

ཆང་རག་སྐྱད་པའི་མཇུག་འབྲས་མདོ་ཙམ་

སྒྲེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་

སོ།།

ཙམ་པ་པོ། ལྷོ་སྒྲིང་དགེ་བཤེས་ཆེ་རིང་ཞོར་བྱ།

2025

ཨེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཕྱི་ལོ་ཨང་།

SJRB-0512

ཚཱ་པ་པོས་གནང་བའི་མ་ཕྱི་རང་འཇགས་བཞག་ཡོད།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་ཕྱིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱོས།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༡༩༩༥ ཟླ་བཟླ་དང་པོར་ཚཱ་ཕྱིག་བྱས།

ཨེར་བྲེས་རིག་མཛོད་བྱ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

ལས་རྒྱུན་གྱི་བཞག་དབང་ཚཱ་པ་པོ་ལ་ཡོད།

༡༡། ཆང་རག་སྤྱད་པའི་མཚུག་འབྲས་མདོ་ཙམ་ སྒྲིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྲིད་ཞིའི་འཛིགས་ལས་
བསྐྱལ་བའི་སྤྱད།། གངས་མེད་བསྐྱལ་བར་དཀའ་བ་དུ་མས་བསོད་ནམས་
ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རབ་བསགས།། བདུད་བཞིའི་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་
ཏེ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས།། སྒྲང་དོར་གནས་ལུགས་ཇི་
བཞིན་སྟོན་མཛད་མཉམ་མེད་སྤྱབ་པའི་དབང་པོར་འདུད།།

དེ་ལ་འདིར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་རྒྱ་གར་མཁས་
པའི་གསུང་ལ་བཏེན་ནས་ཉེས་པར་སྤྱད་པའི་མཚུག་འབྲས་མདོ་ཙམ་སྒྲིང་
བར་བྱ་བ་ལ། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་
འདོད་པར་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་སྟོས་མེད་ཐོག

བདེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་
བ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་སྤྱོད་བས་བྱུག། འོན་ཀྱང་མི་མཚུངས་པའི་
གནད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ལ་ལས་བདེ་སྤྱག་གི་རྒྱ་སྒྲང་དོར་གྱི་གནས་
ཇི་བཞིན་ཤེས་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས། དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་པའི་
འབྲས་བུ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལ་རོལ་བྱུག ལ་ལས་བདེ་སྤྱག་གི་རྒྱ་སྒྲང་དོར་

གྱི་གནས་ལ་ཆོངས་ནས་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་བྱ་སྤྱོད་སྣ་ཆོགས་ལ་འཇུག་པའི་
དབང་གིས་དམིགས་ཡུལ་དང་མ་ཐུན་པའི་འབྲས་བཟང་མི་རྟེན་པའི་ཁར། དེ་
ལས་ཕྱོག་སྟེ་སྤྱག་བསུལ་སྣ་ཆོགས་ཤིག་སྤངས་དང་སྤྱོད་ཐུས་སུ་ཡོད་པ་ནི་
གཞན་གྱིས་བཤད་མིན་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་འདི་
ཡིན། དེས་ན་རང་ལེགས་སུ་འདོད་པ་དང་བདེ་མི་ཤེས་པའི་བདེ་བ་འདོད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དག་གི་རྒྱ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་ལ་འབད་བ་
ནི་གནད་གྱི་དོན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིང་།

དེ་ཡང་བདག་ཅག་ལྟ་བུའི་ཐ་མལ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་
སྟོབས་གྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གི་མ་ཐུ་མེད་པས། བདེ་
སྤྱག་གི་རྒྱ་སྤང་དོར་གྱི་གནས་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རང་དབང་དུ་སྟོན་པའི་
སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་གྱི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་ན་ནམ་ཡང་
སྤྱོ་བ་མེད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྤྱིའི་བྱིར། གཞན་ལ་
རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན།¹ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དེས་ན་བདག་དང་འབྲ་
བའི་སྤྱེ་བོ་སྤྱོད་མན་དག་ལ་པན་པར་རེ་སྟེ་བཙུན་ལྡན་འདས་གྱི་གསུང་ལ་
བརྟེན་ནས། ཆང་རག་སྤྱད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་འདི་དང་། འཛིག་རྟེན་བྱི་མ་
རྣམས་སུ་མཇུག་འབྲས་བཟང་ངན་རིམ་ལྡར་འབྱུང་མིན་སྟོར་ཅུང་བདེ་
པར་བྱའོ།

རི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར་ཆང་རག་སྤྱད་པའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱང་འབྲས་བུ་

1 ཕྱི་དགོ་བསྟན་འགྲུལ་ ཆང་ལ། ཅེ་ག། བོད། ༡༧༥ སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ། ཆང་མ་རྣམ་འགྲེལ། ཤོག་ ༡༠༩ རྒྱལ།

བདེ་བར་དམིགས་ཏེ་ཆང་རག་འཐུང་བ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་ཕྱན་བྱ་རེ་འབྱུང་སྲིད་ཀྱང་། རྫོགས་ནང་དུ་ཕྱོགས་ནས་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་བདེ་བ་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཆེ་བ་དང་། ཕན་བ་ལས་གཞོན་བ་ཤུགས་ཆེ་བ་ནི་ཀུན་གྱིས་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ཆང་རག་སྤྱད་པའི་ཆེ་འདིའི་ཉེས་དམིགས་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བཤད་ན། ཆང་འཐུང་བའི་ཉེས་དམིགས་སུམ་ཅུ་ཙམ་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་ལ་གདམས་དོན་འདི་ལྟར་གནས་ཏེ། ཆང་འཐུང་བ་ལས་རང་གི་འབྱུང་རིགས་ཡན་ཆད་ཆང་ལ་བརྗེ་བས་ནོར་ཟད་དེ་དབྱུང་ཞིང་མོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལས་མཆིན་པའི་ནད་སོགས་ནད་རིགས་མང་པོ་རྒྱས་པར་བྱེད་ཅིང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་སྤྱག་ལ་སྦྱར་བ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལས་གྲོང་ཡུལ་གྲིམ་མཆོས་དང་རང་གི་བཟའ་ཟླ་ཡན་ལ་ལག་འཐབ་པ་དང་། ཁ་ཚད་རྒྱག་པ་སོགས་བྱེད་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ཐམས་ཅད་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་མི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལས་བཟླ་བྱ་མེན་པ་ཆགས་སྤང་འཕེལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་དོན་མེད་ལ་ལྟ་བའི་དབང་གིས་སྦྱོད་ངན་སྒྲ་ཆོགས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལས་སྟན་པའི་གྲགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་ཅིང་ངན་གྲགས་ཡུལ་ལུང་ཀུན་དུ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཐུང་བ་ལས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཐུ་བཅོམ་སྟེ། བཟང་ངན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་ཏུ་མོངས་པར་གྱུར་ནས། ཐ་ན་རང་ལ་ཡོད་པའི་རིན་ཐང་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་དངོས་པོ་སློག་ཀྱང་པངས་

མེད་དུ་བཏང་སྟེ། གཞན་གྱི་མཆོན་ཁར་འཕྲོང་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་དུ་
ལས་ལ་བརྩོན་ནས་ཡོངས་སྟོང་སྐྱབ་བྱས་ཤིག་ཡིན་ཡང་ཆང་འཕྱང་བ་ལ་
བརྩོན་ནས་ལས་ཀ་ཤོར་ནས་ཡོངས་སྟོང་སྐྱབ་མི་བྱས་པས་འཆོ་བའི་དཀའ་
ངལ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྒར་ཡོངས་སྟོང་ཐོབ་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་ཆང་
འཕྱང་བ་ལས་ཆང་རག་གི་དོན་དུ་བཏང་ནས་ཡོངས་སུ་ཟད་ཅིང་ཡོངས་
སུ་གཏུགས་པར་གྱུར་ཏེ་བཟའ་མི་བྱ་སྤྲུག་དང་བཅས་ཉམས་ང་བའི་གནས་སུ་
སྤྱང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་ལས་ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་མི་གནས་
པར་གྱུར་ནས་བཤད་དགོས་མིན་ཐམས་ཅད་བཤད་དེ། གསང་བའི་གནས་
རྣམས་ཀྱང་གསང་མི་བྱུང་བར་བྱེ་ལ་ཤོར་ཏེ་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་མི་བདེ་
བར་བྱེད་པ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་ལས་ཆོང་ལས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་
ཅད་འཕྱས་ཤོར་བྱིན་ནས། འྲོགས་ཐམས་ཅད་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་མར་
ཡོངས་སུ་འགྲིལ་པ་དང་རྒྱད་པར་གྱུར་ཏེ། གཉེན་ཉེ་ཡན་གྱིས་ཀྱང་རིང་
དུ་བོར་ནས་ཕྱོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་
ལས་མཐུ་དང་བྱས་པ་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ཉམས་རྒྱུ་དུ་བྱིན་ནས། སྟོབས་རྒྱུང་
དུར་གྱུར་ཏེ་གཞན་གྱིས་མཐོང་རྒྱུ་དང་གཞོད་པར་བྱེད་བྱུང་བར་འགྱུར་
བ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་ལས་རང་གི་མ་ལ་ཡང་གྲུས་བཀྱར་དང་བརྩེ་བས་
མི་འཛིན་པར་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྟོང་ངན་སྒྲ་ཆོགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་
འཕྱང་བ་ལས་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་ལས་
དགེ་སྟོང་ཡིན་དུ་རྒྱག་ཀྱང་དགེ་སྟོང་གི་དམ་ཆོག་ལ་གནས་ནས་སྤང་དོར་

