

ཕྱི་མ་ཕྱེ་ཆིག་མཛོད་བཞི་བ།

བ - ཨ



ཕྱི་མ་ཕྱེ་ལྟ་རམས་པ་ཐུབ་བསྟན་བསམ་གྲུབ།
མེད་བྱེས་དིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚྭ་མེད་གཞུང་།

༡༡། ཡེ་ཤེ་ཆིག་ཕུང་ཆེན་མོ།

ཆེན་མོ་པམ་པམ་པ།

༣ - ཨ



ཡེ་ཤེ་ཆིག་ཕུང་ཆེན་མོ་པམ་པམ་པ།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆུང་འཛིན་པ་ལྟར་།

SJRB-0248

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།

༡༠༡༥ ལོའི་ཁྲི་བརྒྱ་གཅིག་པར་ཚུམ་སྒྲིག་བྱས།

༡༠༡༩ ལོའི་བརྒྱད་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དྲ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་དྲ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཀར་ཆག

ཟ	༡
བ	༤༧
ཡ	༥༤
ར	༡༣༠
ལ	༡༤༤
ག	༡༤༠
མ	༤༠༣
ཏ	༥༧༣
ཨ	༤༤༤
ཆེག་ཤད་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད།	༧༠༡
བོད་ཀྱི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་དོགས་སློང་འགའ་ཞིག་	༧༠༣
གསལ་བཤད།	༧༣༣

དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་ལ་དོགས་གཙོད་རེ་བྱང་།	༥༣༩
ཁམས་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་གི་དཔེ་མཚོན་ལག་ལེན་ ༥༣༩	
ལེགས་སྦྱར་བོད་ཡིག་ཏུ་འབྲི་བའི་ཆེ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ལེགས་སྦྱར་དང་དེའི་སྐད་དོད་བོད་	
ཡིག་ ༥༤༤	
བསྐྱོ་སྐྱོན་དང་མཐུག་བྱང་།	༥༤༥
གསལ་བཤད།	༥༤༦
སེར་བྱེས་མཁས་སྟན་བྲ་ཆང་གི་ཀ་ཆེན་བྱག་ལ་བཀའ་བྱིན་རྗེས་བྲན།	༥༥༠
བྲ་སའི་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་བཀའ་བྱིན་རྗེས་བྲན།	༥༥༠
ཁྱེས་དག་མཛད་པ་ལོ།	༥༥༡
སྦྱར་སྐྱོན་མ་ཐུན་འབྱུང་།	༥༥༢
ཁོ་བོས་སྦྱག་བྲིས་བཀྲིས་པའི་བྲིལ་བྱའི་དཔེ་རིས་དང་དེའི་འགྲེལ་བཤད།	༥༥༤
བར་བྱང་སྐྱོན་ཆིག་	༥༥༥

༼ ཟ ༽

ཟ་སྤྲུལ་ སྤྲུལ་མ། ཤིང་གིས་བཟོས་པའི་སྤྲུལ་མ། དཔེར་ན་ཕྱག་རར་ཟ་སྤྲུལ་སྐྱམ་པོ་བཞིན་ཏུ་རིང་
 རིང་པོ་སེང་སེང་པོར་གྱུར་ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

ཟ་མ། 1 (འདུལ་བ) དབང་པོ་ལས་སྤྲུལ་མི་རུང་བའི་གང་ཟག་གམ། སྤྲེས་ཅམ་ནས་པོ་མེད་དབང་པོ་
 གང་དང་ཡང་མི་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
 བཤད་བ་༼ ཚུ ༽ ༡༥ (ནལ་མ།) ཟ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབང་པོ་ལས་སྤྲུལ་མི་རུང་བའོ། །ཞེས་
 གསུངས་བ་ལྟར་ཤོ། །དཔེར་ན་སྤྲེས་ནས་མ་ཞིང་ལྟ་བུ། ཟ་མ་ཞེས་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་གཙོ་
 པོ་ནི་སྤྲེས་ནས་མ་ཞིང་འདི་རང་ཡིན་ནོ། 2 (འདུལ་བ) འཁྲིག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱས་བ་དང་མི་
 ལྡན་པའི་གང་ཟག་ དཔེར་ན་མཚོན་དང་ནད་དང་མེ་དང་སྤྲུགས་ལ་སོགས་པས་མཚན་མ་
 ཆད་པའི་གང་ཟག་ལྟ་བུ། ད་དུང་ཟ་མའི་སྐོར་ཞིབ་ཏུ་བལྟ་བར་འདོད་ན། བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་
 ལས་བརྒྱ་ཙུག་ཅིག་གི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཆོ་གའི་གསལ་བྱེད་༣ (ནལ་མས་འདི་ལྟར་བཤད་
 དེ། ཟ་མ་ནི། དགོ་ལེགས་བཤེས་གཉེན་ (འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ན་དེ་ལྟར་གསུངས་
 གྲང་། དེས་མཛད་པའི་ལུང་ཞུ་བའི་འབྲེལ་བ་ལས་ནི། ཟ་མ་ནི་མེད་དབང་པོ་མེད་པའི་བྱིར་
 ཤོ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །ན་ཤེ། ཆེག་བ་ལྷུང་བའི་ཉེས་པས་མ་བྱ་ཉམས་པའམ། ས་བོན་
 མེད་པ་ལ་ཟེར་ལ། དུལ་བ་ལྟ་བུ། དབང་པོ་ལས་སྤྲུལ་མི་རུང་བ་ཟེར། ས་གའི་ལྟ་བུ། གང་ཞིག་
 བྱོར་གི་ཆོས་དག་གི། རྒྱས་མེད་དེ་ནི་ཟ་མའོ། །ཞེས་བཤད། གཞུང་འབྲེལ་བུ། མེད་དབང་པོ་
 མེད་པས་ཟ་མ་དང་། མེད་དབང་པོ་མེད་པས་མ་ཞིང་ངོ། །ཞེས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་སོ། 3 བྱང་
 མེད། ཟ་མ་བྱང་མེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 4 ལྟོ་ཆས། ཟ་མ་ཟོས་ཟེན་ཏམ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཟ་མ་རྟོག་སྟོང་། ཆོས་གོས་ཀྱི་སྟོང་། རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་། མངར་ཆེའི་སྟོང་། གཏུ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་
པར་བཤད། སྒྲིལ་ཁ་སྒྲུར་གྱི་མིང་དུ་དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོག་གསུང་། ལུང་ལྷ་བའི་འབྲེལ་བ་
ལས། ཆོས་གོས་ཀྱི་ཟ་མ་རྟོག་ནི་ཆོས་གོས་ཀྱི་བཞག་ཏུ་རུང་བའི་སྟོང་གྱི་ཁྱད་པར་འདས་
བུའི་ཅེ་མེའི་སྟོང་བུ་ཤ་ཞིང་མཉན་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱས་པ་རྒྱུ་པོ་ཞིག་གོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

ཟ་མ་རྟོག་བཀོད་པའི་མདོ། མདོ་སྡེ་ཟ་མ་རྟོག་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

ཟ་མ་དང་མ་ནིང་གི་ཁྱད་པར། (འདུལ་བ) 1 འདོད་པ་བསྐྱེན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ལ་ཟ་མ་དང་། ཡོད་
ཀྱང་སྟོན་ཅན་ལ་མ་ནིང་ཟེར། 2 དབང་པོ་མེད་པ་ལ་ཟ་མ་དང་། ཡོད་ཀྱང་ཉམས་པ་ལ་མ་
ནིང་། མཆིམས་མཛོད་གསུང་། དེ་ནི་སྦྱིར་བཏང་པ་ཡིན་གྱི་དོན་དུ་ན་ཟ་མ་དང་མ་ནིང་ལ་སྦྱ་
གསུམ་ཡོད་དེ། མ་ནིང་ཡིན་ལ་ཟ་མ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱ་ནི། རྒྱ་བྱེད་མ་ནིང་ལ་སོགས་པ་མ་ནིང་
གཞན་རྣམས་ལྟ་བུ། ཟ་མ་དང་མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྦྱ་ནི་སྦྱེས་ནས་མ་ནིང་ལྟ་བུ།
གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་། ཟ་མ་ཡིན་ལ་མ་ནིང་མ་ཡིན་པའི་སྦྱ་ནི་མེད་དེ། ཟ་
མ་ཡིན་ན་མ་ནིང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་
ཀྱི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱ་བ་ ༣༥ན་ ༣ལས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད་པས་དེར་བལྟ་བར་
བྱའོ། །འདི་སྡེ་དགེ་བསྐྱེན་འགྱུར་སེམས་ཅོམ་སྒྲེགས་བམ་ ༩ ཞེ་བར་ ༥བཞུགས་སོ། །

ཟ་ཟ། ཨ་མའི་མིང་། སྤོང་སྒྲིལ་གཉིས་ཤན་སྒྲུར་གསེར་གྱི་འབྲེང་མཛེས་ནའང་གསལ།

ཟ་ཟ། 1 ཟ་འི་ཟེ་འི་འཕམ་མི་གསལ་བའི་དོན། 2 ཟང་ཟིང་དང་ཟེལ་ཟིང་གི་དོན།

ཟ་འོག་གསེར་སྒྲུད་བསྐྱེས་ནས་བཏགས་པའི་གོས་ཆེན་གྱི་མིང་།

ཟ་སྤེ་འཕྱང་སྤེ་བྱེད་པ། ཟ་མཁས་འཕྱང་མཁས་བྱེད་པའི་དོན།

ཟ་རྟོར། <ས་རྟོར> རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་རྩྭ་ལ་ཞེས་བྱ་བ། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་ཇོ་
བོ་ཇི་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་འཕྱངས་པའི་ཡུལ། རྒྱ་གར་གྱི་ས་རྟོར་ཟུར་ཆགས་པར་མཛོན་ཏེ།
རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ས་རྟོར་ཞེས་འབོད་ཅེས་དེབ་སྡོན་སྟོད་ཆ་ ༣༩༥ན་གསལ།

ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས། རང་རྒྱ་ཉོན་མོངས་ཅམ་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སེམས་བྱང་སེམས་པ་
ལ། ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ཟེད། སེ་ར་ཐེ་བཙུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྐབས་དང་པོའི་སྤྱི་དོན་
༣༥ ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

ཟག་པ། 1 འཛག་པ་དང་ལྷུང་བ། འཛིར་བ། འབབ་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། 2 ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་
པ། སྤྱ་བཤད་ནི། འཁོར་བར་ཟག་པའམ་ལྷུང་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཟག་པ་ཞེས་བྱའོ། །བྱེ་
བྱག་ཉོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༡༣༥ ལས། ཟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་མིང་སྟེ། འདོད་
ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་མ་བྲལ་ན་སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་མན་ཆད་ཀྱང་སྤྱར་འཛག་
ཅིང་ལྷུང་བས་ན་ཟག་པ་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན་གཟུགས་སོགས་སྤྱེ་
མཆེད་དུག་པོ་ལས་ཟག་པའམ་སྤྱེ་བས་ན་ཟག་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཕྱང་པོ་ལྷའི་རབ་བྱེད་ལ་གཞི་
བྱས། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་ཟག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དེས་པའི་ཆོག་ནི་
སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་མན་ཆད་ནས་མནར་མེད་པ་ཡན་ཆད་དུ་སྤྱེ་མཆེད་ (གཟུགས་ཀྱི་སྤྱེ་མཆེད་
ནས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱེ་མཆེད་བར་དུག) གྱི་མ་དུག་པོ་དག་ནས་འཛག་ཅིང་འབྱུང་བའམ་འཁོར་
བར་གནས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 3 ཉོག་པ། ཉོག་པའི་ཟག་པ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 ཁ་ལུད་སྐབས་ལུད་བཤད་གཅི་སོགས་མི་གཅང་བའི་ཐུས། 5 སྤྱེ་བ།
གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་སྤྱེ་བ་ལ་ཡུལ་ལས་ཟག་པ་ཞེས་བཟོད་པ་ལྟ་བུ། ཕྱང་པོ་ལྷའི་
རབ་བྱེད་ལ་གཞི་བྱས།

ཟག་པ་བཞི། (མར་ཕྱིན) འདོད་པའི་ཟག་པ། སྤྱིད་པའི་ཟག་པ། མ་རིག་པའི་ཟག་པ། ལྟ་བའི་ཟག་པ་དང་
བཞིའོ།

ཟག་པ་ཟད་པའི་མངོན་ཤེས། (མར་ཕྱིན) མངོན་ཤེས་དུག་གི་ཐ་མ་ནི། མངོན་ཤེས་དུག་གི་ནང་ཆན་
གང་ཞིག་ཉོན་སྤྱིབ་ཟད་པར་སྐྱངས་པ་དེ། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད།

ཟག་པའི་སྒོ་དུག (མར་ཕྱིན) ༡ ཟག་པའི་བདག་ཉིད། ༢ ཟག་པ་དང་འབྲེལ་བ། ༣ ཟག་པས་བཅིངས་
པ། ༤ ཟག་པའི་ཐུས་སུ་འབྲེལ་བ། ༥ ཟག་པའི་ཐུས་སུ་མ་ཐུན་པ། ༦ ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱང་

བ་དང་བྱུག་གོ། །ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། མཆིམས་མཛོད་ལས། ཀུན་བརྟུས་ལས། ༡ ཟག་པ་
དེའི་བདག་ཉིད་ནི། ཅ་ཉོན་དང་ཉེ་ཉོན་ནམས་ཟག་པའི་ངོ་བོ་དང་། ༢ ཟག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི།
ཟག་པ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་སེམས་སེམས་བྱུང་དང་། བདག་རྒྱུན་མིག་ལ་སོགས་པ་
ནམས་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དང་རྟེན་ཡིན་པ་དང་། ༣ ཟག་པས་བཅངས་པ་ནི། ཁམས་
གསུམ་གྱི་དགོ་བ་ཟག་བཅས་ནམས་དེས་སྲིད་པའི་རྒྱུར་ཀུན་ནས་བཅངས་པ་དང་། ༤ ཟག་
པའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ནི། ཟག་པའི་གནས་ངན་ལེན་དང་ལྷན་པ་དང་། ༥ ཟག་པའི་རྗེས་སུ་
མ་ཐུན་པ་ནི། ཟག་པའི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལ་འཛོད་པའམ། ཡང་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་
པ་ནི་ཟག་པ་ཅ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཡུལ་དུ་རྒྱུར་པས་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཟག་
པ་རྒྱས་པར་འགྱུར་པས་ཟག་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་པ་དང་། ༦ ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ནི།
དེའི་འབྲས་སུ་ཡིན་པ་བཅས་སོ། །ཀུན་བརྟུས་དར་སྤྲིག་ཏུ་དེ་དང་འབྲ་བར་གསུངས་སོ། །

ཟག་བྱེད། (འདུལ་བ) མོ་མེའི་དབང་པོ། མོ་རྟགས་དང་མོ་རྟགས། སྤྲ་བཤད་ནི། མི་གཙང་བ་ཟག་པར་
བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །

ཟག་མེད། (མར་ཕྱིན) 1 (མཛོད་ལུགས་ལ) ཟག་པ་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྷན་གང་རུང་གི་སྒོ་
ནས་རྒྱས་སུ་མི་རུང་བ་ལ། ཟག་མེད་ཟེར། དཔེར་ན་འགོག་ལྷན་དང་ལམ་བཤེན་ལྷ་སུ། ཟག་
པ་ཉོན་མོངས་ལ་བཞག་ནས་དེ་དང་བྲལ་བ་ལ། ཟག་མེད་ཟེར། 2 (དབྱ་མ་ཐུལ་འགྱུར་བ)
བཤེན་འཛིན་གྱི་མ་རིག་པ་དང་། དེའི་བག་ཆགས་གང་རུང་གིས་མ་བསྐྱད་པ་ལ། ཟག་མེད་
ཟེར། རྗེའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པའི་ངོ་བོ་ནི། ཁ་ཅིག་
མཛོད་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་མི་རུང་བ་ལ་ཟག་མེད་དུ་འཆད་པ་ནི། ལུགས་
འདིའི་ཟག་མེད་དུ་འཛོག་པའི་དོན་ལྷན་མོང་མ་ཡིན་པ་མ་རྟགས་པར་སྤང་བས། རང་གི་
ལུགས་ནི་བཤེན་འཛིན་གྱི་མ་རིག་པ་དང་། དེའི་བག་ཆགས་གང་རུང་གིས་བསྐྱད་པ་ནི་ཟག་
བཅས་དང་། བསྐྱད་པ་དེ་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོག་གསལ་ལས།
མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་

སྒྲིགས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། 3 རྟོགས་མེད་ཀྱི་ཕེས་པ་འཕམ་མཛོན་སུམ་ལ། ཟག་
མེད་ཟེར། དཔེར་ན་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་སོགས་ཀྱིས། ཟག་
པ་རྟོག་པ་ལ་བཞག་ནས་དེ་དང་བལ་བ་ལ། ཟག་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད།
ཟག་མེད་ཀྱི་ལས། (པར་ཕྱིན) རང་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་ཅམ་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པ་མ་ཡིན་པར། རང་
རྒྱུ་ཕེས་སྒྲིབ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཀུན་སྒྲོང་གི་ཚུལ་བ་སྤྲོ་མོར་གྱུར་བའི་སེམས་བྱུང་
སེམས་པ་ལ་ཟེར། སེ་རྩེ་བཅུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྐབས་དང་པོའི་སྤྱི་དོན་༣༦༠ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཟག་ཟད་ཀྱི་མཛོན་ཕེས། (པར་ཕྱིན) ཟག་པ་ཟད་པའི་མཛོན་ཕེས་ལ་གཟིགས།

ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ། (མཛོད) ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འཆལ་ཚུལ་ཀུན་ནས་བསྒོར་
བའི་ཀུན་སྒྲོང་འགོག་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་པ་དེ། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་
ཉིད། ཅས་པ་ཆ་ཆེན་སྒོ་སྒྲོས་ལེགས་བཟང་གི་འདུལ་ལྷིག་རིན་ཆེན་སྒོར་བའི་དགོངས་རྒྱུ་
ལས་བཤད། མཛོད་རང་འབྲེལ་ལས། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། མཆིམས་མཛོད་ལས། སེམས་ཀྱི་རྩེས་འབྲང་གི་གཟུགས་ཟག་
མེད། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། ཟག་མེད་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ལས་
སྒྲིམ་པའི་སྒོར་བདུན་ལྟ་བུ། དེ་གཉིས་ལ་སེམས་ཀྱི་རྩེས་འབྲང་ཞེས་བཛོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི།
སེམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྩེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅས་བཛོད། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་
དེ་ལས་ལྷོག་སྒྲེ་སེམས་གཡེངས་པ་དང་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་འབྱུང་བའི་
བྱིར། སེམས་ཀྱི་རྩེས་འབྲང་ཞེས་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་མཛོད་ལྷིག་ཐར་ལམ་གསལ་
བྱེད་ལས། ཟག་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། ཅས་གསུངས། ཡང་
བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འཆལ་ཚུལ་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་
འགོག་པའི་སེམས་ཕེག་ལ། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །

ཟང་ཐལ། 1 ཐོགས་རྟུགས་མེད་པའམ་ཐོགས་པ་མེད་པ། 2 བར་མཆོམས་མེད་པ།

ཟང་ཟེང་། (ལར་ཕྱིན) 1 ཟང་ཟེང་ཟེང་འཛིན་བསྐྱུས་ཆོག་ 2 རྟེན་པ། རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྟོན་གྱི་མིང་། དག་
སྟོང་དག་དེ་མེ་ཆོས་ཀྱི་བཤོ་སྐྱལ་ལ་སྟོན་ཅིང་གནས་པ་ཡིན་གྱི། ཟང་ཟེང་གི་བག་སྐྱལ་ལ་
སྟོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། 3 འདོད་ཡོན། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ནི་གང་ལ་
སོ་སའི་སྟེ་བོ་རྣམས་ཆགས་པ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཟང་ཟེང་དྲག་བོ་ཡིན་ལོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་
བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 4 གཟུགས། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས། གཟུགས་ལ་ནི་
ཟང་ཟེང་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་གང་ཞེ་ན། གཟུགས་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན་པའོ་ཞེས་
འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས། 5 ཟས་སྟེང་མིང་། རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས། ལག་པ་
ཟས་དང་འབགས་པས་ཁུ་སྟོད་ལ་མི་གཟུང་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། 6 ཤའི་མིང་། འཇིག་རྟེན་
ན་ཟང་ཟེང་གི་སྒྲ་ཤ་ལ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཤ་མེད་པའི་ཟས་དང་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །ཟང་ཟེང་གི་སྤྱིན་པའང་གཙོ་བོ་ཤ་སྟེར་པའི་དོན་དུ་བཤད་ཅེས་ལི་གུར་གསུང་།
རྣམ་བཤད་རིགས་པ་༩ བསྟན་འགྲུར་སེམས་ཅོམ་ཤི་བ་ ༣༥རབ་ ༡ ་༥ པས། ཟང་ཟེང་ཞེས་བྱ་
རྟེན་པ་དང་། །འདོད་ཡོན་གཟུགས་དང་ཟས་ལ་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 7 ཟག་
བཅས། དཔེར་ན་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་ལ། ཟང་ཟེང་དང་བཅས་པའི་ཆོར་བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །
ཟང་ཟེང་དང་བཅས་པའི་ཆོར་བ། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ། མཆན་གཞི་ནི། ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་
མེད་པ་དང་མཆུངས་ལྡན་གྱི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ། འཁོར་བས་བསྐྱས་པའི་མི་འདོད་པའི་ཟང་ཟེང་སྒྲ་
ཆོགས་སྟེད་པར་བྱེད་པའི་ལྡན་ཅིག་བྱེད་ཆེན་དང་མཆུངས་ལྡན་གྱི་ཆོར་བ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་
ཅེས་བྱའོ། །
ཟང་ཟེང་མེད་པའི་ཆོར་བ། ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོར་བ། མཆན་གཞི་ནི། བདག་མེད་མཛོད་སྐྱུས་དུ་རྟོགས་
པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་མཆུངས་ལྡན་གྱི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ། བདག་འཛིན་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་
པའི་རྣམ་ཤེས་དང་མཆུངས་ལྡན་གྱི་ཆོར་བ་ཡིན་པས་ཟང་ཟེང་མེད་པའི་ཆོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །
ཟང་ཡག་ 1 སྟོན་ཆེ་རྒྱུད་གཅིག་ནང་གཅིག་ལྟག་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནས་སྟེ།

ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ། ཟད་མི་སྐྱེ་ཤེས་པ་ལ་གཟིགས།

ཟད་པར། 1 མ་ལུས་པ། ཀུན། ཐམས་ཅད། ཐམས་ཅད་དུ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་ ༡༧ པ། ཟད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུལོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །དཔེར་ན་སྤྱུ་སྦྱ་བ་ཀྱི་དབུ་མ་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོ་ལས། ཐུབ་པས་རྟེན་འབྲེལ་གསུངས་དེ་
དག། རྟེན་མོངས་ལས་དང་སྦྱག་བསྐྱལ་དང་། །གསུམ་པོ་དག་ཏུ་ཟད་པར་འདུས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུལོ། །དེའི་རང་འབྲེལ་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། ཟད་པར་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ལུས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མངོན་བརྗོད་མཁས་
པའི་རྣ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ཀུན་ནམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིང་། ཐམས་ཅད་སྒྲ་ཆོག་མ་ལུས་
དང་། །ཟད་པར་སྤྲག་མེད་ལུས་མེད་པ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 2 མ་ལུས་པར་ཁྲབ་
པའམ་ཁྲབ་པར་བྱེད་པའི་དོན།

ཟད་པར་ཀྱི་སྤྱེ་མཆེད་བཟ། ས་ཚུ་མེ་རྒྱུད་གི་འབྱུང་བ་བཞི། སྡོ་མེར་དཀར་དམར་བཅས་འབྱུང་
འབྱུར་བཞི། ཆོས་ཀྱི་སྤྱེ་མཆེད་ནམ་མཁལ། ཡིད་ཀྱི་སྤྱེ་མཆེད་རྣམ་ཤེས་དང་བཅུལོ། །ཟད་
པར་ཀྱི་མིང་དོན་ནི། ཟད་པར་ཏེ། མ་ལུས་པར་ཁྲབ་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་དོན་
ནི། །ཞེས་རྣམ་བཤད་སྤྱིང་རྒྱན་དུ་གསུངས་ཤིང་། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་ཟད་པར་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟད་པར་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན། ས་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ངེ་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་ཁྲབ་པར་སྤྱོ་རུས་ཤིང་། སྤྱར་
ཡང་སྤྱད་རུས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན། ཟད་པར་སའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ས་
ཚུ་སྤྱོ་ཅན་ལྟ་བུ་འདྲ་སྤྱུམ་ཞིང་འབྲེལ་ལ་ཁོད་སྤྱོམས་པ་སོགས་ངེ་ལྟར་འདོད་པར་སྤྱོ་རུས་པ་
དང་། ཟད་པར་ནམ་མཁའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཆོན་ན། རྣམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་འོང་བྱེད་རུས་པའི་
ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡིན་པ་ལྟ་བུལོ། །ཟད་པར་ནི། མ་ལུས་པར་ཁྲབ་པར་བྱེད་པ་དང་རྒྱས་པར་བྱེད་
པའི་དོན་དུ་རྣམ་བཤད་སྤྱིང་རྒྱན་དུ་གསུངས།

ཟད་མི་སྤྱེ་ཤེས་པ། (མངོན་ཆོག་ས་རྒྱན) དེ་མ་དོན་དམ་པར་སྤྱེ་ཤག་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་
ཆོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ (མཛོད) རང་རྒྱུད་ལ་དེ་མ་ཟད་ཅིང་སྤྱར་ཡང་མི་སྤྱེ་བར་ཤེས་

པ། བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བཙུ་བྱལ་ཡང་དག་པར་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་ཤེས་པ་ནི།
 ཟད་བཤེས་པ་ཡིན་པ། རྣམ་པ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཏེ་དེ་ལས་ལྷག་བཤེས་པར་བྱར་མེད་
 པར་རྟོགས་པ་ནི་མི་སྦྱེ་བར་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ལུང་ཟན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། ཟད་བ་དང་
 མི་སྦྱེ་བཤེས་པ་ནི་དག་བཅོམ་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྲིབ་བ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་བས་རྣམ་པར་
 སྤྲེལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས།

ཟད་མི་ཤེས་པ། ཟད་མཐའ་མེད་པ། ཟད་རྒྱ་མེད་པ། རྟོགས་མཐའ་མེད་པ།

ཟན་གཙོད་དུ་འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཙུའི་ངག་ཅིག་པ། ཟན་གཙོད་དུ་
 འཇུག་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་རྟོ་ནི་ནི། བཅས་ལྷན་དག་སྟོང་གིས་དག་སྟོང་གཞན་ལ་ཁྲིམ་པས་ཟན་
 འཛེན་པ་དེ་དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་ཟན་གཙོད་དུ་བཙུག་སྟེ། ཁྲིམ་པ་དེས་དོན་གོ་བ་ལས་གྱུར་
 པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྟེང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ཉེ་དགས་ཆེད་དུ་བསམས་ཏེ་དག་
 སྟོང་གི་ཟན་གཙོད་དུ་འཇུག་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་རིགས་ཀྱི་འཆོ་
 བ་ལ་གཞོད་པའོ། །

ཟན་ཆང་། 1 ཟན་གྱི་ཆང་བྲ། 2 ཟན་ (སྤག) ལ་ཆང་གི་རོ་བོ་བའོད་པའི་ཟས་ཤིག་ 3 སྤྲིན་སྟེག་གི་
 སྐབས་ཟན་ཆང་ཞེས་པ་ནི། འབྲས་རྒྱངས་ཆོས་བྲས་པ་ལ་ཞོད་མར་ཁུ་བསྟེས་པ་ལ་ཟེད།

ཟན་ཕྱ། གོ་ཞིབ་དང་ཅུམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་འདུག

ཟབ་ཏིག་ ཟབ་མོའི་ནང་གི་ཟབ་མོའམ་ཉིང་ཁུའི་དོན་དུ་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་སུ་སོང་བའི་ཐ་སྟོད་ཅིག་
 ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས། ཨ་ཏི་ཡོ་ག་ཤིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པའི་ཨ་ཏི་ཉིད་ཟབ་མོའམ་ཉིང་
 ཁུའི་ལྟ་བུའི་དོན་དུ་རྫོམ་པས་ཟབ་ཏིག་དང་ཡང་ཏིག་སོགས་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟབ་མདོ་གསུམ། ཤེར་སྟོང་། མདོ་སྟོང་པ། བཟང་སྟོང་སྟོན་ལམ་གསུམ་ལ་བཤད།

ཟབ་མོ་ལྟ་བུ་རྒྱུད། ལམ་རིམ་གྱི་རྒྱ་བརྒྱུད་ཅིག་སྟེ། རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་སྤྲེགས་ཀའན་ཡོད་
 ཟེར་གཡོན་སྤྲེགས་སུ་སྟོས་པའི་ཅེ་མོ་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་སོང་བའི་སྟེང་དུ། རྟོན་བ་སྤུབ་པའི་དབང་པོ།
 རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབང་པ། འཕགས་མཆོག་སྤྱ་སྤྱུག་ རྒྱ་བ་སྤྲེགས་པ། རིག་པའི་ཁུ་བྲུག་

ཆེ་བ། རིག་པའི་ཁྱ་བྱག་གཉིས་པ། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ལ། འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་
གནས་སོགས་སོ། །འཇམ་དབྱངས་ཡོད་མེད་ཕྱོགས་འཇིག་སྒྲ་སྒྲུབ་དང་། །ཆེ་བ་བྲགས་པ་
རིགས་པའི་ཁྱ་བྱག་ཆེ། །སངས་རྒྱལ་དགོངས་སྦྱོང་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་ཉ། །ཟབ་མོ་ལྷ་བའི་
བརྒྱད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དེ་ཡང་རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་ལམ་རིམ་
གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྒྲོ་འབྲེད་ལས། །སྒྲ་བ་རྒྱ་མེད་འབྲེན་མཆོག་འཁྲུའི་ཉོག། །རྒྱལ་
བའི་མཁུན་རབ་ཀུན་བསྐྱས་འཇམ་པའི་དབྱངས། །ཟབ་མོའི་དོན་གཟིགས་འཕགས་མཆོག་
སྒྲ་སྒྲུབ་ཞབས། །སྒྲ་བའི་གཙུག་རྒྱན་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་སོགས་ལྟར་ལོ། །
ཟབ་མོ་ནང་དོན། །ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་རྟོ་རྗེས་མཛོད་པའི་གསང་སྐགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཤིག།
ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་བཛོད་བྱ་ལེའུ་བཅུ་གཅིག (འགའ་བརྒྱད) ༡ འཁོར་འདས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་སྦྱིར་བསྟན་
པ། ༢ དེ་ནས་སྤེད་པར་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་ལུས་བྱུ་ཚུལ། ༣ དེ་ལ་གནས་
པའི་ཅ། ༤ དེ་ལ་རྒྱ་བའི་རྒྱུད། ༥ དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་ཐིག་ལེ། ༦ གནས་སྐབས་བཞིའི་རྣམ་
པར་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུལ། ༧ ཕྱི་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ནང་དུ་སྦྱར་བ། ༨ ཀུན་བརྟགས་
ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྦྱར་བ། ༩ སྦྱང་གཞི་སྦྱོང་བྱེད་ཆོས་མཚུངས་སུ་བསྟན་པ། ༡༠ ས་དང་
ལམ་གྱི་རིམ་པ་བསྟན་པ། ༡༡ མཐར་དེ་དག་འཇིག་ཅིང་སྦྱད་པ་རིམ་པ་གཉིས་པ་དང་འབྲེལ་
བ་དང་བཅུ་གཅིག་གོ།

ཟབ་མོ་དག་སྦྱང་གི་བརྒྱད་པ། བྱུ་བ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ལྷག་པའི་ལྷས་ཞལ་
བསྟན་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་གདམས་པ་ལ་ཟེར། འདི་བྱུ་བ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་
ཅིང་། ལྷག་པར་རྟོང་མའི་ཕྱོགས་སུ་མང་བར་གསུང་།

ཟབ་ཞི་སྒྲོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྲས་ཞེས་སོགས། ཟབ་ཞི་རྒྱལ་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་
བྲས། །བདུད་ཅིའི་ཆོས་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་པར་གྱུར། །བདག་གིས་བསྟན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་
མི་ཤེས་ཉ། །མི་སྒྲ་ནགས་འདབས་གནས་པར་བྱ་བ་སྟུམ། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་རྒྱ་
ཆེར་རོལ་པའི་མདོའི་ཆོག་ཡིན་ཞིང་། ཟབ་པ་དང་། ཞི་བ། སྒྲོས་བྲལ། འོད་གསལ། འདུས་མ་

བྱས་ནམས་ནི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་ནམ་གངས་ཡིན་ལ། དེ་དག་སོ་སོའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ནི། རོན་
 རྟོགས་དགའ་བས་ཟབ་བ། རྟོགས་ན་གདུང་བ་དང་འབྲེལ་བས་ཞི་བ། མཚན་འཛིན་གྱི་
 དམིགས་གཏད་ཀྱིས་སྟོང་བས་སྒྲོས་པ་དང་བྲེལ་བའོ། །གཤོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་
 བྱབ་པའི་ཕྱིར་འོད་གསལ་བ། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་འདུས་མ་བྱས་པའོ། །གོང་
 གི་ཆོགས་བཅད་དེ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་^{༡༤}པ་ལྟ་གསལ་ལོ། །

ཟབས། གཏིང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས། འདི་ནི་རྒྱ་མཆོའི་ཟབས་དང་མཚུངས་ཏེ་ཆད་གཟུང་
 བར་མི་རྒྱས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཟམ། རྒྱན། མཚམས། འཕྲོ་བཅས་ལ་འདུག ཟམ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལ་བརྟག་དུས་ “མཚམས་”
 ཟེར་བ་རང་ཡིན་འདུག ཁ་སྐད་དུ་ “ཚམ” ཟེར།

ཟམ་མ་ཆད་པ། རྒྱན་མ་ཆད་པ། མཚམས་ཆད་པ། འཕྲོ་ཆད་པ། ཁ་སྐད་དུ་ཚམ་མ་ཆད་པ་ཟེར།
 ཟམ་བཞག་པ། མཚམས་བཞག་པ་དང་། རྒྱན་བཅད་པའི་དོན། ཁ་སྐད་དུ་ཚམ་བཞག་པ་ཟེར།
 ཟས་ཀྱི་ཁུ་བརྗོན་པོ། ཉ་ཁ།

ཟས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། (ཐུགས) བཏུང་བ་སོགས་ཀྱི་ཁ་ཟས་བསྐྱེན་པའི་ཆེན་པང་ལྟ་ཆོད་པའི་བསམས་
 བས་འོངས་སྟོད་པའོ། །ཞེས་ཇིའི་ཐུགས་རིམ་ཆེན་མོ་ན་གསལ།

ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་པ། ཟས་མང་ཉུང་རན་སོ་ཟ་བའི་དོན། ཇིའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཟས་ཀྱི་ཆོད་
 རིག་པ་ནི། ཟས་ཏ་ཅང་མང་ཉུང་དུ་ཟ་བ་སྤངས་ཏེ་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་མི་གཞོད་པའི་ཆོད་ཅམ་
 དུ་ཟ་བའོ། །དེ་ཡང་ཁ་ཟས་ལ་སྟེད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསྒྲོམས་ནས། ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་
 པ་དང་། སྤྱིན་པ་སོ་ལ་ཐན་གདགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤིན་ལུང་ལྟ་ཟང་ཟེང་གིས་བསྐྱུས་ལ་
 མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ལ་དང་། སེམས་ཅན་ཟམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་སྐྱུས་པའི་
 བསམ་བས་བཟའ་བར་གསུངས་པ་ཡང་ཐན་པར་བྱའོ། །བཞེས་སྤྱིངས་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཟས་
 སྤྱོན་དང་འབྲ་བར་རིགས་པ་ཡིས། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་མེད་པར་བསྐྱེན་བཞི་སྟེ། །རྒྱགས་
 ཕྱིར་མ་ལགས་སྟེམས་པའི་ཕྱིར་མ་ལགས། །མཚག་ཕྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་

ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟས་གོས་ཀྱིས་འཆོ་བའི་རྒྱང་ལ། (འདུལ་བ) རྒྱང་མ་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ཟས་གོས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཆེད་
དུ་རྒྱང་མར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ།

ཟས་ཅུང་ཟད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཏོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་གྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་
བཅུའི་ཉེར་གསུམ་པ། ཟས་ཅུང་ཟད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཏོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་གྱེད་
ཀྱི་དོ་རི་ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སློང་གིས་དགེ་སློང་གཞན་ཟས་ལ་སོགས་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་སྟོན་
པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཟས་ལ་སོགས་པའི་ཆེད་དུ་དགེ་སློང་མ་ལ་ཆོས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་སྐྱར་བ་
བཟབ་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སློང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ཉེ་དགས་ཟས་
ཅུང་ཟད་ཅམ་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཏོ་ཞེས་དགའ་བྱེད་ལ་སྐྱར་བ་བཟབ་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་
བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་རང་རིགས་ཀྱི་སེམས་བདེ་བ་ལ་གཞོད་པའོ། །

ཟས་གཅོད་པའི་ལྷུང་གྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་དགེ་ཅིག་པ། དགེ་སློང་ལ་བྱིས་པས་
ཟས་འཕྲེན་པ་པན་སེམས་མེད་པར་གཅོད་བཅུག་པ་བྱིས་པས་གོ་བའོ། །

ཟས་སྦྱིན་པའི་པན་ཡོན་བཟུ། །ཁ་ཟས་སྦྱིན་པའི་པན་ཡོན་བཅུ་ཞེས་པར་གཟིགས།

ཟས་གཅོང་ལ། རྒྱལ་པོ་ཟས་གཅོང་མ་སྟེ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་ཡབ། སྤྱ་བཤད་ནི། གང་ཉིད་
བཅས་པའི་ཆེ་པས་སློང་མོ་བ་དག་ལ་ཟས་གཅོང་མའམ་བཟང་པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྦྱིན་པ་སྦྱིན་
པས་དེ་ལྷུང་དུ་བཟགས། ལུང་གཞིའི་འགྲེལ་པ་ལ་གཞི་བྱས། །ཁ་ཟས་གཅོང་ལ། ཡང་མཛོན་
བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོ་བ་མོ་༥༥་པ་ན་༣ལས། ཟས་གཅོང་ནི་རིག་པ་
བཞིན་དུ་ཟ་བར་བྱེད་པས་ཟས་གཅོང་ཞེས་གཙུག་ལག་ལས་མཛོན་པར་བརྗོད་དོ། །ཞེས་
ཀྱང་གསུངས་སོ། །

ཟས་གཅོང་སྤྲུལ། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་མཆོན་ཀྱི་རྣམ་གངས་ཤིག།

ཟེ་བྱིས། <རྟེ་བྱིས> འདི་ལེགས་སྐྱར་ཀྱི་ “རྟེ་བྱིས” ཟུར་ཆག་པ་སྟེ། ༡ རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་བྱོགས་
གཅིག་དུ་བཞུ་བ་དང་། ༢ གསེར་དམར་པོའི་དོན་དུ། སྟོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་

གྲུང་ཁང་དུ་གསུངས་སྟོ། །

ཟེ་ལྷེ་བ། ། སྤང་བུའི་རིགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ གཏམ་དཔེར། ཟེ་ལྷེ་རས་དབྱང་བསྐྱིགས། ཉམ་མཁའ་
འུར་སྤྲེགས་བརྒྱུད་ས། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གཏམ་དཔེ་འདི། ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་
པོ་སེར་གྲེས་མཁའ་རྒྱུར་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་དབང་ལྷག་མཆོག་གིས་དཔེ་བྲིད་སྤྲེགས་དེད་ཆོ་
ལ་ཀྱ་རེའི་ཚུལ་དུ་ཡང་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། 2 དར་གྱི་ཆས་གོས་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། དར་
མཐེང་ཁྲའི་ཚོད་པན་ལྷག་བ་ནས་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ལ་ཟེར། རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྤྲེགས་གོས་ཀྱི་
གས་ཤིག་

ཟེ་ཟེ། ཟེ་ཟེའི་སྤྲེགས་དང་འདྲ།

ཟེ་ཟེའི་སྤྲེགས། སྤང་མའི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྲེགས། ཞེས་འུང་ཐན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །
ཟེང་ལོང་རེ་བ། རྒྱལ་དབང་ལྷ་བའི་རང་རྣམ་ལས། འབྲམས་རའི་སྟེང་འོག་ཐམས་ཅད་ཟེང་ལོང་རེ་
བས་ཁེངས། ཞེས་གསུངས།

ཟེན། རྒྱན་ཞེས་ཀྱང་སྤྲང་། གཉེན་ནམ་གྲོགས། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་མིང་བརྟེན་གྱི་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་
བཤད་བ་སོམ་ཉིའི་ཐུན་སེལ་ལས་བཤད། བེའུ་འགྲེལ་ལས། དག་འདུལ་བ་དང་ཟེན་བསྐྱུང་
བ་དང་། ཞེས་དང་། གཞོན་བུ་རྩ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། དེ་ཕྱིར་ཁོ་པོ་ལ་ནི་དག་རྒྱན་གྱི་
རིས་སུ་བྱ་བ་འགའ་ཡང་མེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཟེན་གྲིས། བརྟེན་གྱི་སྤྲེགས་བཤད་ནི། མི་བརྟེན་པར་སྟོ་ལ་ཟེན་བའམ་འཛིན་པའི་ཆེད་དུ་གྲིས་པའི་སྟོ་
ཡིག་ཡིན་པས་དེ་སྤྲེགས་ཅེས་བྱ།

ཟེལ་དང་། ཟེལ་མངར་དང་འདྲ། དངར་ནི་གྲུལ་བསྐྱིགས་པ་དང་རོ་མངར་བ་གཉིས་ཀར་འཇུག་
ཆར་དུ་དངར་ཞེས་བ་དང་ཟེལ་དངར་ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

ཟེལ་མངར། བུད་ཅིའི་མིང་། སྤྲེགས་བཤད་ནི། ཟེལ་ནི་ཟེལ་བ་སྟེ་རྒྱུལ་དང་། མངར་ནི་མངར་མོའོ། །

ཟེལ་བ་སྟོམ་མེ་བ། སོས་བ་དང་མདངས་བཟང་བའི་དོན། ལུ་ཟེལ་བ་སྟོམ་མེ་བ་ལ་སྤྲེགས་ལས་
འདས། དེལ་སྟོན་སྟོན་ཆ་༣༥༥ན་གསལ།

ཟེལ་པ་ཁྲོམ་མེ་བ། ཟེལ་པ་ཁྲོམ་མེ་བ་དང་འབྲ། དཔེ་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཟེལ་པ་ཁྲོམ་མེ་བ་ཞེས་སྒྲུང་།

ཟུ་གུ། ཟུ་གུ་བ་དོན་འབྲ།

ཟུ་གུ་བ། ས་མཚམས་སྒྲུང་མཁན་གྱི་སོ་པའི་མིང་། ཟུ་གུ་བ་ཐེ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཆོག་འདི་དཔེ་ཆོས་
རིན་ཆེན་སྒྲུངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་༡༡༤ན་གསལ།

ཟུག་ཏུ། སུག་བསྐྱལ། ཟུག་གཟེར། ཟུང་ཏུ་ཞེས་པའི་ཟུག་ནི་ཟུག་གཟེར་དང་ནད་ཟུག་ཅེས་པའི་
ཟུག་དེའོ། །

ཟུང་། ༡ འཛིན་པའི་སྐྱལ་ཆོག་ 2 གཉིས་དང་ཆ་བཅས་ཀྱི་མིང་།

ཟུང་འཇུག་ ༡ འོད་གསལ་སྐྱུ་ལུས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་ཚོགས་རིམ། རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་
གསལ་དེ་ལས་རྒྱུང་ཟུང་ཟད་གཡོས་བ་དང་མཉམ་དུ་འོད་གསལ་དེའི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་
རྒྱུད་གཉིད་ལེན་དང་། འོད་གསལ་གྱི་སེམས་གྱིས་ལྷན་ཅིག་ཁྱེད་སྒྲིལ་བས་བ་ལ་བཞེན་ནས་
དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུར་བཞེངས་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། སྒྲོབ་བ་མཐའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་བར་
གྱི་ཚོགས་རིམ་ནི། སྒྲོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་གམ་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་གྱི་དོ་
བོའོ། རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལས་ལུགས་ལྟོག་གི་ཉེར་ཐོབ་ཏུ་ལངས་བ། དག་
པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ཐོབ་བ། སྒྲུངས་བ་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་བ། ཉོན་སྒྲིབ་སྒྲུངས་བ། ས་གཉིས་བར་
འཕྲོས་བ། སྒྲོམ་ལམ་ཐོབ་བ་རྣམས་དུས་མཉམ་མོ། སྦྱིར་བཏང་ཟུང་འཇུག་ཅེས་བ། གཉིས་
མཉམ་དུ་འཆོགས་བ། མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ། མཉམ་དུ་འཇུག་བ། ཟུང་དུ་འབྲེལ་བ་བཅས་ཀྱི་
དོན་ནོ། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་འོ། རྗེའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་ལས། ཟུང་འཇུག་ནི་རིམ་
ལྔ་ལས། དེ་ཉིད་ཤེས་པས་རིམ་བ་བཞིན། །རང་བྱིན་བརྒྱབ་དང་འོད་གསལ་ཤེས། །དེ་དག་ཁོ་
ན་འདུས་བ་གང་། །འདི་ནི་ཟུང་འཇུག་རིམ་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར། རང་བྱིན་བརྒྱབ་
ཀྱན་ཚོབ་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་དང་དོན་དམ་འོད་གསལ་གཉིས་ནི་ཟུང་ཡིན་ལ། དེ་གང་ལ་དབྱེར་མེད་
པར་འདུས་པའི་གོ་འཕང་ནི་ཟུང་འཇུག་གོ། དེ་ལྟར་ཟུང་དུ་འཇུག་སྐྱུའི་ཡ་གཉིས་མེ་ཤེས་ན་
ཟུང་འཇུག་མེ་ཤེས་པས་དེ་གཉིས་བཤད་ན་རང་བྱིན་བརྒྱབ་ནི། རིམ་ལྔ་ལས། རྒྱུང་དང་ཡང་

དག་ལྟ་བུ་ཡི། རྒྱལ་ལོས་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ། རྒྱལ་འབྱོར་བ་ཡི་ལུས་སུ་འབྱུང་། སྐྱེ་
མའི་ལུས་སུ་དེ་ལ་བཤད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་མཐར་ལུགས་བརྒྱུག་ཏུ་
ཞུགས་པའི་ཡེ་ལོས་གསུམ་པོ་དང་། སྐུ་ཏུ་ཕྱ་བའི་རྒྱུད་འོད་ཟེར་ལྷ་ཙམ་ལས་བྱུང་བའི་འཇའ་
ལུས་རྩོམ་མེས་པོ་ལོ་སྐྱེ་ལྟེ། གུན་རྩོམ་བདེན་བ་སྐྱེ་མ་ཉིད། འོངས་སྤྱོད་རྩོགས་པའི་སྐྱེ་
ཡང་དེ། དེ་ཉིད་བྱི་ཐའི་སེམས་ཙན་ཡིན། རྩོམ་པོ་སྐྱེ་ཡང་དེ་ཉིད་གང་། རྩོམ་མེས་པོ་ལོ་
རང་ཉིད་དེ། ཞེས་རྒྱུ་གངས་མང་པོས་གསུངས་ཏེ་བར་དོ་འོངས་སྐྱེ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། དེ་ནི་
སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་འབྱུང་ལུགས་སུ་མོང་མ་ཡིན་པའོ། འོད་གསལ་ནི། སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་དེ་སྟོན་དུ་བཏང་
ནས་སྤང་བ་གསུམ་རྒྱུ་པར་དག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་གཉིས་
ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་རོ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའི་ཡེ་ལོས་སོ། དེས་
ན་བདེ་བ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་གཉིས་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་དོན་ཀྱི་ལྟན་སྐྱེས་ནི་འདིའི་
ལུགས་ཀྱིས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཡིན་ཀྱང་། ཟུང་འཇུག་གི་ཡ་གཅིག་ཡིན་ཀྱི་ཟུང་འཇུག་
མིན་ནོ། ཡ་དེ་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་ལུགས་ནི་འོད་གསལ་གྱི་རིམ་པ་མན་ཆད་དུ། རྒྱུད་
སེམས་ཙམ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་མའི་ལུས་ཡོད་དུས་ན། སེམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་རོ་གཅིག་ཏུ་
ཞུགས་པའི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ལོས་མེད་ཅིང་། བྱི་མ་ཡོང་དུས་སྐྱེ་མ་མེད་པས་རེས་འཛོག་ཏུ་
གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཟུང་འཇུག་མེད་དོ། གང་གི་ཆེ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བདེ་བ་དང་བདག་མེད་
པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་གཉིས་རོ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་འོད་གསལ་ཐོབ་པ་ལས། ལུགས་
བརྒྱུག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཆེ་སྤང་བ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ལོས་དང་། དེའི་བཞུགས་པའི་རྒྱུད་འོད་ཟེར་ལྷ་
ཙམ་ལས་འཇའ་ལུས་རྩོམ་པོ་སྐྱེ་འབྱུང་བ་དེའི་ཆེ། ལུས་དེ་ཉིད་དུ་གནས་བཞིན་པའི་རང་ནས་
སེམས་འོད་གསལ་ལ་ཞུགས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱང་རོ་
དབྱེར་མེད་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ལོས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་ཟུང་འཇུག་གི་གོ་
འཕང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་སྟོན་བ་དང་མི་སྟོན་པའི་ཟུང་འཇུག་གཉིས་ཡོད་དོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 12 ལྟན་སྟོང་ཟུང་འཇུག་པཎ་ཆེན་ལྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་རང་

ནས་ལས། དབྱིངས་སྒྲོས་བྲལ་གདོད་ནས་དག་བ་དང་། །ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱ་བ་མེད་བ་
ཡི། །ཡུལ་སྤང་སྟོང་རེས་འཛོག་མ་ཡིན་པའི། །དོན་བྱང་འཇུག་མཐའ་བྲལ་དབྱ་མའི་
ལས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།³ བདེ་སྟོང་བྱང་འཇུག་བྱང་འཇུག་ཅས་པ་དགེ་ལྷན་པས་
འོད་གསལ་དང་རྒྱ་ལུས་བྱང་དུ་འཇུག་བ་ལ་སྒྲུབ། བཀའ་བརྒྱུད་པས་གཙོ་བོ་སྤང་སྟོང་བྱང་
འཇུག་ལ་སྒྲུབ་དོ། །

བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་། དེ་ལ་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་
གོ་འཕང་གཉིས་ཡོད། རྗེའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་ལས། གང་གི་ཆེ་ལྷན་ཅིག་སྤྲེས་པའི་
བདེ་བ་དང་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་བ་གཉིས་རོ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་འོད་
གསལ་ཐོབ་པ་ལས། ལུགས་བརྒྱུག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཆེ་སྤང་བ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དང་། དེའི་
བཞོན་པའི་རྒྱུད་འོད་ཟེར་ལྷ་ཙམ་ལས་འཇའ་ལུས་རྗེ་རྗེའི་སྤྱུ་འབྲུབ་བ་དེའི་ཆེ། ལུས་དེ་ཉིད་ཏུ་
གནས་བཞུགས་པའི་ངང་ནས་མེས་པོ་འོད་གསལ་ལ་ཞུགས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་འབྲུང་
ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱང་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཏུ་གྱུར་
པས་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ཞེས་བྲ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་
གཉིས་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱང་དུ་འཇུག་ཚུལ། བྱང་འཇུག་ཅས་པའི་ཐད་དུ་
གཟེགས།

བྱང་འཇུག་གི་སྟོང་རྗེ། (བཀའ་བརྒྱུད) བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས། སྤྱ་བ་ཤད་ནི། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་
ཤེས་དེ་བདེ་སྟོང་བྱང་འཇུག་ཡིན་པ་དང་། རང་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་སྟོང་
རྗེ་དང་བྱེད་ལས་མཚུངས་པས་སྟོང་རྗེའི་མིང་གི་བཀྲགས་པས་དེ་སྤྲད་ཅས་བྲལ། །སྟོང་ཉིད་
སྟོང་རྗེའི་སྟོང་བོ་ཅན་དང་དོན་འདྲ།

བྱངས། 1 འཛིན་པའི་སྤྱལ་ཆེག་སྟེ། བྱང་གི་འབྲི་ཚུལ་གཞན། མདོ་ལས། ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཉོན་
ལ། ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག་ལྟ་བུ། 2 སྟོབས། ལུས་ཀྱི་བྱངས་ཟད་ལྟ་བུ།

བྱན། ཐེན་དང་འདྲ། གཞོན་ཀྱུ་རྩ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། དེ་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ལ་ནི་དགྲ་བུན་གྱི་རིས་སུ་

བྱ་བ་འགའ་ཡང་མེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ།

ཟུར་བཞོལ། ཟུར་དུའཕམ་ལོགས་སུ་བཏོན་པ། ཟུར་བཞོལ་བཞི་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཟུར་བཞོལ་བཞི། སེར་བྲེས་མཁས་སྟོན་གྱི་ཆང་གི་ཡིག་ཆའི་གས་ཤིག་སྟེ། དང་ངེས། དག་འདུན་ཉི་
ཤུ། བསམ་གཞུགས། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་བཅས་ཀྱི་སེར་རྩི་བཅུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་
གསུང་ཚོས་བཞི།

ཟུར་འདེབས། བསྟན་བཅོས་དངོས་གཞིའི་ཁ་གསལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཟུར་དུ་བྲིས་པའི་ཚོམ་ཡིག་ཟུར་
དུའི་མིང་། ཁ་སྐོར་། ལྷན་ཐབས། དཔེར་ན་རྩི་ཆུ་ཐར་ཟུར་འདེབས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཟུར་ཕྱད་ལྟ་བུ། འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་ཤིག་སྟེ། བཟང་པོ། དབྱ་སྒྲིའི་ལྷག་མ་མ་
ལུས་པར་སྦྱི་གཙུག་དུ་བཅིངས་པའི་ཐོར་ཅོག་ལ་གཡས་གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་རེར་ཁྲག་པའི་
ཟུར་གཉིས་གཉིས་དང་སྟེང་དུ་གཅིག་བཅས་ལྟ་ཡོད་པས་ཟུར་ཕྱད་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱའོ།

ཟུར་ཟ། དངོས་སུ་མིན་པར་གོ་རྒྱ་བཏང་ནས་སྟོན་བཟོད་པ།

ཟེ། 1 ཅེ་མོ་འཕམ་སྟེ་མོ། དཀྱིལ། 2 ཉ་སོགས་ཀྱི་རྩོག་མ།

ཟེ་བ། ཟེ་ལ་གཟིགས།

ཟེ་འབྲ། ཟེ་འབྲ་དང་དོན་འབྲ། ཟེ་འབྲ་ལ་གཟིགས།

ཟེ་མུ། (གསེར་གྱི་) ཟེ་མུ་སྟོང་འབྲུ་རྟེན་རྟོ་སྟོན་བཤིག་ ཅེས་བ་ལ། རང་བྱུང་རྟོ་རྟེས། ཟེ་མུ་སྟོན་
གསེད་རྟོ་སྟོན་བཤིག་ ཅེས་གསུངས། མིང་ནི། སའི་ཤེལ། ཆ་ཐག་ཅན། མེ་འབར་རྩ་ཟེར།
འདི་རང་བྱུང་ཡིན་པ་འབྲ་ཡང་ལས་ཀྱི་ཆོ་གས་གཅིང་བར་བསྐྱངས་དགོས་ལ། དེར་ཡང་
རྩའི་བྱང་པར་ལས་རིགས་གསུམ་སྟེ། དཔག་སྟེ་སོགས་ལས་འབྲུག་བ་ལྟར་ཆགས་པ་ལས་
བསྐྱངས་ས་ཤེལ་ཁབ་ལྟ་བུ་རུ། ས་བྲག་གང་ལ་ཡང་བྱ་སྟེ་ལྟར་ཆགས་པ་ལས་བསྐྱངས་པ་
རྩར་བྲེ་ལྟ་བུ་འབྱིང། བྱང་རྩང་གང་པ་སོགས་ལས་སྟུམ་འབོལ་དུ་ཆགས་པ་ལས་བསྐྱངས་
པ་ཅམ་པའཕམ་ཡོས་ཆོག་གི་བྲེ་མ་འབྲ་བ་ཐ་མའོ། །གང་ཡང་དང་པོའི་རྩ་དང་རྩེས་གཅིང་བར་
བྲས་པ་གང་ཡང་རོ་ཆ་ལ་རེག་བྱ་བསིལ་བ། མེ་ལ་བཏབ་ན་ཁོལ་ཞིང་ཆ་ཆ་འབྲོ་བའོ། །སྟོན་

གཞུང་བློ་མེད་ཤེལ་ཐེང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

ཐེ་ལངས་པ། (འདུལ་བ) 1 འདོད་ཆགས་ལངས་པ། འདིའི་ཐེ་ཞེས་པ་པོ་མའི་རྟགས་ལ་གོ་དགོས། འུ་
ཡིན་ན་པོ་རྟགས་དང་། འུ་མོ་ཡིན་ན་འུ་ལེ་ལ་གོ། རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས། ཅན་ཅུལ་ལོ་ཞེས་
འུ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྦྲུང་བའི་འཕྲོ་བ་དང་བརྟན་པ་ཉམས་པ་དང་། བརྟན་སྦྲུ་ཉམས་ཤིང་བརྟན་
བའི་གཞོལ་བ་ལ་ངོ་ཆ་མེད་པར་ཞུགས་ཤིང་ཐེ་ལངས་པར་གྱུར་ནས་ལུས་དང་རག་གི་ལས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཏ་བླེལ་གྱི་ཐེ་བའི་སྦྲུ་ལངས་པ་དང་། འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་
ལངས་པ་སོགས་ལ་ཐེར།

ཐེགས་མ། གཐེགས་མ་ལ་གཐེགས།

ཐེ་འུ་ཁ། མགོ་ལ་བཅིང་རྒྱའི་རས་དམར་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཐེར། ཞེས་མཁས་པ་འགའ་གསུང་།
སྦྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཐེ་འུ་ཁ་དང་སྦྲར་བཤད་པའི་གཙུག་ཏྲར་གྱི་གཙུགས་བརྟན་བཅིང་
ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

ཐེ་འུ་འབྲ། མེ་ཏོག་གི་ལྟེ་བའམ་ཐེ་བ། དེ་ཡང་གུར་གུམ་གྱི་མེ་ཏོག་ལྟ་བུའི་ལྟེ་བ་དང་ཐེ་བ་གཉིས་དོན་
གཅིག་ཡིན་ཞིང་། ལྷན་ལྟ་བུའི་ལྟེ་བ་དང་ཐེ་འུ་འབྲ་གཉིས་མི་གཅིག་པར་ཆིག་གཏྲར་འབྲེལ་
པ་ལས་བཤད་ཅེས་དག་ཡིག་འགར་གསལ།

ཐེ་འུ་འབྲ་ཅན། བརྒྱའི་མིང་དུ་བཤད།

ཐེར་རིས། བཤད་སྟངས། ལབ་སྟངས། ལབ་རིས་དང་དོན་འབྲ། ལབ་རིས་ལ་གཐེགས།

ཐོ། ཁམས་སམ་རང་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཐོ་བཟང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཐོ་བ་དཔོན་སྦྲུ་མིས། ཐོ་བཟང་དང་
པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །ཞེས་འབྲུང་ངོ། །

ཐོ་རྩུན་གྱི་ཁྱུང་མོ། ཐོ་རྩུན་གྱི་རྩུང་མོ་དང་འབྲ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆིག་རྣམ་པར་བཤད་
པ་ཨ་ལའམ་ལས། ཐོ་རྩུན་ཁྱུང་མོའི་རྩུལ་གྱིས་ཞེས་འུ་བ་ནི་རྩུར་རྩུ་བཅུ་བའི་འབྲུལ་འཁོར་
གྱི་ཐོ་རྩུན་ཁྱུང་མོའི་ཐོ་བ་ཞེས་འབྲུང་ངོ། །

ཐོ་རྩུན་གྱི་མཁྱུང་མོ། ཐོ་རྩུན་གྱི་ཁྱུང་མོ་དང་འབྲ། བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཐོ་རྩུན་མཁྱུང་མོ་

ཞེས་ཐེས།

མོ་ཚུན་གྱི་རྒྱུད་མོ། འཁོར་ལོ་ལེ་སྤྱུ་རྒྱུད་ལ་ཐོ་བ་མང་པོ་བཏགས་པའི་ཁྱོན་པ་སོགས་ནས་ཆུ་འཐེན་
 པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་མིང་། ཆུ་བཅུ་བའམ་འཐེན་པའི་འབྲུལ་འཁོར། མོ་
 ཚུན་གྱི་འབྲུལ་འཁོར། མོ་ཚུན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནམས་དོན་གཅིག་ རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་དུ་ད་ལྟ་ཡང་
 མཐོང་རྒྱ་ཡོད། གཙོ་པོ་བ་ཡང་གིས་འཐེན་ནས་ཞིང་རྒྱུར་བེད་སྤྱོད་བྱེད། སྤྱ་བཤད་ནི། མོ་ནི་
 མོ་བའམ་མོ་ལག་སྟེ་སྟོད་གྱི་མིང་ཡིན་ལ། ཚུན་ནི་ཆུ་ལེན་པའི་ཐབས་ལ་ཆུ་ཚུན་ཞེས་བ་ལྟར།
 ཆུ་བཅུ་བའམ་འཐེན་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཐོ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ་ལ། རྒྱུད་མོ་ནི་
 རྒྱུན་བར་མ་ཆད་པའི་དོན་ཏེ་འཁོར་ལོ་འམ་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་མིང་ཡིན་པས། ཆུ་བཅུ་བའི་མོ་
 པའི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བྲ་བའི་དོན་ནོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༼ རྒྱ ༽མཉམས་ལས། མོ་
 ཚུན་གྱི་རྒྱུད་མོ་ལེ་ཆུ་ལ་གྱིས་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཆུ་བཅུ་བའི་མོ་ཚུན་རྒྱུད་མོ་ཞེས་བྲ་བ་འབྲུལ་
 འཁོར་ (མ་དཔེར་འབྲུལ་འཁོར་ཞེས་འབྲུང་ཡང་། འབྲུལ་འཁོར་ཡིན་པར་སེམས་སོ་) གྱི་བྱེ་
 བྲག་ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན། ཚུན་ནི་བཅུན་པའམ་བཀྲིགས་པའམ་བསྐྱམས་པའི་
 དོན་ཡིན་པས། མོ་བ་མང་པོ་མཉམ་དུ་བཅེངས་པའམ་བསྐྱམས་པའི་འབྲུལ་འཁོར་ཞེས་བྲ་
 པའི་དོན་ནོ། །

མོ་ཚུན་གྱི་འབྲུལ་འཁོར། མོ་ཚུན་གྱི་རྒྱུད་མོ་དང་འབྲ།

མོ་མདོག་བདེ་བ། ཉམས་རྩལ་བཟང་པའི་དོན་དུ་བཤད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ལྷག་པའི་
 བསམ་བཤུ་བ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་གཉིད་དང་རྒྱགས་ལ་དགའ་འཁྱུར་བ། །བད་ཀན་
 རྒྱུད་དང་དེ་བཞིན་མཁྲིས་བ་ནམས། །དེ་དག་དེ་ཡི་ལུས་ལ་ཤས་ཆེར་འབྲུང་། །དེ་ཡི་ཁམས་
 རྣམས་རབ་ཏུ་འབྲུག་པར་འཁྱུར། །གང་ཞིག་རྒྱགས་དང་གཉིད་ལ་དགའ་འཁྱུར་བ། །ཁ་ཟས་
 ཉེས་པས་རྟོ་ནི་མ་དག་ཅིང་། །ལུས་ཀྱང་ལྷེ་ལ་མོ་མདོག་བདེ་མ་ཡིན། །དེ་ཡི་ཆོག་ཀྱང་གསལ་
 བར་མི་འབྲུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མོ་བཟང་། ཁམས་སམ་རང་བཞིན་བཟང་པོ།

ཐོང་། བཅོང་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ།

ཐོང་དུ་བྱེད་པ། བཅོང་བའི་མཁས་སུ་བྱེད་པ།

ཐོན། ཐོན་བྱེད་པ་ལ་གཟིགས།

ཐོན་བྱེད་པ། གཞན་ལ་པོག་ཐུག་འགྲོ་དོགས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་འཇམ་པའི་དོན་ཡིན། སེམས་ཚུང་བྱེད་པའི་
དོན་དུ། དབྱངས་ཅན་དག་འཁྲོས་བཤད། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། ཉམ་ཚུང་གྲུར་ཀྱང་ཐོན་
བྱས་ན། །ཆེན་པོ་ཡིས་ཀྱང་གཞོམ་བར་དགལ། །ཆེན་པོ་ཡིན་ཀྱང་བག་ལེབས་ན། །ཉམ་ཚུང་
ནམས་ཀྱིས་བརྒྱགས་བ་མང། །ཞེས་གསུངས།

ཐོར་བ། (འདུལ་བ) ལྷ་བར་སྐྱེད།

ཐོལ། 1 གཡོ། གཡོ་སྐྱ། 2 བརྩས་པའམ་བརྩན་པ། བཅོས་པའམ་བཅོས་མ། འབྲ་བ། ཚུལ། དཔེར་
ན་གྱང་ཐང་བསྟན་པའི་སྟོན་མེས། སྤྱ་ལོ་དྲུང་ལྟར་དཀར་བ་འདི། །ནག་མོག་མི་མ་དག་པ་
མིན། །འཆི་བདག་མཆིལ་མའི་རྒྱང་མདའ་དེ། །བ་མའི་ཐོལ་གྱིས་བབས་བ་ཡིན། །ཞེས་བ་ལྟ་
བུ། 3 ནམ་འབྲུལ། ཚུལ། འཇམ་དབྱངས་མའི་ཐོལ་དུ་བྱོན་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཐོལ་བསྟོད། བརྩན་གྱི་ངོ་བསྟོད་དམ་གཅམ་བུའི་ངག་ དཔེར་ན་རབ་བརྟགས་དང་གཅམ་བུའི་ཐོལ་
བསྟོད་ཅམ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཐོལ་བྱེད་པ། གཡོ་སྐྱ་བྱེད་པ། གཡོ་བྱེད་པ། དཔེར་ན་སྤང་ལ་ཐོལ་བྱེད་པ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཆོམས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ་^{༡༢} ནམ་ལས་གསལ་བ་ལྟར་པོ། །

ཐོལ་འཛོག་ཤེས་ཀྱང་མ་ཤེས་པའི་ཐོལ་གྱིས་སྤང་མེད་དུ་འཛོག་པ། ངོས་ཤེས་གཏོང་བ། ངོ་དགའ་
ཐོལ་འཛོག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། རྩེ་གྱང་ཐང་པས་མཛད་པའི་སྟོ་མང་སྟོ་བཟང་ཆོས་དར་བའི་ནམ་
ཐར་ལས། འདི་ལ་མན་ཞིག་ཐོགས་ན་ཆོས་ཀྱི་བྱ་བའང་དེ་ལས་ལྷག་མི་འདུག་དགོངས་ཏེ་བྱ་
གཞན་སུ་ལའང་ངོ་དགའ་ཐོལ་འཛོག་ཏུ་མ་སོང་བས་བསྐྱིག་གི་ཉིང་གཞོན་འཆུན་ཆེ་ཞིང་ཆ་
རན་སྟོམས་བ་གང་ལ་གང་འོས་བབ་མཚུངས་ལེ་ཤོར་མེད་བ་གནང། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། བོད་རྒྱ་
ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱ་ཡན་འཛོག་པའི་དོན་དུ་བཤད།

ཐོལ་སྒྲོར། གཡོ་ཐབས། སྒྲ་བཤད་ནི། ཐོལ་ནི་བཅོས་མཁམ་གཡོ། སྒྲོར་ནི་སྒྲོར་བ་སྟེ་ཐབས་ཀྱི་དོན།
 ཐོས། ཟ་བའི་འདས་ཆིག་སྟེ། བཟས་པའི་འབྲི་ཚུལ་གཞན། བཟའ་བར་བྱས་ཞེས་བ་དང་དོན་གཅིག
 བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་མོས། ཟ་ཡི་འདས་པར། བཟས་ཞེས་འབྲི། དག་ཡིག་གསར་
 བསྒྲིགས་སོགས་སྟུ། ཟ་ཡི་འདས་པར། ཐོས་ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད་དོ། །

ཆ་གས། 1 ཆ་བ་བྱེད་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་མིང་། 2 ཆ་བྱེད་དང་དབྱིབས་མཚུངས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་
 ཆོགས་དབུས་སྟུ་བྱོན་རྒྱུའི་ན་བཟའི་རིགས་ཤིག། འདི་ས་ལ་ཐེར་ཐེར་བྱས་ཏེ་བཟམ་ན་ཆ་
 བྱེད་ཀྱི་དབྱིབས་ཐོན་པས་ཆ་གས་ཞེས་བཏགས། འདིའི་འབྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་སེར་བྲེས་
 མཁས་སྟན་བླ་ཆེན་གྱི་ཆོགས་གཏམ་ཆེན་མོར་གསལ། སྒྲ་བཤད་ནི། འཇགས་སྒྲར་གྱི་ “ཅ་ཐ་
 ཀྱི” གི་རྒྱ་ཆ་གས་མཐ་ཆ་གས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྤོང་སྒྲ་གཉིས་ཤན་སྒྲར་གསེར་གྱི་བྲེང་
 མཛེས་ན་གསལ་ལ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བསྒྲར་བ་ན་ “ཅ་ཐ་” ཞེས་བ་ཆ་བར་
 བསྒྲར་ནས། “ཀྱི” རང་སོར་བཞག་པ་དེ་ཉིད་བྲིས་ “གས” ཞེས་ཆིག་བྱར་ཅུང་ཟད་ཉམས་པ་
 ཡིན་ནམ་སྟུ་མོ། །ཡང་། “ཅ་ཐ་ཀ” ཞེས་ཐེག་ལེ་མེད་པ་དེ་ནི། ཆ་བ་དང་། ཆ་དབྱིབས་ལྟར་
 བོར་མོ། མ་བྱའི་སྒྲིའི་ཐེག་ལེ་དང་། སེན་མོ་སོགས་ལ་འདུག་པར། Monier Williams San-
 skrit-English Dictionary (2008 revision) ན་གསལ་ཞིང་། སྤོང་སྒྲ་གཉིས་ཤན་སྒྲར་
 གསེར་གྱི་བྲེང་མཛེས་ལས་ཀྱང་། ཆ་གས་དང་གཞན་ཡང་ནར་མོ་ལ་སོགས་བ་དང་མ་བྱའི་
 མཛོད་སྟེ། ཞེས་གསལ་ལོ། །

ཆ་འཛོག་གི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྟར་སྟུ་ཅུའི་གསུམ་པ། ཆ་འཛོག་གི་སྤང་བའི་དོ་རྟེན་ནི། བཅས་
 ལྟན་དགོ་སྤང་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་གོས་གསུམ་མ་ཆང་བ་ན་ཁ་བསྐྱང་
 བའི་གོས་ལ་རེ་བ་དང་བཅས་ཏེ། ཁ་བསོགས་ཀྱི་གོས་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་བཞག་པ་
 ལས་རང་ངམ་ཤན་སྟོབས་ཀྱིས་ཞག་སྟུ་ཅུ་འདས་པའི་ལྟར་བ་དངོས་གཞིལོ། །སྤང་གཞིན་ནི།
 མཉན་ཡོད་དུ་དགོ་སྤང་རབ་ཏུ་མང་པོས་ཁ་བསོགས་ཀྱི་གོས་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་ཆ་
 བ་གཅིག་ལས་འདས་པར་འཛོག་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི།

འདོད་པ་ཆེ་བ་སྟེ་འཆང་བ་དང་འདྲའོ། །

ཆེ་བ་གྲགས་པ། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱུད་ཅུ་ཅུ་བཞིའི་གསལ་འདེབས་ལས། འཇམ་དཔལ་སྐྱ་ཡི་སྐྱལ་བར་
འབྱུངས། །སྐྱ་སྐྱབ་དགོངས་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད། །ཆེ་བ་གྲགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི། །ཆེ་མ་དེ་ལ་
ཐུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ལ་ཐལ་འགྱུར་བའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་
ལྷན་ཆེ་བ་གྲགས་པ་ནི། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པ་ཙམ་ལ། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ས་མ་ནར་
སྐྱ་འབྱུངས། མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ལ་སྦྱངས་པས་སྐྱ་སྐྱབ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་
མཁས་པ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིང་། དཔལ་ན་ལེན་ལེ་མཁན་པོ་ཡང་མཛད། སྤྱི་བ་ལྷ་བརྒྱར་འཇམ་
དཔལ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ། རི་མོར་བྲིས་པའི་བ་ལས་འོ་མ་འདྲོ་བྱས་པ། རྗེའི་ཀ་བ་ལ་
ཐུག་མི་ཐོགས་པར་འགོ་བྱས་པ། བསྟན་བཅོས་གྱུར། དབྱ་མ་ལ་འཇུག་ཅ་འགྲེལ། བཞི་བརྒྱ་
པའི་འགྲེལ་པ། ཅུ་ཤེད་འགྲེལ་པ་ཆོག་གསལ། གསང་འདུས་འགྲེལ་པ་སློབ་གསལ། སློབ་
དཔོན་ཆེ་བ་གྲགས་པ་ནི་མགོན་པོ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་སློབ་མ་ཡིན་པར་རྗོ་ཤེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ
(རྗོ་ཤེའི་གསུང་སློབ་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་བྱངས་པ་ལས། འདིའང་རྗོ་ཤེས། སྤྱིང་ཉིད་གང་
གིས་རྟོགས་ཤེ་ན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལུང་བསྟན་ཅིང་། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་གཟིགས་
པ་ཡི། །སྐྱ་སྐྱབ་སློབ་མ་ཆེ་བ་གྲགས་པ་ཡིན། །དེ་ལས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་གིས། །ཆོས་ཉིད་བདེན་
པར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས།) རྗེ་འགོས། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་བཞེད་
དོ། །རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སློབ་ལས། ཆེ་བ་གྲགས་པ་ནི་རྗེ་འགོས་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་
ནམས་ནི་འཕགས་པའི་སློབ་མར་མཛད་དོ། །ཤོད་ཀྱི་དབྱ་མ་པ་ཁ་ཅིག་ཆོག་གསལ་གྱི་
མཇུག་ཏུ་འཕགས་པས་མཛད་པའི་གཞུང་དང་སློབ་མ་ནམས་དུས་མང་ཞིག་ན་ནམས་པས་
དེང་སང་གཞུང་ལུགས་གསལ་པོ་མེད་ཅེས་གསུངས་པས་ཆེ་བ་གྲགས་པས་འཕགས་པ་མ་
ཟེན་ནོ་ཞེས་སྐྱའོ། །རྒྱ་མཆོན་དེ་ནི་མ་དེས་ཉེ་ཆེ་བ་གྲགས་པས་རིག་འཛིན་བརྟེན་ནས་ལུན་
རིང་དུ་བཞུགས་པར་རྗོ་ཤེ་གདན་པའི་གསུང་ལས་བྱུང་བ་བ་ཆབ་ལོ་རྒྱ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་
ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་པས། དེའི་སྐྱ་ཆེའི་སྤྱད་ལ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་སློབ་གཞུང་བཟང་པོ་ནམས་

33

ཆོས་ནི། །ཐུ་སྟེགས་ཅན་གྱིས་མི་བཞིགས་ཏེ། །སེང་གའི་ཁོག་བ་རི་བཞིན་བྱ། །ང་ཡི་ “སྒྲོབ་
མས་” གཞིག་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་བས་སོ་སྟུང་ཡང་དབྱེད་དོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་བྱ་
སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་ན་ཡང་གསལ་བས་དེར་བཟོ་བར་བྱའོ། །
ཆ་བཞོར་བྱ། རྡོ་ལས་བྱུང་བའི་དྲངས་ཤེས། དེ་ལ་རྒྱ་ཤེས། ཆ་བཞོར་བྱ། ཞོར་བྱ་དཀར་པོ་སོགས་
ཟེར། རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲད་པར་ཞིག་སྟེ། ཁྱིམ་གང་ན་ཡོད་པ་དེར་འབྱོར་བ་ནམས་རྒྱས་པར་
འགྱུར་བར་གྲགས། བྱི་རྒྱལ་བས (Crystal) ཟེར།
ཆ་བ་ཕྱེད་ཕྱེད་ཅིང་། (འདུལ་བ) ཆ་བ་ཕྱེད་ཕྱེད་བྱ། ཆ་བ་ཕྱེད་ཀ་ཕྱེད་ཀ་ལ།
ཆ་ཕྱེད་མ་ཞིང་། (འདུལ་བ) མ་ཞིང་ལྗེའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ཆ་བ་ཕྱེད་ཕྱེད་དུ་པོའི་འདོད་པ་བསྟེན་ལ། ཆ་བ་
ཕྱེད་གཞན་དུ་པོའི་འདོད་པ་བསྟེན་པའི་མ་ཞིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ༩ ཀ ༡༩༥༩ལས། ཆ་
བ་ཕྱེད་པའི་མ་ཞིང་གང་ཞེ་ན། གང་ཆ་བ་ཕྱེད་ནི་བྱུང་མེད་ཆ་བ་ཕྱེད་ནི་སྟེས་པར་འགྱུར་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །
ཆ་ཕྱེད་སྟེ་པོར་བརྒྱན་པའི་མཆོན་དོན། ཁམས་དཀར་པོ་འབབ་པ་མཆོན། བདེ་མཆོག་ལྟ་བུའི་དབྱ་
ལ་ཆ་ཕྱེད་འཆང་བ་ནི། བྱང་རྒྱབ་གྱི་སེམས་སམ་པོའི་ཁམས་དཀར་པོ་འབབ་པ་མཆོན་བར།
རྗེའི་འདོད་འཛོལས་གསུངས་སོ། །
ཆས་བྲངས་ན། རྟོག་ཕྱོགས་སམ་ཕྱོག་ཆའི་ངོས་ནས་བཤད་ནའམ་བྱེ་ན་ཞེས་པའི་དོན། འདིའི་
བྲངས་ཞེས་པ་བཤད་པའམ་བྱེ་བའི་དོན་ལ་གོ་དགོས།
ཆས་བྲངས་པ། རྟོག་ཆའམ་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་པའམ་བྱེ་བ་ཞེས་པའི་དོན། འདིའི་
བྲངས་ཞེས་པ་བཤད་པའམ་བྱེ་བའི་དོན་ལ་གོ་དགོས།
ཆས་དབྱེ་བ། ཆ་ཕྱོགས་གྱིས་བྱེ་བ། ཡ་ཆས་བྱེ་བ། ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ཅིག་ཤོས་གྱིས་བྱེ་བ།
ཆས་བྱེ་བ། ཆས་དབྱེ་བ་ལ་གཟིགས། ཆས་བྱེ་བ་དང་ཆས་བྲངས་པ་གཉིས་དོན་འབྲ་བར་སེམས།
རྒྱལ་པོ། ༡ གོར་གོར། གོར་མོ། དཔེར་ན་མེ་ལོང་གི་དབྱིབས་ལྟ་བུ། ༢ བྱིལ་པོ་འམ་རིལ་རིལ། དཔེར་
ན་རྒྱང་ཕྱག་དང་། པོ་པོའི་དབྱིབས་ལྟ་བུ།

གཟུང་བཀྲུང་མེད་པ། 1 ཞེན་པ་མེད་པ། འཛིན་པ་མེད་པ། 2 (ཕྱག་ཆེན) ལྷོན་པ་ལྟ་བུའི་ལྷོང་པ། ལྷོན་
པའི་མེས་ལ་མ་གང་གི་ཡང་གཟུང་བཀྲུང་མེད་པ་ལྟར། ལེགས་ཉེས་ཅི་ལ་འང་དགག་སྒྲུབ་དང་
མྱང་དོར་སོགས་ཀྱི་ཞེན་པ་མེད་པའོ།

གཞན་མཁས་ <གཟུང་རི་ཀླ> དཔུང་ཐག་ སོ་བོད་སྒྲིབ་གཉིས་ཤེས་ལྷན་སྦྱར་གསེར་གྱི་ཕྱེད་མཛེས་ལ་ས་

བཤད།

གཟུགས་པ། བཞེག་པའི་ཕྱིར་ལག་པ་བཞེག་ནས་གཞུ་གསུམ་གྱིད་པའམ། གཞུ་བའི་སྐྱེད་སྐྱེད་གྱིད་པའམ། གཞུ་བའི་ཕྱིར་ལག་པ་བཟུར་བཟུར་གྱིད་པ་ལ་ཟེར། བཟུ་ཆེན་ལྷ་ཀ་མཆོག་པས། ཞེག་པའི་སྐྱེད་སྐྱེད་གྱིད་པ་ལ། ཞེག་པར་གཟུགས་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཞེས་པ་གདབ་པ་ལྟར་ལོ།

གཟི་བརྟེན། 1 མཐུ་དང་རྩལ་པའི་མིང། བརྒྱད་ཉིད་པའི་འགྲེལ་པ་གཞན་གྱི་རྒྱ་འོད་དང་སྙིང་པོ་
མཚོག་པ་གཞི་བྱས། 2 ཉམས་དང་བཟག་མཛདས། 3 ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ། ལས་དོན་
གཟི་བརྟེན་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཟིག་ལམ། མི་ལམ་གྱི་ཞེས། མི་ལམ། མནལ་ལམ། མཛེ་ལམ། གཟིག་ལམ། གཟིགས་ལམ་
རྣམས་དོན་གཅིག

[illegible]

དག་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་མདོ་ལས་གཟེགས་པ་བཞིའམ་ “རྣམ་
བར་བལྟ་བ་ཆེན་པོ་བཞི” ཅེས་ཐ་སྟངས་གསུངས་ཡོད། རྣམ་བར་བལྟ་བ་བཞི་ནི། ཏུས། སྒྲིང་།
ཡུལ། རིགས་དང་བཞིའོ། །ཏུས་ནི། སྟྭགས་མ་ལྷ་བདོའི་ཏུས་སམ། ཚོད་ཏུས། སྒྲིང་ནི། འཛམ་
བུའི་སྒྲིང་། ཡུལ་ནི་ཡུལ་དབུས། རིགས་ནི། རྒྱལ་རིགས་སམ་བླ་མ་ཟེའི་རིགས་དང་བཞིར་
གསུངས་སོ། །རྒྱས་བར་གཟེགས་པ་བཞི་ཞེས་བའི་ཐད་ཏུ་གཟེགས།

གཟེགས་པ་ལྷ་ལྟན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་བྱ་ངན་ལས་འདས་རྗེས་སུ་མཁས་བྱུང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པ་ལ་གཟེགས་པ་ལྷའི་སྟོན་ཞལ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྐུའི་རྣམ་འགྲུར་མི་འབྲ་བ་ལྟ་ནི། ༡
རྗེ་ལྷ་མ་རང་གི་རྣམ་པ་ཅན་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དཀར་པོ་ལ་ཆེབས་པ། ༢ རྗེ་ལྷ་མ་རིན་ཆེན་སྣ་ཆོགས་
གྱིས་སྒྲུས་པའི་ཁྲིའི་སྟེང་ཏུ་བཞུགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན། ༣ རྗེ་ལྷ་མ་སེང་གོ་དཀར་པོ་ལ་ཆེབས་
ཤིང་། སྐུ་མདོག་དམར་སེར་རལ་གྱི་དང་སྟེགས་བཅས་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན། ༤ རྗེ་ལྷ་མ་སྟག་
ལ་ཆེབས་ཤིང་། རྣལ་འབྱོར་པའི་ཆ་ལུགས་སུ་མཛད་ལ་སྐུ་མདོག་དམར་པོ་སྒྱུན་དང་ཤངས་
ཆེ་བ། བྱག་གཡས་རལ་གྱི་འབྲུར་བ། གཡོན་བདུད་ཅིས་གང་བའི་ཐོད་པ་ཐུགས་ཀར་བཟུང་
ཞིང་། རལ་པ་དམར་པོའི་ཐོར་ཅོག་ལ་དར་སྟོན་བཅིངས། ཏུངས་པའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ།
ཤིན་ཏུ་འཇུ་མ་ཞིང་བཟག་ཆེ་ལ་བྱུང་ཐོབ་བརྒྱན་ཅུས་བསྟོར་ནས་དབྱེས་བཞིན་ཏུ་བཞུགས་
པའི་རྣམ་པ་ཅན། ༥ རྗེ་ལྷ་མ་སྟོན་དཀར་ཕྱངས་ཕྱངས་པ་ཞིག་གི་དབུས་སུ་སྤར་གྱི་རབ་བྱུང་
གི་ཆ་ལུགས་སུ་བྱོན་པ་བཅས་སོ། །རྒྱས་པ་རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོར་གཟེགས།

གཟེགས་པ་བཞི། (འདུལ་བ) རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་མདོ་ལས་གཟེགས་པ་བཞིའམ་ “རྣམ་བར་བལྟ་བ་
ཆེན་པོ་བཞི” ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་བཞི་ནི། ཏུས། སྒྲིང་། ཡུལ། རིགས་དང་བཞིའོ། །ཏུས་ནི།
སྟྭགས་མ་ལྷ་བདོའི་ཏུས་སམ་ཚོད་ཏུས་སོ། །སྒྲིང་ནི། འཛམ་བུའི་སྒྲིང་དོ། །ཡུལ་ནི། དབུས་
ཏེ་ “ཀའི་ལ་བསྟུ” སེར་སྐུའི་ཐོང་ཁྲིར་དང་ཉེ་བ་ན་འོ། །རིགས་ནི། རྒྱལ་རིགས་སམ་བླ་མ་ཟེའི་
རིགས་དང་བཞིའོ། །རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་མདོ་ལས། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དགའ་ལྟན་
གྱི་གནས་དམ་པ་ན་འདུག་པ་ནི་རྣམ་བར་བལྟ་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་རྣམ་བར་ལྟ་སྟེ། བཞི་གང་ཞེ་

བ། འདི་ལྟ་སྟེ། དུས་ལ་ནམ་པར་ལྟ་བ་དང་། སྤྱིང་ལ་ནམ་པར་ལྟ་བ་དང་། ཡུལ་ལ་ནམ་པར་ལྟ་བ་
 དང་། རིགས་ལ་ནམ་པར་ལྟ་བའོ། །དགེ་སྦྱོང་དག (དུས་ལ་ག་ཟེགས་པ) ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔལ་དུས་ནམ་པར་བལྟ་བ་ལ་ནམ་པར་ལྟ་ཞེན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འདི་ཐོག་མའི་
 དུས་སེམས་ཅན་འདྲ་བའི་ཆེ་མའི་མངལ་དུ་མི་འཇུག་གི། གང་གི་ཆེ་འཇིག་རྟེན་གསལ་བར་
 གྱུན་ནས་གནས་པར་གྱུར་ཏེ། སྟེ་བ་སྤྲང་བར་གྱུར། ག་བ་སྤྲང་བར་གྱུར། བ་སྤྲང་བར་གྱུར།
 འཆེ་བ་སྤྲང་བར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མའི་མངལ་དུ་འཇུག་གོ། དགེ་སྦྱོང་
 དག (སྤྱིང་ལ་ག་ཟེགས་པ) ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྤྱིང་ནམ་པར་བལྟ་བ་ལ་ནམ་
 པར་ལྟ་ཞེན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འདི་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་མི་སྟེ། ཤར་གྱི་ལུས་
 འཕགས་པོར་མི་སྟེ། ལུབ་ཀྱི་བ་ལང་སྟོང་དུ་མི་སྟེ། བྱང་གི་སྤྱི་མི་སྟེན་དུ་མི་སྟེ། །ལྡོའི་འཛམ་
 རུ་སྤྱིང་ཉིད་དུ་སྟེ། དགེ་སྦྱོང་དག (ཡུལ་ལ་ག་ཟེགས་པ) ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་
 ཡུལ་ནམ་པར་བལྟ་བ་ལ་ནམ་པར་ལྟ་ཞེན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འདི་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་ཡུལ་
 གང་ན་མི་ནམས་དབང་པོ་རྩལ་ཞིང་བློན་ལ་ལུག་ལྟར་སྤྱགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ལེགས་
 པར་བསྟན་པ་དང་། ཉེས་པར་བསྟན་པའི་དོན་ཤེས་པར་བྱ་བའི་སྒྲིལ་བ་མེད་པ་དག་ཡོད་པ་
 དག་ཏུ་མི་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འདི་ཡུལ་གྱི་དབུས་ཉིད་དུ་སྟེ། དགེ་སྦྱོང་དག
 (རིགས་ལ་ག་ཟེགས་པ) ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རིགས་ནམ་པར་བལྟ་བ་ལ་ནམ་
 པར་ལྟ་ཞེན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འདི་རིགས་དཔལ་བ་གདོལ་པའི་རིགས་སམ། སྤྱིག་མ་
 མཁན་གྱི་རིགས་སམ། ཤིང་རྩ་མཁན་གྱི་རིགས་སམ། གཡུང་རིགས་སུ་མི་སྟེ། བྲམ་ཟེའི་
 རིགས་སམ། རྒྱལ་རིགས་ཁོན་སྟེ། རིགས་གཉིས་སུ་སྟེ། །དེ་ལ་གང་གི་ཆེ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་
 བཅུན་པར་བྱ་བ་དེའི་ཆེ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སུ་སྟེ། །གང་གི་ཆེ་རྒྱལ་རིགས་བཅུན་པར་བྱ་བ་
 དེའི་ཆེ་རྒྱལ་རིགས་སུ་སྟེ། དགེ་སྦྱོང་དག ད་ལྟར་ནི་རྒྱལ་རིགས་བཅུན་པར་བྱ་བས། དེའི་
 ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྒྱལ་རིགས་སུ་སྟེ། དགེ་སྦྱོང་དག དོན་གྱི་དབང་དེ་ལ་བརྟེན་
 བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་དམ་པ་ན་གནས་པ་ནམ་པར་བལྟ་བ་ཆེན་

པོ་བཞི་ལ་རྣམ་པར་ལྟ་སྟེ། དེ་ལྟར་བལྟས་ནས་ཅང་མི་ཟེར་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས། གོང་གི་གོར་རྟགས་ཀྱི་ནང་གི་གཟིགས་པ་བཞིའི་མཆན་བུ་དེ་དག་ཁོ་བས་བཏབ་པོ། །

གཟིགས་ལམ། གཟིག་ལམ་དང་དོན་འདྲ། འདི་ལ་གཟིགས་ལམ་དང་གཟིག་ལམ་ཞེས་འབྲི་ཚུ་ལ་གཉིས་ཡོད་དོ། །

གཟིར་བ། 1 མནར་བ། སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་གཟིར་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཚོ་^༡ རྟེན་ལས། ནད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དྲག་པོས་ཡོངས་སུ་གཟིར་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 འབེན་སོགས་ལ་སྤྱན་པའི་བྲམ་ས་བྱེད་པའི་དོན། འབེན་ལ་མེ་མདའ་གཟིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཟུ་ལུམ། གཟུ་ལུམས་དང་དོན་འདྲ།

གཟུ་ལུམ་དུ་སྦྱ་བ། རང་བཟོ་འཕམ་མ་བརྟགས་པར་སྦྱ་བའི་དོན། དོན་མེད་ཀྱི་གཏམ་མང་པོ་སྦྱ་བ། མ་བརྟགས་མ་དཔུང་པར་སྦྱ་བ། བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྦྱ་བ། སེམས་ལ་གང་འདྲ་སྦྱ་བ། མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱ་བ། གང་འདྲ་འདྲ་དུ་སྦྱ་བ། གྲ་ཆོམ་དུ་སྦྱ་བ། བབ་ཅོལ་དུ་སྦྱ་བ། སྤྱ་ཅོར་སྦྱ་བ། ལྷ་བརྟོལ་དུ་སྦྱ་བ། གཟུ་ལུམ་དུ་སྦྱ་བ་རྣམས་པལ་ཆེར་འདྲ་བར་བཤད།

གཟུ་ལུམས། 1 འོལ་ཆོད། མ་བརྟགས་པའི་བྱ་སྦྱོད། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་རྟོག་པ་བ་^༢ ^{༡༧}པ་བཏུལ་པའི་དུགས་ཀྱི་དཔོན་པོ་ཐོང་ཐོང་གཟུ་ལུམས་མ་བྱེད། མི་འདི་དག་ནི་བྱས་པ་མི་གཟོ་ཞིང་བྱས་པ་མི་སེམས་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 རང་བཟོ་འཕམ་མ་བརྟགས་པར་སྦྱ་བའི་གཏམ། བབ་ཅོལ་དང་འདྲ། གཟུ་ལུམས་ཅན་ནི་སྦྱི་བརྟོལ་ཅན་ཟེར་བའང་སྣང་དོ། 3 གཏུག་རྩུབ། དྲག་ལྷུག་འབྲེལ་བཤད་ཞིབ་པར་གཟུ་ལུམས་ཅན་གཟིགས།

གཟུ་ལུམས་ཅན། གཏུག་རྩུབ་ཅན། དྲག་ལྷུག་ཅན། གཏུམ་པོ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་རྟོག་པ་བ་^༣ ^{༡༨}པ་བཏུལ་པའི་སེར་སྤྱིའི་གཞིའི་ཤྱུག་གཏམ་པོ་གཟུ་ལུམས་ཅན། རྩུབ་པ། བཅོམ་པ་མེད་པ་དེ་རྣམས། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་རྟོག་པ་བ་^༤ ^{༡༩}པས་ཀྱང་། དེས་སྦྱས་པ། དེ་འདི་ཡབ་ཡིན་པས་རི་ལྟར་གསད་ཀྱིས། དེར་ལ་དེ་ལྟར་སྟེ་བྲག་སྐལ་དུ་རྩུག་ལ་ཞོག་ཅིག །དེ་

ཕྱག་སྦྱུང་བྱ་བ་ཕྱག་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་ཐོང་མི་རྣམས་དགའ་བས་ཡུལ་དེ་ན་གནས་པའི་
སྐྱེ་བོའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཐོས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བར་གྱུར་ན་མ་སྐྱེས་དག་གཏུམ་བ་དང་། བརྒྱུད་
བ་དང་། གཞུ་ལུམས་ཆེ་བས་དེ་ལ་སྦྱ་ཡང་ཁ་ཐེར་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ལོ། །འདི་རང་བཟོའི་གཞུ་ལུམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མིན་དབྱུང་དོ། །

གཞུགས། 1 གཞུགས། གཞུགས་ལོ། གཞུགས་བྱུང་། ལུས། ལུས་བྱུང་རྣམས་འབྲ། འཇུགས། (ད་
ལྟ་) བཅུགས། (འདས་) གཞུགས། (མ་འོངས་) རྟུགས། (སྐུལ་ཆོག) 2 གཞུགས་སུ་རུང་བ།
དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ལྟ་བུ་མིག་གིས་མཛོང་བྱུང་བའི་ཆོས། སྐྱ་བཤད་ནི། དབྱིབས་དང་ཁ་
དོག་ལྟ་བུ་མཛུབ་མོ་གཞུགས་སུ་རུང་བའམ། མཛུབ་མོ་བཅུགས་ནས་མིག་ལ་སྟོན་རྒྱུ་ཡོད་
པའམ་མཛུབ་མོ་གཞུགས་སུ་རུང་བས་ན་གཞུགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྐྱ་སྟོར་བམ་གཉིས་ལས།
ལག་བ་དང་དབྱིག་བ་ལ་སོགས་པས་གཞུགས་ཤིང་གཞོད་པར་བྱར་རུང་བས་ན་གཞུགས་
ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞུགས་ཀོ། གཞུགས་ནི་ཞེས་པའི་དོན། ཀོ་ཞེས་པ་ “ནི” དང་དོན་གཅིག་ཡིན། འདི་ཀོ། ཁྱོད་ཀོ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཞུགས་ཀྱི་ཁམས། <རྩ་བ་རྒྱ་རྩ་> གཞུགས་ཁམས་དང་འབྲ།

གཞུགས་ཀྱི་མཐའ། གཞུགས་ཀྱི་རྒྱུང་མཐའ་སྟེ་རྒྱལ་སྤྱོད་པ།

གཞུགས་ཀྱི་གླ། ལྟ་ཡི་དེ་ཉིད་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རང་སེམས་རྒྱ་བའི་འོད་ཀྱིས་དོན་གཉིས་བྱས་ཏེ་
ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་ལྟའི་གཞུགས་རྩོགས་པར་བསྐྱོམ་པའོ། །ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ན་
གསལ།

གཞུགས་ཁམས། <རྩ་བ་རྒྱ་རྩ་> བསམ་གཏན་དང་པོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་གནས། རྟེན་དོད་དེ་བྱེ་བྲག་
རྟེན་གས་བྱེད་པའི་གནས་ལ།

གཞུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན། ཆངས་རིས། ཆངས་པ་མཐུན་ན་འདོན། ཆངས་ཆེན་ཏེ་
བསམ་གཏན་དང་པོའི་གནས་གསུམ། འོད་རྒྱུད། ཆད་མེད་འོད། འོད་གསལ་ཏེ་བསམ་

གཏན་གཉིས་པའི་གནས་གསུམ། དགེ་ལྷན་ཆོད་མེད་དགེ་དགེ་རྒྱས་ཏེ་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་གནས་གསུམ། སྤྱི་མེད། བསོད་ནམས་སྦྱེས། འབྲས་བྱ་ཆེ་བ། མི་ཆེ་བ། མི་གདུང་བ། གྲོལ་སྤྱོད་བ། ལིན་ཏུ་མཐོང་བ། འོག་མིན་ཏེ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་གནས་བརྒྱད་དེ་བཅུ་བདུན་ལོ། །དགེ་ལུགས་པས་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་དང་། དུས་འཁོར་དང་། བཀའ་རྒྱུད་གི་གཞུང་དུ་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་དྲུག་གི་ཐ་སྙད་མཛད།

གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་དྲུག་(དུས་འཁོར) དུས་འཁོར་གྱི་ལུགས་ལ་གྲོལ་སྤྱོད་བ་མེད་པས་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་དྲུག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད་པར་ཁྲོད་དོལ་སྤྱོད་གསུང་། (བཀའ་འབྱུང) གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་ལས་གྲོལ་སྤྱོད་བ་དང་ལིན་ཏུ་མཐོང་བ་གཉིས་མིང་སོ་སོར་བརྗོད་པ་ཙམ་ལས་དོན་གཅིག་ཡིན་པས་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་དྲུག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད། ཟབ་མོན་དོན་གྱི་འབྲེལ་པར་གསལ།

གཟུགས་ཅན་སྣྡོང་པོ། (འདུལ་བ) རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྣྡོང་པོ་ལ་གཟིགས།

གཟུགས་བརྒྱན་གྱི་སྦྱོད་ལུལ། གཟུགས་བརྒྱན་གྱི་སྦྱོད་ལུལ་ཞེས་བ་གང་ལ་དམིགས་པའི་དམིགས་པ་རང་མཆོན་བ་དེ་དངོས་མེན་བར་དེའི་རྣམ་པ་སྒྲོལ་སྤྱོད་བ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་དང་ཞི་སྒྲག་གི་དམིགས་པའི་སྒྲུབས་ཀྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ཞེས་བ་གཉིས་དོན་གཅིག

གཟུགས་བརྒྱན་མ་ལུས་འཆར་བ་པོ། དཔལ་དོན་འདིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་ཤིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། འདིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་མ་ལུས་བ་རྣམས་སུ་ཅིག་ཅར་གདུལ་བྱའི་སྦྱེ་བོ་འི་མ་མེད་པའི་ཚུ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་བརྒྱན་འཆར་བ་སོ་སོར་སྤྱོད་བར་མཛད་པས་ན་དེ་སྤྱོད་ཅས་བྱའོ། །

གཟུགས་སྦྱོང་པའི་སྦྱོང་བ་ཉིད་གཟུགས་སོ། གཟུགས་རང་གི་དོ་བོས་བྱུང་པས་སྦྱོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱོང་ཙམ་དེ་རང་ལ་གཟུགས་སུ་བཏགས་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་ལོགས་སུ་གཟུགས་ཞེས་བ་ཞིག་མེད། ཅས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་ཆ་བ་ཆོས་རྗེའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ལྟ་

བའི་ཁྱིད་ཡིག་རིན་པོ་ཆེའི་འཕྲུལ་བ་ཤོག་གྲངས་(ན་ལས། ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ལས། གཞུགས་
སྟོང་བའོ། སྟོང་བ་ཉིད་གཞུགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་གཞུགས་རང་གི་དོ་བོས་གྲུབ་
པས་སྟོང་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཆེ་དེའི་བྱེད་བ་མ་ཉམས་པའི་རང་ནས་གཞུགས་ལ་སྟོང་
ལུགས་རིམ་ལྟར་ཡོད་བཞུགས་པའི་ཆེ་གཞུགས་རང་གི་དོས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཇུག་པ་
ལྟར་སོང་ནས། རང་གི་དོ་བོས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་གཅིག་ལ་གཞུགས་སུ་བཏགས་
པར་ཟད་འདུག་སྟུང་བ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་ཐ་སྟོན་པའི་སྟོང་ལ་སྟོང་བའོ་སྟུང་དུ་ཤེས་ཤིང་།
བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དེ་འདྲ་ཞིག་ཁོན་ལ་བཞག་དགོས་པར་
ཆད་མས་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དཔུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྟ་བུ་ཉོགས་པ་
ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་ཆེ་གཞུགས་རང་གི་
དོས་ནས་གྲུབ་པའི་སྟོང་ཅི་གཏད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ད་དུང་སྟོང་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །

གཞུགས་མཐལ། (མཛད་) གཞུགས་ཀྱི་མཐལ་ལ་གཟིགས།

གཞུགས་མེད་ཁམས། (པར་ཕྱིན) <ཨ་རུ་བ་རྩ་དུ་> ཉམ་མཁའ་མཐལ་ཡས་ཡན་ཆད་ཀྱི་གནས།

གཞུགས་མེད་པའི་སྟོང་མས་པར་འཇུག་པ་བཞི། (པར་ཕྱིན) གཞུགས་མེད་པའི་སྟོང་མས་པར་འཇུག་པ་
བཞི་གང་ཞེན། ཉམ་མཁའ་མཐལ་ཡས་སྟེ་མཆད་དང་། ཉམ་ཤེས་མཐལ་ཡས་སྟེ་མཆད་དང་།
ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆད་དང་། ཡོད་མེད་མེད་མེད་ཀྱི་སྟེ་མཆད་དང་བཞིའོ། །དེ་དག་གོ་དོན་
གང་ཡིན་ནམ་སྟུང་ན། ལོ་རྒྱ་བ་དབལ་བཅུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་བརྟེན་བྱང་ཞེས་བྱ་
བ། སྡེ་དག་བསྟན་འགྱུར་༼ རྩོམ་ ༡༩༥༥ ལས། གཞུགས་མེད་པའི་སྟོང་མས་པར་འཇུག་
པ་བཞི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་མེད་པའི་ཁམས་སུ་མིང་བཞི་པོ་ཚར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་།
འདུ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕྱང་པོ་བཞིར་དབང་དུ་གནས་པ་བཞིར་ཅི་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་
སྟེ། དེ་ལ་ནམ་མཁའ་མཐལ་ཡས་སྟེ་མཆད་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཞག་ན་དངོས་པོ་
མེད་དེ། ཉམ་མཁའ་ཅན་དུ་ཟད་ལ། ཉམ་མཁའ་དེ་ཡང་མཐལ་ཡས་སོ་སྟུང་དུ་སེམས་པ་ནི།

ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་བྱ། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཆོས་ཐམས་
 ཅད་ནམ་མཁའ་ཅམ་དུ་བྱད་ལ། རྣམ་མཁའ་དེ་ཡང་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་བ་དུ་དམིགས་པའི་འདུ་
 ཤེས་དང་འགྲོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་མཐའ་ཡས་སོ་སྐྱེ་བ་དུ་
 མོས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་བྱ། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་
 ནི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེད་མཆེད་ལས་ལངས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་པ་རོལ་ན་
 དམིགས་པར་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་ཅེས་བརྟགས་ན་གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཆོས་ཅུང་
 ཟད་ཀྱང་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ནས་ཅི་ཡང་མེད་དོ་སྐྱེ་བ་དུ་མོས་ཤིང་སྐྱོམས་པར་ཞུགས་པ་ནི།
 ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་བྱ། ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་
 མཆེད་ལས་ལངས་ནས་འདུ་ཤེས་འདི་ནི། ཉན་དང་ཤྱ་བ་དང་ཟུག་རྩ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བརྟགས་
 ཉི་འདུ་ཤེས་པ་བཀག་ནས་ཇེ་སྤུང་སྤུང་གྱུར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་འདི་གཏན་མེད་ན་ཡང་
 མོངས་པར་གྱུར་ཉི་མི་རུང་དོ་སྐྱེ་བ་ནས་འདུ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་སྤུང་བ་ལ་གནས་ཉི་སྐྱོམས་པར་
 ཞུགས་པ་ནི་འདུ་ཤེས་རགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ་གཏན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས། ཡོད་
 མིན་མེད་མིན་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཟུགས་སུ་རུང་བ། (མར་ཕྱིན) གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། གཟུགས་སུ་བསྟན་དུ་རུང་བའི་བསྟན་
 མིང་། བྱམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་འདི་གཟུགས་སོ་ཞེས་མིག་ཤེས་ལ་བསྟན་དུ་ཡོད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ།

གཟུང་དོན། (མར་ཕྱིན) དམིགས་རྒྱུན།

གཟུང་རྣམ། (མར་ཕྱིན) ། ཤེས་པ་དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཆ་ལ་ཟེར། ཤེས་པ་དེའི་གཟུང་རྣམ་
 ཞེས་པ་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཟེར། དེ་ལ་གཟུང་རྣམ་བཞིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། རང་རིག་གི་གཟུང་
 ཡུལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆའི་སྤེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྟན་སེལ་
 ལས། གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་སྤྱི་རོལ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཆ་དང་།
 རང་གི་དོ་སྤྱོད་བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་
 རྣམ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་དང་གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་དང་། གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་ཤར་

བའི་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞེས་པ་རྣམས་ཁྱད་པར་མེད་པས། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་རྣམ་ནི་མིག་
ཤེས་ཉིད་ཡིན་ལ། མིག་ཤེས་ལ་ཤར་བའི་རྣམ་པ་ཞེས་པའི་དོན། རང་རྒྱ་ལས་རང་ཉིད་ལུལ་
ཀྱི་རྣམ་པར་སྦྱེས་པ་ལ་བྱའི། རང་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པ་འཆར་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །གཉིས་པ་མིག་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་ལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་རྣམ་ཞེས་བྱ་
ཞིང་། དེ་དང་མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་སྤྱང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །མིག་
ཤེས་གཟུང་རྣམ་མིག་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་བར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་
མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་རྣམ་མིག་ཤེས་མ་ཡིན་ན། འོས་གཞན་མེད་པས་མིག་ཤེས་ཀྱི་ལུལ་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་ལུལ་རིག་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
གཞན་ཡང་། ཁྱོད་དེ་ལ་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་
གང་ཞིག་ཁྱོད་དེ་ལ་གཞན་རིག་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་རིག་མངོན་སུམ་ཡིན་
ནོ་ཞེ་ན། མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རང་གི་གཟུང་རྣམ་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་བར་ཐལ། ཁྱོད་རང་
གི་གཟུང་རྣམ་ལ་གཞན་རིག་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཁྱོད་ལ་རང་གི་གཟུང་
རྣམ་ཀྱི་རྣམ་པ་དེའི་རྣམ་པ་ཡང་ཤར་བར་ཐལ་བས། རྣམ་པ་ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་ལོ། །ཞེས་
སོགས་དང་། ཡང་དེའི་གོང་དུ། ཁ་ཅིག་ཆད་མ་དེ་དག་གི་འཇུག་ལུལ་ནི། ཆད་མ་རང་རང་གི་
གཟུང་རྣམ་ལ་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུང་རྣམ་ནི་ཤེས་པ་རང་
རང་ཁོ་ན་ཡིན་པས་རང་ཉིད་རང་གི་འཇུག་ལུལ་དུ་ཐལ་བའི་སྟོན་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། རང་གི་
གཟུང་རྣམ་རང་གི་ལུལ་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་ངན་འདི་འོག་ཏུ་དགག་པར་བྱལོ། །ཞེས་སོགས་
རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་ཟླེའི་ཆད་མའི་བཟླེད་བྱང་ལས། ཡང་
རྟོག་པ་ལ་གཟུང་རྣམ་ཕྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་གཟུང་རྣམ་རྟོག་པ་ཡིན་
པས་དེ་ལ་ཡང་གཟུང་རྣམ་གཞན་ཞིག་ཕྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྤང་དགོས་པས་ཐུག་པ་མེད་པར་
འགྱུར་བ་དང་། རྟོག་པ་རང་ཉིད་ཀྱང་གཟུང་རྣམ་ཡིན་ཞིང་། རང་ཉིད་ལ་རང་ཉིད་ཕྱི་རོལ་ལྟ་

བྱར་སྒྲུང་བ་ཡང་མི་སྤྲོད་དོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །རྗེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པའི་ཚད་མ་
 རིགས་རྒྱུན་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །འདི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གཟུང་རྣམ་ལྟར་
 འར་བ་ཞེས་བ་དང་མཐུན་ནོ། །² ཡུལ་རྣམས་ ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ། རྣམ་པ། ཡུལ་སྒྲུང་། སྒྲུང་ག།
 རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། དཔེའི་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་དེའི་འོར་རྣམ་མཁའ་གཡལ་
 དག་ལྟ་བུའི་གཟུང་རྣམ་འཆར་གྱི། རོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་ནི་གཉིས་སྒྲུང་པ་མོ་ཡང་
 ལུབ་ནས་སྒྲོས་པའི་བྲི་མ་མེད་བ་ལ་རྣམ་མཁའ་དཔེར་བྲངས་གྱི། རྣམ་པ་དེ་འབྲུ་བ་ཞིག་
 འཆར་བ་མིན་ནོ། །

གཟུང་རྣམ་དང་འཛིན་རྣམ། འེས་པ་དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་འར་བའི་ཆ་ལ། གཟུང་རྣམ་དང་། འེས་
 པ་དེའི་འོར་མོ་སྤྱོད་བ་གསལ་རིག་གི་ཆ་ལ། འཛིན་རྣམ་ཟེར། འེས་པ་དེའི་གཟུང་རྣམ་དང་འེས་
 པ་དེ་ཉིད་དོན་གཅིག འེས་པ་དེའི་འཛིན་རྣམ་དང་རང་རིག་གཉིས་དོན་གཅིག་གོ། རྒྱས་པར་
 བོད་དུ་གཟུང་རྣམ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

གཟུང་རྣམ་ལྟར་འར་བ། འེས་པ་ཉིད་ལྟར་འར་བ་ལ། གཟུང་རྣམ་ལྟར་འར་བ་ཟེར། འེས་པའི་
 གཟུང་རྣམ་ཞེས་བྱ་བ་འེས་པ་ཉིད་ལ་གོ་དགོས། གཟུང་རྣམ་གྱི་དོན་གོད་དུ་གཟུང་རྣམ་ཞེས་
 པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། ཡང་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས། འེས་པའི་སྒྲུང་ཡུལ་འེས་པ་ཡིན་པས་
 འེས་པ་ཉིད་ལྟར་འར་བ་ལ། གཟུང་རྣམ་ལྟར་འེས་པ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེས་གསུང་ངོ། །

གཟུང་བ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་མ་འོངས་པ) 1 འཛིན་པའི་མ་འོངས་པ། གཟུང་བ་མ་འོངས་པ། འཛིན་པ་
 ད་ལྟ་བ། བཟུང་བ་འདས་པ། ཟུང་སྐུལ་ཆོག 2 (མིང་ཆོག) ཡུལ་སྤྱི་དང་། སེམས་ཅན་པའི་
 ལུགས་ལྟ་བུར་གཟུགས་ལ་གཙོ་བོར་གོ་དགོས་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད།

གཟུང་འཛིན་གྲངས་མཉམ་པ། 1 རྣམ་འེས་གྲངས་མཉམ་པ་སྟེ། རྣམ་པ་དུ་མ་འར་བ་ན་འེས་པ་ཡང་
 དུ་མ་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམ་བཤེན་པའོ། །² དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པའི་མདོ་སྡེ་པ་རྣམས།
 གཟུང་འཛིན་གྱི་རྒྱུང་བཅུ་གཉིས། (གསང་སྤྲུགས) མིག་གིས་གཟུགས་ལ་བལྟས་པས་མིག་འེས་ལ་
 ཡུལ་འཆར་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུང་ལྟ་བུ་ཡུལ་དུ་ག་གཡོ་བྱེད་གཟུང་པའི་རྒྱུང་དུ་ག མིག་འེས་

३८

རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་རྒྱུད་ལ། གཟུངས་ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་ཡང་བཙམ་ལྟར་རིག་རལ་གྱི་
 «བསྟན་བ་རྒྱས་བ་རྒྱན་གྱི་ཉི་འོད་» ༡༡ན ༥ ལས། གཟུངས་ཀྱི་མིང་ཅན་གྱི་མདོ་དང་། མདོའི་
 མིང་ཅན་གྱི་གཟུངས་གཉིས་ཀྱི་མིང་ལ་འབྲུལ་ནས་རིན་པོ་ཆེ་ཏོག་གི་གཟུངས་དང་། གསེར་
 འོད་དམ་བ་དང་། ཟ་མ་ཏོག་བཀོད་བ་ལ་སོགས་པ་སྟགས་ཡོད་པའི་མདོ་དུ་མ་ཞིག་གཟུངས་
 སུ་བཅུག་སྟངས་སྟེ་སྟགས་ཡོད་བ་ཅམ་གྱིས་གཟུངས་སུ་མི་འགྱུར་གྱི་དེ་ལ་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཡིན་
 བ་དགོས་སོ། །སྟོན་གྱི་ལོ་བཅ་མཁས་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེ་བཞི་སྟངས་མེས་བ་ཁོན་ལྟར་ཡིན་
 པས་དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཟུངས་ཀྱི་སྟོ། གཟུངས་ཞེས་བྱ་བཞི་ཆོག་དོན་ནམ་དུ་ཡང་མི་བརྟེན་པར་གཟུང་བ་ལ་ཟེར་ལ། སྟོ་
 བྱི་དེའི་རྒྱ་སྟེ་མིང་ཆོག་ཡི་གེའི་ཆོགས་སོ། །སྟེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་སྟེ་ཆོགས་༩ རྩོ་བ་ ་
 ༡༥ གྲ་ལ་གཞི་བྱས། གཟུངས་སྟགས་ལ་གཟུངས་ཞེས་བཤད་འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་བཏགས་
 པར་སེམས་སོ། །

གཟུངས་རྒྱལ་ནས་གསུངས་པའི་མདོ། (པར་ཕྱིན) གཟུངས་རྒྱལ་གྱིས་ཁྲུས་པའི་མདོ་བཅ་པོ་བདུན་
 བ་འདི་མདོ་སྟེ་༩ ད ་ བའི་ནང་བཞུགས།

གཟུངས་རྒྱལ་ནས་གསུངས་པའི་འཁོར་ལོ་གསུམ། (པར་ཕྱིན) འོར་བུ་མཁན་མཁས་པས་འོར་བུ་
 སྟོང་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་གདུལ་བྱ་རྒྱུད་གཅིག་ཉིད་ལ་འཁོར་ལོ་དང་པོས། དང་པོར་བདེན་
 བཞེད་གནས་ཚུལ་བསྟན་པའི་སྟོན་ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས་འཁོར་བ་ལ་སྟོ་གས་བསྐྱེད་དེ།
 བསྐྱབ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་པ་གསུམ་ཉམས་སུ་ལེན་བ་ལ་བཀོད། འཁོར་ལོ་བར་པས། ཆོས་
 རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་བཀོད། འཁོར་ལོ་ཐ་མས། ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་
 ཆེན་པོས་ཟེར་བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་ལ་བཀོད་པར་མཛད། ཞུགས་པར་གྱུར་ནས་དེ་
 བཞེན་གཤེགས་པའི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པ་ན་ཁྲ་ན་མེད་པའི་ཡོན་གནས་ཆེན་པོ་ཞེས་བརྟེན་པ་
 ཡིན་པའི་བྱེད་ འོར་བུ་མཁན་གྱིས་འོར་བུ་སྟོང་ཚུལ་ནི། དང་པོར་འོར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་འདྲིམ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་གོང་བྱ་རྒྱངས་ཏེ། ལན་

ཚུའི་ཁྱབ་སྟེ་རྒྱ་མཚོའི་ཚུལ་སྤངས་ཏེ་སྤྲིའི་རེ་བས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད། དེ་ཙམ་གྱིས་
བཙོན་པ་མི་འདོར་བར། དེའི་ལོག་ཏུ་ཐམ་ནོན་པོ་སྟེ་ཉ་ཁུལ་སྤངས་ནས་བལ་གྱི་ལ་བ་སྟེ་སྤུམ་
བྱ་སྤབ་མོས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད། དེ་ཙམ་གྱིས་བཙོན་པ་མི་འདོར་བར། དེའི་ལོག་ཏུ་སྤུམ་
ཆེན་པོའི་ཁྱབ་སྟེ་དབུལ་ཚུལ་སྤངས་ཏེ་རས་སྤབ་མོས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །ཡོངས་
སུ་སྤངས་ཏེ་བྲི་མ་དང་བལ་བ་ན་བེདྲུའི་རིགས་ཆེན་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཟུངས་སྤྲགས། (གསང་སྤྲགས) 1 ལྷ་ཉིད་བརྒྱ་བྱའི་སྤྲགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུའི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ལ་
གཟུངས་སྤྲགས་ཟེར། རྗེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྤྲགས་ལས། ལྷ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་སྤྲགས་སྤྲི་
རྣམ་པར་སྤྱད་བ། ཞེས་དང་། གཟུངས་སྤྲགས་དེ་དོན་རྗེ་འཆང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་གསུང་དང་
སྤྲགས་དེ་རྗེ་བསྤུས་པ་ལས་སྤྲིའི་ཚུལ་དུ་སྤྱད་ཞིང་བཀའ་སྤྱུལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། 2 གཟུངས་སྤྲགས་ཀྱི་གོ་དོན་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་མོད། རོན་གྲང་གིས་བརྒྱ་བྱའི་
སྤྲགས་ཡོད་ཆད་ལ་གཟུངས་སྤྲགས་ཀྱི་མིང་ཆགས་སོ། །

གཟུངས་དང་སྟོབས་པ། (ལར་ཕྱིན) ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་དོན་མི་བརྗོད་པར་འདྲིན་རྒྱས་པས་གཟུངས་
དང་། ཁྲི་བ་ཀུན་ལ་ལན་ལྟོན་པར་རྒྱས་པས་སྟོབས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་
སྟོན་རྒྱ་མཚོ་ལས། ཆོས་ཀུན་ཆོག་དོན་མི་བརྗོད་པར་གཟུངས། ཁྲི་བ་ཀུན་གྱི་ལན་ལྟོན་
སྟོབས་པ་མཆོག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་རྗེའི་བདེ་ཅན་སྟོན་ལམ་ལས། སྟེ་བ་
ཐམས་ཅད་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚུལ་རྗེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཁོང་དུ་
ཚུད་ནས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡན་ལག་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་དོན་མ་ལུས་པ་མི་བརྗོད་པར་འདྲིན་
པའི་གཟུངས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག རང་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱད་བ་བཞིན་དུ་
གཞན་ལ་སྟོན་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་སྟོབས་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཟེ་མ་རྩ་མགོ། 1 ས་ལ་ཉལ་ནས་སྟེ་བའི་ཆེར་ལྷུ་མ་ཞིག་ཆེར་མ་རྩ་མགོ་ཡང་ཟེར། དེའི་འབྲས་བུ་
སྟོན་བྱེད་ཆོག་ཅེས་བཤད། 2 རོག་ལོས་མཛོད་པའི་བོད་དུ་སྤྲགས་ལོག་སུན་འབྲིན་པའི་

བསྟན་བཅོས་ཤིག འདི་ལ་ལེགས་བཤད་གཟེ་མ་རྩ་མགོ་ཡང་ཟེད། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་
གསུང་ཐོར་བུ་¹ ༣, ༧༤ ལས། རྗེ་བཙུན་གོང་མ་རང་ཆོ་བཀུགས་པའི་དུས་ཉིད་ན། བོད་ན་
མཁས་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འགོ་ས་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ། རྟོག་གིས་མཛད་པའི་བསྟན་
བཅོས་གཟེ་མ་ར་མགོར་གྲགས་པ་ལས། མ་མའི་རྒྱུད་ལུང་དགྲགས་པ་ལས། །ག་ཡ་རྩ་རའི་
གསེར་ཆོས་བྱུང་། །ཞེས་ལམ་འབྲས་རྟོ་རྗེའི་ཆོག་རྒྱུ་རང་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་དགག་པ་
བྱས་གངལ། ཞེས་གསུངས། ལུ་ལུ་བཀུན་ལྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མའི་བྱུབ་མཐར་ཡང་བྱར་ཅམ་
གསལ།

གཟེགས་མ། 1 ཆ་ཤས་དང་། ཉག་མ། 2 རྒྱའི་ཐེགས་པའམ། རྒྱ་ཤས་རྒྱུད་དུ་སོགས་ལ་འཇུག་པར་
བཤད། རྒྱ་ཤིང་གི་བསྟན་བཅོས་ལས། དད་ལྡན་རང་བཞིན་བཟང་པོ་དེར། །ཆོགས་བཅད་
གཅིག་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་པན། །རྒྱུད་ལུང་གསར་པའི་སྦྱ་བུ་དེ། །རྒྱ་ཆར་གཟེགས་མ་ཡིས་ཀྱང་
འཕེལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཐེགས་མ་ཞེས་ཀྱང་འབྲི་བར་བྱེད།

གཟེངས་བསྟོད་པ། 1 སེམས་ཤུགས་སྟོར་བའམ། སེམས་འབང་མཐོ་རུ་གཏོང་བ། 2 ཤེས་པ་
བསྐྱེམས་པའི་དོན་དུ་བཤད།

གཟེངས་སྦྱང་བ། 1 སེམས་ཤུགས་གཅོག་པ། 2 ཤེས་པ་སྟོད་པར་བྱས་པའི་དོན་དུ་བཤད།

གཟེབ་ཀྱི་སྟོག་མ། (འདུལ་བ) 1 སྦྱུག་མ་ལས་བཟོས་པའི་གོས་ལ་སོགས་པ་འཛོག་པའི་སྟོད་ཅིག 2
གཞོང་པ་ཞབས་ཅན། ཞེས་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

གཟེར་རྟོན་བརྒྱ་བ། (འདུལ་བ) རྟོན་འགྲུག་སྤབ་ཀྱི་ཁ་ལྟགས་གཟེར་བུ་རྟོན་པོ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་
པའི་དོན། འདིའི་བརྒྱ་བ་ཞེས་པ་ནི་བརྒྱ་དང་ལྡན་པ་འཇམ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་དོན་
ནོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འབྲེལ་ལས། གཟེར་རྟོན་བརྒྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འགྲུག་
སྤབ་ཀྱི་ཁ་ལྟགས་གཟེར་བུ་རྟོན་པོ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་དང་འདྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལས། རྟོག་རྒྱུ་འབད་པས་བདའ་བ་ཡི། །སེམས་རྟུ་ལྟན་དཀའ་བ་
ལ། །མ་ལྡན་པའི་གཟེར་རྟོན་བརྒྱ་བ་ཡི། །སྤབ་ནི་སོ་སོར་ཐར་འདི་ཡིན། ཞེས་གསུངས་

སོ། །དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒྲོལ། གཟེར་རྗོན་བརྒྱ་བ་དང་། བཏབ་བ་དང་། རྒྱག་བ་རྣམས་ལུལ་
སྐད་ཀྱི་ཁྱད་བར་ཏེ་དོན་གཅིག་གོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་དེ་ནི་རྟོག་བ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་བརྒྱ་བ་ནི་
མང་པོའི་དོན་ཡིན་པར། སྒྲོབ་དཔོན་དག་ལེགས་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་བར་གྲགས་པའི་
«སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་»ལས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། བརྒྱ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་མང་པོ་མཆོན་པའི་ཆོག་ཡིན་ཏེ། གངས་བརྒྱར་ངེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་བྱིར་བོ། །

གཞོ་བ། 1 ཇི་ལན་སོགས་འཇལ་བའི་དོན། ཇིན་གཞོ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 འདྲེས་ཐོན་དང་མཁས་པའི་
དོན། འདིའི་གཞོ་བ་ཞེས་བ་ལུལ་སྐད་དུ་གཞོ་བོ་བྱེད་ཅེས་བ་དེའོ། །དབྱིན་སྐད་དུ་ careful
ཟེར་བ་དང་འདྲ། ཇིའི་ལམ་ངེས་ཆེན་མོ་ལས། སྒྲ་མཁས་པ་ནི་རྗེ་ལྷར་བཀྱི་བའི་ངེས་པ་ལ་
མཁས་ཤིང་དོན་གདུལ་བྱའི་སྒྲོལ་སྒྲེལ་བ་ལ་གཞོ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུའོ། །

བཟང་སྦྱེད། བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡར་སྦྱེད། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དབེར། མ་བསྐྱབས་ཁ་རོག་འདུག་པ་ལ།
ལོ་བརྒྱ་སོང་ཡང་བཟང་སྦྱེད་མེད། ཅེས་བ་ལྟར་བོ། །

བཟང་གྲེས། སྒྲོམ་ཡན་ཐུང་ཞིང་ཡིད་ཐང་མ་ཆད་བ་དང་། ད་དུང་ཐུན་བུའི་བསྒྲོམ་ན་འང་འོང་བ་
འདུག་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་འུགས་མ་ཉམས་པའི་ངང་ནས་སྒྲོམ་ཐུན་གྲོལ་བ་ལ་ཟེར།

བཟང་འགྲོ། (འདུལ་བ) བདེ་འགྲོ། འདུལ་བ་ལུང་ལས། འདི་ནི་བཟང་འགྲོར་འགྲོ་བ་ཡི། །ངེས་པའི་རྒྱ་
ལོན་ཟམ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་བོ། །

བཟང་ལྗན། <ཐུང་ག> འཁོར་ལྗ་སྒྲེའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ལེགས་སྦྱར་དུ་ཐུང་ག་ཟེར། Bhadraka བཱཌཀ

བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ། བཟང་སྦྱོད་སྒྲོན་ལམ་ལ་གཟིགས།

བཟང་པོའི་འཕེན་པ། ཁམས་གོང་མ་གཉིས་སུ་སྦྱེ་བའི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས།

བཟང་པོའི་འདུག་སྐྱངས། བཟང་པོའི་བཞུགས་སྐྱངས་དང་འདྲ།

བཟང་པོའི་བཞུགས་སྐྱངས། ཞབས་གཉིས་ཁྱིལ་ས་སྦྱར་དུ་བརྒྱངས་ནས་བཞུགས་པའི་བཞུགས་
སྐྱངས་ཤིག་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་བཞུགས་སྐྱངས་ལྟ་བུ། འདི་ལ་རྟོར་སྦྲེགས། རྟོར་

བཟང་སྟོན་སྟོན་ལས། བཟང་པོ་སྟོན་པའི་སྟོན་ལས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྲ་བའི་མདོ་འདི། མདོ་པལ་ཆེན་
ལ་༼ ༡ ༽ ༼ ༢ ༽ ༼ ༣ ༽ ༼ ༤ ༽ ༼ ༥ ༽ རྟེན་བཅས་སྟེགས་བཟ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། སྟེགས་བཟ་
༼ ༥ ༽ པའི་༼ཞོག་གངས་༽ ༣༥ རྒྱལ་གཟིགས་ན་བཞུགས། འདི་བྱང་རྩལ་སེམས་པ་གཞོན་ཏུ་
ནོར་བཟང་གིས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་བསྟེན་ནས་བཟང་སྟོན་སྟོན་ལས་གསུངས་པའི་མཐའ་སྟོང་

པོས་བརྒྱན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཆེན་པོ་ལས་ནོར་བཟང་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་
བསྟེན་པའི་སྦྱོང་བ་སྟོགས་གཅིག་པའི་ལུ་ལྷུང་བའོ། །རྫོ་བའི་ལམ་སྦྱོན་རང་འབྲེལ་ལས།
ཀྱན་བཟང་སྦྱོང་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་སྦྱོང་པོ་བཀོད་པ་ལས་འབྱུང་བའི་འཕགས་པ་བཟང་
པོ་སྦྱོང་པའི་སྦྱོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས། བཟང་སྦྱོང་སྦྱོན་ལམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་
རྣམས་མདོར་བསྟར་ན་བཅུ་སྟེ། ༡ དུག་འཆལ་བ། ༢ མཛོད་པ་འབྲུལ་བ། ༣ རྟོག་པ་བཤགས་
པ། ༤ བསོད་ནམས་ལ་རྩེས་སུ་ཡི་རང་བ། ༥ ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ། ༦ ལྷ་
ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ༧ དགེ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་ཡོངས་སུ་བསྟོར་བ། ༨
དེའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ། ༩ དེའི་མཐར་ཐུག་པ་དང་། ༡༠ དེའི་ཕན་ཡོན་ནོ། །འཕགས་པ་རྩ་སྦྱབ་ཀྱི་
༡ འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྦྱོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་བཤུད་སྦྱར་ ༢ ལས་གསུངས་པ་
ལྟར་བཀོད་དོ། །བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྦྱོན་ལམ་ཟེར་བའི་དོན་ནི། བཟང་པོ་ནི་དགེ་བ་དང་དེ་སྦྱོང་
བའམ་ཉམས་སུ་ལེན་པས་ན་བཟང་པོ་སྦྱོང་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་
ཞིང་། དེའི་སྦྱོན་ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །མདོར་བསྟར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོན་
ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །འཕགས་པ་རྩ་སྦྱབ་ཀྱི་ ༡ འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོང་པའི་སྦྱོན་ལམ་
ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་བཤུད་སྦྱར་ ༢ ལས། བཟང་པོ་ནི་དགེ་བའོ། །དེ་ནི་བཟང་པོ་ཡང་ཡིན་པས་ན་
བཟང་པོ་སྦྱོང་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཟང་སྦྱིན། (འབྲུལ་བ) ཁྱིམ་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་ལ་གཟིགས། འདི་ལ་ Sudatta ཟེར། ཡོངས་
གྲགས་སུ་འདི་ལ་ Anathapindika མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་ཟེར།

བཟང་བཟང་པོ། བཟང་པོ་བས་ཀྱང་བཟང་པོ།

བཟང་བཅའ། ༡ ཟས་སྦྱིའི་མིང་། ལྷ་བཤུད་ནི། བཟང་བ་ནི་མིང་དུ། བཅའ་བ་ནི་སོ་ཡིས་ལྟངས་པོ། ༢
(འབྲུལ་བ) བཟང་བཅའི་ཁྲུང་པར་ནི། གཙོ་པལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞག་པ་ཡིན། བཟང་བ་ནི་འདིར་
སྟོག་འཆོ་བའི་ཟས་ཀྱི་གཙོ་པོ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་ཟན་ཟོན། འབྲས་ཆན། ཉ་ཤ ༡ ལྷུམ་ཁུར་
དང་ལྷ་ལྷ་བྱ། བཅའ་བ་ནི་འདིར་ཟས་པལ་པ་ལ་ཟེར་ཏེ། དཔེར་ན་རྩ་བ། རྫོང་བྱ། ལོ་ལ། མེ་

ཏོག་ འབྲས་བུའི་བཅའ་བ་དང་ལྷ་ལྷོ། །འདི་དག་གི་མཆན་གཞི་བཅའ་བ་ལྷ་ཞེས་པའི་ཐད་
དུ་གཟིགས། ཡང་ན་བཙུང་ནས་བཟའ་རྒྱུའི་རིགས་ཀྱི་ཟས་ལ་བཟའ་བ་དང་། ཤིང་ཏོག་
སོགས་རྗེན་པར་བཟར་རུང་པའི་རིགས་ལ་བཅའ་བ་ཟེར་རོ། །

བཟའ་གཏད། ། བཟའ་བའི་གཏད་སོ་སྟེ། མཛོད་དུ་ཉར་བའི་འབྲུ་རིགས་སོགས་ཟེར་བར་སྟེ། ༢ རྫོང་
གཏད། ཆ་འཛོག་ དམིགས་ལུལ་སོགས་དོན་ཡིན་ནས་སྟེ་སྟེ། རྫོང་དཔོན་མི་འཛིགས་པ་
སྒྲིན་པ་དཔལ་གྱིས་མཛོད་པའི་བྱ་བ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུ་ལས། སྒྲིན་པས་ཆོས་
གོས་དང་ལྷུང་བཟེད་སྟེ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིན་སྤར་ཕུལ། ཕུག་བྱས་ཏེ་སྒོ་ལ་མ་བྲིན་པ་དང་།
གཙུག་ལག་ཁང་དའི་ཅ་ན་མཆོ་ཆེན་སོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། དགེ་སློང་གཅིག་གིས་སློང་ལམ་གང་
ལ་འགོ་བྱས་པས། ད་ཁྱེད་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་ལ་ལམ་ལ་བཟའ་གཏད་ཅི་ཡོད། ཅས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

བཟའ་བ་ལྷ། (འདུལ་བ) ཐན་ཐོན། འབྲས་ཆན། ཉ་ཤ ། སྟུམ་ཁུར་རོ། །ཞེས་སེར་རྩེ་བཙུན་ཆོས་
ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འདུལ་རྟེན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ། (འདུལ་བ) བཟའ་བཅའ་ལ་གཟིགས།
བཟེ་རེ་ཅན། བཟོད་བསྐྱན་རྒྱུང་བའས། གཞོན་ཤ་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འང་བཤད། གཞོད་པ་རྒྱུང་དུ་ཡང་
བཟོད་མི་བྱུང་པའི་དོན། སློང་འཇུག་ལས། བཟེ་རེ་ཅན་ལ་གཞོད་མང་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྷ་བྱ་དང་། བེའུ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། ཐན་པར་འདུག་ན་བག་ཙམ་ལ་བཟེ་རེ་མི་བྱ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཟེ་རེ་ཞེས་གྲིས་པའང་སྟེང་།

བཟེད་ཞལ། མཆིལ་མ་དོར་བའི་སྟོད་ལའང་འཇུག་པར་བཤད།
བཟོ་སྒྲག་མཁན། (འདུལ་བ) གོས་ལ་ཆོས་རྒྱག་མཁན་གྱི་མིང་ཡིན་པར་བཤད།

བཟོད་བརྟུལ། (འདུལ་བ) བཟོད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་སམ་གོ་ཆ།

བཟོད་ན། ༡ སྟུག་བསྐལ་དང་དུ་སྒྲུང་བུས་ན། ༢ འདོད་ན། གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱིས་གནང་ཞིང་བཟོད་
ན། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ། ༣ (འདུལ་བ) རིགས་པར་དགོངས་སམ་ཞེས་ཁྱི་བ་འཁྱི་བའི་དོན་ལའང་གོ།

ལུང་ཐོན་ཆོག་གི་འགྲེལ་བ་ལས། གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན་ཞེས་བྱ་
བ་དེ་ལ་ནི་འདྲི་བ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་སྐབས་ལ་བབ་ཅིང་ལྷུང་བཟོད་ཁ་སྤུབ་བ་ལ་
རིགས་བར་སྒོབས་བ་ནི་བཟོད་བ་སྟེ། རིགས་བར་དགོངས་སམ་ཞེས་དེས་སོ། །ཞེས་
གསུངས།

བཟོད་པ། གཞན་གྱིས་གཞོད་བ་བྱེད་བ་ལ་རི་མི་སྟམ་བ་དང་། རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་བྱུང་བ་
ལ་དང་དུ་ལེན་བ་དང་། ཆོས་ལ་ངེས་བར་སེམས་བ་ལ་མོས་བ་ཤིན་ཏུ་གནས་བ་གང་དུང་
གིས་བསྐྱུས་བའི་དགེ་ཅུ་དེ། བཟོད་པའི་ངོ་བོ། དེ་བྱེད་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། གཞོད་བ་བྱེད་བ་ལ་རི་མི་
སྟམ་བའི་བཟོད་པ། སྤྱག་བསྐྱལ་བྱུང་བ་ལ་དང་དུ་ལེན་བའི་བཟོད་པ། ཆོས་ལ་ངེས་བར་
སེམས་བའི་བཟོད་བ་དང་གསུམ་མོ། །

བཟོད་བ་ནས་བ་གསུམ། གཞོད་བྱེད་ལ་རི་སྟམ་བའི་བཟོད་པ། སྤྱག་བསྐྱལ་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ།
ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་གྱི་བཟོད་བ་དང་གསུམ་མོ། །

བཟླས་པ། 1 ཡང་ཡང་འདོན་གྱི། དག་བཟླས་ལྟ་བུ། 2 ཡིད་གྱིས་འདོན་བ་ལྟར་བྱེད་དེ་བསྒྲོམ་པ།
སྤྱགས་དག་ཏུ་མི་བཟོད་བར་ཡིད་གྱིས་བཟླས་བ་ཡིད་བཟླས་ལྟ་བུའོ། །དེ་བྱེད་ཀྱི། དམ་ཆོག་གི་
བཟླས་བའམ་སྒོ་བསྐྱེད་བཟླས་བ་ནི། སྤྱགས་ཀའི་ས་ཐོན་ལས་རྒྱུང་འབྱུང་བ་ན་སྤྲ་ནམས་
སྒོས་འགྲོ་དོན་བྱས་ནས། རྒྱུང་འབྱུག་བ་ན་སྤྲ་ས་ཐོན་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་དེའང་སྤྱགས་འགོ་བཟོད་
བ་ན་སྒོ་བ་དང་བཟོད་བ་རྒྱུས་བ་ན་བསྐྱེད་པའོ། །སྤྱགས་གྱི་བཟླས་བའམ་དོ་ལའི་བཟླས་བ་ནི།
ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་བ་ཉིད་དུ་མོས་བར་སྤྱགས་སྤེང་རང་ཞལ་དུ་ཞུགས་བ་རྗེས་ནས་ཡུམ་
གྱི་བརྒྱར་སོང་ཞིང་རྒྱ་ཏི་ལས་ཞལ་ནས་བྱུང་བ་རང་གི་ཞལ་དུ་ཞུགས་ཤིང་འཁོར་བར་
བསམ་པའོ། །དྲག་ཤའི་བཟླས་བའམ་ཁྲིས་པའི་བཟླས་བ་ནི། སྤྱགས་སྤེང་རང་གི་ཞལ་ནས་
ཡུམ་གྱི་ཞལ་དུ་ཞུགས་ཏེ་བརྒྱན་རྗེས་བྱུང་ཞིང་འཁོར་བར་བསམ་པའོ། །ཁྲི་ཤའི་བཟླས་
བ་ནི། སྤྱགས་ནམས་དྲག་ཏུ་བཟོད་བ་གསང་འདུས་ལས་གསུངས་སོ། །ཤོང་བུའི་བཟླས་བ་
ནི། སྤྱགས་ཀའི་ས་ཐོན་ལ་བརྒྱ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱགས་མགོ་བྱེན་བསྐྱབ་རྒྱུ་མོར་བསྐྱོར་བར་དམིགས་

ལ། དེ་སེམས་ཀྱིས་ཁྱི་བའམ་བསྐྱལ་བ་ལྟར་བསྐྱལ་བ་དང་། རྟོར་བསྐྱལ་ནི། རྒྱུད་འབྱུང་འདུག་གནས་གསུམ་དང་སྤྱི་རྒྱུད་བསྐྱལ་ནས་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་འགོག་བསྐྱལ་དང་བསྐྱལ་བའོ། །སྤྱི་གསུམ་པ་ཏུ་མི་བརྟོག་པར་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱལ་བ་ཡིད་བསྐྱལ་དང་། ལྷོ་མཆུ་གཡོ་ཙམ་དུ་བསྐྱལ་བ་ཕྱུག་ཕྱུའི་བསྐྱལ་བ་དང་། ཡི་གེ་རིང་ལྷུང་ལྷུང་པར་སྤྲད་གསང་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བ་རིག་ལྷུང་འདོན་པ་ལྟ་ཕྱུའི་བསྐྱལ་བ་ནམས་སོ། །བརྟག་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད།

བསྐྱལ་བརྟོག་ཡན་ལག་བཞི། བདག་གི་གཞི། གཞན་གྱི་གཞི། སེམས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྤྱི་ཡན་ལག་སྟེ་བཞིའོ། །བདག་གི་གཞི་ནི། རང་ལྟེང་རྒྱལ་དུ་བྱས་པའོ། །གཞན་གྱི་གཞི་ནི། མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་བསྐྱོམ་པའོ། །སེམས་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི། མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་བཀོད་པའི་རྒྱ་བའོ། །དེ་ཡང་ལྟེང་ཐུགས་སམ་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་རང་བཞིན་མོ། །སྤྱི་ཡན་ལག་ནི། རྒྱ་བའི་སྟེང་དུ་གང་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱི་གསུམ་བཀོད་པའི་སྤྱི་གསུམ་སྟེང་གང་དཔལ་ཅན་དུ་བསམས་པའོ། །དེ་ཡང་བསམ་གཏན་གྱི་མ་ལས། སྤྱི་དང་སེམས་དང་གཞི་ལ་གཞོལ། །གསང་སྤྱི་གསུམ་མི་འགྲུང་གཞི་ལ་གནས། །ཡན་ལག་མ་ཉམས་གསང་སྤྱི་གསུམ་བསྐྱལ། །ངལ་ན་བདག་ལ་ངལ་གསོས་ཤིག །ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྤྱི་གསུམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤྱི་གསུམ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

བསྐྱལ་བ་ཡན་ལག་བཞི། བསྐྱལ་བརྟོག་ཡན་ལག་བཞི་དང་འབྲ།

བསྐྱལ་བའི་སྟོན་བརྒྱད་དང་བཅས་པ། བསྐྱལ་བརྟོག་ལྷུང་ཆེ་སྟོན་བརྒྱད་དང་བཅས་བར་བསྐྱལ་དགོས་པས་དེའི་ཚུལ་ནི། དབྱང་བཟང་གིས་ཁྱེས་པའི་རྒྱུད་ལས། བསྐྱལ་བརྟོག་ལྷུང་ཆེ་མི་སྤྱི་མི་དཔལ་ཞིང་། །སྤྱི་ཆེར་མ་ཡིན་ཏེ་ཅང་རྒྱུད་བསམ་མིན། །སྤྱི་བཞིན་མ་ཡིན་གཞན་དུ་གཡེངས་བཞིན་མིན། །ཤུག་ཀྱི་ལྷུང་ཀོར་ཆེག་ནམས་ཉམས་པས་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །བསྐྱལ་བའི་དེ་ཉིད། རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ལྟར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྒྱ་དཀྱིལ་གྱི་སྟེང་དུ། བསྐྱེད་སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་གང་དཔལ་ཅན་པ་གསལ་བཏབ་སྟེ། སེམས་ཅེག་ཅིག་པས་སྤྱི་གསུམ་བསྐྱལ་བའོ། །

བརྒྱུག་པ་ལྷ། (ལུས་པ) ཉེས་ལྷོད་ལས་རྒྱོག་པར་ཁྱེད་པའི་ཐབས་ལྷ་ལྷ། བཞམས་ཏེ་བརྒྱུག་གསོལ་
 བ། ལས་བརྒྱུད་པ་གསུམ་ཉེ་ལྷོ། །ལྷ་བཤད་ནི། ཉེས་ལྷོད་ལས་དངོས་ལྷ་རྒྱོག་པར་ཁྱེད་པའི་
 ཐབས་ལིན་པས་དེ་རྒྱུད་ཅེས་བྱའོ། །

༩ ལ ཅ

ལ་ན སྒར་པོད་ཀྱི་བྱང་རྒྱུད་དང་། ཤིན་ཅང་། མཚོ་ཕྱོན་བཅས་ཀྱི་ས་འབྲེལ་དུ་ཆགས་པའི་གྲུ་གུ་
ཞེས་པའི་རྒྱལ་ལྷན་དེའི་མིང་ཡིན་པར། ལྷ་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་༡༥ ལྟ་གསལ།
ལན་བྲ། (སྒྲིབ་པ) དེད་ཅག ཁོ་པོ་ ལུ་བྲ། ལུ་བྲ་ཅག ལུ་ཅག ལྷོ་སྤྱིང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཕྱོད་ལས།
ལན་བྲ་ཀུན་ལྷོ་ཚོད་དུ་ཐལ་བས་གནས་ཁང་མ་རྟེན་པ་དང་གཞན་གྱིས་བརྒྱས་བཅོས་བྱེད་
མཁན་བྱུང་བའི་ཆེ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས་ཅུང་ཟད་མན་བའང་བྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
ལབ་སྟ། (ཡུལ་སྐད) རྒྱ་ཁྱོད། ལས་ཀ་ལབ་སུ་མ་འདུས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
ལུ་བྲ། ལུ་བྲ་ཅག་དང་ལབ།
ལུ་བྲ་ཅག རང་ཅག བདག་ཅག ལུ་ཅག ལུ་གྲུ་ཅག ཡུ་བྲ་ཅག ལ་ཅག འོ་སྒྲོལ། རང་ཤེ ར་ཆོ། དེད་
ཆོ། ར་རང་ཆོ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་བཤད།
ལུ་བྲ། འོ་མ་བྲ་དང་ལབ།
ལུ་བྱེད། གཙང་མིང་དེ་ཕྱགས་པ། མོ་མ་ཉིའི་སྤྱན་སེལ་ལས་གསུངས། བེ་ལུ་འབྲེལ་ལས། བསྐྱན་
པ་ལུ་བྱེད་ལ་གཏོང་བ་སྡེ་འབྲུགས་ཡིན་པས་འདི་ལ་གཏོར་མ་བཤམས་ལ་མནའ་བསྐྱགས།
ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །
ལུ་ཞོགས། ལུ་ཐེང་། དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༣༣ ལས། རྒྱ་བ་པལ་ཆེར་གཡས་གྲོས་
གཡོན་གྲོས་ཀྱི་ལུ་ཞོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།
འོ་སྒྲོལ་པལ་དུ་སྒྲོབ་རྩལ་ཏུ་འགྲོ་བ། བདག་ཅན་རྒྱ་མ་པལ་ཆེར་གྱི་དྲུང་དུ་རྒྱུག་རྒྱུག་མང་ན་སྒྲོག་
རྩལ་ཏེ། བགས་པའི་གོས་རྩིང་རལ་རུལ་ལྟར་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། བགས་གོས་རལ་རུལ་དེ་ས་

ལ་བྱད་ན་སྤར་མ་སྟེ་རྩ་དང་ཆེར་མ་བྲི་ལུད་སྐྱམ་པོ་སོགས་འབྱར་ལ་གསེར་རྟོག་པོ་མི་
འབྱར། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། དབྱངས་ཅན་དགའ་ལྗོངས་ལ་ལྟར་ལོ། །

འོ་ཐུག་ (འདུལ་བ) འོ་མའི་འབྲས་ཐུག་སྤང་ཅི་ལྟར་མངར་བ་ཞིག་གི་མིང་། རྒྱ་གར་བས་སྤྲིར་
ཡིར་ཟེར་བ་དེའོ། །སྟོན་བདག་གི་སྟོན་པ་ལོ་ཐུག་དགའ་སྤྱད་མཛད་པའི་ཆོ། ལུ་མོ་སྤྱ་རྩ་ཏའམ་
ལེགས་སྤྱེས་མས་སྟོན་པ་ལ་འོ་ཐུག་ལུལ་ཟེར་བའང་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྲིར་ཟེར་བ་འདི་རང་ཡིན།
སྟོན་སྟེག་གི་མཐུག་ཏུ་སྟོན་མའི་ཚུལ་དུ་རོལ་རྒྱུའི་འོ་ཐུག་ཟེར་བའང་འདི་ཉིད་ཡིན། འདུལ་བ་
ལུང་སྟེགས་བས་། ང་པ་ །བས་པོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་ལྔ་པར། ཁྱོད་ཁྱེར་གྱི་དཔོན་པོ་སྟེ་ཅན་ཞེས་
བུ་བའི་བུ་མོ་དགའ་མོ་དང་། དགའ་སྟོབས་མ་ཞེས་བུ་བ་གཉིས་གྱིས་སྟོན་པ་ལ་འོ་ཐུག་ལུལ་
བའི་ལོ་རྒྱས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་པས་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། །

འོ་ན། ཇི་བའི་ཆོག་ཅིག་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་། ཚུ་ །ལྟམ་ལས།
འོན་ཞེས་བུ་བ་ནི་དེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འོ་མ་ཅན་གྱི་ཤིང་ལྷ། ཤིང་ཅུ་གྲོ་རྩ། པ་ལ་ལྷ། ལུ་དུ་སྤྱ་བ། བེ་སྤྱལ། མ་རྒྱལ་མ་རྒྱད་དང་ལྟོ། །དབྱངས་
ཅན་དགའ་ལྗོངས་ལས་རིམ་བརྟེན་བཟོས་ནང་གསལ་ལོ། །

འོ་མ་སེ། (གསོ་རིག) འོ་སེའི་འབྲས་བུ་ལ་གཟེགས།

འོ་མ་སེལ། (གསོ་རིག) འོ་སེའི་འབྲས་བུ་ལ་གཟེགས།

འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་མིང་། དབྱངས་ཅན་དགའ་ལྗོངས། འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་
པོ་ལ་འཛིག་རྟེན་ན་དེ་ལྟར་གྲགས་པར་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འོ་སེའི་འབྲས་བུ། (གསོ་རིག) དབྱིབས་རྒྱུ་ལ་སྤྱིན་ནས་དམར་པོར་འཇུག་པའི་སྤྱན་འབྲས་ཤིག་
ཕྱི་རྒྱལ་བས་wild pear (Pyrus pashia Buch) ཟེར། སྤྱན་གཞུང་ནི་མེད་ཤེལ་ཟེར་ལྟར་ལས།
འོ་སེའི་འབྲས་བུས་སྟོན་ལུད་པ་འབྲེན། ཞེས་པར། དབག་བསམ་སྟོན་ཤིང་ལས། འོ་སེས་
དེ་བཞིན་སྟོན་པའོ། །ཞེས་པ་ཤིང་ཆེ་རྒྱུད་དབྱིབས་སོགས་སེའི་འབྲས་ཤིང་ལས། ལོ་མ་
ནར་མོ་ལྷང་ལོ་འབྲས་བུ་འབྲས་བུ་དམར་པོ་སེའི་འབྲས་བུ་ཅམ་མངར་བ་ལྷུང་ཤོད་གར་ཡང་

སྐྱེ་ལ་ཡོངས་གྲགས་ཤེས་སྒྲོ་། ཞེས་བཤད། འདི་ལ་འོ་མ་སེའམ། འོ་མ་སེལ་ཞེས་གྲིས་
 བཤད་སྣང་ངོ་། །དེ་མེད་ཤེས་སྒྲེང་ལས་འགའ་ཞིག་གིས་ཤིང་འོ་སེལ་འོ་མ་སེལ་ཞེས་འབྲི་བ་ཡི་
 གེ་མ་དག་བར་གསུངས་སོ། །

འོག་པག ། རྒྱུད་རགས་ཏེ། ག་བ་བ་བྱེད་རིང་པོ་འབྱུང་འབྱུལ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་ཡོད་བ་ལ་ཟེར། རྗེའི་
 གསུང་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཟེན་གྲིས་ལས། འོག་པག་ནི་སྐྱེ་རགས་ཁྱད་པར་ཅན་ཏེ།
 རིན་པོ་ཆེའི་ཆར་ཆར་དུ་མས་བརྒྱན་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། 2 རྒྱུད་རགས་ལ་བཏགས་
 པའི་ཆར་ཆར་གྱི་མིང་དུ་བཤད། བཤ་ཆེན་ཤྱག་མཆོག་པས། འོག་པག་ཅེས་བ་སྐྱེ་རགས་
 ལ། །བཏགས་པའི་ཆར་ཆར་རྒྱན་གྱི་མིང་། ཞེས་གསུངས། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་བ་སོགས་
 གྲིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད།

འོག་ན་གདན་ལྟར་མཛེས་པའི་ཡི་གེ་གསུམ། ཡ་བཏགས། ར་བཏགས། ཞབས་ཀྱང་གསུམ།
 འོག་མིན། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བརྩ་བདུན་གྱི་ཐ་མ་འོག་མིན་ནི། མཆིམས་མཛོད་ལས།
 དེའི་གོང་ན་གནས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་འོག་མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

འོག་ཟུར། (འདུལ་བ) དུལ་མི།
 འོད་གྱི་ཐིག་ལེ། ཨ་ཟུང་ཤད་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཐིག་ལེ་རྣུ་དང་བཅས་པ། དེའི་རྣུ་ད་ལས་འཛོམས་པའི་འོད་
 དཀར་པོ་སྒྲོས་རིང་གི་དུ་བ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར།
 འོད་ཆུང་། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བརྩ་བདུན་གྱི་བཞི་པ། སྐྱེ་བཤད་ནི། གོང་མ་བས་འོད་ཆུང་
 བས་འོད་ཆུང་ངོ་། །

འོད་སྟོང་ཅན། ཉི་མའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག
 འོད་ལྗན། (འདུལ་བ) འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱེ་བའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
 པའི་འབྲེལ་པ་འོད་ལྗན་ཞེས་བྱ་བ་བཅ་པོ་བརྒྱུད་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་
 ཤྱུ་ཡོད་ཀྱིས་མཛད། མཆོ་རྒྱུ་ཏུ་འོད་ལྗན་ཞེས་མང་དུ་འབྱུང་བ་དེ་འདི་རང་ཡིན། བསྟན་
 འབྱུར་འདུལ་བའི་སྒྲེགས་བཅ་༩ རྩ་བའི་༥འོག་གྲངས་༥༥ན་བཞུགས་སོ། །

འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་བསྐྱོད་པ་ཞིང་མཆོག་སྒྲོ་འབྱེད། འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་
གྱིས་མཛོད། རྗེའི་གསུང་ཐོར་བྱ་ ༡༩ རྟེན་གསལ་ལོ། །

འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་གི་བཀོད་པ། འཕགས་པ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་གི་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། འདི་དགོན་བཅུགས་ ༩ ཀ་བ་ ༡༣༧ བ་ ༡ན་བཞུགས་སོ། །

འོད་མ། (འདུལ་བ) 1 སྒྲིག་མ། 2 སྒྲ།

འོད་མའི་ཆལ། (འདུལ་བ) 1 འོད་མའི་ཆལ་ནི་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་སྒྲོན་པ་ལ་ཕྱལ་བའི་
རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་ཉེ་འགམ་དུ་ཡོད་པའི་འོད་མ་སྤྱི་སྒྲིག་མ་མང་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་མོས་ཆལ་
ཞིག་གི་མིང་ཡིན། འདུལ་བ་ཕྱང་གཞི་ ༩ ང་བ་ ༡ལས། སྤྱིང་མོས་ཆལ་དེ་འོད་མའི་ཆལ་གྱིས་
ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ཏེ། རྒྱོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་རྣམས་ཀྱི་གནས་འོད་མའི་ཆལ་གྱི་ཉེ་འཁོར་དུ་
བཅས་པས། དེ་འོད་མའི་ཆལ་བྱ་ཀ་ལན་ད་ཀ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །རྒྱལ་པོ་
གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོའི་ཁང་པོ་ཀྱན་ཏུ་འཛོལ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དེས་སྤྱིང་མོས་
ཆལ་དེ་དེའི་གནས་ཀྱི་ཕྱིར་བྱིན་ནོ། །རྗེ་ཙམ་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ག་རྟ་ནས་ལྗོངས་རྒྱ་ཞིང་
གཤེགས་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་བྱོན་ནས་ཤིང་ཞིག་གི་བྱང་ན་བཞུགས་སོ། །མ་ག་རྟའི་
རྒྱལ་པོ་བཟོ་སྐྱེད་ས་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ག་རྟ་ནས་ལྗོངས་རྒྱ་ཞིང་
གཤེགས་པ་ན། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་བྱོན་ནས་ཤིང་ཞིག་གི་བྱང་དུ་བཞུགས་སོ་ཞེས་ཐོས་
སོ། །ཐོས་ནས་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་དང་། རྒྱལ་པོའི་མ་བྱ་ཆེན་པོས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་
ནས་བྱུང་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ན་བ་དེར་སོང་སྟེ་ཕྱིན་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་
ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་བྱས་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་གོ། ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་
པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མ་ག་རྟའི་རྒྱལ་པོ་བཟོ་སྐྱེད་ས་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོ་ལ་ཆོས་
དང་ལྡན་པའི་གཏམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་སྒྲོན་པར་མཛོད། ཡང་དག་པར་འཛིན་དུ་འཇུག་པར་
མཛོད། ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྐྱོད་པར་མཛོད། ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་དགའ་བར་མཛོད་
དེ། རྣམ་གྲངས་དུ་མར་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱན། ཡང་དག་པར་

འཛིན་ཏུ་བརྟུག་ །ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོད། ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་དགའ་བར་མཛད་
ནས་ཅང་མི་གསུང་ངོ། །དེ་ནས་མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་པོ་བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོ་སྟན་
ལས་ལངས་ཏེ་རྒྱ་གོས་ཐུག་པ་གཅིག་ཏུ་གཟར་ནས། བཙམ་ལྷན་འདས་གང་ན་བདེ་ལོགས་
སུ་ཐལ་མོ་སྤྲད་བ་བཏུང་དེ། བཙམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྤྲད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བཙམ་ལྷན་
འདས་སང་བདག་གི་སྤྱུང་པར་དགེ་སྟོང་གི་དགེ་འདུན་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་གཏུགས་ཆོད་
སྟོང་ཞིང་མཆིས་ན། གནང་བར་མཛད་ཏུ་གསོལ། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་པོ་
བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོ་ལ་ཅང་མི་གསུང་བས་གནང་ངོ། །དེ་ནས་མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་
པོ་བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོས། བཙམ་ལྷན་འདས་ཅང་མི་གསུང་བས་གནང་བར་
རིག་ནས། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྱག་བྱས་ནས་སྟན་ལས་ལངས་
ཏེ་སོང་ངོ། །དེ་ནས་མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་པོ་བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོས། དེ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་
མོ་ནས་གཙང་ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་། བཅའ་བ་དག་སྟོན་བྱས་ནས་ནང་པར་སྤར་
ལངས་ཏེ། གདན་བཤམས་ནོར་བུའི་རྒྱ་སྟོང་བཞག་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་ལ་སྤྲན་འཛིན་གྱི་
དུས་ཆོད་གསོལ་བ། བཙམ་ལ་གཏུགས་ཆོད་ལགས་ན། ད་དེའི་དུས་ལ་བབ་པར་དགོངས་
སུ་གསོལ། དེ་ནས་བཙམ་ལྷན་འདས་སྤོན་བཟའ་ཤམ་ཐབས་མནའས། ལྷུང་བཟེད་དང་།
ཆོས་གོས་བསྐྱམས་ཏེ། དགེ་སྟོང་གི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ཅིང་དགེ་སྟོང་གི་དགེ་
འདུན་གྱིས་མདུན་ཏུ་བདར་ཏེ། མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་པོ་བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོའི་བཀའ་
ས་གང་ན་བདེར་གཤེགས་ཏེ་ཐོན་ནས། དགེ་སྟོང་གི་དགེ་འདུན་གྱི་གུང་ལ་གདན་བཤམས་
བ་ཉིད་ལ་བཞུགས་སོ། །དེ་ནས་མ་ག་རྟེན་གྱི་ལ་པོ་བཟོ་སྤྲད་ས་གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོས་
སངས་རྒྱུས་ལ་སོགས་པ་དགེ་སྟོང་གི་དགེ་འདུན་བདེ་བར་བཞུགས་པར་རིག་ནས། གཙང་
ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་དག་རང་གི་ལག་ནས་སྟོབས་ཤིང་ཆོས་པར་བྱེད་དེ།
རྣམ་གྲངས་ཏུ་མར་གཙང་ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་དག་རང་གི་ལ་གནས་
བསྐྱབས་ཤིང་ཆོས་པར་བྱས་ཏེ། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསོལ་ཟེན་ནས་བྱག་བཅབས་ཏེ་

ལྷུང་བཟེད་བྱ་བར་རིག་ནས། གསེར་གྱི་བྱ་མ་བུམ་ལྔ་དེས་ཏེ། བཙུན་པ་འོད་མའི་ཆལ་བྱ་ཀ་
ལན་ད་ཀ་གནས་པ་འདིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཅི་བདེར་བཞུགས་ཤིག་ཅེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་
ལ་སྐྱེད་མོས་ཆལ་དེ་ཤུལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། 2 སྐྱུག་མའི་ནགས་ཆལ། ལྷུང་ཞུ་བའི་འགྲེལ་
པ་ལས། འོད་མའི་ཆལ་ནི་སྐྱུག་མ་སྐྱོམ་པའི་ནགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 3 སྐྱའི་
ནགས་ཆལ།

འོད་མའི་ཆལ་བྱ་ཀ་ལན་ད་ཀ་འདི་གནས། (འདུལ་བ) རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་ཉི་འདབས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱེད་
མོས་ཆལ་ཞིག་སྟེ། འདི་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོས་དགའ་མོས་ཏུ་ཅང་ཆེ་བའི་སྐྱེད་ཆལ་
ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཤུལ་ལོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་མཛོར་བསྐྱུས་ཤིག་འདུལ་བ་
ལྷུང་གཞི་༩ ང་པར་༥ བཞུགས་སོ། །

འོད་ཟུང་། འོད་གསལ་དང་ཟུང་འཇུག་གི་བསྐྱུས་ཆོག

འོད་ཟེར་སྐྱོར་གསུམ། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དྲགས་པོ་བཟ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་
བཅུམས་པའི་བརྟག་གཉིས་འགྲེལ་པ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། དུག་ཆེན་གྱི་རྣམ་བཤད་རྒྱ་བའི་འོད་
ཟེར། ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ནོར་བུའི་འོད་ཟེར་ཉི་གསུམ་སོ། །

འོད་ཟེར་སྒྲ་ལྷ། དཀར། སེར། དམར། ལྗང་། སྒྲ་བའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པ་ལྔ་ལོ། །སྒྲགས་ཀྱི་སྐྱབས་འོད་
ཟེར་སྒྲ་ལྷས་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མཆོན་པར་གསུང་།

འོད་སྐྱུང་། <ཀླ་འུ་པ> (འདུལ་བ) སྟོན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་གྱི་དང་པོ་སྟེ་ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་
ཞིག་ Kās' yapa འཕགས་པ་འོད་སྐྱུང་ཆེན་པོའི་སྐོར། མདོ་སྤེལ་ས་བརྒྱ་པ་༩ ཏུ་བ་ 3944་
ཉན་བཞུགས་སོ། །

འོད་སྐྱུང་ཆེན་པོ། <ལྷ་ཏ་ཀླ་འུ་པ> (འདུལ་བ) འོད་སྐྱུང་ལ་གཟེགས།

འོད་གསལ། 1 དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཛོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཐབས་ཉི་པའི་རྒྱ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཟུང་འཇུག་
མ་ཐོབ་པའི་བར་གྱི་རྫོགས་རིམ་ནི། བཞི་པ་འོད་གསལ་གྱི་རིམ་པའི་དོ་བོའོ། །འོད་གསལ་
དགྲེན། ལུལ་གྱི་འོད་གསལ་དང་། ལུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་དང་སྟོང་

ཉིད་དོན་གཅིག་ཡུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ལའང་། སྤྱི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དང་། (འར་ཕྱིར་
 ཐེག་པ་དང་རྒྱུད་ལྗེ་འོག་མ་གསུམ་དང་བྱམ་མོང་བའི་ཡིད་ཤེས་རགས་པས་སྤོང་ཉིད་རྟོགས་
 པའི་ཡུན་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ལ། སྤྱི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཟེར།) སྤྱི་དོན་འོད་གསལ། (བདེ་བ་
 ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ལ། སྤྱི་དོན་གྱི་འོད་
 གསལ་ཟེར། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། བདེ་བ་ཆེན་པོས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་སྤྱི་
 དོན་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ།) དོན་གྱི་འོད་གསལ་ (ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བས་སྤོང་ཉིད་མངོན་
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཟེར། དེ་ལ་མཐར་ཐུག་
 གི་འོད་གསལ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལས། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བས་དེ་ཁོ་ན་
 ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དུ་སོང་བ་དང་། དེར་མ་སོང་བའི་
 དཔེའི་འོད་གསལ་གྱི་མཆན་ཉིད་རྣམས་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་ཁྱད་པར་བྱེད་པ་
 དགོས་སོ། (ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།) བཅས་ཡོད་དོ། །རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་
 བློ། ཕྱིའི་རྒྱ་ཉི་མོད་ཀྱི་སྤྲུག་གསུམ་འདས་པའི་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་སུ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ལྷོག་ཆ་
 རྣམས་ཕྱིའི་མངོན་བྱང་དང་། གང་གི་སྤྱང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཐིམ་པའི་འོད་གསལ་ཐམས་ཅད་
 སྤོང་བ་ཡིན་པའི་ལྷོག་ཆ་རྣམས་ནང་གི་མངོན་བྱང་དུ་བཤད་དོ། །རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་
 གསལ་ཐོབ་པ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་སྤོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ། སྤྲུག་སྒྲ་
 མེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ། སྤྲུགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་རྣམས་དུས་མཉམ་
 མོ། །རྟོགས་རིམ་དངོས་བྱུང་སྒྲེ་མ་ལས། ཅ་མདུད་ལེགས་པར་གྲོལ་ནས་སྤྱུ་ལུས་དངོས་སུ་
 བསྐྱེད་མི་ལུས་རྒྱུན་ཆད་ནི་སེམས་དཔེན་དུ་བསྐྱེད། །སྤྱུ་ལུས་དངོས་སུ་བསྐྱེད་ལུས་པ་ནས་
 དེ་ལ་བྱང་བའི་བར་ནི་བདག་བྱིན་རྒྱལ་བའི་ཀྱི་རིམ་པའོ། །དེ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་དུ་
 བྱུང་བ་དང་དེའི་ཐབས་ཉི་པའི་རྒྱ་རྣམས་ལ་ནི་འོད་གསལ་དང་མངོན་པར་བྱང་རྒྱུ་པའི་རིམ་
 པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །² འོད་སྤྱང་ངམ་འོད་གསལ་པོ། ³ ཡུལ་གྱི་འོད་གསལ་ཉི་
 སྤོང་ཉིད། ཐམས་ཅད་སྤོང་བ། བྱུག་ཆེན། སྤྱི་བཤད་ནི། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སམ་རང་བཞིན་གྱིས་

གྲུབ་པའི་དག་པའི་ཕྱིར་ན་འོད་གསལ་བ་ཞེས་བྲལ། །རྒྱུད་ཆ་མ་ལས། ཆོས་དབྱིངས་རོ་པོ་
ཉིད་ཀྱིས་ནི། །དག་པའི་ཕྱིར་ན་འོད་གསལ་བ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། གནས་
ལུགས་ཀྱི་རང་འོད་འགག་མེད་དུ་གསལ་བའམ་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་བས་དེ་
སྐད་ཅེས་བྲལ། །སྤྱོད་པའི་འདི་ཤིས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་ན་གསལ། 4 ལུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་
ཉེ་སྔར་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤིས་རབ། 5 གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་བྲུག་པ་སྟེ།
བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། འོད་རྒྱུད་། ཆད་མེད་འོད་། འོད་གསལ་དང་གསུམ་ཡོད་
པའི་ཐ་མ་འོད་གསལ་གྱི་གནས་སོ། །སྤྱོད་པའི་ཉེ་སྔར་གསལ་བའི་ཕྱིར་འོད་གསལ་
ལོ། །མཆིམས་མཛོད་གསུང་།

འོད་གསལ་སྒྲུ་ལ། (བཀའ་བརྒྱུད) རྟོགས་རིམ་བསྐྱོམས་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་སྟོང་གཟུགས་བྲ་པའ་
བ་ལྟ་བུ་ཞིག ཤིས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་གསུང་།

འོད་གསལ་འཆར་བའི་གནས་སྐབས་ལ། ཤི་བ། བརྒལ་བ། གཉིད་ལོག་བ། གླལ་བ། འཁྲིག་བ་སྟོང་
པའི་དུས་དང་ལྡོ། །དེ་དག་གི་དུས་སུ་ཡུད་ཅམ་རེ་འཆར་བར་གསུང་། རྗེའི་སྒྲགས་རིམ་
ཆེན་མོ་ལས། དེ་ནི་ཞལ་ལུང་ལས། ཆོས་སྤྱོད་རབ་དགའ་མཁའ་མཉམ་བ། །ཤི་དང་བརྒལ་དང་
གཉིད་ལོག་དང་། །གླལ་དང་འཁྲིག་དུས་སྐད་ཅིག་ཅམ། །སྟོང་བར་འགྱུར་བས། ཞེས་ཤི་བ་ལ་
སོགས་པ་གནས་སྐབས་ལྡར་ཆོས་སྤྱོད་རབ་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ཉེ་རྟོག་པ་རགས་པ་ཞི་བ་
ལ་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཞེས་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེན་ཉེ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས། །རྗེའི་
རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །

འོད་གསལ་རྗེས་མ་བྱུན་བ། (བཀའ་བརྒྱུད) དབང་དུས་སུ་སྤྱིས་པའི་དཔེ་ཡེ་ཤིས་དང་། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་
འོད་གསལ་རྣམས་སོ། །ཞེས་ཤིས་བྲ་མཛོད་འགྲེལ་གསུང་།

འོད་གསལ་དུ་བརྒྱག་བ། རྟོང་པར་སྦྱང་བ། རྟོང་སྦྱང་བྱེད་བ། བསྐྱོམ་བུའི་ཆོས་དེ་ཉིད་རྟོང་པར་
བསྐྱོམ་པའི་དོན་ཡིན། འདི་ལ་དོན་དམ་དུ་བརྒྱག་པ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་

གསུང་ཐོར་བྱ་༤༣ནལས། མདོ་བསྐྱེལས། ལྷག་མོས་དོན་དམ་དུ་བརྟག་པ་དང་། ལྷང་བ་
དང་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འོད་གསལ་མ་བྱ་འབྲེས་པ། འོད་གསལ་མ་བྱ་བསྐྱེས་པ་དང་འབྲ།

འོད་གསལ་མ་བྱ་བསྐྱེས་པ། འོད་གསལ་མ་བྱ་འབྲོད་པ་ལ་གཞིགས།

འོད་གསལ་མ་བྱ་འབྲོད་པ། ལམ་དུས་སུ་བསྐྱོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཤར་བའི་འོད་གསལ་ལ་བྱའི་འོད་
གསལ་དང་། གཞི་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ལ་མའི་འོད་གསལ་ཟེར་བས། དེ་གཉིས་འཆི་བ་འོད་
གསལ་ཀྱི་དུས་སུ་ངོ་འབྲོད་པ་ལ་འོད་གསལ་མ་བྱ་འབྲོད་པ་ཟེར། མ་བྱ་ངོ་འབྲོད་ཅེས་པ།
ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མ་བྱ་དང་། མ་ཡིག་དང་བྱ་ཡིག་ལ་སྦྱར་ནས་བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ།
རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་ཀྱི་ཁྱིད་ཡིག་ལས། རང་གིས་བསྐྱོམ་བའི་
འོད་གསལ་བྱ་དང་། གཞིའི་འོད་གསལ་ལ་མར་བྱས་ནས་དེ་གཉིས་མ་ཡིག་དང་བྱ་ཡིག་ལྟར་
ངོ་འབྲོད་པ་ལ་འོད་གསལ་མ་བྱ་འབྲོད་པ་ཞེས་བྱ་ཡི། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མ་བྱ་དབེར་བཀོད་པ་
མིན། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །མ་ཡིག་དང་བྱ་ཡིག་ཅེས་པ་མ་དབེར་དང་དེ་ལ་དབེར་བལྟས་ཏེ་
བྲིས་བའི་ཡི་གེ་ལ་ཟེར།

འོད་གསལ་ཡང་དག་པ། (བཀའ་བརྒྱུད) རྫོགས་རིམ་ལས་སྐྱེས་པའི་འོད་གསལ། ཤེས་བྱ་མཛོད་
འགྲེལ་གསུང་།

འོན། འོན་ཞེས་པའི་བསྐྱེས་ཆོག་ འོན་ཞེས་པའི་ཆོག་བསྐྱེས་པས་འོན་ཞེས་བྱལ་བ་སི་དུ་འགྲེལ་
ཆེན་དུ་གསལ། འོན་ཀྱང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

འོན་ཀྱང་། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ འོན་ཡང་ཞེས་པའི་བསྐྱེས་ཆོག་སྟེ། ཡིན་ནའང་། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ དེ་འབྲ་རེད་
དེ། ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཅིག་གོ། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འགྲེལ་བ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས། འོན་ཀྱང་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཁྱད་པར་དུ་ཞེས་པའི་
དོན། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༽ ཚུ །༣༣ནལས། འོན་ཀྱང་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་དུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འོན་ཏང་། འོན་ཀྱང་དང་འདྲ།

འོན་ཏེ། འོན་ཀྱང་དང་འདྲ།

འོབས། རྟོང་ངམ་ཁུང་བྲ། རྟོང་དང་དཀྱིལ་དང་ནང་བཅས་ཀྱི་མིང་། རྩུབས་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། དཔེར་ན་
མེ་འབར་བའི་འོབས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

འོམ་བྲ། འིང་ཞིག

འོར་ཆེ། (ཆོས་རྒྱུད) ལྷ་མིན། བཀའ་མིན། ཆོ་སྦྱོང་དོན་བདུན་མ་ལས། འོར་ཆེ་མ་འདོད་ཅེས་གསུངས་བ་
ལྟ་བུ།

འོལ་སྤྱི། འོགས་འདྲ། འོགས་ཅམ་འདྲ་བ། ཆ་ཤས་ཅམ་འདྲ་བ། འོལ་ངེ་ཞེས་གྲེས་བཤད་སྣང་། རྗེའི་
ལེགས་བཤད་གསེར་སྒྲིང་ལས། དགེ་འདུན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་དུ་འཆད་བ་ནི་འོལ་སྤྱི་ཅམ་
སྤྱར་དུ་རུང་ཡང་འབྲེལ་བས་མ་བཤད་ཅིང་རྩ་བ་ལ་ཡང་སྤུ་མ་ལྟ་བུར་མི་གསལ་བས་བདག་
གིས་དོར་རོ།

འོལ་མ་མཆེས་བ། སྦྱོང་ལུལ་དུ་མ་གྱུར་བ། འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཞེས་བའི་གོ་དོན་གཉིས་པར་གཟེགས།
འོལ་མོ་སེ། (གསལ་བྱེད་) འོལ་མོ་སེ་ཡིས་རྩ་ནད་མངལ་སྦྱོན་སེལ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། མིང་གསྟ་
ཅན་ལི། མངལ་གཏུམ་མོ། བ་མ་ལུ་ལུ། འོལ་སེ་སི། མདའ་རྒྱས་བ་ཟེར། ཞེས་ངེ་མེད་ཤེས་
སྒྲིང་དུ་གསལ་བ་ལྟར་རོ། འོལ་སེ་དང་འོར་བར་མི་བྱའོ།

འོལ་ཆོད། ཆོད་དཔག

འོལ་ཡང་མི་དབྱི། འདེམ་ཡང་མི་བགྱི་ཞེས་བཤམ། དཔེར་ཡང་མི་འབྲོ་ཞེས་བའི་དོན་ཡིན། འོལ་
ཡང་ནི་དཔེར་ཡང་ཞེས་བའི་དོན་དང་། མི་དབྱི་ནི་མི་བགྱི་དང་མི་བགྱི་དེ་ཅས་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ།
དཔེ་འགའ་ཞིག་ན་མི་དབྱིའི་ཆབ་ཏུ་མི་བགྱི་དང་མི་བགྱི་དེ་ཅས་ཀྱང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་
རོ། བཤེས་སྤྱིངས་སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྱུར་༩ རེ་བ་ ༡༩༩བཤེས། འོལ་ཡང་མི་བགྱི་དེ་ཆར་
ཡང་མི་མོད་དོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། དེ་ཉིད་ལས། བདེ་བ་ཀྱན་གྱི་ནང་ན་སྤེད་ཟད་
པ། བདེ་བའི་བདག་ལོ་བགྱིད་པ་ཇི་ལྟ་བུར་། དེ་བཞིན་སྤྱུག་བསྐལ་ཀྱན་གྱི་ནང་ན་ནི། མཁར་

མེད་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རབ་མི་བཟད། །འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་བྱང་སྐྱེས་བརྒྱ་
 ཡིས། །རབ་ཏུ་བྱ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་གང་ལགས་པ། །དེས་ནི་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱང་
 རྩ་ལའང། །འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྒོ་བ་
 དཔོན་སྒོ་གྲོ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་བཤེས་སྤྱིངས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་༩ རེ་བ་ ༡༠༡བཟུངས། སྤྱག་
 བསྐྱེད་དེ་འདྲ་བ་དེ་ཡང་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱང་རྩ་དང་ཡང་མཉམ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།
 ཞེས་པ་ཅམ་ལས་འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཞེས་པའི་ཆོག་འབྲེལ་མི་སྤྱང་དོ། །² རྒྱུད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་
 པ། །འོལ་སྤྱི་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པ། །འོལ་སྤྱི་ཅམ་ཡང་སྒོ་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན། སྤྱ་
 བཤད་ནི། །འོལ་ནི་འོལ་སྤྱི་དང་མི་དབྱི་ནི་མི་བྱི་སྤྱེ་འོལ་སྤྱི་སྤྱེ་ཕྱོགས་འདྲ་ཅམ་ཞིག་ཀྱང་སྒོ་
 ཡུལ་དུ་མི་བྱི་བ་སྤྱེ་མི་མཁྱེན་པ་ཞེས་པའི་དོན་དོ། །ལམ་རིམ་མཆན་བཞི་སྤྱགས་༩ ག
 ༡༡ ༩ནའང་དེ་ལྟར་གསལ་ལོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དཔལ་ལྷན་མ་ཁོལ་གྱིས།
 ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱགས་ནི་རེན་པོ་ཆེ། །རྗོགས་པའི་བྱང་རྩལ་ས་བོན་དེ། །དཔལ་ཁྱོད་ཁོ་ནས་སྤྱིང་པོར་
 མཁྱེན། །དེ་གཞན་སྤྱེ་པོས་འོལ་མི་དབྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱིར་དབྱི་བ་ཞེས་པ་ནི་
 འདག་པར་བྱེད་པའམ་སྤྱབ་པའི་དོན་ཏེ། འབྱིད་པ། བྱིས་པ། དབྱི་བ། བྱིས།

༼ ཡ ༽

ཡ་གད། སྐས་འཛེག་གི་མིང་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་བ་༼ ཚུ
༽¹མཐོང་མཐོང་ཡ་གད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་ལ་འཛེག་པའི་སྐས་སོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །
ཡ་བཏགས། ¹ ཡི་གེ་སྦྱང་འདོགས་བཞིའི་ཡ་གུལ་ཞིག་ཡ་བཏགས་བདུན་ནི། གྲ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ་
སྟེ་བདུན་པོ། ² མཁོ་རྩས་སམ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་མིང་དུ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་མིང་བརྟུན་གྲགས་བ་
འགའ་ཞིག་བཤད་བ་སོམ་ཉིདེ་ཐུན་སེལ་ལས་བཤད། བེའུ་འབྲེལ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡ་
བཏགས་དཀའ་མོ་ཁོ་ན་འབེབས། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །ཡ་སྟགས་ཞེས་འབྲི་བའང་ཡོད། ཡ་
སྟགས་ལ་གཟིགས།

ཡ་སྟགས། ཡ་བཏགས་དང་དོན་འདྲ་སྟེ། མཁོ་རྩས་སམ་ཡོ་བྱད་ཀྱི་མིང་དུ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་མིང་
བརྟུན་གྲགས་བ་འགའ་ཞིག་བཤད་བ་སོམ་ཉིདེ་ཐུན་སེལ་ལས་བཤད། ཡ་སྟགས་ཆོགས་
སྟོན་བདག་འབྲིང་ལྟ་བུ། ཐོན་པོའི་མདོས་སྦྱང་དམ་གཏོ་མདོས་ཀྱི་རྩས། ཞེས་བོད་རྒྱ་ཆོག་
མཛོད་ཆེན་མོར་བཤད།

ཡ་ཐེམ། སྟོའི་ཡ་ཐེམ། རྒྱལ་འཕྲོར་བ་ཞིག་གིས་རྟོ་རྟོ་འཛེགས་བྱེད་བསྐྱོམས་པས་བྱང་ཁང་གི་ཡ་
ཐེམ་ལ་མ་ཉིདེ་རྩ་ཐོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཡ་ཐོག ¹ མགོ་འམ་རྩེ་མོ། ཐོག་མ། ² འབྲས་བུ།

ཡ་ཐོག་རིང་མོ། (མཛོད) བར་བསྐལ་ཉི་ཤུའི་དང་པོ་ལ། ཡ་ཐོག་རིང་མོ་བེར། མཛོད་རྩ་བ་ལས། བར་
ཀྱི་བསྐལ་བ་དབག་མེད་ནས། །ཆེ་ལོ་བཅུ་པའི་བར་དུའོ། །ཞེས་པས་ཡ་ཐོག་རིང་མོ་བསྟན་
ཏོ། །བར་བསྐལ་ཉི་ཤུ་ལས་གཞན་བཅོ་བརྒྱད་པོ་རྣམས་ནི་ཡར་འཕེལ་མར་འབྲིབ་བྱུང་རེ་རེ་

ཡོད་ལ། ཡ་ཐོག་རིང་མོ་ནི་མར་འགྲིབ་པ་རྒྱུ་བ་དང་། མ་ཐོག་རིང་མོ་ནི་ཡར་འཕེལ་བ་རྒྱུ་བ་ཡིན་པས། བར་བསྐལ་གཞན་བཅོ་བརྒྱད་པོ་རྣམས་ལྟར་ཉིས་ཁྲག་མིན་ནོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། འདི་བར་བསྐལ་ཉི་ཤུ་འཁོའམ་ཐོག་མ་ཡིན་པས། ཡ་ཐོག་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། རིང་མོ་ནི་འདི་བར་བསྐལ་བཅོ་བརྒྱད་པོ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ཏེ་འགྲོས་ཤིན་ཏུ་བྱལ་ཞིང་དལ་བས་རིང་མོ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་མི་དལ་ལྟོད་ཅན་ལ་མི་ཉི་མ་རིང་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

ཡ་མཐའ། ཐོག་མ་དང་། ཐོག་མའི་ཡང་ཐོག་མ་བཅས་ཀྱི་དོན། སུམ་ཅུ་པའི་རྩ་བ་ལས། གང་མིང་བརྗོད་པའི་ཡ་མཐའ་ན། །སྒྲི་ལྷོ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ། །དེ་ལ་སྒྲི་ལྷོ་སྐྱ་ར་ན། །དགག་པའི་སྐྱ་རུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ། ཡ་མ་རྒྱུད། ༡ ར་མ་ལུག་ཆ་མི་མཆུངས་པ། ཆ་མི་སྟོམས་པ། གཞི་མི་མཆུངས་པ། དཔེར་ན་ཆ་ལུགས་ཡ་མ་རྒྱུད་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བལ་སྐྱད་བྱ། ཆ་མིན་ཡ་དོར་ཞེས་པ་དང་དོན་འདྲ། སྐྱ་བཤད་ནི། རྒྱུད་ནི་ཆའི་དོན་ཡིན་པས། ཡ་ཡང་མ་ཡིན། རྒྱུད་སྟེ་ཆ་ཡང་མ་ཡིན་པས་ན། ཡ་མ་རྒྱུད་ཞེས་བྱའོ། །2 ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་དོན་ལའང་འདུག་སྟེ། འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོ་དང་། སྐྱ་མའི་རིགས་སྒྲགས་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་བྲམ་ཟེ་རྩ་ར་རྩ་རྩ་གཞོན་པ་ཅན་སོགས་པ་དང་ཆོ་འབྱུང་འགྲན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐབས་ལས་ཀྱི་ཏཱ་ར་ཏཱ་མའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་། འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོས་ལུས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ཅུ་ཅུ་བསྐྱར་ཏེ། ལ་ལ་ནི་འོད་འབྱིན། ལ་ལ་ནི་ཆར་འབེབས། ལ་ལ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲོད་ལམ་བཞི་བྱེད། ལ་ལ་ནི་སྟོད་ནས་མེ་འབར་ཞིང་སྒྲོད་ནས་ཆུ་འབྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་ “ཡ་མ་རྒྱུད་” གི་ཆོ་འབྱུང་མང་པོ་བསྐྱར་ཏེ་སྒྲར་བསྐྱས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

ཡ་མ་རྒྱུད། ཡ་མིན་ཆ་མིན་ཞེས་པའི་དོན། ཡ་མ་ཆ། ཡ་མིན་ཆ་མིན། ར་མ་ལུག་ཆ་མི་མཆུངས་པ། ཆ་མི་སྟོམས་པ། གཞི་མི་མཆུངས་པ། བལ་སྐྱད་བྱ། ཆ་མིན་ཡ་དོར་ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་དཔེར་ན་ཆ་ལུགས་ཡ་མ་རྒྱུད་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡ་སྐྱ་རྩ་ཀྱི་ཏ། (ཤེགས་སྐྱར) གཤིན་རྩེ་མཐར་བྱེད། སྐྱ་བཤད་ནི། གཤིན་རྩེ་ནི་དབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་དན་སོང་གསུམ་ཀྱི་ལས་སྒྲིབ་དང་། དེ་འདྲིག་ཅིང་ཟད་པར་མཛད་པས་ན་གཤིན་རྩེ་མཐར་

བྱེད་དོ། །དང་དོན་མོ། །གཤིན་མེད་མཛོད་ས་པའི་ཐུན་པ་སྟེ་མ་རིགས་པའོ། །མོངས་པ་དེ་དོན་
དས་པའི་བདེན་པ་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པས་མཐར་ཐུག་པར་མཛོད་ཅིང་འཇིག་པར་མཛོད་
པས་ན་གཤིན་མེད་མཐར་བྱེད་དེ། དེས་དོན་མོ། །ཞེས་མཛོད་འབྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ལ་གཞི་བྱས།
ཡ་ཙེ་རྒྱལ་པོ། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་བ་རྒྱུད་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་ཡ་ཙེ་རྒྱལ་པོར་འཕོད་པར། དགེ་འདུན་
ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཤད།

ཡ་ཟ་མ་ལུག (འདུལ་བ) །ཡ་ཟ་མ་མ་ཞུ་བར་ཐུར་དུ་འབྱུང་བ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་
ལས། ཡ་ཟ་མ་ལུག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་དག་ལ་རི་ལྷོ་ཟེས་པ་མ་ཞུ་བར་ཐུར་དུ་འབྱུང་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཡ་མཚན་ཅན། 1 རོ་མཚར་ཅན། བྱང་པར་ཅན། 2 ལྷ་སྟེགས་ཅན་གྱི་མིང། ལྷ་བཤད་ནི། རྫོང་རྒྱལ་
ལ་ལྷ་གྲུ་མི་སྟེ་བ་དང་ལྷ་སྟེགས་ཅན་ལ་ཐར་པའི་ལྷ་གྲུ་སྟེ་བར་འདོད་པ་ནི་ཡ་མཚན་ཅན་
ཡིན་པས་དེ་སྟངས་བྱའོ་ཞེས་མཆོ་སྒྲིག་གསུང་རོ། །འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་
རྣམས་པར་བཤད་པ་༩ ཚུ་ ༡༧༧༩༡ལས། ཡ་མཚན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ལྷ་སྟེགས་ཅན་
རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སྤྱི་ལོ་མིང་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཡ་མཚན་ཅན་ཞེས་བྱ་ཞེན་འདུལ་བ་རྣམས་པར་བཤད་
པ་ལས་སྤ་༡༨༩ཇེ་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྫོང་རྒྱལ་སྟེ། རི་ལྷོ་རྫོང་རྒྱལ་ཏུ་ས་པོན་བཏབ་པས་ལྷ་
གྲུ་སྟེ་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལྷ་སྟེགས་ཅན་དག་གིས་ཀྱང་ཐར་པའི་ལྷ་གྲུ་སྟེ་མི་རུས་
པས་རྫོང་རྒྱལ་པ་ཞེས་བྱ་བར་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །3 རྒྱང་པ་དང་ཕྱི་པའི་རབ་
བྱུང་སྤྱི་ལོ་མིང།

ཡ་ཡ་པོ། ཡེང་ཡེང་པོ་འཇ། རྫོང་པ། བརྒྱུད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་རྒྱ་འོད་ལས། ཡ་ཡ་པོ་ནི་
རྫོང་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཡ་རབས་ཀྱི་སྟོད་པ། ཡ་རབས་ཀྱི་སྟོད་པ་ཟེར་བ་གཏང་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེས། བ་མ་ལ་ཤིན་ཏུ་
གྲུས་པ། ཞན་རབས་རྣམས་ལ་ལུས་ངག་གི་སྤི་ཞུ་ཞབས་ཏོག་ཞུ་བ། ལུས་ཁྲིམས་ལེགས་
པར་སྤང་བ་བཅས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་པོས་མཛོད་པའི་ཀུན་རྫོབ་བྱང་རྒྱལ་

ཀྱི་སེམས་བསྐྱོན་པའི་མན་ངག་ཡི་གེར་གྱིས་བ་ལས། བ་དང་མ་ལ་རབ་གྲུས་ཤིང་། །ཀྱན་ལ་
སྤྱི་ཁྱེད་བ་དང་། །མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལེགས་སྤང་བ། །འདི་ནི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བ་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡ་རབས་བྱུག་དང་ཞེས་ཆེ་ཞེས་སོགས། ཡ་རབས་བྱུག་དང་ཞེས་ཆེ། མ་རབས་གཉིད་དང་མྱོད་
བ་ཆེ། དེའི་དོན་ནི། ཡ་རབས་རྣམས་ནི་ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་ས་བྱུག་སྟེ་གྲུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དང་།
དག་གི་སྐྱོན་ས་ཞེས་ཆེ་བ་སྟེ་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་བཟང་པོ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །མ་རབས་ནི་དེ་ལ་
སྟོན་སྟེ། གཉིད་དང་མྱོད་བ་ཆེ་བའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གཞོན་ནུ་རྩ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་
ལས། གཞན་དག་བྱུག་དང་ཞེས་ར་བཅས་བ་ཡིས། །ལེགས་བརྟུང་སྐྱབས་སུ་འཆའ་བའི་
རྣམ་འགྱུར་སྟོན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡང་ཉིག་ ཉིང་ཁུའམ་ཟབ་མོའམ། ལྷིང་པོའི་ཡང་ལྷིང་པོའི་དོན་དུ་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་སུ་སོང་བའི་
ཐ་སྟངས་ཅིག་ ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས། ཨ་ཉི་ཡོ་ག་ཤིན་ཏུ་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པའི་ཨ་ཉི་ཉིད་ཟབ་
མོའམ་ཉིང་ཁུའི་ལྷ་བུའི་དོན་དུ་རྫོམ་བས་ཟབ་ཉིག་དང་ཡང་ཉིག་སོགས་དང་། ཞེས་གསུངས་
བས་སོ། །

ཡང་དག་མཐའ། ལྷོད་ཉིད་ཀྱི་མིང་། ལྷ་བཤད་ནི། ཡང་དག་བ་ནི་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། མཐའ་ནི་ཅེ་
མོའམ་མཆོག་གོ། དེས་ན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཆོག་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅས་བུའོ། །མཐའ་
ནི་ཅེ་མོ་དང་མཆོག་གི་དོན་ལ་འབྲུག་པར། བརྒྱད་སྟོང་པའི་དཀའ་འབྲེལ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས་
གསུངས་སོ། །

ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ། 1 ལྷོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ། 2 ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་བ་ལ་ཟེར།
བཤེས་སྤྲིངས་ལས། གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་ཐར་བ་མཛོན་བཞེད་ན། །ཡང་དག་ལྷ་ལ་གོམས་བ་
དག་ཏུ་མཛོད། །གང་ཟག་ལོག་པར་ལྷ་བས་ལེགས་སྤྱད་ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤྲིན་བ་
མི་བཟད་ལྟན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཇིའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། དེན་ཆེན་སྤང་བ་ལས།
མི་དག་བ་ལས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱུན། །དེ་བཞིན་ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དོ། །དག་ལས་བདེ་འགྲོ་

ཐམས་ཅད་དང་། སྦྲེ་བ་ཀུན་ཏུ་བདེ་བ་དག ། ཅེས་སོ། ། དེའི་ཕྱིར་བདེ་སྤྱད་ནམས་ནི་རྒྱ་མེད་
དང་གཙོ་བོ་དང་དབང་ཕྱུག་སོགས་མི་མ་བུ་ན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་མིན་པར་དགེ་མི་
དགེའི་ལས་སྦྱི་ལས་བདེ་སྤྱད་སྦྱི་དང་། བདེ་སྤྱད་གི་ཁྱད་པར་སྦྱ་ཆོགས་པ་ནམས་ཀྱང་ལས་
གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྦྱ་ཆོགས་ལས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་འཛོལ་བར་སོ་སོར་འབྱུང་བའི་ལས་
འབྲས་ངེས་ཅན་ནམས་མི་སྦྱ་བ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་ནི། སངས་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡང་དག་
པའི་ལྟ་བ་ཞེས་བ་དཀར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིར་བསྤྱད་པ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་དག་པའི་མཐའ། ཡང་དག་མཐའ་དང་དོན་འདྲ།

ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་གསུགས། (འདུལ་བ) སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། འདི་ནི་
ཆོས་མཛོད་པའི་གཞུང་གི་བཅད་ཆད་ཅིག་ཡིན།

ཡང་དག་པར་འཛིན་ཏུ་བཅུག་པ། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པར་བཀོད་པའི་དོན།

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་དོན་འདྲ།

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས། <སྤྱུ་ལྷོ་བྱུང་> སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོག་གི་ནམས་གངས་ཤིག
མ་ནོར་བར་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། ། ཡང་དག་པར་ནི་མ་ནོར་བར།
རྫོགས་པར་ནི་ཐམས་ཅད། སངས་རྒྱས་ནི་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་དོན་ནོ། ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་སྐད་དོད་བྱུང་ཞེས་པ་རྟོགས་པ་འཇམ་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའི་དོན་ལའང་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དོ། ། སྐྱ་
སྦྱོར་བཅ་གཉིས་ལས། སྤྱུ་ལྷོ་བྱུང་ཞེས་པ་ “སྤྱུ་ལྷོ” ནི་ཡང་དག་པ། “སམ” ནི་ “སམརྟ”
འཇམ། “སམ་ཕུརྟ” རྟེ་མ་ལུས་པ་འཇམ་རྫོགས་པ། “བྱུང་” ནི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། སྦྱིར་ན་
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་པོ་ཉིད་མ་ནོར་བར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་ཅིང་མཛོད་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་
མཆོན་ཏེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ། སྐྱ་
བ་ཤད་ནི། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་ཏེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྫོགས་པར་ཏེ་
མཐའ་དག་པར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལ་
གཞི་བྱས།

ཡང་དག་པར་གཟེངས་བསྟོད་པ། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕན་ཡོན་བརྟོན་པ།

ཡང་དག་སྟོང་པ། 1 ལེགས་པར་སྟོང་པ། 2 སྤྱིག་པ་སྟོང་བ་དང་དགེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་པའི་
བརྩོན་འགྲུས་ལ་ཟེར། སྐྱབ་པ་འདེག་ནི། སྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་པར་ཏེ་ལེགས་པར་སྟོང་བས་ན་དེ་སྐྱད་
ཅེས་བྱའོ།

ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི། བྱང་ཕྱོགས་སྡེ་ཚན་བདུན་གྱི་གཉིས་པ་ནི། མི་དགེ་བ་མ་སྤྱེས་པའི་ཡང་དག་
སྟོང་པ། སྤྱེས་པ་སྟོང་བའི་ཡང་དག་སྟོང་པ། དགེ་བ་མ་སྤྱེས་པ་སྤྱེད་པའི་ཡང་དག་སྟོང་པ།
སྤྱེས་པ་སྤེལ་བའི་ཡང་དག་སྟོང་བ་དང་བཞིའོ། །ཡང་དག་སྟོང་བ་ལ་གཟིགས།

ཡང་ཆ། རང་གི་བྱ་སྤྲུག་གི་བྱ་ལ་ཆ་བོ་དང་། དེའི་སྤྲུག་གུ་ལ་ཡང་ཆ་དང་། (ཡང་ཆ་ནི་རང་གི་པ་
ནས་བརྩིས་པའི་མི་རབས་བཞི་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རང་གི་པ་ནི་མི་རབས་དང་བོ་དང་། རང་
ཉིད་མི་རབས་གཉིས་པ། རང་གི་བྱ་མི་རབས་གསུམ་པ། དེའི་བྱ་ནི་བཞི་བ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །)
དེའི་སྤྲུག་གུ་ལ་གསུམ་ཆ་ཟེར། (གསུམ་ཆ་ནི་རང་གི་པ་ནས་བརྩིས་པའི་མི་རབས་ལྔ་བ་
ཡིན།) རོ་བོའི་སྒྲ་མ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཅ་བདུན་གྱི་ནང་ནས་བརྗེ་ཏེ་ལ་ནག་པོ་ཞེས་པས་རོ་
བོ་བོད་ཏུ་འབྱོན་ཁར་ཁྱོད་བོད་ཏུ་བྱིན་ན་པ་ལས་བྱ་རྒྱུ་གྱ་ལ་ཆ་བོ་རྒྱུ་ཆ་བོ་ལས་ཡང་ཆ་
རྒྱུ་ ཡང་ཆ་ལས་གསུམ་ཆ་རྒྱུ་པ་ཞིག་འོང་། དེ་ནས་འཆལ་ཏེ་འགྲོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་
ལྟར་འོ།

ཡང་ཞིང་གཡོ་པ། ལྷུང་གི་མཆན་ཉིད། སྐྱབ་པ་འདེག་ནི། ཡང་ཞིང་ཞེས་པས་ངོ་བོ། གཡོ་བ་ཞེས་པས་
བྱེད་ལས་དངོས་པོ་གཞན་གཡོ་བ་དང་རྒྱས་པར་བྱེད་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའོ།

ཡང་ཡང་ཟས་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་བ་དགུ་བརྒྱའི་སོ་གཅིག་པ། ཡང་ཡང་ཟ་བའི་
ལྷུང་བྱེད་གྱི་ངོ་ཏེ་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྟོང་གིས་དུས་ཉི་མ་གཅིག་ལ་ཁྲིམ་པས་མགྲོན་དུ་བོས་
པ་ལན་གཉིས་ཡན་ཆད་བྱུང་བ་ན་ཟས་བྱི་མ་ལ་གོས་སམ་གོས་ཀྱི་རིན་གྱི་རྟེན་པ་མེད་པའི་
ཟས་བྱི་མ་ཟོས་པ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྱིང་གཞི་ལ་གཉིས་ལས། ལྷུང་ལ་མ་
བཅས་པའི་སྤྱིང་གཞི་ནི་རྒྱལ་བོའི་ཁབ་དུ་ཁྲིམ་བདག་འཕམ་ལ་མ་ཟོའི་ལྷུང་བའོ། །ལྷུང་ལ་

བཅས་པའི་སྒྲིལ་གཞིན་ཡངས་པ་ཅན་དུ་བྱུག་སྒྲིལ་ཡང་ཡང་ཐོས་པ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་
སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྒྲིལ་བདག་སྒྲིལ་མ་མ་དང་བ་སྒྲིལ། ཟས་བྱི་མ་ལ་གོས་ཀྱི་རྟེན་པ་ཡོད་ན་ལྷང་
མེད་དུ་གསུངས་པས་སོ། །

ཡང་སོས། ཆ་དཔུལ་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོ། ཡང་སོས་ན་ནི། སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་བ་དེ་དག་པན་ཚུན་
འདུས་ནས་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་མཚོན་ཆ་སྒྲིལ་ཆོག་མཛོད་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱིས་གཅིག་
གིས་གཅིག་ལ་སྒྲིལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་བརྒྱལ་ཏེ་ས་ལ་འབྱེལ་བ་དང་ནམ་མཁའ་ལས་
ཁྱེད་རྣམས་ཡང་སོས་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲིལ་འབྱུང་ངོ། །དེ་ནས་ཡང་ཡངས་ཏེ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
སྒྲིལ་བར་བྱེད་པས་སྒྲིལ་བསྒྲིལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཉམས་སུ་སྒྲིལ་བར་འབྱུང་ངོ། །

ཡངས་པ། རྒྱ་ཆེ་བ།

ཡངས་པ་ཅན། <བྱ་ལྡེ་ལི> (འདུལ་བ) རྒྱ་གར་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་ རྒྱ་གར་བས་འདི་ལ་བྱ་ལྡེ་ལི་
ཆེད་པའི་ཐེངས་སྒྲིལ་བཤད་ནི། ཁྱིམ་དང་འབྲོར་བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཡིན་པའི་
གྲིང་ཡངས་པ་ཅན་ནས། ཡང་ན་མི་རྣམས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ལྷའི་ཕུན་ཆོག་ཀྱིས་དང་
ལྷན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །

ཡང་ཡུད། 1 མི་གསལ་བ། 2 གསལ་ལ་མི་གསལ། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྲུངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་
ལས། དམིགས་པ་ཡང་ཡུད་དེ་ཡང་དེ་མ་ཐག་མེད་པར་འབྲོག་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
ངོ། །3 ཉེ་ཁ་ལ་མི་འདྲེས་པའི་བྱ་སྒྲིལ། མི་ཡང་ཡུད་ཆ་པོ་ཞེས་པ་ལྟར་བྱ།

ཡན་ལག་1 ཆ་ཤས། ཀྱང་ལག་ལ་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅེས་པ་དང་། ཤིང་གི་ཡལ་ག་ལ་ཤིང་གི་ཡན་
ལག་ཅེས་པ་ལྟར་བྱ། 2 རྒྱ། སྒྲིར་བ། ཉེར་བསྒྲིགས། དཔེར་ན་མཛོད་ལམ་གྱི་རྒྱ་ལ། དེས་འབྲེད་
ཡན་ལག་ཅེས་པ་ལྟར་བྱ། 3 ཡོན་ཏན། ཁུད་ཆོས། འདིའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་པའི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་
ཞེས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་མི་གོ་བར་ཁུད་ཆོས་ལ་གོ་དགོས། དཔེར་ན་སྐད་དུ་པ་སྒྲིལ་པའི་ཐེངས་
དེའོ། །རྒྱ་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ཞེས་པ་ལྟར་བྱ། ལྷ་སྒྲིལ་གྱི་༩ བཟང་པོ་སྒྲིལ་པའི་སྒྲོན་ལམ་
གྱི་རྒྱལ་པོའི་བཤད་སྒྱུར་༥ ལས། ཡན་ལག་གི་སྒྲིལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །

ཡན་ལག་སྟེས། (འདུལ་བ) རོ་མཚན་གྱི་མིང་། ལི་གྲུང་དུ་གསལ། སྟོབ་དཔོན་དག་ལེགས་བཞེས་
གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་ལུང་ལྷ་བའི་འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། ཟ་མ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་
ལ་ཁ་ཅིག་ནི་དག་སྟོང་མའི་མའི་སྟོན་ནས་སྟུན་ལྷུང་བྱེད་དུ་འདོད་དོ། །དེ་དག་གི་བསམ་བ་
འདི་ཡིན་ཏེ། ཟ་མ་དབང་པོ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཡན་ལག་སྟེས་ནི་བཅད་པ་ལ་སོགས་བས་
ཉམས་བ་བཞེན་ནོ། །དེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་འདི་རི་སྤྱི་ཅིག་དུ་འགྱུར་བ་མི་བསྟེན་བ་
འདི་སྤྱི་དུ་བསྐྱད་པར་མི་བྱའོ། །ནམ་ཞིག་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་ནི་བསྐྱད་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་
སོ། །འདིས་ནི་རི་སྤྱི་དུ་འགྱུར་བ་མི་བསྟེན་བ་དེ་སྤྱི་དུ་དག་སྟོང་ཡིན་ལ་དག་སྟོང་ཉིང་ཡིན་
ན་ཡང་ང་འདི་ལ་དག་སྟོང་གཞན་བཞེན་དུ་རིགས་པར་ལྷུང་བ་ནམས་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ། (འདུལ་བ) 1 ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས། 2 རོ་རྟགས། ལུང་རྣམ་འབྱེད་༼ ཅ་བ་ ༽ ༡༧བ
༣ལས། ཁྱོད་གྱིས་སྟུལ་ནག་པོ་དུག་སྦྲུང་དུ་བྱུང་བ། དུག་པོ་ལ། དུག་རྩ་བའི་ཁར་རང་གི་
ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་བཅུག་པར་སྦྲུང་བ་ནི་སྟེ། དེ་ལྟར་སྦྲུང་བས་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུལ་ལ་ནི་མ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་སྦྲད་པར་མཛད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཡན་ལག་གི་རྒྱང་ལ། ༡ རྒྱ་བ། (རྒྱ་བ་ཁ་དོག་དམར་པོ) ༢ རྣམ་པར་རྒྱ་བ། (རྣམ་པར་རྒྱ་བ་སྟོན་
པོ) ༣ ཡང་དག་པར་རྒྱ་བ། (ཡང་དག་པར་རྒྱ་བ་སེར་པོ) ༤ རབ་ཏུ་རྒྱ་བ། (རབ་ཏུ་རྒྱ་བ་
དཀར་པོ) ༥ དེས་པར་རྒྱ་བ་དང་ལྟའོ། ། (དེས་པར་རྒྱ་བ་ལྡང་ཞེས་རྩེ་འཕོས་གསུང་ངོ་ཞེས་
རྩེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ན་གསལ།) དེ་དག་ལ་རིམ་བཤེན་སྦྱང་། རུས་སྟུལ། ཅངས་པ།
ལྷ་སྟེན། གཞུ་ལས་རྒྱལ་ཞེས། (གཞུ་ཞེས་ཀྱང་འཐད། གཞུ་ལས་རྒྱལ་ལ་འབྲེལ་བ་རྣམས་
ལས་ཞོར་ལས་རྒྱལ་ཞེས་བཤད་པའང་ཡོད་དོ། །ཞེས་རྩེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ན་གསལ།)
མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྒྱང་དེ་དག་གི་དབྱིབས་སྟུ་སྟེ་སྟུལ་སོགས་དང་འཇ་
བའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལས་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་བཏགས་ཏེ། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྩེས། ཡན་ལག་གི་

རྒྱུད་ལ་ཐ་སྟོད་སྤྲ་མ་ལྟར་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། རྩེ་འགོས་ཀྱི་གསུང་ལས། དེ་ལྟ་ལོ་རིམ་
པ་བཞིན་དུ་གཉེ་མ་སྤྱལ་དང་འདྲ་བ་དང་། མཆོན་པ་རུས་སྤལ་འདྲ་བ། སྒྲོ་བ་ཅངས་པ་འདྲ་བ།
སྟོང་ལྟ་སྟོན་གྱི་བུ་མའི་གོས་དང་འདྲ་བ། མཁལ་མ་གཞུང་དབྱིབས་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ལས་
བྱུང་བས་དེ་ལྟར་བཏགས་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡན་ལག་འགྲུས་པ། (པར་ཕྱིན) མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་མིང་ཆགས་པའི་གནས་ལྟེན་ཐ་མ་སྟེ།
ཤར་གྱུར་ཏེ་ཡན་ལག་གི་མཆོན་མ་འབྱར་བོ་ལྟ་དོད་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ཟེར། འདི་ལ་རྒྱུ་
ལག་འགྲུས་པ་ཞེས་གྲུ་བོ། །

ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྟ་གྱི་རྒྱ། ཡན་ལག་བརྒྱུད་ནི། མཆོན་མཛོད་ལས། བསིལ་དང་ཞེས་དང་ཡང་
བ་དང་། །འཇམ་དང་དྲངས་དང་བྱིང་མེད། །འབྱུངས་ན་མགྱིན་དང་ལྟོ་བ་ལ། །མི་གཞོད་ཡན་
ལག་བརྒྱུད་ལྟ་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྟ་གྱི་རྒྱ་འབྲལ་བའི་པན་
ཡོན་ནི། དྲངས་ཤིང་བསིལ་བའི་ཡོན་ཆབ་གཙང་མ་ཕྱལ་ན་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེག་ལྟར་སྤྱངས་ཏེ་
ས་ལས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྟེ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། བྱུང་བར་དུ་ཡན་ལག་
བརྒྱུད་ལྟ་གྱི་ཆབ་ཕྱལ་བས་ནི། རྒྱ་བསིལ་བ་ཕྱལ་བས་རྩིས་ས་དག་པ་དང་། རྒྱ་ཞེས་
པ་ཕྱལ་བས་ཟས་ཀྱི་རྩོམ་ཆོག་རྟེན་པ་དང་། རྒྱ་ཡང་བ་ཕྱལ་བས་ལུས་སེམས་ལས་སྟུ་རུང་
བ་དང་། རྒྱ་འཇམ་པ་ཕྱལ་བས་ཤེས་རྒྱུད་འཇམ་པ་དང་། རྒྱ་དྲངས་པ་ཕྱལ་བས་རིག་པ་དྲང་
བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱ་བྱིང་པ་ཕྱལ་བས་སྟོབ་པ་སྟོང་བ་དང་། རྒྱ་ལྟོ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕྱལ་
བས་ལུས་ལ་ནད་མི་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱ་མགྱིན་པ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕྱལ་བས་དག་སྟོན་པ་
བཅས་ཀྱི་པན་ཡོན་བརྒྱུད་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །ཡན་ལག་ཅེས་པ་ཡོན་ཏན་ལའང་
འབྲུག་པས། ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྟ་གྱི་རྒྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །སྟེ་སྟོང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོད་
གཤམ་མེལ་༡༡༩བཟུངས། གོང་གི་མཆོན་མཛོད་ཀྱི་ལུང་དེ་འདྲལ་བ་ལུང་གི་ཆོག་ཡིན་
པར་གསུངས་སོ། །

ཡན་ལག་མཆོག་མ། བྱུང་མེད་མཆོག་གས་མཛེས་མའི་མིང་། ལུས་མཆོག་མ་དང་དོན་འདྲ།

ཡན་ལག་ལྷའི་བྱག་ ཡན་ལག་ལྷ་ས་ལ་པ་བ་པའི་བྱག་དང་དོན་གཅིག་ དཔལ་བ། ལག་མཐེལ་
གཉིས། ལུས་མའི་ལྷ་ང་གཉིས་བཅས་ས་ལ་གཏུགས་པའི་བྱག་གོ།

ཡན་ལག་བདུན་པ། བྱག་འཆལ་བ། མཚོད་པ་འབྲུལ་བ། བཤགས་པ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་། ཆོས་
འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ། ལྷ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པ། བསྟོ་བ་དང་
བདུན་ནོ། །བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྤོན་ལམ་ལས། བྱག་འཆལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་
དང་། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་
པ། །ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །དེ་ཡང་བྱག་
འཆལ་བས་ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོ། མཚོད་པས་སེར་སྤྱའི་གཉེན་པོ། བཤགས་པས་དུག་
གསུམ་གའི་གཉེན་པོ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་གི་སྤྱག་དོག་གི་གཉེན་པོ། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་
བསྐྱལ་བས་ཆོས་སྤོང་གི་གཉེན་པོ། ལྷ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པས་སྤྱ་
མར་སློང་ན་སྤྱེས་པའི་གཉེན་པོ། བསྟོ་བས་ལོག་ལྷའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པ་བཅས་སོ། །

ཡན་ལག་ཤེན་ཏུ་རྒྱས་འབྱེས། (ལར་ཕྱིན) ཀྱང་ལག་དང་སོར་ཆོགས་སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་རིང་
ཐུང་སོགས་ཀྱི་ཆ་བྱེད་པ། རྗེའི་ལེགས་བཤད་གསེར་བྱེད་ ། སྤྱད་ཆ་ ༡༥༠བ་ལས། ཀྱང་
ལག་གི་ཡན་ལག་དང་སོར་ཆོགས་སོགས་ཀྱི་ཉིང་ལག་རྣམ་པར་འབྱེས་པ་སྟེ། ལྷ་ཆོགས་
སོགས་ཀྱི་རིང་ཐུང་སོགས་ཀྱི་ཆ་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྟགས། (གསང་ཐུགས) ལྷ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་པོ་མོའི་རྟགས།

ཡབ་ཡུམ་གྱི་དྷི་རྟེ་དང་བསྐྱ། (གསང་ཐུགས) ཡབ་ཀྱི་དྷི་རྟེ་པོ་མཚན། ཡུམ་གྱི་བསྐྱ་སྟེ་མོ་མཚན་ནོ། །

ཡབ་ཡུམ་ཞལ་སྤྱོར་གྱི་མཚོན་དོན། (གསང་ཐུགས) ལྷ་ཡབ་ཡུམ་ཞལ་སྤྱོར་གྱི་མཚོན་དོན་ཞེས་པར་
གཞིགས།

ཡབ་སྤྱས་མཐུལ་བའི་མདོ། འདི་འཕགས་པ་དགོན་མཚོག་བཅེགས་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་
ལེའུ་སྟོར་སྤྱག་བརྒྱ་ལས་ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པའི་ནང་བཞུགས། འདི་དགོན་བཅེགས་ ། ང་པ་ ༡
འི་དབུ་ན་བཞུགས་སོ། །

བའི་གྲོང་ཁྱེར་དེ་དང་ཉེ་བར་ཆགས་ཡོད། མར་གོ་པོ་ལོའི་ལམ་ཡིག་ནང་། ༩༥༥༩ ཞེས་གྲིས་
 འདུག འདི་དུ་སྔ་མོ་རུབ་ཕྱོགས་དང་ཤར་རྒྱ་ནག་གི་དབར་གྱི་ཆོང་གི་འགྲུལ་ལམ་གཤམ་ཆེན་
 ཞིག་གྱང་འབེལ་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་གོས་ཆེན་གྱི་ཆོང་ལམ་ ༥༩ ༥༩ རྒྱ་ཆེན་གྱི་
 ཆོང་ལམ་འདི་ནི་གནའ་བོ་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་ཐང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་སྐབས་ནས་ཉ་ཅང་
 རྒྱ་འགྲུལ་ཆེ་བའི་ཆོང་ལམ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཡང་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་
 ནང་ཨི་ཀྲ་ལིའི་མི་རིགས་མར་གོ་པོ་ལོ་ཞེས་པའི་ཆོང་པ་དེ་ཡང་གྲོང་ཁྱེར་དེར་སྐབས་ཤིང་།
 ཁོང་གིས་གྲོང་ཁྱེར་འདིའི་འགྲུལ་བཤའ་ལ། ཡར་ཁྱེན་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ལུས་ར་སྒྲ་ཆོགས་
 གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་། འཁོ་བ་མིས་ཅི་འདོད་ཀྱི་ཤིང་ཐོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ཡོད་པའི་ས་ཐང་
 རྒྱ་ཆེན་པོས་བསྐོར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཡོད། དེའི་མི་རིགས་ཕྱེད་ནི་ཡེ་ཤུ་
 དང་ཕྱེད་ནི་ཁ་ཆའི་ཆོས་ལུགས་པ་ཡིན་ཅིང་། འདི་ནི་ཀུབ་ལའི་ཁྱེན་གྱི་ཆ་པོའི་དབང་སྒྲུར་
 འོག་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་ཞིག་རེད། ཅེས་མར་གོ་པོ་ལོའི་ལམ་ཡིག་ ༥༩ རྒྱ་ཆེན་གྱི་
 ༩༩ རྒྱ་ཆེན་ནང་གསལ། ཡར་གན་ནི་སྔ་མོ་ནས་མངའ་རིས་ལ་དུགས་ཕྱོགས་དང་ཆོང་འགྲུལ་
 ཡོད་པའི་ལུང་པ་ཞིག་ཡིན་པར་དེབ་ཐེར་དཀར་པོར་བཤམ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དེབ་
 ཐེར་དཀར་པོའི་ནང་ཡར་གན་དང་། ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ནང་ཡར་ཁྱེན་ཞེས་གྲིས་ཡོད།
 ཡར་ཁྱུང་ས། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་སྤེལ་དོང་རྫོང་ཁོངས་ཡར་ལྷ་ཤམ་པའི་ཆུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་མིང་།
 ཞེས་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་གསལ་བ་ལྟར་ན། ༡འདི་ལ་ཡར་ཁྱུང་ས་ཐེར་པའི་རྒྱ་
 མཚན་ནི། རྫོན་པོ་བཀའི་ཐང་ཡིག་ ༣༩ པ་ལས། ལུ་གེ་གནས་ལ་ཡར་བས་ཡར་ཁྱུང་ས་ཞེས་
 ལུ་གེ་གསུང་། ཞེས་གསུངས།

ཡར་ཁྱེན། ཡར་གན་དང་འདྲ།

ཡར་ལྷན། ཡར་རྒྱས། མི་ཉམས་བོད་འཕེལ། འོག་མའི་ཡོན་ཏན་མ་ཉམས་པའི་སྤྱིང་དུ་བོད་མའི་
 ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཡར་ལྷན་ཟེར།

ཡར་བ། (ཕྱི་མེད་ལས་ཆོག) འཕར་བ། གྱར་བ། ཁ་འཐོར་བ། ཁ་གྱར་བ། ལུལ་སྐྱད་འགའ་ཞིག་ལའང་

འཕར་བ་ལ་ཡར་བ་ཞེས་ད་ལྟ་འབོད་དོ། །མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང། དཔེར་ན་ལྷགས་
གྱི་ཆ་ཆ་གནས་དུ་ཡར་བ་བཞིན་དུ་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་གཉིས་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །

ཡར་དང་མར་གྱི་མཆམས་མེད། ཡར་གྱི་མཆམས་མེད་ནི། འདོད་པའི་ལྷར་སྐྱེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་
སྐྱེས་ནས་མྱོང་འགྱུར་གྱི་བསོད་ནམས་གྱི་ལས་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་ཆེན་པོ་ལ་བྱ། མར་གྱི་
མཆམས་མེད་ནི་ཡོངས་གྲགས་པ་མ་གསོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆམས་མེད་གྱི་ལས་ལ་
བཤད་དོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཡར་དང་མར་གྱི་མཆམས་མེད་ལ་བར་དོ་མེད་པར་
འདོད་པ་ཡང་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡར་ལན། ཡར་ཡོང་དུས། ཡར་ལོག་དུས། རྣམ་ཐར་དུ་ཀླ་ལའི་གོས་བཟང་ལས། ཡར་ལན་གནས་
ཚུང་ལྷོག་ཏུ་ཆོས་སྐྱོང་ཆེན་པོ་སྐྱེ་ཕེབས་ཞུས་ནས་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་ཡུང་བསྟན་རྣམས་ཞིབ་པར་
བསྟུས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཡལ་བར་དོར་བ། ཅིས་མེད་དུ་དོར་བ། ལྷང་མེད་དུ་གཏོང་བ། གཅེས་པར་མི་འཛིན་བ།

ཡལ་འཇུགས་པ། རྒྱལ་བཅུགས་པ།

ཡས་འདེད། (གསང་སྤྲུགས་) ལྷེང་ནས་འོག་ཏུ་འདེད་བ།

ཡས་བབས། (གསང་སྤྲུགས་) ལྷེང་ནས་འོག་ཏུ་བབས་བ། ལྷགས་འབྱུང་།

ཡས་རིམ། (གསང་སྤྲུགས་) ལྷེང་ནས་འོག་ཏུ་ཆགས་པའི་རིམ་པ། ལྷེང་ནས་འོག་ཏུ་ཅིས་པའི་རིམ་པ།

ཡས་ལ། (རྒྱ་སྤྱང་) བྱིད་ལ། བྱིད་རང་ལ། ཉིད་ལ། རྒྱ་སྤྱང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་པ་ནས་ལས། ལྷོན་པ་ཡས་ལ་
སྒྲིམ་མེ་ཆོད་པ་ཅི་ཡོད། ཅིས་པ་ལྟ་བུ།

ཡི་གེ་བརྒྱ་པ། (གསང་སྤྲུགས་) ཡིག་བརྒྱ་དང་དོན་འདྲ།

ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་བརྒྱས་པ། (གསང་སྤྲུགས་) ཡིག་བརྒྱ་ལ་གཟིགས།

ཡི་གེ་གསུམ། (གསང་སྤྲུགས་) རྩི་ལྷན་རྒྱ་གསུམ་གྱི་ཡིག་འབྲུག་གསུམ་ལ་ཟེར། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་
བསྐྱེད་རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོ་༡༥བཤམས། མེ་ཏོག་སོགས་རང་རང་གི་མིང་སྤྲུགས་ཡི་གེ་

དང་སྒྲེལ་བས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་བྱལོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་གསུམ་དང་སྒྲེལ་བ་ནི་དོན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། བླ་ཏེ་རྒྱ་སོགས་ནི་འབྲུལ་བའི་སྒྲགས་ཡིན་པས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་པའི་ཆེ་བྱེད་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡི་གེའི་སྟོར་བ། (བད་སྟོད) དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་སྤྱད་ནས་མིང་ཆོག་བསྐྱབ་ཚུལ་དང་དེ་དག་ལ་ཐུང་སོགས་སྟོར་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ། ཡི་གེའི་སྟོར་བ་ཟེར་བར་སྟུམ། སུམ་ཅུ་པའི་ཅ་བ་ལས། བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། །རིག་བྱེད་སྐྱབ་རྣམས་གྱི་སྒྲ། །མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞི། །ཡི་གེའི་སྟོར་བ་བཤད་པར་བྲ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱབ་ཤིང་ནི། འབྲུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་༽ ༣༥ན་པས། ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཨ་ལ་སོགས་པ་ཡི་གེའི་སྤྱད་བརྗོད་པ་དག་གོ། སྟོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་གེ་བསྐྱབ་པ་སྟེ། གང་གིས་ཡུལ་དང་དུས་ལ་སོགས་པ་ངེས་པར་མ་ཆད་པའི་དོན་གྱི་བདག་ཉིད་རྗོད་པར་བྱེད་པ་དཔེར་ན་བྲུལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་ཡིག་འབྲུ་སྤྱད་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཡི་གེའི་སྟེ། (གསང་སྒྲགས) ལྷའི་དེ་ཉིད་དུག་གི་ཡ་བྲུལ་ཏེ། རང་སེམས་རྒྱ་བར་རྒྱུར་པ་ལ་སྐྱབས་ཀྱི་ལྟ་གང་ཡིན་གྱི་སྒྲགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་བྲིས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་བཀོད་དེ་བསྐྱོམ་པའམ་རྒྱ་བ་ཁོ་བསྐྱོམ་པའོ། །

ཡི་ཆད། སེམས་ཁུམ་པ། ཡིད་ཁུམ་པ། ཡིད་ཐང་ཆད་པ། དང་བ་མེད་པ། བསམ་པ་དམན་པ་བཅས་ལ་ཟེར། དགེ་སྟོང་མཁས་པ་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སྒྲོ་བློས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྟོང་འབྲུག་དཀའ་འགྲེལ་ལས། ཡི་ཆད་ནི་སེམས་ཁུམ་པའམ། དང་བ་མེད་པའམ། བསམ་པ་དམན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡི་དྲགས། <གྲེ་ཏ> (མཛོད) ། འགྲེས་སྟོམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་མནར་བའི་ངན་སོང་བ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་དེ་གང་དུ་ཡོད་ཅེ་ན། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཅ་བ་དེ་འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་འོག་དཔག་ཆད་ལྔ་བརྒྱའི་མཆོམས་ན་ཡོད་ཅིང་། ཡི་དྲགས་ཁ་འཛོར་བའི་གནས་ནི་ཐང་དང་ཚུ་དང་ནམ་མཁའ་སོགས་ལྟ་མིའི་གནས་རྣམས་སྤྱང་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །མཛོད་འགྲེལ་

ལས། ཡི་དྲགས་ནམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ནི་གཤེན་རྗེ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གི་གནས་ཀྱི་ཅ་བ་
རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནས། འཛམ་བུའི་སྤྱིང་འདིའི་འོག་དབག་ཚད་ལྔ་བརྒྱུ་བཅད་བ་ན་ཡོད་དེ།
གཞན་ནི་དེ་ལས་འཕྲོས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །མཆིམས་མཛོད་ལས་
ཀྱང་། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཅ་བ་ (ནི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ་དེ་དག་གི) རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནི་
འཛམ་བུའི་སྤྱིང་འདི་ཉིད་ཀྱི་འོག་དབག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་འདས་པ་ན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་སེར་
སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ། དེ་ན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གཤེན་རྗེ་ཞེས་བྱ་བ་འཕེན་
བྱེད་མི་དགེ་བས་བྱས་ཤིང་རྫོགས་བྱེད་དགེ་བས་བྱས་པ་ལྟའི་དཔལ་ལྷ་བུ་སྤྱོད་བ་ཞིག་ཡོད་
དོ། ། (ཁ་འཁོར་བ་ནི་ལྷ་མིའི་གནས་ན་འད་ཡོད་དེ། ཐང་དང་རྩ་དང་ནམ་མཁའི་སྤྱོད་ལུལ་བ་
དག་ཡིན་ནོ། རྒྱལ་པོ) དེའི་འཁོར་ན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིས་སྤྲུལ་ཙུ་ཅ་རྩུག་ཡོད་པར་བྲན་བ་ཉེར་
གཞག་ལས་བཤད་དེ། འདི་ལྟར་ རྩོད་གྲུག་ཁ་ཁབ་ལྟར་ཐ་དང་། །བཤང་ཐ་ཀུན་སྟོན་ཅི་ཐ་
དང་། །ཆོས་ཐ་སྦྱོན་པ་ཐ་བ་དང་། །རྩུ་འཕྱང་བསམ་པས་འཆོ་བ་དང་། །མཆིམས་མ་ཐ་དང་སྤེང་
པ་ཐ། །ཁྲག་ཐ་ཤ་ཐ་བདུག་པ་ཐ། །དྲག་ཤུལ་སྤྱོད་དང་སྒྲགས་ལྟ་དང་། །ས་འོག་གནས་དང་
མཐུ་པོ་ཆེ། །མཚན་མོ་ལུས་འབར་མི་སྒྲགས་ལྟ། །འདོད་གཟུགས་སྤྱིང་བར་གནས་པ་
དང་། །གཤེན་རྗེའི་དབྱུག་པ་བྱིས་པ་ཐ། །ཆངས་སྟེན་འབྲུ་ཡི་ཤུན་པ་ཐ། །མི་གཅང་ཐ་དང་
ལམ་ཆེན་གནས། །མང་དུ་ཐ་དང་མི་མདག་ཐ། །དུག་ཐ་དགོན་པར་གནས་པ་དང་། །དུར་ཁྱོད་
གནས་དང་ཤིང་ལ་གནས། །ལམ་ཀྱི་བཞི་མདོར་གནས་པ་དང་། །བདུད་ཀྱི་སྟེ་སྟེ་སྤྲུལ་ཙུ་
རྩུག་ །ཅེས་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་ལ་༦༥བཟུངས་དེའི་སྒྲོར་གསལ་
ཞིང་། ཡི་དྲགས་སོ་རྩུག་རེ་རེའི་འགྲེལ་བཤད་བཀའ་ཐང་སྟེ་ལྟའི་མོ་བཤ་བཀའའི་ཐང་ཡིག་
༥༦རྩུ་གསལ་བར་བཤད་ཡོད་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྒྱས་པར་མཆིམས་མཛོད་དེབ་
གཟུགས་༥༧རྩུ་གསལ་ལོ། །དེས་ཆོག་ནི། བློ་ཉ་ཞེས་པ་བློ་དང་ཡི་ཉ་མཆོམས་སྤྱར་བ་
ལས། བློ་རབ་དང་ཡི་ཉ་སོང་བ་སྟེ་དབྱུགས་རབ་ཉ་སོང་བ་སྟེ། ཤི་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ཀྱི་
དོར་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གཞི་བྱས། སྤྱོད་བཤད་ནི། བཟའ་བརྒྱུད་ཡིད་ལ་བཏགས་པའམ་ཡིད་ལ་

འཆང་བའམ་བཅང་བས་ཡི་དྲགས་ཞེས་བྱའོ། །མཆིམས་མཛོད་ལས། ཟས་སྒོམ་ཡིད་ལ་
 བཏགས་བའམ་དེར་སོང་བ་ནམས་ཕྱིར་མི་ཕྱོག་བས་སམ། སྒོམ་བ་དང་ལྷན་བས་ཡི་དྲགས་
 ཉེ་ཤི་ཉེ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་ཞེས་བྱ་
 རབ་གསལ་༤ན་ལས། ཟས་ཡིད་ལ་བཏགས་བས་ན་ཡི་དྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས། གཞན་
 ཡང་ལོ་བཏ་བཀའི་ཐང་ཡིག་༥༤ ལས། རོ་བོ་བཀྲེས་འཕོངས་སྤྱག་བསྐལ་བམ་ དེས་ཆོག་
 ཟས་སྒོམ་ཡིད་ལ་བཏགས་མེད་ལྟར་རོ། །ཡི་སྒྲིབ་གསར་བཅད་ཀྱི་སྐབས་ད་
 ཡིག་ཕྱིས་བ་ཅམ་ལས་ཡིད་དང་དོན་གཅིག་ དཔེར་ན་ཡི་དམ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཡི་དྲགས་ཞེས་
 པའི་དྲགས་ནི་བཏགས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། བཏགས་བ་ལ་ཡང་གོ་དོན་འགའ་ཡོད་ཀྱང་།
 ཐུགས་ལ་བཏགས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ཐུགས་ལ་མངའ་བ་དང་། མེམས་སམ་ཡིད་ལ་འཁོར་
 བའམ་འཆང་བའམ་བཅང་བ། ལྷན་བ། ཡོད་བ། བྱེད་བ། ཉར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་གོ་དགོས།
 ཡང་བཏགས་བ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་འདོགས་པའི་དོན་ཉེ། དཔེར་ན་ཆོག་སྒྲ་དྲགས་ཞེས་བ་
 ལྟ་བུའོ། །ཡང་། དྲགས་ཞེས་བ་གནས་བ། རྒྱགས་བ། བྲོས་བ། རྒྱ་བའམ་འགྲོ་བ། སོང་བ་
 བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ནམ་སྒྲུམ་སྒྲེ། དཔེར་ན་དེ་ལ་འགྲོ་བའམ་རྒྱ་བས་ན་དེ་དྲགས། ཡང་ན་དེ་
 ལ་གནས་བས་ན་དེ་དྲགས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ད་དུང་དབྱེད་དོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སོགས་ཡིག་
 ཉིང་རྣམས་སྟ། ཡི་དགས། དེ་དགས། སྒྲ་དགས་སོགས་ལ་མ་ཟུར་མེད་ལ། ཕྱིས་སྟུ་མཁས་
 བ་རྣམས་ཀྱིས་མིང་གཞིའི་ད་ཡིག་སྟོན་འབྲུག་ཏུ་བསྐྱག་པའི་ནོར་བ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་མ་ཟུར་
 བསྒྲན་ཏོ། །² ཡི་དྲགས་ནི་ཕྱོགས་གཅིག་རྒྱུ་པའི་སོར་མོ་ཕྱིར་ལྟ་བ་དང་། ཞེས་ཟེའི་མདོ་ཅའི་
 ཟེན་བྲིས་ལས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་སྟུམ་ཅུ་ཅ་བྱག (མཛོད) དེའི་སྐོར་ཡི་དྲགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།
 ཡི་དྲགས་ཁན་མེ་འབར་ལ་སྦྱབས་མཛོད་བ་ཞེས་བྱ་བའི་གསུངས། (གསར་ཐུགས) རྒྱུད་འདི་ལས་
 ཡི་དྲགས་ལ་གཏོར་མ་སྦྱིན་པའི་པན་ཡོན་དང་། གཏོར་མ་སྦྱིན་པའི་གསུངས་དང་། དེ་བཞིན་
 གཤེགས་བ་བཞིའི་མཆོན་བཛོད་པའི་པན་ཡོན་སོགས་གསུངས་སོ། །འདི་རྒྱུད་༩ བ

༡༩༠༩༡ན་བཞུགས་སོ། །

ཡི་དགས་ཆེ་བྱེད། (གསང་མཁས་) ཆེས་བཅུ་དྲུག་ནས་འགོ་ཚུལ་པའི་མར་ངོ་ལ་ཡི་དགས་ཆེ་བྱེད་ཟེར།
ཐེ་ཏ་ཞེས་པ་ཐེ་དང་ཡི་ཏ་མཆོམས་སྦྱར་བ་ལས། བྲ་རབ་དང་ཡི་ཏ་སོང་བ་སྟེ་དབྱགས་སོང་
བ་ཞེས་པ་ ཆེ་བ་མར་ངོ་ལ་ཤི་བའི་མིང་གིས་བཛོད་དོ། །ཞེས་ཀྱི་དོར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ཡི་དམ། (གསང་མཁས་) ། ལྷ། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་སྦྱལ་བའི་ཞེ་ཁྲིའི་རྣམ་འབྱུར་སྣ་ཆོགས་སུ་ཡོད་པའི་
ཡིད་ཀྱིས་སྣག་པར་བསྟེན་པར་འོས་པའི་སྣ་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར།
ཆོགས་ཞིང་གི་གོ་རིམ་ལྟར་བྱས་ན། དང་པོ་ཆེ་མ། དེ་ནས་ཡི་དམ། སངས་རྒྱུས། བྲང་
སེམས། ཉན་རང་། དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ། ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མ་བཅས་ཡོད་པའི་རིམ་པ་གཉིས་པ་
དེ་ཡིན། སྤང་མའི་རིགས་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་རིམ་ལྟར་ཡང་ཡི་དམ་གྱི་གས་སུ་
མི་འཛོག་ 2 དམ་བཅའ། ཡིད་ཀྱི་དམ་བཅའ། དཔེར་ན་ཡི་དམ་བརྟན་པོ་ཞེས་པ་དང་། སྤངས་
པའི་ཡི་དམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །

ཡི་དམ་ལྟའི་ཞལ་གཟིགས། (གསང་མཁས་) རང་གིས་ཡི་དམ་ལྟའི་ཞལ་མཐོང་བ་ལ། ཡི་དམ་ལྟའི་ཞལ་
གཟིགས་ཟེར། ཡང་ན། ཡི་དམ་ལྟས་རང་ལ་ཞལ་བསྟན་པ་ལ་ཟེར། དེ་གཉིས་ཆོག་གིས་
བཛོད་ཚུལ་ཙམ་ལས་དོན་འདྲ། ལྟའི་ཞལ་གཟིགས་བྱང་ཚུལ་ལ་གསུམ་ཡོད་དེ། རབ་ལྟའི་
ཞལ་དངོས་སུ་གཟིགས། འཕྲིང་ཉམས་སྤང་ལ་ཞལ་གཟིགས། ཐ་མ་སྤེལ་བ་དུ་ཞལ་གཟིགས་
པ་དང་གསུམ་སོ། །དེ་ཡང་རྩི་ཚིང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་འབུམ་ཁྲོད་བཞུགས་པ་༩ ལུ་ལན་
སྟན་མཆོག་བདུད་རྩིའི་འབྲང་བ་༡༩༧༩ ་༡ལས། བོད་དུ་བསྟན་པའི་ཡི་དམ་སྣ་སྦྱར་དུ་ཞལ་
གཟིགས། གཟིགས་ལུགས་རྣམ་པ་གསུམ། རབ་དངོས་སུ་ཞལ་གཟིགས། འཕྲིང་ཉམས་ལ་
གཟིགས། ཐ་མ་སྤེལ་བ་དུ་ཞལ་གཟིགས་པའོ། །ཡི་དམ་སྣ་ཞལ་གཟིགས་པའི་སྟོན་ལ་ཆོ་
འབྲུལ་གདུག་རྩལ་ཆེ་བར་འབྱུང་དོ། །བདུད་ཆེ་རིགས་ཉིད་ཡི་དམ་དུ་སྦྱལ་ནས་འབྱུང་། དེ་
ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉིང་རེ་འཛིན་བརྟན་པ་དང་ཡེ་ཤེས་པ་སྦྱོན་པར་ནས་དེ་ལ་བསྟེན་པས།

ཡི་དམ་ཡིན་ན་གཟེ་བཟིང་ཆེར་བསྐྱེད་ཡོང་། བདུད་ཡིན་ན་ཡལ་ཏེ་འགྲོ། དེ་ལ་སོགས་པ་
བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་བ་འདུག་ནའང་། རེད་ལ་དེ་ཀ་གོ་བདེ་བ་དང་སྦྲ་བར་བྱུང་། རི་ཅན་དུ་ཡི་
དམ་སྒྲིའི་ཞལ་གཟིགས་ཀྱང་སྒྲོ་དགའ་མི་འཆོལ། དེ་བྱས་ན་བདུད་ཀྱིས་འབྱེར་བ་འདུག་
གསུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡི་མི་འཕྲིག་པ། འོགས་པ་འཕམ་རྣམ་ཏོག་མི་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བཤད།

ཡི་ཅི། (རྒྱུ་རྒྱུད་) ཡི་ཅི་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་ཡིན་ལ། བོད་སྐད་དུ། ལུས་ཅི་འཕམ་ལུས་ཟུག་། ཡང་ན།
འདག་ཟུག་ཟེས།

ཡི་རང་བ། སེམས་དགའ་བའི་དོན། ཡི་རངས་པ་དང་འདྲ།

ཡི་རངས་པ། སེམས་དགའ་བའི་དོན། ཡི་རང་བ་ཞེས་ཀྱང་འབྲི། སྦྲ་བཤད་ནི། ཡི་ནི་ཡིད། རངས་པ་
ནི་དགའ་བའི་དོན་ནོ། །མིང་དེ་ལྟར་ཐོགས་ཚུལ་ནི་ཡིད་དགའ་ནས་བ་སྦྲ་བྱེན་དུ་ཡངས་པ་
ལས་ཡི་རངས་པ་ཞེས་ཐོགས་སོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། རངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་སྦྲ་བྱེན་དུ་འབྲེལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་རངས་དང་རང་ནི། རིམ་པ་བཞིན་
ཡངས་དང་ཡང་གོ་དོན་ནོ། །ལུང་སྤྲན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། ཡི་རངས་པ་ནི་སེམས་
དགའ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡི་ཤི་བ། སེམས་ཁྲུམ་པ། སེམས་འཁྲགས་ཉམས་པ། ཡིད་ཤི་བ་དང་འདྲ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་
ཡི་ཤི་བ་ཞེས་སྦྲང་།

ཡིག་མགོ་(བརྒྱ་རྒྱུད་) རི་མོ་འདི་ “༡༡” ལ་དང་ཀྲོག་དང་། དབུ་ཁྲུད། བེ་རྒྱ། ཡོངས་གྲགས་སུ་ཡིག་
མགོ་ཞེས་བྱ། ཡིག་མགོ་ནི་ལུས་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་མགོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་བཤད་ལ། འདི་ཡི་
གཤེད་དང་ཐོར་འབྱུང་ཁེང་དབྱིབས་ཀྲོག་ཀྲོག་ཡིན་པས་དང་ཀྲོག་ཟེར། འདི་ནི་དོན་དུ་ན་
ལོགས་སྦྲར་གྱི་ཨོ་ཡིག་འདི་རང་། ཨོ་ །ཡིན་ཏེ། དེ་བཟེང་དཀར་པོ་ལས། ཡིག་མགོ་འདི་དང་
ཀྲོག་འདི་ཡང་ཨོ་ཡིག་གི་གཟུགས་རིམ་གྱིས་འབྱུར་བར་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་དཔེ་རྣམས་ཀྱི་ལྟེན་པས་
དང་པོ་ལ་ཨོ་ཡིག་རེ་གྲི་སྒོལ་འདུག་ཅིང་། རྒྱ་ཡིག་གི་ཨོ་ཀྱི་གཟུགས་ནི་ད་ལྟའི་བར་། ཨོ་ །

འདི་ལྟར་སྤང་ལ། རང་རེའི་དཔེ་རྒྱུ་ལག་འཁེལ་དཔེ་དབྱ་ལ་ཡང་དང་གྲོག་ ཨྱོ གྲོག་འབྲུག་ལྟེན་ཆོས་དག་གི་དབྱ་ལྟེན་ ཨྱོ གྲོག་འབྲུག་བདེ་ཡང་ཨྱོ་དུ་འབྲུག་སྤྲུལ། ཞེས་
དག་འབྲུག་ཆོས་འཕེལ་གསུང་བ་ལྟར་དོ།

ཡིག་བརྒྱ། (གསར་སྤྲུགས་) རྗེ་ཆེ་སེམས་དཔའི་སྤྲུགས། འདི་ཐེངས་ཉིད་གཅིག་རེ་བཏོན་ན་ལྷུང་བའི་
འཕེལ་ཁ་ཆག་ཅིང་འབྲུམ་ཐྲག་བརྒྲས་ན་ལྷུང་བ་དག་བར་གསུངས་ཏེ། སྤྱིང་པོ་རྒྱན་བསྐྱེད་
རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་༡༩༧༩ལྟ་བུར་ས་བ་ལས། ཡི་གེ་བརྒྱ་བ་ཆོག་བཞེན། ཉི་ཤུ་ཅེ་ནི་རེ་
རེ་བརྒྲས། ལྷུང་སོགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྲབས་གྲུང་བས། འཕེལ་བ་རུ་ནི་མི་འགྲུར་ཞེས། གྲུབ་
བ་མཚོག་ནམས་གྱིས་བཤད་བས། ལྷུན་མཚམས་ནམས་སུ་སྤྱད་བར་བྱ། འབྲུམ་ཐྲག་ཏུ་
ནི་བརྒྲས་གྲུང་ན། རྣམ་བར་དག་པའི་བདག་ཉིད་འགྲུར། ཞེས་དང་། ཡང་མཁས་གྲུབ་ཆོས་
རྗེའི་གསུང་ཐོར་དུ་༡༩༧༩ལས། ཡི་གེ་བརྒྱ་བའི་བརྒྲས་བ་གཙོ་བོར་ལྷུན་མཚམས་སུ་བྱེད་
བ་སྤྱིང་པོ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གཞུང་ཆོད་ལྷན་དུ་མའི་དཔོན་ས་བ་ཡིན། ལྷུན་འགོ་ལ་བྱེད་
བ་ལྷན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་མ་གཏོགས་ངེས་བར་དགོས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་
བཞེད་པས་རྒྱན་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཡོད་མེད་རྗེ་ལྟར་བྲས་གྲུང་། ལྷུང་བ་འཕེལ་བ་འགོག་
བ་དང་། སྤྱིང་པོ་རྒྱན་པའི་བྱིར་ལྷན་མཚམས་སུ་ཡི་གེ་བརྒྱ་བ་བརྒྲས་བ་ལ་འབད་བ་གལ་
ཆེ་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་དུ། བརྒྱ་སྤྱས་མ་ཡལ། མ་རུ་སྤྱ་མ་ཡལ།
བརྒྱ་སྤྱ་ཏེ་ཏོ་བ་ཏེ་ཏུ། བརྒྱ་མེ་སྤྱ་བ། སུ་ཏོ་ཏོ་མེ་སྤྱ་བ། ཨ་རུ་རྒྱ་མེ་སྤྱ་བ། སུ་པོ་ཏོ་མེ་སྤྱ་བ།
སར་སིད་རྒྱ་མེ་སྤྱ་ཡམ། སར་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་རྒྱ་སྤྱ་ཡ་ཀུ་དུ། རྒྱ་ག་སྤྱ་སར་ཏ་སྤྱ་ག་ཏ།
བརྒྱ་མ་མེ་སྤྱ་བ། བརྒྱ་སྤྱ་བ། མརྒྱ་ས་མ་ཡ་སྤྱ། (དོགས་གཙོད། ཞལ་རྒྱུན་ལ་ཡིག་བརྒྱའི་
མཐུག་ཏུ། ལྷོ་པའ་གཉིས་སྤྱད་ནས་འདོན་བར་བྱེད་པས་བརྒྱ་དང་གཉིས་སུ་འགྲུར་བས།
ཡིག་བརྒྱ་ཞེས་བ་ཡིག་འབྲུ་བརྒྱ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མེན་ནམ་ཞེ་ན། དཔལ་ཆུང་འི་
གསུང་རིས་ལན་༡༩ལས། འོ་ན་གཉིས་སྤྲུག་བ་དེ་སྤྱོན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ངེས་བ་མེད་
དོ། བཟུམ་སྤྱན་སྤྲུག་ཆེན་དམ་ཆོས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དོར་སེམས་བསྐྱོམ་བརྒྲས་འཁྲིད་

ཡིག་ལས། རྒྱ་དང་པཌ་གཉིས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་གངས་སུ་མི་འགྲོ་ཡང་སྤྱར་བ་ལེགས་ལ། རོན་
 གྱི་རྒྱ་གིས་སྤང་བུ་ཉོན་མོངས་བ་དེས་ཀྱན་ནས་བསྤངས་བ་ལས་འཛེམས་བར་མཚོན་ཁོང་།
 པཌ་ཀྱིས་རྒྱ་ལས་ཉོན་ཀྱིས་བསྤྱེད་པའི་འབྲས་བུ་སྤྲལ་བསྤེམས་བར་མཚོན་ཏེ། ཞེས་
 སོགས་གསུངས་པས་སོ། །(ཞེས་གསུངས།) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དམ་
 ཚིག་རྗེས་སུ་སྤྱོད་ས་ཤིག་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་གནས་པར་མཛོད། བདག་ལ་
 བརྟན་པའི་དངོས་པོར་མཛོད། བདག་ལ་ཤིན་ཏུ་དགེས་པའི་དངོས་པོར་མཛོད། བདག་ལ་
 རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་དངོས་པོར་མཛོད། དངོས་བྱུ་བ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་རབ་ཏུ་སྤྱོད། ལས་
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་བདག་གི་སེམས་དགེ་བར་མཛོད། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་
 བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་བདག་མ་གཏོང་ཞིག་རྡོ་རྗེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་མཛོད་དམ་ཚིག་སེམས་
 དཔའ་ཆེན་སོ། ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་མོ་སྤྲུལ་གསུམ་དང་། ཉ་བཞི་
 དང་ཉོ་ཉེ་ལྟ་བུ། བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་རྒྱ་མེད་ཀྱང་རྡོ་རྗེ་གསུམ་དང་ཡེ་ཤེས་ལྟེན་མཚོན་བྱེད་
 ཡིན་པར་གསུངས། ལྷག་མ་ཡི་གེ་གོ་གཉིས་ལའང་བསྒྱུར་ལུགས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་ལེགས་
 ཆ་བསྒྲུས་ནས་བསྒྱུར་ན། བརྗོད་རྡོ་རྗེ། སང་སེམས་དཔའ། ས་མ་ཡ་དམ་ཚིག་མ་རྒྱ་རྗེས་སུ།
 སྤྲ་ལ་ཡ་སྤྱོད་ས་ཤིག་ཅེས་དང་། བརྗོད་རྡོ་རྗེ། སང་སེམས་དཔའ། ཉོ་ཉོན་ཉིད་ཀྱིས། ལྷ་བ་ཉེ་བར།
 ཉིལ་གནས་པར་མཛོད་དེ། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་གནས་པར་མཛོད། ཅེས་
 དང་། བརྗོད་བརྟན་པ། མེ་བདག་ལ། སྤྲ་བ་དངོས་པོར་མཛོད་དེ། བདག་ལ་བརྟན་པའི་དངོས་
 པོར་མཛོད། ཅེས་དང་། ལྷ་ཤིན་ཏུ་ཉོ་ཉོན་པ། མེ་བདག་ལ། སྤྲ་བ་དངོས་པོར་མཛོད་དེ།
 བདག་ལ་ཤིན་ཏུ་དགེས་པའི་དངོས་པོར་མཛོད། ལྷ་རྒྱ་རྗེས་སུ། རྡོ་རྗེ་ཆགས་པ། མེ་བདག་ལ།
 སྤྲ་བ་དངོས་པོར་མཛོད། བདག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་དངོས་པོར་མཛོད། ཅེས་དང་། ལྷ་
 ཤིན་ཏུ་མོ་ཉོན་པ། མེ་བདག་ལ། སྤྲ་བ་དངོས་པོར་མཛོད་དེ། བདག་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆུས་པའི་
 དངོས་པོར་མཛོད། ཅེས་དང་། སར་ཐམས་ཅད། སིད་རྟེན་དངོས་བྱུ་བ། མེ་བདག་ལ། སྤྲ་རབ་ཏུ།
 ཡ་རྫོང་སྤྱོད་ཏེ། དངོས་བྱུ་བ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་རབ་ཏུ་སྤྱོད། ཅེས་དང་། སར་ཐམས་ཅད།

ཀམ་ལས། སྤྱི་ཚེ་ལ་ཡང་། མེ་བདག་གི་ཅི་ཏྲོ་སེམས་། སྤྱི་ཡ་དགེ་བར་། གྲུ་བ་མཛོད་དེ། ལས་
ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་བདག་གི་སེམས་དགེ་བར་མཛོད། ཅེས་དང་། ཟླ་ག་ལྟན་བཅོམ་ལྟན་
འདས། སུམ་ཐམས་ཅད། ཏ་ལྷ་དེ་བཞིན། ག་ཏ་ག་ཤེགས་པ། བཟླ་དོན་མེ་མེ་སྤྱུ་བདག་མ་
གཏོང་ཞིག་སྟེ། བཅོམ་ལྟན་འདས་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མེ་བདག་མ་གཏོང་
ཞིག་ ཅེས་དང་། བཟླ་དོན་ཅན། ལྷ་བ་དངོས་པོར་མཛོད། མདྲ་ཆེན་པོ། ས་མ་ཡ་དམ་ཆོག་
སདྲ་སེམས་དཔའ་སྟེ། དེ་ཅེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་མཛོད་དམ་ཆོག་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། ཞེས་
པལོ། ཤུལ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་གསུང་བཞིན་བཀོད། ལྷ་སྤྱི་དག་དབང་སྒོ་
བཟང་ཆོས་ལྟན་གྱི་དོན་སེམས་དཔའི་སྒོམ་བཟླས་བྱ་ཚུལ་ལས་ཀྱང་དེའི་སྤྲུགས་དོན་
གསུངས་ཡོད།

ཡིག་ཆ། 1 གྲོས་ཆོགས་དང་གོང་རིམ་ནས་ཐག་བཅད་པའི་དོན་ཡི་གེར་བཀོད་པའི་མིང་། 2 བྲ་ཆང་
སོ་སའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒོ་བ་གཉེར་བྱ་ཡུལ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ནམས་ལ་
ཟེར།

ཡིག་ཆོངས། (བད་སྟོང) ཡི་གེ་འབྲི་སྟོན་མེ་ཤེས་པའི་གང་ཟག་

ཡིག་རིགས་བྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི། (བད་སྟོང) རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་ཡི་གེའི་རིགས་མི་
འདྲ་བ་བྲུག་ཅུ་ཅ་བཞིན། ཆངས་པའི་ཡི་གེ་ ཁ་འཕྲིའི་ཡི་གེ་ བསྐྱེད་པའི་ཡི་གེ་ ལྟོ་ལྟོ་པའི་ཡི་གེ་
གཞན་པའི་ཡི་གེ་ མ་ག་རྟའི་ཡི་གེ་ བཀྲ་ཤིས་པའི་ཡི་གེ་ སོར་གདུབ་ཀྱི་ཡི་གེ་ སྤྱ་རྟའི་ཡི་གེ་ ས་
ཀྲ་འི་ཡི་གེ་ ལྷ་ཏུ་བའི་ཡི་གེ་ རྩལ་མའི་ཡི་གེ་ འགྲོ་ལྗང་བའི་ཡི་གེ་ མོན་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེ་ ལྟོ་
སྤྲུགས་པའི་ཡི་གེ་ དག་པོའི་ཡི་གེ་ གངས་ཀྱི་ཡི་གེ་ སྤྱི་ཅུ་ཚུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་
ཡི་གེ་ རྟ་ར་དའི་ཡི་གེ་ ལྷ་སུའི་ཡི་གེ་ རྒྱ་ནག་གི་ཡི་གེ་ རྩལ་པའི་ཡི་གེ་ དབུས་ཀྱི་ཡི་གེ་ རྒྱལ་གྱི་
ཡི་གེ་ ལྷའི་ཡི་གེ་ ལྷའི་ཡི་གེ་ གཞོད་སྤྱིན་གྱི་ཡི་གེ་ རི་ཐའི་ཡི་གེ་ མེ་མཐའི་ཡི་གེ་ ལྟོ་འབྲེ་ཆེན་
པོའི་ཡི་གེ་ ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་ཡི་གེ་ རྣམ་མཁའ་ལྗང་གི་ཡི་གེ་ རི་དཀའ་འཁོར་པའི་ཡི་གེ་ བྱ་རོག་
སྐད་ཀྱི་ཡི་གེ་ སའི་ལྷའི་ཡི་གེ་ བར་སྤང་གི་ཡི་གེ་ བྱང་སྤྱ་མི་སྤྱན་གྱི་ཡི་གེ་ ལུ་བ་བ་ལང་སྟོང་གྱི་

ཡིག་རྩལ། རྒྱ་བཤེ་ཡི་གེ་ ཡི་གེ་ཐེབས་ཆག

ཡིད་གྱི་ཁམས་ལ། རྒྱལ་པ་ཡིད་ཤེས་གྱི་དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་ཟེར།

ཡིད་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ལོག་པ་སྟོན་པ། །དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོ་ལ། །རྒྱ་པའི་ཐག་པས་ངེས་
བཅིངས་ནས། །ཤེས་རབ་ལྷགས་རྒྱས་མེས་དབང་གྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུང་པོ། །

ཡིད་གྱིད་གྲུ་ལའང་སྟོག་གཅོད་མི་བསམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

၁၇

ཡིད་ཀྱི་བརྗོད་པ་སྤངས་ལ་ཞིགས་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསལ་
བ་ལྟར་རྟོ། རྗེའི་སྤྲལ་ས་རིམ་ཆེན་མོ་༧༠༠ན་ལས། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་
ཡིད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ལ་བྱ་བར་བཤད་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། བོད་ཡིག་ལ་འདི་འདྲའི་ཐ་སྙད་
མེད་ཀྱང་། འདི་ལོགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་དོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲའོ། བོད་སྐད་
ལ་གོ་རྒྱ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ལ་མཚན་པ་འདི་འདྲའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད།

ཡིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ། ཡིད་ཀྱི་དྲེལ། སེམས་ཀྱི་དྲེལ། གཞོན་ཅུ་རྒྱ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། བན་
རྩུན་མི་བྱེད་མཛའ་བའི་དམ་བཅའི་བུལ། ཡིད་ཀྱི་ཐིག་ལེར་རི་མོར་བཀོད་བྱས་པ། ཞེས་པ་
ལྟ་བུ།

ཡིད་ཀྱི་བྲུ། མིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་ ཡིད་ཀྱི་བྲུ། སྐྱེས་བྲུ། ཤེད་བྲུ། ཤེད་ལས་སྐྱེས། ཤེད་
བདག་རྣམས་དོན་གཅིག་ ཡིད་ཀྱི་བྲུ་ཞེས་པའི་བྲུ་ནི་སྐྱེས་བྲུ་ཞེས་པ་ལྟར་མིང་གི་ཆ་ཤས་ཅན་
ཡིན་པ་ལས། བྲུ་དང་བྲུ་མོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་མོ་མའི་བྲུད་པར་སྟོན་པ་ནི་མིན་ནོ། །

ཡིད་ཀྱི་བརྒྱས་པ། ཡིད་བརྒྱས་དང་འབྲ། དེར་གཟིགས། ཡིད་ཁར་འོང་བ། ཡིད་དུ་འཐད་པ། དང་
གཤམ། ཟས་ཐ་འདོད་ཀྱི་འདོད་པ། བཤ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱབས་སྤྲུགས་
རྗེ་མ་ལས། བརྩད་ཆེན་ཟས་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ཆོ། མཆུ་བརྗེས་སྤྲོ་ཞོམ་སོ་ལ་རྟེག་པ་
ཆགས། ཡིད་ཁར་འོང་བ་སྟོན་མའི་ཆུ་ལས་མེད། ཤི་གསོན་འབྲལ་དུས་ཁ་ཆེམས་གཞོག་
པའི་ཆོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

ཡིད་ཀྱི་ལུས། 1 བར་དོའི་ལུས། 2 བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལུས། ཞེས་མཁས་པ་འགའ་གསུང་།
ཡིད་ཀྱི་ཕིང་ན། བསམ་པ་འཇམ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་ མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྟ་
རྒྱན་ལས། མངོན་ཞེན་མངོན་འདོད་བཀའ་ཆགས་དང་། ཞེན་པ་སྲིད་པ་ཆགས་རྟེན་
འདོད། འདོད་སྟོ་ཡིད་ཀྱི་ཕིང་རྟེན་དང་། རེ་བ་ཐོབ་འདོད་འདོད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྟོ། ཡིད་འབྱུང་། སེམས་སྟོ་བཤམ། སྟོ་ཤས་སྟེ་བ། དེས་འབྱུང་བཅས་ཀྱི་དོན། སྤྲུགས་འབྱུང་
བ་དང་དོན་འབྲ།

ཡིད་སྐྱལ། སྐྱལ་ལྷག་གས། སེམས་ལ་སྐྱལ་མ་གཏོང་བའི་དོན།
 ཡིད་བསྐྱལ་བ། གཞན་གྱིས་རང་གི་སེམས་ལ་སྐྱལ་མ་གཏོང་བའི་དོན། དཔེར་ན་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་
 སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡིད་བསྐྱལ་ཏེ་འདི་འབྲི་བའི་སྒྲོབས་པ་རྙེད་
 དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དབྱིན་སྐད་དུ་ཟེར་བ་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་དེའོ། །
 ཡིད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱི་བསམ་པ། རྒྱ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཞབས་ལ་འཇུག་ནས་འདི་བྱི་བར་དོན་
 གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱིད་སྐྱེག་ལེགས་ཉེས་མཐོ་དམན་ཅི་བྱུང་ཡང་ཁྱེད་ཤེས་ཁྱེད་
 མཁྱེན་སྐྱེམ་དུ་ཡིད་ཆེས་སྒོ་འགེལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན།
 ཡིད་ཁྱོད། ཡིད་ཁྱོད་དམ་སེམས་ཁྱོད་ཅས་པ་རང་གི་སེམས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། འདི་ནི་རང་དང་རང་
 གི་སེམས་གཉིས་འཁྲུག་ཅོད་བྱུང་སྟེ་པན་ཚུན་ཤོད་རེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།
 སྦྱོང་འཇུག་ཆེན་མོ་ལས། འདི་ཡིས་ (ཆེ་རབས) བརྒྱ་ཐུག་ཐམས་ཅད་དུ། །འཁོར་བར་
 བདག་ལ་གནོད་པ་བྱས། །ཡིད་ཁྱོད་ (སེམས་ཁྱོད་རང) རང་དོན་བྱེད་འདོད་པས། །བསྐྱལ་
 པ་གངས་མེད་འདས་གྲུར་གྱང། །ངལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུར། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེག་བསྐྱལ་འབང་
 ཞིག་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 ཡིད་འཁྲུལ་བ། སེམས་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་ངེས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྐབས་འགྲོའི་རྒྱ་དེ་
 གཉིས་ཤུགས་བྲག་ལ་བརྟན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་སྐབས་འགྲོ་ཡང་ཡིད་འཁྲུལ་བ་ཞིག་འོང་བས་རྒྱ་
 གཉིས་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 ཡིད་འགྱུར་གྱི་ཁྱོད་བ། ཙོལ་བཅས་ཀྱི་ཁྱོད་བ། ཞིབ་པར་བཤད་ན། འབད་ཙོལ་དང་བཅས་ཏེ་སྒྲོམ་
 པའི་ཆེ་སྒྲེ་བའི་ཙོལ་བཅས་ཀྱི་ཁྱོད་བ་ལ་ཟེར། དེ་དང་ཁྱོད་བ་སྐྱ་ཟེན། ཁྱོད་བ་ཐན་ཐུན་རྣམས་
 དོན་འདྲ་བར་བཤད། དཔེར་ན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་ཁྱོད་བ་སྐྱེས་ལྟ་བུ།
 ཡིད་འགྱུར་བའི་ཁྱོད་བ། 1 སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་ངེས་ཀྱི་ཁྱོད་བམས་ཉམས་ཁྱོད་བ། ཡིད་ཁྲུལ་བའི་
 ཁྱོད་བ། 2 ཡིད་འགྱུར་གྱི་ཁྱོད་བ་དང་འདྲ།
 ཡིད་ཅན། སེམས་ཅན། ལུས་ཅན། ཡིད་ཅན་རྣམས་དོན་གཅིག་སེམས་ཅན་ལ་གཟིགས།

ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན། 1 རྒྱད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ། ལྷ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ། བདག་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་
དང་གསུམ། བཤཾ་ཆེན་མོ་འཐར་ཆོས་རྒྱན་གྱི་དུས་འཁོར་རྒྱས་འགྲེལ་ལས། ལྷ་མའི་མན་ངག་
ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱད་དོན་ལུང་རིགས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ངེས་པ་ན་རྒྱད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་།
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱད་དེ་ན་དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་ལྷ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། དེ་ནས་ལྷ་མས་རི་
ལྟར་བསྟན་པ་ལྟར་བསྟོམས་པས་རྒྱད་ལས་རི་ལྟར་བཤད་པ་ལྟར་ལྟོང་བ་སྟེས་པ་ན་བདག་
ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་སྟེ་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ཆང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཡོངས་
སུ་དག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས། འགྲེལ་ཆེན་བློ་མེད་དང་། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་
རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་སྤྲད་ཆ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ། 2 རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་
པོའི་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དུག་གི་ཁྲིད་ཡིག་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྟན།

ཡིད་བརྟན། ཡིད་ཆེས། ཤེས་རབ་སྣོད་བུ་ལས། སྟེ་བོ་ངན་པ་སྟོན་སྤྲ་ཡང་། །འདི་ལ་ཡིད་བརྟན་བྱང་
མ་ཡིན། །མ་བྱ་སྤྲ་སྟོན་སྟོགས་ན་ཡང་། །ཟས་སུ་དུག་ཆེན་ཟ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྟོ།

ཡིད་བརྟན་པ། ཡིད་ཆེས་པ།

ཡིད་དུ་འོང་བ། 1 མཛེས་པོ། སྟོང་རྗེ་པོ། ཡིད་དུ་འཐད་པོ། སེམས་ལ་འབབ་པོ། སྟོང་དུ་འབབ་པོ།
དཔེར་ན་གཙང་ཁིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱ་བཤད་ནི། ཡིད་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་
མི་གཏོང་བའི་བྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །འདུལ་བ་ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསལ། 2
གཅེས་ཤིང་པངས་པ། སྟོང་དུ་སྤྱུག་པ། མཐོང་ཙམ་ཉིད་ནས་ཡིད་ལ་དགའ་བ་སྟེར་བ། མཐོང་
བ་ཙམ་གྱི་དགའ་ལྡང་ལྡང་བུ་བའི་ཡུལ། རང་གིས་ཏ་ཅང་གཅེས་པོ་བྱ་རྒྱུའི་ཆོས་བཅས་ལ་
ཟེར། དབྱིན་སྐད་དུ་ dear ཟེར་བ་དེའོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སེམས་ཅན་གཉེན་དུ་
བསྟོམས་པ་ནི་ཡིད་འོང་བསྟེན་པའི་ཆེད་ཡིན་ལ། གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་ནི་མ་ཡིན་པས་མར་
བསྟོམས་པ་དང་དེའི་བློན་བཞུགས་དང་བློན་ལན་གཞོ་བ་གསུམ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་ཁིང་གཅེས་པ་སྤྱུབ་
བྱེད་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ།

ཡིད་བླངས་པ། 1 ཡིད་འཕྲོགས་པ། ཡིད་དེའི་ཕྱོགས་སུ་འཐེན་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། སློ་སྤྲོ་
 ཆོགས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡིད་བླངས་པའི་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་
 བས་འཇུག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 2 ཡིད་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ། སྤྱིང་རྗེ་
 ཆེན་པོས་ཡིད་བླངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱིར་བླངས་ནི་འཐེན་པའམ་སྤྲེའམ་འབྲིད་པ་སྤྲེས་པ་སོགས་
 གྱིདོན་ཡིན་ལ། འཐེན་པ། བླངས་པ། བླང་བ། བློངས།

ཡིད་དཔྱོད། ཚད་མ་རིགས་རྒྱན་ལས། ཉགས་ཡང་དག་ལ་མ་བརྟེན་པར་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་སྒྲོག་
 གྲུར་འཛིན་པའི་སྒྲོ། ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན་ཁོན་པ་རྩིང་པ་ན་རྩ་ཡོད་དམ་སྟེན་དུ་
 འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས། རང་ཡུལ་ལ་ཞེན་པའི་བསྟོན་པའི་ཞེན་རིག་དོན་མཐུན།
 ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་ཡོངས་འཛིན་སྒྲོ་རིག་ཏུ་གསུངས། དེས་དོན་གྱི་མཁས་པའི་
 དབང་པོ་རིགས་སྟོབ་དབུ་འཛིན་ཀན་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཆོད་སྒྲོ་རིག་ལས། སྟོང་བ་དང་རྟེན་
 ཉགས་ཡང་དག་གང་ལ་ཡང་མ་བརྟེན་པར་རང་ཡུལ་བདེན་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གསར་དུ་དེས་
 པའི་ཞེན་རིག་དེ། ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་གསུངས། མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ཟུར་གྱི་སྟོང་བ་
 ཞེས་པས་མངོན་སུམ་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པ་གཙོ། ཉགས་ཡང་དག་ལ་མ་བརྟེན་ཞེས་པས་
 རྗེས་དཔག་གཙོ། རང་ཡུལ་བདེན་པ་ཞེས་པས་ལོག་ཤེས་གཙོ། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེས་
 པས་ཐེ་ཆོམ་གཙོ། གསར་དུ་ཞེས་པས་བཅད་ཤེས་གཙོ། དེས་པ་ཞེས་པས་སྤང་ལ་མ་
 དེས་པ་གཙོ། །མཆན་ཉིད་འདི་གོ་རྒྱ་ཆེ། འོན་ཀྱང་འདི་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། དེ་
 ལྟར་ན་ཡིད་དཔྱོད་རྟོགས་པ་ལ། མངོན་རྗེས་གཉིས། ལོག་ཤེས། ཐེ་ཆོམ། བཅད་ཤེས། སྤང་
 ལ་མ་དེས་པའི་སྒྲོ་དང་ཡིད་དཔྱོད་དེ་སྒྲོ་རིག་བདུན་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་དགོས་པར་
 ཐལ་བའི་སྒྲོན་དང་། མཆན་ཉིད་ཆོག་ཆོགས་ཏ་ཅང་ཆེ་ཞིང་ཟུར་མང་བས་ཞེན་རིག་ཅེས་
 སྒྲོས་པ་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བའི་དགོས་པ་ལྟག་པོ་མ་མཐོང་དོ། །སྤྱོད་པའདུལ་ རང་ཡུལ་
 ལ་ཡིད་ཆེས་ཅམ་གྱིས་འཇུག་ཅིང་དཔྱོད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱའོ། །སྤྱད་
 པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དཀའ་འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བ་སྤེད་གེ་བསྟན་འགྲུར་ཤེས་ཕྱིན། 3

༡༡༧ནལས། ཤེས་རབ་ནི་སྤྱིར་ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་ཡིན་ནོ། །དེའི་པ་རྩོལ་
ནི་མོས་པས་སྤྱོད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཤིང་གི་ཁུངས་ཡིན་པར་སྤྲད་རོ། །
ཡིད་བྱེད་བཞི། (པར་ཕྱིན) ཞེ་གནས་སྐབས་པའི་སྐབས་ཡིད་བྱེད་བཞེ་ཞེས་པ་ནི། བསྐྱེས་ཏེ་འཇུག་
པའི་ཡིད་བྱེད། ཆད་ཅིང་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད། ཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད། ཚུལ་
བ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་བཞིའོ། །
ཡིད་མི་རྟོན། ཡིད་མི་ཆེས། ཤེས་རབ་སྤྱོད་བྱ་ལས། སྤྱི་བོ་རན་པ་སུན་སྤྱད་ན། །དམ་པ་ལ་ཡང་ཡིད་
མི་རྟོན། །བྱིས་པ་འོ་མས་ཁ་ཆོག་ན། །ཞོ་ལའང་སྤུ་ཡིས་འདེབས་ཤིང་འཕྱང་། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །
ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ། <ཅི་རྩ་མ་ཉི> གང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་
པར་བྱེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ ལེགས་སྦྱར་དུ་ཅི་རྩ་མ་ཉི་བཟེ། ཅི་རྩ་མ་ཉི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། མདོན་
བཛོད་མཁས་པའི་ན་གྲུན་༡༥ལས། ཅི་རྩ་མ་ཉི་ཁ་དོག་མེར། །དེ་ལ་ཆོན་མདངས་སྣ་ལྔ་
ཡི། །མིག་མཚུངས་རི་མོ་བདུན་ཡོད་ལ། །ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་དེར་བལྟས་པའི། །རྗེས་སུ་ཉིན་
ཡང་སྐར་མ་མཐོང་། །རས་མང་བཅེགས་པའི་འོག་བཞག་ཀྱང་། །བདེན་པའི་སྟོབས་ནི་བཛོད་
ཅམ་ན། །དེ་ཉིད་སྤེད་དུ་འབྱུང་བར་འགྲུབ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་མར་དག་
བ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་སུན་ཆོགས་ཀྱི་དྲི་མེད་ཤེས་བྱེད་དེབ་གཟུགས་༤༥ལས་ཀྱང་འདི་ལྟར།
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འཆང་བས་བསམ་པ་འགྲུབ། །ཅེས་པ་ནི། ཅི་རྩ་མ་ཉི་ཞེས་བྱ་བའི་རིན་པོ་
ཆེ་སྟེ། མདོག་སྣ་ལྔའི་རི་མོ་མིག་ལྟ་བུ་བདུན་ཡོད་ལ། །ཁ་དོག་སྤྱིར་དྲངས་མེར་ཅན། ཆེ་ཆད་
མཐེ་བོད་གཉིས་གཤེབས་པ་ཅམ་ཡོད་ལ། །དེ་ནི་རས་དུ་མ་བཅེགས་པའི་འོག་དུ་བཞག་སྟེ་
བདེན་སྟོབས་བཛོད་ན་རས་མ་བརྟོལ་བར་སྤེད་དུ་འབྱུང་བས་ཅི་སྟོན་འགྲུབ་པར་ཉགས་དང་།
དེ་ནམ་མཁའ་བཏེག་པ་མིག་ལ་བཀའ་ནས་བལྟས་པས་ཉིན་དཀར་ཡང་ཉི་འོད་ཀྱིས་མི་སྤྱིབ་
པར་གནས་གྱི་སྐར་མ་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་སྟེ། ལུལ་མ་ངེས་པ་གང་ནས་ཀྱང་འབྱུང་ལ་རིན་

ཚད་ནི་འཛམ་གྱི་སྒྲིང་ཆོང་མའི་ཚད་ཡིན་ཞེས་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །
 ཡིད་བཞིན་གྱི་མཚོ། ཡིད་བཞིན་རྒྱ་མཚོ་དང་འདྲ་བར་སེམས། ཡིད་བཞིན་རྒྱ་མཚོ་ལ་གཟིགས།
 ཡང་རྣམ་རྒྱལ་མའི་བསྟོད་པ་རྗེ་ཙུང་ཁ་བས་མཛད་པས་ལས། ཡིད་བཞིན་མཚོ་ཡི་ངོགས་ཀྱི་
 བད་སྟོང་བཞིན། །དྲང་ཞིང་ལྷེས་པའི་སྟེང་སྐབས་གསལ་བ་ཅན། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་
 ཙུང་སྐབས་འགྲེལ་བ་ལས། ལུབ་པའི་སྟེས་རབས་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་གྱི་ཡིད་བཞིན་གྱི་མཚོ་
 དེའས། ཡང་ན་ཡིད་བཞིན་ཏེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྒྱ་མཚོ། ཞེས་སོགས་གསུངས།
 ཡིད་བཞིན་རྒྱ་མཚོ། ཡིད་བཞིན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དངོས་གཞི་མ་ཡིན་པར། སྒྲིང་
 བར་གྱི་མཚོ་ཆུང་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ཞིག་
 ལ་ཟེར། ཞེས་རྗེ་གུང་ཐང་པའི་བྲག་ཆེན་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་ཏུ་གསལ།
 ཡིད་བཟང་། 1 ལྷ་འཕོང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱོད་བཤད་ནི། འདི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བསམ་པ་ཙམ་
 གྱིས་དགོས་དོན་ཐམས་ཅད་འབྲུག་པས་ཡིད་བཟང་ངོ། །ཞེས་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་
 འདོད་འདོད་པ་མོ་༡༥བཤམས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 2 མེ་རྟོག་གི་མིང་། དཔེར་ན་མེ་རྟོག་གི་ཟེ་
 འབྲུལ་ཡིད་བཟང་ཅེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 ཡིད་བཟང་ཅེ། 1 ཡིད་བཟང་ནི་མེ་རྟོག་གི་མིང་དང་། ཅེ་ནི་ཟེ་བ་སྟེ། མེ་རྟོག་གི་ཟེ་འབྲུལ་མིང་ཡིན་
 པར་སྟེ། 2 ལྷ་ལའང་འདྲུག་
 ཡིད་བཟང་ཅེ་བ། འགོས་ལོ་རྩ་བ་གཞོན་ཏུ་དཔལ་གྱི་མཚན།
 ཡིད་བཟུངས། (གསང་ཐུགས་) དག་ཏུ་མ་ཐོན་པར་ཡིད་ཐོར་སྐྱོར་བ། ཡིད་ཐོར་གཤམ་སྦྱང་བྱེད་བ། ཡིད་
 ཐོར་འདོན་བ། དག་བཟུངས་ཀྱི་ལྷོག་ཕྱོགས། དཔེར་ན་ཐུགས་དག་ཏུ་མི་བཛོད་པར་ཡིད་གྱིས་
 བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ།
 ཡིད་འོང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་འདྲ།
 ཡིད་ལ་བརྟག་བ། ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་བ།
 ཡིད་ལ་བྱེད་བ། 1 རྣམ་རྟོག་གས་ཀུན་རྟོག་སེམས་ལ་བྲན་པར་བྱེད་བ། བསམ་སྒྲོག་ཏོང་བ། སྒྲོ་ཡུལ་

ལམ་ཡིད་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ། མངོན་བརྗོད་མཁུངས་པའི་རྣ་རྒྱལ་ལས། རྣམ་རྟོག་གི་མིང་། ཀུན་
རྟོག་ཡིད་གཞུངས་ཡིད་ཀྱི་ལས། །སེམས་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡང་དག་རྟོག་ཡིད་ལ་བྱེད་བརྟོག་
དཔྱེད་དེ། རྟོག་དང་བློ་བ་བསམ་མཐོལ་།² རང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་དཔེགས་པ་
བྱེ་བྲག་པ་ལ་གཏོད་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་སྒྲོབ་དཔོན་དཔྱིག་གཉེན་གྱིས་
མཛད་པའི་སྒྲོ་གྲོས་མི་བཟང་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༼ ཅི ༽ ༣༠ན་ལས།
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་སེམས་གཏོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡིད་ལས་བྱུང་། བར་དོ་བ། སྒྲ་བཤད་ནི། ལུ་ཁྲག་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡིད་ཅམ་ལས་སྒྲེས་
པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །

ཡིད་ཤི་བ། སེམས་ཞུམ་པའི་དོན། ཡི་ཤི་བ་དང་འདྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

ཡིད་སྐབས། ། བདུད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག་མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་
འཇོ་བའོ་^{༣༠}ན་ལས། ཡིད་སྐབས་ནི་སེམས་གཡེང་བར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས། མ་ཟླ་
ལ་ས་མཐའ་མེད་པར་ཡིད་སྐབ་ཅེས་བྲིས་སྣང་དོ། །² འདོད་པ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་
གསུང་། སྒྲ་བཤད་ནི། ཡིད་དམ་སེམས་དགྲུག་པར་བྱེད་པས་ན་ཡིད་སྐབས་ཞེས་བྱའོ། །

ཡིན་སྐད། ཟེར་སྐད། མ་རངས་པའམ་ཟུར་ཟའི་ཆོག་ཅིག

ཡིན་ལ་མ་ཡིན། ཡིན་མིན་ངེས་དཀའ་བའམ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཞིའི་དོན།

ཡིན་ལ་མིན་ལ། ཡིན་ལ་མ་ཡིན་དང་དོན་འདྲ།

ཡིན་ལུགས། སྒྲོང་ཉིད།

ཡིན་ལུགས་ལ་སྤུ་ཐག་ཆོད་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་འཆོལ་བའི་ཆེ་དགག་བྱའི་བདག་དེ་མཐའ་
ཐམས་ཅད་ནས་འཆོལ་ལུགས་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་རིགས་པས་བཅའ་བ་ན་མེད་པར་ཐག་
ཆོད་པའི་ཆེ་ཡིན་ལུགས་ལ་སྤུ་ཐག་ཆོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡུ་གུར། ཤིན་ཅང་། ཤིན་ཅན་ཡུ་གུར། འདི་དྲིང་སང་བྱི་རྒྱལ་བས་ རྩོན་པོ་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་ ཤིན་ཅང་
མི་གར་ཞེས་འབོད་པ་དེ་རང་ཡིན་པར་སྟུམ། དཔྱིན་སྐད་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་མི་གར་ རྩོན་པོ་ཆེན་པོ་

ཡུགས་པོ། (འདུལ་བ) ཡུག་པོ་དང་འབྲ། ཡུག་དང་ཡུགས་པར་གྱིས་ཀྱང་ཆོག་པར་སེམས།

ཡུགས་མོ། (འདུལ་བ) ཡུག་མོ་དང་འབྲ།

ཡུང་ད། ཡུང་བ་དང་འབྲ།

ཡུང་བ། སྐ་སེར་གྱི་མིང་དུ་བཤད། ཡུང་ད་དང་དོན་གཅིག་ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། གློ་བློས་ལྷན་
བ་གཉིས་བསྐོས་ན། གློ་བློས་ལེགས་བ་གཞན་འབྱུང་སྟེ། ཡུང་བ་དང་ནི་ཆ་ལ་ལས། །ཁ་
དོག་གཞན་ཞིག་སྟེ་བར་འབྱུང། །ཞེས་གསུངས། དཔེ་དེའི་དོན་ནི། ཡུང་བ་ནི་སྐ་སེར་ ཆ་ལ་
ནི་ཚུའི་རིགས་ཤིག་སྟེ། དེ་གཉིས་བསྐོས་བཏང་ན་ཁ་དོག་གཞན་ཞིག་འབྱུང་ངོ། །ཞེས་
བཤོ།

ཡུང་ཙམ། 1 འབྲུག་ཙམ། 2 ཉེན་ཞག་གཅིག་ལ་ཆ་སྐྱམ་ཅུར་བྱེ་བའི་ཆ་གཅིག་དེ་ལ་དེར་དུས་གྱི་ཆུ་
ཆོད་དང་སྐར་ན་སྐར་མ་བཞི་བཅུ་ཞེས་ཀླད་༧༠ཡོད། ཟླ ༥མ ༩༡ ཅུ་མུམ་ལྷ་

ཡུམ་སྐྱ་མ་ལྷ་མཛེས། (འདུལ་བ) བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་མ་ཡུམ། འདི་ལ་སྐྱ་མོ་སྐྱ་འབྲུལ་ཞེས་གྲང་
བྱ་ཞིང་། ལེགས་སྐར་དུ་ “སྐྱ་ལྷ་དེ་སྟེ” ཟེད། ཡམ་རྒུལ་པོ་ལེགས་པར་རབ་སང་ལས་སྐས་
མོ་སྐྱ་འབྲུལ་དང་། སྐྱ་འབྲུལ་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐས་མོ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱི་མ་དེ་ཡིན། སྐྱ་
བཤད་ནི། སྐྱ་མ་མཁན་གྱིས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་སྐྱལ་བའི་བྱད་མེད་དམ་སྐྱ་མོ་དང་མཛེས་
སྐྱ་མ་མཚུངས་བས་སྐྱ་མ་ལྷ་མཛེས་སམ་སྐྱ་མོ་སྐྱ་འབྲུལ་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱའོ། །པཎ་ཆེན་མོ་
བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། ལང་ཆོ་བ་རྒྱ་གསལ་བ་འདི། །དཔེ་རྒྱ་སྐར་ས་ཤིང་སྐྱ་མ་ཡིས། །ཆེད་དུ་
ལྷག་པར་སྐྱལ་བ་བཞེན། །དེ་བྱིར་སྐྱ་མ་ལྷ་མཛེས་སམ། །སྐྱ་མོ་སྐྱ་འབྲུལ་ཆེན་མོ་
ཞེས། །བློགས་ཀྱིས་སྐྱ་འཛིན་རྒྱན་དུ་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །འདུལ་བ་ཡུང་གཞི་
ལས། སྐྱ་འབྲུལ་བས་འདི་ལྷག་པར་གཟུགས་བཟང་བས་དེ་བས་ན་སྐྱ་འབྲུལ་ཆེན་མོ་ཞེས་
བཤུ་བར་གདགས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དོགས་གཙོད། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་དང་། དེབ་
ཐེར་དམར་པོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བལྟམས་ནས་ཞག་བདུན་ན་ཡུམ་འདས་ཏེ།
སྐམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་སྟེན་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྟེ་དགའི་བདག་མོ་བདག་ཅག་གི་
སྟོན་པའི་མ་ཡུམ་ཡིན་པ་ལྷ་བྱུང་གསུངས་པ་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཆུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེན།

སྐབས་ཤིག་རིང་ཡུམ་བུ་སྒྲ་སྒྲིང་དུ་བཞུགས་པ་དང་། དཔྱུན་དུས་ཁ་འབྲུག་གཙུག་ལག་ཁང་
དུ་བཞུགས་པར་གྲགས། གྱི་ལོ་ (༡༩༥༠) ལང་གི་རྒྱལ་བ་ཞིག་གིས་བརྒྱབ་པའི་གནང་བོའི་
མོ་བྱང་གི་འདྲ་སྤར་དང་། རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་ (༡༩༥༦-༡༩༥༦) སྐབས་གཏོར་བ་ཤིག་
བཏང་བའི་ཁྱེད་ལྟུང་གི་འདྲ་སྤར་གཉིས་ཀ་ ༩༥ན་ ཁ་ ༣ རྒྱ་སྒྲིང་གིས་གྲིས་པའི་ གན་ རྩུང་
ཐུན་ ལན་ གཏན་ ༩ བ་ ༩ རྒྱ་སྤྱོད་ ཞེས་པའི་དེབ་ནང་དངོས་སུ་མཛོང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། གྲིས་སུ་རྒྱ་
ནག་གཞུང་གིས་ཞིག་གསོ་བྱས་ཏེ་གནང་བོའི་མོ་བྱང་དང་བཟོ་བཞེད་མཚུངས་པ་ཞིག་
གསར་རྒྱག་བྱས་པའི་འདྲ་སྤར་ཡང་མཛོང་རྒྱ་འདུག མོ་བྱང་འདི་ལ་ (དེབ་ཐེར་དཔམར་པོ་
༩༩ ལས་སྐྱུ་མཁར་ལུ་མ་སྒྲིང་ཞེས་འབྱུང་) ལུ་མ་བྱ་སྤང་མཁར་དང་། ལུ་མ་བྱ་སྤང་མཁར་
ལུ་མ་བྱ་ལྟ་མཁར་ཟེར་བ་སོགས་སྐྱ་ཆོགས་ཤིག་སྤར་དོ། །ལུང་སྤང་བ་རོལ་པའི་དོན་རྗེས་
བརྒྱུ་མས་པའི་ལུ་མ་བྱ་སྤང་གི་དཀར་ཆག་ཅིག་ཀྱང་ཡོད་འདུག་པ་དེར་གཟིགས་པར་བྱ།
ལུ་མ་སྤྱོད་བཅུ་བདུན། མོད་སྤྱོད་བསམ་པས་མཛོན་ཆོགས་རྒྱན་གྱི་བཤའ་བྱ་ཅ་བའི་མདོ་ལ་ལུ་མ་
སྤྱོད་བཅུ་བདུན་ཡོད་པར་བཤའ་དེ། ལུ་མ་བྱ་དང་སྤྱོད་བཅུ་བཅུ་གཅིག་གི། ལུ་མ་བྱ་གཉི།
འབྲུག་ཉི་མེད་ཁྱི་ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་ལ། ཤེས་རབ་ཁྱི་བ། བརྒྱད་སྟོང་ལ། མདོ་སྤྱད་པ་ (འདི་ཁྱི་བརྒྱད་
སྟོང་པའི་ལུ་མ་བྱ་བཞི་པ་ཡིན།) རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ལ་ལུ་མ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་
གི། དེ་རྣམས་བརྗོད་བྱ་མཛོན་པར་ཆོགས་པ་བརྒྱད་དུ་ཕྱི་ནས་སྟོན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན། སྤྱོད་བཅུ་གཅིག་གི། ཤེར་ཕྱིན་བདུན་བརྒྱ་ལ། (འདི་དགོན་མཆོག་
བརྟེན་པའི་འདུས་པ་ཞེ་བྱུག་པ་ཡིན།) ཤེར་ཕྱིན་ལྔ་བརྒྱ་ལ། ཤེར་ཕྱིན་སྤྱོད་བརྒྱ་ལ། (འདི་
དོན་གཙོད་པ་ཡིན།) ཤེར་ཕྱིན་ཚུལ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ལ། (འདི་རྒྱ་དུ་གཏོགས་) ལྔ་བརྒྱ་ལ། སྟོ་
ཉེར་ལྔ་ལ། (འདི་ཡང་རྒྱ་དུ་གཏོགས་) རབ་ཅལ་རྣམ་གཞོན་གྱིས་ཁྲུས་ལ། ཀློ་ཤིག་ཀློ་ཁྲུས་
ལ། ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་གཅིག་ལ། ཡི་གེ་ལྔ་དུ་། ཤེས་རབ་སྤྱིང་པོ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་ལ་
སྤྱོད་བཅུ་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་བརྗོད་བྱ་མཛོན་པར་ཆོགས་པ་བརྒྱད་དུ་ཕྱི་
ནས་མི་སྟོན་པར་བརྗོད་བྱ་ཕྱི་ནས་ཤེར་ཕྱིན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་

གྱིས་དེ་ལྟར་བཞོང་བའི་བྱིར། འོན་ཀྱང་ནམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱ་རང་ལུགས་ལ། རྒྱ་གྱི་
བཤད་བྱ་ཅ་བའི་མདོ་ལ་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་གསུམ་ཁོ་ནར་ངེས་བར་གསུངས་སོ། །སེ་ར་རྩེ་
བཅུན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་མཆན་དང་སྟོང་དོལ་སྒྲ་མ་སོགས་གྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

ཡུམ་གྱི་ཆོས་འབྲུང་། (གསང་ལྷགས) ཡུམ་གྱི་བསྐྱེད་དང་འབྲུང་།

ཡུམ་གྱི་བསྐྱེད་ (གསང་ལྷགས) ཡུམ་གྱི་མོ་མཆན།

ཡུམ་གྱི་བྱ་ག (གསང་ལྷགས) ཡུམ་གྱི་བསྐྱེད་དང་འབྲུང་།

ཡུམ་གྱི་འོད་གསལ། (གསང་ལྷགས) སྟོང་ཉིད་དང་དོན་གཅིག (བཀའ་བརྒྱུད) གཞི་ཆོས་ཉིད་ཉག་ཆད་
སོགས་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའོ། ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ཤོ། །

ཡུམ་གྱི་གསང་བ། (གསང་ལྷགས) ཡུམ་གྱི་བྱ་ག་སྟེ་མོ་མཆན།

ཡུམ་གྱི་གསང་བའི་སྒྲ་ཅེ། (གསང་ལྷགས) ཡུམ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་མར་སྒྲ། ཡུམ་གྱི་བྱ་ལའི་ཅེ་མོ།

ཡུམ་སྐད། བལ་སྐད།

ཡུམ་འཁོར་སྟོང་གིས་ཁྱེས་བའི་མདོ། འཕགས་བ་ཡུམ་འཁོར་སྟོང་གིས་ཁྱེས་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐེག་
བ་ཆེན་པོའི་མདོ། མདོ་དགོན་བཅེགས་༩ ང་བ་ ༥༥༥་ན་༤ན་བཞུགས་སོ། །

ཡུམ་གྱི་ཡུམ། ཡུམ་གྱི་རྒྱ་ཁོན།

ཡུམ་ངེས་ལྷ། འདུན་བ། མོས་བ། འདུན་ཏིང་འཛིན། ཤེས་རབ་དང་ལྷའོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། འདིའི་
ཡུམ་ངེས་ཞེས་བ་ཡུམ་ཆད་མས་ངེས་བ་ཅམ་ལ་མི་ཟེར་བར། ཡུམ་གཏན་འཁེལ་བའི་དོན་
ཡིན། དཔེར་ན་འདུན་པའི་ཡུམ་ལ་འདོད་བཤམ་བསམ་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་དགོས་བ་དང་།
མོས་པའི་ཡུམ་ལ་ཆད་མས་ངེས་ཟེན་གྱི་ཡུམ་ཡིན་དགོས་བ་དང་། འདུན་པའི་ཡུམ་ལ་འདིས་
པའི་དངོས་བ་ཡིན་དགོས་བ་དང་། ཏིང་འཛིན་གྱི་ཡུམ་ལ་བརྟགས་ཟེན་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་
དགོས་བ་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་ཡུམ་ལ་བརྟགས་བྱའི་དངོས་བ་ཡིན་དགོས་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་
ཤོ། །མཆོམས་མཛོད་དེབ་གསུགས་༡༣༥ལས། འདུན་བ་བསམས་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་དང་།
མོས་བ་ངེས་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་དང་། འདུན་བ་འདིས་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་དང་། ཏིང་འཛིན་

དང་ཤེས་རབ་སྒྲིན་ཡོན་བརྟག་པའི་དངོས་སོ་ཁོན་ལ་འབྲུག་གི་མ་བསམས་པ་ལ་སོགས་པ་
ཡུལ་གཞན་ལ་མི་འབྲུག་པས་འདུན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་ནི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་དང་། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ཡུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ། རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་མྱོ། (བཀའ་བརྒྱུད) གཞི་ཆོས་ཉིད་རྟག་ཆད་སོགས་གྱི་
མཐའ་དང་བྲལ་བ་དེ་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ། ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་གསུང་།

ཡུལ་ཆོས། (འདུལ་བ) ཡུལ་གྱི་ཡུགས་སྒོལ། འདུལ་བ་ཡུལ་ཆོས་དང་བསྐྱར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡུལ་མྱོངས། ལུང་བ། ཡུལ། ཡུལ་འཁོར། རྒྱལ་ཁམས། རྒྱལ་ཁབ་བཅས་ལ་འབྲུག་མྱོངས་དང་།
གཤོང་། གཤོངས། གཞོང་། གཞོངས། ཀོང་ཀོང་། གཤོང་བྱ་རྣམས་དོན་གཅིག

ཡུལ་ཉེར་བཞི། ༡ དུ་མྱི་ར་མ་ལ་ཡ། (བ་ཏ་ལི་བྱ་ཏ་ ངམླུ་ཤུ་ཤུ་ཤུ་ཤུ་ ཞེས་བ་དེང་སང་བ་ཏ་རྒྱ་ ངམླ་
མླུ་ བཏཱ་ ཞེས་པ་མེ་རྩ་གྱི་མངའ་སྡེའི་རྒྱལ་ས་དེ་རང་ཡིན། དེ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་ (ཨ་ཤྲོ་ཀ) ལྷ་
རན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འཛེས་བྱ་སྒྲིང་དུ་མཆོད་རྟེན་བྱེ་བ་བཞེངས་མཁན་དེའི་རྒྱལ་ས་ཡིན། རྩོན་
མོང་ཁྱེར་བ་ཏ་ལི་བྱ་ཏ་ཟེར་ཞིང་། མོད་སྐད་དུ་སྐྱུ་ནར་བུའི་མོང་ཁྱེར་བྱ་བ་དེ་ཡིན་པར་བཤད།)
༢ རྩ་ལ་རྩ་ར་དང་། (རྩ་ལ་རྩ་ར་དང་། ཀླང་ར་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་དགོ་འདུན་ཆོས་འབེལ་གྱི་
རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་ནང་གསལ། ཀླང་ར་ནི། བཞུགས་སྐར་རྩ་ར་མ་ལའི་ཉེ་འཁྲིམ་གྱི་མོང་
ཁྱེར་ཞིག་དང་། ཀླི་ཏ་ ཀཱ་ཀཱ་ལྷ་མོ་མཆོད་པའི་མེ་ལ་དེའོ) ༣ ཨོ་ཏེ། (ཨོ་ཏེ་ཡ་ན་ལ་གོ་དགོས་པར་
སྦྲུལ་སྟེ། ལ་སྦྲུང་རྩེའི་སྦྲུལ་དོན་ཀྱན་གསལ་དུ་བྲངས་པ་ལས་ཀྱང་། རྩ་ལ་རྩ་ར་དང་། ཨོ་ཏེ་ཡ་
ན་དང་། ཞེས་འབྲུང་ངོ་། ཨོ་ཏེ་དང་། ཨོ་ཏེ་བེ་ཤ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་དགོ་ཆོས་གྱི་རྒྱ་
གར་གནས་ཡིག་ཏུ་བཤད་ཅིང་། ཨོ་ཏེ་བེ་ཤ་ནི་དེང་སང་ཨོ་རི་ས་ རྩ་ལ་རྩ་ལ་ ཞེས་པ་གནའ་
བོ་ཀ་ཡི་རྩེའི་ཡུལ་དུ་བྲགས་པ་དེ་ཡིན་པར་གནས་ཡིག་དེ་ཉིད་དུ་གསལ་བས་དགོ་ཆོས་གྱི་
གསུང་ལ་ནང་འགལ་འདུག་སྦྲུལ་ཡང་དབྱེད་དོ། འདྲིམ་གཅོད་འོག་ཏུ། ཀ་ཡི་རྩ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཞིགས།) ༤ ཨ་རྩ་ཏ་དང་། (རྒྱ་གར་སྦོ་ཕྱོགས་ན་རི་དབུས་མཐོ་ལ་མཐའ་བ་འབྲང་
རྒྱས་འབྲང་བ་མཐའ་ནགས་ཆའ་མཐུག་པོས་བསྐྱོར་བ་དོ་འཛིག་ཅེས་ཀྱང་བྲགས་པ་ལ་བཞེད་

ཅེས་ཀྱིང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེར་གྱི་འབྲེལ་པར་གསུངས། ༥ གོ་ད་བ་རི་དང་། (གོ་
 ད་མ་རི་སྟེ། བ་ཡི་མཚོག་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བལ་ཡུལ་ན་བ་དགར་མོ་ཞིག་གིས་འོ་མས་
 མཚོད་སྤྱིན་བྱས་པའི་ཤུལ་དུ་བཞོས་པས་དབང་བྱུག་ཆེན་པོའི་ཡིང་ག་ཞིག་བྱང་། དེ་རི་
 འཕྱགས་བྱེད་དང་ཉེ་བ་རྗེས་གདན་ནས་རྒྱ་བ་བྱེད་གཉིས་སྤྱིན་པའི་སར་ཁྲེར་ཏེ་མཚོད་པས་
 གྲུབ་ཆུ་བྱང་བའི་གནས་ཏེ། ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིའི་ངོགས་ཕྱིག་ན་ཡོད་པར་བཞེད། ༦ ར་
 མེ་ཤ་རི་དང་། (ར་མེ་ཤ་ར་ནི་ ར་ཆུ་ཕྱང་ཕྱེད་ཕྱེད་ གནས་ཆེན་ཉར་བཞེད་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་
 ཅིང། རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཨློ་རྩ་རྒྱ། ས་དེ་ཤའི་འཕྲུལ་པ་ཆུ་ཕྱང་ཕྱེད་ཕྱེད་ རང་འབྲེལ་
 མངའ་ཁོངས་དང་ཤི་ལྟ་དང་ཉེ་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཉེ་འབྲེལ་གྱི་སྤྱོ་མོར་ཆགས་པའི་སྤྱིང་ཐན་
 ཞིག་རྒྱ་གར་གྱི་ས་ཁལ་བལྟས་ན་གསལ་བར་ངོ་འཕྲོད་བྱུང་། ༧ དེ་སྤྱི་ཀོ་ཏི་དང་། ༨ ལ་ལ་མ་
 དང་། ༩ ལ་ལ་རྩ་བ་དང་། (ཡོངས་གྲགས་སུ་རྩོ་ཏེ་དང་དག་པར་གྲིས་ན་སྤྱ་སྤྱ་རྩ་ཏི་དང་
 གུ་མ་ཀ་ཀ་ གསུ་ཆེད་ཆེད་ ཐུག་མི་རིང་བའི་སར་ཡོད་པའི་ས་རྩ་སྤྱ་ནི་བྱ་བ་དེ་ཡིན་པར་བཤད་དེ།
 དགོ་ཆོས་རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་ལས། བཟ་ཏི་སྤྱར་ནས་རྩོ་ཏེ་བར་རི་ཡི་དང་དེ་ནས་མེ་ཡི་
 བཟ་བདུན་སོང་ན་ཤར་རྩ་མཚོག་གོང་ས་རྩ་སྤྱ་ནི་ཡོད། དེ་ནི་གནས་ཆེན་ཉར་བཞེད་ཡ་གྲུལ་
 གྱི་ཀླ་མ་རྩ་བ་ཡིན་འདུག་ཅིང། སྤྱོན་མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཀའི་བསྟན་པ་ཕྱིན་ཏེ་དང་བའི་
 གནས་ཡིན་ཞེས་གསལ། ཡང་། ཀྱིང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེར་གྱི་འབྲེལ་པ་ལས།
 འདོད་པའི་གཟུགས་ཏེ་གཉལ་གྱི་ལྷོ་ཐང་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཆུ་བོ་ལོ་ནི་ཏ་དཀྱིལ་ན་འབབ་
 པའི་ས་ཕྱོགས་ན་གོང་ཁྲེར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་ཕྱིག་ན་སྤྱུབ་གནས་རྗེའི་ཡིང་ག་
 མཚན་ཁུང་ལྟ་བུས་མཚན་པའི་ཆོས་འབྱུང་མི་གང་ཅམ་གྱིས་མཐོ་བཤོད་པ་ལ་བཞེད་ཅེས་
 གསལ། ༡༠ ཨོ་ཏི་དང་། ༡༡ ཏི་ཤ་ཀུ་ནི་དང་། ༡༢ ཀོ་ས་ལ་དང་། (ཀོ་ས་ལ་འཕམ་ཀོ་ཤ་ལ་ནི་
 དགོ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ། མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་ཡུལ་སྤོན་རྒྱལ་པོ་དགོ་བ་ཞེས་
 བྱ་བས་བཅུགས་པ་དེའི་རྒྱང་གྲགས་གཅིག་གི་པ་རོལ་ན་རྗེའི་ཡི་རྩ་སྤྱ་ལྟ་བུས་མཚན་པ་ཡོད་
 པ་ལ་བཞེད། ༡༣ ཀ་ཡི་རྒྱ་དང་། (དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། ཨོ་ཏི་དང་། ཨོ་ཏི་བེ་ཤ་དང་།

ཀ་ལི་རྒྱ་གསུམ་དོན་གཅིག་པར་བཤད་པ་ལྟར་ན། བོད་དུ་ཡལ་བྱངས་ན་པར་བཤད་པའི་ཨོ་
 རི་དང་། འདིར་༡ ན་པར་བཤད་པའི་ཀ་ལི་རྒྱ་གཉིས་ཆོས་སྐྱོན་ལྟ་བུར་སྤང་བས་དགེ་འདུན་
 ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་ལ་ནང་འགལ་སོགས་ཀྱི་ནོར་འཁྲུལ་ཡོད་མེད་པར་ཉན་དགོས་སོ། ཡང་།
 འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་གྱིས། མང་ནང་གི་རྒྱ་བ་རྗེ་ཤེ་གདན་ནས་དཔག་ཆད་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་
 ཚུ་རོལ་ན་སྤང་པོ་འཛིན་པའི་ས་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱབ་གནས་ཡོད་པ་ལ་བཞེད། ཡང་། འགལ་ཞིག་
 ལྟོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཆོད་འགྲམ་གྱི་ཀ་ལི་རྒྱ་དང་ཉི་པའི་ཡུལ་འཁོར་ལ་བཞེད། ཡང་། ཁ་ཅིག་རྗེ་
 གདན་ནས་དཔག་ཆད་བཅུ་དྲུག་ལྟོ་རུབ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ན་ཡོད་པ་ལ་བཞེད། ༡༤ ལོ་བ་ཀའི་ཡུལ་
 དང་། (ལམ་བ་ཀ་སྟེ་འདི་སིན་རྒྱའི་ཡུལ་ཆ་སྟེ། ཀྱ་ཏུ་ནའི་ལོ་རྒྱུས་སུ་འབྱུང་བ་པ་ཞེས་བསྐྱར་
 བ་དེ་དང་དོན་གཅིག) ༡༥ ཀ་ཆེ་དང་། (རྒྱ་གར་ལྟོ་ཕྱོགས་ཆོས་གསལ་གྱི་ཡུལ་དང་ཉི་པ་ན་
 ཁོང་ཁྱེད་མཆོག་ཅེས་གསལ་བ་དྲ་རི་ཀ་པ་བྱུབ་པ་བཞེས་པའི་ས་ཕྱོགས་སྤྱབ་གནས་གསེར་
 གྱི་ལི་རྒྱ་ལྟ་བུས་མཆོན་པ་ཡོད་པ་ལ་བཞེད་ཅེས་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་ཀྱི་དོར་གྱི་
 འབྲེལ་པར་གསུངས་) ༡༦ ཉི་མ་ལ་ཡ་དང་། ༡༧ བྲེ་ཏུ་རི་དང་། ༡༨ བྲ་ཏུ་དེ་བ་ཏ་དང་། ༡༩
 སྟོར་ལྟ་དང་། ༢༠ སུ་མཛ་རྩི་བ་དང་། ༢༡ ན་གར་དང་། (ན་གར་ནི་ཁ་ཆོད་ཁོང་ཡིན) ༢༢
 སིན་རྒྱའི་ཡུལ་དང་། ༢༣ མ་རུ་དང་། ༢༤ སུ་ལུ་ཉི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་རྩ་ག་བ་ཏེ་བྱ་བ་ལྟ་མོ་
 བཟོད་དཀའི་གནས་ཤིན་ཏུ་གཉན་པ་དེ་མ་རུ་ཡིན་པར་བཤད་དེ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་
 རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་ལས། ཀྱ་ལུ་ཉེ་བྱང་དུ་རོ་ཐང་ལ་བཀལ་ན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ག་ཞ་མཁལ་
 འབྲེལ་གྱིང་ཞེས་འབྲེ་གྲང་སྐྱོབ་པས་བསྐྱབས་པ་དེར་སྐྱབས། དེར་བྲིལ་བྱ་རི་རི་དང་། ལུང་
 སྤང་དུ་འབགས་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་བྱ་བའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤང་བརྟན་རོ་
 མཆར་ཅན་དེ་བཞུགས། འཕགས་པའི་བཞུགས་ས་ནས་མར་ལ་ཆ་ལམ་ཅམ་གྱི་སར་རྩ་ག་
 བ་ཏེ་བྱ་བ་ལྟ་མོ་བཟོད་དཀའི་གནས་ཤིན་ཏུ་གཉན་པ་དེ། གནས་ཆེན་ཉེར་བཞིའི་མ་རུ་ཏ་
 ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མ་འགའ་རེས་གསུངས་ཞེས་གསལ། འདི་བྱ་དན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་ཇིའི་སྤས་
 དོན་ཀྱན་གསལ་དུ་གསལ། ༢༥ ཀྱ་ལུ་ཏ་དང་། ༢༦ སུ་ལུ་ཏ་དང་། རྒྱ་ལུ་ཏ་དང་། རྒྱ་ལུ་ཏ་དང་།

ཅུང་ཉི་ཟེར། དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་ལས། མན་དེའི་རྒྱ་བརྒྱད་ནས་མོ་
 འར་ལས་ཀྱ་ལུ་ལ་སྟེབས། དུལ་དེ་ལ་བོད་སྐད་དུ་ཅུང་ཉི་ཟེར། དེ་གནས་ཆེན་ཉེར་བཞིའི་ནང་
 གི་ཀྱ་ལུ་ཉ་ཡིན་པར་གཞུང་མང་པོར་གསུངས་ཤིང་། བུ་སྟོན་གྱི་བདེ་མཆོག་སྤྱི་རྒྱས་དུ་གར་
 ཞའི་རྒྱ་བ་ཅུང་ཉིའི་ཕྱག་ཅེས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཤད། བུས་མོ་ལྷ་བུའི་ཡིད་ཀྱི་ཤར་རིའི་ཅེ་
 བ་ཡོད་པའི་ལྷ་རྟེན་སྟོག་གི་དབང་ཕྱག་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ཟེར། རོན་ཀྲང་བུ་སྟོན་གྱིས་ཐག་ཕྱག་
 ཅིག་ན་ཡོད་པར་གསུངས། འདི་ལྷ་ངན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་སྤྲས་དོན་ཀྱང་གསལ་དུ་གསུངས།
 ཉེར་བཞིའོ། རྗེའི་སྤྲས་དོན་ཀྱང་གསལ་དང་། དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་
 སོགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཏོད།

ཡུལ་དབྱས། (འདུལ་བ) མངས་རྒྱས་གྱི་འཁོར་རྣམ་བཞི་རྒྱ་བའི་ཡུལ། རྒྱ་གར་དོན་མཁན་དབྱས་སུ་
 བྱས་ཏེ། ཤར་དུ་ཡི་ཁར་ཤིང་འཕེལ་གྱི་མདུན་གྱི་ནགས་ཡི་ཁར་འཕེལ་ཆེད་ཆེད་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་
 དང་། རྟོར་མོང་ཁྲིར་འདབ་བྱ་ཅན་གྱི་རྟོན་རྒྱུང་འདམ་བྱ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལུབ་ཏུ་བྲམ་
 ཟེའི་མོང་ཁབ་དང་ཉེ་བའི་ཁབ་ཅེས་བྱ་བ་གཉིས་དང་། བྱང་དུ་ལུ་ཤི་རའི་རི་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ་
 དེ་དག་ཚུན་ཆད་གྱི་ཡུལ་ལོ། །འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་སོགས་མང་པོ་ན་གསལ།
 ཡུལ་མི་རང་བཞིན་པའི་སྐད། སྤྱ་ཡི་སྐད་ལ་ཟེར། རང་བཞིན་པ་ནི་པལ་སྐད་ལ་ཟེར། ཅུང་ཟད་སྟོས་
 ཏེ་བཤད་ན། ཡུལ་མི་རང་བཞིན་པའི་སྐད་ཅེས་བཞི། ཡུལ་མིའི་པལ་སྐད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་
 ཏེ། སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས། སྤྱ་གྱི་ཉ་ཞེས་པ་པལ་བ་ལ་འབྲུག་པས། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་འཁོར་
 ཆེན་པོར་གྲགས་པའི་པལ་སྐད་བཞིན་དུ། བོད་ཡུལ་གྱི་པལ་སྐད་དམ་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མང་པོས། སྤྱ་ཡི་ཟེར་བ་སྤྱ་གྱི་ཉ་ཟུར་ཆག་པ་ཡིན་
 ཟེར། ས་པཎ་གྱི་སྤྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་བའི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་བ་ཤམཤས། ཉན་ཐོས་ལ་
 ར་བའི་སྟེ་བཞིན། སྤྱ་སྤྱི་ཉ་དང་། སྤྱ་གྱི་ཉ་དང་། ཨ་བ་རྒྱི་ཤ་དང་། སི་ཤ་ཙི་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་སྐད་
 དེགས་བཞི་གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡུལ་བཅས། ཡུལ་གྱི་དབྱ་ཁལ། འཕགས་པ་སྟོ་གོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོར། མ་ ༡༤ན་

ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེད་པེར་ན་ཡུལ་བཅས་དང་། འོག་མ་གཅོད་པའི་མི་ཞིག་ཡོད་དེ།
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཡུལ་ཡུལ་གྱི་རོལ་བའམ། རོལ་གྱི་

ཡུལ་ཡུལ་པོར་གྱུར་བ། རོལ་བར་གྱུར་བ། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་༼ ཚུ ༽༡༩ནས་ལས། ཡུལ་ཡུལ་པོར་
གྱུར་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རོལ་བར་གྱུར་པའོ། ཞེས་གསུངས།

ཡུས། རོ་སོ། བྱས་ཇེས། བདེན་བ།

ཡེ། རོག་མ། གཤོད་མ། དང་གོ།

ཡེ་རྒྱ། ཡིད་ཀྱིས་བསྒྲོམས་པའི་བྲག་རྒྱ་མ། སྒྲ་བཤད་ནི། རང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲ་ཆ་ལས་གྲུབ་པའི་
བྲག་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲལོ།

ཡེ་འབྲམས། རྟོང་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག་ཡེ་བྲམས་ནི་བོད་སྐད་མ་དག་གིས་རྟོང་ཉིད་ཀྱི་མིང་
དུ་བཤད།

ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་བོད་དུ་སྤེལ་པའི་སྟོན། བོད་དུ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན་
སྤེལ་པའི་སྟོན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་ལྟ་བུ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཚུལ་གྱི་སྟོན། ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐུ་ཐེང་བཅུ་གཅིག་པ་
མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོ་ (༡༩༩༡་༡༩༩༩) དགྲུང་གངས་བཅོ་བརྒྱད་ལ་ཐེབས་ཆེ་ཆོས་སྤེད་
ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཏེ་རྒྱ་བ་བྲག་ཙམ་གྱི་ཇེས་སྟོན་བྱུང་ནས་ཀྱིས་ཤིང་
མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོ་ (༡༩༩༩ ་༡༩༩༩) ལྷ་དན་ལས་འདས་ཞེས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆད་ལྷན་རྒྱུས་
སྤེལ་བྱུང་ནས་ (དཀོན་མཆོག་གིས་བོད་སྐད་བཅོན་པ) (ལྷ་རྒྱུ་ ༩༩ ་ ༩༩) ཞེས་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཚོས་པ་པོ་ ༩༩ ་ ༩༩ ་ ༩༩ “ཨ་ལཱ། མ་རྩར་ལི” ཞེས་པ་རྒྱུ་ཐུག་པའི་ཐད་
“ཨ་ལི་ལི་ཡའི” མི་རིགས་ཡིན་པ་དེས་བཅུས་པའི་ཏ་ཅང་སྟོག་སྟོན་བའི་སྐད་དེབ་ལྟ་བུའི་
བདེན་རྒྱུན་འབྲེས་མའི་དེབ་དེའི་ནང་། ༩༩ ་ ༩༩ ་ ༩༩ “ཨ་ལཱ། མ་རྩར་ལི” ཞེས་པ་རྒྱུ་ཐུག་པའི་ཐད་
གཞུང་གི་དཔལ་འབྱོར་བཀའ་སྟོན་བསྟན་བྱ་དགོ་ཞེས་ (མིང་གི་དག་ཆ་ལ་དབྱེད) ཞེས་བྱ་

བར་ལ་རྒྱལ་དབང་མཁས་བྱེད་ཀྱི་མཆོ་སྐྱོབ་གྲོང་ས་པའི་མ་ཉེས་ཁག་གཡོག་པོག་སྟེ། གསང་
 བོས་ཀྱིས་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཤིག་ཏུ་ཡིབ་སྡོད་ཀྱིས་གཞིས་
 ཆགས། དེ་དུས་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་སྟེང་མཁན་འགའ་ཞིག་དང་འཕྲད་དེ། ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་རྣམས་
 རྩལ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ལོ་དགུ་བཅུའི་རྗེས་སུ་གཞི་ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་
 ཟུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད། སྐབས་དེ་དུས་བསྟན་བུ་དག་ཀྱི་བུ་ཆུང་དུ་སྦྱངས་ཡོ་སེབ་
 དག་ཀྱི་སྟེང་མཁན་མཆོམས་ཀྱི་བོད་མི་འགའ་ཤས་ཤིག་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས་སུ་
 བསྒྱུར་ཟུབ་པ་བྱུང་། ཡོ་སེབ་དག་ཀྱི་ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་བོད་སྐད་དུ་སྒྱུར་མཁན་གྱི་མི་
 སྟོན་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་བསྟན་བུ་དག་ཀྱི་ཁོ་རང་ཆོས་ལུགས་སྒྲོས་
 བཏང་མ་ཟུབ་པར་ནང་པ་རང་བྱས་ཏེ་ཆའི་འདུ་བྱེད་རྫོགས་པར་བཤད་དོ།

ཡེ་ཤེས། <རྒྱ་> 1 བཟུང་བ། རྟོག་པ། (འདིའི་རྟོག་པ་ཞེས་པ་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཅེས་པའི་རྟོག་པ་
 ལ་མི་གོ་བར་མཐུན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གོ་དགོས། དཔེར་ན་རྟོག་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ) 2
 (དགེ་ལུགས) འཕགས་པའི་བཟུང་བའམ་ལམ་སྦྱིའི་མིང་། 3 འོད་གསལ་གྱི་ཤེས་པ། རྟོག་བྲལ་
 ལམ་རྟོག་པ་དག་པ། འདི་ནི་སྐད་དོད་རྒྱ་དང་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོན་ཡིན། སྐྱབ་པའདུ་ནི།
 ཡེ་ནི་ཐོག་མའམ་གདོད་མ། ཤེས་ནི་ཤེས་པ་སྟེ་གདོད་མའི་ཤེས་པའམ་གདོད་མ་ནས་རང་
 ཆས་སུ་གནས་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་བྲ། དགེ་ལུན་པའི་ལུགས་ལ་གདོད་མའི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་
 གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྟེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་ངོས་བཟུང་ན་རུང་དོ། སྦྱིར་བཏང་། ཡེ་ཤེས་
 དང་། བྱག་རྒྱ། གོ་ཤིམ་སྟགས་ལ་རྒྱ་གར་ན་ཡེ་དང་། བྱག་དང་། གོ་ལ་སྟགས་པའི་སྐྱེ་མེད་
 གྱུང་། བོད་སྐད་ལ་ཆོག་སྒྱུར་པ་གོ་བདེ་པའི་དོན་དུ་བསྟན་ནས་བསྒྱུར་པ་མཁས་འཇུག་ཏུ་
 གསུངས། ཞེས་རྗེ་གྲུང་ཐང་པ་གསུང་དོ། །ས་པ་ཆ་གྱི་སྟོན་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས་གྱུང་། ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་ནི་བཤད་པ་ལ། །གདོད་མའི་ཤེས་པར་འཆད་པ་དང་། །ཞེས་ཆོག་ལ་འཁྲུལ་པའི་
 གངས་སུ་གསུངས་ནས་དགག་པ་མཛད་པར་གསུངས་སོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐད་དོད་རྒྱ་ནི་ངེས་
 ཆོག་ནི། སྟོན་གསལ་ལས། རྒྱ་ནི་རྟོག་པའོ། །ན་ནི་དགག་པ་ལ་འཇུག་སྟེ། གང་ལ་རྟོག་པ་མེད་

བ་དེན་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཞེས་རྟོག་བྲལ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བཤད། རྗེ་ཡེ་ཤེས་གསལ་གྱི་མཆན་བུར།
རྒྱ་ནི་རྟོག་བ་སྟེ་སྤང་བ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ན་ནི་དགག་བ་ལ་འཇུག་སྟེ། འོད་གསལ་གང་
ལ་སྤང་བ་གསུམ་གྱི་རྟོག་བ་མེད་བ་སྟེ་དག་བ་དེན་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཞེས་འོད་གསལ་གྱི་སེམས་
ལ་རྟོག་བ་དག་པའམ་རྟོག་བྲལ་དུ་བཤད་དོ། །⁴ (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་
ལ་རང་ཆས་སམ་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པའི་སྟོང་གསལ་གྱི་རིག་པ། སྤྲོ་བཤད་ནི། ཡེ་
གདོད་མ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རང་ཆས་སུ་གནས་པའི་ཤེས་བ་ཡིན་པས་ཡེ་ཤེས་
སམ་གདོད་མའི་ཤེས་བ་ཞེས་བྲལོ། །དཔལ་ལོ་གཙུག་ལག་ཐོང་བའི་སྟོང་འཇུག་འགྲེལ་
༡༠² སའར། རྒྱ་ནི་ཡེ་ཤེས་སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་བ་བཛོད་ཆེ་ཤེས་པའམ་རྣམ་ཤེས་དང་། སངས་
རྒྱུ་གྱི་ཤེས་བ་བཛོད་ཆེ་ཡེ་ཤེས་སུ་བསྐྱུར་དགོས་པར་ལོ་བཅ་གྱིས་བཀའ་བཅད་པ་ཡིན་
ཀྱི་སྐད་དོད་ཐ་དད་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་སྒྲུ་ལུས་ལ་ཟེར། རྗེ་མཐའ་གཅོད་ལུ་གྲུ་ལས། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལྷའི་སྤྱུ་ཁྱད་པར་བས་
མི་ཆོག་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་ཞེས་བ་སྤྱུ་མའི་སྤྱུ་ངེས་པར་སྤྱུ་བ་དགོས་སོ། །ཞེས་དང་། རྗེ་
འགྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ལས། སེམས་དབེན་གྱི་རྒྱུད་སེམས་ཅན་ལས་བསྐྱུ་བས་པའི་ལྷ་སྤྱུ་ལ་
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་ཞེས་བྲལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས། 1 (དགེ་ལུགས) ཡེ་ཤེས་དང་དོན་གཅིག་སྟེ། རྣམ་འབྱོར་མཛོད་སུམ་ལྷ་བྱ། 2 (དགེ་
ལུགས) (ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཏེ) ཁམས་དྲུག་གི་ཡ་གྲལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་ཁམས་ནི། མདོ་ལས་བཤད་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལ། རྒྱོད་རྣམ་གསུང་འབྲུམ་སྒྲེགས་
བམ་སྟོད་ཆ་³ 3² ལས་བཤད་དོ། །³ (བཀའ་བརྒྱུད) (ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
ཁམས་ཏེ) ཁམས་དྲུག་གི་ཡ་གྲལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ནི་སྤྱེས་པའི་ཁུ་བ་ལ་བཤད། ཀོང་སྤྱུ་ལ་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་ཤེས་བྱ་ཀྱང་ཁུ་བ་མཛོད་བར་ཆ་⁴ 3³ ལས། ཁམས་དྲུག་ནི། གཟུགས་
མེད་བཞེར་ནམ་མཁའི་ཁམས་གཅིག་བྱ་དང་ལྷན་པ་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོར་ནམ་མཁའ་
རྒྱུད་མེ་རྒྱ་མའི་ཁམས་ལྷ་དང་ལྷན་ལ། འདོད་ཁམས་ཀྱི་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ལ་དེར་མ་ཟད་ཡེ་

ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཁུ་བ་ལྟར་བ་ཡང་ཡོད་པས་ཁམས་དྲུག་ལྟན་ཡིན་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི། རོ་བོ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བྱགས་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པ་བདུད་ཅིའི་
རྣམ་པ་ཡིན་པ་དེ་ལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཟེར། ཟག་པ་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཟེར་བ་ལྟ་
བུ།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད། སྤྱིང་གའི་དབྱ་མའི་ནང་ན་རྣམ་ཤེས་དང་ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་རྒྱུད། དེ་ལ་མི་ཤིགས་
པའི་ཐོག་ལེ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་རོ། ། ཞེས་ཟེའི་གསུང་བདེ་མཆོག་གི་ཟེན་གྱིས་སུ་གསལ།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས། བདེ་སྤྱོད་གི་ཡེ་ཤེས། སྤྱོད་པ་བཤད་ནི། སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ས་
འཆགས་པའི་རྟེན་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་བུ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་དེས་ཀྱང་། གཞལ་ཡས་ཁང་
འཆགས་པའི་རྟེན་བྱེད་པས་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལོ། ། ཟེའི་གསང་འདུས་
བསྐྱེད་རིམ་རྒྱ་གསལ་བྱང་བའི་རེ་སྤོང་ལ་གཞི་བུས།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བསྐྱོམ་པ། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཆོ་ཤམ་ལས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བསྐྱོམ་ཞེས་
པའི་དོན་ནི། སྤྱང་གཞི་ལ་སྤོང་སྤོང་པའི་བསྐྱལ་བ་དང་ཆོས་མཐུན་སྤྱར་བའི་ཆེད་དུ་སྤོང་ཉིད་
བསྐྱོམ་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་ཐོབ་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་འོད་གསལ་བར་ཞུགས་པ་ལ་བྱ།

ཡེ་ཤེས་བྱུང་པ། རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉིས་མཛད། འུ་སྟོན་གྱིས་ལས་ཀྱི་རིས་སྤྱོད་ཆོགས་སྟོན་པའི་
གཞུང་དུ་བཤད། དེས་སྟོན་དུ་འདི་གསང་བའདུས་པ་ལ་བརྟེན་པར་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ་ཞེས་
ཀྱང་གསལ།

ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་པ། (གཞུང་བརྒྱུད) དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གསང་གསུམ་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་
ལོ་རྣམས། ཞེས་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་ན་གསུང།

ཡེ་ཤེས་ལྟ། ། (འབྲས་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟ) འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ལས། དང་པོ་
མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྒྱན་འཆར་བ་བཞིན་དུ་
ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་བར་མཁུན་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ནི།

སངས་རྒྱལ་དང་སེམས་ཅན་གཉིས་བདག་མེད་པར་མཉམ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་འདབ་མ་ལྟར་མ་འབྲས་པར་མཁུན་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། འབྲས་པར་མཁུན་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། འདམ་པར་མཁུན་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། ཡང་ན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྟོན་པ་འགྲེལ་བ་རྒྱ་ལང་གྱི་སྟོན་དཔོན་རྒྱལ་པའི་སྐུ་ལ་མཛོད་པ་ལས་བཞད་པ་ལྟར། འཕྲོ་བ་རྣམས་གདུལ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་མ་ལུས་པ་མཛོད་པར་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར་རོ། །སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་ཆོས་དབྱེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་བྱི་མ་དང་བུལ་བ་ན། ཆོས་དབྱེད་ཡེ་ཤེས་ཟེར་རོ། །རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། དེ་རྣམས་ནི་མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་སྣང་བ་བཞིན་དུ་དངོས་སོ་མ་ལུས་པ་ཅིག་ཅན་ཤེས་པ་དང་། ཀླང་མེད་སོགས་བཞིའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་མོ་ཞེས་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། བྱི་ནང་གི་དངོས་སོ་རྣམས་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བརྟགས་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ལོ་ཞེས་ཤེས་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆ་ཤས་འདི་དག་གོ་ཞེས་བསྐྱེད་འདབ་མ་ལྟར་སོ་སོར་རྟོག་ཅིང་། དོགས་པ་མེད་པར་གནས་པ་དང་། བདག་གཞན་གྱི་སྟོགས་པ་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་རྟོགས་པར་སྦྱབ་པ་དང་། སྟོགས་པ་གྱི་སྦྱིབ་པ་དག་ཅིང་ལས་ཉོན་ལས་གྲོལ་ཏེ། དགེ་མི་དགའི་བག་ཆགས་རྣམས་སྤངས་པར་སྦྱོང་བསྦྱས་ལས་གསུངས་པ་ནི་འབྲས་བུའི་སྐབས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་དགོངས་ལ། ཞེས་གསུངས། འདི་དག་གི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དོད་རྣམས་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་ཟེར་བ་གསལ་ལོ། །² (རྒྱ་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟུང་) རྒྱ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟུང་ལས། དང་སོ་མེ་ལོང་ལྟུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ནི། མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བ་ལྟར་ལུལ་རྣམས་གསལ་བར་སྦྱང་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཟེར། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ནི། ཆོར་བ་གསུམ་སྟོང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རིགས་གཅིག་པར་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཟེར། སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ནི། བ་མ་ལ་སོགས་པའི་འཕྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིང་སོ་སོར་བཟོ་བའི་ཤེས་པ་ལ་ཟེར། འབྲས་པར་མཁུན་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི།

