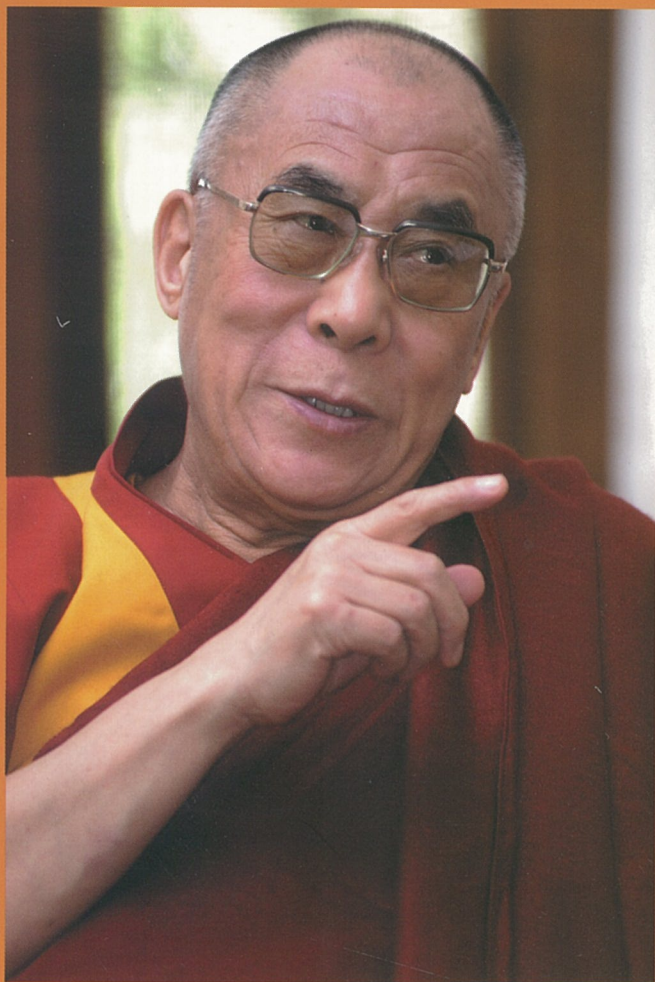


འགྲེལ་འཕྲིན་པ་འཕྲོ་རྒྱུ་ཞེས་པ།



ལགོང་ས་ལསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་གསུང་།
ནཱ་རྒྱལ་གྲ་ཚང་གིས་ཡོན་ཏྲན་ཆོག་ས།

༡༡། །འོད་གྱི་ནང་ཆོས་དོ་སྒྲོན་སྒྱིང་ནོར། །

སྐྱེ་བཅར་ནཱ་པར་རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་སྒྲིང་གུ་ཚང་
གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་དཔར་བསྐྱབ་དང་
འགེམས་སྒྲེལ་ཞུས་པ་དགེ་ལེགས་
སུ་གྱུར་ཅིག།

ནཱ་གུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་
པར་ཐངས་དང་པོར་དེབ་གངས་ ༡༠༠༠ དང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ལོར་པར་ཐངས་གཉིས་པར་ཐེ་མན་ནང་པའི་
ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་དེབ་གངས་ ༡༠༠༠༠ །

འབྲེལ་ཡུལ་ནས་བྱང་།

NAMGYAL MONASTERY

P.O. Mcleod Ganj-176219

Dharamsala Distt Kangra (H.P.) INDIA

Tel: 01892-221492 Fax: 01892-221410

Off: 91+92184-14777/92184-15777

E-mail: namgyalmonastery@gmail.com

www.namgyalmonastery.org

ཕབ་སྐྱུར་བྱ་བ་པའི་སྒྲིག་སྒྲིང་།



སྐྱེ་མཆན་དཔེ་གངས་ཅན་སྒྲིངས་སྤྱི་བཞད། །
གསུང་ཆངས་དབྱངས་འཛམ་སྒྲིང་ཡོངས་ལ་བྱབ། །
བྱགས་བྱམས་བཅས་འགྲོ་ཀྱན་བྱ་བཞིན་སྒྲིང་། །
མགོན་ལྷ་མེད་བསྟན་འཛིན་བྱ་བཅོ་བྱལ། །

༄༅། །གངས་སྒྲིངས་ཆོས་སྒྲིང་བྱང་གི་སྒྲིག་མེད་པའི་དབྱུ་
ལའི་དུ། རྒྱལ་ཀྱན་སྒྲིང་རྒྱུ་རང་གཟུགས་སྒྲིང་བཅོན་དུར་སྒྲིག་གར་
གྱི་རྒྱལ་པར་རོལ་བ། བཟང་ཡས་འགྲོ་པའི་བསྐྱེད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་མཆོག་
ལྷམ་གཟུགས་གོ་ལའི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོར་མངའ་གསོལ་བའི་
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། ལྷར་བཅས་སྒྲིང་ཞིའི་གཙུག་ལོན་པ་ཡུལ་སྤྱུ་བས་
མགོན་པོ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཆོག་ཅིང་གཟིགས་པོ་མཆོག་ནས་སྤྱི་
ལོ་ ༡༠༠༩ ལོའི་ཕྱི་ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༥ རས་བཟུང་ཉིན་གུངས་གཉིས་
རིང་བཞུགས་སྐར་ད་ལྷེང་པོད་སྤྱག་བྱིམ་སྤྱིར་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་
མཐོ་སྒོ་བ་ཁག་དང་། ཨ་རི་དང་། ཁེ་ཏོ་ཏཱ། ཨོ་སི་ཀྱོ་ལི་ཡ། བལ་
ཡུལ་བཅས་ས་གནས་དང་མཐོ་སྒོ་བའི་འདྲ་བའི་པོད་རིགས་ན་གཞིན་སྒོ་བ་
གཉེར་བ་གཙོ་བྱུར་གྱི་སྤྱི་ནང་གི་དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་དོན་དུ་གཉེར་བའི་
དད་ལྡན་ཆོས་ལུ་བ་སྒྲིང་སྤྱག་མང་པོར་སྤྱི་ལོ་ལྷུར་པོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ངོ་སྤྱོད་
སྒྲིང་གི་ལོར་བུ་ལྷ་བུ་གོ་བདེ་ཟབ་གསལ་ཡིད་ལ་སྒྲིན་པར་སྐྱེལ་གནང་མངའ་
པ་དང་།

དམིགས་བསལ་གྱི་གསུང་ཆོས་འདི་ཉིད་སྐྱེལ་བའི་སྐབས་སྒོ་བ་
གཉེར་བ་ནམས་ལ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྐལ་བཟང་གོ་སྐབས་ཀྱང་གསོལ་

སྐྱུ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་དབྱིན་སྐད་དང་ཀློང་གཉིས་ཀྱི་
 ཐོག་ནས་གསུང་བསྐྱར་གནང་བ་མ་ཟད། བཞུགས་སྐར་དེ་སའི་ཉེ་འདབས་
 ཡོངས་ལ་སྐྱུང་འཕྲིན་ཐོག་ཐད་གཏོང་གནང་བ་དང་། ལྷག་པར་སྐབས་
 དེར་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་དུ་ཕྱི་ཐོག་ཐད་གཏོང་གི་མཐུན་ཀྱིན་བསྐྱུན་པས་
 འཛམ་གླིང་གར་རྒྱུ་ཀྱན་ནས་ཡུལ་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་མཛུ་
 ཞལ་གསུང་བཟང་ལ་འཕྲིན་ཆོས་བདུན་ཅི་དོན་གཉིས་ཀྱི་མི་མང་ཁྲི་འབུམ་
 མང་པོས་ཡུལ་ས་མཆོག་གི་ཞལ་བཟང་མཛུ་ཞིང་། གསུང་བཟང་ལ་
 ཡོངས་སུ་སྦྱོད་ཐུབ་པ་བྱུང་སྟེ་མིག་དང་ན་པོའི་བདུན་ཅི་དམ་པར་གྱུར་ཡོད།

དེ་ཡང་ངའམ་བདག་གི་དོ་ཤོ་དང་། བདག་ལ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་
 མ་ཡོད་མེད། རྒྱ་འབྲས་ཉེན་འབྱུང་དང་། བཞེན་ནས་བཏགས་པའི་
 ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཆམ་གཞག་སོགས་ལས་བཅུ་མས་ཏེ་འབྲལ་ཡུན་གྱི་སྒྲོང་དོར་
 ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་སོགས་ཡིད་གདུང་སེལ་བའི་བདུན་ཅི་དང་། མོངས་
 ལུན་སེལ་བའི་སྟོན་མེ། ཤེས་རིག་གི་སྟོན་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་ལྷེ་མིག་ལྷ་བྱ་
 ཟབ་ལ་ཀྱུ་ཆེ་བའི་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་དོན་གྱི་སྟོང་ནོར་ནམས་གཅིག་
 ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་ཟབ་གསལ་ལོ་བདེ་ཡིད་ལ་འཇུག་ཆེ་བའི་ལེགས་བཤད་མད་
 དུ་བྱུང་བའི་བཀའ་ཆོས་འདི་ཉིད་སྟོན་སྟོན་མཛུ་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཡུལ་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་རང་
 རིགས་ན་གཞོན་སྟོན་གཉིས་བཞུགས་ལ་ནང་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་

པོའི་ནང་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ནང་ཆོས་ལ་ཐོས་
 བསམ་འཆད་ཉན་བྱེད་གལ་ཆེ་བ་དང་། ལྷག་པར་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་ལུགས་
 དང་། ཡང་སྟོན་རིགས་ལམ་སྟོན་གཉིས་བྱེད་དགོས་པའི་ཐུགས་རེ་ཤུགས་
 ཆེ་གནང་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་རང་རང་གི་འབྲལ་ཐུགས་ཀྱང་གསུམ་
 དང་བཅས་པར་དགེ་ཡན་རྒྱལ་ཆེན་ཡོང་བའི་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་
 ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་གནང་མཛུ་པོད།

དེ་ལྟར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉིད་བཅུད་གཅིག་ཏུ་བདུས་པའི་སྟོང་ནོར་
 ཀྱི་བཀའ་ཆོས་འདི་ཉིད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཐབ་སྟེ་པར་བསྐྱུན་ལུ་ཐུབ་ན་ཀྱུ་ཆེ་
 ལ་གཏོང་ཟབ་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྟོན་ཆེ་མི་ཐུབ་པའི་སྟེ་པོའི་རིགས་
 ལ་བཞུ་བདེ་དོན་བཟང་གིས་ཐུག་པའི་ལམ་ནས་དོན་སྟོན་ཀྱུ་ཆེ་ཡོང་གྱུར་
 གདོན་མི་ཟ་བས། ཀྱན་གྱི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཐོས་བསམ་
 སྟོན་གསུམ་མཛུ་མཁན་དོན་གཉིས་ཅན་ནམས་ལ་བསེད་ནམས་ལྟ་གཏོར་
 ཀྱི་འབབ་རྒྱན་ཟམ་མཆད་པ་ཡོང་གྱུར་པའི་སྟོན་སྟོང་དུ་བཅངས་ནས་ཡིག་
 ཐོག་ཏུ་ཐབ་པ་ཡིན་ལ། ལས་དོན་འདི་ཐོག་སྐྱེ་སྐྱེ་ཞལ་བུ་མས་བཞུན་
 ལགས་དང་། ཆམ་གྲུ་དགེ་བཤེས་སྟོན་བཟང་གཞུགས་པ་ལགས་བྱུང་ནས་ལུ་
 དག་ངེས་འདོངས་དང་། ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་ཆེ་གནང་མཛུ་པར་གྲུས་
 པས་སྟོང་དཔུས་ནས་ཐུགས་རེ་བཀའ་དྲིན་སྟོན་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་ལུ་ཀྱུ་ཡིན།

འདི་ཡི་བྱིན་མཐུས་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འགྲོ་བའི་མགོན་སྐུ་བས།

རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕྱོག་པའི་སྒྲ་སྒྲུབ།
 འཕགས་མཆོག་སྐུན་རས་གཟིགས་མི་ཡི་རྒྱལ་པར་རྩལ་བ་ཡོན་པ་
 ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་མཐའ་ལྡན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན་དང་དཔུང་
 གཉིན་དམ་པར་སྐྱེ་ཆེ་ཡུལ་པར་མགོན་པོ་ཆེ་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་
 པའི་རོ་པོར་བརྟན་ཅིང་། རྒྱལ་སྤྱི་མེ་ཏོག་གི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་
 དག་ལྟན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། རང་ཅག་ཁ་བ་གངས་ཅན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་
 རིང་ནས་སྤྱི་ལ་བརྟན་པའི་པོད་ལྗོངས་རང་དབང་གཙང་མའི་བདེན་
 མཐའ་ལྟར་དུ་གསལ་ནས་གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་སྒྲུབ་བཟང་
 དག་འཛོམས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་། ཡོན་པ་ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་
 པོ་མཆོག་རི་པོ་གྲུ་འཛིན་གཉིས་པའི་གཞུང་མེད་ཁང་ཆེན་པོ་པོ་བྱང་པོ་
 ཏུ་ཡའི་མི་འཛིན་གས་གདོང་ལྡན་བརྟེན་པའི་མེར་གྱི་ཁྲི་འཕང་མཐོན་པོར་
 ཡུལ་སྤྱོད་པའི་འཁོར་ནས་ཆོལ་གསུམ་པོད་འབངས་རྒྱལ་ཐབ་གསལ་
 གསུང་བཟང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བྱུང་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་སྐྱེ་བྱ་རྒྱལ་
 མཛོན་མཐོན་དང་རིས་ལེགས་སྤྱོད་པའི་ལེགས་བྱས་ཀྱན་ཏུ་བརྟན་པའི་
 སྒྲོན་འདུན་དང་བཅས།

རྒྱལ་གྱི་པོད་དྲུང་དང་པོད་དགེ་གཅིག་ལྟོགས་བྱུང་བརྟན་ཡར་
 འཕེལ་པས་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༧ ལྷ་ ༩ ཆོས་ ༡༠ དགེ་བར།



བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རིམ་སྒྲིབ་ཀྱི་དོན་ཅུག་

དཀར་ཆག

ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་ཆོས།

- ༡༥ སྐུ་མཁའ་ལྷ་པོའི་སྐྱེ་བྱེད་།.....1A1
- ༡༦ རང་ཆོས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་སྐྱེ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཚུལ།.....1011
- ༡༧ ང་ཞེས་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་སྟོར།.....111
- ༡༨ བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོར།.....111
- ༡༩ རང་པས་བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ།.....111
- ༢༠ བདག་ལ་མཐའ་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོར།.....111

ཉིན་དང་པོའི་བཀའ་འདྲི་དང་བཀའ་ལན།

- ༢༡ སྤྱི་པ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ཆོར་སྟོར།.....111
- ༢༢ བཀའ་བསྟུན་དང་ཆོས་འཁོར་རིམ་གསུམ་གྱི་སྟོར།.....111
- ༢༣ རྒྱ་གར་ནང་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཁྱེན།.....1001
- ༢༤ ལུས་སེམས་ལྟར་བདག་ལ་འགྱུར་བཡོད་མེད།.....1011
- ༢༥ ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལྟར་བྱུང་བའི་རིགས་པ་བཞིའི་སྟོར།.....1011



གཉེན་ཡོད་ན་བཟུ་བྱ་བྱ་ཡིན། དེ་རིང་ང་རང་ཆོ་ཡང་བསྐྱར་བྱེད་ས་
 གཅིག་ཐུག་སྐབས་ཁྱེད་རང་ཆོ་ཆང་མར་འཆམས་འདྲི་དང་། གཞིག་
 བྱེད་མཁན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཆང་མར་བུགས་མེ་ཆེ་ཞེས་བཞེད་བྱ་ཡིན།
 ང་རང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་ཡིན། བོད་ལུང་པའི་ས་ཆའི་བབ་དང་། སྡོད་
 བཅུད་ཀྱི་བཀོད་པའི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ཐོག་ཅེས་བཞེད་སྟེ་ལ་
 ཡོད། དེ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ས་ཁྲར་སྟོན་དང་བོད་ཀྱི་ས་ཁྲ་དེ་འབྲུར་
 དུ་ཐོན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱིར་ས་ཆ་གང་དུ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་དེའི་
 གོམས་གཤིས་དང་། མི་ཆའི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་མང་པོ་ཞིག་ཁོར་ཡུག་གི་
 གནས་སྐྱེད་ས་ལ་གཞིགས་པའི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཤིག་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་
 ཆོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་འཆོ་བའི་གནས་སྐྱེད་ས་ཀྱང་སོག་པོ་དང་
 འདྲ་པོ་ཡོད་པ་སྟེ། ཐུགས་རིགས་དང་། ཉ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲོག་པའི་
 འཆོ་བ་སྐྱེལ་མཁན་ཞིག་ཡིན།

བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བྱས་འགྲོ་ཚུལ་ལ་
 བརྟེན་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ས་ཞིང་འདེབས་ལས་འཕེལ་བྱས་འགྲོ་
 ཡུལ་སྤར་སྟོད་ཁུལ་དུ་ཡིན་འདུག ངས་ངོ་ཤེས་པའི་ཨ་རིའི་མི་ཞིག་
 ཡོད་པ་ཁོང་རང་ཐེངས་མང་བོད་དུ་སོང་ནས་སྟོད་ཁུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་
 གུས་པར་མ་ཟད། པར་ཏ་ཅང་མང་པོ་བརྒྱབ་ནས་དེ་བཞེས་ཀྱང་



བཏོན་ཡོད། ཁོང་གིས་སྤར་ཞིང་ཁ་བཏབ་པའི་ལུལ་མང་པོ་ཞིག་དེར་
 སྐབས་མི་མེད་ལུང་སྟོང་གི་བྱང་ཐང་ལ་གྱུར་འདུག་ཅེས་བཞེད་བྱུང་།
 དེ་སྤར་ཐོག་མར་སྟོད་ཁུལ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དབུས་གཙང་
 དང་མདོ་སྟོད་སྟོད་ཁུལ་བཅས་ཆགས་པ་མིན་ནམ་སྟེ།

ཡང་ངའི་ངོ་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་བཞེད་པར། བོད་ཨ་མདོ་ཁུལ་
 ཀྱི་ས་འོག་ནས་དོ་ཆས་དུས་རབས་སྐབས་ཀྱི་དོ་ཆས་དང་། གནའ་རྒྱས་
 ཀྱི་རིགས་སྟོད་སོན་བྱུང་བའི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་སྤྱི་མཐུན་ཅེས་ཕྱིན་པ་
 བཞེད་ཀྱི་འདུག བཞེད་ཚུལ་དེ་ལ་གཞིགས་ན་རིག་གཞུང་རིམ་བཞིན་
 མདོ་སྟོད་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་མིན་ནམ་སྟེ། མདོར་ན་བོད་མི་
 རིགས་འདི་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ས་ཆའི་བབ་དང་
 མཐུན་པའི་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱེད་ས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

ང་ཆོའི་མེས་པོ་ཆོའི་ཆོས་ནི་བོན་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་དེར་
 བོད་དང་ཁང་ཁུང་ཞེས་ཁག་གཉིས་ཡོད། ཆོས་རྒྱལ་སྤྱིར་བཙན་སྐྱེས་
 པའི་སྤྱི་དུས་ཁང་བོད་ཆུ་སྐྱེལ་བཏང་བའི་སྐད་ཆ་ཡོད་པ་དང་། བོན་
 ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བཞུགས་ཀྱི་ས་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱིར་བཙན་སྐྱེས་པོས་ཁང་ཁུང་
 མེད་པར་བཟོས་པ་དང་། བོན་པོར་ཏ་ཅང་སྤང་པོ་དང་། སྤྱི་པོ་
 གནང་བ་བཞེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཁག་མེད་པ་ཡིན། བོན་པོ་རང་གི་



གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་ཅིག་ཡོད་པའི་ན་པ་དེ་པར་བཞག་སྟེ། རྒྱ་
 གར་ནས་དར་པའི་ཆོས་ལུགས་གསར་པ་ཞིག་ཐོ་རི་གཉན་པཅན་གྱི་
 སྐབས་སུ་དབུ་བཞེས་པ་དང་། གཙོ་བོ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་གྱི་སྐབས་
 དང་། རྒྱ་གར་པར་བྲི་སྲོང་ལྷེ་བཙན་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་ནས་ཆེད་
 མངགས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་གདན་དྲངས་ཤིང་། ཁོང་ནི་སྐད་གྲགས་
 ཡོད་པའི་དབུ་ཆེད་སེང་གེ་མཛིང་བསྟོལ་ཞེས་ལྷ་གྲུབ་གཟེ་བཞིན་ཅན་
 འཛིན་པ་གནང་མཁན་ཞིག་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་
 ཡིན། བོད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་གཞི་ཅན་དུས་དེར་ཚུགས་པ་
 ཡིན་པས་བོན་པོ་ཆོར་ཁག་དེ་ཅུ་མེད། རང་གི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་ན་
 པའི་ཆོས་རྒྱུད་འདི་ས་མ་འགྲེགས་པར་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་རྒྱུད་གསར་པ་
 ཞིག་སྟེ་བས་དུས་འགལ་ཆེ་ཡོང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ང་རང་ཆོའི་པ་མེས་
 ཀྱི་ཆོས་རྒྱུད་བོན་པོ་ཡིན།

ཞང་ཞུང་གི་སྐད་ལ་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་ནམས་ཀྱིས་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་དགོས། དེའི་ནང་ནས་བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
 ལ། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་གསུངས་
 ཡོད། ཡང་ཞང་ཞུང་བོན་གྱི་ཡིག་རིགས་ནང་བཞད་ཚུལ་ལམ་འདོད་
 ཚུལ་གང་དང་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ང་ཆོས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་



ཡིན། གཙོ་བོ་ལོ་རྒྱུས་བཞད་དུས་ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་དངོས་རྒྱས་
 དེ་དག་གཞི་ལ་བཞག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་རང་སྤང་བ་དག་པའི་
 བཞད་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་མདོར་ན། བོད་ཅེས་ཡུལ་ཁམས་
 ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་རིམ་
 བཞིན་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་སྤྱི་ནང་ཆོས་བོད་དུ་མ་དར་གོང་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་
 དེ་ཡལ་ཆེར་གདུག་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་འདུག་ གོང་དུ་བཞིན་པ་
 བཞིན་འབྲེག་པ་ན་རྒྱ་གཞི་རྒྱ་གཞི་ཡུལ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་གནས་
 སྟོན་བྱེད་སྐབས་ཡལ་ཆེར་ལམ་དུ་གཏོར་བཅོམ་བྱེད་ཀྱིན་འགྲོ་གི་མེད་
 དམ་སྟུང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ནང་ཆོས་དར་བ་དང་། ཞིང་ལས་སོགས་
 ཀྱི་ཐོན་བསྐྱེད་རིམ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་སོང་སྟེ་སྔོན་གནས་གཏན་འཇགས་
 གནས་པ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་དེ་ཡང་བྱམས་བཙེ་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་
 དུ་གྱུར་ཡོད།

བོད་པའི་གོམས་གཤིས་སྟོར་བཞིན་ན། དེ་སྔོན་ཨ་རིར་གཞིས་
 ཆགས་འགོ་མཁན་ཁོངས་ལས་བྱེད་ཆེད་པ་བཟའ་མི་གཉིས་ཡོད། ཁོང་
 གཉིས་མཐོ་སྟོབ་ཀྱི་ཐབ་ཆང་ཞིག་དུ་ཆལ་གད་རྒྱག་མཁན་གྱི་ལས་ཀ་
 བྱས་ཤིང་། ཆལ་གཙང་མ་བཟོ་སྐབས་འབྲུ་རེ་གཉིས་ཐོན་པ་དེ་དག་



སྐབས། ཆོགས་འདུ་གཤིག་བྱེད་མཁན་ཆོ་ཁོང་ཁོ་ལངས་ནས་ཁོ་ཆོགས་
འདུ་ནས་སྒྱུར་འབྲུད་བྱས་པ་རེད་ཟེར།

ཡང་གནས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་འབྲུག་གི་ལྷ་བྱིས་སྤྱོད་པ་ལེ་ཤེས་
དེ་རྒྱུ་ལགས་ཀྱིས་བཞུགས་པར། ཁོ་རང་ཁམས་ནས་ཡོང་སྟེ་སྟོ་ཁ་ཁུལ་
ལ་སྒྲེབས་པ་དང་། བཟའ་ཚང་ཁ་ཐུག་སྟེ་སྐྱེས་རབས་ལ། འོན་ཀྱང་
ཁོ་རང་ཡི་གེ་ཤེས་ཐོག་མགོ་ཡང་གྲུང་པོ་ཡོད་སྐབས། གྲོང་གསེབ་
ས་གནས་དེའི་འགོ་དཔོན་བྱས་ཏེ་བསྟན་འདུག དེ་རྒྱུ་ཤུས་འགྱུར་
སྐབས་སྤྱོད་པ་ལགས་རང་ཉིད་གནས་སའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མི་མང་རྣམས་
བསྐྱེད་སྤོངས་ཁྲིད་དེ་མི་མང་རྣམས་ལ་ཁོར་འཐབ་འཛིངས་ཐོངས་ཞེས་
ལས་བྱེད་པས་བཀའ་བཏང་བ་དང་། མི་མང་ཆོ་མགོ་སྐྱར་སྐྱར་བྱས་
ཏེ་ཁོ་རང་གི་མིང་ནས་བོས་ཏེ་ཁོང་གིས་ང་ཆོར་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་བྱས་ཡོད་
པས་འཐབ་འཛིངས་གཏོང་བྱུ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་བཤད་དེ་ཁྱུ་མིམ་ལ་
བསྟན་སོང་ཞེས་ཁོང་གིས་བཞུགས་པར། དེ་རྒྱུ་ཁོང་ལ་ཉེས་པ་ཆེན་
པོ་ཞིག་འགེལ་བྱུ་ཉེས་ཁ་ཡོད་པ་གྲོང་གསེབ་པ་ནང་ཁྱུ་ལ་ནས་གསང་
བཅད་བཏང་སྟེ་བྱོས་ཡོང་འདུག ངས་འདི་བཤད་དགོས་པ་གང་ལགས་
ཤེ་ན། སྐྱུར་བཏང་སྐྱེ་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ངོས་ནས་བཤད་ན། ཐོད་
ཀྱི་སྐྱེ་ཆོགས་འདི་ཁོང་བྲན་ལམ་ལུགས་ཡིན་པ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་