ནམས་ཚུལ་བཞིན་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་བྱམ་
ཟེ་སོགས་རིགས་བཟང་བ་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་བྱམ་ཟེའི་དམ་ཆོག་བཟང་པོ་
ནམས་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་རིགས་ཀྱི་བདག་
པོ་གཙོ་པོ་ལ་སེམས་དང་བས་བསྟེན་བཀུར་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་
འཁྱུང་བ་ལས་སངས་རྒྱས་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་
ལས་ཆོས་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་དགེ་འདུན་
ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་
ལ་སོགས་པའི་བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་པར་བླངས་པ་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་
བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་ཉེས་པ་ལ་ངེ་མི་སྙམ་པས་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་
པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་གང་བྱུང་ལྟ་ཉན་སོགས་བྱེད་ནས་
དབང་པོའི་སྒོ་མ་བསྐྱམས་པའི་དབང་གིས། སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་སྦྱོད་ངན་པ་
ནམས་ཆོད་འཛིན་བྱེད་མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་རིག་
པ་སྦྱིམ་དུ་མེད་པར་ཉེས་པ་ལ་ངེ་མི་སྙམ་པའི་བག་མེད་ཀྱིས་དབང་དུ་སོང་
ནས། རང་གི་བཟའ་ལྗེ་མིན་པ་ལ་འཆལ་སྦྱོད་སོགས་ཚུལ་མིན་གྱི་བྱ་བ་དོན་
དུ་གཉེར་བ་དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་གཉེན་ཉེ་དུ་དང་མཛའ་བཤེས་སོགས་
རང་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་རང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ནམས་ཀྱང་ཡིད་ཐང་ཆད་
ནས། བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་རེ་བ་ཡོངས་སུ་བརྒྱགས་ནས་སྤོང་བར་འགྱུར་བ་
དང་། ཆང་འཁྱུང་བ་ལས་གྲོང་ཡུལ་བྲིམ་མཆོས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་བོ་མང་
པོ་དག་ལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་ཞིང་ཀུན་གྱིས་འཕྲ་སྦྱོད་བྱ་བའི་གནས་སུ་འགྱུར་

བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་གྲོང་ཡུལ་བྲིས་མཆེས་དེ་དག་ལ་འཐབ་བ་དང་
ཚོད་པའི་རྒྱུན་གྲིས་དེ་དག་དང་མི་མཐུན་པའི་དབང་རུ་འགྱུར་ཞིང་། བཟའ་མི་
བུ་སྟག་དང་བཅས་པ་དག་འཕྲུག་གི་གནས་ལ་སྒྲོར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་
ལས་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞུགས་པས་ཆོས་མ་ཡིན་པར་སྒྲོད་པར་
འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་བྱ་སྒྲོད་ངན་པ་དམ་དུ་འཛིན་པས་ཆོས་
མ་ཡིན་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་གཞན་གྱིས་བསྒྲོག་ཀྱང་མི་ཉན་པར་འགྱུར་
བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དགའ་བ་དང་དད་པ་ཡོངས་
སུ་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་རང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་མི་འཛེམ་པས་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་
རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་མི་འཛེམ་པས་ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཡོངས་
སུ་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་མཛེའ་བཅེ་དང་མི་ལྟན་པའི་
གྲོགས་ངན་པ་དག་དང་ལྟན་དུ་གནས་ཀྱང་མཁས་པ་རྣམས་གྲིས་ཡོངས་
སུ་བཟུང་བའི་དོན་དུ་འབྲི་བར་མི་སེམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་
བ་ལས་བག་མེད་གྱི་དབང་གིས་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་སྒྲོད་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་
བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་ལ་དད་པ་
དང་གྲུས་པའི་སེམས་ཀྱན་ནས་མི་གནས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆང་འཕུང་
བ་ལས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལ་ཐག་རིང་དུ་འགྱུར་
བ་དང་། ཆང་འཕུང་བ་ལས་ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་མི་གནས་པའི་སྒྲོན་པར་
འགྱུར་ཏེ། ལས་ངན་སྣ་ཆོགས་བྱས་ཤིང་བསགས་ནས་མཐར་ཉི་ནས་ངན་

སོང་ངན་འགྲོར་ལོག་པར་སྐྱང་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དག་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་།
སྐྱལ་བལྟལ་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པར་སྤངས་ནས། གལ་ཏེ་དེ་ནས་ནམ་སྟོན་
གི་འབྲས་བུ་དག་ནས་ཤི་འཕོས་ཏེ། འདིར་མི་ནམས་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པར་
སྐྱེ་ན་ཡང་། གང་དང་གང་དུ་སྐྱེ་བ་དེ་དང་དེར་སྤར་གི་རྒྱ་མ་ཐུན་གི་འབྲས་
བུ་སྟོན་པར་འགྱུར་ཞིང་བླན་བ་མི་གསལ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་ཡིད་དུ་མི་
འོང་བའི་འབྲས་བུ་མཐའ་ཡས་སོ།།

ཉེས་དམིགས་སུམ་བུ་ཙུང་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་ནི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་
འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་ལ་ཆང་གི་ཉེས་དམིགས་སུ་གདམས་པ་ཡིན་ཏེ།
འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་གྱི་མདོ་ལས། དགའ་བ་ཅན་འབྲུའི་ཆང་དང་བཙོས་
པའི་ཆང་བག་མེད་པའི་གནས་གི་ཉེས་དམིགས་སུམ་བུ་ཙུང་ལྟ་བུ་ནི་འདི་དག་
ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། སུམ་བུ་ཙུང་ལྟ་བུ་པོ་དག་གང་ཞེ་ན། ཆེ་འདི་ལ་རྟོར་
ཟད་པ་དང་། ཉན་ནམས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། འཐབ་པ་དང་ཚོད་པ་སྦྱེད་
པ་དང་། འོན་མེད་པ་ལ་ལྟ་བ་དང་། གྲགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བར་
བྱེད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཉམ་ཚུང་བར་བྱེད་པ་དང་། འོངས་སྟོད་ཐོབ་པ་མི་
འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། འོངས་སྟོད་ཐོབ་པ་ཡོངས་སུ་ཟད་ཅིང་ཡོངས་སུ་
གཏུགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། གསང་མི་ཐུབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ལས་
གི་མཐའ་ཡོངས་སུ་འགྲིབ་པ་དང་། མཐུ་སྟོབས་ཚུང་དུར་བྱེད་པར་འགྱུར་
བ་དང་། མར་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། བར་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་
དང་། དགོ་སྟོང་དུ་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། བྲམ་ཟེར་མི་འཛིན་པར་

འགྱུར་བ་དང་། རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་།
སངས་རྒྱས་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚེས་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་
དང་། དགོ་འདུན་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་པར་
སྒྲངས་པ་ལ་མི་གྲུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་པར་འགྱུར་
བ་དང་། དབང་པོའི་སློ་མ་བསྐྱམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། བག་མེད་པར་ཤིན་
ཏུ་བྱད་མེད་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། ཉེ་དུ་དང་སྒྲག་གི་གཉེན་མཆམས་དང་
མཛའ་བཤེས་དང་སློན་པོ་དག་གིས་སློང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱེ་བོ་མང་པོ་
དག་གི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱེ་བོ་མང་པོ་དག་དང་མི་མཐུན་
པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚེས་མ་ཡིན་པར་སྟོད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚེས་མ་
ཡིན་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། དམ་པའི་ཚེས་ཡོངས་སུ་སྟོང་
བར་འགྱུར་བ་དང་། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཡོངས་སུ་སྟོང་བར་
འགྱུར་བ་དང་། མི་མཛའ་བ་དག་དང་གནས་ཀྱང་མཁས་པ་རྣམས་ཡོངས་
སུ་འདྲི་བར་མི་སེམས་པ་དང་། བག་མེད་པ་ཉམ་བག་ཏུ་སྟོད་པར་འགྱུར་བ་
དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཀྱན་ནས་མི་གནས་པ་དང་། ལྷ་
ངན་ལས་འདས་པ་ལས་ཐག་རིང་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྟོན་པར་འགྱུར་བའི་
ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པས་ལུས་ཞིག་སྟེ་ཤི་ནས་ངན་སོང་ངན་འགྲོ་ལོག་
པར་ལྷུང་བ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དག་ཏུ་སྟེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་དེ་ནས་ཤི་འཕོས་
ཏེ་འདིར་མི་རྣམས་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པར་སྟེས་ན་ཡང་དེ་གང་དང་གང་དུ་
སྟེས་པ་དེ་གང་དང་གང་དུ་སྟེས་པ་དེ་དང་དེར་སྟོན་པར་འགྱུར་ཞིང་བླན་པ་

མི་གསལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དགའ་བ་ཅན་འབྱུང་ཆང་དང་བཅས་པའི་ཆང་བག་
མེད་པའི་གནས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་ནི་སྤྲུལ་བཅུ་ཙུ་པོ་དེ་དག་ཡིན་པར་
རིག་པར་བྱའོ།།² ཞེས་གསུངས། འདིས་ཆང་རག་སྤྱད་པའི་ཆེ་འདིའི་ཉེས་
དམིགས་གཙོ་བོར་གསུངས་ཤིང་། འདིག་རྟེན་སྤྱི་མ་རྣམས་སུ་ཡང་ཆང་གི་
ཉེས་པ་བསྐྱུས་ཏེ་གསུངས་སོ།།

མདོར་ན། རྒྱུན་དུ་ཆང་འཕྱང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་ཞེན་ཆགས་ཆེ་བའི་མི་
དེས་རང་ལ་ཕན་པའི་བྱ་བ་གང་ཡང་སྦྱབ་མི་ལུས་པར་མ་ཟད། བཟའ་མི་བྱ་
སྤྱུག་དང་གཉེན་ཉེ་དུ་སོགས་གང་ཡང་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་གནས་སུ་འགོད་
པར་མི་ལུས། སྒྲང་དོར་གྱི་གནས་ལ་མྱོངས་ཏེ་བྱ་མི་རུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་
ངང་གིས་འཇུག་ཅིང་། རུང་བ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་འདོར་ཏེ་རང་གཞན་
གཉིས་དང་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀ་ཕྱང་ལ་སྦྱོར་བར་མ་ཟད། མདོག་ངན་ལ་ཁ་
ཐབས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ་ཀུན་གྱིས་འཕྲ་སྟོད་དང་མཐོང་ཆུང་བྱེད་པའི་གནས་
སུ་འགྱུར་བས། ཆང་ནི་མི་ལུས་ཀྱི་དུག་བཞིན་རིང་དུ་སྤང་བར་བྱ་དགོས་ཏེ།
རི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་སྟོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་
ལྟར་ཡང་། འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་གྱི་མདོ་ལས། ཆང་འཕྱང་བ་ལ་མདོན་
པར་དགའ་བའི་མི། བདག་ལ་ཕན་དང་གཞན་ལ་བདེ་མི་ལུས།། མྱོངས་དང་
མདོག་ངན་བྱེད་པ་ཆང་ཡིན་ཏེ།།

