ།
 སྟོན་ལམ་ཐོག་མཐའ་མའི་སྒྲོས་བྱས་ཉི་ཆའི་སྟོང་བ་མཆོག་འཛིན་པའི། ཞེས་པའི་སྒྲོས་བྱས་
 དང་ཉི་ཆའི་སྟོང་བ་རྗེ་ལྟར་ཡིན། ཞེས་པ་ལ། རྗེ་ལྟར་སྤྱིའི་བྱུང་མཐའ་ལྟན་པའི་མཛེས་ཀྱན་
 ལས། སྤྱིར་ཆོས་དེ་དེ་ལྟར་མི་གནས་ཀྱང་བྱུང་མཐའི་དབང་གིས་དགག་བྱ་བཀག་པའི་སྟོང་
 ཚུལ་ཞིག་ཆོས་དེ་དང་དེའི་གནས་ལུགས་སུ་འཛོག་པ་ནི་སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་སྟོང་བ་ཡིན་པས་ན་
 དབྱ་བའི་དོན་མེད་ལ། ཆོས་དེ་དགག་བྱ་དེས་སྟོང་བར་གཏན་ལ་བབ་པ་ལྟར་ཆོས་དེ་གནས་
 ཀྱང་། སྟོང་ཚུལ་དེས་ཆོས་ཅན་དངོས་པོ་མཐའ་དག་ལ་བྱུང་བ་མིན་པ་ནི་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་བ་
 ཡིན་པས་ཆོས་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་བྱ་མི་བྱུང་ངོ། ཞེས་དང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། ཆོས་
 རྣམས་ཡེ་གདོད་མ་ནས་དེ་ལྟར་སྟོང་བ་ལ་སྟོང་བར་ཤེས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་སྟོང་

བཤང་མིན་ཞིང་། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་འདོད་བས་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་བཤང་མིན་བས། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ཉེ། སྟོན་ལམ་ཉིད་ལས། ཆོས་ཀྱན་གདོད་ནས་སྟོང་བར་རྟོགས་པར་
ཤོག ། ཅེས་པའི་བྱུང་གི་ཆོས་ཀྱན་སྟོང་བར་རྟོགས་པར་ཤོག་གིས་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་བའི་ལྷོག་ཁྱ་
དང་། གདོད་ནས་སྟོང་བར་རྟོགས་པར་ཤོག་གིས་སྟོས་བྱས་ཀྱི་སྟོང་བའི་ལྷོག་ཁྱ་བསྟན་པར་
མངོན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པའང་གོང་དུ་བཤགས་པ་དང་གནད་གཅིག་གོ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) འཇོག་
སྟོས་ལ་མ་ལྟོས་པར་དབྱེད་གཞིག་སྟེ་རྩེས་དཔག་ཁོ་ནས་བཙལ་བའི་ལྟ་བ་ལ། ཆོས་བྱས་ཀྱི་
ཉི་ཆེའི་སྟོང་ལ། ཞེས་དཔགས་པ་བགྲིས་ནས་རྒྱལ་གྱི་བྱུག་ཆེན་ནས་བཤགས་ཁྱ་བའི་འོད་ཟེར་ན་
གསལ་ལོ། །

ཆོས་མི་འཆུན་ལ། ཆོར་མི་ཤོང་བ།

ཆོས་བསྐང་། (གསང་སྤྱགས་) ཆོས་བསྐངས་དང་འབྲ། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་བསྐང་
ཞེས་འབྲི་བར་མཛད།

ཆོས་བསྐངས། (གསང་སྤྱགས་) གསེར་ཟངས་དང་ཤིང་སོགས་ཅི་རིགས་ལས་བཞེངས་པའི་ལྟའི་
དཀྱིལ་འཁོར་དངོས་སམ། དེའི་འབྲ་བརྟན་ལ་ཟེར། སྤྱ་བཤག་ནི། བསྟོམ་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་དེ་
ཉིད་ལྟ་བཅོས་བྲིས་པའི་རྣམ་པ་ལྟར་ལེབ་མོས་ཡིན་པར། བྱེན་དུ་བསྐངས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་
དངོས་གནས་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། ། ཆེ་ཏན་
ཞབས་བྱུང་གི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

རྩ་ག (ལེགས་སྦྱར་) (གསང་སྤྱགས་) མོ་མཆོན།

རྩ་གའི་དཀྱིལ་འཁོར། (ལེགས་སྦྱར་) (གསང་སྤྱགས་) 1 དུམ་གྱི་གསང་གནས་བསྐྱེད་ལ་ཟེར། རྩ་ག་དང་
འབྲ། རྩའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་ལས། རྩ་གའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི་ཕྱིའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་
བཤགས་པ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱང་། རྩ་གས་རིམ་གྱི་དབང་གང་དུ་ཐོབ་པའི་རྩ་གནི་གསང་གནས་
ཀྱི་རྩ་གའོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། 2 ཕྱིའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད་པར་
བཤགས། གོང་གི་རྩའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་གྱི་ལུང་གིས་ཤེས་ཀྱས་སོ། །

ཟླ་གའི་པ་རྒྱ། (གསང་སྒྲགས) ཟླ་ག་དང་འདྲ།

ཟླ་རྒྱ་ར་ཀ། (ལེགས་སྦྱར) (གསང་སྒྲགས) དད་སྟོལ། རྩེ་བཅུན། དེས་ཆིག་ནི། དད་པ་ཅན་ལའོར་བ་ལས་
སྟོལ་བས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲལོ། །

ཟླ་རྩེ་བ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) ལྷགས་དབྱུག་གི་ཅེ་མོ་ལ་མ་བྱའི་སྟོ་མདོངས་ཀྱི་ཚུན་པོ་བཅིངས་པ་ལ་
བཤད་དོ། །

ཟླ་སྤ་གྲ། (ལེགས་སྦྱར) འདུ་ཤེས་གསུམ་པ། ཟླ་སྤ་གྲ་སྟེ། ཟླ་གྲ་ཏ་ཟ་བ། སྤ་གྲ་ཏ་ཉལ་བ། གྲགས་
འཆག་པ་ཞེས་འདུ་ཤེས་གསུམ་པར་གྲགས། འདི་ལ་དེས་ཆིག་གི་བཤད་པ་བྱེད་ཚུལ་ཅུང་མི་
འདྲ་བ་གཞན་ཡོད་པ་ནི་གཤམ་དུ་ཟླ་སྤ་གྲའི་སྟོད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཟླ་སྤ་གྲའི་སྟོད་པ། རྩོགས་རིམ་གྱི་ཤིན་ཏུ་སྟོས་མེད་ཀྱི་སྟོད་པའི་མིང་། ཟླ་ནི་བླ་རྩེ་ཟ་བ། སྤ་ནི་
སྤ་རྩེ་གཉིད་ལོག་པ། གྲ་ནི་གྲ་ཉི་ས་ར་སྟེ་བཤད་བར་འགྲོ་བའོ། །དེ་གསུམ་ཅམ་ཞིག་བྱེད་
པ་མིན་པ་ཡེ་ཆུ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྟོང་བསྟོན་པའོ། །ཞེས་རྩེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྒྲགས་ན་
གསལ། དེས་ན་ཟ་བ། གཉིད་ལོག་པ། བཤད་བར་འགྲོ་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་བྱ་བ་གཞན་གང་
ཡང་མི་བྱེད་པར་ཡེ་ཆུ་ལ་བརྟེན་ནས་འོད་གསལ་བསྟོན་པའོ། །ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་ཆུ་མཆོའི་
ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། ཟླ་ནི་བླ་རྩེ་ཟ་བ། སྤ་ནི་སྤ་རྩེ་གཉིད་ལོག་པ། གྲ་ནི་མི་
གྲ་རྩེ་བཤད་གཅིའི་ཕྱིར་འཆག་པ་སྟེ་ལུས་འཆོ་བའི་ཟས་ཅམ་བཟའ་བ་དང་། འོད་གསལ་
གྱི་གཉིད་ལོག་པ་དང་། འཆག་སར་འགྲོ་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་གཞན་ནམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་
ཅད་སྤངས་པའི་དོན་ནོ། ། ཞེས་པ་ནས། དེས་སྟོད་པ་གཞན་གཉིས་ལ་བྱའི་བྲག་ཆུ་བསྟེན་
པའི་དོད་འདིར་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ཉག་ཏུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
ནོ། །དེས་ནས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཤིན་ཏུ་སྟོས་མེད་ལ་ནི་ཟླ་སྤ་གྲའི་སྟོད་པ་ཞེས་བྲལོ། །ཞེས་
གསུངས།

ཟླ་ཏ། (ལེགས་སྦྱར) བེ་ཏ་དང་འདྲ། བེ་ཏ་ལ་གཟིགས།

ཟླ་ཏའི་ཡུལ། བེ་ཏའི་ཡུལ་དང་འདྲ། དེར་གཟིགས།

ཞི་ཤིང་། (ལེགས་སྒྱུར) ཅི་སྒྲིམ་དང་དོན་གཅིག་བསྟན་འགྲུར་། སེ་། ༣༡༢ན་ནན་གསལ་ལོ། །

ཞི་ཤིང་། (ལེགས་སྒྱུར) ཅི་སྒྲིམ་། བསྟན་འགྲུར་། སེ་། ༣༡༢ན་ནན་གསལ་ལོ། །

དབང་། <ཨ་ཞི་ཤིང་།> (གསང་སྒྲགས) 1 སྒྲགས་བརྒྱུ་བ་དང་ལྷ་བསྟོམ་པ་སོགས་ལ་དབང་བར་བྱེད་ཅིང་སྒྲགས་ཀྱི་འཇུག་སྒྲོར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་སྒྲིན་བྱེད་ཅིག་ལ་དབང་བཟུང་། མདོར་ན་དབང་ཞེས་པ་དབང་ཆ་སྤྱད་པ་ལ་ཟེར། རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་པ་༥༥པལས། སྟོབ་མའི་རྒྱུད་ལ་སྟོགས་ཀྱི་བྱི་མ་འཁྱུང་ཅིང་བསྐྱེད་ཅིས་སོགས་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་བསྟོམ་པར་དབང་བ་དང་། འབྲས་བུ་སྤྱལ་སྤྱོ་སོགས་འབྲུབ་པའི་ཁུས་པ་དང་བག་ཆགས་འཛོག་ཅེས་པའི་བྱམ་དབང་སོགས་བཞི་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས། དབང་ལ་སྒྲིན་བྱེད་རྒྱུའི་དབང་། (བྱམ་དབང་སོགས་བཞི་ལ་ཟེར) གྲོལ་བྱེད་ལམ་ཀྱི་དབང་། (བསྐྱེད་རྒྱུས་ཀྱི་ལམ་ལ་བཤད) གྲོལ་བ་འབྲས་བུའི་དབང་དང་གསུམ་ཡོད། (དེ་ནི་རྒྱུད་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ལ་བཤད་དོ) (བཀའ་བརྒྱུད) ཆོག་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ལ་འབྲས་བུ་སྤྱོ་བཞིའི་ས་ཐོན་ཁྱད་པར་ཅན་གདབ་པའི་སྟོན་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་དབང་བཟུང་། དེའི་སྟོར་རྒྱས་པ་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་བར་ཆ་༦༥༥ན་གསལ། (རྟེན་མ) དབང་གི་དོ་བོ་ནི། ཐོབ་བྱ་རང་གནས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་སྐྱེས་སམ་སྐྱེ་ཅེས་ཀྱི་སྟོང་ཕུང་དུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའོ། །སྤྱོ་བཤད་ནི། ཨ་ཞི་ཤིང་འོ་སྤྱོ་ལས་མངོན་པར་གཏོར་བའམ་ལྷགས་པས་ན་དབང་སྟེ། ཕུང་བྱའི་བྱི་མ་འཁྱུང་བའམ་གཏོར་ཞིང་ལམ་སྟོམ་ཕུང་དང་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕུང་གི་ཁུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་འཛོག་པའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། 2 སྟོབས་བྱགས། ཁུས་བྱགས། ཐོབ་ཐང་བཅས་ལ་འཇུག 3 རག་ལས་ལ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༣༡བཟུངས། དབང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རག་ལས་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

དབང་བསྐྱར་བ། (གསང་སྒྲགས) 1 སྒྲགས་བརྒྱུ་བ་དང་ལྷ་བསྟོམ་པ་སོགས་ལ་དབང་བར་བྱེད་ཅིང་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོར་བཅུག་ནས་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ལེགས་པར་མ་བསྐྱངས་ན་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ་དང་དབང་ཁུ་བ་གཉིས་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་

ཆེ་སྟེ། རྒྱུད་ལྷོ་ནས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ནམས་དང་། འབྲུག་པ་ཀྱན་ལེགས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆར་
གཏམ་འདི་ལྟར་བཤད་དེ། དབང་བསྐྱར་ཆོས་བཤད་མཛད་ལགས་སམ། །དམ་ཉམས་མང་
པོ་བསགས་ལགས་སམ། །དཔུལ་བའི་ས་པོན་བཏབ་ལགས་སམ། །ལོག་ལྷའི་ལྷང་བ་སྦྱེས་
ལགས་སམ། །ཉོན་མོངས་ལྷ་གྲུ་འབྲུངས་ལགས་སམ། །བར་དོའི་འབྲས་བུ་སྦྱོན་ལགས་
སམ། །ཞེས་སོགས་༤༠བཤའ་བཤད་པ་ལྟར་འགྲུར་ལོ། ༡༢ འཁོར་སྦྱར་གྱི་རྒྱལ་སར་
འཛིག་དུས་སྤང་ཆེན་ལ་བསྐྱོན་པ་དང་། རམ་ཟེས་སྤྱི་བོར་བུམ་ཆུ་ལྷག་པའི་ཆོག་གྲེད་པ་
སོགས་ཀྱིས་མཆོན། ཞེས་ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱང་གསུང་བ་ལྟར་ལོ། །སྤྱི་བོར་དབང་བསྐྱར་ཞེས་
ཀྱང་ཟེར་ལོ། །

དབང་གི་རྒྱ་པོ་མ་ལུ་པ། (གསང་སྤྱུགས་) དབང་བཞི་ལེགས་པར་ཐོབ་སྟེ་དེའི་བརྒྱུད་པ་མ་ཉམས་
པར་ཡོད་པ་ལ་ཟེར་རྟེ། མཁས་བྱུང་པོ་མོ་ཆེའི་གསུང་འཛོར་བུ་༡༩༣བཤའ་སྤྱི་ དང་པོ་
ལྟར་ན། དེ་དག་ལ་རྒྱ་དུས་ཀྱི་དབང་གི་རྒྱ་པོ་ལུ་བམ་མ་ལུ་ག། མ་ལུ་བན་དབང་གི་རྒྱ་པོ་
ལུ་བམ་ལག་ལ། བྱུང་ཆེན་པེ་ར་མ་པ་ལ་སྦྱོན་བརྒྱུད་བཞིས་གདམས་པའི་དོན་འཆད་པ་ན།
བདག་མེད་ལྷ་མོ་བཅོ་ལྷས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་བསྐྱར་བལ་དབང་གི་རྒྱ་པོ་མ་
ལུ་བར་གསུངས་གདལ། དེ་དག་ལ་རྒྱ་དུས་ཀྱི་དབང་གི་རྒྱ་པོ་ལུ་ག། གསང་འདུས། བདེ་
མཆོག་དུས་འཁོར་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་གི་བརྒྱུད་པ་ཆད་ནས་མེད་པར་ཁས་ལོངས་
ཤིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །གཞན་དག་གིས། ལྷ་མ་ལས་དབང་བཞི་ལོད་ཉོན་ནས་
བརྒྱུས་ཏེ་ཉོན་རེ་བཞིན་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་བྱིན་རྒྱལས་རེ་མ་ཆག་པར་བགྱིས་ན་
དབང་གི་བྱིན་རྒྱལས་མི་ཡལ་བར་གནས་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་ཆོས་གཅིག་ཉོན་དབང་
ལོད་ན་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྦྱ་རེངས་ཤར་བ་ནས་ཆོས་གསུམ་ཀྱི་སྦྱ་རེངས་ཤར་ཁ་ཆུན་ལ་དབང་
བཞི་རེ་མ་བྱུང་ན་བྱིན་རྒྱལས་ཡལ་བར་འགྲུར་བས། ཉོན་རེ་བཞིན་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་
བཞི་རེ་སྤང་བར་བུས་ན་དབང་གི་རྒྱ་པོ་མ་ལུ་བར་འགྲུར་ལ། དེ་ཡང་དབང་བཞི་རྒྱས་པར་
མི་དགོས་པར་སྤྱི་འགྲེ་བསྐྱས་པ་དེ་གསུང་བུང་བར་གསུང་ལོ། །

དབང་ཆེ་བར་གྲགས་པ། དབང་ཆེ་བར་གྲགས་པ་ནི། སྤྱིན་པ་ལ་དཔལ་བའམ་བཙོན་པ་ལ་སོགས་
པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ལས་གྲགས་པ་དང་སྟན་པ་ཆེ་ཞིང་དེ་ལས་སྐྱེ་བའི་ཆོག་ས་ཆེན་པོའི་
མཆོད་གནས་སུ་གྱུར་པའོ། །ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །

དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ། (གསང་སྒྲགས་) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་མི་བསྐྱོད་དོན་རྗེའི་དགྲིལ་
འཁོར་གྱི་ཆོག་དབང་གི་དོན་གྱི་དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཞེས་བྲ་བ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་
མཛོད།

དབང་ལྡན། 1 བྱང་ཤར། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་དཀར་པོ་སྒྲང་པོ་ལ་ཆེབས་ཤིང་ཅེ་
གསུམ་ཐོགས་པ་དེ་གང་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་དབང་ལྡན་ཞེས་བྲ་པོ། 2 དབང་
ཆ་ཡོད་པ། དབང་ཆ་དང་ལྡན་པ།

དབང་པོ། 1 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། 2 གཙོ་པོ་
ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 རྒྱལ་པོ། མིའི་དབང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 པོ་མེའི་རྟགས།
པོའི་དབང་པོ། མེའི་དབང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 5 རིག་པའམ་སྒྲོ་སྒྲིས། དབང་པོ་རྣོན་པོ། དབང་པོ་
རྒྱལ་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དབང་པོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་གསུངས་པའི་དབང་པོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ནི།
མིག་གཉིས་དང་། རྣ་བ་གཉིས་དང་། ལྷ་གཉིས་དང་། ལྷེ་དང་ལུས་དང་། ཡིད་དང་སྟོག་དང་།
བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་བ་དང་། ཡིད་བདེ་བ་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་དང་།
དད་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་དང་བྱན་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་
འདོད་པ་དེ་དག་འགོ་བ་དུག་ཏུ་བསྐྱེས་ན་བརྒྱ་ཉི་ཤུར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་
འགྲེལ་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །

དབང་པོ་ལྷ། 1 མིག་གི་དབང་པོ་ཟེར་མའི་མེ་ཉོག་ལྟ་བུ། རྣ་བའི་དབང་པོ་སྟོག་གཟུམ་ནས་བཅད་པ་
ལྟ་བུ། ལྷའི་དབང་པོ་མོ་ཁབ་བམ་ཐུ་ཁབ་ཉིས་གཤིབ་ལྟ་བུ། ལྷའི་དབང་པོ་ཆེས་གསུམ་གྱི་ཆེ་
བ་ལྟ་བུ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ནས་བསྐྱོར་ཅམ་ཡོད་པ་རྟ་རྩ་ཅམ་གྱིས་དེ་གཉིས་མ་འཕྲད་པ།

(དེ་གཉིས་ཟད་ན་ཟས་ཀྱི་ཐོ་བ་མི་ཚོར། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་བྱ་རིན་ན་འཇམ་གྱི་ལུན་བ་ལྟ་
 བུའོ། ཡང་། མིག་གི་དབང་པོ་ནི་མིག་གི་རྒྱུ་སྐྱར་ན་མིག་འབྲས་ཀྱི་ནང་ན་གནས་པ་མི་
 བཟོང་བ་རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་འབྲས་བུའི་ཚད་ཅམ་པ་ཟེ་རའི་མེ་ཉོག་དང་འདྲ་བར་གནས་པ་ཤིན་ཏུ་
 རྒྱངས་པའི་པགས་པས་གཡོགས་པའོ། །ན་བའི་དབང་པོ་ནི་གྲོག་གཙུས་བ་ལྟ་བུ་ན་བའི་ནང་
 ན་གནས་པའོ། །སྤྱི་དབང་པོ་ནི་དེའ་བུའི་ནང་གི་དེའ་ལྟེ་ལྟ་བུའོ། །ལྟེ་དབང་པོ་ནི་རྒྱ་བ་བྱེད་
 བ་ལྟ་བུའོ། །ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་ལུས་ལྟ་བུར་གནས་སོ། །ཞེས་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲིབ་དཔོན་ཨ་རྟ་
 ཡ་ཀ་རས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་མིག་གི་དབང་པོ་ནི་མིག་གི་རྟེན་གྱི་འབྲས་བུའི་ནང་ན་
 རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་འབྲས་བུའི་ཚད་ཅམ། ཟེ་རའི་མེ་ཉོག་ལྟ་བུ་ལྟར་མེད་པ་པགས་པ་རྒྱངས་པ་
 གཡོགས་པ་དང་བར་ན་གནས་པའོ། །ན་བའི་དབང་པོའི་རྒྱལ་པ་རབ་ནི་གྲོག་འེམ་པ་ལྟ་
 བུར་གནས་སོ། །སྤྱི་དབང་པོའི་རྒྱལ་པ་རབ་ནི་མཚུལ་པའི་ནང་ལྟག་ཁུང་གི་ཐད་ཀ་ནས་
 མིག་སྒྲན་གྱི་ཐུར་མ་གཤིབས་པ་ལྟར་གནས། ལྟེ་དབང་པོ་ནི་རྒྱ་བ་ཁམ་པ་ལྟར་གནས།
 ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་ལུས་བཞེན་བུ་གནས་སོ། །ཞེས་བུང་པོ་ལྟེ་རབ་བྱེད་ལས་གསུངས། ཡོ་
 རྩ་བ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་བཟེད་བྱང་ཞེས་བྱ་བ། རྟེན་གཤི་
 བསྟན་འགྲུར་། རྩ་བ་ ༡༥ ༣༧ ༣༨ ལས། དེ་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་ནི་ཟར་མ་ཁ་བྱེ་བ་འདྲོ། །ན་
 བ་གྲོ་བ་གཙུས་པ་འདྲོ། །རྩ་ནི་མོ་ཁབ་གཤིབས་པ་འདྲོ། །ལྟེ་ནི་རྒྱ་བ་བགས་པ་
 འདྲོ། །ལུས་ནི་མེན་མོ་ཁབ་གྲོན་པ་འདྲོ། །ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱུག་འདས་
 མ་ཐག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །2 བྱང་ཕྱོགས་སྟེ་ཚན་བདུན་གྱི་བཞི་བ་དབང་པོ་ལྟེ་ནི།
 དད་པའི་དབང་པོ། བདེན་བཞི་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་དབང་པོ། ལྷན་དོར་
 བྱེད་པར་སྒྲོ་བའི་བརྩོན་འགྲུས་དཔེ་པའི་དབང་པོ། དམིགས་རྣམས་མ་ཐེད་པའི་དཔེ་པ་ཉིང་འེ་
 འཛིན་གྱི་དབང་པོ། སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་འེ་འཛིན་ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་
 སོ། །བྱང་ཕྱོགས་སྟེ་ཚན་བདུན་གྱི་དབང་པོ་ནི། འཕགས་ལམ་སྐྱེད་པ་ལ་རང་དབང་དང་ལྷན་
 པའི་མཁུན་པ་ལ་ཟེ། སྒྲ་བཤད་ནི། འཕགས་ལམ་སྐྱེད་པ་ལ་རང་དབང་དང་ལྷན་པས་ན་

དབང་པོའོ། །དབང་སྟོབས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། རྣམ་བྱང་གི་དབང་པོ་དེ་མ་དང་པ་དང་། ལེ་
ལོ། བརྟེན་དཔལ། རྣམ་གཡེང་། ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་སྐབས་སྐབས་སུ་འབྱུང་བས་མི་
མཐུན་སྟོགས་ཀྱིས་རྩི་བར་བྱས་པའི་བྱིར་བྱས་པ་ཆུང་ལ། སྟོབས་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱིས་
བརྩི་བར་མི་བྱས་པའི་བྱིར་བོ། །

དབང་པོ་ཉེར་གཉིས། (མཛོད) དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་ནི། མདོ་ལས། ༡ མིག་གི་དབང་པོ། ༢ རྣ་བའི་
དབང་པོ། ༣ ལྷའི་དབང་པོ། ༤ ལྷའི་དབང་པོ། ༥ ལུས་ཀྱི་དབང་པོ། ༦ ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ། ༧
མོའི་དབང་པོ། ༨ བོའི་དབང་པོ། ༩ སྟོག་གི་དབང་པོ། ༡༠ བདེ་བའི་དབང་པོ། ༡༡ སྤྱལ་
བསྐལ་གྱི་དབང་པོ། ༡༢ ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ། ༡༣ ཡིད་མི་བདེའི་དབང་པོ། ༡༤ བཏང་
སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ། ༡༥ དད་པའི་དབང་པོ། ༡༦ བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་དབང་པོ། ༡༧ དྲན་པའི་
དབང་པོ། ༡༨ ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ། ༡༩ ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ། ༢༠ མི་ཤེས་པ་ཀུན་
ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ། ༢༡ ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ༢༢ ཀུན་ཤེས་དང་ལྡན་པའི་
དབང་པོ་སྟོར་གཉིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བོ། །

དབང་པོ་ཉོག་ རྒྱལ་བ་དབང་པོ་ཉོག་དང་འབྲ། རྒྱལ་བ་དབང་པོ་ཉོག་ལ་གཟིགས།
དབང་པོ་དག་ལྡན་པ། སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་སྟོང་བའི་བྱིར་མིག་གི་དབང་པོ་སོགས་ནང་དུ་
སྟུང་པ།

དབང་པོའི་དགྲ། ལྷ་མ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་གཙོ་བོ་ཐགས་བཟང་རིས་ལྟ་བུ། ལྷ་
བཤད་ནི། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་དགྲ་ཡིན་པས་དབང་པོའི་དགྲ་ཞེས་བྱའོ། །

དབང་པོའི་སྟོ་སྟོམ་པ། ༡ (མདོ) ཆགས་སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་ལ་མིག་གིས་མི་བལྟ་བ་དང་། རྣ་བས་མི་
མཉན་པ་སོགས་ལ་ཟེར། ༢ (སྤྲུགས) བདེ་སྟོང་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྟན་པོ་བསྟེད་པའི་སྟོ་ནས་ཐ་
མལ་གྱི་ཡིད་བྱེད་སྟོམ་པ་ལ་ཟེར། རྩེའི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

དབང་པོའི་མཚོད་སྟོང་། བརྒྱ་བྱིན་སྤྱི་བོ་ནི་སྟོག་མཁར་གྱི་མིང་ཡིན་ལ་དེ་མཚོད་སྟོང་གི་དབྱིབས་
དང་འབྲ་བས། དབང་པོའི་མཚོད་སྟོང་ཞེས་མིང་བཏགས་སོ། །དབང་པོ་ཞེས་འདིར་ལྟའི་

དབང་པོ་བརྒྱ་བྱི་བྱི་མིང་དོ། །

དབང་ཕྱག་ 1 རང་དབང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པར་ལེགས་པ་བྱུག་འཕྲིན་པ་ན།
 དབང་ཕྱག་དང་ནི་གཟུགས་བཟང་དང་། །ཞེས་པའི་ཆབ་ཏུ། རང་དབང་དང་ནི་རབ་སྦྱངས་
 དང་། །གཟུགས་བཟང་བ་དང་གྲགས་པ་དང་། །དཔལ་དང་ཆེ་བ་ཉིད་ཆོགས་པ། །བྱུག་པོ་
 རྣམས་ལ་ལེགས་ཞེས་བཤད། །ཅེས་འབྱུང་བས། དབང་ཕྱག་དང་རང་དབང་དོན་འབྲེལ་བར་
 མཛོན་ནོ། །2 དབང་བ་དང་། དབང་འབྱོར་བའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་གྱི་དབང་
 ཕྱག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 3 དཔལ་དང་ཕྱན་ཆོགས། 4 འཛིག་རྟེན་པའི་སྣའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ།
 དབང་ཕྱག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད། དབང་ཕྱག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། སྤ་རབ་ཡངས་པ་མཆོད་པར་
 འོས། །བདག་པོར་གྱུར་དང་དབང་དུ་གྱུར། །གར་ཡང་བྱིན་དང་འདོད་དགུར་ལྷན། །དེ་བཞིན་
 དགའ་མགུར་གནས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །རྗེའི་འབྲེལ་བ་བཞེས་ལས་པས། དེ་ལ་
 དབང་ཕྱག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་འཛིག་རྟེན་སྤྱེ་འཛིག་བྱེད་པ་སྤྲོ་བ་དང་། སྦྱོང་གི་འཛིག་རྟེན་
 སྦྱིད་པ་ཡངས་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱེ་འཛིག་བྱེད་པ་བདག་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་
 རྣལ་འབྱོར་པས་དེ་རྣམས་སྦྱུལ་བ་དང་སྦྱད་པ་བྱེད་ཀྱས་པའོ། །བྱི་མ་ནི་ཡང་དག་ཐོབ་པས་
 བསྟན་ཏོ། །ཡིད་ལུས་ཀྱིས་གང་བསམ་པར་བྱིན་པ་ནི་གར་ཡང་ཁྲབ་པས་བསྟན་ཏོ། །འབྱུང་
 པོ་ཀྱན་གྱིས་མཆོད་པ་བྱ་བ་ནི་འོད་དང་གཟི་བུ་མེད་ཀྱིས་གཞན་རྣམས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པའི་
 རབ་ཏུ་གསལ་བའམ་སྒྲུང་བས་བསྟན་ཏོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆར་བཅད་དང་རྗེས་འཛིན་
 གྱི་དབང་ཡོད་པ་ནི་དབང་དུ་གྱུར་པའོ། །ཡོན་ཏན་ལ་འདོད་དགུར་དབང་བསྦྱར་བ་ནི་འདོད་
 དགུར་ལྷན་པའོ། །གང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཐོབ་ཀྱས་པ་ནི་དགའ་དགུར་གནས་
 པ་སྟེ་བརྟན་པས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

དབང་ཕྱག་བརྒྱད། དེ་བརྒྱད་ནི། སྦྱ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་དང་། །རྩུ་འབྲུལ་ཀུན་
 འཕྲོ་གནས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་དང་། །ཅི་འདོད་བསྐྱེད་དང་ཡོན་ཏན་དབང་ཕྱག་བརྒྱད། །ཅེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དབང་ཕྱག་བརྒྱད་དང་དབང་ཕྱག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་གཉིས་མི་འབྲསྟེ།

དབང་ཕྱག་བརྒྱད་ནི་འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་སྐབས་ཡིན་ལ། དེའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི་སློབ་པའི་ཟུང་
འཇུག་གི་སྐབས་སུ་འབྱུང་བར་གསུངས་པས། ཞེས་ཟླེའི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྟུགས་ན་གསལ།
དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ། ༡ རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ། ༢ འོངས་སྤྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག
འོངས་སྤྱི་གནས་ལ། དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་གནས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། ཟླེའི་སྟུགས་
རིམ་ཆེན་མོ་༥༠༩ལས། སའི་དངོས་གཞི་ལས་གཅིང་མའི་གནས་རྣམས་ལས་འདས་བ་ན་
དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་གནས་ཡོད་བར་གསུངས་བ་ཡང་ཉན་ཐོས་འཕགས་བ་རྣམས་སྦྱེ་བར་
ཁུས་བར་འོན་མེད་ལས་འདས་པའི་འོག་མེན་གཉིས་པའོ། །གསུངས་བ་ལྟ་བུ།
དབང་ཕྱག་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ། དབང་ཕྱག་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི། འོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་དང་གཉིན་
ལ་སོགས་པའི་རྩ་འཛིན་ཆེ་བ་དང་འཁོར་བལ་ཆེ་བའོ། །ཞེས་ཟླེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་
གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

དབང་མོ། ༡ གཙོ་མོ། ༢ ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་རྒྱུང་མའི་མིང་།

དབང་བཞི། བུམ་དབང་། གསང་དབང་། ཤེར་དབང་། ཆོག་དབང་དང་བཞིའོ། །

དབང་གསུམ། སྒྲིན་བྱེད་རྒྱུའི་དབང་། གྲོལ་བྱེད་ལམ་གྱི་དབང་། གྲོལ་བ་འབྲས་བུའི་དབང་དང་
གསུམ་མོ། །

དབང་། འཛོག་ཅིང་ཟ་བའི་དོན། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། ཁ་ཅིག་ལྷགས་གྱི་མཆེ་བ་ལྷན་པའི་ཁྱི། །གཏུམ་
པོས་དབང་ཅིང་ལག་བ་གནས་དུ་བསྐྱེངས། །དབང་མེད་གཞན་དག་ལྷགས་མཆུ་རྒྱུ་པོ་
དང་། །མེན་མོ་མི་བཟད་ལྷན་པའི་ཁྲ་རྣམས་འཛོག་ །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

དབང་མྱོང་། ༡ འབྲེལ་ཞིང་འཁྲུགས་པའི་ན་རྒྱལ་གྱི་ཕུང་པོ་ཆེན་པོ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམས་བར་
འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་བར་བཤད་བ་༩ ལྟ་ ༡༧༩ནལས། དབང་མྱོང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩ་
སྟུགས་ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་ཞིང་འཁྲུགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །དབང་ནི་ན་ཡི་འབྲི་
རྩ་ལ་གཞན་ནོ། །སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་མདོ་རྩ་རང་འབྲེལ་རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས།
དབང་མྱོང་དང་ན་མྱོང་གཉིས་ཀ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། ལྟ་སྟུགས་ནི་རྩ་རིས་ཤུར་ཤུར་པོ་སྟེ་རྩ་

རྒྱལ་སྤྱི་དོན་ཡིན། 2 རྒྱ་སྤྱི་ལས་ཆེར་འཁོར་བ་ལ་ཟེར། རྒྱ་སྤྱི་ལས་ཆེར་འཁོར་ཡང་ཟེར། འདུལ་བ་
རྒྱལ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྒྱལ་པར་བཤད་པ་༼ རྒྱ་ ༡༩༥༩༣༣ལས། དབའ་རྒྱུང་ཞེས་བྲུ་བ་
ནི་རྒྱ་འཁོར་བའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབའ། (བར་ཕྱིར) <གེ་རུ> 1 ཏོག་དང་། ཅེ་མོ། ས་པ་ཏ་གྱི་སྒྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། རྒྱ་སྤྱི་རྒྱ་
གེ་རུ་ལ། གེ་རུ་འི་སྒྲ་ནི་དབའ་དང་ཏོག གྲུ་བ་མཐུག་ཅིངས་སོགས་ལ་འཐུག རྒྱ་སྤྱི་རྒྱ་
རྒྱལ་པར་དབའ་དུ་ཡོད། གསལ་བཅད་མན་ཆད་ཏོག་རུ་བསྒྱུར། གེ་ས་ན་འབྲུམ་ལས་ཅིན་
ཆེན་དབའ། གསལ་བཅད་རྒྱ་སྤྱི་ལས་ལྷོས་པ་ཡི། བརྒྱ་ད་སྤྱི་དབའ་ལས་ཅིན་ཆེན་ཏོག གེ་ས་
བྲུ་བ་སྒྱུར་བ་མི་ཤེས་པར། ཅིན་ཆེན་དབའ་དུ་བཤད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། 2 ལ་
ཉམས་རྒྱལ་པ། 3 མའི་བོད། བོད་དུ་བཤད་པའི་དབའ་གྱི་དོན་བཞི་པོ་རྒྱལ་པར་ལི་ཤིའི་གྲུ་བ་
ཁང་དུ་གསལ།

དབའ་སྒྲ་བྲུ་བ་ལྷ་ར་གནག་པ། <སྒྲ་མ་ར་ས་འི་ལ་གེ་ལ> དབའ་སྒྲ་བྲུ་བ་སྤྱི་སྒྲོག་ཆགས་སྤྱང་མའི་
མདོག་ལྷ་ར་གནག་པོ་ཅིད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། འདིའི་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་པར་བྲུ་བ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཟིགས།

དབའ་སྒྲ་མི་བཤོར་བ། (བར་ཕྱིར) དབའ་སྒྲ་གྱི་ན་དུ་མ་བཞེས་པ། ཟླའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤྱི་
༡༩༡༧ལ་གསལ་ཡོ། །

དབའ་ལྷ་ད། དང་ཀྱིག་དང་འབྲུ།

དབའ་རྒྱ། <ཐུ་ཀུའི་> གཞུག་རྒྱ། མཁོའི་རྒྱ། ལེགས་སྤྱང་དུ་ “ཐུ་ཀུའི་” མུཅུང་ཟེར། རྒྱ་གར་
ཡུལ་རྒྱ་སྤྱི་དང་ “ཐུ་ཀུའི་” མུཅུང་ཟེར། དེ་ཕྱིར་རྒྱ་སྤྱི་crown ཟེར་བ་དེའོ། །

དབའ་རྒྱལ་པ། (བར་ཕྱིར) དབའ་གདུགས་ལྷ་ར་གྲུ་བ་པའི་དོན་ཡིན། ཟླའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤྱི་
༡༩༡༧ལ་ལས། དབའ་རྒྱལ་པ་ནི་གདུགས་ལྷ་ར་གྲུ་བ་པའོ། ཞེས་གསུངས།

དབའ་ཅན། གཟབ་ཡིག་གསལ་ཡིག་དཀར་ཟེར། དཔེ་ཆའི་རིགས་རྒྱལ་པར་ལིག་གཟུགས་འདིའི་ཐོག་འབྲི་
བ་ཅིང་། དབའ་ཅན་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་པ་གཤམ་དུ་གཟིགས།

དབུ་སྦྱང་། 1 མགོན་པའི་ཞེ་ས། 2 མནལ་དཔེར་ན་དབུ་སྦྱང་གནང་བའི་ཤོར་མ་དེ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
དབུ་སྦྱང་ནི་མནལ་དང་། ཤོར་མ་ནི་དོའི་མིང་ཡིན་པས། རྩོན་དུས་བོད་དུ་མནལ་བསྐྱེལ་བའི་
ཆེ་རྒྱུ་བ་རེ་ལག་དུ་ལེན་སྒོལ་ཡོད་པ་དེའི་མིང་སྟེ། དེ་ཁམས་དང་འབྲས་ལྗོངས་སོགས་ན་ནི་
དུས་ཀྱི་བར་དུ་ཡོད་པར་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་།

དབུ་བ། བ་ལང་དང་རྒྱ་མཚོ་སོགས་ཀྱི་ཁར་ཆགས་པའི་རྩས་དཀར་པོ་ཞིག་ བྱི་རྒྱལ་བས་foam
ཟེད།

དབུ་བ་དང་སྦྱ་བ་རྩ་བར་གསུམ་ཀྱི་ཁྱད་པར། དབུ་བ་དང་སྦྱ་བ་གཉིས་དོན་འདྲ། དབུ་བ་ནི། བ་ལང་
དང་རྒྱ་མཚོ་སོགས་ཀྱི་ཁར་ཆགས་པའི་རྩས་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེད། རྩ་བར་ནི་
ཆུའི་ནང་སྒོ་བར་དུ་ཐོན་ནས་ཡལ་འགོ་བའི་ལུས་ཀྱི་རྩ་སྦྱང་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ལ།
བྱི་རྒྱལ་བས་bubbleཟེར་བ་དེའོ། ཁང་པོས་དབུ་བ་དང་རྩ་བར་གཉིས་གཅིག་དུ་འཁྲལ་བར་
སྤང་ཡང་། ཉན་ཐོས་ལ་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ནི། གཟུགས་ནི་དབུ་བ་རྩོས་པ་འདྲ། ཆོར་བ་རྩ་
ཡི་རྩ་བར་འདྲ། །འདུ་ཤེས་སྒྲིག་རྩ་ལྟ་བུ་སྟེ། །འདུ་བྱེད་ནམས་ནི་རྩ་ཤིང་བཞིན། །རྩ་བར་
ཤེས་པ་སྦྱ་མ་ལྟར། །ནི་མའི་གཉེན་གྱིས་བཀའ་སྦྱལ་གྱོ། །ཞེས་དབུ་བ་དང་རྩ་བར་ཐ་དད་དུ་
གསུངས་པས་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན་པར་ཤེས་ནུས་སོ། །

དབུ་མ། (དབུ་མ) 1 དཀྱིལ་མ། 2 རྩོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མིང་། 3 རྩོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ། 4 རྩོང་ཉིད་དང་
དེའི་ལྟ་བུ་བ་བརྗོད་བྱར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས། 5 རྩོང་པོ། 6 མཚོག་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ལ་དབུ་མ་
ཞེས་པའི་སྦྱ་བ་ཤད་ནི། ཏག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པས་དབུས་ཉིད་ལ་གནས་པས་ན་
དབུ་མ་ཞེས་བྱའོ། །

དབུ་མ་རྒྱན། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོས་མཛད། ཡེ་ཤེས་སྒྲེའི་འགྲུར།

དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་དཀའ་འབྱེལ། (དབུ་མ) དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་འབྱེལ་བ་ཤད་ཡང་ཟེད། སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་
ཤེས་ལས་མཛད། ཡེ་ཤེས་སྒྲེའི་འགྲུར།

དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་རང་འབྱེལ། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོས་མཛད། ཡེ་ཤེས་སྒྲེའི་འགྲུར།

དབུ་མ་སྒྲིང་པོ། (དབུ་མ) <མཚུ་མ་ཀ་མིང་ཡ་ཀླ་རི་ཀླ> དབུ་མ་མི་སྒྲིང་པོའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ནི་
 སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་མཛད། རྫོང་པོ་རྗེ་དང་ལོ་རྒྱ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བའི་
 འགྲུལ། དབུ་མ་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་འགྲེལ་ཡིན་པས་ཆ་ནས་དབུ་མ་མི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་བཙོང་
 པ་ཡིན། རྗེ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་དབུ་མ་༩ ར་བ་ རྟན་བཞུགས་ཤིང་། དེ་ལ་ཤོག་ལྷེབ་བཞི་བཅུ་
 དང་རོས་ཤོག་བཅུད་ཅུ་ཡོད། བསྟན་འགྲུར་དཀར་ཆག་ལག་འཁྱེད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩ་
 བྱས་མཛད་པ་ཞེས་གསལ་ཡང་། རྩ་བུ་ཞེས་པ་ལེགས་ལྷན་སྐད་དོད་དོ། །

དབུ་མ་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གེ་འབར་བ། (དབུ་མ) <མཚུ་མ་ཀ་མིང་ཡ་བཅིཏ་ར་ཀླ་རྫོ་ལ> དབུ་
 མ་མི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གེ་འབར་བ་ཞེས་བྱ་བ། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་
 མཛད། འདི་དབུ་མ་སྒྲིང་པོའི་རང་འགྲེལ་ཡིན། རྫོང་པོ་རྗེ་དང་ལོ་རྒྱ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བའི་
 འགྲུལ། བསྟན་འགྲུར་དཀར་ཆག་ལག་འཁྱེད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩ་བྱས་མཛད་པ་ཞེས་
 གསལ་ཡང་། རྩ་བུ་ཞེས་པ་ལེགས་ལྷན་སྐད་དོད་དོ། །

དབུ་མ་སྒྲིང་པོའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། (དབུ་མ) དབུ་མ་སྒྲིང་པོ་དང་འབྲ།

དབུ་མ་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིང་པོ། (མར་ཕྱིན) སློབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་ ཞེས་
 བར་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིང་པོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

དབུ་མ་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིང་པོའི་རྣམ་པ་ཤད། (མར་ཕྱིན) སློབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་
 ཤིག་ ཞེས་བར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་སྒྲིང་པོའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
 གཟིགས།

དབུ་མ་ཐལ་འགྲུར་བ། (དབུ་མ) གཞན་གྲགས་ཀྱི་ཐལ་འགྲུར་ཅམ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་སློན་ས་
 བདན་དངོས་ཐ་སྟངས་ལྟར་མི་འདོད་པའི་དབུ་མ་བ་དེ། ཐལ་འགྲུར་བའི་མཆོན་ཉིད། སློབ་
 དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐལ་འགྲུར་ཞེས་པ་ལྟར་ལྟོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། ཐལ་འགྲུར་ཅམ་
 ཀྱིས་ཕྱི་ཤོལ་གྱི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་སྤྱི་བར་འདོད་པས་དེ་ལྟར་བཙོང་
 དོ། །

དབུ་མ་སྒྲུང་བ། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ལྷོ་ལས་མཛད། དཔལ་བཅེགས་ཀྱི་འགྲུར།
དབུ་མ་བ། (དབུ་མ) བདེན་དངོས་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མི་འདོད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་པའི་གང་
ཐག་དེ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་མཆན་ཉིད། དེ་དང་དབུ་མ་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་
དབྱེ་ན། རང་རྒྱུད་པ་དང་། ཐལ་འགྱུར་པ་གཉིས་ཡོད།
དབུ་མ་ཅ་བའེས་རབ། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་སྤྱོད་ཀྱིས་མཛད། ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་ཅ་བའེས་རབ་
ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
དབུ་མ་ཅ་བའེས་རབ་ཀྱི་ཆོག་འགྲུལ་ལེས་རབ་སློན་མ། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་
ཀྱིས་མཛད། ལྷའི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འགྲུར།
དབུ་མ་ཅ་བའི་འགྲུལ་པ་ག་ལས་འདིགས་མེད། (དབུ་མ) ག་ལས་འདིགས་མེད་ལ་གཟིགས།
དབུ་མ་ཅ་བའི་འགྲུལ་པ་བུ་སྒྲིལ་ལྷའི་ཏ། (དབུ་མ) བུ་སྒྲིལ་ལྷའི་ཏ་ལ་གཟིགས།
དབུ་མ་ཅ་བའི་འགྲུལ་པ་ཆོག་གསལ། (དབུ་མ) སློབ་དཔོན་ལྷ་པ་གསལ་པས་མཛད། པ་ཆབ་ཀྱི་
འགྲུར།
དབུ་མ་ཅ་བའི་འགྲུལ་པ་ལེས་རབ་སློན་མ། (དབུ་མ) ལེས་རབ་སློན་མེད་དང་འབྲ།
དབུ་མ་ཅ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལེས་རབ། (དབུ་མ) ཅ་བའེས་རབ་ལ་གཟིགས།
དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་བ། (དབུ་མ) བཞི་བརྒྱ་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲུལ་བ། (དབུ་མ) བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲུལ་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ། (མར་ཕྱིན) རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉགས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་སློན་པའི་ཐད་དངོས་ཐ་
སྙད་དུ་ཡང་མི་འདོད་པའི་དབུ་མ་པ་དེ། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་མཆན་ཉིད། དེ་དང་རང་བཞིན་
ཀྱིས་ཡོད་པར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་པ་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། མདོ་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་
པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཡོད། དང་པོའི་མཆན་གཞི་ལེགས་
ལྷན་འབྲེད་དང་། ཡེ་ལེས་སྤྱོད་པོ་ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པའི་མཆན་གཞི་ ཞིབ་འཕྲོ་ སེང་གེ་བཟང་
པོ། ཀ་མ་ལ་ལྷོ་ལ་དཔོན་སློབ་ལྷ་བུའོ། །སྤྱོད་པའི་ཐད་དུ་རང་རྒྱུད་དཔལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་

ཞལ་གྱིས་བཞེས་པས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས་སོ། །

དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒོན་མ། (དབུ་མ) དེ་ནི་ལེགས་ལྡན་ཆུང་བར་གྲགས་པས་མཛད་པ་ཡིན་གྱི་སྒོ་བ་

དཔོན་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་གྱིས་མཛད་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་ལུང་སྒྲུའི་གྲུབ་མཐར་གསལ་ལོ། །

དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ། (དབུ་མ) རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རྩ་ཐོ་བ་རི་ཀའུ་རྩུ་ལྷོ། བོད་སྐད་དུ། རྒྱལ་པོ་

ལ་གཏམ་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐེང་བ་ཞེས་བྱ་བ། སྒོ་བ་དཔོན་སྒྲུ་སྒྲུབ་གྱིས་མཛད། ཟླ་དགེ་

བསྟན་འགྲུར་༽ གེ་བ་ ༡༠༧་ན་ཉ་ནས་དབུ་ཆུགས་ཤིང་། མཇུག་༡༩༩་ན་ཉ་ནས་རྩོགས་

སོ། །འདི་སྤྱིས་རབས་ཀྱི་ཕྱི་ཆོན་དུ་བཞུགས།

དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ། (དབུ་མ) རིན་པོ་ཆེའི་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཞེས་

བྱ་བ་སྒོ་བ་དཔོན་མི་པམ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད། ཟླ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་༽ གེ་བ་ ༡༩༩་

ན་ཉ་ནས་དབུ་ཆུགས་ཤིང་། མཇུག་༡༩༩་ལ་མཇུག་གཟིགས་ན་རྩོགས་སོ། །འདི་སྤྱིས་རབས་ཀྱི་

ཕྱི་ཆོན་དུ་བཞུགས་སོ། །

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ། (དབུ་མ) སྒོ་བ་དཔོན་ཆེ་བ་གྲགས་པས་མཛད། ཉག་ཆོ་དང་བ་ཆབ་ཀྱི་འགྲུར།

ཟླ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་༽ འ་བ་ ༡༩༠་ན་ཉ་ནས་བཞུགས།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་འགྲེལ་བཤད། (དབུ་མ) བ་རྩི་ཏ་ཐོ་ཡ་ལྷ་ན་རྩུས་མཛད། ཀུན་དགའ་གྲགས་ཀྱི་

འགྲུར།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་རང་འགྲེལ། (དབུ་མ) དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེ་

བ་གྲགས་པས་མཛད། བ་ཆབ་ཀྱི་འགྲུར། ཟླ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་༽ འ་བ་ ༡༩༠་ན་ཉ་ནས་

བཞུགས།

དབུ་མ་ལག་པའི་ཆོད། (དབུ་མ) འཕགས་པ་ལྷས་མཛད།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ། (དབུ་མ) དབུ་མ་སྒྲིང་པོ་དང་འབྲ།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོ་བསྟུས་པ། (དབུ་མ) དབུ་མ་སྒྲིང་པོ་དང་འབྲ།

དབུ་མའི་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གོ་འབར་བ། (དབུ་མ) རྟོག་གོ་འབར་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

དབུ་མའི་སྤྱིང་པོ་བསྐྱས་པ། (དབུ་མ) དབུ་མའི་དོན་བསྐྱས་པ་ནི། སྒྲིབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་
མཛད། ཉག་ཆོའི་འགྲུང་།

དབུ་མའི་ལྟ་བ། (དབུ་མ) ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གནས་ལུགས་སྤྱོད་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། དབུ་མའི་
གོ་དོན་ནི། དཔེར་ན་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀར་གཡང་ས་ཡོད་པའི་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་སྤྱོགས་
གཉིས་ཀར་ཐོན་བྱེད་དགོས་ཀྱི། གཅིག་ཁོ་ན་ལ་འདྲེས་ན་གཅིག་ཤོས་སུ་ལྷུང་སྟེ་སྤྱོན་འབྱུང་
བའི་བྱིར། སྤྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཐའི་མིང་གིས་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་ལ། ཞེས་
གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆའི་རྗེའི་བསྟོད་པ་དོན་ལྷན་མའི་འགྲེལ་པ་༥ ག་གསུངས་པ་ལྟར་ཤོ། །

དབུ་མའི་ལྟ་བ་རྟོགས་པར་དཀའ་ཚུལ། (དབུ་མ) དབུ་མའི་ལྟ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཡིན་
ཉེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེས་ན་རིགས་པས་རྒྱལ་བར་དབྱེད་པ་ན། གང་ཟག་ལ་
སོགས་པ་ལ་རང་གི་དོ་བོས་བྱུབ་པའི་ཡུལ་སྟེང་དུ་སྟོད་ཚུལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག་སྟེ་མ་
དང། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱང་བ་འདི་རྒྱལ་བ་བཞུགས་ཏེ་འཆར་བ་ཅས་དཀའ་བ་མིན་གྱི་དེ་འོང་
དེ་དབུ་མའི་བྱུབ་མཐའ་ལ་མོས་ཤིང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་ཆོས་ཐན་སྟན་ཐོས་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་འོང་ཡང་། དཀའ་ས་ནི་རང་གི་དོ་བོས་བྱུབ་པའི་རང་བཞིན་མ་ལུས་པར་
ཁེགས་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པའི་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསོག་པ་བོ་དང་
འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་བོ་ལ་སོགས་པར་འདྲོག་པ་ལ་ངེས་པ་གཉིད་ནས་འདོངས་ཉེ། དེ་རྒྱལ་བ་སུ་
འདྲོག་སྟུབ་པའི་གཉིས་ཆོགས་དེ་སྤྱིང་མཐའ་ཅས་དུ་སོང་བས་དབུ་མའི་ལྟ་བ་ཤིན་ཏུ་རྟོད་
དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤོ། །

དབུ་མེད་ཀྱི་ཡི་གེ་བྱུང་ཚུལ། (བརྒྱ་མཚན) ཞ་ལུ་ལོ་ཆེན་སོགས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོས་ལུ་ལ་
དཔེ་བྱས་ཉེ་དབུ་ཅན་དང་། རྩ་ལ་དཔེ་བྱས་ཉེ་དབུ་མེད་བཅོས་ཚུལ་གསུང་མཁན་ཡོད་
ཅིང་། ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་ཀྱང་། ལྷ་ཡིག་ལུ་དཔེ་བྱས་དབུ་ཅན་
དང་། །ལྷ་ཡི་རྩ་ལ་ལྟར་བྱར་ཅན་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡོད་ཀྱང་། ཞིབ་དུ་བརྟག་ཆོ།
དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་གཉིས་ཀྱང་ཐོག་མ་ནས་མཉམ་དུ་མཛད་པ་མིན་པར། དབུ་ཅན་འདི་ཀ་

རང་མགྲོགས་པར་གྲིས་པ་ལས་དབུ་མེད་བྱུང་བ་ཡིན་ཚུལ། རྒྱལ་ཁབ་ས་རྒྱུ་ལས་བསྐྱོར་
བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་དང་། རྒྱལ་རབས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་༥༡ལས་གསུངས།
དབུ་སེམས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད། བྱང་ས་ནས་གསུངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སེམས་ཅན་
ལྷགས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བསྐྱེད་སྐྱོད་ནས་གསུངས་པ་ལ་དབུ་མ་ལྷགས་ཀྱི་སེམས་
བསྐྱེད་ཅེས་ཟེར་ཏེ། དདུལ་རྒྱུའི་གསུང་རིས་ལན་ལས། སེམས་བསྐྱེད་ལ་དབུ་སེམས་ཀྱི་
ལྷགས་གཉིས་བཤད་པ་འདི་དག་སོ་སོ་བའི་བྲག་ལེན་ད་ལྟ་དགེ་ལྷགས་ལ་ཡོད་དམ་མེད་
ཅེས་པ་ལ། བྱང་ས་ནས་འབྱུང་བ་ལ་སེམས་ཅན་ལྷགས་དང་། བསྐྱེད་སྐྱོད་ནས་འབྱུང་བ་ལ་
དབུ་མ་ལྷགས་ཟེར་བ་འདྲ་བས། དེ་ལྟར་ན་རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ་སྒྲོན་སེམས་ཆོ་
གས་བསྐྱེད་ཚུལ་གསལ་བར་བཤད་པ་ལྟར་བདག་གིས་ཀྱང་རྗེ་ཡོངས་འཛིན་གྱི་གེ་བ་ནས་
ཆར་གཉིས་ཐོབ། བྱང་ས་འདི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུའི་རྣམ་བཤད་བྱང་རྒྱུ་གཞུང་ལམ་དུ་
འཇུག་སྒོམ་ལེན་ཚུལ་གསལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་བདག་གིས་མ་ཐོབ་ཅིང་། འདི་རྒྱུན་དེང་སར་
ཆད་འདྲ་ཟེར་མཁན་ཡང་སྤང་། བདེ་ལམ་དུ། ལམ་རིམ་ལས་སྒྲོན་འཇུག་རིམ་ཅན་དུ་ལེན་
པའི་དབང་དུ་མཛད་ཀྱང་ཞི་བ་རྣའི་ལྷགས་ལྟར་ཅིག་ཅར་དུ་སྤངས་ན་འཇུག་པ་བདེ་བར་
གསུངས་པ་ལྟར། བདག་གིས་ཀྱང་། འཕེལ་བྱ་སྤངས་ཅིན་སོ་ཆེ་དང་། བདེ་ཆེན་སྤངས་ཅིན་སོ་
ཆེན་ས་ལན་གཉིས་རེ་ཐོབ་པ་ལགས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབུགས། 1 ཁ་སྤྱི་རྒྱུང་། 2 སྒོག་ཅའི་ནང་གི་རྒྱུང་ཁམས།

དབུགས་ཤོད་བག་ཅན་མིན་པ། བསྐྱོམ་པའི་ཆེ་དབུགས་འབད་ཚོལ་མེད་པར་རང་བབས་སུ་བཞག་
ནས་གཏོང་བ།

དབུགས་རྒྱ་བ་སྤྱི་ཅན་མིན་པ། བསྐྱོམ་པའི་ཆེ་དབུགས་པར་རྒྱ་རྒྱུར་རྒྱ་མི་ཆོར་བར་གཏོང་བ།

དབུགས་རྩམ་པའམ་ཤུགས་ཅན་མིན་པ། བསྐྱོམ་པའི་ཆེ་དབུགས་དལ་བྱས་གཏོང་བ།

དབུགས་བྱུང་བ། (ལར་ཅིན) 1 དབུགས་ཕྱི་རོལ་དུ་བཏང་བ། དབུགས་བཏོན་པ། 2 སེམས་གསོ་
བཏང་བ། དེབ་སྒྲོན་སྒྲོད་ཆ་༣༡༥ལས། རྩོམ་ཞུལ་ལས། ལོ་རྒྱུ་བ། སྤྱི་བ་པར་མ་རྩས་པ་ལ་

ལྷུང་བ་མེད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་ (མ་དཔེར། གསུང་ནས། ཞེས་གསལ) དབུགས་ལྷུང་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 3 གྲོ་བ་བསྐྱེད་པའས། དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་བཅུག་པའི་དོན། མཁས་
གྲུབ་ཆོས་རྗེས་མཛད་པའི་རྗེའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་རིན་པོ་ཆའི་སྟེ་མ་ལས། སེལྷེའི་སྤྲུམ་
དབུགས་ལྷུང་ཞིང་གྲོ་བ་བསྐྱེད་པར་མཛད་པའི་སྤྲང་བ་དངོས་སུ་ལྷུང་གསུང་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 4 དལ་བསོས་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་བྱས་པ། དགའ་བར་བྱས་པ།
བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་རྣམ་ཐར་ལས། ཆབ་ཡོག་ཏུ་གཏོགས་པའི་སྤྱེ་བོའི་ཆོགས་མང་པོ་བསྐྱེད་པ་
རྣམ་བཞེས་དབུགས་ལྷུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 5 གནས་སྤར་བ། ལམ་གོང་མར་བཞོད་
པའས་བཅུད་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་དབུགས་ལྷུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 6 ལུང་བསྟན་པ། གདམས་
པའས་གསུངས་པ། འཁོད་པའས་བོས་པ། 7 (འདུལ་བ) ཡིད་ཆེས་སྤྱེས་པ། ལུང་ཐོན་ཆོགས་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། དབུགས་ལྷུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་ཡིད་ཆེས་སྤྱེས་པར་གྱུར་
པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དབུགས་ལྷུང་ཞིག 1 དགའ་བ་སྐྱེད་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན། ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས།
དབུགས་ལྷུང་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དགའ་བ་སྐྱེད་ཅིག་པའོ། ཞེས་གསུངས། 2 ཡིད་ཆེས་སྤྱེད་
ཅིག

དབུགས་འབྱིན་པ། དབུགས་དབྱུང་བ་དང་དོན་འབྲེལ།

དབུགས་དབྱུང་བ། དབུགས་ལྷུང་བ་དང་འབྲེལ། དབུགས་ལྷུང་བ་ལ་གཟེགས།

དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ། དབུགས་ལ་ཕར་གཏོང་བ་དང་ཚུར་འཐེན་པ་ལ་སེམས་གཏད་དེ་མི་གཡེང་
བར་བྱེད་པའི་ཉམས་ལེན་ལ། དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་ཟེར། དབུགས་ནི་རྒྱུ་ཡིན་ལ། འབྱུང་ནི་
ཕར་གཏོང་བ་དང་། རྒྱུ་ནི་ཚུར་འཐེན་པའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དབུགས་འབྱུང་
རྒྱུ་ལ་དམིགས་པ་ནི། རྒྱུ་ཕྱི་ནང་དུ་འགྲོ་བ་ལ་བཟང་བ་དང་ལྟ་བུའི་སྟོན་སེམས་གཞན་
དུ་མི་གཡེང་བར་དམིགས་པའོ། །འདི་ནི་སན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དབུགས་བཟང་བའི་སྟོན་སེམས་
གནས་པར་བྱ་བའི་ཐབས་རྩུང་ཟད་ཟེས་པ་ཞེས་བྱ་བ། བསྟན་འགྲུལ་༩ ཙྴ་བ

ཀམ་མ་གྱིན་པ། ལྷག་བསྐལ་དང་མ་གྲལ་བ།

དབྱས་ཀྱི་ཆོས་ཕྱེ་ཆེན་པོ་དྲུག འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་གདན་ས་འཛིན་གྱི་ཕྱག་
འདེབས་མ་མཛད་གོང་དུ་སངས་བུའི་གྲུང་གསུམ། དགའ་རྫོང་རྩལ་གསུམ་ཞེས་དབྱས་ཀྱི་
ཆོས་ཕྱེ་ཆེན་པོ་དྲུག་ཏུ་གྲགས། རྒྱལ་མེ་ཁྱིའུ་རིན་པོ་ཆེའི་དང་རྣམ་ན་གསལ།

དབྱས་མཐའ་ནམ་འབྱེད། བྱས་ཆོས་སྡེ་ལྷའི་ཡ་གྲུལ། སྐྱ་བཤད་ནི། དབྱས་དང་མཐའ་ནམ་མང་
འབྱེད་ཅེས་པ་མཐའ་ནི། ཡོད་མེད་དམ་ཉག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ལ། དབྱས་ནི་དེ་གཉིས་སྤངས་
པའི་དབྱ་མའི་ལམ། དེ་དག་ནམ་མང་འབྱེད་པས་ན་དབྱས་མཐའ་ནམ་འབྱེད་ཅེས་བྱོ། །

དབུས་པ་སྒྲོགས་ལ། དབུས་པ་སྒྲོགས་ལ་བྱང་ཆུབ་ཡེ་ཤེས་ལ་གཟེགས།
དབུས་པ་སྒྲོགས་ལ་བྱང་ཆུབ་ཡེ་ཤེས། བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་གྱི་དངོས་སྒྲོབ་ཡིན་ཞིང་། རབ་བྱུང་
བཞི་པའི་སྤང་ཙམ་ལ་བྱུང་། འདིས་སྤར་ཐང་བཀའ་བསྟན་ལ་ཞུས་དག་བཏང་བའི་སྐོར། ཆེ་
ཏན་ཞབས་བྱུང་གི་ཁྲིམ་ལན་སྤྱོགས་བསྒྲིགས་ན་གསལ།
དབུས་གཙང་རུ་བཞི། བར་དབུས་གཙང་རུ་བཞི་ནི། སྤར་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོའི་
སྐབས་གཙང་ལ་གཡས་རུ་དང་། རུ་ལག་གཉིས། དབུས་ལ་དབུ་རུ་དང་། གཡོ་རུ་གཉིས་
ཞེས་གསལ། བྱིས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་གྱིས་བོད་ཁྱི་སྐོར་བཅུ་གསུམ་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་
རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེར་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་ལྷལ་བྱིན་ལ། གཡས་རུ། གཡོན་རུ། སྐྱུས་
རུ། གུང་རུ་བཞེར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་སྐོ་མང་མཁན་ཆེན་སྐོ་
བཟང་ཆོས་དར་བའི་རྣམ་ཐར་དང་། མདོ་སྤྱད་ཆོས་འབྱུང་ན་གསལ།
དཔེན་པ། 1 ཉན་མོ་སྐྱེ་བའི་འདུ་འཛིས་དཔེན་པ་དང་། མཆོན་མོ་སྐྱུ་དང་ལྷག་ཅོར་གྱིས་དཔེན་པ་ལ་
ཟེར། རྗེ་མི་ལས་གསུང་དཔལ་ལོ་གཙུག་ལག་འཕྲེང་བའི་རྣལ་འབྱོར་མའི་བྲིད་ཡིག་ཏུ་གསལ་
བ་ལྟར་བཀོད། དཔེན་པའི་གནས་དང་དོན་གཅིག་མཛོད་ལས། བསྐྱིངས་བ་གཉིས་ལྷན་ཞེས་
བ་ལུས་འདུ་འཛི་ལས་རྒྱང་བསྐྱིངས་བ་དང་། སེམས་མི་དགེ་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ལས་
རྒྱང་བསྐྱིངས་བ་གཉིས་དང་ལྷན་བ་ཞེས་བ་དང་དོན་འདྲ། 2 སེམས་སྤྱིག་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་རྟོག་
དང་བལ་བ། 3 མེད་པ། བལ་བ། སྟོང་པ། དཔེར་ན་ནོར་འཁྲལ་གྱིས་དཔེན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4
(བདུན་པ) མཁོ་བ་དང་། འཕངས་བ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་སོགས་ལ་འཇུག་པར་བཤད། བར་བྱིན་
བསྐྱུས་པ་ལས། བན་ཞིང་དཔེན་པ་གང་ཡང་མ་བྱས་ཤིང་། །སྟོན་ཆད་མི་བཤེས་སྐྱེ་བོ་ཐམས་
ཅད་ཀྱང་། །རྒྱལ་ཁྲིམས་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ།
དཔེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ། (འདུལ་བ) འདུལ་བའི་སྐྱབས་སུ་དཔེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ན་ཞེས་མང་དུ་
འབྱུང་བའི་སྐྱབས་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེན། དེ་ནི་ཅིག་པའི་སྐྱབས། རིབ་མའི་
སྐྱབས། ཡོལ་བའི་སྐྱབས། ཐེབས་པོའི་སྐྱབས། མཆོན་མོའི་སྐྱབས་བཙས་ལ་ཟེར། སྐྱབས་ལྷ་

སོགང་རུང་དང་ལྷན་ན་སྐྱབས་ཡོད་པར་བཅི་དགོས། དཔེར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་ལྡེ་སོགང་
 རུང་དང་ལྷན་པའི་གནས་སུ་བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གིས་བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་འདུག་འགྲོང་
 བྱེད་པའམ་ཆོས་སྟོན་ན་ལྷང་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༼
 ཆ་བ་ ༡༣༥ བ།ལས། སྐྱབས་ཡོད་པ་ན་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལྡས་བསྐྱབས་པ་སྟེ། ཅིག་པས་
 བསྐྱབས་པ་དང་། རིབ་མས་བསྐྱབས་པ་དང་། ཡོལ་བས་བསྐྱབས་པ་དང་། ཐེབས་སོས་
 བསྐྱབས་པ་དང་། མཚན་མོས་བསྐྱབས་པ་ནའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དཔེན་པ་ལ་གནས་པའི་པན་ཡོན་བཟུ། དགོན་པ་ལ་གནས་པའི་པན་ཡོན་བཟུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
 གཞིགས།

དཔེན་པར་འགྲོང་པའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་ཉེར་དགུ་པ། དཔེན་པར་འགྲོང་
 པའི་ལྷང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གིས་ཁྲིམས་ཐོགས་མེད་པར་དགེ་སྤྲོད་མ་དང་
 ལྷན་ཅིག་དཔེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ན་གཉིས་ཀ་འགྲོང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་
 གཞིའོ། །སྤྲོང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་ཀས་དགེ་སྤྲོད་མ་དང་ལྷན་ཅིག་དཔེན་པ་སྐྱབས་
 ཡོད་པ་ན་འགྲོང་བ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྲ་ནི་ཆགས་པའི་རྒྱུ་བྱས་ཉེ་རང་
 རིགས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གཞོད་པའོ། །

དཔེན་པར་རྒྱལ། (འདུལ་བ) དཔེན་པར་བསྐྱུ་བའམ་བཞག་པ། དཔེར་ན་མདོ་རྩ་བར། ཐས་ཀྱི་བྲ་བ་
 བྱས་ནས་སྟན་ཆ་དཔེན་པར་རྒྱལ་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དཔེན་པར་འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་ཉེར་བརྒྱད་པ། དཔེན་པར་
 འདུག་པའི་ལྷང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གིས་ཁྲིམས་ཐོགས་མེད་པར་བྱད་མེད་
 དང་ལྷན་ཅིག་དཔེན་པ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ན་གཉིས་ཀ་འདུག་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་
 གཞིའོ། །སྤྲོང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་ཀས་བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དཔེན་པ་སྐྱབས་
 ཡོད་པ་ན་འདུག་པ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྲ་ནི་ཆགས་པའི་རྒྱུ་བྱས་ཉེ་རང་
 གི་བསྐྱབ་པ་ལ་གཞོད་པའོ། །

དཔེན་ས་སྒྲན་བརྒྱད་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མའི་གསོལ་འདེབས། དངོས་གྲུབ་ཀྱན་འབྱུང་ཐུབ་དབང་
རྟོག་འཆང་། །དམིགས་མེད་བརྩེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྒྲན་རས་གཟིགས། །དེ་མེད་མཁུན་པའི་
དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱུངས། །བདུད་དབྱུང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་
བདག །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཅོང་ཁ་བ། །སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་
གསོལ་བ་འདེབས། །སངས་རྒྱས་ཀྱན་དངོས་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་
མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ཞེས་པའི་གསོལ་འདེབས་འདིལོ། །

དཔེན་ས་བ་སྒྲོ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བཀའ་འབུམ་གྱི་དཀར་ཆག །པར་ཆེན་གྱི་སྒྲུ་ཐེང་དཔེན་ས་བ་སྒྲོ་
བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བཀའ་འབུམ་མཆོན་ཐོན། ། ཀ་བར །ལམ་རིམ་གྱི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར།
། ཁ་བར ། ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་བསྒྲིགས་པ། ། ག་བར །བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གྱི་
སྙིང་པོ། ། ང་བར །ལམ་རིམ་ཟུར་འདེབས། ། ཅ་བར །ལམ་རིམ་དང་ལྟ་བུ། ། ཆ་བར
།ལྟ་བུ་གཉིས་དང་མཁས་གྲུབ་ཞལ་གདམས། ། ཇ་བར །འཛན་པ་བཞི་ལྟན་གྱི་ཁྲི། ། ཉ་
བར །སྐྱབས་འཕྱོང་བུ་གསུམ་དང་ཞལ་གདམས། ། ཏ་བར །སྐྱབས་འཕྱོང་བུ་ལེ་ཆོན།
། ཐ་བར ། འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར། ། ད་བར །དེལ་བྱ་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་བསྐྱེད་
རིམ། ། ན་བར །ཞལ་གདམས་བཞི། གསུང་མགྱུར་ལེ་ཆོན་བཅུ་ སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་
གཉིས། ཐུགས་བསྐྱེད་ཚུལ། སྒྲོམ་གསུམ་བཞེས་ཚུལ། དག་ལྟན་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་ལ་ཁྲིམས་
སྒྲ་བཅའ་བ་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་འབྱུང་ཞལ་གདམས་ལེ་ཆོན་སོགས་སོ། ། བ་བར །འཁོར་ལོ་
སྒྲོམ་པའི་རྟོགས་རིམ། ། བ་བར །འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གཉིས། དེ་ལི་
བསྐྱལ་ཐབས་ཞལ་གདམས། ། བ་བར །བདེ་མཆོག་ལྟན་སྤྱིམ་གྱི་མཛོད་རྟོགས་དང་དེ་ལི་
བསྐྱེད་རིམ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོན་སྒྲུང་། ། མ་བར །བདེ་མཆོག་བསྐྱེད་
རིམ། ། ཅ་བར །དེལ་བྱའི་དབང་ཆོག་ཆ་བར་དེལ་བྱའི་སྒྲོན་ལེས་ལུས་དཀྱིལ་སྒྲོམ་ཚུལ།
གསང་འདུས་སྒྲུབ་ཐབས། འཛིགས་ཐེད་གྱི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར། ། ཇ་བར །སྙིང་པོ་དོན་
གསུམ་འཕོ་བ་དང་བཅས་པ་ཆེས་བྱ་དམར་ཁྲིད་ལེ་ཆོན་གཉིས། ། ས་བར །རང་གི་གདན་ས་

৩৭৮

རྒྱལ་མཚན་སོགས་ལུང་བསྟན་ཚུལ། རྫོང་བཟང་གྲགས་པའི་བསྟན་པ་གནས་ཆད། ལེགས་
 རོན་པའི་གསལ་མཚན་དོགས་གཅོད། ལུང་བསྟན་གསལ་པའི་མེ་ལོང་། ལུང་བསྟན་བཀའ་
 རྒྱས་བཏབ་པའི་འཕྲོ་ཅན། གཏེར་བྱང་གི་ལོ་རྒྱུས། ཆབ་མདོའི་རྩེ་མི་གཡོ་སྤྱང་པོར་ཕུལ་པའི་
 ལུང་བསྟན་ཁྲིམ་ལན་ཏྲ་ག་དགེ་འདུན་རྫོང་བཟང་གི་སྤྱི་བ་ལྷ་ཕྱི་ཁྲིམ་པའི་ལུང་བསྟན་ནམས་
 སོ། ། རྩེ་བར་། རྩེ་གོན་པོ་བྱུག་བྱུག་པ་ལྷ་མགོན་དབྱེར་མེད་སྤྱི་བ་ཆུལ་བཞེ། མགོན་པོ་སྤྱི་བ་
 སེལ་གྱི་མན་ངག་གསུམ། མགོན་པོ་ས་ར་ཏྲའི་ལུགས་མགོན་པོ་ལྷ་བཞིའི་རྩེ་སྤྱི་བ། མགོན་
 པོ་ཆེ་དབལ་མགོན་དམར་དབང་རྒྱལ། མགོན་པོ་གསལ་སྤྱི་བ། མགོན་པོ་གནད་དབབ་ལེ་
 ཚན་ལྷ་ཡི་ཁྱིད། མགོན་དཀར་སྤྱི་བ་ཐབས། ཡང་མགོན་དཀར་གྱི་སྒྲོན་ས་བུམ་སྤྱི་བ་དང་
 འཁོར་ལོ་འདི་ཆུལ་ལེ་ཚན། དེ་ཡི་རྩེ་ས་གནད་བྱ་ཆུལ་མགོན་པོའི་རྩེ་གཞི། གནད་གསུམ་
 མན་ངག་། རྩྱེ་བྱུག་གི་དམིགས་རིམ་གཉིས། མགོན་པོའི་འཕྲོ་བ་ཞལ་ཤེས། མགོན་པོ་སྤྱི་བ་
 རྒྱགས་གྱི་འཕྲོ་བ། མགོན་པོའི་གསོལ་འདེབས་ལེ་ཚན། མགོན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལེ་ཚན་
 རྣམས་སོ། ། རྩེ་བར་། རྩེ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལེ་ཚན་བྱུག་། རྩེད་གྱི་འབྲས་སྤྱི་བ་ཡིག་ལེ་ཚན།
 ལྷ་བརྒྱད་གསོལ་འདེབས་ལེ་ཚན་གཉིས། སྤྱི་བ་རྒྱལ་ལུགས་དང་སྤྱི་བ་པོ་དོན་གསུམ་གྱི་
 བརྒྱད་འདེབས་སྤྱི་བ་པོ་དོན་གསུམ་གྱི་གནད་རིམ་པར་བྲེ་བ། རང་གི་སྒྲོན་ལུགས་ལ་ཤར་
 བའི་ཆོས་ལུགས་རྣམ་དག་འོར་བུའི་འབྲང་བ། ལེགས་པ་ཆོས་འབྱོར་དང་མཇལ་སྤྱད་གྱི་
 མགྲར་མ། ལྷ་མ་ལ་རྩྱགས་པ་ཕུལ་བ། འདུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ། རྫོན་ལམ། ལྷ་མའི་གསོལ་
 འདེབས་རིམ་པར་བྲིལ་བ། རྩེ་བར་། རྩེ་གསལ་བྱེད་ལྟན་སྤྱི་བ་ཡལ་ཡུམ་སྤྱི་བ་ཐབས། རྩེ་
 ཕུ་པར་། རྩེ་མན་དབྱེད་ས་ཡལ་ཡུམ་ལ་བརྩེན་པའི་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར། རྩེ་བར་། རྩེ་གསོལ་
 བསྐྱབ་བྱ་རྒྱས་བསྐྱབ་གཉིས། བྱང་མེམས་དང་སྤྱགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ། མི་འཁྲུགས་པ་ལ་
 བརྩེན་པའི་ལས་སྤྱི་བ་སྤྱོད་ཐབས། རྩེ་བྱ་ལུས་དཀྱིལ་རྩྱགས་རིམ། ལུ་རྩེ་པའི་རྩྱགས་རིམ།
 མོ་པར་སྤྱན་བྱུག་གི་སྤྱི་བ་པོ་དོན་སྤྱི་བ་ཀུན་འབྱུང་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྤྱོད་དང་དགེ་བསྟེན་སྤྱི་བ་
 ཆུལ་ལེ་ཚན་དང་ཞལ་གདམས། རྩེ་བར་། རྩེ་སྤྱོད་པ་དོན་སྤྱི་བ་ཀུན་འབྱུང་། བའི་བརྒྱ་

ཅའི་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་གནད་བྱ་ཚུལ་གྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་གས་སོ། །

དབྱུངས། ། གདངས་དང་ང་ལོ། སྐད་གྱི་སྤྱི་གདངས། དཔེར་ན་མགྲིན་པའི་དབྱུངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2
(བརྒྱ་རྒྱུད་) ང་ལོ་རྒྱལ་པ་ཅན་གྱི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་ཡི་གེ་དེ། དབྱུངས་གྱི་མཆན་ཉིད། དབྱུངས་
གྱི་བྱ་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ། ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་བཞི་ཡོད། གསེར་རྟོག་སྤྱི་གས་འབྲེལ་མཉམས།
གནས་དང་བྱེད་པའི་རྒྱུ་འབྱུང་མི་གསལ་ཞིང་སྤྱི་གདངས་ཅམ་དང་ང་ལོ་ཅམ་གསལ་ཆེ་བའི་
ཆ་ནས་བཞག་པས། ཡི་གེ་གཞན་ལ་མ་ཞུགས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བརྗོད་པ་གསལ་བར་
མི་རྒྱས་པས་ན་འདིར་བསྟན་དབྱུངས་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་ཡོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབྱུངས་གྱི་ཡན་ལག ། ལྷའི་མིང་། སྤྱི་བཤད་ནི། འདིར་དབྱུངས་ནི་བསྟོད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་ཡན་ལག་
ནི་རྒྱ་སྤྱི་ལྟེ་ལོ། ཞེས་རྒྱའི་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྒྱའི་སྤྱི་
འབྲེལ་དང་རྒྱུ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་བྱ་གསུངས། དབྱུངས་གྱི་ཡན་ལག་ལ་མཁས་པ་སོ་སོས་
འབྲེལ་བཤད་བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡིང་། སངས་རྒྱུ་མ་ལ་སོ་ཆའི་མདོ་དང་བསྟན་ན་རྒྱའི་
གསུང་ཉིད་འཐད་ལྡན་བྱ་མཐོང་སྟེ། «སངས་རྒྱུ་མ་ལ་སོ་ཆེ་སྤྱི་གས་བཅ་ཁ་པ་མ་ལ་མ་ལ་མ་ལ་མ་ལ་
༣»ལས། ལུས་རེ་རེ་ལ་ཡང་དེ་སྟེད་ཀྱི་མགོ་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ཅིང་། མགོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དེ་སྟེད་
ཀྱི་ལྷོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་མ་ལ་སོ་ཆེ་ལྡན་འདས་དེ་དག་གི་ཡོན་
ཏན་གྱིན་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །བཟང་སྟོད་སྟོན་ལམ་ལས། དབྱུངས་གྱི་
ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོད་སྤྱི་གྱུན་གྱིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། བདེ་བར་
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། ཞེས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་ནོ། 2 དབྱུངས་ནི་
སྐད་གསལ་བསྟོད་པ་དང་། ཡན་ལག་ནི་འབྱུང་ཁུག་འདེགས་འཛོག་སོགས་རིགས་མང་པོ་
ཡོད་ལ་དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཆོད་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་འབྱུང་བ་ལྟར་དོ། ཞེས་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་ནི་
མའི་སྟོད་འབྲེལ་འབྲེལ་པ་སོགས་སུ་གསུངས་སོ། །

དབྱུངས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྟེ། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གཉིས་པ་དབྱུངས་ཀྱིས་བསྟན་
པའི་སྟེ་ནི། མཆོམས་མཐོང་ལས། གང་གི་དབྱུངས་དང་མཐར་ཆེགས་སུ་བཅད་དེ་གསུངས་པ་

དང་ཐང་དོན་གྱི་མདོ་སྒྲིལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྒྲེ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ།

དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོན་མེད། དུལ་ཚུ་རྣམས་ལྟ་བུའི་སྒྲོབ་མ་ཞིག་ ལེགས་པ་འདད་ཚུན་དབང་དང་།
རྟགས་འདུག་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་མཛད་པ་པོ་ཡིན།

དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒྲོ། དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་ལ་གཟིགས།

དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒྲོ་གྲོས། རྩེ་གྲུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མའི་སྒྲོབ་མ་ཞིག་

དབྱངས་ཅན་མ། <ས་རསྟ་ཏུ་ ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་མོ་ཞིག་སྟེ། དེའི་སྐད་དོད། ས་རསྟ་ཏུ་ཞེས་པ་ཐང་
འགྲུང་བྱས་ན་མཆོ་བྱུང་ཞེས་པ་ཡིན་ཀྱང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་བདེ་བའི་
ཕྱིར་དོན་འགྲུར་དུ་དབྱངས་ཅན་མར་བསྟུར་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་གསུང་། མཆན་གྱི་རྣམ་
གངས་ནི། མདོན་བཛྲུ་ལས། ཆངས་པའི་སྤྲས་མོ་དབྱངས་ལྟར་མ། །སྒྲ་དབྱངས་ལྟ་མོ་སྒྲ་ལྟ་
མོ། །ངག་དབང་ལྟ་མོ་སྒྲོ་ཡི་གཏེར། །དོན་དབྱངས་ཀྱི་ལྟ་མོ་དང་། ཆངས་མ་ཉམ་བུ་རའི་ཆུང་
མ། །དེ་ཟེའི་བུ་མོ་ཤེར་ལྟ་མོ། །རྒྱ་མཆོ་ལྟ་མོ་མཆོ་ལྟར་མ། །རྒྱ་བའི་སྤྲང་མོ་མཆོ་བྱུང་
མ། །དབང་མོ་དང་བའི་རྒྱས་ཀྱིང་མ། །སྤར་སྤྲེ་དབྱངས་ཅན་མ། །ཞེས་མཆན་གྱི་རྣམ་
གངས་བཅུ་དགུ་ཡོད་པར་བཤད།

དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་གཟིགས་སྟངས་མ། ཡོངས་གྲགས་སུ་བསྟོད་པ་འདི་ལ་སྒྲ་དབྱངས་ལྟ་མོ་
དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་ལྟའི་སྒྲ་དབྱངས་ཞེས་བྲ། བཀ་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་
དགུང་གངས་བཅུ་བཞི་བཞེས་པ་ན་དབྱངས་ཅན་མ་དཀར་མའི་བསྟོན་པ་ཞིག་བདུན་མཛད་
སྐབས། དབྱངས་ཅན་མའི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་། དེའི་མཐུན་མཆོམས་ཤིག་ཏུ་དེ་གོང་སྟན་
ངག་མོགས་ཐ་སྟོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ལ་ཐུགས་སྦྱོང་མ་མཛད་ནའང་། དེ་མ་ཐག་ཆོག་སྦྱོར་
ཡལ་གྱིས་ཤར་ནས་ཐོགས་མེད་དུ་བརྩམས་པར་མཛད་པའི་བསྟོད་པ་བྲིན་རྒྱབས་ཅན་ཞིག་
ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་དབང་པོ་སྒྲུ་ན་སྤྲ་མའི་ (དེ་དུས་དགུང་གངས་བཅུ་གཉིས་ཡིན་
འདུག) སྐབས་བསྟོད་པ་འདི་ཞལ་འདོན་དུ་མཛད་ནས་ཆོས་པ་ལ་བྱང་ཆེ་བ་བྱུང་ཞེས་རྗེ་དེ་

ཉིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ན་གསལ། བསྟོད་པ་འདི་ནི་དབྱངས་ཅན་མའི་སྐྱ་རྩེ་ལྟར་གཟིགས་པ་ལྟར་
མཛད་པ་ཡིན་པས། དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་གཟིགས་སྒྲུབ་མ་ཞེས་པར་ཆེན་ཆོ་སྒྲོ་བཟང་
ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་སྤྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཞལ་མ་ཐུན་པར་གསུང་ངོ། །འདི་ལ་ཆོག་བཅད་
ཐུང་དང་བཅུ་བདུན་ཡོད་ཅིང་རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་རྣམ་གྱི་ཁྱོད་དུ་བཞུགས་སོ། །

དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་ལྟོའི་སྐྱ་དབྱངས། དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་གཟིགས་སྒྲུབ་མ་དང་དོན་
གཅིག

དབྱངས་ལྟ། ཨ། ཨུ། ཨེ། ཨོ། ཨ་དང་ལྟོ། ཐོན་མིས་སྤྲུམ་ཅུ་པའི་ཅ་བར་དབྱངས་བཞེས་གཏོགས་
མ་གསུངས་ཀྱང་། ས་པཎ་སོགས་བྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོས་དབྱངས་ལ་ལྟ་དུ་བཞེད་དེ།
དེ་ཡང་ས་པཎ་གྱིས་མཛད་པའི་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལས། བོད་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་དེ་དབྱངས་
རྣམས་ནི་ལྟོ། །གསལ་བྱེད་རྣམས་ནི་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུའོ། །ཞེས་དང་། (ཡང་ས་པཎ་གྱི་དག་བར་
ཐེབ་སྟོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་པར། དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་
སོགས་སྤྲུམ་ཅུ་ཡིན། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པས། རང་ལུགས་གང་ཡིན་མ་དེས་སོ། །དེའི་རྩེས་
སུ་འབྱངས་ནས་དཔལ་ཁང་ལོ་རྒྱ་བའི་དག་ཡིག་དག་སྟོན་ལས། དབྱངས་ལྟ་ལ་ར་ལ་ལྟའི་
འདོགས། ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། ས་སྐྱ་ཨ་སྤེས་ཀྱི་མིག་དབང་རབ་གསལ་རྣམས་སུ་ཡང་། དེ་
བཞིན་དུ་འབྱུང་བར། མཁས་དབང་ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱུང་གིས་མཛད་པའི་སྤྲུམ་རྟགས་འགྲེལ་
པ་ཐོན་མའི་ཞལ་ལུང་ལས་གསུངས། །གཞན་ཡང་། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་སྤྲུམ་རྟགས་
འགྲེལ་པ་ལས། ཨ་ལ་དབྱངས་འཇུག་མེད་པས་ན། །གསལ་བྱེད་ཡིན་ཀྱི་ཨ་མ་
གཏོགས། །ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུ་ནི། །ཨ་ཡི་དབྱངས་ཀྱིས་བཛྲོད་པའི་བྱིར། །ཨ་ཡང་དབྱངས་
སུ་འདུ་བར་འདོད། །ཅེས་དང་། གསེར་རྟག་སྤྲུམ་འགྲེལ་རྩལ་ས། ལྷག་འདིར་བོད་ཀྱི་
གསལ་བྱེད་སོག་མེད་དང་དེར་དབྱངས་ཞུགས་པ་ལ་སོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཐ་སྟོད་འདོགས་རྒྱ་
མེད་ཀྱང་། གསལ་བྱེད་ཉིར་དགུ་ལོ་ཨ་དང་གུག་གུ་སོགས་གང་རུང་གི་གདངས་སམ་ང་
རོ་ཡན་ལག་ཏུ་དེས་པར་འཇུག་དགོས་པས་ན། དེས་བསྟན་ཀྱི་དབྱངས་གུག་གུ་སོས་བཞི་

དང་། གསལ་བྱེད་སྤྱི་ཙུང་ཨ་ཡིག་བཞག་པ་ནི་ཐ་མའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཨའི་གདངས་
ཞུགས་པས་ཀ་སོགས་འབྲུབ་པ་མཆོད་མྱིར་དུ་མཛོད་པས་བོད་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་ལ་ལྷ་ཡོད་
པར་འདོད་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཙུང་པའི་ཆ་བར། ཨྱ་ཡི་གསལ་བྱེད་
ཨི་སོགས་བཞི། ཀྲ་ཡི་སྤྱི་ཙུང་ཐམ་པ་ལོ། ཞེས་དབྱངས་བཞི་དང་གསལ་བྱེད་སྤྱི་ཙུང་
གསུངས་སོ། ཤི་རུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས་ཀྱང་། འདི་སྤྱི་ཙུང་འབྲེལ་བྱེད་སྤྱི་ཙུང་ཁ་ཅིག་གིས། ཨ་
ཡིག་ཨྱ་ཡིར་བགངས་པའི་ཨྱ་ཡི་ལྷ་དང་ཀྲ་ཡི་ཉིར་དགྲར་འདོད་པ་བྱུང་མོད་ཀྱི་མཁན་པོའི་
དགོངས་པ་མ་རྟོགས་པར་གཟུ་ལུས་བྱས་པར་སྤྱང་སྟེ་ཆ་བ་ལས་དངོས་འགལ་དུ་སྤྱི་ཙུང་པའི་
ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་སོ། རྩ་བར་དབྱངས་ལ་བཞིར་གསུངས་ལ། ས་པཎ་གྱིས་ལྷ་རུ་བཤད་
པས། དེ་ཆ་འགལ་ཡིན་པས། ལྷན་མོངས་འགས་སྤྱི་ཙུང་ཐམ་གཉིས་པོ་ས་པཎ་གྱིས་མཛོད་
ཟེར་བའི་མ་བཞགས་བབ་ཅོལ་དུ་སྤྱི་ཙུང་པའི་ལོག་བཤད་ཀྱང་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ཁེགས་སོ། །

དབྱངས་བཞི། ཨི། ཨྱ། ཨེ། ཨོ་དང་བཞིའོ། ཡང་ན། གི་གྲ། ཞབས་ཀྱ། འབྲེང་བྲ། རྩ་རུ་འཕམ་གནའ་
རུ་ད་བཞིའོ། སྤྱི་ཙུང་པའི་ཆ་བར། ཡི་གེ་ཨྱ་ཡི་ཀྲ་ཡི་གཉིས། ཨྱ་ཡི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་
བཞི། ཀྲ་ཡི་སྤྱི་ཙུང་ཐམ་པ་ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། རྩ་གི་གྲ། ༡ (རྩ) བོད་ཡིག་དབྱངས་
བཞིའི་དང་པོ་ཨི་ཡིག་མཆོད་བྱེད་ཡིན། དབྱངས་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། ང་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཆ་ནས་
བཞག་པའི་ཡི་གེ་དེ། དབྱངས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད། གསེར་རྟོག་སྤྱི་ཙུང་འབྲེལ་ཤེས་པས། གནས་དང་
བྱེད་པའི་རྣམ་འབྱུར་མི་གསལ་ཞིང་སྤྱི་ཙུང་གདངས་ཅམ་དང་ང་པོ་ཅམ་ཤས་ཆེ་བའི་ཆ་ནས་
བཞག་པས། ཡི་གེ་གཞན་ལ་མ་ཞུགས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བརྗོད་པ་གསལ་བར་མི་རུས་
པས་ན་འདིར་བསྟན་དབྱངས་རྒྱང་ཞེས་བྲལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། སྤྱི་ཙུང་བཤད་ནི། དབྱིབས་
གྲག་གྲག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གི་གྲ་ཞེས་བཏགས། འདི་ལ་ “གི་གྲ” དང་ “གྲ་གྲ” “གྲག་གྲ”
ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པ་ཡོད། རྩ་ཞབས་ཀྱ། ༡ (ལྷ) བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གཉིས་པ་ཨྱ་ཡིག་མཆོད་
བྱེད། དབྱིབས་ལྷགས་ཀྱ་ལྷར་གྲག་ནས་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཞབས་ཀྱ་ཟེར། སྤྱི་ཙུང་བཤད་ནི།
ཞབས་ནི་རྒྱང་ལ། ཀྱ་ནི་རྒྱག་རྒྱག་གི་དོན་ནོ། རྒྱ་དང་། རྒྱ། རྒྱག་རྒྱག་ནམས་དོན་གཅིག་

དཔེར་ན་ལྷགས་ཀྱི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། འབྲེང་བུ་ ༡ (ེ) བོད་ཡིག་གི་
 དབྱངས་གསུམ་པ་ཨེ་ཡིག་མཚོན་བྱེད། དབྱིབས་འབྲེང་བའམ་ཀེ་ཤེར་ལངས་ནས་ཡོད་པའི་
 རྣམ་པར་ཡོད་པས། འབྲེང་བུའམ་འབྲེང་མོ་ཟེར། འབྲེང་མོ་ཞེས་བྲིས་པའང་ཡོད། ། རྣ་བུ་ ༡
 (ོ) བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་བཞི་པ་ཨོ་ཡིག་མཚོན་བྱེད། འདི་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་ “ན་རོ”
 ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད་ཀྱང་ “རྣ་བུ” དང་ “གནའ་བུ” ཞེས་བྲིས་ན་བཟང་ངོ་། ། རྣ་བུའམ་གནའ་
 བུ་ཞེས་པ་ནི། རི་རྒྱགས་གནའ་བའི་རྩ་ཚེ་དང་དབྱིབས་འབྲེང་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས་
 པའོ། ། དེ་ཡང་ “རྣ” བྱི་གནའ་ཡི་འབྲི་ཚུལ་གཞན་ཡིན་ལ། “བུ” རྩ་ཚེ་མིང་ངོ་། ། དཔེར་ན་བ་
 སྒང་གི་རྩ་ཚེ་ལ། སྒང་བུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། བསྐྱེད་དར་ལྷ་རམས་པས། དེ་བཞིན་བུ་དབྱངས་
 བཞིའི་ཐ་མ་ན་རོ་ཞེས་བྲིས་པ་ལས་གནའ་བུའམ་རྣ་བུ་ཞེས་བྲིས་ན་སྒྲ་བཤད་དང་ལྡན་
 རོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དབྱངས་ལ་བཞེར་གྲངས་ཤེས་པའི་ཁྱདས་ནི། སུམ་ཅུ་པའི་ཙ་བ་
 ལས། ཡི་གེ་ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་གཉིས། ། ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་བཞི། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་།
 སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས་ཀྱང་། འདི་སྐབས་འབྲེལ་བྱེད་སྒྲ་མ་ཁ་ཅིག་གིས། ཨ་ཡིག་ལྷ་ལིར་
 བགྲངས་པའི་ལྷ་ལི་ལྷ་དང་ཀླ་ལི་ཉེར་དགྲུང་འདོད་པ་བྱུང་མོད་ཀྱི་མཁན་པོའི་དགོངས་པ་མ་
 རྟོགས་པར་གཟུ་ལུས་བྱས་པར་སྤང་སྟེ་ཙ་བ་ལས་དངོས་འགལ་དུ་སྦྲས་པའི་བྱིར། ཞེས་
 གསུངས་སོ། ། ལེགས་བཤད་ལྷོན་དབང་ལས་ཀྱང་། ། དབྱངས་ཀྱི་བྲ་བ་གསལ་པོ་རུ། ། བྱེད་
 པ་ཨེ་ལྷ་ཨེ་ཨོ་བཞི། ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ལོ། ། ས་བཤད་དབང་ལས་ལོ་རྒྱ་བ་སོགས་
 ཀྱིས་ཨ་ཡིག་བསྐྱེད་ནས་དབྱངས་ལྷ་བུ་བཞེད་པའང་ཡོད་དེ། དེའི་སྐོར་གོང་དུ་དབྱངས་ལྷ་
 ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

དབྱངས་གསལ་གཉིས། དབྱངས་བཞི་དང་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུའོ། ། དབྱངས་ལ་ཨི་ལྷ་ཨེ་ཨོ་བཞི་
 དང་། གསལ་བྱེད་ལ་ཀ་ལ་སོགས་པ་སུམ་ཅུའོ། ། དབྱངས་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་ནི། གསེར་རྟོག་སུམ་
 འབྲེལ་ ༩༩ ལས། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྐབས་འདིར་
 དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་དབྱངས་ནི་གནས་དང་བྱེད་པའི་རྣམ་འགྱུར་མི་གསལ་ཞིང་

སྒྲ་གདངས་ཅེས་དང་ང་འོ་ཅེས་ཤས་ཆེ་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པས། ཡི་གེ་གཞན་ལ་མ་ཞུགས་
བར་ངང་སྟོབས་ཀྱིས་བརྗོད་པ་གསལ་བར་མི་རྒྱས་པས་ན་འདིར་བསྟན་དབྱངས་རྒྱང་ཞེས་
བྱའོ། ཞེས་དང་། གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ནི། གནས་དང་བྱེད་པའི་རྣམ་འབྱུང་གསལ་ཞིང་
མིང་དང་ཆོག་དང་རྗོད་པ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་གཞི་ཡིན་པས་ན་གསལ་བྱེད་ཅེས་
བྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབྱར་གྱི་རས་ཆེན། (འདུལ་བ) ཆར་པ་སྐྱོབ་པའི་རས་ཕིག་གི་མིང། ཡོངས་གྲགས་སུ་རས་ཆེན་
 ཞེས་པ་དེའོ། །ལུང་ལྷས་འབྱེད་། ༩་བ་ ༡༩༡་ཐབ་པ་ལས། དབྱར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་ཞེས་བྱ་
 བ་ནི་ཆར་པ་སྐྱོབ་པའི་གོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

དབྱར་མ་ཁས་ལེན། (འདྲེན་པ) བོད་རྒྱ་རྒྱལ་པའི་ཆེས་འཕུར་རྒྱལ་ཉིད་དབྱར་ཁས་ལེན་པ་ལ་དབྱར་
མ་ཁས་ལེན་པ་བྱེད།

སོགས་ལ་དགུང་གཉིས་ཞེས་སོགས་ཁ་བསྐྱར་བར་བྱའོ། དབྱར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་
 དགོས་པ་ནི། དབྱར་རལ་པའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བ་དང་། ཚོགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་
 བཅས་པའི་ས་མཆམས་ཟེན་པའི་དགོས་པ་འོ། །སྤྱིར་དབྱར་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་
 མཆམས་ཀྱི་ཕྱི་ཐོལ་དུ་ཞག་གཅིག་ཀྱང་གནས་པར་མི་རུང་ལ། གནས་ན་དབྱར་རལ་པའི་
 ཉེས་པར་འབྱུང་ཞིང་། འོན་ཀྱང་ཆོས་ལྡན་གྱི་བྱ་བའི་སྤྲད་དུ་ཞག་གཅིག་ནས་བདུན་གྱི་བར་
 གང་རུང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་མཆམས་ལས་འདས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་ནི་
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གནང་བའོ། །

དབྱར་མོ་ཁང་། (འདུལ་བ) དགེ་སློང་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་།

དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ། རྩ་སྤྲུག་གི་རིགས་ཤིག་སྟེ། རོ་མང་པ། ལྷ་རྩེས་སྟོན་པ། ལུས་པས་མཁལ་ཤིང་
 ན་བ་དང་། ལུས་སྤྲད་དུ་བྲོང་མི་ཞུགས་པ། ལུ་བ་ཟད་པ། ལུས་སྟོན་པས་ཉམས་པ་བཅས་ལ་པན་
 པར་བཤད། ཕྱི་རྒྱལ་བས་འདིའི་མིང་ལ་A caterpillar fungus: botanical name cordyceps
 sinensis ཟེལ། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་ཞེས་པ་ནི་ཅ་ཆའི་སྤྲུག་རྩ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
 ས་མ་ཐོའི་བོད་དང་རི་བོ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱད་བལ་ཡུལ་དང་འབྲས་ལྗོངས་དང་འབྲོག་ས་
 སོགས་སུ་སྤྱེ་གི་ཡོད། སྤྲུག་རྩ་འདི་གཙོ་ཆེ་བ་བོད་ནང་སྤྱེ་ཞིང་། དེ་ཡང་རྒྱ་མཆོའི་ངོས་ནས་
 མི་ཤར་ལ་༣༠༠ནས་༥༠༠བར་གྱི་ས་འབབ་མཐོ་ཆད་ལ་སྤྱེ་གི་ཡོད་པ་འཁྱུངས་དཔེ་ཤིག་གི་
 མེ་ལོང་ནང་གསལ་འདུག དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་ནི་དོན་དངོས་ཐོག་དབྱར་ཁ་རྩ་དང་དགུན་ཁ་
 སོག་ལྡན་འབྲུ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་འཁྱུངས་དཔེ་ཤིག་གི་མེ་ལོང་ལས། འོ་གཅིག་ལ་སྤྱེ་
 བའི་རྩ་རིགས་ཉེ་ཐོག་མར་དགུན་དུས་འབྲུ་མེ་ལྡེ་བ་ཕྱེ་ལེབ་རིགས་ཀྱི་འབྲུ་ཐུག་སའི་གཏིང་
 དུ་ཡོད་པའི་ལུས་ལ་འབྲུ་ཐུ་ཞུགས་ནས་ཤི་བའི་ལུས་སྤྲང་ཡང་སྤྱེ་དངོས་ཀྱི་རྩ་རྩ་གྲུང་ནས་
 སྤྱེས་པ་ཡིན་པས། ཤ་རྒྱའི་རྩ་བ་ཕྱི་མེར་ལ་ནང་དཀར་བ་འཕྲེད་གཉེར་དང་ལྡན་པ། མགོ་དང་
 ཁ་ཡོད་པ་མ་ཟད་ལྗོངས་རྒྱུ་ལག་ཆ་བརྒྱད་ཡོད་པ་སོགས་འབྲུ་ཡི་ལུས་རི་ལྟར་བ་ལ། ལྷག་
 པའི་རྒྱུད་དུ་སྤྱེ་ཐུང་ནག་ཞིབ་ཐར་ཐོར་ཡོད་པ། ལུས་ཆད་པལ་ཆེར་སྟེ་༠༠༥ ནས་༠༠༩ ཅས་

ཟེན་པ་སའི་ནང་ཐད་ཀར་ལྷག་པ་དང་། ལྷ་པོ་ནས་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་སྒྲིལ་གསལ་ཁམ་
ནག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཁམ་སྒྲིལ་པ་ནང་ལ་དཀར་པོ་ཅན། ཁོག་སྒྲིལ་རིང་ཆད་སྒྲིལ་འོ་ནས་འོ་
འོ་ཅན་ཟེན་པ་མཛོད་པ་དེ་འབྲུ་ལ་དྲ་སྒྲིལ་པ་དང་འབྲུ་པས་པལ་གྱིས་པལ་དྲ་ཟེར་ཡང་དོན་
དུ་ལ་མའི་རིགས་ཡིན། དེ་རིམ་བཞིན་ཆེ་དུ་རྒྱས་པ་དང་། ཅ་པའི་བཅུད་དམ་ཁུས་པ་ཞན་དུ་
སྒྲིལ་ནས་ལྷ་པོ་པ་ཅན་པས་པལ་ཆེར་ཅ་པ་དུ་ལ་ཉེ་མེད་པར་འགྲོ་བ་སོགས་གསལ་འདུག
དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་ནི་གནའ་དུས་ནས་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་རྩ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། སྒྲིལ་ཆོགས་ནང་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་རིན་ཐང་ལྷན་ཡོད་པ་དུས་རབས་ཉི་ལུ་པའི་དུས་དཀྱིལ་ཅན་ནས་གཞིན་ས་
ཤེས་རྟོགས་དང་དར་སྤོང་བྱུང་བར་མཛོད། དེ་ནས་ལོ་ལྟར་གྱི་ལྷ་པོ་ནས་པ་པོ་ལ་བོད་
རིགས་ཞིང་འབྲོག་མི་མང་ཆེ་བས་ཅ་ཆེན་སྒྲིལ་རྩ་འདི་བཞོ་དུ་རི་རྒྱུད་དང་། སྤང་གཤོང་
སོགས་ལ་ཉིན་མཆོད་བསྒྲིལ་ནས་ལྷ་པོ་པ་པོ་ལས་རིང་སྤོགས་སྒྲིལ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་པོ་
ཆང་འགའ་ཤས་གྱི་ནང་མི་ཆང་མ་བཞོ་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་བཞོ་བ་དང་ཉི་
ཆོང་བྱས་པར་བཞོན་ནས་བོད་རིགས་འབྱོར་ལྷན་ཆགས་མཁན་གང་མང་བྱུང་ཡོད། དབྱར་
རྩ་དགུན་འབྲུ་ནི་བོད་གྱི་ས་གཤིས་བཟང་ས་དང་ཐོན་ཁུངས་ཡོད་ས་མང་ཆེ་བར་ཡོད་པ་
དང་། འདི་བཞོ་དུས་སྒྲིལ་ཅན་ཅན་གྱི་སྤང་གཤོང་མང་པོས་ས་དོང་དུས་ཉེ་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་
ལ་གཏོར་སྒྲོན་ཆབས་ཆེན་ཡོད་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་དང་རྩ་ཐང་མང་པོ་
ཉམས་རྒྱུད་འགྲོ་གི་ཡོད། དཔེར་ན་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་རྒྱུ་གཅིག་བཞོ་དགོས་ན་སྤང་ལ་མི་
ཁར་གསུམ་ཅན་བཞོ་སྤོག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཅ་ཆེན་སྒྲིལ་རྩ་འདི་རིགས་ཆད་ལས་བཞུལ་
བ་སྒྲིལ་འདོན་བྱས་པའི་རྒྱུ་ལྷ་པོ་ཅན་སྒྲིལ་རྩ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
དང་། ལྷག་པར་དུ་མ་ཆུ་དང་། རྩ་ཆུ་ འབྲི་ཆུ་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པའི་དབྱར་རྩ་དགུན་
འབྲུ་ནི་ཆེས་ཡག་ཤོས་སྒྲིལ་བཞི་གི་ཡོད་ཅིང་། ཆུ་པོ་འདི་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་མི་
འབྲུམ་གཅིག་ལྷག་གི་ལོ་རེར་སྒྲིལ་རྩ་འདི་སྒྲིལ་འདོན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས། ཆུ་ལོག་བརྒྱབ་པའི་
གནས་ཆུ་ལ་མང་པོ་བྱུང་སྟེ་འགྲོ་བ་མི་གཙོས་པའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་འཆོ་གནས་ལ་གཞོད་

འཆེ་ཡོད་གི་ཡོད། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤར་སྤོབ་བྱེད་པའི་སྐོར་
བརྗོད་པ་ལྷག་བསམ་བསྐྱར་དཀར་པོའི་ཚུན་པོ་ཞེས་པའི་ནང་གསལ་བ་ལྟར་ན་དབྱར་རྩ་
དགུན་འབུ་སྤྱིན་པའི་དུས་སུ་མཆོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་མཆོ་སྟོན་ཁུལ་གྱི་ཁྲི་ཀ་རྫོང་སྐོ་མེ་གཡུ་ཆ་སྤེ་
བའི་མཐའ་འཁོར་དུ་རྟོང་ཡོན་དང་། ལུ་ལྷང་གི་ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྲུང་༤༠༠ཕྱབ་སྟེ་གྲུང་
གཅིག་གི་ནང་ཅུང་མཐར་མི་གངས་བྱག་རེ་ཡོད་པ་དང་། ད་དུང་རྫོང་ཁག་གཞན་ནས་ཡོང་
བའི་མི་སོགས་བསྐྱོམས་ཉེན་རེར་མི་གངས་ཆེག་ཁྲི་ལྷག་གིས་སྐོ་མེ་གཡུ་ཆའི་ས་ཐོག་དུ་
དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོས་ཏེ་རྩ་ཐང་ལ་གཏོར་སྟོན་གཏོར་གི་ཡོད་པ་སོགས་གསལ་ཡོད།
སྤྱི་ཁམས་རིག་པ་བ་ཆོས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་བཞོ་རྒྱུ་ལ་དོད་མ་མ་བྱས་ན་འབྱུང་འབྱུར་
རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ད་ལྟ་ལས་ལྷག་པའི་གནས་ཚུལ་ཆབས་ཆེན་ལྷག་རྒྱ་ཡིན་པ་ཆོད་དཔག་
བྱེད་གྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་བོད་རིགས་ནང་ཁུལ་སྤེ་དང་མི་སྐྱེར་བཅས་ཀྱི་བར་ལ་མི་འཆས་
པའི་གནད་དོན་འབྱུང་ཙ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་གནད་དུས་བོད་ཀྱི་
སྐོལ་རྒྱུན་སྤོན་རྩས་ནང་མ་གཏོགས་བེད་སྤྱོད་མེད་ཅིང་། དེར་དུས་མཆོན་རིག་ཤེས་བྱ་
འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བ་དང་བསྐྱར། ཕྱི་ལུགས་སྤོན་དང་བྱག་རྩས་སོགས་ནང་ཆེས་དགོས་མཁོ་
ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། བན་རྒྱས་ཡང་ཆད་མཐོ་པོ་ཡོད་པས། ཁྲིམ་རའི་ཐོག་རིན་གོང་ཆེས་
ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་ནག་ཐེ་ཤུན། རྟོང་གོང་སོགས་ལ་ཕྱི་ཆོང་བྱས་ཏེ་སྤྱི་རྒྱ་རེ་ལ་ཨ་སྐོར་
༣༥༠༠ནས་༥༠༠བར་རག་གི་ཡོད། དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་ཡག་ཤོས་གངས་༤༠༠ཅམ་གྱིས་
རྒྱ་མ་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་ཅམ་ནས་
བཟུང་རྒྱ་གཞུང་གི་བོད་རིགས་མང་ཆོགས་ལ་ཁུལ་འདེད་ཀྱིས་སྐོས་བོད་ཀྱི་ཙ་ཆེན་སྤོན་རྩ་
རིགས་ཆེས་མང་པོ་འབྱུ་བཞོ་བྱས་བཅུག་ཡོད་པས། དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་ཡང་ཨ་སྐོར་དུང་
ལྷུང་ལྷག་གི་རིན་ཐང་ལྷན་པའི་རྒྱ་ནག་ལ་དཔོར་འབྲེན་བྱས་ཡོད་པ་བརྗོད་མི་དགོས། འབྱུང་
འབྱུར་རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་སྤོངས་ལ་ཉེ་བའི་སྤྱི་དངོས་ཅི་ཤིང་སྤར་སྤོབ་ཀྱི་ཁྲིམས་གཞི་བཟུང་
དབྱར་རྩ་དགུན་འབུ་སྟོག་འདོན་ལ་བཀག་འགོག་དོད་མ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་བོད་

མི་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་རིགས་གོམས་གཤིས་དང་མ་ཐུན་པའི་ཁོར་ལུག་
སྤང་སྐྱོབ་ལ་འགན་ཁུར་གྱི་ཐོག་ནས་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་སྟོན་འདོན་ལ་ཆོད་འཛིན་བྱེད་
དགོས་པ་དང་། དམིགས་བསལ་བོད་རིགས་རྒྱལ་ལ་འོས་འགན་ཆེན་པོ་ཡོད། མི་གངས་
ཉུང་ཤིས་ཤིག་དང་། སྒྲིང་གི་ཁེ་ཕན་ལ་མ་གཟིགས་པར། ལུགས་རྒྱུང་རིང་པོ་དང་སའི་གོ་
ལའི་ཁོར་ལུག་སྤང་སྐྱོབ་ལ་འགན་ཁུར་དང་། རང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྟོན་ཐུང་དང་རྒྱ་ཁོར་ལ་རང་
ཉིད་ཀྱིས་ཆོད་འཛིན་མ་བྱས་ན་བྱེད་མི་རིགས་ཀྱིས་ཆོད་འཛིན་དང་དོད་ཐུང་བྱེད་པར་དགའ།
འདི་བོད་ཀྱི་རྒྱ་ཆུ་ཞིག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར་བཀོད།

དབྱར་སིལ། དབྱར་དུས་སུ་སྒྲིན་པའི་ཤིང་རྟོག་གི་མིང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། དབྱར་དུས་སུ་སྒྲིན་
པའི་ཤིང་རྟོག་ཆེ་གྲ་ཅན་ལ་བཤད་འདུག།

དབྱི་བ། 1 འདག་པར་བྱེད་པའམ་སྤུལ་པའི་དོན་ཏེ། འབྱིད་པ། བྱིས་པ། དབྱི་བ། བྱིས་ 2 བྱི་བ་
དང་བྱ་བ་དང་དོན་གཅིག བཤེས་སྤྲོས་ལས། དེས་ནི་དཔུལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐུང་
ལའང་། འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་ཡང་མི་མོད་དོ། ཞེས་དང་། འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་ཡང་མི་
མོད་དོ། ཞེས་སྤྲིས་ཀྱང་རུང་དོ། ཞིབ་པར་འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཞེས་པར་གཟིགས།

དབྱིག་ 1 གསེར་དུལ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱིའི་མིང་། 2 དུལ་ལམ་དཔེ་ཤིག་གི་མིང་། འདིའི་
དུལ་ཞེས་པ་གསེར་དུལ་གྱི་དུལ་མིན་གྱི་དཔེ་ཤིག་གི་མིང་དོ། དཔེར་ན་དུལ་སྤྲང་
ནས་ཉོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོད་ནོ། འདུལ་བ་རྒྱལ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྒྱལ་པར་བཤད་པ་
༼ རྩ་ ༡༩༩ བཤེས། དབྱིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གསེར་རམ་དུལ་ལས་བྱས་པས་མཛོན་
མཆན་ཅན་དུ་བྱས་པའི་ཐུང་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབྱིག་པ། དབྱུག་པ། འཁར་པ། ལུང་སྒན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། དབྱིག་པ་ནི་འཁར་བ་ཡིན་ལ།
ཞེས་གསུངས།

དབྱིག་གཉེན། <མ་སྤ་བརྒྱ> འཛམ་གླིང་མངའ་ས་བྱེད་པའི་རྒྱན་བྱུག་གི་ནང་གསེས་རྒྱ་གར་གྱི་
ནང་པའི་སློབ་དཔོན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག ལེགས་སྦྱར་དུ་ “མ་སྤ་བརྒྱ” བསྟན་པུ་ Vasubandhu

ཟེར། དབྱིག་དང་རྟོར་གཉིས་དོན་འདྲ་བས། དབྱིག་གཉེན་ཞེས་པ་རྟོར་གྱི་གཉེན་ཟེར་བ་ཡི།
 སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་ནི། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དང་ཡུམ་གཅིག་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ལ།
 དུས་རབས་ལྔ་པ་ཙམ་ན་གཅེན་པོ་ཐོགས་མེད་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱི་ལོར་བྲམ་ཟེགས་ལ་བའི་
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྱུངས། དཔལ་རྒྱ་ལེར་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤྲེལ་སྤྲོད་
 གསུམ་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས། ད་དུང་ཆོས་མཛོན་པའི་མཐའ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་
 དང། སྤེ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་བྱུབ་མཐའ་དེས་པའི་ཕྱིར་དང། རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་རྟོགས་
 པའི་ཕྱིར་དུ། ཁ་ཆར་བྱོན་ནས་སློབ་དཔོན་དག་འདུན་བཟང་པོ་འཕེལ་འདུས་བཟང་གཙོ་བོར་
 བསྟེན། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་དང། སྤེ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟན་བཙུགས་སོ་སོ་དང། སྤེ་བ་སོ་
 སོའི་མདོ་སྤེ་དང་འདུལ་བ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་བར་རྣམས་དང། སྤེ་སྟེགས་པའི་ལྷ་བ་དུག་པོ་
 རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་མཐའ་དག་དང། རྟོག་གའི་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ་བྱང་ཞིང་མཁས་པར་
 བྱས་ནས། ཡུལ་དེ་ཉིད་དུ་ཡང་ལོ་མང་པོར་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་རྣམས་པར་བྱེ་ཞིང་ཉན་
 ཐོས་ཀྱི་སྤེ་སྤྲོད་རྣམས་བཤད། སྤྲུལ་འདུས་སུ་བྱོན་པའི་ལམ་དུ་ཆོས་རྒྱན་དང། ལམ་གྱི་
 གནོད་སྤྱིན་ལ་སོགས་པས་ལམ་དགག་མ་རུས་པར་མ་ག་རྩར་བྱོན། དེར་ཡང་ལོ་འགའ་ཞིག་
 ཏུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོས་འདུན་མང་པོ་ལ་རབ་ཏུ་རིག་པ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་མང་པོ་སྟོན་ཅིང་
 བཞུགས། དེའི་ཆེ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ས་སྤེའི་སྟེགས་བཅའ་གཟིགས་
 པས་ཐེག་ཆེན་ཐུགས་སུ་མ་ཆུད་ཅིང། ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་གསན་པ་ལ་ཐུགས་ཡིད་མ་ཆེས་
 བས། ཀྱི་མ་ཐོགས་མེད་ནགས་སུ་ལོ། །བཅུ་གཉིས་བར་དུ་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབས། ཉིང་འཛིན་
 མ་བྱུབ་སྤང་ཆེན་གྱི། །རྒྱལ་ཁབ་ལོངས་པའི་བྱུབ་མཐའ་བཅུ་མས། །ཞེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་
 དང་གང་ཟག་ལ་སྦྱར་བ་བཏབ་པ། གཅེན་གྱིས་གསན་པས་ལོག་སྐྱབ་དོན་མ་ཡིན་པར་
 འགྲུར་བར་གཟིགས་ཏེ་དེ་བརྒྱུག་པར་བྱིར། རང་གི་སློབ་མ་གཉིས་ལ་ས་བཅུ་པ་དང། རྫོ་
 རྫོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པ་འདོན་བཅུག་སྟེ། རྫོད་ལ་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ཐེག་ཆེན་འདི་རྒྱ་
 བཟང་བ་ལ་འབྲས་བུ་ཁ་གཡེལ་བ་འདྲ་གསུང། ཕྱི་ཉིན་ཐོར་ངས་ཀྱི་དུས་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་

བཟང་བར་གཟིགས། སྐར་བ་བཏབ་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་འགྱོད་ནས། བྱིས་གཅེན་ལས་ཐེག་ཆེན་གྱི་
ཆོས་མང་དུ་གསན་ཅིང་། ཐེག་ཆེན་ལ་སྐར་བ་བཏབ་པའི་ཐྱིག་བཤགས་མང་དུ་མཛད།
གཟུངས་སྒྲགས་མདོ་ལྔ་བརྒྱ་བསྒྲགས། གསང་བའི་བདག་པོའི་རིག་སྒྲགས་བསྒྲས་བས་
བྱུག། ཡང་དག་པའི་དོན་སྒྲགས་སུ་རྒྱུད་ཅིང་། ཉིང་རེ་འཛིན་བྱུང་བར་ཅན་མངའ་བར་གྱུར།
དེའི་ཆོ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་མི་ཡུལ་ན་བཞུགས་པ་མཐའ་དག་སྒྲགས་སུ་རྒྱུད་བས། སྟོན་པ་ལྟ་
ངན་ལས་འདས་པའི་འོག་ཏུ་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་ལྟ་བུའི་མང་དུ་ཐོས་པ་འགའ་ཡང་མེད་
དོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྟོད་གསུམ་ལས་མདོ་ལྔ་བརྒྱ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབྲུམ་ཐག་
གསུམ། འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་བཅེགས་པ་འདུས་པ་ཞི་དགུ་གཅིག་ཏུ་བསྟོམས། བལ་པོ་
ཆེ་དང་། འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་རེ་རེར་བགྲངས། ལྷག་མ་ཤེར་བྱིན་འབྲུམ་པ་ལ་སོགས་པ་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟོམས་པ་ལྔ་བརྒྱ་དང་། གཟུངས་སྒྲགས་ལྔ་བརྒྱ་ལྟེ།
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆོག་དོན་མ་ལུས་པ་སྒྲགས་སུ་བཞུགས་སོ། །ལོ་རེ་རེའི་ནང་དུ་ལན་རེ་
ཞལ་འདོན་དུ་མཛད་དེ། ཉིལ་མར་གྱི་རིང་བུའི་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་མཆོན་སྟེལ་མ་བཅོ་
ལྔས་དེ་རྣམས་ཆར་གཅིག་ཞལ་འདོན་དུ་བྱུབ་བར་མཛད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་
བརྒྱད་སྟོང་པ་ཉིན་རེ་བཞིན་འདོན་བར་མཛད་པ་ཡང་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་གཉིས་ཅུ་མ་རེ་ལ་བྱུབ་
བར་མཛད་དོ། །པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན་མདོན་པ་མཛོད་རྩ་བ་བརྩམས་ནས་ཁ་ཆེར་སྟོབ་
དཔོན་འདུས་བཟང་ལ་བསྐྱར་བས་དབྱེས་ཤིང་། དེའི་རང་འགྲེལ་གཟིགས་བུལ་ཞུས་པའི་མ་
དབྱེས་ཉེ་ ཆོད་པའི་དོན་དུ་མ་ག་རྩར་བྱོན་པ་ལ། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་བལ་ཡུལ་དུ་
བྱོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བའི་གཏམ་གསལ་པོ་རྒྱ་གར་ན་མེད་ཅིང་། འདུས་བཟང་མ་ག་རྩར་
བྱོན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་སྔ་མོར་ཡིན་པར་མདོན་བས། དབྱིག་གཉེན་བལ་ཡུལ་དུ་བྱོན་
དུས། འདུས་བཟང་སྐྱེ་འདས་ནས་ལོ་མང་པོ་ལོན་པར་མདོན་ནོ། །སྟོབ་མ་ཡང་། རང་མཁས་
ཀྱི་སྟོབ་མ་བཞི་སྟེ། ཆོད་མ་རང་ལས་མཁས་པ་སྟོབ་དཔོན་བྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོ། མདོན་པ་རང་
ལས་མཁས་པ་སྟོབ་དཔོན་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་གོས་བརྟན་པ། ཤེར་བྱིན་རང་ལས་མཁས་པ་

འཕགས་པ་ནམ་གྲོལ་སྒྲེ། འདུལ་བ་རང་ལས་མཁས་པ་སློབ་དཔོན་ཤུ་ཡོད་སོགས་སློབ་མ་
 མཁས་པ་མང་དུ་བྱུང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འདི་དང་པོད་ཀྱི་ཀྱལ་པོ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་ལེ་མཉན་བཅན་
 དུས་མཉམ་པར་བྱོན་ནོ་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་འཐད་པར་གསུངས། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་
 གྱིས་དགྲང་ལོ་བརྒྱར་ཉེ་བ་བཞུགས་ཤིང་། བྱིས་དབྱིག་གཉེན་བལ་ཡུལ་དུ་ཉར་དུ་ཞེས་པར་
 རབ་བྱུང་གི་ཆ་བྱེད་འཛིན་པ་སྤོམ་ཁྲིམས་ལ་མི་གནས་པ་ཆང་གི་བྱམ་པ་སོགས་པ་གཟིགས་
 བས། བསྟན་པ་ཁུབ་འདུག་གསུངས་ནས་ཐུགས་སྒྲུ་སྒྲེ། རྣམ་རྒྱལ་ཕྱོག་ནས་བཏོན་པས་སྒྲུ་
 གྲུ་རལ་ལས་འདས་ཏེ། མཆོད་རྟེན་བཅེགས་པ་ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་པར་གྲག་གོ། སྤྱི་བཤད་ནི།
 ཤེས་རབ་ཀྱི་དབྱིག་དང་ལྷན་ཞིང་འགྲོ་བའི་གཉེན་དུ་བྱུང་པས་དབྱིག་གཉེན་ནོ། །བསྟན་
 བཅོས་ཀྱང་། བསྟན་འགྲུར་མདོ་ཐོགས་པོད་། ཀ་པར་། ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྟོད་
 པ་། ཏུ་པར་། «འཕགས་པ་སློ་དུག་པའི་གཟུངས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་། བ་པར་།
 «འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་འབྱམ་པ་དང་། ཉི་ཁྲི་ལྷ་སྟོང་པ་དང་། ཁྲི་བརྒྱད་
 སྟོང་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་བཅ་པོ་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་པ་» (རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སུ་རེ་རྩ་བོ་རྩ་
 དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་ལྡན་པ་སྒྲུར་བ། འདི་ལ་ཀུན་མཁྱེན་བྱས་ཁ་ཅིག་དྲུ་
 སེ་ནས་མཛད་ཟེར་མོད་ཀྱི། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་གཞུང་གི་འགྲེལ་པར་
 བཞེད་པ་ཉིད་འཐད་པར་རྟོགས་ཏེ། རྒྱ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་ལུང་བྲངས་པའི་གཞུང་རྣམས་དེ་ན་
 མི་སྣང་བའི་ཕྱིར་འདིས་ལྟ་བ་སེམས་ཅན་དུ་བསྐྱོལ་ཞིང་། འདི་དང་འབྲམ་རྟེན་ཆེ་བ་གཉིས་
 ཀ་སློ་གསུམ་རྣམ་གྲངས་བཅུ་གཅིག་དུ་འཆད་དོ་ཞེས་བཤད་དོ། ཞེས་བསྟན་འགྲུར་དཀར་
 ཆག་དུ་འབྱུང་ངོ། ། མ་པར་། «འཕགས་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་དུ་
 བྱིན་པ་རྩི་ཆེ་གཅོད་པའི་གནས་བདུན་གྱི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་» བསྟན་འགྲུར་། དེ་པར་།
 «སངས་རྒྱལ་རྗེས་སུ་བྱན་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་» «ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་པའི་བཤད་
 པ་» «འཕགས་པ་སློ་དུག་པའི་གཟུངས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་» «འཕགས་པ་ཆོས་བཞི་པའི་
 རྣམ་པར་བཤད་པ་» «ག་ཡ་གོ་རིམ་མདོའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་» «འཕགས་པ་མདོ་སྡེ་ས་བཅུ་

བའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་། ཉི་པར་། «འཕགས་པ་སྒྲོ་བྱོམ་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་
 ཆེར་འབྲེལ་པ་། ཉི་པར་། «ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་དང་པོ་དང་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་
 བཤད་པ་བཅ་པོ་བཞི་པ་སྒྲོ་བ་དཔོན་བ་སྟུ་བརྒྱུས་མཛད་པ་། ཉི་པར་། «འཕགས་པ་བཟང་
 བོ་སྒྲོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་འབྲེལ་པ་། ཉི་པར་། «ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེའི་རྒྱ་གྱི་བཤད་
 པ་། ཉི་པར་། «དབྱུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་འབྲེལ་པ་། «ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་
 པར་འབྲེད་པའི་འབྲེལ་པ་། ཉི་པར་། «ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྟུས་པའི་འབྲེལ་པ་ཐེག་པ་ཆེན་
 བོ་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ་། ཉི་པར་། «ཐམས་ཅད་རྣམ་རིག་ཅན་དུ་སྟོན་པ་སྟུ་ཅུ་པའི་ཆོག་
 ལེའུར་བྱས་པ་། «ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་འགོག་པ་ཉི་ཤུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་། «ཉི་ཤུ་པའི་
 འབྲེལ་པ་། «རང་གཞིན་གསུམ་ངེས་པར་བསྟན་པ་། «ཕུང་པོ་ལྗེའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་། «རྣམ་པར་
 བཤད་པའི་རིགས་པའི་མདོ་སྟེའི་དུམ་བྱ་བརྒྱུ་། «རྣམ་བཤད་རིགས་པ་། «རལ་ས་བྱུབ་པའི་
 རབ་ཏུ་བྱེད་པ་། ཉི་ཤུ་། «ཆོས་མཛོད་པ་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་།
 དེའི་རང་འབྲེལ་ཆོས་མཛོད་པའི་མཛོད་ཀྱི་བཤད་པ་བཅ་པོ་སྟུ་ཅུ་པ་། ཉི་ཤུ་པར་། «བསྟན་
 བཅོས་ཆོག་སྟུ་བཅད་པ་བསྟུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་། «ཆོག་སྟུ་བཅད་པའི་དོན་བསྟུས་པ་ཞེས་
 བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས་། ཉི་ཤུ་པར་། «ཡོན་ཏན་བདུན་ཡོངས་སྟུ་བཛོད་པའི་གཏམ་། «ཚུལ་
 གྲིམས་ཀྱི་གཏམ་། «ཆོག་སྟུ་གཏམ་། «འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྗེའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་
 པ་། «རྣམས་སོ། །དུ་ར་རྒྱ་མའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དང་། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོས་འབྱུང་ལ་གཞི་
 བྱས། ཐང་སུན་ཅང་གི་ལམ་ཡིག་ལ་གཞིགས་ན། སྒྲོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་སྒྲོ་བ་དཔོན་འདུས་
 བཟང་གི་སྒྲོ་བ་མ་ཡིན་པར་མི་སྣང་ཞིང་། འདུས་བཟང་དབྱིག་གཉེན་ལས་སྒྲོ་ན་གཞོན་པར་
 གསུངས་པ་སོགས་དབྱུང་བར་བྱ་བ་མང་དུ་སྣང་ངོ་། །དེའི་སྒྲོར་དོགས་གཅོད་འདུས་བཟང་
 གི་ལོ་རྒྱུས་ཐད་དུ་གཟིགས།

དབྱིག་གཉེན་གྱི་སྤྱ་ཀ་ར་ཏ་སྟེ་བརྒྱད་དང་འབྲ།

དབྱིག་གཉེན་གྱི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་བརྒྱད་དང་འབྲ།

དབྱུག་ག་སྐྱུམ་ཁ། (འདུལ་བ) དབྱུག་ག་ར་རྒྱུ་ལ་ཁ་བྱུག་ཁ་གྲེས་པ་དེས་སྐྱུར་ཁུང་ལྷེད་གཏུ་

འཇུང་བ་དང་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

དབྱུང་བ། (འདུལ་བ) འདོན་པ། སྒྲོམ་གུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤྱད་ཟེན་པའི་དགེ་སྤྲོད་དམན་པའི་ས་ནས་རང་
བཞིན་གྱི་སར་ཡར་དབྱུང་བའམ་གཞག་པའི་དོན་ནོ། །

དབྱེ་སྒྲོ། དབྱེ་ཐབས། དབྱེ་ཚུལ། དབྱེ་སྤངས་བཅས་ཀྱི་དོན། སྒྲོ་ནི་འདིར་ཐབས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས།
དབྱེ་སྒྲོ་འདི་ནི་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱི་སྤྱབ་ཀྱིས་བཞེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱ།

དབྱེ་ཐང་ག། (འདུལ་བ) མི་མེད་ཐང་སྟོང་ངམ། དགོན་པ་ལས་ཀྱང་ཐག་རིང་བའི་འབྲོག་དགོན་ལ་ཟེར།
མཆོ་རྒྱུ་གུ་ལས། འོན་ཀྱང་དབྱེ་ཐང་ག་ལ་གནས་ལ་སྒོ་མ་ཐུན་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱབས་ཀྱི་ཞེན་པ་
འབྱུང་བྱུང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས། གཤེད་ཐང་ག་དང་དོན་གཅིག་གཤེད་ནི་དགོན་པ་
ལས་ཀྱང་ཐག་རིང་བའི་འབྲོག་དགོན་ཏེ། སྒོ་མ་ཐང་ལས་པའི་གཟུངས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས།
དགོན་པ་ནི་གྲོང་ལས་འདོམ་ལྷ་བརྒྱ་པན་ཆད་དོ། །གཤེད་ནི་དེ་བས་ཀྱང་རིང་བའོ་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དབྱེ་ཆོང་། (འདུལ་བ) འབྲོག་པ་འབྲོག་ན་གནས་པའི་གནས་ཆེན་པོར་ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་གནས། ལས་
རྒྱན་མི་མེད་ཡུལ་སྟོང་ལྟར་བྱ་བ་དུས་དུས་སུ་ཉོ་ཆོང་གི་ཆེད་དུ་འདུ་བའི་གནས་སམ། འབྲོག་
གནས་ཀྱི་ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་གནས། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། འབྲོག་པ་འབྲོག་ན་
གནས་པའི་གནས་ཆེན་པོར་ཉོ་ཆོང་བྱེད་པའི་གནས་སོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

དབྱེན་བཅོས་པ། དབྱེན་སྒྲོ་ལ་གཞིགས།

དབྱེན་སྤྱུམ་མཆོད་རྟེན། (འདུལ་བ) དབྱེན་རྒྱུམ་མཆོད་རྟེན་དང་འབྲ།

དབྱེན་སྒྲོ། ཉེན་པ། གཟིར་བ། བཟོད་ཐབས་མེད་པ། སེམས་དབང་མེད་དུ་གཡོ་བའི་དོན་དུ་བཤད།
བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས། དབྱེན་སྒྲོ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཉེན་པ་སྟེ་ཉེ་སྤྱིའི་བྱུང་བ་ལས། སྟེ་
པའི་རྒྱུང་མ་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་དབྱེན་སྒྲོ་བར་འགྱུར་ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ལ་དབྱེན་བཅོས་
ཞེས་བྲིས་ནས་བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་དོན་དུ་བཤད་པའང་སྤང་ཞིང་། ཞེས་གསུངས། རྗེའི་

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་ཉེས་སྟོང་གིས་དབྱེན་བཅོས་བས་ནི་བརྟེན་
འཆལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་དབྱེན་སྟོང་དང་། དབྱེན་བཅོས་ཞེས་འབྲི་ཚུལ་གཉིས་སྤང་
ངོ། །འགའ་ཞིག་གིས་གཡེན་སྟོང་ཞེས་ཀྱང་འབྲི་བར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ནི་དབྱེན་སྟོང་མི་འདྲ་སྟེ།
གཡེན་སྟོང་གི། འཇུག་པ་དང་ཅོ་འདྲིའམ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དོན་དུ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་གི་
འགྲེལ་བ་དང་ལི་གུར་ལས་གསུངས་སོ། །

དབྱེན་རྒྱུ་མཆོད་རྟེན། (འདུལ་བ) མཆོད་རྟེན་ཆ་བརྒྱད་གི་དུག་པ་སྟེ། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་ལྷས་བྱིན་
གིས་དགེ་འདུན་གི་དབྱེན་བྱས་པ་མཆོག་ཟུང་གིས་འདུམས་པའི་ཆེ་བཞེངས་པ། བར་རིམ་
བཞེ་བ་བྱ་བཞེ་བྱར་བཞེ་མཉམ་པར་བཅད་པ་ལྟ་བུའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་ དེ་ལ་བྱམས་དངོས་
མཆོད་རྟེན་དུ་འང་གྲགས།

དབྱེས་ཆེ་བ། (བར་ཕྱིན) དཔྲལ་བའི་དབྱེས་ཆེ་བ་དང་འདྲ། དབྱེས་ཞེས་པ་ཞེང་གི་དོན་ཡིན་པར་
བཤད།

དབྱི་བཞོལ། ཟུར་དུ་འབྱུང་བ། ཟུར་དུ་འདོན་བ། རོགས་སུ་འབྱུང་བ། འདེགས་སྐྱབ་དབྱེ་བྱེད་
བྱེད་པ། རྩོགས་རིས་བྱེད་པ།

འབད་བ་རྩུང་དུས་རྒྱབས་ཆེན་ཆོགས་སྤྱད་ལ་ཞེས་སོགས། འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་
བརྗོད་མདུན་ལེགས་མ་འི་ཆོག་ཡིན། དེ་ཉིད་ལས། འབད་བ་རྩུང་དུས་རྒྱབས་ཆེན་ཆོགས་
སྤྱད་ལ། །དགེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །ཁྱད་བར་རང་གིས་སྟོན་བྱས་དགེ་བ་
ལ། །རྫོམ་སེམས་བྲལ་བས་དགའ་བ་ཆེར་བསྐྱེད་ན། །སྟོན་བྱས་དགེ་བ་གོང་དུ་འཁེལ་ལོ་
ཞེས། །རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་དོན་དེ་བསྐྱབ་བྱིར་དང་། །དགོས་པ་གཞན་ཡང་མང་དུ་
མཐོང་བས་ན། །སེམས་ཁྱོད་དགའ་བ་འདི་ལྟར་བསྐྱེད་ན་ལེགས། །ཞེས་གསུངས།

འབད་ལོ། འབད་ཁུལ། འབད་པའི་ལད་མོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། རིན་མོ་ཆེའི་སེམས་འདི་གནད་དུ་
མ་སོང་བར་ཡུན་རྗེ་ཅམ་དགེ་སྦྱོར་ལ་འབད་ལོ་བྱས་ཀྱང་ཐོར་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་བས་རྩ་ར་བ་
དང་འདྲ་སྟེ་ས་བཅད་པ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀ (འདུལ་བ) སེར་སྐྱའི་གཞིའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཉེ་འདབས་སུ་ཡོད་པའི་ཆུ་བོ་ཞིག་དེར་
 སང་མིང་ལ་རྩེ་ཉི་ཉེ་ Rohini ཟེད། སྟོན་པ་ཁབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རྩེས་སུ་སྤར་
 ཡང་སེར་སྐྱའི་གཞིར་བྱོན་སྐབས། ཆུ་བོ་འདྲིར་སྤེལ་ས་པ་ན་སྟོན་པ་འཁོར་བཅས་ཕྱག་ཞབས་
 ལ་ཁྱུས་གསོལ་ཞིང་སྐྱེ་ངལ་བསོས་ཏེ་ཅུང་ཟད་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་
 ལས་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞིར་ ༨ ༡༩༥༣ ལས། ཐུགས་རྩི་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་
 དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀར་བྱོན་ (མ་དཔེར་རྩེ་
 ཀ་ཞེས་འབྱུང་བས་ད་དུང་དབྱེད་དོ) ཏོ། །རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་གིས་གཞོན་ཏུ་དོན་ཐམས་ཅད་
 གྲུབ་པ། འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀར་བྱོན་ཏེ་ཞེས་ཐོས་སོ། །ཐོས་ནས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་གིས་
 གྲོང་ཁྱེར་སེར་སྐྱའི་གཞི་རྩེ་བ་དང་། གྲོ་མོ་དང་། གསེག་མ་རྣམས་བསལ་ནས་ཅན་དན་གྱི་
 རྒྱས་ཆག་ཆག་བཏབ། རི་ཤིན་ཏུ་ཞེས་པའི་པོག་པོར་ཉེ་བར་བཞགས། དར་གྱི་རྒྱན་ཕྱང་མང་
 པོ་དབྱེད་ཏེ། གང་ཡང་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀ་ནས། གང་ཡང་ཅུ་གྲོ་རྩེའི་ཀྱན་དག་འར་བ་དེའི་
 བར་གྱི་ལམ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པར་བྱས་ཏེ། ས་ཕྱོགས་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བར་གདན་རྣམ་པར་
 བཟ་བ་དག་ཤོམ་དུ་བཅུག་པོ། །དེ་ན་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀ་ལ་དགེ་སློང་ཁ་ཅིག་ནི་ལག་པ་འཁྱུ་
 བར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་སོ་ཤིང་འདྲོར་བར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་ཁྱུས་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོགས་
 གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞིར་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་ཡིག་ནོར་ཡིན་པར་
 སེམས་ཏེ། མཛོན་བྱུང་གི་མདོར་ ས ༡༩༥༣ ལས། ཐུགས་རྩི་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ། དགེ་
 སློང་གི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀར་བྱོན་ཏོ། །རྒྱལ་པོ་ཟས་
 གཙང་གིས་གཞོན་ཏུ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་འབབ་ཆུ་རྩེ་ཉི་ཉ་ཀར་བྱོན་ཏེ་ཞེས་ཐོས་
 སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །མ་ཟད་M.Monier-Williams གྱི་སྤྲིད་བྱིན་ཆོག་མཛོད་
 དུའང་འདི་ཆུ་བོ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

འབའ་ཞིག་གི་བཤ 1 (འདུལ་བ) མ་འབྲེས་པ། ཁེར་རྒྱང་། 2 (འདུལ་བ) ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དང་དོན་འབྲ།
 འབའ་ཞིག་པ་དགྲུ་བཅུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འགྲེལ་བཤད་ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་ལ་གཟེགས། 3

མྱུང་འདས་ཀྱི་མིང་གི་ནམ་གངས་ཤིག མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོ་
བ་མོ་ལས་བཤད།

འབའ་རོམ་བཀའ་བརྒྱད། དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། བརྟམ་ཞུགས་སྟོན་པ་
ནག་པོ་བའི་སྟེ་བར་གྲགས་པ་འབའ་རོམ་དར་མ་དབང་སྟག་ལས་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བརྒྱད་
པའི་བྱབ་མཐའ་ཞིག

འབར་གོག་གྲ་ལོག་གི་མིང་། འདི་ཁ་སྐད་ལྟར་གྲེས་པ་ཡིན་ལ། དོན་ལ་བ་གོག་ཅེས་གྲེས་ན་ལེགས།
བ་ནི་བརྟེ། གོག་ནི་གོག་པོ་སྟེ་ཕན་མི་ཐོགས་པའི་དོན་ནོ། །བན་ལོག་ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག་
འདིའི་འབར་ཞེས་པ་ལེགས་སྐྱར་གྱི་བརྟེ་ཞེས་པ་དེ་ལས་དྲས་པ་ཡིན་ཏེ། ལེགས་སྐྱར་གྱི་
སྐད་ལ་རབ་བྱུང་ལ་བརྟེ་ཞེས་བརྗོད་ལ། དེ་ལས་དྲས་ན་བ་གོག་གས་འབར་གོག་ཅེས་པ་བྱུང་
བ་ཡིན་ནོ། །བརྟེ་ཞེས་པ་བརྗོད་པའི་ཆེ་འབན་རྟེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་བརྗོད་དགོས་ཏེ། ལེགས་
སྐྱར་གྱི་སྐད་ལ་བ་ལ་འབའ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །

འབར་བ། 1 མེ་སྟེ་གྲེན་དུ་འཕྱར་བ། 2 རྒྱས་བ། ལུས་ཅན་ནམས་ཀྱི་བདེ་བའི་དགའ་སྟོན་འབར་བར་
བྱེད་པས་ན་དེ་བྱིད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 རྒྱང་ལངས་བ། ཁོང་ཁོ་ཟེ་བ། 4 རྒྱང་ལངས་ནས་གཤེག་
བཀའ་བརྟེན་གཏོང་བ། དེ་བ་སྟོན་ལས། མཆན་ཉིད་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་
འགའ་ཞིག་གིས་སྟོགས་ལ་མང་པོ་སྐམ་པོ་བས་རྒྱད་ཐོས་སུ་བརྟག་ཅེས་འབར་བ་ལ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

འབར་ཤ གཤེག་གཤེག་གཏོང་བ། ཆིག་དན་སྐྱ་བ། ཟུ་ཟུ་ལིའི་འབྲེང་བ་ལས། བར་ལ་འབར་ཤ་ཆེས་ན་
འཁོར་མཁན་དགོན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

འབི་འབི། <བི་སྒྲིང་> སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། ཆ་ཆ་འདེབས་བྱེད་ཀྱི་འཛིན་པའི་གོང་ལྟ་བུར་
དུའི་མིང་དུ་གྲགས། འདི་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་ “ བི་སྒྲིང་ ” བི་སྒྲིང་ཟུར་ཆག་
པས། འབྲམ་པ་དང་འབི་འབི་ཞེས་བརྗོད་པར་ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་
ལས། བི་སྒྲིང་ཞེས་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་ཟུར་ཆག་པས་འབྲམ་པ་དང་ “འབི་འབི” དང་།

ཞེས་གསུངས་སོ། །པོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཤེལ་ཤེལ་གྱི་མིང་དུ་བཤད། འཛེམ་པའི་
འཕི་འབེ། བལ་གྱི་འཕི་འབེ། བག་ཕྱེད་འཕི་འབེ། ཞེས་གསལ།
འབིགས་ཕྱེད། 1 རི་བོ་འབིགས་ཕྱེད། རི་ནག་པོ་འབིགས་ཕྱེད། བག་དམར་སྟོ་མཐོ་རྣམས་དོན་
གཅིག རི་བོ་འབིགས་ཕྱེད་ལ་གཟིགས། 2 ཆེར་མ། 3 མདལ། གཞན་ཡང་དོན་མང་སོ་ལ་
འདུག་པར་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་གཟིགས།
འབྲུ་བད་བ། བད་བ་ལ་གཟིགས། འདི་ལ་འབྲུ་བད་བ། བད་བ། སློན་བྲུ་བད་བ། སློན་བྲུ་བད་མ་
སོགས་ཟེད།
འབྲུག་འབྲུག་ ཆེ་ཉམས། ཆེ་སྟོབ། ཕྱི་སྟོར་རྟིང་མ་བ་རྣམས་སྐྱབ་ཅུན་ཞིང་ཐུགས་རྒྱུད་དུ་ལ་དུ་སོང་
བས་དེ་འབྲའི་རིགས་ཀྱི་འབྲུག་འབྲུག་མི་གདའ་བས་བོད་འབངས་བདེ་ཐབས་སུ་དམིགས།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
འབྲུད། (བྲུད་གྱི་མ་འོངས་ད་ལྟ) བྲུད་དང་དོན་འབྲ། བྲུད་ལ་གཟིགས།
འབྲུམ་ཁང་། ས་རྒྱ་སོགས་མང་དུ་བཞེངས་ནས་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་ཁང་བ་ལ་ཟེད། སྤྱིར་
འབྲུམ་བ་ཟེར་བ་སྐྱབ་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་དེའི་བཞུགས་ཁང་ཟེར་བ་ཡིན། ཞིབ་པར་
འབྲུམ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། འབྲུམ་ཁང་རི་ལྟར་བརྟེན་ཚུལ་སོགས་སྟོ་བཟང་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་གསུང་འབྲུམ་དུ་བཞུགས་སོ། །
འབྲུམ་སྟེ་ལྷ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་འབྲུམ། ལྷང་འདས་ཀྱི་མདོ་གསུང་གི་འབྲུམ། དཀོན་
བརྟེན་གྱི་མདོ་སྤྱིའི་འབྲུམ། བལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ཡོན་ཏན་གྱི་འབྲུམ། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་
མདོ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མདོ་དང་བཅས་པ་ལ། བོད་དུ་འབྲུམ་སྟེ་ལྷ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འདི་རྣམས་
ལ་འབྲུམ་ཞེས་བརྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབྲུམ་ཡོད་པ་དང་།
མདོ་ལྷང་འདས་ལ་སངས་རྒྱས་སྤང་ན་ལས་འདའ་ཁར་ཞལ་ཆེམས་འབྲུམ་བཞག་པ་དང་།
དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ལ་སངས་རྒྱས་མཚན་མི་འབྲུ་བ་འབྲུམ་ཡོད་པ་དང་། བལ་པོ་ཆེ་
ལ་སྟོན་ལས་འབྲུམ་ཡོད་པ་དང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལ་སློན་པོ་འབྲུམ་བརྟུལ་ཚུལ་ཡོད་

པས་ན་འབྲུམ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་ཤེར་སྟོང་འབྲེལ་བ་ཙམ་ན་གསལ།
འབྲུམ་པ། <མི་སྒྲིབ་> སྤྱི་གསུངས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། མཆོད་རྟེན་གྱི་མིང་དུ་གྲགས་ཤིང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་
མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས། མཆོད་རྟེན་ལ་འབྲུམ་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོང་འདི་ལྟར་
པའི་ཡུལ་སྐད་ཡིན་པར། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་གསུངས་ཏེ། གསུང་ཐོར་བྱ་
«སྤྱི་བ་རྣམ་པར་ངེས་པ་རབ་དཀའི་འཇུག་པ» ༡ རྟེན་པས། མཆོད་རྟེན་ཐང་ཀ་རས་རིས་
དང་། རྫོང་རྫིལ་བྱ་ཞེས་བཅོད་ཀྱི། འབྲུམ་པ་ཐངས་སྤྱི་དར་ཤེད་དང་། རྫིལ་བྱ་ལྟར་པའི་ཡུལ་
སྐད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལོགས་སྤྱི་བ་ཀྱི་སྤྱི་གསུངས་ཀྱི་སྐད་དོད་ “ ཁྱིམ་ ” བེ་སྒྲིབ་
ལུང་ཆག་པས། འབྲུམ་པ་དང་འབྲི་འབྲི་ཞེས་བཅོད་པར་ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས་གསུངས།
འབྲི་འབྲི་ཞེས་པའི་ཐང་དུ་གཞིགས།

འབྲུར་སྤྱིའི་ཐོག་མ། བཅོམ་ལྷན་འདས་སུ་མ་ཅུ་གསུམ་དུ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་གནས་ལ་གཤེགས་
སྟབས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཏུ་ཡ་ནས་སྟོན་པའི་སྤྱི་ཆ་བ་ཏུ་ཅན་དན་གོ་ཤིང་ལས་སྤྱི་བརྟན་བཞེངས་
པའི་ཅན་དན་རྫོང་ཐོར་གྲགས་པ་རྒྱ་ནག་ཏུ་བཞུགས་པའདི་ནི་ནང་པའི་འབྲུར་སྤྱི་བཞེངས་པའི་
ཐོག་མ་ཡིན་པར་ལུང་སྤྱི་རོལ་པའི་རྫོང་ཐོགས་དམ་པ་མང་པོ་བཤད་དོ། །

འབྲུལ་བ། ༡ (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག) ལུལ་བ། དབྲུལ་བ། ལུལ། །སྟེར་བ་དང་། སྤྱིན་པ་དང་། སྤྱད་
པའི་དོན། འདི་སྤྱད་པའི་ཞེས་ཡང་ཡིན། ༢ (མིང་ཆོག) འབྲུལ་བ། རྒྱ་མ་དང་དགེ་འདུན་སོགས་
ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་དང་བའི་སེམས་ཀྱིས་འབྲུལ་རྒྱུའི་དངོས་ཇས། དཔེར་ན་འབྲུལ་བ་
བརྒྱབ། འབྲུལ་བ་སྤྱད་ལྟ་བུ། (འདིའི་འབྲུལ་བ་ཞེས་པ་བྱ་ཆོག་ལ་མི་སྤྱོད་བར་མིང་ཆོག་ལ་
གོ་དགོས)

འབྲུས་པ། ༡ །ཁ་གསར་དུ་འབྲེ་བའམ་འབྲེ་ལ་ཁད་ཀྱི་དོན། ལྷ་བྱ་དང་མེ་རྟོག་ཁ་འབྲས་ལྟ་བུ། ༢
འབྲུར་ཚུགས་སམ་འབྲུར་བ། འབྲུལ་པའི་སྤྱོད་འབྲུམ་ལས། གོས་ས་འབྲུས་པ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་
སྤྱི་གསུངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབེབ། བབ་ཀྱི་ད་ལྟ་བ། མཐོས་ནས་དམའ་སར་འབབ་དུ་འཇུག་པ། ཐག་གཅོད་པ། གཏན་ལ་

འབེབ་ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

འབེབས། འབེབ་གྱི་འབྲི་ཚུལ་གཞན།

འབེལ་གཏམ། ཡང་དག་པའི་གཏམ། བསྐྱབ་བྱ་བཅས་གྱི་དོན། ཉམས་སྤྱོད་ཀྱི་པོའི་འབེལ་གཏམ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

འབོད་ཅི། བོད་ཅི་དང་འབྲ།

འབོག་ཆེན། ལྷ་མོ་འབོག་ཆེན་ནི་ལྷ་ར་བོད་ས་གནས་སྤིང་གཞུང་གི་མོད་བྱང་ཆོས་གྲོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་
ཞིག་ཏུ་བཤད་ལ། འབོག་དོན་སོག་པོའི་སྐད་དེ་གཙུག་ལྷའམ། གཙུག་རྒྱན་ཟེར་བ་རེད་ཅེས་
ལྷ་སྐབ་བ་གསུང་།

འབོག་དོ། འབོག་ཆེན་དང་འབྲ། འབོག་ཆེན་ལ་གཟིགས།

འབོགས་པ། 1 སྦྱིན་པ་འཇམ་སྟེར་བ། ཡང་དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོས། འབོགས་པ་ནི་སྦྱིན་པར་བྱེད་
ཅེས་པའི་བྱེད་པ་དང་། དཔོག་པ་ནི་སྦྱིན་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བྱ་བའི་ཆོག་ཡིན་པས་འདིས་
མཆོན་གང་ལའང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ཆོག་གི་ཁྱད་པར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེད། ཞེས་
ཡུང་གསུངས་སོ། 2 བཀལ་བ་ལའང་འབྲུག་འདི་ཁམས་སྐད་ལ་ཡོད།

འབོད་སྟོག 1 སྦྱིན་པོ་སྦྱིའི་མིང་ཏུ་བཤད། 2 ལྟ་མགྱོན་བཅུའི་མིང་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྲུག་འདི་སྦྱི་
མིང་བྱེ་བྲག་ལ་འབྲུག་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་པ་ཡིན། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། ཆེན་པོ་རྣམས་
གྱིས་ཅེད་མོ་དང་། །བདེ་དང་ཟས་ལ་ཆགས་པ་སྤང་། །འདོད་ལ་ཆགས་པའི་ལེ་ལན་
གྱིས། །འབོད་སྟོག་ལང་ཀར་བསད་ཅེས་གསུངས། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

འབོད་སྟོག་ལྟ། ལྟ་མགྱོན་བཅུའི་མིང་། རྩ་མ་ཆའི་བཅུན་མོ་འབྲོག་མཁན་གྱི་ཕྱི་ལྟའི་བདུད་
རྒྱལ་མགྱོན་པ་བཅུ་བཤོ།

འབྲམ་པ། (འདུལ་བ) ཆུའི་ནང་དུ་འབྲིང་པའི་དོན་ཏུ་བཤད།

འབྲར་བ། བན་ཚུན་ཁ་འབྲལ་དུ་མེད་པའི་ཆུ་ལ་དུ་ཡོད་པ། བན་ཚུན་དམ་དུ་བཅིངས་ནས་ཡོད་པ།
འཇར་བའང་འཐད། འབྲོར་བའང་འདི་དང་དོན་འབྲ་བར་སེམས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་རྒྱ་

ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། སྒྲིན་མ་འངར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིན་མའི་སྤྱ་རྒྱུ་མ་འངར་ཞིང་འདྲ་བ་
ཆགས་སུ་འབྱོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འབྲིན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ། (འདུལ་བ) ཁུ་བ་འབྲིན་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ལ་གཟེགས།
འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེག་བྱ་ཉེར་གཉིས། སྤངས་མ་དང་། སྤངས་མ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས། དབང་པོ་
སྤྲད་བཟོད་པ་དང་། སྤྲད་བཟོད་དཀའ་བ་འང་མ་རྩུབ་དང་། འདེགས་སྤྲ་བ་དང་དཀའ་བའི་སྤྲོ་
ནས་ཡང་ལྷེ་དང་སྤྲིན་པལ་ལྟར་ཞེས་ཞེས་པོར་སྤྲང་བ་མཉེན་པ་ཉིད་དང་འདུས་འཁྲེགས་དང་
འདུས་འཁྲེགས་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་བཙོར་བ་ན་སྤྲ་བ་མ་ཡིན་པའི་བལ་གྱི་རེག་བྱ་ལྟ་
བྱ་དང་། བཙོར་ན་ཞུས་པར་མི་འབྱུར་བ་ལྷགས་གྱི་རེག་བྱ་ལྟ་བུ། ལྟོད་པ་ཉིད་དང་ལྟོད་པ་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་པོ་བ་འདོད་པ་སྤྲེ་བའི་རེག་བྱའི་ཁྱད་པར་གྲང་བ་དང་ཟས་དང་བུང་བ་དོན་
གཉེར་སྤྲེད་པའི་རྒྱང་ཁམས་དང་། མའི་ཁམས་ཤས་ཆེར་འཕེལ་བ་ལས་བྱུང་བ་བཟེས་སྒྲོམ་
དང་འགྲངས་པར་ཚོས་ཤིང་རོམས་པར་འཐུངས་པ་ན་དེས་ཆེས་པའི་རེག་བྱ་ཆེས་པ་དང་
ཁམས་མ་སྒྲོམས་པའི་གནས་སྐབས་གྱིས་ཆེས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ལུས་གྱི་སྒྲོབས་རྒྱས་ཤིང་
ཆོད་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་དང་། ལུས་རིང་བའི་གནས་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་ཉམས་ཡོད་
པ་དང་། ཉམས་རྒྱུང་བ་དང་། བསྐྱུ་བ་ལྟ་ན་ཉེས་པར་ཚོས་པས་འབྲུགས་པའི་གནས་སྐབས་
དང་། འཛིག་ཉེན་གྱི་གྲགས་པ་ལྟར་ན། གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལ་རེ་ཤིག་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་
འདུག་པ་འགགས་པའི་གནས་སྐབས་སྤྲེད་པའི་རེག་བྱ་བརྒྱལ་བ་དང་བརྒྱལ་བ་སྤྲེད་པའི་
རེག་བྱ་ལ་བརྒྱལ་བ་ཞེས་བཏགས་སོ། །ཁྲག་ལ་གཞོད་པས་མི་བཟོད་པའི་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་
གཡལ་བ་དང་རྩ་དྲངས་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རེག་བྱའི་ཁྱད་པར་འགྲེལ་བ་དང་ནད་གསུམ་
ཆ་མི་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་དང་། བཟོད་གཏུགས་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་རེག་
བྱ་དང་། གནད་གཞོད་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་ན་བ་དང་ཁ་བ་དང་འཆི་བ་དང་བྱ་བ་ལ་
རྩལ་གྲགས་པས་ལུས་ལས་སྤྲེ་མི་རུང་བའི་སྐབས་གྱི་རེག་བྱ་དང་། དེ་དང་བྲལ་བའི་ལུས་
བརྟས་པའི་རེག་བྱ་ངལ་བ་དང་། ངལ་བསོས་པ་དང་ལུས་སྒྲོབས་ཆེ་ཞིང་ལུས་གྱི་མདངས་

བཟང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རེག་བྱ་སྤངས་ཆེ་བའི་མདོར་ན་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེག་བྱ་ཉིར་གཉིས་ཡོད་དེ། རེག་བྱ་འཇམ་པ་དང་སྤངས་ཆེ་བའི་བར་ཆམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཅེས་བའོ། །ཞེས་ཀུན་བརྟུས་དར་རྒྱུ་ལས་གསུངས།

འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེག་བྱ་བདུན། འཇམ་པ། ལྷུ་བ། ལྷེ་བ། ཡང་བ། གང་བ། བཤེས་པ། སྒྲོམ་པ་དང་བདུན་ནོ། །དེ་ཡང་རྒྱ་དང་མའི་ཁམས་ཤས་ཆེ་བའི་འབྱུང་བ་འདུས་ན་འཇམ་པ། ས་དང་རྒྱ་དང་ཤས་ཆེ་ན་ལྷུ་བ། ས་དང་རྒྱ་ཤས་ཆེ་ན་ལྷེ་བ། མེ་དང་རྒྱ་དང་ཤས་ཆེ་ན་ཡང་བ། རྒྱ་དང་རྒྱ་དང་ཤས་ཆེ་ན་གང་བ། རྒྱ་དང་ཤས་ཆེ་ན་བཤེས་པ་འོ། །བཟའ་བ་མདོན་པར་འདོད་པའི་རེག་བྱ་རྒྱལ་འབྲས་བྱ་བཤེས་པའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་འོ། །མེ་དང་རྒྱ་དང་ཤས་ཆེ་ན་སྒྲོམ་པ། དེ་ཡང་ལྷུ་ཀྱི་དབང་པོའི་རྒྱ་སོགས་བརྟུང་བ་མདོན་པར་འདོད་པའི་རེག་བྱ་རྒྱལ་འབྲས་བྱ་སྒྲོམ་པའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་འོ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་ཟླ་ཡང་ཀ་རའི་སྐབ་པ་དགོངས་རྒྱལ་ལ་འཕྲི་སྟོན་ཅུང་ཟད་ཀྱིས་བཀོད། མཛོད་རང་འབྲེལ་དང་མཆིམས་མཛོད་སོགས་སུ་འད་དེ་ལྟར་སྤང་། མདོན་པ་ཀུན་བརྟུས་སུ་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེག་བྱ་ཉིར་གཉིས་གསུངས་ཡོད་དོ། །ཀུན་བརྟུས་དར་རྒྱུ་ལ་གཟེགས།

འབྱུང་པོ། <བྱ་ཏ> ། གདོན་འདྲེ། གདུག་འདྲེ། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སྐད་ལ་ “བྱ་ཏ” ཟེར་བ་དེའོ། ། “བྱ་ཏ” ཞེས་པ་འབྱུང་པོའི་སྐད་དོད་ཏུ་བྱ་སྟོན་གྱི་དུས་འཁོར་གྱི་རྒྱུ་ཀ་འདོད་འཛོན་གསལ། 2 འབྱུང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་མི་སྤྱང་བའི་སྒྲིག་ཆགས་ཏེ། ཡང་དག་པའི་དོན་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཐོ། །ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་དག་ལེགས་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས་གསུངས། ཡང་དག་པའི་དོན་སྟོན་པས་ན་འབྱུང་པོ་ཞེས་བཛོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་སྟུམ་ན། མིའི་ཁོག་ཏུ་བརྒྱུམས་པ་སོགས་ཀྱིས་མ་འོངས་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་དོན་སྟོན་པ་ལ་བྱེད་དམ་སྟུམ་མོ། །ཞེས་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྒྱུ་གསུང་། 2 གཟུགས་སུ་སྤང་ནས་གཞན་གྱི་མདངས་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རེགས་ཤིག་སྒྲོབ་དཔོན་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་ཀྱི་ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། འབྱུང་པོ་ནི་གཟུགས་སུ་སྤང་ནས་མདངས་འཕྲོག་པར་

བྱེད་པའོ། ཞེས་གསུངས། 3 གདོན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་པོ་ཞེས་བྱ་བའང་སྣང་སྟེ།
 མྱོང་རྟོལ་སྒྲ་མས། གདོན་ཆེན་བཙུང་བྱེད་ཀྱི། འབྱུང་པོ་འདོན་ལ། ལྷ། ལྷ་མ་ཡིན། སི་ཟ། ལྷ།
 གདོན་སྒྲིན། ཆངས་ལ། སིན་པོ། ག་ཟ། ཡི་དྲགས། གུལ་བྱམ། བྱད་ལྷེམས། གཡེང་བྱེད། རོ་
 ལངས། མཚན་ལྷ། ལྷ་མ། རྩང་སྟོང་། ཆན་པོ། གུབ་པ། འདི་ཐམས་ཅད་འབྱུང་པོ་ཟེར། ཞེས་
 འབྱུང་། 4 སྟོག་ཆགས་སྤྱི་ཡི་མིང་། རྒྱ་ཆེར་རྟོལ་བ་ལམ་རིམ་དུ་བྱངས་བ་ལས། འབྱུང་པོ་
 ཆོགས་ལ་རྒྱ་མཆོའི་ཆུ་སིན་བཞིན། ཞེས་གསུངས་སོ། དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོས། འབྱུང་
 པོ་སྤྱི་ཆེ་བ་སྤྱི་མ་ནས་བྱེད་མར་འབྱུང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
 ལས། རྩ་དང་ཤིང་དང་ཤིང་གེལ་བ་དང་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་ཐམས་ཅད་དང་སེམས་ཅན་སྟོག་
 ཆགས་འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་བྱེད་མར་འབྱུང་ཅིང་འོང་བ་ལ་ནི་མཁྱོགས་པས་འབྲོས་པའམ་
 རྟོབས་ཀྱིས་བཞོག་པའམ་ཁོར་གྱིས་བཞོག་པའམ་རྩས་དང་སྤྲགས་དང་སྤྲན་ནམས་ཀྱིས་
 བཞོག་པར་སྤྲ་བ་ནི་ལེན་ཀོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 5 སྤྱིས་དངོས། རྒྱ་ལས་སྤྱིས་
 པའི་དངོས་པོ་སྤྱི་ཡི་མིང་། རྒྱ་ཆེར་རྟོལ་བ་ལམ་རིམ་དུ་བྱངས་བ་ལས། རྩ་ཤིང་འབྱུང་པོ་
 ཆོགས་ལ་མེད་མཚུངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོས། འབྱུང་
 པོ་སྤྱི་ཆེ། རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ལའང་འབྲུག་བྱུང་ངོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྱུང་པོ་འདོན་ཆེན་བཙུང་བྱེད་དང་འབྲ། གདོན་ཆེན་བཙུང་བྱེད་ལ་
 གཟེགས།

འབྱུང་པོ་བྲ། སིན་བྲའི་མིང་དུ་བཤད་དོ། །

འབྱུང་བ། 1 སྤྱེ་བ། འོང་བ། འབབ་བ། བ་ལས་འོ་མ་འབྱུང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ནི་
 རོ་རེག་བྲ་སོགས་འབྲས་བུའི་གཟུགས་ནམས་འབྱུང་བའི་གཞིའམ་རྒྱའི་གཟུགས་ལ་འབྱུང་
 བ་ཟེར། དཔེར་ན་འབྱུང་བ་བཞི་ལྟ་བུ། 3 འབྱུང་བ་ལ་ས་ཆུ་མེ་རླང་ནམ་མཁའ་སྟེ་ལྷ་ཡོང་
 པས་བྱངས་ལྷ་མཆོའོ། 4 ཐོབ་བ། དེས་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 5 འབྲོ་བ། རྒྱང་ཐང་གིས་
 འབྱུང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 6 གནས་པ། མྱོང་དུ་འབྱུང་། མྱོང་ཁྱེར་དུ་འབྱུང་ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། 7

བཞོན་པ། སྒྲུང་པོ་ཆེས་འབྱུང་། ཏྲས་འབྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། ༡༨ ལས། ལས་པོ་ཆེན་པ་འབྱུང་།
གསེབ་ནས་འབྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །དེ་ཡང་མཆོད་རྒྱུ་ལས། དེ་ཡང་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་
ནི་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་སྟེ། ཀྲང་གིས་འགྲོ་བ་ལ་ཡང་འབྱུང་བའི་སྒྲ་འཇུག་སྟེ། ཀྲང་ཐང་གིས་
འབྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །བཞོན་པ་ལ་ཡང་འབྱུང་བའི་སྒྲ་འཇུག་སྟེ། སྒྲུང་པོ་ཆེས་འབྱུང་། ཏྲས་
འབྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །གནས་ལའང་འཇུག་སྟེ། སྒོང་དུ་འབྱུང་། སྒོང་ཁྱེར་དུ་འབྱུང་ཞེས་པ་
ལྟ་བུལོ། །ལས་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། ལས་པོ་ཆེན་པ་འབྱུང་། གསེབ་ནས་འབྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་
བུལོ། །རྒྱུ་ལས། འཛོལ་བར་བྱ་བ་ལ་ཡང་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འབྱུང་བ་ནི་འཛོལ་བར་བྱ་
བའི་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་དག་ལས་འདིར་ནི་འབྱུང་བའི་སྒྲ་འཛོལ་བར་བྱ་བ་ཁོ་ནར་བཟུང་སྟེ།
ངས་བར་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་སྒྲོས་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མཆོད་རྒྱུ་
ལས་གསུངས་པ་དེ། སྒོ་བ་དཔོན་ཆོས་བཤེས་ཀྱི་འདུལ་བ་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་སྟོང་ཆ་
འནམ་ལས་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་བཞོན་འདུག་གོ།

འབྱུང་བ་བཞི། ༡ ས། (ས་ནི་འཐས་པ་ཉིད་དང་། མཁའ་བ་ཉིད་དང་། སྒྲ་བ་ཉིད་དེ་དེའི་བྱེད་ལས་ནི་
འཛིན་པའོ) ༢ ཟ། (ཚུ་ནི་གཤེར་བ་ཉིད་དང་། སྦྱུ་པ་ཉིད་དང་། ལྷ་བ་ཉིད་དེ། དེའི་བྱེད་ལས་
ནི་སྦྱད་པའོ) ༣ མ། (མེ་ནི་རྩོ་བ་ཉིད་དེ། བྱེད་ལས་ནི་འཆོད་པ་དང་སྐྱེས་པ་ཉིད་དོ) ༤ ལྷང་།
(ལྷང་ནི་ཡང་ཞིང་གཡོ་བ་སྟེ། བྱེད་ལས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་འཕེལ་བའོ། །ཞེས་ཕུང་པོ་ལྗེའི་རབ་
བྱེད་ལ་གཞི་བྱས།) སྒྲ་བཤད་ནི། ས་སོགས་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལ་འབྱུང་བ་ཞེས་བཛོད་པའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། དེ་དག་ལས་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གི་རོ་རེག་བྱ་སོགས་འབྲས་བུའི་གཟུགས་
རྣམས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཡང་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་
འཁོར་བ་སོགས་མེད་ནས་ཡང་མ་བྱུང་མ་སྟོང་བས་ན་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །

འབྱེད་སྦྱད། (བརྩ་སྦྱོང་།) དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་དབྱེ་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་མང་པོར་འབྱེད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་
མང་པོ་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྦྱད་པའི་དོན་སྟོན་པའི་སྦྱད་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་སྟེ། དེ་ལ།
གམ། དམ། དམ། ཏམ། བམ། མམ། འམ། སམ། ཏམ་བཅས་བརྟུག་ཅིག་གོ། །

(འབྱེད་སྤྱད་དངོས་ལ་གཉིས་ལས) (འབྱེད་པ་ནི) དབང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། མིག་གསལ། རྣ་བའམ།
སྤྱུང་མ། ལྷུང་མ། ལུས་བཅས་སོ་ལྷ་བྱ། (སྤྱད་པ་ནི) མིག་གསལ། རྣ་བའམ། སྤྱུང་མ། ལྷུང་མ།
ལུས་བཅས་ནི་དབང་པོ་ལྷ་ལྷ་བྱ། 2 (རི་ཆོག་ལ་འབྲུག་པ་ནི) སྤྱུ་ཁམས་བདེ་ལགས་སམ་
ལྷ་བྱ། བདེན་ནམ་མི་བདེན། ལྷ་ཡིན་ནམ་མི་ཡིན་ལྷ་བྱ། 3 (འདས་ང་ཅན་ལ་འབྲུག་པ་ནི)
ཆོས་སམ་ཡང་ན་སྤྱད་ལ་མོས་ལྷ་བྱ། བལ་སྤྱད་བྱ། “ཡང་མིན་ན” ཟེར་བའི་ཆོད་དང་། “དང་”
“ཡང་ན” ཞེས་པའི་བྱད་འདུས་དང་འབྲུག་པ་མཚུངས་པར་བཤད་པའང་མཐོང་། དཔེར་ན་
ས་སྤྱུ་ལགས་བཤད་ལས། ཡོན་ཏན་ཀྱན་རྫོགས་སྤྱེ་བོ་བསྟེན། ཡང་ན་ཐ་མལ་འགྲོགས་པ་
བདེ། ལྷུས་པ་ཆུ་ཡིས་གང་བ་འམ། ཡང་ན་སྤྱོད་པ་ཁུར་བ་བདེ། །ལྷ་བྱ།

འབྱོར་བ། འདི་ལ་དོན་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་རྣམས་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པས་འདིར་སྟོས་མི་
དགོས་ལ། འདིར་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་བཤད་པར་འདོད་པ་ནི། འབྱོར་ཞེས་པ་མཐུན་
པའམ་འཕྲོད་པའི་དོན་ལ་འབྲུག་སྟེ། དཔེར་ན་དེབ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༥༡ལས། འགྲི་ཁུང་ཆོས་རྒྱུ་
ཞལ་ནས། རྩེ་བཅུན་གྱིས་ཞེ་བར་གཤེགས་གཤེགས་ཀྱི་བར་ལོ་བཞི་བཅུར་སྤྱུ་ལུས་སྟོས་
ཐག་དང་མ་བྲལ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཡང་” འབྱོར་” རྟོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ།

འབྱོར་བ་བཅུ། རང་འབྱོར་ལྷ་དང་། གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་བཅུ་ལོ།

འབྱོར་རྟོ། མཐུན་རྟོ། འཕྲོད་རྟོ། ཞེས་པའི་དོན། དཔེར་བརྗོད་དུ་གཞིགས།
འབྲུ་གོ་ཤིང་ཐོག་ཨ་སྤེའི་མིང་། ཐང་སན་ཅང་ལམ་ཡིག་ལས། ཨ་སྤེ་ཞེས་པ་འབྲུ་གོ་སྟེ་དེགས་
གཉིས་ཡོད་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལས་ཆུང་བ་ནི་ཁ་དོག་སྟོན་པོ་སྟོན་པ་ན་མེར་པོར་འབྱུར་
རྟོ། ཆེ་བ་ནི་སྟོན་པ་ཡང་སྟོན་པོར་གནས་པ་སྟེ་དེགས་གཉིས་སོ། ཞེས་གསུངས།

འབྲང་། ཁྲིམ། སྟོད་གནས། སྟོད་གྲུང་བཅས་ཀྱི་དོན། མོ་བྲང་ཞེས་པའི་བྲང་ཡང་འདི་དང་
འདྲ་ལོ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་པོད་༩ ག ༡ལས། དེ་ནས་སྟོད་རྣམས་མཁོས་སུ་པབ་སྟེ། རྒྱལ་
པོའི་མོ་བྲང་དང་ཏ་ཅང་ཡང་མི་རིང་བ་ཞིག་ཏུ་འབྲང་བཏབ་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ།

འབྲང་བཏབ་སྟེ་འདུག་ལ། གྲུར་ལུབ་ནས་སྟོད་པའམ། ཆ་ཕོགས་བརྒྱབ་ནས་སྟོད་པའི་དོན། འདུལ་

བ་ལུང་གཞི་པོ་དང་། ག ༡ ལས། རི་ཅམ་ན་མི་དཔྱ་ཆུས་གང་བ་སྒྲན་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
སྤངས་པ་ཞིག་སྤྱད་མོས་ཆམ་དེར་སོང་ནས་རུབ་མོ་འབྲང་བཏབ་སྟེ་འདུག་ནས། གྲེ་མའོ་
བདག་ནི་མི་མ་ཡིན་པས་བསད་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྟམ་སོ། །དེ་ཉིད་དུ་འཆོ་བྱེད་ཀྱང་རུབ་མོ་
འབྲང་བཏབ་སྟེ་འདུག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འབྲང་བ། (བྱེད་འབྲེལ) ༡ རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་དོན། དཔེར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་། ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། འབྲང་བ། འབྲངས། འབྲང་བ། འབྲོངས། 2 (འདུལ་བ) (བྱེད་མེད) བཅའ་བ་དང་། སྒྲེ་བ།
ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ ཆ་བ ༡༩༣༤བཤལས། དེ་ལ་སངས་པོ་རྒྱལ་སྤྱི་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་ནི་གང་གི་
ཆོ་འབྲང་བའི་ཆོ་དུས་ལ་བབ་པ་དེའི་ཆོ། ཞེས་དང་། བ་འབྲངས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པ་བེའུ་
རྗེས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ལྷུ་འི་བྱི་བཞིན་འབྲང་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

འབྲལ་བའི་སྤང་ལྷང་། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷང་སྤམ་ཅུའི་གཉིས་པ། འབྲལ་བའི་སྤང་བའི་ངོ་ཉི་ནི་བཅས་
ལྷན་དགེ་སྤོང་གིས་རང་གི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཆོས་གོས་གང་ཡང་
རུང་བ་དང་མཆོམས་ཐ་དད་དུ་འབྲལ་བར་བྱེད་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིལ། །སྤང་གཞི་ནི་
མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སྤོང་རབ་ཏུ་མང་པོས་ཆོས་གོས་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷང་
བྱེད་བཅས་པལོ། །དགག་བྱ་ནི་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་རྟགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉམས་པ་དང་།
ཆོས་གོས་གསུམ་རྒྱུད་ཐོས་པལོ། །

འབྲལ་བའི་སྤང་བ། (འདུལ་བ) འབྲལ་བའི་སྤང་ལྷང་ལ་གཞིགས།

འབྲས། ༡ འབྲུའི་རིགས་ཤིག་ 2 མ་ཡི་རིགས་ཤིག་སྟེ། འབྲས་བྱ་འབྲས་ཆེན་པོ་དག་ཡོད་པའོ་ཞེས་དགེ་
ལེགས་བཤེས་གཉེན་གསུང་། 3 འབྲས་ནི་ཤེད་སྟེད་འཁོར་ལོ་དམར་པོར་རྒྱར་པལོ། ཞེས་
གསོ་རིག་ཀྱི་ ཀོ་བ ༡༤༩༩ལས་གསུངས་སོ། །

འབྲས་དཀར། ལོ་གསར་སྐབས་བཟའི་ས་བཞོད་མཁན་གྱི་མིའི་མིང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། འབྲས་ནི་སྟོན་
འབྲས་དང་དཀར་ནི་དཀར་ལུག་སོགས་ལྷགས་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་ནི་ལྟར་བྱུང་སྟོར་བཞོད་
ཅིང་། ལོ་འདིའི་ནང་དུ་འདེམས་འབྲུང་བའི་གཤེས་བཞོད་བྱེད་མཁན་ཡིན་པས་ཆ་ནས་

འབྲས་དཀར་ཟེར་བ་རེད་ཅེས་ཤོད་སྟོལ་ཡོད། ཡང་ཨ་མ་མཛོ་ལུང་བ་སོགས་སུ་འབྲས་དཀར་
ལ་བེར་དཀར་ཟེར་བ་ནི། འབྲས་དཀར་གྱི་ལག་ཏུ་བེར་ཀ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེའི་ཆ་
ནས་མིང་ཐོགས་པ་ཡིན་ཞེས་བ་ཤད།

འབྲས་ཅན། 1 འབྲས་བྱ་དང་ལྗན་བ་སྟེ་རྒྱུའི་མིང་རོ། 2 འབྲས་ཆན་དང་འབྲ།

འབྲས་ཆན། (འདུལ་བ) 1 བཙུགས་པའི་འབྲས་ལ་ཟེར། 2 ནས་བརྒྱངས་པའི་ཆན། འདི་ལ་ཆོལ་ཆོལ་
གྱི་ཆན་ཡང་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། འབྲས་ཆན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནས་
བརྒྱངས་པའི་ཆན་ཏེ། ཆོལ་ཆོལ་གྱི་ཆན་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས།

འབྲས་རྟགས། འབྲས་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཏེ། དཔེར་ན་དུ་ལྗན་གྱི་ལ་ལ་ཆོས་
ཅན། མེ་ཡོད་དེ། དུ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་ཆང་མང་བཞིན། ཞེས་བཀོད་པའི་ཆོན་དུ་བ་
ལྟ་བུ། འབྲས་རྟགས་ཀྱི་མཛད་ཁྲིམས་ནི། ས་བརྩ་བའི་མཛོད་ལས། དུ་བ་ལས་ནི་མེར་ཤེས་
དང་། །རྒྱ་སྒྲུབ་ལས་ནི་རྩེ་ཤེས་ལྟར། །བྱང་རྩེ་ཤེས་ས་དཔལ་ལྗོན་ལྟར། །རིགས་ནི་ཆང་
མ་དག་ལས་ཤེས། །ཞེས་པའི་མཛོད་ཤོད།

འབྲས་རྟོགས་གཉིས་པ། འབྲས་རྟོགས་གཉིས་པ་འདི་གཙོ་བོ་སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆང་
འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན། སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆང་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། གཟུང་
རྣམ་གཞལ་བྱ། འཛིན་རྣམ་ཆང་མ། རང་རིག་འབྲས་བྱར་བྱས་པའི་ཆང་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་ནི་མཛོད་སེམས་གཉིས་ཀས་ཁས་ལེན་ཀྱང་འབྲས་རྟོགས་གཉིས་པའི་གཞུང་དེ་དག་
གིས་སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་གཙོ་བོར་གཏན་ལ་འབབས་པས། སེམས་ཙམ་བྱུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་ཆང་འབྲས་ནི་འདི་ལྟར་བྱ་སྟེ། རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཐོན་པོའི་རྣམ་པ་
གཞལ་བྱ། དེ་ལ་གསལ་དུ་མི་སྦྱོར་བའི་ཤེས་པ་ཆང་མ། རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཐོན་པོ་
དངོས་སུ་རྟོགས་པ་འབྲས་བྱ་ནི་གཞན་རིག་གི་ཆང་འབྲས་སོ། །ཡང་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་
གྱུར་པའི་གཞལ་བྱ་རིག་པའི་གཟུང་རྣམ་གཞལ་བྱ། དེ་ལ་སྦྱོར་འདོགས་གསལ་དུ་གཙོད་པའི་
འཛིན་རྣམ་ཆང་མ། རང་རིག་པའི་ཆང་མ་འབྲས་བྱའོ། །ཞེས་ལུང་སྒྲུའི་བྱུ་བ་མཐའ་སོགས་སུ་

གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

འབྲས་རྟོགས་དང་པོ། འབྲས་རྟོགས་དང་པོ་འདི་གཙོ་བོ་མདོ་སྒྲེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན། མདོ་སྒྲེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། སྡོན་པོ་གཞལ་བྲ། སྡོན་པོའི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྡོན་པ་དེ་ལ་གསར་དུ་མི་སྤྱི་བའི་རིག་པ་ཆད་མ། སྡོན་པོ་རྟོགས་པ་འབྲས་བྱའོ། །འབྲས་རྟོགས་དང་པོའི་རྣམ་གཞག་འདི་ནི་གཙོ་བོར་མདོ་སྒྲེ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ཞིང་སེམས་ཅན་པས་ཀྱང་མི་འདོད་པ་མིན་ནོ། །མདོ་སྒྲེ་པས་དབང་ཤེས་ལ་ཤར་བའི་སྡོན་པོའི་རྣམ་པ་ནི་དོན་གྱིས་གཏད་པའི་རྣམ་པར་འདོད་ལ། སེམས་ཅན་པས་དོན་སྤང་བའི་བག་ཆགས་ལས་སྦྱེས་འདོད་དོ། །ཞེས་ལུང་སྤྱོད་པའི་རྗེ་ཆེ་གསུང་དོ། །

འབྲས་རྟོགས་གསུམ་པ། འབྲས་རྟོགས་དང་གཉིས་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་ཐོན་པའི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། རྒྱལ་ཆབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། མདོ་སྒྲེ་པས་ཕྱི་དོན་དུ་འདོད་པའི་གཟུགས་གཞལ་བྲ། དེ་ལ་རང་ལུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྡོན་པ་གསར་དུ་མི་སྤྱི་བའི་རིག་པ་ཆད་མ། རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་སྤྱར་བའི་སྡོན་པོ་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཆད་མ་འབྲས་བྱ་ཞེས་པའི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་གཞུང་གི་ལུགས་ལ་ཐོན་པར་བཞེད་དོ། །མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ནི། འབྲས་རྟོགས་གསུམ་པའི་གཞུང་དེ་དག་གིས། རང་ལུགས་ཀྱི་ཆད་འབྲས་འཐད་ལྡན་དུ་བསྒྲུབས་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱི་མ་གཉིས་ལས་རྣམ་གཞག་ལེགས་པར་སྤྱར་བའི་ཆད་འབྲས་གཞལ་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྤྲགས་གསུམ་པ་ཞིག་སྡོན་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་བཞེད་དོ། །

འབྲས་སྤྱངས་སྤྱལ་སྤྱ། 1 ཡགོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་བཤངས་ཤིག་ ཡགོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་ “དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་” དུ་འབྲས་སྤྱངས་སྤྱལ་སྤྱ་ཞེས་ཡང་ཡང་འབྱུང་བ་དེ་ ཡགོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོར་ཞུ་བ་རེད། 2 གདན་ས་ཆེན་པོ་འབྲས་སྤྱངས་ཀྱི་སྤྱལ་སྤྱ།

འབྲས་བྲ། 1 བསྐྱེད་བྲ། 2 བན་ཐོགས། བྲས་རྗེས། བྲས་འབྲས། དཀའ་ལས་བརྒྱབ་པའི་འབྲས་བྲ། ཟེར་བ་ལྷ་བྲ། 3 ཤིང་ཏོག་ ལོ་མ་མེ་ཏོག་འབྲས་བྲ། ཟེར་བ་ལྷ་བྲ། 4 སྤལ་སྤལ། སྤལ་སྤལ། ལྷུ་མ་

པོ། ལྷམ་ལྷམ། སྤེལ་པོ། སྤེལ་པོ། དཔེར་ན་མིག་གི་འབྲས་བུ་ཟེར་བ་དང་། རྒྱུ་པའི་འབྲས་བུ་
ལྷང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། 5 རྒྱུ་པ། རྒྱུ་པའི། རྫོང་དོག་ རྒྱུ་པའི་འབྲས་བུ་ལྷང་ཟེར་
བ་ལྟ་བུ། མིང་གི་རྣམ་ཐངས་ནི། མཛོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱུ་པ་ལས། རྩ་གསུམ་གནས་ཤིང་
ཉི། །འབྲས་བུ་མཛོད་དང་རྒྱུ་པའོ། །ཞེས་གསུངས། 6 གཉན་འབྲུང་ལྟ་བུའི་པོལ་མིག་

འབྲས་བུ་ཅན། འབྲས་ཅན་དང་འབྲ།

འབྲས་བུ་ཆེ་བ། གཞུགས་ཁམས་གནས་ཤིང་བཅུ་བདུན་གྱི་བཅུ་གཉིས་པ། མཆིམས་མཛོད་ལས།
གཞུགས་ཁམས་པའི་སོ་སོའི་སྤྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་འབྲས་བུ་ཆེ་བ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །

འབྲས་བུ་དོླེ་འཛིན་པ། 1 མཛོན་བྱང་ལྟ་བུ་འབྲས་བུ་དོླེ་འཛིན་པར་འཛོག། 2 ལྟ་བུ་འབྲུང་པའི་
སྐབས་སུ་ཡང་། རྒྱ་པའི་པོ་ཡིག་སྤྱུགས་སྤེང་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་ནས་རྟེན་བརྟེན་བ་
རྟོགས་པ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱང་རྒྱུ་པ་འབྲས་བུ་དོླེ་འཛིན་པར་འཛོག་དགོས་
པོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །ཞིབ་བ་རྒྱ་འབྲས་དོླེ་འཛིན་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

འབྲས་བུའི་རྒྱུད། (དཤེ་ལུགས་) ལྷང་འབྲུག་གི་གོ་འཕང་། (བཀའ་བརྒྱུད་) དག་པ་གཉིས་ལྷན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་
སྒྲ། སྒྲ་བཤད་ནི། འདོད་བྱའི་འབྲས་བུ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་དང་། དེ་ཉིད་རྗེ་སྤྱིད་
ནས་མཁའ་མ་ཟད་ཀྱི་བར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབྲུག་པས་རྒྱུད་ཅས་བྱའོ། །ཤེས་བྱ་མཛོད་
འབྲེལ་ལ་གཞི་བྱས།

འབྲས་བུའི་བཅའ་བ། (འདུལ་བ་) འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་བཅའ་བ་ལྟའི་ནང་གསེས། རྒྱུན་འབྲུམ་
དང་ཁམ་སྟར་ལྟ་བུ། རྫོབ་དཔོན་ལྟ་བུ་འོད་ཀྱིས། རྒྱ་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པའོ་ཞེས་
གསུངས།

འབྲས་བུའི་གཉེན། བྱ་སྤྱུག་གི་མིང་། སྒྲ་བཤད་ནི། འབྲས་བུ་ཡང་ཡིན་ལ་གཉེན་ཡང་ཡིན་པས་
འབྲས་བུའི་གཉེན་ཞེས་བཏགས་སོ། །དེ་ཡང་མ་མ་ལ་རྒྱ་དང་བྱ་སྤྱུག་ལ་འབྲས་བུའི་ཐ་སྟངས་
བྱེད་པའོ། །

འབྲས་བུའི་ཐེག་པ། སྐྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་མཛད་པ་
རྣམས་དང་རྣམ་པ་མ་བླན་པའི་ལམ་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་སྒྲོམ་པས་ན་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ཞེས་
བྱའོ། །དེ་ཡང་གནས་ནི་གཞལ་ཡས་ཁང་། ལུས་ནི་ལྷའི་འཁོར་ལོ་སྟེ་སྒྲི། ལོངས་སྤྱོད་ནི་
མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད། མཛད་པ་ནི་སྤྱོད་བརྒྱད་སྤྱོད་པ་སོགས་ཀྱི་མཛད་པ་ཅན་དུ་སྒྲོམ་པས་ན་
འབྲས་བུའི་ཐེག་པའོ། །ཞེས་རྗེའི་སྐྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། མཁས་གྲུབ་
ཆོས་རྗེའི་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་༩༣༣ ལས། སྐྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་འདི་ནི་སངས་
རྒྱལ་གྱི་གནས་སྐབས་རིམ་འབྲས་བུ་ཞིག་ད་ལྟ་ནས་བསྒྲོམ་ནས་འབྲས་བུ་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཐེག་
པ་ཡིན་པས་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྲས་བུའི་གཟུགས། འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་ཏེ་བྲུང་བའི་གཟུགས། དཔེར་ན་
དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་སོགས་འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་སོ། །

འབྲས་བུའི་ལྷན་སྟེས། (བཀའ་བརྒྱུད) གཞིའི་ལྷན་སྟེས་དེ་ཉིད་དག་པ་གཉིས་ལྷན་གྱི་ལྷན་སྟེས་སུ་གྱུར་
པ་ལ་ཟེད། བྱག་ཆེན་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

འབྲས་གཟུགས་བརྩ་གཅིག་ མིག་སོགས་དབང་པོ་ལྷ། གཟུགས་སོགས་ལུལ་ལྷ། ཆོས་ཀྱི་སྟེ་
མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་ཏེ་བརྩ་གཅིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞིའི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་
གཟུགས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅས་བྲ། འདི་དག་ལ་འབྲུང་འགྱུར་གྱི་གཟུགས་ཞེས་གྱུར་ཟེད།

འབྲི་གྲང་བཀའ་བརྒྱུད། དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། སྟོབ་པ་འཛིག་ཉན་མགོན་
པོ་ལས་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ།

འབྲི་ཆུ། རྒྱ་མིས་ཡང་ཅེ་ཞེས་འབོད་པའི་ཆུ་པོ་ཞིག Yangtze river

འབྲིང་ལས་མི་ཐངས། འབྲིང་ཅ་མ་མ་གཏོགས་མི་འོང་། འབྲིང་ཅ་མ་ལས་ཡན་མི་འགྲོ་བཅས་ཀྱི་དོན།
རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དག་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། ཐ་མ་ཞིག་གོགས་བཟང་པོ་དང་
འགྲོགས་ཀྱང་འབྲིང་ལས་མི་ཐངས། རབ་ཅིག་ཐ་མ་དང་འགྲོགས་ན་ཐ་མར་འགྲོ་བ་ལ་ཆོགས་
མེད་གསུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབྲིང་པ། 1 ཉུང་དུ་གཏོང་བའི་དོན། འབྲིང་པ། སྒྲིམ་པ། དབྱི་པ། སྒྲིམ། དཔེར་ན་མང་པོ་གསལ་ན་ཉུང་
ཟད་འབྲིང་དགོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཟད་བའམ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བའི་དོན། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
ལས། ལོ་ནི་རྒྱ་བ་སོང་བས་འཛད་ཅིང་། རྒྱ་བའང་ཞག་སོང་བས་འཛད་ལ་ཞག་ཀྱང་ཉིན་མོ་
དང་མཚན་མོ་སོང་བས་འཛད་དོ། །དེ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་སོང་བས་འཛད་པས་ན་
ཆེད་སྤྱི་ཆད་ནི་ཉུང་ལ། དེ་ལའང་སྤར་དུ་མ་ཞིག་ཟད་སྤར་ཞིག་ཆེ་སྤྲུག་ལ་ཡང་སྤོན་པ་སྤྲང་
ཅིག་ཀྱང་མེད་བར་འབྲིང་བྱེད་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་བར་མ་ཆད་བར་ཡོད་པའི་བྱར་ཉེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 3 འབྲིང་པའི་ད་ལྟ་བའི་འབྲི་ཚུལ་གཞན་ཞིག་སྟེ། བསྐྱ་བའམ་མགོ་སྐོར་
གཏོང་བ། མགོ་སྐོར་སྐྱ་འབྲིང་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འབྲིང་པ། བྲིང་པ། བྲིང་པ། བྲིང་།

འབྲིང་བྲིང་། ཉུང་དུ་གཏོང་བྲིང་དམ་གཏོང་མཁན།

འབྲུ་ལྟ། 1 ཉིལ། ཅས། མོན་སྟན། འབྲས་སོ་བ། གྲོ་ལོ། །གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ་གྲུའི་དོད་ལ་མོན་སྟན་གྲུ་
གསུངས་སོ། །ཞེས་ཆག་འཇུང་ལས་འབྱུང་ལ། དཔེར་མོའི་འཇུང་དང་དཔེར་གི་རབ་བྲིང་
ལས་འབྲས་སོ་བའི་དོད་དུ་གསུངས་སོ། །མོན་སྟན་གྲུ་དང་མོན་སྟན་རྟེན་ཉི་སྟན་མ་ཆེ་ཆུང་
གིས་ཡིན་ཞེས་རྒྱ་མ་དག་གསུང་དོ། །འབྲུ་ལྟ་དང་སྟན་ལྟ་ལ་རྟོ་རྟོ་མཁའ་འགྲོར་འདི་དང་ཉུང་
མི་འདྲ་ཅེས་པ་ལས་འབྲས་སོ། །ཞེས་རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། 2 ཅས། འབྲས། གྲོ་
སྟན་ལ། ཉིལ་ཉེ་འབྲུ་ལྟ། ཞེས་གསུངས་འབྲུལ་ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་ལས་གསུངས་སོ། 3 གྲོ་
ཅས། ཉིལ། མོན་སྟན་གྲུ། མོན་སྟན་རྟེན་སྟེ་ལྟོ། །ཞེས་གཞན་དུ་འབྱུང་དོ། །

འབྲུ་མར། ཉིལ་ལ་སོགས་པའི་འབྲུའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱུལ་ལ་ཟེར།

འབྲུ་མར་ཆ་བ། ཡུངས་ཀར།

འབྲུ་ཆ། གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་དེ་ལ་འབྲུ་ཆ་ཟེར། ངའི་མིང་ལ་འབྲུ་ཆ་ཟེར་གྱི་ཡོད།

འབྲུ་གསུམ་གྱིས་མཆོད། མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ན། སྤྱོད་རྟེན་གསུང་རྟོ་རྟོ་སྤྲུགས་རྟོ་རྟོ་འོ་ལོ་ལོ་སྤྱོད་
གི་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་དག་ནས་བཞུད་ཅིང་རྟོ་རྟོ་གསུམ་གྱི་རོ་བོར་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཉེ་མཆོད་
ཅེས་བའི་དོན།

འབྲུ་རིགས་སྒྲོར། འབྲུའི་ས་བོན། འབྲུའི་ལྗང་བ། འབྲུའི་ངར་བ། ངར་བ་ཞེས་པ་སྒྲོང་བྱའམ་ཡུ་བ་ལ་
ཟེར། འབྲུའི་སྟེ་མ། འདི་ལ་དོག་པ་ཡང་ཟེར། འབྲུའི་སྤྱན་བའམ་སྒྲོགས་པ། འབྲུའི་འབྲུ་སྒྲོགས་
དང་འབྲུ་བ། སྒྲོགས་འབྲུ་སོགས་ཟེར། འབྲུའི་བྲ་མ། འདི་ནི་འབྲུའི་སྟེ་མའི་མཐར་སྒྲེས་པའི་སྤྱ་
རིང་པོ་ཀྱུ་ཤའི་ཅེ་མོ་ལྷ་བྱ་ཟེང་ཟེང་དེའི་མིང་། སྤྱུ་ལ། ནས་དང་། གྲོ་ཨ་ཤོམ་སོགས་འབྲུ་
རིགས་ཡོངས་སྤྱ་མ་སྤྱིན་གོང་གི་སྟེ་ལ་བཟས་ན་རྟོ་མངར་མོ་ཡོད་པའི་འབྲུ་རིགས་གསར་
པའི་མིང་།