རྒྱུ་ལུས་ཡིན་ཡང་བྱམས་བཅེ་ལྟན་པའི་ཁོང་བྲན་ལམ་ལུགས་སམ་ཆེ་
གཡོག་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད།

ཡང་ངས་ཡོ་རྒྱས་ཤིག་བཞུགས་ན། ང་རང་ཚུང་ཚུང་སྐབས་
དགུན་དུས་ཅེ་པོ་བྲང་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། མགོན་གཉིས་ཆེན་མོ་པ་ལྟ་
རེད། སྐབས་དེར་སྐག་བྲག་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་སྐྱོང་ཡིན་ཞིང་། ཐོད་
འགག་གི་སྟེ་མགོན་ཐུབ་བརྟན་ལེགས་སྟོན་རེད། པ་ལྟའི་མི་སེར་སྟོ་
པོ་ཞིག་གིས་པ་ལྟར་ཁ་མཆུ་བཅུགས་པ་མཐའ་མ་ཁ་མཆུ་དེ་ཐོད་འགག་
དུ་སྒྲེབས་འདུག ཅེ་པོ་གད་པ་ཆོས་ཤར་བྱུང་ཐོད་འགག་དུ་པ་ལྟའི་
མི་སེར་སྟོ་པོ་ཞིག་ལ་སྟེ་མགོན་གྱིས་ཁུ་བ་ལེན་ཀྱི་འདུག པ་ལྟ་དང་
སྟེ་མགོན་གཉིས་འགྲིགས་པོ་ཡོད་པས་བྲང་པོ་ཅ་བ་ནས་མི་བྱེད་པར་
བྱབ་ཆོད་གཏོང་གི་འདུག་ཅེས་ང་ལ་བཞུགས་པར། ངས་གསང་བ་བྱས་
ཏེ་ཐོད་འགག་གི་ཁུ་བ་ལེན་སའི་སྟེང་གི་གནས་ཁྲའི་ཡོ་ལ་འོག་ནས་
བརྟན་པ་ཡིན། སྤྱོད་པ་ལྟའི་སྟེ་མགོན་ལ་བདེན་པ་ཁྱུངས་སྐྱེ་ལ་གྱི་བདེ་
སྐྱུག་བཤད་པ་སྟེ་མགོན་གྱིས་ཅ་བ་ནས་མ་ཉན་པར་ཁ་བརྟུང་དང་ཆོག་
ངན་བཞུགས་དེ་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་བཞུགས་ཀྱི་མི་འདུག
ཁོང་རང་ཆོ་སྐར་པན་ཚུན་ངོ་ཤེས་ཀྱི་འབྲེལ་བས་བྲང་པོའི་སྐད་ཆ་བཤད་
ས་མེད་པ་མཐོང་བྱུང་། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཁུ་བ་ལེན་ནས་བྲིམས་



སར་བདེན་རྒྱུ་བཅས་པ་བཅད་དེ་ནམ་དུ་ཕྱེ་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་
ལྟར་མི་བྱེད་པར་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་རྗེས་ལུས་
དང་ཐབས་སྒྲུག་གི་བྱེད་སྒྲུང་ས་ཏ་ཅང་སྒྲིབ་པའི་ཞིག་རེད།

དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་ཆོས་གཞིས་ཁག་གི་མི་སེར་ཡང་ཏ་ཅང་
སྒྲིབ་པའོད་པ་དང་། སྒྲེར་པ་ཁག་གི་མི་སེར་ཁག་གཅིག་གི་གནས་སྒྲུང་ས་
ཡག་པ་མེད་དམ། མང་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་པའོད་འདུག དེ་དག་ལ་སྒྲོས་
ན་གཞུང་རྒྱུག་པ་ཆོ་ཡག་པ་ཡོད། གཞུང་སྒྲེར་ཆོས་གསུམ་ཞེས་གཞུང་
རྒྱུག་མི་སེར་དང་། སྒྲེར་པའི་མི་སེར་། ཆོས་གཞིས་ཁག་གི་མི་སེར་
བཅས་ཀྱི་ནང་ནས་གཞུང་རྒྱུག་པ་དེ་དག་རྒྱུང་ཡག་པ་ཡོད། ཅ་བའི་
སྒྲིབ་ཆོག་ས་རྒྱུས་དང་། དྲང་པོ་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཏན་ཏན་ཡོད་
ཀྱང་། སྒྲིབ་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་སྒྲིབ་རྗེས་ལྟར་པའི་སྒྲིབ་ཆོག་ཡིན་
པ་བཅོད་ཆོག ང་རང་ཆོ་སྒྲིབ་ཆོག་ས་དེ་འདྲའི་ཞིག་ནས་བཅན་བྱེད་པ་
ཡོང་བ་ཡིན་སྐབས། ང་ཆོ་ཡུལ་གང་དུ་གནས་ཀྱང་། ཡུལ་དེའི་མི་
རྣམས་ཀྱིས་བོད་པ་དེ་དག་ལ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་བཅོད་
རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། བོད་པ་དེ་དག་གིས་རྒྱུན་མི་ཤོད་པ་དང་། དྲང་པོ་བྱེད་
ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཅོད་པ་སྐབས་དེར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན།

ཡང་ངས་དྲན་པ་ཞིག་ལ། ཐེངས་ཤིག་ང་ཨོ་རི་སའི་གཞིས་



ཆགས་སུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། དེ་དུས་ང་ལོ་གཞིན་ཡིན་པས་གཞིས་སྒྲུར་
འགའ་ཤས་ཀྱི་གཞིས་མིའི་བྱིས་ཆང་གནས་སྒྲུང་ས་ལ་ལྟ་བར་སྒྲིབ་པ་
ཡིན། བྱིས་ཆང་གཅིག་ནང་པན་འཇུག་ཀྱང་ཞིག་སྒྲེབ་ས་འདུག དེ་
ཁུལ་སྒྲིར་སྒྲུང་ས་པན་འཇུག་ཀྱི་མི་དེ་ཅམ་མཐོང་རྒྱུ་མེད། དེ་དུས་ཀྱང་
ར་རྒྱུང་པན་འཇུག་ཀྱི་ཁོངས་ཡིན་པས། པན་འཇུག་ཀྱི་རྒྱུ་ཞིག་མཐོང་
དུས་ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། བྱེད་རང་གང་ནས་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཅོད་
པར། ལུ་ཏི་ཡ་ནའི་སྲུང་འཆོང་བའི་གས་ཡིན་ཞེས་བཅོད་ཀྱི་འདུག
བོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བལ་གྱི་སྒྲིབ་པོས་སོགས་རིན་འབབ་ལག་སྒྲིབ་དང་།
གཏའ་མ་མེད་པར་སྒྲེར་འདོན་གྱིས་འབྱེད་བ་དང་། ཁོང་ཆོས་ཀྱང་བོད་
པས་རྒྱུན་མི་ཤོད་ལ། ཁ་བསྐྱུས་ཀྱང་རྒྱུག་གི་མ་རེད་ཅེས་ཡིད་ཆེས་
གཙང་མ་བྱས་ཏེ་དངོས་ཐོག་བསྐྱུར་གྱི་ཡོད། བོད་པ་ཆོས་དགྲན་ཆོང་
བརྒྱབ་ཟིན་རྗེས་ལོ་གསར་སྐབས་དེའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད་པས་རྒྱུ་དེ་ཡང་
མི་ཆང་དེའི་སྒྲིབ་མགོན་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་སྒྲེབ་ས་པ་ཞིག་རེད་འདུག ཁོ་
རང་ཏ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཡང་དེའི་རྗེས་ལུ་ཏི་ཡ་ནའི་སྲུན་
མདོག་ཆོང་མཁན་གྱི་ཆོང་པའི་འབྲུས་མི་མང་པོ་ཞིག་ད་སར་ང་བྲུག་
པར་སྒྲེབ་ས་བྱུང་། ཁོང་ཆོས་ཀྱང་བོད་པ་ཆོར་སྒྲོས་བཀལ་གྱི་ཡོད།
བོད་པས་རྒྱུན་མི་ཤོད་ཅིང་། དྲང་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཏ་ཅང་དགའ་



པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག

ཡང་དེ་དང་འདྲ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡིན་པའི་ནི་འཕྲོ་ལོག་གྲོང་ཁྱེད་ཀྱི་མི་ཆང་ཞིག་གསལ་ཡང་ན་དེ་དུལ་ཁང་ཞིག་གིས་བོད་མི་གཅིག་ལ་ཡང་སྒྲོར་སྒྲོར་ཕྱག་སྒྲོར་ཞིག་མི་གཅིག་ལ་སྒྲོན་རྒྱུ་རེ་བསྐྱུར་འདུག སྒྲིབ་བཏང་དེ་དུལ་འཛིན་བསྐྱུར་སྒྲོལ་ཡོད་པ་ལས་དེ་དུལ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་བསྐྱུར་སྒྲོལ་ཡོད་མི་འདུག བོད་མི་དེ་རེ་ཡིད་ཆེས་སྒྲོས་འགའ་ཀྱིས་དེ་དུལ་འཛིན་དེ་འདྲ་ཞིག་བསྐྱུར་བ་རེད་ཅེས་སྐབས་དེར་སྐད་གསལ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་ལ་བཤད་མཁན་བྱུང་། དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་ལོ་ནི་ཤུའི་གོང་དུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྐད་མིར་བོད་པ་ཐོག་མར་གཞིས་ཆགས་སུ་བསྒྲིབ་སྐབས་བོད་པས་ཡུལ་སྐད་དང་ཡིག་མི་ཤེས་པས་སྐད་མིའི་བཟོ་བྲུ་ཁག་དུ་ལུས་ཀྱི་ངལ་ཚོལ་བྱས་ཏེ་བཟང་ཡོད། དུས་ཚོད་མོང་སྐབས་བཟོ་བྲུའི་སྒྲིབ་བཤད་དེ་དག་གིས་བོད་པ་ནམས་ལ་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཆོས་ལས་ཀ་དུར་ཐག་བྱེད་པ་ལས་གཤི་ཚོལ་མི་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་མི་ཤོད་པ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་གང་ཞིག་མཆོན་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་ལ་དང་པོ་བྱེད་པའི་གོ་མས་གཤིས་ཤིག་ཡོད་པ་མཆོན་ཡོད། གོ་སྐབས་འདུག་བསམས་ནས་མགོ་སྒྲོར་གཏོང་གི་མེད།



དེང་སང་རིམ་བཞིན་བོད་པའི་ནང་ནས་ཁ་བསྐྱུས་རྒྱག་མཁན་

དང་། རྒྱ་མ་རྒྱ་མཁན་འདུག་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་མང་དུ་འགྲོ་བའི་ནི་སྒྲོ་ཕམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན། སྐད་ཆ་ཞིག་ཀྱི་ལུང་ལྷུ་དུ་ཐོག་མར་བོད་པ་དང་རྒྱ་གར་པའི་ཡུལ་པ་འགའ་ཞིག་ཁ་ཚོད་ཤོར་བ་དང་། དེ་རྗེས་བོད་པའི་ཆོང་ཁང་གང་འཆོམས་ཤིག་ལ་ཡུལ་མི་རེ་བྱུང་གིས་མེ་བརྒྱབ་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད། སྐབས་དེར་ཡུལ་མི་འགའ་ཞིག་གིས་བརྗོད་པར། སྐར་ཀྱི་ལུང་ལྷུ་དུ་བོད་པ་ལམ་བཟོ་བ་སྒྲོང་ཕྱག་ཁ་གསལ་བཟང་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་མི་ཤོད་མཁན་དང་། འབྲུག་པ་རྒྱག་མཁན། ཉམ་པ་ཤོད་མཁན་མེད། དུས་ཕྱིས་ཡོང་མཁན་གྱི་བོད་པ་དེ་དག་སྐྱུག་དུ་ཕྱིན་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པའི་སྐད་ཆ་འདུག

ངས་འདིར་བཤད་དགོས་དོན་ནི། སྒྲིབ་བཏང་ང་རང་ཆོ་བོད་མིའི་རང་གཤིས་ལ་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱེད་པ་དང་། སྒྲིབ་རྗེ་བྱེད་པ། དང་པོ་བྱེད་པ། རྒྱ་མི་ཤོད་པ་བཅས་ཚུང་དུའི་སྐབས་ནས་གོ་མས་གཤིས་སུ་འཇགས་ཡོད། གོ་མས་གཤིས་དེ་གང་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཕལ་ཆེར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ་ནི། བྱམས་པ་དང་བཅེ་བ་དང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་བའི་བསྐྱུབ་དགོས་ཞེས་པའི་བསྐྱུབ་བྱ་འདི་ཡིན་པ་རྒྱུ་ལྟར་



ལ་དོ་སྒྲིབ་གསར་པ་ཞིག་སྒྲིབ་པ་དང་། བྱམས་བརྩེ་ཅ་བར་གྱུར་པའི་
 བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་ཀྱིས་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་འདུག་སྐབས་སྒྲིབ་གསར་པ་
 སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དང་རང་ཆོས་བྱམས་བརྩེ་ཅ་བར་གྱུར་པའི་
 ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་བདག་པོ་བརྒྱབ་སྟེ་ཉར་ཆགས་བྱས་པ་འདི་བོད་
 རང་ཉིད་ལ་ཁེ་ཕན་ཡོད་པར་མ་ཟད། འཇམ་སྒྲིབ་གི་མི་སྤྱི་འོས་ནས་
 བཤད་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། འཇམ་སྒྲིབ་འདི་འོས་པ་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་
 གྱི་མི་གང་འཆམས་ཡོད་གི་འདུག ང་ལ་བྱེད་དུ་འཕགས་པའི་བྱེད་ཆོས་
 གང་ཡང་མེད་པར་མི་སྤྱི་མཚུངས་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་ངས་བཤད་
 པ་ནམས་ང་རང་ཆོའི་བོད་ཡུལ་དུ་དེ་སྔ་ནས་ཡོད་པ་དང་། ང་རང་གི་
 འོས་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོབ་དང་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་བྱམས་བརྩེ་ཅ་བཞེས་
 པ་འདི་དང་། ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་
 ཉོན་མི་ནམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་མ་བཤད་པར། མིའི་བཟང་
 པོའི་ཡོན་ཏན་དང་། མིའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་བྱེད་ཡོན་གྱི་ངོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་
 བཤད་པར་བརྟེན་མི་ནམས་ཀྱིས་དོ་སྒྲིབ་དང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག

ཉེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ནི་མིའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་ཅ་ལ་ལས་གྲུབ་པ་སྟོན་
 པ་ལྟར་པའི་དབང་པོས་བཀའ་གནང་ཡོད། མདོར་ན་མིའི་ནམ་དཔྱད་



ཀྱི་ཅ་ལ་ལས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། རི་ཙམ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བ་དེ་
 ཙམ་གྱིས་མིའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲོ་འབྲེལ་པར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་
 ལ། ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར། འབྲོད་བརྟེན་སོགས་གང་གི་
 ཐད་ཉེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་འདི་ཉ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ལུགས་དང་།
 སེམས་བཟང་པོ་བྱེད་དགོས་ལུགས་གཙོ་བོ་དེ་གཉིས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་
 ཉི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ་ཡིན་ལ། ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་གྱི་མིའི་
 སྒྲོ་ལ་འདུག་འཆམས་པོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་མི་ཆོས་
 དོ་སྒྲིབ་དང་དགའ་པོ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པ་ལས། ངའི་ག་ཁྲག་
 རུས་གསུམ་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡོད་ནས་དགའ་པོ་བྱས་པ་མིན།
 ངས་དབྱེན་ངའི་སྐད་ཀྱང་ཡག་པོ་ཤེས་ཀྱི་མེད།

ངས་དུས་རྒྱུན་རྒྱ་གར་བ་གྲོགས་པོ་ཆོ་ལུག་དུས། ང་ལ་
 དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། བྱེད་རང་ཆོ་རྒྱ་
 གར་ཡུལ་དུ་དར་བའི་གནའ་རབས་ཀྱི་ལྟ་སྒྲོད་སྒྲོར་ངས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་
 པས་དེ་སྒྲོར་ངས་བྱེད་རང་ཆོར་ལན་སྟེ་ལ་མཁན་ཡིན་ཞེས་བཤད་དེ་
 དཔལ་ན་ལེན་འོས་མཁན་གྲུབ་ནམས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་གནང་སྟེ། གཏན་
 ལ་ཕབ་པའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་མིའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྟངས་སྒྲོར་ངས་
 འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད། དེ་མིའི་སྒྲོ་ངོར་འཆམས་པོ་བྱུང་ནས་ཕན་



གྱི་ཡོད་འདུག དེར་བཞུགས་པ་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་མི་ཁྲི་ལྔ་ལྷམ་པ་
པོ་རང་བཞིན་གྱིས་འཛོམས་པ་ལས་དེ་དག་ཁྲུ་བསྐྱུ་ནས་ཡོང་བ་མིན།
ལྷན་མོར་ཡིད་དབང་འཕྲོགས་ཏེ་ཡོང་བ་ཡང་མིན། ངས་གཏམ་བཤད་
བྱས་པ་ལ་བྱོ་བཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོར་ཅུང་ཟད་ཕན་གྱི་ཡོད་
ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་ཐོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་གཟེ་བུ་དང་
དང་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཐོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སོར་ཕྱེད་དང་མི་
ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐོག་ནས་འཛོམས་སྒྲིབ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཞུགས་པ་
འདི་ང་ཆོས་རྒྱལ་པའི་ཞེན་ཁོག་གིས་བཤད་པ་མིན་ལ། ང་ཀྱལ་ཕྱག་
དོག་གིས་བཤད་པ་ཡང་མིན། གློ་གཟུ་པོར་གནས་ཏེ་བཞག་ཅིང་དབྱང་
ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ང་རང་ཆོའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་འདི་སྤྱི་
སྤྱོད་གང་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཆང་མའི་མཐུན་སྦྱང་
དུ་གྱུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན་ཐོད་མི་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་
ཡིན་ན། དེ་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་ཕལ་ཆེར་གཞན་ལས་སྤྱིང་
སྤྱོད་སུ་ཆེ་བ་ཡོད། ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་མེད་པའི་མི་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་
འཕྲད་ན། ང་ཀྱལ་དང་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་སྒྲིབ་ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་འཆོ་



བའི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན་གྱིན་ངན་འཕྲད་པས་
མ་སྤྱིད་པ་བྱེད་པ་དང་། གང་ཅམ་ནས་རྒྱུང་འཕར་ཏེ་ཞེ་སྤང་ལངས་
ནས་འཆོ་བའི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད། བསམ་སྒྲོ་ཅུང་ཟད་གཏོང་
ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་གཅིག་ཏེ་ན་འབྲེལ་སྤྱོད་
གྱུབ་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་གཉིས། བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སྒྲོ་བཅས་ཀྱིས་སྤྱིན་
ངན་གྱི་མདུན་ལ་སེམས་ཞི་བདེར་གནས་པ་ལས། སེམས་ཞུམ་པ་དང་།
ཁོང་ཁྲོའི་དབང་དུ་གཏོང་གི་མ་རེད། དེས་ན་མིའི་བསམ་སྒྲོའི་འབྲེལ་
སྤྱོད་ཀྱི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། དེའི་ཐད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་
འདི་ཕན་ཐོགས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་བྱས་ཏེ་ཁ་འདོན་
དགེ་སྦྱོར་དང་། དམིགས་བསལ་སྒྲོམ་སྒྲུབ་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་
ན་ཡང་། སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་བྱམས་པ་དང་། བརྩེ་བ།
ཆོག་ཤེས། དེ་བཞིན་དེ་ན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་དང་།
དེ་ན་འབྲེལ་སྤྱོད་གྱུབ་ཀྱི་ལྟ་བ་བཅས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བྱུང་ན། མིའི་
བསམ་སྒྲོ་གྱུ་ཡངས་སུ་དང་། རྒྱ་ཆེ་དུ་འགྲོ་བྱུར་ཕན་ཐོགས་ངེས་གཏན་
ཡོད། དེ་ནི་ངེས་པར་ཆོས་ཡིན་མི་དགོས་ལ། ངེས་པར་ནང་བ་ཡང་
ཡིན་མི་དགོས། ནང་པའི་ལྟ་བ་ཀྱི་བསྐྱབས་བྱ་སྒྲུབ་ཏེ་ཉམས་ལེན་

[illegible]

འ་ཞེས་པ་དེ་ག་འ་ཞེས་
ཡིན་ཡིན་སྟེ།

དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན། ཆོས་རྒྱུད་
འདྲ་མིན་གྱི་ཆོས་པ་ཚོ་འཆོག་ས་དུས་ཀྱི་བ་འདི་ལྟར་ཡོང་གི་ཡོད། ང་
ཞེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་དང་། ང་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དང་མེད།
མཐའ་མ་ཡོད་དང་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་གསུམ་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་
ཏ་ཅང་འགྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ། གནད་འགག་ཀྱང་ཆེན་པོ་ཡིན། ངས་
བར་ལམ་འགྲེལ་བཤད་ཅི་ལྟར་བརྒྱབ་པ་དེ་རིང་ཁྱེད་རང་ཚོར་ཡང་དེ་
ལྟར་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱ་ཡིན།

རྩོག་མར་ང་ཞེས་པ་དེ་གང་ཞིག་རེད་ཅེ་ན། འཇམ་གླིང་གི་
 མེའི་སྤྱི་ཚོགས་རིམ་གྱིས་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་ཏེ། ཡིག་གསར་དུ་བཟོ་གིས་
 པ་སོགས་མེའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱང་རིམ་བཞིན་དེ་ཆེར་སོང་ནས། བདེ་
 བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གི་ཚོར་བ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་ང་ཞེས་པ་དེར་ཅུད་གཙོང་
 གྱེད་འགོ་རྒྱགས་ཡོད། དཔེར་ན། དུད་འགོ་ལ་ཆ་བཞག་ན། སྤྱག་



བསྐྱེད་པའི་འདོད་ཅིང་། བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་ཡོང་བ་དང་། བདེ་བ་ཡོང་བའི་དོན་དུ་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དཀའ་ལས་ཀྱི་པ་དང་། འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ན་ཡང་། དུད་འགྲོས་སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའི་ང་ཞེས་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་ཅད་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་མེད། མིས་དེའི་ཐད་དཔྱད་པ་དང་ཅད་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཤལ་ཆེར་འདས་པའི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་བཞིའི་གོང་དུ་ཡིན། རིག་གཞུང་དང་ཁྱབ་བྱུང་ནས་སྤྱིར་བཏང་ལོ་ལྔ་སྟོང་སྟོར་འགྲོ་བ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བྱུང་ནས་ལོ་ལྔ་སྟོང་སྟོར་འགྲོ་བ་ང་ལ་བཤད་མཁན་བྱུང་།

དེ་ཡང་ཨི་འཛིབ་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྒོ་བ་གྲུའི་དགོ་ནན་མཁས་དབང་གཤམ་ཅན་ཞིག་རེད། སྤྱི་ལོ་ང་དང་ཁྱེད་ཅམ་ཐུག་བྱུང་། ང་རང་སྤྱི་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་སྟོར་ལ་དོ་སྣང་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་དེ་སྟོར་གྱི་དེ་བསྐྱོག་མི་སྤྱིད་པས། ཁོང་ལྟ་བུའི་མཁས་པ་དང་ཐུག་དུས་སྐད་ཆ་འདྲི་གི་ཡོད། ཁོང་གིས་སྤྱི་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་ལོ་ལྔ་སྟོང་གོང་དུ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བྱུང་ཡོད་པ་བརྗོད་བྱུང་། སྤྱིར་བཏང་ཀྱ་གར་ལ་ཆ་བཞག་ན། སྤྱི་ཆོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་ནས་ལོ་སྟོང་སྟོར་སོང་མེད་དམ། ཆོས་ལུགས་དར་སྤྱོད་པ་



ནི་གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་ཞིང་། དེས་གཞི་ནས་བསམ་སྒོ་ཞིག་བཏང་སྟེ། བདག་གམ་ང་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་འདུག་ཅད་གཅོད་བྱས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཅད་གཅོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན། ངས་མེ་རྟོག་འདི་མཐོང་བྱུང་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། མཐོང་མཁན་ནི་མིག་གི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། མིག་གི་ཤེས་པས་མེ་རྟོག་མཐོང་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྒོ་ལ་གར་སྐབས་མིག་གི་ཤེས་པས་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ངས་མཐོང་བྱུང་བསམ་པ་བྱས་ཀྱི་ཡོད། མཐོང་བྱེད་མིག་གི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ང་རང་ཆོའི་རང་བཞིན་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་ངས་མཐོང་བྱུང་བསམ་པ་ཞིག་བྱས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ང་ཡི་ལུས་ཞེས་ལུས་དེ་ང་ཡིན་བསམ་པ་ཞིག་སྒོར་འཆར་གྱི་མེད། ང་ཡི་ལུས་ཞེས་པ་ཞིག་སྒོར་གར་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ང་ཡི་སེམས་ཞེས་སྒོར་གར་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ང་ཡིན་པའི་འདྲ་ཤེས་འཆར་གྱི་མེད། ལུས་དང་སེམས་ལ་བདག་པོ་ཀྱག་མཁན་དང་། ལུས་དང་སེམས་ལ་དབང་སྐྱུར་མཁན་གྱི་ང་ཞིག་ཡོད་པ་སྒོར་གར་བར་བརྟེན་ང་ཡི་ལུས་སེམས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་ལོགས་སུ་ང་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་



བསམ་པ་ཞིག་མོར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད།

ལྷག་པར་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་དེ་མཁའ་ལྷན་གྱི་མི་རེ་བྱུང་ཡོང་གི་ཡོད་
 ཅིང་། དེ་ལྟ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ཡོད་པ་དང་རང་གི་ཉམས་
 མྱོང་གི་སྒྲིབ་པ་ནས་གྲུབ་སྒྲིབ་པ་ཡོང་བ་དང་། རས་དཔྱད་ཀྱི་འདུག་ཡོད་
 ཐག་ཆོད་རེད། རེ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་དེ་དང་ད་ལྟའི་སྒྲིབ་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་
 ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་ཅ་བ་ནས་ཐ་དད་རེད། འོན་ཀྱང་ང་ཡི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་
 མ་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ནས་འདིར་འོང་བའི་ང་ཞིག་ཡོད་
 དགོས་བསམ་པ་ཞིག་མོར་ཤར་གྱི་ཡོད། དེའི་གྲུབ་དོན་མཐར་ཐུག་
 གི་སྒྲིབ་པ་ཞིག་བརྒྱབ་ཡོད་ཅེ་ན། ང་ཞེས་པ་དེ་ཡུང་པོ་ལས་དོན་
 གཞན་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཅིག་ཡོད་
 ཅིས་བཞེད་ཀྱི་ཡོད།