2 རྗེ་དགེ་བཀའ་འགྱུར། མདོ་སྒྲེ། ས་ཀ། བོད། ༥༩ འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་གྱི་མདོ། འོག ༥༥༠ རྒྱུག

རི་ལྷར་ཏ་ལའི་དུག་བཞིན་དེ་མི་བརྟུང་།³ ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་
ཡན་གྱིས་འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་གྱི་མདོར་གསུངས་པའི་ཆང་གི་ཉེས་
དམིགས་མདོ་ཅམ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

གཞན་ཡང་ཆང་འབྱུང་ན་རང་གིས་སྤར་བསགས་དགོ་བ་ཡང་མང་པོ་
འཛོམས་པར་བྱེད་དེ། དེའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་ཞེ་ནས་སྤར་བ་དང་ཁྲོ་བའི་
སེམས་སྦྱིས་ནས་གཞན་ལ་ཆོག་ངན་པར་སྤྲོ་བ་དང་། དེག་པ་དང་མཆོན་
བསྐྱུན་པ་དང་སློག་གཅོད་པ་སོགས་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་སྤྲོ་ཆོགས་ལ་འཇུག་པ་
ཤིན་ཏུ་མང་བས། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བསྐྱུལ་བ་སྤོང་དུ་བསགས་པ་ཡི། སྤྱིན་
དང་བདེ་གཤེགས་མཆོད་ལ་སོགས། ལེགས་སྤྱད་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ཡང་།
ཁོང་ཁྲོ་གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་བྱེད།⁴ ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤར་ཡུན་
རིང་ནས་བསགས་པའི་དགོ་ཅ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་ཅིང་། འདི་བྱི་
གཉིས་ཀ་སྤང་ལ་སྤྱོར་བའི་བྱ་ངན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདིས་སྤོང་བར་བྱེད་དོ།

རང་གིས་ཆང་འབྱུང་མི་རུང་བར་མ་ཟད་གཞན་ལ་འབྱུང་དུ་འཇུག་
པ་ཡང་གཏན་ནས་མི་རུང་སྟེ། རང་གི་ལག་པས་གཞན་ལ་ཆང་སྤྲད་དེ་སྤྲད་
ན་སྤྱི་བ་ལྟ་བུའི་བར་དུ་ལག་རྒྱུ་མམ་ལག་ཆད་ལྟ་བུའི་འབྲས་བྱ་ཡིད་དུ་
མི་འོང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་པར་སྤོང་བར་འགྱུར་བས། སེར་སྤྱོ་པོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་
པར་སྤྱས་ཀྱང་རང་གིས་མི་འབྱུང་བར་མ་ཟད་གཞན་ལ་ཡང་ཉིལ་འབྱུ་ཅམ་

3 རྗེ་དགོ་བཀའ་འགྲུར། མདོ་སྟེ། ས་ཀ། བོད། ༥༩ འཕགས་པ་དགའ་བ་ཅན་གྱི་མདོ། འོག ༩༥ རྒྱུག

4 རྗེ་བཟླ་བ་དབྱེ་བ་ལ། བོད། ༡༠༥ རྒྱལ་སྤྱོད་ཞེས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་ག། འོག ༡༩ རྒྱུག

ཡང་ལྟ་བུ་པར་བྱ་མི་རུང་བ་ནི། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་རན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་
 རྒྱ་རུ་འགྱུར་བའི་དགག་བྱ་དང་ལྡན་པས་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟར་ཡང་། བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའི་སེམས་ཀྱི་གནས་བཤད་པའི་མདོ་འམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མོ་ལས།
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་ལ་ལ་ཆེད་ཀར་5 ཆང་འཁྱུང་ན་ཆང་གི་ཉེས་པ་སྦྱིས་ཏེ།
 དགོ་བའི་བསོད་ནམས་གངས་མེད་པ་སྟོར་ཏོ།། ལ་ལ་ཞིག་གིས་བདག་གིས་
 ལུས་དང་ལག་གིས་ཆང་སྟོད་སྦྱངས་ཏེ་མི་པ་རོལ་པོ་ལ་བྱིན་ཏེ་སྦྱང་ན་ཆེ་
 རབས་ལྟ་བུ་བརྒྱའི་བར་དུ་ལག་པ་མེད་པར་འོང་ན། བདག་འཁྱུང་བ་ལྟ་སྟོས་
 གྲང་ཅི་དགོས། འདི་ལྟ་སྟེ། མིའོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་ལ་ཆང་འཁྱུང་བར་བསྟན་དུ་མི་རུང་ངོ།། བདག་རང་འཁྱུང་བ་ལྟ་སྟོས་
 གྲང་ཅི་དགོས་ཏེ། བདག་ཆེད་ཀར་འཁྱུངས་པ་དང་། 6 པ་རོལ་པོ་ལ་བདར་
 བ་ནི་ལྟར་བའོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།།

གཞན་ཡང་ཆང་འཁྱུང་བ་རང་གི་ངོ་བོ་མི་དགོ་བ་མིན་ཡང་། ལུས་ཀྱི་
 མི་དགོ་བ་སྟོག་གཙོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། ལོག་པར་གཤམ་
 པ་དང་། དག་གི་མི་དགོ་བ་བརྟུན་དུ་སྦྱ་བ་སོགས་དང་འདྲ་བར་ཆེ་བྱི་མར་
 མངོན་མཐོ་ལྟ་དང་མིའི་ཉེན་བཟང་ཐོབ་པ་དང་། དེས་ལེགས་ཐར་པ་དང་
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་བར་དུ་གཙོད་པར་འགྱུར་
 བས་ཆང་འཁྱུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྦྱང་རྩེ་
 ཆེན་པོ་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས། བར་དུ་

5 ཆང་ཀར་ནི་ཆེད་དུ་གཉེར་བའི་དོན་ནོ།།

6 རྩེ་བཀལ་ མདོ་སྟེ། ཟ་ག། བོད། 66 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སེམས་ཀྱི་གནས་བཤད་པའི་མདོ། འོག་ 24 རྒྱལ།

གཙོད་པར་འགྱུར་བའི་ཆོས་ལྟ་སྟེ། ལྟ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། སྟོག་གཙོད་
པ་དང་། མ་གྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་།
བརྩན་དུ་སྦྱ་བ་དང་། ཆང་འཕྱང་བ་སྟེ། ལྟ་པོ་འདི་དག་གོ།⁷ ཞེས་གསུངས།

གཞན་ཡང་། ཨ་མཆར་དང་ཀྱ་རེ་ཡི་ཚུལ་དུ་རང་གིས་ཆང་མི་
འཕྱང་བར་མ་ཟད། རང་ཉིད་འཆི་བ་སྟོག་ལ་སྤྱག་ཀྱང་ཆང་འཕྱང་བར་མི་བྱ་
ཞིང་། རང་གི་དག་ལ་ཉན་པའི་སྐྱེ་བོ་གཞན་ལ་ཡང་འཕྱང་དུ་མི་འཇུག་མི་
ཉན་མཁན་གཞན་གྱིས་ཆང་འཕྱང་བར་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་
བྱུང་ན་ཡང་། དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་སོགས་གང་ཡང་བྱར་མི་
རུང་སྟེ། རང་གཞན་གཉིས་དང་འདི་བྱི་གཉིས་ཀ་ཕྱང་ལ་སྐྱོར་བའི་དགག་བྱ་
དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ཡང་། འཕགས་པ་ལག་བཟངས་གྱིས་ཞུས་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས། སྟོག་གི་བྱིར་ཡང་ཆང་མི་འཕྱང་ལ། ཆང་
འཕྱང་དུ་མི་འཇུག་ཅིང་། ཆང་འཕྱང་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་མི་བྱེད་དོ།⁸
ཞེས་གསུངས།

གཞན་ཡང་། དག་སྦྱོང་པ་མ་གཉིས་དང་། དག་ཚུལ་པ་མ་གཉིས།
དག་བསྟེན་པ་མ་གཉིས། དག་སྦྱོབ་མ། བསྟེན་གནས་ཏེ་སོ་ཐར་རིགས་
བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྟོག་ལ་བབ་
ཀྱང་གནང་བ་མེད་པར་བསྐྱུང་དགོས་པའི་བཅས་རྒྱུ་གི་ཉེས་པ་ནི་ཆང་
ཉིད་ཡིན་པས། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་སྟོན་པར་སྦྱ་བའི་རྗེས་

7 རྟེན་གཤམ་ མདོ་སྟེ། བ་ག། བོད། ༥༥ འཕགས་པ་དེ་བཞིན་གཤམ་པའི་སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ས་པར་བསྟན་པ། འོག ༩༠༩ རྒྱུ་

8 རྟེན་གཤམ་ དཀོན་བཞེགས། ཅ་ག། བོད། ༩༩ འཕགས་པ་ལག་བཟངས་གྱིས་ཞུས་པ། འོག ༡༥༤ མདུན།

འཇུག་ཅིག་ཡིན་ན། ཆང་རྩེ་རྩེ་མོར་ཆགས་པའི་ཐིགས་པ་ཙམ་ཡང་འཐུང་
མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ།། དཔེར་ན། དགེ་བསྟན་གྱིས་བསྐྱུང་བྱའམ་ཁྲིམས་ལ་
རྩ་བ་བཞི་དང་ཆང་བཅས་ལྟ་ལས། སློག་གཙོད་པ་དང་། མ་གྱིན་པ་ལེན་པ་
དང་། ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། རྩན་སྤྱོད་བ་བཅས་རྩ་བ་བཞི་ནི་རང་བཞིན་
གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྟེ་སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བར་གྱུར་པའི་ཉེས་པ་དང་། ཆང་འཐུང་
བའི་ཉེས་པ་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྟེ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ཉེས་པ་ཡིན་
ཡང་། ཆང་འཐུང་བ་ནི་བག་མེད་ཀྱན་གྱི་གཞི་ཡིན་པས་བག་ཡོད་གྱི་ཡན་
ལག་ལ་ཆང་སྟོང་བ་བཅས་སོ།།

