

བཞི་གསུམ་ལྷ་བཀུ་གསུམ་མའི་
ལྷ་གསུམ་ཡི་མ།



ཚུམ་པ་པོ། ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ་བྱ་མཆོ།
སེར་ཤེས་རིག་མཚན་ཆེན་མོའི་ཚུམ་ལྷེ་ག་ཁང་།

༡༡། །འདས་དཔལ་རྩོམ་བཟུ་གསུམ་ལྟེ་འཁོར་ལོ་འི་
ཚོགས་དེ་མ་ཚལ་འབྱོར་བཞི་འི་བྲིད་ཀྱི་བརྟེན་བྱས་
འདི་གས་མཛད་ཅེས་བྱི་བདུད་ཚུ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །



ཚུམ་བཤོ། ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོ།
ཤེར་ཤེས་དེག་མཛོད་ཆེན་མོ་འི་ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0270

ཞོལ་བར་གསར་མ་ལ་གཞི་བཙུལ་བ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་ཁྱེས་སྤྲིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་རྩོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བཅུ་བར་གསར་ཏུ་རྩོམ་སྤྲིག་བྱས།

༡༠༡༠ ལོའི་རྒྱ་བཅུ་བར་བསྐྱར་སྤྲིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གཤེབ་བསྐྱར་དང་བཅོས་སྤྲིག་པ། སྤུལ་བཟང་ཐར་འདོད།

དེབ་འདིའི་པར་སྤྲོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ་རྩོད།	iii
ཁྱེད་ཀྱི་པའི་གསལ་བཤད།	viii
༡༡།།འཇམ་དཔལ་རྩོ་རྩེ་བཅུ་གསུམ་ལྟའི་འཁོར་ལོའི་རྩོགས་རིམ་ནལ་འབྱོར་བཞིའི་ཁྲིད་གི་ བརྗོད་བྱར་འཛིགས་མཛད་ཞལ་གི་བཟུང་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།	
ཀུན་སྣོད་གི་ཁྱད་པར་བཤད་པ།	༡
རྩོགས་རིམ་དངོས་བཤད་པ།	༡༡
རྩ་འཁོར་གསལ་འདེབས་པ།	༡༩
གནས་གསུམ་རྩ་ལམ་སྦྱངས་པ།	༡༤
སྒྲགས་གི་གཞིའི་ནལ་འབྱོར་བཤད་པ།	༡༩
སྒྲགས་གི་ནལ་འབྱོར་བཤད་པ།	༢༣
དམ་ཆོག་གི་ནལ་འབྱོར་བཤད་པ།	༢༤
བསམ་གཏན་བཤད་པ།	༢༧
དབྱིབས་གི་ནལ་འབྱོར་བཤད་པ།	༤༡
ནམ་དག་ཡེ་ཤེས་གི་ནལ་འབྱོར་བཤད་པ།	༤༩
བྱང་འབྱུག་འབྲུག་ཚུལ།	༤༧
འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་བཤད་པ།	༤༩
བར་བྱང་སྟོན་ཆོག་.....	༥༤

མཛད་པ་པོ་འོ་སྒྲིག་།

ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་ནི། གྱི་ལོ་ ༡༩༠༣ ལོར་ཅེ་གཞུང་བླ་མ་དཔལ་ལོ་ཞེས་པའི་
ཡུལ་དུ་ཡབ་ནོའི་ཁོ་དང་ཡུམ་ཅིན་ཐང་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱུ་འབྱུངས།

དགྲུང་ལོ་བྱུག་གི་སྐབས་ཁུ་པོ་དེ་སང་རྒྱ་མ་ལས་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ཡི་གེ་འབྲི་སྒྲིག་སྦྱངས།
ལོ་དེར་དགེ་བསྟེན་དང་རབ་བྱུང་གི་སྟོན་པ་ཞུས།

དགྲུང་ལོ་བཅུ་བྱུག་པར་དབེན་གནས་ཡིད་དགའ་ཚོས་འཛིན་བསམ་གཏན་འཕེལ་རྒྱས་
སྒྲིང་དུ་གནས་བཅུན་དགོན་མཆོག་དགེ་འདུན་ལས་ཚངས་སྦྱོང་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྟོན་པ་དང་རབ་
བྱུང་གི་སྟོན་པ་མཛོས། ལོ་དེའི་ལུ་མཆོད་ཆེན་མོའི་ཚོས་ཐོག་གི་ཡར་འཚོགས་ལ་རྒྱ་བྱང་བཟ་
ཤེས་འབྲིལ་གྱི་ཐོས་བསམ་སྒྲིང་གྲུ་ཚང་དུ་ཞུགས་ཏེ། བཟ་ཤེས་འབྲིལ་གྱི་ཁྱི་ཐོག་ཉེར་བརྒྱད་པ་
སྒྲིང་སྦྱལ་པའི་སྦྱུང་དགོན་མཆོག་དགྲེས་པའི་སྟོན་པ་ལས་བཅུ་བཞག་ཐོག་མར་གསན་པ་དང་།
བཤེས་གཉེན་དགོན་མཆོག་དོན་ཡོད་སྟོབ་དཔོན་དུ་བསྟེན་ནས་བསྦྱས་བྲལ་གསན་པ་དང་སྦྱོར་སྦྱང་
དང་ཚོད་པ་གནང་ཞིང་། ར་སྟོད་བསྦྱས་བྲལ་སོགས་བསྦྱས་བྲལ་གྱི་སྦྱོར་དང་། སྟོན་གས་དང་ནམ་
འགེལ་སོགས་ཆད་མའི་སྦྱོར་གྱི་གཞུང་མང་པོར་གཟིགས་རྟོག་གནང་།

དགོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྟོན་པེ་ལས་བྲལ་བྲལ་ལུ་སྦྱ་ལུ་སོགས་ཀྱི་དབང་དང་། བྱང་ཆུབ་པ་དེ་
ལས་ཀྱི་ཁྱིད་སོགས་དང་། རྟོར་མས་པ་དགོན་མཆོག་དགེ་འདུན་དང་། རྒྱ་རིང་དགེ་བཤེས་ཚུལ་
ཁྱིམས་ཉི་མ་ལས་ཀྱང་སྦྱོང་འཇུག་དང་། བཀའ་གདམས་གཞུང་བྱུག་སྦྱོར་ཚུལ་སོགས་ལུང་ཁྱིད་
གྱི་རྒྱན་གང་མང་གསན་པར་མཛད་།

དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་པ་ ༡༩༡༥ ལོར་དགོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྟོན་པེ་ལས་རབ་བྱུང་བསྐྱར་
མ་དང་ཆོགས་སུ་མ་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་བཞེས་ཤིང་མཆོན་ལ་དགོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་

གསོལ།

དགྲུང་ལོ་ཉེ་ལུ་ ༡༩༢༩ ལོ་ནས་ཁྱི་ཐོག་ཉེར་དགུ་བ་དཔལ་མང་ཆུང་བ་དགོན་མཆོག་ཆོས་
འཕེལ་དང་། ལུ་མ་ཅུ་བ་ཕྱེ་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེ། སོ་གཅིག་བ་རྩོད་རམས་བ་དགོན་མཆོག་དབང་ལུག་
རྣམས་ལས་པར་ཕྱིན་གྱི་བཅི་བཞག་གསན་བ་དང་། སྒྲོར་བ་བཅི་བ་སོགས་འབྲེལ་བ་དོན་གསལ་
དང་། ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་པར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་ལ་སྦྱངས་པ་གནང་།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་བཞི་ ༡༩༣༦ ལོར་པར་ཕྱིན་གྱི་སྒྲོབ་གཉེར་མཐར་ཕྱིན་ནས་པར་ཕྱིན་གྱི་གྲ་
སྒྲོར་གནང་ཞིང་། དེའི་ཕྱི་ལོར་དབུ་མའི་གཞུང་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་དབུ་འཇུགས་གནང་བ་དང་། ལུང་
ཐང་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་། དཔལ་མང་རིན་པོ་ཆེ་ལས། དབུ་མ་འཇུག་བ་དང་། འཇུག་སྒྲིག་
གསལ་བའི་མེ་ལོང་། ལུང་རིགས་སྒྲོན་མེ་སོགས་དབུ་མའི་གཞུང་རྣམས་ཀྱི་ཅལ་བཤད་དང་
མཛུབ་ཁྲིད། བཤད་ལུང་སོགས་ཀྱང་གསན། ཁྱི་ལྷ་དགེ་འདུན་དར་རྒྱས་ལས་སྒྲོར་ཐུན་གྱི་
བཤད་རྒྱན་དང་། ལམ་རིམ་སྒོ་སྒྲོང་། བསྐྱེད་རྩོགས་སོགས་གསན་སྐབས་ཟེན་གྱིས་སྤྲོ་མཛད་བ་
དང་། སྒྲི་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ལྟ་བུའི་གནད་གང་མང་ཞུས་ཤིང་ཟེན་གྱིས་ཀྱང་མཛད།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་དྲུག་བ་ ༡༩༣༩ ལོར་འཛིན་གྲུ་མཛོད་དུ་ཕེབས་བ་དང་མཛོད་ཅ་དང་སྒོ་མ་ཆིག་
ཐུགས་འཛིན་དང་རྒྱན་སྒྲོར། ཡིག་ཆའི་མཐའ་དཔྱོད། མདོན་པའི་རྒྱ། མཛོད་སྒྲིག་ཐར་ལམ་
གསལ་གྱིད། མཛོད་རང་འབྲེལ་སོགས་རྒྱ་པོད་ཀྱི་ལེགས་བཤད་ལུང་བསྐྱེད་པའི་སྤྲེང་ནས་
ཆོས་མདོན་པའི་ཆོད་པ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་རྩོགས་པར་མཛད། སྐབས་དེར། ཆོས་མདོན་རྒྱ་
མཆོའི་མཐར་སོན་མོན་གྲ་བ། ཞེས་གྲགས་པ་མོན་གྲ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟུ་ཤིས་ཀྱི་མཛད་པའི་
མཛོད་འབྲེལ་དེ་སྤྱི་འབྲེལ་གྱི་དཔེ་ཁང་གོག་པོ་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བ་ཞིག་ལས་རྙེད་པ་ལའང་
གཞིགས་ཞིབ་མཛད།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་བརྒྱད་བ་ ༡༩༣༠ ལོར་འཇམ་བཞད་སྒོ་བཟང་ཐུབ་བསྐྱན་འཛིགས་མེད་རྒྱ་
མཆོས་མཁན་སྒོ་བ་སྐྱགས་མ་དང་། སྒོ་མེ་ལྷ་རམས་པ་སྒོ་བཟང་ཆོས་འཛིན་གྱིས་གསང་རྙོན། རོ་
རམས་བ་དགོན་མཆོག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དུས་གོ་བ། སྤྱི་པོད་པ་སྒོ་བཟང་དགོན་མཆོག་དང་།

སྐྱགས་རམས་པ་དགོན་མཆོག་བསྟན་དར་གཉིས་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་ཁ་སྐོང་བ་མཛད་པའི་དད་པའི་
དགེ་འདུན་གྲངས་ཚང་བའི་དབུས་སུ་རབ་བྱུང་དགེ་ཚུལ་བསྐྱར་སྐྱབ་ཐོག་དགེ་སློང་གི་སྟོན་པ་
མཛོད་ཀྱི་མཆོད་ལ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་གསོལ།

དེ་ནས་སློང་བཟང་ལུང་རྟོགས་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འདུལ་རྟེན་རིན་ཆེ་མེད་པའི་ལུང་རྒྱན་
གསན་ཞིང་། དཔལ་མང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྩེ་ཁྲི་རིན་པོ་ཆེ་ལས། འདུལ་སྟོན་དང་། འདུལ་བ་རྒྱ་
མཚོའི་སྤྱིང་པོའི་བཤའ་ལུང་། འདུལ་རྟེན་གི་ས་བཅད་གཞིར་བཞག་བསྐྱུས་དོན་ལོར་བྱའི་དོ་ཤལ་
དང་སྐྱགས་པའི་མདོ་རྩའི་བཤའ་བ་གསན་པ་སོགས་རྒྱ་མོད་ཀྱི་འདུལ་བའི་གཞུང་རྣམས་ལ་
སྐྱགས་གཉིད་གནང་།

ཡུལ་གསང་འདུས་རྩ་བཤའ་ཀྱི་རྒྱུད་དང་། གཤེད་སྐོར་སོགས་པ་རྒྱུད། བདེ་དབྱེས་དུས་
གསུམ། སྐྱུ་ཐོད་གདན་གསུམ་སོགས་པ་རྒྱུད། དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པ་དུམ་བུ་བཞི་སོགས་སྐྱགས་
ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་མོད་དགོངས་འབྲེལ་རྣམས་ལ་འདགས་ན་བསམ་མཛད།

གཞན་འཇམ་བཞད་ཐུབ་བསྟན་འཛིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་དང་། མཁན་ཆེན་གྲགས་པ་རྒྱལ་
མཚན། རྩེ་ཁྲི་འཇམ་དབྱངས་ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ། དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཚན་སོགས་རིས་མེད་ཀྱི་
བཤེས་གཉེན་མང་པོའི་བྱུང་ནས་དབང་རྗེས་གནང་ལུང་ཁྲིད་མན་ངག་སོགས་གང་མང་གསན་པ་
དང་། གཏོར་བཟོ། བཅའ་གཤམ་། དབུ་ཅན་དབུ་མེད་ལ་རྩ་སོགས་ཡིག་རིགས་སྤྲོ་ཆོགས་པའི་
བྲིས་ལའང་སྤྱངས་པ་མཛད་ཅིང་། དུག་བྲིས་སོགས་ལ་བྱང་བས་འཇམ་བཞད་སྐྱུ་མེད་གསུམ་པའི་
བྱུང་ཡིག་དང་། དབང་རྗེས་གནང་གི་མཆོད་གཡོག་ཀྱང་གནང་། ཞོར་དུ་ཆོས་འབྱུང་། རྣམ་ཐར།
ལོ་རྒྱུས། དེབ་ཐར་སོགས་ལའང་གཟུགས་རྟོག་མཛད།

དཔལ་མང་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཚན་ལས། སྤྱི་མདོ་ཀ་ལྷ་བ་དུམ་སིང་ཉའི་ལྷ་ཉི་མདོ་
རྒྱུང་བ་བཞི་དང་བཅས་པ་དང་། ཞ་ལུ་ལོ་ལྷ་བའི་བཤའ་སྐྱར་གཞུང་དོན་གསལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་
ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་མཆོས་སྟོར་དང་། མིང་དང་། ཀུན་བཤའ་སོགས་གསན་པ་དང་། རིག་སྤྱི་སྟོ་
བཟང་ཆོས་འཕེལ་ལས་དབྱངས་ཅན་སྤྱི་མདོ་འབྲེལ་བ་གསལ་སྟན་རི་མོ་དང་བཅས་པ། རིག་སྤྱི་

འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པའི་སྒོ་གྲོས་ལས་ཅན་བ་དང་། དེའི་བསྐྱུས་དོན་སྒྲུ་རིག་ཀྱི་མཆོར་བཤོད་
པའི་གྲུ་གཟིངས་དང་སྒྲུར་བའི་བཤའ་རྒྱུན་གསན་ཏེ་སྤེའི་སྒྲོར་གྱི་ཐེན་ཐིས་ཀྱང་མཛད། བཤེས་
གཉེན་དེ་དག་དང་། རྒྱལ་མཁན་ཆེན། དགེ་བཤེས་དཀོན་མཆོག་སྟོན་མེད་སོགས་ལས་པཎྜི་ཏ་
རྩ་ཨ་ཀ་ར་ཤེས་མཛད་པའི་སྤེའ་སྒྲོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་དང་། ལོ་ཆེན་རྩམ་ཤིའི་སྤེའ་
སྒྲོར་འབྲེལ་བ་དོན་གསལ་མེ་ལོང་སོགས་སྤེའ་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་རྣམས་དང་། མདོན་བཛོད་འཆི་
མེད་མཛོད་དང་། དེའི་འབྲེལ་བ་འདོད་འཛོའི་བ་མོ་སོགས་མདོན་བཛོད་ཀྱི་གཞུང་། སྟགས་ཀྱི་
སྟོན་ཐབས། བོད་ཀྱི་བདེའི་བསྟན་བཅོས་སྤུས་ཉགས་རྣམས་ཀྱི་ལུང་ཁྲིད། སྟན་རྒྱུ་དབྱངས་ཅན་
དབྱེས་སྒྲུ་དང་། དཔྱེའི་དགོངས་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་ལུང་ཁྲིད་སོགས་གསན་བ་དང་། ཨ་མཆོག་སྤྱུལ་
སྒྲུ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཆོར་དང་། གུ་འཁོར་སྟགས་རམས་བ་སོགས་ལས། འུ་སྟོན་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་བ་སོགས་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་གྱི་བཤའ་བ་དང་། རྩོ་བྲག་བ་སྟན་ཐང་ཡབ་སྐུས་སོགས་ཀྱི་ཐེག་
ཅའི་སྟེང་ནས་ལྷ་ཐེག་དང་། མཆོད་རྟེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཁྲིད། རྣལ་འབྱོར་རོལ་པའི་དགའ་སྟོན་ལྟར་
རྟོར་ཤིལ་ཅད་ཏེ་འུ་རྒྱུན་བྲུག་བཟོ་ཆུལ་སོགས་ཞིབ་སྟོན། རིན་པོ་ཆེ་བརྟག་པའི་གཏམ་ཅིན་མ་ཞིའི་
མཛོད་ཁང་གི་ལུང་སོགས་གསན་བ་དང་། འདུལ་འཛིན་སྒོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་ལས་རིགས་ལྷན་
མཆོད་པའི་འོད་སྣང་སོགས་དང་། རྒྱ་ཅིས་འཇམ་དབྱངས་མཆོད་པའི་མེ་ཏོག་དང་ཟུར་འདེབས།
འཇམ་དབྱངས་འཇུ་མ་ཐེད། དབྱངས་འཆར་གྱི་རྒྱུ། དེའི་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་རྒྱུན་སོགས་
གསན་བ་དང་། རྒྱུད་བཞི་གཙོ་བུས་པའི་སྟན་གཞུང་རྣམས་ཀྱི་ལུང་ཁྲིད་རྣམས་ཀྱང་གསན་བ་
སོགས་དམ་བ་སྤུས་ཅུ་ལྟག་བསྟེན་ནས་མདོ་སྟགས་རིག་གནས་དབང་ཁྲིད་སོགས་ལ་གསན་
བསམ་གནང་།

སྟན་བྲུག་རྣལ་འབྱོར་དང་། རྟོར་སེམས་སྟོམ་བཟླས། བདག་འདུག་སོགས་རྒྱུན་ཏུ་མཛད་བ་
དང་། བཀའ་ཆོས་སོགས་ཀྱི་སེང་བར་རྣམས་སུ་ཡན་ལག་བདུན་བ་དང་འབྲེལ་བར་མཐུལ་དང་
ལྷག་སྒྲུང་ལ་གཞིལ་བར་མཛད།

དུས་འཁོར་གྱི་ཆོང་དུ་རྣམ་སྟངས་མདོན་བྱང་གི་སྒྲུབ་མཆོད་ཆ་ལག་དང་བཅས་བ་གསར་དུ་

བརྩམས་པ་སོགས་སྐྱབ་གསུང་བླགས་ཉེན་ཡང་མང་དུ་བཞེངས།

སྔ་ཕྱིར་བསྐྱབ་བྱ་མང་པོ་སོ་སོར་ཐར་པའི་གཞི་ལ་བཀོད་པ་དང་། བླག་རི་དགོན་དང་། སྐར་
ལུང་བཟ་ཤེས་ཆོས་འཕེལ་གྱིང་། བླག་དཀར་བྱང་ཆུབ་གླིང་སོགས་དགོན་སྡེ་མང་པོར་ཐེབས་ཏེ་
དབང་ལུང་མན་ངག་གི་ཐབ་ཆོས་མང་དུ་གནང་བ་སོགས་སྐྱ་ཆེ་གང་ཅོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་
དང་། འཆད་ཚོད་ཚུམ་གསུམ་གྱིས་དུས་འདའ་བར་མཛད།

སྒོ་བ་མ་ལ། འཇམ་བཞད་སྐུལ་སྐྱ་དང་། བཟ་ཤེས་འབྲེལ་གྱི་གསེར་ཁྲི་རྣམ་གསུམ། མཁན་
སོ་རྣམས་དང་། སྐྱ་སྐུལ་ཆེ་ཆུང་གང་མང་བྱུང་ངོ་། །

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་སྐྱབ་གསུམ་གསུང་ཚུམ་ལ། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་རིམ་
གཉིས། བྲང་གི་མི་འཁྲུང་དབང་བཤད། དུས་འཁོར་བསྐྱེད་རིམ། ཆེ་དཔག་མེད་དང་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་
ཆེ་ཁྲིད་སྒྲོར་སོགས་ཆོས་ཆན་བཅུ་གྲག་ཁ་ཤས་དང་གསུང་རྒྱན་བྲག་ལེན་དོགས་གཙུག་ལོ་རྒྱུས་
སོགས་ཀྱི་ཐེན་བྲིས་དང་། བཟུང་བྱང་གང་ཡོད་པར་དུ་བཀོད་ན་པོ་ཉི་ཉི་ཤུར་ལོངས་པ་ཡོད་ཅིང་།
ལྷགས་མཁར་འབྲུལ་འཁོར་སོགས་ཀྱི་བྲག་ཁྲིད་ཐེན་བྲིས་པར་དུ་བཀོད་མི་ཆོག་པའང་མང་ལ། ད་
སྔ་པར་བྱད་ཐེན་པ་སོ་ཉི་བདུན་བཞུགས།

འདིའི་རྣམ་ཐར་ལ། སྡེ་ཁྲི་འཇམ་དབྱངས་བྱབ་བསྟན་ཉི་མས་བརྩམས་པའི་དམ་པ་འདིའི་སྐྱ་
ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ལས་བརྩམས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཆོགས་བཅད་དང་། དེའི་འབྲེལ་པ་དམ་པ་
དེའི་སྒོ་བ་མའི་གསང་བླག་དབང་བྱབ་བསྟན་ཏེ་མཆོས་མཛད་པ་སོགས་བཞུགས།

མཆན་གྱི་རྣམ་གངས། ཨ་ཁུ་ཆིང་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། ཡུང་ཆེན་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། ཡུང་པ་
ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། སྐྱ་བྱང་ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ། ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ།
ཨ་ཁུ་ཆིང་།

༡༩༧༩.༠༥.༡༩ ལ་མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྒྲིག་པས་ཕྱོགས་བརྒྱས་བྲས།

ཞུ་སྤྲི་ག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོན་ཤོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་
ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྱི་ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་
པའི་མིའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་།
ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་འགྲོ་ཉིར་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོན་ན་རྩ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩ་
སྤྲི་ག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱང་སྦྱོར་གྱི་ཆེད་དུ་རྩ་སྤྲི་ག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་རྩ་སྤྲི་ག་བྲས་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲུབ་བཅུལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྒྲུང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲི་ག་བྲེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཙོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྦྱོར་ཆ་འབྲུང་སྲིད་པས་བསྐྱེད་དང་བཙོ་བཙོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེད་ཀྱི་ལས་ཀ་ཉེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཙོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་རྩ་སྤྲི་ག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྡན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་རྩ་སྤྲི་ག་བྲེད་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་མཆན་སྟོན་སྐབས་དེ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་པར་གཞི་
ལ་**མ་ཕྱི**་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དཔེ་པར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲུབ་པོ། ཞོལ། སྐུ་
འབྱུལ། རྒྱ་ཁྱུང་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྐུ། རྒྱ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ ***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་ཁོར་ཞིག་ཞུ་སྟེག་པས་
བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ ***འདིས་**ཞུ་སྟེག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་
ཆིག་མཆོན་བའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ **-བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་
དང་། **+བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་སྟག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆེན་དུ། མ་ཁྱི་ལོན་ལ། བསྐྱབ་ *བསྐྱབས་ སྒྱ། ༡༠༣༧༦།
ཟླ། ༡༡༠བཟླ། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཁྱིའི་ཤོག་གངས་
ལོ་མཐུན་དོས། ཡིག་ཁྲེང་ལ་བླ། བསྐྱབ་ཅེས་གྲིས་ཡོད་པ་མཆེན་ཆེད་ *བསྐྱབས་ ཞེས་ཁྱིའི་