ཐུག་པ་ལ་ཡོང་སྟེ་དཔྱད་གསུམ་ནང་ཚུན་དུ་བྱུང་བའི་ལྷ་གྲུབ་
 མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ནང་པ་གཅིག་ཕུ་ལས། དེ་མིན་གཞན་ནམས་
 ཀྱིས་ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཅིས་བཞད་ཀྱི་ཡོད། ཡུང་
 པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་དེ་ཐ་སྙད་ཆ་ཆོད་སྒྱུར་མིན་མི་ལྟར་ཡང་།
 བསམ་སྒྲོའི་ནང་འཆར་ཚུ་ལ་ནི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ནས་འདིར་འོང་མཁའ་དང་།
 འདི་ནས་ཕྱི་མར་འགྲོ་མཁའ་ཞེས་བཞེད་དུས་ང་གཅིག་ལྷ་བྱ་ཞིག་མོར་



ཤར་བ་དང་། ཡུང་པོ་ནི་ང་གཞིན་ནུའི་སྐབས་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཡོད་ལ། མས་
 པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡུང་པོ་དང་། མ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡུང་པོ། མད་
 དག་སྒྲིབ་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡུང་པོ་བཅས་ཡོད་པས་ལུས་ཀྱི་ནམ་
 པ་འདྲ་མིན་དུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད། སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཡོད་
 ལ། སྒྲིབ་པ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། དེས་ན་ཡུང་པོ་
 འགྱུར་འགྲོ་བ་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད། དེ་བཞིན་གཤམ་པར་འགྱུར་
 བ་འགྲོ་བ་ཡང་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད།

ཡང་ང་ཚུང་ཚུང་གི་སྐབས་དང་། ང་གཞིན་ནུའི་སྐབས་དང་།
 ང་དར་མའི་སྐབས་དང་། ང་ཀླད་པོའི་སྐབས་ཞེས་ང་དེ་ནམ་དུ་ཡང་
 གཅིག་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་ལུས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་
 ལྟར་ང་ཞེས་པར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བྱུ་མེད་པ་ང་ཞིག་མོར་ཤར་གྱི་ཡོད།
 དེར་བཞེན་ང་དེ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་རྟག་པ་དང་། ང་ཀྱན་ལ་བྱུང་བ་
 ལྷ་བྱ་བཅས་ང་དེ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་སྒྱུར་མིན་
 རི་ལྟར་ཡང་། དོན་དུ་ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཅིས་བཞེད་
 དུས་བདག་དེ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་ཡིན་པ་བཞད་ཡོད།

ཐུག་པ་གྱི་ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་བྱུང་བའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ལྟ་དང་། དེ་
 བཞིན་ཡེ་ཤུ་དང་། ལ་ཆེ། རྩོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱང་དེ་



ནང་ནས་གཙོ་ཆེ་བ་ང་རང་གིས་ཤེས་པ་ལྟར་ན་ཆོས་རྒྱུད་བཙུ་གངས་
ཤིག་ཡོད། དེ་དག་ལས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཁོ་ནས་ཕྱང་པོ་
ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཅིག་བཤད་ཡོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་
ཀྱིས་བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། བདག་མེད་ཚུ་ལ་གང་འདྲ་ཡིན་
མིན་འཆོལ་སྐབས། བདག་ཅེས་པ་དེ་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་
ནས་བཞག་པའམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྱུར་ནང་པའི་གཞུང་
ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཡོད། བདག་མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་བདག་མེད་
འདྲིལ་ཚུ་ལ་ལ་ནང་པའི་ནང་གྲེ་བྲག་སྒྲུབ་པའི་སྡེ་པ་རེ་བྱུང་གིས་བདག་
མེད་ཅེས་ཐག་མ་བཅད་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་ཅེས་དང་། ཏག་
གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་མེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། སྒྱུར་བཏང་
བདག་ཅེས་གསུང་སྐབས། བདག་མེད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་མི་
བརྗོད་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་ཅེས་པ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད།

གྱུར་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་ཆེང་མས་འདུས་བྱས་ཐམས་
 ཅད་མི་ཉག་པ། ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐལ་བ། ཆོས་ཐམས་
 ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། རྒྱང་རན་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་ཞེས་གསུང་
 བོ་ཡོད། དེས་ན་བདག་མེད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ནི་འཇམ་གླིང་འདིའི་
 རྟེན་ཆོས་ལུགས་འདྲམིན་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཁྱིད་ནས་ནང་པ་ཁོ་ན་ཡིན།

པདག་མེད་ཀྱི་དོན་ནི། ཏུས་རྒྱན་ང་རང་ཚོའི་ཁྲོར་ང་ཞེས་ཤར་བའི་
ང་དེ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཙ་བ་ནས་མིན། ང་
ཚོའི་ཁྲོ་ལ་ཤར་བའི་ང་དེ་ནི་ཡོད་ཐག་ཚད་དང་། ང་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་ང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་
བྱས་ཏེ། ང་དེས་སྤྱག་བསྐལ་མེལ་བའི་རྒྱ་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་དང་།
ང་དེས་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་བུད་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་སྟེ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་
འགགས་པས་ན། དེའི་འབྲས་བུར་སྤྱག་བསྐལ་ལས་ཐར་ཏེ་བདེ་སྦྱིད་
ཡོང་གི་ཡོད་པ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་བདག་མེད་ཅེས་པའི་མེད་སྒྱུའི་བདག་དེ་ཡུང་པོ་ལས་
 དོན་གཞན་པའི་བདག་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མེད་ཅེས་དང་། དེའི་ཐོག་དྲུང་
 ཞེས་པ་དེ་ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱུ་རྩ་ཤར་སྐབས་
 གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་ང་ཡི་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་དབང་སྒྱུར་མཁན་གྱི་
 རྗེ་པོ་ལྟ་བུ་རང་མཚན་པ་ཞིག་སྟེ། རྗེ་པོ་ཞེས་པ་ནི་དཔོན་པོ་ལྟ་བུ་དང་།
 ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་ནི་དབང་བསྒྱུར་བུའི་འཁོལ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན། ང་
 ཡི་ལུས་དང་། ང་ཡི་སེམས་ཞེས་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་དབང་སྒྱུར་
 མཁན་གྱི་བདག་དེ་ནི་རྗེ་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་རྒྱུ་རྩ་ཤར་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན།
 ང་ཡི་སེམས་ལ་བདག་པོ་བརྒྱབ་སྟེ་ཆགས་སྤང་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་།



གཅིག་རང་དབང་པོའི་བདག་པ་ལ་ཕྱི་ལོ་མེད་པར། རྟག་གཅིག་
རང་དབང་པོའི་བདག་མེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། སྤང་པོ་ལ་དབང་སྒྱུར་
མཁན་གྱི་རྩེ་པོ་ལྟ་བུའི་བདག་རང་རྒྱ་བཞིན་མེད་པ་ཐག་བཅད་ཅིང་།
དེ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱ་བཞིན་པའི་ལྟ་བུ་དེ་ནི་བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཞེས་ང་
ཆོས་བཤད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་ནང་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་
མེད་པ་ཞེས་བདག་མེད་ཀྱི་བསམ་མཐོ་གཏོང་ས་གཙོ་བོ་དེའི་སྟེང་དུ་གཏོང་
གི་ཡོད།

དེས་ན་ནང་པ་ལ་འདྲ་ནང་གསེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཚུལ་དང་།
བདག་མེད་འཛིན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་བྱུང་
ཞིང་། དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་པ་དང་། མདོ་སྡེ་པ། སེམས་ཙམ་པ། དབུ་
མ་པ་བཅས་གྲུབ་མཐའ་བཞིར་བྱེ་ཡོད། དེ་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་བཞིར་
བྱེ་བ་ལྟར་བདག་ཅེས་པའི་ངོ་བོ་འཛིན་ཚུལ་ལ། བདག་གམ་ང་ཞེས་
པ་ཞིག་སྒྲོར་ཤར་བའི་སྐབས་སུ་ང་ཞེས་པ་དེ་ངོ་མ་མཛུབ་མོ་འཛུགས་
ས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དབུ་མ་པའི་ནང་གསེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་
མིང་རྒྱུང་བཏགས་ཡོད་ཙམ་དང་། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་
ཅེས་པའི་ལྟ་བུ་སྐྱབ་པ་དེ་མ་གཏོགས། དེ་མིན་ནང་པ་ཆང་མས་ཆོས་གང་
དང་གང་ཡིན་ན་ཡང་། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་དགོས་པར་སྒྲུལ་སྟེ།



དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་། དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་
དུ་འདོད་ཀྱི་ཡོད། བདག་དེ་ཡང་དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་དགོས་པས་
ན། བདག་དེ་སྤང་པོའི་ནང་ཡོད་དགོས་ཞེས་འདི་ལྟར་ཐག་བཅད་
པ་དང་། སྤང་པོའི་ནང་ནས་བདག་གང་ཞིག་འཛིན་དགོས་ཞེ་ན། ལུས་
འདི་བདག་ལ་བཞག་ན་བདེ་པོ་མེད། ལུས་འདི་ནི་མི་ཆོ་ནས་མི་ཆོ་
བྱས་ཏེ་འགྲོ་བས་ལུས་ཀྱི་སྟེང་ནས་ང་མེད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

དེས་ན་སྒྲོ་འམ་ཤེས་པའི་སྟེང་ནས་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། ཤེས་
པ་ལ་འདྲ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་སྒྲོའི་ཤེས་པ་བཅས་ཡོད་པ་
ཡིན། དབང་པོའི་ཤེས་པ་དེ་དག་ནི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། དབང་
པོ་དེ་ཡང་དབང་རྟེན་ལ་བརྟེན་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
དེ་དག་ནས་བདག་འཛིན་གྲུབ་ཐབས་མེད་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།
དཔེར་ན། ང་རང་ཆོ་གཉིད་ཁྲག་པའི་སྐབས་སུ་མིག་གི་ཤེས་པ་དང་།
ན་པའི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དེ་དག་གིས་བྱ་བ་བྱེད་
ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་དེའི་གནས་སྐབས་སུ་བདག་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། བདག་
གམ་ང་ཡོད་པས་ང་དེ་གཉིད་ཁྲག་ཡོད། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་ང་མེད་
ཅེས་བརྗོད་གྲུབ་ཐབས་མེད། དེས་ན་ང་ཡོད་ཀྱང་། སྒྲོ་ལུའི་ཤེས་པ་
དེ་དག་སྐབས་དེར་མདོན་དུ་གྱུར་མེད་པས་སྒྲོ་ལུའི་ཤེས་པའི་སྟེང་ནས་



ང་འཛིན་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེར་བརྟེན་ཡིད་མྱོའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
དགོས། མི་ལམ་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད་པའི་རྟོག་པའམ་སྒྲོ་ཞིག་ཡིད་
པ་དེའི་སྒྲིང་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེས་ན་བདག་ཅེས་པ་དེ་ཡིད་མྱོའི་སྒྲིང་ནས་རྟེན་དགོས་པ་ཞིག་
དང་། ཡིད་མྱོའི་སྒྲིང་ནས་བདག་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་ནང་
གསེས་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ཡིད་མྱོ་ལའང་ཡིད་མྱོ་རགས་པ་ཡོད།
དཔེར་ན། ད་ལྟ་ང་རང་ཆོས་སྒྲོ་ལའི་ཤེས་པ་མངོན་དུ་འབྱུང་བཞིན་
པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་མྱོ་ཞིག་ཡོད། དཔེར་ན། བྱེད་རང་ཆོས་
ང་མཐོང་སྐབས། མིག་གིས་ཤེས་པས་མཐོང་གི་ཡོད། ངའི་གཟུགས་
དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་མཐོང་
བ་དང་ཆབས་ཅིག་ན་པའི་ཤེས་པས་ངའི་སྐད་ཆ་བྱེད་རང་ཆོས་ཐོས་ཀྱི་
ཡོད། མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་ཞིང་། ན་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲོ་ཐོས་པའི་
རྗེས་སུ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་བྱེད་བཞིན་དང་། གོས་ཀྱི་ཆོས་གཞི། སྐད་
ཆ་བཤད་དུས་ལག་བཅད་ཡང་འདི་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་སྒྲོར་
འཆར་བ་དང་། ན་བས་སྒྲོ་ཐོས་པའི་རྗེས་སུ་ཆོག་རེ་རེའི་དོན་རྟོགས་
པ། དོན་ལ་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་བཅས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཡིད་མྱོ་ཡིན།
མིག་གིས་ཤེས་པས་གཟུགས་འཛིན་པ་དང་། ན་པའི་ཤེས་པས་སྒྲོ་འཛིན་



པ་དེ་དག་གི་བསྐྱེད་པ་ཡིད་མྱོས་བརྒྱབ་སྟེ་འདི་ནི་འདི་འོ། །འདི་ནི་
འདི་ལྟར་མིན་ལྟ་བུ་བཟང་དང་ངན་གྱི་རྟོག་དབྱེད་ཡིད་མྱོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

མིག་གི་ཤེས་པ་ནི། མིག་བརྒྱུ་པའི་དུས་སུ་མིག་སྒྲོས་ལས་
ཀ་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཀྱང་། ཡིད་མྱོས་སུ་མཐུད་དེ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད།
དེས་ན་སྒྲོ་ལའི་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་མྱོའི་རྟོག་པ་བཅས་རིགས་གཉིས་
ཡོད་པ་རང་རེའི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ཉམས་སྒྲོའི་གི་ཐོག་ན་ཅང་གསལ་
པོ་ཡོད། དེས་ན་གཉིད་བསད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡིད་མྱོ་རྟོག་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྟོག་པའམ་ཡིད་མྱོ་རགས་པ་ཡིན། མི་ལམ་མིས་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡིད་མྱོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡིད་མྱོ་ཅུང་ཟད་སྤྱོད་
ཡིན་པ་དང་། མི་ལམ་མེད་པ་གཉིད་མཐུག་པོ་ཁྱེད་པའི་གནས་སྐབས་
སུ་ཡིད་མྱོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་གོང་གསལ་ལས་སྤྱོད་པ་ཡིན།

བརྒྱལ་ནས་དྲན་པ་འཛོམས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་མྱོ་དེ་ཡིད་
མྱོ་སྤྱོད་པོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་བ་དང་། ཡང་བརྒྱལ་སངས་ཏེ་དྲན་པ་གསོ་བའི་
མཐུད་རྒྱུ་མཁན་གྱི་ཤེས་པའི་རྒྱུན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེས་ན་ཡིད་མྱོ་
ལ་སྤྱོད་རགས་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཡོད། མཐར་ཉི་པའི་གནས་སྐབས་
སུ་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་འོད་གསལ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཤེས་པ་སྤྱོད་པ་
དེ་ཡོང་གི་ཡོད། གཞི་རྒྱ་གཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འོད་གསལ་ཡོང་



གི་ཡོད་ཀྱང་། འཆི་བའི་འོད་གསལ་དེ་ནི་འོད་གསལ་ཕྱ་ཤོས་ཡིན།
འདི་ལྟར་ཡིད་མྱོའི་སྤྲོད་ནས་ང་དེ་འཛིག་དགོས་པར་སྒྲུབ་ནས་ང་ཡི་
མཆོན་གཞི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་འཛིག་གི་ཡོད།

ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་བདུན་བཞག་ཙམ་དང་། ཆོས་ཐམས་
ཅད་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཙམ། མིང་བདུན་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཙམ།
གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཙམ་ཞེས་པ་བཅས་ལས། རྟོན་
གྱི་རོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་གསུངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེའི་ཐོག་ནས་
བཤད་ན། ང་ཞེས་པ་ཕྱང་པོའི་ནང་དུ་འཛོལ་བར་བྱེད་ན། དེའི་སྤྲོད་
ནས་རྟེན་རྒྱ་མེད་ལ། སེམས་ཕྱ་རགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་མེད།
འོ་ན་ང་ཞེས་པ་དེ་ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཙམ་
དང་། ཐ་སྙད་དུ་གྲགས་པ་ཙམ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་ཙམ་གྱི་
ང་ཞིག་བཤད་ཡོད། དེ་ནི་དབྱུ་མ་པའི་ལྟ་བུ་ཤོས་དང་། ཟབ་ཤོས་
དུ་བཤད་ཡོད། དེ་ཡང་ང་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཕྱང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་
ཆོས་མཐའ་དག་དང་། མདོར་ན། སངས་རྒྱུས་བཙུག་ལྷན་འདས་
རང་ཉིད་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། མཛུ་བ་མི་བཙུགས་ན་ལུས་སྤྲོད་ནས་
རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་དང་། བཏག་དཔུང་བཏང་སྟེ་སྤང་ཙམ་དེས་མ་ཆོམ་
པར་བཏག་ཅིང་དཔུང་ནའང་རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་ཐག་བཅད་དེ་གསུངས་ཡོད།



ང་ཡི་རོ་བོ་གང་ཡིན་དང་། ང་ཞེས་པ་དེ་ལ་མཛུ་བ་མི་འཛུགས་
སྤངས་ཐད་ཕྱང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་ནང་པ་
མིན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མ་སྟེ་ཆོན་དེའི་ནང་དུ་གཏོགས་པ་དང་། ང་
ཞེས་པ་ནི་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་རེད་བཟོད་མཁན་ནི་ནང་
པ་ཡིན། ནང་པ་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱིས་ང་ཕྱང་པོའི་གསེབ་ན་ཡོད་
དང་མེད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད། དེ་དག་ནི་ང་ཞེས་པ་གང་ཞིག་
ཡིན་ཞེས་པའི་དྲི་བའི་ལན་ཡིན། ལྟ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་གི་དབྱེ་
བ་བྱེ་ཚུལ་འདིས། ནང་པ་དང་ནང་པ་མིན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་
བ་བྱེ་ཡོད་པ་བཅས་སོ།། །





བདག་ལ་ཐོག་མ་

ཡོད་ཅིང་གྱི་སྒྲིང་།

བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དང་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་འདིའི་ལན་ནི།
 བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་ན་ཏུ་ཅང་གི་མི་བདེ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། ང་རང་
 ཆོའི་ཕྱི་འཛིན་ཉེན་ཡོངས་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། ཐོག་མ་ཡོད་པ་ཡིན།
 དེ་ནི་འདི་ལྟར་འགྱུར་འགྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་ཞིང་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་
 ཡིན། དེར་བརྟེན་ཐོག་མ་ཡོད་དགོས་སྟུངས་པ་ཞིག་ང་རང་ཆོའི་སྒྲིང་
 བར་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་ཤར་ངེས་པ་འདྲ་ཡིན། ང་རང་ཆོའི་སྒྲིང་
 བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དགོས་བསམ་པ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གང་
 ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། དེར་ཐོག་མ་ཡོད་དགོས་བསམ་པ་དེ་གཞིར་བཞག་
 གིས་ང་ལ་ཡང་ཐོག་མ་ཡོད་དགོས་བསམ་པ་དང་། ང་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་
 དགོས་བསམ་པ་དེའི་ཐོག་ནས། ང་ཡི་ཐོག་མ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས།
 རྒྱང་འཕེན་པས་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་དང་། སྒྲོད་བརྒྱུད་འདི་དག་ཀྱང་
 སྒྲོག་གཞུ་སྤར་བ་བཞིན་སྒྲོ་བྱུང་བྱུང་བ་མེན་ན་ཡང་། དེ་དག་རིམ་
 པས་རྒྱུ་ཆོག་པ་ཉེ་ཆགས་པ་ཡིན་པས་དེར་ཐོག་མ་མེད་ལ། ཐོག་མའི་
 རྒྱ་འདི་ཞེས་པ་ཞིག་གང་ཡང་མེད། དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་



བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། བདག་ཅེས་པ་དེ་ཡང་། དཔེར་ན། ང་
 རང་ཆོར་ཆ་བཞག་ན། ས་མའི་ཁུ་ཁྱག་འདུས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདག་
 ཅེས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་པས། དེར་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་དག་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་མ་
 ཡིན་པར། རྒྱུ་ཆ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྲུལ་དབང་གི་ཐོག་ནས་
 བྱུང་བས་ཐོག་མ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་དང་། རྒྱ་མེད་པར་སྤྲུལ་པའི་རྒྱང་
 འཕེན་པ་ནི་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་པའི་གྲས་ཡིན། སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཁས་མི་ལེན་པ་ཙམ་
 མེན་པར། སྐྱེ་བ་སྤྱི་མེད་པའི་སྤྱུ་བྱེད་བཀོད་ཅིང་། རྒྱ་མཆན་
 ལ་འདྲ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་། དཔུང་པ་གང་འཆོམས་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་
 རྒྱ་བཞག་ན་ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བས་བདེ་པོ་གང་ཡང་མེད། རྒྱ་རྒྱུ་མེད་
 པར་འདི་ལྟར་རང་བཞིན་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་མཁན་གཅིག་ཡོད།
 བདག་ནི་རྒྱ་མེད་རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་བས་ཐོག་མ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་
 བརྗོད་མཁན་ནི་རྒྱང་འཕེན་པ་ཡིན།

ཡང་གངས་ཅན་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་
 པོ་ཐམས་ཅད་ལ་འཆར་གཞི་དང་། གོ་རིམ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅིང་། སྐྱེད་
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དགོས་སེ་ཞེས་དང་། སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་ཡང་འཛིན་
 ཉེན་ཆགས་འཛིན་མཐའ་དག་དེའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་དེ་སྐྱེ་



ནང་པ་མིན་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་འཛིན་གྱི་པ་པོ་དང་པ་པོ་
འདོད་མཁན་དང་། མི་འདོད་མཁན་བཅས་ཁག་གཉིས་ཡོད། ནང་
པས་འཛིན་གྱི་པ་པོ་དང་པ་པོ་མི་འདོད་པ་ཡིན། འཛིན་གྱི་པ་པོ་དང་པ་
པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ནང་དུ་ཡང་། འཛིན་གྱི་པ་པོ་དང་པ་པོ་སྐྱེ་བ་གཅིག་
བཞིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་རྗེས་མ་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་མཐའ་མའི་དགོན་
མཆོག་གི་བཀའ་བསྟུག་རྒྱ་ཁྱིམ་ལས། དེ་མིན་སྐྱེ་བ་ལྷན་མཐུན་ནས་
འགྲོ་རྒྱུ་མེད་པའི་འདོད་རྩལ་འདི་ཤལ་ཆེར་ཡེ་ཤུ་དང་ཁ་ཆེ་ཆོ་ཡིན།
ལྷན་སྐྱེ་གསལ་བ་ཆངས་པས་བཞིན་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་དེ་དག་གིས་
སྐྱེ་བ་སྐྱ་སྐྱེ་བ་ཤད་ཡོད་ལ། ལས་འབྲས་ཀྱང་བཤད་ཡོད། རྒྱ་དང་
འབྲས་བུའི་འགྲོ་རྒྱུ་ཆངས་བཤད་པའི་ཐོག་ནས་མཐའ་གཏུགས་འཛིན་གྱི་པ་
བཞིན་པ་པོ་ཆངས་པ་བྱས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་བའི་འཛིན་
གྱི་པ་པོ་དང་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ནང་སྐྱེ་བ་སྐྱ་སྐྱེ་འདོད་མཁན་དང་། མི་
འདོད་མཁན་བཅས་ཁག་གཉིས་ཡོད། སྐྱེ་བ་སྐྱ་སྐྱེ་འདོད་མཁན་ནི་
རྒྱ་གར་ནང་གི་འཛིན་གྱི་པ་པོ་དང་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་བྱུ་བ་མཐའ་སྐྱ་བ་
ཤལ་མེ་ཆེ་ཡིན། ཡེ་ཤུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་སྐྱེ་བ་འདི་ག་དགོན་མཆོག་
གིས་བཞིན་པར་འདོད་མཁན་ཡིན་པས་འདི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་འདུག་
སྐྱར་ང་ཆོས་འཛིན་འདུའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་བཞོ་སྐྱེང་ཞིག་གི་ཕྱི་དང་།

སྐབས། འདི་ལྟའི་ཆོས་པ་མི་སི་གི་སི་བླ་པ་ཁོང་གིས་གསང་བའི་ངང་
ནས་ཉམས་ལེན་བྱ་བྱུ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་། ཉམས་ལེན་བྱེད་སྒྲུངས་སྒྲོར་
འབྲེལ་བཤད་བྱས་དོན། འདི་གཞིན་བཀོད་པའི་སྐབས་སུ་ང་རང་
ཆོ་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་དགའ་ལས་མཉམ་དུ་བརྒྱབ་ཡོད་པ་དང་།
དགོན་མཆོག་གིས་ཀྱང་བཀོད་པ་བཅས་ང་རང་ཆོའི་སྐད་ཆ་ལྟར་ན།
ལྷ་མི་བྱང་འབྲེལ་ལྷ་བྱ་བྱས་ཏེ་འདི་གཞིན་བཀོད་པ་པོ་ལྷས་ཀྱང་བཀོད།
བཀོད་པའི་མི་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཉམ་དུ་ལས་ཀ་བྱས་ནས་འདི་གཞིན་
བྱུབ་པ་བཤད་པོང་། དེས་སྦྱེ་བ་སྦྲ་མ་འདོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས། ཆོ་
འདི་གར་འཇམ་སྒྲིང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བཞི་མིས་བྱས་ཏེ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་
དང་། དེའི་བརྒྱབ་དུ་འདི་གཞིན་བཀོད་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་ཡོད་ཅིང་།
ཐད་ཀའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ང་ཆོ་མིས་བྱས་ཏེ་ལྷ་མི་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་
ནས་འཇམ་སྒྲིང་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་བརྗོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ། ཡང་
ན་སྦོད་ཐོག་མར་ཆགས་སྐབས་ལྷ་མི་བྱང་འབྲེལ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ན། དེ་
ནི་སྦྱེ་བ་སྦྲ་མ་རྒྱངས་དགོས་པས་གང་འདྲ་ཡིན་དེ་གསལ་པོ་བརྗོད་མཐོང་།