འབྲུ་བསོད། འབྲུའི་བསོད་སྟོམས། བོད་ལ་དགེ་འདུན་པ་ནམས་འབྲུ་དང་ཅམ་པའི་བསོད་སྟོམས་ལ་
ཐེབས་སྟོལ་ཡོད་པ་དེའོ་སྟུམ། །

འབྲུག ། བོད་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་དུ་ཡོད་པའི་སྟོག་ཆགས་ཡ་མཚན་ཞིག ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ལས།
འབྲུག་ཅེས་གྲིས་ཆའི་ནང་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་དེའི་སྒྲོར་ལ། བྱང་གནམ་མཆོ་ཁ་བ་དང་། བྱ་
དོད་གོན་གྱི་ཆ་གྲ། གནམ་རྩ་ཁུལ་གྱི་འབྲོག་པ་མང་པོ་བཅས་ཀྱིས་དབྱར་དུས་གནམ་མཆོ་
སྤྱག་མའི་ནང་ནས་སྤྱག་པ་དང་མཉམ་དུ་འབྲུག་ནམ་མཁར་འགྲོ་ཚུལ་དང་། སྐབས་རེ་རྒྱང་
རིང་པོའི་སྤྱིན་གསེབ་ནས་འབྲུག་གི་མཁུག་མ་ཁྲ་ཤར་ཤར་བ་སྤར་ཏེ་བསྐྱལ་བའི་ཆེ་ཆར་རྒྱང་
འདྲེས་མ་རྒྱག་ཚུལ་མཐོང་སྲོང་མང་པོས་ཅེ་མ་ཐུན་བཟོད་རྒྱུན་དེ་སྒྲོར་ད་དུང་ཞིབ་ཅད་ལྷེད་
ལུས། ཉེ་དུས་དེལ་མགོ་མཁུན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐེག་མཆོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ལ་བཀའ་
འདི་ཞུས་པར། རྩ་སྟོད་ཁུལ་ལ་རྒྱང་རིང་པོར་སྤྱག་པ་དང་མཉམ་དུ་འབྲུག་གཅིག་ས་ལ་
བབས་པ་དང་། གཅིག་ནམ་མཁར་འགྲོ་བ་དུས་གཅིག་ལ་གཟིགས་སྲོང་བ་མ་ཟད། རིན་པོ་ཆེ་
རང་གི་ཡབ་དེས་དབྱར་ཐན་པ་ཆེ་སྐབས་ཤིག་ལ་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱ་གསོག་ཟངས་ཆེན་ནང་འབྲུག་
རྒྱང་མཐེ་བོང་ཙམ་ཞིག་བསྐྱང་བ་གཟིགས་ཤིང་། དེ་འབྲུང་བ་དང་འཐབ་སྟེ་སྐྱོད་ཅིག་ལ་འུར་
སྒྲོ་དང་བཅས་ནམ་མཁར་འཕགས་འགྲོ་བ་གཟིགས་པ་རེད་ཅེས་དང་། དེས་མ་ཆད་རིན་པོ་
ཆའི་ཡབ་ལ་འཇུ་མི་མམ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། རྒྱག་རྒྱ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ནང་། དེང་དུས་རི་མོ་
གྲིས་པ་ལྟར་གྱི་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱན་ཆང་བ་ལ་ཆེ་རྒྱང་ཆོན་གང་ཙམ་བྱས་པའི་འབྲུག་ཅིག་

བསྐྱེད་འདུག་པ། དེར་ཉིན་མོ་བྱིས་པ་དག་གིས་གཞོན་པ་བྱས་དོགས་སྤང་སྤོབས་གནང་སྟེ་
 རྒྱ་ཁ་རང་ལ་བཞུགས་པ་དང་དགོང་མཆོམས་ཁོ་ག་ཟུགས་ལྡུབ་གཅིག་ཙམ་ཆེ་རུ་བྱིན་འདུག
 མཆོན་མོ་ལུང་སྤྱང་བཅས་ནས་མཁར་བྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས་འདུག འབྲུག་ནི་འབྲུང་
 བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཆེ་རྒྱུ་སྤྱད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་སྤྱུལ་འབྲུར་བྱུབ་པ་ཡིན་ཆོད་
 འདུག ཅས་ར་རང་ལ་དངོས་སུ་གསུངས་བྱུང་བ། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོག་ཆགས་ཁྲུང་མཆོར་དག་
 རང་འཕེལ་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་ནི་ཉ་ཅང་གི་ངོ་མཆོར་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པས་ད་དུང་ཞིབ་འཇུག་
 དེས་པར་དགོས་པ་མ་སྟུམ་ཞེས་གསལ། 2 འབྲུག་ཡུལ། (Bhutan)

འབྲུག་སྐད། སྤྱིན་པ་དང་ཆར་རྒྱུང་བྲག་ཏུ་འཐབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མངའ་བདག་ཁྱི་
 སྲོང་ལྟུ་བཙན་སྐབས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་ཡིག་ (ཡར་རྩེ་ཡོ་རྒྱུན་གྱིང་པས་དགེ་བ་མཐར་
 རྒྱས་སྤྱིང་ནས་གཏེར་དུ་བཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་ཤོག་གངས་ (༥ན་༡) ཏུ་འདྲ། མཆོ་ཡི་
 རྒྱུང་ལས་མཁའ་ལ་སྤྱིན་དུ་ཆགས་ཤིང་འབྲུང་བ་ཆ་གང་འཕྲང་པས་སྟོག་ཏུ་འཇུག་ཤིང་ དེ་ཉིད་
 འཐབ་པས་མཁའ་ལ་འབྲུག་སྤྱོད་ཤིང་ དག་ཅིང་རར་ན་བར་ནས་སྟོག་ཏུ་འབབ་ཤིང་ དཔེར་ན་མེ་
 ལུགས་རྩོལ་བརྟུགས་པ་བཞིན་ཤིང་ བར་ནས་མེ་དང་རིན་ཅེན་འོད་ཟེར་འཕྲོ་ ཞེས་གསལ་པོར་
 གསུངས་པས་འབྲུག་སྐད་ནི་སེམས་ཅན་འབྲུག་ཅེས་པ་དེའི་སྐད་མིན་པ་རྒྱ་མཆོན་གསལ་
 པོའི་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་བྱུག ཅས་ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ནང་གསལ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་
 མཁས་བླ་བ་དམ་པ་རྣམས་ནི་ཆོན་རིག་མི་ཤེས་པའི་རྩེ་ལུས་ཀླད་ཀླད་མོངས་དང་ཅན་ཞིག་
 མིན་པར། མཆོན་རིག་པས་དེང་སང་ཉ་ལས་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བརྩོད་བྱ་རྒྱུའི་རིག་པ་མང་པོ་
 ཞིག་ནི་མཆོན་རིག་པ་བྱུང་ལོ་ཆིག་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་ཙམ་ཀྱི་སྟོན་རོལ་ཆེས་སྤྱ་མོ་ཞིག་
 ནས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་གྲགས་འདུག་གོ།

འབྲུག་ཅིག་ཏུ་ག་ཟེར་ན། འབྲུག་སྤྱོད་ཞིག་ཏུ་ག་ཅས་གྲག་ན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྟོ་སྟོང་ཉི་མའི་འོད་
 ཟེར་ལས། འབྲུག་ཅིག་ཏུ་ག་ཟེར་ན་འདྲ་ཁོ་བོའི་མགོ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་དོགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་
 བུལ།

འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས། འབྲུག་སྟོན་ཀུན་ལེགས་ཀྱང་ཟེར། གནས་ངེས་མེད་དུ་བཞུགས་པའི་བོད་ཀྱི་
འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་བྱུང་བ་ཐོབ་ཅིག།

འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད། དཔག་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། རྒྱལ་བ་པག་མོ་གྱུ་པའི་སྟོབ་མ་
སྒྲིང་རས་པ་བརྒྱ་རྩེ་རྩེ་དང་། ཆོས་རྩེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་པ་གཉིས་ལས་བརྒྱད་པའི་བཀའ་
བརྒྱད་པའི་བྱུང་བ་མཐའ་ཞིག་སྟེ། འབྲུག་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཆགས་ཚུལ་ནི། སྒྲིང་རས་པས་ལུང་
བསྟན་ལྟར། ཆོས་རྩེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱིས་གནས་ཀྱི་ཕུར་འབྲུག་དགོན་པ་བཏབ། འདི་
གསར་དུ་རྒྱག་དུས་འབྲུག་སྤྱོད་པ་ལོ་ཐང་འགའ་གས་བྲགས་པས་དགོན་པའི་མིང་འབྲུག་ཏུ་
བཏབས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱད་འཛིན་རྣམས་ལ་འབྲུག་པ་ཞེས་སོགས་སོ། །

འབྲུག་རིས། འབྲུག་གི་རི་མོ་ནི་སྟོན་བྲགས་རྒྱས་པའི་མཆོན་དོན། སྤྱབས་རྩེ་ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆའི་
རང་རྣམ་ལས། སྤྱད་སེའི་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཞིག་ནས་བོད་མི་ཆོས་གདན་སོགས་ལ་འབྲུག་རིས་
མང་པོ་འབྱི་བའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན་ཞེས་བྲིས་པར། འབྲུག་སྤྱོད་ཆེ་བ་ལྟར་སྟོན་བྲགས་
རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་འབྲི་སྟོན་ལས། རྒྱ་མིས་འབྲུག་རིས་འབྲི་བའི་རྒྱ་མཆོན་དང་མི་འབྲ་
ཚུལ་བཟོད། ཅེས་གསལ།

འབྲུམ་ཕྱག། འབྲུམ་བྱ་ཕྱ་མོ་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བར་བར་དུ་རྟོལ་ཅིང་མ་བྱུང་བ་ལ་ཟེར།
འབྲུའི་ཆང་། (འདུལ་བ) བཟའ་བའི་རིགས་ལས་བཟོས་པའི་ཆང་ལ་ཟེར། འབྲུམ་ཆན་དང་ནས་ཆན་
སོགས་བཟའ་བའི་རིགས་ལས་བཟོས་པ་རྣམས་སོ། །ལུང་རྣམས་འབྲེད་། ༩ ་ ༡༣༧ ་ ལས།
འབྲུའི་ཆང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆན་གྱི་བཏུང་བ་དང་། བྲེའི་བཏུང་བ་དང་། བབས་ཀྱི་གཏུང་
བལྟ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འབྲུའི་ཆང་དང་། བཙོས་པའི་ཆང་གི་བྲུང་བར་ནི། བཟའ་བའི་
རིགས་ལས་བཟོས་པ་ལ། འབྲུའི་ཆང་། བཙོས་པའི་རིགས་ལས་བཟོས་པ་ལ། བཙོས་པའི་ཆང་
ཞེས་བྱལོ། །

འབྲེག་མཁན། (འདུལ་བ) སྤྱད་དང་ཁ་སྤྱོད་སོགས་བཞུར་མཁན་གྱི་མིང་། གནའ་བོ་རྒྱ་གར་དུ་འབྲེག་
མཁན་རྣམས་རིགས་དཔན་པར་བཙེ་ཞིང་། འཕགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་ཉེ་བར་འཁོར་རམ་

ལུ་སྤ་ཡི་ཞེས་བྱ་བའང་འབྲེག་མཁན་གྱི་རིགས་ཡིན་པར། བཟང་ལྡན་གྱི་རྟོགས་པ་བརྟུན་པའི་
སྐབས་ཀྱི་རྟོགས་བརྟུན་བརྟུན་པར་གསལ་ལོ། །འདུལ་བ་ལུང་སོགས་སུ་འབྲེག་མཁན་ཞེས་
བྲིས་ཤིང་། དག་སྟོན་དུ་འབྲེག་མཁན་ཞེས་སྟུང་ངོ། །

འབྲེལ་བཞོན་པ། 1 ཆོས་གཉིས་མན་ཚུན་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་བརྟུན་པ། 2 གཞུང་སྤ་ཕྱི་འབྲེལ་
བའི་རྒྱ་མཚན་བརྟུན་པ།

འབྲེལ་བཞོན་པའི་མཚན་སྟོན། གཞུང་གོང་འོག་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་བརྟུན་པའི་སྟོན་སྤ་ཕྱི་
འབྲུང་བ་ལ་ཟེར།

འབྲེལ་སྒྲ། (བརྟུན་པ) འབྲེལ་གཞི་དང་འབྲེལ་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཐད་གཞན་
དབང་ཅན་ཞིག་སྟེ། གི་གྱི་ཀྱི་འཕྲི་ཡི་སྟེ་ལོ། །1 འབྲེལ་གཞི་སྟོན་པའི་སྒྲ་ལ་འབྲུག་པ་ནི། དཔེར་
ན་ཤིང་སྟོང་གི་ལལ་ག་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་ལ་འབྲུག་
པ་ནི། དཔེར་ན་སྤ་ལེགས་བཤད་ལས། ཤེས་རབ་ལྡན་པས་ཉེས་བཤད། སེལ་བར་བྱས་
ཀྱི་ལྷན་པོས་མིན། །ནམ་མཁའ་ལྗོང་གིས་དུག་ཅན་སྒྲུལ། །གསོད་པར་བྱས་ཀྱི་ཁྲ་ཏས་
མིན། །ལྟ་བུ།

འབྲོག་པ་ཁྲིས་བདས་པའི་གལ་འགོ་རང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྱང་སྟེས་དབང་གིས་གལ་འགོ་འཇམ་གོ་
གནས་མཐོན་པོར་སྟེབས་སོང་བའི་དཔེ། ལྷན་རྒྱུན་འདི་དང་དེ་པོ་མེད་སར་བོང་བྱས་ནས་
ཆོད་ཅེས་པའི་དཔེ་གཉིས་ཁེངས་བསྐྱུང་པའི་དཔེ་ལ་བེད་སྟོན་བྱེད། སྟོན་འབྲོག་པ་ཞིག་ཁྲིས་
བདས་པ་ན། འཛིགས་སྤང་ཆེན་པོའི་དང་བྲོས་ཤིང་བྱ་གུང་ཞིག་ནང་ཆོགས་འཆོགས་པའི་
སར་བརྟུན་བསྟུན་པོར་གལ་འགོར་སོང་ནས་བསྐྱུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་བྱུང་བའི་འཛིག་
ཆེན་གྱི་གཏམ་དཔེ་ཞིག

འབྲོག་མི་ལོ་རྒྱ་བ། མར་པས་ལོ་རྒྱ་ལས་སྤྱོད་སའི་ཁྲ་མ་ཞིག་མར་པས་ཁོང་ལས་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་
རིང་སྤངས་ཉེ་བརྟུན་འཛིན་པར་སྤྱར་གྲོ། །ཐེ་མར་པའི་རང་རྣམ་གསུང་མགུར་ལས།
ལས་འབྲོང་ཀར་པོའི་ཆོས་ལ་སང། །དཔལ་སྤྱ་གུ་ལུང་གི་དགོན་པ་བྱ། །སྤྱ་སྤྱར་འབྲོག་མི་ལོ་

ཙུ་ལ། །སྤྱ་ཐད་སྒྲོག་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་བསྟུན་པས། །ཁོང་སྤྱི་ཤིན་མི་ཆུང་ཆེ་བར་འཁུམས་པ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འབྲོངས་པ། ཉེ་བར་བསྟེན་པ་ཞེས་པའི་དོན། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། མཐོ་རིས་བྱ་མོས་འབྲོངས་ཤིང་
དགའ་བ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མཐོ་རིས་བྱ་མོས་འབྲོངས་པ་ནི་
ལྷའི་བྱ་མོས་བསྟེན་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲུར་ཁང་ལས་ཀྱང་།
འབྲོངས་པ་ནི་ཉེ་བར་བསྟེན་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་གྲོང་། 1 འབྲིལ་ཞིང་འབྲུག་པ་པའི་ཆ་རྒྱལ་སྤྱི་ཕུང་པོ་ཆེན་པོ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ རྒྱ ་༡༧༤༣༥ ལས། དབའ་གྲོང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུ་སྟུབས་ཆེན་
པོ་གཅིག་ཏུ་འབྲིལ་ཞིང་འབྲུག་པ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆ་ནི་དབའ་ཡི་འབྲི་ཆུ་ལ་གཞན་
མོ། །སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་མདོ་རྩ་རང་འབྲེལ་རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས། དབའ་གྲོང་དང་
མ་གྲོང་གཉིས་ཀ་ལེད་སྤྱིད་བྱས་ཡོད། ཆུ་སྟུབས་ནི་ཆུ་རིས་ཤུར་ཤུར་པོ་སྟེ་ཆུ་རྒྱལ་སྤྱི་དོན་
ཡིན། 2 ཆུ་སྤྱང་ཤས་ཆེར་འཁོར་བ་ལ་ཟེར། གྲོང་འཁོར་ཡང་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ རྒྱ ་༡༧༤༣༥ ལས། དབའ་གྲོང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུ་འཁོར་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་གྲོང་འབྲུག་པ། མ་གྲོང་ལ་གཟིགས།

ཐད་པ། ལྷུལ་བ་དང་གཏོང་པའི་དོན་དུ་བཤད། ཐོད་པ། ཐད་པ། ཐད་པ། ཐོད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་
མོ་ལས། བརྒྱུད་ནས་གཞོད་པ་སྟེལ་པའི་གཞོད་བྱེད་ལ་ཁོན་ནི་དབྱུག་པ་སོགས་སྟེལ་བྱས་
ཐད་པ་བཞེན་དུ་སྟེལ་བྱ་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་ཐད་པས་ཞེས་སྤང་ལ་ཁོ་
དགོས་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཐད་ཐད་གཅོད། ཐག་ཐད་ཀྱིས་གཅོད་པ། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྲག་ཆེན་ཞིང་
ཡིག་ལས། ཡང་ན་རལ་སྒོར་མཁན་བཞེན་དུ། །རྣམ་ཏྲོག་ཅི་སྟེལ་ཐད་ཐད་གཅོད། །ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ནམ་ལ་བཏང་བ། ཟུར་དུ་འགྲིལ་བ།

མེད་ཀྱག་ཀྱབ་པ། ཟུད་ཀྱག་ཀྱབ་པ་དང་འདྲ།

ཟུད་ཀྱག་ཀྱབ་པ། ཟུད་ཀྱག་གཏོང་བ། ཟུད་ཀྱག་ཀྱབ་པ་ཞེས་ཀྱང་གིས་སྤྲང་།

མེད་གཏོང་། དམོད་མོ་ཀྱག་པ། མ་ཟུང་དང་ཅན་སྤགས་གཏོང་བ།

སྤྱ་བ། དབུ་བ་དང་དོན་འདྲ།

སྤྱ། <ཤེད་> སྤྱག་མ་དང་འདྲ་བའི་ཤིང་མཉེན་ལྷེས་ཅན་ཞིག

སྤྱ་ཁྱི་བཞེད། (རྒྱལ་རབས) སང་མི་བདུན་གྱི་དང་པོ་ཡིན། འདི་པོད་གྱི་རབ་བྱུང་གི་ཐོག་མའམ་དང་པོ་
ཡིན། ཞེས་རྒྱལ་རབས་སྤྱ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་༥༥དང་། ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་
སྟོན་༣༤༠ སོགས་སྤྱ་གསལ་ལོ། །སྤྱ་ཁྱི་བཞེད། སྤྱ་ཁྱི་གཟིགས། སྤྱ་རྒྱ། དཔལ་དབྱངས་
བཅས་ཀྱི། འདི་ལ་སྤྱ་དང་། རྒྱ། འབའ། དབའ། ཟླ་ཞེས་འབྲི་ཚུལ་སྤྱ་ཆོགས་སྤྲང་དོ། །ཞིབ་
པར་སང་མི་བདུན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྤྱ་ཁྱི་གཟིགས། (རྒྱལ་རབས) སྤྱ་ཁྱི་བཞེད་དང་དོན་འདྲ།

སྤྱ་བཞེད། (རྒྱལ་རབས) ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་གལ་ཆེན་ཞིག་སྟེ། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་བཅན་པོ་
ཁྱི་སྤོང་ལྷེ་བཅན་གྱི་སྐབས་སྤྱ། སྤྱ་གསལ་སྤྲང་དང་སྤྱ་སང་ཤི་སོགས་རྒྱལ་ཁྲོན་ནམས་ཀྱིས་
བསྐྱེགས་པར་བཤད། ལྷེ་སྤྱང་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཆོད་གཡའ་སེལ་༤༩ན་པ་ལས། སྤྱ་བཞེད་
ཅེས་སྤྱ་གསལ་སྤྲང་དང་། སྤྱ་སང་ཤི་སོགས་རྒྱལ་ཁྲོན་གྱིས་བསྐྱེགས་ཏེ། གཅིག་རྗེའི་བྲག་
དང་། གཅིག་ཁང་ཁྲོན་ནམས་དང་། གཅིག་དགེ་འདུན་མཆོད་གནས་ནམས་ལ་བཞག་པར་
བྲགས་ཤིང་། དེ་ལ་སོ་སོའི་འདོད་པ་ལྟར་ཞུགས་པས་ཁྱི་མར་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་
སྐྱར་པས། རྒྱལ་བཞེད། སྤྱ་བཞེད། སྤྱ་བཞེད་ཅེས་ཅ་བ་ནས་མི་འདྲ་བ་གསུམ། དེ་ལ་ཡང་
རྒྱལ་བསྐྱེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅུང་ཟད་དུ་སྐྱར་བ་ནམས་དང་། བཀའ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ནམས་པ་མི་མ་ཐུན་
པ་སྤྱ་ཆོགས་པས་དེར་བཞེན་རྟོགས་པ་སྤྱ་ཆོགས་སྤྱ་འཕེལ་བའི་ལོ་ཆོགས་མི་འདྲ་བ་སྤྱ་
ཆོགས་པ་ཞིག་སྤྲང་བ་ལས་དོགས་པར་གྱུར་ཀྱང་སྤྱ་བས་འདིར་དགོས་པ་ཆེར་མ་བྱུང་བ་

དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། སྤྱ་གསལ་སྤྱང་སོགས་རྒྱལ་སྒོན་ནམས་ཀྱི་བཞེད་
བཤམ་དགོངས་ཚུལ་ནམས་འདིར་བཞོད་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས་སོ། །

སྤྱ་བ། 1 སྤྱ་བཤམ། སྤྱ་བར་བྱ་བ། དཔེར་ན་འདོད་བྱ་བ་དེ་སྤྱིད་ལ་འདོད་པ་ཞེས་བ་དང་། གཞན་
ཡང་། བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་བ་དང་། སྤྱ་བྱ་ལ་སྤྱ་བ་འདོམས་ཀྱི་སྤྱ་བལྟ་བྱ་དང་། བཏུང་བྱ་ལ་
བཏུང་བ། བཟུང་བྱ་ལ་བཟུང་བ་ལྟ་བུ་ཆེས་མང་ངོ། །2 མོ་མེ་ཉུགས། འདོམས་ཀྱི་སྤྱ་བ་ཞེས་
བ་ལྟ་བུ།

སྤྱ་རྒྱ། (རྒྱལ་རབས) སྤྱ་ཁིབ་ཞེར་དང་དོན་འབྲ།

སྤང་མ། སྤྱར་བའི་ཆང་གི་སྤྱིགས་མ།

སྤོན་སྤོན་པ། རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་དོན་དུ་བཤད། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྱངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་
342ལས། ཉོན་མོངས་སྤྱིན་ཐང་གི་རྒྱ་དམར་པོ་ལྟ་བུ་སྤོན་སྤོན་བ་འོང་བ་འདིས། གཉེན་པོའི་
རྒྱ་ལོན་དང་བཅས་ན་འབྲེལ་གསུང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

སྤར་བ། 1 མེ་སོགས་འབར་བར་བྱེད་པ། 2 རྒྱས་པའམ་སྤེལ་བའམ་འཕེལ་བའི་དོན་ལ་འབྲུག་པ་ནི།
དཔེར་ན་ནང་མཆོད་བྱིན་རྒྱབས་སྐབས་མང་པོར་སྤར་ཞིང་སྤེལ་བར་ལྷུང་། ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

སྤལ་བ། <ཉེ་ཀཾ་ 1 རྒྱ་དང་སྐམ་ས་གཉིས་ཀར་སྤོད་ཅིང་མཆོང་རྒྱག་བརྒྱབ་ནས་འཕྱོ་བའི་སྤོག་
ཆགས་ཤིག་ རྫོང་འོ་ནང་ནས་ཐོན་ཇིས། མགོ་ཆེ་ལ་མཐུག་མ་རིང་བའི་ལྷོང་མོའམ་སྤལ་ལྷོང་
(ཡུལ་སྐད་དུ་འབྲུ་ཐོམ་བྱ་ཟེར) དུ་འབྱུང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ཡན་ལག་བཞི་འབྱུང་ཞིང་།
མཐུག་མ་བྱི་ (བྱད) ཉེ་སྤལ་བར་འབྱུང་། འདི་ལོགས་སྤར་གྱི་ མེཆ: “ཉེ་ཀཾ་” ཟུར་ཆག་པ་
མེན་ནམ་སྤལ་ཡང་དབྱེད་དོ། །2 སྤིག་སྤོན་ལའང་འབྲུག་སྤེ། འདི་ལ་སྤལ་བ་དང་། སྤལ་ཆེན།
སྤལ་བ་རྒྱང་མང་སོགས་སྤལ་འདོད་པའི་བྱིར་དོ། །མདོན་བཛོད་མཁས་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་།
སྤིག་སྤོན་གྱི་མིང་། འཕྲོག་བྱེད་མིག་དང་རྒྱང་མང་སོ། སྤལ་ཆེན་སྤིག་སྤོན་ཀཾ་ཏ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །

སྤས་དོན་ཀུན་གསལ། བདེ་མཆོག་བསྐྱས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་སྤས་པའི་དོན་ཀུན་

གསལ་བ་ཞེས་བྲ་བ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད།
སྤུང་དོན་གྱི་འོད་གསལ། (དགེ་ལུགས་) བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡུལ་
ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ལ། སྤུང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཟེར། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། བདེ་བ་
ཆེན་པོས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་སྤུང་དོན་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། ། (བཀའ་བརྒྱུད་) སྤུང་གས་
ལྷ་མེད་ནས་གསུངས་པའི་འོད་གསལ།
སྤུང་བ། སྤེད་པའི་འདས་པ་སྒྲེ། མི་མངོན་པའམ་མི་མཐོང་བར་བྱས་པ།
སྤུང་གྲ། དབྱིབས་རིང་ལ་ཁོག་སྟོང་གི་མིང་། སྤུང་མའི་སྤུང་གྲ་དང་། འོད་ཀྱི་སྤུང་གྲ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
སྤུང་ཐམ་ཅ་ཆོག་དོན་ཆེན་ལྟ་བུ། རྒྱལ་མཆོག་སྤེད་བཅུ་གསུམ་པོ་ཆེན་པོའི་སྤུང་ཐམ་ཅ་ཆོག་
དོན་ཆེན་ལྟ་བུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས། སྤུང་གྲ་
སྤུང་རྒྱག་རྒྱབ་པ། འདུལ་རྒྱག་རྒྱབ་པའི་དོན། སྤུང་རྒྱག་རྒྱབ་པ་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱེད།
སྤུང་བྲ། (འདུལ་བ་) སྤུང་པའི་སྤེ་མ་བཅུགས་པའི་ལུགས་སྤུང་གས་ལྟ་བུ་སྤུང་ལ་ཟེར། རྣམ་འབྲེད་འགྲེལ་
༩ ལྟ་ ༡༩༣༧༦ ལས། སྤུང་པའི་སྤེ་ལ་གདགས་པའི་སྤུང་པའི་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །
སྤུང་པ་འབྱར་བ་བཞིན། སྤུང་པ་ལོ་བརྒྱར་བྱར་ཡང་སྤེད་པོ་ལེན་རྒྱ་མེད་པ་དང་འབྲེད་པའི་དཔེ།
སྤེད་པ། (བྲེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དྲ་བ་) སྤུང་པ། སྤུང་པ། སྤེས། མི་མངོན་པའམ་མི་མཐོང་བར་བྲེད་པ།
སྤེད་པའི་ལྷུང་བྲེད། (འདུལ་བ་) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་རེ་བདུན་པ། སྤེད་པའི་ལྷུང་བྲེད་ཀྱི་དོན་ནི།
བཅས་ལྷན་དགེ་སྟོང་གིས་རབ་དུ་བྱུང་བ་འདི་པ་དབང་བའི་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་དགེ་སྟོང་
གི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྲང་སྤེད་དམ་སྤེད་དུ་བཅུག་པ་ལས་བྱུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤེད་
གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་བྲུག་སྤེས་བཅུ་བདུན་སྤེད་ཆོས་གོས་སྤུང་པ་ལས་ལྷུང་བྲེད་དུ་བཅས་
སོ། །དགག་བྲེད་ནི་གཞན་ལ་གཞོད་པ་དང་རང་མ་བྲེན་ལེན་གྱི་རྒྱུར་འགྲོ་བའོ། །
སྤེས་པོ། ༡ སྤེ་པོའི་ལྷོག་ལྷོགས། དཔེར་ན་ཤིང་སྤོང་སྤོང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༢ (འདུལ་བ་) བམ་སྤུང་གང་
དུང་གི་ལྷུང་བ་ན་སྤུང་ལ། སྤེས་པོ་ཟེར། འདི་ལ་ཉེས་པ་སྤེས་པ་ཡང་ཟེར། སྤུང་བཤད་ནི། ཉེས་
པ་ལྷེ་བས་ན་སྤེས་པོ་ཞེས་བྲེད། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ ལྟ་

༡༥༧་བཟུངས། ཉེས་པ་སྒྲོམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉེས་པ་ལྟེ་བ་སྟེ་པམ་པར་གྱུར་བ་དང་། དགེ་
འདུན་ལྷག་མ་དང་ཉེ་བར་འདུག་པའི་ལྟར་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སྤྱང་། (འདུལ་བ) སྒྲོ་དང་སྒྲེའུ་ཁུང་མེད་པའི་འབྲུ་སོགས་ཀྱི་མཛོད་ཁང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་
འགྲེལ་ལས། སྤྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་དང་སྤྱང་ཁུང་མེད་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །མཛོད་ལས། ཉིང་སྤྱང་ནས་ནི་ལོ་བརྒྱ་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ལོ། །

སྤྱང་ཤིང་། ཡི་གེ་སྤྱང་སའི་པང་ལེབ། བྱང་ཤིང་དང་འབྲ། འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་བྱང་ཤིང་ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གསེགས།

སྤྱང་བ། ༡ སྒྲོ་བ་བ། ཡོན་ཏན་སྤྱང་ལྟ་བུ། ༢ སྒྲོན་འདག་པར་བྱེད་པ། དེ་མ་སྤྱང་ལྟ་བུ།

སྤྱངས་བ། ༡ བསྐྱབས་པའི་དོན། དཔེར་ན་སྒྲོ་བ་སྤྱང་སྤྱངས་བ། མཁས་པར་སྤྱངས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

༢ བསལ་བ། སྤངས་བ། དོར་བ། རྩྱག་སྤྱིབ་སྤྱངས་བ། སྒྲོན་སྤྱངས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༣

འཕངས་བ། བསྐྱར་བ། དོར་བ། དབྱུགས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། རྒྱར་འཕངས་པ་འཕམ་དོར་བ་ལ།

རྒྱར་སྤྱངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ཀ་བ་ ༡༥༧་ན་ལས། དཔེར་ན་མི་ཤིན་ཏུ་

སྒྲོ་བས་དང་ལྡན་པ་གཉེས་ཀྱིས་མི་སྒྲོ་བས་ཤིན་ཏུ་རྒྱར་བ་ཞིག་ཕྱིར་ཀ་ལོག་ཏུ་བཟུང་སྟེ། མེ་

དོང་གི་ནང་དུ་སྤྱངས་ན་དེའི་ལུས་ལ་ལུས་ཀྱི་གདུང་བ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ།

ཞེས་གསུངས། སྤྱངས་པའི་གོ་དོན་གཞན་རྣམས་ཆོག་མཛོད་གཞན་ལས་བཤད་པ་ལྟར་ལོ། །

སྤྱངས་པའི་ཡི་དམ། (འདུལ་བ) སྤྱངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་དོན་འབྲ། སྤྱ་བཤད་ནི། དམ་བཅའ་སྤངས་

པ་དང་ལྡན་པས་ཡི་དམ་ཞེས་བྱའོ། །

སྤྱངས་པའི་ཡོན་ཏན། (འདུལ་བ) སེམས་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན།

སྤྱངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་གཉིས། (འདུལ་བ) བསོད་སྒྲོ་མས་པ། ལྷན་གཅིག་པ། ཟས་བྱིས་མི་ལེན་པ།

ཆོས་གོས་གསུམ་པ། བྱིང་བ་བ། བྱག་དར་ཁྲིད་པ། དགོན་པ་བ། ཤིང་རྒྱང་བ། ལྷ་གཤམ་མེད་

པ། དུར་ཁྲིད་པ། ཅོག་བྱ་བ། གཞི་རི་བཞིན་པ་རྣམས་སོ།། དེ་ཡང་ཟས་བཟང་པོ་ལ་ཆགས་པ་

སྤང་བའི་བྱིར་ཟས་བསོད་སྟོམས་པ། ཟས་མང་པོ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་སྟན་གཅིག་པ་
 དང་། བྱིས་མི་ལེན་པའོ། ཁོས་འཇམ་པོ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་ཆོས་གོས་གསུམ་པ་
 དང་། བྱིར་པ་བའོ། ཁོས་བཟང་པོ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་བྱག་དར་ཁོད་པའོ། འབྲུ་འཇི་
 ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་དགོན་པ་བའོ། གནས་ཁང་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་ཤིང་བྱང་
 པ་དང་། ལྷ་གཤམ་མེད་པའོ། གནས་ཁང་ལ་ཆགས་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་གཉིས་ཀ་
 སྤང་བའི་བྱིར་བྱང་ཁོད་པའོ། ཁྲོས་པ་བ་སྟེ་ཉལ་བ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་ཅོག་བྱ་
 བའོ། རྩ་དང་ལོ་མ་བཞིང་པ་ལས་གཞན་འབོལ་སྟན་དང་རས་ལ་སོགས་པའི་སྟན་གཤིང་པ་
 ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའི་བྱིར་གཞི་རི་བཞིན་པའོ། སྤྲ་བཤད་ནི། སེམས་ལས་བྱང་བྱ་བྱེད་པའི་
 ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱའོ། དམ་བཅའ་ལྡངས་པ་དང་ལྷན་པས་
 སྤངས་པའི་ཡི་དམ་ཞེས་བྱང་བྱའོ། སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་གསུམ་ཞེས་བཤད་ཡོད་པས་
 དེའི་སྒོར་ལོག་ཏུ་གཟིགས།

སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་གསུམ། (འབྲུ་བ) ཁོས་ལ་བརྟེན་པ་གཉིས་ནི། བྱག་དར་ཁོད་པ། ཆོས་
 གོས་གསུམ་པ། (ཟས་ལ་བརྟེན་པ་ལྔ་ནི།) བསོད་སྟོམས་པ། མཐར་ཆགས་སྤྱུ་རྩུ་བ། སྟན་
 གཅིག་པ། ཟས་ཆོག་པ་བ། ཟས་བྱིས་མི་ལེན། (གནས་མལ་ལ་བརྟེན་པ་ལྔ་ནི།) དགོན་པ་བ།
 ཤིང་བྱང་པ། ལྷ་གཤམ་མེད་པ། བྱས་ཁོད་པ། གཞི་རི་བཞིན་པ། (བརྩོན་འགྲུས་ལ་བརྟེན་པ་
 གཅིག་ནི།) ཅོག་བྱ་བ་དང་བཅུ་གསུམ་མོ། དེ་དག་སོ་སོའི་འགྲེལ་བཤད་རྣམས་ཞིབ་པར་
 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ལས་སྤངས་པའི་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་༩ ས ༡༡༣༡བཅུན་
 གསལ་བས་དེར་གཟིགས།

སྤངས་ཆགས། (འབྲུ་བ) རྩུ་ཆགས་ལྷ་བ་ཡོད་པ།

སྤང་བའི་ཆང་། (འབྲུ་བ) འབྲུའི་ཆང་། རས་དང་འབྲས་ཆན་ལས་བྱས་པའི་ཆང་ལྟ་བུ།

སྤང་བའི་ཚ། (འབྲུ་བ) གང་ཞིག་རྩས་སྤང་བ་ལས་སྤྱིར་པོར་གྱུར་ཅིང་ཉམས་པའོ། །

སྤྱན་པ། (མར་བྱིན) གཏོང་བའི་སེམས་བཤམ་དེས་ཀྱན་ནས་བསྤངས་པའི་ལུས་ངག་གི་ལས་ཅི་

རིགས་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བྱང་ས་ལས། སྤྱིན་པའི་དོ་བོ་ཉིད་གང་ཞིག། ཡོ་
བྱང་ཐམས་ཅད་དང་རང་གི་ལུས་ལ་མི་བལྟ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མ་ཆགས་པ་དང་
ལྷན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་སྤྱིན་པར་བྱ་བའི་
དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བའི་ལུས་དང་དག་གི་ལས་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཏོང་
བའི་སེམས་པ་དག་བ་དང་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་དག་གི་ལས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །ཡོངས་གྲགས་ལ་གཏོང་བའི་སེམས་པའི་སྤྱིན་པའི་དོ་བོར་བྱེད་པ་ནི་ཅུང་ཟད་
གོ་བ་ཅིང་བའི་སྤྱིན་ནོ། །སྤྱིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་
ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བསྟོར་བ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
པར་བྱིན་བསྐྱས་པ་ལས། སྤྱིན་པ་དེ་འབྲའི་ཅ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །དེ་འབྲའི་སྤྱིན་པ་གཏོང་
འདོད་དེ་མི་བཏང་། །འཛིག་རྟེན་ནང་ན་གཏོང་འདོད་སེམས་ལྷན་པ། །གཏོང་བའི་ནང་ན་
མཆོག་ཅེས་རྒྱལ་བས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོན་པའི་རྟེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
རྗེས་སུ་བྱན་ཅིང་བསྟོམ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྟོན་ཞིང་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ནི་གཏོང་བ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་དང་གཏོང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ་འདི་
ནི་ལག་བཟང་གིས་ཞུས་པའི་དོན་བསྐྱས་པའི་གནད་དམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །སྤྱིན་པའི་ཕན་ཡོན་ཀྱི་སྟོན། མདོ་མཛངས་ལྷན་མདོ་ཕྱེ། ༩ ཡ ༥ པའི་གསེར་དབྱིག་གི་
ལེའུ་༡༡༠བ་༥དང་། དབུལ་མོས་རས་བུལ་བའི་ལེའུ་༡༩༡ན། གཉིས་ན་བཞུགས་
སོ། །གཏོང་བའི་སེམས་པ་དང་དེའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་དག་གི་ལས་ལ་ཟེར། རྗེའི་
ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལྟར་རོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཟང་ཟེང་གི་སྤྱིན་པ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པ། (དག་ཅ་
གཞན་ལ་བསྟོར་བ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པ) བྱམས་པའི་སྤྱིན་པ། (བྱམས་པ་ཆད་མེད་སྟོམ་པ་བྱམས་
པའི་སྤྱིན་པ) མི་འཛིགས་པའི་སྤྱིན་པ་བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་སྟོམ་པ་མི་འཛིགས་པའི་སྤྱིན་
པ་དང་བཞིའོ། །ཞེས་རྗེའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་སྟོན་གསལ་བྱང་བའི་རེ་སྟོང་ལས་
གསུངས། དབུ་མ་ལ་འབྲུག་པ་ལས། སྟེ་བོ་འདི་ཀྱན་བདེ་བ་མདོན་འདོད་ཅིང་། །མི་རྣམས་

བདེ་བའང་མོངས་སྟོང་མེད་མེན་ལ། །མོངས་སྟོང་ཀྱང་ནི་སྦྱིན་ལས་འབྱུང་མཁའ་ནས། །ཐུབ་
 བས་དང་པོར་སྦྱིན་པའི་གཏམ་མཛད་དོ། །ཞེས་ཐུབ་བས་ཁྲིམ་བ་རྣམས་ལ་དང་པོར་སྦྱིན་
 པའི་གཏམ་མཛད་པའི་མདོའི་ཁྲུངས་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ང་བ་
 །ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་གྲགས་པའི་མ་དང་ཆུང་མ་གཉིས་ཀྱིས་བཅོམ་
 ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་མོས་བྱག་བྱས་ཏེ། བྱོམས་གཅིག་ཏུ་འཁོད་དོ། །བྱོམས་
 གཅིག་ཏུ་འཁོད་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་གྲགས་པའི་མ་དང་། ཆུང་མ་
 གཉིས་ལ་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་བསྟན། ཡང་དག་པར་འཛིན་བྱ་
 བཅུག །ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོན། ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་དགའ་བར་མཛད་དེ། སངས་
 རྒྱུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མའི་དུས་སུ་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་སྒྲེང་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་
 ལྟ་སྟེ། སྦྱིན་པའི་གཏམ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་གཏམ་དང་། མཐོ་རིས་ཀྱི་གཏམ་དང་། འདོད་པ་
 རྣམས་ལ་མཐོག་ཆུང་ཞིང་ཉེས་དམིགས་དང་། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་
 བ་དང་། དེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་དབེན་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱགས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་
 པའི་བྱོམས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྦྱིན་པ་རྣམ་བཞི། ཟང་
 ཟེང་མི་འཛིགས་ཆོས་དང་བྱམས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། (རྒྱ་ལོར་སོགས་སྦྱིན་པ་ལ) ཟང་
 ཟེང་གི་སྦྱིན་པ། (གཞན་གྱི་སོགས་སྦྱོབ་པ) མི་འཛིགས་པའི་སྦྱིན་པ། (ཆོས་འཆད་པ་དང་དག་
 ཅ་གཞན་ལ་བསྟོན་པ) ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། (བྱམས་པ་ཆད་མེད་སྟོན་པ་བྱམས་པའི) བྱམས་པའི་
 སྦྱིན་པ་དང་བཞིའོ། །ཡང་། རྗེའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་སྟོགས་ལ་བྱང་བའི་རེ་སྟོང་ལས།
 ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པ། (དག་ཅ་བསྟོན་པ) ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། (བྱམས་པ་ཆད་མེད་སྟོན་པ་བྱམས་
 པའི) བྱམས་པའི་སྦྱིན་པ། (བྱང་སྟོན་ཆད་མེད་སྟོན་པ) མི་འཛིགས་པའི་སྦྱིན་པ་དང་
 བཞིའོ། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

སྦྱིན་པ་རྣམ་གསུམ། ། ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པ། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། བྱམས་པའི་སྦྱིན་པ་ (འདི་ལ་མི་
 འཛིགས་པ་སྐྱབས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ) དང་གསུམ་སོ། །² བྱིད་སྦྱིན་པ་དང་། བྱང་གི་

སྒྲིན་པ། གཉི་གཉི་སྒྲིན་པ་དང་གསུམ། བྱིའི་སྒྲིན་པ་ནི་ཟས་ལོར་སོགས་གཏོང་བའོ། །ནང་གི་
སྒྲིན་པ་ནི་ལུས་སྟོག་གཏོང་བ་ལྟ་བུ། གཉི་གཉི་སྒྲིན་པ་ནི་བྱ་རི་དྲགས་ལ་སྟེར་རྒྱ་མ་རྟེན་ཆེ་
བསྐྱུགས་ཏེ་བྱིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་ཏེ། སྟོ་བཟང་བསྟན་པ་དང་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུ་ཐར་རྩེ་གྲང་ཐར་
བས་མཛོད་པ་ལས། བྱོགས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་སྟོང་བར་བྱིན་ནས་བྱིར་ལྟོག་པའི་ལམ་དུ་བྱ་
བྱི་ལྟོག་པ་མང་སོ་གཟེགས་ནས་གང་རྟེན་དེ་དག་ལ་བྱིན་ཏེ་བྱིར་ལག་སྟོངས་སུ་ཡོང་བའི་དུས་
མང་ལ། དེས་འགའ་ཐུག་ན་སྟེར་རྒྱུའི་ཟས་མེད་པའི་ཆེ་བཅན་ཐབས་སུ་བསྐྱུགས་ཏེ་དེ་དག་
ལ་བྱིན་ནས་ཆོས་པར་མཛོད། འདི་འདྲ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བྲེ་སྟོང་ལས་སྒྲིན་པ་ལ་བྱི་དང་
ནང་དང་གཉི་གཉི་སྒྲིན་པ་གསུམ་དུ་བྱས་པའི་བྱི་མར་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས།

སྒྲིན་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ། སྒྲིན་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དོན་ནི། ཀུན་བརྒྱས་མཆིམས་མཛོད་དུ་
༤༥་པ་དངས་པ་ལས། ཀུན་ལས་བརྒྱས་ལས་ཀྱང་། རི་ལྟར་ན་སྒྲིན་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་
ཡིན་ཞེན། བྱིར་ཞིང་སྒྲིན་པ་དང་། བྱོགས་མི་འབྲེད་པར་སྒྲིན་པ་དང་། འདོད་པ་ཡོངས་སུ་
རྟོགས་པར་སྒྲིན་པ་དང་། མི་གནས་པར་སྒྲིན་པ་དང་། རྒྱ་ཆེར་སྒྲིན་པ་དང་། དགའ་བས་
སྒྲིན་པ་དང་། སྟོད་ལ་སྒྲིན་པ་དང་། འཁོར་དང་སྟོ་བྱར་དུ་ཡོངས་པ་ལ་ལེགས་པར་བགོས་ཏེ་
སྒྲིན་པས་སྒྲིན་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲིན་པའི་འཁོར་གསུམ། སྒྲིན་བྱའི་རྩས། སྟོང་མོ་བ། སྒྲིན་པ་གཏོང་མཁན་དང་གསུམ། དབུ་མ་ལ་
འབྲུག་པ་ལས། སྒྲིན་པ་སྒྲིན་བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་སོས་སྟོང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲིན་སོགས་དྲུག སྒྲིན་པ། རྒྱལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ། བརྩོན་འགྲུས། བསམ་གཏན། ཤེས་རབ་དང་
དྲུག་གོ། དེ་ཡང་སྒྲིན་པ་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ་གསུམ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་
དང་། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས། བརྩོན་འགྲུས་ནི་ཆོགས་གཉིས་ཀར་
གཏོགས་སོ། །

སྒྲིན་སོགས་པར་བྱིན་དྲུག པར་བྱིན་དྲུག་ལ་གཟེགས།

སྒྲིན་སྟེག <རྟམ་> མའི་མཆོད་སྒྲིན། རྟམ་ཞེས་པ་སྒྲིན་སྟེག་གི་སྐད་དོད་དུ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་

ཆེན་པོ་༤༧་གྱི་མདུན་གཟིགས་སུ་གསལ།

སྤྱིན་སྲེག་འབྲུལ་རུང་མི་རུང་བརྟག་ཚུལ། སྤྱིན་སྲེག་དུས་ཚོད་ནམ་ཡིན་ལ་འབྲུལ་མི་རུང་བར་མེ་
 ལྷ་ཡོད་མེད་བརྟག་དགོས་པ་འདི་ལྟར། སྲེག་ལྷག་གྱེད་པར་འདོད་པ་ན། །མེ་ལྷ་བྱང་སྲོང་ས་
 གསུམ་དུ། །གང་བཞུགས་བརྟན་པར་བྱ་དགོས་པ། །གང་བཅིས་ཉིན་གྱི་ཉིན་གངས་ལ། །དེ་
 ཡི་རེས་གཟའི་གངས་ཀྱང་བསྲེ། །དེ་སྟེང་གཅིག་སྟོན་བཞིར་བགོས་པས། །གསུམ་དང་ཐིག་
 འར་ས་སྟེང་གནས། །སྲེག་ལྷག་གྱེད་ན་དངོས་བྱུང་ཐོབ། །གཉིས་འར་ས་འོག་ལ་གནས་
 པས། །སྤྱིན་སྲེག་སྲེག་ལྷག་བྱ་མི་རུང་། །གཅིག་འར་སུམ་ཙུ་ཙ་གསུམ་གནས། །དེ་ཡང་
 སྲེག་ལྷག་མི་རུང་དོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བརྟག་དགོས་པས། །གོང་གི་ཆོག་དེ་དག་གི་འགྲེལ་
 བཤད་མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་ལ། །བོད་རྒྱ་དུག་པའི་ཆེས་༡ ཉིན་སྤྱིན་སྲེག་གྱེད་པར་འདོད་ན།
 ཆེས་ ༡ ལ་གངས་གཅིག་བགང་། དེ་ཉིན་རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཡིན་ན། ༡ ཉི་མ། ༢ ཆེ་མ།
 ༣ མིག་དམར་ཞེས་གསུམ་བགང་། དེའི་སྟེང་ཡང་འཕྲེང་བ་གཅིག་བསྟན་པས། བསྟོམས་
 པའི་གངས་ལྷར་གྱུར་ཅིང་། དེ་ནས་བཞི་སྤེ་པས་གཅིག་ལྷག་གོ། གངས་གཅིག་ལ་མེ་ལྷ་བྱང་
 སྲོང་སུམ་ཙུ་ཙ་གསུམ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པས། སྤྱིན་སྲེག་འབྲུལ་མི་རུང་ཞེས་པའི་དོན་དང་།
 དེས་གཞན་ལའང་རིགས་འགྲེལོ། །ཡང་། ཆེས་ ༣ ཆད་པའི་ ༤ ལ་སྤྱིན་སྲེག་གྱེད་འདོད་ན།
 ཆེས་གཅིག་གཉིས། བཞི་ཞེས་གསུམ་བགང་། དེའི་ཉིན་རེས་གཟའ་སྟེན་པ་ཡིན་ན། ༡ ཉི་མ།
 ༢ ཆེ་མ། ༣ མིག་དམར། ༤ ལྷག་པ། ༥ བྱུར་བྱ། ༦ པ་སངས། ༧ སྤེན་པ་ཞེས་བདུན་
 བགང་། དེའི་སྟེང་གཅིག་བསྟན་པས། ཁྱོན་བསྟོམས་གངས་བརྟག་གཅིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལས་བཞི་
 ཆན་གཉིས་སྤེ་པས། གསུམ་ལྷག་མ་ལུས་སོ། །དེ་ལ་མེ་ལྷ་བྱང་སྲོང་ས་སྟེང་དུ་གནས་པས་
 སྤྱིན་སྲེག་བྱ་རུང་ཞིང་། བྱས་ན་བན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་འཛོལ་སོ། །གསུམ་དང་ཐིག་
 འར་ས་སྟེང་གནས། །ཞེས་པའི་ཐིག་ནི་ཐིག་ལེ་སྟེ། སྟོང་པ་བབས་ནའང་གོང་དང་འབྲུ་བར་
 སྤྱིན་སྲེག་འབྲུལ་རུང་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཆེས་ ༤ ལྷག་པ་ལྷ་བྱུ་ལའང་། ཆེས་གཅིག་༡
 གཉིས། ༢ གསུམ། ༣ བཞི། ༤ བཞི། ༥ ཞེས་གངས་ལྷ་འབྲེན་དགོས།

སྐྱོར་སྒྲོག་ ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་བསྐྱགས་ཏེ་མཐར་དེ་རྒྱུ་མེད་པ་གཅིག་ཏུ་སྐྱོར་བའམ་སྐྱོམ་པའི་སྒྲོག་
ཚུལ་ཞིག་སྐྱ་བཤད་ནི། སྐྱོན་རྗེས་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྒྱུ་མེད་ཆོག་འབྲུ་སྐྱོར་བའམ་
བསྐྱེམས་ནས་སྒྲོག་པས་ན་སྐྱོར་སྒྲོག་ཅེས་བྲ། དུ་ཀྱུ་པའི་གོས་བཟང་ལས་འབྱོར་སྒྲོག་ཅེས་
ཀྱང་བྲིས་སྤང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་རྒྱུ་མེད་པ་རྒྱུ་མེད་པ་རྒྱུ་མེད་པ་རྒྱུ་མེད་པ་
དབྱངས་དང་མཐུན་པར་སྒྲོག་པ་ལ་སྤྱད། དེ་ལ་བྱང་བ་ན་སྐྱོར་སྒྲོག་སྐྱོབ་དགོས་པ་ཡིན།
སྐྱོར་སྒྲོལ། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་མ་བྱོན་གོང་། བརྟེན་ཤམ་ཐབས་སྐྱོན་པོ་ཅན་ལ་
སོགས་པ་འགའ་ཞིག་བྱུང་ནས། བྱང་མེད་ལ་འཁྲིགས་པ་སྐྱོད་པ་ལ་སྐྱོར་བ་དང་། དབྲལ་
སོགས་པའི་སེམས་ཅན་གསོད་པ་ལ་སྐྱོལ་བ་ཞེས་སྐྱོར་སྐྱོལ་དུ་གྲགས་པའི་ཆོས་ལོག་ཅིག་
སྤྱིར་བཏང་སྐྱོར་སྐྱོལ་གྱི་སྐྱོད་པ་འདི་ཅིང་སྐྱོད་དང་འཆལ་སྐྱོད་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད་དེ།
བྱ་སྐྱོན་ཆོས་འབྱུང་། ༡༩༣༥ལས། དེའི་དུས་ན་དབྱུས་གཙང་ན་སྐྱོམ་པ་དང་བཤད་ཉན་བཀའ་
ཆད་དེ་མེད་ཅིང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཉེར་བཤམ་ཐབས་གོང་བ་ཅན་གྱོན་པ་ལ་མིང་གནས་
བཟན་དབྲལ་བཅོམ་ཟེར་བས་བྱེད། སྐྱོམ་པ་སྐྱུང་ཟེར་ནས་དབྱར་རྒྱ་གསུམ་ཅ་བཞི་ལྷ་ཡུང་ལ་
སྤྱད། དགག་དབྱེ་བྱེད་ཟེར་ནས་དེ་ནས་མི་སྤྱང་ངོ་། །སྐྱགས་པ་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་དོན་མ་
རྟོགས་པར་སྐྱོར་སྐྱོལ་ལ་སོགས་ལོག་པར་སྐྱོད་དོ། །ཞེས་དང་། (ཡང་ཤོག་གྲངས་༣༠༠ལས)
དེས་ལྷ་སྤྱ་ཡེ་ཤེས་འོད་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་ཤེས་ཀྱང་། སྐྱགས་པ་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་སྐྱོར་སྐྱོལ་ལ་
སོགས་པའི་སྐྱོད་ལོག་གིས་བཀའ་ཡིན་མིན་ཐེ་ཆེས་དུ་གྱུར་ཏེ། རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ལ་སོགས་
པ་ཁེུ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་བཟངས་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཆོས་སྐྱོབ་ཏུ་བཏང་། ཞེས་སོགས་དང་། ཡང་
དེབ་སྐྱོན་ལས། སྐྱགས་ལ་སྐྱོར་སྐྱོལ་ལ་སོགས་པ་ལོག་པར་སྐྱོད་པ་མང་པོ་སྤྱང་བ་དང་།
ཞེས་པ་ནས། རོ་བོ་རྗེ་དེ་སྐྱུན་འཛོངས་ན། ལོག་པ་དེ་རྒྱུ་མེད་སྐྱུན་དབྱང་བར་བྱས་ཤིང་།
བསྐྱེམ་པ་ལ་པན་པ་ཞིག་འོང་བར་དགོངས་ནས་ཡོད་པ་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་
སོ། །གཞན་ཡང་ཆད་ལྷན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆེས་མང་པོའི་ནང་དེ་ལྟར་དུ་གསལ་ལོ། །

སྐྱོར་རིད། འདི་ཡོན་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་གོང་ཚེ་དུ་རྒྱ་ནག་ལ་དབང་སྐྱུར་མཁན་གྱི་Chin or Juchen

dynasty (sometimes it is Written Jurchen) ཆེན་ནམ་རྩ་ཆེན་ (སྐབས་རེ་རྩ་ཆེན་ཞེས་
 གྲང་གིས་སྤང་ངོ) རྒྱལ་རབས་ཞེས་ཡོད་པ་དེའི་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཅིག་མེན་ནམ་སྤུལ། རྩ་ཆེན་
 འདི་པལ་ཆེར་སོག་རིགས་ཤིག་ཡིན་འདུག་སྤུལ། པཎ་ཆེན་ཆོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་
 རྣམ་ཐར་འཆད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལམ་རིམ་ལྟ་བུ་པའི་རྣམ་ཐར་༥༥ལས། རྩེ་(པཎ་ཆེན་
 ཆོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་) འདིས་ནོར་འཛིན་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་
 རིན་པོ་ཆེ་སྤེལ་བར་མཛད་ཅིང་ལྷག་པར་དབང་ཕྱོགས་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་
 སྟོབས་མངའ་ཐང་ཆེ་བས་ཕྱོགས་དེར་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་བསྟན་པ་སྟོན་དུས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་
 བཀའ་བྱམས་ཆེན་ཆོས་རྩེ་མངགས་ཏེ་རྩེ་ཐད་དར་བར་བྱུང་ནའང་དུས་ཕྱིས་དར་ཆ་རྒྱང་
 བས་ཐབས་ཚུལ་རྩེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་དར་བར་བྱ་སྤུལ་དུ་ཡོ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་ན་སེ་ཆེན་
 ཆོས་རྩེ་ལ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བཀའ་བབ་ཡོད་པར་གཟིགས་ནས་སེ་ཆེན་ཆོས་རྩེ་བཀའ་
 མངགས་ཏེ་སྟོར་རིང་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱ་མཆན་ཞིབ་བཀོད་ཀྱི་ཕྱག་དམ་རྟེན་སྤྱགས་གནང་སྟེ་
 བཏང་བར་འཕྲིན་ལས་དུས་སུ་བབ་སྟེ་” སྟོར་རིང་” ཀྱི་རྒྱལ་པོས་སེ་ཆེན་ཆོས་རྩེ་གྲུས་བས་
 བཀའ་ཏེ་ཕྱོགས་དེར་འཇམ་མགོན་བསྟན་པ་གསར་དུ་བཅུགས་པས་སྟོར་རིང་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་སྟོབས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ཏེ་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་སྲིད་ལ་འཁོད་ནས་” དབང་
 ཕྱོགས་” སུ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་བསྟན་པ་ཆེས་ཆེར་དར་བར་བྱས་ཤིང་སེ་ཆེན་ཆོས་རྩེ་སྤར་པོད་
 དུ་ཁྱོན་པའི་ཆེ་གོང་མའི་རྒྱལ་པོས་རྩེ་འདི་པ་དང་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ (རྒྱལ་
 མཆོག་ལྟ་བུ་པའི་ཆེན་པོ) པ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུས་འདུད་ལྷ་མེད་མཛད། མངགས་འོས་གཟེངས་
 བསྟོད་ཀྱི་གསེར་ཡིག་གནང་བ་བྱུང་། རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རང་རྣམ་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་
 དེབ་དང་པོ་༡༥ལས་”རྩ་ཆེན་ཅེས་གིས་སྤང་། དེ་ཉིད་ལས། ལྷགས་འབྲུག་ལོ་དཔོན་སྟོབ་
 པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེས་སེ་ཆེན་ཆོས་རྩེ་ལ་”རྩ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་འདི་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་
 ཡོད་འདུག་པས་རང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱིན་བདག་ལ་ཨེ་ཁྱགས་ལྟོས་གསུངས་རྩིངས་བདེ་འགནང་
 སོང་བའི་ཞབས་མཐུད་བྱས་ཏེ་ཐོག་ཏོ་རྒྱལ་པོར་ཡི་གེ་རྟེན་སྤྱགས་བསྐྱར་བ་རྒྱལ་པོའི་གམ་
 རས་གོགས་མེད་དུ་བྱིར་འཁོད།

སྐྱོར་སྐྱོད་ཡན་ལག་བཅུ་ལྔ་། བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟེན་པའི་སྐྱོར་བའི་སྐྱོད་པ་བཅུ་གཉི། སྐྱོར་བའི་སྐྱོད་པ་ལ་
སྒྲགས་པ་སྐྱབ་པ་པོ། རང་སྒྲགས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ལྷ། གཤེག་སྐྱབ་པའི་སྐྱོགས་མཆོག་
སྐྱོང་རོས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ། སྐྱོར་བའི་བཙོན་འབྲུས། དབུས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་སྐྱོགས།
རི་ཅེ་ལ་སོགས་པའི་གཞིའི་གནས། དཔྱིད་ཆེ་དང་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དུས། རི་མོ་དང་
སྒྲགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་རྫོགས་པའི་ལྷ། འཇིགས་པ་མེད་ཅིང་སྒྲན་ཆེ་བའི་སེམས་
སྟོབས་ཏེ་ཡན་ལག་བཅུ་དང་ལྔ་ན་པའི་སྐྱོན་ས་བསྟེན་པ་བྱ་བར་དབྱང་བཟང་ལས་གསུངས་
སོ། །

སྐྱོར་བ། (སྐྱར་བའི་ད་ལྟ་བ) 1 ཐབས། རྒྱ། སྐྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 སྐྱབ་བྱེད།
རྟགས། རིགས་པ། རྟགས་སྐྱོར་ལ་སྐྱོར་བ་ཞེས་པའི་སྐྱ་བཤད་ནི། རྟགས་སུ་སྐྱོར་བ་སྟེ་
བཀོད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའོ། 3 སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པའི་དག ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
གཞན་གྲགས་ཀྱི་སྐྱོར་དག་བཀོད་ནས་ལོག་རྟོག་བརྒྱུག་ལུགས་འདི་གལ་ཆེ་བས་ཞིབ་ཏུ་
བཤད་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 4 བསྟེབས་ནས་སྐྱན་པ། བན་ཚུན་སྐྱིག་པ། 5 ཚོལ་བ།
སྐྱོར་བྱང་ཞེས་པ་དང་། དགེ་བ་མཐར་ཕྱིན་ཁྱོད་ལ་ནི། སྐྱོར་བ་ལས་བྱང་ཅི་ཡང་མེད། ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 6 བན་ཚུན་སྐྱོད་པ། ཐལ་མོ་སྐྱར། མཆོམས་སྐྱོར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 7 སྐྱིན་
པ། རྒྱལ་སྐས་ཞིབ་ལྷས། འགྲོ་བ་ཉུང་ཟད་ནར་མའི་ཟས་སྐྱོར་བ། རྐྱང་ཅིག་ཟས་ཅན་སྐྱིན་
པར་བྱེད་པ་དང་། བརྟམ་བཅས་ཉིན་བྱེད་འབྲངས་པར་བྱེད་པ་ཡང་། དགེ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་
ཞེས་སྐྱེ་པོས་བཀྲུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 8 སྐྱོད་ལས། སྐྱོར་བ་དམན་པ་བཀྲུང་སྤིམ་
བྱེད་པར་བརྟམ་པ་དང་བཅས་པས་ཟས་སྐྱིན་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 9 བྱ་བ། བསམ་
སྐྱོར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 10 འཁྲིད་པའམ་སྐྱེལ་བར་བྱེད་པ། ལྷག་ལ་སྐྱོར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སྐྱོར་བ་ཡན་ལག་བྱུག་སོར་སྐྱད། བསམ་གཏན། སོག་ཚོལ། འཛིན་པ། རྒྱས་ཐོག། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་
ཡན་ལག་དང་བྱུག་རྒྱའི་གསང་འདུས་སྟོན་ལམ་ལས། སོ་སོར་སྐྱད་དང་བསམ་གཏན་སོག་
ཚོལ་དང་། འཛིན་པ་རྒྱས་ཐོག་ཉིང་འཛིན་ཡན་ལག་བྱུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། སྐྱོར་བ་

ཡན་ལག་ཅེས་པ་དང་། རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་བྱུག་གས། ལྷམ་ལ། བཞིར་གསུངས་པ་རྣམས་
 དབྱེ་བསྟུ་ཙམ་ལས་དོན་ལ་བྱུང་བར་མེད་དེ། སོར་བསམ་གཉིས་ལུས་དཔེན། སྒོག་ཚྲིལ་དག་
 དཔེན། འཛིན་པ་དོན་གྱི་འོད་གསལ། རྫོགས་བྱུང་ཉིང་དེ་འཛིན་གཉིས་བྱུང་འབྱུག་གིས་བསྟུས་
 པའོ། །འདི་སྒྲོར་རྫོང་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་སོགས་ན་ཕིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡོད་པས་དེར་གཞིགས་
 པར་བྱ། །འཇམ་མགོན་ཀོང་སྟུལ་རིན་པོ་ཆེའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་སྟུང་ཆ་༣༣ནས་འདི་
 སྒྲོར་བཞུགས་པས་དེར་གཞིགས།

སྒྲོར་བ་ཡན་ལག་བྱུག་རིམ་ལྷས་བསྟུས་ཚུལ། དེའི་ཚུལ་གོང་དུ་སྒྲོར་བ་ཡན་ལག་བྱུག་ཅེས་པའི་
 བཅད་དུ་གཞིགས།

སྒྲོར་བའི་ཆོས་བྱུག་ལས་རིམ་བསྒྲོམ་པའི་སྒོན་འགྲོའི་སྒྲོར་བའི་ཆོས་བྱུག་ནི། དང་པོ་གནས་ཁང་གི་
 དོར་བྱས་ལ་སྒྲུ་གསུང་སྟུགས་ཀྱི་རྟེན་དབང་པ། (འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སྒྲིགས་བཅ་) ཉག་
 པ་ལས། བྱུག་དར་བྱེད་པ་ལ་ནི་པན་ཡོན་ལྷ་ཡོད་དེ། འདི་ལྷ་སྟེ། བདག་ཉིང་སེམས་དང་བར་
 འབྲུར་བ་དང་། གཞན་སེམས་དང་བར་འབྲུར་བ་དང་། ལྷ་རྣམས་ཡིད་དགའ་བར་འབྲུར་བ་
 དང་། མཛེས་བར་འབྲུར་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་སོགས་པ་དང་། ལུས་ཞིག་ནས་བདེ་འགྲོ་མཐོ་
 རིས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ལྷ་རྣམས་སུ་སྒྲེ་བར་འབྲུར་པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་མཆོད་པ་
 གཡོ་མེད་པར་བཅའ་ལ་བཀོད་པ་མཛེས་བར་བཞུགས་པ། གསུམ་པ་སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་རྣམ་
 སྟངས་ཀྱི་ཆོས་བདུན་ལྷན་དུ་འཁོད་དེ་དགེ་སེམས་བྱུང་བར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་སྒྲུབས་སེམས་
 སོགས་བྱ་བ། བཞི་བ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ། ལྷ་པ་བསག་སྒྱུར་གྱི་གནད་འདུས་པ་
 ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུལ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ་བ། བྱུག་པ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་དག་
 བཞིན་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་རིས་སུ་བྱ་བ་དང་བྱུག་གོ།

སྒྲོར་བའི་ལྷ་དང་། (འདུལ་བ་) དགེ་སྦྱོང་གིས་རྒྱ་བར་འདོད་པས་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲོ་རྩལ་དུ། བརྒྱ་བྱའི་
 རྫོགས་ལ་རྣོས་ཏུག་བྱེད་པའི་ལྷ་དང་བལྟ་བུ། དེ་ལ་སྒྲོར་བའི་སྒྲོམ་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ལྷ་བཞད་ནི།
 ལྷ་དང་བ་དངོས་གཞི་རྫོགས་པ་ལ་སྒྲོར་བར་བྱེད་པས་ན་སྒྲོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་ན་པམ་ལྷག་

སོགས་ལ་འདྲུག་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ཅན་མ་ཡིན་པར། ལུས་དག་གང་རུང་དུ་ཐོན་ན་པམ་པ་
དངོས་གཞི་ལ་མ་རེག་བར་དུ་སྒྲོར་བའི་ལྷང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དངོས་བཏགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་
སོགས་ཞེས་པར་མཆོད་རྒྱུ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བའི་ལྷང་བ། (འདུལ་བ) ལུས་དག་ཏུ་མ་ཐོན་ཀྱང་རྒྱ་བར་འདོད་པའི་བསམ་པ་སྐྱེས་པ་
ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། སྒྲོར་བཤད་ནི། རང་གི་སྒྲོར་བ་མཆན་ཉིད་པ་ལ་སྒྲོར་བར་བྱེད་པའི་ན་སྒྲོར་བའི་
སྒྲོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་ཏུ་བཤད་ན། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་
མཆན་ཉིད་པ་དང་། བཏགས་པ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་སེམས་བསྐྱེད་
པ་དང་། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ལུས་དག་ཏུ་བྱུང་བའོ། །དང་པོ་ནི་ལུས་དག་ཏུ་མ་བྱུང་ཀྱང་རྒྱ་བར་
འདོད་པའི་བསམ་པ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། དགེ་སྒྲོང་གིས་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཁྲིལ་ས་
ལྡང་བ་ནས་གོམ་པ་འདོར་བ་བྱེད་ཅིང་། བརྒྱ་བྱའི་རྩལ་ལ་ནོས་ཏུག་མི་བྱེད་པའི་གནས་
སྐབས་ལ་ཟེར། རྣམ་པའི་སྤྱོད་པ་ཏུ་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་
བཏགས་པ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲོར་བའི་རྣམ་པའི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་བཏགས་པ་བ་དང་། དངོས་
གཞིའི་རྣམ་པའི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་བཏགས་པ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་བྱེད་པཞིན་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱ་བར་འདུན་པ་ལོག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། མཐར་མ་སྟག་པའི་སྒྲོན་པ་སྒྲོར་བ་
དང་རྣམ་པ་འདྲ་བས་ན་སྒྲོར་བའི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཀྱང་
སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་མཆན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པས་ན་བཏགས་པ་བ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྟ་
རྩལ་རིན་ཐང་མ་ཆང་བ་བརྒྱས་པས་ཐོབ་སྟོབས་པ་སྒྲིར་བཏང་ལྟ་བུ་སྟེ། ཡན་ལག་གཉིས་
མ་ཆང་ལ་མཐར་སྟག་བྱུང་བའོ། །དེ་ནི་མཐར་སྟག་པས་ན་དངོས་གཞིའི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་ལ།
རང་གི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་མཆན་ཉིད་པ་དང་ལྷང་བ་དོན་ཉམས་དུ་བསྐྱེད་པས་ན་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་
བ་ཞེས་བྱ་ལ། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཀྱང་སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་མཆན་ཉིད་པ་མ་
ཡིན་པས་ན་བཏགས་པ་བ་ཞེས་བྱའོ། །མཆོད་རྒྱུ་ལྟར་དོ། །

སྒྲོར་བྱང་། ཚེལ་བྱང་།

སྒྲོར་ལམ་སྟན་གཅིག་སྟན་ཐོག་གཅིག་གམ་མཉམ་གཞག་ཐུན་གཅིག་ལ་མཐོང་ལམ་མདོན་དུ་བྱེད་
བར་ངེས་པའི་སྒྲོར་ལམ།

སྒྲོར་ལམ་སྟན་གཅིག་པ། སྒྲོར་ལམ་སྟན་གཅིག་པའི་གང་ཟག

སྒྲ། 1 གཡག་ཅིང་ལས་བཏགས་པའི་གོས་རྩལ་ཅིག 2 སྒྲ་གྲུར། འབྲོག་པའི་སྒྲ་གྲུར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
བརྗོད་ཆེར་བཏགས་སྒྲུངས་ཏེ་བརྗོད།

སྒྲ་ཏི་དགེ་བཤེས། བྲ་ཏི་དགེ་བཤེས་དང་འབྲ།

སྒྲ་ནག་ཞོལ། ལྷ་སའི་བྱང་ཁྱེར་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་སྒྲར་ཁམས་པ་རྩ་ཆོར་བ་རྣམས་སྒྲ་གྲུར་ལུབ་སྟེ་
སྒྲོད་པའི་ས་ཁུལ་གྱི་མིང་། ལྷ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་༤༩ན་གསལ།

སྒྲང་ཆང་། (འདུལ་བ) སྒྲང་ཅི་ལས་བྱུང་བའི་ཆང་།

སྒྲང་ག། སྒྲང་བྱའི་མིང་།

སྒྲང་བྲ། མི་གཙང་བ་ལ་འཁོར་བའི་གཤོག་ལྡན་གྱི་སྒྲོག་ཆགས་ཤིག བྲི་རྒྱལ་གྱིས་fly/flies ཟེར་བ་
དེལ།

སྒྲང་མ། 1 སྒྲང་ཅི་གསོག་མཁན་གྱི་གཤོག་ལྡན་གྱི་སྒྲོག་ཆགས་ཤིག འདི་ལ་བྱང་བ་ཟེར། ཏུན་ཏོར་
ནས་ཐོན་པའི་ཐོད་གྱི་ཡིག་རྟིང་རྣམས་སུ་སྒྲང་མ་ལ་བྱང་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་བོད་སྒྲོད་
བྲས་འདུག སྒྲང་མ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་ལོགས་སྒྲུར་གྱི་ “ལྷ་མ་ར” ཟུང་ཆག་པ་ཡིན་པར་
སེམས། འདི་ལ་བྲི་རྒྱལ་བས་bee/honeybee ཟེར། མདོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས། ར་
ཡིག་གཉིས་པ་མེ་ཏོག་འབྱུང་། །སྒྲང་ཅིའི་བརྒྱལ་ཞུགས་སྒྲང་ཅི་ལྟར། །སྒྲང་ཅི་སྒྲོད་དང་སྒྲང་
ཅི་འདོད། །སྒྲང་ཅིའི་ཕྱི་ལྟར་གཤེས་རྟོགས་ཏེ། །རྒྱལ་ཉལ་མེ་ཏོག་འཛོར་བ་དང་། །མེ་ཏོག་ཟས་ཅན་
མེ་ཏོག་འབྲུག། །རྒྱང་བྲག་རྩིས་ལྷ་མ་ར། །ཉམ་རྒྱུང་དབང་པོ་གསུམ་སྒྲུང་དང་། །བརྒྱུད་འཛིན་
བརྒྱུད་སྒྲིན་བརྒྱུད་བརྒྱལ་ཞུགས། །མི་གནས་འཁོར་འབྲོག་སར་འཛིན། །རྒྱལ་འཆང་རི་སྒྲེས་
སྒོས་དད་ལྡན། །རྩོ་ལྟར་མེ་ཏོག་ལྟར་བ་དང་། །མེ་ཏོག་ལ་ཅེ་མཆོག་ཏུ་དགལ། །སྒྲང་ཅི་སྒྲོད་
བྱེད་སྒྲང་ཅི་འདོད། །སྒྲང་ཅིའི་ཟས་ཅན་སྒྲང་ཅི་སྒྲེས། །སྒྲང་བྲ་སྒྲང་མ་བྱང་བལྟ། །ཞེས་

གསུངས། མདོན་བརྗོད་རྒྱ་མཚོ་ཆུ་ཐེགས་སུ་འདེུང་བསྐྱས་ཅམ་ཞིག་སྤང་། དོགས་
གཅོད། བོད་མདོན་བརྗོད་ཀྱི་ལུང་དེར་ “སྤང་ཅི་འདོད” ཅེས་པ་འདི་ལན་གཉིས་འབྱུང་བས་
དབྱེད་པར་བྱའོ།² སྤང་བྱ། མི་གཙང་བ་དང་གསོགས་ལ་འཁོར་བའི་གཤོག་ལྡན་གྱི་སྒྲིག་
ཆགས་ཤིག བྱི་རྒྱལ་གྱིས་fly/flies ཟེར་བ་དེའོ།

སྤང་ཅི། སྤང་མས་བསགས་པའི་མེ་ཏོག་གི་བཅི་བརྒྱད་མངར་མོ།

སྤང་ཅི་བྱགས་པའི་སྤྱ་གྱི། སྤྱ་གྱི་རྟོན་པའི་ཁ་ལ་སྤང་ཅི་བྱགས་ནས་བལྟགས་ན་ལྷེ་གསོད་པ་ལྟར། བྱི་
ལྟར་དུ་བན་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་དོན་ལ་གཞོད་པ་ཏ་ཆང་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་དཔེ་ཞིག ལ་རྒྱལ་
མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པའི་ལྟགས་བྱུང་བསྐབ་བྱ་ལས། བཅོས་མའི་ལྟར་སྤང་གྲོགས་སུ་ཆོས་པ་
ནམས། །སྤང་ཅི་བྱགས་པའི་སྤྱ་གྱི་དང་མཆུངས་པས། །ཁ་མཛེས་ཁོང་གི་མས་བཅན་པའི་གོ་
ཆ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

སྤང་ཅི་འདྲ། (མདོན་བརྗོད) བྱུང་འབྱུག་གི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། མདོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་
འགྲེལ་པ་འདོད་འདོར་མོ་༡༥༤བཟུངས། ལྷ་མ་ཡིན་སྤང་ཅི་ཞེས་བྱ་བའི་དབྲ་ཡིན་པས་སྤང་
ཅི་འདྲའོ། །ཞེས་བཤད་དོ།

སྤང་ཅི་འདྲ། (མདོན་བརྗོད) བྱུང་འབྱུག་གི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། མདོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་
པ་འདོད་འདོར་མོ་༡༥༤བཟུངས། སྤྱེས་བྱ་སྤང་ཅི་ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་ལས་བརྒྱད་ནས་བྱུང་
བས་སྤང་ཅི་འདྲ་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ།

སྤྱམ་མ། སྤྱག་གྲུ་སྤྱེ་རྒྱ་ཡོད་པའི་བྱུང་མེད། མངལ་དུ་སྤྱག་གྲུ་ཆགས་པའི་བྱུང་མེད། མངལ་ན་སྤྱག་
གྲུ་ཡོད་པའི་བྱུང་མེད། མིང་གི་ནམ་གངས་ནི། སེམས་ཅན་ཞུགས་མ། ལུས་ལྷེ་མ། མངལ་
ཆགས་མ། ཉན་ལྡན་མ། སྤྱིང་པོ་ལྡན་མ་བཅས་སོ། །མདོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་
པ་འདོད་འདོར་མོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་རོ།

སྤྱལ་དུ་བརྒྱས། འཁོར་ལྷོད་མཆུག་ཏུ་སྤྱལ་ཡོད་པའི་སྤྱགས་སྤེང་ལ་སྤྱལ་ཞེས་བྱ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་
སྤྱགས་བརྒྱོད་པ་ལ་སྤྱལ་བརྒྱས་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་གསལ་སྟོན་ལས། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ལྷོད་

མཐར་སྟང་ཡོད་པའི་སྐྱལ་དང་། ཨྱི་ཡོད་ལ་སྟང་མེད་པའི་མཐུག་མེད་དང་། དེ་ལས་བསྐྱོག་
པའི་མགོ་མེད་དང་། གཉིས་ཀ་མེད་པའི་བཏུས་པ་ཞེས་བཞི་གསུངས། སྐྱ་བཤད་ནི། ཐོག་
མར་ཨྱི་དང་མཐར་སྟང་ཡོད་པའི་གཟུངས་སྟགས་ལ་སྐྱལ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྒྲགས་ལས། ཐོག་མར་ཨྱི་གདེངས་ཀ་དང་འབྲ་བ་དང་། བར་དུ་སྐྱལ་གྱི་
ལུས་ལྟ་བུ་དང་། མཐར་སྟང་མཐུག་མ་ལྟ་བུར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

སྐྱུས་པ། གཉིན་པོར་གྱུར་པ།

སྐྱབས་པ། རེངས་པའམ། རེངས་རེངས་པོར་གྱུར་པའི་དོན།

༼ མ ༽

མ་སྤྲེས་དག། (འདུལ་བ) <ཨརྩྭ་ཉ་ཤུ> རྒྱལ་པོ་མ་སྤྲེས་དག་ལ་གཞིགས།

མ་སྤྲེས་དགའི་འགྲོད་པ་བསལ་བའི་མདོ། ལྷ་རྩ་ཨརྩྭ་ཤུ་གྲོ་ཤི་རྩ་བའི་འོད་ན་རྩ་མ་མུ་ལྷན་སྤྲུལ།
བོད་སྐད་དུ། འབགས་པ་མ་སྤྲེས་དགའི་འགྲོད་པ་བསལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། འདི་སྤྲེ་དགེ་
སྤར་མའི་མདོ་སྤྲེ་༼ ཆ ༽པའི་༡༡བཤན་ས། ༡༩་པ་བའ་བཞུགས། མ་སྤྲེས་དགའི་འགྲོད་
པ་བསལ་བའི་མདོ་དངོས་གཞི་བམ་པོ་གསུམ་པ་ཤོག་གངས་༡༣༣ན་ཤན་བཞུགས་
སོ། །གཞན་ཡང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་མདོ། ལྷ་ལྷ་ལྷང་བའི་མདོ། སོར་སྤེང་ལ་མན་
པའི་མདོ། གཞུགས་ཅན་སྤྲིང་པོར་གདམས་པའི་མདོ། ཁྲིམ་བདག་དཔལ་སྤྲེས་ཀྱི་མདོ་
སོགས་མཉམ་དུ་བཞུགས།

མ་སྤྲེས་པ། 1 རྒྱ་ལས་མ་སྤྲེས་པ། འདུས་མ་བྱས། 2 སྤྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་ནམ་གངས་ཤིག་སྤྲ་
བཤད་ནི། འབྲས་བྱ་རང་གི་ངོས་ནས་མ་སྤྲེས་པས་མ་སྤྲེས་པ་ཞེས་བྱ།

མ་བསྐྱོས་པར་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ཉེར་གཅིག་པ། མ་
བསྐྱོས་པར་ཆོས་སྟོན་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གང་དགེ་སྤྲོད་མའི་སྟོན་
པར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱོས་པ་མ་ཡིན་པས་དགེ་སྤྲོད་མ་ལ་ཆོས་བསྟན་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་
བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྲེང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དུག་སྤྲེས་མ་བསྐྱོས་པར་དགེ་སྤྲོད་མ་ལ་ཆོས་
བསྟན་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པའི་རྟེན་བྱས་ཏེ་རང་རིགས་ཀྱི་
བསྐྱབ་པ་ལ་གཞོད་པའོ། །

མ་ཁོལ། སྤོབ་དཔོན་དཔའ་བོ། ཉ་དབངས། ཐུབ་དཀའ། ཐུབ་དཀའ་བཤག་སོ། མ་ཁོལ། པ་ཁོལ། ཆོས་

ལྷན་རབ་འབྱོར། མ་ཉི་ཅི་ཏ་རྣམས་མཆོད་གྱི་རྣམ་གྲངས་སུ་གསུངས། ཁོང་པ་མ་ལ་ཤིན་ཏུ་
གྲུས་པས་མ་ཁོལ་དང་པ་ཁོལ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་
འབྱུང་༤༧་ཞེས་ལ།

མ་ག་རྒྱ། (ལེགས་སྦྱར) ། སྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོའི་ཆབ་འོག་གི་
ཡུལ། ཤར་དུ་ཨ་ཏུ་འབྱེད། (དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཤར་དུ་ཨ་ཏུ་གའི་ཕྱིད་ཅེས་པ་མི་
འགྲིག་སྟེ་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་ཨ་ཏུ་གའི་རྒྱལ་པོ་བསད་ནས་ཨ་ཏུ་གའི་ཡུལ་ཡོངས་
རྫོགས་མངའ་ཞབས་སུ་བཞུགས་པའི་སྟོན། འདུལ་ལུང་གཞི་༩ ཀ ༡༦ན་ལས་གསུངས་ཏེ།
གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་ཨ་ཏུ་གའི་རྒྱལ་པོ་བསད་དེ་ཁོང་ཁྱེད་ཅམ་པ་རང་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་
ནས། ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ནས་གཞིན་ཏུ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་ཡུལ་ཨ་ཏུ་གའི་རྒྱལ་
སྤྱིང་འབྱོར་བ་རྒྱས་པ་བདེ་བ་ལོ་ལེགས་པ་སྟེ་ཐོ་དང་མི་མང་པོས་གང་བ་བྱེད་དུ་བཞུགས་
གོ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། སྟོན་གྲུ་ཡ། ཏུ་བ་ཏུ་སྤྲ་རྩ་སྟེ། བྱང་དུ་གཞུགས་བཅད་པའི་
དབུས་ཀྱི་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་མིང་རོ། །དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ལ་གཞི་
བྱས་ཏེ་བཀོད། བསྐྱར་ན་དབུས་འབྱུང་འཆང་ཞེས་བྱ་སྟེ། མ་ནི་མ་རྒྱ་སྟེ། དབུས། གའི་ག་ཏ་
སྟེ། བྱུར་པ། རྩ་ནི་རྩེ་ར་སྟེ། འཆང་བ། ཞེས་འབགས་པོད་རྒྱད་གཉིས་ཤིང་བྱུར་ན་གསལ།
རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པོའི་རང་རྣམ་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་ལས་ཀྱང། མ་ག་རྩ་ཞེས་དབུས་འབྱུང་
འཆང་དུ་གྲགས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མ་ག་རྩ་ནི་རིགས་ཀྱི་མིང་ཡུལ་ལ་ཐོགས་པ་
སྟེ། དེ་ནི་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་རྒྱལ་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་དག་གནས་པའི་ཡུལ་ལ་
མ་ག་རྩ་ཞེས་ཐོགས་སོ། །ཨ་ཏུ་ལའང་རིགས་འགྲོལ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། མ་
ག་རྩ་དག་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། མ་ག་རྩ་ཞེས་པའི་མི་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་གནས་པའི་ཡུལ་མ་ག་རྩ་
ཞེས་བྱ་བ་དག་ན་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2 ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། ཨི་
གའས། ཨ་ཏུ་ཞེས་པ་Encyclopaedia Britannica 2002 ཞེས་པའི་སྟུན་གྲགས་ཅན་གྱི་རིག་
མཛོད་ཆེན་མོའི་ནང་ (Anga) ཞེས་པ་མི་རྒྱུར་གྱི་མངའ་སྡེའི་ཤར་ཕྱོགས་ས་ཁུལ་ལ་ཡོད།

ཨ་ཏྲ་ཕི། དེང་སང་ Bhagalpur ཞེས་པའི་རྫོང་དེ་ཡིན་པར་འགའ་ཞིག་གིས་ངོས་འཛིན་གྱིང་།
སྟོན་པ་དང་དུས་མཚུངས་པར་བྱོན་པའི་རྒྱལ་པོ་ག་ཟུགས་ཅན་སྟིང་པོའམ་པི་སྟེ་སྤྱ་རས་རྫོང་
དེ་མ་ག་རྟའི་ཁོངས་སུ་བཅུད་ཅེས་གསལ། (འདུལ་བ་ལུང་དུ་འང་དེ་ལྟར་གསལ་ཏེ། འདུལ་བ་
ལུང་ག་ཞི་སྟེགས་བམ་དང་པོའི་ནང་། མ་ག་རྟའི་རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་ཆེན་པོས། ག་ཞོན་ཁུ་ག་ཟུགས་
ཅན་སྟིང་པོ་དུང་གོགས་སུ་བསྟེན་ནས། ཨ་ཏྲ་ཕི་རྒྱལ་པོ་བསལ་དེ་ཨ་ཏྲ་དང་དེའི་གོང་ཁྱེར་
གཙུག་པོ་ཅམ་པ་ཡང་དེའི་མངའ་ཕྱོག་ཏུ་བསྐྱས་ཚུལ་གསུངས་སོ། དེ་ལྟར་ན་མ་ག་རྟ་ཞེས་པ་
གོང་དུ་བཤད་པའི་པི་རྩར་གྱི་དབུས་དང་ལྟོ་ཁུ་གྱི་ས་ཁུལ་དེ་ཅམ་མིན་པར་སྟེ་རྩར་གྱི་ཤར་
ཕྱོགས་ས་ཁུལ་ཡང་དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་ཤོད་མཁན་ཡང་ཡོད། སྤར་ཡང་ཕྱིས་སུ་རྒྱ་
གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཅ་རྩ་གུལ་Chandragupta སྟེ་རྩ་བ་སྤས་པ་དང་། དེའི་བུ་ཆ་ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་རན་
མེད་Ashoka སོགས་རྒྱལ་བརྒྱད་སྟོབས་ཆེན་ཟིམ་པར་བྱོན་ཏེ་མ་ག་རྟ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྲིད་
ས་ཁོངས་དེ་བས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེ་བུ་སོང་ཡོད་པའི་ཆོད་དཔག་གྱིང་། མ་ག་རྟའི་སྟོར་དུས་རབས་
བཞི་པའི་ནང་བྱོན་པའི་རྒྱ་ནག་གི་བཙུན་པ་Fa-Hsien དང་། དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཐང་
རྒྱལ་རབས་གྱི་དུས་སུ་བྱོན་པའི་ཐང་ཐན་ཅང་Hsuan Tsang རྣམ་གཉིས་གྱི་ལམ་ཡིག་travel
diaries ནང་འཁོད་ཡོད་པར་བཤད། རྒྱ་གར་གྱི་ཉི་རྩའི་རྩ་མ་ཏའི་རྟོགས་བཞེད་དང་། མ་རྩ་རྩ་
ར་ཉའི་ (དཔའ་པོའི་བྱང་རབས་) གཉིས་སུ་འང་མ་ག་རྟ་ཞེས་པའི་མིང་འབྱུང་བར་བཤད་དོ། 13
ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། མ་ག་རྟ་ནི་གནའ་པོའི་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་སྲིད་ཅིག་ཡིན་ལ།
དེང་སང་གི་Bihar པི་རྩར་མངའ་སྡེ། འརར་ཁན་ད་Jharkhand མངའ་སྡེ། ལྷ་རྩ་ཏ་སྤེ་སོགས་
སྟེ་རྩར་གྱི་ཉེ་འདབས་སུ་ཡོད་པའི་བྱང་ཕྱོགས་མངའ་སྡེའི་ Uttar Pradesh ས་ཁུལ་རྣམས་ལ་
མ་ག་རྩ་ཐེར་གྱི་ཡོད་པའི་ཆོད་དཔག་གྱིང་མཁན་འདུག་ཀྱང་འཐད་པར་མ་མཐོང་།
མ་ག་རྩ་བཟང་མོའི་རྟོགས་བཞེད། (འདུལ་བ་) སྟེ་དགེ་བཀའ་འགྲུང་མདོ་སྟེ་སྟེགས་བམ་༼ ཨི
༼ 396 བཀའ་ས་བཞུགས་ཤིང་། མདོ་སྟེ་༼ 5 ༽ པའི་ནང་དུ་འང་བཞུགས་སོ། 1 འདིར་རྒྱལ་
པོ་གྱི་གྲིང་མི་ལྟས་བཅུད་སྟོར་གསུངས་སོ། 1

མ་གུས་པའི་ལྷང་བྱེད། (ལུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཙུའི་དོན་བརྒྱད་པ། མ་གུས་པའི་ལྷང་བྱེད་གི་
 རོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྲོང་གིས་སངས་རྒྱལ་བཙུན་ལངས་ཞལ་དངོས་སུ་བཞུགས་
 པ་དང་། དགེ་སྦྲོང་གི་དགེ་འདུན་དང་དགེ་འདུན་གི་ཐ་སྐྱོད་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་གང་ཡང་རུང་བའི་
 གསུང་ཆོས་དང་ལྷན་པ་བདག་ལ་བསྟོན་པའི་དོན་ལ་བཤད་སྦྱང་མེད་པར་དེ་ལས་བསྐྱོད་སྟེ་
 འགལ་བར་བྱས་པ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྦྲོང་གཞི་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་སྤང་བ་
 ཆེན་ལྷས་གི་བདག་པོའི་བྱ་དགེ་སྦྲོང་ནག་པོས་དགེ་འདུན་གི་བཀའ་ལ་མ་གུས་པར་བྱས་པ་
 ལས་ལྷང་བྱེད་ཏུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དགག་བྱར་འཁྱུར་བ་དང་། རང་
 རིགས་གི་སེམས་བདེ་བ་ལ་གཞོན་པའོ། །

མ་གྲངས་གྲོལ་བ། 1 སྟེ་བོ་ཁོད་བག་ཅན། སྟེ་བོ་མ་དུལ་བ། 2 སྤྲུག་གུ་ཅེད་མོ་ཅེ་བའི་གནས་གི་མིང་
 དུ་འད་བཤད། སྤྲ་བཤད་ནི། མ་གྲངས་པ་ནི་ཁོད་བག་དང་། མ་དུལ་བ། མཉམ་པར་མ་བཞག་
 པ་བཅས་གི་དོན་ཡིན་ལ། གྲོལ་བ་ནི་མ་བསྐྱམས་པའམ་ཞིག་པའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན་མདུད་པ་
 གྲོལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡང་བྱུང་རྒྱལ་བག་མེད་དམ། རང་ཡན་དུ་སོང་བའམ་རེངས་པའི་དོན་
 ལོ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། མ་གྲངས་གྲོལ་བའི་ཁོད་གནས་ན། སྤྲིམས་ཏེ་མ་ཡི་བག་བྱེད་
 བཞིག་སྟེ། སྟེ་བོ་ངན་ཁོད་གནས་པས་ཀྱང་། སེམས་གི་མ་འདི་རྟག་ཏུ་བསྐྱུང་། ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར་རོ། སྤྲུབ་བསྟན་ཆོས་གི་གྲགས་པའི་སྦྱོང་འཇུག་འགྲེལ་པ་ན་༣༤ལས། མ་གྲངས་
 གྲོལ་བ་རྒྱ་གར་གི་སྤྲོད་དོད་གཅིག་ལ་བོད་སྤྲོད་གཉིས་སུ་བསྐྱར་བ་སྟེ་མཉམ་པར་མ་བཞག་
 པས་མ་གྲངས། རྣམ་པར་གཡེངས་པས་གྲོལ་བ་སྟེ་མ་བསྐྱམས་པར་སྦྱོད་པ་རང་ཡན་དུ་སོང་
 བའི་བྱིས་པ་ཅབ་གྲོལ་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟོན་སོགས་གསུང་ངོ། །དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བའི་
 སྦྱོང་འཇུག་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། མ་གྲངས་པ་ནི་རྒྱུངས་པ་མ་ཡོལ་བ་སྟེ་ཤེད་མ་བྱེ་བའི་དོན་
 གི་བརྟེན་ཡིན་ལ་གྲོལ་བ་ནི་བྱུང་རྒྱལ་དུ་བག་མེད་པར་སྦྱོད་པས་མི་སྟན་པའི་དོན་ཏེ། ཞེས་
 ཀྱང་གསུངས་སོ། །བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོ་ཆེན་མོ་དང་། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་
 པ་སོགས་གིས། མ་གྲངས་རྒྱལ་བ་ཞེས་གསུང་ཡང་། རྒྱ་གར་གི་སྟོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་འབྱུང་

གནས་སྒོ་ཤོས། རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་བེ་རོ་ཅ་ན་རྒྱུ་ཏ། འུ་སྟོན་རེན་པོ་ཆེ། རྒྱལ་ཆབ་དར་
མ་རེན་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་ཀ ལུབ་བསྟན་ཆོས་གྱི་གྲགས་པའི་རྒྱུ་ཀ དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་སྒྲིབ་པའི་
སྒྲོང་འབྲུག་རྒྱུ་ཀ་སོགས་གཞུང་མང་བོར་མ་གྲངས་གྲོལ་བ་ཞེས་འབྲུང་ངོ་། །

མ་རྒྱུད། འོད་གསལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཟེར། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ཀུན་ལྷ་འུའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་
སེམས་སྒྱུ་བོན་ས་ནོར་འུའི་བར་དུ་བྱུང་བའི་ཡས་བབས་དང་། དེ་ནས་སྒྱུ་གཙུག་ཏུ་ལོག་
པའི་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་བཞི་སྟེ་ཆུལ་དང་། ལུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལྷ་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་བདེ་བ་དང་
སྟོང་བ་གཉིས་དབྱེར་མི་བྱེད་བར་སྒྲོར་བའི་སྟོན་ས་དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ལ་རབ་ཏུ་
འབྲུག་པའི་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་བསྐོད་པའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་ཞིང་། བདེ་བ་ཆེན་
པོའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བཞོན་པའི་རྒྱུད་འོད་ཟེར་ལྷ་ལས་ཀྱན་རྩེབ་སྒྱུ་མའི་སྒྱུ་སྒྱུབ་ཆུལ་གཙོ་བོར་མི་
སྟོན་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་ཅེས་བྲ་སྟེ། ལྷན་སྒྲིམ་གྱི་ཤེར་བྱིན་ཆོས་སྒྱུ་སྒྱུབ་པའི་ཐབས་
འདི་ནི་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་དུ་སྒྲོར་བའི་རྣལ་འབྱོར་ཡང་ཡིན་ལ། གཙོ་བོར་ཆོས་གྱི་སྒྲིའི་སྒྱུབ་
བྱེད་སྟོང་ཕྱགས་ཤེས་རབ་གྱི་ཆ་ཡིན་པས་མ་ཞེས་ཀྱང་བཛོད་པའི་ཕྱིར་དོ། ཞེས་རྩེའི་རིམ་
ལྷ་གསལ་སྟོན་ན་གསལ་བ་ལྟར་དོ། མཆན་གཞི་ནི། བདེ་མཆོག་གྱེད་དོ། དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་
ལྷ་འུའོ། མ་རྒྱུད་ལ་དུང་བྱུར་གཅིག་དང་བྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ། རྩེའི་བདེ་
མཆོག་གི་རྩོགས་རིམ་རྣམས་བཤད་དངོས་གྲུབ་སྟེ་མ་༦༡ན་ལས། རྒྱང་བར་རྣལ་འབྱོར་མ་
ཡི་རྒྱུད། དུང་བྱུར་གཅིག་དང་བྱེ་བ་ཐམས་ཅད་གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་བསྐལ་བ་རྣམས་ཞེས་སོགས་གྱི་དོན། སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆོག་ལས། སེམས་ཅན་མ་བསྐལ་བ་
ཞེས་སོགས་གསུམ་གྱི་དོན་ལ། ཉོན་མོངས་ལས་མ་བསྐལ་བ་རྣམས་བསྐལ་བར་
བགྱིའོ། །ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མ་གྲོལ་བ་རྣམས་གྲོལ་བར་བགྱིའོ། །དན་སོང་གསུམ་ལ་སོགས་
པའི་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་དབུགས་མ་ཕྱིན་པ་རྣམས་དབུགས་དབྱུང་བར་བགྱིའོ། ཞེས་སྟེ། འདི་
མན་སྟེ་དང་རྟོག་ཆེ་མཁའ་འགྲོའི་རྣམས་བཤད་གཉིས་ཀའི་དགོངས་པའོ། རྩེའི་གསུང་གསང་
འདུས་དཀའ་གནད་ཟིན་གྱིས་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས། ཡང་ན། སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་

ལས་མ་བསྐལ་བ་རྣམས་བསྐལ་བ། ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མ་གྲོལ་བ་རྣམས་གྲོལ་བ། སྤྱག་བསྐལ་
 གྱི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཞེས་སྦྱོར་བ་ནི་རྗེའི་ཅ་ལྷུང་རྣམ་བཤད་དང་བྱང་
 རྒྱུ་གཞུང་ལམ་ལས་གསུངས་པར་བཤད་ཅིང་། ཡང་ན། རྗེ་སྒྲིམ་པོ་བས། རན་སོང་གི་སྤྱག་
 བསྐལ་ལས་མ་བསྐལ་བ་རྣམས་དེ་ལས་བསྐལ་བ་དང་། ཉན་སོངས་པའི་འཆིང་བའི་ལྷགས་
 སྦྱོག་ལྟ་བུ་ལས་མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དེ་ལས་གྲོལ་བ་དང་། ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་
 དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་དབྱགས་དབྱུང་བ་དང་། བྱང་རྒྱུ་མེས་མས་དཔལ་ཡོངས་
 སུ་མུ་རན་ལས་མ་འདས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་མུ་རན་ལས་འདའ་བར་བཀྲིལ། །ཞེས་པའི་དོན་
 ཏུ་གསུངས་སོ། །ཡང་། རན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་མ་བསྐལ་བ་དང་། བདེ་འཕྲོའི་སྤྱག་
 བསྐལ་ལས་མ་གྲོལ་བ་དང་། སྒྲིབ་གཉིས་ལས་དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཞེས་སྦྱོར་བ་དང་། སྤྱག་
 བསྐལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་མ་བསྐལ་བ་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་མ་གྲོལ་བ་དང་།
 འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཞེས་དང་། འཁོར་བ་ལས་མ་བསྐལ་བ་
 དང་། ཉན་སྒྲིབ་ལས་མ་གྲོལ་བ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་ལས་དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཞེས་དང་། ཉན་སྒྲིབ་
 ལས་མ་བསྐལ་བ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མ་གྲོལ་བ་དང་། སྒྲིམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་
 དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་ཞེས་པའི་རྒྱུ་གསུམ་དང་། གསུམ་པོ་དེ་དག་ལས་ལྷོག་སྟེ་སྦྱོར་རྒྱུ་
 གསུམ་དང་། དབྱགས་ཉེ་སྦྱོར་རྒྱུ་གསུམ་སོགས་མཁས་པའི་བཤད་རྒྱུ་ལོན་ཏུ་མང་བར་
 ལྷོང་ངོ། །

མ་ངེས་པའི་འཆི་ལྷས་ལ། འདོད་ལྷའི་མ་ངེས་པའི་འཆི་ལྷས་ལྷ་ནི། གོས་རྒྱན་ལས་སྐྱ་མི་སྟན་པ་
 འབྱུང་བ། ལུས་ཀྱི་འོད་རླངས་ལ། ལུས་ལ་ཁུས་རྒྱ་ཆགས་པ། ལུལ་གཅིག་ལ་ཆགས་པ། ཐིག་
 གི་རྗེ་མ་འཁྲབ་པ་སྟེ་ལྷོ། །འདོད་ལྷའི་འཆི་ལྷས་ལྷ་ལ་གཟིགས། ལུང་སྒྱུ་རོལ་པའི་རྗེ་རྗེའི་
 གསུང་ལྷར་བཀོད།

མ་ཅིག་ལམ་སྒྲོན། གཙོད་གྱི་གདམས་པའི་མཛོད་འཛིན་སོད་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་མ་གྲགས་ཅན་མ་ཅིག་
 ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ནི། མ་ལོ་རྩ་བ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་དགྲུ་བཞེས་ཤིང་རྗེ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ་སྟེ་

ཐང་དུ་སྐྱུ་གཤེགས་ནས་ལོ་ལྔ་མོང་བ་ན་མ་ཅིག་འདི་འབྲུངས། རྒྱལ་འབྲོར་མ་དེ་ཉིད་ནི།
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འཇམ་དཔལ་ཙ་རྒྱད་སོགས་ནས་ཡུང་བསྟན་ཅིང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
མཁའ་འགྲོ་མ་མི་མོའི་གཟུགས་སུ་བྱོན་པ་སྟེ། སྐྱུ་ལུས་ལ་སྦྱིར་བསྒྲུ་ཅན་གྱི་མཚན་རྣམས་
དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཉྩེ་བ་ན་བསྐྱེད་པར་པོ་ཙ་བ་གསུམ་པ། ཏུ་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་རིན་པོ་ཆའི་
ཐང་བ་གསུམ་སྐྱོར་དུ་ཡོད་པས་ཉྩེ་བར་སྐྱེབས་པ། སྐག་སོ་གཉིས་ལ་གཡུང་བྱང་རིས་ལེ། རྒྱ་
བ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་ན་དུང་བསྐྱེད་འབྱེད་པ་ལེ། ལྷའི་ལོག་ན་རལ་གྱི་ཕྱུགས་ལེ་མདོག་ཅན་ཏྱི་
ཡིག་གིས་མཚན་པ། སྒྲིལ་མཚན་མ་ན་ཉི་ལྔའི་རྒྱལ་མཚན་འཁོར་ལོ་ཏོག་དང་བཅས་པ་ཡོད་
པ་ཞིག་གོ། མ་ཅིག་འདི་ལོ་བཅུ་བཞི་བཞེས་པའི་ཆོ། ལུལ་དེའི་སྐྱེས་པ་ཨ་བ་ལྷ་རྒྱལ་བྱ་བ་
ཞིག་ལ་བག་མར་བཏང་བས། བྱིས་མ་འདོད་དེ། ཁྱོལ། ཁྱོད་རང་ཡང་ཆོས་ཀྱིས་ར་ཡང་ཆོས་
བྱེད་བྱས་པས་ཉན་དུ་མ་བཏུབ་པས་སྐྱོ་བརྩུ་མཛད་དེ། དེ་ནས་བྲལ། ལོ་བཅུ་བདུན་ནས་ཉི་
ལུ་ཙ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲ་མ་མའི་བྲག་རྒྱ་མ་མཛད། མས་རྒྱད་དང་སྐྱབ་ཐབས་མང་པོ་འང་
ཁོང་ལ་བསྐྱབས། རྒྱ་ཞིག་ཆེན་སྒྲ་མ་མ་ཡི་དམ་ལ་དབང་ལེན་པའི་རིག་མ་མཛད་པའི་ཆོ།
བདེ་ཆེན་གྱི་དཔལ་འབོ་བཅུ་བྲག་དང་ཁིང་སྐྱོང་གི་མཁའ་འགྲོ་མ་བཅུ་བྲག་གི་ཞལ་མཐོང་། རིག་
མ་བརྒྱད་ཀའི་ཉམས་ཤུགས། སྒྲ་མ་དང་རང་ཉིད་ཉི་ལྔ་ཀ་ཡལ་ལུལ་དུ་མཐོང་། སྒྲ་བ་བཅུ་བྲག་
ཏུ་ཐིག་ལའི་ཉམས་འབར། དེ་བྱིན་ཆད་སྒྲ་མ་དང་རང་ཉིད་ཐ་མལ་དུ་ནམ་ཡང་མ་མཐོང་
གསུང་། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་ལོ་བཞིར་མཚན་མ་ཆོད་ཅིག་གསུང་བ་བཞིན་བྱས་པས། མི་ལམ་
དུ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མང་པོའི་ཞལ་མཐོང་། དེ་ནས་མཚན་མ་བྱེད་ལེ་
ཁྱོད་དུ་མོང་ཞིག་གསུང་བ་བཞིན་བྱས་པས། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཐེལ་གྱིས་གཏོག་
ཁྱད་པར་དུ་རྫོང་གོང་ལོག་ལ་སྒྲ་བ་བཞི་བཞི་བཞུགས་པའི་ཆེ་ཉི་ལྔ་ལོག་ན་ཞོན་པ། ལུས་གང་
འདོད་དུ་སྐྱུལ་བསྐྱུར་ཤེས་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེད་གོ་བ། རྒྱང་གར་འདོད་དུ་
འདྲོངས་པ་སྟེ། དངོས་བྱུང་བཞི་ཐོབ། དེ་ནས་སྐུ་ལོ་ལྔ་བས་ཁྱུང་པོའི་ཐད་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས།
མ་ཅིག་གི་མིང་པོ་འཁོན་བྱ་བ་ཉི་གནས་སུ་བྱིད་དེ་ཤལ་ཏུ་བྱོན་ནས་ལོ་བཞི་བཅུ་ཙ་གྱག་

བཞེས་པའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་དྲུག་དངས་པས་གྲོངས། དེའི་ཆེ་མ་ཅེག་གིས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་བརྒྱད་
 བཞེས། འཁ་ཏུ་བྱོན་ནས་མའི་སྤྱར་སྤྱོད་བ་སོགས་དགོངས་བ་རྩོགས་པའི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་
 མང་ད། ལོ་གཅིག་ནས་བརྩམས་ནས་ལོ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བར་ཆད་དུ་གསལ་བ་བདུན་བྱུང་
 རྟེ་ཉེན་རེ་བཞིན་བྱང་རྩུབ་གྱི་སེམས་སྤྲན་མ་ཅོམ་རེ་ཉམས་བ་དང་། སྤྱུ་ལུས་ལུ་བ་དང་འབྲུམ་
 བུས་ཁངས་བ་དང་། སྤར་གྱི་བདེ་བ་ཤོར་བ་དང་། གཏོར་མ་བྱ་གཅན་གྱིས་མི་ཟ་བ་དང་།
 སྤྱིན་སྤྱེག་གི་མི་མི་འབར་བ་དང་། ཐ་མལ་གྱི་ཆགས་པས་བརྒྱལ་བ་དང་། མཁའ་འགྲོ་མ་
 རྣམས་གྱི་གསེབ་ཏུ་འགྲོ་མ་བུས་བ་རྣམས་བྱུང་། ཐབས་ལ་འདི་མ་བྱས་བྱ་བ་མེད་ཀྱང་མ་
 བན། མིང་པོ་རྩེ་འཁོན་ཕུ་བས་ཞབས་ཏོག་བྱས་ཏེ། དིང་རིར་ཕ་དམ་བ་སངས་རྒྱས་གྱི་བྱུང་དུ་
 བྱིན། དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཨེ་རྣལ་འབྱོར་མ་ལོ་གསུམ་གྱི་གོང་ནས་བར་ཆད་བདུན་བྱུང་ནས་
 འདུག་བ་གསུང་། དེ་ཁོ་ནར་ལྷུང་མཆིས་བ་ལགས། ཞེས་ལན་ལྷུས་བས། ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དང་
 དམ་ཆེག་ཉམས་འདུག་གསུང་། སྒྲ་མ་རྩ་ལགས་ཏེ། དམ་ཆེག་ཉམས་པར་མ་ཆོར་ལྷུས་བས།
 སྒྲ་མའི་བཀའ་མ་བྱུང་བར་གཞན་གྱི་ལས་རྒྱ་བྱས་འདུག་པ། དམ་ཆེག་ཉམས་པའི་ཟས་ཟོས་
 ལས་འདུག་པ། ཁས་སྒྲངས་གྱི་དམ་བཅའ་ཉམས་ན་འདུག་པ། སྒྲ་མའི་བཞུགས་སྟན་བཏིང་
 འདུག་པ། སྒྲ་མ་ལ་དབང་ཡོན་མ་ཕུལ་བར་འདུག་པ། དམ་རྩས་མ་བསྟེན་བར་འདུག་པ་
 གསུང་། ད་ཅི་ཕན་ལྷུས་བས། ཐབས་ཡོད། ཆང་ཐོད་ཐོར་གང་དང་། བྱ་མོ་གཞོན་བུ་མ་བདུན་
 དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱུ་གདུང་ཞིག་དང་། རྒྱལ་པོའི་བཞུགས་སྟན་ཞིག་དང་། ཅ་བའི་
 སྒྲ་མའི་ཞབས་རྩེས་རྣམས་ཁྲིའ་ལ་ཤོག་ཅིག་གསུངས་པས། རྩེ་འཁོན་ཕུ་བས་ཡུད་ཅམ་ཞིག་
 ལ་རྟེན་ནས་དམ་པའི་སྤྱུ་སྤར་མཆིས་བས། རྒྱལ་པོའི་བཞུགས་སྟན་ང་ལ་ཕུལ་གསུང་། སྒྲ་
 མ་དང་མཉམ་བ་གསུམ་གྱི་ལས་རྒྱ་གྱིས། རྟེན་ལ་སྒྲོར་བ་གྱིས་ལ་ཁྲིད་རང་ལྷུས། བྱ་མོ་
 བདུན་ཞབས་རྩེས་ལ་ཕུལ། བྱ་མོ་ནག་མོའི་སྒྲོང་མཆོན་མར་བཅུག ལུག་ཤ་དང་ཆང་ལ་
 མཆོད་བ་གྱིས། དུས་གྱི་ཕྱ་ཇ་མ་བཅག དམ་རྩས་གྱི་བུ་མ་མ་བཅད་གསུང་ནས། ཤ་དེ་ལ་
 དཔོན་གཡོག་བཅུ་ལ་ཟ་ཆད་རེ། ཆང་ཐོད་ཐོར་གང་པོ་ལ་རུབ་སྒྲོར་བྱས་པས་འཕྱང་ཆད་རེ་

བྱུང་སྐད། དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་བཅིགས་པ་བློན་ནས་
གསུང་བ་ལ། ངས་མ་འཆའ་མི་ཤེས་མ་བློན་ཞུས་པས། ཞེ་ནས་འབྱོར་མ་འདི་ང་ལ་རྩལ་ཟེར་
བར་འདུག དེ་ཙམ་གྱི་དགོས་པ་དེ་ང་མིན་གསུང་ནས་བྱག་བརྒྱབ་པས་བརྒྱལ་སྐད། དེ་
སངས་པ་དང་མཐའ་ལེ་བ་རེ་ཤེས་བར་བྱུང་བས། དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཞེ་བདེན་གསུང་། དེ་
རྣམས་ཤིན་ཏུ་མད་པར་འདུག དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་བདག་རང་གིས་མི་བློན་པ་ཅི་ལགས་ཞུས་
པས། ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲིལ་མ་ལ་དབང་ཞུས་ནས་དབང་ཡོན་མ་ལུལ་བར་འདུག་པ་གསུང་། བདག་
གིས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་ལུལ་བ་ལགས་ཞུས་པས། ཁྱོད་ཀྱི་རིན་ཏུ་པ་དང་མིང་སོ་གཉིས་ཀྱིས་
ཁྱབ་དར་ལྷག་ཅན་དང་རྟ་ནག་གཅིག་བསྐྱུད་ནས་གདའ་བ་གསུང་། བཀའ་བབས་ལགས་
གསུང་བ་ཡིན་ཞུས་པ་ལ། ཁྱོད་ལ་བཀའ་བབས་ཡིན་ཀྱང་ཁོས་རིན་ཏུ་བཅུག་ནས་འདུག་པ་
གསུང་། ད་ལོ་ན་ཇི་ལྟར་བཅུ་ཞུས་པ་ལ། རེགས་བརྒྱད་ཆོགས་སོགས། གདུང་ལ་འབུལ་བ་
ཀྱིས། ས་འབུམ་ལ་ཞལ་བ་ཀྱིས། མར་མེ་ཐོང་གསུང་། དེ་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་སྒོ་དེ་ལྷུང་
ལ་ང་ལ་ཐོང་ཞིག་གསུངས་པས། དེར་སྒོ་དེ་བྱུང་ཅ་ན་ནག་ཏར་གིས་སོང་འདུག་པས། དེ་ཡང་
པར་གསང་ནས་བཞུགས་དང་གསུང་། བཞགས་པས་ནང་ནས་ཁྲག་ནག་ལྷིག་ལྷིག་པ་ཞིག་
བྱུང་བས། དམ་པའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་ཐེག་ལེ་དེ་ལོ་གསུམ་གྱི་གོང་རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་
མཆམས། ཉའི་རྒྱོང་ས་ཀས་མ་ཆལ་ཆེལ་ལ། སྤགས་པ་ནག་སོ་གཞོད་སྤྱིན་བེ་བ་སྤྱ་ལ་
ཆོས་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་ཁྱེར་ནས་འདུག་པས། ད་འདི་རྟེན་འབྲེལ་འདིས་པན་ནས་འོང་
ཞིག་གསུང་། ད་དུང་ང་དང་མཐད་ཏུ་ཤོག་གསུང་། དེར་སྒྲིལ་མའི་རེགས་བརྒྱད་ལ་ཆོགས་
སོགས་གསུང་བས། པ་སྤྱན་སོ་རྩོ་སྤྱས་དཀར་ལུ་བྱ་བའི་བྱ་མ་རྩུང་དགེ་བཤེས་ལ་གཡག་
ཅིག་གིས་སྤྲ་བྱངས་པའི་འབུལ་བ་སྤྲ་བདུན་ཅམ་བྱས། གདུང་ལ་མར་མེ་བཙུགས། འབ་ཀྱི་
འབུམ་པ་ལ་ཞལ་བ་བྱས། དཀོན་གཉེར་བཙུགས་པས། དེ་ནས་སྤྱོ་ཁམས་ཤིན་ཏུ་བཟང་བས་
དམ་པ་དེ་བློན་ཆེ་བར་དགོངས། གསེར་ཞོ་གསུམ། ཆོགས་འཁོར་བཟང་བ་ཞིག་ཁྱ་རྩུན་གྱི་
བཞུགས་སྟན་རྣམས་ཉེ་གནས་མ་དཔོན་མོ་བཙུན་རྩུང་མས་བྱས་ནས་སྤྱེལ་དུ་བྱོན་པས།

དམ་པ་དེང་རིེ་བྱར་ཁང་ན་བཞུགས་ནས་གདའ་བས། དམ་པའི་ཞལ་ནས། དེའི་གསེར་ཚུར་
 རོང་། ཚོགས་འདེར་གྱིས། དེ་ནས་འུ་ཅག་གཉིས་ལ་རིངས་པོ་ཡོད་གསུང་། དེར་ཚོགས་ལ་
 འུར་གསོལ་ནས། བཅུན་ཚུང་མའི་ལག་པ་ནས་གཟུང་ནས་ཐོན་པོ་ཆོན་ཆོན་ལ་བཅའ། རྣལ་
 འབྱོར་མ། འུ་ཅག་གཉིས་འདེང་རོ་གསུང་ནས། བལ་ཡུལ་དུ་ར་མ་དོ་མའི་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེབས་
 བ་སོགས་གནས་མང་པོར་རྣལ་འབྱོར་པ་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོ་དང་མཇལ་ཞིང་སྐྱད་ཅིག་ལ་བྱིན།
 ལྷ་མང་པོའི་ཞལ་ཡང་གཟིགས། བྱིར་དེང་རིེ་འཁོར་དུས་ཞག་བཅུ་དགུ་མོན། དུས་བྱིས་
 ཤིག་སེ་མཁར་ཚུང་པ་དེང་རིེ་ཚོགས་འཁོར་ཞིག་ལ་བྱོན་པའི་དུས་ཁོང་དང་མཇལ། ཐིག་
 ལེའི་གོགས་བྱུང་བ་ཞུས་བས། དེའི་སྤྱོད་ལ་དེང་འདི་རྣམས་བྱུང་ལ་ཆེ་གསུང་ནས།
 ཐིངས་བྱུང་བས་དད་པ་སྐྱེས་ཏེ། སངས་རྒྱུ་སམ་དེ་ཁྲིད་ལགས་སམ་ཞེས་ཞུས། སེ་ན་དེ།
 ཞ་ཚུང་མ་ལ་བ་སྐྱོམ་འདུག་སྟེ་གདམས་པ་མི་འདུག། སེ་ཚོད་པོ་ལ་གདམས་པ་འདུག་སྟེ་སྐྱོམ་
 མི་འདུག་སྤྱང་པོ་དཔེ་དཀར་འདིས་ཀྱང་བར་ཆད་བྱེད་མ་ཉན་ཟེ། དེ་རྒྱུ་རྩེ་འཁོན་སྤྱ་བ་དང་
 ལུས་སྤིང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱ་བྱི་ལན་གཉིས་སུ་སེ་ཅན་བྱོན། ཅེ་ཡོད་སྤུལ་བས་མཉེས་ནས་དབང་
 ཚུང་ཞིག་མ་གཏོགས་གདམས་པ་རྫོགས་པར་གནང་། བྱིས་ཡུལ་དུ་འང་སྐྱུན་བྲངས། དབང་
 རྒྱུ་ས་པར་མཇད་པ་ཞུས། འོངས་སྤྱོད་དབག་ཏུ་མེད་པས་མཉེས་པར་བྱས། དེ་ནས་མ་ཅིག་
 ཉིད་གྲུབ་པ་བརྟེས་ཏེ། ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞི་དང་མོན་བོད་ཀྱི་གནས་གཉན་ཟེར་བ་མང་པོར་
 བཞུགས་ཏེ་ཐུགས་དམ་མཇད་པ་དང་། གཞན་ལ་དག་པའི་སྤྱང་བ་མང་པོ་བསྐྱེད་པ་སོགས་
 ཤིན་ཏུ་མང་བར་མཇད། ལྷ་མ་ཡང་སྤྱར་སྐྱོས་པ་རྣམས་དང་། བརྗེ་ཏེ་བེ་རོ་ཅན་དང་། དཔལ་
 ཆེན་ལྷ་ལོ་དང་། སྤྱ་རྒྱངས་ལོ་རྒྱ་བ་དང་། ཡེ་རབ་པ་རྣམས་ལ་ཡང་གཏུགས། མ་ཅིག་འདི་ལ་
 དཔལ་པག་མོ་གྲུ་བས་ཀྱང་ཐུག། འཛེང་རྒྱུ་པོ་རྟེ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲུབ་ཐོབ་དེས་ཀྱང་མ་ཅིག་
 སུག་རོན་དུ་སྤྱུལ་པ་མཇལ། འགོས་ཁུག་པ་ལྷས་བཅས་ཚོས་འཁོར་ཞིག་གི་གྲལ་དབུ་མཇད་
 པའི་སར་སྟེ་སྤྱོད་འཛིན་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བྱ་འདུས་པ་ལ། ཁོང་གི་ཉི་གནས་མས་བཅུད་ཅིང་ཀལ་
 ལན་བགྱིས་བས། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྐྱབ་པ་ན། མ་ཅིག་ཉིད་ལྷ་ཅེ་སྐྱོས་པས་བཀའ་

བསྟན་བཅོས་གང་ལ་ཡང་མཁས་པའི་ཕུལ་དུ་བྱིན་པར་ཀུན་ལ་མཛོད་དུ་གྱུར། འགྲོ་དོན་རྒྱ་
ཆེན་པོ་མཛད། དགྲའ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བརྒྱད་པའི་ཆེ་གཤེགས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏེ། སྤར་
སྤངས་ཀྱང་གདུང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བྱུང་སྟེ། མདོར་ན་མ་ཅིག་འདི་ནི་སྤུལ་པ་ལོ། གསང་
སྤགས་ཆགས་ལམ་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་མིག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་བུའི་མ་ཅིག་
འདི་འབྲངས་པའི་ལོ་དེ་རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ནི་ཤུ་ཙ་གསུམ་པ། འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་ནི་
ཤུ་ཙ་དགུ་པ། རྗེ་མར་པའི་ལུ་བཙུ་ཙ་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དུས་ནམ་བྱོན་པའི་བྲེ་བྲག་པར་
ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །གཙོད་ཀྱི་གདམས་པས་བོད་ལུལ་ཐམས་ཅད་བྱུང་པར་མཛད། མ་
ཅིག་ལ་སྤས་དང་སྤས་མོ་འགའ་བྱུང་བ་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་འཕྲེན་ལུགས་མི་འདྲ་བར་སྤང་བ་
ལས། ཐོད་སྟོན་བསམ་གྲུབ་ནི་ལ་ལས་མ་ཅིག་གི་སྤས་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཆ་བོད་དང་ཡང་
ཆར་བཤད་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཁྲུང་ས་མ་པལ་ཆེར་ན་སྤས་ཡིན་པ་བྱས་འདུག གང་ལྟར་ཡང་གྲུབ་
ཐོབ་ཆེན་པོར་གྱུར་པས་སྟོབ་མ་གྲུབ་ཐོབ་པོ་མོ་ནི་ཤུ་ཙ་གཅིག སྤས་མོ་གྲུབ་ཐོབ་བཅོ་བརྒྱད་
སོགས་བྱོན་ཅིང་། དེ་དག་ལས་གདམས་པ་རྒྱ་ཆེར་དར་བར་གྱུར་ཏོ། །ལཔ་སྟོན་ལ་སྟོབ་མ་
མཆོག་བཞི་ཟེར་ཡང་། གདམས་པའི་རྒྱུན་ཁུ་སྟོན་ཆོས་མེད་ལས་བརྒྱད་པ་དར་ཆེ་ཞིང་།
དེང་སང་གི་བར་དུ་མ་རྩུབ་པར་བཞུགས་སོ། །དེབ་སྟོན་དང་བྱུ་བཀུན་གྲུབ་མཐའ་ལྟར་
བཀོད།

མ་ཆགས་པ། དགེ་བ་བཙུ་གཅིག་གི་བཞི་བ་ནི། སྤང་པའི་ལོ་བྱུང་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ལ་ཆགས་
པའི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ནས་མ་ཆགས་ཤིང་མི་ལེན་པའི་རབ་ཏུ་
བྱེ་བའི་མེས་པ་བྱུང་ངོ། །མ་ཆགས་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་དང་སྟེས་བྱ་
གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གྱི་གནད་མཐའ་དག་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་ཆགས་ཞེས་པ་འཁོར་བ་ལ་
མ་ཆགས་པ་ལ་སྦྱར་ན་ཐེག་པ་རྒྱུང་དུའི་ལམ་དང་། བདག་དོན་ལ་མ་ཆགས་པ་ཞེས་ན་ཐེག་
པ་ཆེན་པོའི་ལམ་བསྟན་ཏོ། །ཡང་ཆེ་འདི་ལ་མ་ཆགས་པ་ཞེས་པས་སྟེས་བྱ་རྒྱུང་དུའི་ལམ་
རིམ། འཁོར་བ་ལ་མ་ཆགས་ཞེས་པས་སྟེས་བྱ་འབྲིང་། བདག་དོན་ལ་མ་ཆགས་ཞེས་པས་

སྒྲིག་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་བསྟན་ཏོ། །

མ་ཆོག་པ། 1 དམ་བསྟགས། 2 མ་ཆང་བ།

མ་འཆུན་པ། 1 མ་ལྟོགས་པ། མ་ཐུབ་པ། མ་རུས་པ། གོ་མ་ཐུབ་པ། བལ་སྐད་དུ་འབ་སུ་མ་འདུས་
བ་ཞེས་བ་རྣམས་དོན་འདྲ། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་ལས། རང་གི་སྒྲོ་བློས་ཀྱིས་མ་འཆུན་
པའི་ཆོག་དོན་གྱི་ཆ་ལ་ནོར་འབྱུལ་ཤོར་བ་ཡོད་པ་གོར་མ་ཆགས་པས། རྣམ་དཔྱད་ཅན་
རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་དེ་གད་བརྒྱུ་གྱིས་ཚུལ་དུ་ལྟད་ཞུགས་སེལ་བར་རིགས་ཤིང་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 མ་འཐུལ་བ།

མ་རྩོ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་འགའ་ཞིག་ལ། མ་ལ་མ་རྩོ་ཟེས། ཞིབ་པར་པ་རྩོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
ལྟ་ཏི་གླི། 1 མྱང་མོ། 2 གདོལ་བའི་རིགས་ཀྱི་མིང་། ལྟམས་རེར་གདོལ་བ་མོ་ལའང་འཇུག་པར་
བཤད། 3 སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྟུབ་ཀྱི་དངོས་སྟོབ་དང་། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་མན་ངག་གི་
བརྒྱུད་པ་འཛིན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས།
གསང་འདུས་མར་ལུགས་པ་རྣམས་འཕགས་པའི་སྟོབ་མར་བཞེད། ཞེས་དང་། དཔལ་གསང་
བ་འདུས་པའི་སྟོབ་བརྒྱུད་གསལ་འདེབས་ནང་། འཕགས་མཆོག་དེ་ཡིས་རྗེས་བཟུང་ཐུགས་
ཀྱི་སྤྲུལ། །པེ་ག་ར་ཡི་དུར་ཁྲོད་ཆེན་པོ་རུ། །བརྒྱལ་ཞུགས་སྟོད་པས་མཆོག་གི་དངོས་གུབ་
བརྟེས། །ལྟ་ཏི་གླི་པའི་ཞབས་ལ་གསལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མ་ཉང་ག། མ་ཉང་གླི་དང་དོན་འདྲ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་
༡༩ནལས། མ་ཉང་གའི་དགོན་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གད་ན་གདོལ་བའི་རིགས་མ་ཉང་ག་
ཞེས་བྱ་བ་རི་ཁྲོད་པ་དག་འདུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་ཉང་ག། མ་ཉང་ག་དང་འདྲ།

མ་ཉི་ལྷ་ན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོབ་ཐང་གཤགས་པའི་དཔལ་གྱི་སྟུ་ཆེ་འདིའི་སྤྲ་མ་ཁ་ཆེའི་བརྟེན་མ་ཉི་ལྷ་ན་
ཞུ་བ་དེ་ཡིན། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་དང་། ཞུ་ལན་བདུད་ཅིའི་སྟུན་མཆོག་སོགས་སུ་གསལ་
ལོ། །

མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ། རོན་མ་རྟོགས་པར་མ་ཟད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་པ།
མ་སྟེས་པ། སྟབས་མ་ལེགས་པ། སྟབས་ཉེས་པ། འདུལ་བ་གཞི་༩ ག་པ ༡༩༤༦ ལ་མས། མ་སྟེས་
ཏེ་གདུག་པའི་ལས་ཅན་སྟེས་ཕྱིར་ཕྱིར་བྱུང་བ་དེས་སྒྲུང་སོ་ཆེ་དམ་པ་དེ་དེ་ལྟར་རྒྱན་གྱིས་
བརྒྱན་པ་མཐོང་ནས་དེ་དེས་སྒྲག་དོག་ཆེན་སོ་སྟེས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུལོ། །

མ་རྟབས། མ་བརྟབས་ལ་གཟིགས།

མ་བརྟབས། དལ་སོ། མི་སྤྱར་བ། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་
བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༩ ཅི ༡༩༡༡ བ༡ ལས། མ་རྟབས་ (མ་ཕྱིར་བས་འབུལ་མི་
སྤྱང) པ་ནི་ཆོག་སྤྱར་བ་དང་། དུམ་དུམ་སོར་སྤྱ་བ་མེད་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས།
མ་བརྟོད། རྒྱ་སྟེང་ལ་བརྟོད་པ་ཞེས་བྲ་བ། རྩེ་དགེ་འདུན་གྱིས་མཛད། འདི་རྩེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་གི་
གསུང་ཐོར་བུ་༡༥ བ ༩ བ་བཞུགས་སོ། །སྟོན་ མ་སྟེས་མ་འགག་ཆོས་དབྱིངས་སྟོང་ཡངས་
ནས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དམ་ཅན་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཡུམ་གྱི་བརྟོད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

མ་ཐོག་རིང་མོ། (མཛོད) བར་བསྐྱལ་ཉི་ཤུའི་ཐ་མ་ལ། མ་ཐོག་རིང་མོ་ཟེར། མཛོད་ཅུ་བ་ལས། ཡར་སྟེ་
བ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པས་མ་ཐོག་རིང་མོ་བསྟན་ནོ། །བར་བསྐྱལ་ཉི་ཤུ་ལས་གཞན་བཙོ་
བརྒྱད་སོ་རྣམས་ནི་ཡར་འཕེལ་མར་འགྲིབ་བྱུང་རེ་རེ་ཡོད་ལ། མ་ཐོག་རིང་མོ་ནི་ཡར་འཕེལ་
བ་རྒྱུད་པ་དང་། ཡ་ཐོག་རིང་མོ་ནི་མར་འགྲིབ་བ་རྒྱུད་པ་ཡིན་པས། བར་བསྐྱལ་གཞན་བཙོ་
བརྒྱད་སོ་རྣམས་ལྟར་ཉེས་ཁྲག་མིན་ནོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། འདི་བར་བསྐྱལ་ཉི་ཤུའི་ཐ་མ་ཡིན་
པས། མ་ཐོག་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། རིང་མོ་ནི་འདི་བར་བསྐྱལ་བཙོ་བརྒྱད་སོ་རྣམས་ལ་སྟོས་ཏེ་
འགྲོས་ཤིན་ཏུ་བུལ་ཞིང་དལ་བས་རིང་མོ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་མི་དལ་
སྟོད་ཅན་ལ་མི་ཉི་མ་རིང་སོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །

མ་དྲ་ན། (ལེགས་སྒྲུང) 1 སྟོས་བྱེད། ཆང་། 2 སྟོས་བྱེད་དེ། མོ་མཚན་གྱི་མིང་དུ་འང་། སྤྱི་བོད་སྐད་
གཉེས་ཤེན་སྤྱར་གསེར་གྱི་སྤང་མཛེས་ལས་བཤད།

མ་དག་པའི་སྒྲུ་ལུས། 1 (དགེ་ལུགས) དཔེན་གསུམ་གྱི་མཐའི་སྒྲུ་ལུས། དེའི་ངོ་མོ་སོགས་ཞིབ་པར་སྒྲུ་

ལུས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། སྤྱ་བཤད་ནི། ཉོན་སྤྱིབ་ཀྱིས་མ་དག་པས་སྤྱ་མའི་ལུས་ཡིན་
པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) ཁམས་གསུམ་སྣོད་བཅུད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཕྱི་ནང་གི་
དངོས་པོ་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྤང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་སྤང་བ་ཞིན་དུ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་སྤྱ་མ་
དང་མི་ལམ་སོགས་ཀྱི་དཔེས་གཏན་ལ་འབེབས་ཤིང་བསྐྱོམ་པ་ལ་ཟེར། སྤྱ་བཤད་ནི། མ་དག་
པའི་སྣོད་བཅུད་ཀྱི་སྤང་བ་གང་ཤིང་ཐམས་ཅད་སྤྱ་མར་གཏན་ལ་འབེབས་པས་དེ་སྐད་ཅེས་
བྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

མ་དད་པ། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བཙུ་བ་ནི། གཉི་ཟུག་གི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་ཡིད་
མི་ཆེས་པ་དང་། མ་དད་པ་དང་། མི་འདོད་པར་བྱེད་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པ་ལོ།

མ་བྱངས། མི་བསྐྱེད་པ་དང་། མ་དུལ་བ། མཉམ་པར་མ་བཞག་པའམ་མ་བསྐྱམས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན།
མ་བྱངས་པ། མ་དུལ་བའི་དོན་དུ། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསལ།

མ་བྱངས་ཤོལ་བ། མ་བྱངས་ཤོལ་བ་དང་འབྲ། ཞིབ་པར་མ་བྱངས་ཤོལ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་མ་བྱངས་ཤོལ་བ་ཞེས་སྤང་ཡང་། ལུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྒྱ་པ་
ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན། ལུབ་བསྐྱེད་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ། དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤང་བའི་སྤྱོད་
འཇུག་གི་འགྲེལ་པ་སོགས་སུ་མ་བྱངས་ཤོལ་བ་ཞེས་སྤང་ངོ།

མ་བྱོས་པ། 1 རྟོད་མེད་བ་སྟེ་བསིལ་བའི་དོན་ཡིན། 2 མཆོ་མ་བྱོས་པ་དང་དོན་འབྲ། དེར་གཟིགས།
མ་འདྲིས་པའི་མཛའ་བཤེས་ཆེན་པོ། སྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་གྱི་ནམ་གངས་ཤིག་སྟེ། སྤྱིར་
འཛིག་རྟེན་ན་སྤར་རང་ལ་ཕན་བཏགས་ཤིང་རང་དང་འགྲོགས་འདྲིས་ཆེ་བའི་པ་མ་དང་ཉེ་དུ་
སོགས་ལ་སྒྲོ་ཐག་ཉེ་བས་མཛའ་བཤེས་དང་། མ་འདྲིས་པའི་བར་མའི་སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་ཡལ་
བར་འདོར་ལ། སྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ནི་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་དང་འདྲིས་
མ་འདྲིས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་ཉེ་རིང་མེད་པར་མངའ་བས་མ་
འདྲིས་པའི་མཛའ་བཤེས་ཆེན་པོ་ཞེས་བྲལོ།

མ་འདྲིས་པ། 1 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲིས་པ་བཙུན་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2

གཞན་ལས་ངོ་ཤོ་ཐ་དད་དུ་གནས་པ།

མ་ཞིང་། (འདུལ་བ) ཤོ་ལིང་མོ་ལིང་། ཤོ་མེན་མོ་མེན། འདོད་པ་བསྟེན་པ་ལ་སྦྱོན་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག
དེ་ལ་རིགས་མི་འབྲ་བ་ལྟ་ཡོད། མ་ཞིང་ལྟེ་སྒྲིམ་ཞིབ་པར་འོག་ཏུ་མ་ཞིང་ལྟེ་ཞེས་པར་
གཟིགས།

མ་ཞིང་གི་གོ་འཕང་། (རྒྱགས) ཟུང་འབྲུག་གི་གོ་འཕང་། མི་གནས་པའི་མུང་འདས། སྤྱོད་བཞད་ནི། ཉན་
རང་གི་མུང་འདས་ལྟ་བུ་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་ཡང་ཐབས་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་བུལ་བ་ལྟ་བུ་མ་
ཡིན་པར། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་ཆོགས་པས་མ་ཞིང་གི་གོ་འཕང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་འཇིག་
རྟེན་ན་མཆོན་གཉིས་ཀ་རྟེན་གཅིག་ལ་མཉམ་དུ་ཆོགས་པ་ལ་མ་ཞིང་ཞེས་བཞེད་པ་བཞིན་
ནོ། །མཁས་བྱུང་རྩེ་འོག་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། གཞན་ཡང་། བྱུང་ཆེན་ཤིང་བྱུང་ཞབས་ཀྱི་གསུང་
གྲང་ཐང་རིན་པོ་ཆའི་བསྟོད་པ་དོན་ལྷན་མའི་འབྲེལ་བར་༡༥༩༥དངས་པ་ལས། འདི་ནི་ངོ་ཤོ་ཉིང་
ཀྱི་སྒྲི། མ་ཞིང་ཞེས་བྱར་བཞེད་པ་སྟེ། འགའ་ཞིག་ཏུ་ནི་ཟུང་འབྲུག་ཅེས། ཞེས་འདུས་པ་
སོགས་སུ་ཟུང་འབྲུག་གི་མིང་གིས་བཏགས་ལ། འདིར་མ་ཞིང་གི་གོ་འཕང་ཞེས་བཏགས་པ་
སྟེ། དེའང་པ་མའི་རྒྱུད་དུ་འབྱེད་ཚུལ་བཞིན། པར་འདོག་བྱེད་སྒྲིམ་པའི་སྒྲི་དང་། མར་འདོག་
བྱེད་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་རེ་རེ་བ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གཉིས་ཀའི་དོན་ཆང་བ་ལ་མ་ཞིང་དུ་
བཞད་པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

མ་ཞིང་ལྟ། (འདུལ་བ) སྦྱིས་ནས་མ་ཞིང་། རྒྱ་བྱེད་མ་ཞིང་། འབྲུད་ལྡང་མ་ཞིང་། ཐུག་དོག་མ་ཞིང་།
ཉམས་པ་མ་ཞིང་དང་ལྟོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱུ་བ་
༣༥ན་༣༥ལས་ནི། ཡོངས་མ་ཞིང་དང་། བྱོགས་གཅིག་མ་ཞིང་དང་། ཉམས་པའི་མ་ཞིང་དང་
གསུམ་དུ་གསུངས་སོ། །འདིའི་ཡོངས་མ་ཞིང་དང་སྦྱིས་ཅམ་མ་ཞིང་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན།
འདི་སྟེ་དགོ་བསྟན་འགྲུར་སེམས་ཅམ་སྟེགས་བམ་༽ ཞིབར་༽བཞུགས་སོ། །འདུལ་བ་ལྟར་
གཞི་༽ ཀ ༽༤༥བལ་ལས། དགོ་སྟོང་དག་མ་ཞིང་ནི་ལྟེ་པོ་འདི་དག་ཡིན་ཏེ། ལྟེ་གང་ཞེན།
སྦྱིས་ནས་མ་ཞིང་དང་། རྒྱ་བྱེད་པའི་མ་ཞིང་དང་། འབྲུད་ནས་ལྡང་པའི་མ་ཞིང་དང་། ཐུག་

དོག་ཅན་གྱི་མ་ཉིང་དང་། ཉམས་པའི་མ་ཉིང་དོ། ཉེ་ལ་སྤྱིས་ནས་མ་ཉིང་གང་ཞེན། གང་
 སྤྱིས་ནས་བྱང་མེད་ཀྱང་མ་ཡིན་སྤྱིས་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའོ། ཁྲ་བ་བྱེད་པའི་མ་ཉིང་གང་ཞེན།
 གང་ཁྲ་བ་བྱེད་ནི་བྱང་མེད་ཁྲ་བ་བྱེད་ནི་སྤྱིས་བར་འགྱུར་པའོ། འཁྱུད་ནས་ལྡང་བའི་མ་ཉིང་
 གང་ཞེན། གང་ལ་གཞན་དག་གིས་འཁྱུད་ན་དབང་པོ་འགྱུར་བར་འགྱུར་པའོ། སྤྱག་དོག་ཅན་
 གྱི་མ་ཉིང་གང་ཞེན། གང་ལ་གཞན་དག་ཚྭ་བ་མཐོང་ན་དབང་པོ་འགྱུར་བར་འགྱུར་
 པའོ། ཉམས་པའི་མ་ཉིང་གང་ཞེན། གང་གི་དབང་པོ་ནད་ཀྱིས་ཉམས་པ་འཇམ་མཆོན་གྱིས་
 བཅད་པའོ། ཉེ་ལ་མ་ཉིང་སྤྱ་མ་བཞི་པོ་སྤྱིས་ནས་མ་ཉིང་དང་། ཁྲ་བ་བྱེད་པའི་མ་ཉིང་དང་།
 འཁྱུད་ནས་ལྡང་བའི་མ་ཉིང་དང་། སྤྱག་དོག་ཅན་གྱི་མ་ཉིང་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རབ་རྩ་
 མ་བྱུང་ན་ནི་རབ་རྩ་བྱུང་བར་མི་བྱ་ལ། རབ་རྩ་བྱུང་ན་ནི་བསྐྱེལ་བར་བྱའོ། ཉེ་ལ་ཉམས་
 པའི་མ་ཉིང་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རབ་རྩ་བྱུང་ན་ནི་རབ་རྩ་བྱུང་བར་མི་བྱ་ལ། རབ་རྩ་བྱུང་ན་
 བྱེད་ལ་ཉེ་འགྱུར་བ་མི་སྤྱོད་ན་བཏང་སྤོམས་སུ་བྱའོ། གཤམ་ཉེ་འགྱུར་བ་བསྤྱོད་ན་བསྐྱེལ་བར་
 བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

མ་ཉིང་པོ། (འདུལ་བ) པོ་མོ་གང་གི་དབང་པོ་དང་མི་ལྡན་ལ། ཁ་སྤྱ་སྤྱིས་བ་དང་སྤྱད་སྤོམ་བ་ལ་སོགས་
 པའི་པོ་མི་རྣམས་པ་ཅུང་ཟད་དང་ལྡན་པའི་མ་ཉིང་ལ་ཟེར། འདི་ལ་པོ་མ་ཉིང་ཡང་ཟེར། ལྟོ་བ་
 དཔོན་ཚོས་བཞེས་ཀྱི་འདུལ་བ་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༼ ལུ ༽ ༡༩༣༧༡ལས། གང་ལ་
 པོ་མི་དབང་པོ་ཡང་མེད། པོ་མི་དབང་པོ་ཡང་མེད་ལ་ཁ་སྤྱ་ལ་སོགས་པས་སྤྱིས་པའི་རྣམས་པ་
 ཅུང་ཟད་བརྟེན་པ་སྟེ། དེ་ནི་མ་ཉིང་པོ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་ཉིང་མོ། (འདུལ་བ) པོ་མོ་གང་གི་དབང་པོ་དང་མི་ལྡན་ལ། ལུ་མ་དང་ལྡན་པ་དང་རྟེན་པ་སྤྱ་བ་ལ་
 སོགས་པའི་བྱང་མེད་ཀྱི་རྣམས་པ་ཅུང་ཟད་དང་ལྡན་པའི་མ་ཉིང་ལ་ཟེར། འདི་ལ་པོ་མ་ཉིང་ཡང་
 ཟེར། མདོ་རྩ་བའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༼ ལུ ༽ ༡༩༣༧ལས། མ་ཉིང་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གང་ལ་
 པོ་མི་དབང་པོ་ཡང་མེད། པོ་མི་དབང་པོ་ཡང་མེད་ལ་ལུ་མ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པས་བྱང་མེད་ཀྱི་
 རྣམས་པ་ཅུང་ཟད་བརྟེན་པ་སྟེ། དེ་ནི་མ་ཉིང་མོ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

མ་ཞིང་ཉ་འདོན། སྒོག་རྒྱང་སོགས་རྒྱང་གི་ནད་རིགས་སྤྱི་ལ་པན་པའི་མན་ངག་ཅིག་སྤོན་རྗེ་ཙཱ་པ་
ཆེན་པོ་ཡང་བར་གཅོད་ཀྱི་ནམ་པ་ལྟ་བུས་སྤྱོད་བསྐྱང་བའི་སྤྱང་བྲག་པོ་ཞིག་བྱང་ནས།
ཡུན་རིང་པོའི་བར་བཅས་ཐབས་ཅེ་བྱས་ཀྱང་མ་པན་བར། མ་ཞིང་ཉ་འདོན་མན་ངག་འདི་ལ་
བརྟེན་ནས་སྤྱིའི་བསྐྱང་གཞི་ལྷག་མེད་དུ་བྲག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། རྗེའི་ནམ་ཐར་དད་པའི་
འབྲུག་འོགས་ལས། མན་ངག་རྒྱངས་ཏེ་རྒྱ་བྱང་རིན་ཆེན་སྒྲིང་གི་རྒྱལ་ཕྱོགས་དེ་ལ་འབྱོན་
ཀྱིན་མ་ཞིང་གི་ཉ་འདོན་པ་སོགས་ལན་འགའ་ཡང་མཛད་པས་སྤར་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱང་གཞི་
དེ་ལྷག་མ་མེད་པར་ཐོན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

མ་ཉི་བཀའ་འབྲུག། མ་ཉི་བཀའ་འབྲུག་དུ་གྲགས་པའི་བོད་གཉིས་པོ་འདི་ནི། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་
སྐམ་པོས་བྲགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱབ་སྒྲོར་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བཀའ་ཆེས་ཀྱི་སྒྲོར་
གསུངས་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་པ་གཏོར་ཁ་གསུམ་དུ་སྤྲས་པ། བྲལ་ཐོབ་
དངོས་བྲལ། མངའ་བདག་ཉང་། སྟོན་པ་ལྷན་འོད་གསུམ་གྱིས་གཏོར་ནས་གདན་བྲངས་པའི་
བོད་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པར། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྲལ་མཛོད་འགྲེལ་སྟོན་ཆ་
༥༣༣ལས་གསུངས།

མ་ཉིའི་འགྲེལ་བཤད། ཨི་མ་ཉི་བརྗེ་རྩྱུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

མ་སྣང་བ། མ་སྣས་པ་དང་དོན་གཅིག་བརྒྱན་སྟོང་པའི་འགྲེལ་བ་གནད་ཀྱི་རྒྱ་འོད་ལས། མ་སྣས་པ་
ནི་མ་སྣང་པའོ། ཉེ་བར་འཆེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ཉེ་བར་འཆེ་བའི་བར་ཆད་མེད་པའི་བྱུར་དོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

མ་དབྱང་པའི་ཤེས་པ། ཐ་སྣང་པའི་ཤེས་པ་དང་དོན་གཅིག་འཛིག་རྟེན་པར་གྲགས་པའི་ཤེས་པ་
ཞེས་ཀྱང་བྲལོ།

མ་པམ་གཡུ་མཚོ། མཚོ་མ་ངོས་པ། མཚོ་མ་པམ། མ་པམ་གཡུ་མཚོ་རྣམས་དོན་གཅིག་མཚོ་མ་
པམ་ལ་གཟེགས།

མ་བྱིད། མ་འདད་བ། མ་ལྷེད་བ། བོངས་བ། དབུལ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། བཀའ་གདམས་སྒྲེགས་བམ་

༩ ཀ་པ རྟེན་ལས། སེམས་མ་ཞིག་གི་ཡི་རྩོམ་བཏང་། རྟོམ་བྱིད་མི་ཐོད་ལག་ཏུ་
བཟུང་། རྟོམ་མ་བྱིད་ཞེས་ཀྱི་ལྷགས་དགིས། མིང་ཞིག་པོ་བྱུང་ཐོབ་དག་ཏུ་འབོད། ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

མ་བྱིད་པ། མ་བྱིད་ལ་གཞིགས།

མ་བག་མར་ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས། དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་ཉིང་དགོས་བྱུ་ཞོམ་པ་མེད་པའི་བསྟན་
བཅོས་ཤིག། ལྷགས་བསྐྱབས་ནས་ཐུག་ལ་བཏབ་སྟེ་མེ་ལ་གཏོར་བས་མའི་ནང་ནས་རུང་
ཞེས་པའི་སྐྱེ་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་ས་ཆ་འདིར་མི་རུང་ཞེས་པའི་སྐྱེ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་རིག་
ལྷགས་བསྐྱབ་ཚུལ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པར་མཁས་པ་འགའ་གསུང་། མ་བག་མར་
ལེན་པའི་ལུགས་སྟོལ་འདི་གནའ་བོ་སོག་པོ་པར་སིག་གས་པར་པར་སིག་སིག་གི་ལུལ་བྱ་
དར་བར་མཛོན་ལོ།

མ་བྱིན་ལེན་གྱི་པམ་པ། (འདུལ་བ) མ་བྱིན་ལེན་གྱི་པམ་པའི་རྩོམ་ལྟེ་བྱེ། བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་དག་སྟོང་
གིས་མི་གཞན་དབང་པའི་ཐུག་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དེ་རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་སྟོར་བ་རང་ངམ་
བསྐྱོས་པས་ལུས་དག་ཏུ་བྱུང་ཅིང་ཐོབ་སྟོ་སྟེས་པ་ལས་ཀྱང་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། །
སྟེང་གཞི་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་དག་སྟོང་ཞོར་ཅན་གྱིས་ཁང་བྱིས་གྱི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་པོ་མ་སྟེས་
དགའི་ཤིང་བརྒྱས་པ་ན་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་ཞིང་ཁོང་ཁྱོ་ཆེ་བས་དག་སྟོང་ཞོར་ཅན་བཟུང་སྟེ་
གསོད་གྲབས་བྱས་ཤིང་། ཕྱིན་ཆད་དེ་ལྟར་མ་བྱིད་ཅིག་ཅེས་ཉེན་བརྟུང་བཅས་བཏང་བ་ལ་
བརྟེན་ནས་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་པམ་པར་བཅས་ཤིང་། དེའི་ཆོ་རྒྱལ་པོས་མ་ལ་ཀའམ་དེ་
ལས་ལྷག་པ་བརྒྱས་ན་ཡན་ལག་གཅིད་ཅིང་སོག་དང་འབྲལ་བར་བྱིད་དོ་ཞེས་ཟིལ་ཀྱང་
བསྐྱགས་སོ། །ཐུན་མོང་གི་དགག་བྱ་ནི། དན་མོང་དུ་ལྷུང་བ། གཞན་མ་དད་མ་སྟེ་བ། ལས་
དང་ལམ་ལ་སྦྱིབ་པའོ། །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགག་བྱ་ནི། མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་བྱ་བ་དང་
འབྲལ་ན་གཞན་གྱི་ལོངས་སྟོང་ལ་གཞོད་པ་དང་། རང་འདོད་མ་ཆེས་པའོ། །མ་བྱིན་ལེན་གྱི་
པམ་པའི་སྟོར་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ཅེས་ རྟེན་བཅས་ལྷགས་སོ། །

སྒྲིམ་གྱི། (ལེགས་སྦྱར) བདག་ཉིད་མ། སྒྲིམ་ས་མ། འདྲ་མི་པམ་གསུང་ཞེས་འཕགས་བོད་སྐད་གཉིས་
སྦྱར་ན་གསལ།

མ་མ་བརྒྱད། (འདུལ་བ) བར་ན་འཆོ་བའི་མ་མ་གཉིས། ལུ་མ་སྦྱན་པའི་མ་མ་གཉིས། ཇི་མ་འབྲེ་བའི་
མ་མ་གཉིས། ཅེན་གྲོགས་ (ཅིད་གྲོགས) གྱི་མ་མ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དོ། །

མ་མ་མིག་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོང་འཛིན་། ཇི་མེད་ཤེལ་ཐེང་༤༥ཡལས། མ་མ་མིག་གིས་འཁྱུ་བའི་ནད་ལ་
པན། །ཞེས་གསུངས།

མ་མད། མ་དང་བྱ་མོའམ། མ་བྱ། མ་སྦྱང་ཅེས་པའི་ཐད་ལ་གཟིགས།

མ་མོ། 1 འཇ་མ་འབྱུང་བོའམ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་མཆིམས་མཛོད་ལས། འཇ་དང་སྦྱོ་བྱེད་དང་
བརྟེན་བྱེད་དང་མ་མོ་དང་རྩལ་ཁྲོད་ཀྱི་འཇ་མ་མོགས་པ་ནི་ཡི་དྲགས་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། 2 ལུ་གྲུ་བཅའ་བའི་ལོ་ཆོད་ལོན་པའི་མོ་ལུག་ 3 བྱ་མོ་གཞི་མ། ཅུ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།
གཙུག་ལག་ཀྱན་གྱི་མ་མོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 པའི་མའམ། ཨ་མ་སྤྱིའཛིན་། བེའུ་བུམ་སྟོན་བའི་
འབྲེལ་པ་ལས། དཔེར་ན་མ་མོ་མཛངས་མས་བྱ་ཆུང་སྟོང་བ་བཞེན་དུ་བྱེད་པ་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 5 ལྟ་མོ། དཔེར་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྟ་མོ་བདུན་ལ། འཛིག་རྟེན་གྱི་མ་མོ་
བདུན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 6 ཆོས་མངོན་པའི་གཞུང་གི་མིང་སྟེ། དེ་ལ་མ་མོ་ཞེས་པ་ནི་མདོ་སྡེ་དང་
འདུལ་བའི་སྡེ་སྟོད་དག་གི་མ་ལྟ་བུའི་གནས་ཡིན་པས་མ་མོ་ཞེས་བྱའོ། །ལུང་ཐན་ཆོགས་ཀྱི་
འབྲེལ་པ་ལས། མ་མོའི་སྒྲིམ་ནི་ཆོས་མངོན་པ་བཛོད་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྡེ་དང་འདུལ་བའི་སྡེ་
སྟོད་དག་གི་མ་ལྟ་བུའི་གནས་ཡིན་པའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་རྣམ་
པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ ཆུ་ ༡༡༥ནང་ལས། མ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་སྡེ་
དང་འདུལ་བ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དང་དོན་མ་ཡིན་པ་སྟོན་པས་མ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པར་བཤད་
པར་གྱུར་པར་བསྟན་བཅོས་ཆོས་མངོན་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་མོ། །

མ་མོ་བདུན། བྱ་རོལ་པ་ལ་གྲགས་པའི་མ་མོའམ་ལྟ་མོ་བདུན་ནི། སྟོན་ལྟ་མ་ཡིན་ཅུ་བྱ་དང་དབང་
སྤྱུག་འཐབ་པ་ན་དབང་སྤྱུག་གི་རྩལ་ས་ལ་ལྟང་བ་ལས་ལྟ་མོ་བདུན་དུ་གྱུར་པ་ནི། ཆངས་མ།

དབང་མོ། བྱ་འཇུག་མོ། བཀ་མོ། ལུས་ངན་མོ། གཞོན་ལུ་མ་སྟེ་བདུན་མོ། ཁའོན་
བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས། ཚངས་མ་དབང་མོ་བྱ་འཇུག་མ། བཀ་མོ་བྱ་མོ་ལུས་
ངན་མོ། གཞོན་ལུ་མ་སྟེ་དབང་ལྷག་གི། རུལ་ལས་སྟེས་པའི་མ་མོ་བདུན། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེས་ལས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་མོ་བདུན་ནི། ཚངས་མ་མོ་
ཚངས་པའི་རྩེ་མ། བྱ་འཇུག་མོ་བྱ་འཇུག་གི་རྩེ་མ། བྱ་མོ་བྱ་མོ་དབང་ལྷག་གི་རྩེ་
མ། དབང་མོ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་རྩེ་མ། གཞོན་ལུ་མ་གཞོན་ལུ་གདོང་ལྷག་གི་རྩེ་མ། བཀ་མོ།
ཆུན་བྱེད་མ་དང་བདུན་མོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་མོ་འཛིན་པ། མ་མོ་སྟེ་ཆོས་མའོན་པའི་ཆོག་དོན་ལྟོ་ལས་ཐོན་པའི་དགེ་སྤྱོད་མཁས་པ་རྣམས་ལ་
མ་མོ་འཛིན་པ་ཟེར། འདིའི་བྱེད་ཆོས་སོགས་ཞིབ་པར་ “མདོ་སྟེ་འཛིན་པ་” ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟིགས། ཆོས་མའོན་པ་ལ་མ་མོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། མདོ་སྟེ་དང་འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོན་དག་གི་མ་
ལྷ་བྱའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། ཞེས་ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསལ་བ་
ལྟར་ལོ། །

མ་མོའི་བྱིས། མ་མོའི་ལྷ་ཁང་དམ་རྟེན་ཁང་། དེ་ཡང་མ་མོ་བྱ་མོ། ཚངས་མ། བྱ་འཇུག་མ། དབང་
མོ། ལུས་ངན་མོ། བཀ་མོ། ཆུན་བྱེད་མ་སྟེ་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་གཟུགས་ (བརྟན) ཡོད་པའི་ཁང་
པའོ། ཞེས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གཞུང་ན་གསལ།

མ་མོའི་གནས། མ་མོའི་ལྷ་ཁང་། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞེས་ལས་ན་གསལ། མ་མོའི་བྱིས་དང་དོན་གཅིག་
མ་དམིགས་པའི་རྟགས། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཆོས་ཅན། ཤ་ཟ་ལ་ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་
ཟག་གིས་ཤ་ཟ་ཡོད་ཅེས་དམ་བཅའ་མི་རིགས་ཏེ། ཤ་ཟ་ལ་ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་
ཟག་གིས་ཤ་ཟ་ཆད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྷ་བྲ། མདོའི་བྱེད་པ་ནི། དཔལ། ང་
དང་འབྲེལ་བས་གང་ཟག་གི་ཆོད་གཟུང་གི། ཞེས་གསུངས་པས་སྣང་བའ་མ་དམིགས་པའི་
རྟགས་དང་། གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་གི་ཆོད་གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཉམས་སུང་འཇུག་ཏེ་
ཞེས་གསུངས་པས་མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གསུངས་སོ། །

མ་སྒྲིལ། 1 མ་དང་བྱ་མེའི་མིང་ལ་གྲགས་ཆེ། མ་མད་དང་དོན་གཅིག་ 2 མ་དང་བྱ་ལའང་གོ་སྟེ། རྩེ་
མི་ལའི་རྣམ་ཐར་འཆད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དེབ་སྡོན་སྟོང་ཆ་༥༡༣ལས། མ་ཁྲིས་ཏེ། པ་མི་ལ་ཤེས་
རྒྱལ་ལ་བྱ་ཁྲིད་དང་འབྲེལ་སྟེ། དེད་རང་མ་སྒྲིལ་གྱི་འཁོས་འདི་ལ་ཁྲིད་ཀྱིས་སྒྲུ་བློན་ནས།
ཞེས་པ་དང་། ཡང་། རྩེ་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྐབས་ཀྱི་དེབ་སྡོན་སྟོང་ཆ་༥༡༤ལས། དེད་མ་
སྒྲིལ་ལ་སྒྲིལ་བར་བྱས་པས་ད་ཁྲིད་ཅག་རྣམས་ལ་སྒྲིལ་པོ་བྱུང་ངེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 3
མི་དམན་བའམ་སྟོད་པའི་ཡུལ་མིན་པ་སྟེ། ཁྲད་བར་དུ་འཕགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། རྩེའི་
བསྟོད་པ་དཔལ་ལྡན་ས་གསུམ་མ་ལས། གཞོན་ཏུ་ཉིད་ནས་རྒྱལ་བའི་བརྒྱལ་ཞུགས་
ཀྱུན། །མ་སྒྲིལ་རྒྱལ་ཁྲིམས་མཆོག་གིས་ལེགས་བསྐྱམས་ཤིང་། །སྐྱེ་བ་ཀྱན་ཏུ་གཅིག་ཏུ་བག་
ཡོད་ལ། །གོམས་པའི་མ་བྱ་ལྟོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

མ་སྒྲིལ། མ་སྒྲིལ་པ་ཞེས་པར་གཟེགས།

མ་སྒྲིལ་པ། གཞོད་པ་མེད་པའམ། ཉེར་འཆེ་མེད་པ། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་ཆུ་འོད་
ལས། མ་སྒྲིལ་པ་ནི་མ་སྒྲིལ་པའོ། ཉེ་བར་འཆེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ཉེ་བར་འཆེ་བའི་བར་ཆད་མེད་
པའི་བྱིར་དོ།

མ་སྒྲིན་པའི་སེམས་ཅན། དབང་གིས་རྒྱུད་སྟོད་དུ་བྱུང་བར་མ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན། དེ་ལ་སྐལ་
མེད་ཅེས་གྲང་གསུངས་སོ།

མ་མོས་པའི་ལོ་རྟེན། ཨ་ཞོམ་ཟེར་བའི་འབྲུ་རིགས་ཤིག་གི་རྒྱལ་གྱི་སྐྱད་དུ་maize ཟེར་བ་དེའོ།

མི་ཅེག་ 1 མི་བཅེ་བའམ་མེར་སྒྲིལ་མི་བྱེད་པ། དདུལ་ལ་མི་ཅེག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 མི་བཅེ་བའམ་ཁྲད་
དུ་གསོད་པ། སྒྲོབ་སྦྱངས་ལས། ཁྲད་ལ་མི་ཅེག་ས་ཡིས་འཛིག་རྟེན་འདེགས་པ་གང་ཡིན་
དེ། །རང་དོན་འགའ་མེད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་འབྲས་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།
མ་ཆན། མའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཆན། ཞིབ་པ་རིགས་རྩ་ས་ཆོ་འབྲང་གི་འབོད་མིང་ཞེས་པར་གཟེགས།
མ་ཆན་སྟོར་གྱི་མིང་། མ་ཡི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་ཆན་ལ། །མ་ཡི་པ་ལ་སྟོ་བོ་དང་། །མ་ཡི་མ་ལ་སྟོ་མོ་
ཟེར། །མ་ཡི་བྱ་བྱུང་ཁང་པོ་དང་། །མ་སྒྲིན་མོ་ (གཅེན་མོ་དང་གཅུང་མོ) ལ་ཨ་ནེ་སྟེ། །དེ་ཡི་

ཁྱོཾ་འདྲ་པོ་ཟེེ། །མ་ཡི་སྦྱུན་གྱི་བྱིས་པ་དང་། །རང་གཉིས་བར་ལ་མ་སྦྱུན་ཟེེ། །དེ་ནམས་
 རང་གི་མ་ཚན་ཡིན། །ཞིབ་བ་རིགས་དུས་ཚོ་འབྲང་གི་འཕོད་མིང་ཞེས་པར་གཟིགས།
 མ་གཟིགས་མི་གཟིགས་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར། སྤར་མ་གཟིགས། ད་ལྟ་མི་གཟིགས། མ་འོངས་
 པར་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་དུས་གསུམ་ལ་སྤར་རྒྱ་ཡིན། རྒྱ་ནམ་སྤང་མའོན་ཀྱང་
 ལས། གསང་བའི་བདག་པོ། སེམས་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་གཟིགས་མི་
 གཟིགས་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དེས་གཞན་རྣམས་ལ་འད་རིགས་འགྲོ།
 མ་འོངས་བསྐལ་བ། འབྲུང་འགྱུར་གྱི་དུས་ཡུན་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་མཐར་ཐུག་པ། བྱི་མའི་མཐའི་སྤར་
 ཐུག་པའི་དུས། བྱི་མཐའི་མཐར་ཐུག་དུས་ཡུན་རིང་པོ། ལྷ་སྤྱབ་ཀྱི་བཟང་སྟོན་འགྲེལ་བ་ལས།
 བྱི་མའི་མཐའི་སྤར་ཐུག་པ་མ་འོངས་པའི་བསྐལ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །
 མ་ཡི་འོད་གསལ། ཐ་མལ་པའི་འཆི་བ་འོད་གསལ་ལ་ཟེར་ཏེ། དེ་ནི་འཆི་དུས་ཀྱི་སྤང་མཆེད་ཐོབ་
 གསུམ་འོད་གསལ་དང་བཅས་པའི་འོད་གསལ་དེ་ལ་མ་ཡི་འོད་གསལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཛམ་བུ་
 སྤྱིང་བའི་མི་ཁམས་དུག་ལྡན་ཞིག་རིམ་གྱིས་འཆི་བའི་ཆེ་སྤྱང་གར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱང་འདྲ་
 བའི་གནད་ཀྱིས། འཆི་བའི་ཆེ་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་
 རྫོགས་པར་འཆར་ཞིང་། དུས་དེར་ཤར་བའི་འོད་གསལ་ནི་མའི་འོད་གསལ་ཡིན་པར་
 གསུངས་སོ། །

མ་ཡིག་དང་བྱ་ཡིག མ་དབེ་དང་དེ་ལ་དབེ་བལྟས་ཏེ་བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ལ་ཟེར།

སྤར་། (ཞིགས་སྤར་) བདུད།

མ་རངས་པ། མ་དགའ་བ། མ་མོས་པ། གཞོད་པ་བྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས། ལུང་ཞུ་བའི་འགྲེལ་བ་
 ལས། ཡི་མ་རངས་པ་ནི་གཞོད་པ་བྱ་བར་ཞུགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

མ་རངས་པའི་ཆོག མ་དགའ་བའི་ཆོག ལུང་ཐའི་ཆོག སྟོན་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག མ་མོས་པའི་ཆོག མོས་
 མ་ཐུན་མ་བྱུང་བའི་ཆོག་རྣམས་དོན་འདྲའོ། །

མ་རིག་པ། <ཨ་བིདྱ> ། (དཔལ་ལྡན་རྩ་བ་གྲགས་པ) བདེན་འཛིན་ལ། མ་རིག་པར་བཞིན། རྗེའི་

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། འདིར་སྒྲོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་བཞེད་པ་ནི་དབུ་མ་བ་གཞན་
 རྣམས་ཤེས་སྤྱོད་ཏུ་བཞེད་པའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ནི་མ་རིག་པར་བཞེད་ལ། ཞེས་
 དང་། དེ་ལྟ་བུའི་མ་རིག་པ་དོས་འཛིན་ལུགས་དེ་ནི་མགོན་པོ་སྤྱི་བ་ཀྱི་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ།
 ལྷོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་བ་ལས། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་སྤྱོད་དངོས་རྣམས། །ཡང་དག་པར་ནི་རྟོག་པ་
 གང་། །དེ་ནི་རྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། །དེ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འབྱུང་། །ཡང་དག་
 མཐོང་ཕྱིར་དངོས་སྟོང་བར། །ལེགས་ཤེས་མ་རིག་མི་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་མ་རིག་འགག་པ་
 ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འགག། ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །²
 (ཐོགས་མེད་སྤྱི་མཆེད) མ་རིག་པ་ནི། གནས་ལུགས་ལ་རྫོངས་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ།
 སྒྲོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་སྤྱི་མཆེད་བཞེད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་རྫོངས་པ་ཅམ་གཉིས་ལས། ཕྱི་མ་ཡང་
 དག་པའི་དོན་ལ་རྫོངས་པ་ཅམ་ལ་མ་རིག་པར་བཞེད། མདོར་ན་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། མ་
 རྟོགས་པའི་རྫོག་གཉིས་ལས། མ་རྟོགས་པའི་རྫོག་ལ་བཞེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྒྲ་
 བཤད་ནི། མ་རིག་པ་ཞེས་པའི་དགག་ཆོག་ནི། དམན་པ་ལ་དགག་ཆོག་སྐར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་
 བུ་ཤིན་ཏུ་དམན་པའི་མ་ལ། མ་བུ་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །མ་རིག་པའི་སྒྲ་བཤད་སྟོང་། ཀུན་
 མཁུན་འཛིགས་མེད་དབང་པོའི་རྟེན་འབྲེལ་རྩོམ་འགྲོ་ཤེས་པ་ལ་ལོ། །³ (དཔལ་ཆོས་
 ཀྱི་གྲགས་པ) འཛིག་ལྟ་ལ། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་བཞེད་དོ། །རྗེའི་
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལས། མ་རིག་
 པ་ནི། མཛོད་ལས། མ་རིག་མི་མཛོད་བརྒྱན་སོགས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། དེ་
 ཡང་མི་མཛོད་བ་དང་བརྒྱན་ནི་མཛོད་བའོས་བདེན་པ་བཀག་ཅམ་མས་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་
 པ་ཅམ་ལ་མི་བྱེད་ཀྱི། མཛོད་བ་དང་བདེན་ཆོག་གི་འགལ་རྒྱར་གྱུར་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་
 བྱེད་པ་ལྟར། མ་རིག་པ་ཡང་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་རིག་པ་བཀག་ཅམ་དང་དེ་ལས་གཞན་པ་
 ཅམ་ལ་མི་བྱེད་ཀྱི། རིག་པའི་འགལ་རྒྱར་གྱུར་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སོ། །དེ་ལ་འདིར་གཉེན་

སོ་རིག་པ་ནི་ཡང་དག་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་དོན་རིག་པ་ཡིན་པས་དེའི་ལག་ལ་རྒྱ་ནི་
གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འཇིག་ལྟོ། །ཞེས་སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་
བཞེད་ལ། ཞེས་གསུངས།

མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས། མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་དང་དོན་གཅིག་དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན། སྒྲ་བཤད་
ནི། མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་དེ་ཉིད་ས་དང་ཆོས་མཐུན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས་པ་སྟེ།
འདིའི་ས་ཞེས་པ་སྒྲིབ་བྱེད་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ས་ལོག་གི་གཏེར་ནམས་ས་ས་
བསྐྱེགས་ནས་མི་མཐོང་བར་བྱེད་པ་ལྟར། འདིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་མ་
མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའམ་ཐོབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བྱིར་ས་ཞེས་བརྗོད་
དོ། །རྒྱད་ཁྲ་མ་ལས། རི་ལྟར་ལོར་ནི་བསྐྱེབས་པས་ན། མི་ཤེས་གཏེར་མི་ཐོབ་པ་ལྟར། དེ་
བཞིན་སྒྲིབ་ལ་རང་བྱུང་ཉིད། མ་རིག་བག་ཆགས་ས་ཡིས་བསྐྱེབས། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་
ཐད་ཀྱི་རྒྱད་ཁྲ་དར་ལྷོག་ལས། གཉིས་པ་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་སའི་ཆོས་མཐུན་ནི། རི་ལྟར་
ལོར་ཀྱི་གཏེར་ནི་ས་ས་བསྐྱེབས་པས་ན་མི་ཤེས་ཤིང་གཏེར་མི་ཐོབ་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་
ལ་རང་བྱུང་ཉིད་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིབ་པོ་ཀྱི་མ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པ་ལ་མ་
རིག་བག་ཆགས་ས་ཡིས་བསྐྱེབས་པས་མི་མཐོང་བར་ཆོས་མཐུན་པའི་བྱིར་དོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་སྒྲ་བའི་མཐར་ཐུག་པ་ནི་ས་བརྩའི་རྒྱན་
མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་སྤོང་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། རྒྱད་ཁྲ་དར་ལྷོག་ལས། མ་རིག་
བག་ཆགས་ཀྱི་ས་སྒྲ་བ་མཐར་ཐུག་པ་ས་བརྩ་རྒྱན་གྱི་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་
དངོས་སུ་སྤོང་བ་ཡིན་ཡང་། ས་བརྩ་རྒྱན་ཐ་བས་ཀྱང་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་ལ་སོགས་
པ་སྒྲངས་ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་སོགས་བྱེད་ན། ཀུན་སྤོང་གི་རྩོལ་བ་སྒྲ་མོ་དང་
བཅས་བཞིན་དུ་ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད་དགོས་པས། དེ་འདྲའི་ལས་དང་ལུས་ཟད་པར་སྤངས་
ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་ནི། ཡང་དག་པའི་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པ་མཐར་ཐུག་པ་
འབའ་ཞིག་གི་བྱེད་ཆོས་སུ་ཤེས་པའི་བྱིར་དུ་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་བུ། (ཞེགས་སྒྲུང) ར་ལ་རྒྱ་ར་དང་ཉེ་བའི་བྱང་ཕྱོགས་ན་སྐྱབ་གནས་ཐག་ཕྱག་ཅིག་ན་དོའི་མཚན་མ་
རྒྱང་བའི་མཐེ་བོང་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ལ་བཞེད།

མ་རུངས་པ། 1 གདུལ་དགའ་བ། ཁྱོད་ལོ། མི་བསྐྱུན་པ། ཤིན་ཏུ་སྒྱུར་བར་ཁོ་བསྐྱེ་བའི་སྐྱེ་ལོ། 2
ཆུད་གཟོན་པར་བྱས་པ། སྒྲོན་ཅན་དུ་བྱས་པ། ཉེས་པར་བྱས་པ། དན་པར་བྱས་པ། དཔེར་
ན་སྒྱུར་བཟེད་མ་རུངས་པར་བྱས་སོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མ་ལ། (འདུལ་བ) 1 ཐེ་ཆོམ་ཐ་བ་སྒྲོན་པའི་ཆོག་ཅིག་ འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
བཤད་པ་༼ ཆུ་ ༡༣ ན་པ་ལས། མ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་འདི་ལ་སོགས་པར་འདུག་སྲིད་པ་
བསྟན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 འཕྲལ་དུ་འཕྲ། སྒྱུར་དུ། མོ་བྱར་དུ། དེ་མ་ཐག་ཏུ་
ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དགོངས་པ། ཁྱོད་
ཁྱེར་སེར་སྐྱའི་གཞི་ཉེསོ། འདིར་གནས་པ་ནི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤུག་རྣམས་ཀྱིས་ཐོང་གི་
འཁྲལ་བ་བྱེད་པར་འགྱུར་གྱིས། མ་ལ་བདག་གང་གྲ་ཀལ་ལོ་སྟུང་ནས་དེ་གཞུ་ཀལ་ནས་
མཐར་གྱིས་རྒྱ་ཁོང་གཤེགས་པ་དང་རྒྱལ་བའི་ཁབ་ཏུ་བྱོན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 3
ཤེ་རུང་ཅེས་པའི་དོན། བསྟན་དར་རྣ་རམས་པས། མ་ལ་ནི་ཤེ་རུང་ཅེས་བཤད།

སྐུ་ལ་བ། (ཞེགས་སྒྲུང) བྲེང་བ་ཅན་ཏེ་རྒྱ་གར་རུབ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོའི་བྲིང་ཐོན་ཞིག་ན་སྐྱབ་གནས་འི་
གཡས་གཡོན་མཐོ་བ་ཐག་པ་ལྟ་བུས་མཚན་པ་ཡོད་པ་ལ་བཞེད།

མ་ལ་ཡུ། <ཏ་མིལ་གྱི་སྐྱང> 1 རྒྱ་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རིགས་ཏ་མིལ་གྱི་སྐྱང་ལ་རི་སྤྱིའི་མིང་། 2
སྟན་དག་ལ་གྲགས་ཆེ་བའི་མ་ལ་ཡུ་ཞེས་པ་རྒྱ་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པའི་སྟན་རི་བྱང་དུ་
འཕགས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད། སིང་ལའི་ཡུལ་གྱི་གཡུ་གཞུ་འབབ་པའི་རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་
ཆ་རྣམས་ལ་མ་ལ་ཡུ་སྟེ་རིའི་ཡུལ་ཞེས་གྲགས། དེའི་ཕྱིར་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་བྲེང་བ་
སོགས་ཀྱིས་མ་ལ་ཡུ་སིང་ལ་ན་ཡོད་པར་གསུངས་པའང་འདི་ལ་ཟེར། ཞེས་དགེ་འདུན་ཆོས་
འཕེལ་གསུང།

མ་ལ་ཡུར་སྐྱེས། ཅན་སྤྱིའི་མིང་། རི་བོ་མ་ལ་ཡུ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཅན་དན་ལ་གནས་ཀྱི་སྟོན་མིང་།

བཏགས་པལོ། །

མ་ལག་ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་ཅ་ལག་དང་དོན་གཅིག
མ་ལི་ག (ལེགས་སྤྱར) མ་ལྷི་ག་དང་དོན་གཅིག་རྒྱས་པར་ལོག་ཏུ་མ་ལྷི་ག་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་ཞེས་སོགས། མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་
གྱུར་ཅིང་ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་འདི་མ་ག་རྩ་བ་ཟེང་མའི་རྟོགས་བརྗོད་ལས་གསུངས་
པར་བཤད།

མ་ཤ (འདུལ་བ) (ལེགས་སྤྱར) མ་ཤ་ག་དང་འབྲ།

མ་ཤ་ག (འདུལ་བ) (ལེགས་སྤྱར) ། འཕོན་བྱ་བརྒྱད་ཅུའི་རིན་ཐང་གི་ཆད། མ་ཤ་ག་དང་། བ་ཏ་གཉིས་
མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པར་མཆོད་ཀྱི་མཆན་བྱ་ལས་གསུངས་ཤིང་། སློབ་དཔོན་ཆོས་
བཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྟེན་གྱི་མདོ་ཅའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པའི་དཔེ་ཁ་ཅིག་ལས། དེར་སང་ནི་
བ་ཏ་བཞི་བརྒྱས་ན་པམ་པར་འགྱུར་ལ། ཞེས་འབྱུང་ལ། དེའི་དཔེ་ཁ་ཅིག་ཀྱང་། དེར་སང་ནི་མ་
ཤ་ག་བཞི་བརྒྱས་ན་པམ་པར་འགྱུར་ལ། ཞེས་འབྱུང་བས་ཀྱང་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་
པར་རུས་སོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལ་གཞི་བྱས། 2 སྒན་མའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ 3 གསེར་
གྱི་ལྗོངས་ཆད་ཅིག

མ་ཤ་ག་ལྷ། (འདུལ་བ) གྲུ་བ་ཏ་བཞི་ཆ་སྟེ། འཕོན་བྱ་བཞི་བརྒྱའི་རིན་ཐང་དོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཏ ཙ ༡༥༡༡ལས། མ་ཤ་ག་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བ་ཏ་
འཕོན་བྱ་བརྒྱད་ཅུའི་རིན་གྱི་ཆད་ལྷོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

མ་སོད་ན། བསད་མ་ཐུབ་ཞེས་པའི་དོན། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། ཁྱེད་ཅག་གལ་ཏེ་དགོ་སྤྱོད་གྲོ་
ཏ་མ་སྒྲིགས་ཀྱིས་མ་སོད་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

མ་གསོལ་བར་མི་བྱ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་ལས། མ་གསོལ་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། གཞན་
ཀྱིས་རང་ལ་ཆོས་བཤད་རོགས་ཞེས་གསོལ་བ་མ་བཏབ་པར་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་གཞན་ལ་
སུན་པོ་བཟོ་བ་ལྟ་བུས་ཆོས་བཤད་པར་མི་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འདི་ནི་ནང་པའི་བྱད་ཆོས་

ཤིག་ཡིན། གསལ་བ་མ་བཏབ་ན་ལྟ་ཅི་སྟོན། བཏབ་ན་འདྲ་བཏག་དགོས་པ་དང་། ཅི་སྟེ་
སྟོང་བྱང་དུ་ཤེས་ན་ནི་གསལ་བ་མ་བཏབ་པར་ཡང་བཤད་བྱང་བར་གསུངས་ཏེ། ཉིང་འཛིན་
ཀྱུལ་པོ་ལས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པའི་ཆེད་ཀྱི་བྱིར། གཤམ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་གསལ་འདེབས་
ན། རབ་རྒྱས་བདག་གིས་མ་བསྐྱབས་ཞེས། རོག་མར་ཆོག་དེ་བཟོད་པར་བྱ། ཁྱོད་ནི་ཤེས་
ཤིང་མཁས་ཡིན་ན། བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་བྱི། བདག་གིས་རི་ལྟར་བཤད་ཀྱས་
ཞེས། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྐད་བཟོད་པར་བྱ། འཕྲུལ་དུ་བཟོད་པར་མི་བྱ་ཡི། ཁྱོད་ལ་བཏག་པ་
བྱས་ནས་བྱ། གཤམ་ཏེ་སྟོང་ནི་ཤེས་གྱུར་ན། གསལ་བ་མ་བཏབ་ཀྱང་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་
གསུངས་སོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལ་འབྲི་སྟོན་ཅུང་ཟད་ཀྱིས་བཀོད།

མ་རྒྱ་པོ་རྫིམ་(ལེགས་སྦྱར) 1 རོགས་པ་ཆེན་པོའམ་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་སྟེ་སངས་རྒྱས་སྤྱིའི་མིང་། སྤོ་བོད་
སྐད་གཉིས་ཤུར་སོགས་ལ་གཞི་བྱས། 2 གནས་མཆོག་རྗེ་ཞེ་གདན་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཆེན་
མོའི་ནང་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་སྐྱེ་བརླན་ངོ་མཆར་ཅན་དེ་ལ་མ་རྒྱ་པོ་རྫིམ་མ་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་
པོ་ཟེར། འདི་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱ་ངན་མེད་ཀྱི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་བྲམ་ཟེའི་ལྟ་བུ་མཐོ་མཐོ་བཙུན་བྱུང་རྗེས་
རྒྱ་ཅན་གོ་ཤིང་ལས་བྱས་ཤིང་བཞེངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་རྒྱུད་༩ ལྟ་བུ་
༡༡༠༩བཟུངས། དེ་ལ་བྲམ་ཟེ་མཐོ་བཙུན་བྱུང་རྗེས་དཔལ་ལྷན་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་བཞེངས་
པར་འདོད་པ་ལ། ལྷས་ལུང་བསྟན་པ་ནི་རྒྱ་ནའི་འགམ་ན་ཅན་གོ་ཤིང་ཡོད་པ་ལས་སྦྱབས་
ཤིག་ཅེས་ཐོས་ནས། སོ་གའི་དུས་སྤུ་མ་ཏེ་མང་པོ་བྱེ་མའི་སྟེང་ཉི་མ་རེ་ཞིང་འདུག་པ་མཐོང་
ནས། དེ་བསིལ་བའི་གནས་སྤུ་འདུག་པ་ལ་དཔགས་ཏེ་བཅའ་བས་རྟེད་དེ་ཅན་གོ་ཤིང་དེ་
ཉིད་ལས་རྗེ་བཙུན་གྱི་སྐྱེ་བཞེངས་སོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཡང་རྗེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་རྒྱུད་
༩ ལྟ་བུ་༡༡༠༩པུངས། དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་ངན་མེད་ཀྱི་བར་མ་ཆད་དུ་བྲམ་ཟེ་མཐོ་
བཙུན་བྱུང་རྗེས་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་དྲི་གཙང་ཁང་ཆེན་པོ་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་དང་བཅས་པ་
བཞེངས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། མ་རྒྱ་པོ་རྫིམ་མ་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ནི་ཐུབ་པའི་སྐྱེ་བརླན་བྱིན་
ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཡིན་ཏེ། དེ་བསྟོན་སྟོང་ཆ་༢ལས། དེ་ནས་རྗེ་ཞེ་གདན་དུ་བྱིན། བྱང་

ཆུ་ཆེན་པོ་ལ་མཆོད་པ་ཡུལ་བས། དགུན་རྒྱ་འབྲིང་པོ་ལ་ཆར་ཆེན་པོ་བལ། ཅེས་གསུངས་
 བས་ཤེས་སོ། །ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་སྤྱི་འཇུག་
 ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱད་རྩ་ཉེ་བ་ན། ཡུལ་མ་ག་རྩ་བའི་བུ་མ་མེས་མ་ལ་ཟེར་
 བ་ཞིག་ལ་རྩོམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཞིག་ཡོད། དེ་གཉིས་ལ་བྱ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། བྱ་
 ཆེ་བ་མ་རྩ་མ་མེ་ཞེས་བྱ་བས་སྐྱ་རྩ་ཆ་སྤྱིར་སྤྱོད་ཁང་བཞེངས། བྱ་འབྲིང་པོ་མི་བ་མ་མེ་ཞེས་བྱ་
 བས་རྩོམ་ཉེ་ཆའ་དུ་སྤྱོད་ཁང་བཞེངས། བྱ་ཆུང་བ་སྤྱི་ཉ་མ་མེ་ཞེས་བྱ་བས་རྩོམ་གདན་དུ། བྱ་
 གཞོན་ལ་ནང་དུ་སྤྱོད་ཁང་བྱས་པ་བཅུགས་ཏེ། དེའི་ནང་བཅོམ་ལྷན་འདས་དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་པའི་
 སྤྱི་ཆད་ཅིག་བཞེངས་པར་འདོད་པའི་རྒྱ་ཅན་དང་རིན་པོ་ཆའི་བྱེ་མ་བསྐྱེས་ནས་འཛིན་པའི་
 ཡུང་པོར་བྱས་པ་དང་། ཨ་མ་ན་ལེ། ལྷ་བཟོད་དང་། བྱ་ཁྲིད་རང་དང་། རྒྱགས་རྩ་ (བཟའ་བུར་)
 དང་གསུམ་པོ་ནང་དུ་སྤོད། སྤོལ་ལྷགས་གཟེར་རྒྱུ་ལ། རྒྱ་བ་གསུམ་དང་ཞག་གསུམ་ལ་
 ཆར་བར་གྱིས་ཤིག་ཟེར་རོ། །དེར་རྒྱ་བ་གསུམ་དང་ཞག་གཉིས་སོང་དུས་ཨ་མ་བྱུང་སྟེ། སྤོ་
 བྱས་ཤིག་ཟེར་རོ། །བྱ་ན་ལེ། རྒྱ་བ་གསུམ་དང་ཞག་གཉིས་སོང་དུང་ཞག་གཅིག་མ་ཐེས་
 ཟེར་བས། ཨ་མ་ན་ལེ། ཞག་གཅིག་མ་ཐེས་ཡང་དབང་མེད། ངན་མང་འཆི་བར་འདུག ད་ལྟ་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་མཐོང་བ་ང་ལས་མི་འདུག ངས་འདྲ་མི་འདྲ་མ་བཟུས་ན། གཞན་གྱིས་
 འཁྱེད་མི་བྱེད་པས། སྤོ་བྱས་ཤིག་ངས་བཟུ་དགོས་ཟེར་རོ། །དེར་སྤོ་བྱས་པ་དང་། ལྷ་བཟོ་བ་དེ་
 སྤྱི་ལ་པར་འདུག་ནས་འཇའ་ཡལ་བ་བཞིན་སོང་རོ། །དགུང་ལོ་སུམ་ཅུ་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 སྤྱི་ཆད་དེ་ནི། མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་གྱིས་བརྒྱན་པ། རོ་མཆར་ཆེ་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། མི་རྣམས་
 ཀྱིས་ཉེན་དེ་དང་མཇལ་བའི་དུས་སུ། རྟོགས་སྒྲོམ་བཞེད་ནས་བཟའ་བུར་གཞན་གྱིས་སྟེར་
 དགོས་པ་དང་། མཇལ་ནས་ཕྱིར་འོང་བའི་དུས་སུ་རྒྱ་བ་སྟོན་མི་འོད་པར་བྱེ་འགྲོས་སུ་འབྱེས་
 པར་འགྱུར་རོ། །མི་རྣམས་སྟོ་བྱར་དུ་ན་བར་གྱུར་ན། ཉེན་དེའི་ཞལ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ནད་
 སོས་པར་འགྱུར་རོ། །མི་རྣམས་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་ཞེ་སྤང་རབ་ཏུ་འབར་བར་གྱུར་ན་ཡང་། ཉེན་
 དེའི་ཞལ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཞེ་སྤང་རབ་ཏུ་ཞིན་སྟེང་རྩོད་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྷན་པར་

འགྲུང་ལོ། །ཞག་གཅིག་མ་ཐེམ་པ་ལ་སྒྲོན་ཅི་བྱུང་བལྟས་པས། ཞབས་གཡས་པའི་མཐེའུ་
ཆུང་མ་གྲུབ་པར་ཡོད་པར་གྲག་གོ། མ་ཆན་དེ་ཡང་སྒྱུ་དེ་མཇུག་པའི་ཕྱི་ནིན་འདས་སོ། །རྒྱལ་
རབས་གསལ་པའི་མེ་ལོང་སོགས་ལས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་ཁུངས་ཆོལ།

མ་རྒྱ་ཅི་ན། རྒྱ་ནག་སྤྱོད་པའདུག། མ་རྒྱ་ནི་ཆེན་སོ། ཅི་ན་ནི་ཆེན་ཞེས་པའི་རྒྱ་སྐད་བྱུང་ཉམས་པར་
བཤད་དོ། །

མ་ཉེ། <མ་ཉེ་རྩ> ལྷ་མེད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོ་ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིག་མ་ཉེ་ཞེས་པ་ལེགས་སྤྱར་གྱི་ “མ་
ཉེ་རྩ” ལུང་ཆག་པར། ལི་གུར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཐ་སྐད་འདི་སྤྱི་སྤྱོད་སྐད་གཉིས་ཤུག་
སྤྱར་གསེར་གྱི་ཕྱིར་མཛེས་ན་གསལ། ལེགས་སྤྱར་གྱི་ཆོག་མཛོད་འགའ་ཞིག་ཏུ། མ་ཉེ་ས་
Mahisa ཞེས་སྤྱང་། རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་དུ་རྫོེས་ “ མྲྀས ” ཡང་ན། རྫོེས “ མྲྀས ” ཟེད། མིང་གི་
རྣམ་གྲངས་ནི། མཛོན་བཛོད་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་༡༡ལས། འཛིགས་པ་བརྩུ་བ་རྩལ་ལྷན་
མིག །ཆུར་འབྲས་ས་ཉལ་རྩ་ཡི་དབྱ །གཤིན་རྗེའི་བཞོན་པ་རལ་བ་ཅན། །ལྷ་མཆོག་མིག་
དམར་མ་ཉེའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མ་ཉོར་ག (ལེགས་སྤྱར་དགའ་པོ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མིང་། རྗེའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། ལྟོ་
འབྲེ་ཆེན་པོ་ལ་ལེགས་སྤྱར་དུ་མ་ཉོར་ག་ཞེས་བྱ་ལ། མ་རྒྱ་ནི་ཆེན་སོ། ལུང་གཉི་རྫོེས་འབྲོ་ལ་
བྱ་སྟེ། ལྷ་འབྲུག་གི་ཁམས་སུ་གཏོགས་པ་སྟེ། ལྷ་ལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ན་ལྟོ་འབྲེ་ཆེན་པོ་ཞེས་
བྱ། ཞེས་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་འཕྲིང་པོ་ཤོག་གངས་༡༥རྒྱབ་གཟིགས་སུ་གསལ།

མག་ལ། ལུ་མེའི་ཁྲོ་ག་ལ་ཟེད། དམག་པ་ཡང་འཐད། འདི་ཁ་སྐད་ལ་འང་ཡོད། རྒྱས་པར་དམག་པ་
ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

མང་མི་གཙོ་བྱུང་གཙོ། བཀའ་གདམས་པའི་གསུང་སྒྲོས་ལ་ “མང་མི་གཙོ་བྱུང་གཙོ” ཞེས་འབྱུང་
པའི་དོན་ནི། གངས་མང་པོ་གལ་ཆེ་བ་མིན། ལྷས་དག་པ་གལ་ཆེ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། བཀའ་
གདམས་པའི་གསུང་སྒྲོས་འདི་དེབ་སྒྲོན་༣༩ན་གསལ། རྒྱས་པར་བྱུང་པོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟིགས།

མངས་པ། མང་དགས་པ། རྗེའི་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མངས་པས་འཛིགས་པས་མ་གྲིས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། མངས་པ། མང་བ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཤ་མོ་རྣམས་ཕྱེད་ཤེས་
པར་བྱལོ། །

མཛུ། སྒྲིགས་སམ་རྒྱུད་གསུམ། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

མཛུ་པ། (ལེགས་སྦྱར) 1 གཡས་འབྲིལ་ཏེ་སྔོ་སྟན་གྱི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་པར་བཤད། ལྷ་རྗེས་
བསིལ། ལུས་པས་རུས་ཆགས་སྦྱོར། ལུས་པའི་ཆད་པ་སེལ། གཞན་དུ་མན་རྩི་ར་ཞེས་སྟེང་།

2 བཅས་པ། འབགས་པོད་སྐད་གཉིས་ཤམ་སྦྱར་ན་གསལ།

མད་པ། བདེན་པ། ཡང་དག་པ། བདེན་པའི་ཞེས་ཡིན་པར། སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་
གྲུང་ཁང་དུ་གསུངས། དཔེར་ན་ཐུགས་མད་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
གསུང་སྟོས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་མཐའ་དག་པར་འཆད་ཅིང་། ཆོས་འཆད་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་ཉན་
ཤེས་པ་ཞིག་ལ་བཤད་པ་ན། ཆོས་གྲུའི་སྒྲིའི་འཁུལ་འབྲ་བ་སྟོག་ཏུ་བསམས་པ་ལ་འོང་དགའ་
གསུང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཤིང་མད་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མན་དག <མུ་པ་དེ་ཤ> བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པ་འཕམ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཤིག་ལ་ཟེར། མན་དག་གི་
རྒྱུད་དོད་མུ་པ་དེ་ཤེས་པ་ཐད་སྦྱར་བྱས་ན་མུ་པ་ཉི་བ་དང་། དེ་ཤེས་པ་སྟེ་ཉི་བར་སྟོན་པ་
ཞེས་པ་ལོ། །གནད་གོ་སྟོན་བར་སྟོན་པའི་དོན་ནོ། །ཞིབ་པར་གདམས་དག་དང་མན་དག་གི་ཁྱད་
པར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

མན་དག་གི་མཐེལ། མན་དག་གི་སྦྱིང་པོ་འཕམ་གཅི་པོ།

མན་དག་སྟེ་མ། ཡང་དག་སྦྱོར་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ཞེས་བྲ་བ། སྟོབ་དཔོན་
འཛིགས་མེད་འབྲུང་གནས་སྤྱས་པས་མཛད། མར་པ་ལོ་རྒྱ་བས་བསྒྱུར། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་
གྲགས་དང་། ཆོས་ཀྱི་བཟང་པོའི་འབྲུང་ཡང་ཡོད། སི་བུ་ཤེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་ཡོད་པའི་གསུམ་
པ་དེ་ཡིན་པར་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་གསུང་། འདི་བསྟན་འབྲུང་རྒྱུད་འབྲེལ་། ཆ་བ །དབྱར་
བཞུགས་སོ། །

མནུ། (ལེགས་སྦྱར) སྦྱགས། དེས་ཆོག་ནི། སྦྱ་ན་ཡིད་དང་ཏ་སྦྱོབ་པའི་དོན་ཡིན་པས་ངན་འགྲོ་སོགས་
ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱེད་ལས་ཡིད་སྦྱོབ་པས་ན་སྦྱགས་ཞེས་བྱའོ། །རྗེའི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྦྱགས་ན་
གསལ། ཡང་ན་ཡིད་མ་མལ་གྱི་སྦྱང་ཞེན་ལས་སྦྱོབ་པས་ན་ཡིད་སྦྱོབ་ཅེས་བྱའོ། །གསང་བ་
འདུས་པའི་རྒྱུད་བྱི་མ་ལས། དབང་པོ་དང་ནི་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱུན་གྱིས་གང་དང་གང་བྱུང་
ཡང་། །ཡིད་དེ་མན་ཞེས་བྱ་བར་བཤད། །ཏ་ནི་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། །ཅེས་སྦྱགས་ཀྱི་སྒྲུང་
དོད་མཆུ་ཞེས་པའི་མན་ཡིད། ཏ་ཡ་སྦྱོབ་པར་བྱེད་ཡིན་ཞིང་། དེའང་དབང་པོ་དང་ཡུལ་རྣམས་
ལ་བརྟེན་ནས་མ་མལ་གྱི་སྦྱང་བ་དང་ཞེན་པ་འབྱུང་བའི་ཡིད་དེ་དག་པའི་སྦྱང་ཞེན་གྱིས་སྦྱོབ་
པར་བྱེད་པས་ན་སྦྱགས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་པ་༡༩༦་བཅས་ས་
གསུངས་སོ། །