འཛིག་རྟེན་པའི་བྱ་བ་དང་དགོས་པ་རྣམས་བློ་བའི་ཤེས་པ་ལ་ཟེར། ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ནི།
 འི་མ་སྤངས་ན་གནས་འགྲུར་བྱང་གི་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོའི་རོ་བོ་ལ་བྱའོ། །དེ་ཡང་རྗེའི་རིམ་ལྔ་
 གསལ་སྟོན་ལས། རྣམ་གཞག་ལས་ཡེ་ཤེས་བཞིའི་ཐུམ་རིམ་བཤད་པའི་དགོངས་པ་ལྟར། མེ་
 ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བ་ལྟར་ཡུལ་རྣམས་གསལ་བར་སྤང་བ་དང་། ཆོར་བ་གསུམ་
 མྱོང་བར་རིགས་གཅིག་པའི་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། བ་མ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིང་
 སོ་སོར་བློ་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་པའི་བྱ་བ་དང་དགོས་པ་རྣམས་བློ་བའི་ཤེས་པ་བཞི་ཡིན་ལ།
 ལྔ་བ་ནི་འི་མ་སྤངས་ན་གནས་འགྲུར་བྱང་གི་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོའི་རོ་བོ་ལ་བྱའོ། །ཞེས་
 གསུངས། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་མཛད་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་
 བསྟོད་པའི་འབྲེལ་བ་བརྟན་འགྲུར་༩ ཀ་བ་ ༡༠༥ ལས་ཀྱང་དེ་དང་པལ་ཆེར་འབྲས་བར་བཤད་
 རོ། །འོན་ཀྱང་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་མ་བཤད་རོ། །

ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུ་སྤྱུ་བཞིའི་ལ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། རི་ལྟ་བུ་དང་རི་སྟེང་བ་ལ་ལྟོས་ཏེ་གཟིགས་པ་མཐར་
 ཟུག་པའི་མ་ཐོན་པ་དེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སའི་
 ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ཆོན་ཉིད་གཅིག་ཡོད། ས་མཆོམས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ཁོ་ནར་ཡོད།

ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུའི་འཕྲིན་ལས། རང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུས་བདག་རྟེན་བྱས་པ་ལས་
 རྒྱང་བའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་
 བ། བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་། རྟེན་པ་པོ་ལ་ཡོད་པའི་འཕྲིན་ལས་གཉིས་ཡོད།
 དང་པོ་ནི་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་དགེ་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་སངས་རྒྱུས་འཕགས་པ་རང་རྒྱུད་
 ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་དགེ་བ་ལྟ་བུ་ལ་བྱེད། དེ་ལ་རྒྱུས་བར་དབྱེ་ན་འཕྲིན་ལས་ཉིད་བདུན་ཡོད།
 ས་མཆོམས་ལམ་མ་ཞུགས་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སའི་བར་ན་ཡོད།

ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ། གྲེ་རྟོར་གྱི་རྒྱུད་ཅིག་སྟེ། རྒྱུད་ཕྱི་མའི་འང་ཕྱི་མ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་
 རྣལ་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལེའུ་བཞི་པ། བརྗེ་ཏེ་ཤེས་རབ་གསང་བའི་རང་འགྲུར། རྒྱུད་
 ༩ ར་བར་ ༡ བཞུགས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་སྡིང་པོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ། སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷས་མཛད། ཆོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་
འགྲུལ།

ཡེ་ཤེས་སྡིང་པོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་འགྲེལ་པ། སྟོབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོས་མཛད། ཆོས་ཀྱི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲུལ།

ཡེ་ཤེས་དོན་ཅེ། མཐོང་ལས་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོན་ཞེས་བྲ་བ་
ནི་མཐོང་བའི་ལས་སྟེ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྲ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅིག་ཅར་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་
པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་དོན་ཅེ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་གསུམ་ཤིག་ ལྟ་དངོས་
བྱུང་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བའི་འགྲུལ།

ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ། གྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཅིག་སྟེ། བཤད་པའི་རྒྱུད་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ནལ་འབྱོར་མའི་
རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མཆོག་ཏུ་མད་དུ་བྱུང་བ་ལེའུ་སུམ་ཅུ་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཤི་བླ་རྒྱ་
ཀུན་པ་བསྟུར། རྒྱུད་དྲ་ ར་པར་ ་བཞུགས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་དག་པ། བདག་ཏུ་མོངས་པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བཤད།

ཡེ་ཤེས་པ། ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་དང་དོན་གཅིག་

ཡེ་ཤེས་ཞབས། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས། སྟོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་ཞབས།
གསང་བ་འདུས་པ་ལ། འདུས་པ་འཕགས་ལུགས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་གཉིས་ཡོད་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཞེས་པ་སྟོབ་དཔོན་འདིའི་ལུགས་ཡིན། སྟོབ་པའི་ཐིག་ལེ་དང་།
སྤུང་པའི་དཀའ་འགྲེལ་སོགས་མཛད། རྒྱས་པ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟིགས།

ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས། གསང་འདུས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་ལ་གཟིགས།

ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ། ། རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བཏབ་པའི་ཡི་དམ་དེའི་ཐུགས་ཀར་གསལ་བཏབ་
པའི་ཡི་དམ་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྲལ། །སྟོབ་ཤེད་ནི། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་

ཤེས་ལྷ་སྤྱི་རྣམ་པར་ཤར་བས་ན་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའོ།² ཡང་ན་རང་དམ་ཆེག་
 སེམས་དཔའ་རྩི་ཆེ་འཆང་སྟོན་པོར་གསལ་བཏབ་པའི་སྤྱགས་ཀྱི། ལྷ་ཆོགས་བསྐྱེད་ཆ་
 བའི་གདན་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་སྤྱི་མདོག་དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་བྱུག་གཉིས་ཀྱིས་རྩི་
 དང་བྱིལ་བྱ་འཛིན་པས་རང་སྤྱང་གི་ཤེས་རབ་མ་ལ་མཐུད་བ་དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་
 ཞེས་བྱའོ།³ མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ལའང་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཡེ་ཤེས་བ་ཟེར།

ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་འབྲུག་པ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་ནས་བྱིར་སྐྱོགས་མེད་དུ་འབྲུག་པའོ།
 ཡོ་ག (ལེགས་སྤྱང་) ¹ རྣམ་འབྱོར་སྤྱིར་བཏུག་ཡོ་ག་ཞེས་པ་རྣམ་འབྱོར་དང་སྤྱིར་བཏུགས་ལ་འབྲུག་
 པར་རྩི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་འདོད་འཇོ་ལས་གསུངས།² ཡང་དེར་སང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བྱི་
 རོལ་བའི་ལུས་སྤྱིང་ལའང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཡང་དག་པར་མཉམ་དུ་སྤྱིར་བས་ན་རྣམ་
 འབྱོར་རམ་ཡོ་ག་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་སྐབས་སྟོན་གྱི་བཤད་ཚུལ་ཐ་དད་ཡོད་དོ།

ཡོ་བྱད། ཉར་མཁའི་ཅ་ལག་བྱི་རོལ་གྱི་གནོད་འཆེ་ལས་སྤྱིབ་བྱེད།
 ཡོ་བྱད་བྱུག (འདུལ་བ) དགེ་སྦྱོང་གིས་ངས་པར་རྒྱན་དུ་འཆང་དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་བྱུག་ནི། ཆོས་གོས་
 རྣམ་གསུམ། གདིང་བ། རྩུ་ཆགས། རྩུང་བཟེད་དང་བྱུག་གོ།
 ཡོ་ལང་། ¹ རྒྱ་ཁྱིར་སྐྱོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་ལ་ཟེར། ལྷ་བཤད་ནི། ཡོ་ནི་ཡོ་བྱད། ལང་ནི་
 ལང་ལོང་སྟེ་འདིར་མང་པོའི་དོན་ནོ། སྤྱིར་ལང་ལོང་ནི། བྱར་བྱར་འཕྱར་བ་ལ་ཟེར།² སྟོན་མོ།
 གསོལ་སྟོན། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྱངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་³ མཉམས། བཟང་བཏུང་གི་ཡོ་
 ལང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།³ (ལུལ་སྤྱང་) མང་པོ། ལུལ་སྤྱང་འགྲེལ་ཞིག་ལ་མང་པོ་ལ་ཡོ་ལང་ཟེར། མི་
 ལོ་ལང་སྤྱིབས་འདུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།⁴ ཟང་ཟེང་།⁵ མང་པོའི་སྤྱོས་པ།

ཡོ་ལངས། ཡོ་ལང་དང་འབྲུག།
 ཡོ་ལེ་སྤྱིད་དེ། (རྩི་སྤྱང་) ¹ དང་པོ་མི་བྱེད་པར་ཡ་ལེ་ཡོ་ལེའམ། ཡ་སེ་ཡོ་སེ་བྱེད་པའི་བྱེད་དུ་བཤད་
 དོ། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་གི་ལམ་རིམ་བརྗོད་བྱང་། རྒྱ་མཚོ་སྤྱིགས་ན་གསལ་ལོ། རྩི་
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རམ་ལུང་པའི་ཞལ་ནས། རང་ཅག་གིས་རྩི་བོ་སེམས་ཅན་ལ་ཡོ་ལེ་

ཐོད་དེ་བྱས་པས་སེམས་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ལོ་ཅག་ལ་དེ་ལྟར་ (བྱེད) འོང་གསུང་རྒྱུ། །ཞེས་
གསུངས། 2 འགྲོ་སྤངས། འདུག་སྤངས། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེས། ཡོ་ལེན། འགྲོ་
ཐབས་འདུག་ཐབས་ཞེས་པའི་བདུན་སྟེ་ཡོ་ལེ་ཐོད་དེ་ཞེས་པའང་མཆོད། ཞེས་གསུངས།
ཡོག་ ཡོད་པ་དང་མཆིས་པའི་དོན། འདུལ་བའི་གྲོང་འབྲུམ་ལས། ཤ་ཅི་ཡོག་ཟོས། ལྷ་ཅི་ཡོག་
འཐུངས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཡོག་པ། 1 ཞེབས་པ། ཇི་མས་ཡོག་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 གཡོག་སྐབ་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་བརྗོད་ན།
གཡོགས་ཀྱང་མ་ཡོག་ བཤད་ཀྱང་མ་ཤོད། འཕངས་ཀྱང་མ་ཤོག་ལྟ་བུས་མཆོད་ནས་ཤེས་
པར་བྱའོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ང་པ་ ༥ ལས། ས་སྤྱོགས་འགའ་ཞིག་མ་ཡོག་པས་མ་བཟུམ་
པ་ཉིད་ཀྱི་འདུག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །3 འཁལ་བའམ་སྤྲིམ་པའི་དོན། བལ་ཡོག་
ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡོགས་པ། ཡོག་པ་ལ་གཟིགས།

ཡོང་ཡེ། 1 ངས་པར་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། ལྷང་སྒྱུ་རྒྱུ་པའི་དོན་ཇི་གསུང། 2 རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ། 3
གཏན་ནས། གཏན་ཏུ། དཔེར་ན་ཡོང་ཡེ་འབྲུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡོང་ཡེ་འབྲུལ། གཏན་ཏུ་འབྲུལ།

ཡོངས་བྱུབ། ལྷོང་ཉིད་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག་ ལྷོ་བཤད་ནི། རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་མིག་གིས་
ནས་བརྟམས་ཀྱང་དོན་དངོས་གནས་པ་དེ་ཉིད་རྗེ་ལྟར་སྤྱང་བ་བཞིན། འཕགས་པའི་མཉམ་
གཞག་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རྗེ་ལྟར་གཟིགས་པ་བཞིན་དག་མ་དག་སྤོང་དང་བྱི་མའི་དུས་གང་གི་
ཆེའང་འགྱུར་ལྷོག་མེད་པར་ལུལ་གྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་གདོད་ནས་བྱུབ་པས་
ཡོངས་བྱུབ་ཅེས་བྱའོ། །

ཡོངས་དག་འབྲུལ་བ། (འདུལ་བ) དག་སྤྱོད་ནད་པ་དང་ལས་བྱེད་སོགས་གསོ་སྤྱོད་དང་དགག་
དབྱེར་འདུར་མ་བརྟུབ་པ་རྣམས། འདུན་པ་མ་སྤུལ་བའི་སྤྱོད་གྱིས་དག་པའི་སྤྲང། དག་འདུན་
གྱིས་བསྐྱོས་པའི་དག་སྤྱོད་ལ་ཡོངས་དག་འབྲུལ་བའི་སྤྲགས་ཆོག་ལན་གསུམ་བརྗོད་

པལོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། གསོ་སྦྱོང་གི་སྦྱོང་བྱ་འགྱུར་བ་དང་། འདུན་པ་མ་ཕུལ་བའི་སྦྱོན་གྱིས་དག་
བར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་བྱ་བར་གསོ། །

ཡོངས་འདུ། ༡ ཡོད་ཆད་འདུ་བ། ཆ་ཆད་འདུ་བ། ཐམས་ཅད་འདུ་བ། ༢ དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་། འདི་
ལ་ཡོངས་འདུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ལྷ་རྣམས་དེའི་བྱང་དུ་ཡོངས་སུ་འདུ་བས་ན་དེ་
སྐད་ཅེས་བྱལོ། །སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་གསེར་གྱི་སྤང་མཛེས་ན་གསལ། ཡོངས་འདུ་
ས་བརྟོལ་ལ་གཟིགས།

ཡོངས་འདུ་ས་བརྟོལ། ཤིང་ཡོངས་འདུ་ས་བརྟོལ་སྟེ་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་གི་མིང་། མིང་གི་རྣམ་
གངས་ནི། མདོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས། གསེར་ཤིང་གསེར་གྱི་གདོང་ཅན་དང་། །ཀྱ་
ལུང་ལོ་མ་འདབ་ཟུང་ལྷན། །རྩ་ཡབ་ཅན་དང་ཕུན་ཚོགས་འཕེལ། །ས་བརྟོལ་ས་འཛོམས་
དཔག་བསམ་ཤིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཡོངས་མ་ནིང་། (འདུལ་བ) སྤྱིས་ནས་མ་ནིང་དང་དོན་གཅིག་འདི་ཐོགས་མེད་ཀྱི་གཏན་ལ་དབབ་པའི་
བསྐྱ་བའི་བད་ཆད་ཅིག་ཡིན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱ་བ་
༣༥ན་ལས། ཡོངས་མ་ནིང་དང་། སྤྱིགས་གཅིག་མ་ནིང་དང་། ཉམས་པའི་མ་ནིང་དོ། །དེ་ལ་
སྤྱིས་པའི་དབང་སོ་དང་མི་ལྡན་པ་ཁོ་ནར་བཅས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་མ་ནིང་ཞེས་
བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གསུང་འབུམ་དཀར་ཆག་རྒྱལ་བ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོའི་
ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གསུང་འབུམ་ནི། རང་གི་ཁྲི་མ་ཁྲི་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་
ཐར་ཕྱི་རྣམ་ནང་རྣམ་གཉིས་ལ་ཉེས་བརྒྱ་དང་ཞེ་ལྷ། རྒྱལ་བ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོའི་གསོལ་
འདེབས་སོགས་ལེ་ཆན་དགྲ། སྤྱོམ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ཁྱིམ་པ་ལ་གང་མས་པ་ལ་དགྲ།
བསྟེན་གནས་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དགེ་ཚུལ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བརྩུབྱ་ག འདུལ་བ་འོད་ལྡན་སྟོང་སོ་ལ་
གོ་གསུམ། བཀ་ཤིས་བསམ་གཏན་བཀའ་རྟེན་དཀར་ཆག་ལ་རེ་བདུན། ཁྱོན་བཞི་བརྒྱ་དང་
ང་བདུན། ཁྲི་སྦྱོང་དོན་བདུན་རྟེ་ཀ་བརྒྱ་དང་དོན་གཉིས། ཁྲི་སྦྱོང་དོན་བདུན་རྟེ་ཀ་བསྐྱས་པ་

ལ་ཞེ་བདུན། ལམ་རིམ་ཆོག་ས་བཅད་མ་ལ་བཅུ་དགུ། ལམ་གཙོ་རྟེ་ཀ་ལ་ཞེ་བདུན། དཀོན་
མཆོག་རྗེས་འབྲེལ་རྟེ་ཀ་དུག་ཅུ་རེ་གཅིག །ལྷ་ཁྲིད་ལ་བཅུ་བདུན། བདེན་བཞི་རྟེ་ཀ་ལ་དུག་རྟེན་
འབྲེལ་ལ་ལྷ། སེམས་སེམས་བྱུང་ཅ་བ་འབྲེལ་བ་གཉིས་ལ་དུག་ཅུ་རེ་གཉིས། སྐྱབས་འགྲོ་ལ་
བཅུ་བདུན། སྦྱོར་བའི་ཆོས་དུག །མཛུལ་སེམས་བསྐྱེད། ཁྱོན་བཞི་བརྒྱ་དང་དགཅིག །དགའ་
ལྷན་ལྷ་བརྒྱའི་ཁྲིད་ཡིག་ལ་བཅུ་གསུམ། ལྷན་བརྒྱད་ལྷ་ཁྲིད་ཉེར་ཁྲིད། ལྷ་མཆོད་ཁྲིད་གཏེར་
གྲི་ཁ་བྱང་དང་ཡང་གཉིས་ལ། ལམ་རིམ་སྦྱོན་འགྲོ་དགོངས་བྱུང། ལྷོ་སྦྱོང་སྦྱོན་འགྲོ་རབ་
གསལ། ལྷོ་སྦྱོང་ཅ་ཆོག་དོན་བདུན་ཅུའི་སྦྱོན་ལམ། འདུལ་བའི་སྦྱོན་ཆོག་སྦྱོན་གསུམ་རིན་
ཆེན་ཐེང་བ། གཞི་གསུམ་གསལ་བྱེད་ལ་བརྒྱད་ཅུ་བརྒྱ་བཞི། རྣམ་འབྲེལ་རིགས་བརྒྱ་
མཆོད་བཛོད་རྟེ་ཀ་བརྒྱ་དང་བདུན། སྦྱོན་ཆོག་བྱང་ཆོག་ཁྲུངས་གསལ། འཛིགས་བྱེད་སྦྱང་
ཆོག །བདེ་མཆོག་སྦྱོན་སྤྲིག་ལ་སོ་བཞི། དུག་གསུམ་སྦྱོན་སེམས་ལ་བཅུ་བཞི་བཅས་ཁྱོན་སྦྱོན་
བཞི་བརྒྱ་དང་རེ་བདུན། ཐེག་ལེ་བཅུ་དུག་རྟེ་ཀ་ལ་བརྒྱད། འདུལ་བ་རྒྱ་མཆོད་རྟེ་ཀ་ལ་བརྒྱ་
དང་གྲ་བཞི། བྱག་ཆེན་ཁྲིད་ཡིག་དང་སྦྱོན་ཆོག་བཅས་ལ་བརྒྱ་དང་ཉེར་བཞི། གདུགས་
དཀར་སྐྱབ་ཐབས་སོགས་ལེ་ཆོན་དུ་མ་ལ་ང་དགུ། ཁྱོན་སྦྱོན་བཞི་བརྒྱ་དང་དུག་བཅུ་རེ་བཞི།
ལྷ་མཆོད་ཁྲིད་སྦྱོན་བརྒྱད། ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོན་བརྒྱད། བྱག་ཆེན་བསྐྱུས་དོན་སྦྱོན་
བརྒྱད། བདེ་ཆེན་མགོན་སོ་ལྷ་མཆོད་བྱང་འདུག་ཉེ་ལམ། མདོ་སྐྱགས་གནད་གསེར་ཁྱུ་ལྷ་
བའི་ཡིག་ཆུང་། ལྷ་བརྒྱའི་ཞལ་ལུང་། དཀར་གནད་དོགས་གཙོད་ཟབ་དོན་སྦྱང་བ། གསར་
འདུས་ཁྲིད་ཡིག་དེ་ཡི་བསྐྱེད་རིམ་ལ་རེ་བརྒྱད། དེ་ཡི་བསྦྱོན་ཡིག་གཙོད་ཐར་འདོད་དེད་
དཔོན་རྟེ་ཀ། དེ་ཡི་སྦྱོང་སོ་བསྐྱུས་བ་བཅས་ལ་སོ་བདུན། ཁྱོན་བསྦྱོན་བཞི་བརྒྱ་ཞེདགུ། ལྷ་
བརྒྱད་གསེལ་འདེབས་ལེ་ཆོན་དུ་མ། སྦྱོང་སོ་དོན་གསུམ་ཁྲིད། དེ་ཡི་གནད་བསྐྱུས། ཆེས་བྱ་
དམར་ཁྲིད་མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་ལུང་། ལྷ་ཡི་བྱམ་གཏེར། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཅ་བསྐྱུས་ལ། ཆོས་
སྦྱོང་གཏོར་འདུལ་སྦྱ་ཆོགས། བསངས་ཀྱི་ཆོག་ཕྱག་སོ་ཆེའི་དཀར་ཆག་བྱག་བྱུང་གནས་
བསྟོད་སོགས་དུ་མ། བསྐྱབ་བྱ་ཞལ་གདམས། དེས་ལན་ཆ་གདུང་ལྷ་ཞེས། ལྷ་མའི་བསྟོད་

ཆོགས་འདོད་གསོལ་སྟོན་ལམ་བཅས་དོན་བདུན། ཁྱོན་སུམ་བརྒྱ་དང་ཉེར་ལྔ། གླ་བརྒྱ་ད་
གསལ་བྱེད་སྤྱང་གནས་རྟེན་ཆེན་ལ་སུམ་བརྒྱ་དང་བཅུ་བཞི། སྤྲེགས་རབས་སོ་བཞི་པའི་རྣམ་
བཤད་སྤྲེགས་བཅ་དང་སོ་བཞི་བརྒྱ་དང་གཉིས། སྤྲེགས་རབས་རྟེན་ཆེན་སྤྲེགས་བཅ་གཉིས་
པ་ལ་སུམ་བརྒྱ་དང་བཞི། སྤྲེགས་རབས་རྟེན་ཆེན་སྤྲེགས་བཅ་གསུམ་ལ་པ་བཞི་བརྒྱ་དང་ལྔ།
ཁྱོན་བསྟོམས་སྤྲེགས་བཅ་བཅུ་གཉིས། བྱུ་ཆེན་ཁྱིད་ཐོག། དཔེ་ཆའི་ལུང་མ་ཐོག། གླ་མ་ཡེ་
ཤེས་རྒྱན་མཆོག་གསུང་འབུམ། དཀོན་མཆོག་རྗེས་དྲན་གྱི་རྟེན་གྱི་སེམས་བྱུང་ཅ་འབྲེལ།
གཞི་གསུམ་གསལ་བྱེད། འོད་ལྗན་སྟོང་པོ། སྤྱང་གནས་རྟེན་ཆེན། རྫོ་སྤྱང་རྟེན་ཆེན། བྱུ་
ཆེན་རྟེན་ཆེན། གཙོད་རྟེན་གྱི་ལམ་གཙོད་རྟེན་གྱི་རྣམས་པན་ཆེ་བཅས་སོ། །

ཡོངས་རྫོགས་སྟོང་པ། (འདུལ་བ) ཡོངས་རྫོགས་སྟོང་པའི་དགེ་བསྟེན་ལ་གཟིགས།

ཡོངས་རྫོགས་སྟོང་པའི་དགེ་བསྟེན། (འདུལ་བ) ཅ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་པའི་སྤྱང་བྱ་ལྔ་པོ་ཆ་ཆང་
བར་སྤྱང་བར་ཁས་ལེན་པའི་དགེ་བསྟེན་ལ་ཟེར། འདིར་ཅ་བ་བཞི་འདྲེན་ཆེ་མི་ཆངས་སྟོང་གི་
ཆ་བ་རྩ་ལོག་གཡེམ་དྲང་དགོས་སོ། །མཆོ་རྟེན་ལས། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དགེ་བསྟེན་ནི་
དགེ་བསྟེན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལྔ་ཆང་ཆང་བས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྟེ། མི་ཆངས་སྟོང་ཅམ་སོ་མི་
བསྐྱང་ཡང་ལོག་གཡེམ་བསྐྱང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡོངས་སུ། 1 རྫོགས་པར། ཆ་ཆང་། ཆ་ཐམས་ཅད་ནས། དཔེར་ན་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2
ལེགས་པར། ཡོངས་སུ་སྦྱོབ་ལྟ་བུ། 3 ཀྱན་རྒྱ། ཡོངས་སུ་འཛོར་ཞེས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་
འབྲམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡོངས་སུ་འདྲིས་པའི་སྟོབས། འདྲིས་པའི་སྟོབས་དང་འདྲ། དེ་ལ་གཟིགས།

ཡོད་མཐའ། ཡོད་མཐའ། རྟག་མཐའ། རྫོ་འདོགས་གྱི་མཐའ་རྣམས་དོན་གཅིག་མཐའ་དང་མཐར་
འཛིན་གཉིས་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། མཐའ་ལ་ཐ་སྙད་དུ་མེད་པ་དང་མཐར་འཛིན་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་
དགོས་སོ། །བདེན་བྱུང་རྩ་ཡོད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ལ་ཡོད་མཐའ་དང་རྟག་
མཐའ་སོགས་གྱི་ཐ་སྙད་བཏགས་སོ། །

ཡོད་དོ་ཙམ་ ཐམས་ཅད། ཡོད་ཆད། གང་ཡོད་ཐམས་ཅད།

ཡོན། 1 བླ་ཐན། བླ། རིན་བཅས་ཀྱི་ཞེས། དཔེར་ན་སྤྱི་ཡོན་སྤུལ། ཡོན་སྤུལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 སྤྱིན་
པའི་མིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཐམས་གཙང་གིས་སངས་རྒྱལ་ལ་སོགས་
པ་དག་སྤོང་གི་དག་འདུན་བདེ་བར་བཞུགས་པར་རིག་ནས་གཙང་ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་
དང་བཅའ་བ་དག་རང་གི་ལག་ནས་སྟོབས་ཤིང་ཆེས་པར་བྱེད་དེ། རྣམ་གྲངས་དུ་མར་གཙང་
ཞིང་བསོད་པའི་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་རང་གི་ལག་ནས་བསྟོབས་ཤིང་ཆེས་པར་བྱས་ཏེ།
བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསོལ་ཟེན་ནས་བྱག་བཅབས་ཏེ་ལྷུང་བཟེད་ལྷུ་བར་རིག་ནས་
གསེར་གྱི་བྱ་མ་བྱས་སྒྲངས་ཏེ། བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་ཐུ་གྲོ་རྩེ་ཀུན་དགའ་ར་བ་སྤུལ་
ལོ། །བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཡན་ལག་ལྷ་དང་ལྷན་པའི་གསུང་དབྱངས་ཀྱིས་ཡོན་བསྟོ་བ་
མཛོད་པ། སྤྱིན་པའི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་འདིས། །ལྷ་ཀྱ་རྣམས་ཀྱིས་བསམས་པ་ཡི། །ཡིད་
ལ་རེ་བ་རྩོགས་ནས་ནི། །རྟག་པའི་གནས་ནི་ཐོབ་པར་ཤོག། དེ་ནས་བཙུག་ལྷན་འདས་སེར་
སྤྱིའི་གཞི་ཤིང་ཐུ་གྲོ་རྩེ་ཀུན་དགའ་ར་བ་ན་བཞུགས་སོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་
ལས། ཡོན་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིན་པ་དང་རིམ་གྲོ་དང་། བཀྱར་སྒྲིམ་སོགས་པ་བྱེད་པ་འམ་
གཞན་གྱི་སྒྲོམ་རྩིས་སུ་བསྐྱུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས། 3 བན་ཡོན། བསོད་ནམས། མཛོད་ཅ་
བ་ལས། འཕགས་པ་མིན་ཡང་པ་མ་དང་། །ནད་པ་དང་ནི་ཆོས་སྤྱད་དང་། །སྤྱི་མཐའི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ལ། །ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། 4 མཛོད་པ། མཛོད་ལུལ་
ལ་ཡོན་གནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ་ལས། ཡོན་གནས་དམ་པ་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་
རྣམས་ཀྱིས། །བདག་ལ་བཅེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས། །བདག་ནི་བསོད་ནམས་
མི་ལྷན་བཞེན་ཆེན་ཏེ། །མཛོད་པའི་འོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །གོང་གི་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་དང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་གཉིས་སོ། འདིའི་
ལྷངས་སུ་བྱངས་ཀྱང་ཆོག་གོ། 5 ཡོན་ཏན་གྱི་བསྐྱུས་ཆོག་ སྤྱིན་ཡོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཡོན་ཆབ་ཀྱི་སྒྲོར། སྤྱོར་པའི་ཆོས་དུག་གི་གཉིས་པ་མཛོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཞོད་པ་མཛེས་པར་

བཞུགས་པ་ལ། དང་པོ་ (ཡོན་ཆབ་ཀྱི་ངོ་བོ) བློ་ཡོན་ཆབ་ནི་ཆུའི་མཆོད་པ་ལ་ཟེར། གཉིས་པ་
 (སྤྲི་བཞད) བློ་ ཡོན་ནི་འདིར་འབྲུལ་བའམ་མཆོད་པའི་དོན་དང་། ཆབ་ནི་ཆུའི་ཞེས་སྟེ།
 སྤྲི་བས་ཡུལ་ལ་དངས་ཤིང་གཙང་བའི་ཆུའི་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ལ་ཟེར་དོ། དངས་ཤིང་
 བསིལ་བའི་ཡོན་ཆབ་གཙང་མ་ལུལ་ན་ཤེས་རྒྱུ་དེ་གི་སྤྲིག་ལྷུང་སྤྲིངས་ཏེ་ས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་
 སྤྲི་བའི་དགོས་པ་ཆེ་ཞིང་བསྐྱབ་སྤྲི་ལ་སེར་སྤྲི་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་མི་འབྱུག་པས་སྤྲི་མ་གོང་མ་
 རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་མཛད། ཅེས་རྗེ་གྲུང་ཐང་བ་གསུང་། གསུམ་པ་ (ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་
 སྤྲི་ལ་དར་ཚུལ) བློ་ རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་ལེབས་དུས། རོ་བོ་ཆེན་པོས། བོད་ཀྱི་
 ཆུ་འདི་ཐམས་ཅད་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྷན་ཡིན་པས་བོད་ན་མཆོད་པ་ཡོན་ཆབ་གཅིག་ལུས་
 ཆོག་པར་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་དུ་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་སྤྲི་ལ་དར་བར་
 བཞད། སྤྲིར་བཏང་མཆོད་ཏིང་མང་པོ་སྤར་བསྤྲིགས་ནས་ཆུའི་མཆོད་པ་འབྲུལ་བའི་སྤྲི་ལ་
 འདི་སྤོན་རྒྱ་གར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་དར་བའི་སྐབས་དར་བ་ཡིན་མོད། སྤྲིས་སུ་
 ཉམས་སོ། རྩར་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་སུ་ཡང་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལྷར་ཉིན་ལྷར་ཏིང་
 བརྒྱ་སྤག་ཁ་ཤས་ནང་དུ་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་སྤྲི་ལ་ཡོད་པར་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་
 གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་བཞད་དེ། རྩར་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་སུ་ཉིན་རེ་
 བཞེན་ཏིང་བརྒྱ་སྤག་རེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ཆུའི་མཆོད་པ་བོད་བཞེན་དུ་འབྲུལ་བའི་སྤྲི་ལ་
 མཆིས། འདི་སྤྲི་ལ་སོགས་ཉེ་བའི་ཡུལ་གང་ན་ཡང་མེད་པས་སྤོན་ཐེག་ཆེན་པོའི་དུས་སུ་
 དར་བ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོན་ཆབ་ཀྱི་སྤྲི་ལ་རོ་བོ་བྱོན་ནས་བོད་ཀྱི་ཆུ་
 གཟིགས་ཏེ་གསར་དུ་མཛད་པ་འབྲུལ་བ་ཞིག་བཞད་མོད། དོན་ལ་རྒྱ་གར་ལ་སྤྲི་སོན་ནས་དར་
 བར་མངོན། ཞེས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་དོ། །བཞེས་ (ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་ཚུལ) བློ་
 ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་ཆེ་ཐོག་མར་གནས་ཁང་གི་དོར་བྱ་བ་སོགས་སྤྲི་འབྲེ་ལྷར་སྤོན་དུ་
 བཏང་། དེ་ནས་ལག་བཤེགས་པར་བཀྲས་ལ་གཙང་སྤྲི་དང་ལྷན་པའི་སྤོན་ནས་ཏིང་རྣམས་
 ཤེགས་པར་བྱས། ཏིང་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་ཏེ་བར་ཐག་གྲང་ཆེ་ཆུང་འཆོམ་པ་ཞིག་བཞག

ཉིང་ཆུང་ཆུང་ཡིན་ན་ནས་འབྲུ་ཞིག་འབྲད་སྟབས་སུ་བཞག་པའི་བར་ཐག་འཛོག་བར་ཐག་
 རིང་ན་ཆུང་མ་དང་འབྲལ་བ་དང་། ཅིག་གིས་ཅིག་ལ་ཐུག་ན་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་དང་། སྒྲིམ་འབྲེན་ན་
 སྒྲིམ་མོགས་འབྲུང་བར་ཡང་བཤད། དེ་ཡང་སྟོང་སྟོང་པ་བསྒྲིགས་ན་རྟེན་འབྲེལ་འབྲུག་པས་
 ཉིང་རྣམས་བརྟེན་པའི་སྟེང་མར་ཆུ་ཅུང་ཟད་སྒྲུགས། ཆུ་དེ་ཡོག་མ་ཡོག་མར་བགོ་བཞེན་དུ་
 སྟོང་པ་མེན་པར་རིམ་བཞེན་མཛོད་ཁྲིའི་སྟེང་འབྲེལས། དེ་ནས་འབྲལ་བའི་ཆེ་ལག་ལ་ཡ་
 གཅིག་གིས་འབྲལ་བར་བྱེད་པ་སོགས་མ་གྲུས་པ་མེ་བྱ་བར་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གསོལ་
 ར་ཁྱབ་པ་ལྟར་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ནས་འབྲེལ་མ་ཞེས་ནས་འབྲུའི་དབྱིབས་ལྟར་ཐོག་མཐའ་
 གཉིས་པ་ཞིང་དཀྲིལ་སྒྲོམ་པ་བྱས་ནས་འབྲལ། བྱིར་བོ་ཞིང་ལུང་ན་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་འཆལ་ཞིང་།
 མ་ཁེངས་ན་ལོངས་སྟོང་དབྲལ་བ། ཡ་ཡོར་སོང་ན་ལམ་ལོག་པར་གོལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་
 འབྲུང་བར་བཤད། རྩ་ཀྱུ་ལ་ལྟ་བུའི་ཅིར་ཡོན་ཆབ་ཀྱི་ཆུ་ལས་ཆུའི་གཟེགས་མ་རྒྱངས་ཤིང་།
 དག་ནས་ཨོ་ཨྲ་ལྷོ་ལ་ན་གསུམ་བཟོད་པ་དང་མཉམ་དུ། ཡོན་ཆབ་ལ་སིལ་གཏོར་བྱས་ཏེ་
 བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དགོས། ལཱ་པ་ (ཡོན་ཆབ་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ཚུལ) རོ་རྩེ་གསུམ་སྟེ་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་སྒྲུག་སྒྲུང་ཐུགས་ཀྱི་རོ་བོ་མཆོན་པའི་ཨོ་ཨྲ་ལྷོ་གསུམ་གྱི་ཡིག་འབྲུའི་ཆོགས་དཔག་
 ཏུ་མེད་པ་གནམ་མཁའ་ལས་ཁ་བ་འབབ་པ་ལྟར་བབས་ཏེ་དངོས་སུ་བཤམས་པ་དང་ཡིད་
 ཀྱིས་སྒྲུལ་པའི་ཡོན་ཆབ་སོགས་ཡིད་དུ་ཡོང་བའི་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་ནམ་མཁའི་མཐའ་
 རྒྱས་པ་དེ་དག་ལ་སིམས་ཏེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་མོས། དེ་ཡང་རྩྭ་ཡིག་ཐུགས་རོ་རྩེའི་ས་
 བོན་ཡིན་པས་ཁ་དོག་དང་བྱི་དང་རྩས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་སྦྱངས་པར་བསམ། ཨྲ་
 ཡིག་གསུང་རོ་རྩེའི་ས་བོན་ཡིན་པས་ཐ་མལ་གྱི་ཆུ་དེ་ཉིད་བདུད་ཅིར་བསྐྱར་བར་བསམ། ཨོ་
 ཡིག་སྒྲུ་རོ་རྩེའི་ས་བོན་ཡིན་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་དེ་ཉིད་མང་པོར་སྤར་ཞིང་སྟེལ་བའི་
 མས་པ་བྱའོ། །དེ་ནས་ཨོ་ན་མོ་རྩ་གཡ་ཏེ། བརྩ་སྤར་པ་མཆོག་ལ། ཏ་ལྷ་གཡ་ལ། ཨ་རྩ་ཏེ་ས་
 རྩ་གསེ་བྱུང་ལ། ཏུ་ལྷ་ ཨོ་བརྩེ་བརྩེ་མུ་བརྩེ། མུ་ཏེ་རྩ་བརྩེ། མུ་བིུ་བརྩེ། མུ་པོ་
 རྩེ་ཅི་རྩ་བརྩེ། མུ་པོ་རྩེ་མཆོད་སྤར་གསེ་བརྩེ། སུ་གསྒྲུ་ཨ་མ་རྩ་བི་པོ་རྩེ་བརྩེ་སྤྲུ།

ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དོན་རབ་འཛོམས་ཀྱི་གཟུངས་སམ་མཆོད་པའི་སྤྲིན་གྱི་གཟུངས་
 བརྗོད་བཞིན་པར་ཕྱལ་ན་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིན་སྤར་མཆོད་པའི་
 སྤྲིན་གྱི་ཕྱང་པོ་ནས་མཁའ་གང་བ་འབྱུང་བར་གསུངས་པས་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཡོན་ཆེན། འབྲུག་པ་
 (མཆོད་ཏིང་གི་རྒྱུའི་བྱུང་པར) མཆོད་ཏིང་ལ་ཟླ་ཁོག་སོགས་རྩང་ངམ་ཞེན། བྱ་བུལ་བ་ལྟ་
 བུའི་དབུལ་པོངས་ལ་ནི་རྩང་དོ། །དབུལ་པོ་བྱ་བུལ་བ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་མེད་ན་རང་གི་པོར་པ་
 ཡང་རྩང་བར་གསུངས་ཏེ། ཟླ་བུལ་ཁང་བ་དག་ལེགས་རྒྱ་མཆོད་ཉིད་ཐོག་མར་སེར་ཅེར་
 རྗེའི་སྤྲིན་ཁང་དུ་བེབས་འཕམ་སྐབས་སྤྱུ་ཆས་དང་ཡོ་བྱེད་བཞེན་པས། ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་
 ཏིང་ཅམ་ཡང་མེད་པར། ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་སྐབས་ཁོང་རང་གི་བཞེས་སྤྱད་རྒྱས་ལག་པོ་
 བཟུས་ནས་དེ་ལ་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བར་གསུངས་པའི་ཡོ་རྒྱས་ཡོད་དོ། །ཁོ་ན་གསེར་དབུལ་
 ཟངས་སོགས་བྱེད་པ་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡིན་ཞེན། རང་གི་སྤྱོད་པས་ལྷོགས་ན་སྤོང་རི་ཅམ་རིན་
 ཆེ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཕན་ཡོན་ཡང་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །བདུན་པ་ (ཡོན་ཆབ་ཕྱལ་བའི་ཕན་ཡོན་)
 ཕན་ཡོན་བཤད་པ་བཤད་པ་ལ། ཐོག་མར་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་རྩ་ལྷོ་གཟུང་བ་ནི།
 མཆིམས་མཛོད་ལས། བསེལ་དང་ཞེས་དང་ཡང་བ་དང་། །འཇམ་དང་དྲངས་དང་འི་ར་
 མེད། །འབྱུངས་ན་མགྱིན་དང་ལྟོ་བ་ལ། མི་གཞོད་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་ལྟ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་དོ། །ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་རྩ་ལྷོ་བའི་ཕན་ཡོན་ནི། དྲངས་ཤིང་བསེལ་བའི་ཡོན་
 ཆབ་གཅོད་མ་ཕྱལ་ན་ཤེས་རྒྱུ་དེ་གྱི་སྤྲིན་ལྷུང་སྤྱངས་ཏེ་ས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་སྤྲེ་བའི་དགོས་
 པ་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། བྱེད་པར་དུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་ཆབ་ཕྱལ་བས་ནི། རྩ་
 བསེལ་བ་ཕྱལ་བས་རྩ་ལ་ཁྲིམས་དག་པ་དང་། རྩ་ཞེས་པ་ཕྱལ་བས་ཟས་ཀྱི་རོ་མཆོག་རྟེན་པ་
 དང་། རྩ་ཡང་བ་ཕྱལ་བས་ཕྱུས་སེམས་ལས་སྤྱ་རྩང་བ་དང་། རྩ་འཇམ་པ་ཕྱལ་བས་ཤེས་
 རྒྱུ་འཇམ་པ་དང་། རྩ་དྲངས་པ་ཕྱལ་བས་རིག་པ་དྲང་བར་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་འི་མིང་བ་
 ཕྱལ་བས་སྤྲིན་པ་སྤྱོད་པ་དང་། རྩ་ལྟོ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕྱལ་བས་ཕྱུས་ལ་ནད་མི་འབྱུང་བ་དང་།
 རྩ་མགྱིན་པ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕྱལ་བས་དག་སྟན་པ་བཅས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་འབྱུང་བར་

གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ཆུ་ཕུལ་བས་པན་ཡོན་ཅི་ཐོབ་སྐྱམ་པ་སྤིང་ཡང་། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་
 ཡིན་ཏེ། དབུལ་ཁོང་མོ་ལོངས་པའི་བྱ་མོ་ཆུ་མོ་ཞིག་གིས་འཕགས་པ་ཀླ་ཏུ་ཡ་ན་ལ་ཆུ་གཙང་
 མ་སྤྱང་བཟེད་གང་ཕུལ་བའི་དགེ་བའི་ཆ་བས་སུ་མ་ཆུ་གསུམ་དུ་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་དེ།
 མདོ་མཛངས་སྒྲུབ་༼མདོ་སྡེ་ཨ་བ་༽ ༡༩༥༥ ལས། བཅུན་པ་ཀླ་ཏུ་ཡ་ན་ཆེན་པོ་ཡུལ་ཨ་བ་དེ་
 བ་འདུག་པ་ལས། ཡུལ་དེ་ན་ཁྱིམ་བདག་ལོངས་སྤྱོད་དང་ལྷན་པ་སེར་སྒྲ་ཅན་སྤྱང་ཐེ་མེད་པ་
 ཞིག་ལ་བྱ་མོ་ཆུ་མོ་ཞིག་ཡོད་དེ། བྱ་མོ་དེ་དན་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་ཡང་གོས་ནི་ལུས་
 ལ་མི་གཡོགས། ཟས་ནི་ཁར་མི་སྤྱོད་སྟེ། ཏྲག་ཏུ་བརྟུང་བཅོགས་པས་ཆུ་མོས་མ་བཟོད་
 བས། རྩོག་འདོར་དུ་འགྲོའོ་སྐྱམ་ནས་བྱམ་པ་ཐོགས་ཏེ་ཆུ་འཆུར་སོང་བ་དང་། ཆུ་འགམ་དུ་
 སྐད་ཆེན་པོ་སྤྱང་སྟེ་དུས་སོ། །ཀླ་ཏུ་ཡ་ན་དེར་ལོངས་ཏེ། ཆུ་མོ་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་མི་དགའ་
 ཞེས་ཟེས་པ་དང་། འཕགས་པ་བདག་ཀས་པའི་སྟེང་དུ་ལས་ནི་ཆེ། བསྟོ་བ་དང་བཟའ་བ་ནི་
 མེད། དབུལ་མོངས་པས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྲུམ་སྐྱམ་བསམས་མི་དགའ་སྟེ་དེ། ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་
 སྐྱས་པ། ཆུ་མོ་སྤྱོད་དབུལ་པོ་བཅོང་ན་ཅི་ཉེས། ཆུ་མོས་སྐྱས་པ། དབུལ་འི་ལྟར་བཅོང་སུ་
 ཞིག་དབུལ་ཉི་ཞེས་སྐྱས་པ་དང་། ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་དབུལ་བཅོང་དུ་བྱང་ངོ་། །ཞེས་ལན་གསུམ་
 གྱི་བར་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། དབུལ་འདི་འི་ལྟར་བཅོང་བའོ་སྐྱམ་ནས། དབུལ་འི་ལྟར་བཅོང་དུ་
 བྱང་ཞེས་ཟེས་པ་དང་། ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་སྐྱས་པ། འི་སྟེ་དབུལ་བཅོང་བར་འདོད་ན་ངས་བསྐྱབ་
 པ་བཞིན་དུ་གྱིས་ཤིག ཅེས་བསྐྱོ་བ་དང་། འཕགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བཅིང་ཞེས་གསོལ་རྟོ། །ཀླ་
 ཏུ་ཡ་ནས་སྐྱས་པ། ཁྱོད་ལྟར་ཁྱས་གྱིས་ཤིག་བུས་པའི་འོག་ཏུ་སྤྱིན་པ་གྱིས་ཤིག ཆུ་
 མོས་སྐྱས་པ། བདག་ལ་སྐྱབ་པ་ཅམ་གྱི་རྒྱ་ཡང་མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྤྱིན་པར་བྱ་བུས་པ་འདི་ནི་ངོ་
 མོའི་ཡིན་ཏེ། དབང་མ་མཆིས་སོ། །ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་སྐྱས་པ། ཁྱོད་ལྟར་བཟེད་ཀྱི་འཛན་ཆུ་
 གཙང་མ་ཁོང་ལ་ང་ལ་ཕུལ་ཅིག ངས་སྤྱིན་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པར་བྱའོ། །ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་ཆུ་
 བྱངས་ཏེ་སྤྱིན་པའི་ཆོགས་བཅད་ཡང་བུས་བསྐྱབ་ཆོག་ཡང་བྱིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་
 བཛོད་དུ་བཅུག་སྟེ། ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱགས་ནས་ཆུ་མོ་སྤྱོད་ལ་འདུག་པའི་

གནས་ཡོད་དམ། གན་མོས་སྤྲུམ་པ། བདག་ལ་འདུག་པའི་གནས་མ་མཆིས་ཏེ། འཐག་པ་དང་
 གཏུན་བརྒྱུངས་པ་དང་། ལས་བྱེད་པའི་གནས་ཉིད་ལ་ཉལ་ལོ། །བར་ལག་འཛི་ལྷང་ལྷང་གི་
 སྤྱང་བྱ་ཡང་ཉལ་ལོ། །ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་སྤྲུམ་པ། ཁྱོད་དན་ལས་བྱེད་པ་ལ་འགྱོད་པ་དང་། མི་
 དག་ལ་བར་མ་བྱེད་པར་བཅོཅ་འགྲུས་སུ་ལས་བྱོས་ལ། རོ་མོ་བསྐྱལ་བའི་ལོག་ཏུ་དལ་གྱིས་རོ་
 མོའི་སྒོ་བྱེ་སྒྲེ། སྒོ་པག་གམ་ཐལ་གཙང་ཞིག་ཏུ་རྩ་གཙང་མ་བཏིང་བ་ལ་འདུག་ནས་གཞན་མ་
 སེམས་པར་སངས་རྒྱས་ཡིད་ལ་བྱོས་ལ་བྲན་པར་གྱིས་ཤིག་དེ་ནས་གན་མོས་ཀྱང་བསྐྱར་བ་
 བཞིན་བྱ་བྲས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་མཆོད་མོ་འདུག་བཞིན་བྱ། ཆེ་འཕོས་ནས་སུམ་ཅུ་ཅ་
 གསུམ་གྱི་ལྷར་སྤྱེས་ནས། དེའི་རོ་མོ་ནང་བར་སྤར་ལངས་ནས། ཁྱིམ་གྱི་ནང་ན་བྲན་མོ་ཆེ་
 འཕོས་པ་མཐོང་ནས། ཁྱོས་ཏེ་གན་མོ་འདི་ཁྱིམ་གྱི་ནང་བྱ་མ་བཏང་ན་ཅིའི་བྱར་འདིར་ཆེ་
 འཕོས། ཞེས་གཤེན་པར་ཁ་ལ་རྩ་ཐག་གིས་བཏགས་ཏེ་བཤལ་ནས་བྱར་ཁྱོད་བྱ་བསྐྱལ་
 ལོ། །དེའི་ཆེ་ལྷའི་སྤས་པོ་ཞིག་ལ་ལྷའི་བྱ་མོ་ལྷ་བརྒྱས་བསྐྱོར་ཏེ་ཅེ་བར་དགའ་བ་ལས་ཆེ་
 འདས་ནས་གན་མོ་དེ་ལྷའི་སྤས་མོ་དེའི་གནས་སུ་སྤྱེས་སོ། །ལྷར་སྤྱེས་པ་དག་དབང་པོ་ཞོན་
 པོས་ནི་བདག་ཅིའི་རྒྱུན་གྱིས་ལྷར་སྤྱེས་པ་ཤེས་སོ། །དབང་པོ་རྩལ་པོ་དེ་དག་གིས་མི་ཤེས་ཏེ།
 གན་མོ་དེས་ཅིའི་བྱར་ལྷར་སྤྱེས་པ་མི་ཤེས་ཀྱི་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་ལ་ཆགས་སོ། །དེའི་ཆེ་ལྷ་
 རིའི་བྱ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ན་འདུག་པ་དེས་ཁྱོད་ཅིའི་རྒྱུན་གྱིས་ལྷར་སྤྱེས་པ་ཤེས་སམ་ཞེས་
 དེས་པ་དང་། བདག་གིས་མི་ཤེས་སོ་ཞེས་སྤྲུམ་ནས། ལྷ་རིའི་བྱས་ལྷའི་མིག་གིས་བལྟས་ཏེ།
 རི་ལྷར་ལྷར་གྱུར་པ་མཐོང་བར་བྱས་སོ། །དེ་ནས་ལྷའི་སྤས་མོ་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་དང་། བྱར་ཁྱོད་བྱ་
 ལྷགས་ཏེ། རུས་བྱ་ལ་ལྷའི་མེ་ཏོག་གིས་གཏོར། སྤོས་ཀྱི་མཆོད་པ་བྱས་སོ། །ལྷའི་ཁྱོད་ཀྱིས་
 ཁྱོད་ཁྱེར་དེ་དག་སྤར་བ་ཆེན་པོས་སྤར་བར་གྱུར་ནས། དེའི་རོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ཡ་མཆོད་བྱ་
 གྱུར་ཏེ། མི་མང་པོ་ཡང་བལྟར་དོང་བ་ལས། ལྷ་མང་པོ་གན་མོའི་རུས་བྱ་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་
 པར་མཐོང་ནས་ལྷ་རྣམས་ལ་ཁྱོད་ཅིའི་བྱར་རུས་བྱ་འདི་ལ་མཆོད་པ་བྱེད། འདི་ནི་གསོན་པོའི་
 ཆེན་ཡང་བཅོག་པས་ཀྱན་གྱིས་མི་འདོད་ན། ད་ཆེ་འཕོས་པའི་རུས་བྱ་ལྷ་ཅི་སྤོས་ཞེས་སྤྲུམ་

སྟོ། འདིའི་ཆོན་ལྷའི་སྤུངས་མོ་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྷོང་ལྷོང་སྤྲེས་པའི་གཏམ་རྒྱས་པར་བྱས་ནས།
 ཀླ་རྩ་ཡ་ན་གང་ན་བ་དེར་སོང་ངོ། ཀླ་རྩ་ཡ་ནས་ལྷའི་སྤུངས་མོ་དེ་དག་ལ་སྦྱིན་བ་དང་། ཚུལ་
 ཁྲིམས་དང་། མཐོ་རིས་སུ་སྤྲེས་པ་ལ་སོགས་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱས་པར་བྱས་
 བས། མི་གཙང་པའི་ཆོས་དང་འབྲུང་པའི་ཆོས་བསྟན་པས། ལྷའི་སྤུངས་མོ་དེ་དག་རྩལ་དང་
 གཤམ་ རི་མ་དང་གཤམ་ཏེ་ཆོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་ནས་ཕྱིར་ལྷའི་གནས་
 སུ་དོང་ངོ། འཁོར་མང་སོ་རྣམས་ཀྱང་ཆོས་བསྟན་པ་ཐོས་ནས་སོ་སོ་ནས་འབྲས་བུ་དང་སོ་
 བས་འབྲས་བུ་བཞི་པའི་བར་དུ་ཐོབར་གྱུར་ནས། རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ནས་མངོན་པར་
 དགའོ། བླམ་མོ་དབུལ་མོས་ཀླ་རྩ་ཡ་ན་ལ་དབུལ་བཙོངས་པའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་དགུ་པའོ། བླམ་
 གསུངས་སོ། བརྒྱད་པ་ (ཡོན་ཆབ་ལ་བདུན་ཆར་རམ་བདུན་ཆར་རམ་བདུན་ཆར་དུ་བྱེད་
 པའི་རྒྱ་མཆན) བླ། ཚུ་གཉིས་དང་། ཉེར་སྟོན་ལྷ་སྟེ་བདུན་མཆོན་བྱེད་ཡིན། ཚུ་གཉིས་བླ།
 མཆོད་ཡོན་དང་ཞབས་བསིལ་ལོ། ཉེར་སྟོན་ལྷ་བླ། མེ་རྟོག་བདུག་སྟོས། མར་མེ། རི་ཆབ།
 ཞལ་ཟས་དང་ལྷའོ། འདི་ལྷ་བུའི་མཆོད་པ་བདུན་སོ་དེ་འབུལ་པའི་དོད་དུ་ཡོན་ཆབ་ལ་བདུན་
 ཆར་བྱེད་པ་རེད། དེ་ཡང་། ༡ (མཆོད་ཡོན) བླ། ཞལ་ལ་འབྲུང་རྒྱུའི་རྒྱ། ༢ (ཞབས་བསིལ་)
 ཞབས་འབྲུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། ༣ དབུ་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་ (མེ་རྟོག) ༤ འངས་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་ (བདུག་
 སྟོས) ༥ སྒྱུན་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་ (མར་མེ) ༦ ཐུགས་སམ་སྟོང་ཁར་འབུལ་རྒྱུའི་ (རི་ཆབ)
 ཞལ་ལ་འབུལ་རྒྱུའི་ (ཞལ་ཟས) སྟོ། འདི་ནི་སྤར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་དར་པའི་
 གོམས་སྟེལ་ཞིག་སྟེ། ཆ་བ་ཆེ་བས་ཐོག་མར་འཕྱོན་པོར་སྟོས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་ཆབ་འབུལ་
 བ་དང་། དེ་ནས་ (སྟོན་རྒྱ་གར་བ་མང་ཆེ་བ་ཞབས་རྗེན་མར་ཕེབས་པས) ཞབས་དགུ་བ། དེ་
 བས་མེ་རྟོག་འབུལ་བ། དེ་ནས་བདུག་སྟོས་ཀྱིས་བདུག་བ། མར་མེ་འབུལ་བ། (རྒྱ་གར་བ་
 རྣམས་སྟེར་པའི་མཆོད་རྗེས་དང་མར་མེ་འཕྱོན་པོ་སོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་སྟོར་ཙམ་བྱེད་པ་དེའི་
 དོད་ལྷ་བུ་ཡིན་ནམ་སྟེ།) དེ་ནས་ལུས་པའི་ནང་ནས་ཆ་རྩོད་ཆེ་ཤོས་སྟོང་ཁའི་ཐང་ཡིན་པས།
 དེ་ལ་ཙམ་ཀྱི་ཐྲེག་པསིལ་བ་སྟེར་བའི་བྱུག་པའི་རིགས་སྟོང་ཁར་བྱུག་བ། དེ་ནས་ཞལ་ཟས་

སམ་གསོལ་སྟོན་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་ཆུ་གཉིས་ཉེར་སྟོང་གི་རིམ་པ་འདི་ཡང་རྒྱ་གར་
 བའི་ཡུལ་སློལ་དང་མ་བུན་བར་བྱས་སོ། །རྩོམ་ཆེན་པོ་སྐུ་ན་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བའི་སྐབས་ཀྱང་
 སྤྱིད་པ་འདར་སྤི་མི་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བར་མཛད་བས། གཞན་གྱིས་རྩོམ་པོ་འོ་བརྒྱལ་བར་
 འདུག་པས་བདག་ཅག་གིས་འབྲུལ་ཞེས་ཞུས་པ་ན། རྩོམ་ཆེན་པོས། འོ་ན་ངས་ཟས་ཟ་བའི་
 ཆེན་འང་རྩོམ་པོ་འོ་བརྒྱལ་བར་འདུག་ཅེས་ངོས་གྱི་ཟས་སྐྱལ་ཁྱོད་ཆོས་ཟུངས་ཞེས་གསུངས་
 བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པས་ཁུ་ཅག་སོ་སོའི་སྤྱི་ཐོ་ཐ་མལ་པ་དག་གིས་ཅེས་ཀྱང་འབད་བར་
 རིགས་སོ། །དགྲུ་པ་ (ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་མཚན) ར་དང་འོས་སོགས་མི་འབྲུལ་བར་རྒྱ་
 འབྲུལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་སྐྱུ་ན། དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ནི། རྒྱ་
 བོ་རིན་སྤྱད་ནས་ཉོ་སྤྱོད་བྱེད་མི་དགོས་པས་དབུལ་ཕྱག་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱབ་ཁུས་ཤིང་། རྒྱ་
 འབྲུལ་བའི་ཆེ་མེར་སྤྱ་དང་རྒྱལ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་གྱིས་གོས་པའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བས།
 ཀྱན་སྟོང་གི་ཆ་ནས་མཆོད་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བས། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཡོན་ཆབ་བཅུ་ཆེན་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །བཅུ་པ་ (ཉིང་གི་སྤྱ་བཤའ) སྤྱ་
 ཡི་བྱང་པར་གྱི་སྟོན་ནས་བཏགས་པར་སེམས་ཏེ། ཡི་ཉིང་ལྷ་བྱུར་དབྱུག་གྱུས་བསྐྱན་པའམ་ཕུ་
 བརྒྱབ་ན་ཉིང་ཞེས་པའི་སྤྱ་འབྱུང་བས་དེའི་ཆ་ནས་བཏགས་པར་སེམས་སོ། །

ཡོན་ཏན། 1 ཤེས་བྱའམ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། རིག་པ་བཅས་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་ཤེས་ཡོན་ནམ་ཤེས་བྱ་
 ཡོན་ཏན་ཞེས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་ལ་རིག་པའང་ཟེར་ཏེ། དཔེར་ན།
 རིག་པ་ནངས་པར་འཆི་ཡང་བསྐྱབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱ་བཤའ་ནི། བསྐྱན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་
 བ་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྱོད་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྟོན་གྱིས་མཛད་པས་བསྐྱན་
 པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་༩ ཅི་ ༡༢་ན་ལས། ཡོན་ཏན་དང་བན་ཡོན་བཤའ་པ་སྟེ། བྱང་
 རྒྱབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་སྟོས་པ་རྣམས་ནི་བསྐྱན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་
 ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས། 2 ཤེས་བྱ་ཤེས་པའི་ཆ་ལའང་། ཡོན་ཏན་ཟེར། ས་སྤྱ་
 རིགས་བཤའ་ལས། ཡོན་ཏན་ལྷན་ན་སྤྱི་བོ་ཀྱན། །མ་བསྐྱས་པར་ཡང་རང་ཉིད་འདུ། །དི་ལྷན་

མེ་ཏོག་རྒྱུད་རིང་ཡང་། །བྱང་བ་སྤྱིན་གྱི་ཆོག་ས་བཞིན་འཁོར། །ཞེས་དང་། མཁས་བ་རྣམས་
གྱིས་དབྱུང་བ་ཡི། །ཤེས་བྱ་ཤེས་ན་མཁས་བར་བགྱང་། །བ་ལང་ཀའ་གཞོན་དཔྱིད་བ་
ལ། །སྤྱན་པོ་མཁས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་མིན། །ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། 3 །བྱང་ཆོས། དཔེར་ན་སྤྱིའི་བྱང་
ཆོས་བྱས་མི་རྟག་སོགས་ལ་སྤྱིའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དེ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་རྩ་བ་ལས། དེ་
ཕྱིར་དངོས་པོ་མཛོང་བ་ཡིས། །ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་མཛོང་བ་ཉིད། །ཅེས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་
ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས་ཀྱང་། །སྤྱ་འཛིན་མཛོན་སྤྱུམ་ཆོས་ཅན། །སྤྱ་དང་བྱུབ་སྡེ་རྩས་
གཅིག་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་མཛོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །སྤྱ་ཡི་དངོས་པོ་གཟུང་དོན་དུ་བྱས་
ནས་མཛོང་བ་ཡིས་སོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4 །པན་ཡོན། དཔེར་ན་བྱམས་བ་བསྒྲིམ་པའི་པན་ཡོན་
བརྒྱད་ལ། །བྱམས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཅེས་བཅོད་བ་བཞིན་ནོ། །རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་ལས། །ལྟ་
མི་བྱམས་བར་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་དག་ཀྱང་ནི་བསྐྱུང་བ་དང་། །ཡིད་བདེ་བ་དང་བདེ་མང་
དང་། །དུག་དང་མཆོན་གྱིས་གཞོད་མེད་དང་། །འབད་བ་མེད་བར་དོན་འཛོལ་དང་། །ཆངས་
པའི་འཛིག་རྟེན་སྤྱེ་འགྱུར་ཏེ། །གལ་ཏེ་གྲོལ་བར་མ་གྱུར་ཀྱང་། །བྱམས་ཆོས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་
འཛོལ་པོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །བྱ་སྤྱི་སྤྱུམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། །ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བ་ནི།
པན་ཡོན་ནས་འབྲས་བུའི་བྱང་བར་ལེགས་པའི་དོན་ཏེ། །རྒྱ་བྱང་བར་བ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་
བུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། 5 །དོན། དཔེར་ན་འདོད་པའི་དོན་ལྟ་ལ། །འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 6 །ཁངས་གསུམ་གྱི་མིང་། རྩལ་དང་སྤྱན་བ་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་
ཡོད་པས་ཁངས་གསུམ་མཆོན་བར་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་གསལ།

ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱ། (འདུལ་བ) ཉེས་བ་མང་པོ། །ཤུ་ཡོད་གསུང་།

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ། <གྲུ་ཏ་སྤྱ་ག་རེ> 1 །སངས་རྒྱས་གྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྐད་དོད་དེ་བྱེ་
བྲག་རྟོགས་བྱེད་པོ་ཤལ་གསལ། །སངས་རྒྱས་ལ་དེ་ལྟར་བཅོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། དེ་ནི་
ཡོན་ཏན་མི་ཐད་པའི་གཏེར་རམ་མཛོད་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བཅོད་དོ། །སྤྱིད་འདུག་ཆེན་མོ་
ལས། །རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་རྣམས་དང་དམ་

བའི་ཆོས། །དཀོན་མཆོག་ཟི་མ་མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། ། “ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་” རྣམས་ལ་
ལེགས་པར་མཆོད། །ཅེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རི་ལྷར་འཇམ་དབྱངས་ལ་སོགས་
བས། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་མཛད་པ། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས། །མགོན་
པོ་སྤྲུལ་དང་བཅས་རྣམས་མཆོད། ། “ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་” རྣམས་ལ་བདག་ །བསྟོད་དབྱངས་
ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོས་བསྟོད། །བསྟོད་དབྱངས་སྟོན་སྤྲིན་དེདག་ལ། །ངེས་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་
གྱུར་ཅིག་ཅེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། “ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་” མཐའ་ཡས་བའི། །སངས་རྒྱས་
རྣམས་དང་འགའ་མི་མཉམ། །ཡོན་ཏན་མཆོག་ཆོགས་གཅིག་བྱ་ཡི། །ཡོན་ཏན་ཤེས་ཅམ་
འགའ་ཞིག་ལ། །སྤང་ནའང་དེ་ལ་མཆོད་དོན་དུ། །ཁམས་གསུམ་སྤུལ་ཡང་ཆུང་བར་
འབྱུག། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །སྟོད་འབྲུག་དར་རྒྱུག་ལས་ཀྱང་། མཐུན་པ་དང་བཅེ་བ་
ལ་སོགས་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་བརྟེན་བའི་
བསྟོད་དབྱངས་གྱི་ཡན་ལག་ །རྒྱ་མཚོས་བསྟོད་པར་བགྱིལོ། །ཞེས་གསུངས། 2 ཡོན་ཏན་མི་
ཟད་བའི་གཏེར་རམ་མཛོད། ཡོན་ཏན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་བཅས་གྱི་དོན། 3 གཞན་གཅེས་
འཛིན། དེ་ལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་པ་ནི་ཡོན་ཏན་ནམ་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་
ཁུངས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལོ། །རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྗེའི་སྟོད་འབྲུག་དར་རྒྱུག་ལས།
བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་སྟོན་དང་བཅས་
པས་ཆེད་ཆེར་འགོག་པ་དང་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ཡང་ལེགས་ཆོགས་
ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། བདག་
གཅེས་འཛིན་ཡོངས་སུ་དོར་བ་དང་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ཞིང་ལྷང་བ་ནི་བསྟོམ་པར་
བྱལོ། །ཞེས་གསུངས། 4 ཏུ་ལའི་ཁྲ་མ་སྤྱེད་བཞི་བ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་མཚན།

ཡོན་ཏན་རྣམས་པར་འབྲུལ་བ། གཞན་ལྟོ་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་སྤྲུལ་ཆོགས་པའི་དོན་དུ་བཤད།

ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ། (དབུ་མ) རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་མཛད། འདི་རྗེ་ཁ་
མས་ཏུ་སྤྱེད་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་སུ་རྩོམ་སྤྱོད་འབྲུག་ཡོན་མའི་སྤྱན་རྒྱར་ཡུན་རིང་པོར་

གསོལ་བ་བཏབ་པས་ལམ་རིམ་གྱི་སྒྲིམ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་གཟིགས་བྱུང་དུས་བརྩམས་པ་ཡིན་
པས་ཤིན་ཏུ་བྱིན་རྒྱལ་ཆེ་བར་གསུངས།

ཡོན་ཏན་འོད། (འདུལ་བ) རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ། དབྱིག་གཉེན་གྱི་རང་མཁས་ཀྱི་སྟོབ་
མ་བཞིའི་ནང་ཆོན། འདུལ་བ་རང་ལས་མཁས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ནི། ཡུལ་བཅོམ་
བརྒྱལ་ཏུ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སུ་འབྱུངས། རིག་བྱེད་དང་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་ལེགས་པར་
བྱང་བ་ཕྱིས་དེ་ཉིད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞིག་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་བར་རྫོགས་ནས།
སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱི་བྱུང་དུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤྲོ་སྦྲོད་གསུམ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
མདོ་སྤྲེའུ་མ་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས། འདུལ་བ་འབྲུམ་སྤྲེའུ་ཏུ་ཐུགས་ལ་འདོན་པར་མཛད།
རང་གཞན་གྱི་བྱུབ་མཐའ་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཆོས་འདུལ་
བ་བུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུས་ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་རྒྱས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་དམ་པ་
ནན་ཏན་སྟིང་པོ་སྦྱབ་པ། ཞེས་འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྗན་པ་དེས། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ་དང་།
ལས་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་དང་། བྱང་སའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེའུའི་འབྲེལ་པ། འདུལ་བའི་མདོ་ལ་རང་
འབྲེལ་ལ་སོགས་པ་མཛད་དོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམས་པར་དག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཤི་
ཏཱ་འི་སྟོན་པོ་མ་ཏཱ་རྩ་རྩ་ཞེས་བྱ་བ་ལན་ཅིག་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པས་ཐིག་ལུང་བ་ཡང་སྟོབ་
དཔོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སོར་རྒྱད། ཡང་ལོ་རྒྱས་གཞན་ཞིག། ཐང་སན་ཅང་ལམ་
ཡིག་ལས། ཁྱོད་ཁྱེད་དེའི་སྟོ་ཕྱོགས་སུ་རྒྱང་ཐག་བཞི་ལྷ་ཅམ་གྱི་སར་གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱང་
དུ་ཞིག་ཡོད་པར་དགའ་འདུན་ལྷ་བཙུ་ལྷག་ཅམ་གནས་སོ། །འདི་ནི་སྟོན་སྟོབ་བྱ་ཁ་བྲ་ལྷ་སྟེ་
ཡོན་ཏན་འོད་ཞེས་བྱ་བས་ཡང་དག་པའི་རྣམ་དབྱེ་ཟེར་བའི་བསྟན་བཅོས་བརྒྱ་ལྷག་མཛད་
པའི་གནས་སོ། །སྟོབ་དཔོན་དེ་ནི་རྒྱང་དུ་ནས་རིག་པ་གསལ་ཞིང་དབང་པོ་རྟོག་ཞིག་སྟེ། སྟེ་
ན་སྟོན་པ་དང་བསྟོན་སྦྱང་ལ་རྩལ་ཐོན་པ་ཡིན་ཀྱང་། རྣམ་དབྱེད་ཆད་དུ་མ་འབྲེལ་བས་ལྷག་
མཐོང་གི་སྟོར་ལ་ཐེ་ཆོས་ཐོས་སྟེ་སྦྱར་ཐིག་དམན་དུ་ལོག་པ། དེས་ཐིག་ཆེན་སུན་འབྲིན་པའི་
བསྟན་བཅོས་སྟེགས་བམ་བཙུ་ཐག་དུ་མ་དང་། འདིག་རྟོན་པའི་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་

བཅུ་ཕྱག་དུ་མ་མཛད་ཀྱང་མ་ཆོས་ས་བར་ཐེཾ་ཆོས་ཐོས་པས། དེ་དུས་དེ་བ་སེཅ་སྟེ་ལྷའི་སྟེ་
 ཞེས་བྱ་བའི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་བསྐྱབས་པས་བྱབ་ཏེ། དགའ་ལྡན་དུ་འགྲོ་
 འོང་བྱེད་པ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཡོན་ཏན་འོད་གྲོགས་སུ་སྒྲན་ཏེ་སྒྲན་དུ་དགའ་ལྡན་དུ་བྱིན་ཏེ་
 ཡོན་ཏན་འོད་བྱམས་མགོན་ལ་བྱག་མ་བཙལ་བར་འདུད་ཅམ་བྱས་པས། ལྷ་སྟེས་སྐྱེས་པ།
 མ་པམ་པ་འདི་ནི་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཆབ་མཛད་པས་བྱག་འཆལ་བར་འོས་ཤིང་འདུད་
 ཅམ་མི་འོས་ཤེས་སྐྱེས་པ་ལ། ཚུར་ལན་དུ་སྐྱེས་པ། བཞིན་བཟང་འབྱུལ་ལམ། ཁོ་བོ་རབ་ཏུ་
 བྱུང་བ་ཆོས་གོས་གསུམ་ལྡན་ལགས་སྟེ། མ་པམ་པ་འདོད་ལྷའི་ཆ་ལུགས་ཅན་ལ་བྱག་རི་
 ལྟར་འཆལ་ཐེར་བས་ལྷ་སྟེས་དེའི་ང་རྒྱལ་ལ་ཞེ་ལོག དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་བསྐྱར་ཏེ་དགའ་
 ལྡན་དུ་འགྲོ་འོང་བྱས་ཀྱང་ཐེཾ་ཆོས་སེལ་མ་རྒྱས་པས་ཆེ་དེ་ལ་གྲོལ་བ་མ་ཐོབ་ཐེར་དོ། ཞེས་
 ཀྱང་གསལ་ལོ། །བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དང་། ཏཱ་ར་རྒྱ་ཐའེ་ཆོས་འབྱུང་སོགས་ལ་གཞི་བྱས།
 ཡོན་ཏན་འོད་གྲོགས་མཛད་པའི་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ། (འདུལ་བ) སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྲོགས་མཛད་
 པའི་འདུལ་བའི་གཞུང་ལྷ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྙུང་པ། (མར་བྱིན) མདོ་འདི་ཡུམ་སྐས་བཅུ་བདུན་གྱི་ནང་གསེས་གྱི་མདོ་སྙུང་པ་
 ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་དང་དོན་གཅིག སྙུང་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། མདོ་འདི་ལ་རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ཙ་
 བརྒྱ་སྐད་དུ་«འཕགས་པ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྙུང་
 པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་»ཞེས་བྱ་བའོ། མདོ་འདི་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྙུང་
 པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་མདོ་འདིའི་མཐུག་ཏུ། མིང་ནི་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་སྙུང་པ་བྱང་ཚུབ་
 ལམ། །ལམ་འདི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ཐོབ་བར་བྱ་བྱིར་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལས་
 ཐོགས་པའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་མདོ་འདིའི་ལུང་འདྲེན་ཐེངས་གསུམ་ཅམ་གནང་ཡོད།
 སྐྱ་བཤད་ནི། འདི་ལ་སྙུང་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། འདིས་ཡུམ་འབྱུང་གྱི་དོན་ཐམས་
 ཅད་ཉེ་བར་བསྐྱས་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད་དེ། སྙུང་པའི་དགའ་འབྱེལ་རྟོགས་སྐྱ་ལས།
 ཡུམ་ཕྱག་བརྒྱ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་བསྐྱས་པའི་དགོས་པ་ནི་ཞེས་གསུངས་པས་

སོ། །འདི་ལ་དབྱིན་སྐད་དུ་The summary of the precious knowledge ཞེས་བསྐྱར་ན་ཅུང་
དོ། །སྒྲིའག་བཀའ་འགྱུར་ཤེར་བྱིན་གྱི་གསུ་སྟེ། ཤེས་རབ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་བ ིན་བཞུགས་
ཤིང་ཤོག་ལྟེན་བ་བཅུ་དགུ་ཡོད། སྒྲ་བཤད་ནི། རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུམ་འབྲུམ་པའི་ཡོན་
ཏན་ཏེ་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་འདིར་འབྲེན་བའམ་སྟུང་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྲམོ། །སྟུང་
བ་ཆོགས་སྟེ། བཅད་པའི་དཀའ་འབྱེད་ཀྱི་ ༩ ི་ཤེས་པ་ལས། ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་སྟུང་བ་ནི་
ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་འབྲེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །

ཡོན་གནས། <དཀྱིལ> མཛོད་ཡུལ། མཛོད་གནས། སྒྲིན་འོས། ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པ། ཤེས་སྟུང་
དུ་འདི་ལ་དབྱིལ་ཟེར། སྟོང་འབྲུག་ཆེན་མོ་ལས། ཡོན་གནས་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་
ཀྱིས། །བདག་ལ་བཅེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས། །བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྟན་
བཞེན་ཆེན་ཏེ། །མཛོད་པའི་ནོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། ཡོན་ནི་མཛོད་པ་དང་གནས་ནི་ཡུལ་ལོ། །སྟོང་འབྲུག་ལས། ཡོན་གནས་
དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས། །བདག་ལ་བཅེར་དགོས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡོན་གནས་དམ་པ། མཛོད་ཡུལ་དམ་པའམ། མཛོད་ཡུལ་མཆོག་དཔེར་ན་སངས་རྒྱུས་བྱང་
སེམས་ལྟ་བུ།

ཡོལ། ཏྲ་སྒྲིའི་གཡས་གཡོན་དུ་དབྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ་འཛོག་རྟེན། ཡོལ་ཡོལ་ནི་རྒྱུ་པའི་མིང་ཡིན་
པར་བཤད་པས། དེ་ལས་གསུམ་པར་སེམས་སོ། །

ཡོལ་ཡོལ། (བརྗོད་) རྒྱུ་པའི་མིང་། འདི་ལ་ཡུག་པའང་ཟེར། ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་དུ་གསལ།

ཡོལ་གྱོ། (བརྗོད་) སྟོང་གི་མིང་ཡིན་པར། ལི་གྲུང་དུ་གསལ། སྟོང་སྟུང་། དཔེར་ན་དཀར་ཡོལ་ཞེས་
པ་ལྟ་བུ།

གཡལ་རྩ་བཞེན་བསྐྱེད་པ། (འདུལ་བ) རྩ་ལ་ཁྱིམས་རིམ་ལྟར་བསྐྱེད་རྩ་ལ་གྱི་དཔེ་ཞིག་སྟེ། རིམ་ལྟར་

གངས་ཀྱི་གཡག་ (གངས་གཡག་ཅེས་པ་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྲོན་དག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཏགས་
 པ་ཅས་ལས་དོན་ལ་བོད་ཀྱི་འབྲོང་དང་གཡག་རང་གི་མིང་ཡིན།) དེ་རང་གི་རྩ་མཉམ་གས་
 གཅིག་མིང་དག་ལ་ཐོགས་ན། དེ་བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་མ་མཉམ་པའི་བར་དུ་དེར་སྤྲོད་པ་དེ་བཞིན་དུ།
 ཉེས་བྱས་སྤྱ་མོ་ཡན་ཆད་ལ་ཡང་ལུས་སློག་ལ་མི་ལྟ་བར་བསྐྱར་བའི་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་
 མོ། །ཞེས་མཉམ་མོ་ཐར་གྱི་མདོའི་འབྲེལ་བར་གསུངས། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚུས་འཕེལ་
 ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐླར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས། གངས་ཅན་གྱི་
 གཡག་ཅེས་པ་ར་ཚོའི་བོད་ཀྱི་འབྲོང་དང་གཡག་རང་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད། དེས་ན་གངས་
 ཅན་གྱི་གཡག་དང་། གངས་ཀྱི་གཡག་གངས་གཡག་རྣམས་དོན་གཅིག་གོ། ཞེས་པར་གངས་
 གཡག་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

གཡག་ཆེན། རྩ་བ་ཆེན་གྱི་དོན། རྒྱལ་མ་གཡག་ཆེན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་གཙང་པའི་སྐད་ལ་ཡོད་
 ཅིང་། སེར་བྱེས་གཙང་པ་མཁན་བྱུང་སློབ་ཐང་ཆེ་འིང་ལགས་ནས་དེད་ཀྱི་སྤྱི་མ་དམ་པ་བཟ་
 ཤེས་འབྱུང་གྱི་དགེ་ལུགས་རྒྱ་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྤྱི་ཅེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གཡག་ཆེན་ཞེས་འབོད་
 ཀྱི་ཡོད།

གཡག་ཞར་བས་རྩ་བ་ལྟར། སྤྱིགས་གཅིག་མཛོང་ལ་གཅིག་མ་མཛོང་བའི་དཔེའོ། །

གཡང་གཞི། (འདུལ་བ) 1 དུད་འགྲོའི་བགས་པ་སྐབས་བལྟས་ཆ་ཆང་གི་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
 ཆེར་འབྲེལ་པ་ལས། གཡང་གཞི་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པའི་བགས་པ་དག་
 གོ། །ཞེས་གསུངས། 2 མི་ལྷགས་སྐབས་བལྟས་ཆ་ཆང་གི་མིང་། འདི་ལ་མི་ལྷགས་གཡང་
 གཞི་ཟེར་ཞིང་། དེས་གཡང་འགྲུགས་ཐུབ་ཟེར། སྤྱི་བཤད་ནི། གཡང་གི་གཞི་མ་སྟེ་དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་གཡང་འགྲུགས་ཐུབ་པའམ་དེ་གཡང་འགྲུགས་པའི་གཞི་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་
 བྱའོ། །

གཡན་པ། ཁྱི་རྩོ་སྟེ། ཟ་འབྲུག་ལང་ཞིང་རྩ་སེར་དང་རྣག་ཁྲག་འཛིག་པའི་བགས་ནད་ཅིག

གཡན་པ་དག་པ་པ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་བྱ་

བརྒྱད་པ། གཡམ་པ་དགའ་བ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་རྟོན་གྱི། བཅས་ལྷན་
དགེ་སློང་གིས་གཡམ་པ་དགའ་བ་རང་གི་རྒྱ་མཆན་ཉིད་ལྷན་པ་ལ་རང་གི་དོན་དུ་རང་ངས་
གཞན་བསྐྱོས་པས་སོར་བྱེད་ཡན་ཆད་ཆད་ལས་ལྷག་པར་བྱས་ཏེ་ཟེན་པ་ལས་གྲུར་པའི་
ལྷུང་བ་དངོས་གཞིལོ། ཁྲིང་གཞི་གི། མཉམ་ཡོད་དུ་དགེ་སློང་རབ་ཏུ་མང་སོས་གཡམ་པ་
དགའ་བ་རང་གི་ཆད་ལས་ལྷག་པར་བྱས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དོན་
དང་བྱ་བ་མང་བ་དང་། འདོད་ཆེ་བལོ། །

གཡམ། (བད་རྟིང་) ཞེས། ཞོར། གཡམ་ལ་རྒྱག་ཅེས་དང་། བཟང་སོ་གཡམ་རྒྱག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
གཡམ་ལ་རྒྱག་ (བད་རྟིང་) གཞན་གྱི་ཞར་ལ་རྒྱག་པའི་བད་རྟིང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྩོགས་
བཅུ་ཀ་ན་བཞུགས་པ་དང་ལྷན་བྱོན་ཟེན་པ་དང་མ་འོངས་པ་ན་འབྱོན་པར་འགྱུར་བ་དང་ད་
ལྷན་བྱུང་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་གཞན་གྱི་གཡམ་ལ་རྒྱག་ལྟ་བུ་མིན་པར་
བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྒོ་གསུམ་གྲས་པས་བྱུག་འཆལ་བལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུལོ། །

གཡལ་རྒྱ། 1 གཡལ་རི་སྟེ་རྟོག་གཡམ་པའི་རི་ལས་འབབ་པའི་རྒྱ་ལ་ཟེར། 2 མོ་མོ་འདོད་ཆགས་ཤིན་
ཏུ་ལངས་པ་ན་སོ་རྟགས་དང་སོ་རྟགས་ལས་འབབ་པའི་རྒྱ་ལ་ཟེར། འདི་ལ་གསང་སྟགས་
གཞུང་རྣམས་སུ་བདུད་ཅི་ཟེར།

གཡལ་བ། 1 ཟ་འཕྲུག་ལང་བ། 2 གཡམ་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་རྣག་མི་འཛྲག་པལོ། 3 ཨི་ཅི་གུ་ལུ་ཟ་བ།
གཡལ་བཟང་བཀའ་བརྒྱད། དྲགས་པ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། འགྲོ་མགོན་པག་མོ་གྲུ་
པའི་སྒོ་བ་མ་སྐལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་སེང་གེ་ལས་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བརྒྱད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་
གཡལ། ཁའམ་གདོང་། ཁས་ལེན་པ་ལ་གཡལ་དམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་།
གཞན་ཡང་། ཁ་ཟས་ལ་གཡལ་ཟས་ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །

གཡལ་ཟས། ཁ་ཟས། མ་སྐྱེས་དགའི་འགྲོད་པ་བསལ་པའི་མདོ་ལས། 336 ལྟ་བུ། བཅོམ་ལྷན་
འདས་བདག་ནི་གཡལ་ཟས་ཀྱི་རྟོ་ཡང་མི་གྲོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུལོ། །

གཡལ་རོ། གདོང་།

གཡར་བྲངས། སྤྱན་བྲངས། མདོ་སྤེལ་ས་བརྒྱ་པ་ལས། གཉིས་པས་ནི་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་ནག་ལྷས་ཀྱི་བྱ་
གཡར་བྲངས་ཏེ་ཐན་བྱིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གཡར་འབྲེན། སྤྱན་འབྲེན།

གཡར་བ་དང་བསྐྱིས་པའི་བྱང་པར། དངོས་རྩས་གང་ཡིན་པ་དེ་བཞེས་པའི་ནས་སྤྱད་ཆོག་པ་ལ་
བསྐྱིས་དང་། དངོས་རྩས་གང་ཡིན་པ་དེ་བཞེས་པ་མ་བྱས་པར་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་ལ་གཡར་
ཞེས་པའི་བྱང་པར་ཡོད་དོ། །ཞེས་ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་གསུང་བ་ལྟར་ལོ། །

གཡར་ལམ། (བརྩམས་) མི་ལམ། ལྷ་རིའི་བྱ་མངའ་བྱ་བྱུགས་པ་ན་མ་ལ་མི་ལྷས་ངོ་མཆར་ཅན་མང་
པོ་བྱུང་ཚུལ་སྟོན་པའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། བདག་གི་བྲམ་ཟེམས་མི་ལམ་འདི་
དང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མིས་ན་ཅི་ལ་ལྷ། དེ་དག་གིས་སྤྱས་པ། མཁན་པོ་གཡར་ལམ་དེ་བཟང་སྟེ།
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

གཡར་ཁམས། སྤྱ་ཁམས།

གཡས་ཆུང་། སྤང་ཆུང་། མཐོང་ཆུང་། རྩོམ་ཆུང་གསུང་ནས་ལ་དགོས་པ་སོ་སོར་མཆིས་པས་
གཡས་ཆུང་དུ་མི་བོར་བར་རགས་བསྐྱས་སུ་འགོད་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཡས་རོལ་གྱི་སྟབས། ལྷའི་བཞུགས་སྤངས་ཤིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་མཐོང་འབྲེལ་ལས། གཡས་པའི་
བྱེད་ཀྱང་སོར་མོ་རྣམས། །གཡོན་པའི་ལོང་བྱར་གཏད་པ་ན། །གཡོན་རོལ་ཡིན་ཞིང་གཡས་
རོལ་བརློག་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

གཡས་སུ་འབྲེལ་བ། བྱུང་དཀར་གཡས་འབྲེལ་དང་འབྲ།

གཡས་འབྲེལ་གཡོན་དཀྱིང་། འོགས་རིས་དང་ཞེན་ཁོག་མི་བྱེད་པར་བྲང་སོར་གནས་པའི་དོན། བྱ་
ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་དེ་བ་དང་སོ་༣༠ལས། དེང་སང་མི་ཐོགས་བདུན་བརྒྱད་ཙམ་སོང་འདུག་
ཀྱང་གཡས་འབྲེལ་གཡོང་དཀྱིང་གི་རིགས་མེད་པའི་ལྷགས་ལུང་ལྟར་སུ་བའི་ལས་རྩས་
གཙང་བའི་དཔེར་འོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

གཡུ་སྟོན་གྱི་མཆོད་པ། ཟས་ཀྱི་སྟེང་དུ་གཡུ་བཞག་ནས་འབྲེལ་བའི་དོན། སྟོན་དུས་ཟས་ཀྱི་སྟེང་དུ་

གཡུ་བཞག་ནས་འབྲུལ་བའི་ལུགས་སྒོལ་ཞིག་ཡོད་འདུག ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་གཡུ་སྒོན་
 རྒྱོག་བ་ཡིན་ཟེར། ཞིབ་བཞེས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་རྩོན་སྤང་ཆ་༡༦་ན་གཟིགས།
 གཡུ་ཐོག་ཟམ་པ། ལྷ་སའི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་ཟམ་པ་ཞིག་གི་མིང་སྟེ། འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཐུང་དུ་ཞིག་
 ལྷ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་ཤོག་གངས་༤་ན་གསལ།
 གཡུ་ལོ་བཞོད། གཡུ་ལོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་དོན་འབྲ།
 གཡུ་ལོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ཁམས། སེང་ལྗེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་ཞིང་ཁམས། དདུལ་ཚུ་རྩྭ་ཟླ་བ་
 མཛོད་པའི་ལེགས་ཁྲིས་མའི་འགྲེལ་བ་ལས། ཤིང་སེང་ལྗེང་ལ་སོགས་པའི་ནགས་ཆའ་གྲིས་
 སྒྲིས་པའི་སྟོ་ཕྱོགས་གཡུ་ལོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ན་བཞུགས་པའི་མཛེས་མ་ཁྱོད་ལ་འདུང་
 པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཡུང་བྱང་། ༡ ཉག་པ། བཏན་པ། མི་འགྲུར་པ། ཐེར་ཟུག་ཆ་ཤི་མེད་པ། ཆ་ཤིས་མ་བཅོམ་པ།
 གཡུང་བྱང་རྩམས་མིང་གི་རྩམ་གངས་ཡིན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལ་གཞི་བྱས། 2
 ཉག་བཏན་མི་འགྲུར་བ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་གཡས་སུ་འགྲེལ་བའི་རིས་མོ་ཞིག་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་
 ལྷ་སྟེ་ག svastika ཟེར། དེང་སང་བྱི་རྒྱལ་བས་ swastika ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད་དོ། །མདོན་བཛོད་
 འཆེ་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོ་བ་མོ་ལས། ལྷ་སྟེ་ག བདེ་ལེགས་ཅན་ནམ་བཟ་ཤིས་
 ལྷན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་བྱི་རྒྱལ་བའི་ཆོག་མཛོད་ནང་Sanskrit svastika, from
 svasti ‘well-being,’ from su ‘good’ + asti ‘being’ ཞེས་བཤད་དོ། །3 དམག་ཆེན་གཉིས་
 པའི་སྐབས་ཀྱི་འཇར་མན་ཀྱི་མགོ་ཁྲིད་Adolf Hitler ཞེ་ཾལ་པ། ཉིཿལར་ཀྱི་ལས་རྟགས་
 ཤིག་ ཉིཿལར་ཀྱིས་དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་འཇུཅུ་མི་རིགས་ས་ཡ་མང་པོ་སྡེབ་
 གསོད་བཏང་བས། འཇར་མིང་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་རུབ་ཕྱོགས་པའི་མི་རིགས་རྩམས་ཀྱིས་འདི་
 ལ་མི་དགའ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་པས། གཡུང་བྱང་གི་ལས་རྟགས་འཁོད་པའི་ཆོང་ཇུས་ཅི་འབྲ་
 ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སྤྱི་ལཱ་ཀྱང་ཉེ་ཆོང་མི་བྱེད་ཅིང་མི་བྱིན་པས། འདི་ལ་ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས། ཞིབ་
 ཏུ་བཞུགས་ན་ཉིཿལར་ཀྱི་ལས་རྟགས་དང་། རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་གཡུང་བྱང་གི་རི་མོ་གཉིས་

མི་འབྲསྟེ། ཉིན་ལར་གྱི་དེ་གཡོན་འབྲིལ་ལམ་གཡོན་སྐྱོར་དང་། བོད་དང་རྒྱ་གར་གྱི་དེ་
གཡལས་འབྲིལ་ལམ་གཡལས་སྐྱོར་ཡིན་པའི་བྱུང་བར་ཡོད་དོ།

གཡུང་པོ། (འདུལ་བ) གླ་གློ། མདོ་ཅའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་སྟོང་ཆ་༩ ལུ ༡༣༤བཟུམས། གཡུང་པོ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་གླ་གློའོ། །ཞེས་གསུངས།

གཡུལ། 1 དམག་གི་མིང་། གཡུལ་ཞེས་བ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ “ཡུརྟི” ཡུརྟི་ཞེས་བའམ་ “ཡུརྟ”
ཡུལ་ ཞེས་བ་བྱུང་ཆག་པར་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ཡང་དབྱུང་དོ། 2 རྟོན་ཐོག་བརྒྱུང་བ་ལ་སོགས་
པའི་ལས་བྱེད་སའི་ཐང་གི་མིང་། གཡུལ་ཁ་ཡང་ཟེར། འདི་ལ་གཡུལ་ཞེས་བཀྲགས་པའི་རྒྱ་
མཚན་ནི། གཡུལ་འབྱེད་པའི་ཆེ་བརྒྱུང་བ་དང་འདེགས་བ་དང་གསོད་བ་སོགས་བྱེད་བ་དང་
བྱེད་ལས་མཚུངས་པས་གཡུལ་ཞེས་བཀྲགས་སོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་བ་༩ རྒྱ ༡༡༠ན་ལས། གཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྒྱུང་བའི་གནས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་སོ། །

གཡུལ་ངོ། འཐབ་མོ།

གཡུལ་གྱི་ངོ། གཡུལ་ངོ་དང་འབྲ།

གཡུར་ཟ་བ། ལེགས་པར་སྦྱོན་བ་དང་ལོ་འབྲས་རྒྱས་པའི་དོན་ལ་བཤད།

གཡེ་ཐང་ཀ། དབྱེ་ཐང་ཀ་དང་འབྲ། གཡེ་ནི་དགོན་པ་ལས་ཀྱང་ཐག་རིང་བའི་འབྲོག་དགོན་ཏེ། མོ་
མཐའ་ཡས་པའི་གཟུངས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། དགོན་པ་ནི་གྲོང་ལས་འདོམ་ལྷ་བརྒྱ་པན་ཆད་
དོ། །གཡེ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་རིང་བའི་ཞེས་བ་ལྟར་ལོ། །ཞེས་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་བ་གསུང་།

གཡེང་བ། 1 (བཅུ་ཆེན) གཡེངས་པ། གཡེང་བ། སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མི་གནས་པར་
འཕྲོ་བའམ་རྟོད་པའི་དོན། འདི་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་ཀྱང་། དག་གསར་དུ་འདི་བྱེད་འབྲེལ་
ལས་ཆོག་ཏུ་བཤད། གཡེང་བ། གཡེངས་པ། གཡེང་བ། གཡེངས། 2 (མིང་ཆེན) རྣམ་གཡེང་
ངས། འཕྲོ་རྟོད་ཅན་གྱི་སེམས། གཡེང་བ་ཆེ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་དང་། རྣམ་གཡེང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

3 གཡེ་བའམ་ལྗེང་བ། འོག་ཏུ་མི་བྱིང་བར་སྟེང་དུ་འཕྲོ་བ། འོགས་ཀྱན་ཏུ་དབང་མེད་དུ་

འཁྲེང་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །རྒྱ་མཆོ་
ཆེར་ “གཡེངས་” གཉམ་འཕྱིང་གི །བྱ་གར་རུས་སྤུལ་མཁྱིལ་རྒྱུད་ལྟར། །མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་
དཀར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །བསྟན་འགྲུལ་རྒྱུད་ཀྱི་ ལུ་པ་ ༡༧༡ རྣམས།
སྤྲུག་དོག་རྒྱུད་དམར་འཛུབ་མས་འཁོར་བར་གཡེངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 4 བོས་
སོགས་བཀའ་བའི་དོན། དག་གསར་དུ་བཤད། བགས་པ་ཉི་མར་གཡེངས། །སྤྲུལ་སྤྲུག་རྒྱུ་
ལ་གཡེངས་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་བཤད། 5 ལེ་ལོ་དང་འདུ་འཛིའི་དོན་བུ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
མོར་བཤད།

གཡེན་སྟོབ་ལ། འཇུག་ལ། ཅོ་འཕྲིའམ་སྤང་བར་བྱེད་ལ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
བཤད་པ་ཀྱང་ རྒྱ་ ༡༧༦ རྣམས། གཡེན་སྟོབ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །ཅོ་འཕྲིའམ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དོན་བུ། ལི་གུར་གསུང་།

གཡེམ་ལ། (བརྟུན་པ) འདོད་པའི་བརྟུན་པ་ཡིན་པར་བཤད།

གཡེར་པོ། 1 ཀུན་ཏུ་གཡོ་བ། 2 བརྟུན་པ་ལས་མཁས་པ་འཕམ་གྱི་མས་པའི་དོན་བུ་བཤད་དོ། །

གཡེར་བག་ཅན། གཡེར་བག་ཅན་ནི། བྱང་པོ་དང་སྦྱང་པོའི་མིང་བུ། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས་
གསུངས་ཏེ། བྱང་པོ་སྦྱང་པོ་གཡེར་བག་ཅན། །སྦྱོན་པོ་སྦྱིམ་པོ་གྱིམ་པོ་རྣམས། །མཁས་
པའམ་ཤེས་རབ་ཅན་ལ་འཇུག་ ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

གཡེལ་བ། 1 འབྲལ་བ། གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་གྲོགས་བྱེད་ཤོག་ ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 བརྟུན་ལ། མ་
གཡེལ་མ་གཡེལ་རྟེན་འཛིན་མ་ཆོག་དགོངས་ལྟ་བུ། 3 འདལ་བ། ཡོལ་བ། བརྟུན་ལ། དཔེར་ན་
སྤར་གྱི་དམ་བཅའ་ལས་གཡེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་བྱའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 གཡེང་བ། གྲུ་ཡངས།
རྩོད་ཡངས་ཤོར་བ། 5 ཁས་སྤངས་པ་ཡལ་བར་དོར་བའི་དོན་བུའང་བཤད་པའང་མཐོང་དོ། །

གཡོ། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བརྒྱུད་པ་ནི། འདོད་ཆགས་དང་གཉི་སྦྱག་གི་ཆར་གཉོགས་གང་ཞིག་ རྟེན་
བརྟུན་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གཞན་མགོ་རྟོངས་པར་བྱེད་འདོད་ཅིང་། རང་གི་ཉེས་པ་
གཞན་གྱིས་མི་ཤེས་པར་བྱེད་འདོད་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པའོ། །བྱེད་ལས་ནི། དེས་པའི་

ལན་གསལ་པོ་མི་འདེབས་པས་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་རྟེན་པའི་བར་དུ་
གཙོད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་༡༣༣༥ལས། གཡོ་ནི་ཕྱིན་ཏུ་སྐྱ་བ་
སྟེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཡོ་སྐྱ། ། གཡོ་ནི་རང་གི་ཉེས་པ་སྤེད་པ་དང་། སྐྱ་ནི་རང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་
སྟོན་པའོ། །དེ་གཉེས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་གཉི་སྟག་གང་རུང་གི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་
ནོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྐྱ་ནི་ཡོན་ཏན་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་སྟོན་པ་དང་།
གཡོ་ནི་རང་གི་ཉེས་པ་ཐབས་གྱིས་མི་མངོན་པར་བྱེད་པ་ལ། གུན་ལས་བརྟུས་ལས་གསུངས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2 གཞན་བསྐྱ་བར་འདོད་པ་ལ་གཡོ་དང་། །ཁ་ཞེ་མི་མཚུངས་
པ་ལ་སྐྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་
པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༥ ཅེ ༥༥ལས། གཡོ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱེད་ཅིང་
བསྐྱ་བར་སེམས་པའོ། །ཞེས་དང་། གཞན་དུ་སྐྱ་ཞིང་གཞན་དུ་སེམས་པ་ནི་སྐྱ་ལོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་༡༣༣༥ལས། གཡོ་ནི་ཕྱིན་ཏུ་སྐྱ་བ་སྟེ། སྐྱ་ནི་
སེམས་རྒྱད་བྱ་བྱ་ལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་སྐབས་ཤིག་གི། གཡོ་ནི་མི་བརྟན་པ། སྐྱ་ནི་བྱ་
བྱ་སྟེ་མི་བར་བའི་དོན་ནོ། །སྐྱ་དང་། བྱ། བྱ། འོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་བྱ་
བྱ། ལྷགས་བྱ། ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བྱ། རྗེའི་རྣམ་གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་དུ། ཡོན་ཏན་མེད་
བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་སྟོན་པ་གཡོ། །རང་སྟོན་སྤེད་པ་ལ་སྐྱ་ཞེས་ལམ་རིམ་དུ་གསུངས་པ་དང་
གོ་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་ཡང་ཡི་གེ་དག་མ་དག་སོགས་དབྱད་བར་འོས་སོ། །

གཡོ་སྐྱ་ཁམས་གསུམ། གཡོ་ནི་རང་སྟོན་སྤེད་པ། སྐྱ་ནི་རང་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་
སྟོན་པ། ཁམས་པ་ནི་གཞན་ལ་མངོན་སུམ་འཛེམ་མེད་དུ་རྩུབ་བཤད་པ་དང་གསུམ་མོ། །

གཡོ་བ། 1 འགྲལ་སྤྱོད་རྒྱག་པ། བན་ཚུན་དུ་བསྤོང་བ། 2 འགྲུར་བ། མི་བརྟན་བ། རྗེའི་ཡོན་ཏན་
གཞིར་གྱུར་མ་ལས། ལུས་སྟོག་གཡོ་བ་ཚུ་ཡི་ཚུ་ལྟར་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2
ཟས་བཟོ་བ། ཟས་ཀྱི་སྟོན་བྱེད་པ། ཟས་གཡོ་བའམ་གཡོས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཟས་བཟོ་

སའམ་ཐབ་ཆང་ལ་གཡོས་ཁང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཟས་གཡོ་བ་ལའང་སྒྲོགས་དང་གཟར་བུ་
སོགས་ཀྱིས་དགྲུག་ཅིང་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་དགོས་པས་གཡོ་བ་ཞེས་བཏགས་པའང་ཡིན་སྲིད།
གཡོ་བ་རྒྱུད་ཅུ་རྒྱུད་ཐེག་ལའི་ནང་ཆོན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གཡོ་བ་ནི་འདིར་བཞུགས་པ་ལ་ཟེར་གྲེ།
ལུས་ཀྱི་ཅ་ནི་ཆེན་དང་རྒྱུད་ནི་གཡོ་བ་སྟེ་བཞུགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། དཔེར་ན་སྒོ་དང་བཅུད་ཀྱི་
འཛིག་ཆེན་ལ་ཆེན་གཡོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

གཡོ་མོ། རྩ་བུ་སོ་བཏང་བའམ། ཁམ་པོར་གྱི་དུམ་བུ་ལ་ཟེར།
གཡོན་བརྒྱུད་གི་སྤྱུངས། ལྷའི་བཀྲུགས་སྤངས་ཤིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་ལས། གཡོན་པའི་
བྱིན་པ་བསྐྱམས་པ་ལས། གཡལས་པ་འགྱིང་བཅས་དོར་སྤྱབས་ཅན། གཡལས་བརྒྱུད་བསྐྱོག་པ་
གཡོན་བརྒྱུད་དོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་དོ།

གཡོན་ཅན། (འདུལ་བ) 1 འདི་གཡོ་སྤྱོད་ཅན་ཞེས་པའི་ཆོག་སྤྱོད་བསྐྱུས་ནས་གཡོན་ཅན་ཞེས་བཛོད་
པའོ། 2 རྒྱུན་པོའམ་རྒྱུན་མའི་མིང་། དཔེར་ན་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་སྤྱོད་འཛོད་མ་བཟང་
མོ་དང་གཡོན་ཅན་བརྒྱ་ཅ་ལག་ཅས་པའི་གཡོན་ཅན་ཞེས་པའང་རྒྱུན་མ་ལ་ཟེར་བ་བཞིན་
ནོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། གཡོན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་ཐབས་ཀྱིས་ཆོས་
རྒྱུན་བྱེད་པའོ། ཞེས་གསུངས། ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ ༡༤བཅུའས། གཡོན་ཅན་ནི་དོ་
སྤྱོད་པའི་རྒྱུན་མའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། 3 བྱུང་མེད་ཀྱི་མིང་དུའང་བཤད། གཞོན་ཏུ་ཆུ་མེད་
ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ ༥༥ལས། བྱུང་མེད་གཡོ་སྤྱོད་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་བྱིར། གཡོན་ཅན་ཞེས་
གསུངས་དེ་ཚུལ་ཡོངས་མི་ཤེས། ཞེས་སོགས་ལྟར་དོ། 4 རྒྱུ་བྱའམ་བྱི་ལ། 5 བདུད་ཀྱི་མིང་
དུ་བཤད།

གཡོན་ཅན་མ། (འདུལ་བ) 1 སྤྱིས་པ་མང་པོ་དང་ལུས་འགྲེལ་བྱེད་པའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་མིང་སྟེ། བལ་སྐྱེད་
དུ་འཆལ་མོ་ཟེར་བ་དེའོ། དེ་བྱིན་སྐྱེད་དུ་^{whore} ཟེར། 2 བྱུང་མེད་གཡོ་སྤྱོད་ཅན་ལའང་གོ་བར་
སེམས།

གཡོན་མིག་མ། བྱུང་མེད་མཆོག་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱོད་པའདུག་མིག་མའི་སྤྱོད་པས་ན་གཡོན་མིག་

མ་ཞེས་མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས་གསུངས་ཀྱང་། གཡོ་འབྲུལ་གྱི་མིག་གིས་ལྟ་
 བས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས་པར་སེམས་ཏེ། དེ་ཡང་གཡོན་ནི་གཡོ་སྦྱུངས་འབྲུལ། འདིའི་འབྲུལ་
 བྱེ་འབྲུལ་བཤད་ཅེས་པའི་འབྲུལ་དེ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟར་བྱེ་མིག་གིས་ལྟ་བས་དེ་ལྟར་བཏགས་ཏེ།
 རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས། མིག་ཟུར་གྱིས་ལྟ་བ་དང་། མིག་ཕྱེད་བཅུ་ལྟ་ལྟ་ཞིང་བལྟས་
 བས་ཟུར་བ་ཟུར་བར་འཇུག་པ་དང་ཞེས་སོགས། བྱད་མེད་ཀྱི་སྦྱུ་རྣམ་པ་སུམ་ཅུ་ཙུག་ཉིས་
 གསུངས་པས་སོ། །

གཡོན་རོལ་གྱི་སྟབས། ལྟའི་བཞུགས་སྟངས་ཤིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས། གཡམས་པའི་ཕྱེད་
 རྒྱང་སོར་སོ་རྣམས། ། གཡོན་པའི་ལོང་བྱར་གཏད་བ་ན། ། གཡོན་རོལ་ཡིན་ཞིང་གཡམས་རོལ་
 བརྒྱུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཡོས་ཁང་། (འདུལ་བ) ཐབ་ཆང་།

གཡོས་མལ། (འདུལ་བ) ཐབ་ཆང་།

༩ ར ག

རྩ་ག་ར་ཉ། (ལེགས་སྦྱར) འདོད་ཆགས་དགའ་མ་སྟེ། གོས་དཀར་མེའོ། འདོད་ཆགས་དགའ་མེའོ་སྟེ།
དོན་ནི། འདོད་ཆགས་ནི་འོད་དཔག་མེད་པའོ། ཉེ་ལ་དགའ་བས་ན་འདོད་ཆགས་དགའ་མ་སྟེ།
བར་དོན་ནོ། འདོད་ཆགས་ནམ་པར་དག་པ་འོད་གསལ་ལ་དགའ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དགའ་
མ་སྟེ། དེས་དོན་ནོ། རྗེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྦྱགས་ན་གསལ།

ར་གན། རག་གི་མིང།

ར་མདལ། ༡ རོགས་པ། རོགས་སྦྱོར། མདོ་སྡེ་ལས་བརྒྱ་པ་༩ ན ༥༡༠བ་༥ལས། འཁོར་བར་འཁོར་
ཞིང་སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོ་ཉིད་ན་མི་རུང་ངོ་སྦྱུང་དུ་བསམས་ནས། འདིའི་ར་མདལ་བྱ་དགོས་
སྦྱུང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། ༢ རེས་སྤྱ་འདེད་པ། རྒྱན་པོ་དང་དབང་སོགས་རེས་སྤྱ་འདེད་
པའི་དོན།

ར་བྱར། (འདུལ་བ) ར་བལ་ལམ་ར་སྤྱ་ལས་བཟོས་པའི་བྱར་བའི་མིང། རང་གི་རྣམ་བཤད་ལས། ར་
བྱར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ར་བལ་ལས་བྱས་པའི་བྱར་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རྩ་མ། (ལེགས་སྦྱར) ཅིང་བྱེད་དམ་དགའ་བྱེད། ཉག་པོ། མཛེས་པ། འཕགས་བོད་རྒྱད་གཉིས་ཤན་
སྦྱར་ན་གསལ།

རྩ་མ་སྤྱ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱད་སྡེ་ནས་གསུངས་པའི་གནས་ཆེན་ཉེར་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རྒྱ་གར་ལྟོ་
སྟོགས་ཀྱི་གནས་ཤིག་ རྒྱན་ཏུར་ཞེས་པའི་གྲོང་བྱར་འེལ་ལི་ལ་ཞུགས་ཏེ་རྟེན་ལི་དང་དེ་
ནས་མེ་རྩ་ས་བརྒྱད་དེ་རྩ་མེ་ཤར་ཞེས་པའི་ས་ཆར་སྦྱེབས། ཞེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་
ཆོས་འཕེལ་གསུང།

ར་མོ་ཆེ་གཙུག་ལག་ཁང་། སྲོང་བཅན་སྐུ་མ་པོའི་བཙུན་མོ་རྒྱ་བཟའ་ཤོང་ངོས་བཞེངས་པའི་གཙུག་
ལག་ཁང་། འདི་ལ་རྒྱ་བཏབ་ར་མོ་ཆེ་ཡང་བེད།

རྩ་འོ། (ལེགས་སྦྱར) 1 རྒྱལ་པོ། 2 གཞན་ལས་མཆོག་ཏུ་སྦྱར་བ། 3 གསལ་བ། 4 གཞན་གྱིས་མི་བཟོ་
བ། 5 མི་མ་བུན་ཕྱོགས་འཛེམས་པའི་སྟོབས་དང་ལྡན་བ། 6 རྒྱལ་སྲིད་ལ་དབང་སྦྱར་བར་
བྱེད་བ། 7 འཁོར་ཆོགས་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་བཅས་ལ་འབྲུག་པར་བཤད།

ར་རོ་བ། (འདུལ་བ) ཆང་དང་སྟོ་ཇུས་སོགས་ཀྱིས་གཟེ་བ།

ར་ས། ལྷ་སའི་མིང་རྟིང་བ་ལ་ར་ས་བེད། ལྷ་སའི་གཤོད་མའི་མིང་ནི། ར་ས་ཞེས་བྲ་ལ། ཡིག་རྟིང་
ཐམས་ཅད་ལ་ར་ས་ཞེས་འབྱུང་གི་ལྷ་ས་ཞེས་མི་འབྱུང་བར་བཤད། དུལ་བྲ་དུ་མའི་སྐད་ལ་
རའི་ཆབ་ཏུ་ལ་ཞེས་འབོད་པ་དཔེར་ན། རྩ་ལ་ལྷ་ཞེས་འབོད་པ་དང་། ར་རུ་ལ་བྲ་བ་ལ།
ལ་རུ་ལ་བྲ་བར་འབོད་བ། རྩུན་ལ། ལུ་ཞེས་འབོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལ་ས་ཞེས་འབོད་པ་
བྱུང་། ལ་ས་ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་གོ་རྒྱ་མེད་མོད། གོ་རྒྱ་ཡོད་པར་བཅོས་ཏེ་ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་
བྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་ཏ་ཟེག་ལ་སྟག་གཟིག་ཅེས་འབོད་པ་བཞིན་གོ། དེ་ནས་ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་
བྱུང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལྷ་ལྡན་དུ་སྟོས་པར་བཤད། འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱུད་ལས། ལྷ་ལྡན་
དུལ་ཞེས་བྲ་བ་ཡི། གངས་ཅན་རི་ཡི་ནང་གནས་པའི། རྒྱལ་པོ་མི་ཡི་ལྷ་ཞེས་བ། ཁི་ཅ་བྱི་
རྣམས་རིགས་སུ་འབྱུང་། ཞེས་པའི་ལྷང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་ས་ནས་ལྷ་ལྡན་དུ་སྟོས་པར་
བཤད། ཞིབ་པར་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྟོར་བས་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་ཤེས་
པར་བྱའོ། །སྤྱོད་པའདྲ་ནི། ར་ལ་ས་བཀལ་ནས་འོ་ཐང་ (འོ་མ་ཐང་ཡང་བེད) གི་མཆོ་བསུབས་
པའི་ཐོག་ཏུ་ངོ་པོ་མི་བསྟོད་དོན་མེད་པའི་ལྷ་ས་སུ་གསོལ་རྒྱུའི་ར་ས་འབྲུལ་སྦྱང་གི་གཙུག་ལག་
ཁང་བཞེངས་པ་ནས་བཟུང་། ར་ས་ཞེས་པའི་མིང་ཆགས་ཅེས་པའི་བཤད་སྟོལ་ཞིག་དང་།
ཡང་ན། ར་ས་ནི་ར་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་སམ། ར་ནི་ཁྲིམ་གྱི་མིང་དུ་འང་མཛོང་ལ། མི་
བསྟོད་དོན་མེད་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་ཡང་ར་མོ་ཆེ་དང་། སྟོ་ལྷང་མདར་ཡང་ར་མོ་ཆེ་བྲ་བ་ཞིག་
དང་། གཞན་ཡང་ར་སྟོད་ར་སྦྱད། ར་བ་ཤོང་འོག་ ར་ཆེ་རྒྱུང་སོགས་སྟོན་གྱི་མིང་འདོགས་

ཚུལ་ཅི་བས་མང་བ་ཞིག་གོ། དེའི་ཕྱིར་ར་ཞེས་པ་ཁྲིམ་དང་ཁང་པའི་མིང་དུ་བྱེད་པ་ལ། མདོ་
སྒྲིལ་གྱི་འབྲོག་པ་རྣམས་རེ་ནག་གི་གྲུར་ལ་དུ་ཞེས་འབོད། འགའ་ཞིག་གིས་རྩ་ཞེས་འབོད། དེ་
གོ་ལོག་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་གཟུགས་གཅིག་ཏུ་འདུ་བར་མཛོད་ཏེ། རྩ་ལ་ཨ་ཡིག་ཚུང་ལ་ར་
ཡིག་ཆེ་བ་བྲིས། རྩ་ལ་བ་ཡིག་ཆེ་ལ་ར་ཡིག་ཚུང་བར་བྲིས་པ་ཅམ་ཁྲད་པར་ཡིན་པས་
སོ། །དེས་ན་ཁྲིམ་ནག་བྲུ་བ་ནན་གྲུ་བ་ཡང་གོ་རྒྱུ་གཅིག་པར་འདུག ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་
རོ། །

རྩ་ས། ར་ས་དང་དོན་འབྲ། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་རྩ་ས་ཞེས་ཨ་ཟུར་བཏགས་
བ་བྲིས་འདུག ཨ་ཟུར་ཡོད་མེད་རྒྱུ་ཡང་དོན་ནི་འདྲའོ། །

ར་ས་རྒྱ། (ལེགས་སྒྲུར) 1 རོ་ས། ཅུ་དབུ་མའི་གཡས་སུ་གནས་པའི་ཅུ་ཞིག་ ཅུ་རོ་ས་དང་དོན་གཅིག་
ཅུ་རོ་ས་ལ་གཟིགས། 2 རོ་སྟོང་། 3 ལྷེའི་མིང་། 4 རོག་པག་གམ་སྟེད་རགས་ཀྱི་མིང་བཅས་
ལ་འཇུག་པར། སྤོ་བོད་སྟེད་གཉིས་ཤུར་སྒྲུར་གསེར་གྱི་སྟེང་མཛེས་ན་གསལ།

ར་ས་འབྲུལ་སྒྲིལ་གི་གཙུག་ལག་ཁང་། ལྷ་སའི་རོ་ཁང་གི་མིང་གཞན། རོང་བཅོན་སྐམ་པའི་བཙུན་
མོ་བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་གྱིས་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་སྟེ། དེ་ཡང་ལྷ་སའི་འོ་ཐང་གི་
མཆོ་ཚུང་དུ་དེའི་སྟེང་དུ་གདུང་མ་བསྒྲིགས། ར་ས་ས་བཀའ་ནས་མཆོ་བསུབས་པའི་ཐོག་ཏུ་
རོ་བོ་མི་བསྟོད་རོ་རྩེ་བཞུགས་སུ་གསོལ་རྒྱུའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་བ་བཅས་པ་
ཡོངས་སུ་བྱུང་བའོ། ར་ས་ས་བཀའ་ཏེ་མཆོ་བསུབས་པའི་སྟེང་འབྲུལ་སྒྲིལ་དུ་ཤར་འདའི་
གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པས་ན། ར་ས་འབྲུལ་སྒྲིལ་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་མཆོན་གསོལ་
ཞེས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ར་སའི་བཤད་སྟོལ་ཞིག་དང་། ཡང་། ར་ས་ནི་ལྷ་སའི་མིང་རྟོག་པ་
ཡིན་པས། ལྷ་ས་འབྲུལ་སྒྲིལ་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ར་སའི་སྟོར་ཞིབ་པར་
གོང་དུ་ར་ས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཐོག་མར་བལ་བཟའ་ཁྲི་བཙུན་
གྱིས་རང་གི་རྟེན་སྐལ་རོ་བོ་མི་བསྟོད་རོ་རྩེ་བཞུགས་སའི་ཆེད་དུ་བཞེངས་ཤིང་། ར་མོ་ཆེའི་
གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱ་བཟའ་གོང་རོས་རང་གི་རྟེན་སྐལ་རོ་བོ་ཤུག་སུ་ནི་བཞུགས་སའི་སྟོ་བཞི་

གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ལུགས་སུ་བྱས་བས་ཚོས་བ་རྣམས་དགལ། ཅིག་བ་གཡུང་བྱང་གི་རིས་
སུ་བྱས་བས་བོན་པོ་རྣམས་དགལ། ཀ་བ་ཕྱར་བའི་དབྱིབས་སུ་བྱས་བས་ལྷགས་བ་རྣམས་
དགལ། ལྷག་དང་བལ་མ་མིག་མང་རིས་སུ་བཀོད་བས་འབངས་རྣམས་དགལ་ཞེས་དགལ་
བཞི་འབྲུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་ཀྱང་གྲགས་སོ། །

ར་ཏུ་ལ། (ལེགས་སྒྱུར) 1 སྤས་སྤྲ་གཅན་འདྲིན། 2 རོ་བོ་རྒྱའི་གསང་སྤགས་ཀྱི་ཚོས་གསན་སའི་སྤ་མ་
ཞིག

ར་ཏྟ། (ལེགས་སྒྱུར) 1 ཁྲག 2 དམར་པོའི་མིང་ཡང་ཡིན། 3 ཚགས་པ། རྒྱའི་སྤས་དོན་ཀྱན་གསལ་ན་
གསལ།

རག་དྲང་། རག་ལ་བཟོས་པའི་དྲང་ཆེན། དྲང་ཆེན་ལ་གཟིགས།
རགས་བ་ཉི་ལུ། རང་གི་ཕུང་པོ་ལུ། ཁམས་བཞི། སྤྱེ་མཆེད་དུག ལུལ་ལྷ་སྤྲེ་ཉི་ལུའོ། །རགས་བ་ཉི་
ལུའི་ཐ་སྤྲད་འདི་རྒྱའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྤོན་ན་གསལ།
རགས་བ་ཉིར་ལུ། རང་གི་ཕུང་པོ་ལུ། ཁམས་བཞི། སྤྱེ་མཆེད་དུག ལུལ་ལྷ། གཞི་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་
ལྷ་སྤྲེ་ཉིར་ལུའོ། །རགས་བ་ཉིར་ལྷའི་ཐ་སྤྲད་འདི་རྒྱའི་རིམ་ལྷ་གདན་རྫོགས་དང་མཁས་བྱབ་
རྒྱའི་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱབ་བྱ་མཆོ་ཡན་ན་གསལ།

རགས་བ་བྲན་བ་གཅིག་པའི་རྣལ་འབྱོར། བསྐྱེད་རིམ་རགས་བ་དང་དོན་གཅིག་དེ་ལ་བྲན་བ་གཅིག་
པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡང་ཟེར། བྲན་བ་གཅིག་ཅེས་བ་ལྷ་བྲན་ཐེབས་གཅིག་གམ་ལྷ་གཅིག་ཙམ་
བྲན་བ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། གཅིག་ཏུ་ལྷ་བྲན་བའམ་རང་དང་ལྷ་གཅིག་ཏུ་བྲན་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤྱིར་
ལྷ་ཐ་རགས་གཉིས་ཀ་སྤོས་བ་ལ་འབྱུག་ཀྱང་། འདིར་ནི་རྟེན་དང་བརྟེན་བ་རགས་པའི་ལྷའི་
རྣལ་འབྱོར་ཡིན་ནོ། །ཞེས་རྒྱའི་མཐའ་གཅོད་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱ་ཁྱ་ལས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

རགས་བ་གནས་སྤབས་པའི་ལུས། ཤ་རུས་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་ལ་ཟེར། རྒྱའི་རིམ་ལྷ་གསལ་
སྤོན་ལས། །འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ནི་གཉིས་ཏེ། གནས་སྤབས་བ་དང་། གཉུག་མ་བའི་
ལུས་སོ། །དེའི་དང་པོ་ནི། རྒྱང་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་སྤོན་གྱི་འབྱུང་ལུས་

རགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་སྟོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱུད་སེམས་ཅན་ལས་བྱུང་པའི་ལུས་
སྟོ། །ཞེས་གསུངས་སྟོ། །སྐྱེ་བ་ཤད་ནི། འདི་ལ་རགས་པ་གནས་སྐབས་པ་ཞེས་བཞོད་པའི་རྒྱུ་
མཚན་ནི། རྣམ་སྤེལ་གྱི་ལུས་རགས་པ་འདི་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུན་མི་ཆད་དུ་འབྱུང་
བ་མེན་པར། ཆེ་འདིར་སྐྱོ་བྱུང་བའི་ལུས་རགས་པ་ཡིན་པས། རགས་པ་གནས་སྐབས་
པའི་ལུས་ཞེས་ཟེར་རོ། །

རགས་པ་གནས་སྐབས་པའི་སེམས་ས། རང་བཞིན་བརྒྱུད་ཅུའི་ཀུན་རྟོག་གིས་མཚོན་པའི་སེམས་
རགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར།

རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད། 1 (ཐལ་འབྱུང་བ) ཚུགས་སྐབ་ཀྱི་ཆོས་ཤིག་ལ་ཟེར། (ཐལ་འབྱུང་བས་
རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དང་། ཚུགས་སྐབ་ཀྱི་ཆོས། རྣམ་ཡོད་སོགས་མི་འདོད) 2 (རང་
རྒྱུད་པ་མན་ཆད) རང་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུས་གང་ཟག་རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དུ་བྱུང་བ་མི་
འདོད་ཀྱང་། མཚན་གཞི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དུ་བྱུང་བར་ཞལ་གྱིས་
བཞེས་ཏེ། རྗེའི་འབྲུག་པའི་སྒྲིག་ཆེན་ལས། གང་ཟག་རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་སྤྱེད་པར་སྐྱེ་བ་
ནི་གང་ཟག་རང་གི་ཕྱོག་པ་ནས་འདོད་པ་ཡིན་གྱི། གང་ཟག་གི་མཚན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ལ་དེ་
ལྟར་འདོད་པ་མེན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། སྒྲོ་མང་ཡིག་ཆར། རང་རྒྱ་འཛིན་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད་
དང་རང་རྒྱ་སྐབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དོན་མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་ངེས་པ་ལ་ཡུལ་དང་
ཡུལ་ཅན་གཞན་ཞིག་ངེས་པ་སྟོན་འགྲོ་མི་དགོས་པར་གཟུང་དུ་ཡོད་པ་དེ་སྐབས་འདིའི་རང་
རྒྱ་འཛིན་སྐབ་ཚུལ་དང་རྣམ་སྤྱེད་པའི་དོན་ཡིན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་
དགག་བྱའི་རང་རྒྱ་སྐབ་ཚུལ་ནི། བཏགས་ཆོས་སམ་ཆ་ཅན་གྱི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་
རང་གི་གདགས་གཞིའམ་ཆ་ཤས་དེ་ལ་པར་མ་ལྟོས་པར་དཔོན་པོ་འམ་རྗེ་པོ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱ་
སྐབ་པ་དང་། གདགས་གཞི་དང་ཆ་ཤས་དེ་དང་དེ་ལ་ལྟོས་དབང་བསྐྱུར་བྱ་ལྟ་བུར་བྱུང་བ་
གཅིག་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བསྟུ་བའི་སྐབས་འདིའི་རྣམ་ཡོད་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་
ཀྱི་དགག་བྱའི་རྣམ་ཡོད་གཉིས་ལ་ཁྱད་ལྡན་ནས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་རྒྱ་འཛིན་སྐབ་པ་

དང་རྒྱུ་ཡོད་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཀྱང་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་ཡོད་མིན་ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱུ་སུ་
 རྫོམ་དུ་བསམ་བ་པལ་ཆེར་འབྲང་ངོ། །རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་ལ་ཐ་
 རགས་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཁུངས་ནི་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་
 རྒྱུ་ཡོད་དུ་འཛིན་བ་ནི་བྱུང་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱར་བ་ལ་ཡང་ཡོད་མོད། གང་ཟག་ཕྱང་པོ་དང་
 མཆན་ཉིད་མི་མ་ཐུན་པའི་གཞན་དུ་ཡོད་པར་འཛིན་བ་ནི་བྱུང་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱར་བ་ལ་མེད་
 ངོ། །ཞེས་བ་དེ་ཡིན་ལ། ལེགས་བཤད་སྙིང་པོ་ལས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ནི། རང་སྤྲེ་ཐེག་
 བ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱུང་མཐའ་སྤྱོད་བ་གཞན་གྱི་ལྟར་ན་གང་ཟག་ཕྱང་པོ་དང་མཆན་ཉིད་མི་མ་ཐུན་
 པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་སུ་མེད་པ་ཅམ་ལ་འདོད་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པས། རང་རྒྱུད་པའི་
 ལུགས་ལ། བདག་ཕྱང་པོ་དང་མཆན་ཉིད་མ་ཐུན་པའི་རང་རྒྱ་བར་འཛིན་པའི་སྒོ་འདོད་མི་
 འདོད་དང་། འོག་ཤེས་ཡིན་མིན་སོགས་ལ་དབྱེད་རྒྱ་ཡོད་པར་སྤྲང་ངོ། །བྱུང་མཐའ་ཆེན་
 མོའི་མཆན་འགྲེལ་སྤྲད་ཆ་དང་། བྱང་པའི་འགྲེལ་བ་ལེགས་བཤད་སྙིང་པོའི་འཇུག་རིགས་
 ལྟར་བཀོད་ངོ། །

རང་མཁས་ཀྱི་སྒོ་བ་མ་བཞི། སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་གྱི་སྒོ་བ་མའི་གཙོ་བོ་བཞི་སྟེ། ཆད་མ་རང་
 ལས་མཁས་པ་སྒོ་བ་དཔོན་སྟེགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ། འདུལ་བ་རང་ལས་མཁས་པ་སྒོ་བ་དཔོན་ཡོན་
 ཉན་འོད། བར་སྤྱིན་རང་ལས་མཁས་པ་འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། མངོན་བ་རང་ལས་མཁས་
 པ་སྒོ་བ་དཔོན་སྒོ་གྲོས་བརྟན་བ་རྣམས་སོ། །

རང་ག་བ། རང་དགའ་བ་ལ་གཟེགས།

རང་གར་བཞག 1 བཙུག་བསྐྱེད་མེད་པར་བཞག་པ། 2 (ཐུག་ཆེན) སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སམ་
 འདུག་ལུགས་ཅི་ཡོད་པ་དེ་ཀ་རང་ལུགས་སུ་ཅི་བདེར་བཞག་པ།

རང་གི་ཉམས་ཀྱི་རང་སྤྱོད་ཆོར། རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རང་གི་ཉམས་ལ་
 དཔགས་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལོ་སྤྱུག་ནས་འཁོར་བ་ན་འབྲས་
 བ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱོད་ཀྱི་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

རང་གི་རྣམ་པ་ཤད། (འདུལ་བ) འདུལ་བའི་མདོའི་འགྲེལ་བ་མཛོན་པར་བརྗོད་པ་རང་གི་རྣམ་པར་
བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ། གློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་མཛད། ཕྱི་དགོ་བཙུན་འགྱུར་འདུལ་བ་༼
༩༼ ཟླ ༡༼གཉིས་ན་བཞུགས་སོ། །

རང་གི་མཆན་ཉིད། ཆོས་རང་རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད་དམ་ངོ་མོ། དཔེར་ན་སྤྲ་ཞིང་
འཕམས་པ་ནི་ས་ཡི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟ་བུལྟོ། །

རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ཡོད་ལ་ཞེས་སོགས། རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ཡོད་ལ། །གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་
 ཅིག །མཚོན་ཆས་མི་འདིགས་སུ་ཡང་མེད། །འཆི་བའི་སོག་ལ་ཀུན་གྲང་འདྲེས། །ཞེས་པའི་
 ཆོགས་བཅད་འདི་ཆ་གསུམ་ཆོག་འདི་ནང་ཡང་ཡོད་ལ། སྤྱིར་བཏང་འདི་འདིག་རྟེན་གྱི་གཏམ་
 དཔེའམ་ཁ་ངག་ཡིན་པར། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྱད་ས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་༡༩༡ན་གསལ་
 ལོ། །འདི་ལ་ལོ་རྒྱུས་དགོན་བློ་པ་ཞིག་གྲང་བ་གད་སྤྲོས་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། རྩོན་བོད་ལ་ཁང་
 ཆན་དགོ་ཆན་ཞིག་གིས་ཆོམས་ར་ལ་ཆོགས་གཏམ་གཏོང་སྐབས། ཁོས། ཆ་གསུམ་ལས།
 རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ཡོད་ལ། །གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་སོགས་ལུང་བྲངས་པར།
 ཟུ་པ་ཆང་མ་གད་མོ་དབང་མེད་དུ་ཞོར་དགོས་པ་བཅོས་སོ། །གཞན་དག་ཡིན་ན་མདོ་དང་
 བསྟན་བཅས་ཀྱི་ལུང་འདྲན་པར་བྱེད་ལ། ཁོས་དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ཆོག་གཏོང་རྒྱའི་གཞུང་རྒྱང་
 རྒྱང་ཞིག་ནས་ལུང་འདྲན་བྱས་པར་སོང་ཅང་། དགོ་འདུན་པ་རྣམས་བཞད་མོ་ཞོར་བ་རེད།
 རང་གི་ཤས་གྲང་དེ་ནི་ཉོ་བའི་རིགས། སྤྱིས་རབས་ཀྱི་ཆོག་རྒྱང་གཅིག་པའི་འདིའི་དོན་ནི། རྒྱ་ལོར་
 བལ་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས། རང་གི་གཅེས་པའི་ལུས་ཀྱི་ཤས་གྲང་དེ་ལྟ་བུ་ཆོས་དེ་ནི་རྒྱ་ཡོད་ན་ཉོ་བར་
 རིགས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

རང་གིས་ལག་བདར་ནས་བྱེད་པ། རང་གིས་ལག་རྟུ་སྒྲངས་ནས་བྱེད་པ།

རང་གིས་རང་རིག་ (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རིག་པ། རང་གིས་རང་རིག་པ།

རང་རིག་ལ། རང་རིག་སེམས་མཐོང་པ་རྣམས་དོན་ཡང་། ལྷ་བཤད་ནི། སེམས་རང་གིས་སེམས་ཀྱི་
མཚང་རིག་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱལོ།

རང་གྲགས་ཀྱི་གཏན་ཆེགས། གཞན་གྲགས་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་དང་དོན་འབྲེལ། སྤྱི་བཤད་ནི། བ་རོལ་
པའི་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་འབྲིས་ནས་བ་རོལ་པོ་རང་ལ་གྲགས་པའི་གཏན་ཆེགས་འགོད་པས་དེ་
ལྟར་དུ་བཏགས་སོ། །ལུང་སྤྱི་རོལ་པའི་དོན་རྒྱུ་དང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བྱི་ཁོ་ལ་
རང་ལ་གྲགས་པ་དང་། སྤྱི་ཁོ་ལ་དབུ་མ་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་གཞན་ལ་གྲགས་པ་གཉིས་གནད་
གཅིག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རང་བྱུག། མིས་བཟོས་པ་མེན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུག་པ། དཔེར་ན་ཕྱག་པ་རང་བྱུག་ཅེས་པ་ལྟ་
བུ།

རང་གྲོལ། (ཕྱག་ཆེན) 1 གཉེན་པོས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པར་རང་དག་ཏུ་སོང་བ།
དཔེར་ན་སྤྱུལ་ལ་མ་འདུད་པ་བོར་ནས་བཞག་ན་རང་གྲོལ་དུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ། 2 རང་བཞིན་གྱིས་
གྲོལ་བ། གཤོད་མ་ནས་གྲོལ་བའམ་དག་པ། 3 སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད།

རང་དགའ་བ། 1 བལ་པ། དུས་མ། ཡོངས་གྲགས། སྤྱིར་བཏང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ཕྱོག་ཕྱོགས་
སོགས་ལ་འབྲུག་ རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་། ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ། དགོངས་པ་རབ་
གསལ་སོགས་རྗེའི་ལེགས་བཤད་རྣམས་སུ། རང་དགའ་བ་ཞེས་འབྱུང་གི་རང་ག་བ་ཞེས་
གྲིས་པ་མི་སྤྲང་དོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་རང་དགའ་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལན་བཅུ་
དྲུག་དང་། དགོངས་པ་རབ་གསལ་དུ་བཅུ་དགུ་སྤྲང་དོ། །2 ལྷང་མེད་དང་། རོན་མེད། རས་
སུ་བོར་བ། རང་དགར་སྤྲང་མེད་དུ་བསྐྱར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 མ་བཙོས་པ། རང་དགར་བཞག་
ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

རང་འགྱུར། 1 རང་གིས་བརྒྱུ་པ་པའི་བསྟན་བཙོས་རང་གིས་བསྐྱར་བ་ལ་ཟེར། 2 རང་སྤྱད་ནས་
གཞན་སྤྱད་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་འད་རང་འགྱུར་ཟེར།

རང་རྒྱུད། རང་བཞིན་དང་དངོས་གནས་བཙས་ཀྱི་དོན། ས་པཎ་གྱི་རྩོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས།
སྤྱུལ་པ་སྤྱི་ཆོགས་སྟོན་པ་ནི། །སྤྱུལ་པ་ཡིན་གྱི་རང་རྒྱུད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
དོ། །རང་བཞིན། རང་དབང། བདག་དབང་རྣམས་དོན་གཅིག་པར་འཆི་མེད་མཛོད་དུ་

གསལ།

རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་དངལག་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་རྟགས་སྟོང་།

རང་རྒྱུད་ལ། 1 རང་དགའ་བ། བལ་བའམ་དཀྱུས་མ། ཐ་མལ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། དཔེར་ན་སྤྲུག་ནི་
ཆགས་བྲལ་གྱི་ལམ་རྣལ་མ་ནས་བྱང་དུ་མ་བརྟུབ་བའི་གང་ཟག་ཆགས་ཅན་རྣམས་འདུལ་
བའི་དོན་དུ་གསུངས་པས། གསང་སྤྲུགས་ཉོན་མོངས་བ་རང་ལམ་དུ་བྱས་ནས་སྟོང་བ་ཡིན།
དེ་ནི་མ་ལེགས་ན། ཉོན་མོངས་བ་རང་རྒྱུད་བར་འཆོར་ཉོན་ཡོད་པས། སྤྲུགས་ཁེ་ཉོན་ཆེ།
ཞེས་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་ལས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། 2 དབྱ་མ་རང་
རྒྱུད་བ་དང་འབྲ།

རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཆད། (དབྱ་མ) རྫོའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་ལུལ་རང་གི་
སྟོང་ལུགས་སུ་བྱུང་བ་དེ། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཆད་ཡིན་མོ། །སྟོང་ཐུག་སྐལ་
བཟང་མིག་འབྱེད་ལྟེན་ལས། རྫོའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་ལུལ་རང་གི་སྟོང་ལུགས་
སུ་བྱུང་བ་ནི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་པའོ། །ཞེས་དང་། ལྟེན་ལས་ཀྱང་། རྒྱ་མའི་
ལྟང་མོ་བ་མིག་བསྐྱད་པ་བཞིན་དུ་ཐ་མལ་གྱི་སེམས་ཅན་རང་ག་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་འདི་ཡོད་
པར་སྤང་བ་ན། རྫོའ་སྤང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་ཆོས་དེ་རྣམས་རང་གི་སྟོང་
ལུགས་སུ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ལུགས་པའི་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ཞེས་
བྱ་ལ། རོན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་པས་འདི་ལྟར་བཟག་པ་ཡང་ཐལ་འབྱུར་བའི་དགག་བྱ་འཛིན་པའི་
རྫོའ་ལྟོས་ན་ཕྱིར་དུ་རགས་པས། བྲ་བའི་བདེན་འཛིན་ནི་མིན་མོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རང་རྒྱུད་ཤར་གསུམ། (དབྱ་མ) རྒྱ་གར་ཤར་སྟོགས་ཀྱི་དབྱ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་སྟོབ་དཔོན་གསུམ་སྟེ།
མཁན་ཆེན་ཞེས་འཆོ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ཀྱ་མ་ལ་ཤི་ལ། སྟོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོ་དང་
གསུམ་མོ། །

རང་འགྲེལ། རྒྱ་བ་རང་གིས་བརྩམས་ནས་དེའི་འགྲེལ་བའང་རང་གིས་བརྩམས་པའི་འགྲེལ་བ་ལ་
ཟེད།

རང་དེ་རྩོད་ཅེ། རང་རྩོད་སྟེ། འབར་འབྲུག་ ཞིབ་པར་རང་རྩོད་ལ་གཟིགས།

རང་སྟོང་། (དབྱེ་མ) ཀུན་རྩོད་དང་དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ལ་
 རང་སྟོང་ཟེར། དགེ་ལྡན་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་དེ་རང་སྟོང་ཡིན་པར་བཤད། སྤྱི་བཤད་
 བྱི། སྟོང་ག་ཞེ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུབ་པས་སྟོང་པ་ལ་རང་སྟོང་ཟེར། དབྱེ་མ་ལ་
 འདུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། །ཡིན་ཕྱིར་མིག་ནི་མིག་གིས་སྟོང་། །ཞེས་མིག་
 མིག་གིས་སྟོང་ཞེས་པ་དེ། དཔེར་ན་ཤིང་རྩ་ཤིང་རྩའི་སྟེང་དུ་བཙལ་བ་ན་དེའི་ཆོགས་པ་དང་ཡ་
 བྱལ་གང་གི་སྟེང་དུ་འབར་རྩེད་རྩེ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་གྱི། སྤྱིར་ཤིང་རྩ་ཤིང་རྩའི་སྟོང་པ་དང་
 མིག་མིག་གིས་སྟོང་པའི་དོན་ག་ལ་ཡིན། དགེ་ལྡན་པའི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་རང་སྟོང་
 གཞན་སྟོང་གང་གི་ཡང་ཐ་སྙད་མི་བྱེད་གསུང་མཁན་ཡང་འདུག དེ་ལ་འད་ཁུངས་ཤིག་ཡོད་
 པར་སྟུམ་སྟེ། ༡ རང་སྟོང་གི་ཐ་སྙད་འདི་ །རྗེའི་འདུག་པའི་རྣམས་བཤད་ཆེན་མོ་དགོངས་པ་
 རབ་གསལ་ལས། ཐངས་གཅིག་ཁོ་ན་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་གཞན་ལུགས་བསྐྱར་བའི་སྐབས་
 སུ་འབྱུང་གི་རང་ལུགས་ལ་རང་སྟོང་གི་ཐ་སྙད་མཛད་པ་གཏན་ནས་མི་སྤང་ངོ་། །དེ་ཡང་དེ་
 ཉིད་ལས། ཆོས་རྣམས་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་ཞེས་པའི་བསམ་དོན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་གྱི། བུམ་པ་
 བུམ་པས་མི་སྟོང་བར་བདེན་པས་སྟོང་པ་བྱི། གཞན་སྟོང་ཡིན་པས་བུམ་པ་བུམ་པས་སྟོང་པ་
 བྱི། རང་སྟོང་ །ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱི་བའི་གཏན་ནས་མི་རིགས་ཏེ། བུམ་པ་བུམ་པས་སྟོང་ན་བུམ་
 པ་ལ་བུམ་པ་མེད་དགོས་ན། རང་ལ་རང་མེད་ན་གཞན་སུ་ལ་ཡང་མེད་པས་བུམ་པ་གཏན་
 མེད་པར་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཙམ་མོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་ཡང་རང་སྟོང་གི་
 ཐ་སྙད་མེད་ངོ་། །གཞན་ཡང་། རྗེའི་མར་ཕྱིན་སྤྱི་གཤེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཐང་བ་ལས་ཀྱང་།
 རང་སྟོང་གི་ཐ་སྙད་འདི་ཐངས་གཅིག་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་གཞན་ལུགས་བསྐྱར་བའི་སྐབས་
 སུ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། གནོད་འཛོམས་འདི་ལས་ནི་འདུས་བུས་ཐམས་ཅད་ཀུན་བརྟགས་
 སུ་བཤད་ནས་དེ་ཐམས་ཅད་༡ རང་སྟོང་ །དུ་གསུངས་ཤིང་སྤྱི་མེད་འགག་མེད་རྣམས་ཀྱང་
 སྤྱི་རི་བཞིན་པར་མཛད་ནས་སྤྱི་འགག་སེལ་བའི་རིགས་པ་རིགས་ཆོགས་བཞིན་འཆད་པས་

སེམས་ཅམ་མིན་ལ། བྱང་པར་དུ་མདོ་འདི་རྟོག་པ་བཙུའི་གཉེན་པོར་མི་འཆད་ཅིང་མདོ་རྒྱ་
འབྲེལ་པར་བཤད་པ་དང་ཡང་བཤད་ཚུལ་མི་མ་བུན་པས་འདིས་ཀྱང་དབྱིག་གཉེན་གྱི་ཡིན་
པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཐའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རང་སྟོང་གི་སྟོར་བྱར་ཅམ་ཞིག་སྟོང་བུན་སྐལ་བཟང་
མིག་འབྱེད་ཀྱང་བུན་གསལ་ལོ། །བཀའ་གདམས་སྒྲིགས་བཅ་༩ ཀ་པ་ ༢༥ལས། དེ་ལྟར་
སྟོང་པའི་སྒོ་ཐམས་ཅད་འདས་པའི་ཆ་དངོས་མེད། མ་འོངས་པའི་ཆ་ཡང་དངོས་མེད། ད་
ལྟོང་དངོས་མེད། དངོས་རང་སྟོང་། རང་སྟོང་དབྱ་མ། དེ་ལྟར་གནས་པ་དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཟེར།
ཞེས་གསུངས་པའི་རང་སྟོང་དེ་གང་ཡིན་དབྱེད་པར་འོས་སོ། །

རང་སྟོང་དང་གཞན་སྟོང་སྒྲིམ་པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར། (དབྱ་མ) རང་སྟོང་སྒྲིམ་པ་དང་། གཞན་སྟོང་
སྒྲིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་འཛོག་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་ནི། རང་སྟོང་པ་རྣམས་ནི་
འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་འདི་ལྟར་སྣང་བ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་རང་
བཞིན་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པར་འཛོག་སྟེ། དོན་དམ་དེ་ཡང་སྟོས་པ་
ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཅམ་ལ་འཛོག་༩ གཞན་སྟོང་པ་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཟུང་
འཛིན་སོགས་གཉིས་སྣང་གིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་ལ། དོན་དམ་
པའི་དབྱིངས་གཉིས་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་རང་རིག་པ་ནི་དོན་དམ་དུ་འཛོག་པས། དོན་དམ་སྟོས་པ་
དང་བྲལ་ཅམ་ལ་མི་འཛོག་པས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྟོས་པས་དབེན་པའི་རིག་པ་ལ་
འཛོག་ སྟོས་པ་དང་བྲལ་ཅམ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ནི་བེམ་སྟོང་དང་ཆད་སྟོང་ཡིན་པར་འདོད།
དེས་ན་རང་སྟོང་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་མེད་དགག་དང་དངོས་མེད་ལ་འཛོག་ གཞན་སྟོང་པ་
རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་དངོས་པོ་ཡིན་པ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་གསར་དུ་འདུས་པ་མ་ཡིན་ལ། སྤ་བྱི་
ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་མེད་ལ་རྟག་བརྟན་གཤུང་བྱུང་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆད་མཐར་མི་འགྱུར།
སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་པའི་བྱིར་རྟག་པའི་མཐར་མི་འགྱུར་པ་ཆེག་གིས་བརྟོད་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་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ལས་གསུངས་སོ། །
 རང་དོན་རྒྱུ་དཔལ་གྱི་རྒྱུ་དཔལ་དང་དོན་གཅིག་སྤྱོད་པ་ལྟར་ན། རང་རྒྱུ་དཔལ་གྱི་གང་ཟག་གི་སྤྱོད་
 འདོགས་སེལ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རང་གི་དོན་ཞེས་བྱ་ལ། རྣམས་མཐོང་ཞིང་འབྲེལ་བ་
 རྩན་པའི་རྒྱུ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་དཔལ་ཅེས་བྱའོ། །
 རང་འབྲེལ་ལུས། (གསང་སྤྱོད་ལས) རང་གི་གཞུགས་བརྟན་པར་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་ཞལ་བྱག་དང་རྒྱན་ཆ་
 ལུགས་འདྲ་བའི་རིག་མཁོ། །རང་སྤྱོད་གི་རིག་མ་དང་དོན་གཅིག་
 རང་རྣམ། རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་པའི་རང་གི་ལོ་རྒྱུས།
 རང་སྤྱོད་གི་རིག་མ། (གསང་སྤྱོད་ལས) རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྤྱང་ཆ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་ཤར་བ་འཇམ། རང་གི་
 གཞུགས་བརྟན་པར་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་ཞལ་བྱག་དང་རྒྱན་ཆ་ལུགས་སོགས་རང་དང་འབྲེལ་བའི་
 ལུས། རང་འབྲེལ་ལུས་དང་དོན་གཅིག་
 རང་སྤྱོད་མཚན་ཉིད། རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་སྤྱོད་མཚན་ཉིད།
 རང་བ། དགའ་བའི་དོན། དཔེར་ན་སེམས་དགའ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། རང་བ། (ད་ལྟ་བུ)
 རངས་པ། (འདས་པ) རང་བ། (མ་འོངས་པ)
 རང་བབས་སུ་བཞག་མ་བཅོས་པར་བཞག་པ་དང་དོན་འདྲ།
 རང་བབས། རང་སོ་དང་འདྲ།
 རང་བྱིན་རྒྱལ་ས། (གསང་སྤྱོད་ལས) མ་དག་པའི་སྤྱོད་ལས། འདི་ལ་ཀུན་རྫོབ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཡང་ཟེར།
 རང་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་རིམ་པ། རིམ་པ་གསུམ་པ་སྤྱོད་ལས་ལ་ཟེར།
 རང་བྱུང་། 1 སྤྱིས་བྱུང་ཚུལ་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཚོས། སྤྱོད་པ་ལྟར་ན། ཚུལ་
 བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་གཞན་གྱི་ལུང་མེད་པར་བྲལ་ན་
 མེད་པའི་མཁའ་ལྟོས་པ་བརྟན་པའི་ཕྱིར་རང་བྱུང་ཞེས་བྱའོ། 2 ལྟོན་པ་སངས་རྒྱུས། 3 རང་
 སངས་རྒྱུས།
 རང་དབང། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པ། རང་གི་དོ་བོ། རང་བཞིན་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་ཐལ་

འགྲུར་བའི་སྐབས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོའི་མཆན་འབྲེལ་ལས་བཤད།
རང་འབྱོར་ལ། མི་ཡིན་པ། དུལ་དབྱས་སུ་སྦྱེས་པ། དབང་པོ་ཚད་པ། ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ།
གནས་ལ་དང་བ་དང་ལྡོམ། སྐྱ་བཤད་ནི། ལྷ་པོ་དེ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱས་ཤིང་ཆོས་བསྐྱབ་
པའི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་པས་རང་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ།

རང་མལ་དུ་བཞག་རང་བབས་སུ་བཞག་པ་དང་དོན་གཅིག་
རང་མཆན། 1 རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་བསྐྱས་ཆོག་2 མི་རྟག་པ། མདོ་སྡེ་བས་རང་མཆན་
དང་དངོས་པོ་དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་སྐྱ་བཤད་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་དགག་བྱ་སོགས་གཞན་ལ་
ལྷོས་མེད་དུ་རང་དབང་དུ་འཆར་རྒྱ་ཡོད་པའི་མཆན་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་རང་གི་
མཆན་ཉིད་དང་། ཞེས་སྡེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྟན་སེལ་ན་གསལ།

རང་བཞིན་བྱང་པར་གསུམ་ལྡན། (དབྱ་མ) ངོ་བོ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་པ། གནས་སྐབས་གཞན་དུ་
མི་འགྲུར་པ། རྣམ་འཛོག་གཞན་ལ་མི་ལྷོས་པ་དང་གསུམ་མོ། །འདི་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་བྱེད་
ཆུངས་པའི་དགག་ཆད་ཅིག་ཡིན། སྐྱ་བཤད་ནི། རང་བཞིན་བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་ཞེས་པ་ནི།
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་ཡིན་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་
ལ་རང་བཞིན་ནམ་དགག་བྱ་བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་རུང་། འདིའི་སྐོར་ལམ་རིམ་
ཆེན་མོ་དང་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་དང་མཁས་གྲུབ་ཆོས་མེད་སྟོང་བུན་སྐལ་བཟང་མིག་འབྱེད་
༤༤ སོགས་སུ་གཟིགས། རང་བཞིན་བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་ཞེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དོན་
ལ་གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེའི་མེད་བསྟོད་པ་དོན་ལྡན་མའི་འབྲེལ་པ་༤ ནལ་གཟིགས་ཏེ་ཞིབ་ཏུ་ད་
དུང་ཡང་དབྱེད་པར་བྱའོ།

རང་བཞིན་གྱི་ཁན་མ་ཐོ་བ། 1 རྟེན་བྱིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་གང་གིས་ཀྱང་གཞི་དེ་ལ་ཞུགས་ན་སྟོག་ཏུ་
འགྲུར་བའི་ཉེས་ལྟར། 2 རྒྱུའི་བྱང་པར་མི་དགེ་བས་ཀྱའན་ནས་བསྐྱངས་པ། ངོ་བོའི་བྱང་པར་
མི་དགེ་བ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་པ། འབྲས་བུའི་བྱང་པར་ནམ་སྟོན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྲིན་
པའི་ལྷས་པ་དང་ལྡན་པའི་ལྷང་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཁན་མ་ཐོ་བ་ཡིན། མཆོ་རྟེན་ལ་གཞི་བྱས་

ཉེ་བཞོད།

རང་བཞིན་གྱི་རྟགས། རྟགས་ཚོས་རང་བཞིན་གཅིག་པའི་རྟགས། དཔེར་ན་སྤྲུལ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ།
བྱས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་བྱས་པ་བཞིན། ཞེས་བཞོད་པའི་བྱས་པ་ལྟ་བུ། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་
སྟོན་པའི་མདོའི་ཁུངས་ནི། གང་ཅུང་ཟད་སྟེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་འགག་པའི་
ཚོས་ཅན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལྟ་བུའོ། །

རང་བཞིན་གྱི་གནས། རང་བཞིན་ནི་དང་པོ་འཇམ་གདོད་མའི་དོན་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནི་
དང་པོ་གང་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ལོངས་སྤྱིའི་གནས་ལ་བྱེད་པ་དང་། གདོད་ནས་རང་བཞིན་
གྱིས་དག་པའི་ཚོས་སྟེ་ལ་བྱེད་པ་གཉིས་ཡོད། མཁས་བྱུང་ཚོས་རྗེའི་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་
རྒྱ་མཚོ་༡༥ན་ལས། གང་ནས་སྤྱན་འཕྲེན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ཞེས་པ་ནི། མདོར་
བརྗོད་ལས། སྟོན་བྱུང་པ་ནི་བསྐྱེད་ནས་ནི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། དང་པོ་གང་དུ་སངས་
རྒྱས་པའི་གནས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱིའི་རྗེས་སྤྱིའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་བྱ་ཞིང་། རང་བཞིན་
ཞེས་པ་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྟེ་ལ་བྱས་ནས།
དེའི་རང་ལས་བཞེངས་ནས་གཟུགས་སྤྱིའི་རྣམ་པར་སྤྱན་འཕྲེན་པ་ལའང་རང་བཞིན་གྱི་
གནས་ནས་སྤྱན་འཕྲེན་པར་འཆད་པ་ཡོད་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རང་བཞིན་གྱི་མཚན་སྟེ། རྒྱང་གྲགས། ཅིག་ལ། ཚུའི་མཚན་སྟེ་རྣམས་ལ་ཟེར། སྤྲུལ་བཤད་ནི། ལས་
ཀྱི་ཚོགས་མ་བཅས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མཚན་སྟེ་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་བཤད་གས།

རང་བཞིན་གནས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ལ་གཟེགས།

རང་བཞིན་རྣམ་དག་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག

རང་བཞིན་པ། བལ་པ། དུལ་པ། མ་མལ་པ། རང་དགའ་པ། རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་དོན་འདྲ། དུལ་མི་
རང་བཞིན་པའི་སྐྱད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

རང་བཞིན་བརྒྱུད་ཅུའི་ཀུན་རྟོག་ ཀུན་རྟོག་བརྒྱུད་ཅུ་ཡང་ཟེར། སྤང་བ་དཀར་ལམ་པའི་རང་བཞིན་
ཞེ་སྤང་གི་ཆར་གཏོགས་ཀུན་རྟོག་སོགས་ལ། མཆོད་པ་དམར་ལམ་པའི་རང་བཞིན་འདོད་

ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཀྱན་རྟོག་བཞི་བརྒྱ ཉེར་ཐོབ་ནག་ལམ་པའི་རང་བཞིན་གཏི་མུག་གི་
ཆར་གཏོགས་ཀྱན་རྟོག་བདུན་དང་བསྡོམས་པས་བརྒྱད་ཅུའོ། ཞིབ་པར་བཤད་ན། (དང་པོ་
ཞེ་སྤང་གི་ཆར་གཏོགས་ཀྱན་རྟོག་སོ་གསུམ་ནི) རིམ་ལྡན་གསལ་སྒྲོན་ལས། རིམ་ལྡན་ལས།
ཆགས་བྲལ་དང་ནི་བར་མ་ཉིད། རྟེན་བཞིན་དུ་ནི་ཆེན་པོ་དག ཡིད་ལ་འགྲོ་ཞིང་འོང་བ་
དང་། རྟེན་ལ་སོགས་གསུམ་དེ་བཞིན། ཞི་དང་རྣམ་རྟོག་འཛིགས་པ་དང་། འཛིགས་པ་
བར་མ་མེན་ཏུ་འཛིགས། སྤེད་དང་སྤེད་པ་བར་མ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤེད་དང་ཉེར་ལེན་པ། མི་
དག་བཀྲེས་དང་སྒྲོམ་ཉིད་དང་། ཆོར་དང་ཆོར་བ་བར་མ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཆོར་བའི་སྐྱད་ཅིག་
དང་། རིག་པ་སོ་དང་རིག་འཛིན་བཞི། སོ་སོར་རྟོག་དང་རོ་ཆ་ཤེས། སྤྱིང་རྩེ་དང་ནི་བཅེ་བ་
གསུམ། རྟོགས་དང་བསགས་པ་ཉིད་དང་ནི། བྲག་དོག་ཅེས་ནི་བྲ་བར་གྲགས། རང་བཞིན་
སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་གང་། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རང་རིག་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། རྟེན་ལ་
ཆགས་བྲལ་ནི་ཡུལ་མི་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལ། རྟེན་ལ་ཤས་ཆེ་ཆུང་འབྲིང་གསུམ་
སོ། ཡིད་ལ་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་འགྲོ་བ་ནི་ཕྱིའི་ཡུལ་ལ་པར་འགྲོ་བ་དང་། འོང་བ་ནི་ནང་གི་ཡུལ་ལ་
ཆུར་འཇུག་པའོ། འདི་ཀྱན་གྱི་སྤྱིར་སྤྱར་ཞེས་འགོས་ལུགས་པ་རྣམས་བཞེད་དོ། རྟེན་ལ་
ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་སྟེ་ཆེ་ཆུང་གསུམ་སོ། ཞི་བ་ནི་སེམས་
ཞི་བར་གནས་པ་ལ་དོན་གསལ་ལས་བཤད། སྤྱི་རྣམས་སེམས་རྣམས་དུ་འདུག་པའི་དལ་བ་
ལ་འཆད་དོ། རྣམ་རྟོག་ནི་དོན་གསལ་ལས་གྲོད་པར་གནས་པ་དང་། སྤྱི་རྣམས་སེམས་
ཅིང་བར་རྟོག་པ་ལ་འཆད་དོ། འཛིགས་པ་ནི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་སྤང་ནས་སེམས་སྐྱག་པ་
དང་། སྤེད་པ་ནི་ཡུལ་ལ་ཞེན་པ་སྟེ་དེ་གཉིས་ལ་ཡང་གསུམ་གསུམ་སོ། ལེན་པ་ནི་འདོད་
ཡོན་གྱི་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཀྱན་ཏུ་འཛིན་པའོ། མི་དགེ་བ་ནི་དགེ་བའི་ལས་ལ་ཡིད་གཉིས་ཟ་
བར་དོན་གསལ་དང་། རང་གི་སེམས་ཡི་གསོད་པར་སྤྱི་རྣམས་ཀྱིས་སོ། འདི་ལ་མི་ཤིས་
པ་ཞེས་ཀྱང་བསྒྱུར་པོ། བཀྲེས་པ་ནི་ཟས་དང་། སྒྲོམ་པ་ནི་བརྟུང་བ་འདོད་པ་ལ་སྤྱི་རྣམས་
བཞེད་དོ། ཆག་འགྱུར་ལས་བཀྲེས་སྒྲོམ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་མོད་ཀྱང་། སྤྱི་རྣམས་

བདེལོ། །ཆོར་བའི་བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་ཡུལ་གྱི་སྟོན་མ་ཆེ་
 རྒྱུ་གསུམ་མོ། །རིག་པ་པོ་དང་། རིག་པར་བྱེད་པ་དང་། རིག་བྱའི་ལས་ཏེ་དེ་གསུམ་ལ་རྟོག་
 པ་གསུམ་མོ། །སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་དཔྱད་པའོ། །ངོ་ཆ་ཤེས་པ་ནི་
 རང་རམ་ཆོས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་འཛེམ་པའོ། །སྙིང་མེན་ཉི་མུག་བསྐྱལ་
 དང་བྲལ་བར་འདོད་པའོ། །བཅེ་བའི་དམིགས་བྱ་ཡོངས་སུ་སྤང་བ་དང་སྤྱད་པ་དང་སྤང་བར་
 འདོད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །དོགས་པ་ནི་ཡིད་འཕྲོག་པའི་སེམས་ངེས་བར་མི་གནས་
 པའོ། །བསམགས་པ་ནི་ཡོ་བྱད་སྤྱད་པའི་སེམས་སོ། །ཐུག་དོག་ནི་གཞན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་ལ་
 སེམས་འཁྲུག་པའོ། །དོན་གསལ་དང་། ཆག་འགྱུར་ལས། སེར་སྣ་ཞེས་འབྱུང་ཡང་། རིམ་ལྡ་
 དང་། རྟོན་བསྐྱུས་འགྱུར་སྟིང་ལས་ཐུག་དོག་ཏུ་བསྐྱུར་བ་ལགས་སོ། །(གཉིས་པ་འདོད་
 ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཀྱན་རྟོག་བཞི་བཅུ་ནི) རིམ་ལྡ་ལས། ཆགས་དང་ཞེན་དང་དེ་བཞིན་
 དགལ། །དགལ་པ་བར་མ་ཤིན་ཏུ་དགལ། །རངས་དང་ཤིན་ཏུ་མགུ་བ་དང་། །ངོ་མཚར་དེ་
 བཞིན་ཤོད་པ་དང་། །ཆོས་དང་དེ་བཞིན་འབྱུང་བ་དང་། །འོ་བྱེད་དེ་བཞིན་འཛིབ་པ་
 དང་། །བརྟན་དང་བཙོན་དང་ར་རྒྱལ་དང་། །བྱ་དང་དཔྱོག་དང་སྟོབས་དང་ནི། །སྟོན་ལྟན་
 ཅིག་སྟེས་ཉིད་དང་། །དེ་བཞིན་སྟན་ཅིག་སྟེས་བར་མ། །ཤིན་ཏུ་སྟན་ཅིག་སྟེས་དང་ཐག་ནམ་
 པར་སྟེག་དང་ཞེ་འགས་ཉིད། །དགེ་དང་ཆོག་གསལ་བདེན་པ་དང་། །མི་བདེན་པ་དང་དེ་
 བཞིན་ངེས། །ཉེ་བར་མི་ལེན་སྦྱིན་པ་པོ། །སྤྱལ་དང་དེ་བཞིན་དཔལ་པོ་དང་། །ངོ་ཆ་མེད་དང་
 རྒྱ་དང་གདུག །མི་སྦྱན་པ་དང་གྲ་བྱ་ཉིད། །མཚན་ཉིད་བཞི་བཅུ་གང་ཡིན་ལ། །ཤིན་ཏུ་སྟོང་
 པའི་སྐད་ཅིག་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །ཆགས་པ་ནི་མ་ཐོ་བ་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་ཆགས་
 པའོ། །ཞེན་པ་ནི་ཐོབ་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་ཆགས་པའོ། །ཡིད་དུ་འོང་བ་མ་ཐོང་ནས་སེམས་དགའ་
 བ་ལ་ཆེ་རྒྱུང་འབྱིང་གསུམ་མོ། །རངས་པ་ནི་འདོད་དོན་གྲུབ་པས་བདེ་བའི་སེམས་སོ། །རབ་
 ཏུ་མགུ་བ་ནི་དེའི་རྣམ་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཐྱོང་བའོ། །ངོ་མཚར་ནི་གཏམ་སྣ་
 ཆོགས་པས་ཅི་འདི་ཡིན་ནམ་མིན་སྟུམ་དུ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ལ་དོན་གསལ་གྱིས་བཤད་ཀྱང་། སྤ་

མ་རྒྱུ་སྤྱད་པ་བྱུང་བའི་དོན་ལ་སེམས་པ་མཐོང་བ་ལ་འཆད་པ་ལྟར་དོ། རྒྱུ་པ་ནི་ཡིད་
འོང་མཐོང་བས་སེམས་གཤེད་བའོ། ཆོས་པ་ནི་བདེ་བའི་རྣམ་པ་སྤྱོད་པ་ལ་དོན་གསལ་གྱིས་
བཤད་ཀྱང་། །ཡུལ་དེས་ངོམས་པའི་རྟོག་པའོ། །འཁྱུང་བ་དང་། །འཁྱུང་བ་དང་། །འཁྱུང་བ་དང་། །འཁྱུང་བ་དང་།
དེ་རྣམས་བྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས་སོ། །བརྟན་པ་ནི་རྒྱུ་མི་འགྱུར་བའི་སེམས་སོ། །བརྟན་
པ་ནི་དགེ་བ་ལ་གཞོལ་བའོ། །ད་རྒྱལ་ནི་མཐོང་བར་སེམས་པའོ། །བྱ་བའམ་ལས་ནི་རྟག་ཏུ་
བྱེད་པའི་བྱ་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའོ། །དཔྱད་པ་ནི་ཚོར་འཕྲོག་པར་འདོད་པའོ། །སྟོབས་ནི་
གཞན་གྱི་དབྱང་འདྲིམས་པར་འདོད་པའོ། །སྟོབས་ནི་དགེ་བའི་ལས་ལ་གོམས་པར་བྱེད་པའི་
སེམས་སོ། །ལྟན་ཅིག་སྟེན་ཞེས་པ་ལ། དེའི་སྐད་དེད་ས་ཏ་ཇ་ཞེས་པ་རྒྱ་དཔེ་ལ་མེད་ཅེང་།
ས་ཏ་ས་ཞེས་པ་ཡོད་དེ་བསྐྱུར་ན་ཆོས་ཆོས་མཐོང་དཀའ་བ་ལ་སྟོར་བ་ཞེས་པར་འགྱུར་ཞེས་
སྟོན་གྱི་མཁས་པ་དག་གསུང་སྟེ། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལས་ཆོས་ཆོས་མེད་ཅེས་འདོན་ཅེང་།
དེའི་དོན་འགྲེལ་པའི་དབང་གིས་མི་དགེ་བ་སྟོང་བ་ལ་འཆད་དོ། །སྟོང་བསྐྱུས་འགྱུར་རྟོང་
ལས་དཀའ་བ་ལ་སྟོར་བ་ཞེས་འགྱུར་ལ་ཆག་གིས་རིམ་ལྔར་བྱས་པ་དང་། སྟོང་བསྐྱུས་སུ་
ཆོས་ཆོས་མེད་པར་བསྐྱུར་དོ། །སྟོན་གྱི་མཁས་པ་དག་ཡུལ་ལ་འབད་བས་སྟོར་བ་རྒྱང་
འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལ་འཆད་དོ། །དག་པ་ནི་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་དམ་པ་རྣམས་དང་ཆོད་འདོད་
པའོ། །སྟེན་པ་ནི་ཡིད་འོང་མཐོང་བས་འགྱུར་བའམ་རྩེ་བར་འདོད་པའོ། །ཞེ་འགྲེལ་པ་ནི་འཁོན་
དུ་འཛིན་པའི་སེམས་སོ། །དགེ་བ་ནི་དེའི་ལས་རྩོད་པར་འདོད་པ་དང་། ཆོག་གསལ་བ་དང་
བདེན་པ་ནི་གཞན་གྱིས་གོ་བར་དང་། འདུ་གས་མ་བསྐྱུར་བར་སྤྱོད་པའོ། །མི་བདེན་པ་ནི་
འདུ་གས་བསྐྱུར་ཏེ་སྤྱོད་པའོ། །དེས་པ་ནི་ཡི་དམ་ལོན་ཏུ་བརྟན་པའོ། །ཉེ་བར་མི་མེན་པ་ནི་
ཡུལ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་མི་འདོད་པའོ། །སྟོན་པ་པོ་ནི་བདོག་པ་གཏོང་བར་འདོད་
པའོ། །སྟེན་པ་ནི་གཞན་ལེ་ལོ་ཅན་སྟེན་པར་འདོད་པའོ། །དཔའ་བོ་ནི་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱི་
དགའ་ལས་རྒྱལ་བར་འདོད་པའོ། །རྩོམ་མེད་པ་ནི་བདག་གས་ཆོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་མི་
འདྲིམ་པར་མི་དགེ་བ་ལ་འཁྱུག་པའོ། །སྟོན་ནི་བཙུན་མས་གཞན་སྟེན་པའོ། །སྟོན་དང་ཞེས་

འབྲུང་བ་ལྟར་ནི་བག་རྒྱུ་བའི་སེམས་སོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །གདུག་པ་ནི་ལྟ་བུ་དཔ་པ་ལ་བྱང་
 བའོ། །མི་སྤྱན་པ་ནི་གཞན་ལ་མཐོ་འཆམ་བའོ། །བྱ་བྱ་ནི་མི་བྱང་བའོ། །རྒྱ་བ་ཐ་མ་གཉིས་ལ་
 ཆག་འབྲུང་ལས། རང་བཞིན་བཞི་བརྒྱའི་སྒྲིབ་ཅིག་རྣམས། །ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱེས་
 ཉེ། །ཞེས་འབྲུང་དོ། །(གཏི་ཐུག་གི་ཆར་གཏོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་བའི་ལྟ་བུ་དཔ་པ་ལ་བྱང་
 བ་བར་མའི་སྒྲིབ་ཅིག་དང་། །བརྒྱུད་པ་བ་དང་འབྲུལ་བ་དང་། །མི་སྤྱན་བྱུང་དང་སྤྱོད་བ་
 དང་། །ལེ་ལོ་དེ་བཞིན་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བརྒྱུད་པ་བ་ནི་བྱང་བ་ཉམས་
 བའོ། །འབྲུལ་བ་ནི་སྤྱི་བྱ་བྱ་ལ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་སོགས་དང་། །མི་སྤྱན་བའི་སྤྱོད་པ་དང་།
 །སྤྱོད་པ་ནི་ཡིད་སྤྱན་བ་དང་། །ལེ་ལོ་ནི་དག་བ་ལ་མི་སྤྱོད་བ་སྟེ། །གཞན་གཉིས་ནི་གོ་བར་ཟད་
 དོ། །རྒྱུ་བ་ཆེན་པ་གསུམ་སོ་འདི་ནི། །ཡུལ་ཏ་ཅང་འདོད་པ་དང་། །ཏ་ཅང་མི་འདོད་པ་དང་།
 །བར་མ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་འབྲུག་པའི་རིགས་གསུམ་དུ་འདུ་བའི་སྤྱོད་པ་བཤད་རྒྱ་ལྟ་བུ་
 ཅིག་སྤྱང་ནའང་། །འབྲུལ་བ་དོན་གསལ་དང་། །སྤྱེས་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུང་
 བཞིན་བཤད་དོ། །འབྲུལ་བ་ཅོར་བའི་འབྲུང་བར་འདི་དེ་རྒྱུ་བ་རྣམས་སེམས་བྱུང་དང་གཅིག་
 གི་གང་གི་ནང་དུ་འདུ་བའི་རྒྱུ་བ་བཤད་སྤྱང་ནའང་ཡིད་ཆས་མི་ཐོབ་བར་སྤྱང་བས་མ་བཞོད་
 དོ། །དེ་འདྲ་བའི་རྒྱུ་བ་ཆེན་པ་གསུམ་སྤྱང་བ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བསྐྱུས་ལས་
 གསུངས་པ་ལ། རང་བཞིན་གྱི་སྤྱང་དོན་སྤྱེས་བའི་འབྲུང་བ་དང་། རང་བཞིན་དང་། དངོས་སོ་
 ལ་འབྲུག་པས། །འབྲུང་བའི་དོན་དུ་བྱང་དུ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །སྤྱོད་བསྐྱུས་ལས་མདོར་
 བསྟན་དུ། རང་བཞིན་ནི། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དོན་བསྐྱུར་མཆོད་ཉིད་སོ་གསུམ་དང་བཞི་
 བརྒྱའི་ཞེས་དང་། དེའི་རང་བཞིན་གྱི་མཆོད་ཉིད་བདུན་སོ་འདི་དག་གོ། །ཞེས་སྤྱང་བ་གསུམ་
 གྱི་མཆོད་ཉིད་དུ་ཡང་གསུངས་སོ། །ལག་སྤྱིས་རང་བཞིན་གྱི་དོན་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་
 དང་། དོན་གསལ་ལས་དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ལ་འཆད་པ་མི་འཐད་དེ། །འཕགས་པ་ལྟའི་
 བདག་ཕྱིན་བརྒྱབས་ལས། །ས་ཡི་ཁམས་ནི་རྒྱུ་ལ་ཐེ། །རྒྱུ་ནི་མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ།
 བའི་ཁམས་ལ་ཐེ། །རྒྱུ་ནི་སེམས་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ། །མེ་ལ་ཐེ།

ཐེམ། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་མ་རིག་པར། །དེ་ཡང་འོད་གསལ་བར་འགྲོའོ། །ཞེས་སེམས་སྣང་
 བ་སྐྱེས་པའི་སྡོན་ཏུ་རྒྱང་ཐིམ་བར་གསུངས་ལ། དེ་ནི་ཀུན་རྟོག་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱང་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་དེའི་དུས་སུ་ཀུན་རྟོགས་ཀྱང་ཐིམ་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྣང་བ་དང་རང་བཞིན་གཉིས་
 བྱི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མི་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་རིམ་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཡང་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ཀུན་ལས་
 བཏུས་ལས། སྣང་བ་གསུམ་སྐྱེས་པའི་འོག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱི་རྟོག་པ་རྣམས་སྐྱེ་བར་གསུངས་
 ཤིང་། ལས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ལས་ཀྱང་། སྣང་བ་གསུམ་སྐྱེས་པའི་འོག་ཏུ་རང་བཞིན་བརྒྱ་
 རྒྱུ་ཅུ་སྐྱེ་བར་གསུངས་ལ། རང་བཞིན་ཆོན་པ་དང་པོ་སྣང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་ཏེ་འབྲས་
 བྱར་གསུངས་པ་ནི། རང་བཞིན་ཆོན་པ་གཞན་གཉིས་ལའང་འདྲ་བས་ན། དེའི་དཔེ་ཁ་ཅིག་
 ལས། རང་བཞིན་བདུན་མ་རིག་པའི་དུས་སུ་འབྱུང་བར་བཤད་པ་ནི་དཔེ་མ་དག་པའོ། །རྒྱང་
 སྣང་བ་ལ་ཐིམ་བར་གསུངས་ལ། སྣང་བ་སྐྱེས་པའི་སྡོན་ཏུ་སྣང་བ་མེད་པས་དེ་ལ་ཐིམ་པ་མི་
 རུང་ངོ་སྤྲུལ་ན། དེ་ལྟ་ན་སྣང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་དང་འོད་གསལ་རྣམས་ལའང་དེ་ལྟར་
 གསུངས་པས། ཕྱི་མ་སྐྱེས་པའི་འོག་ཏུ་སྤྲ་མ་ཐིམ་དགོས་པས་དེ་རྣམས་རྒྱ་འབྲས་མེན་པ་
 དང་། སྤྲ་ཕྱིའི་རིམ་པ་བཞག་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་ན། དེ་ནི་འདོད་པར་མི་བྱས་ཏེ། རིམ་ལྔ་ལས།
 སྣང་ཉིད་ཤིན་ཏུ་སྣང་བ་དང་། །གསུམ་པ་སྣང་བ་ཆེན་པོ་དང་། །བཞི་བ་ཐམས་ཅད་སྣང་བ་
 ནི། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་བྱེ་བྲག་གོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཐ་མལ་པ་འཆི་བའི་ཆེ་འབྱུང་བ་ཐིམ་
 རིམ་བཞི་བ་རྒྱང་རྣམ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པ་ན་རྒྱང་རགས་པ་རྣམས་རྣམ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པ་ཡིན་ཞིང་།
 རང་བཞིན་བརྒྱད་ཅུའི་རྟོག་པའི་སེམས་དང་། དེའི་བཞེན་པར་བྱུང་བའི་རྒྱང་གཉིས་སྣང་བ་
 དཀར་ལས་པའི་སྤྲ་རོལ་ཏུ་ཐིམ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུབ་རྒྱ་མཆོ་
 ༤༣བ་ལས། གཞི་དུས་ལ་འཆི་བའི་ཆེ་སྤར་གྱི་དེ་དག་ཐིམ་པའི་འོག་ཏུ་རང་བཞིན་བརྒྱད་
 ཅུའི་རྟོག་པ་སྣང་བ་ལ་ཐིམ་དེ་སྣང་བ་མཆེད་པ་ལ་ཐིམ་དེ་ཉེར་ཐོབ་ལ་ཐིམ་དེ་ཡང་འོད་གསལ་
 བར་ཐིམ་ནས་འཆི་བ་འོད་གསལ་ཉམས་སུ་ཕྱིར་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་
 སོ། །དབྱུངས་ཅན་དག་འཁྲུའི་སྤྲགས་ཀྱི་ས་ལས་ལས་ཀྱང་། འོན་སྣང་བའི་སྤྲ་རོལ་ཏུ་རང་

བཞེན་བརྒྱད་ཅུ་བཞེན་པའི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་ཐེམ་ཐེན་ན། སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་དུས་
 སུ་ཐེམ་རྒྱའི་རྒྱུད་མེད་དམ་སྟེན་ན། སྤྱིར་རྒྱུད་ལ་ཐ་རགས་མང་དུ་ཡོད་པའི་རགས་པ་རྣམས་
 ཐེམ་ཆར་ཡང་ཐ་བ་ཡོད་དོ། །དེས་ན་རྒྱུད་ཐ་བ་གཅིག་གྲུས་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་དུས་ནི་
 རྒྱུད་སྤང་བ་ལ་ཐེམ་པ་ནས་ཉིད་ཐོབ་ཡོད་གསལ་ལ་ཐེམ་པའི་བར་དུ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས།
 རང་བཞེན་བརྒྱད་ཅུ་འཛིན་པ། རང་བཞེན་བརྒྱད་ཅུ་འཛིན་པ་ལ་གཞིགས།
 རང་བཞེན་གསུམ། མཆོན་ཉིད་གསུམ་དང་འབྲ། མཐོབ་དཔོན་ལྷ་སྤྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་རང་བཞེན་
 གསུམ་ལ་འབྲུག་པའི་སྤྱབ་པ་ཞེས་བྲ་བ་ལས། གུན་བཏགས་དང་ནི་གཞན་དབང་
 དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་དང་ནི། །བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞེན་གསུམ། །ཤེས་བྲ་ཟབ་
 པར་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །རང་བཞེན་གསུམ་ཞེས་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་
 གསུམ་ཞེས་པ་གཉིས་ལོ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱར་བྱེད་ཅམ་ཡིན་པར་སྟེན་མོ། །
 རང་བཞེན་སྟན་གྲུབ་ཀྱི་སངས་རྒྱས། (བཀའ་རྒྱུད་) སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས། ཡེ་ནས་འདུས་མ་གྲས་
 སུ་རང་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་རང་བཞེན་སྟན་གྲུབ་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱའོ། །
 རང་རིག ། རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་རྒྱུར་པའི་ཡུལ་དེ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་གཉིས་སྤང་བྲལ་པའི་ཚུལ་
 ཀྱིས་རིག་པའི་སྟོང་ལ་ཟེར། རང་རིག་འདོད་མཁན་ནི། མདོ་སྟེ་ད། སེམས་ཅམ་པ། དབྱ་མ་རང་
 རྒྱུད་པ་བཅས་ཡིན། 2 (བཀའ་བརྒྱུད་) བྲག་ཆེན་གྱི་ཆོས་བདེ་ཞིག་སྟེ། སེམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་
 དབྱེད་པས་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱི་གདོད་མའི་གནས་ལུགས་མཆོན་མའི་སྟོང་ཐམས་ཅད་དང་
 བྲལ་པའི་རང་མཆོང་རིག་པ་ལ་ཟེར། དེ་ལ་རང་གིས་རང་རིག་ རང་རིག་པ། སེམས་མཐོང་བ་
 ཞེས་བྱའོ། །དུགས་པོ་བཟུལ་ནས་རྒྱལ་གྱི་བྲག་ཆེན་ཁྲིད་ཡིག་ལ་གཞི་བྲས་ཏེ་བཀོད། སྤྱ་
 བཤད་ནི། སེམས་རང་གིས་སེམས་ཀྱི་མཆོང་རིག་པས་ན་རང་རིག་ཅེས་བྱའོ། །
 རང་རྩོད་། རང་དེ་རྩོད་དེའི་བསྟུས་ཆོག་སྟེ། འབར་འབྱར། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། བཏང་སྟོམས་
 བསྟོམས་པས་ཆགས་སྤང་གིས་མ་སྟོམས་པའི་རང་རྩོད་རྣམས་ཞེ་སྟེ། ས་གཞི་ལེགས་པར་
 དུལ་བ་ལྟར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རང་ལུགས་སུ་བཞག་མ་བཅོས་པར་བཞག་པ་དང་དོན་འདྲ། རང་སར་བཞག་མ་བཅོས་པར་
བཞག་པ་དང་དོན་འདྲ།

རང་ས། 1 རང་རྒྱལ་གྱི་ས། 2 ས་སྡེ་ལྗེ་སའི་དངོས་གཞིའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས། ཉན་ས་དང་བྱང་ས་
ཡང་སའི་དངོས་གཞིར་གཏོགས་སོ། །

རང་སོར་བཞག་མ་བཅོས་པར་བཞག་པ་དང་དོན་འདྲ།

རང་སངས་རྒྱས། <བླ་ཏེ་བུརྟ> སྤེད་པ་ཐ་མའི་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་གཞན་གྱི་གདམས་ངག་ལ་མི་ལྟོས་
པར་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱེད་ཕྱིར་དབྱ་བཅོམ་ཐོབ་པའམ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་ བླ་ཏེ་
བུརྟ་ཞེས་པའི་ངེས་ཆོག་ནི། བླ་ཏེ་རྒྱུན། ཨེ་ཀ་གཅིག་ བུརྟ་རྟོགས་པ་ལ་བྱས་ཏེ། དུར་ཁྱོད་གྱི་
རུས་གོང་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལྟོག་སོགས་གྱིས་རྒྱུན་རྒྱུས་ས་
རྟོགས་པས་ན་རྒྱུན་རྟོགས་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། ཞེས་རྗེ་གྲང་ཐང་བ་གསུང་། རང་སངས་
རྒྱས་དུས་ནས་གྱི་ཆེ་འབྱུང་བ་ནི། དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས། རྟོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་
མ་བྱུང་ཞིང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་ཟད་པ་ན། རང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། རྟེན་པ་མེད་
པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། གླུ་བཤད་ནི། སྟོབ་དཔོན་གྱི་ལུང་ལ་མ་
བརྟེན་པར་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱེད་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྲ། རང་སངས་རྒྱས། དེ་ཉིད་རྟོགས་
འབྲིང་། རྒྱུན་རྟོགས་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན།

རང་སོ། རང་འཇགས། རང་བབས། སྤར་གྱི་གནས། ཐོག་མའི་གནས་བབས། དང་པོའི་གནས་
སྤངས། དཔེར་ན་རང་སོར་བཞག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

རངས། 1 དགའ་བ། 2 ཆང་མའམ་གང་པོ། ཅིལ་པོ། དཔེར་ན་བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་རྣམ་ཐར་ལས།
ཉམས་རྟོགས་ལྡན་པའི་སྟོབ་བྱ་ཐོན་པ་ལ་བལྟས་ན་སྟེ་ཆེ་རངས་ཁྲིད་བསྐྱངས་པ་འདྲ་བ་ཡོད།
ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཉིན་རངས་ཆོས་གསུང་། མཆན་རངས་དབང་བསྐྱར་མཛད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

རངས་བ། 1 (བྱ་ཆོག) རང་བའི་འདས་བ། 2 ཅང་དགའ་བའི་དོན། གླུ་བཤད་ནི། སེམས་ལ་དགའ་བ་
སྐྱེས་པ་ན་ལུས་གྱི་བ་སྐྱ་རངས་པ་སྟེ་ལང་བས་ན་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྲའོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་

འབྲེལ་བ་ལས། རངས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་ཤིང་བཤོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། འདུལ་བ་
 ལུང་གཞི་ལས་ཀྱང་། དེས་རྒྱལ་པོ་རྩལ་ཐུན་ཡི་རངས་བར་གྱུར་ཏོ། ། ཞེས་གསུངས་
 སོ། ། རངས་བ་དང་། རང་བ། རེངས་བ། (སྤྱིར་བཏང་རེངས་ཞེས་བ་མཆོགས་པོར་གྱུར་བའི་
 དོན་ཡིན་ཀྱང་། ཤར་བ་དང་ལངས་བ་ལའང་འདུག་སྟེ། སྤྱི་གདངས་ལངས་བ་འཇམ་ཤར་བ་ལ།
 སྤྱི་རེངས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ) རེང་བ། ལང་བ། ལངས་བ། ལྷང་བ། ལྷངས་བ། འབྲེང་བ། འབྲེངས་
 བ་རྣམས་འདིར་དོན་འདྲ། ཡི་རང་དང་ཡི་རངས། རྩེས་སྤྱི་ཡི་རང་དང་རྩེས་སྤྱི་ཡི་རངས་
 སོགས་ཀྱི་རང་དང་རངས་ཡང་གོང་དུ་བཤད་བ་དང་དོན་འདྲའོ། ² (མིང་ཆེ།) དགའ་བའི་མིང་
 ཅམ། དཔེར་ན་རངས་བ་སྤྱིའོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། དགའ་བ་དང་། མགྱ་
 བ་དང་། རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་། རངས་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། ཡིད་བདེ་བ་སྦྱེས་བར་གྱུར་
 ཏོ། ། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། སྒོ་བ་དཔོན་རྣམས་ལ་ཞེས་དང་རིམ་
 སྒོ་བ་སྦྱོང་དེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོགས་མ་རྩོགས་བ་ནི་རྩོགས་བར་འགྱུར། ཉོན་
 མོངས་བ་མ་སྤངས་བ་ནི་སྒོང་བར་འགྱུར་སྤྱུམ་སྟེ་དགའ་བ་དང་རངས་བ་འཕྲོལ་ཅིང་དགོ་བའི་
 ཆོས་ལ་དེ་དང་མཐུན་བར་སྦྱོང་ལ་མི་དགོ་བ་ལ་མི་མཐུན་བར་སྦྱོང་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །
 རངས་པོ། ། རྩེལ་པོ། རིལ་པོ། གང་པོ། ཆང་མ། སྤང་ཆང་། ཡོངས་རྩོགས་བཅས་ཀྱི་མིང་། ལུག་ག་
 རངས་པོ། ཆེ་རངས་པོ། ཉིན་རངས་པོ་ཆོས་གསུངས། མཆོན་རངས་པོ་དབང་བསྐྱར་ཞེས་བ་
 ལྟ་བུ། འདིའི་ཐད་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དམག་ཆས་རངས་པོ་ཞེས་བར་དམག་ཆས་
 རངས་སོ་ཞེས་ཡིག་ཞོར་འདུག་ ²གྲོང་པོའི་མིང་། རེངས་པོ་དང་དོན་གཅིག
 རད་རུད། རད་རོད་དང་འདྲ། རིན་ཆེན་ཐང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་བ་³ལས་ལས། འཇམ་བ་ནི་རད་
 རུད་མེད་པའམ་སྤྱར་འཇམ་པའོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །
 རད་རོད། འབར་འབྱར། རང་རོང་། རང་རེ་རོང་རེ། དཔེར་ན་ཡལ་སྤུས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས། སོ་
 བོ་ཐགས་བཟང་སོ་རྣམས་རད་རོད་མེད། ཅེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུའོ། །
 རལྷ་རྩི། (ལེགས་སྤྱར) རིན་ཆེན་འཆང་སྟེ། རིན་འབྱུང་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། བསམ་བ་ཐམས་ཅད་

ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་བྱུག་མཆན་དུ་འཛིན་པར་མཛད་པས་ན་རིན་ཆེན་
འཆང་སྟེ། དང་དོན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་མཐའི་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་པར་མཛད་པས་ན་རིན་ཆེན་
འཆང་སྟེ། དེས་དོན་ནོ། །རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟུགས་ན་གསལ།

རབ། 1 མཆོག་ ལུལ་དུ་བྱུང་བ། ཡང་དག་བ། ལེགས་བ། ལེགས་ཤོས། 2 ཆེས་ཆེར། མང་པོ།
མཐའ་ཡས་བ། 3 གཅང་རྒྱའི་ནང་ས་དོ་སོགས་རྩུང་ཟད་མཐོན་པོ་ཆགས་པའི་སྤང་རྒྱུད་རྒྱུ་
འགྲོས་ཀྱིས་རྒྱ་བརྒྱལ་ནས་འགྲོ་ནའང་འགྲོ་ཐུབ་པའི་ཆེག་བ་ལྟ་བུའི་མིང་། རྒྱ་བོལ་རབ་མེད་
ན་རྒྱ་བརྒྱལ་མི་ཐུབ་པར་རྒྱའི་ནང་བྱིང་འགྲོ་བ་རེད། སྤྱོད་འཇུག་ལས། རྒྱ་བོར་བ་མེད་མེད་
འདྲ་ནང་བྱིང་བ་དག །ཅེས་གསུངས་སོ། །དབྱིན་སྤང་དུ་ “ford” ཟེར་བ་དེ་དང་པལ་ཆེར་
འདྲའོ། 4 ཆེག་པའི་མིང་། ལུང་ཁྱ་བའི་འགྲེལ་བ་ལས། རབ་ནི་ཆེག་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

རབ་ཏུ། (ཆོག་རྒྱུ) 1 ཆེས་ཆེར། ལྷག་པར། དཔེར་ན་རབ་ཏུ་དང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 ཡང་དག་པར།
དཔེར་ན་རབ་ཏུ་སྤངས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 3 དེས་པར། རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4 ཡང་
སྤྱབས་རེར་ཆོག་གི་ཉམས་འདོན་བྱེད་ཅམ་གྱི་ཆོག་ཟད་ཅེག་སྟེ། སྤྱིར་རྣམ་པར། ཉེ་བར།
རབ་ཏུ། ཤིན་ཏུ་ཞེས་བ་རྣམས་པལ་ཆེར་དོན་འདྲའོ། །

རབ་ཏུ་བྱུང་བ། (འདུལ་བ) 1 (མིང་ཆོག) ཟུ་བཙུན་སྤྱིའི་མིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་
དང་། །གཞན་ལ་འཆེ་བ་དག་སྤྱོད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཟུ་བཤད་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ནི་
ལེགས་པར་སོང་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པའི་གནས་ན་གསལ་ཆལ་དང་དཔེན་
བ་དག་ཏུ་རབ་ཏུ་སྟེ་ལེགས་པར་སོང་བས་ན་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཐོས་པའི་ཆོམས་དེབ་
གཟུགས་ཀྱང་ལས། ལེགས་པར་ཐོས་དང་ལེགས་སྤྱོད་དང་། །ཁྱིམ་ནས་ལེགས་པར་བྱུང་བ་
དང་། །སྤོང་བར་བྱེད་པས་རབ་བསྐྱར་ཞིང་། །དག་སྤྱོད་གི་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་ལེགས། །ཞེས་
གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །དེ་ཡང་བྱུང་བའི་སྤྱོད་སོང་བ་དང་འབྱུང་བའི་འགྲོ་བ་ལ་འཇུག་སྟེ། ཞིབ་པ་
འབྱུང་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཟུ་བ་སྤྱིའི་མིང་། ཞེས་
འཁོད་པར། ཟུ་བཙུན་སྤྱིའི་མིང་། ཞེས་བཙུན་མ་བསྟོན་དགོས། དགའ་བོ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་

མདོར། གཞུང་དགའ་བོས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དོན་གང་
 ཡིན་ནམ་ཞེས་པའི་ཁྲིམ་པའི་ལན་ནམས། དག་ཕྱེ་སྤར་མ་མདོར། ས་པ་ ༡༩༥༩་ན་བཞུགས་
 སོ། །² (བུ་ཆོག) གྲ་པ་བཅོས་པའི་དོན། ཁྲིམ་ནས་ཁྲིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་ངོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཉགས། (འདུལ་བ) བྱིའི་ཉགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རབ་བྱུང་ཡིན་མིན་གྱི་འབྲེད་ཆོས་ཤིག་སྟེ།
 གོས་ཏུ་རྒྱིག་གྲོན་པ་དང་། སྤྲ་དང་ཁ་སྤྱ་རིང་པོར་མི་འཛོག་པ་སོགས་སོ། །དེ་ཡང་དཔལ་བོ་
 གཙུག་ལག་གི་མེད་པའི་སྒྲིབ་འཕྲུག་འབྲེལ་པ་⁴ ལས། དག་སྒྲོང་གི་སྤྲུམ་སྤྱར་དང་བཅས་
 པའི་ཆོས་གོས་གསུམ་མཐར་རབ་བྱུང་ཕྱེ་ལྷ་ཐུན་མོང་གི་སྒོ་གོས་མཐར་གོས་གདིང་བ་སྟེ་ཆོས་
 གོས་གསུམ་ནི་བྱིའི་ཉགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རབ་བྱུང་ཡིན་མིན་གྱི་འབྲེད་ཆོས་ཡིན་པས། ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་པན་ཡོན་བཟ། (འདུལ་བ) དེའི་སྒོར་ལས་ནམ་པར་འབྲེད་པའི་མདོར། ས་
 ༡༩༥༩་པ་ལས་གསུངས་ཡོད་པས་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། །

རབ་ཏུ་བྱེད་པ། <སྤ་ཀ་ར་ཏ> 1 ལེ་འཁྲུང་མིང་། 2 དོན་ཚན་གཙོ་ཆེ་བ་རེ་རེ་རྟོན་ཏུ་བཏོན་ནས་སྟོན་
 པའི་བསྟན་བཅོས་ཐོར་བྱའི་མིང་ཡིན། ཏུ་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་། ༡༩༡ལས། སྟོབ་དཔོན་
 (དབྱིག་གཉེན) འདིས་མཛད་པའི་རྟོན་འབྲེལ་མདོ་འབྲེལ་སོགས་གཞན་འབྲེལ་གསུམ་པོ་སྤ་
 ཀ་ར་ཏ་ཕྱེ་བརྒྱད་ལ་བཟང་བ་བྱོགས་འདིར་སྟེ། ཁྲུབ་ཏུ་བཟངས་ཀྱང་། ཆོག་འབྲེལ་ལ་རབ་ཏུ་
 བྱེད་པའི་ཐ་སྟད་མི་སྟོར་ཞིང་། རྣམ་བཤད་རིག་པ་ལའང་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་ཐ་སྟད་འཕྲུག་
 དཀའོ། །དེ་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་དོན་ཚན་གཙོ་ཆེ་བ་རེ་རེ་རྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཐོར་བྱའི་
 མིང་ཡིན་པས། མདོ་ཕྱེ་རྒྱན་ལྟ་བུའི་གཞུང་ཆེན་མོ་ལའང་མི་ཟེར་ན། དེའི་ཆོག་འབྲེལ་ལ་ཟེར་
 བ་ལྟ་སྟེས་ཀྱང་ཅི་དགོས། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་བརྒྱད་ལས་ལ་ལ་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་མིང་ཡོད་
 ལ། འགའ་ཞིག་ལ་མེད་པའང་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་དོགས་གཙོད་དང་བཅས་པ་ལེགས་པར་
 གསུངས་འདུག་³ བཤད་པ་མདོར་བསྟུས་སམ། རྣམ་མདོར་བསྟུས་བཅས་ཀྱི་མིང་ལའང་
 འཕྲུག་པར་སེམས་ཏེ། བྱང་པོ་ལྷའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས། སྟོ་གོས་སྤྱངས་པ་མེད་ནམས་

ཀྱིས། །སྒྲོ་ཡི་ཁ་ནི་དབྱེ་བའི་བྱིར། །ཕྱང་པོ་སྒྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ཀྱིས། ། “མདོར་བསྟུས་”
“ཡང་དག” མཆན་ཉིད་བཟོད། །ཅེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཕྱང་པོ་ལྷ་ཡི་ཡང་དག་
དོན། །མདོར་བསྟུས་རབ་བཤད་བསྟན་བཅས་འདི། །འབད་བ་མེད་པའི་འཛིག་ཉེན་
འདིའི། །དོན་དུ་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་བྱས། །རབ་ཏུ་བྱེད་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་ཐད་ཀའི་གོ་དོན་ནི།
རབ་ཏུ་བཤད་པ། ཡང་དག་པར་བཤད་པ། ལེགས་པར་བཤད་པ། གསལ་བར་བཤད་པ།
གསལ་བར་བྱེད་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས། སྒྲ་བཤད་ནི། རབ་ཏུ་ཞེས་པ། བཞི་ཏུ།
ཆེས་ཆེད། ཤས་ཆེད་ཞེས་པའི་དོན་དང་། བྱེད་པ་ནི་བྱ་བའམ་ལས་ཀ་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །སྦྱིར་
བཏང་རབ་ཏུ་བྱེད་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་མིང་གི་མཁུག་ཏུ་སྦྱར་བ། དཔེར་ན་
ཕྱང་པོ་ལྷ་འི་རབ་ཏུ་བྱེད་བ་ཞེས་པ་སོགས་ཡོངས་གྲགས་དང་། ཡང་འགའ་རེའི་འགོ་དུ་སྦྱར་
བའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ “རབ་ཏུ་བྱེད་བ་ལག་པའི་ཆད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ” (སྒྲོབ་དཔོན་
འཕགས་པ་ལྷས་མཛོད) ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རབ་ཏུ་བྱེད་བ་སྒྲེ་བདུན། ཆད་མ་སྒྲེ་བདུན་ལ་ཟེར་བར། བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་༣༧ན་གསལ། ཆད་མ་
སྒྲེ་བདུན་ལ་གཟིགས།

རབ་ཏུ་དབེན་པ། ལུས་འདུ་འཛི་དང་བྲལ་བ། སེམས་རྟོག་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར།

རབ་ཏུ་མི་སྦྱག་པའི་མཆན་མ་བཅུ་གཉིས། མི་སྦྱག་པའི་མཆན་མ་བཅུ་གཉིས་དང་དོན་འདྲ།

རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་དབྱེ་མ་པ། སྒྲ་བ་ལ་སྒྲོས་པ་རྣམས་པར་བཅད་པ་ཅམ་དོན་དམ་བདེན་པར་
འདོད་པའི་དབྱེ་མ་པ་ལ། རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་དབྱེ་མ་པ་ཞེས་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་ཐ་སྦད་
བྱེད་དོ། །ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་དབྱེ་མ་པ་ཡིན་པར་བཤད་དེ།
ཐུའུ་བཀུན་གྲུབ་མཐའ་དཔེ་གཞུགས་༥༣ལས། ལོ་ཆེན་འདིའི་ལྷ་བ་ནི་རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་
དབྱེ་མ་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྒྲོར་ཞིབ་པར་ཤེས་པར་འདོད་ན།
རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལ་སྒྲ་རབས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐ་
སྦད་འཛིག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་སེང་བཏགས་པའི་དབྱེ་མ་པ་ནི་གཉིས་ཉེ། ཐ་སྦད་དུ་བྱི་རོལ་ཡོད་

པར་འདོད་པ་མདོ་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་པ་དང་། བ་སྤྱད་དུ་བྱི་རོལ་མེད་པར་འདོད་པ་ནལ་
 འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་པའོ། །དོན་དམ་འདོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་མ་མིང་བཏགས་པའང་གཉིས་ཏེ།
 སྤྱང་སྤྱང་གཉིས་ཆོགས་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་སྤྱི་མ་རིགས་བྱུང་པ་དང་སྤྱང་བ་ལ་
 སྤྱོས་པ་ནམ་པར་བཅད་པ་ཅམ་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་རབ་ཏུ་མི་གནས་པར་སྤྱི་
 བའོ། །དེ་གཉིས་གྱི་སྤྱི་མ་ནི་སྒྲོན་དཔོན་ཞི་བ་འཆོ་དང་ཀླ་མ་ལ་ལྷི་ལ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པར་
 འདོད་ལ། སྤྱི་མ་ལྟ་བུ་དང་རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་ཐ་སྤྱད་ནི་རྒྱ་གར་བའི་སྒྲོན་དཔོན་ཁ་ཅིག་
 གྲང་འདོད་དོ། །སྤྱིར་དབུ་མ་པར་ཁས་འཆེ་བའི་རྒྱ་བོད་གྱི་སྒྲོན་དཔོན་འགའ་རེ་དེ་ལྟར་དུ་
 འདོད་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། སྒྲོན་དཔོན་ལྷ་སྤྱད་ཀྱི་ཆེས་སུ་འབྱང་བའི་དབུ་མ་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་
 གྱི་ལུགས་རི་ལྟར་ཡིན་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་ཡི། བ་མོ་རྣམས་སུ་ཞིག་གིས་བཤད་པར་
 ལུས། གཞན་ཡང་དོན་དམ་འདོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་མ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་ནི་མོངས་པ་དེ་མཆར་
 བསྐྱེད་པའི་རྣམ་གཞག་གོ་ཞེས་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་ལེས་རབ་གསུང་བ་ནི་ལེགས་
 ཏེ། དེ་དག་གི་འདོད་པ་ནི་རིགས་ལེས་ཆེས་དཔག་གིས་གཞལ་བའི་དོན་ཅམ་དོན་དམ་བདེན་
 པར་འདོད་པར་སྤྱང་ལ། རིགས་ལེས་གྱི་གཞལ་བྱ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་མཐུན་པས་དོན་
 དམ་ཞེས་བཏགས་པར་དབུ་མ་རྒྱན་དང་སྤྱང་བ་གཉིས་ཀ་ནས་གསུངས་པའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་དབུ་མ་པའི་སྒྲོར་འདི་ཆེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་འབྲིང་མ་
 གཏོགས་ཆེའི་གསུང་དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་དང་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་གསུང་
 གསལ་ཆེ་བ་རྣམས་སུ་མི་སྤྱང་དོ། །

རབ་ཏུ་ཆ་བ། ཆ་དཔལ་བརྒྱད་ཀྱི་བདུན་པའོ། །རབ་ཏུ་ཆ་བ་ནི། ལུགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་ཅེ་གསུམ་
 པ་འཕོངས་སུ་བཅུག་ཉེ་ཅེ་གཡས་གཡོན་གཉིས་སྤག་པ་གཉིས་དང་དབུ་མ་སྤྱི་བོ་ནས་
 འབྲེན་ཏོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་རྣམས་སུ་མ་ལྟེ་འབར་བ་འབྱུང་དོ། །ལུགས་
 རྟེན་པ་ཆ་ཞིང་རབ་ཏུ་འབར་བས་ལུས་དཀྱི་ཞིང་ལུགས་ཟངས་འལྱར་བྱེད་འབར་བས་
 གང་བའི་ནད་དུ་སྤྱི་ཕུ་ཚུགས་བྱས་ནས་བསྐྱོལ་བ་ན་སྟེང་ལོག་ཐད་ཀ་རྣམས་སུ་འགྲོའོ། །དེའི་

ཆོ་བགས་བ་དང་ཤ་ཁྲག་རྣམས་ཞིག་ནས་ཀའ་རུས་འབའ་ཞིག་ལུས་པའི་ཆོ། ཡང་བྱུང་ནས་
ལྷགས་གྱི་ས་གཞི་ལ་འགྲེམས་སོ། །དེ་ནས་བགས་བ་དང་ཤ་ཁྲག་སྐྱེས་བ་ན་ཡང་ནང་དུ་
འཇུག་གོ། ལྷག་མ་ནི་ཆོ་བ་དང་འབྲེལ། ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །
རབ་བཤེ་ཚུགས་སོ། ཞེས་བེད་བྱས་སྔོན་པོའི་མིང་བརྟུང་དག་ལ་བ་འགའ་ཞིག་བཤད་པ་སོམ་ཉིའི་
སྟུན་སེལ་ལས་བཤད། བེད་འགྲེལ་ལས། ད་ལྟ་སོ་སོར་རབ་བཤེ་གདའ་བ་འདི་ལགས། ཞེས་
བ་ལྟ་བུའོ། །དག་གསར་ལས། རབ་བཤེ་རིབ་བཤེ་ཞེས་བཤད།

རབ་བྱུང་། (འདུལ་བ) 1 གྲ་བ་དང་བཙུན་མའི་མིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་གཟིགས། 2 ལོ་དྲུག་ཅུ་ལ་རབ་
བྱུང་གཅིག་ཟེར། དེ་ལ་ནག་ཅིས་པས་ལོ་གཞི་ཡང་ཟེར། ཞེས་སྒྲོང་རྡོལ་ཁྲ་མ་གསུང་། རབ་
བྱུང་གི་འགོ་ནི་བྱི་ལོ་༡༠༩༥་ནས་ཚུགས་པར་དག་ཡིག་གསར་བསྐྱིགས་ལས་བཤད།

རབ་བྱུང་སྟེ་ལྔ། (འདུལ་བ) དག་ཚུལ་བ་མ་གཉིས། དག་སྒོར་མ། དག་སྒོར་པ་མ་གཉིས་ཉེ་ལྔའོ། །
རབ་བྱེད། ལེའུ་འེང་། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་འབྲ། འདིའི་དོགས་གཅོད་དང་བཅས་པ་ “རབ་ཏུ་བྱེད་
པ་” ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རབ་འབྲམས། ཏ་ཅང་མང་ཞིང་མཐའ་ཡས་པའི་དོན་ཡིན། སྤྱ་བཤད་ནི། རབ་ཏུ་མང་ཞིང་འབྲམས་
ལྷས་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བུའོ། །

རབ་འབྲམས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་ལྟ་བའི་མིག 1 དག་བའི་བཤེས་གཉེན། 2 ཁ་ཅིག་བྱང་རྒྱལ་ལས་
སྔོན་ལ་བཞེད།

རབ་རིབ། 1 ལིང་རྟོག་སྟེ་མིག་ནད་ཅིག་བར་སྤྱང་སྟོང་བ་ལས་སྤྱའད་འཛིག་བ་དང་། ཁྲ་བ་གཅིག་
ལ་གཉིས་སུ་སྤྱང་བ་སོགས་གྱི་འཁྲལ་བ་སྐྱེད་བྱེད་ཅིག དབུ་ལ་འཇུག་པ་ལས། རབ་རིབ་
མཐུ་ཡིས་སྤྱའད་ལ་སོགས་པ། ཁོ་ལོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བརྟགས་པ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་
གང་དུ་མིག་དག་པས། །མཛོང་སྟེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་ཤེས་གྱིས། ཞེས་དང་། རྗེའི་དགོངས་
པ་རབ་གསལ་ལས། སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་གྱི་ལིང་རྟོག་གིས་སྟོའི་མིག་མ་ལུས་
པར་ཁེབས་པ་རྣམས་གྱིས་བརྟུན་པ་མཛོང་བའི་སྟོབས་ལས་བདག་གི་རོ་བོ་ཡོད་པ་རྟེན་པ་

ཡིན་ཏེ། གྲིས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཛོང་བའི་ཡུལ་དུ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་བ་དེ་
 བཞེན་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་ནི་མིན་ཏེ་ངོ་བོ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། མཁས་
 གྲུབ་རྒྱུ་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས། རབ་རིབ་སོགས་ཀྱིས་བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་བསྐྱང་
 པ་ལས་བྱུང་བ་རྒྱ་བ་གཉིས་སྤང་གི་དབང་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །² རྒྱུན། འི་མ།
 རྒྱུབ་བྱེད། ཆོག་གསལ་ལས། མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་ཟག་པ་མེད་
 པའི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞེན་ནོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ནི། ³ མི་གསལ་བ། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོ་⁴ལས། དེ་ཐེས་
 པ་ན་མིག་མི་གསལ་བར་རབ་རིབ་ཏུ་འགྱུར་ནི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནི། ⁴ ལུན་བ།
 དཔེར་ན་ཉི་མ་ལ་རབ་རིབ་འཛོམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བརྒྱུད་སྤོང་པའི་འགྲེལ་བ་གནད་ཀྱི་
 རྒྱ་འོད་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་གཏི་ལྷན་ནི་མི་ཤེས་པ་ལ་ལུན་པ་ནི་ལུན་གནག་གོ། རབ་རིབ་ནི་
 ལུན་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནི། ⁵ མི་ཤེས་པ། བརྒྱུད་སྤོང་པའི་འགྲེལ་བ་གནད་ཀྱི་རྒྱ་
 འོད་ལས། རབ་རིབ་ནི་མི་ཤེས་པ་སྟེ་རབ་རིབ་དེ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཞེས་དང་།
 བརྒྱུད་སྤོང་པའི་འགྲེལ་བ་སྤྱིང་པོ་མཆོག་ལས་ཀྱང་། རབ་རིབ་ནི་མི་ཤེས་པའོ། །དེ་ལས་
 བརྒྒྲག་པ་ནི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལུང་
 སྤྱན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། རྒྱའི་རབ་རིབ་སེལ་བ་སྟེ། རྒྱ་ནི་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ། དེའི་རབ་
 རིབ་ནི་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་འཛོམས་པར་བྱེད་ཅིང་འཇིག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རབ་རིབ་སེལ་
 བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སློབ་སྤྱིངས་ལས་ཀྱང་། བསྐྱར་བ་རིན་ཆེན་མཆོག་ལྟར་བཟང་ལ་
 འཕན་མེད་པ། །རྣམ་པར་དག་རྩལ་གང་ཡིན་སྟེ། མགོའི་གདེངས་ཀ་ཅན། །ཆེན་པོ་རྣམས་
 ཀྱིས་གཙུག་གི་རྒྱན་བཞི་གྲས་མཛོམས་ནས། །ས་ཡི་གཏིང་ན་གནས་པའི་རབ་རིབ་སེལ་བར་
 མཛད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

རབ་རིབ་འཛོམས། ཉི་མའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱ་བཤད་ནི། རབ་རིབ་ནི་ལུན་པ་སྟེ་དེ་འཛོམས་
 བྱེད་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བཛྲོད་དོ། །

རབ་སོང་འདུས་པ། རོ་འདུས་པའི་དུར་ཁྱོད་ཆེན་པོ། སྒྲ་བཤད་ནི། རབ་སོང་ནི་དབུགས་རབ་ཏུ་སོང་
བ་སྟེ་གི་བའམ་རོའི་དོན་ཡིན་ལ་དེ་འདུས་པའི་གནས་ནི་དུར་ཁྱོད་དོ། །

རམ་འདེགས། རོགས་པ། དབྱང་རོགས། རྗེ་གྲུང་ཐང་བས། ལངས་ཆེ་སྟག་བཞི་འཇུགས་པ་
འདི། །ཕྱགས་ཀྱི་ལད་མོ་བྱས་པ་མིན། །བྱིན་པས་ལུས་པོ་མ་ཐེག་པའི། །རམ་འདེགས་ལག་
བས་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རམ་བྱིས། (བདུན་ཉེད) སྟག་ཆའི་བྱས་པ། མཆོ་རྟེན་གྱི་མཆན་བྱ་ལས། ལུལ་ཁ་ཅིག་ན་སྟག་བྱས་ལ་
རམ་བྱིས་ཟེར་དོ། །ཞེས་གསལ།

རྩྭ་ཡི་ཁྲི། (རྩྭ་མ) མ་དག་པའི་ཉེས་སྤྱོད་ནམས་བསྐྱེགས་སྤྱང་གཏོར་གསུམ་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །འདི་
དགེ་ལྡན་སོགས་ཀྱི་ཨི་ཨ་ལྷོ་གི་དོད་ལྟ་བུ་ཡིན། དེའི་ཚུལ་ནི། རང་ཉིད་ལྟར་གསལ་པའི་
ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་ཡི་གེ་རྩྭ་ཁྲི་རྩྭ་མས་འཕྲོས་པས་ཆོགས་ལྡས་སམ་མཆོད་ལྡས་ཀྱི་མ་
དག་པའི་ཉེས་སྤྱོད་ནམས་རྩྭ་ལས་མེ་འབར་བས་བསྐྱེགས། ཁྲི་ལས་ཆུ་བྱང་སྟེ་སྤྱངས། ཡི་
ལས་ཆུང་བྱང་བས་གཏོར་ཏེ་སྤྱངས་པར་བསམ་པའོ། །རིག་འཛིན་འདུས་པའི་ཐེན་བྲིས་རིག་
འཛིན་ཞལ་ལུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། སེ་ར་བྲིས་པའི་རྩྭ་མ་བྱིན་བསྐྱང་གསལ་ཆོ་གའི་ནང་
ཡང་ཐ་སྙད་དེ་རང་འབྱུང་།

རལ་སྐྱོར་མཁན། གཞན་གྱིས་མཆོན་ཆ་ཅི་འཕང་ཡང་རལ་གྱི་བསྐྱོར་ནས་གཅོད་པ་ལ་ཕིན་ཏུ་
མཁས་པའི་མི། འདི་སྐྱོར་འདུལ་བ་ལུང་ལས་འབྱུང་། རལ་སྐྱོར་མཁན་སྐྱ་གར་དང་སྐྱ་ནག་ན་
ཡོད་ལ་བོད་ཏུ་མེད་པར་བཤད།

རལ་སྐྱོར་མཁན་བཞིན། རལ་སྐྱོར་མཁན་བྱ་བ་གཞན་གྱིས་མཆོན་ཆ་ཅི་འཕང་ཡང་རལ་གྱི་བསྐྱོར་
ནས་གཅོད་ཏུས་པ་བཞིན། རྩྭ་རྟོག་གང་སྤྱིས་དེ་མ་ཐག་དོས་བབྱང་ནས་འགོག་ཐུབ་པའི་
དཔེ་ཞིག་ པར་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཕྱག་ཆེན་ཅ་བ་ལས། ཡང་ན་རལ་སྐྱོར་
མཁན་བཞིན་དུ། རྩྭ་རྟོག་ཅི་སྤྱིས་ཐད་ཐད་གཅོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རལ་ཁ། ༡ རལ་གྱི་འཕམ་མོ། རལ་ག་ཞེས་ཀྱང་འབྲི་ལོ། །དཔེར་ན་རལ་ཁ་འབྱེད་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

2 ལྷ་སྤྱིག་གུ་ཅན། 3 རལ་གྱི་ཡི་ཁ།

རལ་ག ། 1 རལ་གྱི་ཡི་ཁཐབ་མོ། རལ་ཁ་ཞེས་ཀྱང་འབྲེལ། དཔེར་ན་རལ་ག་འགྱུང་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2
 “ལྷ་ས” སྤྱིག་གུ་ཅན་ལ་ཟེར། ལྷ་ས་ཡུ་རེངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ཅུང་ཟད་ཞན་བ་ཡིན་པར། རང་
 གི་རྣམ་པ་བཤད་ལས་བཤད། རང་གི་རྣམས་བཤད་ལས། རལ་ག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷ་ས་སྤྱིག་གུ་
 ཅན་ཀྱི་རྣམ་པ་ལོ། །འདིས་ཤིང་དབྱང་ཆད་རྗེས་སུ་གནང་བ་འགལ་བ་མེད་དེ་ཤིང་དབྱང་ཆད་
 བྱི་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་ཕྱིར་རོ། དཔེར་ན་ལྷ་ས་ཡུ་རེངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ལྷ་ས་སྤྱིག་གུ་ཅན་གྱི་
 རྣམ་པ་ཅུང་ཟད་ཞན་པ་དང་འབྲེལ། ཞེས་གསུངས།

རལ་གར་ལྷགས་པ། རལ་གྱི་ཡི་ཁཐབ་མོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གཡུལ་དུ་སྤེལས་པ་ཞེས་པའི་དོན། དེ་ལ་
 རལ་ག་འགྱུང་པའི་ཕྱིར་གཡུལ་དུ་སྤེལས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱལ། དེ་ཡང་རལ་ག་ནི་རལ་གྱི་
 འཐབ་མོའི་མིང་ཡིན་ལ། རལ་གར་ཞེས་པའི་ར་སྐྱ་ནི་དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྐྱ་དང་། ལྷགས་པ་ནི་
 སྤེལས་པའི་དོན་ནོ། །རྗེའི་ལམ་རེས་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལ་སྤང་བྱ་སྤོང་པའི་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་
 པའི་ཆོ་ཁྲི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། འཐབ་རྩིང་དག་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། གཡུལ་འོར་རལ་གར་ལྷགས་པ་
 བཞིན། ཉོན་མོངས་མཆོན་ལས་བཟུར་བྱ་ཞིང་། ཉོན་མོངས་དག་རྣམས་འཛེབས་པར་
 བཏང་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། འཐབ་མོ་བརྩིང་བ། ལས་དེ་ལ་གོམས་པའི་མཁས་
 པ་ནི་དག་དང་རལ་ག་སྤྱིགས་འགྱུང་པའི་ཆོ་ལ་འོམ་པའི་གཅིག་ཕྱི་ཅིས་མི་བྱེད་ཀྱི།
 རང་ལ་ཚུར་མཆོན་གྱི་གནོད་པ་འབབ་པ་ལས་བཟུར་བ་ལ་མཁས་པ་དང་། བར་ལ་འཛོམས་
 པ་གཉིས་ཀའི་ལས་བསྐྱབ་པ་བཞིན་དུ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རལ་གྱི། རལ་གྱི། འདི་ལོ་རྩ་བ་ཁ་ཅིག་གིས་ཡུལ་སྤྱད་ཤོར་བར་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལི་ཤིའི་གྱར་
 ཁང་དུ་གསལ་ལོ། །

རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ། 1 ཆ་དཔུལ་གྱི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་རལ་གྱི་རྣོན་པོ་རྣམས་སྤྱང་ནས་
 ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་རྣམས་གཙོད་པ་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ། མཆིམས་མཛོད་ན་
 གསལ། 2 ཆ་དཔུལ་གྱི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་རལ་གྱི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་སུའི་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་པའི་

སྤོང་པོའི་ནགས་ཆེལ། 3 སྤྱི་མེད་སོས་གང་བའི་དཔྱལ་བའི་ལས། དགེ་བའི་ལྗེ་སྤྱོད་འདུག་
འགྲེལ་བ་ལས། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆེལ་ཡང་། ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་མེད་སོ་འཕེལ་བའི་དཔྱལ་
བའི་ལས་མོ། ཞེས་གསུངས།

རལ་གྱི་སྤྱབས། རལ་གྱི་ཐབས་དང་དོན་འདྲ།

རལ་གྱི་ཐབས། སྤྱི་ཆུ་དུག་ཅུ་ཆ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། རལ་གྱི་གཟུང་སྤངས་ཤེས་བ་ཞེས་བའི་
དོན་ཡིན། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། རལ་གྱི་ཐབས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རལ་གྱི་
གཟུང་བ་ཤེས་པའོ། ཞེས་དང་། ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། རལ་གྱི་ཐབས་
ནི་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པའི་འཛིན་སྤངས་ཏེ། དེ་ལ་མཁས་པ་ཉིད་ནི་འཛིན་སྤངས་ཤེས་
པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། རལ་གྱི་ཐབས་ཞེས་བའི་ཐབས་ནི། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐབས་
ལ་མི་གོ་བར། སྤྱབས་སམ་སྤངས་ལ་གོ་དགོས། དཔེར་ན་རལ་གྱི་ལག་པས་འཛིན་སྤངས་ལ་
རལ་གྱི་ཐབས་སམ། རལ་གྱི་སྤྱབས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། རྟེན་འཛིན་དུ་གོས་པ་རྒྱག་སྤངས་ལ་
གོས་སྤྱབས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཤིང་རྩ་བཞོན་སྤངས་ལ། ཤིང་རྩའི་ཐབས་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་
མཆོན་ནས་གཞན་ལ་འདྲ་འཇགས་འགྲེལ་བར་བུའོ། །

རལ་གྱི་འཐབ། རལ་གྱི་འཐབ་མོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

རལ་གྱི་བྲག་རྒྱ། བྲག་རྒྱ་ནི་ལག་པ་གཡས་པ་ཁྱ་ཚུར་བཅངས་ཏེ། སྤོང་ལག་དང་མཐེ་རྒྱུང་གཉིས་
བསྐྱེད་བཞི་རལ་གྱི་བྲག་རྒྱ་སྟེ། གཡས་སྒོར་དུ་མཆོམས་བཅད་དོ། ཞེས་རྒྱུད་འགྲེལ་༩ བ
༡༤༤བལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རལ་གཅིག་མ། སྤྱི་མེད་སོས་སྤྱོད་མ་དང་འདྲ་བའི་ལྗེ་མོ་ཞིག རྩའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྤྱགས་ན་
གསལ།

རལ་པའི་ཐོར་ཅོག། དབུ་སྤྱོད་རལ་པའི་ལན་བུ་ལྟར་སོ་སོར་སྤྱོད་ནས་ཡར་བསྐྱར་ཏེ་རྩའི་ཐོར་དུ་
བརྟུག་ནས་དཀྱིས་གཉིས་བརྒྱབ་བའམ། ཡང་ན་སྤྱོད་པར་དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལ་རལ་པའི་
ཐོར་ཅོག་ཟེར། བདེ་མཆོག་ལྟ་བུའི་རལ་པའི་ཐོར་ཅོག་གི་མཆོན་དོན་ནི། དགེ་ཆ་རིམ་གྱི་

འཕེལ་བ་དང་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་མཆོན་ཞེས་ཟེའི་འདོད་འདྲོ་ལས་གསུངས་སོ། །
 རས་ཆེན། (འདུལ་བ) རས་ཆེན་ནི། དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཆར་ཁབས་སམ་ཆར་བ་སྟོབ་
 པའི་རས་ཞིག་གི་མིང་རོ། །ལུང་ནམ་འབྲེད་། ༩་བ་ ༡༡་པ་ཡ། དབྱར་གྱི་གོས་རས་
 ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆར་བ་སྟོབ་པའི་གོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །
 རས་ཆེན་གྱི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལུང་སུམ་ཅུའི་ཉེར་བརྒྱད་པ། རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བ་ལ་རས་ཆེན་
 བཅའ་སྤྲས་བ་དང་བཞག་འབྲེས་བ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་བཅའ་སྤྲས་པའི་ལུང་བའི་ངོ་ཉི་ནི།
 བཅས་ལྡན་དགེ་སློང་གིས་དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་བཅའ་བའི་དུས་ཀྱི་སྤྲ་རོལ་ཏུ་ཆངས་ཏེ། ཐོབ་
 པ་ལས་གྲུར་པའི་ལུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །གཉིས་བ་རས་ཆེན་བཞག་འབྲེས་པའི་ལུང་བའི་ངོ་ཉི་
 ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སློང་གིས་དབྱར་ཆུ་གསུམ་པའི་དགག་དབྱེའི་དུས་ལས་ཆུ་བ་བྱེད་འདས་
 པར་དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་འཆང་བ་ལས་གྲུར་པའི་ལུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤེང་གཞི་ནི། མཉན་
 ཡོད་དུ་དབྱར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་ཏ་ཅང་སྤྲ་བ་འཆོལ་བ་དང་། ཏ་ཅང་ལུན་རིང་དུ་བཅང་བ་
 ལས་སྤང་བའི་ལུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི། བཅའ་སྤྲས་ཀྱི་དགག་བྱ་འདོད་པ་ཆེ་བ་
 དང་། སྤྱིན་བདག་གི་ཡོངས་སྟོད་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ལ། བཞག་འབྲེས་ཀྱི་དགག་བྱ་ནི་འདོད་པ་
 ཆེ་བ་དང་རང་གི་ཡོ་བྱད་ཆུད་ཚོས་བ་སྟེ། རས་ཆེན་སྤེད་པ་པོ་ལ་གཏད་ན་ལུང་བ་མེད་པར་
 གསུངས་པས་ཤེས་སོ། །རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བ་གཉིས་པོ་སོ་སོའི་ངོ་ཉི་ལས་རས་ཆེན་གྱི་སྤང་
 པ་སྤྱིའི་ངོ་ཉི་མ་གསུངས་ལ། གཞན་ལས་རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བའི་ངོ་ཉི་ནི། དབྱར་ཁས་ལེན་གྱི་
 སྤྲ་རོལ་ཆུ་གཅིག་གི་གོང་དུ་རས་ཆེན་བཅའ་ཏེ་ཐོབ་པའས་དགག་དབྱེ་གྲོལ་ནས་ཆུ་བྱེད་
 འདས་ཟེས་རས་ཆེན་འཆང་བ་ལས་གྲུར་པའི་ལུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །ཞེས་གསུངས་
 སོ། །རས་ཆེན་ནི་དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ཏེ་ཆར་བ་སྟོབ་པའི་གོས་སོ། །ཞིབ་པར་རས་ཆེན་ཞེས་
 པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རས་ཆེན་ཆད་ལས་ལྷག་བ་བྱེད་པའི་ལུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་བ་དགུ་བཅུའི་བྱ་དགུ་པ། རས་
 ཆེན་ཆད་ལས་ལྷག་བ་བྱེད་པའི་ལུང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སློང་གིས་རས་ཆེན་

རང་གི་རྒྱ་མཆན་ཉིད་ལྷན་པ་ལ་རང་གི་དོན་དུ་རང་ངས་གཞན་བསྐྱོས་པས་སོར་བྱེད་ཡན་
ཆད་ཆད་ལས་ལྷག་པར་བྱས་ཏེ་ཐེན་པ་ལས་གྲུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིལོ། ཁྲིང་གཞིལོ།
མཉམ་ཡོད་དུ་དག་སྒྲིང་རབ་ཏུ་མང་པོས་རས་ཆེན་རང་གི་ཆད་ལས་ལྷག་པར་བྱས་པ་ལས་
ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དོན་དང་བྱ་བ་མང་བ་དང་། འདོད་ཆེ་བལྟ། །རས་ཆེན་ནི་
དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་ཏེ་ཆར་བ་སྐྱོབ་པའི་གོས་སོ། །ཞིབ་པར་རས་ཆེན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟེགས།

རས་པ་མ་ཆད་བརྒྱད། མི་ལའི་སྒྲོབ་མ་རས་པ་མ་ཆད་བརྒྱད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

རས་བལ། (འདུལ་བ) ཤིང་བལ་དང་དོན་གཅིག།

རསྒྲུ་ལུ་རི། (ཞིགས་སྒྲུར) དགའ་བའི་དབང་ལྷག་སྟེ། རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་དབང་
ལྷག་གི་གྲོང་ཁྲིར་ན་སྐྱབ་གནས་དོའི་ལི་རྒྱ་རྟའི་རྩོག་མ་ལྟ་བུས་མཆན་པ་ཡོད་པ་ལ་བཞེད།
རྟའི་རྩོག་མ་ནི་རྟའི་ཐེ་ལ་ལེར།

རས་མ། 1 དྲས་རྒྱག་གི་མིང་། དཔེར་ན་ཀོ་བའི་རས་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞིར་ ཁ་བ
༥ ལས། སྟོན་གྱི་ཆེ་རབས་གཞན་རྣམས་སྟ། །བདག་ནི་ལྷ་མ་མཁན་གྲུར་པ་ན། །ཐུ་གེ་བྱུང་
ནས་དེ་ནས་བདག །ཀོ་བའི་རས་མ་རྣམས་འཆོད་དོ། །བཟའ་བར་བྱ་བ་ཁོ་ནའི་བྱིར། །ཀོ་བའི་
རས་མ་འཆོད་པ་ལས། །དགེ་སྦྱོང་གཞན་ཞིག་ཟས་གྱི་བྱིར། །བསོད་སྟོམས་ལ་ནི་སྟོན་པ་
དང་། །དེ་ལ་བདག་གིས་སེམས་དད་པས། །ཀོ་རས་གྱི་ནི་རྒྱག་པ་བྱིར། །ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། 2 རས་གྱི་དྲས་རྒྱག་གས། རས་གྱི་དུམ་བུ་འཕམ་ཆལ་བྱ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆར་
འབྲེལ་ལས། རས་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོས་གྱི་དུམ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

རི་ལྷང་། 1 རིའི་རྒྱ་ལྷང་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ ༣༡བཤམས། རི་
ལྷང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིའི་རྒྱ་ལྷང་ལོ། །ཞེས་གསུངས། 2 རི་དང་རྒྱ་ལྷང་།

རི་རྒྱང་། (བརྟེན) རི་སྟོན་གྱི་མིང་ཡིན་པར། བརྟེན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

རི་སྟེགས། བྱ་ནག་པོ་མགོ་ལ་སྒྲིའི་གཙུག་ལུང་ཡོད་ཅིང་། མི་སྐད་ཤེས་པ་ཞིག་སྐྱ་སྐྱབ་གྱི་ཤེས་རབ་

སྤོང་བུ་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཡི་ཉེས་པས་ཕུང་འབྱུང་ཉེ། ཁྱེ་ཙྰ་རི་སྒྲིགས་ཉི་ཉི་ར། ཁི་སྤྱ་ཚུ་སྤྱར་
མིས་མི་འཛིན། བཅས་ཅད་འབྱུང་བྱེད་མི་སྤྱ་ཡིན། །

རི་སྒྲིགས། རི་སྒྲིགས་དང་འབྲ།

རི་སྒྲིགས། (མངོན་བརྗོད) ལྷ་དབང་ལྷུག་ཆེན་པོའི་བཅུན་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མའི་མིང་། གངས་རི་ལས་སྒྲིས་པའི་
ཕྱིར་རི་སྒྲིས་ཞེས་བྱའོ། མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས། (བཟ་ཤིས་ཐམས་ཅད་འདི་
ལ་ཡོད་པ་སྟེ་གསལ་བར་བྱེད་པས་ན) ཀུན་ལ་བཟ་ཤིས་མ་དང་དབང་ལྡན་མ། གངས་རིའི་
བྱ་མོས་ག་སྒྲིས། དབྱིག་མ་དབང་ལྷུག་དབང་མོ་དང་། ཁྱོ་རིའ་མ་ལ་ཡར་གནས་མོ། ཀྱ་ཏུ་
བྱ་མོ་ལེགས་ལྡན་མ། ཞི་བའི་བྱ་མོ་ཤིས་གསལ་མོ། རི་ཡི་སྤྱས་མོ་མཐའ་ཡས་མ། ལྷུག་
འབྲུག་སྤིང་མོ་ཆོགས་གཙོ་མོ། གངས་ལྡན་བྱ་མོ་རིགས་བྱེད་འདོན། མེད་གཤེད་ཤིང་རྩ་
བལ་མོ། ། (ལྷ་དབང་ལྷུག་གི་དཀར་ཐུབ་ཀྱི་གཤེགས་བྱས་པས) དཀར་བརྗོད་ག་ (མ་དང་)
འབྱུང་པའི་དཀར་མ་དང་། ། (གངས་རིའི་བྱ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར) རི་སྒྲིས་ (སྟོ) དཀར་མོ་གོས་
གཅིག་མ། དྲུག་ལྡན་སྤིང་པ་མ་གཏུམ་མོ། རྒྱས་མ་མ་བྱའི་རྒྱལ་མཆོན་ཅན། ཞི་བའི་སྤིང་
མོ་མཆོད་ལྡན་མ། ། (འདིས་དབང་ལྷུག་གི་དཀར་ཐུབ་ལ་མ་རངས་པའི་ཆོག་ལྷ་ཞེས་བརྗོད་
པས) ལྷ་མ (ར་བཟགས་སྟོ) དབང་ལྷུག་བཅུན་མོའོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

རི་དགྲ། མངོན་པ་མངོད་ནས་བཤད་པའི་རི་དགྲ་ནི། ༡ རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ། (རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་དང་
དོན་གཅིག) ༢ གཉའ་ཤིང་འཛིན། ༣ གཤོལ་མདའ་འཛིན། ༤ སེང་ལྗེད་ཅན། ༥ བཏྲ་ན་སྤུག་
༦ རྩ་རྒྱ། ༧ རྩ་མ་འདུད། ༨ ལྷ་ལྷུང་འཛིན། ༩ ཁོར་ཡུག་གི་རི་དང་དགྲའོ། རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་
དབྱས་སྤྱ་ཆགས། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གཉའ་ཤིང་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་རི་བདུན། རི་རྒྱལ་དང་
སྤིང་བཞིའི་མཐའ་སྐོར་ཏུ་ལྷགས་རིའི་རྩལ་ཏུ་བསྐོར་ནས་ཡོད་པ་ནི་ཕྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་
གི་རིའོ། །

རི་བརྒྱད། ཤར་ཏུ་རིན་པོ་ཆའི་ལྷན་པོ། ལྷོར་མ་ལ་ཡ་སེར་པོ། ལུབ་ཏུ་ཀེ་ལ་ཤ་དཀར་པོ། བྱང་ཏུ་
མཇུ་ར་ལྗང་ཁ། བྱང་ཤར་ཏུ་དབང་ཆེན་ནག་པོ། ཤར་ལྷོར་སྤོས་ལྡན་སེར་པོ། ལྷོ་ལུབ་ཏུ་

གངས་ཅན་དཀར་གློ་རྒྱུ་བྱང་དུ་དཔལ་འདི་སྒྲོན་པོ་དང་བརྒྱུད་དོ། །

རི་དྲགས། རི་ལ་གནས་པའི་རྩ་རྒྱུས་འཆོ་བའི་མིག་པ་ཅན་གྱི་དུད་འགྲོའི་རིགས། རི་དྲགས་ཞེས་
པའི་ཆོག་འདི་བྱང་ཚུལ་ནི། ཉུང་ཉོང་ནས་ཐོན་པའི་ཡིག་རྩིང་རྣམས་ལ་དབྱུང་ཆེ། མོག་མར་
རི་དག་ཅེས་འབྲི་གི་ཡོད་འདུག དེ་ལ་དག་ཅེས་པ་བྱང་ངམ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དང་ནོར་དོགས་
ནས། རི་དགས་ཞེ་སའི་ཡང་འཇུག་བསྐྱེད། དེ་ལ་འད་ད་སྒྲོན་འཇུག་ཏུ་སྒྲོག་པའི་སྒྲོན་དུ་མཛོང་
སྟེ། རི་དྲགས་ཞེས་མ་བྱུང་བཏགས་པར་ངེས་སོ། །

རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས། དང་སྟོང་སྤྱང་བའི་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རི་དྲགས་ཀྱི་ཆལ། དང་སྟོང་སྤྱང་བའི་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རི་དྲགས་ཀྱི་རི་དྲགས། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་
ལས། རི་དྲགས་ཀྱི་རི་དྲགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་རི་དྲགས་དང་འདྲ་བའི་བྱིར་
པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རི་དྲགས་སྤྲེས། (འདུལ་བ) རྒྱལ་བུ་གཞོན་ཏུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བཙུན་མོའི་གཙོ་མོག་སུམ་ཀྱི་གཞོན་ཤོས་
ཀྱི་མིང་།

རི་དྲགས་བརྟམ། སྤྲེས་སྤྲེའི་མིང་།

རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་ས་ལ། ཁྲིག་ཉན་དང་འདྲ།

རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་སྤྲ་བ། ཁྲིག་ཉན་དང་འདྲ།

རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་ས་ལ། རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་སྤྲ་བ་དང་དོན་འདྲ། ས་ལེ་ཞེས་པའི་སྤྲ་བ་བྱུང་ཆག་པ་
ཡིན་འདུག ཁྲིག་ཉན་ལ་གཟིགས།

རི་དྲགས་ཁྲི་སྤྲ་ས་ལ། རི་དྲགས་ནག་ཁ་ཁྲ་ཞིག འདིའི་རྒྱུ་བ་གཞུང་ནག་པོ་ཡོད་པར་སྤྲམ་སྟེ། མཛོན་
བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འདྲོ་བ་མོ་ལས་འདི་ལ་རི་དྲགས་གཞུང་ནག་ཅེས་
བཤད་ཡོད། འདི་ལ་ཁྲིག་ཉན། ཁྲིག་ཉན་སྤྲ་བ། ཁྲི་སྤྲ། ཁྲི་སྤྲ་སྤྲ་བ། རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་སྤྲ་
བ། རི་དྲགས་ཁྲིག་ཉན་ས་ལ། རི་དྲགས་སིལ་སྤྲ། སིལ་སྤྲ་བཅས་འབྲི་རྒྱལ་སྤྲ་ཆོགས་

ཕྱིག་སྒྲ་འདི་ལ་ལྷགས་སྒྲ་རྒྱ་གྲུ་གྱིལ་སྒྲ་ར་ཟེར། (the spotted antelope; a kind of black antelope) འགའ་ཞིག་གིས། ཐྱིག་ཉན་ཞེས་པ་ལྷགས་སྒྲ་ཀྱི་གྱིལ་སྒྲ་ར་ཟེར་ཆག་པ་ཡིན་ཟེར་བའང་སྒྲ་འདི་སྤྱིར་རྗེ་ཉ་ཅང་ཆེ་བའི་རི་དྲགས་ཕྱིག་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་། རྒྱ་བོད་ཀྱི་སྒྲ་ཆེན་པ་མང་པོས་འདིའི་པགས་པ་གདན་དུ་འདིང་བར་བྱེད། འདི་གདན་དུ་བཏིང་ན་སེམས་རྒྱུད་བཟང་པོ་ཆགས་ཞེས་བཤད་སྟོལ་ཡོད། རི་དྲགས་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྒྲུངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་༥༣༠ལས། ཐྱིག་ཉན་ཞེས་པ་ནི་རི་དྲགས་ས་ལེ་ (སྒྲ་ར་ཟེར་བ་ཡིན་ཆོད་འདུག) བྱ་བ་དེ། དུད་འགོ་ཡིན་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་དང་ལྡན་ཏེ། ཁྱི་ར་བས་དེད་བའི་ཆེ་མི་དང་བྱིས་གཏུགས་ཀྱང་། ལམ་ན་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ལྷན་པོ་མིག་པའི་འོག་ཏུ་སོང་དུ་དོགས་ནས། ལྷ་ཡིས་འབྲུད་ཅིང་འགོས་པ་ཡིན་སྟེ། དུད་འགོའི་སྤྱི་གནས་སུ་སྤྱེས་པའི་རི་དྲགས་ལ་འདྲ་སྤྱིར་རྗེ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་ན། ལུ་ཅག་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བར་ཁས་ཐངས་ནས་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་ནི་ཅི་སྟེ་མི་བསྐྱེད་གསུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རི་དྲགས་ཐྱིག་སྒྲ་ར། ཐྱིག་ཉན་དང་འབྲེལ།

རི་དྲགས་མགོ། ༡ རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ནས་མགོའི་མིང་། ༢ མགོ་རྒྱ་བ་སྟེ། ཉོར་རྒྱ་བ་ཅུ་གཅིག་པའི་མིང་། མིང་གི་རྣམ་གཤངས་ལ། རི་དྲགས་མགོ། མགོ་རྒྱ་བ། བཟོད་ལྡན་མ། ལོའི་ཐོག་མ་(འདི་ནས་ལོའི་ཐོག་མ་བྱེད་བས) བཅས་སོ། །

རི་དྲགས་སྟེ་བ། སྒྲ་ཅི། རི་དྲགས་ཅི་ཡང་ཟེར།

རི་དྲགས་དང་གཅན་གཟན་ཀྱི་ཁྱད་པར། སྤེར་མོ་ཅན་ལ་གཅན་གཟན་དང་། མིག་པ་ཅན་ལ་རི་དྲགས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་རྒྱ་ལྷུས་འདག་པ་ལ་གཅན་གཟན་དང་། མཆུས་འཕྲང་བ་ལ་རི་དྲགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་ཅེས་མཁས་པ་འགའ་གསུང་ངོ། །

རི་དྲགས་བདག་པོ། སང་གའི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། སང་གས་རི་དྲགས་འཛོམས་པ་འཕམ་གསོད་པས་རི་དྲགས་བདག་པོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །ཞེས་མཁས་བྱུང་ཆོས་རྗེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རི་དྲགས་དབང་པོ། སེལྤེའི་མིང་།

རི་དྲགས་མ། རི་དྲགས་མོ། ཆོམས་ལས། རི་དྲགས་མ་ཡི་སེང་གེ་ལྟར། །བག་མེད་པ་དག་གསང་
བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རི་དྲགས་མིག་ 1 མཚན་མའི་མིང་། མཚན་མོ་ལ་རི་དྲགས་མིག་ཅེས་པ་ནི་དེ་གཉིས་ཁ་དོག་གི་རྣམ་
པ་མ་ཐུན་པ་ཆ་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་འདྲ། 2 བྱད་མེད་མཛེས་མའི་མིང་།

རི་དྲགས་མིག་ཅན། རི་དྲགས་ཀྱི་མིག་བཞིན་དུ་མིག་ཏུ་ཅང་མཛེས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་མིང་། བྱད་
མེད་མཚོག་

རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ། རི་དྲགས་མིག་དང་འདྲ།

རི་དྲགས་སྤུངས་མའི་སྟོང་པ། (ཟག་ཆེན) སྟོང་པ་ལྡེ་ནང་གསེས། རི་དྲགས་སྤུངས་མ་དེ་རྒྱ་ཐོག་ས་
གཞན་དང་མི་འཕྲོགས་ཤིང་གང་ལ་འདྲ་སྒྲོ་མི་འདུག་པར་ཡན་གར་དུ་གནས་པ་ལྟར། ཆེ་
འདྲིའི་དག་འདུལ་གཉེན་སྟོང་དང་སྦྱིན་བདག་གི་ངོ་བསྐྱེད་སོགས་ལ་སྒྲོ་མི་འདུག་ཅིང་རྒྱ་
ཐོག་ས་སྤངས་ནས་གཅིག་ཕྱར་གནས་པའི་སྟོང་པ་ཞིག་གོ།

རི་དྲགས་ཅི། རྒྱ་ཅི། རི་དྲགས་ལྟེ་བ་ཡང་ཟེར།

རི་དྲགས་མཚན། རི་དྲགས་མཚན་མ་དང་འདྲ།

རི་དྲགས་མཚན་མ། རྒྱ་བའི་མིང་།

རི་དྲགས་བ་བྱེད། 1 རྟེན་མོང་། 2 ཁྱིའི་མིང་དུ་འདྲ་བ་ཤད།

རི་དྲགས་བྱ་བྱ། བྱ་བྱ་དང་དོན་འདྲ། བྱ་བྱ་ལ་གཟིགས།

རི་དྲགས་སིལ་སྦྱན། རི་དྲགས་འདི་གངས་དང་གཡའི་མཚམས་སུ་སྟོང་པ། ལྟོབས་ཀྱི་ངོས་ནས་
སུས་ཀྱང་ཐུབ་པ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སྦྱིང་རྩེ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས། འདི་གསོད་ཅ་ན་སོང་ནས་མི་
རྣམས་རལ་ཁ་བ་བྱེ་བ་མི་བཟོད་བར་བར་དུ་འཆང་ཡོང་བའི་ཆེ་གསོད་པ་ཡིན། འདིའི་བགས་
པ་ལ་རྒྱང་པ་རེག་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་སེམས་བྱམས་ཉིང་ངེ་འགྲོ་བས་རྩོ་བོས་ཀྱང་གདན་དུ་
བཉིང་བ་ཡིན། ཐོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཁྱེད་ཅག་བོད་རྣམས་ལ་
ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་བཀའ་བློན་ཆེ་བར་མཚོན་བྱེད་དུ་རི་དྲགས་སིལ་སྦྱན་གྱི་བགས་

བས་ཀྱི་མ་གཡོན་པ་བཀའ་བ་ཡིན། ཞེས་ཆེ་གྲང་ཐང་པའི་ལྷ་ཁྱིད་ཟིན་གྱིས་ན་གསལ། རི་
 དྲགས་ཁྱི་སྟན་དང་འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱང།
 རི་དྲགས་སྟེད། སྤྱིག་རྒྱུ་འཕྲུལ་། རི་འདི་མཆོག་གི་རྩོགས་རིམ་རྣམས་འབྱོར་ཆེན་པོ་ཁྱིད་ཀྱི་རིམ་པ་
 ལས། རི་དྲགས་སྟེད་ནི་སྤྱིག་རྒྱུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 རི་ནག་པོ་འཕྱགས་བྱེད། རི་པོ་འཕྱགས་བྱེད་དང་དོན་འདྲ། དེ་ལ་གཞིགས།
 རི་མིན། (རྒྱ་མིའི་སྐད) འཇའ་པན། Japan (ཕུ་ཏུ་ན) འཇའ་པན་གྱི་སྐད་དུ་རི་མིན་ལ་ “ཉི་ཉོང་” ཟེད།
 རི་པོ་འཕྱགས་བྱེད། 1 སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡུང་གིས་ཟིན་པའི་རི་པོ་འཕྱགས་བྱེད། རི་ནག་པོ་འཕྱགས་
 བྱེད། འཕྱགས་བྱེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། ཀློག་སྒྲིག་ནས་སྟོ་ཕྱགས་སུ་རྒྱང་རིང་པོ་ན་རི་པོ་འཕྱགས་
 བྱེད་ཀྱང་གསལ་བར་མཐོང་། ཞེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་། རྒྱ་གར་
 བས་མི་རྒྱ་ཅལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་འདུག གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ན་གསལ། ཀློག་སྒྲིག་ནས་ལ་
 གཞིགས། ཡང་ན་ཡོངས་གྲགས་སུ་བྲག་དམར་སྟོ་མཐོ་ཞེས་བྲ་བ། རྒྱ་གར་དེ་ཆེ་གཏན་གྱི་
 བྱང་ཕྱོགས། འཕགས་པོད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཆོམས། སྟོན་རྣམས་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་ཆེ་བཅོན་
 མི་ལ་སྤྱབ་པ་མཛད་པའི་གནས་རི་ཅ་ཆེན་ཞིག་སྟེ། སྤང་གི་དབུས་སུ་བྲག་རི་ཅེ་མོ་རྩོ་ལ་
 དཔངས་མཐོ་བ། མཐའ་ཆུ་ཡིས་བསྐྱོར་ལ། སྟོན་གྱི་ལྷོ་ནུབ་སྟོ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། བྲལ་
 ཐོབ་དང་རྣམས་འབྱོར་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྟེ་གནས་ཤིག་གོ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཅེ་མོ་རྩོ་བས་འཕྱགས་
 བྱེད་ཅེས་བཏགས་པར་སེམས་སོ། །འདི་སྟོར་ཆེ་མི་ལའི་རྣམ་མགྱུར་ཤོག་གངས་༢༡༦ནས་
 ༢༡༧ན་གསལ། སྟོལ་བསྟོད་ལས། བྲག་འཆོལ་དུ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྟམས་པའི། ལྷོ་གི་རྣམ་
 པའི་ས་པོན་ཉིད་མ། །རི་རབ་མཐུ་ར་དང་འཕྱགས་བྱེད། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་
 ཉིད་མ། །ཞེས་གསུངས་པའི་འཕྱགས་བྱེད་ཀྱང་རི་ནག་པོ་འཕྱགས་བྱེད་འདི་རང་ལ་ཟེར་བ་
 ཡིན། དདུལ་ཆུའི་སྟོལ་བསྟོད་ཀྱི་ལྷོ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ། 2 ཡང་པོད་རྒྱ་ཆོག་
 མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོ་ཕྱགས་སུ་ཡོད་པའི་རི་འདིའི་ཉེ་འཁོར་དཔག་ཆད་བརྒྱ་ཡོད་
 པ་ལས་ཆུ་ཁྱུང་ན་ར་མ་དྲ་དང་། རྒྱབས་ལྗན། ལྷགས་ལྗན། ནག་པོ་འབྲེལ་བ་བཞི་འབབ།

ཅེས་གྲང་གསལ་བས་འདི་དང་གོང་དུ་ཁོ་མོས་བཤད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ད་དུང་ཞིབ་དཔྱད་བྱ་
དགོས་པ་འདུག་སྟུང་མོ།

རི་བོ་ཅེ་ལྷ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་གནས་རྒྱ་ནག་རི་བོ་ཅེ་ལྷ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འདི་ནི།
འཇམ་དཔལ་ཙ་རྒྱུད་ལས། རྒྱ་དང་རྒྱ་ནག་ཆེ་ཉིད་ན། འཇམ་པའི་དབྱངས་ནི་རབ་འབྱུང་
འབྱུང། ཞེས་དང་། བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་དཔལ་ལོ་ཆེ། འཇམ་པའི་དབྱངས་ནི་འོད་ཆེན་
མོ། མཛོད་སྟུང་དེ་ཡི་ཡུལ་དག་ན། བྱིས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་བཞུགས་པ་ཡིན། བྲུབ་པའི་
ཞིང་མཆོག་དམ་པ་ལ། མི་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པར་འགྱུར། ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་
རོ། གནས་མཆོག་འདི་ལ་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དུ་ “སྤྱ་ཐའི་ཤན” ཉེ་རི་བོ་ཅེ་ལྷ་ཞེས་བ་དང་།
མཆོན་གཞན་ “ཆིང་ཁྱི་ཤན” ཉེ་རི་བོ་དྲངས་བསེལ་དུ་ཡང་གྲགས་ལ། རི་བོ་ཅེ་ལྷ་ནི། སྤྱིར་
གནས་འདིའི་རྒྱང་གཞི་མཐའ་སྐོར་ལ་རྒྱ་ནག་ལུགས་ཀྱི་རྒྱང་གྲགས་ལྷ་བརྒྱུག་ཅན་གྱི་རྒྱ་
ཁྲོན་དང་བཅས་ལ་དེ་ཡང་ཕྱོགས་གང་ནས་སོང་ཡང་གྲེན་དུ་བཤོད་དགོས་པས་ས་གཞི་
བྱིངས་ལས་འདིའི་རྒྱང་གཞི་ཆེས་མཐོ་ཞིང་འཕགས་པ་ཞིག་སྤང་ངོ། རྒྱང་གཞི་དེའི་སྤྱིང་དུ་རི་
བོ་རྣམས་ནི་སྟབས་འབྲེལ་ཞིང་བཟིང་ཆགས་ལ་སྟུན་སྟུག་པའི་ཅེ་མོ་ལྷ་གྲེས་པའི་ཚུལ་དུ་
ཡོད་ལ། དེ་ཡང་བྱབ་དབྱས་བྱང་ཤར་གྱི་ཅེ་མོ་བཞི་ཐེད་བསྒྲིགས་དང་སྟོ་རི་ནི་ཡས་ལོགས་
ཀྱི་མདུན་ངོས་སུ་ཅུང་ཟད་རྒྱངས་ཅན་ན་ཡོད་ངོ། ཁྲོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ལས། ཅེ་
མོ་ལྷ་ནི་འཇམ་དཔལ་ཡོངས་སྤྱོད་རྣམས་སྤང་མཛད་ཆེན་པོའི་ཕུང་པོ་ལྷ་རྣམས་པར་དག་པ་ཡེ་
ཤེས་ལྷའི་རང་མདངས་སྤྱལ་པའི་སྤྱོད་རྣམས་ལྷའི་རྣམས་པར་ཤར་བ་མཆོན་པར་གསུངས་པ་ལ་
དཔག་ན་དབྱས་རི་སྤྱོད་དང་། ཤར་རི་སྤྱགས་དང་། ལྷོ་རི་ཡོན་ཏན་དང་། ལུབ་རི་གསུང་དང་།
བྱང་རི་འཕྲིན་ལས་སུ་སྤང་བས་དེ་རྣམས་རིས་པ་བཞིན་དུ་རྣམས་སྤང་དང་། མི་བསྐྱོད་བ་དང་།
རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྷན་དང་། འོད་དཔག་མེད་དང་། རོན་ཡོད་བྲུབ་པའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱལ་པའི་སྤྱོད་
གནས་སུ་མཛོད་ནོ། དེ་ཡང་ཐའེ་གྲུང་གྱི་ཐེན་རྟེ་རྒྱལ་པོ་གནས་འདིར་རི་དྲགས་བཤོར་དུ་
འོངས་པ་ལས་སྤྱལ་པའི་དགེ་སྟོང་ཡ་མཆོན་ཅན་ཞིག་གྱི་བཞིན་དུ་འབྱངས་ཉེ་གནས་གཞི་

སྒྲོང་བ་ལ། རྒྱལ་པོས་རི་ཅམ་འདོད་རྒྱུ་པས་གདིང་བས་ཅི་ཅམ་ཞོན་པའི་ས་འདོད་གསུང་
 བ་ལ་འཕགས་བ་ཅི་བདེར་བཞེས་ཤིག་ཞུས་པས། སྒྱལ་པའི་དགེ་སྒྲོང་གིས་གདིང་བ་གནས་
 དུ་འཕངས་པས་སྒྲིན་བཞེན་དུ་ཆགས་ཏེ་རྒྱང་གསལ་ལྷ་བརྒྱའི་ཁོར་ཁོར་ལུག་ཁྲབ་པར་
 བྱུང་བས་རྒྱལ་པོ་ངོ་མཆར་ཏེ། སྒྱལ་པའི་དགེ་སྒྲོང་དུ་ཤེས་ནས་ཏ་བརྟེན་དེ་ཕྱི་བཞེན་སྒྲིགས་
 བས་འཕགས་བ་མི་སྣང་བར་བྱུང་ལ་དེ་བོ་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སུ་འབངས་པས་རྒྱལ་པོ་
 གདོང་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཏེ་དེ་བོ་སྒྲིན་བ་ཨང་ཞེས་སྒྲིས་པས་དེ་བོ་དེར་ཆགས། དེ་ནས་བརྒྱུད་དེ་བོ་
 དེ་ལ་ཏན་ཤན་ཞེས་དེ་སྒྲིན་པོར་གསལ་སོ། །དེས་ན་སྒྱལ་པའི་གནས་འདིའི་རྒྱ་ཁྲི་ཆད་
 བེ་དེའི་དུས་སུ་གསལ་བར་བྱུང་སྣང་ངོ། །དེ་ནི་སོ་སོའི་བཞོན་བ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་
 ༡༩ ལྟ་རེ་ནི། ་མཐོ་ཆད་རྒྱང་གསལ་སོ་བདུན་ཅེའི་མཐའ་སྒྲོང་རྒྱང་གསལ་གཅིག་ཏུ་གནས་
 ལ་ཅེ་མོ་གཞོང་བ་ཁ་སྒྲབ་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། (ཀྱན་ཤེའུ་ཡུང) མདོག་བཟང་བཟ་བའི་སྟོ་ཞེས་
 བྱ་ཞིང་མཆན་གཞན་ (ཤུ་ཅ་ཤན) ཡང་སྔོང་མེ་ཏོག་དེ་ཞེས་ཀྱང་གསལ། འདི་ལ་བྱིན་རྒྱལ་ས་
 ཅན་གྱི་གནས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་ཡོད་པར་གསུང་ལ། (ཤུ་ཤན་མ) ཀྱན་བཟང་མཆད་ཉེན་ནི་
 དེའུ་སྒྲིབས་སུ་ཡོད། ལྟ་ (ཀྱན་ནན་མའི) དེ་རྩིང་བཞི། དེའི་སྟོང་སྟོང་གི་རྒྱང་གསལ་གཉིས་
 ཅམ་ན་ཡོད་ཅིང་། སྒྲིན་གྱི་ཅིང་རྒྱལ་པོའི་དུས་སུ་སྒྲིས་ཆེན་དམ་བཤེག་གིས་ལྷ་ཁང་བསྐྱུན་
 པར་མཛད། (ཤེང) རྟོ་མཁར་ནི། དེའི་སྟོང་སྟོང་རྒྱང་གསལ་ཉི་ཤུའི་ས་ན་ཡོད་ཅིང་ཕྱོགས་
 བཞེའི་དེ་བ་གས་གྱི་ཚུལ་དུ་གནས། (ཤི་ཏུ་ཤེན་གྱའི) རྟོ་ཤུས་སྒྲིབ་ནི། ཡང་སྔོང་མེ་ཏོག་
 དེའི་མདུན་ཞོལ་དུ་ཡོད་པའི་དུས་སུ་གྱི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་སྒྱལ་པའི་རྟོ་ཞིག་གོ། ལྷ་དཀར་
 (ལེ་ལུང་ཐི) སོའི་མཆོན་ནི། དེའི་ཤར་སྟོང་མདུན་ཞོལ་ན་ཡོད། (ཆ་རྒྱན་མིང) མདའ་བཙུགས་
 སྣང་ནི། དེའི་ཤར་སྟོང་གི་རྒྱང་གསལ་ཉི་ཤུའི་ས་ན་ཡོད་ལ་སྤང་གུར་གྱི་རྒྱལ་པོས་བྱང་
 ཕྱོགས་སུ་དཔུང་འཕུག་གནད་སྒྲིབས་དེར་སྒྲིབས་ནས་འཕགས་པའི་སྒྱུ་བརྟན་བྱག་བརྒྱད་པ་
 ཞིག་གཟིགས་པའི་སར་བྱག་མདའ་བཙུགས་ནས་མཆན་མ་བྱས་པས་མདའ་བཙུགས་སྣང་
 དུ་གསལ། ཆང་ (མན་སུ་མིང) ཆིང་འཁྲིགས་པ་ནི། དེའི་སྟོང་ཉུང་རྒྱང་གསལ་བཞི་བཙུའི་

མཆའ་མ་ན་ཡོད་པའི་ཐང་གུར་གྱི་དུས་སུ་གནས་ཆེན་ངོ་མཆར་ཅན་དུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡིན་
 པ་དང་། (ལུང་གྲུང་ཤེང་དུ) ལྷའི་པོ་བྲང་གི་ཤུལ་ནི། བྱ་བསྐྱོར་གྱི་ (སོ་པོ་ཟེ) ལྷ་མོའི་སྤྱིང་གི་
 འབྲམ་དུ་ཡོད་ལ་སྔོན་ལྷ་མོ་ཞིག་ཆོས་ཉན་དུ་འོངས་ནས་བྱིར་ལོག་སྟེ་རང་གནས་སུ་སྤེལས་
 པ་ན་གྲུབ་པ་བརྟེན་ཏེ་མཆོ་སྐམ་པའི་ཤུལ་དུ་གྲགས། ལྷའི་ (ཤེང་རྒྱང་ཤན) གཞིའི་རི་ནི།
 རིའི་ལྷོ་ངོས་རྒྱང་གྲགས་བརྒྱད་ཅུའི་ས་ན་ཡོད་ཅིང་སྔོན་སྤྱུལ་པའི་གཞི་ཞིག་ནས་མཁའ་ནས་
 བབས་པ་ལྷགས་གྱི་བྲ་མིག་ཏུ་བཏགས་ཏེ་མཆོད་པ་ལ་བར་སྐབས་ཤིག་གཞི་དེ་ཉིད་རང་སྤྱ་
 གྲགས་བཞིན་དུ་འཕུར་ཏེ་སོང་བས་ལྷགས་བྲ་ཤུལ་དུ་ལུས་པ་ད་ལྟའང་ཡོད། འཕགས་ (ཤེང་
 སེང་ཨའི) ཆོགས་སྤྱིངས་ནི། མིང་ (ཏི་ཤུའི་ཨའི) གཞན་ཆུ་མིག་སྤྱིངས་ཡང་ཟེར་ཞིང་རིའི་ལྷོ་
 ངོས་གྱི་རྒྱང་གྲགས་བདུན་ཅུའི་སར་ཡོད་ལ་སྔོན་ཐང་གུར་གྱི་དུས་སུ་སྤྱུལ་པའི་གནས་བརྟན་
 ཞིག་བཞེངས་བཞིན་དུ་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་སར་གྲགས། སྔོན་གྱི་འདས་ (ཀྱ་ཅུ་ཡིན)
 བྱའི་ཆལ་ནི། རིའི་ལྷོ་ངོས་རྒྱང་གྲགས་སུམ་ཅུའི་ས་ན་ཡོད་ཅིང་ཐང་གུར་གྱི་དུས་སུ་ལྷོ་ཅུ་
 ཞེས་པའི་སློབ་དཔོན་ཞིག་གིས་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གནས་ཡིན། ལྷོ་བལྟས་རི་ནི་ (ཆོ་ཡང་ཡིང)
 རིའི་ལྷོ་རྒྱབ་རྒྱང་གྲགས་སུམ་ཅུའི་ས་ན་ཡོད། གྲུབ་ཆེན་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྤྱུངས་གྱིས་འཕགས་
 པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཞལ་གཟེགས་པའི་གནས་ཡིན་ཞིང་འདི་ན་གཙུག་ཏྲར་ (ཅེན་ཤེང་ཏྲོང)
 རྣམ་རྒྱལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཀྱང་ཡོད་ལ་ཆོ་ཡང་རྒྱ་ཞེས་པའི་ཆུ་ལྷང་ཆེན་པོ་ཡང་འདི་ནས་
 བརྟེན་བར་སྤྱང་། འདུན་ (རི་གུད་ཏུང) བཟང་ཕུག་ནི། དངས་ (ཆིང་ལྷང་ཤི) བསིལ་རྟེན་
 མདུན་ངོས་ན་ཡོད། (རྩ་རྟོ་ཏུང) བད་དཀར་ཕུགས་ཀྱང་དེ་དང་ཉེ་བ་ན་ཡོད། (ཆི་རྩོ་ཏུང)
 སངས་རྒྱས་བདུན་གྱི་ཕུག་ནི། རིའི་ལྷོ་རྒྱབ་རྒྱང་གྲགས་ཉི་ཤུའི་ས་ན་ཡོད་ཅིང་སྔོན་
 འཕགས་ལུལ་གྱི་སློབ་དཔོན་བདུན་འདིར་བྱོན་ནས་ཏིང་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་
 ཡེ་མ་བཞེངས་པས་བྱིས་དེར་སངས་རྒྱས་བདུན་གྱི་སྤྱ་བཞེངས་པར་གྲགས། (ཆི་རྩ་རྟོ་པའི་
 ཏུང) སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ཕུག་ནི། རིའི་བྱང་ཤར་གྱི་ལོགས་ན་ཡོད། སྔོན་གྱ་རིང་གི་དུས་སུ་
 དེའུ་ཉལ་ཞེས་པའི་བཙུན་པ་ཞིག་གནས་མཇལ་དུ་འོངས་ནས་འདིར་སྤེལས་པ་ན་སྤྱུལ་པའི་

སྒྲོན་མེ་འབྲུམ་བཀལ་བ་མཐོང་ཞིང་སྒྲོན་མེ་དེ་དག་ཐུག་ཏུ་ཞུགས་པའི་རྗེས་སུ་རང་ཉིད་
 གྲང་ཞུགས་པས་ཐུག་པའི་ནང་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བའི་སྐྱབ་བརྟན་གྱིས་གང་བ་སྤང་ཞིང་། ཡང་
 ཐུག་ནང་དུ་ཆུ་མུང་ཆེན་པོ་འབྲུག་པའི་སྐྱ་ཐོས་པས་སྐྱག་སྟེ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཆོད་ནས་
 བརྗོད་ཅིང་སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐྱབ་བརྟན་འབྲུག་པར་ཁས་ལྷངས་པས་སྒོ་བྱར་དུ་སྐྱལ་བའི་སྒྲོན་མེ་
 གཅིག་བྱང་བས་སྤྱངས་ཏེ་ཐུག་པ་ནས་ཐོན། དེ་ཐལ་དུ་ཐུག་པ་དེར་སངས་རྒྱུ་སྟོང་གི་སྐྱ་
 བཞེངས་པར་བྱས་སོ། ། (གིན་ཀོ་ཡིང) གསེར་གྱི་བ་གམ་རིན། རིའི་རྒྱབ་བྱང་མཆོམས་སུ་
 ཡོད། སྒྲོན་དང་པ་བརྟན་པའི་སྒྲོན་པོ་ཞིག་ནས་མཁའ་འོ་སུ་གཞལ་ཡས་ཁང་དོ་མཆོར་ཅན་
 མཐོང་བ་ལ་དཔེ་ལྷངས་ནས་ལྷ་ཁང་བཞེངས་པའི་ས་ཡོན། དེ་དང་ཉེ་བ་ན་གསེར་གྱི་གཞོང་བ་
 ཁ་གྱེན་དུ་བསྟན་པ་ལྷ་བྱའི་ཅུ་ཕེན་གྱུགས་ལ་སྤྱང་གསོད་དུ་གྲགས་པ་ཡོད། དེ་དང་འདྲ་བ་
 ཆགས་པ་ན་སྐལ་ཤོང་ཞེས་བ་ཞིག་གྲང་ཡོད། དེའི་ཤར་ངོས་ན་དུང་ (ཉའི་ལོ་ཤེང) མཁར་
 ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་དེ་སྒྲོན་མི་ཞིག་གིས་སྐྱལ་བའི་པོ་བྱང་དང་རྒྱ་མཆོ་འབྲུགས་པའི་བླ་བས་
 དུང་གི་དབྱིབས་སུ་ཡོད་པ་མཐོང་བའི་གནས་ཡོན་པར་གྲགས་སོ། ། ༡༩ ཤར་རི་ ། རི་མཐོ་
 ཆད་སོ་བརྒྱད་དང་ཅེའི་མཐའ་སྒྲོར་རྒྱང་གྲགས་གསུམ་ཡོད་ལ་ཅེ་མོ་གསེར་ཉའི་རྒྱབ་ཀྱི་རྣམ་
 པར་གནས། རིའི་ཅེ་མོ་ནས་བལྟས་པའི་ཆེ་མེ་ལོང་བྱིས་པ་ལྷ་བྱའི་ཤར་གྱི་རྒྱ་མཆོ་རྒྱང་རིང་
 པོ་ན་མཐོང་བས་རྒྱ་ (མང་ཉའི་རྒྱན) མཆོ་མཐོང་བའི་སྒོ་ཞེས་མཆོད་དུ་གྲགས། རི་འདི་ལ་
 རྒྱན་རྒྱབས་ཅན་གྱི་གནས་བཅུ་བཞི་ཡོད་ལ། (ཀོ་ལོ་ཡན་ལུ) མེད་མེད་ཀྱི་བུ་ཐུག་ནི། རིའི་
 ཤར་ངོས་ན་ཡོད་ཅིང་ཐུག་པ་འདི་ནང་གི་རྒྱང་རེག་བྱ་རྒྱབ་ཅིང་གྲང་རར་ཆེ་བས་དབྱར་
 གཞུང་ལའང་ཆབ་རོམ་མི་འདུ་བར་སྤང་ཞིང་སྐྱལ་བའི་སྐྱ་ཆོགས་འདུ་བའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་
 དཔའི་གནས་སུ་གསུང་ལ་པལ་ཆེར་གསང་བའི་བདག་པོ་དང་རྗེ་བརྟན་འགྲོ་བ་མཐོང་བའི་
 གནས་སུ་མཛོད་ནོ། །ཆགས་ (ལི་ཅི་ཐ) ཞུའི་མཆོད་རྟེན་ནི། རིའི་ཅེ་མོར་ཡོད་ལ་སྤྱང་གྲུར་
 གྱི་མདུན་ན་འདོན་ཞིག་དང་། ཆེ་རྒྱ་ཤི་ཟེར་བའི་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་མཐོང་སྤྱང་ལ་
 ཆགས་ཞུ་གྱོན་པའི་བརྟན་པ་མི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གང་ནས་ཆ་མེད་པར་འདིར་སྤེལས་

ནས་ཆགས་ཞུ་བོར་ཏེ་སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་ཕྱག་པར་ཐལ་གྱིས་ཞུགས་པ་མཐོང་བས་རྗེ་བཙུན་གྱི་སྤྱལ་པར་ཤེས། ཆགས་ཞུ་སྒྲུངས་ཏེ་ནང་གཞུག་ལ་བཙུག་པའི་མཆོན་རྟེན་བཅེགས་པར་བཤད་དོ། །སྤྱན་(ཀུན་ཡིན་མིང) རས་གཟིགས་ཀྱི་བཞུགས་ཁྱིའི་རིའི་རྒྱ་བཞོགས་སུ་རྒྱང་གྲགས་གཅིག་གི་ས་ན་ཡོད་ཅིང་རྒྱ་མཆོན་ཞིབ་པར་མ་བཤད་ཀྱང་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་རྗེ་བཙུན་བཞོ་བ་མཛད་པའི་གནས་སུ་མཛོད་ནོ། །(རྒྱ་ཡན་གྱ) རྩོད་པོ་བཀོད་པའི་སྤྱགས་ནི། རིའི་རྒྱ་བཞོ་མཆོམས་ན་ཡོད། (ཅེ་ལེན) འབྲས་བུའི་ཆལ་ནི། རིའི་བྱང་ཤར་ལོགས་སུ་ཡོད། ཐའི་གུར་བྱི་མའི་དུས་ཀྱི་མདུན་ན་འདོན་གྱི་ནང་མི་ཞིག་གིས་ཤ་བ་དཀར་པོ་ཞིག་མཐོང་བ་བདས་ཏེ་འདིར་སྤེལ་བ་ན་ཨག་ཆོམ་དཀར་པོ་ཅན་གྱི་རྒན་པོ་མཁར་བ་བརྟེན་བ་ཞིག་ཁང་བཟང་གི་སྒོ་འགྲམ་ན་འགྲང་བཞིན་བས། རྩོད་ཀྱིས་ཤིང་ཐོག་ཞིག་ཐོ་དང་འགྲངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གདམས་པའི་སྤྲང་བ་བྱང་། སྤར་བཅའ་བས་རྒན་པོ་ཁང་བཟང་ཤ་བ་དང་བཅས་པ་མི་སྤྲང་བར་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་གྲགས། ཡང་རིའི་བྱང་ཕྱོགས་སུ་(ཨ་མང་ཐེང) རྒྱལ་པོ་ལྟེ་མཁར་ཞེས་པ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་དང་འདབ་ཆགས་པ་ན་ལྟེ་(ཐིན་ཐེང) མཁར་ཞེས་པ་བར་སྤང་སྤྲིན་གྱི་གསེབ་ཏུ་ལྟེ་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་རྒྱམ་པ་མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་འཁྱལ་སྤང་ཟད་པར་གྱུར་པ་སྤྲོན་གྱི་དད་ལྗན་མང་པོ་ལ་ལན་དུ་མར་བྱང་བའི་གནས་ཡོད། རིའི་ཤར་ངོས་ན་ཆོགས་(ཏུ་ཉོ་ཏུ་ཀ) ཆེན་པོའི་སྤྱགས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། རྒྱ་སྤན་མང་པོ་འདུ་ཞིང་ཉོ་ཐོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་སྤང་ཆེན་པོ་ཡང་འདི་ནས་བྱུང་བར་བཤད། རིའི་ཤར་སྤྲོའི་ངོས་ན་རྒྱང་གྲགས་ཉི་ཤུ་ཅམ་ན་མེ་(ཏུ་ལེན) ཉོག་གི་ཆལ་ཞེས་པ་སྤྲོན་རྩོད་པོ་བཀོད་པའི་གནས་སུ་གྲགས་པ་ཡོད། ཡང་རིའི་ཤར་སྤྲོའི་མཆོམས་ཀྱི་རྒྱང་གྲགས་བདུན་ཅུ་སྤྱལ་པའི་རྒྱ་(ལེན་རྒྱ) ཆོན་ཞིག་དང་། རྒྱང་གྲགས་དུག་ཅུ་ན་(སྤེལ་ཅོ་རྩོན) རྒྱ་སྤྲས་པའི་རྒྱ་མིག་ཅེས་པ་དང་། (ལུང་རྩོན) སྤང་འབྲུག་མཆོའི་སྤང་ཞེས་པ་དང་། རྒྱང་གྲགས་ལྔ་(ཏུ་ཡན་གྱ) བཙུའི་ས་ན་སྤྲོན་གྱི་(གི་ལུ་ལུ་ལིང) ལམ་སྤང་ཞེས་པ་དང་། ལྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱང་གྲགས་ལྟེ་མ་ན་སྤྲུགས་(ཐུ་ལུ) ཀྱི་ཆང་ཞེས་པ་རྒྱམས་ཡོད། (ཆི་ཉ་ན་ཀ) ཀྱ་སུ་ལྟེ་དབེན་

གནས་ནི། རིའི་ལྷོ་རུབ་མཆམས་ཀྱི་སྤུལ་ན་ཡོད། (ཉི་མའ་) ཡོན་ཏན་མཛོད་ཞེས་པའི་བརྟུལ་
 རྒྱགས་ཅན་ཞིག་གིས་བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་གནས་ཡིན། དེ་དང་ཉེ་བ་ན་སྤྱན་ (ཀྱོན་ཡིན་ཏུང་)
 རས་གཟིགས་ཀྱི་ཕྱག་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ་ནང་དུ་ཚུ་མིག་ཅིག་ཡོད་པ་དེའི་རོག་ཞན་ལས་ཆེས་
 བྱང་བར་དུ་འཕགས་པར་བཤད། སྤྱུལ་ (རྟོ་རུ་ཡིན) པའི་སྤྲིག་ཆལ་ནི། རིའི་ལྷོ་རུབ་
 མཆམས་ཀྱི་ཞོལ་རྒྱང་གྲགས་ཉི་ཤུའི་ས་ན་ཡོད། སྤྱན་གྱི་དང་ལྷན་ནམས་ཀྱིས་སྤྱུལ་ (རྟོ་རུ་
 ཡིན) པའི་སྤྲིག་ཆལ་སྤྲུག་པ་མཐོང་བས་རྩར་བྱིན་པ་ན་མི་སྤང་བར་གྱུར་པ་ཡང་ཡང་བྱུང་
 བས་གནས་དེར་ལྷ་ཁང་བཞེངས་སྐད། དེ་དང་ཉེ་བ་ན་ (ཆིང་ཕུང) སྤྱ་མེན་རི་ཡོད་དེ་ད་ལྟ་
 (རྟོ་ལོ་ཉིང) ལྟེ་དུང་དཀར་གྱི་ཉིག་ཏུ་གྲགས་པ་འདིར་བསམ་གཏན་པ་མི་སྤྲུ་བའི་བརྟུལ་
 རྒྱགས་ཅན་ཡེ་མི་ཉལ་བར་འགྲང་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པ་ཞིག་བྱུང་ད་ལྟ་རང་ཅག་
 ཆིང་གྱར་གྱི་ཤེང་ཚ་རྒྱལ་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་འཇམ་དཔལ་རིགས་ལྡེའི་ལྷ་ཁང་བཞེངས་
 ཉེ་བཀོད་པ་མཛེས་པར་མཛོད་པས་འདི་ནས་དད་ལྷན་གྱི་སྤྱེ་བོ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱུལ་བའི་སྤྱོན་མེ་
 མང་དུ་མཇལ་བར་སྤང་ངོ། །འདིའི་མདུན་ན་ཞལ་ (ཕྱ་ན་ཤེན་མའི) གཟིགས་བ་གསལ་ཞེས་པ་
 ཞིག་ཡོད་དེ། སྤྱན་ཐང་གྱར་གྱི་ཀྱན་ཀོ་ཤི་ཞེས་པའི་འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་ཞིག་བར་སྤང་
 ལ་བྲག་རིའི་སྤྲིང་དུ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔལ་ཁྲི་ཕྲག་བརྒྱགས་
 བ་ལ་འཇལ་འོད་སྤྲུལ་ལྡེའི་གྱར་བྱིས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་གཟིགས་པའི་གནས་ཡིན་ལ། འདིའི་ནོར་
 (ཤན་རྒྱའི་ཏུང) བཟང་ཕྱག་ནི། གཞོན་རུ་ནོར་བཟང་དང་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་བཟོ་བ་
 མཛོད་པའི་གནས་སུ་མཛོན། སྤྱན་གྱི་ལྷ་ཁང་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་པ་ད་ལྟ་ (ལྷང་སྤྱུ་རོལ་པའི་རྩོ་
 རྗེ) ཁོ་མོས་ཉམས་གསོས་བྱས་པ་ལགས་སོ། །ཆེ་ (མིང་ཡེ་ཤི) བ་གསལ་བའི་རྗེང་བྱ་ནི།
 རིའི་ལྷོ་རུབ་མཆམས་སུ་ཡོད་ལ་དད་ལྷན་ནམས་ཀྱིས་རྗེང་བྱ་འདིའི་ནང་དུ་གནས་སྟོང་གི་
 མཆམ་མོ་རྒྱ་བའི་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བ་མཐོང་བ་མང་དུ་འབྱུང་འདུག འདིའི་ལྷོ་ཕྱོགས་
 རྒྱང་གྲགས་ཉི་ཤུ་ན་རྩེའི་སྤྲིའི་ (ཤི་པོ་ཡིང) རི་ཞེས་བྱ་བའི་གནས་བྱིན་ཅན་ཞིག་ཡོད་དེ། ཚུ་
 (མན་ཁུང་ཤི) བཞོལ་རྩོན་ནི། རི་རྩེར་ཡོད་ལ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་རྒྱ་བཞོལ་བ་ལ་དད་ལྷན་ནམས་

གྱིས་ངོ་མཚར་ཅན་དུ་གོ་ནས་སྤྱི་ལ་བྱ་བས་སོ། །གཞན་ཡང་དགྱིལ་ (ཅི་ཡུ) འཁོར་མཆེན་
ཁ་ཞེས་པ་རི་ལྗེ་སྤྱི་མིང་ཡིན་ཀྱང་ཤར་རིའི་སྒྲིམ་མིང་དུ་བཏགས་པ་དང་། གཟེ་ (རྟོ་ཤེའི་
མིང) བརྗེད་སྒྲུབ་ཞེས་སྒྲོན་སྲུང་གྲུར་གྱི་མདུན་ན་འདོན་ (ཏ་དཔེར་ཡིང) མཆོག་ཏུ་དབའ་བ་
ཞེས་པས་རྗེ་བཙུན་གྱི་སྤྱུལ་བའི་འོད་ཟེར་འབྲུམ་ཕྲག་མང་པོ་མཐོང་བ་ལས་མིང་དེ་ལྟར་
བཏགས་པ་ཡང་ཤར་རིའི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དཀར་ཆག་རྩིང་པར་རང་བྱོན་རྟོ་ (ཀྱན་ལའི་ལྟེ) ཞེས་
པ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་གང་ན་ཡོད་དང་ལོ་རྒྱུས་གསལ་བར་མི་སྣང་ངོ། །༣༩ ལུ་བ་རི་
དེ་ནི་མཐོ་ཆད་རྒྱུད་གྲགས་སུ་མ་ཅུ་ལྟེ་ཆེ་མོ་མཉམ་ཞིང་ཆེ་འེ་མཐའ་སྒྲོར་ལ་རྒྱུད་གྲགས་
གཉིས་ཡོད་མཚན་ལ་རྒྱ་བའི་ཐོད་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ (ཀྱུ་ཡུའི་རྒྱུད) ཞེས་གྲགས། ཅེ་ན་རྒྱ་མིག་ཡོད་
ཅིང་འདི་ལ་བྱིན་རྒྱལས་ཅན་གྱི་གནས་བཙུ་བདུན་ཡོད་པར་བཤད། རིའི་བྱང་ལོགས་སུ་ (སྤ་
གུང་ཏེ་ལུའི) ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་རྒྱ་མིག་ཅེས་བྱ་བ་རོ་རུས་ཁྱད་པར་དུ་འབགས་པ་
བྱིན་རྒྱལས་ཅན་ཞིག་ཡོད། སྤུལ་པའི་མི་ (འེལ་ཤེར་ཏུའི་ཐན་ལྟེ) གཉིས་བཟོ་བ་མཛད་པའི་རྟོ་
བསྟན་ནི། སྒོན་ཐང་གྲུར་གྱི་རྒྱ་མིན་ཞེས་པའི་དད་ལྟན་ཞིག་གིས་བྱང་སྤོང་ཀན་པོ་གོས་དཀར་
དང་གོས་ནག་གྲོན་པ་གཉིས་རྟོ་དེའི་སྤྱིང་དུ་ལྟན་ཅིག་གསུང་སྤོང་མཛད་པ་མཐོང་བས་བྱང་དུ་
རྒྱུག་པར་མི་སྣང་བར་གྱུར་ཞེས་གྲགས། དེའི་བྱང་ན་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཆེབས་པ་ (ལྟེ་ཅི་ཅུང)
མེད་པའི་ཞབས་རྗེས་ཅན་གྱི་རྟོ་ཡོད། རིའི་ཤར་ངོས་ན་སྤང་ (ནི་ཏུ་སིན་གྱི) པའི་མཆེན་པ་ལྟ་
བུའི་རྟོ་བྱིན་ཅན་ཞིག་ཡོད། རིའི་བྱང་ཤར་གྱི་མཚམས་ན་ (ཤེན་ལུ་སི་པོ་ཤི) འཇམ་དཔལ་གྱི་
ལྟང་བཟེད་བཀྲས་པའི་རྗེང་བུ་ཡོད་དེ། བཟེས་མོ་སྤྱད་དཀར་ཞིག་གིས་རྗེང་བུ་དེར་ལྟང་བཟེད་
བཀྲས་པ་མིང་མིན་ཞེས་པའི་བཙུན་པ་ཞིག་གིས་མཐོང་སྟེ་ཁྱོད་གང་ནས་འོངས་ཞེས་དྲིས་
པར། བཟེས་མོ་ན་དེ། དཔུས་རི་ནས་ཐན་སྤོང་དུ་འོངས་ཞེས་སྤྱི་ཐག་མི་སྣང་བར་གྱུར་
པས་ཆལ་དང་རི་སྤུལ་ཐམས་ཅད་འོད་གྱིས་ཁྱབ་པར་གྱུར་ཞེས་གྲགས། རིའི་བྱང་ཤར་གྱི་
མཚམས་ན་སྒོན་སྤུལ་པའི་བྱང་སྤོང་ཞིག་འདས་རྒྱུ་གྱིས་འཆོ་ཞིང་དཀར་ཐུབ་ལུན་རིང་
མཛད་པའི་གནས་བྱང་སྤོང་ (ནི་རྩའི་རྟུ་ཤར་པེ་ཏིང་ཐུ) འདས་ཐས་ཅན་གྱི་དབེན་གནས་སུ་

སྐྱུ་ (ཁྱེ་ལུང་ཅི) བཅོན་ནག་པོའི་རྩིང་བྱ་ལ། གསེར་གྱི་ (གིན་རྩི་ཅི) ཁྱོན་པར་ཡང་གྲགས་པ་
 བློ་ལྟ་སྡེ་བརྒྱུད་གྱི་པོ་བྱང་ཡིན་ཞིང་ཆར་འབབས་སོགས་ཀྱི་ལས་ལ་ཕྱིན་ཏུ་སྦྱར། འཇམ་
 དཔལ་གྱི་ཆོས་ཁྲིའི། རིའི་ཤར་ངོས་སུ་ཡོད་ཅིང་གནས་མཛེས་ཏུ་འོངས་པའི་དད་ལྡན་ཏུ་
 མས་གཞིའི་སྐྱེད་པ་འབགས་པའི་དགེ་འདུན་ཆོགས་པས་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་སྒྲོགས་པའི་སྐྱེད་ཀྱི་
 བར་ཐོས་པ་ཞིག་ཡོད། (རྒྱང་ཡོན་སྐྱེ) བརྒྱལ་བྱགས་ཡོད་པའི་མཆོད་རྟེན་ནི། སྔོན་ཐང་གྲུང་
 དུས་སྟེ། ལྟོ་ཕྱོགས་སུ་གྱིན་གྱི་སར་འཁྱུངས་པའི་རྩེ་ཡོན་ཞེས་པའི་བཙུན་པ་རྟོགས་པ་མཐོ་
 ཞིང་། རྩེ་འབྲུལ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་མཁར་སིལ་ནམ་མཁའ་ལ་འཛོག་པ་སོགས་ཀྱི་རྩེ་
 འབྲུལ་བསྟན་ནས། ལུལ་གྱི་དམག་འཁྲུགས་ཞི་བར་བྱས་ཏེ། བྱང་རི་འདིར་ཐེབས་ནས།
 སྤྱི་ལུ་ཚུགས་སུ་བཞུངས་ནས་འདའ་ཚུལ་བསྟན་པར་སྤང་མོས་མཆོད་རྟེན་འདི་བཞུངས་པ་
 ཡིན་འདུག ཐྲིག་ཅན་གསོན་ (ཤེང་ཏུང་ཡུའི) བར་དཔལ་བར་ལྷུང་བ་ཐར་པའི་གནས་ནི།
 རིའི་བྱང་གི་ཞོལ་ན་སུའི་གྲུང་གྱི་དུས་སུ་ (ཀྱེ་ད་ཨའི) ཞེས་པའི་ཁྲིམ་པ་ཞིག་གིས་སྐྱེད་གི་
 རོང་ཅེ་ (དདུལ) བརྒྱས་ནས་ཐོས་པར་ཆས་པ་ན་སྒོ་བྱར་དུ་རྒྱུང་ནག་འཚུབ་མས་བདས་ཏེ་
 དེར་ལྷུང་བ་ན་སྟེང་ནས་གད་པས་མཐན། འོག་གཅོང་རོང་ཐབ་མོ་དང་བཅས་པའི་འཁྲུགས་
 རོམ་དུ་ཚུད་ཅིང་སྤྱིན་ནག་གི་སྤྱན་པ་གཏོབས་པས་མཆོན་རངས་པོར་སྤྱི་སྒྲགས་འདོན་ཅིང་
 རྩེ་བཙུན་གྱི་མཆོན་ནས་བརྗོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྐབས་ཞིག་ན་སྤྱིན་གྱི་མཐོང་ཕྱེ་
 བས་རི་བོང་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་ལམ་སྤྱོད་པས་ཐར་བར་མཛོད་ཅེས་འབྱུང་། གནས་ (ལོ་
 ཏན་ཐའི) བརྟན་གྱི་ཁྲིའི། རིའི་ཤར་ངོས་ན་ཡོད་ཅིང་ཐང་གྲུང་གྱི་དུས་སུ་གནས་བརྟན་བཙུ་
 དུག་འདིར་འདུས་ནས་རྩེ་འབྲུལ་གྱིས་སྔོན་པར་གྲགས། དེའི་ཤར་རྩོད་བྱང་རི་ཤར་རི་གཉིས་
 ཀྱི་བར་ན་རྩོང་ (ཏུ་ཡན་ཡིང) པོ་བཀོད་པའི་ལ་ཞེས་པ་དང་། རིའི་ཤར་རྩོད་ངོས་ཀྱི་རྒྱང་
 གྲགས་ཉི་ཤུ་ཙམ་ན་བ་གམ་ལྟ་བུའི་སྤྱིངས། ཞེས་པ་ཡོད། རྩོད་ཉི་ཤུ་གཉི། (ཀྱེ་ཀང་ལུ) བ་
 གམ་ལྟ་བུའི་སྤྱིངས་ཀྱི་ཤར་ངོས་ཀྱི་རིའི་སྤྱིངས་ན་ཡོད། སངས་རྒྱས་སྤྱས་དང་བཅས་པའི་
 གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན་ལ། སྔོན་གྱི་ཡིག་རྟིང་དུ། རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་ཡོ་

བྱད་ལེའུ་ཀླ་ཀྱ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་གནས་པའི་བྱབ་པའོ་རྩམ་རྣམས་མ་ཆང་བ་མེད་པར་
 གཏེར་དུ་བཞུགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་གི་དུས་སུ་ལྟེན་ཡུལ་གྱི་སྤོན་པའི་རྒྱལ་
 བོས་རོལ་མོའི་ཆ་བྱད་དང་། གསེར་དབུལ་གྱི་སྒྲིགས་བྱ་ལ་བྲིས་པའི་སྤྲོད་གསུམ་སོགས་
 མདོ་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲིགས་བཅ་དུ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དཔྱད་ལས་འདས་པའི་རྩམ་སུ་བྱབ་པའི་སྤྲོ་
 རྣམས་ཀྱིས་འདིར་གཏེར་དུ་བཞུགས་པར་བཤད་ལ། བྱབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་ས་
 གྲང་བུག་པ་འདིར་བཞུགས་ནས་རིག་འཛིན་བརྟེན་ཏེ་ཐུན་མོང་གི་སྤྲང་འོར་བྱིར་མ་འཛོན་
 པར་བཤད་དོ། །དེ་དང་ཉེ་བ་ན་ལོ་ (པེ་བྱའི་ཐི) མའི་རྩེད་བུ་ཡོད་དེ། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་
 མིག་འཕྲུད་པ་སོགས་བྱས་ན་པན་པར་བཤད་དོ། །ཁྱུ་ལང་ཞེས་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་བསྟི་
 གནས་ནི། བ་གམ་ལྟ་བུའི་སྤྲིངས་ཀྱི་རྒྱབ་ཕྱོགས་ན་ཡོད་ལ་སྒོན་སྤྲང་གྲུར་གྱི་ཡང་ཡེའི་སྤྲས་
 ལྟ་བུ་པར་བུ་བྱུང་བའི་གནས་སོ། །(ཡུའི་ལྷན) ཡང་ཤིའི་ཆུ་མིག་ནི། ལུ་ཙོ་ཞེས་པའི་དད་ལྡན་
 ཀྱིས་རྩེ་བཙན་གྱི་སྤྲུལ་པའི་བྱེད་ལྟ་སྤྲང་པའི་ས་ཡིན་ནོ། །མཉེན་ལྷེས་ (ཙེ་ཏུ་གྲ།)
 གཤོང་ནི་ད་ལྟ་ (བེའི་བའི་ཀེའུ) བྱང་རི་སྤྲུགས་སུ་གྲགས་པ་སྟེ་གནས་ཆེན་འདི་སྤྲས་ལུང་
 བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ་བསམ་གཏན་པ་རྣམས་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་རོལ་པའི་གནས་སོ། །སྤྲོ་སྒོ་
 (ལུང་མེན) ནི། རིའི་མདུན་ཞོལ་ན་ཡོད་འདིའི་མདུན་ན་སྤྲིན་ (ཡིའུ་ཡུན་ཤི) འབྱུང་བའི་དོ་
 དང་། རྒྱབ་ན་སྤྲིན་ (ཙང་ཡུན་ཀྱ) ཀྱི་སྤྲུགས་བྱ་བ་ཡོད་ཅིང་འདི་ལས་སྤྲིན་འབྱུང་ན་ཆར་པ་
 འབེབས་པར་སྤྲང་། སྤྲིན་གནས་ (ཁོ་ཞུན་མན) མཐུན་ཞེས་པའི་དམ་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་ལྟེ་
 ལས་བཏོན་པའི་ཞག་གིས་མདོ་སྤེ་པལ་མོ་ཆེ་བཞེངས་པའི་གནས་ཀྱང་འདི་ཡིན་པར་སྤྲང་།
 དེ་དང་འདབ་ཆགས་པ་ན་ཆུ་མིག་ (ཀིན་ཤ་རྒྱན) གསེར་བྱེ་ཙན་བྱ་བ་དང་། རིའི་བྱང་གི་ཞོལ་
 ན་ (ཤུན་ཞེན་ཨན) དང་སྤོང་གི་བསྟི་གནས་བྱ་བ་ཡོད། རིའི་བྱང་ཕྱོགས་རྒྱང་གྲགས་བདུན་
 ཀྱི་མཐའ་ན་ལྟ་མོད་ཀྱའི་ཞུས་ (ཀྱིའུ་ནུའི་རྒྱན) རྩེད་བུ་བྱང་བ་ཡོད་དེ། སྤོན་གྱི་དུས་སུ་
 སྤྲུལ་པའི་ལྟ་མོད་ཀྱའི་འདིར་ཡང་ཡང་འབེབས་ཏེ་བརྒྱུད་ཞིང་ཞུས་བྱེད་པ་ཀྱང་ཀྱིས་མཐོང་
 པར་སྤྲང་། རིའི་རྒྱབ་བྱང་ཕྱོགས་ན་དག་སྤོང་ལྟ་བུ་བརྒྱུད་སྤྲས་ (ཆང་རེད་གྲ།) ལུང་བྱ་བ་ཡོད་

དེ་སྒོམ་གྱི་དུས་སུ་འབགས་ཡུལ་གྱི་བཅུན་པ་ལྷ་བརྒྱ་གནས་འདིར་སྤྲས་པའི་ཚུལ་གྱིས་
 བསམ་གཏན་སྒྲིལ་ནས་བྱུང་བ་ཐོབ་སྐྱད། ཅེ་ (རྟ་ཉོང་ཐུ) མོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རིའི་བྱང་
 རྒྱུགས་ན་ཡོད་ཅིང་བྱང་རི་རྟིང་པར་གྲགས། མཁར་ (རྫོ་ཤི་ཆུན) བསེལ་བཅུགས་པའི་ཚུ་
 མིག་ནི། དཔེན་ལན་ཞེ་ནི་པའི་སྤྲིང་ཞེས་པའི་ལྷ་ཁང་ན་ཡོད་ཐང་གྲར་གྱི་ཐོག་མའི་སྐབས་སུ་
 (ཉོ་ཏུ་ཉུན) བྲང་སྤོང་ལམ་པ་ཞེས་པའི་རྩ་ཤར་ཞིག་གིས་ཅའི་སྤྱིལ་བྱ་བ་བྱུང་སྟེ་སྤྲས་པའི་
 བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱིས་སྤྱབ་པ་མཛད་པ་ན་རྒྱན་དུ་ཆུ་ལེན་པ་ལ་ངལ་ཞིང་ཡོད་སྐབས་སྤྱལ་པའི་
 དགེ་སྤོང་གྲུན་དུ་རྒྱ་ཞིག་བྱུང་ནས་ལུས་འཇུག་པས་ཆུ་ལོང་ཞིག་གསུང་བས་བྲང་ (ཉོ་ཏུ་ཉུན)
 སྤོང་ལམ་པས་ཆོག་ལ་མ་ཅེགས་པར་ཆུ་བྱངས་ཏེ་འོངས། དེའི་ཕྱིས་ཉིན་ཡང་གོས་འཇུག་པའི་
 ཆུ་ལོང་ཞིག་གསུང་བས་ཆུ་སྤོང་བྱུང་ནས་ཆུ་ལེན་པར་ཕྱིན་པས་ཆུ་སྤོང་ཆག་ ཡང་ཆུ་སྤོང་
 གཞན་བྱངས་ཏེ་ཆོགས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཆུ་བྱངས་ཏེ་འོངས་པས། སྤྱལ་པའི་དགེ་སྤོང་ན་ཤེ།
 ཁྱོད་ངེས་པར་བྲང་པོ་ཞིག་འདུག་གསུང་ནས་མཁར་བསེལ་སྤྱིལ་བྱའི་མདུན་དུ་བཅུགས་ཏེ།
 (ཉོ་ཅེ་ཆུན) བྲང་སྤོང་ལམ་པ་ལ་མཁར་བསེལ་བྱུང་ཞིག་གསུང་བ་ལྟར་བྱས་པས་ཤུལ་ནས་
 ཆུ་མིག་རོ་ཞེས་པོ་ཞིག་ཐོན། སྤྱལ་པའི་དགེ་སྤོང་གིས་མཁར་བསེལ་བྱངས་ཏེ་མེ་ཤོལ་གཏོག་
 ཅིང་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཏེ་སོང་སྐྱད། འདི་ན་སྤར་བཤད་པའི་སྤྱལ་པའི་དགེ་སྤོང་སྟེགས་པའི་
 རྒྱལ་པོའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་པའི་ (ལན་ཤན) རི་རྒྱན་པོ་ཞེས་པའང་ཡོད། རིའི་ལྷོ་རུབ་
 མཆའས་གྱི་རྒྱང་གྲགས་བཞི་བཅུའི་མཆའས་ན་ (མེན་མེའུ་ཤན) ཐོས་པ་འཛིན་པའི་རི་
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྲང་ཕྱོགས་རྒྱང་གྲགས་བཞི་བཅུའི་མཆའས་ན་རིན་པོ་ (པའུ་ཐ་ཤན) ཆའི་
 རི་བྱ་བ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱང་གྲགས་བདུན་ཅུའི་མཆའས་ན་ (ཆེན་ཁི་ཤན) རོལ་ཅེད་རི་
 བྱ་བ་ཡོད། ཕྱི་མ་འདི་ན་ཆུ་མགོ་མིག་གསུམ་ (ཤིན་ཅི་ཆུན) བ་བྱ་བ་ཡོད་ཅིང་འདི་ལས་ཉོ་ཐོ་
 ཞེས་པའི་ཆུ་ཁྲུང་ཆེན་པོ་འབྱུང་ངོ་། ༡༥ དབུས་རི་ནི་མཐོ་ཆད་རྒྱང་གྲགས་སོ་བརྒྱད་དུ་ཡོད་
 ཅིང་ཅེ་མོ་སྟོམ་ལ་ཅའི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་རྒྱང་གྲགས་ལྷ་ཡོད་མཆར་སྤྲུག་ (ཚུད་ཡན་རྒྱུད) ལྷན་
 པོའི་སྤོ་ཞེས་གྲགས། འདི་ལ་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་གྱི་གནས་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལས། བྱ་ (མིང་

རིུ་ཐུང་། མེད་ཕུང་པོའི་རིེ། རིེ་འདིའི་པང་ན་ཡོད་ཅིང་ཐུང་དག་པཅོམ་པ་སྤྱི་གྲི་པ་ས་ཀྱི་
 གར་གྱི་བྱ་མེད་ཕུང་པོའི་རིེ་དང་མཚུངས་པར་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ལ་ད་ལྟ་བུར་ཆུབ་ (ཕུ་ས་
 ཉིང་) སེམས་དཔའི་སྤོང་གསལ། འདིའི་རྒྱབ་དོས་ན་ (ཀན་ཏུ་ཆུན་) བདུད་ཅི་ཆུ་ཐུང་ཞེས་བྱ་
 བ་ཡོད། འདིའི་མདུན་ན་ཡོད་པའི་ (རྩ་པོ་ཏུ་ཐ) མོར་བུ་ཆེན་པོའི་མཚོད་རྟེན་ནི། གནས་ཆེན་
 འདིའི་ལྟེ་བ་ཡིན་ཞིང་དག་པཅོམ་པ་སྤྱི་གྲི་པ་ས་ལྟེ་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་རྒྱལ་ལྟ་
 རན་མེད་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིང་བསྐལ་ཅན་གྱི་མཚོད་རྟེན་དུ་
 གཟེགས་ཏེ་དོས་བཟུང་བ་དེ་ཡིན། ཏན་གྱུར་གྱི་དུས་ནས་བཟུང་སྟེ་ལྟེ་ལྟེ་བར་གྱི་རྒྱལ་
 རབས་མཐའ་དག་གིས་ཉམས་གསོས་དང་ཕུ་དུད་མཛད། ད་ལྟ་ཡང་འོད་ཟེར་དགུང་ལ་རེག་
 པར་སློབ་དད་ལྡན་རྣམས་ལ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་ཅིང་དུངས་བསིལ་རིེ་བོའི་གནས་ཀྱི་ཡང་
 ཅིང་ཐུགས་པ་ལགས་སོ། །མཚོད་རྟེན་འདིའི་རྒྱབ་དོས་ན་ཐུབ་པའི་ཞབས་རྩེས་ཀྱི་རྟོག་ཡོད་དེ།
 ཐོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལྟ་དན་ལས་འདའ་ཁར་རྩ་མཚོག་གོང་དུ་གཤེགས་པར་ཉེ་བ་ན་རྟོའི་
 སྟང་དུ་ཞབས་རྩེས་བཞག་ནས་མ་འོངས་པ་ན་འདི་ལ་རྟེན་བཀྱར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་སྒྲིབ་
 དག་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན། ཞབས་རྩེས་དེ་ཡང་
 མཐེལ་དུ་ཅེབས་སྟོང་བཀྱ་ཞིང་སོར་མོ་རྣམས་ལ་བཀྱ་ཤེས་པའི་ཏན་གསུང་ཀྱིས་མཚན་བ་སྟེད་དུ་
 ཆོན་བཅུ་དུག་དང་ཞིང་དུ་ཆོན་དུག་ཡོད་ལ་མ་ག་རྩ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཚོད་པའི་རྟེན་དུ་བཞུགས་
 སོ། །ཐང་གྱུར་གྱི་དུས་སུ་མང་བྱུང་གཟེ་བཟིང་ཅན་ཞེས་པ་རྒྱ་གར་དུ་བྱིན་ཏེ་མཁས་པར་
 ཐུངས་པས་རྟོག་གདན་གྱི་མཁན་པོ་མཛད་པ་དེས་འདྲ་རིས་སྤངས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕུལ་བ་ཅི་
 བའི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་མཚོད་གནས་སུ་གྱུར། མིང་གྱུར་གྱི་དུས་སུ་མཁས་ (མིང་ཆེད་)
 གུབ་བསམ་འཕེལ་ཞེས་པའི་རྩ་ཤིང་བྱུང་རྩ་སྟེ་གཉིས་ཀྱིས་དག་བསྐལ་གྱིས་རྟོར་
 བསྐལས་ཏེ་ཞབས་རྩེས་དེ་ཉིད་རྟོག་བསྟོན་ཏེ་རིེ་བོ་དུངས་བསིལ་གྱི་གནས་འདིར་གྱུས་ལྡན་
 བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་ས་དམ་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ཡིན་ནོ། །འཇམ་དཔལ་གྱི་
 (མེན་ཕུ་རྩ་ཐ) དཔུ་སྤྱིའི་མཚོད་རྟེན་ནི། མཚོད་རྟེན་ཆེན་པོའི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་ལ་སྟོན་གྱི་

དུས་སྤུངས་ཆེ་བཅུན་དབུལ་མེད་ཀྱིས་པར་སྒྲུབ་པའི་དབུ་སྒྲུབ་མཛོད་རྟེན་ཡིན་ལ། དུས་བྱིས་མིང་
གྲུར་གྱི་དུས་སྤུངས་ཉམས་གསོས་གྱི་སྒྲུབ་ས་བྱེ་ནས་བལྟས་པས་དབུ་སྒྲུབ་མཛོད་མ་ཉམས་
པར་གསེར་འོད་འཕྲོ་བར་སྤང་ཞེས་འབྲུང་ངོ། །ཤེར་ (པོ་ཞ་ཆུག) བྱིན་གྱི་ཆུ་མིག་ནི། མཛོད་
རྟེན་ཆེན་མོའི་ཤར་ངོས་སུ་ཡོད། ཐང་གྲུར་གྱི་རྩ་ཤར་ཤེས་རབ་སྤྲས་པ་ཞེས་པའི་དམ་པ་ཞིག་
གིས་འདིར་ལྟ་ཁང་བཞེངས་ཏེ་དོ་རྟེན་གཙོད་པ་རྒྱན་འདོན་དུ་མཛོད་དེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་
པས་ཆུ་མིག་འདི་བརྟེན་པ་ལས་འདི་ལྟར་གྲགས། མེ་ (ཐ་རྩ་ཡོན) ཏོག་སྤྲ་ཆོག་གི་ཆ་ལ་ནི།
མཛོད་རྟེན་ཆེན་མོའི་མདུན་ངོས་སུ་ཡོད་ཐང་གྲུར་གྱི་དུས་སྤུངས་བྱང་སྟོན་འཕོགས་པའི་གཙོ་
ཁང་བཞེངས་པའི་ས་ཡིན། རིའི་ཤར་ལྟོ་འཛམས་སྤུ་ (རྒྱུང་ཡིན་གྱ) ལ་མེད་གའི་ལུང་བ་
དང་། དེའི་རྒྱབ་གྱི་ལར་རྒྱ་ (ཤིང་རྒྱུང་ལུང) གར་ཕྱག་པ་ཡོད། རྒྱ་གར་བྲང་སྟོང་ (མན་ཕྱན་
ཤན) གི་རི་ནི། རིའི་ཤར་ངོས་རྒྱང་གྲགས་སུ་མ་རྩའི་མཛམས་ན་ཡོད། སྟོན་བྲང་སྟོང་ལྔ་
བརྒྱས་འདིར་མེ་ཏོག་ལྷན་པའི་བཅུད་ལེན་བྱས་ཏེ་བྲུབ་པ་ཐོབ་སྟེ། འདིའི་རུབ་ཕྱོགས་ན་
(དིང་གེལ) ཁྲོན་བྱའི་གཤོང་དང་། དེའི་ལྷོ་ཕྱོགས་ན་རྒྱ་ཕྱག་ (ཡང་པེ་ཡུའི) གི་ཆ་ལ་དང་།
རིའི་ལྷོ་ཕྱོགས་ན་འབྲུག་ (གྱིལ་ལུང་ཀང) དགྲའི་སྤང་ཡོད། འདི་ན་ཡོད་པའི་མིང་གྲུང་ (མིང་
གྲུང་ཐ) མཛོད་རྟེན་ནི་སྤང་གྲུར་གྱི་དམག་དཔོན་དང་པ་ཅན་ཞིག་གི་མཛོད་རྟེན་ཡིན་པར་
གྲགས། སྤྲུག་ཆ་ལ་གྱི་ (རྩ་ཡིན་ཤེ་ཐ) རིང་བསྐལ་མཛོད་རྟེན་ནི། རིའི་ལྷོ་ཕྱོགས་གྱི་སྤྲུག་
ཆ་ལ་གྲིང་གི་མདུན་ན་ཡོད་ལ་མིང་གྲུར་གྱི་ཞིང་པ་རྒན་པོ་ཞིག་གིས་དོ་སྟོན་དུ་སྤྲས་པའི་
དབུལ་གྱི་ཐ་མ་ཏོག་ཞིག་རྟེན་པ་བྱེ་བས་བེ་རྒྱུའི་བྱམ་པར་འོད་འཛེར་པའི་རིང་བསྐལ་རྒྱ་
མག་དུ་མ་བཅུག་པ་དང་ཁ་བྲང་ལ་བཅུན་པ་སྤྲིན་གྱི་མེས་པོའི་ཐུགས་དམ་རྟེན་ཡིན་ཞེས་
བཏབ་འདུག་པ་མཐོང་། བྱིས་བྱིས་བདག་དང་བཅུན་པ་དང་ལྷན་ཀླམས་གྱིས་མཛོད་རྟེན་དུ་
བྱས་པར་གྲགས། སྤྲུག་ (རྩ་ཡིན་ཤིང་ལྷང) ཆ་ལ་གྱི་སྤྲུག་ཐུགས་རྒྱུང་བ་ནི། དེ་བཞིན་
གཤེགས་པའི་སྤྲུ་བརྒྱན་ཁྲི་དང་བཅས་པ་ཁྲུང་མཛར་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་གཟི་འོད་འབར་བ་ཞིག་
ཡོད། རིའི་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱང་གྲགས་བཞི་བཅུན་དྲངས་ (ཆིང་ལུང་གྱ) བམེལ་གྱི་ལུང་པ་ཡོད་

ལ། དེའི་ཕུགས་ན་དངས་བསེལ་རྒྱུ་ཆེད་གྲུ་ཆེད་བྲིགས་པ། བ་རྩའི་ཞེས་པའི་རྣ་ཤར་གིས་
 བཞེདས་པའི་ལྷ་ཁང་ཡོད། དྲངས་ (ཆེད་ལྷ་དེ་ལྟེ) བསེལ་གྱི་རྩོམ། དེའི་རུབ་ངོས་ཀྱི་འདབས་
 བ་ཡོད་ཅིང་རྩོམ་དཔངས་སུ་ཆོན་བྲག་ཅུ་རེ་ལྟ་དང་། མཐའ་སྒྲོར་ལ་འདོམ་དགྲ་དང་ཆོན་ཉི་ལུ་
 ཡོད་པ་མཉམ་བྱ་བཞེ་བ་འབྲིལ་བ་རང་བྱུང་དུ་དོད་པ་སྟེད་དུ་མི་རྩེ་ཅམ་ཆོགས་ཀྱང་མི་ཤོད་
 བ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། རྩོན་སྤྲུལ་པའི་བཅུན་པ་ཞིག་རྩོམ་འདིའི་སྟེད་དུ་སྦྱིལ་བྱང་བྲས་ཏེ་སྦྱོ་བོ་
 མང་པོ་ལ་ཆོས་འཆད་པའི་སྤྲ་དབྱངས་སྟན་ཅིང་གསལ་བ་བཞེན་དང་ཆ་བྱད་འཛིགས་སུ་
 རུང་བ་བྱུང་དུ་སྦྱེབས་ན་མི་སྤང་བར་བྱུར་བ་ཞིག་བྱུང་བར་གྲགས། གཏམ་རྒྱུད་རྒྱུད་པར་རྩོ་
 འདི་ལྷའི་རྒྱལ་པོས་རྩེ་བཅུན་གྱི་བཞུགས་ཁྲིར་སྤུལ་བ་ཡིན་ཞེས་འབྱུང་། འདིའི་བྱང་ངོས་ན་
 དྲངས་ (ཆེདས་ཁྲོང་ཁྲོ) བསེལ་གྱི་ཁྲོན་པ་དང་། ཡང་མི་རིང་བ་ན་དགྲ་ལོ་ (ཉན་ཏུང) བཅོས་
 ཕྱག་དང་། རིའི་མདུན་ངོས་ཀྱི་རྩེ་ཐན་ལ་དྲངས་ (ཆེདས་ཁྲོང་ཁྲོའུ) བསེལ་ཟམ་པ་ཡོད།
 (ལོ་མན་རྩི་ལྷ་པོར) ཁྲིའི་ཁྲགས་ངོས་ནི། རིའི་ཤར་གྱི་ཞོལ་ན་ཡོད་ཅིང་དབྱར་གཞུང་ལ་ཡང་
 མི་འབྱུང་བའི་འབྲགས་ངོས་རྩམས་སུ་འདོམས་དུ་མ་ཡོད་པ་དེའི་སྤྲུལ་ལས་སྦྱེས་པའི་འབྲས་
 བྱ་ཅན་གྱི་ཤིང་རྩམས་དབྱར་དུས་མེ་ཏོག་ཁ་འབྲས་ཤིང་འབྲས་བྱ་འཆག་པའི་ངོ་མཆར་བ་
 ཡོད། རིའི་ཤར་སྟོའི་རྒྱང་གྲགས་གསུམ་ན་བསེལ་ (ཁན་ཤན་ལྟེ) རིའི་རྩོམ་བྱ་བ་ཡོད།
 བད་ (ལུའི་རྣ་ཐི) དཀར་རྩིང་བྱ་ནི། རིའི་ཤར་སྟོའི་ཐེབས་ན་ཡོད། རྩོན་དགྲ་བཅོས་པ་ལྟ་
 བརྒྱས་དབྱར་གནས་མཛད་པའི་གནས་ཡིན་ལ་ད་ལྟ་འདིར་དགྲ་བཅོས་ལྟ་བརྒྱའི་སྦྱ་བརྟན་
 རྩོན་རྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ལ་མཆན་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བྱར་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །འདིའི་རྩིང་བྱར་
 བརྒྱ་དཀར་པོ་ཡང་ཤིའི་བརྒྱ་ལྟ་བུ་མང་དུ་བྱེ་བའི་སར་རྩོན་གྱི་རྩོན་པོ་ཞིག་གིས་རྩོམ་མཆན་
 མ་བྲས་སོ། །རིའི་རུབ་བྱང་ན་ག་ (ཁྲེ་ལན་གེའུ) ལ་རྒྱ་ཀའི་སྤྲུགས་བྱ་བ་ཡོད། འཕགས་
 (ལན་ཤེད་རྩོའུ་ལུའི་ཐི) པའི་ཆོགས་ཀྱི་ཁྲུས་རྩིང་ནི། དབྲས་རི་དང་བྱང་རིའི་མཆན་མས་ན་
 ཡོད་ཅིང་རྩོན་རྩེ་ཞིག་གཙང་ཞིང་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། དེར་གནས་མཇལ་བ་རྩམས་
 ཀྱིས་རྩོན་དང་འཇའ་འོད་ཀྱི་ནང་དུ་འཕགས་པའི་སྦྱ་དང་མཁར་བསེལ་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱི་

གཟུགས་བརྟན་མང་པོ་མཛོད་བ་ཡང་ཡང་བྱང་བར་གྲགས་ཤིང་གཏམ་རྒྱུད་རྙིང་བ་ལས་ཇེ་
 བཅུན་གྱི་སྒྲུ་ཁྱེས་མཛོད་པའི་རྒྱུད་བཤད། བྱིས་སུ་སྒྲུ་གཤམ་བཟུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མཛོད་
 ལྷང་ལྷང་དུ་སོང་བེད། མེ་ (མའི་རྩ་ཁྱི) ཏྲག་མཆིག་གི་རྒྱུད་བུ་ལྷི། རི་ཆེའི་རུབ་བྱང་ན་ཡོད་ཅིང་
 མཇལ་མཁན་སོ་སོ་ལ་རྒྱ་གཏིང་གི་ཆོད་མཛོད་སྤང་མི་འདྲ་བ་དང་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པས་སྤྱིའི་
 ཉག་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་གསལ་བར་མཛོད་བ་ཡོད། རིའི་རྫོ་རུབ་མཆམས་གྱི་འོད་ཟེར་ (ཁྱི་ཀྱང་
 མ) ལྷོ་ལ་བའི་མཛོད་རྟེན་ལྷི། མིང་གྲུར་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་སྒྲོ་བ་ཆེན་གཉིས་ཀྱིས་
 ཇེ་བཅུན་གྱི་ཐུགས་ཇེ་བསྐྱལ་བའི་ཆེ་སྤང་བ་བྱུང་བར་ཅན་སྤལ་བའི་གནས་སུ་མཛོད་རྟེན་
 འདི་བཞེངས་སྐྱད། དབྱས་ (མའི་རྩ་ཁྱི་ལྷི་མ) རིའི་རིང་བསྐལ་མཛོད་རྟེན་ལྷི། མང་གྲུར་གྱི་
 གྲུབ་བ་བརྟེན་པའི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ལན་གྱུ་ཏམ་ཤི་ཞེས་བ་ཞིག་གིས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་
 ཅིག་ལས་རིང་བསྐལ་བསྐྱངས་ཏེ་སྤྲུགས་གྱི་མཛོད་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་དའི་ཕྱིར་རྫོང་
 མཛོད་རྟེན་ཆེན་པོ་བཞེངས་པར་འདུག། བྱིས་མིང་གྲུར་གྱི་དུས་སུ་མཛོད་རྟེན་དེ་གཡོ་ཞིང་
 འབྲེལ་ལ་ཁད་བ་ན་སྒྲོ་བྱུང་དུ་ནམ་མཁར་སྤྱིན་འདུས་ཏེ་ཆར་འབབས་ཤིང་འབྲུག་སྒྲུ་དག་པོ་
 བསྐྱགས་པས་ཆེས་ཆེས་གཡོས་བ་ན་མཛོད་རྟེན་ལྷ་མོ་བཞིན་བསྐྱངས་པར་གྱུར་ཏོ། །སེང་
 གའི་བྱིས་ལྷི། རིའི་རྫོ་རུབ་མཆམས་གྱི་ལ་སྤྱང་དུ་ཡོད་ལ་སྒྲོ་བ་དང་ལྷན་རྒྱལ་གྱིས་གནས་
 དེར་སེང་གེ་མང་པོ་འཕྱོ་བ་མཛོད་ལ་བྱིས་མིང་གྲུར་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ (ཁྱི་ཀྱང་)
 འོད་ཟེར་དང་ (ཁྱིང་ལྷི) གཅོད་མའི་མཐུ་ཅན་གཉིས་ཀྱིས་དཔོན་པ་བཞེངས་ནས་སྤྲུགས་
 བཞེའི་དགེ་འདུན་སྒྲོ་བྱུང་དུ་སྤྲུགས་བ་རྒྱུས་གྱི་བསྐྱེ་གནས་སུ་བྱས་སོ། །དེ་ལྟར་གོང་
 གསལ་དཀར་ཆག་རྙིང་བ་ན་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་གྱི་གནས་སྒྲོ་རིང་ཉེར་གཅིག་ཤིང་རིང་བཅུ་
 བཞི། རུབ་རིང་བཅུ་བདུན། བྱང་རིང་ཉེར་བདུན། དབྱས་རིང་ཉེར་བརྒྱད་དེ་བསྐྱེམས་པས་
 བརྒྱ་དང་བདུན་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་དེ་ལས་དང་སང་འགའ་ཞིག་རྙིང་གོགས་ཀྱིས་མི་མཛོན་
 པར་སོང་བའང་ཡོད་ལ། ཡང་བྱིས་སུ་སྤྱེས་ཆེན་དམ་བ་དང་དད་ལྷན་གྱི་སྤྱེས་བུ་རྒྱལ་ལ་ཇེ་
 བཅུན་གྱིས་སྤྱུ་དང་གསུང་གི་སྤང་བ་སྤལ་བའི་གནས་རྒྱལ་སུ་རྒྱུ་ལ་སྒྲོ་བ་ཅན་བ་ཁྱིས་

བདག་དུ་མས་གསར་དུ་བཞེངས་པའི་མཆོད་རྟེན་དང་གཙུག་ལག་ཁང་མང་དུ་མཆིས་
སོ། །ཅེ་ལྷ་བ་དཔལ་ལྷན་གྲགས་པས། དབུས་རི་སེང་གེ་འབྲིང་བ་འབྲས་བ་རྣམས་སྤང་གི་ཞིང་
བྱང་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་དང་། ཤར་རི་སྤང་ཆེན་བསྐྱེམས་བ་འབྲས་བ་མི་བསྐྱོད་
པའི་ཞིང་བཀའ་ཤིས་སྒྲོ་མང་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་དང་། ལྷོ་རི་རྩ་མཆོག་ཉལ་བ་འབྲས་བ་
རིན་བྱུང་གི་ཞིང་ཆོ་འཕྲུལ་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་དང་། ལུབ་རི་མ་བྲག་རྩེད་བ་འབྲས་
བ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་ལྷང་འདས་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་དང་། བྱང་རི་ཤར་ཤར་
བསྐྱོལ་བ་འབྲས་བ་དོན་བྲུབ་གྱི་ཞིང་ལྷ་བབས་མཆོད་རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་དུ་གསུང་བ་ཡང་
དམ་བ་སྤྲ་མའི་གསུང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པ་གོར་མ་ཆག་ཅིང་འདི་ལ་དཔག་ནས་གནས་རྣམས་སྤྲ་
རིགས་སོ་སོ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱབ་བ་དང་ལས་བྱེད་པའི་སྤྲར་ཁྲུང་ཐ་དད་བ་ཡང་ཡོང་བར་
བཤད་དོ། །ལུང་སྤྱོད་ལ་བའི་རྩོམ་ཆེ་ཆེའི་གསུང་གཞིར་བཞག་སོགས་ཅུང་ཟད་བསྐྱུས་ཏེ་བཀོད།
གཞན་ཡང་ཅེ་ལྷའི་མཐའ་སྒོར་ན་ཉེ་བའི་སྤང་རི་བཞི་དང་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
མང་དུ་སྤྲང་ཡང་འདིར་མ་བཀོད་དོ། །

རི་བོང་ཅལ་འདྲོགས། དོན་མེད་གྱི་འདྲོག་འགོ་ལངས་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་རི་བོང་ཅལ་འདྲོགས་
མ་བྱེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། འདིའི་གཏམ་རྒྱུད་འདུལ་བ་ལུང་རྣམས་འབྲེད་༽ ཇ་བ་ ༽ ༡༩༧༡ན་
བཞུགས་ཤིང་། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་བ་༽ ཇུ་ ༽ ༡༩༡ ན་ལ་
གསལ་ལོ། །

རི་བོང་རྩལ། (མཛོད) ཇུ་རྩལ་བདུན་ལ་རི་བོང་རྩལ་གཅིག་ཟེར། འདི་ལ་རྩལ་སྤྲ་རབ་༣,༧༠༡ཡོད། རི་
བོང་གི་རྩལ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། འགའ་ཞིག་གིས། རི་བོང་གི་སྤྱིའི་ཅེ་མོས་སྤངས་པའི་རྩལ་
ཟེར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས། རི་བོང་གི་སྤྱི་ཅེ་མོ་རང་ལ་གོ་བ་ལྟ་བུ་མིན་པར། རི་བོང་གི་
སྤྱིའི་སྤྲོམ་ཆད་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་རི་བོང་ལས། ལུག་གི་སྤྱི་སྤྲོམ། དེ་བས་བ་
ལང་གི་སྤྱི་སྤྲོམ་བ་ལྟ་བུལོ། །

རི་བྲགས། (འདུལ་བ) རི་འདབས་ཀྱི་གྲོང་གི་མིང་། ལུང་རྣམས་འབྲེད་༽ ཇ་བ་ ༽ ༡༩༤༥ན་ལས། དགོངས་

ཀར་རྩ་ཁྱར་གཅིག་སྟོན་ནས་ཅི་བྲག་ས་དེར་འཇུག་པར་བརྩམས་པ་དང་། སྤུངས་བདག་
དེས་ཀྱང་དེ་བསུ་ནས་སྤུངས་བདག་དེས་དེ་སྤུངས་དུ་ཁྱིད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་
བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཚིག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་ ༡༧བཤམས། ཅི་བྲག་ས་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་
ཅིའི་གྲོང་རྫོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་མོར་བསྐྱེ་བ། (འདུལ་བ) དེ་མོར་བྱས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

དེ་མོར་བྱ་བ། (འདུལ་བ) **དེ་མོར་བྱས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།**

རི་མོར་བྱས། (འདུལ་བ) 1 ལྷག་པར་གྲུས་པ། སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་
གནས་སུ་གཞག་པ་བཅས་ལ་ཟེད། བརྒྱད་ཉིང་པའི་དཀའ་འབྱེལ་སྤྱིང་བོ་མཆོག་ལས། རི་
མོར་བཟྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་པར་གྲུས་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་
ལས། རི་མོར་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་གནས་སུ་
གཞག་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 12 དད་པ་ཁྱེད་པ། བརྒྱད་ཉིང་པའི་
དཀའ་འབྱེལ་སྤྱིང་བོ་མཆོག་ལས། རི་མོར་བཟྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་བས་ལོ། །ཞེས་གསུངས།
ཞིབ་པར་ཤོད་དུ། ལྷ་མར་ཁྱེད། རི་མོར་བྱ་བ་དང་། རྩེད་པར་བྱ་བ། ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རི་མོར་བྱེད་པ། (འདུལ་བ) རི་མོར་བྱས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

རི་རབ། ལྷ་མོ་རྩེ་འཕེལ་ལྷོ་ལོ་རི་རབ། རི་རབ་ལ་དཔག་ཆད་༡༠༩༩། ཀི་ལོ་མོ་
 གར་རམ་སྤྱི་ལེ་༡༣༤༤ཡོད། དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཅུ་མཚོའི་ནང་དང་བརྒྱད་ཅུ་ས་སྟེང་དུ་ཡོད།
 འདིའི་ཆེ་ཆུང་དཔེ་མཚོན་གྱི་སྒྲོན་ས་བཤད་ན། འཛམ་གླིང་གི་རི་མཚོ་ཤོས་སྤྱ་གཤམས་པ་རྩོ་མོ་
 གླང་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འདྲ་སྤྱི་ལེ་8.848 རྟེ་སྤྱི་ལེ་༤དཀྱ་མ་ཡོངས་ཅམ་ལས་མེད་པས། རི་རབ་
 བོ་དུ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གསལ་བོ་རེད། རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ནི། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
 རོག་མར་ཆགས་པའི་ཆོ། དང་པོ་རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་འཁོར། དེའི་སྟེང་རྒྱ། དེའི་སྟེང་སའི་དཀྱིལ་
 འཁོར་ཆགས་ཤིང་། དེའི་རྩེ་ས་ལ་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྱིན་འཁྲིགས་ཏེ་ལོ་མང་དུ་ཆར་བབས་པ་
 ལས་ཡང་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཏེ། མཚོ་དེ་རྒྱུད་གིས་དུག་གས་པ་ལས་དེའི་ཁམས་རབ་

བསྐྱབས་པ་ལས། རི་རབ་ཆགས་སོ། །ཁམས་འབྲིང་ལས་གསེར་གྱི་རི་བདུན། ཁམས་ཐམ་
ལས་སྤྱིང་བཞི་དང་སྤྱིང་ཐུན་བརྒྱད་ཆགས་སོ། །ལྷན་པོ་ནི། འར་དབུལ་དང་། ལྷོ་བྱི་རྩ།
རྒྱབ་ཤེལ་དམར་སོ། གྲང་གསེར་ཉེ་རྩ་པོ་ཆེ་བཞིའི་རང་བཞིན་ནོ། །རིན་པོ་ཆེ་གང་གི་རང་
བཞིན་ཡིན་པ་དེའི་འོད་གྱིས་དེའི་ངོས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དེའི་ཁ་དོག་ཏུ་སྤྲང་ལ། དེའི་འོད་གྱིས་
ངོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོའང་དེའི་ཁ་དོག་ཏུ་སྤྲང་ངོ། །རི་རབ་ལ་དབག་ཆད་ཁྲི་བརྒྱ་བྱ་ཡོད་ལ། རྩའི་
སྤྲང་དུ་བརྒྱད་ཁྲི་འབགས་སོ། །རི་རབ་འདི་ལ་རྩའི་མཚམས་ཡན་ཆད་ལ་བར་རིམ་བཞི་ཡོད་
དོ། །བར་རིམ་དང་པོ་ན་གནོད་སྤྱིན་ལག་ན་གཞོང་ཐོགས། གཉིས་པ་ན་མེ་ཉོག་གི་ཐེང་བ་
ཐོགས་པ། གསུམ་པ་ན་འགྲུན་ཆང་གིས་ཉྱ་ཏུ་སྤྲོས་པ། བཞི་པ་ན་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་
བཅས་སོ། །འདིའི་སྐོར་མདོ་བཅས་ཉེར་གཞག་༽ འུ་པ་ ༡༩༤༣ ལས་གསུངས་སོ། །

རྩ་ཉི་ཅེ་ (ཞེགས་སྤྱར) དང་སྔོང་གི་མིང་ཡིན།

རི་སྤུལ། <ད་རྩ> ༡ རིའི་གཤམ་གྱི་གཤོང་བྲ། རི་འདབས་གྱི་གཤོང་བྲ། རི་འདབས་གྱི་ཡུལ་གཤོང་
གི་མིང་། ཡང་ན། རི་གཉིས་ཀྱི་དབར་གྱི་ཡུང་གཤོང་གི་མིང་དོ། །ཡབ་སྐུ་མཇུག་བའི་མདོ་
ལས། རི་སྤུལ་གསེབ་ཏུ་བྱེར་ནས་འཁྲུའིང་གནས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱོད་སྤྱིངས་
དཀའ་འགྲེལ་༽ རི་པ་ ༡༡༣ བཟུལས། འཁོར་བ་ན་འཁོར་བ་སྟེ་དེ་ཉིད་རིའོ། །དེའི་སྤུལ་ནི་
དམའ་བའམ་གཞོལ་བའི་ཕྱོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱིར་སྤུལ་ཞེས་པ་འུར་དང་འུར་
བྲ་གཤོང་དང་གཤོང་བྲ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན། ༢ རི་སྤུལ་ནི་རྩའི་འོད་པས་ཐོས་པའི་གཤོང་།
ཡུང་གཞིའི་འགྲེལ་པ་ལས། རི་སྤུལ་ནི་རྩའི་འོད་པས་ཐོས་པས་རི་སྤུལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