དེ་མིན་ངས་ངོ་ཤེས་པའི་ཡེ་སྤྱི་ཆོས་པ་བགྲས་སྤང་ན་ཅང་
ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ང་དང་འདྲིས་པོ་ཡོད། ཉིན་ཞིག་ངས་ཁོང་ལ་བྱིད་
རང་ཆོ་ཡེ་སྤྱི་ཆོས་པས་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ལས་བླངས་ན་སྒྲིན་གང་ཞིག་ཡོད་



དམ་ཞེས་སྐད་ཆ་རྒྱུ་ཡིས་པར། ཁོང་གིས་སྐྱེ་བ་ལྷན་མ་མེད་ཅིང་། ཆོ་
འདི་ག་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོས་ཐད་ཀར་བཞོན་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
བྱུང་། དེ་ནི་ཏ་ཅང་གི་ཟབ་པོ་ཞིག་མཐོང་སྲིད་ཀྱི་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་
པ་པོ་འདོད་ན། ཆོ་འདི་ག་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོས་བཞོན་པ་རེད་
ཅེས་བརྗོད་དུས་སེམས་ཐག་ཏ་ཅང་གི་ཉེ་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་དཔེར་
ན། ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདི་པ་མ་གཉིས་དང་། ལྷག་པར་ཨ་མས་སྐྱེན་
པར་བཞེན་མ་ལ་སྒྲིང་ཉེ་པོ་བྱེད་པ་དུད་འགོ་ཚུན་ཆད་ལ་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཆོ་འདི་དགོན་མཆོག་གིས་ཐད་ཀར་བཞོན་པ་རེད་
ཅེས་བརྗོད་དུས་དགོན་མཆོག་ལ་སེམས་ཐག་ཏ་ཅང་ཉེ་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་
ཡིན། རི་ཅམ་གྱིས་མ་ལ་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་མས་
བཤད་པ་དེར་དང་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད། མི་གཤིས་ཀྱི་ཏ་ཅང་ངན་པ་དེ་
འདྲ་ཡོད་ན་མི་ཤེས། སྤྱིར་བཏང་ཨ་མས་བཤད་ན། ངའི་ཨ་མ་
ལགས་གྱིས་གསུང་གི་འདུག་ཅེས་དག་འཕྲོད་ཐོག་ནས་བརྗོད་འདོག་བྱེད་
པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། དེ་ནི་སེམས་གཏིང་ནས་ཉེ་པོ་ཡོད་པས་
ཡིན། དེ་བཞིན་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་གིས་ཆོ་འདི་
ག་ཐད་ཀར་བཞོན་པའི་ལྷ་ཚུལ་འདི་ན་མཐུན་ཞིག་ཡིན་ན། འདི་ག་
ཉེན་བཞོན་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་ལ་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཡོད་པ་དང་། རི་



ཅམ་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཡོད་པ་དེའི་ཆོད་གྱིས་དགོན་མཆོག་གི་རྗེས་སུ་
སྐྱབ་འདོད་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་དང་། དེ་ལྟར་ཡོང་དུས་དགོན་མཆོག་
གི་དགོངས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དུམས་བརྗེ་ལྷན་པ་བྱེད་དགོས་
རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་དགོན་མཆོག་གི་བསྐྱབ་བྱ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་དུས་འདོད་
ཚུལ་འདི་ཏ་ཅང་གཏིང་ཟབ་པོ་ཞིག་ཡོད།

དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་སྐྱབ་པ་པོ་ནམས་གྱིས་བསྐྱེན་པ་ཞེས་
ལྷ་བསྐྱེན་ཅིང་ཉེ་བར་བྱེད་པས་ན་ལྷ་དེ་འགྲུབ་གྱི་ཡོད་ཅིང་། དེས་
ན་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོས་ཆོ་འདི་ག་ཐད་ཀར་དགོན་མཆོག་གིས་
བཞོན་སྐབས། ང་ཆོས་པར་ལྷ་བསྐྱེན་མི་དགོས་པར་ང་རང་ཆོའི་མི་
ཆོ་འདི་ག་དགོན་མཆོག་གིས་གནང་བས་ན། སྒྲིང་ཉེ་པོ་ཡོང་བ་ཡིན།
འདོད་ཚུལ་དེ་ལ་གནད་འགག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་
པ་པོ་འདོད་མཐུན་ཉེ་པོ་ཡོད་སྐབས་ཆོ་འདི་ག་ཐད་ཀར་བཞོན་པ་དེ་དག་འདི་ག་
ཉེན་བཞོན་པ་པོས་བཞོན་པར་མ་ཟད། ང་རང་ཆོའི་ཆོ་འདི་ཡང་འདི་ག་
ཉེན་བཞོན་པ་པོས་བཞོན་པ་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་
པ་པོ་འདོད་མཐུན་གྱི་འགོ་སྐྱབས་དེ་དང་། རྒྱ་གར་ནང་གི་འདི་ག་ཉེན་
བཞོན་པ་པོ་འདོད་མཐུན་རྒྱུ་ཟད་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་བཅས་སོ།



ནང་པས་བདག་པ་ཐོག་
མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ།

དེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ལུགས་ལ་བདག་གི་ཐོག་མ་ཡོད་
དམ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན། བདག་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲེང་ནས་ཐོག་མ་དང་མཐའ་
མ་ཡོད་མེད་ཅད་གཅིད་བྱ་བྱ་བྱུང་དཀའ་ཞིང་། ཐོག་མར་བདག་ཅེས་
པ་དེ་ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་ཞིག་དང་། ཡུང་པོ་ལ་ལྟོས་ནས་
གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། ལྟོས་གཞིའམ་ལྟོས་སའི་ཡུང་པོ་དེར་ཐོག་
མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྤྲེང་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་བདག་
ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་དེའི་ལན་ལ། བདག་དེ་གང་ལ་བརྟེན་
ནས་གྲུབ་པའམ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པའི་ཡུང་པོ་དེར་ཐོག་མ་
ཡོད་མེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། ཡུང་པོ་དེར་ཐོག་མ་ཡོད་
མེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས། ལུས་འདི་ཨ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་ལས་བྱུང་
བ་དང་། ཨ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་ནི་ཨ་མའི་ལུས་དང་། ཨ་མའི་ལུས་ནི་དེའི་
ཡང་ཨ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་ ཡང་དེའི་ཨ་མའི་ལུས་བཅས་དེ་རྩྭ་ར་ལོ་འབྲུམ་

སྒྲིག་དང་། ས་ཡ་ཁ་གསལ་ཡར་དེད་ན། ཐོག་མར་མིའི་འཕྲོ་བ་ཆགས་
སྐབས་ཀྱི་མི་འི་བཞིན་ཀྱང་པ་སློམ་ནས་འཕྲོ་བའི་སློག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་
ཤིག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཡར་དེད་ན་ཀྱང་བཞི་བཅུགས་ནས་
འཕྲོ་མཐའ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ཡང་ཡར་དེད་ན་ཀྱང་ལག་མེད་པ་
སྤྱལ་ལྟར་འཕྲོ་མཐའ་ཞིག་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཚུའི་
ནང་གནས་པའི་སློག་ཆགས་དང་། དེ་ནས་སྐམ་ལ་གནས་པའི་སློག་
ཆགས་བཅས་འདི་ལྟར་ཆོན་རིག་གི་ལྟ་བུ་ཐོག་ནས་བཤད་པ་དེ་ཡིན།

ནང་པའི་གཞུང་གྱི་ཡོངས་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་གཙང་རིས་ཀྱི་
ལྷ་ལས་མཆེད་པ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་དེ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་
ཡིན། གྱུ་བ་ལེན་པ་པོ་དེའི་ངོས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་གཏོང་ཆུ་ཡོད་
པ་ཡིན། དེ་ནི་ཐོག་མར་ཟས་རགས་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཏིང་ངེ་འཛིན་
གྱིས་འཆོ་བ་དང་། དེ་ནས་རིམ་པས་ཟས་རགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་
པོའི་བྱ་གཏེར་དག་དོ་ལ་བ་བཅས་ཀྱི་གསུང་ཚུ་ལ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟར་
ཡིན་མིན་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས། མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་གསུང་ཚུ་ལ་
ཞིག་ཡོད།

གཞིའི་འཕྲུང་བ་པའི་ལས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་ནི། རང་པོའི་གཞུང་
ནས་གསུངས་པ་དང་། དེང་གི་ཚན་རིག་པས་བཟད་པ་གཉིས་གཅིག་



པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མངོན་པ་མངོན་ནས། བསྐྱེད་པ་ཡ་ཐོག་ཏེ་
བསྐྱེད་ཆེན་གཅིག་ལ་བར་བསྐྱེད་བརྒྱུ་དང་། བར་བསྐྱེད་ཉི་ཤུ་
རེས་འཛིག་ཏེན་ཐུ་མ་སྟོང་སྟེ་ཞིག་པའི་བར་བསྐྱེད་ཉི་ཤུ་དང་། ཆགས་
པའི་བསྐྱེད་པ་བར་བསྐྱེད་ཉི་ཤུ། གནས་པའི་བསྐྱེད་པ་བཅས་དང་།
དེ་ནས་ཡང་སྟོང་སྟེ་པའི་བསྐྱེད་པ་བཅས་འདི་ལྟར་དུ་འགྲོ་བ་བཤད་ཡོད།
གནས་པའི་བསྐྱེད་པ་བར་བསྐྱེད་ཉི་ཤུ་ཡ་ཐོག་རིང་མོ་ནས་དང་། ཆེ་
ལོ་དཔག་མེད་བྱུ་བ་པ་ནས་བཟུང་ཆེ་ལོ་བཙུ་བ་བར་དང་། ཡང་དེ་ནས་
ཡར་བར་གྱི་ཁྲག་པ་བཅོ་བརྒྱུ་དེ་དག་གིས་ཆེ་ལོ་བརྒྱུ་ཁྲིའི་བར་དུ་
འཕར་བ་དང་། ཡང་དེ་ནས་ཆེ་ལོ་བཙུ་བ་བར་བྱིན། ཡང་ཆེ་ལོ་བརྒྱུ་
ཁྲིའི་བར་བྱིན་པ་སོགས་པ་དེ་དག་ཏྲག་ཏྲག་ཡིན་མིན་མེ་མེས་ཤིང་།
ཅུང་ཟད་བརྗོད་དཀའ་བ་ཡིན།

སྦྱར་མངོན་པ་མངོན་གྱི་འཛིག་ཏེན་ཁམས་ལའི་ནང་གསུངས་
པ་ལྟར། རེ་རབ་དང་། སྦྱང་བཞི་སྦྱང་ཕྱན་དེ་དག་ཏུ་ཅང་གི་ཁག་
པོ་ཡིན། སྦྱང་བཞི་ནས་པར་ཁས་སྦྱངས་ན་མངོན་སྦྱང་ལ་བསྟོན་དགོས་
པས་ག་ལ་རུང་། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆད་མའི་གཞུང་སྟེ། དབུ་
ཆད་སེང་གེ་མངོན་བསྟོན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། དེའི་འགྲོ་སྦྱངས་གྱི་
ཐོག་ནས་བཤད་ན། མངོན་སྦྱང་ལ་བསྟོན་དགོས་བྱུང་ན། རྗེ་བདག་



ཉིད་ཆེན་པོས་ལེགས་བཤད་སྟེ་པའི་དབུར། རིགས་པ་དང་འགལ་
པའི་གྲུབ་མཐའ་ཁས་ལེན་ན་སྦྱར་བ་པོ་ཆད་མའི་སྦྱངས་བྱར་མི་རུང་པའི་
ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རིགས་པ་དང་འགལ་པའི་གྲུབ་
མཐའ་ཁས་ལེན་ན་ཆད་མའི་སྦྱངས་བྱར་མི་རུང་བ་ཡིན་ན། མངོན་སྦྱང་
ལ་བསྟོན་དགོས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་ཁས་སྦྱང་ན། ཆད་མའི་སྦྱངས་
བྱུ་ཡོང་གེས་ཐབས་མེད། མངོན་སྦྱང་ལ་བསྟོན་ནས་བྱིན་ན་མ་དམིགས་
པའི་ཉགས་གྲུབ་ས་རྩ་བ་ནས་མེད། སྦྱང་རུང་མ་དམིགས་པ་དང་།
འགལ་ཆེད་མིགས་པའི་ཆ་ནས་མ་དམིགས་པའི་ཉགས་གྲུབ་གྱི་ཡོད། དེ་
ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆད་མ་སྦྱིའི་འགྲོ་སྦྱངས་ཡིན།

ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པ་ནི། ཆད་མས་དམིགས་མ་དམིགས་གྱི་
ཐོག་ནས་འཛིག་དགོས་པ་སྟེ། ཆད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པའི་མཆོན་
ཉིད་དང་། ཆད་མས་གྲུབ་པ་གཞི་གྲུབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་གྱི་
ཡོད་པས་ན། དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོད་མེད་
ཐག་བཅད་དགོས་ཤིང་། དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་མེད་ནི། དེའི་
འཛིན་སྦྱངས་ལ་གཞི་བཟུང་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟེང་ནས་གྲུབ་དགོས། དེས་
ན་གཏན་ཆོགས་དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་སྦྱབས་གྱི་ཡོད། མངོན་སྦྱང་ཆད་
མས་གྲུབ་པ་ནི་དེའི་ཚུང་བས་གྲུབ་གྱི་ཡོད། དེ་མིན་རྗེས་དཔག་རིགས་



དེ་དག་ནི་གཏན་ཆོག་སྐྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་
སྐྱབ་ཉམས་དང་། དགག་ཉམས་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། སྐྱབ་ཉམས་
དང་། དགག་ཉམས་བཤད་པའི་སྐྱབས་མང་པོར་ཡང་ན་འགལ་ཆེ་
དམིགས་པའི་ཐོག་ནས་བཤད་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན། ཡོད་ན་སྤང་
དུ་རུང་ལ། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་དགག་བྱ་དེ་ཡོད་ན་སྤང་དུ་རུང་བ་ཞིག་
ལ། མི་སྤང་བའི་ཆེ་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་ཉམས་བཞུགས་ཡོང་གི་
ཡོད། དེ་ནི་ནང་པའི་ཆད་མའི་འགྲོ་སྤངས་ཡིན།

ནང་པའི་བྱད་ཆོས་ནི། ཆད་མའི་ཐོག་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་
དེ་ནི་ནང་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། ཆད་མའི་འགྲོ་སྤངས་བཤད་སྐབས།
ངས་ནམ་རྒྱུན་འདི་ལྟར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། མུ་ཉེགས་པ་བཀག་པའི་སྐབས་
སུ་ཆད་མའི་ཐོག་ནས་བྱད་རང་གི་འདོད་པ་དེ་སྤང་རུང་མ་དམིགས་
པས་ཁེགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དང་། འགལ་ཆེ་དམིགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་
ཕར་བཀག་ཅིང་། ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་དེ་དག་དང་སྐབས་
ཀྱི་མཐོང་ཆོས་དང་འགལ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཁ་ཁར་བསྐྱེད་དགོས་བྱུང་
ན་དེ་ནི་དྲང་པོ་གང་ཡང་མིན། དེས་ན་དྲང་པོ་དྲང་བཞག་བྱེད་དགོས།
སྔོ་སྔོའི་རང་གཞུང་གི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་གསུངས་པ་ཞིག་བཅོམ་ལྷན་
འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་ན་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་མཚམས་དེ་ལྟ་བུས་



ཕྱེ་ཡི་ཡོད་ཅིང་། རིག་མ་རིག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཁོར་འདས་འཛིག་
གི་ཡོད། དེ་ལྟའི་འགངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ལས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དྲང་
དོན་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་བཀའ་དེ་འདྲ་སྤྱི་བཞིན་པར་ཁས་ལེན་ན་མི་
རུང་བའི་མདོ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་དེ་འདྲའི་ཕན་གཞོད་དང་
ཡ་ཡུད་ཆེན་པོ་གང་ཡང་མེད་པའི་འཛམ་གྱི་སྤྱི་བཞིན་གྱི་ནམ་གཞག་དེ་
དག་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་འཛིག་ཉེན་གསུང་ཆོད་དང་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་
པ་ཏན་ཏན་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་མིན་གནད་འགག་ཅིག་ནི། བེན་སྒྲོག་སྒྲོན་པའི་གཞུང་
དེ་མི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པ་སྐྱབ་པ་ལ། དོན་དེ་སྒྲོན་པའི་གཞུང་ལ་སྤྱི་དངོས་
ཤུགས་འགལ་བ་མེད་པ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཆང་གི་མེད་ཅིང་། ད་
ལྟ་རི་རབ་དང་། མྱིང་བཞི། མྱིང་ཕན་གསུངས་པའི་གཞུང་དེ་དག་
མངོན་པ་ནས་གསུང་ཚུལ་ཞིག་དང་། དུས་འཁོར་ནས་གསུང་ཚུལ་
གཅིག་དེ་དང་དེ་འདྲའི་མདོ་སྤྱི་གཞན་ནས་གསུངས་པ་དེ་དག་ལ་མི་
འདྲ་བ་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་ཆོར་བེན་ཏུ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པའི་དོན་གཅིག་
ལ་གཞུང་སྔོ་སྔོ་ནས་གསུང་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པས། དེས་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་
ཟ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འཛིག་ཉེན་གྱི་ནམ་གཞག་བྱེད་བྲག་པ་
ཞིག་སྒྲོན་པའི་ལུང་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ལུང་གཞན་ཡོད་ལྟར། ལུང་



ཀྱི་ཡོད། རྩལ་གཅིག་གིས་རྒྱུ་ཆོག་སྐབས་འཕེལ་གྱི་བ་ཤེད་ཀྱི་ཡོད།
 དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་ལུས་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཐོག་མའི་ཁྲ་ཁྲག་ཁྱུང་
 ཁྱུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་འཕེལ་གྱི་བ་བྱས་ཏེ་ལུས་འདི་ཆགས་པ་ཡིན།
 དེས་ན་ཕྱི་འོ་གཟུགས་ཅན་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། དེ་བཞིན་རྩལ་ཕྱན་
 ཁྱུང་ཁྱུང་ཞིག་ལ་རྒྱུ་ཆོག་སྐབས་འཕེལ་གྱི་བ་བྱས་ཏེ་ནམ་འགྱུར་མི་
 འདྲ་བ་དང་། དབྱེ་བས་དང་། ཁ་དོག་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། ཅ་བ་
 གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ན། དེའི་ཉི་མ་ལེན་གྱི་རྒྱུར་གཟུགས་
 ཅན་གྱི་ཆོས་སམ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྩལ་རྒྱུ་ཞིག་མེད་པར་ཡོད་ཤེས་
 ཐབས་མེད། དེས་ན་ང་ཆོའི་ལུས་གཟུགས་ཅན་འདིའི་གཟུགས་རྩལ་
 ཕྱ་མོའི་སྤྱིང་དུ་ཕྱིན་ན། དེའི་རྩལ་རྒྱུ་གྱི་ཐོག་མ་འདོག་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་
 ཁག་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་བཞིན་པ་བཞིན་སེམས་ལྡན་གཟུགས་
 ཅན་གྱི་ཆོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་རྒྱུ་བཅིས་ན། སེམས་མེད་པེམ་པོའི་
 རྩལ་རྒྱུ་ཞིག་ལས་ཡོད་པ་ཡིན། སེམས་མེད་པེམ་པོའི་རྩལ་རྒྱུ་གྱི་
 གནས་སྐབས་སུ་སེམས་ལྡན་མིན་ཞིང་། སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་མིན།
 མཐའི་ཞིག་ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱས་ཏེ་ནམ་ཤེས་དང་འདྲེས་སྐབས། སེམས་
 ལྡན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཞེས་པའི་
 གང་ཟག་གི་ལུས་ཆགས་པ་ཡིན། ལུས་དེ་ཉིད་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སེམས་



ལྡན་གྱི་རྩལ་རྒྱུ་ཞིན་མི་དགོས་ཤིང་། དཔེར་ན། ས་མའི་ཁྲ་ཁྲག་
 ཁྱུང་པ་སེམས་མེད་པེམ་པོ་ཡིན། དེར་ནམ་པར་ཤེས་པ་འདུས་པ་ལ་
 བརྟེན་ནས་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་ཆགས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཆོས་
 ཐོག་མའི་རྒྱུ་ཞིག་དེད་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་དེ་ལྟར་ཡིན།

གང་དང་ལྡན་ན་སེམས་ཅན་ཡིན་ལ། གང་དང་མི་ལྡན་ན་
 སེམས་མེད་པེམ་པོ་ཞེས་དབྱེ་བ་འབྱེད་པའི་འབྱེད་ཆོས་ནི་ནང་གི་ནམ་
 པར་ཤེས་པའི་སྤྱིང་དུ་བསམ་མཐོ་གཏོང་དགོས། ནང་གི་ནམ་པར་ཤེས་
 པ་ནི། སྤྱིར་ང་རང་ཆོར་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་དེ་དང་། བྱི་དང་ཞི་མི་ལ་
 སོགས་པར་ཡང་ཤེས་པ་དེ་དག་ལ་ཕྱ་རགས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ཐམས་
 ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་
 དང་། ངོ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་འདྲ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

དུད་འགྲོའི་ནང་དུ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། དུད་འགྲོ་དེ་དག་ལ་འང་
 རེ་ཕྱར་ཕྱིན་ན། བདག་ཏུ་འདུ་ཤེས་པ་དེ་ཡོད་ཅིང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ་
 མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ཡོད་པ་ཡིན། བདག་
 འཆོ་བ་དང་། བདག་གསོན་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་པ་འདྲ་གཅིག་པ་ཡིན།
 ངས་དུས་རྒྱུན་ཅིང་མོ་དང་སྤྱུགས་ཆེན་རིག་པ་ཆོར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཐོག་
 ཆགས་ཕྱ་རགས་ཀྱི་ནང་ནས། ཐོག་ཆགས་ཀྱི་ལྷན་པ་ཆེ་ཁྱུང་གི་ཐོག་



ནས་ཡིད་མཐོ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། གཟུགས་མཐོང་བ་དང་སྒྲུབ་པ་སོགས་
ལ་མེད་མཐོང་པ་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་ལ་མེད་
མཐོང་པ་ཆེ་བ་ཡོད། གཟུགས་མཐོང་བ་དང་། སྒྲུབ་པ་ རྩི་ཆོར་བ་
བཅས་ཀྱི་ནང་མཐོང་ཆེན་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་རྩི་ཆོར་བའི་ཤེས་པ་ཏ་ཅང་
གི་རྩི་པོ་ཡོད་སྟེ་འདྲུག་

ཁྱི་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། མེད་སྒྲུབ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ཁྱིའི་
སྒྲུབ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆེ་བ་ཡོད། ཁྱིས་རྩི་མ་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་དེ་འདྲུག་
དུ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རི་དྲགས་ཆོས་ཀྱང་རྒྱུ་རིང་ནས་སྟག་
གཟིག་ལ་སོགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་དེ་མ་སྒྲུབ་ན་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། རི་
བོང་གི་རྩི་བ་རིང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ཐག་རིང་གི་སྒྲུབ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་
དེ་ནི་རང་ཉིད་སྤྱད་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ཡག་ཤོས་ལྟ་བུ་ཡིན། མཐོང་སྟངས་
ཅན་ལུས་སྟོང་སྟངས་ཆེ་བ་ཆོ་རང་སྤྱད་བྱེད་ཐབས་ཅུང་ཟད་བཟང་བ་ཡོད་
ལ། ལུས་ཅུང་བ་ནམས་རང་ཉིད་སྤྱད་སྒྲུབ་བྱེད་ཐབས་ནི་ཤོས་ལྟ་བུ་
ན་ལས་མེད། དཀྱིལ་ཡོད་མེད་ན་བས་ཉན་པ་དང་། རྩི་མ་སྒྲུབ་པ་སོགས་
ཀྱིས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དབང་པོའི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ང་ཆོ་ལས་སྒྲིག་ཆགས་
གཞན་ནམས་ཆེ་བ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡིད་མཐོ་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་སྒྲོ་
གཏོང་བའི་རྣམ་པ་ང་ཆོ་མེ་ཆེ་ཤོས་ཡིན།



དུག་སྤྱང་ལ་ཆ་བཞག་ན། བུམས་པོ་བུས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་རྗེས་
བྱེད་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་འདྲུག་ དེ་མིན་ཁྱི་དང་ཞི་མི་སོགས་ལ་སྟོ་
སྤྱད་ནས་བུམས་པོ་བུས་ན་བཀའ་དྲིན་རྗེས་བྱེད་ཀྱིས་མཐུག་མ་གཞུག་
གཞུག་བྱེད་པ་དང་། ཞི་མིས་སྟོ་ལྟ་བུ་གཞུག་པ་སོགས་ཏ་ཅང་དགའ་
པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་བྱ་དང་བྱེད་ཅམས་ལ་སྟོ་སྤྱད་ནས་བུམས་
པོ་བུས་ན། སྤྱད་སྒྲུབ་སྒྲིག་པ་སོགས་མགྱུ་བའི་ནམ་འགྱུར་བཞག་ཏེ་
བཀའ་དྲིན་རྗེས་བྱེད་ལྟ་བུ་བྱེད། དུག་སྤྱང་དང་། འདྲེ་ཤིག་གིས་དེ་
ལྟར་བྱེད་མི་ཤེས། ངས་མཆོམས་རེ་ང་རང་སྤྱང་བ་སྤྱད་པོ་ཡོད་པའི་
སྤྱང་ནད་དུག་གི་ཉེན་ཁ་ཆེར་མེད་པའི་དུག་སྤྱང་ལ་ཁྱག་སྤྱད་ཀྱི་ཡོད།
དུག་སྤྱང་གིས་ཁྱག་འཛིབ་སྟེ་ཤོད་ཁྱིག་གཞུགས་མ་ཐག་ལྷུ་བ་འདྲེ་པོ་ཞིག་
བཏང་སྟེ་འཕུར་འགོ་བ་ལས། བཀའ་དྲིན་རྗེས་བྱེད་མི་ཤེས་པ་
ལྟ་བུ་འདྲུག་ དེ་ནི་ཁོ་རང་སྤྱད་དགས་པས་མིན་པར། དུག་སྤྱང་གི་
མཐོང་པ་ལ་གཞན་གྱིས་རང་ལ་བུམས་པོ་བུས་པོས་འཛིན་དང་དྲིན་ལན་
འཇལ་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཅམ་མེད་པ་ཡིན། ཁྱག་
འཛིབ་པ་ནི་རང་ཉིད་འཆོ་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་དུག་སྤྱང་
མོས་ཁྱག་འཛིབ་པ་ལས། དུག་སྤྱང་པོས་ཁྱག་འཛིབ་ཀྱི་མེད་སྟེ་འདྲུག་
དུག་སྤྱང་མོས་རང་ཉིད་དང་སྒྲོ་ང་བཅས་པ་འཆོ་ཐབས་ཁྱག་ལ་བརྟེན་



དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རང་ཉིད་འཆོ་བཤམས་ཀྱི་བསམ་མཁོ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་གྱི་བསམ་མཁོ་གང་ཡང་མེད།

སྲིག་ཆགས་ཕྱ་མོའི་རིགས་ལ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེ་ན། གང་ལྟར་བཅེ་བ་དང་། ཕྱག་དོག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཕལ་ཆེར་མེད་ལ། གཞན་གྱིས་བཟང་པོ་བྱས་པ་ལ་བྱས་པ་དིན་དུ་གཞོ་བའི་བསམ་མཁོ་འདྲ་ཕལ་ཆེར་མེད། སྲིག་ཆགས་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ལ་བྱས་པ་གཞོ་བའི་སྒོ་དང་། དིན་དུན་པའི་སྒོ་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ནི་ལྡན་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱད་པར་གྱིས་ནམ་པར་གཤམ་པའི་སྤྲོད་ནས་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤར་ཕྱེ་ར་ལ་ཞེས་པའི་ཆོན་རིག་པ་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་གྲོང་ས་ཟིན་ཅིང་། དེ་སྤྲོད་དང་ར་ཆོ་སྐད་ཆ་བྱུང་བའི་མཐའ་མའི་གྲུབ་དོན་ལ། སྲིག་ཕྱན་གང་ཞིག་གནས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་པ་དེ་སེམས་ཅན་རེད་ཟེར། དེ་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ལས་གཟུགས་མེད་ལ་དེ་ལྟའི་སྐད་ཆ་མེད། ལུས་ཕྱ་མོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་རྒྱུ་འདྲ་མེད་ལ། ལུས་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལྷ་དང་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་སྲིག་ཡོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་མཐུན་ཏེ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་སྤྲུབ་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་



ན། ཉི་མ་མེ་ཏོག་ཞིགས་པ་ཉི་མ་ཤར་སྐབས་ཁ་ཤར་ལ་སྤྱོགས་པ་དང་། དེ་ནས་ཉི་མའི་བགྲོད་པ་དང་བསྐྱུན་ནས་ཁ་གཏད་དེ་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་གཤམ་པ་མེད་ཀྱང་རྣམས་ཀྱི་ལྷས་པས་ཉི་མའི་བྲོད་དང་། འོད་ཟེར་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་དགོས་པས་ཉི་འོད་ཡོད་པའི་སྤྱོགས་དེར་ཉི་མ་མེ་ཏོག་ཁ་གཏད་དེ་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ལ་བྱེད་རང་ཆོས་དོ་སྣང་བྱུང་ངམ།

དེ་བཞིན་མེ་ཏོག་གི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཉིན་མོ་ཁ་ཕྱེ་ཞིང་མཆོན་མོ་ཁ་བྱམ་ནས་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་མུ་སྟེགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་དག་སེམས་ཡོད་པའི་སྤྱབ་བྱེད་བཀོད་དེ་མཆོན་མོ་ལོ་མ་འཁུམ་པ་དེ་དག་ཉལ་བ་ཡིན་ལུགས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དོན་དུ་དེ་ནི་ཉལ་བ་མ་ཡིན་པར། ལྷང་བའམ་འོད་ཀྱིས་མེ་ཏོག་སྒྲིན་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པས་ན། ལྷང་བ་ཡོད་པའི་རིང་ལ་མེ་ཏོག་ཁ་ཕྱེ་བ་དང་། ལྷང་བ་མེད་པར་གྱུར་པ་ན་མེ་ཏོག་ཁ་བྱམ་པ་ཡིན། དེ་དག་ནི་རྣམས་ཀྱི་ལྷས་པས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རང་འཆོ་བ་ལ་དེ་དག་དགོས་པས་རྣམས་འདྲ་མིན་གྱི་ལྷས་པ་ནི་ཏ་ཅང་གི་ཡ་མཆོན་ཡོད།

རང་ཉིད་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་འདུ་གཤམ་གང་ཡང་མེད་པ། དཔེར་ན། ཤིང་སྐྱར་པའི་འབྲུག་ལ་སྤྱུ་རྩུང་ཟད་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་མེ་ཏོག་འགའ་ཞིག་གི་སོན་འབྲུར་ཡང་སྤྱུ་རྩུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་



བཤད་ཅིང་། གསལ་རིག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ནི་དེ་མ་ཐག་ཀྱི་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་དུས་སྒྲིག་པ་ལྟ་བུ་མཉམ་སྦྲེལ་མེད་དེར་བྱུག་གི་ཡིད།

དཔེར་ན། ང་རང་ཆོས་སྒྲིག་བཞུགས་མངའ་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་ཞེས་པ་ནི། ས་མའི་ཁྱུ་ཁྱུ་འདུས་པའི་ཐོག་དུ་ནམ་ཤེས་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་བ་ནས་མེ་ཡི་སྒྲིག་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་མེ་ཡི་ལུས་ཀྱི་ནམ་པ་ཐོན་མེད་ལ་མེ་དངོས་སུ་ཆགས་མེད་པས་ན། མེར་ཆགས་པ་ཞེས་བཞེད་ཀྱི་ཡིད། དེ་ནི་སྒྲིག་གཅོད་བཤད་སྐབས་མེ་མེར་ཆགས་པ་ཞེས་པ་ལྟར་མེར་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན། དེ་འདྲ་དེ་མངའ་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་མ་ཐག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་གསལ་རིག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ཡིད། ཡུལ་ཀྱི་ཆེན་པོ་འཇམ་པའི་རྣམ་པ་མེད་ཀྱང་། དེའི་རྩོམ་སྒྲིག་གསལ་རིག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པ་ཡིད། དེ་ལྟའི་གསལ་རིག་གི་རྩོམ་སྒྲིག་པའི་ཆོས་ཤིག་གསལ་རིག་གི་བདག་ཉིད་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཤིག་གིས་ཉེར་ལེན་བྱས་ན་མཆོན་ཉིད་འཆོལ་འགྲོ་བ་ཡིན།

སྐབས་གཅིག་སེམས་མེད་པེམ་པོ་ལས་སེམས་སྒྲིག་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ད་ལྟོ་འདྲ་སེམས་མེད་པེམ་པོ་ལས་སེམས་སྒྲིག་ཆོག་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེས་ན་ཤེས་པ་ལ་ཤེས་པའི་ཉེར་ལེན་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་གསལ་རིག་གི་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས། དེར་བརྟེན་སྒྲིག་པ་ལ་ཐོག་མ་



ཡིད་དམ་མེད་བཞེད་པ་ན། བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡིད་མེད་བསམ་སྒྲིག་གོང་དགོས་པ་སྟེ། བདག་ལ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གདགས་གཞི་ཕུང་པོ་སྒྲིག་དང་། ལྷག་པར་ནམ་པར་ཤེས་པ། དེ་ལས་ཀྱང་ཡིད་སྒྲོ་དང་། ཡིད་སྒྲོ་དེ་ཡང་གསང་སྒྲིག་གི་གཞུང་དང་འབྲེལ་ན། ཡིད་སྒྲོ་ཞིན་དུ་སྒྲིག་པ་དེ་ལ་ཐོག་མ་ཡིད་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་ནས་བསམ་སྒྲིག་གོང་དགོས། དེ་ལ་ཐོག་མ་འཛོག་དགོས་བྱུང་ན་ཏུ་ཅང་གི་མི་བདེ་བ་ཡིད། ཡང་ན་རྒྱ་མེད་ལས་སྒྲིག་པ་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། ཡང་ན་འཛོག་ཆེན་བཀོད་པ་པོ་ཁས་ལེན་དགོས་ཤིང་། དེ་གཉིས་ཀར་རིགས་པས་གཞོད་ཀྱི་ཡིད། དེས་ན་རིགས་པའི་གཞོད་པ་མེད་ཅིང་འོས་མེད་ཀྱིས་གང་ཞིག་གྲུབ་བམ་ཞེ་ན། ཤེས་པའི་རྒྱན་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་པ་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། ཤེས་པའི་ཐོག་མ་བཞག་ན་ཤེས་པ་སེམས་མེད་པེམ་པོ་ལས་སྒྲིག་པར་འདོད་དགོས། དེ་ལྟར་འདོད་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་འགྲོ་བ་ཡིན།

དེས་ན་ཤེས་པའི་ཐོག་མ་འཛོག་མི་བྱུང་ཅིང་། ཤེས་པའི་ཐོག་མ་འཛོག་མི་བྱུང་ན་ཕུང་པོའི་གཅོད་པོ་ཤེས་པའི་རྒྱན་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་བདག་གམ། གང་ཟག་ཅེས་པ་དེ་ལ་འདྲ་ཐོག་མ་འཛོག་མི་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལས་ང་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་བཞེད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྒྱ་མེད་རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་བ་མིན་



ལ་དྲུག་པའི་རྒྱ་ལས་ཀྱང་བྱུང་བ་མིན། མེས་མེད་པེམ་པོའི་ཆོས་
ལས་སྦྱེས་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན་ཞིང་། འཇིག་རྟེན་བཞོན་པ་པོས་བཞོན་
པ་ཡང་མིན། རང་རང་གི་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྦྱེས་པ་དང་།
ཤེས་པ་རང་རང་གི་སྐད་ཅིག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་ལས་སྦྱེས་པ་རེད། དེའི་
སྐད་ཅིག་དང་པོ་འཇིག་མི་ཐུབ། བཞག་ན་རིགས་པ་དང་འགལ་ཡོང་
གི་ཡོད། དེས་ན་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅིང་། ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་
མེད་པས་ན་ཤེས་པ་བཞེན་ནས་བཏགས་པའི་བདག་ལའང་ཐོག་མ་མེད་
ཅེས་གསུངས་པ་ནང་པའི་གཞུང་ནང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེས་ན་
ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་མེད་ལ། གང་ཟག་ལའང་ཐོག་མ་མེད། ང་ལའང་
ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་སོ།། །



བདག་ལ་མཐུན་པ་

ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ང་ལ་མཐུན་པ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བར་ལན་འདེབས་
སྐབས། རྒྱུ་རྐྱེས་པས་ང་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་སྒྲོ་བྱུང་བྱུང་བ་ཞིག་
ལ་འདོད་ཅིང་། ཤི་བའི་རྒྱུ་རྐྱེས་ལུས་ཀྱིས་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་པ་
དང་། རྒྱུ་རྐྱེས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཐོན་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་པ་མེད་པར་ཆགས་
པའི་ཉིན་དེར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མེད་པ་ཆགས་པ་དང་། ངའཕྲུག་གང་ཟག་
ཅེས་པ་དེ་ཡང་མེད་པར་ཆགས་ཟིན་ཅིང་། དེ་ནས་རྒྱུ་རྐྱེས་པ་རེད་ཅེས་
འདོད་པ་ནི་སྐབས་བདེ་པོ་ཞིག་འདུག འོན་ཀྱང་ཅུང་གཅིད་བྱས་ཏེ་
བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། རྒྱུ་རྐྱེས་པ་ཅང་ཆ་པོ་ཡོད། འཇིག་རྟེན་རི་ལྷ་ར་
བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་འདིར་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་མེད། དེ་
བཞིན་མིའི་མི་ཆོ་ལ་སྦྱང་པོ་གང་ཞིག་ཡོད་དང་། མི་ཆོའི་དགོས་དོན་
གང་ཞིག་ཡིན་སོགས་ཀྱི་དྲི་བ་བྱུང་ན། སུམ་ཆེར་དུང་འགྲོ་ལྷ་ར་སོགས་
དང་ལུས་འཆོ་བར་བཟུང་བཏུང་ལ་ཡོངས་སྦྱོང་པ་དང་། སྦྱོང་བའི་ལུས་



ཐབས་ཀྱི་འབྲིག་སྒྲིབ་བྱས་པ་སོགས་དུད་འགྲོ་དང་ཁྱད་པར་མ་བྱུང་བས།
དེ་ཙམ་ལ་ཉ་ལས་རྒྱ་གར་ཡང་མེད་ཅིང་། ཉ་ཅང་སྐབས་བདེ་པོ་ཡིན།

འཛིག་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་དག་གིས་བདག་ཐོག་མར་
འཛིག་ཉེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པ་དང་། བཀོད་པ་ལྟར་ཡག་པོ་བྱས་
པ་ཡིན་ན་འཛིག་ཉེན་བཀོད་པ་པོའི་དུང་དུ་སྒྲེབས་པར་བཞུགས། དེར་
མཐའ་ཡོད་མེད་སྐྱོར་དམིགས་བསལ་གསལ་པོ་བཤད་མཁན་ཡོད་མེད་
མེ་ཤེས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་དུ། བདག་ལ་མཐའ་མ་
ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་འདི་ལ། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་
དུ་ཤེས་པ་ཕྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཞིབ་ཚགས་པོ་མེད་པར་རགས་པའི་
ཐོག་ནས་བཤད་དུས་ཕལ་ཆེར་ཤེས་པ་ཞེས་བཞུགས་སྐབས། རྒྱ་སྒྲིབ་
ཅན་དེ་དག་མཉམ་དུ་ཡོད་ལ་ཉེ་བཞིག་གི་ཐོག་ནས། མཐའ་མ་དག་
བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་སྟེ་སྤར་ལས་ཉོན་གྱིས་འཕངས་པའི་སྤྱུག་
བསྐལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་དེ་སྤྱིད་གནས་པའི་རིང་ལ་ལྷག་བཅས་དག་བཅོམ་
དང་། དེ་ནས་ཕུང་པོ་འདི་དོར་པའི་སྐབས་སུ་ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་དབང་དུ་
བྱས་པའི་ཕུང་པོའི་བདུད་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་བདུད། འཆི་བདག་
གི་བདུད། རྣམ་གཡེང་ལྟ་བུའི་བདུད་བཅས་བདུད་པའི་བཅོམ་སྟེ་ཕུང་
པོ་ལྷག་མ་མེད་པར་འཆང་བྱ་བའི་གནས་སྐབས་སུ། འཆི་བདག་གི་



བདུད་དང་། ཕུང་པོའི་བདུད་བཅོམ་ནས་ཕུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པས་
ན། ཕུང་པོ་ལ་བཞེན་ནས་བདགས་པའི་བདག་དེ་ཡང་མར་མེ་རྒྱན་
ཆད་པ་ལྟར་རིག་པའི་རྒྱན་ཆད་པ་བཞུགས་ཅིང་། དེ་ནས་བདག་གི་མཐའ་
རྒྱུགས་པ་ཡིན། དེ་བྱས་སྐྱབས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནང་དེ་ལྟར་བཤད་མཁན་ཡོད།

དེ་མིན་གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཆང་མས་བདག་ལ་མཐའ་མ་མེད་
ཅེས་བཞུགས་པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། བདག་གང་དུ་འདོགས་པའི་
གདགས་གཞི་མཐར་ཐུག་ཤེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། ཤེས་པ་ལ་གསལ་རིག་
གི་ཆ་གཅིག་དང་། ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རིམ་ཞིག་གསལ་རིག་གི་རང་བཞིན་
དང་། དེ་ནི་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། ཤེས་པ་དེ་ཙམ་གནས་
པ་དེ་སྤྱིད་དུ་གསལ་རིག་གི་རང་བཞིན་དེ་གནས་ཀྱི་ཡོད། ཆགས་སྤང་
གིས་མཆོན་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་དེ་དག་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དུ་མེད་པས།
ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་བསྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་ཤུགས་རྩེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་
བ་དང་། རིམ་བཞིན་ཉོན་མོངས་སྤོང་བྱུང་པ་ཡོང་བྱ་ཡོད་པས་ན། ཅ་
བའི་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེ་དང་། ཟུན་ཅི་
ལོག་དུ་རྒྱུགས་པའི་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཐད་དུ་གནས་ཡོད་པས་བྲལ་རུང་ཡིན་
ཞིང་། གསལ་རིག་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེར་གཉེན་པོ་གང་ཡང་མེད།
དེའི་འགལ་ལྷན་གྱི་རྒྱུར་པའི་ཆོས་དང་གཉེན་པོ་སྒྲིབས་ཐུན་གང་ཡང་མེད།



ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ལ། རྟོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

རྟོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་འདི་ལྟར་གནས་པ་དེ་སྤྱི་དུ་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེར་འགལ་ཆེ་ཡོད་པ་ཡིན། རང་གི་རྒྱུད་
ལ་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་ཅམ་ལས་སྤྱིར་ཤེས་བྱ་ལ་ཡོད། དཔེར་ན། མདུན་
དུ་ཡོད་པའི་མེ་རྟོག་ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་འདི་ཉིད་ངའི་མིག་གི་སྒྲིན་གྱིས་
སེར་པོ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ན། འདིག་རྟོན་གསལ་ཆོད་ལ་དེ་ནི་ཟེང་དཀར་
ཡིན། ངའི་མིག་གི་སྒྲིན་གྱི་དབང་གིས་ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་དུ་མཐོང་
བའི་སྒོ་དེར་དུས་ན་མ་གྱི་ཆེ་ཡང་འགལ་ཆེ་ཡོད་ཅིང་། གང་ལགས་ཤེ་
ན། ཏུ་ཀྱིན་སེར་པོ་མཐོང་བའི་སྒོ་དེ་འཕྲལ་གྱི་སྒོ་བྱུར་བའི་རྒྱུ་ཞིག་
གིས་སེར་པོ་མཐོང་བ་ལས། རྟོན་ལ་སེར་པོར་གནས་མེད། རྟོན་ལ་
སེར་པོ་མིན་པར་ཟེང་དཀར་ཡིན་པ་དེ་ཏུ་ཀྱིན་འདི་ཉིད་མ་འདིག་གི་
བར་དུ་ཟེང་དཀར་དུ་གནས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་ལ་ཆ་མཆོན་ན།
མིག་གི་སྒྲིན་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་བྱུང་ནས་མིག་གི་སྒྲིན་སྒོ་བྱུར་
བའི་ཉིད་མེད་པར་ཆགས་པ་དང་ངས་ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་དུ་མཐོང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བྱུང་ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་དུ་མཐོང་བའི་སྒོ་དེ་ཏུ་ཀྱིན་སེར་
པོར་མཐོང་བའི་སྒོ་དང་འདྲིན་སྤངས་འགལ་བ་ཡིན། གཅིག་གིས་སེར་



པོར་འདྲིན་པའི་སྒོ་འདི་དང་གཅིག་གིས་ཟེང་དཀར་དུ་འདྲིན་པའི་སྒོ་
དེ་གཉིས་འདྲིན་སྤངས་འགལ་བ་ཡིན། འདྲིན་སྤངས་འགལ་བ་ཡིན་
པ་ཟེང་དཀར་དུ་འདྲིན་པའི་སྒོ་དེ་རྟོན་ལ་གནས་པ་དང་། སེར་པོར་
འདྲིན་པའི་སྒོ་དེ་རྟོན་ལ་གནས་མེད། དེས་ན་དེ་གཉིས་འགལ་ཆེ་ཡིན།
འགལ་ཆེ་ཡིན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་གཅིག་ལ་རྒྱུ་ཆེན་ཆོད་མ་ཡོད། གཅིག་
ཤོས་དཔེར་ན། ཏུ་ཀྱིན་སེར་པོར་མཐོང་བའི་སྒོ་དེ་སྒོ་བྱུར་བའི་རྒྱུ་
གྱིས་སེར་པོར་མཐོང་བ་ཡིན། མི་ཞིག་སྤྱད་བཏང་སྟེ་ཏུ་ཀྱིན་འདི་སེར་
པོ་རེད་དམ་ཞེས་དྲིས་ན་སེར་པོ་མ་རེད་ཅེས་བཞུགས་ཀྱི་ཡིན། ང་རང་
གི་མིག་གིས་སེར་པོ་མཐོང་བའི་རྒྱུ་དེ་མེད་པར་ཆགས་པ་དང་། བཟུ་
སྒྲིབ་ཞིག་བརྒྱབ་ན་ཟེང་དཀར་དུ་མཐོང་ཞིང་། དེས་ན་སེར་པོར་མཐོང་
བའི་སྒོ་དེ་ཉིད་འཕྲལ་གྱི་རྒྱུ་གྱི་དབང་གིས་འབྲུལ་བ་ཡིན་པས་དེ་རྟོན་
ལ་གནས་མེད་པས་ན་དེ་ལ་རྒྱུ་ཆེན་ཆོད་མ་མེད། ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་
དུ་མཐོང་བའི་སྒོ་དེས་ཡང་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བཟུས་པ་དང་། འབྲིས་ལ་མི་
ཞིག་སྤྱད་བཏང་སྟེ་འདི་ཟེང་དཀར་རེད་དམ་ཞེས་དྲིས་ན། མི་དེས་
ཟེང་དཀར་རེད་ཅེས་མཐུན་སྒྲུབ་དུ་གྲུབ་པ་ན། ཏུ་ཀྱིན་ཟེང་དཀར་
དུ་མཐོང་བའི་སྒོ་དེར་རྒྱུ་ཆེན་ཆོད་མ་ཡོད་པ་བསྟན་མེད་དུ་སྒྲུབ་བྱུང་།

ཆོན་རིག་པའི་བཟུགས་དཔྱད་བྱེད་སྤངས་འདི་ལྟར་ཡིན། བཟུགས་



དཔུང་བྱས་ཏེ་མི་གཅིག་ལ་བྱ་དངོས་ཞིག་རྟེན་པ་དང་། དེར་ཡང་བསྐྱར་
 བཟླ་དཔུང་བྱས་ཏེ་གོང་ལྟར་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་དང་། ཡང་མི་གཞན་
 ཞིག་གིས་བཟླ་དཔུང་བྱས་ནས་ར་འཕྲོད་གཅིག་མཚུངས་བྱུང་ན།
 གཞི་ནས་ཁས་ལེན་གྱི་འདུག་མི་གཅིག་ལ་སྒོ་བྱར་དུ་མཐོང་སྒྲུང་གཅིག་
 བྱུང་བ་དེ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་ཡོད་པར་ཐག་གཅོད་གྱི་མེད། ང་ཚོ་འི་
 འགྲོ་སྒྲུངས་ཀྱང་དེ་རང་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཆད་མའི་རྒྱུ་རྟེན་ཡོད་
 མེད་གྱི་ཐོག་ནས་སྒོ་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་སྒོ་གང་ཞིག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་
 ཡིན་དང་མིན་ནི། དེ་དང་རྒྱུ་འགའ་ཀྱི་སྒོ་ཡོད་མེད་གྱི་ཐོག་ནས་བསམ་
 སྒོ་གཏོང་གི་ཡོད། རྒྱུ་འགའ་ཀྱི་སྒོ་ཡོད་པ་དང་། སྒོ་དེར་རྒྱུ་རྟེན་
 ཆད་མ་དང་བཅས་པའི་རྒྱུ་འགའ་ཀྱི་སྒོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་མེད་གྱི་ཐོག་
 ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཆགས་སྒྲུང་གི་སྒོ་དེ་དག་ལ་
 འགའ་ལྷོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། ཆོན་རིག་པ་ཀུན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་རང་ལོ་དགུ་
 བཅུ་གོ་གྲངས་ལ་སྒྲེབས་ཡོད། ཁོང་རང་མི་སེམས་བདེ་པོ་མེད་པ་དེ་
 རིགས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་བ་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན། ཁོང་
 གིས་དེ་བ་མང་པོ་བཅུ་མས་ཡོད་པ་ལྟར་ང་ལ་ཡང་དེ་བཅིག་སྟེན་བྱུང་།
 དེ་བ་དེའི་ཁ་བྱང་དུ། ང་ཚོ་ཁོང་ཁྱོད་བཅོམ་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་བཅོམ་



པ་ཡིན་ཞེས་བྲིས་འདུག དེ་ཏ་ཅང་གི་སྒྲིང་རྗེ་པོ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་།
 ཁོང་དང་ང་གཉིས་སྟངས་ཆ་བྱུང་དོན། ཁོང་གིས་ནད་པ་མང་པོར་བཟླ་
 དཔུང་བྱས་པར་ནད་པ་གང་ཞིག་ཡུལ་ཕྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་
 སེམས་ཏ་ཅང་འབྲུག་སྟེ། ཁོང་ཁྱོ་ཆེན་པོ་ཟ་བའི་སྐབས་སུ་ཁོང་ཁྱོ་
 ཟ་ཡུལ་གྱི་མི་ཆེས་མི་སྟུག་པ་ཞིག་ལ་སྒྲུང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་མི་
 སྟུག་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་བའི་ཆ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་ནི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཅོས་
 པ་ལས། དེ་ལྟར་དོན་ལ་མེད་ཅེས་བརྗོད་བྱུང་། དེ་ནི་མགོན་པོ་ལྷ་
 སྐྱབས་ཀྱིས་དབུ་མའི་གཞུང་གི་ནང་དུ།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལས། །

ཞེས་གསུངས་པའི་རྣམ་རྟོག་དེ་ནི་ཚུལ་མེན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་
 རྟོག་ལ་གསུང་གི་ཡོད། ཡུལ་ཕྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་དམིགས་སྐབས་དེ་
 ལ་བཟང་པོའི་ཆ་དང་ངན་པའི་ཆ་ཡོད་པ་ཡིན། ཆགས་པ་སྒྲེབ་པའི་སྐབས་
 སུ་བཟང་པོའི་ཆ་ལ་ཚུལ་མེན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་སྒོ་བཏགས་
 ནས་དེ་ནི་ཏ་ཅང་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་གར་བ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་ནས་
 སྟེན་པས་འབྲུལ་བར་མི་འདོད་པའི་ཞེན་ཆགས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་སྒྲེས་
 པ་དེ་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཡང་ཡུལ་གང་ཞིག་མི་སྟུག་
 པ་སྟེ། ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། དེར་བཟང་ངན་