མན་རྩི་ས། (ལེགས་སྦྱར) མཛུ་ར་ལ་གཟེགས།

མན་ཤེལ། ༡ རྩོལ་ས་བྱུང་བའི་དྲངས་ཤེལ། རྩ་ཤེལ། རྩ་བ་ལོར་བྱ། རོར་བྱ་དཀར་པོ་སོགས་ཟེར།
རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཤེལ་སྟེ། ཁྱིམ་གང་ན་ཡོད་པ་དེར་འབྱོར་བ་རྣམས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བར་
བྲགས། བྱི་རྒྱལ་བས་ (Crystal) ཟེར་བ་དེའོ། ༢ (འདུལ་བ) གཞོང་པའི་མིང་། མན་ཤེལ་ལས་
གྲུབ་པའི་གཞོང་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་འདྲའོ། །མཚོ་སྒྲིག་ལས། །མན་ཤེལ་ནི་གཞོང་པ་ཡིན་པར་
ལུང་དགོ་སྒོང་མའི་རྣམ་འབྱེད་ལས་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས། ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ར
༡༧༥་པ་ན་ ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། ལག་པ་བཀའ་པར་བྱིན་ལེན་ལྟ་
སྟེ། ལྟ་གང་ཞེན། མན་ཤེལ་དང་། ཁི་དང་། ཁིའུ་དང་། ལུ་བ་དང་། ལྷང་བཟེད་ཀྱི་གཞི་ཉིད་ནི་
ལྟ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མཛུ་གྱི་ནི། (ལེགས་སྦྱར) དལ་འབབ་སྟེ་ལྷའི་རྩ་བའི་མིང་། སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྦྱར་ན་གསལ། བྱེ་
བྲག་ཏོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༩༦་རྒྱབ་གཟེགས་ལས། དེའི་དོན། དལ་གྱིས་འབབ་བ། ཞེས་
གསལ།

མཛུ་ད། (ལེགས་སྦྱར) ༡ མེ་ཏོག་ཅིག་སྟེ། ཉེར་སྦྱོད་ལྷའི་ནང་ཆོན་གྱི་བུལྟེ་དང་འབྲ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་

སྐད་ཀྱི་Pushpa ཟེར། སྐྱོད་འཇུག་འགྲེལ་བ་ལྷོ་ཅ་ན་རྒྱུ་ཉམ་མཛད་བ་ལས། མཐར་འཁོར་
ལྷོ་མེ་ཉལ་གྱི་ ཞེས་གསུངས། 2 མེ་ཉལ་ཁ་འབྲེ་བ། 3 སྐྱོད་དཔོན་པར་འབྲུང་གནས་ཀྱི་
གསང་ལུས་ཞིག 4 བྱ་རུའི་སྐྱོད་པོ། 5 ལྷ་ལྷུས་སོགས་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་པར་བཤད། 6
དལ་བའི་མིང། སྐྱོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྐར་ན་གསལ།

མཐར་འཁོར་མཐར་དང་འབྲེ།

མཐར་བའི་མཐོ་ཀ མེ་ཉལ་གྱི་སྐྱོད་པོ། སྐབས་མེ་མི་བྱང་པོ་མོ་ཆེས། ལྷག་བསམ་མ་སྐྱོད་པོ་
ཆེན་པོ་ལ་གོ་ལས། །འཕྲིན་ཡིག་མཐར་བའི་མཐོ་ཀ །ཉལ་ཏུ་འཕྲོར་བའི་ཤེས་བ་དམ་བའི་
དཔལ། །བདག་ཡིད་ཀྱང་དགའ་རྒྱས་བའི་དཔྱིད་ཏུ་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མཐོ་ལ། (ལེགས་སྐྱར་) 1 དཀྱིལ་འཁོར། དེས་ཆོག་ཀྱི། དེ་ལ་མའི་སྐྱེ་ལས་བྱངས་ནས་མ་བྱ་ས་ར་ཞེས་
བ་སྐྱོད་པོ་དང་། ལའི་སྐྱེ་ལས་བྱངས་ཏེ་ལྷ་ལི་ཏུ་བྱས་ན་འཛིན་བ་རོལ་བ་སོགས་ལ་འཇུག ལ་
ཉིན་བྱས་ན་ལེན་བ་དང་འདུས་བ་སོགས་ལ་འཇུག་པས་བསྐྱོམས་ན་སྐྱོད་པོ་ལེན་ཅིང་འཛིན་
བ་ཞེས་བ་ཡིན། ཞེས་གྲུང་ཐང་བསྟན་བའི་སྐྱོན་མའི་མཐོ་ཀ་གྱི་འཕྲིན་ཡིག་ཏུ་གསུངས་
སོ། །ཡང་ན། མཐོ་ཀ་སྐྱོད་པོ་སྐྱེ། བདེ་སྐྱོད་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ལྷ་ཏུ་ལེན་བ་ཡིན་
པས་དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ། སྐྱོད་པོ་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའམ། དེ་དང་དེའི་རྣམ་པ་མཆོན་པའི་ཕྱིད་
དཀྱིལ་འཁོར་ལོ། །ཞེས་མའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྐྱེ་གསལ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། ཡང་མཁས་བ་
གཞན་དག་གིས། མཐོ་ཀ་ར་སྐྱོད་པོ་དང་། ལ་ཉི་ལེན་བའོ། །སྐྱོད་པོ་ལེན་བ་སྐྱེ་དཀྱིལ་འཁོར་
ལོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་ན། སྐྱོད་བཅུད་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་སྐྱོས་སྐྱངས་ནས་སྤུལ་ཏེ་བསོད་
ནམས་རྒྱབས་པོ་ཆེད་སྐྱོད་པོ་ལེན་བ་ལ་སྐྱར་ཀྱང་རུང་། (མཐོ་ཀ་གྱི་དཔྱེ་བ་ལ) ཕྱིད་མཐོ་ཀ་
ནང་གི་མཐོ་ཀ། གསང་བའི་མཐོ་ཀ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཐོ་ཀ་དང་བཞིའོ། ། (དང་པོ་ཕྱིད་མཐོ་ཀ་ནི)
ཕྱིད་སྐྱོད་བཅུད་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་སོགས་སྐྱོས་སྐྱངས་ཏེ་འབྲུལ་བ་ལ་ཟེར། (གཉིས་བ་ནང་གི་
མཐོ་ཀ་ནི) རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སྤང་ཁམས་སྤང་བགས་བསྐྱབ་གཞིར་བྱས་ཏེ། དེ་ཡོངས་སུ་
གྱུར་བ་ལས་འེ་རབ་སྐྱོད་བཞི་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱེལ་ནས་འབྲུལ་བ་ལ་ཟེར། རྒྱལ་མཆོག་

བདུན་པའི་འཛིགས་ཁྱེད་སྒྲིམ་མེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། བདག་ལུས་དག་ཡིད་ལུང་ཁམས་བསྐྱེད་
མཆེད་རྣམས། ཡོངས་སུ་གྲུར་ལས་གངས་མེད་འཛིག་རྟེན་སྟོང་། འདོད་དགའི་ཕུན་ཆོགས་
གཏེར་གྱིས་གང་བ་འདི། སྒྲིམ་མེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་གྲུས་པས་འབུལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། ། (གསུམ་པ་གསང་བའི་མཛུལ་ནི) དབང་གསུམ་པའི་རྟེན་པ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཡིག་གི་རྣམ་པར་སྟོས་པ་ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་རི་རབ་སྤྱིར་བཞི་མཁོ་དགའི་
དབལ་འབྱོར་སོགས་གྱི་རྣམ་པར་བསྐྱར་ནས་འབུལ་བ་ལ་ཟེར། རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པས།
ཐབས་མཆོག་བདེ་ཆེན་རྩེ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ཆེད་གྱིས། སྟོང་ཕྱགས་ཤེས་རབ་བསྐྱར་རོལ་བ་
ལས། ཟག་མེད་ལྷན་སྐྱེས་དགའ་བའི་རང་བཞིན་གྱི། སྟོང་བཅུད་དཀྱིལ་འཁོར་བཞུགས་
མཉམས་གྲུར་ཅིག ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། གཞན་ཡང་། གུན་གཟིགས་ལྷ་པ་ཆེན་པོས། རྩོ་
རྩེས་ལུས་གྱི་གསེར་ལྷན་ལྟོ་བ་ན། མཉམས་སྦྱོར་རྩོ་རྩེ་བསྐྱེད་ལྷན་པོ་མཆོག བཅུ་དྲུག་དགའ་
བའི་རི་མཆོ་སྤྱིར་བཞིས་བསྟོར། དབྱུ་མ་བཅུ་གཉིས་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱ་ལམ་དུ། རྩོ་རྩེ་རྩེ་གཉི་
སྤྱིར་དཀྱིལ་འཁོར་འཆར། སྐྱེ་མའི་ལུས་སུ་ལྷང་བའི་རིན་ཆེན་བདུན། ལུང་འཇུག་ལུས་
བཟང་ཡོངས་འདུ་ས་རྟེན་སོགས། དཀྱིལ་འཁོར་མགོན་པོ་དབལ་ལྷན་སྒྲིམ་པར་འབུལ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། (བཞི་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་མཛུལ་ནི) དབང་བཞི་པའི་རྟེན་པ་བདེ་ན་
གཉིས་དབྱེར་མེད་ལུང་འཇུག་གི་རྟེན་པ་རྒྱ་ཡིག་རྣམ་པར་སྟོས་པ་ཡོངས་སུ་གྲུར་པ་ལས་
རི་རབ་སྤྱིར་བཞི་མཁོ་དགའི་དབལ་འབྱོར་སོགས་གྱི་རྣམ་པར་བསྐྱར་ནས་འབུལ་བ་ལ་ཟེར།
རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པས། བདེན་ཆེན་གུན་ཏུ་བཟང་བའི་རྣམ་རོལ་གྱི། མཆོད་སྤྱིན་ཅིར་ཡང་
སྤང་བའི་སྐྱེ་མ་རྣམས། གཤོད་ནས་རང་བཞིན་སྟོན་པར་ངེས་རྟེན་བའི། ལུང་འཇུག་སྒྲིམ་མེད་
མཆོད་པས་མཉམས་གྲུར་ཅིག ཅེས་དང་། གུན་གཟིགས་ལྷ་པ་ཆེན་པོས། རི་བྲལ་རང་མེས་ས་
དག་པའི་ས་གཞི་ལ། རང་བཞིན་གཤོད་ནས་སྟོང་བའི་ས་འཛིན་ཆེ། མེད་ཀྱང་རྩུན་པར་སྤང་
བའི་སྤྱིར་བཞི་སོགས། མི་ལམ་ལུལ་གྱི་རོལ་པ་རི་བཞིན་དབུལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། རྩོ་གུང་ཐང་པ་སོགས་གྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། མཛུལ་འབུལ་བའི་ཆེ་མཁན་པོ་གསུམ་

མཐ་བཞི་རུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མཛོད་ལུགས་ལྟར་ན་སྟོང་གསུམ་རེ་རེ་ལ་ལྷགས་རེ་རེ་
 རེ་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ལྷགས་རེ་གསུམ་དང་། ལྷགས་རེ་བཞི་བྱེད་པ་ནི། ས་སྡེ་ནས་
 འོག་གཞི་རྒྱ་དང་གྲུ་ཆུ་དང་གྲུ་གསེར་དང་གྲུ་གསུམ་བཅས་པའི་སྟེང་། སྒྲིང་བཞི་པའི་
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བྱེ་བ་སྤྲུག་བརྒྱའི་མཐའ་འཁོར་ཁོར་ཡུག་ཆེན་པོ་གཅིག་གིས་བསྐྱར་
 བའི་དབུས་སུ་སྟོང་གསུམ་ཆགས་པར་འདོད་པའི་ལུགས་ལྟར་བྱས་ནས་ལྷགས་རེ་བཞི་བྱས་
 པ་ཡིན། མདོར་ན་མཛོད་ལུགས་ཀྱི་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་ས་སྡེ་ནས་བཤད་པའི་ལྷགས་རེ་
 ཆེན་པོ་གཅིག་བསྐྱར་ཏེ་བཞི་རུ་མཛད་པ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །རྩོམ་ཆེན་པོས་ཀྱང་བྲག་
 སེར་ཁ་ཤིག་ཤིག་ལ་སོང་གི་བར་མཐུལ་དང་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་དེ། རྩོམ་
 ཡབ་སྐུ་ཀྱི་གསུང་སྟོན་༣༧ནས་ལ། ཟུང་འབྲུག་གྱ། རྩོམ་བྲག་སེར་ཁ་ཤིག་ཤིག་པར་
 མཐུལ་དང་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ལ། ཨ་ཏི་ཤ་འོ་རྒྱལ་ངེད་ཀྱིས་བྱ་ཡི་ལུས་པས། འོ་ན་ང་ལྟ་བུ་
 བ་འོ་རྒྱལ་བྱས་ནས་ཁྱོད་ཆོས་ཟུངས་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པས་ཉམས་ལེན་འདི་ལ་མཐོང་
 རྒྱུ་མི་མཛད་པར་ལུ་ལོ། །² རྒྱ་གར་ན་སའི་སྟེགས་བྱ་བྱ་བཞི་འཕྲུལ་རྒྱུ་པོ་སྟགས་ལ་རྒྱུང་
 ལུལ་དང་བ་བྱུང་བྲགས་ནས་བྱི་དོར་བྱས་ཏེ་མཆོད་པའི་སྟེགས་བྱར་བྱེད་པ་དེ་ལ་མཐུལ་
 ཟེར། དེ་ལ་མེ་ཏོག་གཅུལ་དུ་བགྲམས། བ་བྱུང་གི་བྲག་པ་བྲགས་པས་བགེགས་ཞི་བ་དང་།
 བདུད་ཅི་ལྷ་འཕོར་བས་དངོས་བྱུང་སྤུར་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །

མཐུལ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་སྟོར། རྩོམ་ཐང་བསྟན་པའི་སྟོན་མའི་མཐུལ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་ རྩོ་བཟང་ཚུལ་
 ཁྲིམས་ཀྱི་མཐུལ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་ རེད་སྟོན་སྟེ་ལྷ་རམས་པས་བཅུམས་པའི་མཐུལ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་
 དངོས་བྱུང་ཆར་འབེབས།

མཐུལ་དགུ་མ། མཐུལ་དགུ་མ་ནི། བདུན་གྱི་སྟེང་དུ། གདུགས་དང་། རྩོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་
 པའི་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱར་པའི་དགུ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །

མཐུལ་བདུན་མ། རེ་རག་ སྒྲིང་བཞི། ཉི་མ་གཉིས་ཏེ་བདུན་ནོ། །འདི་མཐུལ་གངས་གསོག་བྱེད་ཆེ་
 འབུལ་བ་ཡིན།

མཐུལ་ཉེར་ལུ་མ། མཐུལ་ཉེར་ལུ་མ་ནི། ཉེར་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ། དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་དང་།
བྱི་ལྷགས་རེ་གཉིས་བསྟན་པའི་ཉེར་ལུ་ལོ། །འདི་གང་གི་བྲག་བཞེས་ཡིན་མེན་སོགས་གསལ་
བར་མ་ཤེས།

མཐུལ་ཉེར་གསུམ་མ། རི་རབ། སྒྲིང་བཞི། སྒྲིང་ཐན་བརྒྱད། ཉི་ཟླ་གཉིས་ཉེ་བཅོ་ལྔ། ༡༥ དེ་ནས་
རྒྱལ་སྟོང་སྟོ་བདུན། ༡' དེའི་སྟེང་གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ་༡བསྟན་ཉེ་བརྒྱད་དེ། བསྟོམས་པའི་
ཉེར་གསུམ་མོ། །མཐུལ་ཉེར་གསུམ་མ་འདི་བཤ་ཆེན་རྩ་རོ་བ་དང་སྟོབ་དཔོན་ཨ་ཙུ་ཀ་ར་
སོགས་རྒྱ་གར་བྲུབ་ཆེན་མང་པོའི་བྲག་བཞེས་ཡིན་ཞིང་། ༣'བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ནས་བཟུང་
དཔེན་ས་བ་ཡབ་སྐུས་ཀྱང་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་པ་མང་པོ་རྣམས་ལ་བཤད་སྟུབ་བྱེད་པའི་
ཆེ་མཐུལ་ཉེར་གསུམ་མ་སྟགས་དང་བཅས་པ་འདི་ཉིད་གཙོ་བོར་མཛོད་པར་བཤད་དོ། །

མཐུལ་ཆོམ་བྱ་སོ་བདུན་མ། མཐུལ་སོ་བདུན་མ་ལ་གཟེགས།

མཐུལ་སོ་བདུན་མ། དེ་ལ་མཐུལ་སོ་བདུན་མ་ནི། རི་རབ། སྒྲིང་བཞི། སྒྲིང་ཐན་བརྒྱད་དེ་བཅུ་
གསུམ། ༡༣ དེ་ནས་སྒྲིང་སོ་སའི་བྲད་ཞོར། རིན་པོ་ཆའི་རི་སོ་སོགས་བཞི། ༤ དེ་ནས་རྒྱལ་
སྟོང་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་རྒྱལ་སྟོང་སྟོ་བདུན། ༡' དེ་ནས་གཏེར་ཆེན་པོ་ཡི་བུམ་པ། ༡
དེ་ནས་སྟེག་མ་སོགས་མཛོད་པའི་ལྷ་སོ་བརྒྱད། ༤ དེ་ནས་ཉི་ཟླ་གཉིས། གདུགས་རྒྱལ་
མཆན་གཉིས་ཉེ་བཞི་ལོ། །༤ བསྟོམས་པའི་སོ་བདུན་ནོ། །འདི་ས་སྐྱའི་འགོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་
འཕགས་པའི་བྲག་སྟོལ་ཡིན་ནོ། །

མའི་རྣམ་འབྲེད། <རྟེན་ཁྱི་བེ་ན་ཡ་རྩ་རྒྱ> (འདུལ་བ) དགེ་སྟོང་མའི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྲེད་པ་ཞེས་
བྱ་བ་དགེ་སྟོང་མའི་ཁྲིམས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཅ་བཞི་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་དགེ་སྟོང་མའི་འདུལ་
བ་རྣམ་འབྲེད་སྟོ་ཀ་བརྒྱད་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་དང་བཅ་པོ་ཉི་ལྔ་ཅ་བརྒྱད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་
འདུལ་བའི་མདོ་ཞིག ཁ་ཆའི་བརྟེན་སྐྱོད་དེ་ཡང་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བེདྲ་ཀ་ར་པ་རྩ་
དང་། ཁ་ཆའི་མཁན་པོ་རྩ་རྒྱ་ཀ་ར་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྟེན་དཔལ་གྱི་ལྷན་པོའི་འགྲུར་ལ།
སྒྲིང་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བེདྲ་ཀ་ར་པ་རྩ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་བརྟེན་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་

བསྐྱར་ཅིང་ཞུས་པའོ། །བཀའ་འགྲུར་འདུལ་བའ་ ༩་པའི་༽ཤོག་གངས་མཁའ་བཞུགས་
སོ། །

མའི་འོད་གསལ། མ་ཡི་འོད་གསལ་དང་འབྲ།

མའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ། <མྱི་ཁྱུ་རྩེ་བྱ་ཉི་མོ་ལྷ་སྤྱུང་> (འདུལ་བ) དག་སྒོར་མའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ཞེས་
བྱ་བ་དག་སྒོར་མའི་ཁྲིམས་སུམ་བརྒྱ་ལྷ་ཅན་ཐུག་ཅི་བཞི་བསྐྱེད་ནས་སྟོན་པ་མའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་
སྟོ་ག་བརྒྱད་བརྒྱ་བཅ་པོ་གཉིས་པ་ཤོག་ལྷེ་བུ་ཉི་མ་ཅན་ཞིག་གོ། །ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱ་
བའི་སྒོ་བ་དཔོན་རི་ན་མི་ཏ་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་ཅོག་རོ་སྤྱིའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཞུས་
པའོ། །བཀའ་འགྲུར་འདུལ་བ་སྒྲིགས་བཅ་ ༩་པར་༽བཞུགས་སོ། །

མཆེད། (ལྷགས་རྒྱུར) རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཀྱི་དོ་རིགས་ལྷང་ཁ་ཞིག་གི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་དུ་ (Emerald)
ཟེར། འདི་ལ་འདོད་པའི་དབྱ་ཞེས་གྲགས། ཏང་ལྷ་རིའི་ (Hungary) རྒྱལ་པོ་ཟླེ་ལ་ (Bela) ཞེས་
པས་རང་གི་རྒྱུང་མ་ལ་འཁྱུད་པ་ན་མཆེད་ཆ་ཤས་དུམ་བུ་གསུམ་དུ་གས་ཉེ་སིལ་བྱར་གྲུར་
པར་གྲགས། ཉར་ཆགས་ལེགས་པོ་མ་བྱས་ན་གས་ཆག་ཏུ་འགྲོ་སྤྱ་བར་བཤད། འདི་ཡི་ཕྱའི་
སྟོན་པ་མ་བྱོན་གོང་ལོ་ཆེག་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ཅན་གྱི་གོང་ནས་རྟེན་སོན་བྱུང་བར་གྲགས།

མར་གད། མཆེད་དང་འབྲ། སྒོལ་བསྟོད་ལས། དབྱིངས་རིག་ནམ་དག་བསྐྱའི་གདན་སྟེང་ན། །མར་
གད་མདོག་ཅན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ། །ལང་ཆོ་རབ་རྒྱས་གཡམས་བརྒྱུངས་གཡོན་
བསྐྱེད་ཞབས། །ཐབས་ཤེས་རྩུང་འབྲེལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
མར་གྱི་ཉིང་ཁ། མར་གྱི་སྟིང་ཁ་ཞེས་པ་ཡི་གོ་དག་པ་ཡིན། སྟིང་ཁ་སྤྱ་ཉམས་ནས་དེང་སང་ཉིང་ཁ་
ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། རྒྱལ་པའི་བཀའ་དང་དེའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་
ནམས་སུ་མར་གྱི་སྟིང་ཁ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལས་མར་གྱི་ཉིང་ཁ་ཞེས་བྲིས་པ་མ་མཐོང་ངོ་། །འོན་
ཀྱང་ཉིང་ཁ་ཞེས་བྲིས་པ་ཡོད་ངོ་། །

མར་གྱི་སྟིང་ཁ། ཞུན་མར་བཞུས་པའི་སྟིང་ཁ་ལ། མར་གྱི་སྟིང་ཁ་ཟེར། ཆལ་བ་བཀའ་འགྲུར་དང་།
སྟེ་དགོ་བཀའ་འགྲུར་མདོ་ལྷང་འདས་འ་ ༩་ ༡༡༡ནལས། ལོ་མ་ལས་ཞོ་བྱུང་། ཞོ་ལས་

མར་བྱང་། མར་ལས་ཁྱེན་མར་བྱང་། ཁྱེན་མར་ལས་མར་གྱི་སྤྱིང་ཁ་འབྱུང་ན། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ༩ ག ༥ ལས། འོ་མ་དང་། འོ་དང་། མར་དང་། ཁྱེན་
མར་དང་། མར་གྱི་སྤྱིང་ཁ་དང་། ཞེས་སོགས་ལན་མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་འགྲེལ་པ་འདུལ་
བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། མར་གྱི་སྤྱིང་ཁ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱེན་མར་གྱི་སྤྱིང་
པོ་ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །སོ་ཐར་གྱི་མདོ་དང་། ལུང་སྡེ་བཞི་སོགས་ཐམས་ཅད་དུ་མར་གྱི་
སྤྱིང་ཁ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །སྤྱི་བཤད་ནི། མར་གྱི་སྤྱིང་པོའི་ཡང་སྤྱིང་པོར་གྱུར་པའི་ཁ་བ་ཡིན་
པས་ན་དེ་སྤྱད་ཅེས་སྤྱིས་སོ། །འོན་ཀྱང་། མར་གྱི་སྤྱིང་ཁ་དང་། མར་གྱི་ཉིང་ཁ་ཞེས་དག་ཆ་མི་འདྲ་
བ་གཉིས་འབྱུང་ཡང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་
རྣམས་སུ་མར་གྱི་སྤྱིང་ཁ་ཞེས་ཡང་ཡང་འབྱུང་ཞིང་། གོ་རྒྱུ་ཡང་སྤྱིང་ཁ་ཉིད་ཆེ་བས། མར་གྱི་
སྤྱིང་ཁ་ཞེས་བྲིས་ན་ཤིན་ཏུ་ལགས་སོ། །

མར་པ་ལོ་རྒྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་བོས། གངས་ཤིའི་ཁོད་ཀྱི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་ལྟོ་བྲག་མར་
པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་བོས་ནི་རྒྱ་གར་དུ་ལན་གསུམ། བལ་པོར་ལན་བཞི་བྱོན། བཤ་ཆེན་རྒྱ་རོ་བ་
དང་། མངའ་བདག་མི་ཉི་ལ། དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ། བྱལ་ཆེན་ནི་བ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་
མཁས་བྱུང་གི་སྤྱི་མ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བསྟེན། རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ཐངས་དང་པོར་ལོ་བརྒྱ་གཉིས།
གཉིས་པར་ལོ་དྲུག་ གསུམ་པར་ལོ་གསུམ་སྟེ་བསྟོམས་མི་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་གི་རིང་རྒྱ་གར་
དུ་སློབ་གཉེར་མཛད། རྒྱ་གར་དུ་ལན་བྲི་མ་བྱོན་དུ་རོ་བོ་རྩེ་དང་མངའ་ནས་གདམས་པ་མང་
དུ་གསན། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་མའི་རྒྱུད་པལ་མོ་ཆེའི་
རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་གདམས་ངག་ལག་ལེན་དང་བཅས་པ་ཞིབ་ཏུ་སྦྱངས། ལྷ་མ་མར་པ་ལ་
གསང་འདུས་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་བདུན་ཡོད་པར་གྲགས་ཤིང་། རྒྱ་རོ་བ་ལ་ཁ་ཆེ་ཨ་ཀ་ར་སི་རྟི་
དང་མཉམ་དུ་སྟོན་གསལ་བསྟན་སྤྱད་ནའང་བོད་དུ་སྟོན་གསལ་གྱི་བཤད་པ་མ་ཚུགས་ལ།
ཤིང་ལྷའི་གདམས་ངག་གི་དར་རྒྱས་ཆེ་བར་བྱུང་ངོ་། །ཁོད་དུ་བྱོན་ཏེ་བཀའ་བབས་ཀྱི་སྟོབ་
མ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་བརྒྱུད་འཛིན་མང་དུ་བྱུང་ཞིང་། གསང་སྟགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཁྱབ་

གདལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ད་ལྟའི་བར་དུ་འང་གདམས་ངག་གི་བརྒྱད་པ་མང་དུ་འཕེལ། ལྷ་སྒོམ་
 གྲོད་པ་དང་རྒྱད་ཀྱི་བཤད་པ་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡང་རྒྱ་རོ་མི་ཉི་གཉིས་ལ་གཙོ་བོར་མཛད་
 ཅིང། གྲུབ་ཆེན་མི་ཉི་པ་ནི་དབུ་མ་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད་དཔལ་ལྷན་ཆེན་བའི་ལུགས་ཁོན་གཙོ་
 བོར་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན་པར། ལྷང་སྐྱ་རོལ་པའི་རྩོམ་གསུངས། བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟན་
 པའི་སྒོལ་བཅུགས། གཞན་ཡང་། རྩེའི་རིམ་ལྷ་གདན་རྩོགས་ལས། བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ལ་
 གནས་པ་དེས། རིམ་པ་གཉིས་པ་རྩོགས་པའི་རིམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་གྲུབ་ཆེན་གྱི་མན་ངག་
 མཐར་ཐུག་པ་ནི། རིམ་ལྷ་དང་སྐྱོད་བསྐྱས་དང་། རྣམ་གཞག་གི་ཕྱོགས་གཅིག་དང་ལས་
 མཐའ་རྣམ་འབྱེད་དང་། རྒྱད་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོར་བ་ཡན་ལག་དུག་དང་། རྩོགས་རིམ་གྱི་རིམ་ལྷའི་
 བཤད་པ་མཛད་པ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་འདུག་ཀྱང་དེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་བརྒྱུང་བས་བྱི་རབས་
 གྱི་གདལ་བྱས་དེ་རྣམས་ལས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་མེད་ན། མན་ངག་
 གི་གནད་རྩོགས་པར་མི་རྟེན་པས། འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་དུ་མ་ལ་གཏུགས་ནས་
 ལེགས་པར་མཛོམས་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མན་ངག་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །དེ་ལ་ནི་རྩེ་
 མར་པ་དང་རྩེ་འགོས་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་མན་ངག་རྒྱད་དང་
 འཕགས་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་ལ་ལེགས་པར་གཏུགས་ནས་དེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། རྩེ་འགོས་ནས་
 བརྒྱད་པའི་མན་ངག་གི་བཤད་པ་རྣམས་དགོས་ཤིང་། གཞུང་ནས་དངོས་སུ་ཟིན་པ་ཅེས་དུ་
 མ་ཟད་ཁོང་ན་གནས་པ་དུ་མ་གསལ་དུ་བཏང་ནས། ད་ལྟ་རྩེ་གང་ཟག་གི་ཉམས་སུ་ལེན་
 པའི་དམིགས་རིམ་བྱུང་བར་ཅན་མང་པོའི་སྒོ་ནས་དེས་པ་རྟེན་པ་ལ་ནི། རྩེ་མར་པའི་གདམས་
 ངག་རྣམས་དགོས་སོ། །རྩེ་མར་པའི་གདམས་ངག་པལ་མོ་ཆེ་ལ་རྒྱ་གཞུང་གི་རྩ་ཆོག་རེ་ཡོད་
 ལ། རིམ་ལྷའི་མན་ངག་གི་རྩ་ཆོག་ནི་རིམ་ལྷ་བསྐྱས་པ་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཁ་གཡང་
 གཞན་འདུག་པ་ནི་སྐྱོད་བསྐྱས་དང་འགལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་རྣམ་དག་མིན་ལོ། །ཞེས་རྩེ་
 ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མར་འགོས་གཉིས་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་མཛད་དོ། །མཁས་
 གྲུབ་དེ་ཉིད་དགྲང་བྱངས་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་བརྒྱད་དུ་ཕེབས་པ་ན་ནི་བར་གཤེགས་པར་གྲགས།

སྒྲོང་རྡོལ་སྒྲ་མས་དགྲའ་གངས་གྲ་དྲུག་བཞུགས་པར་བཤད་སྒྲོང་རྡོལ་སྒྲ་མས་ལོ་ཉིར་གཅིག་
 ཅན་བསྒྲོམས་ཀྱང་སྐྱེད་ཐོན་པ་མ་བྱུང་བ་ན་རྗེ་མར་བ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་བདག་གཞན་
 མཉམ་བཞེད་སྒྲོ་སོགས་ལུགས་དག་ལ་བརྟན་བ་འབྱུངས་ཚུལ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་ནམ་
 ལས་གསུངས་པ་འདི་ལྟར། ལོ་ཉིར་གཅིག་བསྒྲོམས་ཀྱང་སྐྱེ་སེམས་ཅན། །ཆུང་གཞོན་ལུ་
 དུས་ནས་ཡོད་པ་དེ། །ཆུང་དག་ཏུ་མ་སོང་སོན་གནས། །སེམས་ཡིད་ཐང་ཆད་པའི་ནམ་ཞིག་
 དུས། །པ་མར་བ་ཡུམ་བཅས་སྐྱབ་པའི་གནས། །ཕྱོ་གོ་བོ་ལུང་གི་དགོན་པ་དུ། །རྩོ་ཨ་མོ་ལིང་
 གའི་ཁྱི་སྟེང་ན། །རྗེ་མར་བ་ལོ་རྩེ་ལྷ་བརྟན་ལ། །སྒྲོས་གང་ལྷོགས་མཆོད་སྤྱན་རྒྱ་མཆོ་
 ལུལ། །སེམས་ཅེ་གཅིག་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །ལྷུག་ཏིལ་འབྲུ་ཅན་ཡང་མི་འདོད་
 ཅིང་། །བདེ་རི་བོ་ཅན་ཡང་ཆོག་ཤེས་མེད། །བདག་གཞན་གཉིས་བྱུང་པར་མེད་མཐོང་
 བས། །སྒྲོ་ལུགས་དག་བརྟན་བོ་སྐྱེས་པའི་ཆེ། །ས་ལྷེས་ལྷེས་ཏུར་ཞིང་དགའ་བདེ་སྐྱེས། །ལྷས་
 རོ་མཆོར་ཆེན་པོ་ཡིན་ནམ་སྟུམ། །ཕྱི་སྤང་ཚུལ་བདེན་པར་འདུག་ལགས་ཀྱང་། །ནང་གནས་
 ཚུལ་སྟོང་པར་ཤར་བའི་སྒྲོ། །དུས་ནམ་ཡང་འབྲུར་ལྷོག་མེད་པ་ནི། །རྩོར་རི་མོ་བྲིས་འབྲ་
 མཐོང་བ་བྱུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་དང་
 རིམ་ལྷ་གདན་རྩོགས་སོགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། །འབྱུངས་འདས་ལོ་ཆོགས། (1012-

1097)

མར་མེ། མཆོད་མེ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

མར་མེ་མཛད། སངས་རྒྱས་མར་མེ་མཛད་ཅེས་བྲ་བ། བསྐྱལ་ཆེན་གངས་མེད་གཅིག་དང་། དགྲ་
 བརྩ་ཅ་གཅིག་གི་གོང་རྡོལ་དུ་བྱུང་བར། རྗེ་འཕྲེལ་བ་བཞི་སྐྱགས་ཀྱི་མཆན་བུ་
 ༥༠༡བལ་གསུངས་སོ། །

མར་མེ་མཛད་བཟང་སྟོ། མར་མེ་མཛད་བཟང་སྟོ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱི་
 སྒྲོབ་མའི་གཙོ་བོ་ཞིག་དང་། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤའི་སྒྲ་མར་གྱུར་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་
 དཔོན་ཆེན་སོ་ཞིག་

མར་མེད་སྤྱང་ལོ། མཆོད་མེད་སྤྱང་རས། མཆོད་མེད་སྤྱང་བུ་ཡང་ཟེར། མདོ་མཛའ་ས་སྤྱན་༩ མདོ་སྤེ་
ཨ ༡༡༣༡བ་ལས། དེས་རྒྱལ་པོའི་ལུས་ཕྱག་ནས་མར་མེད་སྤྱང་པོ་སྤུམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་
དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

མར་ཅེ། མར་སྤྱེད་ཅེ་མོ།

མལ། 1 ཉལ་ས། སྤྱིར་བཏང་མལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཉལ་བའི་དོན་ཡིན། 2 གནས། ཆ་བ། གནས་དང་
ཆབ་ལ་འཇུག་པ་ནི། གོང་མའི་སྐད་དོད་ཕྱུ་ཐའི་མལ་དུ་འགའ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་འབྱུང་བས། ཞེས་
པ་ལྟ་བུའོ།

མལ་ཆེ་མཐོ། (འདུལ་བ) དེན་ཐང་ཆེ་བ་དང་ཆད་མཐོ་བའི་མལ་ཏེ། ཆེ་བ་ནི་དེན་པོ་ཆེས་སྤྱས་
བའོ། །མཐོ་བ་ནི་ཕྱས་མོ་ལས་མཐོ་བའོ། །ཞེས་ལུང་ཐུན་ཆོག་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བར་གསལ།

མལ་སྤྱན། (འདུལ་བ) 1 ཁྱི་ ཉལ་ཁྱི། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། གནས་མལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
འདྲིར་ཉལ་བས་མལ་ས་སྤེ་ཁྱི་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས། ལུང་ཐུན་ཆོག་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་
ལས། མལ་སྤྱན་ནི་ཁྱི་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 ཉལ་གདན།

མལ་འབྱར། མལ་ཆས་ལ་འབྱར་ནས་ཡོད་པའི་དོན། དཔེར་ན་སྤྱག་གྱ་མལ་འབྱར། ཅད་མལ་
འབྱར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མལ་ཆོ། 1 བྱ་ར་བྱེད་པ་འཕ། སོ་བཅུགས་པ་འཕ་སོ་ལྟ་བའི་དོན། འགའ་ཞིག་གིས་མཆན་མོར་བྱ་ར་
བྱེད་པ་ལ་བཤད། 2 ཉེན་ཞག་གཅིག་ལ། སྤྱོད་ བྱེད་ ཉམས་སྤྱོད། ཉམས་སྤྱོད་དེ་ཆ་བཞིར་བྱེ་
བའི་ཆ་གཅིག་ལ་བཤད། འགའ་ཞིག་གིས། མཆན་མེད་ཐུན་ཆོད་ལ་བཤད།

མལ་ས། ཉལ་ས་སྤེ་ཉལ་ཁྱི།

མཐོ་ཀ། (ཞེགས་སྤྱང) 1 བྱེད་ཕྱན། སྤྱི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྤྱར་ན་གསལ། བྱེད་བ་ལའང་འཇུག་སྟེ།
སྤྱབས་ཇེ་ཁྱི་བྱེད་པོ་ཆེས། ལྷག་བསམ་མ་སྤྱད་དེན་ཆེན་ཡོལ་གོ་ལས། །འཕྲིན་ཡིག་མཐུ་
ར་བའི་མཐོ་ཀ། །རྟག་ཏུ་འཐོར་བའི་ཤིས་བ་དམ་བའི་དཔལ། །བདག་ཡིད་ཀྱང་དགའ་རྒྱས་
པའི་དབྱིད་དུ་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 མེ་རྟོག་བྱེད་རྒྱུད་མཐུག། སྤྱི་བོད་སྐད་

གཉིས་ཤན་སྐྱར་ན་གསལ། 3 མེ་ཏོག་ཀུན་ཏེ་བྲེ་བྲག་ཅིག་ བྲི་རྒྱལ་བས་ (Jasmine) ཟེར་བ་
དེའི་རིགས་ཤིག་ དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་རིག་བས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་
གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས། མཁྲི་ཀ་ནི་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་རྩེད་དུ་འཁྲི་ཤིང་ལ་སྟེས། རྒྱ་གར་དབུས་
བས་ཅ་མེ་ལི་ཞེས་འབོད། ཅེས་གསལ། ཀུན་ཞེས་པའི་ཐད་པའི་གཟིགས། 4 གལ་སྟོན་གསལ།
སྐྱར་སྟོན་གསལ། 5 གཞུ་མར་གྱི་སྟེགས་བྲ། 6 སྟོང་སྟུང། དཀར་ཡོལ།

མཁྲི་ཀ་ མ་ཁྲི་ཀ་དང་དོན་འདྲ། ལེགས་སྐྱར་གྱི་མ་ཁྲི་ཀ་ རུར་རུང་ཐད་ཉམས་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།
མཁྲི་ཀ། (ལེགས་སྐྱར) 1 མེ་ཏོག་ཀུན་ཏེ་བྲེ་བྲག་ཅིག་ मल्लिका བྲི་རྒྱལ་བས་ Jasmine ཟེར་བ་དེའི་
རིགས་ཤིག་ སྤྱོད་ཆོག་མཛོད་འགར། མེ་ཏོག་ཀུན་ཏེ་མིང་གི་རྣམ་གངས་སུ་བཤད། དག་
འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་རིག་བས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས།
མཁྲི་ཀ་ནི་མེ་ཏོག་དཀར་པོ་རྩེད་དུ་འཁྲི་ཤིང་ལ་སྟེས་པ། རྒྱ་གར་དབུས་བས་ བཤེལི་ ཅ་མེ་ལྷི་
ཞེས་འབོད། ཅེས་གསལ། ཀུན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། 2 བྲེང་ལྟོ། སྤྱོད་སྐྱོད་གཉིས་
ཤན་གསེར་གྱི་བྲེང་མཛེས་ན་གསལ། 3 བྲེང་བ། སྐྱབས་ཇེ་ཁྲི་བྲང་རིན་པོ་ཆེས། ལྷག་བསམ་
མ་སྦྱང་རིན་ཆེན་ཡོལ་པོ་ལས། །འཕྲིན་ཡིག་མཐར་པའི་མཁྲི་ཀ། །རྟག་ཏུ་འཛོར་བའི་ལེས་པ་
དམ་པའི་དཔལ། །བདག་ཡིད་ཀུན་དགའ་རྒྱས་པའི་དཔྱིད་དུ་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། 4 མེ་ཏོག་བྲེང་རྒྱས་མཁན། སྤྱོད་སྐྱོད་གཉིས་ཤན་གསེར་གྱི་བྲེང་མཛེས་ན་གསལ། 5
གལ་སྟོན་གསལ། གལ་སྐྱར་སྟོན་གསལ། 6 གཞུ་མར་གྱི་སྟེགས་བྲ། 7 སྟོང་སྟུང། དཀར་ཡོལ།

མས་བརྟན། ལུགས་ལྟོགས། འོག་ནས་རིམ་གྱིས་གྲེན་དུ་འབྲེན་ཅིང་མཐར་སྟེ་གཞུག་ཏུ་གཡོ་མེད་
དུ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར།
མས་འདེད། འོག་ནས་སྟེང་དུ་འདེད་པ།
མས་རིམ། འོག་ནས་སྟེང་དུ་ཆགས་པའི་རིམ་པ།
མཉོར་ག (ལེགས་སྐྱར) ལྟོ་འབྲེ་ཆེན་པོ། དགའ་པོ་ལ་སོགས་པ་ལྟུ་ཆེན་པོ་རྣམས་སོ། །
མི། <མ་བུ་ཕ> ། སྤྱེའེས་དོན་པོ་བའི་རིགས། དེས་ཆོག་ནི། མ་བུ་ཕའི་སྤྱེའེས་འབྲོ་བ་གཞན་ལས་

ཡིད་དམ་རྟོག་དབྱིང་གི་རྒྱས་པ་ཤ་ཆེ་བས་མིའམ། ཡིད་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། ཡིད་གི་བྱ་དང་།
ཤེད་བྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མཆིམས་མཛོད་པ་༣༡ལས། འཛིག་རྟོན་པ་རྣམས་ཡིད་གི་བྱ་ཞེས་ཟེར་
ཞིང་ཡིད་ཤས་ཆེ་བས་མི་སྟེ་མ་བྱ་ཉེ་དོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། 2 དགག་སྐྱ་ཞིག་སྟོན་དབང་
ལས། མ་མི་མིན་མེད་དགག་སྐྱ་སྟེ། །ཞེས་པ་ལྟར་དོ། །

མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པ། (པར་ཕྱིན) 1 ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་པ་ལ་བྱ་སྟེ། ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཉོན་
མོངས་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་མི་སྐྱེ་བའི་གདེང་ཐོབ་པས་སོ། །རྗེའི་ལམ་འཛིན་ཆོ་ལས།
བྱང་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་སྤངས་པ་ནི། སྤར་བཞི་བརྒྱ་བའི་འགྲེལ་བ་བྱངས་
པ་ལས། མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ལ་གསུངས་པས། ས་བརྒྱད་པ་
ཐོབ་པ་ལ་བྱ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་དང་མ་ཐུན་པར་སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་སྒྲ་ཆོགས་༩ རྩ་
བ་ ༡༡༩༡ལས། མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་རྣམས་རང་དག་པ་ལ་གཤམ་བྱེད་པའི་ཉོན་
མོངས་པའི་ཕྱོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་གནས་ངན་ལེན་ནི་ས་བརྒྱད་པ་ལ་སྤོང་བས་ས་དང་པོ་
ཡན་ཆད་བདུན་པ་མན་ཆད་དུ་མ་སྤངས་པར་ཡོད་དེ། ཞེས་བཤད་དོ། 2 ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་
ལ་བཤད། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛོད་པའི་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་
རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༩ ཅེ ༡༡༡ ལས། མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་
བྱ་བས་ཡོན་ཏན་བསྟན་ཏེ། འཛིག་རྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལས་འདས་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་མཆོན་ཉིད་རྟོགས་ཏེ། མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་
ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཐོབ་པ་ནི་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་
ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

མི་བསྐྱོད་དོ་ཟེ། གསང་བའི་འདུས་པའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག།

མི་བསྐྱོད་པ། <ཨ་ཁོ་བྱ་> 1 མི་འགྲོ་བ། བདག་ནི་ཕྱོགས་དེར་མི་བསྐྱོད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 མི་
གཡོ་བ། ཆགས་སྤང་གིས་མི་བསྐྱོད་པའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་ན་ཅི་མ་བྱུང་། ཞེས་པ་ལྟ་
བུ། 3 རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡེའི་ཡ་བྲུལ་ཞིག་ འདི་ལ་མི་འབྲུགས་པ་ཞེས་གྲང་བྱ་ལོ། །སྐད་དོད་ཨ་

ཁྲོ་རྩ་ནི་མི་འཇུགས་པའི་སྐད་དོད་དུ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོར་གསུངས་པས། མི་
འཇུགས་པ་དང་མི་བསྐྱོད་པ་གཉིས་འབྱུར་གྱི་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པར་སྣང་ངོ་། །འདི་བྱེ་བྲག་
རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོར་ ཙོ་ ཙོ་ ༡༣༡ན་གསལ་ལོ། །

མི་བསྐྱོད་པ་དང་དོ་རྩེ་འཆང་ལ་སྤྱ་བཞི་བཅི་ཚུལ། དོ་རྩེ་འཆང་དང་མི་བསྐྱོད་པ་ལ་སྤྱ་བཞི་བཅི་
ཚུལ་ཞེས་པར་གཟིགས།

མི་ཁོས་པ་བརྒྱད། ༡ མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེ་བ། ༢ དབང་པོ་མ་ཆང་བར་སྐྱེ་བ། ༣ འོག་ལྷ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ།
༤ སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ། (བཞི་པོ་འདི་མིའི་མི་ཁོས་པ་ཡིན།) ༥ དུད་འགྲོར་
སྐྱེ་བ། ༦ ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ་བ། ༧ དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ། ༨ ལྷ་ཆེ་རིང་པོར་སྐྱེ་བ་དང་བརྒྱད་དོ། །
(བཞི་པོ་འདི་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁོས་པ་ཡིན།) མདོ་སྤེ་བྲན་པ་ཉེར་བཞག་ལས། དཔྱལ་བ་ཡི་
དྲགས་དུད་འགྲོ་དང་། །ལྷ་ཆེ་རིང་ལྷ་དང་ནི། །འོག་ལྷ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྤོངས་པ། །སྤྱགས་
པ་འདི་དག་མི་ཁོས་བརྒྱད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་བཤེས་སྤྲིངས་ལས། འོག་པར་
ལྷ་བ་འཛིན་དང་དུད་འགྲོ་ཉིད། །ཡི་དྲགས་ཉིད་དང་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་
མེད་པ་དང་མཐའ་འཁོབ་ཏུ། །ལྷ་ཆེ་རིང་སྤེ་བྲན་ཞེས་སྤྱགས་པ་ཉིད། །ཆེ་རིང་ལྷ་དང་གང་
ཡང་རུང་བར་ནི། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བཞི་མི་ཁོས་སྐྱོན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་དང་བཤེས་པ་རྟེན་
ནས་ནི། །སྐྱེ་བ་བརྒྱུག་པའི་སྐད་དུ་འབད་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རྩེ་ཅོང་ཁ་
པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མི་ཁོས་པ་བརྒྱད་ནི། །འཁོར་རྣམ་བཞི་མི་རྒྱ་བའི་ཡུལ་
མཐའ་འཁོབ་པ་དང་། །སྤེན་སྤྱགས་དང་ཡན་ལག་དང་རྣ་བ་སོགས་མ་ཆང་བའི་དབང་པོ་མ་
ཆང་བ་དང་། །ཆེ་སྤེ་བྱེད་ལས་འབྲས་དང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མེད་པར་འཛིན་པའི་འོག་
ལྷ་ཅན་དང་། །སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་མེད་པའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་བཞི་ནི་མིའི་མི་ཁོས་པ་
ཡིན་ལ། །དན་སོར་གསུམ་དང་ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་ནི་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁོས་པ་པོ། །ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་ནི།
བཤེས་སྤྲིངས་འབྲེལ་བར། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་བ་དང་གཟུགས་མེད་པ་གཉིས་ལ་བཤའ་བའི་
དང་པོ་ནི། །བསམ་གཏན་བཞི་བའི་གནས་འབྲས་སུ་ཆེ་བའི་བྱོགས་གཅིག་ན་གྲོང་ལས་དགོན་

པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་ལ། བྱི་མ་ནི་གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེས་པའི་སོ་སྐྱེའོ། །མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་
གཏམ་ལས། འདོད་པའི་བྱ་བས་རྟག་དུ་གཡེངས་པའི་འདོད་ལྷ་ལྷ་ཆེ་རིང་པོར་བཤད་
དོ། །ཞེས་གསུངས།

མི་འབྲུགས་པ། <ཨ་ཁྱོ་རྩུ> རྒྱལ་བ་རིགས་ལྗེའི་མི་བསྐྱོད་པ་དང་དོན་གཅིག་སྐྱད་དོད་འདི་བྱེ་བྲག་
རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་ ཙ ། ༣༣༡ རྟགས་ལ་ལོ། །མི་འབྲུགས་པ་དང་མི་བསྐྱོད་པ་གཉིས་
འབྲུང་གི་ཁྱད་པར་ཅམ་ཡིན་པར་སྤང་དོ། །

མི་འབྲུགས་པའི་གཟུངས། རྒྱལ་བ་མི་འབྲུགས་པའི་གཟུངས་ནི། ར་མོ་རྩ་ཏ་ཡུ་ལ། ཨོ་ཀྱི་ནི་ཀྱི་ག་
ནི། རོ་ཅ་ནི་རོ་ཅ་ནི། རོ་ཅ་ནི་རོ་ཅ་ནི། རྩ་ས་ནི་རྩ་ས་ནི། བྲ་ཏི་རྟན་བྲ་ཏི་རྟན། སམ་ཀམ་པ་རི་བ་
རྩ་ཆེ་མེ་སྤྲུལ། གཟུངས་འདི་སྤྱེད་གེ་སྤར་མའི་རྒྱུད་ ཙ ། ཙ ། ༣༤ རྟན། འཕགས་པ་ལས་
ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོང་བའི་གཟུངས། ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་ན་གསལ་ལོ། །འདིའི་
ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་རྣམས་གོང་གི་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ན་གསལ་ལོ། །

མི་གྲུང་བ། མི་ལེགས་པའམ་བརྒྱད་ཚུང་བའི་དོན་དུ་བཤད།

མི་དགེ་བ་བརྒྱ། ལུས་ཀྱི་གསུམ། དག་གི་བཞི། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་སྟེ་མི་དགེ་བ་བརྒྱའོ། །འདི་དག་ལ་
ནག་པོའི་ལས་ལམ་བརྒྱ་ཡང་ཟེར་རོ། །ལས་དང་ལས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར། ལས་ལམ་བརྒྱ་
ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། འདི་དག་གི་རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དང་། བདག་པོའི་འབྲས་བྱ་
རྣམས། ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ། མདོར་ ས ། ༣༤༡ བཅའ་གསུངས་སོ། །

མི་དགེ་བ་བརྒྱའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བསྟན་པ། སྟོབ་དཔོན་རྟ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འབྲུང་ ཙ ། ཙ །
༣༤ བཅའ་བཞུགས།

མི་དགེ་བ་བརྒྱའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་སྤང་བ་ལ་ཞུགས་པ། མི་དགེ་བ་བརྒྱར་ཆབས་ཆེན་
པོས་ཞུགས་པའམ་དེ་དག་ཡང་ཡང་བྱེད་པའི་དོན། ལུས་ཀྱི་གསུམ། དག་གི་བཞི། ཡིད་ཀྱི་
གསུམ་སྟེ་མི་དགེ་བ་བརྒྱའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་ཏི་ཆབས་ཆེན་པོས་སྤངས་པ་སྟེ་
ཞུགས་པའམ་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཞེས་མཁས་པ་འགའ་གསུང་དོ། །

མི་མགོ་ཚོན་པ་ལྟ་བུའི་འཕྲེང་བ། མི་མགོ་ཚོན་པ་ལྟ་བུའི་དོ་ཤལ་དང་འདྲ།

མི་མགོ་ཚོན་པ་ལྟ་བུའི་དོ་ཤལ། འདིའི་མཚོན་དོན་ནི། ལེགས་སྦྱར་གྱི་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་
ལྟ་བུ་མཚོན་པར། རྗེའི་འདོད་འཛོལས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་ཨ་ཨ་ཨ་ཨ་སོགས་དབྱངས་བཅུ་
དྲུག་དང་། ཀ་ཁ་ག་ལྟ་བུ་སོགས་གསལ་བྱེད་སོ་བཞི་སྟེ་ལྟ་བུའོ། །

མི་མགོའི་སྒྱེད་བྱ་གསུམ་གྱི་མཚོན་དོན། 1 སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་མཚོན། 2 མཁས་པ་འགའ་ཞིག་
གིས། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཉན་སྒྲུབ་པ་པོའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མཚོན་པར་
གསུང་།

མི་འགྲུར་པའི་བདེ་བ། 1 (དགེ་ལུགས་) ཁམས་འཛིག་མེད་དུ་བཅིངས་པའི་བདེ་བ། སྤྱི་བཤད་ནི། མི་
འགྲུར་བ་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་པ་མིན་གྱི་ཁམས་ཕྱི་རོལ་དུ་འཕོ་བ་ནི་འགྲུར་
བར་ལན་མང་པོར་གསུངས་པས། ཁམས་འཛིག་མེད་དུ་བཅིངས་པ་ནི་མི་འགྲུར་བའོ། །ཞེས་
རྗེའི་སྤྲུལ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། 2 (བཀའ་བརྒྱུད་) ཆོས་གྱི་དབྱིངས་རང་བཞིན་འགྲུར་བ་
མེད་པས་མི་འགྲུར་བ་ཞེས་བྲ་ལ། བདེ་བ་ནི་ཐིག་ལེ་འཛིག་མེད་དུ་བཅིངས་པའི་བདེ་བའོ། །

མི་ངས། 1 མི་ནད་དམ་རིམས་ནད་གྱི་དོན། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས་བཤད། 2 ལུ་གེ་ལམ། ལུ་གེ་བྱུང་
དུས་གྱི་ནད་ཡམས་གྱི་མིང། ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ང ༡༥༧བཤམས། གང་གི་ཆེ་སྒྲེ་བོ་པལ་
པོ་ཆེ་ལ་མི་ངས་བྱུང་བ་དེའི་ཆེ་ན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་ཆོ་བ་དང་། བགས་པ་དང་།
ཤུག་དང་། ཁྲག་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིང་དེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གྲོང་དུ་བསོད་སྟོམས་ལ་འཇུག་པར་མི་
བྱེད་ལ། གང་གི་ཆེ་སྒྲེ་བོ་པལ་པོ་ཆེ་ལ་མི་ངས་མ་བྱུང་བ་དེའི་ཆེ་ན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནག་པོ་
ཆེན་པོ་རིད་པ་དང་། ཉམ་རྒྱུད་པ་དང་། ཞེ་བ་དང་། སྐམ་པ་དང་། ལུས་མ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིང་།
ཞེས་གསུངས་སོ། །

མི་ལྟོགས། མི་རུས་པ།

མི་ལྟོགས་མེད། 1 མི་རུས་པ་མེད་པ། གང་ཡང་རུས་པ། 2 ཉར་བསྟོགས་ཤིག་གི་མིང་། ཉར་
བསྟོགས་མི་ལྟོགས་མེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

མི་འཆི་བ་བཅུ་བྱེད། བདུད་ཅི་ལྷ་དང་དོན་གཅིག་སྒྲ་བཤད་ནི། མི་འཆི་བ་ནི་འཆི་མེད་དེ་བདུད་ཅི་འི་
མིང་ཡིན་ལ། བཅུ་ཡི་བྱེད་ནི་ལྷ་ལོ། །

མི་ཆུང་བ། ཆེན་པོ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། མི་ཆུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆེན་པོ་ལོ། །ཞེས་
གསུངས།

མི་ཆེ་བ། 1 ཆུང་ཆུང་། 2 གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་བཅུ་གསུམ་པ། གནས་གཙང་
མ་གོང་མ་དག་པས་དམན་པའི་ཕྱིར་མི་ཆེ་བ་དང་། ཞེས་མཆིམས་མཛོད་གསུང་། འདི་ལ་ཨ་
བེའ་ཏ་ཞེས་བ་དང་། མི་འདོད་བ་ཞེས་བའང་དེའི་མིང་དུ་སེམས་སོ། །

མི་ཆོས། 1 མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་བ་སྟེ། ལུལ་བྱིམས་ཞེས་པའི་དོན། སློབ་དཔོན་
དཔའ་བོས་མཛད་པའི་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་བསྐྱོམ་པའི་མན་ངག་ཡི་གེར་བྲིས་བ་
ལས། བ་དང་མ་ལ་རབ་གྲས་ཤིང་། ཁྲན་ལ་སྤྱི་བྱེད་བ་དང་། མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལེགས་
སྤང་བ། །འདི་ནི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། 2 འཛིག་རྟེན་པའི་བསྐྱབ་
བྱ། དེ་ཡང་ཞེབ་ཏུ་བཤད་ན། ཆོ་འདི་ཙམ་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་དང་བདེ་བ་སྤྱུབ་ཐབས་ཀྱི་
བསྐྱབ་བྱའི་མིང་སྟེ། དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། ཆོ་གཅིག་ཡུན་ལ་པན་པའི་མི་ཆོས་
དང་། །དོན་གཉིས་ (འདིའི་དོན་གཉིས་ཞེས་བ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རང་གཞན་དོན་གཉིས་ལ་མི་
གོ་བར། ཆོ་འདིའི་དོན་དང་ཕྱི་མའི་དོན་གཉིས་སོ་ལ་གོ་ན་སྐབས་དོན་དང་འབྲེལ་ཆེའོ) འབྲས་
བུ་སྦྱེལ་བའི་ལྷ་ཆོས་ཏེ། །དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་བདེ་དགའི་དཔལ་སྦྱིན་པའི། །སྤེ་བཞིའི་ནོར་
གྱིས་བོད་ཁམས་སྤྱུག་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། མི་ནི་འཛིག་རྟེན་
པའི་མིང་ཡིན་ལ། ཆོས་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སོ། །ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བཟུ། མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་
དུག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། ཡང་ན་མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་པའོ། 2 མིའི་འཛོལ་བྱའི་
ཆོས་ཏེ་མུང་འདས་ཀྱི་མིང་། མུང་འདས་ལ་མིའི་ཆོས་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མུང་འདས་ནི་
མི་རྣམས་ཀྱིས་འཛོལ་གྱི་ངན་སོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མི་འཛོལ་བས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །མཚོ་རྒྱུ་
ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། ཞེབ་པ་མི་ཆོས་སྒྲ་མ་ལ་གཟིགས། 3 འདོད་པའི་སྤྱིབ་པ། དེ་ཡང་མི་ནི་

འདོད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ལ་དེའི་སྒྲིན་ནམ་སྤྱི་བ་པ་ཡིན་པས་མིའི་ཆོས་སོ། །འདོད་པའི་སྤྱི་བ་པ་
ལྷ་ལྷ་བྲུ། ཞིབ་པ་མི་ཆོས་སྒྲ་མ་ལ་གཟིགས།

མི་ཆོས་སྒྲ་ལ། (འདུལ་བ) ཁམས་གོང་མའི་ཡོན་ཏན། མཚན་གཞི་ནི། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་
སྒྲིམས་འདུག མཛོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་ལ་སོགས་པའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། མིའི་ཆོས་ནི་མྱ་ངན་
འདས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲ་མ་ཞེས་པ་གོང་མའི་སེམས་ལ་ཟེར་བས། མྱ་ང་འདས་དང་གོང་མའི་
སེམས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཡང་ན། མིའི་ཆོས་ནི་སྤྱི་བ་པ་ལྷ་པོ་རྣམས་ཡིན་ལ། སྒྲ་མ་ནི་དེ་
དག་སྤངས་པ་ལ་ཟེར་བས། སྤྱི་བ་པ་ལྷ་སྤངས་པ་ལས་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །མཆོ་རྒྱུ་
ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤོད། སྤྱི་བ་པ་ལྷ་ནི། འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱུས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ལྷ་སྟེ། འདོད་པ་
ལ་འདུན་པ། འདོད་ཆགས། གཞོད་སེམས། ཞེ་སྤང། གཉིད་རྒྱགས། རྟོད་འགྱུར། རེ་ཆོས་དང་
ལཱོ། །

མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་རྩུན། (འདུལ་བ) རང་ལ་མཛོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་སོགས་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་
ཅན་མ་ཐོབ་བཞིན་དུ་ཐོབ་ཅེས་སྤྱི་བ་པའི་རྩུན། མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་སྤྱ་བཤད་གོང་དུ་གཟིགས།

མི་ཆོས་སྒྲ་མ་བདེན་པར་སྤྱི་བའི་ལྷ་ང་བྱེད། (འདུལ་བ) མི་ཆོས་སྒྲ་མ་བདེན་པར་སྤྱི་བའི་ལྷ་ང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་
ཏི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤོང་རང་གིས་མིའི་ཆོས་སྒྲ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྤྱ་ཡུལ་བསྐྱེན་པར་མ་རྟོགས་
པ་ལ་བདེན་པར་སྤྱི་བ་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷ་ང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤོང་གཞི་ནི། ཉ་པའི་
གོང་དུ་སྒྲིན་ཉ་པར་གྱུར་པའི་དགེ་སྤོང་ལྷ་བརྒྱས་མིའི་ཆོས་སྒྲ་མ་བདེན་པར་སྤྱི་བ་པ་ལས་འོད་
མ་ཅན་གྱི་གོང་དུ་ལྷ་ང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི། རྩུན་དུ་སྤྱི་བ་སོ་ཞེས་རང་ལ་སྤྱར་པ་
འདེབས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་རྩུན་དུ་སྤྱི་བའི་རྒྱར་འགྱུར་བའོ། །

མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅན་སྤྱི་བ་པོས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་ཁྲིམས་སྤོལ་
མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་ནི། ༡ སོག་གཙོད། མ་བྱིན་ལེན། འོག་གཡེམ། རྩུན་སྤྱི་བ་སྟེ་ཅ་བ་
བཞི་སྤང་པ་དང་པོ། ༢ མཆོག་གསུམ་ལ་དད་ཅིང་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱི་བ་པ་གཉིས་པ། ༣ བ་མ་
ལ་བྱིན་ལན་འོག་འཇལ་མི་བྱེད་པ་གསུམ་པ། ༤ ཡོན་ཏན་ཅན། རིགས་མཐོ་བ། སྐན་པ་

ནམས་ལ་བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ་བཞི་པ། ༥ ཉེ་དུ་མཛེལ་བཤེས་ལ་གཞུང་བཟང་བ་ལྟ་བུ། ༦ ཡུལ་
མི་བྱིས་མཆེས་ལ་བན་གདགས་པ་བྱུག་པ། ༧ རྒྱུད་བྱང་ཞིང་སེམས་རྒྱུད་བ་བདུན་པ། ༨ ལ་
རབས་གྱི་རྩེས་སྟེག་ཅིང་བྱེ་ཐག་རིང་བ་བརྒྱད་པ། ༩ ཟས་ཤོར་ལ་ཆོད་ཟེན་བ་དགུ་པ། ༡༠
ལྷ་ར་འདྲིས་གྱི་མི་ཡི་ཞེ་མི་གཅོད་པ་བཅུ་པ། ༡༡ ལོན་དུས་སུ་འཇལ་བ་བཅུ་གཅིག་པ། ༡༢
བྲེ་སྲང་ལ་གཡོ་སྟུ་མེད་པ་བཅུ་གཉིས་པ། ༡༣ ཀུན་ལ་སྟོམས་ཤིང་ཐག་དོག་མེད་པ་བཅུ་
གསུམ་པ། ༡༤ བློགས་རན་གྱི་རག་ལ་མི་ཉན་ཅིང་རང་ཚུགས་ཟེན་བ་བཅུ་བཞི་པ། ༡༥ རག་
འཇམ་ལ་བདེན་བར་སྟུ་བ་བཅོ་ལྔ་པ། ༡༦ བྲག་བའམ་ཐེག་པ་ཆེ་ཞིང་སྟོ་ཁོག་ཡངས་པ་དང་
བཅུ་དྲུག་གོ། ཁྲོད་རྩོལ་སྒྲ་མའི་གསུང་སྒྲིགས་བཅ་གཉིས་པ་༧ ༣༥ན་གསལ་བ་ལྟར་བཀོད།
ཆིག་རེ་བྱང་མ་གཏོགས་བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་འབྲ།

མི་མཆོག་ <ན་རྟེན་མཆོག་> སངས་རྒྱལ་སྤྱི་འཇུག་ལྷུང་བཤགས་ལས། མི་མཆོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་
ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་། གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་བཞིན་གང་མ་བྱོན། ཁོལ་ཉན་
བསུགས་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཆོ་འདྲ་ཀུན་ལ། ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་བགྱིས་ཏེ་སྦྱབས་སུ་ཉེ་བར་
མཆོག་ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱུད་དོད་དེ་བྲེ་བཀའ་ཉེགས་བྱེད་ཆེན་མོ་ཨ་མམ་གསལ། 2
རྒྱལ་པོ། 3 མི་བཟང་པོ་འཇལ་ལག་པོ།

མི་མཛེད། <སྟེང་> སྟན་ཐུབ་པ། བཟོད་པ། མི་འཕྲོག་པ། ལྟན་པ། ལུས་པ་ནམས་ལ་འཇུག་པར་
བཤགས།

མི་མཛེད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་པོས་མཛོད་པ་བཅུ་
གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་གང་དུ་བསྟན་པའི་འཛམ་གྱུའི་སྤྱིང་དང་། སྤྱིང་གཞན་གསུམ། འདོད་ལྷ་རིགས་
དྲུག་ བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་མི་མཛེད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
ཞེས་བྱའོ། རྒྱ་བཤད་ནི། མི་མཛེད་ཅེས་པ་བཟོད་པ། མི་འཕྲོག་པ། ལྟན་པ་དང་། ལུས་པ་
ནམས་ལ་འཇུག་པས་ཞིང་འདྲིར་སྦྱེས་པའི་སེམས་ཅན་ནམས་ཉོན་མོངས་པ་དང་སྦྱག་
བསྟུལ་དེ་དག་དང་ཤིན་ཏུ་ལྟན་བའམ། ཞིང་འདྲིའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱང་སྟོན་

སྟོབས་ལྷག་པར་བཅོད་ཅིང་དཔལ་བས་ཕུལ་དུ་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་གྲགས་སོ། །འདི་སྐོར་རྒྱས་
བ་མངོན་བ་མཛོད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་སྟེགས་བམ་སྟོད་ཆ་
༡༧ །ལས་ཀྱང་། མི་མཛོད་ཀྱི་སྐད་དོད། སྤྱ་ཏེ་ཞེས་བ་ལྷན་བ་དང་བཅོད་བ་རྒྱས་བ་རྣམས་ལ་
འཇུག་པས། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

མི་འཇིགས་བ་བཞི། རང་དོན་སྤངས་བ་དམ་བཅས་བ་ལ་མི་འཇིགས་པ། རྟོགས་བ་དམ་བཅས་བ་
ལ་མི་འཇིགས་པ། གཞན་དོན་སྤང་བྱ་དམ་བཅས་བ་ལ་མི་འཇིགས་པ། གཉེན་པོ་དམ་བཅས་
བ་ལ་མི་འཇིགས་བ་དང་བཞིའོ། །མི་འཇིགས་བ་བཞི་པོ་དེ། བལ་སྐྱད་ཀྱི་ལམ་ནས་གོ་བདེ་
བར་བཤད་ན། དང་པོ་ནི། ང་ལ་སྟོན་གང་ཡང་མེད། གཉིས་བ་ནི། ང་ལ་ཡོན་ཏྲ་ཡོངས་
རྟོགས་ལྡན་ཡོད། གསུམ་བ་ནི། བྱེད་ཅག་ཉེས་བ་འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་མ་
རེད། བཞི་བ་ནི། བྱེད་ཅག་གིས་ཉེས་བ་དེ་དག་མེད་པར་བཟོ་བ་ལ་ཐབས་ལམ་འདི་དང་འདི་
ཞེས་བྱ་བ་སྟེན་ཅིག་ཅེས་འཁོར་ཆོགས་རྒྱ་མཆོའི་དབུས་ན་སེལླའི་སྤྱ་སྟོག་བ་ལ་སུས་ཀྱང་
བྱེད་ཀྱིས་བཤད་པ་དེ་མ་རེད་ཅེས་སྤྱ་པོད་པའི་ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་རྟོལ་བ་འབྱུང་བའི་འཇིགས་བ་
མེད་པས་ན། མི་འཇིགས་བ་ཐེང་བ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྩེའི་རྣམ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་རྒྱན་
ལས། མི་འཇིགས་བ་བཞི་ནི། མི་འཇིགས་པའི་རྣམ་བ་བཞི་ཡོད་དེ། རང་དོན་གྱི་དབང་དུ་
བྱས་བ་འཁོར་གྱི་དབུས་སྤྱ། ང་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་
པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བདག་ཉིད་ཞལ་གྱིས་འཆེས་བ་ལ་ཆོས་འདི་ཐུགས་སྤྱ་མ་རྒྱུད་དེ་
ཞེས་ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་རྟོལ་བ་མེད་པ་རྟོགས་བ་ཕུན་ཆོགས་ལ་མི་འཇིགས་བ་དང་། གཞན་
དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་བ་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིབ་བ་དང་། ཤེས་
བྱའི་སྤྱིབ་པ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཛོད་པ་ལ་སྤང་བྱ་
འདི་བསྟེན་ཀྱང་བར་ཆད་དུ་མི་འབྱུང་ཞེས་ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་རྟོལ་བ་མེད་པ་བར་དུ་གཙོད་པའི་
ཆོས་བསྟན་བ་ལ་མི་འཇིགས་བ་དང་། ཐམས་ཅད་ཤེས་བ་ཉིད་དང་། ལམ་ཤེས་བ་ཉིད་ལ་
སོགས་པའི་ལམ་ཐར་བ་དང་། ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་

བསྟན་པ་ལ། ལམ་འདི་བསྟན་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་མི་ནུས་སོ། །ཞེས་ཆོས་མཐུན་
 གྱི་ཆོལ་བ་མེད་པ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ལམ་བསྟན་པ་ལ་མི་འཛིགས་པ་དང་། རང་དོན་
 སྤངས་པ་ལུན་ཆོགས་ལ་མི་འཛིགས་པ་བདག་ཉིད་གྱི་ཟག་པ་མ་ལུས་པ་ཟད་པ་ཉིད་དུ་ཞལ་
 གྱིས་བཞེས་པ་ལ་ཆོས་མཐུན་གྱི་ཆོལ་བ་མེད་པས་བདག་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་། བག་ཆ་བ་
 མེད་པ་དང་། མི་འཛིགས་པ་ཐོབ་པས་གནས་ཏེ་ཁྱུ་མཆོག་རྒྱལ་ས་པོ་ཆེའི་གནས་སུ་དམ་
 འཆའོ། །འཁོར་གྱི་ནང་དུ་སེང་གའི་སྤྱོད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། མདོ་ལས། གྱི་མ་བདག་གིས་
 ཆོས་འདི་དག་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། འདིར་ང་ལ་
 ཆོས་འདི་རྣམས་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་དགེ་སྦྱོང་ངས། བྲམ་
 ཟེའམ། ལྷའམ། བདུད་དང་། ཆངས་པའམ། གཞན་སུ་ཡང་རུང་བས་འཛིག་རྟོན་ཆོས་དང་
 མཐུན་པའི་ཆོལ་བར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་ཡང་དག་པར་རྩེས་སུ་མ་མཐོང་སྟེ། ཞེས་
 གསུངས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

མི་འཛིགས་པའི་སྤྱིན་པ། མི་འཛིགས་པ་སྦྱབས་གྱི་སྤྱིན་པ་དང་དོན་གཅིག་དག་དང་གཅན་གཟན་
 དང་འབྱུང་བའི་འཛིགས་པ་ལས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྦྱོབ་པའོ། །

མི་ཅུང་ག། ཅུང་ཅུང་མིན་པ་སྟེ་མང་པོའི་མིང་།

མི་རྟོག་སྦྱོང་བའི་གདམས་པ། ཞི་གནས་བསྐྱབ་ཚུལ་གྱི་མན་ངག་རྩིའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། གཞན་
 ལ་བསྐྱོས་པས་གཞུང་བཟང་དེ་དག་ལ། མི་རྟོག་སྦྱོང་བའི་གདམས་པ་མེད་སྟུང་ནས། །ཡོད་
 པའི་གཞུང་དུ་མ་བཅའ་མེད་པའི་སར། །འབད་བ་དུ་མས་ཆོལ་ཞིང་རྟེན་པར་སེམས། །ཞེས་
 དང་། ཅི་ཡང་མི་རྟོག་འཛིག་པའི་ཞི་གནས་ལས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

མི་རྟོག་པ། 1 མི་སེམས་པའམ་བརྟག་དབུང་མི་བྱེད་པ། 2 ཞི་གནས། དཔེར་ན་ཞི་གནས་སྦྱོང་ཚུལ་
 གྱི་མན་ངག་ལ། མི་རྟོག་སྦྱོང་བའི་གདམས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས།
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 དབང་ཤེས། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 5 གཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ།

མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་དོན་འདྲ། སྒྲི་
གསུམ་ལ་འདུག་པའི་སྟོའི་འགྲེལ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བས་མཛོད་བ་ལས།
མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མི་རྟོག་པར་བཞག་པ། སེམས་མི་རྟོག་པར་བཞག་པ་དང་འདྲ།

མི་ཐབས། གཉེན་སྦྱོར་ཐབས།

མི་ཐབས་བཙུང་བརྒྱད་རྟ་ཐབས་གཅིག ། མི་ཐབས་དང་རྟ་ཐབས་ནི། གཉེན་སྦྱོར་བའི་ཐབས་དང་དགྲ་
འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་ཟེར་ལ། བཙུང་བརྒྱད་ཅེས་བ་ནི་གངས་འབྲེན་རྒྱ་མེད་ཀྱང་འདིར་མང་པོ་
ཅམ་གྱི་དོན་ཉེ། དཔེར་ན་འཛིག་རྟེན་ན་མི་བྱེད་དགྲ་བྱེད་དགྲ་གཉིས་ལོག་པའི་བཙུང་
བྱེད་པ་ཞིག་འདུག་ཅེས་གྲགས་པ་བཞིན་ནོ་མཁས་པ་རྣམས་གསུང་དོ། །² ཅི་བྱེད་སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྟོབ་པ་ལ། མི་ཐབས་དང་། རང་གཅེས་འཛིན་ལ་གཞོད་པ་ཅི་འབྲེལ་བྱེད་པ་ལ།
རྟ་ཐབས་ཟེར་བ་ཡིན་ཉེ། རྩེའི་ལམ་རིམ་ལས། སྤང་རི་ཐང་བའི་ཞལ་ནས། ཤུ་བོ་བ་དང་རེད་
གཉིས་ལ་མི་ཐབས་བཙུང་བརྒྱད་རྟ་ཐབས་གཅིག་དང་བཅུ་དགྲུ་ཡོད། མི་ཐབས་ནི་བྱང་ཆུབ་
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཅི་བྱེད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྟོབ་པ་དེ་ཡིན། རྟ་ཐབས་ནི་བྱང་
སེམས་མ་སྟེས་པ་མི་སྟེ་སྟེས་པ་མི་གནས་ཤིང་འཕེལ་དུ་མི་སྟེར་བ་བདག་གཅེས་འཛིན་ཡིན་
པས་འདི་ལ་བྱུར་བསྟན་ནས་ཅི་གཞོད་དུ་སྦྱོང་། སེམས་ཅན་ལ་མཐེལ་བསྟན་ནས་ཅི་པན་དུ་
སྦྱོང་བ་ཡིན་གསུང། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མི་ཐོགས་པར། ། དུས་ལྷན་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པ་འཕམ་མི་འགོར་བར། མི་རྟག་པའི་ཆོམས་ལས། གྱེ་
མ་ལུས་འདི་མི་ཐོགས་པར། །སྟོང་ཞིང་རྣམ་ཤེས་དང་བྲལ་ནས། །དུར་ཁྱོད་པོར་བའི་མགལ་
དུས་ལྟར། །ས་ཡི་སྟེང་དུ་འབྱེལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །² ལག་ཏུ་མི་འཛིན་
པར།

མི་སྦྱག་པ། མི་མཛེས་པ། མདོག་ངན་པ།

མི་སྦྱག་པ་ལ་དམིགས། འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་སྦྱག་པ་ལ་སེམས་གཏོད་པར་བྱེད།

ཅེས་པའི་མི་སྤྱད་པ་ལ་དམིགས་ཚུལ་ནི། སྤྲོད་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་སོ་དྲུག་ནི་ནང་གི་མི་སྤྱད་
པ་དང་། རྣམ་པར་སྤོས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཕྱིའི་མི་སྤྱད་པ་སྟེ། མི་གཙང་བའི་མི་སྤྱད་པའི་རྣམ་
པ་སྒྲོལ་ཤར་བ་ལ་སེམས་འཛིན་པའོ། །ཞེས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
མི་སྤྱད་པའི་མཆན་མ་བརྟ་གཉིས། མདོག་སོལ་བ་ལྟར་གནག་ལ། གདོད་ལ་འབྱར་སོ་གསུམ་ཡོད་
པ། སྤྱ་འཁྱོལ་བ། མིག་གཉིས་ཤེལ་ལྟར་གཡོ་བ། གདོད་གཉེར་མ་ཅན། མཚུ་འབྱར་བ། སྤྱ་མི་
སྟན་བ། གསུམ་པ་ཆེ་བ། རྒྱབ་འབྱར་བ། རྒྱ་གཉིས་གྲོལ་བ། མགོ་བྱ་བ་ཅན་སྤྱ་མེད་བ། འདྲེ་
ལྟར་མི་སྤྱད་པ་སྟེ་བརྟ་གཉིས་སོ། །འདི་མདོ་ལས་གསུངས། གཞན་ཡང་མཆན་མ་ངན་པ་
བཙོ་བརྟུང་ལ་གཟིགས།

མི་སྤྱད་པའི་མཆན་མ་བཙོ་བརྟུང་། མི་སྤྱད་པ། མགོ་སྤྱ་བྱི་བ། དཔལ་བ་རྩུང་བ། མདོག་སེར་སྤྱ།
མིག་སེར་སྤྱ། སྤྱིན་མཆམས་མ་འབྱར་བ། སྤྱ་ལེབ་བ། སོ་སྟོ་བ་སྟེ་འབྱར་བ། དེག་བ། མིག་
རྒྱུམ་བ། མིག་རྩུང་བ། ཕྱི་ནང་དུ་སྤྱར་བ། ལྟོ་འབྲེ་བ། དཔུང་པ་དང་རྩེ་དང་ཐུང་བ། སྤྱ་ཅན།
ལག་པ་དང་རྒྱང་པ་མི་མཉམ་བ། ཆོགས་སྤོམ་བ། རྒྱ་དང་ལུས་ལས་བྱི་བཅ་རྒྱུང་པ་དང་བཙོ་
བརྟུང་རོ། །ཞེས་ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་གསུངས། ཞེས་སྟེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་
མཆོའི་གཡའ་སེལ་༥༥བཟལས་བཤད་ཀྱང་། ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་དེ་འདྲ་གསལ་
བར་བཤད་པ་མ་མཐོང་བས་དབྱེད་དགོས་སོ། །གངས་འཕྲེན་ལའང་དབྱེད་དགོས་པར་སྤྱང་
སྟེ། འགའ་ཞིག་ཏུ། མི་སྤྱད་པ་བགྱངས་ལ། གཞན་དུ་ངན་པ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བགྱངས་བར་སྤྱང་
རོ། །

མི་གདུང་བ། 1 སྤྱད་བསྐྱལ་མེད་པ། 2 གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བརྟ་བདུན་གྱི་བརྟ་བཞི་པ་ནི།
མཆིམས་མཛོད་ལས། ཉོན་མོངས་པས་གདུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་གདུང་བ་ཞེས་གསུངས།

སྤྱིན་གེ་ཏ་ན། (ལེགས་སྤྱར) ཉའི་ཏོག་ཅན།

མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས། སངས་འཕགས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐུང་འདས། སྤྱ་བཤད་ནི། སྤྱིད་པ་
འཁོར་བའི་མཐའ་དང་ཞི་བ་ཐུང་འདས་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་གང་དུ་འང་མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས་

ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲལོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་མི་གནས་པའི་སྤངས་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འཁོར་བ་ལ་མི་
གནས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་དོན་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་
དང་ཐབ་མའི་ལམ་ཞེས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ། ཞིབ་སྤང་འདས་ལ་མི་གནས་པ་ནི་རྟེན་པ་རིག་པའི་ཤེས་རབ་དང་ཀྱུན་
རྩོད་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་
ཆོགས་དང་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བྱིར་རྟོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་
གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བའི་མདོ་ལས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་
ཅད་སྤོང་བར་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ཉི་བར་འཆོ་བར་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །བཙུག་པ་ལྟར་འདས་དེ་ལྟ་ལགས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་བརྩོན་པར་
བགྱིད། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

མི་པམ་མགོན་པོ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱོད་པ་ལྟར་ནི། ལྟ་དང་
མི་རྣམས་ཀྱི་དམ་པ་དང་འདིག་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་དང་། དབང་ལྷག་དང་བྱུང་འབྱུག་ལ་
སོགས་པས་ཀྱང་མི་ཐུབ་པའི་བྱིར་མི་པམ་སེམས་ཅན་གྱི་མགོན་ལ། ཞེས་རྗེའི་ལེགས་
བཤད་གསེར་བློང་ན་གསལ་བ་ལྟར་རྟོ། །ཡང་ན་བདུད་བཞི་ལས་རྒྱལ་བས་ན་མི་པམ་ཞེས་
ཀྱང་བརྗོད་རིགས་སོ། །

མི་བྱེད་སྤྱིལ་གྱང་། རྗེ་རྗེ་སྤྱིལ་གྱང་། རྗེའི་རྣམ་རྒྱལ་མའི་བསྟོད་པ་འཆི་མེད་བྱུང་བ་ས་གསུམ་རེ་སྟོང་
མལས། མི་བྱེད་སྤྱིལ་གྱང་མཆོག་གིས་ལེགས་གནས་ཤིང་། །བརྒྱད་གཉིས་ལང་ཆོའི་དཔལ་
འཛིན་རྒྱལ་བའི་ཡུམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །མི་བྱེད་པ་ནི་རྗེ་རྗེའི་མིང་རྟོ། །

མི་བྱེད་མ། ཅ་རྒྱུང་མ་ལས་སྤྱེས་པའི་ཅ་ཞིག་སྟེ། ཅ་ཉིར་བཞིའི་ནང་ཆོན་ནོ། །སྤྱོད་པ་ལྟར་ནི། རྗེ་
གསུམ་མི་བྱེད་པས་ན་མི་བྱེད་མ་ཞེས་བྲལོ། །ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་ལ་གཞི་

བྱས།

མི་འཕྲོགས་པ། གཞན་སྤྱི་ཡུལ་གྱིས་གཞོན་མི་ལུས་པའི་དོན་ཡིན། རིན་ཆེན་སྒྲིབ་པའི་ཆུ་
ཆར་བཤད་པ་༡༩༣༩ལས། མི་འཕྲོགས་པ་ནི་ཟེལ་གྱིས་མི་ཞོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་དོ།

མི་བྱ་བ། མི་ཤོད་པའམ་མི་ལུས་པའི་དོན།

མི་དབང་། <ན་རྩེ> རྒྱལ་པོའི་མིང་། བཅོན་པོ། རྗེ། མངའ་བདག་མི་དབང་། ས་སྐྱོང་རྣམས་མིང་
གི་རྣམ་གྲངས།

མི་མོ། <ན་རྩེ> བྱང་མེད། ལེགས་སྦྱར་དུ་རྒྱ་རྩེ་ ཀའི་ཟེད།

མི་དབྱི། ༡ (བྱེད་འབྲེལ) མི་འདག་པའམ་མི་སྤྱི་བའི་དོན་ཏེ། འབྲིང་པ། བྱིས་པ། དབྱི་བ། བྱིས། ༢
(བྱེད་འབྲེལ) མི་བབྱི་བ་དང་མི་བྱ་བ་དང་དོན་གཅིག་ བཞེས་སྤྱིངས་ལས། དེས་ནི་དཔུལ་
པའི་སྤྱལ་བསྐྱལ་ཆུང་དུ་ལའང། །འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་དང། འོལ་
ཡང་མི་བབྱི་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་སྤྱིས་ཀྱང་རུང་དོ། །ཞིབ་པར་འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཞེས་
བར་གཟིགས།

མི་སྤྱི་བར་འཕྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་དོན་བདུན་པ། མི་སྤྱི་བར་འཕྲོ་བའི་
ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤོང་གིས་ཁ་སྐྱོང་བར་འོས་བས་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོས་
ལྷན་གྱི་ལས་ལ་འདུས་ནས་དགེ་སྤོང་ལ་མ་སྤྱིས་བར་ཐོས་པའི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་པར་བྱིན་
པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤོང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དགའ་བོས་ལས་གྱི་
གནས་ནས་མ་སྤྱིས་བར་བྱིན་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་རིགས་ལ་
གཞོན་པའོ། །འདི་ལ་རྗེ་བཙུན་འདུལ་བ་སོགས་ལས། ལས་གལ་ནས་མ་སྤྱིས་བར་འཕྲོ་བའི་
ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །

མི་གཅོང་བའི་རྩལ་སོ་དུག་སྒྲ། སེན་མོ། བ་སྤྱ། བགས་པ། བྱི་བྱུན། ༡ རྒྱས་པ། ཁྱེད་ རྒྱས་པ།
རྒྱང་། མཁལ་ལ། སྤྱིང་། སྤོ་བསྐལ། མཆེན་པ། མཆེར་པ། སྤོ་བ། རྒྱ་མ། བཞག་ འོང་ག།

གཅིག་ གྲེ་ས། མཆིང་ལ། རུ་ལ། ཆོ་ལ། ལུང་ལ། མཆི་ལ། རྟག་ བཞིས་ལ། མཆིང་སྒྲུབ་ས།
ཞག་ རྩ་མེད། དེ་ལ། ལྷང་ལ། ལྷང་རྒྱ་ས། མིག་རྟག་ རྩ་སྒྲུབ་ས་བཅས་སོ། རྟོག་གེ་ལའང་ལ་
ལས་གསུངས་ལ་རྟོང་བཞོད།

མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ། <ཨ་བརྒྱ་ཙཱ་> 1 (འདུལ་བ) འཁྲིག་སྐྱོད་ཀྱི་མིང་སྟེ། དག་སྐྱོད་གི་པམ་པ་
 བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལོགས་སུ་ད་ཀྱི་ “ཨ་བརྒྱ་ཙཱ་”
 ཞེས་པའི་བད་ཅི་ལྟ་བུ་བཞིན་པོད་སྐད་དུ་ཚུར་བླངས་པའོ། །དེ་ཡང་། “ཨ་” བོད་གཤམ་སྐད་དང་།
 “བརྒྱ” བོ་ཚངས་པ། “ཙཱ་” བོ་སྐྱོད་པའི་དོན་ནོ། །མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་
 འདིའི་ཐད་ཀའི་དོན་ནི། ཚངས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་པའོམ། ཚངས་པའི་
 སྐྱོད་པ་དང་འགལ་བའི་སྐྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། ཚངས་པ་ནི་ལྷ་
 དན་ལས་འདས་པ་དང་། སྐྱོད་པ་ནི་འཕགས་པའི་འཇམ་ཡིན་པས། དེ་དང་མི་མཐུན་པའོམ་
 ཐར་ལས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྐྱོད་པ་ཡིན་པས་མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་ཞེས་བཤད་པ། འཁྲིག་སྐྱོད་
 ལ་མི་ཚངས་སྐྱོད། ཅས་བཏགས་པ་ནི་བྱ་བ་མི་རིགས་པ་བྱེད་པའི་སྤྱི་མིང་གྲེ་བྲག་ལ་ཚོགས་
 པར་སེམས་སོ། །མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། འོག་པར་སྐྱོད་པ། འོག་པར་ཞུགས་པ། འཁྲིག་པ།
 རྒྱ། ལྷོ་མས་པར་འཇུག་པ་བཅས་སོ། །2 ཆོས་མིན་གྱི་བྱ་བ་སྤྱིའི་མིང་།

མི་ཆངས་སྟོད། (འདུལ་བ) མི་ཆངས་བར་སྟོད་བ་ལ་གཟིགས།

མི་ཆངས་སྤྱོད་ཀྱི་པམ་བཞ། (འདུལ་བ) མི་ཆངས་སྤྱོད་ཀྱི་པམ་བའི་དོན་ནི། བཅས་ལྡན་དག་སྤོང་གིས་
 རང་འབའ་ཞིག་གམ་རང་གཞན་གྱི་ལམ་དང་ཡན་ལག་སྤང་བའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོང་ཞིང་
 བདག་གིར་བྱས་པ་ལས་ལྷུང་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྤོང་གཞི་ནི། དུམ་སྤོང་བྱེད་དུ་
 དག་སྤོང་བཟང་བྱིན་གྱིས་མི་ཆངས་བར་སྤྱད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷུང་བ་པམ་བའི་ལྷུང་བ་
 བཅས་སོ། །སྤུན་མོང་གི་དགག་བྱ་ནི། དན་མོང་དུ་ལྷུང་བ། གཞན་མ་དད་པ་སྤྱེ་བ། ལས་དང་
 ལམ་ལ་སྤྱི་བ་བའོ། །སྤྲུམ་འདྲིའི་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགག་བྱ་ནི། བཞིག་པའི་འདོད་
 ཆགས་འཕེལ་བའོ། །མཚོ་རྟིག་ལྷུང་འོ། །

མི་ཟད་གཏེར། མོངས་སྤྱད་ཀྱང་ཟད་པར་མི་འགྱུར་བའི་གཏེར།

མི་ཟད་པ་བརྒྱད་ཟུ། (བར་ཁྱི) དེ་ལ་མི་ཟད་པ་བརྒྱད་ཅུ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ། བསམ་པ། སྦྱོར་བ།
 ལྷག་པའི་བསམ་པ། པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ཆད་མེད་པ་བཞི། མཛོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ། བསྐྱེད་པ་བཞི།
 སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི། རྟོན་པ་བཞི། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོག་ས།
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་ས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་ས་སུམ་ཅུ་ཅ་བདུན། ཞིག་ནས། ལྷག་མཛོད་། གཟུངས།
 སྒོ་བས་པ། ཆོས་ཀྱི་མདོ་བཞི། བསྐྱོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་གྱུར་པ། ཐབས་ལ་མཁས་
 པའོ། །ཞེས་སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྒོ་སྒྲོས་མི་ཟད་པས་བསྐྱེད་པའི་མདོའི་
 རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༼ ཅེ ཻ ༩༩༩ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མི་བཟད་པ། (བར་རྩིང) 1 དག་ཤུལ། དག་ཤུལ་ཆེ་བ། མི་སྤྱག་པ། རྩལ་སོ། དང་པོ་གསུམ་དག་ཡིག་
 ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བཤོད། 2 འཛིག་ས་སུ་རུང་བ། འཛིག་ས་སུ་རུང་བ་ལ་
 འཇུག་པ་ནི། རྒྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་བསྟོན་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས། མི་བཟད་པས་
 ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འཛིག་ས་སུ་རུང་བས་སོ། །ཞེས་དང་། སྒོ་བ་སྤྱིང་གི་དཀའ་འགྲེལ་༡༡༩བཤམས།
 མི་བཟད་པ་ནི་འཛིག་ས་སུ་རུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །3 བཟོད་སྒྲགས་མེད་པ།
 བསྐྱེད་དཀའ་བ། བཟོད་པར་དཀའ་བ། བེ་རོ་ཅ་ན་རྟེན་ཏེ་སྦྱོང་འཇུག་འགྲེལ་པ་ལས། མི་
 བཟད་པ་ཅེས་པ་ནི་བསྐྱེད་དཀའ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གཟིར་བའོ། །ཞེས་དང་། སྒོ་བ་སྤྱིང་གི་
 དཀའ་འགྲེལ་༡༡༩བཤམས། མི་བཟད་པ་ནི་བཟོད་པར་དཀའ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་ས། །4
 ཆེན་པོ། བརྒྱད་སྟོང་པའི་དཀའ་འགྲེལ་སྤྱིང་པོ་མཆོག་ལས། མི་བཟད་པ་དང་ནད་ཅེས་པ་ནི་
 ཆེན་པོ་དང་ནད་དོ་ཞེས་གསུངས། 5 རྟོ་བའམ་རྟོན་པོ། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། སེན་མོ་མི་བཟད་
 ལུན་པའི་ཁྱ་རྒྱས་འཛོག་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །6 མཐུག་པའི་དོན་ལའང་བཤད། སྒོ་བ་
 སྤྱིང་༩༩༩ལས། ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་སུན་རུམ་འཇུག་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་
 ཀྱི་སྒོ་བ་སྤྱིང་གི་དཀའ་འགྲེལ་༡༡༩བཤམས། ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མཐུག་པའོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །

མ་བཟད་གཟེ། དག་ཅིང་ཚོ་བ། ལིན་ཏུ་ཚོ་བ། རྒྱུད་འབྲུག་ལས། ཉོན་མོངས་ཉ་བས་བཏབ་བ་
ཡི། །མཆིལ་བ་འདི་ནི་མི་བཟད་གཟེ། །ཞེས་གསུངས།

མི་བཟོད་ན། (འདུལ་བ) མི་འདོད་ན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། མི་བཟོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མི་འདོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལོ། ཞེས་གསུངས།

མི་ཡི་ཡུལ། མི་ཡུལ་ལ་གཞིགས།

མི་ཡི་སེངྒེ། (འདུལ་བ) སངས་རྒྱལ་སྤྱི་འཛུགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེངྒེ་ཀྱན། །ཞེས་པ་ལྟ་
བུ། གྲ་བཤད་ནི། སངས་རྒྱལ་པ་མི་ཡི་སེངྒེ་ཞེས་པའི་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མིའི་སྤྱེ་བར་
སྟོན་ལ། སེངྒེ་ལྟར་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཅིང་བག་ཆ་བ་མེད་པས་སོ། །ཞེས་དངུལ་ཆ་རྩམ་
ཅ་བྱ་གསུངས་ཀྱང་། མི་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་མི་ཡི་སེངྒེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་
ན་ལྷ་ཀྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ལྷ་ཀྱ་སེངྒེ་ཞེས་མཛོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་
འཛོལ་མོ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མི་ཡུལ། ༡ གཞན་ཡུལ། མི་གཞན་གྱི་ཡུལ། མི་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཁེས་པའི་བར་གྱི་ཆེག་བསྐྱེས་ཏེ། མི་
ཡུལ་ཁེས་སྐྱེས་པ་ཡིན། ཟས་ཁེས་པོ་དེ་རང་ཡུལ་ལ་ཟོས། རྒྱ་རྒྱུ་པོ་དེ་མི་ཡུལ་ལ་བརྒྱུ།
ཅས་པ་ལྟ་བུ། ༢ མིའི་འདིག་རྟེན།

མི་ཡོགས་པ། མི་ཁེབས་པ། མི་ཤིང་གྲུང་ཁང་དུ་གསལ།

[illegible]

བསྐྱབས་པས་རས་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་མགྲུང་༤༩༥བཤད། ཉ་བཟའ་རས་རྒྱུད་དང་
གཏུམ་མོའི་བདེ་ཤོད་གྲིས་འཚོ་བ་ཞེས་འབྱུང་། གྲུབ་ཆེན་འདིའི་སྐོར་རྒྱས་པ་རྗེ་དེ་ཉིད་གྲི་རྣམ་
མགྲུང་དང་། དེབ་སྔོན་སྟོན་ཆ་༥༡༡ན་གསལ། འབྲུངས་འདས་ལོ་ཆེགས། 1040-1123

མི་ལའི་སྐོར་མ་རས་པ་མཆེད་བརྒྱད། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་སྐོར་མ་རས་པ་མཆེད་བརྒྱད་དུ་གྲགས་པ་
ནི། གྲུང་ཐང་གི་གཉན་རྒྱུང་རས་པ། ལྷུང་ལུང་གི་ངམ་རྫོང་རས་པ། ཏཱ་མོའི་འབྲི་སྐོར་རས་པ།
འོད་ཁུའི་སེ་བན་རས་པ། ལྷི་ཤང་གི་བྱི་ར་རས་པ། རས་པ་ཞིབ་འོད། བདེ་བ་སྐྱོར་། ར་རྗེ་རས་
པ་རྣམས་སོ། །དེབ་སྔོན་སྟོན་ཆ་༥༩༡ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མི་ལའི་རྫོང་དུག མི་ལའི་རྫོང་དུག་གྲགས་པ་ཡང་སྦྱིད་རོང་གི་རི་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་དེབ་
སྔོན་སྟོན་ཆ་༥༡༤ན་གསལ།

མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ། འདི་ལ་སྤྱིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ཡང་ཟེར། སྤྱིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་
ཐིག་ལེ་ཞེས་པ་དོན་མང་པོ་འབྲུག་སྟེ། དང་པོ་ནི། 1 སྤྱིང་གའི་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཏུ་ཁ་
སྐྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་དེའི་མིང་། 2 ཡང་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཏུ་ཁ་སྐྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་
པ་དེའི་ནང་གི་རྒྱུང་སེམས་སྤྲོ་མོ་ལའང་འབྲུག་ 3 ཡང་སྤྱིང་གའི་ཅ་དབུ་མའི་ནང་གི་རྣམ་ཤེས་
དང་ལྟན་ཅིག་སྤྱིས་པའི་རྒྱུང་ལའང་གོ 4 ཤིན་ཏུ་སྤྱིས་པའི་རྒྱུང་སེམས་ལའང་གོ 5 ཤིན་ཏུ་སྤྱིས་
པའི་སྤྱིང་གའི་རྒྱུང་འོད་ཟེར་ལྡ་པ་ལའང་གོ 6 ཡང་ཐིག་ལེ་ཁ་དོག་ལྡ་པ་ཅ་ན་གའི་འབྲུ་ཅམ་དུ་
རྣམ་པར་གནས་པའོ། ཞེས་རྗེའི་ལྷགས་རིམ་ལྟར་ལོ། །རྗེའི་རིམ་ལྷགས་ལ་སྐོན་ལས་ཀྱང་།
སྦྱིང་སྤྱིང་གའི་མི་ཤིགས་པ་ལ། བྱང་སེམས་དཀར་དམར་དང་། གཞིའི་འོད་གསལ། སྔོག་
འཛིན་སྤྲོ་བ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། གང་གིས་ཀྱང་
དེ་མི་ཆོས་ས་པས་ན་མི་ཤིགས་པ་དང་། མ་སྤྱིས་པས་ན་ཐིག་ལེའོ། ཞེས་རྗེའི་ལྷགས་རིམ་
ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ། (དགེ་ལུགས་) མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་དང་དོན་གཅིག་དེའི་ཐད་དུ་
གཞིགས། (བཀའ་བརྒྱུད་) གཞི་དོན་མའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་དང་དོན་འདྲ། དེའི་ཐད་དུ་

གཞིགས།

མི་ཤེས་ཀ་མེད། མི་ཤེས་ཐབས་མེད། དེ་མ་ཤེས་ན་ཐབས་གཞན་མེད་པ།

མི་ཤོད། བཤད་མི་སྤྱབ་པ། བཤད་མི་ཆར་བ། ཚེད་ལན་འདི་དག་བསྐྱལ་བའི་བར་དུ་ཡང་མི་ཤོད་དོ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

མི་གཤམ་བ། མི་རིགས་པ་བརྗོད་པའི་དོན་དུ་བཤད། མི་གཤམ་བ་ཞེས་པའི་གཤམ་ནི་གཤམ་མ་སྟེ་
ཡང་དག་པ་དང་བདེན་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་བ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་
བཤད་ཀྱང་རྒྱང་བར་སེམས། ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགའ་སྟོན་གསུང་རྟོ། །

མི་སྒྲོལ་པའི་བྱང་འཇུག་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་། འདི་མཛོན་དུ་གྱེད་པའི་དུས་ནི་ཚོ་རངས་ཀྱི་དུས་
ལྷ་གསུང་པའི། རྗེའི་སྤྲལ་པ་མེས་ཆེན་མོ་ལས། མི་སྒྲོལ་པའི་བྱང་འཇུག་གྲང་སྒྲོད་པ་ལྷ་ས་དང་
མེས་ལྷན་ཚོ་རངས་ཀྱི་དུས་ལྷ་འཛོལ་པར་གསུངས་པོ། ཁྲིམ་གསུངས།

མི་བསྐྱུན་པ། ༡ གཞན་ལ་མཐོ་འཆོམ་བའམ་གཞོད་བ་བྱེད་བའི་དོན། རྩེ་རིམ་ལྟ་གསལ་སྒྲོན་ལས།
མི་བསྐྱུན་བཞི་གཞན་ལ་མཐོ་འཆོམ་བའོ། །ཞེས་གསུངས། ༢ རྒྱ་པོ་མ་རྩུངས་བའམ་མ་རྩལ་
བ་ཞོད་བག་ཅན་བཅས་ཀྱི་དོན།

མིག་ ལྟ་བུ། འཛིན་བུ། འཛིན་པ། མིག་ལ་འཛིན་བུ། དམ་འཛིན་པ་ཞེས་པ་ནི་དེའི་རྒྱ་དོད་ལ་གོ་
 རོན་མི་འབྲེལ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟུགས་༥༠༩་བཤམས། ལྟ་
 གྱི་རྒྱ་དོད་འཛིན་པར་བསྐྱར་དུ་བྱང་བས། ཞེས་གསུངས་སོ། །མིག་ལ་འཛིན་བུ། དམ་
 འཛིན་པ་ཞེས་པ་ནི་གོད་དུ་བཤའ་པ་ལྟར་རྒྱ་དོད་ལ་འཛིན་པ་སོགས་ཀྱི་གོ་དོན་ཡོད་མོད་
 གྲང་། གོད་རྒྱ་དོད་པོ་དབང་དུ་བྱས་ན་མིག་ལ་འཛིན་བུ། དམ་འཛིན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཚུལ་
 མེད་དོ་སྟེན་སོ། །མིག་གི་དབང་གོ་དང་རོན་གཅིག་སའི་དངོས་གཞི་ཕྱེད་པས། མིག་གང་ཞེ་
 བ། གང་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དག་རྒྱར་བྱས་པ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་པོ་
 གཟུགས་དང་བ་སྟེ། བརྟན་དུ་མེད་ལ་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞི་
 བྱང་། གངས་བཞིས་ཀྱི་མིང་། ལྟ་བཤའ་ནི། དུལ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པས་ན་མིག་ཅེས་

འཐད་པས་མངོན་སུམ་ཆད་མར་འདོད་དགོས་ནའང་། དབང་པོ་ཆད་མ་ཡིན་པ་ཤེ་བྱག་སྤྱ་
བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷགས་སུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་དང་། མདོ་སྤེལ་པ་ལ་དབང་པོ་ཆད་མར་
བྱས་པའི་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་མངོན་པར་འགའ་ཞིག་
དབྱིབས་དང་ཁ་དྲོག་ཟར་མའི་མེ་ཉྒྱག་ལྟ་བུ་ཞེས་སོགས་སུ་འདོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་དེ་ལྟར་
འདོད་མི་འདོད་བརྟག་པར་དགལ། །དེས་རྒྱ་བའི་དབང་པོ་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡང་མཆན་ཉེ་ཤེས་
པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། མིག་ཤེས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་རྩལ་པ་ཉམས་ན་མིག་ཤེས་མི་སྤྱེ་
བ་ནི། རྗེའི་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གོམས་པ་ཆེ་བས་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་མཉམ་པར་
བཞག་པ་ན་མིག་གི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་གཞན་མི་འཆར་བ་ནི། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་
དོན་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་བྲགས་པས་མིག་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་སྤྱེ་བའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་
རྩལ་པ་ཉམས་པས་དེ་དག་རེ་ཤིག་མ་སྤྱེས་པས་ཁ་དྲོག་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་གཞན་མ་
ཤར་བ་ཡིན་གྱི་སྤང་བ་དེ་དག་བསྤུད་རིམ་གྱིས་བཀག་པ་མིན་ཏེ། རིག་པའི་རྒྱལ་པོས། རྣམ་
ཤེས་དོན་གཞན་ཆགས་པ་ཡིས། །རྩལ་མེད་དོན་གཞན་མི་འདྲིན་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་
བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་ཐོག་མར་གཟུགས་དེ་ཉིད་མིག་གི་དབང་པོ་
ལ་ཤར་དགོས། དེའི་རྗེས་སུ་མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་དགོས་པ་ནི། དབང་ན་མེ་ལོང་ནང་གི་
གཟུགས་བརྟན་མཐོང་བ་ལ། ཐོག་མར་མེ་ལོང་ནང་གཟུགས་བརྟན་ཤར་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་
མིག་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

མིག་གི་བདུད་ཅི། མིག་ལ་མངར་བའམ་འཐད་པ་དང་། མིག་ལས་དུ་མཛེས་པ། ཡིད་ལ་འབབ་པའི་
དོན་ཡིན། མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་དུ། གཟུགས་མཛེས་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་
བཤད་པའི་སྐབས། བཟླ་བས་མི་ངོམས་མིག་ལ་མངར། །ཞེས་མིག་ལ་མངར་ཞེས་བ་དང་།
མིག་གི་བདུད་ཅི་ཞེས་གཉིས་དོན་འདྲ་བ་ཡིན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་རྟག་ཏུ་དུའི་རྟོག་བརྗོད་ལས།
སྤྱེ་བ་གཞན་དུ་སྤངས་པའི་བསོད་ནམས་མཐུས། །དེ་ཡི་ལྷས་ནི་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལྟར་
ཏེ། །འཆི་མེད་དུ་མོ་མངོན་སུམ་སྤང་བ་བཞིན། །ཆགས་སྤྲན་སྤྱེ་བོའི་མིག་གི་བདུད་ཅིར་

གྲུ་པ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མིག་གྲེན་དུ་ལྟ་བ། ། དེ་ནི་རིགས་སྒྲགས་གྲིལ་ཆུལ་གཙུག་ཏྲོང་འཁོར་བསྐྱར་གྲི་ལྟ་སྒྲངས་ཤིག་སྟེ།
དེ་ཡང་མིག་གི་མས་སྒྲེབས་གྲིས་མིག་བྱེད་བཀའ་སྟེ་བྱེད་མིག་དུ་བྱས་ལ། མིག་འབྲས་མི་
བསྐྱལ་བར་སྟེང་དུ་ལྟ་བའོ། །ལྟ་སྒྲངས་འདི་དུས་འཁོར་གྲི་སྐབས་ལྟ་བུར་སྟོང་གཟུགས་
འཆར་སྐྱ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་ཚུལ་རྗེའི་དུས་འཁོར་གྲི་གསུང་ཟེན་ཟེས་ན་གསལ། 2 མཁས་
པ་གཞན་གྲིས། མིག་གྲེན་དུ་བལྟ་བ་ནི་མིག་འཆིང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་གྲིས་དབང་པོ་གཞན་
ཡང་འཆིང་བར་བཤད་དོ། །

མིག་སྒྲུབ། མིག་གི་མདུན།

མིག་སྟེའོ། མིག་གི་རྗེ་མའི་སྐྱ་མེད་པར་དམར་པོར་གྱུར་བ། རང་གི་རྣམ་པའདད་ལས། མིག་སྟེའོ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་མིག་གི་རྗེ་མའི་སྐྱ་མེད་པའི་བྱིར་རྗེ་མ་སྟེ་བའི་མཐར་དབེར་ན་ཐྲག་
འཇག་པའི་ཤུར་དམར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མིག་ཆག །ཤིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་ཆག་པའི་དོན་ཡིན། ཆོམས་34ལས། དབེར་ན་བྱིས་པའི་ཤིང་རྟ་
དག །ལམ་ཆེན་བཟང་པོ་བོར་ནས་སྟ། །ལན་དན་དག་དུ་འགྲོ་བྱེད་པས། །མིག་ཆག་སེམས་
ཁོང་ཚུད་པ་ལྟར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཐད་གྲི་ཆོམས་འགྲེལ་༼ དུ ༡༡༣༡༣༡ལས།
མིག་ཆག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མིག་འདི་ལ་ཆག་པ་ཡོད་པ་ནི་མིག་ཆག་སྟེ། །ཤིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་ཆག་
ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མིག་རྟུལ། མིག་གི་རི་མ་སྟེ་མིག་སྐྱག་གི་མིང་། སྟེ་དག་བསྐྱར་འགྱུར་༼ ག་པའི ༡ནང་བཞུགས་
དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྟེང་བ་112བཟུལས། མིག་ནི་མིག་རྟུལ་མཆི་མའི་སྟོང་། །ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །

མིག་འབྲེད་འཇུམ་རན་པར་བཞག །སྒྲིམ་ཆུག་སྐབས་མིག་འབྲེད་འཇུམ་རན་པར་བཞག་པ་ནི་བྱིང་
ཁྲོད་གཙོད་སྐྱ་བའི་དགོས་པ་ཡོད། མིག་ཏུ་ཅང་གཏངས་ཆེས་ན་ཁྲོད་པ་དང་། བཙུམས་ན་
བྱིང་བ་སྟེ་བས་དེ་གཉིས་འགྲོག་པའི་ཐབས་སུ་རན་པར་བཞག་པའོ། །

མིག་ཚུགས་སུ་ལྟ་བུ། ཡིད་ཤིན་ཏུ་རངས་ནས་མིག་བབས་དེ་ལྟ་བུ་འདྲོད།

མིག་བཟང་། 1 བྱད་མེད་དང་ཕྱག་རྒྱ་མའི་མིང་། རྩེའི་གསུང་ལྟར་བཞོད། སྤྱ་བཤད་ནི། བྱད་མེད་
རྣམས་མིག་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོའམ་མཛེས་པ་དང་ལྡན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཏགས། 2 མིག་
གསལ་པོ་དང་མཛེས་པོའདྲོད།

མིག་ཡངས། མིག་ཡངས་མ་ལ་གཟེགས།

མིག་ཡངས་མ། བྱད་མེད་ཀྱི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། མིག་དཀྱུས་ལྷན་པའི་འདབ་ལྟར་ཡངས་པའམ་
རིང་བས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཏགས།

མིག་ཡོད། མིག་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་འདྲ་བརྟན་ནས་གཟུགས་བརྟན་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར། ཞིབ་ཏུ་
བཤད་ན། 1 འོག་བྱས་བཅོས་པའི་མར་མའི་ཁུང་བྱ་ལྟ་བུ་ལ་རིམ་མོ་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱིས་ཉེ་མཆན་
མོ་ནང་དུ་མར་མེ་སྤར་ན་གཟུགས་བརྟན་སྤྱ་ཆོགས་སུ་སྤང་བ་དེ་ལ། མིག་ཡོར་ཟེར། དེར་
སང་གི་སྒྲོག་བརྟན་དེ་ཡང་མིག་ཡོར་གྱི་མཆན་གཞིར་བཞག་ན་འང་འཐད་དོ། 2 དངོས་པོ་
གཅིག་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། 3 ཤིང་སྤྲོད་དང་ཐོ་ཡོར་སོགས་མི་རུ་འབྱུང་བའི་
སྐབས་ཀྱི་མིག་ལ་སྤང་བའི་གཟུགས་བརྟན་ལ་ཟེར། སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་
པའི་སྒོ་བོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༼ ཅི ༡༥༤བཙ ལས། བྱད་
པོ་རྣམས་ནི་མིག་ཡོར་ལྟ་བུ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། འོག་འོག་གསལ་དར་རམ་རས་ལ་རིམ་མོ་སྤྱ་
ཆོགས་ཀྱིས་ནས་བརྒྱུངས་ཉེ་བྱལ་ལ་དཔེ་ནང་དུ་མཆན་མའི་མར་མེ་བྱས་ན་གཟུགས་རྣམ་
པ་སྤྱ་ཆོགས་སྤང་བ་ནི་མིག་ཡོར་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ན་སྤང་བརྟན་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཁང་པའི་ནང་གི་
ཉེ་ཟེར་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་སོགས་པར་སྤང་བའོ། །ཡང་ན་
གཞན་གནས་པ་ལས་གཞན་དུ་སྤང་བ་ནི་མིག་ཡོར་ཉེ། དཔེར་ན་སྤྲོད་པོ་ལས་མི་ལྟ་བུར་
འབྱུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཟུགས་བརྟན། སྤང་བརྟན། རྩེའི་འགྲེལ་བ་བཞེས་གསལ་
ལས། མིག་ཡོར་ཉེ་སྤང་བརྟན་ཞེས་གསུངས། 4 མའི་ལུས་ཀྱི་གྲིབ་མ། རྩེའི་རིམ་ལྟ་གསལ་
སྒོན་ལས། མིག་ཡོར་ཉེ་མའི་གྲིབ་མའི་ལུས་ལྟ་བུ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 5 སྤྱ་བཤད།

བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང།
མིག་གཡོར། མིག་ཡོར་དང་འབྲ། དག་སྟོན་ཅ་འགྲེལ་དང་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་སོགས་ཀྱིས་མིག་
གཡོར་ཞེས་བྲིས་སྟངས།
མིག་ར། མིག་བྲ་སྟེ་ཞེས་བྲས་ན་སྟན་ར་ཟེར། དེ་ནི་ཉི་འོད་དམ་གངས་སོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་
གཅོག་བྱེད་ཀྱི་ཅིང་སྟུང་དམ། ཉར་ནག་པོས་བསྟན་པའི་མིག་ཁེབ་ཅིག་ལ་བཞད། ལྷ་སྟབ་
པའི་རྒྱལ་རབས་ནའང་གསལ།
མིག་རས་བཅའ། མིག་རྩ་རེར་བལྟ་བ་དང་བྱ་ར་བྱེད་པའི་དོན། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོས། ཁྱོད་ཀྱི་
བསྟན་ལས་བྱེར་སྟོགས་པའི། །སྟེ་བོ་མ་རིག་གིས་ལྟོངས་པ། །སྲིད་ཅའི་བར་དུ་སོང་ནས་
ཀྱང་། །སྟུག་བསྐལ་ཡང་འབྱུང་སྲིད་པ་འབྱུག། །ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་འབྲང་བ། །བསམ་
གཏན་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །བདུད་ཀྱི་མིག་རས་བཅའ་བཞེན་དུ། །སྲིད་པ་དག་ནི་ལྟོག་
པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
མིག་ཚོ་བ། མིག་ཚོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་མིག་བྲ་བ་བཞེན་དུ་ཉ་ཅང་འབྱུང་བའི་མིག་གོ། ཞེས་
རང་གི་རྣམ་བཞད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
མིག་ལམ། སྟངས་བ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཞད་པ་༼ ཚུ་ ༡༥༠བཟ
ལས། མིག་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ལམ་སྟེ་སྟངས་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །
མིང་གི་རྣམ་གངས། མིང་གི་དབྱེ་བ། དོན་གཅིག་ལ་མིང་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་ཡོད་པ། མིང་རྣམ་
གངས་པ། སྟུ་རྣམ་གངས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་སྟུ་བཞད་ནི། མིང་གི་རྣམ་གངས་ཉེ་རབ་དབྱེ་
ཡིན་པས་དེ་སྟུང་ཅེས་བྱའོ། །རྣམ་གངས་ལ་གཟིགས།
མིང་གི་ལྷག་མར་མཛད། མིང་ཅམ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་འུལ་དུ་མ་ལྷག་པར་ཅ་མེད་བཅོས་
པའི་དོན། རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་རྒྱ་མཚོ་ལས། ལྷ་མ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་འཛིན་རྟོ་རྟོ་
ཡིས། །མཐར་འཛིན་རི་བོ་མིང་གི་ལྷག་མར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
མིང་ཆེན། <མརྟ་རྟ་མ> འཁོར་ལྷ་སྟེའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ ལེགས་སྦྱར་དུ་མ་རྟ་རྟ་མ་ཟེར། Mahānāma

महानामा

མིང་མཐའ། མིང་གི་ཆ་ཤས་ཀྱི་ཡི་གེ་མཐའ་ལ། མིང་གི་ཆ་ཤས་བྱི་མ། དཔེར་ན་ “དབྱིད་ཀ” ཞེས་
པའི་ “ཀ” ཡིག་ལྟ་བུ་ལ་མིང་མཐའ་ཟེར། འདི་ནི་རྟགས་འཇུག་ཅན་པ་ལས། ཤོ་ཡིས་ཤོ་ཡི་མིང་
མཐའ་བྱང་། །ཞེས་པའི་མིང་མཐའ་དོན་ནོ། །² སྦྱིར་མིང་མཐའ་ཞེས་པ་ནི་རྗེས་འཇུག་ལ་
གོའོ། །དཔེར་ན་དབྱིད་ཀ་ཞེས་པའི་ “དྲ” ཡིག་ལྟ་བུ་ སི་ཏུའི་དགོངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མིང་དུ་ཆགས་པའི་སྤྱ། (འདུལ་བ) ཉེས་པ་ཆུང་དུ། སྤོབ་དཔོན་ལྟུ་འོད་གསུང་།
མིང་བད། (པར་ཕྱིན) མིང་། མིང་གི་ཐ་སྙད། བད་ཆད་ནམས་དོན་གཅིག
མིང་སྦྱོར་རྟོག་པ། (ནམ་འབྲེལ) བད་དུས་ཀྱི་མིང་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་དོན་སྦྱར་ནས་འཛིན་པའི་རྟོག་
པ། དཔེར་ན་དཀར་ཟེལ་འདི་ནི་པ་ལང་རོ་སྙམ་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུའོ། །

མིང་མེད། སྤོན་མཛུབ།

མིང་ཆིག་ (བད་སྦྱོང) 1 མིང་དང་ཆིག་གཉིས། དོན་གྱི་རོ་བོ་བརྗོད་པས་མིང་། དཔེར་ན་བུམ་པ་ག་ག།
བྱ། རི་དྲགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བྱང་པར་སྟོན་པས་ཆིག་ དཔེར་ན་བུང་པ་ཆུང་དུ། ཀ་བ་རིང་ལོ།
བྱ་ཆེན་ལོ། རི་དྲགས་མང་པོ་ལྟ་བུ། 2 མི་དང་། ས་ཆ། ལས་དོན། བྱ་བ་སོགས་སྟོན་པའི་ཐ་
སྙད་དེ། དཔེར་ན་ཆུ་ལོ། ས་གཞི། ཁང་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་ལྟར་
བཀོད།

མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་གསུམ། (བད་སྦྱོང) དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་སྤྱ་ལ་མིང་། དཔེར་ན་བུམ་པ་ཞེས་
བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། དོན་གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པའི་སྤྱ་ལ་ཆིག་ དཔེར་ན་བུམ་པ་མི་རྟག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
ཆིག་མང་པོ་འདུས་པ་ལ་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཆིག་དང་དག་གཉིས་མིང་གི་ནམ་གངས་ལྟ་
བུར་བཤད་དེ། མཆིམས་མཛོད་དེབ་གཟུགས་¹⁹⁴⁹ལས། དག་ནི་ཆིག་སྟེ་དོན་གྱི་བྱང་པར་
སྟོན་པ་གྱེ་མ་འདུས་བྱས་ནམས་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་སོགས་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། །སི་ཏུ་
འབྲེལ་ཆེན་གྱི་མཇུག་ཤོག་གངས་³⁰⁰ལས། དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་སྤྱ་ནི་མིང་ཡིན་
ཞིང་། མིང་དེ་ཉིད་ནམ་བྱེའམ་ཐང་གང་བྱང་དང་ཐུན་པས་དོན་གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་

རྒྱལ་ས་ནི་ཆོག་དང་། ཆོག་མང་པོ་སྒྲེལ་ནས་དོན་དང་ལྷན་པའི་དག་གི་སྤེང་བར་བྱུང་བ་ནི་
བརྗོད་པ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས། རྟགས་འཇུག་ཅ་བ་ལས། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་
ན། །ཡི་གེའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱེད་སྟེ། །མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆོག་སྤྱད་ནས། །ཆོག་གིས་དོན་
རྒྱལ་ས་སྟོན་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའང་གཞན་གཅིག་ཏུ་སྤང་ངོ་། །

མིང་ཆོག་ཡི་གེ་གསུམ། (བརྒྱ་ལྔ་པ་) དོན་གྱི་ངོ་བོ་བརྗོད་པས་མིང་། ཁྱད་པར་སྟོན་པས་ཆོག་དེ་གཉིས་
གྱི་གཞིར་གྱུར་པའམ་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔའ་ལོ་ཏུ་བ་སྒྲོ་བྱོས་བརྟན་པས།
དོན་གྱི་ངོ་བོ་བརྗོད་པ་མིང་། །དེ་ཡི་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཆོག་། །གང་ཡང་མི་སྟོན་ཡི་གེའོ། །ཞེས་
གསུངས། མཆོམས་མཛོད་དེབ་གཟུགས་༡༩༡ལས་ཀྱང་། མིང་ནི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་རྗོད་པར་བྱེད་
པ་སྟེ་གཟུགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དག་ནི་ཆོག་སྟེ་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་གྲེ་མ་འདུས་བྱས་
རྒྱལ་ས་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡི་གེ་ནི་མིང་དང་ཆོག་གི་གཞིར་གྱུར་པའམ་ཆ་
ཤས་ཏེ་ཀ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡི་གེའི་ངེས་ཆོག་ནི་ཨ་ཁྱ་ར་ཞེས་བྱ་བ་མི་འགྱུར་བ་སྟེ། བཤའི་
དབང་གིས་རྒྱལ་ཁྱད་པར་སྟོན་ཏུ་མི་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་ཏེ་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡི་གེ་ནི་བཤའི་མ་ཐུན་
པའི་སྒྲི་ལོ་དུ་མ་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པ་བཞིན་གོ། །མིང་དང་ཆོག་ནི་བཤའི་དབང་གིས་གཞན་དང་
གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ་སྟོ་སྟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱམ་པ་དང་ཟ་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །མིང་ཆོག་གི་དོགས་གཅོད་ཞིབ་པར་སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་མཇུག་ཏུ་
བལྟ་བར་བྱའོ། །

མིང་གཞི། (བརྒྱ་ལྔ་པ་) སྟོན་རྗེས་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡི་གེ་ལ་ཟེར། ཆོག་སྟོན་བཅད་
ནས་བཤད་ན། མཆོན་ཉིད་ཟུར་དུ་སྟོན་རྗེས་གང་ཅུང་ཞེས་སྟོར་དོ། །དཔེར་ན་ “བསྐྱེད་” ལྟ་
བུར་མཆོན་ན། (བ) ཡིག་སྟོན་འཇུག་དང་། (ད) ཡིག་རྗེས་འཇུག་ (ས་ཀ་ཡ) གསུམ་མིང་
གཞི་ཡིན་པ་བཞིན་གོ། །སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས། སྟོར་ནི་དེ་འདྲའི་མགོ་འདོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་
རྒྱལ་ས་འདུལ་ཡིག་གི་འཇུག་ཡུལ་ཅམ་ཡིན་པར་འདོད་པ་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད་ངེས་
པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། བསྐྱེད། ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་བ་ཡིག་སྟོན་འཇུག་དང་ད་ཡིག་རྗེས་འཇུག་

དང་ས་ཀ་ཡ་གསུམ་མིང་གཞིར་འགྱུར་ཞིང་། མིང་གཞི་དེ་གསུམ་ག་སྟོན་རྩེས་དེ་དག་གི་
 འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་སྟོན་རྩེས་གཉིས་
 ཀའམ་གང་རུང་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པས་བྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྟོག་ཞེས་གསུངས་སོ། །མཚན་ཉིད་
 གི་ཐུར་དུ་གང་རུང་སྟོས་པ་ནི། འཕུལ་བྱེད་མེད་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་གཙུག་དོ། །དཔེར་ན་“མིང་”
 ལྟ་བུའོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། གསེར་རྟོག་སྒྲུལ་འགྲེལ་ ༣༦ ལས། མིང་གཞི་ཞེས་པ་མིང་གི་ཆེད་དུ་
 སྟོན་རྩེས་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་དོན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རྟོག་ཡང་ན། མིང་ཆོག་གང་ཞིག་འགྲུབ་པའི་གཞིའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྲལ་བའོ། །
 མིང་གཞི་རྒྱུད་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ། (བར་སྟོན) སྟོན་དང་རྩེས་གང་དུ་འདར་མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ནི། ཀ་
 ལ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཟ། པ་པ། ཅ་ཆ་ཇ་ཟ། ཞ་ཟ་ཡ། ཤ། ཏ་ཨ་སྟེ་ཉི་ཤུའོ། །འདི་དག་ལ་ཆོག་
 བསྐྱས་ན་ “རྒྱུད་པའི་ཡི་གེ” ཞེས་ཀྱང་བྲལ་བའོ། །མིང་གཞིའི་སྒྲ་བཤད་གོང་དུ་ “མིང་གཞི” ཞེས་
 པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

མིང་གཞིའི་ཕྱིར་བོ། (བར་ཕྱིན) ག་ཐུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བོ་ལྷག་མ་བཞི་ལ་ཟེར། སྒྲ་བཤད་ནི།
 དེ་ལ་མིང་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཉོན་གྱིས་བསྟོས་པས་སྐྱེ་བའི་གནས་དེ་དང་དེར་བགྱི་བས་སམ་
 དོན་རྣམས་ལ་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དབང་གིས་རྒྱག་པས་ན་མིང་རོ། །ཞེས་རྩེའི་ཅ་ཤེ་རྟེན་ཆེན་ན་
 གསལ། གཞན་ལ་མཐུ་བ་མོ་ག་ཐུགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་བསྟན་དུ་མེད་པར་མིང་ཙམ་གྱི་
 སྟོན་ས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། མིང་ཙམ་གྱི་སྟོ་
 བས་སྟོ་ཡུལ་དུ་ག་ཐུང་དགོས་ཀྱི་ག་ཐུགས་རགས་པ་ལྟར་སྟོ་ཡུལ་དུ་ག་ཐུང་དུ་མེད་པས་མིང་
 ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་ཟེར།

མིང་ག་ཐུགས། མིང་ནི་ག་ཐུགས་ཀྱི་ཕྱིར་བོ་ལས་གཞན་པའི་ཕྱིར་བོ་ལྷག་མ་བཞི་ཡིན་ལ་དེ་ལ་མིང་
 ཞེས་པ་ནི། ལས་ཉོན་གྱིས་བསྟོས་པས་སྐྱེ་བའི་གནས་དེ་དང་དེར་བགྱི་བས་སམ་དོན་རྣམས་
 ལ་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དབང་གིས་རྒྱག་པས་ན་མིང་རོ། །ག་ཐུགས་ནི་སྐབས་དེའི་མེར་མེར་སོ་ལ་
 སོགས་པའོ། ཞེས་རྩེའི་ཅ་ཤེ་རྟེན་ཆེན་ན་གསལ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་ཆོག་གསལ་ལས་ཀྱང་།

ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་བཞི་ནི་སྤྱི་དུང་དེར་གཞོལ་བས་ན་
མིང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། ཆོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་
བཞི་ནི་མིང་ཅམ་གྱི་སྒྲོན་པ་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་གཟུང་དགོས་ཀྱི་གཟུགས་རགས་པ་ལྟར་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་
གཟུང་དུ་མེད་པས་མིང་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་ཟེར། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་༼ བསྟན་འགྲུར་ཤི་
པ་༼༤༣༽༽ རྟེན་དུ་འཇུག་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོར་བྱུང་ཅམ་གསལ་ལོ། །དོན་རྣམ་པར་ངེས་པ་
ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གངས་ཀྱི་མདོ་༼ ས་ རྟེ༽༡༧༽བཤམས། མིང་དང་གཟུགས་གང་ཞེ་
ན། མིང་ནི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་བཞི་སྟེ། ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་
དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། འདི་ནི་མིང་ངོ་། །གཟུགས་གང་ཞེ་ན། གཟུགས་གང་ཅི་ཡང་རུང་
སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དག་སྟེ། སའི་ཁམས་དང་། རྩའི་ཁམས་དང་། མའི་
ཁམས་དང་། རླུང་གི་ཁམས་སུ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མིང་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆད། ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་སྟག་མ་བཞི་ནི་མིང་ངོ་། །མེར་མེར་པོ་ལ་
སོགས་པ་ནི་གཟུགས་སོ། །དེ་དག་ལ་ཆགས་ན་སྟག་བསྐལ་འབྱུང་བའི་སྟེ་སྒྲོར་བྱུང་པས་སྟེ་
མཆད་ངོ་། །

མིང་རིགས། (འདུལ་བ) མདོ་ཅ་བ་ལས། མིང་དང་རིགས་དང་ལྡན་པར་བརྟེན་ན་ལྟར་བ་ལས་
སོ། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་དང་། ལྟར་བྱེད། སོར་བཤགས་བཅས་ཀྱི་
མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བ། མིང་རིགས་བརྟེན་པས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱིར་བཅོས་ན་འདག་ཏུ་རུང་བ་
ཞེས་འབྱུང་བའི་མིང་རིགས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མིང་ནི་སྡེ་ཆོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ།
རིགས་ནི་སྡེ་ཆོན་དེའི་བྱེ་བྲག་ལ་ཟེར་པོ། །དཔེར་ན་ཁུ་བ་འབྲིན་པའི་སྟག་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱིར་
བཅོས་བྱེད་ཆོ། མིང་ནི་སྟག་མའི་སྡེ་ཆོན་ལས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། རིགས་ནི་དེའི་ནང་ཆོན་ཁུ་
བ་འབྲིན་པའི་སྟག་མ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །པལ་སྐད་དུ་གོ་བདེ་བར་བཤད་ན། ང་ལ་སྟག་མ་
བྱུང་སོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལྟར་བ་སྡེ་ལའི་ནང་ནས་སྟག་མའི་སྡེ་ཆོན་གྱི་མིང་བརྟེན་པ་ཡིན། ལྟག་
མའི་སྡེ་ཆོན་གྱི་ནང་ནས་ཁུ་བ་འབྲིན་པའི་སྟག་མ་བྱུང་སོང་ཞེས་བརྟེན་ཆོ། སྡེ་ཆོན་དེའི་

རིགས་སམ་བྱེ་བྲག་ཁུ་བ་འབྱེན་པའི་ལྷག་མ་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་བརྗོད་བ་ལྟ་བུའི་དོན་
ནོ། །དེ་ཡང་སྒོ་བ་དཔོན་ཡོན་ཉན་གྱི་ཡོད་གྱི་མདོ་རྩའི་རང་འབྲེལ་རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས།
འདྲིར་མིང་ནི་ལྷུང་བྱེད་གྱི་སྡེ་ཆོན་ལས་མིང་དོ། །བྱུང་བ་ནི་རིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ།
འདྲིར་ལྷུང་བ་ལས་ལྷུང་བ་ལ་སྡེ་ཆོན་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དུ་གྲགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མིང་དུ་
ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བས་ན་པམ་པར་འགྱུར་བ་དང་དགེ་སྒོར་ལྷག་མར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་སོ། །བསམས་བཞིན་དུ་ཁུ་བ་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རིགས་
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དགེ་ལུགས་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་འདུལ་འབྲེལ་དང་། ཀམ་པ་མི་
བསྐྱོད་དོན་འདུལ་རྟེན་རྣམས་སུ་འང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ་ལོ། །

མིང་པ། ¹ (བྱ་ཆེག) མིང་ལྷུང་གཏོང་བ། ལྷུང་མིང་གཏོང་བ། ཁ་ལག་བཅོས་ཏེ་སྒྲའི་སྐབས་སྟོང་ནས་
པོ་བར་གཏོང་བའི་དོན། ² (མིང་ཆེག) སྒྲའི་སྐབས་སྟོང་། མཐོན་པའི་སྐབས་སྟོང་། དཔེར་ན་མིང་
པ་འགགས་ཞེས་པ་དང་། མིང་པ་ཆ་ལྟ་བུ། སྒྲ་བཤད་ནི། འདི་ནས་བཟང་བརྟུང་མིང་པས་ན་
མིང་པ་ཞེས་བྱའོ། །

མིའམ་ཅི། <ཀོན་ར> མིའི་ལུས་པོ་ལ་ཉའི་གདོང་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་སྐྱེད་བྱངས་ཀྱི་ཅེ་བའོ། །ཞེས་
མཛོན་བརྗོད་འཆེ་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འདོད་འཛིའི་བ་མོ་༡༥༥༥ལས་གསུངས་
སོ། །ཡང་ལུང་གཞིའི་འབྲེལ་པ་ལས། དུད་འགྲོ་མིའི་རྣམ་པ་ཅན་ཤིན་ཏུ་གཟུགས་བཟང་པོ་
དང་ལྷན་པ་རྣམས་སོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་དུད་འགྲོའི་ཕྱོགས་གཅིག་འགྲོག་མ་ལ་སོགས་
པ། ཞེས་ཟེའི་གསུང་མདོ་རྩའི་ཟིན་གྱིས་ལས་གསུངས། ཀོན་ར་ཞེས་མིའམ་ཅིའི་སྐད་དོད་དུ།
བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྟེན་ཀ་དང་། འཕགས་པོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྐར་
སོགས་སུ་གསལ་ལོ། །

མིའམ་མིར་ཆགས་པ། (འདུལ་བ) མིའི་གནས་སྐབས་ལྟ་ནི། བྱིས་པ། གཞོན་ན། དར་ལ་བབས་པ།
དར་ཡོལ། ཆན་པོའི་གནས་སྐབས་རྣམས་ཡིན་ནོ། །མིར་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་ (འདི་
ལ་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྟ་ཞེས་གྲང་བྱ) ནི། མེར་མེར་པོ། ལྷར་ལྷར་པོ། ལྷར་ལྷར་པོ།

འཁྲུང་འགྲུལ་ཀྱང་ལག་འགྲུས་པའི་གནས་སྐབས་ཏེ་ལྟོ། །དེ་ནས་སྤྱི་ཁྱད་པར་ནི། ༡ མེར་
མེར་པོ་ནི། བ་མའི་མི་གཙང་བ་གཉིས་ཆོག་ས་ཤིང་དེར་ནས་ཤེས་ཀྱིག་ས་ནས་བདུན་པྱག་
དང་པོ་ལ་མེར་མེར་པོ་སྟེ་བྱི་སྤྱིས་མ་ལྟ་བུ་སྤྱི་གཡོག་ས་ལ་ནང་ཆུན་ཏེ་མེར་མེར་པོར་འདུག་
པའོ། ༢ ལྷ་ལྷ་པོ་ནི། བདུན་པྱག་གཉིས་པ་ལ་ལྷ་ལྷ་པོ་སྟེ་ཞོ་ལྷ་བྱར་འདུག་ལ་ཤར་མ་
གྱུར་པའོ། ༣ ལྷ་ལྷ་པོ་ནི། བདུན་པྱག་གསུམ་པ་ལ་ལྷ་ལྷ་པོ་སྟེ་ཤར་ནི་གྱུར་ལ་སྤྱི་
པའོ། ༤ འཁྲུང་འགྲུལ་ནི། བདུན་པའི་བ་ནས་འཁྲུང་འགྲུལ་ཏེ་བསྐྱབས་གྱུར་མཁན་དུ་བཟོད་
པའོ། ༥ ཀྱང་ལག་འགྲུས་པ་ནི། ཤག་ལྷག་ལྷ་བྱར་གྱུར་ཏེ་ཡན་ལག་གི་མཆན་མ་བྱུང་
པའོ། ༦ ཀྱང་ལག་འགྲུས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་མི་དང་མེར་ཆགས་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའང་
མཆོ་སྒྲིག་ལས་གསུངས་སོ། ༧ བྱིས་པ་ནི། བྱིར་སྤྱིས་ནས་འགྲོ་མི་བྱས་པ་ཡན་ཆད་དོ། ༨
གཞོན་བྱ་ནི། འགྲོ་བྱས་ནས་འདོད་པ་སྤྱོད་མི་བྱས་པའོ། ༩ དར་ལ་བབ་པ་ནི། འདོད་པ་སྤྱོད་
བྱས་པ་ནས་ལོ་སུམ་ཅུ་མན་ཆད་དོ། ༡༠ དར་ཡོལ་ནི། ལོ་སུམ་ཅུ་མཐའ་ནས་ལྷ་བཅུ་མན་ཆད་
དོ། ༡༡ ཆན་པོ་ནི། ལོ་ལྷ་བཅུ་ཡན་ཆད་ལོན་པ་ནས་སོ། །

མིའི་སྐལ་བ་ལེབ་ལེབ། སྤྱིར་བཏང་ཡོངས་གྲགས་ལ། མིའི་སྐལ་བ་ལེབ་ལེབ་ཅེས་བ་འདི། འདོད་ས་
ཆེ་བ་དང་ཆོག་མི་ཤེས་པའི་དཔེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད།

མིའི་ཆོས། (འདུལ་བ) མི་ཆོས་དང་འདྲ།

མིའི་རིན་པོ་ཆེ་ལ། གསེར། དུལ། ལྷ་ཏིག་ ལྷ་མེན། ལྷ་ཅུ་དང་ལྟོ། །རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་
ལོང་ན་གསལ།

མིའི་སྤྱིད་པ། མིའི་སྤྱི་གནས། མིའི་སྤྱི་བ། དཔེར་ན་བསམ་བཞིན་དུ་མིའི་སྤྱིད་པ་བཟུང་བ་འཇམ་
མགོན་སྤྱི་མཚན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མིར་ཆགས་པ། (འདུལ་བ) མིར་འགྱུར་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ཏེ། མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་ཟེར།
འདུལ་བ་ནས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནས་པར་བཤད་པ་༩ རྒྱ་ཅུ་ཉ་ན་ལས། མིར་ཆགས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིའི་རྒྱལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མིར་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ། (འདུལ་བ) མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྟ་ལ་གཞིགས།
 ལྟ། 1 མཐའ་ ལུང་ དཔེར་ན་སྤྱེད་། ལྟ་མཐའ་མེད། ལྟར་སྤྱུག་ རྗེའི་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས།
 ལྟ་མེད་སྤྱིད་པར་སྤྱེ་ཞིང་སྤྱེ་བ་བྱ། །སྤྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་གྱིས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་
 བཞུ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ལུང་ལ་འཇུག་པ་ནི་དཔེར་ན། ལྟ་ལྟ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། 2
 རྣམ་པ་ལའང་ཟེར། རྣམ་པ་བཞི་ལ་སྤྱ་བཞི་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །འདུལ་བ་རྣམ་འབྱེད་པའི་ཆོག་
 རྣམ་པར་བཞད་པ་༼ རྩ་ ༡༡༠༥ ༽ལས། ལྟ་བཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་རྣམ་པ་ལ་བྱའོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 3 རྒྱུག་ འཕྱོ་ རྒྱན་ནམ་འཕྱོ་མཐུད་པ་ལ་སྤྱ་མཐུད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 4
 འཕྱོ་ བར་། རོར་འཇུལ་དེ་རིགས་དེ་སྤྱར་བཞག་ན་མི་འགྲིག་ལྟ་བུ། 5 (ལུལ་རྒྱད) བཅུ་མ།
 བཅུ་ལྟ་འཕྱོ་བ་ལ་སྤྱ་ལ་འཕྱོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སྤྱ་ཁ། (ལེགས་སྦྱར) གཤོང་། །ལྟ་ རྩོ་རྣམས་ལ་འཇུག་པར་རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྤྱགས་ན་གསལ།
 ལྟ་གོ། བཟའ་བཏུང་ཤིན་ཏུ་དགོན་པར་གྱུར་པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། ལྟ་
 གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཟའ་བ་དང་བཏུང་བ་དགོན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཤོད་རྒྱ་ཆོག་
 བཞིན་ཆེན་མོར། ལྟ་གཤེད་དོན་ལ། ཟས་ཀྱི་འཆོ་བ་དབུལ་བའི་དུས་སྐབས་ཞེས་གསལ་ཡང་།
 ལྟ་གཤེད་སྤྱ་གཤེད་དུས་གཉིས་ལ་ཁུད་པར་ཡོད་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སྤྱ་གཤེད་དུས། བཟའ་བཏུང་ཤིན་ཏུ་དགོན་པར་གྱུར་པའི་དུས་ལ་ཟེར།
 ལྟ་ཙེར། རོན་མེད་ཀྱི་སྤྱ་བ། ལྟ་ཙེར་རྒྱག་པ།
 ལྟ་ཙེར་སྤྱ་བ། རོན་མེད་ཀྱི་སྤྱ་བ་མང་པོ། མ་བཟླགས་མ་དབྱེད་པར་སྤྱ་བ། ལྟ་རྒྱལ་དུ་སྤྱ་བ།
 མེས་པ་ལ་གང་ཅན་སྤྱ་བ། མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྤྱ་བ། གང་ཅན་ཅན་དུ་སྤྱ་བ། བྱ་ཆོས་དུ་སྤྱ་བ།
 བབ་ཙེལ་དུ་སྤྱ་བ། ལྟ་ཙེར་སྤྱ་བ། ལྟ་བཞིན་དུ་སྤྱ་བ། གཟུ་ལུས་དུ་སྤྱ་བ་རྣམས་པལ་ཆེར་འདྲ་
 བར་བཞད།

སྤྱ་ཉིག་ <སྤྱ་ཉི་ག> ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྤྱ་ཉི་ག་ལུང་ཆག་པའོ། །རྒྱ་མཆོའི་འགྲམ་གྱི་ཕྱོག་ཆགས་ཉ་
 བྱིས་དུས་པའི་ཁོག་ནས་ཐོན་པའི་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཤིག་ །ཁ་དོག་དཀར་པོ་གྲགས་ཆེ་ཡང་།

ནག་པོ་དང་དམར་པོ་སོགས་ཡོད་པར་བཤད། ལྷ་ཉིག་ནག་པོ་འདི་དགོན་པས་རིན་ཐང་ཆེ་
བར་བཅི། ལྷ་ཉིག་དམར་པོ་ནི་སངས་རྒྱུས་བྱང་སེམས་ཉར་སྤྱུལ་པའི་ཁོག་པ་ནས་འབྱུང་
བར་བཤད། དེ་ལ་རྟ་ལྷ་ཉིག་ག་ཟེར།

ལྷ་ཉིག་བསྐར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྟ་བུ། 1 ཆར་དུ་དངར་བའོ། གྲལ་འགྲེལ་པོ། 2 རིམ་པ་བཞིན། གཅིག་
རྗེས་གཉིས་མ་ཐུང་བཅས་ཀྱི་དཔེ། རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྒྲགས་ལས། སྒྲགས་ཀྱི་ཐེང་བ་ལྷ་ཉིག་
བསྐར་ལ་བརྒྱས་པ་བཞིན་བྱུང་ནས། རང་གི་སྒྲ་བྲག་གཡོན་ནས་སྤྱང་། བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲ་བྲག་
གཡས་ནས་བརྒྱག་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། 3 བར་མ་ཆད་པ། རྒྱུན་མི་ཆད་པ་དང་།
མང་པོའི་དོན། རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་མགྲར་ལས། ལྷ་མ་རྗེག་པ་ལ་མཐའ་དུག་ཚུལ་བཞིའི་སྒོ་ནས་
རྒྱུད་བཤད་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་ལྷ་ཉིག་བསྐར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་ཉི་བ། སྤྱང་པོའམ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་མིང་། ལྷ་ལྷོ་བ་དང་དོན་གཅིག་སྤྱ་བཤད་ནི། ལྷག་མ་བཟའ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ལྷ་ནི་མཐའ་ལྷག་མའི་དོན་དང་། ཉི་ནི་ལྷོ་སྟེ་ཟས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས། གཞན་གྱི་
ཟས་ཀྱི་མཐའ་ལྷག་མ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པས་ན་དེ་སྤྱང་ཅེས་བྱའོ། 1 འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ༡༩༤༩ ལས། ལྷ་ཉི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མ་བཟའ་
བའོ། 2 ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ནུས་སོ། 3 འདི་ཡང་སྤྱད་གསར་བཅད་ཀྱིས་བྱས་ཉེས་
ཀྱིས་དོ་ཤོག་བྱུང་བའི་ཆོག་ཅིག་ཏེ། གསར་བཅད་མཁན་པོས་ཡིག་ཐོར་ཡང་བ་ཙམ་གྱི་དོན་
དུ། ལྷོ་ཞེས་པའི་ལ་མགོ་བོ་གོག་ནས་ལྷ་ཉི་བ་བཟོས། གཤམ་ཞེས་པའི་སྒོན་བཀོག་ནས་ཤམ་
ཐབས་བཅོས། ཡིད་ཅེས་པའི་རྗེས་འཇུག་བཀོག་ནས་ཡི་དྲགས་བཟོས་ཏེ་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་
ཐམས་ཅད་གོ་རྒྱུ་མེད་པར་བཟོས་པའི་བྱས་ཉེས་མཐའ་ཡས་སོ། 4 མི་ཞིག་གི་སྤྱད་རྒྱ་བ་
ལག་པ་སོགས་བཀོག་ནས་ངོ་མི་ཤེས་པར་བཟོས་པ་དང་འདྲའོ། 5 འདི་ལ་ལྷ་ལྷོ་བ་དང་།
དུ་ལྷོ་བ་ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པར་སྤྱང་ངོ། 6

ལྷ་ལྷོ་བ། སྤྱང་པོའི་མིང་།

ལྷ་སྤྲེགས། བྱེ་རྩ་པ་རང་ལུགས་ཀྱི་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་དང་། དེ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་
ཀྱི་མིང་ཡིན།

ལྷ་སྤྲེགས་ཅན་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་མ་གནང་བའི་རྒྱ་མཚན། (འདུལ་བ) བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལྷ་
སྤྲེགས་ཅན་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་མ་གནང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེ་དག་ལ་ལས་འབྲས་སོགས་
མེད་པར་ལྷ་བའི་ཆད་ལྟ་དང་། དབང་བྱུག་སོགས་འདིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པ་སོར་སྤོ་བཏགས་པའི་
རྟག་ལྟ་ཡོད་པའི་བྱིར་རྟོ། །ལྷ་བ་དེ་དག་གིས་སྟོམ་པ་ལེན་པར་གོགས་བྱས་ཏེ་སྟོམ་པ་སྤྱེ་བ་
ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་ཡིན་ལོ། །འོན་ཏེ་དག་རབ་ཏུ་བྱུང་ན་དགག་བྱ་ཅི་ཡོད་དམ་ཞེན། སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་བསྟུ་བྱིད་བྱེད་པའི་དགག་བྱ་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །མདོ་རྩ་བ་ལས།
རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་བྱིར་ཉེ་བར་འོངས་པ་ལ་ལྷ་སྤྲེགས་ཅན་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ངེ་བར་བྱ་ཞིང་
བསྟན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་ཀྱང་བྱའོ། །ཤུ་ཀྱང་མེ་པ་རལ་པ་ཅན་མ་གཏོགས་
པ་སེམས་མཁུ་བར་མ་གྱུར་པའི་ལྷ་སྤྲེགས་ཅན་རབ་ཏུ་དབྱུང་བ་དང་བསྟན་པར་རྫོགས་པར་
མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་སྤྲེགས་སྟོན་པ་བྲུག (འདུལ་བ) ལྷ་སྤྲེགས་སྟོན་པ་བྲུག་ནི། ༡ འོད་སྤང་རྫོགས་བྱེད། <བྱ་ར་
༩༡༡༠བཅུ་ ༡ ཀུན་ཏུ་རྒྱ་གནག་ལྟས་ཀྱི་བྲུ། <མཁྱེ་རྟོ་ལྷ་ལྷེ་བྲུ་ཏུ་ ༣ ལྷ་འདོད་ཀྱི་བྲུ་
ཡང་དག་རྒྱལ་བ་ཅན། <སུ་ལྷེ་བེད་རྟོ་བྲུ་ཏུ་ ༤ མི་པམ་སྤྱི་བྲུ་ལ་བ་ཅན། <རྟོ་ཏ་ཏ་ཤི་
ལ་ཀ་སྤྱལ་ ༥ ཀ་ཏའི་བྲུ་ལོག་ཅན། <ཨ་ཀུ་དཔྱུ་བྲུ་ཡན་ ༦ གཉེན་གྱི་བྲུ་གཅེར་བྲུ་
<འི་བཞོ་རྟོ་ཏེ་བྲུ་ཏུ་ ༧ དང་བྲུག་གོ། །སྤྱད་དོད་དེ་དག་གི་བྲུག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༦༠ན་ཅན་
གསལ་བ་ལྟར་རྟོ། །

ལྷ་སྤྲེགས་པ། བྱེ་རྩ་པ་གཞན་སྤྱེ། ལྷ་སྤྲེགས་པ། ལྷ་སྤྲེགས་བྱེད། ཆོས་འདི་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་
དོན་གཅིག་སྟོན་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གྲགས་པའི་འབྲེལ་རྒྱུང་ལས་ནི་ལྷ་
སྤྲེགས་པ་ལ། ལྷ་ར་འདུག་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་གསུངས་ཡོད། ལྷ་བ་ཤད་ནི། ལྷ་ནི་མཐའི་དོན་ཡིན་
པས། དབང་བྱུག་དང་བྲུབ་འདུག་སོགས་ཀྱི་བྲུབ་པའི་མཐའ་ནི་ལྷ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་

པའམ་སྒྲིགས་འཆའ་བས་ན་སྒྲིགས་ཞེས་བྱའོ། །རིན་ཆེན་སྒྲེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་
༡༥་པ་ནས་ལས། ལྷ་ཁྲུབ་འཇུག་དང་ལྷ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པས་བཤད་པའི་བྱུང་བ་པའི་མཐའ་ནི་
སྤྱོད། །དེ་ལ་བརྟེན་བས་ན་སྒྲིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །ཁྲུང་བར་འཕགས་
བསྟོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། སྒྲིགས་ནི་ཐར་བ་དང་། མཐོ་རིས་ཀྱི་ལམ་སྟེ། དེ་སྟོན་པར་བྱེད་
པའི་བསྟན་བཅོས་ལ་སྒྲིགས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་བྱེད་པས་ན་སྒྲིགས་བྱེད་དོ། །ཞེས་རང་རང་
གི་ཐར་བ་དང་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལམ་མཁའ་འཇུག་དོགས་སམ་ཐབས་སུ་འདུ་ཤེས་པའི་ཚུལ་དེ་
སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་འདྲིན་པ་དང་སྟེལ་བ་ལ་སྒྲིགས་བྱེད་དུ་སྒྲུབ་ཤིང་བཡིན་གྱི་ཁྲུབ་པ་
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལུང་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆའི་བྱུང་མཐར་གསལ། དབྱངས་ཅན་དག་འཁྲུའི་ལམ་
རིམ་བཞུགས་པས། སྒྲིགས་མཐའ་ལ་འཇུག་པས་འཁོར་བའི་མཐའ་ཐར་བ་དང་། སྒྲིགས་ནི་
ཐར་བ་དེར་འཇིག་པའི་རྒྱུ་སྒྲིགས་ལྟ་བུ་ཐབས་སམ་ལམ་སྟེ། རང་ཁོར་ཐར་བ་དང་མཐོ་རིས་
འཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་འདུ་ཤེས་པའི་ལམ་ལ་སྒྲིགས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་
འདྲིན་ཅིང་སྟེལ་བར་བྱེད་པས་ན་སྒྲིགས་བྱེད་དམ་སྒྲིགས་ཅན་ཟེར། ཞེས་གསུངས་
སོ། །ས་སྒྲུ་པའི་མཁས་པ་སྟོ་བོ་མཁན་ཆེན་བསོད་ནམས་ལྷན་བྲུབ་ཀྱི་རིགས་གཉེར་གྱི་
ཁྲོགས་སྒྲ་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་གསུངས། བཟང་སྟོང་
འགྲེལ་བ་ལོ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་སྟེས་མཛོད་པ་ལས། སྒྲིགས་ནི། དཔེར་ན་རྩལ་རྩལ་བྱའམ་
མཆོད་འཇུག་པའི་སྲུང་ཐེམ་པ་བྱས་པ་ལྟ་བུའམ་རབ་བཀལ་བའི་རབ་ཁ་བདེ་བ་ལ་སྒྲིགས་
ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་སྒྲུ་དན་ལས་འདས་པའི་མཆོར་འཇུག་པའི་སྒྲིགས་དང་།
འཁོར་བའི་རྩལ་བཀལ་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་རབ་ཁ་ལ་སྒྲིགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། གང་སྒྲིགས་
དག་ལ་ལམ་དེ་ཡོད་ཅིང་དེ་སྟོང་ན་དེ་དག་ནི་སྒྲིགས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་ན་ལྟ་བ་
དན་པའི་སྲུང་སྒྲིགས་འཆའ་བས་ན་སྒྲིགས་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་འཇིགས་མེད་དབང་པོ་དང་།
ཐུབ་བཀལ་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་གསུང་། འདི་སྒྲོར་རྒྱས་པ་ཟླ་བ་ལྷ་མོ་ལྟ་བུར་ཐང་པའི་བསྟན་འཕེལ་
པའི་རྣམ་པའི་དབྱེད་ཀྱི་སྒྲིགས་པའི་མཆོན་ཉིད་སྒྲུབ་ཤིང་སོགས་གོང་དང་

འདྲ་བར་གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་སྤྱིགས་བཅ་བར་ཆ་
 ༣༣ རྟའང་གསལ།

ལྷ་སྤྱིགས་པས་བཏགས་པའི་བདག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་བྱུང་བའི་བདག་རྗེའི་སྤྱིགས་རིམ་
 ཆེན་མོ་ལས། རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གི་སྐབས་ཀྱི་སྟོང་བ་དང་བདག་མེད་རྟགས་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་པས་
 ཀྱན་བཏགས་པའི་བདག་ཅམ་ཞིག་མེད་པར་ངེས་པ་ཡིན་པས། གང་ཟག་རང་གི་མཚན་ཉིད་
 གྱིས་བྱུང་བར་འཛིན་པའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གཉེན་པོར་མི་རུང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་
 དྲུག་པོའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གོལ་ལམ་མིན་པར་རྒྱུད་སྟོང་གྲེད་ཅམ་དུ་མཚུངས་སོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ནང་པའི་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་བ་ཡིན་ཕྱིན་དེ་འདྲའི་བདག་གིས་སྟོང་བ་ངེས་
 བར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན།

ལྷ་སྤྱིགས་བྱེད། ལྷ་སྤྱིགས་པ་དང་དོན་གཅིག

ལྷ་སྤྱིགས་རྒྱུད་ཞགས་བྱུང་བའི་གཏམ། ལྷ་སྤྱིགས་རྒྱུད་ཞགས་བྱུང་བའི་གཏམ་ནི། རོ་པོའི་ཞལ་
 བས། རྒྱ་གར་ན་ལྷ་སྤྱིགས་རྒྱུད་གི་ཞགས་པ་བྱུང་བ་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པས། དེས་དབང་སྟུང་
 བྱས་པས་ཡུལ་མི་གཞན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས་པ་ལ། བྱིས་པ་ཞིག་དབང་དུ་མ་འདུས་
 བས། བྱིས་པ་དེ་ལ་ཁྱོད་ང་ཅན་དུ་མི་ཡོང་བ་ཅི་ཡིན་ཞེས་བྱས་པས། བྱིས་པ་དེ་ན་རེ། ཁྱོད་
 གྱིས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་སྟུང་ཐེབས་ཀྱང་གན་ལ་དབང་སྟུང་མ་ཐེབས་པ་ཡིན་ཟེར་
 བས། ལྷ་སྤྱིགས་ཁྱོས་ཏེ་རྒྱུད་ཞགས་དེ་བྱིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པས་གཞོད་པར་མ་རུས། ལྷ་ར་
 གྱི་རྒྱུད་གི་ཞགས་པ་དེ་བརྟེན་མཆོད་འཆི་བ་ཡིན་པ་ལ། ངའི་རྒྱུད་ཞགས་རུས་པ་ཉམས་
 སམ་སྦྲུམ་ནས། བྱི་ཞིག་ལ་རྒྱུད་ཞགས་དེ་བརྟེན་པས་བྱི་དེ་གི། འོན་ཀྱང་པ་འདི་ལ་ཡོན་
 ཏན་ཞིག་ཡོད་སྦྲུམ་ནས། བྱིས་པ་ཁྱོད་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་བྱས་པས། ང་ལ་གཞན་ཡོན་ཏན་
 ཅི་ཡང་མེད། ད་ཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྱོ་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་བས། ལྷ་སྤྱིགས་དེ་ཡང་
 དད་ནས་ནང་པའི་ཆོས་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས་འབྱུང་
 ངོ། །ཞེས་དབྱུངས་ཅན་དག་འཛོམས་ལམ་རིམ་བརྟེན་པོལ་ལས་བཤད་ངོ། །

སྤྱ་ཀླ (ལེགས་སྤྱར) གཅིན་པ།

སྤྱ་སྤྱག (འདུལ་བ) བཞོ་བཤའ་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
བཤའ་བ་ཤིང་ ཚུ ༡༥༩༩ལས། སྤྱ་སྤྱག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་འདི་ནི་ངའི་ཞེས་བཞོ་
བཤའ་བྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ཤིང་ ག་པ ༡༥༩༩ལས།
བདག་ཅག་ཆོག་མཁན་ཤིང་འདུལ་ལ་ཞིང་གཞུལ་ཏེ་མཆོམས་བཅད་ལ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་འདི་ནི་
ངའི་འདི་ཞེས་སྤྱ་སྤྱག་གི་བར་བྱའི་ཞེས་དེ་རྣམས་ཆོག་མཁན་ཤིང་འདུལ་ནས་ཞིང་དགོད་དེ་
མཆོམས་བཅད་སྤྱ་སྤྱག་གིས་སོ། །གོ་ཏ་མ་དག་འདི་ནི་འདི་གཞེན་དུ་སྤྱ་སྤྱག་གི་བའི་ལས་ཀྱི་
མཐའ་རྣམས་བྱུང་བའི་ཚུལ་བ་དང་བོ་ཡིན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤྱ་དང་ཁ་ད་ཆད། ཁ་དང་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

སྤྱ་མེད། མཐའ་མེད། སྤྱ་བཤའ་ནི། སྤྱ་ནི་མཐའ་དང་དེ་མེད་བས་སྤྱ་མེད་ཅེས་བྱ།

སྤྱ་བཞི། མཐའམ་རྣམ་པ་བཞི་ནི། ཅིག་ཡིན་ལ་ཅིག་ཤོས་མིན་པའི་སྤྱ། ཅིག་ཤོས་ཡིན་ལ་ཅིག་མིན་
པའི་སྤྱ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྤྱ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱ་དང་བཞི་ལོ། །དཔེར་ན་གཡང་ས་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་སོང་བའི་ཆེ་མཐའ་རུ་སྤྱེབ་པ་ན། དེ་མན་ཆད་དུ་འགྲོ་རུ་མེད་པ་ལྟར། སྤྱ་
ལའང་དེ་བཞི་རུ་ངས་ཤིང་དེ་མན་ཆད་བརྩེ་རུ་མེད་བས། སྤྱའམ་མཐའ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ཟག་
དང་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གཉིས་ལ་སྤྱ་བཞི་ཡོད་དེ། གང་ཟག་ཡིན་ལ་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་མིན་
པའི་སྤྱ། ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་ཡིན་ལ་གང་ཟག་མིན་པའི་སྤྱ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྤྱ། གཉིས་ཀ་
མིན་པའི་སྤྱ་དང་བཞི་ལོ། །འདི་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལྟ་བུར་གཞིར་བཞག་བྱས་སྤྱ་བཤའ་ནི།
སྤྱ་ནི་མཐའ་དོན་ཏེ། མཆོམས་མཛོད་༡༥ལས། སྤྱ་ཞེས་པ་ནི་མཐའ་ཞེས་པ་སྟེ། རི་བདེ་ལྟ་བུ་
ལ་ལྟོས་ནས་ལན་མཐའ་བཞི་ཁོ་ནར་ངས་ཀྱི་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཡང་ན་སྤྱ་ཞེས་པ་རྣམ་པ་ལའང་འདུག་སྟེ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་
ཆོག་རྣམ་པར་བཤའ་བ་ཤིང་ ཚུ ༡༥༩༩ལས། སྤྱ་བཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་རྣམ་པ་ལ་
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དབྱིན་རིས་four possibilities

ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷ་མོ། (ལེགས་སྤྱད) ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ན་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཅེས་བྲ་བ་ཡོད་པ་ལ་བཤད།

ལུང་ཐུག་མཐར་ཐུག

ལུང་ཐུག་པ། མཐར་ཐུག་པ།

ལུང་འདུག (འདུལ་བ) ལྷ་སྤྲེགས་པ། སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་འགྲེལ་ཚུང་དུ་མང་དུ་འབྱུང་ངོ། །

འགྲེལ་ཚུང་ཉ་ནས་ལས། སེམས་མ་རངས་ཀྱང་ལུང་འདུག་ཤུག་འཛིན་གསུང་དང་མེ་ལྷ་པ་རལ་
པ་ཅན་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་དུ་རུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

ལུས་བྱུང་བ། (འདུལ་བ) ཡི་ཆད་པའམ་ཆོ་ཆད་པ། ད་ལུས་བྱུང་བ་དང་དོན་གཅིག་ལྷང་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་
ཅ་བ་ ༡༩༣བལས། སྤྱིད་ལུག་པའམ། ལུས་བྱུང་བའམ། ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའམ། ཞེས་པ་ལྷ་
བྱའོ། །དེའི་ཐད་གྱི་འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་ཀྱི་ ཚུ་ ༡༩༣བལ
ལས། ལུས་བྱུང་བའམ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་སེམས་ཀྱིས་ངོ་ (མ་དཔེར་དོན་གྱིས་འདུག་ཀྱང་ངོ་ཡིན་
ནམ་སྤྲེལ་མོ) ཆ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུས་སྤང་བ་སློ་གྲོས་རིན་ཆེན་སེང་གེ་ ཀུན་མཁྱེན་སློ་གྲོས་རིན་ཆེན་སེང་གེ་ཞེས་པར་གཟིགས།
མེ། 1 ཆ་ཞིང་བསྐྱེད་པ། 2 ཤར་སྟོ། ཤར་སྟོ་ལ་མེ་ཞེས་པ་ནི། མེ་ལྷ་དམར་པོར་སྤྱེས་ལ་ཞོན་པ་དེ་
གང་དུ་བཞུགས་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཏགས། ར་སྤྱེས་ཀྱི་སློ་ཕྱོགས་ཀྱི་ར་ལ་ཟེར།
མེ་སྟོར། གཉེན་སྤྱིག་གི་ཆོ་གའི་མིང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སློལ་ལ་མེ་ལ་སྟོར་བ་བརྒྱབ་ནས་གཉེན་སྤྱིག་
གི་ཆོ་ག་བྱེད་པས་དེའི་ཆ་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་འདྲའོ། །བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས་ཀྱང་། མེ་
སྟོར་ནི་ཚུང་མ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་ཅེས་གསུངས། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར་མེ་སྟོར་ཞེས་པའི་
ཆོག་འདི་སོག་སྟེད་ཡིན་པར་བྲས་འདུག་ཀྱང་དབྱུང་དོ། །

མེ་ཁྱེད། སྤོང་འབྲུ་མེ་ཁྱེད་ལ་གཟིགས། མཁའ་སྤྱང་མེ་ཁྱེད་ཡང་ཟེར།

མེ་མཉམ། མཉམ་གནས་དང་དོན་གཅིག་ ཅ་བའི་ཚུང་ལྡེའི་ལ་བྲལ་ཏེ། ལྷ་བར་གནས་ཤིང་། བྱེད་
ལས་ཟས་སྟོར་བཞུ་བ་དང་དྲངས་སྤྲེགས་འབྱེད་པ་དང་། དྲངས་མ་ནམས་ལུས་ཀྱི་ཅ་གནས་

ཀྱན་ཏུ་འབྱེད་ནས་ལུས་གསོས་ཏེ་སྟོབས་བསྐྱེད་ལ་སྟེགས་མ་འདོར་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུད་ཞིག
སྐྱབ་བཤད་ནི། ལྷེ་བའི་གཏུམ་མའི་མེ་དང་མཉམ་དུ་གནས་པས་ན་མཉམ་གནས་སམ་མེ་མཉམ་
ཞེས་བྱའོ།

མེ་རྟོག་། མེ་རྟོག་སྤྱིའི་མིང་། 2 བྱད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན། རྒྱ་མཚན་ལ་མེ་རྟོག་ཅེས་པ་ནི་མོད་སྐད་རང་
ལ་རྒྱ་མཚན་ལ་མེ་རྟོག་ཅེས་པའི་སྐད་འབྲུག་ཚུ་ལ་མེད་ཀྱང་། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ “བུའློ” ཞེས་པ་
ཁ་བྱེ་བ་དང་། རྒྱ་མཚན། མེ་རྟོག་བཅས་ལ་འབྲུག་པར་བཤད་པས། དེའི་ཕྱིར་སྐད་དོད་ཀྱི་
སྟེང་ནས་རྒྱ་མཚན་ལ་ “བུའློ” སྟེ་མེ་རྟོག་ཅེས་བཏགས་སོ། 3 མེ་རྟོག་པ་རྒྱ། རྩེ་བདག་ཉིད་
ཆེན་པོས། མེ་རྟོག་གི་སྤྱི་ནི་བརྒྱ་ལ་ཡང་འབྲུག་པས། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་
དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ བུའློ་ཞེས་པ་མེ་རྟོག་སྤྱི་དང་། རྩེ་བདག་པ་རྒྱ་ལ་ཡང་
འབྲུག་པར། སྤྱི་མོད་སྐད་གཉིས་ཤམ་སྦྱར་ནམས་སུ་འབྱུང་བ་ལྟར་པོ། 4 གཅོན་པའི་ལྷ་བ།

མེ་རྟོག་ཀླར་སྟེ་ར། ཀླར་སྟེ་རའི་མེ་རྟོག་དང་འབྲ།

མེ་རྟོག་གོ་ག། མེ་རྟོག་བརྒྱའི་མིང་། ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་གསལ།

མེ་རྟོག་གི་བཅའ་བ། (འདུལ་བ) བཅའ་བ་ལྷའི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། ལྷ་རྒྱལ་ལྟ་བུ།

མེ་རྟོག་གི་ཆར་པ། དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་ལྷ་ལྷ་གཞི་བདག་ནམས་དགའ་བའི་ལྷས་སུ་མེ་རྟོག་གི་
ཆོགས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་དངོས་སུ་བབས་པ་ལ་ཟེར། ཡོངས་གྲགས་སུ་འདི་ལྷས་
བཟང་ཞིག་ཏུ་བརྟེ་ཞིང་། མེ་རྟོག་གི་ཆར་འདི་སྟོན་སེམས་ཅན་ལ་སྦྱིན་པ་བཏང་བའི་འབྲས་
བྱར་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས། བསྐལ་པ་བྱེ་བ་མང་པོར་ཁྱོད་ཀྱིས་
སྟོན། །སྤས་མོ་སྤས་སྤྱག་སྦྱིན་པ་མཛད་པས་ན། །ལྷ་ཡི་མེ་རྟོག་ཆར་དུ་བབས་པ་འདི། །སྦྱིན་
པ་སྦྱད་པ་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ལགས། །ཞེས་གསུངས། སྟོན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལུམ་གྱི་
ལྷས་སུ་ཞུགས་པ་དང་སྐྱབ་བརྒྱམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཉིད་མཚན་ཉག་ཏུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་
ལྷའི་རོལ་མོ་སེལ་སྟེན་གྱི་སྐྱབ་འབྱུང་ཞིང་ལྷའི་མེ་རྟོག་གི་ཆར་བབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། མཉམ་
མེད་རྩེ་བཅུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་ལུམ་གྱི་ལྷས་སུ་ཞུགས་པའི་ཆེ་ཡང་། ཉི་རྒྱ་སྐར་གསུམ་

དུས་གཅིག་ལ་ཤར་བ་དང་། མེ་རྟོག་གི་ཆར་ཡང་ཡང་འབབ་བ་དང་སྒྲོས་ཀྱི་འྲི་བཟང་པོ་སྒོ་བ་
དང་། ཉམ་མཁའ་ལ་རོལ་མའི་སྒྲ་གྲག་བ་དང་། ས་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་རོ་མཆར་བའི་ལྷས་
ཡུལ་དར་ཀུན་གྱི་མ་ཐུན་སྒྲ་དུ་བྱུང་བ་དུ་བྱུང་ངོ་། །གཞན་ཡང་ཐམས་ཅད་མཐུན་བ་དག་གི་
འདུན་རྒྱ་ཆོས་གསུང་ཆོས་གནང་སྐབས་ནམ་མཁའ་ལ་འཇའ་འོད་དང་མེ་རྟོག་གི་ཆར་
ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་བ་བབས་བ་ལན་མང་པོ་བྱུང་བ་ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ན་
གསལ་ལ། གཞན་ཡང་བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། དེའི་སྐུ་ཐོང་གི་མ་པཎ་ཆེན་
སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལའང་མེ་རྟོག་གི་ཆར་བབས་བ་བྱུང་འདུག སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་
མཛོད་བ་གལ་ཆེན་རེ་མཛོད་སྐབས་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷས་དང་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་བའི་ལྷ་ལྷ་
རྣམས་དགའ་བའི་རྣམ་འགྲུར་མཆོན་པའི་རྟགས་སུ་ནམ་མཁའ་ལས་མེ་རྟོག་གི་ཆོགས་
དངོས་སུ་འཐོར་གྱི་ཡོད་འདུག ཡགོང་ས་ལྷ་བ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེ་བ་
དང་པོ་༡༠༥ལས། ཆོས་འཆད་པའི་སྐབས་མེ་རྟོག་གི་ཆར་བ་ཇ་པོར་གྱི་ཁ་རྒྱ་ཅམ་བ་བབས་
བ་ཁྲོམ་བ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་བ་བཀའ་གདམས་སྒྲིགས་བམ་འགངས་ཆེ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་སུ་
མངོན། ཞེས་དང་། ཡང་དེའི་ལོག་ཅམ་ལས། རྒྱ་འགོའི་ཐད་དུ་སྐེབས་བ་དང་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་
ཡུ་བ་ཅན་གྱི་ཆར་ཀུན་གྱིས་མཐོང་བ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པའི་ཐུགས་རྗེར་གོ། ཁེངས་སྐྱུང་མཛོད་
འདུག དེ་ལ་སོགས་པ་ལན་མང་པོ་བྱུང་བ་རྣམ་ཐར་དེ་གའི་ནང་གསལ། གཞན་ཡང་ཉེ་བའི་
ཆར་ཆོད་མེད་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྙིང་མའི་གཏེར་རྟོན་འཛིགས་མེད་ཐུན་ཆོགས་རིན་པོ་ཆེ་
ཞི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་སྐབས་ནམ་མཁའ་ལས་མེ་རྟོག་གི་ཆར་བབས་ཉེ་མེ་རྟོག་དཀར་པོ་
ཞིག་དངོས་སུ་འཐུ་རྒྱ་འདུག་ཅེས་སྒྲུང་། འདི་སྟོན་བྱུང་གི་སྐྱུང་གཏམ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་
པར་དངོས་སུ་ང་ཆོའི་མི་ཐོག་འདི་གའི་ནང་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །ཡང་བོད་དུ་
འགའ་རེས་མེ་རྟོག་གི་ཆར་འབབ་བ་ལ་རྣམ་རྟོག་བྱེད་མཁན་ཡང་ཡོད་འདུག་པ་འདི་ལྟར། དུ་
ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེ་བ་དང་པོ་༦༡༧ལས། དག་འདུན་འདུས་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་མེ་རྟོག་
གི་ཆར་བབས། ལ་ལ་མེ་རྟོག་གི་ཆར་ལ་རྣམ་རྟོག་བྱེད་མཁན་འདུག་ཀྱང་སྟོན་དུ་བྱུང་བ་ནི་

མ་བྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ནི་དེས་པར་ལེགས་པའི་མཆན་མ་ཞིག་ཏུ་མངོན་ནོ། །
 མེ་རྟོག་ཆར་པ། མེ་རྟོག་ཆར་པ་ཞེས་པ་ནི་ཆར་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་འཆོགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཆར་
 འཇམ་པའི་མིང་ཡིན། འདི་གནའ་བོ་རྟོན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་གྱི་ཡོད་འདུག འདི་ལ་མེ་
 རྟོག་ཆར་པ་ཞེས་པའི་མ་སྙད་འདི་གནའ་བོ་བོད་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
 པའི་མངོན་ཉག་སྟེ། དུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་མཇུག་དང་ནི་ཤུ་པའི་འགོ་སྟོན་ལ་བོད་ནང་
 ཐངས་གཉིས་འགྲོ་སྟོང་མཁན་གྱི་རྒྱ་གར་བའི་མི་རིགས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་མཁས་པ་
 སར་ཏ་ཅན་བླ་མའི་ (Sarat Chandra Das) «ལྷ་ས་དང་བོད་དབུས་ཕྱོགས་སུ་འགྲིམ་འགྲུལ་»
 (Journey to Lhasa and Central Tibet, page: 6) ཞེས་པའི་ཤོག་ཐེབས་༤བར། ཉི་ཆར་དུས་
 གཅིག་ཏུ་འཆོགས་པ་ལ་རྫོ་ཉི་ཡས་ (བོད་རིགས་འབྲས་ལྗོངས་པས) མེ་རྟོག་ཆར་པ་བརྗོད་
 ཀྱི་རེད་ཅེས་འཁོད་འདུག བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷའི་མེ་རྟོག་དངོས་སུ་བབས་པ་ལ་
 མེ་རྟོག་ཆར་པ་ཞེས་མ་སྙད་སྤྱད་འདུག་ཀྱང་། དེ་ལ་མེ་རྟོག་གི་ཆར་པ་ཞེས་དུག་སྐྱར་
 དགོས་པར་སེམས་ཏེ། ལྷུས་ཆེན་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་མེ་རྟོག་གི་ཆར་ཞེས་དུག་སྐྱར་
 སྤྱད་པ་ལ་སྟག་ལས་མ་སྤྱད་པ་མི་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

མེ་རྟོག་ལྟོ། (མངོན་བརྗོད) ལྷ་མོ་གྲགས་མ་ཞེས་བྱ་བའི་བྲབ་འཇུག་གི་རྒྱུང་མའི་མིང་།
 མེ་རྟོག་ལྟོ་ཅན། (མངོན་བརྗོད) བྲབ་འཇུག་གི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་
 འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་༡༥༤བལ་ལས། མེ་རྟོག་ལྟོ་ལྷ་མོ་གྲགས་མ་ཞེས་བྱ་བ་བྲབ་འཇུག་
 གི་རྒྱུང་མའོ། །དེས་མེ་རྟོག་མགོ་ལ་འཛོག་པར་འདོད་ཀྱང་མ་སྐྱབ་པས་ལྟོ་ལ་བཞག་
 བོ། །དེས་ཉེ་བར་མཆོན་པས་མེ་རྟོག་ལྟོ་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མེ་རྟོག་དང་ལྗན་པ། (འདུལ་བ) 1 རྒྱ་མཆན་དང་ལྗན་པ། 2 མེ་རྟོག་ཅན།
 མེ་རྟོག་ལྗན་དུས། དེ་ཕྱིད་ཀའི་མིང་དུ་བཤད།
 མེ་རྟོག་ཐོང་རྒྱ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ཆོག་ལེའུར་བྲས་པ་མེ་རྟོག་ཐོང་རྒྱ་ཅེས་བྱ་བ། སྐོབ་དཔོན་
 ས་ག་ལྷས་མཛད། འདིའི་མཆན་བྱང་དངོས་ལ་ནི། འདུལ་བ་ཆོག་ལེའུར་བྲས་པ། ཞེས་པ་

ཅམ་ལས་མི་འབྱུང་ངོ། །ཀྱ་གར་སྐད་དུ། བེན་ཡ་ཀྲ་རི་ཀྲ། ཞེས་བྱའོ། །སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་
འདུལ་བ་སྒྲིགས་བཅས་༼ ལུ་པའི་ རྟེན་བྱུང་བ་ཞུགས་སོ། །
མེ་ཏྲོག་ལ། བྱག་ན་མཆོད་པའི་རྩས་མེ་ཏྲོག་ཐོགས་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག
མེ་ཏྲོག་དམར་པོའི་སྤེང་བ། (འདུལ་བ) ཀྲ་ར་ལྷེ་རའི་མེ་ཏྲོག་གི་སྤེང་བ། དེའི་འགྲེལ་བ་འདྲ་ཀྱས་པ་ཀྲ་
ར་ལྷེ་རའི་མེ་ཏྲོག་ཅེས་པར་གཟིགས།
མེ་ཏྲོག་བཞད། 1 མེ་ཏྲོག་ཁ་བྲེ་བ། མེ་ཏྲོག་འར་བ། 2 བྱབ་འཇུག་གི་མིང་ཡིན་པར་བཤད།
མེ་ཏྲོག་ཟས་ཅན། བྱང་བ་སྟེ། སྤྱང་ཅིག་སོག་མཁན་གི་སྤྱང་མའི་མིང་།
མེ་ཏྲོག་འདྲ་འདྲ། (གསལ་བྱེད་) རྩོ་བོ་རྩེ་བོད་ལ་ཕེབས་དུས་མེ་ཏྲོག་འདི་གཟིགས་ནས། མེ་ཏྲོག་འདི་རྒྱ་
གར་ལ་མེད། ཡོད་ན་རས་གསེར་སྤྱད་དེ་ཉོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། མཁས་དབང་
དུང་དཀར་ཆོ་བཟང་འཕྲིན་གྱིས། རྩོ་བོས་མཉེས་པོ་གནང་བའི་མེ་ཏྲོག་འདྲ་འདྲ་ནི་འདྲ་བྱིས་
མེ་ཏྲོག་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་ནི་སྤྱང་ག་འོད་ས་དང་། ན་ག་ཡོད་སའི་རྒྱ་འགྲམ་ལ་སྤྱོད་པོ་ཡལ་ག་
མེད་པ་འཛོལ་པོ་འཇམ་སང་དང་མེ་ཏྲོག་གསེར་གྱི་བྱིས་བྱ་ཁ་སྤྱབ་པ་འདྲ་བ་ཞིང་ཡོད་།
ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། དོགས་གཅོད། གལ་ཏེ་དུང་དཀར་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་དེ་བདེན་ན།
འདྲ་བྱིས་མེ་ཏྲོག་ནི་དབྱིན་སྐད་དུ་Primula Sikkimensis ཟེར་བའི་མེ་ཏྲོག་སེར་པོ་ཞིག་ཡོད་
པ་དེ་ཡིན་པར་བཤད་ལ། དེ་ནི་མཛེས་སྤྱུག་དང་རིན་ཐང་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་གསེར་སྤྱང་
ནས་ཉོ་རིན་ཆོག་པའི་མེ་ཏྲོག་ཅིག་ཏུ་མ་མཐོང་ངོ། །དེ་ལ་ད་དུང་དབྱུང་དགོས་པ་འདུག་གོ།
མེ་ཏྲོག་འཁྲུག་ ལྷན་མོ་སོགས་སུ་བཞོན་རྒྱུའི་གཟབ་མཆོར་རྒྱས་སྟོས་བྱས་པའི་འཁྲུག་འཁྲུག་མིང་།
རྒྱས་པའི་འཁྲུག་རྟ་དང་རྟོན་འདྲ་བར་སེམས། རྒྱས་པའི་འཁྲུག་ལ་གཟིགས།
མེ་ཏྲོག་སེལ་ལ། སྤོང་བྱ་ལས་བཞོག་པའི་མེ་ཏྲོག་གལ། མེ་ཏྲོག་གི་འདབ་མ་སེལ་བྱར་བཞོག་པའི་
ཆོམ་བྱ་ལ་ཟེར།
མི་ཉི་ཡ། (ལེགས་སྦྱར་) 1 བྱམས་པ། 2 རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་མཐོན་པོ། 3 སྟོན་པའི་འཁོར་གྱི་བྱང་
རྒྱབ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པ། 4 སངས་རྒྱས་བྱམས་པ།

མེ་རྟོག་ལམ། མོ་མཚན་གྱི་མིང་། མེ་རྟོག་ནི་འདིར་རྒྱ་མཚན་གྱི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་འབབ་བའི་ལམ་
ཡིན་པས་མེ་རྟོག་ལམ་ཞེས་བྱའོ།

མེ་རྟོག་ཤང་ཤང་། ཤིན་རྒྱ་མཛེས་པའི་བོད་གྱི་མེ་རྟོག་ཅིག རྫོང་མེ་རྟོག་ལྟ་བུ་ཨ་ཏི་ཤས་ཀྱང་། མེ་
རྟོག་ཤང་ཤང་འདི་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་ན་དེད་གྱིས་གསེར་སྤྲད་ནས་ཉི་ཞེས་གསུང་སྟེ།

མི་རྩི། (ལེགས་སྦྱར) བྱམས་པ།

མི་རྩི་བ། དཔལ་བཟང་བརྒྱད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལྟ་བུ་འཁྲུགས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་
དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། མཁས་མཆོག་དེ་ཉིད་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་བྱུབ་ཆེན་ན་རྫོང་པའི་དངོས་སློབ་
དང་། རྫོང་མེ་རྟོག་གཅིག་གི་སྤྲེལ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རྫོང་མེ་རྟོག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱད་ཁྲ་མ་ཅ་འབྲེལ་
དང་། རྫོང་ལ་སོགས་པའི་སྟོར་རྣམས་མི་རྩི་བ་ལས་གསན་པར་དེབ་སྟོན་སྤྲད་ཆ་ (༥༩༥)
ལས་བཤད། མར་བ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོའི་སྤྲེལ་མ་གཙོ་བོ་ཞིག་དང་། དེའི་ལྟ་བུ་འཁྲུགས་
ས་ཡིན་ཏེ། རྫོང་མར་བས་མི་རྩི་བའི་སྟོན་པ་གསན་པས་ཐུགས་བརྩམས་ཏེ་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་ནས།
རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་མངའ་བདག་མི་རྩི་བ་དང་མཛུགས། རྒྱད་ཀྱི་གསན་པ་མང་པོ་ཡང་
མཛད། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མན་དག་གིས་མངོན་སུམ་གྱི་རྟོགས་པ་འབྱུངས་ཏེ། རྫོང་ (མི་རྩི)
མངའ་བདག་ཆེན་པོའི་བཟང་འཛིན་གྱིས། །གཞི་ཆོས་ཉིད་སྟེ་བ་མེད་པར་རྟོགས། །སེམས་སྟོང་
པ་ཉིད་ལ་སྤྲར་བྱས། །མི་ཁོ་བོའི་སྟོན་པ་དེ་ནས་ཆོད། །ཅེས་གསུངས་ནས་སྤྲེལ་ཡང་བོད་
དུ་ཕེབས་པར་བཤད། མི་རྩི་བ་ནི། ཡུལ་དབྱས་སུ་བྱམ་ཐེའི་རིགས་སུ་འབྱུངས། (རྫོང་ལོ་
རྒྱུས་སོགས་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། རྫོང་མར་བས། ཁྱེད་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་འཛུལ་གྱིང་
འདིར། །རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་སྟེ་བ་བཞེས། །ཅེས་གསུངས་པས་རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་འཐད་དོ་
དང་པོར་བྱིན་དགོས་པ་མཐའ་པལ་ཆེ་བ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཀྱང་། དེས་ཐུགས་མ་ཆིས་
པར་འབད་བ་དུ་མས་དཔལ་ལ་བ་རི་དབང་ཐུག་བཅའ་ཏེ། དེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་
གསུང་གི་སྤྲེལ་བར་བྱས་པས། སྤྲིང་པོའི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་གྱུར་ནས་བྱམ་པ་མེད་
ཅིང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་སྤྲེལ་པས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ལྟེ་བ་མ་

རངས་པར་གྱུར་ནས་བཅད་པས་མི་ཏི་བ་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ། དེ་ཕྱིར་ཆད་ནི་རྒྱལ་བ་མི་ཏི་བ་
ཞེས་གྲགས་སོ། དེ་ལ་སྒྲོབ་མ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ནི་ཆེ་བཞི། འབྲིང་བདུན། རྩུང་བ་བཅུ་
སྟེ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་གྲགས་སོ། ཆེ་བ་བཞི་ནི། བྱ་ཏེ་ཀ་ར། དེ་བ་ལྷ་ཀ་ར་ཙམ། ར་མ་སྤ་ལ།
ཕྱག་ན་དོ་ཤེ་དང་བཞིའོ། འབྲིང་བདུན་ལ། མཉམ་པའི་དོ་ཤེ། མི་ཉམས་དོ་ཤེ། ཉམས་མཁའི་དོ་ཤེ།
རོལ་པའི་དོ་ཤེ། ཉི་རི་ཕྱི་རྒྱ་ན། ཨ་ཉི་ལྷ་གྲ་ར་གསལ་དང་བདུན་མོ། རྩུང་བ་བཅུ་ནི། སྒྲུ་པ།
མེ་ལོ་པ། རྩ་ཆོ་རྣལ་འབྱོར་པ། ཏི་བྱ་པ། ཕྱི་རྩ་ལན་པ། བསྐྱའི་ཐོང་པ། ལོ་ཆ་མ། ལག་པོ་བ་
རྩུང་པ། ཕྱི་རྩ་པ། བ་ལི་ལྷ་ཙམ་རྣམས་སོ། ཡང་མི་ཏི་བ་འདིས་ན་རོ་བ་དང་ཚོད་པས་ན་རོ་
བ་རྒྱལ་ཏེ་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་གྱུར་ཚུལ། བེ་ཀ་མ་ཕྱི་ལར་བཞུགས་ཆེ་ཡི་དམ་རྣལ་འབྱོར་མའི་
ནང་གི་དམ་ཆས་བསྟེན་པ་རོ་བོ་ཤེ་ལྷ་གཅིག་སོགས་ཞལ་ཏེ་པས་མཐོང་སྟེ་དགེ་འདུན་གྱིས་
གནས་ནས་སྤྱང་བས་ཉམས་པ་སྒྲོལ་འབྱོར་མི་རུང་ཞེས་ཅིག་བ་ལ་ཐལ་བཞུད་མཛད་ཚུལ།
ཅུ་བོ་གསུམ་ལ་གདིང་བ་བཏིང་སྟེ་གཡོག་གྲུ་ས་ཀ་རའི་ལག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་སོང་བས་ཉི་མ་
ལུབ་བོ་ཞེས་དགེ་འདུན་ཀུན་གྱིས་དུས་ཚུལ། རོ་བོས་གཟིངས་བསྐྱར་ཏེ་ཤེས་སུ་འཛིན་པར་
ཞུས་ཚུལ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྟོན་ཆ་༥༥་པ་དང་
དེབ་སྟོན་སྟོན་ཆ་༥༥་པ་སོགས་ལ་གཟིགས། དོགས་གཙོད། མི་ཏི་བ་ནི་ལོགས་སྤྱར་དང་བོད་
སྐད་གཉིས་འབྲེས་མའི་ཐ་སྟངས་ཅིག་ཡིན་ནམ་སྟེ། དེ་ཡང་མི་ཏི་ནི་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ན་
བྱམས་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། ཆོག་ཟུར་གྱི་ “བ” ཡིག་ནི་བོད་སྐད་ཀྱི་བདག་སྐྱ་ཡིན་པར་
སེམས་ཏེ། དཔེར་ན། ལོ་རྩ་ “བ” དང་ཀ་མ་ “བ” ། ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ “བ” ཡིག་དང་།
“བ” ཡིག་གཉིས་ལྟ་བུའོ། །སྟེ་མ་ཡང་ད་དུང་དབྱེད་དོ། །

མེ་ཐལ། མེ་གཏོར་མའི་ཐལ། འཛིགས་ཤེད་ཀྱི་ཕྱག་མཆན་གྱི་མེ་ཐལ་ཅས་པ་ནི། མེ་འབར་བའི་ཐལ་
གྲུ་གསུམ། བཞུ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གསུང་།

མེ་བ་རལ་བ་ཙན། (འདུལ་བ) ལས་འབྲས་ཁས་ལེན་པའི་སྤུ་སྟེགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྤྱ་བ་ཤད་ནི། མེ་
ལ་སྤར་འཛིན་ཅིང་དང་པས་ན་མེ་པ། སྤར་ལ་བར་འཛོག་པས་ན་རལ་བ་ཙན་མོ། སྒྲོབ་དཔོན་

ཡོན་ཏན་ཡོད་ཀྱི་འབྲེལ་ཚུང་དང་། མཆོད་རྒྱུ་གཉིས་ཀར་གསལ་ལོ། །སྤྱིར་བཏང་མུ་སྟེགས་
 བ་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་མ་གནང་ལ། དམིགས་བསལ་ལ་ཤུག་ཏེ་རིགས་ཀྱི་མུ་སྟེགས་བ་དང་།
 མེ་བ་རལ་བ་ཅན་གཉིས་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་གནང་རོ། །དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཤུག་ཏེ་རིགས་ཀྱི་
 མུ་སྟེགས་ཅན་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཉི་དུ་ཡིན་པ་དང་དབྱ་ལ་ཕྱིར་མི་རུར་བར་དཔལ་བ་
 དང་ཆང་མི་འཐུང་བ་དང་དམ་པའི་ཆོས་ནམ་དུ་ཡང་མི་གཏོང་བ་དང་བརྟན་དང་གཡོ་མེད་
 པའི་ཕྱིར་དང་། མེ་བ་རལ་བ་ཅན་ནི་ལས་འབྲས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མེ་མ་སྤྱད། མེ་མ་དག་མེའི་ཡོངས་། ཐལ་ཆན། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆིག་རྣམ་པར་བཤད་
 བ་༡༩༡༧ལས། མེ་མ་སྤྱར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐལ་བར་གྱུར་བ་ལ་སྤྱག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་རོ། །

མེ་ལ་རིག་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དག་བརྩམས་གཉིས་པ། མེ་ལ་རིག་པའི་ལྷུང་བྱེད་
 ཀྱི་རྒྱ་ནི་ནི། བཅས་ལྡན་དག་སྤོང་གིས་བྱད་ཤིང་གི་ཡུལ་ཅན་མེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་དུས་
 རན་མ་བྱས་པར་རིག་གམ་རིག་ཏུ་བརྟག་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤོང་གཞི་
 ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་བྱག་སྟེམ་མེ་ལ་ཅེ་ཞིང་རིག་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་
 ནི་དག་སྤོང་གིས་ཟས་ཀྱི་གཡོས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཞུགས་ན་རྣམ་པར་གཡོང་ཞིང་དོན་
 དང་བྱ་བ་མང་བ་སྟེ། དེའི་མཐའ་དགག་པའི་ཕྱིར་མེ་ལ་རིག་བཀག་པ་སྟེ་རྟོག་འཆོད་བཀག་པ་
 བཞིན་ལོ། །

མེ་ལོང་ལྷ་བྱའི་ཡེ་ཤེས། 1 (འབྲས་དུས་ཀྱི་མེ་ལོང་ལྷ་བྱའི་ཡེ་ཤེས) ཆོས་ཐམས་ཅད་མེ་ལོང་ལ་
 གཟུགས་བརྟན་འཆར་བ་བཞིན་དུ་ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་བར་མཁྱེན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་
 ཤེས་ལ། མེ་ལོང་ལྷ་བྱའི་ཡེ་ཤེས་ཟེད། 2 (རྒྱ་དུས་ཀྱི་མེ་ལོང་ལྷ་བྱའི་ཡེ་ཤེས) མེ་ལོང་ལྷ་བྱའི་
 ཡེ་ཤེས་ནི། མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བ་ལྟར་ཡུལ་རྣམས་གསལ་བར་སྤྱང་བའི་
 སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཟེད།

མེ་ཤེས། (གསོ་རིག) ཁ་དོག་དཀར་ལ་རང་གི་ཡོད་ལས་མེ་འབྱུང་བའི་ཤེས་ཞིག རྒྱ་མེད་ཤེས་སྤེང་

ལམ་ལས། མེ་ཤེལ་བྱང་བའི་ནད་དང་གཟའ་ནམས་འཛོམས། །ཞེས་པ། སྤྱི་ཀའི་ལམ། སྤྱི་ཏ་
ཀའི་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །ཁ་དོག་ཤིན་ཏུ་དཀར་ལ་རང་གི་འོད་ལས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མེ་འབྱུང་བ་ཡིན།
ཡུལ་ལྟོ་ཕྱོགས་མཆོད་འཛིན་ཡུལ་དང་། ཀའི་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་གྱི་བྱག་ལས་བྱུང་ལ་རིན་ཆེན་
ནི་དངུལ་ཞོག་ལ་དོག་སོ་བཅུ་བྱེད་པ་ཡིན། ད་ལྟ་རྒྱ་ནག་ནས་བཅོས་པའི་ཤེལ་འོད་ལ་མེ་
འབར་བ་འབྱུང་བས་ཀྱང་ཆབ་རུང་ལ། དེ་ནི་བཅོས་པའི་རྟགས་སུ་ནང་དུ་སྤྱོད་པ་ཁ་ཅག་ཅིག་
ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས། ལུང་ཐུན་ཆོག་གི་འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། ཉི་མ་དང་མཐུན་ཞིང་
འཕྲོད་པས་ན་ནོར་བུ་མེ་ཤེལ་ཉི་མའི་འོད་དང་ཡང་དག་པར་འབྱོར་བ་ན་མེ་འབྱིན་པར་བྱེད་
པའི་བྱིར་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མེ་གསུམ། དུས་མཐའི་མེ། དུས་ལ་བའི་མེ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མེ་དང་གསུམ།
མེ་ལྷ། (གསང་ལྟགས) ཕྱོགས་སྒྲོང་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡ་བྱལ་ཏེ། མེ་ལྷ་དམར་པོར་སྤྱེས་ལ་ཞོན་པ་དེའོ། །
མེ་ལྷ་བརྟག་ཐབས། (གསང་ལྟགས) སྤྱིན་སྟེན་འབྲེལ་རུང་མི་རུང་བརྟག་ཚུལ་ཞེས་པར་གཟིགས།
མེད་མཐའ། (དབུ་མ) མེད་མཐའ། ཆད་མཐའ། སྤྱར་འདེབས་ཀྱི་མཐའ་ནམས་དོན་གཅིག་དཔེར་ན་
ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མེད་པ། དངོས་སོ་ནམས་རྒྱ་མེད་པ་སོགས་སོ། །རྩ་ཤེལ་ས།
སྤོན་བྱུང་ད་ལྟ་མེད་ཅེས་པ། དེས་ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མེད་མཐར་ལྟ་བ། (དབུ་མ) ཆད་མཐར་ལྟ་བ་དང་དོན་འབྲེལ།
མེན། (ཡུལ་སྐྱེད) མེན་དང་མན་གཉིས་མེན་གྱི་ཡུལ་སྐྱེད་ཡིན། དཔེར་ན་འགྲོ་གི་མེན། འགྲོ་གི་མན།
མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་ཐོར་བུ་«སྤྱོད་པ་རྣམས་པར་དེས་པ་རབ་དཀའི་འཇུག་
པ་» ༣༡བ་༣ལས། ཡིན་པའི་སྤྱོད་པ་མེན་པ་ཞེས། །བརྗོད་བྱ་མེན་དང་མན་ཞེས་པ། །ཡུལ་སྐྱེད་
གྲོང་པའི་སྤྱོད་ཆོག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་འདི་ཡིག་སྐད་ཆེད་ལྟར་དུ་བེད་
སྤྱོད་བྱས་པ་འང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་བ་མེན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

མེར་གྱིས། (གསང་ལྟགས) ཡོངས་སྤྱོད། མེར་གྱིས་གང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
མེར་གྱིས་གང་བ། ཡོངས་སྤྱོད་གང་བ། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་ལས། རྒྱུད་ད་རྒྱལ་གྱིས་མེར་