ཡིག་འོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱི་འབྲུམ་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠** **༣** **མ** **དུན** **དོས།** ཡིག་ཐེང་**༤** **པ་ན།** **ཟླ**་བྲང་
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡༠** **རྒྱ**་བོད་ས། ཡིག་ཐེང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་འོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀྱན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱེད་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲུས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠༢༠** **ལྷ་**་**༠༧**་**ཆེས་**་**༡༥**་ལ།

༡༡། །འཇམ་དཔལ་དོ་རྩེ་བཅུ་གསུམ་ལྟེ་འཁོར་ལོའི་རྩོགས་
 དེམ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི་ཁྲིད་གྱི་བརྩེད་བྱང་འཛིགས་
 མཛད་ཞལ་གྱི་བདུད་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་
 བཞུགས་སོ། །

༡༢། །ཐཱ་མ་འཇམ་དཔལ་ཞི་ཁྲོའི་ཞབས་བད་ལ། །གྲུས་བས་བདུད་དེ་རྩོགས་
 དེམ་རྣལ་འབྱོར་བཞིའི། །ཟབ་ཁྲིད་ཡོངས་རྩོགས་མགོན་དེའི་ཞལ་གདམས་
 བཞིན། །འགོད་ལ་བཀའ་སྟོད་སྤང་མས་གནང་བ་སྟོལ། །

དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་སུ་འདུ། མདོ་
 སྤྲུགས་གྱི་ཆོས་རི་སྟེད་ཅིག་བཀའ་སྩལ་བ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་སངས་རྒྱས་
 གྱི་སང་བཟོད་པའི་ཐབས་སུ་མི་འགྱུར་བ་མེད། དེས་ན་མདོ་སྤྲུགས་རྒྱང་པའི་ས་
 བཅུ་ལམ་ལྟེ་དེམ་བ་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་དང་འབྲེལ་བར་ཉམས་སུ་
 གླངས་ཏེ་ས་བཅུ་སྟོད་པ་ཐ་མའི་བར་བཟོད་ནས་རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་ཁ་མ་
 དེའང་སྤྲུགས་ལ་མ་བཞེན་པར་འཁོར་རྒྱ་མི་བྱས།

དེའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་། མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་ཀས་ཉོན་ཐྱིབ་ཀྱན་ཟད་
 བྱས། །ཤེས་སྟོབ་རྒྱང་ཐ་སྤྲུགས་ལས་མདོས་མི་བྱས། །ཞེས་ཤེས་སྟོབ་ཐ་ཞིང་ཐ་བ་

མ་སྤངས་པར་རི་ལྷ་བ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་རི་སྟེང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཅིག་
ཅར་གཟིགས་པའི་མཉམ་རྗེས་དབྱེར་མེད་མི་ཡོང་། དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ལ་ཀྱན་སྦྲང་གི་
རྟོག་བ་སྤྲོ་མོའི་རྒྱ་བ་འགག་དགོས་ཤིང་། དེ་འགག་བ་ལས་རྒྱང་སྤྲོ་བ་ཐེམ་བ་ལ་
སྟོས། དེ་ལྟར་ཀྱན་སྦྲང་གི་རྟོག་བ་སྤྲོ་མོ་བཞེན་པའི་རྒྱང་བཅས་སྟོག་བ་རྒྱང་དབྱ་མར་
ཞུགས་གནས་ཐེམ་གསུམ་བྱས་བ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་ཆེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་
མེད་པར་མི་འབྱུང་བས་ཡང་དག་མཐའ་དབྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་བ་སྤྲགས་ལ་རག་
ལས་པར་རྗེ་སྤྲོ་མས་གསུངས་དོན་དེ་ཡིན།

ལྷང་སྐྱེ་རོལ་པའི་རྟོ་རྗེས་དབྱེས་ནས་བཀའ་ཆོས་གནང་སྐབས་འདིའི་དོན་
བཀའ་འདི་གནང་བར་ལན་འབྲུལ་མཁན་མ་བྱུང་བས་ཞལ་ནས། དེད་ཨ་མ་དོན་
ཡོད་སྐབས་བཀའ་ཤིས་འབྲིལ་གྱི་དགོ་བཤེས་འབེ་བན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ལ་བྲིས་
པར། ཤེས་སྤྱིབ་སྤྲོ་མོ་སྦྲང་བ་དེའི་བཞེན་པའི་རྒྱང་འགོག་པའི་གཉེན་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་
ཡེ་ཤེས་ལ་སྟོས་རྒྱུ་ལྟ་གྱི་ལན་དོན་མཐུན་ངོ་མཆར་བ་བྱུང་ཞེས་བསྤྲགས་བརྗོད་
མཛད་པར་དངོས་སྟོབ་དུ་མ་ལས་ཐོས་ཏེ་ཀྱན་མཁུན་གོང་མ་ཡབ་སྤྲས་གྱི་གསུང་
རྒྱན་མིན་པར་འདུག །ཀྱན་མཁུན་སྤྲོ་མའི་ཡིག་ཆར་བདེན་གཉིས་ངོ་མོ་ཐ་དད་དུ་
འཛིན་པའི་མ་རིག་བ་ཤེས་སྤྱིབ་སྤྲོ་མོར་བཞག་བ་དེ་མ་སྤངས་པར་དུ་བདེན་གཉིས་
ངོ་མོ་གཅིག་ཏུ་ཤར་བའི་མཉམ་རྗེས་འདྲེས་བ་མི་འོང་བས་གོ་རྒྱ་ཟབ། རྗེ་བཙུན་བ་
དང་བསོད་བྲགས་བ་སོགས་གཞན་གྱི་ཡིག་ཆ་ནམས་སུ་ཤེས་པར་བྱུང་བའི་ཤེས་
སྤྱིབ་མེད་པར་གསུངས་པས་སྐབས་འདིར་སྟག་ཆར་བའི་འགལ་ཁུར་གྱི་ལན་
འདེབས་རྒྱུ་ཡང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་བྱུང་བ་རེད། རྟོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་དོན་གྱི་འོད་

གསལ་ཐོབ་ནས་མི་སྒོའ་བའི་བྱང་འཇུག་མ་ཐོབ་པའི་བར་དེར་ཞུགས་གནས་ཐེམ་
གསུམ་ཡང་ཡང་གསུངས་བས་རྒྱུད་དེའི་བཞོན་པ་ཅན་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་གི་ཉོག་པར་
བྱུང་བའི་ཤེས་པ་མ་བཞག་པའི་ཐབས་མེད་པ་རིགས་བས་འབྱུང་གསུངས། དེ་ལྟར་
འགོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུ་ལ་ནས་མཇུག་མི་སྒོའ་བའི་བྱང་འཇུག་གི་བར་སྟིགས་
དུས་ཀྱི་ཆེ་གཅིག་ལ་འབྱུང་བ་ནི་སྟེ་བ་སྤྲ་མ་མང་པོར་མདོ་སྤྲུགས་ཡོངས་རྫོགས་
ལ་སྤྱངས་སྟོབས་ཆེ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཀྱི་རྣམས་པ་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ཀྱང་
ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པ་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་གདུལ་བྱ་དབང་ལྡན་ལས་ཀྱང་བརྒྱ་འབྱུང་
གྱིས་ལྷག་པ་ཅིག་དགོས། སྤང་ཆོད་ལ་ཟེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ཡང་བར་དོར་
སངས་རྒྱས་པའི་ཚུ་ལ་མཛད་པ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་འདུལ་ཁྲིམས་ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་
མཛད་དེ་སྟོད་པ་སོགས་མ་བྱུང་བའི་བབས་དང་བསྟན་པ་ཡང་རེད།

༼ ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱང་པར་བཤད་པ། ༽

ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱང་པར་ཡང་། རང་ངོས་ནས་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཕྱིར་དུ་
བསྐལ་བར་མནར་མེད་དུ་གནས་དགོས་ཀྱང་བད་མཆོ་ལ་ངང་བ་ལྟར་སྟོབས་
འཇུག་ཀྱང་གངས་མེད་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་བར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྲུག་
བསྐལ་བྱག་པོས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྟོང་རྩེས་ཡིད་
བསྐལ་ཉེ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་རྣམས་པ་
ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུང་པའི་བསམ་པ་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་སྐབས་ལས་ཆེས་ལྷག་
པ་དགོས་ཀྱི། ཞང་ལག་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་སྤྱད་བྱ་པོ་ཡུན་རིང་པོར་སྟོད་
དཀའ་བས་སྤྲུགས་ལ་མ་བཞེན་ན་དེ་འདྲ་ལ་མ་སྟོས་པར་སྤྱར་དུ་འཁོར་བྱ་སྟུང་ན་

གཏན་ནས་མི་རུང་བའི་གོ་བ་ལོག་པ་ཡིན་ཞེས་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་མགྱིན་གཅིག་
ཏུ་གསུངས། ང་རང་ཆོ་ལ་དེ་འབྲའི་ཀུན་སྒྲོང་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེད་པས་སྒྲགས་ཉམས་སུ་
ལེན་པའི་འོས་སུ་མ་གྱུར་ཡང་རྗེ་བླ་མའི་མདོ་སྒྲགས་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་བསྟན་པ་འདི་
དང་ད་རེས་སྟེས་དབང་ཅམ་དུ་ལན་གཅིག་མཇུག་དུས་འདིར་སོ་མེད་ཡང་རྟེན་གྱི་
འབྲད་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་སྟོན་ལམ་རེ་མི་འདེབས་པའི་ཐབས་རང་མེད། དེས་ན་
སྒྲགས་ལ་འཇུག་པ་ལ་བྱང་སེམས་དང་ལྟ་བུ་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་པར་མ་ཟད། བྱངས་
མེད་གསུམ་སོགས་ལ་སྒྲགས་སྟོན་མི་བཟོད་པར་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱུས་ནས་འགྲོ་
རྣམས་གོ་འཕང་དེ་ལ་འགོད་འདོད་དགོས། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྟེས་པ་དང་
ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དུས་མཉམ་པས་སྒྲགས་གྱི་གདུལ་བྱས་སྒྱུ་བཞིའི་ས་བོན་ཐེབས་
རེས་གྱི་དབང་དང་། དེས་ཐམས་ཅད་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སྤྱར་
བ་གཉིས་གྱི་དོན་ཆང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་བཅོས་མིན་གྱི་སྟོང་བ་རྟེན་ན་དབང་
དང་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལ་དུས་སྐད་ཅིག་མའི་ཅིག་ཅར་ཅི་མི་སྤྱབ་ནའང་སྤྱན་
གཅིག་ལ་དུས་མཉམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟེ་བ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་སམ་ཡིག་ཆ་
གསལ་པོ་མ་མཐོང་བས་དཀའ་བར་སྤང་།

དབང་རྣོན་ལ་དབང་གི་སྐབས་ནས་ཡང་སྒྲགས་གྱི་རྟོགས་པ་ཆ་འབྲ་དང་
ལམ་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་རྒྱ་ལིན་ཏུ་མང་བས་དཔལ་ལྷན་ས་སྒྱུ་
བ་རྣམས་གྱིས་དབང་གི་ཁོག་ནས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་གོ་བ་ཆོལ་བ་ལ་རྗེ་བདག་
ཉིད་ཆེན་པོས་ཡང་བསྒྲགས་བརྗོད་མཛད།

དེ་ལྟར་ལམ་སྤྱན་མོང་བས་རྒྱུད་སྤྱངས་པའི་གང་ཟག་གིས་སྒྲགས་བྲམ་མེད་

ཀྱི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་རིམ་པ་གཉིས་ལས་ཐོག་མར་བསྐྱེད་རིམ་ཉམས་སུ་
ལེན་དགོས། བསྐྱེད་རིམ་ལའང་རྩོམ་པ་འདི་གསུམ་གྱི་དབང་ལོ་གཅིག་པ་ལྟ་བུའི་
དམིགས་བསལ་ཅན་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་ལྟ་དབང་ལོ་གཅིག་པ་དང་དབང་མོ་
གཅིག་པ་བསྐྱོམ་པས་རྫོགས་རིམ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་སློན་བྱེད་བྱང་པར་ཅན་དུ་
འགྱུར་བ་དགལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་བསྐྱེད་རིམ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་ཐ་མལ་གྱི་སྐྱེ་
ལེ་བར་དོ་གསུམ་སྐྱེ་གསུམ་དུ་འབྱེད་བའི་ལམ་འབྱེད་མཚན་ཉིད་ཆང་བ་ཅན་དུ་མ་
བད། རང་དོན་ཕུན་ཚོགས་དང་གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་
བའི་ལམ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་པས་མ་མཐའ་ལྟ་ལྟ་ཡན་ཆད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཞིག་
མ་བསྐྱོམ་ན་ཕུར་པོ་ལྟ་རིགས་ལྟ་འབྲུག་པ་ལྟ་བུའི་གནད་མི་ཆང་བ་རེད། རྫོགས་
རིམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་མོ་ཉམས་འོག་དུ་རྩྭ་དགོས་པའི་རེས་པ་
མེད་པས་རགས་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཐོབ་ནས་བསྐྱོམ་ཆོག །

རྒྱ་གར་བ་རྣམས་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་རགས་ལ་བརྟེན་པ་ཐོབ་ཤིང་རྫོགས་རིམ་
ལ་ཆིག་བྱིལ་བྱེད་པ་ལས་དང་པོ་ནས་རིམ་གཉིས་བསྐྱོམ་ནས་བསྐྱོམ་པ་མིན། འདི་
བསྐྱོམ་ཚུལ་དངོས་རྒྱུད་དང་དགོངས་འབྲེལ་ནས་བསྐྱོན་པ་ལྟར་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་
ཀྱི་ལྟ་བུ་མར་པ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེད་ལ་བསྐྱེད་རིམ་དང་། སྐྱེད་སྐྱེད་ལ་རྫོགས་རིམ་
བསྐྱོམ་པར་གསུངས་པ་འདི་རྩོམ་པ་འདི་མོ་ཆེས་བཀོད་ནས་དགག་པ་མ་མཐའ་པ་ལས་
དང་པོ་པས་བག་ཆགས་འཛིན་ཆེད་བསྐྱོམ་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་པ་ལ་དགོངས་པ་འབྲ་
བས། དེ་ལྟར་བྱེད་ན་རྫོགས་རིམ་སྤྱིའི་སྤྱོད་འགོ་ལམ་སྐྱེད་མོང་བ་དང་། བསྐྱེད་རིམ་
ཀྱི་ཆོ་ག་དག་པའི་བར་མོང་། བཟླས་པ་དང་གཏོར་འབྲུལ་བྱེད་མི་བྱེད་རང་ལ་

རག་ཉེར་བསྐྱ་བྱས་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་རང་ལས་ལྟར་ལྟར། བྱད་པར་གྱི་སྒོན་འཁོ་
རྟོག་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་དང་། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཆོ་གའི་དཀྱུས་ལ་བྱས་ན་
སྐབས་བདེ་བས་ཆོག་ས་ཞིང་གི་འགོར་འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་མཐུན་གྱི་ནམ་
མཁར་སྒྲ་མ་དམ་ཆོག་པ་གསལ་བཏབ། དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་པའི་ཚུལ་དུ། རང་ཉིད་
འཛིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པར་གསལ་བའི། ཞེས་སོགས་གྱིས་སྐབས་
ཡུལ་རྣམས་སྐྱབ་བྱངས་ཏེ་བསྐྱེམས། འོད་ཟེར་སྦྱིང་གར་བསྐྱས། བྱི་ནང་གསང་བ་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་མཆོད་པ་དང་། གསོལ་འདེབས། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་རྣམས་
བྱས་ལ་མཐུན་གྱི་སྒྲ་མ་རང་གི་སྦྱིང་གར་སྐྱབ་བྱངས་ཏེ་ཁིག་ཏུ་སྤྲ་བའི་སྐྱང་སེམས་
དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བཞུགས་པར་སོས།

དེ་ནས། རང་དང་ཆོག་ས་ཞིང་གི་སྦྱ་དང་ཞེས་པ་དོར་ཏེ་རང་དང་ཆོས་ཐམས་
ཅད་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་སོགས་ཆོ་ག་དཀྱུས་ལྟར་བྲ། དེ་
ལྟར་མ་བྱས་ན་ཉེར་བསྐྱའི་རྗེས་རྟོག་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་བྱས། དེ་རྗེས་སྒྲ་མའི་
རྣལ་འབྱོར་ལ། རང་གི་མཐུན་གྱི་ནམ་འཁའ་འཕམ་སྤྱི་བོར་སྒྲ་མཆོད་ལྟར་དཔག་
བསམ་གྱི་ཁིང་གི་ཅེ་མོར་སེལ་བརྒྱད་གྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲིའི་སྦྱང་དུ་སྒྲ་
ཆོག་ས་པད་ཉི་མའི་གདན་ལ་ངོ་བོ་རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་གྱི་རྣམ་
ཅན་ནམ། རྟོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པའམ། ཞལ་ཕྱག་ཡོངས་
རྟོགས་ཡུལ་བཅས་སམ་ཡབ་རྒྱུད་དང་། རྟེན་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རམ། ལྟ་
ཆོག་ས་ཡོངས་རྟོགས་སམ། ཡང་ན་རྟོ་རྗེ་འཆང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སམ། ཞལ་
གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ཡབ་ཡུམ་མམ། ཡབ་རྒྱུད་རྟོར་རྗེའི་འཛིན་པས་སྤྱགས་ཀར་འབྱུང་

རྒྱ་མཚན་པ། དར་གྱི་ན་བཟའ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྒྲ་ཆོགས་པས་སྦས་པ།
ཞབས་རྫོང་འེའི་སྦྱིལ་ཁྱུང་གིས་བཞུགས་པ། གནས་གསུམ་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་རྫོང་།
གསུམ་གྱི་རོ་པོ་དང་། ལྷོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་སྦྱབས་ལུལ་མ་ལུས་པ་སྦྱན་
བྲངས་ཏེ་ཐེམ་པས་ཁྲ་མ་ཀུན་འདུས་སུ་མོས། དེ་ལ་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་འདོན་ན་རྩ་
བརྒྱད་ཀྱི་ཁྲ་མ་རྣམས་སྦྱན་བྲངས་ཏེ་ཐེམ་པས་ཀུན་འདུས། ནས། ཆོས་སྤང་མ་ལུས་
པ་སྦྱན་བྲངས་ནས་ཐེམ་པས་ཆོས་སྦྱོར་ཀུན་འདུས་སུ་མོས།

དེས་ན་རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྣམས། །ཞེས་སོགས་
ལྟར་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ཁམས་སུ་མེད་པའི་རྩལ་སྟན་རེ་རེ་དེ་སྟེང་གི་སྦས་བཅས་
རྒྱལ་བའི་ཆོགས་བཞུགས་པ་རྣམས་རང་གི་ཁྲ་མའི་རྣམ་འབྲུལ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་
ཐུགས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་རོ་པོ་
ཉིད་སྦྱོང་བྱེད་མེད་དུ་མོས། ཁྲ་མ་དེར་མ་འདུས་པའི་སྦྱབས་གཞན་མེད་པར་ཐག་
བཅད་ལ། མཚན་ཅིམ་ཐོས་པས་འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་འཛིགས་པ་སྤྲ་རགས་
ལས་སྦྱོབས། གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིམ་གྱིས་མཆོག་སྦྱན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་ཐམས་
ཅད་བདེ་ལྷག་ཏུ་སྦོལ་བ་སོགས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འཇུག་པ་རྩ་འབྲེལ་ལྟར་
བྲན་ནས་མོས་བྱས་ཤུགས་དག་ཤེད་པ་ཁྲ་མའི་རྣམ་འབྱོར་གྱི་གཞི་ཡིན། དེ་ནས་
ཡན་ལག་བདུན་པ་ལམ་རིམ་ལྟར་རྒྱས་པར་སྤུལ། ཁྲ་མ་ཆོད་ལྟ་བུའི་ཆོག་རྒྱས་
བསྐྱས་ཅི་རིགས་ཀྱིས་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་པ་འབྲུལ་བ་རྫོགས་
རིམ་སྐྱབས་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། རྫོགས་རིམ་གྱི་རྫོགས་པ་དབང་བཞིའི་རྫོགས་པ་
ཡིན་པས་དབང་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་མཚན་པ་སྤུལ་ན་སྦྱིན་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་འབྲེལ་ཆེ་

བས་སོ། །མཐུལ་ཉེར་གསུམ་མ་གཅི་ཆེ། སོ་བདུན་མ་ལུལ་ཁྱད་བྱུང་།

དེ་ནས་དུས་གསུམ་སྐབས་གནས་ཀྱི་འོ་བོ་སྐྱེ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །བདག་གི་སྒྲོ་ཆོས་སུ་འགྲོ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།
ཆོས་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་× ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་× བྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་མཐའ་
དག་འགག་པར་× བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་×
ཁྱད་པར་དུ་ལུས་བདེ་བ། ཅ་འཇམ་པ། རྒྱུད་དལ་བ། དམིགས་པ་གསལ་བ། ལུས་ལ་
བདེ་བྱོད་འབར་བ་སོགས་བདེ་སྟོང་གི་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་
བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་གསོལ་འདེབས་གང་
མང་བྱ། ལམ་ལ་འཁྱལ་བ་ཞི་བ་དང་། འཁྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་སུ་འཆང་བའི་གསོལ་
འདེབས་བཀའ་བརྒྱད་གོང་མའི་གསུང་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་རྗེ་ཡབ་སྐུ་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱད་པར་
བ་ཡོད།

དེ་ནས་བདག་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་རྟོགས་པར་བསྐྱར་དུ་གསོལ།
ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྐྱེ་མའི་སྤྱི་བོའི་ཚིམ་ལས་འོད་དང་བདུད་ཅི་དཀར་པོ་
བྱུང་། རང་གི་སྤྱི་བོར་ཐེམ། ལུས་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྲིབ་དག །སྤྱིའི་བྱིན་རྒྱབས་ཁྱེད་ཀྱིས་
པའི་དབང་ཐོབ། ལམ་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས། འབྲས་བུ་སྐྱེ་རྗེ་
རྗེ་འམ་སྐུ་ལ་སྐྱེ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་བཞག། །དེ་བཞིན་དུ་མགྲིན་པའི་
ཞུམས་འོད་དང་བདུད་ཅི་དམར་པོ་བྱུང་བ་རང་གི་མགྲིན་པར་ཐེམ། དག་གི་སྤྲིག་
སྤྲིབ་དག །སྐྱེ་མའི་གསུང་གི་བྱིན་རྒྱབས་ཁྱེད་ཀྱིས་ གསང་དབང་ཐོབ། ཀྱུན་རྒྱུ་བ་སྐྱེ་
མའི་རྟོགས་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས། འབྲས་བུ་གསུང་རྗེ་རྗེ་ལོངས་སྐྱེ་

འབྲུག་ ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་བདུད་ཅི་སྟོན་པོ་བྱང་བ་སྟོང་གར་ཐེམ། ཡིད་ཀྱི་སྟེག་
སྟོབ་དག། ཐུགས་ཀྱི་བྱེན་རྒྱབས་ཞུགས། ཤེར་དབང་ཐོབ། རོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་
རྫོགས་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་། འབྲས་བྱ་ཐུགས་དོན་རྩི་ཆོས་སྐྱུ་འབྲུག་།