རིག་སྤྱགས། <བྱི་རྩ> ༡ ལྷ་དང་སྤྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་དབྱེད་དང་རྣམ་མཐུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་བྱེད་ཀྱི་
ཐབས་ལམ་ཞིག་ལ་ཟེར། གསང་སྤྱགས་རིག་སྤྱགས་གཟུངས་སྤྱགས་གསུམ་གྱི་ཁྲད་པར་
རགས་ཅན་ཤེས་ན། རིག་སྤྱགས་ཀྱི་དོན་ཤེས་པ་ལ་པན་པས། དེ་གསུམ་གྱི་ཁྲད་པར་ནི།
གསང་སྤྱགས་ཀྱིས་རང་གིས་བསྐྱབ་རྒྱུའི་ལྷ་དེ་དགྲུག་པར་བྱེད། རིག་སྤྱགས་ཀྱིས་རིག་པ་

ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་བྱེད། གཞུངས་སྤྱགས་ཀྱིས་གང་སྤྱོད་པའི་རིག་པ་དེ་ཉིད་མི་བརྟེན་པར་གཞུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱེད་ཐུག་ཏོགས་བྱེད་འབྲིང་པོའམ་སྤྱི་སྤྱོད་བཅས་གཉིས་༩ ཙུའ་བ་༡༧༥ནས་ལས། བེདྲ་ཞེས་བྱ་བ་བེདྲ་རྒྱ་ན་ཞེས་བྱ་སྟེ། མ་རིག་པའི་གཉེན་པར་གྱུར་པ་ལྷ་མོའི་གཞུགས་སུ་བཞུགས་པའི་མིང་སྟེ་རིག་སྤྱགས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་འདིའི་དོན་དང་། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། རིག་སྤྱགས་ནི། ལུང་མེད་ཀྱི་གཞུགས། དབྱེ་བས་ཀྱི་ལྷ། དེ་སྟོན་པའི་སྤྱི་དང་། དུག་རྒྱ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དོ། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱེད་དགོས། རིག་སྤྱགས་ཀྱི་སྒྲིད་དོད་ལ་བེདྲ་ཞེས་པ་ཅམ་ལས་སྤྱགས་ཞེས་པ་ཆོག་ལ་དངོས་སུ་མེད། སྤྱིར་བཏང་བེདྲ་ནི་རིག་པ་དང་། རིག་གནས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ནོ། །2 གཞན་འཛོམས་པའི་སྤྱགས་སམ་ངན་སྤྱགས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱི་འདུལ་པའི་རིག་སྤྱགས་དང་བྱི་རོལ་པའི་རིག་སྤྱགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་ལས། དེས་དབང་བྱུག་ཆེན་པོའི་རིག་སྤྱགས་བསྐྱབས་ཏེ་སྤྱི་ཞིག་འདུལ་བར་བཅུམས་པ་ན་མ་ཐུལ་ནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 བདན་པའི་མཐུ་བྱུབ་པ། ཐོབ་པ། རོ་བོ་ཉིད་རིག་པ། ལོ་རྒྱ་བ་རོང་ཐོམ་ཆོས་བཟང་གི་གསུང་ལས། བེདྲ་ཞེས་པ་བེདྲ་རྒྱ་སྟེ། འཛོམས་ཤིང་སེལ་བ་ལ་བྱ་བས། མ་རིག་པའི་ཉོན་མོངས་པ་འཛོམས་ཤིང་སེལ་བ་ལ་བཤད། བེདྲ་མ་རྟེ་ཐོབ་པ་ལ་བྱ་བས་བྱན་སྤྱམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་པ་ལ་བྱ། དག་གི་རིག་པ་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་བྱ། ཡང་ན་བེདྲ་སྤྱ་བ་སྟེ། རོ་བོ་ཉིད་རིག་པ་ལ་བྱ་བ་དང་། སྤྱིར་བདེན་པ་བྱུབ་པའི་དོན་དུ་ཡང་སྟོན་པས་རིག་སྤྱགས་ཞེས་བྱའོ། །བྱེད་ལས་ནི། མ་རྟོགས་པ་བཅོམ་ཞིང་བསལ་ཏེ་དངོས་པོའི་དོན་རིག་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་རོང་ཐོམ་ཆོས་བཟང་གི་གསུང་ཐོར་བྱ་༩༩ན་གསལ།

རིག་གནས། 1 ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྤྱིའི་མིང་། དཔེར་ན་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་ཆུང་བ་ལྟ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རིག་གནས། ཤེས་ཡོན། ཡོན་ཏན། བསྐྱབ་བྱའི་གནས། ཤེས་བྱའི་གནས། སྤྱིང་བྱའི་གནས་རྣམས་དོན་པལ་ཆེར་འབྱུང་བར་སྤྱོད་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། ཤེས་པར་བྱ་བའི་གནས་སམ་

ཡུལ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བའས། ཡང་ན་རིག་པ་ནི་ཤེས་པ། གནས་ནི་ཡུལ་ཞེས་སྒྲ་
བཤད་པའང་སྤང་། 2 ཡིག་དང་བད་སྟོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་མིང་། ཁོས་དཔེ་ཆ་ཤེས་ཀྱང་རིག་
གནས་མི་ཤེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདི་སྤྱི་མིང་གྲག་ལ་ཚོགས་པ་འདྲའོ། །

རིག་གནས་ཚུང་བ་ལ། ལྷན་ངག་སྤེབ་སྟོར། མངོན་བཟྃ། རྫོས་གར། ལྷན་ཅིས་དང་ལྟོ། །ལྷན་
ངག་ཤེས་ན་ཆོག་རྒྱན་ལ་མི་ཚོངས། སྤེབ་སྟོར་ཤེས་ན་ཆོག་ས་བཅད་ལ་མི་ཚོངས། མངོན་
བཟྃ་ཤེས་ན་མིང་ལ་མི་ཚོངས། རྫོས་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་མི་ཚོངས། ཅིས་ཤེས་ན་
གངས་ཀྱི་གནས་ལ་མི་ཚོངས། ཞེས་སྤེ་སྤྱིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་གཡའ་སེལ་སྤྱོད་པས་
གཉིས་པ་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

རིག་གནས་ཚུང་བ་བཞི། ལྷན་ངག་སྤེབ་སྟོར། མངོན་བཟྃ། རྫོས་གར་དང་བཞིའོ། །

རིག་པ་ཆེན་པོ། འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས། རོན་དམ་བཤེན་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། རྫོས་བཤད་ནི། ཡུལ་
གྱི་གནས་ཚུལ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རིག་པས་ན་རིག་པ། མཆོག་གས་མཛད་དུ་བྱུང་བས་ན་ཆེན་
པོའོ། །

རིག་གནས་ཆེ་བ་ལ། བཟོ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། རྫོས་རིག་པ། གཏན་ཆོགས་རིག་པ། རང་དོན་
རིག་པ་དང་ལྟོ། །རིག་པའི་གནས་ལྟ་དང་དོན་གཅིག་རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་གཟུགས།

རིག་པ། <འཛིན་> 1 (ཡུལ་ཅན) ཤེས་པ། 2 (ཡུལ) རིག་པ། (རིག་བྱ་ལ་རིག་པ་ཟེར་བ་དང་།
བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། བཟའ་བྱ་ལ་བཟའ་བ་ཟེར་བ་རྣམས་འདྲའོ) ཤེས་པ། ཤེས་ཡོན།
རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་དུ་ “विद्या” ཟེར། ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟོང་བྱ་ལས། མཁས་པས་རིག་པ་རྣམ་
ཀྱན་དུ། རྣ་ཆོད་ཡོལ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ། གཡལ་ཏེ་འདིར་འབྲས་མི་སྟེར་ཡང་། སྤྱོད་པ་གཞན་
དུ་ཉིད་པ་སྤྱོད། ཞེས་གསུངས། ས་པཎ་གྱིས། རིག་པ་ནངས་པར་འཆི་ཡང་བསྐྱབ། ཆེ་འདིར་
མཁས་པར་མ་གྱུར་ཀྱང་། སྤྱོད་པ་མཛུ་བ་ཡི། རྣ་ཆོད་པར་ཉིད་ལེན་པ་འདྲ། ཞེས་
གསུངས། 3 (བྱ་བ) མཐོང་བ། རྟོགས་པ། རྫོས་ཡུལ་རིག་པའི་བྱ་བའི་མིང་། 4 (གཞུང)
ཤེས་ཡོན་སྟོན་པའི་གཞུང་། གསོ་བ་རིག་པ་ཞེས་པ་གཞུང་ལའང་གོ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ། 5 རྫོས་ཤེས།

ནམ་དཔྱིད། རིག་པའམ་ནམ་རིག་བཀྲ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 6 (གསང་ལྷགས) འོད་གསལ་ལ། རྗེའི་
འགྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ལས། རིག་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་བྱེན་བ་འོད་གསལ་ལོ། ཞེས་
གསུངས། 7 (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ངོ་མཐོང་བ། (རྟོང་མ) མ་རིག་པས་བསྐྱད་བ་མ་ཞུགས་པའི་
དབང་གིས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་བུལ་ཞིང་། གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་གྱི་སྟོང་བ་རོས་
ཤེས་པ་ལ་རིག་པ་ཟེར། ཞེས་བུའུ་བཀའ་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་གསུང་།

རིག་པ་ཅན་ལ། སྒྲུབ་བྱེད་ལ། ལྷ་མོ་ཙྨ་རྒྱ་ནམས་མེད་གི་ནམ་གངས་ཡིན་པར་གསུང་།

རིག་པ་ཆེན་པོ། འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས། རོན་དམ་བདེན་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། སྒྲ་བཤད་ནི། ཡུལ་
ཀྱི་གནས་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རིག་པས་ན་རིག་པ། ཆེན་པོ་ནི་མཆོག་གམ་སྤྲད་དུ་བྱུང་
བས་ཆེན་པོའོ། །

རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲགས། འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། རིག་པ་ཆེན་པོ་དང་རིག་པོའི་སྒྲགས་ཞེས་
བ་གཉིས་དོན་འདྲ་བར་སྤང་ངོ་། །སྒྲ་བཤད་ནི། སྒྲགས་ཀྱི་སྤྲད་དོད་མཆོ་ཞེས་པའི་མ་ན་ཡིད་
དང་ཏ་མོ་སོར་བུལ་ན་ཏ་ར་སྟོབ་པ་ལ་འཇུག་པས། སྤིང་བ་ཐ་རགས་ཀྱི་འཛིགས་པ་མཐའ་
དག་ལས་ཡིད་སྟོབ་བྱེད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། ཞེས་གྲུང་ཐང་
རིན་པོ་ཆའི་རྗེའི་བསྟོད་པ་དོན་ལྡན་མའི་འགྲེལ་བ་ལས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས། རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་བ་དང་འད།

རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་བ། (དགེ་ལུགས) རིམ་གཉིས་ལ་བོགས་འདོན་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་རིག་
མའི་འདོད་ཡོན་ལ་སྟོང་བ་ལ་ཟེར། འདི་ལ་རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་བ་ཞེས་མི་ཟེར་བར།
རིག་མའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་བ་ཞེས་བཛོད་ན་གོ་བ་སྟེར་བ་ལ་ཁུད་ཆེ། ཞིབ་བར་བཤད་
ན། སྟོས་བཅས། སྟོས་མེད། ཤིན་ཏུ་སྟོས་མེད་ཀྱི་སྟོང་བ་ནམ་བ་གསུམ་ལ་རིག་པ་བརྒྱལ་
ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་བ་ལ་ཟེར། (སྟོང་བ་གསུམ་ཀྱི་སྟོར་ “སྟོང་བ་གསུམ་” ཞེས་པའི་ཐང་དུ་
གཟེགས) རྗེའི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་དང་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་རྒྱམས་སུ་དེ་དག་གི་སྟོར་ཤིན་ཏུ་
རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་པས་དེ་དག་ལ་བརྟུ་བར་བྱའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། རོ་བོ་རྗེས་

རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལོ་བྱག་གམ་གསུམ་དུ་མཛད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི། རྫོང་པོ་རྩེ་
 རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བའི་གོང་རོལ་དུ་ཡིན་གྱི། (ཤིན་ཏུ་སྤྱོས་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་རིག་མ་དངོས་དང་
 འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་བྱེད་པ་མི་དགོས་ཀྱང་། འདིར་རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལོ་བྱག་
 གམ་གསུམ་དུ་མཛད་ཅེས་པ་ནི་སྤྱོད་པ་གོང་མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་དུ་ངེས་ཤིང་། དེ་གཉིས་
 ལ་ནི་ངེས་པར་རིག་མ་དང་དངོས་དང་འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །ཡོངས་
 གྲགས་སུ་རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ་རིག་མ་དངོས་དང་སྤྱོམས་པར་འཇུག་
 པའི་སྤྱོད་པ་ལ་གོ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཁོང་བཀའ་གདམས་ཀྱི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་འདུལ་བའི་ཉེས་
 ལྷང་མ་མོས་ཀྱང་མ་གོས་པའི་དགེ་སྤྱོད་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་དག་ཅིག་གིས་བྱད་མེད་ག་ལ་
 བསྟེན། དེའི་ཁྲུངས་ནི། དེབ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༡༤༡ལས། རི་ནག་པོའི་རྣལ་འབྱོར་པ་སྤྱི་གཙན་
 གསང་བའི་རྫོང་ལ་ཀྱའི་རྫོང་འེད་ཀྱི་ལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཞུས། རྒྱུད་མན་དག་དང་
 བཅས་པ་གསན། རིས་པ་གཉིས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ན། དུལ་གཞན་དང་གཞན་དུ་བྱོན་ཞིང་།
 ཨ་བ་རྩུ་རྩེ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོག་གི་བྱུབ་པ་བརྟེས་པ་དེའི་བྲགས་ཕྱིར་ལོ་བདུན་འབྲེངས།
 རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡང་ལོ་གསུམ་དུ་མཛད། ལྷ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་དུ་མཁའ་འགོ་མ་
 རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཆོགས་ལ་སྤྱོད་པ་ན། རྫོང་འེད་སྤྱོད་མང་པོ་གསན་ཏེ། དུས་ཕྱིས་ཡི་གེར་
 བཏབ་པའི་རྫོང་འེད་སྤྱོད་པ་ལོ་སོགས་པ་ལགས། དེ་ལྟར་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་བྱུབ་པ་མཆོག་ལ་
 གནས་པའི་ཆོ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤུག་བྱུབ་པ་འཁོར་ཉན་ཐོས་མང་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་
 བཞུགས་པའི་གསུང་གིས། ཁྱོད་ཅི་ལ་ཆགས་ནས་རབ་ཏུ་མི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་མནལ་ལམ་དུ་
 གསན་ནས། རབ་ཏུ་བྱུང་ན་བསྟན་པ་ལ་མན་པ་ཆེན་པོར་འཇུག་བར་དགོངས་ཏེ། རྫོང་གདན་
 གྱི་མ་ཉི་ཐེ་རྩ་རར་སངས་རྒྱུས་ལེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱི་བཀའ་བརྒྱུད། ດལ་ཆེན་སྤེ་པའི་གནས་
 བརྟན་ཆེན་པོ་སྤྱོད་པའི་ལམ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་གནས་པ་ལྷི་ལ་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་ལས་
 དགྲུང་ལོ་ཉིར་དགྲུ་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྫོགས། ཞེས་དོགས་པ་ཅམ་ཡང་མི་
 དགོས་པར་གསལ་བར་གསུངས་ཡོད་དོ། ། (བཀའ་བརྒྱུད) ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་

བྱ་མཛོད་འགྲེལ་དུ་རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོང་པའི་ངོ་བོ་གསུང་བ་ན། སྟོང་པ་གསུམ་ལ་
སྦྲུང་ནས་གོང་དང་འདྲ་བར་གསུང། ཡང་གཞན་དག་གིས། སྟོང་པ་ལྗེ་ནང་གསེས། ལུས་
གཅེར་བུར་བྱས་རྒྱན་དུག་གི་བརྒྱན་པུག་རྒྱ་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་གོང་དུ་རྒྱ་བའི་སྟོང་པ་ལ་
བཤད། སྟོང་པ་གསུམ་ལ་གཞིགས།

རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ། <བིདྱ་ཙ་ར་ཏ་ས་སྤྲུག་> སངས་རྒྱས་སྤྱིའི་མཛོན། རིག་པ་ནི་ཡང་
དག་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་ལ། ཞབས་ནི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་ལོ། །ཞེས་སྟོབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་
བསྐྱུངས་གསུང་། ཡང་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་རིག་པ་དང་། ཉིང་འཛིན་དང་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ཞབས་གཉིས་སུ་ལྷན་པའོ། །ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་བས། མདོར་བསྟུས་ན་
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སྟགས་རྒྱད་ལ་ཡང་དག་པར་ལྷན་
ཞེས་པའི་དོན་ལོ། །རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྷན་པ་ནི། ལེགས་སྦྲར་སྐྱད་དུ་བིདྱ་ཙ་ར་ཏ་ས་སྤྲུག་
ཞེས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་བིདྱ་ཞེས་པ་རིག་པ། ཙ་ར་ཏ་ཞབས། ས་སྤྲུག་ཞེས་པ་ནི། ཡང་དག་པ། མ་
ལུས་པའམ་རྫོགས་པར་ལྷན་པའི་དོན་ལ་བཤད། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ནི་རིག་པ་སྟེ་མིག་
དང་འདྲ་ཞིང་། བསྐྱབ་པ་གཞན་གཉིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་གཞི་ཡིན་པས་རྒྱང་པ་
དང་འདྲ་བ་སྟེ་དེ་གསུམ་ཡང་དག་པར་སྟགས་ལ་ལྷན་ལོ། །ཞེས་པའི་དོན་ལོ། །དཔེར་ན་མིག་
གིས་མཐོང་ཞིང་རྒྱང་པ་དང་ལྷན་ན་རང་གང་དུ་འདོད་པའི་གནས་སུ་དཀའ་ཆོགས་མེད་པར་
འགོ་བུས་པ་ལྟར། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་མིག་དང་ལྷན་ཞིང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་
རྒྱང་པ་དང་ལྷན་པས་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་གནས་སུ་ལེགས་པར་སོང་ངོ་། །ཞེས་ལུགས་
ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །སྤྱ་སྟོར་བམ་གཉིས་ལས་ཀྱང་། བིདྱ་ཙ་ར་ཏ་སྤྲུག་ཞེས་པ་བིདྱ་ཞེས་པ་
རིག་པ། ཙ་ར་ཏ་ནི་རྒྱང་པ། སྤྲུག་ནི་ལྷན་པའམ་སྤྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། བསྐྱབ་པ་
གསུམ་དང་སྦྲུང་ན་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ནི་རིག་པ། ལྷག་པའི་སེམས་དང་ལྷག་པའི་ཁྲིམས་ནི་
རྒྱང་པ། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་སྦྲུང་ན། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ནི་རིག་པ།
ལྷག་མ་བདུན་ནི་རྒྱང་པ་སྟེ། རིག་པ་མིག་དང་འདྲ་བས་མཚོན་ནས་རྒྱང་པས་ཕྱིན་ཅིང་འཛོམ་

པར་འགྱུར་བས་ན་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ་ཞེས་བྲ། ཞེས་གསུངས་སོ། །དོགས་གཙོང་།
འདིའི་ “ཞབས་སུ་ལྡན་པ་” ཞེས་པ་ཞབས་ལ་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ལྡན་པ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་གོ་
བ་ལྟ་བུ་ཅུང་ཟད་གོ་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་རུང་། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ཏེ། ཞབས་སུ་ལྡན་པ་ཞེས་པ་
ནི་ཞབས་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། “ཞབས་སུ་ལྡན་” ནི་ “རྒྱུད་པའི་ཆོག་ལྟར་” ཞེས་པ་དང་དོན་
གཅིག་ཅིང་། “རྒྱུད་པའི་ཆོག་ལྟར་” ཞེས་པ་ནི་ “རྒྱུད་པའི་དོན་ཡིན་ལོ། །དཔེར་ན།
རིག་པ་དང་ལྡན་པ་ལ། རིག་པར་ལྡན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། རི་ཟངས་དང་བཅས་པ་ལ། རི་ཟངས་
བཅས། ལྟ་དང་བཅས་པ་ལ། ལྟར་བཅས་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོད་ལོ། །མདོར་ན་འདིའི་རྒྱུ་
“པར་” ལྡན་ཞེས་པའི་ “ར་” དེ་ལྟར་པའི་ཆོག་ལྟར་ “དང་” དང་དོན་འདྲའོ། །དཔེར་ན་ལྟ་
ལྟ་བུ་གི་ཤེས་རབ་སྤོང་བུ་ལས། རོར་རམ་རིག་ “པར་” ལྡན་གྱུར་ན། དཔེར་ན་རྣམས་ནི་
རིགས་པར་འགྱུར། །གོ་འཕང་གཉིས་པོ་དེ་དག་གིས། མཁས་པ་ཤིན་ཏུ་དུལ་བར་
འགྱུར། ཞེས་དང་། རིག་ “པར་” ལྡན་དང་རྒྱལ་པོ་ཡི། གང་དུ་འང་མཉམ་པ་མ་ཡིན་
ཏེ། རྒྱལ་པོ་རང་གི་ཡུལ་ན་བཀྱར། རིགས་ལྡན་ཀུན་དུ་བཀྱར་བར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་དོ། །དེས་ན་ཞབས་སུ་ཞེས་པའི་ཆོག་ལྟར་ “སུ” ནི་ལྟར་པའི་ཆོག་ལྟར་ “དང་” ལྟའི་
དོན་ལོ། །

རིག་པ་ཆད་ཐེབས། (རྟོགས་) རིག་པའི་དབྱིངས་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་། དེའི་སྤང་ཆ་
ལྟ་སྟེ་དངོས་གནས་ལ་བྱུབ་པ་ལ་རིག་པ་ཆད་ལ་ཐེབས་པ་ཞེས་བྲའོ། །རིག་འཛིན་འདུས་པའི་
ཐོན་ཐེས་རིག་འཛིན་ཞལ་ལྟར་༡༡ མཐུན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རིག་པ་འཛིན་པའི་སྡེ་སྟོང་། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཟེ། རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རིག་
སྤྲུགས་འཆང་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་བྱུབ་མཐའ་སྟོན་པ་ལ་དབྱུང་བཟང་གིས་ཞུས་
པའི་འབྲེལ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ། (བཀའ་བརྒྱུད་) ལྟ་སྤྲུགས་
བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ནི་རིག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཐབས་ཟབ་མོས་འཛིན་པས་ན་
རིག་འཛིན་ཀྱི་སྡེ་སྟོང་ཅེས་བྲའོ། །

རིག་པའི་ཁྱུ་གྲག་གཉིས། རིག་པའི་ཁྱུ་གྲག་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཏེ། རྫོང་ཐོག་དབལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤའི་གསང་
ལྷགས་ཀྱི་ཆོས་གསལ་སའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྲ་མ་གཉིས།

རིག་པའི་རྒྱལ་ལོ། <བེད་རྩ་ཐོ་ཐོ་ཐོ> ཁོ་ཐོ་ཐོ་ཐོ། རིག་པའི་རྒྱལ་ལོ་ཞེས་པ་ནི། དེས་དོན་གྱི་ཁོ་ཐོ་ཐོ་ཐོ་
པ་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །

རིག་པའི་གནས་ལྷ། བཟོ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། སྤྲ་རིག་པ། གཏན་ཆོགས་རིག་པ། བྱང་དོན་རིག་
པ་དང་ལྷའོ། །འདི་ལ་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྷ་ཟེར། གདུལ་བྱ་རྩེས་སུ་འཛིན་པ་ལ་བཟོ་རིག་པ་
དང་། གསོ་བ་རིག་པ་གཉིས་དགོས། བྱི་ཆོལ་ཆར་གཙོད་པ་ལ། གཏན་ཆོགས་རིག་པ་དང་།
སྤྲ་རིག་པ་གཉིས་ཤེས་དགོས། བདག་ཉིད་རིག་པའི་གནས་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་ལ། དེ་བཞི་
ཀ་དགོས། ཁོལ་བ་ཐོབ་པ་ལ་བྱང་དོན་རིག་པ་དགོས་པའི་བྱིར་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། རིག་
པའི་གནས་ལྷ་དག་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན། འཕགས་མཆོག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁུན་
ཉིད་མི་འགྱུར་བས། དེ་ལྷ་བས་ན་གཞན་དག་ཆར་གཙོད་རྩེས་འཛིན་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱང་
ཤེས་བྱ་བྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །རིག་པའི་གནས་ལྷ་སྟོན་པའི་
བསྟན་བཙུགས་ཡང་ཡོད་དེ། བཟོ་རིག་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ལྷ་འདི་ལྟས་མཛད་པའི་ཐེག་ཆ་ལྷ་
བྱ། གསོ་བ་རིག་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་སྟོབ་དཔོན་དབའ་བོས་མཛད་པའི་སྤྲ་དབྱེད་ཡན་ལག་
བརྒྱད་པ་ལྷ་བྱ། སྤྲ་རིག་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་གཞོན་ཀུ་ཀཱི་ཀས་མཛད་པའི་སྤྲ་མདོ་ཀ་ལྷ་བ་
དང་ཅ་རྩ་བ་ལྷ་བྱ། གཏན་ཆོགས་རིག་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ཆད་མ་སྡེ་བདུན་ལྷ་བྱ། བྱང་དོན་
རིག་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་མཛོད་རྟོགས་རྒྱན་ལྷ་བྱ། རྩམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། རིགས་པའི་དབང་
ལྷག་སེར་རྩེ་བཙུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱི་སྐབས་དང་ཤིང་སྤྱི་དོན་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

རིག་པའི་གནས་བཙོ་བརྒྱད། ། རོལ་མོ། འཁྲིག་ཐབས། སོ་ཆོགས། བྱངས་ཅན། སྤྲ། གསོ་བ། ཆོས་
ལུགས། བཟོ། འཕྲོང་དབྱེད། གཏན་ཆོགས། སྤྲོར་བ། ཐོས་བ། དན་བ། སྐར་མའི་དབྱེད།
ཅེས། མིག་འཕྲུལ། སྟོན་གྱི་རབས། སྟོན་གྱི་བྱུང་བ་དག་དང་བཙོ་བརྒྱད་དོ། །² གསང་
ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྡེ། ཆོག་བདེ་སྟོང་ལ། སྤྲ་རིག་པར་སྤྱོར་བ་དང་། ཤེས་གསལ་དང་། དེས་

པའི་ཆོག་དང་། སྤེལ་སྤྱོད་མཁུམ་པ་དང་། སྐར་མའི་རིག་པ་དང་། རྟོགས་བྱེད་དང་། རྩུང་ལྷུང་
དང་། ཆེད་སྤྱོད། འཛིག་རྟེན་གྱི་འཕེན་པ། བྱེ་བྲག་པ་བཅས་ཀྱི་རིག་པ་དང་། འུག་ཅུ་པ་དང་།
ཁྱུང་མིང་གི་རིག་པ་དང་། གནས་འདུག་གི་རིག་པ་སྟེ་གནས་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་
པ་ལ་སྒོ་སྒྲོམ་གྱི་འདུག་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏོ། ། ཞེས་གཞོན་ཏུ་སྒྲ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་
ལས་འབྱུང་ངོ། །

རིག་བྱེད་འདོན་པ་ལྟ་བུའི་བསྐྱེད་པ། ཡི་གེ་རིང་ལུང་བྱེད་པར་སྐད་གསར་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པའོ། །
རིག་བྱེད་བཞི། བྱི་རོལ་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་བཞི། དེས་བརྗོད། (དེས་བརྗོད་ཀྱི་རིག་བྱེད་ཅེས་བྱ་
བཞི་ཆོག་གི་ཆོད་དེས་པ་སྟེ། ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་གོ།) མཆོད་སྦྱིན། (མཆོད་སྦྱིན་གྱི་
རིག་བྱེད་ཅེས་བྱ་བཞི་ཆོག་སྤྱར་བའི་ཆོད་དེས་པར་བྱེད་པ་དག་གོ།) སྦྱན་ཆོག་ (སྦྱན་ཆོག་
གི་རིག་བྱེད་ཅེས་བྱ་བཞི་བརྒྱ་སྦྱིན་དང་། ཆོངས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བསྟོད་པའི་ཆོག་དག་གོ།)
སྤིང་སྤུང་གི་རིག་བྱེད་དང་བཞིའོ། ། (སྤིང་སྤུང་གི་རིག་བྱེད་ཅེས་བྱ་བཞི་སྦྱེད་སྤུང་སྤུང་བའི་
ཐབས་སྟོན་པའོ།) འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས་གསུངས།

རིག་མའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ། རིག་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་དོན་འབྲེ།

རིག་གཞུང་། 1 ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྟོན་པའི་གཞུང་། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས། ལེགས་སྤྱར་དང་ཉིན་
སྐད་ཏུ་ साहित्य ཟེར། དབྱིན་སྐད་ཏུ་literature, literary ཟེར། རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་
གོ་དོན་ནི་ཚོམ་ཡིག་དང་དཔེ་དཔ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ཀྱང་། བྱིས་འདིའི་གོ་དོན་ཁྲབ་ཆེ་བུ་
སོང་བ་ཡིན་ནོ། 2 དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྐད་ཆའི་ནང་། ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་རིག་
གཞུང་དེ། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་གོམས་སྟོལ་ཤེས་ཡོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད།

རིགས། 1 མི་རྒྱུད། རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པའི་མི་རྒྱུད་ལ་རྒྱལ་པོའི་རིགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། 2 རང་
བཞིན། དུག་གི་རིགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 བྱེ་བྲག་གསུམ་ཁྱད་པར། སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 འོས་ཤིང་བཟང་བ། འཐད་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་རིགས་སོ་ལྟ་བུ། 5
རྒྱ། འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ལྟ་བུ། 6 འབྱུང་ཁུངས། གསེར་མང་པོ་ཡོད་པའི་རི་ལ་གསེར་

གྱི་ཁམས་སམ་རིགས་ཞེས་བཞོད་པ་ལྟ་བུ།

རིགས་ཀྱི་བུ། ཁ་དོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་དང་ལྷན་པའི་བུ་ཡིན་པས་རིགས་ཀྱི་བུ། ཡང་ན་ཐེག་པ་
རང་རང་གི་རིགས་དང་ལྷན་པས་རིགས་ཀྱི་བུ། 2 (སྟགས་) འབོད་པ་སྟེ། རིགས་ནི་རྟོ་རྩེའི་
རིགས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་རྣམས་ཡིན་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་རྣམས་རིགས་དེ་
རྣམས་ལས་སྐྱེས་པས་ན་རིགས་ཀྱི་བུའོ། རྩེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ན་གསལ།
རིགས་རྒྱད། མི་སོ་སོའི་རིགས་ཀྱི་གདུང་རྒྱུ། སྤྱ་བཤད་ནི། རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་ན་རིགས་
རྒྱད་དོ། །

རིགས་རྒྱད་སྟོར་གྱི་མིང་། རང་ནས་མར་ལ་རིམ་བ་བཞིན། རང་གི་བྱིས་པར་བུ་བུ་མོ། དེའི་ལོག་
ཆ་བོ་ཆ་མོ་དང་། དེ་ཡི་བྱིས་པ་ཡང་ཆ་ཡིན། ཡང་ཆའི་བྱིས་པར་གཞི་ཆ་ (གསུམ་ཆ་)
དང་། གཞི་ཆའི་བྱིས་པར་གོས་ཆ་ཟེར། གོས་ཆའི་བྱིས་པར་གྲོས་ཆ་ཟེར། དེ་རྣམས་རང་
ནས་མར་དེད་པའི། རང་གི་རིགས་རྒྱད་མི་རབས་བདུན། བུ་མོའི་ཁྱོ་བོར་མག་པ་དང་། བུ་
ཡི་ཆུང་མར་མནའ་མ་ཟེར། 1 བ་སྟོད་མོར་བུའི་སྟོར་ ༡ གཞན་ཡང་པ་བུར་པ་སྟངས་ (བད)
དང་། མ་དང་བུ་མོར་མ་མད་ (སྟངས་) ཟེར། རང་དང་མེས་སོར་མེས་དབོན་དང་། རང་དང་
ཨ་ཁྱ་ཁྱ་དབོན་ཡིན། རང་དང་ཁང་པོ་ཁང་དབོན་དང་། མ་དང་ཁང་པོ་ཁང་ཁང་ཡིན། པ་རྒྱད་
གཉེན་ཆེན་པ་ཆེན་དང་། མ་རྒྱད་གཉེན་ཆེན་པ་ཆེན་ཡིན། རང་གི་མིང་སྤང་སྟུན་མཆེད་
དང་། རང་གི་བུ་ཆ་རིགས་རྒྱད་ཡིན། དེ་ལྟར་རིགས་རྩ་སྟོང་འབྲང་གི། འབོད་མིང་གསལ་
བོར་མ་ཤེས་ན། རང་མཆང་ཡིན་ལ་གཞན་གྱིས་འབྲུ། དེ་བྱིར་མ་ཞོར་ཤེས་པར་གྱིས། ཞིབ་
པ་རིགས་རྩ་སྟོང་འབྲང་གི་འབོད་མིང་ཞེས་པར་གཟིགས། རིགས་བདག་གིས་རྒྱས་བཏབ།
རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་དང་པོ་ལོ་གཅིག་ཏུ་སོང་པའི་དོན་ཡིན་པར། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་
གསུང་། རྒྱ་ཡིས་བཏབ་པའི་དོན་ནི་ཐ་མི་དད་པའི་དོན་དུ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་སོགས་
མཁས་པ་མང་སོས་གསུངས། དོན་དུ་ན་སྤྱི་བོར་རིགས་བདག་གསལ་བཏབ་པ་འཕྲ་བརྒྱན་
པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས།

རིགས་བརྒྱ། གསང་འདུས་ལྟ་སོགཉིས་ཀྱི་ཁོ་བརྒྱ་དང་བུམས་པ་ཀུན་བཟང་བཅས་ཕུད་པའི་ལྷག་
མ། གཤེགས་པ་ལྟ། ལུས་བཞི། ས་སྟོང་སོགས་སེམས་དཔའ་བྱུག་གཟུགས་དོ་རྩེ་མ་སོགས་
ལྟ་སྟེ། ལྟ་ཉི་ཤུ་ལོ་རྣམས་ལ། རྣམ་སྤྱང་གི་རྣམ་སྤྱང་། རྣམ་སྤྱང་གི་མི་བསྐྱོད་པ། རྣམ་སྤྱང་གི་
རིན་འབྱུང་། རྣམ་སྤྱང་གི་འོད་དཔག་མེད། རྣམ་སྤྱང་གི་དོན་གྲུབ་བཅས། ལྟ་རེ་རེ་ལ་རིགས་ལྟ་
ལྟར་ཕྱེ་བས་དམ་པ་རིགས་བརྒྱའོ།

རིགས་བརྒྱའི་ཁྲུབ་བདག་རྒྱལ་བ་དོ་རྩེ་འཆང་།

རིགས་དན་རབ་ཏུ་བྱུང་རིགས་པའི་ཁྲུངས། (འདུལ་བ) བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རིགས་དན་རབ་ཏུ་
འབྱུང་བར་གནང་བའི་ཁྲུངས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རིགས་ལྟ། 1 རྒྱལ་བ་རིགས་ལྟ་སྟེ། མི་བསྐྱོད་པ། རིན་འབྱུང་། འོད་དཔག་མེད། དོན་གྲུབ། རྣམ་སྤྱང་
སྟེ་ལྟའོ། 2 རྒྱལ་རིགས་ལྟ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཅོད་པན། 3 རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིགས་ལྟ་ནི།
རྒྱལ་རིགས། བྲམ་ཟེའི་རིགས། རྩེ་ལྟ་རིགས། དམངས་རིགས། གདོལ་བའི་རིགས་དང་
ལྟའོ། །དེ་ཡང་རྩི་སྤྱད་དུ། དབྱ་ཁྲུལ་ལ་དབང་རྒྱལ་པོའི་རིགས། །སྟུན་དག་སོགས་འཆོ་བམ་
ཟེའི་རིགས། །ཆོང་དཔོན་ལ་སོགས་རྩེ་ལྟ་རིགས། །ཞིང་ལས་ཀྱིས་འཆོ་དམངས་རིགས་
ཉེ། །སྟོག་གཅོད་ལ་སོགས་དན་ལས་ཀྱིས། །འཆོ་བ་གདོལ་བའི་རིགས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོང་
དོལ་སྒྲུ་མའི་སྟེགས་བཅ་གཉིས་པའི་༤༡ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་། ས་ཆེན་ཆོས་
བཞིན་སྒྲོང་བའི་རྒྱལ་རིགས། རིག་བྱེད་རྣམ་བཞིའི་སྟོ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་བྲམ་ཟེའི་རིགས། མཁོ་
དགུའི་ཆོང་གཞོང་འབྲེམས་པའི་རྩེ་ལྟ་རིགས། ལྷགས་ཞིང་འཆོ་སྒྲོང་ལ་མཁས་པའི་དམངས་
རིགས། རྩྱ་འཆོན་ཆའི་བཟོ་བཀོད་དང་སྟོག་བྲལ་སྟེར་བའི་གདོལ་རིགས། ཞེས་དཔུལ་
ཚུའི་ཡིག་བསྐྱར་རྣམ་གཞག་ལས་གསུངས།

རིགས་ལྟའི་དམ་ཆོག་(རྣམ་སྤྱང་གི་དམ་ཆོག) ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གཟུང་བ་དང་། སྐུ་བས་སྤུ་འགོ་
བཞི་རྣམ་སྤྱང་གི་དམ་ཆོག་(མི་བསྐྱོད་པའི་དམ་ཆོག) དོ་རྩེ། ཅིལ་བྲ། ལྷག་རྒྱ། སྟོབ་དཔོན་
གཟུང་བཞི་མི་བསྐྱོད་པའི་དམ་ཆོག་(རིན་འབྱུང་གི་དམ་ཆོག) ཟང་ཟང་། ཆོས། མི་འཛིགས་

པ། བྱམས་པའི་སྦྱིན་པ་བཞིའམ། ཡང་ན་ནོར། རོར་གྱི་སྦྱིང་པོ། ཡན་ལག་ཡན་ལག་གི་སྦྱིང་
པོ་སྦྱེ་སྦྱིན་པ་བཞི་ཉིན་རེ་བཞིན་དུས་དུག་ཏུ་སྦྱིན་པ་རེན་འབྱུང་གི་དམ་ཆེག (འོད་དཔག་
མེད་གྱི་དམ་ཆེག) བྱི་དང་། གསང་བ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་གཟུང་བ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་
དམ་ཆེག (དོན་བྱུང་གྱི་དམ་ཆེག) མཛོད་པའི་ལས་ལ་བཙོན་པ་ནི་དོན་བྱུང་གྱི་དམ་ཆེག་
ཡིན་པ་བཅས་སོ། །ལྷང་སྤྱོད་པའི་དོན་ལྟུང་ལྟར་བཀོད།

རིགས་དང་ཇས། སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གམ། ཁྱད་གཞི་དང་ཁྱད་ཆོས་ལ་གོ་དབྱེད་ཅན་དཔྱེས་སྤྱིའི་
མཆན་འབྲེལ་¹ ༡༣༩ ལས། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་སྟུན་དག་པ་རང་ལ་བྲགས་པའི་
རིགས་དང་ཇས་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ། རིགས་ཅན་མང་པོ་ལ་ཁྱབ་པའི་སྦྱི་ལ་རིགས་དང་། རང་
གསེས་དབྱེ་བ་མང་པོ་ལ་ཁྱབ་རྒྱ་མེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ལ་ཇས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །དཔེར་ན་སྟུན་དག་གི་སྐབས་སུ། རིགས་དང་ཇས་རང་བཞིན་བཟོད་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་
ལྟར་རོ། །

རིགས་བདག་གིས་རྒྱས་བཏབ། རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་དང་ངོ་མོ་གཅིག་ཏུ་སོང་བའི་དོན་ཡིན་པར།
བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་། རྒྱ་ཡིས་བཏབ་པའི་དོན་ནི་ཐ་མི་དང་པའི་དོན་དུ་མཁས་
མཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས། སྦྱི་པོར་རིགས་བདག་གིས་བརྒྱན་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས།

རིགས་ལྡན། ¹ རང་བཞིན་གྱིས་གཤེས་རྒྱུད་འཇམ་པ་ལ་བྱེད། ལྷང་སྤྱོད་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས།
རིགས་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ རང་བཞིན་གྱིས་འཇམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ² ཤམ་
རྩ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན། རིགས་ལྡན་གྱི་སྦྱའི་ཆ་བྱད་ནི། སེང་གའི་སྦྱ་ཆོས་མ་ལས་བྱུབ་
པའི་གཙུག་ཏྱར་བཙོས་མ་དང་། འཇམ་བྱ་རྩ་བའི་གསེར་ལས་བྱས་པའི་ཐོག་ཞུ་དང་། བྲག་
ཞབས་ཀྱི་གདུ་བ་ལ་རེན་པོ་ཆེ་རེ་རེའི་རེན་དུ་གསེར་སྤར་བྱེ་བ་རེ་རེའི་བའི་སྤར་བཏབ་པའི་
འོད་དང་། རིགས་ལྡན་གྱི་སྦྱ་དཀར་ལ་དམར་པའི་མདངས་ཆགས་པའི་འོད་འཕྲེས་པ་ཁོར་
ཡུག་ཏུ་ཁྱབ་པའི་དབང་གིས་ཀྱང་གཟེ་བཟོད་བཟོད་པར་དཀར་བ་སོགས་སོ། །འདིའི་སྒྲོར་
ཞིབ་པ་ཤམ་རྩ་ལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ། འཕམ་རྩ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 རིགས་པ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ། (འདུལ་བ) ཚུལ་མ་ཐུན་གྱི་སྟོང་པ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཞེས་པའི་དོན་
 ཡིན། སྐྱབ་པ་འདྲ་ནི། རིགས་པ་ནི་ཚུལ་མ་ཐུན་ཅམ་གྱི་དོན་མིན་པར་ཚུལ་མ་ཐུན་གྱི་སྟོང་པ་ལ་
 བོད་གོས་ལ་དེ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ནི་དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སོ། །ཡང་ན་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་
 བ་སྟོང་པ་ལ་འདྲ་བ་ལྟེ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༽ ཚུ
 ག་༡༡ བལ་ལས། སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའོ། ཞེས་དང་། ལུང་མཁ་ཆེགས་ཀྱི་
 འགྲེལ་བ་ལས། ཆོག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྲམ་ཟེལ་རིགས་པའི་སྟོང་པ་དང་ཚུལ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་ཏེ།
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །མཆོ་རྒྱུ་ལས། གལ་ཏེ་རང་བྱུང་དང་ཚུར་ཤོག་ལ་སོགས་པ་དེ་
 རྣམས་ཆོས་ཅན། སྟོན་གྱི་ཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོག་རང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན།
 ཉགས་མ་བྱལ་སྟེ། ཚུར་ཤོག་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ནི་ཆོག་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་
 ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་པ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པེ་ལེན་པ་བརྗོད་
 བོ། །དེ་ཡང་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལས་ཆོག་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཆོས་ཡིན་
 པའི་ཞེས་གསུངས་ལ། རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་ལས། ཆོག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་ (མི་རིགས་པ་
 རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་གྱི) (རིགས་པ་ནི་ཚུལ་མ་ཐུན་གྱི་སྟོང་པ་ལ་ཟེར་ལ) པ་རྗེས་སུ་
 སྐྱབ་པ་ (དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས) ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ་ཞེས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ། འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད། བརྟན་འགྲུར་༽ ཅེས་ གཞུགས། ཞིབ་
 ཏུ་བཤད་ན། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་སྐྱ་
 སྐྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྐྱ་ནས་མཛད་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་སོ་སུ་དེ་ཏ་བྱི་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་
 ཆབ་ཉི་མ་གཤགས་ཀྱི་འགྲུར།

རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ་དང་འབྲ།
 རིགས་པ་བཞི། བརྟོས་པའི་རིགས་པ། བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ། འཐད་པའི་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ།
 (འདི་ལ་ཆད་མའི་རིགས་པ་ཞེས་གྲང་བཤོ། །སྟེ་དགེ་བརྟན་འགྲུར་༽ རོ་བ་ ག་༡༩ ག་༩༩

གསལ་ལོ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་དང་བཞིའོ། །དང་པོ་བཏོན་པའི་རིགས་པ་ནི། འབྲས་བུ་
ནམས་འབྱུང་བ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བཏོན་པའོ། །བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ནི། མེས་བསྐྱེག་པའི་
བྱ་བ་བྱེད་པ་སོགས་ཆོས་ནམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའོ། །འཐད་པས་བསྐྱབ་པ་ནི།
ཚད་མ་དང་མི་འགལ་བར་དོན་བསྐྱབ་པའོ། །ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ནི། མའི་ཆ་བ་དང་རྩ་
རྩལ་པ་སོགས་ལ་དེ་དག་གི་ཆོས་ཉིད་ཏུ་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་བཞིའོ། །རྗེའི་
ལས་རིམ་ཆེན་མོ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཐོག་མཐའ་མ་ལས། རྗེ་ལྷ་ར་
ཐོས་པའི་དོན་ལ་རིགས་པ་བཞིས། །ཉིན་དང་མཚན་ཏུ་རྩ་ལ་བཞིན་རབ་བརྟགས་
ནས། །བསམ་བྱའི་གནས་ལ་བསམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ནམ་དཔྱོད་རྫོ་ཡིས་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་
པར་ཤོག། །ཅེས་གསུངས། དེ་ཡང་མེ་ཏུ་བྱུར་བྱུར་ནས་བཤད་ན། (ཏོན་བྱ་བ་ཀྱི་རིགས་པ་ནི)
མེ་འདི་རྒྱ་རྒྱུན་ཅེ་འདྲ་ཞིག་ལས་འབྱུང་། (བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ནི) བྱ་བ་རྗེ་ལྷ་ར་བྱེད།
(འཐད་སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་པ་ནི) དེ་ལྷ་ར་བྱེད་པ་ལ་ལུང་རིགས་དང་འགལ་མི་འགལ། (ཆོས་ཉིད་
ཀྱི་རིགས་པ་ནི) མེ་ཆ་བ་ཡིན་པ་དང་བྱེན་ཏུ་འབར་བ་ལ་རིགས་པ་གཞན་མི་སེམས་པར་
དངོས་ཡོད་དང་འཇགས་འཛིག་པ་བཅས་ལ་རིགས་པ་བཞི་བཅར་བ་ཡིན་འདྲའོ། །འདིའི་
རིགས་པ་ཞེས་པ་རྒྱ་མཚན་ལ་རིགས་པ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱུར་གོ་རྒྱ་མིན་པར། འཐད་ཅིང་འོས་
པའི་དོན་ཏུ་གོ་དགོས། དེ་ཡང་མེ་ཏུ་བྱུར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ཏོན་ནས་འབྱུང་བ་དེ་རིགས་པ་འམ་
འཐད་པ་ཡིན་པ་ལྷ་བྱེད། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ལ་བྱེན། འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་ཆོས་ཉིད་
ཀྱི་རིགས་པ། བསམ་བྱས་མི་བྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ། གནས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་
རིགས་པ་དང་གསུམ་མོ། །འབགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས། རིགས་པ་
ནི་ནམ་པ་བཞེར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཏོན་པའི་རིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་དང་།
འཐད་པས་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པའོ། །དེ་ལ་ཏོན་པའི་རིགས་པ་ནི་
འདུ་བྱེད་ནམས་འབྱུང་བ་དང་། རྗེས་སུ་ཐ་སྐྱད་གཤགས་པའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་
གང་དག་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཏོན་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ནམས་འཛོལ་བ་འཕམ། འབྱུབ་

བཤམ། སྤྱིགས་པ་རྣམས་ལས་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་གང་དག་
ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོའི་ཞེས་པ་དང་། བཤད་པ་དང་། སྤྱིགས་
པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་དང་། ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་
གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཐད་པས་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ལ་དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་ཡང་རུང་། མ་བྱུང་ཡང་རུང་སྟེ། ཆོས་གནས་པར་བྱ་བའི་
ཕྱིར་ཆོས་ཉིད་དབྱིངས་གནས་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
སོགས་གསུངས་སོ། །ཡང་འདྲིའི་རིགས་པ་ཞེས་པ་སྤྱི་བར་མི་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་
གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྒོ་ཤོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༼ ཅ
༼༤༤བཤམས་བཤད་དོ། །རིགས་པ་བཞིའི་སྐོར་དེར་ཡང་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་དག་གི་དོན་ནི་
སོ་སོའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རིགས་པའི་ཁུ་བླག རྩོམ་ཆེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤེ་སྤྱི་མ་ཞིག

རིགས་པའི་དགག་བྱ། བདེན་འཛིན། དགག་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ།

རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆེགས། ལྷ་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རྟེན་
འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་རིགས་པ་ལ་ཟེར། འདི་ལ་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། ལྷ་སྐྱའི་བྱ་བ་མཐར་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་སྒོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་བ་ཆེ་ཆུང་
གང་ལ་འདར་སྒྲོག་དུ་གྲོས་ཅི་ཅན་བྱས་ཀྱང་། མཐར་རྒྱལ་པོ་ལ་གཏུགས་ཏེ་ཐག་གཅོད་དགོས་
པ་བཞིན་དུ། རིགས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་བ་ཅི་ཅན་བྱས་ཀྱང་མཐར་རྟེན་འབྲེལ་ལ་
གཏུགས་དགོས་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་པར་གསུངས་ལ། ཡང་རྩེ་གྲང་ཐང་བསྟན་པའི་སྒོན་
མེའི་རྩེའི་བསྟོད་པ་དོན་ལྷན་མའི་འབྲེལ་པ་ལས། མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་བའི་རྒྱ་
མཆན་གྱིས་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བཏགས་པར་གསུངས་ཏེ། ལྷ་བ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་
ཏེ་གདགས་གཞིའི་ངོས་ནས་མ་བྱ་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ་
ལྷ་བ་ཅིར་ཡང་འཆར་རུང་བར་བསྒྲུབས་པས་མཐའ་གཉིས་སེལ་ཚུལ་འདི་ནི། ཁོང་དུ་སྒོས་

བ་ལྟར། སྒྲིང་བ་ཞེས་བ་དང་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་བ་དོན་གྱི་ཚུལ་གཅིག་ཏུ་འབབ་བ་ལ་ཐུག་པས།
གཏན་ཆེགས་འདི་ལ་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སེལ་བའི་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་གསུངས་
སོ། ཞེས་གསུངས། རྗེའི་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་པོ་ལས། རྟོག་མར་གང་ཟག་ལ་རྣམ་བ་བདུན་དུ་
བཅའ་ནས་མི་རྟེན་བ་དང་རང་གི་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་བ་འདི་གོ་སྤྱོད་བས་འཁྲིད་པའི་
རིམ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འདི་ཡང་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་བ་ཉིད་ཀྱིས་བདུན་པོ་དེར་
གང་ཟག་མི་རྟེན་བ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲུང་གི་རིགས་བ་ལ་
ཐུག་གོ། ཞེས་གསུངས་བ་ནི་གོང་གི་ལུང་སྤྱིའི་གསུང་གི་ཁྲམས་བཅོལ་ས་ཡིན་པར་སྤང་རོ། །

རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག 1 རིགས་བ་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི་སྤྱོད་ལུ། 2 དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་
མཆོན་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག

རིགས་པས་དབྱད་བཅོད། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་དབྱད་མཐར་རྟེན་པ། སྤྱོད་པའི་ཐ་སྤྱད་
བཏགས་པའི་བཏགས་པའི་དོན་སྤྱོད་ལུ་ལྟ་བུ་ས་བོན་ལས་སྤྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དང་ཐ་
དད་གང་དུ་སྤྱོད་ཞེས་དབྱད་དེ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱིས་རྟེན་ན་རིགས་པས་དབྱད་བཅོད་དུ་འགྱུར་ལ།
ཐ་སྤྱད་བཏགས་པའི་བཏགས་དོན་བཅའ་བའི་ཆེན་རྟེན་བ་ཞེས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དབྱ་མ་
པས་རིགས་པས་དབྱད་བཅོད་མི་འདོད།

རིགས་པས་ཕྱལ། རིགས་པས་འཕུལ་མཆོམས་དང་དོན་འབྲ། དེ་ལ་གཟིགས།

རིགས་པས་འཕུལ་མཆོམས། གཞན་གྱི་ཁས་སྦྲངས་ལ་གཞིགས་ནས་ནན་གྱིས་རིགས་པས་
གཞོད་བྱེད་བཅོད་པ། སྤྱོད་དེ་གཞན་གྱིས་དངོས་སུ་ཁས་མ་སྦྲངས་ཀྱང་། ཁྱོད་ལྟར་ན་སྤྱོད་
འདི་དང་འདི་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ་ཞེས་རིགས་པས་གཞོད་བྱེད་བཅོད་པ། འདི་ལ་འཕུལ་
མཆོམས་ཞེས་ཀྱང་བྲེད།

རིགས་སྤྱི། རང་གི་བྱེ་བྲག་དུ་མ་གྲུབ་པ། རིགས་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད། དཔེར་ན་ཤེས་བྱ་ལྟ་བུ།

རིགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། རིགས་མཐོན་པོར་སྤྱོད་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རིགས་ཕུན་
སུམ་ཆོགས་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་པས་བཀུར་ཞིང་གྲགས་པའི་རིགས་མཐོན་པོ་རྣམས་སུ་སྤྱོད་

པལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རིགས་ཚོགས་ལྟ། དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་དོར་བའི་རིགས་ཚོགས་ལྟག་མ་ལྟོ། །བཀའ་བརྒྱན་པ་
སོགས་ཀྱིས་རིགས་ཚོགས་ལྟའི་ཐ་སྙད་བྱེད་ཅིང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་རིགས་
ཚོགས་ལྟའི་ཐ་སྙད་བྱེད་ཀྱང་། རེས་འབྲུག་གི་དགེ་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རིགས་ཚོགས་ཀྱག་
གི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །

རིགས་ཚོགས་ཀྱག་ ཅ་བཤེས་རབ། ཙོད་བརྒྱུག་ རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ། རིགས་པ་ཀྱག་ཅུ་པ། ཞེབ་
མོ་རྣམ་འཐག་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བ་དང་ཀྱག་གོ། ལུ་རྟོན་རིན་པོ་ཆེས། རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ། ཅ་བ་
ཤེས་རབ། རིགས་པ་ཀྱག་ཅུ་པ། ཙོད་བ་བརྒྱུག་པ། ཞེབ་མོ་རྣམ་འཐག་ ཐ་སྙད་བྱུབ་པ་དང་
ཀྱག་ཏུ་བཞེད། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ག་ལས་འཛིགས་མེད་བསྟན་ནས་ཀྱག་ཏུ་བཞེད།
(དོགས་གཙོད) དགེ་ལྡན་པའི་ཕྱོགས་ལ་རིགས་ཚོགས་ཀྱག་གི་ཐ་སྙད་རྒྱུད་ལྟར་གསུངས་
ཀྱང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྒྲེང་། ལེགས་བཤད་སྟིང་པོ། འབྲུག་པའི་
རྒྱུ་ཆེན། ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་། སྟགས་རིམ་ཆེན་མོ། རིམ་ལུ་གསལ་སྟོན་སོགས་སུ་ནི་རིགས་
ཚོགས་ཀྱག་གི་ཐ་སྙད་མ་མཐོང་ཞིང་། ལྟག་པར་གསེར་སྒྲེང་ལས་ནི་རིགས་ཚོགས་ཀྱག་གི་ཐ་
སྙད་འགོག་པར་མཛད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ཡང་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྩ་སྟུབ་ཀྱིས་བསྟུབ་བྱ་
བདེན་དངོས་དང་སྟུབ་བྱེད་རྟོག་གའི་རིགས་པ་འགོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་ཏུ་མཛད་ནས། དང་
པོ་ལ་རང་གཞན་གྱི་སྡེ་པ་སུན་མོང་ཏུ་འགོག་པ་དབུ་མ་ཅ་བ། དེའི་རབ་བྱེད་དང་པོ་རྟེན་
བརྟག་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཙོད་བ་བརྒྱུག་པ། རབ་བྱེད་བདུན་པ་སྟེ་གནས་འཛིག་པ་བརྟག་པ་
ལས་འཕྲོས་པ་རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ། རང་སྡེ་བྱེད་གསུ་ཏུ་འགོག་པ་རིགས་པ་ཀྱག་ཅུ་པ་སྟེ་བཞེ།
སྟུབ་བྱེད་རྟོག་གའི་ཆོག་དོན་བཅུ་ཀྱག་འགོག་པ་ཞེབ་མོ་རྣམ་འཐག་སྟེ་ལྟོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་
ཐ་སྙད་བྱུབ་པ་འམ་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བའམ་ག་ལས་འཛིགས་མེད་བསྟན་ནས་རིགས་ཚོགས་
ཀྱག་གི་གངས་ངེས་འདོད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །འོན་གསེར་སྒྲེང་གི་ལུང་སེ་ར་རྗེ་
བཅུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྟུབས་དང་པོའི་སྟེ་དོན་ཏུ་འངས་པ་ན་འདུག་སྟུམ་ན། དེ་ནི་ཡི་

གེ་མ་དག་པ་ཡིན་ཏེ། གསེར་ཐང་ལས། དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་རིགས་ཆོགས་དང་།
ཞེས་པ་ཅན་ལས་བྱུག་ཅེས་གསུངས་པ་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་རྗེའི་ཅ་ཤེས་ཀྱི་ཆེན་ཏུ་རིགས་
ཆོགས་བྱུག་གི་ཐ་སྟངས་གསུངས་ཏེ། ཅ་སྒྲིལ་ཆེན་མོ་ལོ་ལྔ་ལས། རིགས་པས་བསྟན་པ་ནི་ཅ་བ་
ཤེས་རབ་སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ཙོད་ཆོག་རིགས་པ་བྱུག་ཅུ་པ་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་རིན་ཆེན་
ཐང་བ་སྟེ་བྱུག་ཏུ་རིགས་པ་མང་པོས་གཏན་ལ་ཐབ་པོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱེ་བ་ཤད་ནི།
ཐབ་མོ་དབུ་མའི་དོན་རིགས་པ་མང་པོས་གཏན་ལ་ཐབ་པས་ན་རིགས་ཆོགས་ཀྱི་ཐ་སྟངས་བྱེད་
དོ། །སྟོང་དོལ་སྒྲ་མའི་གསུམ་འབྲུམ་བོད་དང་པོ་༤༣༥ལས། རིགས་ཆོགས་ལྗེའི་སྟེང་བྱ། རིན་
ཆེན་ཐང་བ་སྟེ་རིགས་ཆོགས་བྱུག་གོ། ཞེས་རེས་མདའ་བ་དང་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་
བཞེད་དོ། ཞེས་དང་། ཡང་ཀོང་སྤྱུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་སྟོད་ཆ་
༤༠༥ལས། ལུ་ལོ་རྒྱ་བ་སོགས་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་རིགས་ཆོགས་ལྗེའི་སྟེང་བྱ་ཐ་སྟངས་བྱུག་པ་
བསྟན་ནས་རིགས་ཆོགས་བྱུག་ཏུ་བཞེད་པ་ལ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གཞུང་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ན་
ཆོག་གསལ་བྱ་མ་བྲངས་པ་དང་། འཕགས་པའི་དངོས་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་བྲང་རིགས་པ་ལ་
གང་དུའང་མ་བྲངས་པས་རིན་ཆེན་ཐང་བ་བསྟན་ཏེ་རིགས་ཆོགས་བྱུག་ཡིན་གསུངས། ཞེས་
གསུངས། རྗེ་དགེ་འདུན་བྱུག་པའི་རྒྱའི་སི་ཏུ་རྣམ་རྒྱལ་གྲགས་པའི་རྗེས་ལན་ཤོག་གྲངས་
༡༤བ་ན། རིགས་ཆོགས་བྱུག་ལ་དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཐང་བ་བགྲང་ལ། ཐ་སྟངས་བྱུག་པ་མི་བགྲང་
པའི་རྒྱ་མཆོན་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་དོ། །

རིགས་བཞི། (འདུལ་བ) རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་བཞི་ནི། ༡ བྲམ་ཐེའི་རིགས། བྲ་མཆུག་ རྒྱུ་ཤ་དམར་ཤ་ ༩
རྒྱལ་རིགས། མཁྱེན་ཤ་ ༣ རྗེ་ལུ་རིགས། བེམ་མེད་ཤ་ ༤ དམངས་རིགས་ ལྷུ་ཤ་ ༥
དང་བཞིའོ། །ཉི་མའི་རིག་བྱེད་སྟོག་པ་དང་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་མཁས་པའི་རིགས་རྣམས་ནི་
བྲམ་ཐེ་དང་། རྒྱལ་ཁམས་སྤྱང་ཞིང་སྟོང་པའི་རྒྱལ་བོ་དང་དཔའ་བོའི་རིགས་རྣམས་ནི་རྒྱལ་
རིགས། ས་ཞིང་དང་བླགས་རིགས་འཆོ་སྟོང་བྱེད་པ་དང་ཆོང་པའི་རིགས་རྣམས་ནི་རྗེ་ལུ་
རིགས། གཞན་གྱི་ལས་གཡོག་བྱེད་པའི་རིགས་རྣམས་ནི་དམངས་རིགས་དང་

བཞིའོ། །གཤམ་གྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་གྱི་ཆོག་རིས་ལ་གཟིགས་ན་རིགས་བཞིའི་ཁྱད་པར་གསལ་པོ་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་སྟོན་ནས་སྤྱི་བའི་ལུང་གྱི་སྒྲིབས་གྱི་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཆ་པ་ ༡༥༧༧ལས། དག་སྟོང་གིས་མིའི་སྟོན་ནས་སྤྱི་བའི་བསམ་པས་བསམ་ཟེལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལ་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་གཤམ་ཡོད། བསམ་ཟེའི་ཚུལ་གཤམ་ཡོད། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནི་བསམ་ཟེལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པས་རང་གི་བཟོ་འདི་ལྟ་སྟེ། བསམ་ཟེའི་སྟོན་ཚུལ་དང་། སྟོང་བ་དང་། གཙང་སྒྲ་དང་། གུན་ཏུ་སྟོང་བ་དང་། ཐལ་བ་སྒྲ་བ་དང་། བྱ་མ་བྱས་སྒྲ་བ་དང་། ས་སྒྲ་བ་དང་ལག་སྒྲ་བ་དང་། རོར་ཚུགས་དང་། རབ་བསྐྱགས་བྱ་བ་དང་། གྱེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེས་བརྗོད་གྱི་རིག་བྱེད་དང་། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་རིག་བྱེད་དང་། སྦྱོར་ཆོག་གི་རིག་བྱེད་དང་། སྤྱི་བའི་རིག་བྱེད་དང་། མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པ་དང་། མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། རྟོག་པ་དང་། རྟོག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། སྦྱིན་པ་དང་། ལན་པ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སྤྱི་བའི་དག་སྟོང་སྤྱོད་པ་ལོ་བ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་ཡང་རུང་མ་གྱུར་ཡང་རུང་དག་སྟོང་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ལོ། །དག་སྟོང་གིས་མིའི་སྟོན་ནས་སྤྱི་བའི་བསམ་པས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལ་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་གཤམ་ཡོད། བསམ་ཟེའི་ཚུལ་གཤམ་ཡོད། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པས་རང་གི་བཟོ་འདི་ལྟ་སྟེ། ཁྱད་པར་མོ་ཆེའི་ཉར་བཞོན་པ་དང་། ཉར་བཞོན་པ་དང་། ཤིང་རྟོའི་ཐབས་དང་། རལ་གྱིའི་ཐབས་དང་། འཛོང་དང་ཕྱིར་བསྐྱར་བ་དང་། མདུན་ཏུ་བསྐྱར་བ་དང་། ལྷགས་ཀྱིས་སྐྱར་ཐབས་དང་། ཞགས་པ་གདབ་པ་དང་། མདའ་པོ་ཆེ་འཕེན་ཐབས་དང་། འཛིན་སྐྱངས་དང་གོས་སྐྱངས་དང་། རོར་ཚུགས་དང་། གཙང་བ་དང་ཐལ་བ་དང་དཔྱག་པ་དང་། རྒྱང་ནས་ཕོག་པ་དང་། སྤྱི་བའི་པར་ཕོག་པ་དང་། གནད་ཏུ་ཕོག་པ་དང་། མི་འཆོར་བར་ཕོག་པ་དང་། ཆབས་ཆེ་བ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སྤྱི་བའི་དག་སྟོང་སྤྱོད་པ་ལོ་བ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་ཡང་རུང་མ་གྱུར་ཡང་རུང་དག་སྟོང་ལ་ལུང་བྱེད་ཏུ་འགྱུར་ལོ། །དག་སྟོང་གིས་མིའི་སྟོན་ནས་སྤྱི་བའི་བསམ་པས། རྗེ་འཇུག་

རིགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལ་དགེ་སྦྱོང་གི་
ཚུལ་ག་ལ་ཡོད། བྲམ་ཟེའི་ཚུལ་ག་ལ་ཡོད། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནི་རྩུ་རིགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་
བ་ཡིན་གྱིས། ཆེ་དང་ལྡན་པས་རང་གི་བཟོ་འདི་ལྟ་སྟེ། ཞིང་ཚོ་བ་དང་བ་ལང་སྤྱང་བ་དང་།
ཆོང་བྱ་བ་བསྐབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲིམ་ན་དགེ་སྦྱོང་སྤྱོད་པ་ཤིང་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་ཡང་རུང་མ་བྱུང་
ཡང་རུང་དགེ་སྦྱོང་ལ་ལྟར་བྱེད་དུ་འབྱུང་རྟོ། དགེ་སྦྱོང་གིས་མིའི་སྦྱོན་ནས་སྒྲིམ་བའི་བསམས་
པས། དམངས་རིགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལ་
དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ག་ལ་ཡོད། བྲམ་ཟེའི་ཚུལ་ག་ལ་ཡོད། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ནི་དམངས་རིགས་
ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱིས། ཆེ་དང་ལྡན་པས་རང་གི་བཟོ་འདི་ལྟ་སྟེ། ཟོར་བ་དང་། བྲག་
གདང་བསྐབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲིམ་ན་དགེ་སྦྱོང་སྤྱོད་པ་ཤིང་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་ཡང་རུང་མ་བྱུང་ཡང་
རུང་དགེ་སྦྱོང་ལ་ལྟར་བྱེད་དུ་འབྱུང་རྟོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཤོད་ཀྱི་རང་གཞུང་ངམ་བསྐྱར་
གཞུང་རྣམས་སུ་རྒྱལ་རིགས་སྟོན་དུ་གསུངས་ཡང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སྟོན་ལ་འོངས་དགོས་ཏེ།
བྲམ་ཟེའི་རིགས་ནི་ལྷ་ཆངས་པའི་ཞལ་ནས་སྒྲིམ་པར་བྲགས་པས་རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཅེ་མོའམ་མཆོག་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། (བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ)
སྟེ་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་སྟེད་བསྐྱང་བ་ལ་བསྒྲོས་པ་ལྟར་ཁས་བླངས་པ་ལ་རྒྱལ་རིགས། དཀའ་
ཐུབ་ཀྱི་ཕྱིར་བྱོང་ལས་ཡིད་ཕྱིར་སྒྲོགས་ཤིང་དཔེན་པའི་གནས་བསྟེན་པ་དེ་དག་ལ་བྲམ་ཟེའི་
རིགས། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་བྱེད་པ་ལ་རྩུ་རིགས། ཞིང་ཚོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་ངན་པ་
ལ་སྦྱོར་བ་དག་ནི་དམངས་རིགས་ཞེས། རིགས་བཞི་པོ་རྣམས་བྱ་བའམ་འཆོ་ཐབས་མི་འདྲ་
བའི་སྦྱོན་ནས་བཏགས་པར་གསུངས་སོ། །དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ་ལ་གཞི་
བྲས་ཏེ་བཀོད། (མཆིམས་མཛོད) ཆོས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་
ཚུལ་ཀུན་དུ་སྦྱོང་པས་འཁོར་མགྲ་བར་བྱེད་པས་རྒྱལ་པོ་དང་ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱི་བདག་པོར་
བྱུང་ཅིང་ཐོངས་པ་ལས་སྦྱོབ་པས་ན་རྒྱལ་རིགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་དང་། གང་དག་འདོད་པ་
ཚུང་ཞིང་ཁྲིམ་ལས་ཡིད་ཕྱིར་སྒྲོགས་ཏེ་དགོན་པ་དང་ནགས་སུ་གནས་པ་དེ་དག་ལ་ནི་བྲམ་

ཟེ་དང་། རྒྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མི་བྱེད་པ་ལ་རྗེ་འུ་རིགས་དང་། བྱེད་པ་ལ་དམངས་རིགས་དང་།
གདོལ་བའི་རིགས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་དུ་གྱུར། ཞེས་མཆིམས་མཛོད་གསུང་། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་
ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་དུ་འདེད་དང་མཚུངས་བར་གསུངས། ཡང་དདལ་ཚུའི་
ཡིག་བསྐྱར་ནམ་གཞག་ལས། ས་ཆེན་ཆོས་བཞིན་སྐྱོར་བའི་རྒྱལ་རིགས། རིག་བྱེད་ནམ་
བཞིའི་སྐོ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་བྲམ་ཟེའི་རིགས། མཁོ་དགྲའི་ཆོང་ཆོང་འགྲེམས་པའི་རྗེ་འུ་རིགས།
སྤྱགས་ཞིང་འཆོ་སྐྱོར་ལ་མཁས་པའི་དམངས་རིགས། ཞེས་གསུངས། བྱི་རོལ་པའི་རིག་བྱེད་
ཀྱི་གཞུང་ནས། མི་རིགས་བཞི་པོ་དེ་དག་ལྷ་ཆངས་པ་ལས་བྱུང་བར་བཤད་དེ། དེ་ཡང་
ཆངས་པའི་ཁ་ནས་བྲམ་ཟེ། དཔུང་པ་ལས་རྒྱལ་རིགས། བརྒྱ་ལས་རྗེ་འུ་རིགས། ཀྱང་མཐོལ་
ལས་དམངས་རིགས་བྱུང་བ་བཅས་སོ། །རིགས་བཞི་པོ་དེ་དག་ལ་མཆོག་དམན་གྱི་ཁྱད་པར་
ཡོད་དེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སྤྱེགས་བཅ་༩ ཁ་བ ༥ ལས། དེ་ལ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་གང་དག་
ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་རིགས་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱིས་མཐོན་པོར་བཀྱར་བ་
ཡིན་ནོ། །རྗེ་འུ་རིགས་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། དམངས་རིགས་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་
འཛིག་རྟེན་གྱིས་དམའ་བར་བཅིས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་རིགས་ལྔ་ཞེས་
བཤད་སྐྱང་སྟེ། རིགས་ལྔ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རིགས་རུས། (འདུལ་བ) རིགས་དང་རུས་ཞེས་པ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གམ་ཁུབ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ཏེ།
རིགས་ནི་རྒྱལ་རིགས། རུས་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་སྟེ་རྒྱལ་རིགས་ལ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ན་
ཤུགས་རིགས་རྒྱད་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་རོ། །ཡང་པའི་རྒྱད་ལའང་རིགས་རུས་ཞེས་ཟེར་རོ། །
རིགས་རུས་ཆོ་འབྲང་། (འདུལ་བ) པའི་རྒྱད་ལ་རིགས་རུས་དང་། པའི་རྒྱད་ལ་ཆོ་འབྲང་ཟེར། རྒྱལ་
མཆོག་ལྔ་བ་ཆེན་པོའི་རང་ནམ་དུ་ཀྱ་ལའི་གོས་བཟང་ལས། (རིགས) ཉི་མཁས་མཛོངས་
དཔའ་ཞིང་རྩལ་པོད་པ་བཀའ་བཅའ་ན་ལ་དཀྱེལ་ཆེ་བ་གཞུང་བཟང་ལ་འགྲོགས་བདེ་བ་སོགས་
ཡ་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ཅི་རིགས་དང་ལྡན་པ། (རུས) ཉི་རིགས་མཉམ་པའི་པ་དེའི་རྒྱད་ལས་
བྱུང་། (ཆོ) ཉི་ཞང་པོ་ཁྱངས་དང་ལྡན་པ། (འབྲང) བཞི་བཤད་མ་ཐག་པ་གསུམ་པོ་དང་ལྡན་

པའི་སྒྲིབ་པའི་འབྲང་ས་འཛིན་པ་ཡིན་ཞེས་གསལ་ལོ།

རིགས་རྩས་ཆོ་འབྲང་གི་འབོད་མིང་སྟོར། (འདུལ་བ) རིགས་རྩས་ཆོ་འབྲང་མི་རབས་ལས། །པ་ཆན་
མ་ཆན་གཉེན་འབྲེལ་སྟོར། །ས་ཁུལ་ཡུལ་ལྷང་མི་གཅིག་པར། །རང་སློལ་འབོད་ཚུལ་མི་འབྲ་
ཞིང། །མཁས་པ་སོ་སོའི་འབྲེལ་ཚུལ་ཡང། །དེ་བཞིན་མི་མ་སྤྱན་མང་ནའང། །རྩུང་ཟད་སྤྱི་ལ་
ཁུབ་པ་ཡི། །འབོད་མིང་མདོ་ཙམ་འགོད་པར་གྱ། །པ་ཆན་སྟོར་གྱི་མིང་། །རང་ནས་གོང་དུ་
རིམ་པ་བཞེན། །རང་ནས་ཡར་དེད་མི་རབས་གསུམ། །པ་དང་ཨ་ཁྱེས་ཡང་ཁྱེས་ཟེར། །པ་ཡི་
སྤྱ་རྒྱ་ཨ་ཁྱེས་ཡིན། །པ་ཡི་སྤིང་མོར་ཨ་ནེ་དང། །དེ་ཡི་ཁྱོ་བར་ཨ་བར་ (བར་པོ) ཟེར། །ཨ་ཁྱེས་
རིགས་གྱི་གྱེས་པ་དང། །རང་གཉིས་བར་ལ་པ་སྤྱན་ཟེར། །པ་ཡི་པ་ལ་ཨ་ཁྱེས་ (མེས་པོ)
དང། །པ་ཡི་མ་ལ་ཨ་ཁྱི་ (མེས་མོ) ཟེར། །མེས་པོའི་པ་ནི་ཡང་མེས་དང། །མེས་པོའི་མ་ནི་
ཡང་ཁྱེས་ཡིན། །དེ་ནམས་རང་གི་པ་ཆན་ཡིན། །པ་ཆན་སྟོར་གྱི་མིང་། །མ་ཡི་པ་ལ་སྟོ་བོ་
དང། །མ་ཡི་མ་ལ་སྟོ་མོ་ཟེར། །མ་ཡི་སྤྱ་རྒྱར་ཞང་བོ་དང། །མ་སྤྱན་མོ་གཅེན་མོ་དང་གཟུང་མོ་
ལ་ཨ་ནེ་སྟེ། །དེ་ཡི་ཁྱོ་བོར་བར་པོ་ཟེར། །མ་ཡི་སྤྱན་གྱི་གྱེས་པ་དང། །རང་གཉིས་བར་ལ་མ་
སྤྱན་ཟེར། །དེ་ནམས་རང་གི་པ་ཆན་ཡིན། །པ་སྤྱན་མཆེད་ཤ་ཉེའི་སྟོར་གྱི་མིང་། །རང་གི་
གཡས་སུ་རིམ་པ་བཞེན། །མིང་པོ་གཅེན་གཟུང་སྟོ་མོ་སྟེ། །རང་ (མོ་ཡིན་ན་དེའི) སྤྱན་མོ་ལ་
མིང་པོ་ཟེར། །རང་ལས་ཆེ་བར་སྤྱ་བོ་ (གཅེན་པོ) དང། །རང་ལས་ཆུང་བར་རྒྱ་བོ་ (གཟུང་
བོ) ཟེར། །སྤྱ་བོའི་ཆུང་མ་སྤྱ་མོ་ཡིན། །སྤྱ་དང་རྒྱ་བོའི་གྱེས་པ་ལ། །རང་གི་ཆ་བོ་ཆ་མོ་
དང། །དེ་ཡི་གྱེས་པར་ཡང་ཆ་ཟེར། །རང་ནས་གཡོན་དུ་རིམ་པ་བཞེན། །སྤིང་མོ་ཨ་ཅེ་རྒྱ་མོ་
སོགས། །རང་ (མོ་ཡིན་ན་དེའི) སྤྱན་མོ་ལ་སྤིང་མོ་ཟེར། །རང་ལས་ཆེ་བ་ཨ་ཅེ་ (གཅེན་མོ)
དང། །རང་ལས་ཆུང་བ་རྒྱ་མོ་ (གཟུང་མོ) ཡིན། །རྒྱ་མོའི་ཁྱོ་བོར་མག་པ་ཟེར། །ཨ་ཅེ་རྒྱ་མོའི་
གྱེས་པ་ནི། །རང་གི་སྤྱག་ཆ་སྤྱག་མོ་ཡིན། །སྤྱག་ཆ་སྤྱག་མོའི་གྱེས་པ་ནི། །རང་གི་སྤྱག་གི་
ཡང་ཆ་ཟེར། །དེ་ནམས་སྤྱན་མཆེད་ཤ་ཉེ་ཡིན། །པ་གཉིན་འབྲེལ་སྟོར་གྱི་མིང་། །བཟའ་རྒྱ་བོ་
ལ་ཁྱོ་བོ་དང། །བཟའ་རྒྱ་མོ་ལ་རྩུང་མ་ཟེར། །ཁྱོ་གཤིག་གཅེན་དང་གཟུང་བོ་ནི། །རང་གི་རྩུང་

མའི་སྒྲིང་པོ་ཡིན། །ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་ཙ་ལུ་མོ་ནི། །ཆུང་མའི་སྒྲིང་མོ་ཆེ་ཆུང་ཟེར། །དེ་བཞིན་ཆུང་མའི་
 མིང་སྤིང་ཡང་། །ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་སྒྲིང་མོ་ཡིན། །ཆུང་མའི་ཕ་པོ་ལུ་པོ་ནི། །རང་གི་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་
 པོ་དང་། །ཁྱོད་ཀྱི་གཅན་མོ་གཅན་མོ་ནི། །རང་གི་ཆུང་མའི་སྒྲིང་མོ་ཡིན། །ཆུང་མའི་པ་དང་མ་
 གཉིས་ལ། །ཁྱོད་མའི་གྲོས་པོ་གྲོས་མོ་ཟེར། །དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱི་པ་མ་གཉིས། །ཆུང་མའི་སྒྲིང་པོ་
 སྒྲིང་མོ་ཟེར། །དེ་རྣམས་རང་གི་གཉན་འབྲེལ་ཡིན། །དེ་རིགས་རྒྱུད་རྒྱུ་རྒྱུ་མིང་། །རང་ནས་
 མར་ལ་རིམ་པ་བཞེན། །རང་གི་བྱིས་པར་བྱ་བྱ་མོ། །དེའི་འོག་ཆ་བོ་ཆ་མོ་དང་། །དེ་ཡི་བྱིས་
 པ་ཡང་ཆ་ཡིན། །ཡང་ཆའི་བྱིས་པར་གཞི་ཆ་ (གསུམ་ཆ) དང་། །གཞི་ཆའི་བྱིས་པར་གོས་
 ཆ་ཟེར། །གོས་ཆའི་བྱིས་པར་གོས་ཆ་ཟེར། །དེ་རྣམས་རང་ནས་མར་དེད་པའི། །རང་གི་
 རིགས་རྒྱུད་མི་རབས་བདུན། །བྱ་མོད་ཁྱོད་པོར་མག་པ་དང་། །བྱ་ཡི་ཆུང་མར་མནའ་མ་
 ཟེར། །དེ་མ་སྒྲིང་མོར་བྱ་འོག་རྒྱུ་ །གཞན་ཡང་པ་བྱར་པ་སྤང་ (བད) དང་། །མ་དང་བྱ་མོར་
 མ་མད་ (སྤྲ) ཟེར། །རང་དང་མེས་པོར་མེས་དཔོན་དང་། །རང་དང་ཨ་ཁུ་ཁུ་དཔོན་
 ཡིན། །རང་དང་ཞང་པོ་ཞང་དཔོན་དང་། །མ་དང་ཞང་པོ་མ་ཞང་ཡིན། །པ་རྒྱུད་གཉན་ཆོན་པ་
 ཆོན་དང་། །མ་རྒྱུད་གཉན་ཆོན་མ་ཆོན་ཡིན། །རང་གི་མིང་སྤིང་སྤྱན་མཆོད་དང་། །རང་གི་བྱ་
 ཆ་རིགས་རྒྱུད་ཡིན། །དེ་ལྟར་རིགས་རྩས་ཆོ་འབྲང་གི། །འབོད་མིང་གསལ་པོར་མ་ཤེས་
 བ། །རང་མཆོང་ཡིན་ལ་གཞན་བྱིས་འབྲུ། །དེ་བྱིར་མ་ཞོར་ཤེས་པར་བྱིས། །ཤག་མོ་དོན་བྱུ་
 བྱིས་བྱིས་པ་ལྟར་བཞོད།

རིགས་གསུམ། གསང་བ་རིགས་གསུམ་ལ་གཟེགས།

མིང་། 1 རིང་པོའི་བསྐྱུས་ཆོག དཔེར་ན་རིང་ཐུང་དང་། ཡུན་རིང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 དུས། སྐབས།
 དཔེར་ན་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆོན་མོ་ལས། ལྷ་སྤྱུ་མ་ཁུ་དཔོན་བྱིས་ལོ་རྒྱུ་བ་རྒྱ་བཙོན་མེང་དང་
 བྲག་ཆོ་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བ་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་གར་དུ་བརྒྱུད་ཏེ་འབད་བཞེན་པོས་
 ཡང་དང་ཡང་དུ་སྤྱན་འབྲེན་བཏང་བས་བྱང་རྒྱུ་འོད་གྱུ་རིང་ལ་སྤྱན་འབྲེངས་ཏེ་མངའ་རིས་
 ལྟོད་དུ་བྱུག་པེབས་པ་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

རིང་འབད་མ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་སྒྲོན་ལམ། དེར་ནི་རིང་ཏུ་འབད་ལས་
ཆོགས་གཉིས་ནི། །ཞེས་སོགས།

རིང་ལུགས། གྲུབ་མཐའ་ཆོས་ལུགས། ལུགས་སྟོལ་བཅས་ཀྱི་དོན། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་
དོགས་ལས། ལྷ་ཤར་གི་རིང་ལུགས་ལ་གནས་བཞེན་དུ། གསུང་རབ་ཆེན་པོ་རྣམས་འཆི་བའི་
ཆེད་པོས་བ་མེད་པར་འཛིན་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ནོན་བཞེན་དུ་
ཆའི་དུས་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཐད་བ་ལས། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་
པོ། །སྤྱོད་པ་ཤར་ནི། ལུག་རིང་པོ་ནས་ཆགས་པའི་ལུགས་སྟོལ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བུམོ། །

རིང་ལུགས་པ། གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ། ཆོས་ལུགས་འཛིན་པ། རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འཇུག་དོགས་
ལས། དེ་ཡང་བདག་གི་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་བ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་རིང་
ལུགས་བ་ཆེན་པོ། འདིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱ་མེད་པར་ཡང་གཅིག་ཏུ་མཉེས་གཤེན་པའི་
རང་ཚུལ་ཅན། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་པོ། །

རིང་བསྐྱེལ། <ཤ་རྩེ་རི་> ། སྤྱིས་ཆེན་དམ་པའི་སྐུ་གདུང་སོགས་ལས་བབས་པའི་རིལ་བྱ་དཀར་པོ་
ཡུངས་འབྱུངས་སྟོ་མའི་ཆེད་ཅམ་བ་ལ་དབྱིབས་ལེབ་ཅིང་སྤྱབ་བ་ཞིག་གི་མིང་དུ་གྲགས་ཆེ།
ཤ་རྩེ་རི་ཞེས་བ་སྐུ་ལུས་དངོས་ལ་གོ་བ་དང་། སྐུ་གདུང་སྟེ་ཤི་བའི་བཅར་རོ་ལ་གོ་བ་གཉིས་
ཡོད་མོད། ལེགས་སྦྱར་དུ་ “མའི་རི” ཤ་རྩེ་རི་ཟེར་བ་སྐུ་ལུས་སམ་ལུས་པོ་ལ་གོ་སྟེ། རྒྱ་གར་
ཡུལ་སྐད་ལའང་ལུས་པོ་ལ་ “མའི་རི” ཤ་རྩེ་རི་ཟེར་བ་ལྟ་བུས་མཆོད་ནོ། །དབྱིན་སྐད་དུ་body
ཟེར་བ་དེམོ། །ཁོད་ཉོར་གྱི་བརྒྱ་ཡིག་མིང་ཆོག་དོན་གསུམ་གསལ་བྱེད་ལས་དེའི་སྐད་དོད་ལ་
རྒྱ་ཏུ་ཞེས་ཀྱང་གསལ་པོ། །རིང་བསྐྱེལ་ཡུངས་འབྱུངས་བ་དེ་ནི་སྒྲ་མ་རྩ་ཆེན་འགའ་ཞིག་གི་
སྐུ་ལུས་གསེན་པོ་ལས་ཀྱང་འབབ་རྒྱ་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ནི། རྩོན་མེར་སྤང་ལུ་བ་ཁམས་བ་ཞེས་
པའི་བྱ་བ་བརྟན་བཤེག་ཆ་ལ་ཁ་རིལ་ཐུག་ཅིག་ཡོད། ཁོ་བས་ཉིན་ཞིག་ལ་སྐབས་ཆེ་ཡོངས་
འཛིན་ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆེར། ཅིང་མོ་དང་སྤྲགས་ཉེ་སྐུ་ལུས་ཀྱི་རིང་བསྐྱེལ་གནང་རོགས་ཞེས་
ཡུ་ཚུགས་བསམ་བ་ན། རིན་པོ་ཆེས་ང་ལ་དེ་འདྲ་ག་བ་ཡོད་དེད་ཅེས་ཞལ་བཞེས་གཏན་ནས་

མ་གནང་བ་ན། ཁོ་པས་དྲན་འབྲུལ་ཞིག་བྱས་ཏེ། རིན་པོ་ཆེ་དཀྱིལ་མས་ཞལ་རྩལ་གསུང་གི་
 འདུག་དཀྱིལ་ཞལ་རྩལ་མ་གསུངས་ཞེས་ཡང་ཡང་སྒྲན་སྒྲན་ཞུས་པར། ཐམས་ཅད་གསུང་ཅིང་
 འུ་ཐུག་གི་རྣམ་པས། ཨ་ཁ། ཁྲིད་ཅ་མ་སྒྲན་གསུངས་ཏེ་དབྱེད་འབྲུལ་བར་འཕྱར་འཕྱར་ལན་
 འགའ་གནང་སྟེ་རིང་བསྐལ་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་ལྟར་བཅོས་ལྟན་མེད་པར་
 བཀོད་དོ། ། ༢ སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པའི་སྐུ་རྩལ་སམ་སྐུ་གདུང་འཕེལ་གདུང་བཅས་ལ་རིང་བསྐལ་
 ཟེད། སྤྱིར་རིང་བསྐལ་ལ་དབྱེ་ན་བཞེར་གསུངས་པ་དང་གསུམ་དུ་གསུངས་པ་གཉིས་ཏེ།
 བཞིན། ༡ ཆོས་སྤྱིའི་རིང་བསྐལ་ནི་གཟུངས་སྒྲགས་དང་། ༢ ཡུངས་འབྱུང་ཆད་ཅམ་པའི་སྐུ་
 ལུས་སོགས་ལས་སྒྲིམ་པའི་རིལ་བུ་ཡོངས་བྲགས་ཀྱི་རིང་བསྐལ། ༣ སྐུ་གདུང་གི་རིང་
 བསྐལ་ནི་གདུང་རྩལ་སོགས་དང་། ༤ སྐུ་བལ་གྱི་རིང་བསྐལ་ནི་དབྱེ་སྒྲ་དང་ན་བཟའ་སོགས་
 ལ་གོ་བ་ཡིན། གསུམ་དུ་དབྱེ་ན། ཆོས་སྤྱིའི་རིང་བསྐལ། སྐུ་གདུང་གི་རིང་བསྐལ། སྐུ་བལ་གྱི་
 རིང་བསྐལ་དང་གསུམ་སོ། །དེ་ཡང་དང་སོ། ཆོས་སྤྱིའི་རིང་བསྐལ་དང་། སྐུ་གདུང་གི་རིང་
 བསྐལ་ནི་སྤར་དང་འབྲུལ། སྐུ་བལ་གྱི་རིང་བསྐལ་ནི་སྐུ་གཟུགས་ཏེ། དེ་དག་རིམ་པ་ལྟར་
 མཆོག་དང་། འབྲིང་དང་། ཐམས་ཅད་གསུངས་སོ། །རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐུ་
 གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་བཞེངས་པ་དང་བྱག་མཆོད་སྒོར་པའི་ཕན་ཡོན་བསྐྱེད་པ་རྣམ་དཀར་
 ལས་ལ་སྐུལ་བྱེད་དཀར་ཆག་ལྷའི་རྩ་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་ལས། རིང་བསྐལ་ཡང་གང་ལ་བྱེད་ན།
 རྒྱུད་སྟེ་སྤྱི་རྣམ་ལས། བྱང་ཆུབ་རྒྱན་འབྲུམ་ད་ལྟ་པོད་ན་ཆང་བ་མི་བཞུགས། སྟོན་གྱི་མཁས་
 པ་དག་གིས་དེ་དངས་པར་དེ་བཞེན་གཤེགས་པའི་ཆོས་སྤྱིའི་རིང་བསྐལ། སྐུ་གདུང་གི་རིང་
 བསྐལ། སྐུ་བལ་གྱི་རིང་བསྐལ་རྣམས་མཆོད་རྟེན་དུ་གཞུག་པར་གསུངས་ཏེ། ཆོས་སྤྱིའི་རིང་
 བསྐལ་གཟུངས་རྣམས་སོ། །སྐུ་གདུང་གི་རིང་བསྐལ་ནི་སྐུ་གདུང་ལས་བྱུང་བའི་རིང་བསྐལ་
 ཡུངས་འབྱུང་ཅམ་སོ། །སྐུ་བལ་གྱི་རིང་བསྐལ་ནི་སྐུ་གཟུགས་ཏེ། དེ་དག་རིམ་པ་ལྟར་མཆོག་
 དང་། འབྲིང་དང་། ཐམས་ཅད་གསུངས་སོ། །ཞེས་རིང་བསྐལ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ཤིང་། བྱི་མ་སྐུ་
 བརྒྱན་སོགས་ལ་གསུངས་པ་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་སྟེ། བཀའ་ཆེན་ས་བཀའ་འཁོར་མར། ཅི་སྟེ་

སངས་རྒྱུ་ཕྱིན་རྒྱལ་བ་དེ། །སོ་སོ་སྒྲེ་བོས་ཤེས་མི་འགྲུང། །དེ་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་མ་ཕྱོག་
པའི། །ཞིང་ན་སྐྱ་གཟུགས་ཡོད་མེན་ཞིང་། །མཐའ་ཁོབ་སྐྱ་སྐྱོན་མས་ན་མེད། །བསྐྱེད་པ་ལུབ་
ན་ཡོད་མེན་ཞིང་། །སྐྱ་སྐྱེགས་ཁྱོལ་སོང་སོགས་མི་མཛོང་། །དེ་ཕྱིར་སྐྱ་གཟུགས་སྐྱལ་བ་
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞེན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དར་སར་ལྷ་བཟོ་མཁས་པ་འབྱུང་
ལ། །སྐྱ་སྐྱེགས་དར་ཆེ་ལྷ་བཟོ་དན་པ་དང་། །སྐྱ་སྐྱོད་ར་ཆེ་ལྷ་བཟོ་གཏན་ལུབ་པར་བཤད་པ་
བཞེན་འདི་དག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་དངོས་ཀྱི་དོད་ལྷ་བྱར་སྐྱལ་བའི་རིང་བསྐལ་དུ་བཞག་ལ།
སྐྱེགས་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོད་གཟུངས་ལ་དེའི་རིང་བསྐལ་དུ་བཞག་པ་དང་གོ་དོན་
འདྲའོ། །འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་གསུངས་ཆེ་བ་རིང་བསྐལ་བཞེར་བྱས་ཏེ། །ཆོས་སྐྱའི་རིང་བསྐལ་སྤར་
ལྷར་དང་། །ཡུངས་འབྲུ་ལྷ་བྱ་ཡོངས་གསུངས་ཀྱི་རིང་བསྐལ། །སྐྱ་གཏུང་གི་རིང་བསྐལ་གཏུང་
དུས་སོགས་དང་། །སྐྱ་བལ་ཀྱི་རིང་བསྐལ་དབུ་སྐྱ་ན་བཟའ་སོགས་ལ་གསུངས་པ་དང་བསྐྱེད་
ཏེ་འགོད་པ་ལ། །ཞེས་གསུངས། “འཕགས་པ་འོད་ཟེར་བྲི་མེད་རྣམ་དག་འོད་ཀྱི་གཟུངས་” རྗེ་
གྲུང་ཐང་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གསུང་སྐྱེགས་ཀྱི་རྟེན་བཞེངས་པ་དང་བྲག་མཆོད་
སྟོར་བའི་མན་ཡོན་བསྐྱེད་པ་རྣམ་དགར་ལས་ལ་སྐྱལ་བྱེད་དཀར་ཆག་ལྷའི་རྩ་ཆེན་ཞེས་བྲ་
བར་བྲངས་པ་ལས། །བཙོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྐྱལ་བ། །བམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་སོང་ལ།
ཁྱོད་ཁྱེར་མེར་སྐྱའི་ལས་ཀྱི་སྐམ་མདོན་མཆོད་རྟེན་རིང་བསྐལ་ཅན་རྟིང་པ་རལ་བ་ཞིག་ཡོད་
པ་དེ་སྤར་བཅེགས་ཏེ་མཆོད་རྟེན་ཀྱི་རྩ་མོར་སྟོག་ཤིང་བཅུགས་ལ། །གསང་སྐགས་ཡི་གེར་
བྲིས་པ་དེའི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ་མཆོད་པ་བྱས་ནས་གསང་སྐགས་ལན་བདུན་བཏོན་ན། །ཁྱེད་ཀྱི་
ཆེའང་ཕྱིར་བྱར་ཏེ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ། །འཆི་བའི་དུས་བྱས་ཀྱང་བདེ་འགྲོ་མཐོ་རིས་ཀྱི་
གནས་འོངས་སྟོད་ཆེ་བ་རྣམས་སྐྱ་སྐྱེས་ཏེ་བསྐྱལ་པ་སྟོར་ཐག་བརྒྱའི་བར་དུ་བདེ་བའི་འོངས་
སྟོད་ཀྱང་ཕྱིར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་འགྱུར། །དེ་ནས་ཀྱང་དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་མི་འཇུགས་
པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སྐྱ་དག་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་སྟོར་དུ་མར་
བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་ཀྱང་གི་འཕོས་ཏེ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ལྷ་

ནམས་ཀྱི་གནས་སུ་སྤྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་བསྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཐག་བརྒྱའི་བར་དུ་བདེ་
བའི་ཡོངས་སྤྱོད་མི་ཟད་པ་སྤོང་བར་འགྱུར། ཆེ་རབས་གང་དུ་སྤྱེས་པའི་གནས་ཀྱན་ཏུའང་
ཡིད་གཞུང་ཞིང་ཆེའི་བར་ཆད་མེད་པ་དང་། ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་ནས་དུས་ནམ་
དུ་ཡང་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བར་ལྷུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། རྟག་ཏུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ནམས་དང་འབྲུང་ཅིང་། རྗེས་སུ་དགོངས་བར་མཛད་དོ། ཞེས་རིང་
བསྐལ་གྱི་སྤྱིང་པོ་ཅན་དུ་བྱས་ན་པན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་བར་གསུངས་པས། ཞེས་
སོགས་གསུངས་སོ། རིང་བསྐལ་ལ་དོགས་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། ཡང་ས་
པའ་གྱི་སྤོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། རིང་བསྐལ་དང་ནི་ཐུགས་དང་
ལྷགས། རྒྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་དུས་པ་ལས། འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་ཅུང་ཟད་
དབྱད། འཕགས་པ་གསུམ་གྱི་རིང་བསྐལ་ནི། ཡོན་ཏན་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་སྟེ། ལུས་
ཅན་ནམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་རྟེན། འབྱུང་བྱུངས་ལས་བྱུང་རིན་ཆེན་འབྲ། རིང་བསྐལ་ལ་ལ་
གདོན་གྱིས་བྱེད། ལ་ལ་འབྱུང་བཞིའི་སྟོབས་ལས་འབྱུང་། ཁ་ཅིག་བསྟན་ལ་དགའ་བའི་
ལྷས། དད་པར་བྱ་བྱིར་སྤྱུལ་པའང་སྟི། དེང་སང་རིང་བསྐལ་པལ་ཆེ་བ། བརྟན་མས་
བྱས་པའི་རིང་བསྐལ་ཡིན། དེས་ན་ནམ་དབྱེ་མཁས་པས་དབྱད། ཐུགས་ལྷགས་སྤྱ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ། འབྱུང་བ་ཆོས་ནས་གསུངས་པ་མེད། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲ་འབྱུང་བ་
ཀྱན། ལལ་ཆེར་བརྟན་མས་བྱས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་བདེན་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ལུང་རིགས་
གཉིས་ཀ་མེད་པའི་བྱིད། བཟང་ངན་གཉིས་ཀར་ལུང་བསྟན་དགལ། ཉི་མ་དུ་མ་ཤར་བ་
དང་། མཁའ་ལ་བྱ་གདོད་པ་དང་། མཆན་མོ་གཞའ་ཆོན་འབྱུང་བ་དང་། ལུས་ལ་འོད་ཟེར་
འཕྱོ་བ་དང་། རྫོ་བྱར་ལྷ་འདྲེ་མཐོང་བ་དང་། གསོན་པོའི་ལུས་ལ་བརྟན་མེད་པར། རིང་
བསྐལ་འཛག་པ་ལ་སོགས་པ། ལྷན་པོ་རྟགས་སུ་བྱེད་མོད་ཀྱི། མཁས་པས་འདི་འདྲ་མཐོང་
གྱུར་ན། བར་ཆད་རྟགས་སུ་ཤེས་པར་གྱིས། ཞེས་གསུངས། རིང་བསྐལ་གྱི་སྤྱ་བཤད་ནི།
རིང་ནི་ལུན་རིང་པོ། བསྐལ་ནི་འཆང་བའམ་ཉར་ཆགས་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། ལུན་རིང་པོར་ཐུག་

མཆོད་དང་པའི་རྟེན་དུ་ཉར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བ་ལས། ཡང་ན་རིང་ནི་རིང་
དུ་འཇུག་ཏུ་ཆེན་པོར་ཞེས་པའི་དོན་དང་། བསྐྱེད་པ་ལ་གོ་དོན་ལྟ་ཅམ་ཡོད་པ་ལས་འདྲིར་སྐྱེས་
བའམ་འཕེལ་བའི་དོན་ཡིན་པས། རྒྱ་ཆེན་པོར་རམ་མང་པོར་འཕེལ་བས་ན་རིང་བསྐྱེད་ཞེས་
བྱལོ། རྟེན་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་རིང་བསྐྱེད་ལམ་སྐྱུ་གཏུང་གི་རིམ་བུ་རྣམས་འཕེལ་གྱི་ཡོད་པས་
འཕེལ་གཏུང་ཞེས་བཏགས་པ་འདིས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་སོ། །བསྐྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

རིངས། 1 རིང་པོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། རྟོད་རིངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རོ་རྟོད་རིང་
བལོ། ཞེས་གསུངས། ལུང་ཐུན་ཆེགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས། གཏུང་རིངས་ནི་ཤིང་གི་གཏུང་མ་
ཆེན་པོལོ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཡུ་རིངས་ནི་རྟེན་པའི་མཐོལ་ནས་བྱས་མའི་མཐར་
ཐུག་པར་བྱལ་བའི་ལྷན་ཡིན་ལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། 2 རིང་བྲགས་པའི་དོན། དེས་རིངས་
དང་རིང་ལ་བྲུད་པར་ཡོད་པའང་ཤེས་ཀྱས། དེས་རྒྱུངས་དང་རྒྱུང་ལའང་བྲུད་པར་ཡང་ཤེས་
པར་བྱལོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ཡང་དང་པོར་ཡུན་རིངས་ན་བྱིང་གོད་གྱི་དབང་དུ་
འགྲོ་སྤྲོལ་ཞིང་། དེ་ལ་གོམས་ན་སྒྲོ་འཆོས་དཀའ་བས་སུན་རྒྱུང་ལ་བྱངས་མང་བར་བྱ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རིངས་པ། 1 མགྲོགས་པོ། རྟོད་འཇུག་དར་རྟེན་ལས། རྟོ་བྱར་དུ་བར་དུ་དུག་སྐྱལ་འོངས་ན་རི་ལྟར་
རིངས་པས་ལྟང་བ་ལྟར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 2 བྲེལ་འཆོབ། རིངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 བརྟན་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་དོན། ཡིད་གྱི་བརྟན་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་
ལ། རྟོད་རིངས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ལུང་ཐུན་ཆེགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས། རྟོད་རིངས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ཡིད་བརྟན་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རིངས་པ་རིངས་པ། ལྷུར་བ་ལྷུར་བ། མགྲོགས་པོ་མགྲོགས་པོ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་
ལས། ལྷུར་བ་ལྷུར་བ་ཁོ་ནར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིངས་པ་རིངས་པ་ཁོ་ནར་སྟེ། བརྟན་པའི་ཕྱིར་
ཆེག་ལན་གཉིས་སུ་སྒྲོས་སོ། ཞེས་གསུངས།

རིན་ཆེན་སྒྲོན་མེ། རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོན་མེ་ལ་གཟིགས།

རིན་ཆེན་བདུན་དང་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་བདུན། རིན་ཆེན་བདུན་དང་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་བདུན་ཞེས་པའི་
 རིན་ཆེན་བདུན་ནི། སྤྱིར་བཏང་གི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་ལ་གོ་རྒྱུ་མིན་པར། མཆོག་གི་རིན་
 ཆེན་བདུན་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་དུས་བདུན་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོག་ལོག་མ་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་ཞེས་
 བས་ཆོག་གི་རྩ་བ་ལས་གོ་བར་ཟད་དེ། རལ་གྱི་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་བདུན་ནི།
 འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་དུས་བདུན་པོ་རྣམས་དང་ཉེ་བ་སྟེ་ཆ་འདྲ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར་ལོ། །མདོ་བླ་པ་ཉེར་གཞག་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་སོ། །མདོ་བླ་པ་ཉེར་གཞག་
 རྟེན་དགེ་སྤྱད་མའི་མདོ་རྟེན་སྤྱི་གསུམ་བཅུ་ཉི་ལེ་བ་ ༡༠༠༧༥ན་གསལ་ལོ། །

རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ། ༡ དཀོན་མཆོག་གསུམ། འདི་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཉི་རྩ་ཞེས་པ་ཐད་འབྱུར་
 བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། རྩ་ཞེས་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་དཀོན་པ་གཉིས་ཀྱི་འབྲུག་ 2 རིགས་ལམ་སྤྱི་
 མོ་བྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་གཅིག་གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་ཤར་བའི་ཉམས་ལེན་དང་
 གཉིས། རྩ་མའི་ཆེ་ཆོག་སྦྱར་ལ་མཁས་པ་དང་གསུམ་ལ་ཟེར། སྦྱ་བཤད་ནི། དེ་གསུམ་ལ་
 རིན་པོ་ཆེ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཀོན་ཞིང་ཅ་བ་ཆེ་བས་དེ་སྒྲན་ཅེས་བརྗོད་དོ། །རྗེའི་གསུང་
 «སྦྱ་ན་མེད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱི་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ»ཞེས་བྲ་བ། གསུང་ཐོར་བྲ་
 ༥༤༥ལས། རིགས་ལམ་སྤྱི་མོ་བྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་། །གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་ཤར་
 བའི་ཉམས་ལེན་དང་། །ཆོག་སྦྱོར་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་དག་གི་དཔལ། །ས་སྟེང་འདི་ན་རིན་
 ཆེན་རྣམ་གསུམ་སྦྱང་། །འདི་ནི་ཕིན་ཏུ་དཀོན་ཞིང་འདོད་པ་འདྲོ། །མད་དུ་བྱུང་བའི་དགའ་བ་
 རྒྱས་བྱེད་པ། །རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་གྲགས། །མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་རིན་
 ཆེན་གཞན་ཡོད་མིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན། རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་དང་འདྲ།

རིན་ཆེན་དཔལ། <སྤྱི་གསུམ་> དཀོན་མཆོག་དཔལ་དང་འདྲ།

རིན་ཆེན་ཐེང་བ། དབྱུ་མ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལ་གཟིགས།

རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་མི་ལམ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རྩ་བ་ལི་རྟེན། བོད་སྐད་དུ། རིན་པོ་ཆེའི་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་བཤེས་བྱ་བ། སློབ་དཔོན་མི་ལམ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་། སྡེ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་༩ གོ་བ་ ༡ ༡༥ ཅུན་ས་དབུ་ཚུགས་ཤིང་། ༡༦ མཐུན་གཟིགས་ན་མཐུན་ཆོགས་སོ། །འདི་སྤྱི་ས་རབས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བཞག་འདུག བོད་འགྲེལ་ལ་གྲགས་ཆེ་བ་ནི་རྒྱ་ལ་ཆབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཛད་པའི་རིན་ཆེན་དར་རྟེན་སོགས་མང་ངོ། །

རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱ་ལ་ཤོ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་བསྐྱས་དོན་ལས། སྤྱི་དགྲའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྐྱོང་བས་ན། །གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱ་ལ་པོ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས། 1 <རྩ་ཀ་ར> རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་སམ་དགོན་མཆོག་འབྱུང་གནས་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་མིང་། དགོན་མཆོག་དང་རིན་ཆེན་གཉིས་སྐད་དོད་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པས། དགོན་མཆོག་ནམ་གསུམ་ལ། སྐབས་རེར་རིན་ཆེན་ནམ་གསུམ་ཞེས་བསྒྱུར་བ་ལྟ་བུལ། 2 <རྩ་སྟུ་བ> རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་སམ། རིན་ཆེན་འབྱུང་ཐུན་ནས། རིན་འབྱུང་སྟེ་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་ཞིག་གི་མཆོག། 3 <རྩ་ཀ་ར> རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཏེ། རྒྱ་མཆོའི་མིང་། སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྒྱུར་གསེར་གྱི་ཐེང་མཛེས་ལས་བཤད་པ་ལྟར་བཀོད། 4 རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཞི་བས་ (ཤུ་རྩེ་བ) མཛད་པའི་སྟེབ་སྟོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས།

རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཞི་བ། སློབ་དཔོན་ཤུ་རྩེ་པའི་མིང་ཡིན་པར་བུ་སྟོན་གསུང་། བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དེ་བ་གཟུགས་༡༩༡ལས། རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཞི་བ་སྟེ་ཤུ་རྩེ་པ་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རིན་ཆེན་དམར་ཤོ། བརྒྱ་རྩ་གའི་མིང་།

རིན་ཆེན་སེམས། 1 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། སྤྱ་བཤད་ནི། སེམས་ཅན་ནམས་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ལན་བདེ་སྦྱིན་པའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ཀྱང་ལྟག་པའི་

སེམས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད། སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་དང་དོན་འབྲུག་ 2 (བཀའ་བརྒྱུད)
 སེམས་སྤྱི་ལོ་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། སེམས་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བྲལ་སྤོང་གི་ཡོན་ཏན་བྲལ་ཅུ་ཅ་
 བཞི་སོགས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལྷན་གྱིས་བྲལ་པས་དེར་རིན་པོ་ཆེའི་མིང་
 གིས་བཏགས་སོ། །རྗོད་དུ། རིན་ཆེན་སེམས་ལས་ཕྱིར་གྱུར་པའི། །སངས་རྒྱུས་མེད་ཅིང་
 སེམས་ཅན་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

རིན་པོ་ཆེ། 1 རྒྱ་ལོར་ཅ་བ་ཆེན་པོའི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། རིན་ཐང་ཆེ་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། 2 ལྷ་
 སྤྱལ་སོགས་ལུལ་གོང་མ་ལ་འབོད་པའི་ཆེ་བསྟོད་ཀྱི་ཆོག་ཅིག
 རིན་པོ་ཆེ་ལྷ། ལུ་ཏིག་གསེར། བརྒྱ་རྩ་ག བརྒྱ་རྩ་ག་མེད་ན་དདུལ་དང་ཟངས་སམ་དུང་ཡང་རུང་ངོ་
 གྱི་རུ། ལུ་མེན་ལོ། །ལུ་མེན་མེད་ན་ནོར་བུ་ཡང་རུང་ངོ་ཞེས་ཟེའི་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོར་
 གསུངས། ཡང་གསེར་དདུལ། ལུ་ཏིག་བྱ་རུ། བརྒྱ་རྩ་ག བརྒྱ་རྩ་ག་མེད་ན་ཟངས་སམ་དུང་
 ཡང་རུང་ངོ་དདུལ་གྱི་དོད་ལ་ལུ་མེན་གྱིས་ཀྱང་རུང་བར། ཟེའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་
 ན་གསལ།

རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བུའི་གང་ཟག་རྒྱུད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྲལ་བའི་གདུལ་བྲལ་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ལྷལ་ཁྲིམས་དང་ལྷན་
 ཞིང་མཁས་པ། མགོ་སྒྲོས་པས་གོ་བའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པ། ལྷན་མེད་པའི་ཐེག་པར་རིགས་
 དེས་པ། ཐོས་དོན་གཞན་ལ་ལེགས་པར་སྟོན་པའི་རྒྱས་པའི་གདུལ་བྲལ་མཆོག་གོ། སྤྱ་བཤད་
 བྱི། རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་འདོད་པའི་འབྲས་བྲལ་འབྱེན་པས་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱད་ཅེས་
 བཏགས་སོ། །ཟེའི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྤྱགས་ལ་གཞི་བྲས་ཏེ་བཞོད། སྤྱིང་དོལ་ལྷ་མའི་སྤྱགས་ཀྱི་
 ས་ལམ་མ་ལ། གདུལ་བྲལ་རིན་ཆེན་ལྷ་བུའི་གང་ཟག་དེ། །ལས་ཉོན་དབང་གིས་ཡང་ཡང་
 འཁོར་བ་རུ། །སྤྱེ་བ་མི་ལེན་དེ་ནི་ཆེ་དེའམ། །སྤྱོད་པ་རྣམ་གསུམ་འབད་པས་མ་གྲུབ་
 པས། །ཡང་ན་བར་དོར་ལོངས་སྤྱོད་འབྲུབ་དེས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རིན་པོ་ཆེ་སྤྱ་བདུན། 1 རྒྱལ་སྤིང་སྤྱ་བདུན་ལ་ཟེར། རྒྱལ་སྤིང་སྤྱ་བདུན་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱ་བདུན་ཞེས་
 མདོ་སྤྱོད་པ་ཉེར་གཞག་ཏུ་ཐ་སྤྱད་མཛད་ཡོད། མདོ་སྤྱོད་པ་ཉེར་གཞག་སྤྱོད་གོ་སྤྱར་མའི་

མདོ་སྡེ་སྡེགས་བཅ་༩ ཡ་བ ༡༡༠༠བཤམས་གསལ་ལོ། ༢ བརྒྱ་རྩ་ག ཨི་རྩ་རྩི་ལ། བེ་རྩུ།
མཁད། རྩོམ། ལུ་ཏིག་ ལུ་རུ་བཅས་བདུན་ནོ། སྒྲོན་གསལ་དང། རེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྡེགས་
ལྟར་བཏོད།

རིན་པོ་ཆེ་དམར་པོ། རིན་ཆེན་དམར་པོ་དང་འབྲ།

རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་ལྷུང་བྲེ། (འདུལ་བ) ལོངས་པ་གཞིར་གཏོགས་ཀྱི་ལྷུང་བྲེད་དང་འབྲ།

རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱད། ༡ རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་རྒྱན། ལྷན་རྒྱན། མཁྱིན་བ་འཁོར་ཙམ་གྱི་མགུན་རྒྱན།

རྒྱ་མ་འཁོར་ཙམ་གྱི་སེ་མོ་དོ། ལྷེ་བ་འཁོར་ཙམ་གྱི་དོ་ཤལ། སྐྱ་རྒྱེད་ལ་སྐྱ་རགས་སམ་འོག་ག།

ཕྱག་གཏུབ། ཞབས་གཏུབ་དང་བརྒྱད་དོ། །དུལ་ཆུའི་གསུང་ཐེན་ཐེས་ལྟར་བཏོད། ༢ རིན་

པོ་ཆེའི་དབུ་རྒྱན། ལྷན་རྒྱན། མགུན་རྒྱན། ཕྱག་གཏུབ། ཞབས་གཏུབ། སྐྱ་རགས། དོ་ཤལ།

(རིན་པོ་ཆེའི་དོ་ཤལ་ལྷེ་བ་ཡན་འཁོར་བ) སེ་མོ་དོ། (རྒྱ་མའི་བར་སྐྱེབ་པའི་དོ་ཤལ་ཐུང་བ)

རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོན་མ། རིན་པོ་ཆེའི་འདྲ་སྒང་། རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོན་མ་ནི་སྒྲོན་མེ་མལ་བ་དང་མི་འབྲ་བར་

མིག་ལ་པན་ཞིང་དུག་སྒྲང་སོགས་སོག་ཆགས་རྣམས་མི་འདུ་བར་འབྲོས་པའོ། །དཔའ་པོ་

གཙུག་ལག་ཐོང་བའི་སྒྲོད་འཇུག་འགྲེལ་བ་༢༠༡ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཏོད།

རིམ་གྱིས་ལ། ༡ རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱོད་ལ། རིམ་པ་མཐར་ཆགས་སུ་འགྲོ་བ། ༢ (ཕྱག་ཆེན) དབང་པོ་

རྒྱལ་པོ་འམ་སྒོན་སྒྲུང་ས་རྒྱུང་དུར་གོ་སྒྲོང་རྟོགས་གསུམ་དང་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་

བའི་རྒྱལ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་གཙོང་རྡོ་གི་ལུང་པ་མ་ཡིན་པའི་གནམ་ཁ་ཞིང་ཙན་གྱི་ལུང་

པར་ཉི་མ་ཤར་མ་ཐག་ས་རྩོམས་པ་དང་། འབྲུག་པ་འཇུ་བ་མི་རུས་པ་དང་འབྲ་བར་བཤད།

རིམ་གྲོ། ༡ མཚོད་ལ། ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། རིམ་གྲོ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བཞི་མཚོད་པ་

གྱིས་ཤིག་པའོ། །ཞེས་གསུངས། ༢ དད་ལ། དད་གུས། དང་བ། སྒྲོ་བ། སྐྱེས་རབས་སོ་བཞི་

པ་ཤོག་གྲངས་ལས། བཙུམ་ལྷན་འདས་དེས་བྱ་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོས། བདག་ཅག་

གི་དོན་དུ་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་པའི་བྱིར། རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་དེ་ཆོས་མཉན་

པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་

ཡང་། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འགྲེལ་བ་གནད་ཀྱི་རྒྱ་འོད་ལས། ལྷ་མར་བྱེད་པ་ནི་གུས་པས་སོ། །རིམ་གྲོར་
བྱེད་པ་ནི་དད་པར་བྱེད་པ། མཆོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཕྱག་དང་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་དང་བསྟོད་པ་ལ་
སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །རྗེད་པར་བྱེད་པ་ནི་གཡས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །³ བསྐྱུན་གཡོག་དང་ཞབས་ཕྱིས་སྦྱབ་པའི་དོན་
ལའང་བཤད།

རིམ་གྲོ་པ། 1 ལྷན་པར་སྦྱ་མཁུན་ཏུ་སྟོད་མཁན་གྱི་ཞབས་ཕྱི། 2 ཆོ་ག་འདོན་མཁན་ནམ་ཞབས་
རིམ་སྦྱབ་མཁན།

རིམ་ལྗ། 1 དག་དཔེན། སེམས་དཔེན། ལྷ་ལུས། འོད་གསལ། ཟུང་འཇུག་དང་ལྗེའོ། །ལུས་དཔེན་
ལ་རིམ་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་པས། རྫོགས་རིམ་གྱི་ཆ་དག་དཔེན་ཏུ་བསྐྱུས་ནས། དག་
དཔེན་ནམ་རྟེན་བརྒྱས་ཀྱི་རིམ་པ། སེམས་དཔེན་ནམ་དགོངས་པ་རྒྱ་ན་མེད་པའི་རིམ་པ། ལྷ་
ལུས་མས་བདག་བྱེན་རྒྱབས་ཀྱི་རིམ་པ། འོད་གསལ་ལས་མཛོན་པར་བྱང་རྒྱབ་པའི་རིམ་པ།
ཟུང་འཇུག་གི་རིམ་པ་དང་ལྗེའོ། །འདི་ལ་རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྗ་ཞེས་བྲ། རིམ་ལྗ་ཞེས་པ་
རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྗ་ལ་གྲགས་ཆེ། ལྷས་པ་རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལྗ་ལ་གཞེགས། 2 བསྐྱེད་
རིམ། སེམས་དཔེན། (ལུས་དཔེན་དག་དཔེན་གཉིས་སེམས་དཔེན་ལ་བསྐྱུས་ནས་སེམས་
དཔེན་གྱི་རིམ་པ་ཞེས་གངས་གཅིག་ཏུ་བཅེས) ལྷ་ལུས། འོད་གསལ། ཟུང་འཇུག་དང་
ལྗེའོ། །འདི་སྟོན་གསལ། རྗེའི་སྟོན་གསལ་གྱི་མཆན་བྱ་བཞི་སྦྱགས། རྗེ་བཙུན་ཀུན་དག་འདོན་
བྱ་བ་ཀྱི་རྒྱད་རྟེན་སོགས་མང་པོར་གསལ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་སྟོན་གསལ་༡༣ལས།
བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་པོ་ཡིན། །སེམས་ལ་དཔེན་པ་ཅམ་ཞིག་ནི། །རིམ་པ་གཉིས་པ་ཞེས་
བརྗོད་དོ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བསྐྱུན་པ་ནི། །ཡིད་འོང་རིམ་པ་གསུམ་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་
པ་དག་པ་ནི། །རིམ་པ་བཞི་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །བདེན་གཉིས་སྦྱོར་བ་གང་ཡིན་པ། །ཟུང་
འཇུག་ཅེས་བྲ་ལྗེའོ། །འདི་ནི་སྦྱབ་པའི་ཡན་ལག་མཆོག་ །རྒྱད་ཀུན་གྱི་ནི་དོན་བསྐྱུས་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །³ རིམ་པ་ལྗ་པ་ཞེས་བྲ་བ། སྟོབ་དཔོན་སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱིས་མཛོད་

པའི་གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་བ་ཞིག་རྒྱད་འགྲེལ་༼ རི་བ་ ༽ཤོག་གངས་
༤༥ན་འཁྲུགས་སོ། །འདི་ལ་ངོས་ཤོག་༩༣ཅུ་ཡོད།

རིམ་ལྷ་གངན་རྫོགས། རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་རིམ་རིམ་ལྷ་གངན་
རྫོགས་ཀྱི་དཔལ་ར་ཁྱིད་ཅེས་བྲ་བ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད། སྤྱ་བཤད་ནི། རིམ་ལྷ་སྙན་
གཅིག་གི་སྙེད་དུ་འཁོར་ལོ་ཅན་དུ་རྫོགས་པར་སྒྲིམ་བ་ལ་རིམ་གངན་རྫོགས་ཟེད། རྗེ་འེ་རིམ་
ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ན་གསལ།

རིམ་ལྷ་ལམ་གྱི་རིམ་བར་བསྐྱིག་ཚུལ། བསྐྱེད་རིམ་ཆོགས་ལམ་ལུས་དཔེན་སྦྱོར་ལམ་ཤོད། །ལུས་
དཔེན་ལ་ཡང་བསྐྱེད་རྫོགས་གཉིས་ཀ་ཡོད། །ངག་དཔེན་ཅེ་མོ་སེམས་དཔེན་བཟོད་
པའོ། །ལུས་དཔེན་སྐབས་སུ་གཏུམ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ཡས་བབས་མས་བརྟན་དགའ་
བཞི་འདྲེན་པའི་ལམ། །གཙོ་བོར་བསྐྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཤོད་ཅེས་བཤད། །ངག་དཔེན་སྐབས་སུ་
སྙེད་གི་སྤྱ་ཅེའི་རྒྱུད། །དབང་དུ་སྤྱད་པའི་རྣམ་པ་ཐོག་མ་དུ། །སྤྱེ་བར་འགྱུར་བས་སྦྱོར་ལམ་
ཅེ་མོ་དང་། །སེམས་དཔེན་སྐབས་སུ་ཤེན་ཏུ་བྲ་བའི་སེམས། །ཀྱུན་རྟོག་བརྒྱུད་ཅུས་བསྐྱོད་
ནས་བདེ་ལྷག་གིས། །བསྐྱེད་པའི་འཁྲུལ་སྤང་བཟོད་པས་བཟོད་བ་དང་། །འཛིག་རྟེན་མ་ཡི་
ལམ་གྱི་མཆོག་གྱུར་པས། །མ་དག་སྤྱེ་ལུས་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་སྟེ། །དོན་གྱི་འོད་གསལ་
མཐོང་ལམ་རབ་དགའི་ས། །སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་སྒྲོམ་ལམ་ས་དགྲ་དང་། །མི་སྒྲོབ་བྱང་
འཇུག་ཀྱན་ཏུ་འོད་གྱིས། །མོས་སྦྱོད་ས་དང་བཅས་བ་ས་བཅུ་གཉིས། །ཞེས་བ་ལྟར་པོ། །

རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན། རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་མན་ངག་རིམ་ལྷ་རབ་ཏུ་
གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྲ་བ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད།

རིམ་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་གྲུ་རིམ་ལམ་དང་། རྣམ་པ་དང་། ཆ་དང་། འཁྲུགས་ཞེས་བྲ་བ་ནི་རྣམ་
གངས་སོ། །ཞེས་གསུངས། རྣམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྫོགས་རིམ་གྱི་
རིམ་པ་ནི་རྣམ་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རིམ་ལྷ་ལ། ། རིམ་ལྷ་ལ་ཞེས་བྲ་བ། སྒྲོབ་དཔོན་གྲུ་སྤྱེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གསང་བ་འདུས་པའི་

རྫོགས་རིམ་གྱི་འགྲེལ་པ་ཞིག་རྒྱུད་འགྲེལ་༩ རི་བ་ རྟོག་གངས་༧༥ན་བཞུགས་
སོ། །འདི་ལ་ངོས་ཤོག་༥༣ཅུ་ཡོད། 2 རིམ་བ་ལྔ་དང་ལྔ་ན་པ།

རིམ་བ་བདུན་གྱི་ས་འོག་ས་འོག་རིམ་བ་བདུན་ལ་གཟིགས།

རིམ་བ་བཞི་པ། སྒོ་བ་དཔོན་ནག་པོ་སྒྲོད་པས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག

རིམ་བ་བཞི་པའི་འོད་གསལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཛོན་དུ་འགྱུར་པའི་ཐབས་ཉི་པའི་རྒྱ་ནས་བཟུང་
སྟེ་ཟུང་འཇུག་མ་ཐོབ་པའི་བར་གྱི་རྫོགས་རིམ་ནི། བཞི་པ་འོད་གསལ་གྱི་རིམ་པའི་ངོ་བོ་ཡིན།
རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ནི། ཕྱི་ཁྱེ་ཉི་མོད་ཀྱི་སྒྲིག་གསུམ་འདས་པའི་ཐོ་རངས་
གྱི་དུས་སུ་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་ཕྱི་ཁྱེ་མཛོན་བྱང་དང་། ཉང་གི་སྒྲིང་མཆེད་ཐོབ་
གསུམ་ཐིམ་པའི་འོད་གསལ་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་བ་ཡིན་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་ནང་གི་མཛོན་བྱང་དུ་
བཞག་དོ། །རིམ་བ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཐོབ་པ། ལྷན་སྒྲེས་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་སྒྲོང་
བ་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པ། སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ། དེའི་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་
ནམས་དུས་མཉམ་མོ། །སེམས་དཔེན་མཐར་ཐུག་དཔེའི་འོད་གསལ་དང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་
གཉིས་ཀ་གཉེན་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡིན་པ་མཆོངས་ཀྱང་རྫོགས་པ་རྫོགས་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་
ལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཆེ་རྒྱ་བ་སྤྲ་རགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་ཐིམ་དགོས་
པས། རྫོགས་པའི་བཞེན་པར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་གི་དངོས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་བྱེད་པའི་སྒྲུ་ལུས་ཀྱང་ཐིམ་
དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ། རི་རབ་ལ་གཟིགས།

རིལ་བ། 1 རྒྱུད་དུ་རྒྱུད་པ། ཐབ་འདྲིལ། 2 (འདུལ་བ) རིལ་བ་སྒྱི་རྒྱགས་དང་འདྲ།

རིལ་བ་སྒྱི་རྒྱགས། (འདུལ་བ) མཆུ་མེད་པའི་བྲམ་བ་ལུང་ཐག་ཅན་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱ་བཞུགས་
བྱ་བའི་སྒྲོད་དུ་བེད་སྒྲོད་བྱེད་པ་དེའི་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་⁹⁴པ་⁹⁵ལས།
རིལ་བ་དག་ཅས་བྱ་བའི་བསྐྱ་བཞུགས་བྱ་བའི་སྒྲོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གནས་མཆོག་ནི་
རྫོགས་པ་ཤོགས་སུ་མཛུལ་རྒྱ་ཡོད་པའི་དོ་སྒྲའི་སྒྲིན་རས་གཟིགས་བྱག་བཞི་པ་བཞེངས་

སྒྲིམ་སྤྱོད་པ་དེའི་མདུན་གྱི་བྱུག་གཉིས་པར་ཐོགས་པའི་བྱམ་པ་དེའི་མིང་ཡིན་ནོ། །ད་
དུང་དབྱེད་དོ། །

རིལ་མིང་བགྱིད་པ། ལྷར་མིང་གཏོང་བ།

རིལ་འཛིན། ལུས་འོད་གསལ་ལ་དུ་སྦྱངས་ཏེ་དེ་ལ་སེམས་འཛིན་པ། སྒྲ་བཤད་ནི། རིལ་པོ་ནི་རང་གི་
ལུས་དང་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྦྱངས་ནས་དེ་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ནི་རིལ་འཛིན་གྱི་དོན་ཡིན། རྗེའི་
རིས་ལྡ་གདན་རྩོགས་ལ་གཞི་བྱས།

རིས་ལྡའི་འགྲོ་བ། འགྲོ་བ་རིས་ལྡ་ལ་གཟིགས།

རིས་མ་ཐུན་པ། རྟོག་གམ་རྟོག་གི་དབང་པོའི་མིང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ཏྟ་ ཀ ༡༥༥བ་ལས། ལུ་རྩི་
མིད་དུ་རིས་མ་ཐུན་པ་ཡོད་ཀྱི་བར་དུ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་
གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། རིས་མ་ཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་བཤོ། །ཞེས་སྟེ་བའི་མིང་དུ་
གསུངས་སོ། །

རུ། 1 ཆོགས་པ་འཕམ་དབྱང་སྒྲེའི་མིང་། རུ་ཁག་རུ་སྟེག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 རུ་ཅེའི་མིང་། རྒྱང་རུ། ལ་
རུ་ལྟ་བུ། 3 དམག་གི་བདུན་ཉིད། དམག་དཔོན་ལ་རུ་དཔོན་དང་། གཤུང་ལ་རུ་མཆོན་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། 4 ལ་དོན་གྱི་སྒྲ་ཞིག

རུ་འཛིངས་པ། (རྫོ་སྦྱང) འཛིང་ག་བརྒྱབ་ནས་ཟིང་ལངས་པའི་དོན། དཔེར་ན་རྒྱེན་ངན་རུ་འཛིངས་
པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

རུ་རུ། ལ་བའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་གི་མིང་། བོད་རྒྱལ་དུ་སྒྲ་སྟོགས་ཟེར། མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་
འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་མོ་ཏྟ་ མེ ༡༣༠༤བ་ལས་བཤད། འདི་སྒྲ་མདོའི་ཁོངས་སུ་བཞུགས།
རི་དྲགས་རུ་རུ་དང་དོན་གཅིག

རུ་ཕིང་། སྒྲོམ་ཕིང་། རུ་ཕིང་ནི་སྒྲོམ་ཕིང་དུ་དོན་དུ་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་གསལ་ཏེ། བོད་རྒྱ་
ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་” བྱེལ་བྱེལ་” ཞེས་པའི་ཐད་ལས། སྟེ་ཁུང་གི་རུ་ཕིང་ལ་བཀྲག་ཅི་བྱེལ་
བྱེལ་གྱིས་འབྱུག་པ། ཞེས་གསལ།

རུང་ཁང་། (འདུལ་བ) 1 དགེ་འདུན་གྱི་ཐབ་ཚང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། མཚམས་ཀྱི་ནང་ཡིན་ཀྱང་དེར་ཟས་
བཙོ་བ་དང་། ཞག་ལོན་བཞག་ཏུ་རུང་བས་ན་རུང་ཁང་ཞེས་བྱའོ། 2 དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱི་ཐུས་
བཞག་ས་དང་ཟས་སྤྲུལ་བཞག་ས་ལའང་རུང་ཁང་ཟེར།

རུང་མིན་གྱི་གཞི་བཟུ། (འདུལ་བ) 9 ཏུ་ལུ་ཏུ་ལུ་བརྩོད་པས་ལྷུང་བ་འདག་པ། 9 རེས་སུ་ཡི་རངས་
བྱེད་པས་ལྷུང་བ་འདག་པ། 9 དགེ་སློང་གིས་ས་བཞོས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ། 9 དགེ་སློང་
གིས་ཆུང་འབྱུང་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ། 9 ལན་ཆ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་བྱི་རྩེ་ཁ་ཟས་བཞོས་པ་ལ་
ཉེས་པ་མེད་པ། 9 ཡང་ཡང་བ་བ་ལ་རྒྱུང་གྲགས་བྱིན་པས་ཆོག་པ། 9 སྤངས་པ་བ་བ་ལ་
ལྷག་པོར་མི་དགོས་པར་སོར་མོ་གཉིས་ཀྱིས་རི་མོ་གཏོད་པས་ཆོག་པ། 9 བྱི་རྩེ་ཁོ་དང་ཁོ་
དཀྲུགས་ནས་བཏུངས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ། 9 གཤིང་བ་གསར་པ་ལ་རྩིང་བ་ནས་མཐོག་གང་
སྒྲན་མི་དགོས་པ། 90 བསྐྱེན་པར་མ་རྩོགས་པའི་མགོ་ཐོག་ཏུ་ཁྱེད་བཞག་དེའི་སྤྱིང་བྱ་
བཟེད་བཞག་དེའི་ནང་དུ་གསེར་ལ་སོགས་པའི་རིན་ཆེན་བཞག་ནས་སྤངས་པ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་
ལ་རེག་པའི་ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དང་བཟུའོ། འདུལ་བ་ལག་ལེན་མི་རུང་བའི་གཞི་
བཟུ་པོ་འདི་བསལ་ནས་བསྐྱེན་པ་ནམ་དག་ཏུ་བསྐྱེན་པའི་ཆེད་དུ། བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་པ་
མཛད་པ་ཡིན་ལོ། རྩེ་བཟུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་འདུལ་བ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། མ་
སྤོམ་ལས། ཏུ་ལུ་ཡིད་རངས་ས་ཤོ་ཆང་དང་ཆ། ལམ་དང་སོར་གཉིས་དཀྲུགས་དང་གཤིང་
བ་གསེར། རུང་མིན་གཞི་བཟུ་སྤྱི་བྱུང་གསོ་སྤྱོད་མཛད། ཅེས་འབྱུང་།

རུམ། 1 རུམ་བ་སྤྱེ། རང་ལུས་ཀྱིས་གཞན་བཀའ་ནས་བྱོ་བར་བྱེད་པའམ། བྱ་མོས་སྤོང་འཕྱེད་དུ་
ཉལ་ནས་སྤོང་སྤྱིན་པར་བྱེད་པའི་མིང་། བྱ་མོས་སྤོང་རུམ་ནས་བྱ་སྤྱུག་ལངས་ལྟ་བུ། ཞེས་
བ་ལྟ་བུ། 2 མངལ། མའི་རུམ་ལ་བྱ་ཆགས་ལྟ་བུ། 3 ཨམ་ཕྱག་ 4 རང་། ཁྱོད། དཀྱིལ། གསེབ།
སྤྱིན་གྱི་རུམ་ཞེས་བ་དང་། ལུན་པའི་རུམ་དུ་སྤྱིན་མེ་སྤར་བ་འདྲ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

རུམ་པ། རུམ་ལ་གཞིགས།

རུས་སྤོམ། རུས་ཁོག་ཆ་ཆང་། Skeleton

རུས་པ་སྒོགས་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས། གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕེབས་ཆུ་
པར་ཞོག་རུས་པ་ལག་ཏུ་སྒོགས་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཛོད་མཇུག་ལ་སོང་ན་འདུག་ཉེས་
དམིགས་ཕྱིན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུངས་ཏེ། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་མདོ་ཞེས་
བྱ་བ་སྒྲིབ་པ་ལ་འགྱུར་མཛད་སྤེའི་༼ ༣༥ ༽ ༣༠༡ བ་༣ ལས། རུས་པ་དག་སྒོགས་ནས་གཙུག་
ལག་ཁང་དུ་འབྱུག་པར་བྱེད་ན་བྱ་མཆུ་རིངས་སུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རྟེན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་
བཞིན་དུ་ལྷ་ས་ཁྲོན་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སོང་ན་སྤེལ་བར་སྦྱེ་བར་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་
གསུངས་སོ། །

རུས་པ་ལ་འདུག་ཐེངས་ལ། རུས་པ་ལ་འདུག་ཐེངས་ལ། རྒྱུ་སྤྲོད་ས་ལས་ཀྱང་། ལྷགས་པ་དཔེ་མེད་རུས་པ་
ལ་ཡང་ཐེངས་ལས། །ལུས་སྦྱེབས་འདར་ཞིང་སྦྱར་ནས་ཀྱུ་ཀྱུ་པོར་འདུག་པ། །ཞེས་པ་
ལྟར་རྟེན། །

རུས་པའི་རྒྱན་བྱུག ལྷག་རྒྱ་བྱུག་དང་འབྲ། འདི་ལ་རྒྱན་བྱུག་ཅེས་ཀྱང་བེད། ལྷག་རྒྱ་བྱུག་ལ་
གཞིགས།

རུས་སྤེལ་གྱི་སྤྱ། མེད་པའམ་མི་སྤྲིད་པའི་དཔེ་ཞིག

རུས་སྤེལ་གྱི་རྒྱུད། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རྩ་བར་གནས་ཕྱིར། བྱེད་ལས་སྤྱོད་པ་
དང་རྒྱུད་ལག་བསྐྱོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུད་ཞིག ལྷ་བཤད་ནི། རྒྱུད་དེ་རུས་སྤེལ་
ཀྱི་དབྱིབས་དང་འབྲ་བའི་མཆོན་པ་ལས་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས།

རུས་ཕྱིར། (རྫོ་སྤྲོད་) སྤྲིང་རུས་སམ་སྤྲིང་སྤྲོབས། རྩའི་ལམ་རིམ་ལས། ལྷ་དང་སྤྲོ་མ་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས་ཕྱིར་རུས་ཕྱིར་དང་བཅས་ནས་ནན་ཏན་གྱིས་བསམས་ན། ལོ་བརྒྱར་ཡང་མི་སྦྱོ་
སྤྲོ་མ་ཞིག་ཀྱང་འདུས་བྱས་སོན་མི་སྤྲོད་པས་ཅི་ཞིག་ལྷར་ལ་སྦྱེ་བ་ཡིན་གསུང་རྟེན། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན། །རྫོ་སྤྲོད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་༤༣ ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་རུས་ཕྱིར་དང་བཅས་
པས་གོམས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རེ་ཁ། (ལེགས་སྦྱར་) རི་མོ་དང་ཐིག་གི་མིང་།

རེ་ལྟར་ཐོགས་ནའང་། (བདུན་ཉིད་) རི་ཙམ་ཐོགས་ནའང་། རི་ལྟར་ཐོགས་ནའང་། རི་ཙམ་རིང་ནའང་།
ཞེས་པའི་དོན།

རེ་དོགས། ལེགས་སུ་རེ་བ་དང་ཉེས་སུ་དོགས་པ་སྟེ། ཡག་པོ་ཞིག་བྱང་ན་སྟམ་པའི་རེ་བ་དང་། སྟུག་
ག་ཞིག་མི་ཡོང་ངམ་སྟམ་པའི་དོགས་པ་ལོ། །

རེ་ལྟ་ཞིག ། ཡུན་རིང་ཞིག་ཅེས་པའི་དོན་དུ་བཤད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་
དཔྱལ་བ་ཡི། །སྤང་མ་རྣམས་ལ་བྱིན་དུ་ངེས། །དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་རེ་ལྟ་ཞིག །ཁོ་བོ་བྱིན་པས་
ཡུན་རིང་སྟུག་ །ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །² རྣམ་པ་མང་པོ་ལས། ལན་གྲངས་དུ་མར། ཞེས་པའི་
དོན་དུ་བྱ་རྟེན་ལས་བཤད་དོ། །

རེ་ལྟེ། །རྩ་གདན་ལྟས་མ་སྟེ། སྟུག་མའམ་རྩས་ལྟས་པའི་སྟན་དང་ཡོལ་བ་སོགས་ལ་ཟེར། བྱར་བ།
སྟམ་བྱ་སོགས་ལའང་འབྲུག་པར་བཤད། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། སེག་ཅེས་
བྱ་བ་ནི་སྟུག་མ་ལ་སོགས་པའི་ཐགས་མ་བྱ་བཞིལོ། །རེ་ལྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཁྱུན་རིང་
པལོ། །ཞེས་གསུངས། རེ་ལྟེ་ལྟོངས་རིང་། དཀྱུས་སུ་རིང་པའི་རེ་ལྟེ། མདོ་རང་འབྲེལ་གསུང་།
རེ་ལྟེ་འཛོང་འཛོང་རིང་སོ། རེ་ལྟེ་འཛོང་རིང་ཟེར་བ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་སྟུམ། དཔྱ་མ་ལ་འབྲུག་
པར། རེ་ལྟེ་དམག་དང་ནགས་ཆའ་དང་། ཞེས་པའང་རྩའམ་སྟུག་མས་སྟམ་པའི་སྟོད་སྟུང་
དམ། སྟན་དང་ཡོལ་བ་སོགས་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི་ཅིད་པས་བཞེས་པའི་རེ་བ་ནི་བོད་ལ་མ་
གཏོགས་རྒྱ་གར་ལ་མེད་པས་དེ་ལ་དོགས་པ་མི་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །མི་ཆངས་སྟོད་ཀྱི་པམ་
པའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ཅེས་ ༡༧ རྣམས་དག་དག་སྟོང་དགོན་པ་བའི་ཉིན་པར་
སྟོས་པམ་སྟེ། གཉིད་ལོག་པས་ཕྱོགས་དེ་ཡལ་ག་དག་གམ། སེག་དག་གམ། རེ་ལྟེ་དག་གིས་
བསྐྱོར་བར་བྱ་བལས། སྤང་མ་དག་སྟོང་གཞག་པར་བྱ་བལས། ཞེས་གསུངས་སོ། །² གཤམ་ག་
ཅིད་ལས་བཞེས་པའི་རེ་ག།

རེ་མ། བྱད་མེད་ཀྱི་བདུན་ཉིད་ཡིན་པར། སྟུགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུད་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས་བཤད།
རེ་སྟེ། རེ་མ་དང་ལས།

རེ་ཞིག 1 གནས་སྐབས། 2 ཏུས་ཐུང་ཏུ། 3 ཏུས་གང་འཆ་མས་ཤིག 4 ཉམ་ཞིག 5 དང་པོར་རམ།
ཐོག་མར་ལྟ་བུའི་ཏུས་ཀྱི་རིམ་བུ་སྟོན་པའི་ཆོག་ཅིག དཔེར་ན་འབྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལས། དེ་
ཐོས་ནས་རེ་ཞིག་དང་པའི་ཐེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་ནི་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་སྦྱར་དུ་རབ་ཏུ་
དང་བ་སྐྱེའོ། །ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤང་ལས། རེ་ཞིག་ནི་རིམ་བུ་སྟོན་
པའོ། །ཞེས་དང་། རྗེའི་རྣམ་གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་ལས། རེ་ཞིག་ནི་སྟོན་ལ་འདི་བྱ་ལ།
དེ་ནས་འདི་བྱའི་ཞེས་རིམ་བུ་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རེ་ཞིག་གི་ཆོ། ཉམ་ཞིག་གི་ཆོ། བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་ཟླ་ག་ལི་ཏུ་ར་
ཞེས་བྱ་བ་ན་འབྲུ་མར་གྱིས་ཟངས་བཀང་བའི་ནང་ན་བཞུགས་ཏེ་འབུམ་སྡེ་བརྒྱད་ཅུ་ཞལ་
འདོན་མཛད་པའི་ཆོ་བྱ་ཤུག་ཚོ་ཞིག་རྒྱན་དུ་ཉན་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རེ་ཞིག་གི་ཆོ་ལི་སྟེ།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རེག་ཅིང་ཚོལ་བ། (འདུལ་བ) རེག་ཅིང་མཉེད་བ། རེག་ནས་འཕུར་འཕུར་གཏོང་བ། རེག་ཅིང་འབྱུང་
བ། ཞིབ་པར་བརྩམ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རེག་ཅིང་བརྩམ་བ། (འདུལ་བ) རེག་ཅིང་ཚོལ་བ་དང་འབྲ།

རེག་མཐོང་གི་མཆན་མ་བརྟན་པོ། (གསང་སྤྱགས) ལྟ་བུ་སྟོམ་པའི་ཆོ་ཡིད་དོར་མིག་གིས་མཛོན་སུམ་དུ་
མཐོང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསལ་བའི་གསལ་སྤང་བརྟན་པོ་ཐོབ་པ་ལ་མཐོང་བའི་མཆན་མ་
བརྟན་པོ་དང་། ལག་པས་རེག་ཀྱང་རེག་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་བསྟོམས་ཉགས་གསལ་པོ་ཐོབ་པ་
ལ་རེག་པའི་མཆན་མ་བརྟན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ད་རྒྱལ་དང་གསལ་སྤང་ཏུ་ཅང་བརྟན་བ་འགའ་
ལ་ཐོགས་རེག་གི་མྱོང་བ་དངོས་སུ་བྱུང་བའང་ཡོད་དེ། སློབ་དཔོན་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱི་སློབ་མ་སྟོ་ཤིན་
ཏུ་རྒྱལ་བ་ (ཕྱིས་སུ་བྱབ་ཐོབ་ཤིང་ཁ་བ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཡིན) ཞིག་ལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་
ཀྲལ་ཀའི་ཚུལ་དུ་མགོ་ལ་རྟ་སྟེས་བར་སྟོམས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པས་དེས་ཀྱང་བསྟོམས་ཏེ།
རེག་མཐོང་གི་མཆན་མ་བྱབ་ནས་རང་སྟོད་པའི་ཤུག་བ་ལ་རྟ་ཐོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཏུ་ར་རྟ་
ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་༤༥ན་འབྱུང་བ་ལྟར་ལོ། །

རེག་པ། 1 ལག་པས་སྒྲུག་པ། 2 འཛོལ་པ། སྒྲེབ་པ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་རེག་གྱུར་ཅིག་
 ཅས་པ་ལྟ་བུ། 3 ཚོར་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་སྟེ། དུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་
 འདུས་ནས་ཚོར་བ་བདེ་སྒྲུག་བཏང་སྟོམས་གསུམ་སྟེ་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་
 ཟེད།

རེག་པའི་ཟས། ལུས་སེམས་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་རེག་པ་ལ་ཟེད། བཀྲེས་པས་ཉེན་པའི་མི་ཞིག་ཟས་
 མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ལ་དགའ་བདེ་སྟེ་བ་ལྟ་བུ་རེག་པ་ཟས་སུ་སོང་བ་ཡིན། སྤྱ་བཤད་ནི།
 རེག་པ་འདྲ་ཡིན་ལ་ཟས་དང་བྱེད་ལས་ཚོས་མཚུངས་པས་རེག་པའི་ཟས་ཞེས་ཐ་སྙད་
 བཏགས་སོ། །

རེག་པའི་ལྷག་པ། (འདུལ་བ) ལྷག་པ་བཅུ་གསུམ་གྱི་གཉིས་པ། རེག་པའི་ལྷག་མའི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་
 ལྷན་དགེ་སྲོང་གིས་ཆགས་སེམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་རེག་ཅིང་རེག་པ་བདག་གིར་བྱས་པ་
 ལས་གྱུར་པའི་ལུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྟེང་གཞི་ནི་མཉན་ཡོད་དུ་འཆར་གས་བྱུང་མེད་ལ་
 རེག་པ་ལས་དགེ་འདུན་ལྷག་མར་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་འཁྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་འཕེལ་
 བའོ། །

རེག་བྱ་བཅུ་གཅིག་རྒྱའི་རེག་བྱ་འབྱུང་བ་བཞི་དང་། འབྲས་བུའི་རེག་བྱ་འཕམ་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེག་
 བྱ་འཇམ་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ཡང་གང་བ་བཀྲེས་སྟོམ་བདུན་ཉི་བཅུ་གཅིག་གོ།

རེག་བྱ་རྫོང་མ། 1 དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཡུམ་གྱི་མཆོག་། ཁྱོ་མའི་ཉམས་རྩུང་ཟད་ཡོད་པ་ལ་
 རེག་བྱ་རྫོང་མ་ཟེད། ལྷ་མོ་དེ་དག་གྱུར་ངེས་དོན་དུ་རྫོང་འཆར་དང་ངོ་བོ་མཉམ་པས་རྫོང་
 བཏགས། གཞུགས་རྫོང་མ་སོགས་ལའང་རེགས་འགྲེལ། 2 སྤྱལ་སྤྱུ་སྟོན་པའི་ཡུམ་རེག་བྱ་
 རྫོང་མ་ཞེས་ཟེད།

རེངས། 1 གྱིང་པོ་འཇམ་མཁྲིགས་པོར་གྱུར་པའི་དོན། 2 ལངས་པའམ་ཤར་བའི་དོན། དཔེར་ན་སྤྱ་
 གདངས་ལངས་པའམ་ཤར་བ་ལ། སྤྱ་རེངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 རྒྱུང་པ། ཁྱེད་རྒྱུང་། པོ་རེངས་
 ལྟ་བུ།

རེངས་པ། རེངས་ལ་གཟིགས།

རེངས་བྱེད། <སྒྲུན> སྒྲགས་ཀྱིས་ལུས་རེངས་ནས་ལས་བྱེད་མི་རུས་པའི་མིང་། བྱེ་བྲག་རྟོགས་
བྱེད་འབྲིང་པོ་ལམ་སྐྱོར་བཅ་གཉིས་༩ ཅོ་པ ༡༧༧བཅུམས། སྒྲུན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲགས་
ཀྱིས་ལུས་ཁེངས་ཤིང་ལས་བྱེད་མི་རུས་པའི་མིང་སྟེ་རེངས་བྱེད་ཅེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

རེའུ་ར་ལྷུག

རེའུ་མིག ༡ འ་མིག་གི་དབྱེབས་ཅན་གྱི་རིམ་ལོངས་དངོས་པོའི་མིང་། སྐྱ་བཤད་ནི། དབྱེབས་རེའུ་སྟེ་
ར་ལྷུག་གི་མིག་ལྟར་གོར་གོར་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རེའུ་མིག་ཅེས་བཏགས། ༢ གངས་ཀ་སྐྱ་
ཆོགས་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཨང་གིའི་མིང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

རེས། ༡ རེས་འགའ། སྐབས་རེ། ༢ རེ་མོས། རེས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེ་མོས་སོ། །ཞེས་ནས་འབྲེད་
འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རེས་འགའ། སྐབས་རེ། མཆོམས་རེ། མཆོམས་མཆོམས། བར་བར།

རེས་འགའ་བ། སྐབས་རེ་ཡོད་ལ་སྐབས་རེ་མེད་པའི་ཆོས། དུལ་དུས་འགའ་ཞིག་ན་ཡོད་ཅིང་ལ་
ལར་མེད་པའི་ཆོས།

རེས་འཛོག་གཅིག་ཡོད་དུས་ཅིག་ཤོས་མེད་པ། རྗེའི་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་༧༧བཅུམས། གཅིག་
ཡོད་པའི་ཆེ་ཅིག་ཤོས་མེད་པའི་རེས་འཛོག་མ་ཡིན་པར་དུས་གཅིག་དུ་ཆོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་སྐྱ་ཐོབ་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

རོ། ༡ ཤི་བའི་ལུས། སྟོག་དང་བལ་བའི་ལུས། ༢ སྟོ་བ། རོ་མངར་བ་དང་སྐྱར་བ་ལྟ་བུ། མི་རོ་དང་
ཁྱི་རོ་ལྟ་བུ། ༣ སྟིང་པོ་སྐྱར་ཟིན་པ། ཟས་ཀྱི་སྟིགས་རོ། ༤ བེད་མེད། ས་རོ་རྗེ་རྗེ་ལྟ་བུ། ༥ བར་
བཞེ། རོ་གཅིག་དུ་གྱུར་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ༦ ར་མཐར་སྐྱར་རྒྱུའི་རྟོགས་ཆོག་གི་བྱད་ཅིག

རོ་རྒྱུད་དབུ་མ་གསུམ་གྱི་ཡར་སྟེ་དང་མར་སྟེ། རོ་རྒྱུད་དབུ་མ་གསུམ་ནི་སྟེ་བོན་ས་པོ་མོ་གང་ཡིན་
གྱི་རྟོགས་ཀྱི་ཅེར་ཡོད་ལ། དེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་རྒྱུད་མཐེལ་གཉིས་སུ་ཡོད་པའང་རྗེའི་གསུང་ཟིན་

ཐཱིས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་རྩོགས་རིམ་དབྱིད་ཐཱིག་ལས་གསུངས། ཅ་དབུ་མ་ནི་སྤྱི་པོ་ནས་རྟགས་ཀྱི་
ཅེའི་བར་ཡོད་ལ། རོ་མ་ནི་ཡར་སྤེ་སྤྱ་བྱག་གི་རྩས་པའི་བྱ་གནས། མར་སྤེ་བཤའ་ལམ་གྱི་
བར་དུ་སོང་ནས་བཤའ་བ་འཕེན་འཛིན་གྱི་དབུ་གསུངས། རྒྱུད་མ་ནི་ཡར་སྤེ་སྤྱ་བྱག་གི་
རྩས་པའི་བྱ་གནས། མར་སྤེ་རྟགས་ཀྱི་ཅེའི་བར་སོང་སྤེ་ཐཱི་རྒྱ་དང་ཁྱ་ཁྱག་འཕེན་འཛིན་གྱི་དབུ་
པར་བཤའ་དོ། །

རོ་སྤྱལ། ས་སྤོང་སྤྱལ་བོ་སྤེ། རྩ་རྩ་ཤིང་སོགས་ཅི་ཡང་རྒྱུད་འཕྱོ་བའི་བྱ་དམ་གྱི་ཐང་ལྟ་བུ་ལ་བཤའ།
རོ་ཁྱར་བ་ལྟར། རྒྱུ་བཤག་ལ་དུ་སོང་བའི་དཔེའོ། །གནའ་པོ་བོད་དུ་རོ་ཁྱར་བ་ན་ཐག་པས་གོང་བྱར་
བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱུ་བ་སྤོང་བྱས་ཏེ་ཁྱར་བའི་སྤོལ་ཡོད་པ་དེ་དཔེར་བརྒྱད་བའོ། །

རོ་བརྒྱ། རོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་དང་དོན་གཅིག་ འདི་ལ་རོ་མི་འབྲ་བ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཡོད་པས། རོ་
བརྒྱ་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་གྱི་གངས་བརྒྱ་ཏག་ཏག་ཡོད་པའི་དོན་མིན་ལོ། །ཡང་ན། བརྒྱ་
ཞེས་པ་མང་བའི་དོན་ཅུ་མོ། །དག་འཕྲན་ལྟ་བརྒྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད། རོ་མངར་བ། སྦྱར་བ། བསྐྱ་བ། ཁ་བ། ཚ་བ། ལན་ཚ་བ་སྤེ་རྩ་བའི་རོ་བྱག་དེ་རེ་
རེ་ལ་འང་མངར་བའི་མངར་བ་བྱག་བྱག་ཏུ་བྱེ་བས་སོ་བྱག་དེ་རེ་རེ་ལ་འང་དམན་པ་དང་འབྲིང་
དང་མཆོག་གསུམ་གསུམ་དུ་བྱེ་བས་རོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཡོད་པར་བཤའ་དོ། །ཞེས་ཡོངས་
འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྤྱ་མཚན་ཁྱིད་ཡིག་༤༤མདུན་སྤོང་༤༤ལས་གསུངས། དེ་དུས་
རྩའི་གསུང་ཐཱིན་ཐཱིས་ལས་ཀྱང་། རོ་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་ནི། རོ་མངར་བ། སྦྱར་བ། བསྐྱ་བ། ཁ་བ།
ཚ་བ། ལན་ཚ་བ་སྤེ་རྩ་བའི་རོ་བྱག་དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་མངར་བའི་མངར་བ། མངར་བའི་སྦྱར་བ།
མངར་བའི་བསྐྱ་བ། མངར་བའི་ཁ་བ། མངར་བའི་ཚ་བ། མངར་བའི་ལན་ཚ་བ་དང་། དེ་བཞིན་
དུ་སྦྱར་བའི་སྦྱར་བ། སྦྱར་བའི་མངར་བ་སོགས་བྱག་བྱག་ཏུ་དབྱེ་བས་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་
དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་དུས་རྩའི་གསུང་འདི་ལ་སྦྱོན་འདུག་གོ།

རོ་གཅིག་ རོ་གཅིག་པ་དང་དོན་འདྲ།

རོ་གཅིག་པ། ། དབྱེར་མེད་པ། རྩ་ལ་རྩ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་སོང་བ། རྩ་དང་འོ་མ་

འདྲེས་པ་ལྟ་བུར་བྱུང་བ། 2 མཐུན་པ། དབྱེ་བའི་ཐོག་ཕྱོགས། གཅིག་གཅིག་པ། རོ་གཅིག་
པ་ཞེས་པ་མཐུན་པ་ལ་འབྱུག་ཚུལ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ནས་འབྱེད་ཆ་བ་ ༡༠ན་པ་ལས།
མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རོ་གཅིག་པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། 12 བན་བདེའི་རོ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་
གཞོལ་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་པའོ། སྒྲོ་བ་དཔོན་དཔའ་བའི་པར་ཕྱིན་བསྐྱས་པ་ལས།
འཛིག་ཉེན་དོན་སྒྲ་བ་ཚུལ་ལ་མཐུ་མེད་པའོ། ཤེག་པ་གཉིས་པོ་གཏན་ཏུ་སྤང་བྱས་
ཤིང་། ལྷུ་བ་བྱུལ་ཐེག་པ་སྤྱིང་རྩེས་བསྐྱན་པ་ལ། གཞན་པན་རོ་གཅིག་ (པན་བདེའི་རོ་ལ་ཅེ་
གཅིག་ཏུ་འཕམ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བའི) རང་བཞིན་དེ་དག་འབྱུག་ བྱེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། ཆོག་རྒྱུ་ཐ་མའི་རོ་གཅིག་གི་འབྲེལ་བ་ཤད་དེའི་ཁུངས་ནི། སྒྲོ་བ་སྤྱིང་ལས། དེ་དག་
འཛིག་ཉེན་པན་དང་བདེ་བའི་རོ་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

རོ་གཅིག་གི་ནལ་འབྱོར། (བཀའ་བརྒྱུད) ལྷུ་བ་ཆེན་གྱི་ནལ་འབྱོར་བཞིའི་ནང་གསལ། འཁོར་འདས་
དང་བདེ་སྤྱུག་སོགས་གཉིས་ཆོས་དུ་མ་ཡང་དབྱེར་མེད་ཟུང་འབྱུག་གི་ངོ་བོར་རོ་གཅིག་ཏུ་
རྟོགས་པའི་ནལ་འབྱོར། སྒྲ་བ་ཤད་ཀྱང་དེས་ཤེས་སོ། ཇེ་ལ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ཡོད། འདི་
དང་ནལ་འབྱོར་བཞིའི་གཉིས་པ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ནལ་འབྱོར་གཉིས་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། སྒྲོས་བྲལ་
གྱི་སྐབས་སྤྱིང་ཕྱོགས་ལ་བདེ་ཞིང་སྤྱང་ཕྱོགས་ལ་མི་བདེ་བ་ཡོད་ལ། འདིའི་སྐབས་སུ་སྤྱང་
སྤྱིང་གཉིས་ཀར་མི་བདེ་བ་མེད་པར་དེ་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཟུང་འབྱུག་གི་ངོ་བོར་རོ་གཅིག་ཏུ་
རྟོགས་པས་ཁྱད་པར་ཡོད་དོ། །

རོ་སྒྲོམས། 1 ཆ་སྒྲོམས་པ། ཏུས་པ་སྒྲོམས་པ། འབྱུང་བ་རོ་སྒྲོམས་ཞེས་པ་དང་། ཆ་གང་རོ་སྒྲོམས་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 རང་བཞིན་གཅིག་པ། 3 སྒྲོམས་པ། སྤྱིང་རས་པས། འཁོར་བ་ནམ་རྟོག་གི་
མྱོང་ཁྱེར་ན། འཛིག་ཉེན་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་རོ་ལངས་རྒྱ། ལྷུ་བ་ཁྱོད་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་དེ་
ན་གང་ལ། ལྷུ་མ་རོ་སྒྲོམས་ཤིག་མཛད་ན་དེ་བྱ་མཛོད། བྱེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འཛིག་
ཉེན་ཆོས་བརྒྱུད་གང་རྒྱང་ཡང་། དག་འབྱུག་གི་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་སེམས་སྒྲོམས་པ་འཕམ་
བརྟན་པོ་ཞིག་དགོས་ཞེས་པའོ། །

རོ་སྟོ་མས་སྟོར་དུག (བཀའ་བརྒྱུད) འགྲོ་མགོན་གཙང་བ་རྒྱ་རས་སོགས་ཀྱི་བྲག་ཆེན་འབྲིང་ལུགས་
ཀྱི་གདམས་བཞུགས་སྟེ། རྣམ་རྟོག་ལམ་འབྲེད། ཉོན་མོངས་ལམ་འབྲེད། རྣ་ཆ་ལམ་འབྲེད། ལྷ་
འདྲེ་ལམ་འབྲེད། སྤུག་བསྐལ་ལམ་འབྲེད། འཆི་བ་ལམ་འབྲེད་དང་དུག་གོ། གདམས་བཞུགས་འདི་
རྩེ་བཅུན་རས་རྒྱུད་པས་གཉེར་དུ་སྤྲས་བ་འགྲོ་མགོན་གཙང་བ་རྒྱ་རས་ཀྱིས་བཏོན་བར་
མཛད།

རོ་སྟོད། ལུས་ཀྱི་སྟོད།

རོ་སྟོད་སེང་གེ་འདྲ་བ། (བར་ཕྱིན) རོ་སྟོད་སེང་གེ་ལྟར་འཕེལ་ཁ་ཆེ་བ། བྲང་ཞེང་ཆེ་བ། རོ་སྟོད་ནི་ལུས་
ཀྱི་སྟོད་ཀྱི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་སེང་གེ་ལྟར་འཕེལ་ཁ་ཆེ་བའོ། །

རོ་འདའ་བ། རོ་འམ་གྲོ་ལེགས་པ་འམ་བཟང་པོ། འདའ་བ་ཞེས་བ་བསོད་བ་དང་བཟང་པོ་ལེགས་པ་
བཅས་ལ་འབྲུག་པར་སེམས། དག་སྟོན་འབྲེལ་བ་ཁྱ་ལྷ་སྒྲ་མས་མཛད་བ་ལ་གཞི་བྱས།

རོ་ལྟན། 1 དུར་ཁོང། 2 བྲང་མེད་ཀྱི་མིང། བྲང་མེད་ལ་རོ་ལྟན་ཞེས་བ་ནི། བོད་སྐད་དུ་རོ་ལྟན་ཞེས་
བ་བྲང་མེད་ལ་མི་འབྲུག་ཀྱང་། དེའི་སྐད་དོད་ཨེ་ཀ་ཤིནྱེ་ཞེས་བ་ལྟར་ལོ་ཅན་དང་། རོ་ལྟན་
གཉིས་ཀ་ལ་འབྲུག་པས། ལྟར་ལོ་ཅན་ཞེས་བ་བྲང་མེད་ལ་འབྲུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་
བཤད་དོ། 3 ཟས་གྲོ་བ་དང་ལྟན་པ། 4 སྟོག་པ། 5 ལྷེ། 6 ཨམ།

རོ་མ། <ར་ས་རྒྱ> 1 རྩ་རོ་མ་དང་འདྲ། རོ་མ་ཞེས་བ་རོ་བརྟུན་དང་ལྟན་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། (རོ་
བརྟུན་དང་ལྟན་པ་ཞེས་བ་དང་དོན་གཅིག) མ་ནི་འདིར་བྲང་མེད་ཀྱི་སྤྱུ་སྦྲར་བའོ། །རོ་མའི་
སྐད་དོད་ “ར་ས་རྒྱ” ཞེས་པ། རོ་མ་དང་། རོ་སྟོང་དང་། ལྷའི་མིང་དང་། འོག་པག་སྟེ་སྟོང་རྒྱ་
ཁྲིས་མ་གཅིག་པ་ནས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་དུག་པ་དང་ཉེར་དུག་པ་དང་ཉེར་ལྷ་བ་རྣམས། ཞེས་སྤོ་
བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་སྦྲར་གསེར་ཀྱི་སྤེང་མཛེས་ན་གསལ། ཡང་། ཤིང་ “བརྒྱ་འཕེགས” ཀྱི་
འབྲེལ་བཤད་བྱེད་པའི་ཐད་ཀྱི་མདོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱུན་ལས། ཨེ་ལའི་འདབ་མ་
ལེགས་བབ་མ། ། “རོ་བརྟུན་ལྟན་མ” “ར་ས་རྒྱ” ། རྟོང་འཕེགས་དང་ནི་ཙྰ་ཀྱ་དང་། ལྷུང་མོ་
དང་ནི་བརྒྱ་འཕེགས་སོ། །ཞེས་གསུངས། 2 སྤྱིགས་མའི་དོན་ཡིན་པར། བསྟན་དར་ལྷ་

རམས་པ་གསུང་།

རོ་ཐུགས། 1 རོ་རུལ་ནས་ལྷུང་ལྷུང་རམ་ཐུག་ཐོག་ཏུ་གྱུར་པའི་མིང་། 2 སྒྲུག་པ། སྒྲུག་པ་ལ་རོ་
ཐུགས་ཞེས་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རོ་ལྷུང་བྲི་ངན་བྲོ་བས་ན་རོ་ཐུགས་ཞེས་བྲལོ། །རོ་
ཐུགས་ཞེས་པ་རྒྱག་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། མཛོད་རང་འབྲེལ་ལས། རོ་ཐུགས་རྒྱག་པའི་འདས་
རྒྱུ་གང་དུ་འབྱུང་མཆོ་ཞོན་ཞེས་བྲུ་བ་ལུས་ཐམས་ཅད་དཀར་ཞིང་མགོ་གནག་ལ་མཆོ་སྦྱང་
པའི་སྒོག་ཆགས་དག་གནས་ཤིང་དེ་དག་གིས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་རུས་པའི་བར་དུ་
འཕྲིགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་དང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ལས། རོ་ཐུགས་ཀྱི་འདས་
མས་བྱི་སའི་འདས་རོ་ལྷུང་མནས་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རོ་ཐུགས་ཀྱི་འདས། 1 རོ་རུལ་ནས་ལྷུང་ལྷུང་རམ་ཐུག་ཐོག་ཏུ་གྱུར་པའི་འདས་རྒྱུ་ལ་བེད། 2
སྒྲུག་པའི་འདས་རྒྱུ་ 3 ཉེ་འཁོར་པའི་དཔུལ་བ་བཞིའི་གཉིས་པ་སྟེ། རོ་ཐུགས་ཀྱི་འདས་ཞེས་
བྲུ་བ་རྒྱག་པའི་འདས་རྒྱུ་ཤེད་པ་རུབ་པ་ཅམ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་དཔུལ་བ་པ་དག་འགྲོ་བ་ན་སྤྲིན་
བྲུ་མཆོ་ཞོན་ཞེས་བྲུ་བ་ལུས་དཀར་ལ་མགོ་གནག་པས་ལྷགས་ཀྱི་མཆུས་རུས་པའི་བར་དུ་
ཐང་ཐལ་དུ་འཕྲིགས་པར་བྱེད་པའི་དཔུལ་བ་ཞིག་གོ། སྒྲུ་བ་ཤད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱག་པའི་འདས་
རྒྱུ་དེ་ལ་རོ་ཐུགས་ཞེས་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རོ་ལྷུང་བྲི་ངན་བྲོ་བས་ན་དེ་སྐད་ཅས་
བཏགས་སོ། །

རོ་ཉི་ཏུང་(ལེགས་སྦྱར) 1 དམར་མོའི་མིང་། 2 དམར་ལྗན། 3 མདོག་དམར་ཞེས་བྲུ་བ་ཟོས་ན་ཞེས་པའི་
ཉི་ཞེག་གི་མིང་། རྗེའི་རུས་འཁོར་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་མཁས་བྲུ་བ་རྗེས་བཏབ་པ་ལས་གྲང་། ཉི་རོ་ཉི་
ཏུ་ལྷུང་དམར་བས་ཉི་ལྷན་པར་གྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །4 རྒྱུ་གི་མིང་ཡིན་པར་
ཡང་བཤད།

རོག་པོ། རག་པོའི་མིང་། བྲུ་རོག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་།

རོང་ཐོས་པ་རྒྱེ་ཏ། བྲུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་གྲགས་ཅན་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་
གཞུང་བཞུགས་པའི་ནང་གསེས་བྲུ་དགྲུ་པ་རོང་པ་ཆོས་བཟང་ཟེང་བ་དེ་ཡིན་པར་སེམས།

ཁྱུང་ག་ཤེགས་ལོ་ཚིགས་གསལ་ལོ་མ་རྙེད་ཀྱང་། བལ་ཆེར་རྡོ་བོ་རྩེ་དང་མཇལ་བ་དང་།
འགོས་ཁྱག་བ་ལྟས་བཅས་དང་དེའི་སྒྲ་མ་ནག་པོ་དམ་ཚིག་སྒྲིད་བ་པོད་དུ་ཐེབས་བ་དང་
དུས་མཚུངས་བར་བྱོན་པར། དེབ་སྒྲིན་དུ་གསལ། རྒྱུན་གསུམ་རབ་ཏུ་བཤད་བ་རོང་ཐོས་
ཆོས་བཟང་གི་འགྲུར།

རོང་ཐོས་ཆོས་བཟང་། རོང་ཐོས་པ་རྩེ་ཏ་དང་འབྲ།

རོད། རྣམ་བ་དང་ཉམས་ལ་འཇུག་པར་བཤད། བདོག་ རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་མོང་༡༡ལས།
དུད་འགོ་ནས་འཆི་འཕོས་པའི་སྤྲེའུ་སྤྲུག་དེ། སྤྲེན་ལ་རོད་རན་པ་ཅིག་འདུག ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

རོལ། 1 དགའ་དགྲུང་ལོངས་སྒྲིད་པ། 2 ལྷལ་ཏེ། རོང་ག་ཤོལ་གྱིས་རྫོས་པའི་ས་ལྷལ་ལམ་ས་ལྷར།
བསྟན་དར་ལྟ་རམས་བས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས། 3 སྤྲུལ་བ་དང་རྩ་བའི་དོན་ལའང་
བཤད། འཇམ་དབྱངས་མའི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4 རོས་སམ་ཕྱོགས་ཀྱི་མིང་སྟེ།
བ་རོལ་ཚུ་རོལ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

རོལ་རྙེད་མ། རོལ་རྙེད་མའམ་སྟེ་ཏུ་ཞི་རྩ་མ་ཏའི་རྩུང་མའི་མིང་། སྤྲ་བཤད་ནི། རོང་ག་ཤོལ་གྱིས་ཞིང་
རྫོས་པའི་ས་ལྷར་ནས་རྙེད་པས་རོལ་རྙེད་མ་ཞེས་བྱའོ།

རོལ་པ། 1 རྣམ་འབྲུལ། སྤྲུལ་པ། དཔེར་ན་མའི་རྣམ་རོལ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 བཀོད་པ། རྣམ་འབྲུར།
མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྩེའི་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོ་༡༡༡ལས། ཡིད་ཀྱི་རོལ་བའམ།
བཀོད་པ། རྣམ་འབྲུར། ཞེས་གསུངས་སོ།

རོལ་པའི་རྩི་རྩེ། <ཨ་ལ་ལ་བརྩ> གྲེད་རྩི་ཀྱི་མཚན།

རོལ་པའི་མཚོ་བདུན། རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ནས་གསེར་གྱི་རི་བདུན་པོ་དེ་དག་གི་བར་གྱི་མཚོ་
བདུན་ལ་རོལ་པའི་མཚོ་བདུན་དང་ནང་གི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ལྷའི་རྒྱལ་པོ་
རྣམས་རོལ་ཞིང་ཅེ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོལ་པའི་མཚོ་ཞེས་བྱའོ།

རོལ་བ། རོལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རོལ་མའི་བྱེ་བྲག་བཅོ་བརྒྱད། རོལ་མའི་སྤྱ་རྩལ་བཅོ་བརྒྱད་དང་དོན་འབྲ།

འོལ་མེད་རྒྱ་ཆམ་པའོ་པུད་པ། གད་ཤོ་ར་པོ་མེ། ར་ཆ། ར་མཁ། ར་ར་མེན་པོ། འཁར་ཅ། པི་མང་
 རྒྱད་གཅིག་པ། ར་ར་ཁ་གཅིག་པ། ལྷགས་ཀྱི་སིལ་ཁྲོལ། འཁར་པའི་སིལ་ཁྲོལ། པི་མང་རྒྱད་
 གཟུམ་པ། ར་སྤ་ཀུན། སིལ་རྩན་སྤ་བྱུངས་དང་པ་རྩན་པ། བཤཾོན། འོལ་མེད་རྒྱ། པི་མང་།
 མྱིང་པ་དང་པའོ་པུད་པོ། །འདི་རྒྱ་ཆམ་ལྷག་ཅ་པའི་ཁོངས་སྤ་གཏོགས།

རོལ་མཚོ། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཁྱས་ཤུང་ཅིང་ཅིང་མོ་ཅེ་བའི་མཚོ་ལ་རོལ་མཚོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །རྒྱས་
 བར་བཤད་ན། མཛོན་པ་མཛོན་གྱི་བཤད་ཚུལ་ལ་དེའི་རྒྱལ་པོ་དེ་རབ་གྱི་མཐའ་སྐོར་དྲ་
 གསེར་གྱི་དེ་བདུན་ཡོད་ལ། དེ་དེ་དག་གི་བར་བར་དུ་ཡན་ལག་གསལ་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟར་གྱི་
 རྒྱས་གང་པའི་སྤྲུ་རྣམས་ཅེ་ཞིང་རོལ་པའི་མཚོ་བདུན་ཡོད་པར་བཤད་པ་དེ་དག་ལ། རོལ་
 མཚོ་ཞེས་བྱསོ། །དོགས་གཙང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས། དེ་རབ་གྱི་མཐའ་སྐོར་གྱི་
 གསེར་གྱི་དེ་བདུན་དང་སྒེལ་ནས་ཡོད་པར་བྲགས་པའི་མཚོ་བྲག་གོ། ཞེས་མཚོ་བྲག་ཅས་པ་
 འོར་བ་སྟེ། མཛོད་ཅ་འབྲེལ་རྣམས་སུ་རོལ་མཚོ་བདུན་ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་
 ཉེ། མཛོད་ཅ་བ་ལས། དེ་དག་བར་བདུན་རོལ་མཚོ་ཡིན། །ཞེས་དང་། དེའི་རང་འབྲེལ་ལས་
 གང་། སྤྲུ་བཅིན་ལ་ཐུག་པའི་དེ་དེ་དག་གི་བར་བདུན་ནི་རོལ་མཚོ་བདུན་ཞེས་བྱ་སྟེ།
 ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་དོ། །

ཆེད་སྒྲིག་པ། <བྲམ་བྲུ་> འཁོར་ལྷ་སྒྲེའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག ཆེན་ཆེན་ལྷ་མོ་ བཤམ་

ཆམ་ཁེར། ཉམ་ཁེར་གྱི་དོན་དུ། མི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་གསུང། ཙོ་ཉན་ཞབས་བྱུང་གི་དག་ཡིག་ཐོན་
མེའི་དགོངས་རྒྱུ་ལས། ཆམ་ཁེར་ནི་ཉམ་ཁེར་གྱི་བད་རྟིང་དུ་བཤད་ཐོང། བད་བཀོལ་
སོགས་སུ་རྒྱུ་གྱིས་ཟིན་པ་ལ་བཤད། ཅས་གསུངས་སོ། །

རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཕྱིང་པ་ལྟ་བུ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། འདི་ལ་རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་།
 བ་རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཅུ་༣༡༠༠ལྟར་། རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་།
 ཕྱིང་པ་ལྟ་བུ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་། འདི་ལ་རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཅུ་༣༡༠༠ལྟར་།
 ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་། ཐུག་པ་ལྟར་ལྟོག་པ་ལྟར་།

ན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་དགོངས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རྒྱགས་པ། 1 བཞིག་པ། དཔེར་ན་མངའ་རྒྱགས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 (འདུལ་བ) འཕྱགས་པ། དཔེར་ན་
ཆེག་རྒྱགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 (འདུལ་བ) ཟས་མ་ཞུ་བར་ཁན་ས་ཁྱིར་བྱུང་བ་ལ་ཟེར། མི་ཤིང་
གྱར་ཁང་ལས། རྒྱགས་པ་ནི། འཕྱག་པ་སྟེ་ཟས་མ་ཞུ་བར་ཁྱིར་བྱུང་བ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། སོ་
སོར་ཟར་པའི་མདོ་ལས། མིན་བར་རྒྱའི་ནང་དུ་བཤད་གཅི་དང་མཆིལ་མ་དང་། ལྷབས་དང་
རྒྱགས་པ་དང་། རྒྱགས་པ་མི་དོར་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

རྒྱང་། 1 འབྱུང་བ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ཡང་ཞིང་གཡོ་བ། རྒྱང་གི་མཆན་ཉིད། རྒྱང་ལ་ཞེས་ར་བསེར་
བྱ་ཟེར། བསེར་བྱ་ཞེས་པ་རྒྱང་གི་ཞེས་ཡིན་པར་སྤྱིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་འདྲི་དག་ཡིག་མི་ཤིང་གྱར་
ཁང་དུ་གསལ། 2 ལུབ་བྱང་། རྒྱང་ལྟ་གང་དུ་གནས་པའི་སྤྱིགས་ཡིན་པས་ལུབ་བྱང་ལ་རྒྱང་
ཞེས་བྱ། 3 དབྱགས། རྒྱང་ཆམ་ལ་དབབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 4 ཁོང་ཁྲོ། མི་རྒྱང་ཆ་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་
བུ།

རྒྱང་རྒྱལ། མི་ཁོང་ཁྲོ་ཆ་སོ། དཔེར་ན་མི་རྒྱང་རྒྱལ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། རྒྱ་བཤད་ནི། རྒྱང་ནི་ཁོང་ཁྲོ་རྒྱལ་
ནི་རྒྱལ་པ་སྟེ་དགས་པས་བཅོས་པའི་སྟོང་གི་མིང་། དཔེར་ན་མི་ར་བཅིངས་ཆང་ལ་ངན་ལང་
ཤོར་བའི་མི་ལ། ཆང་རྒྱལ་ཟེར་བ་དང་འདྲ་བར། དམའ་འཕེབས་ཀྱི་ཆོག་ཅིག་རེད།

རྒྱང་ཁ་རྒྱར། རྒྱང་ཁ་རྒྱར་ལ་གཟེགས།

རྒྱང་ཁ་རྒྱར། རྒྱང་བུམ་པ་ཅན་དང་དོན་འབྲ། དེར་གཟེགས།

རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར། མངོན་པ་མངོད་ནས་བཤད་ཚུལ་ལ། འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་འདིའི་འོག་གཞིར་
ཡུར་པའི་རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི། རམས་སུ་སྟེ་སྟེང་འོག་ཏུ་དབག་ཆད་ས་ཡ་ཐག་གཅིག་
དང་བྱག་འབུམ་ཡོད་ལ། རྒྱར་ནི་སྟོང་གསུམ་དང་མཉམ་པས་གྲངས་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་
སེམས་ཅན་སྤྱིའི་ལས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཆགས་སོ། ། རྒྱང་དེའི་མིང་ནི་འཇམ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་
དང་། དབྱེབས་ནི་རྒྱམ་པོའོ། །ཁ་དོག་སྣ་ཆོགས་པའམ། ཁ་ཅིག་ནི་སྟོ་སྐར་འདོད་ལ། ཡོན་ཏན་
ནི་ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་ཀྱང་གཞིག་པར་མི་ལུས་པའི་སྤྱ་བ་དང་། ལས་ནི་བརྟེན་པ་

ནམས་འདེགས་པ་དང་། རོ་བོ་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་རྩམ་བརྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཀྱང་རྒྱང་
ལས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ཞེས་བཞེད་དོ། །ཞེས་མཆིམས་མཛོད་ནས་བཤད་པ་
ལྟར་དོ། །

རྒྱང་གི་ནལ་འབྱོར། རྒྱང་གི་ཉམས་ལེན། རྒྱང་བྱམ་པ་ཅན་དང་། དག་དཔེན་གྱི་སྐབས་སུ་རྩེ་
བརྒྱས་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་ནམས་སོ། །

རྒྱང་སྒྲ་ཅན། དབྱགས་གཏོར་བའི་ཆེ་པར་རྒྱ་ཚུར་རྒྱའི་སྒྲ་ཐོས་རྒྱ་ཡོད་པའི་རྒྱང་།

རྒྱང་ཁོད་བག་ཅན། རང་བབས་སུ་མི་འཛོག་པར་འབད་ཚོལ་ཆེན་པོ་བྱེད་དེ་གཏོར་བའི་རྒྱང་རམ་
དབྱགས།

རྒྱང་དག་དབྱེར་མེད། རྒྱང་འཇུག་གནས་ལྡང་གསུམ་གྱིས་ཨོ་ཨྲ་ཧྲོ་གི་རང་སྒྲ་སྒྲོག་པ།

རྒྱང་རམས་པ། དབྱགས་གཏོར་བའི་ཆེ་མེད་མེད་པ་བྱེད་ནས་མཁྱོགས་པོ་མཁྱོགས་པོ་གཏོར་བའི་དོན།

རྒྱང་ཆམ་ལ་དབབ། དབྱགས་འགྲོའོང་གི་རྒྱ་བ་ཏ་ཅང་རགས་པ་དེ་དག་བརྟམ་བའམ་ཞི་བར་བྱས་
ནས་དབྱགས་དལ་བུའི་གཏོར་བ་ལ་ཟེར། སྦྱིར་ཆམ་ལ་པལ་ནི། ཆར་གཙོང་པ་དང་། བརྟམ་
པ། ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། དབང་དུ་བསྐྱུ་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་དག་པོ་ཆམ་ལ་པལ་
ཅས་པ་ལྟ་བུ། ཞི་བར་བཤད་ན། སྒྲོམ་ལ་སོག་མར་འཇུག་པའི་ཆེ། དབྱགས་འགྲོའོང་ཉེར་
གཅིག་ཅུམ་བགངས་པའི་སྒོ་ནས་ནམ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་རགས་པ་ནམས་ཞི་བར་བྱས་ནས་རྒྱང་སྒྲེ་
དབྱགས་དལ་བུའི་གཏོར་བ་ལ་སེམས་གཏད་པ་ལ་ཟེར། འདི་ནི་རྒྱག་པ་བྱེ་རོལ་དུ་གཡོང་བ་
སྒྲོག་པའི་ཐབས་དམ་པའོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། རྒྱང་སྒྲེ་དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཤིན་ཏུ་རགས་པ་དག་
བརྟམ་བའམ་ཞི་བར་བྱེད་པས་ན་རྒྱང་ཆམ་ལ་དབབ་ཅེས་བྱའོ། །

རྒྱང་ཆམ་ལ་པལ། རྒྱང་ཆམ་ལ་དབབ་དང་དོན་འདྲ།

རྒྱང་ན། ཡོངས་གསལ་སུ་རྒྱང་ཏ་ཞེས་པ་སྒྲོག་ཆགས་ནམ་ལུའི་གཟུགས་བརྟན་ལུན་པའི་དར་ལྷོག་
ལ་རྒྱང་ཏ་ཟེར། རྒྱང་ཏ་དངོས་ནི། བསོད་ནམས་དང་བདེ་སྦྱིད་ལམ་འགྲོ་སོགས་ལ་གོ་དགོས་
པ་ཡིན། རྒྱང་ཏ་ནི་སྒྲེ་པོ་གང་ཞིག་གི་འབྱུང་བའི་ཁམས་སྒྲོམས་པ་དང་། ཉམས་དམའ་བ་ནས་

ཉམས་དགའ་བའི་གནས་སུ་འགྲོ་བ། ལྷ་ས་ངན་པ་ནས་བཟུལ་ཤིང་པར་འགྲོ་བ། འདོད་པའི་དོན་
 ཀུན་སྤྱད་དུ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་མཆོན་བྱེད་ཅིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་དར་ཆོན་སྒྲ་ལྷ་ས་ནང་གི་
 འབྲུང་བ་ལྷ་མཆོན་པ་ཡིན་ལ། དཀྱིལ་གྱི་རྩ་མཆོག་ཅང་ཤིང་དེའི་སྤྱོད་གི་ལོ་རྒྱུ་གཉིས་
 བེ་བས་མ་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འབྱུང་བའི་མཆོན་དོན་དང་། དེ་ཡང་རྩ་མཆོག་ནི་སྤྱད་པའི་མཆོན་
 དོན་དང་། ལོ་རྒྱུ་ནི་བས་མ་དོན་ཡིད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པའི་མཆོན་དོན་ནོ། །དེ་གནས་མཐོན་
 བོར་བཅུགས་ན་བདེ་སྤྱོད་དང་བྱ་བ་ལས་འགྲོ་བས་མ་དོན་སྤྱད་དུ་འབྱུང་བ་སོགས་ལ་པན་
 རྒྱུ་མཆོན་པོ་འབྲུང་བར་བཤད། འདི་ལ་རྒྱུད་རྩ་དང་རྒྱུད་རྩ་ཞེས་འབྲི་སྟོན་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་།
 རྒྱུད་རྩ་ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། རྒྱུད་རྩའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་དབྱུས་ཀྱི་རྩ་མཆོག་ཅང་
 ཤིང་དེ་ལས་ཐོགས་པར་སེམས་ཤིང་། རྒྱུད་ལྷ་ར་ཏ་ཅང་མགྲོགས་པ་དང་སྤྱད་པའི་ཆ་ནས་
 བོད་ཀྱི་དག་རྒྱུན་དུ་རྩ་མཆོག་ལ་རྒྱུད་གི་གཤེག་པ་ཅན་ཞེས་འབོད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་
 རྩ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ཐོགས་པར་སེམས་སོ། །ཞིབ་ཏུ་བཅུགས་ན་རྒྱུད་རྩ་ཞེས་བྲིས་པ་ནི་མ་
 དག་རྒྱུན་འབྲུམས་སུ་སོང་བ་ཡིན་ཀྱི་འདི་ལ་ཁུངས་ལྡན་གྱི་འབྲེལ་བཤད་གཤའ་མ་ཞིག་
 ཡོད་པར་ནི་མི་སྤྱང་སྟེ། འཇུ་མི་པམ་གྱིས་ཀྱང་རྒྱུད་རྩ་ཞེས་བྲིས་ན་མི་མཐོང་པས་རྒྱུད་རྩ་
 ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་གསུངས་སོ། །བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་ཆེས་གཉིས་སམ་གསུམ་ཉིན་བོད་
 མིའི་ཁྱོད་ཁྱིམ་ཆང་མས་རང་རང་གི་ཁང་ཐོག་ཏུ་བསྐྱོད་ནས་བསང་གསོལ་བྱེད་ཅིང་། དར་
 ལྷོག་རྒྱུད་པ་རྣམས་མར་པལ་ནས་གསར་པ་བརྗེ་བ་ཡིན། དར་ལྷོག་ནི་གོང་ཁུས་ལྷ་ར་ཁང་
 པའི་ཡང་ཐོག་དང་། རི་མཐོན་པོ། ལའི་ཅེ་མོ། བྲག་གཡང་གཟར་པོ། ཤིང་མཐོན་པོ་སོགས་ལ་
 འཇུགས་ཤིང་། ལྷག་པར་རྟེན་འབྲེལ་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཁམས་མཐུན་གྱི་དར་ལྷོག་འཇུགས་
 པ་དང་། དར་གྱི་ལྷ་ལྷ། བཟུལ་ཤིང་འབྲུང་བ། རྫོ་འབྲུམ་དུ་དར་ཆེན་འཇུགས་པ་སོགས་
 བྱེད། དར་ལྷོག་འཇུགས་པ་ནི་བོན་པོའི་ལུགས་ཡིན་པར་གྲགས། དར་ལྷོག་ལ། དར་ལྷི་དང་།
 བ་དན། དར་ཆེན་བཅས་ཡོད། <དར་གྱི་ལྷ་ལྷི་ནི> ཤིང་སྟེ་པན་ཚུན་གྱི་བར་དུ་ཐག་སྦྱད་རིང་
 སའི་ངོས་སུ་ཆོན་སྒྲ་ལྷ་སྤྱད་གྱི་དར་ལྷོག་འབྲེད་སྤྱབས་སུ་བཅུགས་པ་དེ་ལ་ཟེར། <དར་ལྷི་ནི>

དར་ལྷོག་དངོས་གཞིའི་མཐའ་རྒྱར་གྱི་དར་ལྷེབ་རྩུང་རྩུང་དེ་ལ་ཟེར། <བ་དན་ནི> ཆོས་གཞི་
གཅིག་རང་ཡིན་པའི་རས་བྱ་བཞི་དཀྱུས་སུ་རིང་ལ་མཐའ་འགྲིལ་དང་ལྷན་པའི་ངོས་སུ་སྒྲག་
སེང་ཁྱུང་འབྲུག་གི་རི་མོ་དང་། དབུས་སུ་རྟ་མཆོག་ཅང་ཤེས་ཀྱིས་ནོར་བུ་མེ་འབར་འཁྱར་
བའི་རི་མོ་དང་ལྷན་པ་དང་། དེའི་སྟོང་ཆ་ནམས་སུ་རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མའི་དབྱུང་རྒྱན་སོགས་
རྒྱལ་བའི་བཀའ་སླར་དུ་བཏབ་པ་དེ་ལ་བ་དན་ཟེར། འདི་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཁང་བའི་མདུན་
དུ་འཇུགས་རྒྱུའི་དར་ཆེན་དེ་ཡིན། བ་དན་གྱི་སྐོར་ “བ་དན” ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
<རྒྱང་རྟའི་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་དོན་ནི> འདི་ལ་བཤད་ཚུལ་མང་དུ་འདུག་པ་འདི་
ལྟར། རྟ་མཆོག་ནི་གར་ཡང་ཁྲབ་པས་ནམ་མཁའ་མཆོན། སྒྲག་ནགས་ཆལ་དུ་གནས་པས་
འབྱུང་བ་ཤིང་ཁམས་སམ་རྒྱང་ཁམས་མཆོན། སེངྒེ་རི་ངོས་སུ་གནས་པས་སའི་ཁམས་
མཆོན། ཁྱུང་བར་སྒྲར་དུ་གནས་ཤིང་རྩ་ལས་མེ་མཆེད་པས་མེ་ཁམས་མཆོན། འབྲུག་རྒྱ་
མཆོར་གནས་པས་རྒྱུའི་ཁམས་མཆོན། ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། སྐར་ཅིས་སུ་རྒྱང་
རྟའི་ནང་དོན། སྟོག་དང་། ལུས་དང་། དབང་། ཁེ་ལས་བཅས་བཞིའི་མཆོན་དོན་དུ་གསུངས་
པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཁྱུང་ནི་སྟོག་གམ་ཆེ་རིང་དུ་བསྐྱིད་བ་མཆོན་བྱེད། སྒྲག་ནི་ལས་
སམ་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་དང་འཆར་ཡོངས་ལེགས་པོ་འབྱུང་བའི་མཆོན་དོན། འབྲུག་ནི་
དབང་ཆ་དང་ཐོབ་ཐང་གོ་གནས་བཅས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་མཆོན་དོན། སེངྒེ་ནི་བསོད་ནམས་
དང་བཀྲ་ཤིས་པ་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཞེས་གསུང་མཁན་ཡང་འདུག ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་
ཞིག་ལ། དཀྱིས་ཀྱི་ནོར་བུ་མེ་འབར་འཁྱར་བའི་རྟ་མཆོག་ཅང་ཤེས་ཀྱིས་བྱ་བ་གང་ཡང་
འབྲུག་ཅུས་པའི་བཙོན་འབྲས་མཆོན། སེངྒེས་སྟོང་སྟོབས་དང་གཟི་བརྗིད། འབྲུག་གིས་སྔོང་
སྔོང་སྐྱ་བའི་དག་བཟུན་པ། སྒྲག་གིས་སྟོ་རྒྱ་ཆེ་བའམ་སྒྲག་བསམ། བྱ་ཁྱུང་གིས་བྱ་བ་དེ་དག་
འབྲུག་པའི་སྟོབས་དང་ཅུས་པ་མཆོན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞི་མ་
བཙོན་འབྲས་དགོས། དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་སྟོང་སྟོབས། དེས་མི་ཆོག་པར་བདེན་པར་སྐྱ་
བའི་ཆོག་བཟུན་པ། དེས་མི་ཆོག་པར་སྟོ་རྒྱ་ཆེ་བ། དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་སྟོབས་དང་

རྒྱས་པ་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་བྱ་བ་ལག་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྲུག་པ་ལ་བཙོན་འབྲུས་སོགས་ལྟ་
 བོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དགོས་ཀྱི་དེ་དག་ལས་གཅིག་མ་ཆང་ན་བྱ་བ་དེ་དག་འབད་མེད་དུ་
 འབྲུག་མི་རྒྱས་པས། སློག་ཆགས་ལྟ་འདི་མོ་ཡོད་པའི་གནད་ལག་གཤེད་ལྟ་ཡིན་ཞེས་གསུང་
 མཁན་ཡང་ཡོད། སློག་ཆགས་ཀྱི་མཆོན་དོན་ལ་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་ཚུ་ལ་མི་འདྲ་བ་ད་དུང་
 མང་དུ་སྤྱང་ཡང་འདིར་མ་བཞོད། (གསལ་བ་ཤད) སྤྱག་སེང་ཁྱུང་འབྲུག་བཞི་པོ་རྣམས་རྒྱུང་
 རྟའི་བ་དན་ལ་འཁོད་པ་ན། གོ་རིམ་ཇི་ཡིན་གསལ་བོ་མེད་པར་རང་སྤང་གང་ཅན་ལྟར་གང་
 རྒྱུང་དུ་འཁོད་ཀྱི་འདུག་པར། དེའི་གོ་རིམ་ངོ་མ་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྱར་སྤྱིད་ལག་
 དབང་དོན་བྱུང་ལགས་ཀྱིས། ཅེས་སྤྱོད་བྱ་ཆེན་མོར་ལག་མཐེལ་ལ་དཔེ་སྤྱར་ནས་སྤོབ་ཀྱི་རེད་
 ཅེས་གསུངས་བྱུང། དེ་ཡང་ལག་མཐེལ་དེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་ལ་དཔེ་བཞག་ནས། ཡུལ་ལུང་
 དེའི་སྟོད་དུ་རི་བོ་དང་། ཉམ་མཁལ། གཤམ་དུ་ནགས་ཆལ་དང་། མཆོ་ཡོད་པ་ལྟར། སེང་གེ་
 དཀར་པོ་གངས་རིར་འབྱིང། བྱ་ཁྱུང་གསེར་མདོག་ནམ་མཁར་ལྷིང་། སྤྱག་མོ་ཁྱ་པོ་ནགས་ན་
 གནས། གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་མཆོ་ནང་གནས། ཏ་མཆོག་དཀར་པོ་རྒྱུང་ལྟར་རྒྱགས། ཞེས་
 འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང། དེས་ན་རྒྱུང་རྟའི་བ་དན་ཀྱི་ (རང་གི་ལག་
 གཡས་) འོག་གི་གཡས་རྒྱུང་དུ་འབྲུག་གཡོན་རྒྱུང་དུ་སྤྱག་སྟེང་གི་གཡོན་རྒྱུང་དུ་སེང་གེ།
 གཡོན་རྒྱུང་དུ་ཁྱུང། དཀྱིལ་དུ་ཏ་མཆོག་བཅས་རིམ་བཤེད་ལྟར་དུ་འཁོད་དགོས་པ་ལགས་
 སོ། །སློག་ཆགས་བཞི་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཁ་སྤྱོད་དུ་བྲིས་ཡོད། ཏ་མཆོག་ནི་རང་གི་ལག་གཡོན་
 རྩོགས་སུ་ལངས་ནས་བསྐྱད་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་མཐོགས་པར་རྒྱགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་
 ཏུ་བྲི་དགོས་པ་བཅས་སོ། །ཤོང་གི་རྒྱུང་རྟའི་སློག་ཆགས་རྣམ་ལྟའི་གས་ཀྱི་སེང་གེ་དེ་དུས་
 རབས་བརྩ་གསུམ་ཀྱི་ཡས་མས་སུ་བརྩམས་པར་གྲགས་པའི་དཔེ་ཆ་འབྲུ་ནག་མིའུ་འཛ་
 ཆགས་ནང་རྒྱུང་རྟའི་རི་མོ་སེང་གེ་མ་ཡིན་པར་གཡག་བྲིས་ཡོད་ཚུལ་འཁོད་ཡོད་པ་དང་།
 དུས་རབས་བཙོ་ལྟའི་ཡར་སྟོན་ཀྱི་བོད་ཀྱི་བྲིས་ཐང་རྟེན་པ་དག་གི་ངོས་ན་འད་ལྷ་གཡག་བྲིས་
 པ་མང་ལ་སེང་གེ་བྲིས་ཡོད་པ་ནི་འདྲམ་སེང་དེ་འབྲི་སྟོལ་དར་མེད་ཅིང་། འདས་པའི་དུས་

གང་ཞིག་གི་ཆེ་མེད་གསུམ་པོ་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་མཆོད་བྱེད་དུ་སྒྲོལ་དར་བ་ནས་བཟུང་། སེང་གསུམ་གཡམ་གཤི་ཆབ་བྱས་ཏེ་རི་ལྷ་གཞི་བདག་དང་ཡི་དམ་སྤྱང་མ་སོགས་ལ་བསང་གི་ཆོག་གཏོར་སྐབས་རྒྱང་རྟ་བྱངས་མང་ནས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་གཏོར་བའི་སྒྲོལ་མ་ཉམས་བར་ད་ལྟའི་བར་གནས་ཡོད་པ་དང་། <ཁམས་མ་བླུན་གྱི་དར་ལྷོག> ཁམས་མ་བླུན་གྱི་དར་ལྷོག་འཇུགས་ཞེས་པ། རང་གི་འབྱུང་བའི་ཁམས་དང་བསྐྱུན་ནས་དར་ལྷོག་བཟོ་དགོས་པ་སྟེ། (ཤིང་ལྗང་ཁྱུ་མེ་དམར་པོ། ས་སེར་པོ། རྩ་སྟོན་པོ། ལྷགས་དཀར་པོ།) དེ་ཡང་རང་གི་ཁམས་ལྷགས་ཡིན་ན། བ་དན་ཆོས་གཞི་དཀར་པོ། ཁམས་ས་ཡིན་ན་ཆོས་གཞི་སེར་པོ། ཁམས་ཤིང་ཡིན་ན་ལྗང་ཁྱུ་མེ་དམར་པོ། ཁམས་རྩ་ཡིན་ན་སྟོན་པོ་བཅས་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན། གོ་བདེ་བར་བཤད་ན། རང་སྤྱེས་དུས་ཀྱི་ལོ་ཁམས་ཀྱི་ཆོས་གཞི་དང་བསྐྱུན་དགོས་པ་དཔེར་ན། རང་ཉིད་བྱི་ལོ་༡༤༤༥ལོར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ན་ཤིང་མོ་སྤྱལ་གྱི་ལོར་སྤྱེས་པས། ལོ་ཁམས་ཤིང་ཡིན་ལ། དེར་བརྟེན་དེས་གཟུགས་རྒྱུའི་རྒྱང་ཉིད་ཆོས་གཞི་ནི་ལྗང་ཁྱུ་མེ་དམར་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན། བྱི་ལོ་༡༤༤༥ལོར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ན། ས་པོ་བྱི་ལ་སྤྱེས་ཤིང་། ལོ་ཁམས་ས་ཡིན་པས། ཆོས་གཞི་སེར་པོ་དང་། བྱི་ལོ་༡༤༥༡ལོར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ན། ལྷགས་མོ་པག་ལ་སྤྱེས་ཤིང་། ལོ་ཁམས་ལྷགས་ཡིན་པས། ཆོས་གཞི་དཀར་པོ། བྱི་ལོ་༡༤༥༣ལོར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ན། རྩ་སྟོན་པོ་སྤྱེས་ཤིང་། ལོ་ཁམས་རྩ་ཡིན་པས། ཆོས་གཞི་སྟོན་པོ་དང་། བྱི་ལོ་༡༤༥༦ལོར་སྤྱེས་པ་ཡིན་ན། མེ་པོ་སྤྱལ་ལ་སྤྱེས་ཤིང་། ལོ་ཁམས་མེ་ཡིན་པས། ཆོས་གཞི་དམར་པོ་ཡིན་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །བ་དན་གྱི་མཐའ་འགྲེལ་གྱི་ཆོས་གཞི་ནི། བོད་ཀྱི་འབྱུང་ཆེས་ནས་བསྐྱུན་བའི་མ་བྱ་དག་ཐོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཞིར་བཟུང་། མ་བྱ་དག་ཐོགས་ནི། རྒྱ་ནག་ལྷགས་ལ་ཤིང་དང་། མཉ། ས། ལྷགས། རྒྱ་ཁམས་ཏེ་ལྟ་ཡོད་ཅིང་། ཁམས་ལྗའི་མ་བྱ་དག་ཐོགས་བཅི་རྒྱལ་ནི། ཤིང་མ་རྒྱ་དང་རྒྱ་མ་ལྷགས། ལྷགས་མ་ས་དང་ས་མ་མཉ། མེ་མ་ཤིང་ཡིན་ཤིང་བྱ་མཉ། མེ་བྱ་ས་དང་ས་བྱ་ལྷགས། ལྷགས་བྱ་རྒྱ་དང་རྒྱ་བྱ་ཤིང་། ཤིང་དག་ལྷགས་ཡིན་ལྷགས་དག་མཉ། མེ་དག་རྒྱ་དང་རྒྱ་དག་ས། ས་དག་ཤིང་ཡིན་ཤིང་ཐོགས་ས། ས་

ཐོགས་ཆུ་དང་ཆུ་ཐོགས་མེ། མེ་ཐོགས་ལྷགས་དང་ལྷགས་ཐོགས་ཤིང་། ཞེས་པའོ། །སྐབས་
 འདིར་མ་བྱ་འཕྲོད་པ་གཙོ་བོར་བརྒྱུད་ནས་ཆོས་གཞི་བསྒྲིག་དགོས། དཔེར་ན་རང་གི་འབྲུང་
 བའི་ཁམས་ཤིང་ཡིན་པའི་བ་དན་གྱི་གཞི་ལྡང་ཁུ་ལ་མཐའ་འགྲེལ་སྟོན་པོ་དགོས་པ་དང་།
 འབྲུང་ཁམས་མེ་ཡིན་པའི་བ་དན་གྱི་གཞི་དཔར་པོར་མཐའ་འགྲེལ་ལྡང་ཁུ། འབྲུང་ཁམས་ས་
 ཡིན་པའི་བ་དན་གྱི་གཞི་སེར་པོར་མཐའ་འགྲེལ་དཔར་པོ། འབྲུང་ཁམས་ལྷགས་ཡིན་པའི་བ་
 དན་གྱི་གཞི་དཀར་པོར་མཐའ་འགྲེལ་སེར་པོ། འབྲུང་ཁམས་ཆུ་ཡིན་པའི་བ་དན་གྱི་ཆོས་
 གཞི་སྟོན་པོ་ལ་མཐའ་འགྲེལ་དཀར་པོ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། །བལྟ་བདེ་བའི་བྱིར།
 མ་བྱ་འཕྲོད་ཆུལ། (ཤིང་ལྡང་ཁུ། མེ་དཔར་པོ། ས་སེར་པོ། ཆུ་སྟོན་པོ། ལྷགས་དཀར་པོ།)
 ཤིང་= (གཞི་ཤིང་) ལྡང་ཁུ་= (མཐའ་འགྲེལ་ཆུ) སྟོན་པོ། (ཤིང་མ་ཆུ)
 མེ་= (གཞི་མེ) དཔར་པོ་= (མཐའ་འགྲེལ་ཤིང་) ལྡང་། (མེ་མ་ཤིང་)
 ས་= (གཞི་ས་) སེར་པོ་= (མཐའ་འགྲེལ་མེ) དཔར་པོ། (ས་མ་མེ)
 ཆུ་= (གཞི་ཆུ) སྟོན་པོ་= (མཐའ་འགྲེལ་ལྷགས) དཀར་པོ། (ཆུ་མ་ལྷགས)
 ལྷགས་= (གཞི་ལྷགས) དཀར་པོ་= (མཐའ་འགྲེལ་ས་) སེར་པོ། (ལྷགས་མ་ས་)
 མ་བྱ་དབྱ་ཐོགས་ཀྱི་སྟོར་བསྐྱས་བསྐྱས་ཤིག་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་གཟིགས།
 <མཆོན་སྣ་ལྡེ་མཆོན་དོན> དར་ལྗེ་དང་བ་དན་གྱི་ཆོས་གཞི་སོ་སོར་མཆོན་དོན་རེ་ཡོད་
 པས་ཞིབ་དུ་བཤད་ན་དར་ལྗེ་ཆོས་གཞི་སྟོན་པོས་ནམ་མཁལ། དཀར་པོས་སྟོན་ནམ་རྒྱུད་།
 དཔར་པོས་མེ། ལྡང་ཁུས་ཆུ། སེར་པོས་ས་མཆོན་པ་བཅས་པོ། །དེ་དག་གི་གོ་རིམ་མ་
 འབྲུགས་པ་བྱེད་དགོས། བ་དན་གྱི་ཆོས་གཞི་ནི་བྱིམ་བདག་གི་འབྲུང་ཁམས་གང་ཡིན་དང་
 བསྐྱར་ནས་བཟོ་དགོས། མདོར་ན་སྟོག་ཆགས་ལྡ་དང་མཆོན་སྣ་ལྡས་ནང་གི་འབྲུང་བ་ལྡ་
 མཆོན་ཞིང་། འབྲུང་བ་ལྡ་པོ་དེ་དར་རྒྱུད་དམ་ཆ་མ་སྟོམས་པའི་དབང་གིས་ཁམས་བདེ་མིན་
 སོགས་འབྲུང་ཞིང་། དེ་དག་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རི་དང་གནས་ཁང་སོགས་གནས་མཐོན་
 པོར་དར་ལྷོག་འཇུགས་པའི་ལུགས་སོལ་དར་བར་སེམས། <དར་ཆེན> བློ་དར་ཤིང་འཛོང་ལ་

རིང་ཞིང་སྒྲོམ་པ་ཞིག་གི་ངོས་དར་ལྗོངས་བཏགས་པ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ནི་གཙོ་བོ་གཙུག་ལག་ཁང་
 དང་དགོན་པ་བླ་ཆེན་གི་མཛུགས་སྐྱོང་གས་པ་ལས་སྒྲེར་སོ་སོར་འཛུགས་སྒོལ་ཆེན་མེད་
 ཅེས་ཞུ་སྐབ་པ་གསུང་། རྒྱུད་རྒྱུ་སྒྲོར་འདི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་གཏེར་སྟོན་རོལ་པའི་དོན་རྒྱ་
 མེད་དང་པོས་གཏེར་ནས་བཞེས་པས་གཏེར་ཆོས་ཤིག་ནང་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་ཅིང་།
 དུས་འཁོར་གྱི་རྒྱུད་ནས་ཀྱང་བཤད་ཅེས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མཁན་ཆེན་ཁྱ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེས་
 གསུངས་པ་ལམ་ཙམ་ཞིག་མཛུགས། (མཁན་ཆེན་ཁྱ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱུད་རྒྱུ་སྒྲོར་འདི་དུས་
 འཁོར་ནས་གསུངས་ཞེས་ཤུགས་ལའི་ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་༡༠༠༩་ཟླ་༥་པའི་དུས་དེབ་ “Ban-
 ner” “རྒྱལ་དར་” ཞེས་པའི་ནང་འཁོད་འདུག དེ་ནི་ང་ཆོའི་འབྲུང་ལུས་རགས་པ་འདི་འབྲུང་
 བ་ལྷའམ་དུག་ལས་བྱུང་ཆུང་གསུངས་པ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཙམ་ལས།
 ཡོངས་གཤམ་གྱི་རྒྱུད་རྒྱུ་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་ཡོད་གསུངས་པ་ཨེ་ཡིན་སྙམ་ཡང་དངོས་སུ་
 བཅར་འདི་ཞུ་རྒྱུ་འོ་སྐབས་མ་བྱུང་) དར་ལྗོངས་སོགས་དུས་ཆོད་ནམ་ཡིན་ལ་འཛུགས་མི་
 རུང་བར། བ་དན་ཁྱ་པོ་ཤར་མེན་བཏགས་དགོས་པ་གཤམ་གསལ།
 ས་བདག་བ་དན་ཁྱ་པོ་སྒྲོམ་སོ་སོར་འཆར་ཆུང་བེ་དཀར་ཤོག་གུངས་༤༦་བཤད་པ་ལྟར་
 འགོད་པ་ནི།

རྒྱ་བའི་ ཡུངས	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ཡར་ རྒྱུ་ ཆོས་ ཡུངས	10	7	4	1	10	7	4	1	10	7	4	1

མར་ ངེ་ ཆེས་ གངས་	22	19	16	13	22	19	16	13	22	19	16	13
མར་ ལྷན་ ཆེས་ གངས་			28	28			28	25			28	25

གོང་གསལ་ཆེས་གངས་ནམས་ལ་བ་དན་ཁ་བོ་ཤར་བའི་སྐབས་འཁེལ་བས་དར་ཚུགས་འཛུགས་མི་རུང་བར་བཤད། བ་དན་ཁ་བོ་ཤར་མིན་གོང་གི་རེ་འུ་མིག་ལ་བརྟེན་གྱིས་པ། དཔེར་ན་བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཆེས་བཅུ་ལ་བ་དན་ཁ་བོ་ཤར་བས་དེ་མིན་དར་ཚུགས་འཛུགས་མི་རུང་། དེས་དུས་ཆེས་གཞན་ལ་འང་རིགས་འགྲོ། བ་དན་ཁ་བོ་ཤར་ཆེ་དར་ཚུགས་བཅུ་གས་ན་པན་ལས་གཞོད་པ་ཆེ་བ་འདི་དཀར་ལས་གསུངས་པར་བཤད་དོ། འོགས་གཙོད། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། གོང་གི་ཁམས་མ་ཐུན་གྱི་དར་ཚུགས་འཛུགས་ཚུལ་བཤད་པ་དེ་ལོར་བ་མེད་གསུང་མཁན་ཡང་འདུག་པ་འདི་ལྟར། ཁྱ་ཁྱང་དགེ་བཤེས་སྣ་མོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཆང་གི་འབྲུང་ཅིས་མཆོན་བསྐྱུས་ན་དཔག་བསམ་ལྡོན་ཤིང་། དེབ་གཟུགས་ཤོག་ངོས་ ༩ གསལ་ནས་ཡར་ཐིག་སྐྱོང་པར། རྒྱུང་རྟོག་འཛིན་བསྟན་བྱ་བ། །སྟག་རྟ་ཁྲི་གསུམ་རྒྱུང་སྤྱེལ་ལྷགས། །པག་ལུག་ཡོས་གསུམ་རྒྱུང་སྤྱེལ་མེ། །བྱ་ཁྱང་སྤྱལ་གསུམ་རྒྱུང་པག་ཆ། །བྱི་འབྲུག་སྤྱེལ་གསུམ་རྒྱུང་སྟག་ཤིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་ཟག་སྟག་རྟ་ཁྲི་གསུམ་ལོ་བའི་རྒྱུང་རྟའི་སྣ་ལྷགས་སྤྱེལ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཁ་དོག་གྲང་རང་གི་རྒྱུང་རྟའི་ཁམས་ལ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་སྟག་རྟ་ཁྲི་གསུམ་ལོ་བའི་རྒྱུང་སྣ་ལྷགས་སྤྱེལ་ཡིན་པས་དེའི་ཁ་དོག་ལྷགས་སྟེ་དཀར་པོ་བྱེད་དགོས། གཞན་ཡང་པ་གོང་ས་མཆོག་གི་སྤྱི་དགྲུང་ཁམས་པག་ཡིན་པས། པག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ལོ་བའི་རྒྱུང་རྟའི་སྣ་ལྷགས་ཡིན་པས། དེའི་ཁ་དོག་དམར་པོ་ཡིན་དགོས་པ་ལས་ལྷང་ཁྱ་ཡིན་

ཞེས་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག་པས། ད་དུང་དབྱེད་པར་བྱལོ། །

རྒྱུད་དེ་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན། སྤགས་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ་རྒྱུད་དེ་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
སྤགས་སྒྲམ་མེད་ཀྱི་ལུགས་ལ། ཤེས་བ་ཡིན་ན་དེ་ཡི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་ཡོད་པས་ཁྱེད་
དེ་ཡི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲེལ་གསུམ་དང་བསྐབ་བ་གསུམ་པོས། མི་དགེ་བའི་
སེམས་དང་ལུང་མ་བསྟན་ཀྱི་སེམས་རྣམས་པོར། དགེ་བའི་སེམས་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་
ཐག་ནས་བརྩེ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྲེལ་གསུམ་པོ་མ་ཐོབ་བར་བྱ། རྒྱུད་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པའི་
ཤེས་བ་དེ། དགེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་བཀོལ་ཏེ་རྩེ་བཟང་རྩེ་བཟང་ལ་གཏོང་བ་ཡིན། གསང་སྤགས་
ཀྱི་རྒྱ་སྤྲེལ་བཞི་དང་ཁྱད་པར་དུ་བ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་འདི། མདོ་ཕྱོགས་ལས་བྱེད་བ་ལྟར་སེམས་ལ་
གཙོ་བོར་དགེ་ཕྱོགས་སུ་མི་བཀོལ་བར། སེམས་དེའི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་དེ་དགེ་
ཕྱོགས་སུ་རྩེ་བཟང་རྩེ་བཟང་ལ་གཏོང་བས། དེ་ཡི་ཞར་ལ་སེམས་དེ་ཡང་རྩེ་བཟང་དུ་མི་འགོ་
ཀ་མེད་བྱུང་བ་ཡིན་པས། རྒྱུད་སྤྲེལ་བཞི་དང་ཁྱད་པར་དུ་སྤགས་སྒྲམ་མེད་ལ་རྒྱུད་དེ་གཙོ་བོར་
བྱེད་པའི་དོན་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོང་རྡོལ་སྒྲ་མའི་གསུང་འབྲུམ་སྤྱོད་པས་དང་པོ་༣༤ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རྒྱུད་དབྱེར་མར་ཞུགས་གནས་ཐེམ་གསུམ་བྱས་པའི་རྟགས། དམིགས་རྟེན་ལ་དམིགས་བ་གཏད་
རེས་ཀྱིས་སྤྲ་བུག་གཉིས་ཀ་ནས་རྒྱུད་མཉམ་རྒྱ་ཤེད་མཚུངས་རེས་ཅན་དུ་ཐེངས་བ་བྱུང་ན།
བསྐྱོམས་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་རྒྱུད་དབྱེར་མར་ཞུགས་པའི་རྟགས་ཡིན། ཡང་ཡང་གོམས་ཏེ་གནས་པའི་
རྟགས་སུ་སྤྲ་བུག་གི་རྒྱ་བ་འཆད་པ་དང་། ལྟོ་བ་མི་འགྲུལ་བ་གཉིས་ཆོགས་བྱུང་ན་གནས་
པའི་རྟགས་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །སྤྲ་བུག་གི་རྒྱ་བ་ཆད་པ་ཅམ་ནི་བྱིང་བ་ཕྱ་མོ་
མ་ཆོད་པར་བསགས་པས་བྱིང་ཤས་ཆེ་བ་ལའང་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། རྩེའི་རིམ་ལྷ་གདན་
རྩོགས་ལས། སྤྲ་བུག་གི་རྒྱ་བ་ཕྱ་མོ་ཡང་ལོག་པ་འདི་བྱིང་བ་ཕྱ་མོ་མ་ཆོད་པར་བསགས་
པའས་ལྷག་མ་ལུས་པའི་བྱིང་ཤས་ཆེ་བ་ཅིག་ལ་ཡང་ཡང་འོང་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱུད་ཆུང་པ་དང་
དེར་ཐེམ་བ་གང་ཡང་མེན་པས་ཁྱད་པར་བྱེད་པར་བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

རྒྱུད་དབྱ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་པའི་རྟགས། (ཞུགས་རྟགས་ནི) རོར་བའི་དབྱས་ཀྱི་
 དམིགས་རྟེན་སྤྱ་མོ་ལྷ་བྱ་ལ་དམིགས་པ་གཏང་ངེས་ཀྱིས་སྤྱ་བྱག་གཉིས་ཀ་ནས་རྒྱུད་མཉམ་
 རྒྱ་ཤེད་མཚུངས་ངེས་ཅན་དུ་ཐེངས་པ་བྱུང་ན། བསྐྱོམ་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུད་དབྱ་མར་ཞུགས་
 པའི་རྟགས་ཡིན། (གནས་རྟགས་ནི) སྤྱ་བྱག་གི་རྒྱ་བ་འཆད་པ་དང་ལྷོ་བ་མི་འགྲུལ་བ་གཉིས་
 ཚོགས་བྱུང་ན་རྟགས་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པར་གསུངས། སྤྱ་བྱག་གི་རྒྱ་བ་འཆད་པ་ཅི་ཞི་བྱིང་
 བ་སྤྱ་མོ་བསགས་པ་ (བྱིང་བ་སྤྱ་མོ་བསགས་ཞེས་པ་བྱིང་བ་སྤྱ་མོ་མ་ཆོད་པར་སྤྱག་མ་ལུས་
 པའི་དོན་ཡིན) ལའང་འབྱུང་སྟིང་པར་གསུངས། (ཐིམ་རྟགས་ནི) ས་རྒྱ་ལ་ཐིམ་པ་མོགས་
 རྟགས་ཅན་བརྒྱད་དང་། སྤྱིག་རྒྱ་མོགས་ནང་རྟགས་བརྒྱད་གོ་ངེས་མ་འཆོལ་བར་ངེས་ཅན་
 དུ་བྱུང་ན་རྒྱུད་དབྱ་མར་ཐིམ་པའི་རྟགས་ཡིན། གོ་ངེས་ངེས་པ་མེད་པའི་ཆ་འདྲ་བྲན་མེད་དུ་
 བརྒྱལ་བ་དང་གཉིད་མཐུག་མོགས་ལའང་འབྱུང་སྟིང་བས་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་གསུངས་
 ལོ། །

ཐུང་མཆོམས། ལུང་བྱང་གི་མིང་། ལྷ་པ་ཤང་གི། ཐུང་ལྷ་གང་དུ་གནས་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་དེ་
ལྷ་དེས་བྱ།

བལྟས་ཏེ། དེ་རོས་ཀྱི་སྒྲ་བྱག་ནས་སྒྲ་བཞིན་དུ་བྱད། དེ་ནས་དབུས་ནས་སྒྲ་བྱག་གཉིས་ཀ་
ན་ཐེན་ཏེ། ཐད་ཀར་ལན་ཅིག་སྒྲ་བཞིན་བྱད། དེ་ཡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲ་ཡང་གསུམ་ཆན་
གཉིས་ཏེ། དབྱ་སྒྲགས་སུ་རྒྱང་རོ་བས་ལ་ཏེ། དེ་ཡང་པར་ལ་འབྱད་བ་དང་། ཚུར་ལ་འབྲེན་
པའི་དུས་གཉིས་ཀར་ཁ་ནས་འགྲོ་ཡོང་མེད་པར་བྱའོ། །ཇི་ཙམ་ཁ་པའི་གསུང་ལྟར་བཞོད། སྒྲ་
བཤད་ནི། ལུས་ཀྱི་ནང་གི་རྒྱང་རོ་སྤེ་རྒྱང་རྒྱིང་པ་ནམས་ཕྱི་རོལ་དུ་སེལ་བ་སྤེ་འདོན་པའི་
གདམས་པ་ཡིན་པས་དེ་རྒྱུད་ཅེས་བྱའོ། །དེའི་དགོས་པ་ནི། རྒྱང་ཆམ་ལ་པབ་བ་དང་། རྒྱང་རོ་
བས་ལ་བ་དེ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱང་ལ་བསྐྱར་བ། 1 རྒྱང་གིས་འཁྲེང་དུ་བཅུག་བ། 2 རྒྱང་རོས་སུ་གཏོང་བ། སྤྱོད་ཟད་དུ་གཏོང་བ།
སྐྱབས་ཇེ་ཁྱི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱང་བདེན་དང་ཉག་འཛིན་གདོན། སྤྱིང་ལ་འཐམས་
པས་འདི་སྒྲ་སྤྲེའུའི་གར། །བར་མེད་ཡོན་པོར་བསྐྱར་བའི་རྣམ་གཤེད་གིས། །གཏན་འདུན་
རྒྱང་ལ་བསྐྱར་བའི་གཏན་འདི་སྤྱོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 3 རྒྱོས་གཏོང་བ། ཆེ་འདི་
སྤྱིད་འདོད་སྒྲག་བསྐལ་ཡིན། །རྒྱང་ལ་བསྐྱར་ན་གཏན་སྤྱིད་འབྱུང་། །ཞེས་རྟོགས་ལྡན་བསམ་
གཏན་དཔལ་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །

རྒྱང་བསེར་བ། 1 རྒྱང་འཇམ་པོའི་མིང་དུ་གྲགས། སྤྱིར་བཏང་བསེར་བུ་ནི་རྒྱང་གི་ཞེས་ཡིན་པར།
ཕྱོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲུ་ཁང་དུ་གསལ། དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་ལས། ལྷ་
མཆོད་ཆེན་མོའི་རྒྱབ་མོའི་རྒྱབ་སྤྱིང་མེ་མང་ཞིང་གསལ་བས་མཆོན་མོའི་སྒྲག་རུམ་སངས་པ་
སྒྲམ་བྱེད་ཅིང་རྒྱང་བསེར་བུ་ཙམ་ཡང་མི་ལྟར་བ་ཕྱོགས་དེར་སྒྲུང་ཡང་རྒྱལ་བ་ཙམ་ཁ་པ་
ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་འཕེལ་བའི་ལྟས་ཡིན་ནམ་སྒྲམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2 རྒྱང་བསེལ་
བུའམ་གང་མོའི་མིང་དུ་གྲགས། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་གི་དག་ཡིག་ཐོན་མའི་དགོངས་རྒྱན་ལས།
བསེར་བུ་ནི། ལི་གྲུང་ལས་རྒྱང་གི་ཞེ་ཆེག་རྒྱབ་ཤད་མོད། དེ་སང་རྒྱང་གང་མོའི་མིང་དུ་
གྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

རྒྱང་ལྟ། ཕྱོགས་སྤྱོད་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རྒྱང་ལྟ་དུད་ཁ་ཤ་བ་ལ་ཞོན་པའོ། །

ཐུབས། འོབས། འོབས་དོང་། ཁུང་བུ་དང་། མྱོང་། དཀྱིལ། ཉང་བཅས་ཀྱི་དོན། རེ་ལམ་རིམ་ལས།

མེད་པ་ཐམས་ཅད་མེ་འབར་བའི་རྒྱ་བས་ལྟར་མཐོང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།

བསྐྱེད་པ། (བཟླ་ཉིད) བསྐྱེད་པོ་དང་པམ། རིན་ཆེན་སྒྲེང་བའི་རྒྱ་ཆེང་བཤད་པ་ ༡༣༠བཤམས། ལྷུ་བ་བ་

ཅི་བརྒྱུད་བ་སྟེ། མི་འདོད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

བསྐྱེད་པོ། (བདུན་ཉིད་) ཅིང་པོ་ལམ་རྒྱུ་བ་པོ། མདོ་དྲུག་པ་ཉིད་གཞག་ལ་ས། ཆོག་བསྐྱེད་པོ་ས་དེ་ལ་མདོན་

བར་སྟོ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་དང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མི་སྡེ་ན་པའི་ཚུ་ལ་ནི། འདི་ཁྱོད་

ལ་མི་ཕྱིན་ནོ་ཞེས་ཆིག་བརྒྱད་པོས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཐབས་མཁས་པས་བད་སྟེད་ནས་

གཏོང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བཟང་ལྷོད། ཅིང་ལྷོད། ལྷ་བ་ལྷོད། རལ་ལྷོད།

བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་གྱི་ རྒྱུ་མཆོན་ཅིང་། རྒྱ་བཤད་ནི། བརྒྱན་ཞིང་ཞེས་པས་རྒྱུ་འོ་ཐོ་དང་། གཤེར་

བས་ནི་དེ་ལྟེ་བྱེད་ལས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་སྟོན་ནོ།

བརྒྱུམས་པ། ཡིད་བརྩོད་བཟམ་ཡིད་དུགས་པའི་དོན་ལ་བཞད། བསྐྱལ་བ་དང་། བྱིན་གྱིས་

བསྐྱབས་པ་ལ་མེད་པའི་དོན་ལ་བཤད་ན་པར་འགྲིག་པར་སྙམ། དཔེར་ན་བདུད་ཀྱིས་

བརྒྱམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བསྐྱེད་པོ། བསྐྱེད་བ་དང་དོན་ལས།

བཟིང་བ། བཟིང་པོ་དང་དོན་གཅིག ། རྟོག་དཀར་པའི་དོན། རྟེན་རྒྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། འཕགས་

ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ཁེན་ཏུ་བསྐྱེད་བས་གསལ་པོར་མོན་དཀར་བར་སྒྱུར་ནའང་གོ་ཡུལ་དང་

ཉམས་མྱོང་བླ་མ་ཚོགས་ཀྱིས་ཚག་ཤེས་མ་བྱས་པར་ལྟ་དང་སྒྲ་མ་ལ་གསེལ་བ་རེད་དུ་བཏབ་

ནས་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་གཞུང་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྲངས་ན་གཞུང་གདམས་དག་ཏུ་འཆར་ཐུབ་པ་

ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །² བརྟན་པ། བརྟན་པོ། འཇུག་པ་མེད་པ། རྗེའི་ཡིགས་པ་ཤད་

གསེར་ཐེང་ལས། འདིར་འདྲིག་ཆོག་ས་ལ་ལྟ་བའི་རི་བོ་ནི་བྲ་མཐོ་ལ་བསྐྱེད་བས་ངོས་ཀྱན་

ནས་བསྐྱོར་ཅིང་། མ་དེག་པའི་ཐུན་པ་སྒྲག་པོ་ཅན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 3 གཅེས་བཤམ་

གལ་ཆེ་བའི་དོན། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་འཇུག་པ་རང་འབྲེལ་ལས། དེ་ཡང་ཆེས་བརྒྱུད་བ་ཡིན་
ཏེ། དེ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཉིད་མི་འབྲུབ་པས་སོ། །ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྩེའི་འཇུག་པའི་
སྒྲིག་ཆེན་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཕུན་ཆོག་གས་ནི་ཆེས་བརྒྱུད་བ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་ཡིན་
པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

༼ ལ ༽

ལ་གོར། <ལ་རུ> ལ་ཁྱར་དང་དོན་གཅིག་གྲོགས་པ་དང་སྒྱར་བ་དང་སྒྱེན་པའི་དོན། འདི་ལོགས་
 སྒྱར་གྱི་ <ལ་རུ> ཞེས་པ་ཡང་བའམ་སྒྱར་བའི་དོན་དུ་བཤད་པ་དེ་ཟུར་ཆག་པར། སྒྲོགས་
 སྒྱེན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལེ་ཞིའི་གྲུང་ཁང་དུ་གསལ། ཞེས་པར་ལ་ཁྱར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
 བཞགས།

ལ་ཀྱ། 1 སྒྱུ་བྲགས། ཀྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཚན་ལ་དགྲང་དུ་འདེགས་ལྟ་བུ། 2 ཤ་ཞེན། ཞེན་ཁོག་མི་
 རིགས་ཀྱི་ལ་ཀྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལ་ཕྱོག་རི་ལ་སྒྲེས་པའི་སྒྲོག་པ།

ལ་ལྷ། ལ་དོན། 1 ལ་སྤྱ་ནས་དབྱེ་གཉིས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཚོས་ར་ལ་འགོ་ལྟ་བུ། 2 ལ་སྤྱ་ནས་དབྱེ་
 བཞེ་པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེ་ཁྱིད་ལ་ཕྱིན་ལྟ་བུ། 3 ལ་སྤྱ་གནས་གཞི་ལ་འཇུག་པ། མགོ་ལ་སྤྱ་
 དཀར་འཇུག་ལྟ་བུ། 4 ལ་སྤྱ་ཆེ་སྤྱབས་ལ་འཇུག་པ། ཞོགས་པ་ཆུ་ཚོད་དུག་པ་ལ་ཡར་ལངས་
 ལྟ་བུ། 5 ལ་སྤྱ་དེ་ཉིད་འཇུག་པ། ལོགས་སྤྱར་ནས་པོད་ཡིག་ལ་བསྒྱུར། ཞོད་ར་ལ་སྤྱར། ད་
 ར་སྤྱར་ཁུ་ལ་སྤྱར། མི་དན་བཟང་པོར་སྤྱར། ལྟ་བུ། 6 ལ་སྤྱ་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ལ་འཇུག་
 པ། སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལྟ་བུ། གསལ་ལ་དྲངས་པ། མཐོ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། 7 ལ་སྤྱ་
 ཆོག་སྤྱ་ཕྱི་མཚམས་སྤྱོར་བ་ཅམ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བདེ་བ་དང་ལྷན་ལ་གཞོད་པ་མི་མངའ་པ།
 གསལ་ཞིང་དྲངས་ལ་ཁྱི་མ་མེད་པ། ཞེས་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་ “ཞིང་སྤྱིའི” འཇུག་པ་དང་
 མཚུངས་པར་འཇུག་པ་འདི་ལྟར། ས་སྤྱ་ལོགས་བཤད་ལས། བསྐྱོད་པ་ས་དགའ་བར་མི་
 འགྱུར་ལ། སྤྱང་པ་ས་མི་དགའ་མི་འགྱུར་ཞིང་། །རང་གི་ཡོན་ཏན་ལོགས་གནས་པ། སྤྱེས་བུ་

དམ་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། །ལྟ་བུ། དེ་ནི་ཆོག་སྒྲིམ་ཆོས་སྒྲུབ་ནས་འབྲེལ་ཆགས་པ་ཙམ་
ལས་དོན་གཞན་གང་ཡང་མི་སྟོན། 8 ལ་སྐྱ་ལྟག་བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་འབྲུག་པ་ནི། “སྟེ་ཉི་དེ”
“ནས” བཅས་དང་འབྲུག་པ་མ་བློན་ཏེ། མཉམ་པར་བཞག་ལ་དེ་ཁོན་ཉིད་སེམས། ལག་པ་
བསྐྱལ་ལ་ཟས་ཟ་ལྟ་བུ། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། གཞོད་པར་བྱེད་པ་རྒྱུད་ཏུ་ཡང་། །ཐུར་
དུ་བསལ་ “ལ” འདུམ་པར་བྱ། །ཡུར་པ་རྒྱུད་ཏུ་འཛིན་ཞེས་ཞུགས་ནས། །འོད་པ་ཆེན་པོ་མ་
མཐོང་ངས། །ལྟ་བུ། 9 ལ་སྐྱ་རྒྱ་མཆན་ནས། བལ་སྐྱད་ཏུ་ཡིན་གཙང་ཞེས་པའི་དོན་ལ་འབྲུག་
པ་ནི། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་བྱས་པ་ “ལ” ། །བྱ་བ་ཉམས་པ་
ག་ལ་སྟེ། །མིག་ལྡན་བརྟགས་ནས་འཕྲོ་བ་ན། །གཡང་སར་གོམ་པ་འདོར་རམ་ཅི། །ལྟ་བུ།
གཞོན་ཏུ་རྒྱ་མེད་ལས། བདག་ནི་ཞི་བར་གནས་པ་ “ལ” ། །ཁོ་བའི་གོ་སྐབས་མ་མཆིས་
ཀྱང་། །ཁོལ་བ་ལ་ནི་སྟེ་རྟེ་ཡིས། །སྟོང་བའི་བརྟལ་ཞུགས་བྱུང་བ་མེད། །ལྟ་བུ། 9 ལ་སྐྱ་
ཡིད་སྟོན་ལ་འབྲུག་པ་ནི། དགའ་བ་ལ། སྦྱིད་པ་ལ། བངས་པ་ལ། སྟེ་རྟེ་བ་ལ་ལྟ་བུའོ། །ལྟ་བུ།
(11) ལ་སྐྱ་ངེས་བཟུང་གི་སྐྱའམ་ཁོན་འདོན་ལ་འབྲུག་པ་ནི། ལམ་སྟོན་ལས། དམིགས་པ་
གང་རུང་གཅིག་དག་ལ། །ཡིད་ནི་དགེ་ལ་གཞག་པར་བྱ། །ཞེས་གཅིག་དག་ལ་ཞེས་པ་ངེས་
བཟུང་གི་ཆོག་ཏུ་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོར་གསུངས་སོ། །

ལ་གཙན། (འདུལ་བ) 1 ལའི་ཅེ་མོར་བསྐྱད་དེ་དག་སོགས་ཀྱི་བྱ་ར་བྱེད་མཁན། གཙན་པ་དང་དོན་
འདྲ་བར་སེམས། །ཡུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། བ་རོལ་གྱི་དབུང་གི་ཆོགས་འོང་བ་
རིག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ལམ་ཉམ་ང་བ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་བཞག་པའི་སྐྱེས་བུ་ནི་
ལ་གཙན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གཞོད་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་
འོང་བ་ཡོངས་སུ་སྐྱུང་བའི་ཕྱིར་ལ་གཙན་དག་ལ་བཞོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས། འདུལ་བ་ནམ་
པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ༩ རྒྱ ༩༠བཅས་ལས། ལ་གཙན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལ་
སྐྱུང་བར་བསྐྱོས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། ལའི་སྟེང་ནས་དག་སོགས་
ལ་མིག་གིས་བྱ་ར་བྱེད་པས་ན། ལ་གཙན་ནམ་ལ་སྦྱོན་ཞེས་མིང་སོགས་སོ། །གཙན་ནི་སྦྱོན་

དང་དོན་འབྲས་བུ་ཡིན། ཞེས་པར་གཅན་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། 2 ལ་ཁལ་སྤྱད་མ་ཁན།
བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས། ལ་གཅན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་འབྱུང་བར་འཕྱུག། ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་
བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་རྒྱ་འོད་ལས། ལ་གཅན་ནི་ཤོག་མ་གྲིས་གཅོད་པའོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་པ་སྟོང་པོ་མཆོག་ལས་ཀྱང་། ལ་གཅན་ནི་ཤོག་མ་གྲི་
གནས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལ་གཅན་གྱི་དབྱ། (འདུལ་བ) སྤང་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྟོང་དགོས་པའི་དབྱ་ཁལ། འདུལ་བ་རྣམས་པར་
འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་ ༡༩༧༥༥ལས། ལ་གཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཛིགས་པ་
དང་བཅས་པའི་ཚོགས་བསྐྱེད་པའི་དབྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ལ་གཅན་པ། (འདུལ་བ) ལ་གཅན་ལ་གཟིགས།

ལ་བྱ། (རྒྱ་གར་སྐད) དབྱེབས་རྒྱུ་ལ་ཁ་དོག་མེར་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་མངར་ཆའི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་།
རྒྱ་གར་བས་ལ་བྱ་སོགས་མངར་ཆའི་རིགས་རྣམས་གཅོ་བོར་ལྷ་ཡི་མཆོད་རྩས་དང་བག་
སྟོན་སོགས་ཉེན་འབྲེལ་མཛད་སྟེ་རི་སྐབས་མེད་སྟོང་བྱེད་དོ། །དང་པོར་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡར་
བྱལ། དེ་ནས་མར་ཁྱུ་ཉེ་དངོས་བྱལ་གྱི་རྩས་སམ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་
བགོ་བཤའ་བྱས་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་སྤྱད་ བསྐྱེད་ ཟེར། ལ་བྱ་ནི་ “ལ་རྒྱུ” ཉིད་
ཟུར་ཆག་པར་ངེས་སོ། །རྒྱ་གར་བས་འདི་ལ་ “ལ་རྒྱུ” ལྷུ་ Laddū ཟེར། (འོག་ཡིག་
གཉིས་པོ་ཆེགས་མར་བྱི་དགོས་ཀྱང་སྟོག་ཁྱད་འདིའི་ནང་མི་འཛོལ་ནོ།) འདི་ལ་ཁ་དོག་མི་འབྲས་
བ་འགའ་ཤས་ཡོད། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་«རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྟོར་བའི་གཏམ་
རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ» རྒྱེགས་བམ་སྟོང་ཆ་ཤོག་གྲངས་༧༥ལས། ལ་བྱ་ནི་རིགས་མང་པོ་
མཆིས་ཏེ། དཀྱིས་མ་དེ་སྤར་བྱེད་དང་ཀ་ར་མར་རྣམས་སྤར་བ་ཚུ་ཅུང་ཐད་ཀྱིས་ཕྱིལ་ཕྱིལ་དུ་
བྱས་ནས། འཁུར་སྤང་ནང་ཆོས་སུ་བཅུག་པ་གོང་བྱར་ཕྱིལ་བ་ཞིག་ཡིན། ཞེས་སོགས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལ་བྱ། ལ་ཆེན་པོ་རྒྱག་སྐབས་ཟ་རྒྱུའི་
ཟ་ཆས་རིགས་ཤིག་གི་མིང་། འོ་ལ། སྤང་ཆེ། ཀ་ར། བྱར་ལ། ཉིལ་སྤྱུལ། མར། ཟུར་བ། ཆིས་

མིན་བཅས་སྤྱ་ཁ་བརྒྱད་ཐོ་ཞིབ་དང་སྤྱར་ནས་བཅོས་པའི་བག་ལེབ་ལྟ་བུ། ཞེས་འབྱུང་བའི་
ལ་དུ་བཟའ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་མིག་གིས་ཀྱང་མཐོང་མ་སྤྱོད་བའི་ཆོད་བྱོ་བའི་གཏམ་ཞིག་ཏུ་སྤང་
དོ། །ལ་དུ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་འདུལ་བ་ལུང་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་ག་ཞི་༩ ང་
བ། ༡༣༩ནལས། དེས་དབང་དུ་བྱ་བའི་ལ་དུ་ཞིག་གྲགས་འཛིན་མ་ལ་བསྐྱར་བ་དང་།
གྲགས་འཛིན་མས་སྤྱ་ཅན་ཟིན་གྱི་ལག་ཏུ་བྱིན་ནས་སྤྱས་པ། བྱ་ཁྲོད་གྱི་ཡབ་གང་ཡིན་པ་དེ་
ལ་ལུལ་ཅིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ལུང་ག་ཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བར་ཡང་སྤང་སྟེ། བཟའ་བ་
ཞེས་བྱ་བའི་ལ་དུ་ལ་སོགས་པའོ། །བཅའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལ་ལུག་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ལ་བ་ཤག་གོང་བ་ཡོད་པའི་མི་ཆེན་གྱིས་གྲོན་རྒྱུ་འཛའ་ཞིག་ཞུ་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་
སོ་༣༧ལས། ལ་བ་ཤག་དང་། ཆལ་བྱ་ཞེས་པའི་སྒྲོར་ལ། སྐབས་དེའི་དུས་སོག་ཆས་ལ་
དར་སྒོལ་བྱེད་པས། ན་བཟའ་སྤོང་ཅེ་ཡོད་པར། ཆལ་བྱ་དང་། གོང་བ་ཅན་ལ་ལ་བ་ཤག་ཟེར་
སྒོལ་འདུག་པས་ཞིབ་ཆ་མཛོད། ཅེས་གསལ།

ལ་བ་དཀར་སོ་ལྟ་བུའི་དོ་ལེག། ཨར་མོ་ནིག་དང་འབྲ། ཨར་མོ་ནིག་ལ་གཟིགས།

ལ་བའི་མཆོག་ ལུལ་བར་སིག་ལས་བྱུང་བའི་ཤིན་ཏུ་རིན་ཆེ་བ་དང་མཐུག་པ་མཛུབ་གྱི་ཆད་ལས་
ལྷག་པས་སྤྱ་ཅན་གྱི་གོས།

ལུ་བའི་མཆོག་ ལ་བའི་མཆོག་དང་འབྲ།

ལུ་མ། (ལེགས་རྒྱར) མཛེས་མ། དཔེར་ན་ལུ་མ་ལྡང་ཁུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེའི་འདོད་འཛོལ་གསལ།

ལ་མའི་མེ། སྤང་ལེབ་དུས་ནས་ལེབ་མོར་བྱས་ནས་མེ་སྤྱར་བ་ལ་བཤད། བེའུ་བུས་སྤོན་པའི་འགྲེལ་
བ་ལས། ཁྲོད་ལ་མི་ལམ་ཅི་འདྲ་བ་མིས་གྱིན་འདུག་ཟིས་པ། ལ་མའི་མེ་མདག་དམར་ཉིལ་
ཉིལ་བ་ཅིག་ཁོན་མིས་ཟེར། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ལ་མོ། 1 ལ་ལམ། ལ་སྤྱོད་གི་ལམ། 2 <ལ་རུ> མཁྱོགས་པ་དང་སྤྱར་བ་དང་སྤྱོན་པའི་དོན། འདི་
ལེགས་སྤྱར་གྱི་ <ལ་རུ> ཞེས་པ་ཡང་བཅས་སྤྱར་བའི་དོན་ཏུ་བཤད་པ་དེ་རྩར་ཆག་པར།

སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསལ། དཔེར་ན། ལ་མོ་འགྲོ་ཤོམ་གྱིས་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ལ་བཙས། ལ་ཅེའི་རྟེན་ཁང་། ལ་ཅེའི་ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་སོགས་ཀྱི་རྟེན་ཁང་། འདི་ལ་ལ་བཙས། ལ་
ཅེ། ལ་བ་ཅེ། ལ་བ་ཅེ་སོགས་འབྲི་ཚུལ་མང་པོ་སྤང་།

ལ་ལྟོ་བ། ལ་བ་ལྟོ་བ་དང་འབྲ།

ལ་བ་ལྟོ་བ། ལ་བ་ལྟོ་བ་དང་འབྲ།

ལ་བ་ལྟོ་བ། སོམ་ཉི་མི་བྱེད་པར་ཐག་གཅོད་པ། བྱག་ཆེན་གྱི་སྐབས། སྐུ་མེད་ཟང་ཐལ་དུ་ལ་བ་ལྟོ་བ་
ལྟ་བུ། ལ་བ་ལྟོ་བ་བ།

ལ་འུར། <ལ་རུ> མགྲོགས་པོ་སྤྱར་བ། རིངས་པ། ལ་འུར་དང་། ལ་གོར། ལ་མོ་རྣམས་དོན་གཅིག་
ཡིན་པར་སེམས། གལ་ཏེ་མི་དགེ་བའི་སེམ་ཞུགས་ན་ལ་འུར་བཤགས་སྟོན་བྱས་ལ། དགེ་
བ་ཇེ་འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། འདི་ལོགས་སྤྱར་གྱི་ <ལ་རུ> ཞེས་བ་ཡང་བའམ་
སྤྱར་བའི་སྐད་དོད་དེ་ཟུར་ཆག་པར་སེམས་ཏེ། སྤྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་བའི་ལ་གོར་དང་། ལ་མོ་
གཉིས་ལོགས་སྤྱར་གྱི་ལ་རུ་ཟུར་ཆག་པར། སྒྲིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་
དུ་བཤད་པ་དེས་ཤེས་བྱས་སོ། ། མཁས་བྱབ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ཐོར་དུ་«སྤྱི་བ་རྣམས་པར་
རེས་བ་རབ་དགའི་འཇུག་པ»ལས། ལ་གོར་ཤོག་ལ་ལ་འུར་ཤོག །ཟེར་བ་སྤྱན་པའི་ཡུལ་སྐད་
ཡིན། །ཞེས་ཡུལ་སྐད་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

ལ་ལ། འགའ་ཞིག་ཁ་ཤས།

ལ་ལ་རྒྱ། (ལོགས་སྤྱར) 1 ཅ་རྒྱང་མ་དང་དོན་འབྲ། ཅ་རྒྱང་མ་ལ་གཟིགས། 2 བུད་མེད་མཆོག་སྒྲིག་
སོ། སི་བོད་ཤེས་སྤྱར་ན་གསལ།

ལ་ལ་ལ། འགའ་ཞིག་ལ། ཁ་ཤས་ལ།

ལ་ལི་ཏ། (ལོགས་སྤྱར) རོལ་བའམ་སྒྲིག་པ། སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤེས་སྤྱར་ན་གསལ།

ལ་ལི་ཏ་བཟོ། (ལོགས་སྤྱར) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། རོལ་བའམ་སྒྲིག་པའི་དོན་ཇི། སྟོབ་དཔོན་ལ་ལི་ཏ་

བཟོ་ནི་དོན་ཅི་ལོངས་མཁས་ཞལ་མཛོན་སུམ་དུ་བསྟན་ནས་གཤིན་ཅི་གཤེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་
 དུ་དབང་བསྐྱུར། མན་ངག་བསྐྱོམས་པས་ཐོད་ཐོབ། དེག་པ་བརྟལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མཛད།
 ཨོ་རྒྱན་ནས་སྐྱ་གསུང་བྱགས་གཤིན་ཅི་གཤེད་ནག་པོའི་རྒྱ། སྒྲིམ་པ་གསུམ་པ། རྟོག་
 བདུན་སོགས་མང་པོ་བྱགས་ལ་བཟུང་ནས་བྱོན། འབགས་པའི་ཡུལ་སོགས་སུ་དེ་དག་
 གསལ་བར་མཛད། མཛོན་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བསྟན་ལ་སྤང་བའི་སྐྱ་སྟེགས་དང་ཉ་ཟེག་
 སོགས་མང་པོ་ཆར་བཅད་ནས་བསྟན་པ་བསྐྱུངས་སོ། །

ལག་ཁྲ། བྱ་མའི་ཅེ་ནས་དགྲུང་མའི་ཅེ་འེ་བར་གྱི་ཆད་ལ་ཟེར་རོ། །སྤྱིར་ཁྲ་ལ། རུལ་ཁྲ། ལུས་ཁྲ།
 ལག་ཁྲ་དང་གསུམ་ཡོད། རྒྱས་པར་ཁྲ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

ལག་གི་ཁྲ། (འདུལ་བ) དགེ་འདུན་གྱི་ལས་བྱེད།

ལག་མགོ་ལག་པའི་མཁྱིག་མ་ནས་མཛུབ་མའི་ཅེ་བར་གྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་མིང་།

ལག་ངར། ལག་པའི་མཁྱིག་མ་ནས་བྱ་མའི་ཅེ་མོ་བར་གྱི་མདུན་ངོས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་མིང་།

ལག་རྩེས། 1 ལག་པའི་སྤྱར་རྩེས། 2 བྱ་བ་འབྲས། བྱས་རྩེས། འབྲས་བྱ་བཅས་ཀྱི་མིང་།

ལག་ཉ། (འདུལ་བ) 1 སྟེར་མཁན་མེད་པར་རང་གིས་ལག་བརྒྱབ་ནས་ལེན་པའི་དོན། 2 ཆ་ལ་བརྟེན་
 པའི་ཉེས་བྱས་བརྒྱད་ཀྱི་དང་སོ། ཟས་གང་ཡང་རུང་བ་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་བའི་བསམ་
 པ་ལས་གཞན་པས་རེག་པའོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། ལག་པས་བསྟུབ་པའམ་ཉལ་པས་ན་ལག་ཉ་
 ཟེར།

ལག་མཐེལ་གཉིས་འབྲེལ་ཞིང་། ལག་མཐེལ་གཉིས་གཅིག་ལ་གཅིག་བཅར་ཞིང་རུང་པའི་དོན་ཡིན།
 འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ༽ ༣༥ནས་ལས། ལག་མཐེལ་
 གཉིས་འབྲེལ་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་རུང་ཅིང་འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལག་པ། 1 ལག་མགོ་ལ་གཙོ་བོར་གོ་ (ལག་པའི) མཁྱིག་མ་ནས་མཛུབ་མའི་ཅེ་བར་གྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་
 མིང་། དབྱིན་སྐད་དུ་ hand ཟེར་བ་དང་དོན་གཅིག་ 2 དཔུང་པའི་སྟེ་མོ་ནས་མཛུབ་མའི་ཅེ་
 བར་གྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་མིང་། དབྱིན་སྐད་དུ་ arm ཟེར་བ་དེའོ། །ལག་པ་རིང་། བྱག་རིང་ཞེས་པ་ལྟ་

བྲ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དཔེར། ལག་རིང་བྲ་བྲ་བྲ་བྲ། ཞེས་པའི་དཔེ་ཡོད་པ་ལྟར་རོ། རྗེའི་
འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་རྒྱ་མཆོ་ལས། དབྱང་པའི་མགོ་ནི་ལེགས་པར་རྒྱུ་པའི་བྲག། གླང་
པོའི་རྒྱལ་པོའི་སྒྲ་ལྟར་རིང་ཞིང་མཛེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་
མོར། ལག་པའི་གོ་དོན་ལ། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་མདུན་མ། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གོ་མི་
བདེ་བ་ཞིག་འདུག་པས་བསྐྱར་བཅས་དགོས་སོ། །

ལག་པ་བཀན་བ། (འདུལ་བ) ལག་མཐེལ་གྱི་ན་དུ་བསྟན་བ། ལག་མཐེལ་གྱི་ན་དུ་བསྟན་ནས་ཁ་བྱེ་བ།
ལག་པ་གཉེས་གོང་དུ་བསྟོལ་བ། (འདུལ་བ) ལག་གཉིས་ལྟ་བུ་ཏུ་དམ་དུ་བཅེངས་བ།

ལག་པ་ལྟག་པར་བསྟོལ་བ། (འདུལ་བ) ལག་པ་གཡས་པ་གཡོན་པའི་དབྱང་སྟེང་དང་གཡོན་པ་
གཡས་པའི་དབྱང་སྟེང་དུ་བཞག་བ། (འདི་ལག་གཉིས་མདུན་ནས་བསྟོལ་བ་ཡིན) སྟོབ་
དཔོན་དཔའ་པོའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོའི་འབྲེལ་པར་གསུང་། ལག་པ་གཉིས་གཉེས་གོང་དུ་བསྟོལ་
བ་དང་འབྲ། (འདི་ལག་གཉིས་ལྟ་བུ་པའི་རྒྱ་བ་ནས་བསྟོལ་བ་ཡིན) ལག་པ་གཉིས་གཉེས་གོང་
དུ་བསྟོལ་ལ་གཟིགས།

ལག་གཅོང་བ། (པལ་སྐྱང) རྒྱན་མ་མི་རྒྱ་བའི་མི། ས་པར་གྱི་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་གྱི་བྲ་བ་ལས།
ཁ་ཉུང་ལ་ལག་གཅོང་བར་གྱིས་དང་། ཐམས་ཅད་རང་ལ་བྱམས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

ལག་གཟུངས། ལྷགས་ལས་བཅོས་པའི་ལག་པ་འདྲུ་པའི་སྟོའི་ཨ་ལུང་། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བའི་རང་
འབྲེལ་དང་། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་སོགས་སུ་ལག་གཟུངས་ཞེས་ས་མཐའ་ཅན་དུ་
སྤང་བ་ལྟར་བྲིས།

ལག་ལེན་དོག་མཐའ། (འདུལ་བ) ལག་ལེན་དོག་ཕྱོགས། འདུལ་བ་སོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་ལ་དམ་དོག་
ཆེ་བའི་ཕྱོགས་དང་། ཅུང་ཟད་ཡང་བའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དམ་དོག་ཆེ་བའི་ཕྱོགས་
ལ་ཟེར།

ལག་སོར་རྒྱུ་པོ་འཇམ་པ། (འདུལ་བ) གང་རྣམས་ཀྱི་ལག་པའི་སོར་མོ་སྐྱུལ་གྱི་གདེངས་ཀ་འབྲ་བ་

ནམས་སྟོ། །ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་རང་འགྲེལ་ན་གསལ།

ལགས་པ། ཡིན་པ།

ལྟ། སི་རྒྱ་ལ་དང་དོན་འདྲ། སི་རྒྱ་འཛད་དུ་གཟིགས།

ལང་དུ་སོང་བ། ངན་ལང་དུ་སོང་བ།

ལྟ། <རྩ་ལྔ> མདོག་ལྷན་གྱི་སྐད་དོད་རྩ་ན་ཟུར་ཆག་པར་བཤད། ལུ་ལྷ་ཞེས་སྟོས་ན་ཅུང་
ལེགས་པར་སེམས། དེ་ནི་ཐུ་མིས་དབུ་ཅན་གྱི་དཔེ་མཛད་སའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་
མཁས་པ་མང་པོས་བཤད་ཅིང་། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས་མོད།
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་གྲིས་པ་ལས་དབུ་མེད་རང་བཞིན་
གྱིས་བྱང་བ་ཡིན་པར་བཤད། ལྷ་རྒྱ་ལོ་ལ་པའི་དོ་རྩེས་ལུ་ཆངས་པའི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་
བཤད་དེ། སྤྱི་ལོ་གི་སྟོར་གྱི་དག་ཡིག་མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་ལས། ཡི་གེའི་གཟུགས་ལ་
ཆངས་པའི་ཡི་གེ་ལུ་ན། དེ་དང་ཆ་མཐུན་པ་རྩ་ལྔ། ལུ་ལྷ་མགོ་བྱེད་དུ་གཟེངས་པ་ན་ག་ར།
ལུ་ལྷ་མགོ་བྱུང་དུ་བཀྲ་ག་པ་ལྟ་ལ། འདྲ་མིན་གས་ཆེ་བ་ཀ་སྟེ་ར། ལྟོ་ཀ་ལུ་ར། རྒྱ་མཆོ་
མཐའི་ཡི་གེ་སི་རྒྱ། ལྟ་ལ། རྒྱ་དང་བོད་རྟོར་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེའི་གཟུགས་ནམས་སྟོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྟོང་དོལ་སྒྲ་མས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བར་གསུངས་སོ། །ཡང་། ལུ་ལྷ་ལྷའི་ཡི་གེ་
འདྲ་བ་དང་། ལྟ་ལྷ་སྟའི་ཡི་གེ་འདྲ་བ་ཡིན་ཚུལ་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་མོང་དུ་གསལ་
ལོ། །འདི་ལ་འབྲི་ཚུལ་མང་དུ་སྤྲང་སྟེ། ལྟ། ལྟ། ལྟ། ལན་ཆོ། ལན་ཇ་བཅས་སོ། །བོད་
རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལེགས་སྐར་ཡིན་པར་བྱས་ཡོད་མོད། འདི་ལེགས་སྐར་ཟུར་
ཆག་པའི་བོད་ཀྱི་བཟང་ཆད་ཅིག་ཡིན་གྱི་ལེགས་སྐར་ནི་མིན་ནོ། །

ལུ་ལྷ་ལྷ། ལུ་ལྷ་དང་འདྲ།

ལད་ཆོས། ལད་མོའམ། གཞན་གྱི་བྱེད་སྤངས་བྱེད་པ། མི་གཞན་གྱི་ལད་ཆོས་མ་བྱོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལན་ཀལ། ལུ་ལུ་འམ་ཁ་ཁེར་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ཁང་པའི་ཁེར་ཞེས་ཀྱི་མཐའ་སྟོར་དུ་སྤང་ལེབ་བཅས་ཤིང་།

གི་འཕྲི་མེག་རྩེ་མཛེས་སུ་བསྐྱངས་པའི་མིང་དོ། །ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒྲོའི་འདུལ་བའི་གྲོང་
འབྲུམ་ཆེན་མོ་ལས་བྱུང་བའི་མིང་བཅུ་གོ་དཀའ་བ་རྣམས་བཤད་བ་ལས་བཤད་དོ། །ལྷགས་
ལྷོ་ར་བཤམ། ར་སྒྲོར། འཕྲི་མེག་ལྷན་པའི་ར་བ། ཤིང་ར། ལམ་ཁའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ར་བཤམ་
ར་སྒྲོར། སྐས་ཀྱི་གདང་བྲ། ལག་འཇུ་བཅས་ཀྱི་མིང་། དབྱིན་རིས་railling, fence, enclosure
ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ལན་ཀན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་བའི་དོན་དུ་ལམ་ “ཁ་
ཁྱེར” གྱིས་བསྐྱོར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆེག་རྣམས་པར་
བཤད་བ་ལེ་བེ་ལས། ལན་ཀན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་བའི་ལམ་གཅད་པའོ། །ཞེས་གསུངས།
ལན་ཁན་ཞེས་བྲིས་པའང་སྤང། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་རྒྱ་མིའི་སྐད་ཡིན་པར་
བྱས་འདུག ལུ་ལུ། ལྷགས་བྲ། མདའ་ཡབ་བཅས་ཀྱི་མིང་དུ་འདྲེང་བཤད།

ལན་ཁན། ལན་ཀན་གྱི་འབྲི་ཚུལ་གཞན།

ལན་གངས་གཞན་ལ་ཐོང་འགྱུར་གྱི་ལས། ཆེ་གསུམ་པ་པན་ཆད་དུ་ཐོང་བའི་ལས།

ལན་ཆགས། (རྫོ་སྤྱང) ཚུར་རྟོན་བྱས་པའི་ལན་དང་པར་གཞོད་པ་བྱས་པའི་རྣམ་སྟོན་མ་སྤྱངས་པར་
བྱ་ལོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ལུས་པ་ལ། ལན་ཆགས་ཟེར། འཛིག་རྟོན་གྱི་ཁ་རྒྱུན་ལའང་ལན་ཆགས་བྱ་
ལོན་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །ལན་ཆགས་དང་བྱ་ལོན་གཉིས་ཏེ་ཅང་འབྲུ་པོ་ཡོད། ལྷའི་དངོས་པོ་
གཡལ་ནས་འཇམ་མ་ཐུབ་པ་ལ་བྱ་ལོན་དང་། རྟོན་ལན་འཇམ་མ་ཐུབ་པར་ལན་ཆགས་ཟེར།
ཤེས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཅིམ་སོ། །

ལན་བ། སྒྲོན། རོངས་བ། ཉེས་བ། ཁག་ཉེས། རོར་འབྲུལ་ཤོར་བ། རྒྱེན་བྱས་བ། རྒྱེན་ཅ་བྱས་བ།
(པལ་སྐྱང) མ་བྱུང་བ། དཔེར་ན་དེ་ཁོས་མ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ཁོས་ལན་པ་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དབྲུ་གཉེན་བར་མའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་པའང་མེད་པ་
དགའ་བའང་མེད་པ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་གང་ཡང་མེད་པས་ལན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །དེབ་རྩོན་སྟོད་ཆ་༥༥ལས་ཀྱང་། འདི་ར་རང་གིས་དགེ་སྦྱོར་མ་བྱས་པས་ལན་སྤྲུམ་
ནས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལན་ཅ། ཉེས་པའམ་སྒྲོན་བྱང་སྒྲིག། སྒྲོན་ཅ། དཔེར་ན་ལན་ཅ་སུ་ལ་ཡོད་ཀྱི་སྦྱངས་ཤད་ཞིབ་ཏུ་
གནང་ལྟ་བུ།

ལན་ཅ། བཟའ་བརྟུང་འདེབས་སྒྲུའི་ཚུ་ལ་ཟེར། བོད་སྒྲིན་གྱི་རྩ་བའི་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཚུ་འི་བོ་བ་
ལྟ་བུའི་རོའི་མིང་དུ་བཤད། སྒྲིར་བརྟུང་། ཆོག་གྲོགས་མེད་པ་ལ་མ་ཟུར་དང་། ཡོད་པ་ལ་མ་
ཟུར་མེད་པའི་བྲག་ལེན་ཡོད་དེ། དག་སྒྲོན་འབྲེལ་བ་ལས། ཚུ་ཞེས་ཆོག་གྲོགས་མེད་པའི་
རྒྱང་པ་ལ་སྦྱང་འདོགས་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཆ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་གྲོགས་སྦྱར་ན་མེད་པར་བྲག་
ལེན་མཛད་ལ། འོན་ཀྱང་ལན་ཚུ་ལ་ཡོད་པ་མང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལན་ཅ། ལན་ཆ་དང་འབྲ།

ལན་ཚུ་ཁྱ་བ། རྒྱ་མཆོའི་རྒྱ།

ལན་ཚུ་རྒྱ་མཆོའི་ནང་སྟེས། 1 བྱིའི་རྒྱ་མཆོའི་ནང་ན་བྲབ་འབྲུག་གིས་བྲས་པའི་རྣམ་སྤང་གི་སྦྱ་
ཡོད་པ་དང་ཉེ་བའི་སྤྱིང་སྤྲན་ཞིག་ལ་བཞེད། 2 ཏ་རི་ཀེ་ལའི་བྲེ་བྲག་ཅིག་ལ་འཁྱེ་བས་བཤད།
3 ཁ་ཅིག་རྒྱ་བའི་སྤྱིང་ཞེས་པ་ཤར་བྲོགས་རྩྭ་ལའི་མཆོ་སྤྱིང་ལ་འདོད།

ལབ་ཤིས། ལབ་སྦྱངས། བཤད་སྦྱངས། ཟེར་ཤིས་རྣམས་དོན་གཅིག་མི་དམངས་ཀྱི་ལབ་ཤིས་
བལྟས་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལབ་ལོ་བ། 1 དོན་མེད་ཀྱི་གཏམ། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་། 2 བཟོ་སྤྱིང་།

ལབ་ལོ་བ་གཏོང་བ། ཆོས་གྲོགས་པན་ཚུན་ཆོས་ཀྱི་བཟོ་སྤྱིང་བྱེད་བ། དཔེར་ན་དཔེ་ཆ་ལབ་ལོ་བ་
གཏོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལམ་མཐམ། ལམ་རྒྱས་ཡོད་བྱེད་མཐམ། ལམ་སྦྱ་འཁྱིད་མཐམ། དཔྱིན་སྦྱང་དུ་^{guide} ཟེར་བ་
དེའོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་ལམ་རྒྱས་མེད་ལ་འགྲོ་དུས་ཀྱི་ལམ་མཐམ་དང་འབྲ་བར་
གསུངས།

ལམ་འཁྱིར་དུག (བཀའ་བརྒྱུད) དུག་ཆེན་གྱི་གདམས་པ་དུག་སྟེ། རྣམ་རྟོག་ལམ་འཁྱིར། ཉོན་མོངས་
ལམ་འཁྱིར། ལྟ་བུའི་ལམ་འཁྱིར། སྦྱག་བསྐྱེལ་ལམ་འཁྱིར། ར་ཆ་ལམ་འཁྱིར། འཆི་བ་ལམ་

འཁྱེར་དང་བྱུག་གོ།

ལམ་གྱི་དགག་བྱ། ཉོན་མོངས་བ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་བ་གཉིས།

ལམ་གྱི་རྒྱད། 1 རྒྱད་སྡེ་ལོག་ལ་ལ་མཆན་བཅས་དང་མཆན་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང། གོང་མ་ལ་
བསྐྱེད་རྫོགས་གྱི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་བྱའོ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས། སྤྲ་བ་ཤད་ནི།
ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་ཡིན་པས་ལམ་དང། གོམས་པའི་
སྒྲོར་བ་བརྟན་བར་གནས་པས་རྒྱད་ཅེས་བྱའོ། །ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལ་གཞི་བྱས།

ལམ་གྱི་ལྟན་སྦྱེས། (བཀའ་བརྒྱུད) ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་
རོལ་སྒྲོང་བ་ཉིད་དུ་རྫོགས་པའི་ལྟ་བ་ལ་ཟེར།

ལམ་གྱིས་འཛོེ་བ། (འདུལ་བ) 1 བང་ཆེན་ནས། འཕྲིན་སྦྱེལ་བ། ཡི་གེ་སྦྱེལ་མཁན་གྱི་སྦྱག་པའི་དོན་
ཡིན་པར་སེམས། ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོེ་བའི་གང་ཟག་སྡེ་དགེ་བསྟན་འབྱུར་ལུང་ཐུན་
ཆོགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཏུ་ རྒྱ་ ༡༥༣ན 6 ལས། ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་
ནི་ལམ་གྱིས་འཛོེ་བ་སྦྱེ། ཆོག་སྦྱེལ་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 2 འཕགས་
པའི་གང་ཟག་ ལུང་ཐུན་ཆོགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས། ལམ་གྱིས་འཛོེ་བ་ནི་འཕགས་པའི་གང་
ཟག་བདུན་ཡིན་ནོ། །ལམ་སུམ་འབྲིན་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལམ་རྒྱགས། འབྲུལ་པའི་ཐ་ཆས་དང་ལམ་གྲོན་གྱི་དཔུལ། འདི་ལ་ལྷུང་རྒྱགས་ཀྱང་ཟེར། ལུང་ཐུན་
ཆོགས་ཏུ་ མ་ ༡༠༡བཤམས། ལམ་རྒྱགས་གྱི་ཐོང་ཀླར་ལྷ་བ་ཏུ་དག་སྒྲོམས་ཤིག་ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལམ་སྒྲོན། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོ་བོས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བ་
ཞིག་འདི་ལ་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་གསུམ་སྦྱེ། བརྫོང་བྱ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། ལག་ཏུ་སྒྲུབ་བདེ་བ།
ལུགས་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་དང་གསུམ་སྦྱེ། །དེ་ཡང་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
ལས། ཆོས་གྱི་ཆེ་བ་བསྟན་པ་ལ། ཆོས་ནི་གདམས་ངག་འདིའི་གཞུང་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་
མའོ། །རྫོ་བོས་མཛད་པའི་གཞུང་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་ལམ་

སྒོན་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྡགས་གཉིས་ཀའི་གནད་བསྐྱུས་ནས་སྒོན་པས་བརྗོད་བྱ་ཡོངས་སུ་
 རྫོགས་པ་དང་། སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་པས་ལག་ཏུ་སྒྲུབ་བདེ་བ་དང་།
 ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་སྒྲ་མ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་པས་བརྒྱན་པས་
 ལུགས་གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ལམ་སྒོན་
 འདིའི་ཆེ་བ་ལ་བཞི་སྟེ། ཆེ་བ་བཞི་ནི། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་
 འགལ་མེད་དུ་རྫོགས་པའི་ཆེ་བ། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ།
 རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟེན་པའི་ཆེ་བ། ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་
 ཆེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལམ་སྒོན་འདི་མདོ་རྒྱུད་པའི་གཞུང་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མདོ་
 སྡགས་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ནི་མདོ་སྡགས་ཐུན་མོང་བའི་གཞུང་ཡིན་ཏེ། གོང་དུ་
 བྲངས་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མདོ་སྡགས་གཉིས་ཀའི་གནད་བསྐྱུས་ནས་སྒོན་པས་
 བརྗོད་བྱ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པས་ཤིང་། རྫོ་བའི་བྱང་ཆུབ་
 ལམ་སྒོན་ཀྱི་ཆོག་རིམ་ལའང་གསལ་ཏེ། སྡགས་མ་ཐུ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ཞི་དང་རྒྱས་
 སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱིས། །བྱམ་པ་བཟང་བྱུང་ལ་སོགས་པ། །བྱུང་ཆེན་བརྒྱད་སོགས་
 སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་། །བདེ་བ་ཡིས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆོགས། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་པ་
 དང་། །བྱ་བ་སྦྱོང་སོགས་རྒྱད་གསུངས་པའི། །གལ་ཏེ་གསང་སྡགས་སྦྱོང་འདོད་ན། །དེ་ཆེ་
 སྟོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་བྱིར། །བསྟེན་བཀུར་རིན་ཆེན་སོགས་སྦྱིན་དང་། །བཀའ་སྐྱབ་ལ་
 སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །སྒྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱ། །ཡོངས་རྫོགས་སྟོབ་དཔོན་དབང་
 བསྐྱར་བས། །སྤྱི་ཀུན་རྣམ་དག་བདག་ཉིད་ནི། །དངོས་བྱུང་སྐྱབ་པའི་སྐལ་ཐུན་འཁྱུར། །དང་
 བོ་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་ཆེན་ལས། །རབ་ཏུ་འབད་པས་བཀག་པའི་བྱིར། །གསང་བ་ཤེས་རབ་
 དབང་བསྐྱར་ནི། །ཆངས་པར་སྦྱོང་པས་སྒྲུང་མི་བྱ། །གལ་ཏེ་དབང་བསྐྱར་དེ་འཛིན་
 བ། །ཆངས་སྦྱོང་དཀའ་སྐབ་ལ་གནས་པས། །བཀག་པས་སྦྱད་པར་འཁྱུར་བའི་བྱིར། །དཀའ་
 ཐུབ་སྟོམ་པ་དེ་ཉམས་ཏེ། །བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་དེ་མམ་པ་ཡི། །ལྟར་བ་དག་ནི་འབྱུང་འཁྱུར་

ཞིང་། དེ་ནི་རན་སོང་ངེས་སྤྱད་བས། གྲུབ་པ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱུད་ཀྱི་ཉན་དང་འཆད་
བ་དང་། །སྒྲིན་སྒྲིག་མཛོད་སྒྲིན་སོགས་བྱེད་པ། །སྒྲོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་ཆེད་འགྲུར་
ཞིང་། དེ་ཉིད་རིག་ལ་ཉེས་པ་མེད། །གནས་བརྟན་མར་མེ་མཛད་དཔལ་གྱིས། །མདོ་སོགས་
ཆོས་ལས་བཤད་མཐོང་བ། །བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་གསོལ་བཏབ་ནས། །བྱང་ཆུབ་ལམ་བཤད་
མདོར་བསྐྱར་བྱས། །ཞེས་གསུངས་སོ། དེས་ན་རྫོ་བའི་ལམ་སྒྲོན་དང་རྗེའི་ལམ་རིན་ཆེན་མོ་
གཉིས་ཀྱི་ཡང་མདོ་སྒྲགས་སྤྱན་མོང་བའི་གཞུང་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་
ལ་ངོས་ཤོག་༤དང་། དེའི་རང་འགྲེལ་དཀའ་འགྲེལ་ལ་ངོས་ཤོག་༡༠༥དང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་
ཆེན་མོར་ངོས་ཤོག་༡༠༥ཡོད། །ལམ་སྒྲོན་དང་དེའི་རང་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱེ་དག་བསྐྱར་
འགྲུར་ཁྲི་བར་དེ་བཞུགས་སོ། །

ལམ་མཆོག་སྒོ་འབྱེད། ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྒོ་འབྱེད་ལ་གཟིགས།

ལམ་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲུ། ཐཱ་མལ་གྱི་འཆི་བ་ཞིགས་ནས་ཆོས་སྒྲུའི་བསྐྱེད་བ་དངོས་སུ་གྲུབ་པས་ལམ་
དུས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲུ་ཞེས་བྱའོ། །

ལམ་དུས་ཀྱི་འོངས་སྒྲུ། མ་དག་པའི་སྒྲུ་ལུས། བར་དོ་ཞིགས་ཏེ་འོངས་སྒྲུའི་བསྐྱེད་བ་དངོས་སུ་གྲུབ་
པས་ལམ་དུས་ཀྱི་འོངས་སྒྲུ་ཞེས་བྱའོ། །

ལས་ཀྱི་ (ཞིགས་སྒྲུར་) འབྱུང་བ་ཅན། 1 གར་ལོག་གི་རྒྱབ་སྒྲག་དང་རྒྱ་འཐབ་པའི་འགྲམ་ཞིག་ན་ཡོད་
པར་བཤད། 2 རྒྱ་གར་ལུབ་སྒྲོགས་ཨོ་རྒྱན་ལས་རྩལ་ཟད་ཤར་དུ་བྱིན་པ་ན་ཡོད་པར་གསུང་
ངོ། །

ལམ་ཆེན་བསྐྱར། གནས་བརྟན་གྱི་བརྒྱ་དྲུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག འཕགས་པ་ལམ་ཆེན་བ་དང་དོན་འདྲ།
ལམ་སྒྲ། སྤང་ལམ། ལམ་རྒྱུད་རྒྱུད་། ལུང་སྒྲན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། ལམ་སྒྲན་ནི་གསེབ་ལམ་
མོ། །ཞེས་གསུངས།

ལམ་སྒྲན་བསྐྱར། (འདུལ་བ) གནས་བརྟན་གྱི་བརྒྱ་དྲུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག འཕགས་པ་ལམ་རྒྱུད་བ་དང་
དོན་འདྲ།

ལམ་མེ་ག། ལམ་མེར་དང་དོན་འབྲ།

ལམ་མེར། གསལ་ལེན། འོད་འཛེར་རེ། ལྷམ་མེར་དང་དོན་གཅིག་སྒྲོ་བྱོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་
མདོ། མ ༡༥༣༥ལས། ཁྲིད་གྱི་ཡན་ལག་གི་མ་མི་མངའ་ལམ་མེར་བཞུགས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ། ལྷག་མེར་ལ་གཟིགས།

ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ། ༡ དེས་འབྲུང་། བྱང་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གསུམ། དེས་སྦྱེས་བྱ་ཚུང་
འཁྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡང་བསྟུས་པ་ཡིན་ཏེ། ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་
དེས་པར་འབྲུང་བ་ཞེས་སྤྱར་ན་སྦྱེས་བྱ་ཚུང་བྱ་དང་། འཁོར་བ་སྦྱི་ལས་དེས་པར་འབྲུང་ཞེས་
སྤྱར་ན་སྦྱེས་བྱ་འཁྲིང་གི་ལམ་རིམ། ཐ་མ་གཉིས་གྱིས་སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་བསྟུས་
སོ། །² རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་དེས་འབྲུང་། བྱང་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་
གསུམ་བཟོད་བྱར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག།

ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་རྗེ་ག། རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་མཛད་པའི་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་མཆན་
འགྲེལ། དེ་ལ་ཤོག་ལྟེབས་བཞེ་ཡོད། དོན་ཡོད་མཁས་བྱ་བ་གྱི་ལམ་གཙོའི་འགྲེལ་པ། པཎ་
ཆེན་སྒྲོ་བཟང་ལེ་ཤེས་གྱི་ལམ་གཙོའི་རྣམ་བཤད་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་གནད་བསྟུས་པ་ལེགས་
བཤད་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ། ཡོངས་འཛིན་ལེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ལམ་གཙོའི་རྗེ་ག། དངུལ་ཚུ་
རྩམ་རྩམ་འཛིན་ལམ་གཙོའི་རྗེ་ག། སོག་པོ་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་ལམ་གཙོའི་འགྲེལ་པ། སྤྱིད་
ཤོད་ཞབས་བྱུང་བསྟན་འཛིན་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་ལམ་གཙོའི་འགྲེལ་པ། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་
རྒྱ་མཆོའི་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་འགྲེལ་པ་སོགས་སོ། །

ལམ་ཡིག། ༡ དུལ་གང་ཞིག་ལ་རི་ལྟར་འགྲོ་ཚུལ་གྱི་རྒྱུས་ཡོད་ལམ་སྟོན་བྱེད་པའི་དཔེ་དེབ་གྱི་མིང་།
བསྟུས་ན་ “ལམ་སྟོན་ཡི་གེ” ཞེས་བཟོད་ཀྱང་འཐད། དཔེར་ན་ཤར་ལྷོ་ལའི་ལམ་ཡིག་ཅེས་པ་ལྟ་
བུ། roadmap 2 འགྲོ་ཆོག་པའི་ལག་ཁྲིར་ཡིག་ཆ། འགྲེལ་ཞིག་གིས་passport/road-bill ཞེས་
བཤད།

ལམ་རིམ་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱད། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་ཆེ་འཁྲིང་ཚུང་གསུམ། རྒྱལ་དབང་སྤྱི་

ཐོང་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོའི་ལམ་རིམ་གསེར་ཞུག་མ། དེའི་འགྲེལ་བ་ལྟ་བུར་རྒྱལ་
མཆོག་ལྟ་བུ་བཞུགས་པའི་ལམ་རིམ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་། བཤེག་ཆེན་སྐུ་ཐོང་དང་པོ་སྒོ་བཟང་
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བདེ་ལམ། དེའི་འགྲེལ་བ་ལྟ་བུར་བཤེག་ཆེན་སྐུ་ཐོང་གཉིས་པ་སྒོ་བཟང་
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལྷ་ལ་ལམ་དམར་ཁྲིད། དྲགས་པོ་དག་དབང་གྲགས་པའི་ལམ་རིམ་ལེགས་གསུང་
ཉིང་ཁུ་བསྐྱན་པས་དེ་བརྒྱད་ལ་ལམ་རིམ་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱད་དུ་གྲགས་སོ། །

ལམ་རིམ་རྒྱུད་དུ། སྤྱིར་བཏང་ལམ་རིམ་རྒྱུད་དུ་ཞེས་པ་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོར་གོ་ཞིང་། ལམ་རིམ་
ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་ནི། ལམ་རིམ་བསྐྱུས་དོན་ལ་གོའོ། །

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་མཛོད་པའི་
ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་རྣམས་ལམ་གྱི་རིམ་བར་བསྐྱགས་ཤིང་སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་བཞུགས་
བོར་སྟོན་པའི་བསྐྱན་བཅོས་ཀྱིན་རྒྱལ་ཅན་ཞིག་འདི་ནི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་
གནད་བསྐྱུས་པ། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོལ། བྱང་རྒྱལ་ལམ་
གྱི་རིམ་པའི་སྒྲོ་ནས་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པའི་གདུལ་བྱ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་འཁྲིད་པའི་ཚུལ་
རྒྱལ་བར་སྟོན་པའི་ལེགས་བཤད་མད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་གོ། འདི་ནི་སེམས་རྒྱུད་མ་རུངས་ཤིང་
མི་བསྐྱུན་པ་ཆགས་སྤང་གི་རུ་འཛིངས་ཤིང་དེའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཐ་ལལ་
བདག་ལྟ་བུ་ཡང་འདིའི་སྐྱེགས་བམ་མཛལ་ཅམ་གྱིས་ཆགས་སྤང་གི་སྒོ་རགས་པ་རྣམས་ཞི་
ནས་སེམས་རྒྱུད་འཇམ་ཞིང་བདེ་འཕོལ་གྱིས་འགྲོ། ཨེ་མ། ཕྱིན་རྒྱལ་ས། ཕྱིན་རྒྱལ་ས་ཟེར་བ་
དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་འདྲ་སྐྱམ་པ་ཡང་ལན་མང་དུ་འབྱུང་ངོ། །འདི་འཆང་བ་དང་སྒྲོག་པ་
དང་སྒོ་ལ་འཛིན་པ་དང་ཀུན་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་དང་རབ་རྩ་འདོན་པ་དང་གཞན་ལ་ཉེ་བར་སྟོན་
པ་དང་ལུང་འཕོག་པ་དང་ཁ་ཉོན་བྱེད་པ་དང་རྒྱུད་དུ་ནི་ཡི་གེར་འབྲི་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་སྐྱབས་
སྤུངས་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་སྐྱ་ཆོགས་པ་བཤམས་ལ་བདུག་སྒྲོས་སྤར་བ་
དང་། ཀྱང་ལག་སོགས་ལེགས་པར་བཀྲས་ལ་གཙང་སྤྱོད་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་དད་པ་དང་
བཀྲར་སྟེ་རྒྱ་ཆེན་པོས་བསྐྱེན་པར་བྱའོ། །འདི་རྗེ་རྒྱ་མ་དགུང་ལོ་ཞེ་དྲུག་བཞེས་པའི་རྒྱ་པོ་རྟའི་

པོ་ལ་བརྩམས་པར་མངོན། འདི་པོ་དང་། བ་བར་། བཞུགས་ཤིང་། དེ་ལ་ཤོག་ལྟེན་པས་༥༩༡དང་།
 རོས་ཤོག་༡༠༩༡ཡོད། རྗེ་ལམ་རིམ་འདི་ཉ་ཅང་ཅ་བ་ཆེ་བས་འཆི་ཁར་རང་གི་སྤྲས་འབྲིས་
 སུ་འདོག་རྒྱ་བྱང་ན་འཕོ་བའི་གོ་ཆོད་བར་གསུངས་ཏེ། རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་ལམ་རིམ་གྱི་
 ཞལ་ལུང་༩༩༥ལས། འཆི་ཁར་ཡང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྤྲས་སུ་བཞག་སྟེ་མགོ་གཏུགས་
 ནས་དད་གྲུས་དང་བཅས་འཆི་རྒྱ་བྱང་ན་འཕོ་བའང་དེ་ཀ་ཡིན་ཞེས་སྟོབ་དཔོན་བྱམས་པས་
 (འདི་ལུང་ལྟོག་དག་དབང་བྱམས་པ་ཡིན་པར་སེམས་) གསུངས། ཞེས་གསུངས། བྱང་རྒྱལ་
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་འདི་མདོ་སྤྲགས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་ཡིན་ནམ་ཞེས། འདིའི་དོགས་གཙོ་
 གོང་དུ་ལམ་སྟོན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཆན་བཞི། ལམ་རིམ་མཆན་བཞི་སྤྲགས་ལ་གཟིགས།

ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཅ་བའི་ས་བཅད་ཆེན་པོ་བཞི། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཅ་བའི་ས་བཅད་ཆེན་པོ་
 བཞི་ནི། ༡ མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ། ༢ ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ། དེ་ལ་ཉན་བཤད་བྱ་རྒྱལ། སྟོབ་མ་བགྱི་བའི་
 རྒྱལ་དང་བཞི་པོ། ༣ ཅ་བའི་ས་བཅད་བཞི་པོ་འདིའི་ནང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་བཛྲ་བྱ་ཡོངས་
 རྫོགས་བསྐྱས་ཡོད། དེ་ཡང་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལྟར་ན་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་
 པའི་ཁྲིད་ལ་བཞི། ཆོས་ཁུངས་བརྩམས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་བསྟན་བ་
 དང་། གདམས་པའི་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་བསྟན་བ་དང་། ཆེ་བ་གཉིས་
 དང་ལྷན་པའི་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སྟོབ་མ་རི་ལྟར་
 བགྱི་བའི་རིམ་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ།

ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་པོ་རྒྱས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་པོ་རྒྱས་ནི། ལམ་
 རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྒྱལ་པོའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྐྱས་པ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་སྟེ་
 སྟུབ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྲེན་པའི་སར་བཀོད་པའི་སྟེ་
 པོ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས། སྟེས་བྱ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་སྤྲུང་པའི་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཆང་
 བར་སྟོན་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི། རྒྱལ་སྤྲས་ཆེན་པོ་རྫོག་སྟེ་ལམ་རབ་ཀྱི་

རྒྱལ་ཆེན་ཆེན་པོ་ནང་རིག་པའི་སྡེ་སྡོད་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས་ནས་དེའི་དོན་བསྐྱབ་པས་ཚུལ་
བཞིན་དུ་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཏེ། འགྲོ་བ་དུ་མའི་འབྲེན་པ་མཛད་པའི་སྒྲོན་པ་བསྟན་པ་
རིན་པོ་ཆེའི་རྩ་ལག་དམ་པར་གྱུར་པ་དགོན་མཆོག་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། སྒྲོན་དུས་ཀྱི་སྒྲོམ་
བརྩོན་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་གཅིག་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟུགས་པའི་དམ་པ་བྱ་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་
རྒྱལ་ཆེན་མཁའ་མཁྱེན་པ་དང་བརྩེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་པ་དང་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་དུ་
མས་བརྒྱན་པས་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲོམ་བརྩོན་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་ན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རྟོག་ལྟར་
མངོན་པར་མཐོ་བའི་སྒྲོམ་བརྩོན་ཆེན་པོ་མཁའ་ཆེན་ཟུལ་ཕུ་བ་དགོན་མཆོག་དཔལ་བཟང་པོ་
དང་། གཞན་ཡང་དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོས་སྡེ་ནས་བསྐྱལ་ཞིང་། དུས་ཤིས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་
གཞུང་རབ་འབྲམས་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས་པས་གཞུང་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་
ཅིང་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་ཆེས་ཆེར་གཅེས་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་མཛད་པ། གཅིག་དུ་བསྟན་པ་
རིན་པོ་ཆེའི་ཁུར་འཁུར་པ་ལ་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་སྐད་གཉིས་སྤྱོད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་བཞེས་་
གཉེན་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་སྤྱབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས། ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དམ་
པ་དེས་ཉེ་བར་བསྐྱལ་བའི་བཀའ་སྤྱལ་དང་དུ་མངས་ནས། རྩེ་བཙུན་དམ་པ་ནམ་མཁའི་
མཆོན་ཅན་ལ་དགོན་པ་བ་ནས་སྡེ་ཕུར་བ་ལ་བརྒྱད་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་བ་ནས་བརྒྱད་པའི་
ལས་ཀྱི་རིམ་པ་ཐོས་ཤིང་། རྩེ་བཙུན་དམ་པ་བཟང་པོའི་མཐའ་ཅན་ལ། པོ་རྟོ་བས་ཤིང་བ་ལ་
བརྒྱད་པ་དང་། པོ་རྟོ་བ་ནས་དོལ་བ་ལ་བརྒྱད་པའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ཐོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་
གངས་པ་དག་འདིའི་གཞུང་། ལམ་སྒྲོན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་སྒྲོན་པ་ཅམ་མ་
གཏོགས་པའི་ཆོག་རྣམས་སྤྱོད་པ་ལ་བསམས་ནས་མ་དངས་པར། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་དང་གྲོ་ལུང་
པ་ལཔ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཀྱི་ཁོག་རྣམས་ལ་གཞི་བྱས་ནས་ལམ་རིམ་དུ་མ་ནས་གནད་
རྣམས་བསྟུས་ཏེ། ལམ་ཀྱི་ཆ་ཆང་ལ་འབྲེར་བདེ་ཞིང་། གོ་རིམ་མ་འབྲུགས་པར་བཀོད་པ་
འདི་ནི། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ། གསུང་རབ་རབ་འབྲམས་ལ་མི་འཛིགས་པའི་
སྒྲོབས་པ་དག་བ་ཅན་གཞུང་ལུགས་ཆེན་མོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་པས།

རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་དབྱེས་པ་བསྐྱེད་པའི་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆེ་བཙུན་
 དམ་པ་རེད་མཛད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མ་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་བོས་ལེན་པ།
 མང་དུ་ཐོས་པའི་དགོ་སྤོང་སྤོང་བ་པ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་སྤོང་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་བྱང་རྩ་
 སྤྱིང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་ཀྱི་ཡང་དགོན་བྲག་སེང་གའི་ཞོལ་གྱི་རི་ཁྲོད་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་
 བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་བསོད་ནམས་དཔལ་བཟང་པོ་ལོ། །འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྒོ་ཐམས་
 ཅད་ནས་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད་ཅུས་པར་གྱུར་ཅིག ཅས་པ་ཉར་དང་། ལམ་རིན་
 ཆེན་མོ་བརྩམས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལ། རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ། ཨར་བྱང་ཚུབ་ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་གདན་ས་སྟོན་ལུང་གནས་ཅེ་ལྷེང་ངམ་ཡངས་པ་ཅན་དུ་གྲགས་པ་དེར། རྩེ་བཙུན་
 རེད་མཛད་པ་དང་། རྩེ་ཉིད། ལོ་ཆེན་སྦྱབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་སྟེ་ཆོས་རྩེ་ནམ་གསུམ་ཞལ་
 འཛོམས་ནས་དབྱར་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ། བསྟན་པའི་དག་ཐེར་མཛད། དགག་དབྱེ་གྲོལ་
 ནས་རྩེ་ཉིད་བྱང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་རྩ་སྤྱིང་དུ་ཐེབས་ཏེ། བྲག་སེང་གའི་འབྲེ་བའི་ཞོལ་ཡང་
 དགོན་དུ་བཞུགས། དེར་འཕྲོམ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་ཚོ་བོའི་སྦྱུ་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་
 དབྱེ་ཡོན་མ་ཆེ་ཆུང་དུ་གྲགས་པའི་སྦྱུ་ཐང་ཆེ་བ་དེ་དབྱེ་སྤྲུལ་སྤྱུ་གདན་བངས་ཏེ། ལམ་རིས་
 བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྱེད་ལྷགས་ཚོམ་གནང་ནས་གདུང་ལྷགས་
 དག་པོས་ཡུན་རིང་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ནས་ལྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནས་
 མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བར་གྱི་སྐྱེ་མ་བརྒྱད་པ་ནམས་དང་། བྱང་པར་ཚོ་བོ་ཆེ། འཕྲོམ་སྟོན་པ།
 པོ་ཏོ་བ། ཤར་བ་ནམས་སྤོང་བའི་བར་དུ་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་། གདམས་པ་དང་། རྩེས་སྤྱུ་བསྟན་
 བའང་མང་དུ་སྦྱལ། མཐར་པོ་ཏོ་བ་སོགས་གསུམ་ཚོ་བོ་ལ་ཐེམ། ཨ་ཏི་ཤ་ཕྱག་རྩེའི་སྤྱི་བོར་
 བཞག་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་གྱིས་དང་། བྱང་ཚུབ་སྦྱབ་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
 བྱེད་པའི་གྲོགས་བདག་གིས་བྱའོ་གསུངས་ནས་མི་སྤྱང་བར་གྱུར་པ་སོགས་ངོ་མཆར་བའི་
 ལྟས་མང་དུ་བྱུང་བ་ན། གསང་ཤུ་ཆོས་རྩེ་དགོན་མཆོག་ཚུལ་ཁྲིམས། མཁན་ཆེན་ལུལ་ཤུ་བ་
 དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན། ལོ་ཆེན་སྦྱབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བསྐྱལ་

བའི་དགེ་མཚན་དང་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འགྲིགས་པས། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་འདི་
མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཆེ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས། དེད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་རིམ་འབྱུང་།
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་པ་འཁྲིད་པའི་ལམ་དེར་མ་འདུས་པ་
ཡིན་ནམ་གསུངས་པ་ལ། འདུས་མོད་ཀྱང་དེ་གསུམ་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་ལམ་སྒྲོན་སོགས་ཀྱི་
མན་ངག་གིས་ཁ་བསྐངས་ནས་སྟེན་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དང་སྦྲར་བ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པ་
དང་། ཞི་གནས་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཙོམ་པ་ཟེན་པ་ན། ལྷག་མཐོང་བརྩམས་ཀྱང་གཞན་ལ་པན་
དཀའ་དགོངས་ནས་ཐུགས་འདུན་ཆུང་དུར་སོང་བའི་སྐབས་སུ། ཡང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་
དབྱངས་ཀྱིས། ཅིས་ཀྱང་ཚོམས། པན་ཐོགས་འབྲིང་ཅིག་འོང་གསུང་། དེ་ནས་སྒྲ་མ་དང་རྗེ་
བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ། སྟོང་ཉིང་ལ་
དབྱེད་པ་མཛད་པའི་སྐབས་སུ་འབུམ་གྱི་སྟོང་ཉིང་ཉི་ཤུའི་འགྲེས་རྒྱ་རྣམས་མདུན་གྱི་ནམ་
མཁའ་ལ་དདུལ་གྱི་ཡི་ཨེ་གེ་བྲིས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། འོག་བྱའི་ངོས་ལ་བྲིས་པ་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་ཉམས་སྦྱང་དབྱེད་པ་མཛད་པའི་ཀྱིས་འོང་བར་སྦྱང་གསུང་། དེ་དག་གི་ཆོ་གཉན་ཆེན་
ཐང་ལྟ་དང་། ཞོགས་ལྟ་རྒྱལ་པོ་སོགས་དཀར་ཕྱོགས་པ་དུ་མས་ཁྲིད་ཀྱི་མཐུན་ཆེན་སྦྱབ་པའི་
ཐུགས་རྗེས་འཛིན་པར་ཞུ་ཞེས་སྒྲོགས་ཀྱིས་ཀྱིས་པས་བཏུད་པ་ན། མཐུག་གི་བསྐྱོ་བའི་
སྐབས། ལམ་བཟང་བསྐྱིག་པའི་མཐུན་ཆེན་སྦྱབ་ཤེད་ཅིང་། །འགལ་ཆེན་སེལ་ཤེད་མི་དང་མི་
མིན་ཀྱང་། ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡི། རྣམ་དག་ལམ་དང་འབྲལ་བར་མ་
གྱུར་ཅིག །ཅིས་གསུངས་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ངོ་མཆར་བ་དུ་མ་ཡོད་དོ། །ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
དབྱང་ལོ་ཞེ་དྲུག་བཞེས་པ་ཆུ་མོ་རྟའི་ལོ་ལ་བརྩམས་པར་མཛོད་ཞིང་། དབྱང་ལོ་དབྱུག་པ་
ཤིང་མོ་ལྷག་ལ་དབྱར་དགའ་ལྷན་དུ་བཞུགས་རིང་སྤར་གྱི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ལྷང་
འཛིན་དང་། དགག་སྦྱབ་ཀྱི་སྒྲོས་པ་པལ་ཆེར་དོར་ནས་གནད་འགག་རྣམས་བསྐྱས་ཏེ་ལམ་
རིམ་འབྲིང་པོ་མཛད་དོ། །ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་འདི་ནི། ཁྱད་ཆོས་ལྡེའི་སྒྲོན་པ་ཁྱད་པར་དུ་
འཕགས་པ་ཡིན་པར་བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་ཆེན་པོ་ལས་གསུངས་ཏེ། བཤད་བྱ་ཁྱད་

བར་དུ་འཕགས་པ། རྗེ་རང་ཉིད་ལ་རྗེ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་གནང་བའི་གདམས་པ་ལས་
 གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་ལ་རྗེ་བའི་མན་ངག་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བས་བརྒྱན་པ།
 འཆད་ཚུལ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ། ལམ་གྱི་གོལ་ས་བཅད་ན་ངོ་བོ་མ་ནོར་ཞིང་གོ་རིམ་མ་
 འཇུགས་པ་གངས་ལྷག་ཆད་མེད་པ། སྦྱལ་བ་བོ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ། མཁས་ཤིང་རྣམ་
 ཐར་གཙང་བ་གསང་བུ་ཆོས་རྗེ་སོགས་གོང་སྦྱོས་ལ་སོགས་པ། གནས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་
 པ། རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་པ་བྱུང་བུ་སྤྱིང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས། འཁོར་ཁྱད་པར་དུ་
 འཕགས་པ། སྤུས་ཀྱི་ཐུ་བོ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་སོ། །ཡང་ཀུན་མཁྱེན་
 འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྗེ་རྗེས། ཆོས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། སྦྱལ་མཁན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་
 པ། བཤེས་གཉེན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལས་གསན་པ། རྩོམ་བ་བོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ།
 གནས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལྟ་ལྟ་དུ་གསུངས་སོ། །རྗེ་བོ་ཆེན་པོ་
 དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤེས་གདམས་པ་ལས་གྱི་རིམ་པ་ལའང་བཀའ་གདམས་པ་གཞུང་བ་དང་།
 གདམས་ངག་པ་སོགས་ནས་བརྒྱུད་པའི་ལམ་རིམ་ངོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བ་མང་དུ་བཞུགས་
 བྱུང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་ཆུང་གི་གདམས་པ་ལ་ལམ་གྱི་ལུས་སྦྱི་
 དང་། ཡན་ལག་སོ་སོ་ལ་སྦྱོན་ཆད་གངས་འི་ཁྲོད་འདིར་སུས་ཀྱང་མ་ཐོན་པའི་ཐུན་མོང་མ་
 ཡིན་པའི་ལེགས་བཤད་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བའི་ཁྱད་པར་སྤྲོན་མེད་པ་ཡོད་པར་མཁས་བྱུང་ཐམས་
 ཅད་མཁྱེན་པས་གསུངས་སོ། །ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་འདི་དག་བཅས་ལ་འབྲལ་སྤུས་ཀྱི་ཐུ་བོ་
 རྣམས་ཀྱིས་བཤད་སྦྱབ་བྱུང་གི་སྒྲོན་ཆུ་ཆེར་སྦྱེལ་བར་མཛད་ཅིང་། བྱིས་སུ་མཆན་འབྲེལ་
 གྱི་རིམ་པ་ཡང་། བ་སོ་དང་། འཇམ་དབྱངས་སྟག་ལུང་བྲག་པ་དང་། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་
 དབྱངས་བཞད་པ་དང་། བ་ཉི་དགེ་བཤེས་རིན་ཆེན་བྱུང་གི་ལྷག་མཐོང་གི་མཆན་བཅས་རིམ་
 བར་བྱུང་ངོ། །དེ་ཡང་བ་སོའི་མཆན་ནི། མཁས་བྱུང་རྗེའི་གཞུང་བ་སོ་ཆོས་རྗེ་དངོས་མ་ཡིན་
 ཉེ། ཁོང་གི་སྦྱུ་འཕྲེང་ལྟ་བུ་བ་སོ་སྟེ་དབང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་བས་མཛད་པར་གསུངས་
 སོ། །སྟག་ལུང་བྲག་པའི་མཆན་དུ་བྲགས་པ་ཡང་ཁོང་གི་གསུང་རྒྱན་རིམ་བར་བརྒྱུད་པ་

དུས་ཀྱིས་ཡར་ལྷུང་ཆོས་མཛད་སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ནས། ཁ་རྒྱུ་ཞལ་སྒྲིལ་དག་དབང་
 རབ་བརྟན་ཞེས་བྱ་བས་བཏབ་པ་དང་། གུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱང་བཞད་པའི་མཆན་ནི། དས་
 བ་དེ་ཉིད་པ་ཐོང་ཁའི་མཁན་པོ་མཛད་དུས་བཏབ་པ་སྟེ་མཆན་དེ་གསུམ་ལ་རིམ་བཞིན་
 དམར་མཆན། ཉག་མཆན། སེར་མཆན་ཞེས་གྲགས་སོ། །བྱ་ཏི་དགེ་བཤེས་ཀྱིས་སྟག་མཛོང་
 ཆེན་མོ་ལ་མཆན་ཞེས་བཏབ་སྟེ་དཀའ་གནད་ཐམས་ཅད་བཏོལ་བར་མཛད་ཅིང་། ཞིག་ནས་
 ཡན་གྱི་མཆན་ཡོད་སྐད་མི་སྤང་ངོ་། །རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་བརྩམས་པའི་དགོས་
 པ་ནི། རྗེ་འཕམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེར་དུས་རྣལ་འབྱོར་བརྩོན་རྣམས་ཐོས་པ་ཉུང་། ཁང་
 ཐོས་ཉམས་ལེན་གནད་ལ་མི་མཁས་ཤིང་། ཤལ་ཆེར་གསུང་རབ་བལྟ་ལ་སྟོགས་རེའི་
 མིག་། ལུང་དོན་རིགས་པས་འབྱེད་པའི་མཐུ་མེད་པས། བསྟན་པའི་གནད་རྣམས་རྫོགས་
 པའི་གདམས་པ་མཆོག་། མཁས་པ་དབྱེས་པའི་ལམ་དང་བྲལ་མཛོང་ནས། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་
 ལམ་འདི་བཤད་པ་ལ། བདག་གི་ཡིད་ནི་གུན་ནས་སྒྲོ་བར་གྱུར། ཞེས་སོ། །རྗེ་བདག་ཉིད་
 ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་མཛད་པའི་དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་འོག་ཏུ་སྤྱད་གཏམ་དང་སྟགས་
 ནས་ཁྱེད་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་པར་བྱ། ལོ་རྒྱུས་དང་སྟགས་པའི་སྤྱད་གཏམ་ནི། རྗེ་ཅོང་ཁ་
 པ་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱད་གཏམ་གྱི་ལམ་ནས་འཆད་པ་ལ། གནའ་
 རྒྱ་མོ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་རྒྱ་གར་ནས་བོད་ཏུ་ཤིན་ཏུ་ཅ་བ་ཆེ་པའི་དགེ་སློང་
 ཞིག་མེད་པས། ཁོང་གིས་བོད་འདི་ལུན་པ་ལུན་ནས་གི་སྤིང་ཞིག་ཏུ་གཟིགས་ནས་སྟགས་ཏ་
 ཅང་སྟོ་ཞིང་སྟེང་རྗེ་སྟག་པར་སྟེས་ནས། ལུན་པ་དེ་སེལ་ཐབས་ཅི་ཡོད་སྟེ་དུ་དགོངས་པ་ན།
 རེ་ཞིག་ནས་སྒྲིལ་མེད་པའི་སྒྲོན་མེ་ཞིག་བཞེངས་སུ་བ་ན་དེའི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་ཐན་པ་
 རྒྱ་ཆེན་པོ་འོང་བར་འདུག་སྟེ་དུ་དགོངས་ནས། གསེར་དང་། དདུལ། གཡུ། བྱ་བྱ། རྗེ་རྗེ་བ་
 ལས། མཛད། བེ་རྒྱུ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཛར་པའི་ཁྱེ་
 མར་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཞིག་བསྟན་པར་མཛད་དོ། །དེ་ནས་ཉིན་ཞིག་སྒྲོན་མེ་དེ་སྤར་བ་ན་ཡུལ་
 དེའི་སྤྱོ་བོ་གུན་ངོ་མཛར་ཆེན་པོ་སྤྱེས་ཤིང་དགའ་བའི་ཅ་ཅོ་འདོན་བཞིན་རང་རང་གི་གནས་

ཁང་གི་ཕྱིར་བྱུང་ནས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ་ཨ་ལ་ལ་འདི་འདྲ་བའི་འོད་སྤང་འདི་
 ཅིའི་མ་གྲུ་ལས་ཡིན་ནམ་སྤུ་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་དུས་ལྷན་ཅུང་ཞིག་སོང་བ་ན་
 འོད་སྤང་དེ་དག་སྤོང་དེའི་ཞུ་མར་དེ་ལས་བྱུང་བར་ཤེས་སོ། །ཤེས་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཞུ་
 མར་དེ་ལ་བཏུ་བར་འོངས་ཤིང་། འོངས་ནས་ཀྱང་ཞུ་མར་དེ་ལ་བཏུས་པ་ན་བཏུ་བར་མི་
 བཟོད་པའི་འོད་སྤང་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་མཐོང་ནས། འདི་ནི་ངེས་པར་སྤྱུལ་པའི་ཞུ་
 མར་ཞིག་གོ་ཞེས་སྤྱོད་བར་བྱས་སོ། །དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལ་བྲག་དང་མཆོད་པ་བྱས་
 ཤིང་བཀྱར་སྤྱོད་ཞུ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་མཆོད་གནས་སུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་ལོ། །སྤྱོད་མེད་འོད་སྤང་
 བས་ལུལ་དེར་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟར་སྤང་བས་ཡོངས་སུ་ཁྱབ་ནས་ལུལ་མི་རྣམས་ཉིན་མཆོན་
 མང་པོར་བདེ་སྤྱིད་དགའ་སྟོན་གྱི་དཔལ་ལ་རོལ་བར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་མེད་ལོ་བརྒྱ་
 སྟག་བྱེད་ཙམ་གྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་ནས་བཞུགས་ཤིང་། དེ་ནས་
 རིམ་གྱིས་ཞུ་མར་དེ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་མཁན་གྱི་ལུལ་གྱི་སྤྱོད་པོ་ཆེན་རབས་དང་པ་དང་ཤེས་
 རབ་ཅན་རྣམས་སྟོངས་ཤིང་ཟད་པ་ན། དེ་ལ་བདག་གཉེར་བྱེད་མཁན་མེད་པར་ཁང་པ་ཞིག་
 རུལ་ཞིག་གི་བྱར་ཁྱག་ཅིག་ཏུ་ཐལ་རུལ་མང་པོས་ཡོངས་སུ་ཁེབས་ནས་ལུས་པར་གྱུར་
 རྟོ། །དེ་ནས་སྤོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་བྱ་བ་བྱས་ཤིང་སྤྱོད་མཆོག་དུ་མས་ལུང་
 བསྟན་ཅིང་། འཕྱོ་བ་རྣམས་འཁོར་བ་དང་དན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་པོ་ལས་ཉི་བར་སྤྱོད་པ་
 ལ་ལས་དང་སྤོན་ལམ་གྱི་མ་གྲུ་ཡོངས་སུ་སང་པའི་ནང་གི་ཉམས་ལེན་དང་། བཅོལ་འབྲས།
 རྣམ་དཔྱོད་སོགས་རབ་ཏུ་འབར་བའི་དག་སྤོང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་སོད་དབྱས་
 སུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པར་གྱུར་རྟོ། །དེ་ནས་སྤྱོད་མཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ངོ་
 མཆར་བའི་སྤོན་མེ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཞུ་མར་དེ་འཆོལ་བ་ལ་ཞུགས་
 སོ། །སོད་གྱི་ལུལ་ཁམས་ཀྱན་ཏུ་སོང་སོང་བ་ན་མཐར་ཐོད་མངའ་རིས་མཐོ་ལྡིང་གི་ཉི་
 འདབས་སུ་ཞབས་སོར་འཁོད་ཅིང་། དལ་བ་ཆེན་པོས་ས་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་རུལ་རུལ་བ་ལས་
 མཐར་ཁང་པ་བྱེད་ཞིག་རུལ་ཞིག་མཐོང་བར་གྱུར་རྟོ། །མཐོང་མ་ཐག་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་

ཆོར་བ་ཡིན་ཏུ་རྒྱུ་ལོ་ཞིག་སྒྲིམ་ནས། ལུ་མར་དེ་ངེས་པར་གནས་འདིན་ཡོད་པར་ངེས་སོ་
སྒྲིམ་དུ་དགོངས་ནས་བཅའ་བ་ན། ལུ་མར་དེ་རྟེན་པར་གྱུར་ཏོ། རྟེན་ནས་དགའ་སྒྲིམ་ཆོར་བ་
གཞོན་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་སྒྲིམ་ནས་ཡི་སོན་ཟད་པ་ལྟ་བུའི་དགའ་སྒྲིམ་ཆོར་བ་པན་ཚུན་འགྲན་པ་
བཞེན་དུ་སྒྲིམ་ནས་ལུ་མར་དེ་སྒྲིམ་བྱང་ལ་སྒྱུར་ནས་ཡུན་རིང་སེའི་བར་དུས་སོ། །དེ་ནས་དགའ་
སྒྲིམ་རྣམས་དག་དེས་ཉིན་མར་སེའི་བར་ལུ་མར་གྱི་ཐལ་རྩལ་རྣམས་ཕྱག་གིས་བསལ་ནས་ཕྱི་
བདར་མཛད་ཅིང་། དེ་ནས་ལུ་མར་དེ་སྒྲིམ་རྒྱུ་བཞེན་འོད་སྒྲུང་རབ་དུ་འཆེར་ཞིང་འབར་བར་
གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་དེའི་འོད་གྱི་སྒྲུང་བས་སྒྲ་དོར་གྱི་གནས་ལ་སྒྲོངས་པའི་སྒྲུ་བོ་མ་རིག་པའི་
ཐུན་པ་མཐུག་སེའི་ནང་དུ་རྣམས་པར་རྒྱ་བ་དག་གི་བལྟ་བའི་མིག་གཅིག་བྱར་གྱུར་ཏོ། སྒྲུ་བོ་
བགྲངས་ལས་འདས་པ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལ་འཁོད་ཅིང་། གནས་སྐབས་
སྤུངས་བདེ་སྒྲིམ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིམ་ཐུན་གསར་པའི་དཔལ་ལ་འོངས་སུ་སྒྲིམ་པའི་སྐལ་བ་ཅན་དུ་གྱུར་
ཏོ། །རྒྱུ་སྒྲིམ་སོ། །འབྲེལ་བ་ཤད། གོང་གི་སྒྲོན་མེ་བཟོ་སྒྲུན་གནད་མཁན་དེ་ནི་མཉམ་མེད་རྩོ་བོ་
ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ཞེས་འོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྒྲོན་
མེ་དེ་ནི་རྩོ་བོས་བོད་རྣམས་ལ་སྒྲིམ་ཆོས་སུ་གནད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྲུ་བ་
དེ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ལུ་མར་དང་དཔེ་དོན་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། བསྟན་བཅོས་གྱི་མཆན་ལའང་
བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་གསལ་ཏོ། །མཐུག་ཏུ་ལུ་མར་དེ་སྒྲིམ་ཡང་རྟེན་ནས་བྱི་དོར་
དང་དག་ཐེར་མཛད་མཁན་དེ་ནི་ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྒྲུ་མ་རྩེ་བཅུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་
བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཡིན། ལུ་མར་བྱི་དོར་བྲས་ཏེ་སྒྲིམ་ཡང་གཟི་བུ་རྩེད་འབར་བ་དེ་ནི་
བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་མཛད་ནས་བསྟན་འགྲོ་ལ་ཐན་ཐོག་རྒྱ་ཆེར་བྱང་བ་དང་དཔེ་དོན་
སྒྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དོས་ནས་ཐོག་མར་སྒྲིམ་འདི་ཅོམ་སྒྲིག་བྲས་ནས་ཆུང་མར་འོད་དུས་རྩོ་བོ་
དང་ལྷག་པར་རྩེ་བཅུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་བློན་རྩེ་སྒྲིམ་མཆོག་དེ་དག་གི་
སྒྲིམ་སྒྲིམ་བ་མིག་གི་མཐུན་དུ་བཀའ་ལམ་མེར་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་ཉམས་སྒྲིམ་གསལ་ཞིང་རྒྱུ་བ་ཞིག་
བྱང་ནས་མིག་རྒྱ་བཀག་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་འོར། དེ་ནས་སྒྲིམ་ཆ་འགའ་ཤས་རྩེས་ཡང་བསྒྱུར་

བཤད་པའི་ཚེ་ལ་བུའདྲ་བ་ན་ཏུ་སྒྲིག་པར་དུ་ཤོར་དོ། །དེར་བཞེན་འདི་ནི་རང་དགར་གྱི་སྤྱང་
གཏམ་པལ་པ་ཞིག་མིན་པར་སྤྱིས་ཆེན་དམ་པར་དད་པ་དང་དག་སྤང་དབང་མེད་ཏུ་སྦྱིན་པའི་
བྱིན་ཆུབས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྤྱི་བར་སྒྲོབས་སོ། །གོང་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱང་གཏམ་དེ་ཡང་སྤྱོ་
བཏགས་ཀྱི་བཙུགས་སྤྱང་ཞིག་མིན་པར། རྗེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ལ་ཁུངས་བཙུགས་ནས་བྲིས་པ་ཡིན་
ནོ། །དེ་ཡང་རྗེའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གང་དེ་པཎ་ཆེན་མར་མེ་མཛད་གྱིས་
ནི། །གངས་རིའི་ཁྲོད་དུ་གསལ་བར་མཛད་པ་ལས། །ཕྱོགས་འདིར་རྒྱལ་བའི་ལམ་བཟང་ལྟ་
བའི་མིག་ །དུས་མང་ཞིག་ཏུ་བྱས་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་བསྟན་པའི་གནད་ནམས་མ་ལུས་
པ། །རྗེ་བཞེན་མཐུན་པའི་མཁས་ནམས་ཟད་པ་ན། །ལམ་བཟང་འདི་ཡང་རིང་མོ་ཞིག་ནས་
ཉམས། །ཚུལ་དེ་མཐོང་ནས་བསྟན་པ་རྒྱས་ཕྱིར་དུ། །རྒྱལ་བས་ཆོས་ཚུལ་རྗེ་སྟེང་གསུངས་
པ་ཀུན། །ཐེག་པ་མཆོག་གི་བཞོན་པས་འགྲོ་བ་ཡི། །སྐལ་བཟང་གཅིག་གི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་
དུ། །ལེགས་པར་བསྟུས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ། །ཏ་ཅང་རྒྱས་མིན་དོན་གྱི་གནད་
ནམས་ཀུན། །མ་ཆང་མེད་ཅིང་སྒོ་གྲོས་ཚུང་དུས་ཀྱང། །བདེ་སྒྲག་ཏོགས་པར་བྱས་འདི་ལྟར་
རིགས་གྱིས། །ཚུལ་བཞེན་དཔྱོད་པའི་ལམ་ནས་བདག་གིས་བྱངས། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །ལམ་རིམ་ཉན་པའི་སྟོང་དུང་གི་གང་ཟག་ནི། །ལམ་རིམ་འདི་གང་ཟག་ཅི་འདྲ་ཞིག་གིས་
ཉན་དགོས་སམ་སྟུམ་ན། །དེ་ནི་སྒོ་གཟུ་ཐོར་གནས་པ་དང། །ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ནམ་
དཔྱོད་དང་ལྗན་པ། །དལ་འབྱོར་དོན་ལྗན་དུ་བྱེད་འདོད་པ་ཞིག་གིས་མཉན་དགོས་པར་
གསུངས་ཏེ། །དེ་ཉིད་ལས། གང་དག་ཕྱོགས་འདྲིན་སྟན་པས་མ་བསྐྱབས་ལ། །ལེགས་ཉེས་
འབྱེད་པའི་སྒོ་ཡི་མཐུ་ལྗན་ཞིང། །དལ་བའི་ཉེན་བཟང་དོན་ལྗན་བྱེད་འདོད་པའི། །སྐལ་ལྗན་དེ་
ནམས་ཅེ་གཅིག་བསྐྱེམས་ཏེ་ཉོན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བཀའ་གངས་གསུང་སྒྲོས་
༣༩ན་༣ལས། སྟོན་པས་རྗོ་བོ་ལ། །ཁོང་གཞན་ལ་སྟགས་ཀྱི་གངས་པ་གནད་ནས། །རོས་ལ་
ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་གནད་པ་རྗེ་ལྟར་ལགས་ཞུས་པས། །ངས་ཁྱོད་མིན་པ་གཞན་ལ་གཏོང་ས་
མ་རྟེན་པ་ཡིན་གསུང་བ་འདི་ལ་གོ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་སྤྱང་དོ། །

ལམ་རིམ་མཆན་བཞི་སྟགས། འཛིན་ལམ་རིམ་ལ་མཆན་བཞི་བཏགས་པས་ན་མཆན་བཞི་སྟགས་
ཟེར། མཆན་བཞི་ནི། ཉག་མཆན། སེར་མཆན། དམར་མཆན། བྱ་སྒྲིའི་མཆན་དང་བཞི་ལ་
ཟེར། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་བདེ་བཀོལ་ལས། ཐོག་མར་ནག་མཆན་འདེབས་པ་པོ་བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་
རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྟུལ་སྟུ་བ་སོ་ལྟ་དབང་རྒྱལ་མཆན་ཡིན་གསུངས། བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་
མཆན་དུ་གསུངས་པ་ནི་ལྟ་དབང་ཞེས་པ་ཆད་པའི་ཡིག་འོར་ཡིན་ནས་སྟུམ། གཙང་གི་བ་
སོའི་རི་ཁྲོད་ལྟན་བྱུང་བའདེ་ཆེན་དུ་བཞུགས་པས་བ་སོ་བ་ཞེས་བྲགས། དེ་མཆན་གྱི་དང་པོ་
སྟག་ཆས་བྲིས་པས་ནག་མཆན་དུ་བྲགས། མཆན་གཉིས་པ་ནག་མཆན་དང་མི་འོར་བའི་
ཕྱིར་སེར་གྱིས་བྱེ་བས་སེར་མཆན་ཟེར། དེ་འདེབས་པ་པོ་ནི་སྒྲེ་དུག་མཁན་ཆེན་སྒོ་བཟང་
དང་རྒྱས་ཡིན་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་སྐྱེ་འབྱེད་གཉིས་པས་གསུངས་ཀྱང་། ཁེ་གསུམ་ཆོས་མཛད་
སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་ཞེས་པ་དང་། ཁ་རོག་མཁན་ཆེན་དག་དབང་རབ་བརྟན་ཞེས་པ་མཆན་
གྱི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནས་དབྱུང། གང་ལྟར་སྟག་ལུང་བྲག་པས་གྲུང་རི་ཆོས་འབྱུང་ལ་གསན་
ནས་ཁྱི་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་འཕེལ་ལ་གནང་། དེའི་གསུང་བཤད་གནང་བ་ལྟར་བྲིས་པས་
གྲུང་རིའི་མཆན་དང་། སྟག་ལུང་བྲག་པའི་མཆན་ཞེས་ཀྱང་བྲགས། མཆན་གསུམ་པ་ནི་
མཆན་སྟེ་མ་གཉིས་དང་མི་འོར་བའི་ཕྱིར། སྟག་དང་མཆོལ་གྱིས་བྲིས་པས་དམར་མཆན་དུ་
བྲགས། མཆན་འདི་ནི་གཙོ་བོ་ས་བཅད་དང་། དཀའ་གནད་ལ་མཆན་བྱ་བྲན་ཆོགས་ཡོད་པ་
འདེབས་པ་པོ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྩོམ་ཡིན་པར་མཛད་བྱང་ལས་
གསལ་ཀྱང་། ཕྱིས་མཛད་བྱང་ནག་མཆན་གྱིས་བྲིས་པ་ནི་མ་དག་པ་ཡིན་པར་མཁས་པ་
རྣམས་ཞལ་འཆམ་པར་སྤང་། དམར་མཆན་འདི་ཉིད་གཞིར་བཞག་ནས་བྱ་སྒྲིའི་བཤེས་
རིན་ཆེན་དོན་བྱུང་གིས་སུམ་རྟགས་སོགས་སྤྱིའི་འཇུག་པ་དང་མཐུན་པར་མཆན་བྱར་དུ་
བཏབ་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། ད་ལྟ་མཆན་བཞི་བསྟེན་པར་དུ་བཀོད་པར་བ་སོའི་མཆན་ལ་༩ བ
༥ ཡིག་ ཁ་རོག་མཁན་ཆེན་གྱི་མཆན་ལ་༩ བ ཡིག་ ཀུན་མཁྱེན་སྐྱེ་འབྱེད་མཆན་ལ་༩ བ
ཡིག་ བྱ་སྒྲིའི་མཆན་ལ་༩ བ ཡིག་ གསུང་ཐོགས་གཉིས་གཅིག་དུ་བབས་པའི་མཆན་ལ་

ཉགས་ཉིས་འདེབས་ཡོད་ཀྱང་དཔེ་རྒྱུ་དང་བསྐྱར་ན་མ་དག་པ་མང་དུ་སྤྱང་། ག་སྟེ་དག་
བཤེས་ཚུན་བའི་མཆན་སྒོ་བཟང་དཔལ་ལྡན་དང་སྒོ་བཟང་དག་ལེགས་ཡང་ཟེར་བ་ཡིན་བས་
ཐུགས་ལ་དགོངས་པར་བྱ། ཞེས་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་གསུངས་པ་ལྟར་ཤོ། །རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་
ནི་རིན་ཆེན། རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་པ་རྒྱལ་མཆན་དང་ཉོག་སོགས་དོན་མང་སོ་ལ་འཇུག་པར་བཤད་
བས། རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཆན་ནས་རིན་ཆེན་ཉོག་ཅེས་པ་ཡིན་ནས་སྤྲུལ་མོ། །2 བས་བ་སོ་བའི་
དམར་མཆན། འཇམ་དབྱངས་སྟག་ལུང་བྲག་པའི་ནག་མཆན། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་
བཞད་པའི་མེར་མཆན། བཀྲི་དག་བཤེས་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཀྱི་སྟག་མཐོང་གི་མཆན་བཅས་ལ་
ཟེར་ཞེས་ཀྱང་སྤྱང་ངོ། །

ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་
རིམ་གྱི་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་བསྒྲ་དཀར་པོའི་འཕྲིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།
ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྒྲ་མ་བརྒྱད་
པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རྒྱལ་བསྟན་མཛེས་པའི་རྒྱན་མཆོག་སྤུལ་བྱུང་ནོར་བུའི་ཕྱིང་བ་ཞེས་བྱ་
བ་བཅས་སོ། །

ལམ་རིམ་འབྲིང་ཤོ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོར་གྲགས་པ་འདི་ནི། བྱང་
རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་མཛད་ནས་ལོ་བརྒྱ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ། རྗེ་སྒྲ་མ་དབྱང་གངས་ད་དག་
བཞེས་པ་ཤིང་མོ་ལུག་ལ་དབྱར་དགའ་ལྡན་དུ་བཞུགས་རིང་སྤར་གྱི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
ལུང་འབྲིན་དང་། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོས་པ་པལ་ཆེར་དོར་ནས་གནད་འགག་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་
མཛད་པའི་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ན་ལག་ཏུ་སྒྲང་བདེ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་གོ། འདི་པོད་ <པ་
པར> བཞུགས་ཤིང་། དེ་ལ་ཤོག་ལྟེབས་ཉིས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་དགའ།

ལམ་རིམ་སྒོན་ལམ། དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་ཆོགས་གཉིས་ནི། །མཁའ་ལྟར་ཡངས་པ་གང་ཞིག་
བསགས་པ་དེས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒོན་ལམ་འདི་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་། ལམ་རིམ་
སྒོན་ལམ་གྱི་འདོན་དབྱངས་འདི་ཡང་མཉམ་མེད་དུགས་སོ་གྲུ་ཆང་གི་ཕྱག་བཞེས་ཡིན། ཞེས་

ལྟུང་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་༡༠༠༥ལོའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་སྟོན་འགྲུའི་ཆོས་བཤད་
སྐབས་གསུངས། འདོན་དབྱངས་འདི་ཡང་ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྲེད་
དང་འབྲེད་བར། རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས་སྟོལ་བཏོད་པར་སྤང་ངོ། རྟེན་པར་དགེ་ལྡན་པའི་
གདན་སའི་ཆོས་སྟོན་རབ་གསལ་ནམས་སུ། ལམ་བཟང་བསྐྱབ་པའི་མཐུན་ཆེན་སྐྱབ་བྱེད་
ཅིང། །འགལ་ཆེན་སེལ་བྱེད་མི་དང་མི་མེན་ཀུན། །ཅེས་འབྱུང་བ་ནི་ཡི་གེ་མ་དག་པ་ཡིན་
ཞིང། དེ་ལྟར་མིན་པར། ལམ་བཟང་བསྐྱེག་པའི་མཐུན་ཆེན་སྐྱབ་བྱེད་ཅིང། །འགལ་ཆེན་
སེལ་བྱེད་མི་དང་མི་མེན་ཀུན། །ཆོར་བས་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་བས་བསྐྱེགས་པ་ཡི། །ནམ་དག་ལམ་
དང་འབྲེད་བར་མ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བཏོན་དགོས་ཤིང། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཐུག་ཏུ་འང་དེ་
ལྟར་དུ་སྤང་ངོ། །འདིའི་སྐབས་ཀྱི་མི་མེན་ཞེས་པ་ཡང་དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་སྤང་མ་གཉན་
ཆེན་ཐང་ལྟ་དང། ཞོགས་ལྟ་རྒྱལ་པོ་སོགས་ལ་གོ་དགོས་པར་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱན་ལ་
ཡོད་དོ། །

ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྲེད། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་
བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྲེད་ཅེས་བྲ་བ་འདི། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་བྲང་
རུ་སྐྱེད་གི་བྲག་སེང་གེ་འབྲེད་པའི་ཞོལ་དུ་བཞུགས་དུས་སུ་ལྟགས་རྩོམ་མཛད་དེ་རྗེ་པོའི་འབྲེད་
སྐྱེད་དུ་ཡོན་མ་ (འབྲོམ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་རྗེ་པོའི་སྐྱེད་ལྟུང་སྐྱབས་ཅན་དུ་ཡོན་
མ་ཆེ་ཆུང་དུ་བྲགས་པའི་སྐྱེད་ཐང་ཆེ་བ་དེ་དབུ་ལྡན་སུ། གདན་བྲངས་ཏེ་གསོལ་འདེབས་
མཛད་པའི་ཆེ། ལམ་རིམ་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ཀུན་གྱི་ཞལ་གཟིགས། ཆོས་ཀྱི་བསྟོ་སྐྱེད་མཛད།
ཁྱད་པར་རྗེ་འབྲོམ་གཉིས། བོ་རྟོ་བ། ཤར་བ་བཞེས་སྒྲ་བ་གཅིག་གི་བར་དུ་ཞལ་གཟིགས།
མཐར་གཞན་གསུམ་རྗེ་པོ་ལ་ཐེག་ ཨ་ཏི་ཤས་ཐུག་སྐྱི་པོར་བཞག་སྟེ་བསྟན་པ་ལ་བྲ་བ་ཀྱིས་
ཤིག་དང། དེའི་ཕྱོགས་བདག་གིས་བྱའོ་གསུངས་པ་དོན་གྱིས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་རྩོམ་པར་
བསྐྱེད་ནས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཞི་གནས་ཡན་ཆད་མཛད་ཅེས་དང། བྱིས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་
དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་རྩོམ་པར་བསྐྱེད་ནས་ལྟག་མཛོད་ཆེན་མོ་མཛད་ཅེས་གསུང་སྟོལ་

འདུག་ཀྱང་། དངོས་སུ་སྤྲུལ་མཐའ་ནི་བཤེས་གཉེན་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྲུབས་མཆོག་
 དཔལ་བཟང་ཡིན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལྷགས་ཚོས་མཛད་ས་ཡང་གོང་གི་གསོལ་འདེབས་
 མཛད་ས་བྱང་རྩ་སྤྱོད་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་ཀྱི་ཡང་དགོན་བྲག་སེང་གའི་ཞོལ་གྱི་རི་ཁྲོད་
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །ལམ་མཆོག་སློབ་བྱེད་ཀྱི་འདོན་དབྱངས་ད་ལྟ་ནས་རྒྱལ་གྱ་ཆང་གི་ཕྱག་བཞེས་
 ལ་ཡོད་པ་འདི། རྒྱ་བཟང་གི་ཕྱག་སློལ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རྩ་བ་ཡང་མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་གྲ་
 ཆང་གི་རྟ་དབྱངས་ལ་ཐུག་དྲགས་པོ་གྲ་ཆང་གི་རྟ་དབྱངས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དག་
 འདུན་རྒྱ་མཆོས་བསྐྱབས་ཤིང་སློལ་བཞོད་ཅེས་བཤད་སློལ་ཡོད་ཅིང་། འུན་རྒྱབས་ཆེ་བ་
 ཡིན། མངའ་རིས་གྲ་ཆང་རྒྱལ་བ་དག་འདུན་རྒྱ་མཆོ་སྤྱན་བསྐྱེས་སོང་སྐབས་ཕྱག་བཏབ་
 པས། འདོན་པའི་ཆོག་མཁུག་རྣམས་ཐུང་ཞིང་མི་གསལ་བ་འབྱུང་བ་འདི་ལྷགས་དབྱགས་
 ཐུང་ཐུང་ཆགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་ཞེས་གསུང་སློལ་ཡོད་ལ། མཁུག་གི་ལམ་རིམ་སློན་
 ལམ་གྱི་འདོན་དབྱངས་འདི་ཡང་དྲགས་པོ་གྲ་ཆང་གི་ཕྱག་བཞེས་ཡིན། ཞེས་པ་རྒྱལ་དབང་
 བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་༢༠༠༥ལོའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་སློན་འགྲུའི་གསུང་བཤད་སྐབས་
 གསུངས་སོ། །