གྲིས་ཁེངས་པའི་མི་ལ་ཚོས་སྤྱགས་ས་མེད་དེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །
 མེར་གྲིས་ལྷ། ཡོངས་སུ་ལྷ་བ། ཚང་མ་ལྷ་བ། རྟོང་ཆམ་གྲིས་སོང་བ།
 མེར་གནས་ཀྱི་དེ་ཉིད། མེར་གནས་ཀྱི་དེ་ཉིད་དམ་བསམ་གཏན་ནི། བྱ་རྒྱུད་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་དེ་
 ཉིད་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤིག། རང་ལྟར་གསལ་བའི་སྤྱགས་ཀར་ཤིན་ཏུ་ཞི་བ་མེ་ལྷེ་འབྲ་བའི་མེ་
 འབར་བའི་ནང་དུ་སྒྲ་བ་ལ་གནས་པའི་སྤྱགས་ཐེང་ལ་དམིགས་ཏེ་སྤྱི་ཚེ་བསྐྱོམ་པའི་སྤྱོད་
 བས་བསྐྱོམ་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །འདི་ནི་ཞི་སྤྱགས་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་
 གསུངས་སོ། །
 མེར་མེར་སྟོ། (བར་ཕྱིན) མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྷའམ་མེར་ཆགས་པའི་གནས་ལྷའི་དང་པོ་སྟེ། བ་
 མའི་མི་གཅང་བ་གཉིས་ཆོགས་ཤིང་དེར་ནམ་ཤེས་ལྷགས་ནས་བདུན་པག་དང་པོ་ལ་མེར་
 མེར་པོ་སྟེ། བྱ་རྒྲིས་མ་ལྟ་བུས་གཤོགས་ལ་ནང་སྒྲ་ཏེ་མེར་མེར་པོར་འདུག་པའོ། །
 མེལ་ཅེ། མེལ་ཆེ་དང་འབྲ། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་མེལ་ཅེ་ཞེས་བྲིས་སོ། །
 མེལ་ཆོ། 1 མཆན་མོའི་སྤྱང་བའམ་བྱ་ར་བྱེད་པའི་བྱ་བའི་མིང་སྟེ། ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཆན་མོའི་
 མེལ་ཆེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 མཆན་མོ་གཉིད་མེད་པའི་སྤྱིས་བྱའི་མིང་དུ་འང་བཤད། མི་རྟག་པའི་
 ཆོམས་ལས། མེལ་ཆེ་བྱེད་ལ་མཆན་མོ་རིང་། ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་༼ ཏུ་༽ 3 ནན་ན
 ལས། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གཉིད་མེད་པ་དང་འགྲོན་པོའི་སྤྱིས་བྱ་དུབ་པ་ལས་བཅུམས་ཏེ་
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་གསུངས་སོ་ཞེས་སོ། ཞེས་དང་། མེལ་ཅེ་བྱེད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོས་ཏེ་
 གཉིད་མི་ཐོབ་པའི་སྤྱིས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། མེལ་ཆེ་བྱེད་ལ་མཆན་མོ་
 རིང་། ཞེས་པ་ནི། གཉིད་མི་འོངས་ལ་མཆན་མོ་རིང་། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། 3 ཉིན་ཞག་
 གཅིག་ལ་ཐུན་དུག་ཏུ་བགོས་པའི་ཆ་གཅིག་ ཞེས་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་། མེལ་ཅེ་
 ཞེས་ཀྱང་འབྲེལ་བར་བྱེད་དོ། །
 མེལ་ཆེ་བ། མཆན་མོ་བྱ་ར་བྱེད་མཁན་གྱི་མིང་མིང་།
 མེས་སྟོ། རང་གི་པ་མའི་པའམ་དེའི་པ་སྤྱགས་ཀྱི་མིང་། སྤྱིར་མེས་པོ་ནི་པའི་པ་ལ་གཙོ་བོར་འདུག་

པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། མའི་པ་ལ་ཡང་འབྲུག་སྟེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། མེས་
པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མའི་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

མེས་མོ། རང་གི་པ་མའི་མའམ་དེའི་མ་སོགས་ཀྱི་མིང་།

མེས་རུང་བ། (འདུལ་བ) མེས་རེག་པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་
། རྒྱ་ཆུ་༡༥༦ན་ལས། མེས་རུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེས་རེག་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མོ་གཙོང་། གཙོང་གི་གདམས་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། བ་དམ་པ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྐྱོ་སྟོན་བསོད་
ནམས་རྒྱ་མ་དང་། དེས་མ་ཅིག་ལ་བསྐྱོན་ལ་གནད་སྟེ། དེ་དག་ལས་བརྒྱད་པ་ལ་མོ་གཙོང་
ཅེས་བྱའོ། །

མོ་ཏྲགས། <སྟྲི་ཡི་རྒྱ> 1 མོ་མཚན་གྱི་མིང་སྟེ། མོ་ཡིན་པ་མཚན་བྱེད་ཀྱི་ཏྲགས་ཞེས་པ་ལོ། །རྩ་མ་
དང་། རྟེན་པ་སྤྱ་བ་དང་། རྟེན་སྤྱ་བ་སོགས་ཀྱང་ལོ། །2 དགག་སྒྲུ། དཔེར་ན་མ་མི་མིན་མེད་ལྟ་
བུལོ། །དེ་ཡང་སྟྲི་ཡི་རྒྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟྲི་ནི་མོ་དང་ཡི་རྒྱ་ཏྲགས་ཡིན་པས། མོ་ཏྲགས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་
དགག་སྒྲུའི་དོན་ནོ། །སྤྱུ་རྩ་པའི་ཅ་བ་ལས། གང་མིང་བརྟེན་པའི་ཡ་མཐའ་ན། །སྟྲི་ཡི་རྒྱ་ཡི་སྒྲ་
མེད་པ། །དེ་ལ་སྟྲི་ཡི་རྒྱ་སྦྱར་ན། །དགག་པའི་སྒྲ་རུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་སི་རུ་
འབྲེལ་ཆེན་ལས། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྟེན་པའི་ཡ་མཐའ་སྟེ་ཐོག་མ་རུ་སྟྲི་ཡི་རྒྱ་སྟེ། མོ་
ཏྲགས་ཀྱི་སྒྲ་མེད་པ་ནམས་ལ་སྟྲི་ཡི་རྒྱའི་སྒྲ་སྦྱར་བ་བྱས་པ་ན་སྦྱོར་ཡུལ་གྱི་དོན་དེ་མ་ཡིན་
པའམ་མེད་པར་སྟོན་པའི་བྱིར་དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ལོ། །

མོ་ཏྲགས་སྦྱར། དགག་སྒྲུ་སྦྱར། མ་མི་མིན་མེད་ལྟ་བུའི་དགག་སྒྲུ་སྦྱར་བའི་དོན་ནོ། །

མོ་མ་ནིང་། (འདུལ་བ) མ་ནིང་མོ་ལ་གཟིགས།

མོ་མཚན། མོ་རུ་མཚན་བྱེད་ཀྱི་ཏྲགས། ལྷ། མིང་གི་ནམ་གངས་ནི། མངོན་བརྟེན་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་
ལས། ལྷ་ག་སྐྱེ་གནས་གཉིས་དགའི་བྱིས། །རྩ་མ་ཉེར་གནས་མའི་རང་བཞིན། །མཚན་མས་མིན་
རྟེན་དང་བརྟེན་བུའི་བྱོགས། །སྐྱེ་འཇིག་དགའ་བའི་བྱ་ག་དང་། །བྱ་བའི་ཁྲོན་པ་མོངས་པར་

བྱེད། །བྱ་གནས་ཐོང་ཁྱེར་སྤེད་པ་བྱེད། །སྒྲིག་བྱེད་བརྒྱ་ཚེས་འབྱུང་དང་། །བྱེད་པའི་ཡན་
ལག་སྤྱད་པའི་ལམ། །གསང་བའི་འཁོར་ལོ་ལམ་མི་ཟ། །ཞི་གསང་མཁའ་ནང་སྤྱི་ལིན། །མེ་
རྟོག་ལམ་དང་རྩལ་གྱི་ལམ། །མོ་རྟགས་རྣམས་ནི་མོ་མཆོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།
མོ་རྟ་ར་རྟ། (ལེགས་སྦྱར) གཏི་སྤྱག་དགའ་མ་སྟེ། སྤྱན་མཁའ། སངས་རྒྱལ་སྤྱན་མཁའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི།
གཏི་སྤྱག་ནི་རྣམ་པར་སྦྱང་མཛད་དེ་དེ་ལ་དགའ་བས་ན་གཏི་སྤྱག་དགའ་མ་སྟེ། བར་དོན་
ནོ། །གཏི་སྤྱག་རྣམ་པར་དག་པ་འོད་གསལ་ལ་དགའ་བས་ན་གཏི་སྤྱག་དགའ་མ་སྟེ། དེས་
དོན་ནོ། །ཞེས་རྗེའི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྤྱགས་ན་གསལ།

མོ་རྟ་ལྟན་ (ལེགས་སྦྱར) (འདུལ་བ) མོ་ལྟ་དགའ་གྱི་བྱ།

མོང་རྩལ། (བརྟུ་རྟེང) (འདུལ་བ) ལྟན་པོ། མོངས་རྩལ། མོངས་རྩལ་གྱི་བརྟུ་རྟེང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་
འབྲེལ་ལས། མོང་རྩལ་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་ལྟན་གྱུར་གྱང་། །འཕགས་པ་ལམ་སྟན་པ་ཡིས་དེས་
བར་ནི། །རྩལ་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་པའི་སྦྱོར་བ་ཡིས། །ཉོན་མོངས་དེས་བར་ཟད་པའང་བརྟེས་
བར་གྱུར། །ཞེས་གསུངས།

མོང་བྱ་རྩུད་པ། (བརྟུ་རྟེང) ཁོང་བྱ་རྩུད་པ། དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྱར་ཁང་ན་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །

མོད། 1 དེ་མ་ཐག དཔེར་ན་དེའི་མོད་ལ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 སྤྱད་པ། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བཤད་པ་དེ་ཡིན་
མོད་ཀྱི་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དཔེའི་དེའི་འབྲེལ་བཤད་ནི། ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད་པ་དེ་ཡིན་སྤྱད་པ་རེད་དེ།
ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་དོན་ནོ། །རིན་ཆེན་སྤང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་༽ གེ ༡༣༤བཤམས། མོད་
ཀྱི་ཞེས་བུ་བ་ནི་སྤྱད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །3 མང་པའི་དོན་ལའང་འཇུག་ མདོ་
དགོན་བཅེགས་༽ ༧ ་ལས། གུན་དགའ་པོ་བཙུམ་ལྟན་འདས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་
ཀྱི་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བུ་བ་ནི་འབྱོར་བ་མོད་པ། བདེ་བ་ལོ་ལེགས་པ། ཉམས་དགའ་བ།
ལྟ་དང་མི་མང་པོས་གང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

མོད་གཤམ། (འདུལ་བ) མོ་ལྟ་དགའ་དང་དོན་གཅིག་ འདི་ལ་མོད་གཤམ་དང་། མོ་རྟ་ལ། མོ་ལྟ་དགའ། མོ་ལྟ་
གཤམ། མོ་ལྟ་འགཤམ་བཅས་འབྲི་རྩལ་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་སྦྱང་། འདུལ་བ་ལྟང་གཞི། ལྟང་

ཐུན་ཆོགས་སོགས་བཀའ་འགྲུར་དང་། བསྟན་འགྲུར་སོགས་གཞུང་ཁུངས་མ་ཞུས་སུ་མོད་
གལ་ཞེས་གིས་སྤང་ངོ་། མོད་གལ་དང་། མོད་ལ་གཉིས་ལ་ཡི་གེ་དག་མིན་གྱི་དབྱེད་པ་བྱ་
བར་འོས་ཤིང་། མོད་གལ་ནི་འདུལ་བ་ལུང་སོགས་བཀའ་འགྲུར་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་
གྱི་བསྟན་བཅོས་ཞུས་སུ་ཤིན་ཏུ་མང་པོར་སྤང་བས་མ་དག་པ་ཡིན་ཞེས་ཁ་ཆོད་གཙོད་བར་
ཅུང་ཟད་དགའོ། །

མོད་གལ། (འདུལ་བ) མོད་དགལ་དང་དོན་གཅིག་འདི་ལ་མོད་གལ་དང་། མོད་དགལ། མོད་གལ།
མོད་དགལ་བཅས་འབྲི་ཚུལ་མི་འབྲ་བ་སྤྲ་ཆོགས་ཤིག་སྤང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི། ལུང་ཐན་
ཆོགས་སོགས་བཀའ་འགྲུར་དང་། བསྟན་འགྲུར་སོགས་གཞུང་ཁུངས་མ་ཞུས་སུ་མོད་
གལ་ཞེས་གིས་སྤང་ངོ་། །

མོད་གལ་གྱི་བྱ། (འདུལ་བ) <མོད་ལུན་ཅེ་ མོན་པའི་མཆོག་ཟུང་གི་ཡ་གཤམ་ཏེ། ཟུ་འབྲུལ་གྱི་མཆོག་
མོད་དགལ་གྱི་བྱའོ། མོད་དགལ་གྱི་རིགས་གྱི་བྱ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བྱ་བ་མཛོད། འདིའི་མིང་ལ་
བར་ནས་སྒྲིལ་ཟེར་ངོ་། མོད་དགལ་གྱི་བྱ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་དབྱུག་ཐོགས་སྤྱི་བྱང་ཞུས་ཀྱིས་
བཀོངས་ཚུལ་ལུང་ཐན་ཆོགས་གྱི་གཞི་དཔ ༡༥༣ གྲ་ལ་ཐན་བཞུགས་སོ། མཆོག་ཟུང་གི་
ཡོ་རྒྱས་སྤེ་དགེ་བཀའ་འགྲུར་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སྤེལ་བས་དཔ ༡༥༣ གྲ་
བཞུགས་ཤིང་། འཕགས་པ་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉོག་གི་གཟུངས་ཞེས་བྱ་བ་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་
མདོ། མདོ་སྤྲོད་ ཅ ༡༥༣ གྲ་ལ་ཐན་བཞུགས་སོ། །

མོད་པ། མང་པོ་འཕམ་མང་པའི་དོན། མདོ་དཀོན་བཅེགས་དཔ ༡༥ གྲ་ལ་ཐན་ ཀྱན་དགའ་བོ་བཅོམ་ལྷན་
འདས་འོད་དཔག་མེད་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲོར་བ་མོད་པ།
བདེ་བ་ལོ་ལེགས་པ། ཉམས་དགའ་བ། ལྷ་དང་མི་མང་པོས་གང་བཤོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ངོ་། །

མོད་མི་དམལ། བསྐྱབ་པའི་གཞི་མང་པོ་ལས་མ་ཉམས་པ། སྤྱ་བཤད་ནི། མོད་ནི་མང་པོའི་དོན་ལའང་
འདུག་པས། བསྐྱབ་པའམ་སྤྲོམ་པའི་ཆ་མང་པོ་ལས་མི་དམལ་བ་ནི་མི་ཉམས་པའི་དོན་ནོ། །སྤྱ་

སྤྱུ་བ་ཀྱི་བཤེས་སྤྱིང་། རེ་༡༧ནམ་ལས། ཁྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་མ་ཉམས་མོད་མི་དམལ། ཁ་
འདྲེས་མ་སྤྱགས་བ་དག་བསྟེན་བར་མཛོད། ཁྲིམ་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། རྟེན་ཐད་ཀྱི་བཤེས་
སྤྱིང་འགྲེལ་བ་། རེ་༡༧བམ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་གཅིག་ལས་འདས་བས་ནི་ཉམས་བར་
འགྱུར་དོ། བསྐྱབ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལས་འདས་བས་ནི་སྟོན་ཅན་དུ་འགྱུར་དོ། རྟེན་གཉི་ག་མེད་
བར་བསྟེན་པའི་བྱེད། མ་ཉམས་མོད་མི་དམའ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོན་ཅན་ནི་
མོད་དམའ་བ་ཡིན་ནོ། །

མོན་དར། (འདུལ་བ) ལྷའི་རིགས་ཀྱི་ཤུན་བ་ལས་བྱས་པའི་རས། ལུང་ཐང་ཆེགས་ཀྱི་རྩ་བ་བཤད་
ལས། མོན་དར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷའི་རིགས་ཀྱི་ཤུན་བ་ལས་བྱས་པའི་གོས་ཡིན་ནོ། ཞེས་
གསུངས།

མོན་སྟན་གྲེལ། མོན་སྟན་རྟེན་དང་དབྱིབས་འབྲེལ་ལ་དེ་ལས་རྩལ་ཐད་ཆེ་བའི་རྒྱ་ཤར་ཀྱི་སྟན་མའི་བྱེ་
བྲག་ཁ་དོག་ནག་པོ་ཞིག་ མོན་སྟན་རྟེན་དང་མོན་སྟན་གྲེལ་གཉིས་ནི་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་
ཅམ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མོན་སྟན་གྲེལ་དང་མོན་སྟན་རྟེན་ནི་སྟན་མ་ཆེ་
ཆུང་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མ་དག་གསུང་དོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། །

མོན་སྟན་རྟེན། <ལྷུ་རྒྱ> ཤར་བྱ་ཅན་ཀྱི་རྒྱ་ཤར་ཀྱི་སྟན་མའི་བྱེ་བྲག་ཁ་དོག་ལྷང་ཁུ་ཞིག་གི་མིང་།
ལེགས་སྦྱར་དུ་ལྷུ་རྒྱ་ “རྟོག” ཟེར་ཞིང་། བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༤༣ནུལ་གསལ། བྱེ་
རྒྱལ་བས་ཡོངས་གྲགས་སུ་mung bean དང་Phaseolus radiatus ཟེར་བ་དེའོ། འགྲེལ་བ་སྒྲ་
ཟེར་༤༤བམ་ལས་ཀྱང་། མོན་སྟན་གྲེལ་ནི་སྟན་ལྷུ་རྒྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། རོད་རྒྱ་ཆེག་
མཛོད་ཆེན་མོར། མོན་སྟན་རྟེན་ཞེས་བ་མོན་ཡུལ་ནས་ཐོན་པའི་སྟན་མའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཡིན་
པར་བཤད་མོད། རོན་ལ་མོན་སྟན་ཞེས་པའི་མོན་ནི་ལེགས་སྦྱར་ཀྱི་ལྷུ་རྒྱ་ཞེས་པའི་སྦྱང་ཉིད་
རྩལ་ཆག་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་སྟན་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ། མོན་སྟན་ཞེས་རྩལ་ཆག་པར་སེམས་སོ། །

མོན་སྟན་གྲེལ། མོན་སྟན་རྟེན་དང་འབྲེལ། སྟན་དབྱང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་བ་སྒྲ་ཟེར་
༤༥ལས། ལྷུ་རྒྱ་སྟེ། མོན་སྟན་གྲེལ་དང་ཞེས་བྲིས་སྤང་དོ། །

མེའི་དབང་གོ། མེའི་དབང་པོ་ཞེས་པ་མོ་མཆན་ལ་གོ་བ་ཤས་ཆེ་ཡང་། ལུ་མ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པའི་
གཞན་ལ་ཡང་གོ་སྟེ། མཆོམས་མཛོད་ ༡༠ ན་ལས། མེའི་དབང་པོ་ནི་ལུ་མ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་
དང་རོ་རྩུང་བ་དང་བསམ་པ་ཞན་པ་དང་པོ་ལ་སེམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ལ་དབང་བྱེད་
པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མོ་ལུ་དགལ། (འདུལ་བ) མོ་སྒྲལ་བྱུང་ཆག་བ་སྟེ། སོག་པོ་འམ་སོག་པོའི་བྱའི་དོན་ཡིན། ཞེས་དགེ་
བཤེས་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ཆེག་མཛོད་དུ་གསལ། འདི་ལ་མོད་གལ་ (འདུལ་བ་ལུང་གཞི། ལུང་
ཐུན་ཆོགས་སོགས་བཀའ་འགྱུར་དང་། བསྟན་འགྱུར་སོགས་གཞུང་ཁུངས་མ་རྣམས་སུ་མོད་
གལ་ཞེས་བྲིས་སྤང་ངོ་) དང་། མོ་ལུ་དགལ། མོ་ལུ་གལ། མོ་ལུ་འགལ་བཅས་འབྲི་ཚུལ་མི་འདྲ་
བ་སྟེ་ཆོགས་ཤིག་སྤང་།

མོ་ལུ་དགལ་གྱི་བྱ། (འདུལ་བ) མོད་གལ་གྱི་བྱ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

མོས་གྲུས་ཀྱི་བསམ་པ་ཆེམ་བ། (གསར་སྣགས་) ལྷན་བརྒྱད་ཆད་མ་བཞིའི་ཡ་གྲལ་ཏེ། རྒྱུད་སྟེ་དང་
མ་ཐུན་པའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལ་ཉམས་སྦྱོང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་
སྦྱེས་པ་ལ་ཟེར། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་འཛོར་བུ་ ༡༩ ན་བལྟ་ལས། མོས་གྲུས་ཀྱིས་
བསམ་པ་ཆེམ་པ་བྱ་བ། རང་རྒྱུད་ལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་རྒྱུད་སྟེ་དང་མ་ཐུན་པའི་རྟོགས་པ་ལ་
ཉམས་སྦྱོང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་སྦྱེས་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མོས་བ། ། དུལ་ངེས་ལྗེའི་གཉིས་པ་ནི། ཆད་མས་ངེས་ཟེན་པའི་དུལ་ལ་འདི་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་གྱི་
གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་འཛིན་པའི་སེམས་བྱུང་བརྟན་པོ་ཞིག་བྱེད་ལས་ནི་མི་འཕྲོག་པ་
སྟེ་པ་རོལ་གྱི་རྟོལ་བས་རང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལས་གཞན་དུ་བསྐྱུར་བར་མི་ལུས་པའོ། ༡༢ དགལ་
བ། འདུན་པའམ་འདོད་བ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མོས་པ་ཡིད་བྱེད། མེད་བཞེན་དུ་སྒྲོས་བཅོས་ནས་སྒྲོམ་བ།

མོས་མནོས། མོས་སྒྲོ་དང་འདྲ།

མོས་སྒྲོ། དངོས་གནས་ལ་མེད་ཀྱང་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ཅན་གྱིས་ཡོད་པར་གཟུང་བ་ལ་ཟེར།

ལྷ་པོ་མེད། 1 ལྷ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ལྷ་པོ་ 2 ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་པོ་མེད།

མྱ་ངན་ལ་ས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། འཕགས་པ་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ཞེས་བྱ་
བ་སྟེགས་བཅ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་མདོ་ཞིག འདི་སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་མདོ་སྡེ་
སྟེགས་བཅ་༼ ༩ པ་ ༼ ༩ པ་ ༼ ༩ པ་ ༽ བཅས་ན་བཞུགས་ཡིང་། མྱ་ངདས་གྱི་མདོ་དང་
པོ་གཉིས་རྒྱ་ནག་ནས་བསྐྱར་བ་ཡིན་ལ། བཅ་༼ ༩ པ་ ༽ རྒྱ་གར་ནས་བསྐྱར་བ་ཡིན་ལོ། །

ཐུ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཤུལ། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད།

ལྷ་བཀ་ལས་འདས་པའི་བསམ་པ་བརྟན་པོ། (འདུལ་བ) སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་སྤྱི་ཉལ་སྤོང་གསུམ་གྱི་
ཡ་གྲུལ་ཏེ། དེས་འཕྲུང་གི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་དང་སྤྱོད་པ་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།

ཐུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཐུགས་བརྩའི་ཞིང་དུ་ཐུ་ངན་ལས་འདའ་ཚུལ་སྟོན་
 བ་རྣམས་ལ། འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་བ་དང་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞིང་གི་རྩལ་ལྷ་རབ་གྱི་
 གངས་དང་མཉམ་པའི་བསྐྱལ་པར་ཐུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་གང་བ་
 བཤོ། །དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སོང་སྐྱམ་པའི་སོས་བ་བྱེད་དགོས།

ལྷ་འན་ལས་འདས་པ་ལ་སྟོགས་པ། ཐར་པ་མཛོན་པར་འདོད་པའོ། །ཞེས་ལུང་གཞི་བྱ་ཆེར་འགྲེལ་
པ་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་ལོ། །

[illegible]

མཆོད་སྒྲིམ་བསྐྱར་བ་ལས་བམ་པོ་ཉེར་བརྒྱད་དང་ལེའུ་དགུ་བ་ཡན་བཞུགས། ༩ ཏ་པ་ལ ་
དེའི་འཕྲོས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བཞུགས་སོ། ༡༩ ཐ་པ་ལ ་ འཕགས་པ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་
ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། ལེའུ་ཉི་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་པ་ལས། ལྷ་དང་མི་ལ་སོགས་པས་ཞུས་པའི་
ལེའུ་ཉི་ཆེ་བམ་པོ་བཅུ་གསུམ་དང་། ལེའུ་ལྷ་པ་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རིན་མི་ཏ་དང་། རྩོམ་
གཞན་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་བརྒྱེད་པ་ཅ་རྩུས་བསྐྱར་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་བ། འཕགས་པ་ཐུང་ན་ལས་
འདས་པའི་མདོ་རྩལ་བ་སྟོ་ཀ་དྲུག་ཅུའི་ཆད་ཅམ་བ། བརྒྱེད་ཀ་མ་ལ་གུས་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དག་
སྟོང་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར། འདི་ལ་སོག་གངས་༡༥༡ཡོད་ཅིང་། སོག་གངས་༡༥༡ན་ནན་
མཐུག་རྫོགས་སོ། །འདིའི་མཐུག་ཏུ་༡༥༡ན་ནས་ཐུང་འདས་གི་མདོ་རྩལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་
བཞུགས་སོ། །

ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་མདོ་རྩལ་བ། འཕགས་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་མདོ་རྩལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོ་
ཀ་དྲུག་ཅུའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ བཀའ་འགྲུར་མདོ་སྒྲིམ་ ༩ ཐ ་ ༡༥༡ན་ནས་ཐུང་ན་ལས་
འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོའི་མཐུག་ཏུ་བཞུགས་སོ། །མཆོན་འདི་བྱིས་དཀར་ཆག་འབྲི་བ་པོས་
བཏགས་པར་ངེས་ཤིང་། མཆོན་དངོས་ནི། བོད་སྐད་དུ། འཕགས་པ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་
འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་དང་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ཅུ་མ་རྩ་བ་རི་ནིར་སྤ་ཏ་སྤུ་ཏ་ཞེས་
བྱའོ། །འདི་ལ་ངོས་སོག་གསུམ་ལྷག་ཅམ་ཡོད། ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་བསྐྱར་ཏོ། །

ཐུག་ཐུན། མདའ་སྟེ། ཉག་ཐུན་གྱི་འབྲི་ཚུལ་གཞན། ཡི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས། ཐུག་ཐུན་ནི་མདའ་ཞེས་
གསུངས།

ཐུགས་པ། རུལ་པ་ལྟར་གྲུར་པའི་དོན།

ཐུང་འདས། <ནི་རྩ་> ཐར་པ། སྤྱོད་བཤད་ནི། ཐུང་ན་ནི་འཁོར་བ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་འདས་པ་སྟེ་ཐར་
པས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད།

ཐུང་འདས་སྤྱ། སངས་རྒྱས་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་འདྲ་སྤྱ། ཐུང་འདས་སྤྱ་འདི་རྒྱ་གར། སི་རྒྱ་ལ།
རྒྱ་ནག་སོགས་སུ་ཤིན་ཏུ་དར་ལ་བོད་དུ་མ་དར་བ་ནི། བོད་པས་སངས་རྒྱས་གྲོངས་པ་ལྟས་

དན་ཡིན་སྒྲུལ་པ་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་ན་ཡོད་པས་ཡིན་ཞིང་། ཉན་ཐོས་སྡེ་བ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་གོ་
བ་པ་མང་ཞིང་། ཟུ་དན་ལས་འདས་ཆེ་གོ་འཕང་མཐར་སྤྱག་བརྟེས་པར་འདོད་པས་ཉན་གྱི་
གཙུག་པོར་བྱེད། ཅས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང།

མྱུང་འདས་མཆོད་རྟེན། མཆོད་རྟེན་ཆ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐ་མ་སྟེ། སྟོན་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོ་གོང་ཁྲི་ཙ་
མཆོག་གོང་དུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆེ་བཞེངས་པ། བང་ལེམ་མེད་པ་གངན་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་
བྱམ་གངན་ཡན་ཆད་བཞུགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག།

མྱེ། (བདེན་པུ་) དགའ་ཚིག་ཅིག་སྟེ། མི་དང་བྲ། བར་པ་བདག་ཁྱི་རལ་གྱི་གོང་གི་བདེན་པུ་ལ་མི་ལ་མྱེ།
ཞེས་པའི་མྱེ་ལ་ཡོད་པ་དེའོ།

ཐུག་ཐུག་ མགོ་བྱིང་ཐོན་ཅམ་ཐོན་ཅམ་བྱེད་པའི་དོན། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པའི་རང་རྣམ་དུ་ཀླ་ལས་
གོས་བཟང་སྒྲེགས་བསམ་དང་པོ་༩ ལ། ཉ་ལྔ་བས་སྒོ་སྒྲེུ་ཁྱང་ནས་ཐུག་ཐུག་མངས་པར་
གཉིར་བ་ནང་མོ་སྒེ་མོང་འདྲ་ཞེས་ལ་བས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། ཉུག་ཉུག་ཡང་སྤང་།
དཔེར་ན་མགོ་ཉུག་ཉུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

སྤྱུག་ཅེས། འཕྲུག་ཅེས། རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར་ན་གསལ། སྤྱུག་ཅེས། འཕྲུག་ཅེས། རིམ་
ཅེས། རིམ་ཅེས་ཞེས་པ་རྣམས་དོན་འདྲ།

ལྷུང་བད་ལྷུང་བད། བཟྱོགས་པོ་མཟྱོགས་པོད། ལྷོགས་ཏུས་ཀྱི་ཆེ་བྱང་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་
ཐོབ་པ་ལྷུང་བ་དང་པོའི་དོན་དང་། མི་པོ་བརྒྱ་གཉིས་ཅེས་ལ་ཐོབ་པ་ལྷུང་བ་གཉིས་པའི་དོན་
ཡིན་པར། དདུལ་ཚུ་རྩམ་ལྷ་བ་གསུང་རོ། །

ཐུང་། (བད་མྱོང) མེད་དང་དོན་གཅིག

ཁྱོད་ཁྱིད། ཁྱོད་མ་སྐྱབ་ཁང་གི་ཉེ་སྐོར་པན་ཚུན་དུ་བཞག་ནས་དམིགས་སྐོར་དེ་དེ་བརྒྱན་ཅིང་དེ་དེ་
 ཁྱོད་བ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དམིགས་སྐོར་ཕྱི་མ་མི་སྟོན་པར་བསྐྱོམ་དུ་འདུག་ཅིང་དེ་སྐྱེས་པ་ན་
 དམིགས་སྐོར་ཕྱི་མ་སྟོན་བ་མ་ཁྱིད།

མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས། བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་ཚང་བའི་ལས་ལ་མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཟེར། དེ་ཡང་

བསམས་བཞིན་དུ་བྱས་པ་དང་བསགས་པ་གཉིས་ཀ་ཆང་དགོས། བྱས་པའི་ལས་ནི།
བསམས་པའམ་བསམས་ནས་ཀྱང་ལུས་དང་དག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་པ་གང་ཡིན་
པའོ། །བསགས་པ་ནི་ལས་རྣམས་པ་བཅུ་མ་གཏོགས་པའི་ལས་གང་ཡིན་པའོ། །ལས་རྣམས་པ་
བཅུ་གང་ཞེ་ན། མི་ལས་དུ་བྱས་པ་དང་། མ་ཤེས་པར་བྱས་པ་དང་། བསམས་བཞིན་མིན་
པར་བྱས་པ་དང་། དག་པོ་དང་རྒྱན་ཆགས་མིན་པར་བྱས་པ་དང་། རྟོན་ནས་བྱས་པ་དང་།
བརྟེན་ནས་བྱས་པ་དང་། མི་འདོད་བཞིན་དུ་བྱས་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ལུང་དུ་མ་བསྐྱར་
པ་དང་། འགྲོད་པས་བསལ་པ་དང་། གཉེན་པོས་བསལ་པ་སྟེ་བཅུ་འོ། །སའི་དངོས་གཞི་དང་
ལམ་རིམ་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད།

ཁྱོད་སྣང་། 1 ཁྱོད་ཚུལ་དང་སྣང་ཚུལ། 2 ཁྱོད་བསྐྱོད་སྣང་བ་ཡུལ། རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་
རྒྱུ་རྒྱ་མཆོ་ལས། ཁྱོད་གྱིས་མཛོན་དུ་མཛོད་པ་དེ་ཡིས་མཐུས། །སྤྱི་མ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་གྱི་སྣང་
བ་དང་། མི་ལས་ལྟ་བུའི་གསལ་ཞིང་རིག་པའི་སྒོ། །ཁྱོད་སྣང་མ་ལུས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་
ཞུགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །འཕགས་བསྟོད་ལས། ག་བྱར་ཅན་དན་ལུ་ཤིང་ལ་
སོགས་ཆབ་གྱིས་སྤངས་པ་ལྟར་བསལ་བའི། །ཞི་བའི་གཟིགས་སྤངས་ནམ་ཡང་མི་འཇུག་
རིགས་དྲུག་རྒྱན་རས་བཅའ་མོད་ཀྱི། །ཁྱོད་སྣང་སྟོས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་
དགོངས་པ་ནི། །བདེ་བ་མཆོག་གིས་ཉག་ཏུ་འཁྱུད་བཞིན་གཡོ་བ་མེད་ལ་ཐུག་འཆའ་
ཡོ། །ཞེས་གསུངས།

ཁྱོད་བ་ཐན་ཐུན། ཁྱོད་བ་སྟེ་ཐེན་དང་འབྲ།

ཁྱོད་བ་སྟེ་ཐེན། ཡིད་འགྲུར་གྱི་ཁྱོད་བ་སྟེ། འབད་ཚོལ་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱོམ་པའི་ཆེ་སྟེ་བའི་ཚོལ་
བཅས་ཀྱི་ཁྱོད་བ་ལ་ཟེར། ཁྱོད་བ་སྟེ་ཐེན། ཁྱོད་བ་ཐན་ཐུན། ཡིད་འགྲུར་གྱི་ཁྱོད་བ་རྣམས་
དོན་གཅིག

ཁྱོད་བའི་ངོ་བོར། གསལ་རིག་གི་ངོ་བོར། ཤེས་པའི་ངོ་བོར།

ཁྱོད་བར་མ་ངེས་པའི་ལས། བྱས་ལ་མ་བསགས་པའི་ལས། ས་དངོས་གཞི་ལམ་རིམ་དུ་བྱངས་པ་

ལས། མྱོང་བར་འགྱུར་བར་མ་དེས་པའི་ལས་ནི་བསམས་བཞེན་དུ་བྱས་ལ་མ་བསགས་པ་
གང་ཡིན་པའོ། ཞེས་གསུས་པ་ལྟར་ལོ། །དཔེར་ན་མི་ལམ་དུ་བྱས་པའི་ལས་ལྟ་བུ་ན་མྱོང་
ཡོད་ཀྱང་དངོས་སུ་མ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

ཁྱོམ་འགྱུར་འཐུང་བའི་ལྷུང་གྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩའི་དོན་དགུ་པ། ཁྱོམ་འགྱུར་
 འཐུང་བའི་ལྷུང་གྱེད་ཀྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྡན་དག་སྤོང་གིས་ཆང་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་
 མཁུལ་དུ་མིད་པ་ལས་གྱུར་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། རྒྱུང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ལེགས་
 འོངས་ཀྱིས་ཁྱོམ་འགྱུར་འཐུངས་པ་ལས་ལྷུང་གྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སེམས་འཁྲལ་
 ཉི་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མི་ཤེས་བའོ། །ཡུང་རྣམ་འབྱེད་ལས་དག་སྤོང་དག་པ་ལ་སྟོན་བའོ་
 ཞེས་ཟེར་བ་དག་གིས་ཁྱོམ་བར་འགྱུར་བ་ཐ་ན་རྩའི་ཅེ་མོས་ཀྱང་བཏུང་བར་མི་བྱ་ཞིང་སྤྱད་
 བར་མི་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་ཆང་འཐུང་བའི་ལྷུང་གྱེད་ཀྱང་ཟེར་པོ།

སྟོན་བྱམ། སྒང་པོ་ཆའི་སྤྱི་པོའི་ཆའི་འབྱར་པོ་གཉིས་པོའི་མིང་།

ཕྱིས་བྱམ་ཅན། (མངོན་བརྗོད) སྐད་པོ་ཆེའི་མིང་།

ཨ་ཁི། ཨ་ཁི་རྣོན་པར་མེད། ག་ཤར་གྱི་སྒོ་པ་འོན་ཞིག་སྟེ་འཛིན་སྟེ་པ་འོན་ཨ་ཁི་རྣོན་ཞེས་པ་ཡི་
ཐད་ཏུ་གསེགས།

དམག་བརྒྱ་པ། (འདུལ་བ་) 1 དམག་བརྒྱ་པ་ནི། ལྷ་མེད་བྱ་ལྡེ་སྒྲ་ཏམ་པ་ཀའཙལ་ pandavah དག་
 ལྷ་གྲོ་ར་མ་ Kaurava कौरव ཟེར་བ་དེ་དང། 2 ཡལ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མ་དང་དུས་མཚུངས་
 ལུ་ཁྱོན་པའི་གྲོ་ལྷོལ་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ བཅོམ་ལྡན་འདས་སྤྱུ་འཁྱུངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྲོ་
 ལྷོལ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་དང་སོགས་པ་རྒྱལ་བྱ་བཞི་བཅས་པར། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ༩ ཀ
 ༡༣༩༩ པས། གང་གི་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བལྟམ་པ་དེའི་ཆེ་བྱིང་
 ཁྱེད་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དག་དུ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་གི་བྱ་ཡང་བཅས་པར་གྱུར་ཏེ། རྒྱལ་
 པོའི་ཁབ་དུ་རྒྱལ་པོ་བདེ་མ་ཆེན་པོའི་བྱ་བཅས་སོ། །མཉམ་ཡོད་དུ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཅེ་བས་ཀྱིས་
 འཕྱར་ཆངས་ཁྱིན་གྱི་བྱ་བཅས་སོ། །འཕགས་རྒྱལ་དུ་ནི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུལ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་བྱ་

བཅས་སོ། ། ཀྲོ་ཤུལ་རྩི་རྩི་ལུ་ལོ་དཔག་བརྒྱ་པའི་བུ་བཅས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །
དཔག་པ། བུ་མའི་ཁྲོ་གའི་མིང་སྟེ། མག་པ་དང་དོན་གཅིག་སྟེ་དགེ་སྤར་མའི་འདུལ་བ་ལུང་ནམ་
འབྲེད་ཀྱི་ཆ་པ་ ༡༣ རལལ་ས། བུ་མ་ཟེ་དེ་མངོན་པར་དག་འན་དེས་དེའི་བུ་མོ་རྒྱན་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་དེའི་རྩང་མར་བདག་དབང་བའི་ཁོར་མར་སོ་དག་ཀྱང་བྱིན་ནོ། ། དེ་བུ་མ་ཟེ་
མདུན་ན་འདོན་གྱི་ “དཔག་པར” གྱུར་ཅིང་རིག་བྱེད་བཞི་དང་ལྷན་པ་ཞེས་འདིག་རྟེན་ཐམས་
ཅད་ལ་རྣམ་པར་གྲགས་ཤིང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
དཔག་ནང་གནས་པའི་ལྟང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་ཞེ་བྲག་པ། དཔག་ནང་དུ་
གནས་པའི་ལྟང་བྱེད་གྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤོང་གིས་དཔག་གི་མཆན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པའི་
ནང་དུ་གནས་ཏེ་དགོས་པ་མེད་པའི་མཆན་མོ་གཅིག་ཡན་ཆད་འདས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྟང་
བ་དངོས་གཞིའོ། ། ཁྲིང་གཞི་ནི། རྒྱག་སྟེས་མཉན་ཡོད་ནས་སོང་སྟེ་རི་བྲག་པ་དང་ཉེ་བར་
དཔག་གི་ནང་ན་གནས་པ་ལས་ལྟང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། ། དགག་བྱ་ནི་རང་ངམ་གཞན་གྱི་
ལུས་སྟོག་ལ་གཞོད་པའོ། །
དཔག་ཡན་ལག་གཅིག་པ། (འདུལ་བ) སྤང་སོ་ཆེའི་དཔག་ཆོགས་ལ་ཟེད། ལུང་རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་ ༩
༡༡་ལྟར་ལས། དཔག་ཡན་ལག་གཅིག་པ་གང་ཞེན། སྤང་སོ་ཆེ་པའི་ཆོགས་སོ། །
དཔག་ཡན་ལག་གཉིས་པ། (འདུལ་བ) སྤང་སོ་ཆེའི་ཆོགས་དང་རྟེན་ཆོགས་གཉིས་སོ། ། ལུང་རྣམ་
འབྲེད་ཀྱི་ ༩ ༡་ལྟར་ལས། དཔག་ཡན་ལག་གཉིས་པ་གང་ཞེན། སྤང་སོ་ཆེ་པའི་ཆོགས་
དང་རྟེན་ཆའི་ཆོགས་སོ། །
དཔག་ཡན་བཞི་པ། (འདུལ་བ) སྤང་སོ་ཆེའི་དཔག་ཆོགས། རྟེན་དཔག་ཆོགས། ཤིང་རྟེན་དཔག་
ཆོགས། དཔྱད་བུ་རྩང་གི་དཔག་ཆོགས་དང་བཞིའོ། །
དཔག་ཡན་ལག་གསུམ་པ། (འདུལ་བ) སྤང་སོ་ཆེའི་དཔག་ཆོགས། རྟེན་དཔག་ཆོགས་དང་། ཤིང་རྟེན་
དཔག་ཆོགས་དང་གསུམ་སོ། །
དཔག་ལ་ལྟ་བའི་ལྟང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་ཞེ་བྲ་པ། དཔག་ལ་ལྟ་བའི་ལྟང་བྱེད་

ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སྤོང་གིས་རང་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པས་བོས་པ་མེད་པར་དམག་
མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དངོས་སུ་འཐབ་པའམ། འཐབ་པའི་སྟོན་དུ་གནས་པ་ལ་རང་གང་ན་
འདུག་པ་དེའི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་ཏེ་བཏུས་པ་ལས་སྤྱར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤེང་
གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་བྱུག་སྤེས་དམག་ལ་བཏུས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་གསུངས་སོ། །དགག་
བྱ་ནི་རང་གཞན་གྱི་ལུས་སྒོག་ལ་གཞོད་པའོ། །

དམངས་རིགས། <ལུང་> རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་བཞིའི་དམན་ཤོས་ཏེ། བ་མ་དང་ཀན་རབས་ལ་མི་
བུ་ར་ཞིང་། རྒྱ་བ་དང་ལོག་པར་གཡེམ་པ་སོགས་མི་དགེ་བ་ལ་གཙོ་བོར་སྤྱོད་པའི་རིགས་
ཤིག་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་། ཞིང་མོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་ངན་བ་ལ་སྤྱོད་བ་དག་ནི་དམངས་
རིགས། ཞེས་རིགས་བཞི་པོ་རྣམས་བྱ་བའི་རིགས་མི་འབྲ་བའི་སྒོ་ནས་བཏགས་པར་
གསུངས་སོ། །དདུལ་རྒྱུའི་ཡིག་བསྐྱར་རྣམ་གཞག་ལས་ཀྱང་། ལྷགས་ཞིང་འཆོ་སྤྱོད་ལ་
མཁས་པའི་དམངས་རིགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དམན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ། (འདུལ་བ) དམན་སྤྱོད་ལྔ་དང་དོན་འབྲ།

དམན་སྤྱོད་ལ། (འདུལ་བ) ཅན་པར་གྱི་དུས་སུ་སྐྱབ་པའི་དམན་པའི་སྤྱོད་པ། ཆོས་སྟོན་ལ་སོགས་
པའི་དུས་སུ་སྐྱབ་པའི་དམན་སྤྱོད། འདུ་བའི་དུས་སུ་སྐྱབ་པའི་དམན་སྤྱོད། དགོང་མའི་དུས་
སུ་སྐྱབ་པའི་དམན་སྤྱོད། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱབ་པའི་དམན་སྤྱོད་དང་ལྔའོ། །

དམན་མ། མཆོད་པའི་རྩས་རྩིང་པའི་མིང་ལ་གྲགས་ཆེ། དཔེར་ན་ཡོན་ཆབ་ཀྱི་རྩིང་དང་། མཆོད་
རྩས་ཀྱི་མེ་ཏོག་དང་གཏོར་མ་རྩིང་པ་སོགས་ལྟ་བུའོ། །གོས་ལ་སོགས་པ་རྩིང་པའི་མིང་ལ་འང་
འདུག་སྟེ། རྩེས་རབས་སོ་བཞི་པའི་དཀའ་འགྲེལ་ལས། དམན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོས་ལ་
སོགས་པ་རྩིང་པའམ། ཟས་ཀྱི་ལྷག་མ་དག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

དམར། 1 དམར་པོ། 2 ཤ་དང་ཁྲག་ལ་འང་གོ་སྟེ། དཔེར་ན་དམར་ཟས་དང་དམར་མཆོད་ཅེས་པ་ལྟ་
བུ། 3 རྒྱིབ་གཡོག་མེད་པའི་དོན། དཔེར་ན་དམར་རྩིན་དང་། དམར་རྩང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དམར་ཁིད། སྒྲིམ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲོབ་མ་ལ་མིའི་རོལ་བྱེ་ནས་དོན་ལྷ་སྒྲོད་བྱལ་གི་ཆགས་
ཚུལ་སོགས་རེ་རེ་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ཁྲིད་བ་ལྟར། འདི་ལྟར་བསྒྲོམས་ནས་འདི་བཞིན་
འབྱུང་ངོ་ཞེས་ལུང་སྟོན་བ་ཅན་མིན་པར། དངོས་སུ་མ་སྒྲིམ་གྱི་བར་དུ་སྒྲ་མས་ལག་ཁྲིད་
བྱས་ནས་ཁྲིད་བ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞེས་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསང་འདུས་
ཡིག་རྒྱུད་ཉེར་གཅིག་ལས་གསུངས། སྒྲ་བཤད་ནི། རོད་མར་ཤོལ་བྱེ་ནས་དེའི་ཆགས་ཚུལ་
ཁྲིད་བ་ལྟར། རྟོགས་པ་མ་སྒྲིམ་གྱི་བར་སྒྲ་མས་ལག་ཁྲིད་བྱས་ནས་ཁྲིད་བས་དེ་སྐད་ཅེས་
བྱའོ།

དམར་འབྲེན། ཁྲིས་ཤེས་གསལ་དམར་རིགས་ལ་ཆགས་ནས་ཡོད་སྐབས་མི་ཞིག་དེའི་མདུན་དུ་སོང་
ནས་ལས་ཀ་རེ་བྱས་ན་ཁྲིས་ཤེས་གསལ་དམར་རིགས་དེ་འཕྲོག་པར་དོགས་ནས་ངར་སྒྲ་
འདོན་བའམ་རྒྱག་བ་ལ་དམར་འབྲེན་བྱེད་ཟེར། དཔེ་ཆོས་རིན་སྤངས་ལས། ཁྲིས་ཁྲག་མཛོད་
ན་བདག་སོ་དག་ལའང་དམར་འབྲེན་བྱེད་ཅིང་འོང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

དམར་ཆའི་དྲངས་མ། ལྟེ་འོག་གི་ཅ་གསུམ་འདུས་པའི་མདོན་གནས་ལ། ཁ་དོག་དམར་ཞིང་རབ་ཏུ་
ཆ་ལ་འོད་གསལ་བ་དཔེར་ན་རྒྱོད་མ་ཁའི་མེ་དང་འབྲ་བ། དབྱིབས་ནི་ཨ་ཐུང་སྟེ་ཨ་ཤེད་མགོ་
བྱེན་དུ་འོག་བ་དང་འབྲ་བ་ཞིག་ཁམས་དམར་ཆའི་དྲངས་མ་དང་དོན་གཅིག་

དམར་མཆན། བ་སོ་བའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཆན་ལ་དམར་མཆན་ཟེར། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་
ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་མཆན་གྲགས་ཅན་བཞི་བྱང་བའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་དེ་ཡང་བ་སོའི་མཆན་ནི།
མཁས་གྲུབ་ཟེའི་གཙུང་བ་སོ་ཆོས་རྗེ་དངོས་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གི་སྐུ་འཕྲིང་ལྷ་བ་བ་སོ་ལྷ་དབང་
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་པས་བཏབ་པ་དེའོ།

དམར་ཐབ། ཤེས་ཤེས་སོགས་མེར་སོང་ནས་བྱིང་ན་འཐུལ་བ་ལ། དམར་ཐབ་ཟེར། འདི་རིགས་རི་སྐྱང་
གྱི་ལྷ་སྐུ་བྲག་སོ་གནས་ས་དང་། གནས་ཆེན་སོགས་སུ་འཛེམ་དགོས་པར་གསུངས། དམར་
ནི་ཤེས་ཤེས་སོགས་ལ་གོ་ཞིང་། ཐབ་ནི་མེ་གཏོང་བའི་ཐབ་བོ། འདི་སྐྱོར་སྟེ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་
མཆོའི་གཡའ་སེལ་པ་ལྟ་བུ་ནས་གསལ་འོ།

དམར་ནག་འཛིགས་གསུམ། གཤིན་ཟླ་གཤེད་ལ། དག་ནག་དང་། གཤེད་དམར་དང་། འཛིགས་
བྱེད་དང་གསུམ་མོ། །དེ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཁྲིམ་པས་དག་ནག་ ཆེས་ཁྲིམ་པས་གཤེད་དམར།
ཤིན་ཏུ་ཁྲིམ་པས་འཛིགས་བྱེད་དོ། །

དམར་པོ། ། ཁ་དོག་ཅིག་ ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱི་ཁ་དོག་ལྟ་བུ། 2 (ལུལ་སྐྱད) ལག་ཐོགས་པོ། གནད་སློན་
པོ། བན་ངེས། རྩམ་པ་འདི་དམར་པོ་ཞེས་བྱུང་ལྟ་བུ།

དམར་སྟོ། ལོ་གསར་དང་རྟེན་འབྲེལ་མཛད་སྟེ་འོ་སྐབས་ཅོག་ཅེའམ་སྟེགས་བྱའི་སྟེང་དུ་བཤམས་
པའི་སྟུམ་ལ་བསྟེགས་པའི་ཁ་ཟས་དམར་པོའི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་། ཁ་དོག་ཅམ་ལས་བཟོ་
དབྱེབས་སོགས་དཀར་སྟོ་དང་འབྲ་བ་ཡིན། དཀར་སྟོ་ལ་གཟིགས། དམར་སྟོ་ཞེས་པའི་ཐ་
སྟེད་འདི་ལྷ་རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རྩམ་ཐར་དུ་གྱུ་ལའི་གོས་བཟང་སྟེགས་བཅ་དང་པོ་ཤོག་
གངས་༤ སོགས་སུ་སྟངས། རོས་ནས་དམར་སྟོ་ཞེས་པ་དམར་ཟས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པས་
ཡིན་ནམ་སྟུམ་པ་ཡོད་ཀྱང་། དགྲུང་གངས་༤ ལ་སོན་པ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གནས་
སོགས་ལ་མཁྱེན་ཆུ་ཆེ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་གཞུང་ཞབས་བསྟེས་གས་སྐྱོ་རྩམ་སྟེང་འག་དབང་
དོན་བྱུབ་ལགས་སུ་དེ་སྟོར་བཀའ་འདི་ཞུས་པས། ཁོང་གིས་ཟས་ཆོན་དམར་པོ་སྟེགས་ནས་
བཟོས་པའི་ཁ་ཟས་ལ་དམར་སྟོ་ཟེར་བ་མེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་།

དམར་བ། 1 དམར་ཤས་ཆེ་བའི་དོན་ཡིན། འདུལ་བ་རྩམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྩམ་པར་བཤད་པ་
༣ གྲ་ལས། དམར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོག་དམར་བཤམས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་པོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་དོ། 2 ཁྱད་ཐོན་པ། ཁུས་པ་ཐོན་པ། གནད་སློན་པོ། བྱང་བ། བན་ངེས། རྩམ་པོ་དང་
ལྷག་པོ་བཅས་ལ་འཇུག་ འཆད་ཉན་དམར་བཤཛད། ཅས་དང་། རིམ་གྲོ་སོགས་ལ་ཤིན་ཏུ་
དམར་བཤཛད་ཅེས་པ་དང་། ཡབ་སྲས་གཉིས་གསུང་འཛོམས་དམར་བཤཛད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་
རྩམས་སོ། །

དམར་གཡོ་གཙང་གསུམ། བསྟན་པའི་མེ་རོ་མདོ་ཁམས་སྤང་ནས་གསོ་བར་མཛད་པའི་མཁས་པ་
མི་གསུམ་ནི། དམར་བན་ལྟ་བུ་སུ་མེ། གཡོ་དགེ་འབྱུང་། གཙང་རབ་གསལ་དང་གསུམ་མོ། །

དམར་རྩ་མགོན་ག ནས་འབྲུ་ལས་ཅུང་ཆེ་བའི་ལུས་དམར་ལ་མགོ་ཅུང་ཟད་ནག་པ་ཞིག འདི་ལ་

སྒྲིམ་གཞུང་རྣམས་སྤྱི་མདའ་རྒྱས་ཟེར། དབྱིན་སྐད་དུ་Abrus precatorious L.ཟེར།

དམར་ལམ་པ། དམར་པོ་ཁོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན།

དམར་ལམ་མེ་བ། དམར་ལམ་པ་དང་འབྲ།

དམས་པ། དམའ་བར་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། མདོ་སྤྱི་བློ་བ་ཉེར་གཞག་༼ ཡ་བ ༡༠༩བ་༽ལས།

བདུད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་དམས་པར་བྱེད་ཅིང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་མཐོ་བར་བྱེད། ཅེས་

གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །དམས་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་ཐད་ཀའི་གོ་དོན་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་

དང་། གཞན་ཡང་ཉམས་པ་དང་། རྒྱད་པ་ལའང་འཇུག་གོ།

དམིག མི་ཁྲུང་། ཁྲུང་བྲ། བྲ་ག

དམིགས་རྒྱུ། (རྣམ་འབྲེལ) རང་ཉིད་ཡུལ་དེ་དང་དེའི་རྣམ་ལྡན་དུ་སྐྱེད་བྱེད་ལ། དམིགས་རྒྱུ་ཟེར།

ཞིབ་པར་རྒྱུ་གསུམ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

དམིགས་བཅས། (དབྱ་མ) གཉིས་སྣང་དང་བཅས་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་དམིགས་བཅས་ཀྱི་སྣང་ཉིད་

ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

དམིགས་བཅས་ཀྱི་སྣང་ཉིད། (དབྱ་མ) ། རྩ་འཁོར་ཀྱི་ལུགས་ལ་སྣང་གཟུགས་ཞེས་གྲགས་པའི་

རྩལ་སྤྱི་རབ་བསགས་པའི་ལེས་པོས་སྣང་པ་ལ་སྣང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྣང་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཟེར།

དམིགས་བཅས་ཞེས་པ་ནི། གཉིས་སྣང་དང་བཅས་པ་ལ་ཟེར་རྟོ། །མཁས་བླ་མ་ཆོས་རྗེའི་སྣང་

ཐུན་སྐལ་བཟང་མིག་འབྱེད་ཅན་ལས། འོན་རྒྱུད་དེ་ལས། སྣང་བ་ཉིད་དམིགས་བཅས་སྤྱི་

བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། བཤད་མོད་ཀྱི་ དེ་ནི་དགག་བྱ་རྩལ་སྤྱི་རབ་བསགས་པའི་ལེས་

པོས་སྣང་པ་ལ་སྣང་བ་ཉིད། ཅེས་ཐ་སྣང་མཛོད་པ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་གཟུགས་ཀུན་

རྫོབ་པ་སྤྱི། དགག་བྱ་བདེན་བྱུང་བཀག་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ལ། དེ་

ལྟ་བུའི་གཟུགས་ལས་སྤྱི་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་

ཕྱིར་བདེ་བ་དམིགས་མེད་དུ་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་བཤད་རྟོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དམིགས་

བཅས་དམིགས་མེད་ཀྱི་སྒྲོང་ལྷང་སྤྱི་ཐུབ་མཐའ་དབུ་མ་པའི་སྐབས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ། 2
 (བཀའ་བརྒྱུད) སྒྲོང་ཉིད་དང་དོན་གཅིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། སྒྲོང་ཉིད་ལ་དམིགས་བཅས་ཀྱི་སྒྲོང་ཉིད་
 ཅས་གསུངས་པའི་དམིགས་བཅས་ནི་སྤྱོད་པ་དང་བཅས་པ་དང་། མཚན་མ་དང་བཅས་པ་
 དང་། རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཅོལ་བཅས་རྣམས་མ་ཡིན་གྱི་དམིགས་པ་དངོས་སུ་མཐོང་
 ཞིང་སྤྱོད་བའི་དོན་ཡིན་པས་ཡེ་ཤེས་མ་འབྱུང་བ་ལ་མཛོན་སུམ་དུ་སྤྱང་བའི་དོན་ནོ། །

དམིགས་གཏད། དམིགས་ལུལ། དམིགས་པ་གཏད་སའི་ལུལ།
 དམིགས་རྟེན་མ་བཟེད་པ། གཞན་གྱིས་ངེས་པ་དང་རང་གིས་བརྟགས་པ་ན་དམིགས་རྟེན་དེ་ནི་འདི་
 འདྲ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུ་མས་བསྟན་པ་དེན་ཐུབ་པ་ཅམ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། སེམས་དམིགས་པ་ལ་
 བཏགས་པ་དེ་ཐུང་རེ་སྟེ་རྒྱུན་ལྡན་དུ་བྲན་ནས་བྱང་ཟད་ཀྱང་མི་ཡེངས་པར་གནས་ཐུབ་ན།
 དེ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་རྟེན་མ་བཟེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དམིགས་རྟེན་རྟེན་པའི་ཚད། (པར་ཕྱིན) ཞི་གནས་སྤྱོད་སྐབས་དམིགས་རྟེན་རྟེན་པའི་ཚད་ནི། དབུ་
 དང་བྱག་གཉིས་དང་སྤྱི་ཁོག་གཞན་དང་ཞབས་གཉིས་རིམ་པ་བཞེན་ལན་འགའ་བྱང་
 གསལ་གདབ་ལ། དེའི་མཐར་ཐོད་དང་བཅས་པའི་གསལ་པོ་མ་བྱང་ཡང་། སྤྱི་སྤྱི་ཡིད་ལ་
 བྱས་པ་ན་ཡིད་ཐོར་ཡན་ལག་རགས་པ་རྣམས་ཆ་བྱེད་ཅམ་འཆར་ཐུབ་པ་བྱང་ན། དམིགས་
 རྟེན་རྟེན་པར་འཛོག་པ་ཡིན་ནོ། །

དམིགས་པ། (པར་ཕྱིན) 1 (བྱ་ཆེག) ལུལ་ལ་སེམས་གཏོད་པའི་དོན། 2 (མིང་ཆེག) དམིགས་ལུལ།
 སེམས་གཏོད་པའི་ལུལ། དམིགས་པ། དམིགས་བྱ། དམིགས་པར་བྱ་བ། དམིགས་བྱའི་ལུལ་
 རྣམས་དོན་གཅིག་དམིགས་བྱ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཞེས་པ་ལྟ་
 བྱས་མཚན་ནོ། །སྤྱན་རས་གཟིགས་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྒྲོན་མ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་
 ལས། དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དག་དམིགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་སྟེ། དམིགས་པ་ནི་གཟུང་
 བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན་པའོ། །ཞེས་དང་། རྟོག་གི་འབར་བ་ལྟ་གསུམ་འོག་མ་ལས།
 དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་དམིགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དམིགས་པ་སྟེ། གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་

བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དམིགས་པ་གཏད་སོ། (དབུ་མ) དམིགས་པ་འདི་གཏད་སོ་དང་དོན་འདྲ།

དམིགས་པ་འདི་གཏད་སོ། (མར་ཕྱིན) ། དམིགས་ལུལ། སྒྲོ་དོར་ཐག་བཅད་པ་འདི་དམིགས་ལུལ། ཞེན་
ལུལ། བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་འདི་གཏད་སོ་ཞེས་བ་བདེན་འཛིན་གྱིས་གང་ལ་དམིགས་
ནས་ཞེན་པ་འདི་ལུལ་བདེན་གྲུབ་ལ་ཟེར། དེ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་འདི་གཏད་སོ་ཞིག་
པ་ཞེས་བྲ་སྟེ། ལམ་གཙུག་ལྷན་གསུམ་ལས། གང་ཞིག་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་
ཀྱི། །རྒྱ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱབ་པ་མེད་མཐོང་ཞིང་། །དམིགས་པ་འདི་གཏད་སོ་གང་ཡིན་ཀྱང་
ཞིག་པ། །དེ་ནི་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པ་འདི་ལམ་ལ་ཞུགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །² སྒྲོ་ཅེ་
གཏད་ལུལ། ཆ་འཛོགས། གཏད་སོ་མེད་པ་འདི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

དམིགས་བྱེ་བ། (མར་ཕྱིན) དམིགས་འབྱེད་པ་དང་འདྲ།

དམིགས་བྱེད་པ། (མར་ཕྱིན) དམིགས་འབྱེད་པ་དང་འདྲ། རྗེ་འཕྲུལ་ལུ་ལས། སྤར་བ་འདད་པ་ལྟར་
ཐེག་ཆེན་གྱི་འབྲུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ལུགས་དང་སྟོང་རྗེ་ཅ་བར་འགྲོ་ལུགས་ལ་སོགས་
པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་ལེགས་པར་བྱེད་ནས། སོ་སོར་རྟོག་པ་འདི་ལེས་རབ་གྱིས་དབྱེད་ཅིང་
བསྐྱེད་པ་འདི་མཐར་སྐྱེས་པ་འདི་མྱོང་བ་དགོས་ཀྱི། གོ་བས་ལེགས་པར་དམིགས་མ་བྱེད་པར་
ལུར་ཚུགས་རེ་ལ་འབད་བའི་མྱོང་བ་ཐམ་ཐོམ་གྱིས་གང་ཡང་མི་བྱིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

དམིགས་བྲ། ལོང་ཁྲིད། ལོང་སྒྲ་ཁྲིད་མཁན། ལི་ཤིའི་གྱུར་ཁང་ལས། དམིགས་བྲ་ནི་ལོང་ཁྲིད་ཅེས་
གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

དམིགས་འབྱེད་པ། (མར་ཕྱིན) ཁྱད་པར་འབྱེད་པ། གསལ་ཁ་འབྱེད་པ། སྤྱོད་པ་འདད་ནི། དམིགས་སུ་
བཀའ་ནས་ཁྱད་པར་འབྱེད་པས་དེ་སྐྱེད་ཅེས་བཞོད་པར་སེམས་སོ། །

དམིགས་མེད། (དབུ་མ) སྟོང་ཉིད། བདེན་མེད། སྤྱོད་པ་འདད་ནི། བདེན་འཛིན་གྱིས་གང་དུ་བརྟུང་བའི་
དམིགས་པ་བདེན་གྲུབ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ལ་དམིགས་མེད་ཟེར།

དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་པའི་སྤྲོད་རྗེ། (དབུ་མ) སེམས་ཅན་བདེན་སྟོང་དུ་ཆད་མས་བྱུང་བའི་གང་
 ཐག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲོད་རྗེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་བདེན་སྟོང་གིས་ཁྱེད་པར་བྱས་ནས། སེམས་ཅན་ལ་
 དམིགས་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བཅེ་བ་དེ། དམིགས་མེད་
 ལ་དམིགས་པའི་སྤྲོད་རྗེའི་མཆན་ཉིད། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་
 བར་མཐོང་བ་ཡིས། །ཞེས་པས་བསྟན། །ཞིབ་པར་སྤྲོད་རྗེ་གསུམ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 དམིགས་བཅེ་མ། རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་རྟོགས་གསུམ་གཅིག་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོར་གསོལ་བ་
 འདེབས་པའི་གསོལ་འདེབས་བྱིན་རྒྱུས་ཅན་ཅན་ཞིག་ ཐོག་མར་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་སྒྲ་མ་རྗེ་
 བཙུན་རེད་མདའ་བ་ལ། གི་མེད་མཁྱེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །ཆད་མེད་བཅེ་
 བའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་རེད་མདའ་
 བ། །གཞོན་ཏུ་སློ་བྱོས་ཞབས་ཀྱི་བསྟོར་འདུད། །ཐར་འདོད་བྱང་བ་བདག་ཀྱང་བསྐྱེད་དུ་
 གསོལ། །ཞེས་གསོལ་འདེབས་བསྟོད་ཆེག་ཕུལ་བ་གཟིགས་ཏེ། དབྱེས་པ་ཆེན་པོས་འདི་
 བེན་ཏུ་ལེགས་ཀྱང། །ཁོ་བོ་ལ་འོས་པ་མི་འདུག་ཁྱེད་རང་ལ་འོས། །ཞེས་གསུངས་ནས་ཆེག་
 རྣ་ཅུང་ཐད་བསྐྱེད་ཏེ། དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །གི་མེད་
 མཁྱེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཙོང་ཁ་
 པ། །སློ་བཟང་གཟགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་སྒྲ་མས་ཚུར་ལ་ཕུལ་བས་
 བྱིན་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོན་ཁ་ལེན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུངས་སོ། །རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་བསྟོད་ཅིང་
 གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆེག་རྣམས་ལྟ་བུ་དེ། རྗེའི་གསུང་ཐོར་བྱ་སྒྲིགས་བཅ་༩ ཁ་པ་ ༡༥འོག་
 གངས་༤པར་བཞུགས་སོ། །

དམིགས་བཅེ་མ་ལྟོད། དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །གི་མེད་མཁྱེན་
 པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །བདུད་དབྱང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་
 བདག་ །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཙོང་ཁ་པ། །སློ་བཟང་གཟགས་པའི་ཞབས་ལ་
 གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་པ་འདིའོ། །

དམིགས་བཅེས་བརྒྱད་སྟོར། དངོས་ལུག་ཀུན་འབྱུང་ལུག་དབང་དོན་འཆང་། དམིགས་མེད་བཅེ་
བའི་གཉེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས། ཁྲི་མེད་མཁུན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་
དབྱངས། འབྲུད་དབྱང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་པའི་བདག གངས་ཅན་མཁས་པའི་
གཙུག་རྒྱལ་མོ་བཟང་ལགས། རྒྱལ་ས་གནས་ཀུན་འདུས་ལྷ་མ་སངས་རྒྱལ་ལ། འཕགས་
རྒྱལ་དང་པའི་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་འདེབས། བསམ་དོན་གཤམ་མེད་འབྱུག་པར་བྱིན་གྱིས་
རྒྱུ་ལ། ཞེས་བྱ་བ་འདིལོ། འདི་ནི་དབེན་ས་སྤྱན་བརྒྱད་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་པར། བཤ་ཆེན་སྤྱ་
མེད་གསུམ་པ་བཤ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་བཅེ་པའི་ལས་ཆོགས་ཀྱི་དོན་ཞིབ་
ཏུ་བཤད་པ་ཤོག་གངས་བདུན་པའི་མདུན་གཟིགས་སུ་གསུངས་སོ། །

དམིགས་བཅེས་དྲུག་སྟོང་། དམིགས་མེད་བཅེ་པའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་གཟིགས། ཁྱི་མེད་མཁྱེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །བདུད་དཔུང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་པའི་བདག་། བསྟན་པའི་སྟོན་པ་བཙུམ་ལྷན་འདས། །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཙོང་ཁ་པ། །ཁྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་པ་འདིལོ། །འདི་པ་ཆ་ཆེན་སྤྱི་ཐེང་གསུམ་པ་པ་ཆ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་བཅེ་མའི་ལས་ཆོགས་ཀྱི་དོན་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ་ཤོག་གངས་བདུན་པའི་མདུན་གཟིགས་སུ་གསུངས་ཡོད་དོ། །

དམིགས་བཅེས་བཞི་སྟོན། དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྤུན་རས་གཟིགས། འི་མེད་མཆིན་
བའི་དབང་པོ་འཇམ་བའི་དབྱངས། །གངས་ཅན་མཁས་བའི་གཙུག་རྒྱུ་ཅོང་ཁ་པ། །སྟོ་བཟང་
གྲགས་བའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་བ་འདིལོ།

དམིགས་བརྟེན་པའི་ལས་ཚོགས་བརྒྱ་གཅིག ༡ དམིགས་བརྟེན་པའི་སྒོ་ནས་ཆར་དབབ་པའི་ལས་
 ཚོགས། ༢ སད་བསྐྱང་པའི་ལས་ཚོགས། ༣ མཚོན་བསྐྱང་པའི་བཟང་ཡིག་གི་ལས་ཚོགས།
 ༤ མཚོན་བསྐྱང་འདོགས་པའི་ལས་ཚོགས། ༥ གྲིབ་བསྐྱང་པའི་ལས་ཚོགས། ༦ སྒོག་རྒྱུང་
 བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ལས་ཚོགས། ༧ རྒྱལ་པོ་གྱི་སྒོགས་ཀྱི་བཟང་ཡིག་གི་ལས་ཚོགས། ༨ རྒྱ་
 འཛིང་པའི་ལས་ཚོགས། ༩ ཞིང་ཅུ་འདོན་པའི་ལས་ཚོགས། ༡༠ ཁ་ཟས་འོང་བར་བྱེད་པའི་

ལས་ཚོགས། ༡༡ བར་ཆད་བསྐྱང་བའི་ལས་ཚོགས་དང་བཙུག་ཅིག་གོ། ལས་ཚོགས་འདི་
དག་པཎ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསུང་སོགས་ན་གསལ་ལོ། །

དམ། ༡ གདོན་ཞིག་སྟེ། ཚུན་དེ་ཀྱི་བདག་གོ། ༢ བོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་རིགས་ཤིག་སྟེ། མིའུ་གཤུང་བྱ་ག་
གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཞེས་ཀྱང་འཁྲི་བར་བྱེད།

དམ་སྐྱས། མུ་སྐྱས་དང་འབྲ།

དམ་ཐག་མུ་ཐག་དང་འབྲ།

དམ་ཚོད། མི་བསྐྱེད་པ། མ་དུལ་བ། གྲོང་པོ། གཏུམ་པོ་བཅས་ཀྱི་དོན། ཉ་དམ་ཚོད་ཅེས་དང་།
སེམས་དམ་ཚོད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། སོ་སོར་ཐར་བ་ལས། ཉག་ཏུ་འབད་བས་བདའ་བ་
ཡི། །སེམས་རྟུལ་ལྷན་དཀའ་བ་ལ། །མ་སྐྱེད་པའི་གཟེར་རྒྱུ་བརྒྱ་བ་ཡི། །སྐབ་ནི་སོ་སོར་ཐར་
འདི་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དམ་མུ། དམ་རྒྱ་དང་འབྲ་བར་བཤད།

དམ་རྒྱ་ལ། ལུས་པོར་ཚུ་བསགས་པའི་ནད་ཅིག་ཚུན་དེ་ཀྱི་བྱ། དབྱིན་སྐད་དུ་^{dropsy/edema} ཟེར།
རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས། (རྒྱལ་བྱ་གཞོན་ཏུ་དོན་བྱུབ) དེས་ལམ་ཀ་ན་མི་ནད་ཀྱིས་ཉེན་
པ། དམ་རྒྱ་ཅན། ལུས་ཉམ་རྒྱུང་བ། རང་གི་གཅིན་སྐྱག་ཏུ་བྱིང་བ། མགོན་མེད་པ། ལྷུབས་
མེད་པ། ཤིན་ཏུ་ཤ་ཐར་བར་དབྱགས་དབྱུང་ཞིང་རྩལ་དགོས་པ་ཞིག་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་གོ། །

དམན་པ། (བདེ་རྒྱུད་) མི་གསལ་བའམ་ལྷན་པའི་མིང་། དམན་པ་དང་ལྷན་པོ་ནི་ལྷན་པའི་དོན་དུ་ཡི་
ཤིང་གྲུང་ཁང་དུ་བཤད། ཐོག་མའི་ཆར་དམན་པ་དང་། ལྷན་པོ། ལྷན་པ། ལྷན་པོ། ལྷན་པ་
གསུམ་པོ་སྐྱས་བརྗོད་ཚུལ་ཅམ་ལས་མི་གསལ་བ་དང་འཐེབས་པའི་དོན་ཡིན་པར་འབྲུག་པར་
བྱིས་རིམ་གྱིས་དོན་ཅུང་ཟད་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་འཇུག་སོ། །

དམས་བྱུང་བ། (འདུལ་བ) ཡི་ཆད་པའམ་ཆི་ཆད་པ། ཡི་གྲུང་སོགས་ན་གསལ། ལུས་བྱུང་བ་ཡང་
ཟེར། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཅ་འབྲེལ་ལས་ལུས་བྱུང་བ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཅ་

བ ༡༣༣བ༦ ལས། སྒྲིད་ལུག་བཤམ། སྤུས་བྱུང་བཤམ། ཐེ་ཆོམ་ཟ་བཤམ། ཞེས་བ་ལྟ་
བུལོ། །དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་བ་༼ ཚུ་ ༡༡༣བ༥
ལས། སྤུས་བྱུང་བཤམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཀྱིས་ངོ་ (མ་དཔེར་དོ་བྱིས་འདུག་ཀྱང་ངོ་ཡིན་
ནམ་སྤྲུལ་མོ) ཆ་བར་བྱེད་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དཔུས་ལོང་། <རྫོ་ཉ་རྩ་༥> སྒྲིམ་དུས་ནས་མིག་ལོང་བའི་གང་ཟག་ ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྫོ་ཉ་རྩ་ཞེས་བ་
ཐད་བསྐྱར་བྱས་ན་སྒྲིམ་ལོང་ཟེར་བར་བཤད། སྒྲ་བཤད་ནི། མིག་ལོང་ནས་སྤྱན་ནག་
འཐིབས་བ་ལྟར་གྱུར་བས་ན་དཔུས་ལོང་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་དཔུས་ནི་འདྲིར་སྤྱན་བཤམ་
སྤྱན་ནག་དང་། སྤྱན་ནག་འཐིབས་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། དཔེར་ན་ས་རྩ་བ་
ནས་སྤྱན་ནག་ཆགས་བ་ལ་ནམ་དཔུས་བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །ནམ་སྤུས་བཤང་ཟེར།

དམོད་བ་བྱ་བ་། གཞན་ལ་དམོད་མོ་བརྒྱབ་ན་གཞོད་པའི་རྒྱས་བ་ཡོད་བ། བྱང་བར་དུ་འཕགས་
པའི་བསྟོད་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་བ་ལས། དམོད་བ་བྱ་བ་བ་ནི་དམོད་བ་བྱེད་པའི་རྒྱས་བ་ཡོད་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དམོད་བ་འདོར་བ། སྟོན་ལམ་ངན་བཤམ་ལོག་བ་འདེབས་བ།
དམོད་བ་པོར་བ། དམོད་བ་འདོར་བ་དང་འབྲ། ཐ་སྙད་འདི་ཏུན་ཉོང་ནས་ཐོན་པའི་རྣ་མ་ཤའི་རྟོགས་
བརྗོད་དུ་འདར་སྤང་བས་མ་མཐར་ཡང་ལོ་ཆོག་སྟོང་སྟོན་གྱི་གནའ་ཡིག་ཡིན་པར་ངེས་སོ། །

དཔུལ་ཁམས་བཙེ་བརྒྱད། ཆ་དཔུལ་བརྒྱད། ཁང་དཔུལ་བརྒྱད། ཉེ་འཁོར་བའི་དཔུལ་བ། ཉེ་ཆེ་
བའི་དཔུལ་བ་དང་བཙེ་བརྒྱད་དོ། །

དཔུལ་བ། <ན་ར་ག> ། སྤྱག་བསྐུལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ངན་སོང་གི་གནས་ཤིག་ ལེགས་སྦྱར་དུ་ན་ར་ག་
འཇུག་ ཟེར། སྒྲ་བཤད་ནི། དཔུལ་བ་ནི་བསྐུལ་བ་སྟེ་ཉལ་དུ་འཕམ་འབྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དོན་ཡིན་
པས་ལུས་སྤྱགས་སེག་གི་ས་གཞི་ལ་བསྐུལ་ནས་སྤྱག་བསྐུལ་སྟོང་དུ་འཇུག་པས་ན་དཔུལ་
བ་ཞེས་བྱའོ། །འགྲོ་མཐོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་༤ན་༡ལས། ལུས་
དཔུལ་ཞིང་གཏུབས་པས་ན་དཔུལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས། ཆེ་ཏན་ཞབས་དུང་རིན་མོ་ཆེའི་

མ་ག་ཅད། མ་ག་ཆད་དང་དོན་འདྲ། བདེ་སྤྱི་པལ་པོ་ཆེ་ལས་སངས་རྒྱལ་པལ་པོ་ཆེའི་ཆབ་རྟ།

སངས་རྒྱལ་མ་གཅིད་ཅེས་འབྲུང་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། སངས་རྒྱལ་མ་གཅིད་ཅེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་
རྒྱལ་པའི་མདོ། བཅ་པོ་གཉིས་པ། ཞེས་སོགས་འབྲུང་ངོ། །

མ་གཅིད་། 1 བལ་པོ་ཆེ། 2 སྟོན་གྱི་གོང་རྒྱན་། 3 ཡང་དག་པ་བཅས་ལ་འཇུག་པར། ལི་ཤིའི་གྲུང་
ཁང་དང་། བཀའ་འབྲུང་དཀར་ཆགས་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དང་པོ་ཤིན་ཏུ་
རྒྱལ་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་པལ་པོ་ཆེ་ནི། བདེ་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱལ་མ་གཅིད་དུ་
གྲགས་ཤིང་། ཡང་སྟོན་གྱི་གོང་རྒྱན་དུ་འང་བསྐྱར་བ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་དེའང་གྲེ་གྲག་
གི་མིང་སྟེ་ལ་བཏགས་པར་གསལ་ཏེ། མདོ་འདིའི་ལེ་འཁྱེད་ཀྱི་ཅད་ཀྱའི་བར་དུ་པལ་པོ་ཆེ་ཞེས་
དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་མ་སོགས་སུ་བཤད་པ་གང་ཞིག །དེས་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་འཇུག་
དེ་ལྟར་གྲགས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

མ་སྟོ། (འདུལ་བ) ཁ་དང་རྒྱལ་མོ་མཆན་གསུམ་གྱི་སྟེ་མིང་། རྒྱ་བཤད་ནི། མ་ནི་སྐབས་འདིར་སྟོན་
ནམ་མི་གཙང་བའི་དོན་ཡིན་པས། མི་གཙང་བ་འབབ་པའི་སྟོའམ་ལམ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་
ཅེས་བཛོད་དོ། །མ་ཞེས་པ་སྟོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས།
དེས་ན་པ་གིན་དུ་བ་འདུག་པས་མེ་འདུག་སྟེ་ཡང་རྟགས་སུ་ནི་དུ་བ་ཉིད་སོང་བ་སྟེ་བདུན་
གྱི་དགོངས་པ་མ་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་གསུམ་མ་སྟོ་ཞེས་བཏགས་པའི་
རྒྱ་མཆན་ནི། རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་དེ་དག་ལ་ཆགས་པ་སྟོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །རིན་ཆེན་
ཐེང་བ་། གེ ༡༡༡༥བལས། ལུས་ཀྱི་ཁྱོང་ཁྱོང་མི་གཙང་བ། འབྲུང་བའི་བྱ་གཏོང་བ་
གང་། །དེ་ནི་སྟེ་པོ་སྟོན་པོ་ཡིས། །དགའ་བའི་དོན་དུ་ཉེ་བར་བརྟགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མ་སྟོ་གསུམ། (འདུལ་བ) མི་གཙང་བ་འབབ་པའི་ལམ་གསུམ་ནི། ཁ་དང་། རྒྱལ། མོ་མཆན་དང་
གསུམ་མོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། མ་སྟོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

མ་སྟོས། མའི་སྟོས་དང་དོན་འདྲ།

མ་བྱ་ཆེན་པོའི་རིག་ཐུགས། དུག་སེལ་བའི་རིག་ཐུགས་ཤིག་སྟེ། སྟོན་དགོས་པ་སྟེ་ལ་སྟེ་ལ་གདུག་པ་
ཅན་ཞིག་གིས་སོ་བཏབ་སྟེ་འཆི་ལ་ཉེ་བའི་ཆོ། སྟོན་པ་བསྟེན་ཏེ་བཅོས་ཐབས་ཅི་བྱས་ཀྱང་མ་

ཕན་པར། མཐར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུས་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མ་བྱ་ཆེན་མོའི་
རིག་སྤྲུགས་འདི་གསུངས་ནས་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་ལོ་རྒྱུས། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་བཅས་སོ་བྲལ་
ཅུ་བ་ན་གསལ།

མ་བྱ་བྱང་བཙོན། བ་ཚབ་ཀྱི་སྤྲུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ཞིག་ཁྱེའོ་རྒྱ་བ་མདོ་སྤྱོད་འབར་དང་། ཁ་ཆེ་ཇ་ཡ་ལྷ་ནུ་
གཉིས་ཀའི་སྤྱོད་མ་སྟེ། ཇ་ཡ་ལྷ་ནུས་མཛད་པའི་རྟོག་གའི་སོ་བའི་རྟོག་མཛད། ཅ་བ་ཤེས་
རབ་ཀྱི་རྟོག་དང་། ཆོག་གསལ་ཀྱི་སྤོང་ཐུན་ཀྱི་རྟོག་དང་། འཇུག་འབྲེལ་ཀྱི་བསྐྱུས་དོན་ཀྱི་
མཆན་དང་། དབུ་མའི་བསྐྱུས་བ་རྣམས་མཛད་དོ། །མ་བྱ་བྱང་བཙོན་གྱིས་སྤྱོད་ཆབ་ལས་དབུ་
མ་དང་འདུས་བ་གཉིས་ཀ་གསན་པར་དེབ་སྟོན་དུ་བཤད་དོ། །

མ་འབྲེད་པ། (འདུལ་བ) མོ་མཆན་ཁ་བྱེན་སྟོན་པ། ལུང་རྣམས་འབྲེད་ ཉ ༡༩༧༧ལས། བཅོམ་
ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱང་མེད་ཀྱིས་སྤྱེས་བ་རྣམས་བརྒྱུད་ཀྱིས་འཆིང་བར་བྱེད་དེ། གར་དང་། ལྷ་
དང་། རོལ་མོ་དང་། གད་མོ་དང་། ཏུ་བ་དང་། ལྷ་བ་དང་། རེག་བ་དང་། མ་འབྲེད་པས་སོ།
ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །རྣམས་འབྲེད་འབྲེལ་ ཆུ ༡༩༧༧ན་ལས། མ་འབྲེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་
གཅི་བའི་ལམ་བཟོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས། འདིའི་དོན་གང་ཡིན་བརྟག་དགོས་སོ། །

མ་མཆན། (འདུལ་བ) 1 མ་རྩེས། 2 ལུས་ལ་ཁབ་གཅག་བརྒྱབ་ནས་བྲིས་པའི་རི་མོ། ཁབ་གཅགས་
རི་མོ། བགས་གཅགས་རི་མོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། གང་གི་ལུས་ལ་མ་
མཆན་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ལུས་ལ་མ་མཆན་ཅན་དག་སྟེ། ལྷག་ཆ་ལ་སོགས་པས་ལག་བ་
ལ་བྲིས་བ་ནི་ལུས་ལ་མ་མཆན་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཁབ་ལ་སོགས་པས་གཅགས་ཤིང་བྲི་རྩེས་ལ་
སོགས་པའི་མངོན་མཆན་དག་གིས་མཆན་བཏབ་པའི་བྲིར་སོ། །ལྷག་ལ་སོགས་པས་གཞུས་
པའི་མ་མཆན་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེར་སང་བྱི་རྒྱལ་བས་ (tattoo) ཟེར་བ་དེའོ། །

མང་ལས། (བརྟུན་པ) མི་ལམ་གྱི་མིང་ཡིན་པར་མཆིམས་མཛོད་དུ་གསལ། ཞིབ་པར་མི་ལམ་ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གསེགས།

མངས་སོ། དམོད་མོ་དང་དོན་གཅིག་ གཞན་ལ་མངས་སོ་ཟེར་བ་ཞེས་བ་གཞན་ལ་དམོད་མོ་རྒྱག་

པའི་དོན་ཡིན།

མད། མད་དུ་བྱུང་བ། སྒྲིད་འབྲུག་ཆེན་མོ་ལས། སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཁྲུང་པར་འདི། །སྒྲ་ན་མེད་པའི་
མད་ཅིག་འབྲུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

མད་བྱུང་། མད་དུ་བྱུང་པའི་ཆོག་བསྐྱས་པའོ། །

མད་དུ་བྱུང་བ། ལུལ་དུ་བྱུང་བའོ། ། རོ་མཆར་བ། རོ་མཆར་རམ་ཡ་མཆན་སྒྲེ་བར་འོས་པའི་གནས།
ཞིབ་པར་རོ་མཆར་མད་དུ་བྱུང་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

མད་དུ་བྱུང་བའི་སྒྲེ། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བརྒྱ་གཅིག་པ་ནི། མཆིམས་མཛོད་ལས།
གང་ལས་སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཉོན་ཐོས་ནམས་ཀྱི་སྤྱན་མོང་དང་སྤྱན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་ལས་ཁྲུང་པར་དུ་འཕགས་པ་རོ་མཆར་མད་དུ་བྱུང་བར་
གཤགས་པ་བསྐྱན་པ་མད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

མའི་སྒྲོ་སྒྲིལ་ མ་ལུལ། དབྱིན་སྐད་དུ་ (scar) ཟེར། མིག་རྒྱུད་གི་གཏམ་རྒྱུད་འཆད་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་མདོ་
སྒྲེ་ལས་བརྒྱ་པ་༩ ན ༩༥བ་ལས། དེས་དབྱ་བཅོམ་པ་ཉིད་ཐོབ་ནས། ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་
རིའི་བྱའི་རྒྱུད་པ་གཉིས་སྐྱམ་གྱིས་སྐྱུད་པ་ན། དེས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རིའི་བྱའི་རྒྱུད་པའི་རྒྱའི་
སྒྲོས་མཛོད་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

མའི་ལྷ་མཁར། མཁར་ཅེ་ཟེར་བ་དེར་སང་འཕན་ལུལ་སྐྱུན་གྲུབ་རྫོང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་གསུང།

མས་པོ། མས་སྒྲོན་པོག་པའི་གང་ཟག་ མས་མ་དང་དོན་གཅིག

མི་ལས། གཉིད་ལས། མི་ལམ་རི་ལྟར་འབྲུང་བའི་ཚུལ་ནི། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། གཙེ་བོ་ནི་
རྒྱུད་གཞན་ལས། སྒྲིང་ཁ་དང་ཞོར་བྱར་གནས་པའི་ཐིག་ལེས་གཉིད་འཐུག་གི་སྐྱབས་དང་།
མགྲིན་པ་དང་ལྷེ་འོག་གི་གསང་གནས་ཀྱི་ཐིག་ལེས་མི་ལམ་དང་། དཔལ་བ་དང་ལྷེ་བའི་ཐིག་
ལས་སང་པའི་གནས་སྐྱབས་སྒྲིད་པར་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། གཉིད་དུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་སྒྲིང་
ཁ་དང་ཞོར་བྱར་རྒྱུད་འདུ་ཆབས་ཆེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་མེད་པའི་གཉིད་འབྲུང་ཞིང་། དེ་
དེར་གནས་པའི་རིང་ལ་དེ་ལྟར་གནས་པ་དང་། དེ་གཉིས་སུ་རྒྱུད་འདུད་པ་ཅུང་ཞིག་གིས་

ནས་མགྲིན་བ་དང་གསང་གནས་སུ་སོང་སྟེ་འདུས་པ་ལས་མི་ལམ་འབྱུང་ཞིང་། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། སྐྱིད་ལམ། སྐྱི་ལམ། མི་ལམ། (མི་ལམ་ནི་སྐྱིད་ལམ་བྱུང་ཆག་པ་ཡིན་
ཞིང་། རོན་དུ་གཉིད་ལམ་ཡིན) མན་ལམ། མང་ལམ། གཟིག་ལམ། (མི་ལམ་གྱི་ཞེས་ར་
གཟིག་ལམ་ཟེར) གཟིགས་ལམ་ནམས་དོན་གཅིག་ ཡིག་རྙིང་ནམས་སུ་གཉིད་ལམ་ལ་སྐྱི་
ལམ་མཐ་སྐྱིད་ལམ་ཞེས་འབྲི་བར་སེམས།

མི་ལམ་སྐྱུ་མ། (བཀའ་བརྒྱུད) བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་མི་ལམ་གྱི་ལུས་རྒྱང་སེམས་སྤྲ་བ་ལས་བྱུབ་
བ་གང་ལའང་ཐོགས་པ་མེད་པ་དེའོ། །

མི་ལམ་ངན་པ་བརློག་ཐབས་ནམ་པ་བདུན། མི་ལམ་ངན་པ་བརློག་ཐབས་ནམ་པ་བདུན་ཏེ། ཕྱགས་
སྐྱོང་ལ་གཏོར་མ་སྦྱིན་པ། མཁའ་འགྲོ་ལ་གཏོར་མ་སྦྱིན་པ། སྤང་འཁོར་སྒོམ་པ། བརྒྱས་པ་
བྱེད་པ། གོ་ཆེའི་སྤྲུགས་འགོད་པ། ལྷ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ། སྦྱིན་སྒྲིག་དང་བདུན་མོ། །

མི་ལམ་རྒྱོ་བ། མི་ལམ་ཐེག་ལོ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ༩ ང་བ་ ༡༥༧བལ་ས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་གྱི་
སྤུའི་ཆོགས་གྱི་དཔོན་པོ་མི་ལམ་རྒྱོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ང་ཡིན་མོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མི་ལམ་ཐེན། ། གཉིད་དུས་སུ་མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་ཡིན་པར་ངོ་ཞེས་པ་ལ། མི་ལམ་ཐེན་པ་ཟེར། རྗེའི་
རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་དང་། རྗེའི་གསུང་ཐེན་གྲིས་གསང་འདུས་ཡིག་རྒྱང་ཉིང་གཅིག་སོགས་
ལས་བཤད། འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་རང་ནམ་དུ་འང་གསལ། 2 རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་
༥༠༧ལས། དེ་བས་ཟབ་པ་ཞིག་ལ་གསུངས་འདུག་པ་འདི་ལྟར། གཉིད་གྱི་འོད་གསལ་དངོས་
གཞི་དེ་ཡང་རྒྱང་གིས་མ་གཤོས་བར་དུ་འབྱུང་གི་རྒྱང་གིས་གཤོས་ནས་མི་ལམ་དུ་འགྲོ་བས།
དེ་ཐེན་པའི་ཆེ་མི་ལམ་ལ་མི་འཆོར་བར་དེ་ཉིད་ལ་འཇིན་པའི་འཕེན་པ་དག་པོ་བཏང་ནས་
རྒྱབས་དེ་ཉིད་དུ་སེམས་གཟུང་དགོས་པ་ནི། རི་སྤྱི་དུ་ཞེས་སོགས་གྱི་དོན་ཏོ། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་སོ། །མི་ལམ་ལ་མི་འཆོར་བར་གཉིད་གྱི་འོད་གསལ་ལ་སེམས་འཇིན་པ་ལ། མི་
ལམ་འཇིན་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་དཔྱད། རྗེའི་སྤྲུགས་རིན་ཆེན་མོ་གོང་ལོག་ཀུན་ལ་ཞིབ་ཏུ་
གཟིགས།

མི་ལམ་བེན་དང། མི་ལམ་བེན་དང་འདྲ།

མེ་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་མེ་ལམ་གྱི་ལུས་ཁྲུང་པར་བཅེག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེམ། རེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། མེ་ལམ་འབྲུང་བ་ཙམ་མེན་གྱི་མེ་ལམ་གྱི་ལུས་ཁྲུང་པར་བཅེག་ཡོད་པ་དེ་སྐྱུ་ལུས་གྱི་རིམ་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་མེ་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་ཤིས་ཀྱང་བྱལོ། །ཤིས་གསུངས་སོ། །

མི་ལམ་ལོངས་སྤྱི་བསྐྱེད་པ་བྱེད་པ་ལྟར་ལྟོང་དུ་ལེན་པ་དང་། གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་གཉིས་
པ་མི་ལམ་ལོངས་སྤྱི་དང་བསྐྱེད་པ་གཉིད་ཀྱི་ལོང་གསལ་ལས་ལྷང་བར་ཅོམ་བ་དང་མི་ལམ་
འཆར་བས། དེའི་དུས་སུ་མི་ལམ་གྱི་ལུས་དེ་ལྷན་སྒྲིལ་གྱི་ལུས་ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་བའི་
ལོངས་སྤྱི་དང་ཤིང་མགོན་ཤོངས། འཛིགས་ལྟེན་ལྷང་ན་ལོངས་སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་པ་འཇམ་
དཔལ་གཞོན་ལྷུང་ལྷུང་པའི་སྤྱི་འཇམ་འཛོན་ལྷུང་སྤྱི་ཅིག་གིས་ལངས་ཏེ་ཅི་ཙམ་གནས་
གནས་ཀྱི་བར་དུ་སྤྱི་མ་ལྟ་བུའི་ཏིང་པེ་འཛིན་པ་མཉམ་པར་འཛོག་པའི་མི་ལམ་ལོངས་སྤྱི་དང་
བསྐྱེད་པོ། །

མིག་པ་ཁ་དབྱག་ མིག་པ་ཁ་གཉིས་སུ་གྱེས་པ། བ་སྒྲགས་དང་མ་ཉེ་སོགས་ཀྱི་མིག་པ་ལྟ་བུ།

མིག་པ་ལྷན་པོ། མིག་པ་ཁ་གྲེས་པ་མེན་པར་ལྷན་པོར་ཡོད་པ། ཉ་དར་པོར་ཕུའི་མིག་པ་ལྷ་བྱ།

[illegible]

ལྷ་སྐྱུལ། ལྷ་ལུལ་དུ་འགྲོ་བའི་ཐག་པའི་སྐྱུལ་འདྲེག་ཅིག་ལ་ཡན་པའི་ཐོན་ལྷམས་འོས་འཛིན་ཁྲེད།
 ལུ་ཤྲོན་ཚས་འབྱུང་ན་དེ་ལྷ་སྐྱུལ་ཞེས་ཀྱང་སྒྲུང་བས་འཁྲི་ཚུལ་གཉིས་ཀའང་འཐད་བར་
 སེམས་སོ།

མུ་ཐག་རྩ་ཡུལ་ཏུ་འགྲོ་བའི་དབྱང་ཐག་རྩ་བཞི་ལ་གནང་བའི་ཐོན་རྫས་ཤོས་འཛིན་བྱེད། ཏུ་
 མེན་ཆོས་འབྱུང་ན་དུ་ཐག་ཅེས་ཀྱང་སྤང་བས་འཕྲི་ཚུལ་གཉིས་ཀའང་འཐད་པར་སེམས་
 ལོ། མུ་ཐག་དང་མུ་སྤྲེལ་གཉིས་པལ་ཆེན་དོན་འདྲ་བར་སེམས་སོ། །

རྒྱགས་པ། ༡ (མིང་ཚེ) གཏི་ལྷག་གི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག ལུས་སེམས་སྡི་ཞིང་ལས་སུ་མི་རུང་བར་བྱེད་ལ་བྱིང་བའི་རྒྱར་རྒྱར་བའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིས་ཆེན་མོ་ལ་གཞི་བྱས། དེ་ཉིད་ལས། གངས་རིའི་ཁོང་གི་བསམ་གཏན་བ་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ནི། ལུལ་གཞན་ལ་འཕྲོ་བ་མེད་པར་གནས་ཤིང་གསལ་དུངས་ནི་མེད་པའི་སེམས་རྒྱགས་པ་ཞིག་ལ་བྱིང་བར་འདོད་པར་སྣང་ངོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱགས་པ་ནི་བྱིང་བའི་རྒྱར་གསུངས་པས་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ཡིན་པའི་བྱིང་ཏེ། ཞེས་སོགས་གསུངས། 2 (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་འདས་པ) རྒྱག་པའི་འདས་པ། ཁྱིས་རྒྱགས་ལྟ་བུ།

རྒྱགས་བྱེད། <རྫླན> རྒྱགས་ཀྱིས་གཞན་སེམས་ཚོངས་པར་བྱེད་པའི་མིང་། རྒྱ་བཤད་ནི། རྒྱགས་པ་ནི་ཚོངས་པའི་དོན་ཡིན་པས་རྒྱགས་ཀྱིས་གཞན་སེམས་ཚོངས་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅས་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་རྒྱགས་བྱེད་འབྲིང་པོ་ལས་རྒྱ་སྐྱོར་བཅས་གཉིས་༩ ཙ་བ ༡༡༥༤བཅུ་ལས། རྫླན་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱགས་ཀྱིས་སེམས་ཚོངས་པར་བྱེད་པའི་མིང་ལྟེ་རྒྱགས་བྱེད་ཅས་བྱ། ཞེས་གསུངས།

རྒྱན་པོ། རྒྱན་པོའི་དོན་དུ་ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་དུ་བཤད། དཔུན་པ་དང་འབྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཞིགས། མེ་བ། ཙོག་པ།

མེ་རུ། རྒྱ་བོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་སུ་ཆགས་པའི་ལུང་བ་ཞིག (འདི་རྒྱ་ནག་གི་ལུལ་ཡིན་པ་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཤོག་གངས་མ ༣༡ན་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། རྒྱ་ལུལ་མེ་རུ་བྱ་བའི་སོ་མཆོམས་སུ་བཅན་པོ་དཔོན་ཞང་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་ཁང་རེ་བཅིགས། ཞེས་གསུངས་སོ) བྱེ་ལོ་༤༩ལོར་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱིས་རྒྱ་བོད་དབར་ཞལ་འཆས་གྱི་ཞི་བདེའི་ཆིངས་ཡིག་འཁོད་པའི་རྫོང་རིང་གསུམ་བཅུགས་ཤིང་། དེ་ཡང་ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་དུ་སར་རྫོང་རིང་གཅིག རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་གི་མདུན་དུ་གཅིག མེ་རུར་རྫོང་རིང་གཅིག་བཅས་གསུམ་བཅུགས་སོ། །

མེ་ཤ་ཅན། རིགས་ངན་ཤན་པ་ལ་བྱ་བར་བཤད། འགའ་ཞིག་གིས། སྤྱིག་པ་རྩ་ཙ་དང་། དུར་ཁོང་གི་

མི་ལ་ཐ་བའི་ཤོད་སོགས་ལ་བཤད་པའང་ཡོད་ཅེས་དབྱངས་ཅན་དག་འཛོལ་གསུང་ངོ། །

ཆེག་ ཉམས་དང་། ལུས་ལ། འཁོས་བཅས་ཀྱི་དོན། བཤ་ཆེན་ལྷག་མཆོག་པས། ཆེག་ཅེས་བྲ་བ་
ཉམས་དང་ནི། འཁོས་ཀྱི་མིང་དུ་བཏགས་པ་སྟེ། ཆེག་མེད་པ་ནི་དེ་མེད་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ཆེག་གཏལ། (འདུལ་བ) ཆེག་བཏལ་དང་དོན་འབྲ་བར་བཤད།

ཆེག་བཏལ། (འདུལ་བ) ལུས་མེད་དུ་བཏང་བ། ལུལ་མེད་དུ་བཏང་བའས། ལུལ་མེད་དུ་བརྒྱག་པའི་
དོན་ཡིན། བརྒྱག་པའི་དོན་དུ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས་གསུངས། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དུ་ག
ཏེ་ལས། དེས་རི་ཁོང་པ་དེ་རྒྱལ་བཅོམ་རབ་ཏུ་བཅོམ་སྟེ་ཆེག་བཏལོ། །དེ་ནས་ལྷ་ཀྱ་རྒྱལ་ས་
མགྲ་ནས་རྒྱལ་པོ་མེད་གོ་འབྲམ་གྱི་བྱང་དུ་དོང་སྟེ། ལྷ་གཞོན་ལུས་རི་ཁོང་པ་རྒྱལ་བཅོམ་
རབ་ཏུ་བཅོམ་སྟེ་ཆེག་བཏལ་ལགས་པས་བདག་ཅག་སྟོ་བ་དག་འཛན་གཞོན་ལུ་མཆོག་ཅི་
བཞེད་གསུང་ཞིག་དབུལ་ལོ། །

ཆེག་མེད། གཏན་མེད། ཅ་མེད།

ཆེད་པ། (བརྟུང་) 1 འབྲི་བའི་བརྟུང་དུ་བཤད་ཀྱང་། འདི་འབྲི་བ་དང་སྟེ་བའི་དོན་གཉིས་ཀར་འབྲུག
འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དུ་ག་པ་ ༡༡'༢'བཤལས། སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་ས་ནི་
མཁའ་བཞུགས་དུ་ཆེད་པ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆེད་པ་ལྷན་
དག་འཛོལ་སྟེ་པས། ལྷན་དག་འཛོལ་རྒྱ་གང་དང་རྒྱ་གང་གིས་ན་ད་ལྷན་དག་སྟོང་ཅུང་བར་
གྱུར། ཞེས་དང་། 2 ཞིང་མོད་པའམ་མོ་བའི་དོན། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དུ་ཁ་པ་ ༡ལས། ཇི་ཅས་
ནས་ཕྱོགས་ཞིག་ན་བྲམ་ཐེ་ཞིག་ཟན་མ་ཟོས་པར་ཞིང་ཆེད་པ་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷན་པོ། །

ཆེའུ། (བརྟུང་) ལས་ཀྱི་བརྟུང་། ཡོངས་འཛིན་ཁྲི་ཆེན་དག་དབང་སྟན་གྲགས་དཔལ་བཟང་པོས།
ཆེའུ་ནི་ནས་ཀྱི་བརྟུང་ཡིན་གསུང་ངོ། །ཞེས་དབྱངས་ཅན་དག་འཛོལ་ལམ་རིམ་བརྟུང་བཀོལ་
ལས་གསུངས་སོ། །

ཆེའུ་ཟན། 1 ལས་ཀྱི་ཟན། ཞེས་རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་གསུང་། 2 ཆེའུ་ཟན་ནི་རྩམ་པ་དང་མར་བུ་

རམ་སོགས་བསྐྱེས་པའི་འཕན་ཡུལ་གྱི་ཟས་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་པར་བཤད། ལོ་རྒྱུས་ནི། ཁྱིམ་
 ཚང་ཞིག་ཏུ་སྤུ་ཟན་ནང་མི་ཚང་མར་ཆ་སྟོམས་སུ་བཞོས་ནས་ཡོད་པ་ལ། བྱས་བྲན་རྒྱ་
 རྒྱུ་པོ་བྱས་ཏེ་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐལ་བ་ནས་ཟོས། རང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུ་པོ་སྐྱས་ནས་བཞག་པ་
 ཁྱིས་ཁྱིར་བ་ཤེས་པ་ན་པངས་ཏེ་འགྱོད་ཅིང་དུས་པའི་དཔེ་ཞིག་སྟེ། དེད་ཅག་དགོས་པ་རྒྱུང་
 ཆོགས་ལ་འང་པངས་ཤིང་འགྱོད་ན། དལ་འགྱོར་རྒྱུད་ཟོས་སུ་གཏོང་བར་ཅིས་མི་པངས་ཏེ་
 པངས་རིགས་སོ་ཞེས་སྟོང་པོ་ལེན་པར་གདམས་པའི་དཔེ་ཞིག་གོ།

མེལ་འབྲུག་གི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་རྩའི་བཅུ་བདུན་པ་ནི། དགེ་སྟོང་མ་ལ་བལ་མེལ་དུ་
 བཅུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །

ཚོང་སྤྱ། པོ་མའི་རྟགས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་གྱི་སྤྱིའི་མིང་། བལ་སྤྱད་དུ་དེ་ལ་ཚོང་ཟེ་ཡང་ཟེད།
 ཚོང་ཟེ། ཚོང་སྤྱ་དང་འབྲ། འོན་ཀྱང་ཚོང་ཟེ་ཞེས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་ཚོང་སྤྱ་ལ་ཤས་ཆེར་བེད་སྟོང་བྱེད།
 ཚོངས་རྒྱལ། ལྷན་པོ། ཚོངས་རྒྱལ་གྱི་བཟླ་ཉིང་ལ་མོང་རྒྱལ་ཞེས་བྲ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།
 ལྷན་མོ་ཞེས་མོ་རྟགས་སྤྱར་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ། ཚོངས་རྒྱལ་ཞེས་པ་ལྷན་པོ་སྤྱིའི་
 མིང་ཡིན་མོད། བྱད་མེད་ལྷན་མོ་གཅིག་བྲ་ལ་གོ་བ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་པའི་ལོག་རྟོག་འབྱུང་ཉན་
 འདུག་པས་མི་ལོགས་སོ། །

ཚོངས་སྤྱ། ཚོང་སྤྱ་དང་འབྲ།

ཚོངས་བྱེད། <མོ་ཉན> 1 སྤྱགས་ཀྱིས་སེམས་ལྷན་ཞིང་མི་བྲན་པར་འགྱུར་པའི་མིང་། བྱེད་ཟག་
 རྟོགས་བྱེད་འབྱེད་པོ་ལམ་སྤྱ་སྤྱོར་བཅ་གཉིས་༩ ཙམ་ ༡༧༧བལ་ལས། མོ་ཉན་ཞེས་བྲ་བ་
 སྤྱགས་ཀྱིས་སེམས་ལྷན་ཞིང་མི་བྲན་པར་འགྱུར་པའི་མིང་སྟེ་ཚོངས་བྱེད་ཅེས་བྲ། ཞེས་
 གསུངས། 2 བཤའ་ལྱའི་ཡ་གྲལ་ཏེ། བཤུ་དང་སྤྱགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་འདོད་ཆགས་
 ཀྱིས་སྟོས་ནས་ཚོངས་པར་བྱེད་པ་ལའང་ཟེད།

ཚོན་སྤང། ཚོས་སྤང་དང་དོན་འབྲ།

ཚོན་དོར། ཞིང་ཚོ་པའི་སྤང་སོགས་གཉའ་ཤིང་གིས་སྟེལ་བ་ཆ་རེ་ལ་ཟེད། འདི་ལ་ཚོན་པའང་ཟེར་

བར་བཤད། རྟོང་དང་དོ་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་སེམས།
ཚོན་པ། 1 ཞིང་ཚོ་བའི་དོན། ཚོན་པ་རྒྱག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཚོན་རྟོང་དང་དོན་གཅིག་པར། དབྱངས་
ཅན་དགའ་ལྗོས་བཤད།

ཚོས་སྤང་། ཚོད་རྒྱག་བྱེད་ཀྱི་སྤང་གོག།

རྒྱ་བ། 1 ལུས་ཁྲུམ་ཞིང་ཉམ་རྒྱུང་བའི་དོན། ངལ་བ་དང་རྒྱ་སེལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཟེར་༼
གོ་བ་ ༡༩༥༧༥ལས། ལུས་ཁྲུམ་ཞིང་ཉམ་རྒྱུང་བ་ནི་རྒྱ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། 12
ལུས་སེམས་ལས་སྤྱི་མི་རུང་བའི་ལྷོ་བ་ལ་ཟེར། རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ ༡༩༥༧
༥ལས། རྒྱ་བ་ནི་ལུས་དང་སེམས་ལྷོ་བ་ཉིད་དེ། ལུས་ལས་སྤྱི་མི་རུང་བ་ཉིད་དང་། སེམས་
ལས་སྤྱི་མི་རུང་བ་ཉིད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 13 ཉམས་པ། ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས་
བཤད་དོ། ཁའི་དྲགས་ཀྱིས་ཚྱོས་ཤིང་འཁྲུགས་པའི་དོན་དུ་བྱ་སྟེན་རིན་པོ་ཆའི་མདོ་ཅའི་
ནས་བཤད་༥༩༧ལས་བཤད་དོ། དབྱངས་ཅན་དགའ་ལྗོས་ལམ་རིམ་བརྟུང་བཀོལ་ལས། རྒྱ་
བ་ནི། ཁམས་ཚྱོག་བའམ་ཁམས་འཁྲུགས་ནས་དྲན་པ་ཉམས་པ། ཤིན་ཏུ་ཐང་ཆད་དེ་ཚྱོས་
པའི་དོན་ལའང་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་༼ བོ་ ༡༡༩ ནན
༥ལས། ལུས་སེམས་ལྷོ་བྱེད་ལས་བྲལ་བ། གང་ཡིན་པ་ནི་མི་བཤོ། ཞེས་གསུངས་པའི་མི་
བ་དང་རྒྱ་བ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱེད་དོ། །

རྒྱུང་བ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མཛོད་སྤངས་པ) བརྒྱུང་བའི་དོན། བསྟན་འགྲུར་༼ ཉོ་བ་ ༡༩༥༧༥ལས། རྒྱུང་
གི་ཁམས་གང་ཞེན། གང་བསྟན་པ་དང་། རྒྱུང་བ་དང་། ཡང་ཞིང་གཡོ་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ།
ལུས་ཀྱི་རྒྱུང་ལག་ལ་སོགས་པ་ནང་བསྟན་ཞིང་བྱེད་རྒྱུངས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
དོ། །

རྒྱུངས། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་འདས་པ) རྒྱུང་བའི་འདས་པ།

རྒྱུང་བ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དུ་ལྟ་བ) རྒྱུང་བའི་དོན། རྒྱུང་བ་ལ་གཟིགས།

རྒྱང་ཆེན། ལྷ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པའི་ལག་ཆ།

སྤྲོད་འདུལ། (འདུལ་བ) མདོ་ཁམས་སྤྲོད་ཀྱི་ཡུལ་ནས་དར་བའི་སྤོམ་རྒྱན་ནམ་འདུལ་བའི་བསྟན་པ་
 ལ་ཟེར། དེ་ཡང་སྤྲོད་དར་མས་བསྟན་པ་བསྟུབས་པའི་དུས་སུ་དཔལ་ཆེན་ཆུ་བོའི་རིའི་སྤོམ་
 ཟུ་ན། གཙང་རབ་གསལ། གཡོ་དགེ་འབྱུང་། དམར་བན་ཤུ་ཐུ་ཞེ་གསུམ་གྱིས་ཀམ་ཤ་ཏྲ་
 ལ་སོགས་པའི་འདུལ་བ་བྲེལ་ཁལ་གཅིག་བཀལ་ཏེ་མདོ་ཁམས་སུ་བྲོས། གཙང་གིས་མཁན་
 བོ་མཛད། གཡོ་ཡིས་སློབ་དཔོན་མཛད་དེ། སུ་གཟུ་གསལ་འབར་ཐོག་མར་དགེ་ཆུལ་དུ་
 བསྐྱབས། དེ་ལ་མཁན་སློབ་ཀྱི་མིང་ཟུར་སྦྲར་ཏེ། དགེ་བ་རབ་གསལ་དུ་བཏགས། (གཡོ་དགེ་
 འབྱུང་གི་མཆན་ཟུར། དགེ། གཙང་རབ་གསལ་གྱི་མཆན་ཟུར། རབ་ཅེས་བ་གཉིས་བསྟོམས་
 པའི་དགེ་བ་རབ་གསལ་ཞེས་བཏགས།) ཕྱིས་མཁྱེན་རབ་ཆེ་བས་སྤྲོད་དགོངས་པ་རབ་
 གསལ་དུ་བཏགས། ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་གཙང་གཡོས་མཁན་སློབ། དམར་བན་ཤུ་ཐུ་ཞེས་
 གསལ་སྟོན། རྒྱ་ནག་རྩ་ཤར་གེ་བར་དང་། གྱི་བན་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་སྐོང་བྱས་ཏེ་ལྷའི་
 ཆོགས་ཀྱིས་བསྟེན་པར་རྫོགས། དབུས་གཙང་མངའ་རིས་བཅས་ནས་སྤྲོ་མེས་ཆུལ་ཁྲིམས་
 ཞེས་རབ་སོགས་མི་བཅུ་འོངས་ནས་སྤྲོད་ལས་སྤོམ་པ་སྤྲངས། དེ་ནས་དབུས་སུ་བྱོན་
 ནས་དབུས་གཙང་གི་བྲོགས་ཐམས་ཅད་དགེ་འདུན་གྱི་སྤེས་བཀའ་སྟེ་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་
 པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱུང་ཏོ། །

སྟན་བཀུས་ཏེ་བོར་བ། (འདུལ་བ) སྟན་གྱི་ཁུ་བ་བཅོར་ནས་སྤྱིགས་རོ་དོར་བ།
 སྟན་ཁང་། 1 ཅད་བཅོས་ཐབས་ཁང་། 2 (འདུལ་བ) སྟན་ལྟག་རོ་ནམས་བཞག་ས།
 སྟན་གྱི་སྤྲོད་འདུལ་འོད་ཀྱི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་ཁྲད་པར་རྒྱས་པ། འཕགས་པ་བཅོམ་ལྟན་འདས་
 སྟན་གྱི་སྤྲོད་འདུལ་འོད་ཀྱི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་ཁྲད་པར་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་
 མདོ། རྒྱུད་ ད་པ་ ༡༩༥ ཅན་ཀུས། མཐུག་༡༩༩༩ བ་པ་པ་པ་རྫོགས་སོ། །
 སྟན་ལ། 1 ༡ མི་རྒྱ་རྒྱ། (དང་པོ་འདི་སྟག་ཆོར་བ་ཡིན་ཟེར་རོ། ཞེས་རྗེའི་སྟགས་རིམ་ཆེན་མོ་གསུང་)
 ༢ ཀུན་གྱི་ལོ། ༣ ཨ་བ་རྩ་རྩ་དཀར་སོ། (གསུམ་པ་ནི་གཞན་གྱིས་མི་སྐབ་པ་དཀར་
 བོ་ལོ། ཞེས་རྗེའི་སྟགས་རིམ་ཆེན་མོ་གསུང་) ༤ དམ་སྤྲུལ་དཀར་དམར་ཏེ་དབྱུག་པའི་

སྒྲུབ་ལྟེངས། རྩ་སྒྲུབ་སྣ་ཆོག་ས་པའི་རི་བྱང་ལྟ་བུ་ལ་བཤད་དོ།

མྱོན་གྲག། མྱོན་གྱི་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་དོ། །ཞིབ་པར་མྱོན་གྱི་སྒྲ་བློ་རྟོག་གྱི་སྒྲ་མ་པེ་ཞེས་པ་དེ་ཅན་དུ་
གསལ་ཤིང།

སྒྲུབ་ཅེ། སྒྲུབ་ཅིང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གཞིགས།

སྒྲུབ་ཅིང་རྒྱལ་ཁབ། སྒྲུབ་ཅིང་རྒྱལ་ཁབ་ནི། མད་རྒྱུ་ལྷུ་ལ་མིན་ནས་སྒྲུབ་ཡང་། ལྷ་སྒྲུབ་ས་མེ་ཁི་
བྱང་མེན་པོ་ཆེས། ལདི་ནི་ས་སྒྲུའི་གདུང་བརྒྱུད་ནང་ཆགས་དན་པའི་ཆེ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་
བཟང་པོ་དང་ལམ་ལོ་མང་བཞུགས་ས་སྒྲུབ་ཅིང་ལྷུ་ལ་ཞེས་རྒྱ་ནག་ལྷོ་ཕྱགས་རྒྱ་མཚོའི་འགམ་
ཞིག་རྒྱ་ཡོང་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡོང་ཞེས་བཀའ་མེད་ས་བྱང་། ཞེས་ཞུ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་

རབས་དེ་བ་དང་པོ་༡༩༩ན་གསལ།

སྤྱན་ཞག་བདུན་པ། (འདུལ་བ) སྤྱན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཉ། དགེ་འདུན་ལས་ཕྱེད་སྟོགས་ལ་ཞག་བདུན་དུ་
 བྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་རུང་བའི་སྤྱང་ཅི། ལུ་རམ། ལུ་ཁར། ལུ་མར་གྱི་རིགས་རྣམས་སོ། །སྤྱོ་བཤད་
 བློ། ཞག་བདུན་ཚུན་ཆད་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་དུ་རུང་ཞིང་། དེ་པན་ཆད་དུ་མི་
 རུང་བས་དེ་ལྟར་བརྒྱུད་དོ། །འདི་ལ་ད་དུང་སྤྱོན་པ་དགོས། དེ་དག་ལ་སྤྱན་ཞེས་བརྒྱུད་པ་ནི།
 དེ་དག་བཀྲེས་པ་དང་འདུས་པའི་ནད་གཉིས་ཀ་སེལ་བ་ལ་གཙོ་བོར་ཞུགས་པས་དེ་དག་ལ་
 སྤྱན་ཞེས་བརྒྱུད་དོ། །

སྤྱན་བཞི། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྤྱན་བཞི་ནི། དུས་རུང་གི་སྤྱན། བཟའ་བཙའི་རིགས་
 རྣམས་སོ། །ཐུན་ཚེད་དུ་རུང་བའི་སྤྱན། ལུ་བ་ཤིན་ཏུ་སྤྱོ་བའི་བདུང་བའི་རིགས་རྣམས་
 སོ། །སྤྱན་ཞག་བདུན་པ། སྤྱང་ཅི། ལུ་རམ་དང་ལུ་ཁར་སྟོགས་སོ། །དེ་སྤྱོད་འཆོ་བཙའ་གི་སྤྱན།
 ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྤྱན་རིགས་ཐམས་ཅད་དོ། །

སྤྱན་པ་བརྒྱད། སྤྱན་པ་འཕམ་སྤྱོན་ཕྱེད་བརྒྱད་ནི། ལུས་ཅན་བྲལ་བར་སྤྱོན་ཕྱེད། ཡོངས་སུ་སྤྱོན་ཕྱེད།
 རབ་ཏུ་སྤྱོན་ཕྱེད། མཐུན་པར་སྤྱོན་ཕྱེད། ལེགས་པར་སྤྱོན་ཕྱེད། རྟོགས་པར་སྤྱོན་ཕྱེད། རྟལ་ཏུ་
 སྤྱོན་ཕྱེད། གོང་དུ་སྤྱོན་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་དོ། །མདོ་སྤྱོ་རྒྱན་ལས། ལུས་ཅན་བྲལ་བར་སྤྱོན་ཕྱེད་
 དེ་བཞིན་དུ། ཡོངས་སྤྱོན་རབ་སྤྱོན་མཐུན་པར་སྤྱོན་ཕྱེད་གཞན། ལེགས་པར་སྤྱོན་ཕྱེད་
 རྟོགས་པར་སྤྱོན་ཕྱེད་དང་། རྟལ་སྤྱོན་གོང་དུ་སྤྱོན་ཕྱེད་བཤད་པར་འདོད། ཁྱེད་གསུངས་པ་
 ལྟར་ལོ། །འདིའི་སྤྱོར་རྒྱས་པ་རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་མདོ་རྒྱན་སྤྱར་བའི་ཐེན་ཐེན་སུ་གཟིགས།

སྤྱོན་ཐག་སྤྱོན་མཆོམས། སྤྱོན་མ་གཉིས་ཀྱི་བར། ཐག་ནི་བར་མཆོམས་སོ། །

སྤྱོན་ཕྱེད་རྒྱའི་དབང་། དབང་ལ་དབྱེན་གསུམ་གསུངས་པའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་
 ལུས་དབང་སྟོགས་བཞི་ལ། རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་
 གསལ་༡༥བཤད་པ་དེ། དང་པོ་ནི། སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ཐི་མ་འཁྱུད་ཅིང་བསྐྱེད་
 རིམ་སྟོགས་སྤྱགས་ཀྱི་ལམ་བསྐྱོམ་པར་དབང་བ་དང་། འབྲས་ལུ་སྤྱལ་སྤྱུ་སྟོགས་འབྲུག་པའི་

ནུས་པ་དང་བག་ཆགས་འཛོག་ངེས་པའི་བྱམ་དབང་སོགས་བཞི་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས།
སྒྲིན་མ། 1 (གསུང་རབ) གསུང་རབ་ཀྱི་བརྟན་སྒྲིན་མ་ཞེས་པ་མིག་གི་རུས་པའི་མཐའ་སྐོར་གྱི་སྒྲི་
ལ་ཟེར། བྱི་རྒྱལ་བས (eyebrow) ཟེར་བ་དེའོ། །དཔེར་ན་མཛོད་སྒྲི་ཡོད་སའི་སྒྲིན་མ་གཉིས་
ཀྱི་བར་མཆམས་ལ། སྒྲིན་མཆམས་ཟེར་བ་ལྟ་བུས་ཤེས་རུས་སོ། །2 (འཛིག་ཉེན) འཛིག་
ཉེན་ན་སྒྲིན་མ་ཞེས་པ་གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་རྩི་མ་དང་། འཛིག་ཉེན་ན་རྩི་མ་ཞེས་པ་
གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲིན་མ་ལ་གོ་དགོས་སོ། །

སྒྲིན་མ་འཇར་བ། 1 མིག་རུས་ཀྱི་མཐའ་སྒྲི་རྣམས་ཟིང་ཟིང་མིན་པར་འཇར་བའམ་ཉལ་ནས་ཡོད་
པའི་དོན་ཡིན། སྒྲིན་མ་འབྱར་བའང་ཟེར། ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། སྒྲིན་མ་འཇར་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིན་མའི་སྒྲི་རྣམས་ནང་འཇར་ཞིང་འདབ་ཆགས་སུ་འབྱོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རོ། །2 སྒྲིན་མ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་མ་འབྱར་བར་ཐ་དད་དུ་གནས་པའི་དོན་ཡིན།
སྒྲིན་མ་གཉིས་འབྱར་ན་མི་མཛེས་པའི་སྒྲི་ཡིན། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆེག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་ ༡༧བཤེས། སྒྲིན་མ་འབྱར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིན་མའི་སྒྲི་རྣམས་
འདབ་ཆགས་སུ་འབྱོར་བ་སྟེ། སྒྲིན་མ་གཡམས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་བར་མཆམས་སྒྲི་གོང་དུ་
འབྲེལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲིན་མ་དང་རྩི་མ། 1 (གསུང་རབ) གསུང་རབ་ཀྱི་བརྟན་སྒྲིན་མ་ཞེས་པ་མིག་གི་རུས་པའི་མཐའ་
སྐོར་གྱི་སྒྲི་ལ་ཟེར། བྱི་རྒྱལ་བས (eyebrow) ཟེར་བ་དེའོ། །དཔེར་ན་མཛོད་སྒྲི་ཡོད་སའི་སྒྲིན་
མ་གཉིས་ཀྱི་བར་མཆམས་ལ། སྒྲིན་མཆམས་ཟེར་བ་ལྟ་བུས་ཤེས་རུས་སོ། །རྩི་མ་ནི་མིག་
ལྷགས་ཀྱི་མཐའ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲི་ལ་ཟེར། བྱི་རྒྱལ་བས (eyelash) ཟེར། 2 (འཛིག་ཉེན) འཛིག་
ཉེན་ན་སྒྲིན་མ་ཞེས་པ་གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་རྩི་མ་དང་། འཛིག་ཉེན་ན་རྩི་མ་ཞེས་པ་
གསུང་རབ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲིན་མ་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་འཛིག་ཉེན་ན་མིག་རུས་ཀྱི་
མཐའ་སྐོར་གྱི་སྒྲི་མཐུག་པོ་ཡོད་པ་ལ། རྩི་མ་མཐུག་པོ་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །འདི་དག་གི་ཁྱད་
པར་རྩི་གྲང་ཐང་པ་སོགས་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་གསལ་བར་བྱེད་ནས་གསུངས་པ་མ་

གཏོགས། དག་ཡིག་དང་ཆོག་མཛོད་ནམས་སུ་མི་གསལ་ལོ། །འོན་ཀྱང་དགེ་འདུན་ཆོས་
འཕེལ་གྱིས། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མང་པོར་རྩི་མ་སྤྱོན་མའི་མིང་དུ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་ལ་མ་ནོར་
བ་དགོས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤྱོན་མ་འབྱར་བ། སྤྱོན་མ་འཇར་བ་དང་དོན་འབྲ། ཆོག་འདི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་ ༡༩བཅུ་སྟེང་།

སྤྱེ། (འདུལ་བ) 1 མི་གཙང་བ་དང་མོ་མཚན་གྱི་མིང་། དཔེར་ན་སྤྱེ་གཤམ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ལྷག་བསྐྱེལ་
གྱི་དོན་དུ་ཡི་གུར་དུ་བཤད།

སྤྱེ་གཤམ། (འདུལ་བ) རབ་བྱུང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱེ་མཚན་འཇག་པ་སྟོབ་བྱེད་ཀྱི་གསང་གནས་མོ་མཚན་
འགེབས་པའི་གོས་གྱི་མིང་། མའི་རྣམ་འབྱེད་ ༡ ན ༡༩༠༠ན ༥ལས། སྤྱེ་གཤམ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་
བྱུང་མེད་ཀྱི་མི་བདེ་བ་དགའ་བ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིའི་མི་བདེ་བ་ཞེས་པ་ཁྱེ་
མཚན་ལ་ཟེར། ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། གསང་བའི་བྱོགས་དགའ་བའི་ཐབས་སུ་
གྱུར་པ་ནི་སྤྱེ་གཤམ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱེ་བཤད་ནི། སྤྱེ་ནི་གསང་གནས་སམ་མི་
གཙང་བའི་དོན་ཡིན་ལ་གཤམ་ནི་དགའ་བའམ་འགེབས་པའི་དོན་ལོ། །ཆོ་ཉན་ཞབས་བྱུང་རིན་
པོ་ཆའི་མདོ་རྩའི་བརྩ་བའོལ་ལས། སྤྱེ་གཤམ་ནི་ཁྱེ་མཚན་སྟོབ་པའི་གོས་ངན། ཞེས་གསུངས།

སྤྱེ་ཤ་ཅན། 1 དེགས་ངན། དེགས་ངན་གྱི་བུ་མོ་ལ་སྤྱེ་ཤ་ཅན་གྱི་བུ་མོ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། 2 ཤ་ལ་སྤྱེ་བ་
དང་ལྷ་བའི་ཤ་ལྷག་ཡོད་པ་ལ་ཟེར། 3 བཤན་པ། 4 སྤྱེག་པ་རྩ་ཅ་སོགས་ལ་འཇུག་པར་
བཤད།

སྤྱེ་ཤ་ཅན་གྱི་བུ་མོ། དེགས་ངན་གྱི་བུ་མོ། རྩའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ལས། སྤྱེ་ཤ་ཅན་གྱི་བུ་མོ་ནི་
དེགས་ངན་གྱི་བུ་མོལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྤྱེ་ལྷ་ཐན། མེ་ལྷ་ཐན་ལ་གཟིགས།

སྤྱོན་ནི། སྤྱོན་པ། དེབ་སྤོན་སྟོད་ཆ་ ༥༩༠ལས། སྤོན་ནི་བྱེད་ན་མངའ་བདག་ཅེ་ཕྱེ་ལྟ་བུ་ལ་སྤོན་མོད་
ཟེར། ཆན་པ་གཅིག་ན་ཤེ། སྤོན་ནི་རང་ཡིན་ན་མི་ལ་རས་པ་བྱ་བ་ཟས་གོས་ཀྱི་ཞེན་པ་མེད་པ།

ལྟ་བུ།

སྟོན་འཇུག་གི་བྱང་པར། (པར་ཕྱིན) དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་
སུ་ཟེན་མ་ཟེན་གྱི་སྟོན་པ་འདྲིལ་གྱོ། དེ་ཡང་སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་ཟེན་
པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ། སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་
ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཟེར་དོ། །

སྟོན་འདིན། ཏ་ཅང་འདྲིས་ཤས་ཆེ་བའི་མཛའ་གྲོགས་ཀྱི་མིང་། སྟོན་འདིན་ནས་སྟོས་འདིན་ནི། བསྟན་
དར་ལྷ་རམས་པས། མིང་རུས་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པའི་སྟོན་པ་འདྲིས་ཆེ་བའི་གྲོགས་པོའི་
མིང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། སྟོན་ནི་སྟོན་པ་སྟེ་མོས་པ་འཇུག་པའི་དོན་དང་།
འདིན་ནི་འདྲིས་པ་འཇུག་པའི་མཛའ་བའི་དོན་ལོ། །མདོར་ན། དགའ་ཞིང་མཛའ་བའི་
དོན་ལོ། །འདུལ་བ་གཞི་བྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། སྟོན་འདིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོ་ཤེས་ཤིང་མིང་དང་
རུས་ལ་སོགས་པ་འདིན་པས་སྟོང་དུ་སྦྱག་པར་གྱུར་པའོ། །ཞེས་གསུངས། དོགས་གཏོད།
འདིན་དང་འདྲིས། འདིན་དང་འདྲིས་རྣམས་རེས་མོས་ཀྱིས་འབྲི་སྟོལ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་དཀར་
ནག་འདྲིས་མའི་ལས་ལ། དཀར་ནག་འདིན་མའི་ལས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ས་པཎ་གྱི་སྟོམ་གསུམ་
རབ་དབྱེ་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་བཤད་པའི་ཐད་ལས་ཀྱང་། གཞན་ཡང་གཅིག་ཏུ་དཀར་བ་
དང་། གཅིག་ཏུ་གནག་དང་འདིན་མའི་ལས། རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྦྱབ་པས་གསུངས། གཅིག་
ཏུ་དཀར་བས་བདེ་བ་བསྐྱེད། གཅིག་ཏུ་གནག་པས་སྦྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད། འདིན་མའི་ལས་
ཀྱིས་བདེ་བ་དང་། །སྦྱག་བསྐྱེད་འདིན་མ་བསྐྱེད་པར་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
དོ། །དགོ་འདུན་ཞེས་པ་ཡང་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྦྱང་དོད་དང་བསྟན་ན་དགོ་འདུས་ཟེར་བ་ཨེ་
ཡིན་སྟེ་ཡང་དབྱུང་དོ། །འོན་ཀྱང་ལེགས་སྦྱར་ལ་ “སྟོན་” རྟེ “འདུས་པ་” ཞེས་པ་ཙམ་
ལས་དགོ་ཞེས་ཆོག་ལ་མི་གསལ་ཡང་། ཡོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དགོས་པ་དང་རྒྱ་
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དགོ་ཞེས་སྒྲ་ཐབས་སུ་བསྟན་པར་སེམས་ཡང་དབྱུང་དོ། །

སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད། (པར་ཕྱིན) སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་

ལ་ཟེར།

སྟོན་ལམ། སྟོན་པལ། འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པའི་འདུན་པ་ཤས་ཆེར་སྦྲེས་
པ་ལ་ཟེར། སྟོབ་སྦྲིངས་དཀའ་འབྲེལ་༼ ༤ ༽ ༡༩༧༩ལས། སྟོན་ལམ་ནི་སྟོན་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བསྟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ། ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་ལ་གཟིགས།

སྟོན་ལམ་བདུན་ཅུ་པ། སྟོན་ལམ་བདུན་ཅུ་པ་འདི་སྟོབ་དཔོན་དཔལ་ལོ་མཛད་ཟེར་བ་དང་། སྟེ་
དགེ་བསྟན་འགྱུར་སོགས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་ལོ་ལས་ཕྱིས་
བྱོན་པའི་སྟོབ་དཔོན་གཞན་ལ་མན་པའི་དབྱངས་དགོན་པ་བས་མཛད་ཟེར་བའི་བཤད་ཚུལ་
གཉིས་སྤང་རོ། །སྟོན་ལམ་འདི་སྟོན་པ་ལ་ལྷག་པར་དད་དེ་རང་གི་ཁྲག་གིས་བྲིས་པར་ཏུར་ཏུ་
ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་༡༠༠ལས་བཤད།

སྟོན་སེམས། (པར་ཕྱིན) སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་གཟིགས།

སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ། (པར་ཕྱིན) སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཆོ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་
མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྟེ་བ་གཞན་དུའང་དེ་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་
པའོ། །དང་པོ་༼ ༤ ༽ ཆོ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་ ༡༡ སེམས་བསྐྱེད་
ཀྱི་པན་ཡོན་མཉམ་པ་དང་གཅིག ༢ ཉིན་མཆན་དུས་དྲུག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་གཉིས། ༣
སེམས་ཅན་སྟོན་མི་སྦྲིང་བ་དང་གསུམ། ༤ བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་བསལ་པ་
དང་བཞིའོ། །གཉིས་པ་སྟེ་བ་གཞན་དུའང་དེ་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ། བྲག་པོའི་
ཆོས་བཞི་སྦྲིང་བ་དང་། དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་སྦྲིང་བའོ། །༥ དང་པོ་ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་སྦྲིང་བ་
ནི་ ༡༡ གཡོ་སྦྱུས་སྒྲིམ་དང་མཁན་སྟོབ་སོགས་དབུ་བསྐྱོར་བ་དང་གཅིག ༢ གཞན་དགེ་བ་
བྱེད་པ་ལ་འགྲོད་དུ་བཅུག་པ་དང་གཉིས། ༣ བྱང་སེམས་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་མི་སྟན་པ་བཞེད་པ་
དང་གསུམ། ༤ ལྷག་བསམ་མ་ཡིན་པའི་གཡོ་སྦྱུ་བྱེད་པ་དང་བཞི་ལ་ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་ཟེར་
ལ། དེ་བཞི་སྦྲིང་བའོ། །༥ གཉིས་པ་དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་སྦྲིང་བ་ནི་ ༡༡ བརྟན་སྦྲིང་བ་དང་

གཅིག ༡ སེམས་ཅན་ལ་གཡོ་སྤྱོད་མེད་པའི་བསམ་པ་བྱང་པོར་གནས་པ་དང་གཉིས། ༢ བྱང་
སེམས་རྣམས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་དོན་གནས་ཀྱི་བསྟན་གསུམ་པ་བཟོད་པ་དང་
གསུམ། ༣ རང་གིས་སྟོན་པར་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རྟོགས་བྱང་འཛིན་དུ་འཇུག་པ་
དང་བཞི་ལ་དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་ཟེར་ལ། དེ་བཞི་ཉམས་སྲུ་སྒྲུང་བཤོ། འདི་དག་ནི་རྗེའི་ལམ་
རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མཐུག་གི་ཆོག་ནི། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སྟོབ་
མ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

སྟོན་སེམས་དམ་བཅའ་ཅན་གཟུང་བ། (དབུ་མ) སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པ་ཐན་ཐུན་རྒྱུད་ལ་
སྐྱེས་པའི་མཆམས་ནས་སྟོན་སེམས་དམ་བཅའ་ཅན་ཆོགས་གཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དམ་
བཅའ་ཅན་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྟོན་སེམས་ཆོགས་སྒྲུངས་པའི་ཆོ་རུ་རྒྱུད་ལ་གང་སྐྱེས་
པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་དམིགས་ནས་དུས་ནས་དུ་ཡང་མ་གཏང་ངོ་སྟམ་དུ་ཡི་དམ་བཙན་པོ་
གཟུང་བས་ན་དེ་སྐྱེད་ཅེས་བྱའོ། །སྟོན་སེམས་དམ་བཅའ་ཅན་གཟུང་བའི་ཆོག་ནི། གོང་དུ་
སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པའི་ཆོག་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

སྟོས་འཛིན། སྟོན་འཛིན་དང་འབྲ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་སྟོས་འཛིན་ཞེས་སྤྱང་།

སྟུན་བྱེད་པ། (འདུལ་བ) བསྟུན་བྱེད་བའམ་གཉེན་བྱེད་པ། པོ་མོ་པན་ཚུན་གཉེན་སྤྲིག་གི་མཆམས་
སྤྱོར་བྱེད་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་མིང་ཡིན། ཉ་དང་ཐུ་གཉིས་སྤྱོད་གངས་མཚུངས་པས་སྟོན་གྱི་འཕྱི་
སྟོལ་ལ་དེ་གཉིས་གངས་ཀའི་ཚུལ་དུ་འཕྱི་བ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། གཉེན་བྱེད་པ་ལ་སྟུན་བྱེད་པ་
དང་། བསྟུང་གནས་ལ་སྟུང་གནས། གཉིད་ལམ་ལ་སྤྱིད་ལམ་མམ་སྤྱི་ལམ། ཨ་ཉོག་ལ་ཨ་
མོག། བྱ་བརྟུངས་ལ་བྱ་རྒྱུང་ཞེས་འཕྱི་བ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་
ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ ཚུ་ ༡༩༥༥ ལས། སྟུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕྲིན་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་ཀྱང་
གསུངས་སོ། །

སྟུན་བྱེད་པའི་ལྷག་མ། (འདུལ་བ) ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་ལྷ་པ། སྟུན་བྱེད་པའི་ལྷག་མའི་ངོ་ཉི་ནི།
བཅས་ལྷན་དགེ་སྟོང་གིས་སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་སྟོན་མ་ཐུན་པ་

བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འཕྲིན་གསུམ་མཐ་དེ་དང་འདྲ་བའི་སྐྱོར་བ་དེའི་སྤྱི་གྲིས་དེ་གཉིས་སྤང་བ་
ལས་སྐྱར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྤྱིང་གཞི་ལ་གཉིས་ལས། བྱང་ལ་མ་བཅས་པའི་སྤྱིང་
གཞི་ནི་མཉན་ཡོད་དུ་རི་དྲགས་འཛིན་གྱི་བྱ་ནག་པོས་སྐྱན་བྱས་པའི་བྱང་བ་སྟེ། བཅས་པ་མ་
མཛད་དོ། །བྱང་ལ་བཅས་པའི་སྤྱིང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དྲག་སྤྲེས་སྤྲེས་པ་དང་བྱང་མེད་
ཚུང་མ་ཉིད་དང་མཛའ་ན་མོ་ཉིད་སྐྱན་བྱེད་པ་ལས་དགེ་འདུན་ལྷག་མར་བཅས་སོ། །དགག་
བྱ་ནི་གཞན་ཆགས་ཤིང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རང་པམ་པ་དང་པོའི་རྒྱར་འགྱུར་
བའོ། །

སྤྱིག་མ། (འདུལ་བ) སྐྱུག་མའི་བཟང་རྟིང་།

སྤྱིག་ཆལ་གྲེགས་པས་ཨ་སྤའི་ཆལ་ཉམས་པ། (འདུལ་བ) རྒྱ་གར་ན་ཤིང་ཐོག་ཨ་སྤ་སྟེ་ལྷུ་མ་བསྐྱར་
པའི་དོན་དུ་སྐྱུག་མའི་ར་བས་བསྐྱོར་བས། དེ་འདྲ་སྐྱུག་མའི་ར་སྐྱོར་བཅད་པས་ལྷུ་མ་གྱི་
ནགས་ཆལ་སྤང་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའི་དོན། རྗེའི་ལས་
རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་སྟར་མི་འབད་པར་འདི་ཙམ་ལས་འགལ་ཡང་སྐྱོན་ཚུང་རོ་སྟམ་དུ་
བསམས་ནས། བཅས་པ་རྣམས་ལ་བག་ཡངས་སུ་འཇུག་པ་ནི་སྤྱིག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་
འཛོལ་སྟེ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལས། གང་ཞིག་སྟོན་པ་སྤྱིགས་རྗེའི་བསྟན་པ་ལ། །ཡང་བར་
སེམས་ཤིང་ཅུང་ཟད་འདྲེད་པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་སྤྱིག་བསྐྱལ་གཞན་དབང་འཛོལ། །སྤྱིག་
ཆལ་གྲེགས་པས་ཨ་སྤའི་ཆལ་ཉམས་བཞིན། །འདི་ན་ལ་ལས་རྒྱལ་པོའི་ཆོག་ཆེན་
ཡང་། །འདས་ན་ལན་འགའ་ཆད་པ་འཛོལ་མི་འགྱུར། །ཐུབ་པའི་བཀའ་ལུང་ཚུ་ལ་མིན་འདས་
བྱས་ན། །དུད་འགྲོར་འགྲོ་འགྱུར་ཨེ་པའི་འདབ་སྐྱ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་
གསུངས། ལུང་འདི་མཆོད་ཀྱི་སྟོང་ཆར་ཡང་གསལ་ལོ། །

སྤྱིགས་ཐབས། ཤིན་ཏུ་ཁྲིས་ཏེ་དིག་ཐབས་སུ་སྤྱི་བ།

སྤྱི་གྲ། སྤྱིག་གྲ་དང་འདྲ།

སྤྱིག་གྲ། ། ཡིག་འབྲི་བྱེད་ཅིག་འདི་ལ་འབྲི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཙམ་ཡོད་དེ། སྤྱིག་གྲ། སྤྱི་གྲ། སྤྱིག་

གྲུ་སྟུག་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟུག་བཤད་ནི། སྟུག་ནི་སྟུག་མ་དང་། གྲུ་ནི་ཆུང་དུ་འཕམ་ཟ་མོའི་དོན་
 བོ། །ཁྱི་ཆུང་ཆུང་ལ་ཁྱི་གྲུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེས་ན་སྟུག་མ་འཕམ་སྟུག་ཐུག་ལས་བཅོས་པས་ན་
 སྟུག་གྲུ་ཟེར་བ་ཡིན། དཔེ་མང་པོར་སྟུག་གྲུ་ཞེས་ཟེར་རྒྱུ་ལ་སྟུག་གྲུ་ཞེས་ཟེས་པ་ནི་སྟུག་གྲུ་ལ་
 སྟུག་གྲུ་ཞེས་འབྲི་བ་ལྟ་བུ་ཡིག་ཐོར་ཡང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་ཤོད་མཁན་ཡོད་མོད། ལེགས་
 པར་མ་མཐོང་དོ། །དེས་ན་སྟུག་གྲུ་དང་སྟུག་གྲུ་ཞེས་འབྲི་ཆུ་ལ་གཉིས་ལས་སྟུག་གྲུ་ཞེས་ཟེས་
 བ་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཟེས་ན་སྟུག་མ་ལས་བཅོས་པ་བདེ་ཐྲག་ཏུ་གོ་བྱས་པའི་
 ཕྱིར་དོ། །རྒྱ་བརྟེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི། གནའ་བོ་བོད་སོགས་སུ་ཡི་གེ་འབྲི་བྱེད་གྱི་ཡོ་བྱེད་རྣམས་
 སྟུག་མ་ལས་བཅོ་གི་ཡོད། ལྷག་པར་སྤྱང་ཤིང་ཐོག་སྟུག་མས་བཅོས་པའི་སྟུག་གྲུ་ཁོ་ན་བེད་
 སྟོང་བྱེད་ཅིང་། གནའ་དུས་ནས་ཕྱི་ལོ་ཆེག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུའི་ (༡༩༤༠) ལས་མས་
 གྱི་བར་རྒྱ་གར་དུ་འང་བཅན་ཕྱོད་གྱི་ཆོས་སྤར་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དགེ་ལུགས་པའི་གདན་ས་
 རྣམས་སུ་སྟུག་མ་ལས་བཅོས་པའི་སྟུག་གྲུ་བདེ་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནས་ལོར་བས་བརྒྱད་
 ཅུའི་མཇུག་ཅུམ་ལ་སློབ་བྲུ་ཡར་རྒྱས་མོང་བའི་ཁུལ་གྱིས་དགོན་པ་ཁག་ཏུ་སྤྱང་ཤིང་ཐོག་ཡི་
 གེ་འབྲི་སྟོང་བྱེད་རྒྱའི་སྤར་ཕྱོད་བཅའ་པོ་དེ་རྒྱན་ཆད་པ་རེད། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་སུ་
 “སྟུག་གྲུ” ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ཆད་ལྡན་དུ་བྲས་ལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་དང་
 “སྟུག་གྲུ” གཉིས་ཆད་ལྡན་མིན་པ་ལྟ་བུས་ཆོག་མཛོད་ནང་འགོད་འཇུག་བྲས་མེད། འདི་ནི་
 ཏ་ཅང་ཁོར་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། དོན་དངོས་ཐོག་སྟུག་གྲུ་དང་སྟུག་གྲུ་ནི་ཁོར་བ་དང་སྟུག་གྲུ་དང་
 སྟུག་གྲུ་ནི་འཐད་ལྡན་གྱི་ཐ་སྙད་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེར།
 ལྷན་པོས་འབྲུགས་ན་མཐོག་དང་། མཁས་པས་འབྲུགས་ན་འདྲོམ་གང་། ཞེས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་
 བདན་པར་སྤང་སྟེ། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྤྲུལ་ཆོས་སྤང་གསར་བཅད་ཡིན་ཁུལ་གྱིས་གོ་སློབ་པ་
 རྣམས་གོ་དགའ་བུ་བཏང་། གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རྣམས་མེད་པར་བཅོས། གོ་རྒྱུ་མེད་པ་རྣམས་ཁུབ་
 བརྒྱལ་ཆེས་ཆེ་བར་བཏང་འདུག་གོ། 2 སྟུག་མ་ཟ་དོ། སྟུག་ཐུག།

སྟུག་ཐུག། སྟུག་མ་ཟ་དོ།

སྤྱིགས། <བེ་ཏུ་> ཤིང་ཞིག བད་ཉིད་དུ་སྤྱིག་མ་ཟེར། འོད་མ་ཡང་ཟེར། ལེགས་སྦྱར་དུ་བེ་ཏུ་ བེུ་
 ཟེར། དབྱེན་སྐད་དུ་bamboo ཟེར། གྲེ་བག་ཉིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༤༤མཐུན་ལས། སྤྱིག་མའི་
 རོད་ལ། “བེ་ཤུང་” དང་། བེ་ཏུ་ འོད་མའི་སྐད་རོད་ལ། བེ་ཏུ་བེ་ཏུ་ཞེས་གསལ་ལོ། །

སྦྱང་གནས། ཉོགས་སྒྲོམ་དུ་གནས་ནས་ཆོས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བྱེད་པའི་མིང་། ཡང་སྦྱར་བཏང་
 ཉོགས་སྒྲོམ་དུ་གནས་པ་ལ་འདྲ་སྦྱང་གནས་ཟེར། བསྦྱང་གནས་དང་རོན་འདྲ། “ཉ” དང་ “སྦྱ”
 གཉིས་སྦྱ་གདངས་མཚུངས་པས་སྦྱོན་གྱི་འབྲི་སྒྲོམ་ལ་དེ་གཉིས་གདངས་ཀའི་ཚུལ་དུ་འབྲི་བ་
 ཡོད་དེ། དཔེར་ན། གཉེན་བྱེད་པ་ལ་སྦྱན་བྱེད་པ་དང་། བསྦྱང་གནས་ལ་སྦྱང་གནས། གཉིད་
 ལས་ལ་སྦྱིད་ལས་མམ་སྦྱི་ལས། ཨ་ཉོག་ལ་ཨ་སྦྱོག རྩ་བརྟུངས་ལ་རྩ་སྦྱང་ཞེས་འབྲི་བ་ལྟ་
 བུས་མཆོན་ལོ། །སྦྱང་གནས་ཀྱི་སྦྱ་བཤད་ལ་དོགས་གཙོད་སོགས་ཞིབ་པ་བསྦྱང་གནས་
 ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྦྱོ་བྱེད། (འདུལ་བ) སྦྱོ་བྱེད་ཀྱི་གདོན་ལ་གཟིགས།

སྦྱོ་བྱེད་ཀྱི་གདོན། (འདུལ་བ) སེམས་རྣམ་དུ་མི་གནས་པ་འཇམ་སྦྱོ་བར་བྱེད་པའི་གདོན་འབྲེལ་རིགས་
 ཤིག ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། སྦྱོ་བྱེད་ཀྱི་གདོན་ནི་ཟེན་པའི་དུས་སུ་གང་གིས་སྦྱོ་
 བར་འགྱུར་བའོ། །ཞེས་གསུངས། མཆོམས་མཛོད་ལས། ཤ་ཟ་དང་སྦྱོ་བྱེད་དང་བརྟེན་བྱེད་
 དང་མ་མོ་དང་རྩལ་ཁོད་ཀྱི་ཤ་ཟ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡི་དྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

སྦྱོ་སྒྲོ་མཆོན་ཆ། བརྟེན་སྦྱོ་ཉི་རྩྱ་ན་སྦྱེ་བྱེད་པ་ཡི་ཤེས་བྲགས་པས་ཡིང་ཆུ་གསེར་ཁང་དུ་བརྟེན་སྦྱོ་
 བར་འགྱུར་ཡིན། བརྟེན་སྦྱོ་པའི་དུས་ནི་འགྲོམ་སྦྱོན་རྒྱལ་བའི་འགྱུར་གནས་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་
 བཞེས་པར་ཁམས་སུ་འོན་ནས་གང་ཉིད་ལས་སྦྱ་དང་ལེགས་སྦྱར་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བསྐྱབས་
 དེས་པས་དེ་དུས་ཉེ། ཕྱི་ལོ་༡༠༡༤ལོར་བརྟེན་སྦྱོ་པར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩེས་སུ་དཔོག་
 བོ། སྦྱོ་སྒྲོ་མཛད་པ་པོ་སུ་ཡིན་ལ་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། དཔེར་ལོ་རྩེ་བ་
 སྦྱོ་སྒྲོས་བརྟེན་པས་མཛད་པའི་ཆོགས་གསུམ་གསལ་བ་ལས། ཐུད་འདུས་པ་ཞེས་པ་གང་ལ་
 ཞེས་པའི་གདངས་ལ་སྦྱར་ཉེ་གལ་ཞེས་པ་དང་། ཅི་ཞིག་ན་ཞེས་པ་ཉེན་ཞེས་པར་བསྦྱར་བས་

གལ་ཏེ་ན་ཞེས་པར་འགྱུར་རྟོ། །ཞེས་པ་འཆད་པ་ནི་མི་བཟད་པའི་རྩུན་གྱིས་ཉན་པ་པོ་མགོ་
ཚོངས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། གལ་དང་ཏེ་བྱེ་བའི་བཤད་པ་ནི་རྒྱལ་བ་ཞེས་པ་ལ་རྒྱལ་
དང་བ་བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་དང་འབྲེལ། ཞེས་དང་། གང་ལྟར་དང་། ཅི་ལྟར་དང་། དེ་ལྟར་ཞེས་པ་ལ་
སོགས་པའང་སྤང་གཉིས་ཡིན་ཞེས་འཆད་པ་རྣམས་ནི་བརྗོད་བྱས་སྟོང་བ་བརྗོད་པས་དོན་དུ་
གཉེར་བ་རྣམས་མགོ་ཚོངས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ལོ། །དེའི་བྱིར་སྤྲོ་སྟོན་གྱི་གར་གྱི་བརྟེན་
བརྩམས་པ་མ་ཡིན་གྱི། བོད་ཀྱི་བརྟེན་སྟེས་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་དགའ་ཆད་ཡོད་པ། མཁས་
པར་རྫོམ་པ། རྫོག་ཟེག་པོ་ཞིག་གིས་ལེགས་ལེགས་འདྲ་བྱས་པར་སྤྱང་རོ། །ཞེས་དང་། སྤྲོ་སྟོ་
བོད་དུ་དར་བྱིན་ཆད་བྱུང་བའི་སྤྲད་གཉིས་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། སྤྲིའི་གཞུང་ཆེ་བ་རྩྭ་བ་
དང་། ཀ་ལཱ་པ། མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་དེ་ཨ་ལྷུ་ར་གོ་ཏེ་ལ་སོགས་པས་ཆོས་སྤྲད་
ཆགས་པ་དང་གཟིགས་རྟོག་ཚུད་པའི་སྟོབ་གཉེར་མ་མཛད་པས་སྤྲོ་སྟོའི་མཆོང་མ་ཤེས་པར་
དེའི་ཆོགས་བཅད་བདེ་མོས་བསྐྱས་ཏེ། བསྟན་བཅོས་ཆད་ལྟན་དུ་བསམས་ནས་བསྐྱས་དོན་
དང་རྟེན་ལ་སོགས་པའི་ཆ་ལག་མཛད་སྤྱང་རོ། །ཞེས་མཁས་པ་སྤྲི་ཏིས་མཛོད་པར་བཞེད་པ་
ལྟ་ནི། བོད་མཁས་པར་རྫོམ་པ་ཞིག་གིས་བརྩམས་ཞེས་ལེགས་ཆ་གཏན་མེད་པར་བཞེད་
དོ། །རྣམ་སྤྱིང་པ་ཆ་ཆེན་གྱིས། དཔང་ལོས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི། དུས་དེར་བསྟན་བཅོས་འདི་
ཏ་ཅང་དར་ཆེ་བས། ཀ་རྩྭ་སོགས་གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་གཞོད་པ་
བྱུང་བར་བརྟེན། དགོངས་པ་ཅན་གྱི་གསུང་དེ་གནང་བ་ཡིན། ཞེས་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་
བཞེད་པ་དོན་ལ་གནས་ཤིང་། བསྟན་འགྱུར་དཀར་ཆག་སྤྲིག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྲི་ཏི་
ཡིན་ཤག་བྱས་པ་ལ། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རོང་ཚོས་ཆོས་བཟད་དང་། པ་ཆ་ཆེན་ལྷུ་མཆོག་
ལྟན་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལ་རྒྱས་འབྲེལ་བརྩམས་པའང་ཡོད། སྤྲི་ཏིའི་གསུང་ཡིན་མིན་ཨང་ལྟར་
ཡང་། ལུས་རྟགས་དང་དགོངས་པ་པལ་ཆེར་མཐུན་ཞིང་བོད་ཀྱི་སྤྲད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་དང་།
ཆོག་གིས་དོན་སྟོན་པ་ལ་ཆོག་པན་ཚུན་སྟོར་དགོས་ཤིང་། དོན་གསལ་བར་སྟོན་པ་ལ་སྤང་
དང་། འཕྲད་འདུས། ཆོག་རྒྱན་རྣམས་མེད་མེ་རུང་གི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་སྤྲོ་སྟོའི་འཆད་ཚུལ་

ལ་ལེགས་ཆ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་བཞེད་དོ། །སི་ཏུ་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤྲང་བའི་སྤྱུ་རྟགས་
 འགྲེལ་བར་སྤྲོ་ཆ་འགྲེལ་ལ་མི་འཐད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང། མཁས་པ་གཞན་གྱིས་གཞོན་
 བྱེད་བཞོན་པ་གནད་དུ་སོང་བའང་མང་བར་སྤྲང་བས་འཕགས་ཡུལ་མཁས་པའི་ལེགས་
 བཤད་ནི་མིན་པར་ངེས་ཞེས་གསུངས་པས་ན་ཆ་འགྲེལ་གཉིས་སྤྱི་ཉིད་གསུང་དུ་ཞལ་གྱིས་
 མི་འཆེ་བར་སྤྲང་དོ། །འོན་ཀྱང་སྤྱུ་རྟ་པའི་སྐབས་སུ་འགའ་ཞིག་ངངས་པ་སོགས་གཞུང་
 འདྲིའི་དོན་དང་སྐབས་འགར་མ་ཐུན་པའི་ལེགས་པའདད་མང་དག་ཀྱང་འདུག་པས་རྣམས་པ་
 ཀྱན་ཏུ་དོར་བྱ་མི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནི་གཟུ་བོའི་སྒྲོམ་དབྱང་ཁྲལ་གྱི་གཏམ་སོ། །བྱ་སྟོན་
 རིན་པོ་ཆའི་བསྟན་འགྱུར་དཀར་ཆག་དང་། རྩེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་དཀར་ཆག་རྣམས་སུ། སྤྱི་
 སྒྲོའི་ཆ་བ་སྤྱི་ཉིས་མཛད་པ་ཡིན་ཤག་ལ། འགྲེལ་བ་ཡང་སྒྲོ་བ་དཔོན་རང་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པ་
 ཡིན་ནམ་ཡང་ཟེར། རོང་ཐོམ་ཆོས་བཟང་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ཀྱང་ཟེར་ཞེས་ཁ་ཆོན་མ་བཅད་
 དོ། །མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ཆ་འགྲེལ་གཉིས་ཀ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རོང་ཐོམ་ཆོས་བཟང་གིས་མཛད་
 བར་བཞེད་ཅེས་ཟླེ་སྤྱི་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་བེ་དཀར་གཡའ་སེལ་ལས་བཤད། གང་ལྟར་
 ཡང་སྤྱི་ཉིས་ཆ་བ་ནི་སྤྱི་ཉི་ལིང་རྒྱ་གཟེར་ཁབ་ཏུ་བྱོན་ནས་བརྩམས་པ་རང་འགྱུར་དུ་བྱས་པ་
 ཡིན་པར་བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས་སོ། །ས་སྐྱ་བཤ་ཆེན་གྱི་བཀའ་ཅོམ་དུ་སྤྲོ་ཆོད་
 རྣམ་དུ་བཞེད་པའི་བློགས་ཡིན་པར་འདའོ། །རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་དེབ་ཐེར་དང་། གྲུང་ཐང་
 བསྟན་པའི་སྒྲོན་མའི་གསུང་། སྤྱུ་རྟ་མཁས་པོ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་མཛད་པའི་དག་
 ཡིག་རབ་གསལ་མེ་ལོང་གི་མཛུག་ཏུ། སྤྲོ་མཆོན་ཆ་ནི་དཔང་ལོས་བདེ་སྤྱོད་དང་མི་མ་ཐུན་
 པའི་སྒྲོན་མང་བས་བརྩིས་མ་མཛད། ཅས་གསུངས་མོད་ཀྱང་། དེ་སྤྱི་ཉིས་མཛད་པར་མཁས་
 པ་མང་བོས་བཞེད་པ་དང་། དེ་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་གཞུང་དང་རི་བཞིན་མ་མ་ཐུན་ཡང་བོད་ཀྱི་སྤྲང་
 ཅམ་ལ་མ་ཐུན་བྱིར་བྱས་པ་དང་། དེ་ཉིད་འཕགས་ཡུལ་གྱི་བཤ་ཆེན་ཡིན་ཀྱང་། བོད་དུ་བྱོན་
 ནས་ཡུན་མི་རིང་བས་བོད་སྤྲང་ལ་ཆེར་མ་བྱང་བའང་སྤྱི་དཔས། བོད་ཀྱི་དག་ཡིག་སོགས་
 དང་ཅུང་ཟད་མི་མ་ཐུན་པ་གལ་ཉེ་སྤྱི་ཀྱང་ཉེས་པ་རྣུང་ལ། གང་ལྟར་ཡང་དེའི་བརྗོད་བྱ་པལ་

སྤྲི་ཏི་རྩོམ་གྱི་ཏི། (ལེགས་སྤྲུལ་) སྤྲི་ཏི་རྩོམ་གྱི་ཏི་དང་། བཞི་ཏ་སྤྲི་ཏི་རྩོམ་། རོ་པོ་སྤྲི་ཏི་རྩོམ་ཡང་ཟེད།
 བོད་སྐད་དུ་བྲན་པའི་ཡེ་ཤེས་གྲགས་པ་ནི། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ཕྱོན་པའི་ཀྱ་
 གར་གྱི་བཞི་ཏ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། གྲུབ་ཆེན་ལྷ་རྩོམ་དང་ཡེ་ཤེས་སྤྲི་ཏི་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་
 ཡིན་པར་རྗེ་འཇམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ལས་གསུངས་ཤིང་། འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་
 རྒྱ་མ་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྩ་རྒྱ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱི་དུས་སུ། བཞི་ཏ་སྤྲི་ཏི་རྩོམ་དང་། སྤྲུལ་རིང་བ་
 ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་པལ་པོ་བདམ་མ་དུ་ཅེ་བྱ་བས་གདན་པའི་དངས་བས་ལོ་རྒྱ་བ་བལ་པོ་པོ་
 ལོག་གིས་ཤི་སྟེ། བཞི་ཏ་གཉིས་པོས་སྐད་མི་མཆེན་ཅིང་གཙང་ཉན་གྱི་ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་གི་
 ལུག་རྩི་ཡང་མཛད། ཁོང་གིས་ཁྱིམ་དེའི་སྒྲིའི་ཡ་ཐེམ་ལ། དེ་བོད་འཛིན་བ་རྒྱ་སྐར་ཐེང་བ་
 ཅན། །མཆན་མོ་མཁའ་ལོ་རྒྱ་བ་མ་མཐོང་ནས། །དྲངས་པའི་མཆོ་ནང་འདི་ན་རྒྱ་བ་
 ཞེས། །གཟུགས་བརྟན་རྒྱ་བ་འཛིན་པ་ཤིན་ཏུ་འཁྲུལ། །ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་ཕྱོན་རྒྱ་གར་དུ་སྤྲི་ཏི་
 རྒྱ་མར་བསྟེན་པའི་དབྱལ་སེ་རྩ་ལོ་རྒྱ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་མཐོང་སྟེ་རང་གི་རྒྱ་
 མའི་བྲག་བྲིས་སུ་རོ་ཤེས་ནས་འདི་སུས་བྲིས་བྲིས་པས། དེད་གྱི་ཨ་པོ་ཐང་རྟེད་གྱིས་བྲིས་
 ཟེད། ད་རྩ་གང་ན་ཡོད་བྲིས་པས། ལུག་རྩི་ལ་སོང་ཟེད། ལོ་རྒྱ་བས་ཁྱིམ་དེར་གསེར་བྱིན་
 བས་སྤྲི་ཏི་ལྷས། རང་གི་ལུལ་སྟོན་ལུང་དུ་གདན་པའི་དངས་ཏེ་ཆོས་ལུས་ཤིང་། དེ་ནས་བཟུང་
 འཕྲིན་ལས་རྒྱས་ཤིང་། ཁམས་སུ་ཕྱོན་ནས་འདན་སྒོར་ཐང་དུ་མཛོན་པ་མཛོད་གྱི་བཤའ་བ་
 བརྟགས། བྲིས་བོད་གྱི་སྐད་ལ་བྱང་བར་ལོ་བས་པ་ན། ཡིང་རྒྱ་གསེར་ཁང་དུ་ཕྱོན་ཏེ་རྒྱ་
 གཞུང་དུ་མ་རང་འཁྱུར་དུ་མཛོད་སྐབས་སྤྲི་ཏི་སྤྲུལ་རྟགས་གང་ལ་ཡང་མཁོ་ཆེ་བའི་དག་
 ཡིག་སྤྲི་ཏི་མཆོན་ཆ་ཞེས་བྱ་བ་བརྟམས་ནས་བོད་སྐད་དུ་རང་འཁྱུར་མཛད། བརྟམས་པའི་
 དུས་ནི་འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་དགྲུང་ལོ་ཉི་ལུ་བཞེས་པར་ཁམས་སུ་ཕྱོན་ནས་
 གང་ཉིད་ལས་སྤྲི་ཏི་ཡེགས་སྤྲུར་གྱི་སྐད་ཡིག་བསྐྱབས་དེས་པས་དེ་དུས་ཏེ། བྲི་ལོ་
 ༡༠༩༥ལོར་བརྟམས་པར་རྗེས་སུ་དཔྱད་གྲོག་གོ། དེ་ནས་གདན་བཞི་དང་། འཇམ་དཔལ་གསལ་
 ལྷན་གྱི་སྐོར་དང་། སྤྲུལ་རོན་རྩལ་གཟིགས་ལ་སོགས་པ་རང་འཁྱུར་མང་པོ་མཛད། རྒྱ་གར་

མར་གྲགས་པའི་འགྲེལ་པ་ཉེར་གཅིག་གི་ནང་ཆོན་གྱི་ཡུམ་གསུམ་དོན་བརྒྱད་གྱིས་མཐུན་
པར་བསྟན་པ་དེ་ཁོང་གིས་མཛོད་པར་གྲགས། དུས་ཤིས་མཉམ་མེད་རྩོམ་ཆེ་ལྟ་གཅིག་བོད་
དུ་བྱོན་སྐབས་ལུག་རྩི་མཛོད་པའི་ཚུལ་གསན་པས། ཨ་ཙ་མ་ཁྱེད་བོད་བསོད་ནམས་རེ་
ཚུང་། དེད་རྒྱ་གར་ཤར་བྱལ་གཉིས་ན་པརྩེ་ཉ་གཅིག་ལ་རྩོམ་སྤྲི་ཉི་ལྔ་ན་ལས་ལྟག་པ་མེད་
གསུངས་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་སྦྱོན་ཆབ་བྱང་བར་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་ཡོད་དོ།

སློང་ག་ སྦྱག་བསྐལ་བའི་ཆེག་ པལ་སྐད་དུ། སྦྱག་སྐད་ཟེར།

སློང་ག་འདོན་པ། སྦྱག་བསྐལ་བའི་ཆེག་འདོན་པ། ཉམ་ཐག་པའི་དག་སྦྱ་བ། པལ་སྐད་དུ། སྦྱག་སྐད་
རྒྱག་ཟེར། རྩེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཉམ་ཐག་པའི་སྦྱ་བ་སླེ་སྦྱགས་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་
གསུངས།

༼ ཙ ༽

ཙ་ན་ག། (ལེགས་སྒྱུར) (འདུལ་བ) མཉན་མ་རྒྱུད་དུ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་དུ་ཙ་ན་ཟེར་བ་དེའོ། །
 ཙ་སྟེན། (ལེགས་སྒྱུར) 1 ག་ཡིན་རྗེའི་རྒྱུད་ལ། 2 ཁ་ཅིག་གིས་འདི་དབང་ལུག་གི་རྒྱུད་མ་ཡིན་པར་ཡང་
 སྟེ། ཞེས་རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞེས་སྟགས་ན་གསལ། 3 དམ་ཙན་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཡུམ།
 རྫ་ཏེ། (ལེགས་སྒྱུར) 1 རྫ་རི་ཏའི་བལྟས་མིང་ཡིན་པར་སེམས། འདི་ནི་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ཐུན་
 མོང་མ་ཡིན་པའི་གནས་རི་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་དཔོན་སྟོབ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་
 ཡང་སྟོ་བྲག་མཁན་ཆེན་གྱི་བཀའ་བཞེན་རྫ་རི་ལ་བྱོན། གནས་དག་པ་མཁའ་སྟོང་དཔལ་གྱི་
 རྫ་རི་ཏ། །བཀའ་བརྒྱུད་ཟླ་མ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་ལྷ། །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་རྣམས་ལ་གསོལ་
 བ་འདེབས། །ལས་ངན་སྤིག་སྤིབ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །རྒྱུན་ངན་བར་ཆད་ནི་བར་
 མཛད་པ་དང་། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །ཞེས་ཆོག་རྒྱུད་དང་པོ་
 གསུམ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་གྱིས་གསུངས་ལ། ཆོག་རྒྱུད་གསུམ་པར་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་
 རྣམས་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ། །ཅེས་པ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་
 རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ཆོག་བསྐྱུར་ཅུང་ཟད་མཛད་དེ་ཆོག་བྱི་མ་གསུམ་པོ་འདི་རྗེ་ཉིད་གྱིས་
 མཛད། །ཆོག་རྒྱུད་ལྷག་པོ་དེ་དང་སང་རྫ་རིའི་གནས་སྟོར་བ་རྣམས་གྱིས་ལུང་འདོན་དུ་བྱེད་
 བ་ཡང་དེ་དུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་སྐབས་ཞབས་བསྐྱེད་ནས་ལུག་པ་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་པ་
 ལ་དང་སང་ཙོང་ཁ་བ་ལུག་ཏུ་གྲགས་ཤིང་། དེའི་ནང་རྗེའི་སྣང་བརྟན་ཞིག་ཀྱང་བྱིས་ཏེ་སྣང་ལ།
 ཞེས་རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོར་གསལ་ཞིང་། གཞན་ཡང་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུས་པར་འབྲུག་པ་
 བརྒྱ་དཀར་པོས་མཛད་པའི་གནས་ཆེན་རྫ་རི་ཏའི་གནས་ཡིག་ངོ་མཆར་སྣང་བ་པད་དཀར་

ལེགས་བཤད་ཤོག་གངས་ ༣༥ བྱས་པ་ཞིག་གསུང་འབྲུམ་ང་པའི་ནང་བཞུགས། གནས་
མཆོག་འདི་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྒྲེང་བས་རང་རྒྱུ་ཆོག་ས་བཅད་མ་«རང་གི་རྟོགས་པ་
བརྟེན་པ་འབྲུལ་བའི་བཞིན་རས་འཆར་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ»བརྒྱུ་མས་པའི་གནས་ཀྱང་
ཡིན། 2 ཆོས་རྗེ་ས་པཎ་གྱི་སྒྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས་ནི། ལྷ་རི་ཏ་རྒྱ་གར་སྡོ་ཕྱོགས་རྒྱ་
མཆོད་འགམ་ན་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། བོད་ཀྱི་ལྷ་རི་ནི་ལྷ་རི་ཏ་མིན་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་
ཉིད་ལས། ལྷ་རི་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ། །སྡོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཆོད་འགམ་ན་ཡོད། །ལྷ་རི་ལྷ་གོང་དེ་
མ་ཡིན། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་
༡༩༥༡ལས་ཀྱང་། རྒྱ་གར་སྡོ་ཕྱོགས་སུ་ཡང་ལྷ་རི་ཏ་ཞིག་ཡོད་པར་འདུག་སྟུང་སྡོ་ཕྱོ་བཟ་ཏ་
སྡོ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པ་པ་དམ་པ་བྱུང་ཐོབ་པོ་མོའི་རྒྱུ་ཐར་ལས་གསལ་ཞེས་ཟེར་བ་གསལ།
ཕྱི་བཟ་ཏ་ནི་དཔལ་གྱི་རི་བོ་ཞེས་བརྒྱུར་ལ་འཛམ་གླིང་ན་དཔལ་གྱི་རི་བཙུ་གཉིས་ཡོད་པར་
བཤད་པའི་སྟོན་དཔལ་གྱི་རི་ཉིད་ལ་དེ་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་རི་ཏ་འདྲེ་བཤད་པར་གོའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །བོད་ཀྱི་ལྷ་རི་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་རི་ཏ་དངོས་ཡིན་མིན་རྗེ་ལྟར་ཡང་། བོད་ཀྱི་བྱུང་ཐོབ་དུ་
མས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པའི་གནས་རྩ་ཆེན་ཡིན་པས། གནས་བརྒྱུས་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུར་ནི་
དུས་ནམ་དུ་འད་གོ་བར་མི་བྱའོ། །

ལྷ་རི་ཏ། (ལེགས་སྒྲུང་) 1 “ཕྱི་བཟ་ཏ” འམ་སྡོ་ཕྱོགས་ “དཔལ་གྱི་རི” ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྷ་རི་ཏ་ཡིན་པར།
དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྒྲེང་བས་ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ་གསུངས་འདུག་གོང་དུ་
ལྷ་རི་ཏ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། དེ་ས་པཎ་གྱི་སྒྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། ལྷ་རི་ཏ་ཞེས་བྱ་
བའི་ཡུལ། །སྡོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཆོད་འགམ་ན་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་དང་ཡང་འགྲིག་གོ། 2
སྟོན་པ།

ལྷ་རི་ཏ། བྱུང་ཐོབ་བརྒྱུད་ཅུ་རྩ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། བྱུང་ཐོབ་བརྒྱུད་ཅུ་རྩ་བཞིའི་གསལ་འདེབས་ལས།
རྩ་མཁོན་ཞལ་གཟིགས་གདུག་པ་འདུལ། །འདོད་ཡོན་སྟོང་ཅིང་མཁའ་ལ་གཤེགས། །ལྷ་རི་
བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། །ཁྲ་མ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ལྟར་རོ། །

ཅུ། (ལེགས་སྤྱད) མིག

ཅན། (ལེགས་སྤྱད) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་ཆེས་བྱེད་དམ་འབར་བྱེད་དེ་དེ་ཞེས་པའི་ཤིང་ཞིག་ ཅན་
 དན་དང་དོན་འདྲ། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སྐད་ལ་ཅན་ཟེར། རྒྱ་གར་སྐད་ལྟར་གསུང་ནི་འཛམ་གླིང་ནང་
 ཅན་དན་གྱི་ཐོན་ཁུངས་ཆེ་ཤོས་སུ་སྤང་ཞིང་ཉ་ཅང་འབོལ་པོ་ཡོད། དེ་དང་ལོན་ཅུང་ཅུང་
 སྐབས་མོན་སྟེ་ཤིང་གཞིས་ཆགས་སུ་ཞིང་ཁའི་ནང་ཅན་དན་མང་པོ་ཆེད་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། སེ་
 རའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ནགས་གསེབ་ཏུ་ཅན་དན་གྱི་ལྗོན་གསར་མང་པོ་ཡོད། ལོ་མང་ས་འོག་ཏུ་
 ལུས་ནས་སྤྱིང་བ་ཆགས་པ་རྣམས་ལ་མ་གཏོགས་ལྗོན་ཤིང་རྣམས་ལ་དེ་མ་མི་འོང་། སྐབས་
 དེར་གྲུ་པས་བྱུང་ཤིང་དང་ལོར་ཉེ་ཅན་དན་བྱས་ནས་གྲུ་ཆང་གི་རུང་ཁང་ནང་ཅན་དན་གྱི་དེ་
 མ་མངར་མིང་དེ་བས་ཁྲབ་ནས་སྟོད་པའང་ལན་མང་དུ་འབྱུང་ངོ་། རྒྱ་གར་སྐད་ལྟར་གྱི་ཤོང་
 ཁྲེ་མེ་སོར་གྱི་ཁྲོམ་རའི་ཆོང་ཁང་ནང་ཅན་དན་གྱིས་བཅོས་པའི་ཐེང་བ་དང་སྒྱུ་འཕྲ་སོགས་
 མང་པོ་ཉེ་སྒྱུབ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད། དེ་དག་ལས་མང་ཆེ་བ་ནི་ཅན་དན་གྱི་དེ་བྱུགས་པའི་དངོས་རྩས་
 བརྒྱས་མ་ཡིན། ཡང་ཆོང་ཁང་འགའ་དེའི་ནང་དོ་མ་ཡང་དེ་གཉིས་ཡོད་ཆོད་འདུག ཅན་
 ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་ཆེས་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། དབྱངས་ཅན་དག་འཛོ་
 གསུང་ངོ་།

ཅན་དན། ཅན་དང་དོན་འདྲ།

ཅན་དན་གྱི་ལྗེ་གྲ། ཅན་དན་གྱི་ཕྱེ་མ་ཆུར་སྤངས་པའི་སྒྲོམ། ཡོངས་གྲགས་གྱི་ཉེར་སྟོད་ལྗེའི་ནང་
 ཆན་གྱི་དེ་ཆབ་ཅེས་པ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞིབ་པར་དེ་ཆབ་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཅན་གོ་ཤིང། (ལེགས་སྤྱད) ཅན་དན་དཀར་པོའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྟེ། བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་
 ཅན་དན་ས་མཆོག་གསལ་བ་ལང་མགོ་ཞེས་བྲ་སྟེ། བརྟེ་ཉ་རབ་འབྱོར་ལྷ་བས་མཛད་པའི་
 མངོན་བཛྲ་འཆི་མེད་མཛྲ་གྱི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོ་བ་མོ་ལས། གོ་ཤིང་ས་མཆོག་གསལ་བ་
 ལང་མགོ་ཞེས་བྲ་སྟེ། བ་ལང་མགོ་ཡི་རྣམ་པ་ཅན། ཁ་ལ་ཡ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་སྟེ། ཞེས་
 གསུངས། གོ་ཤིང་པ་ནི་དེ་ཞིག་དང་། དེར་སྤྱེས་པའི་ཅན་དན་གྱི་མིང་སྟེ། མདོ་བློན་པ་ཉེར་

ཅན་དན་ངོ་པོ། བཅོས་ལྡན་འདས་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་སྟོན་ནམས་ཀྱི་མཆོད་གནས་ལ་ག་ཤེགས་
སྟབས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཡ་ནས་སྟོན་པའི་སྤྱུ་ཆ་བ་དུ་ཅན་དན་གོ་ཤིང་ལས་སྤྱུ་བརྟན་བཞེངས་
པའི་ཅན་དན་ངོ་པོར་གྲགས་པ་འདི་ནི་ནང་པའི་འབྲུར་སྤྱུ་བཞེངས་པའི་སྟོགས་ཡིན་པར་དམ་
པ་མང་པོས་བཤད་དོ། །འདི་ལ་བོད་ཀྱི་བཀའ་འབྱུང་ན་འདུལ་བ་ལུང་དང་ཟིན་ལན་བསམ་
པའི་མདོ་སོགས་ལས་སྤྱུ་བརྟན་འདི་ཉིད་བཞེངས་ཚུལ་མདོ་ཅམ་བྱུང་ཡང་རྒྱ་ནག་གི་ལོ་
རྒྱུས་ལས་འབྲུང་བ་རྣམས་དེ་ལས་རྒྱུས་པར་སྤང་ཞིང་དེའི་ཁྲུངས་ཀྱང་ལེགས་པར་སྤང་བས་
དེ་བཞིན་དུ་བཤད་ན། སྟོན་པ་དགྲུང་ལོ་སོ་བརྒྱད་པ་ལ་སྟོན་རང་གི་ཡུམ་སྤྱུ་མ་སྟོན་མཛེས་
འཛུལ་བྱ་སྒྲིང་ནས་ཤི་འཕོས་ཏེ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་སྤྱེས་པ་དེའི་དོན་མཛད་པ་དང་། གཞན་
ཡང་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ཀྱི་སྟོན་ལ་བ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་མཛེས་སུ་བརྒྱུད་པའི་ཆེད་དུ་སྟོན་ཡུལ་
དུ་ག་ཤེགས་ཏེ། དེར་རྒྱ་བ་གསུམ་དབྱེད་གནས་པར་བཞུགས། དེའི་ཆེ་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་པོ་
ལྷ་ཡ་ནས་སྟོན་པའི་ཞལ་མ་མཛུལ་བར་ལུན་རིང་སོང་བས་ཡིད་གཏུངས་ཏེ། སྤྱད་དོས་
དང་འདྲ་བའི་སྤྱུ་བརྟན་བཞེངས་པར་བསམས་ཏེ་མོདུ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སྤྱོད། དེས་ཀྱང་བཟོ་བོ་
མཁས་པ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ཁྲིད་དེ་རྩེ་འབྲུལ་གྱིས་སྟོན་ཡུལ་དུ་ཕྱིན། སྟོན་པའི་སྤྱུ་དངོས་ལ་
བལྟར་བརྟག་པས་བཅོས་ལྡན་འདས་ཀྱི་འོད་དང་གཟི་བཟིང་མཐའ་ཡས་པའི་ཟིལ་གྱིས་བཟོ་
བོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིའི་མཆོད་རྣམས་རི་ལྟ་བཞིན་ཡིད་ལ་གཟུང་མ་རུས་པ་ན་སྟོན་པ་ཆུ་ཁྲུང་གི་

འབྲམ་དུ་ཐེབས། སྐྱ་བཞེངས་སྐྱ་བཅུགས་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཚུ་ནང་དུ་ཤར་བ་ལ་
 ལན་གསུམ་བསྐྱར་ཏེ་བལྟས་ལ་མཚན་བཟང་གི་ཁྱད་པར་ནམས་ཡིད་ལ་བཟུང་བ་ལྟར་ཅན་
 དན་གོ་ཤིང་ལས་སྐྱ་གཟུགས་བཞེངས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཚེ་ན་བཟང་ཡང་ཆུའི་གཉེར་མས་
 བསྐྱོད་པའི་ནམ་པ་ཅན་དུ་ཡོད་པ་ལ་དཔེ་བྱས་ཏེ་ཆུ་རིས་མར་བསྐྱབས། དེ་ཡང་སྟོན་པའི་
 གྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས་ཉི་མ་གཅིག་ལ་བསྐྱབས་ནས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཏུ་ཡ་ནའི་མཚོད་གནས་སུ་
 བཞུགས། དེ་ནས་སྟོན་པ་སྐྱར་མི་ཡུལ་དུ་ཐེབས་པའི་ཆེ་རིན་པོ་ཆའི་ཐེམ་སྐྱས་གསུམ་སྐལ་
 ཏེ་གཡས་པར་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་གདུགས་དཀར་པོ་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་ཅན་གཟུང་བ་གཟུགས་
 ཁམས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་དང་བཅས་པ་དང་། གཡོན་པར་བརྒྱ་གྲིན་རྩ་ཡལ་དཀར་པོ་རྫོང་བྱའི་ཡུ་
 བ་ཅན་ཐོགས་པ་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་དང་། སྟེང་ནས་གནས་གཙང་
 མའི་རིས་ཀྱི་ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་མང་པོས་མཚོད་རྩས་སྐྱ་ཚོགས་པ་ཐོགས་པས་མཚོད་ཅིང་
 མདུན་ནས་རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་བྱི་བཟང་པོའི་སྒྲོས་ཐོགས་པས་བསུས་ཏེ་
 སྟོན་པ་རང་ཉིད་ཐེམ་སྐྱས་དབུས་མ་ནས་མཚན་དཔའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འབར་བར་ཉི་མའི་
 དཀྱིལ་འཁོར་ལྟར་ལྷས་མེ་ལྷན་ནེ་ལྷང་རེར་རེས་རྩུ་འབྲུལ་དང་རེས་ཞབས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་
 གྱོན། དེའི་ཆེ་དགེ་སྦོང་གི་དགེ་འདུན་རྣམས་དང་། རྒྱལ་པོ་དང་། རྟོན་པོ་དང་། བམ་ཟེད་དང་།
 བྱིམ་བདག་པོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཅི་འགྱོར་བའི་མཚོད་རྩས་སྐྱ་ཚོགས་པ་ཐོགས་ནས་
 བསུ་བ་བྱས་སྐྱབས་སྐྱ་བརྟན་འདིས་ནས་མཁར་འཕགས་ཏེ་གོམ་པ་དུག་བསུས་ཏེ། སྐྱ་
 དངོས་དང་མཇལ་སྐབས་དབུ་གྲུག་གྲུག་པ་ལན་གསུམ་གྱིས་སྐྱ་ཁམས་འདི་བའི་ཚུལ་
 མཛད། སྟོན་པས་སྐྱ་བརྟན་འདིའི་དབུ་ལ་ཕྲག་གཡས་པ་བརྒྱུད་ཏེ་བཞག་ནས་སངས་རྒྱུས་
 དངོས་དང་འབྲུ་བའི་སྐྱགས་པ་མཛད་ཅིང་། ང་ནི་ལྷ་ངན་འདས་འོག་ཏུ། འོ་ནི་བརྒྱ་ཕྲག་བརྒྱ་
 འདས་ནས། །ཤར་ཕྱོགས་ཅི་ནའི་ཡུལ་དུ་ཁྱོད། །བསྟན་དང་འགྲོ་ཕན་དོན་ལ་བཞུད། །ཅེས་
 ལུང་བསྟན་ནས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཏུ་ཡ་ན་ལ་ལེགས་སོ་གྱིན་ཏེ་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་ཐོག་མ་བཞེངས་པ་
 འདི་ངའི་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱས་ཤིང་སྐྱེ་བོ་སྐལ་པ་དང་ལྷན་པ་མང་པོའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་།

དམ་པར་གྱུར་པ་དང་། གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་དགེ་བའི་ཙུ་བ་བསྐྱེད་པའི་
གཞི། སྤྱི་གསུམ་དག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་བརྟན་
བཞེངས་པའི་སྒོལ་གསར་དུ་གཏོང་བ་ཁྱོད་དང་འདྲ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བགའ་སྦྲལ་བ་དང་། ལྷའི་
དབང་པོས་ཀྱང་། གྱེ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་དགའ་བ་བྱེས་ཤིག་རྟེན་པ་ལེགས་
པར་བརྟེན་སོ་ཞེས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བས་གཟེངས་བརྟོད། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལོ་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་
གྲ་ལྡེ་བར་དུ་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་འགྲོ་ནས་ཀྱི་མཆོད་གནས་དམ་པར་བཞུགས། དེ་ནས་
ཁིའུ་ཆིའི་ཞེས་བྱ་བ་ལི་ཡུལ་དུ་ལོ་དྲུག་རྩ་རེ་བརྒྱད་བཞུགས། དེ་སྐབས་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་ས་
ཐང་གུར་གྱི་བྱེ་བྲག་ཆེན་གུར་གྱིས་བཟུང་བའི་སྐབས་ཡིན་ལ་དེའི་ཞི་བཙུ་རྒྱལ་པོ་དུ་ཀྱན་
གྱིས་དམག་དཔོན་ལུང་ཀྱང་ཞེས་པ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་དུ་མངགས། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཐན་
འགའ་ཞིག་དབང་དུ་བསྐྱས། རྩོ་བོའི་སྐྱེ་བརྟན་འདི་དང་སྟོན་པའི་རིང་བསྐལ་ལ་རྩི་རི་ཆེ་བ།
པ་རྩེ་ཏ་ཀུ་མ་ར་ལྷོ་ནམས་གདན་ཅངས། བྱིར་ལོག་པའི་ལམ་དུ་པ་རྩེ་ཏ་ས་མངོན་ཤེས་དང་བྱུབ་
རྟགས་མང་པོ་བསྟན་པས་དམག་དཔོན་དད་པ་ཆེར་འཕེལ་རིམ་གྱིས་སི་ཆན་དུ་སྐེབས་པ་ན་
རྒྱལ་པོ་སྤྱ་མ་འདས། དུས་གཟེངས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་སྤྱག་པས་པ་རྩེ་ཏ་འི་ལུང་བསྟན་པ་
ལྷར་ལིའང་ཅེའུ་མཁར་དུ་རྟེན་ནས་གདན་ཅངས། དམག་དཔོན་འདིས་རྒྱ་ནག་གི་ཡུལ་
བྱུབ་དུ་མ་ཞིག་ལ་དབང་བསྐྱར། དུས་བྱིས་ཡོ་ཆང་གི་བྱ་ཡོ་ཤིང་རྒྱལ་པོས་རྩོ་བོའི་སྐྱེ་དང་
འཕེལ་གདུང་པ་རྩེ་ཏ་ནམས་ཆང་ཨན་མཁར་དུ་གདན་ཅངས། གཙུག་ལག་ཁང་གསར་དུ་
བཞེངས་པ་དང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མང་དུ་བསྐྱར་བ། དགེ་འདུན་སྟོང་སྤྱག་ལོང་བའི་
བཤམ་སྐྱབ་གྱི་སྟེ་གསར་དུ་བཙུགས་པ་སོགས་བསྟན་པ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་རྒྱ་ཆེར་ལུས། དེ་
ལྷར་སྐྱེ་བརྟན་འདི་ཉིད་ཆེན་པོ་ཐང་གུར་སོགས་གྱི་དུས་སུ་སྤྱན་དང་རྩེའི་ནན་དང་ཀྱའང་
ནན་སོགས་ཞིང་ས་དུ་མར་རྒྱལ་པོ་ནམས་གྱིས་གདན་ཅངས་ཏེ་འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་
བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་དུ་མཆོད་པར་བྱས། དེ་ནས་རྩར་ཆིང་དའི་གྱིན་གྱི་དུས་སུ་ད་ལྟ་བའི་
གྱིང་དུ་སྤྱགས་པའི་སྤྲེའི་ཐང་ཆེན་པོར་གདན་ཅངས། མིན་རྩང་སིའ་ཞེས་བྱ་བའི་ལྷ་ཁང་དུ་

བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་བསྟེན་བཀྱར་དང་མཆོད་བ་རྒྱ་ཆེར་བྱས་ཤིང་དཔེ་ཁྱིན་གྱི་རྒྱལ་
 རབས་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་པོ་བྱང་ནང་གི་ལྷ་ཁང་གཞན་དང་གཞན་དུ་གདན་བྱངས་ཏེ་
 མཆོད་པར་བྱས། དེ་ནས་དཔེ་ཁྱིན་ཞེས་པ་ཆེན་པོ་རྟོར་གྱི་དུས་སུ་ཞུང་ཨན་སི་ཞེས་པའི་ལྷ་
 ཁང་དུ་མཆོད་ཅིང་ཁྱད་པར་སེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དུས་སུ་ད་ལྟའི་མཆོད་རྟེན་དཀར་པོ་བཞེངས་
 པའི་གནས་གཞི་འདིར་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་གསར་དུ་བཞེངས་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་
 བཙུགས་ཤིང་རྟེན་འདི་ཉིད་ལ་མཆོད་པ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་བྱས། རྟོར་གྱི་རྒྱལ་རབས་ཕྱི་མ་རྣམས་
 དང་། ཆེན་པོ་མིང་གི་དུས་སུ་ཡང་པོ་བྱང་འདི་གའི་ལྷ་ཁང་དག་དུ་བཞུགས་པ་ལས་ཁྱུ་ཅག་
 ཆེན་པོ་ཆེང་གི་དུས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ལོ་བཞི་པར་འཇམ་དབྱངས་གོང་མ་ཤིང་ཅི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་
 ལུགས་རྩེ་ཅན་གྱིས་གསེར་མཁར་གྱི་ནང་པོ་བྱང་ནང་མའི་ཉེ་འདབས་ནུབ་བྱང་ལོགས་སུ་
 སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཁང་ཞེས་པ་གསར་དུ་བཞེངས། རྩོ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་དེར་གདན་
 བྱངས་ཏེ་རྟེན་གྱི་གཙུ་བོར་བཞུགས་སུ་བཙུག་ རང་རེའི་རི་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་ལུགས་འཛིན་
 པའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་ཆོགས་པར་བྱས། བྱམས་སྤྱིང་མཁན་པོ་ལྷ་རྩེ་སངས་རྒྱས་མཆོན་སྤྱི་
 མར་བསྟོས། རྟེན་རྣམས་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྤྱི་ཆོགས་དང་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་བསམས་གྱི་
 མི་བྲབ་པས་བསྟེ་སྤྱིང་དུ་བྱས། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་ནར་མའི་རྒྱན་འཇུགས་པ་
 སོགས་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ལ་སྤྱི་ཞུ་སྤྱི་ན་མེད་པ་མཛད། དེ་ནས་ད་ལྟའི་འཇམ་དབྱངས་
 དབྱངས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བར་ཡབ་མེས་ཀྱི་བྱག་སྟོལ་བཟང་པོ་གོང་
 འཕེལ་དུ་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སྟོན་པའི་འཁྱུངས་ལོ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རྒྱ་བོད་ཀྱི་
 བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་སྤྱང་ནའང་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ནག་གི་ཡིག་ཆ་དང་ལ་ཡོད་པ་ལས་
 བཤད་པ་ལྟར་ན། སྟོན་པ་ཅེ་ཅུ་གྱུར་གྱི་དུས་ཤིང་པོ་སྟག་ལ་འཁྱུངས་པ་ནས་བཅུ་མས་ནས་
 བཅུ་མ་པར་ད་ལྟའི་ཆེན་པོ་ཆེང་གི་གནས་སྤྱིང་ལོ་སོ་ལྷ་པ་ལུགས་པོ་སྟག་གི་ལོ་འདི་ཉིས་སྟོང་
 བདུན་བརྒྱ་གོ་བདུན་པ་ཡིན་པར་སྤྱང་ཞིང་སྟེ་གཟུགས་འདི་ཉིད་སྟོན་པའི་དབྱང་ལོ་སོ་བརྒྱད་
 པ་ལུགས་མོ་ཡོས་ལ་བཞེངས་པར་བཤད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟེ་གཟུགས་འདི་ཉིད་ནི་སྟེ་རྒྱ་ཅན་

དན་གོ་ཤིང་ལས་བསྐྱབས་པ། སྤྱི་གཙུག་བཟུང་མི་མངོན་པ་སོགས་མཆོད་དཔེ་ནམས་གསལ་བ། འགྲོ་བ་རྣམས་འཁོར་བ་ལས་འདྲེན་པ་མཆོད་པའི་སྤྱན་ཅུང་ཟད་ཀྱིན་དུ་གཟིགས་པ། དུག་གཡས་སྐྱབས་སྤྱིན་གྱི་དུག་རྒྱས་སྤྱོད་རྒྱ་ཐམས་ཅད་སྤྲིད་ཞིའི་འདིགས་པ་ལས་སྤྱོད་པ་དང་། གཡོན་མཆོག་སྤྱིན་གྱི་དུག་རྒྱས་འགྲོ་བ་རྣམས་མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་བཀོད་པ་མཆོད་པ། ཞབས་གཉིས་མཉམ་སྐྱབས་ཀྱིས་བཞེངས་པས་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་ནམ་ཡང་སྤྱོད་པ་མེད་པ་མཆོད་པ། ཐུགས་ཀ་ན་ཤོད་ཏེ་ཅམ་རྒྱན་དུ་ཡོད་པ་དང་། ཞབས་མཐེལ་དང་གདན་གྱི་བར་ན་སྤྱོད་པ་ཤོང་བ་ཅམ་གྱི་བར་སྤོང་ཡོད་པ། བཅོལ་གཞན་གྱིས་འབྲས་སྤྱི་ལྟར་བཞེངས་ཀྱང་སྤྱིའི་ཉམས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཡོང་དཀའ་བ་སོགས་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་དང་ལྷན་ཞིང་། ཁྲ་མ་སྤྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་དང་རྒྱལ་མོན་སྤྱིན་བདག་དང་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་མཇུག་སྐབས་སྤྱོད་པས་འོད་ཟེར་འགྲོ་བ་སོགས་མཐོང་སྤང་དུ་མ་འབྱུང་བ་དང་། ནད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་དག་པོས་གཙུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པ་ན། ཉམས་དང་མི་ལམ་དུ་སྤྱོད་དངོས་ཀྱི་སྤང་བ་སྤྱལ་ཏེ་དབུགས་འབྱེན་པར་མཛད་པ་སོགས་སྤྱོད་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཀུན་ལ་མ་ཐུན་སྤང་དུ་བྱུང་བ་དེ་བཞིན་ལགས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཤིང་ལུང་བསྐྱན་པའི་རྟེན་མཆོག་འདི་ཉིད་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་ཅམ་གྱི་སྤྱལ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱོན་བསམགས་པའི་བསོད་ནམས་ལུ་ལྷུང་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ན་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དད་ཅིང་མོས་པས་དུག་མཆོད་བསྐྱེད་བཀྱང་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོན། དེས་ན་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་ཁྱད་པར་མ་མཆིས་པའི་སྤྱོད་མཆོག་འདི་ལྟ་བུ་ལ་མཇུག་བཞི་ཤིག་ཏུ་རྟེན་དཀའ་བར་ཤེས་པར་བཀྱིས་ལ་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་པའི་དད་པ་དང་གྲུས་པ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་ཅི་འབྱོར་བའི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་དང་ལུས་ཀྱིས་དུག་དང་བསྐྱོར་བ་བྱེད་པ་དང་། དག་གིས་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་ལ་རུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བརྟོན་པར་བྱ་ལ་དེ་ཡང་ངེས་འབྱུང་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པ་དང་སྟོན་ལམ་རྣམས་པར་དག་པས་ཁ་བསྐྱར་བ་ལ་འབད་འཆལ་ལོ། །ཞེས་

ལྷང་སྐུ་རིལ་བའི་དོ་རྩེའི་གསུང་ལྷར་བཀོད།

ཅན་དན་ལྷ་འཁྱེད་གང་ཟག་སྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བའི་གཏུལ་བྱ་ལྷའི་ལ་བྱལ་ཏེ། མོས་པ་ཉུང་ལ་ང་རྒྱལ་
 ཆེ་བ། ལུང་རིགས་ཀྱི་དོན་ལེགས་པ་རང་མངས་ཤིང་ཆོད་པ་མང་བ། སྒྲིན་དེ་རྣམས་པས་ལ་
 གས་རྗེས་སྤྱ་གཙུང་བར་དགའ་བའི་གང་ཟག་གི་རིགས་ཤིག་གོ། ལྷ་བཤད་ནི། དཔེར་ན་ཅན་
 དན་དེ་པགས་བྱ་མེད་པ། དུག་སྒྲུལ་གཏུག་པ་ཅན་གྱིས་དཀྱིས་པ། ལུང་དུ་ཉེ་བར་འཁྱོམ་ཉུང་
 བ་དང་འབྲས་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བཏགས་སོ། །རྗེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྒྲུགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