བག་མེད་ཅེས་པ་ནི་ཉེས་པའི་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ལ་ངེ་མི་སྟམ་པར་
སེམས་མི་བསྐྱུང་བར་སྤང་མེད་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་
ལ་བྱའོ།། ཆང་འཐུང་བ་བག་མེད་ཉེས་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི་ཡིན་ཏེ། ཆང་འཐུང་
བ་ལ་བརྟེན་ནས་སློག་གཙོད་པ་སོགས་རྩ་བ་བཞི་ཀ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་
པ་ལ་ངེ་མི་སྟམ་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་དཔེར་མཆོན་ཙམ་བཤད་ན།
འཇིག་རྟེན་ངག་རྒྱན་དུ་གྲགས་པ་ལྟར། གནའ་སྤྱོད་མོ་ཞིག་ལ་ཡོངས་རྫོགས་
དགེ་བསྟན་ཞིག་རྒྱུང་རིང་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ན། ཆང་རྩ་མ་གང་ཁྲིར་འོང་
བའི་བྱེད་མེད་ཅིག་དང་ལམ་དུ་ཐུག་སྟེ། བྱེད་མེད་དེས་དགེ་བསྟན་དེར་
སེམས་པ་ཞོར་ནས་འདོད་པ་སྟོད་དགོས་པའི་ཐོལ་བསྟན་པ་ན། དགེ་བསྟན་
གྱི་བསམ་པར་རང་གི་བཟའ་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་འབྲིག་པ་སྐྱུང་ན་ལོག་གཡེམ་
དུ་འགྱུར་བས་མི་རུང་སྟམ་སྟེ་དང་ལེན་མ་བྱས། མཐར་བྱེད་མེད་ལུ་ཐུག་

ཐབས་ཟད་དུ་གྱུར་ཏེ། ཡང་ན་ང་ལ་འདོད་པ་བསྟེན་དགོས། ཡང་ན་པ་རོལ་
 པོའི་བྱ་དེ་བརྟུས་ནས་གསོད་དགོས། ཡང་ན་ཆང་འདི་འཐུང་དགོས། དེ་
 གསུམ་གང་རུང་ལ་མ་ཞུགས་ན་ངེད་རང་གི་རྒྱལ་གི་ཡིན་ཞེས་མཐའ་ལ་
 བཀར་སྟབས། དགོ་བསྟེན་གྱིས་བསམ་པར་བྱད་མེད་དེ་གི་ན་མི་རུང་བས་
 གང་དྲག་ཅི་དྲག་བསམ་པའི་མཐའ། བྱད་མེད་དེར་འདོད་པ་སྦྱད་པ་དང་
 ། གཞན་གྱི་བྱ་བརྟུས་ནས་བསད་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་
 སྒྲིག་པ་མི་དགོ་བར་འགྱུར་བས། དེ་ལས་ཆང་འདི་འཐུང་ན་བཅས་པའི་ཁ་ན་
 མ་ཐོ་བ་ལུང་མ་བསྟེན་གྱི་ཉེས་པ་ཅམ་ལས་མེད་པས། དེ་རང་དྲག་སྟམ་ནས་
 ཆང་དེ་འཐུང་ངོ་། དེ་ནས་ཆང་གིས་བཟེ་སྟེ་རང་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་
 པའི་སྟོན་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར་ནས་བྱད་མེད་དེ་ལ་འདོད་ལོག་
 གྱུར་སྦྱད། གཞན་གྱི་བྱ་ཡང་བརྟུས་ནས་བསད། བྱའི་བདག་པོས་བྱ་བརྟུས་
 འདུག་ཅེས་རྟུས་ཁག་བཅུགས་དུས། རྟུས་མ་སྤྱོད་ཞེས་བསམ་བཞིན་དུ་
 རྟུན་ཡང་བཤད་དེ། མདོར་ན། ཆང་འཐུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་གཞན་གྱི་
 སྟོག་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱེན་པ་ལེན་པ་དང་། ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། རྟུན་
 སྟེ་བ་སྟེ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞུགས་ཏེ་འདི་བྱེ་གཉིས་ཀ་ལུང་ལ་སྦྱར་བ་
 ཡིན་ནོ། ། འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་ངག་རྟུན་དུ་གྲགས་པའི་རྟོག་བཟོའི་སྦྱང་གཏམ་
 ཅམ་མ་ཡིན་པར། འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་རྣམས་ཆེ་ལོ་ཉེས་ཁྱི་བྱབ་པའི་དུས་
 ཏེ་སངས་རྒྱུ་འོད་སྦྱང་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱེན་པའི་དུས་སུ་དངོས་བྱུང་གི་ལོ་
 རྒྱུས་ཤིག་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཆང་འཕྱང་ན་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་གྱི་མི་དག་བ་དེ་དག་
ལ་འཇུག་པར་མ་ཟད། དག་འདུན་དབྱེན་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་པའི་མཆོམས་
མེད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། དེ་ཡང་པ་བསད་པ། མ་བསད་པ། དག་
བཅོམ་པ་བསད་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་ཁྲག་
ལྷང་བ་སྟེ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། དག་འདུན་དབྱེན་འབྱེད་མི་རྒྱས་
ཏེ། དག་འདུན་དབྱེན་འབྱེད་པ་ལ་ལས་ཀྱི་ཁ་སློང་འོས་པའི་འོས་ཆོས་ཆང་
བའི་དག་སློང་རྣམ་དག་ཅིག་ཡིན་དགོས་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ། གཞན་ཡང་
ཆང་འཕྱང་ན་སྟོག་པ་ཐོས་བསམ་དང་སློང་བ་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པ་
དག་བའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉམས་པར་བྱེད་པས་རང་གི་ངོ་བོ་མི་དག་བ་མིན་
ཡང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྟོགས་ལྟུང་གི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་སྦྱོར་བར་
བྱེད་པས་མི་དག་བ་དང་འདྲ་བས་རིང་དུ་སློང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུ་ཤིན་ལན་
བསམ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། དག་བསྟེན་གྱི་ཁྲིམས་
ལྷ་ལ་དུ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་སྤྲིག་ལགས། དུ་ནི་བཅས་པའི་སྤྲིག་ལགས། བཀའ་
སྤྲུལ་པ། བཞི་ནི་རང་བཞིན་གྱི་སྤྲིག་ཆང་འཕྱང་བའི་ཁྲིམས་གཅིག་ནི་བཅས་
པའི་སྤྲིག་གོ། ཆང་འཕྱངས་པས་ནི་བག་མེད་པ་ལེ་ལོའི་གནས་ཡིན་པ་སྟེ།
སྤྲིག་པ་བཞིའི་གྲོགས་སུ་འགྱུར་རོ། ཁྲིམས་ལྷ་ལ་ཆང་འཕྱང་བ་ནི་བག་མེད་
པའི་གཞི་ཡིན་པས། ཁྲིམས་བཞི་ཡང་ཉམས་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་སངས་
རྒྱུ་འོད་སྤང་གི་ཆེ་དག་བསྟེན་ཞིག་ཆང་འཕྱངས་པའི་རྒྱེན་གྱིས་གཞན་གྱི་

ཆང་མ་ལ་འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་ཡང་བྱས། བ་རོལ་པོའི་བྱ་ཡང་
བརྒྱས་ནས་བསད་དོ། གཞན་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ཅེའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་བྱེད་ཅེས་
བྲིས་ན་བདག་གིས་བྱས་པ་མེད་ཅེས་ཟེར་རྟེ། དེ་ལྟར་ཆང་འཁྱུངས་པས་
ཁྲིམས་བཞི་ཆར་ཅིག་ཅར་ཉམས་པར་བྱས་སོ།

ཆང་འཁྱུངས་ན་མཆམས་མེད་པ་བཞི་ཡང་བྱེད་པར་འགྱུར་རྟེ། དགེ་
འདུན་གྱི་དབྱེན་འབའ་ཞིག་བྱེད་མི་བྱས་སོ། འདི་ཡང་སྟོན་གྱི་ལས་གྱིས་
གཉེར་བ་མ་ཡིན་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་སྟོ་བ་དང་མི་བླན་པར་སྟོ་བ་སྟོང་བར་
འགྱུར་རོ། ཆང་འཁྱུངས་པས་བན་སྒྲང་སྟོས་པ་ལྟར་སྟོས་ཤིང་འབྲུག་པར་
འགྱུར་རྟེ། ཆང་གིས་སྟོས་ན་ཡང་དག་པའི་ལས་སུ་བྱ་བ་བསམ་གཏན་དང་།
མདོ་སྡེ་སྟོག་པ་དང་། འདོན་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་ལས་བྱ་བ་རྣམས་ཤོར་
བར་འགྱུར་རྟེ། རང་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་པ་མ་ཡིན་མོད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་
པ་དང་འབྲེལ་བོ།⁹ ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ལ་ལས་ཆང་འཁྱུང་བ་མི་དགེ་བ་
ཡིན་ཚུལ་སོགས་བཤད་པ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཀྱང་དེ་མིན་པ་ནི་གཞུང་འདིས་
གྲུབ་ཅིང་འོག་ཏུ་ཡང་འཆད་པར་འགྱུར་རོ།

གཞན་ཡང་སྟོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས། སྟོན་པ་འཛིག་རྟེན་
མིག་ནི་བྱམ་གྱུར་ཅིང་། དཔང་གྱུར་སྟེ་བོ་པལ་ཆར་ཟད་པ་ན། དེ་ཉིད་མ་
མཐོང་རང་དགར་གྱུར་པ་ཡི། རན་རྟོག་རྣམས་གྱིས་བསྟན་པ་འདི་དགྲགས་
སོ།¹⁰ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོགས་མ་ལྷ་ཆེས་ཆེར་བདོ་བ་སངས་རྒྱས་

9 གྲེ་བཀའ། མདོ་སྡེ། ཨ་པ། བོད། ༥༦ ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཟིན་ལན་བསམ་པའི་མདོ། ཤོག ༡༥༣ མདུན།

10 གྲེ་བསྟན། མདོན་པ། ཀུ་པ། བོད། ༡༩༠ སྟོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན། ཆོས་མདོན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། ཤོག ༥༥ རྒྱལ།