ལམ་ལ་སྤྱི། (འདུལ་བ) ལྷུང་བའི་ཉེས་དམིགས་སམ་དགག་བྱ་ཞིག་སྟེ། ལྷུང་བ་གང་ཞིག་བྱུང་ན་
 ལམ་གོང་མ་སྤྱི་བ་ལ་གཤམས་བྱེད་པས་ན། ལམ་ལ་སྤྱི་བ་ལ་ཞེས་བྱའོ། །

ལམ་སུན་འབྱེན་པ། (འདུལ་བ) ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ།

ལམ་སྤང་། ལམ་དོག་པོ།

ལས། 1 སེམས་བྱུང་སེམས་པ། ལས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། 2 བྱ་བ། རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་
 ། གེ ༡༡༣༡ན་ལས། ལས་ནི་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྤོང་བའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་
 བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 3 བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་རྒྱས་བྱེ་བའི་ལས་ནི། བྱ་བའི་
 ཡུལ་ལ་ཟེར། 4 འབྱུང་ཁུངས་སྟོན་པའི་སྤྱི་ཞིག་སྟེ། ཅས་སྤྱོད་མཆུངས། དཔེར་ན་བ་ལས་
 འོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ལས་ཀྱི་བགོསྐྱལ་ལ་སྦྱོད་པ། ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་ཉེ་བར་ལོངས་སྦྱོད་པ།

ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ། ཁཆམས་མེད་ལཱེ་ལས། མཆམས་མཛོད་ལྟར་བཀོད། སྤྱི་འབྲགས་ཀྱི་ལས་
འཛོལ་བ་ལ་སྤྱི་བ་འཕམ་གཤགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྤྱི་བ་བ་ཞེས་བཛོད་དོ། ¹² མི་དགེ་བ་བརྩུ་ལ་
སོགས་པའི་ངན་འཁྲོར་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཆབས་ཆེན་ཐམས་ཅད། ལྟར་བཤགས་ལས། ལས་
ཀྱི་སྤྱི་བ་བ་གང་གིས་བསྤྱི་བས་ནས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །

ལས་ཀྱི་མཐའ། ཁོར་ཆོལ་བ། འཆོ་བ། སོ་ཆོས། དེས་གལ་ཉེ་ཞིང་དང་། ཆོང་གི་ལས་ཀྱི་མཐའ་དེ་
དང་དེ་བྱེད་དོ་ཞེས་རྒྱས་པར་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། ¹² སྤངས་པ། ཡང་དག་པ། ཡང་དག་པའི་
ལས་ཀྱི་མཐའ་ཞེས་བཛོད་བ་ལྟ་བུ། ལས་ཀྱི་མཐའ་བུན་སྲུང་ཆོགས་བ་གང་ཞེ་ན། སོག་
གཙོད་སྤངས་བ་ནས་སོག་གཙོད་བ་ལས་ཕྱིར་ལོག་བ་ཞེས་སོགས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། ¹³
མཆམས་མེད་བ་དང་ལོག་པ། ལོག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་མེད་བ་ཉིད་ཅེས་འབྲུང་བ་ལྟ་
བུའོ། ཞོར་གི་དེ་དག་ནས་བཤད་རིགས་བ་ལ་གཞི་བྱས་ཉེ་བཀོད། རྣམ་བཤད་རིགས་བ་
ལས། ལས་མཐའ་ཞེས་བྱ་ཁོར་ཆོལ་དང་། གསུམ་བདུན་ (གསུམ་ཞེས་བ་སོག་གཙོད་
སོགས་ལུས་ཀྱི་ལས་གསུམ་སྤངས་བ་ལ་གོ་དགོས། བདུན་ནི་ལུས་ཀྱི་གསུམ་དང་དག་གི་
བཞི་སྤངས་བ་ལ་གོ་དགོས) སྤངས་བ་རྣམས་ལའང་ཡོད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

ལས་ཀྱི་རྟོ་རྩེ། རྟོ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པའི་སྤྲ་མའི་གཙོ་བོ་ཞིག་སྟེ། ལྟོ་བྲག་བྱུ་བ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱ་ལ་
མཆན་དང་དོན་གཅིག་རྒྱས་པར་དཔེ་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་རིག་པ། ཆོང་དང་ཞིང་ལས་སོགས་ལས་ཀྱི་རིགས་ལ་མཁས་བ་ལ་བཤད།

ལས་ཀྱི་བྲག་རྒྱ། འཕྲིན་ལས་ལས་ཀྱི་བྲག་རྒྱ་དང་དོན་འདྲ། དཔེ་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལས་ཀྱི་ལམ། སེམས་བ་ནི་ལས་ཡིན་ལ། དེ་གང་དུ་འཇུག་པའི་གཞི་ཡིན་བས་ལས་ཀྱི་ལམ་ཞེས་
བཛོད། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སེམས་བ་ནི། ལས་ཡིན་ལ་ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་མིན་ནོ། །ལུས་
དག་གི་བདུན་ནི་ལས་ཀྱི་ཡིན་ལ། སེམས་འཇུག་པའི་གཞི་ཡིན་བས་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་
ཡིན་ནོ། །བརྒྱབས་སེམས་སོགས་གསུམ་ནི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ཀྱི་ལས་ནི་མིན་ནོ། །ཞེས་

གསུངས།

ལས་ཀྱི་ས་པ། འཛམ་བྱ་སྒྲིང་པའི་མའི་རྟེན་ལ་ལས་ཀྱི་ས་པ་བཟེད། སྤྱ་བཤད་ནི། ཆེ་འདི་ལ་བསགས་
 པའི་འབྲས་བྱ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་འབྲུབ་པའི་རྟེན་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བཟྍ་དེ། །སྒྲིང་གཞན་
 གསུམ་ནི་ལས་ཀྱི་ས་པ་མིན་པར་གསུངས་སོ། །རྗེའི་རྣམ་གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་ལ་
 གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། ཞེས་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུ་བྱ་མཆོ་ཡ་བཤུགས། སྒྲིང་གསུམ་པོ་དེར་
 ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲིན་པར་གསོག་ཀྱས་པ་མེད་པའི་བྱར་
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལས་བྲལ་ནས་མི་སྤྱ་བར་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་དོན་བདུན་པ་སྟེ།
 མི་སྤྱ་བར་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་དོན་འབྲ།

ལས་ཀྱི། གསང་ཡུམ། གསང་སྤགས་ཀྱི་ཡུམ། བྱག་རྒྱ་མ། ཤེས་རབ་མ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཡིད་ཀྱིས་
 བསྐྱོམ་པ་ཙམ་ཀྱིས་བྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར། དངོས་གནས་ལ་ལས་དབང་གིས་སྤྱེ་བ་སྤངས་པའི་
 བྱག་རྒྱ་ཡིན་པས་ལས་ཀྱི་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ན། འཁྱུང་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱིས་དགའ་བ་
 རྟེན་བསལ་ན་ལས་ཀྱི་ཞེས་བཟྍ་དེ། སྤྱས་དོན་ཀྱན་གསལ་ལ་གཞི་བྱས། ལས་ཀྱི་བསྟེན་པའི་
 དགོས་པ་ནི་དེ་བསྟེན་པས་སོག་དབྱ་མར་ཞུགས་ཏེ། ཡས་བབས་དང་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་
 བཞི་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། བརྟན་ཙམ་ལ་སོགས་པའི་བྱག་རྒྱ་མ་བཞིའི་དོན་ནི། ཅད་བྱིབས་
 མི་འབྲ་བ་བཞིའི་སྟོན་ས་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱའི་མར་སྟེའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་
 རོ། །དེས་ན་སྤང་བོ་ཙམ་གྱི་ཅའི་མར་སྟེ་ནི། ཅ་སྤྱ་གཡོན་ནས་གཡས་སུ་ཅུང་ཟད་འབྲེལ་བའི་
 རྣམ་པར་ཡོད་ལ། དེའི་རྟགས་ཅ་དེའི་ཡས་སྤྱ་ཡོད་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་དེའི་སྤྱ་གཡོན་ནས་
 གཡས་སུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པ་ཙམ་ལ་སོགས་པ་ལས། བྱག་རྒྱ་དེ་སྤང་བོ་ཙམ་གྱི་རིགས་སུ་
 གཏོགས་པ་ཡིན་རོ། །དུང་ཙམ་མ་ནི་ཅ་དེའི་མར་སྤྱ་དུང་དཀར་གྱི་ཁ་ལྟར་འབྲེལ་ཞིང་། ལྷག་
 ལ་རིང་བ་ཞིག་ཡོད་པས། དེའི་རྟགས་ལ་ཅའི་མར་སྤྱ་ཡོད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཡང་རིང་བ་ལ་
 སོགས་པ་དུང་ཙམ་མའི་རིགས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །རི་དྲགས་ཙམ་མ་ནི་ཅ་དེའི་མར་སྤྱ་རི་

དྲགས་སྒྲིམ་བའི་མྱེ་བ་འདྲ་བ་ཁ་བཅུ་མ་ཞིང་དབྱིབས་རྒྱུ་མ་གོར་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་ཡོད་པས། ཅ་
 དེའི་ཁ་ཕྱིན་ཏུ་འཆོལ་དགའ་བས། དེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པས་སེན་མོས་བཅའ་དགོས་པར་
 གསུངས་སོ། །མར་སྤྱ་དེའི་རྟགས་ལ་ཡར་སྤྱའི་ཕྱོགས་གྱི་སྤྱ་ལ་རིམ་ཡོད་ལ་དེར་མ་ཟད་ལུས་
 གཞན་ལས་སྒྲིམ་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །བསྐྱ་ཅན་ བྱི་མར་སྤྱ་མེ་རྟག་བསྐྱའི་དབྱིབས་ལྟ་བུར་
 ཡོད་པས་ཅ་དེ་ཁ་བཅའ་སྤྱ་ཞིང་འབྱེད་པར་སྤྱ་བས་ཕྱག་རྒྱའི་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པ་ཡིན་
 ནོ། །དེ་ལྟར་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་ཅ་ལ་མེ་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྒྲིམ་པ་བསྐྱ་ཅན་
 སོགས་སུ་བཞག་པའི་དོན་དེ་ཉིད། རང་གི་སྒྲིམ་ཁོ་ནའི་མན་ངག་ཡིན་པས། རང་ཁོ་ནའི་སྤྱིང་
 ལ་བཅང་རྒྱ་ཡིན་གསུངས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཆགས་ལམ་ལ་ཕྱིན་ཏུ་མཁས་པར་གྲགས་པའི་སྒྲི
 མ་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་རིགས་བཞིའི་བྱེད་པར་སྤྱ་གཡོན་
 གཡམས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་། ཞེས་སོགས་རྣམས་རྩའི་དབྱིབས་ལ་བཞགས་པའི་དོན་ལ་སྒྲོ་བ་
 ཅམ་ཡང་མ་ཕྱོགས་ཤིང་། ཅ་ལ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཡོད་པའི་གནད་མ་རྟགས་པ་ལྟ་སྟག་ཡིན་
 པས། ཕྱོགས་འདི་ལ་ཁ་ཤོ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཡང་མཁས་པའི་བཞད་གད་གྱི་གནས་འབབ་ཞིག་ཡིན་
 གསུང་ངོ། །

ལས་རྒྱལ་ཆོག ། ད་གྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཡིས་རྩས་སྤྲགས་འབྲུལ་འཁོར་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་
 སོགས་གྱི་ལས་རབ་འབྲུམས་འབྲུབ་པར་མཛོད་པ་ལ་ཟེར། ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གསང་
 འདུས་སྒྲིམ་ལམ་ལས། དེས་ནི་རྩས་སྤྲགས་འབྲུལ་འཁོར་བསམ་གཏན་ལ། །བརྟེན་ནས་གྲུབ་
 པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་དང་ནི། །ཞི་སོགས་རབ་འབྲུམས་ལས་ཀུན་འབྲུབ་པ་ཡིས། །ལས་གྱི་རྒྱལ་
 བོ་མཆོག་ནི་འབྲུབ་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ། །སྤྲགས་རིམ་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་
 བཞིན་དུ་གསུངས། གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དེ་ཉིད་ཞིང་གྲུའི་ནང་ནས། ༣༩ སྤྱིང་སྒྲིམ་
 ཕྱག་མཚན་བསྒྲིམ་པའི་དེ་ཉིད། ༣༩ འོག་སྒྲིམ་ཐིག་ལེ་སྤྱ་མོ་བསྒྲིམ་པའི་དེ་ཉིད། ༤༠ ཡིད་
 བསྐྱས་གྱི་དེ་ཉིད། ༤༡ རག་བསྐྱས་གྱི་དེ་ཉིད། ༤༢ གཙོ་བོ་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པའི་དེ་ཉིད།
 ༤༣ འོད་གསལ་ལས་ལྷང་བའི་དེ་ཉིད། ༤༤ མཚོན་བསྟོད་གྱི་དེ་ཉིད། ༤༥ ཉེ་བར་བསྐྱ་བའི་དེ་

ཉིད། ༤༤ ཁ་ཟས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༤༥ ལུས་བརྟས་པར་བྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༤༦ དངོས་བྱུང་ཆུང་བ་
 ཞི་བྱས་དབང་བྱལ་གྱི་ལས་བཞི་སྐྱབ་པའི་དེ་ཉིད་དང་དེ་ཉིད་ཞི་དགུ་དང་བཅས་ཀྱི་དེ་ཉིད་བརྩ་
 གཉིས་ནི་ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལོ། 12 ཡེ་ཤེས་པ་གཞུག་པ་སོགས་ལ་ཟེར། ཀོང་
 ལྷལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱད་བརྟག་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ན་གསལ།

ལས་བརྒྱ་པ། མདོ་སྤེལ་ས་བརྒྱ་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལས་བརྒྱ་ཐམ་པ་པ། ལས་བརྒྱ་པ་དང་དོན་འདྲ། འདི་ལ་ “བ་བ” ཞེས་ “བ་ཡིག” ལན་གཉིས་
 འབྱུང་བ་རྫོས་སྟོན་དུ་བསམ་པར་མི་བྱའོ།

ལས་བརྒྱ་ཅ་གཅིག་(འདུལ་བ) གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་ལས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི། གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་
 བཞི་བརྩ་ཞེ་བདུན། གསོལ་བཞིའི་ལས་སྤུས་ཅུ་བཅས་སོ། །དང་པོ་ (གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་
 པའི་ལས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི) བློ། གསང་སྟོན་བསྟོན་པའི་ལས། དགེ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་བར་ཆད་ཅི་
 བར་གསོལ་བའི་ལས། གསོ་སྦྱོང་གི་ཆེ་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་འདོན་པར་གསོལ་བའི་ལས། དེའི་ཆེ་
 དགེ་འདུན་གྱི་ལྷུང་བ་ཐུན་མོང་བ། ལྷུང་བ་ཡིད་གཉིས་ཅན། ལྷུང་བའི་ཕྱིར་ཚོད་པ། ལྷུང་བ་
 དེས་ཀྱང་གང་ཡིན་མ་དེས་བ་སྟེ་བཞི་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་གསོལ་བའི་ལས་བཞི། དགག་
 དབྱེའི་ལས། དེའི་དུས་ཀྱི་ལྷུང་བ་བཞིའི་བཞི། དབྱར་ཁས་ལེན་དང་ཚུལ་ཤིང་བྲིམས་པར་
 གསོལ་བའི་ལས། ཤི་བའི་ཇུས་དང་དེའི་ནོར་འདྲ་བ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་གསོལ་བའི་ལས།
 སྤ་བརྒྱུད་གཏད་པ་དང་རས་ཡུག་ཆེན་སྤྱིན་པའི་ལས། སྤེག་ལྟ་ཅན་གྱི་གནས་ལེན་བརྟོད་པ་
 བོ་བསྟོན་པའི་ལས། ཞལ་ཏ་བར་བཤེས་དོར་འབྲུ་བ། ལུང་གིས་འབྲུ་བ། བསྟོན་པ་ནར་གཟན་བ།
 ཅང་མི་སྤྲོ་བས་ནར་གཟན་པ་ལ་ངན་པའི་གངས་སུ་གཞུག་པའི་ལས་བཞི། བྲིས་པ་དབུལ་
 བའི་ཐས་མི་ལེན་པར་བསྐབ་པ་སྟེར་བའི་ལས། དེ་བཤེག་པའི་ལས། ལྷུང་བཟེད་ཁ་སྐབ་པའི་
 ལས། དེའི་ཁ་བསྐྱང་བའི་ལས་ཉེ་གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་ལས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་
 (གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་བཞི་བརྩ་ཞེ་བདུན) བློ། གསོ་སྦྱོང་གི་གནས་ལ་རྫོ་མཐུན་བྱས་པའི་
 ལས། མཆོམས་ཆེ་རྒྱུད་གཅོད་པའི་ལས། མཆོམས་བོ་ཆེའི་ནང་དུ་ཆོས་གོས་དང་མི་འབྲལ་

བར་གནང་བའི་ལས། སྒྲིལ་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། དགག་དབྱེ་བྱེད་བ་བསྒོ་བའི་ལས།
 གནས་མལ་སྒྲོབ་བ་བསྒོ་བའི་ལས། རུང་ཁང་བྱེན་རྒྱབས་ཀྱི་ལས། སྤ་བརྒྱུད་ལ་སྒོ་མཐུན་
 རྒྱས་བའི་ལས། སྤ་བརྒྱུད་གདོང་བ་པོ་བསྒོ་བའི་ལས། སྒྲོང་བ་པོའི་ཞལ་ཏུ་བ་བསྒོ་བའི་ལས།
 ལག་གི་ལྷ་བསྒོ་བའི་ལས། གནས་ཁང་བསྒོ་བའི་ལས། ཟས་ལ་བསྒོ་བའི་ལས། ཐུག་བ་ལ་
 བསྒོ་བའི་ལས། བག་ཆེལ་འབྲིམ་པར་བྱ་བའི་ལས། ཐུན་ཆོགས་འབྲིམ་བའི་ལས། སྒྲོད་སྒྲུང་
 འདུབས་བའི་ལས། བོས་འགྲེད་བའི་ལས། དབྱར་གྱི་རས་ཆེན་སྒྲེད་བའི་ལས། དབྱར་གྱི་
 རས་ཆེན་འགྲེད་བའི་ལས། མངག་གཞུག་བསྒོ་བའི་ལས། མཛེས་འཆོས་བསྒོ་བའི་ལས།
 ཚོད་བ་འདུམ་པོ་གཟུ་པོ་བསྒོ་བའི་ལས། གསལ་བ་བསྒོ་བའི་ལས། ཚོད་བ་སྒྲེད་བ་པོ་བསྒོ་
 བའི་ལས། ཚོད་བ་ཤེས་སྤང་ཚུལ་ཤིང་འབྲིམ་བ་བསྒོ་བའི་ལས། ཁང་བའི་གཞི་རུང་བ་བསྒྲུབ་
 བའི་ལས། ཁང་ཆེན་གྱི་གཞུ་རུང་བ་བསྒྲུབ་བའི་ལས། ཁྲིམ་བ་སུན་འབྲེན་བ་ལ་ཆོས་མེན་བ་
 མང་པོ་སྒྲིང་བ་བསྒོ་བའི་ལས། ཆན་པོ་དང་ནད་བ་ཆོས་བོས་དང་མི་འབྲལ་བར་གནང་བ་
 སྦྱིན་བའི་ལས། ལག་གི་ལྷ་ལ་ལོ་དུག་གི་ནང་དུ་སྦྱོར་གཉིས་བ་བྱེད་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་
 ལས། འབྲེལ་མེད་ལྷུང་བཟེད་འབྲིམ་བ་པོ་བསྒོ་བའི་ལས། ཐུག་ལྷ་ཚན་ཁྲིམ་སོ་སོར་གོ་བར་
 བྱེད་བ་པོ་བསྒོ་བའི་ལས། དག་སྒྲོང་མས་བྱག་མི་བྱ་བར་སྒྲོམ་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། ལོ་བཅུ་
 གཉིས་ལོན་ཅིང་འཁོར་སྒྲོང་རུས་བའི་དག་སྒྲོང་མ་ལ་འཁོར་འཛོག་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་
 ལས། འཁོར་མང་པོ་འཛོག་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། ཆན་པོ་དང་ནད་བ་ལ་འཁོར་བའི་
 གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། ཅ་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། གསོ་སྒྲོང་ཐ་དད་བའི་གཞུག་ལག་
 ཁང་གི་རྗེད་བ་གཅིག་ཏུ་བྱ་བའི་ལས། དག་སྒྲོབ་མའི་སྒྲོམ་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། ཆངས་སྒྲོད་ཉིང་
 གནས་ཀྱི་སྒྲོམ་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། དག་སྒྲོབ་མ་བྱ་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་
 ལས། ལུ་གཤེ་ཆོ་དག་སྒྲོང་མ་ཉེ་དུའི་ཁྲིམ་དུ་འགྲོ་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས། དབྱར་
 མཆམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་འགྲོ་བའི་གནང་བ་སྦྱིན་བའི་ལས་ཉི་གསེལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་བཞི་བཅུ་
 ཞེ་བདུན་ལོ། །གསུམ་བ་(གསེལ་བཞིའི་ལས་སུ་མ་ཅུ་)ནི། བསྒྲེན་པར་རྫོགས་བའི་ལས། ལུ་

སྤྲེགས་ལ་གནང་བ་སྤྱིན་པའི་ལས། མཚམས་ཆེ་ཆུང་དགོས་པའི་ལས། བན་ཚུན་མཐུན་པའི་
 ལས། མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱང་སྤྱིན་པའི་ལས། བན་ཏུར་བྱ་བའི་ལས། བན་ཏུར་ལ་བཟོད་བ་
 གསོལ་བའི་ལས། སློབ་དང་མགྲ་བའི་ལས་དུག་དབྱེད་པའི་ལས། སྤྱི་བརྒྱུད་དབྱེད་པའི་ལས།
 དབྱ་བའི་འདུལ་བ་སྤྱིན་པའི་ལས། སྤྱོས་པའི་འདུལ་བ་སྤྱིན་པའི་ལས། རོ་བོ་ཉིད་འཆོལ་དུ་
 གཞུག་པའི་ལས། དག་འདུན་དབྱེད། དེ་རྗེས་ཕྱོགས། ཁྱིམ་སྤྱན་འབྱེད། བཀའ་སློམ་བཞེ་བ།
 སྤྲེག་ལྷ་མི་གཏོར་བ། གནས་ནས་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་དགོས་པ་མ། དཀོན་མཆོག་
 གཏོར་བའི་དགོས་པ་མ། འཐབ་ཀྱིས་བྱེད་བ། བདེ་ཞིང་གནས་པ། བདེ་ཞིང་གནས་སུ་འཇུག་
 པའི་སྤྲེ་བཅུ་ལ་བསྐྱོག་པ་བསྐྱོ་བྱུང་བྱེད་པའི་ལས་བཅུ། སྤྲེག་ལྷ་མི་གཏོར་བའི་དགོས་པ་
 བསྐྱེལ་བའི་ལས། ཉམས་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་སྤྱིན་པའི་ལས་ཉེ་གསོལ་བ་དང་བཞིའི་ལས་སུ་མ་ཆུ་
 རྣམས་བསྐྱེལ་པས་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་གོ།

ལས་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་པ། (འདུལ་བ) ཀམ་ཤ་ཉི་དང་དོན་གཅིག་

ལས་སྤྱིབ། ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་དང་འདྲ།

ལས་དང་པོ་བ། (འདུལ་བ) 1 ལྷུང་བ་དེ་དང་དེའི་བཅས་པ་མ་མཛད་པའི་གོང་རོལ་ཏུ་ལྷུང་བ་དེའི་སྤོང་
 གཞི་སྤོང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཟེར། 2 བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་ཐོག་མར་འཇུག་མཁན་གྱི་གང་
 ཟག 3 ལས་ལ་ཐོག་མར་ཞུགས་པའི་གང་ཟག

ལས་དང་པོ་མ་ཡིན་པ། (འདུལ་བ) ལྷུང་བའི་ཡན་ལག་ཅིག་སྟེ། ལས་དང་པོ་བ་ནི། ལྷུང་བ་དེ་དང་དེའི་
 བཅས་པ་མ་མཛད་པའི་གོང་རོལ་ཏུ་ལྷུང་བ་དེའི་སྤོང་གཞི་སྤོང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཟེར་
 བས། དེ་འདྲ་མེན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལོ། །དེ་འདྲའི་གང་ཟག་ལ་ནི་ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་སྟེ་དེའི་དུས་
 སུ་བཅས་པ་གཏན་ནས་མ་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷུང་བ་སྤྱི་བ་ལ་ལས་དང་པོ་བ་མ་ཡིན་པ་
 ཡན་ལག་ཏུ་ཆང་དགོས་སོ། །

ལས་མཐའ། ལས་ཀྱི་མཐའ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལས་མཐའ་ལོག 1 མཚམས་མེད་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ། འདི་ནི་ལམ་རིམ་ལས་གསུངས་པ་

ལྷར་པོ། 2 (རྟོག་མཉམས་) སྒོར་ལ་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ཀྱང་ལོག་ནས་སྒྲིག་བ་སྣ་དགུ་བྱེད་བ་ནམས་ལ་
ཟེར། སྒོར་ཆེན་པའི་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། 3 (རྟོག་མཉམས་) ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་
ཞལ་ལུང་ལས། ལས་མཐའ་ལོག་བ་ཞེས་རྡོན་བ་དང་སྤང་འཛོར་ལ་སོགས་པའི་རིགས་
བརྒྱད་དུ་སྦྱིས་པས་རྩེད་དུ་ནས་ལས་ཀྱི་མཐའ་ལོག་པའི་ལས་དུ་ཞུགས་པ་ལ་ཟེར་ཡང་དོན་
དུ་སྒྲོ་གསུམ་ཆོས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཆད་ལས་མཐའ་ལོག་བར་ཞུགས་པ་ཡིན་ཞེས་
གསུངས།

ལས་མཐའ་མ་ལོག་ མཆམས་མེད་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བརྩག་བ་མ་ཡིན་པ། རྗེའི་ལས་རིམ་ཆེན་མོ་
དང་། སྒྲིམ་བོ་པའི་དྲགས་བོ་ཐར་རྒྱན་གཉིས་ཀར་གསལ།

ལས་དང་བོ་པ། 1 བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་ཐོག་མར་འཇུག་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཟེར། 2 སོ་སྦྱིས་ལས་
ལ་གནས་པའི་གང་ཟག།

ལས་ནག 1 ལས་ནག་པོ་སྟེ་མི་དགེ་པའི་ལས། 2 མང་དྲགས་ཞེས་ཏེ་ལས་པའི་ཆོག་ཅིག་ ཅ་ལག་
ཐེབས་ཆག་ཅིག་ལ་ལས་ནག་ཏིན་སྒྲོར་ཆོག་སྒྲོར་དགོས་ཟེར་གྱི། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ལས་འཕྲོ། 1 ལས་ཀྱི་བྱས་མ་ཆར་བར་ལྷག་མར་ལུས་པའི་དོན། 2 སྐལ་བ། (སྐལ་བ་དང་ལྷན་བ་
ཞེས་པའི་སྐལ་བ་དེ་ལ་གོ་དགོས) སྦྱེ་བ་སྤྲ་མའི་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་བཟང་བོ་འཕྲ། སྦྱེ་བ་སྤོན་
མར་ཆོས་ལ་གོམས་འདིས་བྱས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱས་བ་མ་ཉམས་བར་ཡོད་པ། སྤོན་
མའི་བག་ཆགས་བཟང་བོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་དེས་ཆོས་ལ་
བསྐྱབ་ན་ལས་སྤྲ་བོར་ཤེས་བྱལ། སྦྱེ་བ་སྤྲ་མར་སྤོར་ཉིད་ལ་བག་ཆགས་ཤས་ཆེར་ཡོད་པའི་
གང་ཟག་ཅིག་ཤི་འཕོས་ཏེ་ཆེ་འདིར་སྦྱིས་ཅ་ན། ལས་དང་བོ་བ་དང་འབྲ་བར་གཞི་ནས་བཙོན་
བ་བཞེན་ཏེ་བསྒྲོམ་མི་དགོས་བར་སྤོར་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཁ་ཕྱོགས་བ་ཅ་མ་གྱིས་གོ་བ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་
རྟེན་བྱལ་བ་ལྟ་བུའོ། །དཔེར་ན་མི་ཞིག་གིས་ཁང་བ་བརྒྱབ་ནས་བྱེད་ཅ་མ་ལ་སྦྱོར་བས་བ་ན་
མཆམས་བཞག་ནས་དགུང་མེད་ལ་ཕྱིན་ནས་རྩྭ་འཁོར་བ་ན། ཁང་བ་གཞི་ནས་བརྩིག་མི་
དགོས་བར་སྤྲ་མའི་བརྩིགས་འཕྲོ་དེ་རང་ནས་འགོ་འཇུགས་ཆོག་བ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་

ལ་ལོ་རྒྱལ་སྐྱེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་
 ༣༣༥པས། སྐྱེ་མཐོང་ཤིག། (ཤིབ་ནི་བྱུང་བྱུང་སྐྱེ་བའི་དོན་ཡིན) ཅེས་པ་ནི། འོ་སྐྱེལ་ལ་མཛོན་
 ཤེས་ལྷ་ཀ་མེད་ཀྱང་། སྐྱེ་བ་འབྲེལ་བ་གཅིག་བྱ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་གྲུབ་ཆེགས་མེད་དུ་ཐོབ་སྟེ། རྒྱ་
 གར་དུ་དགེ་སློང་གཅིག་གིས་མཆོད་ཁང་ཅིག་ཞིག་ན་ཐང་སྐྱེ་མང་པོ་བཟུམ་འདུག་པ་ལ།
 གཡས་ཕྱོགས་ནས་བཟུང་ནས་རིམ་གྱིས་བལྟས་པས། དེ་ལ་དཔལ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་ཀྱི་ཐང་
 སྐྱེ་ཅིག་ཞིག་འདུག་པ་མཐོང་བས་དེ་ཉིད་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཡིན་པ་འབྲེལ་ནས། དེ་ཀ་ལ་
 བགས་གསེབ་ཏུ་བསྐྱབ་ཏུ་བྱིན་པས། དངོས་གྲུབ་མེད་ལ་ཐོབ་སྐྱད། ཡང་དགེ་ལྷུ་ལ་ཅིག་ཞིག་
 མཁན་སློབ་ལ་ཞུས་པའི་པོ་ཉི་ཅིག་ཞིག་རྒྱུན་དུ་སྒྲོག་ཀིན་ཡོད་པ་ལ། དུས་གཅིག་གི་ཆོ།
 བགས་གསེབ་ནས་རྣལ་འབྱོར་བ་ཅིག་ཞིག་བྱོན་ནས། ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ལས་འཕྲོ་ནི་དེ་མ་
 ཡིན། སྐྱོམ་འཕྲོ་ནི་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྣ་བར་ཤིབ་པ་ཅིག་ཞིག་བྱས་པས། དགེ་
 ལུ་ལ་དེ་སྤར་གྱི་སྐྱེ་བ་འབྲེལ་ནས། པོ་ཉི་དེའི་སྐྱེ་ཆེད་ས་ཀྱང་མ་བསྐྱམས་པར། འཕྲིག་རྟེན་གྱི་རྟོག་
 པ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་བཅད་ནས། བགས་སུ་བྱིན་ནས་བསྐྱོམས་པས་ཐང་བ་ཆེགས་མེད་དུ་
 ཐོབ་སྐྱད། ཡང་སྤོན་རྒྱལ་སྐྱོན་མང་པོ་ཅིག་ཞིག་མདུན་པེ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་ཅ་ན། རྣལ་འབྱོར་བ་
 ཅིག་ཞིག་བྱོན་ནས། རྒྱལ་པོ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ལས་འཕྲོ་ནི་འདི་ཡིན་ཞེས། ལས་འཕྲོ་མི་
 ཆོས་དེའི་མཆན་རྣ་བར་ཤིབ་པ་ཅིག་ཞིག་བྱས་པས། རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བ་འབྲེལ་ནས། དེ་ཀ་
 ལྟར་བགས་གསེབ་ཏུ་བསྐྱོམ་དུ་གཤེགས་པས་དངོས་གྲུབ་ཆེགས་མེད་དུ་ཐོབ་སྐྱད། ཞེས་
 སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞུང་འདི་དང་དེབ་སྤོན་སོགས་སྤོན་གྱི་ཆད་ལྷན་གྱི་གཞུང་
 མང་པོར། མཐའ་མེད་ཀྱི་མཐར་ཆོག་འཕྲད་ “ཞིག” ཆབ་ཏུ་ “ཅིག” སྐྱར་བ་འདི་ལོར་བ་མིན་
 པར་བརྗོད་བདེ་འདྲེན་པའི་བྱིར་དམིགས་བསལ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །

ལས་འཕྲོ་ཅན། སྐལ་ལྷན། སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཕྲུག་པོ་ཡོད་
 པའི་གང་ཟག། སྐྱེ་བ་སྤོན་མང་ཆོས་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྣམས་པ་མ་
 ཉམས་པར་ཡོད་པའི་གང་ཟག། སྤོན་མའི་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ལས་

འཕྲོ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་དེས་ཆོས་ལ་བསྐྱབ་ན་ལས་སྤྲོ་ཤོར་ཤེས་ཐུབ།
ལས་ཆོག་ལ། །གམ་ག་ཏུ་ཞེ་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་སྤྲོ་ཆོག་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་སམ་ཆོག་ལ་
ལས་ཆོག་ལ་ཟེར།
ལས་ལ་སྤྲིབ། (འདུལ་བ) ལྟར་བའི་ཉིས་དམིགས་སམ་དགག་བྱ་ཞིག་སྟེ། ལྟར་བ་གང་ཞིག་བྱུང་ན་
ལས་ཀྱི་ཁ་སྐོང་དུ་མི་འོས་ཤིང་། ལས་བྱེད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་བས། ལས་ལ་སྤྲིབ་པ་ཞེས་
བྱའོ།
ལས་ལ་ངན། མི་ལེ་ལོ་ཅན། རང་གི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པ་ལ་མཆེར་སྤང་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ལ་
ལས་རིམ་དུ་གསུངས།
ལས་ལམ་བཟུ། ཉག་པོའི་ལས་ལམ་བཟུ་དང་། དཀར་པོའི་ལས་ལམ་བཟུ་ལ་ཟེར། རྒྱ་བཤད་ནི།
ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ་ལམ་ཡང་ཡིན་པས་ན་ལས་ལམ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་དག་ལ་ལམ་ཞེས་
བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ལམ་གྱི་སྤྱ་འཇུག་ཡུལ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཐབས་སམ་རྒྱ་ལ་
འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ཐབས་སམ་རྒྱ་ཡིན་པས་
ན་ལམ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེར་ན་ལམ་མམ་ལམ་ཀ་དེ་གནས་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་ཐབས་ཡིན་
པ་བཞིན་ནོ། །རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཀ་མཉམས། ལས་ནི་གསོད་པ་ལ་
སོགས་པ་སྤོང་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་བའོ། །དེ་ཉིད་ལམ་ཡིན་ཏེ། གནས་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་
ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིར་ནོ། །དེ་དང་འདྲ་བར་ལས་ཉིད་ལམ་ཡིན་པས་ལས་ལམ་མོ། །ཞེས་
གསུངས། བཤེས་སྤྱིང་གི་འགྲེལ་པ་༩ དེ་༢༠༩༡ལས་ཀྱང་། བྱ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་
ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ། བདེ་འགྲོའི་ལམ་ཡང་ཡིན་པས་ལས་ཀྱི་ལམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །ལས་དང་ལས་ཀྱི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲུང་པར་གང་ཞེ་ན། ལུས་ངག་གི་བདུན་པོ་རྣམས་ནི།
ལས་དང་ལས་ཀྱི་ལམ་གཉིས་ཀ་ཡིན། བརྒྱ་མཉམས། གཞོད་མཉམས། འོག་ཁྱ་གསུམ་ནི།
ལས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ཀྱང་ལས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉོན་མོངས་པའི་བྱིར། མཛོད་ལས། གསུམ་ལམ་
བདུན་ནི་ལས་ཀྱང་ཡིན། ཞེས་དང་། བརྒྱ་མཉམས་ལ་སོགས་ལས་མིན་ཡང་། ཞེས་

གསུངས་སོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། སེམས་བྱུང་སེམས་བཞི་ལས་ཡིན་ལ། དེ་འབྲེལ་
 སེམས་བཞི་འབྲུག་པའི་ཡུལ་གསོད་བ་དང་རྒྱ་བ་སོགས་ལ་ལམ་ཞེས་ཐ་སྟོན་མཛད་བཞི་
 མཛོད་བ་མཛོད་ལྟར་ཡིན་པས་གོང་གི་རིན་ཆེན་སྒོར་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་བ་དང་ཅུང་མི་
 འབྲེལ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་དག་ལས་ཡིད་ལས་སེམས་བཞི་ལས་ཡིན་ལ་ལས་
 གྱི་ལམ་མིན་ནོ། །ལུས་རག་གི་ལས་བདུན་ནི་ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ་སེམས་བཞི་འབྲུག་པའི་གཞི་
 ཡང་ཡིན་པས་ལས་གྱི་ལམ་ཡང་ཡིན་ནོ། །བརྒྱུ་སེམས་སོགས་གསུམ་ནི་ལས་གྱི་ལམ་
 ཡིན་གྱི་ལས་མིན་ནོ། །མདོར་ན་ལས་ལམ་ཞེས་བ་ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ། ལམ་ཡང་ཡིན་པས་
 ལས་ལམ་ཞེས་བ་ཞིག་དང་། ཡང་ལས་གྱི་འབྲུག་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ལས་ལམ་ཞེས་བ་
 གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པོ་རིན་ཆེན་སྒོར་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་བ་དང་། གཉིས་བ་ལམ་རིམ་དང་
 མཛོད་སོགས་གྱི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་དོ། །

ཡི་ཁར། ཡི་ཁར་དང་འབྲ།

ཡི་ཁར <ཀ> རྣམས་ཏེ་བྱ་རམ་རྟོག་པོར་བྱས་པ།

ཡི་མཐོའི་བྱ། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བའི་སྒོ་བ་མ་སྦྱན་སྦྱ་བའི་མཆོན། སྦྱན་སྦྱ་བའི་མ་ཡུམ་གྱི་མཆོན་ལ།
 ཡི་མོ་ཡེ་ཤེས་སྦྱོན་ཞེས་བྱ་ལ། དེའི་བྱ་ཡིན་པས་ཡི་མཐོའི་བྱའོ། །འེུ་བྱམ་སྦྱོན་པོའི་འབྲེལ་
 པར། པོ་ཏོ་བ་རང་ཉིད་ལ་ཡི་མཐོའི་བྱ་ཞེས་འབྲུང་ཡང་། དེ་ཡི་མཐོའི་བྱ་དང་ཁོར་བ་ཡིན་ནས་
 སྦྱམ་སོ། །ཡི་མཐོའི་བྱ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། པོ་ཏོ་བའི་ཞལ་
 ནས་སྦྱན་སྦྱ་ལ། ཡི་མཐོའི་བྱ། ཅི་ཙམ་པའི་ཆོས་བཤད་ཅིག་བྱས་ཏེ་ལེགས་སོ་གཅིག་ཀྱང་
 བདག་གིར་བྱེད་མ་སྦྱོང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཡི་ཙ་བྱ། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱ་གར་ཡངས་བ་ཙན་པའི་རིགས་རྒྱུད། དེའི་སྦྱོན་པོ་ལས། ཡི་ཙ་བྱའི་རིགས་
 སུ་བྱུང་བཞི་ཡངས་བ་ཙན་པའི་རྒྱུད་ཡིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས། གཉའ་བཙན་པོ་ནས་སྤོང་
 བཙན་སྐམ་པོའི་བར་གྱི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ནམས། རྒྱ་གར་གྱི་ཤུག་ཡི་ཙ་བྱའི་རིགས་བརྒྱུད་
 ཡིན་པ་དེའི་སྦྱོན་སྦྱོང་ཆ་༤༡ན་གསལ་བར་བཤད་དེ། དེ་ལ་གཉའ་ཁྱི་བཙན་པོ་ཤུག་ཆེན་པོ་

དང་། རྒྱ་རི་བླ་པ་དང་། རྒྱ་ལི་ཅ་བྱི་གསུམ་པོའི་རིགས་གང་ཡིན་པ་ལ་མ་མཐུན་པ་
ཡོད་ཀྱང་། འཇམ་དཔལ་ཅ་བའི་རྒྱ་ན་སྲོང་བཅན་ནས་དར་མ་ཡན་ཆོད་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་
ཕིན་ཏུ་གསལ་བ་ཞིག་སྟེང་ལ། དེའི་སྐབས་སུ་ཅ་བའི་རྒྱ་དཔལ་ལ། ལི་ཅ་བྱིའི་རིགས་ཡིན་པ་
དག་གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །འཛུ་ལྷོ་ཞེས་བྱིས་པ་འད་ཡོད་དེ། འདུལ་བ་ལུང་བླན་ཆོགས་
ཤོག་གངས་མཉམ་སྟེང་ཞེང་། གཞན་ཡང་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
བཤད་པ་ལོལ་ལས། འཛུ་ལྷོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོ་ལའི་རིགས་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར་
རིགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འཛུ་ལྷོ། ལི་ཅ་བྱིའི་འབྲི་ཚུལ་གཞན།

ལི་ཁྱི། དམར་སེར་འབྲེས་པའི་ཁ་དོག

ལི་ཡུལ། རྒྱ་མིས་ཕིན་ཅང་ཏུ་ Xinjiang འབོད་བ་དེའོ། །ལི་ཡུལ་ཞེས་པ་ནི་བོད་བས་བཏགས་པའི་
མིང་ཞིག་རེད། ལི་ཡུལ་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་མཉམ་སྟེང་ལས། ར་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་
ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པ་ན། ལི་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཏེ། ཞེས་སོགས་གསུངས།
དེབ་ཐེང་དཀར་པོ་མཉམ་སྟེང་། ལི་ཡུལ། ཕིན་ཅང་། ཀི་ས་དེ་ལ། ཏུར་གྱི་སྟུན་རྣམས་དོན་གཅིག་
ཏུ་བཤད། ཞུ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་མཉམ་སྟེང་ལུང་དང་ཕིན་ཅང་དོན་གཅིག་ཏུ་
བཤད། དེ་ནི་བོད་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་དང་། ལུ་རུ་སུའི་ལྷོ་མཐར་ཆགས་པའི་ཡུལ། རྒྱ་གར་སྐད་ཏུ་
ཀི་ས་དེ་ལ། ཡུལ་གཞན་ཏུ་ཏུར་གྱི་སྟུན་ Turkestan དང་། རྒྱ་ནག་བས་ཕིན་ཅང་ཏུ་འབོད་བ་
འདི་ཡིན་ཏེ། འདིའི་ཤར་མཐའ་མཆོ་སྟོན་པའི་བྱང་རྒྱལ་དང་འབྲེལ་ཞེང་། ལུབ་ཀྱི་མཐའ་ནི་
མངའ་རིས་ལ་དུགས་ཕྱོགས་དང་ཆོང་འབྲུལ་ཡོད་པའི་ཡར་ཀན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ལ། བར་
སྐབས་སུ་ལི་ཡུལ་འདི་བཞིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྗོད་པ་ལྟར་གྱུར་ཏེ། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་ཏུ་པ་
སོང་ཞེང་། དེའི་བར་འགའ་ཞིག་གིས་ལོལ་ཆོད་བྱས་ཏེ། བལ་ཡུལ་དང་ལི་ཡུལ་དོན་གཅིག་
པར་བྱས་ནས། བྱང་རུ་ལུང་བསྟན་ཀྱི་གནས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་ཕྱོགས་སུ་ངོས་འཛིན་པ་
སོགས་བྱས་སོ། །དེས་ན་ལོ་རྒྱུ་བཤམ་རྩ་ལ་པའི་ཞལ་ནས། དིང་སང་བོད་ན་ལི་ཡུལ་ངོས་

ཟེན་མཁན་རེད་མཛད་པ་དང་རེད་གཉིས་ལས་མེད་ཅེས་གསུངས་པར་གྲགས་པ་ཡང་པལ་
 ཆེད་དོན་ལ་གནས་པ་ཡིན་ལ། པལ་ཡུལ་དང་ལི་ཡུལ་མི་གཅིག་པ་ནི་མོ་ལུང་པས། རྒྱ་གར་
 ཤར་རུབ་ལི་དང་པལ་པོའི་ཡུལ། ཞེས་དེ་གཉིས་ཡུལ་སོ་སོར་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ལ།
 བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་གྱིས་ཀྱང་། ས་རུས་བཟུང་བའི་ལི་ཡུལ་དེ། རྒྱ་བོད་མཆོམས་ཀྱི་བལ་
 བོ་མིན། ཞེས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །སྤར་ཤྲོགས་འདིར་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེད་དར་བ་
 ལས། མོང་བཅན་གྱི་སྤྱ་རྒྱས་ཅམ་ན་ཆོས་བསྟུན་པས་ཉ། དགེ་སློང་རྣམས་བོད་དང་རྒྱ་གར་དུ་
 བོས། དེ་ནས་བཟུང་སྒྲ་སྒྲེའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་ཉེ་བ་ལྷ་བྱར་གྱུར་ཡོད་ཅིང་། ད་དུང་ཡང་གོ་ཤར་
 སྤང་རུའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྱལ་དང་། གཞན་ཡང་མཆོད་རྟེན་ཞིག་པོ་དང་སྟོན་གྱི་དགོན་
 རོ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་ཡོད་འདུག ཡུལ་འདིའི་མི་རིགས་རྣམས་སོག་རྒྱུད་ཡིན་པས། ཀུན་མཁྱེན་
 མོང་ཆེན་པས། ལྷང་རྩ་སྟུག་པོ་ལ་སོགས་པའི་སོག་ཡུལ་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། ཡུལ་འདི་
 མདོ་སྤང་བ་རྣམས་ཡུལ་ལི་ཞེས་འབོད་པ་དང་། དོན་ལ་ལི་ཡུལ་བྱ་བའི་ཆོག་འགོ་མཐུག་
 སྟོག་པའམ། ཡང་ན་རྒྱ་གར་ཡུལ་བྱ་བ་ལ་སྐབས་འགར་ཡུལ་རྒྱ་གར་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་འདྲ།
 ཡུལ་འདི་བོད་ལས་ཤིན་ཏུ་ཁད་རིང་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས། སྤར་བོད་འབངས་སུ་འདུས་སོ་བྱ་
 བ་ཡང་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བ་ཅམ་ཡིན་མོད། དག་བཅོམ་དགེ་འདུན་འཕེལ་གྱི་ལི་ཡུལ་ལུང་
 བསྟན་དུ་ཡང་གསུངས་ཉ། དེ་ལ་མང་སོ་ཞིག་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སོས་འཛིན་བར་འགྱུར་
 རོ། ཞེས་དང་། སྤང་རུ་ལུང་བསྟན་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། མ་འོངས་པ་ན་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་
 ཡུལ་འདིར་བོད་དང་སུམ་རྩའི་དམག་རྣམས་འོང་བར་འགྱུར་ཉ། སོགས་གསུངས་སོ། །སུམ་
 རྩ་དེ་སྤར་བོད་ཁོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐུན་ཞིག་གི་ས་ཡིན་པ་ལ། ཁོང་ཆོའི་རིགས་དེ་དོར་སང་ཨ་
 མདོའི་ཁྲིད་དུ་འཕེས་ནས་ཡོད། གཞན་ཡང་སྤར་རྟགས་འབྲལ་མེད་ལྷ་བྱར། ཉེ་དུས་འདིར་
 གསར་དུ་རྟེན་པ་ལས། སྤར་མོའི་བོད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་སྤར་ཆོགས་དང་། ཡུལ་མི་ལས་ཁལ་བསྟུས་
 པའི་བྱང་བྱ་ཆེ་ཆུང་དུ་མ། དམག་དཔོན་སོགས་ཀྱིས་པན་ཚུན་བཏར་པའི་ཡི་གེ་ལ་སོགས་པ་
 ཆེས་མང་སོ་ཞིག་འཛོན་ནས། རྒྱ་ཁབ་དུ་མར་འཁྱེར་ཉེ་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་པའི་མཁས་པ་

ཐམས་ཅད་ཡིད་ཆེས་པ་ཡིན་ནོ། །དོག་ཏུ་བཀོད་པའི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་དུམ་བུ་དང་པོ་གཉིས་
 གྱང་ཕྱོགས་དེ་ནས་རྙེད་པའི་ཡིག་རིགས་ཀྱི་གས་ཡིན་ལ། སྤ་ལོའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་གི་འདག་ཞལ་
 ཀྱི་ཐེབས་རིས་ཡོངས་རྫོགས་བཀོག་སྟེ། རྒྱ་གར་དུ་འབྱེད་ནས་ད་ལྟ་རྒྱ་ས་རྩེ་ལི་ན་ཡོད་
 ཅིང་། དེ་ནས་རྙེད་པའི་དངོས་ཆས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་གྱང་དེར་ཡོད། རས་དུམ་དང་བྱང་བུ་
 སོགས་ལ་ཁྲལ་བསྟུས་པའི་ཐོ་བཀོད་པ་དེ་དག་གྱང་ཆེས་གནའ་དུས་ཀྱི་བརྟུ་རྙེད་འབའ་ཞིག་
 ཏུ་བྲིས་པ་དཔེར་ན། ཅངས་ནན་ཡམ་གསུམ་དང་རན་ཁུར་གཅིག་ཆང་གི་གསུམ་དང་ཅ་ཁུར་
 གཅིག་བྱ་བ་སོགས་སྤང་། ཞེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དཔེ་ཐེར་དཀར་པོར་
 གསལ། འགོས་ལོའི་དཔེ་ཐོན་སྤང་ཆ་༡༣༩༧ལས་ ལི་ཡུལ་ལ་འདོད་ཚུལ་མང་སྟེ། ཡུལ་འདི་
 རྒྱ་ནག་གི་བྱང་ཁོས་པོད་ནས་བྱང་ཤར་གྱི་མཆམས་ན་ཡོད་ཅེས་པའི་འདོད་ཚུལ་གཅིག་
 ཡང་བལ་ཡུལ་ཉིད་ལི་ཡུལ་དུ་འདོད་པ་གཅིག་ ཡང་བལ་ཡུལ་ཉིད་ན་རྒྱ་པོའི་པར་འགྲམ་གྱི་
 ཁོས་ལ་བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་ཕྱོགས་ལ་ལི་ཡུལ་ཞེས་འདོད་པའི་རྒྱལ་གཅིག་སོགས་ཡོད་པར་
 གསུངས་སོ། །དོགས་གཅོད་ མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཤིན་ཅང་དང་རྩར་
 ཀེས་ན་གཉིས་དོན་གཅིག་ལྟ་བུར་གསུངས་འདུག་གྱང་། ད་དུང་ཡང་དབྱེད་པར་ཁོས་པ་ཞིག་
 སྟེ། རྩར་ཀེས་ན་ལ་དང་མང་ཆ་གསུམ་ཡོད་དེ། ལུ་བུ་སའི་མངའ་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་བུ་བ་རྩར་
 ཀེས་ན་དང་། རྒྱ་ནག་གི་མངའ་འོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཤར་རྩར་ཀེས་ན་དང་། ཨམ་ཟ་ན་ནུན་ (Af-
 ghanistan) གྱི་ས་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་རྩར་ཀེས་ན་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས། ཤིན་ཅང་ནི་
 ད་ལྟ་རྒྱ་མིས་མངའ་ཁོངས་སུ་བཅུག་པའི་ཤར་རྩར་ཀེས་ན་གྱི་མིང་དུ་རྒྱ་མིས་བཏགས་པ་
 ཞིག་ཡིན་ལ། རྩར་ཀེས་ན་གྱི་གཉུག་མའི་སྐད་ནི་ཨི་རན་གྱི་སྐད་ཡིན་པར་བཤད་ལ། ཕྱི་ལོའི་
 བོད་གི་དུས་རབས་བཞི་པའི་ནང་ (4th century B.C.) རྩེ་རིག་གིས་ Greek དབང་སྐུར་
 བྲས། ཡང་ཕྱི་ལོ་ཐོན་གྱི་དུས་རབས་གཉིས་པའི་ (2th century B.C.) ནང་རྒྱ་མིས་དབང་
 སྐུར་བྲས་གྱང་། ཕྱི་ལོའི་དུས་རབས་གཉིས་པ་ (220 A.D.) ཏན་Han རྒྱལ་རབས་འགོ་རྟེན་
 ལོག་ནས། ཨི་རན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་གནས། ཕྱི་ལོ་༡༤༡ལོར་སྐར་

ཡང་རྒྱ་ནག་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་བཅུག་ནས་ཤིན་ཅང་ཞིང་ཆེན་ཞེས་མིང་བཏགས་
 སོ། །མཛོད་དེབ་ (Funk & Wagnalls, New Encyclopedia) ཞེས་བར་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤོད།
 མི་ཞེས་པ་རྒྱའི་སྐད་མིན་ནས་སྐྱམ་ཡང་ད་དུང་དེའི་སྤྱོད་པ་འདད་པ་དབྱེད་དགོས་པ་འདུག་གོ།
 མི་ཡུལ་ཡུང་བསྐྱན་པའི་མདོ། འཕགས་པ་བླ་མོ་བླ་མེད་པའི་འོད་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ཞེས་
 བྲལ། །མཆན་དངོས་ནི། དེ་མེད་པའི་འོད་གྱིས་ཞུས་པ་ཞེས་བྲ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བི་མ་ལ་
 བླ་མ་པ་འཛིན་ཏེ། རྩེ་དགེ་བསྐྱན་འགྲུར་མདོ་སྟེ། བ ༡༩༡༡ན་ན་བཞུགས།
 མི་མི། ཞེ་མིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས། འདི་ལ་ཞུས་བྲ། བྱི་ལ་སོགས་ཟེད།
 མི་ཤི། (གསལ་བྱེད་) ཟངས་ཀྱི་གཟེར་རྒྱུང་འདྲ་བའི་སྐྱན་སྒྲ་ཞིག་སྟེ་དེ་ཕྱིན་སྐད་དུ་ clove ཟེར་བ་
 དེལ། །དེའི་སྟོང་པོ་ལ་བྱི་རྒྱལ་བས་ Syzygium aromaticum ཟེད། དེའི་མེ་ཏོག་བསྐྱམས་པའི་
 ཐུའུ་དེ་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་སྐྱན་སྒྲ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་གར་བས་ཁ་ལག་ལ་ཞུག་རྒྱའི་སྐྱན་སྒྲ་གལ་
 ཆེན་ཞིག་དང་། འདི་སོན་བར་ཡང་པན་ཞིང་། དེ་ཐུར་ན་སའི་ན་ཟུག་གཙོག་ འདིའི་ཐོན་
 ཁུངས་ནི་ཨིན་ཏེ་ཀོ་ཤི་ཡ་དང་རྒྱ་གར་སོགས་ཡིན། འདི་ལ་ལྷ་ཡི་མེ་ཏོག་དང་། དཔལ་གྱི་མིང་
 ཅན་ཡང་ཟེད། རིན་པོང་ཆེ་བའི་ཅི་སྐྱན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། རོ་ཚ། ཞུ་ཆེས་དོད། ལུས་བས་
 རོད་སྟེད། ཟས་འཇུ། ཡི་ག་འབྲེད། སོག་ཅའི་ནད་དང་གང་རྒྱུང་སེལ།
 མི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་། 1 དེ་བཟང་པོ་འཇུལ་བའི་མི་ཤིའི་མེ་ཏོག་གི་ཤིང་སྟོང་གྲུང་ཕུབ་པའི་དབྱིབས་
 ལྷར་སྟེང་དུ་རྒྱུ་པོར་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་ལ་ཟེད། 2 སྒྲིགས་སྟེན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་མི་ཤིའི་
 གྲུང་ཁང་གི་མིང་།
 མི་རྒྱ། (ལྷགས་རྒྱུར་) 1 ཏྲགས་སམ་མཆོན་མ། སྟེ་ཡི་རྒྱ་དང་། ལུ་ཡི་རྒྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 བསྐྱལ་རྒྱའི་
 གདོན་བགེགས་ཀྱི་གཟུགས་བརྒྱན་གྱི་མིང་།
 ལུ་གྲ། ལུག་ལུག་གས། ལུག་སྟེའི་མིང་ལའང་འཇུག་
 ལུ་གྲ་རྒྱུད། (གསང་རྒྱགས་) ལུགས་སྟོག་གས། ལུགས་སྟོག་ལྷར་པན་རྒྱུ་ཞིང་འཇུད་པའི་རྒྱུན་
 ལ། ལུ་གྲ་རྒྱུད་ཟེད། དཔེར་ན་ལུགས་སྟོག་གི་རྒྱལ་དུ་འཇུད་པ་ལ། ལུ་གྲ་རྒྱུད་དུ་འཇུད་ཟེར་

བ་བཞིན་མོ། །རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རིམ་ལྗེའི་དོར་བརྒྱས་ཀྱི་ཐེན་ཐིས་ལས། ལུ་གུ་རྒྱུད་
 བྱི་ལུགས་སྒྲོག་གི་ནམ་གངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །རྗེའི་རིམ་ལྗེ་གསལ་སྒྲོན་ལས། ཅ་ཨ་བ་རྒྱ་
 ཁྱིལ་རྡོ་རྒྱུད་གིས་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུང་པའི་ཅ་འཁོར་ལུས་ཀྱི་གནད་གང་ན་ཡོད་པའི་དབུས་
 དེར། ཞེས་གསུངས་སོ། །བར་མ་ཆད་པ། བར་མ་ཆད་དུ་འོང་བ། ནར་མར་འབྱུང་བ། གཅིག་
 རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་འོང་བ། རྒྱན་མ་ཆད་པར་འོང་བ། རྒྱུད་མར་འོང་བ་བཅས་བཤད། རྗེའི་
 ལམ་རིམ་ཆེ་འབྲིང་ལས། དེས་ན་ཆོད་པ་དང་ནམ་པར་གཡེང་བ་སོགས་སྒྲ་མོ་ནམས་ཐོག་
 མའི་དུས་སུ་བཅད་ཀྱང་མི་ཆོད་པས་གཅད་པར་མི་བྱའོ་སྤྲུམ་ནས་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་།
 དེ་ནམས་ལུགས་ཐག་པ་དང་ཉ་ཅང་རྒྱན་རིང་པའི་ལུ་གུ་རྒྱུད་མེད་ན། ལུགས་ཞན་པ་དང་
 རྒྱན་ཐུང་ངེ་བས་ནི་ལས་མི་གསོག་པས་བཅད་མི་དགོས་སོ་སྤྲུམ་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་དོ། །རྗེའི་ནམ་ཐར་དད་པའི་འཇུག་འོགས་ལས་ཀྱང་། དེད་དཔོན་རྒྱུད་འདི་པན་ཚུན་ལུ་
 གུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུང་པའི་འབྲེལ་པ་ཡོངས་སུ་ཆད་པ་མེད་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་པའི་
 ཆོས་ཉིད་ཀྱིས། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་དཔོན་སློབ་ཤེན་ཏུ་ཐུགས་གཙུགས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྐྱབ་ཤད་ནི། ལུགས་སྒྲོག་གི་ཨ་ལོང་ལྟར་ཅིག་གིས་ཅིག་ལ་སྤྲེལ་ཞིང་
 འབྱུང་པའི་རྒྱུད་དམ་རྒྱན་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་འདིའི་ལུ་གུ་ཞེས་པ་ལུག་
 ཐུག་ལ་གོ་རྒྱུ་གཏན་ནས་མིན་པར། ལུ་གུའམ་ཨ་ལོང་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། འདིའི་ལུ་ནི་རིལ་བུའི་
 ཆོག་ཐོགས་ཀྱི་བུ་དང་འབྲས་ལྟ། དཔེར་ན་རིལ་བུ་ལ། རིལ་ཞེས་འབྲི་བ་བཞིན་མོ། །དེས་ན་ཨ་
 ལོང་མང་པོ་སྤྲེལ་བའི་རྒྱན་ལ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དམ་ལུ་གུ་རྒྱུད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་མོ། །མཁས་པ་
 རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྒྱན་ལག་འཁྱེད་ལ། ལུ་གུ་ཐག་པ་ལ་བསྟར་བའི་རྒྱུད་དམ་རྒྱན་ལྟར་བར་མ་
 ཆད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་ན། ལུ་གུ་རྒྱུད་ཅེས་པ་ལུ་གུའམ་ལུག་ཐམ་པའི་སྟེང་
 ནས་འགྲོ་རྒྱུ་ལ་དང་མཐུན་པར་སྤྱི་བར་མ་ཆད་པར་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་རྒྱུད་མར་
 འབྱུང་བས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་སྤང་ཡང་བརྟག་དབུད་ནན་ཏན་བྱས་ཆེ་དོན་ལ་གནས་
 པར་མི་སེམས་སོ། །པན་ཚུན་འཛིངས་ནས་ཁྱུག་མདུད་དུ་སོང་བ། གསང་རྩོགས་མི་བསྐྱོད་

ཞལ་གྱི་བདུད་ཅི་ལས། ལུ་མེད་རྡོ་རམས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོས་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་ནི་ལུག་ཐམ་པའི་
སྤྱིང་དུ་འགྲོ་བ་དེ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བ་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་གསུངས་ཟེར་ཡང་། རིགས་གྲ་
ཆང་གིས་མཐུད་བ་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བ་ལུག་སྤྱིང་ཚུལ་རེད། གཤུང་བྱུང་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་ཟེར་བ་
དང་འབྲེག་སུངས་པ་ལྟར་ལུག་མཐུད་དུ་སོང་ནས་དབུ་མ་རྒྱུད་གིས་གང་བ་ན་སྤྱིང་ཡོང་བ་
ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། ལུགས་སློབ་གི་ནམ་པ་དང་ཆ་འདྲ་པའི་སྤྱིང་རྒྱན་ཞིག་གི་
མིང་དུ་འདྲ་བ་ཤད། གསེར་ལས་བྱས་པའི་རྒྱན་རྒྱ་གམ་གསུམ་པ་དག་ལས་བྱས་པའི་འོག་
པག་གང་ཡིན་པའོ། ཞེས་སློབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་གསུང་། བསྟན་འགྲུར་འདུལ་བ་
༩ ལུ་ ༡༧༧ བཟུངས་ལུགས་ཀྱི་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་བ་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་གང་ཡིན་དཔྱད་
པར་བུའོ། །

ལུ་འི་ནག་གསུམ། རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ལུ་ཡི་པ་དང་། གྲུབ་ཆེན་འི་བྱ་པ། གྲུབ་ཆེན་ནག་པོ་
པའམ་ནག་པོ་སྤྱོད་པ་སྟེ། འདི་གསུམ་ནི་དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ཐོག་མའི་ཤིང་རྟའི་
སློལ་འབྱེད་གསུམ་དུ་གསལ།

ལུ་ཡི་པ། (ཞིགས་སྤྱར) རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ལུ་ཡི་པ། བོད་སྐད་དུ་ཉ་ལྟོ་པ། འདི་ལ་ལུ་ཡི་པ་ཞེས་པ་
དང་། ཁ་ཅིག་གིས། ལུ་ཡི་པ་ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་གིས། ལུ་ཉི་པ་ཞེས་ཟེར་གྲང་། ལུ་ཡི་པ་ཉིང་
དག་པ་ཡིན་སྟེར་དེབ་སྤྱི་དུ་གསལ། གྲུབ་ཆེན་དེ་ཉིང་ནི་དཔལ་འཁོར་བདེ་མཆོག་གི་ཐོག་
མའི་ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྱེད་ཡིན་ཞིང་། སློབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཞབས་དང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་མོ་
ཐོ་ལོ་གཉན་བཙན་དང་པལ་ཆེར་དུས་མཚུངས་པ་ཅམ་ལ་བྱོན། འདི་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་
ཡིག་མཐན་ཡིན་ལ་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་དགེ་བར་གསལ། དང་པོའི་སྤྱི་མ་གྲུབ་ཐོབ་པ་དེ་པ་ཡིན་
ཞིང་། རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཐུག་པར་ཉིང་རྒྱ་ལོ་གསོལ་ཞིང་སྤྱི་མ་པ་མཛད་པས་རྒྱ་གར་དུ་ལུ་
ཡི་པ། བོད་སྐད་དུ་ཉ་ལྟོ་པར་གསལ། གྲུབ་པ་བརྟེན་ནས་ལུལ་ཨོ་ཁྱི་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་ཆོན་
པོ་རྒྱ་འབྱུལ་གྱིས་བཏུལ། བྱིས་རྒྱལ་པོས་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་དེ་རི་ཀ་པ་སྟེ་འཁོར་ཁྱི་དུག་སྤོང་
དང་བཙས་པ་ལ་འཇུག་ལུས་ཐོབ། ཆོན་པོ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་ནི་རི་རྟའི་པ་སྟེ་འཁོར་ལུ་བརྒྱ་དང་

བཅས་པ་འཇའ་ལུས་བརྟེན་སྟོ། །སྒྲིབ་དཔོན་འདིས་རྣལ་འབྱོར་མ་ཀྱུན་སྟོང་གི་རྒྱུད་སྟོགས་
སྒྲིབ་བྱངས་ཤིང་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་གཞུང་མཛད། དེ་ལ་ལུ་བ་བས་འབྲེལ་བ་
མཛད། རྒྱ་གར་ཐམས་ཅད་དུ་ཤིན་ཏུ་དར་ཞིང་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་འགོ་ལྟ་
བུར་གྲགས་སོ། །

ལུ་ཉི་པ། (ལེགས་སྤྱར) ལུ་ཡི་བ་དང་དོན་འབྲ། འདིའི་དོགས་གཅོད་ལུ་ཡི་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
ལུ་ཨི་པ། (ལེགས་སྤྱར) ལུ་ཡི་བ་དང་དོན་འབྲ།

ལུག་ཁྱིམ། དབྱིད་ཀྱི་དུས། སྤྱ་བཤད་ནི། ལུ་གུ་སྤྱེ་བའི་དུས་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་བཅོད།

ལུག་རྩལ། (མཛོད) རི་བོང་རྩལ་བདུན་ལ་ལུག་རྩལ་གཅིག་ལ་ཟེར། འདི་ལ་རྩལ་སྤྱ་རབ་
༡༩, ༡༠༧ ཡོད།

ལུགས་ལྟོག། ༡ སྤྱ་མ་སྤྱ་མ་འགགས་པས་བྱི་མ་བྱི་མ་འགག་པ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་
ལུགས་སྟོལ་ལས་ལྟོག་པས་ན་ལུགས་ལྟོག་གོ། ༢ འོག་ནས་བྱེན་དུ་འགྲོ་བ། ལུགས་ལྟོག་གི་
དགའ་བ་བཞི་ལྟ་བུ།

ལུགས་འབྱུང་། ༡ ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལྟར་འབྱུང་བ། དཔེར་ན་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ལྟ་
བུ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལུགས་སྟོལ་ལྟར་འབྱུང་བས་ན་ལུགས་འབྱུང་ངོ་། ༢
སྤྱེན་ནས་འོག་དུ་འབབ་པ། ལུགས་འབྱུང་གི་དགའ་བ་བཞི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལུང་གི་ཆོད་མ། དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གི་རྟགས་ལས། སྤྱིན་པས་ཡོངས་སྟོང་ཁྲིམས་
ཀྱིས་བདེ། །ཞེས་པའི་ལུང་རང་གི་བསྟན་བྱའི་དོན་ལ་མི་སྤྱི་བར་རྟོགས་པའི་ཐེས་དཔག་ལྟ་བུ་
ལ་བྱེད། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་མེ་ར་རྩེ་བཅུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གསུང་།

ལུང་སྒྲེང་གཞི། (འདུལ་བ) ལུང་ཁྱུ་བའི་ལེ་འུ་བ་ཅུའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག། ལུང་ཁྱུ་བའི་ལེ་འུ་བ་ཅུ་ཞེས་པའི་ཐད་
དུ་གཟིགས།

ལུང་ལྡ་ཆོན་པ། (འདུལ་བ) ལུང་ཁྱུ་བའི་ལེ་འུ་བ་ཅུའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག། ལུང་ཁྱུ་བའི་ལེ་འུ་བ་ཅུ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཟིགས།

ཞེས་པའི་ཐད་དུ་ག་ཟེགས།

ལས་ཉན་ཐོས་འདས་ཏེ་གི་འཕོས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ན་འབྱུང་བ་ལྟར་སྟོན་པ་དང་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྟོན་གྱི་ལུང་བསྟན་པའི་སྟེ་དང་། ཞེས་མཆིམས་མཛོད་གསུང་།

བསྟན་དབྱགས་དབྱང་། ལུང་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་གཟེངས་བསྟོད་པ།

ཐད་དུ་གཟིགས།

འབྲུང་ཅས་པ་ནི་རྣམ་འགྲུལ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ལུང་རྣམ་འབྲུང་། ཅ ཧམ་ལྟ་ལས། འདུལ་
འདི་སོ་སོར་ཐང་བ་དེའི། རྣམ་འབྲུང་ཡིན་པར་དགོངས་པས་ན། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དང་
པོ་པའི་རྣམ་འབྲུང་ནི། དག་སྒོར་པའི་ཁྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་ཅུ་ཙུག་གསུམ་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་
པའི་རྣམ་འབྲུང་སྒོ་གཉི་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་བཅ་པོ་བརྒྱད་ཅུ་ཙུག་གསུམ་པ་སྟེ་གས་བཅ་
བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འདུལ་བའི་མདོ་ཞིག (འདིའི་མིང་གྲང་ལ་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྲུང་
པ་ཞེས་འཁོད་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་གར་སྐད་ནུ། བིན་ཡ་བིན་དག་ཞེས་ཟེར་) བཀའ་འགྲུར་འདུལ་
བའི་སྟེ་གས་བཅ་། ཅ་པའི་ ཧམ་གྲངས་ཧམ་ལྟ་ལས་པ་བཞི་དང་ལྷག་མ་བརྒྱ་གསུམ་ལས་
དེ་ཅེན་གྲེད་པའི་ལྷག་པ་ཡན་ཆད་བཅ་པོ་ཉིད་གཅིག་པའི་བར་བཞུགས། ཅ ཆ་པ་ལ ཧམ་གྲ་
མའི་འཕྲོ་གསུམ་དང་། མ་དེས་པའི་ཆོས་གཉིས། ལྷང་ལྷང་སུམ་ཅུ། ལྷང་གྲེད་འབའ་ཞིག་པ་
དགུ་བརྒྱ་ལས་བརྒྱ་གཅིག་པ་ཡན་པོ་ཉིད་གཉིས་པ་ནས་བཅ་པོ་བཞི་བརྒྱ་ཙུག་གཉིས་པའི་
བར་བཞུགས། ཅ ཇ་པ་ལ ཧམ་གྲེད་བརྒྱ་གཉིས་པ་ནས་བདུན་ཙུག་ཙུག་གཉིས་པ་ཡན་བཅ་པོ་
ཞེ་གསུམ་པ་ནས་བཅ་པོ་རྟེན་གཉིས་པའི་བར་བཞུགས། ཅ ཉ་པ་ལ ཧམ་གྲེད་བདུན་ཙུག་
གསུམ་པ་མན་ཆད་པ། སོར་བཤགས་བཞི། བསྐྱབ་པའི་ཆོས་མང་སོ། ཆོད་པ་ནི་གྲེད་གྱི་ཆོས་

མང་པོ་སྤྱེ་པའི་རྣམ་འབྱེད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བཅས་པོ་རེ་གསུམ་པ་ནས་བཅས་པོ་གྲགས་པ་མང་
རྫོགས་པའི་བར་བཞུགས་སོ། །སྒྲིལ་དཔོན་རི་ན་མི་ཏ་དང་། ལོ་ལྔ་བ་བརྟེ་སྤྱི་ཁྲུལ་མཆན་
གྱིས་བསྐྱར་རྟོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་དོན་གཅིག་དེ་ལ་གཟིགས། 2 མའི་རྣམ་
འབྱེད་ལ་སྒྲིགས་བཅས་གཅིག་ཡོད། (འདིའི་མིང་བྱང་ལ་དགེ་སྦྱོར་མའི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་
འབྱེད་པ་ཞེས་འཁོད་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རྟེན་སྒྲིལ་ཐེན་ཡ་ཐེན་པ་ཞེས་ཟེར) བཀའ་
འགྲུང་འདུལ་བའི་སྒྲིགས་བཅས་༼ ༡༥འི་ ༡༥བ་ཞེས་བཞུགས་ཤིང་། དགེ་སྦྱོར་མའི་སོ་ཐར་
གྱི་མདོ་འདིའི་དབྱར་བཞུགས་སོ། །

ལུང་སྒྲུབ་ཆོག་གས། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་སྤྱེ་བཞིའི་ལ་གྲུལ་རྟེ། འདི་ནི་ལུང་གཞི་དང་ལུང་རྣམ་
འབྱེད་དང་གཞུང་སྒྲུབ་མ་བཅས་ཀྱི་མ་ཆང་བ་ཁ་སྐོང་ལྟ་བུ་ཡིན་པར། ལུང་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་གསུང་
རོ། །འདི་ལ་སྒྲིགས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། བཀའ་འགྲུང་འདུལ་བ་༼ ༩འི་ ༡༥བ་ཞེས་པ་༼ ༩འི་ ༡༥བ་
གཉིས་ན་བཞུགས་སོ། ། (འདིའི་མིང་བྱང་ལ་འདུལ་བ་སྒྲུབ་ཆོག་གས་ཀྱི་གཞི་ཞེས་འཁོད་ཡོད་
ཅིང་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཐེན་ཡ་ཐེན་པ་ཞེས་ཟེར) ཡང་བསྐྱར་བྱ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པར་
སྤྱོད་པའི་སྒྲིལ་སོ་ཐར་གྱི་མདོའི་སྤྱི་དོན་ལྟ་བུ་ཡིན་ཡང་ཟེར། རྒྱ་བཤད་ནི། བསྐྱར་པའི་གཞི་
དང་ཁ་ན་མ་ཐོབ་སྤྱིའི་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་པའི་ལུང་ངམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་
པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །སྤྱིར་བཏང་སྒྲུབ་ཆོག་གས་ནི། སྤྱིར་བྱ་ ལྷུང་བྱ་ ལྷུང་བྱ་བཅས་ཀྱི་དོན་
ནོ། །སྒྲུབ་ཆོག་གས་ཞེས་པའི་དོན་འདུལ་བ་ལུང་སྒྲུབ་ཆོག་གས་སྒྲིགས་བཅས་གཉིས་པ་ ༣༠ན་ཡང་
གསལ་བས་དེར་གཟིགས། སྒྲུབ་ཆོག་གས་འདི་སྐབས་སྤྱོད་ཀྱི་དཀར་ཆག་རྣམས་སུ་བཅས་ཆད་
སོགས་སྤྱོད་ཆོག་གས་བྱུང་བ་ནི་ལོ་ལྔ་བ་མང་པོས་དུམ་བུར་བསྐྱར་བས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་
བསྐྱེམས་པའི་ཆེ་ཆང་མ་ཆང་ཅི་རེགས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡིན་ལ་སྒྲིལ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་འདི་ནི་ལ་སྤྱོད་ཡོལ་རྫོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གནས་བརྟན་དར་མ་སེང་གེས་ལུང་
སྤྱེ་བཞི་བཞེངས་པའི་ཆེ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཞིང་སོ་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་
སེང་གེས་ཕྱག་ལེན་མཛད་ནས་སྤྱིར་དབྱས་གཙང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་ན་བཞུགས་

བ་དང་། སྐད་པར་དུ་བསམ་ཡས་མཆིམས་སྤྱོད་ནས་དག་ཅུང་བ་དང་། དག་སྐོང་ཚུལ་ཁྲིམས་
 ཡོན་ཏན་གྱིས་རྟེན་པའི་ལུང་རྣམས་དཔེ་ཡོན་དང་འབད་ཚེ་ཆེན་པོས་བཅལ་ཏེ། དེ་དག་ལ་
 གཏུགས་པས་ལུང་ཐན་ཆེགས་ཁ་ཅིག་ལ་མི་བཞུགས་པ། ཁ་ཅིག་ལ་བཞུགས་པ་རྣམས་
 གྱིས་བསྐྱངས་ནས་བསམ་བས་པ་ནི་བཅ་པོ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་གསུམ་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་གྱི་
 སྐབས་ནས། སྤྱོད་ཆེན་པོས་སྤྱུལ་པ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་སྤྱུགས་མིག་དང་བདེན་ནམ་རྒྱུན་བཏུའོ་
 ཞེས་སྤྱུལ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནས་བཅ་པོ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་བཞི་པའི་དབྱ། རི་ཅམ་ན་དེ་གོང་ཁྲིར་
 ལས་བྱུང་བ་དང་། བཅ་ཐེ་མོང་བརྒྱལ་ཞེས་བྱ་བས་གོས་གྱི་མཐའ་མ་ནས་འཇུག་ནས་ཞེས་
 བྱ་བའི་བར་དུ་བཅ་པོ་གཅིག་ཆད་པ་བསྐྱངས། སྤྱོད་ནི་དང་ཡང་སྤྱོད་གྱིས་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་
 བའི་འོག་ཏུ་ཡིག་ཚར་གཅིག་ཆད་པ་བསྐྱངས། དེ་ནས་བཅ་པོ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་བཞི་པའི་སྤྱོད་ནི་ཙོ་
 སྤྱོད་གསལ་གྱི་སྐབས་རྫོགས་པའི། ཨེ་མའོ་འདི་ལྟར་ཁྲོད་མཁས་པ་ལ་སྤྱག་དང་ཐད་པ་ནི་
 བསོད་ནམས་དང་ཐུན་ནོ་ཞེས་སྤྱུལ་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནས་བཅ་པོ་བཞི་བཅུ་ཅ་གསུམ་པའི་
 སྤྱོད། སྤྱིའི་སྤྱོད་ནི། དག་སྐོང་མའི་བཀྱར་སྤྱི་བེ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་བཅ་པོ་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་བཞི་
 པའི་སྤྱོད་ནས་བཞི་བཅུ་ཅ་གསུམ་པའི་སྤྱོད་གྱི་བར་བཅ་པོ་དགུ་ཆད་པ་བསྐྱངས། སྤྱོད་ཆེག་
 དེའི་འོག་ཏུ་སྤྱོད་ཆེག་ཡིག་ཚར་གཅིག་ཆད་པ་བསྐྱངས། དེ་ནས་བཅ་པོ་བཞི་བཅུ་ཅ་བྱག་
 པའི་མཇུག་བཅ་ཐེའི་ཁྲུ་མ་སྤྱག་གི་སྐྱེད་གཞིའི་སྐབས་ཀྱི། དག་སྐོང་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་པོའི་
 སྤྱོད་གྱིས་འོག་པའི་འཆོ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་སྤྱར་འོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། བཅ་པོ་བཞི་
 བཅུ་ཅ་བཅུད་པའི་དབྱ། དེ་ནས་དེའི་ཆེ་བཅ་ཐེ་བསྐྱེད་པོ་ཁྲིམ་མཆོག་གི་ས་མཐོན་པོ་
 ཞིག་ན་ལས་ཆེ་པའི་བཅ་ཐེ་ཞུན་རབས་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འདུས་ཤིང་འཁོད་པར་གྱུར་
 ཏོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་བཅ་པོ་བཞི་བཅུ་ཅ་བདུན་པ་ཆད་པ་བསྐྱངས་སོ། །དེ་ནས་བཅ་པོ་
 ལྔ་བཅུ་པའི་མཇུག་ཀྱང་དགའ་པོ་ལ་གདམས་པའི་སྐབས་ཀྱི། ཀྱང་དགའ་པོ་དག་སྐོང་འདི་ལྟ་
 བུན་བདག་ཉིད་སྤྱིང་དང་བདག་ཉིད་སྐབས་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐབས་གནས་
 པར་བུའི། སྤྱིང་གཞན་དང་སྐབས་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་བཅ་པོ་ལྔ་བཅུ་

གཉིས་བའི་སྟོང་། བར་སྟོམ་ནི། ཅ་པ་ལ་དང་ཆེད་འདུ་བྱེད་མཛད་། ཅེས་བྱ་བའི་བར་དུ་བམ་པོ་
གཅིག་ཆད་པ་བསྐྱངས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟོམས་ན་བམ་པོ་བཅུ་གཉིས་དང་། སྟོམ་ཆེག་ཡིག་ཆར་
གཉིས་ཆད་པ་བསྐྱངས་པར་བཤད་ཅིང་། བྱིས་བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པས་ཀྱང་སྟོབ་
དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལ་གཏུགས་ཏེ་ཁྱེས་དག་མཛད་པར་གྲགས་པ་ལྟར་
ཁོ་བོས་ཐེམ་སྤངས་མའི་དཔེ་རྒྱུན་དང་འགྲེལ་པ་གཉི་ག་སྟོ་བསྟན་ནས་ཆད་པ་རྣམས་
བསམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཀའ་འགྲུར་དཀར་ཆག་ཏུ་འབྱུང་བ་ལྟར་ལོ། །

ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཤད་པ་སྟོབ་
དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་ཀྱིས་མཛད་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཤྲི་བུ་ཤྲི་ཏེ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་
དགེ་སྟོང་དགེ་བའི་སྟོ་གོས་ཀྱི་འགྲུར། བསྟན་འགྲུར་༼ རྩ་བར་༽བཞུགས། ཆེག་འགྲེལ་ལ་དོ་
སྤང་ཡོད་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཅན་དག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཅ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། རོས་
ནས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་འདི་དང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ། ལུང་ཁྱེ་བའི་འགྲེལ་པ་
བཅས་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་བྱོན་གྱི་མཁས་པ་བསྐྱང་ལས་འདས་པ་དག་གིས་མི་རབས་མང་
པོར། བརྟེན་གྱི་རིགས་དང་གཞན་ཡང་རྒྱུན་སྟོང་གྱི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཐ་སྟེང་མང་པོ་ཞིག་
གི་ཆེག་དོན་གྱི་མཐུན་པ་བཀོལ་མ་ཐུབ་པར་མགོ་བོ་སྟོངས་ནས་ལུས་པ་རྣམས་ཀྱི་གསང་
བའི་བརྟོམ་ཅིང་། ལེགས་ཆ་ཡང་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་སྐྱངས་ཏེ་ཆེག་མཛོད་འདིར་འགོད་འཇུག་
བྱས་ཡོད།

ལུང་སྒྲ་མ། (འདུལ་བ) ལུང་ཁྱེ་བ་དང་དོན་གཅིག་འདི་ལ་གཞུང་སྒྲ་མ་དང་བྱི་མ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན།
ལུང་ཁྱེ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་བ་བཅུ་བཞི། (དབུ་མ) ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་བ་བཅུ་བཞི་ནི། ༡ འཛིག་རྟེན་མཐའ་
དང་ལྡན་པར་ལྟ་བ། ༢ འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་མི་ལྡན་པར་ལྟ་བ། ༣ འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་
མི་ལྡན་གཉིས་ཀར་ལྟ་བ། ༤ འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བ།
(བཞི་པོ་དེ་དག་གྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་བཞི་ཟེར) ༥ འཛིག་རྟེན་རྟག་པར་ལྟ་བ། ༦ མི་རྟག་

པར་ལྟ་བུ། ༥ གཉིས་ཀར་ལྟ་བུ། ༦ གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ། (བཞི་པོ་དེ་དག་སྟོན་གྱི་
མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་བཞི་ཟེར) ༧ དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོངས་པར་ཆད་འབྱུང་བར་ལྟ་བུ། ༡༠
མི་འབྱུང་བར་ལྟ་བུ། ༡༡ གཉིས་ཀར་ལྟ་བུ། ༡༢ གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ། (བཞི་པོ་དེ་དག་
ཟུང་འདས་ལ་བརྟེན་པ་བཞི་ཟེར) ༡༣ ལུས་སློག་ཏུ་ལྟ་བུ། ༡༤ ལུས་ཀྱང་གཞན་ལ་སློག་ཀྱང་
གཞན་ནོ་ཞེས་ལྟ་བུ་དང་བཅུ་བཞིའོ། ། (ཕྱི་མ་གཉིས་པོ་དེར་ལུས་སློག་ལ་བརྟེན་པའི་ལྟ་བུ་
གཉིས་ཟེར) ཟླའི་འབྲུག་པའི་རྒྱུ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཞོད་
དོ། །ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི་གངས་ཅན་པ་དང་། རྒྱུང་འཕེན་པ་དང་། གཅེར་བྱ་པ་དང་། གནས་མ་བྱ་
པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པར་བཤད་དོ། །དེ་དག་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་བརྟེན་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི།
གངས་ཅན་ལ་སོགས་པས་གང་ཟག་གི་བདག་ལས་བརྒྱུ་མཉམས་ཏེ། བདག་དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་
མི་རྟག་སོགས་སུ་ངེས་པ་ན། དེ་ཞིག་བདག་མེད་བསྟན་པའི་སྟོན་ཏུ་མི་རུང་བར་དགོངས་
ནས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མ་བསྟན་ཅིང་། བྱང་གཞི་མེད་པས་བྱང་ཆོས་མི་རུང་བར་
དགོངས་ནས། དེ་དག་གང་དུ་འདྲ་བུ་མ་བསྟན་པའམ་ལན་མཛད་པས་ན་དེ་སྟོན་ཅེས་
བྱའོ། །

ལུང་མ་མོ། (འདུལ་བ) ལུང་ལྟ་བུ་ལ་ལེའུ་བཅུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ལེའུ་དགུ་པའི་མིང་ཡིན། འདི་ལུང་
ལྟ་བུ་༩ པ་ ༡༩༣༣བཅུ་གསལ། ལུང་ལྟ་བུ་ལའམ་ལུང་དམ་པའི་ལེའུ་བཅུ་ནི། འདུལ་བྱེད།
གཅིག་ལས་འཕྲོས་པ། ལྟ་ཆེན། བཅུ་བྱུག་ཆེན། སློང་གཞི། རྒྱུང་ལའམ་སིལ་བྱ། གཏམ་གྱི་
གཞི། མ་ན་མི་ཀའམ་བུམ་ཟེའི་བྱ་མོས་ལྟས་པ། ལུང་མ་མོ། ལུང་དངོས་གཞི་སྟེ་ལེའུ་
བཅུའོ། །ལུང་ལྟ་བུ་༩ པ་པ་ ༡༩ཉེ་མེགས་བཅ་མ་མ་༣༡༠བཅུ་ལས། སྟེའི་སྟོན་ལ། ལྟ་བུ་འདུལ་
བྱེད་གཅིག་ལས་འཕྲོས། །ལྟ་ཆེན་བཅུ་བྱུག་ཆེན་དང་ནི། །སློང་གཞི་རྒྱུང་ལ་གཏམ་གྱི་
གཞི། །མ་ན་མི་ཀ་མ་མོ་དང་། །ལུས་སོགས་སྟོན་པ་མ་སྟེ། །ལེའུ་དག་ཏུ་ཡང་དག་
འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །དེ་ཉིད་ལས། འདུལ་བ་མ་མོ་ལྟ་བུ་ལ། །བསྟན་པར་རྟོགས་
པའི་ལུང་མོ་དང་། །རབ་ཏུ་ལྟན་དང་བྱ་བ་ཡི། །ལུང་སོགས་སུ་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །མ་དང་འཕ་

ཕྱིར་མ་མོ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་མཆོད་རྒྱུ་ཡིག་ཚུང་དུ་གཞུང་དམ་པ་ལ་ལེའུ་བཙུ་
གཅིག་ཡོད་པར་བཤད་དེ། དེ་ཡང་གཞུང་དམ་པ་ལ་ལེའུ་བཙུ་གཅིག་ཡོད་དེ་ལུང་ལྷ་བ་དང་།
ལུང་འདུལ་བྱེད་དང་། ལུང་གཅིག་ལས་འཛོམས་བ་དང་། ལུང་ལྷ་ཆོན་བ་དང་། ལུང་བཙུ་བྱག་
བ་དང་། ལུང་སིལ་བྱ་དང་། གཏམ་གྱི་གཞི་དང་། མན་པི་ཀ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དག་སྒོར་བཅ་ཟེའི་བྱ་
མོ་ལྟ་བུས་ཞུས་བ་དང་། ལུང་མ་མོ་དང་། ལྷ་པ་ལིས་ཀྱན་རིས་བ་དང་ལེའུ་བཙུ་གཅིག་
ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

ལུང་ཆད་མ། ལྷ་བ་མེད་པའི་གསུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་། ལུས་རྒྱས་འབྱེད་བསྐྱས་གསུམ་ལྟ་
བུ།

ལུང་གཞི། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལ་གཟེགས།

ལུང་ལྷ་བ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། འདིས་ལུང་གཞི་དང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་དོན་
ཞིབ་ཏུ་འཆད་པས་དེ་དག་གི་འགྲེལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཞེས་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་གསུང་། ཡང་སོ་
སོར་ཐར་པའི་མདོའི་དོགས་གཅོད་དང་དཀའ་གནད་གཏན་འབེབས་པའི་མདོ་ཡིན་ཀྱང་ཟེར།
(འདིའི་མིང་བྱང་ལ་འདུལ་བ་གཞུང་སྒྲ་མ་ཞེས་འཁོད་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བིན་ལ་
ལྷུ་ར་ལྷན་ཐ་ཟེར) འདི་ལ་འདུལ་བ་གཞུང་སྒྲ་མ། འདུལ་བ་གཞུང་སྒྲ་མ། གཞུང་བྱི་མ།
གཞུང་དམ་པ། གཞུང་སྒྲ་མ། ལུང་སྒྲ་མ། ལུང་གཞུང་སྒྲ་མ་བཅས་ཟེར། འདི་ལ་ལྷ་བ་མ་
རྫོགས་པ་སྟོ་ཀ་སུམ་སྟོར་བྱག་བརྒྱ་དང་བཅ་པོ་བཙུ་གཉིས་པ་ཞིག་དང་། ལྷ་བ་རྫོགས་པ་སྟོ་
ཀ་ཆོག་ཁྱི་ལྷ་སྟོར་དགུ་བརྒྱ་དང་བཅ་པོ་ལྷ་བཙུ་ཅ་གསུམ་ཡོད་པ་གཉིས་ཡོད། འདི་ལ་
གཞུང་བྱི་མ་དང་གཞུང་སྒྲ་མ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། ཀམ་པ་བརྒྱད་པ་མི་བསྟོད་རྟོ་རྟོ་
འདུལ་བ་མདོ་ཅ་བའི་རྒྱུ་ཀ་ལས། གཞུང་དམ་པ་འཇམ་སྒྲ་མ་ནི་འགྱུར་གྱི་ཁྱད་པར་ཏེ་སྐད་དོད་
ལྷུ་ར་ཞེས་པ་སྟེང་། (སྟེང་དང་། ལྷ་ ལྷ་མ་རྣམས་དོན་འདྲ) དང་བྱང་དང་བྱི་མ་ལ་འབྲུག་པ་
ལས་འདི་བྱི་མའི་དོན་ཏེ། ལྷན་དབྱེད་ལ་རྒྱུད་ལྷ་བྱི་གཉིས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་ལུང་
དང་པོ་གསུམ་ནི་གཞུང་སྒྲ་མ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཟབ་པ་རྣམས་

འདིས་སྟོན་ཅིང་གཏན་ལ་འབེབས་པས་ན་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་འབྲེལ་བ་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་
མ་སྟེ་བཅ་པོ་ལྔ་བར་ཅ་གསུམ་མོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ལུང་ཁྱབ་འཇམ་ལུང་དམ་པ་ལ་
ལེའུ་བརྩལ་ཡོད་དེ། འདུལ་བྱེད། གཅིག་ལས་འཕྲོས་པ། ལྔ་ཚན། བརྩུག་ཚན། སློང་གཞི།
རྒྱང་བའམ་སིལ་བ། གཏན་གྱི་གཞི། མ་ན་པི་ཀའམ་བཅ་ཟེའི་བྱ་མོས་ཁྱུས་པ། ལུང་མ་མོ།
ལུས་སོགས་ཀྱི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་བརྩལ། །ལུང་ཁྱབ་ཀྱི་བ་བ །སྟེ་སྒྲིགས་བཅ་མ་མ་
༣༡༠བ་༣༤ལ། སྤྱིའི་སྒྲིམ་ལ། ཁྱབ་འདུལ་བྱེད་གཅིག་ལས་འཕྲོས། །ལྔ་ཚན་བརྩུག་ཚན་
དང་ནི། སློང་གཞི་རྒྱང་བ་གཏན་གྱི་གཞི། མ་ན་པི་ཀའམ་མོ་དང་། །ལུས་སོགས་སྟོན་པ་མ་མ་
སྟེ། །ལེའུ་དག་ཏུ་ཡང་དག་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ལུང་ཁྱབ་མ་ཚོགས་པ། <བེན་ཡ་ལུང་ཏ་ར་ཁན་ཐ> (འདུལ་བ) ཁྱབ་མ་ཚོགས་པ་ནི་ཡུལ་དབྱས་ཀྱི་
དགོ་སློང་འགའ་ཞིག་གི་སྒོ་ལ་སྤང་བའམ། མེས་མ་ཚོག་པར་བྱས་ཐལ་བའི་གསེབ་ནས་རྟེན་
བར་གྲགས་པས་དང་པོའི་གཞུང་ལྟར་མ་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་པས། ཤིན་ཏུ་དག་པར་གསུངས་
སོ། །འདི་ལ་ཁྱབ་བརྒྱུང་བྱེད་ཞེས་ཀྱང་བྱ། སྤྱི་བཤད་ནི། ཁྱབ་ཞེས་པ་ནི་དགོ་སློང་ལྷ་སྤྱིའམ་
ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་དྲི་བ་ཁྱུས་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ལ། མ་ཚོགས་པ་ཞེས་པ་ནི་འདིར་ལྟར་
བ་སྟེ་ལྔ་ལས་སྟེ་ཚན་བཞི་བ་ལྟར་བྱེད་འབའ་ཞིག་དགྲ་བརྩལ་བརྩུ་ཚན་གཉིས་པའི་རིམ་པ་
གཉིས་སུ་ཅིག་པ་ཡན་ཆད་ཅམ་ཡོད་ཀྱི། དེའི་ལྷག་མ་ནམས་མ་ཆང་བས་ཁྱབ་མ་ཚོགས་པ་
ཞེས་བྱའོ། །གཞུང་རྒྱ་མཐམ་གཞུང་དམ་པར་གྲགས་པ་ཁྱབ་མ་ཚོགས་པ་སྟོ་ཀ་སུམ་སྟོང་
བྱུག་བརྒྱ་དང་བཅ་པོ་བརྩུག་ཉིས་པ། ལོ་རྒྱ་བ་བརྟེ་སྤྱིའི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པའི་དུས་སུ་
བསྐྱར་བ། སྟེ་དགོ་བསྟན་འཇུར་ཀྱི་ན །ཤོག་གངས་ཉམས་མཐུག་ལམ་དུན་གཟིགས་ན་
ཚོགས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དགོ་ལེགས་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལུང་ཁྱབའི་འབྲེལ་བ་
འདིའང་ཁྱབ་མ་ཚོགས་པའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། སུ་སྟོན་ཚོས་འབྱུང་དེ་བ་གཟུགས་༣༥༤ལས།
གཞུང་རྒྱ་མཐམ་བྱེད་གྲག་ལུང་ཁྱབ་མ་ཚོགས་པའི་འབྲེལ་བ། མདོ་སྟེ་འཛིན་པ་དགོ་ལེགས་
བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་པ་བསྐྱར་འཕྲོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུང་ཁྱུ་བ་རྫོགས་པ། <བེན་ཡ་ལུང་ཏ་ར་གཞན་ཐ> (འདུལ་བ) ཁ་ཆེའམ་ཀ་སྤྱི་མེད་དག་སྤོང་ལས་རྙེད་
པའི་གཞུང་སྒྲ་མ་འདི་ལ་ཁྱུ་བ་རྫོགས་པ་བཟེད། འདི་ཁ་ཆེའི་དག་སྤོང་གི་སྤོང་ལས་གང་ཐོན་ཞིག་
བསྐྱུས་པ་ཡིན་པས་རྩང་མ་དག་པར་ཅི་ཤོ། འདི་ལ་སྤྱི་ཀ་ཆེག་ཁྱིམ་སྤྱོད་དགུ་བརྒྱ་དང་བམ་
པོ་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་གསུམ་ཡོད། ལོ་རྒྱུ་བ་བརྟེན་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པའི་དུས་སུ་བསྐྱུར་བ།
སྤྱི་དགོ་བསྐྱུར་འགྱུར་༼ ༩ ༽འཕལ་འཕྱེད་བཞུགས་སོ། །སྤྱི་བཤའ་ནི། ལུ་སྤྱི་ལེའམ་ཉེ་བར་འཁོར་
གྱིས་བྱི་བ་ཁྱུ་བས་ན་ཁྱུ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། རྫོགས་པ་ཞེས་པ་ནི་ཆ་ཆང་བའི་དོན་ཏེ། ལུང་རྣམ་
འབྱེད་གྱི་ལྷུང་བ་སྤྱི་ཆོན་དང་པོ་བཞེད་དང་། གཞི་བརྒྱ་བརྟེན་གྱི་ཁྱུ་བ་རྫོགས་པ་དང་། འདུལ་
བྱེད་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ཆོན་བརྒྱ་གཅིག་གི་ཆ་ཆང་བར་ཡོད་པས། ཁྱུ་བ་རྫོགས་པ་ཞེས་བྱ་ཤོ། །

ལུང་ཁྱུ་བའི་འབྲེལ་པ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ལུང་སྒྲ་མའི་བྱེ་བྲག་ལུང་ཁྱུ་བའི་འབྲེལ་པ་མདོ་སྤྱི་འཛིན་
པ་དགོ་ལེགས་པ་ཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་པ་མགོ་མཐུག་གཉེས་ཀ་ནས་མ་ཆང་བ་ཅིག་
བཞུགས་སོ། །སྤྱི་དགོ་བསྐྱུར་འགྱུར་༼ ༩ ༽འཕལ་འཕྱེད་བཞུགས་སོ། །

ལུང་ཁྱུ་བའི་ལེའུ་བརྒྱ། (འདུལ་བ) ལུང་ཁྱུ་བའམ་ལུང་དམ་པ་ལ་ལེའུ་བརྒྱ་ཡོད་དེ། འདུལ་བྱེད།
གཅིག་ལས་འཛོམས་པ། ལྔ་ཆོན། བརྒྱ་དྲུག་ཆོན། མེད་གཞི། རྒྱང་བའམ་སིལ་བྲ། (མཆོ་རྒྱུ་ག་
ལས་འདི་ལ་ལུང་སིལ་བྲ་ཞེས་ཐ་སྙད་སྤྱར་ཡོད) གཏམ་གྱི་གཞི། མ་ན་མི་ཀའམ་བམ་བེད་བྲ་
མོས་ཁྱུ་བ། (མཆོ་རྒྱུ་ག་ལས་འདི་ལ་ཁྱུ་བ་བམ་བེད་བྲ་མོ་ཞེས་ཐ་སྙད་སྤྱར་ཡོད) ལུང་མ་
མོ། ལུས་སོགས་གྱི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་བརྒྱ་ཤོ། །ཞིབ་པར་ལུང་ཁྱུ་བ་ཞེས་པར་གཟིགས།

ལུང་གཞུང་སྒྲ་མ། (འདུལ་བ) ལུང་སྒྲ་མ་དང་དོན་གཅིག་

ལུང་ར་ཆེན་མོ། རྫོང་ཅོང་ཁ་ལ་ཆེན་པོས་བརྒྱགས་པའི་གཉལ་གྱི་ལོ་མེད་ཆོས་འཆད་ཉན་གྱི་དུས་སྟོན་
ཅིག་གི་མིང་། གཉལ་གྱི་གསེར་བྱེ་འབྲུམ་པ་ཞེས་པའི་སར་འཆོག་པས་འདི་ལ་གཉལ་གྱི་
ལུང་ར་ཆེན་མོ་བཟེད་ཞིང་། འདི་རྫོང་ཅོང་ཁ་ལ་ཆེན་པོའི་མཛད་ཆེན་བཞེད་ལ་གྲུལ་ཞིག་གྱང་
ཡིན་ནོ། །སྤྱི་བཤའ་ནི། ལུང་རའམ་ཆོས་རའི་འདུ་ཆོགས་གྱི་དུས་སྟོན་བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་
པས་ན་ལུང་ར་ཆེན་མོ་བཟེད་དོ། །རྫོང་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་ལས། དེ་སྐབས་མཉལ་དུ་ཆོས་འཁོར་

ཞིག་འཛུག་པར་བཞེད་ནས་རབ་ཁྲོང་མཁན་པོ་ལ་ཞལ་ཏེ་གནང་བས་ཁོང་གིས་སྦྱོར་བདག་གི་མཐིལ་ལེན་ཞུས་ཤིང་། གཞན་ཡང་དད་འབྲུལ་མང་དུ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མཉམ་སྦྱོགས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་པལ་ཆེ་བའི་སྡེ་སྡོད་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཞག་མང་པོའི་བར་དུ་མཛད། དེའི་རིང་དགེ་འདུན་ཆོགས་པ་རྣམས་ལ་ཞབས་ཏོག་བསྟེན་བཀུར་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྤྱབ། དེ་ཡང་མཉམ་གྱི་སྡེ་པ་རྣམས་པན་ཚུན་གྲལ་སོགས་ལ་ཡེ་མི་འཆམ་པས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཆོགས་པ་མི་སྲིད་པ་ཅམ་ཡིན་ནའང་། དེ་དུས་ཟླ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱགས་ཟེའི་སྟོབས་དང་ཐབས་མཁས་པའི་དབང་གིས་ཐམས་ཅད་རྩོད་པ་མེད་ཅིང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་གྱིས་དུས་འདའ་བར་གྱུར་ལ། ཟླ་ཉིད་ནས་དད་ཅན་སོ་སོ་ལ་དད་འབྲུལ་དང་རྒྱན་པའི་བསྟེན་བཀུར་ཁས་ལེན་དགེ་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱི་ཞལ་ཏེ་གནང་བར་ཡང་ཐམས་ཅད་སྟོ་དགའ་དང་བཅས་པས་ལྷར་ལེན་པ་གྱུར་སྤང་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་འཁོར་ལ་མཉམ་གྱི་ལུང་ར་ཆེན་མར་གྲགས་ཤིང་། དུས་ཕྱིས་ཀྱང་དེའི་ལོ་དུས་ལ་ཆོས་འཁོར་ཞག་མང་པོར་བྱེད་པ་མ་ཆག་པར་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་ཆེ་མེད་སྤྱར་ལྷར་ཐམས་ཅད་རྩོད་པ་མེད་ལ་ཆོས་འཁོར་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྐབས་སུ་ནི་པན་ཚུན་གྲལ་སོགས་ལ་རྩོད་པ་དང་བཅས་པས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདུ་འགྲོད་མི་བྱེད་ཅེས་གྲགས་ཏེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་སྤྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་དེ་འདྲ་བའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུང་སིལ་བ། (འདུལ་བ) ལུང་ཁྱ་བའི་ལེའུ་བཅུའི་ཡ་གྲལ་ཞིག་སྟེ། ལུང་རྒྱང་པ་ཞེས་བྲ་བ་དེའོ། མཆོ་རྒྱུ་ལས་འདི་ལ་ལུང་སིལ་བ་ཞེས་ཐ་སྙད་སྦྱར་ཡོད། ལུང་ཁྱ་བའི་ལེའུ་བཅུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལུ་སྦྱི་ནི། (འདུལ་བ) ལུ་སྦྱི་ནི་ཞེས་བྲ་བ་བདག་ཅག་སྟོན་པ་སྦྱ་འཁྲུངས་པའི་གནས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། དེང་སང་འདིའི་མིང་ལ་ “རུ་མན་དི” ཟེར། ལེགས་སྦྱར་དུ་ ལུ་སྦྱི་ནི་ཞེས་པ་ནི། lovely མཛེས་སྤྱུག་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ནི་སྟོན་པ་སྦྱ་འཁྲུངས་པའི་གནས་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་བལ་གྱི་ས་མཆོམས་ཀྱི་ཉེ་འདབས་སུ་དེ་སང་བལ་པོའི་མངའ་ཁོངས་སུ་ཡོད་ཅིང་།

དེར་ཡུམ་སྐྱུ་འབྲུལ་མའི་སྐྱུ་བརྟན་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་པོ་མེད་ཀྱི་རྩོམ་པ་རྒྱལ་པོ་ཁྱིའོ་
 ཉེར་གཅིག་པར་ཕྱོགས་དེར་སྒྲིབ་ས་ཤིང་། ཕྱོགས་འདིར་སངས་རྒྱལ་འབྲུངས་སོ། །ཞེས་རྩོ་
 རིང་བསྐྱར་བ་ཡིན་བྱ་བའི་ཡི་གེ་ཅན་ཡོད། ལུས་མིའི་བྱ་བ་ཕྱོགས་མེ་མི་ལྷ་བྱུག་ཅན་
 “ཀམ་ལ་བསྐྱུ” སེར་སྐྱུའི་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ཤུལ་ཡོད་ཅིང་དེར་སངས་མེད་ལ་ “ཉི་ལོ་ར་ཀོ་ཉི” ཟེར་
 ཞེས་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་བ་ལྟར་དོ། །འདི་ལ་ལུས་མིའི་ཞེས་མིང་དེ་ལྟར་ཐོགས་པའི་
 ཚུལ་ནི། ལུས་མིའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་མ་ཕྱོགས་ཀྱི་མེས་མོ་སྟེ། ཡུམ་སྐྱུ་མ་ལྷ་
 མཛེས་ཀྱི་མའི་མིང་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་ལེགས་པར་སངས་དྲུག་རྒྱུ་ལྷ་པོ་མེད་པ་ལ་ལུས་
 མིའི་ཆེད་དུ་སྐྱེད་མོས་ཆལ་ཡིད་དུ་ཡོང་བ་ཞིག་བྱས་པས། དེའི་མིང་ལུས་མིའི་ཞེས་ཐོགས་
 སོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་
 ག་པ་ རེལ་ས། རྒྱལ་པོ་ལེགས་པར་རབ་སངས་དྲུག་རྒྱུ་ལྷ་པོ་མེད་པ་གཟུགས་བཟང་བ། བལྟ་
 རྒྱལ་ག། མཛེས་པ་ཡུལ་གྱི་བཟང་མོ་ལུས་མིའི་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དོ། །ལྷས་བསྐྱར་ན་ཁྱིམ་བདག་
 ལྷག་ཅིང་ཁོར་མང་བ་ཡོངས་སྐྱོད་ཆེ་བ་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ། རྣམ་ཐོས་
 ཀྱི་བུའི་ཁོར་དང་ལྷན་ལ། རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བུ་ལ་ཁོར་གྱིས་འགྲན་པ་ཞིག་གནས་པ་དེའི་ཀུན་དགའ་
 ར་བ་མེ་རྟོག་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། ཚུ་ལུན་སུམ་
 ཆོགས་པ་དང་། བྱ་སྐྱ་ཆོགས་སྐྱད་འབྱེན་པས་དེའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་དགའ་དགའ་ལྟར་འདུག་
 པ་དེར་རྒྱལ་པོ་དུས་དུས་སུ་བཅུན་མོའི་འཁོར་དང་ལྷན་ཅིག་ལྷགས་ནས་དེ་ན་དགའ་བའི་
 ཅིང་མོ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བར་བྱེད་དོ། །ལུས་མིའི་ཞེས་དེ་མཛོང་ནས་འདོད་བསྐྱེས་ཏེ། དེས་སྐྱུས་
 ལ། ལྷ་ཀུན་དགའ་ར་བ་འདི་བདག་ལ་སྐྱེལ་དུ་གསོལ། རྒྱལ་པོས་སྐྱུས་ལ། ཀུན་དགའ་ར་བ་
 འདི་ཁྱིམ་བདག་གི་ཡིན་ན་ཅི་ལྟར་སྐྱིན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཀུན་དགའ་ར་བ་དགོས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་
 སྤྱིར་དེ་བས་ལྷག་པར་བཟང་བ་གཞན་ཞིག་བྱའོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ལེགས་པར་རབ་སངས་དྲུག་
 ལུས་མིའི་ཆེད་དུ་དེ་བས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པའི་ཀུན་དགའ་ར་བ་ཞིག་བྱེད་དུ་བཅུག་
 བས་དེའི་མིང་ལུས་མིའི་ཆལ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུས་བེའི་ཚལ། (འདུལ་བ) ལུསྒྲིའི་དང་འདྲ། ལུསྒྲིའི་ཚལ་ཞེས་གྲིས་ན་ལེགས་སྦྱར་གྱི་འབྲི་ཚུལ་དང་
མ་ཐུན།

ལུས། 1 གཟུགས་ལོ། 2 བསགས་བ་དང་། སྦྱངས་བ་དང་། ཚོགས་བ་ལ་ལུས་ཟེར། སེམས་དང་
སེམས་བྱང་ནམས་ལའང་རྒྱན་སྒྲི་བསགས་བ་ཡོད་པས། ལུས་ཡིན་ཀྱང་གཟུགས་ཡིན་
མི་དགོས་པའི་ཁྱད་པར་ཡང་ཤེས་པར་བྱལོ། །སྦྱ་བཤད་ནི། འབྲལ་ཞིང་ལུལ་དུ་ལུས་བས་ན་
ལུས་ཞེས་བྱལོ། །

ལུས་ཀྱི་དབང་ལོ། རྒྱུའི་ཁྱད་པར་རང་རྒྱ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ལས་བྱུང་བ། རྱེད་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར་
ལུས་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱེན་བྱེད་བ། རོ་བོའི་ཁྱད་པར་ནང་གི་གཟུགས་
དྲངས་པའོ། །དབྱིབས་ནི་བྱ་རིན་ན་འཇམ་གྱི་ལུན་བ་ལྟ་བུ།

ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད། (མཛོད) ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་འདྲ།

ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད། (མཛོད) རང་གི་ཀྱན་སྦྱོང་དཔོག་པར་རུས་པའི་ཕྱིའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་
ཞིག་ལ་ཟེར། རྱེ་བྲག་སྦྱ་བས། དེ་ཁ་དོག་མེན་དབྱིབས་ཡིན་ཟེར་ཏེ། མཛོད་རྩ་བ་ལས། ལུས་
རྣམ་རིག་བྱེད་དབྱིབས་སུ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

ལུས་དཀྱིལ། (གསར་མྱགས) རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སོ་སོ་ལས་གཞལ་ཡས་ཁང་བསྐྱེད་བ་ལ་ཟེར།
ལུས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི། ལུས་ཉིད་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱར་གྲུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལུས་
ལས་བསྐྱེད་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལུས་དཀྱིལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་མིག་གི་དབང་
པོས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་བ་ལ་མིག་གི་ཤེས་བ་ཞེས་བརྗོད་བ་
ལྟ་བུ་སྟེ། སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་རྒྱ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་ཐ་སྙད་དབང་པོས་བྱས། །ཞེས་གསུངས་བ་
ལྟར་རོ། །འོ་ན་ལུས་ཀྱི་ཆ་དེ་དང་དེ་ལས་བསྐྱེད་པས་ས་བོན་གྱི་ཡི་གེ་ལས་བསྐྱེད་པ་དོན་
མེད་དོ་ཞེན། སྦྱོར་མེད་དེ་བདེ་མཆོག་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་སྐྱབས་སུ་སྦྱོ་མཆོམས་མ་བརྒྱད་ས་
བོན་ལས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་བ་ལྟར་ལུས་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཆར་ལས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་
མ་ཡོད་པས་སོ། །དེས་ན་རང་གི་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དེ་ཉིད་ཡི་གེ་ཙྏ་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲུར་ནས་

དེ་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱིས་སྤང་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་དེའི་ཆེ་ལང་རང་གི་གཟུགས་ལྷང་དང་དབྱེར་མེད་པར་གཟུགས་ལྷང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མོས་པའི་ར་རྒྱལ་རེ་རེ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ལྷང་དུ་སྤྱར་པའི་ལྷ་ཡིན་པ་དང་ལྷ་དེའི་ར་རྒྱལ་དང་ནམ་པ་ཐན་པ་དང་གཟུགས་ལྷང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མོས་པ་གསུམ་ཆར་དང་ལྷན་པ་དགོས་སོ། །གོང་དུ་ལུས་བརྟེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་བསྐྱོམས་ཐེན་པས་བྱིས་ཡང་ལུས་ལྟར་བསྐྱོམ་པ་མི་འཐད་དེ་གང་ཟག་གཅིག་ལ་ལུས་གཉིས་མེད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་མིག་དབང་སོགས་སེམས་དཔར་བསྐྱོམས་པ་དང་། ས་ཁམས་སྤྱན་པ་སོགས་ལུས་བཞིར་བསྐྱོམ་པ་སོགས་ཀྱང་མི་འཐད་པ་དང་། གཟུགས་གཟུགས་རྫོང་མར་བསྐྱོམ་པ་སོགས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ་ཏེ། གཟུགས་ལྷང་ནམ་སྤང་དུ་བསྐྱོམས་ཐེན་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་དང་སྒྲོས་བསྐྱོམ་པ་གཉིས་མ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་སྤགས་ཀྱི་སྐྱབས་འདིར་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་བསྐྱོམས་ནས་ཡང་སྤྱིབ་གཉིས་བྱིས་དག་པ་བསྐྱོམ་པ་སོགས་མང་ངོ་། །ཞེས་རྗེའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཟེན་བྲིས་སོགས་ལས་གསུངས།

ལུས་བཀའ་བ། (འདུལ་བ) གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་བའི་དོན། རང་གི་ནམ་བཤད་ལས། ལུས་བཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉལ་ན་སྟེ། དེ་ལྟར་གང་དུ་སྐྱེས་པས་བྱད་མེད་བཟོད་དུ་རུང་བ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བཀའ་བ་ནི་ཁ་བྱེན་དུ་སྟོན་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་ལག་པ་བཀའ་བ་ལྟ་བུ།

ལུས་ཁྱ། རང་གི་སྤྱི་གཙུག་ནས་རྒྱང་མཐིལ་གྱི་བར། ཆ་བདུན་ལ་བཞག་པའི་ཆ་གཉིས་ལ་ཟེར། མདོ་རྩ་བ་ལས། ཁྱའི་དོན་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆ་བདུན་ལས་གཉིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དཔེར་ན་རང་གི་ལུས་ཀྱི་རིང་ཆད་ལ་རྒྱུའམ་མི་ཉེ་བདུན་ཡོད་ན། རྒྱ་ཁྱ་གཉིས་ལ་ཟེར། སྤྱིར་ཁྱ་ལ། རྩལ་ཁྱ། ལུས་ཁྱ། ལག་ཁྱ་དང་གསུམ་ཡོད། རྒྱས་པར་ཁྱ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལུས་འགྲུར་བ། (འདུལ་བ) མཚན་འགྲུར་བ།

ལུས་བསྐྱར་བ། (འདུལ་བ) ལུས་སྒྲུལ་སྒྲུག་སོགས་སུ་བསྐྱར་བ།

ལུས་ངན། རྣམ་སྤྲས་ཀྱི་མིང་།

ལུས་ངན་མོ། ལུས་ངན་གྱི་རྒྱུང་མ། ཁ་ཅིག་འདི་ག་ཡིན་རྗེའི་རྒྱུང་མར་འདོད་དོ། །ཞེས་རྗེའི་འགྲེལ་བ་
བཞེ་སྒྲགས་ན་གསལ།

ལུས་རྩལ། རྩལ་ནག་ལུས་ཀྱི་རྩལ་རྒྱ།

ལུས་མཆོག་མ། <ཨ་རྒྱའི> བྱད་མེད་མཆོག་གི་མིང་གི་རྣམ་བྱངས་ཤིག་སྟེ། ལུས་བཟང་མ་ཞེས་
བྱའོ། །

ལུས་བརྗེ་བ། འཆེ་བ།

ལུས་གཏོགས་འབྲས་པ། ལུས་འབྲས་པ་ཉེར་བཞག་ལུས་ལ་དམིགས་པའི་འབྲས་པ། སྐྱ་བཤད་ནི། ལུས་
སུ་གཏོགས་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་འབྲས་པ་ཡིན་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའམ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་
ལ་དམིགས་པའི་འབྲས་པ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྱའོ། །ཆོམས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་༡༣༣པ༡ལས།
ལུས་གཏོགས་འབྲས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་ལུས་གཏོགས་ཏེ་ལུས་ལ་
དམིགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས། ཆོམས་ལས། གང་ཞིག་ལུས་གཏོགས་འབྲས་པ་དག་ཀྱི་ཏྱག་ཏུ་
ལེགས་པར་བརྩམས་པ་དང་། །བྱ་བ་མ་ཡིན་མི་བྱེད་ཅིང་། །རྒྱན་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། །འབྲས་
དང་ཤེས་བཞིན་ལྷན་པ་དེའི། །ཟག་པ་རྣམས་ནི་ཟད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུས་ཐ་མལ་དུ་གནས་པ། (འདུལ་བ) མི་རང་གི་ལུས་སུ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ལས་གཟུགས་གཞན་དུ་མ་
སྒྲུལ་ཞིང་། ལུས་མི་སྤང་བར་བྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན།

ལུས་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་ལྟན། ལུས་ཀྱི་འདུག་ལུགས་སངས་རྒྱལ་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་
བཞུགས་སྤངས་དང་མཐུན་པར་བྱད་ཆོས་བདུན་ལྟན་དུ་འཁོད་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་
མོ། །ཞིབ་པར་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་ལ་གཟིགས།

ལུས་ཐ་བ། ཅ་རྒྱུད་ཐིག་ལྷ་བྱའི་ལུས་ཐ་བ་རྣམས་ལ་ཟེར། གནས་པ་ཅ་། གཡོ་བ་རྒྱུད་། བཞོད་པ་
བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་དཀར་དམར་ལྟ་བུ། བྱལ་མཐའ་ལ་མ་སྤྱངས་པའི་འཛིག་རྟེན་རང་དགའ་

བ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོའི་སྤྱོད་ལུལ་མིན་པས་ན་སྤྱོད་པའོ། །
ལུས་སྤྱོད་པ་ཡི་མཛེས་པ་འདི་མཆོད་མ་བཅོ་བརྒྱད། ༡ ཁ་དོག་དཀར་ལ་དམར་གདངས་ཆགས་པའམ་
སྤྱོད་པའམ། ༢ མིག་མཐོན་མཐོང་དཀར་ནག་འབྱེད་ཅིང་མིག་རྩ་དམར་ཞིང་དཀྱུས་རིང་བ། ༣
པད་མ་གཞོན་ཏུ་འདྲ་བ་སྤྱོད་པ་གཟེངས་མཐོ་ཞིང་རིམ་བར་འཆམ་བ། ༤ མཆུ་བི་སྤྱོད་པ་
དམར་བ། ༥ འགྲམ་པ་མ་རྩོད་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྒྱས་བ། ༦ མཁུ་ཆོས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་རི་
མོའི་ཐོག་ལ་ཅན། ༧ སྤྱོད་པ་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་པ་འཇར་ཞིང་གནག་བ། ༨ ཏུ་མ་ཏུས་སྤྱོད་པ་ལས་
གསེར་གྱི་བུམ་པ་ལྟར་རྒྱས་བ། ༩ དབྱེད་པ་རྒྱ་བ་རྒྱས་པ་ལྟར་དཀར་ལ་རྒྱས་བ། ༡༠ ཏུ་
མའི་གཡུང་གྱི་རྩོད་བག་ཅམ་དགྲར་བ། ༡༡ ལག་པ་རྩ་ཤིང་སྤྱོད་པ་འདྲ་བ་བྱིན་གྱིས་སྤྱོད་
ཞིང་རྒྱས་བ། ༡༢ ཡན་ལག་གི་རྩ་མི་མཐོན་ཞིང་གྲ་བྱ་མེད་བ། ༡༣ བརྒྱ་མཁུང་ཞིང་རྒྱས་པ་
སྤྱོད་བ། ༡༤ རྩོད་རྒྱས་ཤིང་སྤྱོད་པ་གཉེར་མ་ཐབ་མོ་གསུམ་དང་ཡིད་ཅམ་རྩོད་བ། ༡༥ རྩོད་
པ་སྤྱོད་རྒྱས་བ། ༡༦ རྩོད་ལག་འཇར་ཞིང་མཉེན་བ། ༡༧ སྤྱོད་པ་ལྟར་གནག་ཅིང་མ་
འཛིང་བ། ༡༨ བཛོད་ཆགས་པས་རྒྱན་མི་མཐོན་ཀྱང་རྒྱན་གྱིས་སྤྱོད་པར་མཛེས་པ་དང་བཅོ་
བརྒྱད་པོ་འདི་རྣམས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་པ་ལས་བཤད། ཅེས་སྤོང་དོལ་སྤྱོད་པ་གསུང་།
ལུས་འཕགས་པོ། སྤྱོད་པ་ཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རི་རབ་ཀྱི་ཤར་དོས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཆེན། སྤྱོད་པ་ཤིན་ཏེ།
སྤྱོད་པ་ཞི་གཞན་པས་ཤིང་ཏ་ལ་བདུན་སྤྱོད་ཀྱིས་འཕགས་པ་འཕམ་དེར་སྤྱོད་པའི་མི་རྣམས་
འདི་པ་བས་ལུས་ཆེ་བའི་སྤྱོད་པ་ལས་འཕགས་པའོ། ། ཞེས་མཆོད་པས་མཛོད་གསུང་།
ལུས་དབེན། ལུགས་འདིའི་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་མཐར་བྱིན་པའི་རྣམ་འབྱོར་པས་འོག་སྤོང་སྤོང་པོ་
བསྐྱོར་པས་རྒྱང་དབྱེད་པར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤོང་པའི་ཡེ་
ཤེས་སྤྱོད་པ་ནས་བཟུང་སྤྱོད་པ་ལས་སྤོང་པའི་གྲུ་ལྟར་རྣམས་སྤོང་གའི་རྒྱ་ལྟར་ཐིམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་
ཡེ་ཤེས་མ་སྤྱོད་པ་རྩོད་ཆད་ཀྱི་རྩོགས་རིམ་ལོ། རྩོགས་རིམ་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་དབེན་གྱི་རོ་
པོའོ། །ལུས་དབེན་ལ་དབྱེན། རྩོགས་རིམ་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་དབེན་དང་། བསྐྱེད་པའི་དུ་གྱུར་
པའི་ལུས་དབེན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་དམ་པ་རིགས་བརྒྱའི་ལུས་དབེན། དེ་ཉིད་རིགས་

ལྷའི་ལུས་དབེན། གསང་བ་རིགས་གསུམ་གྱི་ལུས་དབེན། གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་
 ལུས་དབེན་རྣམས་སོ། །ཡང་ན། རེས་ཐོབ་ཏུ་ཡུལ་དབང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་བདེ་སྟོང་གི་
 རྣམ་འགྲུར་དུ་འཆར་བའི་སོར་སྤྱད་དང་། བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྲུར་ལྟར་འཆར་བའི་བསམ་
 གཏན་གཉིས་ཡོད། ལུས་དབེན་གྱི་དབེན་གཞི་ནི་རགས་པ་ཉེར་ལྷེ། རང་གི་སྤང་པོ་ལྷ།
 ཁམས་བཞི། སྤྱི་མཆེད་དུག་ཡུལ་ལྷ། གཞི་དུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་སྟེ་ཉེར་ལྷའོ། །རགས་པ་ཉེར་
 ལྷའི་རྣམ་གཞག་འདི་རྗེའི་རིམ་ལྷ་གདན་རྗེ་གསལ་ན་གསལ། རགས་པ་ཉི་ཤུའི་རྣམ་གཞག་འདི་
 རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ན་གསལ། གང་དབེན་རྒྱ་ནི་ དེ་དག་ལ་ཐ་མལ་གྱི་སྤང་ཞེན་
 རོ། །དབེན་པའི་དོན་ནི་ དེ་དག་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་བཏབ་སྟེ་སྟོས་པའོ། །

ལུས་སྟོང་འབྲུལ་འཁོར་དུག་ ལུས་པ་ལྟར་བཀང་བ། འཁོར་ལོ་ལྟར་བསྐྱོར་བ། ལྷགས་ཀྱི་ལྟར་
 དགྲག་པ། རྗེ་རྗེ་བསྐྱམས་པའི་བྲག་རྒྱ་གནམ་དུ་འཕངས་ཤིང་ལོག་ཏུ་བསྐྱར་བ། ཁྱི་སོ་ལྟར་
 སྐྱག་སྒངས་ཀྱིས་མདའ་ལྟར་བསྐང་བ། མགོ་ལུས་ཆག་ཆོག་ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་གཡང་མོ་
 ལྟར་སྐྱག་པ་དང་དུག་གོ།

ལུས་མེད་བདག་སོ། བདུད་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་གི་མིང་། རྒྱ་བཤད་ནི། ལུས་མེད་བདག་སོ་ཞེས་
 པ་མདོན་བརྗོད་ཀྱི་གཞུང་ལས། འདོད་ཁམས་པ་རྣམས་གོང་མ་ལ་ལྟོས་ན་ལུང་རྒྱུང་བས་
 ལུས་མེད་པ་དང་འབྲུལ། འདི་དེའི་བདག་སོ་ཡིན་པའི་བྲིར་རམ། ཡང་ན་དབང་ལྷག་ཆེན་སོ་
 དཀའ་སྐབ་ལ་གནས་པའི་ཆེ། འདིས་མོངས་བྱེད་བརྒྱལ་བྱེད་སྟོང་བྱེད་དང་། གསོད་བྱེད་
 བརྗོད་བྱེད་བཅས་ཀྱི་མདའ་ལྷའོ། །ཞེས་པར་ལྟར་རམ། ཡང་ན་ཆོག་གཏིར་འབྲེལ་པར་
 བཤད་པ་ལྟར། ཁྱོས་བྱེད། འདར་བྱེད། དེགས་བྱེད། མོངས་བྱེད། འཆིང་བྱེད་ཀྱི་གདའ་ལྷ་
 འཕངས་པའི་ཆེ། དཀའ་སྐབ་ཉམས་པས་ཁྱོས་ཏེ་ཉི་མ་རྒྱ་བ་མེད་མིག་བཅས་གསུམ་གྱི་
 དབྱས་མ་མེད་མིག་གིས་བསྐྱེད་ཏེ་ལུས་མེད་པར་བྱས་པར་བཤད་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་
 སོ། །

ལུས་ཆོར། ལུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྟེན་དབང་སོ་གསུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོར་བ། མིག་

ཤེས་འཁོར་གྱི་ཚོར་བ་ནས་ལུས་ཤེས་འཁོར་གྱི་ཚོར་བའི་བར་ལྡོ། །ལུས་ཚོར་ལ་ལུས་
ཤེས་འཁོར་གྱི་ཚོར་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་བ་ཡང་དེས་ཤེས་སོ། །

ལུས་ཞིག་ལུས་ཞིག་པ་ལ་གཟིགས།

ལུས་ཞིག་ལ། ཤི་བའི་དོན་ཡིན།

ལུས་རགས་ལ། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ཐམས་པའི་གཟུགས་ལུས་རགས་པ་འདྲོ། །

ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན། ལུས་ཀྱི་གནད་ཆེ་སར་སེམས་གཏད་དེ་མ་ཡེངས་པར་བསྒྲོམ་པའི་དོན།
ལུས་ཀྱི་གནད་ཆེ་ས་ནི་སྤྱིང་གའི་ཅ་འཁོར་གྱི་རྩུ་ཀྱི་དེད་བུས་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། བསྐྱུན་ཞེས་པ་ནི་
དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཏད་དེ་བསྒྲོམ་པའི་དོན་ནོ། །རྗེའི་དགོངས་པ་ལྟར་བོ། །གཞན་ཡང་
མཁས་བྱུང་བའི་པོ་ཆའི་གསང་འདུས་ཡིག་རྒྱུད་ཉར་གཅིག་ལས། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་
ཞེས་པའི་དོན་ནི། ལུས་ཀྱི་གནད་ཆེ་སར་དམིགས་པས་བསྐྱུན་ནས་བསྒྲོམ་པ་ལ་ཐེར་བ་ཡིན།
ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལུས་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ། སྤྱིར་སྤོང་བ་བཞིའི་བཞོན་པའི་རྒྱུད་དང་། བྱད་པར་དུ་ཐམས་ཅད་སྤོང་བ་འོང་
གསལ་གྱི་རྒྱུད་ལྟ་བུ་ལ་ཐེར། གཉུག་མའི་ལུས། ལུས་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ། ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་ལུས་
ནམས་དོན་གཅིག་ཡང་ན། རྗེའི་གསུང་ཐེན་ཐེས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ད་ལྟར་གྱི་ནམ་སྤེན་
ལུས་ལྟ་བུ་ལུས་རགས་ལ། མི་ལས་གྱི་ལུས་ལྟ་བུ་སྤྲ་བ། བར་དོའི་ལུས་ལྟ་བུ་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་
བ་བྱས་ཀྱང་རུང་དོ། །

ལུས་ཤིན་སྤྲངས། 1 ལུས་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་ངེ་ལྟར་འདོད་འདོད་དུ་བཞོལ་དུ་རུང་བའི་ལས་རུང་གི་
ཆ། དེ་ནི་ལུས་ཀྱི་ནང་གི་རེག་བྱ་ཆེས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་གྱི་སེམས་བྱུང་ནི་མིན་པར།
རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས། 2 ལུས་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་། རྒྱལ་ཁབ་
ཆོས་རྗེས། ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ལ་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་
སྤྲངས་པ་ཞེས་བྱའི་ལུས་སེམས་དངོས་ནི་མིན་ནོ། །ཞེས་ཀྱང་སྤྲང་དོ། །

ལུས་སེམས་ཤིན་སྤྲངས། 1 ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་ཆ། 2 ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བར་

བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ལ་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཞེས་བྱའི། ལུས་སེམས་དངོས་ནི་
 མིན་ནོ། །འདི་རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྗེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །
 ལུས་སེམས་ཤིན་སྦྱངས་ཀྱི་བདེ་བ། ལུས་སེམས་ལས་རུང་གི་ཆ་ནི་ཤིན་སྦྱངས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་ལུས་སེམས་ལ་བདེ་ཉམས་ཆེན་པོ་སྦྱིས་པ་ལ་ཟེར།
 ལུས་སྤྱལ་པོ། <ཀཏ་ལུ་ཏན་> གདོན་གྱི་མིང་། མིའི་སྐྱེ་འཕྲོག་པ་ཁ་སྤྲ་བའ་དོད་པའི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་
 དེགས་ཤིག་ རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་མདོ་རྩ་བའི་ཟེན་གྱིས་ལ་གཞི་བྱས། ཡི་དྲགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཅིག་
 ཡིན་པར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ནའང་གསལ། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། གཞན་གྱི་ལུས་རུལ་
 བར་བྱེད་པས་ན་ལུས་སྤྱལ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་ཉོགས་བྱེད་འབྲིང་པོ་༡༥རྒྱབ་གཟེགས་
 ལས། ཀཏ་ལུ་ཏན་ཞེས་བྱ་བ་གདོན་གྱི་མིང་སྟེ། ཀཏ་ནི་ལུས། ལུ་ནི་རུལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་
 པས་ན་ལུས་སྤྱལ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ལུས་སྤྱལ་པོ་དང་། སྤྱལ་པོ་གཉིས་ཅུང་ཟད་མི་འད་བ་ཡིན་
 པར་སྤང་སྟེ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས། སྤྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་བྱེ་
 བྲག་ཉིད་དོ། །ལུས་སྤྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཉིད་དོ། །ཞེས་སྤྱལ་པོ་དང་
 ལུས་སྤྱལ་པོ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །

ལེ་བཀན། <ལོ་ཉི་ཉ> 1 དམར་པོའི་མིང་། འཕགས་པོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྤྱར་ལས་བཤད། འདི་
 དམར་པོ་དམར་རྒྱུད་མིན་པར། གྲུར་གྲུམ་གྱི་མདོག་ལྟར་དམར་སེར་ལྟ་བུར་གོ་དགོས་པས་
 སྤྲམ་མོ། 2 གོས་དར་དམར་པོའི་མིང་དུ་འད་བཤད། ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། ཁྱི་ལྷེ་སྲོང་
 བཙན་ (སྲོང་བཙན་སྤམ་པོ) དུ་བཏགས་ཏེ་དབྱའི་འོད་དཔག་མེད་དང་དར་དར་ལེ་བཀན་གྱིས་
 དཀྱིས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་གོང་རྩོམ་ལྷུ་སྤྱུ་འཆད་
 པའི་སྐབས་ལས། ལྷ་གཅིག་དེ་ལུས་དང་གོས་ལ་བྱ་བ་སྤྲང་སྟེ། ལུས་དང་གོས་ལ་རེག་ས་
 མེད་པས། མཐའ་གསལ་པ་ཅིག་ལ་དར་ “ལེ་བཀན” ཁ་གང་ཐོགས་ལ། ལྷ་གཅིག་གི་རྩར་
 སྤེབས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 3 གྲུར་གྲུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཅིག་མིང་། གསོ་རིག་
 “སྟོར་བ་བརྒྱ་བ” ༩ ཉེ་བ་ ༡༥པ་ལས། གྲུར་གྲུམ་དང་། ལེ་བཀན་ཅི་ལ། ༥གྱི་ལྷུ་ཞེས་

བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །4 ཉལ་ཐའི་སྤྲོད་བྱ་ངོས་འཛིན་ཡོད། Opium Poppy plant ཟེར་བ་
དེའོ། །སྤྲོ་ལྷུ་མ་འདི་ལ་མེ་ཏྲག་དཀར་པོ་ཤས་ཆེ་ལ། དམར་སེར་ཡང་མཐོང་རྒྱ་འདུག གཞན་
ཡང་། གསལ་ཆེན་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས་ལེ་བཞན་ཅི་ནི་ཤིང་ཡིན་ལ། དེ་ཡི་འབྲས་
བྱ་ནི་དཀར་པོའོ་གསུངས་སོ། །ཞེས་སྤྲོད་དོལ་སྒྲིམ་གསུངས་བ་དེ། ཉལ་ཐའི་སྤྲོད་བྱ་རང་
ལ་ཟེར་བ་ཡིན་འདུག་སྟེ། ཡང་། བཅོད་ཤིང་གི་མིང་སྟེ། མདོན་བཅོད་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་
ལས། ཁྱི་བཟང་ཅ་བ་རྒྱུད་ལྷག་མ། །ཡང་དག་ལུས་མ་དབག་ཆད་འདུག (འདིའི་ལོ་མ་སྤྲུལ་
བ་འབྲས་བས) །སྤྲུལ་པའི་ལོ་མ་ལེ་བཞན་དང་། །བཟ་བའི་འདབ་ལྷན་བཅོད་ཤིང་དོ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་བཅོད་ཤིང་དང་གོང་གི་ཉལ་ཐའི་ཤིང་གཉིས་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱེད་དགོས་སོ། །
ལེ་བཞན་གྱི་ཁ་དོག དམར་པོའི་མིང་། འདི་དམར་པོ་དམར་རྒྱུད་མིན་པར། བྱར་བྱུ་གྱི་མདོག་
ལྟར་དམར་སེར་ལྟ་བུར་གོ་དགོས་སམ་སྟུ་མ་སོ། །

ལེ་བཞན་ཅི། ལེ་བཞན་དང་དོན་འབྲེ།

ལེ་མའི་བྱ། དག་བཤེས་པོ་ཏོ་བའི་མཆོན་གྱི་ནམ་གངས། པོ་ཏོ་བའི་མ་ཡུམ་གྱི་མཆོན་ལ་ལེ་མོ་ཞེས་
བྱ་ལ། དེའི་བྱ་ཡིན་པས་ལེ་མའི་བྱའོ། །

ལེ་ལན། 1 ཁག་ཉེས། ལེ་ཁག་ལན་ཅ། ལན་བ། (པ་སྐད) མ་བྱུང་བ། སྤོན་ཅ། ཆོ་སྤོང་ལས། ལེ་
ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་བདུ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། །ལེ་ཁག་དང་ལན་ཅ་གཉིས་ལེ་
ལན་གྱི་དོད་དུ་དུལ་རྒྱུ་རྩམ་རྩེ་བ་གསུང་། 2 གཞོད་ལན་ནམ་འཁོན་ལན། ས་སྤྲུལ་ལགས་
བཤད་ལས། པ་རོ་ལ་གནད་དུ་འབེབས་པའི་ཆོག །དབྱ་པོ་ལ་ཡང་སྤྲུལ་བྱ། །བྲག་ཆ་བཞིན་
དུ་རང་ཉིད་ལ། །དེ་མ་ཐག་དུ་ལེ་ལན་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། །

ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་བདུ། ཁག་ཉེས་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་དགྱ། ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། གང་
དུ་འཕྲོས་ཀྱང་མི་གཏོང་བར་དེའི་རྩེས་སུ་སྟེགས་པ་ལ་བདུའ་བཟུང་འདྲེད་པ་ཟེར་བ་བཞིན་དུ།
རང་ལ་རྒྱུན་རན་གོད་ཆགས་གང་བྱུང་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་ནམ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་
བྱས། སེམས་མི་སྤྱིད་པ་འདི་ཡང་དེས་བྱས། ལུས་ལ་ན་ཆ་བྱུང་བ་ཡང་དེས་བྱས། ཞེས་པ་

ལྷ་བྱས་ཁག་ཉེས་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་ནས་རང་འཛིན་གཅེས་འཛིན་ལ་དགྲི་བའི་དོན་ནོ། །
ལེ་ལོ། བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་འབྲུག་སྤྱིང་མི་འདོད་ཅིང་བྱེ་བཞེས་བྱེད་པའི་སེམས། ཉེ་ཅོན་ཉི་ཤུའི་བར་
དྲུག་པ་ནི། གཉི་ཟུག་གི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག་ཉལ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་དགེ་བ་
ལ་མི་དགའ་བར་བྱེད་པས་རབ་རྩ་བའི་རིག་པ་ལོ། བྱེད་ལས་ནི། དེ་ཡོད་ན་དགེ་བ་གང་
ཡང་བྱེད་མི་འདོད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །

ལེ་ལོའི་དགྲ། བཙོན་འབྲས་ཀྱི་མིང་། བཤ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱིས། མཐའ་དག་ཤེས་
བྱའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན། རྣམ་དབྱེད་བྱ་ཡིས་ལེགས་ལྷགས་ཏེ། ལེ་ལོའི་དགྲ་ཡིས་བསྐྱོད་བ་
ཡིས། ལ་རོལ་སོན་པ་ཅེས་མི་འབྲུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

ལེ་ཤོར། ལེ་ལོའི་དབང་གིས་མཐུས་ཤོར་དུ་སོང་བ།

ལེག་ལེག་ཤོར། (འདུལ་བ) ཀླང་བ་འཐེང་ནས་འཁྲོག་འཁྲོག་ཤོར་འགྲོ་ཚུལ་ཞིག་རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་༼
རྒྱ་ ༡༩༡༣༥ ལས། འཐེང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀླང་བ་འཐེང་ཞིང་ལེག་ལེག་ཤོར་འགྲོ་བའོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

ལེགས་སྐར། ལེགས་པའི་སྐར་མ་ལ་གཟིགས།

ལེགས་བརྗོད་བདག་ཤོ། (མཛོན་བརྗོད) ལྷའི་དབང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་མིང་། མཛོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་
རྒྱན་ལས། མཛོན་པའི་འཕྲེན་པ་མཛོན་པའི་རྒྱལ། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་འཛེར་འཛིགས་དང་། གཤམ་
བྱེད་མགོན་པོ་དོན་ཅན། ། (འདིས་ལྷ་མ་ཡིན་སྟོབས་ལྡན་དང་། འཕེལ་བ་དང་། ཟུགས་བྱེད་
དང་། ཁྲོལ་མེད་བཅས་པ་རྣམས་བསད་པས) སྟོབས་ལྡན་དག་པོ་ (ཞེས་སོགས་སུ་གྲགས་
སོ) ལྷ་ཡི་བདག འཆི་མེད་བདག་པོ་ལེགས་བྲིས་གཙོ། གྲགས་པའི་སྤྲུང་ལྷའི་ར་
ཅན། མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་པ་ (ནི་སྤྲུང་གས་པ་རྣམས་མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་བྱས་ན་ལྷའི་དབང་པོ་
ཐོབ་ཅེས་ཟེར་ལ། འདིས་ཀྱང་སྟོན་མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་བྱས་པར་གྲགས་སོ) བདེ་སོགས་
བདག ལྷ་དབང་ལེགས་སྟོབ་སྐབས་གསུམ་དབང་། རྒྱན་ལ་ཉན་དང་ཤིས་བརྗོད་
ཉན། གནས་ཀྱི་བདག་པོ་སྦྱིན་ལ་ཞོན། བཟོད་དགས་རེངས་དང་གཞན་བསྟེམས་

བཟོད། །ཆར་འབེབས་གྲོང་འཛོམས་གྲོལ་བྱེད་འཛོམས། །ལུ་ལོ་མ་དག་གང་པོ་འཛོད་ (ནི་ལྷ་
མ་ཡིན་གང་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་བོས་བས་དེ་ལྷར་དུ་གྲགས་སོ) ཏ་འི་འི་ཏ་ཅན་སྤྲིན་བ་
གསོད། །ཆེག་མདའི་མགོན་སོ་མིག་སྤྲོད་ཅན། ། (ནི་སྤྲོན་བྱང་སྤོང་གློ་ཏ་མའི་ཆུང་མ་བཞོལ་
མེད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཤིང་གི་ཁོང་གསེང་དུ་སྤྲས་
བས། དེ་མི་དག་འནས་ཕྱིར་བཏོན་ཏེ། འདི་མན་ཆད་མ་འགྲོ་ཞིག་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་བྱང་
སྤོང་གཞན་དུ་སོང་བའི་ལུལ་དུ་བརྒྱ་བྱིན་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་སོ། །དེར་བྱང་སྤོང་འོངས་
པ་དང་འདོམས་ནས་ཞུགས་ཏེ་མངལ་དུ་ཡིབས་སོ། །དེར་སྤུ་འོངས་འིས་བ་དང་སྤུ་ཡང་མ་
འོངས་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེར་བྱང་སྤོང་གི་མཛོན་ཤེས་ཀྱིས་རིག་སྟེ་དམོན་མེས་བསྐྱེག་པར་བྱའོ་
ཞེས་སྤྲས་པ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་འཛིགས་ནས་ཕྱིར་བྱུང་ངོ། །དེར་བྱང་སྤོང་ན་རེ། ཁྱོད་ལྷའི་
དབང་པོ་ཡིན་པས། བསད་པར་མི་བྱའི་ལུས་ལ་མོ་མཆོན་སྤྲོད་དུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བཛོད་པས་
དེ་ལྷར་དུ་སོང་བ་སྤྲར་བཟོད་པར་གསོལ་བའི་མིག་སྤྲོད་དུ་བྱས་སོ། །ཀུའི་ག་བརྒྱ་བྱིན་
མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལེགས་བཛོད་མ། (མཛོན་བཛོད) ལྷའི་དབང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་བཙུན་མོའི་མིང་། སྤྲ་དབྱངས་ཤིན་ཏུ་སྤྲན་
བས་ལེགས་བཛོད་མ་ཞེས་བྱའོ། །མཛོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་
ལས་གསུངས་སོ། །མཛོན་བཛོད་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། འཆི་མེད་དབང་མོ་ལྷའི་
བཙུན་མོ། ། (སྤྲ་དབྱངས་ཤིན་ཏུ་སྤྲན་བས) ལེགས་བཛོད་མ་དང་དབང་ཆེན་མ། ། (ལྷ་མ་
ཡིན་གྱི་བྱང་སྤོང་དུ་ལོ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་སྤྲེས་བས) ལུ་ལོ་འི་སྤྲས་མོ་བདེ་སོགས་
མའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལེགས་མཛོད་ཆེན་པོ། <མརྒྱ་སྤྲ་དཀྱ་ན་> (འདུལ་བ) སྤྲོན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་གྱི་ཐ་མ་སྟེ་ཉན་
མོས་དག་བཅོམ་བ་ཞིག་ Maha Sudars'ana

ལེགས་ལྷན་ཡལ་སྤྲས། སྤྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྱེད་དང་། དེའི་སྤྲོབ་མ་སྤྲོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་སྤྲོང་པོ་
གཉིས་ལ་ཟེད།

ལེགས་ནས་གདལ། ལེགས་བར་གདལ། ལགས་བར་གདལ་ཞེས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་
 སེམས་ཤིང་། དེའི་དོན་ནི། ཡིན་ནས་འདུག ཡིན་པར་འདུག ཡིན་འདུག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་
 འདྲ། དེ་བ་སྟོན་སྟོང་ཆ་༥༣༧ལས། གྲོགས་མཛད་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་སྐབ་པ་ནི་སྟོབ་
 དཔོན་པག་མོ་བྱ་བ་” ལེགས་བར་གདལ།” ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ལེགས་པ། བཟང་པོའི་དོན།

ལེགས་པའི་སྐར་མ། (འདུལ་བ) བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལ་ལོག་ལྷ་ཁོན་བྱེད་མཁན་གྱི་དགེ་སྟོང་ཞིག
 དགེ་སྟོང་ལེགས་པའི་སྐར་མ་དང་དོན་གཅིག དེ་ཡང་སྟོན་དགེ་སྟོང་ལེགས་པའི་སྐར་མ་ཞེས་
 བྱ་བ། མདོ་སྡེ་བརྒྱ་གཉིས་སྟོལ་ཡོད་པ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་པ། བཅོམ་
 ལྷན་འདས་གྱི་ཉེ་གནས་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་བྱས་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་
 ཐབས་དང་སྟོང་བ་ཅི་མཛད་ཐམས་ཅད། གཡོ་དང་སྐྱུ་རུ་མཐོང་བས་ཉེས་དམིགས་གྱིས།
 དངོས་སུ་པའི་མཐོངས་བྱེ་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས། དཔེ་ཆོས་རིན་
 ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་༡༤༥གསལ་ལོ། །འོན་ལེགས་སྐར་འདི་སུ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་
 བ། རྩེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས། འདི་ཡབ་ཟས་གཅོང་ལ་གཅུང་པོ་གསུམ་ཡོད་པའི་རྒན་
 ཡོས་ཟས་དཀར་གྱི་སྐས་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ཟེལ། སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་སྟེས་པས་རྒྱལ་ཞེས་
 བཏགས་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ལ་འགྱུར་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས། སྐར་བཟང་དང་། རྒྱ་སྐར་
 བཟང་པོ། སྐར་ལེགས། ལེགས་སྐར། སྐར་བཟང་སོགས་སྣ་ཆོགས་ཤིག་འབྱུང་བར་བཤད་
 དེ། རྩེ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་གཡའ་སེལ་༣༣༥བལས། སྟོན་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་
 འཁྱུ་ཟས་དཀར་གྱིས་སྐས་སུ་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་སྟེས་པར་བརྟེན་རྒྱལ་ལམ་སྐར་བཟང་རྒྱ་
 སྐར་བཟང་སོ་ཞེས་སམ་སྐར་ལེགས་དང་ལེགས་སྐར་དུ་ཉིར་བསྐྱུར་སུ་ལེགས་པ་དང་བཟང་
 པོར་བསྐྱུར་བའི་དབང་གིས་སྣ་ཆོགས་དང་། གཞན་ཡང་སྐྱུ་སྟོང་དུ་འདྲ་བརྟེན་པ། དཔེར་ན།
 དཀོན་ཅིག་བརྟེགས་པའི་ལུ་དང་པོ་སྟོན་པ་གསུམ་བརྟན་ (ལུང་འདི་དཀོན་བརྟེགས་) ༩ ཀ
 ༡༩(ན་ན་གསལ) བར། འདྲ་སྤངས། དགེ་སྟོང་གོ་ཀ་ཡིག་དང་། དགེ་སྟོང་ལྷས་བྱིན་དང་།

৩৭৮

ལེགས་སྤྱོད་དང་། ཁྱིམ་ནས་ “ལེགས་པར་བྱང་བ་” དང་། སྤྱོད་པར་བྱེད་པས་རབ་བསྐྱོར་
ཞིང་། དགེ་སྤྱོད་གི་ནི་རྩེ་མཐུན་ལེགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བའི་
མདོ་ལས། གདོན་མི་ཟ་བར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་མེད་འདྲིལ་རྟེན་དུ་
སྤྱེ་བ་དང་། “མདོན་པར་བྱང་” ནས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མདོན་
པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
དོ། དེ་བ་ཐེར་དམར་པོ་ལས། དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅད་གྲུ་ཁབ་དུ་བཞུགས་ནས། ལྷུ་ཅུ་པ་ལ་
མདོན་པར་བྱང་སྟེ། དཀའ་བ་ལོ་དུག་སྤྱད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པོར་གཤེགས་ཏེ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཉོན་ལ་ཞེས་སོགས། མདོ་ལས། ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག
ཅེས་ཆོས་ཉན་པའི་ཆེ་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོན་གསུམ་སྤངས་པའི་སྦོན་ནས་ཉན་དགོས་པར་གསུངས་པ་
ཡིན་ཏེ། ལེགས་པར་ཉོན་ཞེས་པས་སྤྱོད་ཇི་མ་ཅན་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བའི་སྦོན་ནས་ཉན་དགོས་
པར་བསྟན། རབ་ཏུ་ཉོན་ཞེས་པས་སྤྱོད་ཁ་སྤྲུབ་པའི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བར། ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག་
ཅེས་པས་སྤྱོད་ཞབས་དོལ་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བའི་སྦོན་ནས་ཆོས་ཉན་དགོས་པར་གདམས་པ་
ཡིན་ནོ། སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོན་གསུམ་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་གཟིགས།

ལེགས་པར་གསུངས་པ། (འདུལ་བ) 1 ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གསུངས་པ། 2 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ།
ལེགས་སྤྱད། 1 དགེ་བའི་མིང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། བཟང་པོའི་བྱ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་གོམས་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་
བྱའོ། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་༩ ཚུ ༡༥༤བཤལས། ལེགས་སྤྱད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་གོམས་
པའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སྤྱོད་དང་བདེ་གཤེགས་མཆོད་ལ་
སོགས། ལེགས་སྤྱད་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་གྱི་ཡང་། ཁོང་ཁོ་གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་བྱེད། ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 2 ཚུལ་ཁྱིམས། སྤྱོད་དཔོན་དགེ་བ་ལྷའི་སྤྱོད་འཇུག་གི་འབྲེལ་བ་ལས།
ལེགས་སྤྱད་ནི་ཚུལ་ཁྱིམས་ཏེ་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་གྱི་ཡང་། ཁོང་ཁོ་གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་བྱེད།
ཅེས་གསུངས། སྤྱོད་བཤད་ནི། ཤིན་ཏུ་རལ་བ་ཆེར་བྱས་པས་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལེགས་

སྤྱད་དོ། །ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སྒོ་གྲས་ཀྱི་སྤྱོད་འཇུག་འགྲེལ་ཆེན་དུ་
གསུངས།

ལེགས་བྲིས། ། ལྷ་སྤྱིའི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། དེ་རྣམས་ཀྱི་མགྲིན་པ། ཀྱང་པ། ལག་པ་རྣམས་ལ་བཟླ་
ཤེས་པའི་རི་མོས་ལེགས་པར་རམ་མཛེས་པར་བྲིས་ཡོད་པས་དེ་སྤྱད་དུ་བརྗོད། ཅེས་འཆེ་
མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་ནལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ། ༢ ལྷ་ཡི་དབང་
པོ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་མིང་། འདི་སྤྱི་མིང་གྲེ་བྲག་ཏུ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས།

ལེགས་བྲིས་ལ། རྗེ་བཙུན་བཙེམ་ལྷན་འདས་མ་སེང་ལྗེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་མཁས་པའི་
གཙུག་རྒྱུན་ཞེས་བྱ་བ། རྗེ་དགེ་འདུན་བྱུང་གིས་མཛད། བསྟོད་པ་འདི་བཞེན་གསུང་ཐོར་བྱ་
༡༡བཤན་བཞུགས།

ལེགས་བྲིས་མའི་འགྲེལ་པ། རྗེ་བཙུན་སེང་ལྗེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་ལེགས་བྲིས་མར་
གྲགས་པའི་འགྲེལ་པ་ཉུང་དུ་རྣམ་གསལ་ཞེས་བྱ་བ་དངུལ་རྩ་རྩམ་རྩ་བས་མཛད། བསྟན་
དར་ལྷ་རམས་པས་མཛད་པའི་ལེགས་བྲིས་མའི་འགྲེལ་པ་བཅས་མོ། །

ལེགས་སྤྱད། སྤྱད་རིགས་ཆེན་པོ་བཞིའི་ནང་གསེས་ཏེ། སྤྱ་སྤྱའི་སྤྱད་ཀྱི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། འདི་
སྤྱད་རིགས་གཞན་དག་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ནང་གིས་བྱུང་བའི་སྤྱད་རིགས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་
པརྟེན་རྣམས་ཀྱིས་ཡུན་རིང་པོར་འབད་དེ་ཏུ་ཅང་ཞིབ་ཆགས་ཀྱིས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་
ལེགས་པར་ཏེ་ཡང་དག་པར་སྤྱར་བའམ་བཟོས་པའི་སྤྱད་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་
ཡང་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལེ་ཆོན་༡༡ལས། རང་
བཞེན་རང་གིས་བྱུང་བའི་སྤྱད་ཅིག་ཡིན་ན་གྱིས་པ་རྩལ་ཆད་ཀྱིས་བདེ་ལྷག་ཏུ་སྤྱ་རྩུས་པ་
ཞིག་དགོས་རྒྱུ་ལ་འདིར་ཏུ་པོ་ཡིག་དང་ཏུ་མོ་ལས་བྱ་བར་འབྱུང་བས་འདྲ་འགྲིག་དེ་འདྲ་
པོ་དགྲུ་ལ་སྤྱངས་ནས་སྤྱ་རྩུས་མོད། གྱིས་པ་ལ་ཨ་མས་སྒྲོབ་རྩུས་པའི་སྤྱད་དུ་ཡེ་མི་འདུག
རྒྱ་གར་པ་རྣམས་སྟོན་ཨརྒྱུ་ཆ་གྱི་རིགས་གཙང་མར་ཡོད་ཆེ་ཡུལ་གང་པོའི་སྤྱད་ལེགས་སྤྱར་
ཡིན་པ་བསྐྱོར་མོད། ཆེག་པལ་ཆེར་ཞིག་གནད་སྤྱད་ཡིན་དུ་རྩྱག་གྱུང་། རྣམ་དཔེ་རྒྱུན་དང་

བཅས་པ་འདི་ལྟ་བུ་པམ་སྐད་དུ་བྱས་པའི་དུས་ནི་ངེས་པར་ཡོང་མི་སྲིད། དེས་ན་ལེགས་སྦྱར་
ནི་ལེགས་སྦྱར་རང་ཡིན་པས། ཆེད་དུ་བཅོས་ཞིང་ལེགས་པར་སྦྱར་བའི་སྐད་ཡིན་ཞིང་།
ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་སོ། །རྒྱས་པར་དེ་ཉིད་དུ་བཟླ་བར་བྱལོ། །

ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཁྱུས། རྒྱང་འཕྲེན་པའི་ཅ་བ་དང་སྡོང་བྱ་དང་ལོ་མ་དང་འབྲས་བྱ་དག་བསྐྱོལ་ནས་
ཁྱུས་བྱེད་པའི་མིང་། ཞེས་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

ལེགས་སྟོན། 1 སྟོན་ལམ་བཟང་པོ། སྟོན་གྱི་ལེགས་སྟོན་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 ལེགས་
སོ་ཡོང་རྒྱའི་རེ་བའམ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ། 3 ལྟོ་གོས་སོགས་ཟང་ཟེང་གི་དངོས་སོ་ལ་
ཆགས་པ། ལེགས་སྟོན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ལེགས་སྟོན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། (འདུལ་བ) 1 སྲིད་པ་འཁོར་བའི་འབྱོར་བ་དང་། འོངས་སྟོང་དང་།
བཀྱར་སྟེ་ལ་ཆགས་ནས་སྒྲངས་པའི་སྟོན་པ་ལ། ལེགས་སྟོན་གྱི་སྟོན་པ་ཟེར། དེ་ཡང་སྟོབ་
དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། ལེགས་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། སྲིད་པ་
དང་། འོངས་སྟོང་དང་། བཀྱར་སྟེ་ལ་ཆགས་ནས་བསྐྱར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །འདིའི་སྲིད་པ་ཞེས་པ་སྲིད་པ་འཁོར་བའི་འབྱོར་བ་ལ་མཆོ་རྒྱུ་མཆན་བྱ་བའད་པ་ལྟར་
རོ། །ཡང་ན། ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་བསམ་མ་ཟེན་བར། བྱི་མར་ལྟ་མིའི་བདེ་བ་ཅམ་ཞིག་དོན་དུ་
གཉེར་ནས་སྒྲངས་པའི་སྟོན་པ་ལ་ཟེར། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སྟོན་གསུམ་ནམ་
གཞག་གྲུབ་བསྟན་གྱི་དོར་ལམ་ལས། བྱི་མར་མི་དང་སྣའི་བདེ་བ་ཅམ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་
བས་སྒྲངས་པ་ནི་ལེགས་སྟོན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །2 ཆེ་འདིའི་ལྟོ་
གོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲངས་པའི་སྟོན་པ། ཀུན་དགའ་པོའི་ཆ་བོ་གཉིས་ལྟ་བུ་ལྟོ་བྱིར་རབ་ཏུ་བྱུང་
བར་གསུངས། ལེགས་སྟོན་དང་འཛིགས་སྟོབ་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོར་མཆོ་རྒྱུ་ཏུའང་
གསལ་བར་གསུངས་པ་མི་སྦྱང་ངོ། །

ལེགས་བའད་ལྟོན་དབང་། ལུ་མ་ཅུ་པའི་འགྲེལ་བ་ཞིག་སྟེ། དེའལ་ཆུ་རྩམ་རྩ་བའི་སྟོབ་མ་དབྱངས་
ཅན་གྲུབ་པའི་རྟོ་རྩེས་མཛད། བདག་གི་སྒྲ་མ་རེན་སོ་ཆེད་གོ་བཤེས་བཀའ་གིས་འབྲམ་གྱི་ཞལ་

སྤྱན་མཁུ་ ལྷ་བ་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་ལྟོན་གསལ་བའི་ལེགས་བཤད་དོ་མཆོང་ཅན་ཞིག་ཡིན་
 ཞེས་སྤྲགས་བརྗོད་ཡང་ཡང་མཛད། །

ལེགས་བཤད་སྤྱང་པོ་ཚུང་བ། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་དང་དོན་གཅིག རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་སྟོན་པ་
 འཕྲུ་ཐུབ་པ་ལ་རྟེན་འབྲུང་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་བསྟོད་པའི་བསྟོད་པ་ཞིག
 ལེགས་སྟོ (འདུལ་བ) 1 བཟང་དོ། རིགས་སྟོ། ཞེས་པ་དང་། སལ་སྐྱང་དུ། འཕྲིགས་འདུག ཡག་
 པོ་འདྲ། ཡག་སོ་བྱང་འདུག་ཅེས་པ་དང་དོན་འདྲ། 2 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་པའི་དོན།
 ལེགས་སོ་ལེགས་སྟོ (འདུལ་བ) རིགས་སོ་རིགས་སོ་ཞེས་པའི་རྫོས་ཆོག གུས་ཞབས་མཆོན་པའི་
 ཕྱིང་ལན་གཉིས་སུ་བརྒྱས་སྟོ། །

ལེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དགྲ་པོ། སྤར་གྱི་ལས་ཁུས་མ་སྤྱ་ཅན་
 ཏུ་བྱས་པའི་སྒྲོན་པ་ཡང་སྤང་གྱི་མ་ལེན་ཏུ་འཇུག་པའོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། ཅིའི་བྱེད་དེ་ལ་ལེན་པ་
 ཞེས་བྱ་ཞིན། ལེན་པ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་བསྐྱུས་ཆོག་སྟེ། དེ་ནི་འདུན་ཁིང་ཆགས་པའི་དོན་
 ཡིན་པས་དེ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དོ་ལོ་ཡིན་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱ་བའས། ཡང་ན་དེས་ཡང་སྤང་གྱི་
 མ་ལེན་ཏུ་འཇུག་པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བརྗོད།

ལེན་པའི་རྣམ་ཤེས། (སེམས་ཅིམ་པ) ལེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་འབྲ།

ལེན་པའི་ལྷན་པར་ཤེས་པ། (སེམས་ཅན་པ) ལུས་ལེན་པའི་ལྷན་ཤེས་པ་ཟེར། གུན་པའི་ལྷན་ཤེས་པ་
 རོན་ཐམས་ཅད་པའི་ལྷན་པར་ཤེས་པ། ལྷན་པར་སྒྲིན་པའི་ལྷན་ཤེས་ལྷན་སྒྲིན་གྱི་ལྷན་ཤེས་
 ལེན་པའི་ལྷན་པར་ཤེས་པ་ལྷན་པ་དོན་པཅིག་ཀྱང་ ལུང་སྒྲུ་རྩལ་པའི་དོན་པཅིག་ལུང་པ་ལྷན་རོ། །

ལེན་པའི་སྤང་ལྟུང་། (ལུལ་བ) སྤང་ལྟུང་ལུལ་ཅུའི་ལྷ་ཤ། ལེན་པའི་སྤང་པའི་དོན་ནི་ནི། བཅས་ལྷན་དགོ་
སྤོང་གིས་དགོ་སྤོང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་སྤྱངས་ཉེ་ཚོལ་པ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྟུང་པ་དངོས་
གཞིའོ། སྤོང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོང་དུ་ཉེ་དགས་སྤྱང་པ་ལའི་མདོག་ལ་གོས་པསྤྱངས་པ་ལས་
སྤང་པའི་ལྟུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཆགས་པས་རྒྱ་བྱས་ཉེ་དང་རིགས་ཀྱི་བསྐྱབ་
པ་ལ་གཞོད་པའོ། །

ལེན་པར་འདོད་པ། (འདུལ་བ) སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་རྒྱུ་ལྟན་སྒྲོང་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ།
 སྒྲིམ་པ་སྐྱེ་བའི་སྒྲིམ་པ་ལེན་པར་འདོད་ཀྱི་བསམ་བཤོ། །དེ་ལ། དེས་པ་ལྷ་བྲལ་ཞིག་
 དགོས་པར་མཛོད་རང་འབྲེལ་ལས་གསུངས་སོ། །

ལེའུ། དུམ་བྱའི་མིང་། སྐབས། སྒྲོ་ཆོག་ཆོག་ཞིབ་སོ། རྟོག་པ། བརྟག་པ། བརྟགས་པ། འདུས་པ།
 སྒྲིའོ། ཆོམས། རབ་ཏུ་བརྟགས་པ། རབ་བྱེད། རབ་བྱེད། རབ་འབྲམས། རིམ་པར་བྱེ་བ།
 སུ། སེམས་བསྐྱེད། (རབ་བྱེད) ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས་ལེའུ་ལ་རབ་བྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད།
 (ཆོམས) མདོ་ལས་རྟའི་ཆོམས་དང་སྒྲུང་པའི་ཆོམས་ཞེས་སོགས་ཆོམས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མཛད།
 (སྐབས) མདོ་ལ་རྟོགས་རྒྱུ་དུ་སྐབས་དང་། (བརྟག་པ) གྱེ་རྟོག་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་བརྟག་པ་དང་།
 (སེམས་བསྐྱེད) དབྱུ་མ་འཇུག་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད། (སྒྲོ) ལུང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་
 འབྲེལ་པར་སྒྲིའི་ཐ་སྙད་བྱེད། ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོག་ནས་པར་བཤད་པ་སྟེ་སྟོ་གཉིས་པའོ། །ཞེས་
 པ་ལྷ་བྲུ། (དུམ་བྱ) དེའི་ཐེངས་སྒྲིམ་པར་དུམ་བྱའི་ཐ་སྙད་མཛད། (རིམ་པར་བྱེ་བ) རྒྱུ་ལ་
 ཐར་དང་པའི་འཇུག་རྟོགས་སུ་རིམ་པར་བྱེ་བའི་ཐ་སྙད་བྱེད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། གཙོ་ཐོར་
 སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལས་བརྒྱམས་པའི་མང་དུ་ཐོས་པ་ཡོངས་སུ་བཅའ་བའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་སྟེ་
 བཞི་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་ལོ། ། (འདུས་པ) དགོན་མཆོག་བརྟགས་པའི་མདོར་
 ལེའུར་འདུས་པའི་ཐ་སྙད་བྲུས་ཡོད། དཔེར་ན་དེ་ཉིད་ལས། དགའ་བོ་མངལ་དུ་འཇུག་པ་
 བཅ་པོ་གཅིག་འདུས་པ་བརྒྱ་གཉིས་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་བྲུ། ལེའུའི་སྐད་དོད། པ་ཌ་གོས་
 སམ་སྒྲུམ་བྲུ་ལ་འཇུག་པས། གོས་ཀྱིས་སྒྲུང་བྲུ་མཆུ་རིང་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་འཆེ་ལས་
 བརྒྱུག་པ་དེ་བཞིན་དུ། རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རིམ་པ་གཉིས་པོ་འདིས་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་
 དང་། ལས་དང་། སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལས་བརྒྱུག་པས་ན་གོས་དང་འབྲ་
 བའི་བྱིར་ལེའུའོ། །ལ་ཉི་ཉི་ལེན་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་འཆེ་ལས་བརྒྱུག་བྱེད་དེ་
 གཞུང་འདིས་བརྒྱུད་བྱར་ལེན་པར་བྱེད་པས་ན་གཞུང་གི་ཆོགས་ལ་འང་ལེའུ་ཞེས་བྲུའོ། །རྒྱུ་
 འབྲེལ་པ་བཞི་སྒྲགས་ལ་གཞི་བྲུས་ཏེ་བཀོད། སྤྱིར་ལེའུའི་སྐད་དོད་མི་འབྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་དེ།

བ་ཏ་གོས་སམ་སྒྲིམ་བྱ་ལ་འབྲུག་བཞི་མ་ཏ་ཞེས་བ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བའམ་ཡོངས་སུ་བཟེ་
བས་ན་ལེའུ། བ་རི་ཆེད་ཅེས་བ་ཡོངས་སུ་གཙོད་བ་སྟེ། བཛོད་བྱའི་དོན་ཆེན་སོ་སོར་ཡོངས་
སུ་གཙོད་བས་ན་ལེའུ། ག་མ་རྟེན་ཞེས་བ་རིམ་བར་བྱེ་བ་སྟེ། བཛོད་བྱའི་དོན་རིམ་བ་སོ་སོར་
བྱེ་སྟེ་སྟོན་བས་ན་ལེའུ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ལེའུར་སྐད་དོད་མང་དུ་ཡོད་པར། མཁས་གྲུབ་
ཆོས་རྒྱུད་འབྲེལ་ཆེན་དེ་མེད་ཡོད་ཀྱི་ཆུ་ཆེར་བཤད་བ་ལས་གསུངས་སོ། །

ལོ། 1 ལྷ་བ་བཅུ་གཉིས་ལ་ཡོའམ་ཡོ་གཅིག་ཟེར། 2 ལ་མཐར་སྐྱར་རྒྱུད་ཆོག་སྤད་ཅིག་ལྷ་མ་ནམས་
ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 3 ཟུར་ཟའམ། གོ་རྒྱ་གཏོང་བ། ཟུར་གྱི་སྟོན་བཛོད་བ་
བཅས་ཀྱི་ཆོག་སྤད་ཅི་ལོ། གྲག་ཟེར། ཟེར་ལོ། །ཟེར་གྱིས། ཅེལོ། །དེ་སྐད་ཅེས་ཟེར་ལོ། །ནམས་
དོན་གཅིག་ཡིན། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། ཤེས་རབ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས། །ལྷན་པོ་
ཡོན་ཏན་མི་སྟོབ་ལོ། ། (ཟེར་གྱིས) བཀྲགས་ན་ཤེས་རབ་མེད་ཉིད་གྱིས། །ལྷན་པོས་འབད་བ་
ལྷག་པར་དགོས། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། 4 རུང་བ་དང་ཆོག་པའི་དོན། དཔེར་ན་ཟ་ཞེ་ལོ་
མི་ལོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 5 ཁུལ། ཚུལ་ལམ་ཚོལ། སྟོབ་ལོ་སྐྱར་ལོ་བྱས་བས་ཡར་སྐྱེད་མི་ཐོན་
ཅེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

ལོ་འཁོར་དག་བཤེས། ལོ་འཁོར་དེ་གའི་ནང་དག་བཤེས་དམ་བཅའ་འཛོག་མཁན་གྱི་བྱ་པའི་མིང་།
ལོ་འཁོར་ཀན་བ། ལོ་འཁོར་དེ་གའི་ནང་དག་བཤེས་དམ་བཅའ་འཛོག་མཁན་གྱི་སེར་བྱེས་མཁས་
སྟན་བྱ་ཆང་གི་ལྷ་རམས་འཛིན་བྱའི་མཆན་ཐོ་ཀན་ཤོས་ཀྱི་མིང་།

ལོ་རྒྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་ཐོ་གཞུང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་ཐོ་གཞུང་ཞེས་བར་གཟིགས།
ལོ་ཐང་། རྒྱལ་པོའི་དབྱ་ཡིན་ཞེས་ནམ་འབྲེད་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བས་ལོ་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་དབྱལ་
པའི་དབྱའོ། །ཞེས་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་བ་གསུང་།

ལོ་དྲུག་གི་སྟན་གྱི་སྤང་བ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་བཅུ་བཞི་བ། ལོ་དྲུག་གི་སྟན་གྱི་སྤང་པའི་འོ་
ཏི་ནི། བཅས་ལྷན་དག་སྟོང་གིས་སྟན་ལྷ་མ་བྱས་ནས་ལོ་དྲུག་མ་ལོན་བར་གླིངས་པའི་སྟན་
རང་རམ་བསྐྱོས་པས་ཟེན་བར་བྱས་བ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤང་གཞི་ནི།

མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སྤོང་རབ་ཏུ་མང་པོས་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་
སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཚོག་མི་ཤེས་པ་དང་། དོན་དང་བྱ་བ་མང་བཤོ། །

ལོ་ནད་སྟན་འབྱུང་། སྟན་ལས་ལངས་མ་ཐུབ་པར་ལོ་མང་པོར་ནད་ཀྱིས་མནར་བའི་དོན། རྩེ་མི་ལའི་
ནམ་ཐར་ལས། དེ་ནས་ཞག་འགའ་སོང་བ་དང་། བཅུན་མོ་དེ་ལོ་ནད་སྟན་འབྱུང་གིས་ཐེན་ཏེ་
སྟན་དབྱང་རིམ་གྱི་ཅི་བྱས་ཀྱང་མ་ཐན་པར་ཡུན་རིང་ན་སྟེ་འཆི་ལ་ཐུག་ཀྱང་འཆིར་མ་འདོད་
པའི། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ལོ་ལྷགས། ལོ་ཐོག་དང་སྟོ་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱེད་མེད་།

ལོ་བེའུ་མ། ལོ་ལྟར་བེའུ་འབྱེན་པ། ལའི་བཞེན་བེའུ་སྐྱེས་པ། སོ་བོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྐྱར་གསེར་
ཀྱི་སྤོང་མཛེས་ལ་གཞི་བྱས།

ལོ་མ། ། ཡན་ག་སྤྱ་མོའི་སྟེ་མོར་སྐྱེས་པའི་དབྱིབས་ལེབ་མོར་སྐྱེས་པ་དེའི་མིང་། དེ་ལ་འདབ་མ་ཡང་
ཟེད། དབྱིན་སྐད་དུ་ leaf ཟེར་བ་དེའོ། །² ཤིང་གི་ཡལ་ག་སྤྱ་མོ་ལའང་ཟེད། ལྷང་ནམ་འབྱེད་
ཀྱི་འགྲེལ་པ་༼ ཚུ་༽³ རྟེན་ལས། ལོ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡལ་ག་སྤྱེའུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལོ་མ་དང་འདབ་མ། ལོ་མ་ནི་འདིར་ཡལ་ག་སྤྱ་མོའི་མིང་ཡིན་ལ། འདབ་མ་ནི་ཤིང་ལོའི་མིང་རོ། །

ལོ་མའི་བཅའ་བ། (འདུལ་བ) བཅའ་བ་ལྷའི་ནང་གསེས་ཤིག ལ་ལུག་གི་ལོ་མ་ལྟ་བུ།

ལོ་མའི་ལྷར་མ། ཤིང་ལོའི་ལྷམ་པོ་སྟེ། རྒྱ་གར་དུ་སྤྱིར་མའམ་ཟས་སྟོད་ཀྱི་ཚབ་ཏུ་གེ་ལའི་ལོ་མ་བེད་
སྟོད་བྱེད་པས། དེ་འབྲའི་ཤིང་ལོ་མང་པོ་བཅེགས་ནས་བཞག་པ་ཟེར་བར་སྟུམ་མོ། །དབྱངས་
ཅན་དགའ་སྟོའི་འདུལ་བའི་སྤོང་འབྱུང་ལས་སྤྱང་བའི་བརྟ་བཤོལ་ལའམ་ལས། རྒྱ་གར་བ་
ནམས་ཤིང་ཏ་ལའི་ལོ་མར་འབྱས་ཆན་སོགས་སྤངས་ནས་ཟ་ཟེར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་།
དེ་ནི་ཤིང་ཐོག་གེ་ལའི་ལོ་མ་ཡིན་གྱི། ཏ་ལའི་ལོ་མ་མ་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟ་མཚོ་བསམ་གཏོང་དུས་
རྒྱ་གར་གྱི་ལུགས་སོལ་དེ་གཅིང་སྤྱ་ལྷན་པའི་ལུགས་སོལ་བྱང་དུ་འབགས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
སྟངས་རོ། །

ལོ་རྩེ། (ལེགས་སྐྱར) ལོ་རྩེ་དང་འབྲ།

ལོ་རྒྱུ་བ། འཛིག་རྟེན་མིག་སྟེ། སྐད་གཉིས་སྤྱོད་པའོ། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་
དོན་རང་གིས་དབྱིས་ཕྱིན་པ་སྤྲུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་སློན་ས་རང་སྐད་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པའི་
བཀའ་འཛིན་ཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་སྦྱར་བྱེད་རྣམས་ལྟ་བུ། དེས་ཆིག་ནི། ལོ་རྒྱུ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་
དེ། བསྦྱར་ན་འཛིག་རྟེན་མིག་ཅེས་པའོ། །དེ་ཡང་ལོ་ནི་ལོ་ཀ་སྟེ་འཛིག་རྟེན། རྒྱ་ནི་ཅ་སྟེ་ཅ་ལྟ་
སྟེ་མིག་གོ། ཡི་གེ་བསྐྱས་པས་ལོ་རྒྱུ་ཞེས་བྲ། བཞི་བོད་སྐད་ཀྱི་བདག་སྤྱོད། །དོགས་གཙོད།
ཅ་ལ་རྒྱ་ཞེས་འབྲི་སྟེ་ལོ་ལ་ལྟ་སྦྱར་མང་དུ་སྤྱང་སྟེ། དཔེར་ན་ཅ་རྩ་ལ། རྒྱ་ལྟ་ཞེས་བྲིས་པ་དང་།
སུམ་ཅལ་ལ། སུམ་རྒྱ་ལ་ཞེས་བྲིས་པ་དང་མཚུངས་སོ། །རྒྱ་རྩ་ནི་འདུན་པ་དང་། སུམ་རྒྱ་ལ་ནི་
ཀུན་བརྟུས་ཞེས་པའོ། །ལོ་ཅ་ལ་ལོ་རྩ་ཞེས་འབྲི་སྟེ་ལ་ལོ་ལ་ལོ་ལ་ཆེར་མ་དག་རྒྱ་
འབྲམས་སུ་སོང་བ་ཡིན་སྟེ་ཡང་དབྱེད་དོ། །

ལོ་རྩ། (ལེགས་སྦྱར) སྐད་བསྦྱར་བའི་བྲ་བའི་མིང་། དཔེར་ན། ལོ་རྩ་བསྐྱབ། ལོ་རྩ་བཅོལ་ཏེ་སྐད་
བསྦྱར་ལྟ་བུ།

ལོ་རྩ་བ། ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་གཞིགས།

ལོ་རྩ་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་བསྦྱར་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱབ་བྲ། ཆོས་བསྦྱར་རྒྱལ་གྱི་ལམ་སྟོན་བསྐྱབ་བྲ་འདི་
ཉིད་གཙོ་བོ་སོག་ཡུལ་གྱི་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ལུང་སྦྱོར་པའི་དོན་རྟེན་བསྐྱལ་བ་ཡིན་
ཅུང་། དེར་དུས་བོད་ཡིག་ཐོག་བཞུགས་པའི་བཀའ་བསྟན་རྣམས་དབྱིན་ཡིག་སོགས་སྐད་
རིགས་གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས། ཆོས་བསྦྱར་བའི་ཆེ་
མ་སྦྱད་འདོགས་རྒྱལ་སོགས་སྤྱོད་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཤ་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱིས་
ཐག་གཙོད་མཛད་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྱི་ལམ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་
ཞིག་མེད་པའི་ཁྱེན་གྱིས། དེར་སང་གི་ལོ་རྩ་བ་ཆོས་སོ་སོའི་རང་འདོད་ཀྱིས་གཞི་གཅིག་ལ་
མ་སྦྱད་མི་འད་བ་སྤྱོད་ཆོག་སེམས་སྦྱར་བའི་ཁྱེན་གྱིས་སྤྱི་ལམ་ལོ་རྣམས་མགོ་བོ་རྫོངས་ཤིང་
གཞུང་དོན་ཆེགས་མེད་དུ་རྟོགས་མི་སྤྲུབ་པ་དང་། ལྷག་པར་འདིས་འཇུག་གཞི་བྲས་ཏེ་
གཞུང་དོན་གྱི་གོ་བ་ལོག་སྤྱོད་ཏུ་སོང་བ་སོགས་མཛོད་ཆོས་སུ་གྱུར་པས། སྤྲན་ཆད་དེ་ལྟ་

བུའི་ཉེས་སྒྲོན་མི་འབྱུང་བའི་སྤང་དུ་ལྷང་སྤྱི་རེན་པོ་ཆེའི་ཆོས་བསྐྱར་རྩལ་གྱི་ལམ་སྒྲོན་བསྐབ་
 བྱ་འདི་ཉིད་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་དག་ལ་བལྟ་བའི་མིག་ལྟར་མཐོང་ནས་འདིར་འགོད་པའི་ངལ་བ་བྱས་
 སོ། །ཆོས་བསྐྱར་བའི་སྒྲོན་འགྲོའི་རྩལ་དུ་བོད་ཀྱི་བྱམ་མོང་མིན་པའི་སྤུམ་རྟགས་དག་གསུམ་
 དང་སྤྲན་དག་བཅས་པར་ཐོས་བསམ་ནས་མ་ཞིག་དགོས་གཤེས་ཆེ་ཞིང་། དེ་མེད་ན་བོད་ཀྱི་ཁ་
 དཔེར་བ་དེའི་ཉལ་སྤངས་ལ་བལྟས་ན་མེད་སྤྱི་ལྟོག་ཅིག་སྤྱི་བར་འདུག་ཅེས་པའི་དཔེ་ལྟར་
 འབྱུར་ཉིན་ཡོད། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་མོལ་བ་དོན་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་ཐར་བ་
 དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མིག་དུ་གྱུར་བ་ཤི་སྤྲུག་ཡིན་པས།
 སྤྱིར་བྱེད་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྩལ་འདི་ཉིད་འཛིག་རྟེན་དུ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་ན་ཅི་རུང་
 སྤུམ་པའི་བསམ་བསམ་བྱུང་བ་སྤྲན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ཡིད་ལ་བརྟགས་ཏེ། ཁེ་འདོད་
 དང་གྲགས་འདོད་དང་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བའི་སེམས་སྤངས། གཟུ་བོའི་སྒྲོས་ཆོག་དང་དོན་གྱི་ཆ་
 ལ་ལེགས་པར་དབྱེད། རང་གིས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཤེས་པ་རྣམས་མཁས་པར་གྲགས་པ་
 མཆོག་དཔལ་སུ་ལ་ཡང་རུང་སྟེ་ལེགས་པར་རྒྱས་ཤིང་ཐེ་ཆོས་བཅད་ནས། ཆོག་གསལ་ཞིང་
 གོ་བདེ་བ་དོན་དང་མི་འགལ་བར་བྱས་ཏེ་ལེགས་པར་བསྐྱར་ན། རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་
 ལེགས་ཆོགས་དུ་མ་སྤེལ་བར་བྱས་ཤིང་། རྒྱལ་བའི་བསྤྲན་བ་ལ་བྱ་བ་བྱས་པར་འབྱུར་བས་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་གཞལ་དུ་མེད་པ་འཛོལ་པར་འབྱུར་གྱི། གཞན་དུ་ན་རང་ཉིད་མཁས་
 པ་མིན་ཀྱང་མཁས་པར་སྒྲོམ་པས་རྟེན་གསལ། གཞན་མཁས་པར་གྱུར་ཀྱང་དེ་ལ་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་
 བའི་ཡིད་ཀྱིས་སྤང་བས་སྒྲོ་མིག་བསྐྱེད་སྤྲུག་ དམ་པའི་ཆོས་ལ་གཤེས་རྒྱུ་དུ་བཟུང་བས་ཉི་མ་
 འཕུལ་ཐབས་ཀྱི་སྤྱོད་བསམ་པོ་ཉི་རིམ་མང་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་དགའ་བ་དག་གིས་ནི། སངས་
 རྒྱལ་གྱི་བཀའ་འདི་མ་མེད་པ་ལོག་བཤད་ཉེས་བཤད་ཀྱི་བཙོག་རྩུས་བསྐྱར་པའི་འབྲས་བྱ་རང་
 གཞན་ཀྱང་ལ་འདི་བྱིར་བཙོད་པར་དགའ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་ལ་ཅིར་ཡང་མི་སེམས་
 པར་ཟད་དོ། །དེ་ལྟར་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དཔྲིགས་ལེགས་པར་ངེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱར་
 རྩལ་དངོས་ལ། གཞུང་གི་ཆོག་རྣམས་བོད་སྤྱི་ཀྱི་གོ་རིམས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་ན་རང་

སྐད་ལ་གོ་བདེ་ཞིང་། རོན་འབྲུགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ནམས་ནི་དེ་རིམ་ལ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་
བར་བྱ་ཞིང་། དེ་ལྟ་མེད་ཡིན་པར་ཆེན་གོང་ལོག་བསྐྱར་ཞིང་དཔྲགས་ན་དོན་གོ་བ་གསལ་ཞིང་
བརྗོད་བདེ་བ་ནམས་ནི་ཆེན་གསལ་བཅད་ཡིན་ན་ལོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གི་ནང་དུ་གང་བདེ་བར་སྐྱར་
ཞིང་བསྐྱར་བ་དང་། ཆེན་ལྷག་པ་ནམས་ནི་ཆེན་གཅིག་གསལ་གཉིས་སམས་གསལ་སོགས་
ཆེན་སྐྱེ་ཕྱི་འབྲུགས་པར་མི་འགྱུར་བ་གལ་ཆེ་ལ། དེ་ཡང་ཆེན་དེ་ཀའི་རྩས་པ་འདོན་ལུགས་
ལ་ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་སོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་མོད་སྐད་རིམ་ལ་བཞིན་བསྐྱར་ན་རང་
སྐད་ལ་ཆེན་ལྷག་ཏུ་ཅང་མང་བས་དོན་གྱི་ཆ་བསྐྱབས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་མང་དུ་ཡོད་བས། དེ་ལ་
ནི་དོན་ལ་མི་གཞོད་པར་བྱས་ཏེ་ཆེན་ལྷག་ནམས་དོར་བས་ཆེན་ལ། སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་
ཆེན་ཟུང་ཅུང་ཟད་རེ་མ་བསྐྱེན་ན་དོན་གྱི་རྩས་པ་མི་རྩོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ཡོད་བས། དེ་ལ་ནི་
དོན་གསལ་བ་ལ་པན་ཞིང་ཆེན་རོར་མ་སོང་བའི་སྐད་ཟུང་བསྐྱེན་ནས་བསྐྱར་བར་
བྱའོ། །མིང་གཅིག་དོན་དུ་མར་བསྐྱེག་ཏུ་བྱང་བ་ནམས་ནི་ལྷག་ལོག་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་
ཏེ། རྟོགས་གཅིག་ལ་ཐག་གཅོད་དུ་བྱང་ན་གར་བསྐྱེགས་པ་དེར་བསྐྱར་ལ། ཐག་གཅོད་དུ་མི་
བྱང་ཞིང་རང་སྐད་ལ་རྟོགས་གཉིས་ཀར་བསྐྱེག་པའི་སྐད་དོད་མ་རྟེན་ན་ནི་མོད་སྐད་སོར་
གནས་སུ་གཞག་པར་བྱའོ། །ཡང་བཅ་བྱུང་དང་རྒྱལ་སྒྲོན་ལ་སོགས་པའི་གང་ཟག་གི་མིང་
དང་ཡུལ་དང་མེ་ཏོག་དང་ཅི་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་མིང་བསྐྱར་ན་གོ་དཀའ་ཞིང་ཆེན་མི་བདེ་བ་
དང་། འོལ་སྦྱར་བསྐྱར་དུ་བྱང་ཡང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་མིན་གཏོལ་མེད་པ་ནམས་ལ་ནི་མིང་གི་
མགོ་མཇུག་རིམ་རིམ་པར་བརྗོད་དང་རྒྱལ་པོ་དང་། མེ་ཏོག་ཞེས་སོགས་གང་ལ་བྱ་བའི་
མིང་གཅིག་སྐྱེ་ཐབས་སུ་བསྐྱེན་ནས་རྒྱ་གར་སྐད་དམ་མོད་སྐད་སོར་བཞག་ཏུ་གཞག་པར་
བྱའོ། །གཞུང་ཆེན་མོའི་འབྲེལ་བ་ནམས་ལ་རང་རང་གི་རྩ་བའི་དཔེ་སྐད་བསྐྱར་ཐེན་པ་ཡོད་ན་
འབྲེལ་བའི་ནང་གི་རྩ་བའི་ཆེན་གྱི་དེ་དང་མཐུན་པར་བྱ་ལ། མེད་ན་སྔོན་དུ་རྩ་བའི་དཔེ་
བསྐྱར་ཞིང་དེ་ཡང་འབྲེལ་བ་ལ་བསྐྱེན་ནས་བསྐྱར་བར་བྱའོ། །ཞོལ་ཕྱིར་ཞོལ་གྱི་རྩོད་པའི་
ཆེན་ནམས་ནི་པན་རྩོད་གཉིས་ཀའི་བསམ་པའི་གདེངས་དང་རྩོད་པ་འགྲོ་ལུགས་ལེགས་

བར་བརྟགས་ཏེ་སྐབ་དག་དང་སྐྱོན་པའི་དག་ཚོ་ཞིང་གོ་བདེ་བའི་ཆོག་གིས་བསྐྱར་
 དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་བསྟོད་པའི་ཆོག་དང་། སྐད་པའི་ཆོག་དང་། སྐྱོ་བར་འགྱུར་བའི་ཆོག་
 དང་། འཛིགས་པའི་ཆོག་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་ནི། རང་སྐད་དུ་ཀུན་ལ་གྲགས་པ་རུས་པ་ཆེ་ཞིང་
 ཡིད་འཁུལ་བྱུབ་པ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་ཆོག་གིས་བསྐྱར་བར་བྱ་ལོ། །གཞུང་གིས་དོན་
 ལེགས་པར་མ་ཤོད་པའམ་ལོག་པར་བཤད་པར་མངོན་པ་འགའ་ཞིག་འདུག་ནའང་གཞུང་
 ཚུམ་པ་མོས་ཇི་ལྟར་བརྟམས་པ་ལྟར་བསྐྱར་བར་བྱ་ཡི། གཞུང་གཞན་གྱི་ལེགས་པར་བཤད་
 པ་ལས་སྒྲངས་ཏེ་འཆོས་པར་མི་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་སློབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་
 སོ་སོ་བ་རྣམས་འཁྲག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གདམས་དག་གི་གཞུང་རྣམས་སུ་ལྟ་དང་
 རྩས་དང་གངས་སོགས་ཀྱི་མིང་གསལ་ཆོག་གཞན་གྱིས་བསྟན་པ་རྣམས་ནི་དེ་རིམ་བཞིན་
 བསྐྱར་བར་བྱ་ཡི། རང་མིང་རྩེན་པར་མི་བསྐྱར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་གསལ་བའི་དགོས་པ་མེད་པར་
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་སྟན་དག་གི་སྐབས་སུ་མདོན་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་བོང་བྱ་
 ལ་མ་གྲིན་བཟང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་མིང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱར་བར་བྱ་ཡི་རང་མིང་གིས་མི་
 བསྐྱར་ཏེ། གཞན་དུ་ན་མི་མཛེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རྩ་བའི་རྣམ་ཤེས་དང་
 ཀུན་གཞི་ཞེས་པ་གཉིས་དོན་བསྟེན་པའི་གཞི་པལ་ཆེར་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་པལ་ཆེན་སྟེ་པ་དང་
 སེམས་ཅན་པ་གཉིས་ཀྱིས་མིང་འདོགས་ལུགས་དང་བཤད་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་
 རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་གཞུང་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་བསྐྱར་བར་བྱ་ཡི། དོན་གཅིག་པ་
 ལ་བསམས་ནས་ཐ་སྙད་པན་ཚུན་བསྟེན་བར་མི་བྱ་ལོ། །ཡང་བདེན་པར་བྱུབ་པ་དང་། རང་གི་
 མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པ་གཉིས་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བ་ལྟར་ན་དོན་གཅིག་པས་གཅིག་ཡོང་
 སར་གཅིག་ཤོས་སུ་བསྐྱར་ཆོག་པའི་སྐབས་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ལྟར་ན་དེ་
 གཉིས་ཤིན་ཏུ་མི་འདྲ་བས་དོན་གཅིག་པར་བྱེད་མི་རུང་བ་ལྟ་བུ་ཡང་མང་བས། ལེགས་པར་
 དབྱུད་ནས་རང་རང་གི་ལུགས་ལྟར་བསྐྱར་ཤེས་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་བདག་མེད་དང་
 བདེན་མེད་གཉིས་ཀྱང་དབྱུ་མ་པ་ལྟར་ན་འགངས་འདྲན་ཡང་། བྱུ་མ་མཐའ་ལོག་མའི་སྐབས་

སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་ཁས་ལེན་ཀྱང་བདེན་མེད་དུ་ཁས་མི་ལེན་པ་སོགས་ཀྱི་
ཁྱད་པར་འགངས་ཆེ་བ་ནམས་ཀྱང་བྱེད་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་དོན་གཅིག་
དུ་བཤད་པ་མཛོད་བས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་དོན་གཅིག་པར་བཟུང་ནས་མ་བཟླག་པར་ཐ་
སྟོང་པན་ཚུན་བསྐྱེས་ནས་བྱུབ་མཐའ་ནམས་ཀྱི་མི་འབྲུ་བའི་ཁྱད་པར་མཐའ་དག་འཆོལ་བར་
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །གཞན་ཡང་། གྲུབ་པ། བསྐྱབས། འགྲུབ་པ། ཞེས་དང་། བཅོམ། གཞོམ།
འཛོམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འདས་པ་དང་ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པའི་ཆོག་གི་ཁྱད་པར་ནམས་དང་།
འདིས་རྟེན་པ་དང་། འདི་རྟེན་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་དང་། ལས་ཀྱི་སྐྱས་བསྟན་པའི་ཁྱད་པར་དང་།
སངས་རྒྱས་ཁོན་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་ཞེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ཁོན་ཞེས་
པ་ལྟ་བུ་ཁོན་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཆོག་གི་གོང་འོག་དུ་འཇུག་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་གཞན་ལྷན་ནས་
གཅོད་དང་། མི་ལྷན་ནས་གཅོད་ཀྱི་ཆོག་དུ་འགྱུར་ཚུལ་དང་། འཕྲལ་བ་ཞེས་པ་བརྟགས་པ་ལ་
སོ་སོར་བྱེ་བའི་དོན་ལ་འཇུག་ནའང་བརྟེན་ལ་དབྱལ་བའི་སྐད་དོད་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་སོགས་
མང་དུ་ཡོད་པ་ནམས་ལེགས་པར་ལྟག་འོག་ལ་བཟླགས་ནས་བསྐྱར་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་
རང་སྐད་ལ་ཆོག་བཅད་དང་ལྟག་པ་ཁྱད་པར་དང་། ཆོགས་བཅད་ཀྱང་རྒྱུ་པ་རིང་བྱང་
སྟོམས་པ་སོགས་བོད་སྐད་རིམ་ལྔ་བ་བཞིན་མི་འབྱུང་ནའང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནམས་ནི་སྟོན་
འཛེབས་དོན་རྟོགས་པ་གོ་སྐྱབ་པ་རྒྱུ་པ་རིང་བྱང་ཀྱང་པལ་ཆེར་སྟོམས་པ་བྱ་ཞིང་བསྟོད་པ་
དང་གསོལ་འདེབས་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་ལ་རང་སྐད་ལ་གྲགས་པའི་མགོ་མཚུངས་ཀྱི་རྒྱན་ལྟ་བུ་
བྱས་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་ལ། གཞུང་ཆེན་མོ་ནམས་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མི་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ཆོག་
ལྟག་མང་དུ་འཇུག་པས་དོན་བསྐྱེབས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །གཞན་ཡང་བརྟེན་ཀྱི་གཞུང་
འདི་དང་གཞན་དག་དུ་མི་འབྱུང་བའི་བརྟེན་གསར་དུ་སྟོར་དགོས་པ་བྱུང་ན་རང་རང་གི་སར་
འདོད་པས་རང་དགར་མི་འདོགས་པར་བསྐྱར་བའི་བྱར་གཏུགས་ཏེ་གཞུང་དང་གཏན་
ཆོགས་དང་མི་འགལ་བར་བསྐྱར་བར་བྱ་ལོ། །ཞེས་ལྷང་སྐྱ་རོལ་པའི་རྩི་རྩི་གསུང་ལ་འཕྲི་
སྟོན་ཅུང་ཟད་ཀྱིས་བཀོད་དོ། །

ལོ་རྒྱ་བ་སྐྱོན་ཤེས་རབ། རྟོག་ལོ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་སྐྱོན་ཤེས་རབ་དང་འབྲ།
 ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ། སྲོང་བཅོན་འབྲུངས་ནས་ལོ་སྤུལ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུ་འདས་པ་ས་པོ་
 ཉི་ལོ་ལ་ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་འབྲུངས། དགུང་གངས་བཅུ་གསུམ་བཞེས་པའི་ཆེ་
 མཁན་པོ་ཡེ་ཤེས་བཟང་པོ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། ལོ་རྒྱ་བ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ལོ་དེ། མྲའ་དར་གྲིས་
 བསྟན་པ་བསྐྱབས་པའི་ལྷགས་བྱ་ནས་ལོ་བདུན་ཅུ་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་པ་བྱུང་བ་ཡང་དབུས་
 གཙང་ལས་མངའ་རིས་སྤྱ་བར་མངོན་ལོ། །ལོ་རྒྱ་བས་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞེས་པ་ལ་རྩོ་བོ་རྩེ་རྩོ་
 བོ་དེ་དུས་དགུང་གངས་སུམ་ཅུ་སོ་གཅིག་ཡིན་པོད་དུ་བྱོན། ལོ་རྒྱ་བས་མཇུག་གྱིར་ལོ་ཆེན་
 འདི་སྤྱ་གཞོན་པ་ནས་ཁ་ཆེར་བྱོན། སྤགས་མཆན་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ལྷགས་མང་པོ་བསྐྱར།
 མཁྱེན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་མདོ་སྤགས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་བསྐྱར། རྩོ་བོ་ཨ་ཉི་ཤ་ཐོག་མར་བོད་དུ་
 སེབས་ནས་མཇུག་པའི་ཆེ། ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ལ། པཱི་ཏ་ཡོན་ཏན་ཁོ་
 བོ་བས་ཆེ་བ་དག་འཛོད་ཀྱི། ལྷ་སྤྱ་མས་སྤྱན་དྲངས་པས་ཞབས་ཉོག་ཅིག་བྱ་དགོས་དགོངས་
 བས། རང་གི་གནས་མཐོ་ལྗོངས་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སྤྱན་དྲངས། དེ་ན་རྒྱུད་སྤྱེ་གོང་ལོག་གི་
 ལྷ་རྣམས་ཐོག་གི་རིམ་པ་བྱས་ནས་བྲིས་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ལ། རྩོ་བོས་སོ་སོར་བསྟོད་པ་
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་རེ་མཛད་དེ། སྟན་ལ་བཞུགས་པ་ན། ད་ཅི་ནས་མཛད་པའི་བསྟོད་པ་དེ་
 རྣམས་སུས་མཛད་ཅེས་ལོ་རྒྱ་བས་བྲིས་པས། དེ་ཁོ་བོ་རང་གིས་འབྲུལ་དུ་བགྲིས་པ་ལགས་
 གསུངས་པས། ལོ་རྒྱ་བ་འཛིགས་ལུ་སྤྱེ་སོང་། རྩོ་བོས་ལོ་རྒྱ་བ་ལ། བྱིད་ཀྱིས་ཆོས་ཅི་དང་
 ཅི་མཁྱེན་གསུངས་པ་ན། རང་གིས་མཁྱེན་པ་རགས་རིམ་ཞིག་ཞུས་པས། རྩོ་བོའི་ཞུས་ནས།
 ཨོ་བྱེད་ལྷ་བྱ་བོད་ན་བཞུགས་ནས་སྤང་བས། ཁོ་བོ་བོད་དུ་འོང་མི་དགོས་པར་འདུག་པ་ལ་
 ཞེས་གསུང་ཞིང་། ལྷགས་ཀར་ཐལ་ལོ་སྤྱར། ལོ་རྒྱ་བ་ཤིན་ཏུ་ལྷགས་ཆེས་པར་གྱུར་ནས་འདི་
 བོ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་ཆེན་པོའི་སྤུལ་དུ་དགོངས་ནས། བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་། ཉི་མི་སྤང་
 བ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་འབྲེལ་ཆེན་ལ་སོགས་པ་སྤར་བསྐྱར་བ་མང་པོ་ལ་ཞུས་དག་ཞུས། རྩོ་
 བོས་ཁོ་བོ་དབུས་སུ་འགྲོ། དེར་དེད་ཀྱི་བྱི་ལ་ལོ་རྒྱ་བ་བྱིད་པ་ལ་འབྱོན་དགོས་གསུངས་པས། ལོ་

རྩ་བ་ཆེན་པོ་དེའི་ཆེ་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བ་ཡིན་པ་སྟེ། དབུ་ཞུ་ཕུད་ནས་ཁོ་བོའི་མགོ་བོ་
འདི་བཞིན་དུ་སོང་བས་ཕྱགས་ཕྱི་མ་རྩལ་ཞེས་ཞུས། བ་ལོ་ལ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱོགས་
གཉིས་ཀའི་བཤད་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད། དབང་དང་སྦྱུ་བའི་ལག་ལེན་མང་དུ་བསྟན་ཅིང་།
བསྟན་པ་སྦྱ་དར་ལས་ཕྱི་དར་སྦྱགས་ཀྱི་བསྟན་པ་བོད་དུ་དར་བ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ལོ་རྒྱ་བ་འདི་
ཁོ་ནའི་བཀའ་འདྲིན་ཡིན། བརྗེ་ཏ་བདུན་ཅུ་ཙུ་བ་སྟེན་ནས་དམ་པའི་ཆོས་མང་དུ་གསལ། ལྷ་
ཆེན་པོ་སྦྱ་ལྟེ་བཙན་གྱིས་དབུའི་མཛོད་གནས་དང་རྗེ་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་དུ་བཀྲུ། སྤར་མངས་ཀྱི་
ཞེར་གྱི་གནས་གཞི་ཕྱལ། གཞུག་ལག་ཁང་ཡང་བཞེངས། ཁ་ཙའི་གཞུག་ལག་ཁང་དང་།
རོང་གི་གཞུག་ལག་ཁང་ལ་སོགས་པ་གནས་གཞི་དང་གཞུག་ལག་ཁང་དང་མཛོད་རྟེན་མང་
དུ་བཞེངས། གྲུང་ཤིང་བརྗོད་འགྲུལ་རྒྱལ་མཛན་ལ་སོགས་པའི་སྟོབ་མ་མཁས་བྱུ་མང་པོ་
དང་། ཞུས་ཆེན་པེར་བའི་ལོ་རྒྱ་བ་ཡང་བཅུ་ལྷག་ཙམ་ཐོན། འཕྲལ་གྱི་མཛད་པ་ཡང་སྦྱ་
གཞུགས་བཞེངས་པ་དང་འགྱུར་མཛད་པ་ལ་སོགས་པེ་རེའི་རྗེས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མི་སྟོགས་
པ་དང་། མཛན་ཡང་དག་པར་བཛོད་པ་ཡང་སྤྱི་ཏའི་སྐད་དུ་འབྲུམ་སྟག་གཅིག་བོད་ཀྱི་
སྐད་དུ་འབྲུག་སྟག་གཅིག་གཞན་ལ་ཡོན་ཕྱིན་ཏེ་འབྲུམ་སྟག་གཅིག་རྣམས་བཏོན། མཐར་ཐོ་
བོ་རྗེས་སྦྱུ་བ་པ་ལ་བཅུད་དེ། སྦྱུ་བ་ཁང་གི་ཕྱི་རོལ་ན་སྟོ་སུམ་རིམ་ཡོད་པ་ལ། ཕྱི་མ་ལ་སྟོ་
འདིའི་ནང་དུ་འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པའི་སྟོ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་སྟེན་ན། བསྟན་སྤར་རྣམས་ཀྱིས་
མགོ་བོ་ཁོས་བྱ་བ་དང་། བར་པ་ལ། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྟོ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་སྟོ་འདིའི་
ནང་དུ་སྟེན་ན་བསྟན་སྤར་རྣམས་ཀྱིས་མགོ་ཁོས་བྱ་བ་དང་། རང་མ་ལ། སྟོ་འདིའི་ནང་དུ་མ་
མལ་གྱི་རྣམ་རྟོག་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་སྟེན་ན། བསྟན་སྤར་རྣམས་ཀྱིས་མགོ་བོ་ཁོས་བྱ་བ་
རྣམས་ཁྲིམ་ནས། རོ་བོ་ཐེགས་རྗེས་ལོ་བཅུའི་བར་སྦྱུ་བ་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཛད། དགྲུང་ལོ་དགྲུ་
བཅུ་ཙུ་བ་རྒྱུད་པ་ཤིང་མོ་ལུག་ལ་ཁ་ཙའི་མིང་གིར་དུ་སྦྱང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་
ཆེ། རྣམ་མཁའ་གང་བའི་སྦྱ་རྣམས་ཀྱིས་རོལ་མོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྟོག་པ་དང་། མེ་རྟག་གི་ཆར་
འབབས་པ་ལ་སོགས་པ་གྲོང་པའི་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛོན་སུམ་དུ་

ལྷུར། མདུང་གཏན་མ་བྱུང་བས་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་ཞེས་གྲགས། རིང་བསྐལ་ལོམ་མ་
སེལ་མདོག་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་དམར་བ་གསུམ་བྱུང་བ་ཡང་། ལུན་མི་རིང་བ་ཞིག་ན་འབྲུག་གི་སྐྱ་
དང་བཅས་ཏེ་ནམ་མཁའ་སོང་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་དེབ་སྔོན་༤༤ སོགས་ལས་འབྱུང་བ་
ལྟར་ལོ། །

ལོ་ལེགས། ལོ་ཐོག་ལེགས་བཤམ། སྔོན་ཐོག་ཡག་པོ་བྱུང་བའི་དོན།

ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ། ལོ་གསུམ་དང་ཆེ་བ་ཕྱེད་གསུམ། ལོ་གསུམ་ནི་གོ་སྐྱ། ཕྱོགས་གསུམ་ནི་
ཆེ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་དང་དམར་ཕྱོགས་རེ་རེར་བཅིས་བས་ཆེ་ཕྱེད་གསུམ་སོ། །ལོ་གསུམ་
ཕྱོགས་གསུམ་ལ་ཞག་གངས་ཆེག་སྟོང་ཆེག་བརྒྱ་ཉི་ལུ་ཅ་ལྟ་ཡོད། བོང་གི་དཀར་ཕྱོགས་
དང་དམར་ཕྱོགས་ཞེས་བ་ནི། ཡར་ངོ་ལ་ཆེ་བའི་དཀར་ཆ་འཕལ་བ་དང་། མར་ངོ་ལ་དམར་
ཆ་འཕལ་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན།

ལོག་འགྲུར། ལོག་སྐྱར་དང་འབྲ། མཆོ་རྒྱུ་སོགས་སུ་ལོག་འགྲུར་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་
ནི་སྐྱ་ལོག་འགྲུར་དུ་བསྐྱར་བའོ། །ཞེས་དང་། སྐྱ་ལོག་འགྲུར་དུ་བསྐྱར་བས་བོད་དཔེ་ལ་ཆོ་
གའི་ཆེག་གི་ཐ་མར་སོང་བ་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

ལོག་སྐྱར། སྐྱ་ལོག་སྐྱར་ཏེ། ཆེག་འགའ་ཞིག་ལྟག་ལོག་གོ་ཞྭ་སྟེ་བསྐྱར་བ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་གང་
ཡིན་ཞེས་བའི་ཆེག་འདི་སྤྱི་ཏེ་སྐྱ་ལ་ཆོ་གའི་ཆེག་གི་དང་པོ་ན་ཡོད་ཀྱང་། སྐྱ་ལོག་ (མ་ཕྱི་
ལ་ལོག་འགྲུར་ཞེས་འབྱུང་) སྐྱར་དུ་བསྐྱར་བས་བོད་དཔེ་ལ་ཆོ་གའི་ཆེག་གི་ཐ་མར་སོང་བར་
ལྟ་བུའོ། །ཞེས་མཆོ་རྒྱུ་ལྟར་བཀོད།

ལོག་སྐྱབ། 1 དེན་ལན་ལོག་འཇལ་བྱེད་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མི་བཟོད་བ་དང་བཟོད་བའི་
སྤྱོད་ཡོན་ཤེས་རབ་གྱིས་རྟོགས་ནས་སེམས་བརྟལ་བས་ལོག་སྐྱབ་དང་སྐྱག་བསྐལ་གྱིས་མི་
འཕྲོག་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 གོ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ལེན་པ། གོ་བ་ལོག་སྐྱབ་
ཅེས་བ་ལྟ་བུ།

ལོག་འཇལ། དེན་ལན་ལོག་འཇལ། ལོག་སྐྱབ་དང་དོན་གཅིག

ལོག་ལྷ། ལོག་པར་ལྷ་བ་དང་དོན་འདྲ།

ལོག་དད་སེལ། ལོག་པར་དད་སེལ་དང་དོན་འདྲ།

ལོག་འདེན། <བི་རྒྱ་ཡ་ཀླ> ལྷ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོའི་བྱ་ལོག་འདེན་ཏེ། ཆོག་ས་བདག་སྒྲུང་སྤེའི་མིང་།
བི་རྒྱ་ཡ་ཀླ་ལ་གཟེགས།

ལོག་གཞོན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་བསམ་པ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའམ་ཆར་གཅོད་པ། ཆོས་མེན་གྱི་སྒོ་
འགོག་པར་བྱེད་པ། ཆོ་སྦྱོང་དོན་བདུན་མ་ལས། ལོག་གཞོན་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་
བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ལོག་གཞོན་ཆེན་མོ། ལུ་སྟོན་བཙུན་འབྲུས་གཡུང་དྲུང་ལུ་སྟོན་འབྲོམ་གྱི་ཡ་བྱུལ་གིས་མཛད་པའི་
བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དེབ་ཐེར་ཞིག། ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ། ལུ་སྟོན་བཙུན་
འབྲུས་གཡུང་དྲུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོའམ་ལོག་གཞོན་ཆེན་མོར་གྲགས་པ། ཞེས་གསུངས།
བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལ་བསམ་ཡས་དཀར་ཆག་ཆེན་མོའང་ཟེར། ཞེས་
གསུངས། མཁས་དབང་དྲུང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ལགས་ཀྱིས་ཀྱང་དཔེ་རྒྱུན་དཀོན་
པས་མཛུལ་བྱུང་མི་འདུག།

ལོག་པ། 1 རྟོར་བ། རྟོར་འཁྲུལ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ ལོག་པའི་ལམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ལུང་ཡོང་བའམ་
སྐྱབས་པ། རྟང་ལ་ལོག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 འབྲེལ་བ། ཉིལ་བ། ཞིག་པ། ཅིག་པ་ལོག་ཅེས་པ་ལྟ་
བུ།

ལོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། གཞི་དེ་མེན་བཞིན་དུ་དེར་མོས་སྒྲོམ་བྱེད་པ།

ལོག་པའི་ཡུལ། ཆགས་སྤང་སོགས་ཀྱི་ཡུལ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཏྲ་དུ་གློད་འདུལ་སྦྱོང་
མཁན་གྱིས་སྤབ་བཟང་པོས་འདུལ་བ་ལྟར། དབང་པོ་ལོག་པའི་ཡུལ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཏྲ་
དུ་གློད་ལྟ་བུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་འདུག་ན་ཆར་གཅོད་ཅིང་། འབད་པ་དུ་མས་བྱ་བར་པོས་
པའི་ཕྱོགས་ལ་འདུག་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་སེམས་ཀྱི་ཏྲ་བྱུལ་བར་
བྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལོག་པར་ལྟ་བུ། ཆེ་སྡུ་བྱི་དང་ལས་འབྲས་སོགས་མེད་ཅེས་སྒྲུར་བ་འདྲེབས་པ་དང་། དབང་ལྷན་གྱི་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བའི་རྒྱུར་འཛིན་པའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །ཞེས་ཟེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

ལོག་པར་ལྟ་བུ། ། དན་སོང་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། ལོག་པར་ལྟ་བུར་བ་དང་དོན་གཅིག་ཟེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སའི་སྤྱིང་པོའི་མདོ་ལས། དགེ་བའི་ལམ་བཅུ་པོ་འདི་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་སྤྱུ་འགྲུར་གྱི། གང་ཟེ་སྤྱིང་འཛོའི་བར་དུ་ཐ་ན་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་གཅིག་ཅམ་ཡང་མི་སྤྱང་ལ། འོན་ཀྱང་ཆོག་འདི་སྤྱད་དུ་ངན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་སྤྱིང་སྤྱིང་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཛོའ་ལོ་ཞེས་ཟེར་ན། གང་ཟག་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཆུང་ལ་འཛོམས་པ་བརྒྱན་ཆེན་པོ་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་སྤྱིང་འཛིག་ཉེན་ལ་སྤྱིང་བར་བྱེད་པ་ཆད་པར་སྤྱིང་སྤྱིང་དེ་མོངས་བཞེན་དུ་འཛིན་པའི་དུས་བྱེད་ཅིང་ལོག་པར་ལྟ་བུར་བར་འགྲོའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལོག་པར་ལྟ་བུར་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་དན་འགྲོའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སྤྱིང་བར་བྱེད་ཀྱི། ཞེས་གསུངས་སོ། །2 དཔུལ་བུ། ལོག་པར་ལྟ་བུར་བ་ཞེས་པ་དན་སོང་གི་མིང་ཡིན་ཀྱང་། དཔུལ་བུ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་འཇུག་པའི་སྤྱིང་སྤྱིང་ཡང་ཡོད་དེ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། ལོག་པར་ལྟ་བུར་བ་ནི་དཔུལ་བའི་འགྲོ་བ་སྤྱིང་སྤྱིང་མེད་དཔུལ་བ་རེ་རེར་དཔུལ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཤིག་རྣམས་པར་བཞད་པ་༼ རྒྱ་ཆུ་༼འཇུག་པའི་ལས། ལོག་པར་ལྟ་བུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དན་སོང་དང་དན་འགྲོའི་འགྲོ་བ་དེ་གཉིས་མི་ཡོན་པར་ཐོད་ཀྱིས་དུ་འདས་ཏེ་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་རྣམས་སྤྱིང་སྤྱིང་བྱེད་དུ་སྤྱིང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལོག་པར་དད་སེལ། སངས་རྒྱུ་འཁོར་བ་འཛིག་གི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱིང་བཞད་ནི། ལམ་ལོག་པ་ལ་དགའ་བ་སྤྱིང་བར་བྱེད་པས་ན་དེ་སྤྱིང་ཅེས་བྱ་སྤྱིང་དེ་ཡང་མི་དགེ་བ་སོགས་པ་ལམ་ལོག་པ་ལ་དད་པ་སྤྱིང་དགའ་བ་སེལ་བ་སྤྱིང་བར་བྱེད་པས་དེ་སྤྱིང་ཅེས་བྱ་སྤྱིང་བྱེད་ཀྱི། ཉོན་མོངས་ཅན་འབྲིང་བོ་ལས་སྤྱིང་སྤྱིང་བམ་གཉིས་༼ ཅོ་བ་༼འཇུག་པའི་ལས། སངས་རྒྱུ་སྤྱིང་སྤྱིང་བྱེད་དུ་སྤྱིང་བའོ། །

ཆོས་བསྟན་ཅིང་བཤད་པས་མི་དགེ་བ་དང་ལོག་པ་ལ་དད་པ་བསལ་ཞིང་མེད་པར་བྱས་པའི་
མཆན་ཏེ། ལོག་དད་སེལ་ཞེས་བྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ལོག་པར་སྤྱོད་པ། ༡ འཁྲིག་པ་སྤྱོད་པ། མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ། འདི་དང་མི་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ།
ལོག་པར་ཞུགས་པ་གསུམ་ག་ཡང་། བྱ་བ་མ་ཡིན་པའམ་མི་རིགས་པ་བྱེད་པའི་སྤྱི་མིང་བྱེ་
བྲག་ལ་ཆགས་པའོ། ༢ བྱ་བ་བྱིན་ཅི་ལོག་བྱེད་པ། མི་དགེ་བ་ལ་འཇུག་པ།

ལོག་པར་ཞུགས་པ། ལོག་པར་སྤྱོད་པ་དང་འབྲ།

ལོག་འཆོ་ལྷ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་བཀའ་གསལ་འཆོ་བ་ལྷ་སྟེ། ༡
ཚུལ་འཆོས། ༢ ཁ་གསལ། ༣ གཞིགས་སྒྲོང་། ༤ ཐོབ་ཀྱིས་འཇུག་པ། ༥ རྟེན་པས་རྟེན་པ་
འཆོལ་བ་སྟེ་ལྷོ། ༦ དབུ་མ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། ཚུལ་འཆོས་རྟེན་དང་བཀའ་སྟེའི་
ཕྱིར། ༧ དབང་བོ་སྟོམ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཁ་གསལ་རྟེན་དང་བཀའ་སྟེའི་ཕྱིར། ཆོག་འཇུག་སྲ་
ནི་སྤྱ་བའོ། གཞིགས་སྒྲོང་དེ་ནི་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་ཐུག་ལ་བསྟུགས་བྱེད་པའོ། ཐོབ་
ཀྱིས་འཇུག་པ་རྟེན་པའི་ཕྱིར། མཛོད་སྟུང་གཞན་ལ་སྒྲོང་བྱེད་པ། རྟེན་པས་རྟེན་པ་རྣམས་
འདོད་པ། སྲ་ཐོབ་པ་ལ་བསྟུགས་བྱེད་པའོ། ༨ ཚུལ་འཆོས་ནི། ལོག་འཆོའི་ལྷོ་དང་བོ་སྟེ།
རྟེན་བཀའ་གྱི་ཆེད་ཏུ་གཞན་གྱི་མིག་སྲ་སྤྱོད་ཚུལ་ལེགས་པར་འཆོས་པ་སྟེ་སྟོམ་པར་བྱེད་
པའོ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཚུལ་ནི་དང་ཚུལ་ལས་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་དོན་དང་འཆོས་པ་ནི་བཅོས་པའི་
དོན་ཡིན་པས་རྟེན་བཀའ་གྱི་ཕྱིར་སྤྱོད་ཚུལ་བཅོས་པའི་དོན་ནོ། ༩ ཁ་གསལ་ནི། རྟེན་བཀའ་
གྱི་དོན་ཏུ་གཞན་མགྲུ་བའི་ཆོག་སྤྱ་བའོ། རྟེན་ཐོབ་ཞིབ་པར་བཤད་ན། རྟེན་བཀའ་གྱི་ཆེད་ཏུ་
དངོས་ཡོད་དང་མི་མཐུན་པའི་དོན་སྤྱོད་ཀྱི་བརྟན་ཆོག་སྤྱ་བའི་དོན་ནོ། སྤྱ་བཤད་ནི། ཆོག་
རྟུན་མ་ཞེས་པ་སྟེ་དེ་ཡང་ཁ་ནི་འདིར་ཆོག་གས་སྤྱད་ཆའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་སྤྱད་ཆེས་དང་
བ་ལ། མི་སྤྱད་ཆེས་དང་མི་སྤྱད་པ་སྤྱ་བ། གསལ་དང་གསལ་དང་གསལ་རྣམས་ནི་བརྟན་ནས་
རྟུན་མའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། གསལ་གསལ་བརྟན་ཏུ་སྤྱ་བ་
ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། དེས་ན་རྟེན་བཀའ་གྱི་དོན་ཏུ་བརྟན་ནས་བཅོས་པའི་སྤྱད་ཆ་སྟན་པོ་བཤད་

པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། ། ༣ གཞོགས་སྤོང་ནི། འོག་འཆོ་ལྗེ་ཡ་གྲལ་ཞིག་ཇས་དེ་འཛོལ་
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ཇས་ལ་བསྐྱགས་པ་བྱེད་བའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། གཞོགས་ནི་མི་
 གསལ་བའི་དོན་ཡིན་པས་མི་གསལ་བའམ་རྩུར་གྱིས་སྤོང་བས་ན་གཞོགས་སྤོང་ཞེས་
 བྱའོ། ། ༤ འོག་འཆོ་ལྗེ་བཞེས་སྤྱེ། རྟེན་བཀྱར་གྱི་བསམ་པས་སེར་སྒྲ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་
 དངོས་སུ་སྤོང་བའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། ཐབས་གྱིས་འགྲུགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ཡང་ཐོབ་
 གྱིས་ནི་འདིར་ཐབས་གྱིས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། འཇལ་བ་ནི་འདིར་འགྲུགས་པའི་དོན་
 ནོ། །དེ་ཡང་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲང་ཁང་ལས། ཐོབ་གྱིས་འཇལ་བ་ནི་ཐབས་གྱིས་གཞན་ནོར་
 འགྲུགས་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། ཐོབ་གྱིས་ཞེས་པ་ནི་ཐོབ་འདོད་གྱིས་སམ་ཐོབ་ཏུ་རེ་
 ནས་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། འཇལ་བ་ནི་(སྤང་ལ་འཇལ་ཞེས་པ་ལྟར་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ཚོད་ལེན་ཞིང་
 བཟག་དབྱེད་དམ)འུ་དག་གཏོང་བའམ་སྤོང་པའི་དོན་ནོ། །མདོར་ན་རང་ལ་རྟེན་པ་ཐོབ་ཏུ་རེ་
 ནས་གཞན་ལ་སྤོང་པའི་དོན་ནོ། ། ༥ རྟེན་པས་རྟེན་པ་འཆོལ་བ་ནི། འོག་འཆོ་ལྗེ་ཐ་མ་སྤྱེ།
 བདག་ལ་རྒྱལ་པོ་སོགས་ཁ་ཅིག་གིས་ལྟར་བཟེད་བྱེན་པ་མ་རྒྱངས་སོ་འདི་ནི་བདག་ལ་རྒྱལ་
 པོ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་གིས་བྱེན་པའོ་ཞེས་སྤྲིང་། འདི་ནི་སྤྱིན་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཁྱད་འཕགས་པའོ་
 སྤྲུམ་དུ་སེམས་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྲུམ་པས་སྤྱ་བའོ། །ཡང་ན། གཞན་ལས་རྟེན་པའི་རྟེན་པ་གང་
 ཡིན་པ་དེ་རྟེན་པ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་པའམ། ཟང་ཟིང་ལ་སོགས་པ་རྟེན་པའི་དོན་
 དུ་སྟོབས་པར་བྱེད་ཅིང་། ཇི་ལྟར་ན་རྟེན་པ་རྟེན་པར་འགྱུར་ཞེས་རྟེན་པས་རྟེན་པ་བསྐྱབ་པར་
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འདུལ་བ་ལུང་ཐན་ཆེགས་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རོ། །ཡང་ན། སྤྱིན་བདག་དང་མཛའ་བ་ཤེས་སོགས་ལ་པར་ཇན་པའམ་ལག་ཏུ་གསུང་
 ཞིག་སྤྱད་ནས་རྒྱུར་ཆེན་སོ་ཞིག་འཛོལ་ཏུ་རེ་བ་ལ་ཟེར་རོ། །ཞིབ་པ་ལོག་འཆོ་ལྗེ་པོ་རང་རང་
 གི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འོག་ཡིག་བྲུག་ ༢་༥་༩་༡༠་ལྟ། འཕེ་ལྷོག་ཚུལ་ནི། འ་༡་ཡར་སྤྱར་ས་ལྟར་བསྐྲུག་ དཔེར་ན་
 མ་ལྷ་རྩ་ (བྲུག་འཆོལ་ལོ་གཏུམ་སོ) ལྷ་བུའི་གདང་། ལྷ་འཁོའ་༡་ (གཙུག་ཏོར) ལྷ་བུའི་༡་

གཉིས་ཡར་སྐྱར་ལ་ས་ལྟར་བསྐྱག་སྟེ་དཔེར་ན། ཅ་མས་ཅ་ཐ། ལྷས་ཤིང་ཤ་ལྟ་བུར་བསྐྱག་གོ།
ཡང་ཤ་ནི་ཁ་དང་ཆ་མ་ཐུན་པར། ཀན་གྱི་ཕྱགས་ནས་སྟོངས་ཀྱིས་འདོན། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ།
ཤ་ནི་བོད་ཀྱི་ཁད་གདངས་དང་ཆ་ཅུང་ཞིག་མ་ཐུན་པར། ཀན་གྱི་ཕྱགས་ནས་མི་གསལ་བའི་
ཚུལ་དུ་སྟོངས་ཀྱིས་འདོན་ལ། བོད་ཀྱི་ཁ་ལྟར་གསལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། སྐར་
ཐང་ལོ་རྩ་བའི་སྤྲུག་གི་བསྐྱག་ཐབས་སོགས་ལས་གསུངས། དེར་སང་རྒྱ་གར་བས་ཤུལ་
ནི་གཉིས་ཀ་ཤུལ་བུར་བསྐྱག་གོ། ལོག་ཡིག་བྱུང་ཚུལ་ནི། སྤྲི་ཏའི་སྐད། བོད་དུ་གཟུངས་
སྤྲུགས་སུ་འགྱུར་དུས། ཡི་གའི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་མཁས་པའི་བརྟེན་རྣམས་ཀྱིས་རྟེན་དུ་བཅོས་
པར་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ལོག་གཤམ། (འདུལ་བ) ཡན་ལག་མིན་པ་ཁ་དང་བཤང་ལམ་དང་། བཟོད་བྱ་མིན་པ་མ་དང་སྤང་མོ།
གནས་མིན་པ་སྐྱེ་མ་དང་མཆོད་རྟེན་སོགས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར། དུས་མིན་པ་སྐྱེ་མ་སོགས་ཀྱི་དུས་
སུ་འཁྲིག་པ་སྐྱད་པ་དང་། སྐྱེས་པས་སྐྱེས་པ་ལ་འཁྲིག་སྟོང་བྱེད་པ་སོགས་ལ་ལོག་གཤམ་
ཞེས་བྱའོ། །ལོག་གཤམ་གྱི་གཙུག་པོ་ནི་གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ལ་ལོག་པར་གཤམ་པའོ། །སྟོན་རྒྱལ་
བའི་ཁབ་ཏུ་གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ལ་ལོག་གཤམ་བྱས་པའི་ནག་ཉེས་བྱུང་ཆོ། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་
དགས་སོག་ཐོག་གི་ཆད་པ་གཙོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྟོར་ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་༩ ཏུ་༡༧༩༩ལས་
གསུངས་སོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ལོག་གཤམ་གྱི་གཞི་ལ་བཞི་ལས་བཟོད་བྱ་མིན་
པ་ནི། མ་ལ་སོགས་པ་དང་མས་བསྐྱུངས་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་དང་སྐྱེས་པ་ཐམས་ཅད་དང་
མ་ནིང་དང་རབ་བྱུང་མའོ། །ཡན་ལག་མིན་པ་ནི་མངལ་སྟོ་མ་གཏོགས་པའི་ཁ་ལ་སོགས་
པའོ། །གནས་མིན་པ་ནི་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་གནས་སོགས་
སོ། །དུས་མིན་པ་ནི་སྐྱེ་མ་དང་བསྐྱེན་གནས་ལ་གནས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །བསམ་པ་ལ་
གསུམ་ལས་འདུ་ཤེས་ནི། བསྐྱེད་པ་ལས་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་པ་ཞེས་མ་འཁྲུལ་བ་དགོས་པར་
གསུངས་ལ། འདུལ་བ་ལས་མི་ཆོངས་སྟོང་གི་པམ་པ་ལ་འདུ་ཤེས་འཁྲུལ་མ་འཁྲུལ་འདྲ་བར་
གསུངས་སོ། །མཛོད་འབྲེལ་ལས་རང་གི་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་ཆུང་མའི་གན་དུ་

སོང་ན་ལས་ལས་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་ཞིག་གི་ཆུང་མ་ལ་དེ་ལས་གཞན་བའི་ཆུང་
 མར་འདུ་ཤེས་ནས་ཞུགས་པ་ལ་འགྱུར་བ་དང་མི་འགྱུར་བའི་ཆུང་མ་གཉིས་བཤད་དོ། ཉོན་
 མོངས་ནི་དུག་གསུམ་གང་རུང་དོ། གུན་སྒྲོང་ནི་མི་ཆངས་བར་སྒྲོད་བས་བསྐྱོད་བར་འདོད་
 པའོ། སྒྲོར་བ་ནི་དེའི་དོན་ལ་ཚུལ་བའོ། མཐར་ཐུག་ནི་གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྒྲུང་བའོ། ཞེས་
 རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། སྤྱི་བཤད་ནི། ཡན་ལག་མིན་པ་ཁ་དང་བཤད་ལམ་
 སོགས་ནི་ལོག་པ་ཡིན་ལ། གཡེམ་པ་ནི་འདོད་པའི་བརྟེན་ཡིན་པར་བཤད་བས། འདོད་
 པའམ་འཁྲིག་པ་སྒྲོད་པའོ། མཛད་ན་རང་གི་ཆུང་མ་ཡིན་ཀྱང་ཁ་དང་བཤད་སོགས་ལ་འདོད་
 པ་སྒྲུད་བས་ན་ལོག་གཡེམ་ཞེས་བྱའོ། མཛད་སྤྱི་བརྟེན་པ་ཉེར་གཞག་ལས་ཀྱང་ལོག་གཡེམ་
 ཞེས་བ་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་རང་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། མཛད་སྤྱི་བརྟེན་པ་ཉེར་གཞག་ ཡ་བ ་
 འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་རིམ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་འབྱོར་སྒྲོད་པ་ཚས་ལ་ཚས་ཀྱི་རྗེས་
 སུ་ལྟ་བས་མཐོང་སྟེ། འདི་ལ་འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོད་པ་ན་རང་གི་ཆུང་
 མའམ་གཞན་གྱི་ཆུང་མ་དག་གི་སྤྱི་གནས་མ་ཡིན་པར་འཇུག་པར་བྱེད། གཞན་བྱེད་པ་ལ་
 ཡང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱེད། མི་བྱེད་པ་ཡང་ཐབས་ཀྱིས་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་འདི་ནི་འདོད་
 པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ཡང་པོས་པོ་ལ་འཁྲིག་སྒྲོད་བྱེད་པ་
 ཡང་ལོག་གཡེམ་དུ་གསུངས་ཏེ། མཛད་སྤྱི་བརྟེན་པ་ཉེར་གཞག་ ཡ་བ ་ ༡༧ རྟེན་ལས། སྤྱིས་
 བ་གང་ཞིག་སྤྱིས་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ན། དེ་ལུས་དང་བལ་ནས་ངན་འགྲོ་ལོག་པར་ལྟང་
 བའི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་ཉམས་ང་བ་མང་བར་སྤྱི་བར་འགྱུར་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། ལོག་
 གཡེམ་གྱི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྒྲོར། མཛད་སྤྱི་བརྟེན་པ་ཉེར་གཞག་ ཡ་བ ་ ༡༨ བལ་གསལ་
 འོ། འདིའི་སྐོར་རྒྱས་བར་དག་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བསྟན་འགྱུར་ རྟེན་
 པ་ ༡༣༠ན་ལྟ་གསུངས་སོ། །

ལོགས་པ། གཞན་པ། ཟུར་པ། ཟུར་དུ། ལོགས་སུ།

སོང་གཏམ། དོན་མེད་དམ་སྟེང་པོ་མེད་པའི་གཏམ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་

བཤད་བཀྲ་ཚུ་ ༡༧༥༧ལས། འོང་གཏམ་སྤྱོད་བཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་དགར་གཏམ་ཟེར་
བཤོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིའི་འོང་དང་འོངས་པ་གཞིར་གཏོགས་ཀྱི་འོངས་གཉིས་
དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱེད།

འོང་གཏམ་སྤྱོད་ཀྱི་ འོང་གཏམ་དང་དོན་འདྲ།

འོང་བྱ། 1 ཀླར་པའི་གཞིགས་གཡས་གཡོན་གྱི་ཆེགས་དོག་ མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། འོང་བྱ་མི་
མངོན་ཞབས་མཉམ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། 2 (བད་རྟེན་) བེད་རྟོག་ བེད་རྟོག་གི་བད་
རྟེན་དུ་ལི་གྲུར་དང་། ལུང་སྤྱོད་ལ་པའི་དོན་རྟོགས་དང་།

འོང་མེད། 1 ཁོམ་མེད། མི་ཁོམ་གྱི། 2 ཆོས་བྱ་འོང་མེད་པར་སྤྱར་དུ་འཛིག་ནས་འཆི་འགྲོ་བའི་དོན།
འོང་མེད་ཐུགས་ལ་འབྲངས་པ། འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས་པ། དེ་ཡང་ཆོས་བྱ་འོང་
མེད་པར་སྤྱར་དུ་འཛིག་ནས་འཆི་འགྲོ་བའི་ཚུལ་ཤེས་པའི་དོན།

འོང་མེད་ཐུགས་ལ་འབྲངས་པའི་ཞེས་སོགས། འོང་མེད་ཐུགས་ལ་འབྲངས་པའི་མོ་རྟོ་ག། །བདག་
པས་གཞན་གཅེས་སྒྲོམ་པའི་སྤྱན་སྒྲ་ག། །སྤྱབ་པ་སྤྱིང་པོར་མཛོད་པའི་ཕུ་རྒྱུད་ག། །རྒྱལ་
སྤྱོད་སྤྱོད་མཆོད་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་པའི་ཆེགས་བཅད་འདི་རྒྱས་སྤྱོད་
ཐོགས་མེད་བཟང་པོས་གསུངས་པར་བཤད།

འོངས། 1 “མྱང་” གི་སྤྱོད་ཆེག་ དེབ་དེ་འོངས་ཤིག་ 2 “ལང་” གི་སྤྱོད་ཆེག་ ཡར་འོངས་ཤིག་ཅེས་
པ་ལྟ་བུ། 3 “འོང་” གི་འདས་པ། དཔེར་ན་མིག་འོངས་ལྟ་བུ།

འོངས་སྤྱོད་ <སྤྱོད་ཀྱི་ཡ> 1 དེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་གྱི་གཟུགས་སྤྱོད་མཐར་ཐུག་ འོངས་སྤྱོད་མཆོད་ཉིད།
དེས་པ་ལྟ་ནི། གནས་དེས་པ་འོག་མིན་ཁོ་ནར་བཞུགས་པ། འཁོར་དེས་པ་བྱང་སེམས་
འཕགས་པ་ཤ་སྤྱོད་གིས་བསྐྱོར་བ། ཆོས་དེས་པ་ཐོག་ཆེན་གྱི་ཆོས་འབའ་ཞིག་གསུང་བ།
དུས་དེས་པ་འཁོར་བ་ནི་སྤྱིང་མ་སྤྱིང་གི་བར་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་སོ། །འོངས་སྤྱོད་ནི། མངོན་
རྟོགས་རྒྱན་ལས། མཆོན་ནི་སྤྱོད་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། །དཔེ་བྱད་བརྒྱུད་ཅུའི་བདག་ཉིད་
འདི། །ཐོག་ཆེན་ཉི་པར་འོངས་སྤྱོད་ཤིང་། །ཐུབ་པའི་འོངས་སྤྱོད་རྟོགས་སྤྱོད་བཞེད། །ཅེས་

ལོངས་སྐྱོན་སྒྲུབ་པ་གངས་ཆེན་མཆོ། རྒྱལ་སྐྱེད་གངས་ཆེན་མཆོ། ལ་གཟིགས།

ལོངས་པ་གཞིར་གཏོགས། (འདུལ་བ) ལོངས་པ་ནི་འདིར་རྒྱགས་པ་དང་ཁངས་ཟླགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་
ལ། དེ་སྐྱེ་བའི་གཞིའམ་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ། ལོངས་པ་གཞིར་གཏོགས་ཟེར། དཔེར་ན་ལོངས་པ་
གཞིར་གཏོགས་ཀྱི་ལྷུང་གྲེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། སྤྱིར་བཏང་ལོངས་པ་ཞེས་པ་གཞན་ལས་ཐོབ་
པའམ་ཐོབ་པའི་དངོས་པའི་མིང་ཡིན་ལ། འདིར་ལྟལ་ (དངོས་རྒྱས) ཀྱི་མིང་ལྟལ་ཅན་

(རྒྱགས་པ) ལ་ཐོགས་པ་འདྲའོ། །སྒྲུབས་རེར་འདོད་ཆགས་ལ་ལེན་པ་ (རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་
གཉིས་ཀྱི་སྲིད་པ་དང་ལེན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ) ཞེས་བཏགས་པ་དང་ཅུང་ཟད་ཆ་འདྲའོ། །
ལོངས་པ་གཞིར་གཏོགས་ཀྱི་ལྷུང་བྱེད། (ལུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་དགྲ་ལ། ལོངས་པ་
གཞིར་གཏོགས་ཀྱི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་རོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྲོང་གིས་རིན་པོ་ཆེ་རང་གི་མ་ཡིན་
པ་དང་མཆོན་ཆ་དང་རོལ་མོའི་ཆ་སྤྱད་ལ་རང་རམ་བསྐྱོས་པས་རེག་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་
བ་དངོས་གཞིའོ། །སྲིད་གཞི་ནི། ཡངས་པ་ཅན་དུ་བྱག་སྤྲེས་རོལ་མོའི་སྤྱ་བྱུང་བ་ལས་ལྷུང་
བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་རྒྱགས་པ་འཕེལ་བའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། ལོངས་པ་ནི་རྒྱགས་
པའི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་སྤྱེ་བའི་རྒྱར་གཏོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་
སྐད་ཅེས་བྲ།

ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ས་ལ། འཛམ་བུ་སྤྱིང་ལས་གཞན་པའི་སྤྱིང་ལྷག་མ་གསུམ་ཀྱི་མིའི་རྟེན་ལ་ལོངས་
སྤྱོད་ཀྱི་ས་པ་ཟེར། སྤྱ་བཤད་ནི། སྤྱིང་གཞན་གསུམ་ནི་ལོངས་སྤྱོད་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཅན་ཡིན་
པས་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཞེས་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཆོ་ཡ་བ་ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཡང་ན། དེ་རྣམས་ཆེ་སྤྱ་མར་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཆེ་འདིར་
སྤྱིང་བའམ་ལོངས་སྤྱོད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲའོ། །

ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། གནའ་བོ་རྒྱ་གར་ན་གོ་དང་འབྲུལ་སོགས་པ་མང་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཟེར།
རྒྱ་གཞུང་རྣམས་སུ་གསལ།

ལོངས་སྤྱོད་གནས། ལོངས་སྤྱོད་པའི་གནས་ནི། ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ལ་ཟེར། ལོངས་སུ་སྤྱོད་པ་ལ་
སྤོན་དུ་འགྲོད་གོས་པའི་ཆ་རྒྱུ། དཔེར་ན་ཤིང་ཐོག་ཤུམ་ལྟ་བུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ལ་སྤོན་པ་སྤོན་
དུ་འགྲོད་གོས་པ་ལྟ་བུའོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། ལོངས་སྤྱོད་གནས་ལ་སྤོན་པ་ལྟ་བུར་
འདོད་གྱུར་པ། ཞེས་པའི་སྒྲུབས་འདིར་གནས་ནི་རྒྱ་ལ་གོད་གོས་པས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་
ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རྗེའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ར་མར་གལ་ཆེ་བ་ལ་སྤོན་པ་དང་འདྲ་
ཚུལ་ནི། རྒྱལ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཏུ་ཐེན་ཀྱང་སྤྱིང་རྗེའི་སྤོན་པ་དང་བལ་ན། འཁོར་བ་ཇི་སྤིང་

ཀྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་ཡོངས་སྟོང་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཞིང་། ཉན་རང་དང་
བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་ཚོགས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་འཕེལ་བར་
ཡང་མི་འགྱུར་ལ། འབྲས་བུའི་སར་སྤྱང་རྗེ་ཆེན་པོ་རྒྱན་ལྷན་དུ་འཇུག་ན་དེ་ལས་བསྒྲིག་སྟེ་
འབྱུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གནས་རྒྱ་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་
བདག་མེད་པའི་རྒྱ་ཆང་ལ། བག་མེད་པའི་གནས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཡོངས་སྟོང་རྫོགས་པའི་སྤྱ། རྫོགས་པར་ཡོངས་སྟོང་པའི་སྤྱ། ཆོག་མུ་ཕྱི་གོ་ལྟོག་སྟེ་སྤྱ་བཤད་
དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ། བསྟན་རྫོགས། ཤེས་བཞིན། ཤེས་རབ་སོགས་སོ། །ཞིབ་པ་ཡོངས་
སྤྱ་ལ་གཞིགས།

ཡོད། དན་པའམ་དམན་པའི་དོན། ཏུ་ཀྱ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༤༣ལས། སྤྲོན་སྤྲུགས་ཀྱིས་མ་
པན་པར་རྗེ་ཡོད་ལ་སོང་། ཞེས་དང་། ལྷང་གོང་ལྟོ་བཟང་ཆོས་གྲགས་གཞུགས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་
གནས་གོས་ཏུ་ལ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཡོག། 1 ལབ་པའི་སྤྱ་ལ་ཆོག་དཔེར་ན་ཡོབ་ཅིག་ལྟ་བུ། 2 སྤྱར་བ་ཤེས་པ། དཔེར་ན་སྤྱར་བར་ཡོག་
ཡོབ་སྟེན་ལྟ་བུ།

ཡོབ་ཅིག་ ཡོད་ཅིག་

ཡོབས། ཡོབ་དང་དོན་འདྲ།

ཡོབ་སྟེན་པ། སྤྱར་བར་ཡོབ་པ་སྟེ་ཤེས་པ། འདི་བད་རྟེན་དུ་ལྟོབ་སྟེན་པ་ཟེེ།

ཡོབས་སྟེན་པ། ཡོབ་སྟེན་པ་དང་འདྲ།

ཡོས། དེས་པར། ཡོས་ཡོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

༩ ག ༩

འག་ཀྲ། (ལགས་སྐྱར) འོང་རྟེན་འག་ཀྲ་ལ་གཟེགས།

འག་ཀོན་ཞུགས་པ། ཁོན་ཞུགས་པའམ་ཡོད་པ།

འག་བཀག་པའི་མདོ་རྩེ་ཡོད། སྒྲ་པོ་ཅལ་གྱི་མདོ། སྤྱིན་ཆེན་པོའི་མདོ། སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ།
སོར་ཐོང་ཅན་གྱི་མདོ། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་དང་ལྷ་ཡོད་དེ། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་
མདོ་བཀའ་འགྲུར་༩ ཅེས་ ༩༥༥བ་ནས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཉིད་ཀྱི་༥༥༥པ་ལས། སྒྲ་པོ་
འཆིང་དང་སྤྱིན་ཆེན་དང་། །སོར་མོའི་ཐོང་པའི་མདོ་དག་དང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་
འདི་ལས། །ངས་ནི་འག་རྣམས་རབ་ཏུ་བཀག། །ཅེས་གསུངས་སོ། །སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ་
ལས་འག་བཀག་པའི་སྐོར། རྩེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་པའི་རྒྱའི་སི་ཏུ་རྣམ་རྒྱལ་གྲགས་པའི་བྲིས་ལན་
ཤོག་གངས་༡༥༥པ་ལས་གསུངས་སོ། །འཁེལ་སྐོར་སྤྱི་དང་རྣམ་གསུམ་དག་པའི་འཁེལ་སྐོར།
མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྩེའི་སྤྱི་ལས་རྣམ་བཞག་སྐབ་བསྟན་གྱི་དོར་༥༡ན་གསལ་ལོ། །

འག་གྲ། ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲ་ཁྲ་བོར་ཡོད་པ། འག་ཟེ་གྲ་ཡང་ཟེར།

འག་བཀག་འག་ཡི་བཀག་མདངས།

འག་སྒྲུ། འག་འཁོན་ལེན་པ། སྒྲན་ནི་འདིར་ལན་སྒྲོག་པའི་དོན་ནོ། །འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་
ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༥༥༥པ་ལས། དག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཁོན་གྱི་འག་སྒྲན་པར་འདོད་པའི་
དག་པོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འག་ལྷ། ༡ བ་ལང་གི་འག་ ཁྱིའི་འག་ སྒྲ་པོ་ཆེའི་འག་ རྟེན་འག་ མའི་འག་དང་ལྷ་ལོ། ༢ མ་རྟེ། སེང་གོ། སྒྲ་
པོ་ཆེ་ཐལ་ཀར་མཆེ་བ་དུག་ལྷན། རྟ་ཅང་ཤེས། མི་བམ་ཟེ་སྤྱེ་བ་བདུན་པའི་འག་དང་ལྷ་ལོ། །དེ་

ནམས་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་ཡང་ཟེད།

འ་ལྷ་དང་བདུད་ཅི་ལྷའི་དོན། འ་ལྷས་གཤེགས་པ་ལྷ་དང་། བདུད་ཅི་ལྷས་གཤེགས་པ་ལྷ་མཆོན།

འ་ལྷའི་དོན། ཨ་རུ་གསེར་མདོག་གམ་བྱ་རམ་ལ་བྱེད་བར་བཤད།

འ་གཅིག་པ། རྫོའམ་ཡིད་མཐུན་པའི་དོན་དུ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་གསུང་།

འ་ཆེན། 1 མི་འ 2 འ་བརྟུང་བའི་ཁྱ་བ། 3 འའི་དྲངས་པ། ས་སྤྱིའི་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་
གསུང་།

འ་ལྷོག་བ་ལང་སོགས་ཀྱི་མཛེང་པའི་སྤྱིང་གི་འདོག་དེའི་མིང་།

འ་གཉེར་བ། དག་འ་ལེན་པ། རྫོན་པ་དེའི་ནས་ཀྱི་ཞིང་སྤྱིའུ་ནམས་ཀྱིས་མ་རུང་བར་བྱས་པས་དེས་
བསམས་པ། སྤྱིའུ་འདི་ནམས་ལ་འ་གཉེར་བའི་དུས་ལ་བབ་བོ་སྣམ་དུ་བསམས་ནས་སྤྱིས་
པ། ལྷ་སྤྱིའུའི་ཞག་གིས་སྤང་པོ་ཆེ་ནམས་བསྐྱས་ན་གསོས་པར་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །

འ་སྟག་གཅིག་པ། རྒྱང་རྒྱང་། ཁོ་ན། མཐའ་དག་འབའ་ཞིག་ཐམས་ཅད། ཞི་གཅིག་འེད་དག་པོད་
བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཡིག་རྫིང་ནམས་སུ་འེད་དག་ཅེས་ཀྱང་སྤྲང་།

འ་ཐང་ཐང་། ཐང་ཆད་ཆད། འ་ཟད་ཟད།

འ་ཐང་བ། ཐང་ཆད་ཅིང་ལུས་བྱངས་ཟད་པའི་དོན། རྒྱ་ཆེར་ཐོལ་པའི་མདོ་ལས། (རྒྱལ་བྱ་གཞོན་
བུ་དོན་གྱུབ) དེས་ལམ་ཀ་ན་མི་ནད་ཀྱིས་ཉེན་པ། དཔྱ་རྗེང་ཅན། ལུས་ཉམ་ཆུང་བ། རང་གི་
གཅིན་སྐྱག་དུ་བྱིང་བ། མགོན་མེད་པ། རྒྱབས་མེད་པ། འིན་དུ་འ་ཐང་བར་དབྱགས་དབྱུང་
ཞིང་རྒྱབ་དགོས་པ་ཞིག་མཛོང་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

འ་དག་འ་སྟག་དང་དོན་འདྲ། ལི་འེའི་གྱུར་ཁང་དུ་གསལ།

འ་ནའི་གོས་ཅན། <འ་ན་བསྐྱེ> (འདུལ་བ) སྟོན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་གྱི་གསུམ་པ་འ་ནའི་གོས་
ཅན། Sanavastri

འ་པ། འེད་འ་པ་ལ་གཟིགས།

འག་བ་ར། (ལེགས་སྦྱར) 1 རི་ཁོད་པ། 2 ཁྱི་ར་པ། རོན་པ། 3 གྱེ་རྩོར་གྱི་མཆོན། 4 དབང་ཕུག་གི་མིང་
གི་ཡིན་པར། སི་བོད་སྐད་གཉིས་འཕྲ་སྦྱར་གསེར་གྱི་ཐེང་མཛེས་ལས་བཤད།
འུ་བ་རྒྱེ། (ལེགས་སྦྱར) རི་ཁོད་མ། བྱད་མེད་གྱི་སྦྱ་སྦྱར་བ་ཡིན།
འག་བོ་ངལ། ཁྱར་པོ་ཁྱར་ནས་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སྟོད་སིག་ཙམ་བྱས་པའི་རིང་ལ་ངལ་གསོ་
གཏོགས་ཙམ་བརྒྱབ་པ་ལ་ཟེར།
འག་སྦྱང་། མི་སྦྱགས་ལ་སོ་བཟུང་སྟེ་ཁྲག་འཛིབ་པའི་སྦྱང་མ་དེ་ཡིན་པར། དབྱངས་ཙན་དགའ་ལྗོངས་
འདུལ་བའི་སྦྱང་འབྲས་གྱི་བརྟ་བུའོ། ༡༥ བཟུན་གསལ་ལོ། །
འག་མ། མངལ་དུ་སྦྱག་གུ་གནས་སའི་བགས་སྟོད་དཀར་པོ་ཞིག་གི་མིང་། རབ་རྩ་མ་བྱུང་སྟོན་བ་
སྦྱགས་འཆོ་རུ་འགྲོ་དུས་བ་སྦྱགས་གྱི་འག་མང་པོ་མཐོང་སྟེང་།
འག་མའི་སྟོད། འག་མ་དང་འབྲ།
འག་མི་སྦྱལ་ཏི། (འདུལ་བ) འག་མི་འདུལ་འཛིན་དང་། སྦྱལ་ཏི་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་བོད་སྐད་རབས་པའི་
འདུལ་འཛིན་གཉིས་སོ། །ཀམ་པ་བརྒྱད་པ་མི་བསྟོད་རྟོ་རྟེ་འདུལ་རྟེ་གྱི་དབྱར་བལྟ་བར་
བྱལོ། །
འག་མོ་རྟོལ་བ་ལྟར། རྩོལ་མེད་སྟོ་བྱར་དུ་བྱུང་བའི་དཔེ།
འག་ཟ། <བི་འུ་ཅ་> 1 ཡི་དྲགས་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཟས་སུ་འག་ཟ་བ་ནག་པོ་ཆེན་པོ། ཞེས་རྗེའི་གསུང་
མདོ་རྩའི་ཐོན་ཐོས་སུ་གསལ། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དགེ་ལེགས་བཤེས་གཉེན་ཡང་དེ་
བཞིན་གསུང་། མདོ་ལས་ཀྱང་། འདི་ནི་བྲམ་ཐེ་མ་ལགས་གྱི་ཡི་དྲགས་འག་ཟ་ལགས་པས།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །སྦྱ་བཤད་ནི། མི་འག་ལ་སོགས་པ་རྗེན་པར་ཟ་བས་ན་འག་ཟ་ཞེས་
བྱལོ། །ཁྱེ་བྲག་རྟོགས་ཁྱེད་འཕྲིང་པོ་ ༡༥ རྒྱ་བ་གཟེགས་ལས། “བི་འུ་ཅ་ཞེས་བྱ་བ་
བི་འུ་ཅ་མཆོད་རྟེན་བི་འུ་ཅ་” ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཡི་དྲགས་གྱི་སྦྱང་རིགས་མི་འག་ལ་སོགས་པ་རྗེན་པར་
ཟ་བས་ན་འག་ཟ་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 2 འཕྲེ་ལ་ཟེར། རྟེ་བདུན་ཡིད་གྱི་སྦྱན་
སེལ་གསུང་།

ཤ་གཞི་གྲ། ཤ་བཟང་དང་འབྲ།

ཤ་འོད། (འདུལ་བ) ལྷ་ལོག་གི་མིང་དུ་བཤད།

ཤ་ར་དུ་ཉིའི་གྲ། ཤ་རིའི་བྱ་དང་འབྲ། སྤྱ་བཤད་ནི། རིགས་ཤ་ར་དུ་ཉི་ཡིན་པས་ན་ཤ་ར་དུ་ཉིའི་གྲ་
ཞེས་བཏགས་པར། བརྒྱད་སྟོང་པའི་འབྲེལ་བ་སྟོང་པོ་མཆོག་ན་གསལ། །ཤ་ར་དུ་ཉི་ནི་སྟོན་
ལྷན་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

ཤ་ར་བ། དགེ་བཤེས་པོ་ཉོ་བའི་སྟོབ་མ་སྤྲང་ཤར་གཉིས་ཤེས་གྲགས་པའི་ཡ་གྲུལ། ཤ་ར་བ་ཆེན་
པོའོ། (དེབ་སྟོན་སྟོང་ཆ་༣༣༡ན་ཤར་བ་བ་ཞེས་གྲིས་སྤྲང) ཤ་ར་བ་ཆེན་པོ་ནི། བྱང་གི་རོམ་
པོར་འབྲོག་པ་ཞིག་གི་སྤྲས་སུ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ལྷགས་པོ་ཁྱི་སྟེ། བྱི་ལོ་༡༠༧༠་ལ་འཁྲུངས་
ཤིང་། འགྲོ་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པའི་དང་ནས་རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ལྷགས་མོ་བྱའི་ལོ་སྟེ་བྱི་
ལོ་༡༡༤༡་ལོར་དགུང་གངས་བདུན་ཅུ་ཆ་གཉིས་བཞེས་པ་ན་སྤྱ་གཤེགས་སོ། །གཞོན་ནུའི་
དུས་སུ་པ་མས་བག་སྤངས་པ་ལ་མ་ཆགས་པར། པོ་ཉོ་བའི་སྟོབ་སྤར་བྱོན་ནས་རབ་ཏུ་
བྱུང་ཞིང་གདམས་པ་གསལ། ལྷགས་རབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་བཀའ་འཁྲུང་རོ་ཚོག་ལྷགས་ལ་
བཞུགས་པར་ཡང་གྲགས། པོ་ཉོ་བ་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ་པོ་ཉོ་བའི་སྟོབ་མ་མལ་ཆེ་བ་ཁོང་
ལ་འདུས་ནས། ཆོགས་པ་སུམ་སྟོང་དྲུག་བརྒྱ་ཡོད་པར་གྲགས། བཤད་པ་མལ་ཆེར་གཞུང་
ཆེ་བ་ཁོན་ལ་མཛད་དོ། །རྒྱས་པར་དེབ་སྟོན་སྟོང་ཆ་༣༣༡ལ་གཞིགས།

ཤ་ར་བའི་བཀའ་བབས་ཀྱི་བྱ་ཆེན་བཞི། བཀའ་བབས་ཀྱི་བྱ་ཆེན་བཞི་ལ་གཞིགས།

ཤ་རི་ཀམ་ལེགས་སྤྲར། (འདུལ་བ) རི་སྤྲེགས་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་ཞིག་སྟེ། མགོ་ལ་སྤྲེའི་གཙུག་ཕྱུང་ཡོད་པའི་
བྱ་ནག་པོ་ཞིག་གི་མིང་རོ། །རི་སྤྲེགས་ཞེས་འདྲི་བའང་ཡོད། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་
ལས་རི་སྤྲེགས་ཞེས་ཡ་བཏགས་མེད་པ་སྤྲང་རོ། །

ཤ་རྩེ་རྩྭ། (ལེགས་སྤྲར) 1 སྤྱ་ལུས། སྤྱ་གཟུགས། གཟུགས་པོ། ལེགས་སྤྲར་དུ་“शरीर”ཤ་རྩེ་རྩྭ་རྩྭ་
རྒྱ་གར་ལུལ་སྤྲང་ལ་ལུས་པོ་ལ་“शरीर”ཤ་རྩེ་རྩྭ་རྩྭ་ དཔྱིན་སྤྲང་དུ་ body ཟེ། 2 སྤྱ་གཟུང་
(ཤི་བའི་རོ) དང་སྤྱ་རུས་ལའང་ཤ་རྩེ་རྩྭ་རྩྭ་

ལྷ་རིའི་བྲ། (འདུལ་བ) མཆོག་ལུང་གི་ཡ་གྲུལ་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་ལྷུང་བའི་སྟོན་པའི་
འཁོར་སྟོབ་ཅིག་སྐྱ་བཤད་ནི། མའི་མིག་གཉིས་བྲ་ལྷ་རིའི་ཀླ་འདྲ་བས་དེའི་མིང་ལྷ་རིའི་ཀླ་ཞེས་
བཏགས་ལ། དེའི་བྲ་ཡིན་པས་ལྷ་རིའི་བྲ་ལོ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞིན་གསལ། དམ་ཟེ་སྐར་
རྒྱལ་གྱི་བྲ་ཡིན་པས་ཉེ་རྒྱལ་ཀྱང་བཏགས་ལ། ཉེ་རྒྱལ་ནི་པ་ལས་དམ་པའི་མིང་དང་ལྷ་རིའི་
བྲ་ནི་མ་ལས་དམ་པར་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས་བཤད། ལྷ་རིའི་བྲ་ཡཔ་སྐར་རྒྱལ་རྒྱང་
འཕེན་གྱི་གཞུང་ལ་མཁས་ཤིང་རྣམ་རིག་ཤིན་ཏུ་བཟ་བས། ལུས་ལྷ་རིའི་ཀས་ཇི་ཅམ་བཅད་
ཀྱང་པམ་པར་གྱུར་མོད། ལམ་ཞིག་ན་ལྷ་རིའི་བྲ་མའི་མངལ་དུ་ཆགས་པ་དེའི་ཆོ། དེའི་བྲ་
མཐུས་ལྷ་རིའི་ཀས་རང་གི་ཁྱོད་མ་ཟེ་སྐར་རྒྱལ་ཅོད་པའི་སྟོན་པ་པམ་པར་བྲས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
འདུལ་བ་ལུང་ན་གསལ་ཞིང་། གཞན་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ཉེ་རྒྱལ་དང་པར་ནས་
སྐྱེས་གཉིས་སྟོན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཆོག་དང་། ཅིག་ནི་རྩ་འབྲུལ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་
མཆོག་ཏུ་འགྱུར་ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་
ལུང་ཡང་བསྟན་ཏོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ལ་དགེ་སྟོང་རྩ་ཤོག་ཅེས་བྲ་བས་
རབ་ཏུ་ལུང་ཞིང་དགེ་སྟོང་དག་རྩ་ཤོག་ཆངས་པར་སྦྱད་པ་སྦྱོད་ཅིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་པ་
དང་། དེ་དག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའི་མཐུག་ཁོན་རྟ་གྱི་བ་དང་སྦྱར་སྦྱར་གྱོན་པར་
གྱུར་ཏེ། སྦྱ་དང་ཁ་སྦྱ་ཞག་བདུན་སྦྱེས་པ་ཅམ་དང་། ལག་པ་ན་ལུང་བཟེད་དང་། རྩ་མ་
བུམ་ཐོགས་པ་དང་། དགེ་སྟོང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་སྦྱོད་ལམ་ལྟ་བུར་
གནས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷ་རིའི་བྲ་དང་མོད་དགལ་གྱི་བྲ་གཉིས་ཀྱིས་ཐོག་
མར། ལུ་སྟེགས་སྟོན་པ་དུག་པོ་རེ་རེ་དང་མཇལ་སྟེ། ཁོང་ཅག་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་
གང་ཡིན། སྟོབ་མ་ལ་གདམས་པ་ནི་གང་ཡིན། ཆངས་པར་སྦྱོད་པའི་འབྲས་བྲ་ནི་གང་ཡིན།
ཕན་ཡོན་ནི་གང་ཡིན་ཞེས་དེས་པ་ན། ཁོང་ཅག་གི་ལྟ་བུ་ནི་ལས་འབྲས་མེད་པར་ལྟ་བ་ལ་
སོགས་པའི་རྒྱང་འཕེན་གྱི་ལྟ་བ་ཡིན་པར་གཟིགས་ནས། སྟོང་ན་ལོག་པར་སྟོན་བྱེད་
ལ། །དམན་པ་སྟོན་པར་གསལ་བ་སྟེ། །གང་གི་ཆོས་ནི་དེ་འདྲ་བ། །དེ་ཡི་ཆོས་མིན་ཅི་ཞིག་

འདྲ། །ཞེས་སྐྱུས་ནས་སྣོད་སྣོད་པ་བཞིན་དུ་བརྟུལ་ཏེ་སོང་ངོ་། །མཆོག་ཟུང་གི་ལོ་རྒྱུས་
འདུལ་བ་ལུང་གཞི་སྤྱོད་པ་པ་༽ ཀ་པའི་༽ ༡༩ན་ན་བཞུགས་ཤིང་། དེ་དུས་ཁོང་གི་མིང་ལ་ཉེ་
རྒྱལ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཕགས་པ་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཏོག་གི་གཟུངས་ཞེས་བྲ་བ་
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། མདོ་སྤྱོད་ ན་ ༡༩་པ་བཟན་འདུང་བཞུགས་སོ། །

ཤུག་ (ལེགས་སྦྱར་) 1 (འདུལ་བ་) ཤུག་ “आक्य” ཞི། མོད་པ། རུས་པ། ཐུབ་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། འདུལ་
བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། ཤུག་ཞེས་བྲ་བ་ནི་གཞན་གྱིས་མི་རུས་པའི་ལས་བྱེད་པའི་
ཕྱིར་རུས་ཞེས་བྲལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དབྱིན་སྐད་དུ་ capable ཟེད། ཤུག་འི་སྒྲ་
བཤད་ནི། ཤུག་ཞེས་པའི་ཤིང་གིས་ཁེབས་པའི་གནས་སུ་འཕྲོ་འོང་བྱེད་པའ་གནས་པས་
ཤུག་ཞེས་བརྗོད་དེ། མདོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་ལས། ཤུག་འི་
ཤིང་གིས་ཁེབས་པ་ཡི། །གནས་སུ་གང་ཕྱིར་འཆག་བྱེད་པ། །དེ་ཕྱིར་བྲ་རམ་ཤིང་རིགས་
ལས། །བྱུང་སྟེ་ཤུག་ཞེས་སུ་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2 རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་རྒྱད་
ཅིག་གི་མིང་། 3 ཤུག་འི་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་སྟེགས་པ། ཤུག་མེ་པ་རལ་པ་ཅན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

ཤུག་མཆོག་ལྟན་དང་བརྒྱ་སྤྱིང་པ་བརྟུན་མའི་སྟོན། བརྒྱ་སྤྱིང་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།
ཤུག་ཐུབ་པ། (འདུལ་བ་) སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་གཞིགས། ཤུག་འི་སྒྲ་བཤད་ཤུག་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

ཤུག་མེ་པ་རལ་པ་ཅན། (འདུལ་བ་) ཤུག་འི་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་སྟེགས་པ་དང་། མེ་ལ་ལྟར་འཛིན་པའི་སྤྱ་
སྟེགས་ཅན་གཉིས་ལ་ཟེད། འདི་གཉིས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་གནང་བ་
ཡིན། སྤྱིར་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་སྤྱ་སྟེགས་ཅན་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་མ་གནང་ཡང་།
དམིགས་བསལ་ལ་ཤུག་འི་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་སྟེགས་ཅན་ནི་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་ཉེ་དུ་ཡིན་པ་དང་
དག་ལ་ཕྱིར་མི་རུར་བར་དཔལ་བ་དང་ཆང་མི་འབྱུང་བ་དང་དམ་པའི་ཆོས་ནམ་དུ་ཡང་མི་
གཏོང་བ་དང་བརྟུན་དང་གཡོ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མེ་པ་རལ་པ་ཅན་ནི་ལས་འབྲས་ཁས་ལེན་

བའི་ཕྱིར་གནང་ངོ། །མདོ་ཅ་བ་ལས། རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་འོངས་པ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུགས་
ཅན་མ་ཡིན་ནས་ཞེས་བྲི་བར་བྱ་ཞིང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དག་གིས་ཀྱང་
བྱའོ། །ཤུག་དང་མེ་པ་རལ་པ་ཅན་མ་གཏོགས་པ་སེམས་མཁུ་བར་མ་གྲུར་བའི་སྤྲུལ་སྤྲུགས་
ཅན་རབ་ཏུ་དབྱུང་བ་དང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སློབ་དཔོན་
ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་འགྲེལ་ཚུང་ཧམ་ལས་ཀྱང་། ཤུག་དང་ཞེས་པ་ནི་ཤུག་འེ་ལས་སྤྲུལ་སྤྲུག་པ་
ནི་དག་ལ་ཕྱིར་མི་རྒྱུར་བར་དཔལ་བ་དང་ཆང་མི་འཕུང་བ་དང་དམ་པའི་ཆོས་ནམ་དུ་ཡང་མི་
གཏོང་བས་ཚུད་དེ་བརྩུན་དང་གཡོ་མེད་པས་ན་མ་རངས་ཀྱང་རུང་ངོ། །མེ་ལྷ་བ་རལ་པ་ཅན་
ཞེས་པ་ནི་མེ་ལྷ་བ་ཅན་ནི་མེ་ལྷ་འདྲ་ཆེད་ལ། རལ་པ་ཡང་ཡོད་པ་ལ་བྱ་སྟེ། ཁོ་བདག་གི་ལྷ་བ་
སྤྱང་ན་ལས་འདས་པར་འདོད་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡོད་པར་ལྷ་བས་མ་རངས་ཀྱང་
རུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཤུག་འོད། (འདུལ་བ) མཆོག་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ། སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་སློབ་མ་སློབ་དཔོན་
ཤུག་འོད་ནི། འདུལ་བ་བསྐྱེན་པ་ལ་བཀའ་བློན་ཆེ་བའི་སློབ་དཔོན་ཞིག་སྟེ། ཁོང་གིས་དགེ་
ཚུལ་གྱི་ཀ་རི་ཀ་སྤྲུལ་བརྒྱ་པ་དང་། དེའི་འགྲེལ་པ་འོད་ལྷན་མཛད། ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།
རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་རྒྱན་བྱུག་གི་ཡ་གྲུལ་འདུལ་བ་བདུད་རྩིའི་རྒྱན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཞིག་སྟེ།
ཁོང་གིས་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཀ་རི་ཀ་སྤྲུལ་བརྒྱ་པ་སོགས་མཛད། ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། བཤམ་
མཉམ་མ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཆོའི་དབུས་ན་གནས་བཅས་ཡིང་། །འབུམ་ཐག་འདུལ་
བའི་གཞུང་གི་གདེངས་ཀས་བཞིང་། །རྣམ་ཐོལ་ཐར་པའི་འོར་བུས་གཙུག་ན་མཛེས། །མཆོག་
གཉིས་སྤྱི་ཡི་དབང་པོ་ལ་བྱག་འཆོལ། །ཅེས་ཡོན་ཏན་འོད་དང་ཤུག་འོད་གཉིས་མཆོག་
གཉིས་ལ་བཤད་ཅིང་། རྟེན་མའི་རྒྱན་བྱུག་མཆོག་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་དུང་ཤུག་འོད་མི་སྤྲང་
བས་དབྱུང་བར་འོས་ཏེ། དེ་ཡང་ (རྟེན་མ) རྒྱན་བྱུག་ནི། སྤྱི་སྤྱི་བ་སྟེང་པོ། ཐོགས་མེད། དབྱིག་
གཉེན། ཕྱོགས་སྤང་། ཆོས་གྲགས། ཡོན་ཏན་འོད་དོ། །མཆོག་བརྒྱད་ནི། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་དུ།
འཕགས་པ་ལྷ། ཅན་པོ་མི། སློབ་དཔོན་དཔལ་བོ་བསྐྱེན། ཕྱོགས་སྤང་བའོ། །སློབ་ཆེན་རབ་

འབྲམས་པའི་གྲུབ་མཐའ་མཛོད་དྲུག་གསལ།

ཤུག་བཤེས་གཉེན། འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་སློབ་མ་ཞིག རིའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སློན་ལས། དེ་ལ་
འཕགས་པ་ལྷ་དང་སྐྱ་བྱ་དང་ཤུག་བཤེས་གཉེན་གསུམ་འཕགས་པའི་སློབ་མར་གྲགས་ཆེ་
ལ། ཞེས་གསུངས།

ཤུག་སེལ། (འདུལ་བ) ཤུག་འཛིན་གཏོ་བོ། མཛོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་
༡༥༥ རྟེན་ལས་གསུངས།

ཤུག་ཀྱལ་པོ། <ཤུག་རྩ་ཇ་> (འདུལ་བ) ཤུག་འཛིན་གཏོ་བོ་དང་དོན་འདྲ།

ཤུག་ཀྱལ་པོ་བཟང་ལྷན། ཀྱལ་པོ་ཟས་གཙང་གི་ཆ་པོ་ཞིག བྱིས་ཀྱལ་པོ་ཟས་གཙང་གིས་བཟང་
ལྷན་ཤུག་ཀྱལ་པོར་དབང་བསྐྱར་ཚུལ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ཆ ༡༩༧ རྟེན་གསལ་ལོ།

ཤུག་འཛིན་གཏོ། <ཤུག་པ་བྱ་> (འདུལ་བ) ཤུག་འཛིན་གཏོ་བོ་དང་དོན་འདྲ།

ཤུག་འཛིན་གཏོ་བོ། <ཤུག་པ་བྱ་> (འདུལ་བ) བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ལུབ་པའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་
ཤིག

ཤག གཞིར་བཞག འཐད་པ། རིགས་པ། རོ་མ་སོགས་ལ་འཇུག དཔེར་ན་ཡིན་ཤག བདེན་ཤག
ཡོད་ཤག ཅེས་པ་ལྟ་བུ། ག་ཤའ་དང་འདྲ། ག་ཤའ་ལ་གཟིགས།

ཤག་པོ། བློགས་པོ།

ཤགས་འབྱེད་པ། ཚོད་པ་རྒྱག་པ།

ཤྏ་བ། (ལེགས་སྦྱར) བདེ་བྱེད་དེ། ལྷ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོའི་མིང་།

ཤང་ཤང་། 1 རྒྱག་རྒྱའི་སྒྲུབ་པ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་སྒྲའི་བྱེད་པར་ཞིག 2 འདཔ་ཆགས་ཤིག ཅེས་
དག་སློན་འགྲེལ་པར་གསུངས།

ཤང་ཤང་ཉེ་བུ། 1 <རྩི་བ་རྩི་བེ་ག> བྱ་རྒྱུང་དུ་སྐྱད་སྐྱབ་པོ་ཞིག་མིང་ཡིན་པར་སེམས། དག་སློན་
འགྲེལ་པ་ཁུ་བྱ་སྒྲུ་མས་མཛོད་པ་ལས། ཤང་ཤང་ཉེ་བུ་ཤང་ཤང་རྒྱུག་གྱུ་ཞེས་
བཤད་དོ། 1 དབྱངས་ཅན་དག་ལ་སྒྲིའི་འདུལ་པའི་སྒྲེང་འབྲམ་གྱི་བཅོམ་པ་༡ རྟེན་ལས།

འདིའི་སྐད་དོད་རྩྭ་བ་རྩྭ་བེ་ཀ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ་འཆོ་བ་འཆོ་བྱེད་ཅེས་བསྒྱུར་ཞིང་། མ་བྱའི་ཆད་
ཅམ་པའི་བྱ་གཤོག་འདབ་ཁྲ་བོ་དེ་མཐོང་བས་དུག་ཞི་བར་བཤད་དོ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་། འདི་
ནི་མ་བྱ་ལྟར་བྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་མི་སྣང་སྟེ། ཉེ་ལྷན་ཆུང་དུའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །² ལུས་སྟོད་མི་དང་ལུས་སྣང་བྱ་ལ་གཤོག་པ་དང་ལྷན་པའི་སྟོག་ཆགས་ཤིག་བྱ་འདི་
སྐད་ཤིན་ཏུ་སྣན་པ་ཞིག་ཡོད་སྐད། གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཅུའི་ནང་། ཀ་ལ་ཀིང་ཀ་
དང་། ཆངས་དབྱངས། འད་འད་ཉེ་ལྷན་སྣང་དབྱངས་ལྟར་སྣན་པ་ཞེས་འབྱུང་བས་སོ། །རྗེའི་
འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོ་ལས་ཀྱང་། སྤེམ་ཀ་ལ་མིང་ཀ་ཆངས་པ་དང་། །འད་འད་
ཉེ་ལྷན་དབང་པོའི་དབྱངས་ལྟར་སྣན། །རྩ་སྤྱ་མ་ཁེངས་མི་དམའ་ཀྱན་རྗེས་ཞུགས། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

འད་འད་མེ་རྟོག་མེ་རྟོག་འད་འད་ལ་གཟེགས།

འད་འོང་། ཀྱང་ཀྱོང་། ཀྱང་འེ་ཀྱོང་འེ། ཀོང་ཀོང་དང་འབྱུར་འབྱུར། རྣས་བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས།
འད་འོང་མེད་པས་མེན་མོ་མཐོ་བ་ཉིད་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འདས་ཆོ། (འདུལ་བ) གཞི་བརྩུང་བའི་ཆེ་གན་གཡོགས་ཀྱིས་གཞི་ལ་བྱི་བའི་སྣངས་ཀ་ལན་གསུམ་
བྱེད་པ་ལ་ཟེར། དེའི་དགོས་པ་ནི་བསམ་གཏན་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞིང་།
དེ་ཡང་སྤྱ་ཆུང་ཟད་འབྱིན་བཞིན་པར་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་རིན་
པོ་ཆེའི་དྲིས་ལན་སྟོགས་བསྐྱེགས་ནའང་གསལ་ལོ། །

འདས་ལེན། ལྷེ་ལེན། ལེབས་བསྐྱུད་འདས་ལེན་གཟབ་རྒྱས་ཞུས་ལྟ་བུ།

འད་ཀྱིས་སྤྱངས། (འདུལ་བ) འད་སྤྱངས་དང་དོན་འདྲ།

འད་པ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ད་ལྟ་བུ) བཤད་པ་འདས་པ། བཤད་པ་མ་འོངས་པ། འོད་སྒྲུལ་ཆོག་ །
མེལ་བ་དང་། གསེད་པ། འཛིངས་བཞོལ་བ། སྤྱང་བ་རྣམས་དོན་འདྲ། དཔེར་ན་བལ་འད་
རྒྱབ་པ་ལ། བལ་འད། བལ་མེལ། བལ་གསེད། བལ་སྤྱང་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །འད་མ་
དགོས་ཇོ་བོའི་དབུ་སྒྲ། ཕྱིས་མ་དགོས་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་། ཞེས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དཔེ་ལ་

འབྲུང་བ་བཞེན་ལོ། 12 འཕྲུག་པའི་དོན་ལའང་འབྲུག་པར་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་
བཤད། ཉེ་མོག་ཤད་ལྟ་བུ།

ཤད་སྤྱངས། (འབྲུག་བ) 1 ལས་རུང་དུ་བྱེད་པ། སྦྱོན་སྦྱོང་པ། དུལ་བར་བྱེད་པ། འཇམ་པོའམ་མཉེན་
པར་བྱེད་པ། འཛིངས་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་བཅས་ལ་ཟེར། 2 གསལ་བཤད་བྱེད་པ། དཔེར་ན་
ཆུ་མ་ལྟ་བུས་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་མི་རུས་པ་དང་། བསྐྱབ་རུས་ཀྱང་ཆོས་མིན་གྱི་བསྐྱོ་བ་ལྟ་
བུ་ལ་ཆོག་འཇམ་པོས་རྒྱ་མཆོན་ལེགས་པར་བད་སྤྱད་པའི་སྦོན་ནས་མི་རུས་པའི་ཚུལ་བཟོད་
པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། སྤྱ་བཤད་ནི། ཤད་དང་སྤྱངས་ཞེས་པ་གཉིས་སྤྱིར་དོན་གཅིག་གྲེ། བལ་
འཛིངས་པ་སེལ་ཞིང་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པ་ལ། བལ་ཤད་རྒྱག་བལ་ཤད། བལ་སྤྱངས། བལ་
ཆེལ་ཞེས་བཟོད་པ་ལྟ་བུ། ཤད། སྤྱངས། ཆེལ་ཞེས་པའི་ཆོག་གསུམ་ག་གཞི་བལ་ལྟ་བུ་ལ་
སྤྱར་ན་དོན་འབྲ། མཆོ་སྤྱིག་ལས། དཔེར་ན་བལ་ལེགས་པར་ཆེལ་བ་ལ་སྤྱངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།
བལ་མ་ཆེལ་ན་འཛིངས་ཤིང་བལ་བཀལ་བར་བྱ་བའི་ལས་སྤྱི་རུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །ཡང་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། ཤད་གྱིས་སྤྱངས་པ་ནི་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་དག་
འཇམ་པོས་སྤྱ་བའམ་བསྐྱལ་མ་འདེབས་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་གོང་དུ་བཤད་པའི་གསལ་
བཤད་བྱེད་པ་ཞེས་པ་དང་དོན་འབྲ་བར་སྤྱང་ངོ། །

ཤན། (འབྲུག་བ) 1 ལྷན་དམ་སྦྱོན། ཉེས་ལུང་གི་མིང་། དཔེར་ན་ཤན་ཞུགས་པ་དང་། ཤན་གོས་པ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ཁྱད་པར་དང་དབྱེ་བ། དཔེར་ན་དག་གཉེན་ཤན་འབྱེད་ཅེས་པ་དང་། ཁྱད་
ཤན་འབྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 ལྷགས་སོགས་གྱིས་བཅོས་པའི་མི་ཞིག་པར་སྦྱོམ་བྱེད་ཅིག་
དཔེར་ན་མདོང་མོའི་ལྷགས་ཤན་དང་། མོར་པའི་དདུལ་ཤན་ལྟ་བུ། 4 སྤྱའི་མིང་། ཤན་ལ་
བསྤྱད་ནས་ཆུའི་པ་རོལ་ཏུ་བརྒྱལ་བ་ལྟ་བུ། 5 གངས་གཟིག་གས། གསལ་ཞེས་པའི་གཅན་
གཟན་གྱི་མིང་ཡིན་པར་བཤད།

ཤྱེ་བ། 1 འདི་སྦྱང་པོ་མཆོག་མཛོད་མཁན་གྱི་རྩོམ་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྷགས་ཀྱི་ཤྱེ་བ་ཁུ་བ་དེ་ཡིན།
འདི་ལ་སྦོབ་དཔོན་རྩོ་ལྟ་ཀར་ཤྱེ་བའམ། རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ཞི་བ་ཟེར་ཞིང་། འདི་རྩོ་

བོ་རྒྱུ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤེད་ལྷ་མ་ཡིན་པ་ནི། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བསྟོད་པ་ལས། རྟག་
 ཏུ་བསྟེན་པའི་ལྷ་མ་ནི། །ཤུཌི་བ་དང་གསེར་གླིང་བ། །རྩ་བ་བོ་རྩི་རྩ་བ་ལྷ། །དངོས་བྱུང་ཐོབ་པ་
 མང་པོ་དང་། །བྱང་པར་དུ་ཉི་ལྷ་སྒྲུབ་ནས། །གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པ་ཡི། །ཐབ་པ་དང་
 ཉི་རྒྱ་ཆེ་བའི། །གདམས་པ་ཁྱོད་ལ་མངའ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉ། ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར་རྟོ། །ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པ་ནི་མི་འདིགས་པ་སྤྱིན་པ་དཔལ་གྱིས་མཛོད་པའི་བྱུང་ཆེན་
 བརྒྱུད་ཚུའི་རྣམ་ཐར་ལས། །ཀུའུ་ཤུཌི་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། མ་ག་རྩའི་མོང་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་པོ་དེ་མ་སྤ་
 ལས་རྒྱལ་མིང་མཛོད་པའི་དུས་སུ་མི་གས་ལྷོ་ལར་བཤམ་ཟེའི་དེགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་
 སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩ་ཀ་ར་ཤུཌི་ཞེས་བྱ་བ་དེག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་པའི་སློབ་དཔོན་
 ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་མཁས་ཤིང་བཙུན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱན་པ་ཕྱོགས་མཆོམས་ཐམས་
 ཅད་དུ་བྱུང་བར་གྱུར་པ་དང་། དེའི་དུས་སུ་སི་རྒྱ་ལའི་གླིང་གི་རྒྱལ་པོ་ཀ་པིན་བྱ་བ་རང་གི་
 བསོད་ནམས་ལས་འདོད་ཡོན་གྱིས་བྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་བཞུགས་པ་ལས། སི་རྒྱ་ལའི་གླིང་དུ་
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤར་མ་བྱུང་ཞིང་འདྲམ་བུའི་གླིང་གི་མི་འོངས་པ་ཀུན་ལས་སངས་
 རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐོས་ལ། ཆོས་སྟོན་པའི་གང་ཟག་དང་ནི་མ་འབྲུག་པའི་དུས་དེར་མ་
 ག་རྩ་ན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤུཌི་བ་བྱ་བ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞུགས་པ་ཐོས་ནས། རྒྱལ་
 པོ་ཀ་པིན་ལ་སོགས་པ་སི་རྒྱ་ལའི་གླིང་གི་སྤྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པ་འདེན་གྱི་པོ་
 ཉ་བཏང་སྟེ། མི་གས་ལྷོ་ལར་མཐར་གྱིས་བྱིན་ནས། པོ་ཉ་བས་ནང་པར་སློབ་དཔོན་ལ་བྱག་
 བྲས། སི་རྒྱ་ལའི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱར་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གསེར་དང་དཔལ་དང་སྤྱི་ཉག་
 དར་ཐབ་ལ་སོགས་པ་སྤུལ་ནས་འདི་སྤྱོད་དུ། རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པས་ཁྱེད་ཀྱི་དངོས་ཅག་གླིང་
 ཐན་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་ནི་སྤྱེས། མ་དེག་པའི་སྤྱན་པ་ནི་འཕྲིམས། འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེས་ནི་
 བསྟེགས། ཞེ་སྤང་གྱི་མཆོན་གྱིས་ནི་གཅོས། ལོག་པའི་རྩྭ་གས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱང་བ་ནི་
 གཡོགས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཐར་ལམ་ནི་སྟོར་ནི། བདག་ཅག་རྣམས་ལ་སྤྱགས་རྩེ་
 ཆེན་པོས་དགོངས་ནས་སི་རྒྱ་ལའི་གླིང་འདིར་འགྲོ་དོན་ལ་མི་གསེགས་སུ་མི་རུང་ཞུ་ཡིན་

གདལ་ ཞེས་ཞུས་པས། སློབ་དཔོན་གྱིས་དགོངས་པ་མངོན་དུ་མངོང་ནས་གཤེགས་པར་
 ཞལ་གྱིས་བཞེས་སོ། །དེ་ནས་སློབ་དཔོན་ཤུཌི་བས་འཁོར་སློབ་མའི་ཆོགས་ཉིས་སྟོང་ཅས་
 དང་། སྡེ་སྟོང་གི་སྒྲེགས་བཅ་རྣམས་ཏྲ་དང་སྒྲུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བཀའ་ནས་ཆས་ཏེ། ལྷ་
 ལ་རྒྱ་དང་། ཨོྲ་ཡ་རྒྱ་ལུ་རི་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དང་། རྡོ་རྗེ་གདན་ལ་སོགས་པའི་གྲོང་རྣམས་
 རིམ་གྱིས་བཟོད་ནས། སི་རྒྱ་ལའི་སྒྲིང་གི་རྒྱ་མཆོའི་འགམ་དུ་བྲིན་པ་དང་། སྡོན་ལ་པོ་ཉ་བཏང་
 ཟེ། བྲི་ནས་སློབ་དཔོན་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཐུར་ཞུགས་ནས་བྲོན་པ་དང་། པོ་ཉ་བས་
 སློབ་དཔོན་པེབས་གི་ཡོད་དོ་བྱ་བའི་གཏམ་སྒྲུས་པས། རྒྱལ་པོ་ཀ་པིན་དང་། སྡོན་པོ་དང་སྡེ་
 པོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ཅམ་གྱིས་དགའ་བ་སྒྲེས་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་
 གྱིས་རང་རང་གི་འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་སློས་བཏང་སྟེ། རྒྱ་མཆོའི་ཕྱོགས་སུ་ཡིད་གཏད་ནས་ཞག་
 བདུན་ལོན་པ་དང་། གདུགས་དང་སྒྲུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཐམས་ཅད་མཐོང་ནས་སྡེ་
 པོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་དགའ་སྟེ། རང་གི་ཡུལ་ནས་རྒྱ་མཆོའི་བར་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་
 ཕྱག་དར་བྱས། དར་ལ་སོགས་པས་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་གཡོགས་ནས་དེ་ལ་སློབ་དཔོན་ལ་
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཞབས་བཞག་ནས་གཤེགས་པ་ལ། རྒྱལ་པོ་ཀ་པིན་འཁོར་དང་
 བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མེ་རྟོག་དང་། བདུག་སློས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་
 མཆོད་དེ། སློབ་དཔོན་དབྱེས་པའི་གནས་ལམ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་སྤུལ་ནས་ལོ་གསུམ་གྱི་
 བར་དུ་སྡེ་སྟོང་གི་ཆོས་མང་དུ་བཤད་དོ། །དེ་ནས་སློབ་དཔོན་ཤུཌི་བ་འཁོར་བཅས་ཡུལ་
 དབྱས་སུ་ཆས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཀ་པིན་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཏྲ་དང་སྒྲུང་པོ་དང་
 གསེར་དདུལ་དང་སྡེ་རྟག་ལ་སོགས་པ་དབག་ཏུ་མེད་པ་སྤུལ་ནས་ཡུལ་དབྱས་སུ་ལོག་པ་
 ལ་ལམ་གཉིས་ཡོད་པའི་རིང་ཤོས་ནས་ཆས་སོ། །དེ་ནས་རྩ་མེ་ཤར་བྱ་བ་རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆས་
 ལ་རྒྱ་ལུ་རིར་རྒྱུང་མ་འཆོལ་བར་འགྲོ་བའི་དུས་སུ་ས་དེར་དབང་སྤྲུག་ཆེན་པོའི་རྟེན་རྩུ་ཁང་
 བྱས་ནས་ཡོད། དེའི་མིང་དུ་ཡང་རྩ་མེ་ཤར་པའི་ཡུལ་བྱ་བ་དེར་བྲིན་པ་དང་། དེ་ནས་ཡུལ་
 དབྱས་སུ་འགྲོ་སྐབས་བར་ན་མི་གྲོང་མེད་པའི་ལམ་ཞག་བདུན་འགྲོ་དགོས་པ་ཡོད་པ་ལ།

འཁོར་རྣམས་ལ་སློབ་དཔོན་གྱིས་ཞག་བདུན་གྱི་ཆས་ཁྲིའི་ཅིག་གསུངས་ནས། དེ་བཞིན་དུ་
 བྱས་ཏེ་བྱིན་ནས་ཞག་བཞིའི་ལས་དུ་ཐེབས་པ་ན། སྐལ་ལྷན་ཏྲེག་ཅེ་བ་དང་མཛུལ་ཏེ། དེའི་ལོ་
 རྒྱུ་ལ་ནི་ཁོར་བུ་གྲགས་སུ་སྟོན་ནོ། །དེ་ནས་སློབ་དཔོན་འཁོར་དང་བཅས་པ་མེ་ཀྲས་ལྷོ་ལར་
 རྩོན་པ་དང་། སློབ་དཔོན་ཕེན་ཏུ་བགྲེས་པར་གྱུར་བས་སྐུན་ལོང་ཞིང་ལུས་པོས་སྒྱུར་མི་
 བཟོད་ནས། སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་མ་ཉེད་ཞོ་ལ་ཁར་བཏབ་ནས་འབྲེན་པ་ལས། གཞན་ཁ་ཟས་
 དགས་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་སྤ་བ་བསྟེན་ནོ། །ཡོངས་བྲགས་སུ་སློབ་དཔོན་གྱིས་ལོ་བརྒྱ་ཅ་
 བཞས་པའི་དུས་སུ། སློབ་དཔོན་ནི་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་སུ་རྟོག་པའི་དང་ལ་གནས་ལ། ཏྲེག་ཅེ་བས་
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བསྐྱོམས་པས་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ན་བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་
 ཐོབ་སྟེ་གཉུག་མའི་ཆོས་ཉིད་ལ་གནས་སོ། །དེ་ལས་བཞེངས་པ་ལས། སློབ་དཔོན་ལྷ་རྟེ་ལྷ་ལ་
 བྱི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་བསྐྱར་བྱེད་ལ། ཏྲེག་ཅེ་བ་ལ་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཀྱན་དང་། ལྷའི་
 དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པས་བདུད་ཅི་སྤྱི་བོ་ཆངས་པའི་བྲག་ནས་མར་སྐྱགས་ནས་
 ཆོམ་པར་བྱས་སོ། །ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོ་མ་ཐམས་ཅད་ན་ཟེ། འདི་ནི་རྫོ་རྩེ་སེམས་དཔལ་དངོས་
 ཡིན་ཟེར་རོ། ཏྲེག་ཅེ་བའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས་ལྷའི་འདོད་ཡོན་ཐམས་ཅད་གྱུར་རོ། ཏྲེག་ཅེ་བས་
 ལྷ་མའི་གདམས་དག་མ་ཐོབ་བར་ལ་བྱི་རོལ་གྱི་རི་བཀོས་ལ། ཐོབ་ནས་སེམས་ཀྱི་རི་བོ་
 བཀོས་པས་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་
 རྣམས་ཀྱིས་སུམ་རྩ་ཅ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་གནས་སུ་སྐུན་བྲངས་པ་ལ། ཏྲེག་ཅེ་བ་
 གཤེགས་སུ་མ་བཞེད་ནས། དེའི་ཞལ་ནས་བདག་ནི་སྒྲ་མ་ལ་བྲག་འཆའ་བ་ཡིན་ཏེ། སངས་
 རྒྱུ་ལས་ཀྱང་སྒྲ་མ་བཀའ་འབྲེན་ཆེ་ལ། དེ་ཅི་སྟེན། སྒྲ་མ་སངས་རྒྱུ་ལ་སྒྲ་མ་ཆོས། དེ་བཞིན་
 སྒྲ་མ་དགེ་འདུན་ཏེ། དཔལ་པ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། དཔལ་པའི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་
 གསོལ། ཅེས་གསུངས་ནས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུན་གྱིས་གཟིགས་ན་ལུས་གཉིས་ཀྱི་བར་རྒྱ་བ་
 དུག་གི་ལམ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱད་ཅིག་ལ་མེ་ཀྲས་ཕེ་ལར་རྩོན་ནས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལུས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ལ་
 བྲག་དང་བསྐྱར་བས་བསྟེན་བཀྱར་མཛོད་པ་ལ། སྒྲ་མ་འཁོར་དང་བཅས་པས་མ་མཐུན་ནས་

ཡང་རྟོག་ཅེ་བས་ནས་སྤྱིན་གྱི་ལུས། དངོས་སུ་བསྟན་ནས་བྱུག་དང་བསྐྱོར་བ་གངས་མེད་པ་
 མཛད་། ཞབས་ལ་མགོ་བོས་གཏུགས་པ་དང་། རྒྱུ་བས་སུ་ཡིན་ངེས་པ་ན། བདག་སྒྲ་མའི་
 སློབ་མ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པ་ན། བདག་ལ་སློབ་མ་དབག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པས་ངོ་མ་ཟེན་གསུངས་
 པས། སྒར་བདག་རྟོག་ཅེ་བ་ལགས་ཞུས་པས། དཔོན་སློབ་གཉིས་བཅས་མཇུག་ནས། ཡིད་
 མེབས་པའི་གཏམ་མང་དུ་མཛད་ནས། སྒྲ་མས་སློབ་མ་ལ་བྲིད་གྱིས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོས་ཅི་ཐོབ།
 གསུངས་པས་རྟོག་ཅེ་བས་དངོས་གྱི་སྒྲ་མའི་གདམས་དག་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས་བྱལ་བྱ་
 ཆེན་པོ་ཆོས་གྱི་སྐྱེ་ཐོབ་ནས་མཆི་ཞུས་པས། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་ངས་ནི་སྐྱེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་
 ཤིང་སྐྱབ་བ་གཙོ་བོར་མ་བྱས་པས། རོན་དང་མ་བླད་ལ། བྲིད་གྱིས་ནི་སྐྱབ་བ་གཙོ་བོ་བྱས་
 ཤིང་སྐྱེ་བ་གཙོ་བོར་མ་བྱས་པས་དོན་དང་མཇུག་ནས་འདུག་ཅིང་། ངས་བྲིད་ལ་གདམས་
 དག་སྤྱིན་པ་ཡང་བཟེད་ནས་འདུག་དུ་བྲིད་གྱིས་ང་ལ་གདམས་དག་ཀྱང་སྟོན། ཡོན་ཏན་གྱི་
 ཆོས་ཅི་ཡོད་པ་འང་སྟོན་ཅིག་གསུངས་པས། རྟོག་ཅེ་བས། དཔེན་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲ་མ་ལ་
 ཆོས་གྱི་སྐྱེའི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་ཡང་བསྟན། སྒར་སྒྲ་མ་རང་གི་གདམས་དག་ཀྱང་ཡར་ཕུལ། སྒྲ་
 མས་ཀྱང་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་སུ་གདམས་དག་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས། སྒྲ་མ་རྩལ་ཀར་ལྷན་
 པས་ཀྱང་བྱལ་བྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ནས། འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་དེ་མཁའ་སྐྱོད་
 དུ་གཤེགས་སོ། །ཀླུ་རྩལ་ཀར་ལྷན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སོ། །ཞེས་མི་འཛིགས་པ་སྤྱིན་པ་
 དཔལ་གྱིས་མཛད་པའི་གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་ནམ་ཐར་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་སོ། །² ཡང་
 ལྷན་པ་གཞན་ཞིག་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་ཨང་ཉེར་གཅིག་པ།
 གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་གསལ་འདེབས་ལས། རྒྱལ་རིགས་དམན་པའི་སྐྱོད་པ་
 མཛད་། །འབྲས་སོ་འབྲུ་ཞིང་དངོས་གྲུབ་བརྟེས། །ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། །སྒྲ་མ་དེ་ལ་བྱལ་
 འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཡང་ཨང་སོ་བཞི་པ། གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་
 བཞིའི་གསལ་འདེབས་ལས། རྒྱལ་རིགས་སྐྱོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །འདུལ་འཛིན་གསང་
 རྟགས་དངོས་གྲུབ་བརྟེས། །ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། །སྒྲ་མ་དེ་ལ་བྱལ་འཆའ་ལོ། །ཞེས་ལྷན་པ་

སྤྱི་གཉིས་གསུངས་འདུག་ཡང་། མི་འདིགས་པ་སྤྱི་བ་དཔལ་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་
བཞིའི་རྣམ་ཐར་ལས་ནི་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྩོམ་ཐོབ་སྤྱི་བ་མཛོད་པའི་ཤུའི་བ་མ་གཏོགས་
གཞན་གསུངས་པར་མི་སྤང་བས་དབྱེད་གོས་སོ། །འདིར་བཀོད་པ་ནི་དབྱེད་གཞི་ཙམ་གྱི་
ཕྱིར་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཤམ་ཐབས། (འདུལ་བ) 1 བོད་པའི་རབ་བྱུང་ཆོས་སྤང་ལ་གྲོན་རྒྱུའི་གོས་ཤིག་སྟེ། འདུལ་བའི་གཞུང་
དུ་མཐར་གོས་ཟེར་བ་དེའོ། 2 འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ཉིན་མོ་མཐར་
གོས་ཀྱི་ནད་དུ་གྲོན་རྒྱུའི་གོས་ཤིག་ལ་ཟེར། འདི་ལ་ཤམ་ཐབས་དང་གཤམ་ཐབས་ཞེས་འབྲི་
རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་གཤམ་ཐབས་ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་སེམས་སོ། །འདི་ཡང་བགས་
བཅད་བར་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱེ་ཙག་ཞང་གསུམ་གྱིས་ཡི་གེ་མང་པོ་ཞིག་གོ་མ་བདེ་བར་བཅོས་
པའི་གས་ཤིག་གོ། སྤྱི་བཤད་ནི། གཤམ་ནི་སྤང་དང་ཐབས་ནི་འདིར་གོས་ཀྱི་མིང་སྟེ། ཕུས་ཆ་
གང་ལས་སྦྱོབ་བཤམ་འགོ་བས་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཐབས་ཞེས་བྲལོ། །

ཤམ་ཐབས་ཀྱི་གཟན། (འདུལ་བ) འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། མཚན་མོ་མཐར་གོས་
ཀྱི་ནད་དུ་གྲོན་རྒྱུའི་གོས་ཤིག་ ལུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་མདོ་རྩའི་རྣམ་བཤད་༥༦ན༥ལས། ཤམ་
ཐབས་ཀྱི་གཟན་ཏུ་བ་མའི་གོས་སྤང་དགྱིས་ཏེ། ཤམ་ཐབས་ཀྱི་ཐེབས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

ཤམ་ཐབས་སྤང་པོ་ཆེ་སྤྱི་ལྟར། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་ཀྱི་ཁ་ཆར་དང་ཕུན་ཆར་གྱི་མཐའ་མ་བཅད་
པའི་གྲ་དག་སྤང་པོ་ཆའི་སྤྱི་ལྟར་ནར་བ།

ཤམ་ཐབས་ཏ་ལའི་ལོ་མ་ལྟར། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་ཀྱི་སྟེང་གི་ཁ་ལོགས་ལྟེ་བའི་གོང་རོལ་དུ་ཏ་
ལའི་ལོ་མ་ལྟར་ལྟེ་བས་ཤིང་འདུག་པ།

ཤམ་ཐབས་འབྱུང་ཕུས་མ་ལྟར། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་སྟོན་ཕྱི་རོལ་གྱི་རིམ་པའི་གྲ་འབྱུང་ཕུས་མ་
ལྟར་བལྟ་བས་ཏེ་འཛོག་པ།

ཤམ་ཐབས་སྤྱུལ་མགོའི་གདངས་ཀ་ལྟར། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་ཀྱི་ནད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁ་ལོགས་

མདུན་གྱི་ཉེ་བའི་ལོག་ཏུ་སྐྱུལ་མགོའི་གདེངས་ཀ་ལྟར་ཕྱིར་བུང་བ།
ཤམ་ཐབས་རྒྱུ་ལོ། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་ཀྱི་མཐུག་གི་མཐའ་རིང་བྱང་མི་མཉམ་པ་འཛར་ནས་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་བྲིལ་བུའི་ཁ་ལྟར་མཉམ་བ།
ཤམ་ཐབས་རྒྱུ་ལོར་བགོ་བ་ལ་བསྐབ་པར་བྱལོ། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་རྒྱུ་ལོར་བགོ་བ་ལ་ནན་
ཏན་ཞེས་བྱལོ། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འདིའི་བསྐབ་པར་བྱལོ་ཞེས་པ་ནི་ནན་ཏན་བྱལོ་ཞེས་པའི་
དོན་དུ་རྒྱུ་འབྱེད་འབྲེལ་༼ ཚུ་བ་ ༡༧༥༥ ལས་གསུངས་སོ། །
ཤམ་ཐབས་ཏ་ཅང་ཅེངས་པ། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་བྱས་མོ་གཉིས་ལས་གོང་དུ་ཐལ་བ།
ཤམ་ཐབས་ཏ་ཅང་འཛོལ་བ། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་ལོང་བུའི་ཆོགས་ལ་རེག་བ།
ཤམ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) ཤམ་རྩ་ལ་དང་དོན་གཅིག་
ཤམ་རྩ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) ཤམ་ལོ་རེགས་ཤམ་རྩ་ཀ་ཞེས་བྱ་བས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དུ་
གྲགས་པའམ། འགའ་ཞིག་གིས། ཤམ་རྩ་ལ་ཞེས་པའི་ལ་ནི་བཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ལ་འཇུག་
པས། ཤམ་རྩས་བཟུང་བ་ཞེས་གྲགས་པར་བཤད། ཡང་ན་བདེ་འབྱུང་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།
བདེ་འབྱུང་ནི་ལྟ་དབང་སྤྱུག་ཆེན་པོའི་མིང་ཡིན་ལ། དེས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ལ་ཤམ་རྩ་ལ་ཟེར།
ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་ནི། དབྱིབས་རྒྱུ་ལོ་མཐའ་རིས་བསྐྱོར་བའི་ནང་བསྐྱེད་པ་མ་བརྒྱད་ཀྱི་
དབྱིབས་ཅན། རྒྱུ་ལོ་ཆ་གསུམ་དུ་བྱས་པའི་ཆ་གཅིག་ཉེ་བའི་ཆ་དང་། ཆ་གཉིས་འདབ་
མའི་ཆ་དུ་ཡིན། ལྟེ་བ་ལ་དཔག་ཆད་སྟོང་། འདབ་མ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་འདབ་མ་རེ་རེ་ལ་དཔག་
ཆད་སྟོང་སྟོང་ཡོད། དབྱས་གྱི་ཉེ་བའི་མཐའ་ནས་གངས་རིའི་ཐང་བས་རིམ་བ་གཅིག་བསྐྱོར་
བ། འདབ་མ་བརྒྱད་ཀྱི་མཐའ་ནས་གངས་རིའི་ཐང་བའི་རིམ་བ་གཅིག་སྟེ། གངས་རིས་རིམ་
བ་གཉིས་སུ་བསྐྱོར་བཤོ། རི་ཡི་ཅེ་མོ་ཐམས་ཅད་གངས་རི་དང་། དེ་མཆམས་གཡལ་འའི་དང་།
དེ་ནས་ཇ་རི་དང་། དེ་ནས་སྤང་རི་དང་། དེ་ནས་ནགས་རི་དང་། སྤོས་ཤིང་རི་དང་། མེ་ཏོག་སྒྲ་
ཆོགས་སྒྲན་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཅིང་། ལུང་པའི་གཞུང་ཐམས་ཅད་མཆོ། ཟིང་བྲ། ཉེ་ཅ་
མིང་དང་། ལྷན་ཤིང་དང་། སྤྱིང་མོས་ཆལ་སྒྲ་ཆོགས་པ། གཞན་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་

བཀོད་པ། རྒྱ་ཁྱིམ་ཡངས་ཤིང་འདོད་དགུ་འཛོམས་པ། ཡིད་དུ་འོང་བ། བག་ཐེབས་པ། འདབ་
མ་ལས་ཅུང་ཟད་མཐོ་བའི་དབུས་ཀྱི་ལྷེ་བའི་སྤྲེང་དུ། རྒྱ་པོའི་པོ་བྲང་ཀ་ལྷ་བ་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་
སྤྲེང་ལས་གྲུབ་བ་དབག་ཆད་བཅུ་གཉིས་པ། པོ་བྲང་དེའི་དབུས་སུ་རིགས་ལྡན་རྒྱ་ལ་པོ་
བཞུགས་པའི་ཁང་བ་རྣམས་མཚད་དང་། རྒྱ་བ་རྒྱ་ཤེལ་དང་རྩྭ་རྩེ་བ་ལས་ལས་བྱས་པའི་འོད་
ཀྱིས་ཆེས་བཅོ་ལཱའི་རྒྱ་བའི་འོད་ཀྱང་ཐེལ་ཀྱིས་གཞོན་ནས་རྒྱ་བ་ལ་བལྟས་ཆེ་སྤྲེང་འབྲིལ་བ་
ཞིག་ལས་གཟེ་བྱིན་འབྱེན་མི་རྣམས་པ། ཁང་པའི་འོགས་ལ་ཤེལ་སྤྲེང་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི་
འོད་ཀྱིས་ཉིན་མཚན་གྱེ་བྲག་མི་བྱེད་ཅིང་། བཞུགས་ཁི་རིན་པོ་ཆེ་དེ་རྣམས་མཚོག་གི་ཕྱས་
བཏབ་པའི་གསེར་དང་། འཛམ་བུ་རྒྱ་བའི་གསེར་ལས་གྲུབ་བ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དེ་དག་ཉིད་
ལས་གྲུབ་བ་དེ་དག་གིས་ངོས་ལ་དྲངས་ཤེལ་གྱི་མཚོག་མེ་ལོང་ལྷ་བའི་གཞིར་ཐག་རིང་པོ་
དབག་ཆད་ལྷ་བཅུ་ཅས་གྱི་སའི་ཁྱོན་གྱི་རྒྱ་ནང་གི་སྤོག་ཆགས་རྒྱ་ཆོད་གྱི་གཟུགས་བརྟན་
འཆར་བའི་ལྷ་དཔོན་པོ་དང་། སྤྲེང་ཁྱང་གི་ངོས་དག་ལ་ཡང་མན་ཤེལ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡོད་པ་
ལ་བལྟས་པའི་ཆེ་ཉི་རྒྱ་སྤྲེང་གསུམ་གྱི་ཁང་བཟང་དང་། ལྷ་དང་སྤྲེང་མོས་ཆལ་དང་། རྒྱ་བའི་
ལས་ཀྱི་པོ་ལ་དང་ཁྱིམ་བཅུ་གཉིས་སོགས་མདུན་ན་གནས་པ་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་དང་།
བཞུགས་ཁིའི་མཐར་ཅན་དན་ས་མཚོག་གི་ཁ་བསྐྱོར་བྱི་བཟང་པོ་དབག་ཆད་དུ་འཕྲོ་བ་དང་།
ཆེན་པོ་ལ་འོས་པའི་རས་དང་། གོས་སྤང་གྱེ་བ་སྤྲོད་རི་བ་དག་གི་སྤྲེང་དང་སྤྲེ་འཕོལ་སོགས་
མཚོན་བ་ཅམ་སྤོས་བ་སྤྲེ། མདོར་ན་བཞུགས་པའི་གནས་རེ་རེའི་རིན་ཐང་ལ་གྲུ་གཟིངས་ཆེན་
པོ་གསེར་གྱིས་སྤྲེང་བྱར་གང་བ་དག་རི་བར་སྤྲེང་ན་གཞན་དག་ལྷ་སྤོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་བ་སྤྲེ།
རིགས་ལྡན་གྱི་སྤྲེང་ཆ་བྱད་ནི། སང་གའི་སྤྲེང་ཆོས་མ་ལས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ཏྱར་བཅོས་མ་
དང་། འཛམ་བུ་རྒྱ་བའི་གསེར་ལས་བྱས་པའི་སྤོག་ལྷ་དང་། བྲག་ཞབས་ཀྱི་གདུ་བ་ལ་རིན་པོ་
ཆེ་རེ་རེའི་རིན་དུ་གསེར་སྤང་གྱེ་བ་རེ་རེའི་བའི་ཕྱ་བཏབ་པའི་འོད་དང་། རིགས་ལྡན་གྱི་སྤྲེ་
དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པའི་འོད་འབྲེས་བ་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བྲབ་པའི་དབང་གིས་
ཀྱང་གཟེ་བཟླེད་བཟོད་པར་དཀའ་བ་དང་། འཁོར་གྱི་སྤོན་པོ་དང་། དམག་དཔོན་དང་། བཙུན་

མོར་འཁོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། འར་ཏ་དང་། སྒང་པོ་དང་། སྒང་པོ་གཤོག་པ་ཅན་དང་། ཏ་
 མཆོག་དེ་ལྟ་བུ་དང་། འིང་ཏ་དང་། ཁྱོགས་ལ་སོགས་པའི་བཞེན་པའི་བཞོད་པ་མཐའ་ཡས་པ་
 དང་། རང་གཞན་གྱི་འཕྱོར་པ་དང་། རིགས་སྒྲགས་གྱི་མཐུ་དང་། ཁབ་འབངས་སུ་གྱུར་པའི་
 གྲུ་དང་། ལྷ་མིན་དང་། མིན་པོ་དང་། མིའམ་ཅི་དག་གིས་ཕུལ་བའི་ཡོངས་སྤྱོད་དང་། ཁ་ཟས་
 གྱི་ཁྱད་པར་ལ་ནི་ལྟའི་དབང་པོས་ཀྱང་འགྲན་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། རིགས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་
 བཅུན་མོའི་འཁོར་རྒྱ་ཆེ་བས་སྤྲས་པོ་མོ་མང་ཡང་སྤྲས་ཀྱན་གཞོན་གང་ཡིན་ཀྱང་སྤྱ་
 བལྟམས་པའི་དུས་མེ་རྟོག་བསྐྱེད་ཀྱང་པོའི་ཆར་འབབ་པ་དང་། ཞག་བདུན་བར་དུ་ཁྱེའུ་སྤྱི་
 མཐོང་བཞོར་བུར་གྱུར་ལ། འོད་ཟེར་འཕྱོ་བཞི་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཏེ། རོན་ཡོད་ལྷགས་
 གྲུས། རྒྱལ་པོའི་བུ་ནི་གང་བཅས་པ། ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་འོད་གྱུར་ལ། ཞག་བདུན་འོད་ཟེར་
 འཕྱོ་བཞི། དེ་ནི་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། བཅུན་མོ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་
 རིགས་ལྡན་འབྲུངས་པ། འཕྲུ་ལ་ཡི་མཐའ་སྐོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནད་གུ་བཅུ་གོ་དྲུག་གང་རུང་གི་
 སྤྲས་མོ་སྤྱ་འབྲུངས་པའི་ཆེ་མེ་རྟོག་ལྟུང་པའི་ཆར་འབབ་པ་དང་། བཅུན་མོ་དེ་འབྲུངས་པའི་སྤྱ་
 ལྷས་སུ། ཁྱིམ་དེ་རུ་མེ་རྟོག་ བསྐྱེད་མཆར་བ་སྤོན་མ་མཐོང་མ་ཁྱོད་བཞིག་སྤྲེས་པ་སྟེ། སྤོབ་
 དཔོན་དོན་ཡོད་ལྷགས་གྲུས། གང་གི་སྤོན་ཆད་མ་མཐོང་བའི། མེ་རྟོག་རབ་དུ་རྒྱས་པ་
 ཆེ། གང་གི་ཁྱིམ་དུ་སྤྲེས་གྱུར་པ། དེར་ནི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོ་འབྲུངས། ཞེས་གསུངས།
 རྒྱལ་པོ་བཅུན་མོ་བཅས་པ་ནི་དཔལ་ལྡན་ཆངས་པ་སྟེ་བཞིའི་བང་མཛོད་འཛིན་ཏེ། ཆངས་པ་
 སྟེ་བཞི་ནི། འདོད་པ་ལྡ་དང་རྟོར་དང་། ཆོས་དང་ཐར་པ་བཞི་སྟེ། རོན་ཡོད་ལྷགས་གྲུས། རྒྱལ་
 པོ་བཅུན་མོ་བཅས་པ་ནི། ཀླས་པ་མེད་ཅིང་ན་བེད། ཀླག་དུ་འདོད་ལ་དགའ་བར་
 སྤྱོད། འོན་ཀྱང་དགའ་བ་ལས་མི་ཉམས། ཞེས་གསུངས་སོ། ཆངས་པ་སྟེ་བཞི་རིགས་སྒྲགས་
 གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་མཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་སྟེ། གསང་བ་འདུས་པ་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་གྱི་དབང་
 གི་སྐབས་སུ། ཐར་པ་རྟོར་ཆོས་འདོད་པ་སྟེར་མཛོད་རྒྱལ། ཞེས་པ་རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱེས་
 བཟང་རྒྱ་མཆོས་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། རིགས་སྤྲས་བསྐྱེན་པ་གཅིག་གཉིས་ལས་མེད་ཀྱང་ལོ་

ལྟར་ནག་ཁྲའི་ཆེས་བཅོ་ལྔ་ལ་དབང་ཡོན་དུ་བྱལ་བ་ནམས་ཉེ་དོན་བཅུན་མོ་མང་དུ་ཡོད་
དོ། །དོན་ཡོད་ལྷགས་ཀྱས། ཀ་ལྔ་བ་ཡི་བྱང་གི་ངོས། །མཁའ་ཁམས་དོན་རྒྱ་ཏུ་
གནས། །སྒྲིང་ཕྱག་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲན་མོ་དང་། །གཞན་ཡང་སྒྲོབས་ལྡན་སྒོག་ཆགས་མང་། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །པོ་བྱང་དེ་ཡི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐའ་སྐོར་དུ་བྱངས་བྱེ་བ་ཕྱག་གཅིག་མོ་བཅུ་ཀྱི་
ཚུལ་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡི་ཡང་རྒྱ་བ་རིང་བར་བྱང་ཕྱོགས་ལོགས་ལ་བྱག་རི་ཤེལ་ལང་བ་སྐྱ་
གཟུགས་ཀྱི་དབྱིབས་རྒྱང་ནས་བལྟས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་། མདུན་དུ་སོང་ན་གང་ཡིན་མི་
འབྲེད་མཐོ་བྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ། སྒྲ་ཤིང་ས་ལའམ་ལྷག་པའི་ཐྱོན་བ་རབ་ཏུ་རྒྱས་བས་
གཡོགས་པ། འགའ་ཞིག་སྒྲའི་ལྷེ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་སྒྲིལ་བྱང་མངོན་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་
དཔའ་བཟང་སྒྲིང་། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ལྷན་པོ་ཅེ་འཛིན། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ས་ཡི་
སྒྲིང་པོ། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ། སྒྱན་རས་གཟིགས་ཏ་ལ་ཏ་ལ། འཕགས་མ་
སྒྲོལ་མ། གསང་བདག་ཕྱག་ན་དོན། ལྷ་མོ་སྒྲ་ཅན་མ། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་དོན་དམ་ཡང་
དག་འཕགས། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་བྱམས་བ་སྒྲེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་བ་བཅུ་ལ། བྱང་རྒྱབ་
སེམས་དཔའ་སྒྲིང་ཕྱག་བཅུས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པའི་རི་ངོ་མཆར་ཅན་ཡོད། པོ་བྱང་དེ་ཡི་
སྒྲོ་ཕྱོགས་སུ་མ་ལ་ཡའི་སྒྲིང་མོས་ཆལ་ཆེན་པོ་དཔག་ཆད་བཅུ་གཉིས་པ། དབུས་སུ་དཔལ་
དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྐྱ་གསུང་ཕྱགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བ་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་སྐ་
ལས་བྱུབ་པའི་རྫོས་བསྐྱངས་ཕྱོགས་རེར་ཁྲ་བཞི་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་
བཟང་པོས་བཞེངས་བ་དང་། དུས་སུ་བྱིས་སུ་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོ་གཞན་གྱིས་བཞེངས་བ་
རིན་པོ་ཆེ་འབང་ཞིག་ལས་བྱུབ་པ་ངོ་མཆར་ཅན་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡང་མང་དུ་བཞུགས།
སྒྲིང་མོས་ཆལ་དེའི་ཤར་ན་ཉེ་བའི་ཡིད་ཀྱི་མཆོ་ཆེས་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལྷ་བྱ་དཔག་ཆད་བཅུ་
གཉིས་པ། ལུབ་ན་བསྐྱེད་ཀར་པོའི་མཆོ་རྒྱ་བ་བྱེད་པ་ལྷ་བྱ་དཔག་ཆད་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་མེ་
ཏོག་ བསྐྱེད་ཀར་པོ་དང་། ལྷན་པོ་སྒོགས་ཀྱིས་ཁེབས་པ། རིན་པོ་ཆེ་ཡི་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་མི་
དང་ལྷ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་དགའ་ཞིང་ཅེ་བ། དབུས་ཀྱི་གྲོང་ཁྲིམ་ཀ་ལྔ་བ་དེའི་མཐའ་སྐོར་ཀྱི་གངས་

རི་ནས་ཕྱི་ལོ་གངས་རི་ལོ་བར་ལ་དཔག་ཆད་ལྔ་བརྒྱ་ཡོད་པའི་ས་གཞིའི་ཁྲོན་བརྒྱ་འདབ་
 བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོད་པ། འདབ་མ་རྣམས་ཀྱི་མཆོམས་རྒྱ་དང་གངས་ཀྱིས་བྱེ་བ། འདབ་མ་
 བརྒྱད་ཀྱི་དབྱིབས་སུ་ཡོད་པའི་འདབ་རེ་རེ་ལ་ཁྱོད་ཁྱེར་བྱེ་བ་ཐག་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པས་
 བསྐྱམས་པས་ཁྱོད་ཁྱེར་བྱེ་བ་ཐག་དགུ་བཅུ་གོ་དྲུག་སངས་རྒྱས་ཤུལ་བའི་བསྐྱེན་པ་ལོ་
 བརྒྱ་ཐག་ལྔ་བཅུ་མ་རྩོགས་བར་དུ་རྒྱལ་བརྒྱད་རིམ་པར་འབྱུང་བས་རྟག་ཏུ་དུས་ཀྱི་འཁོར་
 ལོའི་ཆོས་སྟོན་པ། སལ་ཆེར་བྱུབ་པ་བརྒྱད་དུ་གཏོགས་པའི་རིག་སྤྲུགས་བྱུབ་པ་རྒྱལ་ཐུན་
 དགུ་བཅུ་གོ་དྲུག་པོ་རེ་རེ་ལ་དབྱུག་པ་ཡིད་ཀྱི་ཤུགས་ཅན་ཟེར་བ་རེ་རེ་ཤུག་ན་ཡོད་པས་པོ་
 ༩་བཏང་བའི་ཆེ་དེ་ལག་ཏུ་གཏད་པས་ཡིད་ལ་གང་བསམ་གྱི་ཕྱོགས་རེར་སྐྱད་ཅིག་ལ་
 སྤེལས་པ་ཡོད། ཆོས་པ་སལ་ཆེར་ལ་རིག་སྤྲུགས་ཀྱི་མཐུས་སྤྱའམ་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་པའི་
 མངག་གཞུག་རེ་རེ་ཡང་འོང་བ་སྣང་། ཁྱོད་ཁྱེར་དེ་དག་གི་ཁང་བ་རྣམས་ཉིས་ཐོག་ཅན་སྟོད་
 ཡུལ་བདེ་བ་རྒྱ་གར་བའི་ཁང་བ་ལྷ་བྲ། ཞིང་དེར་སྤྱེས་མི་རྣམས་ནི་གཟུགས་དང་ལང་ཆོ་ལོན་
 ཏུ་བཟང་བ། བཟང་བཏུང་རྒྱན་གོས་སོགས་འཁྱོར་བ་རྒྱས་པ། འཇམ་པོའི་ཁྲིམས་ཀྱི་འཆོ་
 ཞིང་། འཆི་བ་དང་བརྟེན་པ་སོགས་དང་ནད་སྤྲུག་སོགས་གཏན་ནས་མེད་པ། རང་བཞིན་
 བཟང་བ། དབང་པོ་རྟོག་པ། དགེ་བ་ངང་གིས་གཞོལ་བ། སལ་ཆེར་ཆེ་དེར་གསང་འདུས་བདེ་
 དགུས་དུས་འཁོར་སོགས་སྤྲ་མེད་རྒྱུད་སྤེ་གང་ཡང་རུང་བའི་སྟོན་སངས་རྒྱ་མཁན་མང་
 ཞིང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ནས་གསུངས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་མང་བ། ཉམས་
 ལེན་མ་བྱུབ་པའི་ཁྲིས་པའི་བྲག་གཡོག་རྣམས་ཀྱང་། འཆི་ཁར་འཕོ་བ་སྤར་ནས་དག་པའི་ཞིང་
 དུ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས། རན་སོང་དུ་སྤྱེ་བ་ཡེ་ནས་མེད་པ་ཡིན། དེ་དག་གི་ཆས་གོས་ནི་རྒྱལ་
 པོ་རྣམས་དབུ་སྒྲ་བསིལ་བུ་སྤྱི་ཐོར་བཅིངས་ཤིང་རིགས་ལྡེའི་རྟགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་རྒྱལ་
 པོའི་ཅོད་པན་འཆང་ཞིང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོའི་ཆ་ལུགས་ཅན། མཐོང་བ་ཙམ་
 དང་རིག་ཙམ་གྱིས་སྐལ་ལྷན་རྣམས་ལམ་བཟང་ཐོབ་ཏུས་པ། སྤྱེས་པ་རྣམས་ཐོད་དང་རས་
 གོས་དཀར་པོ་འཕ་དམར་པོ་ཁྲིས་པའི་སྤྲ་གོས་དང་བཅས་པ། མི་རིགས་རྣམས་གོས་དཀར་

པོ་ལས་སྒྲིམ་པོ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་པོ་ལོང་པ་གྲོན་པ། ལོངས་སྒྲོད་ཆུང་དུ་དག་ལའང་རིན་
པོ་ཆེའི་བར་བ་བརྒྱུད་ཉེ་བ་ཡོད་ཅིང་། དག་འདུན་གྱི་སྒྲིམ་དང་སྒྲིམ་གསུང་སྒྲིམ་གསུང་གི་ཉེན་ཁྲ་
བར་ཅན་བཞུགས་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱོན་བཀྱར་དང་མཆོད་པ་ཆད་མེད་པ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་
རྣམས་ནི་ཆོས་གོས་རྣམས་གསུམ་ལྟར་བཞེད་འཁར་གསེལ་འཆང་བ་མ་གཏོགས་ཡོད་ཀྱང་ཆེར་
མི་འཆང་བ། དབུ་རེག་ཞབས་རྩེན་ལ་གནས་ཤིང་། འདུལ་བའི་བཅས་མཆོས་རྣམས་ལ་
ཤིན་ཏུ་གུས་པ་མཛོད་པ་ཡིན། བྱེ་བྲག་སྒྲིམ་བ་སྒྲིམ་བ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་བྲག་ལེན་རུང་ཆུ་འདེབས་
པ་ནས། རེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་སྒྲིམ་བཞིའི་བཀའ་དང་བསྐྱོན་བཅོས་ཆད་ལྡན་འཛམ་གྱི་སྒྲིམ་ནི་
སྒྲིམ་ཡོད་པ་དང་། ཁྲ་བར་དུ་དབའ་པོ་མཁའ་འགྲོ་དང་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་འབྱུང་
སྒྲིམས་ཀྱིས་སྒྲུངས་ནས་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྣམས་ཀྱང་བོད་ལས་
དེར་དར་བ་ཆེ་བ་ཡོད། ཤམ་རྩ་ལའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོས་རྒྱལ་སྐྱབ་བ་བཟང་པོ་སོགས་སྒྲིམ་
གྱི་ཆོས་རྒྱལ་བདུན་དང་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སྒྲོང་རྩོམ་སྒྲིམ་པའི་གསུང་འབྲས་
སྒྲིགས་བཅ་༣༤ན་གསལ་བས་དེར་གཟིགས། གཞན་ཡང་ཤམ་རྩ་ལའི་སྒྲོང་པ་ཆེན་སྐྱབ་
མེད་གསུམ་པ་དབའ་ལྡན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསུང་ཤམ་རྩ་ལའི་ལམ་ཡིག་དང་། མན་ལུང་གྲུ་རུས་
ཀྱང་དེར་བཞོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་བཤད་པ་དེ་དག་ལ་གཟིགས་པར་ཞུ།

ཤམ་རྩ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ། བྱང་ཤམ་ལའི་རྒྱལ་པོ་རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྔ་ནི། ༡ རིགས་
ལྡན་འཛམ་དབྱངས་གསུམ་པ་དང་། (འཛམ་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ) ༢ རིགས་ལྡན་བསྐྱེད་ཀར་
པོ། (སྐྱེད་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ) ༣ རིགས་ལྡན་བཟང་པོ། (གཤེན་རྩེ་གཤེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ)
༤ རིགས་ལྡན་རྣམ་རྒྱལ། (ས་སྒྲིམ་གྱི་སྒྲིམ་པ) ༥ རིགས་ལྡན་བཤེས་གཉེན་བཟང་པོ།
(རྒྱགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ) ༦ རིགས་ལྡན་བྲག་དམར་བ། (སྒྲིབ་སེལ་ཀྱི་སྒྲིམ་པ) ༧ རིགས་
ལྡན་ཁབ་འཇུག་སྐྱས་པ། (ཁེངས་བྱེད་སྒྲིམ་པ) ༨ རིགས་ལྡན་ཉེ་མ་གསུམ་པ། (ནམ་སྒྲིམ་
སྒྲིམ་པ) ༩ རིགས་ལྡན་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོ། (བགེགས་དབྱའི་སྒྲིམ་པ) ༡༠ རིགས་ལྡན་རྒྱ་མཆོ་
རྣམ་རྒྱལ། (བྲག་རྩོད་སྒྲིམ་པ) ༡༡ རིགས་ལྡན་རྒྱལ་དགའ། (གཤེན་རྩེ་གཤེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ)