ཡང་གནས་གསུམ་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་ལས་འོད་དང་བདུད་ཅི་དཀར་དམར་
མ་ཐེང་གསུམ་བྱང་བ་རང་གི་གནས་གསུམ་དུ་ཅིག་ཅར་ཐེམ། སྟོགས་ཀྱི་སྟེག་
སྟོབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དག། །ཟླ་མའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱེན་རྒྱབས་
ཞུགས། ཆོག་དབང་ཐོབ། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་བྱང་འབྲུག་གི་རྫོགས་རིམ་
བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་། འབྲས་བྱ་བྱང་འབྲུག་དོན་རྩི་འཆང་གི་སྐྱུ་འབྲུག་པའི་རུས་པ་
བཞག་པར་བསམ་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་སྒྲངས། དབང་བསྐྱར་བྱེད་བུམ་ཆུ་
ཡིན་པས་བྱམ་དབང་ཞེས་བཏགས་པ་ལས་དོན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལྟེ་སྐྱུ་
གསུང་ཐུགས་དང་། སྟོགས་དབྱེར་མེད་ལྟེ་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མེད་འབྲུག་
པ་ལ་དབང་བར་བྱས་པ་སྐྱབས་འདིའི་དབང་དང་། སྟོགས་ཀྱི་བྱི་མ་ཞེས་པ་བག་
ཆགས་ལ་བྱེད།

དེ་ནས་།^༡ དཔལ་ལྷན་ཅ་བའི་ཟླ་མ་རིན་པོ་ཆེ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གསོལ་བ་
བཏབ་པས་མེད་ཁྱིམ་དང་གདན་བཅས་སྟོང་ལ་ཐེམ་པས་སྟོང་བསྐྱེད་དམར་པོ་འདབ་
བརྒྱད་དུ་གྱུར། ཉི་གདན་འོག་གི་ཁམས་དམར་པོ་དང་། ཟླ་གདན་སྟོང་གི་ཁམས་
དཀར་པོ་ལ་ཐེམ་པས་ཟླ་ཉིའི་གདན་དུ་གྱུར།

ཟླ་མ་རང་གི་ཅ་དབྱུ་མ་བརྒྱད་དེ་སྟོང་གའི་ཤིན་ཏུ་མ་བའི་རྒྱང་སེམས་ལ་
ཐེམ་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ཟླ་མ་དོན་རྩི་འཆང་སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་དོར་བྱིལ་འཛིན་

^༡ -།

བས་ལུམ་དོ་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་མ་ལ་འཁྱུད་པའི་སྐྱར་བཞེངས། ལྷིང་གི་བསྐྱ་
ཁ་བྱམ་པའི་ཅེ་མོར་དོ་རྩེ་ཅེ་ལུ་པའི་ཏོག་དང་། སྒྲགས་སྤེང་གིས་དཀྱི་བ་སོགས་
གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྲ། སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། །སོགས་སྒྲ་མས་
རྩེས་སྐུ་འཛིན་པའི་སྒྲོན་ལམ་གདབ། དེ་ལྟར་སྒྲ་མའི་སྐྱུ་མཐོང་བ། གསུང་ཐོས་པ།
སེམས་ལ་དག་སྐྱར་འཕེལ་བ་སོགས་རྩེས་སྐུ་འཛིན་པའི་ཏྲགས་ཁྱད་པར་ཅན་མ་
བྱུང་བར་དུ་བསྐྱོམས་ཏེ། ཀུན་མཁུན་སྒྲ་མའི་གསང་ནས་དུ། ཟུ་མིག་ལུང་དུ་རྒྱད་
རྒྱལ་འདུས་པའི་ལམ། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་རིམ་ལྡེའི་བྲིད་ཀྱི་སྒྲོན་འགྲོའི་སྒྲ་མའི་ནལ་
འབྱོར་གྱི་ཏྲགས་བྱར་ཅམ་གཅིག་ཞལ་བཞེས་གནང་བ་རེད།

ད་ལྟ་གདུལ་བྲ་ནམས་སྒྲོའི་མཐུ་གྱི། ཉམས་ལེན་ལ་སྤྱིང་རུས་ཞན་ཀྱང་སྒྲ་མ་
ནམས་སྒྲགས་བཅེ་བས་བྲིད་རྒྱས་པ་གནང་བ་ལས་གདུལ་བྲ་མཆོག་མི་ལ་ལྟ་བུ་ལ་
བྲིད་ཀྱང་ཆོག་རིས་ཅམ་དང་མགོ་སྒྲོས་ཅམ་ཞལ་ལ་སྒྲངས་བས་བྲིད་ཀྱི་གོ་ཆོད་པ་
སྒྲ་མས་གསུངས།

དགོ་ལུགས་བས་བྲིད་ཆེན་བཞེ་ཁས་མི་ལེན་བ་མིན་ཀྱང་གྲགས་རྒྱུང་བ་
ལམ་རིམ་གྱིས་སྐྱན་མོང་ལམ་སྐྱུངས་ལ་རྩལ་དུ་བཏོན་པའི་ཞར་བྱུང་དུ་སོང་ནས་
དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ཏེ་སྐྱབ་མ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཁོང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ནས་
གསུངས། རང་གིས་བག་ཆགས་འཛོག་ཆེད་དམིགས་བྲིད་རེ་རེ་བསྐྱར་ཆོག་ཀྱང་
ཚྭགས་རེར་མ་སོང་བར་ལམ་ཡོངས་རྩོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཆོང་བར་བྱེད། གཞན་
ཚྭགས་ལ་བྲིད་བཞེ་དར་སོ་ཆེ། སྐྱབས་མགོན་དོ་རྩེ་འཆང་ནས་གསེར་ཁང་གི་
བྲམས་སྐུ་བཞེངས་སྐབས་སོ་སོས་འབྲེལ་འཛོག་ཆེད་ཞལ་འདེབས་བསྐྱུ་མཁན་

འགའ་བཏང་། དེད་ཀྱང་མཆོ་སྟོན་སྟོན་ཅིག་ལ་སོང་བས་ཁམས་ནས་བྲག་དཀར་
སྟོས་རྫོང་ལ་མཆམས་སུ་སྟོན་མཁན་ར་ཆ་ཆོས་རྗེ་ཟེར་བ་ཅིག་དང་གཏམ་བྱས་
པར། ད་དེང་སང་དེ་འདྲ་མེད། སྤར་མཆོ་སྟོན་ལ་སྟོན་སྐབས་ཁྱིམ་ཆེན་བཞི་བསྐྱེད་ས་
པས་བྲག་ཆེན་གྱི་རྫོགས་པ་ཞིག་ད་ལྟ་རང་ལ་ཨེ་མི་སྐྱེ་བསམ་བསམ་ཞིག་བྱུང་།
ཟེར་བས་ཉ་ཅང་འབད་ཆོད་རེད། བྱང་བ་རྒྱལ་ཆབ་པའི་གསུང་སྟོས་ལྟར་ལས་ཐུན་
མོང་བ་དང་བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྟོང་བ་ཞིག་ཐོན་ན་རྫོགས་རིམ་དངོས་ལ་སྐྱེ་བ་ནས་
འབད་ན་ལོ་ཁ་ཤས་ལས་མི་འགྲང་བ་ཡིན་འདྲུག། རང་རེ་ཁང་པའི་རྒྱ་སྟོ་ལ་མ་བྲིན་
པར་བྲུག་གི་མཛོད་ཀྱི་གཏམ་སྟེང་བ་ལྟ་བུ་ལས་མེད་ཀྱང་བཤད་རྒྱ་དང་ཉན་རྒྱ་ཅས་
ཡོང་བའང་ངོ་མཆར་བས་དེ་ཆོའི་བསྐྱེད་རའི་ཆོད་མིན་པར་འདྲུག་གསུངས།

༼རྫོགས་རིམ་དངོས་བཤད་པ།༽

རྫོགས་རིམ་དངོས་ལ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་། གནད་བཞི་
སོགས་ཡིག་ཆ་རྣམས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་ལ། འདུས་པར་དག་དབེན། སེམས་དབེན།
སྦྱ་འོད། ཟུང་འཇུག་དང་ལྟོ་ལུས་དབེན་ཟུང་དུ་བཅེས་ནས་རིམ་བུ་གསུངས་
པ་དེ་རགས་པར་བྱས་ན་བསྐྱེད་རིམ་ཆོགས་ལམ། རྫོགས་རིམ་གྱི་ལུས་དབེན་
སྟོར་ལས་རྫོད། དག་དབེན་ཅེ་མོ། སེམས་དབེན་བཟོད་པ། མ་དག་པའི་སྦྱ་ལུས་
ཆོས་མཆོག་། རིམ་པ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཐོང་ལམ། དག་པའི་སྦྱ་ལུས་
དང་། སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་སྟོམ་ལམ། མི་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་མི་སྟོབ་ལས་དང་།

འཛིགས་བྱེད་ལ་སྤགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། དམ་ཆོག་གི་རྣལ་འབྱོར། དབྱིབས་
ཀྱི་རྣལ་འབྱོར། རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཞི།

སྐྱགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སྐྱགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལུས་དབེན་གྱི་དོད་
ཐུབ། སྐྱགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་དག་དབེན་གྱི་དོད་ཐུབ། དམ་ཆོག་གི་རྣལ་
འབྱོར་མེམས་དབེན། དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དག་མ་དག་གི་སྦྱ་ལུས། རྣམ་དག་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མཐོང་སྒོམ་དང་མཐར་ཐུག་གི་འོད་གསལ་ཏེ་རྣལ་འབྱོར་སྤེམ་
གཉིས་ལ་ཆོས་མཆོག་ཡན་ཆད་བསྐྱས་ཆོག །

འཛིགས་བྱེད་ལ་བདེ་གསང་གི་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ཟབ་གནད་ཆང་ཚུལ་རེད་
འདའ་བའི་བྲིས་ལན་ལྟར་ལ། བདེ་གསང་གི་རིམ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་རྣམས་འདིར་
ཁ་བསྐྱང་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བར་ཉམས་
སུ་ལེན་ཚུལ་གཅིག་ཡིན། འཛིགས་བྱེད་ཞལ་བྲག་ཡོངས་ཇོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ལ་
གནས་ནས་བསྒོམ་ཆོག་གསུངས་ཀྱང་ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་ལུས་བཅས་བྲས་ན་
དོག་བདེ།

རྒྱང་རོ་དགུ་སྟག་བྱེད་ན་ལུས་རྣམ་སྒྲུང་གི་ཆོས་བདུན་ལྟན་དུ་འཁོད་ལ། རང་
འཛིགས་བྱེད་མ་ཉེའི་གདོང་ཅན་ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་ལུས་བཅས་དྲངས་གསལ་
འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་”དབུས་”¹དྲང་པོར་ཅ་དབུ་མ་སྤྱི་སྡོལ་ནང་དམར་བ་
སྒོམ་སྤྱོད་མོག་གི་ཆད་ཅམ། དེའི་གཡས་སུ་རོ་མ་དམར་པོ། གཡོན་དུ་རྒྱང་མ་
དཀར་པོ། ཅ་གསུམ་ཀ་ཡར་ཆངས་བྲག་བར་དུ་སོང་། དེ་ནས་མར་བྲག་སྟེ་དབུ་
མའི་ཡར་སྟེ་སྟེ་བྲག་གི་འཛོམ་མདོ་དང་། རོ་རྒྱང་གི་ཡར་སྟེ་སྟེ་བྲག་ལ་བྲག་ཁར་སྟེ་
སྤྱིར་རྟགས་ཀྱི་ཅེ་བར་འབྱོལ་འདིར་དགོས་དབང་གིས་སྟེ་འོག་སོར་བཞི་ཅམ་དུ་
དབུ་མ་དང་། རོ་རྒྱང་གཉིས་དེ་ལས་རྒྱང་ཟད་ལྟག་པ་བསམ། རྒྱང་ཐོག་མར་གཡས་

དང་གཡོན་ནས་རྩལ་ས་པའི་ཕྱག་ལེན་གཉིས་འདུག་ཀྱང་ཁྱད་པར་མེད་པས་གཡོན་
ནས་ཐོག་མར་རྩལ་ས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱུ་མའི་མར་སྟེ་རོ་མར་བཅུག་།སྣ་ཕྱག་
གཡས་བཀག་ལ་གཡོན་ནས་རྒྱུ་རྩལ་ས་པ་རྒྱུ་མའི་ནང་བརྒྱད་དེ་སོང་བས་རྒྱུ་
མ་རྒྱུ་གིས་གང་བ་ལ་དམིགས་པ་གཏད་ནས་རྩུ་མ་བཟང་བཟང་།

དེ་ནས་རྒྱུ་རོ་མར་སིར་གྱིས་བྱས་པས་དེར་ཞུགས། སྣ་ཕྱག་གཡས་ནས་
རྒྱུ་བྱ་ཏུ་ཕྱད་པས་རོ་མའི་ནང་གི་ནག་ཁྲག་རྒྱ་སེར་ནད་ཆང་ཆིང་སོགས་སྟོན་
གང་ཡོད་ཕྱིར་ཐོན་པར་བསམ་པ་ལན་གསུམ་བྱ།

དེ་རྗེས་རོ་མའི་མར་སྟེ་རྒྱུ་མར་བཅུག་ལ་སྣ་ཕྱག་གཡས་ནས་རྒྱུ་རྩལ་ས་
པས་རོ་མ་རྒྱུ་གིས་གང་བ་ལ་དམིགས་པ་གཏད། རྒྱུ་མར་སིར་གྱིས་བྱས་སྣ་ཕྱག་
གཡོན་ནས་ཕྱད་དེ་རྒྱུ་མའི་སྟོན་རྒྱུ་མ་པ་ལན་གསུམ་བྱ།

དེ་ནས་རོ་རྒྱུ་གཉིས་ཀའི་མར་སྟེ་དབུ་མར་བཅུག་པ་ཡི་གེ་ཆའི་སྟངས་ལྟ་
བྱང་བསམ་ལ་སྣ་ཕྱག་གཉིས་ཀ་ནས་རྩལ་ས་ཏེ་རོ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས་གང་བ་ལ་
དམིགས་པ་གཏད། དབུ་མའི་ནང་དུ་སིར་གྱིས་བྱས་ལ་སྣ་ཕྱག་གཉིས་ཀ་ནས་ཕྱིར་
བྱ་ཏུ་ཕྱད་དེ་དབུ་མའི་སྟོན་རྒྱུ་མ་པ་ལན་གསུམ་བྱ། དེ་ཡང་སྣ་ཕྱག་གཉིས་ཀ་
ནས་རྩལ་ས་ཏེ་གཉིས་ཀ་ནས་ཕྱིར་ཕྱད་ཀྱང་དོན་ལ་རོ་རྒྱུ་ནས་རྩལ་ས་ཏེ་དབུ་མ་
ནས་ཐོན་པར་བསམ་དགོས་གསུངས།

༼ ཅ་འཁོར་གསལ་འདེབས་པ། ༽

དེ་ནས་ཅ་འཁོར་གསལ་འདེབས་པ་ནི། འདིར་འདུས་པ་ལྟར་ཅ་འཁོར་བྱུག་
གསལ་བཏབ་ནའང་མི་ཚོག་པ་མེད་ཀྱང་རེ་ཞིག་བཞི་གསལ་བཏབ་པས་འཇུས། དེ་

ལ་སྟོག་ཅིང་ནང་ངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ཀྱི་གཞུང་ཤིང་གི་ཚུལ་དུ་རྩ་རྩོུང་དབུ་
གསུམ་ཡར་སྐྱ་སྒྱུ་བོ་དང་། མར་སྐྱ་གསང་གནས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་བུ་ག་དང་ཁད་ཆད་དུ་
གནས་པ། དྲང་གི་རུས་བསུམ་ཐག་གི་ཐད་སྒྲིང་དབུས་མ་ཞོར་བ་ཡིན་ལ། སྐལ་
ཆེ་ག་ནང་ལ་ཅུང་ཐད་འབྱར་ནས་ཡོད་པས་རྒྱབ་ལ་ཉེ་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལས་དོན་
ལུས་ཀྱི་དབུས་དྲང་མོར་གསལ་འདེབས་བ་ཡིན།

གཞི་ལ་རྩོུང་གིས་དབུ་མ་ལ་སྒྲིང་གའི་ཐད་ཀྱི་སྒྲིང་འོག་ཏུ་རྩ་མདུད་
གསུམ་རེ་ཡོད་པས་འགྲོལ་དཀའ་ལ། རྩ་འཁོར་གཞན་ཀྱི་ཐད་དུ་མདུད་བ་རེ་རེ་
ལས་མེད་པས་སྐྱ་མ་ལས་འགྲོལ་སྐྱ་བ་རེད། མདུད་ཚུལ་ཡང་རྩོུང་གཉིས་ཀྱིས་
དབུ་མ་ལ་དཀྱིས་མཆོམས་ནས་ཁྲག་མདུད་དུ་སོང་ནས་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པ་དེས་
དབུ་མར་རྒྱུད་རྒྱུ་བ་བཀག་སྟེ་དབུ་མ་ཞར་བའམ་ཁ་འབྱར་ནས་ཡོད་ལ། རྩོུང་
རྒྱུད་གིས་གང་ནས་གནས་བ་ལས་རྒྱུད་ཡིན་པས་དེས་ཆགས་སྤང་མོངས་གསུམ་
སོགས་ཀྱན་རྟོག་སྐྱ་ཆོགས་བསྐྱེད་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཡིན་ལ། རྩོུང་གི་
རྒྱུད་སྐྱད་པའི་ཐབས་ལུས་ཀྱི་གནད་གང་ཆེ་སར་དམིགས་བ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པས་
རྒྱུད་དབུ་མར་ཁྲགས་ནས་གནས། དེར་ཐིམ་བ་སྟེ་འགག་ནས་མེད་སོང་བ་ན་ཀྱན་
རྟོག་བཞོན་པའི་རྒྱུད་མེད་པར་གནས་མི་བྱས་པས་བཅོན་ཐབས་སུ་འགག་པར་བྱས་
པས་མདོ་སྐགས་གཉིས་ལ་རྒྱུར་བུལ་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་མཆོན་ཡང་འདི་ལ་ཐུག།

རྒྱུ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་དོན་ཀྱི་འོད་གསལ་ཀྱིས་ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱན་བཏགས་དང་
ལྷན་སྒྲིམ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སྤོང་བྱས་བ་ཡིན། གསལ་འདེབས་པའི་ཆེ་རྩོུང་
གཉིས་ཞར་ནས་དབུ་མ་རྒྱུད་གིས་གང་ནས་ཡོད་པ། དེའང་རྒྱུ་ཤིང་གི་མེ་རྟོག་ལྟར་

སྟོ་བ།^༡ ཉེལ་མར་གྱི་མར་མེ་ལྟར་གསལ། བསྐྱེའི་འདབ་མ་ལྟར་མཉེན་བ་སྟེ་བྱང་
པར་གསུམ་ལྟན་དུ་བྱ།

འདི་ལ་གྲུང་ཐང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ནས། རོ་མ་དམར་ཞལ། རྒྱང་མ་དཀར་
ཞར་ཞེས་མིང་འདོགས་ཚུན་ཆད་ཀྱི་སྟེང་ནས་རྒྱང་དབུ་མར་སྤྱད་དགོས་པའི་བར་
སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། རང་རེ་ཆོ་ལ་སུ་ཞར་ཡོད་རང་རང་གི་སེམས་ན་ཡོད་པ་དེ་རེད་
ཅེས་ཀྱང་རེའི་ཚུལ་དུ་གསུངས་པ་དོན་གནས་ཡིན། གང་ན་ཅ་མཐུད་ཡོད་པ་དེར་ཅ་
འཁོར་རེ་ཡོད་པས་བསྟོམ་པའི་སྐབས་ཅ་མཐུད་ཀྱིས་ནས་དབུ་མ་དང་དེ་ལས་གྲུས་
པའི་ཅ་འཁོར་རྣམས་བྱ་ག་ཏེ་ཡོད་པ། རོ་རྒྱང་གི་ཐད་ཀའི་ཅ་འདབ་རྣམས་གྲུས་
རོ་རྒྱང་ཐལ་བྱང་དུ་བྱག་སྟེ་ཅ་འདབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་དབུ་མ་ལ་བྱག་པ།

གྲུས་ཚུལ་སྟེང་གའི་བྱང་གི་རུས་པ་སུམ་ཐག་གི་ཐད་ཀྱི་དབུ་མ་ལས་ཅ་
འདབ་བཞི། དེ་ལས་གཉིས་རེ་གྲུས་པས་སྟེང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་བརྒྱད་
པ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ལྟེ་བ་རྒྱུ་པོར་གནས་པ། མགྱིན་པའི་ཨོལ་མཐུད་ཀྱི་ཐད་དུ་
དབུ་མ་ལས་ཅ་འདབ་བཞི། དེ་རེ་རེ་ལས་གཉིས་གཉིས་གྲུས་པས་བརྒྱད། དེ་རེ་རེ་
ལས་གཉིས་གཉིས་གྲུས་པས་མགྱིན་པ་ལོངས་སྟོན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་བཅུ་དྲུག་
པ་ཁ་དོག་དམར་པོ་ལྟེ་བ་རྒྱུ་པོ་ཅན། སྤྱི་པོའི་སྟོན་མཆོམས་ཀྱི་ཐད་ལྷན་རྒྱའི་སྟེང་
ཅམ་དུ་དབུ་མ་ལས་ཅ་འདབ་བཞི། དེ་རེ་རེ་ལས་གཉིས་རེ་གྲུས་པས་བརྒྱད། དེ་རེ་
རེ་ལས་གཉིས་རེ་གྲུས་པས་བཅུ་དྲུག། དེ་རེ་རེ་ལས་གཉིས་རེ་གྲུས་པས་སྤྱི་པོ་བདེ་
ཆེན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅ་འདབ་སོ་གཉིས་ཁ་དོག་སྐྱ་ཆོགས་པའི་ལྟེ་བའི་དབྱིབས་ལྷ་
གསུམ་པ། ལྟེ་བའི་བྱ་གའི་ཐད་ཀྱི་དབུ་མ་ལས་ཅ་འདབ་བཞི། དེ་ལས་བརྒྱད། དེ་

^༡ ག

ལས་བཅུ་དྲུག །དེ་ལས་གཉིས་གྲེས་བས་མོ་གཉིས། དེ་ལས་གཉིས་རེ་གྲེས་བས་
ཉེ་བ་སྤྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་རེ་བཞི་པན་ཚུན་བསྟོལ་མ་ལྟར་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ་ཁ་
དོག་དམར་པོ་ཉེ་བ་བྱ་གསུམ་པ། འདུས་པ་དང་དུས་འཁོར་ནས་གསུངས་ཚུལ་ཡང་
ཅུང་ཟད་མི་འདྲ། གང་ལྟར་སྟོང་མགིན་སྟེ་བོ་ཉེ་བ་ཞེས་གོ་རིམ་འདི་ལྟར་གསུང་
བཤད་ལ་གནང་བ་རིམ་བས་ཉིས་འབྱུང་དུ་སོང་བས་འཆར་བདེ།

སྟེ་བོ་དང་སྟོང་གའི་རྩ་འདབ་གདུགས་ཁ་སྤྱབས་པ་ལྟ་བུ་དང་། མགིན་པ་
དང་ཉེ་བའི་རྩ་འདབ་གདུགས་ཁ་གྲེན་དུ་བསྐང་བ་ལྟར་ཨེ་མི་ཁ་སྟོར་དང་ཐབས་
ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྲ། རྩ་མདུད་ཆགས་ཚུལ་ཕྱག་ཁྲིད་གནང་ཞིང་། སྟོང་གར་རོ་རྒྱང་
གིས་རེས་མོས་མིན་ལ། རོ་རྒྱང་གིས་མདུད་པ་མིན་ཟེར་བ། དེ་ལའང་དབྲེ་བར་
དཀའ་བ་ཡི། །དུས་སྤྱི་མདུད་པ་གསུམ་གྱིས་དགིས། །ཞེས་པ་དང་མི་མཐུན་
གསུངས། རྩོགས་རིམ་དངོས་ལ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལས།

། གནས་གསུམ་རྩ་ལས་སྤངས་པ། །

དང་པོ་སྤྱགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ། སྤྱགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལྟེ་བར་གནང་
དུ་བསྟུན་ཚུལ་དང་། སྤྱགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་གཉིས།