ཅན་ (ལེགས་སྦྱར) གཏུམ་པོ།

ཅ་ཏཱ་མྱེ། (ལེགས་སྦྱར) གཏུམ་མོ།

ཅན་པོ་མི། (ལེགས་སྐྱར་) ཏུ་ས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཕྱིན་པའི་ཁྱ་ཁར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་དགེ་བསྟེན་རྒྱ་
 བའམ་བཙུན་པ་རྒྱ་པ་ (ཁྱེ་བཀའ་རྟོགས་ཀྱི་དུ་ཆེན་པོ་) ཙ ཏུ་ལེགས་ལས། ཅན་པོ་མི་ལ།
 བཙུན་པ་རྒྱ་བ་ཞེས་བསྐྱར་ཞིང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་འདར་བཙུན་པ་རྒྱ་བ་ཞེས་གསལ། ཞེས་བྱ་
 བ་ནི། ཤར་བྱོགས་རྩི་ཁར་འཁྱུངས་ཤིང་། གཞོན་ཅུའི་དུས་ནས་མཁས་པར་གྱུར་ཏེ། བ་
 རེན་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་ལྷས་མོ་རྒྱ་ར་ཞེས་བྱ་བ་བག་མར་གླངས་ཏེ་འདུག་པ་ན། ལྷ་བས་ཤིག་འཁོར་
 གཏོག་མོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་ར་ཞེས་འཛོད་པ་ཐོས་ཏེ་བསམས་པ་ན། དེ་ཡི་དམ་གྱི་མཆན་དང་
 མཐུན་པས་མི་དུང་བར་དཔོངས་ཏེ་བཟོད་པ་གསོལ་ཞིང་འཕྲོ་བར་ཆས་པ་ན། འཁོར་ནས་ས་
 གྲིས་བཅུང་སྟེ་ཅའི་ཕྱིར་འཕྲོ་ཞེས་འདྲི་བ་ལ་རྒྱ་མཆན་བཟོད་དོ། །དེ་རྒྱལ་པོས་ཐོས་པ་ན་
 ཁྲིས་ཏེ་རའི་བྱ་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་མི་འདུག་ན་གརྒྱ་ལ་སྐྱར་ཅིག་ཅེས་ཤག་འབར་དང་། གཤེད་མ་
 དག་གིས་གརྒྱ་ལ་བསྐྱར་བ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲོལ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྒྲོལ་མས་
 ཆུ་དུས་སྤྱི་མིང་སྤྱུལ། ཞལ་མཛོན་སྤུལ་དུ་བསྟན་ཏེ་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་དེར་སངས་ཡང་
 ཅན་ཏེ་མིང་ཞེས་གྲགས་སོ། །དེ་ནས་ཉ་པས་བསྐལ་ཏེ་བ་རེན་ཏེ་རྒྱལ་པོ་འདར་དང་ནས་མཆོད་
 གནས་མཛད། མཐར་གྱིས་རྒྱ་ལེན་པ་ལས་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཤེས་འདྲི་བ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་ཏེ་དང་།
 མཆན་བཟོད་། བཟོད་པ་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་པ་གསུམ་ཤེས་བཟོད་པས། མཁས་པ་ཆེན་པོར་ཤེས་ཏེ་

བསྐྱབ་དང་བཀྱར་སྟེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱས་སོ། །བསྐྱན་བཅོས་ཀྱང་། རྒྱ་བ་སྒྲོན་མའི་འགྲེལ་བ་དང་།
སྐྱ་གསུམ་ལ་འདུག་པ། ཉ་མགྲིན་གྱི་སྐྱབ་ཐབས། མེང་གེ་སྐྱའི་སྐྱབ་ཐབས། རྣམ་འཛོམས་གྱི་
སྐྱབ་ཐབས་མདོར་བསྐྱས། འཇམ་དབྱངས་མཛེང་ཡོན་གྱི་བསྟོད་པ་བྱིན་རྒྱབས་ཅན། སྒྲོལ་
མའི་བསྟོད་པ་མེ་ཉྱལ་སྤང་འཛིན། བཤགས་པའི་བསྟོད་པ། སྐྱ་དང་སྐྱན་དབྱེད་ལ་སོགས་པའི་
བསྐྱན་བཅོས་མང་དུ་མཛད་དོ། །དེའི་སྒྲོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་སྐྱའི་བསྐྱན་བཅོས་ཀྱན་ཏུ་
བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལེགས་པ་ཞིག་གཟིགས་པ་ན། རང་གིས་བྱས་པའི་བསྐྱན་བཅོས་མི་
ལེགས་པས་སྐྱབ་པོ་སྐྱམ་དུ་དགོངས་ཏེ་ཁོན་པར་བསྐྱར་བ་ན། འཕགས་པ་སྐྱན་རས་
གཟིགས་གྱིས་ཁྱོད་གྱི་ལྷག་བསམ་གྱིས་བྱས་པས་བསྐྱན་འགྲོར་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་
བར་འགྱུར་གྱི་ཐོན་ཅིག་ཅེས་གསུངས་ཏེ་བཏོན། ཁོན་པ་དེ་ལ་ཅ་རྒྱའི་ཁོན་པ་ཞེས་གྲགས་
ཤིང་། དེ་ལས་ཆུ་འཕུང་ན་སྒོ་ཚོ་བར་འགྱུར་རོ་ཟེར། དེའི་ཆེ་སྒྲོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་དང་
ཚོད་པ་མཛད་དེ། དེ་རིང་གི་ལན་སྐྱན་རས་གཟིགས་ལ་ཞུས་ཏེ་ཕྱི་ཉིན་བཏབ་པས། རྒྱ་གྲགས་
ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་ཏེ་ཕྱི་བཞིན་བསྟེགས་པ་ན། འཛིག་རྟེན་དབང་སྐྱལ་གྱིས་སྒྲོབ་པར་གཟིགས་པ་
ན། འཕགས་པ་ཉེ་རིང་མ་མཛད་ཅེས་གསོལ་བས། བྱག་མཛུབ་བསྐྱམ་པ་མ་བྱུང་བར་ལུས་
པས། དེར་སང་ཡང་བྱགས་ཇེ་ཆེན་པོ་མཛུབ་ཀེར་ཞེས་གྲགས་སོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར།
སྒྲོབ་དཔོན་འདི་ལ་བཅུན་པ་རྒྱ་བ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་
བཀོད།

ཅབ་གྲོལ། (འདུལ་བ) ཅབ་གྲོལ་ལ་གཟིགས།

ཅབ་གྲོལ་ཅན། (འདུལ་བ) ཅབ་གྲོལ་ཅན་ལ་གཟིགས།

ཅབ་ཏུལ། (འདུལ་བ) ཅབ་ཏུལ་དང་དོན་འདྲ། མཚོ་རྟེན་དང་། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱི་འདུལ་
བ་མདོ་རྩ་བའི་རྟེན་གྲམས་སུ་ཅབ་ཏུལ་ཞེས་སྣང་།

ཅམ་པ། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྐྱབ་པ་ཤད་ནི། ལྷའི་
རྒྱལ་པོ་ཅམ་པའི་གནས་གྱི་དབྱེད་གྲོང་ཁྱེར་བཞེགས་པའམ། ཡང་ན་ཤིང་ཅམ་པ་གའི་ཆམ་དུ་

བཅེགས་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་སོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རོ། །ཁྱོང་ཁྱེར་ཅམ་པ་ནི་འཇུའི་ཁྱོང་ཁྱེར་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་
 སྒྲིགས་བཅ་དང་བོའི་ནང་གསལ་ལོ། །འཇུ་ནི་མི་རྩལ་མངའ་སྡེའི་ཤར་བྱུགས་ལ་ཡོད་ཅིང་།
 དེར་སང་'Bhagalpur ཞེས་པའི་རྫོང་དེ་ཡིན་པར་འགའ་ཞིག་གིས་ངོས་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །

ཅམ་པ་ག། (ལེགས་སྦྱར) 1 མེ་རྟོག་ཅམ་པ་ག། 2 ཁྱོང་ཁྱེར་ཅམ་པ་ག་སྟེ། གནའ་བོའི་ཁྱོང་ཁྱེར་ཆེན་
 བོ་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཅམ་པ་དང་དོན་འདྲ།

ཅམ་པོ། ཅམ་པོ་བ་དང་འདྲ།

ཅམ་པོ་བ། 1 ཁྱད་པར་རམ་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པ། ཆད་མ་ལོངས་པ། བོང་མའི་ཁྱད་
 པར་རམ་ཡོན་ཏན་མ་རོབ་པ། ཁྱད་པར་རམ་ཡོན་ཏན་ལྷག་པོ་མེད་པ། དངོས་གཞི་ཅམ་
 བོའམ་ཅམ་པོ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 བཏགས་པ་བ། དངོས་མིན་པ། ཟུན་མ། སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་
 ལས། ལྷབས་འདིར་འབྲེལ་བྱེད་སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་གིས་དེར་བྱིན་ཏོ་ལྟ་བུ་སྤར་བསྐྱ་དངོས་ཡིན་
 ཞིང་རྫོགས་ཆོག་ཀྱང་ཡིན་པ་དང་། ཏྲག་གོ་ལྟ་བུ་སྤར་བསྐྱ་ཅམ་པོ་བ་དང་། བྱའོ་སྤམ་ནས་
 བྱེད་དོ་ལྟ་བུ་ཅམ་པོ་བའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཅམ་ལས་དོན་ཏུ་དེའང་མིན་པར་འདོད་པ་ཞིག་
 འདུག་པ། དེ་ལ་འདི་འདི་བར་བྱ་སྟེ། བྱའོ་ཞེས་པའི་འོ་སྤྲ་བརྫོང་པའི་ཆེ་འོ་སྤྲ་དེས་གང་ཞིག་
 སྤྱད་དགོས་པའི་དོན་དེ་བསྐྱས་པར་སོང་ངམ་མ་སོང་། སོང་ན་སྤར་བསྐྱ་དང་རྫོགས་ཆོག་
 དངོས་མིན་ཞེས་བསྐྱད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཞིག་ དེ་ལ་ལྟོས་ཤིང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་
 འབྱུང་བས་སོ་ཞེན། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

ཅམར་རྩི་བ། སི་རྒྱ་ལ་དང་དོན་གཅིག་ སི་ཏལ། ལ་རྒྱ་དང་། སྤྱི་ལ་རྒྱ། ཟངས་སྤྱིང་། ཏུམ་རྩི་བ་ཞེས་བྱ་
 བ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན། སི་རྒྱ་ལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

ཅི་རྩ་མ་ཞི། (ལེགས་སྦྱར) ཡིད་བཞིན་ཅོར་བྱ་དང་དོན་འདྲ། ཡིད་བཞིན་ཅོར་བྱ་ལ་གཟེགས།

ཅི་རྩ་མ་ཞིའི་སྤྲུལ་བཞུགས་པོར། ཅི་རྩ་མ་ཞིའི་སྤྲུལ་བཞུགས་པོར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བཟུགས་ཞེས་ཡིད་
 བཞིན་ཅོར་བྱའི་གཟུངས་ཀྱི་བཞུགས་པོར་ཞེས་སྤྲུལ་སྤར་འདེབས་བྱེད་ཅིག

ཅི་གྲ། (ལེགས་སྒྱུར) 1 སྟོང་། 2 ཐུགས་། སེམས་།

ཅི་ན། (ལེགས་སྒྱུར) མཐུ་ཅི་ན་དང་འབྲ།

ཅི་ཅི། གྲི་བའང་ཟེར། སྒྲ་བཤད་ནི། ཅི་ག་ཅི་ག་ཅེས་པའི་སྒྲ་སྟོན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས་སོ། །

ཅི་ག་ཅི་ག་ ཅི་ཅི་འདྲ་སྒྲ། གྲོ་སྒྲིང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལས། གྲི་བ་ཅི་ག་ཅི་ག་ཟེར་ནའང་ཁོ་མོའི་རྣ་བ་
གཅད་དམ་སེམས་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཅི་རྩ་མ་ཁི། (ལེགས་སྒྱུར) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ཞེས་བྲལ། །རིན་པོ་ཆའི་རིགས་
ཕྱིག་སྟེ། ཁ་དོག་སེར་སྟོ། མཚོན་སྒྲ་ལྟ་ཡི་གདངས་དང་ལྡན་པའི་རི་མོ་བདུན་ཡོད་པ། དེ་ལ་
བལྟས་པས་ཉིན་མོ་ཡང་སྐར་མ་མཐོང་བ། རས་མང་པོ་བཅེགས་པའི་འོག་ཏུ་བཞག་གྲང་
བདེན་སྟོབས་བཟོད་ཅམ་གྱིས་སྟེང་དུ་འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ། དེ་ཡང་མཛོན་
བཟོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱུན་ལས། ཅི་རྩ་མ་ཁི་ཞེས་ཁ་དོག་སེར། །དེ་ལ་མཚོན་མདངས་སྒྲ་ལྟ་
ཡི། །མིག་མཚུངས་རི་མོ་བདུན་ཡོད་ལ། །ཡོན་ཏན་ཁྲུང་པར་དེར་བལྟས་པའི། །རྩེས་སུ་
ཉིན་ཡང་སྐར་མ་མཐོང་། །རས་མང་བཅེགས་པའི་འོག་བཞག་གྲང་། །བདེན་པའི་སྟོབས་ནི་
བཟོད་ཅམ་ན། །དེ་ཉིད་སྟེང་དུ་འབྱུང་བར་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོ། །དྲི་མེད་ཤེལ་
ཟེང་། ༤༡ པའི་གྲང་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་པའི་རིན་པོ་ཆའི་གཏམ།
ཅི་རྩ་མ་ཁི་འཛོད་ཁང་ཞེས་བྲལ་བ་ལས། ཅི་རྩ་མ་ཁི་མཚོན་ཉིད་ནི། ཁ་དོག་ནམ་མཁའ་ལྷན་པ་
ལྟ་བུ་ལ་སེར་མདངས་ཅུང་ཟད་མཛོན་པ། མ་བྱའི་མདོངས་ལྟ་བུའི་རི་མོ་བདུན་གྱིས་ཕྱིན་ཏུ་
མཛེས་པར་བྲས་ཤིང་། ཆེ་ཤོས་བྲལ་གཤིག་གི་ངར་སྐྱོང་ཅམ་ལ་ཟུར་མང་ཉུང་དུ་མཛོན་པ། ལམ་
མཁར་བཏེག་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་མིག་ལ་བཀལ་བས་ཉིན་མོའི་འོད་གྲང་ཟེལ་གྱིས་ལྷོན་པ་ལྟར་
སྐར་ཆོགས་ཐམས་ཅད་མཚན་མོ་ལྟར་མཐོང་བ། དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་རྟགས་སུ་ངོ་མོ་
ཉིད་ལ་ཀ་ཕྱི་ཀས་རས་བཅེགས་མར་བཀལ་བས་བདེན་པའི་སྟོབས་བཟོད་ན། དེའི་མོད་ལ་སྒྲ་
འོག་བཟེ་བ་ཁྲུང་པར་གྱི་ཆོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཅི་རྩ་མ་ཁི་འཛོད་སྤྱོད་བཞུགས་པོར། བཅུ་གཅིག་ཞེས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཟུངས་ཀྱི་བཞུགས་པོར་ཞེས་

སྤྲུལ་པ་འདེབས་བྱེད་ཅིག་ འདི་སྐོར་གཉན་པོ་གསང་བར་གཟེགས།
 ཚུ་ཏ། (ལེགས་སྐྱར) (འདུལ་བ) ཤིང་ཏོག་ཨ་མ་དང་དེའི་ཤིང་སྤོང་། ལེགས་སྐྱར་དུ་འདི་ལ་ ལྷ་མོ་ ཚུ་
 ཏཅང་། གྲམ་ ཨ་མློ། सहकारः सः ११२३४५६७८९१०१११२१३१४१५१६१७१८१९२०२१२२२३२४२५२६२७२८२९३०३१३२३३३४३५३६३७३८३९४०४१४२४३४४४५४६४७४८४९५०५१५२५३५४५५५६५७५८५९६०६१६२६३६४६५६६६७६८६९७०७१७२७३७४७५७६७७७८७९८०८१८२८३८४८५८६८७८८८९९०९१९२९३९४९५९६९७९८९९
 ཚུ་ཏ་ཀ། (ལེགས་སྐྱར) འཁྱུག་གི་མིང་། ཏུས་འཁོར་ཅ་རྒྱུད་ལས། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་འཆོལ་བྱེད་ཚུ་ཏ་
 ཀ། །སྐོར་བར་གྱུར་གྱུར་ས་ལ་གནས་པ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 ཚུ་ཐ། (ལེགས་སྐྱར) སྐུལ་བྱེད་མ། ལྷ་མོ་ཚུ་ཐ། རིག་པ་ཅན་མ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གངས་
 ཡིན།
 ཚུ་མ་པ། (ལེགས་སྐྱར) འོ་བྱེད་པ། ཚུ་མ་པ་ཞེས་པ་འོ་བྱེད་པའི་སྐད་དོད་ ལྷ་མོ་ ཚུ་བྲམ་ཚུ་མ་བྲ་ཞེས་པ་
 ལྷ་མོ་ཚུ་མ་བྲ་ཅིག་ཆག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་ཆོག བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་། ལྷ་མོ་སྐྱོལ་
 པའི་རྩི་རྩི་མོགས་གྲིས་འོ་བྱེད་པའི་བདེ་ཆིང་དུ་བྱས་ཀྱང་ལེགས་སྐྱར་མོར་བཞག་གོ།
 ཚུ་མ་པ་ན། (ལེགས་སྐྱར) ཚུ་མ་པ་དང་འབྲ། རྩི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་དང་། སྐྱོད་སྐྱད་
 གཉིས་ཤེས་སྐྱར་རྣམས་སྤུངས་དེ་ལྟར་སྤྱང་།
 ཅེན་མིན། <རྒྱ> 1 ཅེན་མིན་ཞེས་པ་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དུ་རིས་གྲིས་པའི་དོན་དུ་བཤད། བེའུ་འབྲེལ་
 ལས། རྩིན་གྱི་དུས་སུ་སྤོང་ཉིད་བསྐྱོན་པ་ལ་སྤོན་མིན་ཅིག་ཅར་འཇུག་པ་དང་། ཅེན་མིན་རིས་
 གྲིས་འཇུག་པ་གཉིས་བྱུང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱའི་སྐད་དུ་ཅིག་ཅར་བ་ལ་སྤོན་མིན་
 དང་། རིས་གྲིས་པ་ལ་ཅེན་མིན་ཟེར་བར་བཤད། 2 <རྒྱ> སྤར་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅན་དུས་སྤོབ་
 དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་དང་དུ་ཤང་མ་དུ་ལ་ན་ཅོད་སྐབས་ཀ་ཤིས་སྟེལ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 སྤུལ་མཐའ་ཞེག་གི་མིང་དུ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་བཤད། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
 མོར། ཅེན་མིན་ཞེས་ཀྱང་སྤྱང་།
 ཅོག་ཕུའི་སྐབས། ལྷ་མོ་བཞུགས་སྐྱོངས་ཤིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས། ཞབས་མཐེལ་ཁ་སྐྱར་
 བདེ་ལེགས་ཅན། ཅོག་ཕུར་རྒྱུད་གཉིས་མཐོ་གང་བར། །སྤྲན་ལ་བཀོད་པ་ཅོག་ཕུའི་
 སྐབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཅོག་ཅོག་མོར་འདུག་པ། (འདུལ་བ) ཀླང་པ་གཉིས་གཤིབས་ལ་རྒྱབ་ལ་མི་རེག་པར་འདུག་པ་ལ་ཟེར།
འགྲེལ་རྒྱུད་ལས་སོགས་ལས་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །

ཅོང་། 1 བཟའ་རྒྱུའི་ཅོང་། བཅོང་ཞེས་ཀྱང་འབྲི། 2 དུལ་སྐྱད་ལ་ལར། ཅོང་ཞེས་པ་འགྲེང་ག། ལང་
ག། ཀྱོང་ངེར་ལང་བ་བཅས་ལ་འཇུག།

ཅོང་ཁ། རྗེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་གང་དུ་འཁྱུངས་པའི་ཡུལ་ཏེ། བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐའ་སྤྱད་མདོ་
ཁས་ས་སྐང་གསུམ་གྱི་ནང་ཆེན་ཅོང་རྩ་འབབ་པས་ན་ཅོང་ཁ་སྐང་དུ་གྲགས་པའི་ཡུལ་
དེའོ། །ཡང་ན། ཅོང་ཁ་ཞེས་པ་ནི་དེ་ཅོང་ཅོང་མང་པོ་ཡོད་པས་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བཏགས་
པའམ། ཅོང་འདེབས་སའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཅོང་ཁ་ཞེས་བཏགས་པར། ཅོ་ནེ་ལྷ་མ་གྲགས་པ་
བཤད་སྐུབ་ཀྱི་དམིགས་བཅེ་མའི་འགྲེལ་པར་བཤད་པ་ལྟར་ལོ། །

ཅོང་ཁ་པ་སྐྱོ་བཟང་གྲགས་པ། རྗེ་ཅོང་ཁ་པ་སྐྱོ་བཟང་གྲགས་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཅོང་ཅོང་། འགྲེང་ནས་ཡོད་པ། ཀྱོང་ཀྱོང་། དཔེར་ན་དེ་ཅོང་ཅོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཅོམ་འཛོག། ཅི་ཡང་མི་སེམས་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པར་འཛོག་པ། ཅར་ཡང་མི་རྟོག་པར་འཛོག་པ། ཅི་
ཡང་མ་བསམ་པར་ཆོམ་མེ་འཛོག་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཅར་ཡང་མི་རྟོག་པའི་
ཅོམ་འཛོག་ཅམ་ཞེག་བྱས་པས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་པར་མི་འགྲོའོ། །ཞེས་དང་། རི་ལྟར་ཁྱད་
ཞུགས་ཀྱང་ཞི་གནས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཅམ་དུ་བསྐྱར་རུང་བའི་སེམས་ཅོམ་འཛོག་ཅིག་ལ་ལམ་གྱི་
དམ་པར་བརྩུང་བའི་ལོག་ལྟ་རྟུམས་ཀྱི་ཐ་ཆད་འདི་ནི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཅོྲ། (ལེགས་སྦྱར) 1 རྒྱན་མ། 2 འབྲས་ཀྱི་ལྗང་པ།

གཙང་། 1 གཙང་མ། 2 གོ་གནས་ཤིག་གི་མིང་། གཙང་ཞེས་པ་གོ་གནས་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཏུན་ཏྲོང་
གི་ཡིག་རྟེན་ལས། གཙང་ཆེན་མན་ཆད། དམངས་མཐའ་མ་ཐ་མཡན་ཆད། ཅིག་གིས། རི་
དགས་རི་དྲགས་ལ་སྟོགས་པ་ལ། ཞེས་གཙང་ཆེན་ནི་གོ་ས་ཞིག་གི་མིང་དང་། དམངས་ཐ་མ་
ནི་འབངས་ཐ་མའི་དོན་ལ་གསལ་བར་བཤད། 3 བོད་ཡུལ་གྱི་བྲེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། ཏུབ་ཕྱོགས་
ཉང་ལྗོངས་ཀྱི་ཡུལ། དེ་ཡང་གཙང་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ཡུལ་གྱི་མིང་ལ་མ་ཐོགས་གོང་། གོང་

དུ་བཤད་པ་ལྟར། གཙང་མ་དང་གོ་སའི་མིང་དུ་འཇུག་ལ། དུལ་གྱི་མིང་དུ་ཆགས་ཤིས་
 “ཅང” གི་གོ་དོན་དང་པལ་ཆེར་འབྲས་མཚུངས་སུ་འཇུག་པར་བཤད་དོ། ཅང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
 གཞིགས། 4 འིང་བསྐྱིགས་ཀྱི་ར་བ་ཞིག

གཙང་ཁང་། (འདུལ་བ) འི་གཙང་ཁང་དང་དོན་གཅིག་ འི་གཙང་ཁང་ལ་གཞིགས།

གཙང་པ། གཙང་གི་དུལ་མི། སྤྱི་བཤད་ནི། གཙང་པོའི་ཉེ་འདབས་སུ་ཆགས་པའི་དུལ་མི་ཡིན་པས་
 དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད། སྤྱིར་གཙང་ནི་དུལ་གྱི་ཕུ་དང་གཙོ་བོ་སོགས་ལ་བྱ་སྟེ། ལུང་པའི་ཕུ་མདོ་
 བྱ་བ་ལ། གཙང་མདའ་བྱ་བའམ། ལྷ་ཁང་སྤྱག་མ་ལ་གཙང་ཁང་དུ་ (འདི་ལ་དབྱེད) འཕོད་པ་
 དང་། མགོན་གྱི་གཙོ་བོར་འབྲལ་རྒྱུའི་སྒྲུབ་ལ་གཙང་སྤྱིར་དུ་བྲགས་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་དེབ་
 ཐེང་དཀར་པོར་གསལ།

གཙང་བ་བདུན་བརྒྱད། འདི་ལ་འཇམ་དབྱངས་གཙང་བ་བདུན་བརྒྱད་ཀྱང་ཟེར། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་
 པོ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ཤིས་དགའ་ལྡན་གྱི་ལ་ལེབས་མཁན་གྱི་གཙང་པའི་མི་རིགས་བདུན་ནི།
 ཁྱི་ཐོག་གཉིས་པ་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན། ཁྱི་ཐོག་གསུམ་པ་མཁས་བྱུང་དགེ་ལེགས་
 དཔལ་བཟང་། ཁྱི་ཐོག་བཞི་པ་ཞ་ལུ་བ་ལེགས་པའི་རྒྱལ་མཁན། ཁྱི་ཐོག་ལྔ་པ་གཡག་སྡེ་བ་སྒོ་
 གོས་ཆོས་སྒྲིང་། ཁྱི་ཐོག་དྲུག་པ་མཁས་བྱུང་རྗེའི་སྤྱུ་མཆེད་བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཁན། ཁྱི་
 ཐོག་བདུན་པ་དྲགས་པོ་བྲུ་ཆང་ཕྱག་འདེབས་བ་པོ་མཁས་མཆོག་སྒོ་གོས་བརྟན་པ། ཁྱི་ཐོག་
 བརྒྱད་པ་རྣམ་འགྲེལ་སྒོན་རྒྱུ་མཛད་པ་པོ་རྗེ་སྒོན་ལམ་དཔལ་བ་བཅས་ལ་ཟེར། དང་པོ་དྲུག་
 གིས་རྗེ་ཉིད་ལས་ཆོས་དངོས་སུ་གསན་ཅིང་། རྗེ་སྒོན་ལམ་དཔལ་བས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་
 ལས་དངོས་སུ་ཆོས་མ་གསན་ཀྱང་མནལ་ལམ་དུ་གསན་པར། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོར་
 བཤད། རྟོགས་ལྡན་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཆོའི་མནལ་ལམ་དུ། རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་མཆོད་རྟེན་ཡིན་
 ཟེར་བ་ཆ་ཆད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཅེ་མོ་སྤྱིན་གྱི་གསེབ་ལ་སྟེབས་པ། ཁ་དོག་འཛིན་ཏུ་དཀར་
 ཞིང་མཁེགས་པ་དཀར་ཡོལ་གྱི་ཅི་ལྟར་དྲངས་པ་ཞིག་ལ། སྤྱིན་གྱི་གསེབ་ནས་མཁའ་འགོ་མ་
 ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་མོའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། བུད་མེད་པལ་བའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་རུས་པ་དང་རིན་པོ་

ཆེད་རྒྱན་སྒྲིལ་ཆོག་གསོལ་བ། བྲག་ན་རིན་པོ་ཆེད་བུམ་པ་དཀར་པོ་བདུད་ཅི་དཀར་པོས་
གང་བ་ཐོགས་པ་མཐའ་ཡས་པས་བདུད་ཅིད་རྒྱན་གྱིས་སྒྲིལ་དཀར་ཆོགས་པར་གསོལ།
མཛོད་རྟེན་དེའི་མཐའ་ན་འབྲམ་པ་མང་དུ་སྤང་ཞིང་། བྲད་པར་དུ་བྲང་ཕྱོགས་ན་མཛོད་རྟེན་དེ་
ལ་ཉེ་བར་བསྐྱོར་བའི་མཛོད་རྟེན་བདུན་སྤང་བ་དེས་འཇམ་དབྱངས་གཙང་པ་བདུན་བརྒྱད་
ལུང་བསྟན་པར། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་གསུངས་སོ། །

གཙང་པའི་ཉ། སྤར་གཙང་པ་ཞིག་གིས་ཉ་ཕ་ཞེས་པོ་ཞིག་ཐོས་དྲགས་ཉེ་སྒྲིག་གཤམ་བྱས་པ་ན།
སྒྲིག་པར་པངས་ཉེ་སྒྲིལ་སྒྲིག་གིས་བསྐྱམས་པའི་གཏམ་དཔེ་ཞིག་སྟེ། དེད་ཅག་དགོས་པ་
ཆུང་ཆོགས་ལ་འང་མངས་ཤིང་འབྱོད་ན། དལ་འབྱོར་ཆུང་ཐོས་སུ་གཏོང་བར་ཅེས་མི་པངས་
ཉེ་པངས་རིགས་སོ་ཞེས་སྟོང་པོ་ལེན་དགོས་པར་གདམས་པའི་དཔེའོ། །དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་
སྤངས་པའི་འབྲམ་འབྲེལ་ན་འང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས།

གཙང་རིས་ཀྱི་མགོན་པོ་བདུན་ཅུ་ཙུ། འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཐམས་ཅད་གཙང་རིས་ཀྱི་མགོན་པོ་
བདུན་ཅུ་ཙུའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པས། དེ་གང་ཞེ་ན། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི། ཕྱོགས་སྐྱོང་བཅུ།
ལྷ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། ལྷ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། གཟའ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། རྒྱ་སྐར་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྒྱད། འཛིགས་
བྱེད་ཆེན་པོ་དགུ་སྟེ་བདུན་ཅུ་ཙུའོ། །ཞིབ་ཏུ་བྲི་ན། དང་པོ་༡ རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི། ཤུལ་
ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་སྤང་བྱི་ཐའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ། ལྷ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་འཕགས་
སྤྲིས་པོ་བྲལ་བུམ་གྱི་ཆོགས་དང་བཅས་པ། ལུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་སྤྲན་མི་བཟང་སྒྲིལ་ཆོགས་
དང་བཅས་པ། བྲང་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐོས་སྤྲས་གཞིད་སྤྲན་གྱི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ལ་
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྟེ་བཞི། ༡ ཕྱོགས་སྐྱོང་བཅུ་ནི། དབང་པོ། གཤམ་མེ། ཆུ་བདག་གཞིད་སྤྲན།
མེ་ལྷ། སྤོང་པོ། རྒྱང་ལྷ། འབྲུང་པོ། ཆངས་པ། ས་ཡི་ལྷ་མོ་བཅུ་ལ་ཕྱོགས་སྐྱོང་བཅུ་དང་། ༡ ཉེ་
དབང་། ཆོགས་བདག་ཉེ་མ། རྒྱ་བ། ཐགས་བཟང་རིས་ལྷ། བསྐྱལ་ན་ཕྱོགས་སྐྱོང་བཙོ་
ལའོ། ༡ ལྷ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ནི། ཆངས་པ་མེར་པོ། དབང་པོ་དཀར་པོ། དབང་ལྷ་ཆེན་པོ་
ནག་པོ། གཞོན་ལུ་གཏོང་དུག །ལོག་འཛེན་ཆོགས་བདག་སྤང་སྒྲིལ་ ལྷ་ཆེན་པོ་འདི་ལ་མིང་མི་

432

སྐར་མུ་ཤིང་རྟེན་དབྱིབས། །མགོ་ནི་སྐར་གསུམ་རི་དྲགས་མགོ། །ལག་ནི་སྐར་གཅིག་ཐིག་
ལེའི་དབྱིབས། །ནལ་ས་སོ་སྐར་གཉིས་ཁྲི་རྒྱ་དབྱིབས། །རྒྱ་ལ་ནི་སྐར་གསུམ་རི་ལ་པའི་
དབྱིབས། །སྐག་ནི་སྐར་དྲུག་གདེང་ཀའི་དབྱིབས། །ཤར་སྐར་ནམས་སོ། །མཆུ་ནི་སྐར་དྲུག་
ཆུ་པོ་འབྲ། །ཁྲེ་ནི་སྐར་གཉིས་མི་རྒྱ་དབྱིབས། །དཔོ་ནི་སྐར་གཉིས་ཁྲི་ཡི་དབྱིབས། །མེ་བཞི་
སྐར་མུ་ལག་པའི་དབྱིབས། །ནག་པ་སྐར་གཅིག་ས་སྟེང་དབྱིབས། །ས་རི་སྐར་གཅིག་ནོར་
བུའི་དབྱིབས། །ས་ག་སྐར་གཅིག་མགོ་ཡི་དབྱིབས། །བྱང་སྐར་ནམས་སོ། །ལྷ་མཆོམས་སྐར་
བཞི་སྒྲུང་པའི་དབྱིབས། །སྟོན་ནི་སྐར་གསུམ་ཐེམ་སྐས་དབྱིབས། །སྐྱུ་བས་ནི་སྐར་དགུ་ཕྱིག་
པའི་དབྱིབས། །ཆུ་སྟོད་སྐར་བཞི་མཆོད་རྟེན་དབྱིབས། །ཆུ་སྟེང་སྐར་བཞི་བྲེ་ཡི་དབྱིབས། །ཁྲོ་
བཞེན་སྐར་གསུམ་ཐེ་ལྷ་བྲ། །བྲི་བཞེན་སྐར་གསུམ་སྒྲུང་མགོའི་དབྱིབས། །འུ་བ་སྐར་ནམས་
སོ། །མོན་ཐེ་སྐར་བཞི་བྲ་ལྷ་བྲ། །མོན་བྲ་སྐར་གཅིག་མི་རེང་འབྲ། །ཁྲམས་སྟོད་སྐར་གཉིས་
ཤིང་རྟེན་དབྱིབས། །ཁྲམས་སྟེང་སྐར་གཉིས་རྟ་བའི་དབྱིབས། །ནམ་བྲ་སོ་གཉིས་བྲ་ལྷ་བྲ། །ཐ་
སྐར་སྐར་གསུམ་རྟ་མགོའི་མཁུ་ལ། །བ་ཉི་སྐར་གསུམ་མོ་མཆོན་དབྱིབས། །སྟོ་སྐར་ནམས་
སོ། །འདི་དག་བྲི་ཡི་ཁང་པ་ལྷ་བུའི་སྐར་མའི་གངས་དང་། དབྱིབས་དེ་ལྟར་བཞོད་ལ། བར་གི་
རྒྱ་སྐར་ལྷ་མོ་ནམས་ཀྱི་སྐྱུ་མདོག་བྲག་མཆོན་ནམས་ནི། རྒྱ་དེ་སོ་སོའི་ལྷགས་དང་། བག་
ཅིས་པའི་ལྷགས་སོགས་ཅི་རིགས་འདུག་གོ། གཙང་རིས་མགོན་པོའི་སྟེ་ཆོན་ཐ་མ་༩
འཛིགས་ཤིང་དགུ་ནི ། ཤར་དུ་དབང་བྲུག་འཛིགས་ཤིང། ཡང་ཤར་དུ་ཆངས་པ་འཛིགས་
ཤིང། ལྟོར་བརྒྱ་བྱིན་འཛིགས་ཤིང། འུ་བ་ཏུ་ཀྱ་ལེ་ར་འཛིགས་ཤིང། བྱང་དུ་ཡེ་ཤེས་འཛིགས་
ཤིང། ཤར་སྟོར་ཁྲབ་འཕུག་འཛིགས་ཤིང། ལྷོ་འུ་བ་ཏུ་སྟོན་སོ་འཛིགས་ཤིང། འུ་བ་བྱང་དུ་ཀ་
ལ་འཛིགས་ཤིང། བྱང་ཤར་ཆོགས་བདག་འཛིགས་ཤིང། རང་རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་བཅས་
པའོ། །སྟོང་རྟོལ་སྒྲ་མའི་གསུང་ལ་གཞི་བྲས་ཏེ་བཀོད།

གཙུག་ <ལྷ་རྟ་> སྐྱི་པོ། མགོའི་ཅེ་མོ། ལེགས་སྐར་དུ་ “ལྷ་རྟ་” “རྟ་ཟ” ཟེམ། གཙུག་ཅེས་པ་ལེགས་
སྐར་ཀྱི་ལྷ་རྟ་ཟེམ་ཆག་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ་མོ། །

438

རྟོགས་པར་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས། 2
མྱེ་གཙུག་གསུམ་མགོའི་སྐྱ་འབྲིལ་ཡོད་ས་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་གཙུག་རྟོར་གྱི་ཅ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
3 བོད་རྒྱ་ཆོག་མཆོད་ཆེན་མོར། མགོའི་སྐྱ་བོར་རང་ཆས་སུ་སྐྱེས་པའི་ཤེའི་གཙུག་རྟོར་རམ།
སྐྱ་བཅེངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བཙུངས་མའི་གཙུག་རྟོར། ཞེས་གསུངས། བསྟན་འགྲུར་༼ཉོ་
བ་༽ ༡༡ འནལ་ལ། དབུའི་གཙུག་རྟོར་ནི་དབུའི་དབུས་ན་ཤེའི་ཐོར་ཚུགས་ཆངས་པའི་འཇིག་
རྟོན་ནས་ཀྱང་བལྟས་མི་སྤང་བ་མངའོ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་ལེགས་པར་མི་སྤང་ངོ། །

གཙུག་རྟོར་འཁོར་བསྐྱར་གྱི་ལྟ་སྤངས། རིགས་སྤགས་ཀྱི་ཁོ་རྒྱལ་གཙུག་རྟོར་འཁོར་བསྐྱར་གྱི་ལྟ་
སྤངས་ནི། སྤང་དུ་ལྟ་བའོ། །དེ་ཡང་མིག་གི་མས་ལྷེབས་གྱིས་མིག་བྱེད་བཀའ་སྟེ་སྟེ་མིག་ཏུ་
བྱས་ལ། མིག་འབྲས་མི་བསྐྱལ་བར་སྤང་དུ་ལྟ་བའོ། །ལྟ་སྤངས་འདི་དུས་འཁོར་གྱི་སྐབས་ལྟ་
བུར། སྤོང་གཟུགས་འཆར་སྤྱ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་ཚུལ་རྗེའི་དུས་འཁོར་གྱི་གསུང་ཐེན་གྱིས་
ལས་གསུངས།

གཙུག་ལག་ <ཡི་རྒྱ་ག> ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཙུངས་ཀྱི་སྐྱེགས་བམ་
རྣམས་ལ། གཙུག་ལག་ཟེར། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྐྱེ་གཙུག་དང་། བསྟན་བཙུངས་རྣམས་
ལག་པ་དང་འདྲ་བར་བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་གི་གཞུང་ཐམས་ཅད་ལའང་
རིམ་གྱིས་གཙུག་ལག་ཅེས་གྲགས། དཔེར་ན་བདེ་སྤོང་གྱི་གཞུང་ལ་བདེ་སྤོང་གྱི་གཙུག་ལག་
ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་དག་ལ་རྫོང་བྱེད་ཆོག་གི་གཙུག་ལག་ཅེས་བྱའོ། །ཡི་རྒྱ་ག་ནི་སྟེ་སྤོང་དང་
གཙུག་ལག་གཉིས་ཀའི་སྐད་དོད་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པར་སྟེ་སྤོང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོད་གཡའ་
སེལ་༡༩༩ན་གསལ་འོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། གུས་པས་སྐྱེ་གཙུག་ཏུ་འཇུག་ཏུ་བྱུང་བར་བྱ་བ་
ཡིན་པས་གཙུག་ལག་ཅེས་བྱ་བའོ། །ཡང་ན། རྒྱལ་བའི་བཀའ་རྣམས་ཅ་བ་ཆེ་བས་སྐྱེ་
གཙུག་དང་བསྟན་བཙུངས་ལག་པ་དང་འདྲ་བས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས་པའོ། །ཡང་ན། རྟོག་ཅིས་
གྱི་གཞུང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་འཇུག་དཔལ་གྱི་གཙུག་ནས་བཏོན་ཏེ་ལྟ་མོ་རྣམས་རྒྱལ་མའི་ལག་ཏུ་
བཞག་པས་ན་གཙུག་ལག་ཅེས་བྱའོ། །ཞིབ་པར་སྟེ་སྤོང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོད་གཡའ་སེལ་

༡༤༤ནམན་གསལ་བས་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། ༡༢ བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ། བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་
གཙུག་ལག་ཟེར། དེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཙུག་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་
ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་ལག་པར་བཤད་དོ། །

གཙུག་ལག་ཁང་། <བེ་རྩ་རི> (འདུལ་བ) ༡ ལྟ་ཁང་། ལྟ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། བེ་རྩ་རི་
ཞེས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྐྱད་དོད་བུ། བྱེ་བྲག་རྩོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༡༩༥ན་ལས་བཤད་དོ། ༡༢
འགའ་ཞིག་གིས། འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞིའི་སྟེགས་བཅ་བཞུགས་ན་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན་
གསུང་མཐའ་ཡང་སྟེར། ༢ བང་ཁང་། བྱ་ཤག་དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་འཕྲེང་བས་བྱ་ཤག་ལ་
བཤད་དེ། གཙུག་ལག་ནི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཡིན་ལ་དེ་འཛིན་སའི་གང་
ཟག་གི་གནས་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་པ་ཞེས་བྱའོ། །པོད་ཀྱི་རབས་འདི་ན་འདུལ་བའི་ལུང་སྟེ་
བཞིའི་སྟེགས་བཅ་བཞུགས་ན་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཐའ་བར་རྒྱུ་བ་མཐའ་དག་
གིས་མཐུན་གཅིག་ཏུ་སྒྲོག་ཅིང་སྒྲུན་པོ་དག་གིས་དེའི་རྗེས་སྒྲོས་བྱེད་མོད་ཀྱང་དེ་དག་གིས་ནི་
འདུལ་བ་མེ་ཤེས་བར་གསལ་ཉེ་འདི་ནི་ཉིང་དགའི་གཙུག་ལག་ཁང་ངོ་འདི་ནི་དགའ་བོ་མེའོ་
འདི་ནི་ཁོ་བོའི་གཙུག་ལག་ཁང་སྟེ་ཞེས་བྱང་ཁང་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བཤད་པ་མ་ཐོས་བར་
ཟད་ཅིང་། བྱི་རོལ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་བཤད་པ་རྣམས་བྲན་པར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་ཀྱང་
གསུངས་སོ། །སྐྱེ་བཤད་ནི། གཙུག་ལག་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་ཡིན་ལ་དེ་བཞུགས་
སའི་གནས་ཡིན་པས་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་བྱའོ། །

གཙུག་ལག་ཀུན་གྱི་མ་མོ། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་གཉིས།

གཙུབ་སྟན། མེ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་བུ་གཙུབ་བའམ་བརྟར་སའི་འོག་གཞིའི་ཤིང་བུ།

གཙུབ་ཤིང་། གཙུབ་བའམ་བརྟར་ནས་མེ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་སྦྱང་གི་ཤིང་བུ།

གཙོ་པོ། རྗེ་པོ། གལ་ཆེ་ཤོས།

གཙོ་མོ། གཙོ་བོ་དང་འབྲེལ་བ་ “མོ” ཞེས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱར་བ་ཡིན། དེས་ན་གཙོ་མོ་ནི། བྱད་
མེད་མཆོག་གཤམ། བྱད་མེད་བུལ་དུ་བྱུང་བའམ། བྱད་མེད་གལ་ཆེན་པོ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན།

གཙོད། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་དུ་གནས་པའི་བོད་ཀྱི་རི་དྲགས་གཙོད་ནི་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་མཐོ་ཆད་མི་
ཏར་ ༣༠༠༠སྤུམ་སྟོང་ནས་ ༦༠༠༠བྲུག་སྟོང་བར་ཡོད་པའི་ཁུ་བུ་རི་བོ་དང་། གཉན་ཆེན་ཐང་
ལྷ། གདང་ལ་རི་བོ། གདས་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཨ་ཆེན་ཐང་དང་། བྱང་
ཐང་། སྤང་ལྗོངས། གདས་རི། མཆོ་དང་མཆེ་འུ་ཉི་འགྲམ་སོགས་ཆེས་བྱང་དར་ཆེ་བའི་ས་
ཁུལ་དང་རྩ་རྒྱ་བཟང་སར་འཆོ་གནས་བྱེད་ཅིང་། བོད་ས་ཁུལ་མ་གཏོགས་ཡུལ་བྱ་གཞན་ལ་
གཉན་སྟོད་བྱེད་མཁན་མཐོང་རྒྱ་དགོན། བོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུན་རིགས་གནས་དང་དེད་དུས་ཀྱི་
ཁོར་ཡུག་སྤང་སྟོབ་ལས་བཤད་གསལ་ལྟར་ན་བོད་ཀྱི་བྱང་ཐང་གཙོད་ལ་སྤང་གཙོད་དང་
བྱང་གཙོད་གཉིས་སུ་དབྱེ་འདུག་ཟུང་། ས་ཕྱོགས་དང་གནས་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཅན་ལས་མི་
འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་ཞིབ་ཤིང་གསལ་ཁ་གང་ཡང་མ་མཆིས། གཙོད་པོ་མའི་སྤྱི་འགྲུགས་པོ་མཐོ་
ཆད་ལ་སན་ལྷོ་མི་ཏར་ ༥༠ནས་ ༩༣བར་དང་རིང་ཆད་ལ་སན་ལྷོ་མི་ཏར་ ༡༣༠ནས་
༡༩༠བར་ཡོད། ད་པན་གཙོད་ཀྱི་གཟུགས་པོའི་ཆད་གཞིའི་སྟོར་ལ་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་དང་
ཕྱི་རྒྱལ་ཆེད་ལས་པ་ཆོས་གྲིས་པའི་དེབ་མང་ཆེ་བ་གཅིག་མཆུངས་མེད་བས་འདིར་དེའི་
སྟོར་དེབ་དེ་ཆོའི་ནང་ནས་དམའ་ཤོས་དང་མཐོ་ཤོས་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་ཆད་གཞི་ལ་གཞིར་
བཞག་བྱས་ཡོད། གཙོད་པོ་མོ་གཉིས་གཟུགས་པོའི་སྤྱི་འགྲུགས་ཆད་ལ་སྤྱི་རྒྱ་ (གེ་ལོ)
༩༥ནས་ ༥༥བར་ཡོད་གི་ཡོད། གཙོད་པོར་དུ་ཡོད་བས་སྤྱི་འགྲུགས་ཆད་ལ་སན་ལྷོ་མི་ཏར་
༥༥ནས་ ༥༥བར་ཡོད་ཞིང་ན་ཅོག་མོ་ལས་རྩུང་རྩུང་བ་ཡོད། རི་དྲགས་འདི་པོ་མོ་གཉིས་མགོ་
དང་ངོ་གདོང་རྩུང་སྟོས་བས་རྩུབ་དང་། བོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུན་རིགས་གནས་དང་དེད་དུས་ཀྱི་ཁོར་
ཡུག་སྤང་སྟོབ་ལས། གཙོད་པོའི་ཡོང་བུ་གཡས་གཡོན་དུ་བགས་སྤྱེའི་ཁྱག་རྩུང་རི་ཡོད་པའི་
དེར་གོག་པོ་རྩུང་གཡོག་ཟེར་ཞིང་ཐོག་མར་རྒྱག་སྐབས་དེ་ཅན་མ་གྲོགས་པོ་མེད་རུང་། རི་
ཅན་བརྒྱགས་ན་དེ་ཅན་གྱིས་རི་མ་གྲོགས་སུ་འགྲོ་བ་མི་ཆོས་གཙོད་གཡོག་རྩུང་གིས་
བརྒྱངས་ས་མེད་ཟེར། དེར་བརྟེན་གཙོད་རྒྱག་རྒྱར་དགའ་ཞིང་གིན་དུ་ནས་མ་གྲོགས་པོ་ཡོད་
བས་རྒྱ་ཆེད་རི་ལ་སྤྱི་ལེ་ ༥༠ནས་ ༩༠བར་རྒྱག་བྱུང་གི་ཡོད་བས་ཆེས་མ་གྲོགས་ཤོས་ཀྱི་

སེམས་ཅན་གས་ཤིག་ཡིན། གཙོད་ཀྱི་ར་མ་ནི་ཕ་ཞིང་ཐུང་བས་རིང་ཚད་ལ་སཐ་ཀྱི་མི་ཁར་
 ༩༥ཙམ་དང་། གཙོད་ལུས་ཀྱི་སྤྱ་མདོག་ག་མར་ཁམ་ཅན་དང་སྤྱ་བོ་ཡིན་ཞིང་སྤྱ་དང་ཁྱ་ལུ་
 འབྲུག་པ་མ་ཟད་ཆགས་ཡང་དག། ལྟོངས་སྤྱ་དཀར་ཡིན། སྤྱིར་སྟོག་ཆགས་པལ་ཆེ་བ་སྤྱ་
 འགྲུར་ལྟོག་འགྲོ་གི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་རི་དྲགས་དང་གཅན་གཟན་རིགས་སྤྱ་བརྗེ་མགྲོགས་པ་
 མ་ཟད། དགུན་ཉལ་མི་བྱེད་པའི་སྟོག་ཆགས་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་ལོ་གཅིག་ལ་ཐེངས་གཉིས་ཙམ་
 བརྗེ། གཙོད་ཀྱི་སྤྱ་ཡང་འགྲུར་ལྟོག་འགྲོ་སྤངས་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་སྤང་། གཙོད་རྣམས་ཁྱི་རྒྱ་
 བཅུ་པ་དང་བཅུ་གཅིག་ཙམ་ལ་ཤེ་ལངས་པའི་སྤྱ་བས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ས་གནས་གཅིག་ཏུ་
 འཛོམས་ཏེ་འཁྲིག་སྤྱོར་བྱེད་པས་གཙོད་པོ་མོ་བརྒྱ་ཕྲག་དང་སྤོང་ཕྲག་མང་པོ་བདུན་ཕྲག་
 གཉིས་ལྷག་ཙམ་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་འཛོམས་སྟོལ་ཡོད། མངའ་རིས་ཁུལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་གནས་
 སྤངས་ལས། ཉམ་དུས་སྟོན་ཁ་བོད་རྒྱ་དགུ་པའི་རྒྱ་དཀྱིལ་ཙམ་ནས་བཅུ་པའི་རྒྱ་བྱེད་བར་
 གཙོད་པོ་མོ་འཁྲིག་སྤྱོར་གྱི་དུས་ཚོད་ལ་ཁ་རྒྱུན་དུ་གཙོད་རར་གཞུང་ཚུགས་འདུག་ཅེས་
 བཤད་སྟོལ་ཡོད། གཙོད་ཀྱི་རར་གཞུང་ས་ནི་གྲུས་རང་གིས་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་བའི་ས་ཆ་ཁ་
 ཤས་མིང་སྟོས་ན། གཞུང་པ་མ་མཆན་གྱི་ས་ཆ་ཟ་མོ་གཅང་པའི་འབྲམ་སྟེ་དཀར་མོ་ཞེས་
 པའི་ས་ཆ་དེར་གཙོད་སྤོང་ཕྲག་བརྒྱད་དགུ་ཙམ་འཛོམས་བསྟང་བ་མཐོང་སྟོང་། ཡང་སྤྱིར་ཅེ་
 ས་གནས་རྩ་སྤྱ་གཅང་པའི་འབྲམ་ལ་གཙོད་ཀྱི་རར་གཞུང་དེ་ལས་ཀྱང་མང་བ་ཚུགས་ཀྱི་
 ཡོད་པ་གོ་སྟོང་། ཟངས་ཟངས་ར་ག་སྟག་རྒྱལ་ཐང་དུ་ཡང་གཙོད་ཀྱི་རར་གཞུང་ཚུགས་ཀྱི་
 ཡོད་པ་གོ་སྟོང་། དེ་ཡང་གཙོད་ཀྱི་རར་གཞུང་ཐོར་བའི་རྗེས་པོ་རྣམས་བྱང་ཕྱོགས་ལ་ལོག་
 འགྲོ་བ་དང་། མོ་རྣམས་སྟོ་ཕྱོགས་ལ་ལོག་འགྲོ་བ་རེད། དེ་ཡང་མོ་རྣམས་དམིགས་བསལ་
 གཙོད་ལམ་ཞེས་བང་བསྒྲིགས་ཏེ་ལམ་གཅིག་མ་གཏོགས་ཁ་ཐོར་ལ་འགྲོ་སྟོལ་མི་ཡོང་།
 ཡུལ་མི་ཆོས་གཙོད་གསོད་པའི་ཡུགས་སྟོལ་མེད་ཀྱང་། ས་ཕྱོགས་གཞན་ནས་ཡོང་བའི་ཁྱི་
 ར་བ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལམ་སྤྱག་བྱས་ཏེ་གཙོད་གསོད་མཐན་ཡོད་ཀྱང་། གཙོད་ལམ་དེར་ཁྱི་ར་
 བས་གཙོད་བསད་ཀྱང་གཙོད་རྣམས་འཛིགས་སྤྱག་གི་ཅུང་ཟད་ཐོས་ཀྱང་ཡང་བསྐྱར་ལམ་

དེ་ག་རང་བཟུང་སྟེ་འགྲོ་སྟོལ་ཡོད་ཅེས་གསལ་འདུག རྒྱན་དུ་གཙོད་ནས་ཁེར་རྒྱུ་དང་།
ཡང་ན་ལྷ་བྱག་ནས་བཟུང་བར་བྱ་བ་ཉེ་པོ་མོ་ལོགས་སུ་བཟུང་ནས་རྩ་བ་ཆུ་འཐུང་ལ་རོལ།
གཙོད་པལ་ཆེ་བ་དབྱར་ཁ་དང་དགུན་ཁ་བར་སྦྱི་ལེ་༥༠ནས་༣༠༠བར་འགྲོ་སྟོད་བྱས་ཏེ་
གནས་སྟོག་ཡོད། གཙོད་སྒྲུག་སྦྱེ་བའི་དུས་ཚོད་སྟེ་བས་སྐབས་དག་དང་གཙོད་པ་མེད་པའི་
ས་ཆ་ལུང་སྟོང་ནང་འགྲོ་བཞེན་ཡོད་པ་ལས་ས་གནས་གང་སར་སྦྱེ་སྟོལ་མེད། གཙོད་སྒྲུག་སྦྱེ་
བའི་དུས་ཚོད་ནི་བྱི་ཟླ་༥པ་དང་༦པ་ཙམ་གྱི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། སྦྱེ་འབེལ་ཐེངས་གཅིག་ལ་
པལ་ཆེ་བ་གཙོད་སྒྲུག་གཅིག་མ་གཏོགས་མི་སྦྱེ། གཙོད་སྒྲུག་སྦྱེ་བའི་སྐབས་གཙོད་པོ་ནས་
ཀྲིས་མཐའ་ནས་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་པར་གྲགས། བོད་ཀྱི་གཙོད་ནི་སྟོང་ས་ལ་ཉེ་བའི་ཅ་
ཆའི་རི་དྲགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་གཙོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་གནས་སྤངས་དང་། གོམས་
གཤིས། བྱངས་འཁོར་སོགས་ཀྱི་སྟོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ནས་དུས་ལུན་རིང་པོ་
མིན་པས། འཆོ་གནས་ཀྱི་ས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་བྱང་དར་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་ལོ་ལྷར་གཙོད་སྟོང་ལྷག་
མང་པོའི་ཆེ་སྟོག་ཤོར་གྱི་ཡོད་པས་བྱངས་འཁོར་སོགས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པར་སྐབས་བདེ་
མེད། ཆེད་ལས་ཞིབ་འཇུག་པ་ཡང་དཀོན་པ་དང་དེའི་ནང་ནས་བོད་རིགས་རང་གི་ཆེད་ལས་
ཞིབ་འཇུག་པ་མེད་པས། བྱངས་ལྷན་གྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཤིས་རྟོགས་དཀའ། དུས་
རབས་ཉི་ཤུ་པའི་དུས་འགོ་ཙམ་ལ་བོད་ཀྱི་གཙོད་བྱངས་འཁོར་ས་ལ་གཅིག་ལྷག་ཡོད་སྐད་
གྲགས། རྒྱ་མིས་བོད་ལ་དབྱང་འཇུག་བྱེད་སྐབས་རི་དྲགས་གཙོད་ཀྲིས་གཙོས་རི་དྲགས་
མང་པོ་དམག་མིའི་ཁ་ཟས་ཆེད་བསད་ཡོད་པ་དང་། རིག་གནས་གསར་བཟུང་སྐབས་བོད་མི་
རྣམས་ཀྱང་ཟས་གོས་མི་འདད་བའི་དཀའ་སྤྱུག་ཆོད་མེད་འཕྲད་པ་དང་ཐ་ན་རྟོགས་ཤི་ཐེབས་
པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་མང་དག་ཅིག་བྱུང་ཡོད། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་འོག་བོད་མི་མང་པོས་
འདོད་པ་མེད་བཞེན་དུ་གྲོས་པས་མ་བཟོད་པར་རི་དྲགས་ཁ་ཟས་ཆེད་གསོད་དགོས་བྱུང་
ཡོད་པས། གཙོད་ཀྱང་ཁ་ཟས་ཆེད་གསོད་དགོས་བྱུང་ཡོད་པ་གཏོན་མི་ཟ། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་
མིས་བོད་ལ་མི་མེར་སྟེལ་བའི་དན་བྱས་འོག་བྱངས་འཁོར་དང་མེ་འཁོར་ལྷགས་ལམ་གསར་

སྤྱི་ཁྱིམ་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་ལྷག་པར་དེ་སྤྱི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཁྱིམ་ཆགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་
 ལ་ཤུགས་ཀྱི་འཚོ་བྱིས་མི་ལང་བ་ཐེབས་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་ཅ་ཆེད་གཅན་གཟན་དང་དེ་
 དྲགས་མང་པོ་ཚོ་རྒྱལ་མང་གསལ་པས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་སྟོངས་སུ་བྱིན་པ་དང་། ཉུང་ཤས་
 ལྷག་པ་དེ་ནམས་ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སྤོས་བྱེད་དུ་བྱིན་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་གཞིས་
 ལུས་བོད་མི་ཚོས་བ་སོང་ག་དབང་རབ་རྒྱས་ཀྱིས་བཅམས་ པའི་ “རྒྱལ་སྤྱིའི་སྟོངས་ལ་ཉེ་
 བའི་དེ་སྤྱི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཁྱིམ་” ཞེས་བ་དེ་ལས་བཏུས། འདི་ནི་ “ཁྱུང་གོའི་བོད་ལྗངས་ཆ་འཕྲིན་ལྟེ་
 གནས་” www.tibet.cn/zw གས་འདོན་སྤྱི་ཁྱིམ་ དེང་སང་གི་བྱི་རྒྱལ་ཁག་གི་དབ་དང་
 གསར་ཤོག་སྤྱི་ཁྱིམ་སུ་འདི་ལ་Chiru ཞེས་འབོད་པ་དེ་ནི་གཙོ་དབ་ཅུ་ཟེར་བའི་ཆོད་རེད། གཙོ་དབ་
 ཅུ་ཞེས་པའི་ཅུ་ནི་རྩ་ཚུལ་དོན་ཡིན་པས། ཐ་སྙད་འདི་མ་དག་རྒྱུ་འབྲམས་སུ་སོང་བ་ཞིག་གོ།
 འུ་ཏུའུ་shahtoosh ཞེས་པའི་གཟན་ shaWls དང་སྤྱི་དབ་scarves གཙོ་དབ་སུ་འདི་བཞིན་དང་
 ཨ་རི་དང་ཡུ་རོལ་ཁུལ་དུ་དགོས་འདུན་དང་མངགས་ཉེ་བྱེད་མཁན་མང་དུ་སོང་ཞིང་རིན་གོང་
 ཡང་ཆེ་ཅུ་སོང་ནས་བོད་དུ་ཁྱིམས་འགལ་གྱི་སྤྱི་ཁྱིམ་གཙོ་དབ་ཚོན་རྒྱལ་མཁན་ཡང་ཉ་ཅང་
 མང་དུ་སོང་སྟེ་གཙོ་དབ་ཀྱི་གངས་འབོར་བོད་ས་མ་ཤོར་གོང་བྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་གངས་འབོར་
 ༡,༠༠༠,༠༠༠ས་ཡ་གཅིག་ལྷག་ཡོད་པ་ནས་བྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་༥,༠༠༠ ལྷོང་སྤྱི་ཁྱིམ་བདུན་ཅུ་
 དོན་ལྷ་ཚམ་ལས་ལྷག་མེད་སྟེ་ “དེ་སྤྱི་ཁྱིམ་སྤྱི་ཁྱིམ་སུ་སྤྱི་ཁྱིམ་ཆོགས་པས་” བཟོད་ཡོད།
 འུ་ཏུའུ་ཞེས་པའི་གཟན་གཅིག་བཟོ་བར་གཙོ་དབ་ལྷགས་གསུམ་ནས་ལྷ་བར་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
 གཟན་འུ་ཏུའུ་དེ་ལ་ཨ་སྟོར་༥,༠༠༠-༣༠,༠༠༠ ལྷ་སྟོང་ནས་སྟོང་སྤྱི་ཁྱིམ་སུ་མ་ཅུ་དེ་བྱེད་ཀྱི་
 ཡོད། འུ་ཏུའུ་shahtoosh ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ kashmir ཀ་སྤྱིར་གྱི་སྤྱི་ཁྱིམ་རེད།

བཅོད་པོ། བཅོན་པོ། རྒྱལ་པོ།

བཅོན་མོད་འབར་བ་སྤྱི་ཁྱིམ་བདུན། ། གཙོ་དབ་སྤྱི་ཁྱིམ་ཅི་ཏུ་དམར་པོ། སྤྱི་ཁྱིམ་མོད་ཆོང་བཅོན། སུམ་རིང་གི་
 བཅོན། ཀང་ཀ་ཁག་གི་སྤྱི་ཁྱིམ་བཅོན། ཅ་ལ་སྤྱི་ཁྱིམ་གིང་བཅོན། ཉོར་བོད་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱི་ཁྱིམ་
 ཞལ་གྱི་བཅོན་ནམས་ཡིན་ཟེར། ཡང་བཅོན་མོད་ཡམ་ཤུད་དམར་པོ། བཅོན་རོལ་བ་སྤྱི་

བདུན། བོད་ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་བཅན་ཡིན་ཟེར། 2 ཁ་ཅིག་གིས་འགོད་པོ་སྤྱན་བདུན་གྱི་ནང་
ཆན་དུ་ཡོད་དེ། སྤྱན་བདུན་ནི། དཀར་པོ་སྤྱན་གཅིག་གཟམ་ཐེ་ཐུང་ལྟ། བྱེ་བ་གུང་རིང་།
གནམ་ཐེ་དཀར་པོ། ཡམ་ཤུད་དམར་པོ། ཐེ་སེ་ནག་པོ། ལེ་གུ་ལག་རིང་བདུན་ལ་བྱེད་དོ་ཟེར་
རོ། །ཞེས་སྒྲོང་དོལ་སྒྲ་མ་གསུང་།

བཅན་ཐབས་འཆང་ཆུ། བཅན་ཐབས་ཀྱི་སྒྲོན་སྤྱར་དུ་འཆང་ཆུ་བའི་གསང་སྤྱགས་སྦྱོད་བའི་
ལུས་རྟེན་ཁྲད་པར་ཅན་འཐོབ་པར་བྱེད་བ་ལ་ཟེར། འཆང་ཆུ་ཞེས་པ་འཕོ་བའི་རུས་བསམ་སྐད་
ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀྱི་རུས་པར་སྟོན་པ་མིན་གྱི། སྤྱར་དུ་འཆང་ཆུ་
བའི་རྟེན་གསང་སྤྱགས་སྦྱོད་བའི་ལུས་རྟེན་ཁྲད་པར་ཅན་འཐོབ་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེུལ་
ཚུའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

བཅན་པོ། རྒྱལ་པོའི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། གཞན་གྱིས་སྤྱད་དམ་བཅུན་པར་བྱེད་པས་ན་བཅན་པོ་
ཞེས་པ་ཡིན་ནམ་སྤྱམ་སྟེ། བྱིན་ལན་བསམ་བའི་མདོ་༩ ཡུལ་༥༡༦་ཡལ། བཅན་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་དབང་དང་ལྡན་པའམ། ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ཏེ་མའི་ཅོག་གིས་སྤྱད་བྱེད་ཅིང་
བཅུན་པར་བྱེད་པས་བཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཅའ་བ། 1 མའི་མངལ་ནས་སྟེ་བ། སྤྱ་གུ་བཅའ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཅའ་བ། བཅས་པ། བཅའ་བ།
2 མིག་གིས་བྱ་རེར་ལྟ་བ་དང་བྱ་ར་བྱེད་པ། སྤང་བ་དང་བལྟ་རྟོག་བྱེད་པའི་དོན། སྟོབ་དཔོན་
དཔའ་པོས། ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་བྱེར་བྱོགས་པའི། སྟེ་པོ་མ་རིག་གིས་སྦྱངས་པ། སྤྱིད་ཅིའི་
བར་དུ་སོང་ནས་ཀྱང་། སྤྱུག་བསམ་ཡང་འབྱུང་སྤྱིད་པ་འབྱུག། ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་
འབྲང་བ། །བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །བདུད་ཀྱི་མིག་རས་བཅའ་བཞིན་
དུ། སྤྱིད་པ་དག་ནི་ཕྱོག་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2 གཅེས་སྤང་། བསྟམ་སྟོན་
མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་བཅའ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གོ་དོན་གསུམ་པ་འདི་པལ་ཆེར་གོང་དང་
འདྲའོ། །3 ཐོབ་པ། སྟོབ་སྤྱིངས་ལས། དེ་ཉིད་ལས། བྱིས་པ་པང་ན་བཅའ་བ་ཅི་ཡང་མི་རུས་
པས། །གང་གི་བྱ་ཞོ་བྱམས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་གཟགས་འཐུངས་པ། །ངལ་བ་མང་བསྟེན་

བྱམས་ལ་བརྟེན་པ་དེ་དག་འདིར། །འིན་རྒྱ་མ་རབས་འིག་ནའང་སྤོང་བར་སུ་ཞིག་སྟོ། །ཞེས་
དང་། དེའི་ཐད་གྱི་སྟོབ་སྤྲངས་དག་འཁྲུག་པ་ ༩ རེ་ ༡༡༥༠ན་ལས། བཅའ་བ་ནི་ཐོབ་
པའོ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །

བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ལ། བྱིས་པ། གཞོན་ལྷ། དར་ལ་བབས། དར་ཡོལ། རྒྱ་པོའི་གནས་
སྐབས་དང་ལྟོ། །

བཙུན་པ། <བརྗེ> (འདུལ་བ) ། (མིང) ལྷ་པའི་ཞེས། ལེགས་སྦྲར་གྱི་སྤྲང་དུ་བརྗེ་ཞེས་པ་དེའོ། །²
(ཁྱད་ཆེག) འཆལ་སྤྱོད་གྱིས་མ་གོས་པ། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པ། བཙུན་པོ་དང་དོན་གཅིག་
དཔེར་ན་ཡུམ་དེ་ཡང་བྱད་མེད་གཡོ་སྦྱུ་མེད་པ། བཙུན་པ། གཟུགས་བཟང་པ། མི་ཁྲོ་བ།
བྱམས་སྤྱང་རྗེ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ³ (མིང) རང་ལས་བསྐབ་པ་རྒྱན་པ་ལ་འཛོད་པའི་འདུལ་
པའི་ཉེ་ཆེག་ཅིག་བརྗེའི་ངས་ཆེག་ནི། མཆོད་པ་དང་བྱག་འཆལ་པའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་སྤྲང་
ཅས་བྱའོ། ⁴ (ཁྱད་ཆེག) སྦྲས་དག་པ། དག་པ། རྒྱས་དག་རྒྱས་པར་དག་པ། བཟང་བ་བཅས་
གྱི་དོན། དཔེར་ན་ཁྱད་ས་དག་པ་ལ་ཁྱད་ས་བཙུན་པ་ཞེས་པ་དང་། རིགས་བཟང་བ་ལ་རིགས་
བཙུན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བཙུན་པ་རྒྱ་བ། ཅ་རྒྱ་གོ་མི་དང་དོན་འདྲ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་བཙུན་པ་རྒྱ་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་
སྟོབ་དཔོན་འདི་ལ་ཞུ་བ་ཡིན་འོ། །ཡང་འདི་ལ་དགེ་བསྟེན་རྒྱ་བ་ཞེས་གྲང་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་
རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་དང་རྗེའི་ལམ་རིམ་རྣམས་སུ་བཙུན་པ་རྒྱ་བ་ཞེས་སྤྲང་དོ། །

བཙོ་སྒྲག་མཁན། (འདུལ་བ) ཁྱས་མཁན། ཆོས་མཁན། བཙོ་ལག་མཁན་དང་འདྲ།

བཙོ་ལག་མཁན། (འདུལ་བ) ཁྱས་མཁན། བེའུ་བྱམ་སྟོན་པོའི་མིང་བརྗེ་གོ་དགའ་བ་འགའ་ཞིག་
བཤད་པ་སོམ་ཉིད་སྟན་སེལ་ལས་བཤད། གཞུང་མང་པོར་ཆོས་མཁན་ཞེས་གྲང་སྤང་།
བེའུ་འབྲེལ་ལས། གོས་ལ་བཙོ་ལག་མཁན་བཞིན་དུ་ལས་ལ་རབ་རྒྱས་པར་བྱེད། ཅས་པ་
ལྟ་བུའོ། །བཙོ་སྒྲག་མཁན་དང་འདྲ།

བཙོས་ཁེངས། བཙོས་པ་གྲང་དུ་བཙུག་པའི་དོན་དུ་རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་གསུང་ཞེས་འབྱུང་དོ། །

རྩ་ཀྱུ་ལ། ཀྱུ་ལ་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐྱད་དེ། དེ་ཡང་“ཀྱ” ཅི་ངན་པ་དང་། ལ་ཞི་བའམ་སེལ་
བའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་མཛོད་བཟོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་༼ མདོ་སྒྲེ་སེལ་
༼ ༣༠༥ན༧ལས་གསུངས། འདི་ལ་ངན་སེལ་དང་། རྩ་མཆོག་ཅེས་ཀྱང་བསྦྱར་བར་སྦྱང་།
བྱམ་པའི་ཁ་རྒྱན་གྱི་དཔེ་རྩ་གྲ་མ་ཅན་ཞིག་ འདི་སྔོན་རྩ་འཆོང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་
འདས་ཀྱིས་ལོ་བྱུག་དཀའ་སྤྱད་མཛད་ཆོ་སྤུལ་ཏེ་གདན་དུ་བཏོང་བར་མཛད། འདིས་གྲིབ་
སེལ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། རྩ་གར་དུ་གྲིབ་བྱུང་ན་ཀྱུ་ལའི་ཆོལ་དུ་ཉལ་བའི་ལུགས་སྒྲོལ་ཡོད་དོ། །

རྩ་ཀྱུ་ལའི་བྱིངས། རྩ་ཀྱུ་ལའི་འབྱུང་གནས།

ཅ་རྒྱུང་མ། <ལ་ལྷ་ན> ཅའི་གཙོ་མོ་གསུམ་གྱི་ཡ་བྲུལ་ཞིག་དེ་ནི་ཁ་དོག་དཀར་པོ། ལྷེ་བ་ཡན་དུ་ཅ་
དབུ་མའི་གཡོན་དུ་གནས་ཤིང་། ལྷེ་འོག་ནས་དབུ་མའི་གཡས་སུ་འབྱོགས་ཏེ་པོ་མོ་གང་ཡིན་
གྱི་རྟགས་གྱི་ཅར་སོང་ནས་རི་རྩ་དང་ཁུ་ཁག་འཕེན་འཛིན་གྱི་ཅར་། གཙོ་པོར་ཁག་དང་ཅུང་
ཟད་འདྲེས་པའི་ཁུ་བ་ལས་ཆེར་འབབ་པའི་ཅ་ཞིག་གོ། མིང་གི་རྣམ་གངས་ནི། ཅ་རྒྱུང་མ། ལ་
ལྷ་ན། གཟུང་བའི་ཅ། སྒྱ་ཡི་ཅ། གཡོན་གྱི་ཅ། སྒྲེས་པའི་ཅ། རྩ་བའི་ཅ། ཐབས་གྱི་ཅ། ལྷིང་
སྒྲོབས་གྱི་ཅ་རྣམས་སོ། །ཅ་རྒྱུང་མ་ལ། སྒྲེས་པའི་ཅ་དང་། རྩ་བའི་ཅ། ཐབས་གྱི་ཅ། ལྷིང་
སྒྲོབས་གྱི་ཅ་ཞེས་བཟོད་པའི་རྩ་མཆན་ནི། ཁུ་བ་གཙོ་པོར་འབབ་པའི་ཆ་ནས་ཡིན་པ་
འདྲའོ། །ཞེས་ཟེའི་གསུང་ཐེན་གྱིས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་ཟློགས་རིམ་དཔྱིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ལས་གསུངས།
རྒྱུང་མ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡིན་པའི་རྩ་མཆན་ནི། དེའི་ནང་ནས་ཁུ་བ་གཙོ་པོར་འབབ་པའི་རྩ་
མཆན་གྱིས་ཡིན་ནོ། །

ཅ་ཁ་བྱེ་བ། ཅ་དབུ་མའི་མར་སྒྲ་ཁ་བྱེ་བའི་དོན། དེ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པས་རོ་འཛིན་དང་སོར་སོ་རིང་
སོ་གསུམ་སྒྲུལ་གྱི་མགོ་ལྷར་བྱས་ནས་བྱུག་རྒྱ་མའི་བྱ་རོག་གཤོང་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྒྲུལ་
བའམ་བྱད་པས་སྒྲིང་འདར་བ་དང་། དགའ་བས་སྒྲོས་ཤིང་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་པ་མོ་འཛག་
ལ། རོ་ཆ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་ཏེ། བ་སྒྲུ་ལངས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པས་བལྟ་ཞིང་འཁྱུང་
པ་དང་རྩ་མ་རྩ་བར་འཁྱུར་ཞིང་སིད་སྒྲུ་སྒྲོག་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ནི་སོར་མོ་དང་ལྷེས་

བསྐྱལ་བའི་ཅ་ཁ་བྱེ་བའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །རྗེའི་ཞལ་ཤེས་ལས་འབྱུང་བ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་
བཀོད། སྤྱིར་བཏང་ཅ་ཁ་བྱེ་བ་ཅམ་ནི་ཐ་མལ་བའི་ཆགས་པ་ཏ་ཅང་རྒྱས་པ་ལའང་འོང་བ་
ཡིན་ནམ་སྙམ་མོད་བྱད།

ཅ་ཁུངས། ཅ་བའམ་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས། ཏུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་སྒྲིགས་བཅ་དང་པོ་ན་ལས།
སྟག་ཅེའི་ཐ་ཏོར་རྒྱད་པ་ནི། རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་ཐ་ཏོར་མེན་ཞེས་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཐ་ཏོར་ཟུར་པ་ཞིག་
ཡོད་ལུ་བྱས་སྤང་བ་གཉིས་ཀ་ཅ་ཁུངས་མ་ཆོད་པའི་ཆོངས་གཏམ་ཁོ་ནར་ཟད་དེ། ཞེས་
གསུངས།

ཅ་འཁོར། ལུས་གྱི་ཅ་གནས་སྡེ་ཆོན། སྒྲ་བཤད་ནི། ཅ་འདབ་གྱི་དབྱེབས་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུར་ཡོད་
པས་སམ་གནད་བཅེངས་ནས་དེ་ལ་གནད་ཏུ་བསྐྱེན་པས་གནས་སྐབས་སད་གཉིད་མི་ལམ་
སྟོམས་འབྱུག་གི་གནས་སྐབས་བཞིའི་འབྲུལ་པ་གཅོད་པས། དེམ་བཞེན་སད་བ་སྐྱལ་སྤྱིའི་
དགོངས་པ་འཆར། གཉིད་མཐུག་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱིའི་དགོངས་པ་འཆར། མི་ལམ་འོངས་
སྤྱིའི་དགོངས་པ་འཆར། སྟོམས་འབྱུག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྤྱིའི་དགོངས་པ་འཆར། འཁོར་ལོས་
མི་མ་བྱུང་ཕྱོགས་གཅོད་པ་དང་བྱེད་ལས་ཆོས་མཚུངས་པའི་དོན་གྱིས་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་
པ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

ཅ་འཁོར་ལྔ། ༡ སྤྱི་པོ་ ༢ མཐོན་པ། ༣ སྤྱིང་ག། ༤ ལྟེ་ག། ༥ གསང་གནས་བཅས་གྱི་ཅ་འཁོར་
ལྔའོ། །དེ་ཡང་སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས། མཐོན་པ་འོངས་སྤྱིད་གྱི་
འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་བཅུ་བྱུག་སྤྱིང་ག་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་བརྒྱད། ལྟེ་བ་སྐྱལ་པའི་འཁོར་
ལོ་ཅ་འདབ་བྱུག་ཅུ་ཅ་བཞི། གསང་གནས་བདེ་སྤྱིང་གི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས་བཅས་
སོ། །

ཅ་འཁོར་བྱུག་ ༡ སྤྱི་པོ་ ༢ མཐོན་པ། ༣ སྤྱིང་ག། ༤ ལྟེ་ག། ༥ གསང་གནས། ༦ རྟོར་བུའི་དབུས་
གྱི་ཅ་འཁོར་དང་བྱུག་གོ། དེ་ཡང་སྤྱི་པོར་སོ་གཉིས། མཐོན་པར་བཅུ་བྱུག་སྤྱིང་གར་བརྒྱད།
ལྟེ་བར་བྱུག་ཅུ་ཅ་བཞི། གསང་གནས་སུ་སོ་གཉིས། རྟོར་བུའི་དབུས་སུ་ཅ་འདབ་བརྒྱད་

བཅས་སོ། །ཅ་འཁོར་དུག་གི་ནམ་གཞག་འདི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྩེ་འབྲེང་བ་ལས་བཤད་ཅེས།
རྩེ་འབྲེང་གསུང་ཐེག་གིས་རྩོགས་རིམ་དབྱིད་ཀྱི་ཐེག་ལེར་གསུངས་སོ། །

ཅ་འཁོར་བདུན། ༡ གཙུག་ཏྲར། ༢ སྤྱི་བོ། ༣ མགྲིན་པ། ༤ སྤྱིང་ག། ༥ ལྟེ་བ། ༦ གསང་གནས། ༧
ཁོར་བུའི་དབུས་ཀྱི་ཅ་འཁོར་དང་བདུན་ནོ། །གཙུག་ཏྲར་ན་ཅ་འདབ་བཞི། སྐབས་འདིར་
གཙུག་ཏྲར་ཞེས་པ་མགོའི་སྐྱ་འབྲེལ་ཡོད་ས་དེ་ལ་ཟེར་གྱི། མངས་རྒྱས་ཀྱི་དབུའི་གཙུག་ཏྲར་
ལྟ་བུར་གོ་རྒྱུ་མེད་ནོ། །སྤྱི་བོར་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས། འདིའི་སྤྱི་བོ་ཞེས་པ་དབུལ་བའི་ཐད་ལ་གོ་
དགོས། མགྲིན་པར་བཙུན་གྱི་སྤྱིང་གར་བརྒྱད། ལྟེ་བར་དུག་ཙུ་ཅ་བཞི། གསང་གནས་སུ་སོ་
གཉིས། ཁོར་བུའི་དབུས་སུ་ཅ་འདབ་བརྒྱད་དེ་བདུན་ནོ། །རྩེ་འབྲེང་གསུང་ཐེག་གིས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་
རྩོགས་རིམ་དབྱིད་ཀྱི་ཐེག་ལེར་གསུངས་པ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། སྤྱོར་བ་ཡན་ལག་དུག་
གི་ཁྲིད་ཐབ་མའི་དམིགས་རིམ་གྱི་ལག་རྩེས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས། ཅ་
འཁོར་བདུན་མ་འདི་མན་དག་སྟེ་མ་ལས་བཤད་ཅེས། རྩེ་འབྲེང་གསུང་ཐེག་གིས་རྩོགས་རིམ་
དབྱིད་ཀྱི་ཐེག་ལེར་གསུངས་སོ། །

ཅ་འཁོར་བཞི། ༡ སྤྱི་བོ། ༢ མགྲིན་པ། ༣ སྤྱིང་ག། ༤ ལྟེ་བ་བཅས་ཀྱི་ཅ་འཁོར་དང་བཞིའོ། །དེ་ལས་
སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས། མགྲིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་
བཙུན་གྱི་སྤྱིང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་བརྒྱད། ལྟེ་བ་སྐྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་དུག་
ཙུ་ཅ་བཞི་བཅས་སོ། །

ཅ་རྒྱུད། རང་ཉིད་རྒྱུད་གཞན་འཆད་པའི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུར་གནས་པ་མ་ཡིན་པར་རང་ཉིད་འབྲེལ་བ་
ལྟ་བུའི་རྒྱུད་གཞན་གྱིས་བཤད་པར་བྱ་བའི་གཞིར་གནས་པའི་རྒྱུད། དེ་ལ་བཤད་རྒྱུ་ལ་
ལྟོས་པའི་རྒྱུད་ཟེར། དཔེར་ན་གསང་འདུས་དང་བདེ་མཆོག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་རྣམས་
ལྟ་བུ། ཐོག་མར་སྟོན་པས་རྒྱས་པར་གསུངས་པའི་རྒྱུད་གང་ཞིག་ཕྱིས་དེ་ལས་བཙུས་པའི་
བསྐྱུས་རྒྱུད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་གཞིར་གྱུར་ཅིང་། རང་ཉིད་གང་ལ་ལྟོས་པའི་རྒྱུད་གཞན་
ཀྱི་འཆད་བྱེད་དུ་མ་སོང་བའི་རྒྱུད། དེ་ལ་བསྐྱུས་རྒྱུད་ལ་ལྟོས་པའི་རྒྱུད་ཟེར། དཔེར་ན་

དུས་འཁོར་ཅ་རྒྱད་ལྟ་བུའོ། །མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེ་ལཱ་ལ་གཞི་བྱས། ཅ་རྒྱད་ལ་དབྱེ་ན།
རྒྱད་རྒྱས་པ་དང་། ཉུང་བའི་རྒྱད་དམ་བཤུས་རྒྱད་གཉིས་ཡོད་དེ། རྗེ་འཇམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་
ལས། འདིར་ཅ་བའི་རྒྱད་དང་རྒྱད་ཕྱི་མ་དང་བཤད་པའི་རྒྱད་ཅེས་གྲགས་པའི་དོན་གང་ཡིན་
སྟུང་ན། ཅ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱད་རྒྱས་པ་དང་། ཉུང་བའི་རྒྱད་དམ་བཤུས་པའི་རྒྱད་
ཅེས་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དང་པོར་རྒྱད་ཡིན་ཏེ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཕྱིས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་སྤྲུལ་
ལ་བཏྲུས་ན་ཆེ་དང་ཤེས་རབ་སོགས་དམན་པས་བདེ་ལྷག་ཏུ་ཁོང་དུ་ཚུད་མི་རུས་པའི་དོན་
དུ་སྤྲུལ་ལས་བཤུས་ནས་བསྟན་པའོ། །དེ་གཉིས་ནི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོག་རྒྱས་བཤུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
ཙམ་མ་གཏོགས་པ་གཉིས་ཀ་ཅ་རྒྱད་ཡིན་པས་སྤྲུལ་ཕྱི་མའི་ཅ་རྒྱད་དུ་འགྲོ་བ་མིན་ཏོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཅ་རྒྱད་ཅེས་པའི་ཅ་བའི་དོན་ལ། ཡན་ལག་ལ་བཏྲུས་ནས་བཞག་པ་
དང་། དུས་སྤྱིའི་རིམ་པས་བཞག་པ། ཅ་འབྲེལ་གྱི་སྟོན་ནས་བཞག་པ་དང་གསུམ་ཡོད་དེ།
རྗེ་འཇམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས། ཡལ་ག་ལ་བཏྲུས་ནས་ཤིང་སྟོང་པོའི་ཅ་བའི་མ་སྟུང་བྱེད་པ་
ལྟར་ཡན་ལག་ལ་བཏྲུས་ནས་བཞག་པ་གཅིག་དང་། དང་པོའི་བདག་པོ་ལ་ཅ་བའི་བདག་པོ་
ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་གྱི་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་རྒྱད་ཕྱི་མ་ལ་བཏྲུས་ནས་བཞག་པ་གཅིག་
དང་། ཅ་བ་དང་འབྲེལ་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་བཤད་རྒྱད་ལ་བཏྲུས་ནས་བཞག་པ་གཅིག་སྟེ་
གསུམ་སྟངས་ལོ། །ཞིབ་པ་རྗེ་འཇམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཅ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས། མཁྱེན་པར་བཅུ་དྲུག་སྟོང་གར་བརྒྱད། ལྟེ་བར་དྲུག་ཅ་
ཅ་བཞི་སྟེ་བསྟོམས་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུའོ། །

ཅ་བརྒྱད་ཁྱི་ལུས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས། མདུན་རྒྱབ་གཉིས་ཏེ་བཞེར་ཅ་ཉི་ཐེ་ཉི་ཐེ་སྟེ། ལུས་ལ་
ཅ་བརྒྱད་ཁྱི་ཡོད་པར། མཚན་ཉིད་ཐེག་པ་ནས་དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོར་གསུངས་
ཞེས། རྗེ་ལཱ་ལ་ཐེན་ཐེན་ན་གསལ།

ཅ་ཆེན་དྲུག་ལྟེ་བ་ཡན་གྱི་ཅ་རྩོ་རྒྱད་དབུ་མ་གསུམ་དང་། ལྟེ་བ་མན་གྱི་ཅ་རྩོ་རྒྱད་དབུ་མ་གསུམ་སྟེ་
དྲུག་ལ་ཟེར། ཞིབ་པར་བྱེ་ན། ལྟེ་བ་ཡན་གྱི་དབུ་མ་ལ། སྤྱ་གཅན་དང་། གཉིས་སྤངས་དང་།

ཨ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ཟེར། ཁ་དོག་ལྡང་ཁུ་ནམ་མཁའ་ཁམས་པ། གཙོ་བོར་རྒྱུང་འབབ། གཡམས་ཀྱི་ཙ་ལ་
རོ་མ་དང་། ར་ས་རྒྱ་དང་། ཉི་མའི་ཙ་ཟེར། ཁ་དོག་དམར་པོ་མའི་ཁམས་པ། གཙོ་བོར་ཁྲག་
འབབ། གཡོན་གྱི་ཙ་ལ། རྒྱུང་མ་དང་། ལ་ལ་རྒྱ་དང་། རྒྱ་བའི་ཙ་ཟེར། ཁ་དོག་དཀར་པོ་རྒྱའི་
ཁམས་པ། གཙོ་བོར་ཁུ་བ་འབབ། ཉེ་བ་མན་གྱི་དབུ་མ་གཡམས་སུ་འབྱོགས་ཏེ། རྟགས་ཀྱི་
ཅེར་ཟུག་ཅིང་། དེ་ལ་ཀྱུན་འདར་མ་དང་། དྲུང་ཅན་མ་དང་། དུས་མེ་ཟེར། ཁ་དོག་སྒྲོན་པ་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་ཁམས་པ། གཙོ་བོར་ཁུ་བ་འབབ། གཡོན་གྱི་ཙ་དབུ་མ་སུ་འབྱོགས་ཏེ། རྟགས་ཀྱི་ཅེར་
ཟུག་ཅིང་། ལུག་ཅེས་བྲ་བ་ཁ་དོག་ནག་པོ་རྒྱུང་གི་ཁམས་པ། གཙོ་བོར་དྲི་རྒྱ་འབབ། གཡམས་
ཀྱི་ཙ་གཡོན་དུ་འབྱོགས་ཏེ། བཤང་བའི་སྒྲོར་ཟུག་ཅིང་། དམར་སེར་ཞེས་བྲ་བ། ཁ་དོག་སེར་
པོ་མའི་ཁམས་པ། གཙོ་བོར་བཤང་བ་འབབ་པའོ། །

ཙ་རྒྱ། བཤང་གཅི། བཤ་ཆེན་ལྗོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱི་སྒྲུབས་སྤྱགས་ཇེ་མ་ལས། ཙ་རྒྱ་གཉིས་ཀ་
གདན་ཁར་ཤོར་བའི་ཆོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

རྩ་རྒྱ། རྩ་འི་ཆག་པ། རྩ་འི་བམ་པོ། རྩ་འི་ཁྲེས་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྲ།

རྩ་མཆོག་ 1 རྩ་ཀྱུ་ཤ 2 རྩ་ཡི་མཆོག་མའི་བསྐྱེས་ཆོག་ དཔེར་ན་འོད་ལྡན་ལས། ཁྲོས་འགྱུར་རྩ་
མཆོག་གིས་ཀྱང་མི་བཏུང་ངོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུའོ། །

རྩ་མཆོག་གོང་། 2 རྩ་ཀྱུ་ཤའི་གོང་། 2 བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་སུ་དན་ལས་འདས་པའི་
གནས།

ཙ་འཇིང་། ཉེ་འབྲེལ།

ཙ་འཇུག་གི་རྣམ་བཤད། ཇེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཙ་ཤེའི་རྒྱུ་ཆེན་དང་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ཆེན་གཉིས་ལ་
ཟེར། ཙ་བ་ཤེས་རབ་དང་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་འབྲེལ་པ།

ཙ་ཉེར་བཞི། 2 སྤྱི་བོར་ཙ་མི་བྱེད་མ་ནས། འོགས་བཞེར་ཙ་བཞི་གྲེས། དེ་བཞིའི་ཙ་མོ་གཉིས་
གཉིས་སུ་གྲེས་པས་འོགས་མཆོམས་ཀྱི་ཙ་བརྒྱད་དོ། །བརྒྱད་པོ་དེ་དེ་ལ་གསུམ་གསུམ་དུ་
གྲེས་པས་ཙ་ཉེར་བཞིའོ། །2 རྒྱུང་མ་ལས་སྒྲེས་པའི་ཙ་བརྒྱ་བཞི་དང་། རོ་མ་ལས་སྒྲེས་པའི་

ཅ་བཅུ་ལྟ་ཉེར་བཞིའོ། རྒྱུ་མ་ལས་སྒྲིམ་པའི་ཅ་བཅུ་བཞི་ནི། ༡ རྩོམ་གསུམ་མི་བྱེད་པས་ན་
 མི་བྱེད་ལ། ༢ བེས་པོས་བསྐྱུས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བས་སྤྲ་གཟུགས་ལ། ༣ དགའ་བར་བྱེད་དམ་
 ཡིད་དུ་འོང་བས་བཅེ་བ་ལ། ༤ གཡོན་ཕྱོགས་ལ་བརྟེན་པས་གཡོན་པ་ལ། ༥ ལྷུ་མ་ཞིང་ཆོད་
 ཐུང་བས་ཐུང་དུ་ལ། ༦ རུས་སྤལ་གྱི་དབྱིབས་འདྲ་བས་རུས་སྤལ་སྒྲིམ་ལ། ༧ སྤིང་པ་སྒྲོམ་
 བས་སྒྲོམ་པ་ལ། ༨ དབང་སྐྱར་སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་དབང་ལ། ༩ ཉོན་མོངས་པ་སྤྱན་འབྲིན་
 པར་བྱེད་པས་སྒྲོན་མཐམ་སྒྲོན་བྲལ་ལ། ༡༠ ལུས་སྒྲོང་བའི་ལས་ལ་འཇུག་པས་འཇུག་ལ།
 ༡༡ མ་དང་རྩེས་སུ་མ་ཐུན་པས་མ་མོ། ༡༢ སྤྱང་བ་རྒྱབ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་མཆོན་
 མོ། ༡༣ ཞི་བས་ན་གསེལ་སྤྱིན་ལ། ༡༤ རྩོམ་བྱེད་པས་ཆ་བ་མ་སྟེ་བཅུ་བཞིའོ། །རྩོམ་
 ལས་སྒྲིམ་པ་བཅུ་ནི། ༡ བདེ་བ་ལ་གཞོལ་བས་གཞོལ་ལ། ༢ བདེ་བས་ཆོམས་ཤིང་རངས་
 པར་བྱེད་པས་རངས་ལ། ༣ བེས་པོས་བསྐྱུས་པས་ཤིན་ཏུ་གཟུགས་ཅན་ལ། ༤ ཐམས་ཅད་
 ལས་མཉམ་པས་སྤྱི་ལ། ༥ ལྷུ་ཐམས་ཅད་སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་ལྷུ་སྤྱིན་ལ། ༦ སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་
 སྒྲོར་བ་དང་བྲལ་བས་སྒྲོར་བྲལ་ལ། ༧ རྩེས་སུ་ཆགས་པས་སྤྱུག་གྲུ་ལ། ༨ དངོས་བྲུབ་སྤྱིན་
 པས་ན་བྲུབ་ལ། ༩ མའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་འཆོད་ལ། ༡༠ ཤེས་རབ་གྱི་ལྷ་མོ་ཡིན་པས་
 ཡིད་བཟང་མ་དང་བཅུ་བཅས་གོང་འོག་བསྐྱེམས་པས་ཅ་ཉེར་བཞིའོ། །འདི་དག་ནི་གྲེ་རྩོམ་གྱི་
 ལྷུང་ལས་གསུངས་པའི་ཅ་མོ་གཉིས་ཀྱི་གསལ་མོ། །

ཅ་ཉོན་བྲུག་འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྱོད་ད་རྒྱལ། མ་རིག་པ། ལྷ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན། ཐེ་ཆོམ་དང་བྲུག་
 མོ། མཛོད་ལས་འདི་ལ་སྤྲ་རྒྱས་བྲུག་ཟེར། སྤྱོད་བཤད་ནི། འདི་ལ་ཅ་བ་ཟེར་བའི་ལྷུ་མཆོན་ནི་
 འཁོར་བའི་ཅ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྤྲ་ཅེས་བྲུག་། མཛོད་ཅ་བ་ལས། སྤིང་པའི་ཅ་བ་སྤྲ་རྒྱས་
 བྲུག་། འདོད་ཆགས་དེ་བཞིན་ཁོང་ཁྱོད་དང་། ད་རྒྱལ་མ་རིག་ལྷ་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་ཡིན་ཉིད་བྲུག་
 གྲང་། འདོད་ཆགས་དབྱེ་བས་བདུན་དུ་བཤད། །ཅེས་གསུངས།

རྩོམ་ལྷུང་འདོར། ཅེས་མེད་རྟོག་རོལ་ཏུ་གཏོང་བ། སྤྱང་མེད་བྱེད་པ། ཞེ་ཅེས་མི་བྱེད་པ་བཅས་ཀྱི་དཔེ།
 སྤྱོད་བཤད་ནི། དཔེར་ན་ལམ་གྱི་བཞི་མདོར་ལུས་པའི་རྩོམ་གསུམ་ལྷ་བྱུང་སུས་ཀྱང་བདག་སྒྲོང་།

དང་ཅ་ཆེར་མི་འཛིན་པར་ཀར་བས་རྟོག་རྟོག་དུ་བཏང་སྟེ་འགྲོ་བས་དེ་ལྟར་བཏགས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་དགེ་བཤེས་ཤེར་བཟང་ལ་གནང་བའི་ཆབ་ཤོག་ཏུ། དབུས་གཙང་དག་པའི་ཞིང་ཞེས་གྲགས་མོད་ཀྱི། །ལེགས་པར་བཏགས་ན་བསྟན་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། །འདི་ཡང་སྤྱུང་ཟངས་མེ་ཅི་བཞིན་གྱུར། །ཐུབ་པའི་གཅེས་མཛོད་གང་ཡིན་རྒྱུ་ལྟར་འདོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི། (གསང་སྤྲུགས) སྤྲུགས་སྒྲུ་མེད་ཀྱི་ཅ་པའི་ལྟར་བ་བཅུ་བཞི་ལོ། ལྷ་མར་བརྟན་སྟོང་བསྐབ་བྱར་ཁྱད་གསོད་བྱེད། །སྤྲུག་ལ་སྟོན་བཛོད་འགྲོ་ལ་བྱམས་པ་སྟོང་། །སྟོན་འདུག་སེམས་གཏོང་མདོ་སྤྲུགས་ཆོས་ལ་སྟོང་། །མ་སྟོན་གསང་སྟོག་རང་གི་བྱང་པོར་བརྟན། །སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་གདུག་ཅན་མཛོད་པོར་བསྟེན། །ལྟ་བ་མ་བྱན་དད་ལྡན་སེམས་སྤྲུག་འབྱེན། །ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་སྟོག་དང་བསྟོས་ཏེ་བསྟུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅུ་བཞི་ལོ། །སྤྲུ་བཤད་ལོ། །འདི་ལས་ལྟེ་པའི་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྟར་བ་མེད་པས་ན་ཅ་བ་དང་། མ་བཤགས་ན་རྟོ་རྟོ་དཔུལ་བར་ལྟར་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་ལྟར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

ཅ་ལྟར་བཙོ་བརྒྱད། (དབུ་མ) བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྟར་བཙོ་བརྒྱད་ལོ། ༡ བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོང་ཀྱི་ཅ་ལྟར། ༢ ཆོས་ཞོར་མི་སྟེར་བའི་ཅ་ལྟར། ༣ སེམས་ཅན་ལ་འཆོག་པ་(དེག་པ)དང་ཤད་སྟུང་མི་ལེན་པའི་ཅ་ལྟར། ༤ དམ་པའི་ཆོས་སྟོང་བ་དང་ཆོས་ལྟར་སྟུང་སྟོན་པའི་ཅ་ལྟར། ༥ དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་ཅ་ལྟར། ༦ དམ་ཆོས་སྟོང་བའི་ཅ་ལྟར། ༧ རབ་བྱུང་ལ་འཆེ་བའི་ཅ་ལྟར། ༨ མཆོས་མེད་བྱེད་པའི་ཅ་ལྟར། ༩ ལོག་ལྟ་འཛིན་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༠ གནས་འཕྲིག་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༡ སྟོང་མིན་ལ་ཟབ་མོ་བཤད་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༢ ཐེག་ཆེན་ལས་བསྟོག་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༣ སོ་ཐར་སྟོང་བའི་ཅ་ལྟར། ༡༤ ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་སྟུར་བ་འདེབས་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༥ (བརྟན་གྱིས) བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོང་ཀྱི་ཅ་ལྟར། ༡༦ མི་ཆོས་སྒྲུ་མ་བརྟན་སྟེ་ཅ་ལྟར། ༡༧ དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་ལེན་པའི་ཅ་ལྟར། ༡༨ བྱིས་པ་དན་འཆའ་བའི་ཅ་ལྟར་དང་བཙོ་བརྒྱད་རྟོ། །འདི་ནི་སྟོན་པ་ཉི་ཤུ་པ་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་

སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ་༤༧བཤམས་གསུངས་པ་
 ལྟར་བཀོད་དོ། འདིར་ཅ་ལྟར་ཞེས་ཐ་སྟངས་ཀྱི་ཀྱང་ཟེའི་བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ་
 ལས་པམ་པའི་ཐ་སྟངས་མཛད་ཡོད་དོ། །རྩེ་ཟེད་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ༡ བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་
 གཞན་ལ་སྟོད་པ། རྟེན་དང་བཀྲུང་སྟེ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་ཏེ་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་ལ་
 སྟོད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་བ་ལྟ་བུའི་གནས་དང་པོ་ལོ། ༢ ཆོས་མི་སྟེར་བ་དང་ནོར་མི་སྟེར་
 བ། འོངས་སྟོད་དག་ཡོད་དེ་བདོག་བཞིན་དུ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱིས་སྟུག་བསྐྱེད་པ་
 དང་བཀྲུན་པ་དང་མགོན་མེད་པ་དང་། རྟེན་མེད་པའི་སྟོང་བ་པོ་ལེགས་པར་འོངས་པ་རྣམས་
 ལ་སྟེར་སྲ་བས་ཟང་ཟེང་མི་གཏོང་བ་དང་སེར་སྟེ་བའི་བྱིར་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལེགས་པར་
 འོངས་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་བགོ་བཤའ་མི་བྱེད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་བའི་གནས་ལྟ་བུའི་
 ཆོས་གཉིས་པའོ། ༣ སེམས་ཅན་ལ་འཆོག་པ་དང་ཤད་སྦྱང་མི་ལེན་པ། གང་གིས་བྱང་ཚུབ་
 སེམས་དཔའི་ཆོག་རྩལ་མོ་སྤྲོས་པ་ཙམ་གྱིས་གཏོང་བར་མི་བྱེད་དེ་ཁོ་བའི་ཀྱན་ནས་དགྲིས་
 པ་དེ་ལྟ་བུ་འཕེལ་བར་བྱེད་ལ་ཁོ་བས་ཟེལ་གྱིས་ནོན་ནས་ལག་བཏམ་པོང་བཏམ་དབྱུགས་
 པས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རྟེག་པར་བྱེད་རྣམ་པར་འཆོ་བར་བྱེད་རྣམ་པར་མཐོ་འཆོམ་པར་
 བྱེད་ཅིང་། ཁོ་བའི་བསམ་པ་བདོ་བ་ཁོན་ཞེ་ལ་བཟུང་སྟེ་གཞན་དག་གིས་ཤད་གྱིས་སྦྱངས་
 ཀྱང་མི་ཉན་ཞིང་མི་བཟོད་ལ་བསམ་པས་མི་གཏོང་བ་འདི་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་པའི་
 གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་གསུམ་པའོ། ༤ དམ་པའི་ཆོས་སྟོང་བ་དང་ཆོས་ལྟར་སྦྱང་སྟོན་པ། བྱང་
 སེམས་ཀྱི་སྟེ་སྟོང་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པ་དང་བདག་ཉིད་དམ་གཞན་དག་གི་གཡམ་ལ་དམ་
 པའི་ཆོས་ལྟར་བཅོས་པ་ལ་མོས་ནས་དེ་ལ་དགའ་བ་དང་སྟོན་པ་དང་འཛོག་པ་ནི་བྱང་སེམས་
 ཀྱི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པའོ། ཁྲོམ་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས། ༡ རྟེན་དང་བཀྲུང་སྟེར་
 ཆགས་པ་ཡིས། །བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་སྟོད་པ་དང་། ༢ སྟུག་བསྐྱེད་མགོན་མེད་འགྲུར་བ་
 ལ། །སེར་སྟེ་ཆོས་ནོར་མི་སྟེར་དང་། ༣ གཞན་གྱིས་བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་པར། །ཁྲོས་
 བས་གཞན་ལ་འཆོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། །དམ་ཆོས་འབྲར་སྦྱང་སྟོན་

བཤོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲིམ་ནི། བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཆོས་འོར་མི་སྟེར་ཞིང་། །གཞན་
 ལ་རྟེན་ཅིང་བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་དང་། །ཐེག་ཆེན་སྟོད་དང་ལྟར་སྤང་ཆོས་སྟོན་པ། །བཞི་པོ་
 འདི་དག་པམ་འདྲའི་ཆོས་བཞི་ཡིན། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཅ་ལྟར་བཞི་པོ་ནམས་སོ་སོར་ཐལ་
 བ་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་ལ་སྟོད་པ་སོགས་བརྒྱད་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིམ་པ་ཉི་ལུ་
 བ་དང་རྗེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་གཉིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་སོ། །༥ དཀོན་མཆོག་གི་
 དཀོར་མ་བྱེན་པར་ལེན་པའི་པམ་པ། (འདིའི་དཀོན་མཆོག་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ག་དང་།
 དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་སམ་སྐྱབས་ཀྱུགས་སོགས་གང་རུང་། ཆོས་ནི་ལྷང་
 རྟོགས་གཉིས། དག་འདུན་ནི་ཕྱོགས་བརྒྱའི་དག་འདུན་ནོ། ༦ དམ་ཆོས་སྟོད་བའི་པམ་པ།
 (འདིའི་དམ་ཆོས་ནི། རྗེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་༥༤བཟུངས། ཐེག་པ་གསུམ་དང་ལྟར་པའི་
 མདོ་སྟེ་གང་རུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཙོ། །སྟོང་ཆུལ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་
 གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐྱུང་བ་འདེབས་པའོ། ༧ རབ་བྱུང་ལ་འཆེ་བའི་པམ་པ། (རྗེའི་
 བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་༥༤ན་ལས། འཆེ་བའི་ཡུལ་ནི། མདོ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་སུ་
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བྱས་པ་བསྐབ་པའི་གཞི་བཟུང་མ་བཟུང་དང་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་དང་ཆུ་ལ་
 ལྟན་གང་རུང་ལ་གསུངས་ཤིང་། ཆོགས་བཅད་དེ་ལའང་འང་གི་སྒྲ་ཡོད་པས་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་
 འཆལ་བའི་དག་སྟོང་ཞེས་པ་མཆོན་པ་ཅམ་སོ། །འཆེ་བ་རི་ལྟར་བྱས་པ་ལ་ཀུན་སྟོང་ནི། ཡུལ་
 དེ་ལ་གཞོད་ཅིང་འཆེ་བའི་བསམ་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །སྟོར་བ་ནི། གོས་ཏུར་སྟེག་འཕྲོག་
 བ་དང་རབ་བྱུང་ལས་པལ་སྟེ་ཁྲིམ་ན་གནས་པ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་གང་རུང་བྱས་པའོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། ༨ མཚམས་མེད་བྱེད་པའི་པམ་པ། ༩ འོག་ལྟ་འཛིན་པའི་པམ་པ། ༡༠ གནས་
 འཛིག་པའི་པམ་པ། ༡༡ སྟོད་མིན་ལ་ཟབ་མོ་བཤད་པའི་པམ་པ། ༡༢ ཐེག་ཆེན་ལས་བརྒྱུག་
 པའི་པམ་པ། ཐེག་ཆེན་ལ་ཞུགས་པ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱེན་བྱས་སྟེ་པར་མི་རྒྱས་ཤིང་འཆང་རྒྱ་
 བར་མི་རྒྱས་ཀྱིས་ཉན་རང་ལ་གཞུག་པར་རིགས་སོ་ཞེས་སེམས་བྱུགས་ཉམས་སུ་བཅུག་སྟེ་
 ཐེག་ཆེན་ལས་བརྒྱུག་ཏུ་འཇུག་པའོ། ༡༣ སོ་ཐར་སྟོང་བའི་པམ་པ། (རྗེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་

ལམ་༤༠བ་ལས། འདུལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་གསུང་དུ་སེམས་
 བསྐྱེད་ལ་ཐེག་ཆེན་ལྷོགས་ཤིག་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱུང་བའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཉེས་
 སྲོད་ཐམས་ཅད་དག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་དང་ཐེག་ཆེན་བསྐྱགས་པ་ཙམ་གྱིས་
 འདག་པར་སྤྲོ་བའོ། །ཞེས་གསུངས། ༡༩ ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་སྤྱར་བ་འདེབས་པའི་པམ་པ།
 (ཐེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་༤༡ནས་ལས།) སྤྱར་བ་འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི། ཐེག་པ་དེ་དག་ལ་ཇི་
 ཙམ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་མཐར་འབྲིན་བའམ་མ་ལུས་པར་སྤོང་མི་རུས་སོ་ཞེས་
 བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྤྱར་བ་འདེབས་པའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། པམ་པ་འདི་དང་
 པམ་པ་གཉིས་པའི་ཉན་རང་གི་ཆོས་སྤངས་པ་གཉིས་ནི་མི་འདྲ་སྟེ། སྤྲ་མ་ལུང་ཡིན་ལ་འདི་
 རྒྱུ་མ་པ་ཡིན་པ་དང་སྤྲ་མ་ནི་རྒྱལ་བས་མ་གསུངས་ཞེས་སྤོང་ལ་འདི་ནི་སྤྱིད་པའི་རྩ་བ་
 གཙོད་མི་རུས་པས་འཁོར་བ་ལས་འབྱུང་བར་མི་རུས་ཞེས་སྤོང་བའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས།
 ༡༥ (བརྟན་གྱིས་)བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཀྱི་པམ་པ། (བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་༥༡བ་ལས།
 རྟེན་བཀྱར་དང་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཐེག་ཆེན་འདོན་པ་དང་ལྷོག་པ་དང་སྟོན་པ་སོགས་
 གྱེད་བཞིན་དུ་བདག་གི་རྟེན་བཀྱར་སོགས་ལ་མི་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མིན་ནོ་
 ཞེས་སྟེ་གཉིས་གྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས།) ༡༦ མི་ཆོས་སྤྲ་མ་བརྟན་སྤྱིའི་པམ་པ། (བྱང་ཆུབ་
 གཞུང་ལམ་༤༡ནས་ལས།) སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བརྟན་ནས་འདི་ནི་ཁོ་བོས་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་
 བས་ཁྱོད་ལ་སྟོང་པ་ཅེ་བས་བརྟན་གྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་མཛོན་སུམ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་
 སྒྲོམས་ཤིག་དང་ཁོ་བོ་དང་འབྲ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྤྲོ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ༡༧
 དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་ལེན་པའི་པམ་པ། (ཐེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་༤༢བ་ལས།) འདི་ནི་
 མདུན་ན་འདོན་དང་སྟོན་སོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་སྦྱོང་ལ་རོར་
 གྱི་ཆད་པས་གཙོད་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་པ་ན་དེ་དག་གིས་གང་ཐག་གི་འཕ་དགེ་འདུན་གྱི་འཕ་
 རྒྱུ་མ་བཞིའི་དགེ་འདུན་གྱི་འཕ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཡོ་བྱད་དག་རྒྱར་བ་བྱུག་ནས་དེ་དག་ལ་
 གསུག་དུ་འབུལ་ལོ། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱལ་རིགས་ལ་འབུལ་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དང་སྟོན་པོ་སོགས་

ལ་ཅ་ལྟར་དོ། །ཞེས་གསུངས། ༡༩ ཁྲིམས་ངན་འཆང་བའི་པམ་པ། རྗེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་
ལས་༤་པ་ན་ལས། ཁྲིམས་འཆང་བའི་ཡུལ་ནི། ཆོས་སྤྱོད་པའི་དགོས་སྤྱོད་རྣམས་སོ། །ཁྲིམས་
རྗེ་ལྟར་བཅས་པ་ནི། དེ་དག་རྣམས་ལ་བཅུ་བའི་བསམ་པས་(འདྲིའི་བཅུ་བ་ནི་བྱམས་སྟོང་
རྗེའི་བཅུ་བ་ལ་མི་གོ་བར་མི་བཟོད་པ་འཕམ་འཆེ་བའི་བསམ་པ་ལ་གོ་དགོས་)ཞིག་ནས་དང་ལྷག་
མཐོང་དང་མཐུན་པའི་ཡིད་བྱེད་འདོར་བ་དང་ཉོན་མོངས་པ་མང་དུ་འགྱུར་བའི་ཁྲིམས་བཅས་
པའོ། །ཞེས་གསུངས། ༢་སྐྱབས་རྗེ་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་བྱུག་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལས།
བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་ལ་བསྟོ་བཟང་བྱ་བ་ནི། བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་༡་ཆོས་
ནོར་མི་སྟེར་༡་ཞིང་། །བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་༡་ཐེག་ཆེན་སྟོང་བ་༤་དང་། །དོགས་གཅོད། བྱང་
སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་ལས་དང་པོ་བཞི་ལ་བྱེན་བརྒྱད་དུ་འགྱུར་དགོས་པས། སྐྱབས་
རྗེ་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་བྱུག་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལས། གཞན་ལ་འཆོག་པ་དང་། དམ་
ཆོས་འབྲར་སྤངས་སྟོན་པ་གཉིས་མི་འབྱུང་བས། སྒྲིམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་དང་རྗེའི་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལས་
གཉིས་ཀ་དང་མི་མ་སྐྱབས་པས་ནོར་བའི་སྟོན་དུ་མཐོང་དོ། །དེ་ཡང་སྒྲིམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་ལས།
གཞན་གྱིས་བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་པར། །ཁྲིམས་ནས་གཞན་ལ་འཆོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་
སྟོང་བྱེད་ཅིང་། །དམ་ཆོས་འབྲར་སྤངས་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན།
བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཆོས་ནོར་མི་སྟེར་ཞིང་། །བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་གཞན་ལ་དེག་པ་
དང་། །ཐེག་ཆེན་སྟོང་དང་ལྟར་སྤངས་ཆོས་སྟོན་པའོ། །ཞེས་འདོན་དགོས་སོ། །དཀོན་མཆོག་
དཀོར་འཕྱོག་༥་ཆོས་སྟོང་༤་དུང་སྟོན་འཕྱོག་ ༢་།མཆོམས་མེད་ལྷ་༩་དང་ལོག་ལྷ་༤་གོང་
སོགས་འཛོམས་༡༠། །མ་སྐྱུངས་སྟོང་ཉིད་བསྟན་༡༡་དང་རྫོགས་བྱང་བསྟོག་༡༢་།སོ་ཐར་སྟོང་
༡་༣་དང་ཉན་སྟོད་༡་༤་བ་བརྒྱན་སྟོན་༥། །མཆོག་གསུམ་དཀོར་ལེན་༡༤་ཁྲིམས་ངན་འཆང་
༡༢་སེམས་གཏོང་༡༩། །ཤོང་དུ་བཤད་པའི་ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་ལས། ལོག་ལྷ་དང་སེམས་
གཏོང་བ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ། གཞན་བཅུ་བྱུག་ལ་ཀུན་དགྱིས་བཞི་པོ་གང་རུང་ཞིག་ཆང་
དགོས་སོ། །ཉེས་དམིགས་མི་བཟླ་༡་སྟོད་འདོད་མ་ལོག་༡་དང་། །དགའ་མགུ་༣་དོ་ཆ་ཁྲིམ་མེད་

༤ གུན་དགེས་བཞི། །ཆང་དགོས་བཅུ་དྲུག་མི་དགོས་ལོག་ལྟ་དང་། །སེམས་འདོར་གཉིས་
 བཅས་ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་བསྐྱར་། །(ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་བྱངས་འབྲེན་ལ་དོགས་གཅོད་)
 སྟོབ་དཔོན་ཅ་ལྟ་གོ་མེད་སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་དང་རྗེའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྟར་གི་རྣམ་བཤད་ལས་
 ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་འབྲེན་པའི་ཆེ་བྱང་སེམས་འདོར་བ་མི་འབྱུང་བར་དེའི་དོད་ལ་བདག་
 བསྟོད་གཞན་སྟོད་གོང་ལོག་ཏུ་ལན་གཉིས་འབྱུང་ལ། ལོན་ཀྱང་སྐྱབས་རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་པའི་ཐུན་
 རྒྱག་ཆ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དུ། བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་དང་པོ་དང་བཅུ་བཞི་བ་གཉིས་ཀར་
 འབྱུང་བ་དེ་གཉིས་སྟོན་སྟོན་ལྟ་བུར་གཟེགས་ནས། དེ་གཉིས་ལས་གཅིག་དོར་ནས། བྱང་
 སེམས་འདོར་བ་བསྐྱར་ཏོ། །དེ་ཡང་ཁྱངས་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་
 ལས་འདི་ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་པས་དེ་ལ་བསམས་ནས་བཀོད་པར་སེམས་སོ། །(གུན་དགེས་
 གསུམ་གྱི་བྱང་པར) གུན་དགེས་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་བྱང་པར་ནི། ཉེས་དམིགས་མི་བཟླ་
 བ། སྟོད་འདོད་མ་ལོག་པ། དགའ་ཁིང་མགུ་བ། རོ་ཆ་ཁྲུལ་མེད་བཅས་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་
 ཆང་ན། གུན་དགེས་ཆེན་པོ། ཉེས་དམིགས་སུ་མི་བཟླ་བ་འདི་གུན་དགེས་བཞི་ལས་ཆབས་
 ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས་འདི་ཡོད་ན། གཞན་གསུམ་ག་མེད་ཀྱང་། གུན་དགེས་འབྲིང་། ཉེས་
 དམིགས་སུ་བཟླ་བ་མེད་ན། གཞན་གསུམ་ག་ཆང་ཡང་། གུན་དགེས་རྒྱུད་དུ་ཞེས་བྱའོ། རྗེའི་
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅ་ལྟར་གི་རྣམ་བཤད་༤༥ན་ལས། གུན་དགེས་ཆེན་པོ་ངོས་གཟུང་བ་ནི་
 པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་གུན་ཏུ་སྟོད་པ་དང་རོ་ཆ་
 ཤེས་པ་དང་ཁྲུལ་ཡོད་པ་རྒྱུད་དུ་ཅམ་ཡང་མི་སྦྱེད་པ་དང་དེས་མགུ་བར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་
 དགའ་བ་དང་དེ་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་བ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་འདི་ནི་གུན་ནས་དགེས་པ་ཆེན་པོ་
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ཉ་མཉམས། དེས་ན་གུན་དགེས་ཆེན་པོའི་
 ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་འདུག་ན་ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་ཆང་ཡང་རྒྱུད་དུར་
 ཤེས་པར་བྱ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་མི་འདུག་ན་འབྲིང་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་
 སོ། །

ཅ་སྟོང་ཕྲག་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས། སྤྱི་ལོར་ཅ་མི་བྱེད་མ་ནས། ཕྱོགས་བཞིར་ཅ་བཞི་གྲེས། དེ་བཞིའི་
ཅེ་མོ་གཉིས་གཉིས་སུ་གྲེས་པས། ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱི་ཅ་བརྒྱད་དོ། །བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་
གསུམ་གསུམ་དུ་གྲེས་པས། ཅ་ཉེར་བཞི། ཉེར་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ། ཅེ་མོ་གསུམ་གསུམ་དུ་གྲེས་
པས། ཅ་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས། དེ་རེ་རེ་ལ་སྟོང་ཕྲག་གྲེས་པས་ཅ་བདུན་ཁྱིའི་སྟོང་དོ། །

རྩ་ཐུག། རྩ་སྒྲིག་མཁམ། རྩ་འཐུ་མཁམ། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། ཐུན་ཞེས་པ་འདིར་འཐུ་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་
ན་ཤིང་འཐུ་མཁམ་ལ། ཤིང་ཐུན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ ཅ ༡༧༧༩ལས། རྩ་པ་
པོའི་ཁབ་གྱི་མི་བ་ལང་རྩི་དག་དང་། ཐུགས་རྩི་དག་དང་། རྩ་ཐུན་དག་དང་། ཤིང་ཐུན་དག་
དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རྩ་དྲར་བ། (འདུལ་བ) རྩ་རམ་བ། སྤྱིན་སྲེག་ལ་འབུལ་རྒྱའི་རྩ་དེའོ། །བསམ་གཏན་པ་རྣམས་ཀྱིས་
སྟན་ལོག་ཏུ་རྩ་དྲར་བ་འདིར་བའི་དགོས་པ་ནི། ལུང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ (བདག་ཅག་གི་སྟོན་
པ) འཚང་རྒྱ་ཁར་རྩ་ཚོང་གི་ཁྱེའུ་བྲུ་ཤིས་ལ། བཟ་ཤིས་རྩ་ནིང་ལ་སྤྱར་དུ་བྲིན། དེ་རིང་
ང་ལ་རྩ་ནི་དོན་ཆེན་འགྱུར། དཔུང་དང་བཅས་པའི་བདུད་ནི་བཅོམ་ནས་སུ། ལུང་རྒྱབ་དམ་
པ་ཞི་བར་རེག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྟན་འདིར་བདག་ནི་ལུས་ནི་བསྐྱམས་ཀྱང་
རུང་། །བགས་པ་རུས་པ་ཤ་རྣམས་ཞིག་ཀྱང་རུང་། །བསྐལ་མང་རྟེན་དཀའི་བྱང་རྒྱབ་མ་ཐོབ་
པར། །སྟན་འདི་ལས་ནི་ལུས་བསྐྱོད་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ནས་རྩ་བཞེས་ཉེ་འདིར་བར་
མཛད་ནས་ཡི་དམ་བཞན་པོས་བྱང་རྒྱབ་མཛོན་དུ་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་བཞན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
རྩ་འདིར་རྒྱལ་ནི། རྩའི་ཅེ་མོ་ནང་དང་ཅ་བ་བྱིར་བསྟན་ནས་དགུམ་མོ། །

ཅ་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས། སྤྱི་ལོར་ཅ་མི་བྱེད་མ་ནས། ཕྱོགས་བཞིར་ཅ་བཞི་གྲེས། དེ་བཞིའི་ཅེ་མོ་
གཉིས་གཉིས་སུ་གྲེས་པས་ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱི་ཅ་བརྒྱད་དོ། །བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་གསུམ་
གསུམ་དུ་གྲེས་པས། ཅ་ཉེར་བཞི། ཉེར་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ། ཅེ་མོ་གསུམ་གསུམ་དུ་གྲེས་པས།
ཅ་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་མོ། །

ཅ་བདུན་ཁྱིའི་སྟོང་། ཅ་སྟོང་ཕྲག་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་ལ་གཟེགས།

ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་སྐྱད་བརྒྱ། ཅ་བའི་སྐྱད་ལྡན་ཡན་ལག་གི་སྐྱད་ལྡེ་བརྒྱལོ། །སྟོག་འཛིན།
 ལྷུང་མེལ། མེ་མཉམ། རྟེན་སྐྱུ། རྟེན་ཤེད་ཤི་སྐྱད་ལྡེ་ཅ་བའི་སྐྱད་ལྡན་དང་། ལྷུའི་སྐྱད་། ཏམ་
 ལྷལ་ཤི་སྐྱད་། ཅན་ས་འའི་སྐྱད་། ལྷས་སྟེན་ཤི་སྐྱད་། རོར་ལམས་སྐྱལ་ལམས་གཞུ་ལམས་སྐྱལ་ཤི་
 ལྷུང་ལྡེ་བརྒྱལོ། །

ཅ་བ་འབྱུང་བ་ལ་འདུག་པའི་སྤྱང་བྱེད། (འདུག་པ་) འབང་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་བཙོ་བརྒྱད་པ། ཅ་བ་
 འབྱུང་བ་ལ་འདུག་པའི་སྤྱང་བྱེད་གྱི་འོ་ཏེ་མི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་དགེ་འདུན་དབང་པའི་
 གནས་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་སྤྱང་གི་ཐོག་ཅ་བ་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་དང་བཅས་པར་
 མནན་པར་འོས་པའི་ཅ་བ་ཕྱར་བྱ་ལྷ་ཕྱའི་སྤྱང་དུ་འདུག་པའམ་ཉལ་བ་ལས་གྱུར་པའི་སྤྱང་བ་
 དངོས་གཞིལོ། སྤྱང་གཞིལོ། མནན་ཡོད་ནས་ཉེ་དགའ་ལྗོངས་རྒྱ་ཁིང་མོང་ནས། རི་ཁྱག་གི་
 གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱང་གི་ཐོག་ལ་ཁྲི་རྒྱུད་གཙུགས་ཏེ། འུགས་འགྲུལ་པོས་མནན་ཏེ་འདུག་
 པས་ཁྲི་རྒྱུད་གིས་ཁང་ཐོག་བརྟོལ་བ་ལས་མོ། དགག་བྱ་ནི་དགེ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་
 གི་སྤྱང་གི་ཐོག་འུག་རྟོལ་དུ་འགྱུར་བའོ། །འདི་ཅ་བ་ཞེས་པ་མི། ཁྲི་རྒྱུད་གི་ཅ་བའམ་ཅེ་མོ་ཞེས་
 བ་ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་ནི་འུག་པའམ་འཕྱགས་པའི་དོན་ནོ། །ཁྲི་རྒྱུད་གིས་སྤྱང་འཕྱགས་པའི་
 སྤྱང་དུ་མནན་ནས་འདུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །

ཅ་བ་བཞི། (བདུལ་བ) རྟོག་གཅོད་པ། མ་བྱེན་པར་ལེན་པ། མི་ཁྲིམས་པར་སྟོན་པ། མི་ཆོས་སྒྲ་མའི་
རྩོན་དང་བཞིའོ། །རྒྱ་བཤད་ནི། རྟོམ་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཉམས་སྟོན་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་
ན་ཅ་བ་ཞེས་བྱའོ། །

ཅ་བཤེས་རབ། འཕགས་བ་ལྷ་སྤྱབ་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་༩ ཅ་བར་༥བཞུགས། ཞིབ་བར་
བཤད་ན། དབུ་མ་ཅ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་བཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ་སྟོབ་དཔོན་བདག་ཅིང་
ཆེན་པོ་འཕགས་བ་ལྷ་སྤྱབ་མི་འཕྲོགས་པའི་མཁྱེན་རབ་དང་སྤྱགས་ཇེ་ལྷན་བ་དེ་བཞིན་
གཤེགས་པའི་ཐེག་བ་སྤྱན་མེད་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་བ་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་
ནས་བདེ་བ་ཅན་ཏུ་གཤེགས་པས་མཛད་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་བརྟན་པ་

གཞུང་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་སྦྱོར་ཅོག་རོ་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འགྲུག་ འདི་ལ་རབ་ཏུ་
བྱེད་བ་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན། མྱོ་ཀ་བཞི་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ཅ་དགུ། བཅ་པོ་བྱེད་དང་གཉིས་སུ་བྱས་
སོ། །སྤྲད་གྱིས་ཐོང་ཁྱེད་དཔེ་མེད་གྱི་དབུས་གཙུག་ལག་ཁང་རིན་ཆེན་སྤྲས་པའི་དབུས་སུ་
ཁ་ཆེའི་མཁན་པོ་ཏུ་སྤྲུམ་མ་ཉི་དང་། བོད་ཀྱི་སྤྲ་སྤྲུང་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས་གྱིས་
འབྲེལ་བ་ཆོག་གསལ་དང་བསྐྱུན་ནས་བཅོས་བ་དང་། སྤྲད་གྱིས་ར་ས་འབྲེལ་སྤྲད་གི་གཙུག་
ལག་ཁང་དུ་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་གྱིས་ལྷ་ཆེན་བགྱིས་པའོ། །

ཅ་བཤེས་རབ་གྱི་རྒྱ་འབྲེལ་གྲགས་ཅན་བརྒྱད། ཅ་པེའི་རྒྱ་འབྲེལ་གྲགས་ཅན་བརྒྱད་ཅེས་པའི་ཐད་
དུ་གཟེགས།

ཅ་བའི་ཁ་དོག་ ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་རྣམས་གྱི་ཅ་བའམ་འབྲུང་གཞིའི་ཁ་དོག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྡོ་སེར་
དཀར་དམར་བཞིའོ། །ཁ་ཅིག་སྡོ་སེར་དཀར་དམར་ནག་པོ་དང་ལྔ་རུ་བཞེད། ལུབ་ཕྱོགས་བ་
རྣམས་གྱིས་ སྡོ་སེར་དམར་གསུམ་ལ་འདོད། ཀམ་ཕུའི་ཁར་རིག་པ་སྤྲ་བས་ ལྔ་དང་ལྔ། སྡོ་
པོ། དམར་པོ་དང་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་སློག་འོད་གྱི་ཁ་དོག་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བར་འདོད་
པས་དེ་གསུམ་ཅ་བའི་ཁ་དོག་ཏུ་འདོད། ཀམ་ཕུའི་ཁར་རིག་པའི་ཁ་དོག་དེ་སློག་འོད་གྱི་ཁ་
དོག་ལ་བརྟེན་བ་རེད།

ཅ་བའི་སྤྲགས་གྱི་བསྟོད་པ། རིའི་དགེ་འདུན་གྲུབ་པའི་སྤྲོལ་མ་ཉེར་གཅིག་རྟེན་པའི་ཆེའི་བྲང་བ་
ལྟ་ལས། ཅ་བའི་སྤྲགས་གྱི་བསྟོད་པ་ནི། ཅ་མ་སྤྲ་ཏུ་སྤྲ་ག་ཏུ་རྒྱ། ཏ་ཏ་སྤྲ། ཨོྱ་ན་མོ་སུ་ཀ་ས་
ན་མ་ཏུ་རེ་སྤྲ་ར་མི་ཏ་ཞེས་བ་འདི་ཡིན་ཞེས་འགའ་ཞིག་གསུང་ལ། སྤྲང་ལོ་ཆེན་པོ་ནི། ཨོྱ།
ཕྱག་འཆོལ་སྤྲོལ་མ་ཏུ་རེ་དབའ་མོ། །ཏུ་རྒྱ་ར་ཡི་འཛིགས་བ་ཀུན་སེལ། །ཏུ་རེས་དོན་རྣམས་
ཐམས་ཅད་རབ་སྟེད། །སྤྲ་རྒྱ་ཡི་གེར་བཅས་ལ་རབ་འདུད། །ཅེས་བ་རྒྱ་དཔེ་ལ་ཡོད་པ་སྤྲང་
ལོས་བསྐྱུར་བ་འདི་ཡིན་གསུང་ཡང་། ཅ་བའི་སྤྲགས་གྱི་བསྟོད་པ་ནི། འདིར་བསྟན་སྤྲགས་
དང་སྤེལ་བའི་བསྟོད་ཆོག་ཉི་ཤུ་པོ་འདི་ཡིན་ལ། ཕྱག་འཆོལ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་ནི། དེ་སྤེལ་བའི་
ཕྱག་འཆོལ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་པོ་ཡིན་ཞེས་སྤྲ་མ་རྣམས་གསུང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རིའི་

དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲོལ་མའི་རྣམ་བཤད་ལས། ཅ་བའི་སྤྲགས་ནི། སྤར་ཞི་ཁྲིའི་སྤྲགས་
བསྟན་བ་རྣམས་ལ་རྩེ་བཅུན་གྲགས་རྒྱལ་འཆད་ཅིང་། ཁ་ཅིག་སྒྲོལ་མའི་ཅ་སྤྲགས་རྒྱང་བ་
བཞི་བ་ཞིག་སྤར་བ་ཡིན་ཟེར་ལ། འདི་དང་ཞེས་པའི་ཉེ་ཆོག་ལ་དབགས་ན་སྤར་མ་སྤར་ཡིན་
ནམ་སྤར་མོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཅ་བའི་བཅའ་བ། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་བཅའ་བ་ལྗེའི་ནང་གསལ་ལ་བྱུག་དང་ཉུང་མ་ལྟ་བུ་ལ་
ཟེར།

ཅ་བའི་མདོ། (འདུལ་བ) དགེ་སྦྱོང་པ་མའི་སོ་ཟར་གྱི་མདོ།

ཅ་བའི་སྤེ་བ་བཞི། (འདུལ་བ) ཉན་ཐོས་ཅ་བའི་སྤེ་བ་བཞི་ལ་གཟིགས།

ཅ་བའི་སྤེ་མ། 1 རང་གི་སེམས་ལ་ཕན་ཚོགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སྤེ་མ་དེ་ལ་འཛོག་ཅེས་རྒྱལ་དབང་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་བ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་གསུང་། དོགས་གཅིད། ཅ་བ་སྤེ་མ་ཞེས་བ་གཅིག་ཁོན་
ཡིན་དགོས་སམ། འོན་ཏེ་གཉིས་གསུམ་ཡང་ཡོད་ཆོག་ཅེན། མཁས་བྱུབ་ཆོས་རྒྱུ་གསུང་
ཐོར་བུ་ན་མཁས་བྱུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལ་ཅ་བའི་སྤེ་མ་གསུམ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། 2 རང་
ལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སྤེ་མ་དེ་ལ་བཞག་གྱང་བྱང་། དཔེར་ན་རང་ལ་མི་ཆེ་
གང་པོ་དཔེ་ཁྲིད་གནང་མཁན་གྱི་བྲ་སའི་དགེ་ཆན་ལྟ་བུ། 3 (བཀའ་བརྒྱུད) བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་
ཉོགས་བ་གང་ལས་བརྟེས་པའི་སྤེ་མ་དེ་ལ་བཞེད།

ཅ་བའི་རྒྱུང་ལ། མོག་འཛིན། (མོག་འཛིན་ཁ་དོག་དཀར་པོ) སྤར་སེལ། (སྤར་སེལ་སེར་པོ) མེ་
མཉམ་མམ་མཉམ་གནས། (མཉམ་གནས་ནག་པོ) བྱེན་རྒྱ། (བྱེན་རྒྱ་དམར་པོ) ལྷབ་བྱེད་ཀྱི་
རྒྱང་དང་ལྷའོ། ། (ལྷབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱང་ལ་ཁ་དོག་གི་གསལ་ཁ་མེད་ཀྱང་། རྩེ་འགོས་སྒྲོ་སངས་སུ་
བཞེད་བ་ལྟར་བྱའོ། །ཞེས་རྒྱུ་འདི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ན་གསལ) རྒྱུད་རྩེ་རྩེ་བུ་བ་ལས། མོག་
འཛིན་རྒྱུང་ནི་སྤྱིང་གར་གནས། །མི་བསྐྱོད་བྱེ་བྲག་རིགས་ལ་སྐྱེས། །འདོམས་ན་གནས་པའི་
སྤར་སེལ་ནི། །རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྗན་བྱེ་བྲག་སྐྱེས། །སྤྱོད་དུ་རྒྱ་བ་སྐྱོག་མར་གནས། །འོད་
དཔག་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །མཉམ་གནས་ལྟེ་བའི་བསྐྱར་གནས། །དོན་ཡོད་བྱུབ་པའི་རང་

བཞེན་ལོ། །ཁྱབ་བྱེད་ཡན་ལག་ཀྱན་ལ་གནས། །རྣམ་སྤང་མཛད་ཀྱི་ངོ་བོལོ། །ཞེས་གསུངས་
བ་ལྟར་དོ། །

ཅ་དབུ་མ། <ཨ་བ་རྩུ་རྩེ> ཅའི་གཙོ་མོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། མིའི་ལུས་ཀྱི་དབུས་འདྲ་པོ་ན་སྤུལ་
ཆོག་ས་ལ་ཁུང་ཐང་ཉེ་བར་བྱི་སྒོ་ལ་ནང་དམར་བ། མར་སྤུ་པོ་མོ་གང་ཡིན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་ཅེར་
ཡོད་ལ། ཡར་སྤུ་ཆངས་བྱག་གམ་སྤྲིན་མཆོམས་དང་སྤུ་བྱག་གི་འཛོམ་མདོར་ཁ་བྱེན་ས་
ཡོད་བའོ། །ཆན་བའམ་ཆའཤས་རེ་རྒྱང་མཐིལ་གཉིས་སུ་འད་ཡོད་བར་རྗེའི་གསུང་ཟིན་གྱིས་ན་
གསལ། ཅ་དབུ་མ་དེ་ནི་སྒྲོམ་བའི་སྤྲུལ་ས་ཁྱད་ཆོས་བཞི་ལྟན་ཞིག་ཏུ་བསྒྲོམ་དགོས་བ་ཡིན་ཏེ།
འདྲ་ཞིང་བརྒྱངས་བ་རྩུ་ཤིང་གི་སྒོར་པོ་ལྟ་བུ། བྱང་དམར་ཞིང་སྤུམ་བ་རྩུ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཁྱབ་བ་ལྟ་
བུ། གསལ་ལ་འདྲས་བ་ཏེ་ལ་དམར་གྱི་མར་མེ་ལྟ་བུ། འཇམ་ལ་མཉེན་བ་བསྐྱའི་འདབ་མ་འཇ་
བ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་བཞི་ལྟན་ལོ། །མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། ཨ་བ་རྩུ་རྩེ། མ་ཞིང་གི་ཅ། སུན་
བའི་ཅ། དེའི་ནང་ནས་སུན་བ་དང་ཁྱེད་ཁྱེད་འདྲུང་བས་ན་སྤྲིང་སྤྲིང་ས་རྩུལ་སུན་
གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སུན་བའི་ཅ་དང་། སྤྲུམ་བ་དང་བྱད་མེད་མ་ཞིང་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་མ་
ཞིང་གི་ཅ་དང་། ཉི་རྩེ་སྤུ་གཅན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྤུ་གཅན་གྱི་ཅ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་རྗེའི་
གསུང་ཟིན་གྱིས་མ་རྩུད་ཀྱི་རྗེ་གསུང་འཇམ་དབྱིད་ཐེག་ལས་གསུངས། སྤུ་གཅན་གྱི་ཅ། ཀྱན་
སྤངས་ལ། ཀྱན་འདར་ལ། བྱ་མོའི་གཟུགས། སུ་མ་ན། བྱང་གི་ཤིང་གཅིག་ཆངས་བའི་དབྱུག་
བ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། གཞན་ཡང་། ཅ་དབུ་མ་ལ་གནས་ཆོད་ཀྱི་ཅ་དབུ་མ་དང་།
སྒྲོམ་དོན་གྱི་ཅ་དབུ་མ་གཉིས་ཡོད།

ཅ་དབུ་མ་སང་བ། ཅ་དབུ་མ་ཁ་བྱེ་བའི་དོན། དེ་སྒྲོར་ཞིབ་བ་རྗེའི་ཞལ་ཤེས་གནད་ཀྱི་ཐེམ་ཡིག་ཟིན་
གྱིས་དང་མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་གསང་འདུས་ཡིག་རྒྱང་ཉེར་གཅིག་སོགས་ལས་ཤེས་བར་
བྱའོ། །

ཅ་དབུ་མའི་ཡར་སྤུ། ཅ་དབུ་མའི་ཡར་སྤེ་དང་འདྲ།

ཅ་དབུ་མའི་ཡར་སྤེ། 1 སྤྱི་བོའི་ཆངས་བའི་བྱ་ག 2 ཡང་སྤྲུལ་ས་རེར་སྤྲིན་མཆོམས་ལའང་བཤད་

འཇུག འོན་གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཅ་དབུ་མའི་ཡར་སྡེ་སྤྱིན་མཆམས་སུ་ཡོད་པར་བཤད་ལ།
གཞན་དུ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི་ལྷར་ཡིན་ཞེན། དེ་ནི་སྤྱི་པོའི་ཅ་འཁོར་གྱི་ཅ་དབུ་
མ་ལས་གྲུས་ཏེ་དེའི་ཆོན་པ་གཅིག་སྤྱི་པོའི་ཆངས་པའི་བུ་ག་དང་། དེའི་ཆོན་པ་གཅིག་སྤྱིན་
མཆམས་སུ་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་འགའ་བ་མེད་དེ། དཔེར་ན་རྩ་རྒྱུ་དབུ་མ་གསུམ་སྤྱི་པོ་
ནས་གསང་གནས་གྱི་སུམ་མདོའི་བར་དུ་ཡོད་ལ། དེ་ནས་གསུམ་དུ་གྲུས་ཏེ་ཆོན་པ་གཉིས་
རྒྱུ་མཐོལ་གཉིས་དང་། ཆོན་པ་གཅིག་རྒྱགས་གྱི་ཅེར་ཡོད་པར་རྩེའི་གསུང་ཐོན་གྱིས་མ་རྒྱུད་
གྱི་རྩོགས་རིམ་དབྱིད་ཐིག་ལས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་ལོ། །ཡང་ན། དེ་ནི་ཅ་དབུ་མ་ཆངས་
བུག་ནས་སྤྱིན་མཆམས་སུ་ཁ་བྱོགས་ཏེ་ཡོད་པས་དེ་ལྷར་དུ་བཤད་པའོ། །ཅ་དབུ་མའི་ཡར་
སྡེ་ཞེས་འགྲེང་བུ་མེད་པར་བྱས་ཀྱང་འཐད།

ཅ་དབུ་མའི་མར་སྡེ། སྤྱིས་པའི་ཅ་དབུ་མའི་མར་སྡེ་ནི། འོར་བུའམ་པོ་རྒྱགས་གྱི་ཅེན་པ་ཡར་སོ་གང་
ངས། མོར་བྱེད་དང་དོའི་མཆམས་ན་ཡོད་དེ། རྩེའི་ཞལ་ཤེས་ཐོན་གྱིས་ལས། ཅ་དེའི་ཅེ་མོ་འོར་
བུའི་དབུས་གྱི་ཅ་འཁོར་གྱི་རྒྱ་ཏྲེའི་ནང་ན་བཞུགས་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་ལོ། །བྱད་
མེད་གྱི་ཅ་དབུ་མའི་མར་སྡེ་ནི། བྱ་རོག་གཤོང་ངམ་པལ་སྐད་ལ་བྱ་ལེ་ཟེར་བ་དེའི་ཅེ་མོ་ན་ཡོད་
པར་བཤད་དེ། རྩེའི་ཞལ་ཤེས་ཐོན་གྱིས་ལས། བྱ་རོག་གཤོང་ཞེས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ལ་བྱ་
ལེར་གྲགས་པ་དེ་ལ་ཟེར་ཞིང་། དབུ་མའི་མར་སྡེ་ཅ་འདྲིའི་དབུས་ནས་འབྱུང་ངོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྷར་ལོ། །དེ་ཡང་སྤྱིས་པའི་རྒྱ་ཏྲེའམ་ཅ་དབུ་མ་སྤོམ་ཞིང་ཐུང་བར་གནས་པས་
འོར་བུ་ལས་ཕྱིར་འོང་བ་མི་སྲིད་ལ། བྱད་མེད་གྱི་རྒྱ་ཏྲེ་སྤོམ་ཞིང་རིང་བས་ཆགས་པ་ལྷག་པར་
རྒྱས་པའི་ཆེ་བྱ་རོག་གཤོང་ལས་ཕྱིར་ནར་ནས་འོང་ངོ། །ཅ་དབུ་མའི་མར་སྡེ་ཞེས་འགྲེང་བུ་
མེད་ཀྱང་འཐད། སྤྱིར་བཏང་ཅ་དབུ་མའི་མར་སྡེ་འདོད་ཚུལ་ལ། གསང་གནས་ན་ཡོད་པར་
བཤད་པ་དང་། རྒྱུ་མཐོལ་གཉིས་སུ་ཡོད་པར་བཤད་པ་དང་། པོ་མོའི་རྒྱགས་གྱི་ཅེར་ཡོད་
པར་བཤད་པའི་ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་། གསང་འདུས་གྱི་སྐབས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྷར་པོ་མོའི་
རྒྱགས་གྱི་ཅེར་ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གསང་གནས་ཞེས་པ་ལྟེ་བའི་འོག་སོར་གསུམ་མམ་

སོར་བཞིའི་མཆམས་ལ་ཟེར།

རྩ་མ་འབྲུགས་པ། རྩའི་ཅེ་མོ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱན་ནས་བཞག་པ་ལ་ཟེར། ལུང་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྲེལ་ལས། རྩ་མ་འབྲུགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩའི་ཁ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱ་བའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཅ་མི་ཕྱེད་མ། མི་ཕྱེད་མ་དང་དོན་འདྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
ཅ་ཅེ། ཅ་བ་དང་ཅེ་མའི་བསྐྱས་ཆོག་གསུངས་འབྲེལ་ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་ལས། སློག་ཤིང་རྒྱ་ཅན་
དན་དཀར་དམར་ལྷག་པ་སོགས། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་འཕུ་ལྷན་པོ། །རིང་རྒྱང་ཉེན་དང་
འཆམས་པ་ཅ་ཅེ་མ་ལོག་པ་ལ་སློག་ཤིང་བཞེན་པའི་སྒྲགས་ཅི་མང་འབྲི་བའམ་དགྲི། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཅ་ཚྭ། ཤིང་ཐོག་ཀུ་ལ།

ཅ་ཞལ། དབྱས་ཞལ། ཞལ་གྱི་གཙོ་བོ། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། ཅ་ནི་ཅ་བ་སྟེ་འདིར་གཙོ་བོའི་དོན་ཡིན་པས་
ཞལ་གྱི་གཙོ་བོ་ཞེས་པའོ། །

རྩ་ཡི་མཆོག་མ། རྩའི་མཆོག་མ་དང་འདྲ།

ཅ་རོ་མ། <ར་ས་རྒ> ཅའི་གཙོ་མོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་ཁ་དོག་དམར་པོ། ལྟེ་བ་ཡན་དུ་
ཅ་དབྱ་མའི་གལས་ན་གནས་ཀྱང་། ལྟེ་འོག་ནས་དབྱ་མའི་གཡོན་དུ་འཁྱོགས་ཏེ་བཤང་བ་
འཕེན་འཛིན་བྱེད་ལ་ཁྲག་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་ཅ་ཞིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། རོ་མ། ར་ས་རྒ།
འཛིན་པའི་ཅ། དག་གི་ཅ། གལས་གྱི་ཅ། བུད་མེད་གྱི་ཅ། ཉི་མའི་ཅ། ཤེས་རབ་གྱི་ཅ། རྩལ་
གྱི་ཅ་རྣམས་སོ། །རོ་མ་ལ་བུད་མེད་གྱི་ཅ། ཉི་མའི་ཅ། ཤེས་རབ་གྱི་ཅ། རྩལ་གྱི་ཅ་ཞེས་བཛོད་
པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཁྲག་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་སློན་ས་ཡིན་པ་འདྲའོ། །ཞེས་ཟླེའི་གསུང་ཟིན་
གྲིས་མ་རྒྱུད་གྱི་རྫོགས་རིམ་དབྱིད་ཐིག་ལས་གསུངས། ཅ་རོ་མ་ཁ་དོག་དམར་པོ་ཡིན་པའི་
རྒྱ་མཆན་ནི། ཅ་དེའི་ནང་ནས་ཁྲག་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་ཏོ། །རོ་མ་ཞེས་
པ་ནི་རོ་བ་རྩུད་དང་ལྗན་པའམ་ལྗན་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

ཅ་ཆུང་ཐིག་ལེའི་རྣལ་འབྱོར། ཅ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞེའམ་བྱག་གསལ་བཏབ་ནས། དེ་ལ་གསལ་
སྒྲིང་འདོན་པ་ཅའི་རྣལ་འབྱོར། ཆུང་བྱམ་པ་ཅན་ནམ། དག་དཔེན་གྱི་སྒྲིབས་ལྟ་བུར་རྟེན་
བརྒྱས་པ་སོགས་བསྐྱོམ་པ་ཆུང་གི་རྣལ་འབྱོར། གདོང་དང་། བཟིན་པ། སྦྱིང་ག་ལྟེ་བ། གསར་
གནས། རྟོར་བྱའི་དབྱས་གྱི་ཐིག་ལེ་བཅས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་ནས་བསྐྱོམ་པ་ཐིག་ལེའི་རྣལ་
འབྱོར་ལོ། །

ཅ་ལག་ <བརྒྱ> ། གཉེན་དང་ཉེ་དུའི་མིང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་མདོ་ལས། ལྷ་ཆངས་པས། བཅོམ་ལྷན་
འདས་ལ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་ནི། སོག་ཆགས་བྱེ་བ་མང་པོ་དབྱགས་ལྷུང་
མཛད་ནས་ནི། །གང་སྤང་མི་གསུང་འགྲོ་ལ་བཏང་སྟོམས་མཛད་པ་འདི། །འཛིག་རྟེན་ཅ་ལག་
ཁྱོད་ལ་རིགས་པ་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། ཅ་བ་དང་ཡན་
ལག་ལྷར་པན་ཚུན་དམ་པོར་འབྲེལ་བས་ན་ཅ་ལག་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་ན་ཅ་ནི་ཅ་བ་སྟེ་མེས་
པོའོ། །ལག་ནི་ཡན་ལག་སྟེ་དེའི་བྱ་དང་བྱ་མོ། །ཡང་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །ལྷུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་
འབྲེལ་ལས། ཅ་ལག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མེས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་དུའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །² མགོན་སྐྱབས། ལུ་བྱ་ཆ་མ་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱལ་མཆན་གྱི་དག་སྟོན་འབྲེལ་པར། རྒྱ་བ་
དབྱང་གཉེན་པ་ཅ་ལག་སྟེ་མགོན་སྐྱབས་ཞེས་གསུངས། ³ ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གཅི་འཁོར།
ཅ་ལམ་སྤྱང་བ། ཅ་ལམ་རྣག་ཁྲག་རྒྱ་སེར་ནད་ཆང་ཆིང་ལྷན་ལྷན་སོགས་གྱིས་འགགས་པ་སེལ་
བའི་རྫོགས་རིམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཞིག དེ་བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ་ནི། རང་གི་ཤིན་ཏུ་སྤྱི་བའི་རྒྱང་
སེམས་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ངོ་པོ་དབྱེར་མེད་གྱི་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་སྔན་མ་འབྲིང་པོ་འམ། ལྷངས་
འབྲུ་ཅམ་སྦྱིང་གར་ཡོད་པ་དེས་སྦྱི་བའི་ཅ་འཁོར་ཆགས་ལུགས་སོགས་ལ་བལྟ་བར་བྱའོ་
སྤྱི་བའི་འཕེན་པ་དང་ལྷན་པས་འོད་གྱི་གོང་བྱར་འཕྲིལ་ནས་དབྱུ་མའི་ནང་བརྒྱད་དེ་སྦྱི་བའི་
ཅ་འཁོར་གྱི་དབྱས་སུ་སོང་། ལུས་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཅ་ཆུང་ཐིག་ལེའི་གནས་ཚུལ་སྦྱི་
དང་། ལྷད་པར་སྦྱི་བའི་ཅ་འཁོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟ་རྟོག་དང་དབྱུད་པ་བྱས་པས་གསལ་
བར་མཛོང་། ཞིབ་ཏུ་དབྱོད་པའི་བྱིར་ཤར་གྱི་ཅ་འདབ་གྱི་སྟོན་སྤྱང་བར་བྱའོ་སྤྱི་བའི་འཕེན་

པ་དང་ལྷན་བས། དེའི་ཅེ་མོའི་བར་ཕྱི་ལི་ལི་འདྲིལ་ནས་ཅེ་མོར་སླེབས་པ་ན་ཅུང་ཟད་བསྐྱད།
སྒྲར་ཡང་དབྱས་སུ་ཁོང་ནས་ངལ་བསོས། དེ་འདྲ་ཡང་ཡང་བྱས་པས་ཤར་གྱི་ཅ་ཆད་པ་
མ་ཐུད། ཡོ་བ་བསྐྱངས། ཞར་བ་བསལ། འཁུམ་པ་རེངས། རྒྱག་ཁྲག་ཆུ་སེར་ནད་ཆང་ཆིང་
ལྷན་ལྷན་སོགས་འགགས་པ་བསལ། སྲོང་བ་མཉེན། ལུས་པ་ཐར་བཅད་ནས་ཆུ་ཤིང་གི་སྲོང་
པོ་ལྟར་འདྲོང་བར་བྱས་ཏེ་ཅ་འདབ་ནས་རྒྱུང་ཅི་ལྟར་བསྐྱུ་འདོད་ཀྱང་ཆོགས་མེད་པར་བསྐྱས་
ཆོག་སྙམ་པ་བྱས། དེ་ལྟར་ཅ་འཁོར་སོ་གཉིས་ལ་འགྲོ་འོང་སོ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་བོའི་ཅ་འཁོར་
སྤྱངས། དེ་ནས་མགྱིན་པ། སྤྱིང་ག་ལྟེ་ག་ གསང་གནས། རོར་བུའི་དབྱས་ཀྱི་ཅ་འཁོར་རྣམས་
ལ་འད་སྒར་ལྟར་སྤྱངས། རྩོགས་རིམ་ཅལ་དུ་འདོན་ན་ཞག་གངས་མང་པོར་ཅའི་གསལ་སྒར་
སྤྱབ་སྟེ། དབྱ་མའི་ཡར་སྟེན་སྒར་བྱས་ན་ཅ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅེ་མོ་ནས་རྒྱུང་སི་རི་རི་
འབྱུང་བའི་ཆོད་ལྟ་བུ་དང་། ཅ་གནས་ཐམས་ཅད་བྱ་ག་ཏེ་རེ་གསལ་བར་མཐོང་བ་ལྟ་བུའི་
དོན་སྤྱི་ཡིད་ངོར་འཆར་ངེས་ཀྱི་བར་སྤྱངས་ན་ལེགས་པར་གསུང་ངོ། །

ཅ་ཤད། (གསང་སྒྲགས) ལུས་ཀྱི་ཅའི་ཉག་མ་རིང་པོ་ལ། ཅ་ཤད་ཟེར། དཔེར་ན་སྤྱི་ཉག་མ་རིང་པོ་ལ།
སྤྱ་ཤད་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །

ཅ་ཤད་པ། (གསང་སྒྲགས) ལྷ་རོ་བའི་མཆན་གྱི་རྣམ་གངས་ཤིག་ འགྲེལ་བ་ཤད་ཞིབ་པར་རྒྱ་རོ་བ་ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཅ་ཤེའི་རྒྱ་འགྲེལ་གྲགས་ཅན་བརྒྱད། (དབྱ་མ) ༡ ག་ལས་འཛིགས་མེད། (བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས་འདི་ཅ་
ཤེའི་རང་འགྲེལ་དུ་གསུངས་ཀྱང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་པོར་དེ་མིན་
པར་གསུངས། འདིའི་དོགས་གཅོད་སྟོང་ཐུན་སྐྱལ་བཟང་མིག་འབྱེད་ ༣༡བཟན་གསལ) ༢ དེ་
བཤམ། (ལྷའི་དགེ་སྟོང་ངམ་དགེ་བའི་ལྷ། སྟོབ་དཔོན་ཆོས་སྟོང་གི་སྟོབ་མ་དེ་བཤམས་སྟེ་
གྲགས་འགོག་པར་བསམས་ནས་ཅ་ཤེའི་འགྲེལ་པ་དཀར་པོ་རྣམ་པར་འཆར་བ་བརྒྱམས་
པར་རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་ཆོས་ཆོས་འབྱུང་ན་༡༩༠གསལ) ༣ བྱ་ཁ་མ་ཏེ། (ཡོན་ཏན་སྟོ་གྲོས) ༤ བྱ་
ཁ་ལྷོ། (ཡོན་ཏན་དཔལ) ༥ སྤྱིར་མ་ཏེ། (སྟོ་གྲོས་བརྟན་པ) ༦ སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས་ཀྱི་བུ་རྒྱ་

སྤྲུལ་ལི་། ༥ ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྒྲོན་མེ། (ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ནི་དེ་བལྟམ་ལི་
འབྲེལ་བ་དཀར་པོ་རྣམ་པར་འཆར་བའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་སྤྱན་རས་གཟིགས་བརྒྱལ་ཞུགས་
ཀྱིས་བཤད་དོ། །ཞེས་རྗེའི་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་པོར་གསུངས།) ༦ རྩ་བ་བྲགས་པའི་ཆོག་
གསལ་དང་བརྒྱད་དོ། །འབྲེལ་བ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ལས། ག་ལས་འཛིགས་མེད། བརྒྱུ་སྤྲུལ་
༡། ཤེས་རབ་སྒྲོན་མེ། ཆོག་གསལ་དང་བཞི་ལས་གཞན་རྣམས་པོད་དུ་མ་འགྱུར།
ཙ་བཤད། ༡ ཙ་རྒྱད་དང་། བཤད་རྒྱད། ༢ (འདུལ་བ) ཙ་བའི་མདོ་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ལྟ་བུ། དེའི་འབྲེལ་
པའི་མདོ་འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི་ལྟ་བུའོ། །
ཙ་བཤད་ཀྱི་མདོ། (འདུལ་བ) དག་སྟོང་པ་མའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ནི་ཙ་བའི་མདོ། འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི་
ནི་བཤད་པ་སྟེ་དེའི་འབྲེལ་པའི་མདོ་གཉིས་སོ། །
ཙ་བཤད་ཕྱོགས་མ་ཐུན་གྱི་མདོ་གསུམ། (འདུལ་བ) དག་སྟོང་པ་མའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ནི་ཙ་བའི་མདོ།
འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི་ནི་བཤད་པ་སྟེ་དེའི་འབྲེལ་པའི་མདོ། དེ་གཉིས་དང་བརྗོད་བྲ་ཕྱོགས་
ཙ་མ་འདྲ་ཡང་དེ་གཉིས་གང་གི་ཡང་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་མདོ་རྣམས་ནི་ཕྱོགས་མ་ཐུན་
གྱི་མདོ་ཡིན་ལོ། །
ཙ་སད་པ། (གསང་སྤྲུགས) ཙ་ཁ་བྱེ་བའི་དོན་ཡིན། སྤྱིར་སད་པ་ནི་གཉིད་སད་པ་དང་། བརྟག་དབྱང་
དམ་ཆོད་ལྟ་བུད་པ། རྒྱས་པའི་དོན་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ལས་འདིར་བྱེ་མདོ། །རྗེའི་ཞལ་ཤེས་
གནད་ཀྱི་ཐེམ་ཡིག་ལས། དེ་ལྟར་ཙ་དབྱ་མ་སད་པའི་བྲག་རྒྱ་དང་ཐབས་སྟོམས་པར་ཞུགས་
པས་ན་བྲག་རྒྱའི་ཙ་སད་པའི་རྒྱེད་དེས་ཐབས་ཀྱི་ཙ་ཨ་བ་རྒྱ་རྒྱེ་སད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་སད་
ན་རོ་རྒྱུད་གཉིས་ཁ་ཐུམ་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
ཙ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི། (གསང་སྤྲུགས) ཙ་གསུམ་ནི། ཙ་རོ་རྒྱུད་དབྱ་མ་གསུམ་སོ། འཁོར་ལོ་བཞི་
ནི། སྤྱི་པོ། མགྱེན་པ། སྤྱིང་ག་ལྟེ་བ་བཅས་ཀྱི་ཙ་འཁོར་དང་བཞིའོ། །དེ་ཡང་སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་
འཁོར་ལོ་འདབ་སོ་གཉིས། མགྱེན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཙ་འདབ་བཅུ་བྲག་ སྤྱིང་ག་
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཙ་འདབ་བརྒྱད། ལྟེ་བ་སྤྱུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ཙ་འདབ་བྲག་ཙ་ཙ་བཞི་བཅས་

ལྷ་མོ་ཤ། (གསང་རྒྱན) རྩ་དེ་ཐོས་ན་ར་འུག་གིས་ཀྱང་རྟོ་བ་མིག་རྗེས་པརྟོག་ཕྱབ་པར་བཤད། གུང་
ཐང་པའི་རྩེ་པརྟོད་པའི་ཁ་གསལ།

ཅད་¹ འབྲུ་² བས་³ རྒྱུང་ཆེན་པོ་⁴ ཟུ་⁵ གཙོ་བོ་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་འབྲུག་པར་བཤད།
 6 ཡང་། བོད་རྒྱུ་ཆོག་མཛོད་མོད། ཆེར་མ། 7 ཤིང་སྤྱུང་བ་སྤ་མོར་བཤགས་ནས་གཏོར་
 མའི་མཐའ་སྐོར་དུ་བྲ་མ་ལྟ་བུར་བཅུགས་པའི་ཤུར་མ་ནམས་ཀྱི་མིང་། 8 རྩེ་ 9 ཆད་།
 བཅས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པར་བཤད་དོ།

ཅང་ནན། (འདྲེ་བ) ཅངས་ནན་དང་འབྲ། གྲུལ་རབས་དེབ་ཐེང་དཀར་པོ་ཤོག་གྲགས་པ་ལྟར། ཅང་
ནན་ཡམ་གསུམ་དང་རན་ཁུར་གཅིག (དེའི་དོན་ནི) ཆང་མེ་གསུམ་དང་རྩ་ཁུར་གཅིག་ཅེས་
གསལ། “ཅང་ནན” དང་ཤོག་གི་ “ཅངས་ནན” གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་མེད་དང་ཡིག་དག་
མིན་བཅས་ལ་དབྱེ།

460

རོལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བཅུགས་པ་ནི་རྩངས་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་མཆོད་རྟེན་གྱི་ལས་གསུངས། རྩངས་
ནི་པ་རོལ་པོའི་དབྱའི་གནོད་པ་ལས་སྦྱོར་བྱེད་ཅིག་ཡིན་པར་སེམས།
རྩངས་ནན། (འདུལ་བ) རབ་བྱུང་གི་བཏུང་བའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ འདུལ་བ་ལས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་རྩངས་
ནན་གསལ་ཅིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

རྩངས་པའི་རྒྱུད། (གསར་སྣགས) ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྡེའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ལྷ་ལ་གནས་ཤིང་བྱེད་ལས་
དྲི་འཛིན་པ་དང་ཁོ་བ་དང་འཇུགས་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུད་ཞིག་ སྐྱ་བཤད་ནི། རྒྱུད་
དེ་སྦོམ་རྩངས་པ་སྐྱལ་རལ་གྱི་དབྱིབས་དང་འབྲ་བ་དེ་ལས་བྱུང་བས་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས།
རྩབ་ཀྲོལ། (འདུལ་བ) འཐབ་ཀྲོལ།

རྩབ་ཀྲོལ་ཅན། (འདུལ་བ) འཐབ་ཀྲོལ་ཅན་དང་དོན་གཅིག་ རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས། རྣམ་པར་འབྱེད་
པ་ལས་ཅབ་ཀྲོལ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུད་མེད་མ་རུངས་མའོ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་པ་ཡིན་
ནོ། ཁྲིང་གཞི་ལས་ཀྱང་བྱུད་མེད་གཞན་དེ་མཐོང་བ་ནི་མ་རུངས་པ་ཁོ་བ་རྩབ་པོ་སྦྱོ་བ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །མཆོད་རྟེན་སྦྱང་ཆ་དང་བྱུད་མེད་རིན་པོ་ཆའི་མའི་རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་སོགས་
ལས་ཀྱང་གོང་བཞིན་བཤད་དོ། །

རྩབ་ཀྲལ། 1 (འདུལ་བ) དུག་སྒྲོག་རལ་ནས་རྩབ་ཀྲལ་དུ་སོང་བ་ལྟར་བཅུན་ཚུགས་ཉམས་ནས་
འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆིག་བྱུང་བྱལ་དུ་སྦྱ་བ་ལ་ཟེར་རོ། །པལ་སྐྱད་དུ་འབྲུལ་བཤད་ཅེས་པ་
དེའོ། །དབྱིན་རྩེས་ flirt ཟེར་བ་དང་ཕྱོགས་ཅམ་འདྲའོ། །ཀམ་པ་མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེའི་འདུལ་རྟེན་
ལས་ཀྱང་། རྩབ་ཀྲལ་ནི་བཅུན་བྱ་ཉམས་ཤིང་འཁྲིག་པ་བསྐྱེན་པའི་བྱིར་གཞོལ་ལ་ངོ་ཚ་མེད་
པར་ཞུགས་ཤིང་ཟེ་ལངས་པར་གྱུར་ནས་མགོ་འདར་བ་དང་ཆིགས་འགྲུལ་བ་དང་ཆིག་
འཇུལ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལུས་དང་དག་གི་ལས་སོ་ཞེས་སོ། །བཅུན་བྱ་ཉམས་པ་ནི་ཁྲིལ་
ཡོད་ཀྱི་བག་ཤོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། རྩབ་
ཀྲལ་ནི་འདོད་པ་དང་རྩེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་སྐད་གསང་མཐོ་ལ་མི་གསལ་སྒྲོག་པར་བྱེད་
པའོ། །ཞེས་གསུངས། རྟེན་གྱི་ལས། གཞོགས་སྟེགས་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བ་ནི་ཐོ་འཆམས་

པའོ། །འབྲུར་གཡེང་གི་རྒྱར་འབྲུར་བའི་ཀླན་ཏུ་ཅེ་པའོ། །ཅལ་མཉམ་གྱི་རྒྱར་འབྲུར་བའི་ཀླན་
ཏུ་ཅ་ཚེ་འདོན་པའི་ཞེས་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས། མཆོད་རྟེན་སོགས་སུ་ཅལ་མཉམ་ཞེས་སྣང་།
2 རྟིང་རྩལ། རྟིང་རྩལ། རྟིང་རལ། རྩལ་པོ། རལ་པོ། དཔེར་ན་གྲོན་པ་ཅལ་མཉམ་ དུག་སྒྲོག་
ཅལ་མཉམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཅམ་པའོད། ཅམ་པའི་པའོད་སྟོམས། ཆོག་འདི་ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ནང་གསལ།
རྩའི་ཆག་པ། རྩའི་ཕྱང་པོ། རྩའི་ཚུན་པོ། རྩའི་ཁྲིས་པོ་ཞེས་གྲང་བ།
རྩའི་མཆོག་མ། རྩའི་ཅེ་མོ། རྩའི་ཐོག་མའམ་ཅེ་མའི་དོན། འདི་རྣམ་པའདད་རིགས་པ་ལས་མཆོག་གི་
སྒྲ་འབྲུག་ལུལ་བདུན་གསུངས་པའི་ “ཅེ་མོ” ལ་འབྲུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །རྒྱས་པར་
“མཆོག” ཅས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རྩའི་ཁྲིས་པོ། (འདུལ་བ) རྩའི་ཆག་པ་དང་འབྲ། ལུང་ཐན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་སྣང་།
ཅལ། 1 རྒྱས་པའམ་སྟོབས་ཀྱི་དོན། 2 བརྒྱག་པའམ་འབྲུག་པའི་དོན། ཏུན་ཏྲོང་གི་ཡིག་རྟིང་ལས།
ཐགས (ཐངས) ཁ་སྐྱར་གྱི་ནང་དུ་ཅལ་ཏེ་རྒྱར་བསྐྱར་བ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཅལ་དུ་འདོན། ཅལ་དུ་བཏོན་དོན་འབྲ།
ཅལ་དུ་བཏོན། རྒྱས་པ་འདོན་པ། (དེ་ཡང་ཅལ་ནི་རྒྱས་པའི་དོན་ཡིན་པས་བྱ་བ་གང་ཞིག་རྒྱས་པ་
བཏོན་ནས་བྱེད་པ་ལ་ཅལ་དུ་བཏོན་ཟེར) གཙུ་འདོན་བྱེད་པ། གལ་འགངས་ཆེན་པོར་བརྟེན་
པ་དང་དམིགས་སུ་བཀར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། སྐྱེ་ལུས་ཅལ་དུ་བཏོན་ལྟ་བུ། ཡང་དཔེ་གཞན་
ལ་ཅལ་དུ་བཏོན་ཞེས་གྲང་འབྲུང་མོད། དེ་ནི་ད་བྲག་ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅམ་ལས་དོན་ལ་
གཉིས་ཀའང་འཐད་པར་སེམས་སོ། །

ཅལ་དུ་བཏོན་ནས། རྒྱས་པ་བཏོན་ནས། དམིགས་སུ་བཀར་ནས། དཔེར་ན་ཅལ་དུ་བཏོན་ནས་
བཤད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཅལ་བ། (བད་རྟིང) 1 བརྒྱག་པའམ་འབྲུག་པའི་དོན། ཏུན་ཏྲོང་གི་ཡིག་རྟིང་ལས། ཐགས (ཐངས) ཁ་
སྐྱར་གྱི་ནང་དུ་ཅལ་ཏེ་རྒྱར་བསྐྱར་བ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 རྩན་པའི་དོན་དུ། ལྷང་སྐྱེ་རོལ་པའི་དོན་

ཅི་རྒྱུད་། ཅི་མོ་རྒྱུད་པ་ཞེས་པའི་ཕྱགས་མ་བཟོ་རྒྱུའི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་པར་སྣང་། ས་སྐུ་
ལེགས་བཤད་ལས། རྫོ་རྒྱུད་མང་དུ་འདུས་ན་ཡང་། །བྲ་བ་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་མི་ཉུས། །ཅི་རྒྱུད་
མང་དུ་བསྐྱམས་ན་ཡང་། །ཁང་པའི་གྲང་མ་བཟོད་པར་དཀའ། །ཞེས་གསུངས།

ཅེ་མ་ཤི། (གསེས།) ། བླ་ཅིའི་མིང་། བརྒྱད་ཉིང་པ་དང་མེ་ཉིང་ཉི་མའི་ཤོད་ཟེར་སོགས་སུ་ཅེ་མ་ཤི་
 ཞེས་གྲེས། གཞན་དུ་ཅེ་མ་གྱི་ཞེས་ཀྱང་གྲེས་སྤང་། སྤྲ་གཞུང་ལས། བླ་ཅེ་ལ་མ་གྱི་ཏ་ཞེས་
 འབྲུང་བས་པལ་ཆེར་གྱིས་ཅེ་མ་གྱི་ཏ་བླ་ཅེ་ཡིན་ཟེར། སྤྲ་གཞུང་དེ་མེད་ཤེས་མེད་ལས་བླ་
 ཅིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། སྤི་ག་མ། ཟེར་བ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཡིན་ནམ་སྟེ། འཕགས་པ་
 བརྒྱད་ཉིང་པ་ལས། ཀྟོ་ཤི་ག་རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
 ཕྱིན་འདི་འཛིན་པ་དང་འཆང་བ་དང་མྱོག་པ་དང་ཀུན་རྒྱལ་བར་གྱེད་པ་དང་རབ་ཏུ་འདོན་པ་
 དང་ཉོན་པ་དང་ཉེ་བར་ཉོན་པ་དང་ལུང་འཕོགས་པ་དང་ཁ་ཉོན་ཏུ་བྱེད་པ་དེ་ཆེ་འདི་ལ་ཡོན་
 ཏན་འདི་དག་ཀྱང་ཡོངས་སུ་འཛིན་བར་འབྱུང་རོ། ཀྟོ་ཤི་ག་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་ཅེ་མ་ཤི་ཞེས་
 ལུ་བ་དུག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་དེ་དེར་སྟེ་པོ་སྟེ་ལ་གདུག་པ་བ་གྲེས་
 ཤིང་ཟས་འདོད་དེ་ཟས་ཆོས་པ་ཞིག་གིས་སྟོག་ཆགས་སུ་གྱུར་པ་འགའ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་སྟེ་པོ་
 སྟེ་ལ་གདུག་པ་དེས་ཟས་ཀྱི་ཕྱིར་བཟའ་བར་འདོད་ནས་སྟོག་ཆགས་སུ་གྱུར་པ་དེའི་ཤིའི་

ཕྱོགས་སུ་འབྲང་ཞིང་བསྐྱགས་པ་དག་དེ་ནས་སྒྲིལ་ཆོག་སུ་གྲུར་པ་དེ་ཅི་མ་སྒྲིལ་གང་ན་ཡོད་
པ་དེར་སོང་ནས་ཕྱིན་ཏེ་འདུག་པ་དང་དེ་ནས་སྐྱུལ་དེ་ཅི་དེའི་བྲི་ཙམ་གྱིས་ཕྱིར་ཐོག་གོ། །དེ་
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། དེ་ལྟར་སྐྱུལ་གྱི་གདུག་པ་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དེ་ནི་ཅི་དེའི་སྐྱོན་གྱི་ཡོན་ཏམ་དུ་
བལྟ་བར་བྱ་སྟེ་ཅི་དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་བྱ་ཆེད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཐད་ཀྱི་བརྒྱུད་སྟོང་
པའི་འགྲེལ་པ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། ཅི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ལྷ་ཤེས་ཀྱི་འདུག་པ་ལོ། །དེ་འདྲིན་པ་ནི་འདུག་
པ་འདྲིན་པ་སྟེ་ཅི་མ་གཤོ། །ཞེས་གསུངས། 2 རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ན་སྐྱུལ་སྤང་བྱེད་ཀྱི་སྡོམ་
བྲི་ལོན་ཏུ་བྲན་པ་ལྷོང་སྤང་བྱེད་པ་ལོངས་ཙམ་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ཡིན་ཡང་སྟེ། སེ་རར་
དུག་སྐྱུལ་ལོན་ཏུ་མང་བས་ཁོ་ལོས་ཀྱང་སྡོམ་ལྟེ་ཆོས་ལོང་ནང་བཅུགས་ལོང། ཉིན་
ཞིག་དུག་སྐྱུལ་ཞིག་གིས་སྐྱུལ་པ་ཞིག་ཐོས་ཏེ་དོ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་སོང། དེད་ཅག་གིས་ཅི་
མཆར་གྱི་ཆུལ་དུ་སྡོམ་ལྟེ་དུག་སྐྱུལ་གྱི་སྤྲར་སྤུབ་སྤུབ་བས་ཁོ་བཞི་སྟེ་གང་འཆམས་
ལིག་ནས་སྐྱུལ་པ་དེ་ཡར་བསྐྱགས་སོང། སལ་ཆེར་སྡོམ་ལྟེ་ཡིན་ཤས་ཆེ། དབྱངས་ཙན་
དག་འཛོམས་ཆོས་ལྟོང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་བརྒྱ་བཀོལ་ལས་ཀྱང། ཡང་ཅུང་དང་སྐྱག་ཟེར་བའི་སྡོ་
སྐྱན་མ་གྱི་ཏ་སྐྱེས་སར་དུག་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱུལ་མི་འབྱུང་བར་བཤད་ཅིང། སྤོང་པོ་བཀོད་པའི་
མདོ་ལས། མཆུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཅི་ཡོད་དེ། དེ་འཆང་ན་བྲི་ཆོར་བ་ཙམ་གྱིས་སྐྱུལ་ཐམས་ཅད་
འབྱེར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཅི་མ་གྱི་ནི་དེ་འདྲའི་ཅི་སྐྱན་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྐྱུལ་ ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ཅིག་པའི་བྱང་། ཅིག་པའི་རྩ་བའམ་ཉེ་འགྲམ།

ཅིག་པའི་བྱ་གྲུ། ཅིག་པའི་སེར་ག།

ཅིད་ཅིད། བཅིར་བཅིར། བེའུ་བྱས་སྟོན་པོའི་མིང་བརྒྱ་གོ་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་བཤད་པ་སོམ་ཉིའི་
སྐྱན་སེལ་ལས་བཤད། བེའུ་འགྲེལ་ལས། ཤས་མོས་བྱ་ཁོན་རེ་སྐྱག་ཟེར་ནས་མཆི་མ་ཅིད་
ཅིད་བྱས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཅིས་ཟེན་པ། འུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ། འུགས་ཀྱིས་ཟེན་པ། དཔེར་ན་བྱ་སྐྱག་པ་ལི་བའི་སྤང་ན་གྱིས་

མནར་བའི་མ་དེ་གཞན་དང་སྤྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་སྤྱིས་ཀྱང་མུ་མུ་གི་
 རྒྱགས་དེས་མ་བཏང་བ་ལྟ་བུ་ལ། ཅེས་ཟེན་བའམ་ཤུགས་ཀྱིས་ཟེན་བ་ཟེད། རྗེའི་ལམ་འཛིན་
 ཆེན་མོ་ལས། དེས་ན་ལྟ་བུས་ཟེན་བའི་སྤྱོད་བ་དང་ཐབས་ཀྱིས་ཟེན་བའི་ཤེས་རབ་ནི། དཔེར་
 བ། བྱ་སྤྱག་བ་ཤི་བའི་མུ་མུ་གིས་མནར་བའི་མ་དེ་གཞན་དང་སྤྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་
 པའི་ཆེ་སྤྱིས་ཀྱང་མུ་མུ་གི་ཤུགས་དེས་མ་བཏང་ཡང་སྤྱོད་ནམས་ཐམས་ཅད་མུ་མུ་
 གི་སྤྱོད་ཡིན་མི་དགོས་པ་བཞིན་བྱ། རྟོང་བ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཤུགས་དྲག་ན་སྤྱིན་བ་
 གཏོང་བ་དང་ཐུག་དང་སྐྱོར་བ་དང་བརྒྱས་རྗེས་བྱེད་པའི་ཆེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱོད་
 རྒྱུས་རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་ཅེའམ་ཤུགས་དང་ལྟན་པར་འཇུག་པ་མི་འགལ་
 ལ། ཐུན་འགོ་ལྟ་བུ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དྲག་པ་སྤྱོད་བྱ་བཏང་ན་རྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་
 དེ་འཛིན་ལ་བཞག་པའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་དེའི་ཅེས་ཟེན་བ་མི་
 འགལ་ལོ། །དེས་ན་དེ་འདྲ་བ་ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིན་བ་ཞེས་བྱ་ཡི། གཏོང་བའི་སེམས་
 བ་གཏན་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་བ་མི་བཏུབ་ལ་དེ་བཞིན་བྱ་སྤྱག་མ་ལའང་ཤེས་བར་བྱལོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །

ཅེས་ལ་མཁས་པ་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་གསུམ། ཅུང་ཆུང་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཆོ། ཤུག་པ་ལྟན་བྱུང་རྒྱ་མཆོ།
 མཁས་བྱུང་ཁོར་བཟང་རྒྱ་མཆོ་དང་གསུམ་སོ། །འདི་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་ཤེར་སྤྱིང་
 འབྲེལ་བར་སྤྱང།

ཅེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར། (བཀའ་འབྱུང་) ཐུག་ཆེན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། རང་སེམས་གནས་
 ཤུགས་ཀྱི་དོན་ལ་མ་གཡེངས་པའི་དྲན་བ་ཅེ་གཅིག་པས་སམ། གནས་འཇུག་འདྲེས་པའི་རིག་
 བ་ཅེ་གཅིག་པས་ན་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱལོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན། མ་གོམས་བ་དང་། གོམས་བ་དང་།
 ཤིན་ཏུ་གོམས་པའི་དབང་གིས་རྒྱང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད།

ཅེ་སྟན། དབྱ་རྒྱན། རྩོག་ལྷ།

ཅེ་གཞིལ། མགོ་གཞོན་བའམ་རྒྱས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་དོན་བྱ་བཤད།

ཆེག་པ། (ཐེད་འབྲེལ་ལས་ཆེག) 1 གཅིག་ཐོག་གཅིག་འཛོག་པའི་དོན། རོ་པོ་ཆེག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ཆེག་པ།
བཆེགས་པ། བཆེག་པ། ཆེགས། 2 འཛོམ་པ། གཅིག་ས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ། བཅི་བ། ཅི་བ།
བཅིས་པ། དདུལ་ལ་མ་བཆེགས་པར་དངོས་ཆས་སྤྲས་དག་ཉོད་གོས་ལྟ་བུ། པལ་སྐད་དུ་
དདུལ་ལ་མ་ཆེག་ དདུལ་ལ་ཆེག་ཆེག་མ་བྱེད་ཟེར་བ་དེའོ། །ལམ་འཛིན་མཆན་བཞི་སྟགས་༼
ག་པ ༽ 3 བ་3 ལས། སྟོབ་མ་ལ་སྤྱིངས་པ་ལས། (ཐེག་མི་ཐེག་ཅེས) ཁྱར་ལ་མི་ཆེག་ (པའམ་
མི་ཆེག་བར) ས་ཡིས་འཛིག་ཆེན་འདེགས་པ་གང་ཡིན་དེ། །རང་དོན་འགའ་མེད་ཆེན་པོ་
རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་འདྲ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཅེའུ་ཆུང་། ཅ་སྤ་མོའམ། ཅ་ལམ་སྤ་མོ།

ཅོད་དུས། <ཀ་ལི་ཡུག> ཅོད་དུས། ཅོད་ལྡན་དུས། ལྷིགས་དུས། ལྷིགས་མའི་དུས། ལྷིགས་མ་ལུའི་
དུས་རྣམས་དོན་འདྲའོ། །ཅོད་ལྡན་དུས་ལ་གཞིགས།

ཅོད་ལྡན་དུས། <ཀ་ལི་ཡུག་གི་> མ་རྩ་བྱར་ཏའི་གཏམ་རྒྱུད་ (Mahābhārata महाभारत) ཀྱི་སྐབས་
སུ་བྱུང་བའི་ཀྱ་རུའི་ཡུལ་གྱི་གཡུལ་འཐབ་ (कुरुक्षेत्र युद्ध Kurukshetra War ཀྱ་རུམྱེ་ཤ།
ཡུ་རྒྱ) བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། ཅོད་དུས་འགོ་ཚུགས་སོ། །འདི་ལ་ལེགས་སྦྱར་དུ་ “ཀ་ལི་ཡུག་”
ཟེར། དམག་འཐབ་དེ་ཡང་ “ཀྟྟྟ་ར་ཤ” (कौरव) འམ་དམག་བརྒྱ་པའི་བྱ་དང་། “སྤ་ཏ་ཏ་ཤ” (पाण्डव) འམ་སྤ་མོང་བྱ་ལྟེ། འུ་སྤུན་ཀན་གཞོན་གྱི་འུ་སྤུག་cousins ཀྱི་དབར་རྒྱལ་མིང་གྱི་
དོན་དུ་ཁ་མ་འཆམས་པར་ཅོད་པ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅོད་ལྡན་གྱི་དུས་བྱུང་བ་ཡིན་
ནོ། །ཅོད་ལྡན་ལ་ ༣༥000 བཞི་འབུམ་སུམ་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་ཡོད་པར་དུས་འཁོར་ལས་
གསུངས། ཞེས་མཛོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱལ་ལས་གསུངས་མོད། འདི་ནི་ཉི་རྒྱའི་གཞུང་
ལུགས་སུ་འབྱུང་བའི་ཐ་སྟོན་དེ་རང་ནང་པས་ཚུར་སྒྲུངས་པའོ། །ཀྱ་རུའི་ཡུལ་ (ཀྱ་རུམྱེ་ཤ)
ཞེས་པ་ནི། དེང་སང་རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་ “ཏྲ་རི་ཡཱ་རྩྭ” हरियाणा Haryana ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པར་
བཤད་དོ། །མདོར་ན་ཅོད་དུས་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤྱུའི་རྒྱལ་པོ་མ་ཁྱོན་
གོང་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་སྟོན་པོ་ནས་བྱུང་དོ། །ཅོད་ལྡན་དུས། ཅོད་དུས། ལྷིགས་

རྒྱུགས་མའི་རྒྱུགས། སྒྲིགས་མ་ལྟའི་རྒྱུགས། སྒྲིགས་མ་ལྟ་བུའི་རྒྱུགས་ནམས་དོན་འབྲེལ།
 རྩོད་པ་བསྐྱོག་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། རྩོད་བསྐྱོག་ལ་གཟིགས།
 རྩོད་པའི་རིག་པ། མཚན་ཉིད་རིག་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 རྩོད་བསྐྱོག་འཕགས་པ་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་༼ ཅ་བར་༽བཞུགས། རྩོད་པ་བསྐྱོག་
 པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱིས་མཛད་པ། རྒྱ་གར་
 གྲི་མཁན་པོ་རྩེ་ན་གན་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་སྐྱ་བ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ལས།
 སྦྱང་ཀྱི་ཁ་ཆའི་བརྟེན་ཇ་ཡ་ལྷ་ནུ་དང་ལོ་རྒྱུ་བ་ཁུ་མདོ་སྦྱང་དཔལ་ཀྱིས་བཅོས་པའོ།
 རྩོམ་པ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག) རྩོམ་པ་ནི་ད་ལྟ་བུ། བཅུ་མས་པ་ནི་འདས་པ། བཅུ་མ་ནི་མ་འོངས་པ།
 རྩོམ་པ་ནི་སྦྱལ་ཆོག། 1 རང་གི་སྒྲོ་རིང་ཡོད་པ་ནམས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ནས་སྒྲིག་པའི་དོན།
 བསྟན་བཅོས་རྩོམ་ལྟ་བུ། 2 (མིང་ཆོག) རྩོམ་པའི་མིང་ཅས། དཔེར་ན་རྩོམ་པ་ལེགས་པོ་འདུག་
 ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་། མཁས་དབང་ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱུང་གིས། འཆད་པ་སྐྱལ་བཟང་ཐོས་
 པའི་བང་མཛོད་འཛིན། རྩོད་པ་སྤྲ་ཞིབ་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཡངས། ། “རྩོམ་པ་” དབྱེད་ས་
 ཅན་པེ་མང་འཛེབས་ཤིང་སྟོན། རྣམས་པའི་བྱ་བ་ནམ་གསུམ་ཨ་ཏོ་མད། རྩོམ་གསུངས་པ་
 ལྟར་ལོ། 3 ལས་ལ་འཇུག་པ། འཇུག་པ། འཇུགས་པའམ། འགོ་འཇུགས་པའི་དོན། ལས་ལ་
 འཇུག་པའི་དཔེར་བཞིན་ནི། བྱ་བ་རྩོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འཇུག་པའི་དཔེ་ནི། བཅོལ་འགྲུས་རྩོམ་
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འཇུགས་པའི་དཔེ་ནི། འགོ་རྩོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 གཤམ་བྱེད་པའམ། ཆས་པའི་
 དོན། འབྲོས་པར་རྩོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 རྩོལ་བ། 1 འབད་པ། བཅོལ་འགྲུས། 2 (འདུལ་བ) མཉེད་པ་དང་འཕུར་འཕུར་གཏོང་བ་བཅས་ཀྱི་དོན།
 འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་༼ ཅུ་ ༡༩ རྟེན་ལས། རྩོལ་བར་བྱེད་
 ཅས་བྱ་བ་ནི་རིག་པའི་བྱ་བ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པའོ། རྩོམ་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།
 རྩོལ་བ། 1 (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག) འབད་པ། འབད་བཅོལ་བྱེད་པ། འགྲུས་པ། བཅོལ་འགྲུས་བྱེད་པ།
 དཔེར་ན་ལས་དོན་ལ་རྩོལ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྩོལ་བ། བཅུ་མ་བ། བཅུ་མ་བ། རྩོལ། 2 (མིང་ཆོག)

འབད་བ། བཙུག་ལྷན་སྤྱི་ལྷན་སྤྱི་ལྷན་ དཔེར་ན་རྩལ་བ་བྱ་དགོས་ཞེས་དང། རྩལ་
བ་ཤུགས་བྲག་ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ། 3 (འདུལ་བ) (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག) མཉེད་བ་དང་འཕྱར་འཕྱར་
གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་དོན། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་བ་ཏུ་ ཚུ་ 3
1 3 3 4 4 4 4 རྩལ་བ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རེག་པའི་བྱ་བ་འབྱེད་པ་ལ་སོགས་བ་བྱེད་
པའོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། 4 མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་དོན་ཡིན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྲེལ་བ་ཏུ་ ཚུ་བ་ 3 3 4 4 4 4 རྩལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་ཆངས་པར་ (མ་དཔེར་) མི་
ཆངས་པར་མི་སྤྱོད་པའོ། ཞེས་འབྱུང་ཡང་། མི་ཡིག་ལྷན་པའི་ཡིག་ནོར་དུ་ངེས་སོ། སྤྱོད་
པའོ།

རྩལ་བ་མེད་པར་འབྱུག་པའི་ཡིད་བྱེད། ཡིད་བྱེད་བཞིའི་ཐ་མའོ། སྐྱེ་བཤད་ནི། སེམས་གནས་དགྲ་
བ་ལ་ནི་བྱེད་ཆོད་ཀྱིས་བར་ཡང་མི་ཆད་ཅིང་རྩལ་བ་ཡང་རྒྱུན་པར་བསྐྱེན་མི་དགོས་པས།
རྩལ་བ་མེད་པར་འབྱུག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཅེས་བྱའོ།

སྤྱོད་སྤྱོད་ (བཟླ་བཟླ་) སོགས་།

བཙུག་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་བྱ། (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལས། བཙུག་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་
བར་བྱ། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་ལ་འབྱུག་པར་བྱ། འདམ་བུའི་བྱིས་ན་མང་ཆེན་བཞེན། འཆི་
བདག་སྤེལ་ནི་གཞོན་པར་བྱ། གང་ཞིག་རབ་ཏུ་བག་ཡོད་པར། ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་སྤྱོད་
འབྱུང་བ། སྤྱོད་པའི་འཁོར་བ་རབ་སྤངས་ནས། སྤྱོད་པའི་ཐ་མར་བྱེད་པར་འབྱུང་། གོང་
གི་ཆོགས་བཅད་གཉིས་པའི་ཆོག་དོན་ནི། སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འབྲེལ་ལས།
བཙུག་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་བྱ། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་ལ་འབྱུག་པར་བྱ། འདམ་བུའི་བྱིས་
ལ་མང་ཆེན་བཞེན། འཆི་བདག་སྤེལ་ནི་གཞོན་པར་བྱ། གང་ཞིག་རབ་ཏུ་བག་ཡོད་
པར། ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་སྤྱོད་འབྱུང་བ། སྤྱོད་པའི་འཁོར་བ་རབ་སྤངས་ནས། སྤྱོད་པའི་
ཐ་མར་བྱེད་པར་འབྱུང་། ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་ཏེ། བཙུག་པར་བྱ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཙུག་
པར་བྱིས་ཤིག་པའོ། འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་པའི་བྱེད་

དགོན་པ་ལ་སོགས་པ་དཔེན་པར་སོང་ཤིག་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པ་ལ་ལོ། །འཇུག་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མགོ་དང་གོས་ལ་མེ་
 འབར་བ་ལྟར་མངོན་པར་བཅོན་པར་གྱིས་ཤིག་པལོ། །འདམ་བུའི་བྱིས་ལ་སྤང་ཆེན་
 བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། འཆི་བདག་སྤེན་པ་གཞོན་པར་བྱ། ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་དཔེ་ཡིན་ཏེ། འདམ་
 བུའི་བྱིས་སྤང་པོ་ཆེས་གཞོན་པ་བཞིན་དུལོ། །འཆི་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཆི་བལོ། །སྤེ་ཞེས་བྱ་
 བ་ནི་སྤེད་པ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་ཏོ། །གཞོན་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞིག་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་
 བྱ་བལོ། །པན་ཡོན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་རབ་ཏུ་བག་ཡོད་པར། །ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་
 སྤྱོད་འགྱུར་བ། །སྤྱེ་བའི་འཁོར་བ་རབ་སྤངས་ནས། །སྤྱུག་བསྐལ་ཐ་མར་བྱེད་པར་
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་ཏེ། རབ་ཏུ་བག་ཡོད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་བག་མེད་པ་
 སྤངས་པས་སོ། །ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པལོ། །འདུལ་བ་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པའི་སྤྱབ་པའི་མཆན་ཉིད་རོ། །སྤྱོད་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩེ་སྤྱེ་
 སྤྱབ་པར་འགྱུར་བལོ། །སྤྱེ་བའི་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱེ་བ་འཁོར་བའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་
 འཁོར་བ་སྤྱེ། འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐལ་གྱི་རྩ་བ་ནི་སྤྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། སྤྱེ་
 འདི་དོན་མེད་གང་ཕྱིར་སྤྱེ་བ་ཡོད་ན་ག་ཤི་དང་། །ན་དང་སྤྱུག་བསྐལ་བསད་དང་བཅེང་ལ་
 སོགས་པའི་དག་དག་ཡོད། །གལ་ཏེ་འཛིགས་མང་སྤྱེ་བ་མེད་ལ་དོན་མེད་དེ་མི་འབྱུང་། །འིང་
 སྤྱེས་མེད་ན་ནགས་མེ་རྒྱུད་གིས་སྤྱེ་ལ་བར་མི་འགྱུར་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་
 རོ། །ཡང་ན་སྤྱེ་བའི་འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱེ་བ་དག་ཏུ་འཁོར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རབ་སྤངས་ནས་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་དུ་སྤངས་ནས་སོ། །སྤྱུག་བསྐལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱེ་བ་ལ་སོགས་པལོ། །ཐ་
 མར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱན་གཙོད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་
 གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆིག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༤༩༡ལས་གྲང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་
 སོ། །དོགས་གཙོད། གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ། བརྩམ་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་འབྱུང་ལ།

གཞན་དུ། བཅའ་པར་བྱ་ཞིང་དབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་འབྱུང་བས། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གང་
ཡིན་ནམ་ཞེན། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དེ་དང་། ལུང་རྣམ་འབྱེད་དེ་ཐ་ ༡༧༣ ཉམ།
སོ་ཐར་གྱི་མདོ། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ། སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འགྲེལ་བཅས་
ལས། འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་གསལ་ལ། ཡང་། འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་དེ་ ༡༧༥ ཉམ་དང་།
སྒྲོབ་དཔོན་ཆོས་བཤེས་ཀྱི་འདུལ་བ་མདོའི་འགྲེལ་བ་སྤྲད་ཆ་དེ་ ༡༧༦ ཉམ་བཅས་ལས།
བཅའ་པར་བྱ་ཞིང་དབྱུང་བར་བྱ། ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །ལུགས་དེ་གཉིས་ལས་གང་འཐད་ཅེན།
གཉིས་ཀྱི་འཐད་ཀྱང་། འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་བ་ལེགས་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་གོ་བདེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་
པར་འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །འབྱུང་བ་ནི། འཛོལ་བ་དང་
སྒྲེབ་དང་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་ད་ལྟ། བྱུང་བ་འདས་པ། འབྱུང་མ་འོངས།
དབྱུང་བ་ནི། འདོན་པའི་དོན། འབྱིན་པ་ད་ལྟ། བྱུང་བ་འདས། དབྱུང་བ་མ་འོངས། བྱུང་ནི་སྒྲུབ་
ཆེག་གོ། ཞིང་ཆེགས་བཅད་གཉིས་པོ་དེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དེ་དང་། འདུལ་བ་ལུང་
ཐུན་ཆེགས་སྟོད་ཆ་དེ་ ༡༧༥ ཉམ་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་སོགས་ན་གསལ་ལོ། །

བཅའ་པར་ཆོས། རྒྱུ་བ་པོ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་གིས་བཅའ་པར་པའི་བསྟན་བཅོས།

བཅའ་པར་ལྷང་གི་ཉེས་བྱས། (འདུལ་བ) བཅའ་པར་ལྷང་གི་ཉེས་པའི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྱོང་གིས་
སྒྲན་བཞེ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གནས་དེ་ཉིད་དུ་བཟའ་བའི་ཆེད་ཀྱི་བྱིན་ལེན་བྱས་ནས་ཐོས་
མ་ཟིན་པའི་བར་སྐབས་སུ་ལངས་བ་ལས་སྒྱུར་པའི་ཉེས་བྱས་སོ། །མཆོད་ཀྱི་ལྟར་ལོ། །འདི་
སྤངས་བ་ཐ་བའི་ལྷང་བྱེད་ཀྱི་ཞར་བྱུང་ཡིན།

བཅའ་བ། (བྱེ་འགྲེལ་ལས་ཆེག) ། རྒྱལ་གྱི་འདས་མ་འོངས་ཏེ། འབད་བ་བྱས་པའམ་བྱ་བ། བཙོན་
འབྱས་བྱས་པའམ་བྱ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། རྒྱལ་བ། བཅའ་བ། བཅུལ་བ། རྒྱལ་བ། 2 (འདུལ་བ) (བྱེ་
འགྲེལ་ལས་ཆེག) རྟེན་པའམ་མཉེས་པའམ་མཉེ་བ་འཕུར་འཕུར་བཀྱང་བའམ་གཏང་བ་
སོགས་ཀྱི་དོན། འབྱིན་པའི་ལྷག་མའི་ཐད་དུ། དེག་ཅིང་བཅའ་བས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆེག་རྣམ་པར་བཤད་པ་དེ་ རྒྱ ༡༧༣ ཉམས། རྒྱལ་བར་བྱེད་

ཅེས་བྱ་བ་ནི་རིག་པའི་བྱ་བ་འདྲད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
འོ། །རྩོལ་བ་ལ་གཟིགས། 3 (འདུལ་བ) མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པའི་དོན་ལའང་འཇུག། ཞིབ་པར་
གོང་དུ་རྩོལ་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཐ་མར་གཟིགས།

བཅེ་བ། 1 སྤྱང་ཉེ་བའི་མིང་། 2 སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྒོ། སྤྱ་
བཤད་ནི། ལུས་བཅེ་བ་སོ་བཅེ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མི་བཟོད་པའི་ཚོར་སྣང་སྤྱིས་པ་ལ་བཅེ་བ་
ཟེར། ཞེས་བདག་གི་སྒྲ་མ་དམ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟུལ་ཤིས་འབྲུམ་ཡང་ཡང་
གསུང་བ་དྲན།

བཅེགས། བཅེགས་པ་དང་འདྲ།

བཅེགས་པ། (འདས་པ) 1 གཅིག་ཐོག་གཅིག་བཞག་པ། 2 (འདྲ་སྤྱོད) མིང་ག་ཞིའི་ཡི་གེའི་སྤྱིང་དུ་བཅེག་
རྒྱུའི་ཡི་གེ་ར་མགོ་ལ་མགོ་ས་མགོ་བཅས་སོ། །དབྱངས་ཅན་དགའ་ལྟོའི་སྤྱི་རྟགས་ཀྱི་
འབྲེལ་བར། དབྱངས་ཡིག་བཞི་དང་བཅེགས་པ་དང་། །ཡ་དང་ར་ཡི་འདོགས་ཅན་ལ། །མཐའ་
ཉེན་འཡིག་སྤང་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་སོ། །

བཅོན་འབྲུས། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མཛོན་པར་སྤྱོད་པ་དེ། བཅོན་འབྲུས་ཀྱི་ངོ་
གོ་དེ་བྱེ་བ་ལ། གོ་ཆའི་བཅོན་འབྲུས། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་བཅོན་འབྲུས། སེམས་ཅན་དོན་
བྱེད་ཀྱི་བཅོན་འབྲུས་དང་གསུམ་མོ། །