༡༩ རིགས་ལྡན་ཉི་མ། (ས་སྤྱིང་སྤྱལ་པ) ༡༣ རིགས་ལྡན་སྤྲུལ་ཆོགས། (རྒྱགས་བྱེད་སྤྱལ་པ)
 ༡༧ རིགས་ལྡན་ཆེ་བའི་འོད། (སྤྱིབ་སེལ་སྤྱལ་པ) ༡༥ རིགས་ལྡན་མཐའ་ཡས། (ཁེངས་བྱེད་
 སྤྱལ་པ) ༡༦ རིགས་ལྡན་ས་སྤྱོད། (ནམ་སྤྱིང་སྤྱལ་པ) ༡༧ རིགས་ལྡན་དཔལ་སྤྱོད།
 (བགེགས་དབྱའི་སྤྱལ་པ) ༡༨ རིགས་ལྡན་སེང་གོ། (བྱག་རྩོད་སྤྱལ་པ) ༡༩ རིགས་ལྡན་
 གནམ་གཞོན། (གཤེན་རྩེ་མཐར་ཕྱིན་སྤྱལ་པ) (ད་ལྟ་འདི་ཁྱིལ་མེབས་ནས་གདོང་དན་ཞེས་
 པ་མེ་སྤེལ་ལ་ཕྱག་ལུགས་པས་ལོ་ལྟ་བུ་སོང་། རྒྱལ་བ་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་ཡང་སྤིད་
 རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་བ་འདམ་དཔལ་རྒྱ་མཆོ་ཁྱིའདོན་བྱས་ནས་ལོ་བཙོ་ལྟ་སོང་བ་ཡིན། ཞེས་
 རྒྱུ་རྩེ་ཆེ་ཆུ་མ་གསུང་། ༣༠ རིགས་ལྡན་སྤོབས་པོ་ཆེ། (ས་སྤྱིང་སྤྱལ་པ) ༣༡ རིགས་ལྡན་མ་
 འགགས་པ། (རྒྱགས་བྱེད་སྤྱལ་པ) ༣༢ རིགས་ལྡན་མི་ཡི་སེང་གོ། (སྤྱིབ་སེལ་སྤྱལ་པ) ༣༣
 རིགས་ལྡན་དབང་རྒྱག་ཆེན་པོ། (ནམ་སྤྱིང་སྤྱལ་པ) ༣༤ རིགས་ལྡན་མཐའ་ཡས་ནམ་རྒྱལ།
 (བྱག་རྩོད་སྤྱལ་པ) ༣༥ རིགས་ལྡན་དག་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན་ཉེར་ལྟ་བུ་ཡིན་པོ། རིགས་ལྡན་
 ཉེར་ལྟ་རྩེ་གས་པོ། རྟེན་སྤྱི་འདམ་དབྱངས་སྤྱལ་པ་ཆོངས་དབང་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་
 གྱི་སྤྱལ་པ་ལྟ་དབང་གཉིས། ལྟ་དབང་འདི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱི་ཕྱོང་རྣམས་ཡིན་པར་
 གྲགས། དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་འདི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིར་ཆོས་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རྒྱ་
 མཆོད་ཡང་དེ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། བོད་ལ་ཡིན་ན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མ་གཏོགས་མི་
 དམངས་འདུས་ཆོགས་ལ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྤྱི་ཡུལ་གནད་མི་ཆོག་ཅེས་བཤེས་པ་
 རྣམས་ལས་ཐོས་སོ། རིགས་ལྡན་ཉེར་ལྟའི་པོད་དུ་མ་བྱོན་པོད། བྱང་འགྲུ་ལའི་སྤྱི་གྱི་ཆོས་
 བདུན་དུ་གྲགས་པ། ༡ རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་བཟང་པོ་དང་། ༢ རྒྱལ་པོ་ལྟ་དབང་། ༣ རྒྱལ་པོ་གཟི་
 བརྩེད་ཅན། ༤ རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་པས་བྱིན། ༥ རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཡི་དབང་ཕྱག ༦ རྒྱལ་པོ་སྤྲུལ་ཆོགས་
 གཟུགས། ༧ རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཡི་དབང་ལྡན་བཅས་བདུན་པོ་རྣམས་སྤོན་དུ་སོང་བེན་པ་ཡིན་པོ། །

རྩ་བུ་ནོ། (ལྷགས་སྤྱང) དུར་ཁྱོད། མཐུག་པོ་ཞེས་བསྐྱུག་
 འདི་སྤྱན། སྤྱན་ལྟའི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྩེན་དུ་གྱུར་པའི་འདི་

མིག་ལ་བརྟེན་ནས་དབག་ཆད་བརྒྱའི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་རིག་པ།
འདི་སྤྱན་གྱི་མཚན་ཉིད། རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེའི་རྣམ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་རྒྱན་ལས། དེ་ལ་འདི་
སྤྱན་གྲངས་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་སོ་སོར་ངེས་པ་དབག་ཆད་བརྒྱ་ནས་སྤྱོད་གསུམ་ཚུན་ཆད་
གྱི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་རྣམས་མཐོང་བ་དང་། ཞེས་དང་། འདི་སྤྱན་ཆོགས་ལམ་ནས་དང་།
ལྟའི་སྤྱན་སྤྱོད་ལམ་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་སྤྱན་མཐོང་ལམ་དང་། ཆོས་གྱི་སྤྱན་མཐོང་ལམ་རྗེས་
ཐོབ་ནས་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱན་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་དང་། རྗེས་མཐུན་བ་ས་བརྒྱད་བ་
ནས་ཡོད་དོ། །སྤྱན་ལྷ་པོ་འདི་དང་ལྟན་ན། འདི་སྤྱན་གྱིས་སྤྱོད་གསུམ་ཚུན་ཆད་ཆོས་སྤྱན་
པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། རང་གི་གདུལ་བྱ་སོགས་གང་ན་གནས་པ་རྗེ་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་
འིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདི་མིག ། མིག་གི་དབང་པོ་དང་དོན་གཅིག ཐ་མལ་པའི་ཤ་རུས་གདོས་བཅས་གྱི་མིག་གི་དབང་
སོ། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཚོ་༡༡ན་ལས། བར་དོ་དེས་པ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་གི་དབུས་སུ་སྤྱེ་
བ་བརྒྱུད་ནས་ཐ་མལ་པའི་འདི་མིག་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱོད་གསུམ་
ནི། འགྲུག་ལས་བྱུང་བའི་མིག་གི་དབང་པོ་ཡིན་པས་ན་འདི་མིག་ཅེས་བྱའོ། །2 འདི་སྤྱན་གྱི་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་དབག་ཆད་བརྒྱའི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་ཐམས་
ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་འདི་ཉུང་བའི་མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་བཞིག་ལ་ཟེར། འོན་
ཀྱང་དོགས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། སེ་ར་རྗེ་བཙུན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྤྱི་དོན་རོལ་མཚོ་
ལས། ཁོན་དེ། འདི་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བར་ཐལ། ལྟའི་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་
བའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་བཤད་ལས། ཆེ་འདིར་བསམ་གཏན་སྒྲོམ་པའི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་
བྱུང་བའི་ལྟའི་མིག་ནི། བསྐྱེད་པ་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་
བསྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སས་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན་དང་བཡིན་
ལ། མངོན་ཤེས་ནི་དཔེ་བདག་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པ་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་ཡིད་
གྱི་ཤེས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན་མ་ཁྲུབ་སྟེ། ལྟའི་མིག་གིས་དེ་འདྲའི་གཟུགས་མཐོང་

བའི་མཛོན་ཤེས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཤེས་མིག་གི་གཞུགས་མི་
མཛོང་བར་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་འབྲེལ་ཞེ་ན། ཁོ་ཐོ་ནི་ལུང་དེ་སྤྱོད་བཞིན་བར་ཁས་མི་ལེན་
ནོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུངས་ན། འོན་མེད་གིས་གཞུགས་མི་མཛོང་བར་ཐལ། ཤེས་མིག་གིས་གཞུགས་
མི་མཛོང་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མིག་ལ་གཞུགས་མི་སྤྱང་བར་ཐལ་ལོ། །

ཤར་བསྐྱོད། ཤར་རྒྱག་དང་དོན་གཅིག

ཤར་རྒྱག་ ཀར་ཀོར་མི་བྱེད་པ་དང་། ཐགས་ཐོགས་མེད་པ་དང་། ཐད་ཀར་ཞེས་པའི་དོན། ཤར་
བསྐྱོད་དང་དོན་གཅིག ཤར་རྒྱག་རྒྱགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཏུ་ཀླ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་
པོ་༡༧༡ལས། ཁྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་ས་ནས་གསང་ཕུར་ཤར་རྒྱག་ཐེབས་ལྟ་བུ་ལོ། །

ཤར་པ་བ། ཤར་པ་དང་དོན་འདྲ། དེབ་སྡོན་སྡོད་ཆ་ ༣༣༡ན་ཤར་པ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་གིས་སྤྱང་།

ཤར་པ་བསྟན་འཛིན་ལོར་རྒྱས། འཛམ་གླིང་གི་རི་པོ་མཐོ་ཤོས་རྩ་ལྷན་མའི་སྤྱང་འཛེགས་མཁན་
ཀྱི་ཤར་པ་བསྟན་འཛིན་ལོར་རྒྱས་འདི་ཡོངས་གྲགས་ལ་ཤར་པ་དང་བལ་པོའི་མི་སེར་ཡིན་
པར་བྱེད་ཀྱང་། ཀ་སྤྱག་སློབ་ཐུག་ལུར་པ་རྒྱལ་པོ་ཆེ་རིང་གིས་” པ་ཡུལ་” ན་རྒྱའི་ཐོག་ཚོམ་
ཐུང་ཞིག་བཀོད་པ་དེའི་ནང་། བསྟན་འཛིན་ལོར་རྒྱས་སྤྱབས་བཅོལ་དུ་སྤྱེབས་པའི་བོད་མི་
གཙང་མ་ཞིག་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་འདུག་པ་འདི་ལྟར། ཀ་སློན་སྤྱག་ཤོག་ཀྱང་”ཟར་ཏམ་
ཀྱི་སློབ་གྲར་ Dr. Graham’s School, Kalimpong, Distt. Darjeeling, W.B. India ལོ་རབས་
དུག་ཅུའི་ (༡༩༤༥ནས་༡༩༤༩) ལས་མས་ཤིག་ལ་བསྟན་འཛིན་ལོར་རྒྱས་ཁོང་ཆོའི་སློབ་གྲུའི་
ནང་གསུང་བཤད་གནང་བར་ཐེབས་དུས། མཐུག་ཏུ་བོད་སྤྱག་ཆོར་དམིགས་བསལ་གྱི་
བཀའ་མོལ་ཞུ་འདོད་ཡོད་རྗེས་སུ་བཞུགས་རོགས་ཞེས་རེ་སྤྱུལ་གནང་སྟེ། ཁོང་ཆོ་བོད་སྤྱག་
དུག་ལ་” ང་བོད་པ་ཡིན” ཞེས་གསལ་པོར་བཤད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག རོས་ནས་ཀྱང་རྒྱལ་
པོ་ཆེ་རིང་ལགས་སུ་གནས་ཚུལ་འདི་རོ་མ་ཡིན་མིན་སློག་འཕྲིན་ལོ་མེད་ཐོག་དོགས་ཀྱི་
ཞུས་པར། ཁོང་ནས་གནས་ཚུལ་འདི་རོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ཆོའི་སློབ་གྲུའི་མིང་དང་དུས་
ཆེགས་རོབ་ཆོད་བཅས་གནང་བུང་།

འལ་བས་བའལ་བ། འདྲིའལ་བཞི། ཞིང་ཚོས་བའི་རྗེས་སུ་ས་ནམས་སྟོབས་བར་བྱེད་བའི་བྱིར་
བྱེད་བའི་སྤང་ལེབ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་ལ། དེ་བྱེད་དེ་སྟོབས་བར་བྱེད་བ་ལ་འལ་བས་བའལ་བ་
ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་དབྱངས་ཅན་དག་འཛོལ་གསུང།

འལ་མ་ལིའི་སྤྲོད་པོ། འལ་མ་ལའི་ཤིང་དང་འབྲ།

འལ་མ་ལིའི་ཤིང་། ཤིང་ཆ་ཆེར་བ་ཆེར་མ་རྩལ་ལ་རིང་བ་ཅན་གྱི་ཤིང་ཞིག་གས། དཔུལ་ཁམས་
ན་ཡོད་བའི་ལྷགས་ཀྱི་ཆེར་མ་སོར་བཅུ་བྱག་བཞོ་ལ་ཁ་སྤར་དུ་བལྟ་བའི་སྤྲོད་པོ་ཞིག་

འལ་མ་ལིའི་ནགས་ཆལ། ཆ་དཔུལ་གྱི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་བའི་ལྷགས་ཀྱི་ཆེར་མ་སོར་བཅུ་བྱག་བཞོ་
ལ་ཁ་སྤར་དུ་བལྟ་བའི་སྤྲོད་པོའི་ནགས་ཆལ་ཞིག་ ཅུང་ཟད་ཞིབ་པར་བཤད་ན། ཆ་དཔུལ་གྱི་
ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་བའི་ལྷགས་ཀྱི་འལ་མ་ལིའི་སྤྲོད་པོ་ཆེར་མ་རྩོན་པོ་སོར་བཅུ་བྱག་བ་སེམས་
ཅན་དེ་དག་འབབ་འཛེག་བྱེད་བ་ན་ཁ་བྱེན་སྤར་དུ་ལྟ་བས་ལུས་འཕེགས་བ་དང་། སྤྲོད་ན་བྱ་
ཁྲ་ཏ་འདབ་འཛིགས་ཞེས་བྱ་བ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཅན་ནམས་ཀྱིས་མིག་སྤྲང་ནས་ཟ་བའི་ནགས་
ཆལ་ཞིག་ མཆེས་མཛོད་ན་གསལ།

འག། 1 འུགས་ཆེ་བ་དང་། སྟོབས་ཆེ་བ། ཏ་ཅང་། འིན་ཏུ། ལྷག་པར། མང་པོ། དྲག་པོ། མི་བཟད་
བ་སོགས་ཀྱི་དོན། དཔེར་ན་ཆེ་འདྲིའི་སྤང་འག། བྱི་མའི་སྤང་འག། འག་མི་བཟོད་པའི་སྤྲོད་
རྗེ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དེ་ཡང་རྗེ་གྲུང་ཐང་བས་མཛད་པའི་སྤེ་བྱི་རིན་པོ་ཆེ་སྟོབས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་
ནམ་ཐར་ལས། སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་གཟེར་བའི་སྤེ་པོ་མཛོད་བ་ན་འག་མི་བཟོད་པའི་སྤྲོད་རྗེ་
སྤྱིས་ཉེ་དེའི་དོན་ལ་བཅོཙ་བ་དང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 མིང་གི་མཐར་སྤར་ན། ཅུང་དུ་དང་། ཉུང་
དུ། བྱི་བྲག་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་ཆོག་གོགས་ཤིག་ དཔེར་ན། འབྲས་དེ་ལས་འགས་གཅིག་
ཅས་བ་ལྟ་བུ་དང་། འགས་གཅིག་གཟང་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་། ཆ་འགས་དང་། འག་འགས།
ཁ་འགས། ཉུང་འགས་སོགས་སོ། 3 འ་ཡིས་ཞེས་བའི་བསྐུས་ཆོག་དཔེར་ན། འག་ཁངས་ལྟ་
བུ། ལྷགས་བཟུང་བའི་སྤྱི་དོན་རོལ་མཆོ་སོགས་ལས། བྲག་ཞབས་ཀྱི་རྒྱབ་བཞི་དང་ཐག་
པའི་ཐལ་གོང་གཉིས་དང་ལྷག་པའི་རྒྱབ་སྤྱོ། བདུན་འག་ཁངས་ཉེ་མཐོ་བ་དང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཤས་ཆེ་བ། ཤུགས་ཆེ་བ། མང་པོ། ཤིན་ཏུ་ ཏ་ཅང་། ཤས་ལ་གཟིགས།
ཤས་ཆེན། ཤས་ཆེ་བ་དང་དོན་འདྲ།
ཤས་ཆེས། ཤས་ཆེ་བ་དང་དོན་འདྲ།
ཤས་ཆེན། ཤས་ཆེ་བ་དང་ཕལ་ཆེར་དོན་འདྲ། ཤུགས་ཆེན་པོར། ལྷག་པར། ཡང་ཡང་། ཡང་ནས་
ཡང་དུ། ཤས་ཆེར་མི་འབྱུང་ལྟ་བུ།
ཤསྟ། (ལེགས་སྦྱར) བསྟན་བཅོས། དེས་ཆོག་ནི། ཤས་འཆོས་བ་དང་ཏ་ཡ་སྟོབ་པའི་དོན་ཡིན་པས་
འཆོས་སྟོབ་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །
ཤེ་གོ་ལོག། ཤེ་བའི་གོ་རིམ་ལོག་པ་འཇམ་ལྟོག་པ་སྟེ། སུ་སྟག་སྟོན་ལ་ཤེ་ནས་པ་མ་ཤུལ་དུ་ཤུས་པའི་
དོན་ནོ། །
ཤེ་ག་བས་བྱེད་པ། འཆི་བ་ལ་ཉེ་བ།
ཤེ་བ། མོག་དབང་འགགས་པ། ཤེ་བའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། མིང་གི་ནམ་གངས་ནི། སྟུ་སྟུ་དན་ལས་
འདས་པ། སྟུ་ཆའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་བ། སྟུ་ཆའི་འདུ་བྱེད་རྫོགས་པ། སྟུ་ཆའི་འཕེན་པ་རྫོགས་
པ། སྟུ་ག་ཤེགས་པ། སྟུའི་བཏོད་པ་བསྟུས་པ། སྟེ་པོ་རྣམས་ཆོས་ལ་བསྟུལ་བའི་བྱིར་
གཟུགས་སྟུ་རགས་པའི་བཏོད་པ་བསྟུས་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་ཤུས་བྱང་ཕྱོགས་ལུང་ལོ་ཅན་གྱི་པོ་བྱང་
དུ་ག་ཤེགས་པ། ཁམས་མ་འཆོ་བ། དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ག་ཤེགས་པ། དགོངས་པ་ཞི་
དབྱིངས་སུ་ག་ཤེགས་པ། དགོངས་པ་གཞན་དོན་དུ་ག་ཤེགས་པ། དགོངས་པ་རྫོགས་པ།
(དགོངས་པ་རྫོགས་པ་ཞེས་པའི་ཆེ་བརྗོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་འདི་དེང་སང་གསར་ཤོག་དང་རྒྱང་
འཕྲིན་སོགས་སུ་རབ་བྱུང་མ་ཡིན་པའི་སྟུ་པོའི་རིགས་ལ་སྟོར་བ་མཐོང་ཞིང་། དེ་ནི་ཆཱ་མ་
སྟེས་ཆེན་དམ་པ་མ་གཏོགས། མིད་འཛིན་དང་མིད་སྟོན་ལའང་མི་རན་ཞིང་མི་འཆོས་པས་
སྟོར་མི་རིགས་ལ་སྟུ་ར་ན་མི་མཛེས་ཏེ། དགོངས་པ་རྫོགས་ཞེས་པ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་བྱེད་
པའི་ཤུགས་བཞེད་ཐབ་མོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ནས་རང་དབང་གིས་སྟེ་འཆི་བྱེད་པ་ལ་གོ་
བའི་བྱིར་རོ། ཁྲིངས་པ། འཆི་འཕོས་པ། འཆི་བ། འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ཁ་གྲུས་པ། འཇིག་རྟེན་

ཕྱི་མའི་ལྷ་ལམ་དུ་གྱུར་པ། འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་ཞལ་གྱེས་པ། དག་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ། དུས་
ཀྱི་ཆོས་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ། (གོང་གི་ཐ་སྙད་འདི་འདུལ་བ་ལུང་གི་ནང་མང་དུ་སྤངས་) དུས་
བྱས་པ། (ལུང་ཐུན་ཆོག་ས་ལས། ང་ལ་དད་པས་དུས་བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེ་འཕྲོ་
མཐོ་ངེས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་དུ་འགྲོ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།) དུས་ལས་འདས་པ། འདས།
འདས་པ། (དུས་ཀྱི་ཆོས་དྲ་ལྷན་པར་གྱུར་པ། དུས་བྱས་པ། དུས་ལས་འདས་པ། འདས།
འདས་པ་རྣམས། དུས་ལ་བབས་ནས་འཆི་བའི་མིང་སྟེ། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་
རྣམས་པར་བཤད་པ་༽ རྒྱ་ཆུ་༡༦་བལ་ལ། དུས་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོ་བདེ་ཅིང་འཆི་
བས་ཤི་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་པོ། ཕྱི་མའི་ལྷ་ལམ་དུ་གྱུར་པ། ཕྱི་མའི་ལམ་ཆེན་དུ་
ཐེགས་པ། དབུགས་ཆད་པ། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ། ཆོ་བརྗེས་པ། ཆོ་འདིའི་སྤྱང་བ་བྱུང་པ།
ཆོ་ལས་འདས་པ། ཆོའི་འདུ་བྱེད་རྫོགས་པ། ཞལ་དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགགས་ཏེ་རགས་པའི་
སྐྱ་ལུས་མ་དག་པའི་ཞིང་འདིར་ཡོངས་སུ་ཐོར་ནས། དགའ་ལྷན་ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་དུ་
རྒྱལ་བ་མི་པམ་མགོན་པོའི་མདུན་སར་གཤེགས་པ། ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཞོལ། ཞི་བར་
གཤེགས་པ། ཞི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་པ། ཞིང་འཕོས། གཟུགས་སྐྱའི་བཀོད་པ་ཉེ་བར་
བསྐྱས་པ། གཟུགས་སྐྱའི་བཀོད་པ། གཟུགས་སྐྱའི་བཀོད་པ་བསྐྱས་ཏེ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་
གཤེགས། ལུས་བརྗེས། ལུས་སྤངས། ལུས་ཞིག་པ། སྟོག་གི་རྒྱུན་བྱུང་པ། སྟོག་ཆད་པ།
སྟོག་དོར་པ། སྟོག་དབང་འགགས་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ། །ཐ་སྙད་སྟོང་ཆུ་ལ་ནི། མི་
དུས་མ་ཞིག་ཡིན་ན་ཤི་བ། དེ་ལས་ཅུང་ཐད་དག་པར་གྲོངས། སྐྱ་དག་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་
གི་དབུ་འཛིན་རྣམས་པར་སྐྱ་གཤེགས། ལྷ་མ་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པར་དགོངས་པ་རྫོགས་ཞེས་ཐ་
སྙད་སྐྱར་ན་ཤིན་ཏུ་འོས་ཤིང་མཛེས་པར་མཐོང་ངོ། །

ཤི་སྐྱར་འཐམས་པ། ། ཞེན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དོན། སྐྱ་བཤད་ནི། ཤི་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་ངང་ལག་པས་
དམ་པོར་འཇུས་ཏེ་མི་གཏོང་བ་ལ་ཤི་སྐྱར་འཐམས་པ་ཟེར། དཔེར་ན་མི་ཞིག་གོ་བྱུ་ལ་ཞུགས་
ནས་གཙང་པོ་བཀྟལ་བ་ན། དེ་མ་ཐག་བྱུ་ལོག་ཐེབས་ནས་རྩས་འཁྱེར་བ་ན། དང་པོ་གོ་བྱུ་

ཤོར་དུ་དོགས་ནས་ལག་པས་དམ་པོར་འཇུག་པའི་དུ་ཕྱི་བའི་རྗེས་སུ་འདྲ་གོ་བྱ་
 ལག་པས་མི་གཏོང་བར་དམ་པོར་བཟུང་སྟེ་འཆི་བས་ན། སྤེལ་འཐམས་པ་ཞེས་ཐེར་
 རོ། །དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་ཤོག་གངས་པ་༤༠ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།
 གཞན་ཡང་བཅ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རང་རྣམ་ལས། སྟོ་ཤིས་དང་དེས་
 འབྲུང་གི་བསྟོམས་ལགས་ཀྱང། །རྟག་འཛིན་གྱི་གདོན་ཆེན་སྤགས་གསོལ་བས། །ཕྱིན་གི་
 དངོས་ལ་སྤེལ་འཐམས། །གསུང་ཚུལ་དང་རྣམ་ཐར་འགལ་ཉེན་གདའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟ་བུ། 2 སེར་སྒྲ་ཕིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དོན། འཆི་བའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་རྟོར་སོགས་ལ་ལག་པས་དམ་
 པོར་འཛིན་ཞིང་མི་གཏོང་བའི་དོན།

ཕི་མིན་རོ་མིན། ཕི་ལ་ཁད་དང་འད།

ཕི་ལ་ཁད། འཆི་གཤམས་བྱེད་པ། ཕི་གཤམས་བྱེད་པ།

ཕི་མ་སོན། ཕི་ལ་ཁད་དང་འད།

ཕི་མིན་གསོན་མི། ཕི་ལ་ཁད་དང་འད།

ཕྱི་ལ། (ཞེགས་སྒྲ) (འདལ་བ) དོན་བསྒྱུར་ན་ཚུལ་ཁྲིམས། སྤྱ་བསྒྱུར་ན་བསིལ་ཐོབ་ཅེས་བྱ། ཁ་ན་མ་
 ཐོ་བའི་གདུང་བ་ལས་བསིལ་བ་ཐོབ་པའི་དོན་གྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ཕྱི་ལ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཕི་
 ཏ་ཞེས་སྤྱི་ཆེན་བྱིན་ན་བསིལ་བ་ཞེས་སོ། །ལ་ཟླ་ཞེས་སྤྱི་ཆེན་བྱིན་ན་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་
 བསིལ་ཐོབ་ཅེས་སོ། །ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་གསུང་།

ཕི་ལ་མ་ཕི། ཕི་ལ་ཁད། ཕི་གཤམས་བྱེད་པ། ཕི་མིན་རོ་མིན། ཕི་མ་གསོན། ཕི་མིན་གསོན་མིན་
 རྣམས་དོན་འདྲ།

ཕིག (བརྟུན་པ) མིའི་ཁྲག་འཛིབ་པའི་འབྲུ་ཞིག ། 1 (མཛོད) སྟོ་མ་བདུན་ལ་ཕིག་གཅིག་གི་ཆོད་ཡོད།
 ཕིག་གཅིག་ལ་རྩལ་སྤྲོ་རབ་༣༠, ༣༥, ༣, ༦༠² གྱི་ཆོད་ཡོད། 2 ཆེག་ཆེག་གི་ཆོད་དུ་འཇུག་པའི་
 “ཕིག” སྤྱི་ནི། གངས་ཀ་གཅིག་གི་དོན་དང་མི་འདྲ་བས། གངས་ཀྱི་གཅིག་དང་མ་རྟོར་བར་
 བྱེད་དཔོས། དཔེར་ན་སྤྱ་ཆོགས་ཕིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 སྤྱལ་ཆེག་ལ་འཇུག་པ་ནི། མ་རྟོར་

བར་ཤེས་པར་གྱིས་ “ཤིག” ཅེས་བ་ལྟ་བུ། སྒྲིལ་ལྟུང་ལྟེ་ སྒྲིལ་དབང་ལས། ས་མཐར་
དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། ཤིང་ཤེས་ཤེའོ་ཤིན་ཤིག ཤེས་གསུངས་སོ། དོགས་
གཏོད། ཤོད་གི་སྒྲིལ་དབང་གི་ལུང་ཆོག་དེ་ནི་སྒྲིལ་བཏང་བ་ཡིན་གྱི། དམིགས་བསལ་ལ་
བརྗོད་བདེའི་དབང་གིས། དཔེར་ན་འདུལ་བ་ལུང་ནས་འབྱེད་༼ ༩ ༽ ༡༥ སོགས་ལུངས་བཙུན་
གྱི་གཞུང་མང་པོར། སོང་ཤིག མ་འགྲོ་ཤིག སོང་ཤིག མ་འདུག་ཤིག མ་སྒྲུ་ཤིག ཅེས་སོགས་
མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་། གསེར་རྟོག་སྤྲུལ་འབྱེད་༡༩༩༩ལས། བསྐྱུལ་ཆོག་ལ་ཅིག་ཞིག་ཤིག་གང་
ཐོབ་ཀྱང་ཁྱད་པར་མེད་མོད་དཔེ་ལུངས་དག་བར། བྱེ་ཤིག་ཅེས་བ་ལྟ་བུ་འགྲེལ་རྒྱུ་དེ་སྤང་བས་
བསྐྱུལ་བ་གསལ་བྱེད་དུ་ཞིག་ལས་ཤིག་སྒྲིལ་བ་རུས་བ་ཆེ་བར་སྤང་ངོ། ཤེས་གསུངས་སོ། །
ཤིང་། ༡ སྒྲིལ་ཤིང་། ཤིང་ཆ། ༢ (བརྗོད་སྒྲིལ་) མཆོམས་སྒྲིལ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱད་གཞན་དབང་
ཅན་ཞིག གཞི་མཐུན་པའི་མཆོམས་སྒྲིལ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན་འཇིགས་ཤིང་སྒྲིག་ཅེས་
བ་ལྟ་བུ། སྒྲིལ་ལྟུང་ལྟེ་ ཤིགས་བཤད་སྒྲིལ་དབང་ལས། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་
གཏོགས། ཤིང་ཤེས་ཤེའོ་ཤིན་ཤིག ཤེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། སྒྲིལ་སྒྲོ་ལས། ཀྱང་ཡང་
སོགས་དང་འཇུག་པ་མཐུན་པའི་བསྐྱུལ་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའང་བཤད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། ཅིང་
ལ་སོགས་བ་བསྐྱུལ་བ་དང་། མཆོམས་སྒྲིལ་དག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། ཤེས་གསུངས་སོ། །
ཤིང་གལ་ལ། སྒྲིལ་པོ་ལས་ཆུང་ཞིང་རྩ་བ་གཅིག་ལས་མང་པོ་གྲེས་ཏེ་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པར་སྒྲུངས་
ནས་སྒྲེས་པའི་མིང་དུ་བཤད། ཤིང་སྤྱན་བན་སྤང་ངམ་ཆང་ཆོད་། སྒྲིལ་གལ་བ་ནི་ཡལ་ག་
ལའང་བརྗོད་དུ་བཤད་དོ། ཤེས་དབངས་ཅན་དག་འགྲོ་གསུང་།
ཤིང་གི་རིབ་མ། ཤིང་གི་ར་ག།
ཤིང་ར་དབྱུང་ཆད། (འདུལ་བ) དགེ་སློང་མའི་རུ་མ་འགོ་བས་བྱེད་ཀྱི་གོས་ཤིག དེ་གྲོན་ལུགས་ནི་
མཆོན་ལོག་ལ་དཀྱིས་ཏེ་རྒྱབ་ནས་དབྱུང་བ་གཉིས་ཀྱི་གོང་ནས་བྱངས་ནས་དར་དབྱུངས་ཀྱི་
ཚུལ་དུ་གྲོན་པའོ། དེའི་ཆད་ནི་སྒྲིལ་གསུང་དང་འབྲེལ་བར་མཆོ་རྒྱུ་ལས་བཤད་དོ། དེ་དང་རྩལ་
གཞན་གཉིས་ཆད་མཉམ་ཞིང་སྒྲིགས་བྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་བཤད།

ཤིང་གཅིག་དྲུང་། ཤིང་གཅིག་གི་ཉེ་ལྷན་གྱི། སྐྱ་བཤད་ནི། ཤིང་གཅིག་ནི། ཤིང་དེས་གྲིབ་མས་ཤིང་
གཞན་མི་ཚོན། ཤིང་གཞན་གྱི་གྲིབ་མས་ཤིང་དེ་མི་ཚོན་པའས། ཡང་ན་རྒྱུ་གྲགས་གཅིག་གི་
ཁོར་ལུག་ཏུ་ཤིང་གཞན་མེད་པ་ལ་ཟེར། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྒྲགས་ལྟར་བཀོད། དྲུང་ནི་ཅ་
བའམ་ཉེ་ལྷན་གྱི་མིང་རོ། །

ཤིང་ཏྲ་ལ། ཏྲ་ལ་དང་འབྲ།

ཤིང་ཏྲོག་ ཤིང་གི་འབྲས་བྱ། ཤིང་འབྲས། སྐྱ་བཤད་ནི། ཏྲོག་ཅེས་པ་ཅེ་མའི་དོན་ཡིན་པས་ཤིང་གི་ཅེ་
མོའམ་ངོས་སུ་སྐྱེས་པས་ཤིང་ཏྲོག་ཅེས་བྱའོ། །ཤིང་ཐོག་གིས་པ་ནི་ཡིག་རྟིང་གི་འགྲི་རྩལ་ལ་
ཏྲོག་དང་ཐོག་གཉིས་རེ་མོས་སུ་འགྲི་བས་གདམ་ང་ཅན་ཡིན་པས་དོན་འདྲའོ། །

ཤིང་ཏྲོག་བི་ཇ་བྱ་ར། སེ་འབྲུ་ཡིན་པར་དུས་འཁོར་མཆན་བྱང་བཤད་ཅེས་སྒྲོང་དོལ་སྐྱ་མ་གསུང་།
ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱ་མ་གཉིས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་
པོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱ་མ་གཉིས་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྐྱ་མ་གཉིས་ནི། རོ་བོ་ཐེ་
དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤའི་སྐྱ་མའི་གཙོ་བོ་གཉིས་ཏེ། སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱ་མ་རིག་
པའི་ཁྱ་བྱུག་རྒྱུང་བ་དང་། ཐོགས་མེད་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱ་མ་གསེར་གྲིང་བ་གཉིས་
སོ། །རིག་པའི་ཁྱ་བྱུང་རྒྱུང་བ་འདི་རྗེ་བོའི་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་བ་ཡིན་པར་
མངོན་གསུང་། ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགའ་མོ་གསུངས་ཀྱང་། དེབ་སྟོན་སྟོང་ཆ་༡༩༩ལས་རོ་
བོས་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་། གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་གསན་པའི་སྐྱ་མའི་གསུ་སྐྱ། ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་
བ་རྒྱུང་བ་དང་། རིག་པའི་ཁྱ་བྱུག་གཉིས་སོ་སོར་བྱངས་འདུག་པས། དེ་གཉིས་གང་ཟག་ཐ་
དད་ཡིན་པའས། ཡང་ན། ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་བ་ཆེ་རྒྱུང་གཉིས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་གསལ་བར་བྱེད་དགོས་
པ་འདུག་གོ།

ཤིང་ཏྲ་ཤ་ཀ་ཏྲ། རྩ་དང་ཤིང་སོགས་འོར་འབྲེན་བྱེད་པའི་ཤིང་ཏྲའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་གི་མིང་དུ་བཤད། ཤ་
ཀ་ཏྲ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྒྲིང་ཡིན་ཞིང་། ཐ་སྦྱད་འདི་མདོ་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་ན་འབྱུང་
རོ། །མདོ་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་༩ ཤ་བ་ ༡༩༩བཟུངས། དེ་ལ་ཤིང་ཏྲ་ཤ་ཀ་ཏྲ་དང་མཚུངས་པ་

ནི་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་སྟེ། དེ་དང་འདྲ་བར་འཛམ་བུ་སྤྱིང་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་ནི་བྱ་གསུམ་གྱི་
རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཤིང་རྩའི་ཐབས། སྐྱུ་རྩལ་དྲུག་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་སྟེ། ཤིང་རྩ་བཞོན་སྤངས་བསྐྱབ་བའམ་ཤེས་
པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས། ཤིང་རྩའི་ཐབས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིང་རྩ་བཞོན་
བའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིའི་ཐབས་ཞེས་པ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐབས་
ལ་མི་གོ་བར། སྐབས་དང་སྤངས་ཞེས་བ་དེ་ལ་གོ་དགོས། དོགས་གཙུག་ཞིབ་བར་རལ་གྱིའི་
ཐབས་ཞེས་བའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

ཤིང་རྩའི་འཐབ། ཤིང་རྩ་བཞོན་ནས་དམག་རྒྱག་བའི་དོན་ཡིན།

ཤིང་རྩའི་སློལ་འབྲེད། སྤར་སློལ་ཉམས་པ་སོར་རྩུང་དེ་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་མཁན་ཞིག་ལ་ཟེར། མང་པོས།
(Pioneer) ཞེས་བསྒྱུར་བ་དེ་ནི་སྤར་མེད་གསར་དུ་སློལ་གཏོང་མཁན་ཙམ་ཞིག་ལ་ཟེར་
ཞིང། ཤིང་རྩའི་སློལ་འབྲེད་ནི། སྤར་སློལ་བར་སྐབས་སུ་ཉམས་ཏེ་ཉག་ཤར་གྱུར་པ་སྤྱང་ཡང་
ངལ་བ་ཆེན་པོས་སོར་རྩུང་དེ་སྟེལ་མཁན་ཞིག་ལ་ཟེར་བས་བྱུང་བར་ཆེད། །སྤར་བཤད་ནི།
སྤར་གྱི་རྒྱ་ལམ་ལྟ་བུའི་སློལ་དེ་ཉིད་བར་སྐབས་སུ་ལལ་ཆེར་བྱུང་སྟེ་རྒྱ་རྩེ་རྒྱ་རྩེ་
བ་ལ། སྤར་ཡང་སོར་རྩུང་དེ་ཤིང་རྩ་འགྲོ་བསྐྱོད་བྱེད་ཆོག་པའི་ལམ་ཆེན་དུ་འགྱུར་བར་བྱེད་
པ་སོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཟེར་རོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ལས་ཀྱང། ལམ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ཤིང་རྩའི་ལམ་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའང་དེ་དང་མཐུན་ནོ། །འདི་ཡང་བདག་གི་སྒྲིལ་དམ་
པ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟུང་བའི་འབྲུག་གི་ཞལ་སྤྱོད་ཀྱིས་དཔེ་བྲིད་སྐབས་ཡང་
ཡང་གསུང་བ་གོ་རྒྱུ་ཆེད། །ཡང་ན་ཤིང་རྩ་སོར་བའི་འཕང་ལོས་བཏོད་པའི་ལམ་ལ་ཤིང་རྩའི་
སློལ་འབྲེད་ཅེས་བཞེད་ཀྱང་བར་སེམས་ཏེ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། ལམ་
སློལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིང་རྩ་འགྲོ་བའི་འཕང་ལོས་བཏོད་པའི་ལམ་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །ཤིང་རྩའི་སློལ་འབྲེད་ཀྱི་དོན་ལ་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་ན། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ཞེས་བའི་
ཆོག་མོས་པ་ཙམ་གྱིས་བཀའ་བློན་རྩེ་སུ་བྱོན་པའི་དད་གུས་ཀྱི་སྤྱོད་དབང་མེད་དུ་གཤོ་

བ་ཞིག་འོང་ངོ། །རྗེ་བཙུན་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། དེས་འགའ་ཀླུལ་ལ་དད་པའི་དགའ་བ་
 ཀླས། །སྐབས་འགའ་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་བྱེན་བྲན། །གཞན་ཆེ་མཁས་པའི་བཤེས་ལ་གྲུས་བ་
 དང་། །ཉམ་ཚུང་འགྲོ་ལ་སྤྱིང་ནས་བཅེ་བ་དང་། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་རིང་དུ་གནས་འདོད་
 པ། །འདི་དག་པན་ཚུན་འགྲན་ཞིང་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་
 སློལ་གཏོད་པ་པོ་དང་། ཤིང་རྩའི་སློལ་འབྲེད་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མ་འདྲེས་པར་ཤེས་པར་
 བྱའོ། །སློལ་གཏོད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

ཤིང་ཐུག། ཤིང་སྐྱག་མཁན། ཤིང་འཕྱུ་མཁན། ཐུ་བཤད་ནི། ཐུན་ཞེས་པ་འདིར་འཕྱ་བའི་དོན་ཡིན།
 དཔེར་ན་རྩ་རྩ་འཕྱུ་མཁན་ལ། རྩ་ཐུན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། ལུང་ནས་འབྲེད་ཀྱི་ ཅ ༡༥༡བཤེས། ཀླུལ་
 པོའི་ཁབ་ཀྱི་མི་བ་ལང་རྗེ་དག་དང་། ཐུགས་རྗེ་དག་དང་། རྩ་ཐུན་དག་དང་། ཤིང་ཐུན་དག་
 དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཤིང་ཐོག་ ཤིང་ཏོག་དང་འདྲ།

ཤིང་བལ། (འདུལ་བ) ཤིང་ཐན་ལས་སྐྱེས་པའི་རས་གོས་ཀྱི་རྒྱ། འདི་ལ་རས་བལ་ཡང་ཟེར། ཕྱི་རྒྱལ་
 བས་ cotton ཟེར་བ་དེའོ། །འདི་དང་སྤྱིན་བལ་གཉིས་མ་ཞོར་བར་འབྲེད་པར་བྱའོ། །མདོ་རྩ་བ་
 ཀྱི་ ཐུ ༡༥༡བཤེས། ཤིང་བལ་ནི་ལྷ་སྟེ། ཤམ་ལའི་དང་། ཨཏའི་དང་། ཐུ་བའི་དང་། ཨེར་
 ཀའི་འོ། །ཞེས་ཤིང་བལ་ལྷ་གསུངས་སོ། །

ཤིང་བལ་གྱིས་གོས་པར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་བ་དགྲ་བཙའི་བྱ་བྲག་པ། ཤིང་
 བལ་གྱི་གོས་པར་བྱེད་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་དགེ་འདུན་དབང་
 བའི་གནས་མཁའ་ལ་ཤིང་བལ་གྱིས་གོས་པར་བྱས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་
 གཞིའོ། །སྤྱིང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ཉི་དགས་འདུག་པའི་སེམས་ཀྱིས་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་
 མཁའ་ལ་ཤིང་བལ་གྱིས་གོས་པར་བྱས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དོན་དང་
 བྱ་བ་མང་བ་དང་། གཞན་གྱི་གོས་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞོད་པའོ། །

ཤིང་འཛམ་བྱ། འཛམ་བྱའི་ཤིང་ལ་གཞིགས།

ཤིང་ལོ་མ་བདུན་པ། ལོ་མ་བདུན་ཆེན་དུ་བྱས་ནས་ཡོད་པའི་ཤིང་།

ཤིང་ཤ་པ། <ཤིས་ཤ་པ> ཅི་ཉལ་ཏེ་ཨ་ཀ་རུ་འི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །ཤིང་ཤ་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་
ཟུར་ཆག་པ་སྟེ། ཤི་ཤ་པ་ཞེས་པའི་ཤི་བྱི་མྱུང་ཀོར་ང་ཡིག་ཏུ་སྟོག་པས། བོད་སྐད་ཀྱི་ཤིང་དུ་
འཁྲལ་ནས་ཤ་པའི་ཤིང་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་
ཁང་ལས། ཨ་ཀ་རུ་འི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིས་ཤ་པ་ཞེས་པའི་ཤིས་བྱི་མྱུང་ཀོར་ང་ཡིག་ཏུ་
སྟོག་པ། བོད་སྐད་ཀྱི་ཤིང་དུ་འཁྲལ་ནས་ཤ་པའི་ཤིང་ཟེར་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །དོགས་
གཙོད། ཨ་ཀ་རུ་འི་ཉལ་ཞེས་གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྦྱང་བ་ནི་བཟང་ཞིང་ཉལ་སྦྱབས་སུ་སྟེ་
བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པར་བསམ་ན་ནི་ནོར་ལོ། །ཅན་དན་དང་ཨ་ཀ་རུ་འི་ཁྱོད་དུ་འཆར་
ལོངས་བྱས་ཀྱང་ཉལ་སྦྱབས་སུ་སྟེ་བའི་ཨ་ཀ་རུ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་དོ། །ཅི་སྟེ་རེ་གཉིས་
ཡོད་སྟེ་ཀྱང་གྲགས་མི་ཆེ་བས་མིང་གདགས་སུ་མི་རུང་དོ། །ཨ་ཀ་རུ་ནི་ཤིང་སྟོང་ཏ་ཅང་
འདྲོངས་ལ། ལོ་མ་ཁ་ཞེང་ཆེ་ཞིང་རེག་བྱ་རྩལ་ལ་བརྟེན་ན་ཁྲག་འདྲ་བའི་ཅི་དམར་པོ་འབྱུང་བ་
ཞིག་གོ། ཤིང་འདྲི་རྩྱུངས་ན་ནི་ཞེས་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱན་གཤེར་སོགས་ཀྱིས་འཁྲོག་ཏུ་མི་འགྲོ་བའི་
རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ཤིང་ཞིག་ཡིན། འདྲིའི་སྤང་ལེབ་ལ་རང་འབྱུང་གི་ཁོག་རིས་འཁྲོག་སོ་སྦ་
ཆོགས་ཡོད་པས་ཆ་སྒྲམ་མཚོད་གཤོམ་སོགས་བཞོས་ན་ཏ་ཅང་མཛེས་སྤྱག་ཆེ། དེས་ན་ནི་
ཉལ་གྱི་སྦྱ་བཤད་ལ་ད་དུང་དབྱུང་དགོས་པ་འདུག་གོ། རྣམ་འགྲེལ་དུ་ཤིང་ཤ་པ་ཞེས་པ་གྲ་
སའི་རྒྱ་ཆུན་ཆོའི་ཞལ་རྒྱན་ལ་ཉལ་སྦྱབས་སུ་སྟེ་བའི་ཤིང་ཞིག་ལ་རྒྱང་ལྟར་གྲགས་པ་ནི་ནོར་
ལོ། །ཤིང་ཤ་པ་ནི་བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཨ་ཀ་རུ་འི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྟོན་དུས་
སུ་ལོ་མ་རྣམས་བྱལ་ནས་མདོག་སྦྱ་བོར་སོང་ནས་ཐག་རིང་བོ་ནས་བལྟས་ན་མཐོང་དགའ་
ཅུང་ཡོད་པས། དེའི་ཆ་རྣམས་ཤིང་མེད་ཀྱི་བྲག་རྫོང་ (སྦྱ་བོ) ན་ཤ་པ་མེད་པར་སྦྱབ་པ་ལ་ཤིང་
མ་དམིགས་པ་ཉགས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཨ་ཀ་རུ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། དེད་རང་ལོ་
ན་རྒྱང་སྦྱབས་རྒྱ་གར་རྩོམ་སྟོགས་མོན་རྩོད་སྟེལ་གོབ་བོད་མིའི་གཞིས་སྤར་དང་དགོན་པའི་
ཉེ་འདབས་རྣམས་སུ་ཤིང་ཤ་པ་དང་ཅན་དན་སོགས་ཏ་ཅང་མང་ཡང་། བྱིས་སུ་གཙོད་འགྲེག་

གིས་གཞོན་འཆེ་ཆབས་ཆེ་ཕོག་སྟེ་ཆེས་ཉུང་དུ་སོང་བ་འདི་ཡང་སེམས་རེ་སྟོ། ང་ཆོས་ཁོར་
ཡུག་སྤང་སྟོབ་ལ་ངེས་པར་བྱགས་སྤང་གནང་དགོས་སོ། །

ཤིང་སྤ་ལ། སྤ་ལ་དང་དོན་གཅིག་དེའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

ཤིང། ག་ཤིན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་དགེ་བ་བསྐྱབ་པའི་མིང་དུ། ལི་གྲུང་གསུང་།

ཤིང་ཐག། རོ་ཐན་ནམ་ག་ཤིན་ཟས་སམ་དད་ཟས་ཀྱི་མིང་དུ། ལི་གྲུང་གསུང་།

ཤིན་ཅང་། <རྒྱ་ནག་རྒྱུ་ཤིན་ཅང་ནི་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། བོད་རྒྱུ་དུ་འདི་ལ་ལི་ཡུལ་ཟེར།
འདི་ལ་མིང་གཞན་ཡུ་གྲུང་དང་། ཡར་ཁྱེན། གར་ལོག་ཅེས་གྲང་འབོད། ཤིན་ཅང་ནི་Xinjiang
བོད་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་དང་། ལུ་ཅུ་སུའི་ཕྱོ་མཐར་ཆགས་པའི་ཡུལ། རྒྱ་གར་རྒྱུ་དུ་ཀི་ས་དེ་ཤ
ཡུལ་གཞན་དུ་ཉུར་གྱི་སྤྲན་ Turkestan ཟེར་བ་དེའོ། །རྒྱས་པ་ལི་ཡུལ་ལ་གཞིགས།

ཤིན་ཏུ་ 1 ཏ་ཅང་། ཞེ་བྱག་མཆོག་ཏུ་རབ་ཏུ་ 2 ངེས་པར།

ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྟེ། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་བརྩ་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྟེ་ནི། གར་
ལས་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་དང་སྟོབས་བརྩ་ལ་སོགས་པ་དང་སྤྱི་བ་
པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་བསྟན་པའི་སྟེ་
སྟོན་དོ། །

ཤིན་ཏུ་སྟོང་པ། (སྟགས་) སྟོང་པ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ། སྤྱ་བཤད་ནི། སྤང་བ་རྒྱུང་དང་བཅས་པས་སྟོང་པས་
ཤིན་ཏུ་སྟོང་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཤིན་ཏུ་སྟོང་བ། གཞུགས་ཁམས་གནས་ངེས་བརྩ་བདུན་གྱི་བརྩ་བྱག་པ་ནི། མཆིམས་མཛོད་
ལས། ལྟ་བ་བཟང་བའི་བྱིར་ཤིན་ཏུ་མཛོང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས།

ཤིན་ཏུ་སྤ་བའི་ལུས། གཞུག་མའི་ལུས་ལ་གཞིགས།

ཤིན་ཏུ་སྤ་བའི་སེམས། གཞུག་སེམས་སྤ་མོ་དང་འབྲ། དོན་གཞུག་སེམས་སྤ་མོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

ཤིན་ཏུ་བ། 1 ཡང་ནས་ཡང་དུ། གོང་ནས་གོང་དུ་སོགས་ཏེ། བརྟན་པོ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར།

འཕགས་པོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་གསེར་གྱི་ཐེང་མཛེས་ལས་བཤད། མངོན་བརྗོད་མཁས་
པའི་རྣ་བྱུང་ལས། བཞིན་ཏུ་ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་མིང་། བཞིན་ཏུ་བ་དང་བུལ་བུ་བྱིན། ཞེས་བཞིན་ཏུ་བ་
ཞེས་བ་བཞིན་ཏུ་ཞེས་བ་དང་དོན་འབྲ་བར་བཤད། 2 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་པའི་དོན།
བཞིན་ཏུ་མ་སྦྱངས་པ། བཞིན་སྦྱངས་ཀྱི་ཐོག་ཕྱོགས། ལུས་སེམས་ལྟེ་བ་ཉིད་དེ། ལྟེ་ན་ནི་མི་གསལ་བ་
ཉིད་དེ་བྱིང་བ་དང་རྒྱགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །ཞེས་བུང་པོ་ལྟེ་རབ་བྱེད་ལས་གསུངས།
བཞིན་ཏེ་མ། (འདུལ་བ) མ་སྦྱ་རྒྱུད་བའམ་མི་འཕེལ་བའི་དོན་དུ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་ཉ་༣༥ལས་བཤད་དོ། །

བཞིན་ཏེ་མ་མེད་པ། (འདུལ་བ) སྒྲིགས་མ་མེད་པའམ་རྒྱུད་ཟ་བའམ་ཉམ་རྒྱུད་མ་མེད་པའི་དོན་དུ། ལི་
གྲུང་གསུང།

བཞིན་སྦྱངས། 1 ལུས་སེམས་ལས་རུང་བུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་། དེ་ནི་དཔེར་ན་སྤང་པོ་ཆེ་འདུལ་
སྦྱོང་མཁན་དང་འབྲ། 2 ལུས་སེམས་ལས་སྦྱ་རུང་བའི་ཆ། འདི་ནི་དུལ་བའི་སྤང་པོ་ཆེ་དང་
འབྲ།

བཞིན་སྦྱངས་ཀྱི་བདེ་བ། ལུས་སེམས་ལས་སྦྱ་རུང་གི་ཆ་ནི་བཞིན་སྦྱངས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
ལུས་སེམས་ལ་བདེ་ཉམས་ཆེན་པོ་སྐྱེས་པ་ལ་བཞིན་སྦྱངས་ཀྱི་བདེ་བ་ཟེར།

བཞིན་སྦྱངས་གཉིས་དང་བདེ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱེ་བའི་གོ་ངེས། བཞིན་སྦྱངས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོར་
སེམས་བཞིན་སྦྱངས་སྦྱེ། བདེ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོར་ལུས་བཞིན་སྦྱངས་ཀྱི་བདེ་བ་སྦྱེ་བ་
ཡིན་ཏེ། སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་གཞག་སྟོབས་ཀྱིས་སེམས་ལས་རུང་
སྦྱེ། དེའི་རྗེས་སྦྱ་ལུས་ལས་རུང་སྦྱེ་ལོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ལ་བདེ་ཉམས་ཆེན་པོ་སྦྱེ། དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་སེམས་ལ་དགའ་བདེ་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་ལོ། །

ཤེས་སྦྱང། མཁྱིལ་མ་ལ་འདོགས་རྒྱུའི་བཟུ་ཤེས་པའི་ཆོན་སྦྱང་ལྟ་བུའོ། །

ཤེས་པ། ལུན་སྦྱུང་ཆོགས་པ་ལ་ཟེར། སྟོབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྦྱངས་ཀྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས།
ལུ་ལྷ། (ལེགས་སྦྱར) ལུ་བའམ་ཐེག་ལེ། ལུ་ལ། ཤོ་ཀ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱང་ན་ནོ། །ལྷ། ཀ་རྩ་ནི་སོག་ལེ་

སྟེ། ལྷ་དན་ནམ་སྤྱག་བསྐལ་སོག་ལེ་ལྷར་གཅོད་པས་ན་ཤུ་གཤོ། །ཞེས་ཟེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་
སྤྱགས་ན་གསལ།

ཤུ་བ། བགས་པའི་ནང་ཚུ་སེར་ནག་ཁྲག་ཏུ་སོང་བ་ཅིས་རེག་ཀྱང་རྒྱག་རྩ་ཆེ་བའི་མ་ཞིག་ཏུ་བཤད།
ཤུ་རྩྱེ། (ལེགས་སྦྱར) དགེའོ། །སྤྱིན། དགེ་བ། དགེ་ལེགས། བཟ་ཤིས་བ་བཅས་ལ་འཇུག་པར།
འཕགས་སོད་སྐད་གཉིས་ཤན་སྤར་ན་གསལ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས། བསོད་ནམས་དང་
དགེ་བའི་མིང་དུ་བཤད།

ཤུགས། 1 ཏུས་སྟོབས། ཏུས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ། 2 ངང་། ངང་བཞིན། ངང་ཤུགས་ཀྱིས་འགག་
ཅས་བ་ལྟ་བུ། 3 ཏུས་བ་རྒྱུན་ཆགས་པར་འཇུག་པ། བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཤུགས་ཀྱིས་
ཐེན་ལྟ་བུ།

ཤུགས་འབྱུང་། ངང་འབྱུང་། ངང་བཞིན་ཀྱིས་འབྱུང་བ། ངང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བ།
ཤུགས་འབྱུང་བུ། ངང་ཤུགས་ཀྱིས། འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ། ཚོལ་བ་མི་དགོས་པར། འབད་ཚོལ་
མེད་པར། ཚོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྤྲད་ཆ་༡༩༥༠ལས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་
བསྟོད་པ་ཤུགས་འབྱུང་དུ་བཅུམས། ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

ཤུན་ལྷགས། བགས་པ། ཤིང་ཤུན།
ཤུབྱ་བ། (ལེགས་སྦྱར) སྟོང་བ་ཉིད། དེས་ཆོག་ཤུབྱ་ནི་སྟོང་བ་དང་། ཏུ་ནི་ཉིད་དོ། །ཞེས་ཟེའི་འགྲེལ་བ་
བཞི་སྤྱགས་ན་གསལ་བ་ལྷར་ཤོ། །

ཤུབ་བུ། ཤུབ་ཤུབ་བམ་སྐད་རྒྱུང་དུར་སྤྱ་བ།
ཤུབ་ཤུའི་བཟླ་བ། ལྷེ་མཆུ་གཡོ་ཅམ་དུ་བཟླ་བའམ། སྐད་རྒྱུང་དུར་བཟླ་བའི་དོན།
ཤུབ། 1 ཀོང་ཀོང་ངམ་ཉག་གའི་མིང་། 2 དེ་མོ་ནར་མོ། དེ་མོ་ནར་ནར་མིང་ཤོ། ཐེག་མིང་ཤོའམ་ནར་
མོ། དཔེར་ན་གྲུམ་པ་ནི་སྟོག་ཆགས་ཤིག་སྟེ། སྤྱ་སྤྱ་པོ་ཅན་མགོ་ན་དཀར་ཤུར་གསུམ་ཡོད་ལྟ་
བུ།

ཤུར་བུ། སྐད་རགས་ཀྱི་མིང་། ལྷང་སྤྱ་རོལ་པའི་དོན་ཟེས། ཤུར་བུ་ནི་སྐར་རགས་ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

དག་སྒྲོལ་འབྲེལ་བར་ཡང་། ཕྱར་བྱ་ནི་སྐར་རགས་ཀྱི་ཁྱད་བར་སྒྲེལ་འཕམ་སྐར་རགས་ཙམ་ལ་གོ་
ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཕྱར་བྱ་ཁྱེལ། འཕར་བྱ་སྒྲེལ་ལ་གཟིགས།

ཕྱར་བྱ་སྒྲེལ། སྐར་རགས་སྤང་བྱ།

ཕྱར་བྱ་སྒྲེལ། སྤྱད་པ་སྒྲ་མོ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་འཕམ་བྱ་གྲུ་བྱས་པས་བྱ་བ་ལྷར་བར་བར་བྱ་འབྲེལ་བ་
ཅན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་གསུང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཕྱར་
བྱ་ཁྱེལ་ཞེས་བྲིས།

ཕྱལ། 1 རྗེས། 2 ལམ། 3 མལ།

ཕྱལ་རྒྱགས། ལམ་རྒྱགས་དང་དོན་འབྲ།

ཤེ། 1 འདོད་ཆགས་ལ་འང་གོ་སྟེ། ལྷགས་སོགས་འདོད་ཆགས་ལངས་པ་ལ་ཤེ་ལངས་ཟེར་བ་བཞིན་
ནོ། །དེ་ཡང་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་¹ཡལས། དཔེར་ན་སྤང་འོག་མེད་
ཁྱད་པོ་དེ་བ་ཤེ་ལངས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུངས་ནས། སྤང་དང་གཞན་དང་སྦྱར་བྱ་མི་སྟེར། ཁོ་
རང་དང་ཇི་ཙམ་སྤྱར་ཡང་བེལ་མ་ཡོང་། དེ་བཞིན་བྱ་སྒྲུ་མ་དན་པ་ལེ་དང་སྤང་ཙམ་ན། སྒྲོབ་
མ་སྐལ་ལྷན་ཡོད་ཡང་གཞན་སྟེས་བྱ་དམ་པ་ཀྱན་གྱི་བྱང་བྱ་འགྲོར་མི་སྟེར། ཁོ་རང་གི་བྱང་བྱ་
ཇི་ཙམ་བསྤྱད་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡང་མི་སྟེ་བའི་སྒྲུ་མ་དེ་མི་འོང་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རོ། །² ཅམ་བྱེ། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་ལས། དབྱར་ཅིག་དབྱར་རངས་
བསགས་པའི་ཤེ་ཐམས་ཅད་རུབ་ཅིག་ཁྱི་རྒྱས་ཁྱིས་བྱར་བ་ལྟར། ཞེས་པ་ལྟ་བུལོ། །དབྱངས་
ཅན་དགའ་བའི་སྒྲོ་བྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་བརྟ་བཤོལ་དོན་
གཉེར་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལས་ཤེ་ཞེས་པ་གོང་བྱ་བ་འདྲ་པ་ལྟར་ཅམ་བྱེ་ལ་བཤད། ³ འགྲོག་
བས་དབྱར་ཁ་གསོག་པའི་མར་དང་བྱར་བའི་དོན། ལྷལ་སྤྱད་བྱ་དེང་སང་ཡང་ཤེ་གསོག་ཟེར་
ཞེས་ཡང་སྤང་།

ཤེ། ཟེར་ན་དང་དོན་གཅིག་ས་མཐར་སྤྱར་རྒྱུའི་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་ལེགས་བཤད་ལྟོན་

དབང་ལས། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། །ཤིང་ཤེས་ཤེའོ་ཤེན་ཤིག །ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཤེན། ཟེར་ན། ཅེན། ཞེན་ནམས་དོན་གཅིག འདི་འདྲི་བའི་ཚུལ་དུ་
འཇུག་པའི་ཐད་ཅིག་ཡིན།

ཤེན། 1 ལྷོབས། 2 ཡིད། 3 ཉམས། 4 ཚངས་པ་བཅས་ལ་འཇུག་པར། དག་སྒྲོན་འབྲེལ་པར་
བཤད། 5 ལྷོ་བའམ། བཤད་པ་ལའང་འཇུག་པར་བཤད།

ཤེད་བདག 1 མིའི་མིང་། 2 སེམས་ཅན་སྤྱིའི་མིང་། ཤེད་ལས་སྦྱེས་དང་འབྲེལ།

ཤེད་བྱ། 1 མིའི་མིང་། 2 སེམས་ཅན་སྤྱིའི་མིང་།

ཤེད་དབྱེ་སོམ་གཞིག བསམ་སྒྲུབ་ལ་བརྟུན་ཏེ་རྟོག་དཔྱད་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པའི་དོན། ཡང་ན།
བསམ་མཐོའི་རྟུ་སྒྲོབས་རྒྱས་པར་བྱས་ལ། དེ་ནས་སོམ་གཞིག་ཅེས་པའི་དོན། དེ་ཡང་ཤེད་
ནི་སྒྲོབས་སམ་རྟུ་སྒྲོབས་པའི་དོན། དབྱེ་ནི་བྱེ་བ་སྟེ་ཁ་བྱེ་བའམ་རྒྱས་པའི་དོན་དང་། སོམ་གཞིག་
ནི་སྦྱལ་ཆིག་སྟེ་བསམ་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པའོ། །འདྲིའི་གཞིག་ནི་ཞིག་གི་ཡིག་ཐོར་དུ་
སེམས་སོ། །དབྱངས་ཅན་དག་འཇོའི་ལམ་རིམ་བརྟུན་པའོ་ལ་དུ་མང་དག་ཅིག་འཇུག་ཀྱང་
འདྲིར་མ་བཞོན་དོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། མ་མཐའ་ནའང་ཆོས་ལ་ཤེད་དབྱེ་སོམ་གཞིག་
གསུང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཤེད་མ་བྱེ་བ། (བརྟུན་) ཤེད་མ་བྱེ་བ་དང་དོན་འབྲེལ།

ཤེད་མ་བྱེད་བ། (བརྟུན་) ཤེད་མ་བྱེ་བ་དང་དོན་འབྲེལ།

ཤེད་མ་བྱེ་བ། (བརྟུན་) ལྷོབས་སམ་རྟུ་སྒྲོབས་པ་རྒྱུད་བ། བསམ་མཐོ་གཏོང་མི་ཤེས་པ། ལྷན་ཆ་ཤོད་མི་
ཤེས་པའམ་མི་ཐུབ་པ། བརྟུན་མི་འབྱེད་པའམ་བརྟུན་མི་ཐུབ་པ་བཅས་ཀྱི་དོན།
ཉུན་ཏོང་ནས་ཐོན་པའི་ཡིག་རྒྱུད་ཀྱིས་མའི་གས་ཀྱི་«འཕགས་པ་རྒྱལ་བུ་དོན་ཐུབ་ཀྱི་
མདོ»ཞེས་བྱ་བ་ལས། བདག་ལ་བུ་རྒྱུད་ཤེད་མ་བྱེ་བ་གཉིས་ཤིག་ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟ་བུ། ལྷོ་བཤད་ནི། ཤེད་ནི་ཤུགས་སམ་སྒྲོབས། མ་བྱེ་བ་ནི་ཁ་བྱེ་བའམ་རྒྱས་པའི་དོན་
ཏེ། ལྷོབས་ཤུགས་མ་རྒྱས་པའམ་རྟུ་སྒྲོབས་པ་རྒྱུད་བའོ། །ཡང་ན་ཤེད་ནི་སྦྱོར་བ། མ་བྱེ་བ་ནི་འདྲིར་

འཕྱོ་མ་ཚུགས་པའི་དོན་ནོ། །ཤེད་ནི་སྤྱོ་བར་བྱ་བའི་དོན་ཏུ་བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །སློག་པའི་ཆེ། “ཤེད་” “མ་བྱེ་བ” ཞེས་བསྐྱབ་དགོས། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས། ཤེད་མ་བྱེད་པའམ། ཤེད་མ་བྱེ་བ་ཞེས་བྲིས་སྟངས་།

ཤེད་ལས་སྐྱེས། 1 མི་སྤྱི་འཛིན་ 2 བསྐྱེད་པ་དང་པོ་འཛིན་མིང་། སྐྱེ་བཤད་ནི། བསྐྱེད་པ་དང་པོ་འཛིན་མི་རྣམས་ཁྱེད་ལ་མ་རྟོགས་པར་ཡིད་ཅམ་གྱིས་སྐྱེས་པས་ཤེད་ལས་སྐྱེས་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ན་མི་ནི་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་ཡིད་རྟོག་དཔྱོད་ཀྱི་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་བས་ཡིད་ཤས་ཆེ་བ་ལས་སྐྱེས་པའམ་ཤེད་ལས་སྐྱེས་ཞེས་བྱའོ། ཤེད་ལས་སྐྱེས། ཡིད་ཀྱི་བྱ་སྐྱེས་བྱ། ཤེད་བྱ། ཤེད་བདག་རྣམས་དོན་གཅིག་ 2 སེམས་ཅན་རྣམ་གང་ཟག་སྤྱི་འཛིན་ཡིན་པར་ཡང་བཤད།

མེད། རྫོགས་ཆོག་དང་འདྲ་པའི་བླ་དགཉིས་འདུས་མིག་ཞེས། ཅེས། ཤེའོ་གསུམ་ནི་ ཞེས་
བྱའོ། ཟེར་མོ། དེ་འདྲ་ཟེར་མོ། ཞེས་པ་དང་དོན་འདྲ་པར་ཆོག་གི་མཐུག་སྐྱད་པའི་དོན་ལ་
འཐུག་དཔེར་ན་རི་རྒྱལ་ས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ས་ན་རིའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་ལྟ་བུ་དང་། ཆོག་དོན་ཀུན་
རྫོགས་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །

ཤེར་སྒྲུང་ལྟོགས། ཤེར་རབ་སྒྲུང་པོའི་ལྟོགས་ལ་གཟེགས།

ཤེར་ཕྱིན་མན་ངག། སྒྲོབ་དཔོན་ལྷོ་ཕུང་པས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅས་ཤིག།

ཤེར་ཕྱིན་སྐུ་མ་བརྒྱ་པ། འདི་རྟེན་གཙོད་པ་ཡིན། ཞེས་གྲོལ་རྟེན་སྐུ་མ་༤༡༥གསུང་།

ཤེར་དབང་། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ལ་གཟིགས།

ཤེས་ཀྱི་ཁོ་ ཆོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཁའ་ཐོབ་པ་ར་ལེ་ཟེར། ཆོག་འདི་འཕགས་
པ་བྱ་མོ་རྒྱ་མཆོག་ལུང་བསྟན་པའི་མདོ། རྒྱ་དྭ ཅ་པ་ ༡༣༥༧༣༩༧ང་གསལ་ཏེ། ཤེས་ཀྱི་ཁོ་
འདོད་པའི་སེམས་དང་གྲལ་བ། ཞེས་གསུངས།

ཤེས་རྒྱུད། སེམས་རྒྱུད། སེམས་རྒྱུད་དཔའེས་རྒྱུད་ཅེས་པ་སེམས་ཉིད་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི། དེ་ལས་
གཞན་ཤེས་རྒྱུད་ཅེས་པ་ལོགས་སུ་མེད། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་མོར་བུ་རྟོགས་པ་
དང་ལྷན་པ་དག་ལ་གཏམ་དུ་བྱ་བ་གཞུགས་བརྟན་གསལ་བའི་མེད་ཅེས་པ་ལ། བྱང་།

ཐུབ་སེམས་ཀྱིས་ཤེས་རྒྱུ་མ་སྤངས་ཤིང་། །རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པའི་མིང་ཙམ་མ་ཐོས་
ཀྱང་། །ཁ་འཇམ་ལུས་དུལ་བྱེ་ལའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱིས། །བྱི་རྒྱལ་འཆོས་པ་བྱང་སེམས་གཟུགས་
བརྟན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཤེས་འཆལ། ཤེས་རབ་འཆལ་བ་དང་དོན་འདྲ། ཤེས་རབ་འཆལ་བ་ལ་གཟིགས།
ཤེས་མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་འདའ་བ། བྱང་སེམས་ས་བརྒྱད་པ་བས་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་ཀྱང་། དེའི་རྗེས་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་པ་ལས་འདའ་བ་ལ་ཤེས་
མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་འདའ་བ་ཟེར། ས་བརྒྱད་པར་ཡང་དག་མཐའ་ལ་སྒྲོམས་པར་འཇུག་
ཀྱང་དེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ལས་འདའ་བ་ལྟ་བུར་གནས་ནས་འདའ་བ་ཟེར། རྗེ་གྲང་ཐང་
པའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས།

ཤེས་མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་འདའ་བར་བྱ་བ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་
རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་རིགས་ཁྲུང་པར་ཅན་ཡོད་པས་གཞི་ཤེས་སོགས་ཐེག་དམན་
གྱི་རྟོགས་རིགས་ནམས་ཉེ་བར་མི་མཁོ་བས་འདོར་བར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་བཞག་པའི་དོན་
རོ། །ཞེས་སྤོང་དོལ་སྒྲ་མ་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཤེས་ལྡན། རྫོ་ཁྲོས་དང་ལྡན་བ། འཛོད་པའི་ཞེ་སའི་ཆོག་ཅིག

ཤེས་པ། ¹ (བྱ་རྒྱུ) ཏུ་གོ་བ་དང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་རྟོགས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་ཤེས་པ་
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ² (མིང་རྒྱུ) གསལ་ཞིང་རིག་པ། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་
མི་གནས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ³ གངས་ཅན་གྱི་ཤེས་བྱ་ཉིད་ལྡེའི་ཡ་བྱལ་ཞིག ⁴ འདུལ་པའི་
གཞུང་རྣམས་སུ་ཤེས་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པ་ལྡན་
པའི་དགེ་སྤྱོད་གི་མིང་རོ། །མཆོ་རྟེན་སྤྲད་ཆ་ལས། ཤེས་པ་ནི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་
པའི་དད་པ་བརྟན་པོ་དང་ལྡན་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་མདོ་རྩ་
བའི་རང་འགྲེལ་རང་གི་རྣམ་བཤམས་ལས། རོ་ཆ་དང་ལྡན་པ་དང་། མདོ་སྤེལ་འཛིན་པ་དང་།
འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་། མ་མོ་འཛིན་པ་དང་། ཤེས་པས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤགས་

པས། དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ལས་འདག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདིས་སྒོ་བར་བྱ་བ་དང་མགྲ་བར་བྱ་
བ་དག་ལ་ཚཱ་བ་མི་དགོས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཆོ་རྟེན་སྤྲད་ཆ་ལས། གཞན་
ཡང་དངོས་པོ་སྤང་དགོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་ལྷུང་དུ་ནུམ་པར་འཛོག་ན། གང་ཟག་ཁྱད་པར་
ཅན་ལ་སྤང་ལྷུང་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་སྤང་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདུལ་བ་ཀུན་ལས་
བརྟུས་ལས། རོལ་དང་ལྷན་པ་དང་། མདོ་སྤེལ་པ་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་། མ་མོ་
འཛིན་པ་དང་། ཤེས་པས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤམས་པས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་ལས་ལྷང་
སྟེ། དངོས་པོ་སྤང་བ་དང་བྲལ་བར་བྱ་མི་དགོས་སོ་ཞེས་སྤང་མི་དགོས་ཀྱང་སྤང་བའི་ལྷུང་
བྱེད་དུ་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས།

ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ། (འདུལ་བ) ལྷུང་བ་སྤེལ་བའི་ཡན་ལག་ཅིག་སྟེ། སྒྲོ་བ་མ་ཡིན་པ།
ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཆོ། ཤེས་བྱ་ཉིད་རྒྱ་མཆོའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའོ། །སྤྲ་བཤད་ནི། ཤེས་བྱ་ནི་རྒྱ་
མཆོ་ལྷང་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲོ་བ་དཔོན་སྤྱན་རས་གཟིགས་
བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྒྲོན་པའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཤེས་བྱ་ཉིད་རྒྱ་མཆོ་ཡིན་པས་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་མཆོ་སྟེ། རྒྱ་མཆོ་ལྷང་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་
དོ། །ཞེས་གསུངས།

ཤེས་བྱ་སྒྲོག་རྫོག་ཁྱབ་ལོག་སྒྲོག་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་ཤེས་བྱ་རྫོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲོག་པ་
རྫོག་རྒྱ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་སྒྲོག་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལྟ་བུ་ལ།
ཤེས་བྱ་སྒྲོག་རྫོག་ཟེར།

ཤེས་བྱ་ཉེར་ལྔ། གངས་ཅན་པའི་ཤེས་བྱ་ཉེར་ལྔ་ལ་གཟིགས།

ཤེས་བཞིན། ། ཞི་གནས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ན། འཛུལ་བ་བསྟེན་པའི་ངང་ནས་བྱིང་རྟོད་འབྱུང་མི་འབྱུང་
ལ་བྱར་བྱ་རེ་བྱས་ནས་སེམས་འཛིན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། ཤེས་བཞིན་ནི་སྤང་པོ་ཆེ་མ་
སྤུལ་བ་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱང་དང་ཆོས་མཚུངས་པ་ཡིན། རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
ཤེས་བཞིན་ནི། དེ་ལྷང་འཛུལ་བ་བསྟེན་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་གང་རུང་བྱུང་ན་དེ་ཤེས་ནས་དང་

དུ་མི་ལེན་ཅིང་སྤོང་བར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དབུ་མ་སྤྱིང་པོ་ལས་ཀྱང་། ཡིད་ཀྱི་
 སྒྲུང་པོ་ལོག་འགྲོ་བ། །དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོ་ལ། །དཔྱ་པའི་ཐག་པས་དེས་བཅིངས་
 བས། །ཤེས་རབ་ (སྟེ་ཤེས་བཞིན་གྱི) ལྷགས་ཀྱས་རིམ་དབང་བྱ། །ཞེས་པའི་སྐབས་འདིའི་
 ཤེས་རབ་ཤེས་བཞིན་ལ་འཇུག་པར་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱ་བཤད་ནི།
 གྱིང་ཆོད་འབྱུང་མི་འབྱུང་རིམ་བཞིན་ཤེས་པས་ན་ཤེས་བཞིན་ཞེས་བྱའོ། །འདིའི་སྤྱ་བཤད་
 པ་ན་ཆོག་མུ་ཕྱི་གོ་ཐོག་སྟེ་བཤད་ན་མ་གཏོགས་ཐད་ཀར་བཤད་དུ་མེད། དཔེར་ན་བསྟེན་
 རྫོགས་ཀྱི་སྤྱ་བཤད་པ་ན། རྫོགས་པ་ནི་སྤྱ་རན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། བསྟེན་པ་ནི་དེ་ལ་ཉེ་
 བའི་དོན་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཆོག་མུ་ཕྱི་བསྐྱར་ཉེ་སྤྱ་བཤད་དགོས་པ་ཡིན་ལོ། །² རྫོང་གསུང་
 བེན་གྱིས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་དབྱིད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ལས། ཤེས་བཞིན་ནི་དམིགས་པའི་ཆེ་བྱིང་
 ཆོད་གང་རུང་སྟེ་མ་ཐག་ཏུ་དོ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དོ། །ཞེས་གསུངས། ³ ལུས་
 སེམས་ལ་ཡང་ཡང་བརྟན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཡང་ཟེར་ཉེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ལུས་དང་
 སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟན་བྱ་བ། །དེ་དེ་ཁོ་ནར་མདོར་ན་ནི། །ཤེས་
 བཞིན་བསྐྱར་བའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ⁴ བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྲག་ཆེན་
 ཀྱི་ཁྲིད་ཡིག་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་ཀྱང་། དཔྱ་པའི་རྒྱན་བསྐྱངས་པ་ལས་དེའི་ཁོངས་ནས་
 ཡིན་མིན་བརྟན་ཅིང་བསྐྱར་བའི་བྱ་ར་བྱ་རེ་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་བཞེད་ཅེས་གསུངས།

ཤེས་བཞིན་གྱི་སྟོབས། རྣམ་རྟོག་དང་ཉེ་ཉོན་གྱི་མཆོན་མ་ལ་འཕྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་བཞིན་
 ཀྱིས་རིག་ནས་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས་པས་དེ་གཉིས་ལ་འཕྲོར་མི་སྟེར་བའི་ཤེས་བཞིན་
 སྟོབས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར། སྟོབས་དུག་ནི་བཞི་པའོ། །འདིས་སེམས་གནས་མུ་པ་དུ་ལ་བར་
 བྱེད་པ་དང་དུག་པ་སེམས་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སེམས་གནས་གཉིས་འབྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །

ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ། ¹ ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བཅུ་དགུ་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ཆར་གཏོགས་པའི་ཤེས་
 རབ་གང་ཞིག་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་གང་རུང་ལ་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པས་རབ་
 ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པའོ། །བྱེད་ལས་ནི། དེ་ཡོད་ན་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཉེས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་

ལས་ཅན་ནོ། 12 (ལག་ལ་བརྒྱུད) སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་དཔྱད་པའི་ཉོན་
མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་པ། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཤེས་རབ། <བརྒྱུ་> 1 ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལྟར་ན།
བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ། ཤེས་རབ་གྱི་ངོ་བོ།
དབྱེ་བ་ནི་གསུམ་སྟེ། རོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། གུན་རྩོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་མོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། མང་སོས་ཤེས་པ་
ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་ཅེས་སྤྱོད་བཤད་པ་ལ་དོན་ལ་མི་འཐད་པ་
མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ལེགས་སྤྱར་གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་སྒྲུང་དོར་བརྒྱུ་ཞེས་པའི་བླ་ཞེས་པ་དོན་མང་
ལ་འཇུག་ཀྱང་འདིར་རབ་དང་། རྒྱ་ནི་ཤེས་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་འཕམ་ལེགས་པར་ཤེས་པས་ན་ཤེས་
རབ་པོ། །འདིར་སྤྱོད་བཤད་པ་ནི་ཆོག་སྟེ་བྱི་གོ་ལྟོག་སྟེ་བཤད་དགོས་ཏེ། རབ་ནི་ལེགས་པར་
རས་ཡང་དག་པའམ། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཤེས་ཞེས་པ་ནི་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་
སོ་ཞེས་པའོ། །ཆོག་སྟེ་བྱི་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱོད་བཤད་དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ། བསྟན་རྩོགས། ཤེས་
བཞིན། འོངས་སྤྱོད་རྩོགས་སོགས་མང་ངོ། །སྤོབ་དཔོན་མི་པམ་བཤེས་གཉེན་གྱི་རིན་ཆེན་
ཐེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་༩ གེ 1746 བ44ལས། དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རབ་ཏུ་ཤེས་པས་
ན་ཤེས་རབ་སྟེ་མོ་བྱུང་པར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའང་ཁོ་བོས་གོང་དུ་བཤད་པ་དང་མཐུན་
ནོ། 12 ཤེས་བཞིན། དབུ་མ་སྟོང་པོ་ལས། ཡིད་གྱི་སྒྲུང་པོ་ལོག་འགྲོ་བ། །དམིགས་པའི་ཀ་བ་
བརྟན་པོ་ལ། །དུན་པའི་ཐག་པས་ངེས་བཅིངས་ནས། །ཤེས་རབ་ལྷགས་ཀྱིས་རིམ་དབང་
བྱ། །ཞེས་པའི་སྤྱོད་བས་འདིའི་ཤེས་རབ་ཤེས་བཞིན་ལ་འཇུག་པར་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཤེས་རབ་གྱི་དམ་ཆོག་བརྒྱད། ཤེས་རབ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་དམ་ཆོག་བརྒྱད་དང་འདྲ།

ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། (པར་བྱིན) 1 བྱང་འཕགས་གྱི་ལམ་བདེན་ལ་ཟེར། ཞིབ་པར་བཤད་
ན། སྤྱོད་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་གྱི་ཤེས་རབ་ལ། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་

ཕྱིན་པ་ཟེར། སྤྱི་བཤད་ནི། སྤྱི་ཉིད་དོན་སྤྱི་ཡི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་སོ་སྤྱིའི་ཤེས་རབ་ནི་ཤེས་
 རབ་ཅམ་ཡིན་ལ། དེའི་པ་རོལ་ནི་སྤྱི་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་འཕགས་ཀྱི་ཤེས་
 རབ་བམ་ལམ་བདེན་ནོ། །སྤྱད་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དཀའ་འགྲེལ་༼ ༡ ༽ ༡༡༧༣ ལས།
 ཤེས་རབ་ནི་སྤྱི་རྩོམ་རབ་ཏུ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་པ་རོལ་ནི་མོས་པས་སྤྱིད་
 པའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་
 དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དབེན་པ་འདི་ཡིན་
 ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །² རྣམ་མཁུན་ལའང་འཇུག་³ ཤེས་ཕྱིན་བརྗོད་བྱར་བྱེད་པའི་གསུང་
 རབ་ལའང་དེའི་མིང་འཇུག་གོ།

ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱན། (པར་ཕྱིན) རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་དམིགས་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱན་གྱི་
 མཆོན་ཉིད།

ཤེས་རབ་རྒྱང་གོལ། (པར་ཕྱིན) བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིང་བསྟོགས་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་མེད་
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་སློབ་པ་མཐའ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་
 བའི་དགྲ་བཙུག་པའོ། །མཆིམས་མཛོད་ལྟར་ལོ། །དེ་དང་འགོག་སྟོམས་མ་ཐོབ་པའི་དགྲ་
 བཙུག་པ། དགྲ་བཙུག་རྒྱན་མེད་རྣམས་དོན་གཅིག

ཤེས་རབ་རྒྱང་གོལ་གྱི་དགྲ་བཙུག་པ། (པར་ཕྱིན) ཤེས་རབ་རྒྱང་གོལ་དང་འབྲ།

ཤེས་རབ་སྟོན་མ། (དབུ་མ) དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆོག་འགྲེལ་ཤེས་རབ་སྟོན་མ། སྟོབ་དཔོན་
 ལེགས་ལྡན་འབྲེད་ཀྱིས་མཛད། ལྷའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འགྲུར། བསྟན་འགྲུར་༼ ཅ་བར་ ༽
 བཞུགས། ཤེས་རབ་སྟོན་མ་རྩ་ཤེས་ཆོག་འགྲེལ་དང་དབུ་མ་སྟོང་པོ་དོན་འགྲེལ་ཡིན།

ཤེས་རབ་སྟོན་མའི་འགྲེལ་བཤད། (དབུ་མ) སྤྱི་རས་གཟིགས་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱིས་མཛད། ལྷའི་
 རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འགྲུར། བསྟན་འགྲུར་༼ བཞུགས་ ༽ གསུམ་ན་བཞུགས་སོ། །ཞིབ་པར་བཤད་
 བ། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་ཀྱིས་ཉེ་བར་སྤྱར་བ་དབུ་མ་རྩ་བའི་འགྲེལ་བ་ཤེས་རབ་
 སྟོན་མའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ལུལ་ས་ཀེ་ཏ་ནས་བྱུང་བ་

བཅས་ཟེའི་རིགས་ཤིང་སྤྱ་ལ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ཚུབ་པ་རང་དང་གཞན་
གྱི་བྱུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པ་སྦྱར་རས་གཟིགས་བརྒྱུ་ཞུགས་གྱིས་མཛོད་པ། རྒྱ་
གར་གྱི་མཁན་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་དང་། བོད་གྱི་ཞུ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙྰ་བ་དག་
སློང་ཅོག་རོ་སྤའི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འགྲུར་བ་བཞུགས་སོ། །འདི་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་ཉི་ཤུ་ཅ་
བདུན། སྒྲི་ཀ་ནི་ཉི་ཁྲི་བཞི་སྟོང་། བཅས་པོ་ནི་བརྒྱད་ཅུར་ཡོད་དོ། །

ཤེས་རབ་སྟོན་མེ། (དབུ་མ) ཤེས་རབ་སྟོན་མེ་དང་འབྲ།

ཤེས་རབ་སྟོན་མེའི་ཐེང་བ། (དབུ་མ) སྟོབ་དཔོན་ཁ་ཆེ་པ་ཆེན་བུ་རྩ་བུ་རྣམས་མཛོད། བསྟན་
འགྲུར་༼༡༽པར་༽བཞུགས་སོ། །

ཤེས་རབ་བརྒྱ་བ། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྦྱབ་གྱིས་མཛོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག་
དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ནང་རྒྱལ་པོའི་སྟོན་པོ་ལ་གདམས་པ་ཤེས་རབ་བརྒྱ་བ་ཞེས་གྲང་
གསལ།

ཤེས་རབ་ཆེ་བ། འདིའི་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ཤེས་རབ་རྒྱ་བས་ཆེ་བ་ལ་གོ་དགོས། དེ་ནི་སྒྲུང་དོར་
གྱི་གནས་ནམས་རང་སྟོབས་གྱིས་འབྱེད་ཀྱིས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། རྗེའི་བདེ་སྟོན་ལས།
གཞན་ཡང་སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་ནམས་རང་སྟོབས་གྱིས་འབྱེད་ཀྱིས་པའི་
ཤེས་རབ་རྒྱ་བས་ཆེ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །ཤེས་རབ་ཆེ་བ་དང་
ཤེས་རབ་གསལ་བ་གཉིས་ཀ་འཆད་པ་ལ་མཁས་པའི་ཡན་ལག་གོ། །ཡང་ཡུང་ཐུན་ཆེགས་
གྱི་འབྲེལ་པ་ལས། ཡུལ་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་
ནི་ཤེས་རབ་ཆེ་བའོ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །

ཤེས་རབ་འཆལ་བ། <དུམ་རྩ་༩> ཤེས་རབ་སྟོན་ཅན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། ཤེས་
རབ་ཉམས་ཤིང་རྒྱད་དེ་སྟོ་མི་གསལ་བར་གྱུར་པ་དང་། སྟོ་མི་བརྟན་པ་འཕམ་བཟེད་ངས་ཆེ་
བར་གྱུར་པ། སྟོ་བྱལ་བ། ཡུལ་མི་རྟོགས་པ་དང་། ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་བཅས་
པར་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་ཟེར། ཤེས་རབ་འཆལ་བ། ཤེས་འཆལ། འཆལ་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་

དོན་འདྲ། སྤྱི་བཤའ་ནི། རབ་ཏུའཕམ་ལེགས་པར་ཤེས་པས་ན་ཤེས་རབ། (ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱི་
བཤའ་ཆོ། རབ་ཤེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་ཆོག་ལྟ་བུ་གོ་ལྟོག་ནས་བཤའ་དགོས་) འཆལ་བ་ནི་འཆོལ་
བ་དང་དོན་འདྲ་བས་ནོར་བའམ་སྤྱོད་ནས་ཉེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཤེས་རབ་སྤྱོད་ཅན་ཞེས་
པའོ། ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་སྤྱིར་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་། རོག་མཐའ་མའི་ནང་བྱུང་ཅན་
གསལ། སྤྱིར་འཆལ་བའི་དོན། གཏང་སོ་མེད་པའམ་མི་བརྟན་པའམ་ཁུངས་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་
དོན་ཏུ་བཤའ། ཤེས་རབ་འཆལ་བ། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ། འཆལ་བོ་སོགས་ལྟ་བུ།

ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོ། ལུས་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་སོགས་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ཕྱེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ཉིང་ཁུའམ་སྤྱིར་བོ་སྤྱང་བ་ལྟ་བུའི་མདོ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་གར་སྐད་ནུ། ཟླ་ག་ཟ་ཉི་ལྔ་ལྟ་བུ་ར་
མི་ཏུ་ཕྱིད་ཡ། བོད་སྐད་ནུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྱིར་པོ།
ཡང་རྒྱ་འབྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ། རྒྱ་གར་སྐད་ནུ། ལྷ་ཅ་ལྔ་ལྟ་བུ་ར་མི་ཏུ་ཕྱིད་ཡ། བོད་སྐད་ནུ།
འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྱིར་པོ། ཞེས་ཀྱང་སྤྱང་།

ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་འབྲེལ་བ། ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་རྒྱུ་ལ་གཟིགས།

ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་རྒྱུ། ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོ་ལ་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་རྒྱུ་སྟེ་འབྲེལ་བ་མི་འདྲ་བ་བཅུ་
བརྟན་འགྱུར་༼ མ ༽པའི་ནང་བཞུགས། ཤེས་སྤྱིར་འབྲེལ་བ་སྤྱགས་སུ་འབྲེལ་བ་ཟེར་བ་ཞིག་
བརྟན་འགྱུར་སྤྱི་ཆོགས་༼ ཅོ་བ ༽༡༠༥བ་ཉ་བཞུགས་སོ། ཤུག་བྱང་ནུ། སྤྱི་སྟོན་
མཛད་པའི་འབྲེལ་བ་མདོ་ལས་སྤྱགས་སུ་བེ་རོ་ཅ་ནའི་དོན་ཏུ་བཀོལ་བའི་ཆོག་ཏུང་ལ་དོན་ཆེ་
བ་གསལ་བའི་སྤྱོད་མ་རྗེགས་སོ། སྤྱོད་དཔོན་བེ་རོ་ཅ་ནས་རྒྱལ་བོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅོན་ལ་
མཆན་མའི་ཆོས་སྤྱོད་ལ་རྟེགས་བ་སྤྱེས་པའི་དུས་སུ་བྱུང་དང་བཅས་པ་ལ་འབྲེལ་བ་འདི་
གནང་བའོ། ཤེས་འབྱུང་རོ། བོད་འབྲེལ་མང་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་གྲགས་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་བརྗོད་ན།
ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་རྣམ་པར་བཤའ་བ་དག་སྤོང་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤོབ་དཔོན་མར་
མེ་མཛད་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ལ་གསོལ་བཏབ་ནས་ལེགས་པར་བཤའ་བ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་
དྲེ་པི་ཀ་ར་སྤྱི་རྒྱ་ན་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་དག་སྤོང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བའི་འགྱུར། བོད་གྱི་དེ་དགོ་

སྒྲིང་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ (འདི་དེ་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ། ལྷ་ལྷ་མ་ཡི་ཤེས་པོད་ཀྱི་
 དུས་སུ་བྱུང་བའི་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ་དེ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། ཀྱིས་
 མཛད་པར་སྤྲང་ངོ། །འོན་ཀྱང་བརྟན་འགྱུར་གྱི་གསུམ་སུ་བཞག་འདུག་པར་ཡང་དབྱུང་བར་
 འོས་སོ། །ཤོང་གི་བརྟན་འགྱུར་༩ ལུ་པའི་༡༣༡ན་ཅན་བཞུགས་སོ། །ས་སྤྱིའི་ཀུན་མཁྱེན་
 རོང་ལྷག་པའི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། མངས་རྒྱས་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། ཀུན་མཁྱེན་བསྐྱེད་པ་
 བའི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། འངས་དབྱུངས་དག་འཁྱོའི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། གྲང་རུ་རྒྱལ་མཆོན་བཟང་
 བའི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། སྤྱིད་པོད་ཞབས་བྱུང་བརྟན་འཛིན་ལྷོ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་ཤེར་སྤྱིང་མཆོན་
 འབྲེལ། རོ་ནང་རྒྱ་རྒྱ་ཐའི་ཤེས་སྤྱིང་གི་འབྲེལ་བ་ཁག་གཉིས། ཅོ་ནི་ལྷ་མ་གྲགས་པ་བཤད་
 སྤྱིད་ཀྱི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། བརྟན་དང་ལྷ་རམས་པའི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། དེད་ཤོས་ཕྱེ་ལྷ་རམས་པ་
 ལུབ་བརྟན་བསམ་གྲུབ་ཀྱི་ཤེར་སྤྱིང་ལྷོ། ལོགས་མང་དག་ཅིག་སྤྲང་ངོ། །

ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་བར་ལེ་ཤེས་ཀྱི་སྐད་དོད་ “རྣམ་ཐོབ་” ཞེས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐད་
 དོད་ “ཐོབ་རྣམ་” ཞེས་པ་ཡིན་པ་སྟེ། སྤྱིར་དེ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་ཡང་། བྱུང་བར་རགས་པ་ཙམ་ནི།
 ལུལ་ལ་ཏ་ཅང་ཞིབ་མཐོང་རྣམས་ལ་འབྲུག་པ་ལ་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ལས་མུང་ཟད་རགས་པར་
 འབྲུག་པ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཟེར་བ་འབྲ། དེ་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་བཤད་པ་ཡིན་ཀྱི་ཁྱབ་པ་ནི་མེད་དེ། ཡེ་
 ཤེས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ལ། ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ་ཤེས་རབ་མིན་པའི་སྟེ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་
 སྟེ། གཉིས་ཀ་མིན་པའི་སྟེ་སྟེ་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། འོན་ཀྱང་མཁས་པ་མང་པོས། ཡེ་
 ཤེས་དང་མཁྱེན་པ་༩ ས་མཁས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ ༡ གཉིས་དོན་གཅིག་ལྟ་བུར་བཤད་ཡོད། འོན་
 ཀྱང་ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་བར་ལ་ཇེ་གྲུང་ཐང་བས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ཤེས་རབ་
 བོ་དེ་ལྟ་བུ་རྟོགས་ཚུལ་དང་། ཡེ་ཤེས་བོ་དེ་སྟོང་པ་རྟོགས་ཚུལ་ཀྱི་སྟོང་ནས་འཛོལ་བར། ཇེ་འདི་
 དགོངས་པ་རབ་གསལ་དང་གྲུང་ས་མོགས་ན་གསལ་བར་གསུངས། ཞེས་ཇེ་གྲུང་ཐང་པའི་
 གསུང་ཟིན་ཟིན་མདོ་རྒྱན་སྐུར་པའི་བཤད་པ་ན་གསལ་ཡང་། དེ་ལ་དབྱུང་དགོས་ཏེ། ཡེ་
 ཤེས་ནི་སལ་ཆེད་ཤེས་རབ་འབྲེལ་བར་གཞུང་མང་པོར་གསུངས་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡེ་

ཤེས། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོགས་མཐའ་ཡས་ཏེ། རྗེའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས།
 བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བ་ཡང་སྤྱང་རྗེ་ཡིན་པས་ན།
 ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གང་ཞིག་ལས། སྤྱང་
 རྗེ་སྤྱོད་བཏང་སྤྱོད་ཀྱན་དང་། ཡེ་ཤེས་ངེ་མ་མེད་བཤད་པ། སེམས་ཡོད་སུ་ཞིག་དེ་ལ་སྤྱོད།
 ཅེས་སྤྱང་རྗེ་སྤྱོད་ཏུ་བཏང་གིས་བྱངས་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་ཏུ་མཐའ་གཉིས་ཀྱི་
 དམིགས་གཏད་ཀྱི་ངེ་མ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གསུམ་གྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་ཀྱན་
 བསྐྱུས་པར་གསུངས་སོ། །ཞེས་སོགས་མཐའ་ཡས་སོ། །རྗེ་གྲུང་ཐང་པས་ཁྱུངས་སུ་བྱང་
 རྗེའི་རྗེའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་གྱི་ལུང་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རྗེ་དགོངས་རབ་གསལ་ལས། ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་དང་དེ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱིན་གྱི་བྱང་པར་ནི། བྱང་ས་ལས། ཆོས་
 ཐམས་ཅད་ལ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེན་ཏུ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཤེས་པ་ནི། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་
 པའོ། །དེ་ལ་དོན་དམ་པ་འཛིན་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་
 པའོ། །ཀྱན་རྫོབ་འཛིན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྟེ། འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེ་
 བྱག་ནི་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདིའོ། །དེས་ན་རྗེའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་དང་བྱང་ས་
 ལས་གསུངས་པ་ནི། པར་བྱིན་བཅུ་འཛིན་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱིན་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པར་
 བྱིན་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་བཏང་གི་ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི་མིན་
 བོ། །

ཤེས་རབ་སྤྱོད་བྱ། སྤྱོད་དཔོན་སྐྱུ་སྐྱུབ་ཀྱིས་མཇེད་པའི་གཙོ་བོ་སྤྱོད་པོ་ལ་གདམས་པའི་བསྐྱར་
 བཅོས་ཤིག

ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གསུམ། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། ཀྱན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། སེམས་
 ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ། ཤེས་རབ་ཐ་མ་ནི་ལམ་རིམ་ལས།
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདི་དང་བྱེ་མའི་དོན་ཁ་ན་མ་ཐོབ་མེད་པར་སྐྱུབ་པའི་ཚུལ་ཤེས་
 འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །

ཤེས་རབ་རྣམ་པ་བཞི། ཤེས་རབ་ཆེ་བ། ཤེས་རབ་གསལ་བ། ཤེས་རབ་ལྷུང་བ། ཤེས་རབ་ཟབ་པ་
དང་བཞིའོ། ཤེས་རབ་ཆེ་བ་ནི། གླུང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱེད་རྒྱས་པའི་
ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། འདིའི་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་ཤེས་རབ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ལ་གོ་དགོས། རྗེའི་
བདེ་སློན་ལས། གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་གླུང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་
འབྱེད་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ཤེས་
རབ་གསལ་བ་ནི། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆ་ཤས་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་
རྣམས་རིལ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། རྗེའི་བདེ་སློན་ལས།
གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆ་ཤས་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་རྣམས་རིལ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་
མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་གསལ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། ཤེས་རབ་ལྷུང་བ་ནི། མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་བསམ་པ་
སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་མ་ལུས་པར་འགོག་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། རྗེའི་བདེ་སློན་ལས། མ་
རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་བསམ་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་མ་ལུས་པར་འགོག་
རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་ལྷུང་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ཤེས་རབ་ཟབ་པ་
ནི། གཞན་གྱིས་ཆད་གཟུང་མི་རྒྱས་པར་གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་ལ་གཏུགས་པ་མེད་པར་
འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། རྗེའི་བདེ་སློན་ལས། གཞན་གྱིས་ཆད་གཟུང་མི་རྒྱས་པར་
གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་ལ་གཏུགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ཟབ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་
ཅིག ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ཤེས་རབ་མ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལྟ་མོའི་རྣམ་པར་ཤར་བ་སྟེ། རྟོ་རྟོ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་
ལྷག་མ་སྟེ། རྟོ་རྟོ་འཆང་གི་ལུས་མོ། །

ཤེས་རབ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་དམ་ཆོག་བརྒྱད། གཡོན་པའི་ཀུན་སྟོང་མི་བརྟན་མཆོད། །མཆོན་ལྗན་
མིན་ལ་སྟོམས་འཇུག་སྤང། །སྟོར་ཆེ་ལྟ་དང་འབྲལ་མི་བྱ། །ཆགས་ལམ་ལ་མོས་འགྱུར་མི་
བྱ། །བྲག་རྒྱ་རྣམ་གཉིས་འདོར་མི་བྱ། །བྲི་ནང་ཐབས་ལ་གཙོ་བོར་འབད། །ཀུན་མི་འབྲིན་

ཆངས་སྤྱོད་བསྟེན། །བྱང་སེམས་ལེན་ཆེ་སྤྱག་ཤོ་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །འདི་བདེ་
མཆོག་ཙ་རྒྱུད་ལེན་ཉེར་བྱག་པ་ལས། དེ་ནས་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་དུ་བློ། །རྟེན་དཀའི་དམ་ཆོག་
ང་ཡིས་བཤད། །ཅེས་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཅིང་། །རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱུད་འབྲེལ་སྤྱི་ཤོད་ཀྱི་
གསལ་དང་། །བསྐྱེད་རིམ་འདོད་འཇོ་སོགས་སུ་བཀའ་བ་གསུང་བ་མྱོང་བས་རྗེ་བཞིན་གོ་
དཀའ་བ་ལ། །རྗེ་ལུང་སྤྱོད་ལོ་འདི་རྗེས་བདེ་མཆོག་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་བསྐྱེད་རིམ་བཀའ་རྒྱ་
མར་ཆོག་ལྷག་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་པ་ལ། །དདུལ་ཚུ་རྩམ་རྩེད་སྤྱི་ཆོག་བཅད་དུ་བསྤྱིགས་
ནས་གསུངས་སོ། །

ཤེས་རབ་སྤྱར་བ། །མཛོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་བསམ་པ་སྤྱིས་མ་ཐག་ཏུ་མ་
ལུས་པར་འགོག་ཏུ་ས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། །རྗེའི་བདེ་སྟོན་ལས། །མཛོགས་པ་དང་ལོག་པར་
རྟོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་བསམ་པ་སྤྱིས་མ་ཐག་ཏུ་མ་ལུས་པར་འགོག་ཏུ་ས་པའི་ཤེས་རབ་སྤྱར་
བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །རྩོད་པ་ལ་མཁས་པའི་ཡན་ལག་གོ།

ཤེས་རབ་ཟབ་པ། །གཞན་གྱིས་ཆོད་གཟུང་མི་ཏུ་ས་པར་གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་ལ་གཏུགས་པ་
མེད་པར་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། །རྗེའི་བདེ་སྟོན་ལས། །གཞན་གྱིས་ཆོད་གཟུང་མི་ཏུ་ས་
པར་གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་ལ་གཏུགས་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ཟབ་པ་ཐོབ་པར་
གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །རྩོད་པ་ལ་མཁས་པའི་ཡན་ལག་གོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། །ཤེས་རབ་ཟབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་གིས་གཏིང་མི་སྤྱོད་ས་པའི་
ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །ཞེས་གསུངས། །ཡང་ལུང་ཐུན་ཆོགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས།
ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཟབ་པ་ཡིན་ལ། །ཟབ་པ་ནི་
གཏིང་དཔག་དཀའ་བའོ། །ཞེས་གྲུང་གསུངས་སོ། །ཤེས་རབ་ཟབ་པ་དང་ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་
གཉིས་སྤྱིར་དོན་འབྲེལ་ཡང་ནང་གསེས་ལ་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་སྟུག། ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་
ལ་གཞིགས།

ཤེས་རབ་ཟབ་མོ། །ཤིན་ཏུ་སྤྱི་པའི་ཡུལ་ལེགས་པར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་

འབྲེལ་ལས། ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་ཆ་ལྷོ་མོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། ལུང་ཐོན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་
དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཟབ་པ་ཡིན་ལ། ཟབ་པ་ནི་གཉིད་དབག་དཀའ་
བཤོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་། 1 (དགེ་ལུགས) དབང་གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ནི། སྒྲིམས་
རང་ལ་མཆོན་ལྟར་གྱི་རིག་མ་གཏད་དེ་རང་དང་རིག་མ་ཡི་དམ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་
མཁའ་གསང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་རང་ལྟར་སྒྲོམ་པ་ལུས་ལ་ལྟའི་འདུ་ཤེས། རྡོ་རྗེ་བརྒྱའི་
སྤྱབས་སུ་པར་ཡིག་སྒྲོམ་པ་ངག་ལ་སྤྲགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས། ཐབས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཟག་མེད་
ཀྱི་བདེ་བ་མངོན་དུ་བྱའོ་སྒྲིམ་པ་ཡིད་ལ་ཆོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཏེ་འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྟར་གྱི་སྒྲོན་ས་
དགའ་བཞི་རིམ་གྱིས་བྱངས་ཏེ། བཞི་བ་ལྟན་སྤྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་སྟོང་བ་སྦྱར་བའི་བདེ་སྟོང་
དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། བྱེད་ལས་ནི། བརྟེན་མེས་སོགས་དང་། གང་སྤང་ཀྱང་བདེ་
སྟོང་དབྱེར་མེད་དུ་འཆར་བ་ལ་གོགས་བྱེད་ཀྱི་ངོ་མ་སྦྱངས། ལམ་འོད་གསལ་བྱག་རྒྱ་ཆེན་
པོ་སྒྲོམ་པ་ལ་དབང་། འབྲས་བུ་ཆོས་སྤྱུ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་བཞག་གོ། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་
གསང་འདུས་སྒྲོན་ལམ་ལས་ཀྱང་། གསུམ་པ་ལྟན་སྤྱེས་དགའ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་ཡིས། ཡིད་ནི་
འོད་གསལ་དབྱེར་སུ་འབྲེན་པར་ཤོག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། གྲུབ་དགས་པ་རྡོ་རྗེ་
ཚུལ་ནི། རྗེའི་སྤྲགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། མདོར་ན་སྒྲིམས་གཏད་པའི་རིག་མ་མཆོན་ཉིད་དང་
ལྟན་པ་དང་རང་ཉིད་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་དུ་བསྐྱེད་དེ་རྡོ་རྗེ་དང་བརྒྱའི་འདུ་བྱ་བ་སྤྱོན་དུ་འབྲོ་བས་ཤེས་
རབ་ཡེ་ཤེས་སྤྱེ་བའི་མཆོམས་རིག་ནས་སྤྱབས་དེར་ལྟ་བའི་སྟེང་དུ་བཞག་པའི་བདེ་བ་དང་
བཅས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་གསུམ་པར་རྡོ་རྗེ་དགོས་པས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱག་རྒྱ་ཅམ་ལ་
བརྟེན་ནས་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་ཡང་རང་དང་རིག་མ་འདོད་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་གདབ་ལ་
ང་རྒྱལ་བརྟན་པོར་གཟུང་བ་སོགས་བྱས་ཡབ་ཡུམ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀོར་བྱའི་ནང་དུ་ཕྱིན་པར་མོས་ནས་དེ་ལས་བདེ་བ་བསྐྱེད། དེ་ནས་ལྟ་

བའི་དོན་བླ་པར་བྱས་ལ་དེའི་སྟེང་དུ་འཛོལ་ཏུ་བརྟུག་ནས་ངོ་འཕྲོད་ངེས་སུ་བྱས་ལ་དབང་
བསྐྱར་རྟོ། །ཞེས་གསུངས། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) ཤེར་དབང་ནི། ཐབས་ཤེས་སྟོམས་འཕྲུག་བྱས་
པས་བྱང་སེམས་ནོར་བུའི་ནང་དུ་བབས་པའི་ཆེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་
སོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། ཤེས་རབ་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་སྦྲེས་ཡེ་ཤེས་གཏན་ལ་
དབབ་པའི་དབང་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཞེས་བྱའོ། །བྱེད་ལས་ནི། གཙུ་བོར་
ཡིད་ཀྱི་རྩི་མ་འཁྲུག་ཅིང་ཡིད་དག་པར་བྱས་ནས་སྤྲུགས་རྗེའམ་ཆོས་སྦྱེ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་
འཛོལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

ཤེས་རབ་གསལ་བ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆ་ཤས་སྤྱ་ཞིང་སྤྱ་བ་རྣམས་རྩི་
ལྷ་བ་བཞིན་དུ་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་རུས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར། རྩི་བདེ་སྟོན་ལས། ཀུན་
ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆ་ཤས་སྤྱ་ཞིང་སྤྱ་བ་རྣམས་རྩི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་མ་
འདྲེས་པར་འབྱེད་རུས་པའི་ཤེས་རབ་གསལ་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྟོ། །ཤེས་རབ་གསལ་བ་དང་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་གཉིས་ཀ་འཆད་པ་ལ་མཁས་པའི་ཡན་ལག་
ཡིན།

ཤེས་ལ་མ་ཤེས། རྩང་ཟད་ཤེས་པ་འཕམ་པལ་ཆེར་མ་ཤེས་པ་དང་འབྲ་བ།

ཤོ་གས། (འདུལ་བ) དཔྱ་ཁལ་ཏེ་འབྲུ་སོགས་རྒྱལ་པོའམ་སྤྱི་དགའ་གི་སྐལ་བ། ཤོ་གས་ནི་ལེགས་
སྦྱར་གྱི་ “འུལྱ” ལྷུཆ་རྒྱུར་ཆག་པ་ཡིན། ཆེ་ཏན་ཞབས་བྱུང་གི་དག་ཡིག་ཐོན་མའི་དགོངས་
རྒྱུ་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་བཤད།

ཤོ་བ། བརྟན། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོའི་མིང་བདེ་གོ་དཀའ་བ་ལག་འཁྱིལ་བཤད་པ་སོམ་ཉིའི་སྟན་སེལ་
ལས་བཤད། བེའུ་འབྲེལ་ལས། ཟན་རྟོག་གཅིག་ལ་ཤོ་བའི་དེ་ཅམ་གསུང་བ་ཟེར། ཞེས་པ་ལྟ་
བུའོ། །

སྟོ་ཀ (ལེགས་སྦྱར) ཆོགས་སུ་བཅད་པ། ཆོག་རྐང་བཞི་རེ་ལ་སྟོ་ཀ་གཅིག་ཟེར། རྐང་དོད་དེ་བྱེ་བྲག་
རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༤༥ན་གསལ། ཤོ་ལོ་ཀ་ཞེས་ཀྱང་འབྲི། ཆོགས་བཅད་དང་། ཆོག་

མེའུར་བྱས་པ་ཡང་ཟེར། རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོག་ས་བཅད་རེ་ལ་ཆོག་བར་
སོ་གཉིས་དང་། བོད་ཡིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད།

ཤོད། 1 “འཆད” བ་དང་། (འཆད། བཤད། བཤད། ཤོད) བར་མོར་ཤོད་ཅིག་ལྟ་བུ། 2 ཤོད་པ།
བཤད་པ། བཤད་པ། ཤོད་སྐད་ཆ་ཤོད་ཅིག་ལྟ་བུ། 3 བཤད་མི་ཐུབ་པའམ། བཤད་མི་ཆར་
བའི་དོན། ཚོད་ལན་འདི་དག་བསྐྱལ་བའི་བར་དུ་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 4 དམའ་ས།
དཔེར་ན་རྩ་ཤོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། (རྩ་རམ་ས་ལ་ཤོད) 5 “ཤད” བ། (འབྲུག་པའམ་འབྲད་པའི་
དོན) སྒྲ་ (ཤད་པ། བཤད་པ། བཤད་པ། ཤོད) “ཤོད” པའི་སྐུལ་ཆོག

ཤོན་ཅིག་སྒྲིན་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན། དཔེར་ན་གསལ་ཤིང་ལ་ཤོན་ཅིག་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་
ར་བ་ ༡༥༩༥་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་རྣམས་ནི་མི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་དེས་སྒྲིམ་པ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་
སྒྱུར་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་རས་སྤངས་གྱིས་གསལ་ཤིང་ལ་ཤོན་ཅིག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་
དོ། །དོགས་གཙོད་རྒྱས་པར་གཤོན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཤོལ། བརྒྱན་གྱི་མིང་། ལི་གྲུར་ན་གསལ། དཔེར་ན་ཞལ་ཤོབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

ཤྱི། (ལེགས་སྦྱར) 1 དཔལ། 2 མིང་གི་འཁོར་སྦྱར་ན། སྦྱ་ཞབས་ཞེས་པའི་ཆོད་རེད། 2 བསྟེན་པར་བྱ་
བ།

ཤྱི་ཅ་ག་སི་བ་ར། (ལེགས་སྦྱར) དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པའམ། དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་ མཚན་མི་
འབྲ་བ་གཉིས་འབྱུང་བའི། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སི་བ་ར་སྟོན་པའམ། ཡང་ན་སི་མམ་ཤམ་ནི་བདེ་
བ། བར་ར་མཆོག་གི་དོན་ལ་འབྲུག་པས་བདེ་མཆོག་གོ། རྗེའི་གསུང་ལྟར་བཀོད།

ཤྱི་ང་ག་ཏ་མིཏ་ཨྲན་གྱི། མི་ཏ་རྫོ་ཀའི་མཆོག། དེའི་དོན་ནི་དཔལ་འཁོར་བའི་བཤེས་གཉེན་ཀུན་དགའ་
ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

ཤྱི་ལ་རྒྱ། ལ་རྒྱ་དང་དོན་གཅིག་ སི་རྒྱ་ལ། སོ་ཉ་ལ། ཟངས་སྤིང་། ཅ་མར་དྲི་བ། དུམ་དྲི་བ་ཞེས་བྱ་བ་
རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། སི་རྒྱ་ལའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ཤྱི་ཏེ་རུ་ཀ། (ལེགས་སྦྱར) དཔལ་ཐོག་འབྱུང་སྟེ། འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག

སྤྱི་ནི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། ཉེ་ནི་རྒྱ་སོགས་སྟོང་པ་ཉིད། འཇུ་ནི་ཆོགས་དང་བལ་བ་
 ཉིད། ཀ་ནི་གང་དུ་འདྲ་མི་གནས་པའོ། ཞེས་ཀྱེ་དོར་གྱི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། ཁོང་
 གི་དོན་ནི། སྤྱི་ཞེས་པ་འདོད་ཅིང་བསྟེན་པར་བྱ་བ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ་ཟེག་པ་
 མཆོག་གི་གོ་འཕང་དོན་དུ་གཉེར་བས་བསྟེན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའོ། ཉེ་ཡིག་གིས་ནི་ཉེ་
 རྒྱ་རྒྱ་སྟེ་སོགས་ཁོངས་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་
 ལས་སྟེ་བ་སྤངས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། རྒྱ་ཡིག་གིས་ནི་རྒྱ་བ་ཞེས་པ་གཟུགས་ཏེ་གནས་པ་
 དང་འཇིག་པའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དང་བལ་བ། ཀ་ཡིག་གིས་ནི་ཀ་ཅི་ཏ་སྟེ་ཏ་སྟེ། ཉམ་པ་དང་
 ཆད་པའི་མཐའ་གཉིས་སོ་གང་དུ་འདྲ་མི་གནས་པའོ་ཞེས་པ་སྟེ། འདི་ལ་ཁྲག་འཐུང་དུ་བརྗོད་
 པ་མི་ལེགས་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་བྱ་སྟོན་འཆད་དོ། ཞེས་ཀྱེ་དོར་གྱི་འགྲེལ་པར་གསལ་ལོ། །
 བྱིང་གི། (ལེགས་སྒྱུར) དུག་དམར་པོ་སྟེ། བའི་རྩ་ལ་བསྐྱུས་ན་འོ་མ་དམར་པོ་འོང་བའི་དུག་ཅིག་ རྗེའི་
 འགྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ན་གསལ།
 ག་ཤམ་ཐབས། (འདུལ་བ) ཤམ་ཐབས་དང་དོན་འདྲ།
 ག་ཤལ། གཞིར་བཞག་ འཐད་པ་འོས་པ། དེགས་པ། རོ་མ། བདེན་པ་བཅས་ལ་འཇུག་པར་བཤད།
 ཡིན་བཤལ། བདེན་གཤལ། ཡོད་གཤལ། ཡང་། ཡིན་ཤག་ བདེན་ཤག་ ཡོད་ཤག་ཡང་འཐད་
 པར་སེམས།
 ག་ཤའ་མ། སྤྱིས་དག་ ལྟད་མེད། རོ་མ། ཡང་དག་པ། བདེན་པའི་དོན་དུ་འདྲ་བཤད། སྟོབ་གཉེར་
 ག་ཤའ་མ་ཞིག་བྱས་ལྟ་བུ།
 ག་ཤར། ག་ཤར་བ་ལ་གཟིགས།
 ག་ཤར་སྤངས། མི་བརྗོད་ཐབས་སུ་ཡང་ཡང་འདོན་པའི་དོན།
 ག་ཤར་བ། 1 འགྲོ་བ་ཅན་གྱི་མིང་ངམ། ཡང་ན། རྒྱ་སྟེག་བཏང་ནས་འགྲོ་བ། བང་བསྐྱིགས་ནས་འགྲོ་
 བ། དེ་དེ་བཞིན་གྲལ་བསྐྱིགས་ནས་འགྲོ་བ། དམག་ག་ཤར་གྱིན་འདུག་ལྟ་བུ། ག་ཤོར་བ་ཡང་
 ཟེད། དག་སྟོན་འགྲེལ་པ་སོགས་ལ་གཞི་བྱས། 2 ཡང་ཡང་འདོན་པའི་དོན། དཔེ་ཆ་སྟོ་ལ་

གཤམ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 3 ཡང་ཡང་རྟེན་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟེ། རྒྱལ་ལ་རྒྱག་པ་གཤམ་བ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དབྱུང། 4 བྲེ་སྤང་ལ་འཇལ་བའམ། ལྷིང་ཆོད་འཇལ་བའི་དོན། ལྷི་ཡང་སྤང་ལ་
གཤམ་བ། གཤམ་བ་ཡང་ཟེད།

གཤམ་ཆེའི་འཇིག་རྟེན། དབྱལ་བའི་མིང་།

གཤམ་ཆེ་མཐར་བྱེད། <ཡ་སྒྲུ་གྲིང་> གཤམ་ཆེ་གཤེད་དང་འབྲ།

གཤམ་ཆེ་གཤེད། <ཡ་སྒྲུ་གྲིང་> ཁོ་བརྩའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག

གཤམ་ཆེ་གཤེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོམ། དབྲུག་གི་རྒྱུད། (རྩལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བ། དར་མ་གྲགས། རྩ་རྩོ་
ཆེ་གྲགས་ཀྱི་འགྲུར) གཤམ་ཆེ་གཤེད་ནག་པོའི་འཁོར་ལོ་ལས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་
གཞོན་ཅུ་གདོང་བྲག་གི་རྒྱུད། དཔལ་རྩོུ་ཆེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་རྟོག་པ་བདུན་པ། (རྩོུ་
གྲགས་ཀྱི་འགྲུར) འཇིགས་བྱེད་སྒྲོ་ལྷགས་པའི་རྟོག་པ་གསུམ་པ་དང་། རྟོག་པ་གཅིག་པ་དང་
གསུམ་འདོད། གཤམ་ཆེ་གཤེད་དམར་པོའི་རྒྱུད། (གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། འོང་སྒོ་
བཟན་ཀྱི་འགྲུར) ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལྟར་བཀོད།

གཤམ་བ། 1 ལུལ་བ། ལས་རུང་། མཉེན་བ། སྟི་བ། འཇམ་བ། གཤམ་བོ། མཐུག་པ་བཅས་ལ་
འབྲུག་པར་བཤད། ཆེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དཔེར་ན་ཁྱེད་ས་གཤམ་བ་ཞིག་ལ་ས་བོན་
འདེབས་དུས་སྟེ་མ་བཏབ་པར་ལུས་པ་དཔྱ་ཏེ་འཇོག་མི་མོད་ལྟར། ཞེས་གསུངས། 2 མཐུན་
པའམ་མཛའ་བའི་དོན། སྒོ་བ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པ་ལས། གང་ཕྱིར་
བྱུང་མེད་བསྐྱུང་བྱས་ཀྱང་། །རང་གི་འདོད་པས་འགྲོར་འགྱུར་བ། །དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཆེ་པོ་
ལ། །གཤམ་པའི་བྱུང་མེད་ཤིན་ཏུ་དགོན། །ཞེས་གསུངས།

གཤམ་བོ། 1 འདས་བོ། 2 གཤམ་བ་དང་དོན་འབྲ། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་
ལྟར་ལས། དཔེར་ན་ཁྱེད་ས་ “གཤམ་བོ” ལ་ས་བོན་མ་རུལ་མ་ཉམས་པའི་བྱུང་བོ་ཅིག་
བཏབ་ན། འབྲས་བྱ་འཕེལ་བ་དང་བཅས་ནས་དུས་སྟེན་བ་ལྟར། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཤམ་གདངས་རྩལ་གསུམ། (བཀའ་བརྒྱུད) གཤམ་སྒྲེ་མེད། གདངས་འགགས་མེད། རྩལ་སྒྲ་

ཆོགས་དང་གསུམ་སྟེ། ཟབ་མོན་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ལས། གཤེས་སྟེ་མེད་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱུད་
གདངས་འགགས་མེད་ཀྱི་ཆ་ནས་ཅ། ཅལ་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཐེག་ལེ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ།

གཤུང་བ། 1 འབྲུ་བྱས་སྤྲད་པའམ། རྒྱལ་ཏུ་ཁ་གཏོང་བ། གཤུང་བ། བཤུངས་པ། བཤུང་བ།
འུངས། 2 དངོས་སུ་སྟོན་བརྗོད་པའི་དོན་ལའང་བཤད། ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ལས། གཤུང་བ་
ནི་དོས་ཀྱིས་སྟོན་བརྗོད་པའམ་འབྲུ་བྱས་སྤྲད་པ་ཞེས་གསལ།

གཤེ་བ། ཞེ་སྤང་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཆོག་རྩལ་པོ་སྤྱ་བ་ལ་ཟེར། གཤེ་གཤེ་གཏོང་བ། སྤྲད་ར་
གཏོང་བའམ། སྤྱ་འབེབས་བྱེད་བ། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྟོ་བློས་མི་ཟད་
པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༼ ཅི་༽ 123456789 ཞེ་སྤང་གི་རྩལ་ཆོག་རྩལ་པོ་
སྤྱ་བ་ནི་གཤེ་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཤེ་བ་དང་སྟོ་བའི་ཁྱད་པར། སྤྱིར་གཤེ་བ་དང་སྟོ་བ་དོན་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་། རང་གསེས་ཀྱི་ཁྱད་
པར་ནི། གཤེ་བ་ནི་བྱིས་པ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྟོན་གྱིས་སྤྲད་པ་སྟེ། སྟོ་བ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་པའི་སྟོན་
གྱིས་སྤྲད་པའོ། །འཆོ་བ་དང་ལྟ་བ་ཉམས་པའི་སྟོན་གཤེ་བ་དང་། ཅུལ་བྱིས་པ་དང་ཆོག་
ཉམས་པའི་སྟོན་སྟོ་བའོ་ཞེས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །ཞེས་མཆོ་རྟེན་སྤྲད་ཆ་དག་སྤོང་མའི་ནས་
འབྲེད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཤེགས་པ། 1 མོང་བ། 2 ཐུགས་སུ་རྩུང་བ། བརྟེས་པ། 3 སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ།

གཤེད་མོང་། དབང་འུག་གི་དོན་ཡིན་པར། ཞ་སྤྱབ་པའི་རྒྱལ་རབས་དེབ་དང་པོ་3456789གསལ།

གཤེར། བཞའ་ཚན། བཞའ་རྒྱལ།

གཤེར་ཐག་ཆོད་པ། སྤྱམ་ཐག་ཆོད་པ།

གཤེར་བ། 1 དབྱེ་འབྲེད་དང་ཞེབ་འཇུག་བྱེད་པའི་དོན། གངས་གཤེར་བྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། གཤེར་བ་
ནི། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དུ་བ་དང་མ་འོངས་པ) བཤེར་བ། (འདས་པ) གཤེར། (སྤྱལ་
ཆོག) (དག་ཡིག་གསར་བསྐྱབས་ལྟར་རོ) 2 ཤེར་བ། དུ་བ་བཤེར། (འདས་མ་འོངས་)

ཤེས་ (སྒྲུལ་ཆེག) (ཤོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལྟར་ལོ།)

གཤོང་། གཤོངས་དང་འདྲ།

གཤོངས། དམའ་བའི་དོན། ཤོད། ཞལ། གཞོངས། ལྟོངས། གཤོངས། གཤོང་། གཞོང་རྒྱུ་མས་དོན་
འདྲ།

གཤོན་པ། བསྐྱོན་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་རྟ་དང་གསལ་ཤིང་ལ་གཤོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཤོན་ནི་སྒྲུལ་
ཆེག་ཡིན། གཤོན་པ་ནི་བཞོན་པའི་དོན་ཡང་ཡིན། ཆེག་འདི་ལ་དཔལ་བྱས་བརྟགས་ན་བཞོན་
ཞེས་པའི་ཆེག་དང་ཡིག་གཟུགས་དང་སྒྲ་གདངས་བཅས་ཏེ་ཅན་ཉི་ཤོ་ཡོད་པས། གཤོན་
ཞེས་པའི་ཆེག་འདི་ཀ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་ནས་བཞོན་ཞེས་པའི་ཆེག་འདིར་གྱུར་བར་སེམས་
སོ། །འདི་ལ་དུས་གསུམ་དང་སྒྲུལ་ཆེག་བཅས་ཡོད་དེས་པས་བཅའ་ནས་གཏན་ལ་པབ་
དགོས། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༽ ང་པ ༡༥༦་པ་༥ལས། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྒྲ་ཁྱོད་གསུམ་གྱི་སྒྲོར་བྱུང་
ནས་གསོན་པོ་ཉིད་དུ་གསལ་ཤིང་ལ་གཤོན་ནོ། །ཞེས་དང་། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༽ ང་པ
༡༥༦་ན་༧ལས། རི་ཅམ་ན་དེ་གསལ་ཤིང་ལ་གཤོན་པར་མཐོང་ནས་དེ་སྐད་མི་གསལ་ཞིང་
མིག་མཆི་མས་གང་ལ་སྦྱང་རྩེ་བའི་ཆེག་གིས་དཔལ་བྱ་དཔལ་བྱས་སྒྲུལ་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། །
གཤོར་བ། ལྷུ་བ་བའམ་གཟིངས་པ་སྟེ། འབྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལས། ལྷག་ཏུ་ཆེག་མི་ལྷུ་བ་པ་ཉིད་གྱིས་
དབུ་སྒྲ་མི་གཤོར་བ་ཉིད་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

བཤག (མ་འོངས) ཉེས་སྦྱོད་འདག་པར་བྱེད་པ།

བཤགས་པའི་བསྟོད་པ། སྒྲོ་བ་དཔོན་ཅ་རྩ་གོ་མིས་མཛད། བསྟན་འགྱུར་བོད་༽ ༡ ་༡བར་བཞུགས།
བཤགས་པའི་ཡན་ལག རང་གིས་སྤར་བྱས་ཀྱི་སྤྲིག་པའི་ཉེས་དམིགས་ཐུན་ནས་དེ་ལ་འགྱོད་
སེམས་དང་། ཕྱི་ཆད་མི་བྱེད་སྦྱུང་པའི་སྤོང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཟེར། བན་ཡོན་ནི། སྤར་
བྱས་ཀྱི་སྤྲིག་པའི་འཕེལ་ཁ་འཆད་ཅིང་། ཕྱི་མ་འཕྲོ་འཆད་པའོ། །

བཤང་བ། (མིང་ཆེག) (འདུལ་བ) ། སྒྲུག་པ། རི་ཆེན། ཕྱི་ས། སྒྲ་བཤད་ནི། བསལ་བར་བྱ་བའམ་ གཙང་
བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ།² (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆེག་མ་འོངས) སྒྲུག་པ་གཏོང་།

བའི་དོན། འདི་དུས་གསུམ་སྐྱེལ་ཆིག་དང་སྦྲར་ནས་བཤད་བ་མ་མཐོང་ཡང་དོན་ལ་ཐོབ་པར་
 དེས་ཏེ། བཤང་པ། བཤངས་པ། བཤང་བ། འོངས། ལུང་ལྷ་བའི་ཆིག་ལྷ་ཕྱི་ལ་བརྟགས་ནས་
 བཤད་བ་ཡིན་ནོ། །ལུང་ལྷ་བ་༼ བ ༡༣༠༡ན་༣ལས། བཤང་བའི་བྱ་གང་ཞེན། དག་སྒྲིང་གིས་
 བབ་བབ་ཏུ་བཤང་བར་མི་བྱ། ཅིག་པའི་བྱང་དུ་མ་ཡིན། འིང་གི་བྱང་དུ་མ་ཡིན། འེས་བཞེན་
 དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བཤང་བར་བྱའོ། །དེ་སྟེ་ཕྱི་ཕྱིར་བཤང་བ་ཞིག་ཏུ་སྦྲར་ན་བཤང་བའི་གྲོ་
 མོ་བྱང་དུ་གཞག་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ༡༣ (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་མ་འོངས་)
 འགགས་པ་བསལ་བའི་དོན། དཔེར་ན་ལྷགས་སྦྲུབས་བཤང་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཤོང་བ།
 བཤངས་པ། བཤང་བ། འོངས།

བཤང་བའི་གྲོ་མོ། (འདུལ་བ) རྒྱག་བ་གཏོང་སའི་རྩ་སྟོང། ཞིབ་པར་བཤང་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
 གཞེགས།

བཤད་བཀའ། བཤད་པའི་བཀའ་སྟོལ་དང་དོན་གཅིག རྣམས་གཞུང་གི་ཆིག་རེ་རེ་ནས་དོན་འདི་
 དང་། འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ར་སྦྲད་ནས་ཐོས་པའི་སྟོང་འདོགས་གཅོད་པའི་བཀའ་སྟོལ་བཟང་པོ་དེ་
 ལ་ཟེར།

བཤད་ཁྱིད། ཆིག་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་འབྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཁྱིད་དམ་བཤད་པ་ལ་ཟེར།
 བཤད་བྲ། གཞུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་།

བཤད་རྒྱུད། ཅ་རྒྱུད་དེ་དང་དེར་མི་གསལ་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། མ་ཆང་བ་ཁ་སྐྱོང་བ་དང་།
 མདོར་བསྐྱས་པ་རྒྱས་པར་འཆད་པ་དང་། རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་སྟོན་པ་དང་། ཆིག་དོན་
 ཞིབ་པར་འཆད་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་རང་གི་ཅ་རྒྱུད་དེའི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུར་གནས་པའི་རྒྱུད་
 ལ་ཟེར། དཔེར་ན་གསང་འདུས་ཀྱི་བཤད་རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་ཐེང་བ་དང་། བདེ་མཆོག་གི་བཤད་རྒྱུད་
 མདོན་བརྗོད་རྣམས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེ་གསུང་།

བཤད་རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་ཐེང་བ། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་ཐེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེའོ། །རྗེ་
 རྗེ་ཐེང་བ་དང་དོན་གཅིག ལྷ་རྣམས་ཡི་འེས་འོད་ཀྱི་འགྲུང་།

བཤད་ཆོས་སུ་བྱས། ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མི་སྟོན་པར་གཞན་ལ་བཤད་བྱའི་ཆོས་ཙམ་ཡིན་ནོ་
སྟམ་དུ་འཛིན་པ་ལ་ཟེར། 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་པོའི་དོན་སྟོན་པའི་
མན་ངག་ཟུར་དུ་ཡོད་པར་གོ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་རང་ལ་བཤད་པ་དང་བསྐྱབ་པའི་ཆོས་
ལོགས་ལོགས་པ་གཉིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི། དེ་མ་མེད་པའི་མདོ་རྒྱུད་དང་དེ་མ་མེད་པའི་
དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲུས་བ་ཆེན་པོ་སྟེ་བའི་གོགས་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་ནང་
གི་དོན་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིའི་གོ་རྒྱུ་ཙམ་གཅོད་པའོ་ཞེས་བརྟུས་པའི་གནས་སུ་འཛིན་པའི་ཆོས་
སྟོང་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གསོག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཤད་པའི་མདོ། (འདུལ་བ) དག་སྟོང་པ་མའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ནི་རྩ་བའི་མདོ་ཡིན་ལ། དེའི་བཤད་པ་སྟེ་
འགྲེལ་པའི་མདོ་ལོ། །དཔེར་ན་འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི་ལྟ་བུ།

བཤད་ཡམས། ལྷབས་དོན་དང་མ་འགྲེལ་བའི་དོན་མེད་ཀྱི་བཤད་ཆ་མང་པོ། ལྷ་བཤད་ནི། བཤད་ནི་
སྐད་ཆ་བཤད་པ་དང་ཡམས་ནི་མང་སོའམ་འབྲམས་ལྷས་པའི་དོན་ནོ། །ཡམས། ཡམས།
འབྲམས་རྣམས་ནི་མང་སོ་དང་མཐའ་ཡས་པ་དང་བྲབ་བརྒལ་དུ་སོང་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་
ནོ། །དཔེར་ན་བཤད་ཡམས། བཤད་ཡམས། འབྲམས་ལྷས་ལྟ་བུའོ། །སི་ཏུ་འགྲེལ་ཆེན་ལས།
ལྷབས་དོན་དང་མི་མ་བྱུན་པའི་མིང་དོན་ལྟག་སོ་ཁ་གས་བསྟན་ནས་དགོས་མེད་ཀྱི་བཤད་
ཡམས་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པར་སྟེ་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་སར་མཛེས་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བཤད་ལུང་། ཆོག་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཁྱིད་རྒྱུ། བཤད་ལུང་ལ་
གཞུང་ཆོག་རྣམས་སྒྲ་མས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་ཆད་ལྟག་མེད་པར་བཏོན་དགོས་ཤིང་། ཅི་སྟེ་
ཆད་ལུས་ཀྱི་སྟོན་བྱང་ན་འགྲེལ་དུ་ཡར་ཞུ་དགོས། བཤད་ལུང་གི་རིགས་རྣམས་ཐངས་
འགའ་གས་ཞུ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། གལ་ཏེ་སྒྲ་མས་མ་ཐོན་བའམ་རང་གིས་རྒྱ་བ་ལོགས་པར་
མ་བཏང་པ་སོགས་ཀྱིས་ཉེས་པས་ཆད་ལུས་སུ་སོང་ཡོད་ན། ལན་འགའ་གས་ཞུས་པས་

པན་ཚུན་གྲུན་གསལ་ལྟ་བུས་མཐར་བཤད་ལུང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་འཛོལ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་
 ཅེས་སྒྲུ་མ་རྣམས་གསུང་ངོ། །བཤད་ལུང་ལ་སྒྲུ་མས་བར་གསེང་མ་བཞག་ན་ཆབ་གསང་ལ་
 འགྲོ་བ་དང་། གཉིད་ཁུག་པ། སྐད་ཆ་བཤད་པ་སོགས་གཏན་ནས་མི་རིགས། ཅི་སྟེ་དེ་འདྲི་
 དབང་དུ་སོང་ན་བཤད་ལུང་ཐོབ་མེད་པས་རང་གིས་གཞན་ལ་འད་བཤད་ལུང་འབྲུལ་བའི་
 ཐོབ་ཐང་ཡང་མེད་དོ། །བཞག་ལུང་ལ་འད་འདྲའོ། །བཤད་ལུང་དང་། བཤད་ཁྱིད་གཉིས་ལ་
 ཁྱད་པར་ཆེ། བཤད་ཁྱིད་ཅེས་པ་བཤད་བྱ་གང་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཙམ་
 ལ་ཟེར་བས། བཤད་རྒྱུན་མ་ཐོབ་ཀྱང་བཤད་ཁྱིད་ཙམ་བྱེད་པ་ལ་དགག་བྱ་མེད། འོན་ཀྱང་
 བཤད་ལུང་མ་ཐོབ་པར་གཞན་ལ་བཤད་ལུང་བྱེད་མི་ཆོག་གོ།

བཤན་དམར། འིན་དུ་ཆེ་བའི་སྒོ་ལྷགས་ཀྱི་རིགས་རྒྱས་ཁར་གསོད་པ་ལ་ཟེར། འདི་སྐོར་ལྷེ་སྲིད་
 སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་གཡའ་སེལ་དོན་གྱི་བཞེན་རས་སྟོན་བྱེད་པ་བཟན་གསལ་ལོ། །

བཤུགས་པ། (འདུལ་བ) ལྷན་ལས་བསྐྱར་བའི་དོན་ཡིན་པར། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་༩ ཙུ ༡༦༥ནམ
 ལས་གསུངས་སོ། །ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ར ༡༣༡་ནན་མལས། ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་དང་།
 རྟོད་གལ་གྱི་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་དགེ་སློང་དག་བཤུགས་པ་ན་བཅུ་བདུན་ཟླ་དག་ཀྱང་དགེ་སློང་
 དག་འཆུགས་པར་བྱེད་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

བཤུང་བ། གཤུང་བའི་མ་འོངས་པ། བཤུངས་པ་ནི་འདས་པ། ཤུངས་ནི་སྐྱལ་ཆོག་གཤུང་བ་ལ་
 གཟིགས།

བཤུལ་ཐག་རིང་པོ། བཤུལ་ནི་ལམ་གྱི་མིང་ཡིན་ལ་ཐག་ནི་བར་ཐག་སྟེ། ལམ་ཐག་རིང་པོ། ཐག་
 རིང་པོ་ཞེས་བའི་དོན།

བཤུལ་རིང་གི་འགྲོན་པོ། ཐག་རིང་འགྲོ་བའི་འབྲུལ་པ། རྫོ་བོ་རྫེའི་ཞལ་ནས། བཤུལ་རིང་གི་འགྲོན་
 པོ། པ་མ་རྣམས་ཀྱི་ནད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་བགྱིས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་བསྐྱོམས་པ་
 བསོད་ནམས་མཉམ་གསུང་། ཞེས་དེབ་སྟོན་དུ་གསལ།

བཤེར་བ། གཤེར་བ་དང་དོན་འདྲ། གཤེར་བ་ལ་གཟིགས།

བཤེས། 1 གཉེན། མཛོད་བཤེས། ལྷ་སྤྱབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྡོད་བྱ་ལས། ལྷ་ས་སྤྱ་དགྲ་དང་འདུལ་བར་
བྱ། ལྷ་ས་སྤྱ་བཤེས་དང་འཐབ་བར་བྱ། ལྷ་དང་མི་བྱའི་ཆོད་ཤེས་པས། ལམ་ལས་པས་ལྷ་ས་
ནི་འདའ་བར་བྱ། 2 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན།

བཤེས་ངོར་བྱས། (འདུལ་བ) རང་གི་གཉེན་བཤེས་ལ་ངོ་ཤེས་བཏང་བ་ལ་ཟེར། ཞིབ་པར་འོག་ཏུ་
བཤེས་ངོར་བྱས་སོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བཤེས་ངོར་བྱས་སོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འཕའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་དགུ་
པ། བཤེས་ངོར་བྱས་སོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྡོར་
གིས་དགེ་འདུན་དབང་བའི་རྟེན་པ་ཟས་ལས་གཞན་པ་དེ་གང་ཟག་ལ་འོག་པར་བསྡོམས་སོ་
ཞེས་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་དེ་དོན་གོ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། སྟོང་གཞི་ནི། ལྷ་ས་
པོའི་ཁབ་ཏུ་མཛོད་པོ་དང་ས་ལས་སྟེས་གཉིས་ཀྱིས་ཆེ་དད་ལྷན་པ་དག་གིས་བཤེས་ངོར་
བྱས་སོ་ཞེས་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། འདག་གྲ་ནི། རང་རིགས་ཀྱི་
སེམས་བདེ་བ་ལ་གཞོད་བའོ། ལྷ་བཤད་ནི། རང་གི་གཉེན་བཤེས་ལ་ཟས་སོགས་ཀྱི་ངོ་ཤེས་
བཏང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེས་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་སྟེ། རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་
༩ ཚུ་ ༡༡༣༥བལ་ལས། བཤེས་ངོར་བྱས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་བཤེས་གང་ཡིན་པའི་གང་
ཟག་དེ་ལ་སྟོབས་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་རྒྱད་ལ་སྟེས་པའི་ཆད། རང་གི་རྩ་བ་སྤྱ་མ་སངས་རྒྱས་
དངོས་སྤྱ་མཛོད་པའི་དད་པ་བརྟེན་པོ་སྟེས་པ་ན། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་རྒྱད་
ལ་སྟེས་པར་འདོག་པར་གསུང་།

བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཆོག་གསལ་བ། སྟོབ་དཔོན་སྟོ་བློས་ཆེན་པོས་མཛོད།
བསྟན་འགྲུར་༩ དེ་པ་ ༡༡༣བལ་ན་བཞུགས་སོ།

བཤེས་སྤྱིང་། བཤེས་སྤྱིངས་དང་འདྲ།

བཤེས་སྤྱིངས། <སྤྱ་ཉིད་ལེ་ཁ> ལྷ་སྤྱབ་ཀྱིས་མཛོད་པོ་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོན་ལ་བསྐྱར་བའི་སྤྱིངས་ཡིག་

ཅིག་འདི་ལ་བཤེས་སྤྲིངས་དང་། བཤེས་སྤྲིང་ཞེས་འབྲི་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། གཉིས་ཀའང་
འཐད་པར་སེམས། རྗེའི་ལམ་དེམ་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་ “བཤེས་སྤྲིངས་” ཞེས་བྲིས་སྤང་།
བསྟན་འགྲུར་ཏེ་ རེ་བ་ ༡༧༠བ་ན་བཞུགས་སོ། །ཕྱི་དགེ་སྤྲུང་མར་སྤྲིང་ཡིག་གི་སྐོར་ནམས་
བསྟན་འགྲུར་སྤྲིས་རབས་ཀྱི་གས་སུ་བཞག་འདུག།

བཤེས་སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། རྒྱ་འགྲེལ་ནི། བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཆོག་གསལ་
བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་བློས་ཆེན་པོས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་ཏེ་ རེ་བ་ ༡༧༡བ་
བཞུགས་སོ། ། (རྗེའི་ལམ་དེམ་ཆེན་མོའི་གོང་འོག་ཏུ་བྲངས་པའི་བཤེས་སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་
ཞེས་པ་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་བློས་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་འདི་ཡིན།) བོད་འགྲེལ་ནི། རྗེ་
བཙུན་རེད་མདའ་བའི་བཤེས་སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། སྟོ་བཟང་སྤྱིན་པ་མཛད་པའི་བཤེས་
སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། འཇུ་མི་པམ་གྱིས་མཛད་པའི་བཤེས་སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། ཅན་ལྷ་མ་
གགས་པ་བཤད་སྟུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བཤེས་སྤྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་སོགས་སོ། །

བཤོས་པ། (འདུལ་བ) འཁྲིག་པའི་མིང་དུ། ཡི་གུར་གསུང་།

༩ ས ༩

ས། (མཛོད) ༡ སྤྱི་ཞིང་འཕམས་པ། སའི་མཚན་ཉིད། འདིའི་འཕམས་པ་ནི་མཁུགས་པའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་།
 བཏམ་པའི་དོན་ལ་འང་བཤད་དེ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་༼ ༣ ༽ ༣༤ བ ༥ ལས། རྒྱ་མཚོ་འབའ་ཞིག་
 ཏུ་གྱུར་པའི་སྤང་དུ་རྒྱུང་གིས་ཐིམ་མ་གུན་ཏུ་ཆགས་པར་བྱེད། གུན་ཏུ་འཕམས་པར་བྱེད། གུན་
 ཏུ་བྱུང་པར་བྱེད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། དེའི་ཐད་ཀྱི་འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་
 རྣམས་པར་བཤད་པ་༼ ༣ ༽ ༣༥ བ ༥ ལས། གུན་ཏུ་ཆགས་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གུན་ཏུ་
 བཏམ་པར་བྱེད་པའོ། །གུན་ཏུ་བྱུང་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གུན་ཏུ་འབྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ༢ ལམ་ཁྲུགས་ཀྱི་མཁུགས་པ། ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྒྱུགས་
 བས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སྤྱ་ཀྱ བདེ་བྱེད་ཅེས་པའི་མེ་ཞིག་འདིས་རང་གི་མ་བསམད།
 ས་བཞོ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་དོན་གསུམ་པ། ས་བཞོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་
 རོ་ཏི་ནི། བཅས་ལྡན་དགེ་སློང་གིས་འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་ས་འཕམས་པར་གནས་པ་སོར་
 བཞི་ཡན་ཆད་རང་རམ་བསྐྱོས་པས་བཞོས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤང་
 གཞི་ནི་མཉན་ཡོད་དུ་བྱུག་སྤེས་ས་བཞོས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྤྱི་
 ཆགས་ལ་གཞོད་པ་དང་། དོན་དང་བྱ་བ་མང་བ་དང་། གཞན་དག་མ་དང་བ་སྤྱེ་བའོ། །

ས་སྤྱ་གོང་མ་ལྷ། ས་ཆེན་གོང་མ་ལྷ་དང་དོན་འདྲ། ས་ཆེན་གོང་མ་ལྷ་ལ་གཞིགས།
 ས་སྤྱ་བཞི་ཉ། ས་སྤྱ་བཞི་ཉ་གུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ནི། ཕྱི་ལོ་༡༡༩༩ལོར་གཙང་དུ་སྤྱུ་འབྱུངས། སྤྱ་
 བལྟམས་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱི་ཏའི་སྤྱད་གསུངས། རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་ལས་ས་སྤྱ་

གོང་མའི་གསུང་བཟུང་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐབ་གནད་མ་ལུས་པ་གསལ། མནལ་ལམ་དུ་མཁས་
 མཆོག་དབྱིག་གཉེན་ལས་ཆོས་མཛོད་པ་མཛོད་དང་། ཁ་ཆེ་བཤ་ཆེན་ལས་དོ་རྩུ་སོགས་
 གསལ། ལྷ་སྟོན་དོ་རྩུ་སྒྲུབས་ལས་བྱམས་ཆོས་སོགས་ལུང་གི་སྐོར། མ་བྱ་བྱང་བཙོན་དང་།
 ཚུར་སྟོན་གཞོན་སེང་ལས་ཆད་མ། ཅེགས་པ་དབང་སྤྱུག་སེང་གེ་ལས་བྱུང་མཐའ། སྤྱོ་པོ་
 ལྷས་པ་བྱང་ཚུབ་འོད་ལས་གདམས་པ་སྤྲ་ཆོགས་གསལ། དགྲུང་ལོ་ཉིང་གསུམ་དུས་ཁ་ཆེ་
 བཤ་ཆེན་དང་མཐའ། ཁ་ཆེ་བཤ་ཆེན་དང་དེའི་སྟོབ་མ་སྤྲ་ལྷ། སྤྱ་ག་ཏ་ལྷ། དུ་ན་ལྷ། ལ་
 རྣམས་ལས་སྤྲ་ཆད་སོགས་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྷ། སྟན་པག་མཛོད་བརྗོད་སོགས་རིག་གནས་
 ཚུང་བ་ལྷ་སྟེ། རིག་པའི་གནས་བཅུ་ལ་སྤྱངས་པ་མཐར་ཕྱིན་བར་མཛད་པས། བོད་ཀྱི་ལྗོངས་
 སུ་བརྗོད་འཁོར་སྟན་ཐོབ་པའི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་གསུངས། དགྲུང་ལོ་ཉིང་བདུན་པ་ལ་ཁ་ཆེ་
 བཤ་ཆེན་ལས་བསྟེན་བར་རྗོགས། རིག་གཏེར་དང་། སྟོབ་གསུམ་རབ་དབྱེ་སོགས་བརྩམས་
 རས་སྤྲ་བ་རན་པ་དང་། ལྷ་བ་རན་པ་མཐའ་དག་སྟན་ལྷང་། སྤྱིད་མོང་དུ་རྒྱ་གར་སྟོ་སྟོགས་ཀྱི་
 སུ་སྟེགས་འཕྲོག་བྱེད་གཙོས་པའི་ཤོལ་རན་དུག་རིགས་པས་ཆར་བཅད་ནས། བསྟན་པ་ལ་
 བཅུག་པས་སྟན་པའི་གྲགས་པས་ས་སྟེང་བྲལ། སོག་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བོ་དན་གྱིས་གདན་
 དངས་ནས་ཡུལ་དེར་བཤད་སྤྱོད་ཀྱི་བསྟན་པ་སྟེལ། དགྲུང་གངས་བདུན་བཅུའི་སྟེང་
 གཟུགས་སྤྱི་བཀོད་པ་བསྟུས། འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས་¹¹⁸²⁻¹²⁵¹

ས་སྟེས་དོ་སྟེས། 1 ས་ཆ་དེ་རང་དུ་སྟེས་ཤིང་འཆར་ཡོངས་བྱས་པའི་དོན། 2 དར་བ།
 ས་སྟོང་། <བྱ་སྤྲ་ལ> རྒྱལ་པོའི་མིང་། བཙན་པོ། རྟེ། མངའ་བདག་ལྷ། མི་དབང་། ས་སྟོང་རྣམས་
 མིང་གི་རྣམ་གངས་སུ་བཤད།
 ས་སྟོང་མོ། བཙན་མའི་མིང་།
 ས་སྤྱ་བྲག་འདབས་པ་པོ། འཁོན་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ནི་ས་སྤྱ་བྲག་འདབས་པ་པོ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་
 འཁོན་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
 ས་སྤྱིའི་གདུང་རབས་རིན་ཆེན་བང་མཛོད། བདག་ཆེན་ཨ་མེས་ཞབས་ཀྱིས་མཛད།

ས་གཤི་སྒྲུབས། ལྷའི་བཞུགས་སྐྱེད་ས་ཤིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལས། སོར་སོ་མདུན་བསྐྱར་
རྟེན་བར་དུ། །ཁྱེད་གང་སོར་གཉིས་བརྒྱ་བྱིན་པ། །དང་པོར་བསྐྱེད་བ་ས་གཤི་སྒྲུབས། །ཞེས་
འབྲུང་བ་ལྟར་ཤོ། །

སྤྲ་གང། (ལེགས་སྦྱང) རྒྱ་མཚོ།

ས་དགེ་བཀའ་རྟེན་སོན་དང་བཅས་པའི་བྱང་རིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྟུན། དུས་གྱི་རིམ་པའི་
དབང་དུ་བྱས་ན། ༡ བོན་མོ། ༢ རྟེན་མ་པ། ༣ བཀའ་གདམས་པ། ༤ བཀའ་བརྒྱད་པ། ༥ ས་
སྒྱུ་པ། ༦ དགེ་ལྡན་པ་བཅས་མོ། །བཀའ་བརྒྱད་པ་དང་ས་སྒྱུ་པའི་བྱང་རིམ་ཡང་ཉ་ཅང་ཉེ་
བས་དེ་གཉིས་གོ་རིམ་ལ་དབྱེད་དགོས་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་འབྲོག་མི་ལོ་རྒྱ་བ་ས་སྒྱུའི་ཆོས་
བརྒྱད་འཛིན་པར་བཤད་མོད། དེ་དུས་ས་སྒྱུ་ཞེས་མིང་མ་ཐོགས་པས། བཀའ་བརྒྱད་པ་ཐོན་
ལ་བྱུང་བར་བཞག་དགོས་མོ། །དེ་བ་ཐོན་དུ་འང་མར་བས་དགྲུང་གངས་སོ་གཅིག་བཞེས་ཆོ།
ས་སྒྱུ་ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་དགྲུང་ལོ་དགུ་ཡིན་པར་གསུངས་
ཤིང། འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་དགྲུང་གངས་བཞི་བཅུ་ཅུ་གཅིག་པ་རྒྱ་མོ་སྤང་ལ་ (༡༠༧་༣)
ས་སྒྱུ་ཕྱག་བཏབ་པར་དེ་བ་ཐོན་དུ་གསུངས་པས་མོ། །དེ་ཡང་དེ་བ་ཐོན་སྟོང་ཆ་༩༩ལས། དེ་
ལྟར་ན་སྟོང་བཅུན་སྐམ་པོ་འབྱུངས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་དང་བཅུ་གསུམ་འདས། བསྐྱར་བ་
བསྐྱེད་པས་པའི་ལྷགས་བྱ་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུ་ཅུ་གཅིག་འདས་རྗེས་གྱི་རྒྱ་པོ་རྟེན་ལོ་
རྗེ་བོད་དུ་ཐེབས། དེའི་ཆེ་རྗེ་མར་བས་ལོ་སོ་གཅིག་ལོན། འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོས་ལོ་
དགུ་ལོན། ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་། མར་བ་ལོ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོ་དང་། འཁོས་ཁྱུག་པ་ལྷས་
བཅས་རྣམ་གཉིས་སྒྱུ་དུས་མཆུངས་པར་བྱོན་ཞིང་། འཁོས་ལོ་ཆེན་པོ་ནི། འཁོན་དཀོན་
མཆོག་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་མོ། །འགའ་ཞིག་
གིས། རྗེ་སྤྱི་མ་པོ་བས་བཀའ་ཕྱག་རྒྱ་པོ་གཅིག་འདེས་གྱི་སྟོལ་གཏོད་པ་ནས་བཀའ་བརྒྱད་པ་
ཞེས་མཆོན་ཐོགས་རྒྱལ་གསུང་མཁན་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་དབྱེད་པར་འོས་པ་ཞིག་སྟེ། གལ་ཏེ་
དེ་བདན་པ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་། དེ་ལའང་གཞི་དབྱེད་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་

ན་རྩིང་མ་ཞེས་པའི་མིང་ཡང་གསར་མའི་སྐབས་སུ་ཐོགས་པས། གསར་རྩིང་གཉིས་དུས་
མཉམ་དུ་བྱུང་བར་ཁས་སྒངས་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་སྐབ་བརྒྱད་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་
བརྒྱད་བཟང་བ་ན། ལམ་འབྲས་པ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་རྩོན་ལ་འབྱུང་འདུག་པའི་ཞུ་བ་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོད་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་སྤྲེགས་པམ་སྟོན་ཆ་༥༠༥པས། བོད་ཡུལ་སྐབ་
བརྒྱད་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། རྩིང་མ་བཀའ་གདམས་ལམ་འབྲས་བཀའ་བརྒྱད་པ། །ཤངས་
པ་ཞི་བྱེད་སྟོར་བྱུག་བསྟེན་སྐབ་པོ། །བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་སྐབ་བརྒྱད་ཀྱི་རིང་ལུགས་འཕྲེན་པ་
ཆེ་བྱ་དུས་བྱུང་ཡང་གཙུག་པོའི་རིགས་སུ་བསྟུན་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་དེ། སྤྱུ་རྩིང་མ།
བཀའ་གདམས་པ། ལམ་འབྲས་པ། མར་པའི་བཀའ་བརྒྱད། ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱད། ཞི་བྱེད་
ཡན་ལག་དང་བཅས་པ། སྟོར་བྱུག་པ། རྩིང་གསུམ་གྱི་བསྟེན་སྐབ་པའི་ལུགས་ནམས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་ལམ་འབྲས་པ་དང་ས་སྐྱ་པ་གཉིས་ལ་
ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་བྱེད་གོས་པར་སྤང་རོ། །སྐབ་བརྒྱད་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་འཕྲེན་
ལ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོས་བརྒྱད་ཁྱབ་བརྒྱུད་ཆེ་ཤོས་དང་གསུམ་ཆེ་ཤོས་དེ་
(དགོ་ལྷན་པ) མ་དངས་པའང་ལེགས་པར་མཛོད་རོ། །འདིའི་དོགས་གཙོད་དགག་བཞག་དང་
བཅས་པ་གཞན་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ས་སྐྱ་པོ། ས་རྩིན་པ།

ས་བཅད། ། གཞུང་གི་དོན་ནམས་གོ་བདེ་བ་དང་མི་འབྲུགས་པའི་བྱིར་ས་བཟའི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པའི་
གཞུང་གི་བསྐྱས་དོན། སྐབ་བཤད་ནི། ས་བཅད་ནི་ས་མཆོམས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པས། འདི་ནས་
འདིའི་བར་ཞེས་གཞུང་སྤྱི་བྱིའི་ས་མཆོམས་ལེགས་པར་བཅད་པའམ་བྱེད་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་
པས་ན་ས་བཅད་ཅེས་བྱའོ། །འགྲའ་ཞིག་གིས་ཁོས་རྟགས་གསལ་གཏོང་དུས་ས་བཅད་རྒྱང་
རྒྱང་སྤྱིག་གི་འདུག་ཅེས་འཕྲུ་སྟོན་བྱེད་མོད། དེ་ནི་ས་བཅད་ཀྱི་གནད་འགག་མ་ཤེས་པའི་
རྟགས་རེད། གཞུང་གི་གནད་འགག་ཆ་ཆང་ས་བཅད་ནང་བསྐྱས་ནས་བསྟན་ཡོད། གཞུང་དེ་
ལ་ལྟག་འོག་གུང་བསྤྱིགས་པའི་གོ་བ་དབྱིས་བྱིན་པ་ཞིག་མ་ལོན་ན་ས་བཅད་རྩིས་སྤྱིག་བྱེད་

མི་ཐུབ། དེར་བརྟེན་ས་བཅད་ནི་གཞུང་དོན་རྟོགས་པ་ལ་མང་དུ་བྱུང་བའི་ཐབས་ཤིག་ཏུ་སྒྲུབ་
བས། རྒྱུ་ཤིས་དང་ལྷན་པ་ནམས་ཀྱིས་འདི་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ། །ཁོ་བོ་ནི་གཞུང་དེ་ལ་བོ་བ་
མ་ལོན་ན་ས་བཅད་ལ་ཡང་ཡང་མེས་ས་པར་བྱེད་དོ། 12 རགས་རིམ། དཔེར་ན་ས་བཅད་མ་
སྟོང་ས་ཅམ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 3 ས་མཚམས། རྒྱལ་རབས་སྤྱ་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་
ལའས། དེ་ནས་ཚུར་བྱོན་ནས་གསྐྱའི་འགྲམ་དུ་བོད་ཀྱི་མི་བཞི་བསྐོས་ནས། འདི་ཚུན་ཆད་
བོད་ཀྱི་ “ས་བཅད” ཡིན་པས་འདིར་རྟོ་རྟེན་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་མི་བཞི་པོས་བྱེ་ཁྲུང་
དུ་ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་གཙུག་ཏེ། ཕྱིས་བྱུ་ཤེད་མག་གིས་དེ་བཤིག་བས། མ་ཤིགས་པས་མེས་
བཞུ་བའི་འཕྲོ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ས་བཅད་བསྐྱུས་དོན། རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་དཔལ་གསལ་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་
སྟོན་མ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པས་འཆད་པའི་བསྐྱུས་དོན་ཞེས་བྱ་
བ། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་དགའ་ལྷན་ནས་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱར་བའོ། །

ས་བཅུ་པའི་མདོ། (དབུ་མ) མདོ་པལ་ཆེན་ཀྱི་ལེའུ་སོ་གཅིག་པ་ས་བཅུ་པའི་ལེའུ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་
ནོ། །ཕྱི་དགེ་བཀའ་འགྲུང་གི་མདོ་པལ་ཆེན་༩ ཁ་བ་ ༡༡༠༠ནས་མཐུག་༡༡༣ན་པ་
རྟོགས་སོ། །ཆལ་བ་བཀའ་འགྲུང་གི་པལ་ཆེན་སྟེགས་བམ་༩ ག་བར་ ༡བཞུགས། ས་བཅུ་
པའི་མདོ་ཞེས་པ་ལེའུ་ཞིག་ལས་མདོ་ལོགས་སུ་མེད་པས་དཀར་ཆག་ནང་རྟེན་དཀར་ཅམ་
ཡོད། ས་བཅུ་པའི་མདོའི་ལུང་གྲགས་ཅན། རྗེའི་དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་སོགས་སུ་
བངས་བ། ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྱས་འདི་ལྟ་སྟེད་པེར་ན། རྒྱལ་བའི་རིགས་སུ་སྤྱེས་པའི་རྒྱལ་བའི་བྱ་
རྒྱལ་བའི་མཚན་དང་ལྷན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་འདི། གོང་དུ་བཤད་པའི་མདོ་པལ་ཆེན་༩ ཁ་
བའི་ ༡༡༣༤ན་བཞུགས་སོ། །

ས་རྒྱལ་ཐེམ་ཞེས་པའི་དོན། འཆི་དུས་སུ་འབྱུང་བ་ཐེམ་རིམ་སྐབས་ས་རྒྱལ་ཐེམ་ཞེས་པ་ནི། རང་
གི་ལུས་ཀྱི་ས་ཁམས་དེ་ཉིད་རྒྱའི་ཁམས་ལ་དངོས་སུ་ཐེམ་ནས་ས་ཁམས་ཡེ་མེད་དུ་སོང་བ་
མིན་པར། ས་ཁམས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཉམས་ནས། ཤེས་པའི་རྟེན་མི་བྱེད་པ་ལ་ས་རྒྱལ་ཐེམ་ཞེས་

པ་སྙེད་ཀྱིས། རྒྱལ་ལ་ཐིམ་པ་སྟོགས་ལའང་དེ་དང་འདྲ། རྗེའི་གསུང་ཐིམ་ཐིམ་ལ་གཞི་བྱས།
 རྗེའི་རིམ་ལྗེ་གསལ་སྟོན་ལས་ཀྱང་། དེས་ན་སྤྲ་མ་ཕྱི་མ་ལ་ཐིམ་ཞེས་པ་ནི་སྤྲ་མའི་རྒྱལ་པ་
 པ་སྤྲུམ་ནས་མི་གསལ་དུ་སོང་བ་ན། ཕྱི་མ་ལ་རྒྱལ་པ་འཕྲོས་པ་འདྲ་པ་ཅིག་སྤྱང་བ་ལ་དེར་
 པ་དྲགས་པ་ཙམ་མོ། །

ས་ཆེན་ཀྲུན་དགའ་སྡེ་དོན་ས་སྐྱ་གོང་མ་ལྗེ་ཡ་གྲུལ་ཏེ། དཔལ་ས་སྐྱ་པའི་གྲུབ་མཐའི་ཕྱོལ་གཏོང་
པ་པོ་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་སྲས་ཡིན། ཕྱི་ལོ་༡༠༩༩ལོར་སྐྱ་བཟུམས་ཤིང་། ཕྱི་ལོ་
༡༡༥༡ལོར་གཤེགས་སོ། །མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་འདི་ཐོག་མར་རྩྭ་མ་དང་། དེ་ནས་གསར་
སྐྱས་མར་ཞུགས་པར་གསལ་ཏེ། བ་པོར་ཁ་བ་བདེ་ཆེན་སྡེ་དཔའི་མདོ་སྐྱུག་ས་ཀྱི་དེས་ལན་
༡༡བ་༣ལས། ས་ཆེན་ཀྲུན་དགའ་སྡེ་དང་པོ་ཡང་དང་པོ་རྩྭ་མ། དེ་ནས་རྩྭ་མ་བཞག་སྡེ་སྐྱུགས་
གསར་མ་མཛད། ཅེས་གསལ་ལོ། །

ས་ཆེན་པོང་མ་ལ། ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྤྱང་པོ། རྩེ་བཅུན་བསོད་ནམས་ཅེ་མོ། རྩེ་བཅུན་གྲགས་བ་
 རྒྱལ་མཆོན། པོང་གི་ཁྱ་མ་གསུམ་ནི་པོས་དཀར་ལུང་པོ་ཅན་ཡིན་པས། དཀར་པོ་རྣམ་
 གསུམ་ཞེས་ཟེང་པོ། །ས་སྤྱ་བཞི་དྲུག་དགའ་རྒྱལ་མཆོན། འཕགས་པ་མེོ་མོས་རྒྱལ་མཆོན།
 ཁོང་རྣམ་གཉིས་དབ་ལུང་དྲུང་སྤྲིག་འཛིན་པ་ཡིན་པས་དམར་པོ་རྣམ་གཉིས་སུ་གྲགས། ས་
 སྤྱ་པོང་མ་རྣམ་ལྟ་དང་དོན་གཅིག།

ས་ཆེན་པོ། སྒྲིང་བཞི་ལ་ཟེར། ལུང་ཕྱན་ཆོག་ས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས།

ས་ཆོད། སྒྲེབས་བྲགས། རྒྱལས། རྫོབས་བྲགས། ས་ཕྱོད་ཡུང་ཟེད། འོགས་གཙོད་ས་ཕྱོད་ཅེས་སའི་
ཐད་དུ་གཟིགས།

ས་བྲ། (ལེགས་སྐྱར) ས་བྲ་ལ་གཞིགས། རོ་བོ་རྩེ་ས་མཛད་པའི་དྭ་དབྱ་མའི་མན་ངག་རིན་པོ་ཆེའི་ཟ་མ་
 ཏོག་ཁ་ཕྱེ་བ་ཞེས་བྲ་བ་ ཉལས། སྒོ་བ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱ་བ་ཀྱི་བརྒྱད་པའི་གདམས་ངག་
 ཡོད་པའི་སྐྱེས་བྲ་དམ་བ་བཙལ་ལ། དེ་དུས་ཡུན་རིང་པོར་མཉེས་པར་བྱས་ནས་ལས་དང་པོ་
 བ་ཡིན་པས་ “ས་བྲ” ཆེན་པོའམ། སྒོང་ཁྲེང་ཆེན་པོའམ། དཔོན་པའམ། བས་མཐའ་ལ་

སའི་སྟོང་ལ་བཞུགས། སའི་གཞི་བསྟུ་བ། སྟེ་དག་བསྟན་འགྱུར་༽ ཟེ་སའི་སྟང་༽ ༡༢༧༥ན་
 བཞུགས། རྣམ་གྲངས་བསྟུ་བ། (༽ འི་ ༡༢༧༥ན་བཞུགས། རྣམ་པར་བཤད་སའི་སྟོ་བསྟུ་བ་
 (༽ འི་སའི་ ༡༥༣ན་བཞུགས་སོ)དང་ལྟོ། །འདི་དག་གི་གོ་རིམ་ཡང་འདི་ཁོ་ན་ལྟར་བྱས་
 བ་ལེགས་ཏེ། དང་པོ་སའི་དངོས་གཞི། གཉིས་པ་དེའི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུར་གཏན་ལ་དབབ་བ་
 བསྟུ་བ། གསུམ་པ་སྟེར་གྱི་གཞུང་དེ་དག་སྟེ་སྟོང་གསུམ་དུ་སྟུང་ཚུལ་བསྟན་བ་སའི་གཞི་
 བསྟུ་བ། བཞི་བ་རྣམ་པར་བཤད་སའི་སྟོ་བསྟུ་བ་དང་ལྟོ། །ཉན་ས་དང་། རང་ས་དང་། བྱང་
 ས་གསུམ་ནི་སའི་དངོས་གཞིར་བསྟུས་སོ། །སའི་དངོས་གཞི་ནི་ས་བཅུ་བདུན་དུ་བསྟུས་ནས་
 སྟོན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། སྟོམ་ནི། རྣམ་ཤེས་ལྟ་དང་ལྟན་པའི་ས། །ཡིད་ཀྱི་ས་དང་གཞན་གསུམ་
 སྟེ། རྟོག་དཔྱོད་བཅས་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉིང་འཛིན་བཅས་དང་མ་ཡིན་དང་། །སེམས་ཡོད་
 པ་དང་སེམས་མེད་དང་། རྟོས་དང་བསམ་དང་སྟོམ་ལྟར་དང་། །དེ་བཞིན་ཐེག་པ་གསུམ་ལྟར་
 དང་། །སྤང་པོར་བཅས་དང་སྤང་མེད་གཞན། །ཞེས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་སའི་ཆོགས་ལྟ་དང་
 ལྟན་པའི་ས་དང་། ཡིད་ཀྱི་ས་དང་། རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པའི་ས་དང་།
 རྟོག་པ་མེད་ཅིང་དཔྱོད་པ་ཅམ་གྱི་ས་དང་། རྟོག་པ་ཡང་མེད་ལ་དཔྱོད་པ་ཡང་མེད་པའི་ས་
 དང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་དང་། མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་ས་དང་། སེམས་ཡོད་པའི་
 ས་དང་། སེམས་མེད་པའི་ས་དང་། ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ས་དང་། བསམས་པ་ལས་བྱུང་
 བའི་ས་དང་། བསྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ས་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་དང་། རང་རྒྱལ་གྱི་ས་དང་།
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་དང་། སྤང་པོ་དང་བཅས་པའི་ས་དང་། སྤང་པོ་མེད་པའི་ས་སྟེ། ས་
 བཅུ་བདུན་པོ་དེ་དག་ནི་མདོར་ན་རྣལ་འབྱོར་སྟོང་པའི་ས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། དེའི་
 འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་བསྟུ་བ་སྟེ། སའི་དངོས་གཞིའི་ཆོག་དོན་གཉིས་
 ཀ་ལྟ་བཞི་ལ་སོགས་པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་བསྟན་ལ། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་མ་
 གཏོགས་པ་ལ་བསྟུ་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ཡོད་དོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་དོན་
 བསྟན་ལོ། །གཞི་བསྟུ་བ་ནི་སྟེར་གྱི་གཞུང་དེ་དག་སྟེ་སྟོང་གསུམ་དུ་སྟུང་ཚུལ་ཏེ། འདིའི་

མདོར་བསྟན་དུ་སྡེ་སྡོད་གསུམ་ག་བསྟུ་བ་སྒྲོས་ནས་རྒྱ་ས་བཤད་དུ་མདོ་སྡེ་དང་འདུལ་བ་
བསྟུ་བ་གཉིས་ལས་མ་བཤད་པ་ནི། མ་མོ་བསྟུ་བ་ས་སྡེ་ལྷ་པོ་ཉིད་ཡིན་པས་ལོགས་སུ་མ་
བཤད་དེ། རོས་པའི་ས་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བར། དེ་ལ་མ་མོ་བསྟུ་བ་ནི་ས་བརྩུབ་དབྱེད་དང་
བསྟུ་བ་བཞིའོ། །ཞེས་འབྲུང་བས་སོ། །རྣམ་གྲངས་བསྟུ་བ་ནི། རྩོད་བྱེད་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་
བསྟན་པ་ལམ། གྲུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་རྣམ་གྲངས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འཆད་པ་ལོ། །དེ་
གཉིས་གཞུང་རོ། །རྣམ་པར་བཤད་པའི་སྒྲོ་བསྟུ་བ་ནི་དེ་དག་འཆད་ཚུལ་སྟོན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་
གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་དང་གཞུང་དང་བཤད་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་ས་སྡེ་ལྷ་པོ། །བྱ་སྟོན་རིན་པོ་
ཆའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད་དོ། །

ས་གཞོན་དང་ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་མཆོན་དོན། དུག་གཡས་ས་གཞོན་དང་བདུད་རྩིས་གང་བའི་ལྷུང་བཟེད་
ཀྱི་མཆོན་དོན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ས་ཕྱོད། ས་ཆོད་དང་འབྲ། ས་ཕྱོད་ཅེས་པའི་ཆོག་འདི་ཡང་སྤྱང་གནས་དང་། སྤྱན་བྱེད་པ། སྤྱིད་
ལམ་མམ་མི་ལམ། བྱ་སྤྱང་། སྤྱང་ཏྲ་སོགས་དང་འབྲ་བར་དར་རྒྱ་གཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ་གོ་རྒྱ་མེད་
ཅིང་བཅན་ཤེད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་བཞུགས་གཤམ་མཐོན་པོར་འགྲིང་བའི་ཡི་གེ་ཞིག་གོ།
དོན་དུ་ས་ཕྱོད་ནི་ས་ཆོད་རང་རེད། ས་ཆོད་ཅེས་པ་སྤྱིར་སྟོབས་ཤུགས་དང་། རྒྱབས། སྟོབས་
ཤུགས་བཅས་ལ་ཟེར། འོན་ཀྱང་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས། ཕྱོད་ནི་ཁུས་པའི་དོན་
ལ་བཤད་དེ། ཁུས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱ་བཤད་ནི་གོམ་སྟབས་
ཀྱིས་ས་ཁྱོན་ཆེན་པོ་ཆོད་པ་སྟེ། སྟོབས་པ་འཕམ་ཞོན་པའི་དོན་རེད།

ས་བོན། 1 ལྷ་གྲུ་སོགས་སྤྱིད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུ་དང་ནས་སོགས་ལ་ཟེར། 2 ཁུས་པ་འཕམ་བག་ཆགས།
དཔེར་ན་དགའ་མི་དགའའི་ས་བོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 པ་ཡི་ཁྱ་བའམ་ཐིག་ལེ་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལམས་
རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས་ཀྱང་། ཐིག་མཆོག་ལ་མོས་ས་བོན་ཤེས་རབ་ནི། །སངས་
རྒྱས་ཆོས་སྤྱིད་མ་དང་། །ཞེས་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་ནི་པའི་ས་བོན་དང་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་
ཤེས་རབ་ནི་མ་ལྟ་བུར་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །4 མའི་མངལ་ཁྲག་གི་ཐིག་པ་ལ་འང་

འདུག འུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེའི་ནང་མེད་མཆན་ལས། འདིར་དབང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་ལས་
གསང་བའི་བསྐྱར་ལུང་བའི་ཁྱ་བ་དང་ཟླ་གའི་ཁྱག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ས་བོན་ཞེས་བརྗོད་
དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ས་བོན་སྐྱེ་འཇིག་གི་ལུང་བྱེད། (འདུལ་བ) སྐྱེ་བ་གཙོད་པའི་ལུང་བྱེད་དང་དོན་གཅིག
ས་བོན་གྱི་ཆོས། (འདུལ་བ) ཐིག་ལེའམ་པོའི་ཁྱ་བའི་མིང་། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་
པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་༽ཉེ་ལས། ས་བོན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས།
ས་བོན་འཛོམས་པའི་ལུང་བྱེད། (འདུལ་བ) སྐྱེ་བ་གཙོད་པའི་ལུང་བྱེད་དང་དོན་གཅིག
ས་བོན་ཉམས་སྦྱང་པར་བྱེད་པ། ཞེ་རགས་རྣམས་འབྱེད་ཀྱི་ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་མཛོད་གྱུར་བ་རེ་
ཞིག་སྤངས་པའི་སྟོན་མཛོད་དུ་མི་འགྱུར་བར་བྱས་པ་ཙམ་ལ་ཟེད།
ས་བོན་དང་བག་ཆགས། བདེན་འཛིན་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱར་ན། བདེན་འཛིན་གྱི་མ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་ས་བོན་དང་
དེའི་སྤང་བ་གྱི་མ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་བག་ཆགས་ཟེད། བག་ཆགས། བག་ལ་ཉལ་བ། བག་ལ་ན་བ་
རྣམས་མིང་གི་རྣམས་གངས་ཡིན། ཡང་ན་སྤྲས་ནང་གི་ག་བུར་ལྟ་བུ་ས་བོན་དང་། ག་བུར་
དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་དེའི་ལུང་དུ་ཆགས་པའི་དེ་ནི་བག་ཆགས་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བོན་མཛོད། བསྐྱེད་ལྟེ་བ།

ས་བོན་ལས་བསྐྱེད་པའི་མཛོད་དོན། སྤགས་ཀྱི་སྤགས་རྒྱུང་དཀྱིལ་དང་མེ་དཀྱིལ་ལ་ལྟ་བུར་བུད་
ཅི་ལྟ་སོགས་ཐམས་ཅད་ས་བོན་ལས་བསྐྱེད་པས་ནི། དེ་ཐམས་ཅད་མིང་གིས་བཏགས་ཙམ་
གྱི་ཉེན་འབྱུང་དུ་མཛོད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །

ས་དབང་། རྒྱལ་པོ། རྒྱུན་པའི་མིང་དུ་འདུག

ས་དབང་མོ། 1 བཅུན་མའི་མིང་། ས་དབང་མོ་དང་། ས་སྐྱོང་མོ། ས་འཛོམ་རྣམས་མིང་གི་རྣམས་
ཡིན། 2 རྒྱལ་བུ་གཞོན་ནུ་དོན་བྱལ་གྱི་བཅུན་མོ་གྲགས་འཛིན་མའི་མིང་ཡང་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱི་
མིང་གི་བྱལ་ལ་བཏགས་པ་ཡིན།

ས་མ་ཡ་ཤྱི་ཡེ། (ལེགས་སྦྱར) དམ་ཆོག་བཞིན་དུ་བཞེས་ཞེས་པའི་དོན།

ས་མང་། སྐབས་མང་པོ་འཕ་གོ་སྐབས་མང་པོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འདི་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་བརྟེན་ཆ་
ཅིག་ཡིན། ས་མང་ཞེས་པའི་ས་ནི། སྐབས་སུ་གོ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར། དགེ་བཤེས་
ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོ་སོགས་ཀྱིས་བཤད། སེམས་ཀྱི་འཁོར་དུ་འགོ་བའི་གོ་སྐབས་མང་བ་ལ།
སེམས་ཀྱི་ས་མང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དེས་དགེ་བའི་ས་མང་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ས་མང་། མི་
དགེ་བའི་ས་མང་། ཉོན་མོངས་རྒྱུད་དུ་འཛིན་པའི་ས་མང་སོགས་ལ་རིགས་འབྲེལ། །

སྤྱུ་རྩུ། (ལེགས་སྤྱུར) ཆ་ཆ་སྤྱེ། དམ་པའི་སྤྱུ་བརྒྱན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། སྤྱེགས་སྤྱུན་ལོ་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་
ཡིག་ལ་ཤིའི་གྲུ་ཁང་དུ་གསལ། ལེགས་སྤྱུར་ཀྱི་སྤྱུ་རྩུ་ཟུར་ཆག་སྟེ་བོད་སྐད་དུ་ཆ་ཆ་ཟེར།

ས་ཆོགས། ས་མཆོམས་དང་དོན་གཅིག

ས་མཆོམས། དབྱེ་མཆོམས།

ས་འཆོ། རྒྱལ་པོ།

ས་འཆོ་མ། (འདུལ་བ) <གོ་སྤྱ> 1 བཅུན་མོ་སྤྱིའི་མིང་། སྤྱ་བཤད་ནི། ས་འཆོ་མ་ཞེས་པ་ནི་ས་སྤྱིང་མ་
ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རྒྱལ་མའི་མིང་རོ། །འཆོ་ཞེས་པ་ནི་གསོ་བའམ་སྤྱིང་པའི་དོན་ཏེ།
དཔེར་ན་བ་སྤྱུགས་འཆོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ། 2 རྒྱལ་བུ་གཞོན་ལུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བཅུན་མོའི་གཙོ་
མོ་གསུམ་ཀྱི་ནང་ནས་གཉིས་པ་སྟེང་མའི་མིང་ཡང་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱི་མིང་གྲེ་བྲག་ལ་སོགས་པ་
ཡིན་ནོ། །བོད་སྐད་དུ་ལེགས་སྤྱུར་དུ་ས་འཆོ་མ་ལ་ “གོ་སྤྱ” གཤམ་ཟེར། རྒྱལ་བུ་གཞོན་ལུ་དོན་
གྲུབ་ཀྱི་བཅུན་མོའི་གཙོ་མོ་གསུམ་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ས་འཆོ་མ་ལ་སྟེང་མ་ཟེར། དོགས་གཙོད། འདྲ་
མི་པམ་རིན་པོ་ཆའི་སྐད་གཉིས་ཤུར་སྤྱར་༡༠༩བ་༤ལས། ས་འཆོ་མ་ཞེས་པ་གྲགས་འཛིན་མ་
ལ་གོ་བཤེས་ཆེ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ས་འཆོ་མ་ཞེས་པ་གྲགས་འཛིན་མ་ལ་མི་གོ་
བར། སྟེང་མ་ལ་གོ་མཁན་མང་དུ་འདུག་པས་ཐེ་ཆོས་གཙོད་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས། འོན་ཀྱང་ས་འཆོ་མ་ནི་གྲགས་འཛིན་མ་ལ་མི་གོ་བར་སྟེང་མ་ལ་གོ་དགོས་ཏེ།
འདུལ་བ་ལུང་གཞི་བོད་༩ ང་བ་ ༩༤ན་ལས། བདག་ལ་གཞན་དག་གཞོན་ལུ་ཤུག་སྤྱུབ་པ་
ན་སྤྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གྲགས་འཛིན་མ་དང་། ས་འཆོ་མ་དང་། རི་དྲགས་སྤྱེས་

དང་། འུ་མེད་བྱག་ཁྱི་སྤངས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ངོ་ཞེས་གཞི་དེས་ཁ་ཟེར་བར་འགྱུར་དུ་འོང་
གོ། ཞེས་གྲགས་འདྲིན་མ་དང་། ས་འཆོ་མ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་གསུངས་པའི་བྱིར། ས་འཆོ་མ་
ཞེས་པ་གྲགས་འདྲིན་མ་ལ་གོར་མི་བྱུང་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་བོད་། ག་པ་ །
ནང་དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་དོ། །དེས་ན་ས་འཆོ་མ་ནི་སྤྱོད་མ་
ལ་གོ་བར་བྱའོ། །

ས་གཞན་ན་གནས་པ། (འདུལ་བ) ཆད་ལས་ལ་གནས་པ། སྤྱོད་བཤད་ནི། ས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་
ལ་སྟོན་ནས་ས་གཞན་ཏེ་གནས་ནས་སྤྱང་བ་སོགས་ཀྱིས་དམན་པའི་ས་ལ་གནས་པས་དེ་
སྐད་ཅེས་བྱ། མདོར་ན་གོ་ས་འོག་ཏུ་པབ་པའི་ཆད་ལས་ལ་གནས་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད་
དོ། །

ས་གཞི་སྟོན་བྱགས་མ། འུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་ཏུ་དུས་མཛད་པར་སྐོར་དོལ་བླ་མ་གསུང་།
ས་ཟེན་གོ་འཐས། ས་འཐས་ཐེར་བྱག་ བེའུ་བྱམ་སྟོན་པོའི་མིང་བརྟ་གོ་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་བཤད་
པ་སོམ་ཉིདེ་སྟན་སེལ་ལས་བཤད། བེའུ་འགྲེལ་ལས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ས་ཟེན་གོ་འཐས་
མེད་པར་འདི་ལྟར་ཡང་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ས་འོག་རིམ་པ་བདུན། གཞི་དང་། ལྷག་པའི་གཞི་དང་། གཞི་མེད་དང་། གཞི་ཉིད་དང་། བརྟད་ཀྱི་
གཞི་དང་། གཞི་བཟང་པོ་དང་། དག་པའི་ཞིང་སྟེ་བདུན་ལོ། །དེའུ་ཆུང་སྟོལ་རྟེན་ན་གསལ།
ས་ཡི་ཐིག་ལེ། ས་ཡི་སྟོང་པོ་འམ་མཆོག་དང་། རྒྱན་ལྟ་བུ་ལ་གོའོ། །རྗེའི་རྣམ་ཐར་དང་པའི་འདུག་
དོགས་ལས། དབང་པོ་རབ་ཞི་དུལ་པའི་དཔལ་གྱིས་ནི། །ཆངས་སྟོད་ཀྱིས་ཆན་ལྟ་ཡི་བྱང་
སྟོང་ཡང་། །མི་བསྐྱུན་གྱིས་པ་ལྟར་མཛད་གཞོན་བྱ་དེ། །འདིར་ནི་གངས་ཅན་ས་ཡི་ཐིག་ལེར་
བྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

ས་ར་ཏ། བམ་ཟེ་སྤྱ་གཅན་འདྲིན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་དཔོན་སྤྱ་སྤྱུབ་ཀྱི་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་སྟོན་
དཔོན་དེའི་མིང་དོ། །ས་ར་ཏ་ཞེས་པ་བསྐྱུར་ན་མདའ་བསྐྱུན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བྱ་རིན་
སོ་ཆེད་གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་ན་གསལ་ལོ། །དེ་ནི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་

སྟེ། སྒྲིལ་དཔོན་སྒྲིལ་གྱིས་བྱུང་ཆེན་དེ་ལས་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་
གདམས་པ་དང་བཅས་པ་ཁུས་ཏེ། རིའི་རིས་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ལས། བྲམ་ཐེ་སྒྲིལ་གཙན་འཛིན་
བཟང་པོས་ར་ཏས་སྒྲིལ་ལ་བཤད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྒྲིལ་ཆེན་སྒྲིལ་གྱུ་བ་ཐོབ་
ནས་བྱུང་ཆེན་ས་ར་ཏ་ཞེས་གྲགས་པར། ལུ་སྒྲོན་རིན་པོ་ཆའི་གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་ན་
གསལ་ལོ། །དེ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་ལ་ལན་ཡང་འདི་སྒྲོར་གསལ། སྒྲིལ་སྒྲིལ་གཙན་
འཛིན་བཟང་པོ་སྒྲིལ་བར་གསུམ་བྱུང་བས་འདི་ནི་དང་པོ་དེའོ། །དེ་ར་རྒྱ་ཐའི་བཀའ་བབས་
བདུན་ལྔ་གྱི་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་ལན་ལྔ་ཡང་གསལ་ལོ། །འདི་སྒྲོར་ཞིབ་པར་གོང་དུ་སྒྲིལ་
གཙན་འཛིན་བཟང་པོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

ས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ། (འདུལ་བ) ཆད་ལས་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ། ཆད་པའི་ལས་འཁུར་
བཞིན་པ་མ་ཡིན་པ།

ས་རབ་རིབ། ས་རིབ་ཆར་ནས་ལམ་མཐོང་མ་མཐོང་གི་ཆོད་ཅམ་ལ་ཟེར། ཡང་ན་ནམ་མ་ལངས་
ཅམ་གོང་། ས་རབ་རིབ་ཀྱི་ཆོས་སྒྲིལ་ལྟ་བུ།

སྒྲིལ་། (ལེགས་སྒྲུབ) ཤིང་སྒྲིལ་ལ་སྟེ་སྒྲིལ་དཀར་ཤིང་། སྒྲིལ་དཀར་འབྱུང་བའི་ཤིང་སྒྲོན་མེ་ཤིང་རམ་
ཐང་ཤིང་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པར། ཞུ་སྒྲིལ་པའི་རྒྱལ་རབས་སུ་གསལ། རྒྱ་གར་བས་སྒྲིལ་Sal,
Salwa, Sakhu, Sakher, Shal, Kandar and Sakwa བཅས་འབོད། སྒྲིལ་བས་Sal tree
(Shorea Robusta) ཟེར། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས། སྒྲིལ་
ལ་ནི་ཤིང་ཆེན་པོ་ཐོག་ཆད་མང་པོ་ཡོད་པ་ནགས་ཀྱི་དབུས་སུ་ལྷང་པར་གནས་པ་ཞིག་འདུག
ཤིང་དེ་ནི་ཆེར་མང། ཤིང་གི་ནང་ན་མཐོ་ཤིས་འདི་ཡིན་འདུག་པས་བྲམ་ཐེའི་རིགས་སྒྲིལ་ལྟ་
བུ་སོགས་བཤད་པ་ཡིན་འདུག མེ་ཏོག་དཀར་པོ་ཆགས། སྒྲིལ་དཀར་ཤིང་དེ་ལས་འབྱུང་།
རྒྱས་མི་རུལ་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་མང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སྒྲིལ་འཛིན་པ། སྒྲིལ་དང་དོན་འདྲ། སྒྲིལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

སྒྲིལ་འཛིན་པོ་ཉ་མོ། དབྱེད་ཅན་མ་དམར་མོ། སྒྲིལ་ལུང་བསྒྲན་པའི་མདོ་འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱུད་

ལས། དེ་ཡི་རིག་པ་བྱུང་བ་ནི། །སྤྱི་ལའི་ཕོ་ཉ་མོ་ཞེས་བརྗོད། །ཅེས་པའི་སྤྱི་ལའི་ཕོ་ཉ་མོ་ནི་
དབྱངས་ཅན་མ་དམར་མོ་ཡིན་པ་མཁས་པ་འགའ་གསུང་ལ། འཁོན་སྟོན་འབྲེལ་རྒྱུ་ཏུ་བཤད་
བཞིན་དུ་གསུངས།

ས་ལུ། སྤྱི་ལའི་ཕོ་ཉ་མོ་གཞིགས།

སྤྱི་ལུ། <ལུ་ལི> འབྲས་ཀྱི་མིང་། འབྲས་དཀར་ཀྱི་མིང་དུ་བཤད། སྤྱི་ལུ་ནི་ལེགས་སྤྱར་གྱི་ལུ་ལི་
ཟུར་ཆག་བར་སེམས་སོ། །བྲེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ་༡༤ན་འཆུང་ཡོད་པར་བྱས་ཡོད།
ས་ལུ་ཞེས་འཆུང་མེད་པ་ཡང་སྤང།

སྤྱི་ལུ་ལྗང་བ། <ལུ་ལི་སྟུ་ལྟ་ལམ> 1 འབྲས་ཀྱི་ལྗང་བ། སྤྱི་ལུ་ནི་འབྲས་སམ་འབྲས་དཀར། ལྗང་བ་ནི་
སྤྱི་ལུ་འམ་སྤོང་བོ་ལོ། 2 མདོ་སྤྱི་ཞིག་གི་མིང་། སྤྱི་དགེ་བཀའ་འཁྱུར་མདོ་སྤྱི་ ཆ་ ༡༡༦ན།
བཞུགས་སོ། །པཎ་ཆེན་ལུ་ལྟ་མཆོག་ལྗང་གི་སྤྱི་ལུ་ལེགས་བྲེ་བྲག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལས།
ས་ལི་ཞེས་པ་ལེགས་སྤྱད་གྱི། །སྤྱད་ཡིན་དེ་ཡི་ཟུར་བཅག་ནས། །ས་ལུ་ཞེས་པ་བོད་ཀྱི་
སྤྱད། །ཅེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ལུ་ལྗང་བའི་མདོ། འབགས་པ་སྤྱི་ལུ་ལྗང་བ་ཞེས་བྲེ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། འདི་སྤྱི་དགེ་
བཀའ་འཁྱུར་མདོ་སྤྱི་ ཆ་ ༡༡༦ན། བཞུགས་ཤིང་། གཞན་ཡང་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་
བའི་མདོ། (རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་མདོ་དང་། རྗེའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤོང་སྤྱད་ཆ་
བྲེ་ལུགས་ཀྱི་ཤོག་གངས་༤༠༡ལས། རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ཞེས་འབྱུང་བ་གཉིས་དོན་
གཅིག་ཡིན།) སོར་སྤོང་ལ་བན་པའི་མདོ། གཞུགས་ཅན་སྤྱིང་སོར་གངས་པའི་མདོ། མ་སྤྱིས་
དབྱའི་འབྱོད་པ་བསལ་བའི་མདོ། བྱིམ་བདག་དཔལ་སྤྱིས་ཀྱི་མདོ་སོགས་མཉམ་དུ་བཞུགས།

སྤྱི་ལུ་ལེགས། འབྲས་ཞིང་།

ས་ལེ་སྤྱི། <ཅ་སྤྱི་ཀར> 1 གསེར་ཀྱི་མིང་། འདི་ལ་ལེགས་སྤྱར་དུ་ གཤམ་ཀར་ “ཅ་སྤྱི་ཀར” ཟེར།
སོ་བོད་སྤྱད་གཉིས་ཤན་སྤྱར་གསེར་ཀྱི་སྤོང་མཛེས་ན་ “ཅ་སྤྱི་ཀར” ཞེས་གསལ་བ་ཡིག་
དག་མིན་དབྱེད་དོ། 2 བཞུ་འདུལ་མི་དགོས་པར་གཏེར་ཁན་རང་བྱུང་དུ་རྟོག་རྟོག་རྟེན་རྟེན་

ཡོད་པའི་སྤྱི་མཆོད་ཏུ་ཅང་ལེགས་པའི་གསེར་ཞིག་ 3 ལག་ལ་ཞིག་གིས་བྱེ་མ་ལས་ཐོན་པ་
ལའང་ས་ལེ་སྤྱི་མཆོད་ཏུ་ངོས་འཛིན་པའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྒོར་དོལ་སྒྲ་མའི་རིན་པོ་ཆེ་བརྟག་
ཐབས་ལས། ས་ལས་ཐོན་པ་ཐིག་པོ་ཆེ་བྱུང་ན། །ས་ལེ་སྤྱི་མཆོད་ཏུ་མ་གསེར་ལ་མིན། །ཞེས་
གསུངས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

ས་གསུམ། ས་འོག་ས་སྟངས་ས་སྒྲ་གསུམ། ས་འོག་སྤྱི་ཡི་འཛིག་རྟེན། ས་སྟངས་མི་ཡི་འཛིག་རྟེན། ས་སྒྲ་
སྤྱི་ཡི་འཛིག་རྟེན་དང་གསུམ་སོ། །

ས་གསུམ་མ། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་གསལ་འདེབས་དཔལ་ལྷན་ས་གསུམ་མ་ཞེས་བྱ་བ་
རྗེའི་སྤྱི་ཡི་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱི་ཡི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཛད།

ས་གསུམ་མའི་རྗེ་ཆོག་དོན་གསལ་བ། ས་གསུམ་མའི་འབྲེལ་བ་ཆོག་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་
པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད།

སྤྱོད་ (ལེགས་སྤྱོད་) 1 གཞི་ཚུགས་ལིག་ 2 ལྷ་ལ་སྤྱི་བྱེད་སྤྱི་བྱེད་པའི་དོན། སྤྱི་བྱེད་སྤྱི་བྱེད་པའི་སྤྱོད་
གསེར་གྱི་སྤྱོད་མཛོད་ལས་བཞག། ལྷ་སྤྱི་བྱེད་པས་སྤྱི་བྱེད་པའི་འབྲེལ་སྤྱོད་སྤྱི་བྱེད་པའི་
མཛོད་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཆོག་པེ་སྤྱོད་ཏེ་འབྲེལ་བ་དེང་སང་ཡང་ཁོང་ཅག་གི་སྤྱི་བྱེད་པའི་ཆོག་པེ་
དུས་མཛོད་རྒྱ་ཡོད། ཁོ་པོས་ནི་མཆོད་ཅིག་ མཆོད་ཅིག་ལྷ་སྤྱོད་ཆོག་ཅིག་ཡིན་པར་སེམས་
སོ། 13 ལྷ་སྤྱི་བྱེད་པ་དང་། དག་ཆོགས་འཕེལ་བ། ལེགས་པ་ཀུན་སྤྱི་བྱེད་པ་
འཛོམས་པ་དང་། དག་པ་འཕེལ་བ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་པས་དང་ལྷན་པས་དབྱེགས་འབྱེད་པ་སྤྱི་
ཅེ་མོ་ལས། ལྷ་སྤྱོད་པའི་ཆོག་པེ་ཞེས་བཛོད། ལྷ་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཞེས་བྱེད་ཅིང་། དག་པའི་ཆོགས་
ནི་འཕེལ་བར་བྱེད། །ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་བྱེད་ཅིང་། །སྤྱི་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་
འཛོམས་པའི་མཆོག་ །ཅེས་གསུངས། ཞེས་པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་
འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་རྣམ་པ་འགྲུབ་དངོས་ཀྱི་མཆོད་སྤྱོད་པོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། 14
གྲུང་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་གྱིས་མཛོད་པའི་ལེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
བྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་རྒྱན་གྱི་མེ་ཏོག་༤ན་ལས། ལྷ་སྤྱོད་པའི་གྲུང་ཅིག་པའོ། །ཞེས་གསུངས། གཞི་

རྒྱུགས། བརྟན་བྱེད་དཔ། བརྟན་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན།
 ས་ཏྲ་ཀླ་རུ་ (ལེགས་སྐྱར) རི་ཤིན་ཏུ་ཞེས་པའི་ཤིང་རྟོག་ཨ་མཱ་ལམ་ལྷུ་ཞེས་པའི་ཤིང་རྟོག་དེའི་བྱེ་བྲག་
 ཅིག་ལེགས་སྐྱར་དུ་འདི་ལ་ཨམྱ་ཨ་མྱ། सहकारः ས་ཏྲ་ཀླ་རུ་ ལྷུ་རུ་ཏཱ་ཞེས་གྱུར་བཞིན།
 ས་ཏྲ་བ། (ལེགས་སྐྱར) ཟ་ཏྲ་བ། ཟ་ཏྲ་ལ་གཟིགས།
 སྤྲ་ག་ར། (ལེགས་སྐྱར) རྒྱ་མཚོའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༦༦མདུན་
 གཟིགས་ལས། སྤྲ་ག་ར། དུག་ཅན་ཞེས་བསྒྱུར་འདུག།
 སག 1 རེ་འུ་མིག་མང་པོ་གཤེབས་པ་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་སམ་རི་མོའི་མིང་། (སག་ཞུ) བློ་རེ་འུ་མིག་ལྟ་
 བུའི་བྱ་ག་མང་པོ་ཡོད་པའི་བསེལ་ཞུའི་མིང་། (ཉ་སག) བློ་ཉའི་ལུས་ཀྱི་རེ་འུ་མིག་ལྟ་བུའི་རི་
 མོའམ་སེན་མོའི་དབྱིབས་ཅན་ཀྱི་དངོས་ཆས་དེའི་མིང་། (སག་ཉ) བློ་ལུས་ན་ཉ་སག་མང་པོ་
 ཡོད་པའི་ཉའི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་། (སག་ལྷམ) བློ་བྱ་ག་མང་པོ་ཡོད་པའི་བསེལ་ལྷམ་ཀྱི་
 མིང་། (སག་རི) བློ་ལུས་ལ་ཆགས་པའི་དྲེག་པའམ་པགས་ནད་དྲེག་པ་ལྟ་བུའི་རིགས་ཤིག 2
 ལྷུ་ག་མའམ་ཅི་ཤིང་གཞན་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཡོལ་བའམ་གདན་ཏུ་མིག་ཅན་གྱི་མིང་སྟེ། (ལྷུ་ག་
 སག) སག་གདན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 ཤིང་ཆག་པའི་སྤྲ་ལྟ་བུའི་མཚོན་བྱེད་དེ། སག་སྤྲ་བྲག་ལྟ་
 བུ། 4 གཞན་གྱིས་མ་ཆོར་བར་སྒོ་བུར་བྱེད་པའི་བྱ་སྒྱུད་གྱི་མིང་། སག་ཏེ་ཕྱིན་ལྟ་བུ། བལ་
 རྒྱད་བུ། སག་སྟེ་ཁ་ལ་ཕྱིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 5 (ཆིག་རྒྱན) དངོས་པོ་མང་པོ་གཡོ་འགུལ་བྱེད་པའི་
 རྣམ་པ་སྟེ། འདུ་བྲོག་མ་སག་སག་འགུལ། ཁྲིམ་ན་སག་སག་བྱེད་ལྟ་བུ། འདི་ལ་སིག་སིག་
 བྱེད་ལྟ་བུ། 6 ཤར་རྒྱག་སག་གིས་འགྲོ་ལྟ་བུ། ཁོས་བརྟུ་མོ་ཁྲིར་ནས་སག་གིས་འགྲོ་བ།
 གསར་བསྐྱེགས་དང་བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་གཉིས་ཀ་པན་ཚུན་ཁ་སྐོང་གི་ཚུལ་མཉམ་དུ་བཀོད།
 7 སིག་དང་དོན་གཅིག་གོ་སག་ཅེས་པ་དང་གོ་སིག་ལྟ་བུ་དོན་འདྲ་བར་སེམས།
 སག་གིས་འགྲོ། 1 ཤར་རྒྱག་གས་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲོ་བའི་དོན། སག་གིས་འགྲོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། མོམ་
 སེལ་ལས། ཤར་གྱིས་འགྲོ་བ་སྟེ་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བཤད། རེ་འུ་འགྲེལ་ལས།
 ལམ་ལྷ་རིམ་གྱིས་བཟོད་ནས། ཟ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་སག་གིས་འགྲོ་བ་ཡིན།

སངས་རྒྱལ། (བརྒྱ) ། མ་དེག་པའི་སྤྲོ་བ་སངས་ཤིང་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་སྒོ་གྲོས་རྒྱལ་པའི་
 གང་ཟག་ཡང་ན་མ་དེག་པའི་གཉིད་རྒྱལ་ཆད་པས་སངས་པ་སྟེ་གཉིད་སད་པ་བཞིན། ཡང་
 དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མི་ཤེས་པའི་རྩམ་བ་བཙོམ་ཞིང་ཤེས་བྱ་ལ་སྒོ་རྒྱས་པས་པད་འདབ་
 རྒྱས་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་སངས་རྒྱལ་དང་། ཞེས་དང་། སྤྲུབས་འགྲོ་བདུན་ཅུ་བ་ལས་ཀྱང་།
 ཤེས་བྱ་ལ་ནི་སྒོ་རྒྱས་རྒྱལ། རྫོངས་པའི་རྩམ་བ་བཙོམ་པས་ན། རྫོངས་རྒྱས་པད་མ་ལྟར་
 རྫོངས་རྒྱལ། ཞེས་དང་། དེས་ན་བརྒྱའི་སྤྲོ་གཉིད་སད་པ་དང་པད་འདབ་རྒྱས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་
 འཇུག་པ་སྤྲུལ་བས་གཉིས་སྤྲོ་བའདད་པ་ལྟར། སངས་རྒྱལ་ལ་དེ་གཉིས་ཀའི་སྤྲོ་དོན་བཤད་
 རྒྱ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྲས་ནས་སངས་རྒྱལ་ཞེས་བརྒྱུ་མས་ནས་བརྒྱུར་དོ། ཞེས་ཇིའི་
 ཤེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཐེང་བ་ལས་གསུངས། དཔལ་ཤོ་གཙུག་ལག་ཐེང་བའི་སྤྲོད་འཇུག་
 འབྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། སྤངས་པ་བུན་ཆོགས་ཀྱི་ཕྱིར་སངས་པ་དང་རྟོགས་པ་བུན་ཆོགས་ཀྱི་
 ཕྱིར་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། བརྒྱའི་སྤྲོ་ཡང་ན་སངས་པ་དང་ཡང་ན་རྒྱལ་པ་ལ་འཇུག་ཀྱང་། ཤོད་དུ་
 ཐོག་མའི་ལོ་པ་རྫོངས་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་སངས་པའམ་བརྒྱ་ཁ་རྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ལ་བརྒྱའི་སྤྲོ་བྱང་ཆེ་
 སྤྲུབས་ཐོབ་དེ་ཉིད་དུ་སངས་པའམ་རྒྱལ་པ་ཞེས་མོ་མོར་བརྒྱུར་ལ་སངས་རྒྱལ་ལ་སྤྲོ་འདི་
 བྱང་ཆེ་དེ་རྫོངས་སྤྲོ་མི་འབྲུལ་བའི་ཕྱིར་གཉིད་གར་དུ་ཅིག་ཅར་བརྒྱུར་ནས་སངས་རྒྱལ་ཞེས་
 བརྟེན་དགོས་པར་བརྟེན་སྤྲོར་བས་གཉིས་མ་མོགས་ལས་བཤད་པ་སྟེ་འདི་ལྟ་བུའི་དོན་ཅན་
 ཆེས་མང་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །2 རྟོགས་པའམ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ། དཔེར་ན་རང་རྒྱལ་ལ་དེ་
 ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་འཕྲིང་པོ་འཕ། སངས་རྒྱལ་འཕྲིང་པོ་ཞེས་བརྟེན་པ་བཞིན་གོ། །

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ལ་དབྱ་ལན་གསུམ་བྱུང་ཚུལ། བསྟན་པ་ལ་དབྱ་ལན་གསུམ་བྱུང་ཚུལ་
ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱི་ཡོད་མིང་པ། མདོ་ལུགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མིང་།
མཁས་བླ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཚོ་༦ན་ལས། དང་པོར་
སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པའི་བསམ་པ་ལ་བསྐྱབས། དེ་ལ་ལོབས་པ་ན་བསྐྱེད་རིམ་དང་། དེ་ལ་
ལོབས་ན་རྫོགས་རིམ་ལ་སློབ་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་ནི་པ་རྩེ་ལ་ཏུ་
ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱན་ ཆོས་ཐམས་ཅད་མདོན་སྤྱུང་དུ་རྫོགས་པའི་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས། སངས་
རྒྱལ་གྱི་སྤྱན་གྱི་མཚན་ཉིད།

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་། སངས་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་སྟོན་པའི་ཞིང་ལྟ་བུ་ལ། སངས་རྒྱལ་
གྱི་ཞིང་ཟེད། དཔེར་ན་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལྟ་བུ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཞེས་པ་དག་
ཞིང་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ཡང་འཕགས་པ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་
བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་ ༩ ར་པ་ ༡༧༤ན་ ༣ལས། དེ་ནས་བཙུག་པའི་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་
ལྷན་པ་ལྡེ་རིེ་བྱ་ལ་བཀའ་སྤྱུལ་པ། ལྡེ་རིེ་བྱ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་འདི་ནས་ཁུབ་ཕྱོགས་སུ་
སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ཕྱག་འདུམ་འདས་པ་ན་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་
ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོག་གི་ལུང་ལས་ “སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་འདི་
ནས་” ཞེས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཡིན་པར་གསལ་བར་གསུངས་
པའི་ཕྱིར་རྟོག་གི་ལུང་ལས་

སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་འདུས་མ་བྱས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་མཐར་ཐུག་
གི་སྐྱབས་གནས་དེ། སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད། དབྱེ་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་
སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་དང་། རོན་དམ་པའི་སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་གཉིས་ལས། དང་
པོ་ནི། གཞུགས་སྐྱ་གཉིས་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།

རྒྱུད་ཁྲ་མ་ལས། བདག་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྤྱོད་བའི་གནས། །དམ་པའི་དོན་གྱི་སྒྲིམ་ཡིན་ཏེ། །དང་སྤོར་
རྣམས་ཀྱི་བད་ཡི་སྒྲི། །པ་རོལ་ཕུན་སུམ་ཆོག་མ་པའི་གནས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།
སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་ཏེ། སྤྱི་འཇིག་དང་བལ་བ་
འདུས་མ་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན། འབད་ཅོལ་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལྷན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཡོན་ཏན། རང་སྤང་
ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྒོ་ལ་སྤང་བ་ལྟར་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་
རྟོགས་མི་རུས་པའི་ཡོན་ཏན། རི་ལྟ་བ་དང་རི་སྤྱོད་པ་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། བཅེ་བའི་ཡོན་
ཏན། རུས་པའི་ཡོན་ཏན། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན། གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ལྷན་པའི་
ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུད་ཁྲ་མ་ལས། འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་བྱུང་། །གཞན་གྱི་རྒྱུད་གྱིས་རྟོགས་
མིན་པ། །མཁྱེན་དང་བཅེ་དང་རུས་པར་ལྷན། །དོན་གཉིས་ལྷན་པའི་སངས་རྒྱུ་ཉིད། །ཅེས་
གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་བསྐྱུ་ན་གཉིས་སུ་འདུས་ཏེ། དང་པོ་གསུམ་རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་
དང་། ཕྱི་མ་གསུམ་གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དང་པོ་གསུམ་ནི་རང་དོན་
ཏེ། ཕྱི་མ་གསུམ་ནི་གཞན་དོན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

སངས་རྒྱུ་བཙུམ་ལྷན་འདས། སངས་རྒྱུ་གྱི་མཆོན་གྱི་རྣམ་བྱུངས་ཤིག་ ཆོས་ཐམས་ཅད་ལག་
མཐེལ་དུ་སྒྲུ་རུ་ར་བཞག་པ་བཞིན་དུ་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་ལ།
བདུད་བཞི་བཙུམ་པའི་ཕྱིར་བཙུམ་ལྷན་འདས་སོ། །སངས་རྒྱུ་དང་བཙུམ་ལྷན་འདས་
གཉིས་ཀ་སྒྲོས་པ་ནི་གྲས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འབྱེལ་བ་ལས། སངས་རྒྱུ་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལག་མཐེལ་དུ་སྒྲུ་རུ་ར་
བཞག་པ་བཞིན་དུ་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་
ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་ཡིན་ལ། བདུད་བཞི་བཙུམ་པའི་ཕྱིར་བཙུམ་ལྷན་འདས་
སོ། །ཆོག་གཉིས་ཀ་སྒྲོས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་སྟེ། གྲས་པ་བསྐྱེད་པའི་
ཕྱིར་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་བ་དག་སུ་བཞིར་བྱེད་དེ། སངས་རྒྱུ་
ཡིན་ལ་བཙུམ་ལྷན་མ་ཡིན་པ། བཙུམ་ལྷན་ཡིན་ལ་སངས་རྒྱུ་མ་ཡིན་པ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ།

གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྤྲ་དང་བཞེར་འདོད་དོ། །དང་པོ་སངས་རྒྱུ་མ་ཡིན་ལ་བཅོམ་ལྡན་
 འདས་མ་ཡིན་པ་ནི། རང་སངས་རྒྱུ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་དག་གོ། (འདི་ནི་ཉན་
 རང་དག་བཅོམ་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།) བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡིན་ལ་སངས་རྒྱུ་མ་ཡིན་པ་ནི། བྱང་
 རྩལ་སེམས་དཔའ་སྤྲིད་པ་ཐ་མ་བཤོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ནི། དེ་བཞེན་གསལ་བ་དག་
 བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་རྣམས་སོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ནི། སོ་སའི་
 སྤྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་དོ། །འདུལ་བ་བཞེད་ཀྱི་ཆེར་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཤོད།
 སངས་རྒྱུ་མ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྣམ་ཐར། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་དང་། མདོན་འབྱུང་གི་མདོ།
 འདུལ་བ་གཞི་བཅ་པོ་བརྒྱད་བརྩ་གཅིག་པ་བཅས་ན་ཡོད། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོར་ཉ་ཅང་
 རྒྱུ་པོ་གསུངས་ཡོད།

སངས་རྒྱུ་མ་ཆོས་ཆོགས་མ། སངས་རྒྱུ་མ་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་རྩལ་བར་
 དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འཕྲོ་
 ལ་པན་བྱེར་སངས་རྒྱུ་འབྲུལ་པར་ཤོག། །ཅེས་པའི་སྐྱབས་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་
 པོ་འདི། རྫོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཉི་ལས་མཛད། ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་པ་འདི་ལ་འདོན་རྩལ་མི་འབྲ་
 བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། བོད་ལྟར། བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་
 རྣམས་ཀྱིས། །ཞེས་པ་དང་། ཡང་ན། བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་ཆོགས་རྣམས་
 ཀྱིས། །ཞེས་བཏོན་ན་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་བས་ཁྲབ་ཆེ། ཆོས་
 འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་སྐྱབས་ལྟ་བུར། རྣམས་། བདག་གིས་ཆོས་བཤད་བགྱིས་པའི་བསོད་
 རྣམས་ཀྱིས། །ཞེས་དང་། སྒྲོ་བ་མས། བདག་གིས་ཆོས་ཉན་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་
 ཀྱིས། །ཞེས་སོ་སོར་ཁ་སྐྱར་བྱེད་དགོས།

སངས་རྒྱུ་གཉིས་པ་རྫོ་བོ་ཡལ་སྤྲ་དང་ཞེས་སོགས། ཅེད་ཐང་བྱང་མ་ཁང་གསར་པའི་དཔལ་
 འབྱོར་ལྟར་བྱུང་གིས་གསུངས།

སངས་རྒྱུ་འདུལ་བ། (འདུལ་བ) སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ།

སངས་རྒྱལ་རྣམས་གཟིགས། སངས་རྒྱལ་དཔལ་པོ་བདུན་གྱི་ཡ་གྲུལ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་
ལས། འདི་ནས་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་དགུ་བཅུ་ཅ་གཅིག་འདས་པའི་མདུན་རོལ་དུ་སངས་རྒྱལ་
རྣམས་གཟིགས་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིག་པའི་བསྐྱལ་བ་དག་གིས་
འཛིག་རྟེན་འདི་ཞིག་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

སངས་རྒྱལ་རྣམས་གཟིགས་ཞེས་སོགས། སངས་རྒྱལ་རྣམས་གཟིགས་ཞེས་པ་འདི་འགྲོ་མགོན་གཙུག་
པ་རྒྱ་རས་པས་གསུངས། ཞེས་སྒྲོང་རྡོལ་ལྷ་མའི་གསུང་འབྲུམ་སྒྲེགས་བཅའ་གཉིས་པ་
༡༠༩ལས་བཤད།

སངས་རྒྱལ་པ་ལ་བཞི་བ་དང་ཞེས་སོགས། སངས་རྒྱལ་པ་ལ་བཞི་བ་དང་། །ལྷ་བ་སྐབ་པའི་
དགོངས་པ་མིན། ཞེས་པ་འདི་རྡོ་རྗེ་སྤྱིང་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་ཆོག་ཡིན་པར། ལུང་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆའི་
གྲུབ་མཐའ་དང་། སི་དུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་བྲག་ཆེན་སྟོན་ལམ་གྱི་འགྲེལ་པར་གསུངས།

སངས་རྒྱལ་དཔལ་པོ་བདུན། སངས་རྒྱལ་རྣམས་གཟིགས། གཙུག་ཏྱར་ཅན། ཐམས་ཅད་སྟོབ།
འཁོར་བ་འཛིག་གསེར་སྐབ། འོད་སྲུང་། འཕྲུ་སྐབ་པ་དང་བདུན་མོ། །རི་སྐྱད་དུ། སངས་
རྒྱལ་རྣམས་གཟིགས་གཙུག་ཏྱར་ཐམས་ཅད་སྟོབ། །འཁོར་བ་འཛིག་དང་གསེར་སྐབ་འོད་སྲུང་
དང་། །འཕྲུ་སྐབ་པ་གོ་ཏམ་ལྟ་ཡི་ལྟ། །སངས་རྒྱལ་དཔལ་པོ་བདུན་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སངས་རྒྱལ་པལ་པོ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། རྒྱ་གར་སྐྱད་དུ། བུ་རྩ་ཨ་བ་ཏ་ད་
ས་ཀ་རྩ་མ་མ་ལྟ་བུ་ལྟོ་སྐྱུ་ལྟ། ཞེས་བྱལོ། །མདོ་སྤེལ་པལ་པོ་ཆེ་འདི་ལ་༩ ཀ ༡༩ ༣ ༡༩ ག ༡
༩ ཨ ༡ བཅས་སྒྲེགས་བཅའ་བཞི་ཡོད། དང་པོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྤེལ་སངས་རྒྱལ་
པལ་པོ་ཆེ་ནི། བར་རྟེན་དུ་སངས་རྒྱལ་མ་གཅིག་དུ་བྲག་པ་ཤིང་། ཡང་སྟན་གྱི་གོང་རྒྱ་
དུའང་བསྐྱར་བ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་དེའང་བྱེད་གཤམ་གྱི་མིང་སྤྱི་ལ་བཏགས་པར་གསལ་
ཏེ། མདོ་འདིའི་ལུ་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུའི་བར་དུ་པལ་པོ་ཆེ་ཞེས་དཀར་ཆག་ལྟན་དཀར་མ་སོགས་
སུ་བཤད་པ་གང་ཞིག །དེས་ལྟག་མ་རྣམས་ལའང་མཆན་དེ་ལྟར་བྲག་པ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་

ན་མཚན་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའི་མདོ་སྡེ་ཡོད་ལ། སྒྲིར་སྒྲོ་ག་འབུམ་དང་། ལེའུ་སྟོང་ཡོད་པ་
 ལས། བསྟན་པ་ལ་དག་ལན་གསུམ་བྱུང་བའི་ཐ་མའི་སྐབས་སུ་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་གསུང་རབ་
 མཐའ་དག་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྩ་སྤྱད་ཀྱི་རྩ་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བའི་ལྟ་
 ཁང་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་གསུམ་ཆར་ཆོག་པའི་སྐབས་སུ། འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་
 བཅེགས་པ་འདུས་པ་སྟོང་པ་གཅིག་ལས་བཞི་བཅུ་ཞེདག་ལུས། མདོ་པལ་ཆེན་གྱི་ལེའུ་
 སྟོང་ལས་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་ལུས། འདུས་པ་ཆེན་པོ་དུམ་བུ་སྟོང་ལས་དུམ་བུ་དགུ་ལུས།
 ལྟ་བུ་གཤེགས་པ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོང་པོའི་ལེའུ་ཉི་ཆེ་བ་ཅམ་ལུས་པར་
 བྲགས་པ་ལས། མ་ཆང་བའི་འཕྲོ་ཇི་ཅམ་བཞུགས་པ་བསྒྲུར་བ་ལ། སྒྲིགས་བཅ་ ༩ ག་པ་ལ
 ༡ བལ་པོ་ཆེ་ལེའུ་ཉེད་དགུ། སྒྲོ་ག་བཞི་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་དགུ་རྣམས་སུ་ཡོད་
 པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། ལེའུ་སུམ་ཅུ་པ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ལེའུ་ལ། སྒྲོ་ག་སུམ་སྟོང་
 དགུ་བརྒྱ། བམ་པོ་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པའི་སྟོང་ནས་བམ་པོ་གཅིག་སྟེ། ཡོངས་བསྟོམས་བམ་
 པོ་སུམ་ཅུ་བཞུགས། ༩ ཁ་པ་ལ ༡ དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ལེའུ་འགའ་ལ། བམ་པོ་བཅུ་གཉིས་
 རྫོགས་པ་དང་། སོ་གཅིག་པ་ས་བཅུ་པའི་ལེའུ། སྒྲོ་ག་ཉིས་སྟོང་བཞི་བརྒྱ། བམ་པོ་དགུ། སོ་
 གཉིས་པ་ཀུན་བཟང་གིས་བསྟན་པའི་ལེའུ། སོ་གསུམ་པ་ཉིང་འཛིན་བཅུ་པའི་ལེའུ། སོ་
 བཞི་པ་མངོན་ཤེས་བསྟན་པའི་ལེའུ། སོ་ལྷ་པ་བཟང་པོའི་ལེའུ། སོ་བྲག་པ་བྲངས་ལ་འཇུག་
 པའི་ལེའུ། སོ་བདུན་པ་ཆོད་ཆད་གྱི་ལེའུ། སོ་བརྒྱད་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་བསྟན་
 པའི་ལེའུ་ཡན་བམ་པོ་བརྒྱད་དེ། ཡོངས་བསྟོམས་བམ་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་དགུ་བཞུགས་སོ། ༩ ག་
 པ་ལ ༡ ལེའུ་སོ་དགུ་པ་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཆོས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པར་བསྟན་པའི་ལེའུ།
 བཞི་བཅུ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་རྒྱ་མཆོ་བསྟན་པའི་ལེའུ། ཞེ་གཅིག་པ་དཔེ་བྱང་
 བཟང་པོ་བསྟན་པའི་ལེའུ། ཞེ་གཉིས་པ་ཀུན་བཟང་གི་སྟོང་པ་བསྟན་པའི་ལེའུ་རྣམས་ལ་བམ་
 པོ་བརྒྱད་དེ། སྒྲིགས་བཅ་ལྔ་མའི་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་བསྟན་པའི་ལེའུ་ནས། འདིའི་བར་ཁྱོད་
 བསྟོམས་སྒྲོ་ག་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ། བམ་པོ་བཅུ་དྲུག་ཡོད་དེ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྟོང་པ་བསྟན་

པའི་ལེའུར་གྲགས་སོ། །ཞེ་གསུམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲེ་བ་དང་བྱང་བ་བསྟན་པའི་
ལེའུ། མྲོ་ག་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ། བམ་པོ་ལྔ། ཞེ་བཞི་པ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལེའུ་མྲོ་ག་སུམ་
སྟོང་སུམ་བརྒྱ། བམ་པོ་བརྒྱ་གཅིག་ ཞེ་ལྔ་པ་སྟོང་པོ་བཀོད་པ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་ལས་
སྟོང་པོས་བརྒྱན་པའི་ལེའུ། མྲོ་ག་བརྒྱད་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་བམ་པོ་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུ་པའི་སྟོང་ནས་
བམ་པོ་བརྒྱད་དེ་ཁྲོན་བམ་པོ་ཉིད་བདུན་རྣམས་བཞུགས་སོ། །༩ ལ་པ་ལ་ ༥ སྟོང་པོས་
བརྒྱན་པའི་ལེའུའི་འཕྲོ་བམ་པོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་དང་། དེའི་གཤམ་དུ་རྡོར་བཟང་གིས་ཀྱན་ཏུ་
བཟང་པོ་བསྟེན་ནས་བཟང་སྟོང་སྟོན་ལས་གསུངས་པའི་མཐར་སྟོང་པོས་བརྒྱན་པའི་ཆོས་ཀྱི་
རྣམ་གྲངས་ཆེན་པོ་ལས་རྡོར་བཟང་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་སྟོང་པ་ཕྱོགས་
གཅིག་པ་གསུངས་པ་ལ་བམ་པོ་གཅིག་སྟེ་ཁྲོན་བམ་པོ་སུམ་ཅུ་རྣམས་བཞུགས་སོ། །དེ་ལྟར་
པལ་པོ་ཆེའི་ལེའུ་རི་སྟེང་པ་འདི་ལ་ཀྱན་མཁུན་བྱས་ལེའུ་བཞི་བརྒྱ་ཅ་ལྔ་པ་ཡན་ཆད་དུ་མྲོ་
ག་སུམ་ཁྲི་དགུ་སྟོང་སུམ་ཅུ། བམ་པོ་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་དང་མྲོ་ག་སུམ་ཅུ་ཡོད་པར་གསུངས་
སྟངས་པ་མྲོ་ག་སུམ་བརྒྱ་ལ་བམ་པོར་བཅད་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ལ། དཀར་ཆག་ལྷན་དཀར་
མར་བམ་པོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་དུ་མཛོད་སྟངས། འདིར་ནི་ཆལ་པ་བཀའ་འགྲུང་གི་དཀར་
ཆག་དང་མཐུན་པར་ལེའུ་ཞེང་པ་ཡན་བམ་པོ་བརྒྱ་དང་བཅོ་ལྔ། དེ་ཕྱིན་བམ་པོ་གཅིག་
བཅས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཡོན་ཅིང་། བམ་ཆད་ནི་པལ་ཆེར་མྲོ་ག་སུམ་བརྒྱ་ཅམ་དང་།
འགའ་ཞིག་བཞི་བརྒྱ་དང་ཕྱེད་བཞི་བརྒྱ་པའང་ཡོད་པར་འདུག་གོ། །སྒྲུར་བྱེད་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་
མཁན་པོ་རྩི་ན་མི་ཉ་དང་། སུ་རེ་རྒྱ་པོ་རྩི་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ལ་སོགས་པས་བསྒྲུར་
ཅིང་ལོ་ཆེན་བེ་རོ་ཅ་ནས་ཞུས་ཆེན་མཛོད་པར་བཤད་དོ། །ཞེས་སྡེ་དགེ་བཀའ་འགྲུང་དཀར་
ཆགས་ལས་དང་། རོ་ནད་རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འགྲུང་སོགས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་
དོ། །ཡང་། བཅོམ་ལྷན་རིག་རལ་གྱི་བོད་དུ་བསྟན་དར་ཚུལ་བཤད་པ་«བསྟན་པ་རྒྱས་པ་
རྒྱན་གྱི་ཉི་འོད་ཅེས་བྲ་བ»ན་ལས། སངས་རྒྱས་པལ་པོ་ཆེ་ཤོ་ལོ་ག་སུམ་ཁྲི་དགུ་སྟོང་སུམ་
ཅུ་སྟེ་བམ་པོ་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་དང་ཤོ་ལོ་ག་སུམ་ཅུ་དང་། ད་ལྟ་སྟེ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ལ་ལེའུ་བཞི་

བཅུ་ཅུ་ལྷའི་དང་པོ་འཛིག་རྟེན་གྱི་དབང་པོའི་རྒྱན་དང་། མཐའ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་
 བ་འབྱུང་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་བ་དང་། རྣོང་པོས་བརྒྱན་བཞུགས་པའི་བཟང་གིས་སྒྲ་མ་
 བསྟེན་བཞེས་པ་ལ་ཡོད་ལ། དཀོན་མཆོག་ཏུ་ལ་ལ་བཅ་པོ་ལྷ་སྟེ་གུད་ན་ཡོད་དོ། །འདིའི་ཤིན་
 ཏུ་རྒྱས་བ་ཆེན་པོའི་མདོ་སངས་རྒྱས་པལ་པོ་ཆེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱི་ནས་གཟུངས་བསྐྱུས་སུ་
 བཅུག་ནས་སྤྲང་སྟེ་འདི་གཟུངས་མ་ཡིན་པས་པལ་ཆེན་གྱི་རྒྱ་ལ་བཞག་གོ། །འདིའི་དང་པོ་མ་
 རྟེན་དཔྱེ་ཆོས་ཀྱི་དཀོན་པར་གསུངས་བ་དང་ས་བཅུ་བ་སངས་རྒྱས་ནས་ཞག་བདུན་པུག་
 གཉིས་པ་ལ་གཞན་འབྱུང་དབང་གཉིས་ཀྱི་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དབང་བསྐྱུར་གྱི་གནས་སུ་གསུངས་བ་
 དང་། རོར་བཟང་གིས་སྒྲ་མ་བསྟེན་བཞུགས་པའི་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། དཀོན་
 མཆོག་ཏུ་ལ་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་གསུངས་བ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་དུ་མ་ཡོད་མོད་ཀྱི་སྡོན་དཔེ་
 ཉམས་པའི་ཆེ་གང་རྟེན་བ་ཐེས་པས་བར་བར་ནས་ཆད་བཞུགས་པོ་ཡོད་ལ་མཐུག་ཅི་སྟེད་བ་
 རྟེན་གས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ་གང་རྟེན་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །པལ་ཆེན་གྱི་ལུ་སྟེ་བཞི་
 པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སངས་རྒྱས་འབྲིང་། བར་སངས་རྒྱས། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐད་དོད་བུརྟེན་ནི། རྟོགས་
 པའམ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ལའང་འབྱུག་པས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པས་ན་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཐ་
 སྟེད་བཏགས་ལ། ཉན་ཐོས་ལས་ཁྱད་བར་དུ་འཕགས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ལས་དཔན་པས་ན་
 འབྲིང་དོ། །

སངས་རྒྱས་མར་མེ་མཛད། མར་མེ་མཛད་ལ་གཟིགས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི། མཐུལ་གྱི་སྐབས། སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་
 ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི། ཞེས་བརྗོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་འབྲུལ་རྒྱུའི་ཐས་དང་། སངས་
 རྒྱས་ཞིང་ལ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་བགྱི། ཞེས་བརྗོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་འབྲུལ་
 པའི་ལུ་ལ་བཞག་ནས་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱི། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པ། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་

མེད་དབང་པོ་སོགས་མཁས་པ་མང་པོ་གསུང་ངོ། །

སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཞབས། སྒྲོབ་དཔོན་མང་གི་བཟང་པོའི་སྒྲོབ་མ་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ནི།
ཨོྭེ་ཡ་ནའི་ཡུལ་དུ་ཕྱོན་ནས། ལམ་སྤྱི་ཆེན་མོ་མཉེས་པར་བྱས། གཤམ་ཡང་སྤང་བའི་ཞབས་
དང་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་སོགས་ལས་གསང་བ་འདུས་པའི་དབང་རྒྱད་མཉམ་རྒྱུ་དང་
བཅས་པ་མཐོན་ནས་བསྐྱོམས་པས་ཀྱང་བྱུང་སྟེ། བི་ག་མ་ལྷི་ཡར་སྤྲུགས་ཀྱི་རྩོད་སྒྲོབ་
དཔོན་ཆེན་མོ་མཇུག་དེ་གི་ཡོག་སྟེ་གསུམ་དང་། བད་རྒྱུད་སྟེ་ལྷ་སྟེ། འདུས་པ། རྒྱ་འབྲུལ་བ་
སངས་རྒྱུ་མཉམ་སྒྲོབ་། རྒྱ་གསང་ཐིག་ལེ། འཇམ་དཔལ་ཁྲོས་པ་ནམས་དང་། བྱུང་བར་
གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་གཙོ་བོར་བཤད་པས་རྩོད་སྟེ་ཐིག་པའི་བསྐྱེད་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱས་པར་
མཛད། རྒྱབ་ཐབས་ཀྱང་བཟང་། རྩོགས་ཅིམ་གྲོལ་བའི་ཐིག་ལེ་སོགས་མཛད་ཅིང་འདུས་པ་
ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཡུགས་ཞེས་སྒོལ་ཆེན་གཅིག་ཏུ་གྲགས། འཇམ་དཔལ་གྱི་གསུང་ལ་ཐེན་
ཟིན་སྟེ་མཛད་པ་འཇམ་དཔལ་ལྷང་སོགས་གཞུང་བཅུ་བཞི་དང་གཤམ་ཡང་གཞུང་མང་པོ་
མཛད། སྒོབ་མ་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་གཙོ་བོར་རྒྱལ་ཆབ་ཀྱི་ས་ལ་གནས་པ་བཙོ་བརྒྱད་དང་།
མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་སྤང་ན་ལས་འདས་པ་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོ། དཔ་ཞི་བཤེས་གཉེན། རྒྱ་
གཙན་འཛིན་བཟང་པོ། རྩོད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ་མཆོག་བཞི་སོགས་ཕྱོད་ནོ། །

སངས་རྒྱལ་སོ་ལྷའི་སྤྱུ་མཛོག་བྲག་མཆོག་སོགས་ཀྱི་བྱང་པར། ལྷར་བཞགས་ཀྱི་ལྷ་སོ་ལྷའི་སྤྱུ་
མཛོག་བྲག་མཆོག་སོགས་ཀྱི་བྱང་པར་ཞེས་པའི་ཐད་དྲུག་ཟེགས།

སྒྲ (ལེགས་སྒྲ) སེམས་དབའ། བསྐྱལ་ཚུལ་ནི། སཏྲ་མ་ལྟ་བུར་བསྐྱལ་གོ་ཞེས་གསུང་ངོ། །དེ་
བཞིན་དུ་སྤྱ་རྟ་བ་ཞེས་བ་ལ་སོ་མ་རྟ་བ་དང་། ཨི་ལྟ་བུར་ཞེས་བ་ལ་ཨི་ཤོ་མ་ར་དང་། སྤར་ཞེས་
བ་ལ་སོ་མ་ར་དང་། རྩ་བ་ཞེས་བ་ལ་རྩོ་མ་ལྟ་བུར་བསྐྱལ་གོ་གསུང་། དེས་དེ་དང་འབྲ་བ་
གཞན་རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲོ་ལོ། །

སད་མེད། སད་དང་མེད་བཞེས་བ་སྟེ། སད་ནི་འདྲིར་གནམ་གཤིས་ཀྱི་གངས་ཆད་ལྷན་འོར་གྱི་
འོག་ཏུ་ལྷན་ནས་ལོ་ཐོག་བཞུགས་པེངས་སུ་གྱུར་ཏེ་སྟེ་མི་ལྷུང་པར་གྱུར་པའི་ནད་ཅིག་ལ་

ཟེར་ལ། དེའི་སྐད་ཀྱི་ frost ཟེར་བ་དེ་དང་པལ་ཆེར་ཕྱོགས་མཚུངས་སོ། །སེར་ནི་སེར་བ་
སྟེ་པལ་སྐད་ཏུ་སེར་ཟེར་བ་དེའོ། །

སད་ཏུས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱེའི་བསྟེ་བ། བསྟེ་བ་སྐྱོར་དགའའི་གསུམ་པ་དང་སད་ཏུས་ཀྱི་བསྟེ་བ་གསུམ་
ཀྱི་འང་གསུམ་པ་ནི། སད་ཏུས་ཀྱི་ལོངས་སྐྱལ་ས་ལངས་པ་སྐྱལ་སྐྱེ་དང་བསྟེ་བ་ནི། བོང་ཏུ་
བཤད་པ་ལྟར་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་སྐྱལ་ས་ལྟར་བར་ཚོམ་པ་ན། རྣམ་སྟོན་ཀྱི་ཕྱུས་འདི་གསང་འདུས་
ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ན། སྐྱལ་སྐྱེ་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔལ་ལ། རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱར་ལྟར་བ་དང་། འཛིགས་
བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ན། སྐྱལ་སྐྱེ་འབས་བྱ་རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་དཔལ་རྗེ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱར་
ལངས་ལ། བོང་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ཀྱི་ཕོན་ཏུ་ཕྱ་བའི་རྒྱུད་སེམས་ལས་བྱལ་བའི་ལོངས་སྐྱེ་དེ་
ཡང་སྐྱལ་སྐྱེའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་རྩལ་གྱིས་བཞུགས་པའི་སྐྱལ་སྐྱེ་དང་བསྟེ་
བའོ། །

སད་ཏུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེའི་བསྟེ་བ། བསྟེ་བ་སྐྱོར་དགའའི་དང་པོ་དང་སད་ཏུས་ཀྱི་བསྟེ་བ་གསུམ་ཀྱི་འང་
དང་པོ་ནི། རྗེ་རྗེའི་ཕྱུས་ལ་གནད་ཏུ་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་སྟོང་གའི་རྒྱ་ཁྱིའི་ནང་ཏུ་
བཞུགས་གནས་ཐེག་གསུམ་བྱས་པ་ལས་སྟོན་རྒྱ་ཏུ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉགས་རྣམས་འཆར་
ཞིང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྤང་བ། མཆེད་པ། ཉེར་ཐོག་ འོད་གསལ་རྣམས་འཆར་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་
ཏུས་སུ་ལྟ་བ་འན་པར་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུད་པར་འོད་གསལ་ཀྱི་ཏུས་སུ་གདམས་ངག་དང་སྐྱར་
ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་སད་ཏུས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱེའི་བསྟེ་བ་ཡིན་ལོ། །

སད་ཏུས་ཀྱི་ལོངས་སྐྱེའི་བསྟེ་བ། བསྟེ་བ་སྐྱོར་དགའའི་གཉིས་པ་དང་སད་ཏུས་ཀྱི་བསྟེ་བ་གསུམ་
ཀྱི་འང་གཉིས་པ་ནི། སད་ཏུས་ཀྱི་སྐྱེ་ཕྱུས་ལོངས་སྐྱེ་དང་བསྟེ་བ་ནི། བོང་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ཀྱི་
འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱེ་དང་བསྟེ་བ་དེ་ལས་ལྟར་བར་ཚོམ་པ་ན་ཕོན་ཏུ་ཕྱ་བའི་རྒྱུད་སེམས་ཙམ་
ལས་རྣམ་སྟོན་ཀྱི་ཕྱུང་པོ་ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་སྟེ། གསང་འདུས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ན། ལོངས་སྐྱེ་
དང་པོའི་མགོན་པོ་དང་། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ན། རྒྱ་རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་འཇམ་དཔལ་
གཞོན་ཏུར་གྱུར་པ་འཇམ་འཛོན་ལྟ་བུའི་སྐྱར་སྐྱེད་ཅིག་གིས་ལྟར་བ་ནི་སད་ཏུས་ཀྱི་སྐྱེ་པ་

མོངས་སྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་ནོ། །

སད་པ། 1 སངས་པ། གཉིད་སད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 2 རྒྱལ་བའམ་བརྟམ་པ། དཔེར་ན་བག་ཆགས་སད། ཉམས་སད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ། 3 བརྟམ་དབྱེད་དམ་ཆོད་ལྟ་བུར་པའི་དོན། ཅི་ཟེར་བརྟམ་པའི་ཆོག་ལ་སད་གདའ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། བོད་ལ་བཅུན་བ་གཏུབ་མི་གཏུམ་སད་པའི་ཕྱིར་སད་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 4 ལྷའི་མིང་། ལྷ་རྣམས་ལ་གཉིད་མེད་པས་དེ་དག་ལ་རྣམས་སད་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་ལ་སད་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ན་གཞིགས་ན་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཉིད་ཏུ་ལྷ་བཅུ་བྱུག་ལ་སད་པ་བཅུ་བྱུག་ཅེས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །

སད་པ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་བསྐྱེད་པ། བསྐྱེད་པ་སྐྱོར་དགའི་བྱུག་པ་དང་གཉིད་ཏུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་གསུམ་པ་ནི། སད་པ་སྐྱེལ་སྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། བོད་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་སྐྱེལ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་ལས་ལྷང་བར་ཚོམ་པ་ནི། རྣམ་སྟོན་གྱི་ལུས་འདི་སྐྱེལ་སྐྱེད་དེ་ཆེ་སེམས་དཔའ་དང་། རྟོན་ཆེ་འཆང་གང་རུང་དང་། འཛིགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་སྐྱེལ་སྐྱེད་ལྲས་ལྟ་བུའི་འཛིན་པ་དཔའ་ལྟོན་ཆེ་འཛིགས་ཀྱི་སྐྱེད་པ་སྐྱོམ་ལ། དེའི་གྲགས་ཀར་མི་ལམ་གྱི་མོངས་སྐྱེད་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པར་བསྐྱོམ་པའམ། སྐྱེལ་སྐྱེད་པ་སྐྱོམ་པ་ནི་སད་པ་སྐྱེལ་སྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ལོ། །

སད་འབྲུམ། གཉིད་ཡང་ཡང་སད་ནས་གཉིད་མི་ཡོང་བ་ལ་སད་འབྲུམ་ཟེར།

སད་མི་བདུན། (འདུལ་བ) ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྐོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་ (ལང་འགྲོ་སྤང་བཞེད། གཉེར་སྟག་བཙན་གཤོང་གཞིག་སང་མགོ་ལྷ་ལུང་གཞིགས། མཆིམས་མེ་ལྷ་རྣམས་མངགས་ནས་བེ་ཀ་མ་ལྷོ་ལའི་གཙུག་ལག་ཁང་ནས) རྒྱ་གར་གྱི་ཐམས་ཅད་ཡོད་སྟེ་ལྷའི་སྤེ་པའི་དགེ་སྟོང་བཅུ་གཉིས་སྟེ་བྱང་ས་ཉེ་མཁན་ཆེན་པོ་རྩེ་སཏུས་ (ཤུལ་རྟེན་ཉལ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་) མཁན་པོ་མཛད་དེ་བོད་ལ་རབ་བྱུང་ཡོང་མི་ཡོང་ཆོད་བརྟུ་བའི་ཕྱིར་སད་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ཉེ་རིམ་གྱིས་བོད་ཀྱི་ལུས་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྤེ་མང་ཏུ་འཕེལ་ལོ། །སད་མི་བདུན་ནི། ༡ སྤྱི་བཞེད། (འདི་བོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་གི་དང་པོ་ཡིན། ཞེས་རྒྱལ་རབ་

434

ལ། དེ་དག་ལས་བྱུག་ནི་ “བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་” ཏུ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་༡༥པ་རྒྱ་དང་གོ་གཉིས་ཀྱི་
 མཆོན་གཞུང་ཏུ་འདར་གསལ་ལོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། སད་མི་བདུན་ཞེས་པའི་སད་ནི་བཟླ་དབྱང་
 དམ་ཆོད་བལྟ་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པས། བོད་ཏུ་རབ་བྱུང་ཡོང་མི་ཡོང་ཆོད་བལྟ་བའི་ཕྱིར་ཐོག་
 མར་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ན་སད་མི་བདུན་ཞེས་བྱའོ། །ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་
 སྟོན་སྟོད་ཆ་༣༩༡ན་སད་མི་བདུན་གྱི་གྲངས་འདྲེན་སོགས་ལ་དོགས་གཅོད་འདི་ལྟར་མཛོད་
 དེ། དེ་ཉིད་ལས། བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ཏུ་འདར་བར་བརྟེན་ཏུ་ས་ཁུས་དག་པས་ཉམས་བ་ཡིན་ནས་
 ཀྱུན་མཁུན་བྱ་སྟོན་ལྟ་བུ་འདི་ཅམ་ལ་མི་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། ཐོག་མར་བྱ་ཁྱིམ་ཐེགས་རབ་ཏུ་
 བྱུང་བས་མངོན་ཤེས་ལྟ་དང་ལྟན་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཅ་གསལ་སྣང་། ཅ་ཁྱི་བཞེད། སང་ཤི་
 ཏ། པ་གོར་བེ་རོ་ཅ་ན། ངན་ལམ་རྒྱལ་མཆོག་ འཁོན་སྒྲུའི་དབང་པོ་སྤྱང་བ། མ་རིན་ཆེན་
 མཆོག་ གཅོད་ལེགས་བྱུབ་དང་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཆོན་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་དང་དཔལ་
 དབྱངས་ལ་སོགས་པ་ཡིན། སད་མི་བདུན་ཟེར་དོ། །ཞེས་ཅ་ཁྱིམ་ཐེགས་དང་པོ་དང་གསུམ་
 པ་གཉིས་ཀར་ལན་རེ་བཟངས། ཁྱི་བཞེད་ཀྱི་བྱ་སང་ཤི་ཏ་ཞེས་པའི་བྱ་དང་ནམ་དབྱེ་ཆད།
 གཅོད་མཆོམས་ཉམས་པས་མིང་གཉིས་སུ་སོང་། དགྲའམ་བརྒྱད་བཟངས་ནས་མི་བདུན་
 ཡིན་ཞེས་བ་དང་། ཅ་རྒྱུའི་མིང་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་ཡིན་བ་འདྲ་བ་སོགས་ནག་ཤོག་ཆེ་བར་
 སྣང་ངོ། །ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་གཞི་བཅོལ་ས་ནི་རྒྱལ་རབས་ཅ་བཞེད་
 ཞབས་བཏགས་མ་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། །ཡང་སྟོན་པོ་བཀའི་ཐང་ཡིག་༤༡༥ལས། དེ་ནས་
 ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྟོང་ལྟེ་ཏུ་བཅན་གྱིས་མོད་ཀྱི་སད་མི་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་། སྤྱི་གསལ་སྣང་།
 སྤྱང་དཔལ་དབྱངས་ལ་གསུམ་རྒྱལ་བ་མཆོག་ལྟ་བུ་དཔལ་གྱི་དོ་རྩེ་མ་རིན་ཆེན་མཆོག་
 སྤྱི་ཁྱི་བཞེད་ལེ་རོ་ཅ་ན་དང་བདུན་ནོ། །ཞེས་ཆོག་རིས་མི་མཐུན་བ་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཏ། སམ་ཁ་དང་འབྲ།

སྤྱི་སྤྱི་ཏ། (ལེགས་སྤྱད་) 1 ལེགས་སྤྱད། 2 འདུས་བྱས། འདུས་བྱས་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་སྤྱི་ཏ་ཕྱུ་བྱུ་
 ཞེས་བ་ལྟ་བུ། སྤྱི་སྤྱི་ར་བམ་གཉིས་༡༤༧བལས་བཤད།

སྒྲིག་ (ལེགས་སྒྱུར) གངས་ཅན་པ། གྲེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་ ཙ་ ཙ་ལེ་ལེ་གསལ་ལོ།
 སམ་ཤ། ཟེན་གྱིས་འབྲེ་སའི་ཤིང་གི་བྱང་བྲ། འགའ་ཞིག་གིས་སམ་ཤ་ཟེར་བ་དོན་དངོས་བཅུམ་གྱ་
 ཟེར་བ་རེད་ཅེས་ཟེར་བའང་སྤང་། སམ་ཁའང་སྤང་།

སྒྲིག་ (ལེགས་སྒྱུར) ། རྒྱུད་མང་པོའི་བཤད་རྒྱུད་ཐུན་མོང་བ་སྒྲིག་ཏེ་འཕྲུལ་དཔལ་ཡང་དག་པར་
 རྒྱུར་བའི་རྒྱུད་ཆེན་པོ་བཟླ་བ་བཅུ་པ། བཟླ་བ་རེ་རེ་ལ་རབ་བྱེད་བཞི་བཞི་ཡོད་པ། དེའི་
 རྒྱུད་བྱི་མ་དང་བཅས་པ། འདིའི་ཙ་རྒྱུད་རྒྱས་པ་སྤྲུལ་ཅུ་ཙ་བྲག་ཡོད་པར་ཞི་བུ་རྒྱ་ཉིའི་འབྲེལ་
 པ་ལས་འབྲུང་ཞིང་། ཙ་རྒྱུད་བསྐྱུས་པ་འདི་ལ་སྒྲོ་ཀ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་དོན་ལྡ། རྒྱུད་བྱི་
 མ་ལ་བྲག་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ཙ་བརྒྱུད་དང་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཡོད་པར་བཤད་དོ། འདི་ལ་སྒྲིམ་ཁ་ཅིག་
 གྲེ་རྟོག་གི་བཤད་རྒྱུད་བྲེད་ཡང་། བྲེ་རྟོག་གིས་རྒྱུད་བྲེ་མའི་བཤད་རྒྱུད་ཡིན་པ་དང་།
 ཁྱད་པར་བདེ་མཆོག་གི་བཤད་རྒྱུད་ཡིན་པར་སྤྲུབ་བྱེད་དང་བཅས་ནས་གསུངས་པ་ཉིད་
 དོན་ལ་གནས་ཤིང་ལེགས་པར་སེམས་སོ། །ལྷང་སྒྲི་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ལྡན་གྱིས།
 བདེ་དབྱེས་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །སྒྲིག་ཤེས་བྲ་བ་
 བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། ཡང་དག་པར་རྒྱུར་བ་ཞེས་བྲ་ལོ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ སྒྲི་ལྷ་ལྷ་མ་མུ་
 ཡ་ན་ཉ་སྒྲི་ བོད་སྐད་དུ་ ཡང་དག་པར་རྒྱུར་བ་ཞེས་བྲ་བའི་རྒྱུད་ཆེན་པོ། རྒྱུད་པ་ ཙ་ཙ་
 བ་མན་བཞུགས་སོ། རྟོག་ཟེལ་དང་བཟང་ཟེལ་གི་སྟོན། རྒྱུད་དེ་གའི་ཤོག་གངས་༡༤༤ནན་
 གསལ་ལོ། 12 ཁ་སྒྱུར་རམ་གཏུ། འཕགས་བོད་སྐད་གཉིས་ཤེས་སྒྱུར་ན་གསལ།

སྒྲིག་ (ལེགས་སྒྱུར) ཐུན་པ་དང་འབྲ།

སྒྲིག་ཏེ་འབྲེལ་པ་བཞི། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ཐན་པའི་སྤང་བ། (ཞི་བུ་རྒྱ་ཉིས་མཛད། འདི་བསྐྱར་
 འགྲུར་རྒྱུད་འབྲེལ་ ཙ་ ཙ་ ཙ་ལེ་ལེ་གསལ་ལོ།) རབ་ཏུ་གསལ་པ་ཁ་སྒྱུར་གྱི་འབྲེལ་པ།
 (སྒྲོ་བ་དཔོན་ཀྱ་ཡ་སྤྲུལ་བྱེས་པོས་མཛད། འདི་བསྐྱར་འགྲུར་རྒྱུད་འབྲེལ་ ཙ་ ཙ་ ཙ་ལེ་ལེ་གསལ་
 བཞུགས་སོ།) མན་དག་སྟེ་མ། (སྒྲོ་བ་དཔོན་འཛིགས་མཛད་འབྲུང་གནས་སྤྲུལ་པས་མཛད།
 འདི་བསྐྱར་འགྲུར་རྒྱུད་འབྲེལ་ ཙ་ ཙ་ ཙ་ལེ་ལེ་གསལ་ལོ།) རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆའི་

ཐེང་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་དཔལ་པོ་དོ་རྗེས་མཛད་པ་དང་བཞིལ། །འདི་བསྟན་འགྲུར་རྒྱུད་འགྲེལ་།
ང་པ་ རྟེན་བྱར་བཞུགས་སོ། འཁྲོལ་ཆོས་འབྱུང་ལྟར་ལོ། །

སུམ་སྒྲིམ་བྱུང་། (ལེགས་སྦྱར) ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སངས་རྒྱུ་གི་མཆོན་
གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྒྲིམ་བཅའ་གཉིས་ལས། སུམ་སྒྲིམ་བྱུང་ཞེས་པ་ “སུམ་ཀ” གི་ཡང་དག་པ།
“སམ” གི་ “སམ་རྩ” འཕྲ། “སམ་སྒྲུའྲ” སྟེ་མ་ལུས་པའམ་རྫོགས་པ། “བྱུང་” གི་སངས་རྒྱུ་ས་
པ་ལ་བྱ་སྟེ། སྒྲིམ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཞོར་བར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་ཅིང་མཛོན་བར་
བྱང་རྒྱུ་པའི་མཆོན་ཏེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །སྒྲིམ་བཤད་ནི། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་ཏེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་
རྫོགས་པར་ཏེ་མཐའ་དག་པར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱལོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
ཆེར་འགྲེལ་ལ་གཞི་བྱས།

སའི་ཁམས། སའི་འབྱུང་བ། སའི་རང་བཞིན། སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྒྲོ་བློས་མི་
ཐད་པས་བསྟན་པའི་མདོའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་། ཅི་ ༡༡༥ནང་ལས། སའི་ཁམས་ནི་སའི་རང་
བཞིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སའི་ཐེག་ལེ། ས་ཡི་ཐེག་ལེ་ལ་གཟིགས།

སའི་བྲེགས་པ། མང་པོའི་དཔེ།

སཀ། (ལེགས་སྦྱར) ལེ་ལྟ། གོ་རིམ། དེམ་པ། སྒྲིམ་སཀ་ཞེས་པ་འབྱུང་ཁུངས། གཤེས་ཀ་ བྲིས་པ་
སོགས་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་པར་ལེགས་སྦྱར་གི་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་གསལ་བ་ལ་
གཟིགས།

སཀ་མ་ལོག་པ། འཇུག་སྒོ་མ་ཞོར་བ། ཆོས་ཀྱི་སཀ་མ་ལོག་པ་དང་འབྲ།

སྟེ་སྟེ། (ལེགས་སྦྱར) བཀ་ཤིས། བདེ་ལེགས། བསོད་ནམས། འཆེ་མེད་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་བཤད།
སི་ཏུ་འགྲེལ་ཆེན་དུ་འང་སྟེ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད་དོ། །

སྟི་ཏུ། (ལེགས་སྦྱར) 1 རོལ་རྟེད་མ་སྟེ་རྩ་ཤའི་རྒྱུང་མའི་མིང་། རྒྱ་གར་བས་སྟི་ཏུ་ སྟི་ཏུ་ 2 རྩ་

བོ་སྤྲུལ་མདོ་བླ་པ་ཉེར་གཞག་༩ ག་པ་ ༡༧༥ན་ལས། ལྷའི་མིག་གིས་མཐོང་བར་གྱུར་པ་
 སྤྲུལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུ་བོ་ཡོད་པ་ནི་རྒྱུ་ནི་དཔག་ཆད་བཅུ་ཡིན་ལ་རིང་བར་གྱུར་པའི་དངོས་
 བོར་ནི་དཔག་ཆད་སྤུམ་བུ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །ཚུ་གྲུང་དེ་ལས་འདས་
 བར་གྱུར་པ་ན་འཛམ་བུ་སྤྲིང་གི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲིང་ཡོད་ཅིང་། སྤྲིང་འདི་ནས་རི་རབ་
 ལྷན་བོ་ཡང་ཏ་ཅང་རིང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་མདོ་དེ་ཉིད་༡༧༥ན་གསུངས་སོ། །³ བྱེ་མ་ཀ་
 ར། ⁴ དཀར་མོ། ⁵ སྤོས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་སོགས་ལ་འཇུག་པར་བཤད།

སི་པ་ཁྱི། ཚུ་སྤྲིན་སྤྲོར་མོ་སྤྲེ་བྲག་ལ་སྤྲེས་པ་དེའོ། །

སི་པ་ན། སུ་པན་ལ་གཟིགས།

སི་རྒྱ་ལ། (ལེགས་སྒྱར) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་སེའེ་འཛིན་ཞེས་བྱ། དེ་ལ་ལྟ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས།
 དེའི་འོག་དུ་སི་རྒྱ་ལ་འབངས་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྤྲིན་ལ་ཞེས་ཀུན་གྱིས་འཛོད་པར་བཤད། མིང་
 གཞན་ཡང་ཅམར་རྩི་པ་བྱ་བ། ཁོང་ཅག་གི་རྒྱལ་རབས་ན་ཡང་མིང་དེ་གསལ་བར་བཤད།
 གཞན་ཡང་རྒྱ་རྩི་པ་སྤྲེ་ཟངས་སྤྲིང་ཡང་འདི་ལ་ཟེར། རང་རེའི་འདུལ་བའི་དཔེ་མེད་མའི་བྱུང་
 བའི་སྐབས་ན་ཡང་གསལ་ལ། ཁོང་དག་ལ་ཡང་རྒྱས་འདུག་ཅེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་
 ཚེས་འཁོལ་གྱི་སི་རྒྱ་ལའི་ལོ་རྒྱུས་ན་གསལ། སི་རྒྱ་ལ། ལྟ། སྤྲི་ལྟ། ཟངས་སྤྲིང་། ཅམར་
 རྩི་པ། རྒྱ་རྩི་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤྲིན་
 བདུད་འབྲུམ་གཅིག་བཟུལ་བ་དང་། ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་བྱ་བའི་ལྟ་ཡང་འདི་རང་
 ཡིན། དེ་སྤྲིན་པོ་ལྟ་མགོན་བཅུ་འུལ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས།

མིང་ཏ། (ལེགས་སྒྱར) སེའེ། སྤྲིན་དང་དོན་གཅིག

སི་རྒྱ། སྤར་སོག་པོའི་སྐབས་ཀྱི་བོ་གནས་ཤིག་སྤྲེ། ཚེས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྤྲིན་ཆ་
 ༡༠༧ལས། སི་རྒྱ་ནི་རྟོར་དུས་ཀྱི་ལས་ཀའི་མིང་ལྟེས་འཇགས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རོ། །

སི་རྒྱ་ར། (ལེགས་སྒྱར) ལི་ཁྲི། ལེགས་སྤྲུར་དུ་སྦྲེར་དང་། དཔྱིན་སྐད་དུ་vermilion ཟེར།

སིཿཱ། (ལེགས་སྤྱད) 1 རྒྱ་གར་གྱི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག 2 རྒྱ་མཆོའི་མིང། སི་བོད་སྐད་གཉིས་ཤུར་གསེར་གྱི་བྲེང་མཛེས་སོགས་སྤྱ་གསལ། 2 ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་སིཿཱ་འབབ་པའི་ཡུལ་རྒྱ་གར་ལྗོངས་ན་ཡོད་པ་ལ་བཞིན། འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་ནུབ་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པར་བཞིན།

སཱི་བ། 1 བསཱི་བ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཉལ་བའ་ལས། སཱི་བ་ནི་བསཱི་བའོ། ཞེས་གསུངས། 2 བདེ་བ། ཆོར་བ་སཱི་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སོ་སའི་སྤྱེ་བོ་དང་འཕགས་པ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཆོར་བ་སཱི་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བདེ་བ་ཐ་ན་སཱི་བ་ཅན་དེའུལ་བར་སྤྱེས་པ་ན་རྒྱུད་བསཱི་བ་ལངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱེས་པ་ཡན་ཆད་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོན་དགེ་བའི་ལས་བསགས་པ་ལས་འབྱུང་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

སིྱ། (ལེགས་སྤྱད) སེཿ།

སིྱཏ། (ལེགས་སྤྱད) སིྱ་ལ་དང་དོན་འདྲ།

སཱི་སྟན། དཀྱོལ་བྱའི་སྤྱབས་ཆལ་ཞིག སྤྱ་བཤད་ནི། སཱི་སཱི་ཞེས་པའི་སྤྱ་སྟན་པར་སྤྱོག་པས་ན་སཱི་སྟན་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱ་སྟན་ཞེས་པ་ཡང་སྤྱ་སྟན་པར་སྤྱོག་པས་ན་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན།

སྤྱ་ཏ་ས། སྤྱ་དྲ་ས་ཞེས་པའི་ལེགས་སྤྱར་བྱུར་ཆག་པའོ། དེ་ཡང་སྤྱ་ནི་ལེགས་པ་དང་། དྲ་ས་ནི་བྲན་ནས་འབངས་ཀྱི་མིང་རོ། །འབངས་སམ་བྲན་གཡོག་བཟང་པོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་ལ་འདྲ་ས་དང་དྲ་སི་ཞེས་པ་རིམ་བཞིན་བྲན་གཡོག་པོ་མའི་མིང་ལ་ཤིན་ཏུ་གྲགས་ཆེའོ། །དབྱངས་ཅན་དགའ་ལྗོས། སྤྱ་ཏ་ས་ཞེས་པ་ནི། སྤྱ་དྲ་ས་སྟེ་ལེགས་པའི་འབངས་སམ་བྲན་བཟང་ཞེས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱེས་པའི་རབས་ལས། བདག་གི་སྤྱོད་པ་ངན་པའི་གཟུགས། ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་མཛོང་ན། ཡིད་ལ་གདུང་བ་རབ་སྤྱེས་ཏེ། བདག་ནི་ཆོས་ལ་ཕྱོགས་པར་འབྱུང་། ཞེས་སྤྱ་ཏ་སའི་

བྱས་ཐུག་ལྷན་ཁྲི་བ་ལ་ཆོས་ལྷོད་པའི་མིར་ཁྱེས་པ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་བསམ་
བ་ཆོས་ཉན་པའི་ལྷོད་དུ་གྱུར་པར་མཁྱེན་ནས་ཆོས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ལྷ་མོ་ལྷ་མོ། ལྷ་མོ་ལྷ་མོ། ལྷ་མོ་ལྷ་མོ།

ལྷ་རྒྱུ་བན་ཅ་ཞེས་པའི་ཚིག་བསྐྱུས་པའོ། །མི་བན་དང་དོན་བད། ལྷ་བན་ཞེས་གྲིས་ན་
ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། དུལ་སྐྱད་དུ་འདི་ལ་ “ལྷ་རྒྱུ་བན་ཅ” ཟེར་པའི་ཕྱིར་ཡོ། །

ལྷ་ལྷུག་སོག་ལླང་ ལྷ་ལྷུག་ཉི་སོག་ལླང་ལ། བའི་གཤག་དང་ལྷུག་གི་འཕྲོག་སྡེར་ཟེད། ཞེས་ལྷ་ལྷུག་
ལྷུག་དང་ས་ལྷོད་ཆ་༩༩ན་གསལ།

སྲུག་པ། ལག་པ། ལག་པ་སྒྲིམ་པ་ལ་སྲུག་གིས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ཀ ༥༦༤
ལས། ལྷ་བདག་གིས་ཨང་གའི་རྒྱལ་པོ་བཀུས་སྟེ་ཤོང་ཁྱེར་ཅན་པ་རང་གི་སྲུག་པར་ཐོབ་
ལགས་ན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ཐུག་བྲིས། ལག་བྲིས། ལག་བས་བྲིས་བ།

ལུག་སྒྲེལ། <སྒྲེལ་ལྔ> ཞེས་བྲམ་སྟེ། ཅི་སྒྲུབ་གྱི་རིགས་ཤིག་ལག་འཁེབས་གིས་འདི་ཕྱི་རྒྱལ་བས་
 cardamom ཟེར་བ་དེ་ཡིན་ཟེར། ལུག་སྒྲེལ་ནི་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྒྲེལ་ལྔ་རྒྱར་ཉན་ས་པ་ཡིན།
 ལྷན་དོད་དེ་ཕྱི་ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་ཆེན་ལོ་༤༧༤་གསལ།

སུན་སྤྱང་ག། སུན་འབྲིན་པ་དང་དོན་གཅིག།

ལུན་འབྱེན། ཐལ་བའས་སྟོན་བརྗོད། དགག་བ། ལུན་འབྱེན་ཡང་དག་ལྟར་སྤང་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། མདོར་
 བ་ལུན་འབྱེན་དང་ལུན་འབྱེན་བ་གཉིས་ནི་མིང་དང་ལས་ཚིག་གི་ཁྱད་པར་ཙམ་ལས་དོན་
 གཅིག་སྟེ། དཔེར་ན་འཕྲོ་བ་རིགས་ལྷག་ཅེས་པའི་འཕྲོ་བ་ནི་མིང་དང་། ལས་ལྷ་འཕྲོ་བ་ཞེས་
 པའི་འཕྲོ་བ་ནི་ལས་ཚིག་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱས་པ་ལུན་འབྱེན་ལ་གཟིགས།

སྤྱོད་འབྲིན་གྱི་ 1 ཐལ་བའི་སྤྱོད་བཟོད་བྱེད་པ། སྤྱོད་འདོན་གྱི་ སྤྱོད་འདོན་གྱི་ཆོག་སྤྱོད་པ། དགག་
 བ་རྒྱག་གྱི་ 2 སྤྱོད་པ། ཅོན་མོངས་སྤྱོད་འབྲིན་གྱི་ལ་འབད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 (འབྲུག་པ) ཅོན་མོངས་
 བཟོད་བྱེད་པ། དོར་བའི་ཐེངས་ལ་བཟོ་བྱེད་པ། བྱིས་པ་སྤྱོད་འབྲིན་གྱི་ལས་ཁེས་པ་ལྟ་བུ། 4 (འབྲུག་པ)

བ) བཅའ་གཤམ་བྱེད་པ་ལའང་འཇུག་དག་སྒྲོང་མ་སུན་འབྲིན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བཅའ་གཤམ་བྱས་པས་དག་སྒྲོང་མའི་བསྐབ་སྒྲོམ་ཉམས་པར་བྱེད་པས་དག་སྒྲོང་མ་སུན་འབྲིན་ཞེས་བཏགས།

སུན་དབྱུང་བ། སུན་འབྲིན་པ་དང་འབྲ།

སུམ་བརྒྱ། བཅུ་པ་སུམ་ཅུ།

སུམ་བརྒྱ་བ། 1 (འདུལ་བ) འདགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་བའི་དག་ཚུལ་གྱི་ཆེག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་དཔོན་གྱི་ཡོད་ཀྱིས་མཛད། བསྐྱེད་འབྱུར་འདུལ་བའི་སྒྲེགས་བམ་༼འུ་པའི་༽ཤོག་གྲངས་༤༣ན་༤ན་བཞུགས་སོ། །འདིའི་མཆན་དངོས་ལ་སུམ་བརྒྱ་པ་ཞེས་མེད་ཀྱང་བྱིས་དཀར་ཆག་རྣམས་སུ། འདགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་བའི་དག་ཚུལ་གྱི་ཆེག་ལེའུར་བྱས་པ་སུམ་བརྒྱ་པ་ཞེས་གསལ་ལོ། །འདི་ལ་ཤོ་ལོ་ག་སུམ་བརྒྱ་ཡོད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བཟོད་དོ། །འོན་ཀྱང་འདི་ལ་ཤོ་ལོ་ག་སུམ་བརྒྱ་ཆང་མ་ཆང་བཏག་པར་འོས་སོ། །2 ཤེར་བྲིན་སུམ་བརྒྱ་པ་སྟེ། རྗེ་ཤེར་བྲིན་པའི་མིང་དོ། །དེ་ཡང་སྒྲོང་རྗེ་ལ་སྟེ། སུམ་བཅུ་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཤེར་བྲིན་སུམ་བརྒྱ་པ་འདི་རྗེ་ཤེར་བྲིན་པ་ཡིན་ཞེས་༤༡གསུངས་སོ། །

སུམ་ཅུ་ཙ་གསུམ། ལྷའི་གནས་ཤིག་སྟེ། བསྐྱེད་བཅོས་ལ་གྲགས་པ་ནི། མྱོང་ཁྱེད་གྱི་ཕྱོགས་བཞི་ན། འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་ལྷ་བརྒྱད་བརྒྱད་དེ་སུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་དང་། དབུས་ན་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྲིན་དང་སོ་གསུམ་མོ། འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་ནི། རྗེར་ལྷ་བརྒྱད་དང་། ཉི་མའི་བྱ་བཅུ་གཉིས་དང་། དག་པོ་བཅུ་གཅིག་ཐ་སྐར་གྱི་བྱ་གཉིས་ཉེ་སོ་གསུམ་མོ། །

སུམ་ཅུའི་དབང་ལྷག། (འདུལ་བ) ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྲིན་གྱི་མིང་། སྒྲོམ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་གསུང་།

སུམ་གཉིས། སུམ་ཆ་གཉིས།

སུམ་ཏྲགས། (བརྗོད་པ) བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྒྲོམ་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱན་གྱི་ཕྱི་མོ་སུམ་ཅུ་པ་དང་ཏྲགས་ཀྱི་

འབྲུག་པ་གཉིས། འཇམ་དབྱངས་རྣམ་འབྲུལ་ཐོན་མི་སྤྱོད་ས་མཛད།
 ལྷ་མ་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པའི་སྐོར། (བད་སྐོར) ལྷ་མ་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་གསལ་རྟེན་གྲགས་ཆེ་བ་འགའ་
 ཞིག་བཤད་པ་ལ། ཐོག་མར་འབྲེལ་པ་རྟེན་མའི་སྐོར་ལ། ༡ ས་སྤྱུ་བཞི་ཏ་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་
 མཆན་ (སྤྱི་ལོ་༡༡༤༣-༡༣༤༡) གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་ཀྱི་དོན་འབྲེལ་ཆེ་གས་བཅད་མ་
 ཡི་གའི་སྤྱིར་བ་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་ལེ་ཆན་ཁ་ཤས། ༢ དབྱས་པ་སྒོ་གསལ་བྱང་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་
 (བཅོམ་ལྷན་རིགས་པའི་རལ་གྱི་འོ་སྤྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་། དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པར་བྱོན་)
 གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༣ ལོ་ཆེན་ནམ་མཁའ་བཟང་ (ལོ་ཆེན་བྱང་རྒྱུ་རྩེ་
 མའི་བྱ་ཆེན་དང་། དུས་རབས་བཅུ་བཞི་པ) རོས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་བསྟན་
 པའི་སྤྱོད་མེ། ༤ ལྷ་མ་ཐང་པ་སྤྱི་གྲིས་ (དུས་རབས་བཅུ་བཞི་པའི་ནང་བྱོན་) མཛད་པའི་
 ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༥ ཡར་འཕྱོག་པ་རིན་ཆེན་རྟག་ (དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པ) གྱིས་
 མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཟ་མ་རྟག་ ༦ གོ་ལོ་རབ་འབྲུམས་པ་བསོད་
 རྣམས་སེང་གེས་ (༡༩༣༩-༡༩༤༩) མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༧ དགེ་ཡེ་བ་རྒྱལ་
 སྤྱིས་སེང་གེས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། ༨ བཀ་ཆེན་ལྷ་མ་རྟགས་
 ལྷན་ (༡༩༣༤-༡༩༥༣) གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༩ ལྷ་ལུ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆོས་སྤྱོད་
 བཟང་པོས་མཛད་པའི་སྤྱི་ཆེ་སྤྱོད་ལ་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་རྣམ་པར་གསལ་པའི་
 ལེགས་བཤད། ༡༠ བཀ་ཆེན་གསེར་མདོག་ཅན་པས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༡༡
 དཔའ་ལོ་གཙུག་ལག་བྱང་ (༡༩༠༩-༡༩༤༤) བས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་གསལ་
 བྱང་སྤྱོད་མེ། ༡༢ ལུང་མཁར་བ་སྒོ་གྲིས་རྒྱལ་ (༡༩༠༩-) རོས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་
 པ་མཁའ་པའི་དགའ་སྟོན། ༡༣ རབ་འབྲུམས་སྤྱི་བ་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་
 འབྲེལ་པ། ༡༤ འོ་ལྷ་སྤྱི་གསུམ་རབ་རྒྱས་གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ། ༡༥ སྤྱན་
 ལུང་བ་སྒོ་མཆོག་རྩི་རྩེས་ (༡༩༤༩-༡༩༥༡) མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་བྱང་འབྲུག་
 ལྷ་བྱང་ཡིད་ཀྱི་ཡིང་རྟ། ༡༦ ལྷ་ལུ་བ་ཆོས་ལེགས་གྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་རྟགས་འབྲེལ་པ་

མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་ ༡༥ གཏིང་སྒྲེས་ཆོག་གསལ་བ་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་མཛད་
 པའི་སྐུ་རྟགས་འབྲེལ་བ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ། ༥ དཀ་ཅི་སྐུ་རྟགས་གཉིས་ཀའི་འབྲེལ་བ་
 ཡིན་ནོ། ༡༦ རོན་མིའི་གདུང་བརྒྱད་ལས་འབྱུངས་པ་པཎ་ཆེན་བྱམས་པ་སྤིང་བས་ (༡༩༠༠-
 ༡༩༥༥) མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་པའི་འབྲེལ་བ་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་སོགས་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པ་
 ལས། དེང་སང་འགའ་ཤེས་གཏོགས་པལ་ཆེ་བའི་དཔེ་རྒྱུན་ཡང་དཀོན་པར་སྤང་རོ། །ཕྱིས་
 གྱི་འབྲེལ་བ་གསལ་མའི་སྐོར། ༡ རྣམ་སྤིང་པཎ་ཆེན་དཀོན་མཆོག་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་མཛད་
 པའི་ལེགས་བཤད་སྤང་བྱེད་ཅོར་བྲ། (༡༩༤༣ལོར་བརྩམས་) ༢ བ་སྐྱེད་གཤེད་བཤེས་རིན་ཆེན་
 དོན་བྱུ་བ་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་པའི་འབྲེལ་བ་ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་རྒྱུ། རྟགས་
 འཇུག་བཤད་སྤྱར་ཆོག་པའི་བཅད་ལ། (རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་སྟོད་ཅམ་ལ་བརྩམས་) ༣ ཅོན་
 ལྷ་མ་གྲགས་པ་བཤད་སྤྱུ་བ་ཀྱིས་ (༡༩༥༥-༡༩༥༩) མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་ཆོག་
 དོན་གསལ་བྱེད་སྤང་བ། ༤ ཀམ་སི་ཏུ་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤང་བས་ (༡༩༠༠-༡༩༥༩)
 མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་ཆེན་མཁས་པའི་མགུལ་རྒྱུན་སྐྱེད་གཤེད་མཛེས། (རབ་བྱུང་
 བཅུ་གཉིས་ཤིང་ལོར་བརྩམས་) ༥ ལ་སྐྱེ་སྒྲོ་བཟང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ (༡༩༠༤-༡༩༤༩)
 ཀྱིས་མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་སྒྲོ་བོས་བསྒྲོ་བྱེད་པའི་སྤང་བ། (རབ་བྱུང་བཅུ་
 གཉིས་རབ་ཉི་མེ་སྐུལ་ལོར་བརྩམས་) ༦ ལུང་སྐྱེ་རོལ་པའི་རྩོམ་ (༡༩༡༥-༡༩༤༩) མཛད་
 པའི་སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་སྒྲོ་ལྷན་དགའ་སྤྱེད། ༧ ཀམ་སྐྱེན་ལམ་འོད་ཟེར་ཀྱིས་མཛད་པའི་
 སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་ལེགས་བཤད་སྤང་བ། ༨ བསམ་གཏན་དོན་བྱུ་བ་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྐུ་
 རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་དགོངས་རྒྱུན་ཅོར་བྲའི་མེ་འོང་། ༩ མཛད་དག་སྒྲོ་བཟང་དཀོན་མཆོག་
 (༡༩༥༩-༩༩) གིས་མཛད་པའི་རྟ་རྟགས་འཇུག་འབྲེལ་བ་དགོངས་གསལ་མེ་འོང་། ༡༠ ར་ཁོད་
 རྣམ་མཁའ་སེང་གས་ (༡༩༡༩-༡༩༤༠) མཛད་པའི་སྐུ་རྟ་རྟགས་འབྲེལ་བ་སྒྲོ་ལྷན་དགའ་སྤྱེད།
 ༡༡ ལ་ཀྱེ་ཡོངས་འཛིན་དབྱངས་ཅན་དགའ་སྒྲོས་མཛད་པའི་རྟ་རྟགས་འཇུག་འབྲེལ་བ་རབ་
 གསལ་སྤང་བ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བྲ་བྱེད་སོགས་ཀྱི་དཀའ་གནས་གསལ་བའི་མེ་འོང་། བདག་

གཞན་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཅུང་གསལ་འབྲུལ་གྱི་ཐྲེ་མིག (རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་སྟོན་ཅན་
 ལ་བཅུམ) ༡༢ དུ་རྒྱ་དགོ་འདུན་ཤེས་རབ་གྱིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྟགས་དོན་འགྲུལ་མེ་རྟོག་
 བྱེད་མཛེས་དང། དེའི་བྱུང་འདབས་ (༡༤༡༤ལོར་བཅུམ) ༡༣ དདུལ་རྩ་རྩམ་རྩ་བས་མཛད་
 པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་སི་རྟའི་ཞལ་ལུང། (༡༤༦༦) ༡༤ དདུལ་རྩའི་དཔོན་པོ་དབྱངས་
 ཅན་གྱུབ་པའི་རྟོ་རྩེས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྩ་བའི་སྤྱིང་པོ་ལེགས་བཤད་ལྷོན་པའི་དབང་པོ་དང།
 རྟགས་འབྲུག་གི་འགྲུལ་བ་དགའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང། (སྤུ་མ་༡༤༠༡ལོ་དང། བྱི་མ་
 ༡༤༠༣ལོར་བཅུམས) ༡༥ གཙུག་གཤེར་ཁྱི་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་མཆན་སེང་གས་ (༡༥༥༥-
 ༡༥༥༥) མཛད་པའི་སྤུལ་རྩ་བ་འགྲུལ་བ་ཉིན་མའི་སྤྱང་བ་དང། རྟགས་འབྲུག་གི་འགྲུལ་བ་
 རོར་བུའི་རྒྱན་བྱེད། (སྤུ་མ་༡༤༣༦ལོ་དང། བྱི་མ་༡༤༣༤ལོར་བཅུམས) ༡༦ བདེ་ཐང་མཁན་
 པོ་སྟོ་བཟང་འཇམ་དབྱངས་གྱི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་ཉ་སྟེའི་སྤྱང་བྱེད་སྤྱང་བ། ༡༧ ཨ་ལག་ཤ་དག་
 དབང་བསྟན་དར་གྱིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་སྟལ་ལྷན་ཡིད་གྱི་བསྟུ་འབྲེད་པའི་
 སྤྱང་མཛད། ༡༨ དགའ་བཞི་པ་རྟོ་རིང་བསོད་ནམས་བསྟན་འཛིན་དཔལ་འཕྱོར་ཆེ་རིང་གིས་
 བཅུམས་པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་སྟུ་ལའི་རྩ་རྒྱ། (༡༤༡༠ལོར་བཅུམས) ༡༩ གཤེར་རྟོག་
 སྟོ་བཟང་རྩལ་ཁྱིམས་རྒྱ་མཆོས་ (༡༤༥༥-༡༤༥༥) མཛད་པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་འོ་
 མཆར་འབྲུལ་གྱི་ཐྲེ་མིག (༡༤༥༥ལོར་བཅུམས) ༢༠ མེར་གོན་མཁན་པོ་སེར་བ་ཡེ་ཤེས་རྣམ་
 རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྩ་བའི་འགྲུལ་བ་ལེགས་བཤད་རིན་ཆེན་རྒྱུད་མངས།
 (༡༤༥༥ལོར་བཅུམས) ༢༡ དགའ་དབང་ཐུབ་བསྟན་གྱིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྩ་བའི་འགྲུལ་བ་སྟུ་
 རྟོག་བྱེད་བ། ༢༢ མེར་གོན་ཆོས་རྩེས་མཛད་པའི་བྱ་སྟེའི་ཀུན་བཟང་དགོངས་རྒྱན་གྱི་དགོངས་
 བ་གསལ་བྱེད་སྟོན་མེ། ༢༣ རྟོ་རྟོན་ནམ་སེང་གིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་སྟོ་ལྷན་
 དགའ་བྱེད། ༢༤ ཞར་ལུལ་ཆང་གིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྩ་བའི་འགྲུལ་བ་རིན་ཆེན་ཐྲེ་མིག ༢༥
 དམེ་ལུལ་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛད་པའི་སྤུལ་རྟགས་འགྲུལ་བ་རྟོངས་སྟུན་འཛེམས་པའི་ཉི་
 འོད། ༢༦ དགའ་དབང་མཁས་བཅུན་གྱིས་མཛད་པའི་རྟགས་འབྲུག་འགྲུལ་བ་བདུད་རྩིའོ་

རྒྱུན། ༡༧ བསོད་ནམས་ཀྱི་མཆོས་མཛོད་པའི་ཉག་མཛུགས་འབྲེལ་བ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན། ༡༩
སྤང་ལུང་བ་ཀུན་བཟང་འཛིགས་མེད་ཀྱི་མཆོས་མཛོད་པའི་སྤྲུལ་ཉག་མཛུགས་འབྲེལ་བ་འབྲུལ་ལྟེ།
༡༩ ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱུང་གིས་མཛོད་པའི་སྤྲུལ་ཉག་མཛུགས་འབྲེལ་བ་ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་།
(༡༩༧༩ལོར་བཅུ་མས) ༣༠ མདོ་སྤང་བ་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་སྦྱིན་པས་མཛོད་པའི་སྤྲུལ་
ཉག་མཛུགས་ཀྱི་དགོངས་འབྲེལ་རིག་པའི་སྤྲུང་བ་ (གང་གི་བྱུང་ནས་འབྲེལ་བ་དེ་གའི་སྤྲེང་ནས་ཕྱི་
ལོ་བརྒྱུད་ཅུའི་ནང་བཤད་ཁྱིད་ལེགས་པར་ཐོབ) མོགས་ཕེན་ཏུ་མང་ངོ། །ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱུང་
གི་ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་ལ་གཞི་བྱས།

སྤྲུལ་ཉག་མཛུགས་དག་གསུམ། (བར་སྤྱོད) སྤྲུལ་ཅུ་བ། ཉག་མཛུགས་ཀྱི་འབྲུག་པ། དག་ཡིག་དང་གསུམ་མོ། །

སྤྲུལ་བ། 1 ཅུབ་ཅུབ་བཅོ་བའི་དོན། 2 སྤྲུལ་རྩ་དང་དོན་འདྲ། སྤྲུལ་རྩ་ལ་གཞིགས།

སྤྲུལ་རྩ། སྤྲུལ་རྩ་དེ་སྤར་བོད་ཁོང་གི་རྒྱལ་ལྷན་ཞིག་གིས་ཡིན་པ་ལ། ཁོང་ཆོའི་རིགས་དེ་དྲིང་སང་
ཨ་མ་དེའི་ཁྲོད་དུ་འབྲེས་ནས་ཡོད། གཞན་ཡང་སྤྲུལ་ཉག་མཛུགས་འབྲེལ་མེད་ལྟ་བུར། ཉེ་དུས་འདིར་
ཡུལ་དེའི་བྱེ་མའི་གསེབ་ནས་བོད་ཀྱི་རྫོང་གོག་མང་པོའི་ཤུལ་གསར་དུ་བརྟེན་པ་ལས། སྤྲུལ་
མོའི་བོད་ཀྱི་ཡོ་བྱུད་སྤྲུལ་ཆོགས་དང་། ཡུལ་མི་ལས་ཁྲུལ་བསྐྱུས་པའི་བྱུང་བུ་ཆེ་ཆུང་དུ་མ།
དཔག་དཔོན་སོགས་ཀྱིས་པན་ཚུན་བཏང་བའི་ཡི་གེ་ལ་སོགས་པ་ཆེས་མང་པོ་ཞིག་ཐོན་
ནས། རྒྱལ་ཁབ་དུ་མར་འབྲེར་ཉེ་སྤོང་གི་ཡོ་རྒྱས་དཔྱོད་པའི་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡིད་
ཆེས་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་༡༩༩༩ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སྤྲུལ་ཅེན། ལྷ་ཡུལ། སྤྲུལ་བཤད་ནི། ལྷའི་གཙོ་བོ་ཆངས་པ་དང་དབང་ལྷག་དང་ཁྲབ་འབྲུག་གསུམ་ཅེ་
བའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅས་བྱལོ། །མདོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་
འཛོལ་པོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སྤྲུལ་བཞིབས། གསུམ་མཉམ་དུ་བཞིབས་ནས་ཡོད་པ།

སེ་གོ་ལ། སོར་མའི་བད། སོར་མའི་དེབ་པའི་སྤྱ། ཡི་གུར་དུ་སེན་མའི་བད་ཞེས་ཀྱང་བྲིས་སྤང་།

སེ་གོ་ལ་གཏོགས་པ། སེ་གོ་ལ་བད་པས་པ། སེ་གོ་ལ་དེབ་པ། གུང་མཐུབ་དང་མཐེ་བོང་གཉིས་ཅེ་

སྤྲུག་ཏེ་བདེན་པ་སྤྲུག་པའི་མིང་།

སེ་ཆེན་ཀླུ་པོ། ཀླུ་ནག་ལ་དབང་སྤྲུག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཡོན་ཀླུ་ལ་རབས་སམ་སོག་པོའི་ཀླུ་ལ་
 རབས་གྱི་ཀླུ་པོ་ཀུའུ་ལའི་ལྷན་Khublai Khan གྱི་མིང་ཡིན། འདི་ཀླུ་ནག་ལ་དབང་བསྤྲུག་
 བའི་སོག་པོའི་ཀླུ་པོ་ཆེད་གི་སི་ལྷན་Genghis Khan གྱི་ཆ་པོ་ (བྱའི་བྱ) ཡིན་ཞིང་། འཕྲོ་
 མགོན་ཆོས་ཀླུ་ལ་འཕགས་པ་དང་མཆོད་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་ནས་ཕྱིས་སློབ་མ་དང་ནང་
 པར་གྱུར་ཏེ་བོད་ཀྱི་ཀླུ་ལ་རབ་ལོ་ཀླུ་ས་དང་འབྲེལ་བ་ཏེ་ཅད་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སོག་པོའི་ཀླུ་ལ་
 པོ་ཞིག་ ཀླུ་པོ་འདིས་འཕྲོ་མགོན་ཆོས་ཀླུ་ལ་འཕགས་པ་ལ་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཡོངས་
 རྫོགས་དབང་ཡོན་དུ་སྤུལ་བར་གྲགས། ལྷན་Khan, or Kaan ཞེས་པ་ནི་གོ་གནས་གྱི་མིང་
 འདི་ནི། ཀླུ་པོ་ཆེན་པོ་emperor ཞེས་པའི་དོན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མར་གོ་པོ་པོའི་ལམ་ཡིག་Trav-
 els of Marco Polo ་འཛུང་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག ཞུ་སྤྲུག་པའི་ཀླུ་ལ་རབས་36 ལས་ཀྱང་།
 ལྷན་ཞེས་པ་ནི་ཀླུ་པོའི་གོ་ས་ཡིན་འདུག་ཅེས་གསུངས།

སེ་མོ་དོ། 1 ལུ་མ་སྤེལ་ས་ཅམ་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྲུག་གི་འབྲེང་བའི་མིང་། འདི་ལ་དོ་ཤལ་བྱེད་པ་ཡང་
 ཟེད། སེ་མོ་དོ་དང་དོ་ཤལ་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། སྤྲུག་གི་འབྲེང་བ་ལུ་མ་སྤེལ་ས་ཅམ་དུ་འབྱུང་བ་
 བྱི་སེ་མོ་དོ་དང་། ལུ་མ་སྤེལ་ས་ཅམ་དུ་འབྱུང་བ་བྱི་དོ་ཤལ་ལོ། དོ་ཤལ་བྱེད་ལ་སེ་མོ་དོ་ཞེས་
 བྱ་སྟེ། འདུལ་བ་གཞི་ཀྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། སེ་མོ་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲུག་གི་དོ་ཤལ་བྱེད་ལུ་
 མ་དག་གི་སྤྲེང་ན་གནས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། དེས་ན་དེ་གཉིས་ནི་རིང་ལྷང་གི་
 ཁྱད་པར་ཅམ་ལོ། འདུལ་བ་རྩམ་འབྲེད་འབྲེལ། ལྷང་ལྷན་ཆེགས་འབྲེལ། ལྷང་གཞིའི་འབྲེལ་
 པ། མཆོ་རྟེན་སོགས་ཀྱ་བོད་ཀྱི་གཞུང་མང་པོར་ལེགས་པར་བཟགས་ཏེ་བཀོད་དོ། ཤོད་ཀྱ་
 ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། སེ་མོ་དོའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ལ་དོ་ཤལ་ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་ལ་དག་
 བཅས་དགོས་ཏེ། སེ་མོ་དོ་དང་དོ་ཤལ་བྱེད་པ་དོན་གཅིག་ཡིན་ལ། དོ་ཤལ་དང་དོ་ཤལ་བྱེད་
 པ་གཉིས་ལ་ནི་རིང་ལྷང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་པར་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་བྱེད་
 པར་བྱའོ། 2 ཡང་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། ཁྲོད་དོལ་སྤྲུག་པའི་སྤྲུག་གི་ས་ལམ་ལས། སེ་

མོད་ནི་རིན་པོ་ཆེའི། །འཁོར་ལོ་འདྲ་བ་སྟོང་ཁ་དང་། །རྒྱལ་ཏུ་དེ་བཞིན་གནས་པ་ཡི། །ཟླ་བ་ཞི་
 བས་ནི་རིན་པོ་ཆེའི། །སྒྲེང་བ་སྟག་པ་མཆན་ཁྲུང་ནས། །རྒྱལ་བ་རྒྱལ་མཁུན་སྟེལ་ལ་ཟེར། །ཉེ་
 བར་སྟེབས་པ་སེ་མོ་དོ། །བརྒྱ་ལ་སྟེབས་པ་དོ་ཤལ་ཟེར། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བད་གསུང་
 ཉིང་གི་རྣམ་གཞན་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས་ཀྱང་། རིན་པོ་ཆེའི་འཁོར་ལོ་སྟོང་ག་དང་རྒྱལ་ལ་
 གནས་པའི་ཟླ་བ་ཞི་བས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲེང་བ་སྟག་པ་དང་མཆན་ཁྲུང་གཡས་གཡོན་ནས་རྒྱ་བ་
 རྒྱལ་མཁུན་སྟེལ་བ་ཡིན་ཞིང་འདི་ལ་དོ་ཤལ་སྟེང་བ་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད། ཅེས་གསུངས་སོ། །
 བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཞིག་གི་མིང་། རྗེ་མི་ལའི་རྣམ་མཁུར་རས་རྒྱུང་མའི་སྐོར་གྱི་ཤོག་གུངས་
 ༤༣༤ལས། དེ་ཞིག་གི་བར་དུ་རས་རྒྱུང་པའི་ཐུགས་དམ་གྱི་གྲོགས་མཛད། དེ་ནས་བྱང་གི་
 གནས་མཆོ་བླག་མའི་ “སེ་མོ་དོ” ལ་དག་བཅད་ནས་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱོམས་པའི་
 མཐར། ཞེས་ཀྱང་སྟངས་ས་ཁུལ་གྱི་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་པར་སེམས། དེ་བ་སྟོན་སྟོང་ཆ་
 ༥༤༤ལས་ཀྱང་། གྲོལ་སྐོམ་སེ་མོ་དོའི་མཆོ་འགམ་དུ་རྒྱུང་ལོག་བྱུང་སྟེ་འགྲེལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 སེ་ར་བརྟེན་སྐོར་བཟང་སྟེན་པ། འདི་འཁྲུངས་ཡུལ་མཛོ་མོ་མཁའ་པ། སེ་ར་ཏུ་དབེན་ཁམས་ཆོན་དུ་
 སྟོབ་གཉེར་མཛད། རྒྱལ་པོ་ལྷ་བཟང་གི་སྤྲ་མཆོད་ཅིས་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཉང་བཅ་གྱི་གཤུགས་
 རིའི་ཡུ་བའི་སྟེང་དུ་རི་ཁྲོད་བཟུལ་ཤིས་ཆོས་སྤྱིང་བཏབ་པར་ད་ལྟ་གཤུགས་ཡུ་དགོན་ཟེར། ཏུ་
 དབེན་ཁམས་ཆོན་དུ་འཇམ་དབྱངས་གསེར་སྐུ་བཞེངས། སྤ་ཏི་དགོ་བཤེས་ཀྱི་མཁའ་པོ་དང་
 ཅ་བའི་སྤྲ་མ་ཡིན། ཀུན་མཁྱེན་གོང་མ་དགོ་འཕེལ་དུ་བཞུགས་དུས་ཆོས་བཀའ་མང་དུ་
 གསན་ཞིང་དགོ་སྟག་གི་རྩལ་ལྟ་ཡོད་པས་ཉིན་གཅིག་སེར་གྲེས་མཁའ་པོ་ཨེ་འོང་གི་
 ཐུགས་བརྟག་ཁྲུང་ཕེབས་པར་དུག་ཅུ་མ་ཞིག་བཅོས་ལ་ཁྲིར་ཤོག་གསུངས། འཕལ་དུ་
 བཅོས་ཏེ་སྤལ་བར། སྐར་ཅིག་གསུངས་ཏེ་དུག་ཅུ་མ་ཤོག་བཟག་དུ་བཅད་པས། ད་སོང་གསུང་
 ཕེབས་པས་རྒྱུང་གར་བོད་དུ་འོང་དུས་ཉེན་མ་བྱུང་བར་གསུང་སྟབས་ཀྱིས་མདོ་སྟོང་དུ་
 ཕེབས་སུ་བ་བྱུང། ཅིན་དཔོན་གྱིས་བཀུར་ཏེ་སྐུ་རི་བཟག་མགོར་གཟིགས་ཁང་ཕྱག་སྟེ་ཡུན་
 རིང་བཞུགས། གྱིས་སུ་རང་ཡུལ་དུ་ཕེབས། དེའི་སྐུལ་སྐུ་ཉན་ཆ་ཆོང་དུ་གསུམ་པ་དག་དབང་

བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆན་ཨོར་དུ་སུའི་ཕྱོགས་སུ་འབྱུངས། བོང་ནས་ཨེ་རི་ལི་པ་རྒྱུ་ལྷ་
ཞེས་པའི་ཆོ་ལོ་གནང་། དགོན་འདིའི་ཁྲིར་བཞུགས། ཞེས་སོགས་མདོ་སྨྲ་ཆོས་འབྱུང་ན་
འབྱུང་བ་ལྟར་བཀོད།

སེ་རལ་ཁ། བྲག་པ་ནས་མཆན་ཁུང་བར་རྒྱ་གམ་དུ་འཆིང་རྒྱའི་མི་རུས་ཀྱི་ཐེང་རྒྱན་ཞིག་སྤྲད་པ་
སེ་རལ་ཁ། ཆངས་སྤྲད། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་རྣམས་དོན་གཅིག་མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་ལ་
གཟིགས། ཡང་རྩེ་ཕེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་ལས། སེ་མོ་དོ། མཆོད་ཕྱིར་
ཐོགས། སེ་རོས་བྲས། སེ་རལ་ཁ་རྣམས་དོན་གཅིག་པར་གསུངས་འདུག་ཀྱང་དབྱེད་དོ། །

སེ་རོས་བྲས། སེ་མོ་དོ་དང་དོན་གཅིག་པར། རྩེ་ཕེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་།

སེག་ (འདུལ་བ) སྤྱིག་མ་དང་རྩ་སོགས་ཀྱིས་བཅོས་པའི་ཐགས་མ་བྱ་བཞི་ཞིག་གི་མིང་། འདུལ་བ་
གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། སེག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིག་མ་ལ་སོགས་པའི་ཐགས་མ་བྱ་
བཞིའོ། །རེ་ལྷེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཁྱེད་རིང་བའོ། །ཞེས་གསུངས།

སེང་ཁྱིམ། (འདུལ་བ) དབྱར་གྱི་དུས། སྤྲ་བ་ཤད་ནི། སེང་གེས་ཆགས་པ་སྤྱོད་པའི་དུས་ཡིན་པས་དེ་
སྤྲད་བརྗོད།

སེལྷ། ། རི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། འདམ་སེང་། ལེགས་སྤར་གྱི་ “སོན” ཞེས་པ་ཟུར་ཉམས་པ་ཡིན་
ནམ་སྤམ་སྟེ། བཅེགས་མའི་ཡི་གཤེ་རིགས་འདི་ལེགས་སྤར་ལ་མ་གཏོགས་སྤྲད་གསར་
བཅད་ལ་མང་པོ་མི་འབྱུང་བ་དེས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་ཤིང་། བསྐྱེད་པའང་བོད་པས་བརྗོད་ཆེ་
སྤྲ་གདངས་ཅུང་ཟད་ཉམས་པ་ཅམ་ལས་དོན་ལ་ལེགས་སྤར་རང་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་ཡིག་
རྩེད་གི་རིགས་ལ་བཅེགས་མའི་ཡི་གཤེ་རིགས་མང་ཅམ་སྤར་སྟེ། རྣོས་སོགས་སོ། །²
མཆོག་གསལ་གཙོ་བོ། དཔེར་ན་ཤུ་ཀྱ་སེང་གེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སེལྷ་དཀར་པོ། གངས་སེང་། བོད་ཀྱི་གངས་རི་མཐོན་པོ་འགའ་ཞིག་ནང་སེལྷ་དཀར་པོ། རལ་བ་
སྟོན་པོ་ཅན་ཡོད་ཚུལ་བརྗོད་སྟོལ་ཡོད། མཐོང་སྟོང་བ་ནི་ངག་དབང་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་
མཆོའམ། རིན་ཆེན་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཆོའི་རྣམ་ཐད། གཏམ་སྟན་ལྷའི་ཏུ་སྤྲ་རའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲ་

དབང་ས་ཤོག་གངས་༣༧༧ནང་། རྗེ་འདི་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་གྱི་གངས་རིའི་ཆེར་ཕེབས་སྐབས་
ཁྱི་རྗེས་འདྲ་བ་ཞིག་མཛོད་། རྗེས་དེད་དེ་ཕྱིན་པས། སྐབས་ཤིག་རྒྱང་ནས་ར་པོ་སྒྲོན་པོ་འདྲ་བ་
ཞིག་མཛོད་། ཉེ་བར་སྐེབས་པ་ན་སེལ་རལ་བ་ཅན་ཞིག་འདུག་ཅེས་གསལ། གཞན་ཡང་རྒྱ་མ་
དང་གྲུབ་ཐོབ་འགའ་ཤས་ལ་མི་མ་ཡིན་གྱིས་སེལ་འེེ་འོ་མ་ཡིན་ཞེས་ལུལ་ཏེ་རིན་ཆེན་རིལ་བུ་
དང་། བྱིན་རྟེན་ཁག་ནང་པ་བ་རྒྱུན་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཡོད། ཅེས་ཞུ་སྐབས་པའི་རྒྱལ་
རབས་ན་གསལ།

སེལ་འགྲུལ། <སྟོན་ཏེ་རྟུ་> རྒྱལ་པོ་ཟེས་གཙང་གི་ཡལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་མེས་པོ་འཕམ་པོ་ཤོ།
སྐད་དོད་དེ་བྲེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་༦༠བཞུགས་ལ་ཤོ། །

སེལ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་བརྒྱད་པ། <ཤར་རྩ་> 1 རྒྱུང་སེང་འདུས་བ་སྟེ། སེལ་འེེ་མགོ་བོ་ལ་རྒྱུང་གི་མཚུ་ཅན་གྱི་
སྟོག་ཆགས་ཤིག་ སེལ་ཐུང་མོ་བཞེད་དང་། རྒྱུང་ག་ཤོག་གཉིས། ཐུང་མོ་གཉིས་དང་བརྒྱད་
ཡིན་ལ། ཞེས་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་བཞེད། 2 རྒྱུང་ལག་བཞེད་དང་། གཡས་གཡོན་དུ་ག་ཤོག་
བ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་སྟོག་ཆགས་ཤིག་ དེ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲོ་བའི་བྲུ་བ་བྱེད་
པས་རྒྱུང་བ་དང་འདྲ་བས་རྒྱུང་བ་ཞེས་བཏགས་སོ། དེ་ལ་སེལ་ཤར་རྩ་ཞེས་གྲུང་ཟེད། དེ་ལ་
སྒྲ་མ་མང་པོས། སེལ་གཅིག་ལ་རྒྱུང་བ་བརྒྱད་ཡོད་པ་བྲིས་པ་ནི་རྟོར་བ་ཡིན་པར་དདུལ་
རྒྱས་གསུངས་སོ། །

སེལ་དང་རྒྱ་མཚོག་གི་གཏམ་རྒྱུད། (འདུལ་བ) བྲེ་མའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ཐད་ཀྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༼ ཆ་བ་
༡༩༣༩ན་ཏེ་གསལ་ཤོ། །བཟང་པོ་དག་ལ་ལྟ་བའི་མིས། །སྐྱེ་བ་དན་བ་བསྟེན་མི་བྲ། །སེང་གོ་
རྒྱ་མཚོག་མཛོད་པ་ལ། །ཕ་ཡིས་ཐད་དེ་བྲེ་ལ་སྟོས། །ཞེས་གྲུང་གསུངས་སོ། །

སེལ་དང་སྟག་གི་གཏམ་རྒྱུད། (འདུལ་བ) བྲེ་མའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ཐད་ཀྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༼ ཆ་བ་
༡༩༣༩ན་ཏེ་གསལ་ཤོ། །

སེལ་བཟང་པོ། <ཏེ་རི་རྩ་དྲ་> ཐོབ་དཔོན་སེང་གོ་བཟང་པོ་ནི། རྒྱལ་རིགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ། བྱི་
ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པ། རྒྱུང་བར་ལུལ་ཤེར་བྱིན་གྱི་དོན་ལ་རིང་དུ་

གོམས་པ་ཞིག་སྟེ། དེས་རང་གི་མཁན་པོ་ནམ་སྤང་བཟང་པོ་ལ་བྱམས་པའི་སྐྱབ་ཐམས་ཞུས་
ནས་སྐྱབ་པས། མི་ལམ་དུ་དག་སྒྲོང་གུར་གུམ་གྱི་མདོག་ཅན་སྒྲོང་ལམ་མཛེས་པ་ཞིག་མིས་
ཏེ། ཤར་ཕྱོགས་ཁར་སྤྲོའི་སོང་ཞིག་ཅེས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །གཉིད་སང་དེ་དེར་སོང་ནས་
ཞག་གསུམ་དུ་གནས་བྱས་ཏེ། མི་ལམ་བརྟགས་པས་ཐོ་རངས་མི་ལམ་ན། ཨོ་ཏྭ་ལུ་རི་མི་ཏུ་
རིའི་གཞོལ་འདི་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ། སྤྱིན་ཕུང་འཕུག་པོ་ཞིག་གསེབ་ནས་སྤྱིའི་ལུས་སྟོང་སྤྱིན་
གྱི་གསེབ་ནས་ཕུང་ནས། མཆོད་རྩས་སྤྲུལ་ཆོག་གིས་མཆོད་པ་མཐོང་སྟེ། ཅེ་བྱེད་བྱིས་པས་
རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་བརྒྱད་སྟོང་པ་གསུང་བ་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ཏེ། རིང་དུ་བལྟས་
པས་རྩེ་བཙུན་ཞལ་རས་གསེར་མདོག་ཅན་སྤྱི་གཙུག་མཆོད་རྟེན་གྱིས་སྤྲས་པ། དུག་གཡས་
ཆོས་འཆད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་པ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་བྱས་ཏེ། ཉིད་ཀྱི་བསྟན་
བཅོས་ལ་དེང་སང་འགྲེལ་པ་མང་དུ་མཆིས་ན་གང་གི་རྩེས་སུ་འཕྲུག་པར་བགྱི་ཞེས་ཞུས་
པས། ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞུང་ལེགས་པར་རྟོགས་ལ་འཐད་པ་བསྐྱས་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་
ཏུ་ཆོམས་ཤིག་ཅེས་གསུང་གི་གནང་བ་ཐོབ་པོ། །བསྟན་བཅོས་ཀྱང་། ཉི་མེ་ལེ་བརྒྱད་མ།
བརྒྱད་སྟོང་འགྲེལ་ཆེན། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ། སྤྱད་པའི་དཀའ་འགྲེལ་རྟོགས་སྤྱི། ཤེར་བྱིན་
སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པ་མཛད་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། མ་སེང་གེས་བསད་ནའང་ཕུ་མ་ཤི་བར་བཅས་
པས་སེང་གེ་བཟང་པོ་ཞེས་བརྟགས་སོ། །

སེལྟེ་ཤར་གྱ། སེལྟེ་རྒྱ་བ་བརྒྱད་པ་དང་འབྲ། དེར་གཟིགས།

སེལྟེ་འབྲ། (འདུལ་བ) 1 དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་བཤད་ནི། དེ་སེང་གེའི་སྤྱི་དང་འབྲ་བར་ལས་འབྲས་
དང་མྱང་དོར་གྱི་གནས་ལ་མོངས་པའི་འགྲོ་བ་མྱང་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་ནམས་སྤྱིག་པར་བྱེད་ཅིང་།
རིགས་ཀྱི་བྱ་མི་ཡི་སེང་གེ་སྤྱིག་གྱ་ལྟ་བུ་དག་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱའོ། 2
ཆིག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཆིག་ 3 སོག་ཆགས་སེང་གེའི་སྤྱད་གདངས།

སེལྟེ་འབྲ་བསྐྱགས་པ། (འདུལ་བ) བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གསུང་ལས་ཁམས་
གསུམ་གྱི་བདུད་དང་ལོག་པར་ལྟ་བུ་དང་སྤྱི་བ་རན་པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་དོན་

ནོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་འབྲེལ་བ་ལྟན་ལས། སེཌ་ཏེ་སྤྱོད་བསྐྱུགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཔེ་
སྟེ། དེ་ལྟར་སེཌ་ཏེ་སྤྱོད་བྱེད་སོང་ཐམས་ཅད་ཐེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་འབྲེལ་བ། དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་ཡང་མི་འཇིགས་པ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པས། ཁམས་གསུམ་
ན་བག་རྒྱུང་ཞིང་བདུད་དང་ལོག་པར་ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་ཐེལ་གྱིས་མཐོན་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་
སྟོན་ཅིང་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སེཌ་ཏེ་ཉལ་སྤྲུབས། སེཌ་ཏེ་ཉལ་སྤངས་ཏེ། ལུས་པོའི་གཞོགས་གཤམ་པ་ས་ལ་ཐབ་སྟེ་རྒྱུང་བ་
གཡོན་པ་གཤམ་པའི་སྟེང་དུ་བཞག་ཅིང་ལག་གཤམ་པ་འགྲམ་པར་གཏད་དེ་ཉལ་ཚུལ་ཞིག་
སེཌ་ཏེ་ཉལ་བའི་ཆེ་ཆོ་གཤམ་ས་ཐབ་ནས་ཉལ་བས་ན་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན། ཉལ་ཚུལ་
འདི་ལ་ཁྲད་ཆོས་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། དེ་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེཌ་ཏེ་སོག་ཆགས་གཞན་གང་
ལའང་འཇིགས་པ་མེད་པར་སྒོ་བདེ་བག་ཐེབས་ཀྱི་ངང་ནས་ཉལ་བ་ལྟར། བདུད་དང་བདུད་
དེགས་སོགས་ཀྱི་བར་གཏོང་གིས་མི་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད། གཞན་ཡང་
ཉལ་ཚུལ་འདི་ལྟར་ཉལ་ན་གྲིབ་གཞོན་སོགས་ཀྱི་ང་མི་འབྱུང་བའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

སངས་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་སྤྱབ་ཐབས། ༡ སངས་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱབ་ཐབས།
སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་རྒྱད་འབྲེལ་༼ ལྟ་ ༡༥༡ ན་བཞུགས། ༡
འཕགས་མ་སངས་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་སྤྱབ་ཐབས། ཡང་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་མཛད།
བསྟན་འགྲུར་རྒྱད་འབྲེལ་༼ ལྟ་ ༡༥༢ བ་ན་བཞུགས། (གོང་གི་སྤྱབ་ཐབས་གཉིས་པོ་སངས་
རྒྱས་ཀྱིས་གསུང་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་བསྟན་འགྲུར་གས་སུ་མ་བཞག་པ་ཅི་ཡིན་ནམ་སྟེ།) ༢
སངས་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་སྤྱབ་ཐབས། སྒོ་བ་དཔོན་སྤྱབ་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་
རྒྱད་འབྲེལ་༼ ལྟ་ ༡༥༣ བ་ན་བཞུགས། སྤྱབ་པ་འདི་ལ་སངས་ལྷེང་ནགས་ཀྱི་
སྒྲོལ་མ་ཞེས་བཛྲོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སངས་ལྷེང་གི་ནགས་དང་ཁ་དོག་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་མིན་
པར། སངས་ལྷེང་གི་ནགས་སུ་སེམས་ཅན་སྤྱོད་པའི་དོན་ལྟེང་པའི་ཆ་ནས་ཡིན་ཏེ། སངས་
ལྷེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱབ་ཐབས། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་

རྒྱུད་འབྲེལ་༼ ལྷ་ ༡༩༧༧ ལས། སེང་མེད་གི་ནགས་སུ་སྤྲོ་ཚོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
བྱེད་པར་བསམས་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཉེ་ལ་བོད་འབྲེལ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་དོ། །

སེང་རས། རས་སྤབ་སྤབ། གོས་སྤབ་སྤབ། གོས་སྤབ་པོ།

སེན་མོ་གཙོང་། 1 སེན་མོ་གི་སོགས་ཀྱིས་གཙོང་། 2 སེན་མོ་གཙོང་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ།

སེན་མོ་མཐོ་། (པར་ཕྱིན) སེན་མོ་ཤང་ཤོང་མེད་པའི་དོན་ཡིན། རྗེའི་ལེགས་པ་ཤད་གསེར་མེད་༼
སྤྲད་ཆ ༡༩༠༧ ལས། ཤང་ཤོང་མེད་པས་སེན་མོ་མཐོ་བ་དང་། ཞེས་གསུངས།

སེན་མོས་རྩད་། (འདུལ་བ) སེན་མོས་སྤ་བཟོས་པ་ལ་ཟེའ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་༼ ཆུ ༡༩༤༦ ལས། སེན་མོས་རྩད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེན་མོས་སྤ་རྩད་
བའོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སེན་རིངས། སེན་མོ་རིང་པོར་འཛོག་པའི་གང་ཟག་ ལུང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ལས། སེན་རིངས་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་རོ་སྟོད་རིང་ཞིང་སེན་མོ་ཡང་མི་འབྲེག་པར་འཛོག་པའི་ཕྱིར་དོ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

སེམས། 1 སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་བྱེ་བྲག་མ་བྱེད་པའི་སེམས་སྤྱི་ཅན་པ་ཞིག་ལའང་སེམས་
ཞེས་ཟེར་རྟེ། དཔེར་ན་དང་སེམས་པ་སྤྱིད་པོ་འདུག་མི་འདུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 ལུལ་གྱི་རོ་བོ་
དང་ཁྱད་པར་གཉིས་ལས་ངོ་བོ་གཙོ་བོར་ལུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྒོ་ལ་ཟེའ། གཙོ་སེམས་དང་དོན་
གཅིག་

སེམས་ཀྱི་སྤང་པོ། སེམས་སྤང་པོ་ཆེད་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའོ། ཡིད་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་འདྲ།

སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་། སེམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་ཐོག་བྱེད་པའི་ཚོས། བསམ་གཏན་དང་
ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལྟ་བུ། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་སེམས་གཡེངས་པ་དང་
སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞེས་མི་བྱའོ། །

སེམས་ཀྱི་རྒྱ། (འདུལ་བ) རང་གི་སེམས། ཆོག་དོན་ནི་འདུལ་བ་དང་འགྲུགས་པ་དང་ཁ་བྱངས་དཀའ་
བས་སེམས་རྟོད་སྟོད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའོ། ཉེ་ལ་ན་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལས།

རྟག་ཏུ་འབད་པས་བདའ་བ་ཡི། །སེམས་རྟེན་ལྷན་དཀའ་བ་ལ། །མ་བྱུན་པའི་གཟེར་རྣོན་བརྒྱ་
བ་ཡི། །སྤབ་ནི་སོ་སོར་ཐར་འདི་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སེམས་ཀྱི་དམ་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས།

སེམས་ཀྱི་དོན། རྒྱལ་ས་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིང་ཉིང་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་འདི་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ས་ལུགས་
ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་ཀྱང་། སྤྱིར་བཏང་མདོ་རྒྱལ་ས་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་ཐ་སྙད་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་
རྒྱལ་གྱི་བསྟོད་ཆོགས་ནང་། སེམས་ཀྱི་དོན་ལ་བསྟོད་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཞེས་མཁས་པ་
རྣམས་གསུང་། བཤཾ་ཆེན་སློབ་ཐབས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་བྲག་ཆེན་ཅ་བར་ཡང་། ཀུན་ཁྱབ་
ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་བྲག་རྒྱ་ཆེ། །དབྱེར་མེད་བཛྲོད་བྲལ་སེམས་ཀྱི་དོན་འདི་དབྱེར་ས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ། སེམས་རང་གི་དོ་བོ། སེམས་ཀྱི་དོ་བོ། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན། སེམས་ཀྱི་མཆན་
ཉིང། སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམས་དོན་འབྲས་བར་བཤད་དེ། མན་སྟེ་ལས། དདོས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
སྒྲིང་པ་ཉིང་ཀྱི་དོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་དང་རྣམ་པ་ཞེས་པ་དོན་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་དོ་བོ་ཞེས་
པའི་དོན་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །ཞེས་སློབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་
པའི་བྲག་ཆེན་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ།

སེམས་ཀྱི་མ། 1 སེམས་ཀྱི་མིང་། བསྐྱུང་དགོས་པ་དང་བག་ཟོན་བྱེད་དགོས་པས་སེམས་མ་ཡི་
གཟུགས་སུ་བཞུགས་པའོ། །སྟོན་འཕྲུག་ལས། མ་བྲངས་ཤྲོལ་བའི་ཁྲོད་གནས་ན། །སྒྲིམས་ཏེ་མ་
ཡི་བག་བྱེད་བཞིན། །སྟེ་བོ་ངན་ཁྲོད་གནས་པས་ཀྱང་། ། སེམས་ཀྱི་མ་འདི་རྟག་ཏུ་
བསྐྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །2 སེམས་ཀྱི་མ་ཞེས་པ་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ཉོན་མོངས་པའང་
འཕྲུག

སེམས་ཀྱི་ཡོ་བྱད། མེར་སྣ་དང་བྲལ་བའི་སེམས། སྤྱོད་བཤད་ནི། དཔེར་ན་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་བྱི་རོལ་གྱི་
གནོད་འཆེ་ལས་སྟོབ་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། འདིས་ཀྱང་མི་དགེ་བ་མང་པོ་ལས་སེམས་
སྤྱང་བར་བྱེད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བཏགས་སོ། །

སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། སྤྱོད་འབྲུག་ལས། གཞན་དག་རང་གི་དོན་དུ་ཡང་། །མི་
འབྲུང་སེམས་ཅན་དོན་སེམས་གང་། །སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཁྱད་པར་འདི། །མུ་ན་མེད་པའི་
མྱེད་ཅིག་འབྲུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རིན་ཆེན་སེམས་དང་དོན་གཅིག་

སེམས་ཀྱི་གསང་། སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དང་འདྲ།

སེམས་ཀྱི་གསང་བ། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས། སྤྱོད་འབྲུག་ལས། གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་གཙུག་པོ་
མཆོག་ །སེམས་ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཤེས་ན། །བདེ་ཐོབ་སྤྱུག་བསྐྱེད་གཞིམ་འདོད་ཀྱང་། །དེ་དག་
དོན་མེད་ཀྱི་ནང་འབྲུག། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱོད་པའི་ལ་མི་བསྐྱེད་
པས་ན་གསང་བའོ། །ཞེས་རྒྱལ་ཆ་བཙུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེ། །ཡང་ན་སྒྲོག་ཏུ་ལྷུང་
པའི་དོན་གྱིས་ན་གསང་བའོ། །

སེམས་བསྐྱེད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། ཀྱུན་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེད། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྣམས་དོན་
གཅིག་ །སྤྱོད་པའི་ནི། །སྤྱོད་པར་དོན་ཁོ་ན་བསམ་པའི་སྒོ་ལུག་དོག་པ་དེ་ལས་བསྐྱེད་སྤྱོད་སེམས་
རྒྱ་བསྐྱེད་པས་དེ་སྤྱོད་ཅེས་བྱའོ། །ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་གཞིགས།

སེམས་བསྐྱེད་མཆོད་པའི་སྒོར། །འདི་འདྲི་སྒོར་ཡོངས་འདྲི་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱི་གསུང་འབྲུག་།
ཆ་བ་ ༡༥༡ན་བཞུགས་སོ། །

སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པ། (དབུ་མ) སྤྱོད་པའི་ནི་ནམ་ཉིན་ཀྱི་བྱང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པ་ལ་སྤྱོད་
སེམས་དམ་བཅའ་ཅན་གཟུང་བ་ཟེར། བྱང་སྤྱོད་མ་རྒྱངས་གོང་བཏང་སྤྱོད་སེམས་དང་རྒྱ་འབྲས་
མན་དག་བདུན་སོགས་བསྐྱེད་སེམས་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྤྱོད་པ་ཐན་ཐུན་སྤྱོད་སེམས་དམ་བཅའ་གཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །

སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པའི་ཆོག་ (དབུ་མ) སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པ་ལ་སྤྱོད་སེམས་དམ་བཅའ་ཅན་གཟུང་
བ་ཟེར་ཞིང་། སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྤྱོད་པ་ཐན་ཐུན་སྤྱོད་སེམས་དམ་སེམས་བསྐྱེད་སེམས་དམ་
བཅའ་ཅན་གཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལེན་པའི་ཆོག་གི་ཏུ་མདོར་བསྐྱེད་ནི། ཐེག་མར་སྤྱོད་པའི་
ཆོག་ལ། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པར་ཅན་བྱ་བ། ཆོགས་བསམ་ག་བ། བསམ་པ་སྤྱོད་པའོ། །སྤྱོད་པས་

འགྲོ་བྱེད་པར་ཅན་བྱ་བ་ལ། གནས་བརྒྱན་ཅིང་མཆོད་ཇུས་བཤམས་པ། གསོལ་བ་གདབ་
ཅིང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ། སྐྱབས་འགྲེའི་བསྐྱབ་བྱ་བཛོད་པའོ། །གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་དོན་
དུ་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། སྒྲ་མ་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་བྱག་འཆའ་ཉེ་ཡོན་དང་མཐུལ་
ལུལ་ལ་བྱས་མོ་གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་བཅུགས་ནས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཉ། ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུང་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོར་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་རང་གི་མིང་ནས་
སྟོས་འདི་ཞེས་བགྱི་བའང་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་བཛོད། སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པར་ཅན་བྱ་བ་ནི།
སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་ཇི་
སྟེང་བྱང་ཆུབ་སྟེང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་རྟེན་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་རྒྱས་བཙུང་
ལྟན་འདས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཞི་བ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་
བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་འཕགས་པ་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་
བཛོད་དོ། །གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་གཟུང་བའི་ཆོག་དངོས་གཞི་ནི། རྟོགས་བཅུ་རྣམས་ན་
བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་
གསོལ། སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་སྟེ་བ་འདི་དང་སྟེ་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་བགྱིས་པ་དང་བགྱིད་དུ་བསྐྱེལ་བ་དང་བགྱིད་
པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེས། ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་
བཙུང་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་

ལུ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་དུས་
འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་སྤིང་བྱང་ལུ་སྤྱིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་ལྷན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་
རྫོགས་པའི་བྱང་ལུ་ཆེན་པོ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བགྱིའོ། །སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་
བསྐྱལ་བར་བགྱིའོ། །མ་ཁྲོལ་བ་རྣམས་ཁྲོལ་བར་བགྱིའོ། །དབུགས་མ་ཕྱིན་བ་རྣམས་
དབུགས་དབྱུང་བར་བགྱིའོ། །ཡོངས་སུ་ཕྱང་ན་ལས་མ་འདས་བ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཕྱང་ན་
ལས་འདའ་བར་བགྱིའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སློབ་དཔོན་མེད་ཀྱང་བདག་ཉིད་
བྱང་ལུ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་ནི། སློབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། ཞེས་པའི་ཆོག་
སྤངས་པ་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམས་འདྲའོ། །མཇུག་གི་ཆོག་ནི། སློབ་དཔོན་གྱིས་སློན་
སེམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སློབ་མ་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་འདི་ནི་རྫོ་
བོའི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་བྱང་ལུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་
གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །

སེམས་ཁམས་རིག་པ། སེམས་ཀྱི་འཕེལ་ཀྱས་དང་སྦྱོང་ཚུལ་ལ་དབྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་། གོ་བཤེར་
བརྗོད་ན། སེམས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཟེར། བྱི་རྒྱལ་བས་ Psychology ཟེར་བ་དེའོ། །དེ་ཡང་
སཤེཾ་ psycho ཞེས་པ་སྟེ་རིག་གི་སཤེཾ་ psyche ཞེས་པ་དབུགས་དང་། རྣམ་ཤེས། བདག་
བཅས་ལ་འཇུག་པར་བཤད། (Greek: psyche, breath, spirit, soul) སེམས་ཁམས་རིག་
པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་འདི་ཉི་རབས་སུ་གསར་བཞོ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅང་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་
གི་གཞུང་རྣམས་དང་ཐ་ན་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་འདུལ་བཞོད་མེད། དེ་ཡང་མཚན་རིག་གི་ཐོག་
ནས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཡ་དེ་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྔའི་གོང་ཅམ་ནས་
བྱུང་བར་བཤད།

སེམས་ཁོང་དུ་ཚུད། ཕྱང་ན་བྱེད་པ། སེམས་ཞུམ་པ། སེམས་མི་དགའ་བར་གྱུར་པའམ་ཕྱང་ན་བྱེད་
པ་བཅས་ཀྱི་དོན། ཆོམས་༡༥ལས། དཔེར་ན་བྱིས་པའི་ཤིང་རྟ་དག །ལམ་ཆེན་བཟང་པོ་བོར་
ནས་སུ། །ལན་ངན་དག་ཏུ་འགྲོ་བྱེད་པས། །མིག་ཆག་སེམས་ཁོང་ཚུད་པ་ལྟར། །ཞེས་

གནས་ལུགས་མཐོང་བ་མིན་ཞེས་བཤད་པའང་ཡོད་དེ། རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་བྲག་ཆེན་གྱི་ཁྱིང་
ཡིག་ལས། རང་ལུགས་ལ། དེས་སེམས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོ་བོ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་།
སེམས་གནས་སྦྱབ་པའི་ཐབས་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས།

སེམས་ངོ་ཤེས་པ། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ངོ་མཐོང་བ་དང་འདྲ།

སེམས་ཅན། 1 སྦྱིབ་པ་མ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེ་དང་སེམས་ཅན། ཡིད་ཅན། ལུས་ཅན་ནམས་དོན་
གཅིག་སྒྲ་བཤད་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པས་སེམས་པར་བྱེད་ཅིང་དེའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་དེ་སྒྲ་
ཅས་བྲ། སྒྲ་བཤད་འདི་བྲ་ཉི་རིན་ཆེན་བྲུབ་གསུང་། 2 (ཡུལ་སྐྱེད) ཉུང་འགྲོའི་མིང་། 3 ལྷ་མིའི་
སྦྱིང་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། སེམས་ཅན་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལྷ་དང་མི་སྟེ། སྦྱིང་
སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོག་ཆགས་ཞེས་བྲ་བ་ནི་དུད་འགྲོའི་སྦྱེ་གནས་སུ་སྦྱེས་པའི་
སོག་ཆགས་ཉི། སོག་ཅམ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་སོགས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་
གྱུར་ཅིག ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཆད་མེད་བཞི་སྟོན་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་ཡོ་གའི་རྒྱད་ལས་
གསུངས་པར་བཤད།

སེམས་ཅན་དུ་བརྗོད་པ། (མཛོད) སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་དང་དོན་འདྲ།

སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ། (མཛོད) 1 སེམས་ཅན། མཆིམས་མཛོད་ལས། གཞི་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་
དང་མི་སྟོན་པ་ (གཞི་སེམས་ཅན་དང་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ) ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 2 སེམས་རྒྱུད་
ཀྱིས་བསྐྱུས་པ། དཔེར་ན་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྒྲ་ལ། སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་སྒྲ་ཞེས་པ་ལྟ་
བུ། སྒྲ་བཤད་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ནི་སེམས་ཅན་ཅན་ཅོ་ (འདི་ལ་གཞོད་པ་བྲས་
ན་མི་རུང་) ཞེས་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་ལུང་བསྟན་པས་ན་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་ཞེས་
བྲལ། །ཡང་ན་སེམས་ཅན་གྱི་གངས་སུ་བགང་བས་ན་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་ཞེས་
བྲལ། །མཆིམས་མཛོད་ ༣༡ ག་གཟིགས།

སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་སྒྲ། 1 ཤེས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྒྲ། སྒྲ་བཤད་ནི། སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་

སེམས་ཅན་དུ་མི་སྟོན་པ། 1 སེམས་མེད་བེམ་པོ། 2 རྒྱུད་གྲིས་མ་བསྐྱས་པ།

སེམས་ཅན་ཁྱོས་སྒྲིང་བ། མི་འཐད་པ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་ལགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ནི་
དུས་ནམ་དུའང་འདྲིའི་དོན་མི་བྱའོ་སྙམ་པའི་རྣོ་སྤྲེས་པ་ན། སེམས་ཅན་ཁྱོས་སྤངས་པ་ཡིན་
ནོ། །དེ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐབ་བྱ་དང་ལགའ་བར་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས།

སེམས་ཅན་དཔུལ་པ་ཆེན་པོ། དཔུལ་པ་ཆེན་པོ་དང་དོན་འདྲ། དེའི་འགྲེལ་བཤད་དེར་གཟིགས།

སྒྲིང་རྗེའི་མཆན་ཉིད། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གྱུར་
ཅིང་། །བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པ། །ཐོ་ཆུན་འཕྱན་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་
ཡི། །འགྲོ་ལ་སྒྲིང་རྗེར་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་པས་བསྟན། ཞེས་བར་སྒྲིང་རྗེ་གསུམ་ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སེམས་ཅན་ལ་མཐེལ་བསྟན། ཤེན་ཏུ་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་ཅི་པན་བྱེད་པའི་དོན་དུ་བཤད། རྗེའི་
ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སེམས་ཅན་ལ་མཐེལ་བསྟན་ནས་ཅི་པན་དུ་སྦྱོང་བ་ཡིན་གསུང་།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སེམས་ཉིད། 1 སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད། སེམས་ཉིད་ཅེས་པའི་ཉིད་སྤྱི་རྒྱ་དོད། ༡་ཏུ་ཞེས་པ་སྦྱོང་ཉིད་
ཡིན་པས་སེམས་རྒྱུ་མིན་པར་དེའི་གནས་ལུགས་ལ་གོ་དགོས་པ། དཔེར་ན་སེམས་སྦྱོང་པ་
ཉིད་ལ་སྤྱང་འཛིན་བྱས་ཏུ་བྱ། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དམ་བཤེས་གཤེགས་སྦྱོང་གོ། སྤྱ་
བཤད་ནི། སེམས་ཞེས་པས་སེམས་རང་གི་དོ་ཤོ་དང་། ཉིད་ཅེས་པས་ཆོས་ཉིད་དེ་སེམས་ཀྱི་
གནས་ལུགས་བསྟན་པར་བཞེད། 2 སེམས་ཁོན།

སེམས་ཉིད་འཕྲིན་ལས་མ། དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོའི་བསྟོད་པ་«སེམས་ཉིད་འཕྲིན་ལས་མ»འདི། རྗེའི་
རྒྱལ་པོ་བྱུང་བུད་ལྷ་པས་ལྷ་མོ་ལ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྟོན་ས་བསྟོད་པ་ཡིན། འདི་རྒྱུད་༩ བ
༡༩༠༣བཅུ་«དཔལ་ལྷ་མོ་ནག་མོའི་བསྟོད་པ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་»ཅེས་བྲ་བ་ན་བཞུགས་སོ། །

སེམས་ཉིད་ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པ། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་
ལ་རྟོག་པ་མེད་པ་སྤྱོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་ལ་ཟེར།

སེམས་མཉམ་འཇུག་ བྱིང་རྟོད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མ་སྟེ་ཆ་མཉམ་དུ་གནས་པའི་
སེམས་ལ་ཟེར། ཐ་སྦྱང་འདི་ལམ་རིམ་དུ་གསལ།

སེམས་རྟ། (འདུལ་བ) སེམས་ཀྱི་རྟ་དང་འབྲ།

སེམས་མཐོང་བ། (བཀའ་བརྒྱུད) དུག་ཆེན་གྱི་བརྒྱུ་ཆད་ཅིག་སྟེ། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐོང་བའི་
དོན། སེམས་ཉིད་གདོད་མ་ནས་སྤྱོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་མཆོང་རིག་པ།

སེམས་ངོ་ཤེས་པ། རང་རིག་རང་རིག་པ། རང་གིས་རང་རིག་པ་རྣམས་དོན་གཅིག
སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས། 1 སྤྱིར་ན་སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས་དང་གཙོ་སེམས་རྣམས་
དོན་གཅིག་ཡིན། 2 (ཐེ་བླ་སྤྱོད་) དགེ་མི་དགེ་འབྱེད་པར་བྱེད་པས་ན་སེམས། ལུལ་ཤེས་པས་
ན་ཡིད། དམིགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ན་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ཟེར། 3 (མདོ་སྤྱོད་) དགེ་མི་དགེ་
བག་ཆགས་གསོག་པར་བྱེད་པས་ན་སེམས། རྟེན་གྱི་ཆ་ནས་ཡིད། བརྟེན་པའི་ཆ་ནས་རྣམ་
ཤེས་ཡིན་ཟེར། 4 (སེམས་ཙམ་པ་) སེམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཏེ། །རང་འཛིན་པ་ནི་ཡིད་
ཡིན་ནོ། །ལུལ་ལ་སོ་སོར་རྣམ་རིག་པ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་ཏུ་འདོད། །ཅེས་གྲང་ཟེར། 5
(བཀའ་བརྒྱུད་) སེམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས། ཡིད་ནི་བདུན་ཡིད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་འཇུག་
ཤེས་དྲུག་ལ་བཞེད། ཟབ་སོ་ནང་དོན་གྱི་འགྲེལ་པར་གསལ། འདི་སེམས་ཙམ་པའི་བཤད་
ཚུལ་དང་འབྲ་བར་སེམས།

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་། ལུལ་གྱི་དོ་བོ་གཙོ་བོར་རིག་པ་སེམས། ལུལ་གྱི་ཁྱད་པར་གཙོ་བོར་རིག་
པ་ལ་སེམས་བྱུང་ཟེར་ཏེ། དབྱ་མཐའ་ལས། དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །དེ་ཡི་ཁྱད་པར་
སེམས་ལས་བྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དཔེར་ན་བྱམ་པ་ཙམ་རིག་པ་ནི་སེམས་དང་།
བྱམ་པ་ཆེ་ཆུང་དང་ལེགས་ཉེས་སོགས་དེའི་ཁྱད་པར་རིག་པ་ནི་སེམས་བྱུང་རོ། །