ཀྱི་ཆ་ནས་དུ་ཡང་ཡོང་བ་ཡིན། བཟང་ངན་གྱི་ཆ་ལ་ལྟ་སྟངས་ཀྱི་ཁྱད་
པར་ཆེན་པོ་ཡོད། དཔེར་ན། མི་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་མི་གཅིག་
གི་ངོར་མི་དེ་ཉིད་བཟང་པོ་དང་། གཉེན། མ་ཡི་འདྲ་ཤེས་འཛིན་པ་
ཞིག་དང་། ཡང་མི་དེ་ལ་མི་གཞན་ཞིག་གིས་བཟླས་ཏེ། དཔེར་ན།
བཟའ་ཆེན་པོ་འདྲ་ཤེས་སྟེ་བ་དང་། སྐབས་རེ་འབྲུག་པ་རྒྱག་པ། སྐབས་
རེ་བྱམས་པོ་བྱེད་པ་ཞིག་དང་། ཡང་མི་གཞན་ཞིག་གིས་བཟླས་ཏེ།
ངའི་བྱ་མོ་རེད་ཅེས་བཟོད་པ་ཞིག་དང་། ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་བཟླས་
ཏེ། དེ་ནི་ངའི་གཉེན་མི་ན་པར་དག་པོ་རེད་ཅེས་བཟོད་པ་ཞིག་ ཡང་
མི་གཞན་ཞིག་གིས་བཟླས་ཏེ། མི་དེ་ངོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་ཅེས་བར་མར་
མཐོང་བ་ཞིག་ དཔེར་ན། བྱད་མེད་ལྟ་བུ་ཡུལ་གཅིག་ལ་ལྟ་མཁན་
མི་ལྟ་བུ་གཅིག་གིས་བཟླས་ན། མཐོང་སྣང་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་ནི་བདེན་པ་ཡིན།

མི་གཅིག་གིས་ཁོ་རང་གི་ངོར་དེ་ནི་ངའི་ཨ་མ་ཡིན་ཞེས་བཟོད་
པ་དེ་བདེན་པ་ཡིན་ལ། ཁོ་རང་ལ་ལྟོས་ནས་ཨ་མ་ཆགས་ཡོད། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཨ་མ་གང་ཡང་མིན། མི་གཅིག་གིས་དག་པོར་མཐོང་
བ་དེ་ནི་ཁོ་རང་ལ་ཆུན་ཞིག་གིས་མི་མཛེས་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བར་
བརྟེན་ནས་དག་པོ་འདྲ་ཤེས་སྟེ་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་མི་མཐུན་པའི་འགལ་



ཆུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དོན་དངོས་གནས་བཟང་པོ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་
བཟང་པོ་དང་། མི་ཀྱན་ལ་བཟང་པོར་སྣང་དགོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡོང་
གི་མེད། ལྟ་མཁན་སོ་སོར་མཐོང་སྣང་མི་འདྲ་རེ་ཡོང་བ་དེས་ཡུལ་
གཅིག་ལ་བཟང་ངན་གྱི་ཕྱོགས་མང་པོ་ཡོད་པ་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད་
པས་དེ་ནི་ངེས་པ་ཞིག་ཡིན། བཟང་དང་ངན་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་ལྟོས་
ས་ལྟོས་འཛིན་གིས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན། བཟང་ངན་བདེན་པ་བཞིག་
མེད། ལྟོས་ས་ལྟོས་འཛིན་གིས་འཛིན་དགོས་དུས་སྟོ་བྱེད་བྱག་པ་དེ་
དང་དེའི་སྣང་སྣངས་དང་། ལྟ་སྟངས་ལ་བྱུང་པར་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་
ན་ཡུལ་བྱེད་བྱག་པ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་བཟང་པོའི་ཆ་ཕན་བྱ་ཡོད་པ་
དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་སྟར་ནས་དེར་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་ཉིད་གིས་སྟོ་
བཏགས་ཏེ་དེ་དང་འབྲལ་བར་མི་འདོད་པའི་སྟོ་དེ་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད།

ཡང་ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་མི་སྤྱུག་པའི་ཆ་ཕན་བྱ་ཡོད་པ་དེ་དག་
གོང་བཞིན་སྟར་ནས་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་ཉིད་གིས་སྟོ་བཏགས་
སྐབས། དེའི་སྟོ་ཐམས་ཅད་མི་སྤྱུག་པ་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཞིག་
སྟོར་སྣང་སྟེ་དེ་ལ་རྒྱུ་བྱིས་ཕྱོགས་པའི་སྟོ་ཞེ་ནས་སྣང་བ་སྟེ་འབྲལ་བར་
འདོད་པའི་སྟོ་ཞིག་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་ཆོན་རིག་པ་ཀླད་པོ་ཁོང་གིས་
ཞེ་སྣང་དག་པོ་སྟེ་ས་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ཞེ་སྣང་སྟེ་སའི་ཡུལ་གྱི་



རིག་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་མེད། དེས་ནི་རྒྱུན་ཞིག་གིས་དབང་གིས་སྤྱོད་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་གྱི་ཡོད། དེས་ན་སྤྱོད་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཆ་དེར་འགལ་ཆུ་ཡོད་པས་གནས་སྤྱོད་བཅས་མེད།

གསལ་རིག་ཅམ་གྱི་རིམ་པའི་ཆགས་སྤངས་ཀྱི་འཛིན་པ་མེད་པས་ན་དེ་ནི་བྲལ་རུང་དང་། མཐོ་བྲལ་བ་ཡིན། བྲལ་རུང་ཡིན་དང་གཉིན་པོ་སྤྱོད་པས་ཆུན་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་མཐོ་བྲལ་བའི་མིང་བཏགས་པ་དང་། གསལ་རིག་ཅམ་དེར་གཉིན་མའི་མིང་བཏགས་ཤིང་། དེ་ནི་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཡིན། དེས་ན་དག་བཅོམ་པ་ཉོན་མོངས་སྤངས་ཤིང་། སྤངས་པའི་ལས་ཉོན་གྱིས་འཕངས་པའི་ཕྱང་པོ་དོར་བའི་རྒྱུ་གསལ་རིག་དེ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ལས་ཉོན་གྱིས་འཕངས་པའི་ཕྱང་པོའི་རྒྱུ་མེད་པ་ཆགས་ཀྱང་། ཟག་མེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་ཕྱང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ནས་བདག་ལ་མཐའ་འཛིན་དགོས་མེད་ཅིང་། བདག་ལ་མཐའ་མ་མེད། ལན་ཐེབས་སོང་ངམ།

བདག་ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་པའི་དྲི་བ་གཅིག་དང་དེའི་ལན་དང་། དེ་བཞིན་བདག་གི་རིམ་པའི་འཛིན་སྐབས། ཕྱི་པ་དང་ནང་པའི་དབྱེ་བ་དང་། བདག་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་དམ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཕྱི་ནང་ཅམ་མིན་པར་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་ལྟར་ཡིན། བདག་ལ་



མཐའ་མ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བར་ལན་འདེབས་སྐབས། ཡང་སྤྱོད་ནང་གཉིས་དང་། ནང་པའི་ནང་དུ་འང་ཕྱན་བུ་མི་མཐུན་པ་ཡོད་པ་དེ་དག་གནད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་འདུག

དེ་ནས་བྱུང་པར་གཅིག་ནི། ནང་པའི་ཆོས་དང་འཛུལ་ཆོས་གཉིས་པོས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་པ་འདི་བཤད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་བཤད་མཁན་དེས། འཛིན་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་བཤད་ཀྱི་མེད། འཛིན་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་ཅིང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་མཁན་མུ་སྟེགས་པའི་རིགས་གཅིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་ཅམ་གྱི་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ལས། འཛིན་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མེད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ནི་ཕལ་ཆེར་འཛུལ་ཆོས་ལུགས་ཡིན་འདུག ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ལུགས་ལ་འཛིན་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མེད་པར་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་བཤད་ཀྱི་ཡོད།

འོ་ན་འཛན་གྱིས་རྟེན་འབྲུང་ཁས་ལེན་ནམ་ཞེ་ན། ཕལ་ཆེར་འཛན་གྱིས་རྟེན་འབྲུང་བཤད་ཀྱི་མེད། རྟེན་འབྲུང་མི་བཤད་པའི་གནད་འགག་གཅིག་འདི་མིན་ནམ། ཡོངས་སྤྱད་བྱའི་བདེ་སྤྱུག་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཅམ་གྱིས་འགྱུར་བ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ལས་པ་དེ་ནང་པ་དང་གཅིག་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཡོངས་སྤྱད་པ་པོའི་བདག་དེ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་

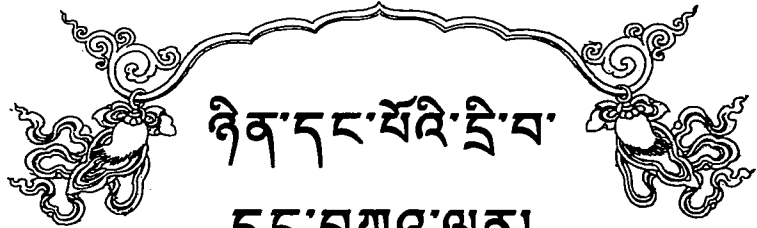


བདག་སྟེ། ཡུལ་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ལ་བཞག་གི་ཡོད། ནང་
 པ་སངས་རྒྱུ་པས་ལོངས་སྤྱད་བྱའི་ཆོས་དེ་དག་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུ་ཆེན་ཅམ་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་དང་། ལོངས་སྤྱད་པ་པོའི་བདག་དེ་ཡང་ཡུལ་པོ་
 ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་བདག་ཅིག་ལ་འདོད་པ་ལས། ཡུལ་པོ་ལས་དོན་
 གཞན་པའི་བདག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་ཞིག་མེད་ཅེས་འདོད་ཀྱི་
 ཡོད་པས་ན། དེའི་ཆ་ནས་མེན་ནམ་པས་མ་གྱི་འདུག དོན་གྱིས་གངས་
 ཅན་ལྟ་མེད་པ་ཡང་དེ་ལྟར་མེན་ནམ། གཅེར་བུ་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་
 རྒྱུ་ལྟར་གཞག་དེའི་རྩིས་ནས་བཤད་ན། རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེ་
 དོན་གྱིས་ཁས་སྒྲུང་བར་སོང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལོངས་སྤྱད་པ་
 པོའི་རྩིས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་མེད། དེས་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་
 ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་གཞུང་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་
 པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ཐོག་མར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བདེན་པ་བཞི་གསུངས་པ་དེ་
 ནི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་བདེན་པ་ཞི་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་
 རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་། མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་
 བསྐྱེད་དེ་ཡང་རང་རང་གི་སྤྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
 པ་གསུང་དུས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་འབྱུང་གཉིས་གསུངས་གིང་།



སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱུངས་པའི་གཏན་དུ་བདེ་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་རང་རང་གི་
 རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་དེ་ཡང་སྤྱེས་བྱའི་རྩིས་བཏམ་སྤྱེས་
 བྱའི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་གསུང་དུས། འགོག་ལམ་
 གཉིས་པོ་དེ་གསུངས་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་རང་རང་ཆོའི་བདེ་བ་འདི་
 མེན་པར། སྤྱིར་བཏང་གི་བདེ་སྤྱིད་དུ་བརྟེན་བདེ་དག་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་
 གྱི་གས་སུ་འཛོག་པ་གནང་ཡོད། སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་
 བསྐྱེད་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ། འབྲེལ་བའི་སྤྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་
 བསྐྱེད་བཅས་གསུམ་གསུངས་ཏེ་དེ་དག་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གས་སུ་བཞག་
 པ་དང་། ད་ལྟའི་འགོག་བདེན་བདེ་བ་ཞེས་པ་ནི། འགོག་པ། ཞི་བ།
 གྲུ་མོམ། རེས་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པའི་འགོག་པ་ནི། གཏན་དུ་ཞི་
 བ་དང་། གྲུ་མོམ་པ་ཞེས་པས་ན་བདེ་བ་རེད་འདུག་ཅིང་། དེ་འདྲའི་
 བདེ་བ་དེ་སྤྱུག་ཀྱན་ཉི་བར་ཞི་བའི་གཏན་དུ་བདེ་བ་ཡིན། དེ་ལྟའི་བདེ་
 བ་ནི་ཆོར་བ་ཡིན་མེན་མི་ཤེས་མོད། གང་ལྟར་གཏན་དུ་བདེ་བ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲའི་གཏན་དུ་བདེ་བ་དེ་ཡང་། རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་
 ནས་ཡོང་དགོས་པ་གསུང་དུས་ལམ་བདེན་གསུངས་པ་ཡིན། བདེན་
 བཞི་གསུངས་པའི་རྒྱུ་རྟེན་ནམ་གཞི་ནི། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་དེའི་
 ཐོག་ནས་གསུང་གི་ཡོད། ॥ ॥



ཉིན་དང་པོའི་དྲི་བ་

དང་བཀའ་ལན།

སྲིད་པ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་

སེམས་ཆོར་སྒྲོར།

བདག་ཅག་གཏུང་ཕྱགས་དྲག་པོས་གསོལ་འདེབས་ན། །

གངས་ཅན་མགོན་པོ་བཟུང་འཛིན་གྱི་མཆོ་ཡི། །

སྐྱ་ཆེ་མི་ཤིགས་བསྐྱལ་བརྒྱུར་རབ་བཏུན་ཅིང་། །

བཞེད་དོན་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །

ཞེས་གསོལ་འདེབས་སྔོན་དུ་བཏང་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་བར།

ནང་པའི་ཆོས་ནང་སྲིད་པ་བཞིའི་སྐབས་སུ་ལྷན་ཁྲུང་སྐབས། ལྷན་ཅན་སེམས་སེམས་ཀྱི་ནམ་ཉིད་གི་ཁྱད་པར་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། དྲི་བ་དེ་ཡག་པོ་འདུག སྲིད་པ་ལ་བརྩེ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད། དེ་ཡང་བར་དོ་ལ་སྐྱེ་འཆི་བར་དོ་དང་། ཆོས་ཉིད་བར་དོ་སྤྲོས་སུ་དབྱེ་བ་ཡོད་ལ། ནམ་རྒྱུན་མཛོད་ལ་སྤྲོས་པ་ཡོངས་



གསལ་སྲིད་པ་བཞི་ཞེས་པ་ནི། འཆི་སྲིད་དང་། བར་སྲིད། སྐྱེ་སྲིད། སྔོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་བཅས་བཞི་ལས་སྔོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་སྔོན་རྗེས་གང་དུ་འཛིན་གྱིང་འགྲིགས་པ་ཡིན། སྲིད་པ་བཞིའི་སྐོར་བཤད་སྐབས་འཆི་སྲིད་དང་། སྐྱེ་སྲིད་ཀྱི་སྐད་ཆ་འདི་སྐྱེ་བས་ཀྱི་ཡོད། འཆི་སྲིད་དང་སྐྱེ་སྲིད་སྐོར་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ཟབ་ཤོས་སྤྲུགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད། དེ་མིན་མཛོད་ལ་ཆ་བཞག་ན། སྐྱེ་བའི་སྲིད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན། ཞེས་པ་ཞིག་བཤད་ཡོད། དེ་བཞིན་ཐག་ཉེན་ཐག་འབྲས་ཞེས་བཤད་སྐབས་འཆི་སྲིད་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཤེས་པར་འཛིན་གི་ཡོད། མཛོད་པ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་ལྷགས་ནས་བཤད་སྐབས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་འང་མཛོད་པ་ཀུན་བདུས་གཞིར་བཞག་གིས་གསུང་གི་ཡོད་པས་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་མཛོད་དུ་གྱུར་པའི་ཆེ་ལུང་མ་བཟུང་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

སྤྲུགས་ཐུ་མེད་ཀྱི་ལྷགས་ལ། འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་འོད་གསལ་མཛོད་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ནལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་དགེ་བར་བསྐྱུར་བྱུང་བ་གསུང་གི་ཡོད་པས་རྩུང་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ཇི་མཇི་བཞིན་སྒྲོན་པའི་གཞུང་ནི། བལ་ཆེར་སྤྲུགས་ཐུ་མེད་ཀྱི་གཞུང་འདི་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་འཆི་སེམས་ཀྱི་སྐབས་



སུ་རགས་པ་སྒྲོ་བུར་བའི་ཤེས་པ་ཆང་མ་འགགས་ནས། འཆི་སེམས་
 ཕྱ་མོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་འཆི་སེམས་རགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་པལ་ཆེར་དགེ་
 སེམས་འཕྲོན་གྱི་མེད་དམ། མཛོད་ནས་ཐག་རྒྱུན་ཐག་འབྲས་ཞེས་བཤད་
 པ་དེ་ནི་འཆི་སེམས་རགས་པ་འདི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། མཛོད་པ་ཀྱུན་
 བཏུས་ནས་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནི།
 དེ་ལ་སྟོས་ནས་ཕྱ་རུ་ཕྱིན་ནའང་ཕྱ་ཤོས་ནི་མིན་ཞིང་། སྒྲགས་ཟུ་མེད་
 གྱི་སྐབས་ནས་ནལ་འབྱོར་གྱིས་སྐབས་གྱིས་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་དགེ་བར་
 བསྐྱར་བྱུང་བ་གསུངས་པ་ནི་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་འདི་དབང་དུ་བྱས་ནས་
 གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་དེ་ཉིད་ཐེ་བའི་སེམས་རགས་
 པའི་གནས་སྐབས་ནས་བཟུང་དགེ་སེམས་སུ་མཐུད་གནས་བྱུང་བ་ཞིག་
 གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དགེ་སེམས་ཕྱ་མོ་མཛོད་དུ་གྱུར་པའི་གནས་
 སྐབས་སུ་ཡུལ་སྒྲུང་དེ་དག་འགགས་ཟིན་ཅིང་། སྟོན་ལ་སྟོན་ལེ་ཤེས་
 པ་འགག་འགྲོ་བའི་ཡིད་སྒྲོ་རྒྱུང་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱི་ལོ་གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་
 པའི་སྒྲུང་བ་དེ་དག་འགག་འགྲོ་གི་ཡོད། དཔེར་ན། མི་བརྒྱལ་བའི་
 གནས་སྐབས་སུ་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་། རྒྱ་བས་སྒྲུ་ཐོས་
 པ་དེ་དག་མེད་པས་སྐབས་དེར་ཤེས་པ་ཕྱ་རུ་ཕྱིན་ཡོད། དེ་བཞིན་གཉིད་
 བྱུང་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་ཤེས་པ་ཕྱ་རུ་ཕྱིན་ཡོད།



འཆི་བའོད་གསལ་ཤར་ཏེ་རང་རེ་མི་གྲོངས་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲིང་
 གཡུག་མཚམས་ཆད་ཅིང་། ཕྱི་དབྱགས་ཆད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་
 རགས་པའི་རྒྱུང་སེམས་དེ་དག་གང་འཚམས་ཐིམ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་
 རས་ཕྱི་དབྱགས་ཆད་ཟིན་པ་དང་སྒྲིང་གི་གཡུག་མཚམས་འགགས་ཟིན་
 པ་དང་། གླུ་པའི་ནང་ཁྲག་གི་འཁོར་རྒྱུགས་བྱེད་མཚམས་ཆད་དེ་
 གླུ་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཚམས་ཀྱང་དེ་ནས་ཆད་པ་ཡིན། སྒྱིར་བཏང་
 གསེར་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་གི་ཟིན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་རང་ཆོའི་
 དཔེ་ཆའི་ནང་གསལ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་འབྱུང་
 བ་ཕྱ་བ་ཐིམ་པའི་སྒྲུང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ཞེས་པའི་རིམ་པ་ཞིག་གསུངས་
 ཡོད། དེ་ཡང་སྒྲུང་བའི་ཡེ་ཤེས་དང་། མཆེད་པའི་ཡེ་ཤེས། ཉེར་
 ཐོབ་གྱི་ཡེ་ཤེས་བཅས་ཐིམ་རིམ་ཞིག་གསུངས་ཡོད། དེ་རྗེས་འོད་གསལ་
 ཞེས་པ་ནི་འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་སྐབས་པ་ཡིན། དེ་དག་གི་གནས་སྐབས་
 སུ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཆང་མ་འགགས་ཟིན་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་སྒྲོར་ཤར་
 བའི་ནམ་རྒྱན་གྱི་ཤེས་པ་རགས་པ་དང་འདྲེས་པའི་ཡིད་ལ་སྒྲུང་བ་འདྲ་
 མིན་འཆར་བ་དེ་དག་འགགས་ཟིན་པས་ཡུལ་སྒྲུང་དེ་དག་མེད།

དེས་ན་མཁའ་ཁྱབ་ཤར་བཟང་རྒྱ་མཆོས། འཆི་སེམས་ཕྱ་མོ་
 མཛོད་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་མཛོད་སུ་མཛོད་ཏོགས་པ་



ལྷ་པུའི་ཡུལ་སྤང་ཅན་ཞེས་པའི་ཆོག་ཅིག་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་དོན་
སྤྱིའི་སྤང་བ་དང་། སྤྱོད་སངས་ཀྱི་སྤང་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་
ཀུན་ཚོ་བཅུ་སྤང་བ་ཡིན་ཡང་། སྤྱིར་བཏང་དེའི་གནས་སྐབས་སུ་ང་
རང་ཆོའི་ཤེས་པ་རགས་པ་མཛོད་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤང་བ་
འདྲ་མིན་དང་། ཆོར་བ་འདྲ་མིན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འགགས་ཟིན་པ་
ཡིན། སྐབས་དེའི་འཆི་སེམས་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤང་བ་འཆར་
སྤངས་དེ་དང་། ང་རང་ཆོ་ནམ་རྒྱུན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་སྤང་བ་འཆར་བ་
གཉིས་ཅ་བ་ནས་ཐ་དད་ཡིན།

སྤྱི་སྤྱོད་ཅེས་པ་ནི། སྤྱི་པའི་སྤྱོད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན། ཞེས་
བཤད་པ་དེ་སྤྱི་སྤྱོད་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་
དབང་དུ་བྱས་ན་དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་འོད་གསལ་ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལྟོ་འདི་
དང་གཅིག་པ་ཡིན། འཆི་སེམས་ཞེས་བཅོལ་སྤངས་སྤང་བ་དང་།
མཆེད་པ། ཉེར་ཐོབ་བཅས་གསུམ་སྤྱོད་དུ་སོང་པའི་རྗེས་སུ་འོད་གསལ་
ཤར་བ་དང་། སྤྱི་སྤྱོད་ཅེས་བཅོལ་སྤངས། བར་སྤྱོད་འགགས་པའི་
འོད་གསལ་གྱི་སྤངས་སུ་ཡིན། དེ་ནས་བྱུང་བ་ལུགས་ཚོགས་ཀྱི་ཉེར་
ཐོབ་དང་། མཆེད་པ། སྤང་བ་བཅས་དང་། དེ་ནས་རིམ་པས་རགས་
པའི་སྤང་སེམས་དེ་དག་ཚུར་མཆེད་ཅིང་འཕེལ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱི་སྤྱོད་



སྤྱོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཕལ་ཆེར་གོང་དུ་བཅོལ་བ་ལྟར། ནམ་རྒྱུན་
ང་རང་ཆོས་ཤེས་པ་རགས་པ་ལ་སྤང་བའི་ཡུལ་སྤང་དེ་དག་མེད། བར་
སྤྱོད་ཅེས་པ་ནི། མཛོད་ཅ་བ་ལས།

ལས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་གྱུགས་དང་ལྟན། །

དབང་པོ་ཀུན་ཆང་ཐོགས་མེད་ལྟན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལུས་སྤྱོད་པ་དང་། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་
རྩ་འབྲུལ་གྱི་གྱུགས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཆོད་དཔག་བྱས་ན་ང་རང་ཆོར་
སྤང་བ་དེ་དང་ཅུང་མེ་འདྲ་བ་ཞིག་མེད་དམ་སྙམ། ང་རང་ཆོ་གཟུགས་
རགས་པ་ཅན་ཡིན་པས་མཐོང་བ་དེ་དག་ཆོད་ཅན་ཞིག་དང་། ཐོས་
པ་དེ་དག་ཀྱང་ཆོད་ཅན་ཡིན། ཤེས་པ་གང་དང་གང་གི་རྟོན་རྗེ་སྤྱོད་
ཕྱིན་ན། དེའི་རྒྱ་ཡང་རྗེ་ཆེར་འགོ་བ་ལྟ་བུ་ཡོད།

དེས་ན་བར་སྤྱོད་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པའི་སྤང་བ་ཤར་བ་དེ་
དང་། ང་རང་ཆོར་ཤེས་པའི་སྤང་བ་ཤར་བ་གཉིས་ལ་ཅུང་ཟད་ཁྱད་
པར་མེད་དམ་སྙམ། འོན་ཀྱང་ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་བར་སྤྱོད་སྤྱོད་དུ་བརྒྱད་
ཚུང་བ་གསུག་ཡིན་ན་ཡང་བྲན་གྱི་མེད། ང་རང་གིས་བྲན་གྱི་མི་འདུག་
ལ། ཁྱེད་རང་ཆོའི་ནང་བྲན་མཁན་ཞེས་ཡོད། དེར་བརྟེན་དཔེ་ཆའི་
ནང་བཤད་པ་བཞིན་འདི་ལྟར་ཆོད་དཔག་བྱས་ན་ཅུང་ཟད་ཁྱད་པར་



ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱིར་བཏང་དབང་པོ་ཀུན་ཚང་ཞེས་བརྗོད་སྐབས།
གཟུགས་སྒྲིའི་བཅས་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་མཐོང་བ་དེ་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན།
སྔོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཞེས་པ་ནི། ད་ལྟའི་ང་རང་ཚོའི་སྲིད་པ་
སྔོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཡིན།