དང་པོ་ལ་ཐོག་མར་རྩ་ལས་སྤངས་པ་ནི། རང་འཇིགས་བྱེད་དུ་གསལ་བའི་
སྟོང་གར་གཞི་ལ་ཐོག་ལེ་དཀར་པོ་སྟོང་དང་དམར་པོ་འོག་དུ་གནས་པའི་དུས་སྤྱི་
རྒྱང་སེམས་དབྱེར་མེད་མི་ཤིགས་པའི་ཐོག་ལེ་ཡོད་པ་དེ་འོད་ཀྱི་ཐོག་ལེ་དཀར་ལ་
དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་རྒྱ་སྟན་ནམ་ནས་འབྱུ་མིལ་མོར་བཏང་བའི་ཆད་ཅམ་
དུ་འབྲིལ་ནས་དབྱུ་མའི་ཡར་སྟེར་གནས་ནས་རང་ལུས་སྟོ་སྤྱང་གསལ་བ་ལ་བལྟས་

བ་ན་རྒྱ་ཆ་ལུགས་མཆན་དཔེ་ཞལ་བྱག་སོགས་གསལ་བར་མཐོང་སྤང་བསྐྱེད།

དེ་ནས་སྤྱི་པོའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབྱས་སྤྱ་འདིལ་ཏེ་རྩ་འདབ་དང་། དབྱ་མའི་
ཡར་སྤེ་དང་། མར་མགྱིན་པའི་རྩ་འཁོར་བར་གྱི་རྩ་དང་ལུས་གྱི་ཆགས་ཚུལ་འཆར་
དུ་བཅུག །ལེགས་པར་ཤར་བ་ན་སྤྱི་པོའི་ཤར་གྱི་རྩ་འདབ་སྤྱང་བར་བྱའོ་སྤྲུལ་པའི་
འཕེན་བ་དང་ལྡན་པས་རྩའི་རྩེ་མོའི་བར་དུ་སྤི་ལི་ལི་པར་སོང་། རྩའི་ཆགས་ལུགས་
བལྟས། སྤི་ལི་ལི་རྩར་དབྱས་སྤྱ་འོང་བས་རྩ་ཆད་བ་མཐུད། གྲུལ་པ་ཐང་བཅད།
རེངས་ཤིང་གྲོང་བ་མཉེན་པར་བྱས། རྣག་ཁྲག་རྩ་མེར་སོགས་གྱིས་འགག་བ་
བསལ་ཏེ་རྩའི་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་སྤྱངས་པར་བསམ། དེ་ལྟར་སྤྱི་པོའི་རྩ་འདབ་རྣམས་
ལའང་རིམ་པར་སྤྱངས་ཏེ་རྩ་འདབ་ཐམས་ཅད་བྱ་ག་ཏེ་ཡོད་བ་དབྱས་ནས་སྤྱ་
ཞེས་བཏབ་ན་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས་ནས་བྱ་ཞེས་པའི་སྤྱ་འབྱུང་བའི་ཆོད་དུ་སྤྱངས།

དེ་ནས་མགྱིན་པའི་རྩ་འདབ་སྤྱང་བར་བྱའོ་སྤྲུལ་པའི་འཕེན་བ་དང་ལྡན་པས་
དེའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབྱས་སྤྱ་འདིལ། སྤྱིང་གའི་བར་གྱི་རྩ་དང་ལུས་གྱི་ཆགས་ཚུལ་
བལྟས་ནས་རྩ་འདབ་སྤར་ལྟར་སྤྱངས། སྤྱིང་ག་དང་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་
སྤྱོད་བ་རྩའི་རྣམ་པ་ལ་བསལ་སྤང་འདོན་བ་དང་། རྩར་སེམས་འཇུག་བ་གཅིག་བ་
འཆར་ཐབས་ཡིན། རྩའི་གསལ་སྤང་སྤྱབ་པ་འདི་རྩོགས་རིམ་ལ་ཆིག་བྲིལ་བྱེད་ན་རྩ་
བ་ལ་སོགས་པའི་བར་དུ་སྤྱངས་ན་རྩོགས་རིམ་བསྐྱོམ་པའི་གཞིར་གལ་ཆེ་བས་
སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་འགས་ཀྱང་ཞག་ཁ་ཤས་རེ་བསྐྱོམ་བ་གནང་སྟེ། དེ་ལྟར་ཉམས་འོག་
རྩད་པའི་བར་དུ་སྤྱོད་བ་ནི།

རྩེ་མི་ལས། རྩ་རྩྱང་བྲ་མིག་གི་འཁོར་ལོ་ཡོད། །ཅེས་པའི་གདམས་བ་དེ་ཡིན་

བར་དཔོན་སློབ་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས། རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐོར་འདི་མི་ལའི་
མགྱར་འབྱམ་ལ་སྦྱར་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད། ད་ལྟ་རང་རེ་ལ་རྟོགས་ལྡན་འཇམ་དབལ་རྒྱ་
མཆོ་སོགས་སྤང་དང་དབེན་སའི་མཁས་བྱུང་གོང་མ་ལྟར་གྱི་སྦྱབ་ཚུགས་ཉམས་
བས་ཁྲིད་གྱི་རིགས་ཀྱང་རྟ་ཐོག་མདུང་བཟུང་གིས་དཀྲུག་གཅིག་ལ་ཆར་ཕྱད་བཏང་
ནས་རྒྱན་མ་ཉམས་བར་བསྐྱངས་པ་རེད། ཁྲིད་གཏོང་ཚུལ་དངོས་མཁས་བྱུང་རིན་
པོ་ཆེའི་ནམ་ཐར་དུ། ཉིན་མོ་རྒྱད་ཕྱེད་བཤད་པ་དང་། མཆན་མོ་ཁྲིད་གནང་བར་
གསུངས་པ་ལྟར་ཉིན་རྒྱད་དང་འབྲེལ་བའི་བཤད་པ་རྒྱ་བོད་སོ་སོའི་ལུགས་འཐད་
མི་འཐད་གྱི་དགག་བཞག་དང་བཅས་མཐའ་བཅད་ནས་རྒྱས་པར་གསུངས།

མཆན་རིམ་གཉིས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་དམིགས་སྐོར་གོགས་སེལ་
བོགས་འདོན་དང་བཅས་ཉམས་སྲོང་དང་སྦྱར་ནས་སྦྱལ་ཅིང་། གནང་ཚུལ་ཡང་
དཀར་ཆག་ཐོད་ཡིག་རྒྱད་ལྟར་ལ། གླ་མའི་ནམ་འབྲོར་ལྟ་བུའི་ཁྲིད་གནང་བ་ཉམས་
འོག་ཏུ་རྒྱད་གྱི་བར་ཆོས་མཆམས་བྱས་ནས་སྐྱོང་བ་ལ་སྐྱོང་ཞག་འཛོག་པ་ཟེར།
ཉམས་ཁྲིད་འཕོག་ལུགས་དངོས་དེ་འདྲ་ཡིན་བས་ཁྲིད་ག་དབང་མཆོག་ལྡན་བས་
རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོ་དང་ལྷང་སྦྱ་རོལ་བའི་རྟོ་རྩེར་དཀར་ཆག་ཐོད་ཡིག་
རྒྱད་གི་བབས་དང་བསྐྱུན་ནས་གནང་ཚུལ་ནམ་ཐར་དང་གསལ་ན་ཡིག་ཏུ་གསལ།
བྱུང་མཐའ་གཞན་ལ་ད་དུང་ཡང་སྦྱབ་ཚུགས་དང་ཁྲིད་སྐྱོང་ལུགས་ཀྱི་བྱག་ལེན་
ཅམ་སྐྱོང་མཁན་མང་བ་རེད། རྒྱང་དང་གཏུམ་མོ་ལ་བཟུང་བོག་ཆེ་ཡང་། བྱང་རྒྱབ་
གྱི་སེམས་དང་ལྟ་བ་འབྲེལ་མེད་རྟེན། ལྟ་གསུམ་ལམ་འབྲེར་ཆར་བའི་བསྐྱེད་རིམ་
བྱུང་ནས་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་མ་ཁོར་བ་ལ་རྒྱང་ཞུགས་གནས་ཐེམ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ།

རོ་རྒྱུད་གི་ནང་དུ་བྱམ་པ་ཅན་ཅི་ཙམ་བཟུང་ཡང་ལས་རྒྱུད་ཡིན་པས་འབྲི་བས་རྒྱུད་
ཐུན་གཅིག་གིས་དབྱུན་འདས་པ་དང་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་བྱམས་པ་རིན་པོ་
ཆེར་ཁམས་ངོས་ཀྱི་བྱུང་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུད་གི་རྟོགས་པ་ལུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་།
ཁྱི་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དང་སྒྲ་མ་ངག་དབང་རབ་བརྟན་གཉིས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཞིག་
ལ་རྒྱུད་འཛིན་ལུགས་བསྟུན་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྗེ་ཉིད་རྣམ་པའི་དབལ་འབྱོར་རབ་
བརྟན་དུ་བཞུགས་སྐབས་བྱུང་པ་ཞིག་དང་གཏམ་བྱས་པར་རྟོ་བྲག་གོ་བོ་ལུང་དུ་
རྒྱུད་བྱམ་ཅན་བཟུང་བས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་སོགས་ཀྱི་ཞལ་གཟིགས་མང་པོ་བྱུང་
ཚུལ་གྱི་གཏམ་སྒྲིང་ཚུལ་སོགས་བྱངས་ནས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་ལམ་སྟོལ་
འདིའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ཐུན་མོང་ལམ་གྱི་སྤངས་གཞི་ཟེན་པ་ཞིག་གི་སྟེང་ནས་
གཞུང་ཆེན་མོ་དང་མཐུན་པའི་མདོ་སྒྲགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཉམས་སྲོང་ཆོད་ལྷན་
བྱུང་ན་རབ། མིན་ཀྱང་ཉི་མ་རེ་དང་ཐུན་རེ་བཞིན་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བག་
ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱ་ས་ནས་ཆོད་ཆེ། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་དུག་གསུམ་སོགས་
སྟོན་སྒྲུང་ཡོད་འགྲིག། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་གསུམ་སོགས་ཡོན་ཏན་སྒྲུང་མེད་འཕེལ་བ་
དགོས་ཀྱི། ཕྱི་རོལ་བ་དང་ཡང་ཐུན་མོང་གི་མདོན་ཤེས་དང་རྩ་འཁྱུལ་སོགས་ཅ་
རྒྱུད་གི་རྟེན་འབྲེལ་ཙམ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་གསུངས།

། རྒྲགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣམ་འབྱོར་བཤད་པ། །

༥ རྒྲགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣམ་འབྱོར་ལ། ཐོག་མའི་དམིགས་པ་གནད་དུ་བསྐྱུན་ས་
མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་རྫོགས་རིམ་ལ་འབྲིད་ལུགས་སྒྲ་ཆོགས་བྱུང་ཡང་། དེ་
ཐམས་ཅད་མཐར་རྒྱུད་དུ་མར་སྐྱད་པའི་ཐབས་སུ་གཞོལ་བ་ཤིས་ཀྱི་ཡིན་པས་

མིང་འདོགས་ཚུལ་ཅམ་རེ་མ་གཏོགས་ཉམས་ལེན་གྱི་ལུས་མི་འབྲ་བ་གཞན་ཡོད་པ་
མིན། དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཡན་ཆད་ལ་དམིགས་པ་གནད་དུ་བསྐྱེད་ཚུལ་མི་འབྲ་བ་
ཆེར་མེད་པས་སྡོན་གྱི་ཁིད་ཡིག་རྣམས་སྤངས་མ་བཤད་པ་མང་། རྒྱུད་པས་དེ་ལ་
ལག་རྩེས་ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས། འདིར་ཐོག་མར་ལྟེ་བར་གནད་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་
པས་ལྟེར་བ་སྤྱལ་བའི་འཁོར་ལོའི་དབུས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིའི་ནང་དུ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་
ཡུངས་འབྲུའམ་སྤན་མ་བྱེད་གཤག་ཅམ་གྱི་སྤྲེང་དུ་རྩ་ལམ་སྦྱོར་བའི་སྐབས་ཀྱི་རང་
སེམས་ཐིག་ལེར་གསལ་བ་དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་རྩོ་
རྩེ་འཛིགས་བྱེད་མ་ཉིའི་གདོང་ཅན་སྐྱ་མདོག་སྟོག་འཛིན་གྱི་རྒྱང་དང་མཐུན་པར་
དཀར་པོ་ཞལ་བྲག་གཅིག་གཉིས་གྱི་ཐོད་འཛིན་པས་ཡུམ་རོ་ལངས་མ་དཀར་མོ་གྱི་
ཐོད་འཛིན་པ་ལ་འབྱུང་བ་ཤིན་ཏུ་སྤ་བ་ནས་འབྲུའམ་ཡུངས་འབྲུ་ལྟ་བུ་ལ་རང་
སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱོམ།

དེ་ལ་གསལ་སྤང་ཅུང་ཟད་ཐོན་པ་ན་ཡབ་ཡུམ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་སྦྱོར་
མཆོམས་ནས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་གྱི་འོད་ཟེར་དམར་པོ་འཕྲོས་པ་སྟོན་
བཅུད་ཐམས་ཅད་ལ་པོག་པས་སྟོན་ཐམས་ཅད་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་བཅུད་ཐམས་
ཅད་རྩོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་གྱི་སྐྱར་གྱུར། སྟོན་འོད་དུ་ཁྱེ་བ་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་རྩོ་རྩེ་
འཛིགས་བྱེད་དུ་གསལ་བ་ལ་ཐིམ། དེ་རང་ཡབ་ཡུམ་ལ་ཐིམ། ཡུམ་ཡབ་ལ་ཐིམ། དེ་
ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་ལ་ཐིམ། དེ་ཉིང་རེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་རྩྱུ་ལ་ཐིམ།
དེ་ཞབས་ཀྱ་ནས་རྒྱ་དའི་བར་བསྐྱུས་ལ་དབང་པོ་དམན་པ་དམིགས་ཏེན་མེད་པར་
དམིགས་པ་འཆར་མི་རུས་པས་རྒྱ་ད་སྤ་བ་ལ་སེམས་བཟུང་། རབ་གྱིས་དེ་ཡང་མི་

དམིགས་པར་བསམ་ནས་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་མ་ནོར་བའི་ཐད་དེར་བདེ་སྤྱང་གི་ཡེ་
ཤེས་ལ་རྩེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག །

དེ་ལྟར་རིམ་འཛིན་དང་རྗེས་གཞིག་གི་སྤྱད་རིམ་གང་རུང་ལས་རྗེས་གཞིག་
ཁྱབ་ཆེ། བསྐྱེད་རིམ་དུས་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱུ་བ་ཐེན་པས་འདིར་བྱིང་གོད་འགོག་
བ་སོགས་གྱི་རྩོམ་བ་མི་དགོས་ཀྱང་ལས་དང་པོ་བས་བག་ཆགས་འདོག་ཆེད་ཤར་
སྒྲོམ་ཅམ་བྲ། དེ་ལྟར་ལོ་ལྔའི་བར་དུ་བསྒྲོམ་པས་རྒྱང་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་
གནད་གྱིས་སེམས་གང་དུ་གནས་པ་དེར་བཞོན་པའི་རྒྱང་ཡང་འཇུག་པ་ཆོས་ཉིད་
ཡིན་པས་རྒྱང་དབུ་མར་ཞུགས་པའི་རྟགས་སྣ་བྱག་གཉིས་ནས་རྒྱང་མཉམ་རྒྱ་ཤེད་
མཚུངས་ངེས་ཅན་དུ་ཐེངས་པ་འབྱུང་།

གནས་པའི་རྟགས་སྣ་སྣ་བྱག་གི་རྒྱ་བ་ཆད། དེ་བྱིང་བ་བསགས་པ་ལ་ཡང་
འབྱུང་བས་ལྟོ་བ་མི་འགྲུལ་བ་དགོས། ཐེམ་པའི་རྟགས་ལ་སྤྲིག་རྒྱ་སོགས་རྟགས་
བརྒྱད། ས་སོགས་རྟགས་ཅན་བརྒྱད་དེ། ས་རྒྱ་ལ་ཐེམ་པས་སྤྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་
འབྱུང་། ད་ལྟའི་སྤྲིག་རྒྱའི་སྤང་བ་ལ་ཐང་དང་བར་སྤང་སྤྲིག་རྒྱ་གསུམ་ཀའི་སྤང་བ་
འཆར་ཡང་འདིར་སེམས་རགས་པ་པལ་ཆེར་ལོག་པའི་སྤྱང་སངས་ཡོད་པས་བྱི་
རོལ་གྱི་སྤང་བ་རགས་པ་གཞན་ཏུ་བཞགས་གང་སྤང་ཐམས་ཅད་སྤྲིག་རྒྱའི་སྤང་བར་
འཆར་བ་ལོག་མ་རྣམས་ལ་འང་དེའི་རིགས་འདྲ། རྒྱ་མེ་ལ་ཐེམ་པས་དུ་བ་བྲག་འཕྱུར་
བ་མ་ཡིན་པར་དུ་བ་སྤང་སོས་ཁྱབ་པ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་དང་། མེ་རྒྱང་ལ་ཐེམ་པས་
མཁའ་སྤང་མེ་བྱིང་ཏེ། སྤྲིག་བྱ་མེ་བྱིང་གྱི་ཆར་བབས་པ་ལྟ་བུའམ། སྤྱད་རྒྱུད་པས་
རྩ་གཏུབ་པའི་མེ་སྤར་ཤིང་ཁེམ་གྱིས་ནམ་མཁའ་འཛོར་ན་དམར་ཚུ་བ་ཚུ་བ་འོང་བ་

ཉྱ་བྱ་ཞེས་གསུངས། རྒྱུ་རྒྱུ་ཤེས་ལ་ཐེམ་བས་མར་མེ་ལྟར་འབར་གྱི་སྤང་བ་ནི་
དོར་ཞབས་སུ་སྒྲོན་མེ་སྤར་ཏེ་ཐུན་ཁོད་ལ་ཁ་ནས་པར་བལྟས་ན་དམར་ཉང་རེ་བྱེད་
བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་འཆར་ཞེས་སྤད་རྒྱུད་པ་གསུངས་ཞེས་ཆ་མས་གསུངས།

འདི་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ཡོད་མཁས་བྱུང་བས་མར་མེ་ལྟར་འབར་མིན་པ་
འབྲ། མར་མེ་སྤང་འབར་ཡིན་པ་འབྲ། གསུངས་ཞེས་དཔོན་སྒྲོབ་བྱམས་པ་གསུངས་
ཏེ་ཐེན་བྲིས་ནའང་བཞོད་འདུག །རྒྱུ་ཤེས་སྤང་བ་ལ་ཐེམ་བས་སྤང་བ་རང་དུས་ན་
སྒྲོན་གནས་གཡའ་དག་ལ་རྒྱ་འོད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་འཆར་བ་ནི་རྒྱ་འོད་ཆེ་
བ་མ་ཡིན་པར་དཀར་སངས་པ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ལ་བྱེད། སྤང་བ་མཆེད་པར་ཐེམ་བས་
སྒྲོན་གནས་གཡའ་དག་ལ་ཉི་འོད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ནི་མ་ཤར་བ་ལྟ་བུ་
མ་ཡིན་པར་ཉི་མ་བྱུང་ནས་དམར་འོད་ཀྱི་དང་པོ་ལྟ་བུའི་སྤང་སངས་ལ་བྱེད། མཆེད་
པ་ཉེར་ཐོབ་ལ་ཐེམ་བས་སྒྲོན་གནས་གཡའ་དག་པ་ལ་སྤོད་ཀྱི་སྤྲག་འབྲུག་པོས་བྱུང་
བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ནི་ས་སྤོས་ནས་ཐུན་པ་སྤྲག་པོ་འཐིབ་པ་སྤོང་སངས་དང་འདྲེས་པ་
ལྟ་བུ་ཉྱ་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་དང་། ཉེར་ཐོབ་འོད་གསལ་ལ་ཐེམ་བས་སྤོད་བྱེད་
ཀྱི་སྤོན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་ཐོ་རངས་ཀྱི་ནམ་མཁའི་རང་མདོག་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་
འཆར་ཞེས་པ་ཐོ་རངས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པར་ཆེས་བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་གི་
སྐབས་རྒྱ་བ་བྱུག རྒྱ་རེངས་དང་པོ་མ་ཤར་བའི་བར་དེར་ཉི་རྒྱའི་འོད་དཀར་དམར་
དང་། སྤོད་ཀྱི་སྤྲག་གི་སྤང་བ་མེད་པས་ནམ་མཁའི་རང་མདོག་ཐོན་པ་དེ་འོད་གསལ་
དང་དཔེ་སྤང་ནས་དེ་དག་གི་ཆེ་སྤོང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དགོས། ས་རྒྱ་ལ་
ཐེམ་བ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤེས་ལ་ཐེམ་བའི་བར་སེམས་དང་སྤང་བ་རགས་པ་དང་། སྤང་

མཆེད་ཐོབ་གསུམ་འོད་གསལ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡིན་པས་འོད་གསལ་གྱི་སེམས་
དང་། སྤྱི་སེམས་འཆི་སེམས་རྣམས་ལ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་པ་སྤྲོ་བ་གསལ་མེད་ཀྱང་སྒྲོ་བྱང་
གྱི་དེ་མས་དག་མ་དག་གིས་སྟོང་ཉིད་སོགས་འཆར་བྱས་མི་བྱས་ཀྱི་ཁྱད་བྱང་།
སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་ཆེ་སྟོང་སངས་ཡོད་ཀྱང་དཀར་ལམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྤང་བ་
ཡོད་ལ། འོད་གསལ་གྱི་ཆེ་བདེན་འདྲིན་ཡོད་ཀྱང་མདོན་དུ་གྱུར་པའི་སྤང་བ་སྤྱད་
ཅིག་ཀྱང་མི་འཆར་བའི་སྟོང་སངས་ཡོད་པས་སྟོང་ཉིད་འཆར་མི་འཆར་ལ་ཡིག་ཆ་
མི་མ་སྟུན་པ་ཡོད།

རྒྱུ་མཉམ་གཞག་ཏུ་ཐིམ་ཡང་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྤང་ཡང་སྤྱི་བ་ཡིན། རྒྱུ་གི་
སྟེང་ན་འབྱུང་བ་ལྟེ་བྱས་པ་ཡོད་པས་དེ་རིམ་གྱིས་ཐིམ་ཚུལ་ས་དངོས་ཚུ་དངོས་
ལ་ཐིམ་པ་མིན་ཀྱང་ས་རྒྱུ་གི་བྱས་པ་ཉམས་ནས་ཚུ་རྒྱུ་གི་བྱས་པ་གསལ་བ་ལྟར་
སོང་བ་ལ་ས་ཚུལ་ཐིམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྤྱད། དེའི་ཆེ་རྒྱལ་འབྱོར་པ་རབ་ལ་
གཏུམ་མོ་རང་འབྱུགས་ཀྱིས་འབར་བས་སྤྱི་བོའི་ཉི་ཟླ་སྟེ་ལྷགས་འབྱུང་ལྟོག་གི་
དགའ་བཞི་སྤྱི་ཡང་ལས་དང་བོ་བས་གཏུམ་མོའི་དམིགས་རིམ་སྤྱོད་དགོས། གཏུམ་
མོ་ཞག་གསུམ་མ་དང་། ཞག་བདུན་མ་སོགས་རྩོགས་རིམ་ལས་ཟུར་དུ་བཀོལ་ཏེ་
རྒྱངས་པས་རྩོགས་རིམ་གྱི་གཏུམ་མོ་ཆ་ཆང་ཡིན།

དེའི་བསྒྲོམ་ཚུལ་ནི། རང་འདྲིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་
བཞིན་ཅན་སྤྲོ་མ་སྤྲོ་བ་ཏུ་བ་ལྟ་བུ། དེའི་ཡུམ་གྱི་མཁའ་གསང་ནས་སྤང་སེལ་གྱི་
རྒྱུ་སྟོས་རིང་གི་དུ་བ་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཉིའི་ནང་དུ་ཞུགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ལྟེ་བར་ལུང་ལྟེ་ཨ་
སྤང་ཤད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཞེས་ཡིག་དཀར་གྱི་ཤད་ཀྱི་ཅེ་མོ་བྱེན་དུ་བསྟན་པ་ལྟ་