གྱི་བསྟན་པ་ཉམས་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བའི་དུས་ངན་གྱི་སྐབས་འདིར། རྒྱང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ལྟ་བའི་མིག་སྒྲིན་པའི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནི་དགོངས་པ་ནི་བར་གཤེགས། སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དབང་པོར་གྱུར་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་པལ་ཆེར་ནི་སྐུ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ཏེ་བད་པ་ན། ལུང་ཏོགས་གྱི་བསྟན་པའི་གནད་གང་ཡང་མི་ཤེས་ཀྱང་མཁས་པར་རྫོམ་ཞིང་། རྫོམ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་ཏེ། འད་ཆང་ལ་འཛེམ་དོགས་མེད་པར་རོལ་བ་སོགས་བྲིས་པ་སུན་འབྲེན་གྱི་ལས་ངན་སྣ་ཆོགས་ལ་འཇུག་པའི་སེམས་ཅན་མ་རུང་པ་ནམས་འབྱུང་ཞིང་། ད་དུང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་དགེ་མཚན་ཆེ་ཚུལ་གྱི་བཤད་པ་འབྲེན་བྱེད་ཅིང་། རང་དང་ལྟ་སྟོན་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ན་མཁས་བརྟན་བཟང་གསུམ་འཛོམས་པའི་ཡ་རབས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། གཡོ་སྐྱེད་དང་སྤྲུག་དོག་གིས་དེ་ལ་དམའ་འབེབས་དང་ངན་སྦྱང་སྣ་ཆོགས་བྱས་ཏེ། དེ་མེད་པར་བཟོ་བའི་ཐབས་ཤེས་འབྲེན་བྱེད་དོ།

དེ་དག་ནི་དམུས་ལོང་སྐྱེས་དུས་ནས་མིག་མེད་པའི་ལོང་བ་ཞིག་གིས་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་གི་མདོག་ལ་བཤད་པ་འབྲེན་བྱེད་པ་དང་། འོན་པས་སྐྱལ་སྟོན་མི་སྟོན་དང་ཆེ་ཆུང་གི་བཤད་པ་འབྲེན་བྱེད་པ་ལྟར། རྒྱས་མེད་ཀྱིས་རྒྱས་གཏམ་བཤད་དེ་མགོ་སྐྱོར་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས་པས། དེ་དག་གི་གཡོ་འོག་ཏུ་མ་ཆུང་པར་རང་ཆུགས་བརྟན་པོས་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤེས་པ་ལ་འབད་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས། སྟོན་པ་སྤྲུགས་ཇི་

ཅན་གྱིས་མ་འོངས་མངོན་གཟིགས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་འདི་ལྟར་གནང་བ་ཡིན་
 ཏེ། འཕགས་པ་ཏིང་ལྡན་མཆོག་དམ་པ་ལས། འདྲ་ཆང་ལ་མི་སྟོན་
 བ་དག་གིས་དག་སྟོང་དག་བྱེད་ནི་བཅུན་པ་བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་ཏུ་
 བྱང་བ་ཡིན་ན། ལྷོང་རྗེའི་སེམས་ཀྱང་མེད་དེ། འདི་ལྟར་ཆོས་མ་ཡིན་པ་མང་
 དུ་སྟོན་པས་བྱེད་ནི་འན་པ་དང་འབྲུལ་ཞེས་སྟོ་ཞིང་བརྒྱད་པར་འབྱུང་རྒྱུ་
 དག་སྟོང་དེ་དག་དེ་སྐད་ཅེས་གཤེ་བ་ཐོས་ནས་ཀུན་ལོག་སྟེ། དེ་ལ་རྟེན་པ་
 དང་། གཤེ་བ་དང་། བརྒྱད་བཀག་སྟེ།¹¹ གཅིག་ལ་གཅིག་འདི་སྐད་དུ་སྟོའོ།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞུགས་པའི་ཆེ་ན་ནི་དེད་འདྲ་ཆང་འབྱུང་བ་མ་
 གནང་སྟེ། དེད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ནས་ད་ནི་ཅི་ཡང་
 གནང་བས་དེད་འདྲ་ཆང་འབྱུང་བ་ཡིན་ལོ།། བྱིས་པ་དང་བྲལ་བའི་འོག་
 ཏུ་དེ་དག་གཅིག་ལ་གཅིག་བདག་ཅག་གིས་ཤེས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་
 རས་གསུངས་པ་དང་འབྲུལ་ཞེས་སྟོ་ཞིང་ལ་ལ་ནི་ཆོག་གྲུལ་པ་དང་། རོན་
 མེད་པའི་ཆོག་དང་། འགྲན་དོར་གྱི་ཆོག་དང་། འབྲུལ་པའི་ཆོག་ཏུ་གཏམ་སྟོ་
 ཞིང་དཔེར་ན། དཔུས་ལོང་ཞིག་མུ་བ་མོ་གཉིས་ཉི་མ་ལ་བཅུགས་ཏེ། ཉི་མ་
 ཡ་གི་ནི་བྱིན་ཆུང་ངོ་།། ཡངས་སོ།། རོག་གོ་ཞེས་སྟོ་བའས། མི་འོན་པ་ཞིག་
 བདག་གིས་གནམ་གྱི་སྟོང་ན་ཆོས་འཆད་པའི་སྟོ་ཐོས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་
 འབྲུལ་བར་དཔུས་ལོང་མང་པོ་ཆོགས་ཏེ། འདིག་རྟེན་ན་འཇམ་དཔལ་དང་འོད་
 སྤང་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟུལ་ཏེ། དེའི་ནང་ན་བཞུགས་ཀྱང་ཀུན་གྱིས་རྟོག་

11 བརྒྱད་བཀག་ནི་བཀའ་བརྒྱུན་ནམ་ཆོག་གིས་བསྟེན་པའོ།

ཅིང་གཤེས་ཤི། དེ་ནས་སྒྲིང་ཅིང་འདུག་ཏུ་མི་སྟེར་རོ།¹² ཞེས་གསུངས་སོ།

གཞན་ཡང་དགེ་སྦྱོང་དང་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་ཤ་ཚུགས་ཅན་འགའ་
ཞིག་གིས། ནང་དུ་སྒྲིམ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གང་ཡང་མེད་པར་སྤྱི་ཚུལ་ལ་
ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་འདྲིན་ཏེ། གསང་སྤྱགས་གྱི་ཉམས་ལེན་ཁ་ལ་བྱེད་
ནས། ཤ་དང་ཆང་སོགས་ལ་འཛེམ་མེད་དུ་རྩོམ་ཞིང་། འཆལ་སྦྱོང་སོགས་
བྱ་རན་སྤྱི་ཚུགས་ལ་འདུག་སྟེ། ད་དུང་བརྟན་པ་འདྲིན་པའི་ཁྱར་འདྲིན་
པར་སྒྲིམ་པ་དེ་དག་ནི། བརྟན་པ་འདྲིན་པ་ལྟ་ཞོག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་
པ་མང་ནས་བཤེགས་པའི་བྱ་རན་གྱི་སྤྱི་ཚུགས་ཡིན་པས། སྦྱིར་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་བརྟན་པའི་དགྲ་པོ་དང་། བདག་ཉིད་བདག་གི་དགྲ་ཡང་ཡིན།¹³ ཞེས་
འདུག་འགྲེལ་དུ་བྲངས་པ་ལྟར། སྒྲིམ་སྤྱི་ཚུགས་ཅན་ལ་ཉིད་རན་སོང་གསུམ་
དུ་སྤྱི་ཚུགས་བསྐྱེད་བཅོད་སྤྱགས་མེད་པར་སྦྱོང་བར་བྱེད་པའི་རང་གི་དགྲའི་གཏེ་
པོ་ཡང་འགྱུར་བར། མ་འོངས་མཛོན་སྤྱི་ཚུགས་དུ་གཟིགས་པའི་སྟོན་པ་སྤྱགས་
ཇི་ཅན་གྱིས་དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ལ་ལུང་བརྟན་ཡང་གནང་སྟེ།
དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤེད་རྒྱུད་དགོངས་པ་ལུང་བརྟན་ལས། དེ་
ནས་བཅོམ་ལྡན་དོ་ཇི་ཅན། འོད་ཆེན་ལྡན་བས་བཀའ་སྤྱེལ་བ། མ་འོངས་
སྤྱི་པོ་མཐོང་ནས་ནི། གང་ཞིག་སྦྱོང་གིས་ང་བྱིས་པ། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་
སེམས་དཔའ་ཆེ། གསང་བའི་བདག་པོ་སྦྱོང་ལེགས་སོ། སྤྱི་ཚུགས་དོན་དེ་ལྟ་
དེ་ལྟ་བར། དེ་ལྟར་སྦྱོང་ལ་ལུང་བརྟན་བྱ། མ་འོངས་དུས་ན་མི་རྣམས་ནི།
འདྲིན་ཉིན་རྒྱང་འཕེན་མཆོག་གཞིལ་འགྱུར། ལོག་པར་ལྟ་བ་ལ་གནས་ཏེ།

12 རྟེན་གཤམ་ མདོ་སྟེ། ན་པ། བོད། ༡༦ འཕགས་པ་ཉིང་འཛེན་མཆོག་དམ་པ། འོག ༡༤༦ རྒྱལ།

13 རྟེན་བརྟན། དབུ་མ། འ་པ། བོད། ༡༠༢ སྒྲིབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གསལ་པ། དབུ་མ་ལ་འདུག་པའི་བཤེད་པ། འོག ༢༤༤ མདུན།