བཅོན་འབྲུས་ཀྱི་སྟོབས། རྣམ་ཉོག་དང་ཉེ་ཉོན་བྱུང་བ་ལྟ་སོ་ཡང་རྩོལ་བས་སྤྱོད་པས་དང་དུ་མི་ལེན་
ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱས་པས་བྱིང་རྟོད་ལ་སོགས་པས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བར་དུ་གཅོད་པར་མི་བྱས་
པར་རྒྱན་ཆགས་སུ་སྤྱི་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་འབྲུབ་པའི་བཅོན་འབྲུས་སྟོབས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར།
སྟོབས་བྱག་གི་ལྷ་པའོ། །འདིས་སེམས་གནས་བདུན་པ་རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་བརྒྱད་
པ་ཅེ་གཅིག་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་གནས་འབྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །

བཅོན་འབྲུས་རྣམ་པ་གསུམ། གོ་ཆའི་བཅོན་འབྲུས། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་བཅོན་འབྲུས། སེམས་
ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཅོན་འབྲུས་དང་གསུམ་མོ། །

བརྩོལ་བའི་ཆ་སྤྱད། ཚུལ་བ་གང་གི་སྤྱད་བར་བྱེད་བ་དེ་ནི་བརྩོལ་བའི་ཆ་སྤྱད་ཡིན་ཏེ། ར་ལ་སོགས་
བ་ལྟ་བུའོ།

བསྐྱབས། (བརྩོལ་བ་སྤྱད་ཆེད་དུ་བརྩོལ་བའི་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་) ཏུ་༡༩༩༩ལས།
གསོན་བ་ནི་ཆེ་སྒྲེ་དེས་ན་གང་སྤྱོད་བ་དེ་ནོར་བསྐྱབས་བ་དང་གང་དུ་སྤྱོད་བ་སྒྲེ། ཞེས་
གསུངས་སོ།

༼ ཚ ༽

ཆོ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཙོང་གཤེས་སྐབས་ “ཚ” ཞེས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཤོར་རོ་ཞེས་པའི་དོན་དང་། ཡང་
ཁྱོད་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཤོར་བར་ངོ་ཚ་ཞེས་པའམ། ཡང་ཚ་དོ་ལྟ་བུའི་དངོས་འགལ་གྱི་ཁྱར་ཆེན་
བསྐྱར་བས་དེ་ཉར་དུ་བརྗོད། མཚན་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་མང་པོར། ལུང་དང་འབྲུད་ཅེས་འབྲུང་བ་
ཡང་ “ཚ” ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག

མོ། ཟས་ཀྱི་ཐོ་བ་འདོན་བྱེད་ཀྱི་རྩས་ཤིག་དག་སྒྲོན་འབྲེལ་བ་ལས། ཚ་ཞེས་ཆོག་གྲོགས་མེད་པའི་
རྒྱུ་བ་ལ་སྤང་འདོགས་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཚ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་གྲོགས་སྤྱར་ན་མེད་པར་བྲག་
ལེན་མཛད་ལ། དོན་ཀྱང་ལན་ཚ་ལ་ཡོད་པ་མང་ངོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆ་ཀམ་ཀམ་པ། ཆེར་མ་ཟུག་པ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་ཐོང་ཚུལ་ཞིག་རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། སྒྲུང་བ་ཆ་
ཀམ་ཀམ་པ་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཆ་ཁམ་ཁམ། ཆ་ཀམ་ཀམ་པ་དང་འབྲ། དེབ་སྒྲོན་དུ་རོ་སྒྲོད་ཆ་ཁམ་ཁམ་ཞེས་གསལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་
མཛོད་ཆེན་མོར། ཆ་སོབ་སོབ་ཅེས་གསལ།

ཆ་ཁོ་དཔོན་དག་དབང་གྲགས་པ། ཆ་ཁོ་མཁན་ཆེན་དག་དབང་གྲགས་པ་ཡང་བྱེད། ཁམས་རྒྱལ་
མོ་རོང་དུ་ཆ་ཁོ་རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་སྤྱོད་འབྲུངས། འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་དངོས་སྒྲོབ་སྤྱད་ཀྱི་དག་
དབང་གྲགས་པ་ཞེས་པ་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གདམས་ཡུལ་དང་། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་
འཛིགས་བྱེད་དཔའ་ལོ་གཅིག་པའི་མདོ་རྟོགས་མཛད་པར་སྤྱོད་པ་པོ་ཡང་ཡིན། ཁམས་
ཕྱོགས་སུ་འཕྲིན་ལས་ཆེ་ཞིང་དཔོན་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ལྟ་བུ་བཟུག་ དེ་དག་ཏུ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་
འཆད་ཉན་དང་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་འཇུགས་པར་མཛད། འགའ་ཞིག་གིས་

དགོན་པའི་གངས་འདི་ལས་མང་བ་ཡང་བཏབ་པར་བཤད་ལ། ད་ལྟ་རྒྱལ་ཡོང་ལུ་ཡོད་
པའི་ད་ཆར་དགོན་པ་ཞེས་པ་འདི་དགོན་པ་བཏབ་རྒྱུའི་གངས་ཆར་བའི་མཐའ་མ་དེ་ལ་ད་ཆར་
ཞེས་འདོགས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པར་གྲགས། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་
སོགས་ལ་གཞི་བཅོལ།

ཆ་གི་ཆོ་གི། ཆབ་ཚུབ་དང་བེལ་བ། བརྟན་སྤྱང་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་དོན།

ཆ་གོང་། སྤྱོད།

ཆུ་སྒོ་ཅན། བ་ཆུ་ཅན་ཏེ་བུལ་ཏོག་འབྲེལ་བའི་ཆུ་བོ་བ་ཅན་ཡོད་པའི་ཞིང་ས་སོགས།

ཆུ་ཆུ། རྒྱ་མཚོའི་ཆུའམ་རྒྱ་མཚོ།

ཆ་ཉིང་། སྤྱོད་འོག་ཅེས་པའི་དོན་དུ་བཤད།

ཆ་བྲག་ ར་བྲག་དང་། རྒྱུ་མི་བརྟན་པའི་ཕྱོད་ཀྱི་བཙོན་པ་བྲག་པོ། རྗེ་གྲང་ཐང་པས། བཙོན་
འབྲས་བྱེད་ལུགས་ཀྱང་ཉི་མ་ཁ་ཤས་ལྟོང་མི་བྲན་པ་ལྟ་བུའི་ཆ་བྲག་བྲས། སྐབས་སྐབས་སུ་
བརྟེན་སོང་བ་བཞིན་བསྐྱར་ནས་འཕྲོ་བའི་འཕར་ལྗང་དེས་གར་ཡང་མི་ཕྱིན་པར་གཟེགས་
ནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཆ་འདོན། དངངས་སྐྱག་བྱེད་ནས་འདོན་པ། ར་བྲག་གི་ངང་ནས་འདོན་པ། འཆི་ཁར་མ་ཉི་ཆ་འདོན་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཆ་བ། 1 རྟོད་ངར། རྟོད། མའི་ཆ་བ་ལྟ་བུ། 2 རྟོད་ཁམས་འཕེལ་བའི་ནད། ཆད་ནད་ལྟ་བུ། 3 ཆ་
དཔུལ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྲག་པ། ཆ་བཞི་མེམས་ཅན་དེ་དག་དཔུལ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་ཐངས་
དཔག་ཆད་དུ་མ་ཡོད་པ་ཞིན་ཏུ་ཆ་ཞིང་འབར་བར་བཅུག་སྟེ་ཉ་བཞིན་བསྐེག་ཅིང་། ལྷགས་
ཀྱི་གསལ་ཤིང་རབ་ཏུ་འབར་བས་འཕོངས་ནས་ལྷག་སྟེ་སྤྱི་བོར་འབྱིན་པ་དང་། ཁ། མིག་སྒྲ།
རྣ་བའི་བུ་ག་གཉིས་གཉིས་དང་བ་སྤྱིའི་ཁུང་བུ་ཐམས་ཅད་ནས་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བ་དང་།
ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་འབར་བ་ལ་གན་རྒྱལ་ལམ་ཁ་སྐྱབ་ཏུ་བཞག་སྟེ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་མེ་རབ་ཏུ་
འབར་བས་རྟུང་ཞིང་དཔུལ་བར་བྱེད་དོ། 4 རྟོད་ཀྱི་གི་ནང་ཆན་ཆ་བའི་མཆན་གཞི་ནི། སི་

པན་གྱི་རོ་དང་། སྐ་སྐའི་རོ་ལྟ་བུ།

ཆ་ལོ། 1 མིང་པོ་དང་སྲིང་མའི་བུ། ཞེས་ལ་སྐྱ་ཆ་ཟེར། དབྱེན་སྐད་ཏུ (nephew) ཟེར། 2 རང་གི་བུ་
སྐྱ་གཉིས་པ། (grandson)

ཆ་མོ། 1 མིང་པོ་དང་སྲིང་མའི་བུ་མོ། (niece) 2 རང་གི་བུ་སྐྱ་གཉིས་པ་མོ། (granddaughter)

ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད། ༡ ཡང་སོས། ༢ ཐེག་ནག ༣ བསྐྱས་འཛོམས། ༤ ཏུ་འབོད། ༥ ཏུ་འབོད་ཆེན་
པོ། ༦ ཆ་བ། ༧ རབ་ཏུ་ཆ་བ། ༨ མནར་མེད་དང་བརྒྱད་དོ། །དེ་ལ་༡ ཡང་སོས་ནི། (ནས་
མཁའ་ལས་ཁྱེད་རྣམས་ཡང་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྐྱ་འབྱུང་བའོ) ༢ ཐེག་ནག (ལུས་
ལ་ཐེག་ནག་པོ་བཏབ་ནས་དེ་ནས་མཆོན་གྱིས་གཤེག་པའོ) ༣ བསྐྱས་འཛོམས། (རའི་
གདོང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་ལྷགས་ཀྱི་རའི་བར་ཏུ་འཆར་བའོ) ༤ ཏུ་འབོད། (ཏུ་བའོ) ༥ ཏུ་
འབོད་ཆེན་པོ། (སྐད་ཆེན་པོས་ཏུ་བའོ) ༦ ཆ་བ། (ཤིན་ཏུ་ཆ་བའི་ལྷགས་བཟང་གི་ནང་
བཅུག་པའོ) ༧ རབ་ཏུ་ཆ་བ། (སྤྲ་མ་བས་ཀྱང་ལྷག་པར་ཆ་བའོ) ༨ མནར་མེད་ (སྐྱ་གཉིས་ལ་
གྱིས་མ་མནར་བའི་བར་མཆོམས་རྩེད་ཟད་ཀྱང་མེད་པ) དང་བརྒྱད་དོ། །ཡོངས་སུ་གསུང་བ་
དང་བཅས་པ་དང་ཡོངས་སུ་གསུང་བ་མེད་པ་བསྐྱན་པའི་མདོ་ལས། ཡང་སོས་དང་ནི་ཐེག་
ནག་དང་། །བསྐྱས་འཛོམས་ཏུ་འབོད་གཉིས་དང་ནི། །ཆ་བ་རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། །མནར་མེད་
པ་ཞེས་བྲ་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་དཔྱལ་བ་ནི། །བརྒྱད་ཅེས་བྲ་སྟེ་བརྒྱལ་བར་དཀའ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པ་ནི་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་༥༦བཤའས། དང་པོ་
ཡང་སོས་ན་ནི། སེམས་ཅན་དེ་དག་པན་ཚུན་འདུས་ནས་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་
མཆོན་ཆ་སྐྱ་ཆོགས་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཅིག་ལ་གཅིག་སྐྱོན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་
ནས་བརྒྱལ་ཏེ་ས་ལ་འགྲེལ་བ་དང་ནས་མཁའ་ལས་ཁྱེད་རྣམས་ཡང་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་
ཅེས་པའི་སྐྱ་འབྱུང་དོ། །དེ་ནས་ཡང་ལངས་ཏེ་སྤྲ་ལྟར་སྐྱོན་པར་བྱེད་པས་སྐྱ་གཉིས་ལ་
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཉམས་སུ་སྤོང་བར་འགྱུར་ལོ། །ཐེག་ནག་ན་ནི། སེམས་ཅན་དེར་སྐྱེས་པ་
རྣམས་དཔྱལ་བུང་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་བཞིའམ་བྱུང་བརྒྱད་དམ་ཆར་གསེབ་པ་རྣམས་སྐྱ་ཆོགས་

དུ་མར་ཐེག་ནག་པོས་བཅལ་ནས་ཐེག་རི་ལྷར་བཏབ་པ་དེ་ལྷར་མཆོན་གྱིས་གཤེག་ཅིང་
འཛོག་པར་བྱེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་འབྱུང་རོ། །བསྐྱལ་འཛོམས་ན་ནི།
སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འདུས་ཤིང་འཆོགས་པའི་ཆེ་དཔུལ་སྤང་རྣམས་གྱིས་ལྷགས་
གྱི་རི་རའི་གདོང་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་གྱི་བར་དུ་འཛང་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རི་དེ་
གཉིས་གྱིས་འཆར་ལ། དེའི་ཆེ་སྒྲོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཁྲག་གི་སྤྱང་རབ་ཏུ་འབབ་པོ། །དེ་བཞིན་དུ་
ལྷག་དང་རྟ་དང་སྤྱང་པོ་ཆེ་དང་སེང་གེ་དང་སྤྲུག་གི་གདོང་པ་ལྟ་བུས་ཀྱང་འཆར་བར་བྱེད་
དོ། །ཡང་འདུས་པ་ན་ལྷགས་གྱི་འབྲུལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་བཟུག་ནས་བྱར་ཤིང་འཆར་བ་
བཞིན་དུ་འཆར་རོ། །དེ་ནས་ཡང་འདུས་པ་ན་སྤོང་ནས་ལྷགས་གྱི་པ་པོར་ཆེན་པོ་ལྷང་ནས་
ལྷགས་གྱིས་གཞིལ་གཅོད་པ་དང་འབྱེད་པ་དང་བརྟུང་བ་དང་དཔུལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་དག་
གི་ཆེ་ཡང་ཁྲག་གི་སྤྱང་རབ་ཏུ་འབབ་པོ། །དུ་འབོད་ན་ནི། སེམས་ཅན་དེ་དག་གནས་འཆོས་
ཞིང་ལྷགས་གྱི་ཁང་པའི་ནང་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །ཁྲུགས་པ་དང་མེ་ཀྱན་ཏུ་འབར་བས་
སྤྲེག་པར་བྱེད་དོ། །དུ་འབོད་ཆེན་པོ་ན་ནི། སྤྲ་མ་དང་འབྲ་བ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་ལྷགས་ཁང་
ཉིས་རིམ་དུ་ཡོད་དོ། །ཆ་བ་ན་ནི། སེམས་ཅན་དེ་དག་དཔུལ་སྤང་རྣམས་གྱིས་ལྷགས་ཟངས་
དཔག་ཆད་དུ་མ་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་ཆ་ཞིང་འབར་བའི་ནང་དུ་བཟུག་ནས་བསྐྱོལ་ཏེ་ཉ་བཞིན་དུ་
བསྤེག་པ་དང་། ལྷགས་གྱི་གསལ་ཤིང་རབ་ཏུ་འབར་བས་འཕོངས་ནས་ལྷག་སྤྲེ་སྤྲེ་པོར་
འབྱེན་པ་དང་ཁ་དང་མིག་དང་སྒྲ་དང་རྩ་བའི་བྲ་བྲ་གཉིས་གཉིས་དང་བ་སྤྲའི་ཁྱད་བྲ་ཐམས་
ཅད་ནས་མེ་ལྷེ་རབ་ཏུ་འབར་བ་འབྱུང་བ་དང་། ལྷགས་གྱི་ས་གཞི་རབ་ཏུ་འབར་བ་ལ་གན་
རྒྱལ་ལས་ཁ་སྤྲབ་ཏུ་བཞག་སྟེ། ལྷགས་གྱི་ཐོབ་ཆ་ཞིང་རབ་ཏུ་འབར་བས་བརྟུང་ཞིང་དཔུལ་
བར་བྱེད་དོ། །རབ་ཏུ་ཆ་བ་ན་ནི། ལྷགས་གྱི་གསལ་ཤིང་ཅེ་གསུམ་པ་འཕོངས་སུ་བཟུག་ནས་
ཅེ་མོ་གཤམ་གཤོན་གཉིས་སྤྲུག་པ་གཉིས་དང་དབུས་མ་སྤྲེ་པོ་ནས་འབྱེན་ལོ། །དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་ཁ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་རྣམས་སུ་མེ་ལྷེ་འབར་བ་འབྱུང་རོ། །ལྷགས་སྤེབས་པ་ཆ་ཞིང་རབ་
ཏུ་འབར་བས་ལུས་ཡོངས་སུ་དགྱི་བ་དང་ལྷགས་ཟངས་ཆེན་པོ་འབྱུང་བྱེད་བསྐྱོལ་བས་གང་

ཞིང་ཀུན་ཏུ་འབར་བའི་ནང་དུ་སྤྱི་ལུ་ཚུགས་སུ་བརྟུག་ནས་བསྐྱོལ་བ་ན་སྤྱིང་ལོག་དང་ཐང་ཀ་
 རྣམས་སུ་འགྲོ་ལོ། །དེའི་ཆེ་བཀགས་བ་དང་ཤ་ཁྲག་རྣམས་ཞིག་ནས་ཀེང་རུས་འབའ་ཞིག་ལུས་
 བའི་ཆེ་ཡང་བྱིར་བྱུང་ནས་ལྷགས་ཀྱིས་གཞི་ལ་འགྲེམ་མོ། །དེ་ནས་བཀགས་བ་དང་ཤ་ཁྲག་
 སྤྱིས་བ་དང་ཡང་ནང་དུ་འཇུག་གོ། །ལྷག་མ་གཞན་ནི་ཆེ་བ་དང་འབྲེལ་ལོ། །མནར་མེད་ན་ནི།
 ཤར་བྱོགས་ནས་ས་གཞི་དབག་ཚད་བརྒྱ་ཐག་དུ་མ་ཡོད་བ་ཀུན་ཏུ་འབར་ཞིང་མཆེད་བ་
 ལས། མེ་འབར་བའི་ཤུགས་འོངས་ཏེ་དེས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་བཀགས་བ་དང་ཤ་དང་རྒྱས་
 བ་དང་རུས་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བཞིག་ནས་རྒྱུ་ལ་ཐུག་བར་བྱེད་དེ། མར་མེའི་སྤྱིང་པོ་
 བཞིན་དུ་ལུས་ཐམས་ཅད་མེ་ལྷེ་འབར་བས་བྲབ་བར་འདུག་གོ། །བྱོགས་གཞན་གསུམ་ཡང་
 དེ་དང་འབྲེལ་སྤྱི་བྱོགས་བཞི་ནས་མེ་འོངས་བ་དེར་འབྲེས་བས་སུག་བསྐྱེད་མྱོང་བ་བར་མ་ཆད་
 བས་ཉམ་ཐག་བའི་སྤྱི་ལུ་འབྲེན་བས་སེམས་ཅན་དུ་ཤེས་བ་ཅན་མོ། །ཡང་ལྷགས་ཀྱི་ཞིབ་མའི་
 རང་དུ་ལྷགས་ཀྱི་མདག་མ་རབ་དུ་འབར་བ་དག་འཁྲབ་དུ་འཇུག་གོ། །ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞིར་
 ལྷགས་ཀྱི་རི་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འབབ་འཛིག་བྱེད་དུ་འཇུག་བ་དང་། ཡང་ཁ་ནས་ལྷེ་སྤྱིང་སྤྱི་
 ལྷགས་ཀྱི་ཕུར་བ་བརྒྱས་བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་གོ་བ་ལ་བྱེད་བ་བཞིན་དུ་ཐང་བཅད་དེ་གཉེར་
 མ་དང་ཁམ་ཁམ་མེད་བར་བྱེད་དོ། །ཡང་ལྷགས་ཀྱིས་གཞི་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་བཞག་ནས་
 ལྷགས་ཀྱི་འབྲེད་སྤྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཐུ་ལུས་འབར་བ་ཁར་འཇུག་བ་དང་ཐངས་
 བསྐྱོལ་བ་ཁར་ལྷགས་ནས་ཁ་དང་ལྷོག་མ་དང་རྒྱ་མ་རྣམས་ཆོག་ནས་རོ་སྤྱི་ནས་འབྱུང་
 དོ། །ལྷག་མ་གཞན་ནི་རབ་དུ་ཆེ་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཆ་ཆོ། <སྤྱི་རྒྱ> འཛིམ་པ་ལས་བཞོས་པའི་རྟོན་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལི་མིང་དུ་གྲགས། ཆ་ཆོ་ནི་ལེགས་སྤྱིར་
 ཀྱི་སྤྱི་རྒྱ་རྒྱུར་ཆག་བར། སྤྱི་གསུང་སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་ལི་ཤིང་དག་ཡིག་ལི་ཤིང་གྲུང་ཁང་དུ་གསལ། སྤྱིར་
 བཏང་སྤྱི་རྒྱ་ཞེས་བ་དམ་པའི་སྤྱི་བརྟན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། རོ་པོ་རྒྱུ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་
 མཛད་པའི་«པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པའི་ཆ་ཆོ་གདབ་པའི་ཆོག»བཞགས་སོ། ། ༡༢༡ བ་
 རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པའི་ཆ་ཆོ་གདབ་པའི་ཆོག མངས་རྒྱས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་

ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། ཁ་མོ་རྩ་ག་བ་ཏེ། བེ་རོ་ཅ་ན་པ་རྩ་རྩ་ལ། ཏ་རྩ་ག་ཏ་ལ།
ཨ་རྩ་ཏེ་ས་ཕྱུ་ལྟོ་ལ། ཏ་ལ། ཨོ་སྤྲེ་ས་མེ་ས་མ་ཡེ་ས་མ་ཏེ་ས་ལྟོ་མོ་ཨ་ན་བར་ཤི། ཏ་
རྩ་རྩེ། ལ་ལོ། མ་རྩ་ཏེ། རེ་རེར་ཀྱ་ལེ། བེར་བ་ཤི། སམ་ཏ་རྩ་ག་ཏ། རིང་ལ། ཨ་ཏེ་ལྟོ་ན་ཨ་རྩེ་
ཏེ་སྤྲེ། (སྤགས་འདི་ལ་ཞུ་དག་ངེས་པར་དགོས།) ག་ལྷངས་འདི་འཛིས་པའི་གོང་བྱའམ་གྱེ་
མའི་གོང་བྱ་ལ་ལན་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་བརྒྱས་ལ་མཆོད་རྟེན་བྱའོ། མཆོད་རྟེན་དེ་ལ་རྩལ་སྤར་བ་
ཀྱི་གངས་རི་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་སྟེང་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་གྱེ་བ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། རྩལ་སྤར་བ་ཀྱི་
གངས་རི་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་སྟེང་ཀྱི་ལྷ་དང་མི་ནམས་ཀྱི་སྟེ་བ་བྱན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་པར་
འགྱུར་རོ། གང་དང་གང་དུ་སྟེས་པ་ན་སྟེ་བ་བྱན་པར་འགྱུར་རོ། ལྷུང་དུ་ཆ་ན་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ། གང་པོར་
འཛིས་པ་བརྟུང་བ་བདག་གས་གཞན་ཡང་རུང་བས་བྱམས་པ་དང་སྟིང་རྩེས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་
སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་བརྟུང་རོ། གེ་ནས་འཕི་འཕི་ (འཛིས་པའི་གོང་བྱ་ཆུང་དུ) བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབ་པ། འོག་མིན་ནས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ནས་པར་སྤང་མཛད་འོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ས་བཞུགས་པ་ལ་
ཕྱག་འཆམ་ལ་བར་བསམ་ཞིང་། སྤགས་ཀྱི་གངས་གོང་མ་བཞིན་དུ་བརྟུང་རོ། གེ་ནས་རྟེན་
འབྲེལ་སྟིང་པོའི་སྤགས་བརྒྱས་ཤིང་གདབ་པོ། གེ་ནས་འབྲེལ་མེ་ཏོག་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་
སྤགས་ལན་གསུམ་མཐ་བདུན་བརྒྱས་ལ་དབུལ་ལོ། གེ་ནས། བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་
ཐམས་ཅད་གཞིགས་པ་ཉིད། རྫོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་ནམས་པམ་བྱས་ཏེ། རྒྱ་ནང་འཆི་བའི་
དབའ་མྱོང་འཁྲུགས་པ་ཡི། སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་འདོན་པར་ཤོག། ཅེས་སྟོན་ལས་
གདབ་པོ། ཤར་ལོ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པའི་སྤྲུ་གདབ་པའི་ཆོག་སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་
དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཞལ་སྤྱན་མཛད་པ་རྫོགས་པོ། འོན་ཀྱང་ས་པཎ་གྱིས་
པར་བྱིན་ཐེག་པའི་ལུགས་ལ་ཆ་ཆ་གདབ་པའི་ཆོག་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། ས་པཎ་གྱི་སྟོན་
གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། གཞན་ཡང་སྟིན་སྟེག་ལོ་སྟེག་དང་། བདུན་ཆོགས་སྤྲུ་ཆོད་ཆོག་

སོགས། །དང་སང་གསང་སྒྲགས་ལྷགས་པོར་ནས། །མདོ་མཆོད་ཅམ་ལ་བཞེན་པ་ཡི། །ཆོ་
གའི་ནམ་གཞག་གྲེད་པ་ཡོད། །པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་མདོ་སྒྲེ་དང་། །བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལས་
གསུངས་པ་མེད། །འདི་དག་ངན་སོང་སྦྱོང་རྒྱུད་ལ། །སོགས་པའི་རྒྱུད་སྒྲེ་འགའ་ཞིག་
ལས། །གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡི། །གསང་སྒྲགས་པ་ལ་གྲགས་པ་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ཆ་ཆ་ལྷར་ལྷར། 1 མའི་ཆ་དད་དང་། འབར་ཚུལ་གྱི་མིང་། 2 ཏུར་བཙོན་དང་གེལ་ཟིང་ཆེན་པོའི་
དོན། རང་གཞན་ཆང་མས་ཆ་ཆ་ལྷར་ལྷར་གྱི་དང་ནས་ལས་དོན་ཆགས་ཚུད་བྱེད་དགོས་ལྟ་
བྱ།

ཆ་ཞིང་བསྐྱེག་པ། མའི་མཆན་ཉིད། སྐྱ་བཤད་ནི། ཆ་ཞིང་ཞེས་པས་མའི་རོ་བོ་དང་། བསྐྱེག་པ་ཞེས་
པས་བྱེད་ལས་དངོས་པོ་གཞན་བསྐྱེག་པར་བྱེད་པ་སྟོན་ལོ། །

ཆ་ལ། 1 ལྷགས་ཟངས་སོགས་ཀྱི་གས་སྐབས་སྦྱོར་མཐུད་བྱེད་པའི་རྗེས་ཤིག་གི་མིང་། དེ་ཕྱིན་སྐད་
དུ་ borax ཟེར་བ་དེ་ཡིན་ཟེར། དེ་ལ་ཆ་ལའི་སྦྱར་ཅི་boric acid ཡང་ཟེར། དཔེར་ན་ཆ་ལ་
རྒྱག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 (གསོ་རིག) རྩ་རིགས་ཤིག་སྟེ། ཆ་ལས་མ་འདྲུབ་ཁྲག་འཇུ་སྦྱོང་བར་
བྱེད། ཅེས་པར། རང་བྱུང་པས། ཆ་ལ་དཀར་པོ་དྲག་པོར་སྦྱོང་། ཞེས་གསུངས། མིང་། ཉིལ་
ཁ་ཤ། ཉིལ། དར་ཚུར། ཟངས་ཅི། མ་སྦྱོར། ཤེལ་ཅི། རྒྱག་བྱེད། འཇུ་བྱེད། བཅུ་ཅི་ཟེར། འདི་
རྒྱ་གར་ཁ་ཆེ་མངའ་རིས་མཆོམས་སོགས་ནས་བྱུང་། རྩ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་རིགས་གསུམ། ས་
འོག་སོགས་སུ་འབྲུག་ལྟར་ཆགས་པ་སྦྱོང་དཀར་དྲངས་ལ་འོད་ཟེར་ཆགས་པ་བཟང་། རྒྱ་རྒྱག་
བྱི་བྱན་མ་འབྲིང་། འུམ་ཉོག་འབྲ་བའི་དཀར་ཉོབ་ནི་རྒྱ་དན་པ་དང་། བཟང་ཡང་རྟིང་ནས་ཡལ་
སོང་བ་ཡིན་པས་ངན། གང་ཡང་རོ་མངར་བ་ཡིན། བསྐྱེགས་ཆེ་འཇུ་ཞིང་ཁོལ་ལ་ཟུ་བ་
དཀར་པོར་བྲ་བོའི་ཡོས་ལྟར་འཕེལ་བ་བཟང་། འཇུ་ཡང་མི་འཕེལ་བ་འབྲིང་། མི་འཇུ་བ་ངན་
པའོ། །སྟན་གཞུང་དེ་མེད་ཤེལ་ལས་གསུངས་སོ། །ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། རྫོ་ཕྱོས་ལྟན་
པ་གཉིས་བཟོས་ན། རྫོ་ཕྱོས་ལེགས་པ་གཞན་འབྲུང་མིན། །ཡུང་བ་དང་ནི་ཆ་ལ་ལས། །ཁ་

དོག་གཞན་ཞིག་སྤྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དཔེ་དེའི་དོན་ནི། ཡུང་བ་ནི་སྤྲ་སེར། ཆ་ལ་
ནི་ལྷའི་རིགས་ཤིག་སྟེ། དེ་གཉིས་བསྟེ་བསྟེ་བཏང་ན་ཁ་དོག་གཞན་ཞིག་འབྱུང་ངོ། །ཞེས་
པའོ། །

ཆ་ལ་རྒྱག་པ། ལྷགས་ཟངས་སོགས་ཀྱི་གས་སྤྲུབས་སྦྱོར་མ་བྱུང་བྱེད་པའི་མིང་། དབྱིན་སྐད་དུ་ sol-
der ཟེར།

ཆ་ལེ། ཆ་ལ་དང་དོན་འདྲ། ཆ་ལ་རྒྱག་ཅེས་པར། ཆ་ལེ་རྒྱག་ཅེས་བྲིས་པའང་ཡོད་དོ། །
ཆག་སེ། གོ་ཞིབ་སོགས་འཆག་བྱེད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ཅིག་ཆག་སེ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་སྤྲ་གཉིས་
ཤམ་སྤྲ་གསེར་གྱི་བྲང་མཛེས་ ༣༥༩ ཉི་ཉ་ཁ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གསལ།

ཆང་མང་། (བཟླུང་) 1 ཐབ་ཆང་། མེ་ཁང་། 2 བགས་ཆང་། ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་དུ་གསལ།
ཆང་ཆིང་། (འདུལ་བ) ལྷ་ཤིང་གེལ་པ་སོགས་མང་པོས་གང་ཞིང་འཁྲིགས་པའི་མིང་། རྒྱུ་འབྱེད་
འབྲེལ་། རྒྱ་ ༡༡༩ནལས། ཆང་ཆིང་ཞེས་བྲ་བ་ནི་རྒྱ་ཐིབས་པོའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་
༡༢་ ༣བལས། ཆང་ཆིང་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལྷག་མ་དང་གེལ་པ་དག་ལ་སོགས་པ་ཐིབས་པོ་དག་
གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆངས། (འདུལ་བ) འཕོལ་གདན་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་བཟངས་པའི་སྲིན་བལ་དང་རས་ཀྱི་བྲས་ལྷག་
སོགས་ལ་ཟེར། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། ནང་དུ་བཟང་བར་བྲ་བ་ཡིན་པས་ན་ཆངས་སམ་བཟངས་
ཞེས་བྲའོ། །ཡུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། ཆངས་ནི་གོས་ཀྱི་དུམ་བྲའོ། །ཞེས་གསུངས།
བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གོས་ཀྱི་བར་ཆངས། སྲིན་བལ་ཀྱི་བར་ཆངས་ཡོད་པའི་སྟོང་
ཐུང་། ཞེས་གསལ།

ཆངས་སྤྲ། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་དང་དོན་འདྲ། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་ལ་གཟིགས།
ཆངས་ཆེན། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་གསུམ་པའོ། །སྤྲ་བ་ཤད་ནི། ཆོ་དང་ཁ་
དོག་ལ་སོགས་པ་ཁྲད་པར་འཕགས་ཤིང་ཆངས་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆངས་ཆེན་ནོ། །
ཆངས་པ། <བཟླ> 1 ལྷ་སྟེགས་པའི་སྤྲ་ཆངས་པ། 2 ཐར་པ། ལུང་འདས། དཔེར་ན་གྲོགས་ཆངས་

པར་མཚུངས་པར་སྒྲིང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྒོ་གྲུས་
 མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༩ ཅེ ༡༩༥༣ལས། ཆངས་པ་ནི་སྤྱིག་པ་
 ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་སྤྱ་དན་ལས་འདས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། མདོ་ལས་ཀྱང་། ཆངས་པར་གྱུར།
 བསིལ་བར་གྱུར་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས། ཆངས་པའི་གོ་དོན་ཐམས་ཅད་
 གཅང་མའི་དོན་ཡོད། 3 ཁམས་གོང་མ་གཉིས། སྤྱ་ཡངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཆངས་པའི་
 སྤྱ་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ལ་འདར་འབྱུག་པར་བཤད་དེ། དཔེར་ན་ཁམས་གོང་མར་བཞུགས་པར་
 བྱེད་པའི་ལམ་ལ། ཆངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྤྱ་བཤད་ནི། སྤྱིར་བཏང་ཆངས་པ་ཞེས་
 བ་གཅང་བའི་དོན་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་པའི་རྩི་མས་དག་པས་ན་གཅང་བའམ་ཆངས་པ་
 ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆངས་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཏུ་དག་པའི་སྤྱང་འདས། ཞེས་ཟེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་འདོད་འཛོ་
 ལས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། 4 གཅང་མ།

ཆངས་པ་མདུན་ན་འདོན། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་གཉིས་པའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི།
 ཆངས་པའི་མདུན་ན་རིག་བྱེད་འདོན་བ་ལྟར་གནས་པས་ཆངས་པ་མདུན་ན་འདོན།
 ཆངས་པ་སྟེ་བཞི། དུན་ཚོགས་སྟེ་བཞི་དང་དོན་གཅིག་ འདི་རིག་སྤྲུགས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཐམས་
 ཅད་ལ་འབྱུང་ཞེས་སྒྲིང་དོལ་སྤྱ་མའི་གསུང་འབྲུམ་པོད་དང་པོ་༡༡༠ན་གསལ།

ཆངས་པ་མོ། ཆངས་པའི་ཆུང་མ།

ཆངས་པའི་འཁོར་ལོ། (མདོན་པ) 1 འདིག་ཉེན་པའི་སྤྱ་ཆངས་པའི་བྲག་མཚན་དུ་ཡོད་པའི་འཁོར་ལོ།
 2 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། སྤྱ་བཤད་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་ཆངས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་འཁོར་ལོ་སྟེ་
 དེས་བསྐྱོར་བའི་ཕྱིར་ཆངས་པའི་འཁོར་ལོ་ལོ། །

ཆངས་པའི་མགོ་བོའི་མཚོན་དོན། ཡི་དམ་མང་པོའི་བྲག་མཚན་དུ་ཡོད་པའི་ཆངས་པའི་མགོ་བོའི་
 མཚོན་དོན་ནི། རྩེའི་འདོད་འཛོ་ལས། དངོས་པོ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ནུས་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་རང་
 བཞིན་གྱི་ཐར་བ་ཆངས་པའི་མགོ་བོ་བསྐྱམས་བ་སྟེ། གྱི་དོར་ལས། ཆངས་པ་སྤྱིབ་བྲལ་
 སངས་རྒྱས་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་བ་བཞིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས། བསམ་གཏན་དང་པོ། སྤྱོད་བཤད་ནི། ལྷ་ཆངས་པ་བཞུགས་པའི་
གནས་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཏགས།

ཆངས་པའི་ཐེག་པ། ཁམས་གོང་མར་བཟོད་པར་བྱེད་པའི་ལམ། སྤྱོད་བཤད་ནི། འདོད་པའི་ཉོན་
མོངས་ཀྱིས་གཙང་བའམ་དག་པས་ན་ཆངས་པ་དང་དེར་བཟོད་པར་བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་
ཞེས་བྱའོ། །སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆངས་པའི་སྤྱོད་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀ་ལའང་
འཇུག་པར་གསུང།

ཆངས་པའི་གནས་བཞི། ཆད་མེད་བཞི། སྤྱོད་བཤད་ནི། ཆངས་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཏུ་དག་པའི་མུང་འདས་ཀྱི་
གནས་ཉེ་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་ན་ལྷ་ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ལའང་བཤད་པ་
ཡོད་དེ། ཆངས་པ་པལ་པའོ། །ཞེས་ཟེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་འདོད་འཛོལ་ས་གསུངས།

ཆངས་པའི་གནས་བཞི་བསྟོམ་པ། ཆད་མེད་བཞི་བསྟོམ་པའི་དོན།

ཆངས་པའི་དབང་སྤྱོད་པ། <བསྟོམ་སྤྱོད་པ> གསུང་ཆངས་པའི་དབང་ཞེས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་གི་ཁྱད་
ཆོས་སུ་བྱེད་ཀྱང་། འདི་ནི་ཉི་རྒྱུད་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྤྲད་བསྟོམ་སྤྱོད་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་དེ་ཀ་
ནང་པས་རྩ་རྒྱུད་པར་སེམས་སོ། །དེ་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་ལས་
ཡོད་དེ། 1 ལུལ་ཐག་རིང་པོའི་བར་ལྷང་ལྷང་གྲགས་པའི་ཆ་ནས་ཆངས་པའི་དབང་སྤྱོད་པ། 2 ཡང་
ན། དུམ་བུ་དུམ་བུར་ཆད་པ་མ་ཡིན་པར་ལུན་རིང་དུ་ལྷང་ལྷང་གྲགས་པའི་ཆ་ནས་ཆངས་
པའི་དབང་སྤྱོད་པ། 3 ཡང་། ཐག་ཉི་རིང་རི་རྩུར་ཡང་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱུང་མཚུངས་པར་གོ་བ་ལ་ཆངས་པའི་
དབང་སྤྱོད་པ་ཞེས་གཞུག་པ་ཆོས་ཟེས་གསུངས་ཉི། དེའི་ཤེར་བྱིན་གྱི་འགྲེལ་བར། འཁོར་དུ་
གཏོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་གོ་བར་བྱས་
པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མང་པོས་བར་དུ་ཆོད་པ་དང་། གས་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་
རྣ་བའི་དབང་པོའི་ལུལ་དུ་མཚུངས་པར་གྱུར་པའི་གསུང་མངའ་བའི་བྱིར། ཆངས་པའི་
དབང་སྤྱོད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས། 4 རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་ཟེའི་རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་
ལས། གསུང་ཤེས་ཤིང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ (གསུང་ཤེས་ཤིང་ཞེས་པས་ཐོས་པ་

ལས་བྱང་བའི་ཤེས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད། རྣམ་པར་
ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཞེས་པས་བསམ་པ་ལས་བྱང་བའི་ཤེས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་སྤྱིན་ཀྱི་མཆོ་ལས།
ཀུན་ཤེས་བྱེད་ཅིང་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། དང་། མཉན་པར་
འོས་ཤིང་མི་མ་ཐུན་པ་མེད་པ་དང་། ཟབ་ཅིང་རྗེས་སུ་སྒྲོགས་པ་དང་བཏང་མི་བྱ་ཞིང་རྣམ་སྟན་
པ་དང་། མ་འཁྲུགས་ཤིང་གསལ་བའི་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་གྱི་ཆངས་པའི་དབྱངས་ཉིད་དང་ལྷན་
ཏེ། གསུང་གཅིག་གིས་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་རང་རང་གི་སྐད་
དང་མ་ཐུན་པར་དམ་པའི་ཆོས་གོ་བར་བྱས་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆངས་པའི་དབྱུག་པ། ཅད་བྱ་མའི་མིང་།

ཆངས་པའི་མེ། གྲ་ཡིག་གིས་མཆོན་པའི་ལྟེ་བའི་འོག་གི་གསང་གནས་སུ་ཡོད་པའི་གཏུམ་མོའི་
མིང་། སྤྱིར་གཏུམ་མོ་ལ་ལྟེ་བ་དང་གསང་གནས་ཀྱི་གཏུམ་མོ་གཉིས་ཡོད། རྗེའི་རིམ་ལྷ་
གསལ་སྒྲོན་ལ་གཞི་བྱས།

ཆངས་པའི་ཚུལ། (མཛོན་པ) 1 ཟག་མེད་བར་ཆད་མེད་ལས། སྒྲ་བཤད་ནི། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་
སྤང་འདས་ནི་གཅོང་བའམ་ཆངས་པ་ཡིན་ལ། ཚུལ་ནི་དེའི་ཐབས་སོ། །2 ཆངས་པའི་སྤྱོད་པ།
རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་བསྟན་འབར་མའི་རྣམ་བཤད་ན་གསལ།

ཆངས་པར་སྤྱོད་པ། (འདུལ་བ) 1 འཁྲིག་སྤྱོད་སྤངས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཟེར། བྱང་བར་དུ་འཕགས་པའི་
བསྟོད་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས། ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁྲིག་པ་སྤྱོད་པ་ལས་
ལོག་པ་སྟེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཆངས་པ་ཉིད་འདི་ལྟར་སྤྱོད་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །2 ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ། ལུང་སྟན་
ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། ཆངས་པ་ནི་སྤང་ན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། གང་གིས་དེ་ལ་སྤྱོད་
པ་དེ་ནི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་སྟེ་ལམ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆངས་སྤྱོད་ལ་གཟིགས།

ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་དགོ་བསྟེན། (འདུལ་བ) ཆངས་སྤྱོད་དགོ་བསྟེན་ལ་གཟིགས།

ཆངས་སྟོང། <བརྒྱུའུ> (འདུལ་བ) ཁྱེད་ཀྱི་སྟོང་སྟངས་པའི་སྟོང་པ་ལ་ཟེར། སྟོང་བཤད་ནི། ལྟ་
ཆངས་པའི་སྟོང་བཤམ་དེའི་སྟོང་པ་དང་འབྲེལ་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། འདི་ཉི་རྒྱའི་ཆོས་
ལུགས་ཀྱི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཆོས་སྐད་དེ་ནང་པས་ཚུར་སྒྲུངས་པ་ཞིག་སྟེ། འཁྲིག་སྟོང་སྟངས་
པའི་ལྟ་ཆངས་པའི་རྩེས་འབྲུང་གི་སྟེ་སྟགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་ཆངས་སྟོང་ཅེས་ཚུར་ལྟར་
གྲགས་པས་སོ། །རྒྱས་པར་ཆངས་སྟོང་ཅན་ལ་གཟིགས། 2 ཚུལ་ཁྲིམས་སམ་སྟོམ་པའི་
མིང། འདུལ་བ་ནས་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་ནས་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ༡༥༧ལས། ཆངས་
སྟོང་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྟོང་བཤད་ནི། ལུང་ཐན་
ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། ཆངས་པ་ནི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་
སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་ནི་སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ། ཆངས་པར་སྟོང་པ་
དང་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པ་སྟམ་བརྒྱ་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། ཆངས་པའི་སྟོན་སྟེ་སྟངས་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ།
དེའི་ཆེད་དུ་སྟོང་པ་ནི་ཆངས་པར་སྟོང་པ་སྟེ་བསྟུ་བ་ནི་དེས་པར་འབྲུང་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་
འབྲེལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །3 དགོ་སྟོང་། དཔེར་ན་ཆངས་སྟོང་འཕེལ་བའི་གནས་
བཞི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 མོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དགོ་སྟོང་གི་མིང་དུ་འང་བཤད། སྟོམ་པ་
དང་སྟོམ་ལྟན་ལ་ཁྲད་པར་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ཆངས་སྟོང་དང་ཆངས་སྟོང་ཅན་ལའང་ཁྲད་
པར་བྱེད་པར་བྱའོ། །མང་པོས་ཆངས་སྟོང་དང་ཆངས་སྟོང་ཅན་གཉིས་ལ་དབྱེ་བས་ལ་མ་
བྱས་པར་ཉ་ཉུང་མཉམ་བསྟེ་བྱས་པར་སྟངས་རོ། །དོགས་གཅོད་ཆངས་སྟོང་ཅན་ལ་གཟིགས།
ཆངས་སྟོང་དགོ་བསྟེན། (འདུལ་བ) སྟངས་བྱ་ལྟ་སྟོང་པའི་སྟེང་དུ་མི་ཆངས་སྟོང་རི་སྟེང་འཆོའི་བར་
དུ་སྟོང་བར་ཁས་ལེན་པའི་དགོ་བསྟེན་ལ་ཟེར། འདིར་སྟངས་བྱ་ལྟ་འདྲེན་ཆེ་ལོག་གཤམས་དང་
དགོས། སྟོང་བཤད་ནི། འདིས་མི་ཆངས་སྟོང་གཏན་དུ་སྟངས་པ་ཡིན་པས་ན་ཆངས་སྟོང་དགོ་
བསྟེན་ཟེར་རོ། །མཆོ་རྟེན་ལས། ཆངས་པར་སྟོང་པའི་དགོ་བསྟེན་ནི། ལུང་ནས་འབྲེད་པས་
རབ་ཏུ་འབྲུང་མི་རྒྱས་ན་སྟེ་པ་ཆངས་པར་སྟོང་པའི་བསྟུབ་པའི་གཞི་ཡོང་ཞིག་ཅེས་གསུངས་

སྟོ། རྟེན་འབྲེལ་པ་ལས་མི་ཆངས་པར་སྟོང་བ་གཏན་སྤངས་པ་ཡིན་པས་ལྷ་པ་ཆངས་པར་
 སྟོང་བ་ཞེས་བྲ་སྟེ། བྱིས་སྤངས་པའི་དགེ་བསྟན་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྷ་སྤངས་པ་ཡིན། རྟེ་ཀ་
 ལས་ཀྱང་བྱིས་པ་ཉིད་ལ་ཡང་རི་སྟོང་འཆོའི་བར་དུ་གོང་པའི་ཆོས་ལས་ཕྱིར་བཞོག་པའོ་ཞེས་
 སྟོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆངས་སྟོང་ཅན། (འདུལ་བ) <བསྐྱེད་ཅི> 1 འཁྲིག་སྟོང་གི་སྟོན་གྱིས་མ་གོས་པའི་ཀུན་སྟོང་གཙང་
 མ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་མིང་། དེ་ཡང་ཆངས་ནི་གཙང་མའི་དོན་དང་སྟོང་ནི་སྟོང་པའི་
 དོན་དུ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྟོ། རྟེས་ན་གཙང་མའི་ཀུན་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྲ་བའི་དོན་
 བོ། ཡང་ན། ཆངས་ནི་ཆངས་པ་སྟེ་སྟེ་གསུངས་པའི་ལྷ་ཆངས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྗེས་འབྲང་བ་
 རྣམས་འཁྲིག་སྟོང་སྟོང་བ་སོགས་གྱིས་དཀའ་ཐུབ་བསྟན་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་ལ།
 “བསྐྱེད་ཅི” སྟེ་ཆངས་སྟོང་ཅན་ཟེར། འདི་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རྒྱ་གར་གྱི་ཉི་མའི་ཆོས་
 ལུགས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་སོར་བཞག་བྱས་ཏེ་བྱིས་སྟེང་པས་ཆུང་སྤངས་པར་ངས་སྟོ། རྟོང་ཆོས་
 འཁྲིག་སྟོང་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ལ་ “བསྐྱེད་ཅི” སྟེ་ཆངས་སྟོང་ཅན་ཞེས་དེང་སང་ཡང་
 འཛོད། འདི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡོངས་བྲགས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཤེས་ན་
 འདིའི་ཆོག་དོན་བདེ་ཆོག་ཏུ་རྟོགས་ནུས་སོ། །2 དགེ་ཚུལ་སྟོང་སོགས་སྟོན་ལྷན་སྟེ་མིང་།
 ཆངས་སྟོང་འཕེལ་བའི་གནས་བཞི། (འདུལ་བ) ཆངས་སྟོང་འཕེལ་བའི་གནས་ཏེ་རྒྱ་བཞི་ནི། གོས་
 བྱག་དར་ཁྲོད་ལ། ཟས་བསོད་སྟོམས་ལ། གནས་མལ་ཤིང་བྱང་ལ། སྤྲན་བཀུས་ཏེ་ཐོར་བ་དང་
 བཞིལོ། རྗེའི་དགེ་སྟོང་གི་བསྐྱབ་བྲ་གནས་ཅེ་ལྟེང་མར་གསུངས་པ་ལྟར་བཞོད།

ཆངས་དབྱངས། ཆངས་པའི་དབྱངས་དང་འདྲ།

ཆངས་རིས། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་དང་པོ་ལོ། རྒྱ་བཤད་ནི། ཆངས་པའི་སྤྲེར་
 གཏོགས་པས་ཆངས་རིས་ཞེས་བྲ་ལོ། །

ཆད་འགོག་ རང་རིག་ཆད་མ་ཡིན་པ་འགོག་པའི་དབྱ་མའི་གཞུང་ཆད་ཞིག་ རྒྱ་བཤད་ཀྱང་དེས་
 ཤེས་སོ། །

ཆད་མ། 1 ཐལ་འགྱུར་བས། མི་སྤྱི་བའི་རིག་པ། 2 རང་རྒྱུད་པ། སེམས་ཅམ་པ། མདོ་སྡེ་བ་བཅས་
ཀྱིས། གསར་དུ་མི་སྤྱི་བའི་རིག་པ། ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད། གསར་དུ་ཞེས་བས་
བཅད་ཞེས་ཆད་མ་ཡིན་པ་གཅོད། མི་སྤྱི་བ་ཞེས་བས་ཡིད་དཔྱད་ཆད་མ་ཡིན་པ་གཅོད།
རིག་པ་ཞེས་བས་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ཆད་མ་ཡིན་པ་གཅོད། 3 གྲེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པས་ནི་
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ཆད་མ་ཡིན་པར་འདོད། 3 བདེན་པའམ་མི་སྤྱི་བ། དཔེར་ན་སྤྱེས་པ་
ཆད་མ། དག་ཆད་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཆད་མ་རྙིང་མ། ལོ་རྒྱུ་བ་སྒོ་ལྷན་ཞེས་རབ་ཡན་གྱི་མཁས་པ་མ་དག་བའི་སྒོ་གྲོས་དང་། ལྷུང་པོ་
གྲགས་སེ། (ལྷུང་པོ་དེ་བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་པོ་ཉ་བ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་བྱོན་
པར་དཔེ་སྟོན་དུ་གསལ།) ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འཆད་ཉན་གྱིས་གཏན་ལ་པལ་བའི་ཆད་
མའི་གཞུང་ལ་ཆད་མ་རྙིང་མ་ཟེར་རོ། །

ཆད་མ་སྡེ་བདུན། རྒྱ་གར་གྱི་སྒོ་བ་དཔོན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཆད་མའི་བསྟན་
བཅོས་བདུན་ཉེ། གཙོ་བོ་ལུས་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་གསུམ་དང་། གྲེས་པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུའི་
བསྟན་བཅོས་བཞི་དང་བདུན་ནོ། །དང་པོ་ལུས་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་གསུམ་ནི། རྒྱས་པ་རྣམ་
འབྲེལ། འབྲིང་རྣམ་དེས། བསྐྱས་པ་རིགས་ཐེགས་ཀྱི་གསུམ་མོ། །གྲེས་པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུའི་
བསྟན་བཅོས་བཞི་ནི། གཏན་ཆོགས་ཐེགས་པ། འབྲེལ་བ་བརྟག་པ། རྒྱུད་གཞན་སྤྱོད་པ། རྩོད་
པའི་རིགས་པ་སྟེ་བཞི་ལོ། །འདི་བདུན་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྡེ་བདུན་ཡང་ཟེར་རོ། །

ཆད་མ་བཞི། (དབྱེས་) 1 དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་ཆོག་གསལ་ལས་ཆད་མ་ལ་བཞི་གསུངས་ཉེ། མདོན་
རྗེས་གཉིས། ལུང་གི་ཆད་མའམ་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་རྗེས་དཔག་དང་
བཞི་ལོ། 2 དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ཆད་མ་བཞི་ཞེས་པ། དགག་བྱའི་
འཆད་ཚུལ་དེས་པའི་ཆད་མ། གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་དེས་པའི་ཆད་མ། གཅིག་ཏུ་མ་
བྱལ་བ་དེས་པའི་ཆད་མ། ཐ་དད་དུ་མ་བྱལ་བར་དེས་པའི་ཆད་མ་དང་བཞི་ལོ། །འདི་དང་
གནད་བཞི་ཞེས་པ་གཉིས་གནད་གཅིག་གོ།

ཆད་མ་བཞི་ལྟ། (དབུ་མ) དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ཆད་མ་བཞི་ལྟ་ཞེས་པ།
 དགག་བྱའི་འཆད་ཚུལ་ངེས་པའི་ཆད་མ། གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ངེས་པའི་ཆད་མ།
 གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པ་ངེས་པའི་ཆད་མ། ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པའི་ཆད་མ་དང་བཞིའོ། །
 དེ་ལྟ་བུའི་ཆད་མ་བཞི་དང་ལྟན་པ་ལ་ཆད་མ་བཞི་ལྟ་ཟེར། འདི་དང་གནད་བཞི་ཞེས་པ་
 གཉིས་གནད་གཅིག་གོ།

ཆད་མ་གསར་མ། བྱིས་ལོ་རྒྱ་བ་སློ་ལྟན་ཤེས་རབ་ནས་བཟུང་འཆད་ཉན་གྱིས་གཏན་ལ་ཤབ་པའི་
 ཆད་མའི་གཞུང་ལ་ཆད་མ་གསར་མ་ཟེར་རོ། །

ཆད་མའི་དེ་ཁོ་ཉིད་བསྐྱུས་པ། སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོས་མཛད་པའི་བསྐྱུན་བཅོས་ཤིག
 ཆད་མེད་དག (ཤར་ཕྱིན) གཞུགས་ཁམས་གནས་ངེས་བཅུ་བདུན་གྱི་བརྒྱད་པའོ། །འདི་ལ་ཆད་མེད་
 བདེ་ཞེས་གྲང་ཟེར། སྤྱ་བཤད་ནི། བདེ་བ་ཆད་མེད་པ་དང་ལྟན་པའི་བྱིར། ཞེས་ཆད་མེད་
 བདེའམ་ཆད་མེད་དགེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གྲུ་ལ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་བ་དང་དགེ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་
 འཇུག་པས་ལོ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་བར་བསྐྱུར་ཏེ། འོན་ནི་ཡིད་ཀྱིས་བ་བདེ་བ་ཡིན་པའི་
 བྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུང་ངོ། །

ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས། (ཤར་ཕྱིན) བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་དང་དོན་འདྲ་སྟེ། དམིགས་ཡུལ་སེམས་
 ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སྣང་གི་སློ་བཏང་སྟེ་དགྲ་གཉེན་ལ་སེམས་སྟོམས་
 པ་བསྐྱུབ་པའི་སློ་ཞིག་གོ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། 1 སེམས་ཅན་རྣམས་ནང་པན་ཚུན་ཉེ་ངོ་
 ཆགས་སྣང་མེད་པར་གནས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས་དང་། 2 རང་ཉིད་
 སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་སྣང་དང་བལ་ནས་སེམས་སྟོམས་པར་གནས་པའི་ཆད་མེད་བཏང་
 སྟོམས་གཉིས་སོ། །འདི་བསྟོམས་པའི་ངེས་པ་ནི། ཐོག་མར་བར་མའི་སེམས་ཅན་ལ་སེམས་
 སྟོམས་པ་བསྟོམ། དེ་ནས་གཉེན་དང་ཉེ་དུ། དེ་ནས་རང་གི་དགྲ། དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་ལ་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །ཇིའི་ལམ་ངེས་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལ་འང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་
 ཆགས་སྣང་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པ་བསྐྱུབ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་དང་། རང་ཉིད་

སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་ནས་སེམས་སྟོམས་པ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས་འདིར་
བྱི་མའོ། །འདི་བསྟོམས་པའི་གོ་རིམ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་བས་ཐོག་མར་མན་ཡང་མ་བཏགས་གཞོན་པའང་
མ་བྱས་པའི་བར་མ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱས་ནས་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་ཁོ་བ་བསལ་
ཏེ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བྱལ་ན་དེ་ནས་མཛའ་བཞེས་
ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་སྟེ་དེ་ལ་སེམས་མ་སྟོམས་པ་ནི་ཆགས་སྤང་གིས་རིས་སུ་གཙོད་
པའས་ཆགས་པ་ཆེ་ཆུང་གིས་མ་སྟོམས་པའོ། །དེ་ལ་སྟོམས་ནས་དགའ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་
བསྟོམས་སྟེ་དེ་ལ་མ་སྟོམས་པ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མི་མཐུན་པར་བཟླས་ནས་ཞེ་སྤང་བའོ། །དེ་ལ་
སྟོམས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྟོམས་མོ། །ཞེས་གསུངས་མོ། །

ཆད་མེད་བཞི། (པར་ཐུན) བྱམས་པ་ཆད་མེད། སྤྱིང་རྗེ་ཆད་མེད། དགའ་བ་ཆད་མེད། བཏང་སྟོམས་
ཆད་མེད་དང་བཞིའོ། །དེ་ཡང་གཞན་བདེ་བ་དང་ལྡན་པའམ་གཞན་ལ་མན་འདོགས་པའི་
བསམ་པ་ནི། བྱམས་པ་ཆད་མེད། གཞན་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ནི། སྤྱིང་
རྗེ་ཆད་མེད། གཞན་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་ལ་དགའ་བ་སྟོམས་པའི་བསམ་པ་ནི། དགའ་བ་ཆད་
མེད། གཞན་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམས་པའི་
བསམ་པ་ནི། བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་དང་བཞིའོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་
བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག (ཅེས་པའི་བྱམས་པ་ཆད་མེད) སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་
བསྐྱལ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག (འདིས་སྤྱིང་རྗེ་ཆད་མེད) སེམས་ཅན་
སྤྱག་བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག (འདིས་དགའ་བ་ཆད་མེད་སྟོན)
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་པར་
གྱུར་ཅིག (ཆོག་རྒྱུ་ཐ་མས་བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་སྟོན་པའོ། །ཆད་མེད་བཞིའི་ཆོགས་
བཅད་འདི། ཡོ་གཞི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པར་བཤད་དོ། སྤྱི་བཤད་ནི། དམིགས་པ་སེམས་
ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆོགས་ཆད་མེད་པ་རྗེས་པ་དང་། (སངས་རྒྱུས་ཀྱི་
ཆེ་བའི) ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་སྤྱི་བའི་བྱིར། ཆད་མེད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སེམས་

ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་བྱམས་སོགས་ཆད་མེད་བཞི་བསྟོམས་པས་བསོད་ནམས་
 དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཆད་མེད་པ་གསོག་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆེ་བའི་
 ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་རྣམས་འཛོལ་བར་འགྱུར་བས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་བུ་རྒྱ་གུ་
 མཛད་པའི་ཆད་མེད་པ་བཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། འོན་བྱམས་སོགས་
 ཆད་མེད་བཞི་ཤུགས་དྲག་བསྟོམ་པའི་གང་ཟག་ལ། བྱམས་པ་བསྟོམ་པས་འདོད་ཆགས།
 སྤྱིང་རྩེ་བསྟོམ་པས་མུ་རན་གྱིས་འོན་ནས་སེམས་སྟོབ་ཤི་བ། དགེ་བ་བསྟོམ་པས་སེམས་
 གཡེང་བ། བཏང་སྟོམས་བསྟོམ་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལས་འདའ་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་
 བ་མེད་དེ། རྩེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཡིད་འོང་དུ་མཐོང་བའི་
 བྱམས་པ་ཤུགས་དྲག་ཀྱང་འདོད་ཆགས་རྩང་ཟད་ཀྱང་མི་འདྲེ་བ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱུག་
 བསུལ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་ལ་རྒྱན་རིང་བ་ཡོད་ཀྱང་མུ་རན་གྱིས་འོན་ནས་
 དགེ་བ་ལ་མི་སྟོབ་པའི་ལེ་ལོ་མེད་པ་དང་། དགའ་བ་ཆད་མེད་པ་དང་ལྷན་ཡང་སེམས་དམིགས་
 བ་ལས་གཡེང་བའི་ཡ་ཤོ་མེད་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་དང་རྒྱན་དུ་ལྷན་ཡང་འཕྲོ་
 བའི་དོན་ལ་སྤྲད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཡེལ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱེད་དེ། དེ་དག་སྟོབས་མཚུངས་སུ་
 བསྐྱབ་པའི་གོགས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འགོག་པའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆད་མེད་བཞིའི་ཆོགས་བཅད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་
 ཅིག ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་པོ་འདི། ཡོ་གའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པར་བཤད་
 རོ། །

ཆད་མེད་འོད། (མར་ཕྱེན) གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་ལྷ་པའོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། ལུས་
 ལ་འོད་ཆད་མེད་པས་ཆད་མེད་འོད་ཅེས་བྱའོ། །

ཆན་པོ་ཆེ། (མཛོད) 1 ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་དོན་གཅིག་ 2 གདོས་ཆེན་པོའི་དོན་དུ་བཤད།

ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོ། (མཛོད) ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་སྟོབས་དང་འདྲ།

ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་སྟོབས། (མཛོད) གྲུང་པོ་ཆེ་པལ་བ་བཅུའི་སྟོབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོབས་ཀྱི་གྲུང་

པོ་ཆེ་གཅིག་གི་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་ཡིན་ལ། སྟོབས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ཆེ་བ་ཅུའི་སྟོབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།
ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་ཡིན་ནོ། །

ཆན་རིག་ ཆན་རིག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟངས་འདི་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་སུ་སོང་བའི་ཆོག་ཅིག་ཡིན། མིང་
དངོས་ནི། མཆན་རིག་ཅེས་བྱའོ། །དབྱིན་སྐད་ཀྱི་science“ས་ཨེན་སེ”ལ་“གནས་ལུགས་རིག་
པ་”འམ་“ཆོས་ཉིད་རིག་པ་” ཡང་ན་“མཆན་ཉིད་རིག་པ་”འམ། “མཆན་རིག་ཅེས་བཏགས་
ཡོད་ན་ཁིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ། རྒྱ་མཆན་ནི་ས་པཎ་ཆེན་སྒྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། དངོས་པོའི་
གནས་ལུགས་འཆད་བའམ། །མཆན་ཉིད་གཏན་ལ་འབབས་པ་ན། །གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་
མ་ཡིན་པ། །བཤད་ན་མཁས་རྣམས་ག་ལ་དགལ། །ཞེས་པའི་ཆོག་ས་བཅད་འདིའི་དོན་ལ་
བསམས་ན་ཤེས་རྒྱས་སོ། །མེ་ཏྲིག་རྒྱུད་ཅུ་ཞིག་གི་ཡོན་ཏན་ལའང་། །མཆན་དུ་བཅེས་ནས་
ཞབ་མོར་རྟོག་པ་ལ། །མཆན་རིག་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེའི། །མིང་དོན་ཆ་ལ་ཅུང་ཟད་
དབྱེད་པར་བྱ། །ཆན་རིག་ཟེར་བའི་མིང་ཆོག་འདི་བྱི་རྒྱལ་བས་science“ས་ཨེན་སེ”ཞེས་པ་
དེའི་སྐད་དོད་ཡིན་ལ། ཆོག་འདི་ལ་རང་དོས་ནས་གནས་ལུགས་རིག་པའམ་མཆན་ཉིད་རིག་
པའི་གོ་བ་སྟེར་བའི་རྒྱས་པ་གང་ཡང་མི་སྒྲུང་ལ། ཆན་རིག་ཅེས་པའི་ཆོག་ཟིན་ཅམ་གྱི་གོ་དོན་
ནི། སྟེ་ཆན་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ཅམ་དེད། ཆོག་དེས་དེར་སང་གི་ science ཞེས་པའི་ཆོག་དེའི་གོ་
བ་སྟེར་བ་ལ་གང་ཡང་མི་པན་ཞིང་། མཆན་རིག་གས་གནས་ལུགས་རིག་པ་ཅེས་པའི་ཆོག་
འདིས་ལུལ་དངོས་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་དབྱེད་པའི་རིག་གནས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བདེ་ལྷག་ཏུ་གོ་
རྒྱས་ལ། ཆོག་རང་དོས་ནས་ཀྱང་ཁ་གྲག་གོ། བན་སྐྱར་མཁན་པོས་“མཆན་རིག་ལ་
བསམས་ཀྱང་བྱིས་ཡི་གེར་བཀོད་ཆེ་”ཆན་རིག་ཅེས་བྲིས་ནོར་བྱུང་བར་དེས་སོ། །ཆན་རིག་
གི་གོ་དོན་ལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རང་བྱུང་ཁམས་དང་། སྤྱི་ཆོག་ས། བསམ་སྟོ་
སོགས་ཀྱི་བྱི་རོལ་ལུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་རྣམས་སྟེ་ཆན་སོ་སོར་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཤེས་བྱའི་མ་
ལག་ཅེས་འབྱུང་། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་ལས། རང་བྱུང་ཁམས་དང་མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་
ཆོག་སྤྱི་འདུ་ཤེས་སོགས་བྱི་རོལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་སྟོན་པའི་ཤེས་ཡོན་རྣམས་སྟེ་ཆན་སྟེ་ཆན་དུ་

བྱེ་བའི་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་མིང་། ཞེས་འབྱུང་། དེས་ན་བོད་དག་གཉིས་ཀྱི་སྤྲི་ཆན་ཞེས་
 པའི་ཆོག་འདི་བཅན་ཐབས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ལས་དེ་ལ་གོ་བ་ལྷག་པོ་འབྱིན་པའི་རྒྱལ་པ་
 གང་ཡང་མི་འདུག་པ། དཔེར་ན་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། སྤྲི་ཆན་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་
 དོར་ནས། རང་བྱུང་ཁམས་དང་། སྤྲི་ཆོག་ས། བསམ་སྒོ་སོགས་ཀྱི་བྱེ་རིམ་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་
 རྣམས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཅེས་བཞེད་ནའང་བཞེད་དོན་རང་སོར་གནས་
 ཞིང་པན་གཤོད་གང་ཡང་མི་འབྱེད་པས། སྤྲི་ཆན་སྤྱར་བ་ལ་དགོས་པ་ལྷག་པོ་མ་མཐོང་
 རོ། །དབྱིན་སྐད་ཀྱི་མཚན་རིག་གི་འགྲེལ་བཤད་ལ་འདྲ་སྤྲི་ཆན་མི་འདུག་པ་དེས་ཀྱང་གཤོད་
 རོ། །བོད་སྐད་ཀྱི་“ཆན་རིག”ཅེས་པའི་ཐ་སྐད་འདི་དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། བོད་བྱི་ནང་
 གང་དུ་བཅོས་པ། འདི་རྒྱ་མིའམ། རྒྱ་གར། དབྱིན་སྐད་སོགས་སྐད་རིགས་གང་ཞིག་ལ་གཞི་
 བཅོལ་ནས་བཅོས་པ་སོགས་ལ་དོགས་གཅོད་གནང་དགོས། འདི་ནི་སྤྲི་བྲེགས་ནས་ཆེས་
 གངས་ཉོག་པ་བཞིན་དུ་ཅུང་ཟད་བྱིས་བྲགས་པ་ཡིན་མོད། འོད་ཀྱང་བྱིན་ཆད་སྤྲི་སྤྲིར་སུ་ཞིག་
 གིས་ཀྱང་ཐ་སྐད་གསར་བཅོག་ནང་ཆོ། བ་རྒྱ་དང་། བརྟན་འཕྲིན། རྒྱུང་འཕྲིན། གསར་ཤོག་
 སོགས་བརྒྱད་ནས་མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བསྐྱེད་བྱས་ཆེ་སྤྲིས་དག་པ་འོང་ངེས་
 ལགས་སོ། །དེས་མཚན་རིག་ཅེས་བྲི་བར་བྱའོ།

ཆབ་ཚུབ། ཆབ་བི་ཚུབ་པའི་བསྐྱེས་ཆོག་འཆབ་འཆུབ་ཀྱི་འབྲི་ཚུལ་གཞན།

ཆམ་ངམ། ཆམ་རམ་དང་འདྲ།

ཆམས་ངམ། ཆམ་རམ་དང་འདྲ།

ཆམ་རམ། ཆམ་རམ། ཆམ་ངམ། ཆམས་ངམ་རྣམས་དོན་འདྲ། 1 འཛིགས་རམ། འཛིགས་སྤྱང་
 བསྐྱེལ་བ་ལ་ཟེར། རྗེའི་འདོད་འཛོལ་ས། ཆམ་རམ་སྤྲེ་བགོགས་འཛིགས་པར་བྱེད་པའི་ཞལ་
 བཞི་པའི་སྤྲིགས་ཀྱིས་ཞིན་དུ་སྤྲེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཞེད་པས་བསྐྱུང་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་རོ། 2 འཛིགས་ཞིང་འཆབ་པ། བསྐྱེད་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་།

ཆར། 1 ཐེངས་སམ་ལན་གངས། 2 གལ་དང་སྤེང་བ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། སྤྲི་

ལུང་ཐོང་བ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་འབྲས་སྣ་ལུང་ཞིང་གི་ཆར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་
ཡང་། མཆོད་མེ་བརྒྱ་ཆར་ཞེས་པ་དང་། ཆར་དུ་དངར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །
ཆར་དུ་དངར། གལ་འགྲིག་ལོ། ལྷ་བཤད་ནི། ཆར་ནི་གལ་དང་། དངར་ནི་འགྲིག་པའི་དོན་ཡིན།
ཆལ། 1 ཤིང་ལྗོན་པ་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད་པའི་གནས། 2 ལྷོ་ཆལ་གྱི་ཟས།
ཆལ་པ་བཀའ་འགྲུར། ཆལ་པ་ཁྱི་དཔོན་ཀུན་དག་འདྲོ་རྩེ་འཕམ་མཆན་གཞན་དགེ་བའི་སྒོ་གྲོས་གྱིས་
ཁྱེད་གཞན་བའི་བཀའ་འགྲུར་ལ་ཆལ་པ་བཀའ་འགྲུར་ཟེར། དུས་ཕྱིས་གཙང་སྒྲར་ཐང་དུ་
སྒར་དུ་བསྐྱབས་པའི་ཤི་ཉི་བརྒྱ་དང་གཅིག་ཡོད་པར། སྒྲོང་རྩོལ་ཆུ་མའི་གསུང་འབུམ་སྒྲོང་ཆ་
313ན་གསལ།
ཆལ་པ་བཀའ་བརྒྱད། དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་གྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། ཞལ་ཆལ་པ་ཡང་ཟེར། ཞང་
འགོ་བའི་མགོན་པོ་གཡུ་ཐག་པ་ལས་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བརྒྱད་པའི་བྱ་བ་མཐའ་ཞིག་
ཆལ་པ་ཆལ་པར། དུས་བུ་དུས་བུར། དཔེར་ན་ཆལ་པ་ཆལ་པར་གསེས་པ་ལྟ་བུ།
ཆལ་བྱ། ན་བཟའ་སྒྲེང་ཅེ་ཡོད་པར་ཆལ་བྱར་ཟེར། ལྷ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེ་བ་དང་པོ་
༧2༧ལས། ལ་བ་ཤག་དང་། ཆལ་བྱ་ཞེས་པའི་སྒྲོར་ལ། ལྷ་བས་དེའི་དུས་སོག་ཆས་ལ་དར་
སྒོལ་བྱེད་པས། ན་བཟའ་སྒྲེང་ཅེ་ཡོད་པར། ཆལ་བྱ་དང་། ཁོང་བ་ཅན་ལ་ལ་བ་ཤག་ཟེར་སྒོལ་
འདུག་པས་ཞིབ་ཆ་མཛོད། ཅས་གསལ།
ཆི་གྲ། (པར་ཕྱིན) 1 ཤིང་འབྲས་ཀྱི་ནང་དུས། ཁམ་བུའི་ཆི་གྲ་ལྟ་བུ། ལུང་ཐོན་ཆོག་པ་གྱི་འགྲེལ་པ་
ལས། ཆི་གྲ་ནི་དུས་པ་ལ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས། 2 ཆི་གྲའི་ནང་གི་སོན་དང་འབྲས་བུའི་སྒྲིང་
སོ་ལའང་ཆི་གྲ་ཟེར། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས། ཆི་གྲ་གྲུ་ནི་འབྲས་བུའི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །འདི་ལ་ཆི་གྲའི་ནང་སྒྲིང་ཡང་ཟེར། ལུང་སྒྲུ་པོ་ལ་པའི་རྩོ་རྩེས་ཀྱང་། ཆི་གྲ་འབྲས་བུ་
ལ་བཤད། 3 ལུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཅེར་སྒྲིལ་པའི་སྒྲོང་རྩོག་གི་ཆོད་ཅམ་པའི་ཤིང་འབྲུའི་མིང་།
རྒྱ་ལུག་ཆི་གྲ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱ་ལུག་ཆི་གྲ་ལ་དོགས་གཙོད་ཡོད་པས། རྒྱས་པར་རྒྱ་ལུག་
ཅས་པའི་ཐང་དུ་གཟིགས།

ཆོག་ཀྱི་ རོན་ཆ་ཆང་བ་སྟོན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲུལ་ཆོག་ཀྱི་ཟེར། དཔེར་ན་ “འབྲོག་པས་སྤྲུགས་
འཆོ་ ལྟ་བུ་ཆོག་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། “འབྲོག་པས་སྤྲུགས་འཆོས་ནས་སེས་རྒྱལ་ལ་ལེགས་
སྤྲེས་འབྲུལ་” ལྟ་བུ་ཆོག་ཀྱི་གཉིས་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་ལྟར་བཀོད།
ཆོག་བཀྲ། བཀྲ་ཤིས་པའི་ཆོག་

ཆོག་རྒྱུ་ཆོག་འབྲུ་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་གྱི་བྱང་བར། (ཆོག་རྒྱུ་ཞི) ཆོགས་བཅད་དམ་ཤོ་ལོ་ཀྱི་
གཅིག་ལ། ཆོག་རྒྱུ་བཞི་དེ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་རྒྱུ་བ་དེ་དེ་ལ་ཆོག་རྒྱུ་དེ་ཟེར། དཔེར་ན།
སངས་རྒྱུ་ཆོས་དང་ཆོགས་གྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། (ཆོག་འབྲུ་ཞི) སངས་
རྒྱུ་ཆོས། ཆོགས། བྱང་ཆུབ། བདག་སྤྲུབས། ལྟ་བུའོ། ། (ཡིག་འབྲུ་ཞི) ཡི་གེ་སོ་སོ་བཅས་
དེ་དེ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། སེམས། ཞེས་པའི་ཆོག་འབྲུ་དེ་ལ་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ། ཆོག་
རྒྱུ་སོགས་གསུམ་ནི་ཆེ་ཆུང་གི་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། མོད་བྱ་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱས་པ་ལྟར། ཡིག་
འབྲུ་ནི་ཆུང་ཤོས། ཆོག་འབྲུ་འབྲིང་། ཆོག་རྒྱུ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་ལོ། །ཤོ་ལོ་ཀྱི་དང་ཆོགས་
བཅད་གཉིས་དོན་གཅིག་

ཆོག་གི་ལམ། འདོད་རྒྱལ་བྱ་སྤྲུལ་གྱི་རྒྱུ་སྤྲུལ་བ་ལ་ཁ་ཞུགས་པ།
ཆོག་གིས་སྤྲུང་། ༡ ཆོག་གི་སྟོན་པ་སྟོང་བ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་སྤྲིན་ཅིང་། བདག་གི་དགོ་བ་དང་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་རྣམས་
ལ་སྤྲིན་པར་གྱུར་ཅིག ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གིས་རང་གི་སྟོང་བའོ། །དེ་ཡང་སྟོང་
སྟོང་དོན་བདུན་མ་ལས། སྟོང་ལམ་ཀུན་ཏུ་ཆོག་གིས་སྤྲུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཆོག་
གིས་ཤད་སྤྲུང་། ཤད་སྤྲུང་དང་དོན་འདྲ། ལྷ་མ་ལྷ་བཅུ་པ་ལས། དེགས་པ་ཡིས་ནི་མི་རྣམས་
ན། མི་རྣམས་དེ་ལ་ཆོག་གིས་སྤྲུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། ཤད་སྤྲུང་ལ་གཟིགས།

ཆོག་གུ་ ཆོ་གུ་དང་འདྲ།

ཆོག་ཐོགས། (བརྒྱ་རྒྱུད་) ཆོག་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་པའི་མིང་གི་ཆ་ཤས་སམ་ཡན་ལག་སྟེ། དཔེར་ན་
ལག་པ་ཞེས་པའི་ “བ” དང་། མཐོན་པོ་ཞེས་པའི་ “པོ” ། ཀ་པ་ཞེས་པའི་ “བ” ། ལན་ཆ་ཞེས་

པའི་ “ལན” ། རྒྱ་ཆ་ཞེས་པའི་ “རྒྱ” ། གཞན་ཡང་བསྐྱུ་བྱའི་སློག་ཅེས་པའི་ “སློག” ངང་།
 སྤྱིར་བསློག་བྱ་ཞེས་པའི་ “སྤྱིར” ངང་། བསྐྱུ་བྱའི་བྱུང་ཤིང་ཞེས་པའི་ “བྱུང་ཤིང” ། བསལ་
 བྱའི་སློན་ཞེས་པའི་ “སློན” སོགས་ཆོག་གོགས་ཡིན་པར་སི་ཏུ་འབྲེལ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་
 ཉིད་ལས། དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱ་འདི་རྣམས་ལ་ཆོག་གོགས་དང་སྦྱར་ནས་
 དཔེར་བཞིན་པ་ནི་གོ་སྐྱ་བའི་སྤྱིར་ཏེ་གཞན་དུ། བཀའ་བྱ། བཀོལ་བྱ། བགམ་བྱ། བཅར་བྱ།
 བཅང་བྱ། ཞེས་སོགས་སྟོས་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་སྐྱ་ཡིན་པ་རྟོགས་པར་རུས་པའི་
 སྤྱིར་སྐྱབས་ཐོབ་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་དངོས་ནི་དེ་རྣམས་ཉིད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གོང་ལོག་
 རྣམས་བཤགས་པས་ཤེས་པར་རུས་སོ། །

ཆོག་རྒྱན། (བརྗེས་) 1 བཞིན་བྱ་ལྷག་པོ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་རུང་མེད་ཀྱང་རུང་། ཆོག་གི་ཉམས་འདོན་
 བྱེད་དམ་མཛེས་བྱེད་ཅིག་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ཉེ་བར། རྣམ་པར། ཡོངས་སུ། འིན་ཏུ། རབ་ཏུ།
 མཛོན་པར་སོགས་སོ། །2 (བརྗེས་) སུམ་རྟགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ཆོག་རྒྱན་ཞེས་པ་ “ཀྱང་”
 “ཡང་” “འང་” གསུམ་གྱི་ཆོག་སྤྲད་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ལ་ཟེར། སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས། ལྷ་
 ལི་བྱིས་ནས་གཉིས་བ་སྦྱར། ཆོག་རྒྱན་གཉིས་དང་སྦྱད་པར་འགྱུར། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ།
 གོང་དུ་བཤད་པའི་འབྲེལ་སྐྱ་དེ་དག་ལས། ཀྱི། ལི། གཉིས་ཀྱི་ལྷ་ལི་སྟེ་གི་བྱ་བྱིས་ནས་སོ་སོར་
 རེས་འཇུག་གཉིས་པར་ཡིག་སྦྱར་བས། ཀྱང་། འང་། ཞེས་པར་བྱུབ་པ་དང་། འདིར་མ་བསྟན་
 ཀྱང་དོན་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཡང་གི་སྐྱ་དང་བཅས་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ནི་ཆོག་གྱི་མ་མཐུན་བའམ་
 མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་དང་། གཞིའམ་དོན་གཞན་ཞིག་ལ་སྦྱད་ཅིང་སྦྱོར་
 པའི་སྦྱར་འགྱུར་པོ། ཞེས་སོ། །3 སྟན་ངག་གི་དོན་རྒྱན་དང་སྐྱ་རྒྱན་སོགས་ལ་བཤད།

ཆོག་ངན་གྱི་བསྟན་བཅོས། སྤྱ་སྟེགས་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་ཐར་པའི་ལམ་དང་འགལ་བའི་བསྟན་
 བཅོས་རྣམས་ལ་ཟེར།

ཆོག་སྤྲད། (བརྗེས་) རང་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་མི་སྟོན་ཅིང་། མིང་ཆོག་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གང་
 རུང་དུ་སྦྱར་ན་མཆོམས་སྦྱོར་བ་དང་། དོན་གསལ་བ་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་སྤྱི་རྣམ་པ་ཞིག་

དེ་ལ་ (མཐུན་གཞན་དབང་ཅན་ནི) སྐར་བུ། ལ་དོན། ཁྱེད་སྐྱེ། འབྲེལ་སྐྱེ། རྒྱུ་སྐྱེ། ལྷག་
བཅས། འབྲེད་སྐྱེ། ཆོག་སྐྱེད་ཞིང་སོགས། ཆོག་སྐྱེད་ཀྱིན་སོགས། (མཐུན་རང་དབང་ཅན་ནི)
ནི་སྐྱེ། དང་སྐྱེ། དེ་སྐྱེ། གང་སྐྱེ། བདག་སྐྱེ། དགག་སྐྱེ། རྣམས་དང་། འབྱུང་ཁུངས། བོད་སྐྱེ། བཅས་
སོ། ། (ཐོག་སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྐྱེད) ཐོག་ཁར། ཁ་རུ། (དེ་ནས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྐྱེད) དེ་ནས། དེ་
མཚུངས། དེ་བཞིན། (ཟད་སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྐྱེད) ཟད། མ་ཟད། ལྟ་ཅི། ལྟ་ཅི་སྒྲོས། ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་
ཅི་དགོས། ལྟ་ཞོག (རུང་སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྐྱེད) རུང་སྐྱེ། མོད་སྐྱེ། འོན་ཀྱང་ལྟ་སྐྱེ། (ཡང་ན་ཆོག་
སྐྱེད་རྒྱུ་ལ་དང་། འདུས་པའི་ཆོག་སྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྐྱེད་ཀྱང་བྱ་རུང་སྐྱེ།) (ཆོག་སྐྱེད་རྒྱུ་ལ་ནི) གང་།
ཅི། དེ། འདི། སྤྱ། ཡང་། ཉམ། སྐར། འོན། ལ་ལ། རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། ། (འདུས་པའི་
ཆོག་སྐྱེད) འདི་ལྟར། འདི་སྐྱར། རི་སྐྱར། རི་སྐྱེད། རི་ལྟར། གང་དག དེ་དག གང་རྣམས། དེ་
རྣམས། དེ་སྐྱེད། ཅི་ནས་ཀྱང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆོག་སྐྱེད་འགའ་མཉམ་དུ་འདུས་པ་སོགས་མཐའ་
ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་བཤད་དོ། །

ཆོག་འབྲུད། (བརྒྱ་སྐྱེད) ཆོག་སྐྱེད་དང་འབྲུད།

ཆོག་ཁྲ་དྲགས། ། མིང་རམ་བཏགས་མིང་གི་དོན་ཡིན་ཏེ། བརྒྱད་སྟོང་པའི་དཀའ་འབྲེལ་སྐྱེད་པོ་
མཆོག་ལས། ཆོག་ཁྲ་དྲགས་ནི་མིང་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྐྱེ་བཤད་ནི། ཆོག་ནི་
འདིར་མིང་དང་། ཁྲ་ནི་སྐྱེད། དྲགས་ནི་གདགས་པའམ་འདོགས་པའི་དོན་ཡིན། དེས་ན་སྐར་
ཀྱི་མིང་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་དུ་མིང་གསར་པ་ཞིག་བཏགས་པ་ལ་ཆོག་ཁྲ་དྲགས་ཟེར། དཔེར་ན་ཁྱི་
ཨ་སོ་ལ་སོ་རྒྱུ་ཞེས་བཏགས་པའི་ཆེ་སོ་རྒྱུ་ནི་ཁྱི་ཨ་སོ་ལ་ཀྱི་ཆོག་ཁྲ་དྲགས་སམ་བཏགས་
མིང་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །2 མིང་གི་རྣམ་གངས་དང་། མངོན་བརྗོད་ལའང་འཇུག

ཆོག་དབང། (གསང་སྤྲུགས) (དགེ་ལུགས) ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ཆོག་གིས་ངོ་སྟོང་པ་ལ་ཆོག་དབང་ཟེར།
དེ་ཡང་དབང་བཞི་པའི་སྐྱབས་སུ་དབང་གསུམ་པ་དཔེར་བྱེད་ཏེ། མཐར་ཐུག་སེམས་ཙམ་
ལས་བྱུང་པའི་མོངས་སྟོང་རྒྱུ་སྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་རིག་མ་དང་ཁ་སྐྱོར་པའི་ལུས་ཅན་
དང་། ཐུགས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་བས་སྟོང་པ་ཉིད་ངེས་པར་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཁ་སྐྱོར་

བདུན་པ་གྲི་སྒྲི་མཛོད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཆོག་གིས་བད་སྒྲི་དཔ་ལ་ཟེར། བྲེད་ལས་ནི།
བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྩོགས་རིམ་བསྒྲིམ་པ་ལ་དབང་བ་དང་། འབྲས་བྱ་
ཟུང་འཇུག་དོན་རྗེ་འཆང་གི་གནས་ལུགས་རིམ་ལྔ་བ་བཞིན་མཛོད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། རྗེའི་
དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་ལས། དེས་ན་དབང་གསུམ་པ་བསྐྱར་བས་མཛོན་པར་མི་རུས་
པ་དབང་བཞི་བ་བསྐྱར་ནས་མཛོན་དགོས་པ་ཅིག་གི་སྟེང་ནས་དབང་བཞི་བ་ཤེས་དགོས་
སོ། །འདི་ལ་འཕགས་པ་ཡལ་སྤྲས་ཀྱི་བཞེད་པས། དབང་བཞི་བ་ཆོག་གིས་སྐྱར་བ་ན། ཟུང་
འཇུག་གི་གདམས་ངག་གི་སྟོན་རུང་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ལ་ངོ་སྤྲོད་དགོས་
སོ། །ཞེས་གསུངས། རྗེ་ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསལ་འདུས་སྟོན་ལས་ལས། བཞི་བ་ཟུང་འཇུག་
དོན་ལ་ངོ་སྤྲོད་པས། །མཐར་ཐུག་དོན་ལ་སྟོ་འདོགས་ཆོད་པར་ཤོག ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། ། (བཀའ་བརྒྱུད) ཆོག་དབང་ནི། དབང་གསུམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛོན་པའི་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་
ཐུག་ཆུ་ཆེན་པོ་ལ་ཟེར། མར་མེ་མཛད་ཀྱིས། རྒྱུང་མེམས་ཙམ་ལས་བྱལ་བའི་རང་ལུས་
ལོངས་སྤྱི་རྣམས་པ་ཙན་ཟུང་འཇུག་གི་སྒྲི་ལ་བཤད་དོ། །སྒྲི་བཤད་ནི། ཟལ་ཅིང་ཆུ་ཆེ་བའི་
སྒྲི་ལ་བ་ཙན་ལ་ཆོག་ཙམ་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་དབང་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཤད། བྲེད་ལས་ནི།
སྟོ་གསུམ་པའི་ཕྱི་མའི་བག་ཆགས་འཁྱུད་ཅིང་རྗེ་རྗེ་གསུམ་མཐ་སྒྲི་གསུམ་དབྱེར་མེད་པ་ངོ་
བོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲི་འགྲུབ་པའི་རུས་པ་འཛོག་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཆོག་མ། ཆོགས་མ་དང་དོན་འདྲ།

ཆོག་ཙམ་ལ་འཆེལ་བ། ཆོག་ཙམ་ལ་ཞེན་པ། འཆེལ་བ་ནི་ཞེན་པའི་བད་རྟིང་སྟེ། ཆོག་གཙོ་བོར་
བཟུང་ནས་དོན་ལ་བརྟག་དབྱེད་མི་བྲེད་པའི་དོན་ནོ། །

ཆོག་བཙུན་པ། གཞན་མི་སྒྲི་བའི་ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་ལ། ཙོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་བོར་འོས་པའི་
ཆོག་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཆོག་བཙུན་པ་ནི། ལུས་ངག་གིས་གཞན་མི་སྒྲི་
བའི་ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་ལ་ཙོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་བོ་ལ་ཆད་མར་འོས་པས་སེམས་ཙན་
རྣམས་ཀྱིས་ཆོག་འཛིན་པར་འགྱུར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཆོག་མཛོད། ཆོག་གི་གོ་དོན་རྣམས་བལྟ་ཆོལ་བདེ་བའི་ཕྱིར་ཀ་ཐེང་དུ་བསྒྲིགས་ནས་སྟོན་པའི་དཔེ་
 དེབ་སོགས་ལ་ཟེར། ཆོག་གི་ཆོགས་གང་དུ་གཞུག་སའི་སྟོན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། ཆོག་མཛོད་
 ཅེས་བྱའོ། །དཔེར་ན་འབྲུག་གང་དུ་གཞུག་སའི་ཁང་བ་ལ་འབྲུའི་མཛོད་ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ། །ཆོག་
 མཛོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་རྒྱ་གར་གི་ཐ་སྙད་ནས་ཚུར་གྲངས་བ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་གར་བས་ཆོག་
 མཛོད་ལ་ (शब्दकोश) ཟེར། དེ་ཡང་ शब्द ବି कौशिक ཞི་མཛོད་དོ། །

ཆོག་བཞེ་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ། ཆོགས་བཅད་དང་འདྲ།

ཆོག་རིས། ཆོག་གི་ཁྲད་པར། སྒྲ་བཤད་ནི། རིས་ནི་སྤྱི་རིས་ཏེ་ཁྲད་པར་གྱི་དོན་ལོ། །

ཆོག་ལ་ཐོན་འཇུག་པ། ཆོག་ལ་གཡོ་འཇུག་པ། ཆོག་ལ་གཡོ་སྐྱུའི་ལྷན་ཞུགས་པ། ས་སྐྱ་ལེགས་
 བཤད་ལས། གཡོན་ཅན་ཆོག་ལ་ཐོན་འཇུག་པས། །འང་པོས་དེ་ལ་བཟླ་དབྱང་
 དགོས། །བསྐྱས་ཇེས་ཁོ་བོ་འང་རོ་ཞེས། །རང་ལ་བསྟོད་པས་ཅི་ཞིག་པན། །ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། འོ་ལོ་ཀ ཆོགས་བཅད་རྣམས་དོན་གཅིག་

ཆོག་གསལ། 1 དབྱ་མ་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲེལ་པ། སྟོབ་དཔོན་ཁྲ་བ་གྲགས་པས་མཛད། བ་ཆབ་
 ཀྱི་འགྲུར། 2 འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་ཆོག་གསལ་ཞེས་བྱ་བ། སྟོབ་དཔོན་
 ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་མཛད། ཆོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲུར།

ཆོགས་བཅད། ཆོག་རྒྱུད་བཞེ་རེ་ལ་ཆོགས་བཅད་དམ། འོ་ལོ་ཀ ཆོག་ལེའུར་བྱས་བ་ཟེར། རྒྱ་
 གར་གྱི་ཡི་གེའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོགས་བཅད་རེ་ལ་ཆོག་བར་སོ་གཉིས་དང་། བོད་ཡིག་གི་
 དབང་དུ་བྱས་ན་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད།

ཆོགས་སྒྲ་བྱ། (འདུལ་བ) རིས་བ་སྒྲ་བྱ། ཆོགས་སྒྲ་མ་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྟོམ་བ་དང་། ཆོགས་བྱི་མ་དགེ་
 སྟོང་གི་སྟོམ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཆོགས་མ། 1 སྟོགས་ལོ། གྲུར་གྲུམ་ཁྲུང་བྱེ་ཆོགས་མ་བོར་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 ཆོག་ལོ། 3 སྒར་
 མ།

ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྟེ། (མར་ཐུན) རྒྱུད་པས་གསུངས་བ་མ་ཡིན་པ་ཅ་བ་གཉིས་བ་དང་། ཅ་བ་

གསུམ་པ་དང་། ཅ་བ་བཞི་པ་དང་། ཅ་བ་ལྔ་པ་དང་། ཅ་བ་དྲུག་པར་བསྐྱེབས་ནས་གསུངས་
པ་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྡེ་ཞེས་བྲལོ།

ཆེས་ལ། འདོད་པ་ཁེངས་ལ། རོམས་ལ། སྲིད་པ་མེད་པར་གྱུར་ལ། རོན་དུ་མི་གཉེར་བ་བཅས་ཀྱི་
རོན། ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་༡༠༠བཟེལས། ཆེས་པ་ཞེས་བྲུ་བ་ནི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། རོན་
དུ་གཉེར་བ་སྤངས་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

ཚུགས་བྱང་། (བརྒྱ་ཐུང་) གཤམ་གྱི་ཡིག་གཟུགས་དེ་ལ། ངའི་མིང་ཚུགས་བྱང་ཟེར།
ཚུགས་བྱལ། (བརྒྱ་ཐུང་) ཚུགས་བྱལ་གྱི་རོན་ཡང་བརྒྱ་དང་ཐ་སྟོད་ཀྱི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་
རང་གི་ངོ་མོའི་སྒོ་ནས་ཡུལ་གྱི་སྤྱིང་དུ་བྱལ་བའི་རོན་ནོ། །ཞེས་བྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོའི་མཆན་
འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཚུགས་མ་འཕྲུག་ (བརྒྱ་ཐུང་) གཤམ་གྱི་ཡིག་གཟུགས་དེ་ལ། ངའི་མིང་མ་ཚུགས་མ་འཕྲུག་ཟེར།
ཚུགས་རིང་། (བརྒྱ་ཐུང་) གཤམ་གྱི་ཡིག་གཟུགས་དེ་ལ། ངའི་མིང་ཚུགས་རིང་ཟེར།
ཚུགས་སེ་བར་འཆར་བ། གདགས་གཞི་དང་སྟོས་ཆོས་གང་ལའང་རག་མ་ལས་པར་རང་དབང་
བའི་ཚུལ་དུ་འཆར་བ་ལ་བཤད།

ཚུན་ཆད། 1 ཚུ་རོལ་ཞེས་པའི་རོན། 2 མ་མཐའི་ས་མཆོམས་འཛིན་པའི་ཆོག་ཅིག་སྟོག་ཆགས་
སྤྱང་བྱ་ཚུན་ཆད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་འདུལ་བའི་ལག་ལེན་ཆོག་གི་མ་མེད་
པའི་བྲེང་བ་༡༠བཟེལས། བརྟན་པོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་ཆང་བར་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཚུན་ཆོད། ཚུན་ཆད་དང་འདྲ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། ཚུན་ཆད་དང་ཚུན་ཆོད་
གཉིས་ཀྱི་བྲེས་པར་མཛད་ཅིང་། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས་ཚུན་ཆོད་ཅེས་བྲིས་སོ། །

ཚུར་མཐོང་། (མར་ཐུན་) སོ་སོའི་སྤྱི་བོའི་མིང་སྟེ། སྤྱི་བཤད་ནི། ཚུ་རོལ་མཐོང་བ་སྟེ་ཆེ་འདིའི་སྟོགས་
སོགས་ཀྱི་རོན་ཅམ་ཞིག་མཐོང་བའམ་བསྐྱབ་ཤེས་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་བྱི་མ་ལན་ཆད་ཀྱི་རོན་
བསྐྱབ་མི་ཤེས་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྲུ།

ཚུར་ཤེག (འདུལ་བ) འདིར་ཤོག་ཅིག་པའི་དོན་ཏེ། ཚུར་ཤོག་དང་དོན་གཅིག་འདུལ་བ་ལུང་ནམ་
འབྲེད་པ་༼ ཆ་པ་ ༡༥བཤལས། ལྷས་བྱིན་ཐབས་དེ་གང་ཡིན། ཚུར་ཤེག་དང་། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཚུལ། 1 འདྲ་བ། ཚེས་དེ་དངོས་མིན་ཀྱང་དེ་ཡིན་པའི་ཚོལ་ལམ་ནམ་འགྲུར། ཐ་མལ་གྱི་ཚུལ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། 2 སྤང་བ། མི་མཁས་ཀྱང་མཁས་ཚུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསེར་རྟོག་སུམ་འགྲེལ་ལས།
དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་ནི་འཆོག་པ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་གསུངས། 3 རྒྱ། རྒྱ་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་
གྱིས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གསེར་རྟོག་སུམ་འགྲེལ་ལས། ཆོག་དང་དོན་གྱི་ཚུལ། ཞེས་དཔེར་བརྗོད་
བྱ་བཀོད། 4 སྤོས་པ། བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་མཐོས་ཏེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 5 མཆོན་ཉིད། དཔེར་ན་ངར་
ཚུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 6 ཐབས། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཐབས་སྟོན་པ་ལ། བྱང་
ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས་ཀྱང་། ཚུལ་གྱི་བཙོན་
འགྲུས་བརྒྱུལ་པ་ལ། །བྱ་བར་དཀར་བ་གང་ཡང་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཆོགས་
བསག་པའི་ཚུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 7 རིགས་པ། ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་ཞེས་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་
བྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་དང་ལྷན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། 8 དོན། དོན་བཞིའི་རྒྱ་ནས་
འཆད་པ་ལ། ཚུལ་བཞིའི་བཤད་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 9 འདོད་པ། བྱ་བ་མཐའི་ཚུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
༡ ལེགས་པ། ཚུལ་མཐུན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དམ་སྟོན་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱར་ལྟ་བུའོ། 10 བདེན་པ།
འཕགས་པའི་བདེན་པ་ལ་འཕགས་པའི་ཚུལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལ་
གཞི་བྱས། གསེར་རྟོག་སུམ་འགྲེལ་ལས། དོན་དམ་པའི་ཚུལ། ཞེས་གསུངས། 11 ལམ། ལམ་
ནི་འདིར་ལུགས་སྟོལ་ལ་ཟེར་བས། ལུགས་སྟོལ་དང་མཐུན་པ་ལ་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། 12 རྣམ་འགྲུར། སྤངས་ཀ་ སྤངས། འཕྲོ་ཚུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 13 རྣམ་པ། ཚུལ་སྤྲ་ཆོགས་
པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལུང་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར། རིའི་ཆེ་མོའི་ཚུལ་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིའི་ཆེ་
མོའི་རྣམ་པར་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 14 སྤྱོད་པའམ་སྤྱོད་ལམ། ཚུལ་ཁྱིམས་ཞེས་པ་ལྟ་
བུ། ཚུལ་ནི་སྤྱོད་པ། ཁྱིམས་ནི་དེ་ལས་མི་འདའ་བ། ཡང་ཆངས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ། ཆངས་པའི་

ཚུལ་ཞེས་བཞོད་པ་ལྟ་བུ། རྒྱུང་འདས། དཔེར་ན་རྒྱུང་འདས་ལ་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཞེས་བཞོད་
པ་ལྟ་བུའོ། །i མཐའ་ དཔེར་ན། སྲིད་པའམ་ཞི་བའི་ཚུལ་ལས་འདས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཞེས་
གསལ་ཏོག་སྲུམ་འབྲེལ་བྱ་གསུངས། དེ་ཡང་སྒྲ་སྒྲོལས། ཚུལ་ནི་འབྲང་དང་སྦྲད་པ་དང་། །སྒོ་
དང་སྒྲོམ་པ་མཚན་ཉིད་དང་། །ཐབས་དང་རིགས་པ་དོན་དང་འདོད། །ལེགས་པ་དག་ལ་
འཇུག་པ་ལས། ཞེས་དང་། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས་ཀྱང་། ཚུལ་གྱི་སྒྲ་ནི་བདེན་པ་
དང་། །ལམ་དང་འབྲེལ་འབྲུང་རིགས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཚུལ་གྱི་སྒྲ་འཇུག་
ཡུལ་གཞན་ཡང་ཤེན་ཏུ་མང་བར་སྦྲད་དོ། །རྒྱས་བར་རྣམ་བཤད་རིགས་པ་བསྟན་འཇུག་
ཤི་ ༡༣༥བ་པ་ལ་གཟེགས།

ཚུལ་ཁྲིམས། (འདུལ་བ) <ལྷི་ལ> ། གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཡིད་ཕྱིར་ལོག་པའི་
སྒྲོང་སེམས་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ངོ་བོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལྟར་དོ། །ཡང་ན་སྒྲོང་བའི་སེམས་པ་
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། ཉེས་སྲོད་སྟེས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། དགེ་བའི་ཆོས་
སྲུང་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གསུམ་མོ། བྱེ་བྲག་ཏུ་
སྒྲ་བས་ནི། མཛོད་ལས། འཆལ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་མི་དགའི་གཟུགས། །དེ་སྒྲོང་ཚུལ་ཁྲིམས་
རྣམ་གཉིས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲ་སྒྲོང་བམ་གཉིས་ལས། ལྷི་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ “ལྷི་ལ་
སལྟོ” ཞེས་འབྲུང་སྟེ། ལེགས་བར་སྲོད་པ་ལ་ཞུགས་ཤིང་ཚུལ་ཁྲིམས་དམ་པོར་བསྐྱངས་
བས་མི་དགེ་བ་སྦྲངས་པའི་མིང་ལ་བྱ། ཡང་གཅིག་ཏུ་ན་ “ལྷི་ཏ་ལ་ཏུ་ཅེ་ལལ” ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ།
ཉོན་མོངས་པའི་གཤུང་བ་ཞི་ཞིང་བསིལ་བར་གྱུར་པའི་མིང་ཡང་ཡིན་ཏེ། དངོས་སུ་ན་ངར་
ཚུལ་གྱིས་མི་དགེ་བ་མི་སྲོད་ཅིང་ཁྲིམས་སྲུང་པའི་མིང་སྟེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །སྤྱི་སྒྲིའི་སྐད་དུ། ལྷི་ལ་ཞེས་པ་སྒྲ་ཐད་སྒྲུར་བྱས་ན་བསིལ་ཐོབ་ཅེས་བྱ་སྟེ།
ཁ་ན་མ་ཐོབའི་གཤུང་བ་ལས་བསིལ་བ་ཐོབ་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་བསྐྱས་
དོན་ལས་ཀྱང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཉེས་སྲོད་བྱི་མ་ལུང་པའི་ཆུ། ཉོན་མོངས་ཆ་གཤུང་སེལ་བའི་
རྒྱ་བའི་འོད། རྟེན་གྲུའི་དབུས་ན་ལྷན་པོ་ལྟ་བུར་བརྗོད། །སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེགས་པ་མེད་བར་

འགྲོ་ཀྱན་འདུད། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཡང་དག་སྒྲུངས་པའི་ཁྲིམས། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་
བཞིན་བསྐྱུང་བར་མཛད། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བཀྲིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་
ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་དབྱེན། ཉེས་
སྲོད་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་
ཁྲིམས་དང་གསུམ་ལོ། །² སྒྲོམ་པ་སྤྱི་ལོ་མིང་། སོ་ཐར་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་ངེས་འབྱུང་གི་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །བྱ་སྒྲོན་རིན་པོ་ཆའི་འདུལ་བ་མདོའི་དོན་རྣམས་པར་འབྱེད་པ་འདུལ་བ་
རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་པོར་བ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ལས། ཆོས་འདི་བ་དག་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ཞེས་བྱ་བ་སྒོར་བ་བདུན་འཁོར་དང་བཅས་པའི་སྒྲོམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྐྱ་
བཤད་ནི། ཚུལ་ནི་སྲོད་པ་དང་ཁྲིམས་ནི་སྒྲོམ་པའི་དོན་ཡིན་པས། སྲོད་པ་མི་དགེ་བའི་ཕྱོགས་
སུ་མི་གཏོང་བར་སྒྲོམ་པ་སེམས་ན་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱའོ། །སྐྱ་སྒྲོར་བཅས་གཉིས་༩ ཙ་བ་
༡༡༥བཤལས། དངོས་སུ་ན་ངར་ཚུལ་གྱིས་མི་དགེ་བ་མི་སྲོད་ཅིང་ཁྲིམས་སྤྱང་བའི་མིང་སྟེ་
ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རྗེ་གྲུང་ཐང་པས་ཀྱང་། རྒྱུད་དོན་ཅེ་ཅོ་
ལས། ཚུལ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་ཅི་ཡིན། །གང་དུ་བྱི་མ་མེད་ལྟར་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་ཚུལ་དུ་
བརྗོད། །ཅེས་བྱི་མ་ཐད་པའི་སྤྱང་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་སྲོད་པ་
ལ་ཚུལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མདོན་པ་མཛོད་སོགས་སུ་ཆངས་པའི་ཚུལ་ཞེས་བཤད་པ་དང་དོན་
གཅིག་གོ། །ཁྲིམས་ནི་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཁྲིམས་ལས་ཡུལ་གྱི་སྤྱེ་པོ་རྣམས་འདའ་མི་ཁུས་པ་
བཞིན། ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཚུལ་དེ་ལས་འདར་མི་དུང་བའི་དོན་ལོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་ད། (འདུལ་བ) ཚུལ་ཁྲིམས་ཤིན་ཏུ་གཙང་བའི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་འགའ་རེའི་སྐུ་
ལུས་དངོས་དང་ན་བཟའ་སོགས་ལས་སྒྲོས་བཟང་པོ་སྤར་བ་ལྟ་བུའི་རི་ཏ་ཅང་ཞེས་པ་ཞིག་
འཐུལ་བ་དེ་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རི་མ་ཐེད། སྐྱབ་ཁང་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོའི་ (ལམ་རིམ་གྱི་
བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག) སྐུ་ལུས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རིང་དཀྱིས་གཟེམ་ཁང་གི་ནང་དང་ཉེ་

འཁོར་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་བཟང་པོ་སྤར་བ་ལྟར་མངར་སིང་ངེ་བར་ཡོད་ལ། ཐ་ན་གཟིམ་ཁང་དུ་
བཞག་སའི་ཆས་ཀ་དང་ཐུག་གཡོག་ཚུན་གྱི་གོས་ལའང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་དང་ལྷང་བའི་ལོ་
རྒྱུས་ནས་ཐར་ཡོད། སྒྲིམ་བྱ་དམ་པ་འགའ་རེའི་སྐྱེ་བུ་ལའང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་དང་འབྲུང་
བ་ཡོད་དེ། སྒྲོན་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་སེར་གྲེས་ཀྱི་རྟོན་མཁན་ཐུར་རིན་
པོ་ཆེ་སློབ་ཟུང་དབང་ཐུག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་སྐྱེ་ཞི་བར་གཤེགས་དུས། དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་
བུང་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་དང་མངར་སིང་ངེར་འབྱུལ་བ་ད་ལྟ་ཡང་ལྷང་ངེར་བྱུང། དེ་དུས་
གཟིམ་ཤག་ཏུ་སྒྲིམ་སྤར་བ་མིན་ནམ་སྒྲིམ་པའི་ལོག་རྟོག་ཀྱང་ཤར་བྱུང་། དེའི་གནས་ཚུལ་
ནམས་ངེད་ཀྱི་བྱི་ཅན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲིམ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟུལ་ཤིས་འབྲུམ་ལ་སྒྲན་
གསན་ཞུས་པས། ཀན་རིན་པོ་ཆེས་ཁྱོད་སྒྲེན་པ་སྒྲིམ་སྤར་ན་ཐུགས་དམ་གྱིས་འོང་ཞེས་
གསུང་སྟེལ་ཡོད་པས། སྒྲིམ་གཏན་ནས་མ་ངེད་ཅས་བཀའ་བཟྱེན་ཞིག་ཀྱང་ཐེབས་བྱུང་། གྲ་
སའི་སྒྲིམ་ཀན་ཉམ་རྒྱུང་ཉམས་ལེན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་གཅད་བ་འགའ་རེ་རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ལུང་
པར་སྒྲིམ་བ་མང་པོའི་བར་ཆབ་མ་བཞེས་ཀྱང་སྐྱེ་ལུས་ལ་བྱི་དན་ཡོད་རྒྱུའི་ཆ་བ་ཏུ་བྱི་མ་མངར་
སིང་ངེ་བ་ཞིག་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱི་མ་ཇེས་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤང་ངོ། །
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལུང་པོ། (འདུལ་བ) ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོགས་ཏེ། སོ་སོར་ཐར་བ་དང་། བསམ་གཏན་
དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ། (འདུལ་བ) <དུ་ཉལྟེ་ལ> ། ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྱུ་ཅན་ཚན། ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པའམ་
རྒྱུད་པ་ལ་ཟེར། རྒྱུད་དོད་དེ་གྲེ་བཟུག་རྟོགས་གྲེད་ཆེན་པོ་༩༥ན་གསལ་ལོ། །སྤྱིར་ཚུལ་
ཁྲིམས་འཆལ་བ་དང་། འཆལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གཉིས་དོན་གཅིག་ལྟ་བུར་སྤང་ཡང་། ཞིབ་ཏུ་
དབྱེད་ན་ཁྱེད་པར་སྒྲིམ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་
པའི་གང་ཟག་ལའང་གོ་ལ། འཆལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ཉམས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་མ་གཏོགས་
གང་ཟག་ལ་མི་གོ་བའི་ཕྱིར་ངོ། །2 བམ་པའི་ལྷང་བ་བྱུང་བ་ལ་ཟེར། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། འདུལ་
བའི་གཞུང་ནམས་སུ་སྐབས་མང་པོར་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་ཞེས་འབྲུང་བ་ནི། རང་འགར་

ལྷུང་བ་སྒྲན་ཆོགས་ཀྱིས་གོས་བ་ལྟ་བུ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། པམ་པའི་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་ལ་ཟེར་
འོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༼ མ་ ༡༩༤༦བཤམས། ལུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་པམ་པར་གྱུར་པའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་འོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་མ་ཐུན་པ། (འདུལ་བ) བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་དགེ་སྤྲོད་དང་། དེ་རིང་
གསར་དུ་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའི་དགེ་སྤྲོད་གཉིས་ལྷུང་བ་སྡེ་ལྟེས་པ་སྤངས་པར་མ་ཐུན་
པའམ་མཆུངས་པས་ལུལ་ཁྲིམས་མ་ཐུན་བ་ཞེས་བྱའོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་དང་བརྒྱལ་ཞུགས། (འདུལ་བ) རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལས་ལྡོག་པས་ན་ལུལ་
ཁྲིམས། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལས་ལྡོག་པས་ན་བརྒྱལ་ཞུགས་སོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན། (པར་ཕྱིན) འཆལ་ལུལ་སྤྲོད་པའི་ལུལ་ཁྲིམས་དང་། ཆ་
བྱད་དང་ལུལ་དང་ལུས་དང་དག་གི་འཇུག་པ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས། གང་ལ་
བརྟེན་ནས་དེ་དག་འབྱུང་བའི་ཕྱང་ལོ་ལ་དམིགས་ནས་སྡེག་པ་འདག་པ་དང་ཉོན་མོངས་ལས་
གྲོལ་བ་དང་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱེན་པར་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། ། ཞེས་
རྗེའི་ལམ་ངེས་ཆེན་མོར་གསལ་བ་ལྟར་འོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ། (པར་ཕྱིན) ཉེས་སྤྱོད་སྤོམ་པའི་ལུལ་ཁྲིམས། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ལུལ་
ཁྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ལུལ་ཁྲིམས་དང་གསུམ་སོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་རྣམ་གསུམ། (པར་ཕྱིན) ལུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་དང་འདྲ།

ལུལ་ཁྲིམས་མི་ལྟོད་པ། (འདུལ་བ) ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྒྱུད་ལའང་འཛེམ་ཞིང་བསྐྱུང་བ་ལ་ཟེར། འཕགས་པ་
སྒོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྐྱུན་པའི་མདོ་༼ མ་ ༡༩༠བཤམས། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྒྱུད་རབ་ལ་ཡང་
འཛིགས་པར་ལྟ་བུས་ལུལ་ཁྲིམས་མི་ལྟོད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུལ་ཁྲིམས་མཆུངས་པ། (འདུལ་བ) ལུལ་ཁྲིམས་མ་ཐུན་པ།

ལུལ་འཆོས། (འདུལ་བ) ལོག་འཆོའི་ལྟའི་དང་སོ་སྟེ། རྟེན་བཀྲར་གྱི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱི་མིག་སྤྲོད་
ལུལ་ལེགས་པར་འཆོས་པ་སྟེ་སྤོམ་པར་བྱེད་པའོ། །དབུ་མ་ངེན་ཆེན་སྤང་བ་ལས། ལུལ་

འཆོས་རྟེན་དང་བཀྲར་སྟེའི་ཕྱིར། །དབང་པོ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐང་གི་
རིན་ཆེན་དར་རྟེན་ལས། ལུལ་འཆོས་ནི། རྟེན་པ་དོན་དུ་གཉེར་བས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་ནས་
གཞན་གྱིས་བདག་ལ་བསྟེན་བཀྲར་བྱས་ན་ཅི་མ་རུང་། བདག་གིས་དེ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་
སྒྲིམ་ནས་སྟོང་ལུལ་ལེགས་པར་འཆོས་པའོ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱ་བཤད་ནི། ལུལ་ནི་དང་
ལུལ་ལས་སྟོང་ལུལ་གྱི་དོན་དང་འཆོས་པ་ནི་བཅས་པའི་དོན་ཡིན་པས་རྟེན་བཀྲར་གྱི་ཕྱིར་
སྟོང་ལུལ་བཅས་པའི་དོན་མོ། །

ལུལ་མིན། ལམ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའི་བསམ་སྟོང་དན་པ་ལ། ལུལ་མིན་ཟེར། ཡིན་ལུགས་
ལུལ་མཐུན་མིན་པ། བསམ་སྟོང་ཞོར་བ་རྣམས་དོན་འདྲ།

ལུལ་མིན་ཡིད་བྱེད། ། ཆགས་སྤང་གི་ཡུལ་ལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་དུ་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་འབྲུལ་པ་
ཞིག་འདིས་ཆགས་སྤང་གི་སྟོ་སྟེད་པར་བྱེད། རྗེའི་དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། དེ་
ལ་ཡུལ་ལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་གི་བྱེད་པར་སྟོ་འདོགས་པ་ནི་ཆགས་སྤང་གཉིས་སྟེ་པའི་རྒྱ་
ལུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཡིན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །ལུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ལ་གོ་དོན་
འགའ་ཤས་ཡོད་ཀྱང་། གོ་དོན་དང་པོ་འདི་ལ་གཙོ་བོར་གོ་བ་ཡིན། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་པ་
སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། ལུལ་བཞེན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་
བཅས་པའི་རྒྱུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །2 བདེན་འདྲིན། བདེན་པར་འདྲིན་
པའི་སྟོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མཆོན་མར་འདྲིན་པ་ཡིན་པས་
འཆང་བྱ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པའོ་སྒྲིམ་དུ་འདྲིན་པ་ནི། ལུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་བདེན་འདྲིན་གྱི་རྟོག་
པ་དང་། ལུལ་བཞེན་ཡིད་བྱེད་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་མ་བྱེད་པའི་སྟོན་མོ། །ཞེས་དང་།
ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གཟུགས་ཚོར་སོགས་ཚས་ཀྱི་སྟོས་པ་ལ་བདེན་པར་འདྲིན་པའི་མ་རིག་པ་
ནི། བདག་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་རྟེན་ནས་དེ་བསྟོམས་པས་ལྟོག་ལ། དེ་ལོག་ན་
བདེན་འདྲིན་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱག་མི་སྤྱག་སོགས་ཀྱི་མཆོན་མར་སྟོ་འདོགས་པའི་
ལུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ལྟོག་གོ། དེ་ལོག་ན་འདྲིན་ལྟའི་རྩ་བ་ཅན་གྱི་ཆགས་སོགས་

ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ཐོག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །³ ཡུལ་ལ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
ལས་སྐྱལ་པར་སློ་འདོགས་པའི་སློ་འབྲུལ་པ་ཞིག་ལ། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཟེར། འདིའི་ནང་གོ་
དོན་དང་བོད་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ཀ་འདུའོ། །⁴ ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སློ་སྤྱིའི་མིང་། རྣམ་བཤད་སྟེང་
པའི་རྒྱན་ལས། ཁམས་གསུམ་ལ་གནས་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྟོང་བ་དང་། གཅང་བདེ་
སོགས་ཀྱི་མཆན་མར་འཛིན་པའི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་། འཛིག་ཆོགས་
ལ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་འདོར་བ་དང་། ཞེས་གསུངས།

ཚུལ་བཞིའི་བཤའ་བ། (གསང་སྐྱེགས་) རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་ཚུལ་བཞི་ནི། ཡིག་དོན་གྱི་
བཤའ་བ། སྤྱི་དོན་གྱི་བཤའ་བ། སྤྲུལ་དོན་གྱི་བཤའ་བ། མཐར་ཐུག་གི་བཤའ་བ་དང་བཞི་ལོ། །
ཚུལ་གཞོན། ཚུལ་འཆོས། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤའ་ལས། གཡོ་ཅན་ཚུལ་གཞོན་པ་འཇམ་ལ། །མ་
བརྟགས་བར་དུ་ཡིད་མི་བརྟན། །མ་བྱ་གཟུགས་མཛེས་སྤྱོད་ལྟ་ཡང་། །དེ་ཡི་ཁ་ཟས་དུག་
ཆེན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

ཚུལ་ཤིང་། (འདུལ་བ) དགོ་འདུན་གྱི་ལས་ཆོག་བྱེད་དུས་དགོ་འདུན་གྱི་གངས་འཕྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་གྱ་
ཆོས་མེར་བོས་ཁ་བསྐྱར་ཞིང་། སྟོན་སྤྱོད་མཛུ་མ་མའི་ཆད་ཅན་པ་ལ་རིང་བྱང་ཁྲ་གང་ཅན་པ་
ཞིག་གི་མིང་། སྤྱོད་བཤའ་ནི། ཚུལ་ནི་འདིར་ཐབས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་དགོ་འདུན་གངས་འཕྲེན་
བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པས་ན་ཚུལ་ཤིང་ཞེས་བྱའོ། །ལུང་ཁྱུ་བ་༩ པ་བ་ ༥ ༥¹ འཕམས།
ཚུལ་ཤིང་གི་རབ་དུ་ལྟན་པ་གང་ཞེན། བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྟོང་བགང་བའི་བྱིར་ཚུལ་
ཤིང་ཇེས་སུ་གནང་སྟེ། ཚུལ་ཤིང་ནི་རིང་བ་ཡང་མ་ཡིན། ཐུང་བ་ཡང་མ་ཡིན། སྟོན་པ་ཡང་
མ་ཡིན། སྤྱོད་པ་ཡང་མ་ཡིན། འཁྱོར་བ་ཡང་མ་ཡིན། རྩལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པར་སྟོན་པར་བྱ།
བར་བ་དང་། འཇམ་པ་དང་། བཞིན་གནང་བ་ལྟ་བུར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཚུལ་གསུམ། (རྣམ་འགྲེལ) རྟོགས་ཆོས། ཇེས་བྲུག་ རྟོག་བྲུག་དང་གསུམ་དང་གསུམ། སྤྱོད་བཤའ་ནི།
ཚུལ་གྱི་སྤྱོད་འཇུག་ཡུལ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ཐབས་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་
བསྐྱེད་བྱེད་སོག་པའི་ཚུལ་ལམ་ཐབས་ཡིན་པས་ན་ཚུལ་གསུམ་ཞེས་མིང་བརྟགས་སོ། །

ཆོ་གཅིག་ལུས་གཉིས། སྤྱིང་མོ་སྤུལ་བར་མ་གྱུར་བའི་མིང་། གི་མེད་ཤེལ་གྲེང་༢༥༧ལས། ཆོ་
གཅིག་ལུས་གཉིས་གཉན་ནད་འཛོམས་བར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས།

ཆོ་དང་ལྷན་ད། (འདུལ་བ) <ལྷ་ལྷུང་ན> 1 རབ་བྱུང་བསྐྱབ་བ་ཤོན་བས་རང་ལས་བསྐྱབ་བ་གཞོན་བ་
ལ་འབོད་བའི་ཉི་ཆོག་ཅིག་གཞོན་བ་ལ་གནས་བརྟན་ཞེས་གྲུང་བཟོད་རིགས། ཆོ་རིང་དུ་
གནས་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུའི་དོན་ཡིན་བར་སྟུམ། ཆོ་དང་ལྷན་བའི་སྐད་དོད་དེ། བྱེ་
བྱལ་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༡༩༧ན་༩ན་གསལ་ལོ། །འདུལ་བ་རྣམ་བར་འབྱེད་བའི་ཆོག་རྣམ་
བར་བཤད་བ་༽ རྒྱ་ ༡༩༧༡ལས། ཆོ་དང་ལྷན་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོ་ཡོད་བ་སྟེ། དེའི་འབྲས་
བུའི་རྩེས་སུ་ཞུགས་བས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བཟོད་བར་འདོད་བར་འདོད་བའི་བྱིར་ལྷན་བ་ཞེས་སྟོས་
སོ། །ཞེས་གསུངས། 2 ཞེས་འཛོག་ཅིག་ 3 གཞན་དགའ་བར་བྱ་བའི་ཆོག་བརྒྱད་སྟོང་བའི་
དགའ་འབྲེལ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། ཆོ་དང་ལྷན་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱད་བར་ནི་དགའ་བར་བྱ་བའི་
བྱིར་ཉེ། འཛིག་རྟོན་ན་ཆོ་འདི་འདོད་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་དེ་དང་ལྷན་བ་ནི་དགའ་བ་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ།

ཆོ་དང་ལྷན་བ་དགའ་བོ། (འདུལ་བ) ཆོ་དང་ལྷན་བ་དགའ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཡལ་
ལུས་གཅིག་བའི་སྒྲིམ་མཆོད་གཞོན་བ་ཡིན། འདི་འདོད་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དགེ་སྟོང་ཞིག་
ཡིན། འདིའི་སྟོང་འདུལ་བ་ལུང་ཐན་ཆོགས་༽ ཐ་བ་ ༡༡༥དང་༡༩༡སོགས་སུ་བཞུགས་
སོ། །

ཆོ་འདིའི་སྤང་ཤས། ཆོ་འདིའི་བསམ་སྒོ་བྲགས་ཆེན་པོ། བྱི་མའི་དོན་ལ་མི་སེམས་བར་ཆོ་འདིའི་
དབང་འདུལ་གཉེན་སྟོང་དང་ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ཁོན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་བྲགས་ཆེན་པོ།
རྩེའི་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དགའ་ཆོ་ལོང་མེད་ད། །ཡིད་ལ་གོམས་
བས་ཆོ་འདིའི་སྤང་ཤས་ལྟོག །ལས་འབྲས་མི་བསྐྱུ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་རྣམས། །ཡང་ཡང་
བསམ་བས་བྱི་མའི་སྤང་ཤས་ལྟོག །དེ་ལྟར་གོམས་བས་འཁོར་བའི་བྱན་ཆོགས་ལ། །ཡིད་
སྟོན་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་སྟེ་ཞིང་། །ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་ཐར་བ་དོན་གཉེར་སྟོ། །བྱུང་ན་དེ་ཆོ་

དེས་འབྱུང་སྒྲིམ་པ་ལགས། །ཞེ་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཆེ་མདོ་དང་ཆེ་གཟུངས་ཀྱི་ལྷོ་ག ། ཏུ་ར་ན་ཐའི་ཆེ་གཟུངས་དང་ཆེ་མདོའི་ལྷོ་ག

ཆེ་ནི་ཡུན་ཐུང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་ཞེས་སོགས། ཆེ་ནི་ཡུན་ཐུང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་། །ཆེ་ཡི་
ཆད་ཀྱང་ངེ་ཅམ་མི་ཤེས་པས། །དང་པས་རྩ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། །རང་གི་འདོད་པ་དང་དུ་
ལྷང་བར་བགྱ། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་རྩོ་བོ་རྩེའི་ལམ་སྒྲོན་རང་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ཡིན།
འོན་ཀྱང་ཆོག་རེ་ཐུང་ལ་ཁྱད་བར་ཡོད་དེ། ལམ་སྒྲོན་རང་འབྲེལ་ལས། ཆེ་ནི་ཡུན་ཐུང་ཤེས་
བྱའི་རྣམ་པ་མང་། །ཆེ་ཡི་ཆད་ཀྱང་འདི་ཅམ་མི་ཤེས་པས། །དང་པས་རྩ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་
ལྟར། །འདོད་པའི་དངོས་པོ་དང་ལས་ལྷང་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

ཆེ་ཐུན་སྒྲུལ་ཆོགས་པ། ཆེ་ཐུན་སྒྲུལ་ཆོགས་པ་ནི། སྒྲོན་གྱི་འཕེན་པས་ཆེ་རིང་དུ་འཕེན་ཞིང་
འཕངས་པ་ལྟར་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའོ། །ཞེས་རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་
ལོ། །

ཆེ་མཆམས་པ། མི་ཆེ་ཤིལ་པོ་མཆམས་ལ་སྒྲོད་མཁན་གྱི་མཆམས་པའི་མིང་།

ཆེ་རིང་མཆད་ལྷ། བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་མ། (སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ། གཡས་རྩོ་རྩེ། གཡོན་བུམ་པ་ཐོགས་
པ། སེང་གེ་ལ་ཆེབས་པ) མ་ཐེང་གི་ཞལ་བཟང་མ། (སྐྱུ་མདོག་སྒྲོན་མོ། གཡས་བ་དན།
གཡོན་མེ་ལོང་ཐོགས་པ། རྒྱང་ལ་ཆེབས་པ) མི་གཡོ་ལྷོ་བཟང་མ། (སྐྱུ་མདོག་སེར་མོ།
གཡས་བདུད་རྩིའི་གཞོང་པ། གཡོན་ནེའུ་ལེ་བསྐྱམས་པ། ལྷག་ལ་ཆེབས་པ) ཅོད་པན་མགྲིན་
བཟང་མ། (སྐྱུ་མདོག་དམར་མོ། གཡས་ནོར་བུ། གཡོན་གཏོར་སྒྲོམ་ཐོགས་པ། ག་བ་ཡུ་མོ་ལ་
ཆེབས་པ) གཏད་དཀར་འགྲོས་བཟང་མ་དང་ལྷོ། ། (ལྷེ་དཀར་ཞེས་ཀྱང་སྤྱང་། སྐྱུ་མདོག་
ལྗང་ཁ། གཡས་རྩ་དུར་བ། གཡོན་སྒྲུལ་ཞགས་ཐོགས་པ། འབྲུག་ལ་ཆེབས་པའོ། བཀྲ་ཆེན་
ལྷོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཆེ་རིང་མཆད་ལྷ་བསྐྱན་མ་བཅུ་གཉིས་དང་བཅས་པ་ལ་མཆོད་གཏོར་
འབུལ་རྩུལ་ལས་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །

ཆོག་ཁྲིམ། (བརྩ་སྤྱོད་) ཆོག་སྒྲུ་བྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་ས་ཁོངས་སམ་ཡིག་འབྲུའི་ཆོགས་པའི་མིང་།

དཔེར་ན་ “བསྐྱབས་” ལྟ་བུ།

ཆོག་བར། (བར་སྐྱོད་) ཆོག་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་ས་ཁོངས་སམ་ཆོག་འབྲུ། དཔེར་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཁུན་ཉིད་ལས། །ཞེས་པར་ཆོག་བར་བརྟན་ཡོད་པ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། ཆོག་ས་བཅད་དམ་
ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གཤེད་བར་དུ་བྱས་ན་ཆོག་བར་སོ་གཉིས་དང་། བོད་ཡིག་གི་
དབང་དུ་བྱས་ན་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

ཆོད་མ། བ་བཅས་རྒྱ། ཆོས་ས་ལས། ཆོད་མར་རྒྱུད་པའི་ཉ་དང་འབྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཆོས་ས་ཤིང་། (འདུལ་བ་) སོ་ཤིང་དང་དོན་འབྲ།

ཆོས་ཞག (འདུལ་བ་) ཡུད་ཅམ་བྱེད་དང་སྤུལ་ཅུའི་ཡུན་གྱི་མིང་། ཡུད་ཅམ་གཅིག་ལ་དེང་དུས་ཀྱི་རྒྱ་
ཆོད་ལ་སྤྱར་ན། སྐར་མ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་བརྒྱད་ཡོད། བྱིས་ཞག་ཉིན་ཞག་ཆོས་ཞག་སྟེ་གསུམ་
ཀྱི་ནང་ནས་སྤང་ཤོས་ཆོས་ཞག་ཡིན། ཞག་ལ་གཟིགས། ཆོས་ཞག་གཅིག་ལ། རྒྱ་ཆོད་ཉི་ཤུ་
རྩ་གསུམ་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་ཉག་ཉག་ཡོད། 23.24 hrs.

ཆོག་ས། 1 དཀོན་མཆོག་ལ་འབྲུལ་རྒྱུའི་བཟའ་བརྟན་གི་རིགས། ཆོག་ས་མུས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 མང་
སོ་མཉམ་དུ་འཆོག་ས་པའི་མིང་། མི་ཆོག་ས་ཆེན་སོ་ལྟ་བུ། 3 <སི་རྩ་ར> དགེ་པའི་ལས། དེས་
ཆོག་ཞེ། ཡང་དག་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པ། བྱང་རྒྱལ་གསུམ་སོ་གང་རུང་རང་གི་འབྲས་བུར་
ཡང་དག་པར་འཛིན་པའམ་ལྡན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། མཆོན་གཞི་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་ཆོག་ས་གཉིས་ལྟ་བུ།

ཆོག་ས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར། (གསང་སྤྱགས་) ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་འབྲ།

ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། (གསང་སྤྱགས་) རྣལ་འབྱོར་སོ་མོ་གཉིས་ཀ་འཆོག་ས་ནས་ཆོག་ས་འབྲུལ་བའམ།
འབྲུལ་རྒྱུའི་ཆོག་ས་མུས་ལ་ཟེར། མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱར་” ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་”
ཞེས་པའི་ཐད་ཉ་རྩ་ལས། རྣལ་འབྱོར་ལྡན་པའི་བརྟན་མོ་དང་། །ལྟན་ཅིག་ཟ་བ་ཆོག་ས་
འཁོར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་། དཀྱིལ་འཁོར་པའི་ལྟ་བུ་གངས་དང་མཉམ་
པའི་ལྟ་འཛིན་ཆ་ལུགས་སུ་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་སོ་མོ་གཉིས་རྣམས་སུ་འཁོར་པ་ལ་ཟེར། རྗེའི་

རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས།

ཆོགས་ཀྱི་གཏམ། <སྤྱི་རྒྱ་ར་བ་རིག་སྤྱི> སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛད་པའི་བསྟན་བཅས་ཐུང་
དུ་ཞིག་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་སྤྱི་རྒྱ་ར་བ་རིག་སྤྱི་ བོད་སྐད་དུ་ཆོགས་ཀྱི་གཏམ་ཞེས་བྱའོ། །འདི་ལ་
ངོས་ཤོག་གསུམ་ཙམ་ཡོད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་འདིའི་ལུང་འདྲེན་ཐེངས་གསུམ་ཙམ་
མཛད། འདི་སྡེ་དགེ་སྤྱར་མའི་བསྟན་འགྱུར་སྤྱི་གསུམ་བཅས་༼ གཤམ་ ༡༡༥༽ རབ་ཀྱི་བཞུགས་སོ། །

ཆོགས་ཙན་མ། (འདུལ་བ) སྤྱད་འཆོང་མ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཡོངས་སྟོང་པར་བྱ་
བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ན་གསལ། འདུལ་བ་རྣམས་པར་
འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་ ༣༡༥ ལས། ཆོགས་ཙན་མ་ནི་སྤྱད་འཆོང་མ་སྟེ།
ཆོགས་ཙན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་པོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དོ། །བྱད་མེད་གང་ལ་སྟེ་པོའི་ཆོགས་
ཐམས་ཅད་བདག་པོར་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཆོགས་ཙན་མ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས། ལི་ཤིའི་
གྲུང་ཁང་ལས། ཆོགས་ཙན་མ་ནི་སྤྱད་འཆོང་མའི་ཆོགས་ལ་ཟེར་བའང་སྟངས། ཞེས་གསུངས།
ཆོགས་བདག་ <ག་ཏ་བ་ཏི> ལྷ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོའི་བྱ་ཆོགས་བདག་སྤངས་སྤྱི་ སྤྱ་བཤད་ནི། ལྷའི་
ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་བདག་པོ་སྟེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱ།

ཆོགས་སྟྱི། (རྣམ་འགྲེལ) ཡ་གྲུལ་དུ་མ་འདུས་པ། ཆོགས་སྟྱིའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན་བུམ་པ་ལྷ་བྱའོ། །
ཆོགས་སྟྱོད། (བཀའ་བརྒྱུད) སྟྱོད་པ་ལྷའི་ནང་གསེས། ཁྲིམ་ཆེན་པོ་འང་ཆོང་འདུས་སམ་རིགས་རན་
གྱི་ཁྲིམ་སོགས་སུ་བྱིན་ཏེ་སྤྱི་གར་ལ་སོགས་པས་བསྟོད་ཆོད་གཤེད་ཀྱི་འཆོག་སོགས་བྱུང་
ན་ནགས་ལ་མེ་མཆེད་པ་ལྷར་དགེ་སྟོང་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སོགས་སུ་འགྲོ་བའི་སྟྱོད་པ་ལ་
ཟེར། རེས་དོན་རྒྱ་མཆོན་གསལ།

ཆོགས་ཞིང་། སྤྱབས་ལུལ། སྤྱབས་ལུལ་གྱི་འདུས་ཆོགས། སྤྱ་བཤད་ནི། ཆོགས་གསོག་པའི་ཞིང་
སྟེ་ལུལ་ཡིན་པས་ན་ཆོགས་ཞིང་ཟེར་ཏེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་
ལ་རྒྱ་ཆེན་སྟོང་པ་དང་ཐབ་མོ་ལྷ་བའི་བརྒྱུད་པའི་སྤྱི་རྒྱ་ར་བ་རིག་སྤྱི་སྤྱད་པར་གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་བཀའ་སྟོད་དང་

བཅས་པ་དབག་ཏུ་མེད་པ་བཞུགས་པར་བསམས་ཏེ་ཆོགས་གསོག་པའི་ཁྲིམ་གསལ་གདབ།
ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ན་ཁྲིམ་ས་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་རྒྱུ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་
འབྱུང་བའི་དཔེ་ལྟར། འདིར་ཡང་ཆོགས་ཁྲིམ་གྱི་སྐྱབས་ཡུལ་དེ་དག་ལས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུ་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལ་ཁྲིམ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིན། ཡང་
ན་སྐྱབས་ཡུལ་མང་པོ་འདུས་པས་ན་ཆོགས་དང་། བྱག་མཚོད་དང་བསོད་ནམས་གསོག་
པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཁྲིམ་ཞེས་བཞོད་དོ། །པཎ་ཆེ་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཐེན་གྱིས་
འབལ་ལས། གྱིར་ཆོགས་ཁྲིམ་གྱི་དོན། ཆོགས་ཡང་ཡིན། ཁྲིམ་ཡང་ཡིན་པ་ལ་ཆོགས་ཁྲིམ་གྱི་
དོན་བྱེད་པ་ཅིག་དང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་འབྱུང་བའི་ཁྲིམ་སྟུ་བྱ་
ཡིན་པས་ན་ཆོགས་ཁྲིམ་ཞེས་བཞོད་པའི་ལུགས་གཉིས་གསུངས། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །
ཆོགས་རམས་པ། དག་བཤེས་འབྲིང་ཁག་ཅིག་སེར་གྱིས་མཁས་སྟན་གྲ་ཚང་གི་གསུང་རྒྱན་ལ་ལྟ་
ཆོགས་གཉིས་ལན་གཙོ་བོ་དང་། གླིང་བསྐྱེད་རིགས་རམས་པ་གཉིས་བཤད་པ་གཙོ་བོ་
ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟོན་ཡོད། སྐྱབས་ཤིན། དག་ལ་ལྟན་གྱི་ཆོགས་མཚོད་སྟོན་ལམ་སྐྱབས་གྲ་
སྟོར་དམ་བཅའ་བཞག་པའི་དག་བཤེས་ཡིན་པས་ཆོགས་རམས་པ་ཟེར་རོ། །དེ་ཡང་ཆོགས་
ནི་ཆོགས་མཚོད་སྟོན་ལམ་དང་། རམས་ནི་རབ་འབྱམས་ཀྱི་བསྐྱུས་ཆོག་གོ། །སྟོ་མང་སོག་པོ་
མཁན་བྱུང་དག་དབང་ཉི་མའི་གསུང་འབྱམ་ཚོར་བྱའི་ནང་དེའི་སྟོར་བྱུང་ཅམ་གསལ་ལོ། །

ཆོགས་བཤད། སྟོབ་མ་སྤྱི་བྱུང་ལ་འཆད་པ།

ཆོགས་བཤད་དང་སྟོབ་བཤད། ཁྲིམ་བསྐྱགས་སམ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པར་བྱ་བ་ལ་ཆོགས་བཤད།
སྟོབ་མའི་གཙོ་བོ་ལ་བཤད་པར་བྱ་བ་ལ་སྟོབ་བཤད་ཟེར། ཆོགས་བཤད་ཀྱི་མཚན་གཞི་ནི།
མཐའ་དྲག་གི་ནང་ནས། སྤྱི་ཇི་བཞིན་པ་དང་། དགོངས་པ་ཅན་མིན་པ། དང་དོན་དང་གསུམ་
དང་། ཚུལ་བཞིའི་ནང་ནས། ཡིག་དོན། གྱི་དོན་བཅས་ནི་ཆོགས་པ་ལ་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་
ནོ། །སྟོབ་བཤད་ཀྱི་མཚན་གཞི་ནི། མཐའ་དྲག་གི་སྤྱི་ཇི་བཞིན་པ་མིན་པ། དེས་དོན། དགོངས་
པ་ཅན་དང་གསུམ་དང་། ཚུལ་བཞིའི་སྤྱི་ཇི་དོན་དང་། མཐའ་དྲག་གི་དོན་ནམས་ནི་སྟོབ་མ་ལ་

བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ལ་གཞི་བྱས།
ཆོགས་སྤྲུམ་ཡོངས། (འདུལ་བ) དག་སྐྱོང་ངམ་དག་སྐྱོང་མ་བཞི་གྲ་ཡོངས་པ།
ཆོང་འདུས། (འདུལ་བ) ཆོང་གི་ཆེད་སྦྱེ་པོ་མང་པོ་འདུས་པའི་ཁྲིམ་ར།
ཆོང་རྒྱ། (འདུལ་བ) ཆོང་ར། རྒྱ་ཁྲུང་ཆེན་པོའི་འགྲམ་གྱི་གོང་ཁྲེར་དུ་ཉི་ཆོང་བྱེད་པའི་གནས་ཞེས་
འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །
ཆོང་སྒྲོགས། ཁེ་སྒྲོགས། བཞི་བརྒྱ་བ་ལས། འདིར་བྱིན་བ་ཡི་སྦྱིན་བ་ལ། །འབྲས་བྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་
འབྱུང་ཞེས། །ལེན་དང་ཡོངས་སྤྲུམ་གཏོང་བ་ནི། །ཆོང་སྒྲོགས་བཞིན་དུ་སྦྱང་བར་འབྱུང། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
ཆོད་བགས་པ། ཉམས་ཆོད་ལེན་པ། ཁོག་ཆོད་ལེན་པ།
ཆོད་མ། 1 སྡོ་ཆོད། 2 སྡོ་ཆོད་ཀྱི་ཟས། 3 ག་བཟོས་པའི་ཟས། ཉའི་ཆོད་མ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དཔེ་ཆོས་
རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲས་འགྲེལ་ན་གསལ། ཆོད་མ་ཞེས་བ་སྡོ་ཆོད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་ཟས་
ལ་གྲགས་ཆེ།
ཆོད་རན་པ། ཆོད་དང་ལྡན་པ།
ཆོད་རན་པར་བཟའ་བ། ཆོད་དང་ལྡན་པར་བཟའ་ཞིང་སྦྱང་པའི་དོན། འགྲེལ་བ་རྒྱ་ཟེར་༡༡༡ནལས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
ཆོན་ཆེན་བརྒྱད། (འདུལ་བ) མི་རུང་པའི་ཆོན་ཆེན་བརྒྱད་ལ་གཟིགས།
ཆོམ་པ། ཐེ་ཆོམ་གྱི་མིང། སྤེ་སྤིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་གཡའ་སེལ་ ༣ ནལལས། ཁུངས་མེད་ཀྱི་
ཆོམ་བ་བྱུང་བ་འདི་ནས་བཤད་ཀྱི་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
ཆོམས། 1 སྤེ་ཆོན་ནམ་ལེའུ། དཔེར་ན་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་ཆོམས། ཉའི་ཆོམས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 སྡོན་
བ་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོམས་ཞེས་བྱ་བ་སྤེ་ཆོན་སོགས་སྤྲུམ་
གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་འདི། དག་བཙུག་པ་ཆོས་སྦྱོབ་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བཙུག་པ་ལྟར་འདས་ཞེས་
བཞུགས་པའི་དུས་ཉིད་ན་བཀའ་བསྐུ་མཛད་པར། སྦོལ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་མཛད་པའི་

ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོམས་ཀྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་ལས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་ཆོམས་སམ་
ལེའུ་སོགས་ལོད་དེ། ༡ མི་རྟག་པའི་ཆོམས། ༢ འདོད་པའི་ཆོམས། ༣ སྤེད་པའི་ཆོམས།
༤ བག་ཡོད་ཀྱི་ཆོམས། ༥ སྤྱག་པའི་ཆོམས། (སྒྲིམ་ལས་དགའ་བ་ཞེས་འབྲུང་ཡང་། དགའ་
བ་དང་སྤྱག་བ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པས། འདིར་སྤྱག་པའི་ཆོམས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།) ༦
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོམས། ༧ ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་ཆོམས། ༨ ཆོག་གི་ཆོམས། ༩ ལས་ཀྱི་ཆོམས།
༡༠ དང་པའི་ཆོམས། ༡༡ དག་སྤྱོད་གི་ཆོམས། ༡༢ ལམ་ཀྱི་ཆོམས། ༡༣ བཀུ་སྒྲིའི་ཆོམས།
༡༤ འཁུ་པའི་ཆོམས། ༡༥ དན་པའི་ཆོམས། ༡༦ སེལ་བུའི་ཆོམས། ༡༧ རྒྱའི་ཆོམས། ༡༨
མེ་རྟོག་གི་ཆོམས། ༡༩ རྟའི་ཆོམས། ༢༠ ཁྲོ་བའི་ཆོམས། ༢༡ དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་
ཆོམས། ༢༢ ཐོས་པའི་ཆོམས། ༢༣ བདག་གི་ཆོམས། ༢༤ བསྐྱེ་བའི་ཆོམས། ༢༥ མཛོད་
བཤེས་ཀྱི་ཆོམས། ༢༦ ལྷ་དན་ལས་འདས་པའི་ཆོམས། ༢༧ མཐོང་བའི་ཆོམས། ༢༨ སྤྱིག་
པའི་ཆོམས། ༢༩ སྤྱགས་ཀྱི་ཆོམས། ༣༠ བདེ་བའི་ཆོམས། ༣༡ སེམས་ཀྱི་ཆོམས། ༣༢
དག་སྤྱོད་གི་ཆོམས། ༣༣ བམ་ཟེའི་ཆོམས་དང་སོགས་ལས་སོ། །སྒྲིམ་ལ། མི་རྟག་འདོད་དང་
སྤེད་པ་དང་། །བག་ཡོད་དེ་བཞིན་དགའ་བ་དང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལེགས་སྤྱོད་ཆོག་དག་
དང་། །ལས་དང་དང་པ་དེ་དག་བསྐྱེ། །དག་སྤྱོད་ལམ་དང་བཀུར་སྒྲི་དང་། །འཁུ་དང་ལྷ་བ་དན་
པ་སྤྱེ། །སེལ་བུ་རྒྱ་དང་མེ་རྟོག་དང་། །རྟ་དང་ཁྲོ་བ་བཅུ་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་ཐོས་
དང་བདག་། །བསྐྱེ་དང་མཛོད་བཤེས་ལྷ་པའོ། །ལྷ་དན་འདས་དང་མཐོང་བ་དང་། །སྤྱིག་དང་
སྤྱགས་དང་བདེ་བ་དང་། །སེམས་དང་དག་སྤྱོད་ཆོམས་དག་དང་། །བམ་ཟེ་ཡང་ནི་ཐ་མ་
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་སྤྱེ་དག་བཀའ་འབྲུར་མདོ་སྤྱི་༩ ས་བ ༡༥འག་གངས་
༡༠༩༡དང་། སྤྱེ་དག་བསྐྱར་འབྲུར་མདོན་བ་༩ ཏུ་བ ༡༩༡གཉིས་ཀ་ན་བཞུགས་ཤིང་།
(སི་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་འདི་བཀའ་འབྲུར་བསྐྱར་འབྲུར་གཉིས་ཀའི་ཁོངས་སུ་
བཞག་ཅིང་། བསྐྱར་འབྲུར་དཀར་ཆག་ཏུ་འདི་མདོ་སྤྱེའི་སྤྱེ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོངས་འབྲེལ་ཡིན་
གསུང་བཞིན་དུ། ཡང་མདོན་པའི་སྤྱེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་པ་སོགས་ནིར་འཁྲུལ་འགའ་རེ་

སྒྲུང་དོ། །ཁོ་བོ་ནི་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། ཆོམས་ལས། རྒྱལ་བས་
 ཆེད་དུ་བརྗོད་གསུངས་པ། །བདག་གིས་རབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱ། །ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
 ཡིན་པ་གསལ་བར་བཤད་པའི་བྱིར་རོ། །བཀའ་གདམས་གཞུང་བྱག་ཏུ་གྲགས་པའི་ཡ་གྲུལ་
 ཞིག་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དབྱ་བཅོམ་པ་ཆོས་སྟོབ་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཞིག་ཡིན། གྲེ་བྲག་
 ཏུ་སྐྱེ་བས་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བཞེད། འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་སྟོབ་ཀྱིས་བརྩམས་ཡང་
 ཟེད། དོན་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་གི་ལམ་དཔེ་དང་དོན་གྱི་སྟོན་མ་གསལ་བར་སྟོན་པ་ཞིག་གོ།
 འགའ་ཞིག་གིས་བསྟན་འགྲུར་གྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་ནའང་། ཡོངས་གྲགས་སུ་ནི་བཀའ་འགྲུར་
 གྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་སོ། །ཆོམས་ཞེས་པ་འདིར་སྟེ་ཆོན་གྱི་མིང་ཡིན་པས། འདི་ལ་སྟེ་ཆོན་
 ནམ་ལེ་ཆོན་སུམ་ཅུ་ཙག་སུམ་ཡོད་དོ། །³ མི་མང་པོ་འདུ་སའི་ཁང་བའམ། གནའ་བོ་བོད་དུ་
 བོད་གཞུང་གི་གཞུང་ཞབས་ནམས་འདུ་འཛོམས་གནང་སའི་ཁང་པ་ཆེན་པོ་དེའི་མིང་ཡིན། ⁴
 ཆོམ་བུ་ཆོམ་བུར་བྱས་ནས་སྤངས་པའི་བྱུང་པོ། སྟེ་ཆོན་སྟེ་ཆོན་དུ་བྱས་ནས་སྤངས་པའི་
 བྱུང་པོ་ལ། ཆོམས་ཟེད། ཆོམས་དང་། བྱུངས། ཐང་མ་གསུམ་ག་ཡང་བྱུང་བའི་དོན་ཡིན་པ་
 འདྲ་ནའང་། ནང་གསེས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ཐང་མ་ཞེས་
 བྱ་བ་ནི་བཀའ་པའི་བྱུང་པོ་ལོ། །ཆོམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤེག་པའི་ (འདིའི་བཤེག་པ་ཞེས་པ་ནི་
 བྱུང་པོ་ཆེན་པོ་དེ་ལས་དུས་བུ་ཆུང་དུ་ཆུང་དུར་བཏང་བའི་དོན་ཡིན། བྱུང་པོ་ལོ། །བྱུངས་ཞེས་
 བྱ་བ་ནི་ཆོམས་ (ཆོམ་བུ་མང་པོ་སྤངས་པའི་བྱུང་པོ) དག་གི་བྱུང་པོ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་
 སོ། །ཆོམ་བུ་དང་དོན་གཅིག་གོ།

ཆོར་དག། (མར་ཕྱིན) ཆོར་ངས་ལ་གཟེགས།

ཆོར་ངས། (མར་ཕྱིན) བོག་ཐུག་ཆེ་བའི་དོན། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་བརྟེན་བཀོལ་དོན་གཉེར་
 ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ན་གསལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་མོར། ཆོར་དང་ཅེས་གསལ།

ཆོར་བ་སིམ་པ། (མར་ཕྱིན) ཆོར་བ་བདེ་བ། སྐྱབ་ཤད་ནི། ཆོར་བ་སིམ་པ་སྟེ་བསེལ་བས་ན་དེ་སྐད་
 ཅེས་བྱའོ། །རྣམ་འབྲེད་འབྲེལ་༼ ཚུ ༡༧༩༥༽བཤམས། སིམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསེལ་

བཤོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆོལ་གྲོ། (སྒྲོ་སྒྲོང་) ཆོལ་གྲོ་དང་འབྲ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་ཆོལ་གྲོ་ཞེས་སྣང་།

ཆོལ་གྲོ་ (སྒྲོ་སྒྲོང་) སྟོག་འཆོ་བའི་ཉེན་ནམ་འཆོ་ཐབས་ཆོལ་བའི་མིང་དུ་བཤད། འོན་ཀུན་དུ་
བཤད་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་ཁོ་བོ་ནི་ཡོ་བྱང་འཆོལ་བའི་བྱིར་དུ་འགྲོ་འདུག་གི་དང་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ་
པ་ཡོད་དོ། །ཞེས་དཔུལ་ཆུ་གསུང་། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་དུ་འཆོལ་
གྲོ་ཞེས་ཀྱང་སྣང་།

ཆོས་མ། (འདུལ་བ) ཁྱུ་མ་ཁུན་མའི་མིང་།

མཚག་པ། ལུས་ཀྱི་མདངས་བཟང་བའམ། ཉམས་རྒྱས་པའམ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྒྱས་པའི་
དོན་དུ་བཤད། འཆག་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲལོ། །བཤེས་སྤྱིངས་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཐས་སྒྲན་དང་འབ་
བར་རིག་པ་ཡིས། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་མེད་བར་བསྟེན་བགྱི་སྟེ། །རྒྱགས་བྱིར་མ་ལགས་
བསྟེམས་པའི་བྱིར་མ་ལགས། །མཚག་བྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་བྱིར། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

མཚང་། 1 ཉེས་སྒྲོན། འོངས་པ། མཚང་འབྲུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 གསང་གནད། གསང་བའམ་སྒྲོག་ཏུ་
གྱུར་པའི་དོན། འདི་ཉིད་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་འཁོར། །འདི་ཉིད་རྟོགས་ན་སངས་
རྒྱས་གཞན་ན་མེད། །ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གང་ཡང་མེད། །ཆོས་ཉིད་ཀྱན་གཞིའི་
མཚང་ནི་རིག་པར་ཤོག །ཅེས་ཀུམ་པ་རང་བྱུང་ཐབས་ཀྱི་བྲག་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་ལས་གསུངས་
པ་ལྟར་དོ། །ཆོས་ཉིད་ཀྱན་གཞིའི་མཚང་ཞེས་པ་དང་། སྒྲོད་འཇུག་ལས། གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་
གཙོ་བོ་མཚོག །སེམས་ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཤེས་ན། །བདེ་ཐོབ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གཞེས་འདོད་
ཀྱང་། །དེ་དག་དོན་མེད་ཀྱི་ནར་འབྲམ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དང་རྣམས་
དོན་འབྲ། 3 (བཀའ་བརྒྱུད) གནད། བྲག་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་ཀྱི་འབྲེལ་པ་སི་ཏུ་ཀུན་མཁྱེན་བསྟན་
པའི་ཉིན་གྱིས་མཛོད་པ་ལས། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་ཀུན་གཞིའི་སྤྱར་གསུངས་པ་ཡིན་པས་
དེའི་མཚང་སྟེ་གནད་ཐམས་ཅད་རིག་པར་ཤོག་ཅེས་བཤོ། །ཞེས་གསུངས། བཀའ་བརྒྱུད་

པའི་མཁའ་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས།
མཆན། 1 མིང་གི་ཞེས། 2 མཆན་མའི་བསྐྱུས་ཆིག 3 མཆན་པའི་བསྐྱུས་ཆིག སྤྲུམ་པ། བརྒྱན་པ།
དཔེར་ན་མཆན་མས་མཆན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
མཆན་བཅས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (གསང་སྤྱད་པས་) སྤྱོད་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་དང་བྲལ་བའི་ལྷའི་བསྐྱོམ་བརྒྱས།
མཆན་ནི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་སོགས་ཏེ་ལྷའི་སྤྱོད། །
མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ། རང་གི་ཅ་བའི་སྤྲུམ་སོགས་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་སྤྱི་གཤེགས་ཐེན་པ་
རྣམས་ཀྱི་མཆན་ནས་སྤྲོས་དགོས་ན། འགོ་བརྗོད་དུ་གྲུས་ཞབས་མཆོན་བྱེད་དུ་ “བདག་གི་
འིན་ཆེན་ཅ་བའི་སྤྲུམ་མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཆན་ནས་སྤྲོས་ན། དག་
བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཀའ་ཤིས་འབུམ་གྱི་ཞལ་སྤྲུམ་ནས་དང་” ཞེས་བརྗོད། སྤྲུམ་སྤྱོད་འཆོ་
བཞུགས་རྣམས་ལ། ཆེ་བརྗོད་དུ་ “དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཆན་ནས་སྤྲོས་ན” ཞེས་སྤྲོས་པ་ལས།
མཆན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་” ཞེས་སྤྱོད་མི་བྱུང་།
མཆན་ཉིད། 1 མཆོན་བྱེད། གོ་བྱེད། གོ་དོན། དོན། སྤྱོད་ཅེག་མ་མི་རྟག་པའི་མཆན་ཉིད་དམ་དོན་
ཡིན་པ་ལྟ་བུ། 2 རོ་བོ་དང་རང་བཞིན་བཅས་ཀྱི་དོན། ཤེས་བཞིན་གྱི་རོ་བོ་ཤེས་བཞིན་གྱི་
མཆན་ཉིད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྤྱོད་འབྲུག་ལས། ཤེས་བཞིན་བསྐྱུང་བའི་མཆན་ཉིད་དོ། ཞེས་
པ་ལྟ་བུ།
མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ། པར་བྱིན་ཐེག་པ། མདོ་ཡི་ཐེག་པ།
མཆན་ཉིད་ལྷེས་དགོངས། (པར་བྱིན་) 2 ལྷེས་དགོངས་བཞིའི་གཉིས་པ། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་དགོངས་
ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་
ལྟར་ཡིན། 2 (བཀའ་བརྒྱུད་) རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་གནས་ལུགས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཆོས་
ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་ཅེས། མེད་པར་འདོད་པ་ལ་ཀྱུན་བརྟགས་ལ་དགོངས་ནས་མེད་
ཅེས་དང་། ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་ཡོངས་བྱུང་ལ་དགོངས་ནས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
མཆན་ཉིད་མེད་པ། 1 རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ་མེད་པའི་བསྐྱུས་ཆིག 2 རང་བཞིན་མེད་པ།

འཛོག་བྱེད་དམ་མཛོན་བྱེད་མེད་པ། 3 འཛོག་བྱེད་དམ་མཛོན་བྱེད་མེད་པ།

མཚན་ཉིད་གསུམ། རང་བཞིན་གསུམ་སྟེ། གཞན་དབང་། ཡོངས་བྱུག། གུན་བཏགས་དང་གསུམ་
མོ། །

མཚན་ཉིད་རིག་པ། མཚན་ཉིད་རིག་པའས་རྩོད་པའི་རིག་པ་འདི་ཉ་ཅང་རྩ་བ་ཆེ་བའི་བོད་ཀྱི་རིག་
གཞུང་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལ་རྒྱའི་གུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་ཞིག་དགོས་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན།
སེར་བྱེས་མཁས་སྟན་བླ་ཆང་གི་ཆོགས་གཏམ་ཆེན་མོར། གདོད་རྩ་རི་ལས་ནག་པ། སེམས་
གངས་རི་ལས་དཀར་པ། ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་དང་སེམས་ཀྱི་འབྱེད་སོ་ས་
འཕྱགས་པ་ཞིག་དགོས། ཅི་སྟེ་ཆོས་ལྷན་ཁ་ངན་ཆོག་ངན་འདྲ་ཤོར་ན། བྱིར་ཤག་ལ་སྟེབས་
ནས་རིངས་པར་ལུང་བཤགས་དང་སྤྱི་བཤགས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བཤགས་བསྟུལ་བྱེད་
དགོས། ཁོ་བོ་ཡང་སྟོན་མ་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི། ཁོ་བོའི་སྒྲུ་མ་
དམ་པ་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟའི་ལས་འབྲུམ་གྱི་ཞལ་སྤྱ་ནས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་འདི་
ལྟར། སྟོན་ལུ་བ་ཀན་བུམས་པ་ཆོས་འཕེལ་ཞུ་བ་མཁས་ཆེན་ཞིག་ཡོད། ཁོང་གི་འཛིན་
ཐོགས་དཔེ་ཆ་དེ་ཅམ་མི་མཁའུན་པ་ཞིག་གིས་རྟག་པར་ཁོང་གི་གཉའ་བར་བཞོན་ནས་ད་ཁྱོད་
ལོ་བ་ད་ཁྱོད་ལོ་བ་ཅེས་ངར་ངར་བྱེད་ནས་རྟགས་གསལ་གཏོང་གི་ཡོད་པར། ཆང་མས་སུན་
སྤང་ཆེན་པོས་ཨ་ཁ་ཁྱོད་སྟེས་བུ་དམ་པ་ལ་དེ་འདྲ་རྩ་ནས་མ་བྱེད་ཅེས་ལབ་ནའང་། ཁོས་
ཉན་འཛོག་རྩ་བ་ནས་མེད་ཁར། ཁྱོད་ཆོས་ཉ་གོ་གི་མ་རེད་ཁ་ཁར་སྟོད། མི་འདི་ལ་འདི་འདྲ་
ཞིག་མ་བུས་ན་མི་འདིའི་ཁ་ནས་སྒྲོ་སྒྱེད་རག་གི་མ་རེད་ཅེས་ལབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། དེ་ལྟ་
བུའི་གུན་སྒྲོང་ཡིན་ནའང་ཉ་ཅང་གི་ངན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པར་མི་སྣང་། ཡོངས་འཛིན་ཕྱར་
ལྷོག་པ་སྒྲོ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས་བུམས་པ་རྒྱ་མཚོའི་བསྟུས་བྲལ་ཆེ་བ་ལས། རྩོད་པའི་ཆེ་བཞིན་
གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་འཇུག་པ་དང་། རོན་དང་ལྷན་ཞིང་གསལ་ལ་འཇུག་པའི་དག་དང་ལྷན་པ་
དང་། སྤྱིད་ལྷག་པ་དང་། ར་རྒྱལ་མེད་པ་རྣམས་ནི་རྩོད་པ་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཡིན་པའི་བྱིར་
ཞེས་དང་། རྩོད་པའི་བསམ་པ་ལ་རྩོད་པའི་བསམ་པ་ཐམས་པར་། ལུལ་དུ་བྱུང་བ་གཉིས་

ཡོད་དེ། ས་རོལ་པོ་དམའ་བར་འདོད་པའི་ཞེ་སྤང་དང་། རང་ཉིད་མཐོ་བར་འདོད་པའི་འདོད་
 ཆགས་དང་། རིགས་ལམ་འདོར་བར་འདོད་པའི་གཡོ་སྒྱུ་ནམས་ནི་ཚོད་པའི་བསམས་པ་ཐ་ལལ་
 དང་། རང་གིས་རྟོགས་པར་འདོད་པའི་གྲུས་བ་དང་། གཞན་གྱིས་རྟོགས་པར་འདོད་པའི་སྤྱིང་
 རྩེ་དང་། ས་རོལ་པོ་ལ་ཐབ་མའི་ཆོས་སྟོན་བར་འདོད་པའི་བྱམས་པ་ནམས་ནི་ཚོད་པའི་བསམས་
 བ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་། བུ་སྟོན་ཐམས་ཅད་
 མཁྱེན་པས་ཀྱང་། རང་ཉིད་གྲགས་འདོད་པ་རོལ་དམའ་དབབ་འདོད། །གཡོ་སྒྱུའི་ཚོད་པ་ཆོག་
 རྒྱུ་བ་རན་སེམས་ཅན། །དག་འབྲུལ་སྤྲ་ཆོགས་སྤྲ་ཞིང་གཞན་རྒྱུད་སྟེག་ །དེ་ལྟའི་ཚོད་པ་འདི་
 ཡང་དཔྱལ་བའི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་ཐུགས་མད་པར་སྤང་བས་ཉ་ཅང་གཟབ་དགོས་
 བ་ཞིག་གོ། ཚོད་པའི་རིག་པ་འདི་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྲུ་གང་ན་ཡང་མེད་པའི་པོད་རིག་པའི་
 ཁྱད་ཆོས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ནི། དཔེར་ན་གྲ་སར་དཔེ་ཆ་བལྟ་དུས་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་
 བཅུ་ཆོས་གྲ་ནས་ཤེས། བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་རང་གི་དཔེ་སྟོན་བརྒྱ་བ་ནས་ཤེས། བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་
 ཅ་ལྔ་དགོ་ཞེས་གྱི་བྱུང་དུ་ཤེས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་གྲ་སར་འཛིན་གྲ་གཅིག་པ་ཞེས་ཅ་
 བ་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེས་ཡིན། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་འཛིན་གྲོགས་ལྟ་བུ་འཛིན་གྲའི་ནང་
 མཉམ་དུ་སྟོད་རོགས་ཅ་མ་ལས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་བན་ཚུན་སྟོ་སྟེད་སྤང་དེས་གྱི་མཐུན་
 གྲོགས་གང་ཡང་བྱེད་གྱི་མེད། ལྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་
 དཔེ་ཆ་བལྟ་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟོར་བཀའ་སྟོབ་སྤྱི་པོར་ཡང་ཡང་ཕེབས་པའི་བྱིན་མཐུས་
 རྒྱུད་གྲ་སྟོད་སྤང། རྣམ་རྒྱལ་གྲ་ཚང་། གནས་རྒྱུད་གྲ་ཚང་། བཅུན་དགོན་སོགས་གཞིས་
 དགོན་རྒྱུད་དུ་འཛིན་དུ་ཡང་དཔེ་ཆ་བལྟ་རྒྱ་དང་རྟགས་གསལ་གཏོང་རྒྱུའི་པོས་སྟོལ་དང་དོ་
 སྤང་གསར་པ་ཞིག་སྟེབས་པ་ནི་གནའ་པོ་པོད་དུ་ཡང་བྱུང་མ་སྟོང་བའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མཆར་
 ཅན་ཞིག་རེད། དགོ་ལྟན་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་གྱི་སྤྲན་ལྟོས་བཟང་པོ་
 ལ་བརྟེན་ནས་དང་སང་པོད་གྱི་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་དུ་སྟོད་དུ་རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་སྟོལ་
 བཟང་ཉིན་རེ་བཞིན་བྱུང་བ་དང་ཆེ་དུ་འགོ་སྤྲས་དང་། ཚོད་པའི་རིག་པ་འདི་པོད་སྤང་ཅ་མ་

ལས་སྐྱད་རིགས་གཞན་ལ་གཞི་ཅ་སྒྲིལ་བཟུང་ཞིག་ད་བར་ཚུགས་སྐབ་མེད། ལ་གོང་ས་
ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཀྱང་སོག་ཡུལ་དུ་བཀའ་བསྟན་སོགས་བོད་སྐད་ནས་
སོག་སྐད་དུ་མང་དག་ཅིག་བསྐྱར་སྐབ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་སྒོལ་
འདི་ཚུགས་མ་སྐབ་བ་ཡང་སྐད་ཡིག་གིས་མ་ལྟོང་བ་ཡིན་སྟོར་བཀའ་གནང་བ་བདེན་བར་
སྐྱད་སྟེ། ལ་རི་སོགས་ཀྱི་བོད་སྐད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་རྣམས་སུ་རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་སྒོལ་
བཟུང་སྐབ་སྐབ་མེད་བ་དེས་གསལ་བར་གཤེས་ཀྱིས་སོ། །དེ་ཡང་སྟོན་ཆུ་གར་འཕགས་པའི་
ཡུལ་དུ་མགོན་པོ་སྐྱེས་ཡབ་སྐུ་དང་། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་བ་ཡབ་སྐུ་རྣམས་ཀྱི་
བཞེད་བ་ལྟར་ཟེ་ཅོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུ་ཀྱིས་ཅོད་པའི་རིག་བ་ལ་གལ་བོ་ཆེར་མཛད་བ་འདི་ལ་
གཞུང་ལུགས་ལ་མ་སྐྱར་ས་བ་མལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གིས་བསམ་སྟོང་། ཅོད་པའི་རིག་བ་ཞེས་བ་དེ་
གཞན་བ་རོལ་བོ་དང་ཁ་བ་གྲགས་འབྱེད་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་རིག་བ་བློན་སྐབ་དང་། ཆོག་ནོ་
བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་སྐབ་བ་རོལ་བོའི་ཁ་སྟོན་གཅོགས་ཐབས་ཅམ་ལས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་དོན་
རྟོགས་བ་ལ་ཆེར་མི་པན་ཞིང་། ལྷག་པར་རྒྱུད་སྟེང་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་བ་ལ་ནི་མི་མཁོ་བའི་
ཁར་ཆོག་རྒྱབ་དང་ར་རྒྱལ་ཟེ་འཕེལ་གྱིས་རང་རྒྱུད་མ་རུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུར་དེས་སོ་སྐྱམ་
པའི་ལོག་རྟོག་གིས་རང་ཡང་ཚུལ་དེར་མི་གྲུས་ཤིང་མི་འཇུག་ལ། གཞན་དག་ཀྱང་དེ་ལ་
འཇུག་བ་ལ་འགོག་ཆེན་བྱེད་བ་ཆེས་མང་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་མཁས་གྲུབ་སྐྱེ་བའི་ཉི་མའི་
གསུང་ལས། གང་ཞིག་སྟེ་སྟོད་ལ་ཐོས་བསམ་ལྟར་ལེན་པ། དེ་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལ་ཞེན་བ་
ཆེས་ཆེར་འཐས་པར་གྱུར་པ། གྲགས་པའི་བ་དན་གྱིས་མཛེས་པར་གྱུར་བ་དག་ལའང་།
ཉམས་སུ་ལེན་བ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བོའི་ཆེ་རང་གི་རྒྱུད་འདུལ་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ། གཞུང་
ལུགས་ཆེན་པོ་དག་ནས་གསུངས་བ་ལག་ཏུ་སྒྲང་བའི་རིས་བ་འདི་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསྟན་དུ་མེད་ཅིང་། གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་དག་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་གྱི་
གནད་ཡོད་པའི་ཐེ་ཆོམ་ཡང་མེད་པར། གང་གི་ཆེ་རང་ཉིད་ན་སོ་ཡོལ་བའི་སོ་ཉམས་ཟེན་བས་
འཆི་བདག་གི་ཆད་བ་ལ་འཛིགས་བ་ཅུང་ཞིག་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ན། ལྷན་པོ་ཅི་ཡང་མ་བསྐྱབ་

སའི་རིའི་ཕྱག་ཏུ་མི་ཆེ་ཡོལ་བར་བྱས་པ་ཞིག་གི་བྱང་དུ་སོང་སྟེ། དེས་རི་སྐད་གདམས་པ་
 ལས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་འདའ་བར་མི་རུས་ཤིང་། རྫོན་ཆད་ཐོས་བསམ་ལ་རི་སྟེང་འབད་བ་བྱས་
 བ་ཐམས་ཅད་འགྲོད་བ་ལྷུར་ལེན་སའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་བ་དུང་
 འགྲའི་སྐྱབ་ཐབས་ཏུ་ཤང་གི་རིང་ལུགས་ལ་གནས་བཞིན་དུ་གསུང་རབ་ཆེན་པོ་རྣམས་འཆི་
 བའི་ཆེ་དགོས་པ་མེད་པར་འཛིན་པའི་ཆོས་སྟོང་བའི་ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ནོན་
 བཞིན་དུ་ཆེའི་དུས་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་བ་ལས། ཞེས་སོགས་
 གསུངས་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པར་གཞུང་ལུགས་ལ་སྤྱངས་པར་རྫོམས་པ་ལ་ལ་ཞིག་གི་
 སེམས་ལ་ཡང་། ཅོད་པའི་རིག་པ་འདིས་གནས་སྐབས་སུ་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་གོ་དོན་རྟོགས་པ་
 ཅམ་ལ་མན་ཅིང་། ཅོད་པ་དང་ལན་སོགས་ཀྱི་ཆེ་རིག་པ་རྫོམ་རྟུར་དང་། དམ་བཅའ་བརྟན་པ་
 སོགས་ལ་མན་ངེས་ཀྱང་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་མན་མི་ཐོགས་པས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་
 དེ་དེ་ལས་གཞན་དུ་ངེས་པར་ཡོད་དོ་སྟེ་སྤྱི་བ་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་འཇུག་། དེ་དག་ནི་ཅོད་
 པའི་གནད་དོན་རིམ་བཞིན་མ་རྟོགས་པས་ལན་པ་ཡིན་ཏེ། ཅོད་པའི་རིག་པ་ཞེས་པ་འདི་པ་རོལ་
 ཀྱི་གྲོལ་བ་ཆར་གཙོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་ཅམ་ཞིག་ཏུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྔགས་སོགས་
 རང་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་དོན་སྤྱར་གསལ་རིམ་ལྡར་ཡོད་པ་
 རྣམས་ལ་འོལ་སྤྱི་དང་། གཡམ་ལ་རྒྱག་པའི་གོ་བ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དཔྱིས་བྱིན་པར་རྟོགས་
 པའི་ཐབས་སུ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ་ཅོད་པའི་རིག་པ་ལ་མ་བརྟེན་
 པའི་གོ་བ་རིམ་བཟང་ཡང་། རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས། རིག་པས་བདར་ག་མ་བཅད་
 གཞུང་དོན་ལ། །ཆོག་སྤྱིའི་གོ་བ་ལམ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་ཀྱང་།། བཀལ་ཞིང་བརྟགས་ན་བྱེ་མའི་
 ཆང་བུ་ལྟར། །འགྱུར་བྱིར་རིག་པའི་གནད་གསང་ཞིབ་ཏུ་སྟོབས། ཞེས་དང་། རྗེ་དོན་ཡོད་
 མཁས་བླུ་བ་པས་རིག་པ་ལ་མ་སྤྱངས་པའི་འཛིན་རྟེན་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་རིམ་བཟང་
 ཡང་སོབ་སོབ་ཞིག་ཡོང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་གང་ལ་ཡང་ཐོག་མར་
 ལན་ཅིག་ཅམ་དུས་སའི་ཆེ་གོ་དོན་མ་ལུས་པ་ལེགས་པར་རྟོགས་རྒྱ་བའི་ཁུལ་གྱིས་ཆོག་ཟེན་

གྱི་བཛོད་དོན་ལགལ་ཞིག་སྟོགས་མ་ཐུན་ཅམ་གོ་བ་དེ་སྤྱི་བཏོལ་དང་བཅས་ཏེ་སྤྱི་བའི་ཁུལ་
བྱེད་མོད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཡང་སྦྲར་ཞིབ་ཏུ་ལན་ཅིག་ངོས་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་དམ་བཅའ་པལ་
ཆེར་ཞིག་ནས་ལན་ཟེར་ངོ་མི་འདོད་པར་འགྱུར་ལ། ད་དུང་ཞིབ་ཆ་བཅད་ཅིང་ངོས་ན་སྤར་
ལབ་བ་རྣམས་བཛེད་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་ནས་རང་ཆོག་སྤྱི་བྱེད་ལགལ་བ་དང་། དམ་བཅའི་རྩ་བ་
སྤངས་ནས་ཞིག་བ་སོགས་ཀྱིས་སྤྲོན་པོའི་རང་མཆོང་གསལ་པོར་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་ནི་རིག་
བ་ལ་མ་སྦྱངས་པའི་སྟོན་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་ཁོ་ན་ལེ། བཟལ་ཞིང་བརྟགས་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་
གཞུང་ལུགས་ལ་ཞིབ་ཏུ་མ་སྦྱངས་པའི་དབང་གིས་ལན་རྩེ་བཞིན་མི་ཐེབས་བ་བདེན་རུང་།
ཉམས་ལེན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོག་གི་ལན་ཐེབས་མི་དགོས་པས་དོན་མ་ཚུགས་པར་གོ་ན་
དེས་ཆོག་གོ་ཞིན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཉམས་ལེན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་ཉམས་སུ་ལེན་
བྱའི་ཆོས་གང་ཡིན་བ་དེའི་དངོས་བསྟན་དང་། རྟགས་བསྟན་གྱི་དོན་དང་། དམིགས་བ་དང་
རྣམ་པའི་ཁྱད་པར། དགག་བྱ་ཐ་རགས་ཀྱི་འགོག་ལུགས་སོགས་ཐ་ཞིང་ཐ་བ་ནས་ཤེས་ན།
ཤེས་བ་ལྟར་དུ་ཉམས་སུ་སྦྱངས་པའི་ལག་རྩེས་ལས་ཉམས་སྟོགས་ཀྱི་ས་ཆོད་ཀྱང་གཞན་
དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འབྱུང་ལ། དེ་མིན་ཆོག་སྤྱིའི་གོ་བ་ཡམ་མེ་བ་ཞིགལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་སུ་
ལེན་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་དམིགས་རྣམ་གོ་རྟོགས་སོགས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་མི་འབྱུང་ཞིང་།
དེས་ན། ཅི་འདྲ་བ་ཡི་ལས་བྱས་པའི། །འབྲས་བྱ་དེ་འདྲ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་བ་ལྟར་
ཉམས་སུ་སྦྱངས་པའི་འབྲས་བྱ་ལ་ཡང་ས་ཆོད་གཏན་ནས་མེད་བ་ཞིག་ལས་མི་འབྱུང་སྟེ།
དཔེར་ན། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའོ། །ཞེས་པའི་ཆོག་ཟེན་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་
འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡུལ་དུ་མི་གནས་བ་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་མི་རྟག་བ་
ཡིན་འདུག་སྟམ་བ་ཅམ་ཞིག་གི་སྒོ་སྤྲོས་པས་གོ་མི་ཆོད་དེ། འདུས་བྱས་ཞེས་པའི་དོན་དང་།
དེ་སྐད་ཅིག་དང་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་བའི་མི་རྟག་བ་ཡིན་ལུགས་སོགས་ལུང་རིགས་ངེ་མ་མེད་
པའི་སྒྲིབ་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་པལ་ཅིང་། མི་རྟག་བ་ལའང་རགས་བ་དང་
སྤྱི་བའི་མི་རྟག་བ་ཡོད་ལུགས་སོགས་མཐའ་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ཚུགས་བ་ཞོད་དུ་རྩྭ་

བའི་ཐབས་ལ་འབད་བ་དང་། དེ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཀྱི་མི་རྟག་པ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་བའི་གོ་མི་ཆོད་བས་
 དེའི་དོན་བཅས་མ་མ་ཡིན་པ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་བའི་སྤང་དུ་གཙོ་བོར་སྤང་བ་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་
 བ་འདེབས་ཤིང་ཆོགས་གསོག་པ་དང་། སྤྱིབ་པ་སྤྱོད་བ་དང་། དོན་ལ་སེམས་པ་སོགས་ཟུང་
 འབྲེལ་དུ་བྱས་ན་ཉམས་སུ་སྤངས་ན་ནམ་ཞིག་ན་གོ་ཡུལ་ཙམ་མིན་པའི་མི་རྟག་པའི་དོན་རི་
 ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་པའི་ངེས་ཤེས་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་ཞིང་། ད་དུང་སྒྲོམ་པ་ལས་མི་རྟག་པ་མཛོན་སུམ་
 དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱལ་བ་
 དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཞིང་བདག་མེད་པ་དང་། ལྷ་འཛུགས་ལས་འདས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་
 བའོ། །ཞེས་པའི་ལྟ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་བྱུག་རྒྱ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ་དེ་འདྲ་བའི་གནད་ཡོད་པར་
 ཤེས་དགོས་ལ། དེས་མཆོན་ཏེ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་འགག་གང་ལ་ཡང་མཐའ་ཆོད་པའི་
 དེས་ཤེས་སྐྱེ་བ་ལ་རྩོད་པའི་རིག་པ་ངེས་པར་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ལ་ཁོ་ན་ནི། སྤོན་གྱི་བྱུབ་
 ཐོབ་གོང་མ་མང་པོ་ཞིག་གཞུང་ལུགས་འཛིན་ཆོད་སོགས་ཀྱི་སྤྱངས་པ་མང་པོ་མ་མཛད་ཀྱང་
 སྤང་མའི་མོས་གྲས་དང་། དཀའ་སྤྱད་སྤྱིང་རུས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་ཐབས་མོ་ཉམས་སུ་
 བཞེས་པ་ལས་བྱུབ་པའི་གོ་འཕང་མཛོན་པོར་ག་ཤེགས་པ་རི་སྤྱད་ཅིག་བྱུང་བ་སྤྱང་བས།
 འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ངེས་པར་ཐོས་བསམ་སྤོན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་
 བུའི་བྱུབ་བརྟེས་ནམས་ནི་སྤྱིའི་སྐྱེ་བ་སྤོན་མ་ནམས་སུ་རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་ལ་ཐོས་བསམ་
 ལྟོས་གསུམ་དང་ཆོགས་བསགས་སྤྱིབ་སྤྱོད་སོགས་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པས་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་
 ཆོད་མཛོན་པོར་བེབས་ཐེན་པས། སྐྱ་ཆེ་འདིར་ཐོས་བསམ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་མ་མཛད་ཀྱང་
 གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ནམས་དཀའ་བ་མེད་པར་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་རྟོགས་ཤིང་འཁྱུངས་ལ། དེའི་
 སྤྱིང་དུ་གང་ཟག་པལ་དང་པལ་གྱི་སེམས་ལ་བསམ་པར་ཡང་མི་རུས་པའི་སྤང་མ་བསྟེན་ཚུལ་
 དང་། དཀའ་སྤྱད་སྤྱིང་རུས་ཆད་མེད་པ་མཛད་པའི་མཐུ་ལས་བྱུབ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེས་པ་
 སྤྱེ། དེ་དག་ལ་བྱུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ཆོས་སྤྱད་ལ་དབང་རྟོན་ཅིག་ཅར་བ་དང་། དབང་རྒྱལ་
 རིམ་གྱིས་པ་ཞེས་པ་གཉིས་བཤད་པའི་ནང་གི་དབང་རྟོན་ཅིག་ཅར་བ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་

གང་ཟག་དང་མཚུངས་པའི་རིགས་ཡིན་ལ། དེ་དག་གྲང་སྟེ་བ་སྟོན་མ་རྣམས་སུ་ཐོས་བསམ་
དང་། ཆོགས་བསགས་བ་སོགས་མཛོད་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལས་ཐོག་མར་ལས་
དང་པོ་བའི་དུས་ཉིད་ནས། གང་ཡང་མ་བསྐྱབ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཁོན་བཟུང་
ནས་ཉམས་ལེན་ཐན་ཐུན་འགའ་ཞིག་མཛོད་པས་གྲོལ་བ་ནི་གཏན་ནས་མིན་ཅིང་། དེས་ན་
སྤར་གྱི་དུས་སུ་སྤྱངས་པ་སྟོན་ཟེན་གྱི་གང་ཟག་ཁྱད་པར་ཅན་དབང་རྣོན་གྱི་རིགས་ཅན་མང་
དུ་མཆིས་པས། དེ་དག་ཆེ་འདིར་གཞུང་ལུགས་ལ་ཆེད་གཉེར་གྱིས་སྤྱངས་པ་སོགས་གྱི་
ངལ་བ་ལ་ཆེར་སྟོན་མི་དགོས་པར། ལྷ་མའི་མོས་གྲུས་དང་། དཀའ་སྤྱད་སོགས་གྱི་སྟོན་ས་
ཉམས་ལེན་འབད་པས་རྟོགས་པ་མ་ཐོན་པར་གཤེགས་ཀྱས་པ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བའི་གང་ཟག་
རྣམས་ལ་དགོངས་ནས། རྩོམ་ཆེན་པོས་གྲང་། ཆེ་འདི་ཡུན་སྤང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་། ཆེ་
ཡི་ཆོད་གྲང་ཇི་ཅམ་མི་ཤེས་པས། ཁང་པས་རྩེ་ལ་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། ཁང་གི་འདོད་པ་དང་
དུ་ལྷང་བར་བྲ། ཞེས་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་མི་ལ་རས་པས། །ལྷག་སྤུབ་བསྟན་པའི་
སྟིགས་མ་ལ། ཁི་རྣམས་ཆེ་སྤང་ལོངས་སྟོང་དབུལ། ཁབ་དུད་རིགས་བར་གཅོད་མང་བའི་
ཕྱིར། ཁབ་རྒྱུད་སྤེའི་མཁའ་རྒྱ་མི་འཆལ་གྱི། སྤྱུབ་པ་སྤྱིང་པོར་ལོངས་ཤིག་གསུངས། ཞེས་
པ་ལྟ་བུས་ཐོས་བསམ་ལ་ཆེད་གཉེར་གྱིས་མ་བསྐྱལ་བར་སྤྱུབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་བསྐྱལ་བར་
མཛོད་ལ། རྩལ་དེ་ལྟར་དུ་ཉམས་སུ་ལྷངས་པ་ལས་གྲོལ་བ་ཐོབ་པ་ཡང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བྱུང་མོད་
གྲང་། རིམ་གྱིས་དུས་སྟིགས་མར་གྱུར་པ་ན་སྤྱངས་པ་སྟོན་སོང་གི་གང་ཟག་དབང་རྣོན་ནི་
ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཞིང་། དབང་པོ་རྩལ་པའི་རིགས་ཅན་ཁོན་ཤས་ཆེ་བར་གྱུར་ནའང་། དམ་པ་གོང་
མ་རྣམས་གྱིས་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྟན་ནས་གསུངས་པ་དེ་དབང་པོ་རྣོ་རྩལ་ཐམས་
ཅད་ལ་རྒྱས་འགྲེལ་གྱི་སྤྱི་ཇི་བཞིན་པར་བཟུང་ནས། ཐོས་བསམ་གྱེད་པ་ནི་སྤྱིང་པོ་མེད་
པའི་སྤྱན་པ་འབྱར་བ་དང་མཚུངས་པས་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཅི་ཡང་མི་པན་ནོ་ཞེས་ཐོས་བསམ་
ཅ་ལྟར་དོར་ཉེ་ཉམས་ལེན་འགའ་ཞིག་ལ་འབད་ཁུལ་བྱས་གྲང་། གོང་མ་རྣམས་ལྟ་བུའི་ཉམས་
རྟོགས་གྲང་མ་སྟེས། ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་གྲང་མེད། ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱང་གི་ཆོས་སྣ་

གཅིག་ཅུ་ལའང་སྤྱིང་བ་མ་ཐོན་པའི་ནག་ཐོམ་མེ་བར་ལུས་པའི་ངང་དུ་མི་ཆེ་ཟད་བའང་
འགའ་དང་འགའ་མཐོང་ཞིང་། ཚུལ་དེ་དང་དེ་འདྲ་བ་དག་ལ་དགོངས་ནས་འཇམ་མགོན་ས་
པཎ་གྱིས། སྒྲོམ་ན་ཐོས་པ་མེ་དགོས་ཞེས། །སྤྱན་པོ་སྒྲོ་བྱ་ཆུང་རྣམས་སྤྱ། །ཐོས་པ་མེད་པའི་
སྒྲོམ་པ་དེ། །འབད་ཀྱང་དུད་འབྱེད་སྒྲོམ་ཐབས་ཡིན། །ཅེས་གསུངས་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་
རྗེ་ཀུན་ཐར་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །

མཆན་གཉིས་པ། འདུལ་བ། ཐོ་ཐོ་གཉིས་ཀའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག

མཆན་གཉིས་མ་ཞིང་། འདུལ་བ། མཆན་གཉིས་པ་དང་འབྲ།

མཆན་མ་ཐུན། འདུལ་བ། མཆན་མ་ཐུན་པ་དང་འབྲ།

མཆན་མ་ཐུན་པ། འདུལ་བ། ཐོ་ཡིན་པར་རིགས་མ་ཐུན་པའམ། ཐོ་ཡིན་པར་རིགས་མ་ཐུན་པ་ལ་

མཆན་མ་ཐུན་པ་ཟེར། དཔེར་ན་དག་སྒོར་དཔལ་མོ་དང་། སྒྲོམ་དགའ་མོ་གཉིས་བྱད་མེད་དུ་

མཆན་མ་ཐུན་པའམ་རིགས་མ་ཐུན་པ་ལྟ་བུའོ། །

མཆན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱི་བྱད་པར། (བར་ཕྱིན) མཆན་དང་དཔེ་བྱད་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། མཆན་

བཟང་རྣམས་གཙོ་བོ་དང་། དཔེ་བྱད་རྣམས་འཁོར་ཡིན་པས་གཙོ་འཁོར་གྱི་བྱད་པར་ཡོད་

པའི་བྱིར། གཙོ་འཁོར་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ཡང་ཡོད་དེ། །སེན་མོ་ཟངས་མདོག་ནས་སོར་མོ་བྱིན་

གྱིས་སྤ་བའི་བར་གྱི་དཔེ་བྱད་བྱག་ནི། བྱག་སོར་རིང་བའི་མཆན་གྱི་འཁོར་དང་། དབུ་རྒྱས་

པ་དང་། དབུ་སྒྲ་བྱང་བ་ལྟར་གནག་ནས་བྱི་ཞེས་པ་དང་ལྷན་པའི་བར་གྱི་དཔེ་བྱད་བྱག་དང་

བདུན་ནི། གཙུག་ཏྱར་དང་སྤྱི་བྱད་དུ་སྒྱོགས་པ་དང་། སྤྱི་གཡས་སུ་འབྲེལ་པའི་མཆན་གྱི་

འཁོར་དང་། དཔལ་བ་འབྲེས་པ་དང་དབྲེས་ཆེ་བ་གཉིས་དང་འདས་མཐོང་དང་དག་པ་

གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་ཀྱི་དཔེ་བྱད་རྣམས་ནི་མཛོད་སྤྱི་མཆན་གྱི་འཁོར་དང་། སྤྱན་ཡངས་སོགས་

སྤྱན་གྱི་དཔེ་བྱད་བཞི། སྤོན་ཚུགས་རིང་བ་སོགས་བཞི་དང་བརྒྱད་ནི་སྤྱན་མཐོན་མཐིང་ལྟ་

བའི་མཆན་གྱི་འཁོར་དང་། རྗེ་མ་སྤྱག་པའི་དཔེ་བྱད་ནི་རྗེ་མ་བའི་རྗེ་མ་ལྟ་བུའི་མཆན་གྱི་

འཁོར་དང་། གཟིགས་པ་སྤྱི་བ་མེད་དག་པ་ལ་སྤྱན་མཛེས་པར་འཇུག་པ་ཞེས་ཟེར་ལོ། །སྤྱན་

མཉམ་སྟགས་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་བྱད་ནི་འབྲམ་པ་སེང་གེའི་འབྲེལ་བའི་འཁོར་དང་། ཞལ་ཏ་ཅང་མི་
 རིང་བ་སྟགས་གཉིས་དང་། ལྷགས་མཉམ་སྟགས་གསུམ་སྟེ་ལྷ་ནི་ལྷགས་རིང་བ་དང་རྩོ་
 བའི་མཆོག་མཁུན་པ་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་དང་། གསུང་འབྲུག་གི་སྒྲིལ་དང་། འཇམ་མཉམ་རྣམས་
 ཚངས་དབྱངས་ཀྱི་འཁོར་དང་། མཆེ་བ་རྒྱལ་པ་སྟགས་མཆེ་བའི་ལྷ་ནི་འཁོར་དུ་དཀར་པ་
 སྟགས་ཆེམས་ཀྱི་མཆོན་བཞིའི་འཁོར་དང་། ཅ་མི་མཛོན་པ་དང་། མདུད་པ་མེད་པ། ལོང་བྱ་
 མི་མཛོན་པ། སྒྱ་གཞིན་ཤ་ཅན། བྲག་འཇམ་པ་བྲག་རིས་ཀྱི་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད་ནི། བྲག་ཞབས་
 འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤ་ཆགས་པ་དང་ཞབས་ལོང་མི་མཛོན་པའི་འཁོར་དང་། ཞབས་མཉམ་པ་
 བྲི་བྲིན་པ་ཞེ་བྲུའི་འབྲེལ་བ་དང་། རུས་སྒྲལ་ཞབས་ཀྱི་འཁོར་དང་། སེང་གེ་སྟགས་གཤེགས་
 སྟབས་བདུན་དང་གོམ་སྟོམས་དང་བརྒྱད་ནི་སོར་མོ་བྲ་བས་འབྲེལ་བ་དང་རྟིང་པ་ཡངས་པ་
 གཉིས་ཀྱི་འཁོར་དང་། སྒྱ་འབྲེལ་བག་ཆགས་པ་ནས། དག་པའི་བར་བདུན་དང་། མཆོན་
 རྩོགས་པ། ཁོ་ལག་ཡངས་པ། སྒྱ་མ་ཁྲུམ་པ་སྟགས་གསུམ་དང་། ཡན་ལག་རྣམ་འབྲེལ་སྒྱ་
 རྒྱལ་པ་ནས། བྲལ་བྲང་རེ་བའི་བར་བཞེད་དང་། ཀུན་ནས་ལྷན་སྒྲུག་པ་ནས། སྟེ་བ་གནག་བག་
 མེད་པའི་བར་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད་པ། སྒྱ་ཆེ་ཞིང་བྲང་བ་བདུན་མཐོ་བ། གསེར་མདོག་འབྲེལ་བ།
 ལྷགས་པ་སྒྲལ་བ། དབྱང་མགོ་རྒྱལ་པ་ཐལ་གོང་རྒྱས་པ། རྩོ་སྟོད་སེང་གེ་འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཞིང་གལ་
 པ་རྣམས་ཀྱི་འཁོར་དང་། ལྷེ་བ་ཟབ་པ་དང་། གཡས་སུ་འབྲེལ་པ་གཉིས་གསལ་གནས་
 སྟབས་སུ་བྲལ་པའི་འཁོར་དང་། བྲག་རིང་ཞིང་རྒྱས་པ། བྲག་རིང་ཞིང་མཛེས་པའི་འཁོར་
 དང་། དཔལ་མེད་དང་བཟའི་ཉལ་ཡུང་བྲང་འབྲེལ་པ་སྟགས་ནི་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་བྲ་
 བས་འབྲེལ་བའི་འཁོར་ཡིན་པའི་བྲིན། ཞེས་སེ་ར་རྩེ་བརྒྱན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱི་སྟབས་
 བརྒྱད་པའི་སྒྱ་རྩོན་རོལ་མཆོ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱི་གོ་རྟོག་རང་
 རང་གི་ཐད་དུ་གཟིགས།

མཆོན་ལྷན། 1 མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ། མཆོན་ལྷན་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2
 ལུས་ལ་མཆོན་མ་བཟང་མོ་དང་ལྷན་པ། སྟོང་བཅེན་སྒྲམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་འཆད་པའི་སྟབས་ཀྱི་

བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་༡༡༩ལས། སྤུལ་མཆོན་དང་ལྷན་པ་དབུ་ལ་ཨ་མི་ཏུ་རྩ་བ་ཞུགས་པ་ཞེས་
ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོགས། །ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྤུལ་པོ་དེ་མཆོན་བཟང་ཇི་ལྟ་བུ་
དང་ལྷན་པ་ནི། བྱུག་ཞབས་ལ་འཁོར་ལོས་མཆོན་པ་དང་། དབུ་སྤྲེལ་མཆོན་མཐེང་བུ་ཡོད་པ་
སོགས་སོ། །

མཆོན་པ། 1 མཆོན་མཁམ་རྟགས་སམ་རིམ་དང་ལྷན་པ། བྱུག་ཞབས་འཁོར་ལོས་མཆོན་པ་ཞེས་
པ་ལྟ་བུ་དང་། སྤུལ་པའི་མཆོན་པོ་ལས། སྤྱི་བོར་མཐོ་གང་ཙམ་གྱི་བར་སྤང་ལ་ཁྲི་བའི་དཀྱིལ་
འཁོར་ཨོ་གྱིས་མཆོན་པ་བསམས་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 བརྒྱན་པ་འམ་སྤྲེལ་པ།
ལེགས་བྲིས་མ་ལས། བྱུག་གཉིས་ལྷན་པ་སྟོན་པོས་མཆོན་པ་ནི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 3
ལྷན་པ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་ལ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་མཆོན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཇི་ལྟར་གཞག་རིམ་པའི་རྩམ་བཤུང་ན་གསལ།

མཆོན་བར་དོལ་པ། (འདུལ་བ) བཤུང་བ་དང་གཅི་བ་གཉིས་ལམ་གཅིག་ནས་འོང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །

མཆོན་མ། 1 རྟགས། མི་ཞོར་བའི་མཆོན་མ་བཟང་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། མཆོན་མའི་སྤྲེལ་བཤུང་ནི། དོན་དེ་
མཆོན་པར་བྱེད་པས་ན་མཆོན་མ་ཞེས་བྱའོ། །འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་མཛོད་
འགྲེལ་སྤྱེགས་བམ་བར་ཆ་༢༡༩ན་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོགས། །2 པོ་མའི་རྟགས། དགེ་སྲོང་མཆོན་
རིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 ལྷས། བཟང་པོའི་མཆོན་མ་ཤུང་བུ་ལྟ་བུ། 4 བྱེད་པར། སྤྱི་རིས། སེམས་
ཅན་གྱི་མཆོན་མ་སྟེ་བྱེད་པར་རམ་སྤྱི་རིས་སོ་སོར་འབྱེད་པ་ནི་འདི་ནི་སྤྲེལ་པའོ་འདི་ནི་བྱེད་
མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོགས། །5 མཆོན་ཉིང་། ཇི་ལྟར་འགྲེལ་པ་བཞེས་སྤྱེགས་ལས། འདིས་
མཆོན་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་མ་སྟེ། མཆོན་ཉིང་མེད་པའི་བྱིར་རྟོགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྟོགས། །ཡང་དེ་ཉིང་ལས། མཆོན་མ་མེད་ཅེས་པ་ལ་འདིས་མཆོན་པས་ན་མཆོན་ཉིང་དེ་ཁ་དོག་
དབྱེབས་གྱི་བདག་ཉིང་ཅན་ནོ། །དེ་གང་ལ་མེད་པ་དེ་ནི་མཆོན་མ་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རྟོགས། །6 རྒྱ། རྒྱ་པའི་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་པའི་མཆོན་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འགྲེལ་བཤུང་ཆོག་
གསལ་༩ 8 ༡༢༡བཤུངས། མཆོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་སྟེ་མེད་མེད་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲིམ་པ་མེད་པ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། 17 རྒྱལ་པོ། སྤྱག་མི་སྤྱག་གི་མཚན་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། གུན་ལས་
བཏུས་ལས། རྒྱུད་པ་གང་ཞེན་སྤྱག་པའི་མཚན་མ་འདི་རྩེས་སུ་འབྲུག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་
ཆར་གཏོགས་པའི་སེམས་རྣམས་པར་མ་ཞི་བ་སྟེ་ཞི་གནས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ལས་ཅན་
ལྟོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། 18 རྒྱུ་མཚན། ཆགས་ཡུལ་ལ་སྤྱག་པའི་མཚན་མའི་སྒྲོ་
འདོགས་པ་མངས་ན་འདོད་ཆགས་དྲག་པོ་སྟེ་བ་དང་། དགྲ་ལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་མཚན་མ་
མང་དུ་བསམས་ན་ཞེ་སྤང་དྲག་པོ་སྟེ་བ་བཞིན་ལྟོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། བསམ་བློ་ཆོས་རྩེད་ཅི་
མེད་འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱང་ལས་ཀྱང་། སྤྱིར་མཚན་མའི་སྒྲོ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་སྤྱན་མོང་
མ་ཡིན་པའི་བྱང་པར་དང་། ཉགས་དང་། རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ལ་འབྲུག་པ་ལས། ཞེས་སོགས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། 19 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་ཟེར། མདོ་སྤྱད་བ་༩ ལེར་ཆོགས་ཀ་བ་ ༡༥༡༡ ལས།
བྱང་འདི་སྒྲོད་ཞེས་ཉོག་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྟོ། མཚན་མ་ལ་སྒྲིད་སྟེ་མེད་གནས་ལ་
དད་མ་ཡིན། ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱད་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དཀའ་འབྲེལ་༩ ༩ ༡༡༢་བ་
ལས། མཚན་མ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚན་མ་ལ་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ།