བྱམས། སྤྱི་ཡིག་རྒྱ་ཆེས་ཐིག་ལེ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་བྲོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཆ་བའི་རིག་
བྱ་དང་ལྷན་པ། རྩལ་སྤྲུལ་ལྟ་བུའི་མེ་སྟག་དམར་ཆག་ཆག་འཕྲོ་བ། བྲོད་སྤྱི་ལ་ཁད་
བའི་རྒྱ་དང་ལས་གཏུམ་མོ་འབར། སྙིང་མགིན་སྤྱི་བོའི་བར་སོང་། སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་
བྲོད་ཀྱིས་གདུངས་པར་བྱས་པ་ལས་བྱང་སེམས་ཐིགས་ལ་ཁད་བཤམ། ཐིགས་པ་
རེ་གཉིས་མགིན་སྙིང་ལྟེ་བའི་དམིགས་རྟེན་ལ་བབས་པས་མེ་རྩེ་ཆེར་སོང་། བྲོད་རྩེ་
ཆེར་གཏོང་ན་རྩ་ནང་སོ་སོར་འབར། སྤྱི་བོའི་རྟོ་ལས་བྱང་སེམས་ཁྱུ་བའི་ཐིག་ལེ་ལྟེ་
བའི་དམིགས་རྟེན་ལ་སོག་པས་ལྟག་པར་འབར་ཏེ་བྱང་སེམས་ཁྱུ་སྟོབས་ཆེར་སོང་
བས་ལུས་ལ་བདེ་བྲོད་རྒྱས་པར་བསམ་པ་འདི་བྲོད་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱི་དམིགས་རིམ་
ཡིན་པས་ཡི་གེ་འགོད་པ་སོགས་མེད། རྩོགས་རིམ་སྐབས་ཡི་གེ་འགོད་ལུགས་
རྒྱས་བསྐྱེས་མང་ཡང་ཡི་གེ་བཞི་ཅམ་འགོད་པ་པལ་ཆེར་ལས་འབྱུང་། གདན་དང་
ཁ་དོག་རེའི་བྲད་པར་ཅམ་ལས་རྒྱ་རོ་ཆོས་བྱག་གི་གཏུམ་མོ་ཡང་པལ་ཆེར་འདི་དང་
འབྲ།

དེའང་སྤྱི་བོར་རྒྱ་གདན། དེའི་འོག་ཏུ་རྟོ་ཡིག་མགོ་ཐུར་ལྟ་རྒྱ་གདན་ལ་
བྱག་པ། མགིན་བའི་རྩ་འཁོར་གྱི་ལྟེ་བར་གདན་རྒྱ་བ་དང་ཉི་མར་བཤའ་བ་གཉིས།
ཡི་གེ་ཨི་ངམ་ཨོ་མམ་ཨྲ་ཡིག་རྒྱ་ཆེས་ཐིག་ལེ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་མགོ་བྱེན་དང་
ཐུར་བསྟན་གྱི་ལུགས་གཉིས། སྙིང་གར་རྒྱ་བཤམ་ཉི་གདན་ལ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་
གྱི་དབུས་སུ་རྩྱུ་མགོ་བྱེན་དང་ཐུར་བསྟན་གྱི་ལུགས་གཉིས། ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་གྱི་
དབུས་ཆ་བའི་རིག་བྱ་ཅན་གྱི་ཉི་གདན་ལུངས་ཀར་རམ་སྟན་མ་བྱེད་གཤག་ཅམ་
གྱི་སྟེང་དུ་རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཨ་ཐུར་ཤད་གྱི་རྣམ་པ་རྒྱ་ཆེས་ཐིག་ལེ་རྒྱ་དང་བཅས་

བཤམ། སྤྱི་ཡིག་རྒྱ་ཆོས་ཐེག་ལེ་རྒྱ་དྲ་དང་བཅས་པའི་རྒྱ་དྲ་སྤྲུལ་འབྲེག་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་
ཆ་བའི་རེག་བྱ་སྤྱི་ལས་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་འོད་གི་རང་བཞིན་ཅན་གསལ་འདེབས་པ་
དམིགས་ཏེན་དངོས་དང་། ཡི་གེ་གཞན་རྣམས་བྱང་ཆུབ་གི་སེམས་གི་དམིགས་ཏེན་
ལྟ་བུ་ཡིན།

དེ་ནས་རོ་རྒྱུད་གི་མར་སྤྲ་དབྱ་མར་བཅུག། །སྤྲ་བྱག་གཉིས་ནས་རྒྱུད་རྒྱབས་
ཏེ་རོ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་དང་། ཡུམ་གི་རྒྱ་ཏིའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྒྱུད་བྱུང་བ་དབྱ་མར་ཞུགས་
བས་སྤྲད་པ་བཏང་བ་ལྟར་ཉི་གདན་ལ་རྒྱུད་གིས་བྱས་པས་མེ་དམར་ཏྲ་ར་ར་འབར་
བ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་དྲ་ལས་མེ་དམར་ཆག་ཆག་འབར་ལ་ཁད་ཡོང་བ་ལ་གཏུམ་མའི་
མེ་གསོ་བ་ཟེར། སྤར་ཡང་སྤྲ་བྱག་ནས་བྱངས་པའི་རོ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་གིས་བྱས་པས་རྒྱ་
དའི་ཅེ་མོ་ལས་རྒྱ་ཁབ་གི་ཅེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་མེ་དམར་ལམ་ལམ་བཤམ་སྡོ་ལམ་
ལམ་པ་འབར་བ་ལ་གཏུམ་མོ་སྤར་བ་ཟེར་ཏེ་དེ་ལ་དམིགས་པ་གཏད་ནས་བསྟོམ་
བས་མེ་ལྷེ་ཅེ་རྣོན་པོ་མ་ཡིན་པར་བྱའི་སྟོ་རྒྱུད་གི་ཅེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུམ་པོ་གསལ་ཞིང་
བྱངས་པ་སྟོམ་རིང་གི་དུ་བ་ལྟར་དབྱ་མའི་ནང་གེན་དུ་སོང་། སྟིང་མགིན་སྤྱི་བོའི་ཡི་
གེ་རྣམས་ལ་གཡས་སྟོར་གི་ཚུལ་དུ་འབར་བས་བོད་གིས་གཏུངས། ཏུ་མ་ལས་འོ་
མ་འབབ་བ་ལྟར་སྤྱི་བོའི་ཏྲི་ལས་བྱང་སེམས་གི་ཐེགས་པ་མགིན་པ་དང་སྟིང་གར་
བབས་པས་ཡི་གེ་རྣམས་གཟི་བརྗེད་ཆེར་རྒྱས། ལྟེ་བར་བབས་པས་མེ་ལ་མར་ཁུའི་
ཐེགས་པ་ལྟར་བ་ལྟར་སོབ་སྤྲ་དང་བཅས་གཏུམ་མའི་མེ་ཆེར་འབར། སྤན་ཁུང་དུ་
སྟོན་མེ་སྤར་བ་ལྟར་ཅ་སྟོང་སྤག་བདུན་ཅུ་དོན་གཉིས་གི་ནང་ཐམས་ཅད་མེ་འོད་
གིས་ཁུབ་སྟེ། ཅ་གནས་རྣམས་སུ་བྱང་སེམས་པ་མོ་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་སྤྱི་བོར་

འདུས་ནས་རྒྱ་ཉིད་ནང་དུ་ཞུགས།

སྤྱི་བོ་ནས་མགིན་པར་བབས་པས་དགའ་བ། སྤྱིང་གར་བབས་པས་མཆོག་
དགའ། ལྟེ་བར་བྱད་དགའ། འོར་བུའི་ཅེར་སྟེབ་པ་ན་ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་དགའ་བ་འཆར་
བས་དེ་དག་གི་ཆེ་བདེ་སྤྱོད་སྤྱར་ནས་བསྐྱོམ་པ་ཡས་བབས་ཀྱི་དགའ་བཞི་དང་། དེ་
ནས་དམིགས་པས་བྱང་སེམས་ཕྱིར་ལྟོག་སྟེ་མས་བརྟན་ཀྱི་དགའ་བཞིར་བྱས་ཀྱང་
བཞི་ཀ་ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་དགའ་བ་ཡིན་པས་ཡས་བབས་ལས་ལྟག་ཅིང་། སྤྱི་བོར་བརྟན་
པ་ན་ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་བདེ་བ་མཆོན་ཉིད་རྫོགས་པ་ཡིན།

དབུ་མའི་ཆད་འགོག་ཏུ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལས་བར་ཆད་མེད་ལས་ཀྱིས་སྤྱོད་
ཉིད་བདེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་ཀྱང་བདེ་བར་མ་གཞལ་ཞེས་མདོ་ལུགས་ལའང་
ཡུལ་སྤྱོད་ཉིད་བདེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་རྒྱ་ཡོད་ལ། སྐབས་འདིར་ལུས་བདེའི་
སྟོབས་ཀྱིས་ཡིད་བདེ་བའི་ངོ་བོར་འཕོས་པའི་ཆེ་ཡིད་བདེ་བྲགས་ཆེ་བས་ལུས་
བདེ་བག་ལ་ཞ་ཡིད་བདེ་དེས་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གྲོགས་བྱས་པས་དེ་
ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་བདེ་བའི་ངོ་བོར་འཕོས་པའི་བདེ་སྤྱོད་གི་ཡེ་ཤེས་སྤྱེ།

ལས་དང་པོ་བས། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་མ་བོར་བའི་ངང་ནས་གཏུམ་མོ་
བསྐྱོམ། དེ་ནས་རང་ལྟར་གསལ་བའི་ལྟེ་བའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་དབང་ཡབ་ཡུམ་
སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་སྤྱོད་བརྟུང་སྤྱངས་ཏེ་སྤྱོད་འོད་དུ་ཞུ་བ་
བརྟུང་ལ་ཐིམ་པ་ནས་རྒྱ་དའི་བར་བསྐྱུས་ལ་རྒྱ་དའམ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ལ་
མཉམ་པར་བཞག །

ལྟེ་བའི་བུམ་པ་ཅན་བསྐྱོམ་ན། ལྟེ་བྲག་གཉིས་ནས་རྒྱུང་རྒྱབས། སྤྱིང་གར་

བབས་པའི་ཆོད་དུ་མཆིལ་མ་སྒྲུ་མེད་ཅིག་མེད། དེས་སྒྲ་བྲངས་ནས་སྟེང་རྒྱུད་སྟོག་
འཛིན་དཀར་པོ་མར་མཁན་ཏེ་རྩྭ་གི་རྒྱ་དུ་ལ་ཐེམ། ཀླང་པའི་སོར་མོ་དང་ལྷ་བཞི་
སྒྲིམས། སྒྲ་གི་བྱེད་བཅེངས་བསྐྱམས། འོག་རྒྱུད་ཐུར་སེལ་སེར་པོ་བྱེན་དུ་བྲངས་
ནས་རྩྭ་གི་ཞབས་ཀྱི་ལ་ཐེམ། རྩྭ་ལ་དམིགས་བ་བཏད་ནས་སེ་གོལ་སོགས་གི་ཆོད་
འཛིན། དེ་སོ་བྱུག་གི་བར་འཛིན་རུས་བ་བྱམ་བ་ཅན་རྒྱུད་དུ། དེ་ཉིས་འབྱུར་དོན་
གཉིས་འབྱེད། སུམ་འབྱུར་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་གི་བར་འཛིན་རུས་ན་བྱམ་བ་ཅན་ཆེན་
པོ་འབྱོར།

དེ་ལྟར་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་ལ་མཉམ་བར་བཞག་པའི་ཡས་བབས་དང་མས་
བཏན་གི་ལྷན་སྒྲིལ་གཉིས་ཀ་སད་དུས་གི་ཆོས་སྐྱའི་བསྐྱེ་བ། འོད་གསལ་དེ་ལས་
ལྷང་བར་ཚོམ་བ་ན་ཕྱང་པོ་རྩིང་བ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་ལོངས་སྐྱོད་རྩོམ་པའི་འཛིགས་
བྱེད་ཡབ་ཡུམ་གི་སྐྱར་ལྷང་སྐྱམ་པའི་འཕེན་བ་དང་ལྷན་བས་ཡིད་དོར་ཕྱང་པོ་
ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་ཕིན་དུ་སྒྲ་བའི་རྒྱུད་སེམས་ལོངས་སྐྱོད་རྩོམ་པའི་འཛིགས་བྱེད་
དཀར་པོ་ཡབ་ཡུམ་གི་སྐྱར་ལྷང་བ་སད་དུས་གི་ལོངས་སྐྱའི་བསྐྱེ་བ། དེ་ལ་ཅུང་ཟད་
མཉམ་བར་བཞག་ནས་དེ་ལས་ལྷང་བར་ཚོམ་བ་ན་ལོངས་སྐྱོད་ཉིད་ཕྱང་པོ་རྩིང་བ་
སྐྱལ་སྐྱོད་རྩོམ་པའི་འཛིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་སྐྱགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་
དཔའི་ཚུལ་གིས་འཇུག་སྐྱམ་པའི་འཕེན་བ་དང་ལྷན་བས་ཡིད་དོར་དེར་འཇུག་བ་
སད་དུས་གི་སྐྱལ་སྐྱའི་བསྐྱེ་བ་སྟེ། དེར་བཞུགས་བ་དང་མཉམ་གཞག་ལས་ལྷང་། ལྷ་
བྱུག་ནས་རྒྱུད་རྒྱ། དབང་པོ་ལྷ་ཡུལ་ལ་འཇུག། །དེའི་ཆེ་སྒར་གི་མཉམ་གཞག་གི་
དུས་གི་བདེ་སྟོང་གིས་རྒྱས་བཏབ་ནས་གང་སྒྲོང་སྟོང་། སྟོང་བ་བདེ་བ། བདེ་བ་ལྷ་

སྐྱེ་འདུས་པ་ལྟར་དམ་པ་རིགས་བརྒྱ། དེ་ཉིད་རིགས་ལྷ། གསང་བ་རིགས་གསུམ།
གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་མོགས་སྤྱ་འཆར་བ་འདིར་ཡང་འབྲ།

ནལ་འབྱོར་བ་དེ་གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར། སྤྲ་མ་ལ་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ཟིན་པ་
དང་། མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་འོ་ཤེས་པ་དང་། མི་ལམ་གྱི་དགེ་སྦྱོར་སྦྱོར་བྱས་པ།
གཉིས་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་གསུམ་འབྲུག་པའི་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་
སྤར་ལྟར་སྤྱད་རིམ་བྱས་ནས་གཉིད་ཀྱི་ཆེ་ཉགས་དང་ཉགས་ཅན་བརྒྱད་ཕྱོགས་
ཅམ་འཆར་བ་དོ་སྤྱད་ནས་ལས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་དེ་རང་
གིས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་དང་བསྐྱེད་བ་དེ་སྦྱོར་ཆོས་སྤྱར་མཉམ་
པར་འཛོག་པ་གཉིད་ཆོས་སྤྱི་བསྐྱེད་བ། མི་ལམ་མི་བར་ཚོམ་པ་ན་སྤྱང་པོ་རྟིང་བ་
ལས་གོ་ས་ལོགས་སྤྱ་བྱེ་ནས་མི་ལམ་གྱི་ལུས་ལོངས་སྤྱར་ལྷང་སྤྱམ་དུ་མི་ལམ་གྱི་
ཆུང་སེམས་ལས་ལོངས་སྤྱ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཡབ་ལུམ་དུ་ཡིད་དོར་ལོགས་སྤྱ་བྱེ་
བ་མི་ལམ་ལོངས་སྤྱི་བསྐྱེད་བ། འདི་དག་གི་ཆེ་དོན་ལ་སྤྱང་པོ་རྟིང་བ་ལས་ལོགས་
སྤྱ་མེད་ཀྱང་ཡིད་དོར་བ་དད་དུ་ཡོད།

སད་པར་ཚོམ་པ་ན་སྤྱང་པོ་རྟིང་བ་དམ་ཆིག་པར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་
ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པ་སད་པ་སྤྱལ་སྤྱི་བསྐྱེད་བ་སྟེ། དེ་ནས་
གཉིད་སད་པ་ན་མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་ནས་རྩེ་སྐོབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྦྱོར་ཚུལ་
སྤར་ལྟར་བྱ། དེ་ལྟར་སད་དུས་དང་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་སྦྱོར་བྱུག་ལ་ཆེ་གང་པོར་
སྤྱངས་ནས་འཆི་བ་ལ་མཛོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཆེ་སྤར་གོམས་པ་དང་འཕེན་པའི་
ཕྱགས་ཀྱིས་འོད་གསལ་མ་བྱེ་དོ་འཕྲོད་དེ་འཆི་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་གསུམ་འབྲུག་

དགོས།

སྒྲིམ་ཚུལ་བསྐྱེད་བ་དགུ་ཀ་འབྲསྟེ། རྣམ་འབྱོར་བ་དེ་ལམ་གོང་མའི་རྩོགས་བ་
མངོན་དུ་མ་གྱུར་བར་འཆི་དགོས་བ་བྱུང་ན་གཞིའི་སྐྱབས་སུ་མ་ལམ་གྱི་སྐྱབས་སུ་
བསྐྱུར་བའི་འཕེན་བ་ཤུགས་དྲག་པོ་དང་ལྷན་བས་སྒྲིམ་ཡི་དམ་ལ་གསོལ་བ་བཟུང་།
སྤར་གྱི་ཉམས་ལེན་གོམས་བཞིན་འཆི་བ་ལ་བསྐྱབས་བས་རིམ་གྱིས་ཞུགས་
གནས་ཐིམ་བའི་རྟགས་དངོས་གནས་ལ་ཡོང་བ་སྤར་བསྒྲིམ་བ་དང་སྐྱར་ནས་དོས་
ཟེན་བར་བྱས་ལ་འོད་གསལ་གྱི་དུས་སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་བར་བཞག་སྟེ་འཆི་སྤིང་སྤ་
མོར་ཞག་གསུམ་ལ་སོགས་བར་གནས་བ་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱེའི་བསྐྱེད་བ་སྟེ། རང་གིས་
བསྒྲིམ་བའི་འོད་གསལ་བྱ་དང་། གཞིའི་འོད་གསལ་མར་བྱས་ནས་དེ་གཉིས་མ་
ཡིག་དང་བྱ་ཡིག་ལྟར་ངོ་འཕྲོད་བ་ལ་འོད་གསལ་མ་བྱ་འཕྲོད་བ་ཞེས་བྱ་ཡི། ཡོངས་
བྲགས་གྱི་མ་བྱ་དཔེར་བཀོད་བ་མིན། འཆི་ཆེ་ལྷགས་དམ་ལ་སྟོད་བ་འདིའི་སྟེང་
ནས་འོང་དགོས།

སྤར་རྒྱུད་སྟོད་སྟེང་དུ་རགས་བ་ཉེར་ལྟེ་གངས་འབྲེན་ཅམ་མི་ཐོན་བ་མང་
པོ་འདུང་དུས་ལྷགས་དམ་ལ་སྟོད་བ་དང་། ལུང་ལ་འཇུག་བ་སོགས་འདུག་བ་ཅི་
ཡིན་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་གོང་མས་སྤར་རྒྱུད་རྩོམ་པ་འཆང་ལ་ཞུས་བར། དེ་དག་རང་
སྟོབས་གྱིས་ལྷགས་དམ་ལ་སྟོད་མི་རུས་ཀྱང་རྒྱུད་གྱི་རྩོམ་པ་ཆོས་ཐབས་མོ་དག་
འདོན་ཚུན་ཆད་གྱིས་བསྐྱབས་བས་དཔལ་པོ་མཁའ་འགྲོས་འོད་གསལ་བཙན་
ཐབས་སུ་འཛིན་འདུག་བ་བདེ་མཆོག་སྟོན་ལམ་དུ། དེར་ནི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་
ཟེན་མཛད་ཅིང་། །ཞེས་བ་ལྟར་ཡིན་ཞེས་གསུངས་བས་སྤགས་གྱི་དམ་ཆོག་དག་བ་

གཞིར་བབྱང་ནས་ཉམས་ལེན་ལ་ཅི་ནུས་ཀྱིས་འབད་ན་དེ་འབྲའང་སྲིད་པ་རེད།

ང་ཚོའི་བསམ་བའི་མ་ཐུ་དང་བྱ་བ་ལ་དཔག་ན་མི་ལུས་ཐོབ་ནས་སྐྱགས་དང་
མཇལ་ལུགས་མེད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བྱང་མེས་ཀྱི་སྐྱགས་རྗེས་བཅན་ཐབས་སུ་
མི་ལུས་ཐོབ་བརྟག་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལྟར་འཆི་བ་འོད་གསལ་གྱི་མཐུག་རྫོགས་ནས་
ལུགས་ལྡོག་གི་ཉིར་ཐོབ་དང་བར་དོ་བྱུབ་པ་དུས་མཉམ་པས་དེའི་ཆེ་ལས་དབང་
གིས་བར་དོ་བྱུབ་ཀྱང་ཡིད་རྩེར་སྤྱར་གྱི་འཕེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱོད་འཛིགས་
བྱེད་ཀྱི་སྤྱར་བཞེངས་བ་བར་དོ་ཡོངས་སྤྱོད་བསྐྱེད་བ། དེ་ནས་ཉིང་མཆོམས་སྤྱོད་
བར་ཚོམ་བ་ན་པ་མ་གཉིས་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཡལ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་སྐྱགས་ཀར་
ཡེ་ཤེས་སེམས་དབའི་ཚུལ་དུ་འཇུག་སྟུང་དུ་བའི་ཁའམ་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་ཏེ་མའི་
མངལ་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྤྱར་ནས་ཐ་མལ་གྱི་སྤྱི་བ་སྤངས་ཀྱང་ཡིད་རྩེར་དོ་རྗེ་
འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱར་ལྡང་བ་སྤྱི་བ་སྤྱུལ་སྤྱོད་ལམ་འཁྱེར་གྱི་ཉམས་ལེན་ཏེ། དེ་ཕན་
ཆད་འཆར་མི་འཆར་རང་གི་སྤངས་པ་ལ་རག་ལས། སྐྱགས་སྤྱོད་པའི་རྟེན་དུ་སྤྱེས་
ན་ཆེ་དེའམ་ནམ་སངས་རྒྱ་རང་གི་ཉམས་ལེན་ལ་སྐྱག།

དེ་ལྟར་སད་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཡོངས་སྤྱུལ་གསུམ་གྱི་བསྐྱེད་བ་གསུམ། གཉིད་
ཆོས་སྤྱོད་མི་ལམ་ཡོངས་སྤྱོད་སད་བ་སྤྱུལ་སྤྱོད་ཉེ་གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་གསུམ། འཆི་
བ་ཆོས་སྤྱོད་བར་དོ་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱི་བ་སྤྱུལ་སྤྱོད་ཉེ་འཆི་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་བ་གསུམ་བཅས་
བསྐྱེད་བ་སྤྱོད་དགུ་སོགས་མར་མའི་གདམས་པ་བཀའ་རྒྱ་དམ་པས་སྟོབ་མ་སྟོད་ལྟན་
རེ་རེ་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆོད་ལ་དཔག་པའི་གདམས་པ་སྟོ་རེ་གནང་བ་ཉམས་སུ་
སྤངས་པས་དེའི་ཆོད་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྤྱི་བ་ཀྱང་གདམས་པ་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་གྱི་