ཅི་དགའ་བར་ཡང་སྒྲོད་པར་བྱེད། ལ་ལ་སྒྲུ་དང་གར་ལ་དགའ། དགོད་དང་
སྒྲིག་ལ་མཆོག་ཏུ་གཞོལ། ཇི་དང་སྤང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་། དེ་བཞིན་འཕྲིག་
བ་ལ་དགའ་འགྱུར། རྫོང་ས་པ་ལ་ལ་སྤང་བ་དང་། དེ་བཞིན་གཏི་ཐུག་ལ་
རབ་གཞོལ། ལ་ལ་དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཞིན། ཤེས་པ་གཞན་དག་འདོད་
པར་འགྱུར། ཉ་དང་ཤ་དང་དེ་བཞིན་ཆང་། བཤང་གཅི་ཁུ་བ་ཁྲག་རྣམས་
ནི། སྒྲིས་བུ་སྒྲིན་པ་བྱེད་ཅིང་། མེད་པར་སྒྲུ་བ་ཆོས་སུ་སྒྲོགས། མ་
དང་སྤང་མོ་ལ་སོགས་པ། བཏོད་མིན་ལ་ནི་འགྲོ་བ་དང་། པ་དང་མ་ཡང་
གསོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྒོག་ཆགས་གཞན་རྣམས་གསོད། བརྒྱན་གྱི་
ཆོག་ཉིད་སྒྲུ་བ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ཡང་བརྒྱ་བ་དང་། གཞན་གྱི་རྒྱུ་མའི་
ཐད་འགྲོ་ཞིང་། སྒྲུ་བ་གཞན་ཡང་བྱེད་པར་འགྱུར། ལ་ལ་དམ་ཆོས་སྤོང་
བ་དང་། དེ་བཞིན་མཆོམས་མེད་བྱེད་པ་སྟེ། སྒྲུ་ཆོགས་སྒྲིག་པ་བྱས་ནས་
ཀྱང་། སྒྲགས་པ་དངོས་བྱུང་འདོད་པར་འགྱུར། གཟེར་ནད་དུག་དང་སྒྱར་
བའི་དུག། སྒྲུ་ཆོགས་ནད་ནི་མི་བཟད་པར། འདི་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཟེར་གྱུར་
ནས། ཞི་བ་ཉིད་ནི་འདོད་པར་འགྱུར། འདོར་བར་བྱེད་པ་རྫོང་ས་པ་དེ། མི་
བཟད་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་དང་། འོག་པར་ལྷ་ལ་མཆོག་གཞོལ་རྣམས། ངན་
སོང་གསུམ་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར།¹⁴ ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་དག་གི་དོན་
ཞིབ་ཏུ་ཤེས་པར་འདོད་ན། རྒྱལ་དབང་སྐུ་སྤང་བརྒྱད་པའི་ཡོངས་འཛིན་
ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་བྲིད་ཡིག་ལས་ཤེས་པར་

14 རྗེ་བཀའ་རྒྱུད་འབུམ། ཅ་ག། བོད། ༡༡ དགོངས་པ་ལུང་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད། ཤོག ༡༩༡ མདུག།

བྱལོ།

འདི་དག་ལ་བསམ་གཞིགས་ལེགས་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་
བར་སེམས་ཏེ། དེང་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཉི་ལ་
ཀྱི་འབྲུ་མ་ལས་ཀྱང་ཆུང་ཡང་། ཏམ་ཤེད་ཀྱི་སྐད་སྒྲ་འབྲུག་ལྟར་བསྒྲགས་
ཏེ་བསྐྱ་བྱིད་བྱེད་མཁན་འགའ་རེས། ཤ་ཆང་ལ་རོལ་ན་སངས་རྒྱས་ཆོས་
ལུགས་དང་མཐུན་ཚུལ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་པན་ཐོགས་ཆེ་རབས་སོགས་
ཀྱི་བཤད་པ་འབྲས་མེད་བྱེད་ཀྱང་། དེས་ནི་མིག་ཁར་བས་དཀར་དམར་སྒྲ་
ཚོགས་ཀྱི་མདོག་ཡག་ངན་བཤད་པ་དང་འབྲས་བུས། ལུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་
བའི་སྒྲུན་པོ་འགའ་ཞིག་སྒོ་ཁ་བསྐྱར་ཏེ་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ལོག་པའི་ལམ་
ངན་དེར་འཁྲིད་རྒྱས་པ་སྲིད་ཀྱང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་
མཐུ་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་རྣམ་དཔྱིད་ཅན་རྣམས་ནི། དེ་
དང་དེ་འབྲས་བུའི་གཡོ་སྒྲུ་ཆེ་བའི་མགོ་སྐྱོར་བསྐྱ་བྱིད་ཀྱི་འོག་ཏུ་མ་ཆུད་པར།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱན་པ་དང་སེམས་ཅན་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ལ་ངོ་ཐོག་གི་པན་པ་
དངོས་དེ་གང་ཡིན་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་ནས། རང་ཚུགས་བརྟན་པོས་ཆོས་འཛིན་
ཉེན་གཉིས་དང་། ཆེ་འདི་བྱི་གཉིས་ལ་པན་པའི་ལམ་ཁ་མ་ཁོར་བར་འཇུག་
སྟེ་རྣམ་ཡང་འབྲིད་མི་རྒྱས་པར་བྱེད་དགོས་སོ།

དེས་ན་རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། གང་བྱིར་རྒྱལ་ལས་ཆེས་མཁས་འགའ་ཡང་
འཛིན་ཉེན་འདི་ན་ཡོད་མིན་ཏེ། མ་ལུས་དེ་ཉིད་མཚོག་ནི་ཚུལ་བཞིན་ཀྱན་
མཁྱེན་གྱིས་མཁྱེན་གཞན་མིན་པ། དེ་བྱིར་བྲང་སྒོར་རང་ཉིད་གྱིས་བཞག་

མདོ་སྤེལ་གང་ཡིན་དེ་མི་དགྲུག། ཐུབ་ཚུལ་བཞིག་སྤྱིར་དེ་ཡང་དམ་ཆོས་ལ་
 བྱི་གཞོན་པ་བྱེད་པར་འགྱུར།¹⁵ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འབྲུལ་ཡུན་གྱི་
 སྤྱུག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བ་དང་། བན་བདེ་མ་ལུས་པ་འབྱུབ་པའི་
 ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་བརྟེན་པ་འདི་ཉིད་ཡིན་
 ཏེ། སྤང་དོར་གྱི་གནས་སྟོན་པ་ལ་འབྲུལ་བ་མ་ལུས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་སངས་
 རྒྱལ་ཉག་གཅིག་ཡིན་པས། དེ་ལས་མཁས་པ་དང་ལྷག་པའི་སྤྱི་བྱ་འཛིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ན་སྤྱི་ཡང་མེད་དོ། དེའི་སྤྱིར་བྱང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་
 རང་ཉིད་གྱིས་བྱང་བ་དང་ངེས་པའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་མདོ་སྤེལ་གང་
 ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ཆད་མར་འཛིན་ཏེ། སྤང་དོར་ལ་འབྱུག་པར་བྱ་ཡི། གོང་དུ་
 བཤད་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གང་ཡང་མི་ཞེས་གྱུར། རང་དོན་ཁོག་
 ལ་སྤེད་ཅིང་གཞན་དོན་ཁ་ལ་བྱེད་ཏེ། ཉམ་བཤད་འབྱུག་ལྟར་བསྒྲགས་པའི་
 སྤྱི་བོ་རེ་བྱུང་གིས། སངས་རྒྱལ་གྱི་དགོངས་པ་དང་འགལ་བའི་རང་བཟོ་འབྲ་
 མིན་གྱིས་བསྟན་པ་དགྲུག་ཅིང་ལོག་པར་བཤད་པའི་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་བར་མི་
 བྱ་སྟེ། བྱས་ན་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་
 ཚུལ་བཞིག་པར་འགྱུར་བས། སྤྱི་འགྲོ་ཡོངས་ལ་ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་
 དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཞིན་ཏུ་གཞོན་པ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

དེས་ན་མི་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་དང་སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་དེ་དག་
 གིས་བསྟན་པའི་ལོག་པའི་ལམ་དེར་རང་ཉིད་མི་འབྱུག་པ་མ་ཟད། རང་དང་

15 སྤེ་བསྟན། སེམས་ཅམ། བེ་བ། རོད། ༡༧་མ རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ། རེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ཆུ་མའི་བསྟན་བཅོས། རོག་ ༧་མ རྒྱལ།

སྐལ་བ་མཉམ་པའི་སྐྱེ་བོ་གཞན་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ང་བའི་གཡང་ས་ཆེན་པོ་དེ་
ལས་སྤང་ཞིང་སྐྱོབ་པ་ལ་འབད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་
བ་ཀྱན་ལ་པན་པའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་པར། རྫོགས་ནང་དུ་ཕྱོགས་ཏེ་
བསམ་གཞིགས་བྱས་ན་ལུང་རིགས་གང་གིས་ཀྱང་སྤྱོད་མི་དགོས་པར་སྤྱོད་
བས་བྱུབ་པའི་གནས་སུ་སྤྱང་ངོ་།།

གཞན་ཡང་། འཕགས་པ་དམ་པའི་ཆོས་བླ་མ་ཉེ་བར་གཞག་པ་ལས།
ཆང་འཕྱང་བ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གཉིས་དང་། འབྲེལ་ཕྱགས་
གཉིས། འདི་བྱི་གཉིས་ལ་གཞོད་པའི་ཚུལ་ཁ་གསལ་ཞིང་གོ་བདེའི་ལམ་ནས་
ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། ཆང་གིས་ཀྱན་དུ་གཡེངས་
པའི་ཡིད། བྱ་དང་མི་བྱ་མི་ཤེས་པ། མི་དེ་ཕྱགས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན།
དེ་ལྟ་བུས་ན་ཆང་སྤོངས་ཤིག། ཆང་གིས་གཡེངས་པའི་མི་དག་ནི། གསོན་
ཡང་ཤི་བ་དག་དང་མཚུངས། གང་ཞིག་རྟག་ཏུ་གསོན་འདོད་པས། རྟག་
པར་ཆང་ནི་རྣམ་པར་སྤོངས། ཆང་ནི་ཉེས་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི། རྟག་པར་དོན་
ཀྱན་མེད་པར་བྱེད། དན་སོང་གསུམ་གྱི་ཐེམ་སྐྱས་ཏེ། ལུན་ནག་གནས་ནི་
ཆེན་པོ་ཡིན། ཆང་གིས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་འགྲོ། དེ་བཞིན་ཡི་དྲགས་
འཇིག་རྟེན་དང་། ཆང་གི་སྐྱོན་གྱིས་བསྐྱས་པ་ཡི། མི་དག་དུད་འགྲོ་རྣམས་
སུ་འགྲོ། དུག་གི་ནང་དུ་དུག་ནི་ཆང་། དེ་བཞིན་དཔྱལ་བའི་ནང་ན་དཔྱལ།
ནད་གྱི་ནང་ན་ནད་མཆོག་ནི། ཆང་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་བཤད། རྫོ་
དང་དབང་པོ་ཉམས་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཆེན་ཆོས་ནི་ཟད་བྱེད་ལ། ཆངས་པར་