མཚན་མ་དན་པ་བཙོ་བརྒྱད། (འདུལ་བ) མི་སྤྱག་པའི་མཚན་མ་བཙོ་བརྒྱད་ལ་གཟིགས།
མཚན་མ་གཅིག་པ། རྒྱུ་གར་ན་སྤྱ་དབང་སྤྱག་གི་ལློ་འདི་རྟེན་གང་དུ་ཡོད་པའི་གནས་ལ་ཟེར། རྒྱ་
བཤད་ལྟོ། རྒྱུ་གར་ན་ཕྱི་པའི་ལྷ་ཁང་འགའ་ཞིག་ན་སྤྱ་དབང་སྤྱག་གི་ལློ་འདི་རྟེན་དེ་ཅུམ་ལས་
གཞན་གང་ཡང་མེད་པས་དེ་ལྟར་བཙོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ།
མཚན་མའི་འཆིང་བ། རྟོན་མོངས་ཀྱི་ས་བོན་ལ་གསོས་འདེབས་བྱེད་ཀྱི་རྟོན་མོངས་མདོན་གྲུར་པའི་
མིང་དུ། རྩེད་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཞེ་ལྷག་གི་སྒྲིམས་ཀྱི་མཚན་བྱར་གསལ།
མཚན་མའི་བྲག་རྒྱ། (གསང་སྤྱགས) ལྷའི་བྲག་མཚན། རྩེད་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲིན་ན་གསལ།
མཚན་མའི་ལྷ། ལྷ་ཡི་དེ་ཉིད་སྤྱག་གི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། སྒྲོད་བཅུད་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་དག་པ་ལྟའི་

གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་མཚན་མར་བསྐྱོམ་བཤོ།

མཚན་མར་འཛིན་པ། (དཔྱུལ) <ཅི་ཏྭ་ཀླ་ར> ། ལུལ་གྱི་སྤྱུ་རིས་སམ་ཁྱད་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་
 སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་ཟེར། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཅི་ཏྭ་ཀླ་ར་ཞེས་པའི་ཅི་ཏྭ་ནི་རིམ་དང་། ཀླར་ནི་
 བྱེད་པ་སྟེ་རིམ་བྱེད་པ་སྟེ་རིམ་མཁན་གྱི་མིང་དུ་གྲགས་ཆེ་མོད། །མཚན་མར་འཛིན་པ་
 ལའང་བསྦྱར་རྟོ། །ཆོག་འདིའི་ཐད་ཀའི་དོན་ནི། བཟ་བར་འཛིན་པ་ལས། གསལ་བར་འཛིན་
 པས་ན། མཚན་མར་འཛིན་པ་ཟེར་རྟོ། །ཐེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མཚན་མར་འཛིན་པ་ནི་
 བདེན་འཛིན་མ་ཡིན་གྱི། ལུལ་གྱི་སྤྱུ་རིས་འབྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས། དབྱིག་གཉེན་གྱི་
 མཛོད་རང་འབྲེལ་ལས། འདུ་ཤེས་ནི། མཚན་མར་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །གང་སྟོན་སོ་
 དང་། སེར་སོད་དང་། རིང་སོད་དང་། ཐུང་དུ་དང་། སོ་དང་། མོ་དང་། མཛའ་བཤེས་དང་། མཛའ་
 བཤེས་མ་ཡིན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་པར་
 ལ་མཚན་མར་འཛིན་པ་དེ་ནི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱུ་བཤད་ནི།
 མཚན་མར་འཛིན་པ་ཞེས་པའི་མཚན་མའི་སྐད་དོད་ནི། ཅི་ཏྭ་ བྱིན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་
 བཟ་བ་དང་། བཟག་མདངས། འོད་འཛེར་བ། གསལ་བ། རིམ་གྱི་བརྒྱུགས་བརྟན། བཟ་ཤེས།
 སྤྱོད་ཆོགས། ཆོན་ཅི་སོགས་ལ་འཇུག་པར་M. Monier Williams གྱི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོག་
 མཛོད་རྣམས་སུ་བཤད་པས། འདིར་གསལ་བ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གསལ་
 བར་འཛིན་པས་ན་མཚན་མར་འཛིན་པ་ཟེར་ཞིང་། དེའི་དོན་ཡང་། ལུལ་གྱི་ཁྱད་པར་གསལ་
 བར་བྱེ་ནས་འཛིན་པས་ན། མཚན་མར་འཛིན་པ་ཞེས་བཛོད་དོ། །ཡང་ན། ལུལ་གྱི་རིམ་ལས་
 གཟུགས་བརྟན་གསལ་བར་འཛིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །2 བདེན་འཛིན། ཐེའི་ལམ་རིམ་
 ཆེན་མོ་ལས། བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་ནས་བདག་གཉིས་སུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་བར་
 གྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྟོ་སྟེ་མཐའ་དག་སྦྱར་དུ་འགག་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །མཚན་
 འཛིན་ལ་གཟིགས། སྤྱུ་བཤད་ནི། མཚན་མ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་
 སྟེ། མདོ་སྤྱད་པ་༩ ཤེར་ཆོགས་ཀ་བ ༡༥༧ ལས། སྤང་འདི་སྟོང་ཞེས་རྟོག་ན་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དབའ་ནི། །མཚན་མ་ལ་སྟོང་སྟེ་མེད་གནས་ལ་དང་མ་ཡིན། །ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱད་
བ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དཀའ་ལ་འབྲེལ་། ༩ ༥༡༩༥་བཀའ་སྤྱོད་ཀྱི་མཚན་མ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མཚན་མ་ལ་སྟེ། བྱིན་ཅི་ལོག་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ༡༣ ཆགས་
ཡུལ་མཛོད་སྤྱི་མཐོང་ནས་དེའི་རྣམ་པ་གསལ་སོར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། རྗེའི་
ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་༥༡༩༥་ལས། མཚན་མར་འཛིན་པ་ནི། བཟླ་བར་མི་བྱ་བའི་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་འཇམ་ཡུལ་སྤང་བ་རྣམས་དེ་དག་འབྱུང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མཛོད་
སྤྱི་མཐོང་ནས་མཐོང་བའོ། །

མཚན་མེད། (དབུ་མ) ༡ རྒྱ་བདེན་བྱ་བ་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད། སྤྱི་བཤད་ནི། མཚན་མའི་སྤྱི་རང་རང་
གི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་བར་དང་། ཆགས་དང་། རྒྱ་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་ལས། འདིར་རྒྱ་
ལ་འབྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་མཚན་མ་སྟེ་རྒྱ་བདེན་བྱ་བ་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་ཅེས་
པའི་དོན་ལོ། ༡༢ སྟོང་ཉིད་སྤྱིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག།

མཚན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (གསལ་མཁས་) སྟོང་ཉིད་སྟོམ་པ་དང་བཅས་པའི་ལྟའི་བསྟོམ་བཟླས། དེ་
ཡང་མཚན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་པ་སྟོང་ཉིད་རྒྱུད་པ་སྟོམ་པ་ལ་མི་ཟེར་བར་སྟོང་ཉིད་སྟོམ་
པ་དང་བཅས་པའི་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཟེར་བ་རྗེའི་སྤྱུགས་རིམ་དུ་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །

མཚན་མེད་སྟོན་མེད། (དབུ་མ) རྒྱ་བདེན་སྟོང་དང་འབྲས་བུ་བདེན་སྟོང་།

མཚན་མོ་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་དུ་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་གྲ་གཉིས་པ།
འོད་དམར་ཐག་ཆད་ནས་སྤྱི་རངས་ཐ་མ་སྟེ་ཉི་མ་མ་ཤར་བར་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་དུ་བྱིན་པའོ། །

མཚན་མོའི་དང་པོ། (འདུལ་བ) ཉི་མ་ལྷུང་སྟེ་འོད་དམར་པོའི་དམར་ཐག་ཆད་པ་ལ་ཟེར།

མཚན་མོའི་རྣལ་འབྱོར། (གསལ་མཁས་) དུས་འཁོར་གྱི་སྐབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཞིག་སྟེ། སྤང་བ་ཅུང་ཟད་
གྱང་མེད་པའི་སྤྱི་མཐོང་གི་ཉུན་ལ་དེར་བསྟོམས་ན་སྟོང་གཟུགས་འཆར་སྤྱི་བའི་དགོས་
པ་ཡོད་པར་གསུངས་པས་དེ་འབྲའི་རྣལ་འབྱོར་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་འདི་སྤྱི་པ་པ་དང་དཔེ་
དོན་དུ་ཡང་ཡང་གསུངས་ལ། སྤྱི་ཡི་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ། སྤྱི་བ་ཤིན་ཏུ་ནག་པར་མིག་

འབྲས་མི་འགྲུལ་བར་བསྐྱད་ན། དེ་ཁས་མཐོང་སྤང་སྤྲོ་ཚོགས་འཆར་བར་གསུང་ངོ། །རྗེའི་
དུས་འཁོར་གྱི་གསུང་ཟེན་གྱིས་ན་གསལ།
མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ། (རྣམ་འགྲེལ) མཚན་ཉིད། མཚོན་བྲ། མཚན་གཞི་སྟེ་གསུམ་མོ། །མཚན་
ཉིད་ནི་གོ་བྱེད། མཚན་བྲ་གོ་བྲ། མཚན་གཞི་ནི་དཔེའོ། །
མཚན་འཛིན། (དབུ་མ) 1 བདེན་འཛིན། 2 ཡུལ་གྱི་སྤྱ་རིས་སམ་ཁྱད་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་
སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་ཟེར། ཞིབ་པར་མཚན་མར་འཛིན་པ་ལ་གཟིགས།
མཚན་ཞིང་། (པར་ཕྱིན) 1 མཚན་མོ་ཁན་ས་མེ་འབར་བའི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ རྗེའི་ལམ་རིས་
ཆེན་མོ་ལས། མཚན་ཞིང་ནི་མཚན་མའི་ཆེ་ཁན་ས་མེ་འབར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །བཤེས་སྤྱིངས་ལམ་རིས་བྱ་བྱངས་པ་ལས། ཁ་ཅིག་མཚན་ཞིང་ཁན་ས་འབར་བ་སྟེ།
ཟས་སྤྱ་འབར་བའི་ཁར་བབས་བྱེད་པ་འཆལ། ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་སྟོ་
གྲོས་ཆེན་པོས་མཇུག་པའི་བཤེས་སྤྱིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་༼ རེ་བ ༽ ༡༠༩བལ་ལས། ཡི་དྲགས་ཁ་
ཅིག་ནི་ཁན་ས་འབར་བ་སྟེ། ཁ་གདངས་ན་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ཅི་ཉིན་བར་
རམ་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ་མཚན་ཞིང་ཞེས་བྲ་བ་སྟོས་ཏེ་བྱ་བ་སོ་ཞིང་ངོ། །ཞེས་གསུངས། 2
མཚན་རེ་བཞིན། དཔེར་ན་ཉིན་རེ་ཞིང་མཚན་རེ་ཞིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
མཚན་བཟང་། (པར་ཕྱིན) མཚན་བཟང་སོ་སྤུས་ཅུ་རྩ་གཉིས་ལ་གཟིགས།
མཚན་བཟང་སོ་སོ་སྤུས་ཅུ་རྩ་གཉིས། (པར་ཕྱིན) མཚན་བཟང་སོ་གཉིས་འདྲེན་ཚུལ་ལ་ལུགས་མི་
འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་དང་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས་གསུང་ཚུལ་དང་། བྱ་མོ་
རིན་ཆེན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་དང་རྒྱུད་ལྗོངས་ལས་གསུང་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། 1 རང་
གི་བདག་རྒྱེད་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
རྣམས་སྤྱིས་བྱ་དམ་པར་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
མཚན་བཟང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེན། བྲག་ཞབས་འཁོར་ལོས་མཚན་བ་
དང་། ཞབས་མཐེལ་མཉམ་པ་དང་། སོར་སོ་བྱ་བས་འབྲེལ་བ་དང་། བྲག་ཞབས་གཞོན་ག་

ཆགས་ཤིང་འཇམ་པ་དང་། སྤྱི་བདུན་མཐོ་བ་དང་། སོར་མོ་རིང་བ་དང་། ཉིང་པ་ཡངས་པ་
དང་། སྤྱི་ཆེ་ཞིང་བྲང་བ་དང་། ལོང་བྱ་མི་མངོན་པ་དང་། བ་སྤྱི་བྱེན་དུ་ཕྱོགས་པ་དང་། བྱིན་པ་
ཨེ་ནེ་ཡ་ལྟ་བུ་དང་། བྱག་རིང་བ་དང་། འདོམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བས་སྤྱི་བ་དང་། བགས་པ་
མདོག་གསལ་བ་དང་། བགས་པ་འཇམ་པ་དང་། སྤྱི་རེ་རེ་ནས་སྤྱི་ཤིང་གཡས་ཕྱོགས་སྤྱི་
འབྲིལ་བ་དང་། མཛོད་སྤྱི་དང་། རོ་སྟོང་སེང་གེ་འབྲང་བ་དང་། དབྱང་འགོ་ལྷུ་མ་བ་དང་། ཐལ་
གོང་རྒྱས་པ་དང་། རོ་སྟོང་པ་མཆོག་དང་། སྤྱི་ཆུ་ཞིང་གལ་བ་དང་། གཙུག་ཏྲར་དང་། ལྷགས་
རིང་བ་དང་། ཆངས་པ་འཛིན་བྱངས་དང་། འགམ་པ་སེང་གེ་འབྲང་བ་དང་། ཆེས་ས་དཀར་བ་
དང་། ཆེས་ས་མཉམ་པ་དང་། ཆེས་ས་ཐགས་བཟང་བ་དང་། གངས་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཆང་བ་
དང་། སྤྱི་ན་མཐོན་མཐིང་དང་། ལྷ་མཆོག་གི་རྩི་མ་ལྟ་བུ་སྤྱི་གཉིས་ཤིང་བྱིན་གྱི་མདོ་ལས་
བཤའ་བ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། མཛོད་རྟོགས་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། བྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་
རུས་སྤལ་ཞབས། བྱག་དང་ཞབས་སོར་བྲ་བས་འབྲེལ་བ་དང་། བྱག་ནི་ཞབས་བཅས་
འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤིང་ཆགས། འདི་ཡི་སྤྱི་ནི་བདུན་དག་མཐོ་བ་དང་། སོར་མོ་རིང་དང་ཉིང་
ཡངས་སྤྱི་ཆེ་བྲང་། ཞབས་འབྱར་མི་མངོན་སྤྱི་ནི་བྱེན་དུ་ཕྱོགས། བྱིན་པ་ཨེ་ནེ་ཡའི་འབྲེལ་
བྱག་རིང་མཛོད་། འདོམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བས་སྤྱི་བ་འཛིན་གྱི་མཐོག་ལས་མཐོག་པ་
ལགས་པ་སྤྱི་བ་དང་། སྤྱི་རེ་རེ་ནས་གཡས་ལེགས་འབྱུངས་དང་། ཞལ་མཛོད་སྤྱི་བ་རྒྱན་
རོ་སྟོང་སེང་གེ་འབྲང་། འདི་ཡི་དབྱང་པ་འཛིན་ལྷུ་མ་ཐལ་གོང་རྒྱས། འདི་ལ་རོ་སྟོང་ཞེས་པ་འང་
རོ་མཆོག་སྤྱི་དང་། སྤྱི་ནི་ཐུ་སྟོང་ལྟར་ཆུ་ཞིང་གལ། གཙུག་ཏྲར་དབྱང་ལྷན་ལྷགས་རིང་མཛོད་
པ་དང་། ཆངས་པ་དབྱངས་འགམ་པ་སེང་གེ་འབྲང་དང་ཆེས་ས། ཤིན་ཏུ་དཀར་དང་ཆང་
མཉམ་ཐགས་བཟང་དང་། གངས་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཆང་བ་དང་། སྤྱི་ནི་མཐོན་མཐིང་
སྤྱི་ན་རྩི་བ་མཆོག་གི། འཛིན་པ་འདི་དག་སྤྱི་བ་ཐུ་ཆ་གཉིས་མཆོན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
མཆོན་བཟང་སོ་གཉིས་སོ། །² གཉིས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་རྒྱ་མ་ལས། བྱ་མོ་རིན་
ཆེན་གྱིས་ཁྱེས་པའི་མདོའི་རྩིས་སྤྱི་འབྲངས་ནས། ལེགས་གནས་འཁོར་ལོས་མཆོན་པ་

དང་། །ཡངས་ཤིང་ཞབས་ཡོང་མི་མངོན་དང་། །སོར་སོར་དང་ཕྱག་ཞབས་ནི། །ཏ་བ་ཡིས་
 བྱི་འབྲེལ་བ་དང་། །འགས་འཇམ་གཞོན་ཤ་ཅན་ལེགས་ཉིད། །སྐྱེ་ནི་བདུན་དག་མཐོ་བ་
 དང་། །བྱིན་བ་ཨེན་ཡ་འདྲ་གསང་། །སྒྲང་པོ་བཞིན་དུ་སྤྱབས་སུ་བྱུབ། །རོ་སྟོང་མེད་གེ་འདྲ་
 བ་དང་། །ཐལ་གོང་བར་མེད་རྒྱས་པ་དང་། །དབྱང་འགོ་ལེགས་རྒྱས་ཕྱག་འཇམ་དང་། །རྒྱས་
 ཞིང་མཐོ་དམན་མེད་པ་དང་། །ཕྱག་རིང་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྐྱེ། །འོད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་
 ལྷན་དང་། །མགྲིན་པ་ཏི་མེད་དུང་བ་དང་། །འགྲམ་པ་རི་དྲགས་རྒྱལ་པོ་འདྲ། །ཆེས་མ་ནི་བཞི་
 བཅུ་མཉམ་པ་དང་། །རབ་ཏུ་དྲངས་དང་ཆེས་ཆགས་བཟང་། །རྣམ་དག་ཆེས་མཉམ་ཉིད་
 དང་ནི། །མཆེ་བ་རབ་མཆོག་དཀར་བ་ཉིད། །ལྷགས་རིང་མཐའ་མེད་བསམ་མེད་དང་། །རོ་སྟོ་
 བ་ཡི་མཆོག་ཉིད་དང་། །རང་བྱུང་ཀ་ལ་པི་རྒྱ་ཡི། །སྤྲ་དང་ཆངས་པའི་དབྱངས་ཉིད་དང་། །སྤྱན་
 བཟང་ལྷན་ལ་ཁུ་མཆོག་རྩི་འདྲ་དང་། །ཞལ་མཛེས་ཏི་མེད་མཛོད་སྤྱད་དཀར་ལྷན་དང་། །གཙུག་
 ཏོར་དབྱར་ལྷན་དག་ཅིང་སྤབ་དང་། །འགས་པ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྷན་སེམས་ཅན་མཆོག་། །བ་
 སྤྱུ་ལེགས་སྤྲ་འཇམ་ཞིང་རེ་རེ་ནས། །སྐྱེ་ཡི་གྲེན་དུ་གཡས་ཕྱོགས་འབྲེལ་བ་དང་། །དབྱ་སྤྱི་བྱི་
 མེད་རིན་ཆེན་མཐོན་མཐིང་བཞིན། །བྱ་གྲོ་རྩོགས་པའི་ལྗོངས་ཤིང་དཀྱིལ་འཁོར་འདྲ། །མེད་མེད་
 བྱ་ཡི་སྟོབས་མངའ་མཁྱེགས་པའི་སྐྱེ། །ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་དཔེ་མེད་ཏུང་སྟོང་ཆེ། །བསམ་མི་
 ཁུབ་འབར་སུམ་ཏུ་རྩ་གཉིས་པོ། །འདི་དག་སྟོན་པས་མི་དབང་མཆོན་དུ་གསུངས། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལ་རྩ་བའི་དངོས་ཟེན་གྱི་གངས་སུ་སུམ་ཏུ་རྩ་གཉིས་ལས་ལྷག་པ་བྱུང་ཡང་།
 བན་ཚུན་དུ་བསྐྱས་ནས་འཛིག་ཅིང་། །དེའི་པལ་ཆེར་སྤྲ་མ་དང་འདྲ་བ་ལ། །སྐྱེ་འོད་ཀྱི་དཀྱིལ་
 འཁོར་དང་ལྷན་པ་དང་། །མགྲིན་པ་ཏི་མེད་དབྱིབས་དུང་དང་འདྲ་བ་གཉིས་སྤྲ་མར་མི་འབྱུང་
 བའི་མཆོན་སོ་སོར་བགྲང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་ཆབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
 རྒྱུད་ཆ་དར་རྟེན་དུ། །མདོ་སྤེལ་ཅིག་ནས་སྐྱེ་བདུན་མཐོ་བ་མེད་པར་འགས་པ་དག་ཅིང་སྤབ་
 པ་དང་། །གསེར་གྱི་མདོག་འདྲ་བ་གཉིས་ཕྱེན་སུམ་ཏུ་རྩ་གཉིས་སུ་བཞག་དོ། །ཞེས་འཇམ་
 དབྱངས་བསྟོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོད་འབྲེལ་བ་པ་རྒྱལ་དབང་བདུན་པ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་

མཛོད་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་སྤྱིས་བྱ་
ཆེན་པོར་མཆོན་པས་ན་མཆོན་ནས། མཆོན་མ། རྟགས་མཆོན་ཞེས་བྱའོ། །

མཆོན་རིག དེང་སང་ཆོན་ཅིག་ཅེས་འབྲི་བར་བྱེད་ཀྱང་དེ་ནི་མ་དག་རྒྱན་འབྲུམས་སུ་སོང་བར་
ལྷར་བསྐྱབས་ཟེན་ཏོ། །དོགས་གཙུག་ཆོན་རིག་ལ་གཟིགས།

མཆོན་ལ། 1 མཆོན་དང་ལ་རྒྱའི་བསྐྱུས་ཆོག་མཆོན་ལ་དགྲུང་དུ་འདེགས་ལྟ་བུ། 2 མིང་ལ་ཞེས་
པའི་ཞེས། བྱེད་གྱི་མཆོན་ལ་ག་རེ་ཞུ་བ་ཡིན་ལྟ་བུ། 3 མཆོན་མོར། མཆོན་ལ་གཉིད་ཁྲག་ལྟ་
བུ།

མཆོན་ལམ། མི་ལམ་གྱི་ཞེས། གཟིགས་ལམ་དང་། མནལ་ལམ་ཡང་ཟེར།

མཆོམས་མནན་པ། (འདུལ་བ) མཆོམས་གྱི་བར་ཤིང་ལ་སོགས་པས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའོ། །མདོ་རང་
འབྲེལ་གསུང་།

མཆོམས་པོ་ཆེ། (འདུལ་བ) དབྱས་ནས་མཐའ་རུ་བཅིས་ན་དཔག་ཆད་བྱེད་དང་གསུམ་དང་། མཐའ་
ནས་མཐའ་རུ་བཅིས་ན་དཔག་ཆད་ལྡེའི་ཆད་ཅན་གྱི་གནས།

མཆོམས་སྤྲིན། ཉི་མ་འཆར་ཁ་དང་ས་རུབ་ཁའི་སྤྲིན་དམར་མེད། སྤྱི་བཤད་ནི། ཉིན་མཆོན་གྱི་
མཆོམས་གྱི་སྤྲིན་ཡིན་པས་མཆོམས་སྤྲིན་ཞེས་བྱའོ། །

མཆོམས་བྱ་རྒྱུད་། (འདུལ་བ) 1 མཆོམས་པོ་ཆེ་ལས་རྒྱུད་ཞིང་དཀྱིལ་འཁོར་བ་ལས་ཆེ་བའི་གནས།
2 དཔག་ཆད་བྱེད་དང་གསུམ་མ་ཡོངས་པའི་གནས་ཐམས་ཅད།

མཆོམས་སྦྱར་བ། 1 འཕྱད་པ། 2 མི་མན་རྩན་རོ་སྤོད་བྱེད་པ་ལའང་འཇུག་ རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་
ལས། ཁོང་གི་སྦྱོར་མ་ལྷར་ནས་རེད་མདའ་བའི་ཞལ་འཆོ་བ་ཡོད་པ་དག་གིས་ཀྱང་མཆོམས་
སྦྱར་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

མཆོམས་སྦྱོར། (པར་ཕྱིན) འབྲེལ་བཀོད་པའམ་སྤྱིར་སྦྱོང་བའི་སྦྱོན་སྒྲུབ་ལྟེན་ལྟེན་པ་ལ་ཟེར།
དེ་ལ་དབྲེན། རྒྱ་མཆོན་གྱི་སྦྱོན་སྒྲུབ། ཆོད་པའི་སྦྱོན་སྒྲུབ། ཇི་བའི་སྦྱོན་སྒྲུབ། དགོས་པའི་སྦྱོན་སྒྲུབ་
མཆོམས་སྦྱོར་རྩལ་ཡོད་པར་གསུངས། དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། །ཅེས་པའི་རྒྱན་གྱི་

གཞུང་ཆོག་འདི་གཞུང་སྤྱི་ཁྱེ་འབྲེལ་བཀོད་པ་དང་སྐྱོང་སྐྱོང་བའི་དོན་གང་ཡང་མ་ཆང་བས་
མཆོམས་སྦྱོར་མིན་ནོ།

མཆོམས་སྦྱོར་བ། འཕུད་པ།

མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ། (བརྗེས་) བརྗེས་བྱའི་ལྷག་མ་འདྲན་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་བའི་ “དང་”
“ཅིང་” མོགས་དང་འབྲུག་པ་མཐུན་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེན། བྱ་བ་
གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་འབྲུག་པ་དང་། དུས་རིམ་གྱིས་འབྲུག་པའི་མཆོམས་སྦྱོར་ལྷག་
བཅས་གཉིས་ཡོད། དུས་ཅིག་ཅར་དུ་འབྲུག་པ་ནི། འཕར་ “ཏེ” འགྲོ་ལྟ་བུ། དུས་རིམ་གྱིས་
འབྲུག་པ་ནི། མདའ་འཕངས་ “ཏེ” མོག་ལྟ་བུ་དང་། ར་བསྐྱོལ་ “ཏེ” འཁོལ་ལྟ་བུ།

མཆོམས་མེད་ཀྱི་ལས། (ཕར་ཕྱིན་) ཕིན་ཏུ་ཆོབས་ཆེ་བའི་སྤྲིག་པའི་ལས། དེ་ལ་དབྱེན། བ་བསཏ་པ།
མ་བསཏ་པ། དག་བཅོམ་པ་བསཏ་པ། དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་འབྱེད་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་འབྱིན་པ་དང་ལྡོམ། །སྒྲ་བཤད་ནི། སྒྲེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མཆོམས་མ་
ཆོད་པར་ནམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་སྒྲེ་བ་བྱི་མ་དེ་ཉིད་ལ་འབྱེན་ངེས་ཀྱི་ལས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་
ཅས་བྱའོ།

མཆོམས་མེད་ལྷ། (ཕར་ཕྱིན་) ། བ་བསཏ་པ། མ་བསཏ་པ། དག་བཅོམ་པ་བསཏ་པ། དག་འདུན་གྱི་
དབྱེན་འབྱེད་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱི་ཁྲག་འབྱིན་པ་དང་ལྡོམ། ། (གསང་
སྤགས་) གསང་སྤགས་ནས་བཤད་པའི་མཆོམས་མེད་ཀྱི་ལྷ་ནི། བ་བསཏ་པ། མ་བསཏ་པ།
དག་བཅོམ་པ་བསཏ་པ། དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་གྱི་དོད་དུ་ “དམ་པའི་ཆོས་སྦྱོང་བ” ། སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲེ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་འབྱིན་པའི་དོད་དུ་ “སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲེ་འབྲ་བཤེག་པ”
དང་ལྡོམ། །སྦྱོང་དོལ་སྒྲ་མའི་གསུང་འབྲུམ་སྤེགས་བཅ་དང་པོ་༥༤ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

མཆོམས་བཅོས། (འདུལ་བ་) ཆ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་བྱས་བརྒྱད་ཀྱི་གཉིས་པ། རུང་ཁང་མ་ཡིན་པའི་
མཆོམས་དང་། དེའི་ཉེ་འཁོར་དུ་དག་སྦྱོང་གིས་བཟའ་བཅའ་སོགས་ཟླེན་པ་བཅོས་ན་
མཆོམས་བཅོས་ཀྱི་ཉེས་པའོ།

མཚམས་མཚམས། སྐབས་རེ་དང་དོན་འདྲ།

མཚམས་རེ། སྐབས་རེ་དང་དོན་འདྲ།

མཚུངས་ལྡན་གྱི་དགེ་བ། (མཛོད) བློགས་མཚུངས་ལྡན་གྱི་དབང་གིས་དགེ་བར་སོང་བ། དད་པ་དང་
མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་ནམས་ལྟ་བུ།

མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ། (མཛོད) རྒྱ་བྱུག་གི་བཞི་བ། བན་ཚུན་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཀྱང་
ཡིན། བན་ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གཤམ་མི་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། དཔེར་
ན་མིག་གི་ནམ་པར་གཤམ་པ་དང་དེའི་འཁོར་གྱི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ།

མཚུངས་ལྡན་གྱི་མི་དགེ་བ། (མཛོད) བློགས་མཚུངས་ལྡན་གྱི་དབང་གིས་མི་དགེ་བར་སོང་བ། ཁོང་
ཁོ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་ནམས་ལྟ་བུ།

མཚུངས་ལྡན་གྱི་ལུང་མ་བསྟན། (མཛོད) མཚུངས་ལྡན་གྱི་དབང་གིས་དགེ་མི་དགེ་གང་དུ་ཡང་
གཞག་ཏུ་མེད་པའི་ཆོས། དགེ་མི་དགེ་གང་གིས་ཀྱང་ཀྱན་ནས་མ་བསྐྱབས་པའི་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱང་
བའི་སེམས་སེམས་བྱུང་ནམས་ལྟ་བུ།

མཚུན། པ་མེས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ལྷ་འཕ། ཡང་ན་པ་མེས་ཀྱི་དུས་བླ་བ། གཤམ་པོ་ལ་མཚོད་ཕྱིན་བྱེད་པ།
མཚུན། 1 དེགས་དུས་ཀྱི་བྱང་པར་ཞིག དེབ་སྟོན་ལས། རོལ་གྱི་མདའ་ན་འཆེས་དང་མཚུར་ཞེས་
བྱ་བའི་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་མཚུར་གྱི་རིགས། ཞེས་འབྱུང་། དཔེར་ན་མར་པའི་སྟོན་
མ་མཚུར་སྟོན་དབང་དེ་ལྟ་བུ། 2 མཚུར་དཀར་ནག་སྟོད་མར་སེར་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་མིང་། ཞེས་
བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར་བཤད།

མཚུར་འཛོར། པ་མེས་ཀྱི་དུར་སར་ཤ་ཐག་གིས་མཚོད་པ་བྱས་པ། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ།
མཆེ་མའི་ལྷ། (མཛོད) འདོད་ལྟ་རིགས་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། འཐབ་བྲལ་དང་དོན་གཅིག་སྤྱ་བཤད་ནི།
མཆེ་མ་ནི་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས། ལྷའི་བྱ་མོ་རེ་འའི་པར་དུ་ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་གཉིས་
རྩས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་བྱར་མཆེ་མ་ཞེས་བྲལ། །མཆེམས་མཛོད་ལ་གཞི་བྱས།

མཆེར་སྤང་། རོ་ཆ་སྤང་། རོ་ཆ་བ། སུན་སྤང་། བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་གཞུག་སྤྱང་མི་འདོད་པ།

མཆོ་ཁྱིའོར་རྒྱལ་མོ། ཀོ་ཀོ་ལོར། ད་ལྟ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མཆོ་སྤྲོན་པོ་ཞེས་པ་དེའི་མིང་ཡིན་པར་
བཤད།

མཆོ་རྒྱུ་ (འདུལ་བ) ཀུན་མཁུན་མཆོ་སྤྲོན་བས་མཛད་པའི་འདུལ་བའི་རྒྱུ་ཀ་ཞིག་འདི་ལ་ཡོངས་གྲགས་
སུ་མཆོ་རྒྱུ་ཞེས་བཟོད་ལ། མཆོན་དངོས་ནི། འདུལ་བ་མདོ་རྩེ་རྣམ་བཤད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་
ལེགས་བཤད་ལུང་གི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱའོ། །དགེ་ལྡན་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་འདུལ་
བའི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་མཛད་པའི་གཞུང་གཙོ་བོ་ནི་མཆོ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། དེའི་ཁར་དུ་འདུལ་
རྒྱུ་འཕྲུལ་བར་ཡང་སློབ་གཉེར་མཛད་སྟོན་ཡོད་དོ། །འོད་ཀྱི་འདུལ་བའི་རྒྱུ་ཀ་ཞིག་ལ་མཆོ་
རྒྱུ་འདི་ལས་རྒྱ་ཆེ་ལ་གསལ་ཞིང་སྤྲོས་དག་པ་ཞིག་ཡོད་སྐད་མི་འདུག རྒྱ་མཆོན་དེ་དག་
ལ་བཞེན་ནས་རྩེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ཀྱང་འདུལ་བ་མདོ་རྩེ་རྒྱུ་ཀ་ལོགས་སུ་མ་མཛད་པ་
ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟོན་ཡོད་དོ། །སེར་གྲེས་མཁས་སྤྲོན་གྲུ་ཆང་གི་ལྷ་རམས་འཛིན་གྲུང་ལོ་
གཅིག་ལ་མཆོ་རྒྱུ་དང་མཆོན་མཆོད་གཉིས་ཆ་ཆང་ཞིག་འགོ་ཐུབ་པ་དགོས་ཤིང་། དེ་
ཡང་ལོ་འཁོར་དགེ་བཤེས་རྣམས་ནས་རེ་མོས་ཀྱིས་འདུལ་བ་རྩོད་པའི་སྐབས་ཡིན་ན་ཉིན་
དེའི་སྤྲོར་རེས་སུ་ཡིན་ཀྱང་འཛིན་གྲུའི་ནང་ཡར་བཞེངས་ཉེ་རྩོད་པའི་མཆོན་གང་དུ་སྤྲེབས་
ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ཐད་ནས་མཆོ་རྒྱུ་ཤོག་བྱ་བ་ཅུ་ནས་བཙོ་ལུང་བར་སློ་ཐོག་ནས་བསྐྱར་
དགོས། དེ་ནས་ས་བཙད་བསྐྱིག་དེ་ནས་གཞུང་གི་ཐད་ཀྱི་ཆོག་དོན་ལ་གོ་བ་ལོན་ཐབས། དེ་
ནས་གང་འདྲེན། མཐར་གཞུང་ལ་དོགས་གཙོད་གནང་བའི་སྤྲོས་སྟོན་ད་ལྟ་ཡང་མ་ཉམས་
པར་ཡོད་དོ། །འདུལ་བ་རྩོད་པའི་སྐབས་མཆོ་རྒྱུ་ལས་གཞན་གྲུ་ཆང་སོ་སོའི་ཡིག་ཆ་གཙོ་
བོར་མི་མཛད་པ་མ་ཐད་པལ་ཆེར་བལྟ་སྟོག་ཙམ་བྱེད་མཁན་ཉུང་། མཛོད་རྩོད་སྐབས་ངོས་
ནས་པ་ཏ་ཆེན་དགེ་འདུན་གྲུབ་པའི་མཛོད་རྒྱུ་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་བལྟ་སྟོག་བྱེད་སྐབས་
ཞན་རིན་པོ་ཆེ་ཐུབ་བསྟན་བཀྱིས་ལགས་ནས་བཀའ་བཀྲོན་ཞིག་ཀྱང་ཕེབས་སྟེང་། དེ་ཡིག་
ཆ་རྩ་བ་མི་ཆེ་བས་མིན་ཡང་མཆོན་མཆོད་དང་མཆོ་རྒྱུ་དེ་བས་ཀྱང་གལ་འགངས་ཆེ་
བས་ཡིན་ནོ། །མཆོ་རྒྱུ་དང་མཆོན་མཆོད་དུ་མི་གསལ་བ་ཞིག་གཞན་དུ་གསལ་བ་ཡང་

ཏ་ཅང་དགོན་ནོ། །

མཆོ་ཕྱན། མཆོ་རྒྱུང་རྒྱུང་།

མཆོ་ཕྱན། མཆོ་ཕྱན་དང་དོན་འདྲ། ཕྱན་ནི་ཕྱན་ཞེས་པ་སྟེ་རྒྱུང་བའི་དོན་ནོ། །མཛོད་དགོན་བཅེགས་༼
ཁ་པ་ ༡༥༥ན་༩ལས། མཆོ་ཕྱན་དང་། ལྷུང་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

མཆོ་མ་རྫོས་པ། (མཛོད) <ཨན་བཏསྟ་> ཉང་པ་དང་ཉིན་དུ་གཉིས་ཀས་རྩ་ཆེར་འཛིན་པའི་སྟེ་ཕྱིང་རྫོང་
གི་མཆོ་མ་པམ་པ་འཕམ། མ་པམ་གཡུ་མཆོ། མཛོན་པའི་གཞུང་དུ་མཆོ་མ་རྫོས་པ་ཞེས་ཟེར་བ།
རྒྱ་གར་གྱིས་ (ManasarWar) ཟེར། མཆོ་མ་རྫོས་པ། མཆོ་མ་པམ་པ། མ་པམ་གཡུ་མཆོ་
རྣམས་དོན་གཅིག་ཞིབ་པར་མཆོ་མ་པམ་ལ་གཟིགས། མཛོད་ལས། འདི་ནས་བྱང་དུ་རི་ནག་
སོ། །དགུ་འདས་གངས་རིའོ་དེ་ནས་ནི། སྤྱོས་ངད་ལྗང་བའི་རྩ་རོལ་ན། རྩ་ཞེང་ལྗང་བཅུ་ཡོད་
པའི་མཆོ། ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་མཆིམས་མཛོད་ལས། འཛམ་བྱའི་གླིང་འདི་ཉིད་ནས་
གླིང་འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱང་དུ་རི་ནག་སོ་གསུམ་ཡོད་དོ། །དེ་ནས་བྱང་ན་ཡང་རི་ནག་སོ་གསུམ་ཡོད་
དོ། །དེ་ནས་ཡང་བྱང་ན་རི་ནག་སོ་གསུམ་སྟེ་དགུ་འདས་པའི་པ་རོལ་ན་གངས་རི་དཔལ་
(གངས་ཉེ་སེ) དང་ལྗན་པ་སོ། །གངས་རི་དེ་འདས་ནས་ནི་ (བྱང་རོས་ན) སྤྱོས་ཀྱི་ངད་ལྗང་བའི་
རི་ཡོད་དོ། །གངས་རིའི་པ་རོལ་སྤྱོས་ཀྱི་ངད་ལྗང་བའི་རྩ་རོལ་དཔལ་ཆད་བཅུ་ན་སྟེ་རྩ་ལ་
སོ་མ་རྫོས་པའི་གནས་ཟབས་དང་རྩ་དང་ཞེང་དུ་དཔལ་ཆད་ལྗང་བཅུ་ལྗང་བཅུ་ཡོད་ (པ་སྟེ་མ་
རྫོས) པའི་ (གནས) མཆོ་མ་རྫོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མཐའ་སྟོར་དུ་དཔལ་ཆད་ཉིས་བརྒྱས་འཁོར་
བའི་བྱ་བ་ཞིབ་དབྱིབས་ལེགས་ཤིང་བཟན་སྟུག་ལ་མཛེས་པ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྗན་པའི་
རྩས་གང་བ། མེ་རྟོག་ལྷན་པ་དང་བརྒྱ་དང་ཀུ་སྟ་དང་བརྒྱ་དཀར་སོས་ཁེབས་པ་ཡོད་དེ།
དེའི་ནང་ནས་གརྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྩ་སོ་ཆེན་སོ་བཞི་རེ་འཕར་རྩ་ཕྱན་ (རྩ་ཕྱན་དང་འདྲ) ལྗང་
བརྒྱ་ལྗང་བརྒྱ་དང་བཅས་པ་མཆོ་མ་རྫོས་པ་ལ་གཡམས་ཕྱོགས་སུ་བསྟོར་ནས་ཤར་ཕྱོགས་
ཐག་གླང་སྟེ་ཁ་དང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ལྷུ་མཆོག་གི་ཁ་དང་། ལུབ་ཕྱོགས་ཉའི་ཁ་དང་། བྱང་
ཕྱོགས་སེལླའི་ཁ་ལྟ་བུ་ལས་བབས་ཉེ་རིམ་པ་ལྟར་ཤར་ལྷོ་ལུབ་བྱང་གི་རྩ་མཆོར་འགྲོ་སྟེ།

གདགས་པ་ལས། རྒྱ་རྒྱུ་གར་སྒྲིག་བྱ་དང་། སྒྲིག་དབང་རྒྱལ་དབང་ལེ་མེད་པ་
 ཅན། འབབ་ཅིང་ཐམས་ཅད་བསེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གས་བཞི་ཁོར་ཁོར་ཡུག་དག་ནས་
 འབྱུང་། གར་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོར་འགྲོ་བ་སྟེ། སྒྲིག་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོར་འགྲོ་བ་
 ཡིན། རྒྱ་ཡང་ནི་རྒྱལ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོར་འགྲོ། དེ་ཡི་བྱང་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོར་སྒྲིག་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་
 རྒྱུང་རབ་མཚོག་བཞི་པོ་འདི་དག་ནི། མཚོག་ཏུ་བཟང་ཞིང་སོ་སོར་འབབ་བ་སྟེ། དེ་དེ་ཞིང་
 ཡང་ལྷ་བརྒྱུ་ཁྲིར་ནས་ནི། རྒྱ་ཡི་རྒྱུན་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་འགྲོ། ཞེས་འབྱུང་
 རོ། འབྲེལ་པ་ལས། དེར་ནི་རྒྱ་འབྲེལ་དང་མི་ལྷན་པའི་མིས་བཟོད་པར་དགའོ། ཞེས་བཤད་
 ལ། ལུང་སྒྲན་གྱི་གཞི་ལས་གྱང་། གཞོད་སྒྲིག་གཏུམ་པོ་མི་བཟང་གནས་པ་ཡིད་འོང་
 ཞིང་། མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་ཤིང་གིས་རྒྱལ་བར་མཛེས་བྱས་པས། དེ་ལས་རྒྱ་མཚོ་དུག་ཅན་
 དག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན། རྒྱ་བོ་བཞི་པོ་འདི་དག་ཕྱོགས་བཞིར་འབབ། གར་སྒྲིག་ལྷོ་ཕྱོགས་པ་ཞིན་པ་ལྷ་
 དང་། སྒྲིག་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཐོབ་པ། མ་གཏོགས་མི་རྒྱལ་གྱིས་ནི་མི་བཟོད་པ། དེར་
 བོ་ཐོབ་པ་དགོ་འདུན་བཅས་པ་བཞུགས། ཞེས་གསུངས་སོ། ཞེས་གསུངས། སྒྲ་བཤད་ནི།
 རྒྱ་བསེལ་བས་གང་བར་གནས་པས་ཆོ་བ་མེད་པའམ་མ་རྩོས་པ་ཞེས་བྱ་བའམ། ཡང་ན་
 མཆིམས་མཛོད་ལྟར། སྒྲིག་རྒྱལ་པོ་མ་རྩོས་པའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མ་རྩོས་པ་ཞེས་
 བྱའོ། རྒྱ་བོ་བཞའི་ཐང་ཡིག་ཤོག་གངས་༣༥༠ལས་གྱང་། རྒྱ་མཚོ་གདན་ནས་བྱང་ཕྱོགས་
 བཅའ་བ་ནུ། དེ་ནག་དགུ་འདས་པ་རོལ་གངས་ཏེ་སེ། གངས་རིའི་བྱང་ཐོས་རི་པོ་སྒྲིམ་དང་
 ལྷན་དེ་གཉིས་བར་ན་མ་རྩོས་མཚོ་ཞེས་ཡོད་པེ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། ལོ་རྒྱུས་སྒྲིག་པའི་
 མཁས་པ་མང་པོས། མཚོ་མ་རྩོས་པ་དང་མ་ཐམ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་བཤད་གྱང་། མདོ་མཆོ་
 པ་ཉེར་གཞག་༩ ག་པ ༡༩༡༩ན་ལས། རྒྱ་མཚོ་འཛམ་བྱ་སྒྲིང་གི་མ་རྩོས་པ་དང་། མ་ཐམ་
 དང་མཚོ་ཆེན་པོ་གཉིས་བཞིན་ནོ། ཞེས་མཚོ་མ་རྩོས་དང་མཚོ་མ་ཐམ་པ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། མཚོ་མ་རྩོས་པའི་སྒྲིང་རྒྱལ་པ་མཚོ་མ་ཐམ་ལ་གཟིགས།
 མཚོ་མ་ཐམ། བྱང་པ་དང་ཉིན་དུ་གཉིས་ཀས་རྒྱ་མཚོར་འཛིན་པའི་སྒྲིང་རྒྱུང་ཞིང་གི་མཚོ་མ་ཐམ་པའམ།

མ་པམ་གཡུ་མཚོ། མངོན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྲིས་རང་རྣམས་ཤི་བཤམ་ཤེས་གྲི་མེ་ལོང་༤༧བ་༡པོར་
མཚོ་མ་པམ་ཟེར་བ་ཡིན། འདི་གཞུང་དུ་མཚོ་མ་ཤྲོས་པ་ཞེས་ཟེར་བ། རྒྱ་གར་གྲིས་ (ManasaroWar) ཟེར། སི་ཏུ་བསྟན་པ་འབྲུ་མ་ན་སོ་ཡར་ཏེ་ཡིད་གྲི་མཚོ་མཚོག་ཟེར་བ་རེད་ཅེས་
དང་། གངས་དཀར་ཏེ་སེ་དང་། མཚོ་མ་པམ་གྲི་གནས་བཤའ་ཞིབ་པ་འབྲི་གྲུང་གཏན་རབས་
བཞེ་བ་དཀོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་གྲིས་མཛོད་པའི་ཤེས་དཀར་མེ་ལོང་ནང་གསལ་ཡོད།
དེའི་ཤོག་གངས་༡༧ན༡ པར་མཚོ་མ་པམ་སྒྲོར་མི་ལའི་གསུང་མགྱར་ལུང་འཛིན་གནང་སྟེ།
མ་པམ་གཡུ་མཚོ་སྐད་བ་དེ། །མ་ཤྲོས་མཚོ་མོ་བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ས་པཎ་ལ་དགག་
བཞག་ཀྱང་གནང་འདུག ཅེས་ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ན་གསལ། དེའི་མདོག་དབྱིབས་གཡུ་
ཡི་མཐུལ་ཁ་སྤྱབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ། རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་མགྱར་ན་གསལ་ཏེ། མ་པམ་གཡུ་
མཚོ་སྐད་བ་དེ། །ཞེས་བ་ནས། རྩོན་བདེ་གཤེགས་ཉིད་གྲིས་ལུང་བསྟན་པའི། །མཚོ་མ་ཤྲོས་
པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །སྤྱིར་ཚུ་བོ་བཞེ་འདུས་གྲི་མགོ་བོ་ཡིན། །ཉ་སྤམ་རྣམས་གྲིས་འཕྲོ་ས་
ཡིན། །མཚོ་གཡུ་ཡི་མཐུལ་འདྲ་བ་དེ། །སྤྱ་ཆེན་བརྒྱུད་གྲི་སོ་བྱང་ཡིན། །ཞེས་དང་། དེ་མཐའ་
སྤང་དང་བག་གིས་བརྒྱན། །སྤྱ་སྤམ་རྣམས་གྲི་བང་མཛོད་ཡིན། །ཤེར་འཛམ་བུ་ཤི་ཤྲའི་སྤྱེ་
གནས་ཡིན། །སྟོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་ཞེས་དེ་ལ་དྲས། །ཞེས་སོགས་གསུངས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་
ཆེན་མོར། རྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་གསལ་བའི་ཡའོ་ཁྲི་སྟེ་གཡང་འེའི་མཚོ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་།
དེ་ལྟར་ན་ལོ་སྤམ་སྟོང་གི་སྟོན་ལ་ཀྲོ་ལུ་རབས་གྲི་རྒྱལ་སོ་སྤྱད་བང་ཞེས་བ་ཏུ་བ་ཕྱོགས་
གནས་སྒྲོར་དུ་ལེབས་པའི་མཚོ་དེ་ཡིན་ཞེས་གསལ།

མཚོན་གྲིས་རུང་བ། (འདུལ་བ) མཚོན་གྲིས་མ་བཟོས་པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་
རྣམ་པར་བཤད་པ་༩ ཚུ་ ༡༡༤ན་ལས། མཚོན་གྲིས་རུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚོན་གྲིས་མ་
སྤྱང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །

མཚོན་པ། ༡ གོ་བར་བྱེད་པ། དེས་མཚོན་པར་ཏུ་སོ་ལྟ་བུ། ༢ རྩོན་པ། རྗེའི་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ཆེན་
ལས། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ལེགས་བཤད་ཀྱན་གྲི་གཏེར། །འཛིག་རྟེན་ཀྱན་གྲི་མ་འཛིས་མཛོད་

བཤེས་ཏེ། །ས་གསུམ་འགྲོ་ལ་ལམ་བཟང་མཆོན་པའི་མིག། ལུབ་དབང་སྤྱོད་པའི་ཉེ་མས་རྟག་
 ཏུ་སྤྱོད་སྤ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །³ དཔེར་སྟོན་པ། དེ་ནི་མཆོན་པ་ཅམ་མོ་ལྟ་བུ། ⁴ རྟེན་
 པ། ཐོབ་པ། རྗེའི་འདུས་པའི་དཀའ་གནད་བསྟན་པ་ལས། གང་ཞིག་སྤུན་མོང་ལམ་གྱིས་རྒྱུད་
 སྤངས་ཤིང་། །དབང་གིས་ལེགས་སྤྱོད་སྟོན་པ་ཡོངས་སུ་དག། །དན་པ་གཅིག་པའི་རྣལ་འབྱོར་
 མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། །རྟོག་གསུམ་གྱི་ཉིང་འཛིན་རྟེན་པ་དེས། །སྤྱོད་པ་འོད་གསལ་བདེན་པ་གཉིས་
 གྱི་ལམ། །ཆོས་དང་གཟུགས་སྤྱོད་གཉིས་ནི་མཐོང་ཆོས་ལ། །མདོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཉེ་རྒྱར་
 འཇུག་པ་ན། །བྲག་རྒྱ་བཟང་ལས་བདེ་ཆེན་མཆོན་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ⁵
 འབྱུང་བ། གསལ་བ། འཛོན་པ། མགྲིན་པའི་ལམ་དུ་མཆོན་པ་འདི་ལྟར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

མཆོན་བྱ། གོ་བྱ། རྟོགས་བྱ། བསྟན་བྱ།

མཆོན་བྱེད། རྟོགས་བྱེད། སྟོན་བྱེད། དཔེ། མཆོན་ཉིད། གོ་བྱེད། བྱ་དངོས་གང་དང་གང་གི་ཆ་བ་
 བྱེད་ཀྱས་བའམ་རྟགས་བྱེད་པའི་རྟགས་མཆོན་ནམ་དེའི་མིང་སྟེ། ས་དབྱིབས་ས་ཁོའི་ཐོག་གི་
 མདོག་ལྗང་གྲུ་ནི་ས་དམའ་ས་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ལྟ་བུ། ཞེས་དག་གསར་ལས་གསུངས། ཀོང་
 སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་རང་རྣམ་ལས། རྩོམ་སྟོ་ཤིན་ཏུ་དོགས་ཀྱང་ལེའུ་གསུམ་ཀའི་རྩོམ་
 རྒྱགས་མཆོན་བྱེད་བྱ་བ། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

འཆག་འཆག་པ་དང་དོན་འབྱ།

འཆག་པ། ལུས་ཀྱི་མདངས་བཟང་བའམ། ཉམས་རྒྱས་པའམ། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྒྱས་པའི་
 དོན་དུ་བཤད། འཆག་པ་ཞེས་ཀྱང་འབྲིལ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་སྟོས་ཆེན་པོའི་བཤེས་
 སྤྱོད་གི་འབྲེལ་པ་༩ དེ ༡༩༧༦ ལས། འཆག་ནི་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྒྱས་པའོ། །ཞེས་
 གསུངས། བཤེས་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་། །ཁ་ཟས་སྤྱོད་དང་འདྲ་བར་རིག་པ་ཡིས། །འདོད་ཆགས་
 ཞེ་སྤང་མེད་པར་བསྟེན་བཀྱི་སྟེ། །རྒྱགས་བྱིར་མ་ལགས་བསྟེམས་པའི་བྱིར་མ་
 ལགས། །འཆག་བྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་བྱིར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །པཌ་ཆེན་
 ་ལྷག་མཆོག་པས་ཀྱང་། འཆག་ཅེས་བྱ་བ་མདངས་ཀྱི་མིང་། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

འཆབ་འཆུབ། བྲེལ་ཟེང་གི་དོན། ཚབ་ཚུབ་ཅེས་བྲིས་པ་འདྲ་ཡོད།

འཆབ་ཤ། འཆབ་ཤ་དང་དོན་འདྲ་བར་སེམས།

འཆབས་ཤ། འཆབ་འཆུབ་དང་དཔལ་སྒྲིག་གི་ནུས་པ་འདི་མིང་། རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རང་ནུས་དུ་ཀུ་ལའི་
གོས་བཟང་ལས། འདས་དུ་སོག་པོ་གཏོས་ཆེན་སྒྲེབས་པས་ཏྲོང་སྟོང་སྟོང་སོགས་ཀྱང་རོང་
ལ་བསྒྲིལ། སྡེ་སྤྱི་དེ་ཀྱང་ཐུགས་ལ་ “འཆབས་ཤ” ཞིག་ཞུགས་ཉམས་སུ་འདུག ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

འཆའ་ལུ། དམར་པོ་ལ་དཀར་པོའི་ཐོག་ལེ་ཡོད་པ་ལ་ཟེར། བཤ་ཆེན་ལྷག་མཆོག་པས། འཆའ་ལུ་
ཞེས་བ་དམར་པོ་ལ། དཀར་པོའི་ཐོག་ལེས་མཆན་བཤོ། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ལོ།

འཆའ་བ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དུ་ལྟ་བུ) (འདུལ་བ) 1 བྱེད་པ། དཔེར་ན་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། ལྟ་
བཀའ་བཞིན་འཆའ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་བྲུག་བྱེད་པ་ལ། བྲུག་འཆའ་ཞེས་
པ་ལྟ་བུ། བཅའ་བ། བཅའ་བ། འཆོལ། 2 འདོད་པ། དཔེར་ན་བདག་གཅེར་བྱར་བའི་དབྱིང་པར་
འཆའ་ལོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དག་སྟོང་ཞིག་གིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྟོང་ཅེས་གསོལ་
རྟོ། བཅུན་བ་བདག་གཅེར་བྱ་བའི་དབྱིང་པར་འཆའ་ལོ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་
པ། སྤྲེས་བྱ་གཏི་སྤྲུག་འདི་ལྟ་སྟེ། གཅེར་བྱ་འདི་ནི་སྤྲུ་སྟེགས་པའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། 3 ཟ་བ། འཆའ་མ་འཆའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལུང་ཞུ་བའི་འབྲེལ་པ་ལས། དེ་ལ་
དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་འཆའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མོས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། 4 ཤེས་པ།
དཔེར་ན་བདག་གིས་མ་འཆའ་ཏོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། དེ་ནས་སྟེང་མོས་
ཚལ་སུང་བའི་མི་ལ་སྤྲུས་པ། ཀྱའི་ནང་ཇེ་འདི་ཅི་ཡིན། དེས་སྤྲུས་པ། ལྟ་བདག་གིས་ནི་མ་
འཆའ་ཏེ། འོན་ཀྱང་འདིའི་དོན་ནི་བཅུན་མོས་འཆའ་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། བརྒྱུད་སྟོང་
པ་ལས་ཀྱང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོས་ཀྱང་
བདག་གིས་མ་འཆའ་མ་དམིགས་ཡང་དག་པར་ཇེས་སུ་མ་མཐོང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་
བུའོ། བརྒྱུད་སྟོང་པའི་དཀའ་འབྲེལ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས་ཀྱང་། མ་འཆའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་

དམིགས་པའོ། །ཆད་མས་གཞོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བསམས་སོ། །
 ཞེས་གསུངས་སོ། །⁵ དགོས་པ། དཔེར་ན་སྤོས་ཅི་འཆའ་ཞེས་པའམ། ལྟ་སྤོས་ཀྱང་ཅི་
 འཆའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །བཤེས་སྤྱིང་ལས་ཀྱང་། མགོ་འཕགས་ལ་སྤོ་བྱེད་མེ་ཤོར་ན། །དེ་
 དག་ཕྱིར་བརྒྱུག་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་སྤྱིང་མེད་པར་བགྱི་སྤྱད་འབད་འཆའ་
 ཉེ། །འདི་བས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཐད་
 གྱི་བཤེས་སྤྱིང་འགྲེལ་བ་ལས། ལུས་དང་སྟོག་ལ་མི་ལྟ་བའི་བཙོན་འབྲུས་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་
 ཡང་སྤྱིང་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འབད་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་
 སོ། །དེ་བཞིན་བྱ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། དེ་བས་ཆེས་མང་ཉིད་ཅིག་བརྒྱུང་འཆའ་ལོ། །ཞེས་དང་།
 རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཆའ་ལོ། །ཞེས་དང་། སྤྱག་བསྐྱུ་རྒྱུ་མི་འཆད་པ་བསྟེན་
 འཆའ་ལོ། །ཞེས་སོགས་ལ་རེགས་འགྲེལོ། །⁶ ཡོད་པའམ་ལྟན་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་སྟོ་
 འཆའ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། སྟོ་འཆའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནད་
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྟོ་ནི་ནད་དང་འཆའ་བ་ནི་ཡོད་པའམ་ལྟན་པའི་དོན་
 རོ། །⁷ བྱོན་པ། ལྷུབ་པ། བགོ་བ། ཡོད་པའམ་ལྟན་པ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། ལྷ་སྤྱེས་མོས་
 ཆའ་གྱི་གཞིར་བྱུང་བ་ན་མི་སྤྱོ་བྲེགས་ཤིང་གོས་དྲར་སྤྱིག་འཆའ་བ་སྤྱག་པ་ན་ལྷུང་བཟེད་
 ཐོགས་ནས་བྲིས་ནས་བྲིས་དང་། །ཁང་པ་ནས་ཁང་པར་རྒྱ་ཞིང་མཆི་བ་ཞིག་གཟིགས་
 སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ⁸ ཆོམ་པའི་དོན་དུའང་བཤད། བཤ་ཆེན་ཤྱག་མཆོག་པས། མིང་ཡིན་
 འཆའ་བ་ཟ་བ་དང་། །ཆོམ་པའི་དོན་དུའང་བཤད་པ་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

འཆའ་མ། (འདུལ་བ) ཟས་ཀྱི་མིང་། དཔེར་ན་འཆའ་མ་འཆའ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

འཆའ་མ་འཆའ། (འདུལ་བ) ཟས་ཟ་བ།

འཆའ་མ་མི་འཆའ། (འདུལ་བ) ཟས་མི་ཟ་བ།

འཆིག་པ། ། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བཞི་བ་ནི། །ཁོང་ཁྱིའི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག་ཁོ་བ་དང་འཁོན་འཛིན་སྟོན་
 དུ་སོང་བས་གཞན་གྱིས་ཉེས་པ་སྤངས་པ་ན་ཞེ་འགྲས་པར་གྱུར་ནས། ཆོག་རྩལ་ཀྱང་ནས་

སྒོར་བའི་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པའོ། །བྱེད་ལས་ནི། ཆོག་རྩལ་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་
ལས་གསོག་པ་དང་དངོས་བརྒྱད་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་དང་དེའི་རྒྱ་ལ་སྦྱར་བའོ། །2 རྩིག་པ་ལས་
མི་བརྒྱུག་པར་ཞེན་པ། བྱང་པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད་ལས་གསུངས། དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲིབ་བ་
༡399ཙམས། འཆོག་པ་རྩིག་ལ་ཞེན་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

འཆར་སྒྲིབ་། མཆར་སྒྲིབ་དང་འབྲ།

འཆར་ཤག ཁྱིམ་ཤག རྩོད་ཁང་།

འཆོ་བ་མ་ཐུན་པ། (འདུལ་བ) དགེ་འདུན་རྣམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གནང་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་
གསུམ་དང་། བསོད་སྦྱོམས་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་འཛིན་ཅིང་། འོག་འཆོ་སྤངས་པས་འཆོ་བ་
མ་ཐུན་པའམ་མཆུངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

འཆོ་བ་མ་ཆུངས་པ། (འདུལ་བ) འཆོ་བ་མ་ཐུན་པ་དང་འབྲ།

འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ། (འདུལ་བ) རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་བྱ་བེད་སྦྱོད་བྱེད་པའི་གོས་
བཅུ་གསུམ་ནི། ༡ སྒྲུམ་སྒྲུབ། 2 རྩ་གོས། 3 མཐང་གོས། 4 ཤམ་ཐབས། 5 ཤམ་ཐབས་
ཀྱི་གཟན། 6 རྩལ་གཟན། 7 རྩལ་གཟན་གྱི་གཟན། 8 རྩག་གཟན། 9 གཡལ་བ་དགའ་བ།
10 སྒྲ་གཟེད། 11 གདོང་གྱིས། 12 གདོང་བ། 13 དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་དང་བཅུ་གསུམ་སོ། །

འཆོ་མ། <མྱ་རུ> ཨ་མའི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག

འཆོ་ཞིང་གཞེས་པ། གསོན་ཞིང་བཞུགས་པའམ། འཆོ་ཞིང་བཞུགས་པའི་དོན་ནོ། །འཆོ་བ་ནི་
གསོན་པའི་དོན་དང་། གཞེས་པ་ནི་སྦྱོད་པའམ་བཞུགས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་
འབྱེད་ཀྱི་ ཅ་བ་ 136ཙམ་ལས། སངས་རྒྱུས་བཙུམ་ལྔ་འདས་གསོན་ཞིང་བཞུགས་ཏེ་
འཆོ་ཞིང་གཞེས་པ་རྣམས་ལ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །ཡི་གྲུང་དུ་འདོད་ལྟར་གསུངས་སོ། །

འཆོ་ཆོས། འཆོ་ཐབས། འཆོ་བ། ཀྱུན་ཏུ་འཆོ། འཇུག་བྱེད། གསོ་བྱེད། སོ་ནམ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་
གངས་སུ་བཤད། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་ཀྱི་ རྒྱ 136ཙམ་ལས། འཆོ་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆོ་
བའི་སོ་ནམ་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འཆོག་ཆས། ཡོ་བྱད་དམ་དངོས་ཆས་ཀྱི་དོན་དུ། དག་ཡིག་མཁས་པའི་འབྱུང་གནས་ལས་ཐུན་
མོང་ལ་མཁོ་བ་བདག་སར་རྟེན་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལས་བཤད། བེའུ་འགྲེལ་ལས། ཟས་
གོས་ལ་སོགས་པའི་འཆོག་ཆས་གཞན་གྱིས་སྦྱོར་བ་མཐོང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འཆོ་རྟེན་ནས་
འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཀྱི་མིང་།

འཆོལ་གྲོ། ཟས་སོགས་འཆོལ་དུ་འགོ་བའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་
འབྲུམ་འགྲེལ་ལས། མི་ལྟོགས་བཟའ་མེ་ཆོན་ཅིག་ལ་བཟའ་རྒྱ་ལ་གཟུགས་གཅིག་ལས་མེད་
པས། དེར་པའི་བསམ་བ་ལ་ངའི་བུ་སྤྲད་ལྟོགས། འཆོལ་གྲོ་གཅིག་ལ་འགོ་སྤྲུམ་སྟེ། ལ་
གཟུགས་དེ་ལས་རྒྱགས་ལ་བྱེད་བྱིན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དཔེ་གཞན་དུ་ཆོལ་
གྲོ་ཞེས་ཀྱང་སྤྲང་། སྤྲོད་དོལ་སྤྲུམ་ལས། འཆོལ་གྲོ་ནི་ལྟོ་གོས་འབྲེལ་འབྲེལ་དུ་འཆོལ་དགོས་པ།
ཞེས་གསུངས། ཆོལ་གྲོལ་གཟིགས།

༼ རྒྱ ༽

ཇི་ཅུ་དག་པའི་དོན།

རྩ་ཡ་ལྷན་ཐོག་ (ལེགས་སྦྱར་) བོད་དུ་ཐེབས་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་པཱི་ཏ་ཞིག་ བོད་དུ་བསྟན་པ་དར་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་པཱི་ཏ་གོ་གསུམ་གྱི་མཆན་གཞུང་བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་ཡོད་པ་དེའི་
གངས་༤༤ པ་དེ་ཡིན།

རྩ་ཡ་ལྷན་ (ལེགས་སྦྱར་) རྒྱ་ཡ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན།

རྩ་ཡ། (ལེགས་སྦྱར་) 1 ཆོག་ས། 2 ས་བ། 3 སྒོ། 4 མེ་ཏོག་ 5 བོན་པོ། 6 ཉ་རྒྱ། 7 སྒྱ་མ། དེ་ཡང་མདོན་
བརྗོད་ཀྱི་གཞུང་ལས། རྩ་ཡ་ཆོག་ས་དང་སྒོ་དག་ལ་སྟེ། །མེ་ཏོག་པོན་པོ་ཉ་རྒྱ་སྒྱ་མ་
ཡང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །

རྩ་ཡ་ལྷན་ར། (ལེགས་སྦྱར་) 1 བོད་སྐད་དུ་བ་བཅས་འབར་བ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ། ཉིའ་མ་ཅལ་མངའ་
ཁོངས་ཀྱང་ར་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། མངའ་ས་གཙོ་བོ་ནི་ལྷ་མོ་ནག་མོའི་ལྷ་ཁང་གསུམ་ཅན་དེ་
ཡིན། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་། ཀྱང་ར་མ་སྟེབས་གོང་དུ་རྩ་ཡ་སྒྱ་ཁི་བྱ་བར་སྟེབས།
དེར་ས་ལ་མེ་འབར་མངའ་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། དེ་རྗེ་གོད་ཆང་པའི་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ་ཞེས་
གསུངས། ཀྱང་ར་ལ་གཟིགས། 2 གཞན་དག་གིས་རྩ་ཡ་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ། བྱ་གེའི་ཁུབ་བྱང་ན་
མཐོ་མིང་གི་གཙང་པོ་དང་གར་ཤེའི་གཙང་པོ་དང་ཤེའི་མཐོང་པོ་གསུམ་འདུས་མདོན་
ཁོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད། དེའི་ཉེ་མོགས་ན་རྩེའི་ཡིད་རྩོད་པ་ཁ་སྒྱུབ་པ་ལྷ་བྱའི་ཉེ་འཁོར་ན་
ཞིང་སྤྱོད་ལྷ་མོ་རྩ་ཡ་སྒྱ་ཁི་ཞེས་བྱ་བ་དོ་ལ་རང་འཁུངས་སུ་ཡོད་པ་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་
བཅེགས་པ་ཡོད། དེ་ནས་རྒྱང་གསུམ་གཅིག་གི་པ་རོལ་ན་སྒྱུབ་གནས་བྲག་སྒྱག་བརྒྱ་ཆུ་

མིག་བརྒྱུ་ཤིང་བྱང་བརྒྱ་ཡོད་པའི་ཐང་ཀའི་བྲག་དཀྱིལ་ནས་ཚུ་འབབ་བ་དེ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུག་ས་
 རྣམས་སྤྲུལ་བྱེད་བ་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་བཞེད་ལ། 3 ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་དང་
 ཁ་ཆེའི་བར་རྩོམ་གདན་གྱི་བྱ་བ་བྱང་རྩོལ་མེ་འབར་བའི་གནས་ལ་བཞེད་དོ།

རྩོམ་པོ་རྟོ་འགྲུགས་གཞུག་བཅེངས་མཉེས་བཞི་སྟེ། རྩོམ་བཞེད་པས་མི་ཐོག་ཏུ་མི་བཅེགས་བ་
 ལྟར་ལྟར་གྱི་སྤྱི་བོར་འགྲུགས། རྩོམ་བཞེད་པས་དདུལ་ཚུ་ལ་དདུལ་ཚུ་བཅུག་བ་བཞིན་
 དམ་ཆོག་པ་ལ་ཞུགས། བྱི་ཞེས་བཞེད་པས་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་བ་བཞིན་དམ་ཆོག་པ་དང་དབྱེར་
 མེད་དུ་བཅེངས། རྩོམ་བཞེད་པས་རྒྱལ་པོ་རང་གི་སློབ་འབངས་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་གང་ལ་
 སྤྲུགས་ཅིས་ཆེ་བ་དེའི་དབང་དུ་འགྱུར་བ་ལྟར་དབྱེས་བ་ཆེན་པོས་དམ་ཆོག་པ་དང་འབྲུལ་
 མེད་དུ་བཞགས་པར་བསམ་བཤོ།

རྩོ་ན། (ཞིགས་སྒྲུང་) 1 ཡེ་ཤེས། དེས་ཆོག་ནི། རྩོགས་བ་མེད་བ་སྟེ། རྩོ་ནི་རྩོགས་བ་དང་། བཞི་དགག་
 ཆོག་ཡིན་བས། སྤང་བ་གསུམ་གྱི་རྩོགས་བ་མེད་པ་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས། ཞེས་རྩེའི་འགྲེལ་
 བ་བཞི་སྤྲུགས་ན་གསལ། རྩོ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་སློབ་ཚུལ་ནི། ས་སྤྱིའི་རྩེ་བཙན་བསོད་
 རྣམས་ཅེ་མོ་ཡི་གེའི་བསྐྲག་ཐབས་346ལས། རྩོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡི་གེ་ལ། 1རྒྱ་གར་འགྲུར་
 སློབ་ཁ་ཆེ་གཉལ། 1བོད་ཀྱི་གཉལ་ཞེས་བྱ་བར་སློབ། 1ཁ་ཆེའི་ལུགས་སུ་བསྐྲགས་ན་
 བདེ། 1ཞེས་གསུངས་སོ། 2 ཤེས་པ། སེམས། རྩོ་ན་ཞེས་བ་ཤེས་བ་ལའང་འཇུག་པར་
 མཁས་གྲུབ་རྩེའི་དུས་འཁོར་འགྲེལ་ཆེན་ན་གསལ། རྩོ་བ་པ་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པའི་ཐང་དུ་
 གཞིགས།

རྩོ་ལ། (ཞིགས་སྒྲུང་) རྩོགས་འཛིན་ཉེ་མོར་སྤྲུ་ཞིག་དེ་ལ་གསང་འདུས་རྩམ་ཟླ་ལ། རྩམ་སེར། རྩམ་
 ཟླ་ལ་ནག་སོ། རྩམ་དམར་གྲུ་བ་མཛོན་ཤེས་ཅན་གྱི་ལུགས། རྩམ་དམར་སྟོག་སྤྲུབ་ལུགས།
 རྩོ་ལུགས་རྩམ་དཀར་འབྲུག་ཞོན། རྩམ་ཟླ་ལ་སྤྲུན་བྲགས། འཁོར་རྩོ་བདག་བརྒྱད་ནི། རྩམ་ཟླ་
 ལ། གང་བ་བཟང་སོ། རྩོར་བྱ་བཟང་། གུ་བེ་ར། ཡང་དག་ཤེས། འཕྱོག་གནས། ལྷ་ཅེན་སེར་
 སྤྲ། བི་ཅི་ཀུན་བྲ་ལིའམ་འཛམ་བུ་འབྲིལ་བ་དང་བརྒྱད་དོ། 1མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། རྩོན་གྱི་

གཞོན་མྱེན། ཚུ་ཡི་དབང་པོ། ཚུ་ལ་གནས། ཚུ་ཡི་ཐུབ་པ། རོར་གྱི་དབང་ཐུག་བཅས་སོ། །

ཐོས་ལྟ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) རྩ་ལྷུ་ལར་གཟེགས།

རྩོམ་རྩིག་ (ལེགས་སྦྱར) རྩལ་བ་རྩལ་ཏེ་རྩལ་སྤང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། ཅིབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་དཀར་པོས་བསྐྱེད་བཞི་ལས་རྩལ་བས་ན་རྩལ་བ་རྩལ་ཏེ། དང་དོན་ནོ། རྩོམ་ལྟ་
བྱའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་བསྐྱེད་བཞི་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་བས་ན་རྩལ་བ་རྩལ་ཏེ། དེས་དོན་
ནོ། །འགྲེལ་བ་བཞི་སྟེགས་ན་གསལ།

རྩོ་བྱ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) རོ་མོ་རྩོ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་འདི་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་གསན་པའི་རྩལ་གར་གྱི་མ་
མ་ཞིག།

རྩོ་གྱི། (རྩལ་གར) རོ་གྱི་དང་འབྲ། དཔེ་མང་པོར་རོ་གྱི་ཞེས་སྤྱང་ཡང་། རོ་གྱི་ཞེས་པ་ལེགས་པར་སྤྱང་།
རོ་གྱི། (རྩལ་གར) ཡོ་གྱི་སྟེ་རྩལ་འབྱོར་པའི་མིང་། དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དཔེ་ཐེར་དཀར་པོར། རོ་
དང་ཡ་གཉིས་རྩལ་སྤྱང་ལ་འཁྱེད་ཏུ་འབྲ་བས། ཡ་སྤྱོད་ལ་རོ་མ་རི་དང་། ཡོ་གྱི་ལ་རོ་གྱི་སྟེགས་
སྤྱོད་འཁོར་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་གསལ། རོ་གྱི་དང་རོ་གྱི་ཞེས་འབྲེ་ཚུལ་གཉིས་ལས་རོ་གྱི་ལེགས་
པར་སྤྱང་། བོད་རྩལ་ཆོག་མཆོད་ཆེན་མོར། རོ་གྱི་ཞེས་པ། སྤྱར་རྩལ་གར་གྱི་ཐུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་
ཞིག་གི་དོན་ལ་བཤད་པ་ནི་གནད་མ་ཐེགས་པའི་སྤྱུང་བཤད་ཅིག་ཏུ་སྤྱང་སྟེ། རོ་གྱི་འཕམ་ཡོ་གྱི་
ཞེས་པ་ནི་རྩལ་འབྱོར་པའཕམ་བྱིས་སྤངས་པའི་བྱ་བལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དེ། རྩལ་
གར་བས་དེར་སང་ “སྤྱུ” “སྤྱུ” ཟེར་བ་དེ་དང་དོན་གཅིག་རྩལ་གར་བས་ལུལ་སྤྱང་ལ་རོ་གྱི་
ཞེས་བརྩོད། རོ་གྱི་ཞེས་པའི་ཐ་སྤྱང་འདི་རྩལ་གར་གྱི་སྟོག་བརྟན་རྟོང་པ་རྩལ་སྤྱོད་ལ་རོ་གྱི་ཞེས་པ་
“སྤྱུ” “སྤྱུ” རང་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག།

མཛངས་པ། ༡ ཡ་རབས། བཟང་པོ། དཔེར་ན་ཡ་རབས་མཛངས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཞུང་མང་པོར།
བྱ་མཛངས་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་བྱ་ཡ་རབས་ཞེས་པའི་དོན་རེད། མཛངས་ཞེས་པ་བཟང་
དང་དོན་གཅིག་ཡིན། མཛངས་དང་བཟང་གཉིས་ལེགས་པར་མཉན་ན་སྤྱུ་གདངས་ཏ་ཅང་ཉེ་
སོ་ཡོད། དཔེར་ན་བཟང་ངན་ལ་མཛངས་ངན་ཞེས་བརྩོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལུང་

གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་། ཅུ་ ༡༩༠༡ན་ལས། འོན་དེ་ལྟར་མཛད་ས་ངན་ལ་སོགས་པ་མེད་དམ་
 ཞེན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ༢ མཁས་པ། དཔེར་ན་མདོ་མཛད་ས་སྤུན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 མཛད་ཆེན་བཞི། (རྣམ་ཐར) རྗེའི་མཛད་ཆེན་བཞི་ལ་གཟིགས།
 མཛད་པ་བཅུ་གཉིས། (པར་ཕྱིན) མཚོག་གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་མཛད་པ་གཙོ་བོ་ཆེ་བ་རྣམས་བསྟུན་བཅུ་
 གཉིས་སུ་འདུ་ལ། མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བྲངས་འབྲེན་ལ་འདོད་ཚུལ་མི་འབྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་།
 རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རེན་ཆེན་གྱི་རྒྱུད་ལྷ་དར་རྟེན་ཏུ་གཉིས་གསུངས་ཏེ། ༡ བཤད་ཚུལ་དང་བོ་
 བོ། ༡ དགའ་ལྷན་གྱི་གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ། ༢ ཡུམ་གྱི་སྤྱུམས་སུ་འབྱུག་པའི་མཛད་
 པ། ༣ སྤྱ་བལྟམས་པའི་མཛད་པ། ༤ བཟོའི་གནས་ལ་མཁས་པའི་མཛད་པ། (འདི་ལ་གཞོན་
 ལུ་རོལ་ཅེད་ཀྱི་མཛད་པ་ཡང་ཟེར) ༥ བཅུན་མའི་འཁོར་གྱིས་རོལ་པའི་མཛད་པ། ༦ རབ་ཏུ་
 བྱང་བའི་མཛད་པ། (འདི་ལ་དེས་པར་འབྱུང་བའི་མཛད་པ་ཡང་ཟེར) ༧ དགའ་བ་སྦྱོང་བའི་
 མཛད་པ། ༨ བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོར་གཤེགས་པའི་མཛད་པ། (འདི་རྗེ་རྗེ་གདན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
 ཤིང་བྱུང་དུ་གཤེགས་པ་འཇམ་མེགས་པའི་མཛད་པ) ༩ བདུད་བཀུལ་བའི་མཛད་པ། ༡༠
 སངས་རྒྱས་པའི་མཛད་པ། ༡༡ ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་མཛད་པ། ༡༢ སྤྱ་ངན་ལས་
 འདས་པའི་མཛད་པ་དང་བཅུ་གཉིས་སོ། །རྒྱུད་ལྷ་མ་ལས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་ལས་མ་གཤམས་
 པར། །སྤྱལ་པའི་རང་བཞིན་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱིས། །སྤྱེ་བ་མདོན་པར་སྤྱེ་བ་དང་། །དགའ་ལྷན་
 གནས་ནས་འཕོ་བ་དང་། །ཤུམས་སུ་ཁྱུགས་དང་། །འལྟམས་པ་དང་། །བཟོ་བའི་གནས་
 ལ་མཁས་པ་དང་། །ལུན་མའི་འཁོར་དགྱེས་རོལ་བ་དང་། །ལེས་འབྱུང་པ་དགའ་བ་སྦྱོང་
 པ་དང་། །འབྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོར་གཤེགས་པ་དང་། །ལུད་སྤྱེ་བཅོམ་དང་། །འཇོགས་པར་
 བོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །ཀྱུ་སྤྱ་ངན་འདས་པར་གཤེགས་མཛད་
 རྣམས། །ཡོངས་སུ་མ་དག་ཞིང་རྣམས་སུ། །སྤྱིད་པ་རྗེ་སྤྱིད་གནས་པར་སྟོན། །ཞེས་གསུངས།
 རྒྱུད་ལྷ་དར་རྟེན་ལས། དེ་ནས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་དགའ་ལྷན་གྱི་གནས་ནས་ནི་
 འཛམ་བུའི་སྤྱིང་དུ་འཕོ་བ་དང་། གཉིས་པ་ཡུམ་གྱི་སྤྱུམས་སུ་འབྱུག་པ་དང་། གསུམ་པ་སྤྱུ་

བལྟམས་པ་དང་། བཞི་པ་བཅོམ་གནས་སོགས་སྐྱུ་ཅལ་དྲུག་ཅུ་ཙམ་ཞི་ལ་མཁས་པ་དང་། ལྷ་
 པ་བཙུན་མའི་འཁོར་གྱིས་དགྲེས་པར་འོ་པ་དང་། དྲུག་པ་ཁབ་ནས་བྱང་སྤེ་རང་བྱང་གི་
 བསྐྱེན་རྫོགས་ཀྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། བདུན་པ་ཆུ་ལོ་ནི་ར་རྒྱ་ནའི་འབྲམ་དུ་ལོ་དྲུག་
 དཀའ་བ་སྦྱོད་པ་དང་། བརྒྱད་པ་རྩོམ་གདན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་བྱང་དུ་གཤེགས་པ་བྱང་
 ཆུབ་སྤྱིང་པོར་གཤེགས་པ་དང་། དགྲུ་པ་བདུད་ཀྱི་སྤེ་མ་ལུས་པ་འཛོམས་པར་མཛད་པ་དང་།
 བརྩ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་ནི་བྱང་ཆུབ་པ་དང་།
 བརྩ་གཅིག་པ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་བར་མཛད་པ་དང་། བརྩ་གཉིས་པ་
 ཁྱོང་ཁྱོང་རྒྱ་མཚོག་ཏུ་ཤིང་ས་ལ་བྱང་ཅིག་གི་བྱང་དུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པར་གཤེགས་པའི་
 མཛད་པ་ནམས་སྟོན་པར་མཛད་ཀྱི། དགའ་ལྡན་དུ་སྦྱེ་བ་དང་པོར་བྱེད་ན། ལྷམས་སུ་ཞུགས་
 པ་དང་བལྟམས་པ་གཅིག་ཏུ་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 12 བཤད་ཆུལ་གཉིས་པ་ནི།
 རྒྱུད་མྱོང་དར་ལྷིག་ལས། དགའ་ལྡན་དུ་སྦྱེ་བ་དང་པོར་བྱེད་ན། ལྷམས་སུ་ཞུགས་པ་དང་
 བལྟམས་པ་གཅིག་ཏུ་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། 1 སྦྱེ་བ་མཛོན་པར་སྦྱེ་བའི་མཛད་པ། 2
 དགའ་ལྡན་ཀྱི་གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ། 3 དུམ་ཀྱི་ལྷམས་སུ་ཞུགས་ཤིང་སྦྱོར་བལྟམས་
 པའི་མཛད་པ། 4 བཅོ་བོམ་གནས་ལ་མཁས་པའི་མཛད་པ། (འདི་ལ་གཞོན་ཏུ་རོལ་ཅིང་ཀྱི་
 མཛད་པ་ཡང་ཟེར) 5 བཙུན་མའི་འཁོར་ཀྱི་རོལ་པའི་མཛད་པ། 6 ངེས་པར་འབྱུང་བའི་
 མཛད་པ། (ཡོངས་གྲགས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཛད་པ་ཟེར) 7 དཀའ་བ་སྦྱོད་པའི་མཛད་པ།
 8 བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོར་གཤེགས་པའི་མཛད་པ། (འདི་རྩོམ་གདན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་བྱང་དུ་
 གཤེགས་པའི་མཛད་པ་ཡིན) 9 བདུད་བརྩལ་པའི་མཛད་པ། 10 སངས་རྒྱུས་པའི་མཛད་
 པ། 11 ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་མཛད་པ། 12 བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་དང་བརྩ་
 གཉིས་སོ། 13 སེ་ར་རྩེ་བཙུན་པའི་སྐབས་བརྒྱད་པའི་སྦྱི་རོན་རོལ་མཚོ་ལྟར་གྲེས་ན། 1 སྦྱེ་བ་
 མཛོན་པར་སྦྱེ་བའི་མཛད་པ། 2 དགའ་ལྡན་ཀྱི་གནས་ནས་འཕོ་བའི་མཛད་པ། 3 དུམ་ཀྱི་
 ལྷམས་སུ་ཞུགས་པའི་མཛད་པ། 4 སྦྱོར་བལྟམས་པའི་མཛད་པ། 5 བཅོ་བོམ་གནས་ལ་

མཁས་པའི་མཛད་པ། (འདི་ལ་གཞོན་ཏུ་རོལ་ཅིང་གི་མཛད་པ་ཡང་ཟེར) ༤ བཅུན་མོའི་
འཁོར་གྱི་རོལ་པའི་མཛད་པ། ༥ དེས་པར་འབྱུང་བའི་མཛད་པ། (ཡོངས་གྲགས་སུ་རབ་ཏུ་
བྱུང་བའི་མཛད་པ་ཟེར) ༦ དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་མཛད་པ། ༧ བྱང་ཆུབ་སྣང་པོར་གཤེགས་ཏེ་
བདུན་བཏུབ་པའི་མཛད་པ། ༨ སངས་རྒྱལ་པའི་མཛད་པ། ༩ ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་པའི་
མཛད་པ། ༡༠ ལྷ་རན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་དང་བཅུ་གཉིས་སོ། །སེ་ར་རྩེ་བཅུན་ཆོས་གི་
རྒྱལ་མཆན་གྱི་གསུང་ཚུལ་འདི་རྒྱད་ཆ་དར་རྟེན་གྱི་གསུང་ཚུལ་གྱི་མའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་པ་
ཡིན་པོད། ཆོག་རིས་ཏུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དོ། །

མཛད་བཅུ་ཐབས་མཁས་སྤྲུགས་ཟེ། ལྷ་སྤྱབ་གི་གསུང་ཡིན་ཟེར་ཡང་། བལ་ཆེར་གྱིས་འབྲི་གྲང་
འདིག་ཉེན་གསུམ་མགོན་གྱི་ཡིན་པར་བྱེད་ཅེས་སྒྲོང་རྩོལ་ཆ་མ་གསུང།

མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་གི་ཚུལ་ལ་བསྟོན་པ། སྟོན་དཔོན་ལྷ་སྤྱབ་གིས་མཛད། པ་ཆབ་གི་འགྲུར།

མཛད་པ་སྟེ། པོ་མོ་པན་ཚུན་མཛད་བཅའི་སྟེ་གཞས། དབྱེན་རིས་Love song ཟེར་བ་དེལ། །

མཛད་པ་མོ། དཀའ་རོགས། མཐུན་ཞིང་ཡིད་གཅུགས་པའི་གྲོགས་མོ།

མཛད་བཤེས། <རྒྱ་ཏི> 1 ཉེ་དུའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་ཉེ་དུ་ རུས་མཚུངས་པ། འབྲེལ་པ། མཛོལ་
བཤེས། ར་ལག་གཉེན། རང་རིགས། རང་གི་སྤྱེ་བོ། གཉེན་གྱི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་སོ། །འདོད་འཛོལ་
མོ་ལས་གསུངས། 2 རྫོམ་ཐུན་གྲོགས་པོ།

མཛུབ་མོ་གཅིག་གནམ་ལ་ཀེར་བའི་བྲག་རྒྱ། འདི་ལ་སྤྲིག་པར་ཞི་བར་བྱེད་པའི་བྲག་རྒྱའམ། བྱང་
ཆུབ་མཆོག་གི་བྲག་རྒྱ་ཟེར། སྤྲིག་མཛུབ་ཡང་ཟེར་རོ། །སྤྲིག་མཛུབ་དང་སྤྲིགས་མཛུབ་གི་
ཁྱད་པར་མཁོར་བར་བྱེད་པར་བྱལོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞིབ་པར་རང་རང་སོ་སོའི་ཐད་
དུ་གཟིགས།

མཛུབ་མོ་ལྷ། སོར་མོ་ལྷ་དང་དོན་འདྲ། སོར་མོ་ལྷ་ལ་གཟིགས།

མཛུབ་རིས་གསུམ། ས་ཞག་དཀར་པོས་དབྱལ་བའི་ཕྱོགས་སུ་རི་མོ་གསུམ་བྱས་པ་ལ་ཟེར། ལྷང་
སྒན་ཆོགས་གི་འབྲེལ་པར་གསལ།

མཛོ་ཆོས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་སྒྲོང་། སྒྲ་བ་ཤད་ནི། དེའི་གདམས་པ་མཛོ་ནད་ཅན་མང་པོར་གནང་
 ནས་བསྐྱོམས་པས་ནད་ལས་གྲོལ་བས་མཛོ་ཆོས་སུ་གྲགས།
 མཛོས་ལས། མཛོས་ཆོས། མིག་སྒར་མཛོས་མཛོས།
 མཛོས་འཆོས་པ། དགེ་འདུན་ནམ་གང་ཐག་གི་སྒྲོང་ལམ་མི་མཛོས་པ་རྣམས་མཛོས་པར་འཆོས་
 མཁན་གྱི་ གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་དགེ་སྒྲོང་ཞིག་གི་མིང་། དདུལ་ཚུའི་
 གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤོད།
 མཛོ་ཁལ་སྒྲང་ལ་མི་འགྲོ། མཛོ་ཁལ་སྒྲང་ལ་མི་འགོལ་བའི་དོན་ཏེ། རང་ཐོག་བབས་པའི་ལས་འགན་
 རྣམས་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ལ་འགོལ་ཐབས་བྱེད་མི་རུང་ཞེས་པའི་དོན།
 མཛོ་སྒྲེལ་གཡང་ལ་སྒྲུང་བ། གཉལ་སྒྲེལ་བའི་མཛོ་གཉིས་གཅིག་གཡང་དུ་སྒྲུང་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་
 སྒྲུང་བ་སྟེ། དུས་མཉམ་པའི་དཔེའོ། །
 མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཤད། (མཛོད) མཆོ་རྟེན་ལས་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཤད་ཅེས་ཡང་ཡང་འབྲུང་བ་ནི་
 སྐབས་རེར་སློབ་དཔོན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྒྱལ་སྤྲས་
 མའམ། ཡང་ན། སློབ་དཔོན་གང་སྟེལ་གྱིས་མཛོད་པའི་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཤད་གང་སྟེལ་གང་
 རུང་ལ་གོ་དགོས་སོ། །
 མཛོད་འགྲེལ། (མཛོད) མཆོ་རྟེན་ལས་མཛོད་འགྲེལ་ཞེས་ཡང་ཡང་འབྲུང་བ་ནི། སློབ་དཔོན་དབྱིག་
 གཉེན་གྱིས་མཛོད་པའི་མཛོད་རང་འགྲེལ་ལ་གོ་དགོས་སོ། །
 མཛོད་དུག ཁུ་བ་ལས་བྱུང་བ། རྒྱུ་དང་། དུས་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱས་སམ་སྤྱད་གསུམ། རྒྱལ་ལམ་
 ཁྲག་ལས་བྱུང་བ། པགས་པ། ཞེས་ཀྱང་དུག་གོ། བཀའ་བརྒྱུད་གཞུང་རྣམས་སུ་གསལ།
 མཛོད་དང་ལུང་རྣམ་འབྲེད་ནས་གསུངས་པའི་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཆད།

མཛོན་པ་མཛོད།	རྒྱལ་སྤྲ་རབ་ཇི་ཙམ་ཡོད།	ལུང་རྣམ་འབྲེད།
རྒྱལ་སྤྲ་རབ།	ཉ'	ཉ'

རྩལ་ཕྱན།	མ'	ཆ'
ལྷགས་རྩལ།	༤༧'	༩༢'
ཚུ་རྩལ།	༩༤༩'	༡༧༢'
རི་བོང་རྩལ།	༡, ༤༠༡'	༡, ༡༧༢'
ལུག་རྩལ།	༡༤, ༡༠༡'	༡, ༡༧༢'
སྒྲང་རྩལ།	༡༡༡, ༤༤༧'	༤༤, ༤༤༦'
ཉི་ཟེར་རྩལ།	༡༡༩, ༤༤༩'	༡༡༩, ༤༤༦'
སྒོ་མ།	༤, ༡༤༤, ༡༠༡'	༡, ༤༤༧, ༤༡༦'
ཐིག	༤༠, ༩༤༩, ༤༠༡'	༡༠, ༠༡༡, ༤༧༦'
ནས།	༡༡༡, ༤༡༤, ༡༤༧'	༤༠, ༤༤༤, ༡༡༦'

མཛོད་ཅ་བ་ལས། སྒྲང་ཅིག་སྒྲང་རྩལ་དང་ནི། རྩལ་ཕྱན་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ། ལྷགས་ཚུ་
 རི་བོང་ལུག་དང་སྒྲང་། ཉི་ཟེར་རྩལ་དང་སྒོ་མ་དང་། དེ་ལས་སྒྲང་དང་དེ་བཞིན་དུ། (ནས་
 དང་) སྒོ་མ་ཆོགས་ཞེས་བྱ་བོང་བདུན་བསྐྱར། སྒོ་མ་མེ་ཉི་ཤུ་བཞི་ལ་ཁ། ཁྱ་བཞི་ལ་ནི་གཞུ་
 གང་དོ། དེ་དག་ལྷ་བརྒྱ་རྣམས་ལ་ནི། རྒྱང་གྲགས་དེ་ལ་དགོན་པར་འདོད། དེ་བརྒྱད་དཔག་
 ཚད་ཅེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བོང་ནས་བོང་དུ་བདུན་བསྐྱར་དུ་གསུངས་ལ། ལུང་
 རྣམ་འབྱེད་ལས་ནི་བོང་ནས་བོང་དུ་བྱག་བསྐྱར་དུ་གསུངས་པ་ནི་ཁྱད་པར་དོ། འདུལ་བ་
 ལུང་རྣམ་འབྱེད་ ཉ་བ ༡༡༡, ༤༤༧ ལས། དགོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩལ་སྒྲང་རྩལ་ལ་རྩལ་
 སྒོ་མ་གཅིག་གོ། རྩལ་སྒོ་མ་རྩལ་ལ་རྩལ་གཅིག་གོ། ཚུ་རྩལ་རྩལ་ལ་ལྷགས་རྩལ་གཅིག་
 གོ། ལྷགས་རྩལ་རྩལ་ལ་རི་བོང་གི་རྩལ་གཅིག་གོ། རི་བོང་གི་རྩལ་རྩལ་ལ་ལུག་རྩལ་གཅིག་
 གོ། ལུག་རྩལ་རྩལ་ལ་སྒྲང་རྩལ་གཅིག་གོ། སྒྲང་རྩལ་རྩལ་ལ་ཉི་ཟེར་གྱི་རྩལ་གཅིག་གོ། ཉི་
 ཟེར་གྱི་རྩལ་རྩལ་ལ་སྒོ་མ་གཅིག་གོ། སྒོ་མ་གཅིག་ལ་ཐིག་གཅིག་གོ། ཐིག་གཅིག་ལ་ནས་
 གཅིག་གོ། རྩལ་རྩལ་ལ་སྒོ་མ་གཅིག་གོ། སྒོ་མ་རྩལ་ལ་ཁྱ་གང་དོ། ཁྱ་བྱེད་དང་བཞི་ལ་མིའི་
 མིང་དོ། ཁྱ་བཞི་ལ་གཞུ་ལོ། གཞུ་ལྷ་བརྒྱ་ལ་རྒྱང་གྲགས་གཅིག་སྟེ། བོང་ནས་རྒྱང་གྲགས་

ཕྱི་མ་སྡེ་ཆེན་མཆོད་ཆེན་ལོ།

སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདུད་ཀྱི་གནས་
 ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱས་ནས་མོག་མོག་པོར་བྱས་ཏེ་རབ་ཏུ་གཤེས་པར་བྱས་པར་ཡང་
 བྱུང་རྟོ། །སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤང་བ་ཆེན་
 པོས་ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་བྱུང་རྟོ། །བདུད་སྤྲིག་ཅན་གྱིས་འོད་དེ་ལས་ནས་པ་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱི་
 འདིའང་ཐོས་སོ། །སེམས་ཅན་གྱི་ཏུ་དག་པ་བསྐྱལ་མང་སྟོང་སྤྱད་པ། །ཟས་གཙང་སྤྲས་
 པོས་རྒྱལ་སྤྱི་དག་ནི་རབ་སྤངས་ཏེ། །པན་བྱེད་དེ་ནི་བདུད་ཅི་མངོན་པར་འདོད་པས་
 བྱུང་། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་བྱང་འོངས་ཀྱི་དེ་རིང་སྤྲིམ་པ་གྱིས། །དེ་ནི་བདག་ཀྱང་ཆལ་ལ་གཞན་
 ཡང་སྟོལ་བར་བྱེད། །དེ་ནི་བདག་ཉིད་ཐོལ་བས་གཞན་ཡང་ཐོལ་བར་བྱེད། །དེ་ནི་བདག་ཀྱང་
 དབྱགས་ཕྱིན་གཞན་དག་དབྱགས་ཀྱང་འབྱིན། །ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་འདས་ནས་གཞན་དག་ལྟ་
 རན་རྫོ། །ངན་སོང་གསུམ་པོ་མ་ལུས་སྟོང་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །ལྷ་མི་ནམས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་
 གང་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །པན་པ་བྱེད་པ་དེ་ནི་བདུད་ཅི་ཐོབ་ཀྱང་ནས། །བསམ་གཏན་
 མངོན་ཤེས་བདུད་ཅི་བདེ་མཆོག་སྤྱིན་པར་འགྱུར། །གང་ཆེ་རང་བྱུང་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཆར་
 མངོན་པར་ཆོ། །ནག་པོའི་རྩ་ལག་ཁྱོད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་སྟོངས་བྱེད་འགྱུར། །སྟོབས་མེད་པས་
 ཀྱང་སྟོབས་མེད་འགྱུར་ཏེ་དབྱང་ཉམས་འགྱུར། །ཕྱོགས་ནི་ཕྱོགས་མེན་ཅི་བྱ་གར་འགྲོ་ཤེས་
 མི་འགྱུར། །དགེ་སྟོང་དག །དེ་ལྟར་བདུད་སྤྲིག་ཅན་སྤྲུལ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་དག་
 གིས་བསྐྱལ་ནས་མི་ལམ་ནས་པ་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་མིས་སོ། །ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།
 འདི་འབྲེལ་མཆོན་དང་འདི་འབྲར་ལྷ་བ་དཔལ་ཅན་དང་། འདི་འབྲེལ་བསོད་ནམས་གཟེ་བཟིང་
 སྤྱི་གཙུག་མི་མཐོང་དང་། །མཛོད་སྤྱ་ནས་ནི་རྒྱ་ཆེན་འོད་འབྱུང་འདི་འབྲེལ་ལས། །བདུད་ནམས་
 པས་མཛོད་བྱང་ཆུབ་བརྟེས་འགྱུར་གཤོན་མི་འཆོལ། །སུན་སེལ་ཉོན་མོངས་བྲལ་བའི་ཡོན་
 ཉན་བརྟགས་ནས་སུ། །ཡང་དག་ཡོན་ཉན་རི་ལྟར་དོན་མཐོང་དེ་ལ་བསྟོད། །སྟེ་དང་ཆ་དང་
 འཆི་དང་ཉོན་མོངས་དག་བསལ་བའི། །སེམས་ཅན་རིན་ཆེན་འདི་ནི་རིང་པོར་མི་ཐོགས་
 འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། འདི་ཡི་མཛོད་སྤྱ་མཛེས་པ་ཡིས། །ཞིང་མང་བྱེ་བ་

གསལ་བར་བཀྱིད། ཉི་ཟླ་དག་ཀྱང་ཟེལ་དུ་བརྒྱག །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤང་བར་
བྱུང། །ཞེས་གསུངས།
འཛག་བདེ། ལུ་བཞོར་བུའི་ཕྱི་རོལ་དུ་འཕོ་བའི་བདེ་བ། དེ་ནི་འཁོར་བའི་རྩ་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་
འཛག་བར་བྱེད་པ་འདིས་ནི་དུག་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དེ་ཁམས་འཕོ་ཁར་
ཐེག་ལེ་འཕེལ་བས་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་དགའ་བར་བྱེད་པས་ན་ཐོག་མར་འདོད་ཆགས་
སྦྱེད་ཅིང་། ཆགས་པའི་དབང་གིས་རྒྱུད་མོངས་པར་བྱས་ཏེ་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་རོ་མ་
ཤེས་པས་གཉི་ལྷག་བསྦྱེད་ནས། འཛགས་པ་ན་ཆགས་པ་དང་བཤམ་ཏེ་ཞེ་སྤང་བའི་སེམས་སྦྱེ་
བར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་དུག་གསུམ་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་བས་ན་འཛག་པ་དེ་ནི་
འཁོར་བ་བསྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་གཞིར་གྱུར་པའོ། །

འཛག་ <རྩ་བ> ། བརྒྱས་པ། ཁ་ཉོན། འདི་ལེགས་སྤར་གྱི་ “རྩ་བུ” ལུར་ཆག་ཅིང་། མང་པོས་འདི་
སྤགས་ཀྱི་མིང་དུ་འབྲལ་བར། སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་ལྟེ་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསུངས།
ཐ་མ་ཉོག་བཀོད་པའི་མདོ་༩ ར་བ ་༥༣ ལས། སེམས་ཅན་གང་དག་ཡི་གེ་དུག་པའི་
རིག་སྤགས་ཆེན་མོ་འདི་འཛག་ཏུ་བཀྱིད་པ་དང་། ཉན་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། བསམ་པ་
ལྷག་པས་འཛིན་པ་དེ་དག་ནི་བསོད་ནམས་དང་ལྷན་པ་ལགས་པོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །² སྤགས་བསྟན་གྲོགས་བྱེད་མིང་། ཞེས་ལུང་སྒྲུ་རོལ་པའི་དོན་ཇི་གསུང་།

འཛམ་གླིང་། འཛམ་བུ་གླིང་ལ་གཟིགས།

འཛམ་གླིང་ཆགས་ཚུལ། འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ཆགས་ཚུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འཛམ་གླིང་ཆུང་དུ། ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་དང་དེའི་གླིང་ཐན་གཉིས་བཅས་ལ་འཛམ་གླིང་ཆུང་དུ་ཟེར།
འདི་དུས་འཁོར་གྱི་ཐ་སྤྱང་ཅིག་ཡིན། ལུང་སྒྲུ་རོལ་པའི་དོན་ཇིའི་བཅོ་རིག་པའི་སྒྲོར་གྱི་དག་ཡིག་
མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་དང་། ལྷོ་རྟོལ་གླ་མ་གསུང་འབྲུམ་སྒྲིགས་བསམ་དང་པོ་༥༣༥ན་
གསལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས། ལྷོ་གླིང་དབུས་མ་དེའི་བྱང་མ། གངས་ལྷན། ཤས་
རྩ་ལ། རྒྱ་ནག་ ཡི་ཡུལ། བོད། རྒྱ་གར་བཅས་ཡུལ་དུག་གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་ བོད། ཡི་ཡུལ།

རྒྱ་ནག་རྒྱ་ནག་ཆེན་པོ། འཕམ་རྒྱ་ལ་ཞེས་བརྟེན་ལུགས་ཀྱང་ཡོད། ཅེས་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པར་
 ལྷང་། སྤྱིང་ཐན་ནམ་སྤྱིང་གཡོག་གཉིས་ནི་རྩ་ཡཔ་དང་རྩ་ཡཔ་གཞན་གཉིས་སོ། །
 འཛམ་སྤྱིང་ཆེན་པོ། སྤྱིང་བཞི་དང་སྤྱིང་ཐན་བརྒྱད་དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་འཛམ་སྤྱིང་ཆེན་པོ་ཟེས། འདི་
 དུས་འཁོར་གྱི་ཐ་སྟད་ཅིག་ཡིན། ལུང་སྤྱི་རྩོམ་པའི་རྩི་རྩི་བཟོ་རིག་པའི་སྤྱོད་གྱི་དག་ཡིག་
 མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་དང་། སྤྱོད་རྩོམ་ཁྲ་མའི་གསུང་སྤྱེགས་བམ་དང་པོ་ན་མཐུན་གསལ།
 བོད་རྒྱ་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས། བསེལ་རིའི་ཕྱི་རྩོམ་གྱི་སྤྱིང་བདུན་པ། འད་སྤྱོད་ཁྱབ་བྱུང་གི་
 རྒྱུགས་རེར་འདར་དབུས་ཁུབ་གསུམ་གྱེ་བས་བཅུ་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས།
 འཛམ་སྤྱིང་གྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱ་སྟེ་ཐེར་འབུམ་གཅིག་ཡོད་ཅེས་
 པའི་དོན་ནོ། །དེ་ཡང་མཛོན་པ་མཛོད་གྱི་གསུང་སྟོལ་ལ། སྤྱིང་བཞི། ཉི་ཁྲ་གཉིས། རིའི་རྒྱལ་པོ་
 རི་རབ། འདོད་ལྷ། ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཉེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་
 ཁམས་འདི་རྣམས་གཅིག་ཕྱ་མེན་པར། འདི་དང་འབྲ་བ་གྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱ་སྟེ་ཐེར་འབུམ་
 གཅིག་ཡོད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་དེ་ལ་འཛམ་སྤྱིང་གྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱ་ཐེར་བ་རེད། གྱེ་བ་ཁྲག་
 བརྒྱ་ནི། ཐེར་འབུམ་གཅིག་དང་ (one billion: 1,000,000,000) དུང་འབུམ་བཅུ་རྣམས་དོན་
 གཅིག་འཛམ་སྤྱིང་གྱེ་བ་ཁྲག་བརྒྱ་བཙེ་ཚུལ་ནི། སྤྱིང་བཞི། ཉི་ཁྲ་གཉིས། རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།
 འདོད་ལྷ། ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཉེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྤོང་
 ལ་ནི། སྤོང་སྤྱི་ཕུད་དང་། སྤོང་སྤྱི་ཕུད་སྤོང་ལ་སྤོང་གཉིས་པ་བར་མའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས།
 བར་མའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྤོང་ལ་ནི། སྤོང་གསུམ་གྱི་སྤོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
 ཞེས་བྱའོ། །མཛོད་ཅ་བ་ལས། སྤྱིང་བཞི་པ་དང་ཉི་ཁྲ་དང་། །རི་རབ་དང་ནི་འདོད་ལྷ་
 དང་། །ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་སྤོང་ལ་ནི། །སྤོང་ནི་སྤྱི་ཕུད་ཡིན་པར་འདོད། །དེ་སྤོང་ལ་ནི་སྤོང་
 གཉིས་པ། །བར་མའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤོང་ལ་ནི་སྤོང་གསུམ་མོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །བར་མའི་འཛིག་རྟེན་ལ་སྤྱིང་བཞི་སོགས་ས་ཡ་གཅིག་དང་། སྤོང་གསུམ་གྱི་
 སྤོང་ཆེན་པོ་ལ་སྤྱིང་བཞི་སོགས་ཐེར་འབུམ་གཅིག་ཡོད་དོ། །

འཛམ་བུ་སྤྱིར། 1 སའི་ཤོ་ལ་ཡོངས་རྫོགས་World ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཟེར། 2 ཡང་གནའ་ལོ་རྒྱ་གར་
ལ་འང་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཟེར། འདུལ་བ་ཡུང་གཞི་༩ ཁ་བ ༡༩འི་རྒྱལ་ལོ་ཤུགས་ཅན་གྱི་གཏམ་
རྒྱུད་ལས། རྒྱ་གར་ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཞེས་ཡང་ཡང་ཐ་སྙད་མཛད་ཡོད། དགེ་འདུན་ཆོས་
འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་སྟོད་ཆ་༧པ་སྤེར་
༧ལས། རྒྱལ་ལོ་ཐུང་ན་མེད་གྱི་དུས་ཅམ་ནས་ད་ལྟའི་རྒྱ་གར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བྱུང་གི་
ཕྱོགས་ཆ་དང་བཅས་པ་འདི་ལ་རྩ་བུ་ཤི་བ། འཇུ་མེད་ཤི་བ། ཞེས་བྲགས། སྤྲོ་ལ་བའི་
Shri Lankan ཡུལ་མི་བྱིངས་རྣམས་ད་དུང་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་དུ་འཕོད་ཅིང་། བོད་
དང་རྒྱ་སོགས་དེའི་ཁོངས་མིན་པར་བྱེད། གཤུང་བ་གཞི་ (འདི་འདུལ་བ་གཞི་ཡིན་མིན་
དབྱེད) སོགས་གྱི་ཡུལ་ (འདིའི་ཡུལ་ཞེས་པའི་ཆེག་འདི་སྟག་སྟོན་ཡིན་མིན་ལ་འདུག་
པར་འཆོལ། འདུལ་བ་གཞི་སོགས་གྱི་སྟོན་རབས་རྙིང་མ་རྣམས་ལས། ཞེས་བཟླ་བ་རྒྱ་ཡིན་
ནས་སྟམ་ཡང་དབྱེད་དོ། སྟོན་རབས་རྙིང་མ་རྣམས་ལས་འཛམ་སྤྱིར་ཡུལ་བྱུ་གང་བཤད་པ་
པལ་ཆེར་ཀྱང་རྒྱ་གར་དང་དེའི་ཉེ་འཁོར་མི་རིང་བའི་ཕྱོགས་ནས་རྙིང་བཤད་སྟག་ཡིན། དུས་
འཁོར་ནས་རྙིང་སྤྱིར་བདུན་ཅིས་པའི་མཐར་འཛམ་སྤྱིར་བྱུང་བ་དང་། སྟེ་སྟགས་གྱི་སྤྱིར་བདུན་
དེ་ལྟར་ཅིས་པའི་ལྟོ་མཐར་བྱུང་ཏའི་ཡུལ་བྱུང་བས་ཀྱང་འཛམ་སྤྱིར་རྒྱུང་དུ་དེ་རྒྱ་གར་ཅམ་དུ་
གསལ། དེ་ཉིད་བསྟུས་པའི་འབྲེལ་པའི་དབྱར་རྩ་ཏེ་དེ་ལེ་བྱུར་གསུམ་སོག་པའི་དབྱིབས་
དང་རྩི་བཤད་ཉེ་བར་བྱས་པ་ཡང་རྒྱ་གར་ཅམ་དུ་སྤྱང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱ་བཤད་ནི།
རྩ་བཤད་ཞེས་བྱ་བའི་ཤིང་གིས་ཉེ་བར་མཛེས་པས་འཛམ་བུ་ཞེས་བྱ་ལ། མཐའ་རྒྱས་བསྐྱོར་
ཞིང་རང་གི་ངོ་ཤོ་སྟམ་སར་གནས་པས་སྤྱིར་ཞེས་བྱའོ། །མདོར་ན་ཤིང་རྩ་བཤད་དུ་སྟེ་པའི་
ཡུལ་ལ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ཞེས་བཛོད་པ་ཡིན་ནོ། །བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྩ་བཤད་
བྲིས་པར། རྩ་བཤད་Zambu ཞེས་བྲིས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་ད་ལྟ་ཡང་སུ་ལ་འདུག་པའདུ་མེད་ཅིང་།
རྒྱ་གར་གྱི་དབྱངས་གསལ་ནང་ཇ་མ་གཏོགས་ཇ་ཞེས་མི་འབྱུང་ལ། མ་ཐང་ཁོང་ཅག་གིས་
ཇ་ཞེས་བཛོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་མདོན་སུམ་མཐོང་ཆོས་ཡིན་པའི་བྲིས། མ་དག་རྒྱན་འབྲུམས་

སུ་མོང་བར་ངེས་སོ། །དུམ་འེལ་Jambu treeཞེས་པ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྙམ་
ན། རྒྱ་ན་དུ་ར་ཆོའི་ཤོམས་གཤིས་ལ་དེ་ནི་ཕྱོན་བསྐལ་བ་བཟང་པོའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་
ལོངས་སྤྱད་བྱའམ་དེ་དག་གིས་མཐོང་ཐོས་སུ་སྒྱུར་བ་ལས། འོ་ཅག་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་
པའི་སོ་སྤྱི་ཐ་མལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ལོངས་སྤྱོད་བའམ་མཐོང་དུ་མེད་པའི་ཕྱོན་ཤིང་ཅ་
བ་དང་ངོ་མཚར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ངེས་སྙམ་ཡང་། དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཉན་ནས་མིན་ཏེ། དེ་ནི་
ཡོངས་གྲགས་སུ་འཇའ་ལྷན་Jamun ཟེར་བའི་ཤིང་འབྲས་མདོག་དམར་སྤྲུག་རོ་མངར་ལ།
དབྱིབས་འཛོང་ཞིང་ཆེ་ཆུང་བྱད་མེད་ཀྱི་མཐེ་པོང་ལས་ཆུང་ཅམ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ཤིང་
སྤྱོང་ལ། འཛམ་བུའི་ཤིང་ཟེར་ཞིང་། ཤིང་འབྲས་དེ་ལ་Jambul, Jamun, Jambalang (Syzgium
cumini) ཟེར། དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་གྱ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་རྫོ་ཕོགས་མོན་རྫོ་གཞིས་ཆགས་
སུ་ངེད་རང་ཆོས་སྒོར་མ་ཞུགས་གོང་བྱིས་པའི་དུས་སུ་འབྲས་ཉུལ་བྱེད་པའི་གཞིས་སྤོང་
བདུན་པ་དང་འབྲས་སྤྱངས་དགོན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབར་གྱི་ཡུང་གཤོང་གི་ཉེ་འདབས་སུ་རྒྱ་
གར་གྱི་ཞིང་ཁའི་ནང་འཛམ་བུའི་ཤིང་ཆེན་སོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རང་ལ་ངོས་གཟུང་དགོས། ཆུང་
དུས་དེར་འཛེགས་ནས་ཤིང་འབྲས་མང་དུ་འཐུས་པ་ད་ལྟ་ཡང་བྲན་ཞིང་། ལྷབས་ཤིག་ཡར་
འཛེགས་ནས་མར་འབབ་མ་བྱུབ་པར་ཡུན་རིང་ལུས་ཏེ་དཀའ་སྤྲུག་ཆེ་ཅམ་བྱུང་བ་ཡང་
གསལ་ལེར་བྲན་ནོ། །M. Monier-Williams ཀྱི་ཆོག་མཛོད་དུ། རྩ་སྤྱེའེས་པ་rose apple
(Eugenia Jambolana or another species) ཞེས་པའི་ཤིང་ཏོག་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག་
ཅིང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་སྤྱད་དུ་Amrood, अमरुद, དང་ཕྱི་རྒྱལ་བས་Guava, ཟེར་
བ་དེ་རེད་ཡང་ཟེར།

འཛིན་གཏོར། འོ་རི་ཅམ་འཛོག་པའི་གཏོར་མ།

འཛིན་སྤངས། སྤྱིར་བཏང་འཛིན་སྤངས་ཞེས་པ་རྣམ་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། རྗེའི་
ལྷགས་རིན་ཆེན་སོ་༧༠༠ན་ལས། འགལ་ལུགས་ནི་རྣམ་པ་འགལ་བ་སྟེ། འཛིན་སྤངས་
གཉིས་དངོས་སུ་འགལ་བ་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འཛིན་སྤངས་ཞེས་པའི་དོན་ལ་ད་

དུང་ཡང་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་པ་འདུག

འཛིན་པ། <རྒྱ་ར་ཏ> གཟུང་བ།

འཛིན་པ་ཡན་གར་བ། རང་རིག་གི་མིང་། སྤྱི་བཤད་ནི། འཛིན་པ་ནི་ཤེས་པ་དང་། ཡན་གར་བ་ནི་གཅིག་ཤུའི་དོན་ཡིན་པས་ཤེས་པ་གཅིག་ཤུ་སྤྲང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཆོ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད་པའམ། ཡང་ན་ཁྱོད་ནི་སེམས་སེམས་བྱུང་གང་དང་ཡང་མཚུངས་ལྡན་དུ་མི་འབྱུང་བར་གཅིག་ཤུར་གནས་པས་ཡན་གར་བ་ཞེས་བྱའོ།

འཛིན་ལྟམ། ཤེས་པ་དེའི་ཁྱོད་བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་ལ། འཛིན་ལྟམ་ཟེས། དེ་དང་རང་རིག་མངོན་སུམ་དོན་གཅིག་མཁས་བྱ་བ་ཆོས་རྗེའི་སྤྱི་བཤད་ཡིད་ཀྱི་སུན་སེལ་ལས། མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་ཁྱོད་བའི་ཆ་ལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་ལྟམ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་དང་མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་ཁྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ལ་ཁྱད་བར་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཤེས་པའི་གཟུང་ལྟམ་ནི་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་ལྟམ་མིག་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་ལྟམ་མིག་ཤེས་མ་ཡིན་ན། འོས་གཞན་མེད་པས་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་ནའང་། དེ་མི་འཐད་དེ། མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་རིག་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །གཟུང་ལྟམ་དང་འཛིན་ལྟམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཞིབ་པར། གཟུང་ལྟམ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འཛིན་མ། ས་གཞིའམ་སའི་མིང་། འདི་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྩ་ར་ཞེས་པ་འཛིན་པ་ལ་འདུག་པས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིན་མ་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན། འདི་ལ་འཛིན་པ་ཞེས་མི་ཟེར་བར་འཛིན་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། ལག་པས་འཛིན་པ་སོགས་འབྲུལ་གཞི་གཞན་དང་ནོར་བ་སྟོང་བའི་ཆེད་དང་། གཞན་ཡང་ས་གཞི་ནི་སྟེས་དངོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་མ་དང་འབྲས་བས་མོ་སྤྱི་བཤད་པར་སེམས་སོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། འོག་དུ་མི་ལྟང་བར་འཛིན་པར་བྱེད་པས་ཆ་ནས་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས།

འཛིན་མའི་མཐེལ། ས་གཞིའི་སྤྱི་དང་། འཛིན་མའི་མཐེལ་དུ་ལྷུང་དུ་ཉི་བ་ན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
འཛིན། 1 གཞི་གཉིས་པན་ཚུན་སྤྱེལ་བྱེད་དམ་འདུམ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོའི་མིང། དབྱེན་རིས་Zip/Zip-
per ཟེར་བ་དེའོ། །བརྗོད་པའི་ཆེ་ “འཆར་” ཞེས་བ་ལྟ་བུར་བརྗོད། དཔེར་ན། གོས་སྤྱང་གི་
འཛིན་རྒྱག་དགོས་ལྟ་བུ། 2 འཛིན་ཐག་དང་འབྲ།
འཛིན་ཐག གཞི་གཉིས་པན་ཚུན་སྤྱེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐག་པའམ་སྤྱད་པ་སོགས་ཀྱི་མིང། ཆོག་བརྒྱ་སྤྱོད་
བཤད་པའི་མདོ་ཅ། སྤྱ་ལྟ་བཞི་སྤྱོད་པའི་འཛིན་ཐག།
རྩ་བོ། (འདུལ་བ) རྩ་མ་ཆེན་བོ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་༼ རྩ་ ༡༠བཟན་གསལ་ལོ། །
རྩས་ཀྱི་ཐིག་ལེ། ཁམས་དཀར་དམར་གཤུ་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནས་པ་ཆེ་ཆུང་ལུངས་འབྲུ་ཅམ་པ་
དེའོ། །

རྩས་བརྒྱད། རྩལ་རྩས་བརྒྱད་ལ་གཞིགས།
རྩས་མཚུངས་པ། རྩས་རེ་རེ་བར་མཚུངས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་གཙོ་སྟེངས་གཅིག་གི་
འཁོར་དུ་ཆོར་བ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་རིགས་མཐུན་གཉིས་མི་འབྱུང་བའི་དོན་ནོ། །དེ་
ཡང་དམིགས་པ་གཅིག་ཉོགས་པ་ལ་གཙོ་འཁོར་རིགས་མཐུན་རེ་རེ་ཁོ་ནས་འབྱུང་བཀྱི་གཞན་
མི་དགོས་པས་གནད་ཀྱིས་ཡིན། མཆོམས་མཛོད་༡༠༧ལས། འདིར་རྩས་མཚུངས་པའི་
བྱིར་མཚུངས་པ་ཞེས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་གི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་དང་།
ཆོར་བ་གཅིག་གི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཆོར་བ་གཅིག་འབྱུང་བལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །ཡང་ན་རྩས་མཚུངས་པ་ནི། རིགས་འབྲུ་གངས་མཉམ་པ་སྟེ་མིག་ཤེས་རྩས་གཅིག་
ཡིན་པ་བཞིན་དུ་དེའི་འཁོར་ཆོར་བའང་རྩས་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་དོན་
ནོ། །བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་དོན་ལ་འབྲུ་བར་སྤྲང་ལོ། །

རྩས་ཡོད། ཚུགས་སྤུབ་ཏུ་གནས་སྤུབ་པའི་ཆོས་ཤིག་ལ་ཟེར། (ཐལ་འབྱུར་བ་ལྟར་ན་ཚུགས་སྤུབ་
ཀྱི་ཆོས་དང་རྩས་ཡོད་མི་འདོད) རྩས་ཡོད་ལ་དབྱེ་ན། ༡ རང་སྤྱུ་སྤུབ་པའི་རྩས་ཡོད། དེ་ནི་
རང་ཉིད་སྟོ་ཡུལ་དུ་བརྒྱང་བ་ལ་ཆོས་གཞན་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་ལ་མི་སྟོས་པའི་རྩས་ཡོད། ༢

ཡོད་པ་ཅམ་གྱི་རྩས་ཡོད། དཔེར་ན་ཡོད་ན་ནི་ཐམས་ཅད་རྩས་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། ༣ རོན་བྱེད་རྩས་པའི་རྩས་ཡོད། དངོས་པ་དང་བྱས་མི་རྟག་ལྟ་བུ། ༤ བརྟན་པ་མི་
འགྱུར་པའི་རྩས་ཡོད། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དང་འགོག་པ་གཉིས་ལྟ་བུ། རྩས་ཡོད་ལ་
མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྩས་ཡོད་དང་པོ་ཉིད་གྲགས་ཆེའོ། །ལུང་སྐྱེ་རིལ་པའི་རྩི་རྩེའི་དབུ་མའི་སྐྱབས་
ཀྱི་དག་ཡིག་མཁས་པའི་འབྱུང་གནས་༤༡༥ལས། རྩས་ཡོད་ལ། སྤྱོད་བཞུགས་ཀྱི་སྒོ་
ནས་དབྱེ་ན། རིགས་པས་སྒྲུབ་པའི་རྩས་ཡོད། བརྟན་པའི་རྩས་ཡོད། རོན་བྱེད་རྩས་པའི་རྩས་
ཡོད། རང་སྐྱེ་སྒྲུབ་པའི་རྩས་ཡོད། ཚུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩས་ཡོད། བདེན་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩས་ཡོད་དང་
དུག་གསུངས་སོ། །སྒྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོའི་མཆན་འགྲེལ་ལས། རྩས་ཡོད་ལ་འཛོག་ཚུལ་མང་
པོ་ཡོད་ཀྱང་། ཐམས་འགྱུར་པའི་སྐྱབས་འདིའི་རྩས་ཡོད་ཀྱི་དོན་ནི། ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་བཞག་
པའི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་རང་དབང་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟེ་མོ། །ཚུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་དོན་
ཡང་བརྟན་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་རང་གི་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་ལྷུལ་གྱི་སྤྱོད་དུ་
སྒྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

རྩས་རིགས་གཅིག་ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་ལ་རྩས་རིགས་གཅིག་པ་ལ་
ཟེར། མཁས་སྒྲུབ་ཆོས་རྩེའི་སྤྱེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྤྱན་སེལ་ལས། རྩས་རིགས་མ་ཐུན་པ་སོགས་
སུ་འཛོག་པ་ནི། ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པས་འཛོག་པ་ཡིན་པས། ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་
སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་ནམས་པན་ཚུན་རྩས་ཀྱི་རིགས་མ་ཐུན་པ་དང་གཅིག་པ་དང་
འདྲ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་ནས་ཀྱི་ས་བོན་འབྲུ་གཅིག་གིས་བསྐྱུན་པའི་སྤོང་བུ་ལས་འོངས་
པའི་ནས་འབྲུ་ཐ་དད་དག་ལྟ་བུ་ནི་ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དང་། པན་ཚུན་ཐ་དད་
པའི་ཕྱིར། རྩས་རིགས་མ་ཐུན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རྩས་རིགས་མ་ཐུན་པ། རྩས་རིགས་གཅིག་དང་འདྲ།

རྩས་རིགས་འདྲ་བ། རྩས་རིགས་གཅིག་དང་འདྲ།

རྩས་རིགས་མི་མ་ཐུན་པ། རིགས་མཆུངས་ཀྱང་ཉེར་ལེན་ཐ་དད་ལས་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ནམས་པ་

ཟེལ་མཁས་བྱ་བ་ཚོས་རྗེ་འོ་རྟེ་བརྟན་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་ལས། བ་ལང་དཀར་ཟལ་དང་ནག་
སྐར་ལྟ་བུའི་བ་ལང་དུ་མཚུངས་ཀྱང་ཉེར་ལོན་ཐ་དད་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱིར། རྩས་རིགས་མི་
མཐུན་པ་ཞེས་བྲལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

༥༩། (བད་མྱོང་) ལྷུང་གི་བད་མྱོང་དུ་བཤམ།

ལྡི་ཆར། ཆར་ལྷུང་ལྟེས་མ་ལ་ཟེར། ལྷ་པ་ཤད་ནི། ལྡི་ནི་ལྷུང་གི་དོན་དང་ཆར་ནི་ཆར་པའོ། །

ཇི་ཕྱིགས། ལྷང་འགོ་བའི་ཕྱིགས། ལྷང་གང་དུ་འགོ་བའི་ཕྱིགས།

རྩིས། མིག་ལྡན་གྱི་མཐའ་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། ད་ལྟ་བོད་གྱི་ཡུལ་མང་
 བོར་རྩི་མ་སློན་མའི་མིང་དུ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་ལ་མ་ཞོར་བ་དགོས། ཞེས་གསུངས། རྩི་མ་
 དང་སློན་མའི་བྱུང་བར་མོགས་ཞིབ་པ་སློན་མ་དང་རྩི་མ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རྩི་མ་དང་སྒྲིན་མ། སྒྲིན་མ་དང་རྩི་མ་ལ་གཟིགས།

རྩི་མ་བའི་ལྟ་བུ། བའི་རྩི་མ་ལྟ་བུ་ཞེས་བའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རྩུ རྩུ་དང་དོན་གཅིག ། ལྷགས་ཤི 2 རྩུ་རྩུ་རྩུ་དེ་མིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སྒྲིགས་བཅ་
 ། ང་བ ་ལས། འཕགས་བ་ཅད་དུ་རྩུ་ཅིག ། བཞིན་བཟང་དག་ཅད་དུ་རྩུ་ཅིག ། ལུ་བ་
 འདི་རྣམས་ན་བ་ཤོས་རྩོན་ལོ་དང་། རྩུ་ན་ལྷན་ཆོད་མཆིས་མོད་ཀྱི་ཁྱོད་ལ་བསྐྱེན་བཟུང་
 བཤྱིད་བ་ནི་སྤྲད་རོལ་དུ་མཆིས་ལགས་ཀྱིས། གལ་ཏེ་བཞེད་ན་ཉིད་ཀྱིས་བཞེས་ཏེ་ཡོངས་སུ་
 ཡོངས་སྤྲད་དུ་གསོལ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། 3 ཉའི་མཐུག་མ་དང་གཤོག་བ་ལ་ཟེང་
 བར་སྐྱལ། ཉའི་མཐུག་རྩུ། ཉའི་ལོག་རྩུ་ལྷ་བུ་ཞེས་དག་ཡིག་རྣམས་སུ་གསལ་ལོ། །འདི་
 ལ་རྩུ་དང་། རྩུ་ཞེས་འདི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སྤང་ཡང་། ལོང་དུ་བྱངས་བ་ལྟར་འདུལ་
 བ་ལུང་གཞི་སྒྲིགས་སུ་རྩུ་ཞེས་སྤང་དོ། །

རྒྱུ་ཚེས། ཨ་མ་རྒྱུད་དུ་འོན་ནང་ག་ཟམ་ག་ཟམ་བྱས་ཏེ་བཙོས་པ་འི་རྣམ་གྲངས་མང་ལ་ཟས་བཟུང་
ཆེ་བ་འི་ཁ་ཟས་ཀྱི་མིང་། རིན་ཆེན་ཟེང་བ་ལས། རྒྱུ་ཚེས་སྤུམ་བཟུའི་ཁ་ཟས་དག། ཞིན་རེ་
དུས་ག་སྤུམ་བྱིན་པས་ཀྱང་། །བྱས་པ་ལྟུང་ཙམ་ཟང་ཅིག་གི། །བསོད་ནམས་དག་ལ་ཆང་མི་

ཤོད། ཁེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྒྱལ་ཆོས་ཆོས་མཛེད་རིན་ཆེན་དར་ལྷིག་(༡༠༧༩)ལས།
 འབྲས་ཐུག་གི་སྤུ་བ་མེ་བཅུ་ལྷག་བཙའ་བ་བྱུང་བ་སྤུ་བ་སྤུ་བ་བརྒྱ་བཙའ་བ་དེ་ལ་ཆོད་མའི་སྤུ་
 བྲངས་ཀྱང་བྱུག་ཅུ་དང་ལྷན་པའི་མེ་ཤུ་ཆོས་སྤུ་བ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས་དག་ཉིན་རེ་དུས་གསུམ་དུ་
 སྤྱོན་པས་ཀྱང་སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ལྷན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་ཡུན་ཙམ་དང་ཐང་གཅིག་གི་
 བསོད་ནམས་དག་ནི་ཆར་མི་ཤོད་དོ། ཁེས་གསུངས་སོ། ༡༢ དཔོན་པོ་ལྷ་བུའི་བཞེས་རྒྱུའི་
 ཟས་ཉུང་དུ་བྱུང་དུ་གཡོས་པ་ལ་ཟེད། སྤོང་དོལ་སྤྲུལ་གསུང་། ༣ འབྲས་ཐུག་ཁེས་པའི་མིང་།
 དདུལ་རྒྱུའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། འདི་མེ་ཤུ་ཆོས་པ་རྩ་སྟོད་རྒྱུང་དུའི་དོན་ལ་
 བསམས་ནས་འབྲེལ་བཤད་བྱས་པར་སྤང་དོ། འདི་ལ་མེ་ཤུ་ཆོས་དང་། མེ་ཤུ་ཆོས་ཁེས་དག་
 ཆ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་འབྱུང་ཡང་། གཞུང་ཆེན་མོ་ལལ་ཆེ་མོ་ཆེར་མེ་ཤུ་ཆོས་ཁེས་འབྱུང་དོ། །
 མེ་ཤུ་ཆོས་སྤུ་བ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས། འབྲས་མེ་བཅུ་ལྷག་བསོད་བའི་སྤུ་བ་སྤུ་བ་བརྒྱའི་ནང་བཙའ་བའི་ཁ་
 ཟས་ལ་ཟེད། རིན་ཆེན་མེང་བའི་དར་ལྷིག་དང་། དདུལ་རྒྱུའི་གསུང་དམར་ཁྲིད་སོགས་ཀྱི་བརྩ་
 རྩེད་གི་བཤད་བའི་ནང་གསལ། རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་མཛེད་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་བྲངས་པ་ལས།
 མེ་ཤུ་ཆོས་སྤུ་བ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས་དག་ཉིན་རེ་དུས་གསུམ་སྤྱོན་པས་ཀྱང་། བྱམས་པ་ཡུན་
 ཙམ་ཐང་ཅིག་གི་ཁ་ཟས་དག་ལ་ཆར་མི་ཤོད། ཁེས་གསུངས།
 རྒྱ་འབྲུལ། ཉིང་འེ་འཛིན་གྱི་མ་སྤུ་སྤུ་སྤུ་སྤུ་སྤུ་ཆོགས་སྤུ་སྤུ་བའི་ཆོས་ལ་རྒྱ་འབྲུལ་ཟེད། ཡང་ན།
 ས་གཡོ་བ་དང་གཅིག་ཏུ་སྤྱུར་ཞིང་མང་པོར་སྤྲུལ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་བར་རྒྱས་པའི་རིག་པ་
 ལ། རྒྱ་འབྲུལ་ལས་རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་མཛོད་ཤེས་ཡང་ཟེད། སྤུ་བཤད་ནི། ༡ རྒྱ་འབྲུལ་ལ་སྤྱི་བཤད་
 རྒྱལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། རང་གི་ལུས་ལྷ་བུ་སྤར་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་ཤིག་སྤུ་བ་པའི་སྤྲུག་སོགས་
 སྤུ་སྤྱུར་བར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱ་བཞེས་བྱ་ལ། སྤར་མེད་གསལ་དུ་སྤྲུལ་བ་ལ་འབྲུལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ།
 མཆིམས་མཛོད་ལས། རྒྱ་འབྲུལ་ནི་མེད་པ་འབྲུལ་བ་དང་ཡོད་པ་བསྤྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་
 ལ། ཁེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཇེ་ཡང་རྒྱ་ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་རྒྱན་པའི་དོན་ཡང་ཆང་བས།
 རང་གི་ལུས་སྤྲུག་གཟིགས་སོགས་ཀྱི་ལུས་དངོས་མིན་ཡང་དེར་སྤྱུར་བར་བྱེད་པ་ལྷ་བུ་ལ་རྒྱ་

ཞེས་བྱ་ལ། འབྲུལ་ནི་སྤྱལ་བའི་དོན་ཡིན་པས། རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་དེ་མིང་སྤྱལ་བ་དང་།
གཅིག་ལས་མང་སོ་དང་མང་སོ་གཅིག་ཏུ་སྤྱལ་བ་ལྟ་བུ་ལ་འབྲུལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟོན་སྟོགས་གི་
བུ་མུ་སྟེགས་ཅན་ཀྱང་ཏུ་རྒྱ་དབྱུག་སོགས་སྤྱི་ཕུད་ནམས་ཀྱིས་དབྱུག་པས་བདུངས་ཏེ་འཆི་
བ་ལ་ཉེ་སྐབས། ལྷ་རིའི་བུས་བྱེད་རྩ་འབྲུལ་ལ་མཚོག་ཏུ་མངའ་བས་རྩ་འབྲུལ་མི་སྟོན་པ་ཅི་
ཡིན་ཞུས་པར། ལས་ཀྱིས་ལོན་པས་རྩ་བ་ཅམ་ཡང་མ་བྲན་ན། འབྲུལ་བ་ལྟ་ཡང་ཅི་སྟོས་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡང་དེ་དང་མ་བྲན་ནོ། ། ༡ རྒྱ་བཤད་ཚུལ་གཉིས་བཞི། མཚོ་རྒྱུག་མཆན་བྱ་ལས།
རྩ་བ་ལུས་ཀྱི་ཆོས། འབྲུལ་བ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་གྲང་སྤང་བས། རྩ་བ་ལུས་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་
བའི་དོན་ནི། རང་གི་ལུས་སྤྱལ་སྟག་སོགས་སུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆོས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་
བྱེད་ལས་སམ་ཁྱད་ཆོས་ཡིན་ལ། འབྲུལ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱལ་སྦྱར་སྟོགས་སྟོན་ལུས་བའི་
སེམས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཏིང་འཛིན་ནམ། ཡང་ན་གཞན་གྱི་སེམས་ལ་ཡ་མཆན་སྟེར་བར་བྱེད་
པས་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ་སྟེ། ཡང་སྤྱ་སྦྱབ་ཀྱི་བཟང་སྟོང་སྟོན་སྟོན་ལས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ་ཀ་ཀ་ལས། ཀྱང་ཏུ་སྦྱར་བའི་རྩ་འབྲུལ་སྟོན་པས་ནམས་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། བྱུང་པས་ན་རྩ་འབྲུལ་ཏེ་ཡང་དག་པར་བྱུང་ཅིང་འདོད་
པ་དེ་ལྟ་བུ་བ་བཞེན་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཆོ་འབྲུལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། རྩ་
འབྲུལ་ཆོ་འབྲུལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་རྟོགས་ཤེས་ན། སེམས་ཅན་སོ་སོ་བ་ནམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་
ཅིང་མགུ་བར་བྱེད་པས་ན་ཆོ་འབྲུལ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལའང་བཞག་རྒྱ་ཡོད་པར་
སྟམ་སོ། ། དེ་ལྟ་བུའི་རྩ་འབྲུལ་དེ་འཕྲོག་པའི་རྒྱ་ནི། སྟེ་དགོ་བསྟན་འགྱུར་༩ གོ་བའི་༥ནང་
བཞུགས་དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཟེང་བ་༡༡ན་ལས། ལྷན་དང་བཞོན་པ་བྱིན་པ་དང་། ཉམ་ཚུང་
བཀྲར་བ་བྱས་པ་དང་། བཞོན་པས་སྒྲ་མ་བཀྲར་བ་ཡིས། མཁས་པས་རྩ་འབྲུལ་འཕྲོག་པར་
འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྟེན་པ། ཏིང་འཛིན་ལ་ཟེར། རྒྱ་བཤད་ནི། མེད་པ་འབྲུལ་བ་དང་ཡོད་པ་བསྦྱར་བ་
སོགས་ལ་རྩ་འབྲུལ་ཞེས་ཟེར་ལ། རྟེན་པ་ནི་ཏིང་འཛིན་ཏེ་དེའི་རྟེན་ནོ། །

རྩྭ། (པར་ཕྱིན) སྤྱ་འབྲིད་ཀྱི་བསམ་བསམ་པ་རོལ་པོ་ལ་མི་བདེན་པའི་གཏམ་ལུས་དག་གི་རྣམ་འགྲུར་
 བསམ་འབྲིན་ཡིག་ཚུན་གྱིས་སྤྲིངས་པ་ལ་རྩྭ་ཟེར། རྩྭ་དང་རྩྭ་ཚིག་གཉིས་ལ་བྱུང་བར་
 འབྲེད་དགོས་སམ་སྟུང་མོ། །བརྩྭ་སྤྱ་བ་ལ་གཟེགས།

རྩྭ་དུ་སྤྱ་བའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་དང་པོ། རྩྭ་དུ་སྤྱ་བའི་ལྷང་
 བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཏི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གིས་རྩྭ་བཞི་ལས་གཞན་བ་ཤེས་བཞིན་གྱིས་རྩྭ་
 དག་དུ་སྤྱས་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྲོད་གཞི་ལ་གཉིས་ལས།
 ལྷང་ལ་མ་བཅས་པའི་སྤྲོད་གཞི་ནི། སྤྱ་གཅན་ཟེན་གྱིས་ཤེས་བཞིན་དུ་རྩྭ་དུ་སྤྱས་པའི་བྱུང་
 བ་སྟེ་བཅས་བ་མ་མཛད་དོ། །བྱུང་ལ་བཅས་པའི་སྤྲོད་གཞི་ནི་མཉན་ཡོད་དུ་བྱུག་པའི་བྱེད་དགེ་
 སྤྲོད་ལག་བརྒྱད་ཀྱིས་ཤེས་བཞིན་དུ་རྩྭ་དུ་སྤྱས་པ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་མོ། །དགག་བྱ་
 བེ་གཞན་བསྐྱས་པའི་སྤྲོན་ས་གཞན་ལ་གཞོད་པའོ། །རྩྭ་བཞི་ནི། བཅ་པའི་རྩྭ། ལྷག་མའི་
 རྩྭ། སྤོམ་པའི་རྩྭ། ཉེས་བྱས་ཀྱི་རྩྭ་དང་བཞིའོ། །

རྩྭ་དུ་སྤྱ་བའི་བཅ་པ། (འདུལ་བ) རྩྭ་དུ་སྤྱ་བའི་བཅ་པའི་ངོ་ཏི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྲོད་གིས་རང་ལ་
 མིའི་ཆོས་ཁྲ་མའི་ཡོན་ཏན་མི་ལྷན་བ་ལས་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ཏེ་རང་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་དང་ལྷན་
 བར་སྤྱས་ཤིང་དོན་གོ་བ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞི་རྣམས་པའོ། །སྤྲོད་གཞི་ནི། ཉ་པའི་
 ཁྲོད་དུ་དགེ་སྤྲོད་ལ་བརྒྱས་མི་ཆོས་ཁྲ་རྩྭ་དུ་སྤྱས་ནས། འོད་མ་ཅན་གྱི་ཁྲོད་དུ་བཅ་བ་
 འདི་བཅས་མོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་ཆོས་རྒྱན་པའི་གྲངས་སུ་ཚུད་པ་དང་། གཞན་བསྐྱས་པའི་
 སྤྲོན་ས་གཞོད་པའོ། །

རྩྭ་བ་སྤྱ་བའི་ཆོས་ཅན། (པར་ཕྱིན) འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་མཚན་གྱིས་
 མེད་བཞིན་དུ་རང་མཚན་གྱིས་བྱུབ་པར་སྤང་ནས་སོ་སྤྱེ་རྣམས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་
 བ་ལ་སྤྱི་བའི་སྤྲོན་ས་སྤྱ་བས་རྩྭ་བའམ་སྤྱ་བ་ཟེར། དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱ་འབྲིད་བཞིན་
 བོ། །དེ་ལ་སྤང་གནས་མི་མཐུན་པ་ཡང་ཟེར།

རྩྭ་སྤྱ་བའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) རྩྭ་དུ་སྤྱ་བའི་ལྷང་བྱེད་དང་འབྲ།

རྒྱལ་བཞི། (འདུལ་བ) བམ་པའི་རྒྱལ། ལྷག་པའི་རྒྱལ། སྒོ་མ་པའི་རྒྱལ། ཉེས་བྱས་ཀྱི་རྒྱལ་དང་བཞིའོ། །
 རྒྱས་སྐྱེས། (བར་ཕྱིན) 1 སྐྱེ་གནས་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། ལྷ་ཁག་སོགས་རྒྱར་མ་བྱས་པར་ཡན་ལག་དང་
 དབང་པོ་སོགས་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་གནས་ཤིག 2 བར་དོ་བ། རྒྱས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་སེམས་ཅན་
 ལ་གཟིགས།

རྩུ་ས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་སེམས་ཅན། (བར་ཕྱིན) 1 སྐྱེ་གནས་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། ཁྲ་ཁྲག་སོགས་རྒྱུར་མ་བྱས་
 བར་ཡན་ལག་དང་དབང་སོ་སོགས་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་གནས་ཡིག 2 བར་དོ་བ། འདུལ་
 བ་རྣམས་བར་འབྱེད་བའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༩ ཙུ ༡༧༤༧ལས། རྩུ་ས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་
 སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་མ་དོའི་སྤྱིད་པའི་སེམས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ཆེ་བུ། ཆེ་བུ་དང་དོན་འདྲ།

རྒྱུ་ཚུས། རྒྱུ་ཚུས་ལ་གཟིགས།

ཇི་ཏུ་ཆོས་སྤྲུལ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས། ཇི་ཏུ་ཆོས་སྤྲུལ་བརྒྱའི་ཁ་ཟས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རྫོགས་པ། ༡ རྩེད་པ། འཇགས་པ། ཞེས་མོང་བཟོ་བ། སྒྲོག་པ་རྫོག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ༢ ཉེས་རྩེད་གཏོང་བ། རྩེད་
 དེག་གཏོང་བ་ལ་གོ། ཤོད་པ་འདི་དཔེ་ཆོས་རྩེད་པ། བྱི་རྫོག་འདྲ། ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་དཔེ་ཆོས་རིན་
 ཆེན་སྤྲངས་པའི་འབྲུག་འགྲེལ་ལས། མི་གསེས་དན་ཅིག་ལ་གཞན་གྱིས་བྱིས་སྤྲུགས་པ་ན།
 དང་གི་སྒྲོ་རྩེད་སྤེལ་བ་དང་། དང་གི་སྒྲོ་བྱིས་རྫོག་གིན། བྱིད་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་དེ་རིང་པ་ལ་ཅི་མ་

བྱས་ཟེར་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཉེ་བོ་ཁམས་པའི་ཡུལ་སྐྱད་ལའང་ཡོད།
 རྫོགས་ཆེན། ཅི་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ད་ལྟའི་རིག་པ་གསལ་སྟོང་རྫོན་པ་འདི་ལ་རྫོགས་པ་
 ཆེན་པོ་ཟེར། སྤྱོད་བཀའ་ནི། སྤྱང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རིག་པ་
 སྟོང་པ་འདིའི་ནང་དུ་རྫོགས་པས་ན་རྫོགས་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷག་པའི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་
 བའི་ཐབས་གཞན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་མེད་པས་ན་ཆེན་པོ་ཟེར། བྱག་ཆེན་སྟོན་ལམ་གྱི་འགྲེལ་
 པ་སི་ཏུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྱིས་མཛད་པ་ལས། འདི་ལ་དགོངས་ནས་བདེ་གཤེགས་པག་
 མོ་བྱ་བས། འཁོར་དང་ལྷ་རྒྱ་འདས་པའི་ཆོས། །སེམས་སུ་རྫོགས་པས་རྫོགས་ཆེན་
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཀམ་པ་མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེའི་ཅོད་ཡིག་
 ལས། སྤྱིར་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལ་ཐེག་དམན་ཉན་རང་གཉིས། ཐེག་ཆེན་བྱང་སེམས།
 ཁྱད་པར་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཐེག་པ་དང་བཅས་པས་སྐབ་པའི་གཙུག་ལག་མཐའ་དག་བསྐྱས་
 པར་བསྟན་ལ། འདི་དག་ཏུ་མ་འདུས་པའི་རྒྱལ་བ་བསྟན་པ་གཞན་འགའ་ཡང་མ་མཆིས་
 ཤིང་། སྐབ་པའི་དབང་པོའི་སྤྱིས་རབས་པལ་ཆེར་བསྟན་པ་འདུལ་བ་ལྷུང་དང་། སྐགས་
 བསྐྱེད་ཚུལ་སྟོན་པ་བསྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་། མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྟོན་པ་མཛོན་
 འབྱུང་གི་མདོ་ལ་སོགས་པ་མདོ་སྤྱི་རྒྱུད་སྤེམ་མཐའ་དག་ལས་ཀྱང་སྐབ་པས་རྫོགས་ཆེན་ཐེག་
 པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ཅེས་བྱང་ཐད་ཅམ་ཡང་མི་སྤྱང་བ་དང་། ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་ཡུལ་
 ལ་རྫོགས་ཆེན་མི་སྤྱང་ཞེས་ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་དང་། འགོས་ལོ། རྫོགས་ལོ་སོགས་པལ་མོ་ཆེའི་
 བསྟན་བཅོས་ལས་བྱང་བས་དེང་སང་བོད་ན་གསང་སྔགས་སྔ་འཁྱུར་དུ་བྲགས་པའི་བཀའ་
 མ་མང་པོ་ཞིག་དང་། གཉེར་སྟོན་གྱིས་བཏོན་པར་བྲགས་པའི་ཆོས་ལུགས་བགྲང་གིས་མི་
 ལང་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་ཅིག་འདུག་པས། རྟིང་མ་རྒྱ་གར་ན་ཡོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ངེས་པ་
 ཅན་སྤྱོད་ཅི་ཡོད། ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་དེ་དག་དོན་ལ་གནས་མི་གནས་སོགས་དབྱེད་
 པར་འོས་སོ། །དབྱེད་པ་ནི་རང་གཞན་སྤེམ་ལུགས་ལའང་བྱ་དགོས་ཤིང་གལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་
 བས། སྟག་ཆང་པས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་འགལ་བའི་ཁྱུང་ཆེན་བཙོ་བརྒྱུད་ཡོད་ཚུལ་གྱི་ཅོད་ཡིག་

ཀྱང་སྒྲིལ་གྱི་གཞིར་འདིར་བཞག་ཡོད་དོ། །རང་ལ་ཆོས་མ་བྱུང་གིས་ཞོལ་བ་དག་ལ་སྒྲིལ་གྱི་སྤྱོད་པའི་ཆོས་གྲོགས་སུ་བལྟ་བུ་ལྟ་ཞོག་དགྲ་པོའི་དྲངས་མར་བལྟ་བའི་རང་ཚུལ་འདི་ནི་ཕེན་ཏུ་ཡོད་སྟབས་པའི་གནས་སོ། །

རྫོགས་ལྷན། (མཛོད) 1 རྫོགས་པར་ལྷན་པ། ཆ་ཆར་བར་ལྷན་པ། 2 རྫོགས་ལྷན་དུས་ལ་གཟིགས། རྫོགས་ལྷན་གྱི་བསྐྱལ་པ། (མཛོད) བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་མིང་། རྫོགས་ལྷན་གྱི་དུས་ལ་གཟིགས། དེའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་བཞིན་དུ་རྩལ་ཏེ་སྒྲིལ་པ། དབང་པོ་ཆར་བ། མཛེས་ཤིང་མདོག་བཟང་བ། ལུས་ལ་འོད་དང་ལྷན་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ། བསམ་གཏན་གྱི་དགའ་བ་ཟས་སུ་ཟ་བ། ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གོ། རྫོགས་ལྷན་ཞེས་པའི་སྒྲིལ་བ་ཤད་ནི། དགེ་བ་བཅུ་ལྔ་རྫོགས་པར་སྦྱོད་པའམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་ལྷན་པས་རྫོགས་ལྷན་ཞེས་པའམ། ཡང་ན་དེའི་དུས་སུ་དགེ་བཅུ་རྫོགས་པར་སྦྱོད་པས་སྦོད་བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ལམ་ཡོན་ཏན་རྣམས་མ་ཉམས་པར་རྫོགས་པར་ལྷན་པས་ན་རྫོགས་ལྷན་ཞེས་བྱའོ། །འཁྲིག་པ་སྦྱོད་ཅིང་མ་བྱིན་པར་སྒྲངས་པས་སྦོད་བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ཆ་བཞེར་བཤོས་པའི་གཅིག་གི་བས་གསུམ་ལྷན། རྩན་སྒྲུས་པས་དཔལ་འབྱོར་ཆ་གཉིས་གི་བས་གཉིས་ལྷན། གྲོག་གཙོད་བཅས་མི་དགེ་བའི་ལས་ལམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྦྱོད་པས་ཆ་གཅིག་པོ་ཡང་རིམ་གྱིས་གི་སྒྲིལ་ཅོད་ལྷན་དུ་སྒྱུར་གྲོ། །

རྫོགས་ལྷན་དུས། (མཛོད) <གྱི་ཏ་ཡུ་གླི་> བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་དུས་སུ། དེར་དགེ་བཅུ་རྫོགས་པར་སྦྱོད་ཅིང་སྦོད་བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ཆ་ཅན་ཡང་མ་ཉམས་པར་གནས་པས་རྫོགས་ལྷན་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ཡུན་ཆད་ལ་མི་ལོ་༡༧༥༠༠༠ལ་གཅིག་དང་བདུན་འབུམ་ཉེ་ཁྲི་བརྒྱད་སྟོང་པར་དུས་འཁོར་ལས་གསུངས། ཞེས་མདོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱུན་ལས་བཤད། དེའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་བཞིན་དུ་རྩལ་ཏེ་སྒྲིལ་པ། དབང་པོ་ཆར་བ། མཛེས་ཤིང་མདོག་བཟང་བ། ལུས་ལ་འོད་དང་ལྷན་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ། བསམ་གཏན་གྱི་དགའ་བ་ཟས་སུ་ཟ་བ། ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གོ། རྫོགས་ལྷན་ཞེས་

པའི་སྤྱི་བཤད་ནི། དགོ་བ་བཅུ་ཀ་རྫོགས་པར་སྦྱོད་པའམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་ལྷན་པས་
 རྫོགས་ལྷན་ཞེས་བའམ། ཡང་ན་དེའི་དུས་སུ་དགོ་བཅུ་རྫོགས་པར་སྦྱོད་པས་སྦོད་བཅུད་ཀྱི་
 དཔལ་ལམ་ཡོན་ཏན་རྣམས་མ་ཉམས་པར་རྫོགས་པར་ལྷན་པས་ན་རྫོགས་ལྷན་ཞེས་
 བྱའོ། །འཁྲིག་པ་སྦྱོད་ཅིང་མ་བྱིན་པར་སྦྱངས་པས་སྦོད་བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ཆ་བཞིར་བགོས་པའི་
 གཅིག་གི་བས་གསུམ་ལྷན། རྒྱན་སྤྲུམ་པས་དཔལ་འབྱོར་ཆ་གཉིས་གི་བས་གཉིས་ལྷན། སྟོག་
 གཅོད་བཅས་མི་དགོ་པའི་ལས་ལམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྦྱད་པས་ཆ་གཅིག་པོ་ཡང་རིས་
 གིས་གི་སྟེ་ཚོད་ལྷན་དུ་བྱུར་གྱོ། །གོང་དུ་བཤད་པའི་ལོ་ཆད་དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་དི་རྩལ་ཆོས་
 ལུགས་ནང་ཡང་ཇི་མ་ཇི་བཞེན་འབྱུང་བས། ཐ་སྙད་དེ་དག་ནང་པས་ཕྱི་རོལ་པའི་གཞུང་ནས་
 ཚུར་སྦྱངས་པར་ངེས་སོ། །རྫོགས་ལྷན་གྱི་བསྐྱལ་པ་དང་དོན་གཅིག་ རྫོགས་ལྷན་གྱི་བསྐྱལ་
 པ་ལ་གཞིགས། གཞན་ཡང་། རྫོགས་ལྷན། གསུམ་ལྷན། གཉིས་ལྷན། ཚོད་ལྷན་བཅས་དུས་
 བཞེ་སོ་སོ་ལ་མི་ལོ་གངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྒོར། མདོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་༤༠ན་གསལ་
 པའི་དེར་གཞིགས།

རྫོགས་པར་བསྟེན་པ། (འདུལ་བ) བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དང་དོན་འདྲ། ལོ་རྒྱུ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་
 བསྟེན་རྫོགས་ལ་རྫོགས་པར་བསྟེན་པ་ཞེས་བསྐྱར་ཡོད། དཔེར་ན་སྒོ་བ་དཔོན་ཆོས་བཤེས་
 ཀྱི་འདུལ་བ་མདོ་ཅིའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པར་བསྟེན་རྫོགས་ལ་རྫོགས་པར་བསྟེན་པ་ཞེས་བསྐྱར་
 ཡོད་དེ། དེ་ཡང་དེའི་སྦྱོད་ཆ་༤༩ལས། རྫོགས་པར་བསྟེན་པ་དེའི་ཕྱིར་དགོ་སྦྱོང་འགའ་ཞིག་
 ལ་མཁན་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་པ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བརྗོད་ནས། ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་པ་
 ལྟར་ལོ།

རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལས། (མཛོད) རྟེན་དེ་ལ་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་དབང་སོ་རྣམས་ཆང་མ་ཆང་། བདེ་
 སྤྱག་དབུལ་བྱུག་སོགས་སོ་སོར་འབྱིན་པར་བྱེད་པའི་ལས།

རྫོགས་རིམ། (གསར་སྤྲུགས) <ལྷ་འཁྲུག་ཀ་མ> བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུད་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་
 གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དེ། རྫོགས་རིམ་གྱི་མཆན་ཉིད་དུ་

པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱན་མཆོན་གསུང་། དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྗེས་དེ་སྒྲ་མེད་སྤྱི་
རྒྱལ་ས་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་སམ་སྤྲུལ་སྟེ། སྤྱིར་རྒྱལ་ས་རིམ་ཡིན་ན་རྒྱུད་དུ་མར་ཁུགས་
གནས་ཐེམ་གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བས་མ་ཁུབ་པའི་བྱིར་ཏེ། དུས་འཁོར་གྱི་ལུགས་ཀྱི་སོ་
བསམ་གཉིས་རྒྱུད་དུ་མར་འཛུད་པའི་སྤོན་འགོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས། སྤྱི་བཤད་ནི།
རྒྱལ་ས་པ་ནི་བྱུབ་པ། རིམ་པ་ནི་རྣམ་པ་དང་ཆད་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་
པར། རྒྱའི་པས་གསུངས་ཞེས་རྗེས་སྤྱི་བྲགས་རིམ་ཆེན་མོར་གསལ། དེས་ན་སྒྲིལ་མ་བཙུག་པར་
བྱུབ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་རྒྱལ་ས་རིམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བསྐྱེད་རིམ་ལྟར་སྒྲིལ་བཙུག་ནས་
བསྐྱེད་པ་ཙམ་མིན་པར་དངོས་གནས་ལ་རྒྱུད་སེམས་ཙམ་ལས་རང་ཉིད་ལྷའི་སྤྱིར་རྒྱལ་ས་
པའམ་བྱུབ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱིར་ཅེས་བྱའོ། །རྒྱས་པ་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་
པར་བྱའོ། །མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། རིམ་པ་གཉིས་པ། རྒྱལ་ས་པའི་རིམ་པ། མ་བརྟགས་པའི་རིམ་
པ། རྣལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ། །རྗེས་སྤྱི་བྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལྟར་བཀོད།

རྒྱལ་ས་རིམ་གྱི་དབང་བརྒྱུད། (གསང་སྤྱགས་) རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་རྒྱལ་ས་རིམ་གྱི་དབང་
ཆེན་བརྒྱུད་དུ་གྲགས་པ་ནི། ༡ འདུས་པ་འཕམགས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་རིམ་ལྷ་རིམ་ལྷ་
གསལ་སྒྲོན། ༢ གསང་འདུས་འཇམ་རྫོང་རམ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་རིམ་གྲོལ་
པའི་ཐེག་ཡེ་འམ་ཐེག་ཡེ་བཞི་ལྟ། ༣ བདེ་མཆོག་ལུ་ཉི་པའི་རྒྱལ་ས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོ།
༤ བདེ་མཆོག་འེལ་བྱ་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་རྒྱལ་ས་རིམ་འེལ་བྱ་རིམ་ལྷ། ༥ དཔལ་དང་པོའི་
སངས་རྒྱས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱལ་ས་རིམ་སྤྱོད་བ་ཡན་ལག་དུག། ༦ རྗེ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་
རྒྱལ་ས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞི། ༧ བྱག་རྫོང་འཁོར་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་ས་རིམ་བྱིན་རྒྱལ་ས་བཞི་ལྟ།
༨ སྒྲ་མེད་སྤྱི་འགོའི་རྒྱལ་ས་རིམ་དང་ཁྱད་པར་མ་རྒྱུད་ལ་སྤྱིར་ཆོག་པ་རྣམས་འོ་ཆོས་དུག་སྟེ་
བརྒྱུད་པོ། །

རྒྱལ་ས་རིམ་གྱི་དབང་བརྒྱུད། (གསང་སྤྱགས་) ༡ གསང་པ་འདུས་པའི་རྒྱལ་ས་རིམ་ལྷ་གདན་རྒྱལ་ས་
ཀྱི་དམར་ཁྱི། ༢ སྤྱོད་བ་ཡན་ལག་དུག་གི་ཁྱིད་ཡིག། ༣ ལྷ་རྣམས་དུག་གི་ཁྱིད་ཡིག། ༤

འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་པའི་རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་བྲིད་ཡིག ༥ འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་པའི་རྫོགས་
 རིམ་རིམ་ལྟའི་བྲིད་ཡིག ༦ རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་བྲིད་ཡིག་
 བཅས་སོ། །སྤྱིར་བཏང་རྫོགས་རིམ་བྲིད་ཆེན་བརྒྱད་ཅེས་པ་ཟུགས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །རྒྱད་སྦྲང་
 ཟླ་ཆང་ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་དྲུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ལགས་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་
 བཞུགས།

རྫོགས་རིམ་གྲོལ་བའི་ཐོག་ལ། (གསང་སྤྲུགས་) སྒོལ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་མཛོད་
 པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་གྲོལ་བའི་ཐོག་ལ་ཡང་བྱེད།

རྫོགས་རིམ་དུ་བྱུར་པའི་ལུས་དཔེན། (གསང་སྤྲུགས་) རྒྱང་དབྱ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་
 པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྟོང་སྤྱར་བའི་སྒྲོན་རང་གི་ལུང་སོགས་ལྷར་སྒྲོམ་པ། རྗེའི་རིམ་ལྟ་
 གསལ་སྒྲོན་ལ་གཞི་བྱས།

རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞི། (གསང་སྤྲུགས་) དཔལ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་བཟོད་
 པའི་རིམ་པ་ལ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་ཐ་སྙད་བྱེད་དེ། ༡ སྤྲུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (འདི་གསང་
 འདུས་ཀྱི་ལུས་དཔེན་དག་དཔེན་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཐུབ་ཡིན) ༢ དམ་ཆོག་གི་རྣལ་འབྱོར།
 (སེམས་དཔེན་གྱི་དོན་ཐུབ) ༣ དབྱེབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (དག་མ་དག་གི་སྦྱ་ལུས་ཀྱི་དོན་
 ཐུབ) ༤ རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (སེམས་དཔེན་མཐར་ཐུག་དཔེ་ཡི་འོད་གསལ་
 དང་། རིམ་པ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་དོན་ཐུབ་ཡིན་པར་བཤད) ༥ དང་
 བཞིའོ། །འཇིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་མ། དཔལ་གཅིག་དབྱ་ནག་ག་ཤེད་དམར། རོ་ལངས་
 བརྒྱད་སྒོར། ཞེ་དགུ་མ་རྣམས་ལ་རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་ཐ་སྙད་བྱེད་པར་གསུངས།
 གསང་འདུས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ་ལ། དཔེན་པ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར།
 སྦྱ་ལུས་དང་འོད་གསལ་བྱུང་འཇུག་སྟེ་རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྟའམ་དུག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད།

རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལ། (གསང་སྤྲུགས་) ༡ དག་དཔེན་གྱི་རིམ་པ། ༢ སེམས་དཔེན་གྱི་རིམ་པ། ༣ སྦྱ་
 ལུས་ཀྱི་རིམ་པ། ༤ འོད་གསལ་གྱི་རིམ་པ། ༥ བྱུང་འཇུག་གི་རིམ་པ་དང་ལྟོ། །ལུས་དཔེན་

ལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཆ་ཡང་ཡོད་པས་མ་དངས་ཡང་ན། ༡ རྟོར་བརྒྱས་གྱི་རིམ་ལ། ༢ དགོངས་
པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་རིམ་ལ། ༣ བདག་བྱིན་རྒྱལ་ས་གྱི་རིམ་ལ། ༤ མདོན་པར་བྱང་ཚུབ་པའི་
རིམ་ལ། ༥ ཟུང་འཇུག་གི་རིམ་པ་དང་ལྟོ། །རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྟའི་ཐ་སྙད་འདི་གསར་
འདུས་གྱི་ལུགས་ཡིན་ཞིང་། །འཛིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་མ་དང་། དཔལ་པོ་གཅིག་ལ། དག་
ནག་གཤེད་དམར། རོ་ལངས་བརྒྱད་སྟོར། ཞེད་ཀྱ་མ་རྣམས་ལ་རྫོགས་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་ཐ་
སྙད་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །རྫོགས་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལ་གཟིགས།

རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་དྲུག་ (གསར་ཐུགས་) ལུས་དབེན། དག་དབེན། སེམས་དབེན། སྦྱ་ལུས། འོད་
གསལ། ཟུང་འཇུག་གི་རིམ་པ་དྲུག་ (རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྟའི་ཐ་སྙད་ཆེ་ལུས་དབེན་མ་དངས་ལ།
འདིར་དངས་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་དབེན་ནོ།)

རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྟ་བུ། (གསར་ཐུགས་) རིམ་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ཟེར། སྟོབ་དཔོན་སྦྱ་སྦྱབ་གྱིས་མཛད།

བརྟན། (པར་ཕྱིན་) རྟན་གྱི་འཕྲི་ཚུལ་གཞན། མདོ་སྤྲེའུན་པ་ཉེར་གཞག་སོགས་གཞུང་མང་པོར་
བརྟན་ཞེས་བྲིས་སྟངས།

བརྟན་དུ་སྦྱ་བའི་པམ་པ། (འདུལ་བ་) རྟན་དུ་སྦྱ་བའི་པམ་པ་ལ་གཟིགས།

བརྟན་པ། (པར་ཕྱིན་) སྦྱ་བ།

བརྟན་སྦྱ་བ། (པར་ཕྱིན་) སྦྱ་འབྲིད་གྱི་བསམ་པས་པ་རོལ་པོ་ལ་མི་བདེན་པའི་གཏམ་སྦྱས་པ། བརྟན་
སྦྱ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། མདོ་སྤྲེའུན་པ་ཉེར་གཞག་ཏེ་ཡང་པ། ༡༡༤༡ ལས། འདི་ལྟ་སྟེ་ལྟེ་
པད་མའི་འདམ་མ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་འཇམ་པ་དེ་ཁ་ནས་དངས་ཏེ་རྒྱང་གྲགས་གསུམ་དུ་བརྒྱངས་
པ་གཤིན་རྗེའི་མི་འཛིགས་འཛིགས་ལྟར་འདུག་པས་དེ་བཟུང་ནས་གཤིན་རྗེའི་མི་རྣམས་
གྱིས་ལུགས་གྱི་ཐོང་གཤོལ་རབ་ཏུ་འབར་བ་དག་གིས་འབྲུགས་ཤིང་སྤོང་ལ་ཡོངས་སུ་འབྲལ་
སོ། །ཟངས་དམར་པོ་རབ་ཏུ་འབར་བས་ཆག་ཆག་འདེབས་ཤིང་ལྟེ་ལས་བྱུང་བའི་སྤོན་བྲུ་ལ་
རབ་ཏུ་འབར་བ་དག་སྦྱེ་སྦྱེ། གང་ལྟེ་དག་ལ་ཐ་ཡང་བརྟན་དུ་སྦྱ་བ་དེས་ལྟེ་དེ་དག་སྤྱིར་ཁའི་
ནང་དུ་གཞུག་པར་མི་རུས་སོ། །དེའི་ཁའི་ནང་གི་སོ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་སོ་སྤོན་སྦྱ་ལུ་ག་

ལ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་སྟེ། དེ་དག་གིས་འབྲིན་པར་བྱེད་ཅིང་དེའི་ཀན་ཡང་ལས་ཀྱིས་བྱས་པའི་
 རྒྱུད་གིས་བྱེ་མའི་བྱེ་མ་ལྟར་བྱེ་མར་ཆོག་གོ། དེའི་མིང་པ་ཡང་སྟེ་གི་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་གིས་འཛོག་
 པར་བྱེད་ལ། དེའི་སྟེང་ཡང་སྟེན་བྱའི་མཆོ་རབ་ཏུ་འབར་བ་དག་གིས་ཟ་བར་བྱེད་དོ། །བརྟན་
 སྟེ་པའི་ལུས་ཅན་ནི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་ཏུ་འབོད་ཆེན་པོའི་གཞིར་སྟེ་ནས་སྟེ་གི་སྟེ། ལས་
 བྱས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བའི་ལུས་ལས་བྱུང་བའི་སྟེན་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་རབ་ཏུ་འབར་
 བའི་རྒྱ་མ་དག་ལ་ཟེའོ། །དེའི་ནང་ན་འདུག་པའི་སྟེན་བྱ་རྣམས་དང་། ཉན་རྣམས་ཀྱིས་ཆོར་བ་
 མི་བཟད་ཅིང་ཆ་ལ་དཀ་བ་རྣམས་སྟེང་དོ། །ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཡང་སྟེ་གི་བསྐྱེད་པ་རྣམས་པ་གཉིས་ཀྱིས་
 གཞོད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ། མེ་ལས་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་པ་དག་ལ་གཤེན་ཇིའི་མི་རྣམས་
 ཀྱིས་ཆོར་བའི་རྒྱ་རྣམས་པ་སྟེ་ཆོག་པ་དག་གིས་འཛོག་པ་བསྟེད་དོ། །ཤར་བྱ་དག་གིས་ཀྱང་
 ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་དང་། ལུས་ཀྱི་ཅ་དང་། རྒྱས་པ་དང་། རུས་པའི་གསེབ་
 ཐམས་ཅད་འབྲུགས་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་ཆོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་པར་གཅེས་པར་
 འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྟེ་ཏུ་ཡིས་ཡན་ལག་ནས་རུས་པ་ལ་སོགས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་
 འཛོག་གོ། །བརྟན་སྟེ་བ་སྟེ་པ་པ་དེ་ནི་མཆོག་ཏུ་དོན་མ་ཡིན་པ་བྱེད་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་གིས་ཀྱན་
 ལས་ཀྱལ་བ་ཡིན་ཏེ། །བརྟན་སྟེ་བ་ནི་དོན་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོར་གྱུར་པ། དགེ་བའི་ལོ་
 ཏོག་ཐམས་ཅད་སེར་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ། རན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོར་གྱུར་པ། བྱ་བ་མ་ཡིན་
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར་བ་མ་
 ཡིན་པ། འཕགས་པའི་སྟེ་བོ་ཀྱན་གྱིས་མི་གཙང་བ་དང་འབྲ་བར་སྦྱད་པར་གྱུར་པ། རྟོགས་
 པའི་སངས་རྒྱས་དང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་དག་བཅོམ་པ་དག་གིས་དུག་བཞིན་
 དུ་རྣམས་པར་སྤངས་པ། འཛོག་ཆེན་པ་དང་འཛོག་ཆེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱི་སྟེན་པར་གྱུར་
 ཅིང་སྟེ་ཡང་འདོད་པ་མེད་པ། གཅིག་ཏུ་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་ཅིང་གཞན་དང་
 མཆོངས་པ་མེད་པ། རྣམས་པ་དེ་དག་ཏུ་གྱུར་པ་དོན་མེད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་
 གསུངས་སོ། །

༼ ལ༽

ལྷ་ཀ (ལེགས་སྦྱར) ངག་གསུང་།

ལ་ཕྱེད་ལ། (བརྒྱུད) ལ་འདོགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པར་བཤད། ལ་ཕྱེད་དང་འབྲ། ཞིབ་པར་” ལ་ཕྱེད་”
ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལ་མོ། གཅན་གཟན་ཞིག་ ལ་དང་ལ་སྤྱེས་ཡང་ཟེར། ལྷ་བཤད་ནི། འདི་ལ་ལ་ཞེས་པ་ནི་ལ་ལ་ཞེས་
པའི་སྐད་འབྲིན་པའི་ཆ་ནས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྦྱངས་པའི་འབྲུམ་
འབྲེལ་༡༥༥། ལྷགས་སྤོན་ལ། ཞེས་པའི་ཐད་ལས། ལ་ནམས་ཀྱིས་གྲོས་བྲུས་པས། འོ་ཅག་
གི་དཔོན་སོ་འདི་མཁུག་མའམ། མཚུལ་བའམ་འོ་ཅག་ལ་འདི་རིགས་ཤིན་ཏུ་འབྲ་བ་ཅིག་འདུག་
པས། འོ་ཅག་མམས་ཅད་ཁོའི་སྤོན་དུ་སྐད་འདོན་ནོ་བྲུས་ཏེ། མམས་ཅད་ཀྱིས་ལ་ལ་བྲུས་ནས་
སྐད་བཏོན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་འདིས་ཤེས་བྲུས་སོ། །

ལ་ཟུར། (བརྒྱུད) ཡི་གེ་གང་ཡང་རྩང་བའི་འོག་ཏུ་འདོགས་སྐྱེའི་ཟུར་གསུམ་པའི་ཏྲགས་ (ལྷ) འདི་
ལ། ལ་ཟུར་དང་། ལ་ཕྱེད། ལ་ཕྱེད་མ་ཟེར། འདིའི་ཕྱེད་ལས་ནི་འོར་བ་སྦྱང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
དཔེར་ན་རི་དྲགས་ལྷ་བྲ། འདི་ལ་ལ་ཟུར་མེད་ན་ད་སྤོན་འཁུག་ཏུ་སྒྲིག་སྐྱེའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལྷ་
བྲའོ། །དེས་གཞན་མམས་ཅད་ལ་རིགས་འབྲེལ། །བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དེའི་འབྲེལ་
བཤད་ལ། ལ་འདོགས་ཞེས་བྲིས་ནས། དཔེ་མཚོན་བྲིས་མེད་ལ། རྒྱ་ཡིག་འགའ་ཤས་བྲིས་
ནས། “ལ” ཞེས་བྲིས་པ་གང་ཟེར་བ་ཡིན་མེད་པར་ཁྱེད་དེ་བཞིན་དུ། ལ་ཕྱེད་ལ་འདང་བརྟག་ ལ་
ཟུར་ལ་ (ལྷ) འདི་འབྲ་ཞིག་དཔེ་མཚོན་དུ་བྲིས་ཡོད་ན་ལེགས་སྦྱར།

ལྷ་རྩ་ཏེ་སྤྱི། (བར་ཕྱིན) (ལེགས་སྦྱར) སྤོན་པས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་ཐོག་མར་བསྐྱོར་བའི་ཡུལ།

ལེགས་སྦྱར་དུ་ བཀའ་ལྷན་གྱི་ ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད། སྤྱི་བཤད་ནི། ཀུན་གཟིགས་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་འི་
གསུང་ལས། ལྷ་རྩ་ཤུབ་དང་ཨ་སྤྱི། རལ་གྱི་སྤྱོད་ལུལ་དེར་འབྲུགས་པ་ཤིན་ཏུ་དར་བས་
གོ་མཆོན་རྒྱུ་དུ་བསྟོན་པས་ཤུབ་རལ་ཅན་ནམ། ཡང་ན་ལྷ་རྩ་འཁོར་མོ་དང་ཤ་སྤྱི་འཇིག་
པར་བཞེད་པ་དང་། བརྟེན་འགའ་ཞིག་ཚུ་མོ་ལྷ་རྩ་ཤ་དང་། ཨ་སྤྱི་འི་བར་གྱི་ལུལ་ཡིན་པས་
མཆོམས་སྦྱར་བས་ལྷ་རྩ་ཤ་སྤྱི་ཡིན་གསུངས། ཞེས་འབྲུང་སྟེ། བྱི་མ་ནི་བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་
ལས། ཅིའི་བྱིར་ལྷ་རྩ་ཤ་སྤྱི་ཞེས་བྱ་ཞེན། སྤྱིས་པ། འདི་ནི་ཚུ་ལྷང་གི་མིང་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་མི་
རིང་བ་ན་རྒྱལ་པོའི་གྲོང་ཁྱེད་བཅུགས་པས་དེའི་བྱིར་གྲོང་ཁྱེད་འདི་འདྲ་ལྷ་རྩ་ཤ་སྤྱི་ཞེས་
བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྒྱ་ནག་གི་འབྲེལ་ཆེན་དུ་བྲངས་པ་དང་མཐུན་ནོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྲེལ་ལས། ལྷ་རྩ་ཤ་སྤྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚུ་ལྷང་ལྷ་རྩ་ཤ་སྤྱི་མཆོན་པའི་བྱིར་དོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ཕ་ལམ་ཅན། (འདུལ་བ) དུར་ཁྲོད་ཀྱི་མིང་། རྣམ་འབྲེད་འབྲེལ་། ཚུ་ ༡༧ འན་ལས་གསུངས་སོ། །

ཕན་པ། མོང་བའི་དོན། ལྷང་སྦྱར་འོས་དོར་གསུང་།

ཕུཅ། (བརྟེན་སྦྱོང) (ལེགས་སྦྱར) འབྲིལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྤྱི་མེས་དབུ་མེད་ཀྱི་དཔེ་མཛད་སའི་རྒྱ་གར་གྱི་
ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྤྱི་མཁན་གྱི་མཁས་པ་ཡང་འགའ་ཤས་སྤྱང་། འོན་ཀྱང་མཁས་དབང་
དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། དབུ་ཅན་དང་དབུ་མེད་གཉིས་ཐོག་མ་ཞིག་ནས་མཉམ་དུ་
མཛད་པ་མིན་པར། དབུ་ཅན་འདི་ཀ་རང་མགྲོགས་པར་བྲིས་པ་ལས་དབུ་མེད་རང་བཞིན་
གྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་བཤད། ཕུཅ་འི་མ་དཔེ་མཐུག་ཏུ་བཀོད་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས།

ཕུཅལ། (བརྟེན་སྦྱོང) འབྲིལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྤྱི་མེས་དབུ་མེད་ཀྱི་དཔེ་མཛད་སའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་
ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྤྱི་མཁན་གྱི་མཁས་པ་འགའ་སྤྱང་ཞིང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་
ལྟར་གསུངས་མོད། འོན་ཀྱང་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། དབུ་ཅན་དང་དབུ་
མེད་གཉིས་ཐོག་མ་ཞིག་ནས་མཉམ་དུ་མཛད་པ་མིན་པར། དབུ་ཅན་འདི་ཀ་རང་མགྲོགས་
པར་བྲིས་པ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་དབུ་མེད་བྱུང་བར་བཤད་དོ། །

ཕྱན། (བད་སྟོད) (ལེགས་སྦྱར) 1 ཡི་གེ 2 ཁ་དོག

མེན་ཆོག (མར་ཕྱིན) འཕགས་པ་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་ངེས་པར་འགྲེལ་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆར་འགྲེལ་པ་
རྒྱའི་སྟོབ་དཔོན་མཁན་པོ་མེན་ཆོག་གིས་མཛད་པ། རྒྱ་ཆར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་འགོས་ཆོས་གྲུབ་
གིས་རྒྱའི་དཔེ་ལས་བསྐྱར་ཅིང་ཁུས་ཏེ་གཏན་ལ་མཁ་པ། བསྐྱར་འགྱུར་མདོ་ཕྱོགས་༼ཏི་ཐེ་
དེ༽གསུམ་ན་བཞུགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འདི་སྤར་ཐང་ཟན་སྒྲ་མའི་སྟོབ་པ་
ཁའི་ཞན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ཞེས་གསལ། མེན་ཆོག་ནི་བོད་དུ་རྒྱའི་བཙུན་པ་ཡིན་པ་ཡོངས་
སུ་གྲགས་ཀྱང་། ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བསྐྱར་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་རྩ་ས་
ཐེག་ཆེན་ཆོས་སླིང་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༤-༤-༣ ཉིན་གོ་རི་ཡའི་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་
བྱང་ཆུབ་ལམ་སྟོན་གྱི་གསུང་ཆོས་བཀའ་བློན་ཆེ་སྐྱབས། མེན་ཆོག་འདི་བཞིན་བོད་ལ་རྒྱའི་
བཙུན་པ་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་ཇེས་སུ་བྱས་ཆེ་གོ་རི་ཡའི་མི་རིགས་རེད་འདུག་གསུངས།
མེན་ཆོག་གིས་མཛད་པའི་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པ་རྒྱ་ནག་ནས་བོད་སྐད་དུ་
བསྐྱར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཇིའི་ལེགས་བཤད་སྟིང་པོ་སོགས་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཁུས་ཤིང་། ཁོང་གི་
འདོད་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ཇིའི་ལེགས་བཤད་སྟིང་པོའི་ནང་དངས་ཏེ་དགག་པ་ཡང་མཛད་ཡོད།
འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་ (༢༡༣-༢༤༢)

۱۹۹۹

ཞུ་མོའི་འབྲེལ་བ་བཤད། དགེ་ལུགས་པའི་དབུ་ཞུ་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་མདོར་
བསྟུན། ཞུ་མོའི་མདོག་གང་སེར་སེར་བྱེད་དགོས། ཞུ་དབངས་གྱིས་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་
ཁམས་དང་། ཞུ་སྒྲོས་སངས་རྒྱས་སྟོང་། ཞུ་དབངས་གྱི་ནང་ཤ་དཀར་པོ། ཞུ་ལྷག་གི་ནང་ཤ་
སྟོན་པོ་དང་གྱི་ཤ་དམར་པོ་བཅས་གསུམ་གྱིས་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ། ཞུ་ལྷག་གི་གོང་ལ་
ཆེས་བྱ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས། ཞུ་ལྷག་གི་སྟེང་དུ་འཕེན་
སྟོན་པོ་གསུམ་ཡོད་པ་ནི། སྤྲེ་སྟོང་གསུམ་གྱི་མཆོན་དོན་ཡིན་པ་བཅས་སོ། །བྲུ་རྒྱུང་ལ་སྟུ་
གསུང་རྟེན་སོགས་གཞན་མེད་ཀྱང་། དབུ་ཞུ་གཅིག་བྱ་མཆོད་ལུལ་དུ་བྱས་ནས་དེ་ལ་བྲུག་
མཆོད་བསྟེན་བཀྲར་བྱས་ན་དེ་གས་མཐུས། ཞེས་སེར་བྱས་མཁམས་སྟུན་བྲུ་ཆང་གི་ཆོགས་
གཏམ་ཆེན་མོའི་གསུང་རྒྱུན་ལ་ཡོད་དོ། །དོགས་གཙུག་། སྟོན་སྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་དུས་རབ་
བྱུང་རྣམས་གྱིས་དབུ་ཞུ་བཞེས་སྟོལ་ཡོད་དམ་ཞེན། མི་ཆངས་སྟོང་གི་པམ་བ་འཆད་པའི་
སྐབས་གྱི་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཅབ་ ཧམ་པ་བཤམས། རིལ་བུ་སྟེ་རྒྱགས་དང་། འབྲུ་
མར་གྱི་སྟོང་དང་། ཞུ་དང་། ལྷམ་སྟོག་གྲུ་ཅན་དང་། ཞེས་ཞུ་འཛོམས་གསུངས་འདུག་པས་
དབྱེད་དོ། །

ཞ་ལུ། <མོ་ལྷི་རི་ཀ> 1 ལྷ་གུའི་མིང། རྒྱ་དོད་དེ་བྱེ་བཀའ་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་² རེབས་ན་གསལ།
² བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གྱི་ཞིག་གི་མིང།

ལྷ་མེད་ཅོད་པལ་འཆང་པའི་རིང་ལུགས། དགེ་ལུགས་པའི་གྲུབ་མཐའི་མིང་། ལྷ་པག་དཀྱི། ལྷ་ཆེན་
དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱིས་སྒྲུ་མེས་དབུས་སུ་འཕྲོན་ཁར་དབུ་ལྷ་མེད་པོ་བཞེས་འཕྲོ་ཞིག་

གནང་ནས་འདི་གྲོན་ལ། ང་རྗེས་སུ་དྲན་པར་གྲིས་ཞེས་གསུངས་པར་བརྟེན་སྡོན་གྱི་འདུལ་
འཛིན་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དབུ་ཞུ་སེར་པོ་མནའ་བས་བ་ཡིན་པས། རྗེ་སྒྲིལ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་
ཀྱང་འདུལ་བའི་བསྟན་པ་ཉམས་པ་གཞི་ནས་གསོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་དབུ་ཞུ་ཁའི་ཁ་དོག་སྡོན་གྱི་
འདུལ་འཛིན་རྣམས་དང་མཐུན་པའི་སེར་པོ་མཛོད་པར་བརྟེན། རྗེའི་རིང་ལུགས་ལ་ཞུ་སེར་
ཅོད་བན་འཆང་བའི་རིང་ལུགས་ཞེས་གྲགས་སོ། །

ཞག (འདུལ་བ) སྤྱིར་ཞག་ལ་བྲིས་ཞག་དང་། ཉེན་ཞག་ཆེས་ཞག་གསུམ་ཡོད། དེ་གསུམ་ལས་བྲིས་
ཞག་ཡུན་རིང་། ཉེན་ཞག་ཡུན་འབྲིང་། ཆེས་ཞག་ཡུན་ལྷོང་སྟེ། བྲིས་ཞག་རེ་ལ་ཡུད་ཅམ་བྱེད་
དང་སོ་གཅིག་ཅུང་ཟད་མ་ཡོང་ཅམ་ཡོད། ཡུད་ཅམ་གཅིག་ལ་དེང་དུས་ཀྱི་ཚུ་ཆོད་ལ་སྤྱིར་ན།
སྐར་མ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་བརྒྱད་ཡོད། (བྲིས་ཞག་གཅིག་ལ། རགས་ཅིས་བྱེད་ན་དེང་སང་གི་ཚུ་
ཆོད་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་ཅམ་ཡོད། approximately TWenty four hours
and tWenty three minutes, 24.23 hours. ཉེན་ཞག་རེ་ལ་ཡུད་ཅམ་སུམ་ཅུ་ཐམ་བ་ཡོད།
(ཉེན་ཞག་གཅིག་ལ། ཚུ་ཆོད་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་ཡོད། 24.00 hrs. ཆེས་ཞག་རེ་ལ་ཡུད་ཅམ་བྱེད་
དང་སུམ་ཅུ་ཡོད། (ཆེས་ཞག་གཅིག་ལ། ཚུ་ཆོད་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་དང་སྐར་མ་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་
ཉག་ཉག་ཡོད། 23.24 hrs.