སེམས་གནས་དགུ། སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ་ལ་གཟིགས།

སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ། 1 སེམས་འཛོག་པ། 2 རྒྱན་དུ་འཛོག་པ། 3 སྤྱན་ཏེ་འཛོག་པ། 4
ཉེ་བར་འཛོག་པ། 5 དུལ་བར་བྱེད་པ། 6 ཞི་བར་བྱེད་པ། 7 རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ། 8 ཅེ་
གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ། 9 མཉམ་པར་འཛོག་པ་དང་དགུ་ལོ། །

སེམས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་དབྱེད་པའི་མཐར། ད་དུང་
དཔྱེད་བཞིན་མི་སྟོད་པར། སེམས་ཞི་གནས་འབའ་ཞིག་གི་ངང་དུ་མི་གཡོ་བར་བཞག་པ་ལ་
ཟེར།

སེམས་རྣམ་དུ་གནས་པ། 1 སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཕྱོགས་ཏེ། ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ། 2 སེམས་

བརྟན་པོར་གནས་པའི་དོན། རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེའི་སྤྱོད་འབྲུག་དར་རྟེན་ལས། བཞོད་བཞི་
གཞོད་བ་བྱེད་བ་དང་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་བས་མི་བཞི་བར་སེམས་ནས་དུ་གནས་བ་དང་།
ཞེས་གསུངས།

སེམས་ནས་དུ་པབ། སེམས་བརྟན་པོར་གནས་པའི་དོན། སེམས་ནས་དུ་གནས་བ་དང་དོན་འབྲ།
རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེའི་སྤྱོད་འབྲུག་དར་རྟེན་ལས། ལུས་བདེ་བའང་མི་འཛོལ་གཉིད་མི་འོང་
ཞིང་སེམས་ནས་དུ་པབ་པའི་བརྟན་པའང་མེད་པར་འགྱུར་ཅོ། ཞེས་གསུངས།

སེམས་ནས་དུ་མི་གནས། སྤྱོད་བ། རྗེའི་སྤྲེགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ཆོས་
མཆོག་ཆེན་པོ་པས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་དོན་སྤྱི་འོ་ནས་ངེས་པ་ཁས་ལེན་ཞིང་ད་ལྟའི་
ལས་དང་པོ་བས་བདག་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྣང་ས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམས་ན་རྟོག་པའི་
འཛིན་སྣང་ས་སྤྱོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྐྱོམ་པ་མིན་ཅོ་ཞེས་སྤྱོད་བཞི་སེམས་ནས་དུ་མི་གནས་
པའི་གཏམ་མོ། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྤྲེགས་ལས། སེམས་ནས་དུ་གནས་བ་ལས་འདས་ནས་
དེན་བ་ཉམས་པའོ། ཞེས་གསུངས།

སེམས་པ། རང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སེམས་ལུས་རྣམས་ལ་གཡོ་ཤིང་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་
སེམས་བྱུང་ཡིད་ཀྱི་ལས་མོ། ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཅོ། དེས་སེམས་ལུས་
ལ་གཡོ་བར་བྱེད་ཚུལ་ནི། རྟོག་ལེན་ལ་ཀུན་སྲོང་མེད་ཀྱང་རེག་པ་ཅོམ་གྱིས་ལྷགས་བྱེ་
གཡོ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་སེམས་སྤྱོད་ཡོན་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པའོ། །

སེམས་བ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་བྱེད་པར། སེམས་པས་སེམས་སྤྱིར་ལུས་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་
ལ། ཡིད་ལ་བྱེད་པས་དམིགས་པ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གཏོད་པ་ཡིན་ཅོ། །

སེམས་པའི་ལས། ལུས་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་མ་ཐོན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལས་ལ། སེམས་པའི་
ལས་སམ་ཡིད་ལས་ཟེར།

སེམས་པའི་ལས་དང་བསམ་པའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་པར། ལུས་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་མ་ཐོན་པའི་གནས་
སྐབས་ཀྱི་ལས་ལ། སེམས་པའི་ལས་དང་། ལུས་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་ཐོན་པའི་གནས་སྐབས་

གྱི་ལས་ལ། བསམ་པའི་ལས་ཟེར་རྒྱུ། མཛོད་ལས། སེམས་པ་ཡིད་གྱི་ལས་ཡིན་ཏེ། དེས་
བསྐྱེད་ལུས་དང་དག་གི་ལས། ཞེས་གསུངས། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། དག་
མི་དག་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་དང་ལོར་འདི་དང་འདི་བྱའོ་ཞེས་ཐོག་མར་ཡིད་ཁོན་ལ་སེམས་
ཤིང་ལུས་དག་གི་གནས་སྐབས་སུ་མ་ཐོན་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དེ་ལ། ཡིད་གྱི་ལས་
ཞེས་བྱའོ། ཡིད་གྱི་ལས་དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་ལུས་དག་གི་གནས་སྐབས་སུ་ཐོན་པའི་
སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དེ་ལ། བསམ་པའི་ལས་ཞེས་ཟེར་རྒྱུ། སེམས་པའི་ལས་དང་། ཡིད་
ལས་གཉིས་དོན་གཅིག་ བསམ་པའི་ལས་དང་ལུས་དག་གི་ལས་གཉིས་དོན་གཅིག་གོ། ལུས་
དག་གི་ལས་ཞེས་པ་ཡང་ལུས་དག་གི་རིག་བྱེད་མཉམ་དུ་འཇུག་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་
ལ་ཟེར་གྱི། ལུས་དག་གི་བྱ་བའམ་རིག་བྱེད་ལ་གོ་བར་མི་བྱའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
སེམས་པའི་ལས་ནི་རང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སེམས་ལུལ་རྣམས་ལ་གཡོ་ཞིང་སྒྲུལ་
བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིད་གྱི་ལས་སོ། བསམ་པ་ནི། སེམས་པ་དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་
པའི་ལུས་དག་གི་ལས་ཏེ། དེ་ལ་རིག་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གཉིས་སུ་བྱས་ནས་
གཟུགས་ཅན་ཁོན་པོ་བྱེད་བྱུག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་འདོད་པ་ལ། སྒྲོལ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་བཀའ་
ནས། ལུས་དག་གི་རིག་བྱེད་དང་མཉམ་དུ་འཇུག་པའི་སེམས་པ་ལ་བཞེད་བས། ལས་གཉིས་
ཀ་སེམས་པར་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སེམས་པའི་ཟས། དེ་བ་ཤུགས་དྲག་དང་བཅས་པའི་སེམས་པ། སྒྲུབ་པ་འདེད་ནི། སེམས་པ་འདྲ་ཡིན་ལ་
ཟས་དང་བྱེད་ལས་ཀྱང་མཚུངས་པས་སེམས་པའི་ཟས་ཞེས་བྱ། དེ་ཡང་རེ་བ་དང་བཅས་
པའི་སེམས་པས་ལུས་སྟོག་གནས་པར་བྱེད་པ་ནི། སྒྲོན་སྒྲུབ་བྱུང་བའི་ཆེ་རང་གི་བྱ་གཉིས་
དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ་འཆི་བ་མ་བཟོད་པར་ཐལ་བའི་རྒྱལ་པ་སྤྲད་བྱས་ཁ་བཅིངས་པ་ལ་རྩམ་པའི་
རྒྱལ་པར་སྒྲུས་པའི་ཆོ། དེ་བ་དང་མ་བྲལ་བར་མ་ཉི་བ་དང་། ཁ་བྲེ་བས་ཐལ་བར་མཐོང་ནས་
དེ་བ་དང་བྲལ་ནས་ཉི་བ་དང་། བྱ་ཆག་པའི་ཆོང་བ་རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་བ་ལ་ཐང་དུ་འཁྱལ་ནས། དེ་
བ་དང་མ་བྲལ་བས་མ་ཉི་བ་དང་། དེ་བ་དང་བྲལ་བའི་ཆོའི་བ་ལྟ་བུའོ། །

སེམས་དཔའ་སྤྲུམ་བཅེགས། རང་ཉིད་ཡི་དམ་གྱི་ལྟར་གསལ་བཏབ་པའི་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་དེ་ལ་དམ་
 ཚིག་སེམས་དཔའ། དེའི་ཐུགས་ཀར་གསལ་བཏབ་པའི་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་
 དཔའ། ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཀར་གསལ་བཏབ་པའི་རྒྱ་ཡིག་ལ་སོགས་པའི་ཡིག་
 འབྲུ་དེ་རྣམས་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ། །རྗེའི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྒྲོན་ལས། རིམ་
 ལྡན་སེམས་དཔའ་སྤྲུམ་བཅེགས་ལས། རང་དམ་ཚིག་སེམས་དཔའ་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་
 ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་མཐེ་བོང་ཅམ་ཞིག་དང་། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྗེ་རྗེ་ཡུངས་འབྲུ་ཅམ་གྱི་ལྟ་
 བར་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་རྒྱ་མཐིང་ནག་སྤྲུམ་གྲིས་པ་ཅམ་ཞིག་བསྐྱོམས་ནས། ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །ཡང་ན་སྤྲུམ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དམ་ཚིག་སེམས་དཔའ། དེའི་ཐུགས་
 ཀའི་རྒྱལ་བ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ། རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྒྱ་ཡིག་སྒྲོན་པོ་
 ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་བཅས་གསུམ་མོ། །དེ་ཡང་ལུས་རགས་པ་མཚོན་པའི་དམ་ཚིག་
 སེམས་དཔའ། སྤྲ་བ་གཉུག་མའི་ལུས་མཚོན་པའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ། གཉུག་མའི་སེམས་
 མཚོན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་བཅས་མོ། །

སེམས་དཔའི་སྤྱིལ་ཁྱང་། 1 ཀྱང་བ་གཡས་བ་རྗེ་རྗེ་སྤྱིལ་ཁྱང་ལྟར་བྱས་ལ་གཡོན་བ་གཡས་པའི་
 བརྒྱ་ལོག་ཏུ་བཞག་པ་ལ། སེམས་དཔའི་སྤྱིལ་ཁྱང་ཟེར། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་མཛོད་དེབ་དང་པོ་
 ༡༥༤པས། གཡས་བ་རྗེ་རྗེ་སྤྱིལ་ལྟ་བུ་ལ། །གཡོན་བ་གཡས་པའི་བརྒྱ་ལོག་བཞག །སེམས་
 དཔའི་སྤྱིལ་མོ་ཁྱང་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས། ལྟའི་བཞུགས་སྐྱངས་མི་འབྲ་བའི་སྒྲོར་ཞེས་བར་
 གཟེགས། 2 ཞབས་གཡས་བརྒྱངས་གཡོན་བསྐྱུམས་ཀྱི་བཞུགས་སྐྱངས་ལ་ཟེར། ཡོངས་
 འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྗེ་བཙུན་མ་སེང་གྲེང་ནགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་རྗེས་གནང་བྱ་ཚུལ་
 ལས་གསུངས། 3 ཡབ་ཀྱི་བརྒྱའི་སྤྱིང་ནས་འབྲེལ་བའི་སེམས་དཔའི་སྤྱིལ་ཁྱང་། དངུལ་རྒྱའི་
 གསུང་ཟིན་གྲིས་ན་གསལ།

སེམས་ལྷགས་སྤབ་པ། སེམས་རྒྱང་། སེམས་རྒྱང་རྒྱང་། དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་
 ༣༥༦པས། མགྲོན་གཉེར་བྱང་བ་དང་དར་ཁན་ནང་སོ་སོགས་སེམས་ལྷགས་སྤབ་པ་ཁ་ཤས་

སེམས་མྱོང་མྱོང་པོ། རེག་བ་གསལ་སྤང་མེད་པའམ་མི་གསལ་པའི་དོན་ཏུ་མཚོ་སྤྲིག་གསུང་།
མཚན་གཞི་ནི། རྒྱགས་བ་ལྟ་བུ། དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་མེད་པའི་སྤྱོད་འཇུག་འབྲེལ་བ་
༩༩ལས། དགེ་པའི་ལྟས་རྒྱགས་པ་ནི་སེམས་མྱོང་བ་སྟེ་ཞེས་སྤང་ཡང་སེམས་མྱོང་མྱོང་པོ་
ནི་མྱོད་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱགས་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། དགེ་བ་ལྟས་རྒྱགས་བ་སེམས་
མྱོང་པོར་གསུངས་པ་འཐད་རྒྱན་ཏུ་མཛོང་ཞིང་། དཔའ་པོ་གཙུག་ལག་མེད་པས་སེམས་མྱོང་
མྱོང་པོ་མྱོད་བར་གསུངས་པ་ནི་འཐད་བར་མ་མཛོང་། ༢ ཡིད་སྤྲུག་པའི་དོན།

460

འཁོགས་པ་ལ་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤང་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲེས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། མ་དག་པའི་སྤྱོད་ལུས་མ་ཐོབ་པའི་སྤྱབས་ཀྱི་རྩོགས་རིམ་ནི། སེམས་དབེན་གྱི་རིམ་པའི་རོ་བོའོ། །དབེན་གཞི་ནི། འཁོར་འདས་ཀྱི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་སེམས་སོ། །དབེན་རྒྱ་ནི། ཀུན་རྟོག་རྒྱུང་དང་བཅས་པའོ། །དབེན་པའི་དོན་ནི་སྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཀུན་རྟོག་རྒྱུང་དང་བཅས་པ་སྤྱིང་གར་ཐེམ་པ་ནི་དབེན་པའི་དོན་ནོ། །

སེམས་དབེན་རྗེས་མ་ཐུན་པ། སྤྱིང་གར་མི་འཁོགས་པ་སྒྲོམ་པའི་གནད་ལེགས་པར་ཤེས་ནས། ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པ་ལས་སྟོང་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་ཐོག་མར་སྟེ་བ་ན་སེམས་དབེན་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས་གསུངས།

སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི་དབའི་འོད་གསལ། སེམས་དབེན་པ་དེས་ལས་རྒྱ་དང་སྦྱིལ་གྱུར་བཞི་ལྟར་གྱིས་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་ངང་ནས་ཁྲབ་བྱེད་ལ་དམིགས་པའི་དོར་བརྒྱས་སོགས་བསྐྱངས་པས། བསྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཁྲབ་བྱེད་སོགས་རྒྱུང་བ་མོ་མ་ལུས་པ་མི་འཁོགས་པ་ལ་སྟུག་མེད་དུ་ཐེམ་པས་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་བརྒྱད་ཆ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་འཆི་རིམ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཤར་ཉེ་གཉུག་སེམས་བདེ་ཆེན་གྱི་རོ་བོར་སྦྱེས། དེས་སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་འོད་གསལ་ལ། སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི་དབའི་འོད་གསལ་ཟེར་ལོ། །དེ་དང་འཁོར་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་དོན་སྦྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་སྒོ་དང་། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཆོན་པའི་དབའ་འགྲོ་བས་དབའི་འོད་གསལ་དང་། ཐ་མལ་གྱི་འཆི་བ་ཞེགས་ནས་ཆོས་སྦྱིའི་བསྐྱེད་བ་དངོས་སུ་གྱུབ་པས་ལས་དུས་ཀྱི་ཆོས་སྦྱེའེས་གྱུར་བྱའོ། །

སེམས་ཅམ་པ། བྱེད་ལོ་མི་འདོད་ཅིང་རང་རིག་བདེན་གྱུབ་ཏུ་འདོད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གྱུབ་མཐའ་སྤྱོད་པའི་གར་ཐག དེ་ལ་སེམས་ཅམ་རྣམ་བདེན་པ་དང་རྣམ་རྒྱུན་པ་གཉིས་ཡོད། སྤྱོད་པ་ཤར་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་འདོད་པས་ན་སེམས་ཅམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

སེམས་ཅམ་རྣམ་བདེན་པ། ཤེས་པའི་གཟུང་རྣམ་རྒྱས་གྱུབ་ཏུ་འདོད་པའི་སེམས་ཅམ་པའོ། །ཡང་ན་རྒྱུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་མཛོན་སུམ་ལ་གཟུགས་རགས་པར་སྤང་བའི་ཆ་ལ་

མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་མ་ཞུགས་པར་འདོད་པའི་སེམས་ཙམ་པའོ། དེ་ལ་དབྱེ་
ན། གཞུང་འཛིན་གྲངས་མཉམས་པ། རྒྱུ་འབྱེད་ཆལ་བ། ལྷ་ཆོགས་གཉིས་མེད་པ་དང་གསུམ་
མོ། །

སེམས་ཙམ་རྣམ་རྒྱུན་པ། ཤེས་པའི་གཞུང་རྣམ་རྒྱུ་བཏགས་སུ་འདོད་པའི་སེམས་ཙམ་པའོ། །ཡང་
ན་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུགས་འཛིན་མངོན་སུམ་ལ་གཞུགས་རགས་པར་སྤང་བའི་ཆལ་
མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་ཞུགས་པར་འདོད་པའི་སེམས་ཙམ་པའོ། །

སེམས་ཙམ་པ། (ལར་ཕྱིན) ཕྱི་དོན་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་། རང་རིག་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་
གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བའི་གང་ཟག་དེ། སེམས་ཙམ་པའི་མཚན་ཉིད། སེམས་ཙམ་པ་དང་། རྣམ་རིག་
པ་དང་། རྣམ་འབྱོར་སྤྱོད་པ་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། སེམས་ཙམ་རྣམ་བདེན་པ་
དང་། རྣམ་རྒྱུན་པ་གཉིས་ལས། སེམས་ཙམ་པ་གང་ཞིག་ ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུགས་
འཛིན་མངོན་སུམ་ལ་གཞུགས་རགས་པར་སྤང་བའི་ཆལ་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་
པ་མ་ཞུགས་པར་འདོད་པ་དེ། སེམས་ཙམ་རྣམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། རྣམ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་
ན། གཞུང་འཛིན་གྲངས་མཉམས་པ། རྒྱུ་འབྱེད་ཆལ་བ། ལྷ་ཆོགས་གཉིས་མེད་པ་དང་
གསུམ་ཡོད། དེ་རྣམས་སོ་སའི་འདོད་ཚུལ་ཡོད་དེ། བྱ་མ་ལེབ་ཀྱི་གཤོག་སྟེང་གི་ཁྲ་བོ་འཛིན་
པའི་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཁྲ་བོ་འཛིན་པའི་ཆེ། ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་
རྣམ་པ་གཏང་ཅིང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་རྣམ་པ་རྣམ་
བདེན་དུ་སྒྲེ་བར་འདོད་པས་ན་གཞུང་འཛིན་གྲངས་མཉམས་པ་དང་། དེ་ལྟར་འཛིན་པའི་ཆེ་
ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་རྣམ་པ་གཏང་ཅིང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་
ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་རྣམ་པ་རྣམ་མེད་དུ་སྒྲེ་བར་འདོད་པས་ན་རྒྱུ་འབྱེད་
ཆལ་བ་དང་། དེ་ལྟར་འཛིན་པའི་ཆེ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་རྣམ་
པ་མ་གཏང་ཅིང་། ཁྲ་ཙམ་གྱི་རྣམ་པ་གཏང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་
རེ་རེའི་རྣམ་པ་རྣམ་མེད་དུ་མ་སྒྲེས་པར། ཁྲ་ཙམ་གྱི་རྣམ་པ་རྣམ་མེད་དུ་སྒྲེས་པར་འདོད་པས་

ན་སྒྲ་ཚོགས་གཉིས་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། སེམས་ཅམ་པ་གང་ཞིག་ཚུར་
མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་མངོན་སུམ་ལ་གཟུགས་རགས་པར་སྤང་བའི་ཆ་ལ་མ་
རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་ཞུགས་པར་འདོད་པ་དེ། སེམས་ཅམ་ནུབ་ཟུན་པའི་མཆོན་
ཉིད། རྣམ་རྒྱུན་པ་ལ་དབྱེ་ན། རི་བཅས་རྣམ་རྒྱུན་པ། རི་མེད་རྣམ་རྒྱུན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད། སྤྱི་
བཤད་པ་ནི། ཚོས་རྣམས་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་འདོད་པས་ན་སེམས་ཅམ་པ་དང་།
ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་འདོད་པས་ན་རྣམ་རིག་པ་ཞེས་བརྗོད་
དོ། །

སེམས་ཅེ་གཅིག་པ། དམིགས་པ་གཅིག་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སེམས། སྤྱི་བཤད་ནི། ཅེ་ནི་དམིགས་
ཡུལ་གྱི་དོན་ཡིན་པས། དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་ཡིན་པས་དེ་སྤྱི་
ཅེས་བརྗོད།

སེམས་ཅོམ་འཛོག་ ཅོམ་འཛོག་ལ་གཟིགས།

སེམས་ཚོར། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཤྱེན་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོར་བ། དཔེར་ན་ཡིད་
ཤེས་འཁོར་གྱི་ཚོར་བ་ལྟ་བུ། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ནས་ལུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སོགས་ལྟའི་འཁོར་དུ་
བྱུང་བའི་ཚོར་བ་རྣམས་ནི་སེམས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་ཡིན་ཀྱང་སེམས་ཚོར་མིན་
པས་ཞིབ་ཆ་དགོས་སོ། །

སེམས་རགས་པ། དབང་པོའི་ཤེས་པ་ལ་ཟེར།

སེམས་ཤིན་ཏུ་བྲ་བ། སྤྱིར་སྣང་པ་བཞིའི་སེམས་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཐམས་ཅད་སྣང་པའི་སེམས་ལ་
ཟེར།

སེམས་ཤིན་སྤྱངས། སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པར་གཏོད་པ་ལ་དགའ་མགུར་འཕྲུག་ཏུ་མི་རུང་བ་
དང་བྲལ་ནས་དམིགས་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཕྲུག་པའི་དོན། འདི་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ་བཅུང་
གཅིག་གི་ནང་ཆོན་དགེ་བ་བཅུ་གཅིག་གི་ཤིན་སྤྱངས་ཞེས་བ་དེ་ཡིན།

སེམས་སེམས་བྱུང་། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་སྟེ། ཡུལ་གྱི་དོ་སོག་ཚོ་སོར་མཐོང་བའི་སྟོ་ལ་སེམས་

ཞེས་བྲ། དཔེར་ན་འདི་ནི་བྱམ་པའོ་སྣམ་པའི་སྒོ་ལྟ་བུ། ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་གཙོ་བོར་མཛོད་པའི་
སྒོ་ལ་སེམས་བྱུང་ཟེར། འདི་ནི་གསེར་གྱི་བྱམ་པའོ། །འདི་ནི་དདུལ་གྱི་བྱམ་པའོ་འདི་ནི་ཆེ་
པའོ་འདི་ནི་ཆུང་པའོ་སོགས་ཁྱད་པར་གཙོ་བོར་མཛོད་པའི་སྒོ་ལོ། །

སེམས་སྒོང་སྒོང་པོ། སེམས་སྒོང་སྒོང་པོ་དང་འབྲ། དཔེར་ན་གཞུག་ལག་སྒྲིང་པའི་སྒྱོད་འཇུག་གི་
འབྲེལ་པ་སོགས་གཞུང་མང་བོར་སེམས་སྒོང་སྒོང་པོ་ཞེས་བྲིས་སྣང་ཡང་ཡི་གེ་དག་མིན་
དཔྱད་དོ། །

མེར། ། བརྒྱན་གཤེར་རམ་བཞའ་ཆོན་གྱི་མིང་། དཔེར་ན་སྒྲོམ་རིམ་བར་པ་རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་བྲངས་
པ་ལས། བྲམ་ས་པའི་ཆུས་སེམས་གྱི་རྒྱུད་བརྒྱན་ཏེ་མེར་ཡོད་པའི་ས་བཞེན་དུ་བྲས་ལ་སྒྲིང་
རྗེའི་ས་བོན་བཏབ་ན་བདེ་ཆག་ཏུ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལོ། །མེར་དང་མེར་བ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་སེམས་ཏེ། མེར་ནི་བཞའ་ཆོན་
ནས་བརྒྱན་གཤེར་དང་དེ་ཉིད་འབྲུགས་ནས་གོང་བྱར་གྱུར་པ་ལ་མེར་བའམ་སེར་ཞེས་ཟེར་
དོ། །རྒྱལ་འབྲེད་འབྲེལ་༼ ཆུ་པ་ ༡༣༧ བལས། མེར་ཆེ་བ་ཞེས་བྲ། བཞི་ཆུ་དང་བཅས་
པའོ། །ཞེས་གསུངས། 2 མེར་པོ།

མེར་སྐྱ། <ཀའིལ> 1 མེར་པོ་དང་དཀར་པོ་འདྲེས་པའི་ཁ་དོག་གི་མིང་། 2 རབ་བྱུང་དང་ཁྲིམ་པའི་
བསྐྱས་མིང་། དེ་ཡང་མེར་ནི་མེར་མོ་བ་སྟེ་རབ་བྱུང་དང་། སྐྱ་ནི་སྐྱ་བོ་སྟེ་མི་ནག་གི་མིང་།
མེར་སྐྱ་མི་དམངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། 3 མེར་སྐྱའི་ཡུལ་སྟེ། མངས་རྒྱས་སྐྱའབྲུངས་པའི་ཡུལ་
ཟས་གཙང་གི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་ཡོད་པར་བཤད། ཁྱོད་ཁྲེར་མེར་སྐྱ་ནི་གནས་བཅས་དང་དོན་
གཅིག་གནས་བཅས་ནི་ཁྱོད་ཁྲེར་ཆེན་པོ་དུག་གི་ལ་གྲལ་ལྷ་གེ་ཏ་ (Saketa) ཟེར་བ་དེལོ། །འོ་
ན་མངས་རྒྱས་འབྲུངས་པའི་གནས་ལུསྟེ་ནི་མ་ཡིན་ནམ། མེར་སྐྱ་ཡིན་པ་རྗེ་ལྟར་འཐད་ཅེན།
མེར་སྐྱ་ནི་དེའི་རྒྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུལ་སྟེ་འི་མིང་ཡིན་ལ། ལུསྟེ་ནི་ཞེས་པ་ནི་ཡུལ་དེའི་གནས་ཀྱི་གྲག་
པའམ་ཆ་ཤས་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་ཏེ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གནས་ཡིག་ལས། ལུསྟེ་ནིའི་
ནུབ་ཕྱོགས་མེ་ལི་ལྷ་དུག་ཙམ་ན་ (ཀའིལ་བསྐྱ) མེར་སྐྱའི་ཁྱོད་ཁྲེར་གྱི་ཡུལ་ཡོད་ཅིང་དང་

སང་གི་མིང་ལ་ཉི་ལོར་གོ་ཅི་ཟེད། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་དོ། ཁྲོད་དོལ་ལྷ་མའི་གསུང་འབྲུམ་
 སྤང་ཆ་ཨ་ཨ་ལས། རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་གོང་ཁྲིར་ཆེན་པོ་བླ་གཤིས་ལ་གྲུལ་གནས་བཅས་ཞེས་བ་
 གོང་ཁྲིར་མེར་སྐྱར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མ་དང་། ཡུམ་སྐྱུ་མ་ལྷ་མའི་ས་གཉིས་ཀྱི་སྐས་
 སུ་འབྲུངས་པ། བསྐྱལ་བ་ཟངས་སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་བཞེ་བ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་བ་མཉམ་མེད་
 ། འུ་ཀྱ་རྒྱལ་པོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་དོ། ༡༤ ཉི་མའི་མིང་ཡིན་པར་ཡང་། སི་བོད་སྐད་གཉིས་
 ། འབྲུ་སྐྱར་ན་གསལ། ༥ བྱི་རོལ་བའི་བྲང་སྟོང་ཞིག་གི་མིང་། བྲང་སྟོང་མེར་སྐྱུ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
 མེར་སྐྱུའི་གོང་ཁྲིར། <ཀ་པི་ལ་བསྐྱ> (འདུལ་བ) ལུ་ཐྱི་ནི་འུ་བ་ཕྱོགས་མེ་ལི་ལྷ་བླ་ཅན་ལ་ན་ “ཀ་པི་ལ་
 བསྐྱ” མེར་སྐྱུའི་གོང་ཁྲིར་གྱི་འུལ་ཡོད་ཅིང་། དེར་སང་མིང་ལ་Tilaurakot “ཉི་ལོར་གོ་ཅི”
 ཟེར་ཞེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་།

མེར་ཁྲིམ་། ༡ རབ་བྱུང་ཡིན་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱི་ཁྲིམ་གྱི་མིང་། ༢ ཡང་ན་ཁྲིམ་བ་མེར་གཟུགས་
 ཅན་གྱི་ཁྲིམ་ཁང་གི་མིང་། མེར་ནི་མེར་མོ་བ་སྟེ་རབ་བྱུང་གི་མིང་ཡིན་ལ་དེའི་རྟགས་འཆང་
 བའི་ཁྲིམ་པའི་ཁྲིམ་ཞེས་པའོ། །འབྲས་ལྗོངས་ལ་ (Sikkim) ཟེར་བའང་མེར་ཁྲིམ་ཟེར་བ་ཡིན་
 ཞེས་ཟེར་མཁན་འདུག་པ་ལྟར་དེ་རང་ཡིན་པར་སྤང་དོ། །

མེར་ཁྲིམ་པ། ༡ ཁྲིམ་བ་རབ་བྱུང་གི་ཆ་བྱད་ཅན་གྱི་མིང་། ཁྲིམ་བ་མེར་གཟུགས་ཅན། ཁྲིམ་བ་ལྷ་
 གཟུགས་ཅན། ཁྲིམ་བ་བཙུན་གཟུགས་ཅན། རབ་བྱུང་གི་རྟགས་འཆང་བའི་ཁྲིམ་པ། བྲ་ཆས་
 གྱོན་པའི་ཁྲིམ་པ། ཁྲིམ་བཙུན་རྣམས་དོན་འབྲ། འདི་བྲ་ཆས་གྱོན་པའི་བྲ་ལོག་ལའང་གོ། མེར་
 ཁྲིམ་བ་ནི་ཁྲིམ་བཙུན་ཞེས་བ་དང་ཡང་དོན་འབྲ་སྟེ། རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྲུང་དབྱིག་
 གཉེན་གྱི་རྣམ་ཐང་འཆད་པའི་སྐབས་ལས། ཁྲིམ་བཙུན་ཆོས་གོས་གྱོན་ཏེ་ཞིང་ཆོས་བ་
 གཟེགས་ནས། སྟོན་པའི་བསྐྱར་བ་ཉམས་སོ་ཞེས་ཐུགས་འབྲུང་ནས། དགེ་འདུན་གྱི་དབྱས་
 སུ་ཆོས་བསྐྱར་ཏེ། གཙུག་རྒྱུ་རྣམས་རྒྱལ་གྱི་གཟུངས་མགོ་ཞབས་བརྒྱུག་པ་ལན་གསུམ་རྒྱོམ་
 བས་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱུ་འདས་ཏེ། རེ་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་རུབ་བོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་བ་
 ལྟར་དོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། མེར་ནི་མེར་མོ་བ་སྟེ་རབ་བྱུང་གི་མིང་ཡིན་པས་ཁྲིམ་པའི་རབ་བྱུང་

ཞེས་བ་ལྟ་བུའི་དོན་ནོ། 13 སེར་བྱིས་དང་འབྲས་སྟེ 2 རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་ནམ་ཐར་དུ་ ཀུ་ལའི་
གོས་བཟང་སྟེགས་བམ་དང་པོ་(3༧) ལས། དགའ་ལྷན་ནས་ཤར་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་
མཆོན་ཞེས་མཁས་གྲགས་ཅན་དེ་གདན་པར་སྟེ། རི་པོ་བདེ་ཆེན་“སེར་བྱིས་བ་”ལྟ་བུར་སོང་
བའི་ཉམས་གསོས་གནང་ཞིང་དབུ་སྒྲར་བཞེས། ཞེས་གསུངས། ཡང་དེ་ཉིད་394ལས།
དགོན་བ་ “སེར་བྱིས་བ་” གཙང་དགོན་དུ་བསྐྱར་བའི་ཉམས་གསོས་ཀྱིས་བསྟན་བ་རིན་པོ་
ཆེ་ལ་ཕེན་ཏུ་ཕན་བ་བྱུང་བ་ནི་སྟེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེའི་བ་ཆོས་ལུང་བསྟན་ལས། ནམ་མཁའ་
ནམ་དག་ཁྱི་མ་མེད། །གསེར་སྟོང་ཤེས་རབ་མཚུངས་བ་མེད། །ཐ་མ་བསྟན་བའི་མེ་རོ་
ནི། །གྲགས་བའི་དབང་གིས་གསོ་བར་བྱེད། །ཅེས་ལུང་བསྟན་གྱིས་ཟེན་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་
བ་ལྟར་རོ། 12 རབ་བྱུང་ཡིན་པའི་དཔོན་རིགས་ཀྱི་མིང་། འདི་ལ་དཔོན་གསེར་གཟུགས་ཅན་
ཡང་ཟེར།

སེར་མཆོན། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཆོན་ལ་སེར་མཆོན་ཟེར།
རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་མཆོན་གྲགས་ཅན་བཞི་ཡོད་པའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག

སེར་སྒྲ། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་བྲག་བ་ནི། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་གང་ཞིག རྟེན་བཀྲའ་ལ་ཆགས་
ནས་ཡོ་བྱད་སོགས་གཏོང་མི་འདོད་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་རིག་པ། བྱེད་ལས་ནི། ཡོ་བྱད་
སོགས་མི་གཏོང་བའི་ལས་ཅན་ནོ། །བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆར་བཤད་བ་ཆོག་གསལ་
བ་10ན4ལས། སེར་སྒྲ་ནི་སྤྱིན་བ་དང་མི་མཐུན་བར་རང་གི་བྱུན་སྒྲུམ་ཆོགས་བ་ལ་ཀུན་ཏུ་
འཛིན་བཤོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ།

སེར་བྱེས་མཁས་སྟན་གྲུ་ཆང་གི་ཁང་ཆོན་བཅུ་བཞི་དང་མི་ཆོན་བརྒྱུད་དེ་ཉེར་གཉིས་ནི། 1 ཏར་
གདོང་། 2 བསམ་སྒྲོ། 3 བྱ་བྲལ། 4 ཏེ་ཏོར། 5 བྱ་སྟེ། 6 ཆ་བ། 7 ལྟོ་བ། 8 སྒོ་མ་སྟེ། 9 ལ་
བ། 10 ལྷན་མ། 11 མངའ་རིས་གྲུ་གོ། 12 མངའ་རིས་དཔེ་ཐུབ། 13 མངའ་རིས་ཟངས་
དགའ། 14 མངའ་རིས་སྟག་མོ། མི་ཆོན་ནི། བྱ་སྟེའི་མི་ཆོན། 1 གཙང་བ། 2 རྒྱལ་བྱེད། 3
ཨེ་བ། 4 གཉལ་བ། 5 དུགས་པོ། 6 རྟེན་ཐང་། 7 སྒོ་འཕོང་། 8 གྲུང་བྱ་དང་ཉེར་གཉིས་

སོ། །སྐོང་རྒྱལ་ཁའི་སྒྲིགས་བཅ་སྤྲད་ཆ་༣༤ཙན་གསལ་བ་ལྟར་པོ། །དྲུང་དཀར་སྐོ་བཟང་
འཕྱིན་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། སྐོ་འཁོར་དང་གྲུང་རྩ་གཉིས་དོར་ནས། སྐོ་པོ་
བསྐྱན་ཏེ་ཉེར་གཅིག་བྱས་འདུག་ཀྱང་དབྱེ།

སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ། སེ་ར། འབྲས་སྤྲངས། དགའ་ལྗན་དང་གསུམ་མོ། །འདི་ལ་སེར་འབྲས་
དགའ་གསུམ་དང་། སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་རའི་མཐའ་རྟེན་ཡོད་མེད་ཀྱི་འཕྲི་ཚུལ་གཉིས་
སྤྲང་ཡང་། གང་གིས་ཀྱང་ཁྱད་པར་ཆེར་མི་སྤྲང་ངོ། །བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སྟ།
སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་ཞེས་གིས་སྤྲང་ལ། ཡ་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་རང་རྣམ་རྩ་ཀྱི་ལའི་གོས་
བཟང་དེབ་དང་པོ་༡༣༧ལས། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཆོ་ནས་སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ་དང་
ལྷ་ས་གསལ་པོ་བསྐྱན་བྱུང་བས་ཐམས་ཅད་ཡ་མཚན་ཞིང་སྤྲང་སྤྲོད་མགོན་གཉིར་ཏེ་ལས་
དགས་ཏེ་ལབ་རྒྱུ་འདྲ་མི་འདུག་ཅེས་ཁོ་པོས་གིས་བ་ལྟར་གསུངས་སོ། །

སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ། སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ་དང་དོན་གཅིག་

སེར་སྤྲངས། གྲ་བཅུན་མང་པོ་གལ་བསྒྲིགས་ནས་ཕེབས་བསུ་ཞུ་བའི་དོན། སེར་ནི་སེར་མོ་བ་སྟེ་གྲ་
བཅུན་གྱི་མིང་། སྤྲངས་ནི་གལ་བསྒྲིགས་ནས་སྤྲོད་པའི་མིང་།

སེར་མིག་ཅན། མིག་སེར་ཅན་ཏེ། སིན་བྱ་འུག་པའི་མིང་། མངོན་བརྗོད་དུ། སིན་བྱ་ལ་སེར་སྤྲའི་ལྟ་
བྱེད་ཅེས་ཀྱང་ཟེར་བའི་སེར་མིག་ཅན་ཞེས་སིན་བྱའི་མིང་དུ་ངེས་སོ། །རྗེའི་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་
ལས། ལྷག་པར་ཕྱོགས་འདྲིན་སེར་མིག་ཅན། །འགའ་ཞིག་ནག་པོའི་ཀྱན་སྦྲོང་གིས། །སྦྲོ་སྦྲུང་
སྤྲ་ཆོགས་སྦྲོན་བ་ཡི། །སྤྱ་ཙེར་རི་བཞིན་སྤྲ་བ་ལ། །འཇགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་མ་བྱ་དམན་
པའི། །རྫོངས་བ་དག་ཀྱང་རྗེས་འཇུག་སྟེ། །མི་བཟད་འདིགས་རུང་ངན་འགྲོའི་སྦྲོར། །ཁྱུ་འདེད་
ཚུལ་གྱིས་འཇུག་རྣམས་ལ། །མ་བཟོད་ལྷག་པའི་བསམ་བ་ཡིས། །དྲངས་པའི་རྟོགས་བརྗོད་
རྒྱ་པའི་བཞེན། །ངོ་མཆར་རི་མོ་འཇུམ་པའི་མདངས། །ཀྱན་ལ་གསལ་པོར་ངོམས་བྱེད་
ན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུ། གྲ་བཞད་ནི། འདིའི་མིག་སེར་པོ་ཡིན་པས་མིག་སེར་ཅན་ནས་
སེར་མིག་ཅན་ཟེར་བ་ཡིན་འདུག་ ཞིབ་པར་སིན་བྱ་ལ་གཟིགས།

མེར་མོ་བ། རབ་བྱུང་སྤྱི་ལོ་མིང་། སྐྱ་བཤའ་ནི། ཅ་བཟའ་མེར་པོ་མནལ་བས་པའི་ཆ་ནས་མེར་མོ་བ་
ཞེས་བཛོད་དོ། །

མེར་དམག་གྲ་པའི་དམག་རབ་བྱུང་གི་དམག་མེར་ནི་མེར་མོ་བ་སྟེ་རབ་བྱུང་གི་མིང་ཡིན་ལ། དེའི་
དམག་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །འགའ་ཞིག་གིས། མེར་འདི་དམག་ལྟ་བུ་ལ་གོ་བ་ནི་ཞོར་ལོ། །

མེར་ཡོད་པའི་ས། སྐུམ་རྒྱུ་རན་པའི་སའི་མིང་། ག་མེར་ཞེས་གས་འབྲུལ་ཡོད་པ་ནི་ཞོར་བར་
གསུངས་སོ། །རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། སྒྲོམ་རིམ་བར་བ་ལས། བྱམས་པའི་རྩས་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་
བརྒྱན་ཏེ་མེར་ཡོད་པའི་ས་བཞིན་དུ་བྱས་ལ་སྤྱིང་རྗེའི་ས་བོན་བཏབ་ན་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་ཕྱིན་ཏུ་
ཡོངས་སུ་རྒྱས་བར་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སེལ་ཞུགས། ལྷད་ཞུགས་པ་དང་། སྒྲོན་ཞུགས་པའི་དོན། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་
འབྲེལ་ལས། གཤམ་ཏེ་མི་དགེ་བའི་སེལ་ཞུགས་ན་ལ་འུར་བཤགས་སྒྲོམ་བྱས་ལ། དགེ་བ་ཅེ་
འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

སོ་གཏོང་བ། (འདུལ་བ) ས་པག་དང་རྩ་སོགས་མེར་བསྐྱེགས་ཏེ་སྐྱ་བརྟན་དུ་བྱེད་པའི་དོན།

སོ་སྒྲོ། སོ་ཟེང་། སོ་རོང་རོང་། ལེ་ཤིའི་གྱར་ཁང་ལ་གཞི་བྱས།

སོ་ཐམ་བ། 1 སྐྱ་ཡི་ཁྱད་པར་ཞིག་སྟེ། གང་ངར་ཆེས་པས་ཁ་དང་སོ་དག་ལས་སྐྱ་ཐམ་ཐམ་ཟེར་བ་
ལྟ་བུ། 2 གང་དཔུལ་བརྒྱུད་ཀྱི་གསུམ་པ། གང་བའི་ཐུག་རྩ་བསྐན་མི་བཟོད་པར་ཁ་དང་སོ་
དག་ལས་སྐྱ་ཐམ་ཐམ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱ་བཤའ་ནི། སྐྱ་བ་དཔོན་དུལ་བ་ལྟའི་འདུལ་བ་རྣམ་
པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤའ་བ་ལས། ཏག་ཏུ་ཁ་དང་སོ་དག་ལས་སྐྱ་ཐམས་ཐམས་
ཟེར་བ་འབྱུང་བའི་བྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

སོ་ཐམ་ཐམ་བ། སྐྱ་ཡི་ཁྱད་པར་ཞིག་སྟེ། སོ་ཐམ་པ་དང་འདྲ།

སོ་ཐམས་ཐམས་བ། སོ་ཐམ་ཐམ་པ་དང་འདྲ། འདུལ་བ་ལུང་ཐོན་ཆོགས་ཀྱི་ནུལ་ས། སོ་ཐམས་
ཐམས་དང་། ཞེས་འབྱུང་། སྐྱ་བ་དཔོན་དུལ་བ་ལྟའི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤའ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ལོ། །

སོ་ཐར་གྱི་མདོ། (འདུལ་བ) སོ་ཐར་ཐར་པའི་མདོ་དང་དོན་འདྲ།

སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ། (འདུལ་བ) 1 (ཐལ་འབྱུང་བའི་ལུགས) དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་རྒྱ་བྱས་ནས་
གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཕྱོག་པར་ཁས་སྦྲངས་ཤིང་དམ་བཅས་པའི་ཆོས་
ཀྱི་བསྐྱེད་མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་དེ། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོར། ཐལ་འབྱུང་བས་བཞེད། 2 (བྱེ་
བྲག་སྤྲོ་བའི་ལུགས) དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་རྒྱ་བྱས་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་
བཅས་པ་ལས་ཕྱོག་པར་ཁས་སྦྲངས་ཤིང་དམ་བཅས་པའི་བསྐྱེད་མཆེད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་
གཟུགས་དེ། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོར། བྱེ་བྲག་སྤྲོ་བས་བཞེད། 3 (མདོ་སྤྲེ་བ། སེམས་ཅམ་
པ། རང་རྒྱད་པའི་ལུགས་ལ) དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་རྒྱ་བྱས་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་
གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཕྱོག་པར་ཁས་སྦྲངས་ཤིང་དམ་བཅས་པའི་སྤོང་བའི་སེམས་པ་རྒྱན་
ཆགས་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་དེ། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ངོ་བོར། མདོ་སྤྲེ་བ། སེམས་ཅམ་པ།
རང་རྒྱད་པ་བཅས་ཀྱིས་བཞེད་དོ། །རྗེའི་འདུལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱང་པོ་ལས། དེས་འབྱུང་བསམ་
པས་རྒྱ་བྱས་ནས། །གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས། །ཕྱོག་པ་དེ་ཡང་ལུས་ངག་
ལས། །གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་དང་། །སྤོང་བའི་སེམས་པ་རྒྱན་ཆགས་པ། །ས་བོན་
དང་བཅས་ཡིན་ནོ་ཞེས། །འདོད་པའི་ཚུལ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས། །རང་གི་སྤྲེ་བ་གོང་ལོག་སྤྲེ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་རྒྱའི་ཀུན་སྤོང་གསུམ། (འདུལ་བ) སྒྲིམ་པ་ལེན་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ། སྒྲིམ་པ་འཛོལ་
པར་ཤེས་པ། ལྷ་དན་ལས་འདས་པའི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་ལྡན་པ་སྤྲེ་གསུམ་མོ། །

སོ་ཐར་གྱི་པམ་པ། (འདུལ་བ) པམ་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད། (འདུལ་བ) བསྐྱེན་གནས། དག་བསྐྱེན་པ་མ་གཉིས། དག་ཚུལ་པ་མ་གཉིས།
དག་སྒོའ་མ། དག་སྒོང་པ་མ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དོ། །བསྐྱེན་གནས་ལ་པ་མ་གཉིས་མི་བཟང་བ་
ནི་དེ་སྒྲིམ་པ་གཞན་རྣམས་ལས་དམན་པ་དང་དུས་སྤང་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན།

སོ་ཐར་རིགས་བདུན། (འདུལ་བ) སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་ལས་བསྐྱེན་གནས་དོར་བས་བདུན་མོ། །བྱ་

སྒྲིམ་ལས། སོ་ཐར་རིགས་བདུན་བཟང་ཆོ་བསྟེན་གནས་མིན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །
སོན་མ། 1 ཞིང་ལས། 2 སོ་ཆོས་སམས་འཆོ་ཐབས་སྤྱིའི་མིང་ལའང་འདུག དཔེར་ན་བྱིམ་གྱི་སོན་མ་
ཞེས་བ་ལྟ་བུ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་ལས། བྱིམ་གྱི་སོན་མ་ཞེས་བ་བཞི་བྱིམ་གྱི་
སོ་ཆོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། 3 ལུ་ལྷན་འོད་གཤེར་ས་ཐོན་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་
ལ་སོན་མ་ཟེར། ས་བཤ་གྱི་སྒྲིམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས། དཔེར་ན་བརྒྱའི་སོན་མ་ལ། རྟག་ཏུ་
འདས་དང་ལྷན་ལྷན་དགོས། ཞེས་དང་། དཔེར་ན་ལུ་ལྷན་ས་ཐོན་སོགས། །སོན་མ་ཞིང་བས་
བྱར་བྱས་ཀྱི། །ལྷ་བྱ་སྤོང་བུ་སྟེ་མ་

སོགས། །ཞིང་ལས་འབྱུང་གི་མི་ལས་མིན། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

སོན་མ་བཞི། སོན་མ་རྣམ་བཞི་ལ་གཟེགས།

སོན་མ་རྣམ་བཞི། ཞིང་ལས། ཆོང་ལས། ལྷག་སྤོང་། ལུན་བསྐྱེད་བཅས་སོ། །

སོ་སྒྲོན། སྒྲོན་དུས་སྤྱི་ས་མཆམས་ལ་མེལ་ཆེ་དང་སོ་བྱེད་པའི་སྒྲོན་པའི་མིང་། དེ་ཡང་ཕྱིའི་དགའ་ལ་
སོ་བྱེད་པའི་བྱི་སོ་བྱ་བ་ཞིག་དང་། བོད་སྟེ་རང་གི་ནང་དུ་སོ་བྱེད་པའི་ནང་སོ་བྱ་བ་གཉིས་
ཡོད་པའི་བྱི་མ་ནི་དུང་ཡང་གོ་གནས་ཀྱི་མིང་དུ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ལ་སོ་སྒྲོན་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་
ཀྱང་རྫོང་འཛིན་སོགས་ལ་གསལ་ལོ། །ཞེས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་།

སོ་མ། 1 གསར་བ། གོས་སོ་མ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཆོག་མཛོད་རྣམས་སྤྱི་གསར་བ་ཞེས་བ་ཅན་ལས་མི་
འབྱུང་ཡང་། དེ་ནི་གསར་བ་ཅན་མིན་པར། སོས་བའམ་མ་ཉམས་ཤིང་ལྷན་མེད་པའི་དོན་ལ་
གོ་དགོས་པར་སྟུག། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) གཤོད་མའི་གནས་ཚུལ་རང་མཚན་བའམ། བཅོས་
བསྐྱེད་མེད་པའི་གཤོད་མའི་རང་བཞིན་རྒྱུ་བ་ལ་སོ་མ་ཟེར།

སོ་མ་རྩ་བ། (ལེགས་སྦྱང) 1 རྩ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཤིང་སྤྲན་གྱི་རིགས་ཤིག རོ་ཆ་ཞིང་ཁ། ལུ་
རྩེས་སྟོམས། ལུས་པས་སྤིན་ནད་དང་། བགས་ནད། ལུ་སེར་གྱི་ནད་སེལ། མིང་གི་རྣམ་
གངས་ལ་འདབ་བཟང་དང་། ལྷ་བྱ་རྒྱུ་ འབྲས་ནག་སོ། མཛེ་འཛོམས། རྩ་བའི་ལྷག་མ། རྩ་བའི་
རི་སོ། རྩ་ཆེས་ཀྱི་རྩལ། ལྷག་ནག ལུ་རི་པ་ལྷོ། སོ་མ་བསྐྱི་ག་བཅས་སོ། །བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་

ཆེན་མོ་སོར་བཞག་ལ་ཡིག་འབྲུ་འགའ་ཞིག་བཅོས་འབྲུར་བྱས་སོ། །སོ་མ་རྩ་འདི་མིང་གི་
 རྣམ་གངས་གཞིགས་འདོད་ན། སྤྱན་དབྱང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱིང་པོའི་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་
 བ། བསྟན་འབྲུར་གསོ་རིག་༩ ཉེ་བ་ ༡༥ བ་ ༤ རྣ་གསལ་ལོ། ༡༢ སྤྱན་གཞུང་རྒྱ་པའི་རྒྱལ་པོ།
 དེ་ནི་འབགས་བ་འཇམ་དཔལ་གྱིས་རི་བོ་ཅི་ལྟར་གསུངས་ནས་སྤར་རྒྱ་གར་དུ་དར་ཞེས་
 གཤམ་སེལ་ལས་གསུངས། གཤམ་མོག་རྣམ་ཐར་དུ་སྤྱ་སྤྱབ་གྱིས་མཛད་པར་བཤད། ཅེས་སོ་
 བོད་སྐད་གཉིས་ཤམ་སྤར་གསེར་གྱི་སྤྱང་མཛེས་ལས་བཤད་དོ། །

སོ་མ་རང་ལུགས་སུ་བཞག་པ། (བཀའ་བརྒྱུད) སོ་མར་བཞག་པ་དང་འདྲ། གདོད་མའི་གནས་ཚུལ་ནི་
 ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ལ་བཟོ་བཅོས་མི་བྱེད་པར་བཞག་པའི་དོན།

སོ་མར་། སྤྱ་ཤད། རྒྱག་ཤད།

སོ་མངས། སོ་མར་དང་འདྲ། ཡིག་རྙིང་གི་རིགས་ལ་ཡངས་འབྲུག་ཅན་འདི་མང་དོ། །

སོ་མར་བཞག་ ༡ བཅོས་བསྐྱད་མེད་པར་བཞག་པ། རང་གར་བཞག་ རྫོང་ལ་བཞག་ ལྷག་པར་
 བཞག་ ཐ་མལ་དུ་བཞག་ཅེས་བ་རྣམས་སྤྱིར་དོན་འདྲ། ༢ (ལྷག་ཆེན) ལྷ་མས་ངོ་སྤྱད་པའི་
 སེམས་ཉིད་ལྟན་སྤྱེས་གྱི་ངོ་བོ་འཇམ་རང་བཞིན་ཡོ་ནས་སྤོས་བ་དང་བྲལ་ཞིང་ངོས་བརྩུང་མེད་
 པའི་དོན་དེ་ཉིད་རང་སོར་བཞག་པ།

སོ་བཙུགས་པ། བྱར་བྱས་པ། སོ་བལྟས་པ། བསྐྱངས་པ།

སོ་ཅི། ༡ སོ་སྤྱན། ཅི་ནི་འདིར་སྤྱན་གྱི་མིང་སྟེ། བདུད་ཅི་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ༢ ལེགས་སྤྱར་དུ་ཏུསྤྱུ་ལ་དང་
 རྒྱ་གར་པལ་སྐྱད་ལ་སྤན་ཟེར་བའི་ལོ་མ་དང་དེ་ལས་བཟོས་པའི་བཟང་བའི་རིགས་ཤིག་གི་
 མིང་། འདིས་སོ་མ་ཞེགས་པོར་བྱེད་པས་སོ་ཅི་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་དེ་ཡིན་པར་སེམས། ༣
 སྤྱིན་སྟེག་སྐབས་མེ་ལྷ་སོགས་ལ་འབྱལ་བྱེད་གྱི་གཏོར་མ་ཞིག་སྟེ། དེ་ལ་ཆོས་སྐད་དུ་ཏུསྤྱུ་ལ་
 དང་པལ་སྐྱད་དུ་སྤན་ཟེར། རྒྱས་པར་ཏུསྤྱུ་ལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

སོ་ཅིའི་འདབ་མ། ཁྱི་ཤིང་ལ་སྤྱེས་པའི་ལོ་མ་དེ་ཞེས་ལ་རོ་ཁ་བ་བཟར་རུང་བ་ཞིག་རྒྱ་གར་བས་སྤན་
 ཟེར་བ་དེའོ། །སོ་ཅི་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ༩ བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་མདོ་ ༡ སྤྱ་སྤྱབ་གྱི་མདོ་ཀུན་ལས་

བརྟུས་པར་བྱངས་པ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐར་མའི་རྒྱལ་པོ་བ་ལང་རྗེར་གྱུར་པ་ན།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐྱ་འབྲིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་སོ་ཆེད་འདབ་མ་ལུའ་ཉ། དང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་
སེམས་བསྐྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སོ་ཆེགས་བྱེད། སོ་འཐམས་འཐམས་བྱེད་པའི་དོན་དུ་བཤད། ཞིབ་པར་མཐང་འོག་ནས་སོ་ཆེགས་
བྱེད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སོ་ཆེས། འཆོ་ཐབས་ཀྱི་མིང་ལ་བཤད། འོན་ཀྱང་སོ་ཆེས་ཞེས་པའི་སོ་ནི་སོ་ནམ་ཞེས་པའི་ཆེག་
བསྐྱུས་པ་ཡིན་ལ། ཆེས་ནི་ཆེགས་སམ་ཡང་ན་འདིར་ཕྱེ་ཆོན་གྱི་མིང་ཡིན་པར་སྙམ། མདོར་
ན་སོ་ཆེས་ནི་སོ་ནམ་གྱི་བྱ་བའི་ལས་ཆོན་ནམ་ལས་རིགས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འཆོ་ཐབས་སྤྱིའི་
མིང་དུ་ཆགས། ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་ནམ་ཐར་༥༥ལས། རྒྱལ་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེས། བྱི་
མའི་སོ་ཆེས་ཐོག་སྐམ་ཉ་རྒྱ་འདྲ། །བསམ་པ་ཐོག་ཏུ་མ་ཁེལ་འདོད་འདུན་སྦྱངས། །ཅིས་ཀྱང་
དན་ན་འབྱོར་རྒྱད་འདུ་འབྲལ་སོམས། །ཁྱོས་སྤུལ་ཆོས་ལས་འདུག་གེ་མེ་བ། །ཞེས་
གསུངས་པ་བཞིན་བྱི་ཆེས་ཀྱིས་ཟས་ཞོར་བསགས་ཀྱང་སྦྱང་མའི་སྦྱང་ཅི་དང་འདྲ་བར་མདོན་
སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་གྲུབ་ཀྱང་། ཞེས་སོགས་གསུངས།

སོ་རྒྱུ། (ལེགས་སྦྱར) ཡུལ་འཁོར་བཟང་པོ་ཅན་ཞེས་པ་སྟེ་རུབ་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་བ་བྱེད་དང་གསུམ་
བྱིན་པ་སོན་མ་ཞེས་པ་བྱི་བའི་རྟོན་ཡོད་པ་ལ་བཞེད།

སོ་ཤིང་། (འདུལ་བ) 1 རོ་རྩུང་ཟད་ཁ་ཞིང་ཟ་སྤྱོམ་མཐུ་བ་མོ་ཅམ་ཤ། རིང་ཆད་མཐོག་ཅམ་པའི་སོ་
འཐུད་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་བྱ་ཞིག་ཞེས་བྱས་ན་ཆེམས་ཤིང་ཟེད། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་སྟོལ་རྒྱན་དུ་
ཤིང་ནི་སྤྱོ་པའི་ལྷག་མ་ལས་བཟོ་བར་བྱེད། རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་དུ་ཤིང་འདི་ལ་ནྟི་མ་ཟེད། ཤིང་
ནི་སྤྱོ་པའི་སྐོར་གོང་དུ་ནི་སྤྱོ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། དེང་སང་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གྲོང་གསེབ་
དང་གོང་ཁྱེར་འགར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པར་མཐོང་། 2 (ལྷགས) དབང་བསྐྱར་སྐབས་དངོས་གྲུབ་
གང་འབྲུབ་རྟོག་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་བྱ་སོར་བཅུ་གཉིས་པ་ཞིག་སྟེ། རྒྱ་ནི་འབྱོར་ན་ཤིང་ཨ་ཤ་ཐ་དང་།
མ་འབྱོར་ཡང་ཤིང་འོམ་ཅན་སྤྱོམ་ཟ་རན་ཤ། དང་ཞིང་སྟོག་ཆགས་མེད་ཤ། མ་གས་པ་མགོ་

མཐུག་མཉམ་པ་དྲི་བཟང་གི་རྒྱས་བརྒྱས་པ། བདུག་པས་བདུགས་པ། སོར་བཅུ་གཉིས་པ་ཅེ་
སོར་མེ་ཉྱག་བཅེངས་པའི་ཤིང་བུལ། །རྗེའི་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོར་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

སོ་ཤིང་དོར་བ། 1 (ཐུགས) དབང་གི་རྒྱས་བས་དངོས་བྱུང་གང་འབྱུང་བཟླས་པའི་ཕྱིར་དཀྱིལ་འཁོར་བུ་
སོ་ཤིང་དོར་བལྟ། །རྗེའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་ལས། འོ་མ་ཅན་གྱི་ཤིང་ཏུ་ཅང་སྒྲིམ་པ་
དང་མ་བ་མེན་པ། དང་ཞིང་ཆོགས་མེད་པ་མ་གས་པ་སྒྲ་མེད་པ། མགོ་མཐུག་མཉམ་པ། དྲིའི་
རྒྱས་བརྒྱས་ཤིང་བདུག་པས་བདུགས་པ་སོར་བཅུ་གཉིས་པ་ཅེ་སོར་མེ་ཉྱག་བཅེངས་པ།
སྒྲོབ་དཔོན་བྱང་བུ་ཕྱོགས་ཏེ་ཡི་གེ་གསུམ་བཟླས་ནས་སྒྲོབ་མ་ལ་བྱིན་ལ། ས་ལ་བགགས་
མཐར་བྱེད་ཀྱི་སྤྱགས་ཀྱིས་བསྐྱགས་ནས། དྲི་བཟང་དང་བ་བྱུང་གིས་བའི་ཀོ་བའི་སྐབ་འབྲུག་
ཅམ་བུ་ཁྱ་བཞི་པ་བྱ་བཞི་བུ་བྱགས་ནས། སྒྲོབ་མ་ཁ་ཤར་རམ་བྱང་བུ་ཕྱོགས་པས། ལྷོ་བརྒྱ་
རྩ་ས་རྩ་ ཞེས་པས་ཅེ་མོན་མ་འཆོས་ཏེ། ལྷོ་བྱ་ཏེ་བརྩི་ས་མ་ཡ་ཨི་ཤུ་རི་ཨྲ་རྩྱུ་སྤྱ་རྩ། ཞེས་
བཟླས་ནས་མིག་སྤྱོད་བཟླ་ཞིང་ལྷོས་པ་མེད་པར་མཐུལ་གྱི་སྤྱོད་བུ་དོར་བོ། །ཅེ་མོ་སྤྱོད་བུ་
བཟླས་ན་རིག་འཛིན། ལྷ་མ་ལ་ཕྱོགས་ན་མཆོག །ཐུར་བུ་བཟླས་ན་ས་འོག །ཤར་བྱང་བུ་བ་
ལྷོར་བཟླས་ན་ཞི་རྒྱས་དབང་བྱག་འབྲུབ་ལ། ཕྱི་རོལ་ཏུ་ལྷུང་ན་དངོས་བྱུང་མེད་དོ། །ཞེས་
གསུངས། 2 (འདུལ་བ) ཁའི་དྲི་མ་སྐྱངས་ནས་སོ་ཤིང་གི་དུམ་བུ་ཕྱི་རོལ་ཏུ་དབེན་པར་དོར་
བའི་དོན་ནོ། །

སོ་སོ། 1 དེ་ལེ། ཐ་དད་པ། ཁག་ཁག་མི་འདྲ་བ། 2 མ་འདྲེས་པ། དཔེར་ན་སྤྱོད་ནི་ཕྱི་དང་མ་
འདྲེས་པར་རིག་པ་ལ་སོ་སོར་རིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 3 དང་པོ། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྐད་དོད་པ་
ཏི་མོ་ལྷའི་དོན་མཛོད་ལས་དང་སོར་ཐར་པའི་དོན་བཤད། ཅེས་རྗེའི་རིམ་ལྗེ་གསལ་སྒྲོན་ན་
གསལ། 4 ཡང་ཡང་། ལྷོས་པ། སོར་སྤྱད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སོ་སོར་བཟླ་བོར་བདག་གིས་
གཟུང་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྗེའི་རིམ་ལྗེ་གསལ་སྒྲོན་དང་། རྗེའི་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་
རྣམ་བཤད་དངོས་བྱུང་གི་སྤྱེ་མ་ལ་གཞི་བྱས། (བོད་སྐད་ཀྱི་སོ་སོ་ལ་ཡང་ཡང་གི་དོན་མེད་
ཀྱང་། སྐད་དོད་པ་ཏི་ལ་ཡོད་པར་གསུངས་སོ།) 5 བྱང་པ། སོ་སོའི་སྐད་དོད་པ་ཏི་ཞེས་པ་རྟེན་

འབྲེལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཆོག་གསལ་ལས་ཐུང་བ་དང་རྫོས་པའི་དོན་དུ་བཤད། ཅེས་ཟེའི་རིམ་ལྔ་
གསལ་སྒྲིན་ན་གསལ།

སྟོ་སྟོ། 1 དབུ་འཕང་བསྟོད་བྱེད་དཔ། རྒྱལ་བར་འགྱུར་ཅིག་གས། རྒྱལ་ལོ་རྒྱལ་ལོ་ཞེས་པའི་
གཟེངས་བསྟོད་པའི་འཛོད་སྒྲ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས། ཀི་གི་བསྟོ་བསྟོ་ཞེས་པའི་བསྟོ་བསྟོ་དང་
དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དབྱང། དབུས་སུ་འཁྲུག་བ་བྱེད་པའི་དཔག་པན་ཚུན་ཆས་ནས་
འཐབས་བ་ལ། མི་ཀྱན་གྱིས་སྟོ་སྟོ་བྱས་པས། ཁ་ཅིག་ན་རེ་སྟོ་དང་སྟོ་སྟོ་ཁོང་གི་ཕྱོགས་མང་
ན་ཟེར་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་དང་འཐབ་བ་ལ། ཁ་སྟག་བཟླས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པའི་
ཕྱོགས་མང་ལ། གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཉུང་བར་འདུག་ན་གསུང་། ཞེས་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་
སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་””ན་གསལ། 2 འཛོད་སྒྲ་ཞིག་སྟེ་ཤེད་དོན་གཅིག་བསོ་ནི་བོན་
གྱི་འཛོད་པའི་སྒྲ་སྟེ་ཤེད་དང་འབྲུག་བ་གཅིག་གོ། ཞེས་ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱང་གསུང་ངོ། །

སོ་སོ་སྟེ་བོ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྟེ་གནས་སོ་སོར་འགྲོ་ཞིང་ཟག་བ་མེད་པའི་ལས་
མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་སྒྲ་བཤད་ནི། ལས་ཉོན་གྱིས་དབང་གིས་སྟེ་གནས་སོ་སོར་སྟེ་འཆི་བྱེད་
པས་དེ་ལྟར་དུ་བཟོད་པའས། ཡང་ན་སོ་སོ་ནི་ཐ་དད་པ་སྟེ་མི་འདྲ་བའི་དོན་ཡིན་པས་འཕགས་
བ་དང་མི་འདྲ་བའི་སྟེ་བོ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ལུང་ཐན་ཆོགས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས།
ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བས་བཅིངས་བ་དག་ནི་འཕགས་བ་དག་ལས་ཐ་དད་བར་གྱུར་པའི་
བྱིར་སོ་སོའི་སྟེ་བོ་དག་གོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ལོ། །

སོ་སོ་ནས་སྒྲགས་བསྐྱོར་བའི་ལྟར་བྱེད། (འདུལ་བ) སྤང་ལྟར་སྒྲུམ་ཅུའི་བརྒྱད་པ། སོ་སོ་ནས་སྒྲགས་
བསྐྱོར་བའི་སྤང་བའི་དོན་ནི། བཅས་ལྟན་དག་སྐྱོང་ལ་ཁྱིམ་པ་སོ་སོ་གཉིས་གྱིས་གོས་རེ་རེ་སོ་
སོ་ནས་སྒྱུན་བར་བསམས་པས་སྒྲགས་བ་ལ་དེ་ལས་ལྷག་པའི་གོས་བསྐྱངས་ཏེ་ལྷག་བ་དེ་
ཐོབ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ལྟར་བ་དངོས་གཞིལོ། །སྤང་གཞིན། མཉན་ཡོད་དུ་ཉེདགལ་ལ་ཁྱིམ་
བདག་གིས་གོས་འབྲུལ་བར་བསམས་པས་སྒྲགས་བ་ལས་གང་བྱིན་བ་དེས་མི་མགུ་བར་
ལྷག་བ་བསྐྱངས་བ་ལས་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དུ་བཅས་པའོ། །དགག་བྱ་ནི་གཞན་གྱི་མོངས་

བྱ་བས་འགོག་པ་ཡིན་པས་སོ་སོར་བརྟགས་པས་འགོག་པ་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
རྒྱ། མཛོད་ཅ་བ་ལས། སོ་སོར་བརྟགས་པས་འགོག་པ་གང་། །བྲལ་བའི་སོ་སོ་སོ་སོ་
ཡིན། ཞེས་སོ། །

སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ། མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅིག་སྟེ། གཉེན་པོའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་སྤང་
བྱ་སྤངས་པ་མིན་པར། རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་དབང་གིས་རང་གི་དགག་བྱ་མ་འོངས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་
གཏན་དུ་གཤགས་བྱེད་པའི་འགོག་བདེན་བརྟགས་པ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར། དགག་བྱ་མ་འོངས་པ་སྐྱེ་
བ་འགོག་པའི་བྱེད་པས་བྱུང་བར་དུ་བྱས་པའོ། །མཛོད་ཅ་བ་ལས། སྐྱེ་ལ་གཏན་དུ་གཤགས་
བྱེད་པ། །འགོག་གཞན་སོ་སོར་བརྟགས་མིན་པས། ཞེས་གསུངས།

སོ་སོར་ཐར་པ། (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་འབྲ།

སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ། <བླ་ཉི་མོ་ཤྲ་སྤྱང> (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་དགེ་སྤོང་པའི་
ཁྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་མདོར་བསྡུས་ནས་སྟོན་པ་པའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་སྟོ་ཀ་
བདུན་བརྒྱ། བཅ་པོ་གཉིས་པ་ཤོག་ལྟེ་བཙུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་འདུལ་བའི་མདོ་ཞིག་ཁ་ཆེ་
བྲེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བའི་སྟོབ་དཔོན་རྩི་ན་མི་ཏ་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་ཅོག་རྩི་སྤྱའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བསྐྱར་
ཅིང་ཞུས་པའོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདི། འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞིའི་ཅ་བ་དང་དེ་དག་འདིའི་
འགྲེལ་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེད་འགྲེལ་༩ ཚུ་ ༡༧བ་ལས། རྣམ་པར་འབྲེད་པ་དང་སྟན་ཆེགས་
ལ་སོགས་པ་འདུལ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་དེའི་རྒྱ་ཆེར་རྣམ་པར་བཤད་པ་
ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་སོ། །སྟེ་དགེ་བཀའ་འཁྱུར་འདུལ་བ་སྟེགས་
བཅ་༩ ཅ་པའི་ ༡དབྱར་བཞུགས་སོ། །

སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདོན་ཚུལ་ལ། (འདུལ་བ) སྟེང་གཞི་འདོན་པ། བཅ་པར་འཁྱུར་བ་འདོན་པ།
དགེ་འདུན་ལྷག་མ་འདོན་པ། མ་ངས་པ་འདོན་པ། རིལ་གྱིས་འདོན་པ་དང་ལྟའོ། །

སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འགྲེལ། (འདུལ་བ) སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འགྲེལ་བཅ་པོ་ཉི་ལུ་
ཅ་བདུན་པ་སྟོབ་དཔོན་དཔལ་འོས་མཛོད་པར་གྲགས་པ། སྟེ་དགེ་བསྟན་འཁྱུར་འདུལ་བ་༩

དུ་བ་ གྲང་། ལུ་བའི་ གྲུ་བ་གཞིགས་བར་བཞུགས་སོ། །

སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲིམ་པ། <པ་ཏི་མོ་ཏྲ> (འདུལ་བ) དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པའི་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ།
 རྒྱ་མའི་སྤྱན་སྲར་གཞན་ལ་གནོད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཐོག་པར་ཁས་རྒྱངས་ཤིང་ནས་
 བཅས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །སྤྱོད་པ་ལྟར་ནི། སྤྱོད་དོད་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།
 ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བའི་གང་ཟག་སོ་སོར་ན་འགོ་དང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འབྱུང་གི།
 གཞན་གྱིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་པས་གཞན་ཐར་པར་མི་འབྱུང་བས་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་།
 ལུས་ངག་ཡང་དག་པར་སྒྲིམ་པས་སྒྲིམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ན། སྒྲིམ་མིན་ལས་དང་པོ་སྤྱོད་ཐོག་
 མར་ཐར་པས་དེ་སྤྱོད་ཅེས་བྱའོ། །ཁྲེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པས་དེ་བསྐྱར་མེད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་གཞུགས་
 ཅན་དུ་འདོད་དེ། སྒྲིམ་མིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྒྱལ་པ་རབ་རྣམས་ཀྱི་བར་ན་ནགས་ལ་མེ་ལྷེ་ཞུགས་
 པ་ལྟར་གནས་པར་འདོད། མདོ་སྤེལ་དང་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤོང་བའི་སེམས་པ་
 ལ་འདོད་ལ། སེམས་ཅམ་པས་ནི་སེམས་ཡོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྤོང་བའི་སེམས་པ་རྒྱུན་
 ཆགས་པ་དང་། སེམས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་དེའི་ས་མོན་ལ་འདོད། དབྱུ་མ་ཐལ་འབྱུང་
 བས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱེ་མཆེད་པའི་གཞུགས་སུ་འདོད་དོ། །མཆོ་རྒྱུག་སོགས་བོད་མཁས་པའི་
 གཞུང་རྣམས་དང་། རྒྱ་གར་མཁས་པའི་གཞུང་ (སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་གཞུང་འབྲེལ་
 སོགས) རྣམས་སུ་འདྲེན་པར་གསལ་ལོ། །

སོ་སོར་འབྲང་མ། སྤྱོད་ལྡང་ལ་འཁོར་ལྷ་མོ་བཞེ་ཡོད་པའི་གཅིག་སྟེ། སྤྱོད་མདོག་དཀར་མོ་ཞལ་
 གཅིག་མ། ལུག་གཉིས་མ། ལུན་གསུམ་མ། སྤྱོད་ལྡང་དང་བཅས་པ། ལུག་གཡས་ནོར་བུ་
 རིན་པོ་ཆེ། གཡོན་པ་ན་པར་དཀར་པོའི་སྤྱོད་ན་རིན་པོ་ཆེའི་བུམ་པ་སེར་པོ་བསྐྱམས་
 པའོ། །ཞེས་འཕགས་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ “སྤྱོད་མའི་སྤྱབ་ཐབས” ། བསྐྱར་འབྱུང་
 རྒྱུད་། གཤམ་ གྲུ་བ་ཅན་གསུངས་སོ། །

སོ་སོར་བཞགས་པར་བྱ་བ། (འདུལ་བ) ལྷུང་བ་དངོས་གཞི་རྩོགས་པ་ཡིན་ཞིང་རང་གི་རོ་པོའི་ཆ་ནས་
 ཆོ་ག་བརྗོད་ཚུལ་སོར་བཞགས་ཀྱི་མིང་རིགས་བརྗོད་པས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་བཅོས་ན་

འདག་ཏུ་བྱུང་བ་དེ། སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་མཚན་ཉིད་དུ་མཚོ་རྒྱུག་གསུང་ངོ། །སྒྲ་
བཤད་ནི། མཐོལ་བ་དང་བཤགས་པ་སོ་སོར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ཡོད། །མཚོ་རྒྱུག་
ལས། སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་སྒྲ་བཤད་ནི། ལྷུང་བ་འདི་ལ་འཆབ་པ་མེད་ཀྱང་མཐོལ་
བ་དང་བཤགས་པ་སོ་སོར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྣམ་
འབྱེད་ལས་ (མའི་རྣམ་འབྱེད་། ༩ ་ ༣༧ ལས་ཀྱང་) སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ནི་སོ་
སོར་མཐོལ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་མཐོལ་བ་ལ་བཤགས་པའི་མིང་
གིས་བཙོན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན་ཡང་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཀམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་
ཀ་ལས་འདི་ནི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་འདོན་པའི་རྣམ་པར་བཙོན་པས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་
གསུངས་པ་ཡིན་ཅོད་ཞེས་སོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་སྒྲ་བཤད་ནི། ཉེས་པ་དེ་ཕྱིར་བཅོས་པ་ལ་
དགེ་སྤྱོད་སོ་སོར་མཐོལ་བ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བཤགས་དགོས་པས་ན་སོ་སོར་བཤགས་པ་
ཞེས་བྱ་ཡོད། །ཞེས་ཀྱང་འབྲུང་ངོ། །

སོག་རྒྱུག་ག། མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་རུས་པས་བོད་ཁམས་ལ་འཆེ་བའི་མཐའ་དམག་སོག་པོའི་
དབྱང་བརྒྱུག་པས་སོག་རྒྱུག་པ་ཞེས་པ་ཡིན་འདུག། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་རང་རྣམ་
སྟེག་རྒྱའི་བདུད་ཅི་ ༣༥ ལས། རྫོ་ཤོས་རྒྱལ་མཚན་ནི། བཟེན་རྟོགས་ཀྱི་རྩལ་རྫོགས་ཤིང་
རུས་པས་བོད་ཁམས་ལ་འཆེ་བའི་མཐའ་དམག་བརྒྱུག་པས་སོག་རྒྱུག་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་
གྲགས། སྤྱ་འགྱུར་རྟིང་མའི་ཆོས་རྒྱན་ལའང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེར་མཛད། ཅེས་གསུངས།
རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་ཁོང་ལ་བྱར་ཐ་ཡང་མཛད་དེ། དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་
༥༥ ལས། སོག་བརྒྱུག་པའི་འོལ་ཆོད་ཀྱི་རྒྱན་གཏམ་དང་། སྤང་ཅི་བའི་གཏེར་བརྒྱས་གཉིས་པོ་
ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་དུ་སྤྱང་ངོ། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

སོག་ཡུལ་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཚུལ། སོག་ཡུལ་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བའི་
ཚུལ་ནི། ཡུལ་འདིར་རྒྱ་གར་གྱི་པཌ་བྱུབ་སོགས་བྱོན་ནས་བསྟན་པའི་སྟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་
མི་སྤང་བས། ཆོས་ནི་སོག་མ་བོད་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་བྱུང་བ་ནི། ས་སྤྱ་བའི་

ཆོས་ལུགས་ཡིན་ཏེ། སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་ཆིང་གི་སི་བོད་དུ་བྱོན། མངའ་རིས་
 རྫོང་གསུམ། དབུས་གཙང་དུ་བཞི། ལྷོ་ཁམས་སྐང་གསུམ་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱུས།
 གཙང་དུ་མི་སྣ་བཏང་སྟེ་ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྟོང་པོ་ལ་འབྲུལ་ནོད་སོགས་བཀྱིས་ཤིང་མཆོད་
 ཡོན་དུ་གྱུར། སྐད་ནས་སོག་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲེན་པའི་ལུ་བ་སུལ། རྟེན་གསུམ་འགའ་ཞིག་
 གདན་བྲངས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སོག་པོ་ཐམས་ཅད་བསྐྱན་པ་ལ་དད་པར་གྱུར་ཏེ་དཀོན་
 མཆོག་མཆོད་པའི་མགོ་ཚུགས། དག་བསྟེན་སོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལེན་པའང་བྱུང་ནས་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱན་པའི་དབུ་བརྟེས་སོ། །འདི་སངས་རྒྱས་འདས་ལོ་ལྷགས་འབྲུག་ལ་འདོད་པའི་
 ལུགས་ལྟར་ན། ལོ་དེ་ནས་ཉིས་སྟོང་གྲ་བདུན་དང་། མེ་ཡོས་ལ་འདོད་པ་ལྟར་ན་ལོ་ཉིས་སྟོང་
 ཞེ་གཅིག་པ་རབ་བྱུང་བཞི་པའི་མེ་ཡོས་ལོ་ཡིན་ལ། ལོ་དེ་ནས་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་
 ལྷགས་འབྲུག་བར་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་དང་གསུམ་འདས་སོ། །ཆིང་གི་ཆ་པོ་གྲུ་ཡུག་དང་གྲུ་ཉན་སྟུན་
 གཉིས་ཀྱིས་ལང་གྲུ་བྱུགས་སུ་ཁམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྱེད་སྐབས། གྲུ་ཉན་གྱིས་ས་སྐྱ་བཀ་
 ཆེན་གྱི་སྟུན་པ་ཐོས་ནས་བོད་དུ་མི་སྣ་བཏང་སྟེ་སོག་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲེན་པའི་ལུ་བ་སུལ་
 བས། ས་བཀ་ལ་སྤྲ་མ་རྩེ་བཙུན་གྲགས་རྒྱལ་གྱིས། ཁྲིའི་ལྷ་དང་པག་སྤའི་ལྷ་མ་གྲོན་པའི་ས་
 མཐའི་མི་གདན་འདྲེན་པ་འོང་ཆེ། དེར་བྱོན་ན་བསྐྱན་འགྲོའི་དོན་འབྱུང་བའི་ལུང་བསྐྱན་ཡོད་པ་
 དང་འགྲིགས་པས་ཞལ་བཞེས་མཛད་དེ། དཔོན་པོ་འཕགས་པ་དང་སྤྲུག་ན་བཅས་བྱོན་པ་བ་
 རབ་བྱུང་བཞི་པའི་མེ་འབྲུག་ལོ་རྒྱལ་པོ་གྲུ་ཉན་དང་ཞལ་འཛོམས། རྒྱལ་པོས་བདག་གི་ནད་
 ཀྱིས་ཐེབས་པ་ས་བཀ་གྱིས་སེང་གེ་སྤྲིའི་སྟོན་ནས་ནད་ལས་སྟོལ་བར་མཛད། རྒྱལ་པོ་འཁོར་
 བཅས་ལ་དགུས་པ་དོན་མེད་དབང་གནང་ཞིང་། དེ་ཡན་ཆད་སོག་པོ་ལ་ཡི་གེ་མེད་པ་ལ། ས་
 བཀ་གྱིས་ཡི་གེ་གསར་པ་བཟོ་བར་བཞེད་པ་ན། བྱུང་མེད་ཅིག་གིས། བགས་པ་མཉེད་བྱེད་
 ཀྱི་ཤིང་སོག་ལའི་ཁ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཐོགས་པ་གཟིགས་ནས། སོག་ཡིག་དེའི་དབྱིབས་ཅན་བཟོས་
 ཏེ། ཨ་ཨེ་ཨི། ཉ་ཉེ་ཉི། ས་སེ་སི། ཉ་ཀེ་ཀི། ལྷ་ལྷེ་ལྷི། མ་མེ་མི། ལ་ལེ་ལི། ར་རེ་རི། འེ་འི། ཉ་
 ཉེ་ཉི། ཐེ་ཐེ། ཅ་ཅེ་ཅི། ཆ་ཆེ་ཆི། ཡ་ཡེ་ཡི། ས་སེ་སི་རྣམས་པོ་མོ་མ་ནིང་ངས་སྤྲིམ་སྟོད་ཞན་

གསུམ་དུ་བརྩམ་ནས་སྒྲིག་པའི་སྔོན་བཏོད། ལྷགས་པག་ལོར་ས་བཤ་དང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀ་
གཤེགས་བསམ། ས་བཤ་གི་སྐྱ་གདུང་ལང་བྱའི་མཁར་གི་ཕྱིའི་སྤྱལ་བ་སྤེའི་མཆོད་རྟེན་གི་ནང་
ན་བཞུགས་ཞེས་གྲགས་སོ། །བཀའ་བརྒྱུད་པ་དར་ཚུལ་དེ་རྗེས་སུ་ཁེ་རྒྱལ་པོའི་དུས་ཀུན་
པལྱེ་སོགས་བྱོན། སྤང་ཁེའི་གཙུང་དུ་བ་ལའི་སྐབས་ས་བཤ་གི་དབོན་པོ་འབྱོར་གོན་ཆོས་
རྒྱལ་འཕགས་པ་བྱོན་ནས་ཆོས་དར་བར་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་པོ་ཡང་ཐུགས་དགེས་ཤིང་དང་
བསམ། རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དུ་ཤིང་ཤིང་དུ་གྲོ་གྲོ་སྤྱེ་ཁམས་གསུམ་ཆོས་གི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་
མཆོན་གསལ། བྱོར་ཁེར་ལི་ཤིམ་གི་ས་ཆ་ཡུལ་མི་དང་བཅས་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་རིམ་བས་
བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འབངས་སུ་བྱུལ། རྒྱལ་པོས་བོད་གི་བརྩེ་ཐམས་
ཅད་ཆོས་ལུགས་ས་སྐྱ་བ་བྱེད་དགོས་པའི་ལུང་སྒྲོག་ཟེར་བ་ལ། འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེས།
རང་རང་གི་སྔོན་ནས་དར་བའི་ཆོས་ལུགས་སུ་གནས་ན་ལེགས་ཚུལ་གསུངས་བས་བཏང་
སྟོམས་སུ་བཞག་གོ། འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཤིང་གྲང་ལོར་བོད་དུ་བྱོན། རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ས་
སྤྱལ་ལོར་སྐར་ཡང་ཉོར་ཡུལ་དུ་ཕེབས། ལྷགས་རྟ་ལོར་སོག་ཡིག་འཁོར་མ་གྲུ་བཞི་བཅོས་
ཤིང་། འཆད་ཉན་དང་སྒྲོམ་སྐབ་སོགས་བྱེད་པའི་སྔོལ་བཙུགས་ཏེ་བསྟན་འཁྱའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་
མཛད། རྒྱལ་པོས་རྒྱ་གར་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིང་བསེལ་སོགས་རྟེན་གསུམ་མང་པོ་སྤྱན་
བྱངས་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ཤིང་དགེ་འདུན་གི་སྤྱེ་བཙུགས་ནས་བསྟན་པ་དར་བར་
བྱས་སོ། །འོན་ཀྱང་འཁོར་ཡིག་གི་སོག་སྐད་དུ་ཆོས་བསྐྱར་མ་བྱུབ་བས། སོག་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་ཆོས་འདོན་པའི་ཆེ་ཡུ་གུར་སྐད་ཀྱིས་འདོན་བ་ལ། ཨོལ་རྗེའི་རྒྱལ་པོའི་དུས་སུ་ས་སྐྱ་བ་
ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་བྱ་བ་བྱོན་ནས་སྤར་ས་བཤ་གིས་བཅོས་པའི་ཡི་གེ་ལ་ཡི་གེ་མཐུག་མ་ཅན་
མང་པོ་བསྟན་ནས་ཆོས་བསྐྱར་བྱུབ་པ་མཛད། ཕྱིས་སུ་ཉའི་སར་ཁ་ཁ་ལུག་རྒྱལ་པོའི་དུས་
གཟུངས་གྲུ་ལྔ་སོགས་བཀའ་བསྟན་སོག་སྐད་དུ་བསྐྱར། དེ་རྗེས་ཞིག་ཀུན་པ་རང་བྱུང་རྫོང་
བྱོན་ནས་ཉོར་གི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་དབང་བསྐྱར་ཟེར་ཏེ། ཅེ་ཡ་སུ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ནམ་སྟུམ། སོ་
གཞན་སུ་མེར་གིས་ཀུན་པ་རོལ་པའི་རྫོང་གི་གདན་བྱངས། ཆིང་གིར་ནས་ཨེ་རི་ཆོག་སྤེའི་བར་

རྒྱལ་པོ་བཅུ་བཞིའི་ཕྱི་ལ་ས་སྐྱ་པ་དང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྐྱ་མ་མང་དུ་བྱོན་འདུག་ཅིང་།
 རྒྱལ་པོས་ཉིའི་ཕྱིར་བཀྱར་བའང་ཁ་ཤས་བྱུང་འདུག (དགེ་ལྡན་པ་དར་ཚུལ) དེ་ནས་དགེ་
 ལྡན་པ་དང་མཆོད་ཡོན་དུ་འབྲེལ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་མེད་ཀྱི་ཨ་ལ་ཐན་ཉན་གྱི་དུས་རྒྱལ་དབང་
 བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོ་སོག་ཡུལ་དུ་བྱོན། སོག་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཨ་ལོ་མཆོད་པའི་ཆེད་དུ་
 སོག་གཅོད་མང་པོ་བྱེད་པའི་སྟེན་བཅད། ཞུ་མེད་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྟོལ་བཅུགས། རྒྱལ་དབང་
 དེ་ཉིད་སོག་ཡུལ་དུ་བྱ་རན་ལས་འདས་པའི་སྐྱལ་སྐྱ་རྒྱལ་དབང་བཞི་བ་ཡོན་ཉན་རྒྱ་མཆོ་
 སོག་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས་པས་ལྷག་པར་སོག་ཡུལ་དུ་བསྟན་པ་དར་བ་ལ་སྐྱོན་པར་གྱུར།
 སོག་པོ་ཐམས་ཅད་དགེ་ལྡན་པའི་སྤྱི་ན་བདག་ཏུ་གྱུར། དེ་ཆེས་ཤི་རེ་ཕྱ་གྲུ་ཤིས་ཡུམ་གསུམ་
 སོག་སྐད་དུ་བསྒྱུར། ཆ་ཉར་ལེགས་ལྡན་དུ་སོག་ཕྱའི་དུས་ཀྱན་དགའ་འོད་ཟེར་གྱིས་གཙོས་
 པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་མང་པོས་བཀའ་འབྱུར་ཡོངས་རྫོགས་སོག་སྐད་དུ་བསྒྱུར། སོག་པོའི་རྒྱལ་ཕན་
 ཐ་མ་ལེགས་ལྡན་གྱིས་རང་སྤྱིད་རང་གིས་ཉམས་པར་བྱས་ཏེ་ཉོར་གྱི་རྒྱལ་རབས་རྫོགས་
 པར་གྱུར་ནང་། བདེ་སྤྱིད་རྒྱལ་པོའི་དུས་སོག་ཡིག་གི་བཀའ་འབྱུར་ཞུ་དག་མཛད་ནས་
 སྤར་དུ་བསྒྱུབས། འཇམ་དབྱངས་གོང་མ་ཆེན་ལུང་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བསྟན་འབྱུར་ཡོངས་
 རྫོགས་སོག་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ནས་སྤར་དུ་བསྒྱུབས། འདི་དུས་ལུང་སྐྱེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་
 རོལ་པའི་རྟེན་སོག་སྐད་དུ་ཆོས་བསྒྱུར་བ་ལ་མེད་མི་རུང་གི་དག་ཡིག་མཁས་པའི་འབྱུང་
 གནས་ལྷགས་ཆོས་མཛད་པ་ཕྱིས་ཀྱི་སྒྱུར་བྱེད་ནམས་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་བད་དོན་བལྟ་བའི་
 མིག་ཏུ་གྱུར་ཏོ། །ཡང་པཎ་ཆེན་མོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་སྟོབ་
 མ་རྩ་ལ་བཞི་ཉ་མོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་དང་། ཨེར་ཉེ་ནི་བཞི་ཉ་མོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་གཉིས་
 ཀྱིས་ཀྱང་དགོན་པ་བཅུགས་ནས་བསྟན་པའི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད། སྤུ་བཀྱན་མོ་བཟང་
 ཆོས་ཀྱི་ཉི་མའི་གསུང་ལྟར་བཀོད།

སོགས། ལྷག་མ་ཀུན་སྤྱད་པའི་ཆོག་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་དགོན་མཆོག་གསུམ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 སོད། 1 གསོད་པའི་སྐྱལ་ཆོག་དཔེར་ན་སོད་ཅིག་ལྟ་བུ། 2 བསད་སྐབ་ལ། དཔེར་ན་བསད་སྐབ་ན་

ཞེས་པ་ལ། མ་སོང་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཞེས་པར་མ་སང་ན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
སོམ་ཉི། <ཀྱི་ཤུང་> ཐེ་ཆོར་གྱི་མིང་། སོམ་ཉི། ཡིད་གཉིས། བེས་ཀྱང་རྣམས་དོན་གཅིག་སྒྲ་བཤད་ནི།
སོམ་ནི་སོམས་དང་འདྲ་བས་བསམ་པའི་དོན་དང་། ཉིན་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས། བསམ་པ་
གཉིས་སམ་སྒོ་གཉིས་སམ་ཡིད་གཉིས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

སོམ་སེལ། བསྟན་བཅོས་ཤིག་གི་མིང་སྟེ། སོམ་སེལ་ཞེས་པ་བེའུ་བུམ་སྟོན་པའི་མིང་བདགོད་ཀལ་
བ་འགའ་ཞིག་བཤད་པ་སོམ་ཉིའི་ཐུན་སེལ་ཞེས་པའི་བསྟན་མིང་།

སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས། 1 (འབྲས་དུས་ཀྱི་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས) ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་འདབ་མ་ལྟར་མ་
འདེས་པར་མཁྱེན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ། སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། 2 (རྒྱ་དུས་ཀྱི་
སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས) བ་མ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིང་སོ་སོར་དྲན་པའི་ཤེས་པ་ལ།
སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཟེར།

སོར་སྤྱད། <མ་རྩ་ཉ་ར> 1 ཉང་དུ་སྤྱད་པ་སྟེ་དབང་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བུ་མི་འཇུག་པའི་དོན་ལ་
བཤད། 2 སོར་སྤྱད་ནི། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་འདོད་ཡོན་ལྡན་ལ་འོངས་སྟོང་པ་ན་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་
བཅའ་ནས་འོངས་སྟོང་པའི་ལུས་དཔེན་ནོ། །སྒྲ་བཤད་ནི། སོར་ཞེས་པ་སོ་སོ་སྟེ་ཡང་ཡང་གི་
དོན་ཡིན་ལ། (བོད་རྒྱུད་ཀྱི་སོར་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་པ་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་ཅིང་། སོ་སོ་ཡང་
ཡང་གི་དོན་ལ་འཇུག་པ་མེད་ཀྱང་རྒྱུད་དོད་ལ་ཡོད་པ་མི་འགའ་ལོ། ཞེས་ཟེའི་རིམ་ལྔ་
གསལ་སྟོན་ལས་གསུངས།) སྤྱད་ཅེས་པ་ནི་ལེན་པ་སྟེ། ཁུལ་སྐྱངས་པ་ལ་ཁུལ་བསྟན་ཞེས་
པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དབང་པོས་ཡུལ་ལྔ་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བའི་སྟོན་ལས་ཡང་ཡང་
འོངས་སྟོང་པས་ན་སོར་སྤྱད་ཅེས་བྱའོ། ཟེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས། གཞན་ཡང་
ཟེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། དང་པོར་སོར་སྤྱད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡུལ་དབང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་
རྣམས་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྱུར་དུ་ལྟ་བ་ལ་བསྟན་པས། དེ་བཅུན་པ་ན་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྱུར་
ལྟར་འཆར་བའི་བསམ་གཏན་ལ་བསྟན་བོ། ཞེས་གསུངས། འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་
ཆའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་སྟེང་ཆ་ན་ན་ལས། སོར་སྤྱད་ཅེས་པའི་དོན་ནི། མདོར་ན་ཐམས་

གྱི་སྤྱང་བ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤྱང་བ་ལ་འཇུག་པའི་དོན་ནོ། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་སོ། །

སོར་འབྲེང་ལ་མན་པའི་མདོ། (འདུལ་བ) འདི་མདོ་སྟེ། མ ། སའི་ནང་བཞུགས། གཞན་ཡང་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་མདོ། སྤྱ་ལུ་ལྷང་བའི་མདོ། གཟུགས་ཅན་སྟེང་པོར་གདམས་པའི་མདོ།
ཁྱིམ་བདག་དཔལ་སྤྱུས་གྱི་མདོ་སོགས་མཉམ་དུ་བཞུགས།

སོར་མོ། མཛུག་གྲ། མཛུ་བ་མོ།

སོར་མོ་ལྷ། མཐོ་བོང་། (མཛུག་གྲ། སྟོམ་ཤོས) མཛུ་བ་མོ། (མཐོ་བོང་ནས་བརྩིས་པའི་མཛུག་གྲ།
གཉིས་པ) གྲང་མོ། (མཛུག་གྲ། གསུམ་པའམ་དགྲིལ་མཛུ་བ) སྟོན་མཛུ་བ། (མཛུག་གྲ། བཞི་
པ) མཐེན་ཆུང་། (མཛུག་གྲ། ཆུང་ཤོས)

སོར་མོའི་འབྲེང་བ་ཅན། (འདུལ་བ) འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཐེག་ཆེན་དེས་དོན་གྱི་མདོ་སོར་མོའི་འབྲེང་བ་ལ་
མན་པ་དང་། ཐེག་དམན་ལུགས་མདོ་མཛངས་སྟུན་གྱི་ལེན་ ༣༠ མི་གཏུང་བ་སོར་འབྲེང་ཅན་
གྱི་ལེན་ ༣ མདོ་སྟེ། མ ། སའི་ནང་བཞུགས་སོ། །

སོར་བཞག་རང་འཇགས་བཞག་པ། རང་གར་བཞག་སོ་མར་བཞག་པ་དང་དོན་འདྲ།

སོར་བཞགས། (འདུལ་བ) སོ་སོར་བཞགས་པར་བྱ་བ་ལ་གཟེགས།

སོར་བཞགས་བཞི། (འདུལ་བ) དག་སྟོང་མ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལས་ཟས་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །

སོར་བསམ་གཉིས། སོར་སྤྱད་དང་བསམ་གཏན་ཏེ་ལུས་དབེན་གྱི་དབྱེ་བའོ། །སོར་སྤྱད་ནི་རྗེས་
ཐོབ་ཏུ་འདོད་ཡོན་ལྷ་ལ་ལོངས་སྟོང་བ་ན་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་བཏབ་ནས་ལོངས་སྟོང་པའི་
ལུས་དབེན་དང་། བསམ་གཏན་ནི་འདོད་ཡོན་རྣམས་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་བཏབ་ནས་སྟོམ་པ་
ཅས་དུ་མ་ཟད་གྱི་དེ་དག་ལྷར་བསྟོམས་ནས་ལོངས་སྟོང་པའི་ལུས་དབེན་ནོ། །རྗེའི་རིམ་ལྷ་
གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས། མདོར་ན་དེ་གཉིས་ཀའང་འདོད་ཡོན་ལ་ལོངས་སྟོང་བ་ལས་དུ་
བྱེད་པ་འདྲ་ཡང་། འདོད་ཡོན་ལྷར་སྟོམ་པ་དང་མི་སྟོམ་པའི་ཁྱད་པར་ནི། །གཞན་ཡང་རྗེའི་
རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས། དང་པོར་སོར་སྤྱད་གྱི་སྐབས་སུ་ལུལ་དབང་སོགས་གྱི་ཆོས་

ནམས་བདེ་སྟོང་གི་ནམ་འགྲུར་དུ་ལྷ་བ་ལ་བསྐྱབས། དེ་བརྟན་བ་ན་བདེ་སྟོང་གི་ནམ་འགྲུར་
ལྷར་འཆར་བའི་བསམ་གཏན་ལ་བསྐྱབ་པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སོལ། 1 སེལ་བའི་སྐལ་ཆེག་སེལ་བ། བསལ་བ། བསལ་བ། སོལ། དཔེར་ན་བྲི་མ་སོལ་ཅིག་ལྷ་བ།

2 སྐངས་བ། སྐྱོབ་སྐྱིངས་ལས། ནམ་ཐར་སྐོ་ཡི་གཏན་པས་གཉི་སྤྲུག་འཁྲུགས་པའི་རབ་རིབ་
སོལ། །ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་པར། སོལ་བ་ནི་སྐངས་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སོལ་བ། སོལ་བ་ཞིབ་ཐོར་བརྟུངས་པའི་བྱ་བ།

སོལ་བྱང་། སོལ་བའི་བྱང་པོ། མེ་འབར་བའི་སོལ་བའི་བྱང་པོ། མེ་མ་སྤར་གྱི་བྱང་པོ། མེ་མདག་གི་
བྱང་པོ།

སོལ་བ། འིང་མེར་བསྐྱེགས་པའི་རོ་ཉོའམ། རང་བཞིན་གྱིས་གཏེར་ནས་ཐོན་པའི་རྩོ་སོལ།

སྤྲི། (ལེགས་སྤར) བཏམ་ཤིས། བདེ་ལེགས། བསོད་ནམས། འཆེ་མེད་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་བཤད།
ཨོ་བདེ་ལེགས་སྤྲུང་ཅིག་ཅས་པར། ཨོ་སྤྲི་ཞེས་བཛོད་པ་ལྷ་བུལ། །

སྤྲི་ཀ (ལེགས་སྤར) 1 བདེ་ལེགས་ཅན། བཏམ་ཤིས་ལྷན་པའི་དོན། མངོན་བཛོད་འཆེ་མེད་མཛོད་ཀྱི་
འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོ་བ་མོ་ལས། སྤྲི་ཀ བདེ་ལེགས་ཅན་ནས་བཏམ་ཤིས་ལྷན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །2 ཏྲག་བརྟན་མི་འགྲུར་བ་མཆོན་བྱེད་གྱི་གཡས་སྤྲུ་འབྲིལ་བའི་རིས་མོ་ཞིག་
ཏྲ་གར་སྐད་དུ་སྤྲི་ཀ་ svastika ཟེར། དེར་སང་བྱི་ཏྲུལ་བས་ svastika ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད་
དོ། །དེ་ཡང་བྱི་ཏྲུལ་བའི་ཆེག་མཛོད་ནང་‘Sanskrit svastika, from svasti ‘well-being,’ from

su ‘good’ + asti ‘being’ ཞེས་བཤད་དོ། །3 དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་འཇར་མན་
གྱི་མགོ་ཁྲིད་Adolf Hitler ཨེ་ཾེལ་པ། ཉིཏ་ལར་གྱི་ལས་ཏྲགས་ཤིག་ ཉིཏ་ལར་གྱིས་དམག་
ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་འཇུ་ཅུ་མི་རིགས་ས་ཡ་མང་པོ་སྤེབ་གསོད་བཏར་བས། འཛམ་གླིང་
ཕྱི་དང་ལྷག་པར་ལུ་བ་ཕྱོགས་པའི་མི་རིགས་ནམས་ཀྱིས་ཏྲགས་འདི་ལ་མི་དགའ་བ་ཆེན་པོ་
བྱེད་པས། གཡུང་བྱང་གི་ལས་ཏྲགས་འཁོད་པའི་ཆོང་ཇུས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སྤྲུས་ཀྱང་ཉོ་
ཆོང་མི་བྱེད་ཅིང་མི་བྲིན་པས། འདི་ལ་ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས། ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་ཉིཏ་ལར་གྱི་

ལས་ཉགས་དང་། རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་གཡུང་བྱུང་གི་རིམ་གཉིས་མི་འབྲས་སྟེ། ཉེས་ལར་གྱི་དེ་
གཡོན་འབྲིལ་ལམ་གཡོན་སྐོར་དང་། བོད་དང་རྒྱ་གར་གྱི་དེ་གཡམས་འབྲིལ་ལམ་གཡམས་སྐོར་
ཡིན་པའི་ཁྱད་པར་ཡོད་དོ།

སྤྱི་བརྒྱུད་། (འདུལ་བ) འདུལ་བའི་བརྟེན་ཅིག་སྟེ། དབྱར་ཚུལ་ནང་འཆང་འབྲལ་ལ་སོགས་པའི་
ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་བའི་བག་ཡངས་ཀྱི་སྤྲད་དུ་ཐུན་མོང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་དགོ་འདུན་
སྤྱི་འཛུགས་གོས། འདི་ལ་གཏན་བཤུགས་ཐེད། འདིའི་བྱུག་ལེན་བོད་དུ་མ་དར་བར་བཤད། སྤྱི་
བཤད་ནི། རོངས་མ་སྤྲད་པའི་གསར་བ་ཡིན་པས་ན་སྤྱི་གཟེབ་ཀྱི་སྤྲོ་གཟེབ་འཛུགས་དུ་བརྒྱུད་ས་
ཏེ་བཞག་པས་ན་བརྒྱུད་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱི་སྤྱོད་བམ་གཉིས་༩ ཙ་བ ༡༧༥༣ལས། ཀའི་ལྷན་
ཞེས་བྱ་བ་ཀའི་ནི་སྤྱི་བ་སྤྱི་འཛུགས་གོས་མི་འབྲས་པར་བརྒྱུད་པའི་གཏན་བཤུགས་དང་འབྲལ་བར་
ཆོས་གོས་སྤྲུགས་གཅིག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། དགོ་འདུན་དབྱར་གནས་པར་དམ་
བཅས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་གོས་སྤྲུགས་པའི་བར་དུ་ལྷག་པ་དང་བཤུགས་པ་དང་ཁ་ཟས་སྤྲོ་
ཡང་ཡང་ཟ་བ་དང་། སོ་སོར་འདུས་ཤིང་ཟ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྷུང་བར་མི་འབྱུང་བར་བརྟེན་
པར་ཐུབ་ཅིང་བག་བརྒྱུད་པའི་མིང་སྟེ་སྤྱི་བརྒྱུད་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་བརྒྱུད་གཤིང་བ། (འདུལ་བ) དབྱར་ཚུལ་གྱི་ནང་དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཆོས་གོས་ཀྱི་
བྱིན་རྒྱབས་དབྱུང་སྟེ། འཆང་འབྲལ་ལ་སོགས་པའི་ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་བའི་བག་ཡངས་ཀྱི་སྤྲད་
དུ་ སྤྱི་འཛུགས་གོས་གཅིག་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་སྤྲོ་གཟེབ་ཀྱི་ནང་བཞག་པ་ལ་ཟེད།

སྤྱི་བ་ཀ (ལེགས་སྤྲུག) ཉན་ཐོས། ཐོས་སྤྲོ་གས། བསྐྱུག་ཚུལ་ནི། སར་བ་ཀ་ཞེས་བ་ལྷ་བྱུང་བསྐྱུག་
སྤྱི་ཅི། འདྲ་ཐུན་ལས། སྤྱི་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིང་ས་རྩེ་ལོ་ཡིན་ཏོ། །ཞེས་མཆོ་རྟེན་སྤྲད་ཆ་དག་སྤོང་
པའི་རྣམ་འབྱུང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

སྤྱི་ཞིང་འཐས་པ། ས་ཡི་མཆན་ཉིད། སྤྱི་བཤད་ནི། སྤྱི་ཞིང་ཞེས་པས་རོ་བོ་དང་། འཐས་པ་ཞེས་པས་
བྱེད་ལས་ཏེ་ཐུར་དུ་མི་ལྷུང་བར་སྤྱི་བར་འཛིན་པས་དོན་ནོ། །ཡང་ན་འཐས་པ་ཞེས་བ་ནི།
མཁའ་བར་གྱུར་པ་འཐས་མཁའ་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་

ལས། ས་འཐས་པ་ཡང་མཁའ་བར་གྱུར་བ་སྟེ། འཇིས་པའི་གོང་ལུ་འཐས་པར་གྱུར་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སང་ཁྱིམ། (འདུལ་བ) སྟོན་གྱི་དུས། སྤྱོད་བཤད་ནི། སང་ངམ་ཉ་ག་ལ་རྩ་མར་འདེགས་པའི་དུས་ཡིན་
པས་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྲ།

སྤྲད་རྒྱུད། རྩེ་བཙུན་ཤེས་རབ་སེང་གའི་དངོས་སྟོབ་འདུལ་ནག་པ་དབལ་ལྡན་བཟང་པོས་སྤྲད་རྒྱུད་
བཏབ་པས་རྒྱུད་པ་སྟོད་སྤྲད་གཉིས་སུ་གྲགས་པ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་སྤྲད་རྒྱུད་ཅེས་གྲགས་
པ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་རྒྱུད་པ་ནི། རྒྱལ་བ་རྟོ་རྩེ་འཆང་། རྩེ་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ། རྩེ་ཤེས་
རབ་སེང་གོ། འདུལ་ནག་པ་དབལ་ལྡན་བཟང་པོ། འདི་ཡིས་གསང་འདུས་རྒྱུད་ལེའུ་བཙོ་
བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཡོད། དེ་དཔོན་དགེ་འདུན་འབེལ། བཟ་ཤིས་འཕགས་པ།
བསམ་བླུ་རྒྱ་མཚོ། བཙོན་འབྲས་འཕགས། འདི་ཡིས་གསང་འདུས་རྒྱུད་ལེའུ་བཙུག་ཉིས་
ཡན་གྱི་ཤེ་ཀ། གསང་བ་འདུས་པའི་བསྐྱེད་རིམ་རྩོགས་རིམ་མཛད། རྟོ་རྩེ་བཟང་པོ། རྒྱུད་
ཆེན་སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། འགའ་ཞིག་གིས་འདིས་དགའ་ལྡན་ལྟ་བུ་རྒྱ་མ་མཛད་པ་ཡིན་ཟེར།
དུས་འཁོར་བསྐྱེད་རྩོགས་བདེ་མཆོག་བཞིན་སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་གསུམ་ལ་སྦྱར་བ་ཡང་མཛད།
དཀོན་མཆོག་རྒྱ་མཚོ། དཀོན་མཆོག་ཡར་འབེལ། འདི་ཡན་སྤྲད་རྒྱུད་ལྷ་མ་དངོས་
གཞིའོ། །སྤྲད་རྒྱུད་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཆར་གཏོགས་ནི། དཀོན་མཆོག་ཡར་འབེལ་གྱི་
སྟོབ་མ་ཐང་སག་པ་དངོས་བྲུབ་རྒྱ་མཚོ། ཞོག་གྱུར་སྟོན་པ་རྩེ་དོན་ཡོད་མཁས་བྲུབ། སུར་བུ་
ལྷག་རྩེ་བྲམས་པའི་མཆན་ཅན། དེ་ཡི་སྟོབ་མ་སྟོང་རྩོལ་སྒྲ་མ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བཅས་
སོ། །དེའི་རྩེས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱི་མཆན་མ་རྟེད། གུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྟོན་མའི་ཁྱིམ་ཤང་
སོགས་བཤད་པ་སྤྲ་ཆོགས་ཞེས་པའི་ཤོག་གངས་མན་ནས་སྤྲད་རྒྱུད་སྟོར་བུར་ཅམ་འབྱུང་
རོ། །

སྤྲད་བྲ། རྒྱུད་པའི་མིང་། འདི་རྒྱུད་པའི་མིང་དུ་གྲགས་ཆེ་ཡང་། ཐག་པ་ལ་འང་འཇུག་སྟེ། མཆོད་རྟེན་ག་
ལས། སྤྲད་བྲ། བྲེས་པ་ལ་སྤྱོད་བྲུ་བཙུག་ནས་དེ་ལ་འཇུས་ཞེས་རྟེ་ཀ་ལས་བཤད་དོ་ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

མད་བྱས་དཀྱི་བ། སྐད་པས་དཀྱི་བ་སྒྲེ། ལམ་རིམ་གྱི་སྐབས་འདིར། སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐྱ་གཟུགས་ལ་
བྱ་སོགས་འབབ་ཅིང་བྱ་ཐལ་གཏོང་བ་སོགས་འགོག་ཆེད་སྐད་པའི་བྱ་བ་འཐེན་པའི་དོན་ཏེ།
དཔེ་འགད། མད་བྱས་བྱེ་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལེགས་ཏེ། བྱེ་བ་ནི་འཐེན་པའི་མིང་དོ། །ཞེས་
དབྱངས་ཅན་དག་འཁྲོགས་པར་དོ། །

མྱི། འདྲེ་གདོན་ཞིག་གས། མི་རྒྱུད་ཆེ་ལོ་མཐར་མ་བྱིན་པར་ལོ་གངས་ངེས་ཅན་གྱི་སྟེང་དུ་འཆི་བའི་
སྐར་ཚུལ་ལའང་མྱི་ཞེས་ཟེར།

མྱི་གཙོད། མིའམ་གདོན་འདྲེ་ཆར་གཙོད་པའམ་མེད་པར་བཟོ་བའི་དོན། (ཡུལ་སྐད་ལ་མྱི་གཙོད་
ཅེས་བརྗོད།)

མྱི་ཐར། བྱིས་པའི་རིགས་ཀྱི་ནད་གདོན་མྱི་གཙོད་པ་ལ་དམིགས་ཏེ་བཏགས་པའི་མིང་ཞིག་སྟེ། མྱི་
ཐར་ཆེ་རིང་། མྱི་གཙོད་ཆེ་རིང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ།

མྱི་ལྷ། བཀྱར་སྟེའམ་ཞབས་ཀྱི། རྒྱ་མ་དང་ཞན་རབས་ལྟ་བུ་ལ་དང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་ཞབས་ཏོག་
བསྐྱབ་པའམ་གཡོག་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་སྐྱ་བམིལ་བ་དང་། བསྐྱ་མཉེ། ཇིལ་བྱིས་བྱེད་
པ། ན་བཟའ་བཀྱ་བ་སོགས་སོ། །

མྱིང་མོ་གསོད། ཟེས་ན་ཆགས་པས་ཁྱོས་ནས་འཆི་ཞེས་གྲགས་པའི་མྱོ་རིགས་ཤིག་སིདྱ་ལའི་ཡུལ་
སོགས་སུ་སྟེ། མྱོ་དེ་སུ་སྟེགས་ཀྱི་མན་ངག་རྣམས་ན་གྲགས་ཆེ། ཅུང་ཟད་ཟོས་པ་དང་མིད་པ་
ཆ་ཟེར་རེ་ཞིག་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་འོང་རྒྱ་མི་འདུག་ཅེས་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་།

མྱིད་སྐྱབ། <ཨ་རྩུ་ན> རྒྱ་གར་གྱི་དཔལ་འཛོམས་ལྷུང་རབས་མཐུ་ཟླ་ར་ཏའི་སྐྱ་མེད་བུ་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ།
ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་དུ་ “ཨ་རྩུ་ན” ཟེར།

མྱིད་པ་འཁོར་ལོའི་དཔེ་རིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འད། (ལར་ཕྱིན) སྟོན་པས་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་འཁོར་བ་
ལ་སྐྱོ་ཤས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྒོ་ཁང་དུ་མྱིད་པ་འཁོར་ལོ་ཆ་ལྷ་བ་བྱེ་བར་
གསུངས་འོང་། ཆ་ལྷ་ནི། ལྷ། མི། དཔྱལ་བ། ཡི་དྲགས། དུད་འགོ་དང་ལྷ་ལོ། །མྱིད་པ་འཁོར་

ལོའི་དཔེ་རིས་འདི་ཉིད་དང་པོར་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་པའི་རྒྱལ་པོ་ག་ཟུགས་ཅན་སྟེང་པོས་སྟོན་
 པའི་བཀའ་བཞེན་སྐྱོ་གྲོག་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་པོ་ལ་སྐྱེས་ལན་འབུལ་བྱེད་དུ་བྲིས་ཤིང་ནང་
 པའི་བཟོ་རིག་པ་དང་པོ་ཡིན་པར་བཤད། རྒྱལ་པོས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་
 བསམས་ཤིང་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་འཕགས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཅིང་། རྟེན་
 འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་འཁོར་བར་འབྱུག་ལྟོག་གི་ཚུལ་ལ་སེམས་པ་འདི་འཁོར་བ་ལ་
 སྟོལ་ས་སྟེ་བའི་ཐབས་མད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིས་
 པ་ཡང་འདིའི་ནང་དུ་ཆང་སྟེ། ངན་འགྲོའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུག་ལྟོག་སེམས་པ་ནི་
 སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་འཁྱོར་དང་། བདེ་འགྲོའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུག་ལྟོག་སེམས་པ་ནི་
 སྐྱེས་བུ་འབྲིང་། རང་གི་ཉམས་ལ་དཔགས་ནས་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡན་
 ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་འཁོར་བར་འབྱུམས་པ་ལ་བྱུམས་པ་དང་སྟེང་རྩེ་བསྟེང་དེ། དེ་
 རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་ལ་ཐོབ་འདོད་སྟོང་བ་དང་དེའི་ལམ་ལ་སྟོབ་པ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་
 པོའི་སྟོར་དུ་འཆད་དོ། །དཔེ་རིས་ཀྱི་མཆོན་དོན་དངོས་འཆད་པ་ལ། དཔེ་རིས་འདིའི་དབུས་
 སུ་བྱ་ (དུག་རོན) བག་སྐྱལ་གསུམ་གྲིས་པ་ནི། བྱའི་རིགས་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་དང་།
 སྐྱལ་གྱི་རིགས་ལ་ཞེ་སྤང་ཤས་ཆེ་བ། བག་གི་རིགས་ལ་གཉི་ལྷག་ཤས་ཆེ་བས་དེ་གསུམ་
 གྱིས་རང་རེས་རྣམས་འཁོར་བར་འཁོར་བྱེད་ཀྱི་གཞིའམ་རྩ་བ་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཉི་
 ལྷག་གསུམ་མཆོན་པ་ཡིན། བྱ་སྐྱལ་གཉིས་པག་པའི་ཁ་ནས་ཐོན་པར་གྲིས་པ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་
 ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་དུག་
 གསུམ་རྩ་བ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་མ་ཟད། ཆགས་སྤང་གཉིས་ཀྱང་རྩ་བ་གཉི་ལྷག་
 ལས་བྱུང་བར་མཆོན། (དུག་རོན་དང་། སྐྱལ་དང་། བག་ནི་རྣམ་པ་གྲི་བ་ནི་ལུང་ལས་དངོས་
 སུ་མ་གསུངས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་བཤད་མཆོ་ལས་གསུངས་ཞེས་མཆོ་རྟེན་སྟེང་ཆ་ན་གསལ།
 འབུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་༩ རྩ་༡༡༧པ་ལས། དབུས་སུ་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་།
 གཉི་ལྷག་དག་གི་བར་བྱའོ། །ཞེས་པ་ཙམ་ལས་དུག་རོག་སོགས་གྲི་བར་མ་གསུངས་སོ།)

དེའི་མཐར་ལས་དཀར་ནག་གཉིས་གྲིས་པ་ནི། བདེ་འགྲོ་དང་དན་འགྲོའི་བར་སྤྲིད་ལ་དགེ་སྤྲིག་
 གི་ལས་དཀར་ནག་གཉིས་སུ་ངེས་པར་མཆོན། དེ་ཡང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱིས་དན་སོང་དུ་སྐྱེ་
 བ་ཞིག་ཡིན་ན། བར་སྤྲིད་སྐབས་མཆོན་མོར་མགོ་བོ་ཐུར་དུ་བཅུགས་ནས་འགྲོ་བའི་སྣང་བ་
 དང་། དགེ་བའི་ལས་ཀྱིས་མཐོ་ངེས་སུ་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། མཆོན་མོར་ཟླ་འོད་ཀྱིས་ཁྲབ་
 བའས་གངས་རི་ལ་ཉི་འོད་ཀྱིས་ཐོག་མར་ཤོག་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལས་གཉེན་དུ་འགྲོ་བའམ་ཐང་
 ཀར་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྣང་བ་འཆར། ལས་མཁན་གྱིས་ཐག་པས་བཀྲིགས་ནས་འཁྲིད་བར་
 གིས་པ་ནི། དན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་བར་སྤྲིད་པ་རྣམས་ནི་སྤྲིག་པའི་ལས་ཀྱིས་རང་དབང་མེད་
 བར་བདས་པ་དང་། འགའ་ཤས་ལས་མཁན་འཛིགས་སུ་རུང་བས་ཐག་པས་བསྐྱམས་ནས་
 འཐེན་པའི་འཛིགས་སྣང་དཔག་མེད་སྐྱེ་བ་མཆོན། བདེ་འགྲོའི་བར་སྤྲིད་ཡིན་ན་དེ་འབྲེལ་
 འཛིགས་སྣང་མེད། བར་དུ་ལྟ་དང་མི། ལྟ་མ་ཡིན། དཔྱལ་བ། ཡི་དྲགས། རུང་འགྲོའི་བཀོད་པ་
 གིས་པ་ནི། འཁོར་བ་འཁོར་བའི་གནས་ལ་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ཏུ་ངེས་པ་མཆོན། ༡ མཐའ་
 སྐོར་དུ་གཡས་ཕྱོགས་སུ་དང་པོར་དཔྱུས་ལོང་འཁར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་གིས་པ་ནི། མ་
 རིག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། དཔྱུས་ལོང་བདེ་བའི་ལས་དུ་འགྲོ་བ་ལ་རྫོངས་པ་ལྟར་མ་རིག་
 བས་ལས་འབྲས་དང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་རྫོངས་ཤིང་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བརྒྱང་སྟེ་དགེ་སྤྲིག་གི་ལས་ལ་གྲུ་ཆོམ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པའོ། ༢
 གཉིས་པར་རྩ་མཁན་གིས་པ་ནི། འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། རྩ་མཁན་གྱིས་རྩ་མ་ཆེ་
 རྒྱུད་དང་བཟང་དན་སྣ་ཆོགས་བཟོ་ཐུབ་པ་ལྟར་ལས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤང་པོ་
 ཆེ་རྒྱུད་དང་བཟང་དན་སྣ་ཆོགས་སྤྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ༣ གསུམ་པར་སྤྲེལ་ཤིང་ཅེར་གིས་
 པ་ནི། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། སྤྲེལ་ཤིང་གི་ཅེར་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་
 འཕོ་བསྐྱོད་བྱེད་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱེ་བ་ལྟ་བུ་བར་གསུམ་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤང་པོ་གཅིག་
 ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་སྤྱེ་འཆི་འདོར་ལེན་བྱེད་པ་ཡིན། ༤ བཞི་པར་གྲུ་གཟིངས་གིས་པ་ནི།
 མིང་གཟུགས་ཅི་རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། གྲུ་གཟིངས་འབྲུལ་པ་རྩ་རོལ་ནས་པ་རོལ་

སྒྲིམ་འབྲེན་བྱེད་པའི་རྟེན་གཞི་དང་། མཁོ་བའི་དངོས་པོ་འཛོགས་པའི་སྣོད་བྱེད་པ་ལྟར་མིང་
གཟུགས་ཅི་རེགས་པས་ཀྱང་སྒྲིམ་བ་སྒྲིམ་ནས་འདིར་འོངས་ཤིང་། འདི་ནས་སྒྲིམ་མར་འབྲོ་བའི་
ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དང་འབྲས་བུ་བདེ་སྤྱད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་སྣོད་དམ་ཤུང་པོའི་རོ་བོར་
འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ༥ ལུ་པར་ཁང་པ་སྟོང་བ་བྲིས་པ་ནི། སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་
མཆོན་ཏེ། ཁང་སྟོང་གནས་ཀྱི་རོ་བོར་བྱུང་ཀྱང་། བརྟེན་པ་བདག་པོ་མེད་པ་ལྟར། སྒྲིམ་ཆེད་
ཀྱི་གནས་སྐབས་སྤྱད་བར་པོ་ལྡེའི་རོ་བོ་རྫོགས་པར་བྱུང་ཀྱང་བརྟེན་པ་ནམ་ཤེས་ལུ་འབྲུག་ཆུ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ༦ དུག་པར་པོ་མོ་པན་ཚུན་འཁྱུད་ཅིང་འོ་བྱེད་པའི་ནམ་འགྱུར་བྲིས་པ་ནི།
རེག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། པོ་མོ་པན་ཚུན་འཁྱུད་ཅིང་འོ་བྱེད་པའི་ཆེ་རེག་པའི་བདེ་བ་
ཙམ་ལས་འཁྲིག་པའི་བདེ་བ་ཡོངས་སུ་མི་རྫོགས་པ་ལྟར་རེག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་ཆ་གང་
འཇམ་རྩུབ་ལ་སོགས་པའི་རེག་བྱ་གང་དང་གང་འབྲུང་ཀྱང་དེ་ལྟར་རེག་པའི་སྣང་བ་ཙམ་
ལས་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་རྫོགས་པར་སྤང་མི་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ༧ བདུན་པར་མིག་ལ་མདའ་རྩལ་པ་བྲིས་པ་ནི། ཆོར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ།
མིག་ལ་མདའ་རྩལ་མ་ཐག་ཏུ་ཆོར་བ་སྤྱད་བསྐྱུལ་ངང་གིས་སྒྲིམ་པ་ལྟར་རེག་པ་དེ་ཉིད་རྩུས་པ་
ཤས་ཆེར་བྱུར་ནས་ཆ་གང་དང་། འཇམ་རྩུབ་རི་ལྟར་རེག་པ་ན་དེའི་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ངང་
གིས་སྒྲིམ་པའི་ཕྱིར། ༨ བརྒྱད་པར་སྒྲིམ་བུ་ཆང་འབྱུང་བ་བྲིས་པ་ནི། སྤྱད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
མཆོན་ཏེ། ཆང་འབྱུང་སྒྲིམ་བུས་ཆང་གི་བོ་བ་སྤྱོད་བན་དེ་ལ་ཆགས་ཞེན་རང་འུགས་ཀྱིས་
འཕེལ་ཏེ་རང་སེམས་དེ་ལ་གཡེང་བ་ལྟར། སྤྱད་པས་འཁྱུལ་སྤང་གི་དངོས་པོར་ཡིད་ཆགས་
ཏེ་དེ་དང་དེ་ཐོབ་ན་སྦྱུང་བའམ་དེ་དང་མ་བྲལ་ན་སྦྱུང་བའི་སྤྱད་ཞེན་གྱིས་ཡིད་གདུང་བའི་
ཕྱིར། ༩ དགུ་པར་སྤྱུའུས་ཤིང་རྟོག་ལེན་པ་བྲིས་པ་ནི། ལེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། སྤྱུའུས་
རང་གི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཤིང་རྟོག་ལ་སེམས་གཡོ་ཤིང་ལག་ཏུ་ལེན་པ་བཞིན་པ་ལྟར། སྤྱད་པ་
དེ་ཉིད་ཤས་ཆེར་སོང་ནས་འདོད་པའི་དངོས་པོ་དང་དུ་ལེན་པའི་སེམས་རབ་ཏུ་གཡོ་བར་བྱེད་
པའི་ཕྱིར། ༡༠ བཅུ་པར་བྱུང་མེད་སྦྱུང་པ་བྲིས་པ་ནི། སྤྱད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། སྦྱུང་

མས་རང་གི་ལྷ་གྲུ་ཕྱིར་འབྱུང་བར་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་ལྟར་ནས་ཤེས་ཀྱི་སྟེང་དུ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་
 ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བཞག་པ་ལ་སྟེང་ལེན་གྱིས་གསེས་བཏབ་སྟེ་ལས་ཀྱི་རུས་པ་མཐུ་ཆེན་
 དུ་གྱུར་ཏེ་ནམ་མཁུན་གྱི་ཕུང་པོ་གསར་དུ་འབྱུང་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པའི་ཕྱིར། ༡༡ བཟུ་
 གཅིག་པར་སྟུག་གྲུ་བཙུང་བ་བྲིས་པ་ནི། སྟེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། སྟུག་གྲུ་མའི་མངལ་
 རས་ཀྱི་རོལ་དུ་ཐོན་པའི་སྐབས་ལྟར་ནས་ཤེས་ཕུང་པོ་རྟེན་པ་རྣམས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་བར་སྟེང་དུ་
 ཟུགས་པ་དང་། བར་སྟེང་རྣམས་སྟེ་སྟེང་དུ་འཕོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ༡༢ བཟུ་གཉིས་པར་མི་རོ་
 འཁུར་བ་བྲིས་པ་ནི། སྟེ་ཤི་ཅི་རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན་ཏེ། མིའི་རོ་མཐོང་བ་དེའི་རྟེན་
 ཀྱིས་འཆི་བ་དང་གིས་བྱུང་ཞིང་རང་གི་ན་ཆོད་གཞན་དུ་འབྱུར་ཏེ་རི་རྒྱུད་དུ་སོང་བ་རྣམས་
 བཟུང་ན་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། འབྱུང་བའི་རིམ་གྱིས་བསྐྱུས་ནས་ཆེ་འདིའི་ཕུང་པོ་དང་། ཡིད་
 ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་འབྲེལ་ཐག་ཆད་པ་ན་ཤི་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྲུབ་པ་ཡིན། དེ་དག་འཁོར་ལོའི་
 རས་པར་སྟེང་པོ་ཁྲིས་པའི་འཆི་བདག་དམར་པོའི་ཁ་དང་། ཀླང་ལག་ཞེད་ས་དུ་བཟུང་བར་
 བྲིས་པ་ནི། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྟེང་པའི་འདིར་སྟེ་བ་ལེན་པ་མཐའ་དག་
 མཐར་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་མ་གྱུར་པ་མེད་པ་དང་། དེ་ཡང་ལན་རེ་གཉིས་ཙམ་མ་ཡིན་
 པར་རི་སྟེང་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་སྤངས་པ་དེ་སྟེང་སྟེ་གན་འཆིའི་སྟུག་བསྐྱུས་འཁོར་མོར་སྤང་
 སྟེ་སྟེང་ཅེ་ནས་མནར་མེད་བར་རྟག་ཏུ་འཁོར་བར་མཆོན་པ་ཡིན། སྟེང་དུ་ཆུ་བའི་གཟུགས་
 བརྟན་བྲིས་པ་ནི། སྟུག་བསྐྱུས་མཐའ་དག་ཞི་བའི་ཞི་བ་སྤང་འདས་སམ། བདུད་བཞི་བཙུང་
 པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་མཆོན་པ་ཡིན། དེ་ལ་སངས་རྒྱུས་བཙུང་འདས་ཀྱིས་སྟུག་
 བརྟུངས་ཏེ་བསྟན་པ་ནི། ཞི་བ་སྤང་འདས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་ཐོབ་ན་འཁོར་བ་རྒྱུ་མཆོའི་སྟུག་
 བསྐྱུས་ཀྱི་འཛིང་དུ་རྟག་ཏུ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་དུས་མེད་པས་འཕྱོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཞི་བ་སྤང་
 འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཐབས་ལ་བཙུན་དགོས་ཞེས་བཟུང་ཐབས་ཀྱིས་འདོམས་པར་
 མཛད་པ་མཆོན། ཡང་བདེན་བཞིའི་སྤང་དོར་མཆོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འཕྱོ་བ་རིགས་
 དུག་གི་སྟོང་བཟུང་གིས་བཞོད་པས་སྟུག་བསྐྱུས་བདེན་པ་མཆོན། དབུས་ཀྱི་བྲ་པག་སྐྱུལ་

གསུམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་དང་། དེའི་མཐར་ལམ་དཀར་ནག་གཉིས་གྱིས་ལས་
 གྱི་ཀུན་འབྱུང་མཚོན། རྟེན་འབྲེལ་བརྟུག་གཉིས་གྱི་རི་མོས་འཁོར་བ་ལ་ཇི་ལྟར་འཁོར་བའི་ཚུལ་
 དང་། སྤུང་པའི་གཟུགས་བརྟན་གྱིས་ལམ་བདེན། རྒྱ་བ་ཤར་བ་དེས་ཞི་བ་འཕོག་བདེན་
 མཚོན་ཞིང་དེ་ལ་བཅེས་ལྡན་འདས་གྱིས་ཕྱག་བརྒྱངས་པ་ནི། ལམ་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་བ་
 སྤང་འདས་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པའི་ཐབས་མཚོན་པ་ཡིན། དེས་ན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་
 བའི་འཁྲོ་བ་སྒྲོ་བྱོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལྟོག་གི་རྣམ་གཞག་
 ཞིབ་མ་ཁོང་དུ་རྒྱབ་པར་བྱས་ཏེ། བདེན་བཞིའི་སྒྲུང་དོར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ལམ་ཉམས་སུ་
 སྤངས་ནས་གཏན་གྱི་བདེ་བ་མཐར་སྤྱག་མཚོག་གསུམ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཐབས་
 ལ་ཅི་ནས་འབད་བ་གལ་ཆེད་ཞེས་སྒྲ་མ་རྣམས་གསུང་དོ། །སྲིད་པ་འཁོར་ལོའི་དཔེ་རིས་འདི་
 བཞེན་ནང་པའི་བྲིས་སྒྲུབ་བཞེངས་པའི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་བཤད་དེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་
 ཞལ་བཀུགས་པའི་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཉ་ཡས་རིན་པོ་ཆེ་བའི་རྒྱུའི་ཁབ་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་
 མེད་པ་ཞིག་སྤྱེས་སུ་བསྐྱར་བའི་ལན་དུ། རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོས་སྟོན་པ་ལ་གནང་བ་
 ལུས་ཏེ། སྤྱིང་དུ་སངས་རྒྱས་ལྷ་དན་ལས་འདས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དཀར་པོ་ཉེ་བར་སྟོན་
 པའོ། །བར་དུ་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལྟོག་རྣམས་གསལ་བར་མཚོན་པའི་སྲིད་པ་འཁོར་
 ལོའི་དཔེ་རིས། དེའི་ལོག་ཏུ། བརྩམ་པར་བྱ་ཞིང་འབྱུང་བར་བྱ། །སངས་རྒྱས་བསྐྱན་ལ་
 འཇུག་པར་བྱ། །འདམ་བུའི་བྲིམ་ལ་སྤང་ཆེན་བཞིན། །འཆི་བདག་སྡེ་ནི་གཞོན་པར་བྱ། །གང་
 ཞིག་རབ་ཏུ་བག་ཡོད་པར། །ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་སྦྱོང་འགྱུར་བ། །སྦྱེ་བའི་འཁོར་བ་རབ་
 སྤངས་ནས། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཐ་མར་བྱེད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་གཉིས་པོ་
 བཀས་གནང་བ་ལྟར་བྲིས་ཏེ་བསྐྱར་བར་མདོ་ལས་གསུངས་ཞེས་འབྱུང་དོ། །ཤོད་གི་ཆོགས་
 བཅད་གཉིས་པོ་དེའི་དོན་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་ན། བརྩམ་པར་བྱ་ཞིང་ (ཆོས་ལ་བརྟོན་
 འགྲུས་བརྩམ་པར) འབྱུང་བར་བྱ (འཁོར་བ་ལ་དེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ) ། །སངས་རྒྱས་
 བསྐྱན་ (སངས་རྒྱས་གྱིས་བསྐྱན་པའི་བདེན་པ་བཞི) ལ་འཇུག་པར་བྱ། ། (རྩ) འདམ་བུའི་

১৮৩

བུལོ། །ཞེས་གྲུང་གསུངས་སོ། །ཡང་། རྗེ་གྲུང་ཐང་པས་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་དཔེ་དང་
སྒྲུབ་ནས་གོ་བདེ་བ་ཞིག་གསུངས་འདུག་པ་འདི་ལྟར། གྲུབ་མཐའ་བཞིའི་འདོད་ཚུལ་སོགས་
འིས་ལན་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིམ་ཞལ་ལུང་བདུད་ཅིའི་ཐེགས་ཐང་ཞེས་བྲུ་བ་ལས། སྤྱི་པའི་རྩ་བ་
མ་རིག་ཞིང་བ་ཡིས། །ལས་ཀྱི་ས་བོན་རྣམ་ཤེས་ཞིང་དུ་བཏབ། །སྤྱི་དང་ལེན་པའི་རྩ་ལུང་
ཀྱིས་གསོས་པས། །ས་བོན་སྟོབས་རྒྱས་སྤྱི་པའི་རོ་བོར་འཕོས། །དེ་ལས་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་
མིང་ག་ཟུགས་ཀྱི། །སྐྱ་གྲུ་འབྲས་ཤིང་སྐྱེ་མཆེད་སྤོང་བྲུར་འཛིལ། །རེག་པའི་མེ་ཏོག་ཆོར་བའི་
འབྲས་སྤྲིན་ཡང་། །ཁ་ཤིས་བཟས་ཏེ་སྦྲར་ཡང་སྤྱི་པར་འདེབས། །རྗེ་སྤྱི་བདག་མེད་མེ་
ཡིས་མ་བཙོམ་པ། །དེ་སྤྱི་སྐྱེ་ཤིའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དགོས་པས། །གནས་ལུགས་ཟབ་མོད་
བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་ཀྱིས། །སྤྱི་པའི་རྩ་བ་བྱང་ནས་འབྲིན་པར་ཤོག། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །ཤོང་གི་དེ། སྐྱ་ལུ་ལྷང་པའི་མདོ་ལ་གཞི་བྲས་པར་སྦྲང་སྟེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས།
སྐྱ་ལུ་ལྷང་པའི་མདོ་ལས་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་སྤྱད་པའི་རྒྱ་བཞི་གསུངས་ཏེ། མ་རིག་པའི་
འདེབས་པ་པོས་ལས་ཀྱི་ཞིང་ལ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་བཏབ་པ་དེ་སྤྱི་པའི་རྩས་བརྒྱན་པར་
བྲས་ནས་མའི་མངལ་དུ་མིང་ག་ཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་གྲུ་འབྲུབ་པར་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་
ཤེས་སོ། །རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་རིས་ཀྱི་ཁུངས་ནི། འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་
འབྱེད་། ༤ །༡༡༤བལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་
པར་བཤད་པ་། ཚུ་ ༡༢༤བལ་དང་། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ། མདོ་རྩ་རང་འབྲེལ། མཆོད་རྟེན་
སྤྱད་ཆ་སོགས་ན་གསུངས་སོ། །རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཞེས་པའི་ཐང་དུ་གཟིགས།
སྤྱི་པ་ཆགས་པའི་སྤྱད་གྲུ། སྤྱི་པ་ཆགས་པའི་སྤྱད་གྲུ་ནི། ཡལ་འོ་དེ་གྲུང་རྒྱལ་དང་། དེ་ཡི་སྤྱས་
བརྒྱད་ལ་ཐེར་དོ། །སྤྱས་བརྒྱད་ནི། །ཡར་ལུང་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ། བྱང་གི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ། ཁ་
སྤྱད་རོ་པོ་རྒྱགས་ཆེན། ཤར་གྱི་མ་ཆེན་སྤོམ་ར། རོ་པོ་གཡུལ་རྒྱལ། ཤེལ་མཁའ་རི། སྤྱིད་
ཤོད་ཞོགས་ལྷ་ལྷག་པོ་འམ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྱག་པོ་ཐེར་བ་དང་དགུལ། །ཞེས་སྤོང་རོལ་ལྷ་མ་
གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

སྲིད་པ་ཐ་མ་པ། (པར་ཕྱིན) སྲི་བ་ཐ་མ་པ་དང་དོན་གཅིག་མཛོད་མཛེས་སྤྱགས་རིམ་༥༠༥་བྱ་བྱངས་པ་
ལས། འཕགས་པ་མིན་ཡང་པ་མ་དང་། །ནད་པ་དང་ནི་ཆོས་སྤྲ་དང་། །སྲི་མཐའི་བྱང་ཆུང་
མེས་པ་དཔལ་ལ། །ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲོ། །

སྲིད་པ་འཕོ་བའི་མདོ། (པར་ཕྱིན) འདི་མདོ་སྟེ་༩ ཙ ༥འའི་ནང་བཞུགས།

སྲིད་པའི་དག་ལྟ་མཆེད་དགྲ། དཔལ་བཏན་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ། མཐུ་ཆེན་དག་འདུལ། སྤང་
བསྐྱགས་འབྲུག་ཤིང་། དག་ཅུལ་ཐོག་འཐེབས། སྲི་བ་སྟོག་འདོན། སྤང་པའི་དག་གཅོད། སྲིས་
བྱ་རང་ཆས། བྱ་ཁ་སྟོན་པོ། དག་སྐྱག་གཤོག་ཅུལ་ཏེ་དགྲ་ལ་ཟེད། དག་ལྟ་མཆེད་དགྲ་ཡང་
ཟེར་བ་ཡོད། ཅས་སྒྲོང་རྩོམ་སྤྲ་མ་གསུང་བ་ལྟར་གྲོ། །

སྲིད་པའི་སྟོ། 1 ཁུ་བའི་ལས། 2 ཁ། དཔེར་ན་རྣམ་ཤེས་སྲིད་པའི་སྟོ་རྣམ་འཕོས་ཞེས་པ་རྣམ་ཤེས་ཁུ་
བའི་ལམ་མཐུ། ཡང་ན་ཁ་རྣམ་འཕོས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པ་བཞིན་གྲོ། །

སྲིད་པའི་ཆུ་བོ། (པར་ཕྱིན) སྲིད་པའི་ཐག་པ་དང་འདྲ།

སྲིད་པའི་རྟེན་འབྲེལ། (པར་ཕྱིན) རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བཅུ་པ་ནི། སྤང་གི་འདུ་བྱེད་
ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བསྟོས་པ་སྲིད་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་གསོས་བཏབ་པས་
ཡང་སྲིད་བྱི་མ་འབྲེན་པ་ལ་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། དེ་ལས་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་སྲིད་པའི་
མིང་གིས་བཏགས་པ་ནི། རྒྱ་ལ་འབྲས་བུའི་མིང་གིས་བཏགས་པའོ། །དཔེར་ན་ཀྱ་ལུའི་སྟོང་
པོ་ཞེས་པ་བཞིན་གྲོ། །སྤྱོད་ཡང་དེས་ཤེས་སོ། །

སྲིད་པའི་ཐག་པ། (པར་ཕྱིན) ཁམས་གོང་གི་རྟོན་མོངས།

སྲིན་གྲོག་མ། སྲིན་ཁྲོལ་མ་ལ་གཟིགས།

སྲིན་གྲོལ་མ། སྲིན་ཁྲོལ་མ་དང་འདྲ།

སྲིན་ཁྲོལ་མ། རྒྱའི་ནང་གནས་པའི་སྲིན་བྱ་དམར་པོ་ནར་ནར་པོ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་པར་མེས་པ། རྩེའི་
ལམ་རིམ་དུ་སྲིན་གྲོལ་མ་ཞེས་སྤྲང་། སྤྱ་འབྲས་སྤར་མར་སྲིན་གྲོག་མ་ཞེས་སྤྲང་ཡང་པལ་
ཆེར་ཡི་གེ་མ་དག་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། འདུལ་བ་ལུང་ཐུན་ཆོགས་༩ ཐ་པ ༥༡་ལྟ་ལས།

[illegible]

སྲིན་གྱི་མེ་ སྲིན་འབྲུ་མེ་ཁྱེར་ལ་ཟེར་བར་སྟུམ། དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆོས། སྲིན་གྱི་མེ་ནི། བལྟ་བར་
 སྟར་མང་སྟར་མང། སྲིན་གྱི་སྡེ་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་འབྲུ་སྲིན་གྱི་ཚོགས་ལ་བྱ་དགོས་ལ།
 དམར་མཆན་དུ་སྟོམ་ཡིན་གསུང། ཡང་དམ་པ་འགའ་ཞིག ཏེ་ཐོན་སོགས་གྱི་ས་ཆ་ན་ཡོད་
 བའི་འབྲུ་སྲིན་སྟོམ་འདྲ་བ་མི་ལ་སོ་བཏུབ་ན་མི་རིང་བར་སྟུ་ནས་འཆི་བ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་
 ལ་ཟེར་བ་ཡིན་གསུང་ངོ། ཞེས་གསུངས། རྗེའི་ལམ་རིམ་ལས། གནོད་སེམས་གྱི་ནི། ཡམས་
 དང་གནོད་པ་དང་ནད་འགོ་བ་དང་འཁྲུག་པ་དང་པ་རོལ་གྱི་དམག་ཚོགས་ལས་འཁྲུག་ལོང་
 མང་བ་དང་སེང་གེ་དང་སྟག་ལ་སོགས་པ་དང་སྐུལ་གདུག་དང་སྟྲིག་པ་དང་སྲིན་གྱི་མེ་མང་
 བ་དང་གནོད་སྦྱིན་གདུག་པ་དང་ཚོས་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་མང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རོ། །

སྲིན་གྲོལ་མ། སྲིན་གྲོལ་མ་དང་དོན་འདྲ།

སྒྲུབ་པོ། <རྒྱལ་ས> མེ་ཤ་ཟ་ཞེང་ཁོ་གཏུམ་ཆེ་བའི་མེའི་རིགས་རྒྱུད་ཅིག་ བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
 མོད། གཏུག་ཡེའི་སྤྱིའི་མེར་ཞེས་གསུངས་ཡུག་ཟུང་། གཏུག་ཡེའི་ནི་ཤ་ཟ་ཡུལ་པོ་མེ་
 རིགས་དང་། སྒྲུབ་པོ་ནི་མེའི་རིགས་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་ཆེན། །དེ་ཡང་མཆིམས་མཛོད་
 ༡༣༧་ལས། སྒྲུབ་པོ་ནི་མེའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་གཏུག་ཡེའི་འཕ་
 ཡུལ་པོ་ལ་ལེགས་སྤྱད་དུ་ “རྒྱུད” ཟེར་བས་དབྱེད་དོ། །རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་ལ་འང་ “རྒྱལ་ས”

དང་ “བྱུང” ཟེར་བ་ཁོ་བོས་བཤད་པ་དང་མ་ཐུན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དོ། །འོན་ཀྱང་
 སྒྲིན་པོ་དང་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སོགས་འབྱུང་བའི་གདོན་ཆེན་བཙེ་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་སུ་ལྷང་སྒྲི
 རོལ་བའི་རྡོ་རྗེས་བགྲངས་ཡོད་པས་དབྱེད་དོ། །

སྒྲིན་བལ། (འདུལ་བ) <ཀྟེ་ཤེ་ཡི་> སྒྲིན་བྱའི་དར་སྒྲིད་དམ་གོས་ཆེན་གྱི་རྒྱ་ལ་ཟེར། ལེགས་སྒྲུར་དུ་
 “ཀྟེ་ཤེ་ཡི་” कौशेयं ཟེར། གྱི་རྒྱལ་བས་silk ཟེར་བ་དེའོ། །འདུལ་བའི་གཞུང་རྣམས་སུ་སྒྲིན་བལ་
 གྱི་སྤང་བ་ཟེར་བའི་སྒྲིལ་བལ་དེ་ཡང་སྒྲིན་བྱའི་དར་སྒྲིད་ཉིད་ལ་གོ་དགོས། ལུང་ལྷ་བའི་
 འབྲེལ་བ་ལས། སྒྲིན་བལ་ནི་དར་གྱི་སྒྲིན་བྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་
 ཞིང་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༡༡༤བ་ལས་ཀྱང་། སྒྲིན་བལ་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིན་བལ་འབྱུང་བའི་སྒྲིན་བྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདུལ་གཞུང་
 རྣམས་སུ་སྒྲིན་བལ་དང་ལུག་བལ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་དེས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱིས་སོ། །ཤིང་བལ་ཞེས་
 པ་རང་རེས། ཤིང་བལ་ལམ་གྱི་རྒྱལ་བས་cotton ཟེར་བ་དེ་ལ་གོ་བ་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་ནོར་བ་
 ཡིན་ཏེ། འདུལ་བའི་སྒྲིན་བལ་སུ་སྒྲིན་བལ་གྱི་སྤང་བའི་བཅས་པ་མཛད་པ་དེས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ།
 སྒྲིན་བལ་ནི་ཤིང་བལ་དང་མི་འདྲ་བར་རིན་ཐང་ཏ་ཅང་ཆེ་བས། དགེ་སློང་གིས་དེའི་སྒྲིན་བྱས་
 བ་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དུ་གསུངས་པས་སོ། །

སྒྲིན་བལ་གྱི་སྤང་པ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷང་སུམ་ཅུའི་བརྒྱ་གཅིག་པ། སྒྲིན་བལ་གྱི་སྤང་བའི་རྡོ་རྗེ་ནི།
 བཅས་ལྷན་དགེ་སློང་གིས་སྒྲིན་བལ་གྱི་སྒྲིན་བྱས་པ་མཛད་བྱེད་དུ་བརྒྱག་སྟེ། བྱེད་པ་མཐར་ཐུག་
 པ་ལས་ཀྱུར་པའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སློང་རབ་ཏུ་མང་
 བོས་སྒྲིན་བལ་གྱི་སྒྲིན་བྱས་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་འདོད་པ་
 ཆེས་པ་དང་། རོན་དང་བྱ་བ་མང་བའོ། །འདིའི་སྒྲིན་བལ་ཞེས་པ་ཤིང་བལ་ལམ་གྱི་རྒྱལ་བས་
 cotton ཟེར་བ་དེ་ལ་གོ་བ་པར། གོས་ཆེན་བཙེ་བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲིན་བྱའི་དར་སྒྲིད་ལ་གོ་དགོས།
 དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི་སྒྲིན་བྱའི་དར་སྒྲིད་དང་ལུག་ནག་གི་བལ་རྣམས་ནི་དཀོན་ཞིང་རིན་ཐང་ཆེ་
 བས། རོན་དང་བྱ་བ་མང་བ་དང་ཁ་ཉོན་དང་རྣལ་འབྱོར་སོགས་ལ་གཞོད་པའི་དགག་བྱ་ཡོད་

སའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ལུང་རྣམ་འབྱེད་། ཆ ༡༢༩༧༧ལས། དགེ་སློང་དག་སྲིན་བལ་གྱི་སྟན་
 སར་པ་བྱེད་པ་དང་། བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་ན་སྲིན་བལ་དགོན་ཞིང་རིན་ཆེ་བས་བྱ་བ་མང་བ་དང་།
 བྱེད་པ་མང་བར་གྱུར་ཅིང་། ལུང་མཐོན་པ་དང་། བསྐྲག་པ་དང་། ཁ་ཏོན་དང་། རྣལ་འབྱོར་
 དང་། ཡིད་ལ་བྱ་བ་དང་། ཉང་གི་སེམས་གྱི་ཞིགནས་ཀྱང་གཏོང་བར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་
 སོ། །སྲིན་བལ་གྱི་སྟན་ཞེས་པའི་སྟན་ཞེས་པའི་སྟན་དེ་ལ། སྦྱིར་བཏང་ནང་ཆངས་ཅན་དང་།
 ཆིངས་པའི་བྱིང་པའི་སྟན་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་ནི་བསྐྱབ་པའི་དགའ་བ་ཆིངས་པའི་སྟན་
 ཡིན་དགོས་ཤིང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ཆེས་བཟོ་དགའ་བས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་རྣམ་
 བར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་། ཆ ༡༢༡༠༥ལས། ཆིངས་པ་ཡིན་པར་དགོངས་
 སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཆེས་བྱ་བ་དགའ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆིངས་པ་དང་།
 ཆིངས་པ་ནི་བྱིང་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུའི་སྟན་ལ་ཟེར་རོ། །

མིན་ཅུ། མོག་ཆགས་པ་མེད་མིང་།

སྲིན་བྱ་གེ་ཏ་ཀ འབྱ་གྲོག་མའི་མིང་ཡིན་པར་བཤད།

སྲིན་བྱ་བ་དང་བ། བ་དང་བ་དང་འབྲ། འབྲེལ་བ་འདྲ་བ་དང་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

མེན་བྱ་བད་མ། འབྲུ་བད་བའི་མེང་། འགྲེལ་བ་ཤད་བད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། དཔེ་མང་པོར་

སློན་བྱ་བརྒྱ་ཞེས་བྲིས་འདུག་པ་མི་ལེགས་ཤིང་། སློན་བྱ་བད་མ་ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་
 མེས་མ་ཏེ། འདི་སློན་བྱ་བད་མ་ཞེས་པའི་བ་ཡིག་ལུང་བ་འགའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཡིག་ཏུ་སོང་སྟེ།
 བད་པ་བཟེར་རྒྱུའི་ཚབ་ཏུ་བད་མ་ཞེས་འཛོད་བས། སློན་བྱ་བད་མ་ཞེས་འབྲི་བ་བྱུང་ལ། འདི་
 ལ་སློན་གཞན་ཡང་འདི་ལྟར། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། ད་ཡིག་ཕྱེད་དང་མ་ཡིག་ཕྱེད་གཉིས་
 བཅེགས་ནས་བརྒྱ་ཞེས་འབྲི་སྟོབ་འདི་ལེགས་སྟུང་མ་གཏོགས་དང་རེ་མོད་རྒྱད་ལ་མེད་
 བས། འདི་མ་ཏོག་བརྒྱ་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཨེ་ཡིན་སྟུམ་པའི་ཡོ་རྟོག་ཡང་སྟེ་སྟོན་བས།
 སློན་བྱ་བད་མ་ཞེས་བྲིས་ན་རྩད་ལེགས་པར་མེས་མ་སོ། །ཤེས་རབ་བརྒྱ་བ་ལས། སློན་བྱ་
 བད་མ་མོན་ཅན་ལུས། །ཁྲག་འཕུང་བཞིན་དུ་མི་མཐིང་ངོ་། ཞེས་གསུངས། འབྲས་སྟོངས་

བས་ཀྱང་འདི་ལ་སྤྲོ་བ་དང་མ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད་འདུག བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་། ༡༩༧ལས་ཀྱང་
སྤྲོ་བ་དང་མ་ཞེས་བྲལ་ནས་བྲིས་འདུག།

སྤྲོ་བུ། འདི་བྱ་དང་སྤྲོ་བུ་འུག་པ་ཡང་ཟེར། མཆན་མོར་འཕྱར་སྟོང་བྱེད་པའི་བྱ་རིགས་ཤིག ས་
སྤྲོ་ལེགས་བཤད་ལས། སྤྲོས་མཆོག་རང་གི་སྟོན་ལ་ལྟ། སྤྲོ་བོ་རན་པ་གཞན་སྟོན་ཆོལ། མ་
བྱ་རང་གི་ལུས་ལ་རྟོག སྤྲོ་བུ་གཞན་ལ་ལྟས་རན་གཏོང་། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།
གཡོ་ཅན་སྟན་པར་སྤྲོ་བ་ནི། རང་དོན་ཡིན་གྱི་གུས་བྱིར་མིན། སྤྲོ་བུ་སྟན་ནས་དགོང་བ་
ནི། ལྟས་རན་གཏོང་གི་དགའ་ནས་མིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། མིང་གི་རྣམ་བྱངས་ནི།
མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས། འགལ་འདུའི་རྩུན་ཅན་འབྱུང་བའི་བྱ། ཉིན་མོར་
དགའ་བལ་ཉིན་མོ་ཡིག། སེར་སྤྲེའི་ལྟ་བུ་མིག་སེར་ཅན། གཤ་མོའི་དབངས་ལྟན་སྤྲོ་
བུལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། སྤྲིར་བཏང་སྤྲོ་བུ་དང་འུག་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ལྟ་བུར་
བྱེད་ཀྱང་། མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་སོགས་སུ་སྤྲོ་བུ་དང་འུག་པ་གཉིས་ཐ་དད་ལྟ་
བུར་གསུངས་འདུག་པས་དབྱེད་པར་བྱལོ། །

སྤྲོ་འབྲུ་མེ་བྲེར། མཇུག་མ་ལས་འོད་དམར་ཆེས་ཆེས་འཕྲོ་ཞིང་འཕྱར་ཏེ་འཕྲོ་བའི་སྤྲོ་འབྲུ་ཞིག
འདི་རྒྱ་གར་སྟོང་ཕྱིགས་ན་མང་པོ་ཡོད། མཇུག་མ་ལས་མེ་དང་འབྲུ་བའི་འོད་དམར་པོ་ཆེས་
ཆེས་དུ་འཕྲོ་བས་ན་མེ་བྲེར་ཞེས་མིང་ཐོགས་སོ། །

སྤྲོ་འབྲུ། སྤྲོ་བུ་དང་འབྲུ།

སྤྲོ་འབྲུས་བྲག་འཆོལ། སྟོག་ཆགས་འབྲུ་སྤྲོ་ཞིག་འུ་ཅག་གི་མདུན་གྱི་ས་གསེབ་ནས་ཐོན་ཏེ་
ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས། སངས་རྒྱས་ལ་བྲག་འཆོལ་ལོ་ཟེར་བ་ནི་མི་སྤྲོ་བ་དང་། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་
བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་བའི་གནས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་རྟེན་ནས་དམ་པའི་
ཆོས་དང་མཇུག་པ་ཡང་མི་སྤྲོ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། རོ་མཆར་དུ་བཅིས་ནས་རྒྱུད་ཐོས་སུ་མི་
གཏོང་བར་སྟོང་པོ་ལོན་དགོས་པའི་

དཔེལོ། གཤེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤྱངས་པའི་འབྲུལ་འབྲེལ་༩༩ན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་གསལ།

མེན་མཛུགས། མཐེལ་ཆུང་གི་ལྷག་གི་མཛུགས་མོ་མིང་། དེ་ལ་མིང་མེད་ཀྱང་ཟེར།
 མེལ་གོས་ཟ་བའི་མེན་ལུ་ཞེག་ལུང་ལུ་བའི་འབྲེལ་བ་ལ་སྟ། མེལ་ནི་མེན་ལུ་དག་གོ། ཞེས་གསུངས་
 བ་ལྟར་རོ།

སྤྱ། (འདུལ་བ) བྱང་བ་གཅིག་པའི་མཛེས་ལྷོགས་ལ་ཟེང་བ་ཡིན་འདུག བྱང་ཐོག་ཆོག་ས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་
ལས་གསུངས། ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་མཆེད་རྒྱལོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷུག་སྤྱུ་ (ལུག་ལ) ལྷུ་ས་དང་དོན་གཅིག་མདོ་རྩ་བའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་བ་༩ ལུ ཉེ་མོ་ལོ་ལས་གང་
 དག་གི་ལུས་འབྲས་ཀྱི་ལྷུག་ས་སྤྱུག་ས་བ་འདྲ་བར་ལེབ་ལེབ་མོར་འཕྲུག་བ་དེ་དག་ནི་ལུས་
 སྤྱུག་ས་བ་འདྲ་བ་དག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འབྲས་སྤྱུག་ས་མོ་ཆེའི་ལྷུག་ས་གཏུན་ལུ་དག་གིས་
 སྤྱུག་ས་བ་ལེབ་ལེབ་མོར་ལྷུར་ཅིང་རྩམས་སྤུང་མོར་ལྷུར་བ་དེ་དག་ནི་སྤྱུག་ས་བ་ཞེས་ལུ་སྤྱུ་
 ཞེས་གསུངས་སོ། །

[illegible]

བཅེངས་པ་ཞིག་དུས་སྟོན་ཐོས་ནས་དབང་པོ་ཆོས་སྟེ། བྱིས་ནས་བྱུང་བ་མཐོང་བ་དང་། དེ་
 དག་གིས་སྤྲས་པ། དགའ་བོ་ཉི་དགའ་བོ་ཐབས་འདི་ནི་བཟང་པོ་ཞིག་སྟེ། བདག་ཅག་གྲང་འདི་
 བཞེན་བྱའོ་ཞེས་དེ་དག་གྱི་དེ་ཉིན་ཆོན་སྤྲ་ལྷ་པའི་སྐྱེད་པས་ལག་པ་བཅེངས་ནས་བསོད་
 སྟོམས་ལ་ཁྱུགས་པ། བྲམ་ཟེ་དང་བྱིས་བདག་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་ནས་འཕྲ་ཞིང་གྲུས་པར་
 སྤྲོ། །གྲུས་པར་སྤྲོའོ་ཞེས་སྤྲས་པ་དང་། དུག་སྤེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། བཞེན་པ་བྱིད་ཀྱིས་
 གྲུས་པར་སྤྲ་བར་བྱ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། བྲག་བྱ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་འདི་ཡང་མ་ཞེས་
 སམ། དེ་དག་གིས་སྤྲས་པ། འདི་ལ་ཅི་ཞིག་འཆའ་བར་བཀྱི། བྲམ་ཟེ་ཆན་པ་ཆན་པ་རྣམས་ནི་
 གྲུས་པར་སྤྲ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དགོ་སྤོང་རྣམས་ནི་བྲག་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་བྱིད་དགོ་
 སྤོང་རྣམས་ལ་གྲུས་པར་སྤྲ་བར་བྱེད་ཀྱི་བྲག་མ་ཡིན། འཕགས་པ་དག་བདག་ཅག་གིས་བྱིད་
 བྲམ་ཟེ་ལགས་པར་འཆའ་བྱི། དགོ་སྤོང་དུ་ནི་མ་ལགས་སོ། །དེ་ལྟ་ལགས་པས་བདག་ཅག་
 གིས་མ་འཆའ་བྱིས་བཟོད་པར་གསོལ་ལོ་ཞེས་བྲས་པ་དང་། དེ་དག་ཅང་མི་སྤྲ་བར་འདུག་
 བོ། །སྐབས་དེ་དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་ནས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ལ་གསོལ་བ་དང་། བཙུམ་
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། ཉེས་དམིགས་གང་ཅུང་ཟད་ཅི་བྱུང་བ་ནི་དགོ་སྤོང་རྣམས་ཆོན་
 སྤྲ་ལྷ་པའི་སྐྱེད་པས་ལག་པ་འཆིང་བ་ལས་གྲུར་ཀྱིས། དེ་ལྟ་བུས་ན་དགོ་སྤོང་གིས་ཆོན་སྤྲ་ལྷ་
 པའི་སྐྱེད་པས་ལག་པ་བཅེང་བར་མི་བྱའོ། །འཆིང་ན་འགལ་ཆབས་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །བཙུམ་
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་དགོ་སྤོང་ཆོན་སྤྲ་ལྷ་པའི་སྐྱེད་པས་ལག་པ་བཅེང་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་བཀའ་
 ལྷལ་བ་དང་། དགོ་སྤོང་ནད་པ་གཞན་ཞིག་སྤྲན་པའི་བྱུང་དུ་སོང་སྟེ། བཞེན་བཟངས་ཁོ་བོ་ལ་
 བད་འདི་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་སྤྲན་སྟོན་ཅིག་ཅེས་བྲས་པ་དང་། དེས་སྤྲས་པ། འཕགས་པ་སྐྱེད་པ་ལ་
 གསང་ལྷགས་དག་གིས་བརྒྱས་བཟོད་བྲས་ཏེ། ལག་པ་ལ་བཅེངས་ན་བྱིད་འཆོ་བར་འགྱུར་
 རོ། །དེས་སྤྲས་པ། བཞེན་བཟངས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མ་གནང་ངོ། །འཕགས་པ་བྱིད་ཀྱི་
 སྟོན་པ་ནི་བྲགས་ཟེ་ཅན་ཡིན་པས་གནང་བར་འགྱུར་རོ། །སྐབས་དེ་དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་
 བཙུམ་ལྷན་འདས་ལ་གསོལ་བ་དང་། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་ལྷལ་པ། དེ་ལྟ་བུས་ན་

གནང་གིས་སྤྲོད་པའི་ལུང་གིས་སྤྲད་པ་བཅང་བར་བྱའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤྲོད་པའི་
 ལུང་གིས་སྤྲད་པ་བཅང་བར་བྱའོ་ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་བ་དང་། དགོ་སྤོང་རྣམས་ལག་བཀའ་ལས་
 བའི་ཅེ་མོ་ལ་འཆིང་སྟེ། ཉེས་དམིགས་དེ་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་
 སྤྲུལ་བ། དགོ་སྤོང་དག་ལག་བཀའ་ལས་པའི་ཅེ་མོ་ལ་བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ལག་བཀའ་
 ལས་པའི་དབྱང་བ་ལ་འཆིང་སྟེ། ཉེས་དམིགས་དེ་ཉིད་གྱུར་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
 བཀའ་སྤྲུལ་བ། དགོ་སྤོང་དག་ལག་བཀའ་ལས་པའི་ཅེ་མོ་ལ་བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །དེ་རྣམས་
 ལག་བཀའ་ལས་པའི་དབྱང་བ་ལ་འཆིང་སྟེ། ཉེས་དམིགས་དེ་ཉིད་དུ་གྱུར་ན། བཅོམ་ལྷན་
 འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་བ། ལག་བཀའ་ལས་པའི་དབྱང་བ་ལ་བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །དེ་རྣམས་
 ལག་བཀའ་ལས་པའི་ཅེ་མོ་ལ་འཆིང་སྟེ། ཉེས་དམིགས་དེ་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་
 ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་བ། ལག་བཀའ་ལས་པའི་ཅེ་མོ་ལ་བཅིང་བར་མི་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་ལག་བཀའ་
 གཡོན་པའི་དབྱང་བ་ལ་བཅིང་བར་བྱའོ། །དགོ་སྤོང་རྣམས་ནད་སྲོལ་བར་གྱུར་ནས་སྤྲད་པ་
 བབ་བབ་དུ་འདྲོར་བས་མི་མ་ཡིན་པ་རྣམས་འབྱ་སྟེ། འཕགས་པ་དག་དེད་ཀྱིས་སྲོལ་བར་
 བས་ན་དམ་གུས་པར་ལྟ། སྐབས་དེ་དགོ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་གསོལ་བ་
 དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་བ། བབ་བབ་དུ་འདྲོར་བར་མི་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་ནད་མ་
 བྱང་ན་ཆོས་གོས་ཀྱི་མཐའ་ལ། རྒྱ་ཅང་ལ་བཅིང་བར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་
 དུ་སྲོལ་བར་གྱུར་ན་ཀ་བའི་སེར་གའ་ལ། ཅིག་པའི་གསེབ་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །

སྤང་མ་དམར་ནག་གཉིས། དམར་པོ་གནས་ཆུང་དྲོ་རྩེ་གཤམ་ལྷན། ཉག་པོ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་གཉིས།
 སྤང་མ་དམ་ཆོག་ཅན། རྩོད་སངས་རྒྱས་མཐོང་ཞིང་བསྟན་པ་བསྤུང་བར་ཞལ་ཀྱིས་བཞེས་ཤིང་
 དམ་བཅས་པའི་སྤང་མ་རྣམས་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། དུལ་འཁོར་
 སྤང་། འཕགས་སྤྱེས་པོ། རྩན་མི་བཟང་། རྣམ་སྲོལ་ཉེ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལྟ་
 བྱའོ། །དེ་ཡང་སྟོན་པས་བསྟན་པ་གཏད་པ་ན་མི་ཁོན་ལ་བཏད་པ་མིན་གྱི་ལྟ་ལའང་བཏད་དེ།

དེའི་ཚུལ་ནི། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་ཁྱེད་ཅག་གིས་སངས་
རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤངས་ཤིག་ཅེས་བསྟན་པ་གཉིས་དུ་བཏང་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་སྐོར་མདོ་སྡེ་
ལས་བརྒྱ་པ་ (ཀམ་ཤག་ཀ) མདོ་། ༡་པ་ ༡༥༦་པ་ནས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། འབགས་
བོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་བསྐོ་དམ་བཞག་མཛད་ཅིང་། དེ་དག་གི་བྱང་ནས་ལེགས་
སྟོན་དང་འཛིགས་སྟོབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་མྱེད་པ་འདི་སྤང་མ་རྣམས་ལ་འད་ཟེར། འགའ་ཞིག་གིས།
སྤང་མ་དམ་ཆོག་ཅན་ཟེར་བ་སྟོབ་དཔོན་བསྐྱེས་བཀའ་བསྐོ་དམ་བཞག་མཛད་པའི་ལྟ་སྤང་གི་
རིགས་གཅིག་ལུ་ལ་པོ་བ་ལྟ་བུ་ནི་མཛོད་རྒྱ་རྒྱུད་བས་སྟོན་ནོ། །གཏོར་མའི་འབྲེལ་པ་ཞེས་བྱ་
བ། རྩེ་དགོ་བསྟན་འགྲུར་རྒྱུད་འབྲེལ་། ༩ ཚུ་པ་ ༡༠༠་ བཏམས་ཀྱང་། སྤང་མ་དམ་ཆོག་ཅན་
རྣམས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷ་མ་སྟོན་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤང་མ་
གང་བ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བསྟན་པ་བསྤང་བར་དམ་བཅས་པའི་
སྟོན་སྡེ། སྟོན་ཀྱི་དམ་ཆོག་བྱན་པ་ལ་བཞག་ནས་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་སྤང་བ་སྟེ། དེ་བས་ན།
སྤང་མ་དམ་ཆོག་ཅན་རྣམས་དང་། ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་།

སྤབས། བར། གསེང་། གསེབ་ཀྱི་མིང་།

སྤལ། (བར་རྟེན) རུལ། ལུས་སྤལ་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རྩེ་བྲག་རྟོགས་ཀྱི་དེ་འབྲིང་པོ་༡༥༥རྒྱབ་གཟིགས་
ལས། ཀའ་བྱུང་ན་ཞེས་བྱ་བ་གདོན་ཀྱི་མིང་སྟེ། ཀའ་ནི་ལུས། བྱུང་ནི་རུལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་
པས་ན་ལུས་སྤལ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །

སྤལ་བ། (བར་རྟེན) རུལ་བ། དཔེར་ན་ལུས་རུལ་བར་བྱེད་པ་ལ། ལུས་སྤལ་པོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞིབ་
པར་ལུས་སྤལ་པོ་ལ་གཟིགས།

སྤལ་པོ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཤེ་བྲག་གམ་གདོན་ཞིག་སྤལ་པོ་དང་། ལུས་སྤལ་པོ་གཉིས་རྩེད་ཟད་མི་འདྲ་
བ་ཡིན་པར་སྤང་སྟེ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ལས། སྤལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡི་དྲགས་
ཀྱི་ཤེ་བྲག་ཉིད་དོ། །ལུས་སྤལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཤེ་བྲག་ཉིད་དོ། །ཞེས་སྤལ་པོ་
དང་ལུས་སྤལ་པོ་གཉིས་ཟད་དེ་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ལུང་བྲན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས་

ཁྱད། གྲུལ་བྱམ་དང་སྤུལ་པོ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆད་ཆུང་བ་དེ་ཟ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་
སྤྱར་པ་ཅན་ཡི་དྲགས་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྤྱུལ། ཉན་དང། ཁྱོད་དང། ཨ་ཤོམ་སོགས་འབྲུ་རིགས་ཡོངས་སུ་མ་སྤྱོན་གོང་གི་སྤྱི་ལ་བཟས་ན་རོ་
མངར་ལྟན་པའི་འབྲུ་རིགས་སོས་པའི་མིང་། འདི་ལ་ཡུལ་སྐད་དུ། ཏུས་ཟེར། ས་ལ་ར་
བཏགས་བཏགས་པའི་” སྤྱ” དེར་ཡུལ་སྐད་མང་པོར་” ཏུ་དང་ཏྲ་” ཞེས་འབོད་དེ། དཔེར་ན་
སྤྱུ་མོ་ལ་”ཏུ་མོ་དང། སྤྱི་ཐར་ལ་”ཏི་ཐར། སྤྱོ་མ་ལ་”ཀོ་མ་དང། སྤན་མ་ལ་”གན་མ་ཟེར་བ་སོགས་
ཀྱིས་མཆོན་ནོ། །

སྤེ་མོ། <ལ་བ་ལི> ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་གཉིས་པན་ཚུན་བསྐྱེས་པའམ་འདྲེས་པའི་ཆོས་ལ་ཁ་བོའམ་སྤེ་
པོ་ཟེར། ཁ་བོ། འདྲེས་མ། འདྲེས་པ། བསྐྱེས་པའི་ཆོས། སྤྱག་རིས། བསྐྱེ་བོ་ཞེས་གྲང་སྤྱང། སྤེ་
པོ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདིའི་ཐད་ཀའི་དོན་ནི། ཆོས་གཉིས་པན་ཚུན་བསྐྱེས་པ་ལ་ཟེར། སྤེ་བོ་ཞེས་
པའི་ཆོག་འདི་སྤེ་བའམ་བསྤེ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད། ལ་བ་ལི་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་འདི་བྱེ་བྲག་
རྟོགས་བྱེད་ཆེན་པོ་ལྟར་ཉན་གསལ།

སྤེ་མོ། སྤེ་མོང་དང་འདྲ།

སྤེ་མོང་། ཉེ་ཅུ་ལ། བཤད་སྟོལ་ལ་འདིས་ནོར་བུ་སྤྱུག་སྐད། བྱི་བྱ་འགའ་ཞིག་ལ་ནོར་བུ་སྤྱུག་པ་བྱིས་
ཡོད། བྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་དུ་ (Mongoose) ཟེར་བ་དེའོ། །

སྤེག་ཐུབ། སྤར་རྒྱ་བལ་ན་སྤྱེས་པའི་རོད་དང་བྱད་མེད་གསོན་པོ་སྤྱན་ཅིག་ཏུ་བསྤེགས་པ་ལ་སྤེག་
ཐུབ་ཟེར། དཔེར་བོ་གཙུག་ལག་ཟེང་བ་གསུང།

སྤེག་ཐུགས། སྤྱིན་སྤེག་གི་ཇས། སྤེག་ཇས། སྤེག་ཟས། སྤྱིན་སྤེག་

སྤེད་མེད་ཀྱི་བྲ། (མཛོན་མཛོད) ཁྱབ་འཕྲུག་གི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཤིག་ ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་
བསྟོད་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས། ཁྱབ་འཕྲུག་ནི་སྤེད་མེད་ཀྱི་བྲའོ། །ཞེས་གསུངས། མཛོན་
མཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོལ་མོ་ཤེས་པ་ལས། ལམ་སྤྱོ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་
པས་ན་སྤེད་མེད་དེ། དེ་ཉིད་གཅིག་བྱའི་བྲུ་ཡིན་པས་སྤེད་མེད་ཀྱི་བྲའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས། མེད་མེད་ཀྱི་བྱ་ནི་ཁྱབ་འཇུག་ཡིན་ལ་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱི་ཆད་ཅེས་
 སའི་དོན་ནོ། །འདི་ལ་སྒྲུང་ཆེན་སལ་བ་ས་ཡ་གཅིག་གི་ཤུགས་ཆད་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །དེ་
 ཡང་སྒྲུང་ཆེན་སལ་བ་དང་། སྟོས་ཀྱི་སྒྲུང་སོ་ཆེ། ཆོན་སོ་ཆེ་ཆེན་སོ། རབ་གནོན། ཡན་ལག་
 མཆོག་སྟོབས་མཆོག་མེད་མེད་ཀྱི་བྱ་རྣམས་ཏེ་བདུན་སོ་དེ་དག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་
 བཅུ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ལྷག་སའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུའི་རྩས་སའི་ཆོགས་རེ་རེ་ལའང་མེད་མེད་ཀྱི་
 བྱའི་སྟོབས་མངའ་བར་གསུངས་སོ། །མཛོད་ཅུ་འབྲེལ་གྱི་གསུང་ཚུལ་སོ། །ཡང་། འདུལ་བ་
 ལུང་གཞི་༩ ཁ་པ་ ༡༥བ་༣ ལས། གནས་འཛོག་དག་མི་བཅུའི་སྟོབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུང་
 སལ་བ་ (འདི་སྒྲུང་ཞེས་བ་བ་སྒྲུང་ལ་གོ་དགོས) གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྒྲུང་སལ་བ་བཅུའི་
 སྟོབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བ་མེན་སྟོན་སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །བ་མེན་སྟོན་སོ་བཅུའི་སྟོབས་གང་
 ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་སྒྲ་གུ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྒྲུང་སོ་ཆེ་སྒྲ་གུ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུང་
 སོ་ཆེ་སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྒྲུང་སོ་ཆེ་སོ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་སལ་གཅིག་གི་
 ཡིན་ནོ། །སྒྲུང་སོ་ཆེ་སལ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་མཆེ་བ་མེད་གཅིག་གི་ཡིན་
 ནོ། །སྒྲུང་སོ་ཆེ་མཆེ་བ་མེད་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོན་སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྟོན་སོ་བཅུའི་
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སེར་སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སེར་སོ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དམར་སོ་གཅིག་
 གི་ཡིན་ནོ། །དམར་སོ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དཀར་སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །དཀར་སོ་བཅུའི་
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཕགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །འཕགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་
 བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོས་ཀྱི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྟོས་ཀྱི་སྒྲུང་སོ་ཆེ་བཅུའི་གང་
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོན་སོ་ཆེ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །ཆོན་སོ་ཆེ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོན་སོ་ཆེ་ཆེན་
 སོ་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །ཆོན་སོ་ཆེ་ཆེན་སོ་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རབ་གནོན་གཅིག་གི་ཡིན་
 ནོ། །རབ་གནོན་བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོབས་མཆོག་གཅིག་གི་ཡིན་ནོ། །སྟོབས་མཆོག་
 བཅུའི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་བྱེད་དོ། །མེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་བྱེད་
 གཉིས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་སའི་ཆོགས་

ཐུན་དག་ན་ཡོད་པས་གནས་འཛོག་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་ཀྱི་ཆོགས་ཅན་ཡིན་ནོ། །བར་
སྒྲིམ་ལ། མི་དང་སྐྱེད་དང་བ་མེན་དང་ནི་དེ་བཞིན་སྐྱེད་ཆེན་སྤྱ་གྲ་དང་། །སྐྱེད་ཆེན་མོ་དང་པལ་
དང་མཆེ་བ་མེད་དང་དེ་བཞིན་བཞི་ཆེན་དང་། །འཕེགས་བྱེད་སྐྱེད་ཆེན་སྒྲིམ་ཀྱི་སྐྱེད་ཆེན་དང་
ནི་ཆེན་པོ་ཆེ་གཉིས་དང་། །རབ་གཞོན་དང་ནི་སྟོབས་མཆོག་དག་དང་སྲིད་མེད་བྱ་ཡི་སྟོབས་
གཉིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྲིད་མེད་བྱ། སྲིད་མེད་ཀྱི་བྱ་དང་འདྲ།

སྟོ་ཁང་། (འདུལ་བ) སྟོ་ཁང་ནི་དགུན་གྱི་དུས་སུ་མལ་ཁྲིའི་འོག་ན་མེ་འཛོགས་ཡོད་པ་ལ་བཤད། འདི་
ལ་དུགས་ཁང་ཡང་ཟེར།

སྟོ་གང་། (འདུལ་བ) བསྟོ་ཁང་དང་འདྲ། དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་སྟོ་གང་ཞེས་པའི་འབྲི་ཚུལ་འདི་
རང་ལུགས་སུ་མཛད་འདུག་ཅིང་། འདི་ལ་བསྟོ་ཁང་ཞེས་པའང་སྤང་། ཞེས་འཐད་ཚུགས་སུ་
མཛད་པ་ལྟར་སྤང་ངོ་། །

སྟོ་མ། (མཛོད) 1 ཤིག་གི་སྟོང་། 2 ཉི་ཟེར་རྩལ་བདུན་ལ་སྟོ་མ་གཅིག་གི་ཆད་ཡིན། འདི་ལ་རྩལ་སྤྲ་
རབ་ལ་༥,༧༩༩,༩༠༧ཡོད་ངོ་། །

སྟོ་ཤི། སྟོ་ཤི་བ་དང་འདྲ།

སྟོ་ཤི་བ། (འདྲ་རྒྱུ) དབའ་ལྷུ་པ། ལུས་པ་ཉམས་པ། གཉའ་ཆག་པ། སྤྱད་ཆོགས་བྱུང་ན་ཡི་ཆད་སྟོ་
ཤི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

སྟོག་གཅོད་པའི་པམ་པ། (འདུལ་བ) སྟོག་གཅོད་པའི་པམ་པའི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་དག་སྟོང་
གིས་མི་གཞན་གསོད་སེམས་ཀྱིས་རང་རམ་བསྟོས་པས་གསོད་པའི་སྟོར་བ་བྱས་པ་དེའི་
རྟེན་གྱིས་ཤི་བ་ལས་སྤྱར་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྟོང་གཞི་ནི། ལུས་སྟོང་བྱེད་དུ་ཆུ་སྤྱད་
ཡིད་འོད་ལྡན་གྱི་འགམ་དུ་དག་སྟོང་རབ་དུ་མང་པོས་དག་སྟོང་གིས་དག་སྟོང་གསོད་པར་
བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པམ་པར་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྟོག་གཅོད་པའི་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་

ནས་མིའི་སྒྲིག་ལ་གཞོད་པའོ། །ལྷུང་བའི་ཡན་ལག་ནི། ལུན་མོང་གི་ཡན་ལག་སྤར་བཤད་ཟེན་
 ཏོ། །ལུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡན་ལག་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་གཞིའི་ཡན་ལག་ནི། མིའམ་མིར་
 ཆགས་པ་ཡིན་པ་དང་། རང་ལས་གཞན་ཡིན་པ། གཉིས་པ་བསམ་པའི་ཡན་ལག་ནི། འདྲ་
 ཞེས་དང་། ཀུན་སྒོང་ངོ། །གསུམ་པ་སྦྱོར་བའི་ཡན་ལག་ནི་གང་ལ་བསམ་པ་དེ་ཉིད་ལ་
 གཞོད་པའི་སྦྱོར་བ་རང་རམ་བསྐྱོས་པས་ལུས་ངག་ཏུ་བྱུང་བའོ། །བཞི་པ་མཐར་ཐུག་གི་ཡན་
 ལག་ནི་སྦྱོར་བ་དེའི་སྒྲིབ་བྱིས་མི་ཞི་བའོ། །

སྒྲིག་ཆགས། 1 འདུ་མིན་གྱི་རིགས། 2 དུད་འགོ་སྤྱིའི་མིང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཆལ་དང་
 མི་ལྡན་པར་སྒྲིག་ཆགས་པའམ་འཛིན་པ་ཅམ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
 ཆེར་འབྲེལ་ལས། སྒྲིག་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དུད་འགོའི་སྤྱོད་གནས་སུ་སྤྱེས་པའི་སྒྲིག་ཆགས་
 ཏེ། སྒྲིག་ཅམ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲིག་ཆགས་ཀ་ལྟ་ཀ (འདུལ་བ) བྱ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་མིང་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། རྟེན་ལེའི་མིང་ཡིན་ཟེར་
 བའི་བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད། ཞིབ་པར་ཀ་ལྟ་ཀ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྒྲིག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅུའི་
 བཞི་བཅུ་ཞེག་ཅིག་པ། སྒྲིག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཏི་
 བེ། བཅས་ལྡན་དགེ་སྤྱོད་གིས་རང་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་རྒྱ་དང་ས་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སྒྲིག་
 ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་སྒྲིག་ལ་མ་ལྟོས་པའི་བསམ་པས་གཞི་མའི་ཞར་ལ་སྤྱད་པས་དུད་
 འགོ་ཞི་བ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྱོད་གཞི་ནི། ལུལ་གྱི་ལྷ་སྤྱིར་འདུན་པས་
 སྒྲིག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱ་ལ་ལོངས་སྤྱད་པས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དུད་
 འགོའི་སྒྲིག་ལ་གཞོད་པའོ། །

སྒྲིག་ཆགས་གསུམ། མེང་གོ་རྟེན་པ་བརྒྱད་པ། ཉ་སྤྱ་རྒྱས་པ། རྒྱ་སྤོན་མ་ར་ཀ་དང་གསུམ་སོ། །

སྒྲིག་ཆགས་ལུ་ཅཏིང་ཀ (འདུལ་བ) ལུ་ཅཏིང་ཀ་ལ་གཟིགས།

སྒྲིག་དང་རྒྱུན་གྱི་ཡི་གོ། དབྱངས་བཞི་དང་ཆེག་རྣམས་ལ་སྒྲིག་གི་ཡི་གོ་ཟེར། སྒྲིག་ཅེས་པ་ཡི་གོ་

ནམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་ཡི་གེ་ནམས་བརྗོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་
རྒྱས་པ་སྟེར་བའི་ཆ་ནས་སྒྲིག་ཅེས་བཏགས་ཤིང་། བོད་ཡིག་ལ་ཆེག་མེད་ན་སྟོན་རྗེས་
ནམས་འབྲེས་པར་འགྱུར་བས་བརྗོད་བྱ་སྟོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་དོ། །ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ནི། དབུ་
ཁྱུད་དེ་མགོ་ཡིག་དང་ཤད་ནམས་ལ་ཟེར། ལྷུ་མ་འདྲིའི་སྒྲོར་ཞིབ་པར་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཟིགས། གསེར་རྟོག་སྤྲུལ་འབྲེལ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

སྒྲིག་པ་ཅ། རོ་རྒྱུད་དབུ་མ་སྒྲིགས་ཅ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་སྒྲིག་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ཞིག་དེ་ནི་སྤྲུལ་
ཆེགས་ཀྱི་ནང་ཅམ་ལ་སྤྲུལ་ཆེགས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་པ་ཡིན། སྒྲིག་པ་ཅ་དེའི་མགོ་བོ་གྲུ་
གསུམ་ཡོད་ལ། མགྲིན་བ་གཞོན་རྒྱ་མའི་རྒྱ་མ་འབྲ་བ་དང་། སྟོང་ག་བའི་མིག་འབྲ་བ་དང་། རྟེ་
བ་བད་མ་འབྲ་བ་དང་། གསང་གནས་ན་རྟོ་རྟེ་དང་འབྲ་བ་དང་། རོར་བུའི་ཅེ་ན་ཟར་མའི་མེ་
རྟོག་དང་དབྱིབས་འབྲ་བར་བཤད་དོ། །

སྒྲིག་ཅ། སྒྲིག་པ་ཅ་དང་འབྲ།

སྒྲིག་ཚུལ། <བརྒྱལ་ཡ་མ> 1 (གསང་འདུས) ཆེ་སྒྲིག་གནས་པ་དང་རིང་བར་བྱེད་པའི་ནང་གི་རྒྱུད་
ཞིག་སྤྲུལ་བཤད་ནི། སྒྲིག་ནི་ཆེ་དང་ཚུལ་བ་ནི་རིང་བར་བྱེད་པ་སྟེ་ཆེ་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུད་
ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཚུལ་བའི་སྐད་དོད། ཨ་ཡུ་མ་ཞེས་པ་འབད་བ་དང་། འགོག་ལ། རྒྱ་རིང་
བ་ནམས་ལ་འཇུག་པ་ལས་འདྲིར་རིང་བ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །བོད་སྐད་ཀྱི་ཚུལ་
བ་ནི་འགོག་པ་དང་སྟོང་བར་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འཇུག་ཀྱང་། དེའི་སྐད་དོད་ཀྱི་སྟེང་ནས་
དེ་གཉིས་སྤྲུལ་བྱུང་ཡོད་ལ། ཞེས་རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ན་གསལ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྒྲིག་
ཚུལ་གྱི་སྐད་དོད་བརྒྱལ་ཡ་མ་ཞེས་པའི་བརྒྱ་ནི་སྒྲིག་དང་། ཡ་མ་ནི་སྒྲིམ་པའམ་འགོག་པའི་དོན་
ནོ། 2 (དུས་འཁོར) སྒྲིག་ནི་རྒྱུད་དང་། ཚུལ་བ་ནི་འགོག་པའོ། །དེའི་དོན་ནི་སྒྲིག་རོ་རྒྱུད་གི་
རྒྱུད་གཉིས་དང་། ཚུལ་བ་དེ་གཉིས་རོ་རྒྱུད་དུ་རྒྱ་བ་བཀག་གནས་རྒྱ་རྒྱུར་འཇུག་པ་ལ་ཟེར། རྗེའི་
རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད། 3 (རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་གསུམ) མིག་སྤྲུལ་སྒྲིགས་ལུས་
ཀྱི་བྱ་གནམས་ནས་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ནི་སྒྲིག་དང་། རྟོག་པ་ལུལ་གཞན་ལ་གཡེངས་ཤིང་འཕྲོ་བ་

ནི་ཚེ་ལ་བཤོ། །ཡང་ན་སྒྲིག་སྒྲུབ་དང་འདྲ་ཞིང་ཚེ་ལ་བཤོ་བྱུང་འཇུག་བྱེད་པ་བཀག་ནས་རྒྱ་
བ་རྒྱན་བཅད་པའོ། །རྗེ་འཇུག་པའི་ཆེན་མོ་ལྟར་བཀོད། 4 སྒྲིབ་པ་ཡན་ལག་བྱུག་གི་ནང་
མཆན་གྱི་སྒྲིག་ཚེ་ལ་གྱི་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ལ་སྒྲིག་ཚེ་ལ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་བཏགས་ལ།
དེ་ནི་སྒྲིག་ཚེ་ལ་གྱི་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཡན་ལག་ལ་སྒྲིག་ཚེ་ལ་ཞེས་མིང་བསྟུས་པའོ། །རྗེ་འཇུག་ལྟ་
གསལ་སྒྲིན་ལ་གཞི་བྱས།

སྒྲིག་ཚེ་ལ་གྱི་རྒྱུད། 1 སྒྲིག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བཞི། ཅ་བའི་རྒྱུད་ལྟེ་ཡ་གྲལ་ཏེ། ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་གའི་ཅ་
མདུད་ཀྱི་རྒྱ་ཏྲིའི་ནང་ན་གནས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཞུགས་པ་བྱེད་ཅིང་། སྒྲིག་རིང་དུ་འཆོ་བར་བྱེད་
པ། འཆི་དུས་མ་གཏོགས་ཅ་དབུ་མ་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་མི་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ཞིག་གོ། འདོག་ནི་དཀར་
པོ་ཡིན་པར་རྗེ་འཇུག་ལྟ་གསལ་སྒྲིན་ན་གསལ། 2 སྒྲིག་འཛིན་སྒྲུབ་གནས་རྒྱ་བཞི། སྒྲིབ་
གར་གནས་ཀྱང་། སྒྲིབ་གའི་ཅ་མདུད་ཀྱི་རྒྱ་ཏྲིའི་ནང་ན་གནས་པ་ཡིན། སྒྲིག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་ལ་
སྤྲ་བཀས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འདི། རྗེ་འཇུག་ལྟ་གསལ་སྒྲིན་ན་གསལ། གཞན་ཡང་། རྗེ་འཇུག་ལྟ་གསལ་
ཐེག་རྒྱུ་ལྟ་གསལ་དབྱེད་ཀྱི་ཐེག་ལེ་ལས། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལྟ་གསལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་
ནོ། །སྒྲིག་རྒྱུད་སྒྲིབ་དཀར་གནས་རྒྱ་བལ་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲིག་ཚེ་ལ་སྒྲིབ་པ། 1 (རྒྱ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད) སྒྲིག་ནི་རྒྱུད་ཡིན་ལ། དེ་རྩིས་ལ་རྒྱ་བ་བཀག་ནས་རྒྱ་ཏྲིར་
འཇུག་པ་ལ་སྒྲིག་ཚེ་ལ་ལམ་སྒྲིག་ཚེ་ལ་སྒྲིབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །2 (རྒྱུད་སྒྲིབ་ལམ་གསུམ) སྒྲིག་
ཚེ་ལ་སྒྲིབ་པ་ལམ་འཕོག་པའི་དོན་ནི་དབང་པོའི་སྒྲིབ་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ནི་སྒྲིག་དང་། རྒྱིག་པ་ལུལ་
གཞན་ལ་གཡེངས་ཤིང་འཕྲོ་བཞི་ཚེ་ལ་བ། རྒྱུད་དང་རྒྱིག་པ་གཉིས་ཀ་ཕྱིར་འཕྲོར་མི་འཇུག་
བར་ནང་དུ་འཛིན་པ་ནི་སྒྲིབ་པ་ལམ་འཕོག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གསལ་སྒྲུབ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་
ནས་ཅེ་གཅིག་དུ་སྒྲིབ་པ་ནི་ལྟེ་བསྐྱེད་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་གལ་ཤིག་དུ་ཆེ་བར་གསུང་རོ། །

སྒྲིག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད། སྒྲིག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་ནི། ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་གའི་ཐང་ཅ་དབུ་མའི་ནང་ན་གནས་ཏེ་
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཞུགས་པ་བྱེད་ཅིང་། སྒྲིག་རིང་དུ་འཆོ་བར་བྱེད་པ། འཆི་དུས་མ་གཏོགས་ཅ་དབུ་
མ་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་མི་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་ཞིག་གོ། རྒྱུད་མེས་པོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཞེས་པའི་རྒྱུད་ཡང་

ཅ་བའི་རྒྱུད་ལཱ་འདྲ་སྟོན་ལཱ་བྱ་བ་ལྟར་དང་། དེ་ལ་འདར་ཐུང་ལྟེང་གཉིས་ཡོད་པའི་ཐུང་བའི་
རྒྱུད་དེ་ཡིན་པར་རྒྱུད་འདྲ་སྟོན་གསལ་སྟོན་ལས་གསུངས་སོ། །

སྟོང་བཅན་གྱི་བར་སོ། སྟོང་བཅན་སྒྲིམ་པོའི་སྐུ་བུར་བཞུགས་པའི་བར་སོ་ནི་འཕྲོངས་རྒྱུ་ལྟར་།
དོན་མཁར་མདོར་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་བཟའི་སྐུ་དམར་གདུང་ཡིན་ཟེར་བ་རས་སྒྲིམ་དམ་འབྲུར་
མ་ཞིག་ནི་པ་བོད་ཁའི་རི་ཁོང་དུ་མཛུལ་རྒྱ་འདུག ཅེས་ཞུ་སྒྲིམ་པའི་རྒྱལ་རབ་༡༥༠གསལ།
གོང་སྐུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་རང་རྣམ་སྒྲ་ཆོགས་མདོག་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཤོག་གྲངས་
༡༤༩ལས། ཡུམ་བུ་སྒྲ་མཁར་དང་འབྲུལ་བ་རྣམ་གསུམ་རིམ་བར་མཛུལ་རྣམ་འབྲེལ་འདྲིལ་
མཛོད་འབྲུལ་སོ་སོར་ཞུས། ཤམ་བོ་གང་འདབས་སུ་གཏེར་གསར་མདོན་རྒྱུ་ལྟར་པོའི་
མདོས་ཤིག་བཏང་། ལམ་ཞོར་སྟོང་བཅན་བར་སོ་མཛུལ་ ཞེས་གསལ།

སྟོང་བཅན་སྒྲིམ་པོ། (རྒྱལ་རབས) རྒྱལ་རབས་སོ་གསུམ་པ་འཕགས་མཆོག་སྐུ་རས་གཟིགས་
ཀྱི་རྣམ་འབྲུལ་ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྒྲིམ་པོ་ནི། ཡལ་གནམ་རི་སྟོང་བཅན་དང་ཡུམ་ཆེ་སྟོང་
བཟའ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིམ་སུ་ (བུ་སྟོན་རིན་པོ་འཛིན་སུ་འབྲངས་ཏེ་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་
སྟོང་བཅན་མེ་གྲང་སྟེ། བྱ་ལོ་ (༤༡༧) འབྲངས་པར་བཤད། དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་བཞེས་པ་
ལྷགས་སྟག་སྟེ་བྱ་ལོ་ (༤༣༠) ལོར་སྤྲོལ་ཕེབས། མཐའི་རྒྱལ་ཐུན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་
འདུས་ཏེ་བོད་སྐུ་ལ་དབང་བསྐྱར་པའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོར་གྲུག་ བོད་ཡིག་དང་། དམ་པའི་ཆོས་
གཉིས་ཀའི་སྟོལ་གཏོད་པར་མཛད། ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ་དང་མི་ཆོས་གཅིང་མ་བཅུ་དྲུག་གི་
སྟོལ་བཅུགས་ནས་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་། རྩར་མའི་ Burma སྟོང་གི་ས་ཆ་རྣམས་བོད་ཀྱི་ཆབ་
འོག་ཏུ་བཅུག་ཅིང་། བལ་ཡུལ་ Nepal ནི་སྟོང་བཅན་གྱི་སྐུ་ཆའི་སྤྱད་ལ་ཆབ་འོག་ཏུ་བཅུག་
ནས། སྟོང་བཅན་སྒྲིམ་པོ་ནས་སྤྱི་གཞུག་བཞུན་མེས་ཨག་ཆོས་ཀྱི་བར་རྒྱལ་ཐོག་ལཱ་འདྲ་བའི་
ལ་མངའ་ཞབས་སུ་གནས། བོད་རྒྱལ་སྟོང་མང་པོ་རྒྱུད་དང་ལྷན་མཉམ་པའི་བལ་རྒྱལ་ “ན་
རྒྱུད་ཤེ་ཐུ” མི་དབང་ལྷའི་སྒྲིམ་གཞུགས་པའི་ “ཤྱི་ལ་དེ་མའི” རྒྱུ་འདྲེ་ལ་འདར་བོད་ལ་དབྱུ་ཁལ་
ལུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་གསལ་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ “ཉི་ར་ཉི་ཏ” ཡང་ཐོག་མར་རྒྱལ་པོ་འདིས་

བཟུང་། ཉི་ར་ཉི་ཉ་ཉི་གརྒྱའི་བྱང་ནས་རི་ནག་པོ་རྒྱུད་ལ་རྒྱག་གི་བར་གྱི་ཡུལ་སྤྱི་ལ་ཟེར།
 བལ་པོའི་རྒྱལ་པོ་འོད་ཟེར་གྱི་ཆའི་སྤས་མོ་བལ་མོ་ཁྱི་བཅུན་ནས་ “སྤྱི་ཤུཌེ” ཁབ་ཏུ་བཞེས་
 བས་དེས་ལྟ་མི་བསྐྱོད་དོན་ཆེད་ལྷང་ལོ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱི་ཆད་ཅན་སྤྱན་བྱངས། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་པོ་
 ཐང་ཐའི་རྩང་གི་ (ཆ་མོ) སྤས་མོ་ཐེན་ཅིང་ཀོང་རྩོ་ (རྒྱལ་པོ་དཔྱང་ལོ་ཉིང་ལྷ་བཞེས་པ་རྒྱ་
 སྤྱག་སྤྱེ་བྱི་ལོ་༤༤ལོར་) བཅུན་མོར་བཞེས་ཏེ། དེས་འབྲུལ་སྤྱང་གི་རོ་བོ་དཔྱང་ལོ་བཅུ་
 གཉིས་པའི་ཆད་ཅན་གདན་བྱངས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྲོང་བཙན་སྤམ་པོ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་
 པོ་སྤྱི་ཉརྒྱ་དང་། སྤོབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་བོ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱན་དག་མཁར་ཐགས་ཅན་
 ནག་མོ་ཁོལ་ལམས་ཀྱི་ལི་ད་ས་དང་། དབྱུག་པ་ཅན་ནམ་དམྱེད་དང་། ཐང་ལྷར་གྱི་གོང་མ་ཐང་
 ཐའི་རྩང་དང་། ཁ་ཆའི་སྟོན་པ་མོ་ཉ་མ་ཉ་རྣམས་དུས་མཚུངས་པར་བྱོན་པར་བཤད་
 དོ། རྒྱལ་པོ་དེས་ལོ་དུག་ཅུ་དཔྱང་རྒྱལ་སྤིང་བཟུང་སྟེ། དཔྱང་ཁངས་བརྒྱུད་ཅུ་ཅ་གཉིས་
 ཐོག་བྱི་ལོ་ (༤༤) ལོར་སྤྱི་གཤེགས་པར་བཤད་ཀྱང་། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
 གྱིས་དཔེ་ཐེར་དཀར་པོར་ (ལྷགས་པག་སྤྱེ་བྱི་ལོ་༤༥ལོར་རྒྱལ་པོ་དཔྱང་ཁངས་སུམ་ཅུ་མོ་
 བཞེ་༣༤བཞེས་པ་ན་སྤྱི་གཤེགས་པར་བཤད་དོ) སྲོང་བཙན་སྤམ་པོའི་སྤྱི་བྱར་བཞུགས་
 པའི་བང་མོ་ནི་འབྱོངས་རྒྱས་ནང་། དོན་མཁར་མདོར་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་བཟའི་སྤྱི་དམར་གདུང་
 ཡིན་ཟེར་བ་རས་སྤྱིལ་དམ་འབྱར་མ་ཞིག་ནི་པ་བོང་ཁའི་རི་ཁོང་དུ་མཇུལ་རྒྱ་འདུག་ ཅེས་ཞུ་
 སྤྱབ་པའི་རྒྱལ་རབ་༡༥ཉེ་གསལ། ལོ་རྒྱས་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་ལ། ལྷ་སའི་རྩོ་ཁང་གི་ནང་དུ།
 སྲོང་བཙན་སྤམ་པོའི་སྤྱི་འབྲུ་རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རབ་གནས་མཇུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས།
 འཕགས་པ་ལོ་གྱི་ལུང་གར་བཞུགས་སུ་ཞལ་སྟོན་པར་མཇུང་པའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་བྱང་པོ་ངོ་
 མཚར་བ་ཞིག་ཡོད་ཅུལ། ༢རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་ལྷ་ལྷན་སྤྱལ་པའི་གཅུག་ལག་ཁང་
 གི་དཀར་ཆག་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་༡༡བུལས་གསུངས། སྲོང་བཙན་སྤམ་པོའི་འབྲུ་སྤྱི་ལོ་
 རྒྱས་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་འདུག་པ་འདི་ལྟར། ལྷ་སའི་རྩོ་ཁང་གི་སྲོང་བཙན་གྱི་སྤྱི་དེས་སྤོ་མང་
 གི་སྤྱེ་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེ་སྤོ་བཟང་དོན་བྱུལ་ལ་ཡང་ཡང་གསུང་འབྱོན་གྱི་ཡོད་སྲོང་ཁོང་གི་རྣམ་ཐར་

རྗེ་གྲུང་ཐང་པས་མཛད་པ་ན་གསལ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་ལས།
རགས་པའི་དུས་བསྐྱེགས་ན། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོ་དང་། རྒྱ་ལར་གྱི་རྒྱལ་པོ་
ཕྱི་ཉུང་དང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྲུང་པོ་དང་། བཀ་མོ་ཁོལ་དང་། དབྱུགས་པ་ཙན་
དང་། ཐང་གྲུང་གྱི་གོང་མ་ཐེ་ཅུང་དང་། ཉ་ཐེག་གི་གོང་མ་ཡེའི་རྩེ་བོད་ཀླམས་དུས་མཉམ་ཞིང་།
ཁ་ཆེ་ཀླམས་ཀྱི་སྟོན་པ་སྤྱང་ཅི་ཆོ་བྱོས་ཀྱང་འདི་དག་དང་དུས་མཚུངས་སོ། ། (སྟོན་པ་འདི་ལ་
ཁ་ཆེའི་རང་སྐད་དུ་མོ་ཉ་མ་ཉ་ཞེས་འབོད་པ་རྒྱ་སྐད་དུ་ཐུར་ཆག་ནས་མ་རྩུ་མ་ཉི་ཞེས་བྲིས་
པ་དེ་སྤྱང་ཅིའི་ཆོ་བྱོས་ཞེས་བསྐྱར་བ་འདུག) ཅེས་གསུངས་སོ། ། འགོས་ལོའི་དེབ་ཐེར་སྟོན་
པོར་སྲོང་བཙན་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་གཉིས་བཞུགས་པར་བཞེད་པ་དང་། དགེ་ཆོས་ཀྱིས་
བྱ་སྟོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཉེ་སུམ་ཅུ་སོ་བཞི་བཞུགས་པར་བཤད་པའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་
པས། འབྲངས་འདས་ལོ་ཆེགས་ཕྱི་ལོ་ (༦༡༧-༦༤༤) ཡང་ན། (༦༡༧-༦༡༩)

སྲོང་བཙན་སྐམ་པོའི་བཅུན་མོ་ལ། (བལ་ཡུལ་ནས) བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན། (རྒྱ་ནག་ནས) རྒྱ་བཟའ་
གོང་ལོ། (སྟོད་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་ནས) ཞང་ཞུང་བཟའ་ལི་ཐེག་སྒྲན། (སྤྱང་མདོ་ཁམས་
སྤང་དུག་ནས་མི་ཉག) རུ་ཡོང་བཟའ། (བར་དབུས་གཙང་རུ་བཞིའི་སྟོད་ལུང་ནས) མང་
བཟའ་ཁྱི་ལྷམ་དང་ལྷའོ། མང་བཟའ་ཁྱི་ལྷམ་ལ། སྤས་གྲུང་རི་གྲུང་བཅུན་འབྲངས། བཅུན་མོ་
གཞན་ཀླམས་ལ་སྤས་མ་འབྲངས་པར་བཤད། ཡང་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་
༡༥ལས། མི་ཉག་བཟའ་བསྐྱན་ཉེ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོ་ལ་བཅུན་མོ་དུག་ཡོད་པར་ཡང་བཤད།
སྟོང་རྩེལ་ཁྲ་མས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བཅུན་མོ་ལྷ་རུ་བཤད།

སྲོང་བཙན་སྐམ་པོར་རྒྱ་ནག་གོང་མས་ཆོ་ལོ་ཕུལ་བའི་སྐོར། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་
རབས་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་༡༠༧ལས། ཡོ་ཁུ་ཉེའི་ལོ་དང་པོ་༡༡༤༣ལ། གོང་ནས་སྲོང་བཙན་པ་
མག་པའི་ཆོ་ལོ་དང་། དེ་ནས་མཆོ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་གོས་ཕུལ། (མཆན་བྱར) ཡུལ་གཞན་
གྱི་རྒྱལ་པོ་ཀླམས་ལ་རྒྱའི་ཆོ་ལོ་ཕུལ་ནས། རིམ་གྱིས་དབང་དུ་འཇུག་པ་འདི་གནད་དུས་ཀྱི་
རྒྱའི་སྲིད་ཐབས་ཡིན་པར་གྲགས། ཞེས་གསལ།

སྟོང། ཉི་མ་རྒྱབ་ནས་ས་མ་རྒྱབ་ཀྱི་བར་གྱི་དུས་ཚོད་ལ་སྟོང་ཟེར།

སྟོལ། 1 ལུལ་ལ་ཟེར། མ་ལུལ་ལ། མ་སྟོལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟོང་འཇུག་ལས། རོན་མེད་དག་
ཡིས་མ་སྟོལ་བཏོད་པ་ཡང་། །ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འབྲ་བར་སྟེལ་བྱེད་ན། །དོན་ཆེན་བསྐྱབ་ཕྱིར་
ཡང་དག་བཙོན་གྱུར་པ། །བདག་ལ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཅི་ཕྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །2 མོང་ག་ཞོལ་གྱིས་ཞིང་ཚོས་ཉེ་ས་ལ་ཉག་ཤར་བཏོད་པ་ལ་ཟེར། འབྲེལ་བ་ཤད་ཞིབ་
པར་འོག་ཏུ་སྟོལ་བཏོད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། 3 ལུགས།

སྟོལ་ཀ ལུགས་སྟོལ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གཞན་གྱིས་དབང་མེད་དུ་བསྐྱེལ་བ་དང་
གཡམས་ལ་རྒྱགས་དང་སྟོལ་ཀ་སོགས་གྱིས་མི་བྱ་བར་རང་གི་སྟོབས་ཀྱིས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྟོལ་གཏོད། སྟོལ་བཏོད་ལ་གཟིགས།

སྟོལ་བཏོད། སྟོལ་བྱེ་བ། ལུགས་སྟོལ་གསར་བ་བཙུགས་པ། ལྷ་བཤད་ནི། མོང་ག་ཞོལ་གྱིས་ཞིང་
ཚོས་ཉེ་ས་ལ་ཉག་ཤར་བཏོད་པ་ལ། རོལ་ལམ་སྟོལ་བཏོད་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། འདུལ་བ་གཞིའི་
རྒྱ་ཆར་འབྲེལ་ལས། སྟོལ་བཏོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རོལ་ལ་སོགས་པའི་སྟོལ་བཏོད་པའོ། །ཞེས་
གསུངས། སྟོལ་ནི་ལུལ་ལའང་གོའོ། །གཞན་ཡང་ཨ་མ་དེའི་སྒྲིང་ལ་རོལ་ལ་སྟོལ་ཟེར་ལ། དེ་
བཏོད་པས་ན་སྟོལ་བཏོད་ཟེར་རོ། །ཞེས་གྲང་ཐོས་སོ། །

སྟོལ་བྱེ་བ་དང་པོ། (པར་ཕྱིན) སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ལ་ཟེར། རྗེའི་ལེགས་བཤད་སྤྱིང་མོ་ལས། རྟེན་
འབྲེལ་ཉག་ཆད་དང་བལ་བ་འདི་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བས་སྟོན་པས་གྲང་ངས་ཆོས་
ཐབ་མོ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དེ་གཞན་ལ་བསྟན་ན་དེ་དག་གིས་མི་རྟོགས་པས་རེ་ཞིག་མི་སྤྱོད་བར་
གནས་པར་བྱའོ་སྟུང་དུ་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྩ་ཤེལས། དེ་ཕྱིར་ཞན་པས་ཆོས་འདི་
ཡི། །གཏིང་རྟོགས་དཀའ་བར་མཁྱེན་གྱུར་ནས། །ཐུབ་པའི་ཐུགས་ནི་ཆོས་བསྟན་ལས། །རབ་
ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྟོལ་བྱེ་བ་དང་མོ་ལྟར་ཡིན་ན་དེ་ཙམ་དུ་མི་
དཀའ་པོ། །འཇིགས་མེད་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། འདི་ལ་དོགས་པ་གཙོང་
དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

སྒྲིལ་འབྱེད། (པར་ཕྱིན) སྒྲིལ་བཏོད་དང་དོན་འདྲ།

སྒྲ་ཆོས། མགྲོགས་ཆོས། ཞིབ་ཆགས་མི་བྱེད་པར་བྲེལ་འཆབ་བར་སྒྲུབ་པའི་བྱ་སྦྱོང་གི་མིང་།

སྒྲག་བ། བགས་པའི་གོས། སྒྲོག་པ་ཡང་ཟེར།

སྒྲད་ཐོ། ཕྱི་ཐོ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༼ ག་པ ༽ལས། འདི་ལྟར་གལ་ཏེ་ལྷ་སྒྲོ་བཞུད་ན་བདག་གིས་
ཀྱང་སྒྲད་ཐོ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལས་ཆོས་མཉན་པར་བགྱིལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲད་ཆ། མི་གཙང་བའམ་བཤང་བའི་མིང་དུ། ལི་གྱར་གསུང་།

སྒྲད་བཞིན། ཕྱི་བཞིན། དཔེར་ན་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། གལ་ཏེ་བྱ་ལོ་ཞིག་བཙས་པར་གྱུར་ན་
དེ་བདག་གིས་འཕགས་པའི་སྒྲད་བཞིན་འབྲང་བའི་དགེ་སྦྱོང་དུ་འདུལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །

སྒྲད་རོལ། ཕྱི་རོལ།

སྒྲད། ཡང་བསྒྲུར།

སྒྲར་ཞིང་། སྒྲར་ཡང་།

སྒྲས། བོ་བྲང་གི་གཡོག་འཁོར་གི་མིང་། ལི་གྱར་ལས་བཙུན་མོའི་འཁོར་གི་མིང་དུ་བཤད་ཀྱང་།
ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་ན་འཁོར་ཙམ་གི་མིང་རོ། །དེ་ཡང་མདོ་མཛོད་སྒྲན་༼ མདོ་ཤ་པའི་༽༡༣༠བ་
ལས། བཙུན་མོ་དང་བོ་བྲང་གི་སྒྲས་ནི་སྣང་ལྷག་ཉི་ཤུ་མང་འཕྲེ། ཞེས་སྒྲས་ཙམ་མ་གསུངས་
པར་བཙུན་མོ་དང་བོ་བྲང་ཞེས་ཆོག་སྒྲག་པོ་བསྒྲན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྒྲ་འཕྱིད། མགོ་སྒྲོར་གཏོང་བ། འདི་ལ་འབྲི་ཚུལ་གསུམ་ཙམ་སྒྲར་སྟེ། སྒྲ་འཕྱིད། སྒྲ་འཕྱིད། བསྒྲ་བྱིད་
ཅེས་གསུམ་སྒྲར་རོ། །འོན་ཀྱང་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། བསྒྲ་བྱིད་ཅེས་སྒྲར་རོ། །རྒྱས་པར་
བསྒྲ་བྱིད་ཅེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

སྒྲ་འཕྱིད། སྒྲ་འཕྱིད་དང་འདྲ།

སྒྲེ་ཅེས། ཤིང་སྒྲན་གི་རིགས་ཤིག་ འདི་ཞང་ཁུང་གི་སྒྲད་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་གཞན་དུ་ཤིང་གི་བྲེ་
བྲག་ཅིག་ཅེས་དང་། ཤིང་སྒྲན་གི་བྲེ་བྲག་ཅེས་འབྲུང་བ་ཐམས་ཅད་དོན་འདྲ་བར་སེམས་སོ། །

སློང་འདམས་པ། (འདུལ་བ) མཚན་མ་ཆད་པའི་དོན་དུ། ལི་གྲུང་ལས་བཤད་ཀྱང་དབྱེད་དོ། །འོད་རྒྱ་
 ཆེག་མཛོད་མོས་ཀྱང་། སློང་འདམ་ཅན་དང་སློང་འདམ་ཅན་གཉིས་དོན་འབྲ་བར་བཤད་པའི་
 ཁྱེད་ས་ཆོལ། དོགས་གཅོད་སློང་འདམས་པ་ལ་གཟིགས།

སློག་རྩལ། བགས་པའི་གོས་རྩིང་རལ་རུལ།

སློང་བའི་སྤང་ལྷུང་། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་རྩལ་པ། སློང་བའི་སྤང་བའི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་
 དགེ་སློང་གིས་རང་ལ་ཆོས་གོས་ཆང་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་སྤངས་
 ཉེ་ཐོབ་པ་ལས་གྲུང་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སློང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ཉིད་གས་བྱིས་པ་
 ལ་གོས་སྤངས་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་གཞན་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་
 ལ་གཞོད་པ་དང་། རང་འདོད་པ་ཆེས་པའོ། །

སློང་བ་རིགས་པ་སློང་བའི་སྤང་ལྷུང་། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་བདུན་པ་ནི། བྱིས་པ་ཆོས་རྩལ་
 ལྷན་ལ་དགེ་སློང་རང་ཉིད་ཆོས་གོས་མེད་པར་སློང་བ་རིགས་ཀྱང་ཆོས་གོས་བྱུང་གཅིག་
 ལས་ལྷག་པ་བསྤངས་ཉེ་ཐོབ་པ་ལས་གྲུང་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སློང་གཞི་ནི། མཉན་
 ཡོད་དུ་བསམ་གཏན་པ་བཞི་བཅུས་སྦྱིན་བདག་སྒྲི་རེ་རེ་ནས་གོས་བྱུང་གཅིག་གི་ཆད་ལས་
 ལྷག་པར་བསྤངས་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྦྱིན་བདག་གི་
 ཡོངས་སྤྱོད་ལ་གཞོད་པའོ། །མཚོ་རྒྱུ་ལས། སློང་བ་རིགས་པ་སློང་བའི་དོན་གསལ་བར་མ་
 གསུངས་པས་ད་དུང་དབྱེད་པར་རིགས་སོ། །རྗེ་བཙུན་འདུལ་བ་ལས། སྦྱོན་པ་མཉན་ཡོད་ན་
 བཞུགས་པའི་ཆེ་མོང་བྱིར་སྤང་བ་ཅན་གྱི་དགེ་སློང་བཞི་བཅུ་ཆོས་རྒྱུན་གྱིས་བཅོས་པ་སྦྱིན་
 བདག་ལ་གོས་སྤོང་དུ་གནང་བའི་ཆེ་ཉིད་དགས་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྟེན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་
 བསྐྱབ་བོ་སྦྱུས་དུ་བསམས་ནས་དེ་དག་དང་བཅས་ཉི། བྱིས་པ་ལས་གོས་གངས་མང་དུ་
 བསྤངས་ཉེ་དགེ་སློང་སོ་སོ་ལ་སྤྱོད་གཡོགས་སྤྱད་གཡོགས་ཅམ་བྱིན་ནས་གཞན་ཉིད་དགལ་
 རང་གིས་བྱིར་བ་ན་གཞན་དག་སྤོང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཅས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཡོད་དེ།
 བཅས་ལྷན་དགེ་སློང་གིས་བྱིས་པ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་སྤངས་པས་རབ་བྱུང་གི་ཆོས་གོས་

བྱང་གཅིག་ལས་ལྷག་པ་ཐོབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞི་དེ། སྒོང་བར་རིགས་པ་
སྒོང་བའི་སྤང་ལྷུང་ཡིན་པའི་བྱིད། ཞེས་གསུངས།

སྒོབ་ལྷ་བཅུགས་ཚུལ། ལ་ཁོང་ས་མཆོག་༡༩༥༩ལོའི་སྤྱི་ཟླ་༩བཞི་པའི་ནང་རྒྱ་གར་དུ་བཅན་བྱོལ་དུ་
ཐེབས་འབྱོར་བྱུང་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་ས་གནས་གང་ས་ནས་བོད་སྤྱག་༥༠ཞིག་བསྟུ་དུབ་ཀྱིས།
༡༩༦༠ ལོའི་སྤྱི་ཟླ་༣ཆེས་༣ཉིན་ “མ་སུ་རི” ལ་བོད་ཀྱི་སྒོབ་ལྷ་ཐོག་མ་དེ་གསར་འཛུགས་
གནང་།

སྒོབ་པ་མཐའ་ཡི་དོན་གྱི་འོད་གསལ། (གསང་སྤྱགས་) བར་བྱིན་ཐེག་པའི་ལུགས་ལ་རྒྱན་མཐའི་བར་
ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ལྟར། འདིར་སྤྱགས་ལུགས་ལ་དེའི་དོད་དུ་སྒོབ་པ་མཐའ་ཡི་
དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོབ་པ་མཐའ་ཡི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་
གྱིས་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་ཏེ། ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་ནས། དབང་སྤྱག་བརྒྱད་ལྡན་མི་སྒོབ་
པའི་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་མཛོད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྒོབ་པའི་བྱང་འཇུག (གསང་སྤྱགས་) རིམ་པ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དེ་ལས་རྒྱུང་ཅུང་ཟད་
གཡོས་པ་དང་མཉམ་དུ་འོད་གསལ་དེའི་བཞོན་པར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་གི་ཉར་ལེན་དང་། འོད་
གསལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་བྱས་པ་ལ་བཞེན་ནས་དག་པའི་རྒྱ་མའི་སྒྱུར་
བཞེངས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། སྒོབ་པ་མཐའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་བར་གྱི་རྫོགས་རིམ་ནི། སྒོབ་
པའི་བྱང་འཇུག་གམ་བདེན་གཉེས་དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་གྱི་དོ་ཐོལ། །རིམ་པ་བཞི་པའི་
དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལས་ལུགས་ལྡོག་གི་ཉར་ཐོབ་དུ་ལངས་པ། དག་པའི་རྒྱ་མའི་སྒྱུ་ཐོབ་པ།
སྤངས་པ་བྱང་འཇུག་ཐོབ་པ། ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་པ། ས་གཉིས་བར་འཕྲོས་པ། སྒོམ་ལམ་ཐོབ་པ་
ནམས་དུས་མཉམ་སྟེ། འདི་ནི་སྤྱགས་སྤྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་དུ་རིགས་ངེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི།
ལམ་གཞན་གྱི་མཐར་བུང་བའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་སོགས་ནི་ས་བརྩུ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་འདོད་
དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་སྒོབ་པའི་བྱང་འཇུག་ལ་སྒོམ་ལམ་ས་དགའི་དབྱེ་བ་མེད་དམ་སྙམ་
ནོ། །ལྷན་སྒྲིམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ནམས་རིམ་པ་བཞི་པའི་འོད་གསལ་གྱིས་སྒོང་ལ། སྒོབ་པའི་

བྱང་འདུག་ཐོག་མར་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་སྤངས་པར་གསལ་སྒྲོན་ལས་གསུངས་སོ། །ཞེས་
དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྗེའི་སྤྲུགས་ཀྱི་ས་ལམ་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །

སྟོབ་དཔོན། <ལྷོ་རྩ་ཆ> དག་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་ཡོན་ཏན་སྟོབ་མཁན་ལ་ཟེར། ལེགས་སྦྱར་དུ་
ལྷོ་རྩ་ཆ་^{आचार्य} ༥༥ བཤེས་ཞེས་བྲ།

སྟོབ་དཔོན་མཐེང་མིག་ཅན། སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་བྲགས་པའི་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཤིག་སྤྱ་བཤད་ནི།
མཁུར་མཆོས་གཉིས་ལ་སྟེ་བ་མཐེང་ག་བྱང་གཅིག་མིག་དང་འདྲ་བ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བྲགས་
སོ། །

སྟོབ་དཔོན་འདུན་བཟང་། སྟོབ་དཔོན་འདུས་བཟང་དང་འདྲ།

སྟོབ་དཔོན་འདུས་བཟང་། <ལྷོ་རྩ་ཆ་སྤྱ་རྩ་ཆ> འདུས་བཟང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྟོབ་དཔོན་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། <ལྷོ་རྩ་ཆ་བེ་སྤྱ་རྩ> འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ་ལ་གཟིགས།

སྟོབ་དཔོན་དཔལ་པོ། <ལྷོ་རྩ་ཆ་ལུ་ར> སྟོབ་དཔོན་རྟ་དབྱངས། ཐུབ་དགལ། ཐུབ་དགའ་ནག་པོ། མ་
ཁོལ། པ་ཁོལ། ཆོས་ལྷན་རབ་འབྱོར། མ་ཉི་ཅི་ཏུ་རྣམས་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཡིན།

སྟོབ་དཔོན་དབང་ལྷུག་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱང་པའི་སྟོབ་མ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ཆོས་བྲགས་ཀྱི་
རྒྱ་མ་ཡིན། ཁོང་གིས་ཆད་མ་ཀུན་བརྟུས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་ཀྱང་མཛད།

སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན། དབྱིག་གཉེན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

སྟོབ་དཔོན་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོ། སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱི་སྟོབ་མའི་མཆོག་
བཙོ་བརྒྱད་བྱང་པའི་ནང་ནས་གཅིག་སྟེ། ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་རྩོམ་ཆེ་འཆང་ཆེན་པའི་གོ་འཕང་མཛོན་
དུ་མཛད་པར། དེ་བ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༤༡ན་གསལ་ཡོ། །

སྟོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་ཞབས། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་དང་འདྲ།

སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་མཛད་པའི་འདུལ་བའི་གཞུང་ལྷ། (འདུལ་བ) འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ། དེའི་
རང་འབྲེལ། དེའི་དོན་བསྟུ། འབྲེལ་རྒྱུང་། ལས་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་གི་འབྲེལ་བ་ཀླུ་ཤ་དམ་སྟེ་
ལྷའོ། །

སྒྲོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོ། <ལྷ་རྩ་ཅ་སྟོན་ལྷ་བ> རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཞིག་སྟེ། འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་མཛད་པ་པོ་སྟེ། བར་ཕྱིན་འགྲེལ་བྱེད་གལ་ཆེ་བོས་ཤིག་ཡིན། སྒྲོབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མིས། རང་གི་སྒྲོབ་མ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་རིན་ཆེན་གྲགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྒྲོབ་པོས་རྒྱལ་སྲིད་གྱི་དོན་དུ་ཁྱིད་པ་ས་བབས་ཏེ་དགེ་སྒྲོང་གི་བརྒྱལ་ཞུགས་དོར་ཞིང་འདོད་པ་ལ་སྒྱུད་པ་ལ། དེ་བོ་བོ་ལ་ནས་ཆོང་པ་ལ་བསྐྱར་བས་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡང་སྒྲོབ་སྒྲིངས་མཛུགས་ཆོས་བཞིན་སྒྱུད་པ་ཡིན་ཟེར། སྒྲོབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མི་ནི། འཕགས་ཡུལ་དུ་འགྲོ་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ནས་མཐར་ཐོག་ལར་གཤེགས་ཏེ། ད་ལྟ་ཡང་སྐུ་ལྷན་མ་སྤངས་པར་བཞུགས་ཞེས་གྲགས་སོ། །

སྒྲོབ་སྒྲིངས། <ཤིའུ་ལེ་ཁ> ཅན་གྱི་མིས་བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཤིག། དཔལ་བཅུགས་ཀྱི་འཇུག་འདི་སྟེ་དགེ་བསྟན་འཇུག་ཏེ་དེ་པ་ ༡༧༧ བཟན་བཞུགས་སོ། །སྟེ་དགེ་སྤྱང་མར་སྒྲིང་ཡིག་རྩམས་བསྟན་འཇུག་སྐྱེས་རབས་ཀྱི་གས་སུ་བཞག་འདུག།

སྒྲོབ་སྒྲིངས་དཀའ་འཁྲུག་ཤིག། <ཤིའུ་ལེ་ཁ་ཏེ་པ་ན> སྒྲོབ་མ་ལ་སྒྲིང་བའི་དཀའ་འཁྲུག་ལ་གཟིགས། སྒྲོབ་སྒྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པའི་སྒྲོང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་པེ་རོ་ཅན་རྒྱུ་ཏུས་མཛད་པའི་སྒྲོབ་སྒྲིངས་ཀྱི་དཀའ་འཁྲུག་། རྒྱ་གར་སྒྲོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སྒྲོ་བློས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྒྲོབ་སྒྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས་མཛད་པའི་སྒྲོབ་སྒྲིངས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། སྟེ་དགེ་སྤྱང་མར་སྒྲིང་ཡིག་རྩམས་བསྟན་འཇུག་སྐྱེས་རབས་ཀྱི་གས་སུ་བཞག་འདུག།

སྒྲོབ་མ། 1 དགེ་སྤྱུག རྩེས་འཇུག་སྒྲོབ་སྤྱུག 2 སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་ཐོས། 3 རྟེན་བྱེད་སྒྲོབ་མའི་མཆོན་ཉིད་ནི། སྒྲོག་ལྷ་བོར་གནས་པ། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་སྒྲོ་བློས་དང་ལྷན་པ། ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་དང་ལྷན་པ་སྟེ་ཁྱད་ཆོས་གསུམ་ལྷན་ཞིག་དགོས་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། གཟུར་གནས་སྒྲོ་ལྷན་དོན་གཉེར་བའི། ཉན་པོ་སྒྲོང་ཅེས་བྱ་བར་བཤད། ཉེས་གསུངས་སོ། །རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། གང་དག་ཕྱོགས་འདྲིན་སྟན་པས་མ་བསྐྱབས་ (ཆོག་རྒྱང་འདིས། སྒྲོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན) ལ། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་སྒྲོ་ཡི་མཐུ་ལྷན་ (སྒྲོ་བློས་

དང་ལྷན་པ་དེ་བསྟན། ཁོང་ལ་བའི་རྟོན་བཟང་དོན་ལྷན་བྱེད་འདོད་ (དོན་གཉེར་དང་ལྷན་
 པ་དེ་བསྟན) སེ། སྐལ་ལྷན་དེ་རྣམས་ཅེ་གཅིག་བསྐྱེམས་ཏེ་ཉོན། ཁྱེད་གསུངས་སོ། །
 སློབ་མ་ལ་སྤྱིང་བའི་དཀའ་འབྱེལ། <ཤིལ་ལེ་ཁ་ཏི་པ་ན> སློབ་དཔོན་ལེ་ཁོ་ཅ་ན་རྒྱ་ཏམ་མཛད།
 བཀ་ཆོའི་འགྲུར་སྤྱིད་གེ་བསྟན་འགྲུར་ རེ་པ་ ༡༡༡ན་པ་བཞུགས་སོ། སྤྱིད་གེ་སྤྱིང་མར་
 སྤྱིང་ཡིག་རྣམས་བསྟན་འགྲུར་སྤྱིས་རབས་ཀྱི་གས་སུ་བཞག་འདུག
 སློབ་མ་ལ་སྤྱིང་བའི་འབྱེལ་པ། <ཤིལ་ལེ་ཁ་ཏི་པ་ན> སློབ་མ་ལ་སྤྱིང་བའི་འབྱེལ་པ་ཞེས་བྱ་བ། སློབ་
 དཔོན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སློབ་ཤོས་ཀྱིས་མཛད། སྤྱིད་གེ་བསྟན་འགྲུར་ རེ་པ་ ༡༡༡བ་
 བ་བཞུགས་སོ། སྤྱིད་གེ་སྤྱིང་མར་སྤྱིང་ཡིག་རྣམས་བསྟན་འགྲུར་སྤྱིས་རབས་ཀྱི་གས་སུ་
 བཞག་འདུག
 སློབ་མའི་འཇུག་པ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟོན་མ་འཇུག་པའི་དོན།
 སློབ་བཤད། ཆོགས་བཤད་དང་སློབ་བཤད་ཅེས་པར་གཞིགས།
 གསང་སྒྲགས། <མུ་སྒྲ་སྒྲགས་དང་དོན་གཅིག་སྤྱི་བཤད་ཀྱི། གསང་སྟེ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་
 བ་གསང་སྒྲགས་སོ། རེ་ཡང་སྤྱི་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་གསང་། རག་གམ་བརྗོད་པ་ཡིན་
 པས་ན་སྒྲགས་སོ། རྒྱས་པར་སྒྲགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས། གསང་སྒྲགས་ནི་མུ་ཞེས་
 པ་སྟེ། མན་ཡིད། ར་ཡ་སྤྱོབ་པ་སྟེ་ཡིད་སྤྱོབ་ཅེས་བྱའོ། རྗོད་སྒྲགས་ཅི་ཆེན་མོ་༡༡ན་ལས།
 གསང་ཞིང་སྤྱིས་པས་འབྲུག་པ་སྤྱོད་མིན་གྱི་ཡུལ་མིན་པས་དེ་ལ་མི་བསྟན་པས་ན་གསང་
 བའོ། སྒྲགས་ཀྱི་སྤྱད་དོད་མུ་ལ་མ་ན་ནི་ཡིད། ར་ཡ་ནི་སྤྱོབ་པས་ན་སྒྲགས་ཏེ་འདུས་པའི་
 རྒྱད་ཀྱི་མ་ལས། དབང་པོ་དང་ནི་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི། རྒྱུན་གྱིས་གང་དང་གང་བྱུང་ཡིད། ཡིད་
 དོ་མ་ན་ཞེས་བྱ་བར་བཤད། ར་ཡ་སྤྱོབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། རའི་གཉེན་སྤྱོད་ལས་རྣམ་གྲོལ་
 བར། གང་བཤད་དམ་ཆོག་སྟོན་པ་སྟེ། རྗོད་ཀྱིས་ཀྱིས་བསྐྱུང་བའི། སྒྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་
 ཞེས་བཤད་དོ། ཞེས་སོ། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་མ་ན་དང་ར་ཡ་འཇུག་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་དང་
 འཇུག་སྤྱོད་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ལ་བྱངས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས།

སྒྲིལ་མཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། གོང་སྒྲིལ་ཡོན་
ཏུ་ཆུ་མཆོད་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་བར་ཆ་༥༠བཤད་ཡོད། གསང་སྒྲགས་འདི་ཁེའི་ཤིན་ཏུ་
ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། བཀའ་གདམས་སྒྲགས་བཅ་༩༡ ལས། རྩོམ་མཛུགས་སྒྲིལ་
ཆོག་མི་བྱེད་ཐ་མལ་ལས། །ཟས་བྱིན་གྱིས་མ་ཆོབ་ཐ་མལ་ལས། །ཟས་སྒྲུར་བ་མི་ཤེས་
རང་མཚན་ནས། །སེམས་ནམ་ཉིག་རྒྱུད་གིས་སྒྲིལ་བྱེད་དཔ། །ཡང་བཟང་དན་ཆགས་སྒྲུར་མི་
སྒྲིལ་མས། །རྟེན་སྒྲགས་བ་མ་ཡིན་དམ་ཉམས་ཡིན། །དེ་དན་འགྲོར་སྒྲུར་ན་ཐར་བ་
དཀལ། །ཆོས་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་ལེགས་བསྐྱེད་སྒྲུར་ན། །དུས་དེར་པོར་མི་ཐོགས་མཛོན་
སངས་ཆུ། །ཆོས་མཐར་ཐུག་ཐེག་པའི་ཡང་ཅེ་ཡིན། །དེ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་སྒྲིལ་བསྐྱེད་བར་
དཀལ། །བཅུད་བཟང་པོ་སེང་གའི་ལོ་མ་དེ། །སྒྲོད་དན་བ་སོ་སྒྲིལ་ཐོར་དུ། །དུས་སྒྲུག་ཅམ་
ཉིད་ནས་ཐོར་འཆག། །ཀྲུ་མ་བཟང་པོ་ཐབས་མཁས་པ། །དུས་དང་པོར་དག་པའི་སྒྲུར་བ་
སྒྲུངས། །དུས་གཉིས་བར་བསྐྱེད་དེམ་དེམ་གྱིས་བསྐྱེད། །དུས་གསུམ་བར་གསང་སྒྲགས་
སྒྲོད་གྲུར་པ། །དུས་དེ་ཆོ་རུས་མེད་རུས་གྲུར་ཅིང་། །རྟེན་ཐེག་བ་ཆེན་པོ་མཆོག་ཏུ་
བསྐྱེད། །སྒྲིལ་སྒྲུ་པོ་འགྲོམ་ཐོར་ལ་གསོན། །རྟེན་དགའི་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐོགས་བཟང་
དང་། །དུས་རྟེན་འབྲེལ་འཛོམས་ན་གསང་སྒྲགས་ཡིན། །གཞན་སྒྲུ་རྒྱུད་འཁོག་ཟ་དང་
མཚུངས། །སྒྲིལ་མི་ཅིག་གཡང་པའི་བ་རོལ་ཏུ། །ལུས་སྒྲོབས་མེད་འདོད་པས་བ་རོལ་
མཚུངས། །ཆུ་གཡེལ་ཏེ་རོང་དུ་སྒྲུར་གྲུར་ན། །ལུས་ཆོ་སྒྲོག་འབྲེལ་བ་ཉེན་དུ་ཆེ། །ཀྲུ་དེ་བས་
བདེ་བའི་ལམ་བསྐྱོར་ནས། །ལུས་འབྲེལ་བདེ་སྒྲགས་སྒྲུ་བཅོན་བ་ཡིན། །ཆོས་བཟང་པོ་སྒྲིལ་
སྒྲོད་དེན་ཆེན་གསུམ། །གནས་སྒྲུན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་ཉམས་སྒྲུངས་ན། །ཉེན་དན་སོང་མི་ཆོ་
མཐའ་སྒྲགས་བཟང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆུས་བར་སྒྲགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་འབྱུང་བའི་བསྐྱེད་བ་གསུམ། (གསང་སྒྲགས) འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་
སངས་ཆུས་སྒྲོད་འབྱུང་བ་ལས་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་ཡོད་པའི་བསྐྱེད་བ་ནི་གསུམ་ཉིད་
དེ། རྒྱུ་འབྲེལ་བཞི་བ་ལྟ་སྒྲུབ་པ། བཅུ་གཅིག་བ་སྒྲུན་ལེགས། ཐ་མ་མོས་བ་སྒྲུང་མཛོད་

དང་གསུམ་མོ། །

གསང་སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ། (གསང་སྤྱགས་) སྤྱགས་ལམ། སྤྱགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།
 གསང་སྤྱགས་རྙིང་ལ། (གསང་སྤྱགས་) ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ཡན་ཆོད་དུ་བསྐྱར་བའི་རྒྱུད་
 རྣམས་ལ་གསང་སྤྱགས་རྙིང་མ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བ་སྔོན་སྟོང་ཆ་༣༥༥ལས། གསང་སྤྱགས་
 གསང་མའི་འགྱུར་གྱི་འགོ་རྩོམ་སྤྱི་ཉིས་བཅུགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེས་དབུས་
 གཙང་དུ་ནི་འགྱུར་མ་མཛད་ལ། ཁམས་སུ་བྱིས་མཆོན་ཡང་དག་པར་བཞོད་བ་སྤྲེག་བ་རྩོ་
 རྩེའི་སྟོར་དང་། དཔལ་ལྷན་གདན་བཞི་བ་དང་། གསང་བ་འདུས་པའི་སྟོར་ལ་སོགས་བ་མང་
 དུ་བསྐྱར་མོད་ཀྱི། དེ་བས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་འགྱུར་མཛད་བ་སྤ་
 བར་སྤང་སྟེ། འབྲོམ་སྟོན་བ་རྩོ་བོ་སེ་བཅུན་གྱི་གཡོག་བྱེད་པའི་དུས་སྤྱི་ཉི་ལ་ལོ་རྒྱུ་བསྐྱབས་
 སོ་ཞེས་འབྲུང་ལ། དེ་དང་ཉེ་བར་འབྲོམ་གྱིས་མངའ་རིས་སུ་བྱོན་པའི་ཆེ། ལོ་ཆེན་གྱིས་ལོ་
 བརྒྱད་ཅུ་ཙམ་བཞེས་པའི་བྱིར་རོ། །ལོ་ཆེན་གྱིས་དེ་ཉིད་བསྐྱས་བ་དང་གསང་བ་འདུས་བ་
 སོགས་རྣམས་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་ཤས་ཆེར་བསྐྱར་ལ། རྣམས་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་རྣམས་ནི་ལོ་ཆེན་གྱི་
 ལོ་རྒྱུ་བཅུ་ཉེ་བ་ན་སྤྱི་ཆེན་འབྲོམ་མི་བྲུང་སྟེ། དེ་ནས་ནི་རྣམས་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱང་ཤིན་
 ཏུ་དར་བར་བྱུར་རྟོ། །ཞེས་གསང་སྤྱགས་རྙིང་མའི་འགོ་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ནས་
 ཚུགས་ཐེར་བཞིན་དུ་ཡང་། དེ་བ་སྔོན་༡༣༥ལས། བཞེ་ཉ་སྤྱི་ཉི་བྱོན་པའི་གོང་ཡན་ཆོད་ལ་
 གསང་སྤྱགས་རྙིང་མ་ཞེས་བཞོད་དེ། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པས་ཆོག་སྤྱི་ལ་འགལ་པའི་ཆ་
 རྩེད་ཐད་ལོད་པའང་འདུག་གོ། གསང་སྤྱགས་རྙིང་མ་འདི་བསྟན་བ་རྣམ་དག་ཡིན་ནམ་མིན་
 ཞེན། མཁས་བྱུབ་ཆོས་རྩེའི་གསུང་རྩོར་བུ་༡༧༥བ༡ ལས། དེ་བ་གསུམ་པ། གསང་སྤྱགས་
 རྙིང་མ་བ་འདི་ལ། སྤ་རབས་ཀྱི་མཁས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དགག་འདུག་ཅིང་། ད་ལྟ་ཡང་
 སྤྱར་བ་འདེབས་བ་མང་དུ་འདུག་པ། འདི་རྩི་འབྲེག་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། གསང་སྤྱགས་བསྟན་
 བ་སྤ་དར་གྱི་དུས་འགྱུར་བ་ལ་རྙིང་མ་དང་། བྱི་དར་གྱི་དུས་འགྱུར་བ་ལ་གསང་མ་ཞེས་
 འབྲུང་བ་ཡིན། རྙིང་མ་ལ་སྤྱར་བ་འདེབས་བ་མང་པའི་རྒྱ་མཆོན། སྔོན་སྤྱང་དར་མས་བསྟན་

པ་བསྐྱབས་ནས་བར་སྟོངས་བྱུང་བྱས་གསང་སྔགས་བ་རྣམས་སྟོར་སྟོལ་ལ་སོགས་བ་སྟོང་
པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བྱེད་བ་བྱུང་བ་དང་། འདི་སང་ཡང་ཁྱིམ་པ་ལྷང་ཡོ་ཅན་གྱི་སྟོང་པ་མང་བས།
གང་ཟག་གི་སྟོང་པ་ལ་དབགས་ནས་ཆོས་ལ་སྟོང་པ་འདི་བྱུང་བ་འབྲ། དེ་མིན་སྔགས་རྟིང་མ་
འདི་དང་པོ་ཆོས་རྒྱལ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བེ་རོ་ཅ་ན་དང་། མ་སྟེགས་གཉིས་དག་སྟོང་མི་ལྔ་
ལ་སོགས་པའི་ཆད་མའི་སྒྲིམ་བྱུར་བྱུར་པ་ལོ་རྩ་བ་རྣམས་ལ་གསེར་གྲེས་བཤར་མ་ཡོན་བྱ་
བསྐྱར་ནས། རྒྱ་གར་དུ་བཟངས་ཏེ། རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་གསང་སྔགས་ལྟ་ན་
མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་བརྟེན་དང་། གྲུབ་པ་བརྟེས་པ་ཚོད་མེད་བྱ་གྲགས་པ་རྣམས་ལ་ཁྲུས་
ཤིང་བསྐྱར། གཞན་ཡང་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་དང་། སྤྱི་མ་ལ་མི་བྱ་དང་། སངས་རྒྱས་གསང་བ་
ལ་སོགས་པའང་བོད་དུ་སྤྱན་དྲངས་ནས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་གསུངས་པའི་ཆོས། ཐེག་པ་ལྟ་ན་
མེད་པའི་ཆོས་ཟབ་སྟོན་དང་བལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་འདྲེ་ཆུ་ཉམས་སྤྱ་སྒྲངས་པས་གྲོལ་བ་དང་།
གྲུབ་པ་བརྟེས་པ་དབག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་ཆད་མས་གྲུབ་པོ། །བསམ་ཡས་ན་ཡང་ད་དུང་སྔ་
འགྱུར་གྱི་རྒྱ་དཔེ་མང་དུ་ཡོད་པར་འདུག་ཅིང་། བོད་པ་ལོ་རྩ་བས་ཀྱང་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་པས།
ཡུལ་དབྱས་འགྱུར་ཆའ་ན་གསང་སྟོང་། ལུང་གི་མདོ་ལྔ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དཔེ་འདུག་ཟེར།
དེས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་ལྟ་ན་མེད་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་རྣམས་དཔྱལ་
བའི་རྒྱ་ཁོ་ནར་བས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དེབ་གཟུགས་༡༩༩༩ལས།
སྔ་འགྱུར་གསང་སྔགས་རྟིང་མ་ནི། ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་ལྟ་བུ་ལེ་ཤེས་
འོད་དང་པོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་དང་འགོས་ཁྲག་པ་ལྷས་བཅས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཡང་དག་པ་མ་
ཡིན་པར་སྒྲིམ། ཁོ་པོའི་ཁྲ་མ་སྐྱད་གཉིས་སྒྲིམ་པའི་ཉི་མའི་མཆན་ཅན་དང་རིགས་རལ་ལ་
སོགས་པ། བསམ་ཡས་ནས་རྒྱ་དཔེ་རྟིང་པའི་བྱིར་དང་། ལུར་པ་ཅ་བའི་དུམ་བུའི་རྒྱ་དཔེ་
བལ་པོར་ཡང་སྤང་བས་རྒྱུད་ཡང་དག་གོ་ཞེས་གསུང་ངོ། །ཁོ་པོས་ནི། ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པ་རང་
བཞིན་གདུག་པ་སྟེ། ཁེ་རིགས་པ་ཡི་གཟུགས་ལའང་མི་རིགས་ན། ཐེ་ཆོས་ཟ་བའི་ཆོས་ལ་
སྟོས་ཅི་དགོས། །དེ་བྱིར་བཏང་སྟོམས་བཞག་ལེགས་ཉེས་པ་མེད། །ཅེས་འབྱུང་བ་དང་། ཆོས་

ཡིན་པ་ལ་མ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། མ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་ཟེར་བ་ལས་འབྲས་མཉམ་པར་བཤད་པས་
 དང་། ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གང་ལ་ཡོད་མེད་དག ། མི་ཤེས་མཐོང་བ་མེད་པར་རྒྱ་བཞི་
 ཡིས། ། རྣམ་དབྱེ་སྤྱོད་པའི་ཁ་ནི་བདུད་ཀྱིས་བྱེ། ། ཆོས་ལ་ཉེས་སྟོང་གྲུབ་པའི་གཞུང་ལས་
 བཀའ། ། ཅེས་ཟེར་བ་བཞིན་དུ་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་གོ། ། རྟོག་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་པ་
 བཞི་དང་བཏག་པ་གསུམ་ལ་བཞེན་ནས་དབྱེད་པར་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས། ། ཡང་གྲུའུ་བཀའ་
 གྲུབ་མཐའ་དེབ་གཟུགས་པ་ལས། ། རྟོང་མ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་རྩེད་པ་དབྱེད་པ། ། རྟོང་མའི་
 ཆོས་ལུགས་འདི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། མ་དག་པ་དང་། འདེས་མར་གྱུར་པ་
 གང་ཡིན་སྟུམ་ན། ། ལྷ་སྤྱོད་ཡེ་ཤེས་འོད་དང་ཞི་བ་འོད། ། ཅ་མི་ལོ་རྒྱ། ། ཆག་ལོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིངས་
 ཡིག་དང་། ། རྟོག་གི་གཞེས་ར་མགོ། ། ས་པཏ་ཀྱི་སྟོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་རྣམས་སུ་རྟོང་མ་ལ་
 དམིགས་ལུགས་པའི་སྟོན་བརྗོད་མི་གསལ་ཡང་། ། བོད་དུ་དར་བའི་ཆོས་ལུགས་མ་དག་པ་རིས་
 མེད་ལ་དགག་པ་མཛད་པའི་གསེབ་ཏུ་རྟོང་མ་པ་ལ་དབྱེ་ཤོག་ཞབས་ཤོག་གི་གསུང་རེ་གཉིས་
 ཡོད་པར་སྤྱང་། ། འགོས་ལུགས་ལ་སྤྱོད་པ་ཅུས་དང་། ། འབྲི་གྲུང་དཔལ་འདྲིན་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱོད་
 བྱེད་མང་དུ་བཀོད་ནས་རྟོང་མ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡིན་པར་སྤྱོད་ཅིང་། ། ལྷ་ཀྱི་མཚོག་ལྟ་དང་།
 ། ཀམ་པ་མི་བསྟོད་རྟོགས་ཀྱང་དེའི་རྟོགས་སྤྱོད་ཀྱིས་འདུག ། ཅེས་དང་། ། ལོ་རྒྱུ་བ་རོང་ཐོམ་ཆོས་
 བཟང་། ། ཀུན་སྤངས་སྤྱགས་ཐེ་བཙོན་འབྲས། ། ཀམ་པ་རང་གྲུང་རྟོག་ལ། ། གྲུབ་ཐོབ་ལྷ་རྒྱུན་པ།
 ། བཙོན་ལྟ་རལ་གྱི། ། ཐར་ལོ་ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན། ། བྱིས་ཀྱི་འབྲུག་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་ལོ། ། དཔལ་ལོ་
 གཙུག་ལག་གི་ཐོང་བ་སོགས་གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་མཁས་པར་གྲགས་པ་དང་། ། འཁོན་སྟོན་
 དཔལ་འབྱོར་ལྟ་བུ་གྲུབ་དང་། ། ལོ་རྒྱུང་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་སོགས་རང་སྟོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་
 ཀྱང་ཆོས་རྣམས་དག་ཏུ་འཆད། ། ལྷ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ། ། རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཡཔ་སྤྱོད་སོགས་ཆད་
 མའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་གིས་ནི་བཏང་སྟོམས་སུ་འདྲིན་པར་མཛད་དོ། ། ཞེས་གསུངས་
 སོ། ། ཡང་། ། པ་བོང་ཁ་བ་བདེ་ཆེན་སྟོང་པོའི་མཛད་སྤྱོད་ཀྱི་རྟོགས་ཀྱི་རྟོགས་ལན་༣༠བཟུངས། ། བར་
 ཁམས་སོག་འོད་གཡག་འདའ་དང་མཁར་དམར་གྲོང་ཆོ་གཉིས་ཀྱི་ཞི་ཁྲིའི་སྤྱགས་འཆང་

ནམས་ནས་ནམ་ཉིན་གྱིས་ཁྱེད་ལ་ཞུས་པའི་ནང་གསལ་སྤྲུགས་སྤྱིང་མའི་སྒྲོར་ལ་དོགས་
སྤོང་ལྟ་བུ་མང་ཅས་འདུག་ཀྱང་དགག་དགོས་ཀྱི་དབང་གིས་འདིར་མ་བཤོད། གཞན་ཡང་
ཀམ་མ་མི་བསྐྱོད་རྫོང་འཛིན་སྤྱིང་མ་པ་ནམས་ལ་དོགས་འཛིན་ཚུལ་དུ་གནང་བར་གྲགས་པའི་
ཆབ་ཤོག་དང་། དེའི་ཐོས་ལན་ལྷང་དང་རིགས་པའི་འབྲུག་སྤྱིང་མ་བྱ་བ་དང་། ཡང་། མཁས་
པ་དཔལ་ཁང་ལོ་ལྷ་བས་སྤྱིང་མ་པ་ལ་ཚོད་པའི་ཡི་གེ་དང་། དེའི་ཚོད་ལན་གསུམ་ཆུ་རྒྱུ་
ནམས་ལ་སྒོ་གཟུ་མོར་གནས་པས་གཟིགས་ན་སྒོ་སྐྱོད་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག་གོ།

གསང་སྤྲུགས་པ། (གསང་སྤྲུགས་) སྤྲུགས་པ་དང་དོན་འབྲེ།

གསང་སྤྲུགས་སྤྱིང་མའི་ཀྱི་ཐབ་ཆོས་སྤོང་མིན་ལ་བཤད་རུང་བའི་ཚུལ། (གསང་སྤྲུགས་) སྤྲུགས་སྤྱིང་མའི་
ཀྱི་ཐབ་ལམ་ནམས་སྤོང་མིན་ལ་བཤད་མི་རུང་བའི་ཚུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

གསང་སྤྲུགས་རིག་སྤྲུགས་གཟུངས་སྤྲུགས། (གསང་སྤྲུགས་) དེ་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། གསང་
སྤྲུགས་ཀྱིས་རང་གིས་བསྐྱུང་བྱའི་ལྷ་དེ་དགུག་པར་བྱེད། རིག་སྤྲུགས་ཀྱིས་རིག་པ་ཁྱད་པར་
ཅན་བསྐྱོད་པར་བྱེད། གཟུངས་སྤྲུགས་ཀྱིས་གང་སྤྱིང་མའི་རིག་པ་དེ་ཉིད་མི་བཟོད་པར་
གཟུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལོ། །འབྲུག་རྒྱལ་ཁྱེད་འཛིན་པོའམ་སྤྱིང་མ་པ་གཉིས་༩ ཙ་
༡༧༩༩ ལས། མཚན་ཞེས་བྱ་བ་མཆོད་བྱེད་པ་ཁྱེད་ཞེས་འབྲུང་སྟེ། སྤྲུགས་ཀྱིས་ (མ་དཔེ་ལ་
“ཀྱི” ཞེས་འབྲེལ་སྤྱིང་མའི་འདུག) ལྷ་ལ་སོགས་པ་དགུག་ཅིང་གསང་སྤྱིང་མའི་ལོན་པས་ན་
གསང་སྤྲུགས་ཞེས་བྱ། བེད་ཞེས་བྱ་བ་བེད་རྒྱ་ན་ཞེས་བྱ་སྟེ། མ་རིག་པའི་གཉེན་པར་གྱུར་པ་
ལྷ་མའི་གཟུགས་སུ་བཞུགས་པའི་མིང་སྟེ་རིག་སྤྲུགས་ཞེས་བྱ། རྒྱ་ར་ཁྱེད་ཞེས་བྱ་བ་ཨམ་མཚན་
རྒྱ་ར་ཡ་ཉི་རྒྱ་ར་ཁྱེད་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྲུགས་ཀྱིས་ (མ་དཔེ་ལ་ “ཀྱི” ཞེས་འབྲེལ་སྤྱིང་མའི་འདུག)
ཆོས་ཀྱི་དོན་དང་ཆོག་མི་བཟོད་པར་འཛིན་ཅིང་ཁྱད་པར་གྱི་རིམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་མིང་
སྟེ། གཟུངས་སྤྲུགས་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་ནམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་
པར་བཤད་པ་༩ ཆུ་ ༡ ༡༧༩༩ ལས། གསང་སྤྲུགས་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཆོལ་བའི་གསང་
སྤྲུགས་དག་གོ། རིགས་སྤྲུགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པའི་རིགས་སྤྲུགས་

སོ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། གསང་སྤྱགས་གྲིས་ལྟ་དེ་ལ་འཛོད་པ་དང་། རིག་
སྤྱགས་གྲིས་རིག་པ་བྱང་པར་ཅན་བསྐྱེད་པ་དང་། གཟུངས་སྤྱགས་གྲིས་ཡང་བའི་གནས་སུ་
ལྷུང་བ་ལས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཁྱི་རྒྱལ་མཆན་སེང་གེས་གསུངས་པ་བཞིན་
ནོ། །

གསང་སྤྱགས་གསང་མ། (གསང་སྤྱགས་) ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ཕྱིན་ཆད་ཏུ་བསྐྱར་བའི་རྒྱུད་
རྣམས་ལ་གསང་སྤྱགས་གསང་མའི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །གསང་སྤྱགས་གསང་མའི་འགྲོགས་
ནས་བཅུགས་མ་བཅུགས་ལ་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་
ནས་གསང་སྤྱགས་གསང་མའི་འགྲོ་ཚུགས་བ་ཡིན་ཏེ། དེབ་སྤོན་སྟོན་ཆ་༣༥༥ལས། གསང་
སྤྱགས་གསང་མའི་འགྲུར་གྱི་འགོ་ཇོ་བོ་སྤྱི་ཉིས་བཅུགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་མོད་གྱི། དེས་
དབུས་གཙང་ཏུ་ནི་འགྲུར་མ་མཛད་ལ། ཁམས་སུ་བྱིས་མཆན་ཡང་དག་པར་བཞེད་པ་སྟེག་
པ་རྗེ་རྗེ་མེད་དང་། དཔལ་ལྷན་གདན་བཞི་བ་དང་། གསང་བ་འདུས་པའི་སྐོར་ལ་སོགས་པ་
མང་ཏུ་བསྐྱར་མོད་གྱི། དེ་བས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་གསང་སྤྱགས་གྱི་འགྲུར་མཛད་
པ་སྤྱ་བར་སྤྱང་སྟེ། འབྲོམ་སྟོན་པ་རྗེ་བོ་སེ་བཅུན་གྱི་གཡོག་བྱེད་པའི་དུས་སྤྱི་ཉི་ལ་ལོ་རྒྱ་
བསྐྱབས་སོ་ཞེས་འབྲུང་ལ། དེ་དང་ཉེ་བར་འབྲོམ་གྱིས་མངའ་རིས་སུ་བྱོན་པའི་ཆེ། ལོ་ཆེན་
གྲིས་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཅེས་བཞེས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ལོ་ཆེན་གྲིས་དེ་ཉིད་བསྐྱས་པ་དང་གསང་བ་
འདུས་པ་སོགས་རྣལ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་གསལ་ཆར་བསྐྱར་ལ། རྣལ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་རྣམས་ནི་
ལོ་ཆེན་གྱི་ལོ་ལྷ་བཅུ་ཉེ་བར་ཁྱ་ཆེན་འབྲོམ་མི་བྱུང་སྟེ། དེ་ནས་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་རྣམས་
གྲང་ཕིན་ཏུ་དར་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས།

གསང་ཆབ། གསང་ཆབ་ཅེས་པ་གཅིན་པར་ཞེས་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱ་མ་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པའི་གཅིན་པ་
ལ་ཞེས་འཕམ་ཆེ་མཐོང་བྱས་ནས་གསང་ཆབ་ཅེས་བཞེད། འདི་སྤངས་ན་ནད་ཡམས་དང་ཆམ་
རིམས་སོགས་ལ་བན་པོ་ཡོད། བྱི་ལོ་༡༤^༡༣ལས་མས་ལ་དེད་གྱི་རྒྱ་མ་དམ་པ་དགེ་བའི་
བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་བཟུ་ཕིས་འབྲུམ་གྱི་ཞལ་སྤྱ་ནས་གྲིས་ལ་རྒྱལ་བ་ཡམ་སྤྱས་རྣམས་

ལས་གསང་ཆབ་ (འདི་ཡང་སྒྲོབ་མ་དམ་ཆོགས་ཅན་རྣམས་ལ་མ་གཏོགས་གང་བྱུང་ལ་མི་
གནང་) ཁུས་ཏེ་ཤེལ་དམ་གཙང་མའི་ནང་ཉར་ཆགས་ཀྱིས་དེད་རྣམས་ལ་སྐབས་རེར་བྱིན་
རྒྱབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནང་གི་ཡོད། བྱིས་སུ་སྐྱ་སྒྲེར་ཡིག་ཆང་ནས་དགག་དགོས་ཀྱི་དབང་
གིས་དེ་འདྲའི་རིགས་གནང་རྒྱ་མཆམས་འཛོག་གནང་སོང་། དཔལ་ལོ་གཙུག་ལག་སྒྲེང་བའི་
རང་རྣམ་ལས། གནས་སྐབས་ནད་དང་འཆེ་བ་ཅིང་བྱུང་ཡང་། །གསང་ཆབ་ (ཀྲཱ་མ་མི་
བསྐྱོད་རྫོང་མེས་) བསྐྱལ་བ་འབྱུངས་པས་གཞི་མེད་སོས། །ཡིད་ལ་འདོད་པའི་དོན་ཀྱན་མ་
ལུས་པ། །པལ་ཆེར་གསོལ་བ་བཀྱབ་པ་ཅོམ་གྱིས་གྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤོ། །

གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་ (གསང་མཁས་) རིགས་གཅིག་དང་འབྲ།

གསང་སྟེ་སྟོན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན། (འདུལ་བ་) བསྐྱལ་བྱ་ལ་ལྟོག་ཏུ་བར་ཆད་རིས་པའི་ཆན་སྒྲོབ་དཔོན་
དུ་བཞག་པ་དེ། གསང་སྟེ་སྟོན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་མཆན་ཉིད།

གསང་སྟེ་སྟོན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་འོས་པ། (འདུལ་བ་) དག་སྒྲོང་ཆོས་དྲུག་ལྟན་གྱི་སྟེང་དུ་ལྟོག་ཏུ་བར་
ཆད་རི་བ་ལ་མཁས་པ་དེ། གསང་སྟེ་སྟོན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་འོས་པའི་མཆན་ཉིད།

གསང་སྐབས། གསང་བའི་ཚུལ། གསང་ཐབས། དུ་ཀྱུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༩༡ལས། དེའི་
སང་རུབ་འབྲས་སྒྲུངས་ནས་བཏེག་པའི་རི་སྒྲོང་གསང་ཐབས་ཀྱིས་འབྲོས་དགོས་པ་བྱུང་།
ཞེས་པ་ལྟར་གྲ།

གསང་ཐབས། གསང་སྐབས་དང་དོན་འབྲ།

གསང་འདུས། (གསང་མཁས་) གསང་བ་འདུས་པ་ལ་གཟེགས།

གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དོན་བསྐྱུས། (གསང་མཁས་) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་
ཆོག་རྒྱས་པ་ལ་ཆེངས་པ་ཞི། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཆོག་བསྐྱུས་པ་ལ་ཆེངས་གཉིས་ཏེ་ཆེངས་དྲུག་
གོ། དང་པོ་ཆེངས་པ་ཞི་ནི། ༡ བསྐྱེན་སྐྱབ་ཡན་ལག་བཞིའི་ཆེངས། ༢ རྣལ་འབྱོར་དྲུག་གི་
ཆེངས། ༣ ཉིང་རེ་འཛིན་གསུམ་གྱི་ཆེངས། ༤ དེ་ཉིད་ཞེ་དགའི་ཆེངས་ཏེ་བཞིའོ། །བསྐྱེན་སྐྱབ་
ཡན་ལག་བཞི་ནི། བསྐྱེན་པ། ཉེར་སྐྱབ། སྐྱབ་པ། སྐྱབ་ཆེན་དང་བཞིའོ། །རྣལ་འབྱོར་དྲུག་ནི།

རྒྱལ་འབྲོར། རྗེས་སུ་རྒྱལ་འབྲོར། ལིན་ཏུ་རྒྱལ་འབྲོར། རྒྱལ་འབྲོར་ཆེན་པོ། དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་
 མཆོག་ ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་རྒྱལ་འབྲོར་དང་བྱུག་གོ། ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་ནི། དང་པོ་སྦྱོར་
 བའི་ཉིང་དེ་འཛིན། དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཉིང་དེ་འཛིན། ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཉིང་དེ་
 འཛིན་དང་གསུམ་རྒྱུ་སོ། །དེ་ཉིད་ཞེ་དགུ་ནི། ༡ གང་དུ་བསྐྱོམ་པ་གནས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༢
 ཆོགས་ཞིང་སྤྱན་དངས་ནས་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་དེ་ཉིད། ༣
 སྤང་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༤ འཁོར་གྱི་ཁྲོ་བོ་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༥ བགེགས་
 ལ་ཕྱར་བྱ་གདཔ་པའི་དེ་ཉིད། ༦ ར་བ་སོགས་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༧ ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱོམ་
 པའི་དེ་ཉིད། ༨ རྫོང་ཡི་ལི་ཆ་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༩ རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད།
 ༡༠ བརྟེན་པ་ལྷག་མོས་ཀྱི་ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོ་འཁོད་པའི་དེ་ཉིད། ༡༡ ལྷག་མོས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་
 ལུས་ལ་སྤྱད་པའི་དེ་ཉིད། ༡༢ འཆི་བ་ཆོས་སྐྱར་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར་ལྷག་མོས་འོད་གསལ་
 དུ་འཇུག་པའི་དེ་ཉིད། ༡༣ ཉིམ་སོགས་ལ་དམིགས་པ་ལྷང་བའི་དེ་ཉིད། ༡༤ རྒྱ་བ་ལ་ད་རྒྱལ་
 འཛིན་ནས་རྒྱ་བ་ལ་དམིགས་པའི་དེ་ཉིད། ༡༥ ཡེ་ཤེས་ཙམ་ལ་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་དེ་ཉིད།
 ༡༦ རྒྱ་ཉི་ས་བོན་ཕྱག་མཆོན་སྐྱོ་རྫོགས་པ་སྟེ་མཛོན་བྱང་ལྷ་ལས་བར་དོ་མོངས་སྐྱར་འཁྱེར་
 བ་དང་པོའི་མགོན་པོ་བསྐྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༡༧ སྟེ་བ་སྤྱལ་སྐྱར་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར་དང་པོའི་
 མགོན་པོ་སྤྱལ་སྐྱོ་རྫོང་སེམས་སུ་བསྐྱར་བའི་དེ་ཉིད། ༡༨ ལུས་རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་བསྐྱོམ་
 པའི་དེ་ཉིད། ༡༩ ཕྱང་པོ་ལྷ་ག་ཤེགས་པར་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༠ ཁམས་བཞེགས་ཤེགས་མར་
 བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༡ མིག་སོགས་སེམས་པར་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༢ གཟུགས་སོགས་
 སེམས་མར་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༣ ཡན་ལག་ཁྲོ་བོར་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༤ སྐྱ་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་པའི་དེ་ཉིད། ༢༥ གསུང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་དེ་ཉིད། ༢༦ ཐུགས་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་པའི་དེ་ཉིད། ༢༧ སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཐུན་མོང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་དེ་ཉིད། ༢༨
 དམ་ཆོག་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༢༩ དེ་ཡི་
 ཐུགས་ཀར་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་བསྐྱོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༣༠ རིག་མ་འདྲུ་བྱ་བའི་དེ་ཉིད།

༣༡ རྩེས་སུ་ཆགས་པའི་དེ་ཉིད། ༣༢ མཛོད་པའི་དེ་ཉིད། (འདི་ཡན་དེ་ཉིད་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་
དང་པོའི་སྒྲོར་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ) བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ། སྒྲོ་བའི་སྒྲོ། སྒྲི་སྒྲོས་ཀྱི་མཛད་པ་མཛད་
པའི་སྒྲོ། བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ། དབྱེར་མེད་དུ་འབྲས་པའི་སྒྲོ། དབང་བསྐྱར་པའི་སྒྲོ། ༣༣ རང་གཞན་སུ་
འཁོད་པའི་སྒྲོ་སྒྲི་སྒྲོ་བདུན་གྱིས་གཤེགས་པ་དབྱུང་བའི་དེ་ཉིད། ༣༤ གཤེགས་མ་དབྱུང་བའི་
དེ་ཉིད། ༣༥ སེམས་མ་དབྱུང་བའི་དེ་ཉིད། ༣༦ སེམས་དབའ་དབྱུང་བའི་དེ་ཉིད། ༣༧ ཁྲོ་བོ་
དབྱུང་བའི་དེ་ཉིད། (འདི་ཡན་དེ་ཉིད་ལྷ་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ) ༣༨
སྤྱང་སྒྲོར་བྲག་མཆོན་བསྒྲོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༣༩ འོག་སྒྲོར་ཐིག་ལེ་སྤྲོ་བོ་བསྒྲོམ་པའི་དེ་ཉིད། ༤༠
ཡིད་བརྒྱས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༤༡ རག་བརྒྱས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༤༢ གཙོ་བོ་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པའི་དེ་
ཉིད། ༤༣ འོད་གསལ་ལས་ལྷང་བའི་དེ་ཉིད། ༤༤ མཛོད་བསྐྱེད་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༤༥ ཉེ་བར་བསྐྱེད་
པའི་དེ་ཉིད། ༤༦ ཁ་ཟས་ཀྱི་དེ་ཉིད། ༤༧ ལུས་བརྟན་པར་བྱེད་པའི་དེ་ཉིད། ༤༨ དངོས་གྲུབ་
ཅུང་དུ་ཞི་རྒྱས་དབང་བྲག་གི་ལས་བཞི་སྐྱབ་པའི་དེ་ཉིད་དང་དེ་ཉིད་ཞེ་དགུའོ། ། (འདི་ཡན་
ཀྱི་དེ་ཉིད་བཅུ་གཉིས་ནི་ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ) ཆོ་ག་བསྐྱེད་པའི་ཆེང་ས་
གཉིས་ནི། ༡ རྩི་བཞི་ཡི་ཆེང་ས། ༢ ལྷལ་འབྱོར་བཞི་ཡི་ཆེང་ས་ཉེ་གཉིས་སོ། རྩི་བཞི་ནི།
སྤྱང་ཉིད་བྱང་ཆུབ་དོ་རྩེ། ས་བོན་བསྐྱེད་པའི་དོ་རྩེ། གཞུགས་ཉིད་རྩི་བཞི་དོ་རྩེ། ཡི་གེ་
འགོད་པའི་དོ་རྩེ་དང་བཞི་འོ། ལྷལ་འབྱོར་བཞི་ནི། ལྷལ་འབྱོར། རྩེས་སུ་ལྷལ་འབྱོར། བེན་ཏུ་
ལྷལ་འབྱོར། ལྷལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་དང་བཞི་འོ། དངོས་གྲུབ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་
པའི་ཐབས་ནི་གསང་འདུས་རྩི་བཞི་ལེས་ཡོངས་རྩི་བཞི་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། བོད་གི་དེ་གསང་
འདུས་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་གཞིར་བཞག་བྲས་སོ། །

གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་གི་སྒྲོར། ལུ་སྒྲོན་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་གསང་འདུས་ཆོས་འབྱུང་། འདི་
ལ་མིང་གཞན། གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ་གྱི་བཤའ་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་གསང་བའི་
སྒྲོ་འབྱེད་ཅེས་གྲུང་བྱའོ། དཔེ་ཁ་ཅིག་ཏུ་སྒྲེགས་བམ་༩ ཉ་པར་༥བཞུགས་སོ། །

གསང་འདུས་འཇམ་དོར། (གསང་ལྷགས) གྲུང་གུམ་མདོག་ཅན་ཞལ་གསུམ་བྲག་བྲག་པ། དཔུས་

ཞལ་དམར་མེར་གཡས་སྡོ་གཡོན་དཀར་ཞིང་། །ཅ་བྲག་གཉིས་ཀྱིས་རང་འདྲའི་ཡུམ་ལ་
 འབྱུང་། །ལྷག་མ་གཡས་གཉིས་རལ་གྱི་མདའ་འཛིན་ཅིང་། །གཡོན་བསམ་ལྷན་ལ་སྡོན་པོ་གཞུ་
 འཛིན་པ། །རྩར་བུད་ལྷ་ལྷན་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། །སྤྲ་ཆོགས་བད་རྒྱར་སེམས་དཔའི་
 སྦྱིལ་གྲུང་གིས། །བཞུགས་པའི་འཇམ་དྲོར་ཡབ་ཡུམ་ལ་བྲག་འཆལ། །ཚོ་མཐུང་རྩྱུ་མི་སྦྱི་
 སྦྱིང་བའོ། །ཞེས་ལྷང་སྦྱང་ག་དབང་ཆོས་ལྷན་གྱི་ལྷ་མང་པོའི་སྦྱ་མདོག་བྲག་མཆན་སོགས་གྱི་
 བཤད་པ་ལས་གསུངས། འདི་ལྷ་བུ་དགའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་རྗེའི་རིས་ལྷ་གསལ་སྡོན་ན་
 གསལ། འཇམ་དྲོར་ལའང་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེས་ཏེ། བོད་ཀྱི་ཞལ་ཐང་རྩིང་བ་དུས་རབས་
 བུ་བཞི་པའི་ནང་བཞེངས་ཟེར་བའི་ཞལ་ཐང་ཞིག་ལ། འཇམ་དྲོར་ཞལ་གསུམ་བྲག་དྲུག་
 ཡུམ་བཅས་ལྷ་སོ་ལྷའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ལ། སྦྱ་མདོག་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན། དུས་ཞལ་
 གསེར་མདོག་གཡས་ཞལ་དཀར་པོ། གཡོན་ཞལ་དམར་པོ། གཡས་ཀྱི་དང་པོས་རྗེ་ཞེ།
 གཉིས་བསམ་རལ་གྱི། གསུམ་བསམ་འཁོར་ལོ། གཡོན་གྱི་དང་པོས་རྗེལ་བྲ། གཉིས་བསམ་དབྱུག་
 པའི་ཅེར་རྗེ་ཞེ་བྱེད་པ་ལ་ལྷེ་པའི་ཐད་ཚུ་སྤོན་གྱི་ཁ་ནས་ལྷགས་ཀྱ། གསུམ་བསམ་ཞགས་པ་
 འཛིན་པ་ཞིག་གྲང་སྤང་དོ། །རྗེའི་སྤྲུགས་རིས་ཆེན་མོ་ལས་གྲང་། འཇམ་དྲོར་ལ་ཁ་དོག་དང་
 བྲག་མཆན་མི་འདྲ་ཞིང་། ཞལ་བྲག་གི་གངས་འདྲ་བར་བཤད་པ་སོགས་སྤྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་
 ཡོད་པས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མི་གཟུང་དོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
 པར་དེས་སོ། །

གསང་འདུས་འཇམ་དྲོར་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས། (གསང་ལྷགས) གསང་འདུས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་
 ལུགས་ལ་གཟིགས།

གསང་འདུས་འཇམ་དཔལ་རྗེ་ཞེ། (གསང་ལྷགས) གསང་འདུས་འཇམ་དྲོར་དང་འདྲ།

གསང་འདུས་འཕགས་ལུགས། (གསང་ལྷགས) འཕགས་པ་སྦྱ་སྦྱབ་ཞབས་ཀྱི་མན་དག་ལས་བྱུང་བའི་
 གསང་བ་འདུས་པའི་ཆོས་སྐོར་དང་། དེའི་ཡི་དམ་བཅས་ཀྱི་མིང་། གསང་འདུས་འཕགས་
 ལུགས་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གསང་བ་འདུས་པ་དེ་ཡིན། འདི་ལ་ཡབ་ཡུམ་སོ་སོར་བགྲངས་

ན་ལྷ་སོ་གཉིས་ཡོད། སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཆོན་སོགས་ཀྱི་མཆོན་དོན་ནི། ཞལ་ལ་ནག་དཀར་
 དམར་བའི་ཁ་དོག་སྤྱི་ཆོགས་པ་ཡོད་པ་དེས། སྤྱི་མཛོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཁ་དོག་སྤྱི་ཆོགས་ཡོད་
 པ་དེ་མཆོན་ཞིང་། སྤྱི་ལུས་ཅལ་དུ་འདོན་པས་ཅ་ཞལ་ནག་སོ་བྱས། གཡས་ཞལ་གྱིས་སྤྱི་
 ལུས་དང་རོམ་དཀར་མོ་སྟེ་ར་ས་ན། གཡོན་གྱིས་འོད་གསལ་དང་རྒྱུད་མ་དམར་མོ་སྟེ་ལ་ལྷ་
 བ། ཅ་ཞལ་གྱིས་རྒྱུད་འཇུག་དང་ཅ་དབུ་མ་མཆོན། ཡང་དཀར་པོས་སྤང་བ། དམར་པོས་
 མཆེད་བ། ནག་པོས་ཉེར་ཐོབ། གསུམ་ཀས་རྒྱུད་འཇུག་མཆོན། གསང་འདུས་ཀྱི་ལྷ་ཐམས་
 ཅད་ཞལ་གསུམ་པར་ཡོད་པའི་མཆོན་དོན་ནི། གཡས་ཞལ་གྱིས་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་
 བེས། གཡོན་ཞལ་གྱིས་སྟོང་ཉིང་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། ཅ་ཞལ་གྱིས་བདེ་བ་དང་སྟོང་བ་
 དབྱེར་མེད་པ་མཆོན་པ་ཡིན། ཡང་ན་གཡས་ཞལ་གྱིས་ཀྱུན་རྫོབ་བདེན་པ་སྤྱི་མའི་སྤྱོད་དང་།
 གཡོན་ཞལ་གྱིས་ཤེས་རབ་དོན་དམ་བདེན་པ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས། ཅ་ཞལ་གྱིས་དེ་
 གཉིས་སྤྱོད་དང་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱུད་འཇུག་མཆོན་ནོ། །མཆོན་དོན་དེ་དག་འཇ་
 པའི་སྒྲོན་ས་ཞལ་གསུམ་པར་བསྒྲོམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཇིའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་སྟོ་
 གསལ་བྱུང་བའི་རེ་སྒྲོང་གསུང་། ཕྱག་དུག་གིས་གཡས་པ་གསུམ་གྱིས་ལུགས་འབྱུང་གིས་
 སྟོང་བ་གསུམ་དང་། གཡོན་པ་གསུམ་གྱིས་ལུགས་ལྡོག་གི་སྤང་བ་གསུམ་བཞོན་པའི་རྒྱུད་
 དང་བཅས་པ་མཆོན། ཕྱག་གཡས་ཀྱི་དང་པོས་དོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་བ་ཐུགས་ཀར་འཛིན་པ་མི་བསྐྱོད་
 པ་དང་། གཉིས་པས་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའམ་བརྩུག་གཉིས་པ་ནམ་སྤང་། གསུམ་པས་
 བརྒྱད་དམར་པོ་འོད་དཔག་མེད། གཡོན་གྱི་ཕྱག་དང་པོས་ཐུགས་ཀར་བེལ་བུ་འཛིན་པ་རྩེ་རྩེ་
 འཆང་། གཉིས་པས་རིན་པོ་ཆེ་རིན་འབྱུང་། གསུམ་པས་རལ་གྱི་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཕྱག་མཆོན་
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནམ་སྤང་ལ་གཡས་འཁོར་ལོ་རྩེ་རྩེ་སོགས་རང་རང་གི་རིགས་ཀྱི་ཕྱག་
 མཆོན་དང་པོ་མཛོད་པ་མ་གཏོགས་ལྷ་རེ་རེས་ཀྱང་རིགས་དུག་གི་ཕྱག་མཆོན་བསྐྱམས་པ་
 ནི། རྣམ་པ་རིགས་སོ་སོའི་ལྷ་རྒྱུད་ཡང་དོན་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིགས་ཀྱུན་གྱི་བྱུང་བ་དག་
 དང་། རིགས་དུག་ཀ་བསྐྱུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་མཆོན་ནོ། །

གསང་འདུས་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དོན་བསྟུ། (གསང་ལྷགས་) གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་

གྱི་དོན་བསྟུ་ལ་གཞིགས།

གསང་འདུས་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་བསྟུས་དོན། (གསང་ལྷགས་) གསང་འདུས་རྫོགས་རིམ་

གྱི་དོན་བསྟུ་ལ་གཞིགས།

གསང་འདུས་སྒྲ་བརྒྱད། (གསང་ལྷགས་) ༡ རྒྱལ་བ་དོན་མཆོད། (འདི་རྒྱུད་གསུང་བ་པོ་ཡིན། དེས་

གསང་འདུས་ཙ་རྒྱུད་ལེུ་བཅུ་བརྟན་པ། རྒྱུད་ཕྱི་མ་ལེུ་བཙེ་བརྒྱད་པ། བཤད་རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་

འཕྲེང་བ། དགོངས་པ་ལུང་སྟོན། ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་ཀུན་ལས་བརྟན་པ། ལྷ་མོ་བཞིས་ཁྲིས་པ། རྩོ་

རྗེ་སྟོང་པོ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་གཉིས་སུ་མེད་པ་མཉམ་པ་

ཉིད་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ། ཐམས་ཅད་གསང་བ་བཅས་གསུངས།) ༢ གསང་བདག་(འདི་རྒྱུད་

སྟུང་བ་པོ་ཡིན།) ༣ ཞི་རྒྱ་བྱ་ཏེ། (འདིས་གཞུང་མཛད་པ་མི་སྣང་ཞེས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་

གསུང།) ༤ ལྷའི་མཁའ་འགྲོ་མཁའ། ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་མ་ཡང་ཟེད། (འདིས་གཞུང་མཛད་པ་མི་

སྣང་གསུང།) ༥ ས་བདག་མི་སུ་ཀལ། (འདིས་གཞུང་མཛད་པ་མི་སྣང་གསུང།) ༦ དཔལ་ལྷན་

ས་ར་ཏ། (འདིས་གཞུང་མཛད་པ་མི་སྣང་གསུང།) ༧ སྟོབ་དཔོན་སྒྲ་སྒྲུབ། (འདིས་བསྐྱེད་རིམ་

སྟོན་པ། འདུས་པའི་སྒྲུབ་ཐབས། མདོ་བསྟེ། དཀྱིལ་ཆོག་ཉི་ཤུ་པ། རྫོགས་རིམ་སྟོན་པ། རིམ་

པ་ལྷ་པ་ལ་སོགས་པ་མཛད་དོ། །ཞེས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་དང་བྲ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་ཀ་

གསུང།) ༨ འཕགས་པ་ལྷ། (འདིས་རིམ་ལྷའི་དོན་འགྲེལ་སྟོང་བསྟུས་སྟོན་མ། བདག་ཕྱིན་

ཀྱིས་བརྒྱབ་པའི་རིམ་པ་གཉིས་མཛད།) ༩ ལྷའི་བྱང་ཆུབ། (འདིས་རྣམ་གཞག་རིམ་པ་མཛད།

འདི་བསྐྱེད་རིམ་གཙོ་བོ་དང་རྫོགས་རིམ་ཡང་སྟོན་ཞེས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྟོན་དུ་

གསུངས་སོ།) ༡༠ རྒྱུ་བཤེས་གཉིན། ༡༡ མ་ཏང་གོ། ༡༢ དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་བྲགས་པ། (འདིས་

གསང་འདུས་འགྲེལ་པ་སྟོན་གསལ་མཛད།) ༡༣ སྟོབ་དཔོན་སྒྲེག་པའི་དོན་མེ། (འདིས་རྒྱུད་ཀྱི་

སྟེང་གཞིའི་བཤད་པ་ཙམ་མཛད་ཅེས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་གསུང།) ༡༤ སྒྲིག་རྩོད་ཀྱི་སྟོབ་མ་

སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས། (སྟོབ་དཔོན་འདིས་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་

སྒྲོར་ལ། སྒྲུབ་ཐབས་ཀྱན་བཟང་དང། བཞི་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་བ་གཉིས། རྫོགས་རིམ་གྱི་སྒྲོར་ལ།
ཁྲོལ་བའི་ཐིག་ལེ་བཅས་གསུངས་སོ།

གསང་འདུས་སྟོན་ལམ། (གསང་མཁས་) རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་དཔལ་གསང་འདུས་སྟོན་
ལམ་ཞེས་བྱ་བ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཆ་ཆང་བར་སྟོན་པའི་སྟོན་ལམ་ཅུང་བསྐྱས་
འིན་རྒྱལ་ཅན་ཞིག་འདི་རྒྱན་དུ་ཞལ་འདོན་བྱེད་ཐུབ་ན་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། འདི་ལ་གོ་
བ་ལམ་ཅན་ཆགས་པས་ཀྱང་མདོ་སྤྲུགས་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ལམ་
ལ་གོ་བ་རགས་རིམ་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཐུབ། གསང་འདུས་སྟོན་ལམ་འདི་རྗེའི་གསུང་ཐོར་བྱ་
༡༡༥ན་ཅན་བཞུགས་སོ། །

གསང་འདུས་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཀ (གསང་མཁས་) རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་གསང་འདུས་སྟོན་
ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཀ་ལ། འཛོང་ཅེ་སྟེ་བཅུ་དྲུག་རིན་ཆེན་རྒྱལ་མཆོས་མཛད་པའི་གསང་འདུས་སྟོན་
ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཀ་ མཁས་བྱུང་ཆེན་པོ་ཨེ་པ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་གསང་འདུས་སྟོན་
ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཀ་ མདོ་སྟོན་པ་ཨ་མོ་སྟེ་བཟླ་འཇུག་ལྷ་ལྷ་ས་ནའི་མིང་ཅན་གྱི་གསང་འདུས་སྟོན་
ལམ་གྱི་འགྲེལ་བ་བཅས་སོ། །

གསང་འདུས་ཅ་རྒྱད། (གསང་མཁས་) དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་
གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བརྟག་པའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལེའུ་བཅུ་
བདུན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ལེའུ་བཅུ་བདུན་ནི། དང་པོ་ཉིད་རེ་འཛིན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བྱིན་
གྱིས་རྫོབ་པའི་ལེའུ། གཉིས་པ་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ལེའུ། གསུམ་པ་རྗེ་རྗེ་བཀོད་པའི་ཉིད་
རེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ། བཞི་པ་ཐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལེའུ། ལྔ་པ་ཀྱན་དུ་སྦྱོང་པའི་
མཆོག་གི་ལེའུ། ལྷག་པ་ཐུགས་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པའི་ལེའུ། བདུན་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་
མཆོག་གི་ལེའུ། བརྒྱད་པ་བཤད་གཅིད་དམ་ཆོག་གི་ལེའུ། དགྲུ་པ་དོན་དམ་པའི་དག་པ་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་གྱི་དམ་ཆོག་གི་ལེའུ། བཅུ་པ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ། བཅུ་
གཅིག་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པའི་སྤྱེས་བྱ་མཆོག་གི་ལེའུ། བཅུ་གཉིས་པ་

རྟོ་རྩེའི་སྒྲོང་བ་དམ་ཆོག་སྐྱབ་པ་མཆོག་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ལེའུ། བཙུ་གསུམ་པ་རྟོ་རྩེའི་
 དམ་ཆོག་བཀོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྲོམ་པ་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཞེས་བྱ་
 བའི་ལེའུ། བཙུ་བཞི་པ་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་སྦྱང་དུ་བྱུང་བ་སྐྱགས་ཀྱིས་འགྲུགས་པ་
 རྣམ་པར་སྐྱལ་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ། བཙུ་ལྔ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆོག་
 གི་སྒྲིང་པོ་རྟོ་རྩེའི་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ། བཙུ་དྲུག་པ་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀྱིལ་
 འཁོར་རྟོ་རྩེའི་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ། བཙུ་བདུན་པ་དམ་ཆོག་
 དང་སྒྲོམ་པ་རྟོ་རྩེའི་བྱེན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་བཅས་སོ། །དེ་ཡང་གསང་
 འདུས་ཅ་རྒྱུད་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བྱེན་
 ཀྱིས་རྫོབ་པའི་ལེའུ་སྟེ་དང་པོ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་
 ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་ལས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ལེའུ་སྟེ་གཉིས་
 པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་
 བ་འདུས་པ་ལས་རྟོ་རྩེའི་བཀོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལེའུ་སྟེ་བཞི་པའོ། །དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་
 ལས་ཀྱུན་དུ་སྒྲོད་པའི་མཆོག་གི་ལེའུ་སྟེ་ལྔ་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་
 དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་ལས་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་
 བྱེན་གྱིས་རྫོབ་པའི་ལེའུ་སྟེ་དྲུག་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་
 དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་ལས་སྐྱགས་ཀྱི་སྒྲོད་པ་མཆོག་གི་ལེའུ་སྟེ་
 བདུན་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་
 གསང་བ་འདུས་པ་ལས་བཤད་གཅིད་དམ་ཆོག་གི་ལེའུ་སྟེ་བརྒྱད་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་པ་ལས། རོན་
 དམ་པའི་དག་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཀྱི་དམ་ཆོག་གི་ལེའུ་སྟེ་དགུ་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་

བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་བསྐལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པའི་སྐྱེས་བྱ་མཆོག་གི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེ་རྗེའི་སྟོར་བ་དམ་ཆོག་སྐྱབ་བ་མཆོག་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་གཉིས་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་རྗེ་རྗེའི་དམ་ཆོག་བཀོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྲོམ་པ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་གསུམ་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཆད་དུ་བྱུང་བ་སྐྱགས་ཀྱིས་འགྲགས་བ་ནམ་པར་སྐྱལ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་བཞི་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆོག་གི་སྟོང་པོ་རྗེ་རྗེའི་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་ལྔ་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རྗེ་རྗེའི་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་དྲུག་བཤོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་ཆེན་གསང་བ་འདུས་བ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་རྗེ་རྗེའི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་བདུན་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་ཤོག་ལྟེན་༡༣༩ཙམ་ཡོད། སྡེ་དགེ་བཀའ་འགྲུར་རྒྱུད་༩ ཙམ་ །ཤོག་གངས་༤༠ན་༡ནས་མཇུག་༡༥༤ན་རྫོགས་སོ། །

གསང་འདུས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས། (གསང་སྐྱགས་) སྐྱེག་རྡོར་ཀྱི་སྟོན་པ་སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་ཡེ་ཤེས་

ཞབས་ལ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་འདུས་པའི་དོན་བཤད་པའི་རིམ་པ་ལ་ནི་ཡེ་
 ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་སོ། །དེའི་ལམ་ལ་རིམ་པ་གཉིས་ལས་བསྐྱེད་པའི་
 རིམ་པ་ནི། འཇམ་པའི་རྗེ་རྗེས་གཙོ་མཛད་པའི་ལྷ་བཙུན་གྱའི་དགྲིལ་འཁོར་ཏེ་བསྐྱབ་ཐབས་
 གུན་བཟང་དང་བཞི་བརྒྱ་ལྷ་བཙུན་པར་བཤད་པ་ལྟར་རྟོ། །རྗེ་གས་པའི་རིམ་པ་ནི་རྗེ་བཙུན་
 ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཞལ་ལུང་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གྲོལ་བའི་ཐེག་ལེ་ལས་
 འབྱུང་བ་ལྟར་རྟོ། །ཞེས་རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ན་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དེ་ཉིད་དུ་གཟིགས།
 གསང་འདུས་བཤད་རྒྱུ་། (གསང་ཐུགས་) གསང་འདུས་ཙ་རྒྱུད་ལེའུ་བཙོ་བརྒྱད་པ། ལྷ་མོ་བཞིས་
 རྒྱས། དགོངས་པ་ལུང་སྒྲོན། རྗེ་རྗེས་པ། ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་གུན་ལས་བཙུས་པ། ལྷའི་དབང་པོས་
 རྒྱས་པ་རྣམས་སོ། །བྱི་མ་འདི་བོད་དུ་མ་འབྱུང་ཞེས་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་གསུང་།
 གསང་འདུས་རྗེ་གས་རིམ་གྱི་དོན་བསྟུ། (གསང་ཐུགས་) གསང་བ་འདུས་པའི་རྗེ་གས་རིམ་གྱི་དོན་བསྟུ་
 ཞེས་པར་གཟིགས།
 གསང་གནས། (གསང་ཐུགས་) 1 མོ་མའི་རྟགས་སམ། དེ་དག་གང་དུ་ཡོད་སའི་གནས། 2 ལྷེ་ལོག་སོར་
 གསུམ་བཞིའི་མཆོམས། 3 ལྷེ་བའི་གནས། 4 གསང་བ་དམ་པོ་བྱེད་སའི་གནས།
 གསང་གནས་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ། (གསང་ཐུགས་) དེ་ནི་བསྐྱེད་ཙ་བའི་ཐད་ཀྱི་སུམ་མཛོད་རྟགས་ཀྱི་
 བོང་ཙམ་དུ་དབྱུ་མ་ལས་སྤར་ལྟར་གྲུས་པས་གསང་གནས་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ་ཙ་འདབ་
 སོ་གཉིས་པ་གདུགས་ཁ་སྐྱབས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་གཙོ་བོ་གསང་
 གནས་སུ་སྐྱོང་བས་དེ་སྐྱོང་ཅེས་བྱའོ། །
 གསང་སྐྱོང་། 1 བཤད་གཅི་འདོར་སའི་ཁང་པའི་མིང་། 2 (གསང་ཐུགས་) གསང་བའི་སྐྱོང་པ། 3 (བཀའ་
 བརྒྱུད་) སྐྱོང་པ་ལྷའི་ནང་གསེས། གུན་བཟང་གི་སྐྱོང་པ་ལ་བོགས་འདོན་པའི་སྤྲད་དུ་དྲུང་ཁྲིད་
 དམ། ཤིང་གཅིག་ལ་སོགས་པའི་གནས་སུ་བྱག་རྒྱ་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པའོ། །བྱག་ཆེན་
 ཁྲིད་ཡིག་ངེས་དོན་རྒྱ་མཆོལ་གཞི་བྱས།
 གསང་སྐྱོང་ལྷོག་སྒྲོན། (བཀའ་བརྒྱུད་) འགྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་ཁྲིད་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱི་གྲ་གྲལ་ཏེ།

གསང་བ། 1 སྤེང་བ། 2 གནས་ལུགས། སྤྱོད་འཇུག་ལས། གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཆོག་། སེམས་
 ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཞེས་ན། །བདེ་ཐོབ་སྤྱག་བསམ་གཞིམ་འདོད་ཀྱང་། །དེ་དག་དོན་མེད་ཀྱི་
 བར་བཅུམས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱོད་འཇུག་དར་ལྷིག་ལས། སྤྱོད་མེན་ལ་མི་སྟོན་
 བས་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དོན་དམ་བདེན་བ། །ཞེས་གསུངས། 3 རྟོག་གྲུང་རྟོགས་པར་དགའ་
 བ། རྟོའི་སྤྱོད་ལུལ་དུ་མ་གྱུར་པ་སོགས་པ་འཇུག་ 4 མོ་མེད་རྟགས། 5 ལྟེ་འོག་སོར་གསུམ་
 བཞིའི་མཆོམས། 6 ལྟེ་བ། དཔེར་ན་ལྟེ་བའི་ཆུ་སྟེས་ལ་གསང་བའི་ཆུ་སྟེས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 སྤྱགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གསང་བ་ཞེས་པ་ལྟེ་བ་ལ་འདར་འཇུག་སྟེ། རྟོའི་སྤྱགས་འེམ་ཆེན་མོ་ལས།
 གསང་བ་ནི་ལྟེ་བ་ལ་གོ་དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས། རྒྱ་བཤད་ནི། སྤྱོད་མེན་ལ་
 གསང་བས་སམ་ཡང་ན་རྟོག་གྲུང་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་གསང་བ་ཞེས་བྱའོ། །

གཤང་པ་འདུས་པ། (གཤང་ཐུགས) <གུ་ཅ་ས་ལྷ་རྩོ> ཁྲ་མེད་ཀྱི་ཡང་ཅེ་མི་རྒྱུད་མྱེ་ཞིག་ འདི་ཁྲ་
བརྒྱད་ཞི། ཅེ་མི་མི་ལྷ་གསལ་ལྟོན་པས། ཁྲ་དྲུང་མཆོན་དཔེ་དཔལ་འབར་ལོངས་ལྟོད་
ཅོགས། ཁྲ་ལྟོད་པད་ལྟོད་རྩོ་རྩལ་རྩོ་ཞིང་། ཁྲ་ཞིགས་མེད་ཐུགས་ཅེས་ཞི་པའི་མཐའ་

སྤངས་པ། རྒྱལ་བ་ཡན་ལག་བདུན་ལྟ་ (རྒྱལ་བ་དོན་འཆང་) ལ་ཕྱག་འཆའ་། གསང་བ་
 ཀུན་འདུས་སྤྱད་མཛད་གསང་བའི་བདག་ རྒྱུད་རྒྱལ་འདུས་པའི་ལམ་གྱིས་མཆོག་བརྟེས་
 པ། ཞི་རྒྱ་རྒྱ་ཉི་མུ་ཡི་མཁའ་འགོ་མ། བི་སུ་ཀམ་དཔལ་ལྷན་ས་ར་ཏ། རྒྱ་སྤྱུབ་དོན་ཅན་དང་
 འཕགས་པ་ལྟ། རྒྱ་བྱང་ལྷ་ལྷ་བཤེས་གཉེན་མ་ཏང་གི། རྒྱ་བའི་ཞབས་སོགས་རྒྱ་མ་བརྒྱད་པ་
 ལ། རྒྱ་གསུངས་དང་བའི་ཡིད་གྱིས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ¹² རྒྱ་མེད་
 གྱི་ཡི་དམ་ཞིག་སྟེ། ཞེ་སྤང་དོན་ཡང་ཟེད། དགེ་ལྷན་པའི་ཡི་དམ་གྲགས་ཆེ་གསུམ་གྱི་ཡ་
 རྒྱལ་ཞིག་ ³ རྒྱལ་བ་དོན་འཆང་། རྒྱ་བཤད་ནི། དོན་འཆང་ནི་སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་གྱི་
 གསང་གསུམ་དབྱེར་མི་བྱེད་བའམ་འདུས་པའི་དོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱ་ལོ། རྒྱའི་རྣམ་
 གཞག་རིམ་པའི་རྣམ་བཤད་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

གསང་བ་འདུས་པ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཅེ་མོའམ་མཆོག་ཡིན་ཚུལ། (གསང་ཐུགས་) རྒྱེར་ན་རྒྱུད་
 ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་བོ་དང་མཆོག་དང་ཅེ་མོ་བེར་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་བསྟོད་མང་དུ་ཡོད་
 པ་རྣམས་དང་མི་འདྲ་བར། རྒྱུད་འདི་ལ་དོན་དོ་མར་རྒྱུད་གཞན་ལ་མེད་པའི་འབྱར་དུ་ཐོན་
 པའི་ཁྱད་ཆོས་ཁྱད་པར་ཅན་ལྟ་བུ་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཅེ་མོའམ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་
 ཡིན་ཏེ། གསང་འདུས་ཀྱི་རྒྱུད་འདིས་རྒྱུད་སྟེ་གཞན་ལ་གསལ་ཁ་མེད་པའི་ཡིན་ཏུ་སྤྱུ་བའི་
 གཉུག་ལུས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་འདི་ཉིད་རེ་བཟང་རེ་བཟང་དུ་བཏང་སྟེ། རྒྱ་ལུས་སུ་སྤྱུབ་ཚུལ་
 དང་། རྒྱ་ལུས་དེ་ཉིད་རེ་དག་རེ་དག་ཏུ་སོང་སྟེ་མཐར་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སངས་རྒྱུས་
 ཀྱི་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཚུལ་རྣམས་ཡིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་རྒྱུས་བར་གསུངས་པའི་གནད་ཀྱིས། འདི་རྒྱུད་
 ཀུན་གྱི་ཅེ་མོའམ་མཆོག་ཏུ་བཤད་དོ། །དེ་ཡང་མཁས་སྤྱུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བསྐྱེད་
 རིམ་དངོས་ཀྱུབ་རྒྱ་མཆོ་³བལྟེས། ཆེ་འདིར་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ནི། ཁ་སྤྱོར་ཡན་ལག་བདུན་
 ལྟ་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྤྱུ་ཆེ་འདིར་འབྱུབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་
 སྤྱུ་མའི་ལས་ཉོན་གྱིས་སྤྱུབ་པའི་ལུས་འདི་སྤྱུ་དེར་འབྱུར་འགོ་བ་ནི་ཡོང་ས་མེད་ཅིང་། འདི་
 སྤངས་ནས་སྤྱུ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་ནི། ཆེ་བརྟེན་ནས་ལུས་འདི་སྤངས་ཏེ་སྤྱུ་དེ་འབྱུབ་པ་ཡིན་ན། ཆེ་

འདིར་འཆང་བྱ་བའི་ནུས་གཞག་ཉམས་ལ། ཆེ་མ་འཕྲོས་བར་ལུས་འདི་སྤངས་ཏེ་མཆན་
 དཔེས་བརྒྱན་བའི་སྐྱེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ནི། སྐྱེ་དེ་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་མེད་བར་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་
 བས། རིགས་འདྲའི་རྒྱ་རི་འདྲ་ཞིག་ལས་སྐྱབ་བ་དང་། མ་དག་པའི་ལུས་འདི་གཉེན་པོ་གང་
 གིས་སྟོབས་ཀྱིས་འདོར་བ་དང་། འདི་དོར་ནས་ལོངས་སྐྱེ་སྐྱབ་ཚུལ་རིམ་བྱེད་ལ་སོགས་
 བ་ལེགས་བར་ཤེས་བར་བྱས་ནས། ལམ་དེ་དག་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི། རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་མཆན་དཔེས་
 བརྒྱན་བ་འབྲུག་པའི་གཞི་ཅན་ཡང་མེད་བར། སེམས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པ་ལ་གནས་བ་
 འདི་ཀ་གོམས་བར་བྱས་བས། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་མཛོད་དུ་གྲུར་ནས་འཆང་
 རྒྱལོ། ཞེས་བཟོད་ཀྱང་། མཆན་དཔེ་དང་ལོངས་སྐྱེལ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཆོས་སྐྱེ་རྒྱུ་
 པའི་སངས་རྒྱས་སོ་སྐྱེའི་ལུས་ཅན་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་མོད་ཀྱི། ཆེ་འདིར་མཆན་དཔེས་
 བརྒྱན་བའི་སྐྱེ་མ་དག་པའི་ལུས་འདི་སྤངས་ནས་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ནི། དཔལ་ལྷན་འདུས་པའི་
 རྒྱུད་དུ་ཆེས་རྒྱས་བར་བཤད་པ། འཕགས་པ་སྐྱེ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་མན་དག་གིས་གསལ་
 བར་བྱེ་བ། ཡང་དག་པའི་སྒྲ་མ་མཉམས་བར་བྱས་པའི་ཕྱིན་ལས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དགོས་ཀྱི། རྒྱུད་
 རྒྱེ་གཞན་ལས་བདེ་སྟོང་སྟོར་བ་སོགས་རྒྱས་བར་བཤད་ཀྱང་། མ་དག་པའི་ལུས་འདི་སྤངས་
 བས། ཆེ་འདིར་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱབ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མི་གསལ་ཞིང་མི་
 རྒྱས་པས་རྒྱུད་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ་མཐའ་ཆོད་
 པའི་ངེས་པ་རྙེད་དགོས་ཏེ། དེ་རྙེད་ན་ནི་དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་མཆོག་དང་།
 ལམ་འདི་ལས་མཆོག་ཏུ་གྲུར་བ་མེད་པར་མི་བྱེད་པའི་དད་བ་རྙེད་པར་འབྱུང་ལ། ཚུལ་དེ་མ་
 བོ་ན། སྤྲགས་སྒྲ་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་འདིར་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་བའི་སྐྱེ་སྐྱབ་ཚུལ་གྱི་
 རྟོགས་ཅན་ཡང་མ་མཛོད་བར་སྤྲགས་སྒྲ་མེད་ལ་དད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་སྐྱས་ཀྱང་། རང་ལ་
 ཡིད་བརྟན་ཅིང་མེད་པར། གཞན་གྱི་ཆོག་རྗེས་འབྲངས་པའི་གཡམ་ལ་རྒྱགས་པ་ཅན་ཡིན་
 བས། ལྷོད་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པ་གསལ་བར་བྱས་སོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །

གསང་བ་འདུས་པའི་སྐྱེའི་མཆོད་དོན། (གསང་སྤྲགས) འཕགས་ལུགས་ཀྱི་ཡི་དམ་གསང་བ་འདུས་

པའི་ཞལ་ཕྱག་གི་མཆོན་དོན་ནི། ཞལ་ལ་ནག་དཀར་དམར་པའི་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་པ་
 དེས་སྟོག་འཛིན་གྱི་རྒྱང་ལ་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་པ་དེ་མཆོན། སྐྱ་ལུས་ཅལ་དུ་འདོན་པས་
 ཅ་ཞལ་ནག་པོར་ཡོད། གཡས་ཞལ་གྱིས་སྐྱ་ལུས་དང་རོམ་དཀར་མོ་སྟེ་ར་ས་ན། གཡོན་
 ཞལ་གྱིས་འོད་གསལ་དང་རྒྱང་མ་དམར་མོ་སྟེ་ལ་ལྷ་ན། ཅ་ཞལ་གྱིས་རྒྱང་འཇུག་དང་ཅ་དབྱ་
 མ་མཆོན། ཡང་དཀར་པོས་སྤང་བ། དམར་པོས་མཆེད་བ། ནག་པོས་ཉེར་ཐོབ། གསུམ་ཀས་
 རྒྱང་འཇུག་མཆོན། ཕྱག་དུག་གིས་གཡས་པ་གསུམ་གྱིས་ལུགས་འབྱུང་གིས་སྟོང་བ་
 གསུམ་དང་། གཡོན་པ་གསུམ་གྱིས་ལུགས་སྟོག་གི་སྤང་བ་གསུམ་བཞེན་པའི་རྒྱང་དང་
 བཅས་པ་མཆོན། ཕྱག་གཡས་ཀྱི་དང་པོས་རྩོུ་ཅེ་ལྷ་པ་སྤྱགས་ཀར་འཛིན་པ་མི་བསྐྱོད་པ་
 དང་། གཉིས་པས་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའམ་བཅུ་གཉིས་པ་ནམ་སྤང་། གསུམ་པས་བསྐྱ་
 དམར་པོ་འོད་དཔག་མེད། གཡོན་གྱི་ཕྱག་དང་པོས་སྤྱགས་ཀར་ཐེལ་དུ་འཛིན་པ་རྩོུ་ཅེ་
 གཉིས་པས་རིན་པོ་ཆེ་རིན་འབྱུང་། གསུམ་པས་རལ་གྱི་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཕྱག་མཆོན་དང་། དེ་
 བཞེན་དུ་ནམ་སྤང་ལ་གཡས་འཁོར་ལོ་རྩོུ་ཅེ་བསྐྱ་སྟགས་རང་རང་གི་རིགས་ཀྱི་ཕྱག་མཆོན་
 དང་པོ་མཛད་པ་མ་གཏོགས་ལྷ་རེ་རེས་ཀྱང་རིགས་དུག་གི་ཕྱག་མཆོན་བསྐྱམས་པ་ནི། ནམ་
 པ་རིགས་སོ་སོའི་སྤང་སྤང་ཡང་དོན་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིགས་ཀྱན་གྱི་བྲུབ་བདག་དང་།
 རིགས་དུག་ཀ་བསྐྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་མཆོན།

གསང་བ་འདུས་པའི་བྱུང་ཆོས། (གསང་སྤྱགས་) རྩོུ་ཅེ་མ་ལྷ་གསལ་སྟོན་ལས། གང་ཞིག་རྟོགས་ན་
 མཐའ་དག་གསུང་རབ་ལ། །མི་འཛིགས་སྟོབས་པ་མཆོག་སྟེར་འདུས་པའི་ལས། །ཇི་བཞེན་
 གསལ་མཛད་འཛམ་དབྱངས་སྒྲ་མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་བསྐྱར་རྟག་ཏུ་གྲས་ཕྱག་འཆོལ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་། (གསང་སྤྱགས་) གསང་འདུས་ཅ་རྒྱུད་ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ། (ལོ་ལྷ་
 བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འབྱུང་) རྒྱུད་ཀྱི་མ་ལེའུ་བཅུ་བརྒྱད་པ། (ལོ་ལྷ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
 འབྱུང་) བཤད་རྒྱུད་རྩོུ་ཅེ་མེད་པ། (ལྷ་སྒྲ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱི་འབྱུང་) དགོངས་པ་ལུང་སྟོན།

(ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) ཡེ་ཤེས་དོན་རྒྱལ་ལ་བརྟུས་པ། (ཁུ་དངོས་གྲུབ་དང་
ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བའི་འགྲུང་) ལྷ་མོ་བཞིས་ཁུས་པ། (སྤྲ་ཉིའི་འགྲུང་) དོན་སྤྱིང་པོ་ཅན་གྱི་
རྒྱུད། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཛོད་གྱི་འགྲུང་) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤའ་རྒྱུད་གཉིས་སུ་
མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ནས་པར་རྒྱལ་བ། (ཆོས་ཀྱི་སྒོ་བྲོས་ཀྱི་འགྲུང་) བཅས་ཅད་གསང་བ།
(ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་)

གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་འགྲེལ་གྱི་སྒྲོམ། (གསང་ལྷགས་) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་
བ་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་མཛད་པ་ལ། (སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་འདུས་པའི་འགྲེལ་
བ་བརྒྱད་ནི) གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་པ། (མཆོ་ཀ་ལ་ཤེའི་རང་འགྲུང་) སྒྲུབ་
ཐབས་མདོར་བྲས། མདོ་བསྟེ། དཀྱིལ་འཁོར་ཆོག་ཉི་ཤུ་པ། (གཞོན་ནུ་བྱས་པའི་རང་འགྲུང་)
རིམ་ལྔ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) བྱང་རྩལ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ཆོགས་བཅད་ལ། (བ་
ཆབ་ཀྱི་འགྲུང་) ཆོག་ལྷག (མདོ་སྤེའབར་གྱི་འགྲུང་) བཅས་བརྒྱད་པོ་ནམས་སོ། ། (སྒྲོབ་
དཔོན་འཕགས་པ་ལྷས་མཛད་པའི) སྒྲོད་པ་བསྐྱས་པའི་སྒྲོན་ལ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
འགྲུང་) དེའི་བཤའ་པ། (སྒྲོབ་དཔོན་ལྷ་ཀྱང་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཛད་པ། བ་ཆབ་ཀྱི་འགྲུང་)
(སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུའི་བྱང་རྩལ་གྱིས་མཛད་པའི) དཀྱིལ་ཆོག (བ་ཆབ་ཀྱི་འགྲུང་) (སྒྲོབ་དཔོན་
འཕགས་པ་ལྷས་མཛད་པའི) སེམས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲོང་། (ནག་ཆོའི་འགྲུང་) བདག་བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབ་པའི་རིམ་བ་དང། མདོན་པར་བྱང་རྩལ་པའི་རིམ་པ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) ཡ་
ར་ལ་ལ་ལ་སོགས་པ་རྩལ་བཞིར་བཤའ་པ། གསང་བ་འདུས་པའི་རོ་སྟེག་གི་ཆོག (རིན་
ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུ་གཅན་འཛིན་དཔལ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི)
དཀྱིལ་འཁོར་ཆོག་ག་རྩུང་འཇུག་གསལ་བ། (ས་ལོའི་འགྲུང་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུའི་སྒྲོས་མཛད་
པའི) བསྐྱེད་རིམ་ནས་གཞག་རིམ་པ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) ལས་ཀྱི་མཐའ་ནས་པར་
འབྱེད་པ། (ཆོས་རྗེ་དཔལ་གྱི་འགྲུང་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུ་དབྱངས་བཅུ་གཅིག་པས་མཛད་པའི)
དོན་རྒྱུ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུང་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུའི་བྱང་

457

གསང་བ་འདུས་པའི་མཛད་པར་རྟོགས་པ་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། སྒྲོན་གསལ་གྱི་འབྲེལ་
བ་ཤད། (སྒྲོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་ས་མཛད་པ་འདི་གཉིས་ཐེ་ཆོར་གྱི་གཞིའོག་ལུང་) གསང་
འདུས་འབྲེལ་བ། (སྒྲ་ཉིས་མཛད་ཅིང་རང་འཁྱུར་) སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱི་འཇམ་
དཔལ་གྱི་ཞལ་གྱི་ལུང་། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འཁྱུར་) ཞལ་ལུང་རྩེ་བྱ་དང་། ལྷ་བ་
ཐབས་ཀྱན་བཟང་གཉིས། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འཁྱུར་) ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྐྱབ་ཐབས། (སྒྲ་
ཉིའི་རང་འཁྱུར་) བདག་གྲུབ་པ་ལ་འཇུག་ (འགོས་འཁྱུར་) གྲོལ་བའི་ཐེག་ལེ། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་
རྒྱལ་མཆན་གྱི་འཁྱུར་) ཉེ་རུ་ཀའི་སྐྱབ་ཐབས། (ཉེ་བདུན་སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་
ཞབས་ཀྱིས་མཛད་དོ) འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་གི་འབྲེལ་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲན་པའི་ཞབས་
ཀྱིས་མཛད་པ་) མཛེས་པའི་མེ་རྟོག་ (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འཁྱུར་) ལྷ་བ་ཐབས་ཀྱན་
བཟང་གི་འབྲེལ་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་དཔལ་འབྲས་རྩི་རྩེ་དང་། ཐ་ག་ནས་མཛད་པ་གཉིས་ རིན་
ཆེན་བཟང་པོའི་འཁྱུར་) ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་ཀྱན་ཏུ་
བཟང་པོས་མཛད་པའི) སྒྲིང་པོའི་སྒྲེ་མ། (སྒྲོ་ལྷན་ཤེས་རབ་ཀྱི་འཁྱུར་) གྲོལ་བའི་ཐེག་ལེའི་
འབྲེལ་བ། (སྒྲན་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་པ་དང་། དེས་མཛད་པའི) ལྷ་བ་ཐབས་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་
གཏེར་གཉིས། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་འཁྱུར་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲང་མཛད་རྩི་རྩེའི) སྒྲོར་བ་
ཡན་ལག་དུག་གི་སྒྲང་བའི་རེས་པ། (གཡུང་རྒྱང་འོད་ཀྱི་འཁྱུར་) ཉེ་རུ་ཀའི་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོས་མཛད་པའི) དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་ (བཞི་
བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་བ་དང་། དེའི་འབྲེལ་བ། (སྒྲོབ་དཔོན་བྲི་མེད་དཔལ་ཀྱིས་མཛད་པ་གཉིས་རིན་
ཆེན་བཟང་པོའི་འཁྱུར་) (སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲན་པའི་རུ་རྒྱལ་བས་བྱིན་གྱིས་མཛད་པའི) གསང་བ་
འདུས་པའི་དཀར་འབྲེལ། (སྒྲོབ་དཔོན་བྲི་མེད་སྤྲས་པས་མཛད་པའི) གསང་བ་འདུས་པའི་
རྒྱུད་ལེའུ་བརྩུ་བདུན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། (དེའི་སྒྲོབ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་རྩི་འོད་ཀྱིས་མཛད་པའི)
ལེའུ་བརྩུ་བརྩུ་བའི་འབྲེལ་བ་དང་། (དཔལ་རྒྱན་པས་མཛད་པའི) དེ་ཉིད་བརྩུ་བ་དང་
གསུམ། (དར་མ་གྲགས་ཀྱི་འཁྱུར་) (སྒྲོབ་དཔོན་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི)

གསང་འདུས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་སློབ་མ་ལ་པན་པ། (སློབ་དཔོན་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་མཛད་པའི)
 རབ་ཏུ་གནས་པའི་ཆོག་ (བསོད་ནམས་རྒྱལ་བའི་འགྲུར) (སློབ་དཔོན་སྤང་བྱེད་ལྷ་བས་
 མཛད་པའི) ཨ་ཤི་ཆོག་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུས་བ་དང་རབ་ཏུ་གནས་པའི་ཆོག་ཡེ་ཤེས་སྤང་བ་དང་།
 (དཔལ་ཉིང་དེ་འཛིན་རྩི་མཛད་པའི) ཏུས་ཐ་མའི་ཆོག་དང་། གཤིན་པོ་བདེ་བར་
 གཤེགས་པའི་གནས་ལ་འགོད་བ་དང་གསུམ། (ཤེས་རབ་གྲགས་ཀྱི་འགྲུར) (སློབ་དཔོན་
 ་ལྷ་ཉི་ཤམ་མཛད་པའི) གསང་འདུས་བཤད་སྒྲུར་སྤྱི་མ་པའི་མེ་ཉོག་ (འགོས་འགྲུར) (སློབ་
 དཔོན་བི་ལཱ་ཏུས་མཛད་པའི) ལེ་འུ་བཙུང་བ་ཆུད་པའི་འགྲེལ་པ། (སློབ་དཔོན་ཅི་ལུ་པས་
 མཛད་པའི) གསང་འདུས་འགྲེལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་ལྷོན་ཤིང་། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་
 འགྲུར) (སློབ་དཔོན་ཐ་གནས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་འགྲེལ་པ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
 འགྲུར) (སློབ་དཔོན་རྩི་བཞད་པས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་ལེ་འུ་བཙུང་བ་ཆུད་ཀྱི་འགྲེལ་
 པ། (བི་རོ་ཅ་ནའི་འགྲུར) གསང་འདུས་རྒྱུད་ཕྱི་མ་དང་བཅས་པའི་འགྲེལ་པ། (སློབ་དཔོན་
 ཀུན་དགའ་སྤྱིང་པོས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་དཀའ་འགྲེལ། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར)
 འགྲེལ་ཆེན། (སྤྱི་རིང་གི་རང་འགྲུར་ཏུ་གྲགས་པ) ལྷ་མོ་བཞིས་ཁུས་ཀྱི་འགྲེལ་པ། (སློབ་
 དཔོན་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོས་མཛད་པ། སྤྱི་ཉིང་རང་འགྲུར) ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྤྱིན་སྤེལ་གི་ཆོག་
 (མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་སྐུ་ཐབས། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
 འགྲུར) དེའི་རྣམ་བཤད། (ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་མཛད་པ། སྤྱི་ཉིང་རང་འགྲུར) (སློབ་དཔོན་
 བསོད་སྤྱི་མས་པས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་ཀྱི་དཀྱིལ་ཆོག་དང་སྐུ་ཐབས་དང་། (ཁ་ཆེ་
 རིན་ཆེན་རྩི་མཛད་པའི) མི་བསྐྱོད་རྩི་མཛད་སྐུ་ཐབས་རྣམས། (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་
 འགྲུར) (སློབ་དཔོན་དག་གི་དབང་སྐུ་ཐབས་པས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་ཀྱི་དཀྱིལ་
 ཆོག་མདོར་བསྐྱུས། (ཆོས་ཀྱི་དབང་སྐུ་ཐབས་ཀྱི་འགྲུར) (སློབ་དཔོན་རྒྱལ་བས་བྱིན་གྱིས་
 མཛད་པའི) དཔལ་དགའ་བའི་སྐུ་ཐབས། (སྤྱི་ཉིང་པོས་མཛད་པའི) འཇམ་དཔལ་རྩི་མཛད་
 སྐུ་ཐབས་ (གཞོན་ནུ་འབར་ཀྱི་འགྲུར) གསང་འདུས་མི་བསྐྱོད་པའི་སྐུ་ཐབས། (སྤྱི་ཉིང་

རང་འགྲུར། དབལ་དགའ་བའི་དོན་དེ་དབང་རབ་བྱེད། (བ་འཛིན་འགྲུར།) (སྟོབ་དཔོན་དག་གི་
 དབང་ཕྱག་གཤམ་པས་མཛད་པའི) ཡན་ལག་བདུན་ལྟ་དེ་ཁོ་ཉིད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུང་བ་ཅ་
 འགྲེལ། (འགོས་འགྲུར།) (སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྟས་མཛད་པའི) དུག་ལྷ་སྟེན་པའི་ལམ་
 མཆོག་ཏུ་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ། རྗེ་མེས་དཔལ་སྟོབ་ཐབས་ (ཨཱ་ཁྱུ་ཏིས་
 མཛད་པའི) དབལ་བདེ་མཆོག་ཆེན་པོ་དོན་མེས་དཔལ་སྟོབ་ཐབས། (སྟོབ་དཔོན་ཐུ་བོ་རྩ་ཏེ་
 ཏིས་མཛད་པའི) རྗེ་མེས་དཔལ་མེས་སུ་བྱན་པའི་ཆོག་ (སྟོབ་དཔོན་རབ་འཛིགས་རྗེ་
 མཛད་པའི) སྟོན་སྟེག་གི་ཆོག་ (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར།) (སྟོབ་དཔོན་རྩ་གཉིས་
 མཛད་པའི) བསྟན་པའི་ཞོར་ཐམས་ཅད་པའི་སྟོབ་ཐབས། རྗེ་མེས་དཔལ་གསང་དོན།
 རྣམ་པར་སྤར་མཛད་ཀྱི་གསང་དོན། ཏེ་རུ་ཀའི་གསང་དོན། བསྟན་གང་དབང་གི་གསང་དོན།
 རིན་ཆེན་ཉི་མའི་གསང་དོན། ཉ་མཆོག་རོལ་པའི་གསང་དོན་རྣམ་པར་འཕོད་པ་རྣམས། (སྟོབ་
 དཔོན་ཀྱ་ཀུ་ཨ་ཨ་མཛད་པར་གྲགས་པ། ལྷ་རིན་པོ་ཆེའི་འགྲུར།) (སྟོབ་ཏིས་མཛད་པའི) ལྷ་
 མོ་བཞིས་ཁུས་ཀྱི་འགྲེལ་བ། (དེའི་རང་འགྲུར།) (སྟོབ་དཔོན་སྟན་པའི་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་
 པའི) གསང་འདུས་ལེའུ་བཅོ་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་བ་ཡང་དག་རིག་བྱེད། (ལྷ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་
 མཆོན་གྱི་འགྲུར།) སྟོར་བ་ཡན་ལག་དུག་པའི་འགྲེལ་བ། (སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་
 མཛད་པ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར།) སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱི་སྟོར་བ་ཡན་ལག་དུག་
 གི་འགྲེལ་བ། (སྟོབ་ཏིས་མཛད་པའི) ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཀྱི་སྟོར་བ་ཡན་ལག་དུག་པ། (སྟོབ་
 དཔོན་མི་གནས་རྗེ་མེས་མཛད་པའི) གསང་འདུས་ལྷ་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་བསྟོད་པ། (རིན་
 ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར།) (མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི) གསང་བ་འདུས་པའི་
 བསྟོད་པ་ (རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་འགྲུར།) (སྟོབ་དཔོན་དགའ་བའི་དོན་མེས་མཛད་པའི) དབང་གི་
 བྱ་བ་མདོར་བསྟུས་པ་ལ། (མི་རྩི་པས་མཛད་པའི) བཞི་བ་བཏགས་པ། (མཚུར་གྱི་འགྲུར།)
 དབང་དེར་གཏད་པ་མདོར་བསྟུས་པ་སྟེ་ (བརྒྱ་དང་བཅུ་བཞིའོ) ཕྱི་མ་གཉིས་མ་ཚུད་
 དོ། །སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཡན་ལག་བཞི་པའི་སྟོབ་ཐབས་དང་།

དེའི་འགྲེལ་པ་གནས་ལྟར་དང་། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་སྦྱར་བ་དང་གསུམ་རྫོག་འབྱུང་མ་རྟེན་
དོ། །ཞེས་བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་ཆོས་འབྱུང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཏོད།

གསང་བ་འདུས་པའི་ཆོས་འབྱུང་བུ་སྟོན་གྱིས་མཛད་པ། (གསང་མཁས་) འདི་ལ་གསང་བ་འདུས་པའི་
ཆོས་འབྱུང་དང་། གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུ་འབྲེལ་གྱི་བཤད་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་གསང་བའི་
སྟོ་འབྲེལ་ཅེས་གྲང་ཟེར་རོ། །འདི་སྤར་ཁ་ཅིག་ཏུ་གསུང་འདུམ་སོད་། ༡ བ ༡༩༧་ན་
བཞུགས་སོ། །འདི་ལ་བོག་ལྟེན་༥༩ ཅུ་ཡོད།

གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་རིམ་གྱི་དོན་བསྟུ། (གསང་མཁས་) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་
རིམ་ལ་ལྟ། སྤྲེག་སྤྲེག་དག་པར་བྱེད་པ་རྟོ་རྟོ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་བཞུས་ཀྱི་ཁྲིད། བྱིན་རྒྱལས་
འཇུག་པར་བྱེད་པ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཁྲིད། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ། ལམ་བཟོད་
པའི་རིམ་པ། འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་དང་ལྟོ། །གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ། ལུས་
ཀྱི་གནས་ཚུལ། སེམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ། ལུས་སེམས་སྤུན་མོང་པའི་གནས་ཚུལ་དང་གསུམ།
ལུས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ། རགས་པ། སྤ་པ། སེན་ཏུ་སྤ་བ་དང་གསུམ། སྤ་བ་ལ།
གནས་པ་ཅ། གཡོ་བ་རྒྱུད། བཏོད་པ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་རྣམས་སོ། །ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་
པ་ལ་བྱག་སྟེ། (བསྐྱེད་རིམ་ནི་སྤྲེགས་ལམ་གྱི་རྫོགས་ལམ་ཡིན་ལ) ༡ ལུས་དཔེན་སྤྱོད་རྟོ་རྟོ་
ཉིང་དེ་འཛིན། (ལུས་དཔེན་སྤྲེགས་ལམ་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཤོད) ༢ དག་དཔེན་གསུང་རྟོ་རྟོ་ཉིང་
དེ་འཛིན། (དག་དཔེན་སྦྱོར་ལམ་ཅེ་མོ) ༣ སེམས་དཔེན་སྤྲེགས་རྟོ་རྟོ་ཉིང་དེ་འཛིན།
(སེམས་དཔེན་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ) ༤ ཀུན་རྫོབ་སྤྱོད་ལུས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ། (མ་དག་པའི་སྤྱོད་
ལུས་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག) ༥ རོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་རྫོགས་རིམ། (རོན་གྱི་འོད་གསལ་
ཐེག་ཆེན་གྱི་མཛོད་ལས) ༦ དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྫོགས་རིམ་དང་བྱག་གོ། (སྟོབ་པའི་
ཟུང་འཇུག་སྟོམ་ལམ་དང་། མི་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་མི་སྟོབ་ལམ་ཡིན་པ་བཅས་སོ།) རྫོགས་
རིམ་རིམ་ལྟ་ནི་ལུས་དཔེན་དག་དཔེན་དུ་བསྐྱས་ནས་སྤྲེག་མ་ལྟ་ལ་རིམ་ལྟ་ཟེར་རོ། །ལུས་
དཔེན་ལ་བསྐྱེད་རིམ་པའི་ལུས་དཔེན་དང་། རྫོགས་རིམ་པའི་ལུས་དཔེན་གཉིས་ཡོད། བསྟེ་

རྗེ་ལྷ་མོ་པ་འུག་དུས་མཉམ་མོ། ། རིམ་པ་ལྷ་པ་ཟུང་འཇུག་ནི། ་ དེ་འདྲའི་མཉམ་བཞག་
 དེ་ལས་ལྷང་ནས། ཡང་སྤྲེགས་སྤྱེ་དེ་ནས་འོད་གསལ་བར་དུ་འཆར། འོད་གསལ་དེ་ནི་རྟོགས་པ་
 ཟུང་འཇུག་ཡིན་པས། སྤྱེད་ག་པ་སྤྱེ་མའི་སྤྱད་དང་སྤྲེགས་དག་པ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གཉིས་སྤྱེ་
 སྤྲེགས་རོལ་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ལྷག་ཏུ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་ལྷ་བ་
 པའོ། ། དེ་ནས་སློབ་བཅས། སློབ་མེད། ཤིན་ཏུ་སློབ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གང་ཅུང་ཞིག་ཆོ་བ་འུག་
 གསུམ་བཙོ་བརྒྱད་གང་ཅུང་སྤྱོད་ཅིང་། སློབ་པ་མཐའ་ཡི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱིས་ཤེས་སྤྱི་བ་
 སྤངས་ཏེ། ཁ་སྤྱོད་ཡན་ལག་བདུན་ལྷན་ནས། དབང་སྤྲེགས་བརྒྱད་ལྷན་མི་སློབ་པའི་ཟུང་
 འཇུག་གི་གོ་འཕང་མཛོན་དུ་ཤེད་པ་ཡིན་མོ། ། ཡན་ལག་བདུན་ནི། ཡོངས་སྤྱོད་རྟོགས་དང་ཁ་
 སྤྱོད་བདེ་ཆེན་རང་བཞིན་མེད། སྤྱིང་རྗེས་ཡོངས་གང་རྒྱུན་མི་ཆད་དང་འགོག་པ་མེད། ཅེས་
 གསུངས་སོ། ། དབང་སྤྲེགས་བརྒྱད་ནི། སྤྱད་དང་གསུང་དང་སྤྲེགས་ཀྱི་དབང་སྤྲེགས་དང་། རྩ་
 འཕྲུལ་ཀུན་འགོ་གནས་ཀྱི་དབང་སྤྲེགས་དང་། ཅི་འདོད་བསྐྱེད་དང་ཡོན་ཏན་དབང་སྤྲེགས་
 བརྒྱད། ཅེས་གསུངས་སོ། ། དཔལ་གསང་འདུས་འཕགས་སྤྲེགས་ཀྱི་རྟོགས་རིམ་གྱི་ས་
 བཅད་བསྐྱས་དོན་རྟོགས་སོ། །

གསང་བ་འདུས་པའི་སྤྲེགས་གཉིས། (གསང་སྤྲེགས) རྟོ་རྗེ་འཆང་ནས། འཕགས་པ་སྤྱེ་སྤྱེ་པ་སྤྲེགས་
 ལས་བརྒྱད་པ་ལ། འདུས་པ་འཕགས་སྤྲེགས་དང་། རྟོ་བཙུན་འཇུག་དཔལ་དབྱངས་དང་།
 སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལ་སྤྲེགས་པ་ནས་བརྒྱད་པ་ལ། ཡེ་ཤེས་ཞབས་
 སྤྲེགས་ཞེས་ཡོངས་སྤྱེ་སྤྲེགས་པ་རྣམས་པ་གཉིས་སོ། །

གསང་བ་རིགས་གསུམ། (གསང་སྤྲེགས) སྤྱོད་རྟོ་རྗེ་རྣམས་སྤྱད། གསུང་རྟོ་རྗེ་འོད་དཔག་མེད། སྤྲེགས་རྟོ་
 རྟོ་མི་བསྐྱོད་པ་དང་གསུམ་སོ། ། སྤྱོད་རྟོ་རྗེ་རྣམས་སྤྱད་གི་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་རིན་འབྱུང་། གསུང་རྟོ་
 རྟོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་དོན་གྲུབ། སྤྲེགས་རྟོ་རྗེ་མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་
 འུག་པ་རྟོ་རྗེ་འཆང་བསྐྱས་པའོ། ། རིགས་གསུམ་དང་འདྲ། རྟོ་རྗེ་རིམ་ལྷ་གསལ་སྤྱོད་ལྷང་པོ། །