དེ་ནི་འཆི་བའི་སྒྲོན་རྣམས་ཏེ། །

ཕྱེ་བའི་སྐད་ཅིག་པན་ཆད་དོ། །

ཞེས་སྒྲུ་སྲིད་ཀྱི་རྗེས་ནས་བཟུང་འཆི་སྲིད་མ་ཤར་པའི་བར་ནི་
 རྩོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཡིན་པ་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ད་ལྟ་ང་ཆོ་གསོན་
 པའི་རིང་གི་སྲིད་པ་འདི་རྩོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ད་ལྟ་ཡོད་
 བཞིན་པ་འདི་ཡིན། དེ་དག་ལ་མི་འདྲ་པའི་བྱུང་པར་ངོས་ཀྱི་བསམ་
 ཆོད་ལྟར་བྱས་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན། འོད་གསལ་གྱི་གནས་སྐབས་
 གཉིས་པོ་དེ་མི་འདྲ་བ་ཏན་ཏན་ཡོད་ཅིང་། ཤེས་པ་ཕྱ་མོའི་སྐབས་སུ་
 གནས་ཡོད། ཟུར་ང་རང་ཆོའི་ནལ་འགྱུར་མ་སྒྲོམས་ནས་འཆི་བ་འོད་
 གསལ་སྒྱུར་བདར་བྱས་མེད་པའི་སློག་ཆགས་སུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། འཆི་
 བ་འོད་གསལ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ཉོན་ཆོངས་ཅན་
 ཡང་མི་སྒྲུ་བར་ལུང་མ་བརྟན་ཁོ་ན་ཡིན། ལན་ཐེབས་སོང་ངམ། བྱིད་
 རང་གི་དྲི་བ་དེ་དཔེ་གསར་ཞིག་བྱུང་།



བཀའ་འདྲི། བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་
བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་ནི།
རིགས་གསུམ་མགོན་པོས་ཨ་མ་ར་ཤ་ཏིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་བཀའ་བསྟུ་རིམ་
པར་མཛད་པ་རེད་ཅེས་སྒྲིར་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཤད་སྟོན་འདུག་ཅིང་།
ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བཀའ་བསྟུ་
རིམ་པ་གསུམ་རེད་ཅེས་བཤད་སྟོན་འདུག་པ་བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་
པོ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ནང་ཐེག་ཆེན་གྱི་བརྟན་
པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། བཙེམ་ལྷན་འདས་མུང་ངན་ལས་འདས་པའི་
 སྤྱི་ལོ་དེར་གནས་ཀྱི་ལོ་འཁོར་ལྟ་བུ་གྱུ་ལོ་མ་སྤྱི་དགུས་སྤྱི་ལོ་བདག་
 མཛད་དེ། ཀྱན་དགའ་བོས་མདོ་སྤྱི་སྤྱི་བསྐྱུས་པ་དང་། འཕགས་
 པ་ཉི་བར་འཁོར་གྱིས་འདུལ་བའི་སྤྱི་སྤྱི་བསྐྱུས་པ། འཕགས་པ་འོད་



སྤྱངས་ཆེན་པོས་མངོན་པའི་སྡེ་སྡོད་བསྐྱུས་པ་བཅས་ལ་བཀའ་བསྟུ་དང་
པོ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་མྱང་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་
ལོན་པ་ན། གནས་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཆོས་རྒྱལ་མུ་
ངན་མེད་གྱིས་སྦྱིན་བདག་མཛད་ནས་དགོས་པ་རུང་མེན་གྱི་གཞི་བརྒྱ་
བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ། དག་བཅོམ་པ་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་བཅོམ་
པ་བདུན་བརྒྱུ་བཀའ་བསྟུ་གཉིས་པ་མཛད།

སྡོན་པ་མུ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་དུ་གཙུ་ལོན་པ་ན་
མྱོང་བྱེད་མེ་ཏོག་གིས་བརྒྱན་པར་གནས་བརྟན་བཞིས་སྐད་རིགས་ཆེན་
པོ་བཞིས་ལུང་བརྟོན་པས་སྒོ་བ་མ་རྣམས་མ་མཐུན་པར་གྱུར་ཏེ་ཅ་བའི་
སྡེ་བཞིར་གྱེས་པ་དང་། དེ་དག་ཀྱང་ནང་གསེས་གྱི་སྡེ་པ་བཅོ་བརྒྱད་
དུ་གྱེས་པ་རྣམས་མཐར་པན་ཚུན་མཐུན་པར་གྱུར་ཅིང་། སངས་རྒྱུས་
གྱི་བརྟན་པར་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་པ་ལ་བཀའ་བསྟུ་གསུམ་པ་མཛད་པ་ཡིན།
བཀའ་བསྟུ་གསུམ་པའི་ལོ་ཆོགས་ལ་མི་མཐུན་པ་ཡོད། བཀའ་བསྟུ་
རིམ་པ་གསུམ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཀའ་བསྟུ་འདི་དག་མེན་ནམ་སྙམ།
གོང་གི་བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་དང་། མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ལས་
འཁོར་ལོ་གསུམ་ཞེས་གསུངས་པ་གཉིས་ནི་ཐ་དད་ཡིན།

ཆོས་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་ལ་སྡེ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཅིང་།



མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་
ནི། ཐོག་མར་སྐྱ་རྒྱ་ཆ་སྤྱིར་གསུངས་པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་རིམ་པ་གཅིག་
དང་། དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཉན་ཐོས་གྱི་གདུལ་བྱ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་
པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཡོངས་གྲགས་སྡེ་གཞི་མདོ་གཙོ་བོ་ཡིན།
དེ་ནས་མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱས་ན། འཁོར་
ལོ་བར་པ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་ལ། འདིར་མཆོན་
ཉིད་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་།
རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་རེད་ཅེས་པའི་དངོས་བརྟན་གྱི་ཆོག་
ལྷགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་མདོ་སྡེ་སྐོར་གཅིག་སྟེ། གནས་བྱ་གོད་
མྱང་རིར་ཤེར་སྦྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་
བ་གནང་ཡོད། ཤེར་སྦྱིན་གྱི་གཞུང་དེ་དག་ལ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་
ཆོས་འཁོར་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ནས་ཡུལ་ཡངས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པར་སྐྱ་ཆེའི་སྡེ་ཅམ་
ལ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ལ་གནང་ཡོད། དེའི་སྐབས་སུ་མདོ་སྡེ་དགོངས་
འབྲེལ་གསུངས་གིང་། དེ་ནི་ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྡེ་བའི་ཆོས་འཁོར་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྡེ་བ་ཞེས་པ་ནི། འཁོར་
ལོ་བར་པའི་སྐབས་སུ་སྦྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆོས་



པ་དང་། མཚན་ཉིད་དེ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་
དང་མི་འདྲ་བར་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་སྐབས་དང་། ལྷག་པར་
དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཀྱིས་ཁྱེད་པའི་ལེའུ་འེ་ནང་། ཆོས་རྣམས་
རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཆ་སྡེ་བ་སྟེ། ཀྱན་བཏགས་དང་།
གཞན་དབང་། ཡོངས་གྲུབ་བཅས་མཚན་ཉིད་གསུམ་དུ་ཆ་སྡེ་ཞིང་།
དེ་གསུམ་ལ་དེ་བོ་ཉིད་མེད་ཚུ་ལ་མི་འདྲ་བར་གསུངས་པས་ལེགས་པར་
རྣམ་པར་སྟེ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཆོས་འཁོར་གྱི་རིམ་པ་གཅིག་
ཡིན། ཆོས་འཁོར་བར་མཐའ་གཉིས་ནི་གཙོ་བོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་
ཅན་སྟེ། མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་རང་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ན། འཁོར་
ལོ་མཐའ་མ་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་སྟེ། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བ་ཞེས་
དང་། ཐེག་པ་མཐའ་དག་ལ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། མདོར་ན་ལེགས་
སྦྱར་གྱི་གཞུང་གཙོ་བོ་ཡིན། འཁོར་ལོ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་པའི་ལེའུ་
གཙོ་བོ་མེན་ནས། འཁོར་ལོ་བར་མཐའ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལེགས་
སྦྱར་གཙོ་བོ་ཡིན།

ཨ་མ་ར་ཕ་ཉི་ཞེས་པ་ནི། གསུང་ཚུ་ལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དེ།
དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གསུངས་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱུད་སྡེ་ལ་སོགས་པ་མང་
པོ་ཞིག་གསུངས་པ་བརྗོད་སྟེ་ཡོད་པ་ལྟར་བྱེད་རང་གི་བཤད་པ་དེ་



མེན་ནས། བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་སྐབས་གསུངས་པའི་སྐད་ཆ་
ཕལ་ཆེར་མེད། དུས་འཁོར་ཙུང་ལམ་།

སྟོན་པས་བྱ་གྲོག་ཕུང་པོའི་རིམ་།

ཞེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚུ་ལ་བཞིན།

དེ་བཞིན་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྲངས་སུ།

གསང་སྤྲུལ་ཚུ་ལ་ལུགས་མཐའ་དག་གསུངས།

ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་གསང་སྤྲུལ་རྒྱུད་སྡེའི་ཆོས་འཁོར་

དེ་དག་ཨ་མ་ར་ཕ་ཉི་ཞེས་གསུངས་པ་དུས་འཁོར་གྱི་གསུང་ཚུ་ལ་ལྟར་ཡིན།
ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་མདོ་ཡོངས་རྫོགས་སྐབས་དེ་དུས་གསུངས་པའི་སྐད་
ཆ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟར་སྟེ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད། རིགས་གསུམ་
མགོན་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་གསང་སྤྲུལ་ཡིན།
དཔེར་ན། ཐེག་ཆེན་སངས་རྒྱུ་གྱི་བཀའ་མ་རེད་ཅེས་སྐབས་སྐབས།
སངས་རྒྱུ་གྱི་བཀའ་ཡོངས་རྫོགས་ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བཀའ་བསྟུན་ནང་དུ་ཡོད་དགོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མེད་ཅེས་དོགས་པ་བཀོད་
ནས། དོགས་པ་དེའི་ལན་དུ། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས།
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་རྒྱུད་རྣམས།

ཀྱན་བཟང་འཇམ་དབྱངས་གསང་བདག་བྱམས་སོགས་ཀྱིས།



ཐེག་ཆེན་བསྟུས་པར་རྟོག་གི་འབར་བར་བཤད། །

ཅེས་འདུལ་བའི་མར་སྒྲིམ་གྱི་ཆོག་ཡིན་ཞིང་། སྒྲིབ་དཔོན་
ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱི་རྟོག་གི་འབར་བའི་ནང་། ཐེག་ཆེན་དག་བཅོམ་
པ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བསྟུང་ནང་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དེར་སྒྲིན་མེད་
དེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ནམས་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་དང་། རིགས་
གསུམ་མགོན་པོ་ལ་སོགས་པས་བཀའ་བསྟུས་པ་གསུངས་ཡོད།

ནམ་རྒྱན་ངས་འདི་ལྟར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཆོས་རྒྱུ་
ཟད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ང་རང་ཆོ་དེ་སྒྲིབ་དཔོན་
ནམ་རྒྱན་པ་ཆེན་པོ་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་དང་པོ་བསྒྲིམ་པ་དང་། ཤེར་སྤྱན་གྱི་
མདོ་བྱ་ཆོད་ཕྱང་རིར་གསུངས་པ་དེ་ཅེས་བཅོད་དུས། དེ་ལྟར་ཡིན་
པར་བསམས་ཏེ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད། འཁོར་ཡང་དག་བཅོམ་པ་བརྒྱ་ཕྱག་
མང་པོ་དང་། ལྷ་མི་འབྲུམ་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པ་བཅོད་ཀྱི་ཡོད། ང་
རང་ཆོ་གནས་བྱ་ཆོད་ཕྱང་པོའི་རིར་དངོས་སུ་སྒྲིབ་སྟེ་དེ་ཅེས་བཤད་ཀྱི་
ཆུང་ཞིག་ལས་མེད། དེ་དག་ནི་ཕལ་ཆེར་གང་ཟག་ལས་དག་གི་དབང་
དུ་བྱས་ཏེ་འཆར་སྒྲུང་མི་འདྲ་བ་ཏན་ཏན་ཡོང་སྟེ་ལ། དེ་ལྟར་ཡིན་
ཡང་དགོས་པ་ཡིན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་དེ་དག་གང་ཟག་ལས་དག་
ནམས་ཀྱི་ངོར་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ཤེར་སྤྱན་གྱི་མདོ་



རྒྱུ་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་དུས་གཅིག་
ལ་བཀའ་གནང་བ་ཡིན་ཞེས་ང་ཆོས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ལས་དག་
པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ལས་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་
གྱི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱ་མེད། དཔེར་ན། ཤེར་སྤྱན་ཡི་གེ་གཅིག་མ་
ཨ་ཞེས་བཅོད་པའི་དུས་ཡུན་དེར་མི་ཆང་མས་ཤེར་སྤྱན་འབྲུམ་པ་ཆ་
ཆང་གོ་བྱུང་བ་ཕལ་ཆེར་ཁག་པོ་ཡིན། དེས་ན་གང་ཟག་ལས་དག་གི་
སྒྲུང་ངོར་ཤེར་སྤྱན་ཡི་གེ་གཅིག་མ་ཨ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ལས་གཞན་མེད།
པོད་དུ་བསྟུར་བའི་ནང་ཆ་བཞག་ན། ཤེར་སྤྱན་ཡུམ་འབྲུམ་པ་པོད་
བརྒྱ་གཉིས་ཏེ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབྲུམ་གཅིག་རེ་ཡོད། དེ་དག་ནི་གང་ཟག་
ལས་དག་གི་ངོར་གསུངས་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

ལྷག་པར་དུ་ཡང་རྒྱུད་སྡེ་དེ་དག་ནི་གང་ཟག་ལས་དག་ནམས་
ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་ཆོས་ཤིན་ཏུ་ལས་དག་པ་ཞིག་གི་ངོར་སྒྲིན་པས་གསུངས་
པ་ལྟེ། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱུང་གྱི་སྤྱི་ལོ་ལྷ་སྤྱུང་དེ་པོའི་སྤྱི་དུས་སྟེ་ལྷ་ས་
ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱི་དུས་དང་། ས་དང་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པའི་སྤྱི་དུས་ཆགས་
ཆེན་གྱི་སྤྱི་དུས་པ་བཅས་སྤྱི་དུས་གསུམ་གསུངས་ཡོད། བཅོམ་ལྷན་འདས་
ཀྱིས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་དང་། ཤེར་སྤྱན་གྱི་ཆོས་འཁོར་དེ་དག་
བཀའ་བསྟུང་བའི་སྐབས་དང་། དེ་ཅེས་དུ་མ་ཟད་ལྷགས་ཀྱི་ཆོ་ག་བྱུང་



པ་དམ་ཆོག་གསུམ་བཞེད་དང་། དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་
རྒྱུད་འགའ་ཞིག་བཅོམ་ལྷན་འདས་དག་སྤྱོད་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་
བཀའ་སྤྱུལ་བ་དེ་ནི་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་པ་ཡིན།
དཔེར་ན། ཐུབ་པ་དམ་ཆོག་གསུམ་བཞེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཡི་
རྣམ་འཁྱོར་སྒྲིམ་དུས་རང་ཉིད་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་སྒྲིམ་དགོས་
ཤིང་། དེ་ནི་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་
གསུང་བའི་སྐབས་སུ་འང་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱོད་པའི་ཐོག་ནས་གསུངས་
ཡོད་པ་དང་། སྒྲིམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འང་ཆགས་བྲལ་སྤྱོད་པ་ཐུབ་
པའི་དབང་པོ་དེ་ག་རང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོར་སྒྲིམ་དགོས་ཀྱི་ཡོད།
ད་ལྟ་སྤྱོད་པ་གསུམ་གསུང་སྐབས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་འདུལ་བའི་སྒྲིམ་དེ་
དག་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན།

ཀྱུ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་ལ་ས་དང་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྤྱོད་པ་ཞེས་
གསུངས་པ་ནི་ཕལ་ཆེར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་དེ་དག་གཙོ་བོ་དང་། དེ་
ནི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་གཞུང་གཙོ་བོ་ཡིན། དཔེར་ན། མི་འདྲ་བ་གཅིག་
ནི། ཆགས་བྲལ་གྱི་སྤྱོད་པའི་སྒྲིམ་ནས་གསུངས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གཞུང་
ནང་། ཐོག་གཙོ་དཔ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ངག་གི་ལས་མི་དག་བརྒྱ་པོ་
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བཀག་པ་ལས། ཉ་ཅང་གི་དམིགས་བསལ་ཅན་



ཡོད་ན་ལས་སྦྱིར་བཏང་གནང་བའི་སྐབས་མེད། ས་དང་པ་རོལ་དུ་
ཕྱིན་པའི་སྤྱོད་པའི་ནང་ལུས་ངག་གི་ལས་བདུན་པོ་དེ་དག་ལ་གནང་བའི་
སྐབས་ཡོང་གི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། གཙོ་བོ་གཞན་དོན་ལ་དགོངས་
པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་སྤྱོད་པའི་བསམ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་གཞན་
ཕན་ཀྱུ་ཆེན་པོ་ཡོང་བའི་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ཀྱན་སྤྱོད་བདག་པས་
གཞན་གཅིས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པར་དག་པས་ཟིན་པའི་ཐོག་
ནས་ལུས་ངག་གི་ལས་བདུན་པོར་གནང་བའི་སྐབས་ཡོད། དེས་ན་
མི་འདྲ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དཔེར་ན། ཐེག་དམན་གྱི་གཞུང་གི་ནང་དུ། འདུལ་བའི་
ཁྲིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ཅ་གསུམ་གསུང་སྐབས། གཙོ་བོ་ལུས་ངག་
གི་རྣམ་འགྱུར་རམ་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་གཙོ་བོར་གསུང་གི་ཡོད།
གཞན་ལ་གནོད་པའི་རིགས་ལུས་ངག་གི་ཀྱན་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་
བ་དེ་དག་གཙོ་བོ་སྤྱོད་པའི་བདུན་འཁོར་བཅས་བཀག་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་
གི་ཡོད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཡོད་ཀྱི་ཉེས་
པ་སྤྱོད་པ་གཙོ་བོར་གསུངས་པས་ཁྱད་པར་ཡོད།

ཟབ་མོ་ལ་ལྷག་པར་མོས་པ་ལ་ཆགས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ཞེས་
གསུངས་པ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་དག་སྤྱོད་གི་རྣམ་པ་བསྐྱར་ནས་



རྒྱ་གར་དུ་བརྟན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་ནི་རྒྱལ་རབས་
 གླེང་ཆམས་དང་། རྒྱ་གར་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་རབས་གླེང་ཆམས་གྱིས་
 ཞེས་རྒྱ་རྩེད་ལ། ངས་དེ་ཙམ་ཡག་པོ་མི་ཞེས། རྒྱ་རྩེན་རྩི་གླེང་
 མཐོང་རིམ་གྱི་མཁའ་དབང་འཛིན་ཞུ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིད། ཁོང་
 ཞེས་བྲིས་པའི་དེ་བཀའ་ཡིད་པ་ལྟ་ཆོད་ཡིན་ལ། ངས་ལྟོན་མ་རྩེབ་
 ཙམ་མཐོང་བུང་། དེའི་ནང་བརྟན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གསུམ་བཤད་
 འདུག དེ་ངའི་སེམས་ལ་ཏ་ཅང་ཕན་ཐོགས་བུང་། དེ་ནས་བསྐབ་
 བུ་གླངས་ཏེ་ང་རང་ཆོས་གཟབ་གཟབ་བྱ་དགོས་པ་འདུག་བསམ་བུང་།

རྒྱ་རྒྱུ་ཆེན་གསུམ་མེ། གཅིག་སྤྱི་ནས་དུ་རུ་ཁ་སྤེ་དུ་རྒྱུ་ཀའི་དམག་
 ལ་བྱུག་བྱུར་བ་སྤེ། སལ་ཆེར་མུ་སྒྲལ་མ་ཡོང་གོང་ནས་དུ་རྒྱུ་ཀའི་དམག་
 གྲེབས་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་པ་ནང་གི་
 རྒྱ་རྒྱུ་ཆེན་མེ། དུལ་ལ་དབང་སྒྱུར་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་དང་ནང་པ་



མིན་པའི་ཆོས་ལུགས་གཞན་པར་འབྲེལ་བ་བྱགས་ཆེ་ཆགས་པ། གསུམ་
པ་ནི་ནང་པའི་སྦྱིན་པ་དག་རྣམས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་སྟེ། ནང་པའི་
སྦྱིན་པ་དག་རྣམས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྤངས་ཐུང་དུ་ཕྱིན་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་
ཡོང་གྱིན་ཡང་ནང་པའི་དགོན་པའི་ནང་གི་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་
ལ་དང་དོད་བྱེད་པ་དང་། དངོས་གནས་ཆོས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་
གྱི་ཉམས་ལེན་རྣམ་པར་དག་པ་མ་བྱས་པར་བརྟེན་མང་ཆོགས་ཀྱིས་དགེ་
འདུན་ལ་མཐོང་དང་གྱུས་བཀྱར་བྱེད་པ་རིམ་བཞིན་བརྒྱགས་པ་དང་།
རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་དོ་སྤངས་ཡང་ཐུང་དུ་ཕྱིན་པ་བཅས་དང་།

ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱི་ཅན་གཅིག་ཀྱི། གསང་སྤྲུགས་ཆོས་རྒྱུ་རྒྱལ་ཏེ། བྱང་
མེད་ལ་འབྲིག་པ་རྒྱུ་ད་པ་ལ་རྒྱུ་ར་བ་དང་། དག་ལ་སོགས་པའི་སེམས་
ཅན་གསེད་པ་ལ་རྒྱལ་བ་ཞེས་རྒྱུ་ར་རྒྱལ་དུ་གྲགས་པའི་ཆོས་ལོག་ཅིག་
སྟེ། བྱང་མེད་དང་གཟང་བསྟེན་པ་དང་། མངོན་རྒྱུ་ད་བྱེད་པ་དེ་
དག་གིས་རྒྱུ་ཅན་པས་གསང་སྤྲུགས་ཆགས་སྤང་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ལྟ་བུ་དང་།
རྒྱུ་ད་པ་འཆལ་བར་འགོ་བ་མཐོང་བས་རྒྱུ་ཅན་བྱས་ཏེ་བསྟེན་པ་ཉམས་པ་
རེད་ཅེས་བྲིས་འདུག དེ་ནི་དངོས་གནས་རེད་བསམ་སྟེ། ང་རང་གི་
སེམས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། ང་རང་ཆོ་བ་ད་པ་ཆོས་ཀྱང་དེ་དེ་
བཞིན་བྱས་ཏེ། ཆོས་བྱས་མ་བྱས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་ཡིན། ཆོས་



བྱས་ན་བསམ་པ་ནམ་དག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དགེ་ལྷོ་པ་
 སྒོང་གི་སྒྲིམ་པ་བྲངས་ཏེ་དགོན་པའི་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དགེ་
 ལྷོ་པ་སྒོང་གི་ཉགས་ཆ་ལུགས་འཆང་སྟེ་བསམ་པ་ནམ་དག་དང་། བཅོམ་
 ལུགས་འདས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་སྟེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་
 ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་མང་ཆོགས་ཀྱིས་མཐོང་དང་དད་པ་བཞགས་
 ཏེ་། བྲ་པ་ཞེས་བཞེད་དུས་མཐོང་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ན་ཡག་
 པོ་མེད།

དེས་ན་སྤར་གྱི་གར་ལ་བརྟན་པ་ཉམས་པའི་སྐྱེ་གྱིན་དེ་དག་ང་
 ཚོས་ཤེས་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་པོད་ཀྱི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོས་འཁོར་
 དེ་ཡང་། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོས་ཤེས་ལ་མ་ཤེས་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་
 པ་གང་བྱུང་བྱས་ཏེ་ང་སྤྲུགས་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། རྒྱ་མའི་ནང་
 ལ་འང་སྤྱོད་འཆལ་ཏེ་ཅང་ཐེབས་ཆག་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དངོས་
 གནས་ཏྟིགས་པ་མཐོན་པོ་ཡོད་ན་བརྗོད་སྐྱེ་གང་ཡང་མེད། དེ་མིན་
 ཏྟིགས་པ་གང་ཡང་མེད་པར་སྤྱོད་པ་ཆལ་ལེ་ཚོལ་ལེ་བྱས་ན་ཡག་པོ་མེད།

དེ་མིན་ཉེ་ཆར་ཐོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱིམ་བཞིན་ན། མོང་དུ་བཞིན་
པ་སྟར་རྒྱ་གར་ལ་བསྟན་པའི་དབང་བོ་ཐོག་མར་མུ་སྟལ་གྱི་མོང་དུ་དུ་རུ་
ཁའི་དམག་བྱུང་ནིར། རྒྱ་བས་དེར་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་གིས་བྲིས་པའི་

ཡོ་རྒྱུས་ནང་གསལ་བར། བྱེན་ས་དུ་རུ་ཁ་སྟེ་ཁ་ཆེའི་དམག་ཐོག་མར་
ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁ་ཆེའི་དམག་གིས་ནང་པའི་དགོན་པའི་གྲ་པ་དེ་
དག་ལ་གྱི་བརྒྱབ་པ་དང་། མདུང་བཙུགས་པ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་འདུག་
ཀྱང་། གྲ་པ་དེ་དག་གིས་ཆོར་བ་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟར་སྟོན་པ་ལས་
ཕར་ལ་ལན་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་པ་དེ་ལ་ཁོ་རང་ལ་མཚན་བྱུང་ཞེས་བྲིས་
ཡོད་འདུག སྐབས་དེའི་ནང་པའི་དགེ་སྟོང་རྒྱལ་སྤྱི་ས་བཙུག་ལྷན་
འདས་ཀྱི་བཀའ་བཞེན་གཞོན་ལན་གཞོན་པས་མི་འདྲལ་བར་དགེ་སྟོང་
གི་ཆོས་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གནང་གི་ཡོད་པའི་རྟགས་
རེད་འདུག དེ་ནི་སྐབས་དེར་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་ཡོ་རྒྱུས་སྣེ་བཞིག་
གིས་བྲིས་པའི་དེ་བཙང་འདུག་ཅེས་ཉེ་ཆར་ང་ལ་བཤད་མཁན་བྱུང་། དེ་
འདྲ་རེད་འདུག།