ལུས་གཅིག་ཏུ་རིལ་བའི་བཤད་སྐབ་ཉམས་པ་ན་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རྒྱ་ཤིང་
ཀྱི་གདམས་པ་རི་སྟེང་པ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་དང་། བྱད་པར་རྩེ་བཙུན་འཇམ་
དབྱངས་ཀྱི་གདམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མདོ་སྡགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གནད་
མར་མི་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་གཟིགས་ཏེ་མཚན་མ་བྱད་པར་ཅན་
བརྟེས་ཤིང་། གདམས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་གིས་གདན་ཐོགས་གཅིག་
ཏུ་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཉམས་སུ་སྦངས་ཆོག་པར་མཛད་པས། གསང་རྣམ་ལས། འཇམ་
པའི་རྩོམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གཙོ་བོ་ཡི། །སོགས་དང་། གླེགས་བམ་གཏང་དེ་སྡགས་
དང་བྱག་རྒྱ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གསང་འདུས་དང་། བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོའི་
སྐབ་པ་མཛད་པའི་ཆོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བདེ་མཆོག་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་རྩེ་
བཙུན་ཁྲ་མ་ཡི། །སོགས་དང་། ཞི་ལྷག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་རྣམ་འབྱོར་གྱིས། །ཞེས་
སོགས་ཀྱིས་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱབས་བརྒྱུད་ཡོང་ལུགས་ཤེས་
དགོས། བསྐྱེད་བ་སྒྲོར་དགུ་སོགས་དམིགས་སྒྲོར་སོ་སོའི་མཐར་ཁ་སྤལ་ཏེ་གནད་བ་
ལས་ཐམས་ཅད་གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་སུ་གནད་སློལ་མི་འདུག་ཀྱང་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་
ལ་བཟོད་པར་གསོལ་ནས་ཞུས་པ་ཡིད་ལ་འཇག་པ་གྱིས་གསུངས།

འཛིགས་བྱེད་བཙུན་གསུམ་མ། དཔའ་གཅིག་ །དབྱ་ནག་ །གཤེད་དམར། རྩོ་
ལངས་བརྒྱད་སྟོར། ཞེ་དགུ་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་
རྫོགས་རིམ་རྣམ་འབྱོར་བཞིར་འདྲ། ཞང་ཞུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པའི་དཔའ་གཅིག་
གི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྫོགས་རིམ་དེ་ཙམ་མི་གསལ། རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་
འཛིགས་བྱེད་སྟོན་ལམ་ཞལ་གསལ་བས་དེ་ཉིད་ལས། ལྷལ་པའི་འཁོར་ལོར་འདོད་

སྒྲ་ཡབ་ཡུམ་ལ། །སེམས་གཞིལ་རྗེས་གཞིག་སྤྱད་རིམ་མཆོག་གིས་ནི། །ཆེ་ཉིའི་རྒྱ་
བ་སྒྲ་གཅན་ལམ་བཀག་བས། །ཡབ་བབས་མས་བརྟན་དགའ་བཞི་སྒྲེ་བར་
ཤོག། །ཅེས་བས་སྒྲགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣལ་འབྱོར་བརྟན་ཏེ། སྤྱལ་པའི་འཁོར་ལོ་ལྟེ་བའི་
ཅ་འཁོར་དང་། འདོད་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་ནི་འཛིགས་བྱེད་དཀར་པོ་ཡབ་ཡུམ། ཆེ་ཉིའི་རྒྱ་
བརོ་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་། སྒྲ་གཅན་ལམ་དབྱ་མ་ལ་བྱའོ། །

། སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཤད་པ། །

༥ གཉིས་པ་སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །ཁ་སྐྱོར་བྱམ་པ་ཅན་དང་། ལྷབ་བྱེད་
མ་གཏོགས་པའི་རྒྱུད་དགའི་རྡོར་བརྒྱས་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལྷབས་འདིར་སྒྲིང་གའི་
ཁ་སྐྱོར་བྱམ་པ་ཅན་ལ་གསུང་བཤད་མཛད་དེ། ལས་དང་པོ་བས་འཇམ་སྐྱོར་བྱས་
ནས་ཅུང་ཟད་རེ་ལས་མི་སྒྲོམ། རྒྱལ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ་བཅཅན་ཐབས་ཀྱིས་བསྒྲོམ་ཡུན་
རིང་ན་དུས་མིན་གྱི་འཆི་རྒྱུན་བྱེད་ཅེས་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་ཡང་གསུངས།
དེ་ཡང་རང་གི་སྒྲིང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱ་ཉིའི་དབྱས་སུ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་
སན་མ་བྱེད་གཤག་ཁ་སྐྱར་ལྟེ་དབྱས་སུ་རྒྱ་གདན་ལ་རྒྱུ་ཡིག་དཀར་པོ་ཤིན་ཏུ་
སྒྲ་བ་ཡུངས་འབྱུ་ཅམ་གསལ་བཏབ། དེ་ལ་རང་སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་བྱས་ཏེ་སྒྲ་
བྱག་གཉིས་ནས་རྒྱུད་རྒྱབས།

མཆིལ་མ་སྒྲ་མེད་གཅིག་མིད་པ་དང་སྒྲིང་རྒྱུད་བྲངས་ནས་རྒྱ་དའི་ཅེ་མོ་ནས་
མར་ཐིམ། ལྷ་བཞི་སྒྲིམས། ལུས་ཀྱི་བྱེད་བཅེངས་བསྐྱམས་ན་འོག་རྒྱུད་རང་ལྟགས་
ཀྱིས་འདུ་བས་རྒྱུ་གི་ཞབས་ཀྱ་ནས་བསྐྱམས། རྒྱུ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་པ་གཏད་
དེ་ལག་པ་ལན་གསུམ་མཉེ། གནས་གསུམ་དུ་རེག །སེ་པོལ་ལན་གསུམ་གདབ་

པའི་ཡུན་ལ་གཅིག་ཏུ་བཅིས་པ་ལན་ཁ་ཤས་རེ་བརྒྱད་ལ་མི་སྐབ་པ་ན་རྒྱུད་ཁ་ནས་
མ་ཤོར་བར་སྒྲ་བྲག་ནས་དལ་བྱས་ཕྱིར་གཏོང་། དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པས་རྒྱུད་དབྱ་མར་
ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ། ཉགས་དང་ཉགས་ཅན་བརྒྱད། བསྐྱེད་དབྱ་སྤར་ལྟར་
སྤར་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་གསུངས།

གཉིས་པ་རྒྱུད་དབྱའི་རྩོར་བརྒྱས་ནི། རང་རྩོམ་པ་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་ཙུ་
གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་བཅས་པ་གསལ་བཏབ་པའི་སྤྱིང་གའི་ཙུ་འཁོར་གྱི་དབྱས་
སྲུ་ཉི་གའན་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤར་བའི་རྒྱུད་སེམས་ཀྱི་ཡིག་རྒྱ་ཆེས་ཐིག་ལེ་རྒྱ་དྲ་དང་བཅས་
པ་བསམ། དེའི་རྒྱ་དྲ་ལས་སློག་འཛིན་ཁ་དོག་དཀར་པོ་སློས་རིང་གི་དུ་བ་ལྟ་བུ་ཀྱི་
གི་གདངས་ཀྱིས་མགྲིན་པའི་བར་དུ་སོང་།

དེ་ནས་ཕྱིར་དམིགས་རྟེན་ལ་ཨོ་གྱི་གདངས་ཀྱིས་ཞུགས་ཏེ་ཐིམ། ལྷུང་འི་
གདངས་ཀྱིས་གནས་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་ཀྱི་གི་གདངས་ཀྱིས་སྒྲ་ཅེའི་བར་དང་།
དེ་ནས་ཕྱིར་སོར་བཞི། མཐོ་གང་། འདོམས་གང་སོགས་སྲུ་རིམ་པར་སོང་། ཕྱིར་
དམིགས་རྟེན་ལ་ཨོ་གྱི་མདངས་ཀྱིས་ཞུགས། ལྷུང་འི་གདངས་ཀྱིས་གནས་པར་
བསམ།

གྲེན་རྒྱུ་ལ་ཡང་དེའི་རིགས་འདྲ། ད་ལྟ་རྒྱུད་འགྲོའོང་ལས་མེད་ཀྱང་གནས་
པ་ཆེད་དུ་བཟོས་ནས་བསམ། ཡི་གེའི་གདངས་ངག་ནས་བརྗོད་པ་དང་བརྗོད་པའི་
རྣམས་པ་བྱེད་པ་མིན་ཡང་ལི་ཏིང་སྐབ་པ་ལ་སྤུ་བཏབ་པ་ན་ཏིང་ཞེས་སྒྲ་འབྱུང་བ་དང་།
བསེར་བྱ་སོགས་རྒྱུད་ལ་རང་མདངས་གྲགས་པ་ལྟར་ལ། དེ་ལ་ན་བས་ཉན་པ་
མ་ཡིན་པར་ཡིད་ཀྱིས་ཉན་པ་ལྟར་བསམ། དེ་ནི་སློག་འཛིན་དང་གྲེན་རྒྱུ་ལ་སྟེང་

འགྲོའི་དོར་བཟུངས་བྱེད་ཚུལ་ཡིན།

ཡང་སྟེང་གའི་རྩྭ་གི་ཞབས་ཀྱི་ནས་སྤར་སེལ་དང་མཉམ་གནས་རྩྭ་གི་
གདངས་ཀྱིས་སྟེ་བའི་བྱ་གའི་བར་སོང་། ཨོྫོག་གདངས་ཀྱིས་ནང་དུ་ཞུགས། ལྷུང་
འི་གདངས་ཀྱིས་དམིགས་ཏེན་ལ་གནས། དེ་བཏན་པ་ན་རྩྭ་གི་གདངས་ཀྱིས་གསང་
གནས་བར་འགྲོ་བ་སོགས་སྡུ་མ་སྡུ་མར་སྤྱོད་བ་སོན་པ་ན་རིམ་གྱིས་རྩེ་རིང་ལ་
བཏར་སྟེ་སྤར་སེལ་དང་མཉམ་གནས་ཀྱིས་འོག་འགྲོའི་དོར་བཟུངས་བྱ་ཞིང་། དེ་
གཉིས་ལ་ཉགས་དང་ཉགས་ཅན་བརྒྱུད་དང་། བསྐྱེད་བ་སྐྱོར་དགུ་སྤྱར། དེ་ལྟར་སྟེང་
འོག་གི་རྒྱུང་ལ་སོ་སོར་དོར་བཟུངས་བྱས་པས་རྩ་མདུད་གཞན་གྲོལ་ཡང་སོག་སྤར་
བསྐྱེད་བའི་དོར་བཟུངས་མ་བྱས་ན་དཔུ་མ་ནས་སོག་འཛིན་དང་གྲེན་རྒྱ་འོག་ཏུ་མི་རྒྱ།
སྤར་སེལ་དང་མཉམ་གནས་སྟེང་དུ་མི་རྒྱ་བས་སྟེང་གའི་རྩ་མདུད་འགྲོལ་མི་བྱས།

དེས་ན་སོག་སྤར་བསྐྱེད་བའི་དོར་བཟུངས་ལ་རྒྱལ་ཁྲོལ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་གྲེས་
སམ་ལྟག་སྤོད་ཀྱི་དོར་བཟུངས་དང་། བཞུགས་བྱུང་ལུགས་ཀྱི་འགྲོས་འདེད་ཀྱི་དོར་
བཟུངས་གཉིས།

དང་པོ་ནི། སོག་སྤར་གཉིས་ཀ་རྩྭ་གི་མདངས་ཀྱིས་དུས་མཉམ་དུ་བྱིར་སོང་།
ཨོྫོག་གདངས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་ནང་དུ་ཞུགས། ལྷུང་འི་གདངས་ཀྱིས་གནས་པར་
བསམ།

གཉིས་པ་ནི། སྤར་སེལ་ཨོྫོག་གདངས་ཀྱིས་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་། སྟེང་
རྒྱུང་སོག་འཛིན་རྩྭ་གི་གདངས་ཀྱིས་བྱིར་སོང་། སྤར་སེལ་ལྷུང་འི་གདངས་ཀྱིས་
གནས། སྟེང་རྒྱུང་ཨོྫོག་གདངས་ཀྱིས་ནང་དུ་ཞུགས། འོག་རྒྱུང་རྩྭ་གི་གདངས་ཀྱིས་

ཕྱིར་སོང་། མོག་འཛིན་ཞུ་ཤིང་གདངས་ཀྱིས་གནས་པར་བསམ། སྐབས་འདིར་ཅ་
བའི་རྒྱུ་ལྟ་དང་། ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྟ་ལས་ཁྲབ་བྱེད་མ་གཏོགས་པ་གཞན་དགུ་ལ་
རྩོད་བརྒྱས་བྱེད་དགོས་པས། ཀུན་མཁྱེན་གོང་མའི་བསྐྱེད་རྩོགས་”ཆོགས་”^༤བཅད་
མར། ལྷིང་གའི་རྩྱུ་ལས་རྒྱུ་དགུར་རྩོད་བརྒྱས་དང་། ཞེས་གསུངས་པས། ཡན་ལག་
གི་རྒྱུ་རྒྱ་བ་དང་། རྣམ་པར་རྒྱ་བ་སོགས་དབང་པོ་ལྟའི་རྒྱུ་སྟེ། དེ་ལ་ལྷིང་གའི་རྩྱུ་
ལས་མིག་དབང་གི་བར་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་འགྲོ་བའི་རྩའི་རྩའི་ཆེ་མོ་མིག་འབྲས་དང་ཁ་ད་ཆད་
དུ་ཡོད་ཅིང་། ཅ་བ་རྩྱུ་ལ་བྱུག་པ་བྱ་ག་ཏེ་ཡོད་པར་བསམ་ནས། མིག་གི་སྒོར་རྒྱ་
བའི་རྒྱུ་རྣམས་རྩྱུ་གི་གདངས་ཀྱིས་ཕྱིར་སོང་། མི་གི་གདངས་ཀྱིས་ནང་དུ་ཞུགས།
ཞུ་ཤིང་གདངས་ཀྱིས་གནས་པ་དང་། རྣ་བའི་རྒྱུ་རབ་ཏུ་རྒྱ་བ་སོགས་ལ་དེའི་རིགས་
འགྲོ། ལུས་དབང་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲབ་ནས་ཡོད་པས་དེའི་རྒྱུ་རྒྱ་བའི་རྩ་གནས་
ཉེར་བཞི་སོགས་ལུས་ཀྱི་རྩ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་ག་ཏེ་གསལ་བཏབ་ནས་དེ་
རྣམས་ལས་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་རྩོད་བརྒྱས་སྤར་ལྟར་བྱ། དེ་ལྟར་ལྟར་འདུག་གནས་
གསུམ་རྩོམ་གསུམ་གྱི་གདངས་སུ་ཤར་བའི་རྒྱུ་དགུའི་རྩོད་བརྒྱས་ཀྱིས་ལྷིང་གའི་
རྩ་མདུད་ལྟོད་པ་ལས་ལྟག་མེད་དུ་གྲོལ་བ་མིན་ནོ། །

དེ་དག་ནི་སྒོན་ལམ་ལས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་སྤགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་
མཆོག་། ལུས་པ་ཅན་དང་རྩོམ་པ་ཡིས། ལྷིང་གའི་རྩ་མདུད་མ་ལུས་གྲོལ་
བྱས་ནས། ལྟན་སྤྱེས་བདེ་བས་ཡིད་ལ་ཁྱོས་ཐོབ་ཤོག །ཅེས་སོ། །རྩ་མདུད་གྲོལ་
ཚུལ་ཡང་དབུ་མར་རྒྱུ་ཞུགས་ནས་རིམ་གྱིས་གང་བས་རོ་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་རྩེ་ཞན་དུ་
སོང་ནས་མདུད་པ་ལྟོད་དེ་ཞུག་བྱུང་དུ་སོང་བ་ཡིན།

དེ་ཡང་རྩ་འཁོར་གཞན་ལ་རོ་རྒྱུད་གིས་མཐུད་པ་རེ་རེ་ལས་མེད་པས་རྒྱུད་
འགྲོལ་སླ་ལ། སྙིང་གར་སྙིང་ལོག་ཏུ་རོ་མས་མཐུད་པ་གསུམ། རྒྱུད་མས་མཐུད་པ་
གསུམ་སྟེ་བྱག་ཡོད་པས་མ་རིག་པའི་སྒྲོ་བའི་སྤྱབས་ཞེས་གཏི་ཐུག་གི་རྫོང་ལྟ་བུ་
ཡིན་པས་འགྲོལ་དགལ། དེ་གོལ་ན་སྙིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་ཆེགས་མེད།

མི་ལའི་རྣམ་ཐར་དུ། སྤིང་མོ་བྲེ་ཏ་མགོན་སྤྱིད་ཀྱིས་ཤ་ཆང་བྲངས་པས་ལྷ་
ཆོག་ཀྱན་ན་ནས་དགེ་སྦྱོར་ལ་བཀོལ་མི་རུས་པ་བྱུང་སྐབས། སྤྱར་མར་པས་སྐབས་
ཞིག་ཁྱོད་ལ་གོགས་ཞིག་འོང་བས་དེ་དུས་ལས་ཞལ་མ་འབྱེད་གསུངས་ནས་ཤོག་
བྲིལ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་དེ་སྤྱར་ཞལ་འབྱེད་དམ་སྟུམ་དུས་ད་དུང་མ་རན་པའི་རྟགས་
བྱུང་། དེ་དུས་ཞལ་བྲེ་བས་སྤྱར་དགའ་བྱུང་ཀྱིས་རྩ་རྣམས་འགག་པ་དེ་དུས་ཟས་
བཟུད་ཅན་བསྟེན་པས་སྟོབས་རྒྱས་ཤིང་། སྙིང་གའི་རྩ་མཐུད་འགྲོལ་བ་ལ་ཉེ་བའི་
རྟགས་ཡིན་པས་དེར་མཁོ་བའི་གདམས་པ་བྱུང་བས་འདི་སྐབས་རྒྱུད་ལྷག་མ་མ་
ལུས་པར་རྫོང་བཞུས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལྷ་ཆོག་ན་བ་སོགས་རོ་འཕྲོད་རྒྱ་ཡོད།
དེ་མན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱན་རྟོག་བརྒྱུད་ཅུའི་རྒྱུད་རགས་པ་ཐེམ་ཀྱང་ད་དུང་དགའ་ཆོད་
རེད་གསུངས།

༼དམ་ཆོག་གི་རྣལ་འབྱོར་བཤད་པ།༽

༺ གཉིས་པ་དམ་ཆོག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ། ཐུབ་བྱེད་ལ་དམིགས་པའི་རྫོང་
བཞུས། སྙིང་གའི་ཁ་སྦྱོར་བུས་པ་ཅན། བསམ་གཏན་གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱད་རིམ།
ལས་རྒྱ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། སྤྱར་བུ་ལྷོག་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེས་འདི་བཀའ་རྒྱ་
ཤིན་ཏུ་དམ་པོ་ཡིན་པས་ངས་ད་ལན་བཤད་རྒྱ་མིན། ཤེས་པར་འདོད་ན་རང་རང་

གིས་གཞན་དང་གཞན་དུ་ཅད་ཆོད་ཅེས་གསུངས་ནས་སྐབས་གཞན་ཞིག་ལ་མི་
མངོན་པར་གསུངས་པ་ཉམས་ཆོད་པ་ཞིག་གིས་བརྟག་ན་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་
བཤད་ཀྱང་དཀའ་བ་ཅུ་རེན་པོ་ཆེས་གསུངས་ནས་ཁོང་གིས་ཀྱང་གསལ་པོ་ཞིག་
གནང་མ་ཁོང་གསུངས། ཡན་ལག་རྒྱུད་ལཱ་ཐམ་ལ། ཞིབ་ཆ་བ་སྤྱི་གངས་མཉམ་
ཅ། ཅེ་ཁར་རྒྱུད་ཀྱན་བསིལ་བར་ཆགས། ལྷག་མེད་རྣོར་བཟླས་སྤར་འབྲེལ་ ཞེས་
ཀྱང་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་སྤྱིང་གའི་ཁ་སྐྱོར་བྱམ་པ་ཅན་བསྐྱོམ་ཚུལ་སྤར་དང་འབྲ། འདི་མན་
ཆད་དུ་རྒྱུད་རགས་པའི་ཐེམ་རིམ་ཡོད་ཀྱང་འཆི་རིམ་རིམ་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་རྒྱུད་སྤར་མོ་ཐེམ་
པ་མེད་ལ། སེམས་དབེན་འབྱུང་པ་ལ་དེ་དགོས་པས་སྤྱིང་གའི་ཁ་སྐྱོར་བྱམ་ཅན་
བཟུང་ནས་བཅོན་ཐབས་ཀྱིས་རྒྱུད་སྤར་མོ་སྤྱད་པ་ཡིན་གསུངས།

༼ བསམ་གཏན་བཤད་པ༽

གསུམ་པ་བསམ་གཏན་གཉིས་ནི། རིལ་འཇིན་དང་རྗེས་གཞིག་གི་བསམ་
གཏན་ཏེ། རིལ་འཇིན་ནི། རིམ་ལྡེལ་ས། མགོ་བོ་ནས་ནི་རྒྱུད་པའི་བར། རིམ་སྤྱིང་སྤྱིང་
གར་ཕྱིན་གྱི་བར། རྣམ་འབྱོར་ཡང་དག་མཐའ་ལ་འཇུག རིལ་པོར་འཇིན་པ་ཞེས་
བཤད་དོ། ཞེས་རང་གི་སྤྱི་གཙུག་ནས་རྒྱུད་མཐའ་བར་མེ་ལོང་ལ་ཏ་བཏབ་པ་
བཞིན་སྤྱིང་གའི་རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་གི་ཞབས་ཀྱ་ནས་རྒྱ་དཔེ་བར་བསྐྱུས་ལ། དེ་ཡང་མི་
དམིགས་པར་བསམ་པ་སྟེ། སྟོན་བཅུད་གཞན་མ་བསྐྱུས་པར་རང་ལུས་རིལ་པོ་ཅན་
སྤྱི་བས་དེ་ལྟར་བཤད།

རྗེས་གཞིག་ནི། ཕྱིའི་སྟོན་འོད་དུ་ཁྱེན་ས་བཅུད་དང་། དེ་རང་ལ་ཐེམ། རང་རྒྱ་

དཔེ་བར་བསྐྱས་ལ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པར་བསམ་སྟེ། སྟོད་བཅུད་སྟོན་ཏུ་བསྐྱས་
ནས་དེ་རྗེས་རང་གི་ཕྱང་པོ་གཞིགས་པ་དེ་ལྟར་བཤད། སྐབས་འདིར་དེ་གཉིས་དང་
འབྲ་བའི་སྤྱད་རིམ་ཞེས་སྟོད་བཅུད་ཀྱི་རྒྱུང་མ་བསྐྱས་པར་རང་གི་ལུས་ཀྱི་རྒྱུང་
ཐམས་ཅད་སྤྱད་པ་རིམ་འཛིན་དང་འབྲ་བའི་སྤྱད་རིམ་སྤྱིའི་སྟོད་བཅུད་ཀྱི་རྒྱུང་བསྐྱད་
ནས་རང་གི་ལུས་ཀྱི་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྒྱུང་ལ་ཐེམ། དེ་ཡང་རིམ་གྱིས་ཀླ་དཔེ་བར་
སྤྱད་པ་རྗེས་གཞིག་དང་འབྲ་བའི་སྤྱད་རིམ་སྟེ། སྟོད་བཅུད་དང་། ལུས་མ་བསྐྱས་
ཀྱང་དེ་དག་གི་རྒྱུང་རིམ་འཛིན་དང་རྗེས་གཞིག་ལྟར་སྤྱད་པས་དེ་དང་འབྲ་བའི་སྤྱད་
རིམ་ཞེས་བཤད་དོ། །

བཞི་པ་ལས་རྒྱ་ནི། རྩོགས་རིམ་སྐབས་ལས་རྒྱ་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པ་སེམས་
དཔེན་མཐར་ཐུག་གི་དཔེའི་འོད་གསལ་འབྲེན་པའི་སྐབས་འདི་ཡིན་ཞིང་།