སྤྱོད་པ་འཛིག་བྱེད་པ། མི་བཟང་ཆང་ནི་སྤྱེ་གནས་གཅིག། རྒྱལ་པོ་དང་ནི་
 བསྟན་བཅོས་མཁས། ཆང་གིས་ཡང་བར་བྱེད་འགྱུར་ན། ཐ་མལ་མི་དག་
 ཆང་འཐུང་བ། བསྐྱས་པར་འགྱུར་བ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས། ཆང་ལ་བསྟན་པའི་མི་
 དག་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱན་གྱི་སྟ་རེ་ཡིན། རོ་ཆ་མེད་པར་བྱེད་པའི་མཆོག།
 ཡང་བ་དག་ཏུ་ཉེ་བར་བསྟན། ཆང་གིས་སྒྲོགས་པར་གྱུར་པའི་སེམས། བྱ་
 བ་དང་ནི་མི་བྱ་བ། མི་ཤེས་རྣམ་པར་མི་ཤེས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་མི་ཡིས་
 མི་ཤེས་སོ། གང་ཞིག་ཆང་ལ་སྟན་བྱེད་པ། སྤྱེ་བོ་རེས་འགའ་དགའ་བྱེད་
 ཅིང་། རེས་འགའ་ཡོངས་སུ་གདུང་བྱེད་ལ། རེས་འགའ་སྤྲིག་པ་བྱེད་པ་
 ཡིན། སྤྱོ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོངས་སྤྱོད་ཅིང་། འཛིག་ཉེན་གཉིས་ནི་རྣམ་འཛིག་
 བྱེད། ཐར་པའི་ཆོས་ལ་མེ་ལྟ་བུར། སྤྲིག་བྱེད་ཁོ་ན་ཆང་ཡིན་ནོ། མི་གང་
 དག་ནི་ཆང་སྤྱོང་བ། ཆོས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་མཉམ་པར་བཞག། གང་ན་འཆི་བ་
 མེད་པ་ཡི། གནས་མཆོག་དག་ཏུ་དེ་འགྲོ་ལོ། ཆང་འཐུང་བ་ཡིས་བསྐྱས་པ་
 དག། དེ་ནི་བྱེད་པ་དམན་པ་ཡིན། མི་བཟང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་ལྷུང་།
 རོ་ཆ་མེད་ཅི་ཞིག་ཡོངས་སུ་གདུངས། འཐུང་བའི་ཆེན་ཆང་ཞིམ་སྟེ། རྣམ་
 སྤྲིན་ཆེན་མཆོག་ཏུ་ཆོ། ཀམ་པ་ཀ་ནང་ཀམ་པ་ཀ། ཆང་ཞེས་མཁས་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་བཤད། བདག་ལ་འདི་ཡིས་མི་གཞོད་ཅེས། སྤྱོ་ལྟར་ཆང་ལ་
 ཡིད་མ་རྟོན། སྤྱོང་ན་བསིལ་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་ཆོ། ཆང་ནི་དཔྱལ་བར་འགྲོ་
 བར་བྱེད།¹⁶ ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་འདི་བྱི་གཉིས་ཀ་ལ་གཞོད་པའི་

16 རྟེན་གཤམ་ མདོ་སྟེ། ཡ་ལ། བོད། ༩༩ འཕགས་པ་དམ་པའི་ཆོས་ཐུན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ། ཤོག ༡༩༥ མཐུན།

དགག་བྱའམ་སྒྲོན་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། རང་ལེགས་སུ་འདོད་པ་ཞིག་
ཡིན་ན། སྒྲོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་མ་ཡིས་བྱ་
ལ་གདམས་པ་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་བྱ། འཕྲུལ་ཐུགས་ཀྱན་ལ་པན་པའི་གནད་འདི་
དག་ལ་སྤང་སྤང་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་ནི། འཇུག་འབྲེལ་དུ་བྲངས་པའི་མདོ་
ལས། བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་ཏེ།¹⁷ ཞེས་པ་ལྟར། རང་གིས་རང་
ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞི་བ་དང་། པན་བདེ་འབྱུང་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ལ་འཇུག་པ་
ཡིན་པས། རང་གི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་
ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་གནད་འདི་ལ་འབད་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་
སེམས་སོ།།

མདོར་ན། ཆང་འབྱུང་བ་འདི་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ལུང་མ་
བསྟན་གྱི་ཉེས་པ་ཡིན་གྱི། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མི་དགེ་བར་གྱུར་
པའི་ཉེས་པ་མིན་ཡང་། སངས་རྒྱས་བཙུན་པའི་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སོ་སོ་ཐར་པའི་
རིགས་བརྒྱད་ལ་གནས་པ་སོགས་རྗེས་འཇུག་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སློག་ལ་
བབས་ཀྱང་མ་གནང་བ་ཡིན་ཏེ། ཆང་འབྱུང་བ་འདི་ལས་དགེ་སྤྲིག་སྤང་དོར་
ཐམས་ཅད་ལ་ཤིན་ཏུ་ཚོངས་པ་དང་། དུན་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཉམས་ཏེ།
རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་པའི་གཞི་གཞན་རྣམས་ལ་འཛེམ་མེད་དུ་
འཇུག་པའི་དགག་བྱ་དང་ལྷན་པས། དེ་སློག་པའི་དོན་དུ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ།།
ཆང་འབྱུང་བ་འདི་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བ་མ་ཡིན་

17 རྗེ་བསྟན་འཇུག་ལ་གསུངས་པའི་ཐོག་ ༡༠༩ སྒྲོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ། དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤའ་བཤུག་ ཤོག་ ༩༩༩ མཐུན།

ཏེ། བྱ་བ་འདི་ལ་འདྲུག་པ་ལ་སེམས་ཉོན་མོངས་པས་རྟོག་རྟོག་པར་བྱེད་པ་
ལ་མི་ལྟོས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། རྟོམ་པས་ཆུ་དང་ལྷོགས་པས་ཟས་ལ་སྦྱོད་
པ་དང་མཆུངས་པ་ཡིན་ནོ།།

གཞན་ཡང་དེ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བ་མ་
ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་ན། རང་
གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་བྱ་སྦྱོད་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་
ནམ་སྒྲིན་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཞིག་དགོས་སོ།། དཔེར་ན། སློག་གཅོད་པ་ལྟ་
བུའོ།། དེ་ལྟར་ན་ཡང་། རང་ཉིད་འཆི་བ་སློག་ལ་བྱུག་ཀྱང་ཆང་ཅའི་ཅེ་མོར་
སྤངས་པའི་ཐིགས་པ་ཅམ་ཡང་འབྱང་མི་རུང་བར་མ་ཟད། གཞན་ལ་ཡང་དེ་
ལྟར་དུ་ལྷུད་མི་རུང་བ་ཡིན་ཏེ། གོང་དུ་བཤད་པའི་དགག་བྱ་དེ་དག་དང་ལྡན་
པའི་བྱིར། ཆང་མང་པོ་འབྱངས་ནས་ར་བཟེན་དགག་བྱ་དེ་དག་དང་ལྡན་
ཡང་། ཆང་ཅའི་ཅེ་མོར་སྤངས་པའི་ཐིགས་པ་ཅམ་ཞིག་འབྱང་བ་ལ་སྦྱོར་དེ་
ཅམ་མེད་སྟམ་ན། དེ་ནི་འཛིག་རྟོན་གཏམ་དཔེ་ལ། རྩ་མ་འོང་གོང་གི་རགས།
རྒྱུན་མ་འོང་གོང་གི་རྫོགས་པ། ཞེས་པ་བཞིན། འདིའི་རིགས་དང་པོ་ཉིད་ནས་
དགག་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། མེ་ཆུང་དུས་ནས་མ་བསད་ན་ཡུལ་ལྷུང་ཐམས་
ཅད་ཆོག་པ་ལྟར། བྱ་བ་འདིའི་རིགས་དང་པོ་ནས་མ་བཀག་ན་ངན་པ་ལང་
ཞོར་དུ་སོང་ནས། བཅས་པའི་རྒྱ་རལ་ཏེ་ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་དང་།
བྱ་བ་དེ་ལ་གནས་སྐབས་དེ་ན་སྒྲོས་ཀྱི་དགག་བྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཅམ་མེད་ཀྱང་།
སྦྱིར་བྱ་བ་དེ་ལ་དགག་བྱ་དེ་ཡོད་པའི་རིགས་ཅན་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཐམས་

ཅད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ།

གཞན་ཡང་ཆང་འབྲུང་བ་དེ་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་ཡིན་ན། ལུས་ངག་ཡིད་གི་སྒོ་གསུམ་ལས་ལུས་གི་མི་དགེ་བ་ལས་མ་འདས་པས། དེ་ལྟར་ན། ལུས་གི་མི་དགེ་བ་ལ་སྒོ་ག་གཅོད་པ་དང་མ་བྱིན་པ་ལེན་པ་དང་འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་གསུམ་གི་སྡེང་དུ། ཆང་འབྲུང་བ་དེ་བསྐྱེད་ནས་བཞི་རུ་འགྱུར་བས། མི་དགེ་བ་ལ་ཆེ་ལོང་རགས་པའི་སྒོ་ནས་བཙུག་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་བས། ལུས་གི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། ཡིད་གི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། མི་དགེ་བ་ཙུ་པོ་སྤང་བར་བགྱི། ཞེས་པ་ལྟར་གི་བཙུ་ལས་མ་གསུངས་པས་ཀྱང་ཆང་རང་བཞིན་གི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཡིན་པར་མི་འཐད་དོ། འདི་ནི་མཛོད་ལས། དེ་ལས་ཆེ་ལོང་བསྐྱེད་ནས་ནི། དགེ་དང་མི་དགེ་ཅི་རིགས་པར། ལས་གི་ལས་ནི་བཙུར་གསུངས་སོ། 18 ཞེས་གསུངས། དེས་ན་ཆང་འབྲུང་བ་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་པ་ལས། རང་བཞིན་གི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་པ་མི་འཐད་དོ།

འདི་དག་ནི་ཐུབ་པ་དགོངས་ཀྱིན་ལས། མྱོས་པར་འགྱུར་བ་འབྲུང་བ་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་སྟེ། མྱོས་འགྱུར་འབྲུངས་པ་ལས་ཀྱི་རྟུ་མོངས་པ་ལས་དང་བྲན་པ་ཉམས་པ་ལས། གཞན་རྣམས་ཀྱང་མི་སྤང་བར་འགྱུར་བས། གཞན་སྤང་བའི་དོན་དུ་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆང་གཅིག་ཏུ་ཉིད་ལས་ལྡོག་པར་གསུངས་སོ། མྱོས་འགྱུར་འབྲུང་བ་བཅས་