གསང་བ་གསུམ། (གསང་སྤྲེགས) སྤྱི་གསང་བ་གསུམ་དང་དོན་འདྲ།

གསང་བའི་ཐེག་པ། (གསང་མཁས་) སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་འབྲ། སྒྲ་བཤད་ནི། སྟོང་མིན་ལ་གསང་ཞིང་
སྒྲས་བསམ་འབྲུག་བསམ་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྲ།

གསང་བའི་དམ་པ། 1 གསང་བས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བ། 2 བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྟོང་གི་
ཉམས་ལེན་གྱི་མིང་། འདི་ལ་གསང་བའི་དམ་པའི་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྟོང་མིན་
གསང་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐྱད་ཅེས་
བྲལ། །སྟོང་འཇུག་ལས། གང་ཞེག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི། །སྤྱར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་
པ་དེས། །བདག་དང་གཞན་དུ་བཞེ་བྲ། །གསང་བའི་དམ་པ་སྐྱད་པར་བྲ། །ཞེས་དང་། སྟོང་
འཇུག་དར་རྟེན་ལས་ཀྱང་། རྒྱ་མཆན་དེས་ན་གང་ཞེག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི་སྤྱི་བ་
དང་ཞི་བའི་རྒྱད་པ་ལས་སྤྱར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས་བདག་དང་གཞན་དུ་བཞེ་བྲ་བ་
སྟོང་མིན་ལ་གསང་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལས་ཀྱི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་གསང་བའི་དམ་པ་
སྐྱད་པར་བྲལ། །ཞེས་གསུངས།

གསང་བའི་བདག་པོ། (གསང་མཁས་) 1 བྲག་ན་དོ་རྩེ། སྒྲ་བཤད་ནི། གསང་བ་པ་ཞེས་གཞོད་སྦྱིན་ལ་
བྲས་ནས་དེའི་བདག་པོ་དང་། ཡང་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱབས་ལྷན་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་
བ་ཀྱན་གྱི་བདག་པོ་དང་། ཡང་ན་གསུང་གི་གསང་བ་ཐམས་ཅད་འཛིན་པ་སོགས་སྒྲ་བཤད་
ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །2 རྒྱལ་བ་དོ་རྩེ་འཆང་། སྒྲ་བཤད་ནི། རྒྱད་ཀྱི་སྟོན་པ་
ཡིན་པས་དེ་སྐྱད་ཅེས་བྲསྟེ། དེ་ཡང་གསང་བ་ནི་གསང་སྒྲགས་ཡིན་ལ་དེའི་བདག་པོའམ་དེ་
སྟོན་པ་སོ་ཡིན་པས་གསང་བའི་བདག་པོ་ཞེས་བྲལ། །

གསང་བའི་དོ་རྩེ། (གསང་མཁས་) རྒྱལ་བའི་ཐུགས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། དེ་ལ་མཆོན་
བྲ་དོན་གྱི་དོ་རྩེ་ཞེས་ཀྱང་བྲལ། །མཁས་བྲུབ་ཆོས་རྗེའི་རྣམ་འབྱོར་རོལ་བའི་དགའ་སྟོན་
འདུལ་ལས། དང་པོ་ལ་གསང་བའི་དོ་རྩེ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། རྒྱལ་བའི་ཐུགས་གཉིས་སུ་
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

གསང་བའི་སྒྲ་ཅེ། (གསང་མཁས་) དབུ་མའི་མར་སྟེ། སྒྲ་ཅེ། སྒྲ། སྒྲ་མོ། མཐའ་རྣམས་འདིར་དོན་འབྲ།

གསང་བའི་དབང་། (གསང་མཁས་) གསང་དབང་ལ་གཟིགས།

གསང་བའི་མཐུལ། (གསང་མཁས་) དབང་གསུམ་པ་འཛིན་གས་པ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རྩྭ་
 ཡིག་གི་རྣམ་པར་སྒྲོས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་རི་རབ་སྤྱིར་བཞི་མཁོ་དགའི་དཔལ་འབྱོར་
 སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྐྱར་ནས་འབུལ་བ་ལ་ཟེར། རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་ཆེན་པོས། ཐབས་
 མཆོག་བདེ་ཆེན་དོན་མེད་ལོ་ཅེད་ཀྱིས། སྟོང་ཕྱོགས་ཤེས་རབ་བསྐྱར་རོལ་བ་ལས། །ཟག་
 མེད་ལྷན་སྦྲེས་དགའ་བའི་རང་བཞིན་གྱི། སྟོང་བཅུད་དཀྱིལ་འཁོར་བཞོད་པས་མཉེས་གྱུར་
 ཅིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །གཞན་ཡང་། གུན་གཟིགས་ལྷ་པ་ཆེན་པོས། དོན་མེད་ལུས་ཀྱི་
 གསེར་ལྷན་ལྟོ་བ་ན། །མཉམ་སྦྲེར་དོན་མེད་ལྷན་པོ་མཆོག་ །བཅུ་དྲུག་དགའ་བའི་རི་མཆོ་
 སྤྱིར་བཞིས་བསྟོར། །དབུ་མ་བཅུ་གཉིས་ཁྲིམ་གྱི་རྒྱ་ལམ་དུ། །རོ་རྒྱར་རྒྱུད་གི་ཉི་མའི་དཀྱིལ་
 འཁོར་འཆར། །སྦྱ་མའི་ལུས་སུ་ལྷང་བའི་རིན་ཆེན་བདུན། །ཟུང་འཇུག་བུམ་བཟང་ཡོངས་
 འདུ་ས་བརྟོལ་སོགས། །དཀྱིལ་འཁོར་མགོན་པོ་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་པར་འབུལ། །ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར་ལོ། །

གསང་དབང་། (གསང་མཁས་) (དགེ་ལུགས་) དབང་གསུམ་པ་གསང་དབང་གི་དོ་བོན། སྤྲུལ་ཡབ་ཡུམ་
 ཀྱི་ཐེག་ལེ་སྦྱེ་ལ་བཞག་པ་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྲེས་པའི་བདེ་བ་དང་བཅས་པའི་ཉིང་རེ་
 འཛིན་ལ་བྱལ། །དེ་ནི་སྦྱིར་བཏང་ཡིན་ནོ། །ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱལ་མཆོག་
 བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་པ་ལ་ལས། གསང་དབང་ལ་དབྱེ་ན་
 སྤྲུལ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་བྱང་སེམས་དྲུང་ཐོར་ལ་སོགས་པར་ཇུས་ལྷག་མ་རྣམས་དང་བསྐྱེས་པ་
 སྟོབ་མར་སྦྱིན་པའི་གསང་དབང་ཅམ་པོ་དང་། སྤྲུལ་ཡུམ་ཇུས་དོན་མེད་ལོ་རྒྱུར་གནས་པ་
 མཐེ་སྤོན་གྱིས་བཅོར་ཉེ་སྟོབ་མའི་ཁར་སྦྱིན་པ་དང་། ཡུམ་གྱི་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ་བ་སྦྱིན་པ་
 མཆོག་གི་གསང་དབང་། སྤྲུལ་ཡུམ་དོན་མེད་ཇུས་སྟོབ་མའི་ཁར་བྱིན་ནས་གསང་དབང་
 བསྐྱར་བ་ཤིན་ཏུ་གསང་བའི་གསང་དབང་ཅམ་པོ་ཤིན་ཏུ་མཆོག་གི་གསང་དབང་དང་གསུམ་
 ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས། (གོང་གི་གསང་དབང་གསུམ་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། སྟོབ་དཔོན་རང་གི་

དེ་རྗེས་མཁའ་ཁང་བཞག་པ་དེས་བྲངས་ནས་འཁུངས་པ་ལས་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་
འཛོལ་བ་ནི་མཆོག་ཏུ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། སྤྱི་བཤད་ནི། ཡུལ་ཡུམ་གྱི་བྱང་ཚུབ་གྱི་
སེམས་གསང་བའི་ཐུང་གིས་བསྐྱར་བའི་དབང་ཡིན་པས་ན་གསང་བའི་དབང་རོ། །ཞེས་ཐུང་གིས་
སྤྲུགས་ཤིང་ཆེན་མོར་གསལ་བ་ལྟར་བཤད། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསང་འདུས་སྟོན་ལས་
ལས། གསང་དབང་ཡེ་ཤེས་བདུན་ཅི་མུངས་བ་ཡིས། །དག་གནས་རྒྱུད་གིས་སྤྲུགས་སུ་
འཆར་བར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། (བཀའ་བརྒྱུད) གསང་དབང་ནི། ལྷ་མ་ཡུལ་ཡུམ་
གྱི་བྱང་སེམས་མུངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྟོང་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ཟེར། སྤྱི་བཤད་ནི། ཡུལ་
ཡུམ་གྱི་བྱང་སེམས་གསང་བའི་ཐུང་གིས་བསྐྱར་བའི་དབང་ཡིན་པས་དེ་སྤྲུག་ཅེས་
བཤད། །བྱེད་ལས་ནི། གཙུག་པོར་དག་གི་བྱི་མ་འཁྱུད་ཅིང་དག་དག་པར་བྱས་ནས་གསུང་དེ་རྗེས་
ལོངས་སྤྱོད་འབྲུག་པའི་རྣམས་པ་འཛོག་པའོ། །

གསང་ཆོག་ (འདུལ་བ) 1 གསང་བ་བྱ་རྒྱུའི་ཆོག་ 2 དུག་ལ་སོགས་པ་སེལ་བའི་སྤྲུལ་གསལ་བའི་
གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་མིང་། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། གསང་ཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དུག་
ལ་སོགས་པ་བསལ་བ་ལ་དཔོས་པ་སྤྲུག་བྱ་ཆེན་པོས་བཤད་པའི་རིག་བྱེད་དང་གསང་
བསྤྲུགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསང་གསུམ་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ལྷན་གྱིས་
བྱུབ་པ་དང་རྒྱུད་མི་འཆད་པའི་དོན། སྤྱི་བཤད་ནི། དེ་ནམས་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བས་ན་མི་ཟད་
པ། རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པས་ན་རྒྱན། འཕྲིན་ལས་རྒྱན་མི་འཆད་པས་ན་
འཁོར་ལོའོ། །དདུལ་ཚུ་རྣམས་ལྷ་འདུལ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤད། ཡང་རྗེ་གྲུང་ཐང་པའི་རྗེས་
བསྟོད་འབྲེལ་པ་ལས། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་གྱི་སྟོ་ལས་འདས་པས་ན་གསང་
བ་དང་། འཛིག་རྟེན་མཐའ་དག་གི་དོན་དུ་གྱུར་པས་ན་རྒྱན། གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་
འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་དུ་འདུག་པས་ན་འཁོར་ལོ་སྟེ། ཞེས་གསུངས།

གསང་བྱ། གསང་བ། བསྐྱེད་པ་གཞོན་པ། ལས་དང་པོ་བ།

གསར་བྱ་བ། གསར་བྱ་དང་འབྲ།

གསས་མཁར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གསས་ཁང་ཞེས་པ་བོན་པོའི་ལྷ་ཁང་གི་མིང་དུ་
གསུངས་འདུག་པས། གསས་མཁར་ཡང་བོན་པོའི་ལྷ་ཁང་གི་མིང་ཡིན་པར་མངོན་ཡང་།
སྦྱིར་སྤྲས་མཁར་དགུ་ཐོག་ཅེས་པ་གསས་མཁར་དགུ་ཐོག་ཟེར་བ་ཨི་ཡིན་སྟེ་ཡང་དབྱེད།
སྦྱིར་བཏང་ཁ་རྒྱན་ལ་མི་ལའི་སྤྲས་མཁར་དགུ་ཐོག་འདི་མར་པའི་སྤྲས་དར་མ་དོ་སྤྱིའི་ཆེད་
དུ་བསྐྱོན་པ་ཡིན་པས་སྤྲས་མཁར་ཞེས་བཛོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་སྟེ་ཡོད།

གསལ་ཆ་དང་གནས་ཆ། སེམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་གསལ་ཆའི་ངར་དང་ལྡན་པ་དང་། དམིགས་
པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་མི་རྟོག་པའི་གནས་ཆ་དང་ལྡན་པ་ལ་ཟེར། ཞི་གནས་ཀྱི་སྐྱབས་
གསལ་ཆ་ཞེས་པ་ཡུལ་གྱི་གསལ་ཆའམ་དྲངས་ཆ་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། ཡུལ་ཅན་
སེམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་འཛིན་པའི་འཛིན་སྟངས་མ་ལྟོད་པར་གསལ་བར་རམ་དམ་པར་
འཛིན་པ་ལ་ཟེར། སེམས་ལ་སྤྲོད་པ་བབས་པ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་མི་གསལ་བ་དང་། སྤྱིའི་འཛིན་
སྟངས་དམའ་རུ་སོང་བ་བཀག་ནས། དམིགས་པ་གསལ་བ་དང་། འཛིན་སྟངས་ཀྱི་གྲིམས་ཆ་
གཉིས་ཀ་དགོས་སོ། །ཡུལ་གྱི་གསལ་ཆའམ་དྲངས་ཆ་ནི་བྱིང་བ་སྤྱིའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་ཡོད་
པར་མངོན་མོ། །

གསལ་བ་བས་ཀྱང་གསལ་བ། གསལ་གསལ་བ་དང་འབྲ།

གསལ་བྱེད། (བདུན་པ) རང་གོགས་དབྱེད་དང་སྦྱར་ནས་རང་གི་བཛོད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པས་
ན་གསལ་བྱེད་ཅེས་བཛོད་པ་ཡིན། བོད་ཡིག་གི་གསལ་བྱེད་ཀ་ནས་ཨའི་བར་སྤྲས་ཅུ་ཡོད་
དོ། །གསེར་རྟོག་སྤྲུམ་འབྲེལ་རྣམས། གནས་དང་བྱེད་པའི་རྣམ་འགྱུར་གསལ་ཞིང་། མིང་
དང་ཆོག་དང་བཛོད་པ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་གཞི་ཡིན་པས་ན་གསལ་བྱེད་ཅེས་བཛོད་
དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

གསལ་ཞིང་རིག་པ། ཤེས་པའི་ངོ་བོ་འཕམ་མཆོན་ཉིད། སྤྱ་བཤད་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་གསལ་ཞིང་ཡུལ་
རིག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པས་ན། གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཤེས་པ་ལ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་

སོགས་མེད་པས་གསལ་བ་རི་ལྟར་འདོག་ཅེན། འདིའི་གསལ་ཞེས་བ་དཔེར་ན། དེ་རིང་ང་
རིག་བ་གསལ་པོ་འདུག གསལ་པོ་མི་འདུག དེ་རིང་ང་རིག་བ་དྲངས་པོ་འདུག དྲངས་པོ་མི་
འདུག་ཅེས་བ་ལྟ་བུའི་གསལ་བ་ལ་གོ་དགོས། མཁས་བ་འགའ་ཞིག་གིས། གསལ་ཞེས་བ་
ཡུལ་གསལ་བར་བྱེད་བ་ལ་བཤད་བ་ནི་ལེགས་པར་མ་མཐོང་ངོ། །དེ་ལྟར་ན་གསལ་ཞིང་
རིག་བ་ཞེས་པའི་ཆེག་སྒྲ་བྱི་གཉིས་ཀས་ཡུལ་རིག་པའི་དོན་སྟོན་པས་དེ་གཉིས་སྒྲོན་སྟོན་བྱ་
འགྲུར་རོ། །གཞན་ཡང་། གསལ་ཞིང་ཞེས་པས་ངོ་མོ་དང་། རིག་བ་ཞེས་པས་བྱེད་ལས་སྟོན་
བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆ་ཞིང་ཞེས་པས་མེད་ངོ་མོ། རིག་བ་ཞེས་པས་དེའི་བྱེད་ལས་སྟོན་བ་
བཞིན་ནོ། །

གསལ་ཤིང་ལ་བསྟོན་བ། གསལ་ཤིང་གིས་ལུག་བ།

གསལ་ལ་མ་གསལ། ཅུང་ཟད་གསལ་ཡང་པལ་ཆེར་མི་གསལ་བ།

གསལ་གསལ་བ། གསལ་བ་དག་པས་ཀྱང་ཆེས་ཤི་མ་མེད་ཅིང་གསལ་བ། སྟོབ་དཔོན་དག་ལེགས་
བཤེས་གཉེན་གསུང་།

གསལ་གསལ་པོ། གསལ་གསལ་བ་དང་འབྲ།

གསུག ། རྟོག་རྒྱུ་དང་། གསང་སྟེ་གཞལ་བྱ་འཇུག་བ་བཅས་ཀྱི་དོན་བཤད། སྟོན་བདག་གིས་
མ་ཤེས་པར་གཡོག་པོ་ལ་རྒྱུ་བ་སྟེར་ནས་འབྲུ་སོགས་མང་བྱ་གཞལ་བྱ་འཇུག་པའི་དོན་
ནོ། །འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆེག་རྣམས་པར་བཤད་བ་ཏེ། ཚུ་༡༥པའམས། གསུག་ཅེས་
བྱ་བ་ནི་གསང་སྟེ་གཞལ་བྱ་གཞུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །ས་སྐྱུ་ལེགས་བཤད་
ལས། ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་གསུག་ཟེས་པའི། ཉེན་གྱིས་བརྒྱག་པར་འགྲུར་བ་མང་། །གཞན་
ཡང་། གཞོན་ཏུ་ཆེ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། ཡང་དག་གདམས་ཀྱང་ཁོ་བས་ཀྱང་སྟོང་
འགོག་ཏུ་མེད་པས་ཡབ་ཀྱི་ཆེག་ལ་ཉན་བྱ་མ་འདོད་དེ་སྟོན་པོ་འགའ་ལ་གསུག་བྱིན་ཏེ་མགྲུ་
བར་བྱས་ནས་སོག་འཕྲོག་པའི་སྒྲ་གོན་ལ་ཞུགས་སོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 རྒྱ་བ། བྱ་དགལ་གྱ་
རྒྱ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟོང་བྱ་ལས། གསུག་དང་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་རིན་དང་། །སྤྲད་འཆོང་

སྒྲ་དང་ལེགས་བརྗོད་དང་། གྲུ་ཡི་སྒྲ་དང་གནས་ཀྱི་སྒྲ་ལ། །འདི་ཉིད་དུ་ནི་སྒྲ་དང་བྱ་སྟེ། །དུག་པོ་
ཡུན་རིང་ཐོབ་མི་འབྱུང་། །ཞེས་དང་། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ལས། །རིགས་རྒྱ་དང་རྒྱ་དང་གིས་
དོགས་པས་ན། །སྒྲོ་རྩུང་རྩུང་ཟད་རྩེད་པ་གསོག་། །མཁས་པ་རིགས་རྒྱ་དང་མཐོ་ཐོབ་
ཕྱིར། །གསུག་བཞིན་གཞན་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་།

གསུག་པ། གསུག་དང་འདྲ།

གསུང་། དག་གི་ཞེས།

གསུང་གི་གནད་བ་སྤྲུལ། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སོགས་ཀྱིས་དངོས་སུ་འཕྲ། །ཉམས་སྤང་། །མི་ལམ་སོགས་སུ་
ལུང་བསྟན་པ་འཕམ་ཆོས་གསུང་བ་སོགས་ལ་ཟེར།

གསུང་བཟོས། གསུང་སྒྲོས་དང་འདྲ། །རྗེའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྣམས་བཤད་དུ་གསུང་
བཟོས་ཞེས་སྤང་དོ། །

གསུང་སྒྲོས། བཤད་སྒྲོས། བཤད་སྒྲོས། གསུང་རྒྱ་ན། །རྗེའི་ལམ་རིམ་དུ་གསུང་སྒྲོས་ཞེས་འབྱུང་དོ། །
གསུང་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། །རྒྱུ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་ལ་གསུང་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་
རྒྱ་ཟེར། །ཡང་སྒོང་དོལ་སྒྲ་མས། །སྤྲུགས་ཀྱི་རུས་པ་རྒྱ་དང་ལས་བཤད་ལྟར་འབྲུག། །ཐ་མལ་
དག་རྣམས་འབྲུང་འབྲུག་རྒྱུང་གི་གདངས། །སྤྲུགས་ཀྱི་རང་སྤྲུ་སྒྲོག་པར་རེས་འགའ་
གཟིགས། །དེ་ལ་གསུང་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཟེར། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

གསུང་རྗེས་བསྟན་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ། །རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོ་འབྲུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

གསུང་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོ་འབྲུལ། གསུང་རྗེས་བསྟན་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་དང་འདྲ།

གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཟ། །མཉེན་པོ། (སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལ་དགེ་རྩ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་
མཉེན་པོ) །འཇམ་པ། (ཐོས་པའི་མོད་ལ་ཡིད་བདེ་བར་བྱེད་པས་གསུང་འཇམ་པ) །ཡིད་དུ་
འོང་བ། (བརྗོད་བྱའི་དོན་བཟང་བས་ཡིད་འོང) །ཡིད་དུ་འཐད་པ། (རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་བཟང་
བས་ཡིད་དུ་འཐད་པ) །དག་པ། (འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པས་
དག་པ) །དེ་མ་མེད་པ། (ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་དེ་མ་མེད་པ་

ཞེས་བྱ། གསལ་བ། (ཆོག་དང་ཡི་གེ་སོ་སོར་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གསལ་བ) སྟན་ཅིང་
འདེབས་བ། (སྟ་སྟགས་ཅན་སྟོ་སྟོས་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྟ་བ་འདྲེས་པའི་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་སྟན་ཅིང་འདེབས་པ) མཉན་པར་འོས་བ། (སྟུབ་པས་ངེས་པར་འབྱུང་
བའི་ཕྱིར་མཉན་པར་འོས་པ) མི་ཚུགས་བ། (པ་རོལ་གྱི་སྟུ་བ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཅད་པར་
བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་ཚུགས་པ) སྟན་བ། (ཡིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྟན་པ) ཏུལ་
བ། (འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏུལ་བ) མི་རྩལ་བ། (བསྐྱབ་བ་བཅའ་བའི་བདེ་
བའི་ཐབས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མི་རྩལ་བ) མི་རྒྱངས་བ། (དེ་ལས་འདས་པ་ན་ཡང་དག་པར་ངེས་
པར་འབྱུང་བ་ཉེ་བར་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མི་རྒྱངས་པ) རབ་ཏུ་ཏུལ་བ། (ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་
འདུལ་བ་ཉེ་བར་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་ཏུལ་བ) རྣ་བར་སྟན་པ། (རྣམ་པར་གཡེང་བའི་
གཉེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣ་བར་སྟན་པ) ལུས་ཆེས་པར་བྱེད་བ། (ཉིང་ངེ་འཛིན་སྦྱིད་པར་བྱེད་པ་
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལུས་ཆེས་བྱེད་) སེམས་ཆེས་པར་བྱེད་བ། (ལྷག་མཐོང་གི་རབ་ཏུ་དགའ་བ་སྦྱིད་
པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་ཆེས་བྱེད་) སྦྱིང་དགའ་བར་བྱེད་བ། (ཐེ་ཆོས་གཙོང་པར་བྱེད་
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྦྱིང་དགའ་བར་བྱེད་པ) དགའ་བདེ་སྦྱིད་བ། (འོག་པར་ངེས་པ་སེལ་བའི་ཕྱིར་
དགའ་བདེ་སྦྱིད་པ) ཡོངས་སུ་གདུང་བ་མེད་བ། (སྟུབ་པ་པོ་འགྱོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་
སུ་གདུང་བ་མེད་པ) ཀུན་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་བ། (ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཕུན་སུམ་
ཆོགས་པའི་རྟེན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་བྱ་བ) རྣམ་པར་རིག་པར་བྱ་བ། (བསམས་པ་ལས་བྱུང་
བའི་ཤེས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྟེན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རིག་བྱ་བ) རྣམ་པར་གསལ་བ།
(སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དཔེ་མཐུད་མེད་པར་ཆོས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་གསལ་བ) དགའ་བར་བྱ་བ།
(རང་གི་དོན་རྗེས་སུ་ཐོབ་པ་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དགའ་བར་བྱ་བ) མཛོན་
པར་དགའ་བར་འོས་བ། (རང་གི་དོན་རྗེས་སུ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་
མཛོན་པར་དགའ་བར་འོས་པ) ཀུན་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་གཞུག་ཏུ་འོས་བ། (བསམ་གྱིས་མི་
ཁྱབ་པའི་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་པར་བྱ་བ་གཞུག་ཏུ་འོས་པ) རྣམ་

པར་རིག་པར་བྱ་བར་གཞུག་ཏུ་ལོས་པ། (བསམ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟོན་པ་ཉིད་
 གྱི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རིག་བྱར་གཞུག་ཏུ་ལོས་པ) རིགས་པ། (ཆད་མ་དང་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་
 རིགས་པ) འབྲེལ་བ། (རི་ལྟར་ལོས་པར་གདུལ་བྱ་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་འབྲེལ་བ) རྫོས་པའི་སྟོན་
 མེད་པ། (འབྲས་བུ་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྫོས་སྟོན་མེད་པ སེང་གའི་སྤྱ་ཡི་ཤུགས་ཅན།
 ལུ་སྟེགས་ཀྱི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་སྒྲག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྒྲད་ཅེས་བྱ) ལྷང་པོ་ཆེའི་སྤྱ་སྒྲད།
 (རྒྱ་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལྷང་པོ་ཆེའི་སྤྱ་སྒྲད) འབྲུག་གི་སྤྱ་སྒྲད། (ཐབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྲུག་གི་
 སྤྱ་སྒྲད) ལྷའི་དབང་པོའི་སྤྱ་དབངས། (གཟུང་བར་ལོས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལྷའི་དབང་པོའི་སྤྱ་
 དབངས) ཇི་ཟའི་སྤྱ་དབངས། (སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཇི་ཟའི་སྤྱ་དབངས) ཀ་ལ་མི་དྲུའི་སྤྱ་
 དབངས། (རྫོ་བ་དང་འཛེབས་པའི་ཕྱིར་ཀ་ལ་མི་དྲུའི་སྤྱ་དབངས) ཁངས་པའི་སྤྱ་དབངས་
 བསྒྲགས་པ། (ཐག་རིང་པོར་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཁངས་པའི་སྤྱ་དབངས་བསྒྲགས་པ) འད་
 འད་ཉེ་ཕྱེད་སྤྱ་དབངས་གྲགས་པ། (བྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བཟུལ་ཤིས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་དུ་འགྲོ་
 བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འད་འད་ཉེ་ཕྱེད་སྤྱ་དབངས་གྲགས་པ) ལྷ་ཡི་དབང་པོའི་དབངས་ལྟར་སྟོན་པ།
 (འདའ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷའི་དབང་པོའི་དབངས་ལྟར་སྟོན་པ) རའི་སྤྱ། (རའི་སྤྱ་ནི་
 བདུད་དང་སྒྲགས་འཆོལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བའི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་སྒྲད་
 ཅེས་བྱ) མ་ཁངས་པ། (བསྟོད་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མ་ཁངས་པ) མི་
 དམའ་བ། (སྤྲད་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་དམའ་བ) སྤྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
 རྗེས་སུ་ཞུགས་པ། (ལུང་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོན་ཉིད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་
 ཞུགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྤྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ) སྤྱ་ལུར་མ་ཆག་པ། (འོན་པ་
 ཉམས་པས་མི་གསུང་བའི་ཕྱིར་སྤྱ་ལུར་མ་ཆག་པ) མ་ཆང་བ་མེད་པ། (གདུལ་བྱའི་བྱ་བ་
 རྣམས་ལ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཉེ་བར་གནས་པའི་ཕྱིར་མ་ཆང་བ་མེད་པ) མ་ཞུས་པ། (རྟོན་པ་
 དང་བཀུར་སྟེ་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་མ་ཞུས་པ) མི་ཞན་པ། (འཛིགས་པ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མི་
 ཞན་པ) རབ་ཏུ་དགའ་བ། (མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་དགའ་བ) ལུབ་པ། (རིག་པའི་གནས་

ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པ་དང་ལྷན་པའི་བྱིར་བྱེད་པ་ ལྷན་པ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་
ཐམས་ཅད་སྤྱན་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་ལྷན་པ། ལྷན་ཆགས་པ། (ལྷན་མི་འཆད་པ་ཉིད་
ཀྱི་བྱིར་ལྷན་ཆགས་) འབྲེལ་པ། (རྣམ་པ་སྤྱོད་ཆོགས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་འབྲེལ་
པ) སྒྲ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱེད་པ། (སྒྲ་གཅིག་ལས་སྒྲའི་རྣམ་པར་རིག་པ་དུ་མ་ཉེ་བར་
གནས་པའི་བྱིར་སྒྲ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱེད་པ) དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་པར་བྱེད་པ།
(གཅིག་ལས་དོན་དུ་མའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཉེ་བར་གནས་པའི་བྱིར་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་
པར་བྱེད་པ) མ་སྤྲད་པ། (དམ་བཅའ་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གནས་པའི་བྱིར་མ་སྤྲད་པ) མི་འགྱུར་
པ། (དུས་ལ་བབས་པར་རབ་ཏུ་སྒྱུར་པའི་བྱིར་མི་འགྱུར་པ) མ་བརྟུན་པ། (རྟུན་པ་པོ་སྟེ་
བྲེལ་བའི་ཆ་བརྟུན་ཏུ་མི་གསུང་པའི་བྱིར་མ་བརྟུན་པ) ཁོང་ལྷག་ཀྱང་ཏུ་གསལ་པ། (རིང་
བ་དང་ཉེ་འཁོར་དུ་མཚུངས་པར་ཐོས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་འཁོར་ཀྱན་ཏུ་གསལ་པ) རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པ། (འཛིག་རྟེན་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་མཆོག་དང་ལྷན་པ) ལུབ་པ་
དགོངས་ལྷན་པ་ལ་འཕྲེ་སྟོན་ཅུང་ཟད་བཤུས་ཉེ་བའོ། རྒྱ་གར་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་
འབྲེད་ཀྱི་རྟོག་གོ་འབར་བར་ཡང་ཆོག་ཟུར་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་དེ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་
སོ། །བྱ་ཆོས་འབྱུང་དང་། ཀོང་སྤྱུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་དུ་འདྲེ་ལྟར་
གསལ་ཡོ། །

གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་ཙམ་བཞི། མདོ་དགོན་མཆོག་བཞེགས་སུ་གསུངས་པའི་གསུང་
དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་ཙམ་བཞི་ནི། མཉེན་འཇམ་ཡིད་འོང་ཡིད་དུ་འཐད། །དག་ཞིང་འི་མེད་
འོད་གསལ་འཇེབས། །མཉན་འོས་མི་ཚུགས་སྤྲོད་ཞིང་དུལ། །མི་རྒྱལ་མི་བརྒྱུང་རབ་ཏུ་
དུལ། །རྣམ་སྤྲོད་ལུས་དང་སེམས་ཆོས་བྱེད། །སྤྱིང་དགའ་བྱེད་དང་དགའ་བདེ་སྦྱེད། །ཡོངས་
སུ་མི་གདུང་ཀྱན་ཤེས་བྱ། །རྣམ་པར་རིག་བྱ་རྣམ་པར་གསལ། །དགའ་དང་མདོན་པར་དགའ་
བར་བྱེད། །ཀྱན་ཏུ་ཤེས་བྱེད་རྣམ་རིག་བྱེད། །རིགས་པ་དང་འབྲེལ་སྒྲོས་སྒྲོན་མེད། །སེང་གའི་
ང་རོའི་ལྷགས་དང་ལྷན། །སྒྲང་ཆེན་སྒྲ་དང་འབྲུག་གི་དབྱངས། །སྒྲ་དང་འི་ཟ་ག་པིང་

གསུང་འཛོམས། ཁ་གཏང་མེད། སྒྲིལ་མཆོག་ལྟ་བུའི་འཇམ་དུ་གྱུ་འཛོམས་བཟང་ལས།

ཁིལ་མ་དེན་གྱི་ཐུགས་སྐྱོན་ས་གསུང་འཕྲོས་གནང་རྒྱ་མི་འདུག་ལྟ་བུ། 2 གཏམ་གྱི་འཕྲོས།
གསུང་ཆངས་པའི་དབྱངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ཞིག་དེའི་སྐྱ་བཤད་ཆངས་
པའི་དབྱངས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

གསུང་མི་ཐད་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ། གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བ་དང་རྒྱ་མི་
འཆད་པའི་དོན། སྐྱ་བཤད་ནི། གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བས་ན་མི་ཐད་པ། རང་གཞན་གྱི་
དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བས་ན་རྒྱན། འཕྲིན་ལས་རྒྱན་མི་འཆད་བས་ན་འཁོར་
ལོའོ། །དེའི་ཚུལ་གསུང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཞོད།

གསུམ་ག གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད། འདི་ལ་གསུམ་ཁ་ཞེས་གྲིས་པ་སྤང་ཡང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་
དང་། དབྱ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ། དེམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་སོགས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་
ཐམས་ཅད་དུ་གསུམ་ག་ཞེས་འབྱུང་ངོ། །རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་
འདི་ཉིད་དག་པར་སེམས་ཏེ། རྟགས་འབྲུག་རྩ་བ་ལས། མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྱང་། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། རྗེས་འབྲུག་གི་མོ་ཡིག་“མ”འི་རྗེས་སྟ། མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་“ག”འབྲུག་པ་
བརྟེན་པའི་གཞུང་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དེ་ཡང་རྗེས་འབྲུག་བཅུ་དྲུག་གི་མོ་ཡིག་ང་མ་
འགསུམ་གྱི་རྗེས་སྟ། མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་གཟ་ད་བཟ་མཁ་ཟ་འལ་ལས། ང་ཉ་ན་མ། ར་
ལ་ཏ་ཨ་ནམས་ཅི་རིགས་པར་འབྲུག་ ཞིབ་པར་རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

གསུམ་དགལ <ཉི་ནུན་ན> ལྷ་བའི་མིང་ཡིན་པར་བཤད།

གསུམ་ཆ། དུམ་བུ་གསུམ་དུ་བགོས་པའི་ཆ་གཅིག

གསུམ་ལྷན། 1 གསུམ་དང་ལྷན་པ། 2 ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྷན་ལ་གཞིགས། 3 གསུམ་ལྷན་དུས།

གསུམ་ལྷན་དུས། <ཉི་ཏུ་ཡུ་གླི་> བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་དུས་སུ་དགེ་བཅུ་ཤེས་པར་སྟོན་ཅིང་སྟོང་
བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ཆ་ཅན་ཡང་མ་ཉམས་པར་གནས་པས་རྗོགས་ལྷན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་མི་
རྣམས་ཀྱིས་འཁྲིག་པ་སྟོན་ཅིང་མ་བྱིན་པར་གླངས་པས་སྟོན་བཅུད་ཀྱི་དཔལ་ཆ་བཞིར་

བཞོན་པའི་གཅིག་གི་བསྐྱེད་པའི་གསུང་པ་ལྟར་ཞེས་བྲལ་། དེའི་ཡུན་ཚད་ནི་༡༩༤༠༠༠ལ་གཅིག་
དང་ཉིས་འབུམ་དགུ་ཁྲི་དྲུག་སྟོང་ཡོད་པར་དུས་འཁོར་ལས་བཤད། གོང་དུ་བཤད་པའི་ལོ་
ཚད་དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཉི་མཁའ་ཆོས་ལུགས་ནང་ཡང་རིམ་རིམ་ཞིན་འབྱུང་བས། མ་སྟངས་དེ་དག་
ནང་བས་ཕྱི་རོལ་པའི་གཞུང་ནས་ཚུར་སྐྱབས་པར་ངེས་སོ། །

གསུང་ཚུ་རང་གི་བྱ་བྱུག་གི་བྱ་ལ་ཆ་བོད་དང་། དེའི་བྱུག་གུ་ལ་ཡང་ཆ་དང་། (ཡང་ཆ་ནི་རང་གི་པ་
ནས་བརྩིས་པའི་མི་རབས་བཞི་པ་ཡིན། དེའི་བྱུག་གུ་ལ་གསུང་ཆ་ཟེར། (གསུང་ཆ་ནི་རང་
གི་པ་ནས་བརྩིས་པའི་མི་རབས་ལྔ་པ་ཡིན། རོ་བོའི་སྒྲ་པ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱུ་གི་ནང་
ནས་བརྩིས་ཏེ་ལ་ནག་པོ་ཞེས་བས་རོ་བོ་བོད་དུ་བྱོན་ཁར་བྱོད་བོད་དུ་བྱིན་ན་པ་ལས་བྱ་རྩིག་
བྱ་ལ་ཆ་བོ་རྩིག་ཆ་བོ་ལས་ཡང་ཆ་རྩིག་ཡང་ཆ་ལས་གསུང་ཆ་རྩིག་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནས་
འཆལ་ཏེ་འགྲོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་ལོ། །

གསུང་། <གཞུང་། མི་ནག་པའི་ཡུལ་སྒོལ་ལ་ཆེ་འདས་བར་དོ་བའམ་དེ་ཟེའི་རིགས་ལ་དཀར་གསུང་།
མངར་གསུང་དང་རྩམ་པ་རྩམ་པ་སོགས་བསྐྱེད་པའི་མེར་བསྐྱེད་པའི་དེའི་སྤྱི་ན་གཏོང་།
ཞིག་གི་མིང་། འདི་ལ་གསུང་གཏོང་བ་ཟེར། མེར་འབྲས་སོགས་གདན་ས་ཆེན་པོ་ཁག་ལ་དེ་
འདྲ་བྱེད་སྒོལ་མེད། དེ་གོང་གསལ་པའི་ལུགས་སྒོལ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གསུང་གི་ལེགས་
སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་དོད་གཞུང་ཞེས་པ་དེའམ་དེ་མའི་དོན་ཡིན། སྤྱིར་བཤད་ནི། གསུང་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་གཞུགས་མཛེས་ཀྱི་མཆན་སྤྲུགས་ “སྤྱི་བྱ་བ་” ཞེས་པ་ལས་གསུང་ནས་མིང་དེ་
ལྟར་བཏགས་པར་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་ལྟར་ཆེན་པོའི་«གསུང་ཆོག་གི་རིམ་པ་ཡོད་བཞིན་འདོད་
འདྲོ་ལས་གསུངས་སོ། །གསུང་། བསུང་། དེ་བསུང་། དེ་རྣམས་དོན་གཅིག་རྩམ་གསུང་། མར་
གསུང་། དཀར་གསུང་། དམར་གསུང་ལྟ་བུ།

གསེག་ལ། དུམ་བུར་ཆག་པའི་དོའི་མིང་། རོ་ཆག་བྱུགས། ཡན་ལག་བརྒྱུད་པའི་སྤྱིར་བོའི་རྣམ་པར་
འབྲེལ་བའི་ཆོག་གི་དོན་གྱི་སྒྲ་ཟེར་། གསེ་རིག་གོ་བ་༡༩༤༠༠༠ལས། གསེག་མ་ནི། རོའི་དུམ་
བྱུགས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

གསེག་པར། (འདུལ་བ) བསོད་སྟོམས་བསྐྱར་བའི་བདག་གི་བྱེད། གསེལ་བྱེད་འཁར་གསེལ་རྣམས་
དོན་གཅིག

གསེབ་ལམ། སྒར་ལམ། ལམ་རྒྱུ་རྒྱུ་། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། ལམ་ཐུན་ནི་གསེབ་
ལམ་མོ། །ཞེས་གསུངས།

གསེབ་ལམ་གྱིས་འཆོ་བ། (འདུལ་བ) རྒྱན་པོ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཡིན་པར། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་
འབྲེལ་བར་བཤད་དོ། །

གསེར། 1 རིན་ཆེན་དང་པོ་ཟེར། 2 ཆེག་གི་འགོར་སྒྱུར་ན་ཞེས་འི་ཆེག་ཏུ་འབྱུར་བའི་ཆེག་ཅིག་སྟེ།
དཔེར་ན་སྒྱུ་གདུང་ལ་གསེར་གདུང་། ཞལ་རས་ལ་གསེར་ཞལ། ཆང་དང་བུར་བའི་རིགས་
ལ་གསེར་སྐྱེམས། བཀའ་ཡིག་ལ་གསེར་ཡིག་རྩ་བ་ལ་གསེར་སྒྲན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །

གསེར་སྐྱེམས། 1 ཆོས་སྦྱོར་ལ་འབྲུལ་རྒྱུ་འི་རྩ་ཁྲ་སོགས་ལ་གསེར་སྐྱེམས་ཟེར། 2 རྒྱལ་པོའི་བུར་
བ་ལ་རྒྱ་ནག་པས་གསེར་སྐྱེམས་ཟེར་བ་ཡིན་འདུག་ཅིང། སྔ་ཐུན་དེ་རིམ་པས་བོད་ཏུ་དར་
བར་སེམས་ཏེ། གསེར་སྐྱེམས་དང་། གསེར་ཞལ། གསེར་ཡིག་པ་རྣམས་རྒྱ་ནག་གི་བད་
ཡིན་པར། མི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་ཏུ་གསུངས་སོ། །3 ཞལ་སྐྱེམས་པའམ་སྒྲོམ་པའི་དུས་སུ་འབྱུང་
རྒྱུ་འི་བུར་བའི་རིགས་ལ་གསེར་སྐྱེམས་ཟེར། གསེར་ཞེས་པ་ནི་གསེར་ལྟར་རིན་ཐང་ཆེ་
བའམ་རྩ་བ་ཆེ་བའི་དོན་ཏེ་ཞེས་འི་ཆེག་ཅིག་གོ། དཔེར་ན་རྣམ་མཆོག་ལ་གསེར་སྒྲན་ཞེས་པ་
དང་། གདོང་ལ་གསེར་ཞལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །སྦྱོང་དོལ་སྒྲུ་མས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་
བཤད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཞལ་སྒྲོམ་པའི་སྐབས་སུ་བུར་བ་ཆ་ལྟ་བུ་བཞེས་རྒྱུ་ལ་གསེར་སྐྱེམས་
ཟེར་ཞིང་ཞེས་བྲས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ཆང་གི་ནང་ཏུ་འབྱུང་དང་གསེར་རྒྱག་སྟེ་ལུལ་བ་གསེར་
སྐྱེམས་སུ་བྲས་པ་བཅས་པོ་བའི་བབས་ཅོལ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། རྒྱ་གར་ཏུ་
བཟའ་བའི་རིགས་ལ་གསེར་ཤོག་དང་དཔུལ་ཤོག་རྒྱག་པའི་ལུགས་སོལ་ཡོད་ཅིང། དེར་སང་
ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་མངར་ཆའི་རིགས་ལ་དཔུལ་ཤོག་སྒྱུར་བ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ཅིང། གསེར་ཤོག་
དང་དཔུལ་ཤོག་རྒྱག་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་ཟས་དུག་སེལ་བའི་ཆེད་ཡིན་ལ། དེའི་སོལ་བོད་ཏུ་

བྱང་བར་ཡང་སྤྱི་དོ། །ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་༡༤ལས་གྲང་། གསེར་སྤྱེམས་
དང་གཡུ་སྟོན་སོགས་གྱིས་མཆོད་དོ། །གསེར་སྤྱེམས་ཞེས་བརྟུང་བར་གསེར་ལྷག་བ་དང་།
གཡུ་སྟོན་སྟོག་བ་ཡིན་ཟེར་ཡང་མ་དག་པ་སྟེ་བཟའ་བའི་སྟེང་དུ་གཡུ་བཟང་པོ་བཞག་པར་
སྤང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན། 1 གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན། 2 གསེར་འབྲུ་སྟེ་ཁང་པའི་ཅེ་ཐོག་གི་
གསེར་རྒྱལ། རོ་རྩུ་བ་ཆེན་པོ་ནག་ཆོས་མཛད་པའི་བསྟོན་པ་བརྒྱད་ཅུ་བ་ལས། འར་ཕྱོགས་
ཟ་དོར་ཡུལ་མཆོག་ན། །དེ་ན་གོང་ཁྱེད་ཆེན་པོ་ཡོད། །འི་ཡ་མ་ནི་བྱ་ར་ཡིན། །དེ་ཡི་དབུས་ན་
རྒྱལ་པོའི་ཁབ། །པོ་བྱང་ཤིན་རྟུ་ཡངས་པ་ཡོད། །གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཅན་ཞེས་བྲ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

གསེར་གྱི་སྟོ། 1 གསེར་གྱིས་བཟོས་པའི་སྟོ། 2 སྤྱི་གཙུག་ལའང་འབྲུག་སྟེ། རེ་འེ་སྤྱུགས་རིམ་ཆེན་
མོ་༡༤ལས། གསེར་གྱི་སྟོ་ནི། སྤྱི་གཙུག་སྟེ། ཞེས་གསུངས།

གསེར་གྱི་མངལ། ལྟ་ཆངས་པའི་མིང་སྟེ། གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་པར་ལས་སྤྱེས་པས་དེ་སྐད་
ཅེས་བརྗོད། ཡང་བཤད་ཅུ་ལ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ལ། གསེར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྟོང་ནི་
གསེར་ཡིན་ལ་དེའི་སྟེང་པོ་ནི་མངལ་ཉེ་དེ་ལས་བྱུང་བས་སོ། །དེའི་རྒྱུ་ལས་ཀྱང་ན་གསལ།
གསེར་གྱི་མཆོད་སྟོང་། གསེར་གྱི་ཀ་བ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་
བཤད་པ་༼ ཚུ །༡༤ན་ལས། གསེར་གྱི་མཆོད་སྟོང་ཞེས་བྲ། བཞི་གསེར་གྱི་ཀ་བའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

གསེར་གྱི་གཏན་པ། བང་ལེབ་ལྟ་བུའི་གསེར་ལེབ་མོའི་མིང་།

གསེར་གྱི་ཐང་མ། གསེར་མང་པོ་ཐང་ལ་བཟམ་པའི་ཕྱང་པོ།

གསེར་གྱི་མདོག་ཅན། གསེར་གྱི་མདོག་ཅན། གཞུང་མང་པོར་དམར་སེར་དང་དོན་གཅིག་པར་
བཤད།

གསེར་གྱི་པར། 1 གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་པར། 2 གསེར་གྱི་རྟོང་བྱ་པར་འདྲིའེབས་ཅན། གསེར་

ལས་བཅོས་པའི་མཆོད་ཀོང་། སྤྱོད་འདུག་ལས། གསེར་གྱི་བརྒྱ་ཆར་དུ་དངར་བའི་ཡི། །རིན་
ཆེན་སྒྲོན་མེ་ནམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བསྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདི་ལ་ཆོག་འགྲེལ་
གཞན་ཡང་སྤྲད།

གསེར་གྱི་སྤང་བ། 1 གསེར་གྱི་དྲོག་པོ་མང་པོ་སྤྱད་པ་སོགས་ལ་བརྒྱས་པའི་རྒྱ། 2 གསེར་ལས་
བྱས་པའི་མགོ་བོའི་རྒྱ་ན་ཞིག་སྒོ་བ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་གསུང།

གསེར་སྤྱིང་། 1 རྩོམ་རྩེའི་སྒྲ་མ་གསེར་སྤྱིང་བ་འཁྱུངས་པའི་ཡུལ་གྱི་མིང་། བྱི་ལོ་༡༠༠༧། ༣། ༤ རྩོན་
ལ་གོང་ས་ལ་རྒྱལ་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་གྱི་
གསུང་ཆོས་བཀའ་འཛིན་ཆེ་སྐབས། གསེར་སྤྱིང་ཞེས་པ་ཨིན་ཏོ་ཌོ་ཤི་ཡ་Indonesia ཞེས་པའི་
ཡུལ་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད་སོང་། 2 སུ་ཡུ་ཁྱིམ་པ་སྤྱི་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་མི་མེད་པའི་གསེར་
སྤྱིང་ཞིག་སྤྱི་གསེར་སྤྱིང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་རྒྱུང་ཞིག་ལ་བཞེད། 3 ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་པེ་གུ་
ཞེས་པའི་རྩྭ་མའི་Pegu, Burma རྒྱལ་ས་དེ་ཡིན་པའི་འོལ་ཆོད་བྱེད་མཁན་ཡང་འདུག

གསེར་སྤྱིང་བ། རྒྱ་མ་གསེར་སྤྱིང་བ་ལ་གཞིགས།

གསེར་འགྱུར་ཅི། ལྷགས་ཟངས་སོགས་གསེར་དུ་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་ཅི་སྟེ། དབུལ་རྒྱ་ཡང་ཟེད།
འདིའི་སྐོར་ཞིབ་པར་རྩེའི་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོར་གསལ།

གསེར་དབུལ་ལེན་པའི་སྤང་བ། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་བཙོ་བརྒྱད་བ། གསེར་དབུལ་ལེན་
པའི་སྤང་པའི་དོ་རྟེན། བཅས་ལྡན་དག་སྤྱོད་གིས་རང་གི་རིན་པོ་ཆེ་རུང་བ་མ་བྱས་པ་ལ་རང་
ངས་བསྐྱོས་པས་རེག་པ་ལས་ལྷུང་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྱོད་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་
དུག་སྤེས་གསེར་དབུལ་ལ་རེག་པ་ལས་སྤང་པའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་ནོར་
གྱི་སྤྱོད་པ་འཕེལ་བའོ། །

གསེར་སྟན། རྩ་བའི་ཞེས།

གསེར་གཏུང་། 1 རྒྱ་མའི་སྤྱ་གཏུང་། གསེར་ནི་འདྲིར་ཞེ་སའི་དཔེར་གསེར་ཞལ་དང་གསེར་སྟན་ལྟ་
བུ་ཆོག་ཡིན་ལ། གཏུང་ནི་སྤྱ་གཏུང་དོ། །དཔེར་ན་དགའ་ལྡན་གསེར་གཏུང་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་

ལྟ་བུ། 2 གསེར་ལས་བཅོས་པའི་སྒྲ་མའི་སྒྲ་གདུང་བཞུགས་པའི་མཆོད་རྟེན། 3 གསེར་ལས་
བཅོས་པའི་མཆོན་ཆ་གདུང་།

གསེར་དབྱིག་ཤིང་འཛོལ་དབྱུང་པོ་ཞིག་གིས་ཤིང་བཅོངས་པའི་རིན་ཏུ་དོང་ཅེ་གཉིས་ཤིག་བྱུང་བ་
དེ་སངས་རྒྱལ་གསེར་ཐུབ་དང་དེའི་ཉན་ཐོས་དང་བཅས་པར་དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཐུལ་
བའི་དགེ་བའི་རྩ་བས། བསྐྱལ་བ་དགུ་བཅུ་རྩ་གཅིག་གི་བར་དུ། ལག་ན་གསེར་གྱི་དོང་ཅེ་
རྟག་ཏུ་ཐོགས་པར་སྦྱེས་པར་གྱུར་ཏོ། །འདི་མདོ་མཛེས་སྒྲན་མདོ་ཟླ་ ༩ ༡༩༠བ་༥ན་
བཞུགས་སོ། །

གསེར་ཞལ། གདོང་གི་ཞེས་སྟེ། རྒྱལ་པོ་དང་སྒྲ་མ་སོགས་མི་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་རས།
གསེར་ཞོ་གང། གསེར་རྩ་རས་gram རྩག་ཅམ་གྱི་ལྗེད་ཆད་ཀྱི་མིང། དེ་ལ་རགས་རྩིས་ཕྱེད་ན་གྱེ་
མ་ཀ་ར་ teaspoon ཐུར་མ་འབྲིང་ཆད་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཅམ་གྱི་ལྗེད་ཆད་ཡོད། ཞིབ་པར་ཞོ་
གང་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

གསེར་འོད། 1 གསེར་གྱི་འོད་དམ་བཟག་མདངས། 2 གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་གྱི་འོད། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་
ཆེན་པོའི་སྐབས་གསུམ་མ་ལས། གསེར་འོད་འབྱུག་པའི་དཔལ་གྱིས་བརྗོད་པའི་སྒྲ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

གསེར་ཡིག་བཀའ་ཡིག་གསེར་ནི་འདྲིར་ཞེས་འཛིན་ཆོག་གོ།

གསེར་ཡིག་པ། 1 རྒྱལ་པོ་སོགས་གོང་མའི་བྱང་ཡིག་ 2 ཡང་ན་རྒྱལ་པོའི་ཡིག་སྦྱེལ་བར་ཆེན།
འ་རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་པའི་རང་རྣམས་དུ་ཀླ་པའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་ལ་གཞིགས་ན་ཤེས་ཐུབ།
གསེར་ཡིག་པ་དང་། གསེར་ཞལ། གསེར་སྦྱེམས་རྣམས་རྒྱ་ནག་གི་བད་ཡིན་པར། མི་ཤིའི་
གྲུར་ཁང་དུ་གསུངས། རྒྱལ་པོའི་བྱང་ཡིག་དང་བར་ཆེན་ལ་གསེར་ཡིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི།
ཞེས་བྱས་པ་རེད། དཔེར་ན་གདོང་ལ་གསེར་ཞལ། བུང་བ་ལ་གསེར་སྦྱེམས། གཏོར་མ་ལ་
གསེར་གཏོར། ༥་མཆོག་ལ་གསེར་སྒྲན་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། 3 ས་གནས་ཁག་ལ་
བལྟ་རྟོག་ཀྱི་མིའི་སྒྲ་ཆ་བ། གསེར་ཡིག་པའི་གོ་དོན་ཐོག་མཐའ་གཉིས་པོ་ལྟ་བུ་པའི་རྒྱལ་

ཕྱི་མ་སྡེ་ཆེན་མཆོད་ཆེན་ལོ།

གསོག་འཛོག་ཏུ་སོང་བ་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) གསོག་འཛོག་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད་དང་དོན་འདྲ།
 གསོག་འཛོག་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་སོ་བརྒྱད་པ། གསོག་འཛོག་
 བྱས་པ་ཟ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་དོན་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གིས་སྤྲོད་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་
 བ་རང་གིས་གསོག་འཛོག་ཏུ་བཞག་པའམ་རང་དང་ཆོ་ག་གཅིག་པས་གསོག་འཛོག་ཏུ་
 བཞག་པ་ཁམ་གང་ཡན་ཆད་ཆོས་པ་ལས་གྲུར་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྤྱོད་གཞི་ནི།
 མཉན་ཡོད་དུ་དགེ་སྤྱོད་ནག་པོས་གསོག་འཛོག་བྱས་པ་ཆོས་པ་ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་
 སོ། །དགག་བྱ་ནི་ཟས་ལ་སྤང་བ་ཆེ་བའི་སྒོ་ནས་གཞན་དག་མ་དད་པར་འགྱུར་བའོ། །

གསོག་གསོབ། གསོབ་གསོག་དང་འདྲ། བཤ་ཆེན་ཤྱག་མཆོག་པས། གསོག་དང་གསོབ་ཅེས་བྱ་བ་
 བྱི། །སྤྱ་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསོང་པོར་སྤྲ་བ། གྲང་པོར་སྤྲ་བ། བད་རྟེན་ལ་སྤར་སྤྲ་བའི་དོན་ལའང་འདུག་པར་བཤད། བཤ་ཆེན་
 ཤྱག་མཆོག་པས། མིང་ཡིན་གསོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ། །གྲང་ཞིང་གསལ་བའི་མིང་དུ་འདོད། །ཅེས་
 གསུངས་སོ། །

གསོང་ལྗོང་། (འདུལ་བ) ལྗོང་ཁུང་གི་ཤ་མཆུའི་མིང་དུ་འདུལ་བ་ལས་བཤད། ཅེས་ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱང་
 གསུང་། གཤ་པ་མི་བསྐྱོད་དོན་འདུལ་སྤྲིག་ལས། གསོང་ལྗོང་ནི་ཁུང་ལ་གཏོར་ཁུང་གི་ཤ་
 བཅུགས་པའམ། སྤྲགས་རྒྱགས་གཏོར་ཁུང་གི་ཤ་མ་བཅུགས་པར་ཁུང་ཉི་ཆེ་བསྐྱོས་པ་སྟེ་
 ཆབ་ཁུང་དེ་གཉིས་གང་རུང་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། དག་ཡིག་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས།
 གསོང་ལྗོང་ཞེས་པ་ཁོང་སྟོང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །མདོ་རྩ་བ་ལས། གསོང་
 ལྗོང་ངམ་སྤྲག་རྒྱགས་སོ། ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་རང་གི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ཟུ ༡༧་པ་བལ་ལས།
 གསོང་ལྗོང་ངམ་སྤྲག་རྒྱགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་གཙང་བའི་ལས་ཤོད་དམ་ཁང་སྟེང་ཉིང་དུ་
 བྱའོ། ཞེས་གསུངས། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ ༩ ༡༩༩ནས་ལས། རྒྱས་པའི་འཁྲུལ་འཁོར་སྤྱི་ལ་
 སྤྲ་ལ། །རྒྱ་བས་ཡོངས་སུ་དགིས་གྱུར་ཅིང་། །མི་གཙང་རྒྱས་པ་བྱིང་བ། །གཞན་ལ་སྟེན་ཅིང་
 བདག་གིར་བབྱིད། །བཙོག་པས་བལྟམས་པའི་རྒྱལ་པ་བདག །གསོང་ལྗོང་པོལ་མིག་ངན་

གསོལ་བ་འདེབས་པ། ལྷ་བ་འབྲུལ་བ། དེ་ཡང་གསོལ་བ་ནི་ལྷ་བ་དང་། འདེབས་བ་འབྲུལ་བ་འདོན་
ཡིན། ཞེས་ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཞལ་སྡེ་ནས་ཡང་ཡང་ཐོས་ཤིང་། ལྷ་བ་
མཆོག་གསལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་དགའ་ལྗན་ལྷ་བརྒྱ་མའི་ཁྱིམ་ཏུ་འདྲེན་ལྷ་བ་གསལ་ལོ། །
གསོལ་བ་ཕྱར་ཚུགས་སུ་འདེབས་པ། སྐྱབས་ལུལ་གཅིག་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་བ་ལ་ཟེར། སྐྱ་
བ་ཤད་ནི། ཕྱར་བ་ས་ལ་འདེབས་ཆེ་གནས་གཅིག་རང་ཏུ་འདེབས་བ་ལྷར་འདྲིའི་གསོལ་
འདེབས་ཀྱང་ལུལ་གཅིག་རང་ལ་བྱེད་བསམ་ན་དེ་ལྷར་ཏུ་བརྟེན།

གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་ལས། (འདུལ་བ) གསོལ་བ་ཅམ་ཞིག་ཆང་བའི་ལས།

གསོལ་སྒྲན། སྒྲན་གྱི་ཞེས།

གསོལ་བ་ཞིའི་ལས། (འདུལ་བ) གསོལ་བ་གཅིག་དང་བརྟེན་བ་གསུམ་ཆང་བའི་ལས། བརྟེན་བ་
གསུམ་ནི། བརྟེན་བ་དང་པོ་ཉིད་ལན་གསུམ་ཏུ་བརྒྱས་བ་ཡིན། བརྟེན་བ་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལ་
ཡང་། རོ་བོ་བརྟེན་པ། བྱ་བ་བརྟེན་པ། བྱེད་བ་བརྟེན་པ་གསུམ་གསུམ་ཡོད། བསྐྱེན་ཚོགས་ཀྱི་
སྒྲོམ་བ་ལྷ་བྱ་ལ་སྐྱར་ན། དགེ་འདུན་བཙུན་བ་རྣམས་གསལ་ཏུ་གསོལ། ཆེ་དང་ལྗན་བ་མིང་
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི། མཁན་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་བར་ཚོགས་པར་
འཆོལ་ན། ཆེ་དང་ལྗན་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི། མཁན་པོ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་
འདུན་ལས་བསྐྱེན་བར་ཚོགས་པར་གསོལ་ཏེ། སྐྱེས་བ་ཡང་ལགས། སྐྱེས་པའི་དབང་པོ་དང་
ཡང་ལྗན། ལོ་ཉི་ཤུ་ཡང་ལོན། འདིའི་ཆོས་གོས་གསུམ་དང་། ལྷུང་བཟེད་ཀྱང་ཆང་། བར་ཆད་
ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་དག་གོ་ཞེས་དེ་ཁོ་ཉིད་མཆོག་སྟེ། ཆེ་དང་ལྗན་བ་མིང་འདི་ཞེས་
བགྱི་བ་འདི། མཁན་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་བར་ཚོགས་པར་གསོལ་
ན། གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན། དགེ་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་
ཅིག་དང་། དགེ་འདུན་གྱིས་ཆེ་དང་ལྗན་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ། མཁན་པོ་མིང་འདི་ཞེས་
བགྱི་བས་བསྐྱེན་བར་ཚོགས་པར་མཛད་དོ། །འདི་ནི་གསོལ་བ་ལོ། ། (གསོལ་བ་ཐལ) (མདོར་
ན་དགེ་འདུན་བཙུན་བ་རྣམས་གསལ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་བ་ནས། འདི་ནི་གསོལ་བ་ལོ། ཞེས་

པའི་བར་གྱིས་གསོལ་བའམ་གསོལ་འདེབས།) བཛོད་པ་ (བཛོད་པ་ཞེས་པ་ཆེག་ཏུ་བཛོད་པ་
 ཅམ་ལ་མེ་ཟེར་གྱི། ཡང་ཡང་བསྐྱར་བའི་དོན་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། སྒྲིམ་དཔོན་ཆོས་བཤེས་གྱི་
 འདུལ་བ་མདོ་རྩེ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་སྟོང་ཆ་པལ་སྟེ། བཛོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆེག་ཏུ་བཛོད་
 པའི་དོན་ཏེ། རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆེག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདིར་ཡང་བཛོད་པ་ནི་
 ལན་གསུམ་དུ་བརྒྱས་དགོས་པ་སྟེ། རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དོན་ལ་གནས་སོ། དང་པོ་ལ་
 ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། དགེ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོལ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་མིང་འདི་
 ཞེས་བགྱི་བ། མཁན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་
 འཆའ་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི། མཁན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས།
 དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་གསོལ་ཏེ། རྒྱུ་ཞེས་པ་ཡང་ལགས། རྒྱུ་ཞེས་པའི་དབང་པོ་
 དང་ཡང་ལྡན། ལོ་ཉི་ཤུ་ཡང་ལོན། འདིའི་ཆོས་གོས་གསུམ་དང་། ལྷ་བཟེད་ཀྱང་ཆང་། བར་
 ཆད་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་དག་གོ་ཞེས་ཁོ་ན་ཉིད་མཆི་སྟེ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་མིང་འདི་
 ཞེས་བགྱི་བ་འདི། མཁན་པོ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་
 གསོལ་ན། དེའི་སྐད་དུ་དགེ་འདུན་གྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ། མཁན་པོ་འདི་
 ཞེས་བགྱི་བས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་མཛད་ན། ཆེ་དང་ལྡན་པ་གང་དག་ཆེ་དང་ལྡན་པ་
 མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ། མཁན་པོ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་དགེ་འདུན་ལས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་
 པར་མཛད་པར་བཟོད་པར་དེ་དག་གིས་ཅང་མ་གསུང་ཞིག་གང་དག་མི་བཟོད་པ་དེ་དག་ནི་
 གསུངས་ཤིག (བཛོད་པ་དང་པོ་ཐལ) (བཛོད་པ་གཉིས་པ་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ་བྱས་ལ་
 གཉིས་པ་བྱ) (བཛོད་པ་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་ལས་ཆགས་པ་ཡིན་ཏེ།) མདོ་རྩེ་བ་ལས།
 བཛོད་པ་ཐ་མ་གང་ཡིན་པའི་ཆ་གསུམ་པ་ལ་བྱུབ་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། བསྐྱེན་
 རྫོགས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་འཕོག་པའི་ཆོག་ལ་བཛོད་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་བཛོད་པ་དང་པོ་གཉིས་ཐལ་
 ནས། བཛོད་པ་ཐ་མའི་ངོ་བོ་བཛོད་པ། བྱ་བ་བཛོད་པ། བྱེད་པ་བཛོད་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་ངོ་བོ་
 བཛོད་པ་དང་། བྱ་བ་བཛོད་པའི་གསོལ་ན་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ། རྒྲིམ་པ་འཕོག་པ་པོས་སྐད་

གཟེངས་མཐོ་བ་དང་། སེ་གོལ་གྱིས་བད་སྤོད་པ་དེའི་ཆེ་བསྐྱབ་བྱས་ཡིད་གཞན་དུ་མ་ཡེངས་
 ཤིང་ཐེ་ཆོས་དང་ཡིད་གཉིས་མེད་པར་བསྐྱེས་སྟེ་ཉན་ནས་སྟོམ་པ་ཐོབ་དུས་ཤེས་པའི་སྟོན་ནས་
 དེའི་རྒྱད་ལ་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནམ་པར་དག་པ་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་མཆི་སྟེ་ཡན་
 ཆད་ཐོ་བོ་བརྟེན་པ། དེ་ནས་གསོལ་ནའི་བར་བྱ་བ་བརྟེན་པ། དེའི་སྤྱད་དུ་མན་ཆད་བྱེད་པ་
 བརྟེན་པ་ཡིན་པས། རོ་བོ་བརྟེན་པ་སྟོན་དུ་སོང་ནས་བྱ་བ་བརྟེན་པ་རྫོགས་པའི་གསོལ་ན་
 ཞེས་པ་འགག་པ་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱབ་བྱའི་རྒྱད་ལ་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནམ་པར་དག་པ་
 སྟེས་པ་ཡིན། དེའི་ཆེ་མཁན་སོ་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་སྟོབ་དཔོན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །དོགས་
 གཙོད། ཡོངས་གྲགས་སུ། གསོལ་བཞིའི་ལས་ཞེས་པ་བརྟེན་པ་གསུམ་དང་གསོལ་བ་གཅིག་
 གི་ལས་ལ་ཟེར་མོད། སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་འགྲེལ་རྒྱུ་
 ཉན་པས། གསོལ་བ་གསུམ་དང་། ལུ་བ་དང་བཞིའི་ལས་ཀྱིས་ཅིག་ཅར་རབ་ཏུ་གྱུར་བསྟེན་
 པར་རྫོགས་པ་མཛད་པར་འཐོབ་སོ། །ཞེས་གསོལ་བ་གཅིག་དང་ཟེར་རྒྱུའི་ཆབ་ཏུ། ལུ་བ་དང་
 ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། བརྟེན་པ་གསུམ་ཟེར་རྒྱུའི་ཆབ་ཏུ་གསོལ་བ་གསུམ་དང་ཞེས་ཐ་སྙད་མི་
 འད་བར་གསུངས་སོ། །

གསོས། གསོས་སུ་གྱུར་པ་ལ་གཟེགས།

གསོས་སྤྱག་བྱ་ཆབ།

གསོས་བྱ། གསོས་སྤྱག་དང་འབྲ།

གསོས་སྤྱན། སྤྱན་གྱི་མིང།

གསོས་སུ་གྱུར་པ། གྲོགས་སུ་གྱུར་པ། རྒྱ། རྒྱེ། ཆ་རྒྱེ། བན་པའི་རྒྱེ། འཛོ་རྒྱེ། འོག་འཛོ་པའི་
 རྒྱེ། འོག་འཛོ་པའི་རྒྱེ་དུ་གྱུར་པ། དཔེར་ན་སྟོ་སྟོང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་༣༥༡པས། འདི་མེད་
 ན་ཡོན་ཏན་དུ་མིང་བཏགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་འཛིན་གྱི་གསོས་སུ་སོང་ནས་ཉན་
 མོངས་པ་འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་ཉན་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

གསོས་སུ་འགྱུར་པ། གསོས་སུ་གྱུར་པ་དང་འབྲ།

བསགས་པ། (བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་འདས་པ) 1 བསྐྱ་བྱ་བ་བྱས་པ། བསྐྱས་པ་འཕམ་འདུས་པ། འཛོགས་པ།
བསྐྱབས་པ། བསྐྱན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན། གསོག་པ། བསགས་པ། བསག་པ། སོག 2 (མིང་ཆོག)
ཆོགས་པ། ལུས། རིན་ཆེན་བྲེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་༽ ག ༡༩༠ན་པ་ལས། ལུས་ནི་
བསགས་པ་སྟེ་ལག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བསགས་ལ་མ་བྱས་པའི་ལས། རྒྱ་སེམས་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་བའི་བྱ་བ་ལ་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་
ལ་ཟེར། དཔེར་ན་ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བརྒྱ་བའི་ཕྱིར་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་། སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་
བརྒྱ་བར་བྱའོ་སྟམ་པ་དང་། དག་གིས་ཀྱང་བརྒྱ་བར་བྱའོ་ཞེས་སྟེས་ཀྱང་། དངོས་སུ་ལས་དེ་
མ་བྱས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ལས་རྣམས་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ། མདོ་༽ ས ༡༩༡ན་པ་ལས།
དེ་ལ་བསགས་ལ་མ་བྱས་པའི་ལས་ཡོད་དེ་དེ་གང་ཞེ་ན། ལས་གང་ལུས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་བྱས་པ་དེ། སེམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ཤིང་ཆོག་ཏུ་ཡང་ལས་འདི་
བྱའོ་ཞེས་སྟེས་ལ་དེ་ལ་མ་བྱས་པ་སྟེ། ལས་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བསགས་ལ་མ་བྱས་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བསང་སྤངས་བསྐྱེད་བྱིན་རྒྱབས་བཞི། ཉང་མཆོད་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་ལ་གནས་པའི་བགཏགས་བསང་།
སྟོང་བར་སྤངས། ལ་ལྟ་དང་བདུད་ཅི་ལྟ་སྤར་མེད་གསར་དུ་བསྐྱེད། འབྲུ་གསུམ་གྱིས་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་བཞིའོ། །

བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ལྟ། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ། རོར་བུ་སྟགས་སྟོན་
མཐུད་སྤྱད་ཀྱི་རྟུ་པ་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ། རྣལ་འབྱོར་པའི་མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བཅུའི་ལས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
འཕྱིན་ལས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་སྟེ་ལྟའོ། །

བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པར་བསྟོད་པ། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛོད། པ་ཆབ་ཀྱི་འགྲུར།
བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲལ། སྟན་
དང་སྟགས་དང་རོར་བུ་དང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་མཐུ་དང་རྟུ་པ་ལྟ་

བུལོ། །རྩེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསལ་བ་ལྟར་རྟོ། །

བསམ་གཏན། <རྒྱ་ན་> ། དམིགས་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་གཡོང་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་
 པའི་དགེ་བ། ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་ན་གསལ། རབ་དབྱེ་ནི། ཆེ་འདི་ལ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་
 གནས་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན། ཡོན་ཏན་མངོན་པར་བསྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན། སེམས་
 ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ་མོ། །དེས་ཆིག་ནི། རྒྱུ་སེམས་པ་ལ་བྱས་
 རས་སེམས་པ་འཕམ་བུན་བ་གཏོད་པར་བྱེད་པས་ན་བསམ་གཏན་མོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི། བསམ་
 པ་འཕམ་སེམས་དམིགས་ལུལ་ལ་གཏན་དུ་གནས་པས་ན་དེ་སྤྱད་ཅེས་བུལོ། །བྱ་ཉི་རིན་ཆེན་
 གྲུབ་ཀྱི་བསྐྱབ་འབར་མའི་རྣམ་བཤད་ལས། བསམ་ཞེས་པ་ནི་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་
 གཏོད་པའི་སེམས་དང་། གཏན་ཞེས་པ་རྒྱན་ལ་འཇུག་པས། སེམས་དམིགས་པ་ལ་གཏན་
 པའི་རྒྱན་དེ་ཉིད་ལས་མ་གཡེལ་བས་ན་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །བསམ་
 གཏན་གྱི་སྤྱོད་བཤད་དང་དེས་ཆིག་གི་སྐོར་རྒྱས་པ། རྩེ་གྲུང་ཐང་པའི་བསྐྱབ་འབར་མའི་རྣམ་
 བཤད་ན་གསལ་བ་ལ་བལྟ་བར་བུལོ། །² རྩོགས་རིམ་གྱི་སྦྱོར་བ་ཡན་ལག་དུག་གི་བསམ་
 གཏན་ནི། འདོད་ཡོན་རྣམས་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་བཏབ་ནས་སྒྲོམ་པ་ཅན་དུ་མ་ཟད་གྱི་དེ་དག་
 ལྟར་བསྒྲོམས་ནས་ལོངས་སྟོང་པའི་ལུས་དཔེན་མོ། །རྩེ་ལམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ལ་གཞི་བྱས།
 སོར་བསམ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། དེ་གཉིས་ཀའང་འདོད་ཡོན་ལ་ལོངས་སྟོང་པ་ལམ་དུ་
 བྱེད་པ་འདྲ་ཡང་། འདོད་ཡོན་རྣམས་ལྟར་སྒྲོམ་པ་དང་མི་སྒྲོམ་པའི་ཁྱད་པར་རྟོ། །གཞན་ཡང་
 རྩེ་ལམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ལས། དང་སོར་སོར་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱབས་སུ་ལུལ་དབང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་
 རྣམས་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྲུར་དུ་ལྷ་བ་ལ་བསྐྱབས། དེ་བཟུན་པ་ན་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་འགྲུར་
 ལྟར་འཆར་བའི་བསམ་གཏན་ལ་བསྐྱབ་པོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བསམ་གཏན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར། ཡིད་གིས་བསྐྱེད་པ་འཕམ་བསྒྲོམས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར། བསམ་གཏན་
 གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོ་ག་ནི། སྒོ་བ་དཔོན་ལྟའི་རྣམ་འགྲུར་ཤིན་ཏུ་བཟུན་པ་དང་། སྒོ་བ་ཅུལ་
 ཆོན་གྱིས་བྱི་བའི་ཡོ་བྱད་མི་རྩེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་བསམ་དུ་གསུངས་ཀྱི། སྤྱི་ལོ་

དབང་དུ་བྱས་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་ཟླེའི་དབང་དོན་དེ་ཉིད་རབ་གསལ་གསུང་།
བསམ་གཏན་གྱི་ཆོས་དུག་རེ་བ་སྤངས་པ། ཟང་ཟེང་སྤངས་པ། བྱིས་སྤངས་པ། ཉག་ས་ན་གནས་པ།
དམིགས་པ་བརྟན་པ། གཅིག་བྱུར་གནས་པ་དང་དུག་གོ།
བསམ་གཏན་གྱི་དེ་ཁོན་ཉིད། བསམ་གཏན་གྱི་དེ་ཉིད་དང་དོན་འདྲ།
བསམ་གཏན་གྱི་དེ་ཉིད། བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟེན་པའི་དེ་ཉིད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། མེར་གནས། སྤྱ་བ་ཤད་ནི།
སྤྱ་མཐས་ཐར་བ་སྟེར་བའི་དེ་ཉིད་དམ་བསམ་གཏན་གསུམ་བསྟོམ་པ། དེ་ཉིད་གསུམ་ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པ། (མཛོད) བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དག་པ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འཆལ་ཚུལ་
ཀྱན་ནས་སྟོང་བའི་ཀྱན་སྟོང་འགོག་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་པ་དེ་བསམ་གཏན་གྱི་
སྟོམ་པའི་མཚན་ཉིད། ཅེས་པ་ཏ་ཆེན་སྟོ་གྲོས་ལེགས་བཟང་གི་འདུལ་ལྷོག་རིན་ཆེན་ཐེང་བའི་
དགོངས་རྒྱན་ལས་བཤད། མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པ་ནི་གཟུགས་ན་
སྟོང་པ་ནམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ནོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། མཆིམས་མཛོད་ལས། སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གི་གཟུགས་ཟག་
བཅས། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ཟག་བཅས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་
ལས་སྟེས་པའི་སྟོང་བདུན་ལྟ་བུ། ཡང་མཛོད་ལྷོག་ཐར་ལས་གསལ་བྱེད་ལས། གཟུགས་སུ་
གཏོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པའི་མཚན་ཉིད། ཅེས་གསུངས། ཡང་
བཤད་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དག་པ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འཆལ་
ཚུལ་གྱི་ཀྱན་སྟོང་འགོག་པའི་སེམས་ལ། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །
བསམ་གཏན་གྱི་ཆོར་མ། (མཛོད) བསམ་གཏན་ནམ་སྟོམ་གྱི་བར་ཆད། སྤུའམ། སྤྱང་ཅོར། ལྷུང་སྤྱ་
སོགས། བསམ་གཏན་ནམ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པས་ཆོར་མ་ཞེས་
བཏགས་སོ། །
བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྟོམ་པ། (མཛོད) མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པ་ནི་

གཟུགས་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ནོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་མཆོངས་མཛོད་ལས། སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གི་
 གཟུགས་ཟག་བཅས། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། ཟག་བཅས་ཀྱི་
 མཉམ་བཞག་ལས་སྦྱེས་པའི་སྤྱོད་བདུན་ལྟ་བུ། སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གི་གཟུགས་ཟག་མེད།
 ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། ཟག་མེད་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ལས་སྦྱེས་པའི་
 སྤྱོད་བདུན་ལྟ་བུ། དེ་གཉིས་ལ་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། སེམས་
 ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་བྱེད་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་དེ་ལས་
 ལྷོག་སྦྱེ་སེམས་གཡེངས་པ་དང་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།
 སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞེས་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས། ཡང་མཛོད་རྟེན་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་
 ལས། གཟུགས་སུ་གཏོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། ཟག་
 མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མཆོན་ཉིད། ཅེས་གསུངས། ཡང་བཤད་ཚུལ་
 གཞན་ཞིག་ལ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དག་པ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འཆལ་ཚུལ་གྱི་ཀུན་
 སྤྱོད་འགོག་པའི་སེམས་ལ། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོམ་པ། ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་
 འཆལ་ཚུལ་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་འགོག་པའི་སེམས་ཤིག་ལ། ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །
 བསམ་གཏན་རྣམ་པ་གསུམ། ཆེ་འདི་ལ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན།
 ཡོན་ཏན་མཛོན་པར་སྦྱབ་པའི་བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་
 གསུམ་མོ། །
 བསམ་གཏན་ས་བྱུག བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྐྱོགས་མི་སྦྱོགས་མེད། བསམ་གཏན་དང་པོའི་
 དངོས་གཞི་ཅམ་པོ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་བྱེད་པར་ཅན། གཉིས་པའི་དངོས་
 གཞི། གསུམ་པའི་དངོས་གཞི། བཞི་པའི་དངོས་གཞི་དང་བྱུག་གོ།
 བསམ་བཏན། བསམ་གཏན་དང་དོན་འབྲ་བར། ཡི་གུར་གསུང།
 བསམ་པ། 1 (མིང་ཆོག) བསམ་པ་ནི་ཀུན་སྤྱོད་རམ་བསམ་སྒྲིའི་མིང། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་སྤྱོད་

སྒྲིམ་མེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ། དཀར་ནག་ལས་རྣམས་བསམ་བ་བཟང་ངན་ལགས། །བསམ་བ་
བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། །བསམ་བ་དམན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་དམན། །ཐམས་ཅད་
བསམ་བ་དག་ལ་རག་ལས་བསམ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟ་བུ། 2 བྱ་ཆོག་བསམ་བ་ནི་མ་འོངས་
ལ། སེམས་བ་ད་ལྟ་བ། བསམས་ནི་འདས་ལ། སེམས་ནི་སྐྱལ་ཆོག་གོ།
བསམ་བ་དང་སེམས་བའི་བྱད་པར། 1 (མིང་ཆོག) བསམ་བ་ནི་ཀྱང་སྒྲོང་ངམ་བསམ་སྒྲོའི་མིང་ཡིན་
ལ། སེམས་བ་ནི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མཁན་གྱི་སེམས་དེ་ལ་ཟེར། 2 བྱ་ཆོག་བསམ་བ་ནི་
སེམས་བའི་མ་འོངས་ལ། སེམས་བ་ནི་ད་ལྟ་བ། སེམས་ནི་སྐྱལ་ཆོག་གོ།
བསམ་བའི་སྒྲོ་བས། 1 དང་པོར་དམིགས་བ་ལ་བཏགས་བ་དེའི་རྒྱུ་ཡང་ཡང་བསམས་ནས་
བསྐྱངས་བ་ལས། རྒྱུ་ཅུང་ཟད་འཐུང་བར་བྱས་བ་ཐོག་མར་ཐོབ་པའི་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་
རབ་སྒྲོ་བས་ཆེ་བ་ཞིག ཞི་གནས་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོ་བས་བྱུག་གི་གཉིས་པའོ། །འདིས་སེམས་
གནས་གཉིས་བ་རྒྱུ་དུ་འཛོག་པའི་སེམས་འབྱུང་བར་བྱེད་དོ། 2 ལྷག་བསམ་གྱི་བྱས་ལ།
བསམ་བ་བཟང་པོའི་བྱས་ལ། སྒྲོ་ལམ་གྱི་བྱས་ལ།
བསམ་བའི་ལས། ལུས་རག་གི་རྣམ་འགྲུར་ཐོན་པའི་གནས་སྐྱབས་གྱི་ལས་ལ། བསམ་བའི་ལས་
ཟེར་དོ། །འདི་བྱད་པར་ཞིབ་པར། སེམས་བའི་ལས་དང་བསམ་བའི་ལས་གྱི་བྱད་པར། ཞེས་
པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བསམ་མོ། བསམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་དོན། སྒྲགས་རིམ་༤༣༥པ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ཀྱང་བསམ་མོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ།
བསམ་གཟུགས་བརྒྱད། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོ་མས་འཇུག་བཞི། གཟུགས་མེད་གྱི་སྒྲོ་མས་འཇུག་
བཞི་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །
བསམ་བརྒྱུག་ལྟ་ལོ། མྱོངས་ལ། ལོག་པར་ཤེས་པའམ་འཁྲུལ་བ་དང་ལྡན་ལ། བསམ་སྒྲོའི་བྱས་བ་
མ་སྒྲིན་ལ། བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མི་ཤེས་ལ། བསམ་བ་ཉམས་ལ། མ་སྒྲིན་བ་བཅས་གྱི་དོན། སྒྲོ་བ་
སྒྲིངས་དཀའ་འབྱེལ་༡༡བ་༣ལས། བསམ་བརྒྱུག་ནི་མ་སྒྲིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས། སྒྲོ་བ་

སྤྱི་གསུང་གི་འགྲེལ་པ་ ༡༩༤༧ ལས། བསམ་པ་ཉམས་པ་ནི་བསམ་བཞག་ཅེས་ཆོགས་སུ་
 བཅད་པ་གཅིག་གོ། ཞེས་དང་། ཆོམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ ༡༩༥༧ ལས། བསམ་བཞག་ཅེས་བྲ་བ་
 འདིས་ནི་ལོག་པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པར་བསྟན་ཏོ། ཞེས་གསུངས། རྒྱ་བར་འཕགས་
 བསྟོད་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་མིན་པའི། རྒྱ་བར་མཐའི་སྟོན་གྱིས་བཞག་སེམས་
 ལྡན། བསམ་བཞག་ནམས་ཀྱིས་སྟོན་མེད་པའི། སྟོན་པ་ཁྱོད་ཀྱང་མི་མཐོང་ངོ། ཞེས་དང་།
 ཆོམས་ལས་ཀྱང་། བག་མེད་པ་ལ་སྟོར་བྱེད་པ། སྟེ་བོ་བྱིས་པ་བསམ་བཞག་ཡིན། ཆོང་
 དཔོན་ནོར་ལྷན་པ་བསྐྱེད་པ་ལྟར། མཁས་པས་བག་དང་ལྡན་པར་བྲ། ཞེས་དང་། བསམ་
 བཞག་འདོད་ལ་སྟེད་པ་ཡིས། བདག་དང་གཞན་ཡང་སྤྱད་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་སོ། །
 བསམ་ཆགས། (འདུལ་བ) གོས་ཀྱི་དུམ་བུའི་ཆགས་སོ། །ཤུ་ཀྱའོད་གསུང་།
 བསམ་ཁལ་། (འདུལ་བ) འདུལ་བའི་གཞུང་ནམས་སུ་བསམ་ཁལ་ཞེས་འབྱུང་བའི། དགེ་སྦྱོང་ནམས་
 བཞུགས་སའི་ཐོག་ཁང་ངམ་ཐོག་ཤག་ནམས་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས།
 བསམ་ཁལ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་བདུན་བཅེགས་ལ་སོགས་པ་གང་དུ་དགེ་སྦྱོང་ཆ་བས་གསུངས་པ་
 དག་འཁོད་ན་བསམ་བར་འགྱུར་བའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 བསེ་ཁ་སྟོ། མེད་གེ་ཤར་ར་རྩ་སྟེ་མེད་གེ་རྩར་བ་བརྒྱད་པའི་མིང་དུ། ལི་གྱར་གསུང་།
 བསེན་ཁུས་པ། གཉེན་བསྐྱེད་པའི་མིང་དུ། ལི་གྱར་གསུང་།
 བསེལ་བ། ༡ སྟེལ་མ། ལམ་གྲོགས། རྒྱུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ན ༡༩༤༧ ལས། རྒྱལ་པོས་དེའི་བསེལ་
 བ་བསྟོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ༢ འཛིགས་པ་ལས་སྟོབ་པ། སྤང་སྟོབ། ལི་ཤིའི་གྱར་
 ཁང་ལ་གཞི་བྱས། རྒྱུང་རྣམ་འབྱེད་༩ ན ༡༩༤༧ ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་བདག་གིས་འདི་
 ལ་བསེལ་བ་སྦྱལ་བར་བཟྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུང་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་༩ རྩ་
 ༡༤༤ ལས། བསེལ་བ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ཡུལ་གཞན་དུ་བསྐྱེད་པའི་བསེལ་སོ། རེའི་དོན་དུ་
 གནས་པ་ནི་བསེལ་བ་སྟེ། སྤང་བར་བྱེད་པའི་མི་དག་གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །
 བསེལ་བའི་འཆལ་གྱི་དུར་ཁོང་། རྩོམ་གདན་ནས་ཤར་སྟོགས་སུ་མེ་ལི་བདུན་ཅམ་སོང་ན་དུས་ལྷི་

བྱ་བ་ད་ལྟའི་དུར་ཁྲོད་བསིལ་བ་ཆལ་དེ་ཡོད། ཅེས་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས།
སྒྲིམ་བཤད་ནི། འདུལ་བ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནམ་པར་བཤད་པ་༼ ཙུ ༡༤༧༥ ལས།
བསིལ་བའི་ཆལ་གྱི་དུར་ཁྲོད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིལ་ས་སྒྲིགས་དེ་མཆོག་ཏུ་བསིལ་བས་གྲོང་ཁྲིམ་
བ་ནམས་གྱིས་ཆལ་དེ་མོར་ཉི་དུར་ཁྲོད་དུ་གྱུར་པས་བསིལ་བའི་ཆལ་གྱི་དུར་ཁྲོད་ཅེས་བྱ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས།

བསེར་བ། སེར་སྒྲིལ་དབང་དུ་སོང་བའི་དོན་དུ་བཤད། དག་ཡིག་ཐོན་མའི་དགོངས་རྒྱན་ལས།
བསེར་བ་ནི་སེར་སྒྲིལ་དབང་དུ་སོང་བ་སྟེ། ལས་བརྒྱ་པར། ཁྲིད་ཐུགས་མ་བསེར་ཞིག་དང་
བདག་གིས་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་སྦྱར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བསེར་བྱ། རྒྱུང་བསེར་བྱ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།
བསོ། ཐོན་གྱི་བན་ཆད་ཅིག་སྟེ་འཛོད་སྒྲུལ་གྱི་དང་དོན་གཅིག་བསོ་ནི་ཐོན་གྱི་འཛོད་པའི་སྒྲིལ་སྟེ་གྱེ་
དང་འཇུག་པ་གཅིག་གོ། ཞེས་གསུངས།
བསོད་ཉམས། འཛོད་པ་ལ་ལྷག་པར་ཁོངས་སྦྱོད་པའི་མིང་དུ། ལི་གྲུར་གསུང་ངོ། །པཎ་ཆེན་ཤྲག་
མཆོག་པས་ཀྱང་། བསོད་ཉམས་ཞེས་བྱ་འཛོད་པ་ལ། །ལྷག་པར་སྦྱོད་པའི་མིང་ཡིན་
ཏེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བསོད་སྟོམས། (འདུལ་བ) སྟོང་སོ། འདི་ལ་སྟོམ་བྱ་ཡང་ཟེར། སྒྲིམ་བཤད་ནི། སྟོམ་བྱ་མཆོག་དམར་
བར་མའི་བསོད་ནམས་སྟོམས་པ་སྟེ་མཉམ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཞོད།
བསོད་སྟོམས་པ། (འདུལ་བ) སྟོང་སོ་བ། ཉན་ས་ལས་དེ་ལ་དབྱེན་གཉིས་བཤད་དེ། རྟེན་པས་ཆོག་
པའི་བསོད་སྟོམས་པ་དང་། མཐར་གྱིས་སྟོང་བའི་བསོད་སྟོམས་པ་གཉིས་སོ། །དང་ཐོ་ནི་
འདིས་པའི་ཁྲིམ་དག་ནས་ཅི་རྟེན་ཙམ་བར་བྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་ཁྲིམ་བཟང་ངན་མི་འདས་
པར་མཐར་ཆགས་གྱིས་སྟོང་བའི་བསོད་སྟོམས་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །

བསོད་སྟོམས་ལེན་པའི་པན་ཡོན་བཅུ། (འདུལ་བ) ལས་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་༼ ས
༡༩༤༧༥ ལས། གསུངས་ཤིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་པན་ཡོན་བཅུ་ཡང་དེར་གསུངས་སོ། །

བསོད་ནམས། སྦྱིར་བསོད་ནམས་ལ་གོ་དོན་ལ། 1 དག་བའི་ལས། སྦྱ་སྦྱོར་བཅ་གཉིས་ལས། བུ་ཅ་
 ཞེས་བྱ་བ་བུ་ཅ་ཀླུ་ནི་ཤུ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། དག་བའི་ལས་ལ་བྱ། ཞེས་དང་། 2 དག་བར་
 བྱེད་ཅིང་གཙང་བར་བྱེད་པ། སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱི་བཟང་སྦྱོད་འབྲེལ་བ་^{༡༧}ལས། བསོད་ནམས་
 སྦྱོབས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དག་བར་བྱེད་ཅིང་གཙང་བར་བྱས་པས་བསོད་ནམས་ཡིན་པའོ།
 ཞེས་གསུངས། 3 ཡང་ནས་ཡང་ལེགས་པར་འབྱུར་བ། སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱི་བཟང་སྦྱོད་འབྲེལ་བ་
^{༡༧}ལས། ཡང་ནས་ཡང་ལེགས་པར་འབྱུར་བས་ན་བསོད་ནམས་ཏེ། ཞེས་གསུངས། དེ་
 གསུམ་ནི་ཆོག་རིས་ཙམ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་ཀྱང་དོན་གཅིག་པར་སེམས་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲིག་
 གཙང་སྦྱོར་བའི་ལས་ལྟ་བུ། རོ་མོ་བཟང་པོ་འཕེལ་བའི་ལས་ཡིན་པས། དག་བའི་ལས་
 དང་། དེས་སྒྲིག་པ་དག་པར་བྱེད་ཅིང་གཙང་བར་བྱེད་པས་ན། དག་བྱེད་དམ་གཙང་བྱེད།
 དེའི་རོ་མོ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལེགས་པའི་སྒྲིགས་སུ་འབྱུར་བའི་བྱིས། གཞི་གཅིག་ལ་ཐ་སྦྱད་མི་
 འདྲ་བ་གསུམ་བཞགས་པར་ཟད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་འདྲ། ཡོངས་གསལ་སུ་བསོད་ནམས་ཞེས་པ།
 དག་པ། རྣམ་དག་པ། རྣམ་དག་ཀྱི་ལས། སྦྱོད་འབྲེལ་ཆེན་མོ་ལས། རི་ལྟར་མཆོན་མོ་སྦྱར་
 རྒྱ་སྒྲིན་རུམ་ན། སྒྲོག་འབྲུ་སྐད་ཅིག་རབ་སྒྲུབ་སྦྱོན་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་སངས་རྒྱུ་མ་བྱ་
 ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན། །འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་སྒྲོ་བློས་ཐང་འགའ་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་དོ། །དེའི་ཐང་ཀྱི་སྦྱོད་འབྲེལ་དར་རྒྱུ་ལས། རི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན་མཆོན་མོ་སྦྱར་རྒྱ་སྒྲིན་
 རུམ་ནས་སྒྲོག་འབྲུ་བའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དུས་སྐད་ཅིག་ཙམ་གཟུགས་རབ་དུ་སྒྲུབ་པ་སྦྱོན་པ་ལྟར།
 དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མ་བྱ་ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན་འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལ་བསོད་ནམས་བྱ་
 སྦྱོབ་པའི་དག་བ་སྦྱབ་པའི་སྒྲོ་བློས་ཐང་འགའ་ཙམ་འབྱུང་གི། དུས་རྒྱུན་དུ་མི་འབྱུང་ལ་རྒྱ་
 མཆོན་དེ་ལྟ་བུས་ན་དག་བ་ཉམ་རྒྱུང་པ་ཉིད་ལ་དུས་རྒྱུ་ཏུ་གནས་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་དོ། །ཤེས་རབ་སྤྱོད་བྱ་ལས། གཞན་འབྱོར་རིགས་དང་གཟུགས་དང་ནད་མེད་
 ཉིད། །མཐོང་ནས་འདིར་ནི་ཅི་ཕྱིར་གདུང་བ་བྱེད། །གལ་ཏེ་འདི་ཀུན་ཁྱོད་འདོད་བསོད་ནམས་
 ཀྱི། །ས་པོན་ལས་ནི་འབྲས་འབྱུང་མ་ཐོས་སམ། ཞེས་དང་། ས་སྦྱ་ལེགས་བཞད་ལས། དེས་

ན་མཁས་པས་བསོད་ནམས་གསོག། །བསོད་ནམས་ཁོ་ན་སྤྲོ་ཆོགས་རྒྱ། སུ་ཞིག་གང་ན་
སྤྲོ་ཆོགས་པ། དེ་ནི་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་རྟགས། །ཞེས་གསུངས། མིང་གི་རྣམ་
གངས་ནི། མངོན་བཛོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱ་ན་ལས། ཆོས་དང་ལེགས་བྱས་སྐལ་བ་
བཟང་། །ཁར་རྩེ་བྱ་མཆོག་ཉམས་དགའ་བ། །དགེ་བའི་ཆོ་ག་བདེ་ལེགས་དང་། །སྤྲིག་ཟད་
དམ་བ་བསོད་ནམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྲོ་བ་ཤད་ནི། བསོད་ནི་བསོད་པ་སྟེ་བཟང་པོའི་
དོན་དང་། ཉམས་ནི་བསྐྱམས་པའི་དོན་ཡིན་པས། དད་ལྡན་གྱིས་ཟས་བསོད་པ་སྤུལ་བ་དེ་
ཉིད་ཕྱག་ཏུ་བསྐྱམས་ཏེ་ཐེབས་པ་ལས་བསོད་ནམས་ཞེས་མིང་བཏགས་སོ། །སྤྲོ་སྤྱོད་བས་
གཉིས་ལས། བྱུ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུ་ཀློག་ནི་ཤུལ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། དགེ་བའི་ལས་ལ་བྱ། ཡང་
རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་བྱུ་ཉིད་འཁོར་གྱི་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྲིག་པ་སྤྱོད་ཞིང་གཙང་མར་བྱེད་པ་ལ་
ཡང་བྱ། དངོས་སུ་ན་གཞན་ལ་ཐན་ཞིང་བསོད་པས་གསོས་ཤིང་བསྐྱམས་པའི་མིང་སྟེ་བསོད་
ནམས་སུ་བཏགས། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ན། དན་སོང་རྣམས་ལས་སྤང་ཞིང་སྤྱོད་པས་ན་
བསོད་ནམས་སོ། །ཞེས་རིན་ཆེན་གྲེང་བའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་༡༣༡༥ལས་བཤད་པ་ལྟར་ལོ། །
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་། སྤྲོ་བས་ལུལ་དམ་པ། སྤྲོ་བ་ཤད་ནི། ལུལ་གང་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་བྱ་བ་རྒྱུང་
དུ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་འབྱིན་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་ཞེས་བྱའོ། །རྩེའི་
ལམ་རིམ་འབྲིང་པོར་གསུངས།

བསོད་ནམས་སྤྲེས། གཞུགས་ཁམས་གནས་རིས་བཅུ་བདུན་གྱི་བཅུ་གཅིག་པ། སྤྲོ་བ་ཤད་ནི། མི་
གཡོ་བའི་བསོད་ནམས་ལས་སྤྲེས་པས་བསོད་ནམས་སྤྲེས་ཞེས་བྱའོ། །མཆིམས་མཛོད་ལྟར་
ལོ། །

བསོད་ནམས་ཅན། ཆེ་རིང་བ་དང་ནད་མེད་པ། སྤྲོ་བས་འབྱོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། ཅེ་བསམ་ཡིད་
བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་གང་ཟག་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པའི་མདོ་ལས། བསོད་ནམས་རྣམ་
སྤྲོ་བ་དེ་སྟེར་སྤྱག་བསུལ་ཐམས་ཅད་སེལ། །བསོད་ནམས་ལྡན་པའི་མི་ཡི་བསམ་པ་རྣམས་
ཀྱང་འབྲུབ། །བདུད་བཙོམ་ནས་ནི་བྱང་རྒྱུ་སྤྲོ་བ་དེ་ག་པར་འབྲུབ། །ཁྱ་ངན་འདས་པ་ཞི་བ་

བསེལ་བའི་དངོས་པོ་ཐོབ། །དེ་བས་བསོད་ནམས་བྱ་བས་ཚོག་པར་སུ་ཞིག་འཛིན། །བདུད་
 ཅི་ཚོས་མཉམ་པས་ཀྱང་ཚོག་པར་སུ་ཞིག་འཛིན། །སྤྱི་བོ་མེད་པའི་ནགས་གནས་ཚོག་པར་
 སུ་ཞིག་འཛིན། །སེམས་ཅན་དོན་བྱ་བས་ཀྱང་ཚོག་པར་སུ་ཞིག་འཛིན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་
 དཔས་ལག་བ་བརྒྱུད་ཏེ་ཚོག་བཟོད་པ། །མཚན་བ་བྱས་ཀྱི་རང་རང་དག་གི་ཞིང་དུ་
 དེངས། །ཞེས་གསུངས། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། མངོན་བཟོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་ལས།
 དཔལ་ཡོན་ལྷན་བ་ལེགས་བྱས་པ། །ཚོས་ཅན་སྐལ་བ་ལྷན་བ་དང་། །བཟང་བྱས་བ་དང་ཁར་
 རྩེ་ཅན། །ལེགས་ལྷན་བསོད་ནམས་ལྷན་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །

བསོད་ནམས་ལྷན་བའི་མི། བསོད་ནམས་ཅན་ལ་གཟེགས།

བསོད་ནམས་མིན་པ། མི་དགེ་བའི་མིང་། དཔེར་ན་མི་དགེ་བའི་ལས་ལ་བསོད་ནམས་མིན་པའི་
 ལས་ཞེས་བཟོད་པ་བཞིན་ལོ། །

བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་གྱུར་པའི་ཞེས་སོགས། བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ལ། །ཞེས་
 སོགས་མཚན་བྲེང་འདི་རྩེ་ཏ་རིས་གསུངས་པར་བཤད།

བསོད་པ། (འདུལ་བ) གསར་པ། ལེགས་པ། བཟང་བོ་བཅས་ལ་འབྲུག་པར་བཤད། ལི་གྱར་སོགས་
 ལས་བཤད་དོ། །ཡིད་དུ་འོང་བ་སྟེ་ཞེས་པའི་དོན་ལའང་འབྲུག་སྟེ། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་
 པའི་ཚོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ༽ ༣༥༩༥ལས། བསོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བས་
 སོ། །ཞེས་དང་། ༣༥༩༥ལས། ཞེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་
 སོ། །སོས་བ་དང་འབྲ། ཟས་བསོད་པའམ། ཟས་སོས་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། བྱི་རྒྱལ་བས་fresh
 ཟེར་བ་དང་གཅིག་པུ་ཆེན་ལྷག་མཚོག་པས་ཀྱང་། བསོད་པ་ཞེས་པ་ཞིག་པའི་མིང་། །ཞེས་
 བཤད་དོ། །

བསོད་པ་སྦྲོང་བའི་ལྷོང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བཅའི་བཞི་བཅུ་པ། བསོད་པ་སྦྲོང་བའི་
 ལྷོང་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཏི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སྦྲོང་གིས་བྱིས་བ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡུལ་དུས་དེ་ན་
 ཟས་བསོད་པར་གྲགས་པ་དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱངས་ཏེ་ཐོས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྷོང་བྱེད་

དངོས་གཞིལོ། སློང་གཞིན། སེར་སྒྲིལ་གནས་སྤྱད་ཕྱེས་ཟམ་བསོད་པ་སྒྲངས་ཏེ། ཆོས་པ་
ལས་ལྷུང་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། དགག་བྱ་ནི་རང་འདོད་པ་ཆབ་དང་། སྒྲིན་བདག་གི་ལོངས་
སྤྱོད་ལ་གཞོད་པའོ། །བསོད་པ་ནི། གསར་བ། ལེགས་པ། བཟང་པོ་བཅས་ལ་འདུག་པར་
བཤད།

བསྐྱེད་པ། ལུས་ཀྱི་ཞེད་པའི་ཕྱོགས་ནས་བཅམས་ནས་ལུས་པར་བོར་བྱེད་པ།

བསྐྱེད་བསྐྱོར་དག། སད་དུས་སྤྱི་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ། གཉིད་དུས་སྤྱི་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ། འཆི་
དུས་སྤྱི་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ་དང་དགུའོ། །དང་པོ་ལ་སད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་
བསྐྱེད་པ། སད་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། སད་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱི་ལས་ལངས་པ་
སྤྱི་ལས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་དང་གསུམ། གཉིས་པ་ལ་གཉིད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ།
མི་ལས་ལོངས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། གཉིད་སད་པ་སྤྱི་ལས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་དང་གསུམ་མོ། །གསུམ་པ་
ལ་འཆི་བ་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། བར་དོ་ལོངས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། སྤྱི་བ་སྤྱི་ལས་སྤྱོད་དང་
བསྐྱེད་པ་དང་གསུམ་མོ། །(དང་པོ་སད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བསྐྱོར་གསུམ་) དང་པོ་སད་དུས་ཀྱི་འོད་
གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ནི། རྩེ་རྩེ་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱུད་སྤྱོད་
གཞི་རྒྱ་རྩེ་རྩེ་ནང་དུ་ཞུགས་གནས་ཐེམ་གསུམ་བྱས་པ་ལས་སྤྱི་གསུམ་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་
ཉགས་ནམས་འཆར་ཁིང་། དེའི་རྩེ་སྤྱོད་པ། མཆེད་པ། ཉར་ཐོབ། འོད་གསལ་ནམས་
འཆར་ལ། དེ་ནམས་ཀྱི་དུས་སྤྱི་ལས་སྤྱོད་པར་བྱེད་ཅིང་། ཁྱད་པར་འོད་གསལ་ཀྱི་དུས་སྤྱི་
གདམངས་དག་དང་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ནི་སད་དུས་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་
པ་ཡིན་ཏོ། །གཉིས་པ་སད་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་
ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་དེ་ལས་ལྷུང་བར་ཚོས་པ་ན། བྱིན་དུ་བྱ་བའི་རྒྱུད་སེམས་
ཙམ་ལས་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལས་ལོགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་ལོངས་
སྤྱོད་དང་པོའི་མགོན་པོ་དང་། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་ཡིན་ན། རྒྱ་རྩེ་རྩེ་ལོངས་
དཔལ་གཞོན་ལུས་སྤྱོད་པ་འཇམ་ཆོན་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅིག་གིས་ལྷུང་བ་ནི་སད་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་

མ་ལོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པོ། །གསུམ་པ་སང་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྐྱོད་ལས་ལངས་པ་སྐྱུལ་སྐྱོད་
 དང་བསྐྱེད་པ་ལྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ལས་ལྟང་བར་ཚུམ་པ་ན། རྣམ་སྤྱོན་གྱི་
 ལུས་འདི་གསང་འདུས་ཀྱི་སྐྱབས་ཡིན་ན་སྐྱུལ་སྐྱོད་རྗེ་མེས་ས་དཔའ་མ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱར་
 ལྟང་བ་དང་། འདིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབས་ཡིན་ན། སྐྱུལ་སྐྱོད་འབྲས་བྱ་རྗེ་འདིན་པ་དཔའ་རྗེ་
 འདིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱར་ལངས་ལ། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལྷན་ཏུ་བའི་རྒྱུད་མེས་ས་ལས་
 གྲུབ་པའི་ལོངས་སྐྱོད་ཀྱི་ཡང་། སྐྱུལ་སྐྱོད་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་མེས་ས་དཔའི་ཚུལ་གྱིས་
 བཞུགས་པའི་སྐྱུལ་སྐྱར་ལྟང་བ་ལྟེ། སང་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྐྱོད་ལས་ལངས་པ་སྐྱུལ་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་
 པ་སྟེ། སང་དུས་བསྐྱེད་པ་སྐྱོར་གསུམ་མོ། ། (གཉིས་པ་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྐྱོར་གསུམ་
 གཉིས་པ་གཉིད་དུས་སྐྱུ་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། གཉིད་དུས་ཀྱི་ལོངས་གསལ་
 ཆོས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། མི་ལམ་ལོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། གཉིད་སང་པ་སྐྱུལ་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་དང་
 གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། སང་དུས་སྐྱེད་གར་ཞུགས་གནས་ཐེས་གསུམ་བྱེད་པ་ལ་གོམས་
 པའི་གར་ཟག་གིས། གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་རྒྱུད་སྐྱེད་པའི་དམིགས་པ་བྱས་ན། གཉིད་དུ་འགྲོ་པའི་
 ཆོ། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་རྣམས་རང་བྱུགས་ཀྱིས་སྐྱེད་གར་འདུ་པའི་གནད་ཀྱིས་སྐྱེད་གར་རྒྱུད་
 གཞན་པས་འདུ་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་འོང་ཞིང་། དེའི་དུས་སྐྱེད་ལམ་གྱི་ལུས་གནས་ལ། དེའི་
 ལྷོབས་ཀྱིས་གཉིད་དུ་སོང་བ་ན། ལྷང་མཆོད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་དང་བཅས་པ་འཆར་ལ།
 དེའི་འོད་གསལ་གྱི་དུས་སྐྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་འབྲས་བུས་ནས་འོད་གསལ་ལ་རྗེ་ཙམ་
 གནས་གནས་ཀྱི་བར་དུ་འཛོག་པ་ལྟེ། གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་
 མི་ལམ་ལོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ལྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་འོད་གསལ་ལས་ལྟང་བར་ཚུམ་པ་
 དང་། མི་ལམ་འཆར་བས་དེའི་དུས་སྐྱེད་ལམ་གྱི་ལུས་དེ་རྣམ་སྤྱོན་གྱི་ལུས་ལས་ལོགས་སྐྱུ་
 གྲེ་པའི་ལོངས་སྐྱོད་དང་པོའི་མགོན་པོ་འཇུག་པ། འདིགས་བྱེད་ལྟར་ན། ལོངས་སྐྱོད་རྗེ་འདིན་པ་
 འཇུག་དཔའ་གཞོན་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱར་འཇུག་མཆོན་ལྷ་བྱུར་སྐྱེད་ཅིག་གིས་ལངས་ཏེ། རྗེ་
 ཙམ་གནས་གནས་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱུ་མ་ལྷ་བྱུའི་ཉིང་རེ་འདིན་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ལྟེ། མི་ལམ་

ཡོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པའོ། །གསུམ་པ་སང་པ་སྐྱུལ་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ནི། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་
 སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལས་ལྡང་བར་ཚོམ་པ་ན། ཅམ་སྟོན་གྱི་ལུས་འདི་སྐྱུལ་སྐྱོད་རྗེ་
 སེམས་དབའ་དང་། རྗེ་ཆེ་འཆང་གང་རུང་དང་། འཛིགས་བྱེད་ལྟར་ན། སྐྱུལ་སྐྱོད་འབྲས་བྱ་རྗེ་
 འཛིན་པ་དཔལ་རྗེ་ཆེ་འཛིགས་བྱེད་གྱི་སྐྱར་བསྟོམ་ལ། དེའི་ཐུགས་ཀར་མི་ལམ་གྱི་ཡོངས་སྐྱོད་
 དེ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དབའི་རྩལ་གྱིས་བཞུགས་པར་བསྟོམ་བའོ། སྐྱུལ་སྐྱོད་བསྟོམ་པ་ནི།
 སང་པ་སྐྱུལ་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བསྟོར་གསུམ་མོ། ། (གསུམ་པ་
 འཛིན་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བསྟོར་གསུམ་པ་འཛིན་པའི་དུས་སུ་སྐྱོད་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་
 བྱི། འཛིན་པའོད་གསལ་ཆོས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། བར་དོ་ཡོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ། སྐྱེ་བ་སྐྱུལ་སྐྱོད་དང་
 བསྐྱེད་པ་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། འཛམ་བུ་གླིང་པའི་མི་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་
 རིམ་གྱིས་འཛིན་པའི་ཆེ་སྟོང་གར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱུད་འདུ་བའི་གནས་ཀྱིས། འཛིན་པའི་ཆེ་
 སྐྱང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པར་འཆར་ཞིང་། དུས་
 དར་ཤར་པའི་འོད་གསལ་ནི། མའི་འོད་གསལ་ཡིན་ལ། སྟོང་གལ་མོགས་པའི་གནས་རྣམས་
 སུ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྐྱང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་དང་བཅས་པ་ཤར་
 པའི་འོད་གསལ་ནི། འུའི་འོད་གསལ་ཡིན་ཞིང་། འཛིན་པའི་ཆེ་རྒྱུད་པར་ཚོམ་པ་ན་སྟོང་
 གའི་རྒྱུད་རིམ་ལེགས་པར་བསྟོམས་ཏེ། འོད་གསལ་ལ་བྱ་འབྲས་པའི་འོད་གསལ་ཤར་པའི་
 ཆོ། ལྟ་ཐོག་དུ་ལེགས་པར་བཞག་སྟེ། འོད་གསལ་ལ་རི་ཅམ་གནས་གནས་ཀྱི་བར་འཛོགས་པ་
 བྱི་འཛིན་པ་ཆོས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་བར་དོ་ཡོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ནི། བོད་དུ་བཤད་
 པ་ལྟར་གྱི་འཛིན་པའོད་གསལ་དེ་ལས་ལངས་ན། བར་དོ་འཆར་བར་ཚོམ་པ་ན། བར་དོའི་
 ལུས་ཤིན་ཏུ་བྲུ་བའི་རྒྱུད་སེམས་ཅམ་ལས་ཡོངས་སྐྱོད་དང་པོའི་མགོན་པོ་འཇམ། རྗེ་ཆེ་འཆང་གི་
 སྐྱོད་གང་རུང་དུ་ལྡང་ཞིང་། འཛིགས་བྱེད་ལྟར་ན་ཡོངས་སྐྱོད་རྗེ་ཆེ་འཛིན་པ་རུང་འབྲུག་འཛལ་
 ཆོན་ལྟ་བུའི་སྐྱར་ལྡང་བར་བྱའོ། །འདི་ནི་ཐ་མལ་པ་ལ་བར་དོ་ཡོངས་པའི་འོད་ལ། སྐྱུ་མའི་
 ཡོངས་སྐྱོད་ལྡང་བ་ཡིན་པས། འདི་ནི་བར་དོ་ཡོངས་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པའོ། །གསུམ་པ་སྐྱེ་བ་སྐྱུལ་

སྐྱེད་པ་བཟེ་བ་ནི། མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོན་པར་ཚོམ་པ་ན། སྐྱེ་བ་ཡོན་རྒྱུ་འཛིན་སྒྲིལ་གྱི་ལུས་དེ་
 སྐྱལ་སྐྱེ་དོན་མེས་པ་དཔལ་། སྐྱལ་སྐྱེ་དོན་འཛིན་པ་དཔལ་དོན་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱར་
 བསྐྱོམས་པའི་སྤྱིང་གའི་དབུས་སུ་ཕྱིན་ཏུ་མ་བའི་རྒྱུང་མེས་པ་ཙམ་ལས་བྱུབ་པའི་འོངས་སྐྱེ་དེ་
 ཉིད་བཞུགས་པར་བསྐྱོམ་སྟེ། སྐྱེ་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡོན་པ་ནི་སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱེད་པ་བཟེ་བ་ཡིན་ཏེ།
 དེ་ལྟར་ན་འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་བཟེ་བ་སྟེ་བཟེ་བ་སྐྱོར་གསུམ་མོ། །དེ་ལྟར་བཟེ་བ་རྣམས་ཀྱི་
 སྐབས་སུ་འོངས་སྐྱེད་པའི་མགོན་པོ་དང་། འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱར་ལངས་པའི་དགོས་པ་ནི་
 བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་ཀྱི་བར་དོ་སྤྱོད་བྱེད་དང་། བར་དོ་འོངས་སྐྱར་སྐྱར་འཁྱེར་བའི་ལམ་
 འཁྱེར་དང་པོའི་མགོན་པོ་དང་། རྒྱ་དོན་འཛིན་པ་འཇམ་དཔལ་ཡིན་པས་མོ། །བསྐྱེད་རིམ་གྱི་
 སྐབས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱར་འཁྱེར་བའི་ལམ་འཁྱེར་དང་། སྐྱེ་བ་སྤྱོད་བྱེད་སྐྱལ་སྐྱེ་དོན་མེས་པ་
 དཔལ་དང་། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འབྲས་བུ་དོན་འཛིན་པ་དཔལ་དོན་འཛིགས་བྱེད་
 ཡིན་པས། སྐྱལ་སྐྱེད་པ་བཟེ་བའི་སྐབས་སུ་དོན་མེས་པ་དཔལ་དང་། དོན་འཛིགས་བྱེད་དུ་
 ལྷང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྗེའི་གསུང་ཟེན་བྲིས་ཞལ་ཤེས་
 གནད་ཀྱི་ཐིམ་ཡིག་དང་། རྗེའི་གསུང་གསང་འདུས་ཡིག་ཚུང་ཉིར་གཅིག་སོགས་ལས་ཀྱང་དེ་
 བཞིན་དུ་གསལ་འོ། །

བཟེ་བ། སྐྱེ་བ་ལ་གཟིགས།

བཟེ་བསྐྱེད། ལྷན་སྐྱོན། བཟེས་ལྷན་དང་དོན་གཅིག་ཆོག་འདི་དབུལ་རྒྱུའི་གསུང་བྲིས་ལན་སོགས་
 སུ་འབྱུང་ངོ། །

བཟེ་ལྷན། བཟེ་བསྐྱེད་དང་འབྲ། ཆོག་འདི་རྗེ་གྲུང་ཐང་བ་སོགས་ཀྱི་གསུང་ན་གསལ།

བཟེལ། (འདུལ་བ) བཟེལ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

བཟེལ་ཏམ། (འདུལ་བ) ཡོད་དམ། འཆང་ངམ། ཆོགས་བྱས་སམ། དོད་མ་བྱས་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་
 དོན།

བཟེལ་བ། (སྐལ་བའི་འདས་མ་འོངས) (འདུལ་བ) 1 ཡོད་བ། ལྷན་བ། བཅང་བ། འཆང་བ། ཉིང་པེ་

འཛིན་ཀླུ་པོའི་མདོ་རྒྱུ་འཛིན་པ་ལས། དེ་ལྟར་བསྟགས་པ་བཞིན་པ་ཡི། ཅན་
 དན་ཅུང་ཟད་བསྐལ་ཏམ་ཞེས། །སྒྲིལ་བྱ་ལ་ལས་དེ་བྲིས་ན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །མདོ་
 ཅན་པ་ལས། དག་འདུན་གྱིས་མགར་སྤྱད་དག་བསྐལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། དེའི་ཟད་གྱི་མདོ་
 ཅན་རང་འགྲེལ་ལས། དག་འདུན་གྱིས་མགར་སྤྱད་དག་བསྐལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟ་བུའོ། །² (འདུལ་བ) བདག་གཉེར་བྱེད་པ། ཉར་ཆགས་བྱེད་པ། དཔེར་ན་མཆོ་རྒྱུ་ལས།
 དག་འདུན་གྱི་གཡོག་ཏུ་བསྐལ་བའི་མི་གང་དག་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་བ་དེ་དག་ཡིན་ཏེ། ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟ་བུ། ³ (འདུལ་བ) བཀག་ཉར་བྱེད་པ། འདུལ་བ་མདོ་ཅན་པ་ལས། རབ་ཏུ་འབྱུང་
 བར་འདོད་པ་པ་མ་གསོན་ཞིང་དེ་གཉིས་གྱིས་མ་གནང་བ་ཡུལ་ཐག་མི་རིང་བ་ནི་ཞག་བདུན་
 པ་བསྐལ་བར་བྱའོ། །དེ་ཡུལ་ཐག་རིང་ན་ཡང་དག་འདུན་ལ་མ་ཞུས་པར་རབ་ཏུ་དབྱུང་བར་
 མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །མཆོ་རྒྱུ་ལས་ཀྱང་། རྗེས་བཅས་ལ་པ་མས་མ་གནང་
 བ་རབ་ཏུ་འབྱིན་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར། མ་གནང་ན་རབ་ཏུ་འབྱིན་པས་རབ་ཏུ་མི་འབྱིན་པ་དེ་
 ཞག་བདུན་བསྐལ་ཡང་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གནང་ན་ནི་འོངས་མ་ཐག་ཏུ་དབྱུང་སྟེ་ཞག་
 བདུན་བསྐལ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་དེ། ཞེས་གསུངས། རྒྱས་པར་མཆོ་རྒྱུ་ལ་
 གཞེགས། ⁴ རྗེས་བཅས་འཕེལ་བ། རིང་བསྐལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དག་སྟོན་འགྲེལ་པ་ཁ་བྱ་ཆ་
 མས་མཛོད་པ་སོགས་སུ་བཤད་དོ། ⁵ བསྐྱལ་བ་ལའང་འདུག་སྟེ། རྣམ་འབྱེད་འགྲེལ་༩ ཚུ་
 ༡༩༩༩ལས། བསྐལ་བ་ཕྱིའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱལ་བར་བྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བསྟོའཁར། (འདུལ་བ) ། རྒྱས་གྱི་ཆོག་གཡོ་བྱེད་དང་བཅས་པ་ལ། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་
 ལས་གསུངས། བསྟོའཁར་ནི་རྒྱས། དཀྱ་མཉེ། རིལ་ཕྱི། མེ། ལྷན་རྣམས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པར་
 རྟོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་དེ་དག་ཡིག་མི་ཤིའི་གྲང་ཁང་ལས་གསུངས། འདི་གོང་དུ་འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་
 ཆེར་འགྲེལ་པ་ལས་བསྟོའཁར་གྱི་གོ་དོན་ལ་རྒྱས་གྱི་ཆོག་གཡོ་བྱེད་དང་བཅས་པ་ཞེས་པའི་ནང་
 དུ་དཀྱ་མཉེ་དང་། རིལ་ཕྱི་དང་། མེ་སོགས་འབྱུང་བས་དེ་དང་ཡང་དོན་གཅིག་ཏུ་འབབ་
 བོ། །འདི་ལ་བསྟོའཁར། སྟོའཁར། བསྟོགས། སྟོགས་ཞེས་འགྲེལ་ཕྱི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཅུ་ལྟར་

བ་ལས། ཐ་མ་འདི་མི་གྲར་རང་ལུགས་སུ་མཛད། བསྐྱོད་གི་སྐྱ་བཤད་ལ། དབྱངས་ཅན་
 དགའ་སྒྲོམ། ལུས་མེར་བསྐྱོའི་བ་སྐྱའི་བྱ་ག་སྐྱུམ་གྱིས་གང་བར་བྱེད་པས་ན་བསྐྱོད་ཐེར་
 ཞེས་འབྱུང་ཡང་། ད་དུང་དབྱུང་བར་འོས་སོ། །མི་ཕྱི་ལྷན་ཁང་ལས། འདི་ལ་སྐྱོར་ཞེས་
 པའང་སྣང་། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །² དགོ་སྒྲོང་རྒྱུད་ནད་ཅན་གྱིས་ལུས་མེར་སྐྱོས་ནས་
 རྒྱག་པ་བྱེད་པའི་གནས་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ལ་བསྐྱོའང་ཟེར། ཞེས་དེའུ་ཆུ་གསུང་། ³ དལུཀ་
 གྱི་དུས་སུ་མལ་ཁྱིའོག་ན་མེ་འཛོགས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་ལ་དུགས་ཁང་ཡང་ཟེར། རྒྱོང་
 རྟོལ་སྒྲ་མ་གསུང་། རྒྱ་མིས་འདི་ལ་ “ཀང” kang ཟེར་གྱི་ཡོད་འདུག འདི་རྒྱ་ནག་གི་གང་རང་
 ཆེ་བའི་བྱང་ཕྱར་གྱི་ས་ཁུལ་དུ་ཡོད་ཅིང་། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་འོག་དུ་མེ་བཞག་ནས་ལུས་
 སྐྱོབ་འཕུར་བར་བྱེད་པའི་ས་ཡིས་བཞོས་པའི་ཉལ་ཁྱིའོག་དང་། སྐབས་རེར་གསོལ་སྟོན་གྱི་
 སྐབས་ཅོག་ཅིའི་ཆབ་ཀྱང་བྱེད། ཅེས་རྒྱ་ནག་ནས་བྲོས་པ་ “Escape from China” ཞེས་པའི་
 རྒྱ་ནག་གི་དམངས་གཙོ་དོན་གཉེར་བའི་སྒྲིབ་ཕྱག་ཁང་རྫོལ་མིའི་ “Zhang Boli” ཁོང་རང་གི་མི་
 ཆའི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཤོག་གངས་མཚན་ཡིག་ནང་འཁོད།

བསྐྱོའང་བསྐྱེན་པ། (འདུལ་བ) བསྐྱོའང་དུ་ལུས་མེར་བསྐྱོས་ཕྱིར་རྒྱག་པ་རྒྱགས་ནས་འཕྲོད་བསྐྱེན་
 བྱེད་པ་ལ་ཟེར།

བསྐྱོད་ཀྱང་། (འདུལ་བ) བསྐྱོའང་དང་འབྲ། བསྐྱོའང་ལ་གཟེགས།

བསྐྱབ་རྒྱུན་གཅིག་པ། (འདུལ་བ) དགོ་སྒྲོང་གི་བསྐྱབ་རྒྱུན་དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྐྱོར་བ་བྱས་
 ཕྱིར་དགོ་སྒྲོང་གི་བསྐྱབ་རྒྱུན་དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་མཐར་ཐུག་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་
 རོ། །དཔེར་ན་དགོ་སྒྲོང་གིས་ཁང་པ་བཅིག་པའི་སྐྱོར་བ་བྱས་ནས་ཁྱིམ་པར་བབས་ཏེ་སྐར་
 ཡང་དགོ་སྒྲོང་དུ་གྲུར་བ་ན་ཐོག་ཕྱབ་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའོ། །

བསྐྱབ་བརྟུས། ¹ བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ཞེས་བྲ་བ། རྒྱལ་སྐས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷས་མཛད།
 འདི་ལ་བཅ་པོ་བཅུ་བཞེ་ཡོད། སྤེ་དགོ་བསྐྱན་འབྱུར་དབུ་མ་༩ ཁི་བ་ ༡ མན་མན། མཐུག་
 ༡༩༩བ་(༤)ཇོགས་སོ། །² བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། རྒྱལ་སྐས་

ཆེན་པོ་ཞི་བ་སྐྱུ་མཛད། འདི་ལ་ངོས་ཤོག་གསུམ་དང་སྟག་ཅུ་ཡོད། སྟེ་དགེ་བསྟན་འགྲུར་
དབུ་མ་༩ ཁི་བ་ ༡༩༡ན་བཞུགས་སོ། ༣ འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བསྐྱབ་བརྟུས།
འདི་བོད་ན་ནི་མི་སྣང་བར་བཤད་དེ། དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྡེ་བའི་སྦྱོང་འཇུག་འབྲེལ་པ་
༡༠༩ལས། འཕགས་པའི་བསྐྱབ་བརྟུས་དེ་བོད་ན་ནི་མི་སྣང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས།

བསྐྱབ་པ། ༡ སྐྱོབ་པའི་མ་འོངས་པ། ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་དགོས་ལྟ་བུ། ༢ བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ།
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་ཆོག་མིང་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། བསྐྱབ་བྱ་གསུམ་ལ་
བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཞེས་པ་དང་། དམིགས་བྱ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ༣ (འདུལ་བ) ལྟོ་ལ་
ཁྲིམས་སུ་སྒྲོམ་པའི་མིང་། བསྐྱབ་སྒྲོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ། (འདུལ་བ) ལྟོ་ལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ། སྒྲོམ་པ་ཉམས་པ།

བསྐྱབ་པ་ཉེ་བར་འཛོག་པ་སྤངས་པའི་ལྟར་བྱེད། (འདུལ་བ) འཕའ་ཞེག་པ་དགུ་བཅུའི་དོན་ལྡན་པ།
བསྐྱབ་པ་ཉེ་བར་འཛོག་པ་སྤངས་པའི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྟན་དགེ་སྦྱོང་གིས་རང་ལ་
དགེ་སྦྱོང་གིས་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོན་པ་བསྐྱོ་བ་ལ་དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་སྤངས་ཏེ་དོན་གོ་བ་ལས་
གྱུར་པའི་ལྟར་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྟེང་གཞི་ནི། རྒྱལ་བོའི་ཁབ་དུ་བྱུག་སྟེས་བསྐྱབ་པ་ཉེ་བར་
འཛོག་པ་སྦྱོང་བ་ལས་ལྟར་བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དངོས་སུ་རང་རིགས་ཀྱི་སེམས་
བདེ་བ་ལ་གཞོད་པ་དང་། བརྒྱད་ནས་ལྟོ་ལ་ཁྲིམས་ལ་གཞོད་པའོ། །

བསྐྱབ་པ་བྲལ་ཏེ་ཁྲིམ་དུ་འཇུག་པའི་སོར་བཤགས། (འདུལ་བ) སོར་བཤགས་བཞིའི་གསུམ་པ།
བསྐྱབ་པ་བྲལ་ཏེ་ཁྲིམ་དུ་འཇུག་པའི་སོར་བཤགས་ཀྱི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྟན་དགེ་སྦྱོང་གིས་
ཁྲིམ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོམ་པ་བྱིན་པའི་ཁྲིམ་བདག་ལས་དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་ཟས་སྤངས་ཏེ་
ཟོས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ལྟར་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྟེང་གཞི་ནི། ཡངས་པ་ཅན་དུ་ཁྲིམ་ཀྱི་བསྐྱབ་
པའི་སྒྲོམ་པ་བྱིན་པ་ལས་བྱུག་སྟེས་ཟས་སྤངས་ཏེ་ཟོས་པ་ལས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བར་
བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་དངོས་སུ་སྦྱིན་བདག་གི་ལོངས་སྦྱོང་ལ་གཞོད་པ་དང་། དགེ་འདུན་
ཀྱི་ནང་ཁྲིམས་བྲལ་བས་རང་རིགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ལ་གཞོད་པའོ། །

བསྐྱབ་པ་སྦྱོང་བ། (འདུལ་བ) བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྦྱོང་པ་ལྟ་སྦྱོང་ཞིང་། དམན་སྦྱོང་ལྟ་དང་དུ་ལེན་པའི་
འདུལ་བའི་ཆད་ལས་ལ་གནས་པ།

བསྐྱབ་པ་ལུལ་བ། (འདུལ་བ) སྦྱོམ་པའི་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་སྟེ། འབྲུལ་ཡུལ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་
ལུས་ངག་གི་རིག་བྱེད་གྱིས་དངོས་སུ་སྦྱོམ་པ་གཏོང་བ་གོ་བར་བྱེད་པའི་དོན།

བསྐྱབ་པ་སྦྱིན་པ། (འདུལ་བ) 1 བཅ་པ་འཆབ་མེད་གྱིས་གོས་པའི་དགེ་སྦོང་ལ་བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྦྱོང་
པ་ལྟ་སྦྱོང་ཞིང་། དམན་སྦྱོང་ལྟ་དང་དུ་ལེན་པའི་སྦྱོང་པ་འབོགས་པའོ། 2 བཅ་འབྲའི་ཉེས་
བྱས་གྱིས་གོས་པའི་དགེ་ཚུལ་ལ་བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྦྱོང་པ་ལྟ་སྦྱོང་ཞིང་། དམན་སྦྱོང་ལྟ་དང་
དུ་ལེན་པའི་སྦྱོང་པ་འབོགས་པའོ། །

བསྐྱབ་པ་གསུམ། <ཉི་ཤིག་> བསྐྱབ་པ་འཇམ་བསྐྱབ་བྱ་གསུམ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ཉིང་རེ་
འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ་མོ། །བསྐྱབ་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཞེས་པའི་
དོན་ཉེ། དཔེར་ན་དམིགས་བྱ་ལ་དམིགས་པ། བཟའ་བྱ་ལ་བཟའ་བ། བཏུང་བྱ་ལ་བཏུང་བ་
ཟེར་བ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནོ། །རྒྱ་གར་དུ་འདི་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་། བོད་དུ་ལྟ་སྦྱོམ་སྦྱོང་
གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་པར། གུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྦྱོན་མེ་གསུང་ངོ་། །སྐྱ་བཤད་ནི། བསྐྱབ་
པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་བསྐྱབ་པ་སྟེ་བྱ་ཆོག་མིང་དུ་གྱུར་པའོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པས་
ཐོག་མར་སྟོག་གཅོད་པ་དང་མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་སོགས་ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྦྱོང་རགས་པ་
རྣམས་འགོག་པར་བྱེད། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པས་དེ་ལས་ཅུང་ཟད་ལྷ་བའི་འདོད་ཆགས་
དང་ཞེ་སྤང་སོགས་ཉོན་མོངས་མཛོན་གྱུར་པའི་རིགས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོང་རྣམས་ཉམས་དམས་པའི་
སྟོན་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པས་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ས་
བོན་དང་བཅས་པ་རྣམས་རྩ་བའམ་བྱུང་ནས་འབྱིན་པར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་མཆོན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་དུག་ཤིང་ཆེན་པོ་
ཞིག་ལ་མཆོན་ན། དང་པོ་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་རྣམས་གཅོད། དེ་ནས་སྤྱང་པོ་ཡོངས་རྫོགས་
གཅོད། དེ་ནས་སྤང་མི་སྦྱི་བར་བྱ་བའི་བྱིར་རྩ་བ་ནས་བཞོག་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་

གཙོད་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། སྤོང་པོ་ཡོངས་རྫོགས་གཙོད་པ་ཉིང་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་
པ། ཅ་བ་ནས་བཀོག་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལེ་བྱེད་ལས་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་དང་པོ་ཉེས་
སྤྱོད་རྒྱལ་པ། དེ་ནས་ཚུང་ཟད་ཟ་བ། མཐར་ཕྱིན་ཏུ་ཟ་བའི་ཉེས་སྤྱོད་རྣམས་འགོག་པར་
མཛོད་དོ། །ཚུལ་འདི་ལ་བསམས་ན་སངས་རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལྟ་བུ་འདས་ནི་གཏུལ་བྱ་འདུལ་བ་ལ་
ཕྱིན་ཏུ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཞིག་གོ་སྟེ་པའི་དད་པའི་སྤྱི་ལོང་རང་དབང་མེད་པར་གཡོ་བ་
ཞིག་འོང་དོ། །དེ་འདྲ་བྱུང་ན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ངོས་བཟུང་ཞིང་དེ་ལ་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་
པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ནི། མིག་དང་རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལ་དཔེ་སྤྱི་བ་ནས་གསུངས་ཏེ།
དེ་ཡང་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ནི་མིག་དང་འདྲ་ལ། ཉིང་འཛིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ནི་
རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལ་དང་འདྲ་སྟེ། ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་བཟུས་ཤིང་། ཉིང་འཛིན་དང་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལ་དང་འདྲ་སྟེ། རང་འདོད་པའི་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་བྱིན་པར་བྱེད་པ་
ཡིན་ནོ། །སྤྱི་ལོང་བསམ་གཉིས་༩ ཙོ་བ་ ༢༡༣༣བ་ལས། བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་སྤྱི་བ་ན་ལྷག་
པའི་ཤེས་རབ་ནི་རིག་པ། ལྷག་པའི་སེམས་དང་ལྷག་པའི་ཁྲིམས་ནི་རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལ་
ཞེས་གསུངས་
སོ། །

བསྐྱབ་བྱ་གསུམ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་འདྲ།

བསྐྱབ་བྱའི་ཉེས་བྱས། (འདུལ་བ) རང་རང་གི་ལྷུང་བ་རྣམས་གཞག་གི་ཀྱན་སྒྲོང་གིས་ཀྱན་ནས་མི་
བསྐྱངས་པའི་ཉེས་ལྷུང་ལ། བསྐྱབ་བྱའི་ཉེས་བྱས་ཟེར། དཔེར་ན་རིག་པའི་ལྷག་པའི་ཡན་ལག་
མ་ཆང་བ་སྟེ། རིག་པའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པར་བྱ་བའི་འདུན་པ་ཀྱན་ཏུ་འདོད་ཆགས་དང་
ལྷན་པ་མེད་པར། རིག་པའི་འདོད་ཅམ་པོས་བྱུང་མེད་ལ་རིག་ན་ནི། ལྷུང་བ་རྣམས་གཞག་གི་སྐྱབས་
གསུམ་ལས་གཞན་བསྐྱབ་བྱའི་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། མི་རིག་གི་ཡན་
ལག་མ་ཆང་སྟེ། སང་གེ་ལ་རིག་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །མཚོ་རྟེན་གྱི་
ལས། བསྐྱབ་བྱ་ལས་འདས་པའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཉེས་ལྷུང་གང་ཞིག་ལྷུང་བ་རྣམས་
གཞག་གི་ཀྱན་སྒྲོང་གིས་ཀྱན་ནས་མ་བསྐྱངས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །སྤྱི་བ་འདྲ་ནི།

ལྷང་བ་རྣམ་གཞག་གིས་མི་གོས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་ཞེས་བྱ་
 རྟེ། དེ་ལྷང་བཅ་པོ་ལྷ་བརྩ་བ་ལས་བཤད་དོ། །ཞེས་མཆོ་རྟེན་གསུང་། བ་སྐྱད་ཀྱི་ཉེས་བྱས་
 དང་། ཆེས་ན་སྐྱད་ཀྱི་ཉེས་བྱས་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཉེས་བྱས་གསུམ་ནི་ཉེས་བྱས་ཅན་དུ་འབྲ་
 ཡང་། དང་པོ་གཉེས་ནི་ལྷང་བ་རྣམ་གཞག་གི་ཉེས་བྱས་ཡིན་ལ། ར་མ་ནི་ལྷང་བ་རྣམ་གཞག་
 གི་ཉེས་བྱས་མིན་ཏེ། རང་རང་གི་ལྷང་བ་རྣམ་གཞག་གིས་ཀྱང་ནས་མ་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་
 རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བསྐྱབ་བྱིན། (འདུལ་བ) 1 བཅ་བ་འཆབ་མེད་ཀྱིས་གོས་ཤིང་དེའི་ཆད་ལས་ལ་གནས་པའི་དགེ་སློང་
 བ་མ། བཅ་བ་འཆབ་མེད་འདག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སློང་བ་ལྷ་སློང་ཞིང་།
 དམན་སློང་ལྷ་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་བ་བྱིན་ཞིང་། བསྐྱབ་པ་དེ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་
 པར་བྱེད་པའི་དགེ་སློང་བ་མ། 2 བཅ་བ་འཆབ་མེད་ཀྱིས་གོས་པའི་དགེ་སློང་ལ་བྱད་པར་ཅན་
 གྱི་སློང་བ་ལྷ་སློང་ཞིང་། དམན་སློང་ལྷ་དང་དུ་ལེན་པའི་སློང་བ་འབོགས་པའོ། 3 བཅ་འབྲའི་
 ཉེས་བྱས་ཀྱིས་གོས་ཤིང་དེ་འབྲའི་ཉེས་བྱས་འདག་པའི་དོན་དུ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སློང་བ་ལྷ་
 སློང་ཞིང་། དམན་སློང་ལྷ་དང་དུ་ལེན་པའི་ཆད་ལས་ལ་ཞུགས་པའི་དགེ་ཚུལ་པ་མ། 4 བཅ་
 འབྲའི་ཉེས་བྱས་ཀྱིས་གོས་པའི་དགེ་ཚུལ་ལ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སློང་བ་ལྷ་སློང་ཞིང་། དམན་
 སློང་ལྷ་དང་དུ་ལེན་པའི་སློང་བ་འབོགས་པའོ། །

བསྐྱབ་བྱིན་དགེ་སློང་། (འདུལ་བ) བཅ་བ་འཆབ་མེད་ཀྱི་ཆད་ལས་ལ་གནས་པའི་དགེ་སློང་། དེ་ཡང་
 བཅ་བ་འཆབ་མེད་འདག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སློང་བ་ལྷ་སློང་ཞིང་། དམན་
 སློང་ལྷ་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་བ་བྱིན་ཞིང་། བསྐྱབ་པ་དེ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་པར་
 བྱེད་པའི་དགེ་སློང་། འདི་ལ་དངོས་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་དགོང་ཕྱོ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། སློན་
 ལྷུ་ལ་དབང་སྐྱེས་བརྩམས་པ་ཆེན་པོ་ཆོད་རྒྱལ་ས་ཤིག་གི་ཆོགས་དབྱར་ཞབས་མེན་
 འཁོད་སྐབས་ཤིག་ལ། སེ་ར་བྱེས་པའི་བྲ་བ་འདུལ་བ་དེ་ཅན་མི་མཁྱེན་པ་ཞིག་དམ་བཅར་
 བཞུགས་ཡོད་པར། རིགས་ལམ་པས་བསྐྱབ་བྱིན་དགེ་སློང་ཞོག་ཅེས་སྒྲུས་པ་ན། ཁོས་བསྐྱབ་

བྱིན་དགེ་སྤོང་ཞེས་པ་བསྐྱབ་སྤོང་འཕོག་ཆོག་བྱེད་མཁན་ལ་གོ་ནས། ཡུལ་མཆོག་བཅུ་
གསུམ་པའི་ཞལ་རས་ལ་བལྟ་ཅམ་བལྟ་ཅམ་བྱེད་པ་ན། མཁན་པོ་ཞིང་ཐག་ཆོད་ནས་ད་ཡིན་
ན་དཔེ་བསགས་སོང་བཀའ་ཉེས་སོགས་ཆུ་ཐག་ཆོད་སྟམ་ནས། གཟན་གྱིས་དབུ་བརྟམས་
ནས་ཡི་དམ་བསྐྱེད་བཅུ་མཁུན་ཞེས་སྟོན་ལམ་འདེབས་བཞེན་བཞུགས་པའི་སྐབས།
དམ་བཅའ་བས་དོགས་སོ་སྟོས་ཏེ་ཨ་ལོ་པལ་ཆེར་རས་མགོ་སོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཅིང་གྲབས་
བྱེད་གྱི་མེད་དམ་སྟམ་ནས། ཅི་ཟེར་འདི་ཟེར་མེད་པར་ལམ་སངས་སྐད་ལྟགས་ཆེན་པོས་ང་
རང་ཆོས་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པ་ན། གཡས་གཡོན་ཐམས་ཅད་བཞད་གད་དེར་རེར་གྱུར་པའི་ལོ་
རྒྱུས་ཡོད། རྗེས་སོང་ཡུལ་དབང་མཆོག་གིས་བྲུ་བ་དེ་གཟིགས་པ་ན། འདི་བསྐྱབ་བྱིན་དགེ་
སྤོང་ཞོག་ཟེར་དུས། ང་ཆོས་ཅན་ཟེར་མཁན་དེ་མ་རེད་བས་གསུངས་སྐད། ལོ་རྒྱུས་འདི་ཁོ་
བོའི་སྒྲིལ་མ་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་བཤེས་བཀའ་ཤིས་འབུམ་གྱི་ཞལ་སྟུང་ནས་གྱིས་ཡང་ཡང་སྐྱེ་ཅིང་དང་
སྐྱེགས་ནས་གསུང་གི་ཡོད་པ་ལྟར་བཀོད།

བསྐྱབ་སྤྱིན། (འདུལ་བ) བསྐྱབ་པ་སྤྱིན་པ་དང་འདྲ།

བསྐྱབ་ཆོགས་གཅིག་པ། (འདུལ་བ) སྤྱོར་བ་དགེ་སྤོང་གི་རྟེན་ལ་བྱས་ནས་མཐར་ཐུག་ཡང་དགེ་སྤོང་
གི་རྟེན་ལ་བྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན་ཆོགས་སྒྲིལ་དགེ་ཚུལ་གྱིས་སྤྱོར་བ་བྱས་ནས་དེ་
དགེ་སྤོང་དུ་གྱུར་པ་ན་མཐར་ཐུག་བྱབ་པ་ལྟ་བུ་མིན་པའོ།

བསྐྱབ་གཞི་བྱེད་དུ་བསོད་པའི་ལྗང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་གྲགས་པ། གསོ་
སྤྱོད་གི་ཆེ་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་འདོན་པའི་དུས་སུ་རང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་གཞི་བྱེད་དུ་
བསང་པ་གཞན་གྱིས་དོན་གོ་བའོ། འདི་ལ་སྤོང་གསུམ་བསྐྱབ་བྱེད། བྱེད་དུ་གསོད་པའི་ལྗང་
བྱེད། ཅེས་ཐ་སྙད་སྐྱར་འདུག་ཀྱང་དེ་ལྟར་ན་ལྗང་བྱེད་བཅུ་པ་ལའང་བྱེད་དུ་གསོད་པའི་ལྗང་
བྱེད་ཅེས་མིང་སྐྱར་བས་དེ་གཉིས་ནོར་བར་དོགས་སོ། །རྒྱ་མཆན་དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་མིང་ཟུར་
པ་ཞིག་བཏགས་པ་ཡིན་ལོ།

བསྐྱབ་གསུམ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་འདྲ།

བསྐྱབ་ཆོགས། (འདུལ་བ) བསྐྱབ་སྡོམ་གྱི་གོ་རིམ་མཁ་རིམ་པ། དགེ་བསྟེན་ནི་དགེ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་
ཆོགས་ལྷ་མ་དང་། དགེ་སྟོང་ནི་དགེ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་ཆོགས་ཀྱི་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །
བསྐྱ་བྱིད། མགོ་སྐོར་གཏོང་བ། འདི་ལ་འབྲི་ཚུལ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། སྐྱ་འབྲིད། སྐྱ་འབྲིད་ཅེས་པ་ལྟ་
བུའོ། འོན་ཀྱང་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། བསྐྱ་བྱིད་ཅེས་གསལ་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། རྟེན་བཀུར་
དང་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་འདིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་འབད་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱན་པ་འབྱར་པ་
ལྟར་སྟོང་བོ་མེད་པ་དང་བསྐྱ་བྱིད་ཀྱི་གནས་སུ་མཐོང་ནས་ཉེས་སྲོད་ལས་སྟོག་ཅིང་། ཞེས་
གསུངས་སོ། །

༩ ཏ ་།

ཏ་བེ་ཏོ་བེ། བསམ་མོ་ནན་ཏན་མ་བཏང་བའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་མིང་།

ཏ་མེ་ཏོ་མེ། ཏ་བེ་ཏོ་བེ་དང་དོན་འདྲ།

ཏ་ཞུ་བྱ་འབྲུགས། 1 ཏ་བེ་ཏོ་བེ། མི་བརྟན་པ་དང་འགྱུར་ཕྱོག་ཆེ་བ། བསམ་མོ་ནན་ཏན་མ་བཏང་བའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་མིང་། དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་ལས། ཏ་ཞུ་བྱ་འབྲུགས་ཀྱིས་མི་ཡོང་། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 དཀའ་ངལ་ལ་བཟོད་སྒན་མེད་པའི་དོན་འདྲ་བ་འདྲ། ཏ་ཡང་། ལྷགས་རིགས་ཏ་ཅང་ཡང་བ་ཞིག་དང་། དེས་བཟོས་པའི་སྤོད་ཆས། སྤྱ་བ་འདྲ་ནི། ཏ་ཅང་ཡང་བའི་ཆ་ནས་ཏ་ཡང་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟོལ་འདུག་ཀྱང་། འདི་པལ་ཆེར་རྒྱ་ནག་གིས་དངུལ་བརྩམ་མ་ལ་ཏ་ཡང་ཏ་ཟེར་བ་དེ་རྩེར་ཆག་པ་ཡིན་ནས་སྤྲུམ།

ཏ་ཡ། (ལྷགས་སྤྱར) ཏྲ།

ཏ་ཡང་ཏ། (རྒྱུ་རྒྱུ) དངུལ་བརྩམ་མ། ཏ་ཡང་ཏ་ཞེས་བ་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱད་ཡིན་པར། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་གསལ།

ཏ་ར། (ལྷགས་སྤྱར) འཕྲོག་པ། ཆོ་འཕྲུལ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས།

ཏ་རི། (ལྷགས་སྤྱར) 1 སེང་གོ། གཤེན་ཐེ། སྤུལ། བེ་ཙོ། འཕམ་པ་བཅས་ལ་འདུག་པར། སི་བོད་སྐད་གཉིས་འདྲ་སྤྱར་ན་གསལ། 2 སྤལ་པའི་མིང་།

ཏ་རི་ཀེ་ལ། (ལྷགས་སྤྱར) ཏན་མཁའ་ཤིང་ལྷན་ཞེས་པ་ཡོད་པར་གྲགས་པ་ལ་བཞེད་དེ། དེ་ཡང་ཡུལ་དབུས་ནས་ལྷོར་དཔག་ཆད་སྤུལ་བརྒྱ་འདས་པ་ན་ཡུལ་གོང་ཀ་ནར་རྩ་བ་མེད་པར་ཤིང་རྣམས་འཁྲིལ་ཞིང་སྤྱི་དུ་བྲེས་པ་ལྟ་བུར་གནས་པ་ལ་བཤད།

ཏ་རི་བློན། (ལེགས་སྦྱར) མེད་གེ་བཟང་པོ།

ཏ་རི་ཅན་དན། ཏ་རི་ཅན་ལ་གཟིགས།

ཏ་རི་ཅན། (ལེགས་སྦྱར) ཅན་དན་དཀར་པོའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྐྱ་བཤད་ནི། མངོན་བཟློང་འཆི་མེད་
མངོན་གྱི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་ས། ཏ་རི་ཅན། ཞེས་པ་ལ་ཏ་རི་ནི་སྤལ་བ་སྟེ། དེའི་
དབྱིབས་ཅན་གྱི་རི་བོ་ཞིག་ལས་སྐྱེས་པས་ཏ་རི་ཅན་དན་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
པོ། ཅན་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་ཆེན་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད་དོ།

ཏ་ལ་ཏ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) དུག་གི་བྱེད་བྲག་ཅིག་རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་ལས། ཏ་ལ་ཏ་ལ་ནི་དུག་
གི་བྱེད་པར་པོ། ཞེས་གསུངས་སོ།

ཏ་ལོ། མ་རྟོག་ལྷུང་པའི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་པར་བཤད།

ཏ་སི་དེ་བ། (ལེགས་སྦྱར) དབང་ལག

ཏུ་ཤང། (རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དེ་ཏུ་ཤང་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྐད་དེ་བཙན་པའི་མིང་ཡིན་པར་བཤད་དོ།

ཏུ་ཤང་གི་ལྟ་བུ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ངན་རྟོག་ཡིན་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ་བཟང་རྟོག་ཡིན་
ན་འང་འཁོར་བར་འཆིང་བས་དེའི་འབྲས་བུ་འཁོར་བ་ལས་མི་འདའ་སྟེ། གསེར་སྟོག་དང་ཐག་
སྟོག་གིས་བཅིངས་པ་དང་། སྤྱིན་དཀར་ནག་གཉིས་ཀས་ནམ་མཁའ་སྤྱིབ་པ་དང་། ཁྱི་དཀར་
ནག་གང་གིས་སྤྲུག་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་དང་འབྲལ། ཉེས་ན་ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་པར་
བཞག་པ་ཉིད་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་ཡིན་ལ། སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བ་སོགས་ནི་དེ་ལྟ་
བུའི་ངེས་དོན་བསྟོམ་པར་མི་རུས་པའི་སྐྱེ་པོ་ལྷན་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པས། ངས་
དོན་དེ་རྟོག་ནས་སྟོད་པ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་དམངས་ཀྱི་སང་བབས་པའམ། སྐང་
པོ་རྟོག་ནས་སྐང་པོའི་རྗེས་ཆོལ་བ་དང་འདྲ་བར་སྤྱའོ། ཉེ་ལ་ཏུ་ཤང་གིས་ནི་ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་
པ་ལ་བསྟགས་པ་མཛད་པའི་མདོའི་ཁྱད་སྤྱང་སྤྱད་ཅུ་ཤངས་ནས་བསྐྱབས་སོ། འདིས་ནི་
ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ལམ་ནས་མ་མེན་ནོ་ཞེས་ཀྱན་རྫོབ་ལ་སྦྱར་བ་ཆེན་པོ་
བཏབ་ཅིང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་

པའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་
དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཞེས་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བྱིར་
རོ། །ཞེས་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཏ་ཏ། (ལེགས་སྦྱར) 1 གྱི་ཏུ། སློབ་སྦྱང་གཉིས་ཤེས་སྦྱར་ན་གསལ། 2 གང་མོ་དགོད་པ་དང་
སྤྱིགས་པའི་གདམས་པ་ཅས་ཀྱི་དོན།

ཏ་དེ་བ། 1 མི་གསལ་བ། འདི་ཡིན་འདི་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྱེད་པར་དཀའ་བ། དཔེར་ན་གང་
དུའང་ངོས་བཟུང་མེད་པའི་སྟོང་སང་ཏ་དེ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 སེམས་མི་གསལ་བའམ།
བླ་བ་འཛོར་བའི་ཉམས།

ཏུགས། <ཤ་ཀ་ར> བྱ་རམ་གྱི་ལྷ་བའི་བྱེ་མ་དོག་པོར་བྱས་པ་ལ་ཏུགས་ཞེས་བྱ།

ཏུགས། ཏུགས་ཞེས་པ་ཤེས་ཀ་ར་དང་བྱེ་མ་ཀ་ར་སོགས་ལས་རྩེ་ཐང་སྤྱུས་ཁ་ཞན་པའི་བྱ་རམ་
གྱི་དྲངས་མ་ལ་ཟེར། འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཟེར་༩ ཀོ་པ་ ༥༠བ་པ་ལས། ཏུགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་རམ་
གྱི་དྲངས་མའི་ཤ་ཁ་སྟེ། ག་ལ་ཞེས་མིང་དུ་བྲགས་པའོ། །འབྲེལ་བ་དེ་ལས་ཀྱང་དྲངས་ཤིང་བྱི་
མ་མེད་པ་ལ། ཁ་ཐུན་དེ་ལས་ཀྱང་དྲངས་ཤིང་བྱི་མ་མེད་པའོ། །ཁ་ར་དཀར་པོ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་
ཆེས་དྲངས་ཤིང་རྩྭ་མ་མེད་པའི་ཁ་ར་དཀར་པོའོ། །དེ་ལྟར་ན་རིམ་གྱིས་ཡོན་ཏན་ཆེ་
བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འོན་ཀྱང་འདུལ་བ་ལུང་གཞི། བམ་པོ་ལྷ་བརྩུ་བ་ལས། མར་
དང་། བྱ་རམ། ཏུགས། ཤ་ཀ་ར་དང་། བརྩུང་བ་དག་གོ་ཞེས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་གསུངས་
ཡོད་པས་དབྱེད་པར་འོས་སོ། །

ཏ་དེ་འཛོག་པ། བྱིང་བའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། དམིགས་རྟེན་པོར་ནས་སེམས་མ་འཛོལ་བར་འཛོག་པ།

ཏ་དེ་བ། 1 མི་གསལ་བ། འདི་ཡིན་འདི་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྱེད་པར་དཀའ་བ། དཔེར་ན། གང་
དུའང་ངོས་བཟུང་བའི་སྟོང་སང་ཏ་དེ་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། 2 སེམས་མི་གསལ་བའམ།
བླ་བ་སྟོར་བའམ། བླ་བ་འཛོར་བའི་ཉམས། ཏོན་སྟོར་བ། ཏོན་འཛོར་བ། འཕགས་སོད་སྦྱང་
གཉིས་ཤེས་སྦྱར་བུ། ཏོང་སྟོར་བ་དང་། ཏོང་འཛོར་བ། ཏོང་རྒྱལ་བ་ཞེས་ཀྱང་སྤྱང་། ཏ་དེ་པོར་

ལུས་པ། ཉད་ཉད་དུ་གྱུར་བ་ཞེས་ཀྱང་སྤང་ངོ་། །དེ་ལ་ཞིབ་ཆ་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ལྟར། འདིར་
བྱུང་བ་འཛོར་ཞེས་པ་འགྲེལ་བར་གོ་རྒྱ་མིན་མར། ཞེད་སྤང་ངམ། ཡང་ན་གནས་ཚུལ་ལ་
མཆོག་པ་རེ་མཛོང་ངམ་ཐོས་ན་ཅི་ཡང་སྤྲོ་རྒྱ་མེད་པར་རུ་རེར་བལྟས་ནས་བསྐྱད་བ་ལྟ་བུའི་
དོན་ནོ། །

ཉན། (པར་སིག་གི་སྐྱད) བདུན་ཐག་གཅིག་གི་མིང་། ར་སྤྱད་འདི་དེར་སང་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སྐྱད་ལ་
བདུན་ཐག་གཅིག་གི་མིང་དུ་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་ཀྱང་། ར་སྤྱད་འདིའི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་
པར་སིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་སྐྱད་ལ་སིན་རྒྱ་ལ་ཉིན་དུ་དང་། སུ་ལ་ཉན། བདུན་ཐག་
གཅིག་གི་མིང་སོགས་སུ་འབོད་པ། དེ་བ་ཐེར་དཀར་པོར་གསལ་བ་ལྟར་ནོ། །རྒྱ་གར་དུ་
འཆར་ཡོངས་བྱེད་པའི་བོད་རིགས་གཞོན་སྤྱེས་པལ་མོ་ཆེས་ར་སྤྱད་འདི་བོད་སྐད་དང་རྒྱ་
སྐད་གར་ཡིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྱེད་དཀར་པོ་བ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཉེན་ཁ་ནི་གཞིས་
ལུས་ཀྱི་བོད་སྤྱག་རྣམས་ལ་འདང་ཡོད་དེས་པས་གཞིས་བྱེས་ཆང་མས་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་ཡིད་
གཟབ་མ་གནང་ན་བོད་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་ཅ་བརྒྱལ་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེནོ། །

ཉབ་ལ། འདོད་རྩམ་དང་ཉབ་ཐོབ་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད། ཉབ་ལ་དང་། ཉམ་པ། ཉེབ་རྣམས་དོན་འདྲ།
ཉམ་པ། འདོད་རྩམ་གྱི་དོན། འདི་ལ་དོན་མང་དུ་ཡོད་པ་གཞན་དུ་གཟིགས།
ཉྱི་ཡིག་ དོན་ལ་པ་ལས་ཐོབ་པའི་ཁམས་དཀར་པོ་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པ་ཉྱི་ཡིག་དཀར་པོ་མགོ་ཐུར་
བསྐྱར་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར།

ཉར། མིག་འཇུམ་པར་རུ་རེ་ལྟ་བའི་དོན། ཉར། ཉ་ལེ། ཉ་ལེ། ཅེ་རེ་རྣམས་དོན་གཅིག་
ཉར་སྒྲོམ། མིག་མི་འཇུམ་པར་ཅེར་རེ་བལྟས་ཉེ་སྒྲོམ་པའི་དོན།
ཉར་ལྟོས། མིག་ཅེ་རེ་ལྟ་བ།

ཉི་མུ་ཅ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) ཁ་བའི་རི་བོ་འཕམ་གངས་རི། “हिमाचल” ཉི་མུ་ཅ་ལ་ཞེས་པ་ཁ་ཐལ་ན། ཉི་མུ་
ཞེས་པའི་འཆུང་ཨ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་ནས། ཉིམ་ཨཅ་ལ་ཞེས་འབྲི་བར་བྱེད། དེས་ཆོག་ནི། “ཉི་
མ” ནི་བསིལ་བ་སྟེ་ཁ་བའམ་གངས། “ཨ་ཅ་ལ” ནི་མི་གཡོ་བའམ་མི་འགྲོ་བ་སྟེ་གངས་

རིམ། རྟེན་ཡང་ “མཚལ་” ཞེས་པའི་ “མ་” གི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་དགག་ཆོག་དང་། ཅལ་ནི་རྒྱ་
གར་ཡུལ་སྐད་དུ་ཅལ་ “ཐལ་” ཞེས་པ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡིན་པས། མི་འགྲོ་བའམ་མི་གཡོ་བ་ཞེས་
བསྐྱར། མཛོན་བཛོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་འདོད་བ་མོ་༼མདོ་སྡེ་མེ་བ་༽ ༡༡༧
ལས། ཉིས་ཅལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཁ་བ་མི་གཡོ་བར་གནས་པ་ཁ་བའི་རི་བོ་འཕམ་གངས་རི་ཞེས་
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས།

ཉི་ཉི། སྒྲིག་པའི་གད་མོ།

ཉི་མྱེ། (རྒྱ་གར་) རྒྱ་གར་གྱི་གཞུང་སྐད། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ཁྱབ་ཆེ་གོས་དང་ལེགས་གོས་ཡིན། ཁྱི་
or ཁྱི་ ཉི་མྱེ་དང་། ཉི་མྱེ་ཞེས་འབྲེ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད།

ཉི་མྱེ། (རྒྱ་གར་) ལྷ་དབང་ལྷག་སོགས་ལ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་ལུགས་དང་དེའི་རྗེས་
འབྲང་བ་ནམས་ལ། ཉི་མྱེ་ ཁྱི་མེད། ཉི་མྱེ་བྱ་བ་ཡང་ “བར་སིག་” གས་དེང་སང་ཨི་ལྷན་དུ་
གསལ་པའི་ལུང་བ་དེའི་སྐད་ཡིན་པར་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་དཔེ་ཐེར་དཀར་སོ་ལྷ་
གསལ། ཉི་མྱེ་བྱ་བ་ཡང་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་བྱ་བ་ཕྱོགས་ཀྱི་སིན་རྩའི་ཡུལ་གཅིག་སྤྱིའི་མིང་
ཡིན་ལ། རིམ་གྱིས་རྒྱ་གར་སྤྱིའི་མིང་དུ་འཇགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཉི་མྱེ་སྟེ། <བར་སིག> རྒྱ་གར་གནའ་དུས་བར་སིག་གས་དེང་སང་ཨི་ལྷན་ཞེས་པའི་ལུང་བ་དེའི་
སྐད། དེ་དག་གི་སྐད་ལ་སིན་རྩ་ལ་ཉིན་དུ་དང་། སྐྱ་ལ་ཉྱ་ (བདུན་ལྷག་གཅིག་གི་མིང་)
སོགས་སུ་འབོད་པས། ཉི་མྱེ་བྱ་བ་ཡང་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་བྱ་བ་ཕྱོགས་ཀྱི་སིན་རྩའི་ཡུལ་
གཅིག་སྤྱིའི་མིང་ཡིན་ལ། རིམ་གྱིས་རྒྱ་གར་སྤྱིའི་མིང་དུ་འཇགས་སོ། །ཁ་བའི་ལྷངས་དང་
གངས་ཅན་ཞེས་པ་ཡང་ཉི་མྱེ་ལ་ཡ་དང་ཉིམ་བརྒྱ་སོགས་ཀྱི་དོན་བསྐྱར་ཡིན་ཞིང་། བར་དེ་
ཡང་སྤྱ་དུས་སུ་བོད་ཀྱི་ཕྱོ་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པའི་གངས་རིའི་རྒྱ་དགཅིག་སྤྱིའི་མིང་ཡིན་ལ། རིམ་
གྱིས་བོད་ཡུལ་སྤྱིའི་མིང་དུ་ཆགས་པར་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གསུང་དོ། །

བྱ་ལྷ་བྱ་ལྷ། ལྷགས་ཤིག་བྱ་ལྷ་བྱ་ལྷ་ནི་སྤྱ་ཁ་ཁ་ཅིག་གཞོད་སྤྱིན་གྱི་སྐད་ཡིན་པས་བདག་ཅག་གི་
སྤྱས་བཤད་དུ་མེད་པས་གང་དུ་ཡང་བཤད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་མཐོང་རྒྱ་ཆུངས་པའི་སྤྱིན་ཏེ།

མཉམ་སྦྲེང་གི་མའི་གི་མར། ཏུ་ལུ་ཏུ་ལུ་ཞུགས་ཤིག་པའོ། །ཞེས་རྗེའི་འགྲེལ་པ་བཞི་སྟུགས་
ན་གསལ།

རྒྱ། (ལེགས་སྦྱར) 1 ཐུགས་ཀྱི་ས་ཤོན་ཏེ། སེམས་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་བསྐྲུན་ཚུལ་ནི།
ཨྱིལ་མ་དང་རྩྱིལ་ལ་ད་རུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཐུ་སྟུབ་ཀྱི་སྟུགས་ཀྱི་བསྐྲུན་ཐབས་སུ་འདྲེ་ལྟར་དུ་
བཤད་དོ། །ཞེས་སྟར་ཐང་ལོ་ལྷ་བ་གསུང་དོ། 2 བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་དང་། བདེ་སྟོང་
དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བཅས་མཆོན་པར་གསུངས་སོ། །རྗེ་དགེ་འདུན་བྱུང་པའི་སྟོལ་མའི་
རྒྱུ་རིན་ཆེན་ཐང་བ་ལས། ཐུགས་ཀྱི་རྩྱིལ་གཞི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་ (འདྲིའི་སྟོང་རྗེ་ཞེས་
པ་སྦྱར་བཏང་གི་སྟོང་རྗེ་ལ་མེ་གོ་བར་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གོ་དགོས་སོ) མཆོན་པས།
ཞེས་གསུངས་སོ། །བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་རྒྱ་མཆོ་༡༦ན་ལས། རྩྱིལ་ནི་ཏུ་ཀྱའི་ཐུགས་
ལྷན་ཅིག་སྟེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ལ། མཆོད་རྫས་རྣམས་དེའི་རོ་ཤོར་བསྐྱེད་
པའི་ཆེད་དུ་རྩྱིལ་པས་མཆོད་རྫས་རྣམས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟ་མིན་པར་
མཆོད་རྫས་རྣམས་ཅི་མེད་ཀྱི་སྟོང་པར་སྦྱངས་ནས་དེ་ནས་བར་སྦྱང་ལ་ཐོལ་སྟེས་སུ་བྱུང་བ་
ལྟ་བུར་བསྟོམ་པ་ལས་མ་ཤེས་ན་དོན་མ་ཡིན་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ལས་མེད་དོ། །ཞེས་
གསུངས། 3 བསྟུལ་བ།

རྩྱི་རུགས། ཏུ་རུགས་པ།

རྩྱི་པའ། (ལེགས་སྦྱར) 1 བསོད་པའི་བྱིར་བསྟུལ་བ། རྗེའི་འདོད་འཛོལ་ས། བསོད་པའི་བྱིར་བསྟུལ་བ་
ཡིན་པར་སྟོན་གསལ་ལས་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས། 2 སྦྱར་ཡང་བསྟུལ་བ།

རྩྱི་མཛད། ཁོ་ཤོ་འཛིག་ཉེན་གསུམ་རྒྱལ་ཏེ། ཅ་ཞལ་སྟོ། གཡས་སེད། གཡོན་ལྷང་བའི་ཞལ་གསུམ་
གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་ལྷགས་འདྲིལ་བ། ཞལ་དེ་དེ་ཞིང་སྟོན་མ་འཁྲོག་ཅིང་ཁོ་
གཉེར་དང་བཅས་པ། སྦྱར་གསུམ་དམར་ཞིང་རྒྱུམ་པ། འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་ཐུག་རྒྱ་བྱག་
དང་ལྷན་པ། དཔལ་བར་ཐོད་པ་ལྷས་བརྒྱན་ཅིང་ཁྲག་འཛག་པའི་མགོ་སྤང་མགུལ་བ་ལ་
འབྱུང་བ། མགོ་ཤོ་དང་བཅས་པའི་སྐར་གས་ཅན་སྟུག་སྟུགས་ཀྱི་ན་བཟའ་འབྱུང་བ། མཐའ་

ཡས་ནག་པོས་བཅིངས་པའི་དབུ་སྐྱ་ཁམ་བ་གྲེན་དུ་འབར་བ་འཛིག་པོ་སོགས་སྒྲིའི་རྒྱལ་པོ་
 བརྒྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། ཕྱག་དུག་གི་དང་པོ་གཉིས་དྲོད་འཛིན་པས་དྲོད་ཁྱུ་ཚུར་གཉིས་
 རྒྱལ་སྤྱར་ཏེ་མཐེའུ་ཚུར་གཉིས་སྤྱེལ་ཞིང་། མཛུ་བ་མོ་གཉིས་བརྒྱད་ས་པའི་འཛིག་རྟེན་གསུམ་
 རྒྱལ་གྱི་ཕྱག་རྒྱས་རང་འོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་མ་དང་སྟོན་མ་བར་འཇུག་པ། གཡས་འོག་མ་
 གཉིས་ཀྱིས་ལྷགས་ཀྱུ་དང་ཞགས་པ་དང་། གཡོན་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་པ་དང་ཁ་འྲུག་
 འཛིན་པ། གཡས་བརྒྱད་ས་ཤིང་གཡོན་བསྐྱམས་པའི་ཞབས་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱ་ཆོགས་པད་མ་
 དང་ཉི་མ་ལ་གནས་པའི་འཛིགས་བྱེད་དང་དུས་མཆོན་མ་མནན་པ། རབ་ཏུ་ཁྲོས་པའི་བསྐྱལ་
 པའི་མེ་ལྷར་འོད་ཟེར་གྱི་ཕུང་པོ་འབར་བ་འགོ་བ་མ་ལུས་པའི་བགེགས་ཐམས་ཅད་ཟ་བ་ལྟ་བུ།
 རྩྱ་གི་སྤྱ་དག་པོ་སྤྱོད་ཅིང་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་བས་རང་གི་སྤྱིང་གའི་རྩྱ་ལས་སྤྱོས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་
 ཕྱོགས་བརྒྱའི་བགེགས་རྣམས་བཀྱག་སྟེ་རྩྱ་ལས་སྤྱོས་པའི་ཁོ་བོ་བརྒྱ་ལ་གཏད་དེ་དབང་དུ་
 འདུས་ཤིང་བརྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་གོ། ཞེས་ཆེད་སྤྱགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རོ། །བགེགས་བསྐྱད་ཀྱི་སྤྱལ་ས་རང་རྩྱ་མཛད་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡང་། རྩྱ་མཛད་ཀྱི་སྤྱོན་དག་པོ་
 དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་མ་རྒྱུད་ས་པ་ཐམས་ཅད་བརྒྱལ་བར་གསུངས་པས། རྩེས་འཇུག་
 ལ་ཡང་དེའི་རྒྱལ་བྱས་ནས་གདུགས་པ་ཅན་རྣམས་བརྒྱལ་ན་ཁྲུང་པར་ཆེ་བར་ཆེད་སྤྱགས་
 རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་སོ། །

རྩྱ་མཛད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། དྲོད་ཁྱུ་ཚུར་གཉིས་རྒྱལ་སྤྱར་ཏེ་མཐེའུ་ཚུར་གཉིས་སྤྱེལ་ཞིང་། མཛུ་བ་མོ་
 གཉིས་བརྒྱད་ས་པའི་ཕྱག་རྒྱའོ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་རྒྱལ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཡང་ཟེར།

རྩྱ་ཡིག་རྩྱ་དང་དོན་འདྲ། རྩྱ་ལ་གཟིགས།

ཏེ་བཟླ། (ཞིགས་རྒྱུར) ཀྱི་དྲོད་དེ། རོལ་པའི་དྲོད་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། ཏེ་འི།
 འཛོད་ཅིང་བསྐྱལ་བའམ། དགེས་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། ཡང་ན། ཏེ་ལ་ལ་བསྐྱེད་པས་ཏེ་ལ་
 རོལ་བ་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་རོལ་པའི་སྤྱར་སྟོན་པས་ན་རོལ་བ་ཞེས་སྤྱ་འཇུག་གོ།

ཏེ་ཏེ། དགེས་པའི་གདམས།

རྟོ་རྟོ། གྲུ་ཆོམ་དུ་རྒྱལ་བ། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པར་རྒྱལ་བ། མ་བརྟགས་པར་གཞན་གྱིས་གང་
ཟེར་གྱི་རྩེས་སུ་རྒྱལ་བ།

རྟོ་མ་ཁུང་། སྤྱིན་སྲེག་བྱེད་པའི་ས་དོང་གྲུ་གསུམ་མ་དཔེ་མིང་དུ་བཤད། རྟོ་མ་གྱི་སྤྱོད་བཤད་རྟོ་མ་ཡིང་
ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

རྟོ་མ་ཡིང་། སྤྱིན་སྲེག་གི་ཡིང་། སྤྱོད་བཤད་ནི། རྟོ་མ་ནི་ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་རྟོ་མ་ཞེས་པ་སྤྱིན་སྲེག་གི་མིང་
ཡིན་པས་དེ་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་ཉམས་པས་རྟོ་མ་ཞེས་འཕོད་པ་བྱུང་ངོ། །

རྟོ་ལ་བཤད། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་གཏམ། འཆལ་གཏམ།

རྟོར་སྤྱུགས། རྟོར་སྤྱེགས་དང་དོན་འབྲེ།

རྟོར་སྤྱེགས། རྟོར་སྤྱེགས་བྱས་ནས་བསྐྱད་བ། རྟོར་བཟྱག་བྱས་ནས་བསྐྱད་བ། འདི་ལ་རྟོར་སྤྱུགས།
བཟང་པོའི་བཞུགས་སྐྱད་ས། བྱམས་བཞུགས། སྤྱེགས་བཞུགས། སྤྱེགས་འདུག ཁྱོལ་
བཞུགས་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་པོ་༣༩༧ལས་གྲང་།
གསེར་ཁྱི་ཡོད་པའི་གསེར་ཁྱི་མཛུགས་ཆེ་མཐུན་ན་འདོན་མི་བཟང་དུ་གཏོགས་པ་ཆང་མ་
ཆོགས་གྲང་རྒྱལ་པོ་མ་མེབས་འདུག་པས་འདི་རང་ལ་སྤྱན་སྤྱོད་ཅེས་ཞིག་བཞེགས་པ་དེར་
རྟོར་སྤྱེགས་བྱས་བསྐྱད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་། དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་
དང་པོ་༣༩༧ལས། ཆོས་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཁར་བཞུགས་པའི་གཏོང་ཐད་དུ་སྤྱམས་ལ་སྤྱུག་
གདན་གཏོངས་འདུག་པར་རྟོར་སྤྱེགས་གྱིས་བསྐྱད། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བྱང་བྱང་བར་འཆར་བ། སྤྱོད་ཐུགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲང་ཐང་དེར་འཆར་བ་ལ་བཤད།

རྫོང་ (ལེགས་སྤྱོད་) ཐུགས་མཆོན་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་ དཔེར་ན་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཐུགས་མཆོན་པའི་
ཡི་གེ་རྫོང་ལྷིག་དཀར་པོ་ལྟ་བུ། ཁྱོག་པའི་ཆེ་རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་བསྐྲུག་ དེ་ཡང་རྫོང་ “hri” ནི་
ལེགས་སྤྱོད་ཀྱི་རི་དཔེར་བསྐྱུས་ཆོག་སྟེ། སྤྱིང་དང་། སྤྱིང་པོ། སྤྱིང་ག། ཐུགས་བཅས་ལ་
འདུག་པར་བཤད།

མིང་། (ལེགས་སྤྱོད་) 1 ཐུགས། རྩེའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྤྱུགས་ན་གསལ། དེའི་བསྐྱུག་ཚུལ་ནི། “རྟོར་དྲོ”

“हृद” “hrd” ཞེས་སྒྱུར་བར་བསྐྱབ་དགོས། 2 སྒྱིང་པོ། 3 སྒྱིང་།

མི་ད་ཡི། (ལེགས་སྒྱུར) མི་ད་དང་འབྲ། “མི་ད་ཡི” हृदयं “hrdaya”

མི་བ་ཙམ། ལྷག་ཙམ། ཏུས་ཆོད་ཐུང་ཏུ། མི་བ་ཙམ་ཞིག་ལ་སྒྲིབས་སོང་ལྟ་བུ།

མི་ལ་ལི། མི་མི་ཏུ་རྒྱབ་ལ་འདྲིལ་བ། དཔེར་ན་སྐྱུ་མ་སྐྱུ་མོ་ཐུང་ཏུ་འདྲིལ་བའི་ཚུལ་ལྟར་ལོ།

མི་མི་འགྲོ་བ། འབད་ཚོལ་མི་དགོས་པར་རང་གི་རང་གིས་འགྲོ་བའི་དོན། དཔེར་ན་ལྷགས་སྐྱབ་
ནང་ནས་སྐྱུ་མ་སྐྱུ་མོ་འདྲིལ་བའི་ཚུལ་ལྟར་ལོ། །རྗེའི་ལམ་རིས་ཆེན་མོ་ལས། དེས་ན་
སེམས་དགུ་བ་མ་ཐོབ་པའི་གོང་ཡན་ཆད་ཏུ་རྣལ་འབྱོར་པས་སེམས་ཉིང་འཛིན་ལ་འཛིག་
པའི་ཚོལ་བ་པར་བྱ་དགོས་ལ་སེམས་དགུ་བ་ཐོབ་ནས་ཆེད་ཏུ་མཉམ་པར་འཛིག་པའི་ཚོལ་བ་
མ་བྱས་ཀྱང་སེམས་ཉིང་འཛིན་ཏུ་མི་མི་འགྲོ་བར་འགྱུར་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

ཐུད་ཐུད་པོ། ཐུབ་པོ་འཕམ་ཐུབ་པའི་མིང་། ལུང་ཐུན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས། ཐུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཐུད་ཐུད་པོ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

རྩལ། ཅུབ་རྩལ། རྩིང་གོག་ཐ་ཤལ། དཔེར་ན་གོས་རྩལ། ཅུབ་རྩལ་ཅུབ་ལོག་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། རུལ་
བའི་དོན་ཡིན་པར། བསྐྱབ་དར་ལྟ་རམས་པ་གསུང་།

རྩལ་བ། རྩལ་དང་དོན་འབྲ།

ལྷ། <དེ་ལུང་> 1 འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་བཟང་ཤོས་ཤིག་ ལེགས་སྒྱུར་ཏུ་འདི་ལ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་
“देवः” དེ་ལུང་ “सुरः” སུ་རུང་ “अमरः” ཨ་མར་མོགས་མང་ཏུ་སྒྱུར་། ལེགས་སྒྱུར་ཏུ་དེ་ཅེ་ཞིང་
རོལ་བར་བྱེད་པས་ན་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་འཕམ། ཡང་ན་དེ་བོ་ཀམ་ཉི་དེ་རྣམས་ཀྱི་བྱིམ་མཐོ་རིས་སུ་
ཡོད་པས་མཐོ་རིས་གནས་བྱེད་དམ་མཁའ་བྱིམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། ལུས་
ལ་འོད་དང་ལྷན་པས་ན་ལྷ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་སྒྱུར་། 2 རྩལ་པོ་ལ་འང་འཇུག་རྩལ་
པོ་ལ་ལྷ་ཟེར་བ་འདི་རྩལ་གར་བའི་ལུགས་སོལ་ཡིན་མོད། བོད་ཏུ་འང་ཐ་སྐྱད་འདི་ཡོད་པ་དཔེར་
ན། སྐན་པ་ལ་ལྷ་རྗེ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། དེ་ལ་ལྷ་རྗེ་ཟེར་དགོས་དོན་ནི། ལྷ་ནི་རྩལ་པོ་ཡིན་ལ་དེའི་
རྗེ་འཕམ་གོང་ཏུ་བཀྱར་ཡུལ་ཡིན་པས། རྩལ་པོའི་རྗེ་འཕམ་ལྷ་རྗེ་ཟེར་བ་རེད།

ལྷ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། འདི་ལ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། འདི་ལ་བཤད་
ཚུལ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི་ལྷ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ། ལྷའི་སྐྱ་དངོས་གནས་ལ་བྲུབ་པའི་
ཞལ་ཕྱག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལྷ་སྐྱ་ལམ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་རང་གི་
ཐ་མལ་པའི་ལུས་ལྷའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་བསྐྱོམས་ནས་དང་རྒྱལ་དང་གསལ་
སྤང་བརྟན་པོ་ཐོབ་ནས་རེག་མཐོང་ལྟ་བུའི་མཆོན་མ་བརྟན་པོ་རྟེན་པ་ན། སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་
ཞེས་བྲ། མྱོང་རྟོལ་སྒྲ་མས། ཐ་མལ་ལུས་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ལྷ་དང་། གསལ་སྤང་དང་རྒྱལ་
བརྟན་པོས་རིམ་སྤྱངས་པས། རེག་མཐོང་ལྟ་བུའི་མཆོན་མ་རྟེན་པ་དང་། རྟེལ་སྐྱ་ནི་ཕྱག་རྒྱ་
ཆེན་པོ་ཟེར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། འདི་ལ་སྐྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡང་ཟེར།

ལྷ་བསྐྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བཞི། སྐད་ཅིག་དགོང་བསྐྱེད། ཆོག་གསུམ་བསྐྱེད། མཛོན་བྱང་ལྷ་བསྐྱེད།
ལྷ་བ་སྐྱ་བསྐྱལ་བྱེད་ཚུལ་དང་བཞི། དེ་ཡང་མྱོང་རྟོལ་སྒྲ་མས། ལྷ་ནི་བསྐྱེད་ལུགས་ནམ་བཞི་
པོ། མཁའ་ལ་སྤྱོད་བྱང་རྟོལ་བ་བཞིན། སྐད་ཅིག་དགོང་བསྐྱེད་བྱེད་ཚུལ་ཡིན། སྐད་ཅིང་སྐད་ཅིང་དམ་དེ་
བཞིན་ཉིད་ལས་བྱང་རྒྱབ་པ་ནི། འཆི་བ་ཆོས་སྐྱའི་ལམ་ཁྲེང་ཉི་ལྔ་གང་བྱང་གཉིས། ལྷ་ག་
མཆོན་ས་པོན་སྐྱ་རྫོགས་གསུམ། ཡེ་ཤེས་ལྷ་བྱ་སྤྱར་ནས་བསྐྱེད། མཛོན་བྱང་ལྷ་བསྐྱེད་
བྱེད་ཚུལ་ཡིན། གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བཞུགས། ཁྲོད་མེད་ལྷ་མོ་བཞི་ཡིས་བསྐྱལ། སྤང་
ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་ལྷང་། ལྷ་བ་སྐྱ་བསྐྱལ་བྱེད་ཚུལ་ཡིན། རྟེན་བཞི་མ་གཏོགས་
བསྐྱེད་ཚུལ་མེད། ཅེས་མྱོང་རྟོལ་སྒྲ་མས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། ལྷ་བསྐྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བཞི་
གསུངས་པའི་དགོས་པ་ནི། བཤུ་ཆེན་ཆོ་བཟང་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་འདུས་པའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ནམ་
བཤད་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱང་པོར། བོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཁ་ཅིག་གི་བཞེད་ཚུལ་བསྐྱར་བ་ལས།
བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤྱོད་གནས་བཞི་སྤྱོད་བྱེད་དུ་ལྷའི་སྤྱོད་ཆོག་བཞི་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་
མྱོང་སྤྱོད་བྱེད་དུ་སྒྲ་བར་དཀར་དམར་རལ། ཉི་ལྔ་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱས་སུ་ས་པོན་རྒྱང་བ་
ལས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། མཛོན་བརྟེན་སྒྲ་མ་ལས། མྱོང་སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་པ་སྟེ། སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་

སྒྲིངས་པལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མངལ་སྐྱེས་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་མངལ་དུ་ས་
 བོན་ལས་སྐྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། མངལ་སྐྱེས་ལྷ་ཡི་སྐྱོང་བ་ཡིས། །སྐྱོས་པ་ནམས་ནི་ཡོངས་སུ་
 བཏྲལ། །ཅེས་ཞུ་བ་ལྷས་བསྐྱལ་ཏེ་སྐྱོད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྟོང་ག་ཤེད་སྐྱེས་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་
 ས་བོན་ལས་སྐྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། རྩོམ་འབྱུང་འགྲོལ་བར། ལྷ་བ་དང་ས་བོན་ལས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་
 གནས་ཐོད་ག་ཤེད་ལས་སྐྱེས་པལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ལྷས་སྐྱེས་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་སྐྱད་
 ཅིག་གིས་དཀྱོང་སྐྱོང་སྐྱོང་བྱེད་ཡིན་ཏེ། རྩོམ་འབྱུང་བས། ལྷས་ཏེ་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་
 བཞིན། །ས་བོན་མེད་པར་ནམས་སྤང་བསྐྱོམ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འདིར་བསྐྱལ་
 པ་དང་པོའི་མི་ལྷས་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སྐྱོང་བའི་ཕྱིར་ལྷག་མོས་ཀྱི་ལྷ་དཀྱོང་སྐྱོང་བྱེད་པ་ཡིན་
 བོ། །དེས་ན་ཤོད་གི་ཐོད་ཀྱི་སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་གི་བཞེད་པ་མདོར་བསྐྱལ་ཏེ་བཤོད་ན། བཅོམ་ལྷན་
 འདས་ཀྱིས་སྐྱེ་གནས་བཞི་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་ལྷའི་སྐྱོང་ཚོག་བཞི་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་ལྷས་སྐྱེས་
 སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་སྐྱད་ཅིག་དཀྱོང་སྐྱོད། སྐྱོང་སྐྱེས་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་མདོན་བྱང་ལྷ་བསྐྱེད། མངལ་སྐྱེས་
 སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་ཞུ་བ་ལྷ་སྐྱལ། རྟོང་ག་ཤེད་སྐྱེས་སྐྱོང་བྱེད་ཏུ་ཚོག་གསུམ་བསྐྱེད་ཡིན་པས་
 སེམས་སོ། །ཞེས་པ་ལྷར་ཡིན་ནམས་སྤྲོ་སོ། །

ལྷ་ཁང་། ལྷའི་བཞུགས་གནས་སམ་དཀོན་མཆོག་གི་རྟེན་ཁང་། ལྷ་བཤད་ནི། ལྷ་ནི་ནམས་པར་དག་
 པའི་ལྷ་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་ཡིན་ལ་དེའི་བཞུགས་གནས་ཡིན་པས་ལྷ་ཁང་ཞེས་བྱའོ། །

ལྷ་ཆེན། 1 ལྷ་དབང་ལྷ་ག་ཆེན་པོ།

ལྷ་ཆེན་པོ། ལྷ་དབང་ལྷ་ག་ཆེན་པོ། 2 དབང་ལྷ་ག་དང་ཁྱབ་འབྱུག་ལ་སོགས་པའི་ལྷའི་གཙོ་བོ་ནམས་
 པ་ཟེད།

ལྷ་ཆོས། རྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས། ལྷ་བཤད་ནི། ལྷ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་གྱི་ནམས་གངས་
 ཡིན་ལ། དེས་གསུངས་པའི་ཆོས་སོ། །དཔེར་ན་ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བརྟུ་ལྷ་བྱ།

ལྷ་ཆོས་དགེ་བ་བརྟུ། དགེ་བ་བརྟུ་དང་དོན་གཅིག་

ལྷ་རྩེ། སྤོན་པའི་མིང་། ལྷ་བཤད་ནི། ལྷ་ཞེས་པ་རྒྱལ་བོའང་འབྱུག་པས། དེས་ཀྱང་ཤོད་ཏུ་བཀྱར་

བས་ལྟ་རྒྱུ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འདིའི་སྐོར་རྒྱས་པ་གོང་སྤྱུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་
འབྲེལ་སྟོང་ཆ་༥༩་པ་དང་། དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་གི་བཞེས་པའི་ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་
སྒྲིགས་བས་སྤྲེལ་ཆ་༡༡༡༤ན་འདྲ། རྒྱལ་པོའི་རྒྱུ་ཞེས་ལྟ་རྒྱུ་འདྲེལ་བཏགས་ཏེ་ཞེས་གསལ་ཡོ། །
ལྟ་རྒྱུ་སྤྲེལ་བ། 1 ལྷ་བ་མཐའ་ལོག་མས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་བློན་རྒྱུ་ཞེས་སྤྲེལ་བ་
ལ་བྱེད། 2 ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས་བཞིན་པར་བཞུགས་པ་
དཔའ་པོའི་ཚུལ་གྱིས་ལྟ་རྒྱུ་སྤྲེལ་བ་ལ་བྱེད། 3 གསང་སྤྲེལ་གྱིས་རང་ལྟར་རྒྱུ་ཞེས་སྤྲེལ་བ་
ནས་ར་རྒྱལ་དང་གསལ་སྤྲེལ་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱེད་དོ། །གོང་གི་གསུང་ཚུལ་འདི་རྒྱུ་ཐང་པའི་
གསུང་ “ལྷ་བ་མཐའ་བཞིའི་འདོད་ཚུལ་སོགས་བྱིས་ལན་སྤྲེལ་ཆོག་ཀྱི་སྐོར་ཞལ་ལུང་བདུང་
ཅིའི་ཐེགས་འབྲང་” གསལ་བ་ལྟར་བཀོད།

ལྟ་རྒྱུ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཉན་བཅན། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཉེར་བརྒྱད་པ་ལྟ་རྒྱུ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཉན་བཅན་གྱི་ལོ་༣༡༥ཙམ་
ལ་བྱོན་པའི་ཆོད་དཔག་བྱེད། (རྩ་རྩ་ཐའི་ཆོས་འབྲུང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་སྤོང་དཔོན་ཆེན་པོ་
དབྱེག་གཉན་ཞབས་དང་དུས་མཚུངས་སྤྱི་ལོ་བར་བཤད་དོ) འདིའི་དུས་སྤྱི་ལོ་དུ་དམ་
པའི་ཆོས་འབྲུང་བའི་སྤྱུ་ལྟ་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་གཉན་དུ་ནམ་མཁའ་ནས་ཟ་མ་ཏོག་
ཅིག་བབས་པ་ཁ་བྱེ་བའི་ནང་། མདོ་སྤྱི་ལོ་ཟ་མ་ཏོག་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་གཉན་དུ་ནམ་མཁའ་ནས་ཟ་མ་ཏོག་
པ། གསེར་གྱི་མཚོད་ཉེན་ཁྲ་གང་བ། ཅི་ལྟ་མ་ཉིད་སྤྱི་ལོ་བཞེས་པོར། (ཅི་ལྟ་མ་ཉིད་སྤྱི་ལོ་
བཞེས་པོར་བཅུ་གཅིག་ཞལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཟུངས་ཀྱི་བཞེས་པོར་ཞེས་སྤྱི་ལོ་
འདེབས་བྱེད་ཅིག) ལྟ་བུའི་བྲག་རྒྱ་ (ཞེས་ཆོད་ཁྲ་གང་ཙམ་གྱི་ནོར་བུའི་རིགས་ཀྱི་རྩེ་ལ་
ཡིག་དུག་རང་བྱོན་ཡོད་པ) ནམས་བྱུང་སྟེ། མིང་གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་བཏགས་ཏེ་མཚོད་
བས་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་བཞེས་སོ། །དེའི་མི་ལམ་དུ་མི་
རབས་ལྟ་ (ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅའ་སྤྱི་ལོ་དུས) ན་འདིའི་དོན་ཤེས་པ་འབྲུང་རྩེ་ཞེས་ལུང་
བཞུན་ཏོ། །འདི་ལ་ལྟ་རྒྱུ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཉན་ལལ་དང་། (རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་དང་བྱ་སྤྱི་ལོ་
འབྲུང་གི་མཚན་བྱ་སོགས་སྤྱི་ལོ་ལྟ་རྒྱུ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཉན་ལལ་ཞེས་སྤྲེལ་དོ) ལྟ་རྒྱུ་ཐོ་ཐོ་ལོ་གཉན་བཅན་ཞེས་

ཀྱང་སྤང་དོ། །སྤྱོད་བཞད་ནི། ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས། ཁ་ཅིག་གིས་ལྷའི་སྟན་
ལལ་ལྷར་སྟན་རིང་པོར་གྱུར་བས་ཐོ་ཐོ་རི་སྟན་ལལ་གྱི་ཐེར་བའང་བྲུན་སྐད་བཙུང་མ་སྟེ་
གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་བ་ལྷ་བྱ་བཀའ་གཉན་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་ན་བ་ལ་ཞེས་བཅུག་པའི་དོན་
མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་སྟན་བཙན། ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཙན་དང་འདྲ།

ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་སྟན་ལལ། ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཙན་དང་འདྲ།

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་བན་གྱིས་ཞེས་སོགས། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་བན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་བད་མོ་ལ་
བཏུད་ནས། །མོངས་བ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མའི་ཡུམ་ལ་བྱག་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་
པའི་ཆོགས་བཙད་འདི་རྗེ་བཙུན་མ་ཉིད་གྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒོ་བ་དཔོན་ཉི་མ་
སྤྱོད་བཅས་གསུངས། ཞེས་སྐོང་དོལ་བླ་མའི་གསུང་འབུམ་སྒྲིགས་བཅ་གཉིས་བ་༦༠༤ལས་
བཤད། གཞན་ཡང་། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་བན་གྱིས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཙད་གཅིག་པོ་
འདི། རྗེ་ཐོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ལས་༩ འཕགས་བ་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་བ་ །ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་
བ་འདིའི་དབྱར་གསུངས་ཡོད། འདི་བསྟན་འགྱུར་རྒྱད་༩ ལྷ་ །༣༩༣ན་ན་བཞུགས་ལོང་།
འོན་ཀྱང་ཆོག་རིས་རེ་བྱང་མི་འདྲ་བ་ཡོད་བ་འདི་ལྷར། རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་བྱག་
འཆོལ་ལོ། །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་བན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་བད་མོ་ལ་བཏུད་དེ། །མོངས་བ་ཀུན་
ལས་སྒྲོལ་མཛད་ཅིང་། །སྒྲོལ་མ་ལ་ནི་བྱག་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས།

ལྷ་བཏུད་དུ་བབས། ༡ འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་བསྟེན་ཚུལ་ཉེས་ནས་རང་ལ་གཞོད་བ་བྱེད་བ་ལ། ལྷ་
བཏུད་དུ་བབས་བ་ཟེར། ༢ སྒྲོ་སྒྲོང་། འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་བསྟེན་ཚུལ་ཉེས་ནས། རང་ལ་གཞོད་
བ་བྱེད་བ་ལ་ལྷ་བཏུད་དུ་བབས་ཟེར་བ་ལྷར་ཆོས་ཆོས་སུ་མ་སོང་བར། ར་རྒྱལ་དང་ཆགས་
སྤང་འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་སོང་ན་ལྷ་བཏུད་དུ་བབས་བ་ཟེར།

ལྷ་ལྷན། ལྷ་སའི་མིང་གསར་པ། ལྷ་སའི་གདོད་མའི་མིང་ལ། ར་ས་ (ཡིག་རྙིང་ཐམས་ཅད་ལ་ར་ས་
ཞེས་འབྱུང་གི་ལྷ་ས་ཞེས་མི་འབྱུང་བར་བཤད) ཞེས་བྱ་ལ། (ཡུམ་གྱི་དུ་མའི་སྐད་ལ་རའི་

ཆབ་རྩ་ལ་འབོད་པ། དཔེར་ན་རྒྱུ་ལ་ལྷུང་ཞེས་འབོད་པ་དང་། ར་རྩ་ལ་བྱ་བ་ལ་ལ་རྩ་ལ་བྱ་བ་ལ་འབོད་པ། ར་རྩ་ལ་ལ་ལྷུང་ཞེས་འབོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལ་ས་ཞེས་འབོད་པ་འབྱུང་། (ལ་ས་ཞེས་པའི་ཆོག་ལ་གོ་རྒྱུ་མེད་མོད། གོ་རྒྱུ་ཡོད་པར་བཅས་ཏེ་ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་འབྱུང་ཞེས་དགོ་ཆོས་གསུངས།) དེ་ནས་ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་འབྱུང་། དེ་ནས་ལྷ་ལྷན་དུ་སྒྲོས་པར་བཤད། འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱུད་ལས། ལྷ་ལྷན་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི། །གངས་ཅན་རི་ཡི་ནང་གནས་པའི། །རྒྱལ་པོ་མི་ཡི་ལྷ་ཞེས་པ། །ཡི་ཅ་བྱི་རྣམས་རིགས་སུ་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་ལུང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་ས་ནས་ལྷ་ལྷན་དུ་སྒྲོས་པར། མཁས་དབང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཤད། ཞིབ་པར་རྒྱལ་ཁབ་ས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས་ཤེས་པར་བྱལོ། །སྤྱོད་པའི་ལྷ་ས་ལ་ལྷ་ལྷན་ཟེར་བ་ནི། རོ་ཤག་རྣམས་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་སྤྱིའི་རྟེན་ཅ་ཆེན་རྣམས་གང་དུ་བཞུགས་པའི་ཡུལ་ལས་གནས་ཡིན་པས་ལྷ་ལྷན་ཞེས་བྱ་བའས། ཡང་ན། ལྷ་ལྷན་ཟུར་ཆགས་པ་སྟེ། རང་བྱོན་ལྷ་ལྷན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དེར་ཡོད་པས་དེ་སྐད་ཅས་ཟེར། རང་བྱོན་ལྷ་ལྷན་ནི། ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཡོད་པའི་ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་བཙུག་ཅིག་ཞལ་ལ་ཟེར་ལ། རང་བྱོན་ནས་རང་བྱུང་ལྷ་ནི། རོ་ཤོ་བཙུག་ཅིག་ཞལ་གྱི་སྟོག་ཤིང་ཅན་དན་སྤྱལ་གྱི་སྤྱིང་པོ་ལ་རང་བྱོན་འཕགས་པའི་སྤྱད་གཅིག་སྤྱོད་བཞེངས་མ་དགོས་པར་རང་བྱོན་དུ་བྱུང་བ་གཉིས། རྒྱ་བཟའ་རུ་མ་གཤམ། བལ་བཟའ་རུ་མ་གཤམ། རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཅན་སྐམ་པོ་རང་ཉིད་ཐུགས་ཀར་ཐེམ་ཞིང་སྤྱལ་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པ་དང་གསུམ་སྟེ་ལྷ་ལ་ཟེར། སྟོང་རྟོལ་སྤྱོད་མས་གསུངས་པ་ལྟར་བཞུགས།

ལྷ་དབང་དུ་བྱངས་པ། ལྷ་སྤྱིང་ལ་བསམས་ཏེ་གསོལ་བ་བཏབ་པ།

ལྷ་བབས་མཆོད་རྟེན། མཆོད་རྟེན་ཆ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ་པ་སྟེ། རྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་སུམ་ཅེན་དུ་དབྱར་གནས་མཛད་དེ་ཡུམ་བདེན་པ་ལ་བཞུགས་ཏེ་སྤྱོད་དགག་དབྱེ་མཛད། ཕྱི་རྫོང་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་དུ་ཕེབས་པའི་ཆེ་བཞེངས་པ། བང་རིམ་བཞེངས་བརྒྱད་པ་ལོས་རེར་སྟོང་འབྱུང་དང་བཅས་པའི་སྟོང་འབྱུང་གྱི་དབྱས་ན་ཐེམ་སྐས་ཡོད་པའི་མཆོད་རྟེན་ནོ། །དེ་ལ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་

ལྷ་ཡི་མཆོད་རྟེན་ཡང་ཟེད།

ལྷ་བབས་དུས་ཆེན། བཅོམ་ལྷན་འདས་འབྲངས་ནས་ཞག་བདུན་ལོན་བ་ན་ཡུམ་སྐྱ་མ་ལྷ་མཛེས་སྐྱ་
གཤེགས་ནས་སྐྱ་མ་ལྷ་མཛེས་དུ་སྐྱེས་པ་དེ་དང་ལྷ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་ཆོ་བ་གསུམ་
ཀྱི་བར་དུ་ཆོས་བསྟན་ནས། ཉོར་ཆོ་དགུ་པའི་ཆོས་ཉེར་གཉིས་ལ་ཕྱིར་མི་ཡུལ་དུ་ཕྱོན་པ་ལ་
ལྷ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཆེན་ཞེས་བྱ། །འདིའི་སྐོར་བྱིན་ལན་བསབ་པའི་མདོ་༩ ཡེ་
༡༡༥ནེན་བཞུགས་སོ། །

ལྷ་ཕྱིན། ལྷ་མ་ཕྱིན་ལ་གཟིགས།

ལྷ་མ་མ། རབ་བྱུང་གི་སྔོན་པ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་པོ། ལྷ་མ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཅེས་པ་ལྷ་བྱ། འདིར་ལྷ་ནི་
རྒྱལ་པོ་དང་། མ་མ་ནི་རབ་བྱུང་ཙམ་གྱི་མིང་དོ། །ལྷ་བཙུན་ཟེར་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །
ལྷ་མ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་དང་བྱང་ཆུབ་འོད། ལྷ་མ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་སྐྱ་སྒོག་བཏང་པའི་
བོད་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ལ་བཀའ་བྱིན་དང་མཛད་ཇེས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན།
བྱང་ཆུབ་འོད་ནི་ཁོང་གི་ཡང་ཆ་སྟུན་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རབས་གསུམ་པ་ཡིན། འདི་གཉིས་ཆོས་
རྒྱལ་ཁྱི་སྔོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་རྒྱལ་རྒྱུད་ཡིན། འགོས་ལོ་རྒྱ་བ་གཞོན་ལུ་དཔལ་གྱི་དེབ་སྔོན་སྟོང་
ཆ་༤༤ལས། སྤྱིར་ན་མངའ་ངེས་སྟོང་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཞབས་ཏོག་བཀྱིས་
པ་དེ་ལྷ་བྱ་ནི་ཡུལ་གཞན་གང་ན་ཡང་མ་མཆིས། ཞེས་གསུངས་པའང་དོན་ལ་གནས་
སོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། «ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྔོང་ལྷེ་བཙན་» དེའི་སྐྱ་མཆོད་«སྐང་དར་མ་»དེ་ཡི་སྐས་
«གནས་སྤེ་འོད་སྐྱུང་»དེ་ཡི་སྐས་«དཔལ་འཁོར་བཙན་»དེ་ཡི་སྐས་«བཀྱ་ཤེས་བཙུགས་»དང་།
«སྤྱིད་བདེ་ཉི་མ་མགོན་»གཉིས། སྤྱིད་བདེ་ཉི་མ་མགོན་འདི་མངའ་ངེས་སུ་མེབས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིད་
བཟུང་། དེ་ལ་སྐས་གསུམ་བྱུང་། སྐས་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་བ་«ལྷེ་ཙུག་མགོན་» དེ་ཡི་སྐས་«སྔོང་
དེ་»ལྷ་མ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་དང་། «ཁོ་རེ་»གཉིས་འབྲངས། དང་པོར་སྔོང་ངེས་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་།
དེ་ཡི་སྐས་«ལྷ་བཙུན་རྒྱ་ག་རྩ་ཛ་»དང་། «ལྷ་བཙུན་དེ་མ་རྩ་ཛ་»གཉིས་བྱུང་། སྐྱ་ཆེའི་སྤྱིད་ལ་
ཡབ་སྐས་གསུམ་ག་རབ་བྱུང་མཛད་པས་ཡབ་སྔོང་དེ་ལྷ་མ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཅེས་འོངས་སུ་

གཤམ་པ་དེ་བྱུང་། དེ་ནི་འངས་དཔལ་ཙ་རྒྱུད་ལས་ལུང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཏེ། བྱང་
ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ། རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་། ཁྲོན་པོ་ཞོར་གྱི་མཐའ་ཅན་
འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། རྫོང་པོ་པོ་དེ་དུ་སྟུན་འཛེན་པའི་སྤང་དུ། གར་ལོག་གི་རྒྱལ་
པོ་ལ་སྐྱེ་ལུས་བཏང་བས་ཆོས་གྱི་ཕྱིར་སློག་གྱུར་བཏང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། སྤང་པའི་ལམ་ལྷ་སྒྲ་
མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཁོ་རེའི་སྤྲུམ་མའང་འབདག་ལྷ་སྤྲེ། དེ་ཡི་སྤྲུམ་མའོད་སྤྲེ། དང་། «ལོ་
བྱང་ཞི་བ་འོད་དང་། «ལྷ་བཙུན་བ་བྱང་རྒྱལ་འོད་དང་གསུམ་བྱང་། འོད་སྤེས་རྒྱལ་སྤིང་
བཟུང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ཀ་རབ་དུ་བྱུང་། ལྷ་བཙུན་བྱང་རྒྱལ་འོད་འདིས་དཀའ་ཆོག་མཆོད་པའི་
སྒྲོན་མ། ལོ་རྒྱ་བ་རྒྱ་བཙོན་སེང་། བཀ་ཆོ་ལོ་རྒྱ་བ་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་བ་གཉིས་རིམ་བཞིན་རྒྱ་
གར་དུ་བཟངས་ཏེ། མཉམ་མེད་རྫོ་པོ་རྫོ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ལ་པོ་དེ་དུ་སྟུན་བྲངས་ནས་བྱང་རྒྱལ་
ལམ་སྒྲོན་སོགས་ཞུས་སོ། །

ལྷ་མ་ཡིན། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ཞིག དེའི་སྟུག་བསྐྱེལ་ནི། རྫོང་པའི་ལམ་ལྷ་སྒྲ་མོ་ལས།
ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེལ་ནི། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། ལྷ་མིན་དག་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་
ཡི། དཔལ་ལ་སྤང་ཕྱིར་ཡིད་གྱི་སྟུག་བསྐྱེལ་ཆེ། དེ་དག་སྒོ་དང་ལྷན་ན་འང་འགྲོ་བ་ཡི། སྤྱི་བ་
བས་བདེན་བ་མཐོང་བ་མ་ཆེས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ལྷ་རྣམས་གྱི་
དཔལ་འཕྱོར་མི་བཟོད་པའི་སྤྲུག་དོག་གིས་ཡིད་གཏུང་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་དང་འཐབ་པ་
ན་ལུས་བཅད་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟུག་བསྐྱེལ་དུ་མ་སྤྱོད་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཤེས་
རབ་དང་ལྷན་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་ཡིན་པས་རྟེན་དེ་ལ་བདེན་བ་མཐོང་དུ་མི་རུང་
དོ། འདི་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་ལས་དུད་འགྲོར་གསུངས་ལ། རྣམ་འཕྱོར་སྤྱོད་པའི་ས་ལས་ལྷའི་
འགྲོ་བར་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་མོ་ <དེ་སྤེ> འགྲེལ་བཤད་ “ལྷ” ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས། ཤེགས་སྐྱར་སྐྱད་དུ་ “ཆེན་པོ” དེ་སྤེ་
ཟེར། “ཆེན་པོ” དེ་སྤེ་ཞེས་གྲིས་བཤད་ཡོད།

ལྷ་མོ་སྐྱེ་འབྱུང་ལ། ཡུམ་སྐྱེ་མ་ལྷ་མཛེས་ལ་གཞིགས།

ལྷ་མོ་སྦྱ་འབྲུལ་ཆེན་མོ། ལྷ་མོ་སྦྱ་འབྲུལ་མ་དང་དོན་འདྲ།

ལྷ་མོ་བརྒྱད། ལུགས་ཀྱི་མ། ཞགས་པ་མ། ལུགས་སྒྲོགས་མ། ཤིལ་བྱ་མ་སྟེ་བཞི་ནི་སྒྲོ་མ་བཞི་དང་།
ཁོར་རྒྱན་མ། སྦྱལ་བྱེད་མ། ཁྱོག་ཉེར་མ་ཅན་མ། བྲེང་བ་མ་སྟེ་བཞི་ནི་སྦྱལ་བྱེད་མ་སོགས་ལྷ་
མོ་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །

ལྷ་མོ་དྲུད་སོལ་མ། བཀའ་གདམས་སྒྲོལ་མ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་དང་། པཌ་ཆེན་རྒྱ་རོ་པ། ལྷོ་བྲག་
མར་པ། འཕྱོག་མི་སོགས་ཀྱི་ཆོས་སྦྱོང་ཞིག

ལྷ་མོ་བྲི་མ་མེད་པའི་འོད་ལུང་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། ལྷ་མོ་བྲི་མ་མེད་པའི་འོད་ལུང་བསྟན་པ་
ཅེས་བྱ་བའི་མདོ་དང་། ལི་ཡུལ་ལུང་བསྟན་པའི་མདོ་གཉིས་དོན་གཅིག་པར། མཁས་པའི་
དགའ་སྟོན་༡༣༤༣ལས་བཤད། བཅ་པོ་བཞི་ཅན་གྱི་མདོ་སྟེ་དགེ་བཀའ་འགྲུང་གི་མདོ་མང་
པོད་༩ བ ་༡ པའི་ནང་བཞུགས་ཞེས་པ་སྣང་ཡང་། སྦྱོང་རྟོལ་བླ་མའི་གསུང་འབྲུམ་ནང་༩ བ ་༡
པའི་ནང་བཞུགས་ཞེས་གསལ།

ལྷ་མོ་ཙྰམྲ། ཙྰམྲ་དང་འདྲ། དེར་གཟིགས།

ལྷ་མོ་བཞི་ཁྲུས། ལྷ་མོ་བཞིས་ཁྲུས་པ་དང་འདྲ།

ལྷ་མོ་བཞི་ཁྲུས་ཀྱི་རྣམ་བཤད་མན་ངག་རྒྱས་པ། སྟོབ་དཔོན་སྤྱི་ཉི་རྩ་ལྷ་ཀའི་ཉེས་མཛད།

ལྷ་མོ་བཞིས་ཁྲུས་པ། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་གསུམ་ཕྱིག་སྤྱི་ཉིའི་རང་འགྲུར།

ལྷ་མོ་ལ་གྲུས་མ། ལྷ་མོ་ལ་གྲུས་ཡང་དག་ལྷན་པའི། ཁྲོ་ལྷན་གང་གིས་རབ་རྩ་བརྩོད་པས། ཁྲོད་
དང་མོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། ཁྲན་པས་མི་འཛིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། སྤྱིག་པ་
ཐམས་ཅད་རབ་རྩ་ཞིག། ཁྲད་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོལ་མ་
ཉེར་གཅིག་གི་པན་ཡོན་འདི། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་ཡིན།
འདི་རྒྱུད་འབྲུམ་༩ ཅེ་པ་༤༣བ་ལྷགས་ཕྱིད། མཚུག་བྱང་དུ། བཅོམ་ལྷན་མ་སྒྲོལ་མ་
ལ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་གསུངས་པ་རྫོགས་སོ། ཞེས་
འཁོད་ཡོད།

ལྷ་མོ་ཤ་མ་ཏ། འདི་སྒྲིམ་མ་ཡིན་ཞིང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་བརྟག་པའི་གདམས་པ་ཐེ་དགེ་
འདུན་གྲུབ་ཀྱིས་གསུངས། དེའི་སྒྲིམ་མཛོད་ཤུག་མཆན་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། དེ་རབ་ཀྱི་སྟེང་
དུ་ལྷ་མོ་ཤ་མ་ཏ་སྒྲིམ་མཛོད་སྟོན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཤུག་གཉིས་མ། གཡས་པས་རྩ་ཡབ་བཅ། མེ་
ལོང་། གཡོན་པ་དབག་བསམ་ཤིང་གི་ཡལ་ག་འཛིན་པ། ཞབས་གཉིས་བརྒྱུད་ནས་དེ་རབ་
ལ་བརྒྱུད་འདུག་གི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ། དབག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་གི་སྟོང་པོ་ལ་རྒྱབ་བརྟེན་པ།
ཤིང་པ་ཐུ་བ། ལུ་མ་འབྱར་བ། ཞལ་འཇུ་མ་པ་དང་བཅས་པས་རང་ལ་གཟིགས་པ། དར་སྒྲ་
ཆོགས་པའི་སྟོང་གཡོགས་དང་སྟོང་གཡོགས་ཅན། རྒྱ་དང་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་
ཀྱིས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་ཡོང་བ། ཞེས་ཐེ་དགེ་འདུན་གྲུབ་ཀྱི་ཉ་ལྷ་མོ་ཤ་མ་ཏའི་སྟོན་པོ་མི་ལམ་
བརྟག་པ་ཏེ་༣༤ན་ལས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་མོའི་སྒྲ་མཆོ། ལྷ་ས་ནས་མལ་ལེ་དགུ་བཅུ་ཅམ་ཀྱི་ཤར་སྟེའི་ཕྱོགས་སུ་ཆོས་འཁོར་རྒྱལ་མེ་ཏོག་
ཐང་ཞེས་བྱ་བ་ཡ་རྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོས་ཕྱི་ལོ་༡༥༠༩ལོར་བཏབ་པའི་དགོན་པ་
ཡོད་ལ། དེའི་བྱང་ཤར་ཕྱོགས་སུ་མལ་ལེ་ལྷ་ཅམ་ཀྱི་གཡལ་འཁྲིང་ན་འབྱུང་འགྱུར་གནས་
ལུགས་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་ལྷ་མོའི་སྒྲ་མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་དོ་མཆར་ཅན་ཀྱི་མཆོ་དེ་ཡོད་པར་
བཤད། ཡ་རྒྱལ་མཆོག་སྐུ་ཐེང་གཉིས་པ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོ་དགུང་གངས་སོ་བདུན་བཞེས་
པ་རྒྱལ་མེ་ཏོག་ཐང་གི་དགོན་པ་ཤུག་བཏབ་པའི་ལོ་དེ་༡༥༠༩རང་ལ་སྒྲ་མཆོའི་གནས་སྟོ་
གསར་དུ་བྱེ་བར་སེམས། ལྷ་མོའི་སྒྲ་མཆོའི་སྟོར་རྒྱལ་མཆོག་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོའི་རང་རྣམ་
ཤེས་རིག་སྤར་ཁང་ནས་སྤར་སྐྱབ་ཞུས་པའི་འབྲུངས་རབས་པོད་དང་པོའི་ཤོག་གངས་
༣༤ལས། རྒྱལ་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཡམ་གཅའ་འདིང་བའི་གཡམ་པ་བསྟོགས་པས།
འོལ་ཁའི་ཁྱུ་ལག་གཅིག་གིས་གཡམ་པའི་སྟོམ་བུ་ཞིག་འདུག་པའི་ནང་ནས་གནས་ལུགས་ཀྱི་
རལ་གྱི་ཐུང་གཅིག་རྟེན། དེ་དུས་རེད་རང་ལ་སྤུལ་ན་ཁོ་རང་ལའང་དངོས་གྲུབ་འོང་བའི་
རིགས་སུ་འདུག་ནའང་ཁོའི་རྟོག་པ་ལ་གསེར་ཡིན་པ་འདུག་སྟུང་དུ་བསམས་ཏེ་སྤེས་ནས་
འོལ་ཁར་ཁྱེད། སྤང་མོ་བཅུན་མ་ཞིག་གི་སར་གྲོས་བྱས་པས་དེ་ནད་ཀྱིས་བཏབ་སྟེ་མཆན་

(མོ) གཉིད་མེད་པ་དང་། ཉེན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ལུས་ལ་བྱ་རྒྱུ་གི་ཁྱུ་ཆེན་པོ་འཐིབས་ཏེ་ག་
 ཐམས་ཅད་འཐོག་པའི་སྤང་བ་ཤར། དེའི་ཆེ་བ་པམ་པས། རྒྱལ་ན་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོའི་ཕྱག་
 མཚན་གྱི་རལ་གྱི་ཡོད། དེ་གནས་སྒོ་འབྲེད་པའི་ཐྱེ་མིག་ཡིན་ཟེར་བྱུང་ནས། ཁོས་རལ་གྱི་
 གཅིག་བཞིག་ནས་དེའི་ཆབ་ཏུ་ལྷགས་གྱི་རལ་གྱི་ཞིག་བཙོས་སོ། །དེ་དང་གནས་ལྷགས་གྱི་
 རལ་གྱི་དངོས་གཅིག་པོ་དེ་གཏོར་གསོས་དང་སྤྲགས། གནས་བརྟན་སྒོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོ་བ་
 གཞིའི་བསྐྱང་གསོ་རྒྱུ་ན་པ་ལ་ཡོད་པ་ལ་ལུལ་འདུག་དེས་གཏམ་སྟན་འབུལ་བ་ཡང་གོང་པོར་
 སྤྲེལ། ཉིང་ལ་གནད་རང་རྒྱལ་དུ་སྤེལ་དུས་ཀྱང་བཞིག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱིས་རྩ་ཆད་ལ་སོང་
 འདུག གནས་ལྷགས་གྱི་རལ་གྱི་དེ་ད་ལྟ་རྒྱལ་ན་བཞུགས་ཤིང་། དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོའི་སྒྲ་མཚོ་
 གྲགས་པ་ཅན་འདི་ནི། དེ་གོང་ལུག་ལོའི་དབྱར་སྤང་དེད་རང་ལ་མཚོ་བྱང་པར་ཅན་དེ་འདྲ་
 ཡོད་པའི་སྤང་བ་ཤར་ཏེ་ཅད་དབྱད་པས། ལུལ་མི་རྒྱུས་ཅན་འདྲས། མཚོ་ཤིན་ཏུ་གཉན་བ་
 འབྲས་དུ་སྤྲད་ཆེ་བ་བཏོན་ན་ཡང་སེར་བ་འབབ་བ་སྤྲད་འདོན་བ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ཐོས་ནས་ཐོག་
 མར་འཚོལ་དུ་བཏར་བས་ཁུངས་རྙེད་དེ་དེད་དཔོན་སྟོབ་བཅུ་ལྷག་ཅིག་གནས་སྒོ་འབྲེད་དུ་
 ཕྱིན། སྒོ་སྤང་གི་མཚོ་ཆུང་ཞིག་འདུག་པ་དེར་གཏོར་མ་བཏར་ནའང་། ཤིན་ཏུ་གཉན་པར་
 འདུག་པས་གནད་ཡང་མ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་ཏེ་བརྒྱབས་ཤིག་ཀྱང་བྱུང་། དེ་ནས་མཚོ་ཞལ་
 ལ་ཁར་སྤེལ་པའི་ཆེ་མཚོ་དཀར་ཆེལ་ལི་བ་ཞིག་འདུག དེར་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོ་བསྐྱེད། སྤུན་
 དངས་པ་ན་ཤར་ཕྱོགས་ནས་བུ་ལུག་ཅིག་བྱུང་སྟེ་མཚོ་དེ་ལ་བབས་པ་དང་དེ་མ་ཐག་མཚོ་དེ་
 སྤར་བས་གདོག་འཕྱར་ཏེ། དེས་འཇའ་ཚོན་སྒྲ་ལཱི་བྲ་བ་དང་། དེས་པོ་བྲང་རྒྱ་མིབས་དང་
 བཅས་པ་ལ་ཐུ་སྤྲགས་ཤིག་མདོན་སྤུམ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་དང་། ཡང་མཚོ་དེ་ནས་མཁའི་མདོག་
 ལྷ་བུ་གཉིས་སུ་སོང་བ་འདྲ་བའི་ནང་ནས་དབྱིབས་བྱ་བ་ཞི་དང་། རར་སྟབས་ཡོད་པའི་རི་
 དེ་ལཱི་རྣམ་པ་ཅན་གཉིས་སྤར་མེད་ལ་ནམ་མཁར་སྟེག་པ་བཞེན་ལངས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་
 ཤིང་ལྟ་མོ་ཆེ་བར་བྱུང་། དེ་གཉིས་ཤར་ཆེར་གཏོང་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་དུ་གོ་དེས་མཚོ་
 ཐམས་ཅད་གནས་དུ་ཁོལ་བ་ལ་ལོ་མའི་མདོག་ལྷ་བུ་དང་། མདོར་ན་ཆུ་རང་འགའ་བའི་མདོག་

ཉིལ་ཙམ་ཡང་མེད་ཅིང་། གཞུགས་སྤང་འོས་ཆར་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་དེད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐུན་
པར་མཛོད་། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་བར་མཆོ་མཇལ་ལ་མང་དུས་ལྟ་བུ་ཙམ་འདུས་བ་ལ་ཡང་
མཛོད་སྤང་མཛོད་ཚུལ་སྟོགས་གཅིག་པར་དཔལ་ལྷན་ལྟ་མེད་གཞལ་ཡས་ཁང་། ཐུག་མཆོན།
ཆེབས་ཀྱི་བྲེའུ་ཆེ་ཆུང་ཁ་དོག་མང་པོ། ཆུང་ནག་ཚུབ་མ། དཔག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་སོགས་འདི་
འཆར་དང་འདི་མི་འཆར་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཟོད་མི་ཤེས་པ། སྤར་མ་མཛོད་བ་ནམས་ཀྱིས་གཏམ་
ཐོས་ན་འད་ཆོར་མི་ཤོད་ཞིང་མཛོད་ན་སེམས་དད་བས་རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་བ་རྒྱན་མ་
ཆད་པར་ཡོད་ཅིང་། འོལ་ཁ་བའི་རིགས་གྲུའི་སྐབས་སུ་ནི་ནང་སོ་ཆོས་རྗེས་མཆོ་ཞལ་ལ་
བྱོན་དུས་དེད་རང་གིས་ཀྱང་བྱིན་བས་མཆོ་ནང་ནས་དངོས་སུ་དཔངས་ཐོག་ཆད་གསུམ་
ལྷག་ཙམ་ཡོད་པའི་རྟ་བའི་རྣམ་པ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་དང་། མི་བོངས་ཉིས་འགྲུར་སུམ་འགྲུར་
ཙམ་ཀྱི་ལུས་ཆད་དང་ལྷན་པའི་རེས་དགེ་འདུན་གྱི་རྣམ་པ། རེས་སྐྱུ་བོའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་ཙམ་
ཡོད་པ་འདྲ་བ། རེས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་འདུ། རེས་སྐོར་ཆོས་སྟེད། རེས་མཆོ་ནང་ལ་འགྲོ་བ་
སོགས་སྤྲེལ་སྟོགས་པ་ཞིག་དེ་ཉིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཟིགས་པར་བྱུང་ངོ་། །དེས་ན་གནས་འདི་
དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོས་སྐྱོང་བར་རེས་ཤིང་། དེའི་ཞི་རྒྱས་དབང་དཔག་གི་འཕྲིན་ལས་མཛོད་པའི་
ཚུལ་བཟོད་ཀྱིས་མི་ལྟ་སྟེ་ཐུང་ཙམ་མོ། །ཞེས་གསུངས། (མཆོ་དེར་བཤ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་
ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་མཆོ་དེར་ཐེབས་པའི་སྐོར་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་རྣམ་ན་གསལ་) སོགས་སྟེས་
ཆེན་དམ་པ་མང་པོས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་། འདི་ལྟལ་བ་བཤ་ཆེན་སྟེ་དང་ལྷག་པར་
ལྟལ་དབང་སྐྱུ་སྟེང་རིས་བྱོན་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཆོ་ཞིག་ཡིན།
ལྟལ་མཆོག་ལྟ་བུ་ཆེན་པོས་ཀྱང་གནས་དེར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པའི་སྐོར། རང་རྣམ་དུ་
ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་དེབ་དང་སོ་༡༧༧ལས། དཔལ་ལྷན་དཔག་ཐོར་མའི་སྤྲེལ་མཆོ་མཇལ་བར་
བྱིན་པས་མི་མངས་པས་སྟོན་གྱིས་ཐོག་མར་འཚུབ་ཀྱི་རྣམ་པས་ཁ་བ་སོར་དོ་ཙམ་བབས།
ལ་ཁར་སྟེབས་པ་དང་གང་སྟོས་ཆེ་ཆུང་ཤོས་ཙམ་པ་གཅིག་ལ་གཅིག་འདྲིལ་གྱིས་འཁོར་ལོ་
ཆེབས་བརྒྱད་དང་བསྐྱོར་ལོ་ལྟེན་གཞུགས་བརྒྱན་སྤྲེལ་བབས་བྱུང་བ་ཀུན་ལ་མཆོན་

པར་འཛིན་ཞིང་ཆོས་སྤྱོད་དགྲིས་པའི་རྟགས་སུ་མངོན། དེ་ནས་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པའི་
 མཆོད་ཞལ་ཁེབས་སྟེ་ལྷ་དཀར་དམར་གྱི་རྣམ་པ་རིམ་གྱིས་བསལ་བའི་ནང་ནས་དགོན་པ་
 དང་གོང་ཁྱེར་གྱི་ཉུ་མང་བར་བསྟན་ཞིང་། མཁར་སྤེལ་སྤེལ་ཞོལ་ཡོད་པའི་སྟོན་པོ་ཆེན་པོ་
 ཞིག་ཀྱང་མཐོང་། ཞེས་གསལ། ལྷ་མཆོད་དེར་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་སྐྱེ་བྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་དང་བཅུ་
 བཞི་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀའི་འབྲུངས་ཡུལ་དང་འབྲུངས་ཁང་སོགས་གསལ་བར་ལུང་བསྟན་ཡོད་
 པ་རེད། ངས་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཆོར་ཆོས་འཆད་སྐབས་ཅེད་མོ་དང་ཀྱེ་འེའི་ཚུལ་དུ་ཁྱེད་ཆོས་
 གཟུགས་མཐོང་སྟོག་འཕྲིན་བཞེས་སྟེ་ལྷ་ས་གོང་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོའི་སྟོན་ནས་ང་ཆོ་བོད་
 པར་རིན་པ་སྟོད་མི་དགོས་པའི་རང་འབྲུང་གི་གཟུགས་མཐོང་བརྟན་འཕྲིན་ལྷ་མོ་ལྷ་མཆོ་ཟེར་
 བ་སོགས་དེ་དང་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཁ་པོ་སྟོག་གི་ཡོད། བོད་ལ་ལྷ་མོའི་ལྷ་མཆོ་
 དང་འདྲ་བའི་ལ་མཆོན་ཅན་གྱི་མཆོ་མང་པོ་ཡོད་ཆོད་འདུག་པ་འདི་ལྟར། ཡ་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་
 པ་ཆེན་པོའི་རང་རྣམ་དུ་ཀྱེ་ལའི་ཆོས་བཟང་སྟེགས་བཅ་དང་པོ་༡༩ཡལ། སྟུན་རས་
 གཟིགས་ཀྱི་མཆོན་ས་མེར་འབྲས་དགོ་གསུམ་དང་ལྷ་ས་གསལ་པོ་བསྟན་བྱུང་བས་ཐམས་
 ཅད་ལ་མཆོན་ཞིང་སྟར་སྟོང་མགོན་གཉིར་ཉེ་ལས་བྲགས་ཉེ་ལའ་རྒྱུའང་མི་འདུག སྟོལ་མ་
 དཀར་སྟོན་གྱི་མཆོན་ས་གོང་ཡུལ་ཐོར་རེ་བ་བསྟན། ཉེ་མགོན་གྱི་མཆོར་རྒྱ་པོ་རྣམས་ལ་ནི་མ་
 བྱུང་ཟེར་བདག་གིས་མཐོང་སྟངས་ལ་མཁར་དམར་པོ་ཐོག་གསུམ་པ་སྤེལ་སྤེལ་ཞོལ་ཅན་སྟོ་སྟོ་
 ཁྱུང་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་། ཞེས་གསུངས།

ལྷ་བཙན། རབ་བྱུང་གི་སྟོམ་པ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་པོ་འམ་དཔོན་པོའི་མིང་། ལྷ་ལྷ་མེར་བ་དང་དོན་
 འདྲ།

ལྷ་ཆོ་རིང་པོ། མི་ཁོས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲལ་ཉ། འདུ་ཤེས་མེད་པ་བའི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བསམ་
 གཏན་བཞེ་བའི་གནས་འབྲས་བྱ་ཆེ་བའི་སྟོགས་གཅིག་ན་གོང་ལས་དགོན་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་
 ཅིང་། དེར་སྐྱེས་མ་ཐག་དང་འཆི་བའི་ཆེ་མ་གཏོགས་པ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རྒྱ་བ་
 འགགས་ནས་བསྐྱལ་ཆེན་མང་པོར་གནས་པར་མངོན་པ་ནས་བཤད་དོ། །ཡང་། དགོ་བཤེས་

ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོའི་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མའི་འགྲེལ་བ་ལས། སྐུམ་ས་འདིའི་ལྷ་ཆེ་རིང་པོའི་
མཚན་གཞིར་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། གཟུགས་མེད་པ་དང་། རྟག་ཏུ་གཤེད་ས་པའི་འདོད་ལྷ་
གསུམ་གསུངས་པའི་གཟུགས་མེད་པར་ཞིབ་ཆ་དགོས་ལ་གཞན་གཉིས་སྤྱི་རིམ་བཞིན་དུ་
བཟུང་བས་ཆོག་སྟེ། དགོ་འདུན་ཉི་ཤུའི་བྱང་མེས་ས་དད་མོས་ཀྱི་མདོ་ལས་ལྷ་ཆེ་རིང་པོར་སྟེ་
བར་གསུངས་པའི་ཚོད་སྤོང་སྐབས་ཀྱི་གསེར་ཤང་སོགས་གཞུང་ལུགས་མང་པོས་གྲུབ་
བོ། །ཞེས་གྲང་གསུངས་སོ། །

ལྷ་ཞལ། ལྷའི་ཁ་དང་དོན་འབྲ།

ལྷ་ཡེབ་ཡུམ་ཞལ་སྤྱོད་ཀྱི་མཚོན་དོན། ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་དུ་སྤྱོད་བ་མཚོན་པ་ཡིན། གཞན་
ཡང་། ཟུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་དེ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛོམ་པར་གོ་བའི་
ཆེད་དུ་ཡིན་ཏེ། རྗེའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟུགས་ལས། དངོས་གྲུབ་མཚོག་ནི་བདེ་ཆེན་གྱིས་འཛོམ་
པའི། །ཚུལ་འདི་བསྟན་ཕྱིར་རིག་མའི་མཚོག་དང་ནི། །མཉམ་སྤྱོད་སྒྲ་མ་དང་པོའི་མགོན་པོ་
ཡི། །ཞབས་ཀྱི་བརྩོ་སྤྱི་པོར་བྲག་འཛུལ་ཏེ། །ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་། སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་
པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་སྤྱའི་བཞིན་ལག་གི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ཡུམ། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་བཞིན་
ལག་གི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ཡེབ། རྒྱ་ཞི་ལྷག་དང་སྤྱོད་ཉིད་དང་སྤྱོད་རྗེ་སོགས་ཟུང་འཇུག་ཏུ་
བསྐྱབས་པས་སྤྱིད་ཞིའི་མཐའ་སྤངས་ཏེ་ཟུང་འཇུག་རབ་ཏུ་མི་གནས་པ་ཁ་སྤྱོད་ཡན་ལག་
བདུན་ལྟ་ཀྱི་གོ་འཕང་འབྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །རྗེའི་འདོད་འཛོལ་ས་གྲང་། ཡུལ་སྤྱོད་ཉིད་དེ་ཡུལ་
ཅན་གཞན་གྱིས་བསྟོམས་པ་ལས་ཁྲད་པར་དུ་གྱུར་པའི་ལྷན་སྤྱེས་ཀྱི་བདེ་བས་སྟོམ་དགོས་
པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡེབ་ཡུམ་པན་ཚུན་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མཛད་པ་ནི། ལས་འདིའི་
གནད་དམ་པ་ཡིན་པས། སྤྱིར་ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་དུ་སྤྱོད་བ་མཚོན་ཞེས་པ་ཅམ་མིན་
པར་ཁྲད་པར་ཐོན་པ་ཅིག་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས། རྣམ་པར་དག་པའི་ཚུལ་འདི་ལྷ་བྲུ་མི་
ཤེས་པར་འཁྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ལྷ་ཞལ་སྤྱོད་དུ་སྟོམ་པ་སོགས་ནི་སངས་རྒྱུས་པའི་
གསང་སྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོ། ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོ་ཞེས་པ། རྟེན་ལྷ་ཡི་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་། བརྟེན་པ་ལྷ་ཡི་སྤྱི་གཉིས་
ཀ་ལ་གོ།

ལྷ་ཡི་ཐེག་པ། འདོད་པའི་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་ལམ། དཔེར་ན་དག་བ་བཅུའི་ལས་
ལས་ལྷ་བྱ། སྤྱི་བཤད་ནི། ལྷ་ནི་འདོད་ལྷ་རིས་བྱུག་དང་ཐེག་པ་ནི་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ལོ། །ལྷ་
ཡིས་མཆོན་པའི་འདོད་པའི་མངོན་མཐོ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བ་པའི་ཐབས་ཡིན་ཀྱང་། ལྷ་ཡི་ཞེས་
བརྟེན་པ་ནི་བསྤྱི་བ་བྱེད་གཙོ་བོ་ལྷ་ཡིན་པའི་གཞན་གྱིས་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། ལྷ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། ལྷ་ཡི་དེ་ཉིད་རྣམས་དོན་གཅིག་ ལྷ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་གཟིགས།
ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱེད། རང་ཉིད་ལྷ་ར་བསྐྱོམ་པའམ་རང་གི་མདུན་དུ་ལྷ་བསྐྱོམ་པ་ལ་ཟེར།
ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་ཐེག་ལེ་མཆོག་ལ། ལྷ་ཡི་སྤྱད་འཛོང་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་ནང་ཆན་སྟོག་གི་འོད་ཅན་པའི་
མིང་།

ལྷ་ཡི་སྤྱི་མ། རང་སྟོང་ཕུར་བྱ། ཐོན་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་རང་སྟོང་ཕུར་བྱ་ལྷ་གཞོན་ལྷ་རྣམས་ལ་ལེགས་
སྤྱར་སྟོབ་པའི་སྟོབ་དཔོན་དུ་བསྐྱོས་པས་ལྷ་ཡི་སྤྱི་མ་ཞེས་མིང་བཏགས། ལྷ་རམས་པ། གནའ་
བོ་བོད་དུ་ལྷ་སར་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་སྐབས་གདན་ས་གསུམ་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་འདུས་
ཆོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་གཞུང་ཆེན་བཀའ་བོད་ལྷ་ལ་བཟོ་སྦྱང་དམ་འཛིག་མཇུག་པའི་གནས་
རིམ་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་དག་བཤེས་ཤིག་སྤྱི་བཤད་ནི། ལྷ་ནི་ལྷ་ལྷན། རམས་ནི་རབ་འབྱམས་ཀྱི་
བསྐྱུས་ཆོག་སྟེ། ལྷ་སའི་རབ་འབྱམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཞིབ་པར་དག་བཤེས་ལྷ་
རམས་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷ་ཡི་སྤྱི་ <དེ་སྤྱི་དེ་བ> ། ཐོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་གོ། སྤྱི་བཤད་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དབང་ཐུག་
དང་བརྒྱ་བྱིན་དང་ཆངས་པ་དང་། ཁུབ་འཇུག་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྷ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་
ཀྱང་བཙམ་ལྷན་འདས་གང་གི་ཞབས་ཀྱི་བརྫོགས་པས་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བསྟེན་པས་བཙམ་
ལྷན་འདས་ལ་ལྷ་ཡི་ལྷ་ཞེས་བརྟེན། ཡང་ན། བཙམ་ལྷན་འདས་བལྟམས་ནས་རིང་སོར་མ་
ལོན་པའི་སྐབས། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་གཞོད་སྤྱིན་ཤུག་འཕེལ་ཞེས་བྱ་བས། རྒྱལ་བྱ་གཞོན་ལྷ་

དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་ལ་བྱག་བྲས་བསམ། ལྷ་ཡི་ལྷ་ཞེས་བཟོད་དོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ག་བ་ ༡༥༡ན་ལས། བྱང་ཁྱེད་མེད་སྐྱེའི་གཞི་ན་གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་ཞེས་བྲ་བ་
ཞེག་གཉུག་མར་གནས་སོ། །ཤྲུག་ནམས་ཀྱི་ཀླན་དུ་སྦྱོང་བ་ནི་ཤྲུག་སྤྱུ་ཡང་རུང་བ་ལ་
ཁྱེད་ལས་བྱ་མོ་བཅས་བ་གང་ཡིན་བ་དེ་གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་གྱི་རྒྱུ་བ་ལ་བྲག་འཛལ་དུ་
གཞུག་པའི་ཕྱིར་ཁྱིད་བ་ཡིན་པས་རྒྱལ་པོས་སྒྲོན་པོ་ནམས་ལ་བསྒྲོ་བ། ཤེས་ལྡན་དག་དང་ལ་
གཞོན་ཀླན་གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་གྱི་རྒྱུ་བ་ལ་བྲག་འཛལ་དུ་རྒྱག་ཤིག །ལྷ་བཀའ་བཞེན་
འཛལ་ཞེས་སྒྲོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་ལ་མཉན་ནས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུ་བཞི་ལས་
བྲས་པའི་ཁྱོགས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་བཞག་ནས་བྱང་ཁྱེད་མེད་སྐྱེའི་གཞིར་
འདུག་པར་བརྩམས་བ་ན། མེད་སྐྱེའི་གཞིའི་ཤྲུག་གཏུམ་པོ་གཟུ་ལུམས་ཅན། རུབ་བ།
བཅས་བ་མེད་བ་དེ་ནམས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ནང་དུ་ཞུགས་བ་ན་སྤྱབ་བ་བཞེན་དུ་
གནས་བ་སྒྲོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྲུས་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་གིས་བསམས་བ།
མེད་སྐྱེའི་གཞིའི་ཤྲུག་འདི་ནམས་ནི་གཏུམ་པོ་གཟུ་ལུམས་ཅན་བཅས་བ་མེད་བ་ཡིན་ན་
གཞོན་ཀླན་དུ་ཞུགས་བ་ན་སྤྱབ་བ་བཞེན་དུ་གནས་བས་གཞོན་ཀླའི་མིང་ཤྲུག་སྤྱབ་བ་
ཞེས་གདགས་སོ་ཞེས་དེ་ན་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་མིང་གཉིས་བ་བཏགས་བ་འདི་ལྷ་སྤྱེ་
ཤྲུག་སྤྱབ་བ་ཞེས་བྱའོ། །བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་གྱི་གནས་དང་ཉེ་བ་
ཞེག་ཏུ་བྱོན་བ་དང་། གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་གྱིས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་གནས་དང་ཉེ་བར་
བྱིན་བ་མཛོད་དོ། །མཛོད་ནས་ཀྱང་ཕྱིར་བྱང་ནས་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་
དཔའི་རྒྱུ་བ་གཉིས་ལ་གཏུགས་བ་སྤྱེ་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་ལ་སྤྲུས་བ། ལྷ་
གཞོན་སྤྱིན་ཤྲུག་འཕེལ་གྱིས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་ཞབས་གཉིས་ལ་གཏུགས་ལགས་
སོ། །རྒྱལ་པོས་ཐོས་ནས་སྤྲུས་བ། ཤེས་ལྡན་དག་ལྷས་ཀྱང་གཞོན་ཀླའི་རྒྱུ་བ་གཉིས་ལ་
གཏུགས་བས་འདི་ནི་ལྷའི་ཡང་ལྷ་ཡིན་པས། དེ་བས་ན་གཞོན་ཀླའི་མིང་ལྷའི་ཡང་ལྷ་ཞེས་
གདགས་སོ་ཞེས་དེ་ན་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་མིང་གསུམ་བ་བཏགས་བ་འདི་ལྷ་སྤྱེ་ལྷའི་ཡང་

ལྷ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །2 རྒྱལ་པོའི་ཡང་རྒྱལ་པོ། ལྷ་ནི་རྒྱལ་པོ་ལའང་འབྲུག་པས་
རྒྱལ་པོའི་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པས་ན། ལྷ་ཡི་ལྷ་པོ། །

ལྷ་རམས་པ། དག་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ལ་གཟིགས།

ལྷ་ལས་ཕུལ་བྱུང་གི་བསྟོད་པ། སྟོབ་དཔོན་བདེ་བྱེད་བདག་པོས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་པོད་༼ ༡ ༽
བར་བཞུགས།

ལྷ་ལས་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ། སྟོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་མཛད། བསྟན་འགྲུར་པོད་༼
༡ ༽བར་བཞུགས།

ལྷ་སའི་རྫོང་པོ། འདིའི་པོ་རྒྱ་སའི་རྫོང་པོ་ལྟ་བུ་སྤྱི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷ་སའི་རྫོང་པོ། རྒྱལ་པོ་སྲོང་བཙན་སྐུ་པོ་འཁྲུངས་ནས་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཙུ་ཅ་གཉིས་འདས་
པ་ལྷགས་མོ་སྤང་གི་ལོ་ལ་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱིས་རྒྱ་དང་དུམས་མཛད། དེའི་ཕྱི་ལོ་ཚུ་
པོ་སྟག་ལ་ལྷ་སའི་རྫོང་པོ་བཙུགས། ཞེས་དེབ་སྟོན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་དོ། །ཕྱི་ལོ་༡༡༩ལོར་
རྒྱལ་པོ་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་གྱིས་རྒྱ་པོད་དབར་ཞལ་འཆམ་གྱི་ཞི་བདེའི་ཆེངས་ཡིག་འཁོད་པའི་རྫོ་
རིང་གསུམ་བཙུགས། ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མདུན་དུ་སར་རྫོང་པོ་གཅིག་རྒྱ་ནག་གི་
རྒྱལ་པོའི་པོ་བླང་གི་མདུན་དུ་གཅིག་རྒྱ་པོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་མེ་རུ་ (ཞེས་པ་རྒྱ་ནག་གི་ཡུལ་
ཡིན་པ་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཤོག་གྲངས་༩༣༡ན་གསལ) ཞེས་པར་རྫོང་པོ་གཅིག་
བཙས་གསུམ་བཙུགས་སོ། །

ལྷག་བཙས་ཀྱི་སྤྱོ། (བད་སྟོང་) བསྟན་བྱའི་ལྷག་མ་འཕེན་པའི་ཐད་གཞན་དབང་ཅན་ཞིག་ལ་ཟེར། ཉ།
དེ། ཉ། བཙས་ཆོག་ཐད་གསུམ་ཡོད། ལྷག་བཙས་ལ་དབྱེན་བཞི་སྟེ། མཆོམས་སྟོར་ལྷག་
བཙས་ནི། དཔེར་ན་འཕར་ “ཉེ” འགྲོ། ཆོས་བཤད་ “དེ” གོ་ལྷ་བྱ། དམ་བཙའ་ལྷག་བཙས་
ནི། དཔེར་ན་དངོས་པོ་ནི་གསུམ་ “སྟེ” ། བཅ་པོ་དང་། ཤེས་པ་དང་། ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་དོ་ལྷ་
བྱ། གཞན་འཕེན་ལྷག་བཙས་ནི། དཔེར་ན་ཁྱོད་ནི་དཔལ་ “ཉེ” ཁྱོད་ནི་མགོན་ལྷ་བྱ། བོད་རྒྱ་
ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཆོག་ཐད། ཉས། ལས། གཉིས་ཀྱང་ལྷག་བཙས་ཀྱི་སྤྱར་བཞག་ཡོད།

དཔེར་ན་མིག་གིས་བལྟས་ “ནས” མཛོད་། ལག་པ་བརྟུས་ “ལ” ལྟོ་བཟས་ལྟ་བུ།
ལྷག་མཛོད་། <མི་པ་བྱ་བ> ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངང་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་རིམ་ལྔ་འདོད་འདོད་དུ་
སྒྲིལ་ས་པར་འབྲུག་པའི་ཤེས་རབ་ཅིག་ལ་ཟེར། སྒྲོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ལྷོ་ལའི་སྒྲིལ་རིམ་བར་པ་
ལས། དེ་ལ་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་ཞི་གནས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་
གཤེར་བ་ཞི་ནས་ནང་དུ་དམིགས་པ་ལ་རྒྱུན་དུ་རང་གི་ངང་གིས་འབྲུག་ལ་དགའ་བ་དང་ཤིན་
ཏུ་སྤངས་པ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ནི་ཞི་གནས་ཞེས་བྱའོ། ཞི་གནས་དེ་ཉིད་
ལ་དམིགས་པའི་ཆེ་དེ་ཁོ་ན་ལ་རྣམ་པར་དཔྱོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷག་མཛོད་ཡིན་ཏེ།
འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་རིམ་ལྔ་འདོད་དུ། ཞི་གནས་ནི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་
དོ། །ལྷག་མཛོད་ནི་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་གསུངས་
སོ། །སྒྲི་བཤད་ནི། གནས་ཆ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དེ་བས་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དཔྱོད་པའི་ཡོན་
ཏན་ཁྲད་པར་ཅན་ཐོབ་པས་ལྷག་མཛོད་ཞེས་བྱའོ། །འདི་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ལྷག་མཛོད་གི་སྒྲི་
བཤད་ཚུལ་ཡིན་མོད། དེ་ནི་ལེགས་པར་མ་མཛོད་སྟེ། སྒྲི་སྒྲོར་བམ་གཉིས་ལས། མི་པ་བྱ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་མི་ནི་མི་ཤེས་སྟེ། ཁྲད་པར་རམ་ལྷག་པ། པ་བྱན་ནི་མཛོད་བའམ་ལྟ་བུ་ལ་བྱ། སྤྱིར་
ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལྷག་པར་རྟོགས་པའི་རང་བཞིན་ཏེ་ལྷག་མཛོད་ཞེས་
བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་ “མི་པ” ནི་རྣམ་པར་ལའང་བསྐྱར་བས། དཔེར་
ན་ “མི་པ་ཤམ་” ཞེས་པ་ “རྣམ་པར་ཞི་བ་ལ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་ལྷག་མཛོད་། ལྷག་
པར་མཛོད་ལ། རྣམ་པར་མཛོད་ལ། ཡོངས་སུ་མཛོད་ལ། ཡང་དག་པར་མཛོད་ལ། རྟོགས་པར་
མཛོད་ལ། ལེགས་པར་མཛོད་ལ་རྣམས་གོ་དོན་འདྲའོ། །ལྷག་མཛོད་འདི་དབྱེད་འཛོག་གཉིས་
ཀྱི་ནང་ནས་དབྱེད་སྒྲིལ་ཡིན། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་རྟོགས་པ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་གཏམ་དུ་
བྱ་བ་གཟུགས་བརྙན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མེ་མོང་ཞེས་བྱ་བ་གསུང་མོར་བྱའི་༤༤པ་ལས།
ཅེར་ཡང་མི་འཛིན་གང་དུ་འང་མི་སེམས་པར། །མ་བཙོས་གསལ་ལ་མི་རྟོག་ངོས་གཟུང་
མེད། །ཁོན་དང་རྟོགས་ཆེན་རྟུའང་ཉིང་འཛིན་ལ། །མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷག་མཛོད་གཟུགས་

བརྟན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །² (བཀའ་བརྒྱུད) སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་
 སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡུལ་མེད་རང་གསལ་དེ་རྗེན་ལྷག་གིར་མཐོང་བ་ལ་ལྷག་མཐོང་ཟེར། ཞོང་
 སྒྲུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་བྲག་ཆེན་ངེས་དོན་སྒྲོན་མེ་ལས། དེ་ནས་སེམས་ཀྱི་དང་པོ་བྱུང་ས།
 ཐ་མ་འགྲོ་ས། བར་དུ་གནས་ས། དབྱེབས་ཁ་དོག་ གཅིག་དང་དུ་མ་སོགས་ཅད་བརྟན་ཞིབ་
 ཆ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཅད་པས། གང་ནས་སྐྱེས་མེད། འདིན་ལག་གཟེར་བ་མེད། ད་ལྟ་འདིར་
 གནས་ཀྱི་ཡུལ་མེད། དབྱེབས་ཁ་དོག་སོགས་ངེས་བཟུང་བྱར་མེད། སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་བྲལ་
 བའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡུལ་མེད་རང་གསལ་དེ་རྗེན་ལྷག་གིར་མཐོང་བ་ལ་ལྷག་མཐོང་ཞེས་བྱ་
 བ་ཡིན་ཀྱང་། ཉམས་ཀྱི་སྤོང་བ་ཅམ་ལས་རྟོགས་པའི་རང་ངོ་མཐོང་བ་དངོས་ནི་མིན་འདུག
 འདི་སྐབས་བལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་གཉིས་སུ་མེད་པར་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ནས་མ་བཙས་པར་ཞོག་
 གསུངས་པ་དེ་འདི་ཡིན་པར་འདུག་སྟུང་བའང་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷག་མཐོང་རྒྱུད་དུ། རྗེའི་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོའི་ལྷག་མཐོང་གི་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་ཆོན་ལ། ལྷག་མཐོང་
 རྒྱུད་དུ་ཟེར་གྱི། ལྷག་མཐོང་རྒྱུད་དུ་ཞེས་པའི་གཞུང་ལོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཞིག་ནི་མེད་
 དོ། །ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆོ། རྒྱུད་པ་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོ་ལ་གོའོ། །

ལྷག་མཐོང་ཆེ་རྒྱུད། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ལྷག་མཐོང་གི་སྐྱབས་ཀྱི་གཞུང་
 ཆོན་ལ་ཟེར། ཐ་སྙད་འདི་ཡང་དུས་ཁྱིས་སུ་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་པར། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཁས་
 བྱལ་ཆོས་རྗེའི་སྐུ་དུས་ནས་ཡོད་དེ། མཁས་བྱལ་རྗེའི་ལྷ་ཁྱིད་སུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ལྷེལས།
 རྒྱས་པར་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་ལས་ཞིབ་པར་གསུངས་པ་ལ་ཉན་པ་དང་ལྟ་བ་
 དང་སེམས་པས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པས་གསལ་བར་ཤེས་ཀྱས་སོ། །

ལྷག་མཐོང་ཆོན་མོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆོན་མོའི་ལྷག་མཐོང་གི་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་ཆོན་ལ། ལྷག་མཐོང་ཆོན་
 མོ་ཟེར་གྱི། ལྷག་མཐོང་ཆོན་མོ་ཞེས་པའི་གཞུང་ལོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་མེད་དོ། །

ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་བྱུན་པ། ཞི་གནས་ཀྱི་དང་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་དབྱེད་སྐྱབས་ཀྱིས་བྱངས་
 པའི་ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བ་མ་སྐྱེས་གོང་གི་ལྷག་མཐོང་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཤེས་རབ་ལ་ཟེར།

མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ་བྲངས་པ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དབའ་དེ་རི་སྲིད་དུ་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་རི་ལྟར་
ལེགས་པར་བསམས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོང་ལུལ་ག་ཟུགས་བརྟན་ནང་དུ་
ཡིད་ལ་བགྱིད་པའི་ཡིད་ལ་ཅེ་ཞེས་བགྱི། བྱམས་པ་ལྷག་མཐོང་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་མཐོང་དང་
རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་མོས་པ་དང་མཆུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་པར་བརྟོག་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་།
ཤེས་ཕྱིན་མན་ངག་ལས་ཀྱང་། རི་སྲིད་དུ་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་མ་སྦྱིས་པ་དེ་
སྲིད་དུ་ནི། ལྷག་མཐོང་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་སྦྱིས་པ་
དེའི་ཆེ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །

ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་ལ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངང་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་དབྱེད་སྟོབས་ཀྱིས་བྲངས་
པའི་ཤིན་སྤྱངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཐེན་པའི་ཤེས་རབ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་
པ་དེ་མ་སྦྱིས་ཆུན་ཆོད་དུ་ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ལ། ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་སྦྱིས་པ་ན་
ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །པོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར།
གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཆ་འབྲུ་ཅམ་མཐོང་བ། ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་ཐུན་པའི་དོན་དང་། གནས་
ལུགས་ཀྱི་དོན་ཡང་དག་པ་མཐོང་བ། ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པའི་གོ་དོན་དུ་བཞག་འདུག་པ་
ཁྲབ་ཆུངས་པས་སྒྲོན་ཏེ། ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་ཐུན་པ་དང་མཆོན་ཉིད་པའི་དོན་ནི། མདོ་སྡེ་
དགོངས་འབྲེལ། ཤེས་ཕྱིན་མན་ངག་རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་གསུང་ནམས་སུ་གསལ་བ་ལྟར། དབྱེད་
སྟོབས་ཀྱིས་བྲངས་པའི་ཤིན་སྤྱངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཐེན་མ་ཐེན་གྱི་སྒྲོན་པ་འཛོག་གི་ལྷག་མཐོང་
ལ་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་ག་ལ་དགོས། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་
འབྲེལ་སྤྲད་ཆ་ཤོག་གངས་༡༣༡ ལས་ཀྱི་དེ་དག་གི་མཆོན་ཉིད་རྗེའི་གསུང་དང་མ་ཐུན་པར་
གསུངས་ཡོད་དོ། །

ལྷག་གནས། ལྷ་གོམ། ག་སྒྲིག་ཕྱིན་རྒྱལས། ལེགས་སུ་གཏོང་བ། ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱལས་ལ། དག་སྒྲོན་
འབྲེལ་པར། ཕྱིན་རྒྱལས། རྒྱལ་པའི་མིང་ཅམ་སྟེ་ལྷག་གནས་སམ་རྒྱས་པའི་དོན་ཡིན་སྟེ།

ཞེས་གསུངས། སྤྱི་བཤད་ནི། སྤྱི་གྲི་གནས་སྤངས་ལས་ལྷག་པའམ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པས་
དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་དདུལ་ཚུ་རྩམ་ན་བས་སྒྲོབ་མ་སྤྱོད་བྱས་པས་སྒྲོབ་མའི་རྒྱད་
སྤྱི་ལས་ལྷག་པའམ་རབ་དང་མཆོག་ཏུ་བྱས་པའི་རྒྱ་མཆོད་གྲིས་ལྷག་གནས་ཞེས་པ་ཡིན་
ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷག་གནས་བྱའོ། 1 སྤྱོད་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན། 2 རབ་གནས་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན།

ལྷག་པ་དང་མཉམ་པའི་སྤྱོད་པ་སྤོང་བ། (འདུལ་བ) ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལྷ་སྤོང་བའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ།
དགེ་སྤོང་གཞན་དང་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་འབྲེལ་མཉམ་གྲིས་འགྲོ་བ་སྤོང་བ། སྤྱོད་མཐོན་པོ་འམ་མཉམ་པ་
ཉིད་ལ་འདུག་པ་སྤོང་བ། དགེ་སྤོང་གཞན་དང་གནས་ཁང་གཅིག་ཏུ་མལ་བ་འམ་ས་པ་སྤོང་བ་
སོགས་སོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། ལྷག་པ་ནི་དགེ་སྤོང་གཞན་གྱི་སྤྱོད་ལས་རང་གི་སྤྱོད་ལྷག་པ་སྤྱོད་མཐོ་
བ་ལ་འདུག་པ་སྤོང་བ་དང་། མཉམ་པ་ནི་གཞན་དང་སྤྱོད་མཐོན་པོ་འམ་མཉམ་པར་འདུག་པ་སྤོང་
བས་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད།

ལྷག་པའི་དཔྱལ་བ། ཉེ་འཁོར་བའི་དཔྱལ་བ་དང་དོན་གཅིག་དེར་གཟིགས།

ལྷག་པའི་སེམས། <ཨ་རྟེ་ཅི་རྟེ> ལྷག་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དང་དོན་གཅིག་

ལྷག་པའི་བསམ་པ་བསྐྱལ་བ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨུ་ཏྲ་ཨུ་ཏྲ་ཤ་ལ་སན་ཙོ་དན་ལྷ་མ་མན་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
བོད་སྐད་དུ། འཕགས་པ་ལྷག་པའི་བསམ་པ་བསྐྱལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
འདི་དགོན་བཅེགས་ཀྱི་ལེའུ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷ་པ་དང་། དགོན་བཅེགས་༼ ཅ་པ་ ༡༡༣༧༧༩
བཞུགས་སོ། །འདི་ལ་བམ་པོ་གཉིས་ཡོད། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་འདིའི་ལུང་འཕྲེན་ཐེངས་
གཉིས་མཛད།

ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ། སྤྱི་བས་འགྲོས་ཟེན་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་
ཟེས། དེ་གསུམ་ནི། ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ལྷག་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ།
ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ་སོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། རང་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ནི་
སྤྱི་བས་འགྲོས་ཟེན་པ་ཡིན་པས་བྱི་རོལ་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་པའི་ཆོན་པ་དེ་ལྟར་

བརྗོད། ཡང་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས། བདག་མེད་པའི་བྱུང་བར་དང་
འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་ལྷག་པའི་བསྐབ་བ་ཞེས་བརྗོད། ཅེས་བྱི་ལོ་༡༠༠༥།༦།༡ཉིན་དེ་སྤེང་བོད་
བྱིས་སློབ་གྲྲར་གཞོན་སྤྱེས་ཆོར་ནང་ཆོས་རྩ་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་ཆོས་བཀའ་བློན་ཆེ་སྐབས་
གསུངས། མདོར་ན་སྐབས་འཕྲོ་ལ་སྤྱར་ནའི་ལྷག་པ་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་དང་། ལྷ་བ་ལ་སྤྱར་ནས་
ལྷག་པ་ཡིན་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དོ། །

ལྷག་མ། 1 བེད་སྤྱད་པའི་འཕྲོ། འཕྲོ་ལྷས། 2 (འདུལ་བ) <སྐབས་ཤེ།> དགོ་འདུན་ལྷག་མའི་ལྷང་ག།
དགོ་འདུན་ལྷག་མ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷག་མའི་སྤྱར་འདེབས་ཀྱི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགྲ་བ་ཅུའི་རེ་དགྲ་བ། དགོ་སྤོང་ལ་
གཞི་མེད་པར་ལྷག་མའི་སྤྱར་བ་བཏབ་པའོ། །

ལྷག་མེད་ཀྱི་ལྷང་ག། (འདུལ་བ) བམ་བའམ་པམ་འདྲ་ལ་ཟེར། འདི་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་འདུལ་བའི་ཐ་
སྤྱད་ཅིག་གོ། དེའི་མདོ་ཅའི་ནམ་བཤད་པ་འདྲ་པ་མམ་པའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པའི་སྐབས་
སུ་གཟིགས།

ལྷག་མ་མེད་པའི་ལྷང་ག། (འདུལ་བ) ལྷག་མེད་ཀྱི་ལྷང་བ་ལ་གཟིགས།

ལྷག་མོས། སྤྱད་ཅིག་དགོང་བསྐྱེད། དེ་ལ་ཉེན་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་བཞེན་བ་སྤྱིའི་འཁོར་ལོ་གཉིས་
ཡོད།

ལྷག་མོས་ཀྱི་ལྷ། (གསང་སྤྱགས) ས་བོན་བྱག་མཆོན་སོགས་ལས་བསྐྱེད་མི་དགོས་པར་ལྷག་པར་ཏེ་
ཤས་ཆར་མོས་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྱད་ཅིག་གིས་བསྐྱེད་པའི་ལྷ་ལ་ལྷག་མོས་ཀྱི་ལྷ་ཟེར། ལྷག་མོས་
ཀྱི་ལྷ་སྤྱད་ཅིག་དགོང་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ནི། འཇམ་བུ་སྤྱིང་པའི་བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་མི་རྣམས་
བརྩམ་ཏེ་སྤྱེས་པ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་སློགས་ལ་བྱང་
བའི་རེ་སྤོང་ལ་གཞི་བྱས། བསྐྱེད་རིམ་དངོས་བྱུང་བྱ་མཆོ་༤ (འདྲམ་ལས། མདོ་བསྐྱེད་ལས། ལྷག་
པར་མོས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷང་། ལྷ་སོ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ས་བོན་
དང་བྱག་མཆོན་སོགས་ལས་རིམ་གྱིས་བྱང་བ་མ་ཡིན་པར། རང་གི་སེམས་ཀྱིས་ལྷ་ཐམས་

ཅད་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་འཁོད་པར་མོས་པའི་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་ལྟ་ཐམས་ཅད་ཞལ་བྲག་
སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་རྩས་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཅིག་ཅར་བྲལ་པར་མོས་བ་བྱ་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ལྷག་མོས་འོད་གསལ་དུ་སྤྱད་པའི་དེ་ཉིད། བསྐྱེད་རིམ་པའི་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེད། འཆི་བ་
ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེད། དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་བྱང་ཚུབ་པ། རོན་དམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམས་
རོན་འབྱ། རྗེའི་གསང་འདུས་བསྐྱེད་རིམ་ཆོ་གསལ་བྱང་བའི་རེ་སྐོང་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།
ལྷག་རོལ། ཟས་ལྷག་ལུང་རྣམས་འབྱེད་ཀྱི་ཆ་པ་ ༡༩༡བཤམས། སང་གེས་སྤྱི་པ། ཁྱེད་ལྷག་རོལ་
སྤེད་དམ། ལྷག་གིས་སྤྱི་པ་བསྤེད་དོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ། རྣམས་འབྱེད་འབྱེད་ཀྱི་ཆ་ ༡༩༣བཤམས།
ལྷག་རོལ་ཞེས་བྱ་བའི་གོད་མཛོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷག་བསམ་བསྐྱལ་བ། ལྷག་པའི་བསམ་བ་བསྐྱལ་བ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

ལྷག་བསམ་རྣམ་དག ༡ གཞན་པན་གྱི་བསམ་པ། ལྷན་མེད་གྱི་སྤྱི་སེམས་བཟང་ལོ། ༢ རྒྱ་འབྲས་
མན་དག་བདུན་གྱི་དྲུག་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལས་བྲལ་
ན་ཅི་མ་རུང་། འབྲལ་བར་བདག་གིས་བྱའོ་སྤྱི་པའི་བསམ་པ། རྒྱ་བཤད་ནི། སྤྱི་པ་སྤྱི་པ་གྱི་
བསམ་པ་ལྷག་པས་ན་ལྷག་བསམ་ཞེས་བྱའོ། འོན་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་པ་སྤྱི་པ་གྱི་བསམ་པ་དེ་
གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་བདག་གཅིག་བྱས་བྱའོ་སྤྱི་པའི་ཁྱད་ཁྱེད་གྱི་
བསམ་པ་དེའོ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ཐད་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་
དང་བྲལ་ན་སྤྱི་པའི་བྱམས་པ་དང་སྤྱི་པ་རྗེ་ཆད་མེད་པ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་
ལའང་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་སེམས་པ་རང་
གི་ཁྱད་དུ་བཞེས་པ་ནི་ཐེག་ཆེན་པ་མིན་པ་ལ་མེད་པས་སྤྱི་པ་སྤྱི་པ་གྱི་བསམ་པ་ལྷག་པའི་
ལྷག་བསམ་བསྐྱེད་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ལྷག་པ། ༡ (འདུལ་བ) འཕྱོར་བའམ་སྤྱོད་པ། གལ་དུ་འཁོད་པ། དཔེར་ན་ཆོས་ཉན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་
གལ་དུ་ལྷག་པ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ༢ ལྷན་པ། ཟག་པ། འབྲལ་པ། བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས། བེད་སྤྱོད་

ཆོགས་ཀྱི་ཡལ་གཤི་ལོ་མ་རྩིང་བ་རྣམས་ལྷགས་པ་ལས་ལོ་མ་སྡེ་ཆོགས་བྱང་སྟེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། གྲིབ་མ་བརྟེན་ཅིང་འཁོད་པ། ཤིང་ལས་
རལ་བྱི་ལྷགས་ཏེ། དེ་དག་གི་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་འཕྱགས་ཤིང་གཤེག་གོ། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་། ལོ་མ་དང་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ལྷགས་པར་གྱུར་
ཏོང་བྱ།³ གཏང་པ། ལྷང་སྤྱོད་ལོ་ལའི་དོན་གསུང་།⁴ རྒྱག་འགྲོ་བའི་རྒྱུད་རྒྱུ། ལྷགས་པ་
ཆ་པོ་རྒྱག་གི་འདུག་ཅས་པ་ལྟ་བུ།

ལྷང་རེ། 1 གསལ་ལེ་སྟེ་གསལ་པོར་འཆར་ཚུལ་ཞིག 2 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་
པའི་དོན། ལྷང་ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། མེ་ཏོག་བུན་སྤྲུམ་ཆོགས་པས་ཤིང་ཐམས་ཅད་
ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བྱིར་ལྷང་རེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས། རྗེའི་ལམ་རིམ་བསྐྱས་
དོན་ལས། འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱལ། །སྟན་པའི་བ་དན་འགྲོན་ལྷང་རེ་
པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ལྷམ་མེར་ལྷན་ནེ་ལྷང་རེ་ལ་གཟིགས།

ལྷང་རེ་ག། ལྷང་རེ་ལ་གཟིགས།

ལྷང་ཆེར། (འདུལ་བ) ཤེལ་དཀར་པོ་འདྲ་བའི་དོན་དང་ས་ཤིང་མཉེན་ལ་ཤིང་གྲོ་བའི་བགས་པ་ལྟར་བྱི་
ནང་མང་དུ་བྱེ་བུབ་པ་དདུལ་ཤོག་ལྟ་བུས་ཤེལ་སྒོ་བྱེད་བྱང་བ་ཞིག་ལ་བཤད་དོ། །འདུལ་
བ་ལྷང་ཐུན་ཆོགས་ལས། མར་མའི་ཁང་བྱའི་ཆེད་དུ་རས་དཀར་པོ་མ་རྩེད་ན། ལྷང་ཆེར་བེད་
སྟོང་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལྷང་ཐུན་ཆོགས་༩ ཐ་བ ༡༦ནན
༡ལས། དགེ་སྤོང་དག་གིས་མར་མའི་ཁང་བྱ་རི་ལྟར་བྱ་བ་མི་ཤེས་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་
གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། སྤྱི་ག་མའི་ཆལ་བ་གཟེར་བྱར་གྱིས་ལ་རས་དཀར་པོས་གཡོག་པར་
བྱལོ། །རས་དཀར་པོ་མ་རྩེད་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། ལྷང་ཆེར་གྱིས་
གཡོག་པར་བྱལོ། །དེ་ཡང་མ་རྩེད་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། དགེ་སྤོང་དག་
བྱ་ག་བརྒྱ་བ་བྱལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་འདི་མ་གསོ་ཞིང་དུག་ནད་སེལ་བའི་སྟན་
ཞིག་གྱང་ཡིན་པར་བྱི་མེད་ཤེལ་བྱེད་སོགས་སྟན་གཞུང་རྣམས་ལས་བཤད་ཅིང་། དེ་

བསྐྱེགས་ན་ཆོན་དུ་རུང་བའང་བཤད་ཅིང་། འདི་ལ་དཀར་མེར་དམར་ནག་གི་རིགས་བཞི་
ཡོད་པར་བཤད་དོ།

ལྟངས་ལྟངས་། ཚུལ་མེད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་ཆོར་སྤང་གསལ་ལ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག
དཔེར་ན་དད་པ་ལྟངས་ལྟངས་སྒྲིམ། དགའ་ལྟངས་ལྟངས་། སྒྲིམ་ལྟངས་ལྟངས་། ཡིད་བདེ་ལྟངས་ལྟངས་པ་ལྟ་
བུ། 2 གསལ་པོ། སྒྲིམ་ལྟངས་ཐོས་ལྟ་བུ།

ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་མོ་ཉ། འོད་གསལ་དང་རྒྱང་འཇུག་གི་རྟོགས་པ་བརྟེན་པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བྲག་རྒྱ་
མཐམ་རྒྱལ་འགྲོར་ལ། དེའི་ཡོན་ཏན་ནི་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། རོ་སྤང་རྒྱས་ཤིང་འདོམ་
སྤྲུག་པ། ལུ་འབྱུང་རྒྱས་ཤིང་ལུ་བར་དོག་པ། ལུས་ལ་བྱི་བཟང་པོ་འཕྲོ་བ། འཁྱུང་བ་དང་འོ་
བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིམ་ཅུལ་རྒྱག་ཅུལ་བཞི་ལ་མཁམས་པའི་བྱད་མེད་དོ། །འདོད་ཡོན་སྤྲུར་
དུ་སྒྲུབ་པའི་མི་ལ་པོ་ཉའི་བར་ཆེན་ཞེས་པ་ལྟར། འདིས་ཀྱང་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་སྟོང་སྤྲུར་དུ་
བསྐྱེད་པའི་བྱིར་པོ་ཉ་ཞེས་བཏགས།

ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་ཆེན། ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་བ་དང་དོན་འདྲ།

ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་བ། ། རོ་རྒྱང་གི་རྒྱང་ཨ་བ་རྒྱ་ཁྲིར་བཅུད་པའི་དབང་གིས་གཏུམ་མོ་སྤར་ཞིང་བྱང་
སེམས་བཞུས་པ་ལས་སྒྲིམ་པའི་བདེ་བ་ལ་ཟེར། རྗེའི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་ལས། དེ་ལྟར་ན་
བདེ་སྟོང་སྒྲོར་བར་གསུངས་པའི་བདེ་བ་ནི་ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་དགའ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཐོག་མར་
སྒྲིམ་པ་ནི་རོ་རྒྱང་གི་རྒྱང་ཨ་བ་རྒྱ་ཁྲིར་བཅུད་པའི་དབང་གིས་གཏུམ་མོ་སྤར་བས་བྱང་སེམས་
བཞུས་པ་ལས་སྒྲིམ་ལ། དེའི་བདེ་བ་དང་སྤར་བཤད་པའི་བདེ་བ་རྣམས་བདེ་བ་ཙམ་དུ་
མཆུངས་ཀྱང་། དོན་ཤིན་ཏུ་ཁྱད་ཆེ་བས་མ་འཁྲུལ་བར་སོ་སོར་བྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ནི། །མདོར་ན། བསྐྱེམས་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱང་ཅད་ལུ་མའི་ནང་དུ་ཞུགས་གནས་
ཐེས་གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་ལ། ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་བ་ཟེར་
ནི། །རྗེའི་རིམ་ལྷ་གདན་རྫོགས་ལས་ཀྱང་། དེ་ཡང་སེམས་བྱིང་རྟོག་དང་བལ་བའི་མི་རྟོག་པ་
བསྐྱུངས་པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་བདེ་བ་ནི། ཆོས་འདི་བ་དང་གཞན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེ་

རྒྱུད་དང་། རྒྱུད་སྒྲེ་གོང་ལོག་སྐྱུན་མོང་བ་ཡིན་པས། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལས་བྱུང་
བའི་ཁྱུ་བདེའི་བདེ་ཆེན་མིན་ལ། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལམ་ལ་ཡང་ཡེ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་བའི་ཁྱུ་བདེ་མང་
དུ་འབྱུང་ཡང་། རྒྱུད་ཐིམ་པའི་བདེ་ཆེན་མིན་པས་རྫོགས་རིམ་པའི་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་བདེ་ཆེན་ལ་
རྒྱུད་རྒྱ་ཁྱིར་ཐིམ་པའི་བདེ་ཆེན་དགོས་པས། འདིར་སྤྲོ་མོ་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ལུས་གྱི་
གནད་དུ་མ་བསྐྱུན་པར་སྟོང་བ་ཙམ་བསྐྱོམས་པས། རྫོགས་རིམ་པའི་བདེ་ཆེན་མི་རྟེན་པས་སྤྲོ་
མོ་སོགས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་པའི་མཐུས་བདེ་ཆེན་བྱངས་ནས་བདེ་སྟོང་སྤྱར་ཏེ་སྐྱོམ་བ་
ཡིན་པ་འདི། འདི་འདྲ་བའི་སྐུ་བས་ཀྱན་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ལྷན་
སྐྱེས་གྱི་དོན་ཡང་། གང་ཟག་དེ་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་འགྲོ་བ་བཟང་ངན་ཅི་འདྲར་གྱུར་གྱང་
དེའི་རྒྱུད་ལ་འབྲལ་མེད་དུ་གནས་པས་ལྷན་སྐྱེས་ཞེས་བྱ། 2 དགའ་བཞིའི་ཐ་མ། དགའ་བ་
བཞེ་ལ་གཟིགས།

ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས། རྒྱུད་དཔུ་མར་ཐིམ་པའི་སྟོབས་གྱིས་བདེ་སྟོང་སྤྱོར་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ། ལྷན་
སྐྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཟེར། དེ་ཡང་གོ་སྒྲུབ་བར་བཤད་ན། ལྷན་སྐྱེས་གྱིས་བདེ་བས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་
པ་ན། དེ་ལ་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཟེར། རྗེའི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་ལས། རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱིས་
ནི་བདག་མེད་པའི་དོན་སུ་ཐག་ཆོད་པར་ངེས་པའི་ལྟ་བ་དང་། སྐྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདེ་བ་
ཆེན་པོ་འདྲེན་པའི་ཐབས་མཐའ་ཆོད་པའི་མན་ངག་ལ་ཁྱེགས་ནས། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་དུ་
སྤྱོར་བའི་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་འཆོལ་བ་ལ་འགྲུས་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས། ཡང་དེ་
ཉིད་ལས། འདོད་པའི་ཡུལ་ལོངས་སྤྱད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཁྱུ་བདེ་བདེ་བ་དང་། ཆོས་ཐམས་
ཅད་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་བྱུབ་པ་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་ཀྱང་། བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་འཐད་
པ་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བདེན་པ་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པའི་སྟོན་ནས།
བདེ་སྟོང་སྤྱོར་བའི་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཐབས་མཁས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་
འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་འདྲེན་པའི་ཡུལ་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་གསུངས་པ་བཞེན་དུ་སྤྲོ་བའི་
མཛོངས་ལ་ཡངས་པའི་སྟོན་གྱིས་བདེ་བ་དང་སྟོང་བ་སྤྱོར་བའི་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་

ཤེས་སྒྲིང་པའི་ཐབས་ལ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བརྟག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷན་སྦྲེས་
ཀྱི་བདེ་བ་ལ་གཟིགས།
ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་རྒྱུད། ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བའི་རྒྱུད། རོག་མེད་ནས་གང་ཟག་དེ་དང་འབྲལ་མེད་དུ་གནས་པས་
ན་ལྷན་སྦྲེས་ཞེས་བྱ།
ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་སེམས། ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བའི་སེམས། རོག་མེད་ནས་གང་ཟག་དེ་དང་འབྲལ་མེད་དུ་གནས་
པས་ན་ལྷན་སྦྲེས་ཞེས་བྱ།
ལྷན་གྱིས། རང་བཞིན་གྱིས། རང་ལྷགས་གྱིས། ངས་ངས་ལྷགས་ལྷགས་གྱིས། རང་གིས། དཔེ་
ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འབྲེལ་ལས། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་བ་ནི། ལྷ་མ་དམ་བ་དང་
མཇལ་ཏེ། ཆོས་ཐོས་ཅམ་ན། ཆོས་དང་ལྷ་མ་ལ་ཡིད་ལྷན་གྱིས་ཆེས་བ་དང་། དཔེར་ན་མ་
དང་བྱ་འབྲུང་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཀུན་པ་དབང་ལྷག་ཏོ་
རྗེའི་ངེས་དོན་རྒྱ་མཚོ་ལས། རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་དོ་ཆོན་ལ་ཁ་བ་བབ་པ་ལྟར་གཉེན་པོ་
བསྟེན་མི་དགོས་པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་དུ་ལྷན་གྱིས་ཞི་ཞིང་རང་ཡལ་དུ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་པ་ཞིག་
ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པ། 1 (དགེ་ལུགས) ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་དོན་འདྲ། 2 (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་
ཉིད། རྒྱས་པར་བཤད་ན། འགྲོ་མགོན་གྱིས། སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྤྱོད་གསུམ། །དང་པོ་
ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པ་དེ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སེམས་ཉིད་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པ་ཆོས་ཀྱི་
སྤྱོད། །རྣམ་རྟོག་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པ་ཆོས་སྤྱིའི་རྒྱལ་ས། །སྤང་བ་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པ་ཆོས་སྤྱིའི་
འོད། །སྤང་སེམས་དབྱེར་མེད་ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱོད་བཤད་ནི།
སེམས་ཉིད་གཅིག་བྱ་འདི་ལ་རིག་སྟོང་གསལ་གསུམ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྦྲེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་
གསེར་གྱི་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ཁ་དོག་སེར་ག་སྟེང་ཆེ་ག། བཟུ་བཟུལ་བྱས་པས་རན་དུ་མི་འགྲོ་བ་
གསུམ་དུས་མཚུངས་སུ་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །3 དུས་མཚུངས་
པར་སྦྲེས་པ། དཔེར་ན་ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྲུང་བ་བཞི་ལྟ་བུ།
ལྷན་ཅིག་སྦྲེས་པའི་བདེ་བ། ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་འདྲ། དེའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས། 1 (དགེ་ལུགས) གཏུག་མ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས། སྟོང་བ་བཞི་བ་
ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་འོད་གསལ་གྱི་སེམས་ལ་ཟེར། 2 རིག་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་
སེམས་ལོར་བྱང་བཟུང་བས་གཉིས་སྟུང་གི་རྟོག་པ་རགས་པ་ལོག་པ་ན་ལྟ་བ་འབྲུག་པར་བྱས་
ནས་ལྟ་ཐོག་ཏུ་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཟེར། རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྟོབ་མ་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་དང་ལྟན་པ་ལ་སྒྲ་མས་དབང་གསུམ་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱབས་གང་དུ་སྐྱེ་བ་
བདུ་སྟེད་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་རིག་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལོར་བྱང་
བཟུང་བས་གཉིས་སྟུང་གི་རྟོག་པ་རགས་པ་ལོག་པ་ན་ལྟ་བ་འབྲུག་པར་བྱས་ནས་ལྟ་ཐོག་ཏུ་
བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱའོ། ལུས་དང་སེམས་གྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་
ཙམ་བྱུང་བ་དང་དེའི་མཐུས་སེམས་མི་རྟོག་པར་གནས་པ་ཙམ་མིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཡིན་
ལུགས་གྱི་ལྟ་བ་ལེགས་པར་མ་གོ་བ་རྣམས་ལ་བདེ་བ་དང་བཅས་པའི་མི་རྟོག་པ་སྐྱེས་པ་ཡང་
དབང་གསུམ་པར་ངོ་སྟེད་དགོས་སོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ།
བཙུན་མ་དང་བཙུན་མ་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། རྗེའི་སྤྲུགས་རིམ་ཆེན་མོ་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྐྱབས་སུ་བཙུན་མིན་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་དང་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་
པའི་སྐྱབས་སུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་གྱིས་འཇུག་པས་བཙུན་མའི་ལྷན་སྐྱེས་
དབང་གསུམ་པའི་སྐྱབས་ཉིད་དུ་གསུངས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །རྒྱལ་བ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་
མཆོད་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་ལྟར་ལས། རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ནི་ཡུལ་ཅན་ཤིན་ཏུ་སྒྲ་
བ་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་སེམས་གྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་པ་དང་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱབ་པའི་བྱི་ནང་གི་
ཐམས་ཀྱང་པར་ཅན་ལས། ཞེས་སོགས་གྱིས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་གོ་བུས་སོ། །3 (བཀའ་བརྒྱུད)
སེམས་ངོ་ཤེས་པའི་གནས་སྐྱབས་གྱི་སེམས།

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མ་རིག་ལ། (བཀའ་བརྒྱུད) སེམས་ངོ་མ་ཤེས་པའི་གནས་སྐྱབས་གྱི་སེམས།
ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་སྟོར། (བཀའ་བརྒྱུད) དུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གདམས་ལ། སྤྱི་བཤད་ནི། འགྲོ་མགོན་གྱིས།
སེམས་དང་རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྤྱུག་གསུམ། །དང་པོ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་དེ། །གདམས་པས་གཅིག་ཏུ་

སྦྱོར་བའི་ཕྱིར། །ལྷན་ཅིག་སྦྱེས་སྦྱོར་ཞེས་སུ་བཤད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རལ། ཡང་ན་
 ལྷན་སྦྱེས་པ་ནི་ཕྱག་ཁྱེད་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། དེ་རྟོགས་པ་ལ་སྦྱོར་བའམ་དེ་རྟོགས་པ་འདི་ཐབས་ཡིན་
 པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྲ། འདི་རྗེ་སྤམ་པོ་བས་ཕྱག་ཆེན་འཁྲིད་ལུགས་གྲིག་དམས་པ་ཡིན།
 ལྷན་ཅིག་གནས་པ། (འདུལ་བ) སྦྱོབ་མའི་མིང་། ལྷན་ཅིག་གནས་པ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་སྦྱོབ་མའོ། །ཞེས་
 དང་། འདུལ་བ་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ ་༼ ༤༣༧༣ ལས་ཀྱང་། ཁོང་
 གི་དེ་དང་ཆོག་རིས་རི་མ་རི་བཞིན་གསུངས་སོ། །
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ། རྒྱ་དྲུག་གི་གཉིས་པ་ནི། ཆོགས་པ་གཅིག་གི་ནང་དུ་པན་ཚུན་གཤགས་མི་
 བྱེད་པར་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པ་ཅམ་ལ་འཛོག་ དཔེར་ན་ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་
 ལྟ་བུ།
 ལྷན་ཅིག་སྦྱར་བ། (འདུལ་བ) རྟེ་ཆོན། དུགས། མདོ་ཅ་བ་ལས། ལོ་ལྷ་ལོན་ཞིང་ལྷན་ཅིག་སྦྱར་བ་ན་
 མ་དང་ལྷན་ན་གནས་མ་བཅས་པར་སྦྱོངས་རྒྱར་འགོ་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །
 ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས། ལྷན་ཅིག་པ་ནི་དུས་གཅིག་ལ། དམིགས་པ་ནི་ཆད་མས་རྟོགས་པ། དེས་པ་
 བྱི་བྱལ་པའོ། །མདོར་ན་དུས་གཅིག་དུ་རྟོགས་པས་བྱལ་བ་ཞེས་པའོ། །དཔེར་ན་སྔོན་པོ་སྔོན་
 འཛིན་མདོན་སུམ་གྱི་ཆད་མས་ནམ་དམིགས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་སྔོན་འཛིན་མདོན་སུམ་
 ཡང་རང་སྦྱོང་བའི་རང་རིག་མདོན་སུམ་གྱིས་དམིགས་པས་བྱལ་ལ། སྔོན་འཛིན་མདོན་སུམ་
 ཆད་མ་རང་རིག་གིས་དམིགས་པའི་ཆེ་སྔོན་པོ་ཡང་སྔོན་འཛིན་ཆད་མས་དམིགས་པས་བྱལ་
 པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་སེམས་ཅམ་པས་གཟུང་འཛིན་རྗེས་གཞན་མེད་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་
 པ་ཞིག་སྟེ། ལྷན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པའི་ཕྱིར། །སྦྱོང་དེ་སྦྱོང་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་
 རྟེ་དཔེར་ན། སྔོན་པོ་ཆོས་ཅན། སྔོན་འཛིན་མདོན་སུམ་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་
 དམིགས་ངེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 ལྷན་ཅིག་ལམ་དུ་འགོ་བའི་ལྟར་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་ཉིང་དུག་པ་ནི། དག་སྦྱོང་མ་
 དང་ལྷན་ཅིག་ལམ་དུ་རྒྱང་གསལ་འདས་པར་བྱིན་པའོ། །

ལྷན་ཐབས། ཁ་སྐོང་། ཟུར་འདེབས།

ལྷན་ནེ། ལྷན་ནེ་ནི་ལུས་ལས་བྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་གཟི་བཟིང་། ལྷམ་མེར་ལྷན་ནེ་ལྷང་ངེ་ལ་གཟིགས།

ལྷན་ལྷན། མི་གཡོ་བ་དང་བརྟན་པོ་བཅས་ཀྱི་དོན།

ལྷན་ལྷན་སྟོང་བ། མི་གཡོ་བར་སྟོང་བ། རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེས་ན་སེམས་དམིགས་པ་
ལས་མི་གཡེང་བར་གར་བཞག་ཏུ་ལྷན་ལྷན་སྟོང་བ་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་ལག་རྩིས་ཡིན་ལ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལྷམ། 1 ཀྱང་སྟོབ། 2 གསལ་བའམ་འོད་འཆར་བ། རྫོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་༽ མ
༽ ༡༣༥༥ལས། སྤྲིན་གྱི་ཏྲ་བ་ལས་ཕྱོལ་ཉི་མ་བཞིན་དུ་ལྷམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 3 ཤིང་
རྩེའི་འཁོར་ལོ་ལ་གཡོགས་པའི་ཀོ་བའི་མིང་། ཆེད་དུ་བཟོད་པའི་ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་༽ ཏུ
༽ ༡༤༥༥ལས། ལྷམ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཤིང་རྩེའི་འཁོར་ལོ་ལ་བཅིང་བ་སྟེ་ཀོ་བ་གང་གིས་
ཤིང་རྩེའི་འཁོར་ལོ་བཅིང་ཞིང་ཉེ་བར་སྟེལ་བ་དེ་ནི་ལྷམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱར་བཟོད་དེ། ལྷན་བན་
ད་ན་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲད་ཀྱི་བྱིངས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷམ་གྲོན་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས། ལྷམ་བགོས་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱི་
གཙང་ཁང་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་ན་སྤལ་པར་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་
འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དགེ་བཀའ་འགྱུར་མདོ་སྟེའི་༽ ཨེ་ ༽ ༡༠༡བལྟ་ ལས་
གསུངས་སོ། །

ལྷམ་བ། བྱ་བཞི། དཔེར་ན་ཤིའི་དབྱིབས་ལྟ་བུ།

ལྷམ་མེར། གསལ་ལེན། འོད་འཆར་རེ། ལམ་མེར་དང་དོན་གཅིག་ རྫོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་
མདོ་༽ མ ༽ ༡༣༥༥ལས། སྤྲིན་གྱི་ཏྲ་བ་ལས་ཕྱོལ་ཉི་མ་བཞིན་དུ་ལྷམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་
བུ། ལྷམ་མེ་ནི་ལུས་དང་འབྲེལ་བའི་གཟི་བཟིང་ལའང་འབྲུག་པར་བཤད། ལམ་མེར་ལ་
གཟིགས།

ལྷམ་མེར་ལྷན་ནེ་ལྷང་ངེ། (འདུལ་བ) འཇམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྷམ་མེ། འོད་འགྲོ་བའི་བྱིར་ལྷན་ནེ། ཟེལ་

གྲིས་གཞོན་པའི་བྱིར་ལྟར་དེ་ཞེས་བྲལོ། །ལྟར་ཐུན་ཆོག་གས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས། འད་པ་མ་པལ་
 ཆར་འཇམ་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་ལྟར་མེ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཤིང་ལས་འོད་འཕྱོ་བ་ལྟར་ཤེས་
 པ་དེའི་བྱིར་ལྟར་ཞེས་གསུངས་སོ། །མེ་ཏོག་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པས་ཤིང་ཐམས་ཅད་ཟེལ་
 གྲིས་གཞོན་པའི་བྱིར་ལྟར་དེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་། ༩ རྩ་
 ༡༧༣ བཤམས། ལྟར་མེ་ནི་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལུས་དང་འབྲེལ་པའི་གཟི་བརྟེན་གྲིས་གསལ་
 བལོ། །ལྟར་ཞེས་བྲ་བ་ནི་ལུས་ལས་བྱེ་རོལ་དུ་བྱུང་བའི་གཟི་བརྟེན་གྲིས་ལྟིས་གསལ་
 བལོ། །ལྟར་དེ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་དབྱིབས་དང་རྒྱན་གྲིས་མཛེས་པལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
 ལྟའི་ཁ། 1 ལྟའི་ཞལ་གྱི་སྟོ། 2 མེ། སྤྱིན་སྤྱེག་གི་མེ། ལྟ་ལ་ལུལ་པའི་བསྟེག་རྩས་རྣམས་ཟ་བའི་སྟོ་
 ཡིན་པས་ལྟའི་ཁ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟེད་བཏགས་ལ། མེ་དེ་ཉིད་མེ་ལྟའི་ངོ་བོར་བསྐྱེད་དགོས་པའི་
 བྱིར། མེ་ནི་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །3 མེ་གླ།
 ལྟའི་འཆི་ལྟས་ལ། (པར་ཕྱིན) ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྤྲུག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལྟར་ལ་མི་དགའ་བ། མེ་
 ཏོག་ཐོང་བ་རྟེན་པ་ལ། གོས་ལ་ངེ་མ་ཆགས་པ། ལུས་ལ་སྟོན་ཆད་མེད་པའི་རུལ་ཆུ་འབྱུང་བ་
 དང་ལལོ། །རྩ་སྤྱབ་ཀྱི་བཤེས་སྤྱིངས་ལས། ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྤྲུག་འགྱུར་བ་དང་། །ལྟར་ལ་
 མི་དགའ་མེ་ཏོག་ཐོང་རྟེན་པ་དང་། གོས་ལ་ངེ་མ་ཆགས་དང་ལུས་ལ་ནི། །སྟོན་ཆད་མེད་པའི་
 རུལ་འབྱུང་ཞེས་བསྟེན་པ། །མཐོངས་འཆི་འཕོ་སྟོན་བྱེད་འཆི་ལྟས་ལ། །ལྟ་ལུལ་གནས་པའི་ལྟ་
 རྣམས་ལ་འབྱུང་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །
 ལྟའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། (གསང་སྤྲུགས) རྩ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟེན་པའི་དེ་ཉིད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། རང་ལྟར་གསལ་
 པའི་སྤྱུ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་གཟུགས་སྤྱུ་ལམ་བྱེད།
 ལྟའི་དོ་སྤྲད་གཅིག (པར་ཕྱིན) ལྟའི་ཞོགས་པ་གཅིག་མི་ལོ་ལྟ་དང་དོན་གཅིག
 ལྟའི་རྩ་བའི་མཛོན་ཤེས། (པར་ཕྱིན) མཛོན་ཤེས་དུག་གི་གཉིས་པ་ལྟའི་རྩ་བའི་མཛོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་
 ཉིད་ནི། མཛོན་ཤེས་དུག་གི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་རང་གི་བདག་རྒྱེན་དུ་བྱུང་བའི་ལྟའི་རྩ་བ་ལས་
 སྤྱིས་ཤིང་འཛིག་ཉེན་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་སྤྱུ་ལ་རགས་ཤེས་པལོ། །ལྟའི་རྩ་བ་ཙམ་ལ་དབྱེན་གསུམ་

ལས། དང་པོ་སྒྲིལ་ནས་ཐོབ་པ་ནི། བསམ་གཏན་བཞི་པ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷའི་རྣ་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་
པ་ལས་ལས་བྱེད་པ་ནི། འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོའི་དེ་ལྟ་བུ། གསུམ་བུ་ཉིང་འཛིན་
ལས་སྒྲིལ་བ་ནི། སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་དེ་ལྟ་བུ།

ལྷའི་རྣལ་འབྱོར། (གསང་ལྔཀས) ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་དང་འདྲ། ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཞིགས།

ལྷའི་སྦྱུལ། (པར་ཕྱིན) སྦྱུན་ལྷའི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་རང་གི་སྦྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་སྦྱུན་དུ་སྦྱར་
པའི་ལྷའི་མིག་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྦྱེ་བ་མཛོན་གསུམ་མཐོང་པའི་
རིག་པ། ལྷའི་སྦྱུན་གྱི་མཆོན་ཉིད།

ལྷའི་པོ་ཉ། (འདུལ་བ) སྦྱེ་གྲ་ན་འཆིའི་སྦྱག་བསྐལ་གྱི་མིང་། རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། ལྷའི་པོ་ཉ་ཞེས་བྱ་བ་
ནི། སེམས་ཅན་སྦྱེ་བ་དང་གྲ་བ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གིས་སྦྱེ་བ་བསྦྱེད་དེ་དག་
བ་བཅོམ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལོ། །ཞེས་མཆོད་ཀྱི་ལས་གསུངས།

ལྷའི་བྱའི་བདུད། (པར་ཕྱིན) བདུད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཉ། འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ལྷའི་བྱ་རྣམས་ཐལ་དོག་གི་
དབང་གིས་དག་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པ་ནི་ལྷའི་བྱའི་བདུད་དོ། །བྲམས་པའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས་
ལྷའི་བྱའི་བདུད་བཅོམ་མོ། །

ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་པོ་བྲང། (མཛོད) རི་རབ་ཀྱི་ཅེ་མའི་དབུས་ན་གོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ་ཅེས་བྱ་
བ་ཡོད། དེའི་དབུས་ན་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་པོ་བྲང་རྣམ་པར་རྒྱལ་པའི་ཁ་བཟང་ཡོད།

ལྷའི་དབང་པོས་ཞུས་པ། (གསང་ལྔཀས) དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་གསུམ་ཤིག་འོན་
ཀྱང་འདི་བོད་དུ་མ་འགྱུར་ཞེས་རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་གསུང།

ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས། (པར་ཕྱིན) མངོན་ཤེས་དུག་གི་ལྷ་པ་ནི། མངོན་ཤེས་དུག་གི་ནང་ཆོན་གང་
ཞིག་རང་གི་བདག་སྦྱུན་དུ་སྦྱར་པའི་ལྷའི་མིག་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེས་ཤིང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
ཀྱི་གཞུགས་ཐ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དེ། ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།

ལྷའི་དམན་མ། (གསང་ལྔཀས) ཡོན་ཆབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱེད་པ་དང་མཆོད་མའི་སྤོང་ལོ། མཆོད་པ་དང་གཏོར་མ་
རྒྱེད་པ་སོགས་ལ་ཟེད།

ལྷའི་མཚན་མ་དང་དམན་མ། (གསང་ལྷགས) ལྷའི་མཚན་མ་ནི་རྟོ་པོ་ཆེ་དང་རལ་གྱི་སོགས། ལྷའི་
དམན་མ་ནི་ཡོན་ཆབ་གྱི་ཚུ་རྟེན་དང་། མཚན་མའི་ཕྱིང་རྟོ། མཚན་པ་དང་གཏོར་མ་རྟེན་པ་
སོགས།

ལྷའི་ཞལ། (གསང་ལྷགས) ལྷའི་ཁ་དང་འབྲ།

ལྷའི་ཞལ་གཟིགས། (གསང་ལྷགས) ཡི་དམ་ལྷའི་ཞལ་གཟིགས་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷའི་བཞུགས་སྐྱེད་ས་མི་འབྲ་བའི་སྐོར། (གསང་ལྷགས) བྱིན་པ་གཡམས་སྟེང་གཡོན་པ་བཞག ། བྱུས་མོ་
སྦྱང་པ་བད་མའི་སྟབས། ། རིང་བུ་བསྟོལ་ཏེ་མཐེ་བོང་དག ། ཅེ་མོ་སྦྱང་པ་ལ་ཡང་ཟེར། ། གཡམས་
པ་དོར་སྦྱིལ་ལྟ་བུ་ལ། ། གཡོན་པ་གཡམས་པའི་བརྒྱ་འོག་བཞག ། སེམས་དཔའི་སྦྱིལ་མོ་ཁྱུང་
ཞེས་བྲ། ། གཡོན་པ་བཀའ་པའི་སོར་མོ་རྣམས། ། གཡམས་པའི་བརྒྱ་ལ་མ་རེག་ཅས། ། གཡམས་
པ་འགྱིང་སྟབས་བརྒྱུད་བཞི། ། སྦྱིལ་ཁྱུང་བྱེད་པ་ཞེས་བྲལ། ། གཡོན་བརྒྱུད་ཐང་བ་གདན་ལ་
བཅུགས། ། དེ་ཡི་བརྒྱ་ལ་གཡམས་མཐེལ་སྦྱར། ། བཞེངས་པའི་བྱེད་སྦྱིལ་གར་སྟབས་
སོ། ། གཡོན་པའི་བྱིན་པ་བསྐྱུས་པ་ལས། ། གཡམས་པ་འགྱིང་བཅས་དོར་སྟབས་ཅན། ། གཡམས་
བརྒྱུད་བརྒྱག་པ་གཡོན་བརྒྱུད་དོ། ། སོར་མོ་མདུན་བསྟན་རྟེན་བར་དུ། ། ཁྱུང་སོར་གཉིས་
བརྒྱ་བྱིན་པ། ། དྲང་བོར་བསྐང་བ་ས་གའི་སྟབས། ། དེ་བས་ལུས་སྦྱང་བུས་མའི་བར། ། ཁྱུང་
ངར་པའི་གཤོག་པ་ལྟར། ། རོགས་སུ་བརྒྱུད་པ་སྦྱག་པོ་ཟེར། ། སོར་མོ་བཅུ་པོ་མདུན་དུ་
བསྐྱིགས། ། དྲང་བོར་བཞེངས་པ་མཉམ་པའི་སྟབས། ། ཀླར་གཉིས་ཁྲི་ལས་སྦྱར་དུ་
བརྒྱུད། ། སོར་མོ་མདུན་བསྟན་བཟང་པའི་སྟབས། ། ཞབས་མཐེལ་ཁ་སྦྱར་བདེ་ལེགས་
ཅན། ། ཅོག་བྱར་ཀླར་གཉིས་མཐོག་པར། ། སྟན་ལ་བཀོད་པ་ཅོག་བྱའི་སྟབས། ། གཡམས་པའི་
བྱེད་ཁྱུང་སོར་མོ་རྣམས། ། གཡོན་པའི་ལོང་བྱར་གཏད་པ་ན། ། གཡོན་རོལ་ཡིན་ཞིང་གཡམས་
རོལ་བརྒྱག ། འདི་ནི་བཞེངས་པ་ལ་ཡང་སྦྱར། ། གཡོན་པའི་སྦྱིལ་ཁྱུང་བྱེད་པ་ལ། ། དེ་དང་ཉེ་
བར་གཡམས་པ་ཡི། ། བྱུས་མོ་དྲང་བོར་བཞག་པ་ནི། ། དབའ་བའི་འདུག་སྐྱེད་ས་ཞེས་
བྲལ། ། གཡོན་པ་དེ་བཞིན་བྱས་པའི་སྟེང་། ། བྱུས་མོ་གཡམས་པ་བསྟོལ་བ་ལས། ། ཀླར་གཡམས་

གཡོན་པའི་བརྒྱ་མཐེལ་དུ། །བཞག་པ་དཔའ་མའི་འདུག་སྐངས་སོ། །མི་མཉམ་རུས་སྤལ་བྱང་
བའི་སྤབས། །དེ་སོགས་འདིར་ནི་མ་སྒྲོས་སོ། །ཞེས་ཞབས་ཀྱི་སྐངས་སྤབས་ཁྱད་པར་སོགས་
ཕེན་ཏུ་མང་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་མཛོད་དེར་དང་པོ་
༡༥༩ ན་གསལ།

ལྷའི་རེན་པོ་ཆེ་ལྷ། ཡིན་ཞིང་ལ། ཡིན་གྲོ་བ། མཐོན་ཀ། མཐོན་ཀ་ཆེན་གྱི། བཀོད་མཛེས་དང་
ལྷའོ། །ཞེས་རྒྱལ་རབ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ན་གསལ།

ལྷས། ༡ ལྷགས་པ། ལྷགས་འདོགས་སའི་ར་བ། ལྷགས་ལྷས་རྣམས་དོན་གཅིག ༢ ལྷ་ཡིས།

ལྷས་བྱིན། (འདུལ་བ) བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་ཡབ་ཟས་གཙང་ལ་སྦྱ་མཆེད་བྱ་གསུམ་དང་བྱ་མོ་བཞི་
ལས། བྱ་མ་ཆད་མེད་ཟས་ལ་བྱ་གཉིས་ཏེ། ལྷས་བྱིན་དང་། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་དགའ་པོ་
གཉིས་སོ། །རིན་ལན་བསབ་བའི་མདོར། ཡུལ་། ༡༧༥༥བལས་ལྷས་བྱིན་གྱི་སྟོར་འདི་ལྷར་
གསུངས་ཏེ། ལྷས་བྱིན་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་མོད་ཀྱི། ཁེ་བཀུར་
དང་རྟེན་པའི་བྱིར་རྒྱན་དུ་ཐག་དོག་བྱེད་དེ། ལྷས་བྱིན་མདོ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པོ་ཆེའི་ཁལ་བྱག་
ཁྲི་སྟེང་ཁ་དོན་དུ་འདོན་ཤེས་ཀྱང་མཆོམས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ལས་མ་ཐར་
པོ། །དེའི་ཆོན་ལྷས་བྱིན་རྒྱལ་པོ་མ་སྦྱེས་དང་རབ་ཏུ་མཛོལ་ནས་གཅིག་ལ་གཅིག་དགའ་ཞིང་
ཉི་མར་སེམས་ཏེ། གཅིག་གི་ཆོག་ལ་གཅིག་ཡིད་ཆེས་སོ། །དེ་ནས་ལྷས་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་མ་
སྦྱེས་དགའ་ལ་འདི་སྒྲུབ་ཅེས་སྦྱས་སོ། །ཁྱོད་ནི་རྒྱལ་པོ་སར་པ་བྱོས་ཤིག་ བདག་གི་སངས་
རྒྱུས་སར་པ་བཞིའོ། །རྒྱལ་པོ་མ་སྦྱེས་དགས་སྦྱས་པ། ད་ལྟར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་པས་དེ་
ལྷར་མི་རུང་ངོ། །ལྷས་བྱིན་གྱིས་སྦྱས་པ། དེ་མེད་པར་བྱར་རུང་ངོ། །བདག་ཀྱང་སངས་
རྒྱུས་མེད་པར་བྱས་ལ། དེའི་འོག་ཏུ་རྒྱལ་པོ་སར་པ་དང་། སངས་རྒྱུས་སར་པས་སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་བྱས་པ་མི་སྦྱིད་དམ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་མ་སྦྱེས་དགས་ལྷས་བྱིན་གྱིས་སྦྱས་པ་
བཞེན་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཡུལ་སྦྱ་རྩ་ཆ་སྦྱི་བཟུང་ངོ། །ལྷས་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་མ་སྦྱེས་དག་
ལ་སྦྱས་པ། བདག་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མེད་པར་བྱའོ། །མ་སྦྱེས་དགས་སྦྱས་པ། དེ་

བཞེན་གཤེགས་པ་ནི་རྩ་འཁུལ་ཆེན་པོའི་མཐུ་མངའ་བས་གཞན་གྱིས་བསམ་པའི་སེམས་
ཤེས་ན་ཁྱོད་གྱིས་ངེ་ལྟར་མེད་པར་བྱ་བར་རུས། དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་ལ་གཞན་ཡང་ཉེ་
གནས་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་འདི་བྱ་དང་། མྱོད་གཤེགས་ཀྱི་བྱ་ཆེན་པོ་དང་། ལ་འགགས་པ་ལ་
སོགས་པ་ཡོད་པས་མི་རུས་སོ། །ལྟས་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའ་ལ་སྐྱས་པ། རྒྱལ་པོ་
ཁྱོད་གྱིས་བདག་གི་ཐོགས་གྱིས་ཤིག་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་པ། ཁྱོད་ལས་ཅི་ཞིག་བྱེད་པར་སེམས།
ལྟས་བྱིན་གྱིས་སྐྱས་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོས་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་བཀར་བཏགས་ཏེ། སུ་ཡང་དགེ་
སློང་རྣམས་ལ་གོས་དང་། བཟའ་བ་དང་། བཏུང་བ་དང་། བསོད་སྟོམས་བྱིན་དུ་མ་སྐྱེས་ཅིག་
དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའ་ཡང་བཀར་བཏགས་ཏེ། དགེ་སློང་རྣམས་ལ་སུ་ཡང་གོས་
དང་། ཟས་དང་། བསོད་སྟོམས་སྤྱིན་པར་གྱུར་ན་རྒྱུ་ལག་གཅན་དོ་ཞེས་བཀར་བཏགས་
སོ། །དེའི་ཆེ་བཙམ་ལྟར་འདས་དགེ་སློང་གི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོའི་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ། བྱ་ཁྱོད་
སྤངས་པའི་དེ་ནས་བསོད་སྟོམས་སློང་དུ་སོང་བ་ལས་ཅི་ཡང་མ་རྟེན་དོ། །དེ་བཞེན་ཞག་
གཅིག་ནས་ཞག་བདུན་གྱི་བར་དུ་ཅི་ཡང་མ་རྟེན་པས་ལྟ་བུ་འདི་བྱ་ལ་སོགས་པ་སློབ་མ་ཆེན་པོ་
རྣམས་ནི་རྩ་འཁུལ་གྱི་མཐུས་ཡུལ་ཁམས་གཞན་དུ་གོས་དང་། ཟས་དང་། བསོད་སྟོམས་
སློང་དུ་སོང་དོ། །དེའི་ཆེ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱས་སོ། །ད་
ལྟར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སློབ་མ་ཆེན་པོ་གཅིག་ཡང་མེད་དེ། དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་གཅིག་ལྟ་
བཞུགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་སྤྱན་འབྲེན་དུ་ཐོང་ཤིག་ ཐོ་བྲང་གི་ནང་དུ་འོངས་
ནས་བདག་ཅག་གིས་བལ་གྱི་སྒྲུང་པོ་ཆེན་པོ་ནག་པོ་མ་རྩུངས་པ་ལྟ་བུ་ཆང་སྒྲུང་དེ་རབ་
ཏུ་སྐྱོས་པར་བྱས་ལ་སངས་རྒྱུ་ན་བྲངས་ཏེ། ཐོ་བྲང་གི་ནང་དུ་འོངས་ནས་བལ་སྒྲུང་མིས་
ཤིང་སྐྱོས་པ་དེ་དག་གིས་བརྗེས་ཏེ་གསལ་དཔར་བྱའོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའ་དེ་
བཞེན་གཤེགས་པ་ལ་སྤྱན་འབྲེན་དུ་བཏང་ནས། སངས་རྒྱུ་ས་དང་། དགའ་བཙམ་པ་ལྟ་བུ་
རྒྱལ་པོས་སྤྱན་བྲངས་པར་གཤེགས་པར་གནང་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་གཤེགས་སོ། །དེ་ནས་
རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའ་བལ་སྒྲུང་མིས་ཤིང་སྐྱོས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་ནས་བལ་སྒྲུང་མིས་པས་

ཤིང་བཅག་ར་བ་ཡང་བྲལ། ཅིག་བ་ཡང་བསྐྱེད་ཏེ་ར་བའི་སྤྱུ་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་དབྱ་བཅོས་པ་ལྟ་བུ་བརྒྱུད་ལོགས་སུ་མཆོངས་ཏེ་སོང་ངོ། །དེ་ནས་དབྱ་བཅོས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱུ་གནས་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་འཁོད་ངོ། །དེའི་ཆེ་ཀྱང་དགའ་པོ་འབའ་ཞིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་མ་བྲལ་ཏེ་འདུག་གོ། དེའི་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བྱམས་པ་དང་སྟིང་རྩེའི་འུགས་ཀྱིས་བྱག་གཡས་པ་བཏེགས་ནས་བྱག་སོར་ལྟ་བུ་ལས་སེང་གོ་ཁ་གདངས་ཤིང་སྤྱུ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ནས་བར་སྐྱུ་ལ་ནས་བལ་སྒྲུང་མིས་པ་ལྟ་བུ་འཛིགས་ཤིང་སྤྱུ་གནས་ས་ལ་འབྱེད་ཏོ། །དེ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཁོར་མང་པོས་བསྐྱོར་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱུང་དུ་གཤེགས་ནས་རྒྱལ་པོ་མ་སྤྱེས་དབྱ་བྱི་རོལ་དུ་བྱུང་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བསྐྱུ་ནས་གདན་ལ་བཞུགས་སུ་གསོལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །ལྷས་བྱིན་གྱིས་སྤྱོད་ནས་རྩོམ་པ་འབྲས་ཏེ་བཅོས་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མ་བྱུང་ཚུལ་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ང་པ་ ༡༩༡༡ནས་ལྷ་སྤྱིན་གྱིས་མ་སྤྱེས་དབྱ་ལ་སྤྱུས་པ། ཁོ་པོས་ཁྱོད་རྒྱལ་སྤིང་ལ་བཞག་པ་ཡིན་གྱིས་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་ཁོ་པོ་སངས་རྒྱུ་ཉིད་དུ་སྒྲོམ་ཤིག །དེས་སྤྱུས་པ། བཅོས་ལྷན་འདས་ནི་སྤྱུ་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དུ་འདུག་ལ་རེ་ཞིག་དང་པོར་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ཉིད་མེད་ངོ། །དེས་སྤྱུས་པ། ཁོ་པོས་ཀྱང་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དུ་སྤྱང་བར་བསྐྱུར་ངོ། །ཞེས་དེས་གསེར་མགར་བཀྱག་ནས་སྤྱུས་པ། ཁོ་པོའི་ལུས་གསེར་གྱིས་གཡོགས་ཤིག །དེས་སྤྱུས་པ། འཕགས་པ་གལ་ཏེ་ཆོར་བ་མནགས་པོད་ནཔོ། །དེས་སྤྱུས་པ། ཁྱོད་གྱིས་གཡོགས་ཤིག་དང་པོད་བར་བྱུལོ། །དེས་ཅན་ཅུ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲུ་མར་གྱིས་ལུས་བྱགས་ནས་གསེར་གྱི་གྱི་མ་ཕག་གིས་ལུས་གཡོགས་པ་དང་དེ་སྤྱུ་ག་བསྐྱུ་ལ་མི་བཟད་པ་ཆོ་བ་རྩལ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་ཕྱོང་ངོ། །དགེ་སྤོང་རྣམས་ཀྱིས་ཀོ་ཀ་ལི་ཀ་ལ་དེས་པ། ལྷ་སྤྱིན་གདན་ན། དེས་སྤྱུས་པ། བྱོགས་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་ན་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དུ་སྤྱང་བར་སྐྱུར་ངོ། །དགེ་སྤོང་རྣམས་བྱོགས་དེར་སོང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྤྱུ་ག་བསྐྱུ་ལ་གྱི་ཆོར་བས་ཉེན་ཏེ། ཀྱ་ཚོ་འདོན་པ་ཐོས་ནས་དེ་རྣམས་བཅོས་

ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་རླབས་དོང་དོ། །དགེ་སློང་ནམས་ཐེ་ཆོམ་སྤྱེས་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཙོང་
 བ་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་པ། བཙུན་བ་ལྷ་སྤྱིན་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དོན་དུ་
 གཉེར་བས་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་ཆ་བ་རྩལ་བ་ཡིད་དུ་མི་མཆི་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་
 བ་ལ་གཟིགས། བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། དགེ་སློང་དག་ད་ལྟར་གྱི་འདི་འབའ་
 ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་དེ། ཇི་ལྟར་འདི་འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་གསེར་གྱི་ལྷ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཕྱིར་
 ཚུལ་མ་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་གྱུར་པ་དེ་ཉོན་ཅིག །དགེ་སློང་དག་སྤོང་བ་བྱོང་བྱོང་
 བླ་རྒྱ་སྤྱི་ལམ་རིང་པོར་སོང་བའི་བྱད་མེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེའི་མདུན་དུ་བྱ་རྒྱུ་ཅིག་སྐྱད་
 སྤྱན་བ་སྤྱན་བར་འབྲེན་ནས་དེས་སྤྱུས་པ། བྱ་རྒྱུ་སོང་ཤིག་བྱ་རྒྱུ་སོང་ཤིག་གལ་ཏེ་བདག་
 གི་ཁྱིམ་ཐབ་བདེ་བར་འཁོར་ན་ཁྱོད་ལ་གསེར་གྱི་ལྷ་ཞིག་སྤྱིན་ནོ། །ཅི་ཙམ་ན་དེའི་ཁྱིམ་ཐབ་དེ་
 ཡང་བདེ་བར་སྤྱར་འོངས་སོ། །བྱ་རྒྱུ་དེ་གསེར་གྱི་ལྷའི་ཆེད་དུ་དེའི་མདུན་དུ་འདུག་ནས་
 སྐད་སྤྱན་བ་སྤྱན་བར་སྤྱད་པ་དང་དེ་ནས་དེས་དེ་ལ་གསེར་གྱི་ལྷ་ཞིག་བྱིན་ནོ། །དེས་དེ་གྲོན་
 བས་པའི་ཚུན་དུ་སྤྱོད་བ་དང་། དེ་གསེར་གྱི་ལྷའི་ཕྱིར་བྱ་བས་མགོ་བཙད་དོ། །ལྷས་ཆོགས་སུ་
 བཙད་དེ་སྤྱུས་པ། དོན་མེད་གཞི་དང་ལྷན་པ་ཡི། །ཁོར་ནི་སྤང་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། །གང་གི་མགོ་
 ལ་གསེར་ཡོད་པའི། །བྱ་རྒྱུ་གིས་ནི་སྤང་བྱེད་བཙུང་། །བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་
 པ། དགེ་སློང་དག་ཇི་སྤྱུས་དུ་སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷ་སྤྱིན་
 འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཡང་འདི་གསེར་གྱི་རྒྱས་ཚུལ་མ་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་གྱུར་
 ཏོ། །ད་ལྟར་ཡང་འདི་གསེར་གྱི་ཁ་དོག་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་ཆ་བ་
 རྩལ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་ཏོ། །ཡང་ལྷ་སྤྱིན་གྱིས་མ་སྤྱེས་
 དག་ལ་སྤྱུས་པ། ཁོ་བོས་ནི་ཁྱོད་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་བཞག་གིས་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་ཁོ་བོ་སངས་རྒྱས་
 ཉིད་དུ་རྒྱག་ཤིག །དེས་སྤྱུས་པ། བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་མཐུལ་ལ་ནི་འཁོར་འོང་
 མཆོན་གྱིས་མཆོན་པའི་རྟགས་ཡོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་མཐུལ་ལ་ནི་འཁོར་འོང་མཆོན་
 གྱིས་མཆོན་པའི་རྟགས་མེད་དོ། །དེས་སྤྱུས་པ། ཁོ་བོས་ཀྱང་རྒྱུ་པའི་མཐུལ་ལ་ནི་འཁོར་འོང་

ཉགས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་དེས་ལྷགས་མགར་རྣམས་བཀྱག་ནས་སྤྲས་པ། ཁོ་མོའི་རྒྱུ་
མཐིལ་ལ་འཁོར་ལོ་འདྲི་རྒྱས་སམ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། འབགས་པ་གལ་ཏེ་ཆོར་བ་
མཉགས་པོད་ནའོ། དེས་སྤྲས་པ། པོད་ཀྱིས་ཀྱིས་ཕྱིག་ དེ་རྣམས་ཀྱིས་བསམས་པ། འདི་
མཐུ་དང་ལྷན་བ་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་འདི་བཞིན་དུ་གྲིས་ན་རྟོག་པས་བདག་ཅག་སྟོག་དང་ལྷན་
བར་འགྱུར་བའི་གནས་གང་ཡིན་པ་འདི་ཡོད་དོ་སྤྲུམ་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཅིག་པ་འབིགས་
སུ་བཅུག་ནས་སྤྲས་པ། འབགས་པ་ཅིག་པའི་བྱ་ག་འདིར་རྒྱུ་བ་གཉིས་ཆུག་ཕྱིག་ དེས་
ཅིག་པའི་བྱ་གར་རྒྱུ་བ་གཉིས་བཅུག་པ་དང་ལྷགས་མགར་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་མེད་ཁ་
དོག་དུ་འདུག་པར་བྱས་ནས་རྒྱུ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་ཆ་བ་རྩ་བ་
པ་ཡིད་དུ་མི་ཡོང་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྟོང་བར་གྱུར་ཏོ། །དགེ་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་གོ་ཀ་ལི་ཀ་
ལ་འིས་པ། ལྷ་སྦྱིན་གང་ན། འཁྱགས་ག་གེ་མོ་ཞིག་ན་རྒྱུ་བའི་མཐིལ་ལ་འཁོར་ལོའི་ཉགས་
སྤྱབ་པོ། །དགེ་སྟོང་རྣམས་འཁྱགས་དེར་སོང་བ་དང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་
བས་ཉེན་ཅིང་ཀྱ་ཙཱ་འདོན་པ་ཡང་ཐོས་ནས་དེ་རྣམས་བཙུག་ལྷན་ཀྱི་སྤྱན་སྲུང་དོང་
དོ། །དགེ་སྟོང་རྣམས་ཐེ་ཆོས་སྤྲེས་ནས་ཐེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཙོད་པ། སངས་རྒྱུས་བཙུག་
ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་པ། བཙུན་པ་ལྷ་སྦྱིན་རྒྱུ་བའི་མཐིལ་ལ་འཁོར་ལོའི་ཉགས་དོན་དུ་གཉེར་
བས་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་ཆ་བ་རྩ་བ་པ་ཡིད་དུ་མི་མཆི་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྟོང་བར་
གྱུར་པ་ལ་གཟིགས། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ། དགེ་སྟོང་དག་ལྷན་ཀྱི་འདི་
འབའ་ཞིག་དུ་མ་བཟད་དེ། རི་ལྷན་འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་འདི་རྒྱུ་བའི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྟོང་བར་
གྱུར་པ་ལ་གཟིགས། དགེ་སྟོང་དག་སྦྱོང་བའི་ལྷན་ལ་སྤྱུང་བ་གངས་ཅན་ལ་སྤྱུང་པོ་
ཆེ་ཞིག་ཡོད་པ་ཆུ་འཐུང་དུ་འབབས་པས་དེའི་ཕྱི་བཞིན་ཐ་ཞིག་ཀྱང་བབས་པ་དང་། དེས་
སྤྱུང་པོ་ཆེའི་རྒྱུ་བ་མཐོང་ནས་བདག་ཉིད་ཀྱི་གོམ་པས་གཞུག་པར་བཙུགས་ཏེ་དེས་བསམས་
པ། རྒྱུ་བའི་ཉི་བདག་གི་ཡིན་ཅོ་ཞེས་དེ་མཆོང་ཞིང་རྒྱུ་བའི་སྤྱི་དུ་རྒྱུ་བའི་ཐོག་པ་ན་སྤྲོས་
དུས་ཁྱེད་ག་ཞིག་གི་སྤྱི་དུ་རྒྱུ་བའི་ཆོས་བར་གྱུར་ཏོ། །ལྷས་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་སྤྲུས་པ།

གྲིས་སྒྲིམ་པ། ཤེས་ལྡན་དག་བདག་ཅག་རང་གི་སྤྲོག་བཀྲང་བ་ནི་སྤྲིའི་ལྟ་དང་མིས་མཛོད་
པའི་སངས་རྒྱུ་བཙུན་ལྡན་འདས་བཀྲོངས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་གྲིས་སྒྲིགས་ཐོར་རོ་ཞེས་དེ་
རྣམས་གྲིས་སྒྲིགས་ཐོར་ནས་བྱ་ཤོད་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་རིལ་པན་ཚུན་དུ་རྒྱ་ཞིང་གནས་གང་ཞིག་
ནས་བབས་ན་ལྟ་སྒྲིན་གྲིས་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་སྒྲིམ་སོ། དེ་རྣམས་གྲིས་བསམ་པ། བཙུན་
ལྡན་འདས་གྲིས་བྲགས་སུ་ཚུད་ནས་ཐེམ་སྒྲིམ་ཤིག་སྒྲིམ་པ་དང་། དེ་རྣམས་གྲིས་ཐེམ་སྒྲིམ་
མཐོང་ནས་འདི་སྒྲིམ་དུ་སེམས་ཏེ། ཤེས་ལྡན་དག་ཐེམ་སྒྲིམ་འདི་སྒྲིམ་བཙུགས་སྒྲིམ་ན་དེ་ནི་
བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་མཐུས་ཡིན་ནོ་སྒྲིམ་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷག་པར་ཡང་བཙུན་ལྡན་འདས་
ལ་སེམས་མཛོད་པར་དང་པར་གྱུར་ཏེ་ཐེམ་སྒྲིམ་དེ་ལས་བབས་ནས་བཙུན་ལྡན་འདས་གང་
ན་བ་དེར་དོང་ངོ་། །བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱང་དེ་དག་འདུལ་བ་ཁོ་ན་ལ་ལྟོས་ནས་བྱ་ཤོད་ཕྱང་
པོའི་རིལ་པན་ཆག་ཅིང་བཞུགས་སོ། དེ་ནས་དེ་རྣམས་གྲིས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་
གཉིས་ལ་མགོ་བོས་བྲག་བྲས་ཏེ་ཆོས་མཉན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིན་སྒྲིན་ལ་འདུག་གོ། །བཙུན་ལྡན་
འདས་གྲིས་དེ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་དང་། ཁམས་དང་། རང་བཞིན་མཐུན་
ནས་གང་ཐོས་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་སོ་སོར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་
བཤད་པ་མཛོད་པས། དེ་རྣམས་གྲིས་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་རིའི་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡི་
ཤེས་ཀྱི་རྩོམ་སྒྲིམ་བཙུན་ལྡན་རྒྱུ་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བྱ་མཛོད་སྒྲིམ་དུ་བྲས་ཏེ་བདེན་པ་
མཐོང་བ་དང་ལན་གསུམ་དུ་ཆེད་དུ་བཞུད་པས་ཆེད་དུ་བཞུད་པ། བཙུན་པ་བདག་ཅག་ལ་
པས་མ་བཞིས། མས་མ་ལགས། རྒྱལ་པོས་མ་ལགས། ལྟ་རྣམས་གྲིས་མ་ལགས། སྒྲིག་པས་
མ་ལགས། རང་གི་སྤྲོ་བོ་དང་གཉེན་གྱི་ཆོགས་གྲིས་མ་ལགས། སྒྲིན་གྱི་འདས་པ་རྣམས་གྲིས་
མ་ལགས། དགེ་སྦྱོང་དང་བྲམ་ཐེ་རྣམས་གྲིས་མ་ལགས་པ་གང་ལགས་པ་དེ་བཙུན་ལྡན་
འདས་གྲིས་བདག་ཅག་ལ་མཛོད་དེ། དཔྱལ་བ་དང་། དུང་འགྲོད་དང་། ཡི་དུག་རྣམས་ནས་ནི་
རྟེན་པ་བྱངས། ལྟ་དང་མི་རྣམས་སུ་ནི་རབ་དུ་བཞག །འཁོར་བའི་ནི་མཐར་བཞིས། ཁྲག་དང་
མཆི་མའི་རྒྱ་མཆོན་བསྐྱམས། རུས་པའི་རི་བོ་ལས་ནི་བསྐྱལ། དན་སོང་གི་སྒྲོ་རྣམས་ནི་

བསྐྱུལ། མཐོངས་དང་ཐར་པའི་སྒོ་རྣམས་ནི་ཕྱེ། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་
འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུའི་རིམ་ཅེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩོམས་བཅོམ་ནས་རྒྱ་དུ་ཞུགས་
པའི་འབྲས་བྱ་མཛོན་སྤྲུལ་དུ་བགྱིས་ཏེ། བཙུན་པ་བདག་ཅག་ནི་འཕགས་སོ། །མཛོན་པར་
འཕགས་སོ། །བདག་ཅག་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་ཚོས་དང་དགེ་སྲོང་གི་དགེ་འདུན་ལ་སྦྱབས་
སུ་མཆི་ལགས་ཀྱིས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བདག་ཅག་དགེ་བསྟེན་དུ་གཟུང་དུ་གསོལ།
དེར་སྤྲུལ་ཆད་དུ་རི་སྒྲིབ་འཆོའི་བར་དུ་སྟོག་དང་ཡང་བསྟོས་ཏེ་སྦྱབས་སུ་མཆི་བར་མཛོན་
པར་དད་ལགས་སོ་ཞེས་གསོལ་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྦྱུ་ཁྲ་ནས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྟ་
རྣམས་སྒྲུང་བར་བཅུམས་སོ། །འཁྲུལ་འཁོར་གྱི་སྦྱུ་ཅལ་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཡང་འདི་ནི་སངས་
རྒྱུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་བགོངས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་སྤྲུལ་དུ་བསམས་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱི་བྱི་
བཞེན་ཐེས་སྐྱས་ལ་བབས་ནས་སྤྱོད་གཞི་དོ་ཤལ་བརྒྱ་སྟོང་རིམ་བཞེན་ཏེ་བྲོས་སོ། །ལྷ་སྦྱིན་ནི་
རྩོམ་འཕེན་པར་དགའ་བས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལྟ་བུ་མ་ན་མ་འཕངས་སོ་སྤྲུལ་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་
ལྟ་བུ་པོ་གཞན་ཁིད་དེ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལྟར་པོའི་རིམ་འཛིག་པར་བཅུམས་པ་ན། མི་ལྟ་བུ་པོ་
དེ་དག་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྦྱུ་ཁྲ་ན་ཆོས་ཉན་པ་མཐོང་ངོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་ལྷག་པར་
ཡང་མི་བཟོད་པ་སྦྱེས་ཏེ་བྲོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལྟར་པོའི་རིམ་འཛིག་པར་བདད་
རིམ་ན་འཁྲུལ་འཁོར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཡང་བྲོས་པར་མཐོང་ནས། དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་ལྟ་
བརྒྱ་དང་སྟོགས་འཕང་བར་བཅུམས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགོངས་པ། ར་ཉིད་ཀྱིས་
ལས་ཚོགས་རྟེན་པ། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ། འོད་པ་བཞེན་དུ་ཉི་བར་གནས་པ། གདོན་མི་
ཟ་བར་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའི་ལས་དག་བྱས་ཤིང་བསགས་པས། ར་ཉིད་ཀྱིས་ལས་བྱས་
ཤིང་བསགས་པ་དག་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་སོ་སོར་ལྟོང་བར་འབྱུར་སྤྲུལ་དུ་དགོངས་ནས་མི་
ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་ལ་འདི་སྒྲུབ་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །ཤེས་ལྡན་དག་ ལྟ་སྦྱིན་ཀྱང་ནས་དཀྱིས་
པ་བྲག་པོ་ལ་གནས་ནས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལྟར་པོའི་རིམ་འཛིག་གིས་དེར་ཤིག་ །འདི་དག་ནི་འཕེ་
ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་མི་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་བྲོས་སོ། །ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་མཐོང་བཞི་འོག་དུ་

འབྲུག་པ་ཡིན་པས་དེ་ནས་གནོད་སྦྱིན་ལག་ན་དོ་ཤེས་འདི་སྦྲུམ་དུ་སེམས་ཏེ། ལྷ་སྦྱིན་ནི་
བཙེམ་ལྡན་འདས་བསྐོངས་པའི་བྱིར་པ་རོལ་གཞོན་པ་བྱེད་དོ་སྦྲུམ་དུ་བསམས་ནས། གནོད་
སྦྱིན་ཀྲུམ་བི་ར་གང་ན་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་པ་དང་། གནོད་སྦྱིན་ཀྲུམ་བི་ར་ལ་འདི་སྒྲོད་ཅེས་
སྦྲས་སོ། །ལྷ་སྦྱིན་ནི་བྱ་ཤོད་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་རིལ་སྦྱོགས་ཀྱིས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ལ་རྩོལ་འཕེན་
པར་ཚུམ་ལ། བཙེམ་ལྡན་འདས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་གནས་ན་བཞུགས་ན། དེ་ལ་ཁོ་བོས་འབད་དེ་རྩོལ་
བར་སྒྲུང་ལ་རྩོ་ཤེས་བྱེ་མར་བརྒྱལ་ན་གཤམ་ཏེ་བྱེ་མར་བརྒྱལ་ས་པའི་དུམ་བྱུས་བཙེམ་ལྡན་
འདས་ཀྱི་སྦྱང་དུ་འབབ་པར་འགྱུར་གྱིས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཐོགས་ཀྱིས་ཤིག། དེས་སྦྲས་པ། བདག་
བཀའ་བཞིན་འཆོལ་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ནི་སྒྲ་གབ་མེད་པ་ན་བཞུགས་བཞུགས་ནས་
རིའི་ཕྱག་ཏུ་གཤེགས་སོ། །ལྷ་སྦྱིན་འཁོར་ལྷ་བརྒྱ་པོས་སྦྱོགས་བྲངས་ཏེ་བཙེམ་ལྡན་འདས་
ལ་རྩོལ་འབངས་སོ། །གནོད་སྦྱིན་ལག་ན་དོ་ཤེས་ཤོ་ཤེས་བྱེ་མར་བྱས་པ་ལས་དེའི་བྱེད་བཙེམ་
ལྡན་འདས་ཀྱི་གནས་སུ་ལྷུང་དུ་ཆབ་གནོད་སྦྱིན་ཀྲུམ་བི་ར་ས་ལེགས་པར་མ་ཟེན་པ་དེས་
བསད་ནས་རྩོལ་པའི་དུམ་བྱུ་ཡར་བ་ཞིག་གིས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མ་བྱུང་བར་
བྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེའི་ཆེ་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་བཀའ་སྦྱུལ་པ། གང་དུ་
གནས་ན་ལས་ཀྱིས་མི་ཤི་བའི། །ས་སྦྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བར་སྒྲུང་ཉིད་མིན་ཆུ་
མཆོའི་ནང་མིན་ཞིང་། །རི་བོའི་ཕྱག་ཏུ་ཞུགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །གནོད་སྦྱིན་ཀྲུམ་བི་ར་ཡང་
དགེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཤི་སྟེ་ཤི་ནས་སུམ་བཙུ་ཅ་གསུམ་པའི་ལྷ་གྲུ་འོས་པ་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་
སྦྱེས་སོ། །སྦྱ་བཤད་ནི། འིན་ལེན་བསལ་བའི་མདོ་༡༩༦་བཅའ་ས། ལྷ་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་
དེའི་པ་མས་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བྱ་རྟེན་པས་ན་ལྷ་སྦྱིན་ཞེས་མིང་དུ་བཏགས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོར་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མའི་རྒྱལ་རྒྱད་
ཀྱི་སྒྲོར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