དེ་ཡང་འཛོལ་ཉོག་ཏུ་སྟོད་མི་རུང་བས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་མཆོན་ཕྱིར་
ལན་གཅིག་ཙམ་བསྟེན་པས་མཐུས། དེའང་ཕྱག་རྒྱ་རང་དང་རྩོགས་པ་མཉམ་པའམ་
མིན་ཀྱང་བརྒྱ་ཅན་དང་། རུང་ཅན། སྒྲང་པོ་ཅན། རི་རྒྱས་ཅན་མ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་རིགས་
བཞི་སོ་སོའི་བརྟགས་ཚུལ། ཅ་བཙལ་ཚུལ་སོགས་སྒྲ་མ་དམ་པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་
དགོས་ཤིང་། ལས་དང་པོ་བ་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་མེད་ཀྱང་བག་ཆགས་
འཛོག་པ་དང་ཉན་བཤད་ཙམ་གྱི་ཆེད་རེད།

ཕྱག་རྒྱ་ལས་དང་པོ་བ་ཡིན་ན་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱིས་རྒྱུད་སྤྱངས། དབང་
བསྐྱར། རིམ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་ངག་སོག་སྟེ་ལྟའི་ནལ་འབྱོར་བརྟན་པར་བྱས། རང་
ཡང་ལྟའི་ནལ་འབྱོར་དང་ལམ་རིམ་གཉིས་ལ་ཅལ་ཐོན་ཞིང་པན་ཚུན་ལམ་གྱི་

ཐོགས་འབྱེན་དུ་འགྱུར་ངེས་པས་སྒྲིའི་ར་རྒྱལ་གྱིས་དོན་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་ཡུམ་དོན་རྒྱུ་
དབྱེངས་གྱི་དབང་ལྷག་མར་འཇུག་པ་ལྟར་སྟོམས་པར་ཞུགས། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་
སྐབས་དང་མི་འབྲ་བར་ཡབ་གྱི་ཅ་དབུ་མའི་མར་སྒྲ་ཉགས་གྱི་ཅེ་དང་། ཡུམ་གྱི་དབུ་
མའི་མར་སྒྲ་བརྒྱའི་ཟེའུ་འབྱེད་བར་གསལ་བཟུང་། ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྒྱ་ཉིའི་མར་སྒྲ་པན་
ཚུན་པན་པ་ཅ་དོན་རྒྱུ་ལྟར་གྱུར་།

ཡབ་གྱི་ཐུགས་ཀའི་རྒྱ་ལས་ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱང་སྟོས་རིང་གི་དུ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡུམ་གྱི་གསང་གནས་ནས་ཞུགས་ཏེ་སྤྱི་ཐོའི་བར་སོང་ནས་ཡུམ་གྱི་ཁམས་བསྐྱལ།
ཡུམ་གྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་རྒྱང་སྟོས་རིང་གི་དུ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོན་པ་ཡབ་གྱི་གསང་
གནས་ནས་ཞུགས་ཏེ་སྤྱི་ཐོའི་བར་དུ་སོང་ནས་ཡབ་གྱི་ཁམས་བསྐྱལ། ཐུར་སེལ་
གྱི་རྒྱང་གཉིས་ཅ་པན་མཆོམས་སུ་མི་ཕྱེད་པར་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་རྒྱང་དོན་རྒྱུ་ལྟར་
གྱུར་།

ཡབ་ཡུམ་གྱི་ཁམས་དབུ་མའི་ལམ་ནས་མར་བབས་ཏེ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་
མན་མ་ཕྱེད་གཤག་ཙམ་གཉིས་ཅ་པན་མཆོམས་སུ་གཏུ་ཁ་སྐྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་གནས་
པ་ཐིག་ལེ་དོན་རྒྱུ་ལྟར་གྱུར་།

དེ་ལ་སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་མཉམ་པར་བཞག་པས་ལུས་ཚོར་བདེ་བ་
སྤྲུལ། དེ་ལས་སེམས་བདེ་ཆེན་གྱི་རོ་བོར་འཕོས་ནས་ལུས་བདེ་བག་ལ་ཞ། བདེ་བ་
དེས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་ཡབ་ཡུམ་པན་ཚུན་བདེ་
ཆེན་གྱི་ཐོགས་འདོན་པ་བདེ་སྟོང་དོན་རྒྱུ་ལྟར་སྤྱི་སྤྱི་ལྟར་བཞི་ལྟར་བྱས།

དེའི་རང་ནས་ཁྱབ་ཕྱེད་ལ་དམིགས་པའི་དོར་བརྒྱས། བསམ་གཏན་གཉིས་

དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱད་རིམ། སྤྱིང་གའི་ཁ་སྐྱོར་བྱམ་ཅན་ནམས་བསྐྱོམ་བ་དེ་ཐམས་ཅད་
ཆོག་མ་བས་ལས་རྒྱུད་མ་རགས་ལྷག་མེད་དུ་ཐིམ་ནས་འཆི་རིམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་
ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་པའི་མཐའ་འོད་གསལ་དེ་སྤྱིང་ཉིད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་
ཀྱིས་རྟོགས་པའི་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི་དབེའི་འོད་གསལ་དང་། སྐབས་
འདིའི་དམ་ཆོག་གི་ཚུལ་འབྱོར་དངོས་ཏེ། སྤྱིང་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ལས་མི་འཆར་བས་
དབེའི་འོད་གསལ་ཟེར། དེ་ནི། སྤྱིང་ཡང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཚུལ་འབྱོར་
ཀྱིས། །ནང་གི་རྗེས་གཞིག་བསམ་གཏན་རིམ་པ་དང་། །ཕྱག་རྒྱ་གཉིས་དང་སྐྱོར་
བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་ཏིང་འཛིན་འཕྲེན་པར་
ཤོག །ཅེས་སོ། །

དེ་ཡང་བྲམ་མེད་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་རིམ་བཤུགས་གཉིས་སུ་འདུ་བས་བསྐྱེད་རིམ་
ཆོག་རང་རང་ལ་མི་འབྲེལ་བ་ཡོད། རྟོགས་རིམ་ཡང་སེམས་དབེན་མན་ཆད་མི་འབྲེལ་
བ་མང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཐམས་ཅད་མཐར་འཆི་རིམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྒྱུད་
ཐམས་ཅད་སྤྱིང་གར་སྤྱད་པར་འབྲེལ་བ་གནས་སྐབས་གཤུལ་བྱ་རང་རང་གི་རྩ་
ཁམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་བར་གཞིགས་ནས་རྩ་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་དང་། རྩ་འཁོར་
སོ་སོ་ལ་ཐོག་མར་གནད་དུ་བསྐྱེད་ཚུལ་མི་འབྲེལ་བ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་འཆི་རིམ་
བཞིན་ཐིམ་པའི་ལག་རྗེས་ལ་སེམས་དབེན་ཡན་ཆད་ཡོང་བས་འདི་ནས་རྟོགས་
རིམ་ཐམས་ཅད་འབྲེལ།

འོན་ཀྱང་དུས་འཁོར་ལ་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། བཏོ་རྒྱུད་གཞན་དང་
བཞག་སྐྱེལ་མི་འབྲེལ་བའི། །ཤིང་རྟེན་སྐྱེལ་ཆེན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱུད། །ཅེས་

༼ དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་འད་པ༽

༥ གསུམ་པ་དབྱིབས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་ནི། བྱ་ལེན་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྐབས་
འདིར་གསར་འཛིགས་རང་རང་གི་ཆོ་གའི་སྟེང་ནས་སྐྱུ་ལུས་མཆོད་པ་བྱས། ཟླ་མ་
དང་རྟོ་རྟེ་འཆང་ཐ་མི་དད་པར་བལྟས་ལ་མཐུལ་བྱལ་ལ། སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་གདམས་པ་
སྟོལ་བའི་གསོལ་འདེབས་དང་། འོད་གསལ་ལའང་དེའི་གསོལ་འདེབས་དགོས།

དེ་ལྟར་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི་དཔེའི་འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྔ་བར་

ཚོམ་པ་ན་དེའི་བཞོན་པའི་རྒྱུད་གིས་ཉེར་ལེན་དང་། འོད་གསལ་གྱི་སེམས་ཀྱིས་
ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ལས་ཕུང་པོ་རྟིང་པ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་ཡིད་ངོ་ཅམ་མ་ཡིན་
པར་འཛིགས་བྱེད་དཀར་པོ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་སྦྱར་བཞེངས་པས་
ལོངས་སྤྱིའི་བསྐྱེད་བ་དངོས་སུ་བྱུབ་ཅིང་ལུས་སེམས་རྟེན་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་ཐག་མ་
ཆད་པས་ཕུང་པོ་རྟིང་པ་ལ་ངེས་པར་འཇུག་སྟེ། ཉོན་མོངས་མ་སྤངས་པས་མ་དག་
པའི་སྦྱུ་ལུས་དང་། མི་ལམ་དུ་ནམ་མཁར་འཕུར་བའི་སྤང་ངོའི་ལུས་དེ་མི་ལམ་གྱི་
སེམས་ཀྱི་སྤང་ཆ་ལས་ལོགས་སུ་གཟུགས་གཞན་མེད་པ་ལྟར། བསྐྱོམ་པའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་སེམས་དེ་ཉིད་རྟེན་བརྟེན་པར་ཤར་བས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱུ་སྟེ། བསྐྱེད་རིམ་
སྐབས་ཀྱི་ཡིད་ངོའི་སྦྱ་སྦྱི་ས་བོན་བྲག་མཆོན་ལས་ཡིད་ངོར་བྱུབ་པས་སྒྲགས་ཀྱི་
སྦྱ་ཞེས་བཤད་དོ། །

སྦྱ་མའི་སྦྱ་དེ་དཔེས་མཆོན་ནས་སྟོན་པ་ལས་བཤད་དུ་མེད་པས་འདུས་པར་
སྦྱ་ལུས་ཅལ་དུ་བཏོན་ཏེ་དཔེ་བཅུ་གཉིས་དང་། འཛིགས་བྱེད་རྫོགས་རིམ་ནམས་
སུ་དཔེ་ལྡས་མཆོན་ནས་གསུངས་པ་རང་རང་གི་རྒྱ་གཞུང་གི་ཡོང་ལུགས་རེད།
རང་རེའི་མི་ལམ་གྱི་ལུས་ཕུང་པོ་ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་བྱུབ་པ་མིན་ཀྱང་ལས་དང་
པོ་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་རང་དུ་ཡུན་རིང་གནས་ནས་མི་ལམ་གྱི་
ལུས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་གཞན་དུ་བདེ་སྤྱག་སྦྱ་ཆོགས་སྟོང་། སྦྱེ་འཆིའི་བྱ་བ་བྱས་ནས་
སྦྱར་ཕུང་པོ་རྟིང་པ་ལ་ཞུགས་ཏེ་གཉིད་སད་པའང་སྲིད་པ་རེད།

གྲང་ཐང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ནས་རྗེའི་བསྟོད་འབྲེལ་གྱི་བཤད་ལུང་གནང་
སྐབས་རིམ་ལྡེ། ས་འཇུག་གྲུར་པས་རབ་རྩ་རང་གཉིད་ལོག་ཤིང་ཕེས་པ་ལས་འཕྲོས་

ནས་དོགས་གཅོད་གནང་བར་ས་ཁམས་ཤིག་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་གཉིད་ལོག་སྟེ་མི་
ལམ་གྱི་ལུས་ཀྱིས་ལྷལ་སྟོགས་གཞན་དུ་བྱེན་པ་ཡོད་པ་ཡིག་ཆའི་དགོངས་པར་
ཞལ་འཆམས། མཁན་སོ་ཆང་དང་། ལྷ་རིན་ཐོ་ཡོན་གཉིས་ནས། རྒྱ་ནག་ཉེ་དྲ་ཞིན་
ནག་སྟོགས་པ་ལྟ་བུ་ལ་གྱི་རྩོར་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིན་ཚུལ་དང་། བཤ་ཆེན་དཔལ་
ལྷན་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། ལྷ་གཉིད་ལོག་པ་ཞིག་མི་ལམ་གྱི་ལུས་ཀྱིས་མིར་སྐྱེས་པ་ཉེ་དྲ་
ཞིན་ཡིན་པས་ཁོ་ཤིན་པས་ལུས་རྩིང་པར་ཁྱེད་གཉིད་སང་པར་འགྱུར་ཞེས་
གསུངས་ཚུལ་སྐྱེད་བ་ཐོས།

མི་ལམ་གྱི་ལུས་བྱུང་པར་བ་དེ་བཞིན་དུ་མ་དག་པའི་སྐྱེ་ལུས་ཕྱང་སོ་རྩིང་པ་
ལས་གོ་ས་ལོགས་སུ་བྱུང་ཡང་ཕྱང་སོ་རྩིང་པ་ལ་ཁྱེད་གས་ནས་ལམ་ལྷག་མ་མངོན་དུ་
བྱེད་དགོས། སྐྱེ་མ་མཁན་གྱིས་དོ་ཤིང་ལས་རྟ་སྒང་སྐྱལ་ཆེ་འབྲུག་བྱེད་པ་མ་སོགས་
མེད་ཡང་རྩས་སྐྱགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟ་སྒང་གི་སྒང་བ་
བསྟོན་མེད་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་སྐྱེ་མའི་སྐྱ་དེ་མངལ་སྐྱེས་དང་རྩས་སྐྱེས་གཞན་ལྟར་
བྱུང་བ་མིན་ཡང་ཤིན་དུ་སྐྱ་བའི་རྩང་སེམས་ཅམ་ལས་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱ་ཅན་
དང་།

ནས་མཁར་རྒྱ་གཞུགས་གཅིག་ལས་མེད་ཡང་སྐྱིབ་བྱེད་དང་བལ་བའི་
དྲངས་པའི་ཆུ་སྟོད་གར་ཡོད་དུ་གཞུགས་བརྟན་འཆར་བ་ལྟར་སྐྱེ་མའི་སྐྱ་དེ་སྐྱ་བ་
ཡིན་ཡང་ཁོང་རང་གི་སྒང་རོར་སྐྱ་གཅིག་ལས་གཏུལ་བྱ་གར་ཡོད་དུ་སྐྱལ་བ་དུ་མ་
དུས་གཅིག་དུ་འབྱེད་པ་དང་།

ཆུ་ལས་ཆུ་བྱར་རྩོལ་བ་ལྟར་འོད་གསལ་ལས་ལྟང་བ་དང་སྐྱེ་མའི་སྐྱ་འབྲུག་

བ་དུས་མཉམ་བ་དང་། མེ་ལོང་དྲངས་བ་དང་དོར་སེམས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་མང་བ་ན་
ཆ་ཤས་གསལ་ཤོགས་སུ་འཆར་བ་ལྟར་སྒྲུང་སེམས་ལས་མཆོད་དཔེ་ཞལ་བྲག་
ཡོངས་ཤོགས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན།

སྐྱ་མའི་སྐྱ་དེ་ཡུང་པོ་རྩིང་བ་ལ་ཞུགས་པས་ཕྱི་ནས་བལྟས་ན་རྒྱན་པའི་གང་
ཐག་དེ་ལྟར་ལ་ནང་དུ་རྟེན་བརྟེན་བ་ཡོངས་ཤོགས་སྒྲིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་
ལའི་དབྱས་ན་ཡོད་ཅེས་རྒྱད་པ་སྒྲུང་མ་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་ལྷན་དང་།

ཏྱོར་ཆོང་གཤགས་བ་དར་རྒྱས་སོགས་ཀྱིས་རྒྱད་པའི་ཆོས་གྲ་ནས་དོགས་
གཅོད་མཛད་དེ་ཐག་བཅད་ཅེས་རྒྱད་པ་བསམས་གཏན་སེལྟེས་གསུངས་ལ། ཕྱིས་
སྐྱབས་མགོན་དོ་རྩེ་འཆང་ནས་རིས་ལྡ་གསལ་སྒྲོན་གནད་སྐབས་ཁྱི་དགེ་འདུན་སྤུན་
ཆོགས་པས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཚུལ་ལྟར་སྐྱ་རོལ་པའི་དོ་རྩེས་གསུངས་བ་དང་། རྒྱད་
ཆེན་གཤགས་བ་ལྟན་གྲུབ་ཀྱིས་རྒྱང་འོད་ཟེར་ལྡ་པའི་ཁ་དོག་གཟིགས་ཚུལ་སོགས་
གསུངས།

༼ རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཤད་པ༽

༺ བཞི་བ་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་འབྱུང་
ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཟུང་འཇུག་གི་སྒྱུར་ལྟངས་ལོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་རྣལ་
འབྱོར་བ་དེས་རང་གི་ཡིད་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་
བྱས་ནས་མི་བསྐྱོད་བར་བསྐྱོམ་བ་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་སེམས་དཔལ། རང་གི་དག་
དང་སེམས་ཅན་གྱི་དག་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་འོད་དཔག་མེད་དུ་བསྐྱོམ་བ་
གསུང་གི་དམ་ཆོག་སེམས་དཔལ། རང་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་

དུ་བྱས་ནས་ནམ་སྤང་དུ་བསྐྱོམ་པ་སྤྱིའི་དམ་ཆོག་སེམས་དབའ་སོགས་སེམས་
དབའ་དགུ་བཅེགས་ཀྱི་རྟོར་བསྐྱུས་དང་། རིལ་འཛིན་དང་རྩེས་གཞིག་གི་སྤྱད་རིམ་
སོགས་ཀྱིས་རྒྱང་དགུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐེམ་པ་དང་། དེ་ལས་སྤྱི་མའི་སྤྱར་ལྷང་བ་
ཡང་ཡང་གོམས་པ་ལས་ནམ་ཞིག་ཉམས་ལེན་གྱི་རུས་པ་རྩོགས་ནས་དོན་གྱི་འོད་
གསལ་མཛོན་དུ་འགྱུར་བའི་དུས་ལ་བབས་པ་ན་རྒྱ་དེ་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱུས་པས་མ་
དག་པའི་སྤྱི་མའི་སྤྱི་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྱིན་ཡལ་བ་ལྟར་དག་ནས་སྟོང་ཉིད་མཛོན་སྤྱུ་
དུ་གཟིགས་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཐོབ་པ། འཕགས་ལམ་ཐོབ་པ། རང་རྒྱུད་ལྷན་
གྱི་གང་ཟག་འཕགས་པར་འགྱུར་བ། ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ཀུན་བཏགས་
ལྷན་སྤྱེས་ཀྱི་དངོས་གཉིན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་།

དེ་ཡང་རོ་རྒྱུད་གི་རྒྱང་ནི་ལས་རྒྱང་ཡིན་པས་དེས་ཀུན་སྟོངས་བྱངས་ནས་
འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་སྤངས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱུས་བརྒྱུད་མར་སྟོང་། དེའི་རྒྱང་སྤྱད་པའི་ཐབས་
ལུས་ཀྱི་གནད་ཆེ་སར་དམིགས་པ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པས་ལས་རྒྱང་མཐའ་དག་དགུ་
མར་ཞུགས་ཏེ་སྤྱིར་སྤྱེ་མི་རུང་དུ་ཐེམ་པ་སྤྱེ་འགག་པས་ཀུན་རྟོག་རང་ལོག་དུ་སོང་
བ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་རང་གི་བཞོན་པའི་རྒྱང་མེད་པར་གནས་མ་རུས་ཤིང་། ལས་རྒྱང་སྤྱ་
རགས་ཐམས་ཅད་བཅོན་ཐབས་སུ་བཅད་པས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱིས་ཉོན་སྤྱིབ་
ཀུན་བཏགས་དང་ལྷན་སྤྱེས་གཉིས་ཅིག་ཅར་སྟོངས་རུས་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་གྱི་འོད་
གསལ་ལས་ལངས་པའི་ལུགས་ལྟོག་གི་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ། རིམ་པ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་
འོད་གསལ་འགག་པ། ཉོན་སྤྱིབ་སྤངས་པའི་ནམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པ། རང་རྒྱུད་ལྷན་གྱི་
གང་ཟག་དག་བཅོམ་པར་གྱུར་པ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་བཞོན་པའི་རྒྱང་གི་ཉེར་

ཡེན་དང་། སེམས་ཀྱི་སྒྲན་ཅིག་གྲེད་རྒྱུ་ལས་དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱར་བཞེངས་པ།
ཟུང་འཇུག་པལ་བ་སྤངས་པ་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པ་རྣམས་དུས་མཉམ་དུ་འབྱུང་།

ལུགས་ལྟོག་གི་ཉེར་ཐོབ་ཉོན་སྤྱི་བ་སྤངས་པའི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་
ཡིན། ཉོན་སྤྱི་བ་ལ་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་སྤང་བུ་འབྲེད་ཀྱང་གཉེན་པོ་སྤྲོབས་ཆེ་བས་ཡེ་
ཤེས་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ས་བོན་དང་བཅས་
ཅིག་ཅར་སྤོངས་བྱས། ལུས་ཕྱང་པོ་རྩིང་བ་ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་ཞིང་ཉོན་མོངས་
སྤངས་པས་ལུས་སེམས་རྟེན་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་ཆད་པས་སྤང་ཕྱང་པོ་རྩིང་བ་ལ་
འཇུག་མི་འཇུག་རང་ལ་རག་།

ལས་ཉོན་འདི་བྱས་པ་ཆེ་བས་མ་དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་བྱབ་ཀྱང་ཕྱང་པོ་རྩིང་
བ་ལ་འཇུག་དགོས་ཚུལ་བསམ་ན་ཡོན་ཏན་ཐོབ་ཆོགས་རེའི་ང་རྒྱལ་དང་མགུ་བ་
སྐྱེ་རྒྱུ་ཆེར་མེད། མ་དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་དེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་ཀྱང་།
རིགས་འདྲ་རྒྱུན་ཆད་པས་དོ་རྩེའི་སྐྱུ་བཏགས་པ་བ་དང་། དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་ནི་
འཁོར་བ་མ་སྟོང་བར་དུ་རིགས་འདྲ་རྒྱུན་མི་འཆད་པས་དོ་རྩེའི་སྐྱུ་མཆན་ཉིད་པ་
དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་གཉིས་ཀ་ཡིན། དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་བྱབ་མ་ཐག་དོན་གྱི་འོད་
གསལ་འགག་པས་དེ་དུས་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་མ་ཐོབ་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་སྤངས་
པའི་སྤང་བ་དང་དོ་རྩེའི་སྐྱུ་ཟུང་དུ་ཆུད་པས་སྤང་བ་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པ་ཡིན།

སྐབས་མགོན་དོ་རྩེ་འཆང་ནས། ཐུན་ནམ་ཡང་ན་མྱ་བྱེད་དམ། །ཞེས་སོགས་
བྲངས་ནས་མདོ་ལུགས་ལ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་བུ་རྩོགས་ཀྱི་སྐྱད་
ཅིག་མའི་ཡུན་ཆད་ཅན་དུ་གསུངས་ཀྱང་། སྐགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདིའི་ཆོག་རིས་

ཉུང་བསྐྱལ་བའམ་བསྐྱལ་བ་ལས་སྟག་བར་གནས་ཀྱང་ཞི་མཐར་མི་ལྷུང་བ་སྟགས་
ཀྱི་ཟབ་གནད་ཡིན་གསུངས།

༼ ཟུང་འཇུག་འབྲུབ་ཚུལ༽

གཉིས་པ་དེ་ལས་ཟུང་འཇུག་འབྲུབ་ཚུལ་ནི། དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་དེ་ཕྱང་པོ་
ཉིང་བའམ་ས་རྩོམ་པ་གྲག་ལྡན་གིང་ལྟ་མའི་ལུས་སོགས་གང་འདོད་དུ་ཞུགས་ཆོག་
པས་ལུས་རགས་བ་ཅི་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཟུང་འཇུག་སྐྱབ་དགོས།

དོན་གྱི་འོད་གསལ་གསར་ཐོབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཟུང་འཇུག་གི་ཡ་”བྱལ་
”^༢ ཐུགས་ཡོད་ཀྱང་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་མེད། དེ་ཉིད་ཉེར་ཐོབ་དུ་འཕོས་ནས་དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་
གསར་ཐོབ་སྐབས་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ཡོད་ཀྱང་ཐུགས་འོད་གསལ་མེད་པས་ཟུང་དུ་འཇུག་
རྒྱུའི་ཡ་གཉིས་ཐུན་དུ་སོ་སོར་སྐྱབ་བ་ཡིན། དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་དེ་རྟེན་རགས་བ་ཅི་
རིགས་པའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་ཚུལ་གྱིས་ཞུགས་བ་དེ་རིགས་འབྲ་
རྒྱན་མི་འཆད་པའི་རྩོམ་པ་དངོས་ཡིན་པས། རྩོམ་པ་སྐྱེ་འཆི་མི་མངའ་
ཡང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡང་འདི་ལྟར་གོ་དགོས།

དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་བ་དེས་སྦྲར་ཡང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་
བ་དེའི་ཆེ་སྐྱུ་དག་བ་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་དང་། ཐུགས་དག་བ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གཉིས་སྐྱུ་
ཐུགས་སུ་རོ་བོ་གཅིག་དུ་ཆོགས་པའི་ཆོགས་བ་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པས་དེ་ནས་རྗེས་
ཐོབ་དུ་”འཕོས་”ཀྱང་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་བ་ཡིན། འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྡང་བར་
རྩོམ་བ་ན་མི་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་གི་སྐྱུར་ལྡང་སྟམ་པའི་འཕེན་བ་དང་ལྡན་པས་

^༢ རྒྱལ་

ཡིད་དོར་མི་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་སྐྱར་ལྡང་ཡང་དོན་ལ་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་
སྐྱར་གནས་ཤིང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ལུགས་ལྡོག་གི་ཉེར་ཐོབ་ནས་སྒྲིག་རྒྱའི་བར་གྱི་
རྟགས་རྣམས་འཆར།

དེ་ལས་ལྡང་བ་ན་ཕྱང་པོ་ཉིང་བ་སྐྱལ་སྐྱོད་རྩེ་འཇིགས་བྱེད་ཡབ་ཡུམ་དུ་
གསལ་བའི་བྱགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་རྩལ་གྱིས་ཁྱེད་ཉེ་རྩེས་ཐོབ་དུ་
གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་བ་ཀྱི། བཟའ་བཏུང་ལ་འོངས་སྟོད་པ། དུག་རྒྱ་དང་སྟོམས་
པར་འཇུག་པ། རི་དྲགས་བཞེད་བ་སོགས་ནང་གི་རྟོགས་པའི་སྟོབས་གྱིས་བྱ་བ་
ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོགས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྟུང་པར་བྱེད་བ་ཡིན་ཏེ། འབྲུག་པ་
ཀུན་ལེགས་ལ་ཐང་ཀ་ཞིག་རབ་གནས་ཁྱེད་པར་ཆབ་བསེལ་གནང་བའི་ས་སྟོང་དུ་
འཐོར་ནས་པར་སོང་། རྩེ་ཤོག་བྱས་པས་ཡིད་མ་ཆེས་པར་རྒྱལ་བ་དགའ་འདུན་རྒྱ་
མཆོད་བྱང་དུ་ཁྱེད་པས། པར་སོང་བགོགས་བསྐྱད། རྩེ་ཤོག་ཅེས་ལྟ་བུ་སྟོམས་
ནས་ཡེ་ཤེས་པ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོབ་པས་རབ་གནས་བསྐྱར་མ་མི་དགོས་འདུག་གསུངས།

འཇམ་དབྱངས་བདེ་བའི་དོ་རྩེས་སྒྲུང་བའི་^{༡༠} རོས་ཞིག་ལ་སྟོད་པའི་ཁང་བ་
ཞིག་གྲང་སྐྱབ་པར་བཅུམས་ཤིང་། དབྱར་ཤིང་ལེབ་ལ་སྐྱུམ་བྱགས་ཉེ་འབྲུ་སྟོན་
མང་པོ་ཆགས་པ་ལ་ཐལ་མོས་བསྐྱུན་ནས་ལྟགས་གྱིས་སྒྲུངས་ཏེ་སྟོད་པ་ཞིག་
བཅུམས་པའི་ཁྱལ་གྱིས་གསུངས་པར་བསོད་གྲགས་དོ་རྩེ་འཆང་གསུངས་གསུང་།
རང་རེའི་ཡིག་ཆར་མཐོང་ལམ་རྩེས་ཐོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ཡོད་
པར་གསུངས་པ་སྐྱབས་འདི་དང་མཐུན་ཆབས་ཆེ་སྟེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་འདིའི་རྩེས་ཐོབ་

༧ བ
༡༠ བའི

པའང་བྱང་འཇུག་པར་འཛོག་དག་འགསུངས།

༼འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་བཤད་པ།༽

འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། སློབ་པའི་བྱང་འཇུག་ནས་མི་སློབ་པའི་བྱང་
འཇུག་ཐོབ་ཁའི་བར་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་སློང་ཚུལ་རང་གི་རྟོགས་པ་དང་དབང་པོའི་ཆོད་
དང་སྒྱར་ནས་སློད་པ་ཆོལ་བ་གཉིས་གཉིས་སམ་གསུམ་གསུམ་དུ་སློད་པ་ཆར་རེས་
ཤེས་སྒྲིབ་སློར་རེ་རེ་སློང་བ་སོགས་སློང་ཐེབས་དགུར་བྱེད་པ་དང་། ཐབས་སློད་
པས་སློམ་ལས་སློར་དགུ་འབྱེད་ཀྱང་ཉོན་སྒྲིབ་ལྟར་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱང་སློབ་པ་མཐའི་
དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱིས་ཅིག་ཅར་སློངས་པའི་བཤད་པ་གཉིས་བྱང་བ་ཆན་པ་
གཅོད་མི་གཅོད་ཅམ་ལས་འབྲ།

བསྐྱེད་རིམ་དུས་གཞིའི་སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་གསུམ་ལས་གྱི་སྐྱ་གསུམ་དུ་འཁྲེར་
ཞེས་མ་འོངས་པའི་ཆོག་དང་། འདིར་ཁྱེར་ཞེས་དངོས་སུ་དེར་བསྐྱར་བའི་དོན་ཡིན།
འདི་སྐབས་ཀྱང་ཞུགས་གནས་ཐེམ་པ་དང་སད་དུས་གྱི་བསྐྱེ་བ་གསུམ་ཡོད། སྐྱ་
མའི་སྐྱ་ཡན་ཆད་གྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བར་ལས་རྒྱས་སྒྲོམས་འཇུག་གིས་བདེ་བ་མཆོན་
པ་ལན་གཅིག་མེད་མི་རུང་དུ་དགོས་པས། རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་བར་དོར་མཆོག་
འབྲུག་པའི་ཚུལ་གནང་བའི་རྒྱ་མཆན་གཅིག་འདི་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་པ་གོང་མ་ཐོབ་ན་
ཅི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སྒྲ།

སློད་པ་གསུམ་ལས་སློས་བཅས་ལ་གཞལ་ཡས་ཁང་ལྟ་བུའི་ཁང་པ། ལྟ་
གངས་གྱི་རྣམ་འབྱོར་པ་པོ་མོ། ཆོགས་འཁོར། བན་དང་བནའི་ལན། གར་དང་གར་
གྱི་ལན། བྱག་རྒྱ་དང་བྱག་རྒྱའི་ལན་སོགས་རྒྱས་པ་དང་། སློས་མེད་ལ་རིགས་ལྟ་

ཡུམ་བཞི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་འབྲིང་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤྱོས་མེད་ལ་བཟའ་བ་ཏུང་། གཉིད་
ལོག་པ། བཤང་གཅིའི་ཕྱིར་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གསུམ་ལས་གཞན་མི་མངོན་པ་སྤྱ་སྤྱ་
ཀུའི་སྤྱོད་པ་ཞེས་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞི་བ་ལྟའི་ནམ་ཐར་ལྟ་བུ་སྟེ། བདེ་སྤྱང་ཁོ་ན་ལ་མཉམ་
བར་བཞག་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོབས་ལྷག་པར་རྒྱས་ནས་སྟོམས་འཇུག་སོགས་ཕྱིའི་
སྤྱོད་པ་ལ་མི་སྟོམས་པར་བདེ་སྤྱང་གི་ཡེ་ཤེས་འཕེལ་ནས་སྤྱང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱག་རྒྱའི་གོ་
ཆོད་པས་སྤྱང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བར་ཕྱག་ཆེན་གྱི་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དངོས་
འདི་ཡིན་ཀྱང་། མདོ་ལུགས་ཀྱི་དེ་འབྲས་བུའི་ཕྱག་ཆེན་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པས་
དེའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ཡིན།

དང་པོ་རིག་མ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་རྟོགས་པ་མཐོ་དམན་ཅི་རིགས་ཡོད་
ཀྱང་ཆོད་ལྡན་བྱུང་ན་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཤེས་རབ་གྲོལ་བ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱུན་
གྱིས་ཐབས་གྲོལ་བ་སྟེ་པན་ཚུན་ལམ་གྱི་སོགས་འདོན་དུ་སོང་ནས་མཐར་ཡལ་ཡུམ་
དུས་མཉམ་དུ་སངས་རྒྱ་དགོས་པ་ལོ་ཀྱ་ཏུན་གྱི་བདེ་མཆོག་ལྟ་བུ་སྟེ། ཕྱི་རགས་
པའི་ལུས་དང་། ལུང་འཇུག་པ་སྤྱགས་ཀར་བཞུགས་ཡོད་ཀྱང་སྤིད།

སྟོན་དབུས་གཙང་སོགས་སུ་རགས་པའི་རྟེན་དེ་ཅི་ལྟར་འགྱུར་བཅད་པའི་
ལོ་རྒྱུས་མང་ཡང་ལུང་སྐྱེ་རོལ་པའི་རྟོ་རྟེས་དེ་ཡང་སངས་རྒྱ་ཞེས་གསུངས་པར་
སྐབས་མགོན་རྟོ་རྟེ་འཆང་ལས་ཐོས་གསུངས།

དེ་ལྟར་ཟླ་བུག་བཅོ་བརྒྱད་དུ་རི་བྲགས་བཞོར་བ་སོགས་སྤྱོད་པ་ཆར་རེས་
ཤེས་སྤྱིབ་ནམས་རིས་པར་སྤངས་ཏེ་མི་སྟོབ་པའི་ལུང་འཇུག་འབྲུག་པའི་མཆོན་མ་
མཐོང་བ་ན་ཆོས་བརྒྱད་ལྟ་བུ་ནས་མཉམ་པར་བཞག །བཅོ་ལྔའི་སྤྱོད་ལ་ཆོགས་

འཁོར་སོགས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་དང་གསོལ་འདེབས་བྱས། བྱང་ལ་དབང་གསུམ་བ་དངོས་དབང་དུ་བསྐྱར། ཕྱིའི་མངོན་བྱང་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་དབང་བཞི་པའི་གདམས་བ་ཐོག་སྟེ་ཕྱིའི་རྒྱུན་ལས་རྒྱ་མཚན་ལྟན་དང་སྟོམས་པར་ཞུགས། ཉང་གི་རྒྱུན་བདེ་ཆེན་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པས་རྒྱུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐེམ་གསུམ་དང་། ཐེམ་བ་ལས་ཀྱང་སྒྲིག་རྒྱ་ནས་འོད་གསལ་ཀྱི་བར་ཀྱི་ཉགས་རྣམས་འཆར། སྟོང་བཞི་དགའ་བཞིའི་རོ་བོར་སྐྱེ་ཞིང་། ཉང་གི་མངོན་བྱང་སྟོབ་བ་མཐའི་དོན་ཀྱི་འོད་གསལ་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་།

དེའི་དུས་གཉིས་པར་ཤེས་སྒྲིབ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་སྟེ། འཁོར་བ་ཇི་སྟེན་ཀྱི་བར་དུ་མཉམ་གཞག་ལས་གཡོ་བ་མེད་ཅིང་ཆོས་ཉིད་ལས་སྤང་མི་ལྡང་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་བརྟེན་ཀྱང་ཇི་སྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱན་ལག་མཐེལ་ཀྱི་རྣམ་བཞིན་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་གཟེགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཐོབ་པ། གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་སྐད་ཅིག་རེར་ཡང་རགས་པའི་སྒྲུལ་སྒྲུ་བྱེ་བ་ཐེར་འབྱམ་འབྱེད་བ་སོགས་འཕྲིན་ལས་ལྷན་བྱུང་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྟན་ཀྱི་རྟོ་རྩེ་འཆར་གི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་ཐོབ་པ་ལ་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་ཐོབ་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་ཡ་གཉིས་སོ་སོར་སྒྲུབ་དགོས་པས་དག་པའི་སྒྲུ་མའི་སྒྲུ་དང་། དེ་གང་ལས་བྱུང་པའི་སྒྲུབ་གཞི་དག་པའི་རྒྱུང་འོད་ཟེར་ལྟ་པའི་བཞོན་བ་ཅན་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་དོན་ཀྱི་འོད་

གསལ་ཐོབ་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་གང་ཞིག་འོད་གསལ་དུ་དག་པར་བྱས་
པས་ཐོབ་རྒྱ་དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་དག་པའི་སྒྱུ་ལུས་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་
གང་ལས་སྒྱུ་བ་གཞི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་འཆི་རིམ་རྩི་ལྟ་བ་བཞིན་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་
དམ་ཆིག་གི་རྣལ་འབྱོར་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི་དཔེའི་འོད་གསལ་སྟོན་དུ་
འགྲོ་དགོས། ཁྲབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་མ་ལུས་པ་འཆི་རིམ་བཞིན་ཐེམ་པ་ལ་སྟོན་དུ་རྩ་བ་
དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་དགུ་དབུ་མར་ཐེམ་པའི་དག་དབེན་སྒྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་
དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་ཉྩེ་བའི་རྩ་འཁོར་ལ་གནད་དུ་བསྟུན་ནས་རྒྱུད་དབུ་མར་གཞུག་
པའི་ཐབས་ལུས་དབེན་སྒྲགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་སྒྱུ་
གསུམ་ལམ་འབྲེང་གི་གནད་ཆང་བའི་བསྐྱེད་རིམ་སྤྱ་རགས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་
སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེའི་རྟོགས་པ་ཆད་ལྡན་སྐྱེ་བ་ལ་རྒྱུད་སྟེན་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་
དབང་བཞི་རྣམས་དག་སྒྱུ་བཞིའི་ས་ཐོན་ཐེབས་ངེས་སུ་མཐོས་ནས་དབང་དུས་སུ་
ཁས་སྐྱེངས་པའི་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་ཞིག་དགོས།

དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་
པའི་ལམ་སྟུན་མོང་བས་རྒྱུད་སྐྱེངས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་འཁོར་བ་མཐའ་
དག་ལ་ཞེན་པ་གཏོང་ནས་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་དང་། དེ་ལ་ཆེ་འདིའི་སྟུན་ཆོགས་
མཐའ་དག་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་མཐོང་ནས་སྒྱུ་བས་འགྲོ་དང་། དེའི་བསྐྱེད་བྱ་ལས་
འབྲས་ཀྱི་སྤང་སྤང་རྩལ་བཞིན་དུ་སྒྱུ་བ་བ་དགོས། དེ་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་
ཞལ་གྱི་བདུད་རྩི་སྤང་སྟེ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་མ་ཞོར་བ་ལ་ཐོས་བསམ་གནད་དུ་
སྟོན་པ་དགོས། དེ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་རྩ་བ་མཆན་ཉིད་དང་

ལྷན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་
སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས།

དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ནི་གདུལ་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་
སྟེགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་བྱུང་འདུག་རྫོང་ཆེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མཛོན་དུ་བྱེད་
པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དང་ཐབས་ཆ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་ཡིན་ལགས།

ཞེས་ཁྲིད་ནས་གནང་ཡང་མཐུག་འདི་ལྟར་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། བླ་
དཀར་དཀར་བཅུ་རིན་པོ་ཆེས་འདིགས་བྱེད་བསྐྱེད་རྫོགས་ཐང་སག་པའི་གསུང་
གཞིར་བཞག་ལ། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ཁྲིད་ཡིག་དང་། ལྷ་མའི་
གསུང་རྒྱན་གྱིས་ཁ་བསྐྱང་ནས་གནང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རེད་ཡན་ཆད་ལ་རྫོང་ཆེ་འཆང་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པ་ཤིས་ལྟ་
ཡིན་ཀྱང་དུས་ཀྱི་ཐ་མ་ལ་སྟེབ་པས་བདག་ལྟ་བུས་ཀྱང་གསང་སྟགས་ཁ་ཅེད་དུ་
བྱེད་པ་ལེགས་ཉེས་ཅི་འདྲ་ཡིན་བཤད་མི་ཤེས། ཡིན་ཀྱང་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་
པོའི་གདམས་པ་ཆ་ཆང་ལམ་མ་ཞོར་བ་ལ་ཐོས་བསམ་དང་ཉམས་ལེན་གང་འདོད་
དུ་བྱར་ཡོད་པ་ངེས་པར་སྟེ་བ་སྟོན་མའི་རྣམ་དཀར་གྱི་བྱ་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེའི་འབྲས་
བྱར་ངེས་པས་འདི་ཙམ་ལ་གཤམ་སྦྱངས་དང་བསམ་སྟོར་ལྟར་ནས་སྟོན་ལམ་
བཟབ་ན་རྗེའི་བསྟན་པར་མཇུག་བའི་དོན་བྱུང་བ་རེད།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐག་གོང་དུ་བྱིལ་ནས་ལག་མཐིལ་དུ་བཞག་འདྲའི་
གདམས་པ་དང་མཇུག་དུས་ལག་དུ་ལེན་རུས་ན་རབ། མ་མཐའ་སྟེ་བ་བཅུ་བྱུག་ཚུན་
ཆད་དུ་ལམ་སྟོན་ཐེན་པའི་སྟོན་ལམ་གདམ་དགོས། རང་རེའི་རྒྱད་སྟོད་དན་དུ་ལུས་

ནས་མ་མེར་བ་ལས་རྒྱ་གར་གྱི་པཎ་བྱུག་ བོད་ཀྱི་མར་མགོས། རྩ་སྐྱོའང་དང་།
མལ་གཉོས་སོགས་ཀྱི་གདམས་པ་མེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་མི་མངའ་བ་དང་མི་
འཁྱེན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་དག་སྒྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ལས་རིམ་བར་བརྒྱད་དེ་
ཟུར་ཉམས་པ་དང་། དགོངས་པ་མ་ལོན་པ་དང་། བསྐྱེད་བསྐྱུང་ཅུང་ཟད་ཞུགས་པ་
རྣམས་ཀྱང་མེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་མི་དང་མི་ལ་བ་ལྟར་གདམས་དག་
འདོམས་པའི་མན་དག་ལ་བཏེན་ནས་དག་ཐེར་ཆད་དུ་བྱུང་བ་མཛད་ཅིང་། ཐུགས་
རྒྱུད་ལ་ཅི་ལྟར་འཁྱུངས་པ་ལྟར་སྤྲས་ཀྱི་ཐུ་བོ་རྣམས་ལ་སྤུལ་ཞིང་ཡིག་རིས་སྤྲུལ་དང་
གནང་བའི་མན་དག་གི་རྒྱུད་དང་ལེགས་བཤད་རྣམས་ལ་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མའི་གསུང་
རྒྱུན་གྱིས་མིག་བྱས། སྒྲའི་མ་ཐུ་ཆེ་བ་དག་གིས་མདོ་དང་རྒྱ་གཞུང་ཆོད་ལྟར་རྣམས་
དང་སྤྲགས་ནས་དབྱང་བ་རྩོུས་ཐུག་པ་མཛད་ན་དེར་མ་ཐོན་པ་ཞིག་གང་ནས་
ཀྱང་མི་རྟེན་པས་མཐོང་ཆོད་དང་ཐེར་ཆོད་ཀྱི་རྩིས་སྤྲུལ་མི་རྒྱུག་པར་རང་ལ་ཡིད་
བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ཡོད་པ་མཁྱེན་པར་མཛད་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ལམ་
བཟང་པོ་འདི་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་ཞུགས་ཏེ་མདོ་སྤྲགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་
གདམས་པའི་བདུད་ཅི་ལ་ཅི་དགར་རོལ་པའི་སྤུལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྟན་པར་བྱའོ་
གསུངས། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་ཐུགས་མེ་བདག་ཉིད་སྒྲ་མ་མཆོག་གི་རྣམ་རོལ་
ལྟག་པའི་ལྟ་འཛིགས་མཛད་ཞི་ཁྲིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

སྤྲས་པ། ཆེ་གཅིག་ཉིད་ལ་ཟུང་འཇུག་དོ་རྩེའི་སྤྲུལ་། སྤྲུབ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་
པ་མ་ལུས་པ། །གསལ་བར་མཆོན་པའི་ཐབས་ཁྲིད་ཡིད་བཞིན་ཁོར། །སྤྲིང་དབུས་
གདེངས་ཅན་གཙུག་གི་རྒྱུན་དུ་ཐོབ། །དེའི་ཆེ་དགའ་བདེའི་རྒྱུད་ལྟགས་ཆེར་བསྐྱོད་

བས། །ཚུལ་དེར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱབས། །མང་འཁྲིགས་ཆོག་ཐེང་
བྱ་ཆར་གྱིས་བརྒྱུང་བའི། །ཀྱན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་འདི་ཡང་སྟོོས། །དག་
དེས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་རྩོམ་འཆང་། །བསྐྱལ་བརྒྱར་ཞབས་བརྟན་འཕྲིན་
ལས་འོད་སྤང་གིས། །རྒྱལ་བསྟན་འཁོར་ཡུག་ཁྲབ་པའི་དག་མཆོན་གྱི། །རྟེན་འབྱུང་
སྤྲིན་པའི་མཐར་ཡང་ཉམས་མེད་ཤོག །

ཅེས་འཇམ་དབལ་རྩོམ་པ་བུ་གསུམ་ལྟེ་འཁོར་ལོའི་རྫོགས་རིམ་རྣམ་འབྱོར་བཞིའི་ཁྱི་
ཀྱེ་བརྟེན་བྱང་འཁྲིགས་མཛད་ཞལ་གྱི་བདུད་ཅི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་མདོ་སྔགས་གྱི་གསུང་རབ་
མཐའ་དག་ལ་མི་འཛིགས་པའི་སྟོབས་པ་བརྟེན་ནས་གཅིག་ཏུ་རྒྱལ་བསྟན་སྟེལ་བའི་ཁྲུང་འཁྲེར་
བས་མི་ངལ་ཞིང་སྟན་བརྒྱན་གདམས་པའི་བང་མཛོད་འཛིན་བ་སྤྲོ་བའི་དབང་བྱུག་རྩོམ་འཆང་
དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་དབལ་བཟང་པོའི་བཀའ་བྲིན་ལས་འདིའི་རྒྱུད་དང་བསྐྱེད་རྫོགས་ཆེན་
མོའི་བཤད་ལུང་། ལམ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་དམར་ཁྱིའི་བཅས་ཡང་ཡང་མནོས་པ་དག་སྟོང་ཤེས་རབ་
རྒྱ་མཆོས་ཐོ་ཅམ་བརྟེན་བྱང་དུ་བྱས་པ་རྒྱ་མཆོག་དང་བཀའ་སྟོད་སྤང་མའི་ཆོགས་གྱིས་བཟོད་
བར་མཛད་ནས་དབྱེས་པའི་གར་གྱིས་སྤྲི་ནང་གསང་བའི་བདུད་སྟེའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་
མཛད་དུ་གསོལ། ། །སྐར་མརྒྱ་ལོ། ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་ལྷང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཤག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
རེས་ལེགས་ཞོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་ཤུག་སེ་རྒྱེའི་
རིང་ལུགས་སྒོ་ཀུན་ནས་རྒྱ་ས་བ་སོགས་འཕལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བར་
བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་
ཆོག་པའི་དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་འདི་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་སྤྲུལ་དག་དབང་གྲོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་
རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བཤོ།

༄༅། བཅུ་ སམརྒྱུད་དྲུག་ཀྱི། ཨ་ཅི་བུ་དྲུད་བྱུད་ཕྱེ་ཀྱི། ཨོྲེ་དེ་སྤྲུ།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་བ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་བ་མི་འབྱུང་
བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།