18 རྗེ་བསྟན་མཛོད་ཀྱི་ཀྱ་གཤམ་ བོད། 190 སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན། ཆོས་མཛོད་པའི་མཛོད་ཀྱི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ།

པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཞེས་པ་འདི་ཅི་ལས་ཤེས། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་
མཆན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དེ་ནི་སེམས་ཉིན་
མོངས་པ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ནས་ལྷག་པར་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། གང་རང་
ཉིད་ལས་མི་འདོད་པའི་རྣམ་པར་སྤྲོད་པར་འགྱུར་གྱི་དེར་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་
ཅི་ཡང་མེད་དེ། གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། ཆང་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ།
བགྲེས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པ་བསལ་བའི་བསམ་པ་ཁོ་ནས་འདི་བཟའ་བརྟུང་ལ་
སོགས་པ་བཞིན་ཉི་བར་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་བཅུན་པ་ལེགས་འོངས་དག་བཅོམ་པས་ཀྱང་རང་
གིས་ཆང་འཁྱུངས་ཏེ་འདི་ཉིད་ལས་བརྩམས་ནས་ཆང་འཁྱུང་བ་སྦྱོང་བའི་
བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཅས་སོ། ཆང་འཁྱུང་བ་ནི་རང་ཉིད་ལས་མི་འདོད་པའི་
རྣམ་པར་སྤྲོད་པའི་ཆེད་དུ་རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། རི་སྤྱིད་དུ་འདི་
དེ་ལས་དྲན་པ་ཉམས་པས་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། ཉེས་པར་སྦྱོད་
པ་ལ་ལྷག་པར་སྦྱོད་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ་འགྱུར་རོ། དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ཐལ་ཆེས་
པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་དོན་དུ་ཀྱུ་ཤེད་ཅེ་མོས་ཀྱང་འཁྱུང་བ་སྤང་བར་བྱའོ།

གཞན་ཡང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མི་དགེ་བ་བཅུའི་ལས་གྱི་
ལམ་སྟོན་པ་ན་ལུས་གྱི་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་རྣམས་སུ་ཆང་འཁྱུང་བ་མི་སྟོན་པ་
ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། དགེ་བ་ལྡོག་པའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྣམས་སུ་འང་ཕྱི་ནས་
ལོགས་སུ་སྦྱོང་བ་སྟོན་པ་ཅི་ལྟར་ཡིན། གང་གི་ཕྱིར་འདི་ལུས་གྱི་ཉེས་པར་
སྦྱོད་པ་རགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ཡང་

དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་སྟོན་པ་ན་ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྒྲིད་པ་དང་སྒྲིང་བ་འཆད་
པ་དག་ཉིད་ལ་བསྟན་པར་རིགས་ཤིང་ལས་ལམ་བཅུ་གཅིག་ཏུ་བསྟན་པར་
ཡང་སྟེ་དེ་ལྟར་ནི་མེད་དོ། དེའི་སྤྱིར་ཆང་འབྱུང་བ་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་
བ་ཁོ་ནའོ། 19 ཞེས་གསུངས་པ་དག་ལ་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ལས། ལས་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་
དང་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའོ། དེ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་རྣམ་པ་
གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ལུས་ཀྱི་ལས་དང་དག་གི་ལས་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་སོ།
དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སློག་གཙོད་པ་དང་། མ་
བྱེན་པར་ལེན་པ་དང་། འདོད་པས་ལོག་པར་སྒྲིད་པའོ། དག་གི་ཡང་བཞི་ནི་
འདི་ལྟ་སྟེ། བརྒྱན་དུ་སྤྲོ་བ་དང་། དབྱེན་དང་། རུབ་མོ་དང་། དག་ཀྱལ་པའོ།
ཡིད་ཀྱི་ལས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། བརྒྱབ་སེམས་དང་། གནོད་
སེམས་དང་། ལོག་པར་ལྟ་བའོ། དེ་རྣམས་ནི་མི་དགེ་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་
ཞེས་པའོ། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམ་པ་མང་སྟེ་འདི་ལྟ་སྟེ། སོ་སོར་ཐར་
པའི་བཅས་པའི་བསྐབ་པའི་གཞི་ལས་འདས་པ་མཐའ་དག་གོ། ཆང་བཏུང་
བ་ནི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཉིད་དོ། 20 ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་སྒྲིད་པ་ལ་འདུག་པའི་དཀའ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། རང་བཞིན་

19 རྩེ་བསྟན། དབུ་མ། ཨ་པ། བོད། 106 སློབ་དཔོན་འཛིགས་མེད་འབྱུང་གནས་སྤྲུལ་པ། ཐུབ་པ་དགོངས་བྱུན། ཤོག 17 མཐུན།

20 རྩེ་བསྟན། དབུ་མ། 9་པ། བོད། 106 གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་སྟོབས་བཅུད་པལ་བཤེས་གཉེན། འདུས་བྱས་དང་འདུས་
མ་བྱས་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཤོག 144 མཐུན།

གྱིས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ནི་སློག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པའོ།། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་
བ་ནི་ཆང་འཕྱང་བ་ལ་སོགས་པའོ།།²¹ ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་དག་ལས་ཆང་
རག་འཕྱང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ཆང་རག་སྦྱོད་པ་བཅས་རང་གི་བྱུང་
པར་གང་ཡིན་ཞེས་ཅིང་གསལ་བར་གོ་རུས་པས། འདིའི་སྒྲིབ་ཀྱི་བོད་ཀྱི་
མཁས་པ་དག་གིས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་གསུངས་མོད་ཀྱང་། མངས་སུ་དོགས་
ནས་དེ་ཙམ་ལས་ཁུངས་ཉིད་དུ་མ་བྱངས་སོ།།

མདོར་ན། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནས་འཕགས་
བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྦྱིས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས། ལྷན་དོར་
གྱི་གནས་ལ་ཀྱན་ཏུ་སྒྲོངས་པའི་དཔྱུས་ལོང་ལྟ་བུའི་བདག་ཅག་རྣམས་ལ།
ལེགས་སྤེལ་ཉེས་འགོག་གི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་གནང་བ་རྣམས། གཞན་
ཞིག་ལ་བཞད་པ་ལྟ་བུ་མ་གོ་བར། རྣལ་ཐོག་གཙག་འཁེལ་ལྟ་བུའི་རང་གི་
མཆོང་ཐོག་ཏུ་འབེབས་པའམ་རང་མཆོང་སྟོར་བའི་མན་ངག་ཏུ་ལེན་སྟབ་
དགོས་པ་ནི་གལ་འགངས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་རང་གི་སྦྱོར་
ཡོན་ངོ་ཤེས་ནས་རང་ཉིད་བཟང་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་བའི་གཞི་ཚུགས་པ་ཡིན་
ནོ།། རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆོག་མཆོང་ལ་གྲོལ་
བ་ཡིན། གདམས་ངག་གི་མཆོག་མཆོང་ཐོག་ཏུ་འབེབས་པ་ཡིན། ཞེས་
མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་གསུངས་པར་སྤྲུལ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་
ཡང་བཀའ་གནང་བ་ལྟར། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་

²¹ རྩི་བཟུམ། དབུ་མ། ཤ་མ། བོད། ༡༠༦ དགེ་སྤྱོད་བློ་མཛོལ་རྩི་ཉ། སྦྱོད་འཇུག་དཀའ་ལཱ་ལ། ཤོག ༡༠༩ མདུན།

གནས་གང་ལ་འཇུག་ཀྱང་། རང་མཆང་སྟོར་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་དགོས་པ་
ནི་གནད་གི་དོན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་ངོ་།།

མཐའ་དོན་ཆང་རག་སྤྱད་པའི་མཇུག་འབྲས་མདོ་ཙམ་སྐྱེང་བ་ཞེས་
བྱ་བ་འདི་ནི། བདག་སོགས་སྟོབ་བྱ་སྟོང་ཆོ་བཀལ་བས། དཔལ་ལྷན་འབྲས་
དཀར་སྤངས་པའི་མཁས་མང་སྟོ་གསལ་གྱི་བའི་སྤྱིང་གྲ་ཆང་གི་སྤྱལ་པའི་
གཙུག་ལག་ཁང་དུ། འབྲས་སྤངས་ཁྲི་བ་སྤྱབས་རྗེ་བྲག་གཡལ་འཛོལ་གས་ལྷན་
རིན་པོ་ཆེ་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་སྟོ་བཟང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་
བཟང་པོ་མཆོག་གི་ཞལ་སྤྱ་ནས་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་གསུང་
དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་དང་། དགོ་བཤེས་ཚུལ་ཁྲིམས་
ནམ་རྒྱལ་གྱི་གསུང་འདུལ་སྟོམ་ཉེར་མཁོ་ཀུན་འདུས་གཉིས་གྱི་བཤེད་ཁྲིད་
དང་། ལྷ་སའི་ཞོལ་པར་གཞིར་བཟུང་གི་གཟུངས་བསྟུས་གྱི་ལྷགས་ལུང་
བཅས་གསུང་ཆོས་ཟབ་མོ་ཆ་ཆང་བ་ཞུ་བའི་སྤྱལ་བཟང་ལེགས་པར་གྱུབ་
པའི་ཉེན་མོ་སྟེ། རབ་གནས་ཤིང་སྤྱལ་ལོའི་ལྷ་མཆོད་ལྷ་བའི་ཆོས་པ་གཅིག་
དང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༣༥ ཕྱི་ལྷ་ ༡༡ པའི་ཆོས་ ༡༡ ཉིན། འབྲས་སྟོ་སྤྱིང་ཏེ་རྟོར་
དགོ་བཤེས་ཆེ་རིང་རྟོར་བྱས་བསྟན་འགྲོར་པན་པའི་རྒྱ་རུ་འགྱུར་བའི་རེ་
འདུན་དང་བཅས་རྫོགས་པར་གྲིས་པ་དགོ་ལེགས་འཕེལ།། །།



Geshe Tsering Norbu
Tehor Drakgo Drepung Loseling
P.O.Tibetan Colony, 581411, Mundgod (N.K.)
Karnataka State, India.

Email: tsenor2017@gmail.com