ལྷས་བྱིན་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ། (འདུལ་བ) ལྷས་བྱིན་གྱི་བསྐྱབ་ཆོགས་ལྷ་དང་འབྲ།

ལྷས་བྱིན་གྱི་རྒྱུད་། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ལཱའི་ཡ་གྲུལ་ཏེ། ལྷེ་ལ་གནས་ཤིང་བྱེད་ལས་རོ་འཛིན་པ་དང་

སྤྱི་ལ་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞིག་སྤྱོད་པ་འདུག་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་སྤྱི་དུས་སྤྱི་ལ་བ་སོགས་
གོས་དང་འདྲ་བ་ལས་བྱུང་བས་དེ་ལྟར་དུ་བཏགས།

སྤྱི་ལ་བ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་ཆེགས་ལ། (འདུལ་བ) འོ་མ་མི་འབྱུང་། འཕྲི་ཟ་བ། ལན་ལྟ་མི་ཟ་བ། གོས་ཏུས་
འེད་བྱུབ་བ་མི་སྤྱོད་པ། དགོན་པར་མི་གནས་བ་སྤྱོད་པ། །འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ང་བ་
༡༩༧༧ལས། འེས་ལྷན་དག་དགེ་སྤྱོད་གྲོ་མ་ནི་ཞོད་འོ་མ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་དེ། དེར་བྱིན་
ཆད་བདག་ཅག་གིས་ལོངས་སྤྱོད་པར་མི་བྱུད། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། གཞི་དེ་ལས་བེད་ལྷན་ས་
ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གྲོ་མ་ནི་འཕྲི་ཟ་ལོངས་སྤྱོད་དེ། བདག་ཅག་གིས་
ལོངས་སྤྱོད་པར་མི་བྱུད། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། གཞི་དེ་ལས་སོགས་ཆགས་དག་གསོད་པར་
འགྱུར་བས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གྲོ་མ་ནི་ལན་ལྟ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་དེ། བདག་ཅག་གིས་ལོངས་
སྤྱོད་པར་མི་བྱུད། ལྷན་ཞོད་ནས་བྱུང་བའི་བྱིར་ཞེན། དགེ་སྤྱོད་གྲོ་མ་ནི་རས་ཁ་ཆར་བཅད་
པ་དག་སྤྱོད་ཀྱི། བདག་ཅག་གིས་རས་ཁ་ཆར་མེད་པོ་དག་བཞུགས། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། གཞི་
དེས་རས་ཐག་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ལོངས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གྲོ་མ་
ནི་དགོན་པ་ན་གནས་ཀྱི། བདག་ཅག་སྤྱོད་པར་བྱུད། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། གཞི་དེ་
ལས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ལོངས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །ཞེས་འཆད་པར་
བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་༩ ཏུ ༡༧༧ལས། འོ་མ་བཏུང་
བར་མི་བྱུད། གང་གི་རྒྱས་བེད་ལ་གཞོད་པའི་བྱིར་ཞེན། འཕྲི་ཟ་བར་མི་བྱུད། མེས་པ་ཅན་ལ་
གཞོད་པའི་ལས་འབྱུང་བའི་བྱིར་ཞེན། ཁ་ཆར་གཅད་པར་མི་བྱུད། ཐགས་མཁན་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་
བྱེད་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ཞེན། ལན་ལྟ་བཟའ་བར་མི་བྱུད། དབང་ལྷན་ཆེན་པོའི་ལ་
བ་ལས་ཡང་དག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ཞེན། དགོན་པ་ལ་གནས་པར་མི་བྱུད། སྤྱོད་པ་པོ་
རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེན། ཞེས་ལུང་གཞི་ལས་
གསུངས་པ་དང་ལྷན་མི་འདྲ་བར་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་གས་བཅ་གསུམ་པ་ 1 བཅོས་བསྐྱབ་མེད་པར་བཞག་པ། 2 (ལྷན་ཆེན) མེས་པ་ལ་ཡིན་མིན་ལེགས་ཉེས་

ལ་སོགས་པའི་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་འཆིང་བ་མེད་པར་ཞེན་མེད་འཛིན་མེད་དུ་ཕྱིགས་ཀྱིས་གཏོང་
བའོ། །ཕྱག་ཆེན་ཆེ་བའི་འོད་ཟེར་ན་གསལ།

ལྷག་པར་ཤོད། སྤྲུལ་གསལ་མེད་པར་ཤོད་ཅེས་པའི་དོན།

ལྷག་པར་བཤད། །གསལ་པོ་འཕྲུལ་གསལ་མེད་པར་བཤད་པ། ས་པཎ་གྱི་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་
གྱི་བྲ་བ་ལས། མ་བཤད་ན་པས་ཀྱང་མི་གོ་བས་ལྷག་པར་ཤོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ། 2 སྐད་ཆ་ཞིབ་
ཅིང་རྒྱས་པ་བཤད་པའི་དོན་ལ་ཆོག་མཛོད་རྣམས་སུ་བཤད།

ལྷང་བཟེད། (འདུལ་བ) སྒྲོང་པོར།

ལྷང་བཟེད་ཁ་སྒྲུབས། (འདུལ་བ) ཁྱིམ་པ་ལ་བཀལ་བའི་འདུལ་བའི་ཆད་ལས་ཕྱིག་སྟེ། ཁྱིམ་པས་རབ་
ཏུ་བྱུང་བ་ལ་གཤེ་སྒྲུབ་འདེབས་ན་གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་ལས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རབ་བྱུང་
རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་དང་ཟང་ཟེང་གི་ཡོངས་སྒྲོད་པ་སྒྲོང་བའི་ཆད་ལས།

ལྷང་བཟེད་འཆང་བའི་སྒྲུང་པ། (འདུལ་བ) ལྷང་བཟེད་ཞག་ཅུ་འཆང་སྒྲུང་དང་འབྲ།

ལྷང་བཟེད་དོ་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་ལེན་པའི་ལྷང་བྱེད། (འདུལ་བ) འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་སོ་གསུམ་
པ། ལྷང་བཟེད་དོ་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་ལེན་པའི་ལྷང་བྱེད་ཀྱི་དོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དག་སྒྲོང་
གིས་ཁྱིམ་པས་བསོད་སྟོམས་བསྟུབས་ཤིང་ཅི་བདེར་མ་བྱས་པར་ཆད་ཡོངས་སུ་མ་
དབགས་པ་ལས་དུས་སུ་རུང་བ་ལྷང་བཟེད་དོ་འཕྲུལ་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་ཆངས་ཏེ་གནས་
གཞན་དུ་ཁྱེར་ཏེ་ཐོས་པ་ལས་ལྷང་བའི་ལྷང་བ་དངོས་གཞིའོ། །སྐྱེད་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་
རྒྱག་ཐེས་བསོད་སྟོམས་བསྐྱང་ཆད་ལས་ལྷག་པར་ཆངས་པ་ལས་ལྷང་བྱེད་དུ་བཅས་
སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྒྲིན་བདག་གི་ཡོངས་སྒྲོད་ལ་གཞོན་པ་དང་། ཆོད་མི་ཤེས་པའོ། །སོ་སོར་
ཐར་པའི་མདོ་ལས། དག་སྒྲོང་རབ་ཏུ་མང་པོ་དག་ཁྱིམ་རྣམས་སུ་དོང་བ་ལས། གལ་ཏེ་དེ་དག་
ལ་བྲམ་ཟེད་དང་། ཁྱིམ་བདག་དང་པ་ཅན་དག་གིས་བྱེད་དང་ཁུར་བ་དག་དུས་ཀྱིས་སྟོབས་པར་
བྱུར་ལ། འདོད་ན་དག་སྒྲོང་དེ་དག་གིས་ལྷང་བཟེད་གང་བ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཆང་བར་
བྱའོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་ལེན་ན་ལྷང་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས།

ལྷུང་བཟེད་ཞག་ཅུ་འཆང་སྤང་། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་ཉེར་གཉིས་པ། ལྷུང་བཟེད་འཆང་བའི་
སྤང་བའི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སློང་གིས་རང་དབང་བའི་ལྷུང་བཟེད་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་
པར་རང་ངས་ཤུག་སྟོབས་གྱིས་ཞག་བཅུ་འདས་པའི་ལྷུང་བ་དངོས་གཞིལོ། ཁྲེང་གཞི་ནི།
མཉན་ཡོད་དུ་བྱག་སྤེས་ལྷུང་བཟེད་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་འཆང་བ་ལས་སྤང་བའི་ལྷུང་
བྱེད་དུ་བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་འདོད་པ་ཆེ་བལོ། །

ལྷུང་བཟེད་ལྷག་པོ་འཆོལ་བའི་སྤང་ལྷུང་། (འདུལ་བ) སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུའི་ཉེར་གཉིས་པ། ལྷུང་བཟེད་
ལྷག་པོ་འཆོལ་བའི་སྤང་བའི་ངོ་ཉི་ནི། བཅས་ལྷན་དགེ་སློང་གིས་རང་ལ་ལྷུང་བཟེད་ཡོད་
བཞིན་དུ་ཁྲིམ་པ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལྷུང་བཟེད་སྤངས་ཉི་ཐོབ་པ་ལས་ལྷུང་བའི་ལྷུང་བ་དངོས་
གཞིལོ། ཁྲེང་གཞི་ནི། མཉན་ཡོད་དུ་ཉི་དགས་ལྷུང་བཟེད་སྤངས་པ་ལས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དུ་
བཅས་སོ། །དགག་བྱ་ནི་སྤྱིར་བདག་གི་ཡོ་བྱད་ལ་གཞོད་པ་དང་། རང་འདོད་པ་ཆེ་བལོ། །

ལྷུང་ལྷུང་། འབབ་ཆུ་འབབ་པའི་སྤྲ། བཀ་ཆེན་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཀླུ་མཆན་གྱིས། དབུ་བའི་ཐོང་བ་
སུ་ཉིག་གི་དོ་ཤལ་ལྷར་མངས་པའི་འབབ་ཆུ་དུ་མ་ནི་ལྷུང་ལྷུང་གི་སྤྲ་སྟོག་ ཞེས་དང་། རྩེ་ཀྱང་
ཐང་པས། གཟུར་གནས་རིག་པར་ལྷན་པ་དེས། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལེན་པར་བྱེད། སྤང་
སྤྲོངས་གཙང་མའི་དལ་འགྲོལ། ལྷུང་ལྷུང་ཟེར་ཞིང་མེ་ཉོག་འཁྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་པོ། །

ལྷན་གྱིས་བྱུབ། ལྷན་བྱུབ་ལ་གཟིགས། ལྷུང་སྤང་དར་རྒྱུ་ལས། སློ་བུར་ནས་དག་འབད་ཆོལ་ཉི་བར་
ཞི་བའི་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་། ཞེས་གསུངས།

ལྷན་བྱུབ། འབད་མེད་དུ་བྱུབ་པ། ཆོལ་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་བྱུབ་པ། ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པ། ལྷུང་སྤང་དར་
རྒྱུ་ལས། གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷན་བྱུབ་ཏུ་འཇུག་པའི་འགལ་ཁྱེན་སྤང་བ་ནི། ཤེས་སྤྱི་བ་
གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཟག་པ་མེད་པའི་ལས་ཞེས་པ།
ལུས་དག་གི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་ཀྱན་སློང་གི་ཆོལ་བ་སྤྲ་མོ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ཉི་བར་ཞི་
བ་ན། སྤངས་པ་མཐར་བྱག་ཅིང་། གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷན་བྱུབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་རྟོ། ཞེས་
གསུངས།

སྒྲིམ་ལེན་པ། 1 དང་དུ་ལེན་པ། རོན་དུ་གཉེར་བ། རོ་སྒྲིམ་ཆེན་པོས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ། གལ་
འགངས་ཆེན་པོར་བཅིས་ཏེ། ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་བཅས་ཀྱི་དོན། 2 མཁོ་སྒྲུབ་བཅས། འདུ་
སྒྲུབ་བྱེད་པ། བརྒྱུད་སྟོང་བའི་དཀའ་འབྱེད་སྒྲིམ་པོ་མཆོག་ལས། ཟང་ཟེང་ཇུས་སོ། །དེ་སྒྲིམ་
ལེན་པ་ནི་ཟང་ཟེང་འདི་དག་ལ་འདུ་བ་ནི་སྒྲིམ་ལེན་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

སྟོ་བྲག་མཁན་ཆེན་ཕྱག་རྡོར་བ། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་དང་དོན་གཅིག་
སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་གསན་
ཡུལ་གྱི་སྒྲ་མ་ཞིག་སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ལས་གྱི་
རྗེ་ཞེ། སྟོ་བྲག་མཁན་ཆེན་ཕྱག་རྡོར་བ། སྟོ་བྲག་རྗེ་བཙུན་ཕྱག་རྡོར་བ། སྒྲ་མ་ཕྱག་རྡོར་བ། རྗེ་
བཙུན་ཕྱག་རྡོར་བ། གྲུབ་ཆེན་ལས་གྱི་རྗེ་ཞེ། ལས་གྱི་རྗེ་ཞེ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་
གངས་ཡིན། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོག་མར་མངལ་
རྒྱབས། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་པ་དགྲུང་གངས་བདུན་ལ་ལེབས་ཡོད། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་དང་
མངལ་ཚུལ་ལས། སྟོ་བྲག་མཁན་ཆེན་དང་མངལ་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་རྣམས་ནི། རྗེ་
དངོས་སྟོ་བ་བཞེས་གཉེན་ཀུན་དགའ་བཟང་པོ་དང་། མདོ་ཁམས་ས་རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོ་
སོགས་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་མང་པས་མཁན་ཆེན་ཕྱག་རྡོར་བ་མངལ་བར་བྱོན་ནས་ཁོང་
རྣམས་གྱིས་མཁན་ཆེན་ལ་བདག་ཅག་གི་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་བྲིད་ཀྱི་མཆོན་
བརྗོད་པ་ན་མཆོངས་མེད་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་པ་ཞེས་དང་། སྟོ་བྲག་རྗེ་བཙུན་ཕྱག་རྡོར་
བ་འདི་རྒྱད་གསུངས་ཞེས་བཀའ་བྲིན་ཆེ་ཞིང་ངོ་མཆོར་བའི་བསྟགས་པ་མཛད་ཀྱིན་འདུག་
པས་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་དང་མངལ་དུས་ངོ་མཆོར་བའི་གཟིགས་སྟངས་དང་། ཉགས་ཉེན་འབྲེལ་
འབྲུང་ཚུལ་རྣམས་གསུང་འཆལ་ཞེས་ནན་ཆེར་བྱུས་པའི་ངོར་མཁན་ཆེན་ཉིད་ནས་བཀའ་
སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་ཟིན་ཟིན་ཉུང་དུ་ཡི་གེར་འཁོད་པ་ཞིག་འདུག་པ་ལྟར་བཀོད་པའོ། །ཞེས་
གསུངས། རྗེ་རྣམ་ཐར་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་བཞིན་བཀོད་ཡོད། གཞན་ཡང་། དེ་ཉིད་ལས། རྗེ་
རྣམ་ཐར་ཆེན་མོ་ལས། གཞན་ཡང་འཕགས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བན་གྲུབ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་རྟེན་ཇི་

སྒྲིབ་བཟུང་བའི་ཚུལ་ནི། ལྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ལས་ཀྱི་རྡོ་རྗེའི་གསང་ནས་དུ། གྲུབ་ཆེན་དེ་ཉིད་
ཀྱིས་གསང་བའི་བདག་པོ་ལ་སྒྲུབ་པོ་བ་ལང་རྩིས་ཀྱང་ཆིག་བྱིན་ཅིང་དོན་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཁ་
གསལ་ལ་ཆིག་ཉུང་བ། དོན་རྒྱ་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལྷུང་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོས་
ཕྱིག་མ་ཉི་ལྔ་དེ་ཕྱི་ཁྱེས་ཁོར་བདག་ ལས་ཀྱི་རྡོ་རྗེས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་དོན་དུ་གདམས་བ་
སྒྲུབ་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་བསྟན་དུ་གསོལ་ཞེས་ཁྱེས་པ་ན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ལས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ། ལྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་དང་འདྲ།

ལྟོ་བྲག་རྩེ་བཅུན་ཕྱག་རྡོར་བ། ལྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་དང་འདྲ།

ལྟོ་ཡིག་ འབྲུག་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེ

ལྟོགས་པ། ། ལྟོགས་པ། ལྟོག་གྲུབ་པའི་དོན། དུ་ཀུ་ལས་གོས་བཟང་ལས། རིམ་གྱིས་ཡེ་གོ་བ་ཤུར་
མ་ཐུན་བུ་ལྟོགས་པ་དང་བསྐྱེད་འཕྲོ་མ་རྣམས་དཔེ་ཐོག་ནས་ཁྲིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། 2
(འདུལ་བ) ལྟོགས་པ་ནི་བསྐྱེད་པ་འཕམ་འཕུ་བ་དང་སྒྲུངས་པ་ལ་འཇུག་སྟེ། འདུལ་བ་ལས། མེ་
རྟོག་ལྟོགས་ལ་དག་སྒྲོང་རྣམས་ལ་བྲིམས་ཤིག ། ཅེས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། 3 ཚུར་ལོག་པ་འཕམ་
ཁྱེག་པ། (ཡུལ་རྒྱུད) བར་ཤོར་བའི་དངོས་པོ་ཚུར་ལོན་པ་འཕམ་ཁྱེག་པ། ཞེས་བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་
ཆེན་མོ་ལས་གསལ།

༼ ཨ ༽

ཨ། 1 ཀ་མད་སུམ་ཅུའི་ཐ་མ། 2 ལེགས་སྦྱར་གྱི་དགག་ཆིག་གི་དོད་ཅིག ཨ་དང་མ་དང་ན་དང་རྒྱ་
དག་ རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པའི་ནམ་བཤད་ལས་དགག་ཆིག་ཏུ་གསུངས་སོ། 3 ལེགས་སྦྱར་གྱི་
ཨ་ཐུང་གི་དོད། 4 རྟོང་ཉིད་རྟོན་པའི་སྦྱ་ཞིག་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གེ་གཅིག་མ་ཟེར་བ་ཡང་། ཨ་ཡིག་
ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཨ་ཡིག་གིས་ཤེར་ཕྱིན་ནམ་རྟོང་ཉིད་མཆོན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཨ་ནི་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་བདག་མེད་ཀྱི་སྐད་དོད་ “ཨ་རྒྱུ” ཞེས་པའི་ཆིག་འདི་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ས་
པཎ་གྱི་འཇམ་དཔལ་གྱི་བསྟོད་པའི་ནམ་བཤད་ལས། གཞན་ཡང་རྒྱད་དག་ལས། ཨ། “ཨ་
རྒྱུ” ནི་བདག་མེད་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཨ་ཀ་རུ། <ཨ་གུ་རུ> ཤིང་ཤ་བ། བདུག་སྟོས་སྦྱན་གྱི་ཁྱད་པར་ཤིང་ཤ་བ་ཡང་ཟེར། ཨ་གུ་རུ་ཅུར་
ཆག་པ་སྟེ། བསྐྱར་ན་ལྷི་མེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་བཤད་དེ། དེ་ཡང་ “ཨ” དགག་སྦྱར་དང་། “གུ་
རུ” ནི་ལྷི་བའི་དོན་རོ། །འདི་ནི་ཏ་ཅང་ལྷི་ལ་མཁྱེགས་པའི་ཤིང་ཞིག་ཡིན་པས། འདི་ལ་ལྷི་མེད་
ཅེས་བཏགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ།

ཨ་སྒྱ། སྒྱ་བོ་མི་ནག་ མི་ནག་སྒྱ་བོའི་དོན་དུ། བེ་ཏུ་བུམ་སྟོན་བོའི་མིང་བདག་པོ་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་
བཤད་པ་སོམ་ཉིད་ཐུན་སེལ་ལས་བཤད། བེ་ཏུ་འབྲེལ་ལས། ཡུང་བ་ལུང་པའི་ཨ་སྒྱ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་བདེ་བ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་བས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཨ་ག་རུ། ཨ་ཀ་རུ་དང་འབྲ།

ཨ་ཅང་། ཏ་ཅང་། བེ་ཏུ་འབྲེལ་ལས། རྒྱད་ལ་ཆོས་ཀྱང་ཨ་ཅང་ཁོན་སྦྱར་མ་འཆོལ། ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟ་བུའོ། །

ཨ་ཅང་ཅང་། (པལ་སྐད) ཤོད་མི་དགོས། ལོས་བདེན། ཡིན་དང་ཡིན། སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཨ་ཅང་ཆེ་
དང་དོན་འདྲ་བ་ཡིན་འདྲ།

ཨ་ཅང་ཆེ། ལྟ་ཅི་སྒྲོས། སྒྲོས་ཅི་དགོས། པར་ཞོག་བཅས་ཀྱི་དོན། ཨ་ཅང་ཅང་དང་དོན་གཅིག་དཔེ་
ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པའི་འབྲུམ་འགྲེལ་པ་༡༧ལས། གཞན་དོན་དག་ཨ་ཅང་ཆེ་སྟེ། རང་དོན་
ཡང་མི་བྱས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཨ་ཆུ། གང་དཔྲལ་བརྒྱད་ཀྱི་བཞི་བ། གང་བའི་སྤྱད་བསྐལ་གྱིས་ཨ་ཆུ་ཞེས་སྟེ་དག་རྒྱུན་མི་འཆད་
དུ་འདོན་པ།

ཨ་ཉོག་གིས་པ། ལྷག་གྲ་རྒྱུད་རྒྱུད་། ལྷོག་ཅེས་གྲང་ཟེར། ཨ་ཉོག་གི་འབྲི་ཚུལ་གཞན་ལ་ཨ་ལྷོག་
ཅེས་འབྲི།

ཨ་ཉི་ཤ (ལེགས་སྦྱར) རོ་བོ་རྩེའི་མཆན་གྱི་རྣམ་གངས་ཤིག་ བོད་སྐད་དུ་བསྦྱར་ན། ལུལ་བྱང་ཞེས་བྲ།
ལུལ་དུ་བྱང་བ། རོ་བོ་རྩེའི་མཆན་དངོས་ནི། རྒྱ་པི་ཀ་ར་གླི་རྩྭ་ན་སྟེ། བོད་སྐད་དུ་བསྦྱར་ན་
དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བ་ཡིན། བོད་དུ་ཤེབས་ནས་ལྷ་སྐྱ་མ་བྱང་རྒྱུ་འོད་ཀྱིས་ཨ་
ཉི་ཤ་ཞེས་མཆན་གསོལ་བར་བཤད།

ཨ་ཉི་ཡོ་ག (ལེགས་སྦྱར) ཤིན་རྒྱུ་ལ་འབྱོར། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལས། ཨ་ཉི་ཡོ་ག་ཤིན་རྒྱུ་ལ་འབྱོར་
ཡིན་པའི་ཨ་ཉི་ཉིད་ཟབ་མོ་མང་ཉིད་ཁུའི་ལྷ་བྱའི་དོན་དུ་རྫོམ་པས་ཟབ་ཉིག་དང་ཡང་ཉིག་
སོགས་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཨ་སྟོང་། གཉིད་བློ་བ་དང་ཐང་ཆད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁ་གདངས་ཤིང་ལུས་ཀྱིས་རྒྱུང་ཤད་བྱེད་པའི་
མིང་། དེ་ལ་སྐལ་བ་དང་གཡལ་བ་ཡང་ཟེར།

ཨ་བྱང་། 1 དབྱ་ཆེན་གྱི་ཤད་བྱེད་དུ་འབྲེང་བའི་རྣམ་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ ཁམས་དམར་ཆའི་དྲངས་མ་
མཆོན་བྱེད་དང་། ཡང་སོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་ཟ་མོ་མཆོན་བྱེད་ཀྱང་ཡིན། 2 ལེགས་སྦྱར་གྱི་
དབྲངས་ཡིག་བཅུ་དྲུག་གི་དང་པོ་སྟེ། ཤད་མེད་པའི་ཨ་ཡིག་རྒྱང་པ་དེའོ། །བོད་ཡིག་གི་
གཟུགས་སུ་བྲས་ན། ཨ་ འ་རྒྱ་བཏགས་པའི་ཨ་ལ་ཨ་རིང་པོ་དང་། འ་རྒྱང་མེད་པའི་ཨ་ལ་ཨ་

ཐུང་ཟེར། རིང་ཐུང་ནི་སྐྱད་གདངས་རིང་ཐུང་གི་ཁྱད་པར་ལོ། །

ཨ་ཐུང་ཤད་གྱི་རྣམ་པ་ཅན། ཨ་ཐུང་ཡང་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལྷེ་བའི་མི་ཤིགས་པའི་ཨ་ཐུང་ནི།
གཏུམ་མོའི་རྟེན་དང་ཁམས་དམར་ཆའི་དྲངས་མ་མཆོན་བྱེད་ཅིག དབྱེ་བས་ནི་དབུ་ཆེན་གྱི་
ཤད་བྱེན་དུ་འགྲུང་བའི་རྣམ་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད། ལྷིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་ཨ་ཐུང་ནི། ཤིན་ཏུ་
སྤ་བའི་སྒོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཞིང་། འདམ་དཔལ་མཆོན་བརྗོད་ལས། ཨ་ནི་
ཡིག་འབྲུ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ཅས་པའི་ཨ་དེ་ཡང་། ལྷིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་སྒོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་སྤ་
མོ་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཨ་ཐུང་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞིབ་པ་རྗེའི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྒྲོན་སོགས་སུ་
གཟེགས།

ཨ་དུཊ། (ལེགས་སྦྱར) མེ་ལོང་།

ཨ་མདོ། འབྲི་རྒྱའི་སེ་བོའི་ལུང་རིང་བཀལ་བའི་བ་ཡན་ཏ་རའི་ཤར་ངོས་ཨ་ཆེན་གངས་རྒྱལ་གྱི་རི་
དང་། མདོ་ལ་གཉིས་ཀྱི་མིང་བསྟོམས་པས་དེ་མན་ཆད་ལ་ཨ་མདོ་ཟེར། སྤྲ་བཤད་ཀྱང་དེས་
ཤེས་སོ་དེ་ངོས་ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་ཕྱོགས་འདྲེས་ཀྱིས་རྩ་གཡང་བྲུག་མོའི་གཞུང་དུ་འབབ་པ་ལ་རྩ་
རྒྱུད་གྲགས་པ་མཆོ་སོ་ལོ་མའམ་སྐྱུ་རེངས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུད་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་འཁྱོག་བའི་ཁྱག་སོ་
མན་ཆད་ཨ་མདོ་ཉིད་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཞེས་འབྱུང་། ཡང་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་ཆེ་
མངའ་རིས་གྲུང་ཐང་ནས་སོག་ལ་སྐྱུ་བོ་ཡན་ཆད་དབུས་གཅོང་ཆོས་ཀྱི་ཆོལ་ཁ། དེ་ནས་རྩ་
རྒྱའི་ཁྱག་པ་ཡན་མདོ་སྟོང་མའི་ཆོལ་ཁ། དེ་ནས་རྒྱའི་མཆོད་རྟེན་དཀར་སོ་ཡན་མདོ་སྟོང་རྟེན་
ཆོལ་ཁར་བྱེད། ཅས་མདོ་སྟོང་ཆོས་འབྱུང་ན་གསལ་བ་ལྟར་ལ། ཡང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་
གྱི་རྒྱལ་རབས་དེ་བ་ཟེར་དཀར་སོ་ལས། ཨ་མདོའི་སྤྲ་བཤད་ལ་ ཨ་མདོ་བྱ་བ་ནི་མདོ་བྱ་བའི་
ཆོག་འདིའི་སྟོན་འཇུག་དག་པར་སྟོག་པའི་དབང་གིས་ཨ་སྤྲ་ཞིག་སྟོན་ལ་རང་ལྷགས་ཀྱིས་
བྱུང་བ་ཅམ་ཡིན་ལ། ཨ་མདོའི་ཡུལ་སྤྱི་ལ་སྤྱི་མོའི་དུས་ནས་ཅོང་ཁ་བདེ་ཁམས་སུ་གྲགས་
ཤིང་། ཞེས་གསུངས་པས་ཨ་མདོའི་སྤྲ་བཤད་རྒྱལ་གཉིས་སུ་སྤྱང་ངོ། །

ཨ་ནི་ཡིག་འབྲུ་ཀུན་གྱི་མཆོག ལྷིང་གའི་ཨ་ཐུང་ལ་ཟེར། རྒྱུ་མཆོན་ནི་ལྷིང་གའི་སྤྲ་གསལ་འཁོར་གྱི་

དབང་པོ་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་གཞན་རྣམས་ལས་འོད་གསལ་འཆར་བ་ལ་ཨ་ཐུང་ཉིད་མཆོག་
ཡིན་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །རྩེ་འཕྲུལ་གསལ་སྟོན་ལ་གཞི་བྱས།

ཨ་བྷ། <ཨ་ཏུ> 1 རྩེ་དབང་ཐ་མའི་དོན་ཡིན། ཨ་བྷ་ཞེས་པ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཡུ་ “ཨ་ཏུ” ཟུར་
ཆག་པར། རྩོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུད་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲང་ཁང་དུ་བཤད། 2 བྱིས་པའམ་གཞོན་
བྱེད་དོན་དུའང་བཤད། 3 ལུ་ཤིའི་གཅེས་མིང་དུའང་བཤད།

ཨ་པའི་སྐད། ཤོ་ཏོ་བའི་དཔེ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྤངས་པར། ཨ་པའི་སྐད་དུ་ཁ་ཆེས་སྤྲད། ཞེས་པའི་
ཨ་པའི་སྐད་ཅེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། སྟོན་སྤྲུ་གྱུ་ཞིག་ནང་ལ་པ་ཆན་མེད་པར་གཅིག་ཏུ་བསྡད་
དུས། རྒྱན་མ་ཡོང་གིས་དོགས་ནས། རང་གི་པ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཀྱིས་པའི་སྐད་དུ་བཅོས་ན།
ཁྱིས་ཐོ་ཞེས་སྐད་ཆེན་པོས་པའི་ལད་མོ་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་དུ། ར་ཆོས་ཀྱང་སྟོན་གྱི་
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་ལད་ཆོས་བྱས་ཏེ་དེ་དག་གསུང་དུ་བརྟུན་ནས་ཆོས་བཤད་
པས། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཉན་པར་མི་སྟོ་བ་ཡིན་འདུག་ཅེས་ཡི་ཐད་ཆད་པས་ཆོག་ཅིག

ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི། (ལེགས་སྦྱར) 1 རྩེ་དབང་ཐ་མའི་མིང་། རྩུ་སྤངས་མ། རྩུ་འདར་མ། ཐ་མའི་གཟུགས། སྤ་
མ་ན། རང་གི་ཤིང་གཅིག་ཆངས་པའི་དབྱུགས་པ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། དེས་ཆོག་
ནི། ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་སྟེ། ཨ་བ་ནི་རྣམ་ཏོག་གི་སྤྲི་གཞི། རྩུ་ཏོ་ཏྲི་ནི་སྤྲི་གཞི་པ་དེ་བསྟོད་པའམ་སེལ་བར་
བྱེད་པ་མེ་འབར་བ་ཅན་ཡིན་ལ། མེ་དེའི་བདག་པོ་རྩེ་ལ་ཡང་ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་ཞེས་བརྗོད་དོ། ཞེས་
རྩེ་སྤྲུམ་དོན་ཀུན་གསལ་ན་གསལ་བ་ལྟར་ལོ། །2 གཉེས་མེད་ཅེས་པའི་དོན། ཅེ་ལེ་སྟེ་
ཆོགས་རང་ལོ་གྱི་བདུགས་རྩིང་ལས་བཤད། རྩུས་པར་ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཞིགས།

ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་བ། 1 འཛིག་རྟེན་གྱི་སྟོས་པ་སྟོང་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར། ཅེ་ལེ་སྟེ་ཆོགས་རང་ལོ་གྱི་
ཀྱིས་བཤད། དེའི་བདུགས་རྩིང་ལས། ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་ནི་སྟེ་ཐད་མོར་བསྐྱར་ན་གཉེས་མེད་ལ་
འདུག་ཀྱང་། དོན་འགྲུར་གྱི་དབང་དུ་ཨ་བ་རྩུ་ཏྲི་པ་ཞེས་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྟོས་པ་སྟོང་བ་ལ་
ཟེད། ཞེས་བཤད་དོ། །2 རོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤིའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་གསན་སའི་སྟེ་

མ་ཞིག རོ་པོས་མཆོག་གི་བྱ་བ་པ་བརྟེས་པའི་སྒྲ་མ་དེའི་བྱ་བ་དུ་ལོ་བདུན་སྟོབ་གཉེར་དང་
བྱགས་ཕྱིར་བཞུགས་པར། དེ་བ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༡༩༩ན་གསལ་ཞིང་། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་
ལས་ཀྱང་། རྗེའི་ཐེག་པའི་སྟོན་པ་དང་ལྟན་པ་ནི། བསྟོད་པ་ལས། ཁྱོད་ནི་རྗེའི་ཐེག་པའི་
སྟོར་ཞུགས་ནས། །རང་ལྟར་གཟིགས་ཤིང་རྗེའི་བྱགས་དང་ལྟན། །ནལ་འབྱོར་དབང་ལྷག་
ཨ་མ་རྩུ་ཁྲི་པ། །སྤྱོད་པའི་བདུལ་ཞུགས་མཛོད་ལ་བྱག་འཆམ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
རང་གི་ལུས་ལྟར་གཟིགས་པའི་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། རྗེའི་བྱགས་རྗེགས་པའི་རིམ་པའི་
ཉིང་འཛིན་དང་ལྟན་པས་ནལ་འབྱོར་པའི་གཙོ་བོ་ཞེས་སྤྱིར་བསྟོད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །
ཨ་བ་རྩུ་ཁྲི་པ་རྩེད་པ། རོ་པོ་རྗེ་དབལ་ལྟན་ཨ་ཉི་ཤེའི་སྒྲ་མ་ཞིག དེ་བ་སྟོན་སྟོད་ཆ་༡༩༩ན་གསལ། ཨ་
བ་རྩུ་ཁྲི་པ་དང་། ཨ་བ་རྩུ་ཁྲི་པ་རྩེད་པ་གཉིས་གང་ཟག་གཅིག་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་གཙོད་
དགོས།

ཨ་བ་ལོ་གཉི་ཤེ་ལྷ་རུང་ (ལེགས་སྦྱར) ལྟན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་༡༥པ་
༡བར་གསལ།

ཨ་བླ་ཡུ་ཀ་ར། (ལེགས་སྦྱར) ཨ་བླ་ཡུ་ཀ་ར་དང་དོན་གཅིག་ ཨ་བླ་ཡུ་ཀ་ར་གྲུ་བླ། འཛིགས་མེད་འབྱུང་
གནས་སྤྱོད་པ་ཞེས་ཀྱང་ཟེད། བི་ཀ་མ་ལྷོ་ལའི་སྟོབ་དཔོན་ཨ་བླ་ཡུ་ཀ་ར་ནི། རྗེ་རྗེ་གདན། བི་
ཀ་མ་ལྷོ་ལ། ལྷ་ལེན་གསུམ་གྱི་མཁན་པོ་མཛོད་ཅིང་། འབྲུན་དུ་མེད་པའི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་
ཆེན་པོར་གྱུར་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེ་རྩེད་གི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཁྱད་པར་ཤིང་བྱིན་གྱི་ཆོས་
ཚུལ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་མཛོད་དེ་རྒྱན་བྱུག་གི་དུས་ཡོལ་ནས་མཁས་པ་སྟོན་བྱུག་གི་ལ་བྲལ་
རིན་འབྱུང་ཞི་བ་དང་། སྟོབ་དཔོན་འདི་གཉིས་ལས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་རྒྱ་ཆེ་བར་མ་བྱུང་བར་
བྲགས། རྗེ་རྗེ་ནལ་འབྱོར་མས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་གནང་བ་བསྐལ་ནས། སྤྱི་ཤེའི་
འབྲལ་པ་མན་སྟེ་དང་ཕྱིར་བ་སྟོར་གསུམ་སོགས་སྤྱགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་
མང་དུ་མཛོད། འདིས་མཛོད་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ནི་བྱི་རབས་པ་དག་ལ་སྟོག་ཆད་ཀའི་
བདུད་ཅི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་བྱིས་འདི་དང་མཉམ་པའི་བསྟན་པ་འགས་ལ་བྱེད་

མཁས་པ་ཆེན་པོ་གཞན་མ་བྱུང་བར་གྲགས་སོ། །

ཨ་བླ་ལྷ་ཀ་ར་གྲུ་གླ། (ལེགས་སྤྱད) ཨ་བླ་ལྷ་ཀ་ར་དང་འདྲ།

ཨ་བླ་ཀ་ར། (ལེགས་སྤྱད) ཨ་བླ་ལྷ་ཀ་ར་དང་འདྲ།

ཨ་རྟོ། (ལེགས་སྤྱད) ཨ་མའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། རོ་མཆར་དུ་གྱུར་པའོ། །

ཨ་མ། 1 སྤྱི་ཕྱི་མ། 2 སྤོང་ཉིད། ལུང་སྤྱོད་ལ་པའི་དོན་ཞེས། ད་ལྟ་རང་རེ་ཡིས་སློབ་གསལ་འགའ་
ཞིག་ཚུགས་སུ་བ་བདེན་བྱུང་སོགས་བརྟེན་པ་ཞེན་པ་སམ། ལྟངས་པ་ཡིང་ཡིང་དེ་རང་སོར་བཞག་
ནས། འདག་ཀྱང་ཅན་ཞིག་འཆོལ་བར་སྤང་སྟེ། སྤྱི་བ་བྲལ་ཨ་མ་ཡི་བཞེན་རས་དེན། ལང་
ལང་ཡིང་ཡིང་དེ་ཡོད་སྤྱད་མི་འདུག གཞན་དཔག་མ་མེགས་པའི་བཤད་བཤད་མང་ན། ཨ་
མ་རྒྱུ་མོ་དེ་མོས་དོགས་འདུག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །

ཨ་མ་ན་སའི་ཆོས་སྒྲོན། གསང་བ་བྱུང་བ། ཐབས་ཤེས་བྱུང་བ། ཡེ་ཤེས་བྱུང་བ། གཉིས་མེད་བྱུང་
བ། གསང་ཆེན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མན་ངག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བྱུང་བ། ལྟན་སྤྱི་བ་བྲལ་བ་སྟེ་བདུན་ལ་
བྱུང་བ་སྟེ་བདུན་ཞེས་བྲལ། དོ་ཏ་མཛོད། བྱུག་རྒྱ་བཞི་གཏན་ལ་དབབ་པ། ཤེས་རབ་ཡེ་
ཤེས་གསལ་བ། གནས་པ་བསྐྱས་པ། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་རིམ་པའི་མན་ངག་མེས་ས་
ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤོང་སྟེ་བྱུག་ལ་སྤོང་པོ་སྤོང་བྱུག་ཅེས་གྲགས་སོ། །ལྟ་བ་ངན་སེལ། དབུ་མ་བྱུག་པ།
ལྟ་བ་ངན་སེལ་གྱི་བྱུག་པ། ལྟན་སྤྱི་བ་བྲལ་བ། མི་ལམ་ངེས་བསྟན། སྤྱི་མ་ངེས་བསྟན། རབ་ཏུ་
མི་གནས་པ་གསལ་བར་བསྟན་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་པ་སོགས་ཆོས་རྒྱུད་ཉི་ཤུ་རྩ་བྱུག་ཨ་མ་
ན་སའི་ཆོས་སྒྲོན་ཞེས་བྲལ། ཁོད་ལྟ་རབས་པའི་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ལྟ་བཞི་གཞུང་
དེ་དག་གི་ཆོག་ཟིན་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏོ། །ཞེས་བྱུང་མཐའ་ཆེན་མོའི་མཆན་འགྲེལ་ན་གསལ།

ཨ་མི་དུ་ཟླ། (ལེགས་སྤྱད) འོད་དཔག་མེད། ལྟངས་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་ཟེར།

ཨ་མི་དེ་ལ། འོད་དཔག་མེད་ལ་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱད་དུ་ཨ་མི་དུ་ཟླ་ཞེས་ཟེར་རྒྱུར་བྱར་ཆགས་སྟེ། ཨ་
མི་དེ་ལ་ཞེས་མ་དག་རྒྱུད་འབྲམས་སུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། དག་ཡིག་མི་ཤིའི་གྱུར་ཁང་ལས། ཨ་
མི་དུ་ཟླ་ཞེས་པ་འོད་དཔག་མེད་དེ་བྱར་ཆགས་པ་ཨ་མི་དེ་ལ་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཨ་ཁྲོག་ ཨ་ཉླག་དང་འབྲ།

ཨ་ཁྲ། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་དུ་ “आम्र” ཞུས་ཞེས་བ་ནང་དུ་ཆོག་གྲུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཤིང་
ཏྲིག་རོ་མངར་དང་ལྷན་བ་དེ་དང་དེའི་ཤིང་སྤོང་། ལེགས་སྦྱར་དུ་ आम्र ཨ་ཁྲི་ཞེས་འབྲི་བར་
བྱེད། རྒྱ་གར་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་མང་། དབྱེན་ཇིས་Mango མེང་ལྷོ་ཞེས་འབོད་བ་
དེ་ཡང་རྒྱ་མིའི་སྐད་ “མང་ཀོ” འམ་ “མང་ཀོ་ལྷ” ཟུར་ཆག་པའོ། །འདི་ལ་ལེགས་སྦྱར་དུ་
ब्रूमः ब्रुं་ཏུ་དང་། सहकारः ས་ཏ་ཀྲ་རཱ་ཤེས་ཀྱང་བཛོད། འདི་ལ་འབྲུ་གོ་ཡང་ཟེར་ཏེ། ཐང་སན་
ཅང་ལམ་ཡིག་ལས། ཨ་ཁྲ་ཞེས་བ་འབྲུ་གོ་སྟེ་རིགས་གཉིས་ཡོད་བ་ཆེ་རྒྱུང་གཉིས་ལས་རྒྱུང་
བ་ནི་ཁ་དོག་སྟོན་པོ་སྟོན་བ་ན་སེར་པོར་འབྱུར་པོ། །ཆེ་བ་ནི་སྟོན་བ་ཡང་སྟོན་པོར་གནས་བ་
སྟེ་རིགས་གཉིས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

ཨ་ཁྲི་ཏ། (ལེགས་སྦྱར) བདུད་ཅིའི་སྐད་དོད་ཨ་ཁྲི་ཏ་ཞེས་པའི་ཨ་དགག་སྒྲ། ཁྲི་ཏ་འཆེ་བ་ཡིན་པས།
བསྐྱུར་ན་འཆེ་མེད་ཅེས་བ་ཡིན།

ཨ་ཅ་མ། ཨ་ཁ་ཞེས་བ་དང་དོན་གཅིག་ཡིད་པམ་པ། བངས་པ། སྦྱིང་ཇེ་བ་བཅས་ཀྱི་ཆོག་སྟེ། བཞི་
ཏ་ཁྲི་ཏི་རྩ་ན་བོད་དུ་བྱོན་ཏེ་ཐོག་མར་འབྲོ་དོན་ཆེར་མ་བྱུང་བར་ཁམས་སུ་འབྱུངས་ཏེ་ལུག་
ཇེ་ཡང་མཛད་ཚུལ་བྱིས་ཇོ་བོ་ཇེས་ཐོས་བ་ན། ཨ་ཅ་མ་བྱེད་བོད་བསོད་ནམས་རེ་རྒྱུང་། དེད་
རྒྱ་གར་ཤིང་ལུབ་གཉིས་ན་བཞི་ཏ་ཞིག་ལ་ཇོ་བོ་ཁྲི་ཏི་རྩ་ན་ལས་ལྷག་པ་གསུངས་ནས་ལུག་
ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་སྦྱན་ཆབ་བྱུང་བར་བཞུགས། ཞེས་ལོ་རྒྱུས་དག་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །

ཨ་ཅ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) མི་གཡོ་བ་སྟེ། གསང་འདུས་ལྷ་སོ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་དེས་ཆོག་ནི། ཨ་ནི་
དགག་སྦྱ་དང་ཅ་ལ་གཡོ་བའོ། །

ཨ་ཅ་ར། སྟོབ་དཔོན། ཨ་ཅ་ར་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨ་ཅ་ར་ཟུར་ཆག་པའོ། །བོད་པས་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་
ཏི་རྩུའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ “साधु” “सूत्र” འམ་ལུགས་པ་ལུས་གཅེར་རམ་ཡང་ན་གོས་དམར་
སེར་བྱོན་པ། སྦྱ་དང་ཨོག་ཆོམ་རིང་ལ། ལག་ན་རིལ་བ་སྤྱི་ལུགས་ཐོགས་པའི་ནལ་འབྱེར་བ་
ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད། རྒྱ་གར་བས་དེ་ལ་ཇོ་གི་ཟེར། (ཇོ་གིའི་འབྲེལ་བ་ཤིང་དང་དོགས་

གཙོད་སོགས་རྩོག་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལོགས་
 གྱུར་ཡིན་པར་བྱས་མོད། དོན་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ལོགས་སྤྱར་བྱུང་ཆག་པའོ། བོད་རྒྱ་
 ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འདི་སྒྲོབ་གཉིར་བ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྤྲུགས་མཁན་རྣམས་འབྱོར་པ།
 བཞད་གད་སྟོང་མཁན་བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་བཤད་ཀྱང་། དང་པོ་དང་མ་མ་ལ་དབྱེད་དོ། །

ཨ་ཅི་པ། འདིགས་སྤྱང་སྟོང་མཁན། འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་
 ༡༩༡༣ལ་ས། རི་བོང་དག་གིས་སྤྱད་ཐོས་ནས་ཅལ་ཅལ་ཟེར་བ་ཞེས་པའི་སྟོག་ཆགས་ཨ་ཅི་
 པ་ཞིག་ཡིན་པར་བཏགས་ (མ་དཔེ་ལ་བཏགས་ཞེས་བྲིས་འདུག) ཉེ་བྱུང་ངོ། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཨ་ཡི། (ལོགས་སྤྱར) འབོད་ཆོག་འབོད་པ། གྱེད་དང་ཀྱ་སོགས་ལྟ་བུ། རང་ལས་དམན་པ་ལ་འབོད་པར་
 འབྱུག་པ་ལའང་བཤད། ཅས་སྤོང་སྐད་གཉིས་ཤན་སྤྱར་གསེར་གྱི་ཐེང་མཛེས་ན་གསལ།
 ཨ་ར་ཡི། (ལོགས་སྤྱར) ཨ་ར་ལི་ནི་ཅེད་མོའམ་རོལ་པར་བསྐྱར་རྟོ། །ཞེས་རིམ་ལུ་གསལ་སྟོན་ན་
 གསལ།

ཨ་རིང་པོ། ལོགས་སྤྱར་གྱི་ཨ་རིང་པོ་ནི། ཤད་དང་བཅས་པའི་ཨ་ལ་དེ་ལ་ཟེར། བོད་ཡིག་གི་
 གཟུགས་སུ་བྱས་ན། ཨྱ་ཞེས་འཆུང་བཏགས་པའི་ཨ་ལ་དེ་ལ་ཟེར།

ཨ་ཤེ། ཐུགས་མཉེས་པའམ་སེམས་དགའ་བའི་ཆོག་ རྩེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། འདིག་ཉེན་གྱི་
 བན་ལྟ་བུའི་སེམས་ནི། དན་ལས་ཐམས་ཅད་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བ་ལའང་ཡི་མི་འབྲིག་པར་བསྐྱབ་
 པ་སྟེ། གཙོད་དུ་ལོ་བཅ་ཀུན་ལ་གནས་ཐུབ་གསེབ་ཅིག་བྱུང་བས་སྟོན་པས་ན་བཟང་ཐམས་
 ཅད་གསེལ་ནས་ཐུབ་རྣམས་ཐུགས་ཉེ་ག་ནས་བྱུང་ཆ་མེད་པར་ས་དཀར་སྐྱམ་སོས་
 གཡོགས། རོ་བོའི་མདུན་ན་མཐུལ་ཞིག་ཀྱང་བྱུང་འདུག་པས། རོ་བོའི་ཞལ་ནས། ཨ་རེ་ཁྱོད་
 ལྟ་བུ་ཞིག་རྒྱ་གར་ནང་ཡོད་གསུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་དང་། ཤར་བའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བྱིམ་
 པ་ལས་ཀས་བྲེལ་བའི་དུས་སུ་གོས་བཟང་བཟང་བྱོན་ལ་དེ་ན་པར་སོང་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་
 ཨ་རེ་སྤྱིད་སྟུམ་ནས། མ་འོངས་པ་ན་རབ་བྱུང་གི་བག་ཆགས་འདྲིག་གསུང་ངོ། །ཞེས་

གསུངས་སྟོ། །

ཨ་རྩོམ་ལྷོ་གཤམ་ (གསང་མུགས་) (ལེགས་སྦྱར་) འཁོར་བ་འདས་ཏེ། འོད་དཔག་མེད། དེས་ཆོག་ནི། ཨྲ་ནི་མ་
ལུས་པའོ། །རྩོམ་འཁོར་བའོ། །ལྷོ་ནི་དེ་ལས་འདས་པས་ན་ཨྲ་རྩོམ་ལྷོ་
ཨ་རྩོག་མེ་ (འདུལ་བ་) (ལེགས་སྦྱར་) བྱད་མེད་པ། འཕགས་བོད་སྐད་གཉིས་སྦྱར་ན་གསལ། a-roga འརོག
ཨྲ་རྩོག་གྲུ་ (འདུལ་བ་) (ལེགས་སྦྱར་) བྱད་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཨ་རྩོག་ཡ་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་བསྒྲགས། a-rog-
ya འརོགཡ འདུལ་བ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམས་པར་བཤད་པ་རྩལ་ལས། ཨ་རྩོག་གྲུ་
ཞེས་བྲས་ཏེ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་བྱད་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྲ་བའི་ཤེས་པ་བཛོད་དེའོ། །ཞེས་
གསུངས་སྟོ། །

ཨ་རྩོག་གྲོགས་པོ་འཕྲ། གྲོགས་པོ་ཞེས་འབོད་པའི་ཆོག་ཅིག་འདི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཨ་རྩོག་གྲུ་བྱར་
ཆག་པར། ཆེ་ཉན་ཞབས་བྱར་རིན་པོ་ཆེའི་དག་ཡིག་ཐོན་མའི་དགོངས་རྒྱན་ལས། ཨ་རྩོག་ནི།
གྲོགས་པོ་སྟེ་བྱད་མེད་པའི་སྐད་དོད་ཨ་རྩོག་ (མ་དབང་ཨ་རྩོག་ཞེས་གསལ་) ཟུར་ཆག་པ་
ཡིན་པར་རྩེ་བརྒྱུད་མཛོད་ཅེས་བཛོད་བྱང་དུ་གསུངས། ཞེས་གསུངས་སྟོ། །བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་
ཆེན་མོར་ཨ་རྩོགས་ཞེས་བྲིས་སྟོ། །

ཨ་རྩོག་སྒྲུ། (འདུལ་བ་) ཨ་རྩོག་གྲུ་རྒྱུད་འདྲ། བསྐྱེད་དར་ལྷ་རམས་པ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྲིས། འདི་
ཨ་རྩོག་གྲུ་ཞེས་པ་སྦྱ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཨ་ལས་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར། (གསང་མུགས་) ཨ་ཡིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་
གྱུར་ཅེས་པའི་དོན། དེ་ཡང་“ཨ་”ནི། “अजः” ཨ་རྒྱུཞེས་པའི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྒྱ་བའི་མིང་ཡིག་
དང་པོ་ཡིན་ནོ། །

ཨ་ལི། (བརྒྱ་རྒྱུད་) ཨ་མེད་། ཨ་ཨ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་རྣམས། སྦྱ་བཤད་ནི། ཨ་ནི་ཨ་ཨ་
ཞེས་སོགས་ཀྱི་དབྱངས་ཡིག་རྣམས་ཡིན་ལ། ལི་ཞེས་པ་ནི། ལྷ་ལི་ནི་སྟེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་མེད་
པའི་སྐད་དོད་དོ། །དེས་ཀ་ལི་ལ་འང་རིགས་འགྲ།

ཨྲ་ལི། (བརྒྱ་རྒྱུད་) ཨ་ལི་དང་འདྲ།

ཨ་ཤ། (ལེགས་སྐྱར) ཏྲ།

ཨ་ཤུལ་ (ལེགས་སྐྱར) འིང་མུ་ངན་མེད་དེ། བྱང་ཚུབ་འིང་གི་མིང་། དེ་ཡང་བྱང་ཚུབ་འིང་ལ་པོ་མོའི་
འིང་གཉིས་ཡོད་པའི་མོ་ལ་ཨ་ཤུང་ཐ་ཟེར་ཏེ། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་རིག་
པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས། །ཨ་ཤུང་ཐ་ཞི་བྱང་ཚུབ་འིང་ལ་པོ་མོའི་
འིང་གཉིས་ལ་པོ་ལ་བིལ་ལ་དང་མོ་ལ་ཨ་ཤུང་ཐ་ཟེར། མོ་འདབ་སོགས་བྱང་ཚུབ་འིང་དང་
བྱང་མེད་ཅིང་མོ་མ་རྩོམ་པོ་ཡོད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ཐུབ་དབང་
ལ་བསྟོད་པ་ལས། མཁས་པའི་སྤྱེ་བོས་བསྟེན་པའི་མ་གཞ། །མི་མཐེད་ཞིང་གི་སྤྱིང་པོ་རྗེ་རྗེའི་
གདན། །གང་དེར་ལེགས་སྐྱར་བརྒྱས་བསྐྱེད་བྱང་ཚུབ་འིང་། །ཨ་ཤུང་ཐ་ཞེས་གྲགས་པ་དེའི་
བྱང་དུ། །བྱམས་པའི་མཆོན་གྱིས་བདུད་སྤེའི་དབྱང་བཙུགས། །ཞེས་གསུངས། བྱང་ཚུབ་
འིང་ཞེས་པ་གཟེགས། ཏྲ་གནས། བྱང་པར་གནས། འཕགས་བོད་སྐད་གཉིས་འབྲས་སྐྱར་ན་
གསལ།

ཨ་ཤུང་ཐ། (ལེགས་སྐྱར) ཨ་ཤུལ་རྒྱུད་དོན་འདྲ།

ཨ་ཤུ་ར། (ལེགས་སྐྱར) ལྷ་མ་ཡིན། དེས་ཆོག་ནི། ཨ་ནི་དགག་སྒྲ། སུ་ནི་བཅུད་དེ། བཅུད་དང་མི་ལྡན་
པ་ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་མཛོན་བཟོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོ་བ་མོ་
༡༥བཟུངས། རྒྱ་མཆོ་བསྐྱབས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བཅུད་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཏུ་བྱས་ཏེ།
ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཐོབ་པས་ཨ་ཤུ་ར་ཞེས་བྱ་སྟེ། བཅུད་དང་མི་ལྡན་པའོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །འདིའི་བཅུད་ཅེས་པ་གཙོ་བོ་བདུད་ཅིའི་བཅུད་ལ་གོ་དགོས། ཆང་ལའང་གོ་
བྱང་ལོ། །

ཨ་སོབ། ཁྱི་ཨ་སོབ།

ཨ་རྟ། (ལེགས་སྐྱར) ཨ་མའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། རོ་མཆར་དུ་གྱུར་པའོ། །

ཨ་རྟོ་མཁྱ་སུ་ཁ། (ལེགས་སྐྱར) ཨ་མ་བདེ་བ་ཆེན་པོ། ཞེས་པའི་དོན། རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པས།
སྤྲུགས་དེའི་དོན། རྟོ་མ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་གསུངས་ཀྱང་། ཁོ་བོས་བཤད་

བ་ལྟར་བྱས་ན་ལེགས་ཏེ། གྲེ་མ་ཞེས་བ་ཡིད་སྐྱོ་བ་དང་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འབྲུག་
བས་སོ། །

ཨ་ལྷ་ར། (ལེགས་སྐྱར) ཡི་གེ་དང་འབྲུར་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་འབྲུག་བར་ཇེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གསུང་།
ཨང་ཀ་མ་འབྲུགས་པ། བོ་རི་མ་མ་འབྲུགས་པ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཆོས་ནན་ཏུར་བྱེད་ན་
ཤེས་དགོས་ཏེ་ཆེ་མུང་འདི་ལ་མི་རྫོགས་བས་དལ་འབྱོར་གྱི་ཨང་ཀ་མ་འབྲུགས་བར་བྱས་ལ་
ཐོས་བ་རྒྱན་མ་ཆད་དུ་བྱ་སྒྲུབ་དུ་བསམ། ཞེས་གསུངས།

ཨང་ག (ལེགས་སྐྱར) ཨི་ག་དང་འབྲ།

ཨི་ག (འདུལ་བ) (ལེགས་སྐྱར) ཨང་ག་ཞེས་ཀྱང་འབྲི་བར་བྱེད། དེ་ནི་དེང་སང་གི་Bhagalpur ཞེས་པའི་
གྲོང་ཁྱེར་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པར་སྤང་ཞིང་། Bhagalpur ནི་མི་རྒྱུ་མང་འབྲེའི་ཤར་ཕྱོགས་
ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཞིག་གི་མིང་ཡིན། སྔོན་ཡབ་ཟས་གཙང་གི་དུས་སུ་ཨི་གའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་ཉེ་འཁོར་
གྱི་རྒུལ་ཤར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལས་གཡུལ་དམག་གི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་ཤོས་སུ་ཡོད་ཅིང་།
ཨང་གའི་རྒུལ་པོས་མ་ག་རྒྱའི་རྒུལ་པོ་བརྒྱ་ཆེན་པོ་ (རྒུལ་པོ་བརྒྱ་ཆེན་པོ་ནི་ནང་པའི་རྒུལ་པོ་
དང་པོ་གཟུགས་ཅན་སྟེང་པའི་ཡབ་ཡིན) ཡང་དམག་གིས་བསྡིགས་ཤིང་སྤྲ་བཞོང་སྟེ་ལོ་ཐང་
དང་དབྱ་པབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱིས་རྒུལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྟེང་པོས་ཨང་གའི་
རྒུལ་པོ་བསད་ནས་མ་ག་རྒྱ་སྟོབས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་
ཀ ༡༥ན་མན་གསལ་ལོ། །སྔོན་རྒྱ་གར་ན་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་དུག་ཏུ་གྲགས་པའི་ཡ་གྲུལ། ཅམ་
བ་ཞེས་བ་ཡང་ཨང་གའི་གྲོང་ཁྱེར་ཡིན་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ ༩ ཀ ༡༥ན་མན། གཞོན་ཏུ་
གཟུགས་ཅན་སྟེང་པོས་ཨང་གའི་རྒུལ་པོ་བསད་དེ་གྲོང་ཁྱེར་ཅམ་བ་རང་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་
ནས། ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་སྔོན་རྒུལ་བྱ་གཞོན་ཏུ་དོན་གྲུབ་བཟོ་བའི་གནས་ལ་
མཁས་པར་སྤྱངས་ཏེ་སྐྱེ་ཅལ་འགྲན་པའི་གནས་ཀྱང་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། མཛོད་བརྒྱ་
ལས། གཞོན་ཏུ་སྟོབས་ལྡན་མི་ཡིས་སེང་གེ་དེས། །ཨི་ག་མ་ག་རྒྱར་ནི་སྐྱེ་ཅལ་བསྟན། །སྐྱེ་པོ་
དེགས་བ་ཅན་རྣམས་ཆར་བཅད་ནས། །འགྲན་རྒྱ་མེད་པར་མཛོད་ལ་བྲག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟར་དོ།

ཨམ་བན། སྤར་མན་ཏུ་གོང་མའི་སྐབས་བོད་བཞུགས་སྤྱུ་ཆབ། བྱི་ལོ་༡༤༥༩ལོར་མན་ཏུ་གོང་མའི་
ཆུལ་ལོ་དང་པོ་ཤུན་ཅིས་Shunzhi Emperor (དཔེ་མང་པོར། ཏུན་ཤི་དང་། ཤུན་ཤི་ཞེས་སྤྲང་།
ཆུལ་མཆོག་ལྷ་པའི་རང་ནམ་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་ལས་” “ཤུན་ཅི” ཞེས་སྤྲང་། ཏུ་ལའི་ལྷ་མ་
ལྷ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཆུ་ནག་ཏུ་པེ་ཅིང་དུ་གདན་དྲངས་ནས་ཆུ་བོད་གཉིས་མཛའ་འབྲེལ་བྱུང་བའི་
རྗེས་སུ། ཆུ་ནག་གོང་མས་ཆུ་ནག་གི་གཞུང་ཆབ་གི་ཚུལ་དུ་ཨམ་བན་ཟེར་བ་དེ་གཏོང་འགོ་
ཚུགས་པར་སེམས། ཨམ་བན་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལོ་ཆུས་མཁས་པ་དག་གིས། དབྱིན་ཡིག་
གི་Ambassador “ཨམ་བ” “ས་ཏ” ཟུར་ཆགས་པ་རེད་ཅེས་བོད་ཀྱི་ལོ་ཆུས་མཁས་དབང་
བགེས་པ་ཆོས་གསུང་བ་ལྟར་བདེན་པར་སེམས། ཆོག་འདི་ཆུལ་མཆོག་ལྷ་པའི་རང་ནམ་དུ་
ཀུ་ལའི་དེབ་དང་པོ་༡༡༤ལས། སྤེ་པ་ཆུ་རི་བ་དཔོན་སློན་ནས་ “ཨམ་བན” ཆེ་དབང་དར་ཆུས་
འབོད་པར་གནང་བ་སྟེབས། ཞེས་གསལ་ལོ།

ཨུའུ་ཅི་ མི་སྟོན། སྟོན་མི་ཡོང་ཞེས་པའི་དོན། མི་ལའི་ནམ་ཐར་འཆད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དེབ་སྟོན་ལས།
རྗེ་བཙུན་མི་ལས་སྤྲ་མ་རྟོག་ལཁོ་བོས་ཆོས་ལ་ཡོངས་པ་ལགས་ཏེ། ལས་སུ་སྤྲིག་ཁོན་བྱེད་
དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ཞུས་པས། དེས་མི་སྟོན་ཨུའུ་ཅི་གསུང་ནས། ཐབས་ལམ་གྱི་གདགས་དག་
ནམས་གནང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ།

ཨཏཱའི་མེ་ཏོག་སྤྱ་བའི་མེ་ཏོག་ཆེར་མའི་མེ་ཏོག་ཐར་བུའི་མེ་ཏོག་ནམས་དོན་གཅིག་དམར་མཆན་
ལས། ཆེར་མའི་རིགས་དང་དུག་གི་མེ་ཏོག་ཅེས་འབྱུང་། སྤན་གཞུང་དུ། ལྷ་མ་པ་པོ་རིགས་
ལ། མེ་ཏོག་ཏ་ལོ་དང་། མོ་རིགས་ལ་ཆུ་ལྷུ་མ། མ་ནིང་རིགས་ལ་ཨཏཱ་དང་། ཨཇ་ཀ་ཞེས་
བཤད་དོ། ཞེས་དབྱངས་ཅན་དག་འཛོལ་ལམ་རིམ་བཞུགས་ལས་བཤད་དོ།

ཨར་ཀའི་མེ་ཏོག་ ཨཏཱའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲ།

ཨརྒྱ། (ལྷགས་སྤྱར) བྱེད་ཀ

ཨར་པོ། ས་རྟེའི་ལས་ཀ་ བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པ་སོགས་གསུང་།

ཨར་པོ་རྒྱལ་ཁང་པ་རྒྱལ་པའམ་ཅིག་ལ།

ཨ་རྒྱ་ཏ། (ལེགས་སྦྱར) ཡུལ་ཉར་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཏ། རྒྱ་གར་གློ་ཕྱོགས་ན་རི་དབུས་མཐོ་ལ་མཐའ་བ་
འབང་རྒྱས་འབང་བ་མཐའ་ནགས་ཆེལ་མཐུག་པོས་བསྐྱར་བ་དོ་འཛོག་ཅེས་ཀྱང་གྲགས་པ་ལ་
བཞེད་ཅེས་གོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཀྱེ་རྡོར་འབྲེལ་བར་གསུངས།

ཨར་བྱང་ཚུབ་ཡེ་ཤེས། (པར་ལྗན) རྡོག་ལོ་རྩ་བ་སྒོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱི་དངོས་སྒྲོབ་ཅིག་རབ་བྱུང་
གཉིས་པའི་དུས་བྱོན།

ཨར་མོ་ནིག་། 1 ལ་བ་དཀར་པོ་ལྷ་བྱའི་རྡོ་ལེབ་ཅིག་གི་མིང་། རི་རབ་ཀྱི་ཅེ་མོན་སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་གྱི་
གོང་ཁྱེར་བལྟ་ན་སྤྱག་ཅེས་བྱ་བ་ཡོད་ལ། དེའི་བྱ་རོལ་གྱི་བྱང་ཤར་གྱི་མཆོམས་ན་དབག་
བསམ་གྱི་ཤིང་ཡོད་ཅིང་། དེའི་བྱང་ན་རྡོ་ལེབ་འདི་ཡོད་པར་མཆོམས་མཛོད་དུ་བཤད་དོ། རྡོ་
ལེབ་འདིའི་བྱང་ཆོས་ནི། མཆོམས་མཛོད་༣༠༧ལས། དབག་བསམ་གྱི་ཤིང་གི་བྱང་ན་ལ་བ་
དཀར་པོ་ལྷ་བྱའི་རྡོ་ལེབ་ཅེས་བྱ་བ་རྩ་ཁྲེང་དུ་དབག་ཆད་ལྔ་བཅུ་མཐའ་དབག་ཆད་ཉིས་
བརྒྱས་འཁོར་བའི་བྱ་བཞི་པ་འཕང་དུ་དབག་ཆད་བྱེད་དང་དུག་དང་དབག་ཆད་བཙུག་དང་
ཆ་གཅིག་ཡོད་པ་ཆོན་སྤྱ་བརྒྱ་རྩ་གཅིག་གིས་བཟ་ཁྲིང་རེག་ན་འཇམ་པ་མེ་ཏོག་མན་དར་
བས་སུས་བྱུབ་ཅམ་དུ་ཁེབས་པ་ཡོད་དེ། དེའི་དབུས་སུ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སེང་གའི་ཁྱི་དང་དེའི་
བྱང་ན་ཉི་དབང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སེང་གའི་ཁྱི་བཤམས་པ་ལ་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་
འཁོར་དང་བཅས་པ་དབྱར་རྒྱ་བ་བཞིར་ལྷའི་འདོད་ཡོན་ལ་ཅེ་ཁྲེང་རང་རང་གི་ལས་ཀྱི་འབྲས་
བུ་ཕྱོང་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་གདགས་པ་ལས་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས། རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡུང་ཐུན་ཆོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཤད་ལས། སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་
ཨར་མོ་ནིག་ལྷ་བྱའི་རྡོ་ལེབ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བདེ་བའི་གནས་ཡིན་
ཅོ། ཞེས་གསུངས་སོ། གཞན་ཡང་། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་ལམ་རིམ་རྒྱ་མ་
བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་སོགས་མཁས་པ་གཞན་གྱིས། ཨར་མོ་ནིག་སྟེ་ལ་བ་དཀར་པོ་ལྷ་བྱའི་རྡོ་
ལེབ་ཅེས་གསུངས། 2 (འདུལ་བ) འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྟན་ཐགས་མ་ཁྱ་བོ་ནིག་གི་མིང་།

མཇུག་ཡི་དོག་པ། མེ་ཉླ་ལྷུ་མ་པའི་འབྲས་བྱ།

ལྷ་རྒྱུད་དེ་བཤ། (ལེགས་སྒྱུར་) འཛོམས་སྒྱིར་མཛོམས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་དུག་གི་ཡ་གྲུལ། སྒོ་བ་དཔོན་ཨ་རྒྱ་དེ་
 པ་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་རྒྱ་རྒྱུ་བ་ཀྱི་དངོས་སྒོ་བ་ཡིན་ཞིང་། སྒོ་བ་པ་སྤྱད་ནས་འདས་ནས་ལོ་ལྔ་པ་རྒྱ་
 ལོན་པ་ནས། སི་རྒྱ་པའི་རྒྱ་ལ་པོ་བརྩུ་འི་རྒྱ་ར་ཞེས་བྱ་བའི་པར་མའི་ཆའ་དུ་སྒྱུ་བའུངས། ལོ་རྒྱུ་ས་་
 ལྷ་རྒྱུད་ཞེས་པ་ནི། འཕགས་པ་རྒྱ་ནི། པཱོ་མ་ལྷན་འདས་འཁོར་འདུས་པའི་དབྱས་སྤྱ། ཆོས་་
 གསུངས་པའི་ཆེ་བྱ་རོག་གཅིག་གིས་དབྱ་ལ་བྱ་ཐལ་དོར་ཏེ་སོང་དོ། །དེའི་འཁོར་ལྷན་ས་ཐེ་
 ཆོས་སྤྱེས་ཏེ། འདི་ཅི་ལྷས་ལགས་ལྷས་པས། པཱོ་མ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞལ་ནས། བྱ་རོག་འདི་མ་

འོངས་པའི་དུས་སུ། ལུ་སྟེགས་ཀྱི་པ་རྗེ་ཏ་དབངས་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ནས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་
བསྟན་པ་ལ་གཞི་དཔ་ཆེན་པོ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་ཏོ། །དེའི་ཆེ་འཁོར་དེ་ན།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལག་ན་བསྟོ་ཞེས་བྱ་བ་འདུག་པ་དེས། ལུ་སྟེགས་དེ་བདག་གིས་
བརྟུལ་ནས། རང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སྟོན་ལས་
བཅུག། སྟོན་པས་ཀྱང་གནང་ངོ། །དེ་ནས་དུས་ཕྱིས་སི་རྒྱ་ལའི་རྒྱལ་པོའི་མེ་ཏོག་གི་ལུ་མ་རར་
བསྟོ་ནམས་ཉིན་མོ་ཁ་བྱེ། མཆོན་མོ་ལུ་མ་པ་ཡིན་པ་ལ། བསྟོ་གཅིག་ཉིན་མཆོན་མེད་པར་ཁ་
ལུ་མ་པར་གྱུར་བ་དང་། ལུ་མ་རའི་གཉེར་པས་རྒྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བས། དེ་ལས་སྤྲས་ཁྱད་པར་
ཅན་འཁྱུངས་པའི་ལུ་མ་པས་ལེགས་པར་གཉེར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བསྟོ་ཤོ། །ནམ་ཞིག་ཆེ་བསྟོ་
ཁ་བྱེ་བ་དང་། ཁྱེད་མཆོན་དང་ལྟན་པ་ཞིག་འདུག་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་སྟོ་སྟུབ་གང་ན་བཞུགས་
ཟེར་བ་དང་། དེས་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྟན་པས། རྒྱལ་པོས་སྤྲས་སུ་བཟུང་ནས། བསྟེད་ཆེར་
བསྐྱངས་སོ། །ཆེར་སྟེས་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་སྟོ་སྟུབ་ཀྱི་སྟུབ་སྤར་བྱོན། རེས་སུ་བསྟན་པ་
མཐའ་དག་འོད་ཅིང་། མོས་བསམ་མཐར་བྱིན་པར་མཛད་ནས་སྟོབ་དཔོན་དང་ལྟན་ཅིག་
དཔལ་གྱི་རི་ལ་གཤེགས་སོ། །དེ་སྐད་དུ། བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ་ལས། འདི་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་
འཕགས་པ་ལྟ་ནི་སི་རྒྱ་ལའི་སྤྱིང་དུ་འཁྱུངས་པ། སི་རྒྱ་ལའི་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་ཤིག་སྟེ། མཐར་
རྒྱལ་ཆབ་པོར་ནས། དེ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནས་སྟོ་སྟུགས་ཀྱི་རྒྱུད་བཟར་འོངས་ཏེ།
སྟོབ་དཔོན་སྟོ་སྟུབ་ཀྱི་ཉེ་གནས་ཉིད་དུ་གྱུར། ཅེས་གསུངས་སོ། །དུས་དེའི་ཆེ་རྒྱ་གར་ཤར་
སྟུགས་ན་བྱུང་མེད་ཉི་ཤུ་ཙམ་ཞིག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གྲུས་པར་གནས་སོ། །བྱུང་
མེད་གཅིག་ལ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཁྱེད་གཅིག་བཙས། ཆེར་སྟེས། སྤྲ་ཆད་ལ་མཁས་པར་
བསྐྱབས། དེར་མ་ནང་པ་ཡིན་པས་ནང་པ་ལ་གཟུང་པར་འདོད་ཀྱང་། པ་ཕྱི་པ་ཡིན་པས་ཁོ་
མ་ཉན་ཏེ། ལུ་སྟེགས་དབང་ལུག་པའི་བྱུབ་མཐའ་ལ་ཞུགས་ཏེ། དེ་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས་
སོ། །དེ་ནས་དབང་ལུག་ཆེན་པོ་བསྟུབས་པས། ཞལ་མཛོན་སུ་ཏུ་མཐོང་སྟེ། ཁྱོད་ཅེ་འདོད་
ཟེར་བ་དང་། སྟུགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་འདོད་དོ། །ཞེས་ཞུས་པས། མངལ་སྟེས་ཐམས་

ཅད་ཀྱིས་ཐུབ་པ་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ ཅེས་མཆོག་དང་དངོས་ཐུབ་བཞི་ཕྱིན་ཏེ། ཁོ་རང་ལ་སྐྱ་
 ཆད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཐོད་ཀླུ་པ་བཞིག་དང་། མིང་མོ་བརྟེན་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱ་ཆད་ཀྱི་ཚོད་པ་ལ་
 མཁས་པ་ཞིག་དང་། བེ་ཙོ་བརྟེན་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱ་ཆད་ལ་མཁས་པ་ཞིག་དང་། ཐོད་ལོ་ཀོར་བརྟེན་
 ཏེ་ཞེས་པ་ས་ལ་སྐྱར་བ་ཙམ་གྱིས་སྐྱ་ཆད་ཀྱི་སྦྱོར་བའི་ཡི་གེ་རང་བྱེས་སུ་འོང་བ་ཞིག་སྟེ།
 བཞི་ཕྱིན་ནོ། །དེ་བཞིས་མ་ཐུབ་ན། ང་རང་སྟིང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཞུགས་ལ་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་
 བོ། །ཞེས་ཁས་ལྷངས་སོ། །དེ་ནས་དེས་ཀྱི་གར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ནང་པའི་བརྟེན་ཏེ་རྣམས། འོ་
 ཅག་ཚོ་ད་པ་བྱེད་དགོས། བྱིད་རྒྱལ་ནང་རང་རྩ་བོ་གསྐྱུ་ལ་འཆིར་འགྲོ་ཡི། ང་རྒྱལ་ན་བྱིད་
 རྣམས་ངའི་བྱུ་བ་ལ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། བྱིད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱང་
 བསྐྱེད་དགོས་ཟེར་ཏེ། ཚོད་པ་བྱས་པས། ཁོ་རྒྱལ་ནས་ནང་པའི་བསྟན་པ་བཞིག་གོ། དེ་
 བཞིན་དུ། ཀྱི་གར་ཕྱོ་ཕྱོགས་སུ་འང་བྱས་ནས། མ་ལ་ངས་འདི་ལྟར་བྱས་སོ་ཞེས་བསྐྱེད་པ་
 དང་། མའི་བསམ་པ་ལ། ཀྱི་མ་འདི་ནང་པའི་བརྟེན་ཞིག་གིས་ཆར་བཅད་ནས་ནང་པ་ལ་
 བཅུད་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། སུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིད་ལུས་ཙམ་ལ། ཀྱི་
 གར་ཤར་དང་ཕྱོ་ན་ཉིད་ན་བ་ཙམ་ཡང་མེད། དེ་གཉིས་ན་ནང་པའི་བརྟེན་མཁས་པར་ཚུད་པ་
 ཙམ་ཡང་མེད། དེ་དག་པམ་པར་བྱས་པས་མཁས་པར་ཡང་མི་ཆ། བསྟན་པ་རྟོགས་པ་དང་།
 བརྟེན་ཏེ་མཁས་པ་ལུ་དབྱས་ན་ལེ་རྒྱལ་སོགས་པ་ན་ཡོད་པས། དེ་དག་ལས་རྒྱལ་ན་མཁས་
 པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐྱས་པ་དང་། ཁོ་རྒྱལ་སྐྱེས་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་མིང་མེད་པར་
 བཙམ་ལ་སུ་སྟེགས་པའི་བསྟན་པ་ལ་གཞུག་སྟུང་སྟེ། ལུ་དབྱས་སུ་ཕྱིན་ནོ། །དེར་ན་ལེ་རྒྱ་
 དང་ཉེ་བའི་ཐོང་ཞིག་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། སུང་མེད་གཅིག་ལ། ན་ལེ་རྒྱ་གང་ན་ཡོད། ཅེས་བྲིས་པ་
 ན་ལྟུན་སོ་ན་ལེ་རྒྱ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་རོ། །དེར་ཁོའི་བསམ་པ་ལ། འདི་ནི་ལ་ཉེ་ངན་ནོ་
 ཞེས་སེམས་པ་ཞིན་དུ་སོང་སྟེ། ན་ལེ་རྒྱར་ཕྱིན་ནོ། །གནས་དེ་ག་གཞོ་ལ་ཆེན་པོ་བདུན། ལྷ་ཁང་
 ཆེན་པོ་བཅུ་བཞི། བརྟེན་ཏེ་མཁས་པ་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ཡོད་པ། དེར་ཕྱིན་ཏེ། ང་སུ་སྟེགས་ན་
 དབྱངས་བྱ་བ་ཡིན། བྱིད་དང་ཚོད་པ་བྱེད། བྱིད་རྒྱལ་ནང་རང་རྩ་བོ་གསྐྱུ་ལ་འཆིར་འགྲོ། ང་

རྒྱལ་ན་ཁྱེད་རྣམས་པའི་བྱལ་མཐའ་ལ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། ཁྱེད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་།
 ཆོས་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱེད་དགོས་ཟེར། དེའི་དཔང་པོ་རྒྱལ་པོ་ལ་འཆོལ་བ་ཡིན་པས། དུས་ཐོབ་
 ཅིག་བྱས་པས། དེར་ནང་བ་རྣམས་གྲོས་བྱས་པས། འདི་མདོ་ནས་བསྐྱར་བ་ཉམས་པར་བྱེད་
 པར་ལུང་བསྐྱར་བ་ཡིན། རྒྱ་གར་གར་དང་ལྷོ་ཁྱེད་ནང་བ་ཐམས་ཅད་པམ་བར་བྱས་འདུག་པས།
 འ་ཅག་གིས་མི་སྤྱོད། དཔལ་གྱི་རི་ནས་སློབ་དཔོན་སྤྱུ་སྤྱུ་ཡབ་སྲས་སྤྱན་ངང་བར་བྱ། དེའི་
 ལོང་ཡོད་པར་བྱའོ། ཟེར་ཏེ། ཞག་སྤྱི་ཙུ་ནས་ཚོད་དུས་བྱས་སོ། དེར་ཁོས་ཀྱང་གཞན་
 ཞིག་སློན་པར་ཤེས་ཏེ། རེ་ཞིག་ཁྱེད་དང་ཚོད་པ་བྱེད་ཀྱི། ཕྱི་བ་ནང་དུ་མ་འགྲོ། རང་པ་ཕྱི་ལ་མ་
 འགྲེལ་ནས། ཁོ་སློལ་ཉལ་ནས་ཕྱི་ནང་གི་འབྲུལ་བཅད་དོ། དགེ་འདུན་རྣམས་གདུགས་
 ཚོད་གསོལ་བའི་བར་ལ་མགོ་ལ་དབྱག་གུས་རྟེན་ཅིང་གངས་བྱེད་དོ། དེར་དགེ་འདུན་
 རྣམས་ཀྱིས། སློབ་དཔོན་ཡབ་སྲས་སྤྱན་འཕེན་པ་ལ། མི་ཕྱིན་ཀྱང་དུས་ལ་མི་སྤྱེད་པས། ཆོས་
 སློང་མགོན་པོ་ལ་གསོལ་བ་གདའ་བོ། ཞེས་གྲོས་བྱས་ནས། ལྷ་འབྲུལ་གྱི་འཕྲིན་ཡིག་ བཞུ་
 ཏུ་འཁུར་དགའ་ཁུར་གྱིས་དུབ་ལྷུ་མཆོག་རྣམས་ནི་ཁྱོད་ལ་གསོལ་འདེབས་ན། ཤྱེ་མ་མ་མེད་
 ཉིད་དུ་རལ་བ་འབའ་ཞིག་གིས་ནི་རབ་ཏུ་འཕུག་བྱེད་དམ། འདི་ན་རུས་ལྡན་གཞན་མེད་
 འཁོར་ལོ་བྱིང་བ་ཅན་གྱི་ཤིང་རྩ་ལྷུར་དུ་བོངས། བསྐྱེད་འདུག་གས་ལུན་རིང་གནས་ཀྱང་
 འདི་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཁུར་ཡིན་སྤྱག་ལ་ལོངས། ཞེས་བ་བྲིས་ཏེ་གཏོར་མའི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས།
 མགོན་པོ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། བྱ་རྟེན་གཅིག་བྱུང་སྟེ། འཕྲིན་ཡིག་མཆུས་སྦངས་ཏེ།
 འཕུར་ནས་སོང་། དེར་མགོན་པོ་དེས། སློབ་དཔོན་ཡབ་སྲས་གཉིས་ལ་འཕྲིན་ཡིག་གཏད་པ་
 དང་། སློབ་དཔོན་སྤྱུ་སྤྱུ་ཀྱིས་གཟིགས་ནས་སྤྱུ་སྟེགས་རྟེན་བྱངས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ཉམས་
 དམས་པར་བྱས་ཡོད་པར་འདུག། དེ་བརྒྱུག་པ་ལ་ང་འཕྲོག་གསུངས་པ་དང་། འཕགས་པ་སྟེ་
 ཞལ་ནས། སློབ་དཔོན་གཤེགས་མི་འཆོལ། བདག་ཕྱིན་ནས་དེ་འདུལ་ལོག་གསུང་། དེར་ཁྱོད་
 ཀྱིས་ཁོ་སྤྱབ་མི་སྤྱབ་བསྐྱེད་གསུངས་ནས། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཁོའི་བྱལ་མཐའ་གཞུང་།
 འཕགས་པ་སྤྱིས་བཀག་པས། ལན་གསུམ་ཁོང་རྒྱལ་ནས། སྤྱུ་སྟེགས་ངན་པ་དེ་ཁྱེད་བྱས་ཏེ།

མཆིལ་ལྷམ་འཕངས་སོ། །དེར་འགྱོད་པ་སྤྱེས་ནས། སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས། དེ་ལ་ཉེས་པ་
 མེད། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་ཐུབ་པར་འདུག་པས་སོང་ཞིག་གསུངས། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་འོངས་པས། ལྷ་
 མོ་གཅིག་སྤྱན་སློང་པ་ལ་སྤྱན་བྱིན་ནོ། །དེ་ནས་ན་ལེ་རྩུར་བྱིན་ནས། ལུ་ལེན་པ་ལ། འོངས་
 སོ་གྱིས་བྱས་པས། དེ་ན་རེ། འོངས་སོ་ཟེར་བའི་བཅུན་རྩུང་གཅིག་འདུག་ཟེར། དགོ་འདུན་
 རྣམས་ཀྱིས། དེ་སྤྱི་ལྷུལ་པ་ཡིན་མི་ཤེས་པས་བརྟག་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཆུ་ལྷག་མིག་གང་མེ་
 ལོང་གི་ནང་དུ་ལྷགས་ནས་བསྐྱར་བཏང་བས། སློབ་དཔོན་གྱིས་དེས་ཁྱུས་བྱས་ཆུ་མ་གོད་
 པར་སློག་བཏང་བས། འཕགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཏེ། ལུ་ལེན་གྱི་ཆ་ལྷགས་སུ་སྤྱུལ་ལ་བྱོན་
 ཅིག །ཅེས་ཁྱུས་པས། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ། ནང་དུ་བྱོན་པའི་ཆེ། ལུ་ལེན་གྱིས་ཁོ་ལ་བྱག་བྱ་
 དགོས་པ་ལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཁོའི་མགོ་ལ་རྟོག་པ་བཞག་སྟེ་བྱོན་ནོ། །དེར་དགོ་འདུན་གྱི་
 གལ་གྱི་སྤྲད་གྱི་ཆར་བཞུགས་པ་དང་། ཁོས་བབྲངས་པས་བྲངས་ལྷག་ནས། སྤོན་མེད་པའི་
 མགོ་ཁྱུམ་ག་ན་ཡོད་ཟེར་པ་ལ། མགོའི་སྤྱིང་ན་ཡོད་ཅེས་བྱས་པ་དང་། ཁོས་རྩྭ་པ་བྱེད་པར་
 ཤེས་ཏེ། བྱིའུ་གཅིག་ཆང་པར་བཟུང་ནས། འདི་ཤི་བའམ་མ་ཤི་བ་ཡིན་ཟེར། དེ་ཁྱོད་ལ་རག་
 ལས་སོ། །ཞེས་བརྗོད། ཐེས་པའི་སྤྱིང་ན་འདུག་སྟེ། འ་བྱིན་འདུག་གམ་ནང་ན་འདུག་ཟེར།
 ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ལ་རག་ལས་ཞེས་བརྗོད་པས། སྤོབས་པ་ལན་མེད་དུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་དགོ་
 འདུན་རྣམས་ཀྱིས། སྤོང་མོ་དང་། བེ་ཙོ་དང་། མོད་ལེ་ཀོར་པ་རྩེ་ཏ་གདའོ། །ཞེས་ཁྱུས་པས།
 དེའི་གཉེན་སོར་དགོ་བསྟེན་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་། བྱི་ལ་དང་། མར་ནག་རྣམས་སྟ་གོན་བྱས་
 སོ། །དེར་ཡང་རྩྭ་པ་བྱེད་པའི་དོ་རྒྱུབ་དབུས་སུ་རྒྱལ་པོ། གཡས་སུ་སློབ་དཔོན། གཡོན་དུ་
 ཉ་དབྱངས་ཀྱི་ཁྱི་བཤམས། ཁོའི་ཁོའི་སྤྱིང་གི་ཆར་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་མི་གཅང་པའི་རྩས་
 བཞག་གོ། ནང་པས་ཁྱི་ལ་སོ་སོར་འཁོད། འཁོར་རྣམས་ཀྱང་འཁོད་པ་དང་། ཁ་ན་རེ། མིག་
 གཅིག་པ་འདི་ཅེ་འབྲུ་ཡིན་ཞེས་སྤྱུས་པ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས། དག་སོ་མིག་གསུམ་ལྷན་ཡང་
 དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མེད། །བརྒྱ་བྱིན་མིག་སྤྱོད་ལྷན་ཡང་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མེད། །ལྷ་རྒྱ་དེ་བ་མིག་
 གཅིག་སོ་ནི་གང་ཡིན་དེས། །སྤོང་པ་གསུམ་སོ་མ་ལུས་པ་ཡི་དེ་ཉིད་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས།

དེར་ཁོའི་རལ་བ་བཏེག་སྟེ་མིག་གཅིག་བསྟན་བ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་དེ་ཡང་ངོ་མཆར་ཆེ་
རྒྱ་མེད་ཅེས་ཞབས་མཐེལ་ནས་ཀྱང་མིག་བསྟན་ཏོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དབང་དུ་བཞག་ནས།
ཚད་བ་དང་། དང་པོ་ཀུན་གྱི་གོ་ཡང་། ཅི་ཞིག་ལྟར་ཡང་བྱལ་མཐའ་ཤིན་ཏུ་ཆ་སྒྲ་བར་གྱུར་ཏེ།
རྗེས་སུ་བཞེད་པའི་དབང་པོས་རྗེས་བཞེད་མ་ཟིན། ཤགས་འབྱེད་པའི་དབང་པོས་ཤགས་མ་
བྱ། དེའི་སྟོབས་གྱིས་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་ཆར་གཅོད་མ་ཤེས་བ་དང་། ཁོ་ན་ལེ། ལྷན་དབྱེད་ལ་
འདྲིའི་ཐེར་བས། བ་ལང་རྩི་བཀྱག་ནས་དྲིས་བས། སློབ་དཔོན་རྒྱལ་ཐེར་བ་དང་། ཁོ་ན་ལེ། ད་
རྩ་འབྲུལ་འབྲན་བས། ཁྱོད་རང་ནམ་མཁའ་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས། ཡང་ན་ཁྱོད་རང་བསུབས་
ཐེར་བ་ལ། ཁོ་འདྲིར་བཅུག་ནས་སློབ་དཔོན་གྱིས་བསུབས་སོ། །ཡང་ན་རང་ནམ་མཁའ་ལ་
འཕྱར། ཡང་ན་ཁྱོད་འཕྱར་ཐེར་བ་ལ། ཁྱོད་རང་འཕྱར་གསུངས་བས། ཁོ་རྒྱང་རིང་པོར་
འཕྱར་བས། སློབ་དཔོན་ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྐུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཅིག་ཏུ་སྐྱེལ་ནས། ཁོ་བྱས་མོའི་ལྷ་
ངའི་བར་དུ་བྱལ་གིས་ཐལ་མོས་བཀྱག་སྟེ་འཕྱར་གསུངས་བས། དེར་ཁོས་འཕྱར་མ་རུས། དེ་
ལྟར་ཚོད་བ་དང་། རུས་བ་དང་། རྩ་འབྲུལ་གང་ལའང་འབྲན་མ་རུས་བར་ཤིན་ཏུ་ངོ་ཆ་སྟེ།
དབང་སྐྱབས་སྟེང་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྱིན་གྱིས་སློབ་བར་ཁས་སྐྱངས་བ་དང་། མི་གཙང་བའི་རྩས་
གྱིས་འཁོར་མ་རུས་བས། ལྷས་མང་པོའི་ངོར་བསྐྱས་སོ་ཞེས་སྟེ་སྐགས་བཏོན་ནས། སྤར་གྱི་
ང་རྒྱལ་ཆེས་བས་ཤིན་ཏུ་སྐྱེངས་ཏེ། ཆངས་པའི་འདྲིག་རྟེན་དུ་འགྲོའོ་སྟེ་སྟེ། བོས་སོ། །སློབ་
དཔོན་གྱིས་བདས་བས། ཉམ་མཁའ་མཐོ་སར་ཟེན་བས། ད་ཁྱོད་འདི་ནས་ཡར་འགྲོ་ན། ལྷང་
སྐྱ་གྱི་ཅན་གྱིས་ལུས་དུམ་བུར་གཏུབ་བ་ཡོད་གསུངས་བས། ཡོད་བ་ཅིས་ཤེས་ཐེར། ཁྱོད་
རང་རལ་བ་གཅིག་ཆོད་ལ་འཕོངས་དང་བྱས། ཁོས་དེ་ལྟར་བྱས་བས་སྐྱེད་ལུས་བུར་སོང་བས།
ཁོ་བྱེད་དེ་འགྲོ་མ་རུས། དེར་བྱིད་ནས་འོངས་ཏེ། རལ་བ་བྲེགས་ཤིག་བྱས་བས། ཁོ་ན་ལེ།
རལ་བ་མི་འབྲེག་ང་རང་གཏྲར་འཆར་འགྲོ། ཐེར་ཡང་རལ་བྲེགས་ནས་བཀའ་སྟེ་སྟོན་མང་པོ་
བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གཅིག་ཏུ་བཅུག་སྟེ། སྟོ་ལྷགས་བཅུག་བཞག་བས་ཁོ་སྟོ་སྟེ།
མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་ཁྱོད་པར་རྣམས་བསྟན་བས་རང་གི་ལྷ་བ་ལོག་བར་སྤྱད་བ་ནོར་བར་

ཨི། ཆང་གི་མིང་། དབྱི་ཞེས་ཀྱང་འཐད།

ཨི་ཉིག་པ། ཨི་ཐིག་པ་དང་འདྲ།

ཨི་ཐི་པ། སྤྱིང་པོ། རྣལ་མ། ཡང་དག་པ་བཅས་ཀྱི་དོན། བཤུ་ཆེན་སློབ་ཐང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་
འིས་ལན་སློབ་ཐང་བཞད་པའི་སྤྱི་དབྱངས་ལས། སྤྱབས་འབྱེད་འོ་བོ་ཨི་ཐི་པ། །བདག་ཉིང་
ལྷག་པར་འདིགས་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་སྤྱོད་པའི་རུས་ལྡན་དུ། །ཤེས་ལས་བྱུང་བའི་
སྤྱབས་འབྱོལ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཁྱོད་ཉིད་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཨི་ཐིག་པ། ཡང་དག་པ། དབྱིས་ཕྱིན་པ། གནད་དུ་འཁེལ་བ། བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ། རྒྱས་འབྱིང་
བསྐྱས་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་ཨི་ཐིག་པ་འི་ལྟ་བཞིན་དུ་ལོངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཨི་དྲི། (ལེགས་སྦྱར) འདི།

ཨི་དྲི་གུ་བྱ་རྩ་རྩ་མཛུ་ལ་ཀློག་ཏུ་ཡ་མེ། (ལེགས་སྦྱར) དཀྱིལ་འཁོར་འདི་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དེས་
བར་འབྲལ་བར་བགྱིདོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྙམ་མོ། །ཞིབ་པར་ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་
མཛུ་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་དངོས་གྲུབ་ཆར་འཕེབས་ལས་ཤེས་པར་བྱལོ། །

ཨྱི་ཤུར། (ལེགས་སྦྱར) དཀོན་མཆོག་ རྩེམཔར་ཐད་འབྱུང་བྱེད་ན་དབང་ལྷག་ཅེས་བྱལོ། །བྱེ་བྲག་རྟོགས་
བྱེད་ཆེན་པོ་། ཙ ༡༡༧༡ན་གསལ། དཔེར་ན་ཨ་བ་ལོ་གི་ཉེ་ཤར་ཞེས་པའང་ཨྱི་ཤུར་ཞེས་
པའི་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱས་པས། བསྐྱར་ན་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ཅེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །

ཨི་ཐྱ། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱ་བ།

ཨི་ཐྱ་རྟེ་ལ། <ཨི་ཐྱ་རྟེ་ལ> ཨི་ཐྱ་རྟེ་ལ་བྱར་ཆག་པར་སྒྲོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་
དུ་གསལ་པ་ལྟར་ལོ། །

ཨི་ཐྱ་རྟེ་ལ། (ལེགས་སྦྱར) རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དོན་རིགས་སྟོན་པོ་ཞིག་དེས་ཆོག་ནི། ཨི་ཐྱ་དབང་པོ། རྟེ་ལ་
སྟོན་པོ་སྟེ་དབང་སྟོན་ཞེས་བྱལོ། །གནའ་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོས་འདིས་ཐུག་དོག་དང་གཞོད་
འཆེ་ལས་སྒྲོབ་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད། བྱི་རྒྱལ་བའི་སྐད་དུ། Sapphire ཟེར། ལེ་ཤིན་Latin གྱི་
སྐད་དུ་Sapphire ཞེས་པ་སྟོན་པའི་མིང་ཡིན་ཞིང་། །ཁ་དོག་སྟོན་པོ་ཐུགས་ཆེ་ཡང་། མེར་པོ་

དང་ཟེང་སྐྱ་ལི་ཁྲི་བཅས་ཡོད་པར་དེར་དུས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་པས་བཤད། འདིའི་ཚོག་མའི་
འབྲུང་ཁུངས་ནི། Sri Lanka (Ceylon) ཡིན་པར་གྲགས་སོ། །

ཨིན་ལྷ་ཏི། (ལེགས་སྦྱར) བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་ “འབྲུང་པོའི་དབང་པོ་” ཞེས་པ་སྟེ། འདི་ལ་ཆེ་མེད་
ཚུང་གསུམ་ཡོད། ༡ ་ ༩ ཨིན་ལྷ་ཏི་ཆེ་བ་ནི་། སངས་རྒྱུ་ལལ་བཞུགས་པའི་དུས་སུ་ཁུབ་
ཕྱོགས་ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱུང་ཞིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མཆན་ཚོས་ཅམ་གྱིས་དད་གྲས་
གིས་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་། ཡིད་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བཅོམ་ལྷན་འདས་མངོན་སུམ་དུ་
བྱོན། གསང་འདུས་མི་བསྐྱོད་དོན་མེད་ཀྱི་ལ་འཁོར་སྐྱུ་ལ་ནས་དབང་བསྐྱར། འདོད་ཡོན་མི་
སྤོང་བར་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཁུས་བ་བཞེན་རྒྱུད་བསྟན་ཅིང་གདམས་པས་རྗེས་སུ་
བཟུང་། རྒྱལ་པོས་ཀྱང་དོན་རྣམས་ཕྱགས་སུ་ཚུད་ནས་སྒྲོམ་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་
བཅུམས་པས་འཁོར་དང་བཅས་པས་རིག་པ་འཛིན་པའི་ས་བརྟེས་སོ། །འདི་ལ་ཨིན་ལྷ་ཏི་ཆེ་
བ་ཞེས་གྲགས། འདི་ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལེ་ལས་ལུང་བསྟན་པའི་ཨིན་ལྷ་ཏི་ཡིན་པར་བཤད། ལོ་
རྒྱུས་ཞིབ་པར་གོང་དུ་གསང་བ་འདུས་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟེགས། དེབ་སྡོན་སྟོད་ཆ་
(༤༤) ལས་འདི་དང་ལྷ་བ་བ་གཉིས་གང་ཐག་གཅིག་ཡིན་པར་གསུངས་འདུག བཀའ་ཐང་
ཐངས་གླིང་མ་(༤བལས། སྟོབ་དཔོན་བསྐྱའི་སྟེས་རབས་བྲི་མ་མེད་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་
ཏིས་ཡབ་མཚན་པ་དང་རྒྱལ་ས་བཟུང་བའི་ལུ་སྟེ་དང་པོའོ། ཞེས་རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཏི་སྟོབ་
དཔོན་བསྐྱའི་ཡབ་དོད་ཡིན་པར་བཤད་ལ། ཆོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དུ་འདི་སྟོབ་
དཔོན་བསྐྱའི་ཡབ་དོད་ཡིན་པར་སྟུམ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་དབྱུད་པར་འོས་པ་ཞིག་སྟེ། སྟོབ་
དཔོན་བསྐྱའི་དུས་རབས་དགྲུ་པའི་འགོ་སྟོད་ལ་བྱོན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་འདི་ནི་སྟོན་པ་ལལ་
བཞུགས་དུས་སུ་བྱོན་པ་བྱ་རིན་པོ་ཆེའི་གསང་འདུས་ཆོས་འབྲུང་དུ་བཤད་པས་དུས་
ཆེགས་མི་འགྲིག་པའི་ཕྱིར་རོ། རྫོང་པོའི་ལམ་སྟོན་རང་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། འདི་སྟོབ་དཔོན་སྟེ་
སྟོབ་སྟོན་དུ་བྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ལྷག་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོས་ཆོག་
བྱའོ། རྟེ་ཡང་འཛམ་བུའི་གླིང་ནི་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཐད་དང་པར་གྱུར་ཏེ།

སློབ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་དང་། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་རྒྱ་ལྷུ་བ་དང་། སློབ་དཔོན་
 འཕགས་པ་ཤུན་དེ་བ་དང་། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཅུ་གླི་མི་དང་། སློབ་དཔོན་དྲུ་ཨ་སེ་ན་
 དང་། སློབ་དཔོན་དཔལ་པོ་དང་། སློབ་དཔོན་ཤུ་རྒྱུ་ཏི་ལ་སོགས་པ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དེ་
 དག་གི་དགོངས་པ་ནི་འདི་ལྟར་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ཏེ། དང་པོར་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་
 ལ་ཐ་དད་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །༩ ༼ ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་བར་བ་ ༽ བདེ་མཆོག་གི་འགྲེལ་
 པ་མཛད་པ་པོ་གྲུབ་ཆེན་ལུ་བ་བས་བཀུལ་ནས་དེའི་སློབ་མར་གྱུར་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཆེན་
 ཞིག་ ༩ ༼ ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ཆུང་བ་ ༽ དེ་ནས་ཅི་ཞིག་ན་པར་སྤོང་འགྲོ་བ་དབུགས་འཕྱིན་ཞེས་བྱ་
 བས་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་མོ་རྩ་མོ་རོལ་པ་ཆེན་མོ་གྲུབ་པ་ལ་བཀོད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་པོ་
 དཔལ་པོ་དོན་ཅེ། མདུན་ན་འདོན་དམ་ཆོག་དོན་ཅེ། ཞིང་པ་བསྐྱོད་དོན་ཅེ། ཆང་ཆོང་མ་ལྟན་ཅིག་སྤྲེས་
 པའི་དོན་ཅེ། ཐག་པ་དགལ་པའི་དོན་ཅེ། བས་ཐེའོ་དོན་ཅེ། འགྲེལ་མཁན་གྲུབ་པའི་དོན་ཅེ། དཔལ་ལྟན་
 ཀུན་འགྲོའི་མགོན་པོ། རྒྱལ་འཕྲོང་པ་ཐུགས་ཀྱི་དོན་ཅེ། ལྷམ་ལ་རྩི་ཆེན་མོ། དེས་རྒྱལ་པོ་ཨཱིུ་བྱུ་
 ཏི་རྩེས་སུ་བཟུང་། རྒྱལ་པོ་དེ་ཨ་ཐ་རྒྱུ་ཏི་བ་མཛད་པས་ལུ་བ་བར་གྲགས་པར་ལྟན་ཅིག་སྤྲེས་
 གྲུབ་ཅ་འགྲེལ་ལས་བཤད་པ་ནི་ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ཆུང་བ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །ཞེས་དཔལ་པོ་གཙམ་ག་
 ལག་ཐོང་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སྤང་ཆ་ (༡༩༥) གསར་འདུས་ཀྱི་སྐོར་
 བཤད་པའི་སྐབས་ན་གསལ་བ་ལྟར་བཀོད། ཡང་དེ་བ་སྟོན་སྤང་ཆ་ཡང་ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ལ་སྤྲེའི་
 བར་གསུམ་བྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། འགྲོ་མགོན་གྱི་ཞལ་ནས། ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་གསུམ་
 བྱུང་བའི་སྤྲ་བྱི་གཉིས་ཁོ་པོ་ཡིན། བར་པ་ཁྲོད་ཡིན། གསུམ་གང་པོ་གཅིག་པ་ཡིན་གསུང་
 གསུང། ཞེས་འབྱུང་ངོ། །དེ་བ་སྟོན་གྱི་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ཞེས་དག་ཆ་མི་འད་བ་
 ཡང་སྤང་ངོ། །འདི་འགའ་ཞིག་གིས་བརྒྱ་བྱིན་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བརྒྱུར་བ་དེ་འདི་ལ་གཞི་བྱས་
 པར་སྤང་ཞིང་། འདི་འགྱུར་ནོར་བུ། ས་པཎ་གྱི་སྤྲོམ་གསུམ་རབ་དབྱེ་ལས་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་
 རྒྱད་ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ནི། འོད་སྐད་འབྱུང་པའི་དབང་པོ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྤྱ་འགྱུར་མི་ཤེས་པར། །བརྒྱ་
 བྱིན་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཆད་དང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །ཨཱིུ་བྱུ་ཏི་ལ་ཆེ་འཕྲིང་ཆུང་གསུམ་

ཀུན་དགའ་པོ་འདི་ལྟ་སྟེ། ལྷ་དུམ་སྒྲ་རའི་མེ་རྟོག་ནི་སངས་རྒྱུ་བ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་
འབྱུང་སྟེ། ཁ་དོག་དང་ལྷན་ཞིང་གསལ་ཏེ། འོད་གསལ་ལ་དེ་ནི་དཔག་ཆད་གཅིག་ཁོར་ཡུག་
ཏུ་ཁྱབ་པར་བྱེད་དོ། མེ་རྟོག་དེས་ནི་རབ་རིབ་མེད་པར་བྱེད། དན་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་
བྱེད། ཉན་ཀྱང་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད། ལྷན་པ་ཡང་སེལ་ཅིང་སྤྱང་བར་ཡང་བྱེད། དེ་ཞེས་པོ་ཡང་
འབྲིན་པས་ཁམས་བཞི་དང་བར་འགྱུར་ཏེ། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་མམས་ཅད་ལ་
ཡང་མེ་རྟོག་དེ་མི་འབྱུང་ན། སེམས་ཅན་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱུ་བ་འབྱུང་
བ་དང་མཚུངས་པའི་མེ་རྟོག་ལྟ་འབྱུང་བར་ག་ལ་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་མདོ་
ཀུན་ལས་བརྒྱས་པར་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད།

ལྷ་སྒྲ་ལི། (ལེགས་སྐྱར) ཉེ་བར་འཁོར་ཞེས་བྱ་བ་སངས་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕགས་པ་ཉེ་
བར་འཁོར་རམ་ལྷ་སྒྲ་ལི་ཞེས་བྱ་བ་འབྲེག་མཁན་གྱི་རིགས་ཡིན་པར། བཟང་ལྷན་གྱི་རྟོགས་
པ་བཛོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་རྟོགས་བཛོད་བརྒྱ་པར་གསལ་ལོ། །

ལྷ་སྒྲ། (ལེགས་སྐྱར) 1 ལྷ་དབང་སྐྱག་ཆེན་པོའི་ཆུང་མའི་མིང་། ལོ་སྤྱི། དཀའ་བསྐྱོག་མ། རི་སྐྱེས་
རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། 2 ཟར་མ་ཞེས་པའི་སྡོ་སྤྲན་དེའི་མིང་ཡིན་པར་ཡང་བཤད།

ལྷ་མ་ཀུ་བུའློ། (ལེགས་སྐྱར) ཟར་མའི་མེ་རྟོག་

ལྷ་ཙ་ལིང་ག། (ལེགས་སྐྱར) བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་སྐྱག་ལག་
པ་སྟོང་བ་དང་། མིག་སྟོང་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་ཞིབ་མོ་ཞེས་བྱ་བ། རྒྱུད་ཙ་ཙ་ ༡༠བཤམས།
སྟོག་ཆགས་ལྷ་ཙ་ལིང་གས་ཟིན་པར་གྱུར་ན། ལྷ་བྱེ་ལ་ལན་བདུན་བརྒྱུ་བཛོད་བྱས་ཏེ། མ་
ཁར་བཏབ་ན་སོས་པར་འགྱུར་དོ། །ཞེས་གསུངས། ལྷ་ད་ཙ་ཉིང་ག་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་
དཔྱད་དོ། །

ལྷ་ཕི་ར། (ལེགས་སྐྱར) (འདུལ་བ) གསལ་ལྷན་ཏེ་རྩ་འདྲིས་མཁའ་འདྲིས་མའི་རྩ།

ལྷ་ཕི་རའི་རི། (འདུལ་བ) རྩ་འདྲིས་མ་སྐྱེ་བའི་རི། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༡༩བཤམས།
བྱང་དུ་ནི་ལྷ་ཕི་རའི་རི་ཞེས་བྱ་བའོ་ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་ནད་ནས་སོ། །ཞེས་གསུངས་

ཤིང་། གཞན་ཡང་གཞུང་མང་པོ་ན་དེ་ལྟར་གསལ་ལོ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷ་ཤི་
 རི་ཞེས་པ་རྩ་རྩེས་མཐམ་དེ་སྒྲེས་པའི་དེ། ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ལ་དབྱུང་པར་བྱ་སྟེ། ལྷ་ཤི་རི་ཞེས་
 པ་རྩ་རྩེས་མཐའི་དོན་ལ་འབྲེལ་ན་ “ལྷ་ཤི་ར” བཟོད་དགོས་ལ། རྩ་རྩེས་མ་སྒྲེས་པའི་རི་ལ་
 འབྲེལ་ན་ “ལྷ་ཤི་རའི་རི” ཞེས་བཟོད་དགོས་ཏེ། མཚོ་རྒྱུག་ལས། མའི་སོ་སོ་ཐར་པའི་འབྲེལ་
 པ་ལས་ལྷ་ཤི་ར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩེས་མཐའི་རྩ་བའོ་ཞེས་བཤད་ཅིང་དེ་ནི་ཆེད་དུ་བཟོད་པའི་
 ཆོམས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་རྩ་རྩེས་མ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་ལྷལ། (ལེགས་རྒྱུད་) བོད་རྣམས་དུ་བསྐྱུར་ན་སྟེང་སྟོང་ངམ་སྟེང་འབྱུང་ཟེར། དག་སྟོན་འབྲེལ་པར་
 གསལ། མེ་ཏོག་པར་མའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། པར་སྟོན་པོའི་མིང་། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི། མཛོན་
 བཟོད་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་ལས། རྩ་སྒྲེས་སྟོན་པོ་མའི་གདུ་བྱ། །དབང་མཚོག་སྟེང་འབྱུང་མིག་
 གི་གཉེན། ཞེས་གསུངས།

ལྷ་ལྷལ་ལྷ་བྱའི་གང་ཟག་རྒྱུད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ལྷའི་ཡ་གྲལ་ཏེ། རྒྱུད་ཀྱི་ཆོག་དོན་མ་
 ལུས་པ་སྒྲ་མ་ལས་ཐོས་ཤིང་། ཐོས་པའི་ཆོག་དོན་འཛིན་པ་ལ་ནི་མཁས་ཀྱང་། རིང་པོར་མི་
 ཐོགས་པར་བཟེད་པར་འབྱུང་བའི་གང་ཟག་གི་རིགས་ཤིག་སྐྱབ་བཤད་ནི། ལྷ་ལྷལ་རྩ་ནང་ན་
 གནས་པའི་ཆེ་ངེ་ཞེས་པོ་མང་པོ་འཛིན་ཞིང་རྩིང་པ་མེད་ལ། རྩ་ནས་བཏོན་མ་ཟག་རྩིང་ཞིང་ངེ་
 ཡལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་སྐད་ཅེས་ཟེར། རྩའི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྟགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཤོད།

ལྷ་ལྷལ་ལྟར་གསལ་ལ། གང་དཔྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱུག་པ་ནི། གང་རར་ཀྱི་ལྟགས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱིའི་སྟགས་
 མདོག་ལྷ་ལྷལ་ལྟར་སྟོན་པོར་རྒྱུང་ཞིང་ཆོམ་པ་ལྷ་འམ་བྱུག་ཏུ་གསལ་ཏེ་སྟག་བལྲལ་སྟོང་བའི་
 གང་དཔྱལ་ཞིག

ལྷ་ལྷལ་བསྐྱམས་པ། སྟོལ་མའི་མིང་།

ལྷ་ལྷལ་དམར་པོ། སྤྱིར་ལྷ་ལྷལ་སྟོན་པོ་དེ་གསལ་ཆེ་ཡང་ལྷ་ལྷལ་དམར་པོ་ཡང་ཡོད། མིང་གི་རྣམ་
 གངས་ནི། མཛོན་བཟོད་མཁས་པའི་ན་རྒྱན་ལས། ལྷ་ལྷལ་དམར་པོ་བྱུང་བ་དགལ། །དཔལ་གྱི་
 ལག་པ་དཔལ་ཁྲིམ་སོ། ཞེས་གསུངས།

ཡུལ་ལོ་མདོག་ཅན། (འདུལ་བ) <ཡུལ་ལོ་བརྒྱ> དག་སྒོར་མ་ཡུལ་ལོ་མདོག་ཅན་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་
གཟེགས།

ཡུལ་ལོ་བྱག་རྒྱ། བྱག་རྒྱ་ནི་ཐལ་མོ་ཁ་སྐྱར་ལ་གྱང་མོ་སྐྱད་ནས་བསྐྱར་བའི་ནང་དུ་སྤིང་ལག་
གཉིས་བཅུག་ལ་གྱང་མོ་དག་གི་རྒྱབ་དུ་མཇུ་བ་མོ་གཉིས་ལེགས་པར་བྱ་ཞིང་། མཐེ་བོང་
གཉིས་ནང་དུ་བཀྱག་པ་ནི་དེའི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་ན། ཡུལ་ལོ་བྱག་རྒྱ་ལོ། ཞེས་ཀྱང་ཀུམྲའི་
སྐབ་ཐབས། རྒྱད་འབྲེལ་༼ བུ ༡༡༥༽ན་གསལ་ལོ། །

ཡུད་ཅ་ཉིང་ག། (ལེགས་སྐྱར་) (འདུལ་བ) མཛོང་ཞིང་འགྲོ་བའི་སྒོག་ཆགས་ཤིག་སྟེ། ཁྱི་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་
པར་སྣང་། དེས་སོ་བརྒྱབ་ན་པོ་མཚན་ལང་ཞེས་འདུལ་བ་ལུང་རྣམ་འབྱེད་སོགས་ལས་
བཤད། དེ་ཡང་ཕོའི་དབང་པོ་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལྗེ་ཡོད་པར་བཤད་དེ། བཤད་བས་ཉེ་
བར་ཞོན་པ་དང་། གཅི་བས་ཉེ་བར་ཞོན་པ། རྒྱང་གིས་ཉེ་བར་ཞོན་པ། སྒོག་ཆགས་ཡུད་ཅ་ཉིང་
གས་ཟེན་པ། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་དཀྱིས་པ་དང་ལྗེའོ། །ལྗེ་པོ་འདི་སྟེ་དགོ་བཀའ་
འགྲུར་འདུལ་བ་༼ ཅ་བ ༡༽ལུང་རྣམ་འབྱེད་༽༤༥༥ལས་གསུངས། བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས།
ཡུལ་ལོ་ག་ཞེས་པ་ཁྱི་ཤིག་གི་མིང་དུ་བཤད་འདུག་པས་དེ་གཉིས་དོན་ཡིན་པར་སྣང་ཡང་
དབྱེད། འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་དབྱེད་བཅོམ་པ་ལྟ་བུ་ལའང་། ལོང་དུ་བཤད་པའི་ཕོའི་དབང་པོ་
ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལྗེ་ལས། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་དཀྱིས་པ་མ་གཏོགས་པ་
ལྷག་མ་བཞི་པོ་རྣམས་ཡོད་པར་གོང་གི་ཤོག་གངས་ཀྱི་ཐད་ཀྱི་ལུང་རྣམ་འབྱེད་དུ་གསུངས་
སོ། །འདི་ལ་ལོ་རྒྱས་སྟན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ། སྟོན་དབྱེད་བཅོམ་པ་ཞིག་ལ་གཡལ་པའི་སྐྱར་
གཞི་བྱང་ནས་སྟོན་པའི་སར་སོང་བ་ན། སྟོན་པས་ལུངས་མར་ཀྱིས་བསྐྱས་ལ་ཉེ་མར་ལྗེས་ན་
ནད་སོས་པར་འགྲུར་པོ་ཞེས་སྐྱས་པ་ན། དག་སྒོར་དེས་ཁྱིམ་བདག་ཅིག་ལ་ལུངས་མར་
བསྐྱངས་ཉེ། རང་གི་སྟོད་གནས་དབེན་པར་སོང་ནས་ལུངས་མར་ཀྱིས་ལུས་ལ་བསྐྱས་ཉེ་ཉེ་
མ་སྟོ་བཞེན་དུ་གཉིད་དུ་སོང་བ་ན། འབྲུ་ཡུད་ཅ་ཉིང་གས་རྒྱགས་ཉེ་པོ་རྟགས་འབྱེད་ནས་
ཡོད་པ་ན། བྱད་མེད་གཞོན་ཁུ་མ་ལུས་སྟོབས་ཆེ་བ་ལྷི་བ་འབྲུ་རུ་འོངས་པ་ཞིག་གིས་མཛོང་།

ནས། འདོད་ཆགས་ཆེར་སྐྱེས་ཏེ་དག་སྒོར་དེ་ལ་བཅན་གཡེམ་བྱས་ཀྱང་པམ་པའི་ལྷུང་བ་མ་
བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་དེའི་ཐད་དུ་གསལ་ལོ། །

ལྷུང་ཏེ་ག (ལེགས་སྤྱར) (འདུལ་བ) ལྷུང་ཅ་ཏེང་ག་དང་འབྲ།

ལྷུང་ཏེ་ཤ། (ལེགས་སྤྱར) གཙུག་ཏེར། ལྷུས་ཏེ་ཤ་ལྷ་བྱར་ས་སྤྱ་འཐོན་པར་བསྐྱལ།

ཨ། རོམ་ཆར་བ། ཏ་ལས་པ། ཡ་མཆན་པའི་ཆིག་ཨ།ཨེ་དང་དོན་གཅིག་རོ་བོས་ལོ་རྒྱ་བ་རིན་ཆེན་
བཟང་པོ་ལ། ཨ།ཁྱེད་ལྷ་བྱ་བོད་ན་བཞུགས་ནས་སྤང་བས། ཁོ་བོ་བོད་དུ་འོང་མི་དགོས་པར་
འདུག་པ་ལ་ཞེས་གསུང་ཞིང་། ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྤྱར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་བྱ།

ཨ་བ་འཐོན་སྟོན་དཔལ་འབྱོར་ལྷུན་གྲུབ། འཐོན་སྟོན་དཔལ་འབྱོར་ལྷུན་གྲུབ་དང་འབྲ།

ཨ་མྱ། (ལེགས་སྤྱར) འདི་སྐད། (དགེ་ལུགས) ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཆོན་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་
དེ་ཡང་ཨེའི་དོན་ནི། ཤེས་རབ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། ཨེའི་དོན་ནི་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས།
ཐིག་ལེའི་དོན་ནི། ཐབས་ཤེས་དེ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་སྒྱོར་བའོ། །དེ་ལ་དབྱེན། ཐོབ་བྱ་
འབྲས་བུའི་ཨ་མྱ། ཐོབ་བྱེད་ལམ་གྱི་ཨ་མྱ། འཕྲེན་བྱེད་ཀྱགས་ཀྱི་ཨ་མྱ་དང་གསུམ་མོ། །དང་
པོ་ཐོབ་བྱ་འབྲས་བུའི་ཨ་མྱ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཨེས་རྒྱད་གསུངས་པའི་གནས། མྱ་གྱིས་
རྒྱད་སྟོན་པ་པོ་བསྟན། མདོར་ན་ཨ་མྱ་གྱིས་གནས་དང་སྟོན་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་
ཐོབ་བྱེད་ལམ་གྱི་ཨ་མྱ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཨེའི་དོན་ནི། ཤེས་རབ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། མྱའི་
དོན་ནི་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོ། ཐིག་ལེའི་དོན་ནི། ཐབས་དེ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་སྒྱོར་
བའོ། །འཕྲེན་བྱེད་ཀྱགས་ཀྱི་ཨ་མྱ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཨེའི་དོན་ནི། དུམ་གྱི་རྩ་ག ཨེའི་དོན་
ནི་ཡལ་གྱི་དོན་ཅི། ཐིག་ལེའི་དོན་ནི། ལྷ་ཆོགས་པའི་སྤུལ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཅི་མེས་ས་
དཔའོ། །ཡལ་ཡུམ་གྱི་ཀྱགས་ཀྱི་ཨ་མྱ་གཉིས་སྤྱར་བས་ལམ་གྱི་ཨ་མྱ་འཕྲེན་པའི་ཐབས་
བསྟན། རྒྱས་པ་རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ན་གསལ། ཡང་ཆིག་རིས་རྩང་ཐད་མི་འབྲ་བ་ཞིག་ལ།
ཨེས་ (ཤེས་རབ་མའི་སྐྱེ་གནས་དང་འབྲ་བའི) ཆོས་འབྱུང་། མྱ་གྱིས་དེའི་ནང་གི་དབྱིས་
འཁོར་མཆོན་པར་བཤད་དོ། །མདོར་ན་ཨ་མྱ་གྱིས་རྒྱད་གང་དུ་གསུངས་པའི་གནས་བསྟན་

གྲོ། དེ་ཡང་གཞན་ཡང་ཨེ་ཤི་དེ་ཅ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སྤང་སྤིང་འཁོར་འདས་
ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་བཞུགས་པར་གྱུར་པའི་རྒྱུ་དེ་ལ་རགས་ལས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་
རྒྱུ་དེ་ཡང་བསྟན་ན། དབྱེད་ས་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རང་གདངས་ལ་འདུས། དེ་ཡང་ཨོ་ཨྱ་ཨྱུ་
གསུམ་ལ་འདུས། དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཨེ་ཤི་ཤི་ལ་འདུས་པས། ཨེ་ཤི་དེ་
ཅ་བ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་པར་སྤོང་དོལ་སྒྲ་མ་སོགས་གསུང་དོ། (བཀའ་བརྒྱུད) སྤང་
སྤིང་བྱེད་འཇུག་ནས་ཀུན་མཆོག་ལྷན་ཀྱི་སྤོང་བ་ཉིད་ཨེ་ཡིག་གི་དོན་དང་། རྒྱུ་ཆོས་གསུམ་
ལྷན་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ཨོ་ཡིག་གི་དོན་ཏེ། རྒྱུ་ཆོས་གསུམ་ནི། རང་བཞིན་འགྱུར་བ་མེད་པ།
རང་རིག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་གསུམ་མོ། །

ཨེ་མ། ཨེ་མའོ་དང་འབྲ།

ཨེ་མའོ། 1 རོ་མཚར་ཆེའོ། རྗེའི་གསུང་ལྟར་བཀོད། རོ་མཚར་བ། མད་དུ་བྱུང་བ། ཨ་ཅི། ཅི་འབྲ་ཡ་
མཚན་པ་ལ་ཨང་། ང་ལ་འང་འདི་འབྲ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་མ་བྱུང་སྤྲུམ་དུ་སྒྲོན་པ་ལ་ཟེར། འདུལ་བ་
ནས་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་ནས་པར་བཤད་པ་༼ ཚུ་༽ ༡༩༧༩ ལས། ཨེ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲིན་
འདོད་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་སོ། 2 རབ་ཏུ་དགའ་བ། ཤིན་ཏུ་དགའ་བ། ཤིན་ཏུ་
མགྲུ་བ། བྱུང་སྤྲན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས། ཨེ་མའོ་ནུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཨེ་མའི་སྤྲིན་
འདོར་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ཨེ་མ་ནོ། ཨེ་མའོ་དང་འབྲ།

ཨེ་རྒྱ། (ཞིགས་སྤྱར) ཚུ་ཤིང་ཨེ་རྒྱ་ཞེས་པ་འབྲས་བུ་སྤྲིན་ནས་འཆི་བའི་ཤིང་ཞིག་མཛོན་བརྗོད་
མཁས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས། ཤིང་ཨེ་རྒྱའི་མིང་། སྤྲུག་གི་མཇུག་མ་དེ་ཟེའི་ལག་ཤིང་མོ་ལྟ་བུ་བ་
སྤིང་པོས་སྤོངས། རྒྱུང་གི་གྲོགས་དང་རི་མོ་ཅན། རྒྱུང་པོའི་རྒྱ་བ་ཨེ་རྒྱའོ། ཞེས་གསུངས།
ཨེ་རྒྱ་ཡི་འབྲས་བུ། ཨེ་རྒྱ་ཡི་འབྲས་བུ་ནི་མེ་ཉོག་ཤར་ནས་འབྲས་བུ་མ་སྤྲིན་གོང་ས་ལ་བྱུལ་བའོ་
བའི་ཤིང་འབྲས་ཤིག་གི་མིང་སྟེ། སྤིང་པོ་མེད་པའི་དཔེའོ། 1༥ རྒྱལ་དབང་ལྟ་བུ་ཆེན་པོའི་རང་
ནས་དུ་ཀུ་ལའི་གོས་བཟང་ལས། སྒོ་བཏགས་སྤེང་མོའི་མི་གཅང་བྱུང་སོ་ལུས། སྤྲོད་ན་སྤྲན་

འགྱུར་ཅིན་ཆེན་རྒྱན་སྤྲུང་ནས། །རྒྱན་གྱི་གར་བསྐྱར་ལྟེ་བདེའི་བརྩོན་པ་ལ། །སྤྱིར་པོར་རྒྱུ་མ་
ཡང་ཨེ་ར་རྒྱ་ཡི་འབྲས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཨེ་ལའི་འདབ་ལྷ། (འདུལ་བ) འདུལ་བའི་བཅས་པ་སྤྱོད་འབྲུག་དུ་བསད་ན་ངན་སོང་གི་གནས་སུ་
སྤྱེས་ཏེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་སྤྱོད་བའི་དཔེ་ཞིག་སྟེ། ལུང་རྣམ་འབྲེད་༼ ༣ ༽ ༡༡ བཟུངས།
ཐུབ་པའི་བཀའ་ལུང་རྩལ་མིན་བསྐྱེད་བྱས་ན། །དུད་འགྱོར་འགྱོར་ཨེ་ལའི་འདབ་ལྷ་
བཞིན། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་འབྲེད་འབྲེད་༼ ༣ ༽ ༡༢ ༽ ལས། ཐུབ་བཅོམ་ལྷན་
འདས་ཐུགས་རྩེ་དང་ལྷན་པ་ཕན་པ་མཛད་པ་སྤྱོད་མེད་པའི་བཀའ་ལུང་བསྐྱེད་པ་རྩལ་མ་
ཡིན་ཁྱད་དུ་གསོད་པས་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་དང་བཅས་པ་ཅམ་ཡང་བསྐྱེད་བྱས་ན་
ཕལ་ཆེར་ངན་སོང་གི་ས་དུད་འགྱོར་བའི་སྤྱི་གནས་སུ་འགྱོ་བར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་གྱུས་པར་
བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། དེ་ཉིད་དཔེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཨེ་ལའི་འདབ་ལྷ་བཞིན་ཞེས་བྱ་
བ་གསུངས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་འོད་སྤངས་ཀྱི་དགེ་སྤོང་སྤོང་བ་པ་དེས་འཆག་པའི་ཆོ་མགོ་
སོའི་སྤྱིར་དུ་ཤིང་ཨེ་ལའི་འདབ་མས་རེག་པ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཁྱད་དུ་བསད་
དེ་ཤིང་ཨེ་ལའི་འདབ་མ་དེ་བཅད་པས་གཞི་དེས་དགེ་སྤོང་དེ་སྤྱི་ཨེ་ལའི་འདབ་ཅེས་བྱ་བར་
སྤྱེས་ཏེ། མགོ་ལ་ཤིང་ཨེ་ལའི་བྱང་ཅིག་སྤྱེས་ཤིང་དེ་འགྲུལ་བ་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་མི་
བཟད་པ་རྩལ་པ་ཆོ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་སྟེ། དེ་ནས་ཁྲག་དང་རྒྱག་གི་རྒྱན་འབབ་པ་ཟས་སུ་ཟ་
བར་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྩེའི་སྤོམ་གསུམ་རྣམ་གཞག་ཐུབ་བསྟན་གྱི་
དོར་ལྷན་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །སྤྱིའི་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་ཤེས་
འདོད་ན་འདི་ལྟར། འདུལ་བ་ལུང་ཐོན་ཆོགས་༼ ༣ ༽ བ་ ༡༣༠བཟུངས། ཡང་དེའི་ཆོ་བཅོམ་
ལྷན་འདས་ འཁོར་བརྒྱ་ཐག་དུ་མའི་མདུན་ན་བཞུགས་ཤིང་ཆོས་སྟོན་ཏོ། །འཁོར་དེ་དག་
གིས་སྤྱིའི་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་མཐོང་ངོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་ངོ་མཆར་དུ་
གྱུར་ཏེ་མིག་བཟང་ནས་ཉོག་པ་རྣམ་པ་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱེས་ཏེ། ཁ་ཅིག་ནི་འདི་རྒྱད་དུ་ཤེས་ལྷན་
དག་རྒྱལ་པོ་འདི་ག་ལས་འོངས་པ་ཞིག་ཅེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་ཤེས་ལྷན་དག་གང་

ལ་འདི་ལྟ་བུའི་འབྱོར་བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་ཡོད་པ་འདི་རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་གྱི་སའི་སྤྲེང་གི་སའི་
དབང་ཕྱག་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་འདི་རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་གྱི་སྤྲེང་དབང་པོ་
བརྒྱ་བྱིན་བཙུག་ལྟན་འདས་ལ་བལྟ་བའི་བྱིར་འདིར་འོངས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ན་གང་དག་
ཆགས་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་དེ་དག་གིས་དེ་མཐོང་ནས་བདག་གྲང་འདི་འདྲ་བར་ནམ་ཞིག་
འཕྱར་ཞེས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་རོ། །དེ་དག་དེ་ལྟར་རྣམས་པ་དུ་མར་རྟོག་པ་ན་སྤྲེང་རྒྱལ་པོ་ཨེ་
ལའི་འདབ་བཙུག་ལྟན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་བ་དང་། བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱི་ཞབས་
ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་གོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་པ་དང་།
བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་སྤྲེང་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ལ་འདི་སྐྱད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་རྟོ། །སྤྲེས་བུ་
སྤྲེན་པོ་ཁྱོད་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲེང་གི་བསྐྱབ་པའི་མཆོམས་ལས་
འདས་པས་སྤྲེང་སྤྲེ་གནས་སྤྲེད་པར་སྤྲེས་ན། ད་ངའི་འཁོར་ཡང་བསྐྱབ་པར་འདོད་དམ་ཅེ་སོང་
ལ་སྤྲེལ་བ་ཐོང་སྟེ་རང་གི་ཆ་ལུགས་ཀྱིས་ཤོག་ཤིག་ །དེས་གསོལ་བ། བཙུན་པ་བདག་དང་།
སྤྲེམ་པ་པོ་ཁོར་མཆིས་པས་ལ་ལས་བདག་ལ་གཞོད་པ་བཀྱིས་སུ་མཆིའོ། །དེ་ནས་བཙུག་
ལྟན་འདས་ཀྱིས་གཞོད་སྤྲེན་ལག་ན་རྟོ་རྟེ་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ལག་ན་རྟོ་རྟེ་སོང་ལ་སྤྲེང་རྒྱལ་
པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ལ་བསྐྱབ་པར་གྱིས་ཤིག་ །བཙུན་པ་དེ་ལྟར་འཆལ་ལོ་ཞེས་གཞོད་སྤྲེན་ལག་
ན་རྟོ་རྟེས་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱི་ལྟར་མཉན་ནས་སྤྲེང་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་བསྐྱབ་པ་ལྟར་
ལེན་ཅིང་བྱི་བཞིན་འབྲང་རོ། ། །འདུལ་བ་ཐུན་ཆོག་པ་ཀྱི་གཞི། བམ་པོ་ཉི་ཤུ་ལྟ་བུ། དེ་ནས་
སྤྲེང་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱི་སྤྲེན་སྤྲེན་སོང་སྟེ་རང་གི་རང་བཞིན་དུ་
མངོན་པར་བསྐྱར་ནས་མཐུག་མ་ནི་རྟོ་འདྲི་གན་འདུག་ །མགོ་བདུན་པོ་ནི་སྤྲེ་ཆ་སྤྲེ་ཆ་འདུག་
སྟེ། མགོ་རེ་རེ་ལ་སྤྲེན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྣམས་པར་སྤྲེན་པས་ཐུབ་པའི་ཤིང་ཨེ་ལ་སྤྲེས་པས་ཀྱང་ནས་
སྤྲེན་བུའི་རིགས་བརྒྱ་ཐུག་དུ་མས་ནི་གང་། སྤྲེང་བུའི་ཆོག་པ་དུ་མ་ནི་ཤིང་ཞིང་འབབ། རྣག་
དང་ཐག་གི་བྱི་མནས་ཞིང་རབ་དུ་མནས་པ་ནི་འདྲི་གོ། །དེ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་
མཐོང་ན་མིག་བསྐྱར་བ་དེ་ལྟ་བུར་ལུས་བསྐྱར་ནས། བཙུག་ལྟན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་

སྤྱི་གས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆའ་ཏེ་སྤྱི་གས་གཅིག་ཏུ་འདུག་པ་
 དང་། འཁོར་དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཆུལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱིས་མཐོང་ན་མི་འདོད་པ་ཕིན་ཏུ་
 འཛིགས་སུ་རུང་བ། འདོད་ཆགས་དང་མ་བཤམ་བ་འཛིགས་པ་དང་། ལྷ་དན་དང་། སྤྱི་བར་
 རྒྱུད་པ་ཆེ་ཞིང་གས་པ། རྒྱུ་བ་པ། མཐོང་ས་མེད་པ། ལ་དོག་གི་རྣམ་པ་དང་དབྱིབས་ཀྱི་ཁྱད་
 བར་དུ་མ་དང་ལྷན་པ་མཐོང་དོ། །མཐོང་ནས་ཀྱང་སྤྱི་གས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་
 ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྲར་མཆིས་པ་ཕིན་ཏུ་
 འཛིགས་སུ་རུང་བ་འདི་གང་ཞིག་ལགས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སླུལ་པ། དག་སྤོང་
 དག་འདི་ནི་འཁོར་ལོས་སྤྱི་བའི་ཆ་ལྷགས་འཆང་ཞིང་འདི་དུང་དུ་འོངས་པ་གང་ལ་ཁྱེད་
 ཀྱིས་འཁོར་བའི་སྤྱི་ཁྱེད་པར་འདོད་པས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ད་ལྟའི་ལུས་
 འདི་ནི་མི་འདོད་པའི་ལས་ཀྱི་ཉེས་པས་མཛོན་པར་བྱུང་བ་རང་བཞིན་པ་ཡིན་མོ། །སྤྱི་མ་ནི་
 སྤྱི་ལ་པ་ཡིན་མོ། །དེ་དག་གིས་ལས་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཐོས་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་སྤྱིས་ཏེ་ཅང་མི་ཟེར་
 བར་འདུག་གོ། །དེ་ནས་སྤྱི་ཆུལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་
 གསོལ་རྟོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་བདག་ལུང་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་བདག་
 ལུང་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སླུལ་པ། སྤྱི་དབང་པོ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་
 ལོ་བརྒྱད་ཁྲི་པར་གྱུར་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་ལོ་བརྒྱད་ཁྲི་ཐུབ་པ་ན་སྤྱི་བ་བྱམས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ། སངས་
 རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་སྤྱི་མ་བཞིན་ཏེ།
 དེས་ཁྱོད་ལ་ལུང་སྤྱོད་པར་འབྱུར་རོ། །དེ་ནས་སྤྱི་ཆུལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་བཅོམ་ལྷན་འདས་
 ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆའ་ནས་དེ་ཉིད་དུ་མི་སྤང་བར་གྱུར་རྟོ། །དག་སྤོང་དག་གི་
 ཆོམ་སྤྱིས་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་མཛད་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་
 པ། བཙུན་པ་སྤྱི་ཆུལ་པོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱིས་ལས་ཅི་ཞིག་བགྱིས་ན་ལས་དེའི་རྣམ་པར་སྤྱི་
 བས་སྤྱི་ཆུ་གནས་སྤྱི་དང་སྤྱི་ནས་ཤིང་ཨེ་ལ་མགོ་ལ་སྤྱིས་པས་ཀྱང་ནས་སྤྱི་དུའི་

རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་ནི་གང་། སྤང་མའི་ཆོགས་དུ་མ་ནི་ཤིང་ཞིང་འབག་ རྒྱག་དང་ཁྲག་གི་
དྲི་མན་མ་ཞིང་རབ་དུ་མན་མ་བ་ནི་འཛག་པའི་སྤྱག་བསྐལ་འདི་ལྟ་བུ་འདི་ཉམས་སུ་སྤོང་
ལགས། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་བ། དགོ་སྤོང་དག་སྤྱི་རྒྱལ་ལོ་ཨེ་ལའི་འདབ་
ཀྱིས་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་བ། ཆོགས་རྟེན་བ། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ། འོད་པ་བཞེན་དུ་
ཉེ་བར་གནས་པ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་རྒྱལ་ལོ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱིས་ལས་བྱས་ཤིང་
བསགས་བ་གཞན་སུ་ཞིག་གི་སྤོང་བར་འགྱུར། དགོ་སྤོང་དག་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་བ་
དག་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སའི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་མི་འགྱུར། རྒྱུ་ཡོངས་ལ་མ་ཡིན། མའི་
ཁམས་ལ་མ་ཡིན། རྒྱུ་གི་ཁམས་ལ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ལས་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་བྱས་པ་
དག་ནི་ཟེན་པའི་ཕྱང་ལོ་དང་། ཁམས་དང་། སྤྱི་མཆོད་དག་ཁོན་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པར་འགྱུར་
ཏེ། བསྐྱལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་རྣམས་སུ་ཡང་། །ལས་རྣམས་རྒྱུད་ཟར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཆོགས་ཤིང་
དུས་ལ་བབ་བ་ན། །ལས་ཅན་རྣམས་ལ་འབྲས་བུར་སྤྲིན། །དགོ་སྤོང་དག་སྤོན་བྱུང་བ་བསྐྱལ་
བ་བཟང་ལོ་འདི་ཉིད་ལ་སྤྱེ་དགའི་ཆེ་ལོ་ཉི་ཁྱེ་བྱབ་པ་ན་སྤོན་པ་འོད་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་རིག་པ་དང་
ཞབས་སུ་ལྷན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་བ། འཛིག་རྟེན་མཁུན་བ། སྤྱིས་བྱ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་སྤྱར་
བ་ཆོན་མེད་བ། ལྟ་དང་མི་ རྣམས་ཀྱི་སྤོན་བ། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་འཛིག་རྟེན་དུ་
བྱུང་སྟེ། དེ་གོང་ཁྱེར་སྤྱ་ཁ་ཤ་སྤྱིའི་བྱང་སྤོང་སྤྱ་བ་རི་དགས་ཀྱི་ནགས་ན་གནས་ཤིང་བཞུགས་
སོ། །དེའི་བསྐྱར་བ་ལ་འདི་རབ་དུ་བྱུང་ནས་སྤྱེ་སྤོང་གསུམ་དང་ལྷན་པ་སྤོང་བ་བར་གྱུར་ཏེ། དེ་
དབེན་པའི་ཕྱོགས་ཤིག་ན་ཤིང་ཨེ་ལའི་བྱུང་དུ་འཆགས་བཅས་ཏེ། དེ་དེ་ན་འཆགས་པའི་དཔལ་
བར་ཤིང་ཨེ་ལའི་འདབ་མས་ཐོག་པ་དང་། དེས་དེ་མནགས་སོ། །རི་ཅོམ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་
ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ངལ་ཏེ་འཆགས་པ་ན་དེའི་དཔལ་བ་ལ་དེའི་འདབ་མས་ཐོག་
པ་དང་། དེས་དེ་ལ་ཁྲིས་ཏེ་བཅད་ནས་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་དུམ་བྱ་དུམ་བྱར་བྱས་ཏེ་ལོར་
ནས་འདི་རྒྱད་དུ་སྟོག་ཀྱང་མེད། འཆོ་བ་ཡང་མེད་པ་འདི་ལ་བཙུག་ལྷན་འདས་འོད་སྤང་གིས་
ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་གཟིགས་ན། གང་གི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་བཅས་ཞེས་ཀྱང་སྤྱིས་སོ། །དེས་

ཁྲིས་ཏེ་བསྐབ་བ་བྲལ་བས་ལུས་ཞིག་ནས་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཏེ་མགོ་ལ་ཤིང་ཨེ་ལ་
 སྐྱེས་པས་སློན་བུའི་རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་ནི་གང་། སྐྱང་མའི་ཚོགས་དུ་མ་ནི་མྱིང་ཞིང་
 བབ། རྣལ་དང་ཁྲག་གི་ཁྲི་མན་ཞིང་རབ་ཏུ་མན་པ་ནི་འཛག་གོ། །དགོ་སྒྲོང་དག་རི་སྐྱེས་དུ་
 སེམས། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་དགོ་སྒྲོང་སྡེ་སྡོད་གསུམ་བ་སྒྲོང་བ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྐྱེའི་རྒྱལ་
 སོ་ཨེ་ལའི་འདབ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་འདིས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ལོང་
 སྤང་གི་བསྐྱབ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་རབ་ཏུ་ཁྲིས་ཏེ་བསྐབ་བ་བྲལ་བའི་ལས་དེའི་རྣམ་པར་
 སྐྱེན་པས་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཏེ།མགོ་ལ་ཤིང་ཨེ་ལ་སྐྱེས་པས་ཀྱུན་ནས་སློན་བུའི་
 རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་ནི་གང་།སྐྱང་བུའི་ཚོགས་དུ་མ་ནི་མྱིང་ཞིང་བབ། རྣལ་དང་ཁྲག་གི་ཁྲི་
 མན་ཞིང་རབ་ཏུ་མན་པ་ནི་འཛག་གོ། །དགོ་སྒྲོང་དག་དེ་ལྟར་ན་ལས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱེན་པ་ཡང་གཅིག་ཏུ་གནས། །གཅིག་ཏུ་དཀར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་གཅིག་ཏུ་
 དཀར། །འཕྲེན་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་འཕྲེན་མའོ། །དགོ་སྒྲོང་དག་དེ་ལྟ་བུས་ན་ལས་གཅིག་ཏུ་
 གནས་པ་དང་། འཕྲེན་མ་དག་སྤངས་ཏེ་ལས་གཅིག་ཏུ་དཀར་བ་དག་ཁོན་ལ་བརྩལ་བར་བྱ་
 རྟེ། དགོ་སྒྲོང་དག་ཁྱིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསྐབ་པར་བྱའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐྱད་ཅེས་
 བཀའ་སྤྱུལ་བ་དང་། དགོ་སྒྲོང་དེ་དག་ཡི་རངས་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་
 མངོན་པར་བསྟོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱ་བཤད་ནི། འདི་ལ་འདབ་སྐྱ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་
 མཚན་ནི། ཤིང་ཨེ་ལ་སྐྱ་ཏེ་ལའི་འདབ་མ་བཅད་ནས་སྐྱར་སྐྱེས་པས་ན་དེ་སྐྱད་ཅེས་བརྗོད་
 དོ། །ཨེ་ལ་རྒྱ་སྐྱད་སོར་བཞག་འདྲ་ཞིང་སྐྱར་ལམ་དུ་ཏེ་ལ་དང་དོན་གཅིག་པར་བཤད་པས་
 བཞག་གོ། ཞེས་དཔུལ་ཆུ་གསུང་དོ། །

ཨེ་ཁྱེ་རྟེ། (ལེགས་སྦྱར) རྩེར་སྒྲོན་རྩེར་སྒྲོན། བསྐྱུག་རྩེ་ནི། ཨེ་ཏེ་ཡ་རྟེ། ཡང་ན། ཨེ་ཏེ་ལྷ་བུར་
 བསྐྱུག་དགོས།

ཨེ་ཨེ། ཨེ་དང་འདྲ། ཨེ་ལ་གཟིགས།

ཨེ་ཨྱོ། (ལེགས་སྦྱར) འབྱེད་བུ་ཉིས་བཅེགས་དང་ན་རོ་ཉིས་བཅེགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་འདི་རྣམས་ལ་གེ་

ཤ་ཅན་ཟེར། དེ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱུག་ཚུལ་ནི། ཨེ་ཨེ་ཨོ་ཨུ་ཞེས་པར་བསྐྱུག ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར། ཨེ་ལ་ཨེ་ཨེ་དང་། ཨོ་ལ་ཨོ་ཨུ་ཞེས་བསྐྱུག་པར་བྱའོ། །འདི་གཉིས་ནི་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་
ཡི་གེ་ཡིན་པས། མིག་འཕྲུལ་པ་གསུམ་གྱི་ཡུན་དུ་བསྐྱུག་པར་བྱའོ། ཞེས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་
ཆེན་པོ་རྣམས་གསུང་ངོ། །

ཨར་ཏི་ནི། (སོག་སྐད) རེན་པོ་ཆེ་སྟེ་སོག་པོས་བོད་ཀྱི་སྒྲ་ཆེན་འགའ་ཞིག་ལ་ཕུལ་བའི་གོ་སའི་མིང་
ཞིག་སྟེ་རྒྱ་ལྷ་རྒྱུ་ཆག་པར་བཤད།

ཨོ་རྒྱན། ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་དང་འདྲ།

ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ། ། ཨོ་རྒྱན་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ “ཨོ་ཏེ་ཡ་ན” ལུང་ཆག་པ་སྟེ་འཕྱར་འགྲོ་ཞེས་
བའོ། །དེ་ཡང་ཨོ་ཏེ་ཡ་ན་བསྐྱུས་ནས་ཨོ་ཡན་ཟེར་བ་བྱུང་། དེ་ལྷ་རྒྱུ་ཆག་ནས་ཨོ་རྒྱན་བྱུང་
བར། རྩེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཛོའི་ལམ་རིམ་ཐེན་ཐེན་སྟེ་སྟེ་ཕུང་བ་ལྟར་བོ། །ཡང་ན། ཨོ་ཏེ་བྱ་བའི་
རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རིགས་ཡིན་པས་ཨོ་ཏེ་ཡ་ན་བྱ་བ་གྲགས་ཟེར་བའང་ཡོད། དེ་ནི་བ་ཀི་སྟན་
གྱི་ (Pakistan) ཡུང་བ་ “པེས་ཤ་ཤར” (Peshawar) ནས། མ་ལ་གྲུན་ཐ་ (Malakand) ཏུ་
འགྲོ། དེ་ནས་རྒྱ་ཁྱེད་ཀྱིས་སྟེ་ཞེས་པའམ། ས་པད་ (Swat) བྱ་བའི་ཡུང་བར་སླེབས་
ཤིང་དེ་ནི་ཨོ་རྒྱན་གྱི་གནས་སྟེ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཀ་སྒྲིར་ (Kashmir) ཞེས་པའི་ཡུང་
བའི་ཁུབ་ངོས་སུ་ཡོད་ཅིང་རྒྱལ་པོ་ཨོ་རྒྱ་ལྷ་ཏི་བྱོན་པའི་ཡུལ་དང་། སློབ་དཔོན་པ་རྒྱ་འབྱུང་
གནས་གང་དུ་འབྱུངས་པའི་ཡུལ་ཡང་ཡིན། ཨོ་ཏེ་ཡ་ན་ལ་ཆོག་འབྲེལ་བྱེད་ཚུལ་གཉིས་ཏེ།
རྒྱལ་ཁབས་རིག་པས་བསྐྱོར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གསེར་གྱི་ཐང་མ་ལས། ཨོ་ཏེ་བྱ་བའི་རིགས་
རྒྱུད་ཀྱི་མི་ཡིན་པས་ཨོ་ཏེ་ཡ་ན་བྱ་བ་གྲགས་ཟེར་བ་དེ་བདེན་ནས་སྟུམ། རང་རེས་འཕྱར་
འགྲོ་བྱ་བའི་དོན་དུ་བཤད། ཅེས་གསུངས། དེའི་མཁུག་ཏུ། མདོར་ན་ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་གྱི་
སྡེངས་བཀོད་ཅམ་ཞིག་གཟིགས་པར་འདོད་ན་ནི། མ་ལ་གྲུན་གྱི་ཡུང་བ་དེའི་ནང་དུ་ཡར་ལ་
གཞུང་ཆུ་བརྒྱུད་ནས་པེབས་པར་ཞུ། གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ཡུལ་
དེའི་ངོ་མཆར་ཐམས་ཅད་མཛོང་བར་འདོད་ན་ནི། དེར་མ་སོང་བའི་སྟོན་དུ་བྲག་ཕུག་ཅིག་ཏུ་

བཞུགས་ལ། སྦྱོར་བ་ཡན་ལག་དྲུག་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོན་པར་བྱ། དེ་འདྲ་གང་
 ཡང་མ་བྱས་པར། བྱལ་ཆེན་ལྷ་བ་པས་གཟིགས་པ་ནས་ས་རང་གི་མ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་
 གྱིས། གནས་འདི་ནས་ས་བརྩུན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཅིས་ཀྱང་མི་གསུང་བར་བྱ། ཞེས་མཁས་
 དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་སྦོན་དང་ད་ལྟར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་དང་ཞིབ་བསྟར་གྱིས་
 ཡིད་ཆེས་མེར་ངེས་ཀྱི་ཁུངས་སྒྲེལ་ར་སྦྱོད་དེ་བྱིས་བྱིན་པ་མཛད་འདུག་ཅིང་། མ་ཟད་ཁོང་
 རང་གནས་དེ་དག་ཏུ་དངོས་སུ་མེབས་སྟོང་ཡོད་པས་ཡིད་ཆེས་པར་རིགས་སོ། ཁོང་ནི་རྒྱ་
 གར་གྱི་ནང་པའི་གནས་ཆེན་འདི་ལ་མེབས་མ་སྟོང་བྱ་བ་མེད་ཅིང་། རྒྱ་གར་ཅན་མ་ཟད་ལྷོ་
 ལྷན་ཚུན་ཆད་ལ་མེབས་ནས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཁོད་ཀྱི་དེབ་ཐེང་ཡང་མཛད་ཡོད། རྒྱ་གར་
 དང་པ་གི་སྤྱན་གྱི་ས་བཟའ་ལ་བལྟས་ན་གོང་གི་ས་གནས་དེ་དག་ཆོགས་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་
 གྱེད་བྱལ་གོ། 12 དེབ་སྡོན་ལས་ཡུལ་དབུས་ནས་བྱང་དུ་དཔག་ཆད་ཉིས་བརྒྱ་སྟུང་ཅུ་ན་ཨོ་
 ཁྱིའི་ཡུལ་ཡོད་པར་བཤད་དེ། དེབ་སྡོན་སྟོད་ཆ་༤༤ལས། དེ་ནས་སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་
 བཅའ་བའི་བྱིར་ཡུལ་དབུས་ནས་བྱང་དུ་དཔག་ཆད་ཉིས་བརྒྱ་སྟུང་ཅུ་ན་ཨོ་ཁྱིའི་ཡུལ་
 ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། 13 ཡང་དཔལ་ལོ་གཅུག་ལག་གྲེང་བའི་ཆོས་འབྱུང་མཁས་
 པའི་དགའ་སྟོན་ལས། མཉན་ཡོད་ནས་དཔག་ཆད་སྟུང་བརྒྱ་ན་ཨོ་རྒྱུན་གྱི་ཡུལ་ཡོད་ཅེས་པ་
 ཅན་ལས་གསལ་ཁ་གང་ཡང་མེད། 4 ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། ཨམ་ཟ་ན་ནི་སྤྱན་ (Afghanistan)
 དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཀ་སྤྱིར་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཡོད་པའི་ཆོད་དཔག་གྱེད་མཁན་ཡང་ཡོད། ཨམ་
 ཟ་ནི་སྤྱན་གྱི་ཡུལ་དུ་གནའ་བོ་ནང་པའི་བསྟན་པ་དར་བའི་མངོན་རྟགས་ཆེ་ཤོས་ནི། བྱག་རི་ལ་
 བརྒྱུས་པའི་སངས་རྒྱུ་གྱི་སྦྱོར་བརྩུན་ཐོག་བཅེགས་མང་པོ་ཅན་རེ་བྱང་ཉེ་དུས་ (ཕྱི་ལོ་༡༠༠༧)
 བར་མངོན་སྟུང་དུ་མཛུལ་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། ཨི་སི་ལམ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་
 འཛིགས་སྒྲུལ་རིང་ལུགས་པ་ “ཐ་ལེ་རྟན” ཞེས་བྱ་བ་གདུག་རྩལ་ཆེ་ཞིང་རང་གི་ཆོས་
 ལུགས་མ་གཏོགས་ཆོས་ལུགས་གཞན་གང་ལའང་བཅི་བཀྱར་སྟེ་ཅན་མེད་པའི་སྐྱོ་སྐྱེའི་
 རིགས་དེ་དག་ལ་འཇུག་ (Japan)སོགས་ནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོས་ཁྱེད་མེད་སྟུལ་

རི་ཅམ་བྱས་ཀྱང་བརྒྱུག་མ་ཐུབ་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་མེ་མདའ་བརྒྱབ་
ནས་ཞིག་ཀྱལ་ཏུ་བཏང་། གཏོར་བཤིག་གཏོར་བའི་གནས་ཚུལ་ཅམ་ག་ཐུགས་མཐོང་སློབ་
འཕྲིན་བརྒྱད་རྒྱུད་བསྐངས་བྱས་སོང་། དེ་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པར་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་
རང་ཐོག་ཏུ་སྒྲིན་ཏེ་ཨ་རིའི་བྲག་པོའི་དབྱུང་དམག་གིས་ཨལ་རྩ་ནི་སྤྲོན་ནང་དབྱུང་འདུག་བྱས་
ཏེ་ཁོང་ཅག་ལ་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གཏོར་མོལ་བྱས་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་ཐམས་ཅད་
ཀྱིས་ཁོང་ཆོར་སྤྲིང་ཆོས་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་རེད། རང་གི་སྟོན་བ་དང་ཆོས་ལུགས་
ལ་ངན་སྐྱས་ཅུང་ཟད་བྱེད་མཁན་བྱུང་ན་དམར་གསོད་གཏོར་རྒྱུད་ཉེན་བདུན་གཏོར་ཁིང་།
གཞན་གྱི་ཆོས་ལུགས་དང་སྟོན་པའི་སྐུ་བརྒྱན་ཅ་ཆེ་དེ་དག་གཏོར་བཤིག་གཏོར་བར་ཡང་
བག་ཆ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་འདི་ཡང་། ཀུན་གྱི་མདུན་དུ་རང་ཉིད་སློབ་གཟུ་བོར་མི་གནས་
ཤིང་སྐྱ་སྐྱའི་ངང་ཚུལ་ཡིན་པར་གསལ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། ཁོང་ཅག་ལ་འཛམ་གླིང་མི་
དཔངས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་མི་ཐོབ་པའང་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་ལོ། དེར་སངས་
སྤྲིད་གཞུང་གསར་པའི་དེ་དག་སྤར་གསོ་བྱེད་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་བཀོད་གྱི་ཡོད་འདུག བྱི་ལོ་
༡༠༠༧་ཕྱི་ཆེ་བཅུ་གཉིས་པའི་དུས་དེབ་National Geographic ཞེས་པའི་ནང་། བྲག་ངོས་སུ་
བརྒྱུན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྒྱན་དེ་དག་དང་ཉེ་འཁོར་གྱི་བྲག་ལུག་གི་དགོན་པ་ནམས་
ནང་པའི་དགོ་འདུན་པ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ལྔ་པའི་ནང་བཞེངས་པའི་གནས་ཚུལ་
འཁོད་འདུག མདོར་ན་ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་བཞི་ཅམ་སྤང་
བ་དེ་དག་ལས། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས་པ་ཉིད་ཡོད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་
མཐོང་ངོ། །

ཨོ་རྒྱན་གཏོར་བདག་གླིང་པ། ཨོ་རྒྱན་གཏོར་བདག་གླིང་པའམ་བརྒྱ་གར་དབང་འགྲུར་མེད་རྡོ་རྗེ།
ལྷ་རྒྱལ་མཚོག་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་སློབ་མ་ཡིན་པར། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་རང་རྣམ་སྤྲིག་
རྒྱུའི་བདུད་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་ན་མན་གསལ།

ཨོ་ཏརྟ་བྱ་ལྷོ་ (ལེགས་སྦྱར) འཕུར་བྱེད་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཞེས་པ་སྟེ། པ་ཏ་ན་Patna ནས་ར་རི་གི་རི་Rajgri-

ha ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་དུ་བེ་རྒྱ་ཤ་རིབ་ཟེར་བའི་མེ་འཁོར་གྱི་མིང་ལ་སྒྲེབས་ཤིང་དེ་ནས་བྱུབ་
 ཏུ་བལྟས་ན་བྲག་རི་ལེབ་མོ་ཞིག་མཐོང་བ་དེ་ཨོ་ཏྭ་ལྷ་རྩེ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཤུལ་ཡིན་
 ཟེར། ས་འདི་ཡིན་ཟེར་བ་ཙམ་ལས་གནས་ཤུལ་ལ་སོགས་པ་མི་སྣང་། རི་འདི་ནི་རྒྱ་རོ་བའི་
 བཞུགས་གནས་ཤུལ་ཏེ་བྱ་བ་དེ་ཡིན་པར་ཐེ་ཆོམ་མི་འདུག་སྟེ། ཆག་ལོའི་ནམ་ཐར་དུ་རྒྱ་
 ལེ་རྒྱའི་བྱང་རོས་ཆ་འཕོག་ཅིག་གི་ས་ན་རི་དེ་ཡོད་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་བྱང་ན་རི་འདི་
 གཅིག་ཤུ་མ་གཏོགས་ཡེ་མེད་ལ། རིའི་དབྱིབས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མགོ་གྲག་པ་ལྟར་
 ཡོད་པས་མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དང་ཡང་འགྲིག་ཅེས་སོགས་གསུངས། ཨོ་ཏྭ་ལྷ་རྩེ་རིའི་གཙུག་
 ལག་ཁང་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་མི་རྒྱར་ནང་སྤར་ནང་བའི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་།
 སྤེལ་ལོ་༡༡༤༣ ལོར་ཁ་ཆེའི་དམག་དཔོན་ཨིག་ཏི་ཨུ་རན་མ་སུ་ཡེ་མན་ནས་ཅ་མེད་དུ་གཏོར་ཏེ་
 (ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དུ། ཨོ་ཏྭ་ལྷ་རྩེ་རིར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་མང་པོ་ཞིག་བསད། དེ་
 དང་བེ་ག་མ་ལྷོ་ལ་གཉིས་ཅར་བཤིག་ ཨོ་ཏྭ་མི་རྒྱ་རིའི་ཤུལ་དུ་སྟག་གཟིག་གི་རྩོང་བཅས།
 ཞེས་འབྱུང་བ་ལ་བཞགས་ན་སྟག་གཟིག་པས་བཤིག་པ་གསལ་པོ་འདུག་པས། ལྷ་སྐབ་པས།
 ཁ་ཆེའི་དམག་དཔོན་གྱིས་བཤིག་གསུངས་པ་བདེན་པར་སྣང་ངོ། དེར་སང་དགོན་ཤུལ་ཙམ་
 ལས་མེད། ཅེས་ལྷ་སྐབ་པའི་རྒྱལ་རབས་ (སྒྲིགས་བཅ་དང་པོ་ཤོག་གངས་༡༡) ན་དགོན་
 ཤུལ་ཡོད་པ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། ས་
 འདི་ཡིན་ཟེར་བ་ཙམ་ལས་གནས་ཤུལ་ལ་སོགས་པ་མི་སྣང་ཞེས་གསུངས་སོ། །གང་ལྟར་
 ཡང་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྟེ་བཅུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ། སྐབ་དཔོན་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་
 གསུམ་གྱིས་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་བཞེངས་སུ་བཙུག་པའི་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་
 ཁང་གི་དཔེ་མཛད་སའི་ཨོ་ཏྭ་ལྷ་རྩེ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་
 དེའོ། རྩོ་མོ་ཨ་ཏི་ཤ་ཡང་ཨོ་ཏྭ་ལྷ་རྩེ་རིར་ལྷ་མ་རྣམ་རྟེན་ཏལ་ས་ཀྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་
 མོ་ལོ་བཙུ་གཉིས་སུ་གསལ་ནས་བཞུགས་ཕྱིང་ཡོད་ཅིང་། གཙུག་ལག་ཁང་འདི་སྟོན་ནང་
 པའི་དགེ་བསྟན་ཞིག་གིས་རོ་ལངས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱབས་ནས་དེའི་གསེར་ལ་བརྟེན་ནས་

བཞེངས་པར་བཤད་དེ། དེའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། སྔོན་རྒྱལ་པོ་གོ་སྤང་ལ་དང་དེ་མ་སྤང་ལའི་བར་
མཆོམས་སྟུ། མ་ག་རྒྱའི་ཕྱོགས་ཤིག་ན་སྤུ་སྟེགས་ཁྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་སྟགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་
ལྷུ་ཅིང་བྱང་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་ན་རྒྱ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་རྒྱལ་དང་ཀྱི་དངོས་ལྷུ་བ་
སྤྲུབ་པ་ལ་ཕྱོགས་ལུས་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་ནད་མེད་ལ་ལུས་ལ་དཔལ་པོའི་མཆོན་མ་དགུ་ཡོད་པ།
དགུ་བདེན་པར་སྤྲུབ། ཆོལ་ཞིང་དཔལ་བ། གཡོ་སྤྲུ་མེད་པ། བཟའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་
མཁས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལས་གཞན་མ་ཆེད་པ། བྱང་པའི་དགེ་བསྟེན་ཞིག་ལ་ཁྱད་ཆོས་དེ་
དགུ་འདུག་པ་མཛོང་ནས། དེ་ལ་ང་ཡི་སྤྲུབ་གཡོག་གིས་ཞེས་སྤྲུས་པས། ང་སྤུ་སྟེགས་པའི་
སྤྲུབ་གཡོག་མི་ཁྱེད་ཟེར། རྣལ་འབྱོར་པས། ང་ཡི་སྤྲུབ་གཡོག་ཁྱེད་པ་ལ་སྤུ་སྟེགས་པ་ལ་
སྤྲུབས་སྤྱི་འགྲོམ་དགོས། ལོངས་སྟོང་ཟེར་མི་ཤེས་པ་འབྱུང་བས་ནང་པའི་ཆོས་དར་བར་
བྱས་པས་ཆོག་གི་མེད་ཅེས་སྤྲུས་པས། དགེ་བསྟེན་གྱིས་དེ་བདེན་པར་འདུག་ཀྱང་ང་ཡི་སྟོབ་
དཔོན་ལ་དེས་ནས་འོང་ངོ་ཟེར། སྟོབ་དཔོན་ལ་ཁུས་པས་གནང་སྟེ་དེའི་སྤྲུབ་གཡོག་བྱས། རྒྱ་
ལངས་འབྲུབ་ཏུ་ཉེ་བ་ན་སྤུ་སྟེགས་པ་ན་ཤེ། རྒྱལ་དང་སྟེ་ཕྱིར་གཡུགས་ཏེ་བྱུང་ན་གཟུང་
དགོས་ཏེ། ལན་དང་པོ་ལ་ཟེན་ན་དངོས་ལྷུ་བ་ཆེན་པོ། བར་པ་ལ་འབྲིང་། ཐ་མ་ལ་ཆུང་དུ་
འབྲུབ། ལན་གསུམ་པ་ལ་མ་ཟེན་ན་རྒྱལ་དང་པོ་འདེད་གཉིས་གསོད། དེ་ནས་ལུལ་
མི་རྣམས་མེ་རེ་ནས་བསད་ནས་ལུལ་ཁམས་སྟོངས་པ་ཅན་དུ་འབྱོར། དགེ་བསྟེན་གྱིས་
ལན་དང་པོ་གཉིས་པ་གཉིས་ལ་མ་ཟེན། གསུམ་པའི་སྐབས་རྒྱལ་དང་པོ་འདེད་ཀྱི་ཕྱིར་བྱུང་བ་ན་སོ་
བཏབ་པས་ཟེན། དེ་ནས་ལྷེ་རལ་གིར་བྱུང། ལུས་གསེར་དུ་སོང་ངོ། །དགེ་བསྟེན་གྱིས་རལ་
གི་ཐོག་ཏེ་བསྐྱོར་བས་ནས་མཁའ་ལ་འབགས་པ་ན། སྤུ་སྟེགས་པ་ན་ཤེ། ངས་རལ་གིའི་དོན་
དུ་རྒྱལ་དང་བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས་རལ་གིར་ལ་སྟོང་ཅིག་ཟེར། དགེ་བསྟེན་གྱིས་ངས་བཏྲང་
མོ་ཞིག་བཏྲས་ནས་འོང་ངོ་ཟེར་ནས་མེ་རལ་གི་ཅེ་མོར་ཕྱིན། རལ་གི་ཁོང་རང་ལ་སྤྲད་པས།
སྤུ་སྟེགས་པ་ན་ཤེ། ལུས་གསེར་དུ་སོང་བ་འདི་ཁྱོད་རང་གིས། ལུས་པ་ལ་མ་སྟག་པར་ཤི་
ཐད་ནས་ཆོད། འདིས་ཆང་རིན་དང་། སྤྲད་འཆོང་གི་དོན་སོགས་རྒྱལ་མིན་གྱི་ལས་ལ་མ་སོང་

བ་གྲིས། རང་གི་འཆོ་བ་དང་དགེ་བའི་ལས་ལ་སྦྱར་ན་དེ་རིང་བཅད་པའི་ཤུལ་དུ་དོན་ལུ་བ་
 གྲིས་ཏེ་ཟད་མི་ཤེས་པ་ཡོང་ཟེར། ཁོང་རང་རལ་གྱི་ཐོགས་ནས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སོང་ངོ་། དགེ་
 བསྟེན་གྲིས་རོ་ཡངས་གྱི་གསེར་ལ་བརྟེན་ནས། ཨོ་ཏྭ་ ལུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པ་
 ཡིན། དགེ་བསྟེན་གྲིས་ནམ་མཁའ་ལ་ཕྱིན་ནས་རི་རབ་སྤྲིང་བཞི་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་བཀོད་པ་
 ལྟར་བཞེངས། དེ་ལ་མུ་ཁྲ་མི་ཀ་ཞེས་ཐོགས་སོ། །ལྷ་ཁང་དེ་བཞེངས་དུས་རྒྱལ་པོ་སྟོན་པོ་
 སོགས་སུ་འབྲོགས་ལ་ཡང་མ་བརྟེན་བར། ལྷ་ཁང་ཅིག་མཁན་གྱི་བཟོ་བའི་སྟོ་སྟོ་ཆུ་གྱི་ཡོན་
 རྒྱ་རྒྱལ་རོ་ཡངས་གྱི་གསེར་བཅོངས་པ་ཁོ་ནས་གྲུབ་ཅིང་། གསེར་དེས་དགེ་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་
 དང་། དགེ་བསྟེན་ལྷ་བརྒྱའི་འཆོ་བ་སྦྱར་ཏེ། དགེ་བསྟེན་དེ་ཉིད་མ་ཤིའི་བར་དུ་ཁོ་རང་གིས་ཆོས་
 གཞི་བསྐྱངས། འདའ་བའི་ཆོ། གསེར་འདིས་རེ་ཞིག་གཞན་ལ་ཕན་མི་ཐོགས། མ་འོངས་པ་ན་
 སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་ཞེས་གཏེར་དུ་སྤྲས་སོ། །འོ་རྒྱལ་འདི་སྤྱི་བཞེད་ཞབས་བཏགས་
 མ་༣༤དང་། ཏཱ་ར་ལྷ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་༣༡༣དང་། ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་
 རྒྱུགས་བཅ་སྟོད་ཆ་ཤོག་གངས་༣༣ན་གསལ་བ་ལྟར་ངོ་། ། (ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་
 སྟོན་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྱི་བཞེད་ཞབས་བཏགས་མ་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་བཀོད་སྤྱང་ངོ་)

ཨོ་ཏེ། (ལེགས་སྦྱར) ཨོ་ཏེ་བེ་ཤ་དང་དོན་འདྲ།

ཨོ་ཏེ་ཡ་ན། (ལེགས་སྦྱར) ཨོ་རྒྱན་དང་འདྲ།

ཨོ་ཏེ་བེ་ཤ། (ལེགས་སྦྱར) ཨོ་ཏེ་བེ་ཤ་འཇམ་ག་ལི་རྒྱ་ཞེས་པ་ཨོ་རི་ས་ Orissa ཞེས་པའི་ཡུལ་དེ་ཡིན་
 བེང་། ཡུལ་དེ་སྟོན་གསང་སྤྲགས་དར་བའི་གནས་ཡིན་ཞིང་ད་དུང་ཡང་དེར་ནང་བའི་སྤྲགས་
 ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡོད་ཅེས་ཟེར། ཡུལ་དེར་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་དང་ཉེ་བ་ན་གྲོང་ཁྱེར་སུ་རིན་ཏེ་
 གན་རྒྱ་ཐ་བའི་ཁྲབ་འཇུག་གི་ལྷ་ཁང་རོ་མཚར་ཅན་དེ་ཡོད། ཅེས་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་
 ཆོས་འཕེལ་གྱི་རྒྱ་གར་གནས་ཡིག་ནང་གསལ། ཡང་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་སོགས་མཁས་
 པ་གཞན་གྱིས། ལྷ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་ཤིང་ཏྲ་བཅུ་པའི་ཡུལ་ན་སྤྱི་བཞེད་ཞབས་བཏགས་ཇི་ལིང་ག་ལུ་མ་ལྷ་
 སུས་མཚན་བ་ཡོད་པ་བཞེད་དོ། །

ཨོ་མོ་སྤ། <སོག་སྒྲིང་> ཀྱང་པའི་གོ་ས། ཀྱང་ཤུབ་ས།

ཨོ་སྤ་སྤ། <སོག་སྒྲིང་> ཨོ་མོ་སྤ་དང་འབྲ།

ཨོ་རི་ས། <རྒྱ་གར་སྒྲིང་> ཨོ་ཁྱི་པེ་ཤ་དང་དོན་འབྲ།

ཨོང་དོ། <ཨ་མ་དོའི་སྒྲིང་> རྒྱབ་ཆོས། རྒྱབ་ཤ། རྒྱབ་ཤ་དོག་དོག་འཕོངས་ཆོས། འཕོངས་ཤ།
འཕོངས། རྒྱབ། རྒྱབ་ཆོས་དང་འཕོངས་ཆོས་ཞེས་པའི་ཆོས་ནི་འབྱར་འབྱར་དང་དོག་དོག་གི་
དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི། དཔེར་ན་མ་ཁུར་ཆོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཨོ་ཁྱི་ཡ་ན། (ལེགས་སྒྱུར་) ཨོ་ཁྱི་ཡ་ན་དང་འབྲ།

ཨོ། (ལེགས་སྒྱུར་) 1 ལེགས་སྒྱུར་གྱི་ཨོ་ནི་གྲུས་འདུད་དང་ཕྱག་འཆའ་བ་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་
སྟེ། ལེགས་སྒྱུར་གྱི་ ཀླུ་མཆོད་ཀྱི་ ཞེས་པ་རབ་སྤྱུགས་ཀྱི་ཕྱག་འཆའ་བ་དང་ཨོ་ཡིག་གི་
དོན་ཡིན་པར། སོ་བོད་སྒྲིང་གཉིས་ཤུར་གསེར་གྱི་བྱེད་མཛེས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
དང་། བོད་པས་བཟུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཟེར་བའི་ཆོད་དུ་རྒྱ་གར་པ་རྣམས་འཆོས་འདི་བྱེད་
ཆོད་ཀྱི་ཞེས་བཛོད་པ་གྲུས་འདུད་དང་ཕྱག་འཆའ་བ་མཆོན་བྱེད་རེད། ཡང་། སྒྲར་ཐང་ལོ་
རྩའི་སྤྱུགས་ཀྱི་བཟླ་གསལ་སྤྱ། ཨོ་ནི་བཟུ་ཤིས་པ་དང་གཡང་གི་དོན་དུ་བཤད་ཡོད།
དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ས་གར་དང་མཆོད་གར་གྱི་སྤྱུགས་དོན་བརྟེན་ལུངས་ལྟར་
བདུད་ཅིའི་ཐེགས་མ་ལས་ཀྱང་། ཨོ་ནི་སྤྱུགས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་དང་བསྒྱུར་ན་རབ་སྤྱུགས་སམ་
སྤངས་ཤིག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད། 2 ཡང་། འདི་ལ་ནོར་བུ་འཛིན་པའི་སྤྱུགས་ཞེས་
ཀྱང་ཟེར། ཨོ་ལ་ཨ་ཁུ་མ་གསུམ་ (འདི་ཅུང་ཟད་གོ་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། བོད་ཡིག་ལ་ཨྲ་
ལི་སྟོག་ཞུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མ་མཛོད་པས། དེ་ནི་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། སི་
ཏུ་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་དབྱར། ལེགས་སྒྱུར་ལྟར་ཨ་ཨི་འདུས་པས་ཨི་སོགས་སུ་འགྱུར་བར་ཁས་
ལེན་དགོས་པའི་སྟོན་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཤིས་པར་འགྱུར་ཀྱི། དཔེར་
ན་ཨ་དང་ཨྲ་འདུས་པ་ལས། ཨོ་ཞེས་བྱུག། ཨ་དང་ཨི་འདུས་པས། ཨི་ཞེས་བྱུག་པ་ལྟ་བུའོ།
འདུས་པས། སྤྱི་གསུང་སྤྱུགས་གསུམ་མཆོན། དེ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཨོ་གྱིས་རྟོག་

གསུམ་དབྱེར་མེད་མི་བྱེད་པ་མཆོན། སྤྱགས་དེའི་མཆོན་དོན་འབྲས་པའི་སྒྲོན་མ་དག་ཏུ་བརྟེན་
ན་བསོད་ནམས་མང་དུ་སྤྱད་པས་ནོར་བུ་འཛིན་པའི་སྤྱགས་ཞེས་བརྟེན་དེ། རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་ཅེས་
ལས། ཨོྫ་ནི་ཅེ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། །མཆོག་དང་ནོར་དང་དཔལ་དང་གཡང་། །སྤྱལ་བཟང་
ནམ་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། །དམ་བཅའ་བ་དང་བཀའ་ཤིས་དོན། །ནོར་བུ་འཛིན་པའི་སྤྱགས་སུ་
བརྟེན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །ཡི་གེ་གསུམ་པོ་དོན་ཅེ་གསུམ་དུ་འདོག་ཚུལ་སྤྱལ་ལྷན་
བྲགས་པས། ཨ་མེ་བསྐྱོད་པ། ལྷ་སྤང་མཐའ། མ་ནམ་སྤང་དུ་བཞེད། ལོ་རྒྱུ་བ་འགའ་ཞིག་
གིས། ཨ་རྟེ་རྩ་ཚ་ལུས། ཨ་ཙ་ར་དག ཨི་མན་ཙ་ཡིད་དུ་འདོད་ཅེས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་
གསུངས་སོ། །ཞེས་དཔལ་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ས་གར་དང་མཆོད་གར་གྱི་སྤྱགས་དོན་བརྟེན་
བཀོལ་ཁུངས་ལྷན་བདུད་རྩིའི་ཐེགས་མ་ལས་གསུངས་སོ། །3 ཡང་། བཀའ་ཤིས་པ་དང་གཡང་
གི་དོན་ཡིན་པར་སྤང་ཐང་ལོ་རྒྱུ་བ་གསུང་། འདི་འདོན་པ་ནམས་ལ་བཀའ་ཤིས་པ་སྟེ་བར་ཆད་
མི་འབྱུང་ཞིང་། མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་འབྱུང་བར། མཆོ་རྒྱུ་ན་གསལ། ཡི་གེ་འདི་དང་
ཨ་ཐ་ཞེས་པ་གཉིས་སྟོན་ལྷ་ཆངས་པའི་ཁུར་ཆོས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ཚུལ་ཡང་དེའི་ཐད་དུ་
གསལ། ས་བརྩུ་པའི་གཟུངས། རྒྱུད་། ཙ་བ་ ༡༥༧༧ལས། གསང་སྤྱགས་ཨོྫ་ཞེས་བྱ་བ་
འབྲས་མེ་འཕོས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ་བར་འབྱུང་ལོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ཨོྫ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱལ་མའི་གཟུངས་སྤྱགས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི། ཨོྫ་དང་སྤྱུ་ཏེ་ཡོངས་
བྲགས་ལྟར་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱལ་མ། རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནད་ནམས་ལས་སྐྱེ་བར་མཛད་མ།
རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱུར་དུ་མཛད་མ་ཞེས་པའོ། །དེས་ན་སྤྱིར་པོ་བསྐྱུས་ན། རྗེ་བརྩམས་སྤྱལ་མ་ལ་བོད་ནས།
འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱུས་ལས་སྤྱུར་དུ་བསྐྱུབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་པའོ། །དཔལ་
ལྷན་ཆོས་པ་བྲགས་པའི་གསང་འདུས་སྟོན་གསལ་༡༡༧༧པ་ལས། “རྒྱུ་རྒྱུ་” ནི་སྤྱལ་བ་སྟེ། སྤྱག་
བསྐྱུས་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་སྤྱལ་བར་མཛད་པས་ན་སྤྱལ་མའོ། །རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནད་ནམས་
ལས་སྐྱེ་བར་མཛད་པ་སྟེ། རྒྱུ་ནི་ཉམ་ཐག་པའོ། །དྲོ་ནི་སྤྱིར་པའོ། །རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་

677

འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཚུལ་སོགས་མི་འདྲ་བ་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་ས་འདི་ཁོ་ནར་མ་དེས་སོ། །མ་
ཁིའི་གཟུངས་སྒྲགས་འདི་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་བར་གསུངས་ཏེ། སློབ་དཔོན་ལྷ་སྦྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་ « འཕགས་པ་འཇིག་
ཉེན་དབང་ལྷག་ཡི་གེ་བྲུག་པའི་སྦྱབ་ཐབས » བསྟན་འགྲུར་རྒྱུད་༼ ལུ་པ ༡༡༣ན༥ ལས།
དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གསང་སྒྲགས་
འདི། །རྒྱུད་མི་འཆད་དུ་བརྒྱབ་བར་བྱ། །ཞི་མཁེ་བ་སྤྲེལྲྀ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མ་ཁིའི་པན་ཡོན་ནི།
ཟམ་ཉོག་གཤོད་པའི་མདོ་༼ ར་པ ༡༤༣ཅན༤ ལས། སེམས་ཅན་གང་དག་ཡི་གེ་བྲུག་པའི་
རིག་སྒྲགས་ཆེན་མོ་འདི་འཛེབ་དུ་བབྱིད་པ་དང་། ཉན་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། བསམ་པ་
ལྷག་པས་འཛིན་པ་དེ་དག་ནི་བསོད་ནམས་དང་ལྡན་པ་ལགས་སོ། །བཀའ་སྒྲུབ་པ། རིགས་
ཀྱི་བྱ་གང་ཡི་གེ་བྲུག་པའི་རིགས་སྒྲགས་ཆེན་མོ་འདི་འདྲིར་འཇུག་པ་དེས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཤུང་པོ་
བརྒྱུད་ཁི་བཞི་སྟོང་འདྲིར་འཇུག་པར་འགྲུར་པོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱེ་བཅོས་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྒྱལ་པ་རབ་དང་མཉམ་པའི་ལྷའི་གསེར་རིན་པོ་ཆེ་ལས་
བྱེད་ཅིང་བྱས་ནས་ཉིན་གཅིག་བཞིན་དུ་རིང་བསྐལ་འཇུག་པ་དེའི་འབྲས་བྱ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་
ནི་ཡི་གེ་བྲུག་པའི་རིགས་སྒྲགས་ཆེན་མོའི་ཡི་གེ་འབྲུ་གཅིག་གི་འབྲས་བྱ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་
ཅམ་སྟེ། ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པོ། །ཐར་པ་ཤིན་དུ་གནས་པའོ། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་སོ། །དམ་ཆོས་བརྒྱ་དཀར་པོའི་མདོ་ལས་ཀྱང་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་
བརྒྱ་དཀར་པོ། བས་པོ་བཅུ་གསུམ་པ་སྟེ་ཐ་མ། དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་
ཆེན་པོ་རྫོགས་མི་ཟད་པ་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ། རྒྱ་གོས་སྒྲག་པ་གཅིག་དུ་གཟུར་ནས་བྱས་མོ་
གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་གཙུགས་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གཡ་དེ་ལོགས་སུ་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་
བཏུད་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྦྱར་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་ལྷག་ཅིའི་སྐད་དུ་སྦྱར་རས་
གཟིགས་ཀྱི་དབང་ལྷག་ཅེས་བབྱི། དེ་སྐད་ཅེས་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱང་

རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྐོ་སྐོས་མི་ཟད་པ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་
 ཏོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། འདི་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་དེ་སྟེང་ཅིག་སྤྱག་བསྐལ་གང་
 དག་སྟོང་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས། གལ་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་
 རྒྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་གི་མིང་ཐོས་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཕྱང་པོ་དེ་
 ལས་ཡོངས་སུ་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། སེམས་ཅན་གང་དག་བྱང་རྒྱལ་སེམས་
 དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་གི་མིང་འདྲིན་པ་དེ་དག་གལ་ཏེ་
 མེད་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོར་སྦྱང་ནང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་
 ཆེན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་གི་གཟི་བརྩིད་ཀྱིས། མེད་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོར་བ་རྩ་འབར་
 བ་ལས་དེ་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། གལ་ཏེ་རྒྱུང་དག་གིས་ཁྱེད་ལ། བྱང་རྒྱལ་
 སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་སྤྱག་ལ་བོས་ན། རྒྱུང་དེ་
 དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཉིང་རྩྱགས་པར་བྱེད་རོ། །རིགས་ཀྱི་
 བྱ། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་གྱུར་ཞུགས་ཏེ། འཕྱོན་བྱ་
 དང་། གསེར་དང་། འོར་བྱ་དང་། ལྷ་ཏིག་དང་། བེ་རྒྱུ་དང་། རུང་དང་། མན་ཤེལ་དང་། རྩི་
 སྟོང་པོད་དང་། རྩ་བྱ་དང་། རྩུག་དང་། ལྷ་ཏིག་དམར་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱིར་དོང་བ་དེ་རྣམས།
 རྒྱང་ནག་པོས་སྤོན་མེད་སྤྱིང་དུ་འཕངས་བར་གྱུར་ལ། དེ་ནས་སེམས་ཅན་གཅིག་འགའ་ཞིག་
 གིས་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་ལ་བོས་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤོན་མེད་སྤྱིང་དེ་ནས་
 ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། དེའི་བྱིར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་
 རྒྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་རྒྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་ཅེས་བཏགས་སོ། །རིགས་ཀྱི་
 བྱ། གལ་ཏེ་གསལ་དཔར་བཞི་བ་ལས་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱག་ལ་བོས་ན། གཤེད་མ་དེ་
 དག་གི་མཆོན་དེ་དག་དུམ་བུ་དུམ་བུར་ཆག་ཅིང་གྲུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་
 སོ། །རྒྱལ་མཆོག་བདུན་པ་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་འཕགས་བསྟོད་ལས། ཁྱེད་ཀྱི་མཆོན་
 ཡང་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་གང་ཐོས་འདྲིགས་པ་ཞི་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་མདོ་འདི་

ཉིད་ལ་ཁུངས་གཏུགས་པར་སེམས་སོ། །སྤྱན་རས་གཟིགས་ཕྱག་བཞེས་སྤྱུ་མདོག་དང་
ཕྱག་མཆན་གྱི་མཆོན་དོན་ནི། སྤྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ནི། སྤྱན་གྱིས་མ་གོས་སྤྱུ་མདོག་
དཀར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་སྤྱན་གྱིས་མ་གོས་པས་མཆོན་དོན་དང་། ཡང་ན།
ཆོས་སྤྱི་མ་མེད་པ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བའི་བད། དབུ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་དང་དབུའི་
གཙུག་ན་སངས་རྒྱས་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས་བཞུགས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡོན་
ཏྲན་དང་ལྷན་པའི་བད་མའི་རིགས་འཛིན་པའི་མཆོན་དོན། ཕྱག་བཞེས་ནི། ཆད་མེད་པ་བཞེས་
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་བད་དང་། ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྤྱོར་
བ་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དོ་ཞེས་པའི་མཆོན་
དོན་དང་། གཡས་ཀྱི་ཕྱག་གཉིས་པས་ནོར་བུ་རྒྱ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་རིན་པོ་ཆའི་འཕྲེང་བ་
བསྐྱམས་པ་ནི། འཕྲེང་ཐག་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཁོར་མོར་ཡོད་པ་བཞེས་དུ། ཉམས་ཐག་པའི་
འགྲོ་བ་ལ་དུས་ཀྱི་ཕྱགས་ཇི་ཆེན་པོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འཇུག་པར་མཆོན། ཞབས་
གཉིས་ནི། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་ཐབས་ཤེས་བྱང་འཇུག་གིས་མཉམ་པར་བཞུགས་པའི་བད། རིན་
པོ་ཆའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། འདོད་ཡོན་མ་སྤངས་པར་ཆོས་ཉིད་ལ་རོལ་པའི་
རྒྱན་དུ་ཤར་བའོ། །ཡང་ན། འདོད་པའི་ཡོན་ཏྲན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་ཞེན་མེད་དུ་སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་དང་ཚུལ་བསྟན་པའི་བད། ཉི་ཁྲ་བད་མའི་གདན་ལ་བཞུགས་པ་ནི། འགྲོ་བ་
སེམས་ཅན་ལ་ཐུགས་ཇི་ཉི་ཁྲ་ལྟར་ཕྱོགས་རིས་མེད་པ་དང་། བད་མ་འདམ་གྱིས་མ་གོས་པ་
ལྟར་འཁོར་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་གོས་པའི་བདའོ། ། « འཕགས་པ་སྤྱན་
རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་གི་བསྟོད་པ » དག་སྟོང་མ་དབལ་མོས་མཛད་པ་བསྟན་འགྲུར་
རྒྱུད་འབྲེལ་༩ ལུ ༡༡༥ བཀའ་སྤྱོད་ (འདི་ནང་སྤྱན་རས་མང་པའི་བསྟོད་པ་བཞུགས་) ཆོས་
ཉིད་ཐུགས་རྒྱུད་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྤྱོར། །ཐུགས་ཇི་རྒྱན་ཆད་མེད་པས་འཕྲེང་བ་
འཛིན། །ཡི་དུགས་བཀྲེས་སྒྲོམ་སེལ་པའི་མཆོག་སྤྱིན་ཕྱག་ །ཕྱག་གཡས་འཁོར་ལོ་བསྐྱམས་
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འཁོར་བས་འདམ་གྱིས་མ་གོས་བསྐྱུ་བསྐྱམས། །ཞེས་དང་། ཐུགས་ཇི་

མཐར་ཕྱིན་བྱུག་སྟོང་འགྲོ་ཞུགས་སྟོང་། །ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཅི་མེད་སྐུན་སྟོང་ག་ཐེགས་།
 འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྟོང་པ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བསྐྱོན་བསྐྱེས་བྱ་ཚུལ་ནི།
 རྒྱ་མ་དང་སྐུན་རས་ག་ཐེགས་དབྱེར་མེད་དུ་སྐྱོན་པའི་སྐུགས་ཀར་རྒྱ་བའི་སྟེང་དུ་སྒྲིལ་གྱི་
 དཀར་པོའི་(སྒྲིལ་ཀར་པོས་སྐུན་རས་ག་ཐེགས་)ཀྱི་སྐུགས་མཆོན། དེ་ཡང་། རྗེ་མཆོན་ཀྱི་སྐུགས་
 མཆོན་པའི་ཡི་གེ་ཞིག་སྟེ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཅིད་ཡའི་བསྐྱེས་ཆོག་སྟེ། སྟོང་དང་། སྟོང་གོ། སྟོང་
 ག་སྐུགས་བཅས་ལ་འཇུག་སྟོག་ཚུལ་ནི་ཉི་རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་བསྐྱེས།) མཐར་ཡིག་བྱུག་གིས་
 བསྐྱོར་བ་ལ་དམིགས་ཏེ་བསྐྱོན་བསྐྱེས་བྱ་དགོས། ཅུང་ཟད་སྟོང་། དེ་ནས་ཞུགས་སྦྱར་གི་རོ་
 མོ་ཡིག་དཀར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ། ལྷའི་ང་རྒྱལ་དང་འཆི་ལྷས་ཀྱི་
 སྐུག་བསྐྱེས་སེལ། དོན་བྱུབ་ཀྱི་རོ་པོ་མ་ཡིག་ལྷང་ཁུ་ལས་འོད་ཟེར་ལྷའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ།
 ལྷ་མ་ཡིན་ཀྱི་ཐུག་དོག་དང་འཐད་ཆོད་ཀྱི་སྐུག་བསྐྱེས་སེལ། རིན་འབྱུང་གི་རོ་པོ་ཉི་ཡིག་སེར་
 པོ་ལས་འོད་ཟེར་སེར་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ། མིའི་འདོད་ཆགས་དང་སྟེ་ག་ན་འཆིའི་སྐུག་
 བསྐྱེས་སེལ། མི་བསྐྱོད་པའི་རོ་པོ་བད་ཡིག་སྟོན་པོ་ལས་འོད་ཟེར་སྟོན་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ།
 དུད་འགྲོའི་གཏི་སྐུག་དང་བཀོལ་སྟོད་ཀྱི་སྐུག་བསྐྱེས་སེལ། འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རོ་པོ་མེ་ཡིག་
 དམར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་དམར་པོའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་བརྒྱུ་སེམས་དང་བཀྲེས་
 སྐྱོན་ཀྱི་སྐུག་བསྐྱེས་སེལ། རྩ་མེ་འཆང་གི་རོ་པོ་རྩྭ་ཡིག་སྟོན་པོ་ལས་འོད་ཟེར་སྟོན་པོའི་
 ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ། དཔྱལ་བའི་ཁོང་ཁོད་ཆོ་གང་གི་སྐུག་བསྐྱེས་སེལ་བའི་དམིགས་པ་མ་
 ཡེངས་པར་བྱའོ། །སྟོན་པ་ལ་མི་དགའ་བའི་གང་ཐག་ལ་གོང་དུ་བཞག་པ་ལྟར་དང་། ཡང་
 ཅུང་ཟད་སྟོ་བར་འདོད་ན་འོག་ཏུ་དུལ་ཆུ་རྩ་ལྟེ་འཛིགས་སྦྱར་སྐུན་རས་ག་ཐེགས་རྒྱ་མའི་
 རྣལ་འབྱོར་དེ་བཏོན་ནས་མ་ཉི་འབྲེན་ནའང་པན་ཡོན་ཆེན་པོ་འཐོབ་པོ། །༡༡། །ན་མོ་གྲུ་
 ལོ་གི་ཤར་ཡ། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་
 ཉི་སྐུབས་སུ་མཆོ། །བདག་གིས་སྟོན་སོགས་བཀྲེས་པ་འདི་དག་གིས། །འགྲོ་ལ་པན་བྱིར་
 སངས་རྒྱས་འབྲུབ་པར་ཤོག །ལན་གསུམ། རང་གི་སྤྱི་པོར་བད་དཀར་རྒྱ་བའི་སྟེང་། །རྩ་བའི་

ལྷ་མ་མགོན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །སྤྱ་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་བ། །དང་པོའི་
ཕྱག་གཉིས་ཕྱག་ས་ཀར་ཐལ་མོ་སྤྱར། །གཡས་པས་ཤལ་འཕྲེང་གཡོན་པས་བད་དཀར་
འཛིན། །རིན་ཆེན་རྒྱན་དང་དར་གྱིན་བཟས་སྤྲུབས། །ཞབས་གཉིས་རྩྭ་རྩེ་སྤྱིལ་ཁྱུང་གིས་
བཞུགས་པའི། །གནས་གསུམ་ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་མཆོན་འོད་ཟེར་གྱིས། །རང་བཞིན་གནས་ནས་སྒྲ་
མ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །སྤྱན་བྱངས་སྤྱབས་གསུམ་ཀྱན་འདུས་རོ་བོར་གྱུར། །ཅུ་བའི་ལྷ་མ་
སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ལ། །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །དངོས་
བཤམས་ཡིད་སྤྱལ་མཆོད་པ་མ་ལུས་འབྲུལ། །ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྲིག་ལྷུང་ཐམས་ཅད་
བཤགས། །སྤྱེ་འཕགས་དགེ་བ་རྣམས་ལ་རྗེས་ཡི་རང། །འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་དུ་ལེགས་
བཞུགས་ནས། །འགྲོ་ལ་ཆོས་འཁོར་མ་ལུས་བསྟོར་དུ་གསོལ། །དགེ་ཀྱན་རྩོགས་པའི་བྱང་
རྩལ་ཆེན་པོར་བསྟོ། །སྤྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ལྷ་མ་ལྷག་པའི་ལྷ། །མགོན་པོ་སྤྱན་རས་
གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
གྱི། །མགོན་སྤྱབས་དབྱུང་གཉེན་དམ་པ་མཛོད་དུ་གསོལ། །དེ་ལྟར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་
བཏབ་པའི་མཐུས། །འཕགས་པའི་ཕྱག་ས་ཀར་སྤྲོད་སྤྲིལ་གམཐར། །ཡི་གེ་དྲུག་པས་
བསྟོར་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན། །བབས་པས་ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་བཀྲས། །རང་
ཉིད་སྤྱན་རས་གཟིགས་སུ་གསལ་བ་ཡི། །ཕྱག་ས་ཀར་འོད་གྱིས་སྟོད་བཅུད་སྟོན་སྤྱངས་
ཏེ། །སྤང་བྲག་རིག་གསུམ་འཕགས་པའི་གསང་གསུམ་དུ། །འཁྲེར་བའི་རྣལ་འབྱོར་མཆོག་ལ་
གནས་པར་གྱུར། །ཨོྭ་མ་ཏི་བསྐྱེདྱེ། །བརྒྱ་སྟོར་བརྒྱ། །འདིས་མཆོན་རང་གཞན་དུས་གསུམ་
དགེ་བའི་མཐུས། །ལྷ་མ་སྤྱན་རས་གཟིགས་གྱིས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྤྱག་བསྐལ་གསུམ་གྱིས་
མནར་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །འཕྲོད་པའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོར་བདག་གྱུར་ཅིག། །བདག་སོགས་
ཆེ་འདིའི་སྤང་བ་འགགས་མ་ཐག། །འོད་དཔག་མེད་མགོན་ཕྱག་ས་ཀར་རྗེའི་ལྷགས་གྱུ་ཡིས། །ཉེར་
བྱངས་བདེ་བ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་ལས། །སྤྱིས་ནས་བྱང་རྒྱལ་ལྷུང་འཛོལ་པར་ཤོག། །གནས་
སྤྱབས་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ལུས་སེམས་བདེ། །ཆོས་མིན་བསམ་སྟོར་དན་པ་མི་སྤྱེ་ཞིང་། །ཆོས་

འབྱོར་བདེ་དགེས་ཉག་ཏུ་འཆོ་བ་སོགས། །བདེ་སྦྱིད་དབལ་ལ་རོལ་བའི་བཟ་ཤིས་ཤོག །ཅེས་
 བ་འདི་ཡང་དགེ་སློང་རྩམ་རྩ་བའི་བཅ་གསུམ་པར་མཉམ་ཅིག །ཆེ་འདས་སྤྲུག་ལྟའི་
 ཆེད་དུ་བཞེངས། །རྩོགས་སོ། །གོང་གི་སྤྲང་གྲག་རིག་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་མ་མལ་པའི་
 གཟུགས་དང་སྤྲང་ཤེས་པ་གསུམ་ལ་ཟེར། འགྲེལ་བཤད་ཞིབ་པར་བྱེད་སོ་གསུམ་གྱི་ནལ་
 འབྱོར་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས། དོགས་གཅོད། དེང་སང་མང་པོ་ཞིག་གིས། མ་ཉི་འདོན་
 རྒྱབས་ཨོ་མ་ཉི་པ་རྩེ་རྩེ་ཞེས་མ་ཉི་མཉུག་ཏུ་རྩེ་སྦྱོར་བདེ་འཐད་དམ་མི་འཐད་ཅེན། ལུ་
 རྩོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཀྱིས་མི་འཐད་པར་གསུངས་ཏེ། ལུ་རྩོན་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲུགས་ལོག་སྤྲུག་
 འབྲེན་པ་ལས། སྤྲུག་རས་གཟིགས་དབང་སྦྱང་པོ་ཡིག་དུག་ལ། རྩིས་སྤྲུག་བདུན་དུ་སྦྱོག་
 བ་སྤྲུགས་ལོག་བརྒྱུམས། ཞེས་འདི་སྤྲུགས་ལོག་ཡིན་པར་གསལ་བར་གསུངས་ཤིང་། དེའི་
 འབྲེན་ཤིང་ལས། གཞན་ཡང་ཁོ་ཡི་འདོད་པ་ལ། མ་ཉི་པ་མེ་ཡིག་དུག་ལ། རྩིས་སྤྲུག་པ་ལ་
 རྩོན་མེད་དེ། རྩིས་དེ་སྤྲུགས་མེ་ཆེན་པོ་ཡི། མ་ཐོན་ཡིན་པས་བསྐྱུན་ནོ་ཟེར། །འདི་ཡང་འཐད་
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཟ་མ་ཏོག་གི་མདོ་ལས་ཀྱང་། །ཡི་གེ་དུག་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །སངས་རྒྱས་ལ་
 བོ་ཁོ་མི་ལྟག །རྒྱ་གར་མཁས་པ་འང་འདི་ལྟར་བཞེད། །ཨོ་མེད་པ་ལ་ཨོ་བཅུག་དང་། །སྤྲུ་
 བཅ་ལ་སོགས་པ་ཀྱུན། །ཡོད་པ་ཆད་དང་སྤྲུག་གྱུར་ན། །སྤྲུགས་ཀྱི་བྱས་པ་མེད་པར་
 གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །གོང་གི་དེ་སྤྲུགས་ལོག་སྤྲུག་འབྲེན་སྤྲུགས་བསྒྲིགས་བྱས་པ་
 ཞིག་ཏུ་བཞུགས་སོ། །

ཨོ་མཐད་ལ། རྩོན་མའི་མཆོན་གྱི་རྩམ་གངས་སྤྲུ་སོག་བོད་ཤར་སྤྲུར་གྱི་དག་ཡིག་སོགས་སྤྲུ་བཤད།
 ཨོ་སྤྲུ་ (ལེགས་སྤྲུར) ཨོ་བདེ་ལེགས་སྤྲུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་ཨོ་ནི་ཡི་གེའི་མགོ་
 འཐོན་དང་། སྤྲུ་ནི། བཟ་ཤིས། བདེ་ལེགས། བསོད་ནམས། འཆོ་མེད་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡིན་
 པར་བཤད།

ཨོ་ཨ་ར་པ་ཅ་ན་རྩིས་ (ལེགས་སྤྲུར) རྩིས་བཅུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྲུགས། དེའི་དོན་ནི།
 འགྲོ་བ་སྤྲུག་པར་བྱེད་པའི་སྒོ་ཅན་ལའོ། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སྤྲུར་ཐང་ལོ་རྩེ་བའི་སྤྲུགས་

གྱི་བསྐྱུག་ཐབས་སུ་གསུངས། སྤྱི་བ་དག་གིས་བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན། ཤེས་བྱ་ཇི་ལྟ་བ་དང་ཇི་
 སྟེང་བ་མཐའ་དག་ལ་འབྲུག་པའི་ཆོས་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད། འབྲུམ་དང་ཉི་མི་
 ལྟར་ན། མ་སྤྱེས་ཤིང་རྩལ་དང་བྲལ་བ། དོན་དམ་པར་འཆི་འཕོ་མེད་ལ། མིང་མེད་ཅིང་མིང་
 དང་བྲལ་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། ས་པཎ་གྱི་འཇམ་དཔལ་གྱི་བསྟོད་པའི་ནམ་
 བཤད་ལས། ཡི་གེ་ལྷ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱན་གྱི་སྒྲོ་ཞེས་པ་ནི། ཨ་ར་པ་ཅ་ན་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ།
 འདི་ལ་སྤྱི་བ་ཤིང་བཤད་པ་མདོ་རྒྱུད་དག་ལས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཅིག་གསུངས་ལ། སྤྱི་བ་
 དག་གིས་བཤད་ན་ཤེས་བྱ་ཇི་ལྟ་བ་དང་ཇི་སྟེང་བ་མཐའ་དག་ལ་འབྲུག་པའི་ཆོས་སྒྲོར་འབྲུར་
 རོ་ཞེས་གསུང་ཡང་། འདིར་འབྲུམ་དང་ཉི་མི་ལ་སོགས་པ་ནས་འབྲུང་བ་ལྟར་བཤད་ན། ཨ།
 “ཨ་རུ་ཐུན” ནི་མ་སྤྱེས་པ། ར། “བི་ར་ཇ” ནི་རྩལ་དང་བྲལ་བ། བ། “བར་མ་ཨ་ཐུ” ནི་དོན་དམ་
 པ། ཅ། “ཨ་རུ་ཏ” ནི་འཆི་འཕོ་མེད་པ། ཉ། “རྣ་མ་ཅི་ག་ཏ” ནི་མིང་མེད་ཅིང་མིང་དང་བྲལ་བ་
 སྟེ། ཨ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་སྤྱེས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་
 སོ། །གཞན་ཡང་རྒྱུད་དག་ལས། ཨ། “ཨ་རུ་ཐུ” ནི་བདག་མེད་པ། ར། རྣ་ག་ནི་འདོད་ཆགས་
 དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ལ། གཞན་ལས་ཀྱང་བཤད་ཚུལ་དུ་མ་ཞེག་
 འབྲུང་མོད་གྱི་མ་གྲེས་སོ། །སྒྲོ་མཆོག་ཡི་གེ་གཅིག་པ་ནི་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་ལས་སྒྲོ་ལ་རྒྱ་
 ཞེས་ཐེར་བས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དམིགས་པ་བྱ་ཚུལ་ནི། རང་གི་མིད་པའི་ནང་དུ་
 རྒྱུ་ཡིག་ཅིག་དང་། སྟོང་ཁར་རྒྱུ་ཡིག་ཅིག་གསལ་བཏབ་ལ། དེ་ནས་དབུགས་ཐེངས་གཅིག་
 ལ་ཨ་ར་པ་ཅ་ཐེང་སྟོར་གཅིག་བསྒྲིབ་པར་བྱའོ། །སྤྱགས་སྒྲོ་བའི་ཆེ་མིད་པའི་ནང་གི་རྒྱུ་ཡིག་
 ལས་རྒྱུ་ཡིག་མར་ཁུ་འཇོག་པའམ་མར་ཁུ་ཐེགས་པ་རྒྱག་པ་ལྟར་མང་པོ་འབྲུང་སྟེ། སྟོང་གའི་
 དབུས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིག་འོད་འཕྲོ་བ་དེ་ལ་ཐེམ། དེས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་སྟོང་གའི་རྒྱུ་ཡིག་ལས་འོད་དཔག་
 ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་ཏེ། མི་ཤེས་པའི་སྤྱན་པ་བསལ་ཅིང་མི་བཟླེད་པའི་གཟུངས་ཁྱུད་པར་ཅན་
 ཐོབ་སོང་སྤྱམ་དུ་བསམ། དེ་ནས་མཐར་མཇུག་ཏུ་རྒྱུ་ཞེས་བཟླེད་པའི་ཆོ། མིད་པའི་ནང་གི་རྒྱུ་
 དེ་ཉིད་སྟོང་གའི་རྒྱུ་ཡིག་ལ་ཐེམ་སོང་སྤྱམ་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །འདི་ལ་གོང་ས་ལ་སྤྱབས་མགོན་

བྱེད་པ་མེན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཨོྭ་ཨྲ་ཧྲཱི་བཟླ་གུ་རུ་བཟླ་སཱིྱི་ཧྲཱི། (ལེགས་སྦྱར) རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་དོན་ཅེ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དམ་དོན་ཅེ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ཆད་མེད་པས་ལྷེ་ཞིང་གང་བ་རྒྱལ་དབང་བཟླ་ཞེས་བོས་ནས་བདག་ལ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་སྐྱབ་གསུམ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་སྟོལ་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན། དེ་ལ་ཨོྭ་ཨྲ་ཧྲཱི་ནི་སྐྱབ་གསུམ་གྱི་ས་བོན་དང་། བཟླ་ནི་དོན་ཅེ་གསུམ་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་དང་ལྷེ་བ་ལ་འབྲུག་པས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁུར་གྱིས་ལྷེ་བས་ཁྱེད་ཀྱི་ས་ཁྱེད་དང་། བཟླ་ནི་རྩ་བ་ཀོ་ཤའི་མཆོག་གི་དུ་བཟླ་འཕྲུག་པས་ལས་ལས་འབྲངས་པས་སམ་གསུང་བཟླ་འཕྲུག་པས་ཡོན་ཏན་ལས་ལས་འབྲངས་གནས་ཞེས་མཆོག་གསོལ། དོན་ནི་བཟླ་འདམ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་འདམ་གྱིས་མ་གོས་པ་ལྟར་གདུལ་བྱའི་དོན་སྐྱོམ་མཛོད་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཉེས་པས་མ་གོས་པའོ། །སཱིྱི་ནི་དངོས་བྱུང་དང་། ཧྲཱི་ནི་ཏ་མུ་མ་གསུམ་འདུས་པ་སྐྱབ་གསུམ་གྱི་ཡི་གཤོ། །གཞན་ཡང་། ཨོྭ་ཨྲ་ཧྲཱི་དོན་ཅེ་གསུམ་གྱི་ས་བོན་གྱིས་ཐོག་བྲངས་ཏེ། བཟླ་ནི་མཆོན་རྟོག་གི་སྟོས་པས་མི་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་གྱི་སྐྱབ་དང་། ཀུ་རུ་ནི་དཔེ་དང་ལས་ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལྷན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁུར་གྱི་ལྷེ་བས་ན་འོངས་སྐྱ། བཟླ་ནི་དཔེ་དང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རིག་མཛད་ས་གསུང་བཟླ་འཕྲུག་པས་སུ་ཤར་བས་ན་སྐྱལ་སྐྱེ་ལྷེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱབ་གསུམ་དཔེར་མེད་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་ཅེས་སུ་བྲན་པས། སེམས་གྱི་གཤེས་སྟོས་པ་དང་བྲལ་བའི་རང་ཅལ་མོས་གྲུས་དུང་དེ་བའི་གསོལ་བ་གདབ་ཅིང་། དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས་སཱིྱི་ལྷེ་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཧྲཱི་ཞེས་བདག་གི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་དུས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྟོལ་ཅིག་ཅེས་པའོ། །ཞེས་སྒྲིང་མའི་གཞུང་ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

ཨོལ་གོ། མ་ལེ། དཔྱིན་སྐད་དུ་Adam's apple ཟེར་བ་དེའོ། །རྒྱ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་མ་རྩ་མ་ཉིའི་སངས་རྒྱས་ཆེས་སུ་བྲན་བ་བསྟོམ་པ་ལས། ཨོལ་གོ་དང་། ཨོལ་མཐུད་

དང་། ཞེས་སྟུང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཨོལ་སྟོ། ཞེས་སྟུང་།

ཨོལ་སྟོ། ཨོལ་གོ་དང་འདྲ།

ཆེན་པོ་ལོ་ན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤད།

༥ འདི་གུས་འདུད་མཚན་པའི་རྟགས་ཤིག་ཡི། དཔེར་ན་ཡལོང་ས་མཚོག་ ཡལུལ་དབང་མཚོག་
ཅེས་པ་རྟ་བུ།

ེ རྟགས་འདི་ལ་གཏེར་ཆེག་ཟེད། ཆོས་དེ་གཏེར་ཆོས་ཡིན་པར་གོ་བྱེད་ཀྱི་མཆོན་རྟགས་ཤིག་ལ་
ཡོངས་གྲགས་སུ་ངོས་འཛིན་བྱེད། འདི་ལ་མིང་གཏེར་ཆེག་ཅེས་ཆེག་ཡིན་པ་ལྟ་བུར་གྲགས་
མོད། དོན་ལ་ “ཤད” ཡིན་ཏེ། ཡང་གསལ་དུ་གསལ་གྱི་སྤར་གཅིག་ལས། དེ་ལ་ཐོན་པམོ་དངོས་
གཞི་རྗེས་ེ ཐོན་པམོ་ཐོན་པ་ཆོགས་བསགས་པ་ེ དང་པོ་བདེན་པའི་གནས་དག་ཏུ་ སྤ་
གསུང་བུགས་ཀྱི་རྟེན་བཟུམ་ཞིང་ེ ཞེས་པའི་དཔེ་མཆོན་གྱིས་རྟགས་ཁུས་ཤིང། གཞན་ཡང་
གཏེར་ཆེག་ཅེས་པ་གཏེར་གྱི་ཆེག་དག་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ་རྟུམ་བཙད་ ེ ཀྱི་རྟགས་འདི་རང་
ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཆེག་ཟིལ་ཉིས་བཞེགས་ཀྱི་བར་གྱི་འཕྲེད་བཙད་འདི་རྗེས་སུ་ལྷག་པོར་
བསྟན་པར་ངེས་སོ། །ཞིབ་པར་འོག་ཏུ་མཆོན་རྟགས་འདིའི་ ེ བད་ཀྱི་གཟིགས།

དང་ཀློག་ ༣༣ རྟགས་འདི་ལ་དང་ཀློག་དང་དབྱ་ལྷན་དང་། ཡོངས་གྲགས་སུ་ཡིག་མགོ་ཞེས་བྲ།
 ཡིག་མགོ་ནི་ཤུས་མཛེས་བར་བྱེད་བའི་མགོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་བཤད་ལ། འདི་ཡི་གེའི་དང་པོར་
 འབྲུང་ཞིང་དབྱེབས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཡིན་པས་དང་ཀློག་ཟེད། འདི་ནི་དོན་དུ་ན་ལེགས་སྦྲར་གྱི་ཨོ་
 ཡིག་འདི་རང་། ཨོ་ ་ ་ ་ ཡིན་ཏེ། དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་ལས། ཡིག་མགོའི་དང་ཀློག་འདི་ཡང་ཨོ་
 ཡིག་གི་གཟུགས་རིམ་གྱིས་འབྲུར་བར་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་དཔེ་རྒྱམས་ཀྱི་ལྟེབས་དང་པོ་ལ་ཨོ་ཡིག་
 རེ་བྲི་སློལ་འདུག་ཅིང་། རྒྱ་ཡིག་གི་ཨོ་ཀྱི་གཟུགས་ནི་ད་ལྟའི་བར་། ཨོ་ ་ ་ ་ འདི་ལྟར་སྦྲར་ལ།
 རང་མེད་དཔེ་རྒྱུང་འགའ་མེད་དབྱ་ལ་ཡང་དང་ཀློག་། ཨོ་ ་ ་ ་ འདི་འབྲུག་རྒྱུང་མའི་གཏེར་
 ཆོས་དག་གི་དབྱ་ལ། ཨོ་ ་ ་ ་ འདི་འབྲུག་བའི་ཡང་ཨོ་དུ་འདུག་སྟུག། ཞེས་དག་འདུན་

ཆོས་འཕེལ་གསུང་བ་ལྟར་པོ། །

ེམ་ (ལེགས་སྦྱར་) ། གྲུང་གོར་ཉིས་བཅུགས་ཅན་དེ་ལ། རྣམ་བཅད་ཐེར་ཞིང་། འདིས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་
ཨུཤེས་པ་འདི་ཡི་གོ་འདི་མཆོན། སྤྱི་མདོ་ག་ལྟ་བུ་པ་ལས། ཨུཤེས་པ་རྣམ་པར་བཅད་
བྱུང་། །ཞེས་གསུངས། བཟླ་ཚུལ་གཉིས་ཏེ། བལ་ཆེར་ས་རྩ་བཟླ་སྟེ། དཔེར་ན་ན་མུཤེས་
པ་ལ་ན་མས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་ས་མ་ཡིན་པ་ལ་བྲག་པོར་ལྷུ་མས་ལྷུ་མས་བཅད་ནས་
འདོན་དགོས་པར། དཔེར་ན་ཨུར་ད། བཞུགས་བྱུང་། །² མཆོམས་མ་ཞོར་བར་འཛིན་བྱེད་གྱི་
རྟགས་ཤིག་མཆོན་རྟགས་འདི་རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་འགྲེལ་བ་བཞི་སྟགས་ལས་མང་དུ་སྦྱང་།
³ ཆོག་གམ་ཆོག་གི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ བོད་གྱི་གནའ་བོའི་ཡིག་རྟིང་རྣམས་སུ་ཆོག་གམ་ཆོག་གི་
ཆབ་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད་པ། དཔེར་ན་ཡིག་རྟིང་ལས། དེ་རྟགས་མཐུ་རྟགས་མཐུ། ཞེས་པ་
ལྟ་བུ། ⁴ འདྲ་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ བོད་གྱི་གནའ་བོའི་ཡིག་རྟིང་རྣམས་སུ་འདྲ་གྱི་ཆབ་ཏུ་བེད་སྤྱོད་
བྱས་ཡོད། དཔེར་ན་ཡིག་རྟིང་འགའ་ལས། བརྟམ་པར་གྱུར་ནས། ལྷ་བྱ་པོ་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་པས།
ལྟ་བུ། དེ་ཡང་དེབ་ཐེར་དཀར་པོ་⁵ལས། གཏེར་ཆོག་བྱ་བ་དེ་ལ་ཡང་། འཕྲི་གུང་དཔལ་
འཛིན་གྱིས། སྤྱི་མདོ་དང་འགལ་ཞེས་དགག་པ་མཛད་མོད། དེ་སྤྱི་མདོའི་རྣམ་བཅད་དུ་མི་
འདུག་གི། བོད་ཡིག་རྟིང་པའི་རིགས་ལ་རྟང་པའི་མཐར་ཆོག་བྲག་གཉིས་རེ་དང་། འགའ་རེ་
ལ་ཆོག་རེ་རེ་བཞིན་ཆོག་བྲག་གཉིས་རེའི་བར་དུ་བཙུང་བ་སོགས་ལྟ་སའི་མདོ་རིང་ལ་ཡང་
འདུག་པས། རོན་ལ་བོད་ཡིག་རྟིང་པའི་སྟོལ་དུ་སྦྱང་ལ། ཆོག་སྟེང་འོག་གཉིས་མཉམ་དུ་སྟེལ་
བ་ལས་དབུ་མེད་གྱི་བར་ཆོག་ནར་མོ་དེ་བྱུང་བར་འདུག་ ཅེས་གསུངས། ཞིབ་པར་དེབ་ཐེར་
དཀར་པོ་⁶ལ་གཟིགས།

ེམ་འདྲ་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ བོད་གྱི་གནའ་བོའི་ཡིག་རྟིང་རྣམས་སུ་འདྲ་གྱི་ཆབ་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།
དཔེར་ན་ཡིག་རྟིང་འགའ་ལས། གུམ་པ་དང་མ་གུམ་པའི་ཁྲིམས་ལ། རྒྱུ་ཁང་ལོན་ཟངས་གྱི་
ཡི་གོ་པ་ཐོ་བོ་དང་། ལྟ་བུ། ཡིག་རྟིང་རྣམས་སུ་ “ེམ” འདི་དང་ “ེམ” འདི་གཉིས་རེས་སོས་
གྱིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད།

༡ རེན་ཆེན་སྤངས་ཤང། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དབུ་ཅན་གཞིར་བཞག་པའི་ཡིག་སྒྲུབ་
གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་མགོར་ཡིག་འབྲུག་སྤྲུལ་མ་ཆང་ན་ “ཕྱི” འདི་ལྟ་བུ་འབྲི་དགོས་པའི་མིང་སྟེ།
དེ་ཡང་རྫོགས་ཆོག་གི་ན་རོ་དང་། (འདི་ཆོག་སྤྱད་གི་སྐབས་དང) ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་
མཐའ་འཁེལ་བའི་ཆེ་སྤངས་ཤང་གཉིས་རེ་དང་། གཞན་ལ་རེ་རེ་འབྲི་དགོས་ཤིང་། འདི་ལ་
ཀྱོག་ཤང་ཀྱང་ཟེར། ཞེས་གསལ།

༥ སྤྱལ་ཤང་ཟེར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དབུ་མེད་ཀྱི་ཡི་གེ་འགའ་ཞིག་གི་ཐོག་མར་འབྲི་
རྒྱུའི་མགོ་ཤང་ () འདི་དང་། དབུ་ཅན་ཀྱི་ཡི་གེ་འགའ་ཞིག་གི་ཐོག་མར་འབྲི་རྒྱུའི་མགོ་ཤང་
(ཕྱི) ལྟ་བུའི་མིང་། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་ལོ། །སྤྱུ་བ་ཤང་ནི། སྤྱལ་ཀྱི་དབྱེ་བས་དང་འབྲུ་བས་སྤྱལ་
ཤང་ཅེས་བཏགས་པར་སེམས། འདི་མཛོད་རྩ་དོན་ཐ་དང་པའི་ཆོག་སྤྱི་བྱེ་གཉིས་མི་ནོར་
བའི་ཕྱིར་ས་མཆོམས་འབྲེད་བྱེད་ལྟ་བུར་ཤེད་སྟོང་བྱས་ཡོད།

བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་དོགས་སྟོང་འགའ་ཞིག

༡༡༥ བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་། ཁོ་བོས་ཀྱང་ཆོག་མཛོད་སྤར་ཐངས་དང་པའི་ནང་འདི་
ལེགས་སྤྱད་ཡིན་པར་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། འདི་ནི་ལེགས་སྤྱད་ཀྱི་ཤུལ་རྩ་ཐུང་ཆག་པ་ཡིན་ཀྱི་
ལེགས་སྤྱད་དངོས་མིན་ནོ། །རྒྱ་གར་ཡུལ་སྐད་ལ། ཤུལ་ཟེར།

ཀྱི་རྒྱ། སྤྱིང་རྫོང་མ་བཟོད་པ་དང་། ཡིད་ཤིན་ཏུ་སྤྱད་པ་དང་། ཉམ་ཐག་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོག་གོ། ཞེས་
བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འབྲུང་བ་ནི། དབྱངས་ཅན་དགའ་ཆེའི་ལམ་རིམ་བཟླ་བཀོལ་
༣༩ན་གསལ་བ་ལྟར་བཀོད་འདུག་ཅིང་། འདི་ “ཀྱི་རྒྱ” དང་དོན་གཅིག་ཡིན་མིན་དང་།
ཡི་གེ་དག་མ་དག་སོགས་ལ་དབྱང་བར་བྱའོ། །ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ཞོལ་སྤར་མ་དང་། སྤྱི་

འབྲམ་སྤར་མ། བཀའ་ཤིས་ལྷན་པོ་སྤར་མ་གསུམ་གར་ཡང་ (༡༧༠བཤུ) “ཀྱི་རྟུང་” ཅེས་སྤར་
བས། “ཀྱི་རྟུང་” བ་སྤྲད་འདི་མ་དག་རྒྱན་འབྲམ་ས་སུ་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་སོ། །
བཀར་བཏགས། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། བཀར་བཏགས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་ལ། ཐུགས་ལ་
མངའ་བའམ། དེས་པར་བྱས་པ། དམ་ལ་བཏགས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་མོད། བཀར་
བཏགས་ཀྱི་དོན་ནི། ལུང་སྤྱོད་ལ་བའི་དོན་དང་། བསྟན་དར་ལྟར་མས་པ་སོགས་ཀྱིས་
གསུངས་པ་ལྟར། ཁྱིམ་ས་བསྐྱགས་པ་དང་། བགས་ཟིན་པའི་དོན་དུ་བཤད་ན་ལེགས་པར་
སེམས་སོ། །

སྐྱ་གཤ། སྐྱའི་ཉི་འགཤ། གཤ་ནི་འཁྲིས་སམ་འགཤ་དང་མདུན་ཀྱི་དོན། སྐྱ་གཤ་དུ་བཅར་ལྟ་བུ།
འདིའི་ཐད་ཀྱི་བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། སང་གཞངས་ལས་” མི་འགྲངས་པར་” སྐྱ་གཤ་
དུ་ངོ་བཅར་ཞུས་ཆོག་ ཅེས་གསུངས་འདུག་པར་དོགས་པ་འདི་ལྟར། ཡང་ན་” མ་འགྲངས་
པར་” ཞེས་འདས་ཆེག་སྒྲིང་དགོས། ཡང་ན་” མི་འགྲངས་པར་” ཞེས་ད་ལྟ་བའི་ཆེག་སྐྱར་
དགོས་པར་སྟུམ།

མཁྲིག་མ། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། མཁྲིག་མའི་དོན་ལ། ལག་མགོ་དང་ལག་ངར་འབྲེལ་བའི་
ཆེགས་མཆམས་ཞེས་གསལ་ཡང་། དེ་ནི་ཁྲབ་རྒྱུངས་པས་སྒྲོན་ཏེ། ཀླང་པའི་མཁྲིག་མ་ཡང་
ཡོད་པ་ནི། མཆོ་རྒྱལ་སྤྲད་ཆ་དག་སྒྲོང་མའི་ནམ་འབྲེད་ཀྱི་ཐད་ཀྱི་མཆན་བུར། སྤྱིད་པ་ལ་
འཁྱུད་པའི་བྱུག་ནི། མདུན་དུ་ཅོག་པོར་འདུག་སྟེ་ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས། པ་རོལ་པོའི་རྒྱང་པའི་
མཁྲིག་མ་གཉིས་ལ་ལག་མཐེལ་གཉིས་འཁྱུད་དེ་རྒྱང་པ་ལ་སྤྱི་པོས་གཏུགས་པའོ། །ཞེས་
དང་། གཞན་ཡང་། རྗེའི་འཇམ་དབྱངས་བསྟོད་སྤྱོད་རྒྱ་མཆོ་ལས། བགས་ཀྱིས་ཐ་ཞིང་རྒྱུ་
པའི་བྱིན་པ་ལེགས། །ཞབས་ཀྱི་མཁྲིག་མ་ལོང་བའི་འབྲུར་ཀྱིས་དབེན། །ཞེས་དང་། གང་དེར་
སྤྱོད་ལྟར་གདུ་བུས་མཁྲིག་མའི་ཕྱོགས། །མཛེས་པའི་ཞབས་གཉིས་རྗེ་རྒྱུལ་ཀྱང་
མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་སོགས་མང་ངོ་། །དེས་ན་མཁྲིག་མའི་གོ་དོན་ནི། ལག་མགོ་དང་
ལག་ངར་དང་། ཀླང་མགོ་དང་རྗེ་ངར་གཉིས་སྟེལ་བའི་སྤྱོད་ཆེགས་ཞེས་སྤྱད་གོས་སོ། །

འཁྲུ་གྲུ་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འཁྲུ་གྲུ་ཞེས་འས་འབྲུལ་མེད་པ་བྱིས་སྤྲང་ཡང་།
 འཁྲུ་འགྲུ་ཞེས་འས་འབྲུལ་དགོས་ཏེ། མཁྲུ་འགྲུ་ལ་ཡོད་ཅིང་དེ་དང་མཆུངས་པའི་བྱིར།
 དེ་གཉིས་ཀ་ལ་འས་འབྲུལ་དགོས་ན་དགོས་མཉམ་དང་མི་དགོས་ན་མི་དགོས་མཉམ་པའི་
 ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མ་ཟད་མཆོ་རྒྱུ་དང་རྩེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་སོགས་སྤྲུང་འཁྲུ་
 འགྲུ་ཞེས་འས་འབྲུལ་ཡོད་པར་མཛད་པའི་བྱིར་རོ། །

གང་ལུམ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བྱི་རོལ་གྱི་བསེར་བུའི་རྒྱུང་གིས་བྱས་པ་སོགས་མ་ཡིན་
 པར་དོན་མེད་ཏུ་ལུས་གང་ལུམ་བྱེད་པའི་རྒྱུང་གི་ནད་རྟགས་ཡིག་ ཅེས་འཁོད་འདུག་ཀྱང་།
 རང་ལུགས་ནི་དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་སོགས་ལས་བཤད་པ་ལྟར། ཆ་ནད་བྱུང་བའི་
 སྐབས་ཐོག་མར་ལུས་གང་བའི་སྤྲང་བཤད་པའི་ནད་རྟགས་ཀྱི་མིང་སྟེ། ལུས་གང་ལུམ་བྱེད་
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱིག་ཡལ་བའི་དོན་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ཁས་བླངས་ན་ཡིགས་པར་སེམས་
 སོ། །

གུམ་ཅེ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གུམ་ཅེ་ཞེས་འབྲུང་བ་ནི་ནོར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྟོག་ཆགས་
 གུམ་པའི་སྤྲུའམ་ཟེ་བའམ་བགས་པ་ལས་བཅོས་པའི་གདན་ལ་གུམ་གཏན་ནས། གུམ་ཟེ་ཞེས་
 ཟེར་རྒྱུར་གུམ་ཅེ་ཞེས་སྒྲ་ཉམས་པར་ངས་ཏེ། མཁས་གྲུབ་ཟིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྩོར་བུའི་«སྤྱ»
 བ་ནམ་པར་ངས་པ་རབ་དགའི་འདུག་པ་»ཞེས་བྲ་བ་ ༣༥བ་ལས། གུམ་ཟེའམ་ཟེ་འུ་རྩོག་ལ་
 ཡང་། །གུམ་ཆེ་ཞེས་ནི་ཟེར་བ་དང་། །ཞེས་གུམ་ཟེ་ཞེས་པ་ཐ་སྟད་ཆད་ལྟན་ཏུ་མཛད་པའི་
 བྱིར་རོ། །

དགེ་འདུན། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དགེ་འདུན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ལ། ཉོན་མོངས་པ་སྤྲོང་བ་
 ལ་ཞུགས་པའི་སྟོབ་པ་ལམ་གྱི་གང་ཟག་དགེ་སྤྲོད་གསུམ་མམ་བཞེ་ཡན་ཆད། ཅེས་གསུངས་
 པ་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། འདིའི་དགེ་འདུན་ཞེས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་འདུལ་བ་ནས་
 བཤད་པའི་དགེ་སྤྲོད་བཞེ་ཆོགས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན་ནི། དགེ་འདུན་ལ་དགེ་སྤྲོད་བཞེ་གྲ་
 གཅིག་ངས་པར་ཆང་དགོས་པས་གསུམ་མམ་ཞེས་པ་ནོར་བ་ཡིན་ལ། ཅི་སྟེ་དགེ་འདུན་

དགོན་མཆོག་གསུམ་པའི་དགོ་འདུན་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན་ནི་གྲངས་ཀྱི་རེས་པ་མེད་པས་
དེ་ཡང་ནོར་འོ།

འགར་པོ། <གཞ> ང་རྒྱལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་བོད་ཀྱི་བཟླ་ཉིད་ཀྱི་མཛོད་ཀྱང་། འདི་
ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཀའ་ “གཞ” ཟུར་ཆག་པའོ། །ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་ལ་གཞི་བྱས། འགར་འགར་
པོ་དང་དོན་གཅིག་མི་འགར་པོ་ལས་མི་འགར་འགར་པོ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ།

སྒྲིལ་ལངས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱལ་ཁབ་བས་སྤྱིད་དབང་ཞིག་རྒྱལ་ཁབ་བས་སྤྱིད་
དབང་གཞན་ཞིག་གི་དབང་སྦྱར་དུ་འོག་ཏུ་མ་ཚུད་པར་རང་བཅོན་དུ་གནས་པ། ཞེས་པ་འདི་
ལ་གོ་རྒྱ་དེ་ཅུ་མི་འདུག་པས་འགྲུར་བཅོས་གཏོང་དགོས་པ་འདུག་གོ། སྒྲིལ་ལངས་ཀྱི་དོན་
ནི། སྤྱིད་དབང་གཞན་ཀྱི་དབང་འོག་ཏུ་བསྐྱེད་འདོད་མེད་པར་སོ་སོའི་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་འོ་
འོག་རྒྱག་པའི་དོན་ནོ། །སྦྱ་བཤད་ནི། སྒྲིལ་ནི་རང་ངམ་སོ་སོའི་ཆེད་དུ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ།
ལངས་ནི་དོ་རྒྱལ་བྱས་པའི་དོན་ཡིན་པས། སོ་སོའི་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་དོ་རྒྱལ་བྱས་པའི་
དོན་ནོ། །

རྒྱ་ལྗ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱ་ལྗ་ལ་ཕྱ་རྒྱུ་ཡོད་པར་བྱས་ཤིང་། ཡང་། ལྗ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ། རྒྱ་ཆ་དང་། བོད་ཆ་ཞེས་ཕྱ་རྒྱུ་མེད་པར་ཡང་བྱས་འདུག་པ་ནི། རང་ལུགས་གང་
ཡིན་ཐག་མ་ཆོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག་གོ། སྤྱིར་བཏང་གི་བྱུག་ལེན་ལ། ཆོག་གྲོགས་མེད་པ་ལ་ཕྱ་
རྒྱུ་དང་། ཆོག་གྲོགས་ཡོད་པ་ལ་ཕྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་བྱུག་ལེན་ཡོད་དེ། དག་སྦྱོན་འགྲེལ་པར།
ལྗ་ཞེས་ཆོག་གྲོགས་མེད་པའི་རྒྱུ་དང་ཕྱ་རྒྱུ་འདོགས་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཆ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་
གྲོགས་སྦྱར་ན་མེད་པར་བྱུག་ལེན་མཛོད་ལ། འོན་ཀྱང་ལན་ལྗ་ལ་ཡོད་པ་མང་དོ། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

ང་འོ། སྦྱ་གདངས། དེའི་ཐད་ཀྱི་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། སྦྱ་གདངས་ལ་ “སྦྱར” བར་
བྱའོ། ཞེས་སྒྲུང་ཡང་ “སྦྱར” བར་བྱའོ། ཞེས་ཞུ་བཅོས་དགོས། ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ང་
འོ་འགྲེལ་བཤད་དེ། ཀོང་སྦྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་སྒྲུགས་བས་བར་

ཆ་ (༡༧) ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན་འདུག་པས། དེ་ལས་ནི་ “ཡི་གེ་རེ་རེ་ནས་སྒྲིག་པའི་སྒྲ་གདངས་ལ་སྤྱད་བར་བྱ་ཞིང་” ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་དོན་ལ་ཡང་གནས་སོ། །

མངོན་ཆན་ཅན། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། “མངོན་ཆན་”ཞེས་མས་འཕུལ་མེད་པར་འབྱུང་བ་ནི། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་ལ་གཞི་བྱས་པར་སྤྱང་། དེ་ཡང་། ་ཤེས་བྱ་མཛོད་འབྲེལ་བར་ཆ་༤༥ལས། མངོན་ཆན་ཅན་གྱི་སྤྱང་པ་ནི། ཆགས་སེམས་གྱིས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་བྲིམ་པ་ལ་གསེར་ལ་སོགས་པ་བྱུང་སྤྱིད་དམ་ཁེ་སྒྲིགས་བྱེད་དུ་བཟུག་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཡི་གེ་མ་དག་པར་སེམས་ཏེ། འདུལ་བ་སྤྱད་གཞི་དང་། སྤྱད་གཞིའི་འབྲེལ་པ་དང་། མཚོ་རྒྱུ་སོགས་འཕགས་བོད་ཀྱི་གཞུང་ཆོད་ལྟན་ནམས་སུ། མངོན་མཆན་ཅན་ཞེས་འབྱུང་གི་མངོན་ཆན་ཅན་ཞེས་མི་འབྱུང་ལ། ལར་ནས་མངོན་མཆན་ཅན་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་མཆན་ཞེས་པ་ནི་རྟགས་དང་མཆན་མ་ལ་གོ་དགོས་པས། མངོན་ཆན་ཅན་ཞེས་བཛོད་ན་གོ་རྒྱུ་ཡང་ཨེ་ཡོད་སྟེ་ཡང་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟག་པར་འཆལ་ལོ། །མཁས་པའི་གསུང་ལ་སྤྱར་པས་ལག་ཁྱོར་ཟལ་བ་མང་དག་ཅིག་སྤྱང་བས་དེ་ལྟར་དུ་སེམས་སོ། །ཆོག་ཟུར་ནི་ “ཆན” ནི་རྟོ་ཆན་དང་རྩ་ཆན་ལྟ་བུ་ཆ་རེ་ག་དང་སྡེ་ཆན་ལ་འབྲུག་པ་ལས་རྟགས་ལ་འབྲུག་ཚུལ་མེད་དོ། །མངོན་མཆན་ཅན། རི་མོ་ཡོད་པའི་གསེར་དདུལ་ལ་སོགས་པའི་དོང་ཅེ་འཕ་ཀྲི་ཀ རྩི་རྒྱལ་བས་ (Coin) ཟེར་བ་དེའོ། །སྤྱ་བཤད་ནི། མི་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མའམ་རྟགས་དང་རི་མོ་ལ་མངོན་མཆན་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་གང་ལ་ལྟན་པ་དེ་ལ་མངོན་མཆན་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །

རྩལ་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་རྩལ་ར་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་ལ་ཕ་ཟུར་ཆད་སྒྲོན་འདུག་ རྩལ་ར་ཞེས་དག་བཅས་དགོས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ན་པེ། རྒྱུན་མེད་དེ། རྩིར་བཏང་གི་བྲག་ལེན་ལ། ཆོག་གྲོགས་མེད་པ་ལ་ཕ་ཟུར་དང་། ཆོག་གྲོགས་ཡོད་པ་ལ་ཕ་ཟུར་མེད་པའི་བྲག་ལེན་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། འོན་རྒྱ་རྩ་ལ་ཕ་ཟུར་ཅིའི་བྱིར་བསྐྱུན་རྒྱ་མཆན་སྒྲོས་ཤིག་ རྩ་ཅོ་ལས་བཅོས་པའི་ཁྲག་དང་རྩ་མེར་སོགས་རྩལ་པའམ་འཛིབ་འཕྲེན་བྱེད་པའི་སྤྲན་པའི་ཡོ་བྱང་

ཅིག་འདི་ལ་རྩ་བ་རྩ་ཡང་ཟེད། རྩ་བ་རྩ་ཞེས་པར་གཟིགས།
ཚུ་ལགོ་དེའི་ཐད་ཀྱི་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། “ཚུ་ལགོ་རྩྱུག་ན་ཚུ་གཞུག་རྩྱུག” ཅེས་གསུངས་
པ། འདི་ལ་གོ་རྒྱུ་འདུག་ཅུང་། འོན་ཀྱང་ “ཚུ་ལགོ་བརྩྱགས་ན་ཚུ་གཞུག་རྩྱུག” ཅེས་བཛོད་ན་
ཅུང་ཟད་ལེགས་པར་སེམས་སོ། །

འཆགས་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འཆགས་པའི་དོན་ལ། རང་སྦྱོན་མི་གསང་བར་ཤོད་
བའམ་ཇོད་པ་ཞེས་གསལ་ཡང་། དེ་ནི་མཐོལ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི་འཆགས་པའི་དོན་མིན་ཏེ། དེ་
ལྟར་ན་མཐོལ་བ་དང་བཞགས་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་བར་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

འཆུན་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འཆུན་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ། ཏྲ་ཤོད་པོ་བཅུན་ནས་འཆུན་པ།
ཞེས་གསུངས་པར། ཏྲ་ཤོད་པོ་བཅུན་ནས་ཆུན་པ། ཞེས་འདས་ཆོག་སྦྱར་དགོས་པར་སེམས་
སོ། །

ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་
བརྒྱུད་པ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ནས་རྒྱལ་སྤུས་ཞི་བ་ལྷ་ལ་སོགས་
པར་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལས་ཆེན་སྦྱོད་རྒྱུད། ཅེས་གསུངས་པ་ལེགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་
པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རིམ་གསལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྲེད་ལས། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གྱི་
བརྒྱུད་པ་ལ་རྒྱ་ཆེན་སྦྱོད་བརྒྱུད་དང་ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱུད་གཉིས་ལས་མ་གསུངས་པས། དེ་ནི་
རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་
བརྒྱུད་པ་ཞེས་རྗོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་ཐ་སྦྱང་མཛོད་པར། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་
མཆོན་གྱི་ལམ་རིམ་སྒྲ་མ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་ཐར་༢༠༠༦ན་གསུངས་པ་ལྟར་བྱུང་གོས་ལ། དེས་ན་
ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཡོངས་གྲགས་ལྟར་བྱེད་ན། རྗེ་རྗེ་འཆང་།
ཏེ་ལོ། ལྷ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ། རྒྱ་པོ།
ལས། དབུས་སུ་རྗེ་རྗེ་འཆང་མ་གཏོགས་པ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ནས་རང་གི་སྒྲ་མ་ལ་
ཐུག་གི་བར་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐོ་བཅུགས་དང་། དེའི་གཡས་སུ་མ་རྒྱུད་གསང་།

འདུས་དང་། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆ་བརྒྱད་གཉིས་སོ་སོ་ནས་མཐོ་བཅེགས། གཡོན་དུ་མ་རྒྱད་
བདེ་མཆོག་གི་ཆ་བརྒྱད་དང་། ཐིག་ལེ་བཅུ་དྲུག་གི་ཆ་བརྒྱད་སོ་སོ་ནས་མཐོ་བཅེགས་རེ་
བཅས་མཐོ་བཅེགས་ལྡར་གསལ་འདེབས་པ་ཡིན། ཡང་རྗེ་སྐུབ་ཁང་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོས་
ཐབ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱད་པ་ཉིད་ལ། ཆ་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བྱིན་ཆ་བས་ཀྱི་རྒྱུན་མ་ཉམས་པར་
ཡོད་པས། དེ་ལས་ལོགས་སུ་མི་དགོས་པར་བཞེད། མཁར་རྫོགས་ཐབ་སྒོམ་ཆུང་གིས་
གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་བཞེད།

ཉེ་བརྒྱད་རིང་བརྒྱད། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འབྲེལ་ཐག་ཉེ་རིང་གང་དུང་གི་བརྒྱད་པ་ལྟ་
བུའི་སྤྱི་སྤྱུལ་ཞིག་ལས་དེའི་འབྲེལ་བ་ཤད་གསལ་བར་གསུངས་མི་འདུག་པས་སྟོན་བ་དགོས།
བུང་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་མཐུག་གི་དུས་གསུམ་རེའུ་མིག་ཏུ། བུང་བ་ལ་བུང་བ་
ཞེས་བྲིས་འདུག་པ་ཡིག་ནོར་ཡིན། འདི་སྟོག་ཁྲད་ཐོག་ཡོད་པའི་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་
མོར་དག་བཅས་བྱས་འདུག་ཀྱང་། དེ་བ་གཟུགས་ཐོག་ནོར་འདུག

རྟོགས་ལྡན། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྟོགས་ལྡན་ཞེས་པ་མཁས་པ་ལ་འཐུག་པར་བཤད་
འདུག་ཀྱང་། དེ་མཁས་པ་ལ་འཐུག་ཚུལ་མེད་པས། རྟོག་ལྡན་དང་ནོར་བ་འབྲེལ། རྟོགས་ལྡན་
ནི། བྱལ་ཐོབ། ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ནམ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་སྲོང་ཆད་ལྡན་ཐུགས་རྒྱད་ལ་
འཁྲུངས་པའི་སྤྱིས་བྱ་ལ་གོ་དགོས་པས་སོ། །སྤྱི་བཤད་ནི། རྟོགས་པ་ནི་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་
གྱི་མིང་ཡིན་ལ། དེ་གང་ལ་ལྡན་པས་ན་རྟོགས་ལྡན་ནོ། །

བསྟན་པ་ལྟ་དར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། སྤར་ལྟ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཅོན་གྱི་དུས་སུ་དབུ་
བརྟེས་པ་ནས་བཟུང་ཞེས་གསུང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ། “སྤར་གཉན་འཁྱིལ་བཅོན་པའི་དུས་སུ་དབུ་
བརྟེས་པ་ནས་བཟུང་” ཞེས་འཁོད་འདུག་པ་ཡིག་ནོར་ཡིན་པར་ངེས་སོ། །ཡང་། སྟོལ་བཏོད་
གསུང་རྒྱ་ལ། “སྟོལ་གཏོད་” ཅེས་འཁོད་འདུག་པ་ཡང་ཡིག་ནོར་ནོ། །

ཐལ་སྐད། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཐལ་སྐད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་ལ། ཆོས་ཀྱི་ཅོད་པ་བྱེད་པའི་
ཆོ་ཐོག་མར་རྗེ་བཅུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ས་པོན་རྒྱུ་ཡིག་སྐད་མཐོན་པོར་སྟོག་པའི་སྐད།

ཅེས་གསུངས་འདུག་ཀྱང་། ཐལ་སྐྱད་ནི་ཚད་གཤིས་སྐབས་ཐལ་མོ་བཅས་པའི་སྐྱ་སྐྱད་སྤྱི་
མིང་ཡིན་པས། དེ་ཐལ་སྐྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་དུ་བྱས་ན་ཁྱབ་ཆུངས་པས་སྒྲིན་ཡོད་ཅིང་། འོན་
ཀྱང་དེ་རྒྱེས་སྐྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་དུ་བྱས་ན་འགྲིག་གོ། དེས་ན་དེ་ནི་རྒྱེས་སྐྱད་དང་ཐལ་སྐྱད་
གཉིས་མ་བྱེད་པར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པའི་གཏམ་དུ་སྤང་ངོ་། །

ཐོན་སྐྱེད། བོད་རྒྱ་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོར། ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་དེ་སྒྲོ་ལ་འབབ་པོ་རང་མི་འདུག་
པས་དེ་ལ་འབྲེ་སྒྲོན་དགོས་པ་འཇལ། ཡང་ན་དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་ལས། ཐོན་སྐྱེད་ནི།
མིའི་རིགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བཀོལ་ནས་མཁོ་བའི་དངོས་ཆས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བཤད་ན་ཅུང་
ཟད་ལེགས་པར་སེམས་སོ། །ཁོ་བོ་ལྟར་ན། ཐོན་སྐྱེད་ནི། མིའི་ངལ་རྩལ་ལས་བྱུང་བའི་ཁོངས་
སྤྱོད་དམ་ཆ་དངོས་ཀྱི་མིང་། མདོར་ན་ཐོན་སྐྱེད་ནི་བྱུང་འབྱས་ལ་ཟེར།

དོ། བོད་རྒྱ་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོར། དེའི་འབྲེལ་བ་ཤད་ཅིག་ལ། དོན་གྱི་དོ་བོ་གང་ཡང་མི་སྒྲོན་པའི་
ཆེག་གོགས་ཤིག་དཔེར་ན། དོ་སྟོམས་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སྒྲོན་འདི་སྤང་སྟེ། དོ་སྟོམས་པ་
ཞེས་པའི་དོན་མཉམ་པ་འཇམ་སྟོམས་པའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན། དོ་ཤལ་ཞེས་པའི་དོན་མཉམ་པ་སྟེ་
དབྱང་པ་གཡས་གཡོན་མཉམ་པར་ཡོད་པས་དོ། ཟུར་དུ་དབྱང་ནས་ཡོད་པས་ཤལ་ཟེར་བ་
བཞིན་ནོ། །དེའི་དོན་སྟོམས་པ་ཡིན་ན་འདིར་སྒྲོན་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ།
འདིར་ཆེག་སྟེབ་སྒྲོར་དབང་གིས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །རྩོ་བོ་རྩེ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རྩོ་བོ་དང་རྩེ་ཞེས་
པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཅིང་། གཞན་ཡང་། ཡང་བསྐྱར། འགྲོ་ཆས། བང་མཛོད། ཨ་ནེ་རྩོ་མོ་
སོགས་འདི་དང་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་དོ། །དོ་ཤལ་ལ་གཟེགས།

དོ་ཤལ། བོད་རྒྱ་ཆེན་མཛོད་ཆེན་མོར། ཟེང་བ་ཁྲག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཆ་གཡུ་དང་བྱ་དུ་སྟོས་ཤལ་
སོགས་ཡོད་པ། ཞེས་སྤྱི་སྤྱམ་ཞིག་ལས་ཁ་གསལ་ཞིག་མི་འདུག་པས་སྒྲོན་པ་ཅུང་ཟད་
དགོས་འདུག་སྟུང་སྟེ། དོ་ཤལ་ནི་ཐུ་ཏིག་གི་ཟེང་བ་སྟེ་བ་སྟེབས་ཅན་དུ་འབྱུང་བའི་བང་རྒྱན་
རིང་པོའི་མིང་དུ་གཞུང་ཆེན་མོའི་ནང་དོས་འཛིན་མཛོད་འདུག་པས་དབྱེད་པར་འཆོལ་
སོ། །ཞིབ་པར་དོ་ཤལ་ཞེས་པའི་ཟད་དུ་གཟེགས།

དོ་ཤལ་བྱེད་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱ་ཆའི་ཐེང་བ་ཁྲག་པ་མེད་པ། ཞེས་སྤྱི་སྤྱམ་ཞིག་
ལས་གསལ་བར་མ་བོན་འདུག་པས་འདི་ལ་འད་གོང་སྒོས་ལྟར་སྒོན་པ་དགོས་འདུག་སྤྱམ་སྟེ།
དོ་ཤལ་བྱེད་པ་ནི། སྤྱིག་གི་ཐེང་བ་རྒྱ་མ་སྤྱེབས་ཅན་དུ་འཕྲང་བའི་བྲང་རྒྱན་ཐུང་བུ་ཞིག་
ལ་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་ངོས་འཛིན་གནང་འདུག་པས་དབྱུང་བར་འཆའ་ལོ། །འདི་ལ་སེ་
མོ་དོ་ཡང་ཟེར། རྒྱས་པར་དོ་ཤལ་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།

འིང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འིང་གི་དོན། ཚུ་ལ་ལྷགས་སམ་བཛོད་ལྷགས་ཞེས་གསུངས།
འིང་ནི་འིན་གྱི་དོན་ཡིན་པས་འཐད་མིན་དབྱུང་བར་འཆའ་ལོ། །འདུལ་བ་གཞི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་
པ་ལས། གཞན་གྱི་འིང་མི་འཛོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་གྱིས་ཆོས་རྣམས་ཉོགས་པའི་
ཕྱིར་གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་མི་འགྲོ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བདུན་བདར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བདུན་བདར་ལ་བདུན་བདར་ཞེས་སྣང་བ་ནི་ཡིག་ནོར་
ལོ། །

མདོ་ཡི། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་དག་གསར་རྣམས་སུ་དོ་ཤལ་མདོ་ཡི་དང་འདོ་ཡི་ཞེས་
གྲིས་པ་མི་ལེགས།

རྒྱ་ག་རའི་ཡི་གེ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཡིན་པར་བྲས་འདུག་པ་ནི་
ནོར་བར་གསལ་མོར་ཤེས་རུས་ཏེ། “རྒྱ་ག་ར” ལེགས་སྦྱར་ཡིན་ཀྱང་། “ཡི་གེ” ཞེས་པ་བོད་
སྐད་ཡིན་པར་གསལ་བར་ཤེས་རུས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

གནམ་ལོ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གནམ་ལོ་ཞེས་པ་ལོའི་ཞེས་ཡིན་པར་གསུངས་འདུག་
ཀྱང་། སྤྱིགས་སྟོན་ལོ་རྒྱའི་དག་ཡིག་གྲར་ཁང་དུ་དགྲང་ལོ་གནམ་ལོའི་ཞེས་པར་གསུངས་པར་
གཞིགས་ན་འདི་ཞེས་མིན་པ་ལྟ་བུར་སྣང་ངོ། །འོན་ཀྱང་དབྱུང་དགོས་ཏེ། བཞུགས་པ་དང་
གཞེས་པ་གཉིས་ཀ་ཞེས་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ལས། གཞེས་པ་བཞུགས་པའི་ཞེས་པར་གསུངས་
འདུག་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དབྱུང་དོ། །

པ་ཀ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཅུ་གྲོ་རྒྱའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། “པ་ཀ” ཞེས་འཁོད་ཀྱང་།

པཌ: “བ་ཏྲ” འམ་ “ཕ་ཏྲ” ཞེས་བཅོས་དགོས།

བད་མ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བསྐྱེ་ལ་བད་མ་ཞེས་བྲིས་པ་མི་འཐད་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་
བསྐྱེ་ཞེས་བྲིས་ན་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། ལེགས་སྦྱར་ལ་འང་ བཟླ་ ཞེས་ཡིག་གཅེགས་མ་དེ་
རི་བཞིན་འབྱུང་བས། དེ་ལྟར་བྲིས་ན་དེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོག་ཡིན་པར་གོ་རྒྱས་པ་དང་དེའི་
འབྱུང་ཁུངས་ལེས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེས་སེམས་ལ་རིགས་འགྲེལ། །

བཤ་ཆེན་ཨེར་ཏི་ནི། <སོག་> བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འདི་སོག་སྐད་ཡིན་པར་བྱས་ཡོད་
ཀྱང་། འདི་ནི་ལེགས་སྦྱར་དང་བོད་སྐད་སོག་སྐད་བཅས་འབྲས་མའི་མིང་བད་ཞིག་ཡིན་ཏེ།
བཤ་ནི་བཤྲི་ཏྲ་ཞེས་པའི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཆོག་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ལ། ཆེན་ནི་ཆེན་པོ། ཨེར་ཏི་ནི་
ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྩ་བུར་ཆག་པའི་སོག་སྐད་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

སྤྱིབས་པ། (བད་ཆེད) སྤྱིགས་པའི་དོན་དུ། ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དང་། དག་ཡིག་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ།
དག་ཡིག་གསར་བསྐྱིགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་བཤད་ཀྱང་། འདི་ནི་
གཞུང་ཆེན་མོ་ལ་རྟོག་ཞིབ་ནན་ཏན་མ་བྱས་པར་རང་འགར་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲར་ཁང་དུ་
སྤྱིབས་པ་ལ་སྤྱིབས་པ་ཞེས་ཡིག་ཞོར་བྱུང་བ་དེ་རང་ལ་དཔེ་བླངས་ཏེ། བྱུང་རྒྱལ་དུ་བྲིས་པར་
སྤང་སྟེ། སྤེ་དགེ་བཀའ་འབྱུར་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་༩ ཀ་བ ༡༠༥༣༥ལས། བཙུན་པ་དགེ་
འདུན་འཆོ་མི་སྤྱིབས་སམ། མི་སྤྱིབས་སམ། དེས་སྤྱིབས་པ། ཆེ་དང་ལྷན་ (བ) (མ་དཔེར་པ་
ཡིག་མེད་པ་ནི་ཆད་སྤྱོད་ཡིན་པར་སེམས་) བདག་སྒྲོམ་མོ། །བཤེས་མོ། །ཞེས་གསུངས་
ཤིང་། ཡང་དེའི་མཐུག་ཏུ་༡༠༩ནེབར་ཡང་གོང་དང་མཚུངས་པར་འབྱུང་ཞིང་། མ་ཟད་
སྤྱིབས་པ་དང་བཤེས་པ་གཉིས་སྤྱོད་གདངས་ཡང་ཏ་ཅང་ཉེ་བའི་བྱིར་དང་། ཡང་བོད་རྒྱ་ཆོག་
མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་མདོ་དང་བསྐྱར་བཅོས་སོགས་གཞུང་ཁུངས་མ་ནས་བཤད་པའི་
སྤྱིབས་པའི་དཔེ་མཆོན་གཅིག་ཅུ་ཡང་བཤད་པ་མེད་པའི་བྱིར། སྤྱིབས་པ་ཉིད་དག་པར་
སེམས་མོ། །

བ་སྤྱིགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདིའི་ཐད་རྒྱ་ཡིག་འགའ་ཞིག་མ་གཏོགས་བོད་ཡིག་ནང་

འདིའི་གོ་དོན་གྱིས་མི་འདུག་པས་སྟོན་པ་དགོས།

ལྷ་ར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་ལྷ་ར་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ཆོད་ལྷན་གྱི་ཐ་སྟངས་ལྟར་བཞག་
 པ་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་ནི། ལྷ་ར་བ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་རྒྱ་མཚན་བཤད་དུ་
 ཡོད་པའི་རྩེས་བྲལ་གྱི་ཐ་སྟངས་ཅིག་ཡིན་ཏེ། ལྷ་ར་བ་བཟོ་དུས་ལྷ་ར་ཁུའི་སྤྲེང་དུ་འལྷར་བའམ་
 སྤྲེང་ནས་སྤྲོད་པས་ཆ་ནས་འལྷར་བ་ཞེས་བཏགས་པར་ངེས་ཤིང་། ཅི་སྟེ་ལྷ་ར་ཞེས་བཛོད་ན་
 གོ་རྒྱ་མེད་ཅིང་། ཆོག་འདིའི་ཐོག་མའི་འལྷར་ཁུངས་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་པ་ན་ཡང་ཅད་ཆོད་
 དཀའ་བ་དང་བོད་ཀྱི་སྤྲེང་ཡིག་ཉམས་ཆག་ཏུ་འགོ་བའི་རྒྱན་དུ་འལྷར་བ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་མང་
 བོ་སྤྲོད་དོ། །འོན་ཀྱང་ལྷ་ར་གནས་དཔྱོད་ལྷན་ནམས་ཀྱི་དཔྱད་པར་འཆོལ་ལོ། །

བ་མོ། ། བ་ལྷགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བ་མོའི་འགྲེལ་བཤད་ལ། བ་སྤྲང་དང་། མ་བ་མོ་
 ལས་སྤྱེས་པའི་མོ་ཐོག་ཅེས་འབྲུང་བ་དེ་ལ། འདི་སྤྱི་བར་བྱ་སྟེ། ད་ལྟ་དང་ཆོ་བ་མོ་ཐེར་བ་དེ་ཅི་
 འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཅད་གཅོད་བྱེད་པའི་སྤྲེང་བས་ཡིན་པས། མ་བ་མོ་ལས་སྤྱེས་པའི་མོ་ཐོག་
 ཅེས་བཛོད་པ་ནི། སྤྲང་ཆེན་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་ན། སྤྲང་ཆེན་ནི་སྤྲང་ཆེན་ལས་སྤྱེས་པའི་
 དུད་འགོ་ཞིག་གོ་ཞེས་བཛོད་པ་དང་ཀུན་ནས་མཚུངས་སོ། །² ལྷ་ར་ཅེར་ཆགས་པའི་ལྷའི་ཐེལ་
 པ་ལ་ཐེར།

བི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལ་ཞེས་ལ་སྤྱི་ལ་མ་དེ་ལྷག་པའི་
 སྟོན་དུ་འདུག བི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལ་Vikramasila ཞེས་པ་ཡི་གེ་དག་པ་ཡིན། རྣམ་གཞོན་དང་ཚུལ་
 ཞེས་སྤྲང་རྒྱ་གར་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ནང་པའི་གཙུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་
 དཔེ་མང་མོར་གྱི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལ་ཞེས་པ་དང་། བི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལ་ཞེས་པ་དང་། བི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་
 ལ་ཞེས་སོགས་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་འབྲུང་བ་ནི་ཡི་གེ་མ་དག་པ་འོ། །

བོད་ཅེ། <བུ་ཧྲྱི་རྩི་བ> བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། (རྒྱ) ཞེས་འདི་རྒྱ་ནག་གི་སྤྲེང་ཡིན་པར་བྲས་
 འདུག་ཀྱང་། སྟོགས་སྟོན་ལོ་རྒྱུད་དག་ཡིག་ལི་ཤིའི་གྲུང་ཁང་དུ་འདི་ལེགས་སྤྲར་གྱི་བུ་ཧྲྱི་རྩི་
 བ་རྩུར་ཆག་པར་བཤད་དོ། །འཕོ་དེ་ཅི་ཞེས་ཀྱང་གིས་སྤྲང་།

བྱེ་བྲག་རྟོག་བྱེད། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བྱེ་བྲག་རྟོག་བྱེད་ཅེས་ས་མཐའི་ཡང་འབྲུག་མེད་
བ་ནི་ལེགས་པར་མི་སེམས་ཏེ། སྡེ་དགེ་སྤར་མའི་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཆེན་མོ་༩ ཙ་བ
༡༧༩༩ལས་ཀྱང་། བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་བྱེད་པར་རྫོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་
བཞེན་དུ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་འཕྲིང་པོའམ་སྤྱི་རྒྱུ་ར་བམ་གཉིས་ལས་ཀྱང་། རྟོགས་བྱེད་ཅེས་
འབྲུང་ངོ། །དོན་ལའང་འདིར་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཅེས་བ་གོ་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཆེ་བར་སྤར་སྟེ། བྱེ་
བྲག་རྟོགས་བ་ནི་ཞེས་རྟོགས་པའི་དོན་དང་། རྟོགས་བྱེད་ནི་ཤེས་པར་བྱེད་པའམ་བཤད་བ་
ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཞེས་རྟོགས་པར་བྱེད་པའམ་ཞེས་རྟོགས་པར་བཤད་བ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །བྱེ་
བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཅེས་བ་ཆོག་ཅུང་མི་བདེ་བ་ལྟ་བུར་སྤར་ཡང་། དེ་ནི་བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་
བྱེད་པའི་བསྐྱེས་ཆོག་ཙམ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་སྤར་ཡང་སྟོན་མེད་དོ། །བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་
བྱེད་བ་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ནི། ལྷན་ཞེས་པ་འདིའོ། བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱེད་ཅེས་མཛོད་ན་ནི་ཁྱད་
པར་འབྱེད་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཙམ་མོ། །

བམ་ཟེ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བམ་ཟེའི་དོན་ལ་ཆངས་སྟོང་ཅེས་འབྲུང་ཡང་དེ་ནི་རྒྱ་གར་
ཀྱི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་པས་དབྱེད་དོ། །ཆངས་སྟོང་གི་སྐད་དོད་ནི་ལྷན་ཙམ་ཞེས་བྱའོ། །

མྱའི་གྲ་ བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མྱའི་གྲ་ཞེས་གསལ་ཞིང་དེའི་འགྲེལ་བཤད་ལ། རྫོན་པོའི་
ཆོགས་ས་ཞེས་སྤར་བ་ནི། མྱའི་གྲ་དང་། རྫོན་པོའི་ཆོགས་ “སོ”ཞེས་དག་བཙས་དགོས།
མྱའི་གྲ་ཞེས་པའི་བསྐྱེད་འདི་འདུལ་བ་ན་སྤར་ཞིང་། སེར་བྱས་བྱ་སྒྲོམ་དུའང་། འོག་རྒྱར་ (ནི)
ཡུལ་མི་ (ལ་ཟེར) མྱའི་གྲ་ (ནི) རྒྱལ་པོས་བསྐྱོས། ། (པའི་མིའོ) ཞེས་ཀྱང་གསུངས་
སོ། །རྒྱལ་པོས་བསྐྱོས་པའི་ལས་བྱེད་པའི་གྲ་རྫོན་པོའི་ཆོགས་སོ། །ཞེས་བསྐྱར་དར་ལྟ་
རམས་བ་གསུང་། ལྷ་ནི་འདིར་སྡེ་ཆེན་ནམ་ཆོགས་པའི་མིང་ངོ། །

དབུས་འགྱུར་འཆང་། <མ་ག་རྩ> བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་དོན་ཅི་གདན་གྱི་མིང་དུ་བཤད་བ་
ནི། ཏ་ཅང་ཁྱབ་ཆུངས་པས་སྟོན་ཏེ། དབུས་འགྱུར་འཆང་ནི་མ་ག་རྩའི་སྐད་དོད་ཡིན་ལ། དེ་ནི་
སྟོན་བ་ཞེས་བཞུགས་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་གཞུགས་ཙན་སྟོང་པོའི་ཆབ་འོག་གི་ཡུལ། ཤར་དུ་

ཨ་རྒྱའི་བྱེད། རྒྱུ་ལྷ་ཡ། ལུ་བ་ཏུ་སྒྲ་རྩ་ཏུ་སྤྲི། བྱང་དུ་གསུམ་བཅད་པའི་དབུས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་
ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་མིང་ཡིན་ནོ། །འདིའི་དོགས་གཅོད་དང་བཅས་པ་ཞིབ་པར་མ་ག་རྩ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཟུགས།

འཛི་འཛི། <མི་སྒྲི> སྤྲི་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། འཛིས་པའི་གོང་བྱ་རྒྱུ་དེ་མིང་དུ་གྲགས་པའིང་།
བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་། ཅིལ་ཅིལ་ཀྱི་མིང་དུ་བཤད། འཛིས་པའི་འཛི་འཛི། བལ་
ཀྱི་འཛི་འཛི། བག་བྱེད་འཛི་འཛི། ཞེས་གསལ། འདི་ལོགས་སྤྲར་ཀྱི་སྤྲི་གཟུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་
“ཁོ་ཁོ” མི་སྒྲི་བྱར་ཆག་པས། འབུམ་པ་དང་འཛི་འཛི་ཞེས་བཟོད་པར་ལི་ཤིའི་གྲུར་ཁང་ལས་
གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། མི་སྒྲི་ཞེས་སྤྲི་གཟུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་བྱར་ཆག་པས་འབུམ་པ་དང་
“འཛི་འཛི” དང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབུམ་པ། <མི་སྒྲི> སྤྲི་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། མཚོད་རྩོན་ཀྱི་མིང་དུ་གྲགས་པའིང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་
མཛོད་ཆེན་མོར་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས་ཀྱང་། འདི་ལོགས་སྤྲར་ཀྱི་སྤྲི་གཟུགས་ཀྱི་སྐད་དོད་
“ཁོ་ཁོ” མི་སྒྲི་བྱར་ཆག་པས། འབུམ་པ་དང་འཛི་འཛི་ཞེས་བཟོད་པར་ལི་ཤིའི་གྲུར་ཁང་ལས་
གསུངས། འཛི་འཛི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟུགས།

མིག་དབང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མིག་གི་ནམ་ཤེས། ཞེས་སྤྲང་ཡང་དེ་ནི་ཁོར་བ་ཡིན་ཏེ།
མིག་དབང་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལ་དབང་སོ་གཟུགས་ཅན་པར་བཤད་ལ། མིག་གི་ནམ་ཤེས་ནི་
ཤེས་པ་ཡིན་པས་སོ། །

ལྷ་གཤེ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷ་གཤེ་དོན་ལ། ཟས་ཀྱི་འཆོ་བ་དབུལ་བའི་དུས་སྐབས་ཞེས་
གསལ་ཡང་། ལྷ་གཤེ་ནི་བཟའ་བཏུང་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པའི་དོན་ཡིན་པས། ལྷ་གཤེ་དང་ལྷ་གཤེ་དུས་
གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

མེ་སྐྱོར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མེ་སྐྱོར་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་སོག་སྐྱད་ཡིན་པར་བྱས་འདུག་
ཀྱང་དབྱེད་དགོས་ཏེ། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གཉེན་སྤྲིག་གི་ཆོག་འདི་མིང་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་
སྤོལ་ལ་མེ་ལ་སྐྱོར་བ་བརྒྱུ་ནས་གཉེན་སྤྲིག་གི་ཆོག་བྱེད་པས་དེའི་ཆ་ནས་བཏགས་པ་

འབྲེལ།

མེ་ཏོག་ཆར་པ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷའི་མེ་ཏོག་དངོས་སུ་བབས་པའི་ཐོན་བྱུང་གི་དཔེ་
ཞེས་གསལ་ཡང་། མེ་ཏོག་ཆར་པ་ནི། ཉི་མ་དང་ཆར་པ་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་འཆོགས་པའི་
སྐབས་ཀྱི་ཆར་འཇམ་པའི་མིང་ཡིན་ཏེ། མེ་ཏོག་གི་ཆར་པ་དང་བསྐྱེ་བར་མི་རུང་སྟེ། ཐོན་གྱི་
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་ལྷའི་མེ་ཏོག་དངོས་སུ་བབས་པ་ལ་མེ་ཏོག་གི་ཆར་པ་ཞེས་བྲག་
སྐྱ་སྐྱར་བ་ལ་སྟག་མ་གཏོགས་མི་སྣང་ངོ་། །མེ་ཏོག་གི་ཆར་པ་དང་མེ་ཏོག་ཆར་པའི་འགྲེལ་
བཤད་གོང་དུ་སོ་སོའི་ཐད་དུ་གཞིགས།

མྱོངས་རྒྱལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷན་མོ་ཞེས་མོ་རྟགས་སྤར་བའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་
ནམ། མྱོངས་རྒྱལ་ཞེས་པ་ལྷན་པོ་སྤྱིའི་མིང་ཡིན་ཡང་། བྱང་མེད་ལྷན་མོ་གཅིག་སུ་ལ་གོ་བ་
ཡིན་ནམ་སྟེ་མ་པའི་ལོག་ཏོག་འབྱུང་ཉེན་འདུག་པས་མི་ལེགས་སོ། །

ཚུམ་པ། འོ་བྱེད་པའི་སྐད་དོད་ལྷན་མྱོང་བྱེད་ཚུམ་པ་བྱུང་ཆག་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་། ལྷང་
སྐྱ་རོལ་པའི་རྫོང་མོགས་ཀྱིས་འོ་བྱེད་པའི་བདུན་དུ་བྱས་ཡང་ལེགས་སྤར་བྱུང་ཆག་པའོ། །

མཆན་མཆོན་གཞི་གསུམ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མཆན་ཉིད་དང་། མཆོན་བྲ། མཆན་
གཞི་སྟེ་གསུམ་སོ། །དེ་དཔེར་བཞིན་ན་གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རུས་པ་ནི་ཀ་བའི་མཆན་
ཉིད་དང་། ཀ་བ་ཞེས་པ་མཆོན་བྲ་དང་། ཀ་བའི་བྲེ་བྲག་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་ནི་མཆན་གཞི་ཡིན་
པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ། ཀ་བའི་མཆན་གཞིར་བཤད་པ་སྤམ་བཤད་ཅམ་ལ་
འགྲིག་ཅམ་དུ་སྣང་ཡང་། ཞབ་ཏུ་དབྱེད་ན་མི་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་ཀ་བའི་
མཆན་གཞི་ཡིན་ན། ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་རྟོགས་ནས་ཀ་བ་མ་རྟོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་
འཛོག་དགོས་པ་འཇགས། ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་རྟོགས་ན་ཀ་བ་རྟོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དེས་ན་
ཅན་དན་གྱི་གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རུས་པ་ཀ་བའི་མཆན་གཞིར་བྲེལ། །

མཆན་གཞི། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མཆོན་བྲ་མཆོན་པའི་གཞིར་བྱུང་པ།
དཔེར་ན་གསེར་བྱམ་དེ་བྱམ་པའི་མཆན་གཞི་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསེར་བྱམ་བྱམ་པའི་

མཆན་གཞིར་གསུངས་པ་མི་འཐད་དེ། གསེར་བུམ་རྟོགས་ན་བུམ་པ་རྟོགས་པའི་ཁྲབ་པའི་
ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གསེར་གྱི་ལྷོ་ཕྱིར་ཞབས་ཞུས་ཆུ་སྐྱོར་གྱི་དོན་བྱེད་ཀྱས་པ། བུམ་པའི་
མཆན་གཞིར་བྱའོ། །

ཞར་བ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཞར་པའི་གོ་དོན་ལ། མིག་ལོང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་
མི་འཐད་དེ། འཛིག་རྟེན་ན་མིག་ལ་གཅིག་ལ་སྐྱོན་ཤོར་བ་ལ་ཞར་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱོན་
ཤོར་བ་ལ་ལོང་བ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་འད་དེ་ལྟར་གསུངས་ཏེ། འདུལ་
བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། ཞར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མིག་ལ་གཅིག་
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

ཡ་མ་གཟུགས། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཡ་མ་གཟུགས་ཞེས་སྣང་ཞིང་། དེའི་འགྲེལ་བཤད་
ལ། ཆ་ལུགས་རིགས་མི་མཐུན་པའམ། བཟོ་བལྟ་བུ་མོང་དང་མི་འདྲ་བ། ཞེས་སྣང་མོད། དེ་
ལ་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཡ་མ་གཟུགས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན། གོ་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་
ཅིང་། ཡ་མ་བྱུང་ཉིད་མ་དག་པ་བཟོད་དེ་ཁོར་བ་རྒྱན་འབྲམས་པར་སེམས་ཏེ། ཆ་ལུགས་ཡ་
མ་བྱུང་ཞེས་པ། བལ་སྐད་དུ་ཡ་མིན་ཆ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་དང་། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་
དང་། ཞུས་པའི་རྒྱལ་རབས་དང་། དེང་སང་གི་གསར་ཤོག་ཁག་ཏུ་ཡང་ཡང་འབྱུང་
ངོ། །སྟོན་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཁྲུང་ས་ལྟན་དག་དང་མཁས་པའི་གསུང་རྣམས་སུ་ཆ་ལུགས་ཡ་མ་
བྱུང་ཞེས་པ་མ་གཏོགས་ཡ་མ་གཟུགས་ཞེས་མི་སྣང་ངོ། །དཔེར་ན་གྲུང་ཐང་བསྟན་པའི་སྐྱོན་
མའི་ཇིའི་བསྟོད་བ་དོན་ལྟན་མའི་འགྲེལ་བ་༢༤ལས། ཆ་ལུགས་ཡ་མ་བྱུང་དགྲ་གྱོན། ཡེ་
ཤེས་པའ་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་འདྲེས་བརྒྱམ་པས་རྒྱུད་བསྟན་དེ་ཆངས་སྟོད་ལ་རིག་མ་གཏོད་པ་
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་མང་གཞི་འཛིག་པར་བྱེད་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡ་མ་བྱུང་།
ར་མ་ལུག ཤི་མ་གསོན་རྣམས་ཀྱིས་མཆོན་ལོ། །

ཡིག་འབྲུ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ཡིག་འབྲུའི་འགྲེལ་བཤད་ལ། “དབྱུངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་
སོ་སོ་སྟེ། གཟུགས་ཞེས་པར་ཡིག་འབྲུ་བཞི་ཡོད་པ་ལྟར་རོ” ཞེས་ “དབྱུངས་”ཡིག་སྟོས་

བཞེན་དུ། དཔེར་བཅོམ་བཞག་པའི་ཆོག་གསལ་བྱེད་མ་གཏོགས་བཞག་མི་འདུག་ཅིང། རོན་
ལ་འང་གནས་ལ། ཅི་སྟེ་ཡོད་ན། “གཟུགས་ཞེས་བར་ཡིག་འབྲུ་བཞེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་” ཞེས་པའི་
ཆ་བ་ཏུ་ཡིག་འབྲུ་ལྔ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་གསུང་དགོས་པ་ལས་མ་གསུངས་འདུག་པའི་ཕྱིར་
ལོ། །དེས་ན་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་སོ་སོ་ཞེས་དག་བཅོས་དགོས་སམ་སྙམ།
རངས་ལོ། འདིའི་ཐད་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། དམག་ཆས་རངས་ལོ་ཞེས་བར་དམག་ཆས་
རངས་སོ་ཞེས་ཡིག་འོར་འདུག་པས་དག་བཅོས།
རབ་ཏུ་བྱུང་བ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། བྲ་པ་སྤྱིའི་མིང་། ཞེས་འཁོད་པར། བྲ་བཙུན་སྤྱིའི་
མིང་། ཞེས་བཙུན་མ་སྟོན་དགོས།
རོལ་མཆོ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལས། དེ་རབ་གྱི་མཐའ་སྟོར་གྱི་གསེར་གྱི་དེ་བདུན་དང་སྟེལ་
ནས་ཡོད་པར་གྲགས་པའི་མཆོ་དུག་གོ། ཞེས་མཆོ་དུག་ཅེས་བཞོར་བ་སྟེ། མཛོད་ཅ་འགྲེལ་
རྣམས་སུ་རོལ་མཆོ་བདུན་ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། མཛོད་ཅ་བ་ལས། དེ་
དག་བར་བདུན་རོལ་མཆོ་ཡིན། །ཞེས་དང། དེའི་རང་འགྲེལ་ལས། སྤྱ་བྱུང་འདྲིན་ལ་ཐུག་
པའི་དེ་དག་གི་བར་བདུན་ནི་རོལ་མཆོ་བདུན་ཞེས་བྲ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །
ལ་དུ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལ་དུ། ལ་ཆེན་པོ་རྒྱག་སྐལ་པས་ཐ་རྒྱའི་ཐ་ཆས་རིགས་ཤིག་གི་
མིང་། འོ་ལ། སྤང་ཅི། ཀ་ར། བྲ་རལ། ཉིལ་སྤུལ། མར། སྤར་བ། ཆེས་མིན་བཅས་སྒྲ་ཁ་བརྒྱད་
གྲོ་ཞིབ་དང་སྤར་ནས་བཅོས་པའི་བག་ལེབ་ལྟ་བུ། ཞེས་འབྱུང་བའི་ལ་དུ་བཟའ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་
མིག་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བའི་གཏམ་དུ་སྤང་སྟེ། ལ་དུའམ་ “ལ་ཏུ” བོ། དེའི་བས་རྒྱུ་ལ་ཁ་
དོག་སེར་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་མངར་ཆའི་རིགས་ཤིག་གི་མིང་ཡིན་ནོ། །ཞིབ་བར་ལ་དུ་ཞེས་པའི་
ཐད་དུ་གཟིགས།
ལ་ལྟ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལོགས་སྤར་ཡིན་པར་བྲས་ཀྱང། འདི་ནི་ལོགས་སྤར་གྱི་
རྩ་བུ་བྲ་ལུང་ཆག་པའི་བཟླ་ཞིག་ཡིན་གྱི་ལོགས་སྤར་དངོས་ནི་མིན་ནོ། །
ལག་ལ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལག་པའི་གོ་དོན་ལ། ལུས་གྱི་ཡན་ལག་གི་མདུན་ལ། ཞེས་

གསུངས་པ་ནི་ཕྱིན་ཏུ་གོ་མི་བདེ་བ་ཞིག་འདུག་པས་བསྐྱར་བཅོས་དགོས་སོ། །
 །ལྟ་འོད། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་རྒྱན་ལྷག་གི་ཡ་གྲུལ་འདུལ་བ་
 བདུད་ཅིའི་རྒྱན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཞིག་སྟེ། དེས་དག་ཚུལ་གྱི་ཀ་རི་ཀ་སུམ་བརྒྱ་པ་སོགས་
 མཛོད། ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། མཁའ་མཉམ་མ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཆོད་དབུས་ན་གནས་
 བཅས་ཕྱིར། །འབྲུམ་ཐག་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་གདེངས་ཀས་བཞིན། །རྣམ་གྲོལ་ཐར་བའི་
 རོར་བུས་གཙུག་ལག་མཛེས། །མཆོག་གཉིས་སྒྲ་ཡི་དབང་པོ་ལ་ཐུག་འཆལ། །ཞེས་ཡོན་ཏན་
 འོད་དང་ལྟ་འོད་གཉིས་མཆོག་གཉིས་ལ་བཤད་ཅིང་། རྣེད་མའི་རྒྱན་ལྷག་མཆོག་བརྒྱད་ཀྱི་
 ཡ་གྲུལ་དུའང་ལྟ་འོད་མི་སྤང་བས་དབྱེད་བར་ཡོས་ཏེ། དེ་ཡང་རྣེད་མའི་རྒྱན་ལྷག་ནི། ཐུ་
 ཐུབ་སྤྱིང་པོ། ཐོགས་མེད། དབྱིག་གཉེན། རྩོགས་སྤང་། ཆོས་གྲགས། ཡོན་ཏན་འོད་དང་ལྷག་
 པོ། མཆོག་བརྒྱད་ནི། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ། འཕགས་པ་ལྷ། ཅ་རྒྱ་གོ་མེ། སློབ་དཔོན་དབའ་པོ་
 བསྟན། རྩོགས་སྤང་མི་བཤོ། །སྤོང་ཆེན་རབ་འབྲུམས་པའི་ཐུབ་མཐའ་མཛོད་དུ་གསལ་བ་
 ལྟར་པོ། །

སེ་མོ་དོ། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། སེ་མོ་དོའི་འགྲེལ་བཤད་ལ་དོ་ཤལ་ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་
 ལ་ནོར་བཅོས་དགོས་འདུག་སྟེ། སེ་མོ་དོ་དང་དོ་ཤལ་ཐུང་བ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་ལ།
 དོ་ཤལ་དང་དོ་ཤལ་ཐུང་བ་གཉིས་ལ་ནི་རིང་བྱུང་གི་བྱུང་བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་པོ། །

མིན་པོ། <རྩལ་ས> བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། གདུག་འདྲེའི་སྤྱིའི་མིང་ཞེས་གསུངས་འདུག་
 ཀྱང་། གདུག་འདྲེ་ནི་ཤ་ཟ་འབྱུང་བའི་རིགས་དང་། མིན་པོ་ནི་མིའི་རིགས་ཁོ་གཏུམ་ཆེ་ཞིང་མི་
 ཤ་ཟ་མཁའ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ལ་ཟེར་བས་བྱུང་བར་ཆོད། །དེ་ཡང་མཆོམས་མཛོད་༣༣་ལས། མིན་
 པོ་ནི་མིའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ལ། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་གདུག་འདྲེའམ་འབྱུང་པོ་ལ་
 རིགས་སྤྱར་དུ་ “རྩལ་ས” ཟེར་བས་དབྱེད་དགོས་ཏེ། རྒྱ་གར་ཡུལ་སྤྱད་ལའང་ “རྩལ་ས” དང་
 “རྩལ་ས” ཟེར་བ་ཁོ་བོས་བཤད་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དོ། །རང་ལུགས་ལ།
 མིན་པོ་ནི་མི་ཤ་ཟ་ཞིང་ཁོ་གཏུམ་ཆེ་བའི་མིའི་རིགས་རྒྱ་དུ་ཅིག་ལ་ཟེར་པོ། །འོན་ཀྱང་མིན་པོ་

དང་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སོགས་འབྱུང་པོའི་གདོན་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་གྲངས་སུ་ལྷང་སྐྱོ་རོལ་པའི་
རྗེ་རྒྱུ་བགྲངས་ཡོད་པས་ད་དུང་དབྱེད་པར་འོས་སོ། །

ཅ་ཉག་ཉག་སྤ་ཐག་ཐག་དཔེར་ན་ལས་ཀ་སྤ་ཐག་ཐག་བྱེད་དགོས་ཞེས་བ་ལྷ་བྲ། བོད་རྒྱ་ཆེག་
མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ཡུལ་སྐད་ཡིན་པར་བྱས་ནས་ཐ་སྐད་ཆད་ལྷན་ལ་བཅེས་འདུག་ཀྱང་
ནོར་བར་སེམས་ཏེ། སྤ་ཉིད་རྫོག་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་ “ཅ” ཞེས་འབོད་པ་ཡིན་གྱི་འདི་ལ་ཅ་
ཞེས་འབྲི་ཚུལ་མེད་ཅིང་། འདི་ལྷར་བྲིས་ན་ནམ་ཞིག་ན་བོད་སྐད་ཀྱི་མང་གཞི་ཞིག་སྟེ་གོ་རྒྱུ་ཅི་
ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་ཡུལ་སྐད་ལ་ “སྤ” ལ་ “ཅ” ཞེས་འབོད་པས་སོ། །

ལྷག་མཐོང་རྒྱུ་མ་ཐུན་པ། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷག་མཐོང་རྒྱུ་མ་ཐུན་པའི་འགྲེལ་
བཤད་ལ། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཆ་འདྲ་ཅམ་མཐོང་བ་ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་འཐད་པར་མ་
མཐོང་སྟེ། དེ་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་ངང་ནས་རང་གི་དམིགས་བ་ལ་དབྱེད་སྟོབས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་
ཤིན་སྐྱབས་ཀྱི་བདེ་བ་མ་སྐྱེས་གོང་གི་ལྷག་མཐོང་དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཤེས་རབ་ཅིག་ལ་ཟེར་ཏེ།
མདོ་སྟེ་དགོངས་འགྲེལ་རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ་བྱངས་པ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དབལ། དེ་རི་སྟོན་དུ་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྐྱབས་པ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་རི་ལྷར་
ལེགས་པར་བསམས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྟོང་ཡུལ་གསུགས་བརྟན་ནང་དུ་
ཡིད་ལ་བགྱིད་པའི་ཡིད་ལ་ཅི་ཞེས་བགྱི། བྱམས་པ། ལྷག་མཐོང་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་མཐོང་
དང་རྒྱུ་སུ་མ་ཐུན་པའི་མོས་བ་དང་མཆུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་པར་བཛོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་
དང་། ཤེར་བྱིན་མན་དག་ལས་ཀྱང་། རི་སྟོན་དུ་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྐྱབས་པ་མ་སྐྱེས་
པ་དེ་སྟོན་དུ་ནི། ལྷག་མཐོང་དང་རྒྱུ་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་སྐྱེས་
པ་དེའི་ཆེ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་བྱེད་གོས་སོ། །

ལྷག་མཐོང་མཆན་ཉིད་པ། བོད་རྒྱ་ཆེག་མཛོད་ཆེན་མོར། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཆ་འདྲ་ཅམ་མཐོང་
པ། ལྷག་མཐོང་རྒྱུ་མ་ཐུན་པའི་དོན་དང་། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཡང་དག་པ་མཐོང་བ། ལྷག་
མཐོང་མཆན་ཉིད་པའི་གོ་དོན་དུ་བཞག་འདུག་པ་བྱང་ཆུངས་པས་སྟོན་ཏེ། ལྷག་མཐོང་རྒྱུ་

མཐུན་པ་དང་མཚན་ཉིད་པའི་དོན་ནི། མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ། ཤེར་བྱིན་མན་ངག་རྗེ་ཙོང་ཁ་
 བ་སོགས་ཀྱི་གསུང་དུ་གསལ་བ་ལྟར། དབྱུད་སྟོབས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བས་ཀྱི་བདེ་
 བས་ཟེན་མ་ཟེན་གྱི་སྒྲོན་པ་འཛོག་གི་ལྷག་མཐོང་ལ་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་ཞིག་ག་
 ལ་དགོས། ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ཤེས་བྱ་མཛོད་འགྲེལ་སྤང་ཆ་༡༣༡ལས་ཀྱང་དེ་དག་
 གི་མཚན་ཉིད་རྗེའི་གསུང་དང་མཐུན་པར་གསུངས་ཡོད། ཞིགནས་ཀྱི་ངང་ནས་རང་གི་
 དམིགས་པ་ལ་དབྱུད་སྟོབས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟེན་པའི་ཤེས་རབ་
 ཅིག་ལ་ཟེར་རྟེ། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བས་པ་དེ་མ་སྤྱེས་ཚུན་ཆོད་དུ་ལྷག་
 མཐོང་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན་ལ། ཤིན་ཏུ་རྒྱ་བས་པ་སྤྱེས་པ་ན་ལྷག་མཐོང་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་རྟེ།
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ།

ཨ་ཙ་ར། བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་འདི་ལོགས་སྤྱར་ཡིན་པར་བྱས་མོད། དོན་ལ་ཨ་ཙ་ར་ནི་
 ལོགས་སྤྱར་གྱི་ཨ་ཙ་ར་བྱར་ཆག་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ཟེར་བ་ཡིན། བོད་པས་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་
 ཉི་རྒྱའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ “སྐུ་ཏུ” “སྤྱུ་ཏུ” འམ་སྤྱུགས་པ་ལུས་གཅེར་བྱུངས་ཡང་ན་གོས་དམར་
 སེར་གྱོན་པ། སྤྱང་ཨོག་ཆོས་རིང་ལ། ལག་ན་རིལ་བ་སྤྱི་སྤྱུགས་ཐོགས་པའི་ནལ་འབྱོར་པ་
 ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད། རྒྱ་གར་བས་དེ་ལ་རྩོ་གི་ཟེར། (རྩོ་གིའི་འགྲེལ་བ་ཤད་དང་དོགས་
 གཅོད་སོགས་རྩོ་གི་ཞེས་པའི་ཐད་དུ་གཟིགས།) བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། འདི་སྟོབ་
 གཉེར་བ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱུགས་མཁན་ནལ་འབྱོར་པ། བཞད་གད་སྟོང་མཁན་བཅས་ཀྱི་
 དོན་ལ་བཤད་ཀྱང་། དང་པོ་དང་ཐ་མ་ལ་དབྱུད་ལོ།

ལྷ་ཤི་རའི་རི། (འདུལ་བ) བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར། ལྷ་ཤི་རི་ཞེས་པ་རྩ་བའི་མཐའ་དེ་སྤྱེས་པའི་
 རི། ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ལ་དབྱུད་པར་བྱ་སྟེ། ལྷ་ཤི་རི་ཞེས་པ་རྩ་བའི་མཐའ་དོན་ལ་འགྲེལ་ན་ “ལྷ་
 ཤི་ར” བརྗོད་དགོས་ལ། རྩ་བའི་མ་སྤྱེས་པའི་རིལ་འགྲེལ་ན་ “ལྷ་ཤི་རའི་རི” ཞེས་བརྗོད་
 དགོས་རྟེ། མཚོ་ལྷོ་ག་ལས། མའི་སོ་སོ་ཐར་པའི་འགྲེལ་བ་ལས་ལྷ་ཤི་ར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེས་
 མའི་རྩ་བའི་ཞེས་བཤད་ཅིང་དེ་ནི་ཆོད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་རྩ་བའི་མ་

ཡིན་པར་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདུལ་བ་གཞིའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་བ་༡༤༤བལ་ས་
ཀྱང་། བྱང་དུ་ནི་མུ་ཤི་རའི་རི་ཞེས་བྱ་བའི་ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་ནང་ནས་སོ། །ཞེས་
གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་གཞུང་མང་པོ་ན་དེ་ལྟར་གསལ་ལོ། །

གསལ་བཤད།

བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་ནི་མཁས་སྐུན་ཀུན་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྡོན་དང་ད་ལྟར་གྱི་མི་རབས་
གཉིས་ཐུན་མོང་གིས་བཞག་པའི་ཆེས་སྙེད་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་འོ་མཆར་ཅན་ཞིག་
ཡིན་ལ། ཁོ་བོས་ཀྱང་ལོང་བའི་འཁར་རྒྱ་ག་དང་སྟོག་འཆོ་བའི་ཁ་ཟས་ལྟར་རྒྱན་པར་བརྟེན་
དང་རྟེན་སྤྱད་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་འདིའི་ཆོས་སྤྲིག་གི་བྱ་བར་
ཞུགས་པའི་དབྱིད་ལྷན་བྱས་མེས་ཅན་དེ་དག་ལ། འདི་ལྟ་བུའི་སྡོན་མེད་པའི་རྩ་ཆའི་ལེགས་
བཤད་ཅིག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་སྤུ་འཛོག་གནང་མཛད་པར་དུས་ནས་ཡང་སྤྱིང་ཁོང་དུས་
པའི་གཏིང་ནས་མེས་སུ་ཡི་རངས་དང་ཐུགས་མེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་བ་ཡིན། འདིར་དོགས་སྤོང་དང་
ལེགས་བཅས་ཀྱི་བསམ་འཆར་རེ་བྱང་ཞུས་པ་འདི་དག་དགག་པ་དང་གཞན་དཔལ་དབབ་
འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་རན་པས་བསྐྱད་པའི་སྡོན་བཛོད་ལྟ་བུར་གོ་བ་ལོག་སྤྱད་མི་མཛད་པར་རང་
རའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་ཞབས་འདེགས་དང་དར་ཐེར་དུ་ཅེས་ཀྱང་མཐུན་པར་
མཛོད་ཅིག་ཅེས་གསལ་བ་འདེབས་པ་ལགས། མདོར་ན། ཆོས་རྗེ་ས་པཌ་གྱིས། འཕན་ཟེལ་
རིན་ཆེན་ལ་ལྟ་ཡི། །མགལ་དུས་ལ་ནི་སུ་ཞིག་དབྱིད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆེ་བའི་ཡོན་
ཏན་དང་གཟི་བརྟེན་དུ་ཤེས་དགོས་སོ། །ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་དབྱར་ཡང་སྟོག་པ་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱིས་སྡོན་བཛོད་དང་ནོར་བཅས་ཡོང་བའི་རེ་སྤུལ་ཡང་གནང་འདུག་ཅིང་། ཁོ་བོར་ཡང་
བཀའ་བརྟེན་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ལེགས་སྤེལ་ཉེས་འགོག་གི་སྡོམ་དང་དགོངས་འཆར་ལྷག་
སྤེལ་ཡོང་བའི་རེ་སྤུལ་སྤྱིང་ནས་ཞུ་ལགས་སོ། །

དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་ལ་དོགས་གཙོད་རེ་བྱུང་།

བརྟན་ངེས། དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་སུ། བརྟན་ངེས་སྤང་ཡང་། “བརྟན་ངས་”

ཞེས་འབྲང་བུ་ཆད་པར་སེམས་སོ། །

མདོ་ལི། དག་གསར་དུ་དོ་ལི་ལ་མདོ་ལི་ཞེས་བྲིས་པ་མི་ལེགས།

འདོ་ལི། དག་གསར་དུ་དོ་ལི་ལ་འདོ་ལི་ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པ་མི་ལེགས།

ད་གཙོད། དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་སུ། དེ་ལས་མི་འདའ་མི་སྲིད་པའམ་དེ་ཁོ་ནའི་

དོན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། ད་གཙོད་དང་ད་གདོད་ནི། རྩེས་མའི་དོན་ཏེ།

དཔེར་ན་སང་པོད་ད་གཙོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

(ཁོ་པོས་དག་ཡིག་གསར་བསྒྲིགས་དེ་ཙམ་བཟླ་སྟོག་མི་བྱེད་པས་ཡིག་ཞོར་སོགས་མཐོང་རྒྱུ་འགོ་

སྐབས་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བས་དེ་ཙམ་མོ)

ཁམས་ཀྱི་སྒྲུང་ཡིག་གི་དཔེ་མཚོན་འགའ་ཞིག

བགྱིན = བཀའ་ངིན།	བགྱིས = བགྲ་ཤིས།	རྒྱལི = རྒྱལ་གྱི།	དགྲོང་ = དགེ་སྤོང་།
རྒྱུྱ = རྒྱ་ཆེན་པོ།	རྒྱལོ = རྒྱལ་པོ། རྒྱལ་ལོ།		
རྒྱེད་པ = མཚོད་པ།	འཇིགྲེ = འཇིག་རྟེན།	རྫོང་ = རྫོང་པོ།	བདེད་ = བདུད་ཅི།
ནྟེལ་ = ནམ་མཁའ།	དཔལི = དཔལ་གྱི།	འཕྲིས་ = འཕྲན་ལས།	
ཕྱོད་ = ཕུན་ཚོགས།	མད་ = མཛད།	རྩྱ་ = རྩ་འཕུལ།	

ཡིག་སྐད་རྒྱ་བོད་ཡིག་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁའ་ལྷན་གྲོང་ཚོ་གཞི་རྩུབ་པའི་ཡིག་སྐད་རྒྱ་
བོད་ཀྱི་མཁའ་ལྷན་གྲོང་ཚོ་གཞི་རྩུབ་པའི་ཡིག་སྐད་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁའ་ལྷན་གྲོང་ཚོ་

དབྱངས་བཅུ་ལྷག

अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ॠ, ए, ऐ, ओ, औ, अँ, अः

ਭਾ ਭ੍ਰਾ ਭੇ ਭ੍ਰੇ ਭੁ ਭ੍ਰੁ ਮ ਨਾ ਧੀ ਧ੍ਰੇ ਭੇ ਭੈ ਭੌ ਭੰ ਭਃ

A, AA, I, II, U, UU, RI, RII, LI, LII, E, AI, O, AU, AM, AH.

examples:

प, पा, पि, पी, पु, पू, पृ, पृ, पृ, पृ, पे, पै, पो, पौ

क ख ग घ ङा च छ ज झ ञा ट ठ ड ढ णा

ཀ་ ལ་ ག་ ཡ་ ར། ཅ་ ཈་ ཉ་ ཏ། ཊ་ ཋ་ ཌ་ ཌྷ།

त थ द ध ना प फ ब भ मा य र ल वा

ཏ་ ཐ་ ཏ་ ཏྲ་ ཉ། ཐ་ ཐ་ ཐ་ ཐྲ་ མ། ཡ་ ར་ ལ་ ས།

श ष स हा क्ष

$$\text{क} + \text{ष} = \text{क्ष}$$

ལྟ་ རྟ་ སྟ་ ཅ། རྟ།

$$\pi + p_2 = \pi|_{p_2}$$

ལོག་ཡིག་བྱག

ལོག་ཡིག་བྱག་པོ་འདི་རྣམས་ནི་ལོགས་སྐྱར་བོད་ཡིག་ཏུ་འབྲི་བའི་ཆེ་དེའི་དོད་དམ་ཆ་བ་ཡིན།

ཏ ཐ ཊ ཋ ཌ ཌྷ ཎ

ཏ་ ཐ་ ཊ་ ཋ་ ཌ་ ཌྷ་ ཎ་

མ་ ཙ་ འ་

མ་ ཙ་ འ་

གལ་ཏེ་ཆོག་མཐུག་གི་གསལ་བྱེད་ལ་དབྱངས་ཡིག་མེད་ན། དེ་མཆོན་པའི་ཕྱིར་བྱར་ཉགས་ “མེ་ར་མ” ཟེར་བ་དེ་རྒྱག་དགོས། སྐབས་འདིར་དབྱངས་ཡིག་ཅེས་པ་འཆུང་ངམ་ཨ་རིང་པོ་མཆོན་པའི་ལོགས་སྐྱར་གྱི་ཤད་ “ཾ” འདི་ལ་གོ་དགོས་པར་སྟུག། ཡི་གེ་འདི་ལ་དབྱངས་ཡིག་མེད་ཅེས་མཆོན་པའི་ཕྱིར་ལོག་གི་བྱར་ཉགས་ མ ོ གའི་ལྟ་བུ་འདེབས་པ་དེ་དང་ “ེ” རྣམ་བཅད་འདི་གཉིས་པལ་ཆེར་གཅིག་པ་ཡིན་ཆོད་འདུག་སྟུག། ལྷན་ཀོར་ཉིས་བཅེགས་འདི་ལ་རྣམ་བཅད་ཅེས་བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་། འདིས་གསལ་བྱེད་གང་ཞིག་ལ་དབྱངས་ཡིག་ཡོད་པ་རྣམས་པར་བཅད་པས་ན་རྣམ་བཅད་ཅེས་བརྗོད་པར་སྟུག། ད་དུང་ལོགས་སྐྱར་ལོགས་པོ་མཁྱེན་མཁན་ཞིག་ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་ན་ལོགས།

མེ་ར་མ། རྣམ་བཅད། cessation, termination, end”

When a consonant ends a word, it is necessary to indicated that the last letter has no vowel. To do so, a diagonal line, called virama, is drawn under the letter. Letters with the virama are called halanta letters.

དབེ་མཆོན། རོག་གི་རྒྱལ་ས་གཉིས་དོན་འདྲ་བར་སྟུམ།

མྱ ཀྱ རྱ

མུ ཀུ རུ

མྲ ཀྲ རྲ

མེ ཀེ རེ

ཀ ka [k^] ཁ kh [k^] ག ga [g^] ཇ gha [g^] ཉ na [^]

ཇ ca [C] ཉ cha [c^] ཉ ja [A] ཉ jha [^] ཉ ña [A]

ཏ ta [^] ཏ tha [t^] ཏ da [1] ཏ dha [d^] ཏ na [me]

ཏ ta [t^] ཏ tha [tA] ཏ da [d^] ཏ dha [^] ཏ na [na]

ཏ pa [PA] ཏ pha [ph^] ཏ ba [A] ཏ bha [bi^] ཏ ma [m^]

ཏ ya [^] ཏ ra [r^] ཏ la [4] ཏ va [0^]

ཏ sa [C^] ཏ sa [g^] ཏ sa [sa] ཏ ha [m]

ཏ la [M]

བསྐྱོད་དང་མཁུག་བྱང་།

གངས་ཅན་སྤྱི་འགྲོའི་ལྷ་གཅིག་པད་དཀར་འཆང་། སྤྲོས་བརྩོན་མི་ཡི་ཟོལ་གྱིས་བྱོན་པ་ཡི། །
ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་། སྤྱི་ཆེ་བརྟན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག་།
རྟག་ཏུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་ཤིང་པན་ལན་ལ། རྟག་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་རེ་གཞན་དོན་དུ། །
རྟག་ཏུ་གཞོལ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་ཆམས་གྱི། ཐུགས་གྱི་བཞེད་པ་རི་བཞིན་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག་།
བྱམས་བརྩེས་བསྐྱངས་པའི་བྱིན་ཅན་པ་མ་དང་། འཁོར་འཆོབ་སྤྱིར་བའི་སྤྱིན་བདག་ཆམས། །
དལ་འབྱོར་རྟེན་ཐོབ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ། རྟུགས་ནས་ཆོས་གྱི་དགའ་སྟོན་སྤོང་བར་ཤོག་།
ཤོག་འཆོའི་གཟིག་ལྷགས་བྱོན་པའི་དགེ་སྤྱོད་གི། རང་ཚུལ་བྲལ་ཏེ་གྲོགས་མེད་ལུས་པ་ན། །
བརྩེ་བས་བསྐྱངས་ཤིང་འདོད་དགའི་དཔལ་གྱིས་བསུས། གསང་ཡུམ་མཆོག་འདིའི་བཀའ་བྱིན་སྤྱིང་ལ་ལྷ། །
ཁྱད་པར་ཆོག་མཛོད་འདི་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ལ། མ་སྟན་སྤྱིན་དན་གྲོགས་རི་ཅམ་བྱས་པ་ཡང་། །
ཐ་མལ་ཆོག་གིས་མཚོན་བྱས་ག་ལ་ཞིག་། ཁྱོད་ནི་བོད་རིགས་སྤྱི་ལ་བྱིན་ཅན་ལགས། །
དེས་ན་གང་གི་ཆོས་མ་སྟན་བསམ་པའི་དོན། མ་ལུས་འབྲུབ་ལ་ལྷ་དང་སྒྲ་མ་དང་། །
སྤྱབ་པའི་དབང་པོས་ཆེད་དུ་གཉེར་གཏད་པའི། ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མ་ཆམས་གྱིས་སྤོངས་གྲོགས་མཛོད། །
གཞན་སྤྱོད་རན་མཆང་འབྲུལ་མི་དགའ་ཞིང་། རང་བསྟོད་ཆེ་བ་འདོན་ལའང་མི་དགྱེས་པའི། །
ཆོས་ལ་དད་ཅིང་དམན་ལ་སྤྱིང་བརྩེ་བའི། གསང་ཡུམ་ཁྱོད་ནི་བྱད་མེད་མཆོག་ཏུ་ངས། །
རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་ལོ་ནི་བརྩུ་བྲག་བཞི། ཉེ་ལ་ཐོས་བརྩོན་བྱིས་པའི་ལེགས་བྱས་ཀུན། །
ཚུད་མི་ཟ་བར་བསྟན་དང་འགྲོ་བ་ལ། པན་པའི་དངོས་པོར་གྱུར་ལ་ཅིས་གྱུང་རངས། །

ནམ་ཞིག་གཤམ་མེད་པོ་ཉམས་ཐེན་པ་ལས། །ལུས་ནི་རྗེས་མེད་ས་ལོག་སོང་ན་ཡང་། །
ཐོས་པས་བསགས་པའི་གཅེས་ནོར་དེ་བ་རྒྱུད་འདིས། །བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག།
སྒྲོན་བསགས་གོམས་པའི་ལས་འཕྲོ་སད་པ་ལས། །རྒྱ་བ་འཇམ་པའི་ས་མཐའ་དེ་ཁྲིད་དུ། །
ཆེ་དང་སྐྱབ་པ་མཉམ་པའི་ཉམས་ལེན་ལ། །གཞོལ་པའི་སྐྱལ་བཟང་འཛོལ་པའི་དགེ་ལེགས་སྦྱོལ། །

ཅེས་རྒྱལ་བའི་བསྐྱན་པ་ལ་དཀའ་སྤྱད་དང་སྤྱིང་རུས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཙོན་པ་འིང་དུ་བསྐྱན་
ཅིང་། གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྟ་བུའི་འབྲན་རྒྱ་དང་བལ་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ཏུ་
ལའི་སྒྲ་མ་སྤྱི་བྱེད་བཞི་བ་ཆེན་པོ་ཤ་གོང་ས་ལྟ་མའི་རྣམ་འཛེན་ཤ་སྐྱབས་མགོན་ཤ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་གིས་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་
བཟུང་སྟེ། ཐ་ན་མི་ལམ་ཚུན་ཆད་དུ་འད་སྤྱི་སྤང་བ་ཡང་ཡང་བསྐྱན་ཞིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་
ཉམས་སྤང་ནར་མར་འབྱུང་བའི་སྐྱལ་བཟང་ཅན། མགོན་པོ་གང་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་བརྟན་པོ་ཐོབ་
པ། གང་གི་ཞབས་རུལ་ལ་ཉེ་བར་གཏུགས་པའི་བཀའ་བྲིན་གྱིས་ཉེ་བར་འཛོལ་ཞིང་། གང་གི་གསུང་
ལས་སྤྱི་བའི་སྒྲོབ་དུ་སྒྲོམ་སྟེ་རྣམས་པ་བྱལ་བསྐྱན་བསམ་བྱལ་དུ་འབོད་པས། བྱི་ལོ་༡༠༡༣་རྒྱ་
༡ཆེས་༣་སྤྱི་ལྷ་གཟའི་གཟའ་སྐར་དགེ་བའི་ཉིན་ཆེན་མཛོད་སྤར་ཐངས་གསུམ་པ་འདི་ཉིད་ཁེ་ན་
ཁྲི་ཁྲི་ཁྲི་ལྟ་བུ་འདི་རང་གསུང་དུ་མཁྱེན་བྱལ་པར་བྱས་སོ། །དགེ་ལོ། །དགེ་ལོ། །

གསལ་བཤད།

གོང་གི་བསྒྲོ་སྒྲོན་སྐྱབས་རྒྱུད་མར་གསང་ཡུམ་ཞེས་སྤྱིས་པར་གཏེ་ཅན་
འགའ་རྒྱུད་དང་། གཞན་དག་གིས་ཁོ་བོས་རང་བསྟོད་བྱས་འདུག་ཅེས་ཁྲིལ་རྟོག་བྱེད་
པར་སྤང་བས། དེ་དག་ལ་ཅེད་མཚར་གྱི་རྒྱལ་དུ་འདི་ལྟར་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་

རང་གི་སྒྲུ་མ་ལ་ཡབ་རྗེ་དང་། བ་མེས་ལ་ཡབ་མེས། བ་མ་ལ་ཡབ་ཡུམ་ཞེས་བརྗོད་པ་
དཔེར་ན་བྱམས་བརྟེན་གཤམ་མཆོངས་མེད་ཡབ་ཡུམ་ལྟ་བུ་སྒྲུ་མ་མཆོག་གི་ཞབས་
བྱུང་བྱ། ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའི་ཆེ་སྒྲུ་མ་དང་བ་མ་སོགས་ལ་ཆེ་བརྗོད་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་
རང་ལ་མིན་པ་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མཆོངས་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ལེགས་པར་བྱེ་ཞིག་ཅེས་
སྒྲུ་མ་ན་དེ་ལ་ལན་ཅི་ཡོད།

ལར་ནས་སྟུན་ཚུལ་འབྲི་བའི་ཆེ་རང་ལ་གཟེངས་བརྗོད་པས་རང་བརྗོད་དུ་ག་
ལ་འགྱུར། དཔེར་ན་རྗེ་སྒྲུ་མའི་སྒྲོང་སྟུན་དག་སྒྲུ་མ་ལས། འགའ་ཞིག་དོན་མེད་
ཆོག་གི་མདུད་པ་ཚོས། །གཞན་དག་འབྲེལ་མེད་སྒྲུ་མ་ཆོག་བབ་ཅོལ་སྒྲ། །བསྐྱེད་པས་
ལེགས་གསལ་བར་ཚུལ་པའི་ཚུལ་མཁན་ནི། །གངས་རིའི་ཁྱོད་འདིར་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་
པའི་དཔལ། །ཞེས་དང་། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེའི་དཔལ་ལྟན་ཡོན་ཏན་མ་ལས། རབ་
བྱེད་འདི་ཡང་གངས་རིའི་ཁྱོད་འདི་ན། །སྟུན་དག་དབང་པོ་ཀུན་གྱི་མགོ་བོ་ལ། །ཆོག་
གི་གོམ་པ་འགོད་མཁས་དག་ལེགས་དཔལ། །བཟང་པོས་ཆོག་གི་སྒྲོར་བ་སྤངས་ཏེ་
སྒྲས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟུན་དག་ཉམས་ཡིན་གྱི་རང་བརྗོད་ག་ལ་ཡིན་ནོ། །

མདོར་ན་ཁོ་བོས་ངོས་ལྷོབ་ཉིས་སྟོང་དུ་ག་བརྒྱར་ཉེ་བའི་ཆོག་མཛོད་ཅིག་
བརྩམས་ཡོད་པ་ལ། གསང་ཡུམ་ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲུ་མ་བོ་འདི་ཙམ་ལ་མི་འཆེལ་བར་
ཆོག་དོན་གཞན་རྣམས་ལ་འང་ཚུལ་མ་བྱུན་གྱིས་རྟོག་དཔྱད་དང་སྒྲོན་བརྗོད་མཛོད་རྒྱ་
ཡོད་ཆེ་སྒྲུ་ཆོག་ས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བར་ངེས་པས་ཅིས་ཀྱང་གནང་
བར་ཞུའོ། །

མེར་བྱེས་མཁས་སྒྲན་གྲ་ཆ་དགེ་ལྷན་ཆེན་དྲུག་ལ་བཀའ་བྱིན་རྒྱུ་བྱས།

- ༡ ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཏེ་རྟོག་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སློབ་ཐང་དབང་ལྷུག།
- ༢ ལྷན་མ་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་ལེགས་ལྷན།
- ༣ བྱ་བྲལ་དགེ་བཤེས་བཀའ་ཤིས་འབྲུམ་མཁས་བྱུང་བསྒྲན་ཀྱུན་དགལ།
- ༤ ཏེ་རྟོག་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སློབ་ཐང་བྱུང་བསྒྲན།
- ༥ གཅེང་བ་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སློབ་ཐང་ཆེ་རིང་།
- ༦ ཏེ་རྟོག་རྒྱུད་སྒྲན་མཁན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་དོན་རྒྱུ་བཀའ་ཤིས་བཅས་སོ། །

འཆོ་གོས་ཞན་ཅིང་ཆ་བ་ཆེ་བའི་རྒྱ་གར་སྒྲོ་ཕྱོགས་ལྟ་བུར་འབྲས་དང་ལྷ་མི་སོགས་ཀྱི་ཀྱི་
ནའི་ཐས་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲན་འགྲེལ་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཐུགས་ལ་བཅངས་ཏེ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ཏུ་ས་
མེབས་བར་སྒྲུ་ཆེ་མིལ་པོ་དཔེ་ཁྲིད་གནང་སྟེ་བཞུགས་བའི་མཁས་བྱུང་གཉིས་ལྷན་གྱི་སྒྲུལ་མཆོག་
དམ་བ་དེ་དག་གི་མཛད་རྒྱུས་དང་བཀའ་བྱིན་ལ་མི་རབས་ནས་མི་རབས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱུ་སྒྲུ་ཡི་རང་
དང་གྲུས་ཐུག་གངས་མེད་ཞུ་བར་འོས་སོ། །

གྲུ་སའི་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་བཀའ་བྱིན་རྒྱུ་བྱས།

ཞལ་འདོན་ཡང་ཐུགས་སྒྲོད་ཀྱི་རང་ནས་གནང་ཡོང་མེད་པར་སྒྲུ་ཆེ་མིལ་པོ་དགེ་འདུན་
དམངས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་སྤྱི་ཞུ་ཞབས་ཏོག་ལྷག་བསམ་ནས་དག་གི་སྒྲོ་ནས་བསྒྲུབས་དང་སྒྲུབ་བཞིན་
བའི་བཀའ་བྱིན་ཅན་གྱི་གྲུ་སའི་ལས་ཀྱི་སྟེ་མོ་བར་གཏོགས་པ་སྒྲུ་གཤེགས་ཟེན་པ་དང་འཆོ་ཞིང་
བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་མཛད་རྒྱུས་དང་བཀའ་བྱིན་ལ་ལག་བྱུང་ཐལ་མོ་སྒྲུར་ཏེ་སྤྱིང་ཐག་པ་
ནས་རྒྱུ་སྒྲུ་ཡི་རང་དང་ཐུགས་རྒྱུ་ཆེ་མཁན་བརྒྱུད་ཞུ་ཞོ། །དེད་ཅག་ལ་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐྱབས་
བཟང་པོ་དེ་འདྲ་བ་བྱུང་བ་ཡང་བྱེད་ཅག་གི་བཀའ་བྱིན་ཡིན་པས། ང་ཆོས་བགྲེས་སོང་བྱེད་རྣམས་པའི་

སྐྱ་ཤིན་དུས་ནས་ཡང་བརྗེད་ཐབས་མེད་ཅིང་། ཁྱིད་ནས་བསམ། ཁྱིད་ཆོད་པེ་ཆ་ཡག་པོ་ལྟོས་ཤོག་
 དང་། ལས་ཀ་རང་ཆོས་བགྱིའོག་སྤང་བ་སོགས་ད་ལྟ་ཡང་སྤྱིང་གི་མཐེལ་དུ་བཅངས་ནས་ཡོད་པས།
 དེས་འདིའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཁྱིད་ཅག་གི་དཀའ་སྤྱོད་ཀྱི་རྩལ་ཆུ་ལས་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་འདིའི་དགོ་ཅ་
 ཡང་ཁྱིད་ཅག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱོལ། དེས་ན་རྗེ་མི་ལས། སྤ་སྤྱོད་པ་བྱེད་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་དང་། མཐའ་
 འཆོབ་སྤྱོད་པའི་ཡོན་པདག་གཉིས། འཆང་མཉམ་དུ་རྒྱ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད། ཅེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་སྒྲོན་འདུན་ལྟོལ།

ཁྱུས་དག་མཛད་པ་ལོ།

བདག་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་སྤྱི་ལྟ་སྤྱིན་པའི་སྤྱན་དག་སྤྱོད་པའི་དབང་ལོ། མདོ་སྤྱོད་པ་མཁས་
 དབང་དགོ་འདུན་སྤྱིན་པ་ལགས་ནས་བྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་གཉིས་གསུམ་ཡས་མས་ཤིག་ལ་སྤྱོད་ཐངས་
 དང་པོའི་མ་བྱི་ཤོག་གངས་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཅན་དེར་ཁྱེད་དག་མཛད་ཅིང་། གང་ཉིད་སྤྱོད་པའི་དེར་
 གཞུང་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་བྲེལ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བ་དང་སྤྱོད་པའི་ལུང་གང་བསྤྱོད་པའི་དགོངས་
 བཞེས་རྒྱ་ཆེན་པོས་རེ་སྤྱོད་ཁྱུས་མ་ཐག་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ། སྤྱོད་པའི་འཛུལ་མེད་ཀྱིས་ཁྱེད་དག་
 རོགས་པན་གནས་སྤྱིན་གནང་བར་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྤྱོད་པའི་ཆེ་ལྷུ་དང་། གན་ལགས་མཆོག་
 ནས་ཁྱེད་དག་ངེས་འདོངས་སོང་རྗེས་སྤྱོད་པའི་ཤོག་ལྷུང་ལས་ཉིས་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཅོམ་སྤྱོད་པར་
 སྤྱོད་ཁྱུས་ཤིང་ཁྱུས་དག་གི་ཁོ་ལོ་གཅིག་གིས་འཇུག་པར་མི་བྱ་བྱ་མེད་དུ་གྱུར་པས་ནོར་འཇུག་
 དང་བསྐྱེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཉིས་ཆ་ཡོད་ཆེ་ཁོ་ལོ་ལོངས་སོ།

ལོ་མང་སྤྱོད་ཐུན་གྱི་སྤྱོད་པ་སེར་བྱས་ལྟ་རམས་པ་དག་བཤེས་འཇུག་དཔལ་སྤྱོད་ཤེས་
 ལགས་ནས་གྲང་ཡིག་སྤྱོད་ལག་འཁྱིལ་ལོ་སྤྱོད་བྱུང་བར་སྤྱོད་པའི་རྗེ་ཆེ་ལྷུ། དེ་རྗེས་སྤྱོད་པའི་ཡོད་
 དགུས་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་ཁྱེད་དག་གཏོང་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། ཅོམ་སྤྱོད་པ་ཤེས་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་ཆུང་
 བས་ད་དུང་ཡང་ནོར་འཇུག་དང་སྤྱོད་པའི་རོགས་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ངེས་པས། མཁས་པ་རྣམ་

དབྱིང་གི་ཁོར་དང་ལྷན་པ་དག་གིས་བཀའ་བཀྲོན་དང་འབྲུ་སྒོའི་གནས་སུ་མི་མཛད་པར།
ལེགས་སྒེལ་ཉེས་འཁོག་གི་དགོངས་འཆར་ལྷག་སྒྲིལ་ཡོང་བའི་དེ་སྐུལ་ཞུ་བ་ལགས།

སྐར་སྐུན་མཐུན་འགྲུང་།

འཇམ་གྱིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྟོང་ས་ལྷ་མིའི་རྣམ་འཛེན་ལྷུབས་མགོན་
ལྷུལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དེད་རང་འཛིན་གྱིའི་
དབྱུ་མ་ལ་སྒྲེབས་སྐབས་ནས་བཟུང་། ད་བར་བོང་བ་གསེར་གཟིགས་གྱིས་སྐུན་བསྐྱངས་རྒྱུད་
མར་བསྐྱངས་ཐོག་༡༠༠༥ཡོར་ཁེན་ཁའི་ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་རན་ཀྱོ་དཔལ་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་
ཆེན་བཀའ་ཤིན་ཆེ་སྐབས་ཆོག་མཛོད་ཀྱི་སྐར་ལུད་སྐུན་བསྐྱར་ཞུ་རྒྱུའི་སྐབས་བཟང་ཐོབ་ཅིང་།
ལྷུལ་དབང་མཆོག་ཀྱོང་ཁྱེད་སྐུ་ཁྱབ་སོགས་མི་སྣ་ཆེ་སྤྱི་མཐའ་པོ་དང་མཇལ་འཕྲད་གནང་རྒྱ་
སོགས་གྱིས་མཛད་གྲེལ་ཏུ་ཅང་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། ཡར་སྐུན་སྐུན་ཞུ་མ་དགོས་པར་དམིགས་
བསལ་བཀའ་འགྲུགས་གྱིས་ཆེབས་ཞལ་བསྐྱར་བར་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ཅུམ་གྱི་གོང་དུ་གཟིམས་རྒྱུར་
མཇལ་ཁ་བཀའ་ཤིན་བསྐུལ་ཅིང་དབྱེས་ཆོར་ཆེན་པོས་ཆོག་མཛོད་འདི་བཞུགས་པོ་བྱུང་ཡོད་
སྟེ་གྱི་བཀའ་སྒྲོབ་གཟེངས་བསྟོད་དང་། ལྷག་བར་དེད་རང་སྟོད་ས་ལྷི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་ཀྱང་དཔལ་
འབྱོར་འདུ་འགོད་གྱི་ཚོལ་བ་ཡོངས་སུ་བཏང་བར་བརྟེན་འཁོས་འབྱོར་ཞན་པར་བྱམས་གཟིགས་
ཆེན་པོས་སྐར་འབྲེམས་མཐུན་འགྲུང་ཨ་སྟོར་གསུམ་སྟོང་ཐམ་བ་གསོལ་རས་བཀྲིན་བསྐུལ་བར་
སྤྱོད་ཐག་བ་ནས་བྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ། ཐན་གྱི་སྟོབ་བྱ་དགེ་སྟོང་མ་ཡེ་ཀལ་སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལགས་
ནས་ཨ་སྟོར་ལྷ་བརྒྱ་(སྟོབ་བྱ་འདི་ཉིད་དེད་རང་གྲུ་སར་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་དུས་འཆོ་བ་ཞན་སྐབས་
དད་ཞེན་ཆེན་པོས་རང་ཤག་དུ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐས་བཅུད་ལྷན་བའི་བཟང་བཅུང་གྲུ་ལོམ་པ་འཕྲི་
སྟོན་མོ་བཤམས་ཏེ་མཐོན་འཁོད་ཡང་ཡང་བྱེད་སྐབས་ལུས་རྩངས་བརྟམས་ཏེ་ཉིན་ཤས་རིང་ལུས་པོ་
བདེ་སིང་རིང་བར་གྱུར་བ་ཡང་མ་བཟེད་སྟིང་དབྱས་སུ་བཞག་ཡོད་དང་། སྟོབ་བྱ་སྟོམ་སྟེ་དགེ་

བཤེས་ལྷ་རམས་པ་འཇམ་དགའ་ལགས་ནས་ཉིན་སྟོར་ལྷ་སྟོར་དང་། དཔལ་བཀའ་བརྒྱད་པའི་
མཁན་ཆེན་ཁ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་སྟོབ་སྤན་གྱི་སྟོམ་སྤྱན་ཆོས་ཀྱོགས་དམ་པ་སྤྲོ་མ་བསྐྱེད་དབང་
ལགས་ནས་ཨ་སྟོར་ཉིས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་བཅས་སྤར་སྤྱན་མ་སྤྱན་འགྲུར་གནང་མཁན་ཐམས་ཅད་
ལ་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུའོ།

གཞན་ཡང་སེར་བྱེས་ཏ་གདོང་དགེ་བཤེས་སྤུབ་བསྤྱན་དབང་ལྷག་ལགས་ནས་དུང་ལྷར་
དཀར་བའི་ཆོལ་མེད་གྱི་བཙུ་ཞེན་ཆེན་པོས་བྱི་ལོ་༢༠༡༡ལོའི་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྤྱབས་སེར་
བྱེས་མཁས་སྤྱན་གྲུ་ཆང་ལ་ཆོག་མཛོད་འདི་ཉིད་མཆོམས་སྟོར་རོ་སྟོན་གྱིས། གྲུ་ཆང་གི་ལྷག་
མཛོད་སྟོ་པ་དགེ་བཤེས་སྤུབ་བསྤྱན་སྟོན་ལམ་ལགས་གྱིས་གཙོས་གྲུ་ཆང་གི་ལས་བྱེད་སྤྱན་མོང་
ནས་མ་སྤྱལ་དང་ཆངས་གྱིས་དཔེ་དེབ་འདི་ཉིད་ལ་རིན་ཐང་དུ་བཙུག་ཏེ་སྟོ་སྤྱང་ཆེན་པོས་ལེགས་
པར་སྤར་དུ་བསྤྱན་པར་གོང་སྟོས་གྱི་ཏ་གདོང་དགེ་བཤེས་ལགས་དང་གྲུ་ཆང་ལྷག་མཛོད་དང་
བཅས་པར་སྟིང་ཐག་པ་ནས་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ། ཨོམ་རྩི་ཡའི་མི་རིགས་Austrian Harald Weichhart
ལགས་ནས་དཔེ་དེབ་འདིའི་རྩལ་འགོད་དང་བཟོ་བཀོད་སྤྱིག་སྟོར་ཐང་ཆུ་ཤས་རིང་ངལ་བ་བྱུང་
གསལ་གྱིས་རོགས་པན་གནད་སྟོན་གནད་བར་དམིགས་བསལ་གྱིས་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་བ་དང་
ཆབས་ཅིག་སྤན་གྱི་སྟོབ་བྱ་ཏ་གདོང་དགེ་བཤེས་བྱམས་པ་མཐར་བྱིན་ལའང་རོགས་པན་གནད་
བར་སྤྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞུའོ།

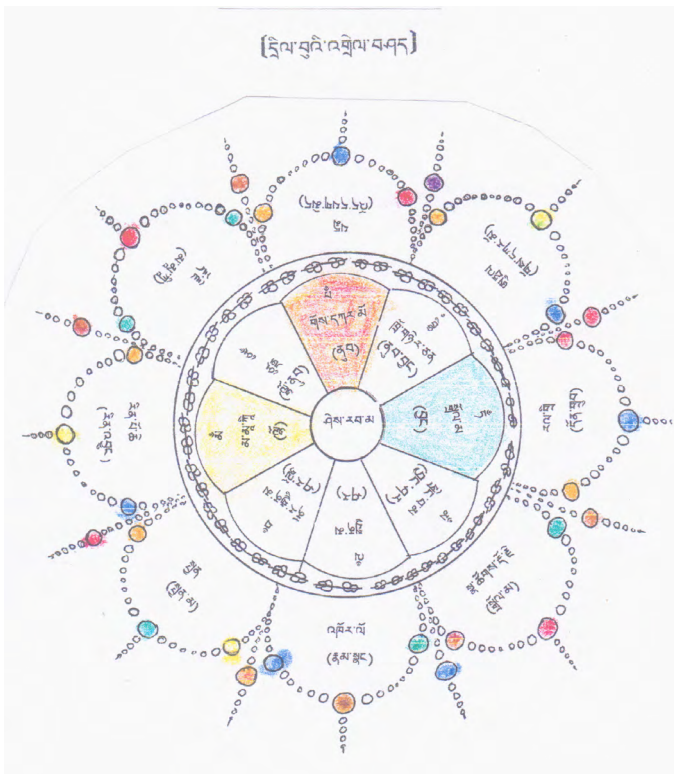
སྤར་སྤྱན་ཞལ་འདེབས་ཁོངས་ནས་ཐོག་མར་འཆར་གཞིར་ཤེས་རིག་སྤར་ཁང་ལ་མ་སྤྱན་
འགྲུར་འབྲལ་འཆར་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་སྤར་ཁང་འདི་བཞེན་གྲུ་བཙུན་
སོགས་དབུལ་པོངས་འཁོས་ཁ་ཞན་རིགས་ལ་པན་ཐོགས་དང་བཀའ་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཆེ་བས་དེའི་རྒྱ་
གསེབ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཉིན་སྟོར་ལྷ་སྟོར་ཐམ་པ་(༥༠.༠༠༠)ཞིག་ཆ་ཁྱེན་དུ་འབྲལ་རྒྱུའི་གོ་སྤྱབས་སོན་པར་
ཡིད་རངས་དང་སྟོ་དགའི་ཆོར་བ་རབ་དུ་བརྟམ་སོ།

དེ་ནས་བྱི་ལོ་༢༠༡༡ལྷ་ཆོས་༡༣ཆོས་༡༠ཉིན་སྤར་གྱི་འཕྲོ་ལུས་ཉིན་སྟོར་འབྲམ་གཅིག་ལྷག་
ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སེར་བྱེས་མཁས་སྤྱན་གྲུ་ཆང་ལ་ཆོག་མཛོད་སྤར་སྤྱན་གྱི་ཆེད་དུ་གཙང་འབྲལ་

ལྷན་སོ། །

ཕྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོར་སྤར་ཐེངས་དང་པོར་དེབ་གངས་༡༠༠༠ཆེག་སྟོང་ཞིག་ཤེས་རིག་སྤར་ཁང་
ནས་སྤར་འདེབས་ལྷན་ཤིང་། དེ་ནས་སྤར་ཡང་སྤར་ཐེངས་གཉིས་པར་དཔེ་དེབ་༤༠༠ཞིག་ཤེས་སྤར་
ནས་སྤར་སྤྱོད་བྱས་འདུག་ཅིང་། དེ་ནས་ཡང་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ལོར་ཆོས་འཁོར་སྤར་ཐེངས་གསུམ་པར་
འོད་སྤར་༤༠༠འབྲེལ་སྤེལ་ལྷན་ཐོག་ནས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ལོའི་ལོ་མཇུག་ཏུ་སེར་བྱེས་སེར་བྱེས་
མཁའ་སྤྱོད་གྲུ་ཆང་ནས་དཔེ་དེབ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ཞིག་སྤར་སྤྱོད་གནང་རྒྱུ་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་
བཅས་སོ། །

ཁོ་བོ་ལྷན་གྱིས་བབྱིས་པ་ནི་དྲིམ་བྱུང་དཔེ་རིས་དང་དཔེ་འབྲེལ་བཅས་པ་བཞག་བཞག་སོ། །



པར་བྱང་སྒྲོན་ཆིག

ནུས་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་དུ། །
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྩལ་དལ་འབབ་སྒྲུང་། །
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི། །
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནུས་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲོང་པག་བརྒྱ། །
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །
ངེས་ལེགས་ཉོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛུལ་གྱིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན་ནུས་འབྲེན་ཤུག་སེལླེའི་རིང་
ལུགས་སྒྲོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲས་ལུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉར་
བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྒྱུར་
ཆོག་པའི་དགེ་བསྟེན་སྒྲོན་ཆིག་དུ་ཤུག་ཉིད་གེ་སྒྲོང་ཆོས་སྒྲུབ་དག་དབང་སྒོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་
མཚོས་སྒྱུར་བཤོ།