ཞག་འཕུལ་ཉེན་འཕུལ། དུས་ཆོད་སྟེལ་ཐབས་བྱེད་པ། ཉེན་མ་སྟེལ་ཐབས་བྱེད་པ། ཉེན་མ་འཕུལ་
ཐབས་བྱེད་པ། དུས་ཆོད་འགྲུང་ཐབས་བྱེད་པ། ཞག་འགྲུང་ཉེན་འགྲུང་དུ་གཏོང་པ། སྤྱིར་
འགྲུངས་བྱེད་པ། དུ་ཁྱུ་ལའི་གོས་བཟང་སྟེགས་བམ་དང་པོ་ལས། བག་རིན་ས་བཟུང་ཞག་
འཕུལ་ཉེན་འཕུལ་དུ་མ་སོང་བའི་ཚོལ་བྲུང་གིས་བྲིན། ལྷ་བྲ།

ཞག་ལོན། (འདུལ་བ) ཆ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་བྱས་བརྒྱད་ཀྱི་གསུམ་བཞི། རུང་ཁང་མ་ཡིན་པའི་
མཆེམས་དང་། དེའི་ཉེ་འཁོར་དུ་དགེ་སྦོང་གིས་བཟའ་བཅའ་སོགས་སྟོན་གྱི་རིགས་བཞི་
བཞག་སྟེ་སྐྱེ་ལེངས་ཤར་བའི་ཆེན་ཞག་ལོན་གྱི་ཉེས་བྱས་སྟེལོ། །

ཞང་གོ། དཔེ་ཆ་མི་ཤེས་པའི་བྲ་བར་འཛོད་པའི་དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཆོག་ཅུབ་ཅིག

ཞང་ཚལ་པ། ཚལ་པ་བཀའ་བརྒྱུད་དང་འབྲ།

ཞང་ཁྱེད། སྟོང་མངའ་མེས་ཁྲལ་གྱི་ཡུལ་གྱི་མིང་། གུ་གེ་དང་དོན་གཅིག་ བོད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱལ་བཀའ་
 རིན་ཅན་སྒྲ་སྒྲ་མ་ཁུ་དཔོན་དང་། ཡོ་རྩ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་བཞུགས་པའི་ཡུལ། རོ་མོ་རྩེས་
 བྱང་རྒྱལ་ལས་སྟོན་ཡང་ཞང་ཁྱེད་མཛོ་ཕྱིང་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་དུ་མཛད། ཞང་ཁྱེད་དང་གུ་གེ་
 གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་དེབ་སྟོན་དུ་བཤད་དེ། དེབ་སྟོན་སྟོད་ཆ་ “བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་
 བཤད་པའི་སྐབས་” ༤༣ལས། རྒྱུང་བས་ཞང་ཁྱེད་སྟེ་གུ་གེའི་མངའ་ཞབས་ན་ཡོད་པ་ཡིན་
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཞབས་ཀྱི་པརྫོ། ༡ ཞབས་པརྫོའི་གཞུགས་སུ་བཀོད་པའོ། ༢ ཞབས་འོག་གི་པརྫོའི་གདན།

ཞབས་ཀྱ། (ཁྱ) བོད་ཡིག་གི་དབྱེད་ས་གཉིས་པ་ལྷ་ཡིག་མཆོན་བྱེད། དབྱེབས་ལྷགས་ཀྱ་ལྟར་
 གུ་གེ་ནས་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཞབས་ཀྱ་ཟེར། སྒྲ་བཤད་ནི། ཡི་གེའི་ཞབས་སམ་སྟོང་དུ་
 འདྲགས་ཤིང་དབྱེབས་ཀྱི་གུ་ཀྱི་ཡིན་པས་དེ་སྟོང་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཀྱ་དང་། ཀྱོ། ཀྱོག་ཀྱོག་
 རྣམས་དོན་གཅིག་སྟེ། དཔེར་ན་ལྷགས་ཀྱ་ལ་ལྷགས་ཀྱོ་ཞེས་འབྲི་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས་བྱང་སྟོང་བདེན་པའི་དབྱེད་ས་སྟོན། ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་
 ཅད་མཁྱེན་པ་རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཐེང་བརྩ་བཞི་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས་བརྟན་གསོལ་འདེབས།
 ཡ་གོང་ས་མཆོག་དགྲང་བྲངས་སོ་བདུན་གྱི་དགྲང་སྟེག་རུ་ཕེབས་ཉེར་བརྟན་ཡ་ཞབས་བརྟན་
 གསོལ་འདེབས་ཤིག་གསར་ཚུ་དགོས་ཞེས། རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་སྒྲ་ཐེང་བརྩ་བྱག་པ་རང་
 བྱང་རིག་པའི་རྟོག་མཆོག་ནས་རྟོན་བཅས་བསྐྱལ་མ་གནད་དོན་བཞིན། འཕགས་པའི་གནས་
 བརྟན་བརྩ་བྱག་ལ་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་པའི་ཡ་ཞབས་བརྟན་སྟོན་ཆོག་བྱང་སྟོང་བདེན་
 པའི་དབྱེད་ས་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ། རྒྱབས་རྩེ་ཡོངས་འཛིན་ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས་ལྷགས་ཚོས་
 མཛད། རྒྱབས་དེར་བྱི་ལོ་༡༩༤༤ཡོར་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་རིན་པོ་ཆེ། ཞ་དམར་སྐུལ་སྐུ། ཀ་
 རོག་སི་བྱ། བྱང་པ་རྒྱལ་ཆབ། ཀོང་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་བཅས་ཆེད་བཅར་ཁྱེས་འདུག་ཁྱི་བྱང་རིན་
 པོ་ཆེའི་རང་རྣམ་ན་གསལ།

ཞབས་གཞོན་གྱི་མཆོན་དོན། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་སྒྲུབ་པའི་ལྷ་རྣམས་ཞབས་ལོག་ཏུ་མཐོན་པའི་མཆོན་
དོན་ནི། དེ་དག་ཟིན་གྱིས་གཞོན་པར་མཆོན་ནོ། །ཐེའི་འདོད་འཛོལ་ས། འདིའི་ཞབས་གྱིས་གང་
མཐོན་པ་ནི། དེ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཞིང་དེ་ལས་མི་འདའ་བ་བཞེན་དུ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་འགྲོ་བ་
རྣམས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། དེ་རྣམས་སྟོང་ཉིད་ལས་མི་འདའ་བའོ། །ཞེས་གསུངས།

ཞབས་འབྲིང་། ཞབས་བྱིའམ་གཡོག་པོའི་མིང་། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། ཞབས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བས་ན་དེ་སྐད་
ཅས་བྱ་སྟེ། འབྲང་། འབྲེང་། འབྲིང་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་
ཆོམས་གྱི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་༼ ཏུ ༡༧༥ བ་༽ལས། རྗེས་སུ་འབྲང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བྱིས་འབྲང་ཞེས་བའང་དེ་འདྲའོ། །

ཞབས་ལྷུ་མ་བ། ལུས་པའི་སྤྲང་པ་ཏུ་སྔོང་བ་ལ་ཞབས་ལྷུ་མ་བ་ཟེས། ཞབས་ལྷུ་མ་ཞེས་པའི་ཞབས་
ནི་མཐེལ་ལ་མི་གོ་བར་སྤྲང་ལ་གོ་དགོས།

ཞབས་སུ་ལྡན་པ། རིགས་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཞར་བ། མིག་ཡ་གཅིག་ལ་སྒྲོན་ཤོར་བ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཞར་པའི་གོ་དོན་ལ། མིག་
པོང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། འཛིག་རྟེན་ན་མིག་ཡ་གཅིག་ལ་སྒྲོན་ཤོར་བ་
ལ་ཞར་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲོན་ཤོར་བ་ལ་པོང་བ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་
སུའང་དེ་ལྟར་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། ཞར་
བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ཡ་གཅིག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

ཞལ། 1 ཁའི་ཞེས་ས། 2 གདོང་གི་ཞེས། 3 མིང་འགའ་ཞིག་གི་སྟོན་དུ་སྦྱར་ན་ཞེ་ཆོག་ཏུ་སྦྱབ་བྱེད་
གྱི་ཆོག་གྲོགས་ཤིག་དཔེར་ན་དཀར་ཡོལ་ལ་ཞལ་དཀར་ཟེར་བ་དང་། ར་ཆང་སོགས་བུར་
བའི་རིགས་ལ་ཞལ་སྐྱེམས་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཞལ་སྐྱེམ། ཞལ་སྐྱེམས་དང་འབྲ།

ཞལ་སྐྱེམས། ར་ཆང་སོགས་བུར་བའི་རིགས་ཀྱི་ཞེས། ཞལ་སྐྱེམ་ཞེས་བྲིས་བའང་ཡོད།

ཞལ་བྲིས། ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ་གདོང་དོ། །

ཞལ་གྱི་བུམ་བཟང་། ཞལ་བུམ་པ་བཟང་པོའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེས་མཛད་
པའི་རྗེའི་གསར་བའི་རྣམ་ཐར་ལས། རོ་མཆར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་གཏམ། མགོན་ཚྭ་ཞལ་གྱི་
བུམ་བཟང་ལས། །དགེས་བཞེན་སྦུལ་བའི་བདུན་ཅིའི་རྒྱུ། །བདག་སྒོ་དད་པའི་སྦྲིམ་པ་
ཡིས། །གཅེས་པར་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །སྐལ་བཟང་དད་པ་བརྟན་པོ་ཅན། །ཐེག་པ་མཆོག་
གི་བཤེས་གཉེན་ལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

ཞལ་གངས། གངས་ཀའི་ཞེས། དགེ་འདུན་ཞལ་གངས་རི་ཡོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཞལ་སྒྲ། ༡ རྒྱ་མའི་མཆོན་གྱི་མཐར་སྦྲུང་ན། སྦྲ་དངོས། ཁོང་། ཁོང་སྦྲ་རོ་མ་ཞེས་པའི་ཞེས་འི་ཆོག་
ཏུ་འགྱུར་བའི་ཆེ་བསྟོད་ཀྱི་ཆོག་ཅིག་སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྦྲུབ་ཀྱི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱིས་མཛད་ཅེས་པ་
ལྟ་བུ། ༢ རྒྱང་། སྦྲ་སྒྲ། མིག་སྒྲ།

ཞལ་སྒྲ་ནས། ༡ རྒྱ་མའི་མཆོན་གྱི་མཐར་སྦྲུང་ན། སྦྲ་དངོས། ཁོང་། ཁོང་སྦྲ་རོ་མ་ཞེས་པའི་ཞེས་འི་
ཆོག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཆེ་བསྟོད་ཀྱི་ཆོག་ཅིག་དཔེར་ན་རྒྱ་མའི་མཆོན་རིན་ཆེན་དོན་རྩེ་ཡིན་ན།
མཆོན་གྱི་ཀོང་དུ་བྱུང་པར་གྱི་ཆོག་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་དང་། མཐར་ཞལ་སྒྲ་ཞེས་པ་སྦྲུང་བ་རྗེ་
བཙུན་དམ་པ་རིན་ཆེན་དོན་རྩེའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྗེའི་གསུང་ལྟར་རྟོ། །མཁས་
གྲུབ་ཆོས་རྗེས་མཛད་པའི་རྗེའི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་འབྲུག་དོགས་སུ། ཁོང་ཞེས་པའི་དོན་ལ་
བེད་སྟོད་མང་ཤོས་གནང་ཡོད། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་འབྲུག་དོགས་ལས། དེ་ནས་སྟོན་སྦྱོང་
ཤོད་དུ་ཐེབས། རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱང་དབུས་སུ་ཆོས་བར་ལ་ཐེབས་
པས་དཔོན་སྟོབ་གཉིས་ཀས་པོ་ཏ་ལར་བཞུགས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་བསྟོབ་མང་དུ་
མཛད་ཅིང་། ཞེས་དང་། རྒྱ་མ་རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་མངའ་རིས་ནས་
བྱོན། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། ། ༢ ཁོང་གི་གསུང་ལས། ཁོང་གི་ཞལ་ལས། ཁོང་སྦྲ་
རོ་མའི་ཞལ་ལས་ཞེས་པའི་དོན། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དད་པའི་འབྲུག་དོགས་ལས། རྗེའི་ཞལ་སྒྲ་
ནས། ད་དུང་ལན་མང་དུ་བུས་ན་དགའ་རབ་ཡོང་བ་ཨ་ཡིན་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྟོ། ༣ རྒྱང་ནས། སྦྲ་མདུན་ནས།

ཞལ་སྤྱན་སྤྱི། ཁོང་གི། ཁོང་སྐྱོང་མཁའ། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་དོགས་ལས། རྒྱལ་བ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁུན་བཅ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུ་བརྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ། སྤྲེགས་
མའི་དུས་འདྲིང་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་ལ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་མཚུངས་པ། སྤྱི་དགུ་མ་ལུས་པའི་
གཉེན་གཅིག་བུ། ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱི་ཞལ་སྤྱན་སྤྱི་རྣམ་
པར་ཐར་པ་ཡོངས་སུ་བཛོད་པའི་གཏམ་དུ་བྱ་བ་དང་པའི་འཇུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི།

ཞལ་སྤྱན་སྤྱིས། ཁོང་གིས། ཁོ་རང་གིས། ཁོང་སྐྱོང་མས། རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་ལས། རྗེ་བཙུན་
དམ་པ་རེད་མདའ་བའི་ཞལ་སྤྱན་སྤྱིས་ཁོང་རང་གིས་མཛོད་པའི་རྣམ་འབྲེལ་རྒྱན་གྱི་
འབྲེལ་བ་ཤད་ཆེན་མོ་གསུང་བ་རྗེ་འདིས་གསན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཞལ་སྤྱན་སྤྱི། ཁོང་ལ། ཁོང་ལས། ཁོང་ནས། ཁོང་གི་བྱང་ལྷན་ཞེས་པའི་དོན། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་
པའི་འཇུག་དོགས་ལས། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་འདིས་སྒྲ་མ་རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་པའི་ཞལ་སྤྱན་སྤྱི།
རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་ཆར་གཅིག་གསན། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཞལ་ལྷེ། ཁྱིམ་ས་དང་ཆད་ལས། ལྷེ་གཙོད་ཡང་ཟེར། ཞལ་ལྷེ་གཙོད་པའམ་ཞལ་ལྷེ་བཅད་པ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། སྤྱི་བཤད་དམ་ལོ་རྒྱས་ནི། སྤོན་རྒྱ་གར་དུ་བྲམ་ཟེད་བྲུག་པ་ཅན་གྱིས་ཁྱིམ་བདག་གི་
སྤང་གཡང་ནས་གཏོད་དུ་ཕྱིན་པས་སྤང་ཁྱིམ་བདག་གི་ར་བར་བཏང་སྟེ་ཅི་ཡང་མ་སྤྱིས་པར་
ལོག། ཁྱིམ་བདག་གིས་སྤང་བསྐྱུལ་བྱུང་བ་མཐོང་ཡང་མ་བཏགས་པར་བཞག་པས་སྤང་
ལུགས་ཀྱི་སྤོན་སྤོན་ཐོན་ཏེ་སྤོར་བ་སྤང་པོ་མེ་ལུང་གཏོང་ལ་ཁྱེས་པས་བྲམ་ཟེས་སྤང་བཏང་
ཡོད་དོ་ཞེས་མ་སྤྱིས་པས་ལྷེ་ཆོད། ཁྱིམ་བདག་གིས་མཐོང་ཡང་མ་བཏགས་པས་ལག་པ་
བྲེགས་ཞེས་ཞལ་ལྷེ་བཅད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷེ་གཙོད་དམ་ཞལ་ལྷེ་གཙོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྤྱད་
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྤྲེགས་བམ་སྟོད་ཆ་༡༩༣ལ་གཞི་བྱས་
ཏེ་བཀོད།

ཞལ་ལྷེ་གཙོད་པ། ཁྱིམ་ས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པའི་དོན། སྤྱི་བཤད་ཞལ་ལྷེ་ལ་གཟིགས།

ཞལ་ལྟེ་བཅད་པ། ཆད་ལས་བཅད་པའམ་གཏན་འཁེབས་བྱེད་པའམ་ཁྲིམས་བཅས་པའི་དོན།
ཞལ་ཏ། 1 ཁ་ཏ། བཀའ་སློབ། ལས་སྟོན། སློབ་སྟོན། རྒྱལ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོད་ཅེར་མེབས་དུས་
ཞལ་ཏ་མཛད་པ་བཞིན། གཅད་དགོན་གྱི་གྲ་ཆད་བཅུགས་ལྟ་བུ། 2 ལས། དག་འདུན་གྱི་
ལས་བྱེད་པར་ཞལ་ཏ་བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ།
ཞལ་ཏ་བ། (འདུལ་བ) དག་འདུན་གྱི་ལས་བྱེད།
ཞལ་ཏ་བྱེད་པ། (འདུལ་བ) ལས་ཀ་བྱེད་པ། ལས་བྱེད་པ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། ཞལ་
ཏ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལས་བྱེད་པའོ། ཞེས་གསུས་པ་ལྟར་ཤོ། །
ཞལ་དུ་འདུ་བའི་སྟོ། (འདུལ་བ) ཞལ་དུ་བཞེས་རྒྱུའི་བཟའ་བརྒྱུ་གི་རིགས།
ཞལ་འདྲིས། འདྲིས་པའི་ཞེས། རོ་ཞེས་པ། འགྲོགས་འདྲིས། འདྲིས་སྤོང་ཡོད་པ། ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་
བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ལྔ་ལས། རྒྱབ་ཅིག་མི་ལམ་ན་སྤར་རི་བོ་དག་ལྟ་བུ་བཞུགས་དུས་
ཞལ་འདྲིས་ཡོད་པའི་དག་སྤོང་ཆོས་མཐུན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བྱུང་ནས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
ཞལ་ཤོ། ཁ་ཤིའི་ཞེས། ཞལ་ཤོ་ཡང་མཛད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ཁ་ཤོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
ཞལ་འཕངས། གཞན་དུ་ཡོད་རྩལ་པ། ཁ་འཕངས་པ། ཞལ་འཕངས་པ། ཞལ་འཕངས་མཛད་པ་
རྣམས་དོན་གཅིག་
ཞལ་སྒྲངས། ཁས་སྒྲངས་ཀྱི་ཞེས། དུ་ཀྱ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༡༡༥ལས། ཐལ་འགྲུར་
གསུམ་ཅམ་ནས་ཞལ་སྒྲངས་ཤོད། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
ཞལ་མི་གཉིས་པ། གཉིས་སུ་མེད་པ། རོ་བོ་དབྱེར་མ་མཆིས་པ།
ཞལ་ཅེད། ཅེད་མོ། སྤྱི་ཅེད།
ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྟ་བུ། མངར་སྦྱར་ལ་སོགས་པའི་རོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་དང་ལྟན་པའི་ཁ་ཟས་ལ་
ཟེར། ཞིབ་པར་རོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
ཞལ་གཟིགས། 1 ལྟ་དང་སྒྲ་མ་སོགས་ཀྱི་ཞལ་མཐོང་བ། གཞོན་རུའི་དུས་ནས་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་ཡི་
ཞལ་གཟིགས་ལྟ་བུ། 2 རྒྱ་མ་དང་ལྟག་པའི་ལྟས་ཞལ་དངོས་སུ་བསྟན་པ།

ཞལ་ལུང་། 1 འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་དང་། རྩེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ལུང་ཡང་ཟེར། དེ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་སེང་གི་བཟང་པོའི་སྒྲོབ་མ་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་འཇམ་དཔལ་གྱི་གསུང་ལ་ཟེན་གྱིས་སུ་མཛད་དེ་སྦྲར་བའི་གཞུང་ཞིག་སྟེ། རྩེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རིམ་ལྗེ་གསལ་སྒྲོན་སོགས་གསང་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་མང་པོར་ཞལ་ལུང་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལ་གོ་དགོས། འདི་འཇམ་དཔལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གསལ་ཤིག་ཡིན། 2 ཞལ་ལས་བྱུང་བའི་མན་ངག་གསལ་གསུང་རྒྱན། 3 ཁེངས་སྦྲུང་བའི་ཆོག་སྟེ། ལྷ་མ་སོགས་ཀྱི་ཞལ་ལས་བྱུང་བ་བཞིན་བཀོད་ཀྱི་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན། ཀུན་བཟང་ལྷ་མའི་ཞལ་ལུང་། མཁས་པའི་ཞལ་ལུང་ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ།

ཞལ་ཤེས། ལྷ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་པའི་དཀའ་གནད་དང་གསང་བ་དམ་པོ་བྱེད་དགོས་པའི་རིགས་ཀྱི་མན་ངག་

ཞལ་ཤོག། བརྩན་གྱི་ཞེས། ཤོབ་ནི་བརྩན་གྱི་མིང་དུ་ལི་གྲར་གསུང་ངོ་།

ཞལ་བ་བྱས། རོ་བ་བྱས། འདྲ་བ་བྱས། བ་བྱས་པ། རོ་བ་བྱས་བྱས་པ།

ཞེ་སྒྲོ་གཉིས་པ་མེད་པ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། ཞེ་བ་ནི་ཐར་པ། སྒྲོ་ནི་རྒྱལ་ཐབས། གཉིས་པ་མེད་པ་ནི་གཅིག་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ལྷ་མེད་པའི་ཐབས་སམ་རྒྱ་གཅིག་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འདི་དང་ནམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་བཤད་བ་གཉིས་མི་འགལ་བ་ནི། དེ་གསུམ་གའང་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཅིག་གི་ནང་དུ་འདུས་པས་སོ། །

ཞེ་བྲག་ཞེ་བ་དང་བྲག་པོ།

ཞེ་གནས། <ཤ་མ་སྤ> སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། སྤ་སྦྱོར་བམ་གཉིས་ལས། ཤམ་སྤ་ཞེས་བྱ་བ་ཤམ་བཞིན་ཤམ་སྤ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཤམ་ནི་ཞི་བ་དང་། སྤ་ནི་གནས་པ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གྱིས་སེམས་གཡེང་བ་ཞི་བར་བྱས་ནས་བསམ་གཏན་གང་སྒྲོམ་པ་དེ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་ཁྱེལ་པའི་མིང་ཡིན་པས་ན་ཞེ་གནས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ཀ་ལ་ལ་ཤི་ལའི་སྒྲོམ་རིམ་བར་བ་ལས། དེ་ལ་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་ཞེ་གནས་

བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་གཤེད་བཞིན་སྐྱབ་པ་ལ་རྒྱུ་
 ཏུ་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་ལ་དགའ་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཉིད་ལ་
 གནས་པ་ནི་ཞི་གནས་ཞེས་བྱའོ། །ཞི་གནས་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ཆེ་དེ་ཁོན་ལ་རྣམ་པར་
 དབྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་སྤྱན་ལས་ཇི་སྐད་དུ།
 ཞི་གནས་ནི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ལྷག་མཐོང་ནི་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱོད་པ་ཞི། སེམས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་རྒྱུག་པ་ཞི་
 གན་ནང་དུ་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པས་ན་ཞི་གནས་ཞེས་བྱའོ། །ཞི་གནས་ནི་
 དབྱད་འཛོག་གི་སྒྲོམ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་འཛོག་སྒྲོམ་ཡིན། ཡང་ན། ཁྱོ་ཆགས་སོགས་ཞིན་ས་
 སེམས་ཞི་བར་གནས་པས་ན་ཞི་གནས་ཞེས་འགྲེལ་ཡང་འཐད་པར་སེམས་སོ། །ཕྱི་རྒྱལ་བ་
 ཆོས། ཞི་གནས་ལ་ལེགས་སྦྱར་དུ་shamatha ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་སུ་སྟོགས་པར་བྱེད་མོད།
 འོན་ཀྱང་དབྱད་པར་བྱ་བ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར། སྤྱོད་པ་བཅ་གཉིས་ལས།
 འཕམ་སྤྱོད་ཞེས་པ་ཞི་གནས་ཀྱི་སྐྱད་དོད་དུ་གསུངས་ལ། དེ་སྟོག་པའི་ཆེ་ shamatha ཞེས་ས་སྤྱོད་
 ཞིག་ཐོན་པར་བསྐྱབ་དགོས། དཔེར་ན་གནས་སམ་ཡུལ་ལ་སྤྱན་དང་། བ་ཀི་སྤྱན་ཟེར་བ་ལྟ་
 བུའོ། །shamatha ཞེས་པ་སྤྱོད་པའི་སྐྱད་ཡིན་པས་ས་སྤྱོད་ཉམས་པར་སེམས་སོ། །མཁས་གྲུབ་
 ཆོས་རྗེ་འོད་ཀྱིས་བ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་གཏམ་དུ་བྱ་བ་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་
 མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་གསུང་ཐོར་བུའི་༢༢བཤམས། ཉེས་པ་ལྟ་སྟོང་འདུ་བྱེད་ཡན་ལག་
 བརྒྱད། །ལེགས་པར་བསྟེན་པའི་རྩལ་ལ་མི་མཁས་པར། །ཏར་སྒྲོམ་བྱིང་བ་ཉེངས་པའི་རྟོག་
 མེད་ལ། །སྒྲོམ་དུ་འཁྱུལ་པ་ཞི་གནས་གཟུགས་བརྟན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཞི་གནས་
 བསྐྱབ་ཚུལ་མ་འདྲུགས་པར་བྱའོ། །

ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ། འདོད་པ་རྒྱུད་པ། ཆོག་ཤེས་པ། བྱ་བ་མང་
 བོ་སྤངས་པ། རྩལ་ཁྲིམས་ཡོངས་སུ་དག་པ། འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་རྟོག་ཡོངས་སུ་
 སྤངས་པ་དང་བྱུག་གོ།

སྒྲིག་ བྱུང་	ཐོག་ པའི་ སྒྲིག་	པམ་མ་ པའི་ སྒྲིག་	བྱུང་པའི་སྒྲིག་	ཤེས་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་	བཙུན་འགྲུལ་གྱི་ སྒྲིག་	ཡོང་མ་ འདིམ་གྱི་ སྒྲིག་
ཡིད་ ཁྱེད་ བཞི	ཐོག་སྒྲིག་ འཕྲུག་ པ		ཆད་ཅིང་ འཕྲུག་ པ		ཆད་ མེད་ཏུ་ འཕྲུག་ པ	ཆོལ་མེད་ ཏུ་འཕྲུག་ པ

ཞིག་ནས་གསོ་སྦྱོང་། (འདུལ་བ) གསོ་སྦྱོང་གི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། ཞིག་ནས་བསྐྱོམ་པའོ། །
 ཞིབ་མྱ། རྒྱལ་སྤྱུལ་ཆེན་པོ་ཞིབ་མྱ་ནི། དུས་རབས་བདུན་པའི་མཐུག་དང་བརྒྱུད་པའི་འགོ་སྟོང་
 ཅམ་དུ་བྱོན་པར་ཆོད་དཔག་བྱེད། འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། རོ་མཆར་ཅན་གྱི་གཏམ་བདུན་ཞེས་
 གྲགས་ཏེ། ལྷག་པའི་ལྷ་མཉེས་ལྷ་ལེན་བཞི། །བཀོད་པ་ལུན་ཆོགས་ཆོད་པ་བརྫོག་། །ཡ་མཆན་
 ཅན་དང་སྤྱང་པོ་དང་། །རྒྱལ་པོ་སྤྱེགས་ཅན་བཏུལ་པའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ལྷ་ཕྱོགས་སུ་ཡུལ་
 འཁོར་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བར་རྒྱལ་པོ་དགེ་བའི་གོ་ཆ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱུལ་ཞིབ་པོ་ཆ་ཞེས་བྱ་
 བར་བལྟམས་ནས་གཞོན་ཏུ་འི་ཆེ་རིག་པ་མང་པོ་བསྐྱབས་ཤིང་། ཁྱད་པར་དུ་ཀྱུ་སྤྱེ་ཞིག་
 ལ་འཛམ་དབའ་རྒྱུན་པོའི་སྤྱུལ་ཐབས་ཤིག་ཞུས་ཏེ་བསྐྱབས་པས་ཞལ་མཐོང་ངོ་། །རེ་ཤིག་ན་
 ཡབ་འདས་ཏེ། བར་པར་རྒྱལ་པོར་དབང་བསྐྱར་བའི་དོན་ལྟ་བུ་མི་ལམ་ན། སང་རང་ཉིད་སྟོང་
 པར་འགྱུར་བའི་ཁྱི་དེ་ལ་ཐེ་བཙུན་བཞུགས་ནས། བྱ་གཅིག་འདི་ནི་ང་ཡི་སྟན་ཡིན་ཏེ། །ང་ནི་
 ཁྱོད་ཀྱི་དགེ་འདེབས་གཉེན་ཡིན། །ང་དང་ཁྱོད་གཉིས་སྟན་གཅིག་ལ་འདུག་པ། །འདི་ནི་
 རྣམ་པ་ཀྱུན་ཏུ་རིགས་མ་ཡིན། ཞེས་གསུང་བ་མིས་པས་སང་པ་དང་རྒྱལ་པོ་སྤྱེད་བཟུང་མི་
 བཏུབ་པར་ཤེས་ཏེ། ཐོས་ནས་ལྷ་ལེན་དར་བ་རྒྱུ་ལྷ་བརྒྱུ་མཆོག་རྒྱལ་པའི་ལྷ་ལས་རབ་
 ཏུ་བྱུང་སྟེ། མཆན་ཞིབ་པའི་ལྷ་ཞེས་བཏགས་ཏེ། བར་གི་ཀྱུན་སྟོང་འཕགས་པ་ལ་ཆོས་གསན་
 ཅིང་དེ་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ཐབས་མོ་ཆོས་པར་མཛད་ཀྱང་། ཕྱིའི་སྟོང་

ལམ་ཟ་ཉལ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གྱིས་མ་རིག་པས། ལྷ་སྲ་ཀྱ་འདུ་ཤེས་གསུམ་པ་
ཞེས་གྲགས་ཤིང་། གཞན་རྣམས་གྱིས་ཐུའི་སྤྱོད་པ་ལ་དཔགས་ནས། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་བྱ་བ་
འཁོར་ལོ་གསུམ་ཡིན་པ་ལ། འདི་གང་དང་ཡང་མི་ལྡན་པར་དད་པས་བྱིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་
པར་མི་རུང་བས་བསྐྱད་པར་བྱ། དེའང་མདོ་འདོན་རེས་བྱས་པས་རང་བྱུང་ལ་འགྲོའི་སྒྲིམ་དུ་
བསམས་ནས། དེ་ལ་མདོ་འདོན་པར་བསྒྲོ་བས་མི་རུས་ཟེར་བ་དང་། མཁན་པོ་ལ་ཞུས་པས།
ཁྱེད་ཉིད་གྱིས་སྒྲོས་ཤིག་གསུངས་ནས་བསྒྲོས་པས། འདོན་པར་ཁས་ལྡངས་བ་དང་། ཁ་ཅིག་
ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་སྒྲིམ་ཞིང་ཐེ་ཆོས་དུ་གྱུར་བཞིན་དུ་ཉམས་སྙད་པའི་བྱིར། སྤྱེ་བོ་མང་པོའི་
དབུས་སུ་ཁྱི་མཐོན་པོ་བཤམས་སོ། །དེ་ནས་རི་ལྷར་སོང་མི་མཛོན་པར་བྱག་གིས་མནན་
ནས། སྤྱོད་དུ་བྱོན་པས་སལ་ཆེར་ཡིད་གཉིས་སུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་སྤར་གྲགས་པ་གཏོན་ནས།
མ་གྲགས་པ་གཏོན་གསུངས་པས། མ་གྲགས་པ་གཏོན་པར་ཞུས་པས། བསྐྱབ་བརྟུས་ནི་
མངས། མདོ་ཀྱན་ལས་བརྟུས་ནི་ཉུངས་པས། ཆོག་བཟུས་ལ་དོན་རྒྱས་པ། བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞལ་ཏོན་དུ་མཛད་ཅིང་། ཤེར་ལེའི། གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་
མེད་དག །ཅེས་པ་ནས། ལྷ་མ་མཁའ་ལ་རྩེ་མཐོ་རྩེ་མཐོར་སོང་ནས། མཐར་སྐྱུ་མི་སྤྱང་བར་
གསུང་གྲག་པའི་སྒྲོ་ནས་རྩོགས་པར་བཏོན་ཏེ་གཤེགས་སོ། །དེ་ནས་གཟུངས་ཐོབ་པ་རྣམས་
གྱིས་རི་ལྷར་ཟེན་པ་བཟུས་པས་ཕྱ་ལོ་ཀ་བརྟུན་བརྒྱ་དང་སྟོང་དང་སྟོང་ལྷག་ཏུ་གྱུར་པས་ཐེ་
ཆོས་ཟ་ཞིང་། བསྐྱབ་པ་ཀྱན་ལས་བརྟུས་པ་ཡང་། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བལྟ་བར་བྱ་ཞེས་པ་
དང་། ཡང་ན་རེ་ཞིག་མདོར་བསྐྱས་པ། །མདོ་རྣམས་ཀྱན་ལས་བརྟུས་པ་བཟླ། ཞེས་པའང་།
ངོ་མ་ཤེས་པ་ན། སྤྱོད་སྤྱོགས་མཆོད་རྟེན་དཔལ་ཡོན་ཅན་ན་བཞུགས་པར་སྒོས་ནས། དག་སྒོང་
གཉིས་སྒྱུན་འབྲེན་དུ་བཏང་བ་དང་མཇལ་ནས། དེ་དག་ཞུས་པས། བསྐྱབ་བརྟུས་དང་མདོ་
ཀྱན་ལས་བརྟུས་ཁོ་ཐོའི་བྱང་ཁང་གི་གདུང་གསལ་ན་བརྟེན་ཏའི་ཡི་གེ་སྤྱོད་མོས་གྲིས་པ་ཞིག་
ཡོད། སྤྱོད་འཇུག་ཕྱ་ལོ་ཀ་སྟོང་ཆང་བ་དེ་ཡིན། ཞེས་ལུང་བསྟན་ཏེ་དེ་དག་གི་བཤད་པ་དང་
སྐྱབ་པའི་ལུང་ཡང་གནང་ངོ། །དེ་ནས་ཤར་སྤོགས་སུ་བྱོན་ཏེ་ཆོད་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཞིག་གི་

འཐབ་ཆེ་མཛད་པས། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ཐམས་ཅད་འདུམས་པར་གྱུར་ཏེ་བདེ་བ་ལ་བཀོད་
 བོ། །ཡང་ཡུལ་མ་ག་རྒྱའི་རུབ་ཕྱོགས་ཏེ་ཅང་མི་རིང་བ་ཞིག་ན། ཡ་མཚན་གྱི་ལྷ་བ་འཛིན་བ་
 ལྷ་བ་བྱ་གནས་པའི་འཁོར་དུ་བསྐྱད་པ་དང་། དེ་ཞིག་ཡུལ་ངན་ཆེན་པོ་བྱུང་བས་བཟའ་བ་རུང་
 ཆེ་དེ། ཉམ་མོངས་པར་གྱུར་ནས་སུ་སྒྲོང་རུས་པ་དཔོན་དུ་བསྐློས་ཤིང་བསྐློ་བ་ཉན་པར་བྱས་
 པ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འབྲས་ཆན་སྤྱང་བཟེད་གང་ཆངས་ཏེ། ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་
 ཐམས་ཅད་ཆིམ་པར་མཛད་ནས། དེ་དག་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་ལས་བསྐློག་སྟེ། ཐུབ་པའི་
 བསྐྱན་པ་ལ་བཅུག་གོ། །དེ་ནས་རེ་ཞིག་སྤྱ་གེ་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ། སྤྱང་པོ་སྤྱང་ཅམ་ཞིག་བྱ་བ་ཆ་
 བས་ཉེན་ཏེ། །འཆི་ལ་ཁད་པ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འཆོ་བ་སྤྱར་ཞིང་ཆོས་བསྐྱན་ཏེ། བདེ་བ་ལ་
 བཀོད་བོ། །དེ་ནས་ཤར་ཕྱོགས་སུ། ཨ་རི་བེ་ཤ་ནའི་རྒྱལ་པོ་ལ་མ་ཅ་ལའི་གཞོན་པ་བྱ་བ།
 འཆོ་བ་མ་ཕྱིད་པ་ཁ་ཅིག་རྒྱལ་པོ་ལ་འཁྲིལ་ནས་ཁོ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ན་རྒྱལ་པོ་གསོད་པས།
 ཁོར་སྤྱིན་དགོས་པ་ཡོད་པས། བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་སྤྱ་སྤྱང་མཛད་པ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་ལ། རྩེ་བཅུན་
 གྱིས་བྱག་རྒྱར་བཅངས་པ་ཤིང་གི་རལ་གྱི་ཞིག་ལས་མེད་པས་བྲོགས་གྱིས་མཐོང་སྟེ། རྒྱལ་
 པོ་ལ་མི་འདི་སྤྱ་ཅན་ཞིག་སྟེ་ལག་ཆ་ལ་གཟིགས་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བས། རྒྱལ་པོ་ཁྲིས་ཏེ།
 ཁྲོད་ཀྱི་རལ་གྱི་བྱུང་ཞིག་ཅེས་སྤྲས་པས། ལྷ་ཉིད་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསོལ་བས།
 གཞོན་ཀྱང་རྒྱ་ཡིས། དེས་པར་བྱུང་ཞིག་ཟེར་བོ། །འོན་ཏེ་སྤྱི་སྤྱན་གཅིག་བཀའ་སྟེ་གཅིག་གིས་
 གཟིགས་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བས། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ། རལ་གྱི་བྱུང་བས་དེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་མ་
 བཟོད་དེ། མིག་གཅིག་ཞར་བ་དང་། བཟོད་པར་གསོལ་ཏེ་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ། ཆོས་ལ་བཅུད་
 བོ། །དེ་ནས་དཔལ་གྱི་རིའི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་ཏེ། ལྷ་རྩྭ་སྤེའི་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ་སྤྱང་པོའི་ཆ་བྱང་
 གཅེར་བྱ་འབྱུང་མ་པོ་བའི་ཆོགས་མས་འཆོ་བར་བྱེད་པ་ན། ཁ་ཏི་བེ་ཏེ་རའི་རྒྱལ་པོའི་བྲན་མོ་
 ཀ་ཅ་ལ་ཏས་འབྱུང་མ་པོ་བའི་རྩ་མོར་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་པོག་པས་ཁོ་ལ་བ་མཐོང་སྟེ། དེའི་ཆེ་སྤྱ་
 སྟེགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཤར་ར་དེ་བ་ཞེས་བྱ་བས། གནངས་ནམ་མཁའ་ལ་དབང་སྤྱག་ཆེན་པོའི་
 དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་བས། དེ་བ་ཞིག་མ་རུས་ན་ནང་པའི་ཆོས་ལྷ་ཉེན་བསྟེགས་ནས། ཕྱི་རོལ་

པའི་སྒྲོང་འཕྲུག་དགོས་སོ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོས་དགེ་འདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་
དོན་དེ་བསྟན་བས་སྤྲོས་ཀྱང་བཞིག་པར་ཁས་ལེན་མ་རུས་པས། རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་བ་དུ་སྤྲོ་བ་
ན། བླ་མོས་སྤྲོ་བ་མཛོང་བ་དེ་བཤད་པས། ཆོས་ཅིག་གསུངས་ནས། ཕྱོགས་ཀྱི་ཏུ་བཅའ་
བས་ཤིང་སྤོང་གཅིག་གི་དྲུང་ནས་རྟེན་དེ། དོན་དེ་ཞུས་པས། དས་རུས་ཀྱིས། །རྒྱ་བུས་བ་
གང་རས་ཡུག་གཉིས། མེ་རྒྱས་སྤྲོ་བོན་གྱིས་ཤིག་གསུངས་ནས། དེ་ལྟར་བས་སོ།། སང་
དགོང་ཀ་ཐིག་བཏབ་སྟེ་སོང་བས་ཐམས་ཅད་ཐེ་ཆོས་དུ་སྤྲོ་བ་ཏོ། །གནངས་སྤྲོ་བ་དེ་གིས་འཁོར་
བྱས་ཏེ་ཤར་སྒོ་ཅམ་ཟེན་པ་ན། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་ཉིང་དེ་འཛིན་མཛད་པས་འཕྲུབ་མ་ཆེན་པོ་
ལངས་ཏེ། མེག་མེད་པར་བྱེད་ཏེ་རྩ་དང་ཤིང་དང་མྱོང་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འབྲེལ་ལ་མ་
འབྲེལ་ལ་ཐུག་པར་ཐྲེག་ དེར་འཆོགས་པའི་མེ་རྒྱས་ཀྱང་བདས། སྤྲོ་བ་ཀྱི་སྟོན་བ་
ཡང་རྒྱས་པར་འཛོམ་། རྒྱུད་གིས་བདས་པའི་བྱེད་བཞིན་དུ། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱེད་ཞིང་
སྤྲོ་བ་ཆེན་པོར་སྤྲོ་བ་ཏོ། །དེ་ནས་སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་སྤྲོ་བ་མཆོས་ནས། འོད་བྱུང་ནས་རྒྱལ་པོ་
དང་བཅུན་མོ་ལ་ལམ་བསྟན་ཏེ་གོས་དང་བུལ་ཞིང་རྒྱལ་ཀྱིས་གཡོགས་པ་ལ་རྒྱས་བསྐྱེད་
ནས། དས་གསར་བ་གཡོགས་ཏེ་མེས་བསྐྱེད་ཏེ་བདེ་བར་བས་སོ། །དེ་ནས་སྤྲོ་བ་ཀྱི་སྤྲོ་
ཁང་རྒྱས་བ་ཤིག་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་བ་ལ་བཅུད་པས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཡང་སྤྲོ་
སྤྲོ་བ་པམ་པའི་ཡུལ་ཞེས་གྲགས་སོ། །སྒོ་བ་དཔོན་དེས་རང་ཉིད་སོ་སྤྲོ་བ་ཞེས་བཞེས་
ཀྱང་། སྒོ་བ་དཔོན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སྒོ་བོས་ཀྱིས་འཕགས་པར་བཤད་ཅིང་། ཅག་པོ་
བས་ཀྱང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་པད་མོ་ལ་སྤྱི་བོས་གཏུགས་པར་བཤད་པའི་སྒོ་བ་
དཔོན་དེས། རྒྱས་པར་སྟོན་བ་བསྐྱེད་བཏུས། བསྐྱེད་ཏེ་སྟོན་བ་མདོ་ཀྱན་ལས་བཏུས། དོན་
རྒྱས་ལ་ཆོག་བསྐྱེད་པ་སྤྱོད་འཕྲུག་དང་གསུམ་མཛད་དོ། །སྤྱོད་འཕྲུག་ལ་རྒྱ་གར་ན་འབྲེལ་
པ་བརྒྱ་རྩ་ཡོད་པར་གྲགས་ཀྱང་། བོད་དུ་འབྱུང་བ་བརྒྱད་ཅམ་ཡོད་དོ། །

ཞི་བའི་རྫོང་། ཁོ་ཐའི་རྫོང་། ཐུག་ཕྱོགས་ཏེ། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྫོང་འཛིན་པ་

ཞི་བའི་དོན་ཆེན་ལ། ཕྱི་ལོ་༡༩༤༧་ལྷོ་ལོ་༢༡་ཉིན་མེ་ཤིང་ཀོན་དུ་ཆོགས་པའི་ཨ་འའི་གྲོས་ཆོགས་

ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཆོག་པ་འདྲའི་ཐོག་ཡོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཏུ་ལའི་བླ་མ་སྤྱི་ཐེང་
བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་ནས་བོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཞི་བའི་དོན་ཆོན་ལུ་
འཛིན་གནང་མཛད་པ་གཤམ་གསལ། ༡ བོད་ས་ཡོངས་རྫོགས་ཞི་བདེའི་བསྐྱེ་གནས་ཤིག་ཏུ་
བསྐྱར་རྒྱ། ༢ རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གསོན་གནས་ལ་གཞི་བའི་རྒྱ་མི་བོད་ནང་
གནས་ སྤོ་བྱ་རྒྱའི་སྤྱི་དུས་དོར་དགོས། ༣ བོད་མིའི་གཞི་རྒྱའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་།
མང་གཙོའི་མདུན་ལམ་ལ་སྤང་བཅི་དགོས་རྒྱ། ༤ བོད་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག་ལ་སྤང་སྤྱོད་དང་ཉམས་
གསོ་དགོས་རྒྱ་མ་ཟད། བོད་དུ་དུལ་ཕན་མཆོན་ཆ་བཟོ་སྐྱོན་དང་དེའི་སྤྱི་གསུང་རོ་སྤྱོད་
བསྐྱངས་བྱ་རྒྱ་མཆོམས་འཛིན་དགོས། ༥ བོད་ཀྱི་མ་འོངས་གནས་སྤངས་དང་བོད་རྒྱའི་
འབྲེལ་བའི་ཐོག་གོས་མོལ་ནན་གཟབ་ཅིག་གང་སྤྱར་འགོ་འཛུགས་དགོས་པ་བཅས་སོ།

ཞི་བྱེད། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་འགོར་བ་དམ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྤོད་བཏོད་པའི་
ཤེར་བྱིན་ཉམས་ལེན་གྱིས་སྤྱི་ཞིའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལམ་སྤྱོན་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱེད་པའི་བོད་
ཀྱི་ཆོས་ལུགས་བྱུ་བ་མཐའ་ཞིག་སྤྱི་བཤད་ནི། ཆོས་འདིས་ཆེ་རབས་སྤྱི་མའི་ལས་དབང་གིས་
ཆེ་འདིར་ལུས་དམན་པར་གྱུར་བ་དང་། ཉན་བྱ་ཅན་དང་། དབུལ་པོངས་དང་། མི་མ་ཡིན་
བས་གཅེས་པ་དག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས་འབྲེལ་དུ་ཞི་བར་བྱེད་ནས་རྣལ་འབྱོར་ལ་སྤྱོད་
བར་བྱེད་བས་དམ་ཆོས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བྱེད་ཅེས་མིང་དུ་ཐོགས་སོ། ཞི་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་པོར་
གྱུར་བ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལུས་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེལ་གསུམ་གྱི་དོན་མ་ལུས་པ་
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་མན་ངག་ཀྱན་ལ་མ་གྲགས་པའི་བྱེད་ཆོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་
པའི་ལམ་གྱི་རིམ་བཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཙོད་ཀྱི་གདམས་བའང་ཞི་བྱེད་པའི་ཆོས་
ཆོན་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་དོ།

ཞི་མི། ལྷུ་བྱ། རྒྱུ་ལ། ལི་ལི་སོགས་ཟེར།

ཞི་འཛོ་ཡབ་སྤྱས། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ་དང་། དེའི་སློབ་མ་སློབ་དཔོན་ཀླ་མ་ལ་སྤྱི་ལ་གཉིས་ལ་
ཟེར། སློབ་དཔོན་འདི་གཉིས་ཀ་བོད་ལ་བཀའ་འཛིན་ཏུ་ཅང་ཆེ། གཉིས་ཀ་བོད་ལ་ཐེབས་ནས་

མཐར་དེར་སྐྱ་གཤེགས་སོ། །ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་བར་གཞན་དུ་གཟིགས།
ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཔེར་ན་མཚན་མོ་ལོགས་རིས་བལྟ་
བའི་དོན་དུ་མར་མེ་སྐར་བ་ན་མར་མེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་དང་། རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་བ་གཉིས་དང་
ལྷན་ན་གིས་སྐྱ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་མཐོང་ལ། མར་མེ་མི་གསལ་བའོ། །གསལ་ཡང་
རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་ན་གཟུགས་རྣམས་གསལ་བར་མི་མཐོང་བ་བཞིན་དུ། ཟབ་མོའི་དོན་ལྟ་བ་
ལ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་དེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། སེམས་དམིགས་པ་
ལ་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གནས་པའི་མི་གཡོ་བ་གཉིས་དང་ལྷན་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་
བར་མཐོང་གི་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བར་གནས་པའི་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡོད་ཀྱང་
ཡིན་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་ན་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་རི་ཅམ་གོམས་ཀྱང་། ཡིན་ལུགས་
རྟོགས་པ་མི་སྲིད་ལ། བདག་མེད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་ལྟ་བ་ཡོད་ཀྱང་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་
གནས་པ་བརྟན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་མེད་ན། ཡིན་ལུགས་ཀྱི་དོན་གསལ་བར་མཐོང་བ་མི་སྲིད་
པའི་ཕྱིར། ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་དུ་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །དེ་ཡང་དོན་བསྐྱུ་ན། ལོགས་
རིས་ནི་སྤྱོད་པ་ཉིད། མར་མེའི་གསལ་ཆ་ནི་ལྷག་མཐོང་། རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་བ་ནི་ཞི་གནས་ཏེ།
ལོགས་རིས་ཀྱི་སྤྱོད་ཉིད་གསལ་བར་རྟོགས་པ་ལ། ལྷག་མཐོང་གི་མར་མེའི་གསལ་ཆ་དང་།
ཞི་གནས་ཀྱི་མི་གཡོ་བ་གཉིས་ཀ་དང་ལྷན་བ་དགོས་སོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །འདི་ཡང་
ལམ་རིམ་དུ་ཡུལ་སྤོང་ཉིད་ལ་སྐྱར་ནས་གསུངས་པ་གཞན་ལ་འད་སྐྱོར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །
ཞི་ལྷག་དུས་མཉམ་དུ་ཐོབ་ཚུལ། ལྷགས་ལུགས་ལ་ཞི་ལྷག་དུས་མཉམ་དུ་ཐོབ་ཚུལ་ནི། བསྐྱེད་རིམ་
རགས་པ་སྤོན་སོང་ནས། །རྟོགས་རིམ་རྒྱུད་སེམས་སྤྱད་སྟོབས་ཀྱིས། །དགའ་བཞི་ལུགས་
འབྱུང་ལྷན་སྐྱེས་བདེ། །ཐོག་མར་ཐོབ་དང་ཞི་གནས་དང་། །ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་སྐྱབས་དང་པོའི་མཐའ་གཙུག་ཀྱི་མཆན་
འབྲེལ་དུ་འད་དེའི་སྐོར་རྩར་ཅམ་གསལ།

ཞི་ལྷག་རྒྱུད་འབྲེལ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ལ་མ་བྱལ་བར་མཉམ་དུ་འབྲུག་པ། སྐྱ་བཤེད་

ནི། ཞི་ལྷག་གཉིས་མཉམ་དུ་འབྲུག་པས་ན་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་ཏེ། དེ་ཡང་ཟུང་ནི་གཉིས་ཀྱི་
དོན་དང་། འབྲེལ་བ་ནི་ཁ་ཡར་དུ་མ་སོང་བའམ་མཉམ་དུ་འབྲུག་པའི་དོན་ནོ། །

ཞིག (བརྗེས་) ཆིག་ཆིག་གི་ཆོད་དུ་འབྲུག་པ་དང་། སྐུལ་ཆིག་ལ་འབྲུག་པའི་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་
ཞིག ། ཆིག་ཆིག་གི་ཆོད་དུ་འབྲུག་པའི་ “ཞིག” སྐྱ་ནི། གངས་ཀྱི་གཅིག་དང་མ་ཞོར་བར་བྱེད་
དགོས། ཆོར་བས་དུ་མ་ “ཞིག” མི་མང་པོ་ “ཞིག” ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 2 སྐུལ་ཆིག་ལ་འབྲུག་པ།
ཡིད་ལ་ཟུང་ “ཞིག” ཅེས་བ་ལྟ་བུ། སྐྱོར་ཚུལ་ནི། ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་ལས། ང་ན་
མ། །འདྲང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་ཞེན་ཞིག །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །
ཞིག་ཀ དེ་ཀ འདི་ཀ དེ་རང་། ལུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་རྣམ་ཐར་ལས། ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་སྡེ་རིས་
སུ་བཅད་ནས་སྟོད་པ་འདི་འདིགས་སུ་བྱང་། དཔུལ་བ་ཟེར་བ་ཞིག་ཀ་ལས་གཞན་ཏེ་མི་མཆི་
སྟེ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །

ཞིང་། (བརྗེས་) འདི་ལ་མཁས་པ་ཆོས་ཐ་སྟོན་འདྲ་མིན་བཏགས་པ་དང་འབྲེལ་བཤད་འདྲ་མིན་ཞིག་
བྱེད་བྱང་། གཙོ་པོར་དོན་གསུམ་ལ་འབྲུག་སྟེ། 1 དང་སྐྱ་དང་མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཞིག དཔེར་ན་
ཡང་ཞིང་གཡོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 གྱིན། གིན། ཀིན། བཞིན། ལས་སོགས་དང་འབྲུག་པ་
མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཞིག དཔེར་ན། འཁྱོར་ “ཞིང” འཁྱོ་ལྟ་བུ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 3 ལས། ཏེ་དེ་སྟེ་
རྣམས་དང་འབྲུག་པ་མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཞིག དཔེར་ན་རྩེ་གྱང་ཐང་པས། གཟུར་གཞན་རིག་
པར་ལྟན་པ་དེས། །གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལེན་པར་བྱེད། །སྤང་སྤྱོང་གཅིང་མའི་དལ་འཁྱོ་
མ། །སྤྱང་སྤྱང་ཟེར་ “ཞིང” མེ་ཏོག་འཕྱ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྤྱང་སྤྱང་ཟེར་ “ནས” མེ་ཏོག་
འཕྱ། ཞེས་བ་འཕྱ། སྤྱང་སྤྱང་ཟེར་ “ཏེ” མེ་ཏོག་འཕྱ། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱོར་ཚུལ་ནི། ལྟོན་
དབང་ལས། ཆིག་སྤང་ཞིང་སོགས་ངན་མ། །འདྲང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་
ཞེན་ཞིག །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །སྐྱ་སྟོ་ལས་ཀྱང་། ཀྱང་ཡང་སོགས་དང་འབྲུག་པ་
མཐུན་པའི་བསྐྱ་བའི་དོན་ལ་འབྲུག་པ་ཡང་བཤད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། ཅིང་ལ་སོགས་པ་བསྐྱ་བ་
དང་། །མཚམས་སྐྱོར་དག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། ། འདིའི་བསྐྱ་བ་ཞེས་པ།

ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལག་པ་འདི་ནི་
འཇམ་ “ཞིང” མཉེན་ནོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིའི་བསྟུ་བ་དང་གོང་གི་གཞི་མ་ཐུན་པའི་
མཆའ་ས་སྟོར་གཉིས་ཟ་སྤྱད་སྟོར་ཚུལ་ཙམ་དོན་གཅིག་པར་སེམས་སོ། །⁴ དུལ་། དུལ་
ལུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་། དག་ཞིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཞིང་སྟེས། དུལ་ཉེར་བཞིན་བཞུགས་པའི་མཁའ་འགྲོའ་དང་དབེན་གསུམ་སྟུ་ལུས་ཅེ་རིགས་ལ་
དབང་བའི་གསང་སྟགས་ཀྱི་བྲག་རྒྱ་མཐམ་རྣལ་འབྱོར་མ། དེའི་ཡོན་ཏན་ནི། མཛེས་ཤིང་
ཡིད་དུ་འོང་བ། རོ་སྤྱད་རྒྱས་ཤིང་འདོམ་སྟག་པ། ལུ་འབྱར་རྒྱས་ཤིང་ལུ་བར་དོག་པ། ལུས་
ལས་བྱི་བཟང་པོ་འཕྲོ་བ། འཁྱུད་པ་དང་འོ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟུ་ཅལ་དུག་ཅ་ཅ་བཞི་ལ་
མཁས་པའི་བུད་མེད་དོ། །འདོད་དོན་སྤྱར་དུ་སྤྱབ་པའི་མི་ལ་པོ་ཉའི་བར་ཆེན་ཞེས་པ་ལྟར།
འདིས་ཀྱང་ལྷན་སྟེས་ཀྱི་བདེ་སྟོང་སྤྱར་དུ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་པོ་ཉ་ཞེས་བྲུའོ། །སྟེ་བཤད་ནི།
དུལ་ཉེར་བཞིའི་ཞིང་ལས་སྟེས་པའི་དཔའ་མོའི་རིགས་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྲུའོ། །

ཞིང་སྟོང་བརྒྱད། ཤིང་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཅེ་མོར། ཤར་དུ་སྤང་པོའི་གདོང་ཅན་དཀར་པོ། སྟོར་མ་
ཉེའི་གདོང་ཅན་སྟོན་པོ། ལུབ་དུ་སྤྱལ་གདོང་ཅན་དཀར་པོ། བྱང་དུ་མི་གདོང་ཅན་སེར་པོ།
བྱང་ཤར་དུ་སྤང་གདོང་ཅན་དཀར་པོ། ཤར་སྟོར་ར་སྟེས་གདོང་ཅན་དམར་པོ། ལྷོ་ལུབ་དུ་རོ་
ལངས་གདོང་ཅན་སྟོན་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་ཤ་བའི་གདོང་ཅན་དུད་ཁ་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །དེ་ཐམས་
ཅད་ཀྱང་དག་ཅིང་གཏུམ་ལ་རྩ་འབྲལ་ཆེ་བ། ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་པ། ཤིང་གསེབ་ནས་
ལུས་བྱེད་བྱིར་འཕྲོན་པ། གཡས་མོད་པ་ཁྲག་གིས་གང་བ་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་ཐམས་ཅད་
གཏོར་མ་བཟུང་ནས་བྲེལ་བའི་ཚུལ་དུ་གནས་པའོ། །

ཞིང་བཅུ་ཚང་བའི་དག་པོ། བསྐྱལ་བའི་ཞིང་བཅུའོ། །དཀོན་མཆོག་དབུ་འཕང་སྤང་བ། དགེ་འདུན་
ཀྱི་དཀོར་འཕྲོག་པ། ཐེག་ཆེན་སྟོང་ཅིང་སུན་འབྲེན་པ། ལྷ་མའི་སྟུ་ལ་བསྟོན་པ། དོན་མེད་སུན་
འབྲེན་པ། སྤྱབ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པ། བཅེ་བ་དང་སྤྱིང་རྩེ་གཏན་ནས་མེད་པ། དམ་ཆོག་སྟོན་
པ་དང་བྲལ་བ། ལས་འབྲས་ལ་ལོག་པར་ལྟ་བུ། དེ་དག་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཞིང་བཅུ་ཟེར། ཞེས་

སྒྲིང་རྟོལ་སྒྲ་མ་གསུང།

ཞིང་འདི་རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་གྱིས་ཞེས་སོགས། ཞིང་འདི་རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་གྱིས། །མཁས་པ་དག་གིས་ཡོངས་བཀའ་ལ། །དངོས་གྲུ་འདོད་པས་སྦྱིན་པའི་བྲིས། །ཉིན་རེར་ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་དབུལ། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་ལེའུ་བརྒྱད་པའི་ཆོག་ཡིན་པར་བཤད།

ཞིང་རྒང་མ། ཞིང་རྒྱ་ཁོད་སྟོམས་པོར་ཁྲབ་པའི་ཆེད་དུ་སའི་སྤང་རྒྱུད་ཀྱི་བཅད་འཐེན་པའི་མིང་། དག་ཡིག་ཀུན་བདུས་ཀྱི་དོན་མཆན་མཐོང་བ་ཀུན་ཤེས་སྒྲོགས་ལ་མགུལ་རྒྱན་ལས། ཞིང་རྒང་མ། (རྒྱ་སྟོམ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་ངམ་སྤྱ་འཐེན་པ) ཞེས་ཀྱང་གསལ་ལོ། །དག་སྦྱོན་འགྲེལ་བ་ལས། ལོ་ཉོག་སྤྱེ་བའི་ས་གཞི་རྒྱས་ཁྲབ་པའི་ཆེད་དུ་སྤེལ་ས་སྤང་འཐེན་པ་སྟེ་དོན་ཞིང་རྒྱ་མ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཞིང་ཟག། ཞིང་ཁམས་ལོ་ཐོག་ཟ་མཁན་ལ་ཟེད། དཔེར་ན་སྤང་ཞིང་ཟན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཅ་འགྲེལ་ན་སྤང་ངོ། །

ཞིབ་མ། སྟོ་མའི་མིང་སྟེ། འབྲུ་དྲུའ་བྱེད་ལྷག་མ་སོགས་ལས་བྱས་པ་ལ་བཤད།

ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག། ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་སྟོབ་དཔོན་འཐགས་པ་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྤྲན་མཛད་པ། བསྟན་འགྲུང་། ཅ་པར་། བཞུགས། ཁ་ཆའི་བརྗེ་ཏ་ལྷ་འཇུག་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་སྟོང་གསལ་འཁྱོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲུང་།

ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ། ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་དང་འབྲ།

ཞུ། ཞུ་མའི་མིང་། ཐང་ཞུ་དང་ཡ་ཞུ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ།

ཞུ་བ། (འདུལ་བ) ལུང་ཞུ་བ་དང་དོན་གཅིག་འདིའི་གོ་དོན་གཞན་རྣམས་གཞན་དུ་གཟིགས།

ཞུ་བ་མ་རྫོགས་པ། (འདུལ་བ) ལུང་ཞུ་བ་མ་རྫོགས་པ་ལ་གཟིགས།

ཞུ་བ་རྫོགས་པ། (འདུལ་བ) ལུང་ཞུ་བ་རྫོགས་པ་ལ་གཟིགས།

ཞུ་བ་སྦྱབ་སྦྱུལ། ལྟ་བུ་སྤྱེད་རྒྱལ་ཞིག་སྟེ། གཙོ་བོ་འོད་གསལ་དུ་ཐིམ་པ། ལྟ་བུ་བཞེས་སྦྱས་བསྦྱུལ་ཏེ་

བཞེངས་པ་ལ་ཟེར། གསང་འདུས་བདག་བསྐྱེད་ལས། ཡབ་ཡུམ་སྟོབས་པར་ཞུགས་པའི་
རྒྱུན་གྱིས་ཡུམ་ཡབ་ལ་ཐེམ། ཞེས་བ་ནས། ལྷ་དྭ་ཡང་འོད་གསལ་དུ་ཐེམ་པར་གྱུར། དེ་ནས་
ཆད་མེད་པ་བཞིའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྷ་མོ་བཞེས་གཙོ་བོ་མ་མཛོད་བས་གདུང་བའི་ཡིད་གྱིས་
བལྟ་བར་འདོད་དེ་སྟན་པའི་སྒྲུ་དབྱངས་གྱིས་བསྐྱེད་བ་ནི། ཞེས་སོགས་ལྟར་དང་། མྱོང་རྟོག་
སྒྲུ་མས། གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བཞུགས། །ཆད་མེད་ལྷ་མོ་བཞི་ཡིས་བསྐྱེད། །སྐར་ཡང་
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ལྷང་། །ཞུ་བ་སྒྲུ་བསྐྱེད་ཐེད་ཚུལ་ཡིན། ཞེས་གསུངས།

ཞུ་ལན་སྟན་མཆོག་བདུད་རྩིའི་འབྲེང་བ། འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་འབྲུམ་ཁོད་བཞུགས་
གྱང་། འདི་སྟོན་གྱུ་བ་ཆེན་ལས་ཀྱི་རྟོ་རྩའི་གསང་རྣམ་ཡིན། རྩའི་གསུང་འབྲུམ་ཁོད་ཡོང་
དགོས་དོན་ནི། འདིའི་ནང་རྩའི་གསང་བའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བས་དེས་ཡིན་
པར་མཛོད་ནོ། །འདི་སྟོན་གྱུ་བ་ཆེན་ལས་ཀྱི་རྟོ་རྩའི་གསང་རྣམ་ཡིན་པར། གཞུང་དེ་ཉིད་ལ་
བལྟས་ན་ཤེས་ཤིང་། རྩའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོར་ཡང་གསལ་ལོ། །

ཞུགས། 1 འཇུག་པའི་སྐུལ་ཆོག 2 མའི་ཞེས་ཡིན་པར། རྒྱུགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་ལི་ཤིའི་གྱར་ཁང་དུ་
གསུངས།

ཞུགས་ཏོག་མེ་ཏོག་ ཞུགས་ནི་མའི་དོན་ཡིན་པས། ཞུགས་ཏོག་ནི་མེ་ཏོག་གོ། ཏཱ་མགྲིན་ཡང་གསང་
གི་ལས་བྱང་ཆེ་ཆུང་རྣམས་སུ་མཆོད་པ་འབྲུལ་སྐབས། བདུག་སྟོས་སྤང་གསལ་ཞུགས་རོག་
སྒྲ། ཞེས་པའི་ཞུགས་རོག་ཅེས་པ་ཡི་གེ་མ་དག་པ་ཡིན་ཞེས་དབྱངས་ཅན་དག་འཁྱོའི་ཤིས་
ལན་མཁས་པའི་དག་འཁྱོན་ན་གསལ་ལོ། །

ཞུགས་རོག་ ཞུགས་ཏོག་ལ་གཟེགས།

ཞུན་མར། 1 མར་བསྐྱོལ་ནས་སྟེགས་བཏོན་པའི་མར་ཁུ་ལ་ཟེར། ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས།
ཞུན་མར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མར་བཞུས་པ་འབྲུགས་པའོ། ཞེས་གསུངས། སྐྱ་བཤའ་ནི། མར་
བཞུས་པས་ན་ཞུན་མར་ཞེས་ཟེར་རོ། 2 ཞུན་མར་རམ་སྐྱུམ་སོགས་ལས་བཅོས་པའི་སྟོན་
མའི་མིང་། སྐྱ་བཤའ་ནི། ཞུན་མར་ལས་བཅོས་པ་ཡིན་ཅང་ཞུན་མར་ཞེས་མིང་ཐོགས།

ལྷུ་པ། ¹ ཡིད་ཤི་བ། སེམས་ཤུགས་ཆག་པ། དཔའ་འཁུམས་པ། སློབས་པ་ལྷུ་པའམ་ཉམས་པ།

² བྱིང་བ། དེ་ལ་འཇུག་པ་ནི། སློབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མིས། བཙུན་པ་བསྟེན་ན་ཤོད་པ་འབྱུང་
འབྱུང་ཞིང། །དེ་སྤངས་ན་ནི་ལྷུ་པ་སླེབ་པ་འབྱུང། །འདི་ཡི་རིགས་པར་མཉམ་འཇུག་ཆེད་
དཀའ་བ། །བདག་གི་སེམས་དགྲུགས་པས་ནི་ཅི་ཞིག་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །བྱིང་
བ་ནི། འབྱུང་མང་པོ་ལས་ལྷུ་པ་ཞེས་པར་བསྐྱར་རྟེ། ཡིད་ཤི་བའི་ལྷུ་པ་དང་ནི་མི་གཅིག་
གོ། །ཞེས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། ³ སྤ་བ། ཞབས་ལྷུ་པ་ཞེས་པ་དང་། ལུང་སྤ་བ་
ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལས། འབྲུའི་མཐའ་གཉིས་ལྷུ་པ་དབུས་རྒྱས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་ན། །སྤ་བ་ཤད་ནི། སེམས་ཏ་ཅང་ནང་དུ་བསྐྱུས་བྲགས་པས་ན་ལྷུ་པ་ཟེར་གྲོ། །

ལྷུ་ཏིག ལྷུ་དག་ནན་ཏན་ཞེས་པའི་དོན། ལམ་རིམ་རྒྱ་མ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་༤²ལས། གང་
བསྐྱར་བའི་ཆོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ལོ་ཆེན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷུ་ཏིག་ཡང་དག་
པར་བྱས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །

ལྷུ་པ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་མོ། (འདུལ་བ) ལུང་ལྷུ་པའི་ལེའུ་བཙུའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ འདིའི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་
མིང་མ་ན་པི་ཀའི་ལེའུ་ཟེར། མ་ན་པི་ཀ་ཟེར་བ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་མོ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་ལ་དེས་ལྷུ་
པའི་མདོ་ལ། མ་ན་པི་ཀའམ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་མོས་ཞེས་པའི་མདོ་ཟེར། མཆོ་རྟེ་ཀ་ལས་འདི་ལ་
ལྷུ་པ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་མོ་ཞེས་མིང་བཟོད་དོ། །ལུང་ལྷུ་པའི་ལེའུ་བཙུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཞེ། ¹ སེམས། ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཅེས་པ་དང་། ཞེ་འཁོན། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུ། ² གངས་བཞི། དཔེར་ན་ཞེ་
གཅིག་ ཞེ་གཉིས། ཞེ་གསུམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཞི་གཅིག་ བཞི་གཉིས། བཞི་གསུམ་ཞེས་བཟོད་
ཀྱང་རུང་སྟེ། བཙུ་གཅིག་ བཙུ་གཉིས། བཙུ་གསུམ་ཞེས་བཟོད་པའི་བྱིར་གྲོ། །བཞི་གཅིག་
ཅས་མི་བཟོད་པར་ “ཞེ་གཅིག” ཅས་བཟོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་བཟོད་བདེའི་དབང་དང་། གཞན་
ཡང་བཞི་བྲག་ཅས་བཟོད་ན་གངས་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་ལ་གོ་རྒྱུའི་འཁུལ་གཞི་ཡང་ཡོད་པའི་བྱིར་
རྟེ། མདོ་རྩ་བ་ལས། སོར་བཞི་བྲག་ལ་ཁྱེད་གང་དོ། །ཞེས་བཞི་བྲག་ཅས་པ་ཉེར་བཞི་ལ་
གསུངས་པའི་བྱིར་གྲོ། །བཙུ་ལྷུ་ཞེས་པའི་ “བཙུ” ནི་བཙུའི་དོན་དང་། ཉེར་གཅིག་ཅས་པའི་

“ཉེར” ཉི་གཉིས་ཀྱི་དོན། སོ་གཅིག་ཅེས་པའི་ “སོ” ཉི་གསུམ་ཀྱི་དོན། ཞི་གཅིག་ ཅེས་པའི་
“ཞི” ཉི་བཞིའི་དོན། ང་གཅིག་ཅེས་པའི་ “ང” ཉི་ལྔའི་དོན། རེ་གཅིག་ཅེས་པའི་ “རེ” ཉི་དྲུག་
གི་དོན། དོན་གཅིག་ཅེས་པའི་ “དོན” ཉི་བདུན། བྱ་གཅིག་ཅེས་པའི་ “བྱ” ཉི་བརྒྱད། གོ་
གཅིག་ཅེས་པའི་ “གོ” ཉི་དགུའི་དོན་ཡིན་པ་བཅས་སོ། །

ཞེ་ཞེལ། ཞེན་པ་ལོག་པ་དང་། རོ་ཆ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད།

ཞེ་ལམས་ལ། ཁྱོ་བ་དང་དོན་གཅིག་ ཞེ་ལ་རྩལ་པའི་སེམས་ཀྱང་ཀྱང་བཤོ། །

ཞེ་འགྲངས། ཡིད་ཆེན་པའི་དོན།

ཞེ་འགྲས་ལ། འཁོན་འཛིན། འཁོན་སེམས། བན་ཚུན་དགྲར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྒྲིས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན།
རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲིན་ལས། ཞེ་འགྲས་པ་ནི་འཁོན་དུ་འཛིན་པའི་སེམས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ནི། །

ཞེ་བསྐྱུགས། ཡིད་སྒྲོན་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་བཤད།

ཞེ་གཅིག 1 འགྲུག་ཁོན། འབའ་ཞིག 2 བཞེ་བཅུ་ཞེ་གཅིག

ཞེ་སྤང་སྤྱེ་བའི་ཡུལ་གསུམ། སེམས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱུལ། སྤྱག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་དང་གསུམ།

ཞེ་སྤང་ཐབས་རྒྱད། ཀའཤེད་དམར། དག་ནག་འཛིགས་ཁྱེད་བཅས་ཀྱི་རྒྱད།

ཞེ་སྤང་དོན། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་ཤིག་སྤྱ་བཤད་ནི། ཞེ་སྤང་འདུལ་
བར་ཁྱེད་པས་ན་ཞེ་སྤང་ཞེས་བཏགས་ལ། རྗེ་རྗེ་མི་ཁྱེད་པའམ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་དོན་
ཡིན་པས་བདེ་སྤོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེ་སྤང་འདུལ་བའི་ལྷར་བཞེདས་པས་ན་དེ་
སྤྱང་ཅེས་བརྗོད།

ཞེ་སྤང་མེད་པ། དགེ་བཅུ་གཅིག་གི་ལྔ་པ་ནི། ཞེ་སྤང་སྤྱེ་བའི་ཡུལ་གསུམ་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་
ཞེ་སྤང་དངོས་སུ་འཛོམས་ཤིང་གཞོད་པ་བྱ་བར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀྱན་ནས་མནར་
སེམས་མེད་པའི་རིག་པའོ། ཞེ་སྤང་སྤྱེ་བའི་ཡུལ་གསུམ་ནི། སེམས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱུལ། སྤྱག་
བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་དང་གསུམ་སོ། །

ཞེ་སྤང་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་དོན་འདྲ།

ཞེ་སྤང་ལ་སྒྲིང་པའི་གཉེན་པོར་བྱས་པ། དག་གཉེན་བར་མ་གསུམ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་
སྦྲེལ་པ་བསྐྱབས་ཏེ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའོ། །

ཞེ་ན། ཟེར་ན་དང་དོན་གཅིག་ང་ན་མ་འར་ལ་དང་མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་སྐྱར་རྒྱུའི་ཤད་གཞན་དབང་
ཅན་ཞིག་དཔེར་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན་ལྟ་བུ། ཞེ་ན། ཤེ་ན། ཟེར་ན། ཅན་རྣམས་དོན་གཅིག་འདི་
འདི་བའི་ཚུལ་དུ་འདྲུག་པའི་ཤད་ཅིག་ཡིན།

ཞེ་མི་ཞེས། སྐྱག་གོ་བའི་དོན་ཡིན། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་༡༡^༢ལས། ཁ་ངག་
ལ། ཁྱི་དང་སྤེར་གཅིག་པ། འགྲངས་ཀྱང་ཞེ་མི་ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་དུ། འོ་སྐལ་དང་གྲོགས་པོ་
སྤང་སྡོམ་ལ་མི་གནས་ཤིང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་མི་འདྲེམ་པའི་ཅི་མོད་མོད་བྱེད་པ་དང་འགྲོགས་
པ་ནི། ཨ་ཁ་སྐྱག་རེ་གྲོགས་དང་། དེ་ཡང་སྡོམ་ལ་རང་རེས་རི་ཙུག་འདུག་བལྟ་དགོས་གསུང་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཞེ་གཙང་བ། འོར་འཁྲུལ་གྱི་རྩི་མས་མ་གོས་པའི་སྒོ་བདེ་བའི་དོན་ཡིན།

ཞེ་ཅིགས། ཞེ་ཅིས་དང་དོན་འདྲ།

ཞེ་ཅིས། ཞེ་ཐག་པ་ནས་ཅིས་མེད། སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་ཅིས་མེད།

ཞེ་ཞེས། གཙང་བ་དང་སྤྱི་དག་པ། སྐྱག་གོ་བའི་ལྷོག་ཕྱོགས། ཡིད་འགྲོགས་པའམ་ཡིད་ལ་འབབ་
པའམ། སེམས་ལ་འཕྲོད་པ། དེབ་སྡོམ་སྤྱོད་ཆ་༤༦ལས། འབྲེལ་པའི་འབར་གྱི་ཞལ་
ནས། བོད་དུ་འཁྱུར་བའི་ཆོས་ལ་དགེ་བཤེས་རྩ་ལོ་རྩ་བའི་ཆོས་ལས་ཞེ་ཞེས་པ་མེད་དེ། བརྗེ་
ཏ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལོན་ཞིང་། བོད་ཆོས་ཀྱིས་སྤེས་སྤྱད་མེད་པས་སོ་ཞེས་
གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཞེད་ཅིག་ཅིག་ འདིགས་སྐྱག་གི་ཆོར་སྤང་བྱུང་ཚུལ་ཞིག་ ཆོག་འདི་རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རང་རྣམ་
དེབ་དང་པོ་༡༩འདྲུགས་ལ། ཉམ་རྒྱུན་ཁ་རྒྱུན་དུ་ཞེད་ཅིག་ཅིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུར་བརྗོད།

ཞེན་པ་བཞི་བྲལ། དཔལ་ས་སྐྱ་པའི་གདམས་ངག་ཅིག་སྟེ། ཆོ་འདི་ལ་ཞེན་ན་ཆོས་པ་ཡིན། །འཁོར་

བ་ལ་ཞེན་ན་ངེས་འབྱུང་མིན། །བདག་དོན་ལ་ཞེན་ན་བྱང་མེམས་མིན། །འཛིན་པ་བྱུང་ན་ལྟ་
བ་མིན། །ཞེས་གསུངས།། འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ལམ་གྱི་གཞན་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་ལམ་
གྱི་སྒྲིམ་ཆེན་པོ་ཞིག་གོ། བཀའ་རྙིང་གི་སྒྲོ་སྒྲུག་ནམ་བཞི་དང་། དགེ་ལྡན་པའི་ལམ་གཙུག་
གསུམ་མཐུ། སྒྲིམ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དང་དོན་འབྲེལ། །

ཞེན་རིག་རྟོག་པའི་མིང་།

ཞེའོ། (བརྟུན་) ཟེར་རོ་ཞེས་པའི་བརྟུན་ཡིན་པར་བཤད། ཞེས་བྱའོ་ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་དེ་འདྲ་
ཟེར་རོ་ཞེས་པ་དང་དོན་འདྲ་བར་ཆོག་གི་མཚུགས་སྟེན་པའི་དོན་ལ་འབྲུག་ དཔེར་ན་རི་རྩམས་
གྱི་གཙུག་པོ་ཡིན་པས་ན་རིའི་རྒྱལ་པོའོ་ལྟ་།

ཞེས། (བརྟུན་) ཆོག་གི་མ་འབྲེན་བྱེད་གྱི་ཐང་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་ ། བལ་སྐྱད་བྱ། “ཟེར” “ལམ”
“བཤད” “ཟེར་བའི” “ཟེར་ནས” “ཟེར་གྱི་འདུག” “ཟེར་གྱི” རྩམས་པལ་ཆེར་དོན་འདྲ།
“ཞེས” “ཅེས” “ཤེས” “ཞེས་པ” “ཅེས་པ” “ཤེས་པ” རྩམས་དོན་འདྲ། དཔེར་ན་པ་ཏ་ཆེན་
སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། གཏི་ལྷག་ལྷན་པས་ཡིད་བསྐྱད་དོ་ཆ་བྲལ། །བག་མེད་སྒྲོན་པའི་
རྩམ་འབྱུར་སྒྲ་ཆོག་གས་ཀྱང་། །ཐེག་མཆོག་གསང་བའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པ་ཞེས། “ཡིན་ཟེར་
ནས” །བྱ་བྱའི་རྩམ་ཐར་ཚུལ་ལའང་བདག་མི་མོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 དེ་འདྲ། དེ་ལྟ་བུ་ཞེས་
པའི་དོན། ཡང་ཕྱི་རྒྱལ་བས་བཛོད་དོན་མཆོན་རྟགས་quotation mark (“ ”) དང་དོན་འདྲ་
བར་བཤད་པའང་མཐོང་། དཔེར་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་གྱིས། ངས་ནི་ཁྱོད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་
བསྟན་གྱི། ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། ། “ཞེས” གསུངས་སོ། །ལྟ་བུ། སྟོར་
ཚུལ་ནི། ཆོག་ཐང་ཞིང་སོགས་ངན་མ། །འདང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་ཞེན་
ཞིག་ །ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །

ཞེས་པ། ཟེར་བ།

ཞེས་བྱ། ཟེར། དེ་འདྲ་ཟེར། དཔེར་ན་འདི་ལ་གསེར་ཞེས་བྱ་ལྟ་བུ།

ཞེས་བྱ་བ། ཟེར་བ། དེ་འདྲ་ཟེར་བ།

ཞེས་གསུངས་སྟོ འདི་ལྟར་ལབ་སྟོ འདི་ལྟར་བཤད་དོ།

ཞོ། 1 འོ་མར་སྐྱར་ཅི་བཏབ་སྟེ་བསྐལ་ནས་གར་པོར་གྱུར་བ་ལ་ཞོ་ཟེར། 2 གནའ་པོ་བོད་ཀྱི་ལྷིད་
ཆད་ཅིག་གི་མིང་། ཞོགང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། འབྲེལ་བཤད་འོག་ཏུ་ཞོགང་ཞེས་པར་གཟིགས།
ཞོག་ཆུ། ཆུར་ལ། ལྷ་ལྷོ་འོད་གསུང་།

ཞོགང་། 1 ནས་འབྲུ་བཞི་བཅུ་ཞེ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷིད་ཆད་ལ། ཞོགང་ཡིན་ཟེར། ཞོགང་ལ་སེ་བ་བརྒྱད་
དམ་ནས་འབྲུ་བཞི་བཅུ་ཞེ་བརྒྱད་ཡོད་དོ། འདི་ཡང་དཔེར་ན། ནས་འབྲུ་བྲག་ལ། སེ་བ་གཅིག་
སེ་བ་བརྒྱད་ལ། ཞོགང་། ཞོ་བརྒྱད་ལ། སྲང་གང་ཞེས་ཅི་བ་བཞིན་ནོ། འདི་གསེར་དངུལ་
སོགས་ཀྱི་ལྷིད་ཆད་འདེགས་གཞི་ཡིན་ལ། ༤་དམར་སོགས་ལྷིད་ཆད་འདེགས་གཞི་ནི་གོང་
དང་མི་འདྲ་བར་བཤད་དེ། སེ་བ་གང་གི་ཆད་ནི་གོང་དང་འདྲ་ལ། སེ་བ་ཉི་ཤུ་ལ་ཞོགང་། ཞོ་
བཅུ་ལ་སྲང་སོགས་མི་འདྲ་བར་བཤད་དོ། འདི་སྒྲོར་སྟེ་སྲིད་སངས་རྒྱ་སྒྲ་མཆོའི་གཡའ་
སེལ་སྟེགས་བཅ་གཉིས་པའི་ཤོག་གངས་ཤ ༩༧ ལས། མ་རུའམ་ཀ་ཀ་ནི་གཉིས་ལ་སེ་བ།
དེ་ཉི་ཤུ་ལ་ཞོ། ཞོ་བརྒྱད་ལ་གསེར་སྲང་། དེ་བཞི་ལ་ཕུལ་ཉག་གང་དུ་འཛོག་ཅེས་གོང་གི་དེ་
དང་བཤད་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་སྣང་དོ། ཡང་འཆི་མེད་མཛོད་ལས། འཇལ་བྱེད་སྲང་
དང་སོར་དང་བྲེ། མ་རུ་ལྷ་སོགས་མ་ཤག་། འདི་དག་བཅུ་བྲག་ཞོ་ཡིན་ཏེ། ཞོ་བཞི་ལ་ནི་སྲང་
གང་དོ། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སྟོ འདི་གཡའ་སེལ་ཤ ༣༡ བ ༣ན་གསལ་ལོ། 2 ཟ་རམ་ gram
བྲག་༩ ཅམ་ཀྱི་ལྷིད་ཆད་ཀྱི་མིང་ལ་བཤད་པའང་ཡོད། དེ་ལ་རགས་ཅིས་བྱེད་ན་བྲེ་མ་ཀ་ར་
teaspoon ཐུར་མ་གཅིག་དང་བྱེད་ཅམ་ཀྱི་ལྷིད་ཆད་ཡོད། ཅུང་ཟད་སྒྲོས་ཏེ་བཤད་ན། ཞོགང་
ལ་རྒྱ་གར་གྱི་ Tola ཏོ་ལ་བྱེད་ལྷག་ཅམ་ཡོད་ཟེར་བས། དེས་ན་ཏོ་ལ་གཅིག་ལ་ཟ་རམ་
༡༡.༦༤ཡོད་པས་དེའི་བྱེད་ལྷག་ཅམ་སྟོ ཡང་ན། དབྱིན་ཇིས་རྒྱ་གར་དབང་སྐྱར་བྱེད་
སྐབས་སུ་བཅོས་པའི་དངུལ་གྱི་སྒོར་མོ་འཕ་དོང་ཅེ་ silver Rupee coin “རུ་སྟེ” ཟེར་བ་དེའི་
བྱེད་ཆད་དོ། རྒྱ་གར་གྱི་ཏོ་ལ་དང་བ་ཀ་སྒྲན་གྱི་ཏོ་ལར་ཡང་ལྷིད་ཆད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་
ཡོད་པའང་ཞེས་པར་བྲེལ། 3 ཟ་རམ་གཉིས་དང་གངས་རྒྱུད་བརྒྱད་ gram ༩.༩ ཀྱི་ལྷིད་ཆད་

ལའང་། ཞོག་དུ་བཤད་པ་ཡོད་དེ། ཏུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་ནང་པོད་དེའི་ཆོག་མཛོད་
ཚཱ་བ་པོ་ལ་དུགས་ཁུལ་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྒྲེལ་མཁན། ཏཱ་ལའི་ཡུ་ཅ་ཀ་Heinrich Jaschke
(1817-1883) ཟེར་བ་ཁོང་གིས། ཞོག་པ་ལ་1/10 ounce ཡུ་ཅ་ཀ་མེ་གཅིག་གི་བཅུ་ཆ་ལ་
བཤད་པས། ཁོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྟེ་རམ་གཉིས་དང་གངས་ཆུང་བཟང་ gram 2.5 གྱི་ལྗིད་
ཆད་དོ། ཁོང་གི་འགྲེལ་བཤད་དེ་དག་འདུལ་བའི་མ་གྲིན་ལེན་གྱི་པམ་པའི་རིན་ཐང་གི་ཆད་
བཤད་པའི་སྒྲིབས་སུ་ཉེ་བར་མཁོ་ཞིང་གལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། རྒྱས་དཔྱད་དང་ལྡན་
བ་རྣམས་ཀྱིས་ད་དུང་ཡང་དབྱེད་བར་འོས་སོ། །

ཞོ་ཟན། སྒྲིན་སྒྲེག་གི་སྒྲིབས་ཞོ་ཟན་ཞེས་པ། ཅུམ་བ་དང་། མཐ། ཞོ་གསུམ་བསྒྲེས་པའི་ཟས་ལ་ཟེར།
ཞོ་ཤ 1 མཐུའམ་རུས་པ། སྒྲིབས་རུས་པ། ཤེད་མོང་། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་
བཤད་པ་༥༥ན་༥༥པས། སྒྲིས་ཤུའི་ཅལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིས་ཤུའི་ཞོ་ཤ་སྒྲེ་རང་གི་རུས་
པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། འདུལ་བའི་སྒྲིང་བུམ་ལས། སྒྲང་རྩི་རྣམས་ཀྱིས་ཞོ་ཤ་གང་ཡོད་
ཀྱིས་བཟུང་ཡང་མ་སྒྲུབ་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། སྒྲིང་འཇུག་ལས། བདག་གིས་
གཞན་ལ་ཁྱོད་བཙོང་གིས། སྒྲིབས་པ་སེམས་ཞོ་ཤ་ཤུལ། ཞེས་གསུངས། 2 ཁུལ་ དམར་
མཆན་དུ་ཞོ་ཤ་ནི་ཁུལ་གྱི་དོན་དུ་འདར་བཤད་དོ། །

ཞོ་ཤས་འཆོ་བ། <པོ་རུ་ཤི> 1 འབངས་ཀྱི་མིང་ཡིན། འདུལ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༡༥༥༥༥ལས།
ཞོ་ཤས་འཆོ་བ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དབྱ་ཤུལ་བའི་མི་དག་གས། མཆོན་ཆས་པོག་པ་དག་གོ།
ཞེས་གསུངས་སོ། 2 གཞན་གྱི་མཐུའམ་རུས་པའམ་བཀའ་བློན་ལ་བཞེན་ནས་འཆོ་བ།
འདུལ་བའི་སྒྲིང་འཇུག་ཆེན་མོའི་བདུན་པའོལ་ལས། ཞོ་ནི་སྒྲིབས་སམ་རུས་པའི་མིང་ཡིན་
པས། ཞོ་ཤས་འཆོ་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་རུས་པ་བཙོངས་ནས་འཆོ་བའམ་སྒྲིབས་འཆོ་བའོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། 3 ཟན་གཡོག་གི་མིང་དུ་བཤད་པའང་མཛོང་།

ཞོགས་པ། སྒྲི་རེངས་དང་པོ་ཤར་ནས་ཉིན་མོ་ལ་ཆ་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་ཆ་དང་པོ་རྩོགས་ཀྱི་བར་ལ་
བཤད།

གཞན་ ༡ མོ་མཚན། སྤང། འདོམས། དཔེར་ན་གཞན་འཛོང་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ༢ རྒྱུ་བ་ཤང་ལམ།
 དཔེར་ན་བཤང་ལམ་གྱི་ནང་སོར་བཞི་ཙམ་ན་ཡོད་པའི་བྱར་ནད་ལ་གཞན་འབྱུང་ཟེར་པ་ལྟ་བུ།
 གཞན་གྱི་ཟིང་། གཞན་ཟིང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།
 གཞན་གྲགས། གཞན་ལ་གྲགས་པ་སྟེ། གཞན་ལ་བྱུང་བའོ། །རང་གྲགས་དང་དོན་འབྲས་སྟེ། རིའི་ལམ་
 རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱི་ཚོལ་རང་ལ་གྲགས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོལ་དབྱ་མ་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་གཞན་ལ་
 གྲགས་པ་གཉིས་གནད་གཅིག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 གཞན་གྲགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ ༡ གཞན་གྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་དག་སྟེ། གཞན་ལ་གྲགས་པ་སྟེ་བྱུང་བའི་
 སྤྱབ་དག་གོ། འདི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལ་གཞི་བྱས། སྤྱབ་དག་ལ་རྗེས་དཔག་གི་ཐ་སྣང་སྤྱར་བ་
 ཡང་། སྤྱབ་དག་ཡང་དག་ལ། གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གིས་ཐ་སྣང་བཏགས་པ་དང་འབྲལ། ༢
 གཞན་གྲགས་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིས་པའི་རྗེས་དཔག་
 གཞན་གྲགས་ཀྱི་གཏན་ཆོགས། གངས་ཅན་པ་དང་དབྱ་མ་པ་ཙོང་པའི་ཆོེ་ན། གཞན་གྲགས་ཀྱི་
 གཏན་ཆོགས་ནི། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། བདག་ལས་མི་སྤྱེ་སྟེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བྱུང་བ་
 བཞིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཡང་ན། བདག་ལས་སྤྱེ་བར་འདོད་པའི་ལྷ་གྲུ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། བདག་
 ལས་སྤྱེ་བ་མེད་དེ། རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། སྤྱི་བཤད་ནི།
 གཞན་ལ་གྲགས་པའི་ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་ལ་སོགས་པ་བརྟེན་ནས་པ་རོལ་པོ་འགོག་པས་དེ་
 ལྟར་བཏགས་སོ། །དབྱ་མ་ཐལ་རང་གཉིས་ཙོང་པའི་ཆོེ་ན། གཞན་གྲགས་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་
 ནི། མིག་ཆོས་ཅན། སྤོན་པོ་ལ་མི་ལྟ་སྟེ། རང་ལ་མི་ལྟ་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བྱུང་བ་བཞིན་ཞེས་
 པ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་གཞན་གྲགས་ཀྱི་སྤྱི་བཤད་ནི། མིག་རང་གི་ངོ་མོས་བྱུང་བའི་ཡུལ་ལ་ལྟ་བ་
 དེ། རང་ལུགས་ལ་གྲགས་པའམ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ལ། གཞན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་སྤྱི་བ་
 ཁོན་ལ་གྲགས་པ་སྟེ་བྱུང་བས་གཞན་གྲགས་ཞེས་བརྟེན་དོ། །
 གཞན་གྲགས་ཀྱི་ཐལ་འབྱུང་། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། རང་གི་རྒྱ་མ་ལྟོས་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཐལ་འབྱུང་ལྟ་བུ།

གཞན་གྲགས་ཀྱི་སྦྲོར་བ། མིག་ཆོས་ཅན། གཞུགས་ལ་ངོ་ཤོན་གྱིས་མི་ལྟ་སྟེ། རང་ལ་མི་ལྟ་བུ་
ཟུང་། དཔེར་ན་བྱམ་པ་བཞིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་དཔེ་སོགས་དངོས་སྤྱོད་
རང་གི་ལུགས་ལ་རང་མཚན་སྤང་བ་ལ་ལྟོས་ཏེ་མ་འབྲུལ་བའི་ཆད་མའི་རྟེན་དོན་འདོད་པས་
དངོས་སྤྱོད་པ་ལ་རང་གྲགས་ཀྱི་སྦྲོར་བ་དང་། དབྱ་མ་པ་ལས་གཞན་དངོས་སྤྱོད་པའི་ལུགས་ལ་
དེ་ལྟར་གྲགས་པས་གཞན་གྲགས་ཀྱི་སྦྲོར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་དཔེ་སོགས་
སྤྱོད་པའི་ཁས་ལེན་གྱི་དུས་ཀྱི་དག་རང་མཚན་ལ་མ་འབྲུལ་བའི་ཆད་མས་རྟེན་པ་བྱི་རྟེན་ཁོ་
ན་ལས་སྤྱོད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་མ་བྱུང་སྤང་བྱ་མ་བྱུང་བས་ན་གཉིས་ཀ་ལ་མ་བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་
བའི་དོན་ཡང་ཤེས་སོ། བོད་གི་དེ་ལས་རིམ་ཆེན་མོའི་གསུང་ཚུལ་དང་། ཡང་གསུང་ཚུལ་
གཞན་ཞིག་ལ། གཞན་གྲགས་ཀྱི་རྟགས་ཞེས་པ་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་མ་ཡིན་པར། ར་སྤྱད་
གཞན་ལ་གྲགས་པའི་རྟགས་དང་སྦྲོར་བ་ལ་ཟེར། ར་སྤྱད་པའི་ཆད་མ་ལ་གཞན་ཟེར་བ་དང་།
གཞན་མ་སྤྱད་པའི་ཆད་མ་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་རྟགས་ཆོས་འདྲིལ་ལུགས་འགྲོ་འོང་གི་དཔེས་
གསུངས་སོ། ཞེས་གྱང་མཁས་པ་འགའ་གསུང་།

གཞན་འབྱུང་བཞི། གཉིད་འགྲོད་གཉིས། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་དང་བཞིའོ། །

གཞན་ཏ། གཞན་དག འཁྲུག་རིན་པོ་ཆའི་རྣམ་ཐར་ལས། ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་སྤྱེ་རིས་སུ་བཅད་
ནས་སྦོད་པ་འདི་འདྲིལ་སུ་རུང་། དཔུལ་བ་ཟེར་བ་ཞིག་ཀ་ལས་གཞན་ཏ་མི་མཆི་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །

གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བ། གཞན་སྟོང་གི་སྟོར་ལ་ས་བཅད་བཅུར་བྱེ་སྟེ་བཤད་པར་བྱའོ། །དང་པོ་གཞན་
སྟོང་གི་ངོ་པོ། གཉིས་པ་གཞན་སྟོང་གི་སྤྱོད་པ་ཤད། གསུམ་པ་གཞན་སྟོང་གི་ལུང་གི་ཁུངས།
བཞི་པ་གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་པར་མ་ཟད་དེས་དོན་མཐར་ཐུག་ཡིན་ཚུལ། ལྟ་བ་
རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་གི་ཁྱད་པར། དུག་པ་རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་སྤྱོད་པས་བདེན་གཉིས་
ཀྱི་འདྲིལ་ཚུལ། བདུན་པ་གཞན་སྟོང་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་འདྲིལ་འདྲིལ་
ཚུལ། བརྒྱུད་པ་གཞན་སྟོང་ཉམས་སུ་བཞེས་མཁན་གྱི་མཁས་བྱུང་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་

གཞུང་རགས་རིམ། དགུ་བ་གཞན་སྟོང་གི་སྟོར་གྱི་བྲག་དཔེ་དོ་སྟོང་རགས་རིམ། བཅུ་བ་རང་
 སྟོང་སྤྱ་བའམ་ཆོས་བརྒྱད་གཞན་གྱིས་དེ་ལ་གཟེགས་ཚུལ་དང་དགག་བ་བྱེད་ཚུལ། ༩ དང་
 བོ་གཞན་སྟོང་གི་དོ་བོ་ནི་ ༡ གཞན་སྟོང་ནི། རོན་དམ་བདེན་བ་སྤྱབ་བ་རང་དབང་བའི་རྟག་བ་
 ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟོང་
 བོ་རྟག་བརྟན་ཐེར་ཟུག་སྤུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་བ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་འདོད་
 རོ། རོགས་གཅོད། ཇི་བ། སྟོང་ཉིད་བདེན་བར་བྱབ་པའི་རང་དབང་བའི་རྟག་བ་ཡིན་ཚུལ་ཇི་
 ལྟར་ཡིན་ཞེས། ལན། སྟོང་ཉིད་ཡོངས་བྱབ་ཀྱན་ལ་ཁུབ་ཅིང་རྟག་བརྟན་འགྲུར་བ་མེད་པ་ལ་
 “བདེན་བྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི” རང་སྟོང་སྤྱ་བའི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་བདེན་བར་བྱབ་ལུགས་དེ་
 མིན་པར་འདོད་རོ། རང་སྟོང་བྱེད་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་བདེན་བྱབ་དེ་མར་རྟོག་པས་བཏགས་པ་
 ཅམ་མ་ཡིན་པས་རང་དོས་ནས་བྱབ་པ་ལ་འདོད་པ་གང་ཞིག་ དེད་ཀྱི་ཡོངས་བྱབ་རྟོག་པས་
 བཏགས་པ་ཅམ་མ་ཡིན། རང་དོས་ནས་བྱབ་པ་དང་མ་བྱབ་པའི་མཐའ་གཉིས་ལས་འདས་
 པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས། ཡོངས་བྱབ་ཡི་འདོད་མ་ནས་རྟག་བརྟན་འགྲུར་བ་མེད་པ་བྱོགས་
 དང་དུས་དང་སྤྱེ་འགག་སོགས་སྟོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་ཟེན་པས། དེ་རྟོགས་
 པའི་ཡི་ཤེས་དང་ཡོངས་བྱབ་གཉིས་པར་བལྟ་དང་ཚུར་བལྟའི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར།
 རྟོགས་བྱ་དང་རྟོགས་བྱེད་བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བྱ་མི་དད་པ་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་གི་ཚུལ་དུ་གནས་
 པ་དེ་ལ་དོ་བོ་འགྲུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་བདེན་བྱབ་ཅེས་བྱ་ཡི། བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བྱེད་ཐ་དད་
 གཞིར་བཞག་ནས་དེ་རྟོག་བཏགས་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་རང་དོས་ནས་བྱབ་པར་འཛིན་པ་ལ་
 བདེན་འཛིན་དང་། དེ་ལྟར་བྱབ་པའི་བདེན་འཛིན་འདིར་མི་འདོད་པས་རང་སྟོང་པས་སྟོན་
 འཕེན་པ་དེ་དག་ནམ་མཁའ་ལ་རལ་གྱི་གཡུག་པ་ལྟར་གནོད་པའི་བྱོགས་ཅམ་དུ་མི་འོང་བའི་
 བྱིར། ཞེས་གསུངས། ༩ གཉིས་པ་གཞན་སྟོང་གི་སྤྱ་བཤད་ནི་ ༡ ཡོངས་བྱབ་བདེ་གཤེགས་
 སྟོང་བོ་ནི་རང་གི་དོ་བོས་མི་སྟོང་ལ། གཞན་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱིས་གདོད་ནས་སྟོང་པས་ན་གཞན་
 སྟོང་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་གཞན་སྟོང་སྟོང་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ ༡༩ ལས། དེས་ན་ཡོངས་བྱབ་བདེ་

གཤམ་གསལ་སྒྲིང་པོ་དེ་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་ནས་ཡང་མི་སྟོང་ལ། གཞན་ཀྱང་རྫོང་གིས་གདོད་ནས་
སྟོང་པའི་ཕྱིར། ཡོངས་བྱུང་དོན་དམ་བདེན་བ་དེ་ནི་གཞན་སྟོང་ཡིན་གྱི་རང་སྟོན་མིན་ནོ། །དེའི་
ཕྱིར་ཀྱང་རྫོང་ཆུས་གཞན་གྱི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་སྟེང་དུ་རང་གི་ངོ་བོས་ཀྱང་སྟོང་བ་དང་དོན་
དམ་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ཁོ་ནས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཚུལ་འདི་སྤྱོད་བཞི་གཞན་སྟོང་དབུ་མའོ། །ཞེས་
གསུངས། གཞན་ཡང་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་ཚུལ་གཉིས་རྣམ་འབྲེད་ལས། རང་སྟོང་གི་དོན་ནི་ཀྱང་
རྫོང་དང་དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་ཞིང་བདེན་བར་མེད་པའི་ཕྱིར་
ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་སྟོང་ཡིན་ཞེས་འདོད་བ་ཡིན་ལ། གཞན་སྟོང་ནི་ཀྱང་རྫོང་གི་ཆོས་ཐམས་
ཅད་བདེན་མེད་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་བས་རང་སྟོང་ཡིན་ཀྱང་། དོན་དམ་གྱི་དབྱིངས་ནི་བདེན་
བར་བྱུང་པའི་ཕྱིར་རང་གི་ངོ་བོས་མི་སྟོང་ལ། འོན་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་ནི་ཡིན་ཏེ་གཞན་གསུང་
འཛིན་སོགས་སྟོན་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་ནི་གཞན་སྟོང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
བཞེད་པའི་དོན་ཡིན་པས་ཀྱང་རྫོང་ཡིན་པ་ལ་མ་བྱུང་ཡང་། དོན་དམ་རང་སྟོང་དུ་
བཞེད་མི་བཞེད་གྱི་བྱུང་བར་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། །གསུམ་བ་གཞན་སྟོང་སྟོན་པའི་ལུང་
གི་བྱུངས་ནི། དང་པོ་མདོའི་ལུང་ནི། མདོ་སྡེ་དགོངས་བ་ངེས་འབྲེལ། ཀ་ཏུ་ཡ་ནའི་གདམས་
ངག་གི་མདོ་དང་། མདོ་སྡེ་ཆེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་སོགས་འཁོར་ལོ་དང་པོའི་མདོ་མང་པོ་དང་།
བྲམས་བས་ཞུས་པའི་ལུང་དང་། ཤེར་བྱིན་ལྷ་བརྒྱ་བ་སོགས་འཁོར་ལོ་བར་པའི་གནས་
སྐབས་མང་པོ་དང་། མདོ་བཞི་སོགས་ཐ་མའི་མདོ་མང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་གཤམ་གསལ་པའི་སྟོང་
པའི་མདོ་དང་། ར་བོ་ཆའི་མདོ་དང་། སོར་མའི་བྲེང་བ་ལ་ཐན་པའི་མདོ་དང་། དཔལ་བྲེང་གི་
མདོ་དང་། ལྷ་རན་ལས་འདས་བ་ཆེན་པོ་དང་། དགོན་མཆོག་སྟོན་དང་། རབ་ཏུ་ཞི་བ་རྣམ་
བར་ངེས་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་ལ་སོགས་སོ། །བསྟན་བཅས་གྱི་བྱུངས་ནི། མདོན་རྟོགས་རྒྱ་དུ་
མདོ་ཅམ་གསུངས། མདོ་སྡེ་རྒྱ་དང་། དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྲེད་དང་། ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྲེད་
དུ་གསལ་ཞིང་རྒྱས་བར་བཤད། སྟོང་པའི་མདོའི་དོན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་མཐའ་ཞིབ་
མོ་དེ་རྒྱ་དང་ཆུ་མར་གཏན་ལ་ཐབ་པོ། །གཞན་སྟོང་གི་དབུ་མ་ནི་སྤྱོད་མཆོད་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་

བཅོས་མཐའ་དག་ལ་གསལ་ཞིང་དབྱིག་གཉེན་གྱི་ཉི་མེད་འབྲེལ་བ་གཞོན་འཛུམས་དང་།
 ཚོས་ཉིད་རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ན་ལྟན་ཏུ་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་
 གཞན་སྟོང་སྟོང་པོ་༡༠ལ་གཞི་བྱས། ༼ བཞི་བ་གཞན་སྟོང་གི་ལྷ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་པར་མ་ཟད་
 དེས་དོན་མཐར་ཐུག་ཏུ་ཡིན་ཚུལ་ནི ༽ ལྷ་འཁྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་མཁྱེན་དུ་སྤྲོ་བ་འདྲུ་མི་
 བས་པའི་གཞན་སྟོང་ཁས་ལེན་སེལྟེདེ་ར་རོར། མི་མཆོག་སྟོན་པ་ལྟུ་སེལྟེ་ཡིས། ༼མི་སྟེངས་
 འཁོར་ལ་སེལྟེདེ་སྤྲོ་བ་སྤྲུགས་པའི། ༼དེས་དོན་སྟོང་པོའི་མཐར་ཐུག་འདི་ཁོ་ནར། ༼དེས་པ་སྟེང་
 རྣམས་མི་ལྟོག་ལུང་བསྟན་འཆེངས། ༼ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་༼ ཀོང་སྤྲུལ་ཡོན་ཏྲ་རྒྱ་
 བཙུང་ “གཞན་སྟོང་དབྱེ་མ་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཁྱིད་རྩི་རྩི་རྩི་བ་བྱི་མ་མེད་པའི་འོད་ཟེར” ལས། དེར་
 མ་ཟད་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱིས་གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཟིགས་
 པའི་སྤྱི་འཕགས་རྣམས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་དགོངས་པ་ནི་འདི་ཁོ་ནར་འབབ་དགོས་སོ། ༼ཞེས་
 གསུངས། ༼ ལྷ་པ་རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་གི་ཁྱད་པར་ནི ༽ རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་ཚུལ་གཉིས་རྣམ་
 འབྲེད་ལས། རང་སྟོང་གི་དོན་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་དོ་
 བོས་སྟོང་ཞིང་བདེན་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་སྟོང་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་ཡིན་ལ།
 གཞན་སྟོང་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་རང་གི་དོ་བོས་སྟོང་བས་རང་སྟོང་
 ཡིན་ཀྱང་༼ དོན་དམ་གྱི་དབྱིངས་ནི་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རང་གི་དོ་བོས་མི་སྟོང་ལ། འོན་
 ཀྱང་སྟོང་ཉིད་ནི་ཡིན་ཏེ་གཞན་གཟུང་འཛིན་སོགས་སྤྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་
 དོན་དམ་ན་གཞན་སྟོང་ཡིན་ནོ། ༼ཞེས་བཞེད་པའི་དོན་ཡིན་པས་ཀུན་རྫོབ་རང་སྟོང་ཡིན་པ་ལ་
 མཐུན་ཡང་༼ དོན་དམ་རང་སྟོང་དུ་བཞེད་མི་བཞེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནོ། ༼ཞེས་གསུངས། ༼
 རྒྱག་པ་རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་སྤྲོ་བའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་ཚུལ་ནི ༽ རང་སྟོང་སྤྲོ་བ་
 དང་༼ གཞན་སྟོང་སྤྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་འཛིན་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། རང་
 སྟོང་པ་རྣམས་ནི་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་འདི་ལྟར་སྤྲང་བའི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ལ། དེ་
 རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པར་འཛིན་སྟེ། དོན་དམ་དེ་ཡང་

སྐྱོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཙམ་ལ་འཛོག་གཞན་སྟོང་པ་ རྣམས་ནི་དངོས་པོ་དངོས་མེད་
གཟུང་འཛིན་སོགས་གཉིས་སྤང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ལ། རོན་
དམ་པའི་དབྱིངས་གཉིས་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་རང་རིག་པ་ནི་རོན་དམ་དུ་འཛོག་པས། རོན་དམ་
སྐྱོས་པ་དང་བྲལ་ཙམ་ལ་མི་འཛོག་པས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོས་པས་དབེན་པའི་རིག་པ་
ལ་འཛོག་སྐྱོས་པ་དང་བྲལ་ཙམ་ནས་མཁའ་ལྷ་བྱ་ནི་བཅས་སྟོང་དང་ཆད་སྟོང་ཡིན་པར་འདོད།
དེས་ན་རང་སྟོང་པ་རྣམས་ཀྱི་རོན་དམ་མེད་དགག་དང་དངོས་མེད་ལ་འཛོག་གཞན་སྟོང་པ་
རྣམས་ཀྱི་རོན་དམ་དངོས་པོ་ཡིན་པ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་གསར་དུ་འདུས་པ་མ་ཡིན་ལ། སྤྱི་
ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་མེད་ལ་རྟག་བརྟན་གཡུང་བྱུང་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆད་མཐར་མི་འགྱུར།
སྐྱོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་པའི་བྱིར་རྟག་པའི་མཐར་མི་འགྱུར་བ་ཆོག་གིས་བཛོད་པའི་
ཡུལ་ལས་འདས་ཤིང་། རྣམ་རྟོག་གིས་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བཞག་ཏུ་མེད་པས་རྟོག་གའི་ཡུལ་
ལས་འདས་པ་དང་། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་བྱ་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། ཞེས་ཏུ་ར་
རྒྱ་ཐའི་ཚུལ་གཉིས་རྣམས་འབྱེད་ཀྱི་ལས་གསུངས་སོ། ། ༡༩ བདུན་པ་གཞན་སྟོང་སྤྱི་བ་རྣམས་
ཀྱིས་འཁོར་ལོ་གསུམ་ཀྱི་བྱང་དེས་འཛོག་ཚུལ་ནི་༥ གཞན་སྟོང་སྤྱི་བ་རྣམས་ནི་དང་པོ་བྱང་
རོན་དང་། བར་པ་གནས་སྐབས་ཀྱི་དེས་དོན། ཐ་མ་མཐར་ཐུག་གི་དེས་དོན་སྟོན་པར་བཞེད།
རང་སྟོང་སྤྱི་བ་རྣམས་ནི། བཀའ་འཁོར་ལོ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་ནི་བྱང་རོན་དང་།
བར་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ནི་དེས་དོན་མཐར་ཐུག་ཐ་མ་ལེགས་པར་རྣམས་པར་
བྱེ་བའི་ཆོས་འཁོར་གནས་སྐབས་ཀྱི་དེས་དོན་ཉི་ཤང་རོན་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། ། ༢༠ བཅུན་ཏུ་ར་
རྒྱ་ཐའི་ཚུལ་གཉིས་རྣམས་འབྱེད་ཤོག་གངས་ཉལ་གཞི་བྱས། ༡ བརྒྱད་པ་གཞན་སྟོང་ཉམས་སུ་
བཞེས་པའི་མཁའ་སྒྲུབ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་གཞུང་རགས་རིམ་ནི་༥ ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་
བ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རང་བྱུང་དོན་མེད་ལྟོགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཀྱི་
(དེ་གསུམ་ལ་གཞན་སྟོང་གི་ཤིང་རྟའི་སྟོལ་འབྱེད་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་གྲགས།) ཟེ་ཡུང་པ་ཁ་ཆེན།
ཏུ་ར་རྒྱ་མ། བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་སོགས། རྟེན་སྤྱོད་ནས་སྤྱི་བའི་ཆོན་རྣམས་བྱི་དང་།

འཇུ་མི་པམ་འིན་པོ་ཆེ། དགོ་ཅེ་པཎ་ཆེན་འགྲུར་མེད་ཆེ་དབང་མཆོག་གྲུག། གཞོག་རིག་
 འཛིན་ཆེན་པོ་སྤྱེ་ལྷེད་རིམ་བྱོན་སོགས་དང་། ས་སྤྱིའི་ཕྱོགས་ནས་པཎ་ཆེན་འགྲུ་མཆོག་ལྷན་
 དང་། འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བཙུན་པཎ་ཆེད་པོ་སོགས་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་ཕྱོགས་ནས་ (ཁོང་དུ་
 བཤད་པའི) གམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྗེ་ཆེ་དང་། གམ་པ་བདུན་པ་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ།
 ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ། དེང་གི་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་མཁན་ཆེན་ཚུལ་
 ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་འིན་པོ་ཆེ། (ཁོང་གི་དབྱིན་སྐད་ཐོག་བཞུགས་པའི་ཕྱག་དཔེ་རྣམས་སུ་གཞན་
 ཉིད་སྐོར་ལྷགས་ཆེན་པོ་གསུངས་འདུག) གཞན་སྟོང་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་དགོ་ལྷན་པའི་ཕྱོགས་
 ཀྱི་འབྲས་སྤངས་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་རྗེ་དང་། གྲུང་དུ་རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོ། པཎ་ཆེན་སྟོ་
 བཟང་ཆོས་རྒྱན། བཀ་དཀར་སྤྱལ་སྤྱོད་བཟང་དཔལ་ལྷན་སོགས་ཀྱང་གཞན་སྟོང་སྤྱོད་པའི་
 གས་སུ་འཛོག་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་དེས་པས་དབྱེད་གཞི་ཅན་དུ་བཀོད་
 དོ། །ལྷག་པར་པཎ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་འབྲས་པལ་ཆེར་བདག་
 གིས་མཇུག་ཞིང་། ཁྱད་པར་ལྷ་པའི་སྐོར་རྣམས་ཞིབ་མཇུག་བྱས་ཀྱང་གཞན་སྟོང་གི་འི་ཅན་
 ཡང་མི་སྤང་བ་མ་ཟད། སྟོང་རྟོལ་སྤྲོ་མས་རྗེའི་ལྷ་བ་རྣམ་པར་དག་པ་རྟོགས་མཁན་གྱི་སྤྱེས་
 ཆེན་གྱི་གས་སུ་བཞག་འདུག འཇམ་དབྱངས་ཆོས་རྗེ་སོགས་གཞན་རྣམས་ནི་ཁུ་བར་མི་
 སྟོབས་པས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་གོ། ། དགུ་པ་གཞན་སྟོང་གི་སྐོར་གྱི་ཕྱག་དཔེ་རྟོ་སྟོང་
 རགས་རིམ་ནི་ །གཞན་སྟོང་སྟོན་པའི་བོད་གཞུང་ཆེ་མོས་ནི་ཀུན་མཁའ་དོལ་པོ་པའི་རི་ཆོས་
 དེས་དོན་རྒྱ་མཚོ་དང་། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་དབུ་མ་ཐེག་མཆོག་མཛོད་གཉིས་ཡིན། རོ་ནང་རང་གི་
 ཕྱོགས་ནས་ཀུན་མཁའ་དོལ་པོ་པའི་བདེན་གཉིས་གསལ་པའི་ཉི་མ། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་
 གཞན་སྟོང་སྟོང་པོ་དང་། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་ཚུལ་གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དེས་པའི་དོན་གྱི་འཇུག་
 དོགས། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་གཞན་སྟོང་དབུ་མའི་རྒྱུན་གྱི་ལུང་སྟོར། ཉིད་ཕྱོགས་ནས་འཇུ་མི་པམ་
 འིན་པོ་ཆེའི་གཞན་སྟོང་ཁས་ལན་སེལྟེའི་ར་རོ་དང་། དགོ་ཅེ་པཎ་ཆེན་འགྲུར་མེད་ཆེ་དབང་
 མཆོག་གྲུག་གྱི་དེས་དོན་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་རྣམ་པར་དེས་པའི་གཏམ་བདེ་གཤེགས་སྟེང་

སོའི་རྒྱན། ཡང་དགེ་ཅེ་པ་ཆ་ཆེན་འགྲུར་མེད་ཆེ་དབང་མཆོག་གྲུབ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་ཆེན་པོ་
བཞིའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་མདོ་ཅམ་བྱེ་བ་དེས་དོན་དགོངས་པ་གསལ་བྱེད། མཁན་ཆེན་
གཞན་མན་མཐའ་ཡས་གྱི་བྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་མདོར་བསྟུས་སུ་བཀོད་པ་འཇམ་མགོན་
ཞལ་ལུང་བཅས་དང་། (འོག་མ་འདི་གཉིས་གྱི་ནང་དུ་དེས་དོན་མཐར་ཐུག་པ་གཞན་སྟོང་
ཡིན་ཚུལ་མང་དུ་གསུངས་ཡོད།) ས་སྐྱའི་ཕྱོགས་ནས་པ་ཆ་ཆེན་ལྟ་མཆོག་ལྟ་གྱི་དབུ་མ་
ཆེན་པོའི་ལུགས་གཉིས་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་དེས་དོན་གཅིག་དུ་བསྟུས་པ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱན་གྱི་
འབྲུག་སྤྱུ་ཐབ་མོ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་ཕྱོགས་ནས་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྱལ་སློབ་གྲྭ་མཐའ་ཡས་
གྱི་གཞན་སྟོང་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཁྱིད་རྩི་རྩི་རྩི་བ་བྱི་མ་མེད་པའི་འོད་ཟེར་དང་། དགེ་ལྷན་
པའི་ཕྱོགས་ནས་བྲག་དཀར་སྤྱལ་སྤྱུ་སློབ་ཐབ་དཔལ་ལྷན་གྱི་གཞན་སྟོང་གི་གྲུབ་མཐའ་ལ་
དབུད་པ་མདོར་བསྟུས་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་སྤྱུ་སྤྱོད་མོགས་མོ། ༡༩ བཅུ་བ་དེ་ལ་རང་སྟོང་སྤྱ་
བའམ་ཆོས་བརྒྱུད་གཞན་གྱིས་གཟིགས་ཚུལ་དང་དགག་པ་བྱེད་ཚུལ་ནི་༡ གཞན་སྟོང་ངམ།
གཞན་སྟོང་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བྲགས་པ་ནི། དོན་དམ་བདེན་པ་སྤྱུབ་པ་རང་དབང་
པའི་རྟག་པ་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཁམས་བདེ་བར་
གཤེགས་པའི་སྟོང་པོ་རྟག་བརྟན་ཐེར་ལུག་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་གྱིས་མཆོན་པ་རང་ཆས་སུ་
ཡོད་པ་ཞིག་ལ་འདོད་དོ། ༡འདི་ནི་གངས་ཅན་གྱི་མཁས་པའི་ཡང་ཅེ་རྣམས་གྱིས་ལུང་རིགས་
བརྒྱ་ལྷག་གིས་འགོག་པར་མཛད་དེ། ལུ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་བདེ་བར་གཤེགས་སྟོང་
པོ་གསལ་ཞིང་མཛེས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལུགས་སྤྱུ་ལོ་རྒྱ་བས་བདེ་གཤེགས་སྟོང་
པོའི་མཛེས་རྒྱན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྷེ་སྟོང་འཛིན་པ་བཙེན་འགྲུས་དཔལ་གྱིས་བདེར་
གཤེགས་སྟོང་པོ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྟོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡང་འཕྲོག་པ་རིན་ཆེན་ཏོག་
གིས་མཉམ་མེད་དབང་པོའི་རྩི་རྩི་དང་། ཡེ་ཤེས་ཐོག་ཏོག་དང་། རྩི་རྩི་ཐོག་ཆེན་དང་། རྩི་རྩི་
ཐོ་བ་བྱ་བའི་དགག་ཡིག་གི་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་མཛད་ཅིང་། ས་སྐྱའི་མཁས་པ་གནས་ལུག་
པ་དགེ་འདུན་དཔལ་དང་། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ལྷེ་སྟོང་འཛིན་པ་རིན་ཆེན་གཞོན་ནུ་དང་། བཀའ་

བཞི་པ་རིན་ཆེན་རྗེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བཀག་མཉམ་མེད་མེད་པ་ཆེན་པོ་དང་། ཀུན་
མཁྱེན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་རྣམས་སུ་འདྲ་བ་དེ་འགོག་པའི་ལུང་རིགས་མང་དུ་
བཀའ་བསྩལ་བར་ (རྗེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་གཞན་སྟོང་འགོག་པའི་གཞུང་ནི། རྗེའི་དགོངས་པ་
རབ་གསལ་ལས། དབྱ་མ་བར་འདོད་པ་ཁ་ཅིག་གིས་དངོས་པོ་བདེན་བྱུང་ཁེགས་པའི་
ལུགས་སུ་བྱས་ནས། བདེན་སྟོང་བདེན་བྱུང་ཏུ་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་གིས་ཆོས་ཉིད་སྐྱབ་པ་
རང་དབང་བ་བདེན་བྱུང་ཏུ་འདོད་པའི་སྡེ་མ་ནི། “སྡེ་མ་བདེན་སྟོང་བདེན་བྱུང་ཏུ་འདོད་པ་ནི”
བདེན་ཆད་ལེགས་པོར་མ་ཟེན་པར་རགས་པ་ཅིག་ལས་མ་ཁེགས་པར་འདུག་པའི་སྟོན་དུ་
སྤང་ལ། “ཆོས་ཉིད་སྐྱབ་པ་རང་དབང་བ་བདེན་བྱུང་ཏུ་འདོད་པ་ནི” བྱི་མ་ནི་དངོས་པོ་བདེན་
པ་བཀག་པར་རྫོམ་ཡང་། ཆད་མས་ཁེགས་པར་མི་སྤང་གི་དངོས་པོ་ལ་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་ལྟ་
བར་འདུག་པས། དེ་དག་གིས་མ་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡིན་ནམ་སྟེ། རྗེའི་བྱང་ངེས་
ལེགས་བཤད་སྟེང་པོ་ལས། དཔེའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་ནམ་མཁའ་གཟུགས་མེད་པ་ཙམ་ལ་
འཛོག་པ་བཞིན་དུ་བདག་མེད་འཛོག་པར་གསུངས་པས། ཆོས་ཙན་འདུས་བྱས་ལ་ཆོས་ཀྱི་
བདག་རྣམ་པར་བཅད་ཙམ་ཀྱི་སྟོས་པ་མེད་དགག་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་ཡོངས་བྱུང་
འཛོག་པར་ཞེན་ཏུ་གསལ་བའི་བྱིར། མདོ་འདིའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བཟླས་པ་ངེས་པའི་དོན་དུ་
འདོད་བཞིན་དུ་འགྱུར་མེད་ཡོངས་བྱུང་དགག་བྱ་བཅད་ཙམ་ཀྱི་བཅད་ལྟོག་ནས་མི་འཛོག་
པར་སྟོའི་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་དགག་བྱ་བཅད་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་སྐྱབ་པ་རང་དབང་བ་ལ་འདོད་
པ་ནི་འགལ་བའོ། །ཡོངས་བྱུང་འདི་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་ངོ་བོ་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཙམ་
ཡིན་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་དགག་པའི་རང་གི་ངོ་
བོ་ལ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ་མེད་པས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་མི་བཞེད་པའི་ལུགས་
སོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་གཞན་སྟོང་འགོག་པའི་གཞུང་ཡིན་པར་སྤང་། གསུངས་སོ། །རྗོན་ང་
པའམ་གཞན་སྟོང་གི་ལྟ་བུ་ནི་མཁས་བྱུང་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་ས་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་མལ་
ནས་སྟོ་བྱར་དུ་བརྗོད་པའི་བྱུང་མཐའ་ཡིན་པར་སྤང་སྟེ་བྱུང་མཐར་བཤད་དོ། །གཞན་སྟོང་

ངས་ཇོ་མོ་ནང་པར་གྲགས་པའི་ལྷ་བའི་ཁྲུངས་གཏུག་ས་ནི་གངས་ཉེ་སྡིའི་འབྲམ་དུ་བྱུང་ཆེན་
ཡུ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ཉིང་འེ་འཛིན་དང་མཛོན་ཤེས་ཐར་ཐོར་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག་པ་དེ་ཡིན་
པར་གྲགས་ཤིང་། དེས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་མཛད། ལུགས་དེ་རྒྱས་
པར་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་བ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ཡིན་པར་འདུག་ཅིང་། བྱིས་སྤུ་
ཇོ་ནང་ཀུན་དགའ་གྲོལ་མཚོག་དང་། ཁྱད་པར་དུ་གྲོལ་མཚོག་གི་སྤྱི་བ་རྒྱ་རྒྱ་ཐས་གཞན་
སྟོང་གི་ལྷ་བ་སྦྱར་གསོ་མཛད་ནས་འཆད་སྤེལ་དང་ཡིག་འཛོག་ཀྱང་མང་དུ་བཅུམས། རྟག་
བརྟན་ཕུན་ཆོགས་སྤིང་བཏབ། ཇོ་ནང་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མང་པོའི་སྤྱར་བསྐྱབས་
སོ། །ལུང་སྤྱོད་པའི་དོ་རྩའི་བྱུང་མཐའ་བྱུང་བསྟན་ལྷུན་པོའི་མཛེས་རྒྱན་དང་། སྤུ་བ་ཀུན་
སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་བཅས་ཀྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས།

གཞན་དོན་རྩེས་དཔག་སྤྱབ་དག་ཡང་དག་སྤྱ་བ་ཤད་ནི། དག་སྤྱ་བ་པོ་རང་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་གང་
ཐག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་པའི་དོན་བྱེད་པས་གཞན་གྱི་དོན་ཞེས་སྟོས་ལ། རྩེས་དཔག་ཅེས་
པ་ནི། རྒྱ་ལ་འབྲས་སུའི་མིང་གིས་བཏགས་པའོ། །གཞན་དོན་རྩེས་དཔག་རྟགས་ཆོག་ཡང་
དག་སྤྱབ་དག་ཡང་དག་རྟགས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྟགས་གངས་ཡིན། རྩེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་ལུན་
སེལ་ལ་གཞི་བྱས།

གཞན་རིང་མི་འཛོག་པ། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། གཞན་གྱི་
རིང་མི་འཛོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་རྟགས་རྟོགས་པའི་བྱིར་གཞན་གྱི་རྒྱུན་
ཀྱིས་མི་འགྲོ་བའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་རིང་ཞེས་པའི་རིང་ནི། རིན་གྱི་དོན་ཡིན། དག་
ལུས་པ། དག་ལས་པ། བསྟོས་པ། རྒྱུ། འཕྲེན་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། ཡིག་རྙིང་རྟགས་སུ་རྩེས་
འཇུག་ “ར” དང་ “ན” གཉིས་གདམ་ངའི་ཚུལ་དུ་འབྲི་བའི་སྟོལ་ཡོད་པ་ལྟར། རིན་ལ་རིང་
ཞེས་པའི་བྲིས་པར་སེམས། སྟོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས། རིང་ཞེས་
པ་ནི་ལེ་ཤེད་དང་། བྲ་ཏུ་ལ་བསྐྱར་བ་གཞན་གྱིས་འཕྲེན་པ་དང་། རྒྱུན་གྱི་དོན་ཡིན་པ་དང་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །པོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཚུལ་ལུགས་སམ་བཛོད་ལུགས་

ཞེས་གསུངས། འདི་འཐད་མིན་དབྱད་པར་འོས་སོ། །གཞན་ནིང་མི་འཛོག་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟེགས།

གཞན་འདྲེན་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ། (བར་ཕྱིན) བསྟན་བྱའི་ལྷག་མ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་སྔ་བྱི་
མཆོམས་སྒྲིང་བ་དང་། བྱི་མས་སྔ་མར་གསལ་བ་ཤད་བྱས་པ་སོགས་དོན་གཞན་གང་ཡང་
མི་སྟོན་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ་ཞིག་ལ་ཟེལ། དཔེར་ན་རྩ་ཤིང་བསྟན་བཅོས་ལས། དག་དང་མི་
དག་ཆུང་དུ་ནམས། །བསགས་པས་ཤེས་རྒྱུ་གང་འགྱུར་ཏེ། །ཆར་གྱི་ཐིགས་པ་བསགས་
པས་ཀྱང་། །མཐའ་མྱས་རྩ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཞན་སྒྲེ། (བར་ཕྱིན) བྱི་རོལ་པ། ལུ་སྒྲེགས་པ། ལུ་སྒྲེགས་བྱེད། ཆོས་འདི་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་དོན་
གཅིག

གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ། (འདུལ་བ) མི་དག་པ་བཅུ་སྒྲ་བ་ཤད་ནི། གཞན་གཞོད་ནི་གཞན་ལ་
དངོས་སུ་གཞོད་པ་སྟོག་གཅོད་སོགས་ལུས་དག་གི་མི་དག་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་
རྣམས་ཀྱི་གཞིའམ་རྒྱ་ནི་བསྟན་པ་སེམས་སོགས་ཡིད་ཀྱི་མི་དག་པ་གསུམ་མོ། །བཅས་པ་ནི་
པན་རྩལ་སྤྱད་པ་སྟེ་ཆ་ཆང་བའི་དོན་ནོ། །

གཞན་འབྲུལ་དབང་བྱེད། (བར་ཕྱིན) འདོད་ལྷ་རིགས་དབྱག་གི་ནང་གསེས། གཞན་གྱིས་སྤྲུལ་པའི་
འོངས་སྒྲིད་ལ་དབང་བྱེད་པས་གཞན་འབྲུལ་དབང་བྱེད་ཅེས་བྱའོ། །

གཞན་དབང་། (བར་ཕྱིན) 1 གཞན་ལ་རག་ལས་པ། 2 རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དེ།
གཞན་དབང་གི་མཆོན་ཉིད། གཞན་དབང་དང་། འདུས་བྱས་དོན་གཅིག ཐ་སྙད་འདི་གཙོ་
བོར་སེམས་ཅམ་པས་ཤེད་སྒྲིད་བྱེད།

གཞན་འབྱོར་ལྷ། (བར་ཕྱིན) ༡ སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་དུས་ཡིན་པ། ༢ སངས་རྒྱས་
སམ་དའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པ། ༣ བསྟན་པ་གནས་པ། ༤ དེ་ལ་རྒྱུན་ལྷན་དུ་རྗེས་སུ་
འབྱུག་པ། ༥ བསྟན་རྒྱུན་སྒྲིང་བའི་སྤྱིན་བདག་ཡོད་པ་དང་ལྟའོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
ལས། གཞན་འབྱོར་ལྷ་ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་དང་དམ་ཆོས་སྟོན། །བསྟན་པ་གནས་དང་དེ་

རྗེས་འབྲུག་གཞན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་བཅེ་བའོ། ཞེས་པའོ། ཉེ་ལ་སངས་རྒྱུ་བྱོན་པའམ་འབྲུང་
བ་ནི་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་བ་གསུམ་གྱིས་ཆོགས་བསགས་ནས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་
འཆང་བྱ་བའོ། ཉེ་ལ་ཆོས་སྟོན་བ་ནི་སངས་རྒྱུ་སམ་དེའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་
པའོ། ཆོས་བསྟན་བ་གནས་བ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཤིང་ཆོས་བསྟན་བ་ནས་ཐུ་ངན་ལས་མ་
འདས་བར་དུ་དོན་དམ་པའི་ཆོས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱབ་པའི་ཆོས་མཉམས་
པའོ། ཆོས་གནས་བ་རྗེས་སུ་འབྲུག་བ་ནི་ཆོས་རྟོགས་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོ་བོ་རྣམས་ལ་དམ་
ཆོས་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་མཐུ་ཡོད་པར་རིག་ནས། རི་ལྟར་རྟོགས་བ་ལྟར་བསྟན་བ་ལ་རྗེས་
སུ་འབྲུག་པའོ། གཞན་གྱིས་ཕྱིར་སྟོང་བཅེ་བར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱིན་བ་པོ་དང་སྤྱིན་བདག་གིས་
ཆོས་གོས་སོགས་སྟེར་བའོ། ། (སྤྱ་བཤད་ནི) དེ་ལྟ་ནི་གཞན་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཅིང་ཆོས་སྤྱབ་པའི་
ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་གཞན་འབྱུང་པོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞན་རིག (པར་ཕྱིན) རང་རིག་ལས་གཞན་པའི་སྒོ། སྤྱ་བཤད་ནི། རང་ཤེས་བ་ལས་གཞན་པའི་བྱི་
རོལ་གྱི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པས་དེ་སྤྲད་བྱ། འདི་ནི་རང་རིག་ཁས་ལེན་
པའི་བྱ་བ་མཐའི་ཐ་སྟོང་ཅིག་གོ།

གཞན་ལ་འགམ་རྒྱུད་མི་ལྡང་བ། གཞན་ལ་ཡིད་སྟོན་བྱེད་མི་དགོས་པ། གཞན་ལ་རེ་ལྟོས་མི་དགོས་
པ།

གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས། (པར་ཕྱིན) མངོན་ཤེས་བྱུག་གི་གསུམ་པ་ནི། མངོན་ཤེས་བྱུག་
གི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་མ་བཅས་སོགས་ཤེས་པའི་
རིགས་སུ་གནས་པ་དེ། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། རིགས་གནས་
སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱི་རོལ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་དེ་
གཞན་གྱི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་མ་བཅས་སོགས་རྟོགས་མི་ཁུས་པའི་བྱིར་ཏེ།
དེས་དེ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དེ་རྟོགས་མི་ཁུས་པའི་བྱིར། གཞན་སེམས་ཤེས་པ་ཅམ་ལ་
དབྱེ་ན། སྤྱིས་ནས་ཐོབ་པ་དང་། ལས་ལས་བྱུང་བ་དང་། རིག་བྱེད་ལས་ཤེས་པ་དང་། ཉིང་ངེ་

འཛིན་ལས་བྱང་བ་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི་འདོད་ལྷ་དང་འཕྲེ་པལ་ཆེར་ལྷ་བྱ། གཉིས་པ་ནི། བར་
 མིན་པ་ལྷ་བྱ། གསུམ་པ་ནི། རྟོག་གེ་བ་མཁས་པ་ལྷ་བྱ། བཞི་པ་ནི་སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་དེ་
 ལྷ་བྱའོ།

གཞི་བཅུ་བདུན། (འདུལ་བ) རབ་རྩ་འབྱུང་བའི་གཞི། གསོ་སྦྱང་གི་གཞི། དགག་དབྱེའི་གཞི། དབྱར་
 གྱི་གཞི། ཀོ་ལྷགས་གྱི་གཞི། སྤྲན་གྱི་གཞི། སྤ་བརྒྱུད་གི་གཞི། ཀོ་འཕྲིའི་གཞི། ལས་གྱི་གཞི།
 དམར་སེར་ཅན་གྱི་གཞི། གང་ཟག་གི་གཞི། སྒོ་བའི་གཞི། གསོ་སྦྱང་བཞག་པའི་གཞི། གནས་
 མལ་གྱི་གཞི། རྩོད་པའི་གཞི། དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་གྱི་གཞི་དང་བཅུ་བདུན་ལོ། །སྤྱ་བ་འད་ནི།
 རབ་རྩ་འབྱུང་བ་དང་གསོ་སྦྱང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱི་དོན་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་གཞི་འཕམ་རྟེན་
 དུ་གྱུར་པས་ན་གཞི་ཞེས་བྱའོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། གཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
 རྟེན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རབ་རྩ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཉི་ལྔ་ར་སྟོན་པའི་གཞུང་ནི་
 རབ་རྩ་འབྱུང་བའི་གཞི་ལ་སོགས་པའི་སྤྱར་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས། གཞིའི་སྐད་དོད་ལ་
 བསྟར་བ།

གཞི་འགྲེལ། (འདུལ་བ) མཆོད་རྟེན་ལས་གཞི་འགྲེལ་ལས་ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་བ་དེ་གང་ལ་བྱེད་ཅེན།
 དེ་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་དག་ལེགས་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། གྲེ་དག་བསྟན་འགྱུར་འདུལ་བ་སྤྲེགས་བཅས་༼ ཅུ་བ་ ༡༡༩༽
 བ་(ན་བཞུགས་སོ། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ་འདི་ལ། བེན་ཡ་བསྟར་རྟེན་ཞེས།

གཞི་བཅོ་བརྒྱད། (འདུལ་བ) གཞི་བཅུ་བདུན་ལས། ཕྱིར་བཅོས་ལ་ལྷུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་དང་རྩོད་པ་
 ཕྱིར་གཉིས་བྱེ་སྟེ་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །

གཞི་རི་བཞིན་པ། (འདུལ་བ) སྤྱངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་གཉིས་གྱི་ནང་གསེས། ལྷུངས་ལོ་མའི་སྟན་
 བཏིང་བ་ལས་གཞན་འོས་སྟན་དང་རས་ལ་སོགས་པའི་སྟན་ལ་ཆགས་པ་སྤྱངས་པའི་ཕྱིར་
 གཞི་རི་བཞིན་པའོ། །སྤྱ་བ་འད་ནི། ལྷུངས་ལོ་མ་བཏིང་པའི་སྟེང་དུ་མལ་འཆའ་བར་བྱེད་ཅིང་།
 དེ་ཡང་ལན་ཅིག་རི་ལྟར་བཏིང་བ་དེ་ཁོ་ནའི་སྟེང་དུ་མལ་འཆའ་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡང་ཡང་མི་བརྟེ་

བས་གཞི་ཅི་བཞིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཤོ་བདེ་བར་བཤད་ན། གཞི་ནི་འདིར་གདན་ལ་བཞུང་ཅིང་།
ཅི་བཞིན་པ་ནི་རང་འཇགས་བཞག་པའི་དོན་ནོ། །
གཞི་དུས་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས། འཆི་བ་འོད་གསལ་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྒྲོ། དེ་ལ་གཞིའི་རྟོགས་པ་
ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲུ་ཡང་ཟེར།
གཞི་དུས་ཀྱི་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཆོར་བར་རིགས་གཅིག་ཏུ་བྲན་
པའི་ཤེས་པ་ལ་བཤད།
གཞི་དུས་ཀྱི་བྱ་བུ་ཡེ་ཤེས། འཛིག་རྟེན་པའི་ཕྱི་བྱ་བ་དང་དགོས་པ་སོགས་བྲན་པའི་ཤེས་པ་ལ་
བཤད།
གཞི་དུས་ཀྱི་མེ་འོང་ཡེ་ཤེས། མེ་འོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བ་བཞིན་དུ་ཡུལ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་དུ་
གསལ་བར་སྤང་བའི་ཤེས་པ་ཞིག་ལ་བཤད།
གཞི་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ། (དགེ་ལུགས) མ་མལ་པའི་འཆི་བ་འོད་གསལ། གཞིའི་འོད་གསལ་དང་དོན་
གཅིག་རྒྱས་པ་འཆི་བ་འོད་གསལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས། (བཀའ་བརྒྱུད) གཞི་གདོད་མའི་
འོད་གསལ་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཆོས་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་བཤག་དེ་ལ་ཟེར།
གཞི་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྡ། གཞི་དུས་ཀྱི་མེ་འོང་ཡེ་ཤེས། གཞི་དུས་ཀྱི་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། གཞི་དུས་
ཀྱི་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས། གཞི་དུས་ཀྱི་བྱ་བུ་ཡེ་ཤེས། གཞི་དུས་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་དང་
ལྡའོ། །
གཞི་དུས་ཀྱི་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས། ཉེ་དུ་སོགས་ཀྱི་མིང་སོ་སོར་བྲན་པའི་ཤེས་པ་ལ་བཤད།
གཞི་གདོད་མའི་འོད་གསལ། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་
གསལ་བ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱུང་བཤག་དེ་ལ་ཟེར། གཞི་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་དང་དོན་
གཅིག་
གཞི་མེད་སྒྲུར་འདེབས་ཀྱི་ལྷག་མ། (འདུལ་བ) ལྷག་མ་བརྩུགས་མ་གྱི་བརྒྱུད་པ། གཞི་མེད་སྒྲུར་

འདེབས་ཀྱི་ལྷག་མའི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་ལྷ་བ་རང་སྤྱོད་གས་ཡིན་ན་མཆན་
མ་ཐུན་རུང་མི་མ་ཐུན་རུང་ཉེ་བསྟེན་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གསོར་རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྷན་བཤས།
ལྷ་བ་གཞན་སྤྱོད་གས་བསྟེན་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མཆན་པས་མ་གསོས་བ་དང་ལྷན་བ་ལ་བསམ་བ་
ཉམས་འདུན་གྱིས་སྤྱོད་བ་གསལ་པོས་མཆན་པས་སྤྱོད་བ་བཏབ་བ་ལས་སྤྱོད་བའི་ལྷང་བ་
དངོས་གཞིའོ། སྤྱོད་གཞིའོ། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་མཛའ་བོ་དང་ས་ལས་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱིས་གྲུང་
བུ་རྒྱུ་ལ་གཞི་མེད་པར་སྤྱོད་བ་གསལ་པོའི་སྤྱོད་པ་མཆན་པས་སྤྱོད་བ་བཏབ་བ་ལས་དགེ་
འདུན་ལྷག་མར་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ཉི་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱོད་བ་བཏབ་པའི་སྤྱོད་པ་རང་རིགས་
ཅམ་ལ་གཞོད་པའོ། །

གཞི་མེད་ཅ་བྲལ། (བྲག་ཆེན) 1 སྤྱོད་བཏབ་གཞི་མེད་ཅ་བྲལ་ཞེས་པ། ལྷལ་མེད་དུ་སོང་བའི་དོན་
ཡིན། 2 རྒྱ་དང་རྒྱུན་གང་གིས་གྲུང་མ་བྲས་པ། རྒྱང་ས་དང་གནས་ས་ཐེང་ས་ཐམས་ཅད་
དང་བྲལ་བ། རིགས་པས་དབྱུང་པ་ན་མ་རྟེན་པར་རང་ཡལ་དུ་སོང་བ། 3 རིགས་པས་དབྱུང་
བཟོད་མིན་པ། གང་དུ་འདྲེས་བཟུང་དང་བྲལ་བ། 2 སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས། སྤྱོད་བཏབ་ནི།
དོན་ཀྱི་གཞིའམ་ཅ་བ་སེམས་སེམས་ལྷ་བྱ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལས་བྱུང་། རོ་བོ་དང་དབྱིབས་
སོགས་རི་ལྷ་བྱར་འདུག་སྤྱོད་དུ་བརྟགས་པ་ན་གང་དུ་འདྲེས་བཟུང་དང་བྲལ་བས་ན་དེ་
སྤྱོད་ཅེས་བྲལ། །འདི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྲག་ཆེན་ཀྱི་བདེ་ཆད་ཅིག་ཡིན་རུང་། རྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་
ནམས་སྤྱུང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཉེ། རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྤྱོད་ལས། རྗེ་རྗེ་ཐེག་པ་ལས་གསུངས་
ཚུལ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སངས་རྒྱལ་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷལ་ཡོངས་སུ་དྲིས་པའི་སེམས་གང་
ཡིན་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི། ཅ་བ་མེད་པ། གནས་མེད་པ། གཞི་མེད་པ། མཆན་མ་མེད་པ་དང་།
དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་མེད་པ། དབང་པོ་ལས་འདས་པ། རྟོག་གེ་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷལ་མ་ཡིན་
པའོ། །ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་བརྟན་པའི་ཆོག་ལས་གསུངས་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་ཉེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། བདེ་སྤྱུག་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ནི་
དཔེར་ན་མི་ལམ་ན་བདེ་སྤྱུག་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་བཞིན་ཉི་དེ་གཞི་མ་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་རྟོག་

མཐའ་དག་ནི་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལྷན་བཞེན་བྱུང་ས་དང་གནས་ས་དང་ཐེམ་ས་དང་བྲལ་
བས་ཅ་བྲལ་ཡིན། ཞེས་གཟུང་བ་དབང་ལྷན་དེ་རྗེ་གསུང་ངོ་། །གཞན་ཡང་། གཟུང་བ་དབང་
ལྷན་དེ་རྗེ་འཇུག་ལྷན་བརྒྱད་ལྷན་པའི་ཤིང་རྩ་ལས། འོན་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་པའི་
ལྷན་ཆེན་གྱི་མིང་ཅན་དབྱ་མའི་བཀའ་དང་། རོ་མོ་ནས་བརྒྱད་པའི་དབྱ་མའི་བཀའ་འདི་
གཉིས་ཆོས་ཚུལ་གཅིག་གས་ཐ་དད་ཅེ་ན། དོན་ལ་མི་གཅིག་པ་མེད་ཀྱང་འདིར་ནི་རྟོག་དཔྱད་
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་སྟེ་མེད་དགག་གི་ཆ་ལ་གསལ་སྤང་བྱུང་ཟད་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་
ཀྱིས་མཉམ་པར་འཛོག་ལ། དེར་ནི་བྱད་ཤིང་ཟད་པ་ན་མེ་ཞི་བ་ལྟར་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་
ཉིད་ཀྱང་གཞི་མེད་ཅ་བྲལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་སྟེ། དགག་སྤྱོད་གང་གི་འད་དོན་ཅན་མ་
ཡིན་པ་ཞིག་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ནི་བྱད་པར་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་གཞི། ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལ་ལམ།
ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་ལ་འབྲས་བྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་གཏན་ལ་ཐབ། ལམ་སྒྲོམ།
འབྲས་བྱ་ཐོབ་པའོ། །དེ་ཡང་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། དག་པའི་བཤེས་གཉེན་
ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཤོད་ནང་པར་གནང་བའི་ཆབ་ཤོག་ལས། དེ་བཅས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་
གཞི། །ཐབས་ཤེས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བ་ལམ། །ཆོས་དང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་གཉིས་འབྲས། །གཞི་
ལམ་འབྲས་བྱ་བསྐྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཡོངས་གྲགས་སུ་གཞི་བདེན་པ་
གཉིས། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས། འབྲས་བྱ་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་གཉིས་ཞེས་བཤད་དོ། །

གཞི་གསུམ། <ཏི་བརྒྱ> 1 (འདུལ་བ) གསོ་སྤྱོད་གི་གཞི། དབྱར་གནས་ཀྱི་གཞི། དགག་དཔྱེད་གཞི་
དང་གསུམ། 2 ལྷན་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་བྱུང་བའི་གཞི། བསྒྲོམས་
པ་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་དང་གསུམ་མོ། །

གཞི་གསུམ་ཆོག (འདུལ་བ) གསོ་སྤྱོད་གི་གཞི། དབྱར་གནས་ཀྱི་གཞི། དགག་དཔྱེད་གཞི་དང་
གསུམ་ཀྱི་ལག་ལེན་བྱེད་ཚུལ་སྟོན་པའི་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་མིང་།

གཞི་གསུམ་ཀྱི་དག་བ། 1 ཆོས་ཀྱི་བྱ་བ་རང་གིས་བཀྱིས་པ་དང་། གཞན་བཀྱིད་དུ་བརྟུག་པ།

གཞན་གྱིས་བཅྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་གསུམ་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་
 རིམ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་བརྒྱུད་བའི་ཚོགས་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་མིང་འདི་
 ཞེས་བཅྱི་བས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན་དང་གཞན་དག་ཏུ་སྦྱིན་པའི་རང་བཞིན་དང་ཚུལ་
 ཁྲིམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་བསྟོམས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་བདག་གིས་བཅྱིས་པ་
 དང་བཅྱིད་དུ་བསྐྱུལ་བ་དང་བཅྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེས། ཞེས་
 གསུངས་སོ། །ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆའི་ལམ་རིམ་ཟེན་གྱིས་༩ ཁ་བ་ ༡༩༩བཤུ་ལས་
 གྲུང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །² སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བསྟོམས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་
 དགེ་རྩ་གསུམ་ལ་བཤད་པའང་ཡོད་དེ། དེའུ་ཚུའི་གསུང་རིམ་ལན་ལས། གཞི་གསུམ་
 གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཕུང་པོ་ཞེས་པའི་གཞི་གསུམ་ནི། སྦྱིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་
 དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལས་བྱུང་བའི་གཞི། བསྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་དང་གསུམ་ལ་
 བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། འདི་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྗེའི་ལམ་རིམ་ལ་གཞི་བྱས་པར་སྤང་ངོ། །

གཞི་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྣམ་དཀར། གཞི་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་དང་རོན་འད།

གཞི་བསམ་པ་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་བཞི། (འདུལ་བ) མོག་གཙོད་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་ན། ༡ གཞི་ནི། སེམས་
 ཅན་པ་རོལ་པོ། ༢ བསམ་པ་ལ། འདུ་ཤེས། ཉོན་མོངས། ཀུན་སྒྲོང་དང་གསུམ་ལས། འདུ་
 ཤེས་ལ། (བཞི་སྟེ་གཞི་སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་དང་སེམས་ཅན་མིན་པར་འདུ་
 ཤེས་པ་དང་། སེམས་ཅན་མིན་པ་ལ་སེམས་ཅན་མིན་པར་འདུ་ཤེས་བ་དང་སེམས་ཅན་དུ་
 འདུ་ཤེས་པ་བཞི་སྟེ་འདུ་ཤེས་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པ་ནི་མ་འཁྲུལ་པ་དང་གཉིས་པ་དང་བཞི་
 པ་ནི་འཁྲུལ་པ་ལོ། །མདོར་ན། སྦྱོར་བའི་དུས་སུ་གང་བྱུང་ཡང་གསོད་སྒྱུ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་སྦྱི་
 རྒྱགས་མེད་ན། འདུ་ཤེས་མ་འཁྲུལ་བ་དགོས་སོ། ཉོན་མོངས་ནི། དུག་གསུམ་གང་རུང་
 རོ། །ཀུན་སྒྲོང་ནི་པ་རོལ་པོ་གསོད་པར་འདོད་པ་ལོ། །³ སྦྱོར་བ་རང་གིས་སམ་གཞན་བྱེད་དུ་
 འཇུག་པ། ༤ མཐར་ཐུག་པ་རོལ་པོ་དེ་རང་གི་སྤྱི་རོལ་དུ་ལི་བཤོ། །དེའི་གཞན་རྣམས་ལ་འང་
 རིགས་འབྲེལོ། །

གཞིག 1 གཞིག (ད་ལྟ) གཞིགས། (འདས་པ) གཞིག (མ་འོངས) གཞིག (སྐུལ་ཆོག) (དག་ཡིག་
གསར་བསྒྲིགས་ལྟར་རོ) (པོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གཞན་རྣམས་གོང་དང་འབྲ་བ་ལ།
གཞིགས། སྐུལ་ཆོག་ཏུ་གསུངས) ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པའི་དོན། 2 འཛིག་གི་མ་འོངས་པ།

གཞིགས། གཞིག་གི་འདས་པ། གཞིག་ལ་གཟིགས།

གཞིའི་སྐྱ་གསུམ། ར་མལ་པའི་སྐྱ་ལི་བར་དོ་གསུམ་ལ། གཞིའི་སྐྱ་གསུམ་ཟེར། དེ་ཡང་ར་མལ་པའི་
སྐྱ་བ་གཞིའི་སྐུལ་སྐྱ། ར་མལ་པའི་འཆི་བ་གཞིའི་ཆོས་སྐྱ། ར་མལ་པའི་བར་དོ་གཞིའི་འོངས་
སྐྱའོ། །འགོས་ལུགས་པས་གཞིའི་སྐྱ་གསུམ་དང་། གཞིའི་རིམ་ལྡེའི་ཐ་སྙད་མི་བྱེད་ཀྱང་། མར་
ལུགས་པ་རྣམས་བྱེད་དེ། རྗེའི་རིམ་ལྡེ་གསལ་སྟོན་ལས། འགོས་ལུགས་པ་རྣམས་རིམ་པ་
གཉིས་ཀའི་སྤང་གཞིར་སྤིང་བ་སྐྱེ་འཛིག་གི་རིམ་པ་འཆད་ཀྱང་གཞི་དུས་ལ་སྐྱ་གསུམ་དང་
རིམ་ལྡེའི་རྣམ་གཞག་མི་བྱེད་ཀྱང་། མར་ལུགས་པ་རྣམས་རིམ་ལྡེ་བསྐྱས་པ་ལས། སྤིང་བ་སྐྱེ་
དང་ཉིན་ཞག་གཅིག །སྟན་གཅིག་སྟེང་དུ་སྤྱར་ཏེ་བཤད། །ཅེས་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་ལི་
བར་དོ་གསུམ་ལ་སྐྱ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་དང་། གཞི་དུས་ཀྱི་རྟོག་བཞུས་སོགས་རིམ་ལྡེའི་ཐ་
སྙད་བྱེད་པ་ནི་ལྷན་ཏུ་ལེགས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་གཞིའི་སྤིང་བ་སྐྱེ་འཆིའི་རིམ་པ་རི་ལྟ་བ་
བཞིན་དུ་ལམ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན་པས་དེ་དགོས་སོ། །ཐ་སྙད་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱང་དགོས་
པ་དེ་མ་ཤེས་པར་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱ་སོགས་ཀྱི་གདམས་ངག་རྣམས་འཆི་བའི་དུས་དང་བར་
དོའི་དུས་ཁོན་ར་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ལ་འཆད་པ་དང་། གཞིའི་རིམ་ལྡེའི་ཐ་སྙད་སྤར་བཤད་པ་
ལས་གཞན་དུ་བྱེད་པ་ནི་ལེགས་པར་མི་སྤྱང་དོ། །ཞེས་གསུངས།

གཞིའི་རྒྱུ། 1 (དགེ་ལུགས) ལྷན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་སེམས་དང་དེ་ཡི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ། རྒྱུའི་རྒྱུད་དང་དོན་
གཅིག 2 ཅ་རྒྱུད་ཐོག་ལེའི་རྣམ་གཞག་ལ་ཟེར། 3 རེན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་གདུལ་བྱ། ཞེས་མཁས་
པ་འགའ་གསུང་། 4 (གཤམ་བརྒྱུད) ཐོག་མཐའ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་
རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤད།
གཞིའི་སྐྱ་ལུས། ར་མལ་པའི་བར་དོ་ལ། གཞིའི་སྐྱ་ལུས་ཟེར། རིམ་ལྡེ་གསལ་སྟོན་ལས། འཆི་བའི་

འོད་གསལ་གྱི་མཐར་ཕུང་པོ་རྩིང་བའི་ཁྲོད་ན་གནས་པའི་རྒྱུད་སེམས་ཙམ་ལས་ལུས་རྩིང་བ་
ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་ནས་བར་དོའི་ལུས་བྱུ་བ་པ་ནི་སྦྱ་ལུས་ཀྱི་རིམ་པ་སྟེ་གཞིའི་འོངས་སྦྱ་ཞེས་
ཀྱང་བྱའོ། །ཐ་མལ་པའི་དབུགས་སྤྱི་ནང་དུ་འབྱུང་རུབ་བྱེད་པ་གཞིའི་རྩོར་བརྒྱས། (གཞིའི་
རྩོར་བརྒྱས་ནང་། གཞིའི་ལུས་དབེན་དང་དག་དབེན་གཉིས་བསྐྱ་བར་སེམས་) ཐ་མལ་པའི་
སྤྱང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གཞིའི་སེམས་དབེན། ཐ་མལ་པའི་འཆི་བ་འོད་གསལ་གཞིའི་འོད་
གསལ། ཐ་མལ་པའི་བར་དོ་གཞིའི་སྦྱ་ལུས་བཅས་ལྟའོ། །

གཞིའི་ཆོས་སྦྱ། འཆི་བ་འོད་གསལ། རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་མཐར་འཆི་བའི་འོད་
གསལ་འཆར་བ་ནི་འོད་གསལ་གྱི་རིམ་པ་སྟེ་གཞིའི་ཆོས་སྦྱ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རྟོ། །

གཞིའི་རྩིང་བརྒྱས་པ། གཞིའི་རྩོར་བརྒྱས་དང་དོན་འདྲ།

གཞིའི་རྩོར་བརྒྱས། ཐ་མལ་པའི་དབུགས་སྤྱི་ནང་དུ་འབྱུང་འདུག་བྱེད་པ་ལ། གཞིའི་རྩོར་བརྒྱས་
ཟེད། རེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། རྒྱུད་འབྱུང་འདུག་རྒྱུན་ལྡན་དུ་བྱེད་པ་ནི་གཞིའི་རྩིང་
བརྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞིའི་སྦྱལ་སྦྱ། ཐ་མལ་པའི་སྦྱེ་བ་སྦྱ། སྦྱེ་གནས་སུ་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་ནས་རགས་པའི་ལུས་སུ་སྦྱེ་
བ་སྦྱངས་པ་ལ་གཞིའི་སྦྱལ་སྦྱ་ཟེད།

གཞིའི་འོད་གསལ། ཐ་མལ་པའི་འཆི་བ་འོད་གསལ། རྒྱས་པར་གཞི་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་དང་། འཆི་
བ་འོད་གསལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

གཞིའི་འོངས་སྦྱ། ཐ་མལ་པའི་བར་དོ། ལ་ཁག་རྩོས་བཅས་སོགས་འབྱུང་ལུས་རགས་པ་སྦྱངས་
པའི་རྒྱུད་ཙམ་ལ་བྱུ་བ་པའི་ཡིད་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱ་བའི་བར་དོ། རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། འཆི་
བའི་འོད་གསལ་གྱི་མཐར་ཕུང་པོ་རྩིང་བའི་ཁྲོད་ན་གནས་པའི་རྒྱུད་སེམས་ཙམ་ལས་ལུས་
རྩིང་བ་ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་ནས་བར་དོའི་ལུས་བྱུ་བ་པ་ནི་སྦྱ་ལུས་ཀྱི་རིམ་པ་སྟེ་གཞིའི་འོངས་
སྦྱ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

གཞིའི་སེམས་དབེན། ཐ་མལ་པའི་འཆི་བ་འོད་གསལ་གྱི་སྤྲ་ལོག་གི་སྤྲ་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ལ་ཟེར།
རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྤྲོན་ལས། འཆི་བ་ན་རྒྱུ་ཕྱིན་དུ་རྒྱུ་བ་ལོག་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་རིམ་
གྱིས་ཐེམ་སྟེ། སྤྲ་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་ཉམས་འཆར་བ་ནི་སེམས་དབེན་གྱི་རིམ་
པའོ། །ཞེས་གསུངས།

གཞིའི་ལྷན་སྟེས། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས། འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིའམ་སྟོང་
པོར་བྱུང་པའི་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ལ་ཟེར།

གཞུ་ཁྱིམ། (འདུལ་བ) དགུན་གྱི་དུས། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། གཞུ་སྤྲ་བའི་དུས་ཡིན་པས་དེ་སྤྲ་ཅེས་བརྗོད།
གཞུ་གང་། གཞུ་འདོམ་གང་དང་དོན་གཅིག་

གཞུ་འདོམ། གཞུ་གང་། གཞུ་གཅིག་གི་རིང་ཆད་དེ་ཁྱ་བཞིའི་ཆད་ཀྱི་མིང་། འདི་ལ་^{6.4 ft.}ཀར་ཁྱ་
རྒྱག་དང་གངས་རྒྱུང་བཞིའི་⁶ རིང་ཆད་ཡོད། གཞུ་འདོམ་དང་འདོམ་བ་གང་དང་དོན་
གཅིག་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད་ཀྱང་ནོར་ཉེ། གཞུ་འདོམ་ནི་གཞུའི་རིང་ཆད་ལ་སྤྲར་ནས་
གསུངས་པས། འདོམ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཆེའོ། །མི་གི་འམ་ཀར་ཁྱ་རྒྱག་དང་གངས་རྒྱུང་བཞི་
⁶ རིང་གཞུ་འདོམ་གང་དོན་གཅིག་ གཞུ་འདོམ་གང་དང་འདོམ་བ་གང་དོན་གཅིག་ཡིན་
པར་བཤད་མཁན་ཡོད་ཀྱང་། ཞིབ་ཏུ་ཅེས་ན་ང་ཆོའི་ནམ་རྒྱུན་གྱི་འདོམ་བ་ལས་གཞུ་འདོམ་
ཞེས་ཆེ་བ་ཡོད།

གཞུ་ལས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུང་། ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་ལྷའི་ཡ་གྲལ་ཉེ། ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱིའི་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ན་
གནས་ཤིང་། བྱེད་ལས་རེག་བྱ་འཇམ་རྩལ་སོགས་འཛིན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུང་ཞིག་གོ། དེ་
ལ་ནོར་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུང་ཞེས་འགྲེལ་བ་རྣམས་སུ་བཤད་པའང་ཡོད་འོ། །ཞེས་རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་
སྟགས་ན་གསལ། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། མཁལ་མ་གཞུའི་དབྱིབས་དང་འབྲ་བ་ལས་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་
བཏགས།

གཞུག་གྲུ་རྒྱུང་། སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི་མཐུག་གི་གཞུག་གྲུ་དང་འབྲ་བའི་རུས་པ་རྒྱུང་དུ་དེའི་མིང་། དེ་ལ་
ཨ་གདོང་དང་། གཞུག་ཉོ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར།

གཞུག་པ་ལྷེས་དགོངས། 1 (དགེ་ལུགས) ལྷེས་དགོངས་བཞིའི་ནང་གསེས། མཆན་གཞི་ནི། གཞན་སྡེ་
འགའ་ཞིག་བསྟན་པ་ལ་གཞུག་པའི་དོན་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
སྤྱོད་བཤད་ནི། བསྟན་པ་ལ་གཞུག་པའི་དོན་དུ་དགོངས་གཞི་གཞན་ལ་བསམས་ནས་ཐད་ཀར་
མ་གསུངས་པར་ལྷེས་པོར་ཉེ་འཁྲིག་པོར་གསུངས་པས་ན་གཞུག་པ་ལྷེས་དགོངས་ཟེར། 2
(བཀའ་བརྒྱུད) ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ཁ་ཅིག་སྟོང་པས་སྤྲུག་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་མི་འཇུག་པ་
དག་གཞུག་པའི་དོན་དུ་གཟུགས་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོས། ཉན་པ་པོས་དོན་ལ་བྱུང་བར་གོ་ནས་
འཇུག་ལ། འཆད་པ་པོས་སྤང་ཆོད་ལ་སྤེལ་མ་ལྟར་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞུང་། 1 རྒྱལ་ཁབ་སྟོང་བའི་སྤྱི་དོན་གྱི་ཆོག་མཐོ་པོར་མེད་། དབྱུང། 2 སློབ་གཉེར་བྱ་ལུལ་གྱི་
གཙུག་ལག་གསལ་བསྟན་བཅོས། གཞུང་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 དཀྱིལ། གཞུང་ག་ལག་
བཏང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 གཙོ་བོ་འཕེལ་ཆེན་པོའི་མིང་། གཞུང་ལམ་དང་གཞུང་སྤྱི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 5
སྤྱི། དཔེར་ན། སྤྱི་སེམས་ཆེ་བ་ལ། གཞུང་སེམས་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
གཞུང་སྟོ་སྟོ་ཆེན། རྒྱ་སྟོ། གཞུང་ནི་འདིར་གཙོ་བོ་དང་། ཆེན་པོ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་ཡིན།
གཞུང་ཆེན་པོ་ཉེ་ལྷ། བཀའ་པོད་ལྷ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
གཞུང་ཐ་དད་པར་རིམ་པར་བསྐྲག་པའི་འཁོར་ལོ་ལས་སྡེ་པ་ཐ་དད་པ་བསྟན་པ་བསྐྱས་པ། རྒྱ་གར་
ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་དུལ་བ་ལྷས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་འདུལ་བ་༼ ལུ་བ་ ༡༧༩ བ་ན་
བཞུགས་སོ། །

གཞུང་དམ་པ། (འདུལ་བ) ལུང་ལྷ་བ་དང་དོན་གཅིག་
གཞུང་བྱི་མ། (འདུལ་བ) ལུང་ལྷ་བ་དང་དོན་གཅིག་ འདི་ལ་གཞུང་བྱི་མ་དང་སྤྱོད་མ་ཐེར་བའི་རྒྱ་
མཆན། ལུང་ལྷ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
གཞུང་བྱི་མའི་དབུ་མ་པ། མགོན་པོ་སྤྱོད་པ་དང་། སློབ་དཔོན་ཨ་ཅུ་དེ་མ་གཉིས་ལ་ཟེར། རྒྱ་མཆན་
ནི། ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་འཇུར་བའི་ལུགས་སུ་གནས་ཀྱང་
གཞུང་གི་བསྟན་ཆོད་ལ། ཐ་སྙད་དུ་རང་མཆན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་བཞེས་དང་། བྱི་དོན་

ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་བཞེས་དང་། གཞན་གྲགས་ཙམ་གྱི་སྐོན་སྤྱོད་ལ་རྒྱུ་དཔག་སྦྱོང་
དུ་བྱང་མི་བྱང་སོགས་གྱི་རྣམ་གཞག་གསལ་བར་བྱེ་བ་མེད་པས་ཐལ་རང་གི་ཕྱོགས་གཉིས་
ཀའི་ཕྱི་ལ་བཞུགས་པས་བྱེ་མ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཕྱི་མོན། ལུངས་དང་ཅ་བ་དང་གཞི་མ་བཅས་
གྱི་དོན་ཡིན།

གཞུང་གིས། 1 ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པས་མདོ་སྨད་བཟ་ཤིས་འབྲིལ་དུ། ཤིང་ཁྱི་
༡༧༡༥ལོར་བཟ་ཤིས་སྒོ་མང་གི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་བྱག་བཏབ་པའི་ཆེ་ཁང་བཟེའི་དོན་དང་ཤིང་།
ཉེན་བཞེངས་གྱི་བཟོ་བོ་མཁས་པ་རྣམས་དབུས་གཞུང་ལ་སྐྱབས་ཞུས་ཀྱིས་གཏོང་གནང་
མཛད་ཁོངས་ལྷ་གྲིས་པ་མཁས་པ་བདེ་ཆེན་གསང་སྤྲུགས་མཁར་བའི་ཆེ་འཕེལ་ཟེར་བ་ཞིག་
བྱང་སྟེ། དེས་མདོ་སྨད་ཨ་མདོའི་རིབ་གོང་ཁུལ་དུ་སྤོན་ལུགས་གྱི་གིས་རྒྱུན་སྡོམ་ཁུབ་རྒྱ་ཆེ་
བས་པའི་བཟོ་རྒྱུན་གྱི་མིང་། 2 སྤར་ཅེ་སྒོ་བ་བླ་བས་འབྲི་བའི་ཡིག་གཞུགས། དེ་ལ་གཞུང་
གིས་སམ། གཞུང་རིས་ཞེས་ཟེར།

གཞུང་ཁྲ་མ། (འདུལ་བ) <ལྷུང་གཞུང> ལུང་ལྷ་བ་དང་དོན་གཅིག་འདི་ལ་གཞུང་ཁྲ་མ་དང་བྱེ་མ་ཟེར་
བའི་རྒྱ་མཚན། ལུང་ལྷ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། རྒྱ་དོད་འདི་བྱེ་རྟོགས་༣༠ན་ལ་
གསལ།

གཞུང་བཙུགས། ཅལ་དུ་འདོན་པ། དམིགས་སུ་བཀར་པ། རྒྱུང་བཙུགས། གཞུང་བཙུགས་ནས་
བཤད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

གཞུང་ལམ། ལམ་ཆེན། རྒྱ་ལམ།

གཞུང་ལུགས་བྱེ་བྲག་བཀོད་པའི་འཁོར་ལོ། (འདུལ་བ) བཙུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་
འདུལ་བའི་གཞུང་ཞིག་བསྟན་འགྲུར་འདུལ་བ་༩ ལྷ་པ ༡༧༥༣ན་བཞུགས་སོ། །

གཞུང་ཤིང་། ཁང་པ་སོགས་བཟན་བྱེད་དུ་གཞུང་ངམ་དམུས་སུ་བཏང་བའི་ཤིང་ངམ་གདུང་མ་ལ་
ཟེར། བཟ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཟིན་གྱིས་༤ན་ལས། བྱ་ལ་བཟན་བྱེད་དུ་
གཞུང་ཤིང་ཞེས་གྲགས་པའི་དབྱུག་པ་རིང་པོ་ཞིག་གཞུང་དུ་བཏང་དགོས། ཞེས་གསུངས།

གཞེས། 1 གཞེས་ཉིན་དང་དོན་གཅིག་གནངས་ཉིན་གྱི་རྗེས་མའི་ཉིན་ཞག་དཔེར་ན་སང་ཉིན།
གནངས་ཉིན། གཞེས་ཉིན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 གཞེས་བ་དང་དོན་འདྲ། འཆོ་ཁིང་གཞེས། ལྟ་བུ།
གཞེས་པ། བཞུགས་པའི་དོན། འཆོ་ཁིང་གཞེས་བ་ལྟ་བུ། མདོ་མཛེངས་སྒྲིན་༡༥༡བལ་ལས། བཙུན་
བ་ཙུང་ཅམ་གཞེས་ཤིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ཅེས་ ༡༥༤༥བལ་ལས་
ཀྱང་། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལདས་གསོན་ཁིང་བཞུགས་ཏེ་འཆོ་ཁིང་གཞེས་བ་རྣམས་ལ་
ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །བསྐྱར་དར་ལྷ་རམས་པའི་དག་ཡིག་གཅེས་བསྐྱར་འབྲུང་སྒྲོང་
ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྐུ་རེངས་གསར་བ་ལས། གསོལ་བའི་བཞེས་དང་བཞུགས་པའི་
གཞེས། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

གཞོགས། 1 སྒྲོ་གཞོགས་གཡས་གཡོན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 ཟུར་མི་གསལ་བ། ཟུར་གྱིས་སམ་མི་
གསལ་བར་འབྲུ་སྒྲོད་བྱེད་བ་ལ་གཞོགས་འབྲུ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

གཞོགས་སྟེགས། མིག་ཟུར་གྱིས་བལྟ་བ་ལ་སོགས་བ་མི་གསལ་བར་ཆགས་པའི་རྣམ་འབྲུང་སྒྲོན་
བ་ལ་ཟེར། དེ་ལ་སྟེག་ཉམས་ཞེས་ཀྱང་སྣང། འདུལ་བ་ལུང་གཞིའི་འབྲེལ་བ་ལས། གཞོགས་
སྟེགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཏུ་ཅང་བརྟན་པར་མི་འཇུག་ཅིང་སྒྲིམ་ཉམས་པར་འདྲི་སྟེག་དང་ཀུན་ཏུ་
ཅེ་བ་ལ་སོགས་བ་ལུས་དང་དག་གི་ལས་སོ། ། ཞེས་གསུངས། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་བ་༩ ཚུ་ ༡༤༩༡ ལས། གཞོགས་སྟེགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ཟུར་
བྱེད་བ་ལ་སོགས་པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞོགས་བྱུང། སྐུ་མདུན། འབྲིས་སམ་འབྲམ།

གཞོགས་བྱུང། མི་གསལ་བར་ལད་མོ་བྱས་བ་ལ་གཞོགས་བྱུང་ཟེར་རམ་སྟེ། ཞེས་དཔལ་ལྡན་
ཆོས་རྗེ་གསུང།

གཞོགས་འབྲུ། ཟུར་གྱིས་སམ་མི་གསལ་བར་འབྲུ་སྒྲོད་བྱེད་པ།

གཞོགས་སྒྲོས། མི་གསལ་བར་བརྗོད་པ། ཟུར་གྱིས་བརྗོད་པ། བསྐྱོར་ནས་བཤད་པ།

གཞོགས་སྒྲོང། 1 ལོག་འཆོ་ལཱའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་རྩས་དེ་འཛོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་རྩས་ལ་

བསྐྱགས་པ་བྱེད་པའོ། །སྐྱ་སྐྱ་བ་ཀྱི་དབུ་མ་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། གཞོགས་སྒྲོང་དེ་ནི་ཐོབ་
བྱེད་ཕྱིར། །གཞན་གྱི་ཇས་ལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་རིན་ཆེན་དར་
རྒྱུ་ལས། གཞོགས་སྒྲོང་ནི། གཞན་གྱི་ལས་འདི་ལྟ་བུ་བྱས་ན་རྟེན་པ་དེ་ཐོབ་ན་ཅི་མ་རུང་
སྐྱམ་པས། དེའི་དོན་དུ་ལས་བྱེད་ཅིང་། བྱིད་ཀྱི་ལྷུང་བཟེད་འདི་ནི་མཛེས་སོ། །ཁོ་བོས་ཀྱང་
འདི་ལྟ་བུ་རྟེན་ན་གཅོང་བར་བྱ་ན། སྤྱིན་པ་པོའང་རྟེན་དཀའ་ཞེས་ཇས་ལ་རྒྱལ་པ་ལས་སྐྱ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །² འདུལ་བ་ལུང་ཕྱན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། གཞོགས་
སྒྲོང་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྟེན་པའི་བསམ་པས་ལུས་ཀྱི་གཞོད་པའི་གཞི་ཡང་དག་པར་སྟོན་
པ་དང་། མཛོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ཆེག་གིས་མངགས་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་
ལུང་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྐྱ་བ་ཤད་ནི། གཞོགས་ནི་མི་གསལ་བའི་དོན་
ཡིན་པས་མི་གསལ་བའང་མ་བྱུང་གིས་སྒྲོང་བས་ན་གཞོགས་སྒྲོང་ཞེས་བྱའོ། །

གཞོན་ཏུ་དོན་གྲུབ། རྒྱལ་བུ་གཞོན་ཏུ་དོན་གྲུབ་སྟེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་གོང་གི་
མཚན། འདི་ལ་དོན་གྲུབ་ཅེས་བཛོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མཛོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་
འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་³ ⁴ ⁵ ⁶ ⁷ ⁸ ⁹ ¹⁰ ¹¹ ¹² ¹³ ¹⁴ ¹⁵ ¹⁶ ¹⁷ ¹⁸ ¹⁹ ²⁰ ²¹ ²² ²³ ²⁴ ²⁵ ²⁶ ²⁷ ²⁸ ²⁹ ³⁰ ³¹ ³² ³³ ³⁴ ³⁵ ³⁶ ³⁷ ³⁸ ³⁹ ⁴⁰ ⁴¹ ⁴² ⁴³ ⁴⁴ ⁴⁵ ⁴⁶ ⁴⁷ ⁴⁸ ⁴⁹ ⁵⁰ ⁵¹ ⁵² ⁵³ ⁵⁴ ⁵⁵ ⁵⁶ ⁵⁷ ⁵⁸ ⁵⁹ ⁶⁰ ⁶¹ ⁶² ⁶³ ⁶⁴ ⁶⁵ ⁶⁶ ⁶⁷ ⁶⁸ ⁶⁹ ⁷⁰ ⁷¹ ⁷² ⁷³ ⁷⁴ ⁷⁵ ⁷⁶ ⁷⁷ ⁷⁸ ⁷⁹ ⁸⁰ ⁸¹ ⁸² ⁸³ ⁸⁴ ⁸⁵ ⁸⁶ ⁸⁷ ⁸⁸ ⁸⁹ ⁹⁰ ⁹¹ ⁹² ⁹³ ⁹⁴ ⁹⁵ ⁹⁶ ⁹⁷ ⁹⁸ ⁹⁹ ¹⁰⁰ ¹⁰¹ ¹⁰² ¹⁰³ ¹⁰⁴ ¹⁰⁵ ¹⁰⁶ ¹⁰⁷ ¹⁰⁸ ¹⁰⁹ ¹¹⁰ ¹¹¹ ¹¹² ¹¹³ ¹¹⁴ ¹¹⁵ ¹¹⁶ ¹¹⁷ ¹¹⁸ ¹¹⁹ ¹²⁰ ¹²¹ ¹²² ¹²³ ¹²⁴ ¹²⁵ ¹²⁶ ¹²⁷ ¹²⁸ ¹²⁹ ¹³⁰ ¹³¹ ¹³² ¹³³ ¹³⁴ ¹³⁵ ¹³⁶ ¹³⁷ ¹³⁸ ¹³⁹ ¹⁴⁰ ¹⁴¹ ¹⁴² ¹⁴³ ¹⁴⁴ ¹⁴⁵ ¹⁴⁶ ¹⁴⁷ ¹⁴⁸ ¹⁴⁹ ¹⁵⁰ ¹⁵¹ ¹⁵² ¹⁵³ ¹⁵⁴ ¹⁵⁵ ¹⁵⁶ ¹⁵⁷ ¹⁵⁸ ¹⁵⁹ ¹⁶⁰ ¹⁶¹ ¹⁶² ¹⁶³ ¹⁶⁴ ¹⁶⁵ ¹⁶⁶ ¹⁶⁷ ¹⁶⁸ ¹⁶⁹ ¹⁷⁰ ¹⁷¹ ¹⁷² ¹⁷³ ¹⁷⁴ ¹⁷⁵ ¹⁷⁶ ¹⁷⁷ ¹⁷⁸ ¹⁷⁹ ¹⁸⁰ ¹⁸¹ ¹⁸² ¹⁸³ ¹⁸⁴ ¹⁸⁵ ¹⁸⁶ ¹⁸⁷ ¹⁸⁸ ¹⁸⁹ ¹⁹⁰ ¹⁹¹ ¹⁹² ¹⁹³ ¹⁹⁴ ¹⁹⁵ ¹⁹⁶ ¹⁹⁷ ¹⁹⁸ ¹⁹⁹ ²⁰⁰ ²⁰¹ ²⁰² ²⁰³ ²⁰⁴ ²⁰⁵ ²⁰⁶ ²⁰⁷ ²⁰⁸ ²⁰⁹ ²¹⁰ ²¹¹ ²¹² ²¹³ ²¹⁴ ²¹⁵ ²¹⁶ ²¹⁷ ²¹⁸ ²¹⁹ ²²⁰ ²²¹ ²²² ²²³ ²²⁴ ²²⁵ ²²⁶ ²²⁷ ²²⁸ ²²⁹ ²³⁰ ²³¹ ²³² ²³³ ²³⁴ ²³⁵ ²³⁶ ²³⁷ ²³⁸ ²³⁹ ²⁴⁰ ²⁴¹ ²⁴² ²⁴³ ²⁴⁴ ²⁴⁵ ²⁴⁶ ²⁴⁷ ²⁴⁸ ²⁴⁹ ²⁵⁰ ²⁵¹ ²⁵² ²⁵³ ²⁵⁴ ²⁵⁵ ²⁵⁶ ²⁵⁷ ²⁵⁸ ²⁵⁹ ²⁶⁰ ²⁶¹ ²⁶² ²⁶³ ²⁶⁴ ²⁶⁵ ²⁶⁶ ²⁶⁷ ²⁶⁸ ²⁶⁹ ²⁷⁰ ²⁷¹ ²⁷² ²⁷³ ²⁷⁴ ²⁷⁵ ²⁷⁶ ²⁷⁷ ²⁷⁸ ²⁷⁹ ²⁸⁰ ²⁸¹ ²⁸² ²⁸³ ²⁸⁴ ²⁸⁵ ²⁸⁶ ²⁸⁷ ²⁸⁸ ²⁸⁹ ²⁹⁰ ²⁹¹ ²⁹² ²⁹³ ²⁹⁴ ²⁹⁵ ²⁹⁶ ²⁹⁷ ²⁹⁸ ²⁹⁹ ³⁰⁰ ³⁰¹ ³⁰² ³⁰³ ³⁰⁴ ³⁰⁵ ³⁰⁶ ³⁰⁷ ³⁰⁸ ³⁰⁹ ³¹⁰ ³¹¹ ³¹² ³¹³ ³¹⁴ ³¹⁵ ³¹⁶ ³¹⁷ ³¹⁸ ³¹⁹ ³²⁰ ³²¹ ³²² ³²³ ³²⁴ ³²⁵ ³²⁶ ³²⁷ ³²⁸ ³²⁹ ³³⁰ ³³¹ ³³² ³³³ ³³⁴ ³³⁵ ³³⁶ ³³⁷ ³³⁸ ³³⁹ ³⁴⁰ ³⁴¹ ³⁴² ³⁴³ ³⁴⁴ ³⁴⁵ ³⁴⁶ ³⁴⁷ ³⁴⁸ ³⁴⁹ ³⁵⁰ ³⁵¹ ³⁵² ³⁵³ ³⁵⁴ ³⁵⁵ ³⁵⁶ ³⁵⁷ ³⁵⁸ ³⁵⁹ ³⁶⁰ ³⁶¹ ³⁶² ³⁶³ ³⁶⁴ ³⁶⁵ ³⁶⁶ ³⁶⁷ ³⁶⁸ ³⁶⁹ ³⁷⁰ ³⁷¹ ³⁷² ³⁷³ ³⁷⁴ ³⁷⁵ ³⁷⁶ ³⁷⁷ ³⁷⁸ ³⁷⁹ ³⁸⁰ ³⁸¹ ³⁸² ³⁸³ ³⁸⁴ ³⁸⁵ ³⁸⁶ ³⁸⁷ ³⁸⁸ ³⁸⁹ ³⁹⁰ ³⁹¹ ³⁹² ³⁹³ ³⁹⁴ ³⁹⁵ ³⁹⁶ ³⁹⁷ ³⁹⁸ ³⁹⁹ ⁴⁰⁰ ⁴⁰¹ ⁴⁰² ⁴⁰³ ⁴⁰⁴ ⁴⁰⁵ ⁴⁰⁶ ⁴⁰⁷ ⁴⁰⁸ ⁴⁰⁹ ⁴¹⁰ ⁴¹¹ ⁴¹² ⁴¹³ ⁴¹⁴ ⁴¹⁵ ⁴¹⁶ ⁴¹⁷ ⁴¹⁸ ⁴¹⁹ ⁴²⁰ ⁴²¹ ⁴²² ⁴²³ ⁴²⁴ ⁴²⁵ ⁴²⁶ ⁴²⁷ ⁴²⁸ ⁴²⁹ ⁴³⁰ ⁴³¹ ⁴³² ⁴³³ ⁴³⁴ ⁴³⁵ ⁴³⁶ ⁴³⁷ ⁴³⁸ ⁴³⁹ ⁴⁴⁰ ⁴⁴¹ ⁴⁴² ⁴⁴³ ⁴⁴⁴ ⁴⁴⁵ ⁴⁴⁶ ⁴⁴⁷ ⁴⁴⁸ ⁴⁴⁹ ⁴⁵⁰ ⁴⁵¹ ⁴⁵² ⁴⁵³ ⁴⁵⁴ ⁴⁵⁵ ⁴⁵⁶ ⁴⁵⁷ ⁴⁵⁸ ⁴⁵⁹ ⁴⁶⁰ ⁴⁶¹ ⁴⁶² ⁴⁶³ ⁴⁶⁴ ⁴⁶⁵ ⁴⁶⁶ ⁴⁶⁷ ⁴⁶⁸ ⁴⁶⁹ ⁴⁷⁰ ⁴⁷¹ ⁴⁷² ⁴⁷³ ⁴⁷⁴ ⁴⁷⁵ ⁴⁷⁶ ⁴⁷⁷ ⁴⁷⁸ ⁴⁷⁹ ⁴⁸⁰ ⁴⁸¹ ⁴⁸² ⁴⁸³ ⁴⁸⁴ ⁴⁸⁵ ⁴⁸⁶ ⁴⁸⁷ ⁴⁸⁸ ⁴⁸⁹ ⁴⁹⁰ ⁴⁹¹ ⁴⁹² ⁴⁹³ ⁴⁹⁴ ⁴⁹⁵ ⁴⁹⁶ ⁴⁹⁷ ⁴⁹⁸ ⁴⁹⁹ ⁵⁰⁰ ⁵⁰¹ ⁵⁰² ⁵⁰³ ⁵⁰⁴ ⁵⁰⁵ ⁵⁰⁶ ⁵⁰⁷ ⁵⁰⁸ ⁵⁰⁹ ⁵¹⁰ ⁵¹¹ ⁵¹² ⁵¹³ ⁵¹⁴ ⁵¹⁵ ⁵¹⁶ ⁵¹⁷ ⁵¹⁸ ⁵¹⁹ ⁵²⁰ ⁵²¹ ⁵²² ⁵²³ ⁵²⁴ ⁵²⁵ ⁵²⁶ ⁵²⁷ ⁵²⁸ ⁵²⁹ ⁵³⁰ ⁵³¹ ⁵³² ⁵³³ ⁵³⁴ ⁵³⁵ ⁵³⁶ ⁵³⁷ ⁵³⁸ ⁵³⁹ ⁵⁴⁰ ⁵⁴¹ ⁵⁴² ⁵⁴³ ⁵⁴⁴ ⁵⁴⁵ ⁵⁴⁶ ⁵⁴⁷ ⁵⁴⁸ ⁵⁴⁹ ⁵⁵⁰ ⁵⁵¹ ⁵⁵² ⁵⁵³ ⁵⁵⁴ ⁵⁵⁵ ⁵⁵⁶ ⁵⁵⁷ ⁵⁵⁸ ⁵⁵⁹ ⁵⁶⁰ ⁵⁶¹ ⁵⁶² ⁵⁶³ ⁵⁶⁴ ⁵⁶⁵ ⁵⁶⁶ ⁵⁶⁷ ⁵⁶⁸ ⁵⁶⁹ ⁵⁷⁰ ⁵⁷¹ ⁵⁷² ⁵⁷³ ⁵⁷⁴ ⁵⁷⁵ ⁵⁷⁶ ⁵⁷⁷ ⁵⁷⁸ ⁵⁷⁹ ⁵⁸⁰ ⁵⁸¹ ⁵⁸² ⁵⁸³ ⁵⁸⁴ ⁵⁸⁵ ⁵⁸⁶ ⁵⁸⁷ ⁵⁸⁸ ⁵⁸⁹ ⁵⁹⁰ ⁵⁹¹ ⁵⁹² ⁵⁹³ ⁵⁹⁴ ⁵⁹⁵ ⁵⁹⁶ ⁵⁹⁷ ⁵⁹⁸ ⁵⁹⁹ ⁶⁰⁰ ⁶⁰¹ ⁶⁰² ⁶⁰³ ⁶⁰⁴ ⁶⁰⁵ ⁶⁰⁶ ⁶⁰⁷ ⁶⁰⁸ ⁶⁰⁹ ⁶¹⁰ ⁶¹¹ ⁶¹² ⁶¹³ ⁶¹⁴ ⁶¹⁵ ⁶¹⁶ ⁶¹⁷ ⁶¹⁸ ⁶¹⁹ ⁶²⁰ ⁶²¹ ⁶²² ⁶²³ ⁶²⁴ ⁶²⁵ ⁶²⁶ ⁶²⁷ ⁶²⁸ ⁶²⁹ ⁶³⁰ ⁶³¹ ⁶³² ⁶³³ ⁶³⁴ ⁶³⁵ ⁶³⁶ ⁶³⁷ ⁶³⁸ ⁶³⁹ ⁶⁴⁰ ⁶⁴¹ ⁶⁴² ⁶⁴³ ⁶⁴⁴ ⁶⁴⁵ ⁶⁴⁶ ⁶⁴⁷ ⁶⁴⁸ ⁶⁴⁹ ⁶⁵⁰ ⁶⁵¹ ⁶⁵² ⁶⁵³ ⁶⁵⁴ ⁶⁵⁵ ⁶⁵⁶ ⁶⁵⁷ ⁶⁵⁸ ⁶⁵⁹ ⁶⁶⁰ ⁶⁶¹ ⁶⁶² ⁶⁶³ ⁶⁶⁴ ⁶⁶⁵ ⁶⁶⁶ ⁶⁶⁷ ⁶⁶⁸ ⁶⁶⁹ ⁶⁷⁰ ⁶⁷¹ ⁶⁷² ⁶⁷³ ⁶⁷⁴ ⁶⁷⁵ ⁶⁷⁶ ⁶⁷⁷ ⁶⁷⁸ ⁶⁷⁹ ⁶⁸⁰ ⁶⁸¹ ⁶⁸² ⁶⁸³ ⁶⁸⁴ ⁶⁸⁵ ⁶⁸⁶ ⁶⁸⁷ ⁶⁸⁸ ⁶⁸⁹ ⁶⁹⁰ ⁶⁹¹ ⁶⁹² ⁶⁹³ ⁶⁹⁴ ⁶⁹⁵ ⁶⁹⁶ ⁶⁹⁷ ⁶⁹⁸ ⁶⁹⁹ ⁷⁰⁰ ⁷⁰¹ ⁷⁰² ⁷⁰³ ⁷⁰⁴ ⁷⁰⁵ ⁷⁰⁶ ⁷⁰⁷ ⁷⁰⁸ ⁷⁰⁹ ⁷¹⁰ ⁷¹¹ ⁷¹² ⁷¹³ ⁷¹⁴ ⁷¹⁵ ⁷¹⁶ ⁷¹⁷ ⁷¹⁸ ⁷¹⁹ ⁷²⁰ ⁷²¹ ⁷²² ⁷²³ ⁷²⁴ ⁷²⁵ ⁷²⁶ ⁷²⁷ ⁷²⁸ ⁷²⁹ ⁷³⁰ ⁷³¹ ⁷³² ⁷³³ ⁷³⁴ ⁷³⁵ ⁷³⁶ ⁷³⁷ ⁷³⁸ ⁷³⁹ ⁷⁴⁰ ⁷⁴¹ ⁷⁴² ⁷⁴³ ⁷⁴⁴ ⁷⁴⁵ ⁷⁴⁶ ⁷⁴⁷ ⁷⁴⁸ ⁷⁴⁹ ⁷⁵⁰ ⁷⁵¹ ⁷⁵² ⁷⁵³ ⁷⁵⁴ ⁷⁵⁵ ⁷⁵⁶ ⁷⁵⁷ ⁷⁵⁸ ⁷⁵⁹ ⁷⁶⁰ ⁷⁶¹ ⁷⁶² ⁷⁶³ ⁷⁶⁴ ⁷⁶⁵ ⁷⁶⁶ ⁷⁶⁷ ⁷⁶⁸ ⁷⁶⁹ ⁷⁷⁰ ⁷⁷¹ ⁷⁷² ⁷⁷³ ⁷⁷⁴ ⁷⁷⁵ ⁷⁷⁶ ⁷⁷⁷ ⁷⁷⁸ ⁷⁷⁹ ⁷⁸⁰ ⁷⁸¹ ⁷⁸² ⁷⁸³ ⁷⁸⁴ ⁷⁸⁵ ⁷⁸⁶ ⁷⁸⁷ ⁷⁸⁸ ⁷⁸⁹ ⁷⁹⁰ ⁷⁹¹ ⁷⁹² ⁷⁹³ ⁷⁹⁴ ⁷⁹⁵ ⁷⁹⁶ ⁷⁹⁷ ⁷⁹⁸ ⁷⁹⁹ ⁸⁰⁰ ⁸⁰¹ ⁸⁰² ⁸⁰³ ⁸⁰⁴ ⁸⁰⁵ ⁸⁰⁶ ⁸⁰⁷ ⁸⁰⁸ ⁸⁰⁹ ⁸¹⁰ ⁸¹¹ ⁸¹² ⁸¹³ ⁸¹⁴ ⁸¹⁵ ⁸¹⁶ ⁸¹⁷ ⁸¹⁸ ⁸¹⁹ ⁸²⁰ ⁸²¹ ⁸²² ⁸²³ ⁸²⁴ ⁸²⁵ ⁸²⁶ ⁸²⁷ ⁸²⁸ ⁸²⁹ ⁸³⁰ ⁸³¹ ⁸³² ⁸³³ ⁸³⁴ ⁸³⁵ ⁸³⁶ ⁸³⁷ ⁸³⁸ ⁸³⁹ ⁸⁴⁰ ⁸⁴¹ ⁸⁴² ⁸⁴³ ⁸⁴⁴ ⁸⁴⁵ ⁸⁴⁶ ⁸⁴⁷ ⁸⁴⁸ ⁸⁴⁹ ⁸⁵⁰ ⁸⁵¹ ⁸⁵² ⁸⁵³ ⁸⁵⁴ ⁸⁵⁵ ⁸⁵⁶ ⁸⁵⁷ ⁸⁵⁸ ⁸⁵⁹ ⁸⁶⁰ ⁸⁶¹ ⁸⁶² ⁸⁶³ ⁸⁶⁴ ⁸⁶⁵ ⁸⁶⁶ ⁸⁶⁷ ⁸⁶⁸ ⁸⁶⁹ ⁸⁷⁰ ⁸⁷¹ ⁸⁷² ⁸⁷³ ⁸⁷⁴ ⁸⁷⁵ ⁸⁷⁶ ⁸⁷⁷ ⁸⁷⁸ ⁸⁷⁹ ⁸⁸⁰ ⁸⁸¹ ⁸⁸² ⁸⁸³ ⁸⁸⁴ ⁸⁸⁵ ⁸⁸⁶ ⁸⁸⁷ ⁸⁸⁸ ⁸⁸⁹ ⁸⁹⁰ ⁸⁹¹ ⁸⁹² ⁸⁹³ ⁸⁹⁴ ⁸⁹⁵ ⁸⁹⁶ ⁸⁹⁷ ⁸⁹⁸ ⁸⁹⁹ ⁹⁰⁰ ⁹⁰¹ ⁹⁰² ⁹⁰³ ⁹⁰⁴ ⁹⁰⁵ ⁹⁰⁶ ⁹⁰⁷ ⁹⁰⁸ ⁹⁰⁹ ⁹¹⁰ ⁹¹¹ ⁹¹² ⁹¹³ ⁹¹⁴ ⁹¹⁵ ⁹¹⁶ ⁹¹⁷ ⁹¹⁸ ⁹¹⁹ ⁹²⁰ ⁹²¹ ⁹²² ⁹²³ ⁹²⁴ ⁹²⁵ ⁹²⁶ ⁹²⁷ ⁹²⁸ ⁹²⁹ ⁹³⁰ ⁹³¹ ⁹³² ⁹³³ ⁹³⁴ ⁹³⁵ ⁹³⁶ ⁹³⁷ ⁹³⁸ ⁹³⁹ ⁹⁴⁰ ⁹⁴¹ ⁹⁴² ⁹⁴³ ⁹⁴⁴ ⁹⁴⁵ ⁹⁴⁶ ⁹⁴⁷ ⁹⁴⁸ ⁹⁴⁹ ⁹⁵⁰ ⁹⁵¹ ⁹⁵² ⁹⁵³ ⁹⁵⁴ ⁹⁵⁵ ⁹⁵⁶ ⁹⁵⁷ ⁹⁵⁸ ⁹⁵⁹ ⁹⁶⁰ ⁹⁶¹ ⁹⁶² ⁹⁶³ ⁹⁶⁴ ⁹⁶⁵ ⁹⁶⁶ ⁹⁶⁷ ⁹⁶⁸ ⁹⁶⁹ ⁹⁷⁰ ⁹⁷¹ ⁹⁷² ⁹⁷³ ⁹⁷⁴ ⁹⁷⁵ ⁹⁷⁶ ⁹⁷⁷ ⁹⁷⁸ ⁹⁷⁹ ⁹⁸⁰ ⁹⁸¹ ⁹⁸² ⁹⁸³ ⁹⁸⁴ ⁹⁸⁵ ⁹⁸⁶ ⁹⁸⁷ ⁹⁸⁸ ⁹⁸⁹ ⁹⁹⁰ ⁹⁹¹ ⁹⁹² ⁹⁹³ ⁹⁹⁴ ⁹⁹⁵ ⁹⁹⁶ ⁹⁹⁷ ⁹⁹⁸ ⁹⁹⁹ ¹⁰⁰⁰

བཙུགས་ནས་བཅད་པས་པམ་སྟེན་དང་པའི་བསྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། དེ་
སྟོར་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་༡༩༡༥པལ་ལྟན་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱུས་
བཤད་པའི་སྐབས་ན་གསལ་བས་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། །གཞོན་ཏུ་མ་ལེན་ཟེར་བ་མ་དག་པ་
ཡིན། གཞོན་ཏུ་རོལ་བ་ཟེར་དགོས་ཞེས་ཟེ་བཙུན་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐས་གསུངས་ཏེ། ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་
གར་ཆོས་འབྱུང་ལས། འདི་ལ་འོད་ན་གཞོན་ཏུ་མ་ལེན་ཟེར་བ་ནི། གྲུ་སྐྱ་ར་ལྷི་ལ་ཞེས་པ་
བསྐྱར་མ་ཤེས་པའམ། ཡི་གེ་འོར་བ་ལས་བསྐྱར་བའི་སྟོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞོན་ཏུ་འི་གོང་ཁྲེ། རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་ཐན་བྱད་མེད་གཟུགས་བཟང་པོ་ཤ་སྟག་ཡོད་པའི་ཡུལ་ལ་
བཞེད།

གཞོན་ཤ་ཆགས་པ། 1 ཤ་ཆགས་དམ་པ། 2 གཞོན་ཏུ་འི་ཉམས།

གཞོལ་བ། 1 འབད་པ། བཅོན་པ། རོན་གཉེར་ཆེ་བ་བཅས་ཀྱི་མིང། དཔུང་བཟང་གིས་ཁྱས་པ་རྗེའི་
ལམ་རིམ་དུ་བངས་པ་ལས། དེ་ནི་སྟོན་པ་གཟུགས་བཟང་གཙང་སྤྱ་ཆེ། །རིགས་ནི་བཙུན་ཞིང་
ཆོས་ལ་གཞོལ་བ་དང་། །ཉུ་བྱ། བཏ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་པས། གཞོལ་བ་རོན་གཉེར་ཆེ་བའི་
མིང། །ཞེས་གསུངས། 2 ཁྱགས་པ། འཇུག་པ། 3 འབབ་པ། མཁས་བྱུབ་ཆོས་རྗེའི་སྟོང་ཐུན་
སྐལ་བཟང་མིག་འབྱེད་ལ་བཟུགས། དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་
ཉིད་ལ་ལ་གཞོལ་ཞིང་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འབབ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཞབས་ཏེ། འཇབ་སྟེ་ཞེས་པའི་བད་རྟིང་ཡིན་པར་བཤད།

བཞམས་བསྟོ། (འདུལ་བ) བཞམས་ཏེ་བསྟོ་དང་དོན་འདྲ།

བཞམས་ཏེ་བསྟོ་བ། (འདུལ་བ) 1 བསྟོག་པ་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཁྱོད་ཀྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་འདི་མ་
བྱེད་ཅིག་ཅས་ཆོག་འཇམ་པོའི་སྟོན་པ་སྐབས་བྱ་བ་བྱུབ་སྟེ་བྱ་བ་དེ་ལས་དངོས་སུ་སྟོག་པར་
བྱེད་པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ཙ ༡༠༥༥༥
ལས། བཞགས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོག་འཇམ་པོས་ཏེ་སྐྱམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟོ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་བསྟོག་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས།

མཆོད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་། བཞམས་ཏེ་བསྐྱོ་བ་ནི་ཆོག་འཇམ་པོའི་སྐོན་སྒྲིལ་གྲོས་གདབ་པ་སྟེ། ཁྱིད་
ཀྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་འདི་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་དངོས་སུ་བསྒྲིག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། ཁྱིད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་། བཞམས་ཏེ་བསྐྱོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འདིར་དགོ་འདུན་དུ་མ་སྦྱར་པའི་
དགོ་སྒྲོང་ཆངས་པར་མཆུངས་པར་སྦྱོད་པ་གཙུགས་པས་མན་ཚུན་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྦྱ་བ་ཤད་ནི། བཞམས་ཏེ་འཇམ་པོའི་དོན་དང་།
བསྐྱོ་བ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱག་པའི་དོན་ནོ། །བཞམས་དང་འཇམ་གཉིས་དཔལ་
བྱས་མཉན་ན་སྦྱ་གདངས་ཉ་ཅང་འབྲུ་པོ་དང་ཉེ་པོ་ཡོད་པ་དེས་ཀྱང་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་
པ་གཤེས་རྒྱས་སོ། །² བན་བསྐྱལ་གྱི་མིང་དུ་འདར་བ་ཤད། བཤམ་ཆེན་ལྷག་མཆོག་པས། བཞམས་
བསྐྱོ་ཞེས་པ་བན་བསྐྱལ་གྱི། མིང་ཡིན་བཞིན་པ་འཇིབ་པའི་མིང་། ཞེས་དང་། དབྱངས་ཅན་
དགའ་ཆོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །ལྷག་མཆོག་པ་དང་དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོས་
འབྲེལ་བ་ཤད་དེ་དོན་ཐོག་ཏུ་ཁེལ་མིན་དབྱེད་པར་འོས་སོ། །

བཞི་བརྒྱ་པ། སྐོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྟས་མཛད། པ་ཆབ་ཀྱི་འབྱུང་།

བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ། སྐོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གཤགས་པས་མཛད། པ་ཆབ་ཀྱི་འབྱུང་།

བཞི་ཆ། དུམ་བུ་བཞི་དུ་བཞོས་པའི་ཆ་གཅིག་

བཞི་མདོ། ལམ་བཞི་གཅིག་ཏུ་འདུས་པ་ལ་ཟེར། གསོ་རིག་༩ ཀོ་པ་ ༥༣༠བ་༣ལས། བཞི་མདོ་ནི་
གང་དུ་ལམ་བཞི་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་།

བཞི་པའི་གནས་སྐབས། འཁྲིག་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས། འཁྲིག་དུས་ལ་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་ཟེར་
པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། སད་པ། མེས་པ། གཉིད་མཐུག་འཁྲིག་དུས་བཞིའི་བཞི་པ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་
ཅེས་བྱའོ། །

བཞི་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐེག་ལེ། འཁྲིག་དུས་ཀྱི་ཐེག་ལེ། སྐོང་དོལ་རྒྱ་མའི་གསུང་འབུམ་སྟེགས་
བམ་དང་པོ་༣༩ལས། ལྟེ་བར་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་ཏེ་འཁྲིག་དུས་ཀྱི་ཐེག་ལེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདི་ནི་ཐེག་ལེ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཐེག་ལེ་བཞི་ནི། དབྲལ་བར་སད་

པའི་ཐིག་ལེ། མགྲིན་པར་མི་ལམ་གྱི་ཐིག་ལེ། ལྷོང་ཁར་གཉིད་མཐུག་གི་ཐིག་ལེ། ལྷེ་བར་བཞི་
པའི་གནས་སྐབས་གྱི་ཐིག་ལེ་དང་བཞིའོ། །

བཞད། བྱ་ཁྱེད་ཁྱེད་གི་མིང་ཡིན་པར། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་། ལུས་དཀར་ཞིང་མཆུ་མེར་
བའི་བྱ་ཞིག་ བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གསུང་།

བཞི་བརྒྱ་པ། སྒོ་བ་དཔོན་ཨུ་དེ་བས་མཛད། པ་ཆབ་གྱི་འགྲུར།

བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པ། སྒོ་བ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་མཛད། པ་ཆབ་གྱི་འགྲུར། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་པོ་
རྟོ་བའི་དཔེ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བར་སྒྲིན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དཔེ་མང་པོ། ཆོག་ས་བཅད་དང་ཆོག་ལྷག་
གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཤད་ཡོད། དཔེ་མཆོན་ཅམ་ཞིག་བྲངས་ན། དེ་ཉིད་
ལས། སྤྱེས་བྱ་འགྲེལ་ཞིག་ལ་ཤ་ཟེ་མོ་ཞིག་རྒྱུང་མའི་གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་གནས་ལ། དེ་
རྒྱུང་མ་ལྷར་ཉེ་བར་སྒྲིད་དོ། །གང་གི་ཆེ་དེས་དེའི་རང་བཞིན་སྤྱག་བསྐལ་བསྐྱེད་པ་དང་། མི་
སྤྱག་པ་ཉིད་དང་། བསྒོ་བ་བཞིན་མི་བྱེད་པ་དང་། གཏན་དུ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་དེའི་
ཆོ་ན་འདི་ནི་བདག་གི་རྒྱུང་མ་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ནི་ཤ་ཟེ་མོ་སྤྱུམ་དུ་འཛིགས་པར་འགྱུར་ཞིང་།
དེའི་ཆེ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་འདུས་བྱས་
གྱི་རང་བཞིན་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་འབྲལ་བར་འགྱུར་པོ། །འདིར། འདུས་
བྱས་གང་དེ་རྟག་མིན་ལ། །མི་རྟག་གང་དེ་གཅང་མིན་ཞིང་། །མི་གཅང་གང་དེ་སྤྱག་བསྐལ་
ཉེ། །སྤྱག་བསྐལ་གང་དེ་བདག་མེད་དོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །ཞེས་རང་གི་ཟག་བཅས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་
འདི་མི་རྟག་པ་དང་། མི་གཅང་བ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིའི་རང་བཞིན་དུ་མ་ཤེས་པས་
དེ་ལ་ཆགས་ལ། རྣམ་ཞིག་དེའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་ཤེས་པ་དེའི་ཆེ་དཔེ་ལ་ཆགས་དང་
འབྲལ་བར་འགྱུར་པོ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་ཤིན་ཏུ་གོ་བདེ་ཞིང་གོ་རྒྱ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

བཞི་པའི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ། བཞི་པ་ནི་སད་མི་གཉིད་མཐུག་གསུམ་གྱི་བཞི་པ་ཡིན་
པས། ཁམས་ཤོར་བུའི་ཆེ་ནས་འབབ་པའི་ཆེ་ལྷན་སྤྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་ལ་བཞི་པའི་གནས་
སྐབས་ཟེར། ལུས་ཀྱི་སྟོད་རྒྱུང་རགས་པ་ཐམས་ཅད་ལྷེ་བར་གནས་ཆེ་བཞི་པའི་གནས་

སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐེག་ལེ། སྒྲིང་གར་གནས་ཆེ་གཉིད་མཐུག་གི་ཐེག་ལེ། མགྲིན་པར་གནས་
ཆེ་མི་ལམ་གྱི་ཐེག་ལེ། དབྱལ་བར་གནས་ཆེ་སད་པའི་ཐེག་ལེ། སྤྲོད་རྒྱུད་རགས་པ་རྣམས་ལྟེ་
བར་གནས་ཆེ་སད་པའི་ཐེག་ལེ། གསང་གནས་ཀྱི་ཅ་བར་སླེབས་པའི་ཆེ་མི་ལམ་གྱི་ཐེག་ལེ།
ནོར་བུའི་དབྱས་སུ་སླེབས་ཆེ་གཉིད་མཐུག་གི་ཐེག་ལེ། ལུས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་ཁམས་མཉམ་དུ་
གསང་གནས་ཀྱི་ནོར་བུའི་ཅེར་སླེབས་པ་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐེག་ལེ་ཡོད་
གསུངས་སོ། །

བཞིན། 1 གདོང་། བཞིན་རས། 2 ཅང་བཞིན། འབྲ་བ།

བཞིན་བཟང་། 1 ཞལ་རས་མཛེས་པོ། བཞིན་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཞིན་རབ་ཏུ་དང་བཤོ། ཞེས་རྗེའི་
འབྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ན་གསལ། 2 འབོད་ཆོག་ཅིག་སྟེ། སྒྲ་པའི་ཆོག་གིས་འབོད་པ།
བཞིན་བཟངས། བཞིན་བཟང་དང་འབྲ། ས་མཐའ་ཅན་འདི་འདུལ་བ་ལུང་སོགས་ཡིག་རིགས་རྙིང་པ་
རྣམས་སུ་མང་ངོ། །

བཞེས་ཐུག་འབྲས་ཆོ། 1 འབྲས་ཐུག་གི་མིང་། 2 ཐུག་པ་དམ་བཅའ། དགོ་ཐུགས་པའི་གདན་ས་
ཁག་ཏུ་དགོ་བཤེས་གཉོང་སྒོ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་དགོ་འདུན་ལ་འབྲལ་རྒྱུའི་འབྲས་ཐུག་ཅིག་སྟེ།
འབྲས་ལྗག་ལྗག་བཟོས་ནས། མར་དང་། ཁྱེ་མ་ཀ་ར། རྒྱན་འབྲུམ། ཁམ་བྲ། ཁ་སྤར་སོགས་
ཤིང་རྟོག་སྐྱམ་པའི་རིགས་མང་པོ་ལྷུགས་པའི་འབྲས་ཐུག་ཅིག་ སྐབས་རེར་ཤ་ཡང་ལྷུག་གི་
རེད། བྲ་བ་རྒན་བ་ཆོས་མཉེས་ཆོར་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད།

བཞེས་ལམ། བཞེས་སྒོ་ལ། དེ་སྤྱད་གོ་བཤེས་ལྷ་རམས་པའི་ཚོད་རྒྱགས་བཞེས་ལམ་མེད་ཀྱང་། བྱི་
ལོ་༡༩༡༩ནས་དེའི་སྒོལ་བཏོད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

པར་བྱང་སྟོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཆོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྟོང་ཐུག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
རེས་ལེགས་ལོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་ཤུག་སེལ་ཤིང་འཛམ་གླིང་གསུམ་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕམ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ཤུག་འདི་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་སྤྱོད་པ་དག་དབང་སྟོབས་ཐང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་སྦྱར་བའོ།