ལུས་སེམས་ལྟར་བདག་

ལ་འགྱུར་བ་ཡོད་ཅིང་སྟོར།

གངས་རི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ།

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བཏུན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ཡི།

ཞབས་པད་སྟེང་མཐའི་བར་དུ་བཏུན་གྱུར་ཅིག།

ཞེས་སྟོན་ལམ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བཀའ་འདྲི་བྱ་གྱུར། ནང་
པ་སངས་ཀྱི་ལྷགས་ནས། ལུས་སེམས་ལ་བཏུན་ནས་བདག་ཡོད་
གསུངས་ཀྱང་། ལུས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་བའི་སྐབས་བདག་ལ་
འགྱུར་བ་མེད་པ་གང་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། བདག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཅེས་སུས་བཞེད་ཀྱི་
འདུག་གམ། ད་ལྟ་བདག་ལུས་སེམས་ལ་བཏུན་པ་རེད་ཅེས་བཞེད་
པའི་སྐབས་བྱེད་གཅིག་པོ་འདི་ཡིན། དཔེར་ན། ལུས་གཞིན་ཅུའི་སྐབས་
སུ་ང་གཞིན་ཅུ་ཞེས་བཞེད་ཐུབ་པ་དང་། ལུས་བྱིས་པའི་གནས་སྐབས་



སུ་ང་བྱིས་པ་ཡིན་ཞེས་བཞེད་ཐུབ་པ། ལུས་ན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་
ང་ནད་པ་ཞེས་བཞེད་ཐུབ་པ། ལུས་ནས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ང་ནས་
འཁོགས་ཡིན་ཞེས་བཞེད་ཐུབ་པ་བཅས་ཡིན། བདག་དེ་ལུས་དང་མ་
འབྲེལ་བར་ཡན་གར་བ་ཞིག་བཞག་ན་དེས་ཐ་སྙད་ལ་གཞོད་ཡོང་གི་
ཡོད། ཡུང་པོ་ལ་དགའ་སྤྱད་དང་། ཡུང་པོ་ན་བ་དང་གསེས་པ་ལ་
བཏུན་ནས་ང་ན་བ་དང་ང་ནད་ལས་གསེས་ཞེས་བཞེད་ཐུབ་ལ། བཞེད་
པ་ལྟར་དོན་ལའང་གནས་པ་ཡིན། ང་ཞེས་པ་དེ་ལུས་དང་སེམས་ལ་
བཏུན་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ལུས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་ན་ང་
ལའང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་བཤད་ཐུབ། ང་ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་
བདག་ཅིག་བཞག་ན། ལུས་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལ་བཏུན་ནས་ངའི་
འགྱུར་བ་དེ་འཛིག་མི་ཐུབ་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཆོས་ང་ཞེས་
པ་དེ་བཏུན་ནས་བཏགས་པ་དང་། ཡུང་པོ་ལ་བཏུན་ནས་གྲུབ་པ་རེད་
ཅེས་བཞེད་སྐབས། ཡུང་པོའི་འགྱུར་བ་ལ་བཏུན་ནས་ང་ལ་ཡང་འགྱུར་
བ་འགྲོ་བ་དེ་དག་ཁས་ཐུང་དགོས་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན།





ཆོས་ནམས་ཀྱི་ཚུལ་ལྟར་

བྱང་བའི་རིགས་པ་བཞིའི་སྐོར་

བཀའ་འདྲི། ང་ཆོས་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་
དུ་བདག་ནི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། ཡིད་ཀྱི་
ནམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་པས་ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་མེད་
ལ། སྤྱིར་བཏང་གི་བྱ་དངོས་ཚང་མར་ཐོག་མ་མེད་པས་བདག་ལ་འང་
ཐོག་མ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དེས་ན་ང་ཆོའི་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་
ཀྱང་། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དགེ་སེམས་ཀྱི་ངོ་ཐོར་མི་འགྱུར་བར་། ལས་
ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་གྱུར་པས་ན། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་
དུ་གང་ཞིག་བྱས་ནས་འགྱུར་གྱི་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། ནང་པའི་གཞུང་ནས་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་རིགས་
པ་བཞི་གསུངས་ཡོད། དེ་སྐོར་སྤྱི་ལོ་ཡང་བཤད་ཡོད་ལ། རིགས་
པ་བཞི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ། ལྟོས་
པའི་རིགས་པ། འཐད་སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་པ་བཅས་རིགས་པ་བཞི་བཤད་



ཡོད། འཐད་སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་པ་ནི། ང་ཆོས་དབྱེད་པ་བྱེད་སྐབས་
འདི་ཡིན་པས་ན་འདི་ཡིན་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་དེ་ཡིན། འདི་ཡིན་
སྐབས་འདི་དེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་གཞི་བཞག་ས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟོས་
པའི་རིགས་པ་ཡིན། ལྟོས་པའི་རིགས་པ་ནི། རྩ་སྐྱེ་འདྲ་བ་གཉིས་
འདུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་པའམ་ནམ་འགྱུར་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོན་པ་
བཟོ་བྱུང་གྱི་ཡོད། ནམ་འགྱུར་མི་འདྲ་བ་ཡོང་བ་དེ་ཡང་ཕན་ཚུན་འགལ་
ཟླར་གྱུར་པའི་རྩ་སྐྱེ་རིགས་གཉིས་འདུ་སྐབས་། སྐབས་རེ་མེད་པར་
ཆགས་འགོ་བ་དང་། སྐབས་རེ་ནམ་འགྱུར་གསར་པ་གཞན་འཐོན་ཡོང་
གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ཡིན།

ཁང་པའི་ནང་ལ་ཆ་གང་གཅིག་དང་། ཁང་པའི་ཕྱི་ལ་ཆ་གང་
གཅིག་ཡོད། དེ་གཉིས་འཐབ་པའི་སྐབས་སུ་ཆོར་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན་། ལྟོ་འགྲམ་དུ་བསྐྱེད་པའི་མི་ལ་ཆ་གང་གི་
ཆོར་བ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་གང་ལགས་ཤེ་ན། དེ་ནི་བྱ་བ་
བྱེད་པའི་རིགས་པ་སྟེ། ཕྱི་ཡི་ཆ་བའི་བྱེད་པ་གཅིག་དང་། ནང་ཁང་
པའི་གང་རེ་གི་བྱ་བ་གཅིག་བཅས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
ཆ་གང་གི་རིམ་པའང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་
པའི་རིགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།



ལྷོ་ས་པའི་རིགས་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ཞིང་། དེ་རྒྱ་འབྲས་ལ་
སྒྱུར་ན། དེ་རིང་གནམ་གཤིས་ཆ་གྲང་འདི་ཁ་སའི་གནམ་གཤིས་ཆ་
གྲང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། གནམ་འབྲེལ་ནས་ཆར་པ་འབབ་
དུས་གྲང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཉི་མ་བསྐྱེད་ན་ཆ་རུ་འགྲོ་བ་དེ་བྱ་བ་བྱེད་
པའི་རིགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ། ལྷོ་ས་པའི་རིགས་པ་དང་ཡང་
འབྲེལ་བ་ཡོད། དེ་ལྟར་རིམ་བཞིན་དེད་ན་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་ཞེས་
པ་དེ་ཡིན། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ཆ་གྲང་འབབ་པའི་སྐབས་སུ་ནམ་འགྱུར་
མི་འབྲུ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཕལ་ཆེར་
ཆོས་ཉིད་ཡིན། འབྲས་བྱ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་སྒྲིམ་
པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན་དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། འབྲེལ་བ་ཤད་རྒྱག་ཐུབ་
རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡི་རང་བཞིན་འདི་འབྲེལ་གྱི་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་
པ་གསལ་རིག་གི་རོ་བོར་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཆོས་ཉིད་ཡིན།

སེམས་མེད་བཅའ་པོ་སེམས་མེད་དུ་ཡོད་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།
དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ཤེས་པ་གསལ་རིག་གི་རོ་བོར་ཡོད་པ་དེ་དག་
ཆོས་ཉིད་དང་། ཤེས་པའི་ནང་དུ་རྟོག་པ་འབྲེལ་མེན་ཡོང་བ་དེ་ཡང་ཕལ་
ཆེར་ཆོས་ཉིད་ཡིན། རྟོག་པ་འབྲེལ་མེན་སྒྲིམ་པའི་རྒྱུ་བཤད་པ་ནི་ལྷོ་ས་
བྱུང་གི་རིགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ད་ནང་སྤྱོད་ཁོང་ཁྱོད་ལྷགས་ཆེན་



པོ་ལངས་ན། དེ་ནི་སེམས་མ་སྒྱུད་པ་ཡོང་བ་དེ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་
ལ། བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པར་ཡང་ཕལ་ཆེར་འགྲོ་གི་ཡོད། ཡང་
ད་ནང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལམ་འདེབས་པ་དང་། བྱུང་རྒྱུ་གི་སེམས་སྒྲིམ་པ་
སོགས་དགེ་བའི་ཆོར་བ་ལྷགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་ན། དེ་ནི་སེམས་
ཀྱི་གཏོང་ལ་སྒྲོ་བ་དང་། ཞི་བ་དེའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ཡོང་ཞིང་། གལ་
ཏེ་སེམས་དཀའ་ངལ་རུང་བ་ཅིག་འཕྲད་པ་དེ་ནི་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མ་
རེད་བསམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲོ་བས་ཤིག་ཡོང་བ་དེ་དག་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་
པ་དང་། ལྷོ་ས་པའི་རིགས་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་
ལྟར་ཡོང་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་སེམས་ལ་འགྱུར་བ་
ཐེབས་པ་དང་། ལྷོ་ས་སྤྱོད་ལ་འཛོག་གིས་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་ནི་ཆོས་
ཉིད་ཡིན།

བྱེད་རང་གིས་བརྗོད་པ་ལྟར་སེམས་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་དེ་གང་
ཡིན་ཞེ་ན། གོང་གི་སྒྲུབ་བྱེད་དེ་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་དང་།
སེམས་ལ་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཉོན་མོངས་ཞེས་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་པ་ཡོད་
པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱར་སེམས་ཀྱི་མ་
མེད་པ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་བྱུང་དུ་རྩི་མ་བྱུང་བ་ཞིག་ཕལ་ཆེར་མིན། ལྷགས་
ཀྱི་གཞུང་ནང་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དང་། ཐོག་མའི་མགོན་པོ། གདོད་



མའི་མགོན་པོ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཞེས་པ་འདི་འདྲ་ཡོད། དཔེར་ན།
རྫོགས་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྐད་ནས་བྱས་ན། འཁོར་འདས་ཀྱི་མ་སྦྱོང་གོང་
ཞེས་པ་དེ་དག་ནི་སྦྱར་གྱི་ཤེས་བྱ་འདི་ལ་ཡོད་པའི་འཁོར་འདས་ཤིག་
ཨེ་ཡིན་མ་ཡིན། དཔེར་ན། སྤྱིད་པ་འཁོར་བར་མཐའ་ཡོད་དམ་
མེད་ཅེས་བརྗོད་ན། དེར་མཐའ་ཡོད་ཅིང་། མཐའ་ཡོད་ཅེས་པ་དེ་
ཡང་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས། སྦྱར་
འཁོར་བ་སྦྱོངས་པ་ཞིག་འབྱུང་རུང་རེད་དམ་ཞེས་པ་དང་། གང་ཟག་
བྱེ་བྲག་པར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་འབྱུང་ངེས་རེད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྦྱི་
ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་འབྱུང་ངེས་རེད་དམ་ཞེ་ན་
མིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། འབྱུང་རུང་རེད་དམ་ཞེ་ན་རེད་ཅེས་བརྗོད་
ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་གང་ཟག་བྱེ་བྲག་པར་དགོངས་པ་བཞེས་པར་བསམ་
གྱི་འདུག གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་སྦྱོང་བ་རེ་རེ་བཞིན་སྦྱོས་པའི་སྤྱིད་པ་
སྦྱོན་དུ་འགོ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་། སྦྱོང་བའི་སྤྱིད་པ་ཡོང་
བ་ལ་འཆི་བའི་སྤྱིད་པ་སྦྱོན་དུ་འགོ་དགོས་པ་ཡིན། འཆི་བའི་སྤྱིད་པ་
དེ་གའི་གནས་སྐབས་སུ་གཉུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྦྱོས་པའི་འོད་གསལ་ཁོ་
ན་ལས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

སྦྱིར་གང་ཟག་དེ་འཁོར་བ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འཁོར་བའི་



སེམས་ཅན་གྱི་འཆི་སེམས་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ཤིང་བརྗོད་བྱུང་ན་ཡང་།
འོད་གསལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བརྒྱུག་ཆ་ནས་བཤད་ན། སྦྱོང་བའི་གོ་འཕང་
ཡང་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་ལས་ཤར་བ་དང་། བྱུང་འདས་ཞེས་པ་ཡང་
འོད་གསལ་དེ་ག་ནས་ཤར་བ་ཞིག་ཡིན། སྦྱོང་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སངས་
རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞེས་པ་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་ལས་ཤར་བ་ཡིན། སྤྱིད་
པ་འཁོར་བ་ཞེས་པ་ཡང་འོད་གསལ་དེ་ཉིད་ལས་ཤར་བ་བཅས། མདོར་
ན་ཡར་གྱི་བྱུང་འདས་དང་། མར་གྱི་འཁོར་བ་དེ་གཉིས་ཀ་འོད་གསལ་
དེ་ལས་ཤར་བ་ཡིན།

རྫོགས་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྐད་ལྟར་བྱས་ན། གཞི་དང་གཞི་སྒྲུང་
ཞེས་སྦྱེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ངོ་བོའི་རིག་པ་དང་། རྩལ་གྱི་རིག་པ་ཞེས་
གསུངས་པ་བཅས་སྒྲུང་བའི་བཀོད་པ་སྟེ། དག་མ་དག་གི་སྦྱོས་པའི་
སྒྲུང་བ་དེ་དག་འཆར་གཞི་གཉུག་མའི་འོད་གསལ་གྱིས་བྱེད་ཅིང་།
གཉུག་མའི་འོད་གསལ་ནི་གཞི་འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་དག་པ་དང་།
འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་འང་དག་པ་རེད། གཞིའི་གནས་སྐབས་
སུ་དག་པ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་འང་དག་པ་དེ་ཉིད་
རེད་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད།

དེས་ན་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ནང་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཞེས་པ་ནི།



ཐོག་མའི་ཀྱན་རྒྱུ་བཟང་པོ་དེ་རྒྱུ་བ་རེ་རེ་དབང་དུ་བྱས་ནས་དང་
པོ་རྒྱུ་མ་གཞི་འཕྲུལ་དང་པོ་རྒྱུ་འཆར་གཞི་དེ་ཡིན། གསང་སྤྱད་གསང་སྤྱད་
མའི་གཞུང་གསང་བ་འདུས་པར་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། ཐེམ་པ་ལུགས་
འབྱུང་དང་། འབྱུང་བ་ལུགས་ལྟོག་ཅེས་མཆོམས་སྤྱེ་སྤྱེ་ཡོད། བདེ་
མཆོག་གི་རྒྱུ་ནང་།

འཆེ་བ་ཞེས་བྱ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

ནལ་འབྱུང་ཆེན་པོར་ངལ་གསོ་བྱ། །

ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱུ་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད།
དེས་ན་འཁོར་འདས་རྒྱུ་མ་སྤྱེད་པའི་གོང་ཞེས་པ་ནི། འོད་གསལ་དེ་འི་
གནས་སྤྱད་ལས་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀའི་འཆར་གཞི་དེ་ཡིན་པས་ན།
འཁོར་འདས་གཉིས་ཀའོད་གསལ་དེ་གའི་ངོས་ནས་བཤད་ན། མ་གྲུབ་
པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྤྱད་ལས། འཁོར་འདས་རྒྱུ་མ་སྤྱེད་པའི་མཆོམས་ནས་
མ་རིག་པའི་གཞན་དབང་དུ་སྤྱོད་ཞིང་། དེས་ནས་འཁོར་འདས་རྒྱུ་
སྤྱེས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་རེད།

རྒྱུ་མཆོག་གི་ཆོས་སྤྱད་ནང་། ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་མ་རིག་
པ་དང་། ཀྱན་རྒྱུ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་པ་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད།
ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་མ་རིག་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་མ་རིག་པ་མང་



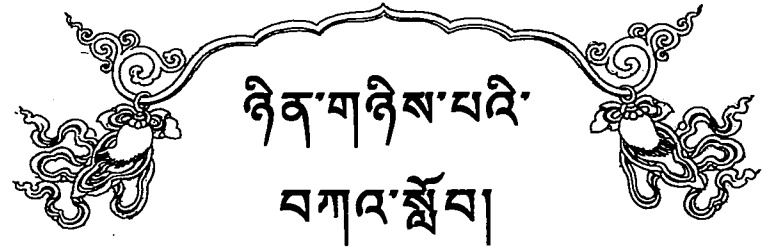
པོ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་ང་རང་ལས་སྤྱེ་ཞིང་། བྱེད་རང་ཡང་
ལས་སྤྱེ་བ་ནི་ཆོས་ཉིད་རེད་ཅེས་བཤད་རྒྱུ་འདི་ཡིན། ལན་དེ་སྤྱད་ལས་
བདེ་པོ་མི་འདུག་གམ། དེ་ཅུང་ཟད་རྒྱུ་རྒྱུ་བཏང་སྤྱེ་སྤྱེ་བ་སྤྱེ་ཡོད་
དམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་རེད་ཅེས་བཤད་ན་དཔྱད་པ་གང་ཡང་
བྱེད་མི་དགོས་པར་སྤྱེ་བ་སྤྱེ་མ་ཡོད་པ་ཆོས་ཉིད་རེད་ཅེས་བཤད་དེ་འཛིན་
རྒྱུ་ཡིན།

གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དཔྱད་པའི་སྤྱེ་བཞི་ཞེས་པ་དེ་ཡོང་བའི་
གཞི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པའི་ཐོག་ནས་ཕལ་ཆེར་ཡོང་གི་འདུག་སྤྱད་ལས།
ཤེས་པ་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་གཞན་
གང་ཡང་མིན། བདག་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དེ་ནི་
སྤྱེ་བྱུང་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱེ་བྱུང་བ་མིན། དེ་མིན་སྤྱེ་བྱུང་བ་སྤྱེ་མི་འདོད་པ་
དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། བདེ་བ་དང་སྤྱེ་བྱུང་བ་སྤྱེ་ལ་
ཞེས་པ་དེ་ནི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱེ་བྱུང་པ་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་
དེ་དག་གཞི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐོག་ནས་སྤྱེ་བྱུང་དགོས་པ་དང་། དག་
བ་བསྤྱེད་དགོས་ཞེས་པ་དེ་ནི་འཐད་སྤྱེ་བྱུང་གི་རིགས་པའི་རྒྱུ་སྤྱེ་བས་ཀྱི་
ཡོད། འབྲས་བྱུ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ཤིང་། འབྲས་བྱུ་རྒྱུ་ལ་རག་ལས་པ་ཆོས་
ཉིད་ཡིན། རྒྱུ་ཡིས་བྱེད་པས་འབྲས་བྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་མི་འདྲ་བ་ཡོང་



གི་ཡོད། དེས་ན་ཀྱུ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་དགོས། བཅོམ་ལྷན་འདས་
 ཀྱིས་དེ་ལྟར་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ། ཀྱུ་
 འབྱུང་སྤང་བར་བྱ། ལམ་སྒྲོམ་པར་བྱ། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་ཞེས་
 གསུངས་པ་དེ་དག་ནི་རིགས་པའི་སྒྲོ་བཞིའི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་
 ཏེ་རང་རང་ཆོ་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་རྣམས་
 ལ་སྤང་སྤང་འདུག་ལྟར་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་རིང་འདི་གར་བཞག་ཀྱུ་དང་། སང་ཉིན་ཡར་བསྐྱར་བྱག་
 ཡོང་། སང་ཉིན་དེ་རིང་ལྟར་ཐོག་མར་འགྲེལ་བཤད་ཕྱན་བྱ་བྱ་ཀྱུ་དང་།
 དེ་ནས་དེ་བཞིན་ལན་བྱ་བྱ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཆོའི་དོགས་དཔྱོད་མང་
 སྤྱོད་འཛིན་གྱ་ཆོགས་སྐབས་ཡོང་བ་དང་། འཛིན་གྱ་ཆོགས་སྐབས་
 བསྐྱེད་པར་བྱས་ན་ལེགས་ཤིང་། དགེ་བཤེས་ཆོ་སྤྱོད་ལྟར་བྱ་མི་
 དགོས་པར་རང་དང་རང་མཉམ་འདྲ་འདྲར་བསྐྱེད་ནས། དེ་བཞིན་
 དོགས་དཔྱོད་བྱས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོད། སྒྲོ་བ་སྤྱོད་རང་
 གི་འདུ་ཤེས་བཞག་སྤེ་བྱ་བྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཤེས་སོང་ངམ།



ཉིན་གཉིས་པའི་ བཀའ་སྒྲོ་བ།

ནང་ཆོས་ལ་སྒྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ གལ་ཆེ་ཆུ་ལ་སྒྲོ་བ།

ནང་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་བྱ་བྱ་ཏེ་ཅང་
 གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་དང་མི་ཀྱི་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་
 འདོད་པ་ཡིན། དེས་ན་ཀྱུ་གར་གྱི་མཁས་པའི་ནང་ངས་ཤེས་པ་ལྟར་
 བྱས་ན། ཡུལ་དེ་སྤོང་དུ་མ་བཞི་བཟུ་པའི་ནང་ལྟ་སྤྱོད་པའི་གྲུབ་
 མཐའ་མང་སྤོང་ཞིག་བཀག་ཡོད་པས་སྤོང་ཆེར་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་ལྟ་བུ་
 ཡིན། དེ་བཞིན་སྒྲོ་བ་དཔོན་ལེགས་ལྟར་འབྱེད་ཀྱི་གསུང་དུ་མ་སྤྱོད་
 སྤོང་ནང་དུ་འདྲ་གྲུབ་མཐའ་དེ་དག་སྒྲོར་མང་སྤོང་ཞིག་གསུངས་ཡོད། དེ་
 ཡང་སྤོང་ཆེར་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་རང་ཡིན། གཞན་ཡང་མཁས་ཆེན་
 ཞེས་པ་འཆོའི་ཆོད་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་



གཉིས་པ་ལ་ཆེར་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་འདུག་ཅེས་སྐབས་དེར་བཤད་རྒྱ་བུར་།
 བོན་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་གྱུ་
 རྒྱུ་ཡང་དབུས་གཙང་མདོ་སྟོད་སྟོད་བཅས་པའི་ས་ཁུལ་གྱི་གཞུང་
 དགོན་གྱི་སློབ་གཉེར་བ་སླེབས་འདུག་པ་ལྟར་མི་རྒྱལ་པ་དང་། སློབ་
 སྦྱོང་ཡང་ཏེ་ཅང་གི་ཡག་པོ་འདུག་པ་སྐབས་དེར་བསྐྱེད་པ་བཟོས་ཆེན་
 པོ་བྱས་པ་ཡིན། མདོར་ན་དེར་སྐབས་བོན་གཞུང་དང་སངས་རྒྱལ་
 ཀྱི་གཞུང་གཉིས་འདྲ་མཚུངས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་
 སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

ང་རང་ཚོ་བོད་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ལོ་སྟོང་ཕྱག་བཞུགས་པའི་
 རིང་དར་རྒྱུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པོ་བྱུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་མང་ཆོག་ས་
 སྦྱར་ན་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཙམ་མེད་པ་དང་། ཡང་སྒོས་
 ཆོས་ལ་དད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟར་གྱི་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་སློབ་
 སྦྱོང་དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་བྱས་མེད་པ་དེ་ནི་ཏེ་ཅང་རྗེས་ལྟས་ཡིན། དེས་
 ན་ང་རང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བ་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་
 དགོས་ཞེས་འབོད་སྒྲུལ་བྱེད་དགོས་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན། ཆོས་ཤེས་ཀྱི་
 ཡོད་ཅེས། སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོག་ནམས་ལ། ཞེས་
 སྐགས་བཏོན་པ་ཙམ་གྱིས་དེའི་དོན་ཤེས་མི་ཐུབ། དོན་དངོས་སངས་



རྒྱལ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་དང་། སངས་རྒྱལ་ཞེས་པ་དེ་རྒྱ་གང་
 དང་། རྒྱུ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ། རོ་བོ་གང་ཞིག་ཡིན་དང་།
 བྱེད་ལས་གང་ཞིག་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་གང་ཡང་མ་ཤེས་པར་སངས་
 རྒྱལ་ལ་སྐབས་སུ་མཆོད། ཞེས་སངས་རྒྱལ་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བ་བཟོས་
 པ་ཙམ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཟླ་མ་དགོན་མཆོག་གིས་མཁྱེན་ཞེས་གཟུངས་
 རྒྱལ་ས་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་དང་། ཆོ་ག་འདྲ་བཏོན་པ་ལས་དོན་མ་ཤེས་པར་
 བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་རྗེས་ལྟས་ཡིན།

དེ་མིན་རིག་གནས་གཞན་གྱི་ཐོག་ང་ཚོ་རྗེས་ལྟས་ཐེབས་པ་ནི།
 ང་ཚོར་གོ་སྐབས་ཅུ་བ་ནས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་ནི་གནས་ཚུལ་
 ཐ་དད་ཡིན། དཔེར་ན་དེང་གི་ཆོན་རིག་དང་། འཛམ་གླིང་གནས་
 ཚུལ་ཤེས་རྒྱའི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་བས་རྗེས་སུ་ལྟས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་
 ང་རང་ཚོར་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་བཀའ་འགྲུར་བཞུགས་འགྲུར་པོ་ཏི་སུམ་
 བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་དག་དད་པ་བྱེད་ལུལ་ཞིག་ལས། སློབ་སྦྱོང་
 བྱེད་ལུལ་ཞིག་ཏུ་མི་བཅི་བ་དེ་ནི་ཏེ་ཅང་ཐབས་སྦྱོར་པོ་ཡིན། དེས་ན་
 ང་རང་ཚོས་ཆོས་བཀའ་སྦྱོང་བྱས་ནས་སྦྱོང་བཅར་བྱེད་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་
 ཆེན་པོ་ཡིན། དད་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་ཡིན།



པོའི་གནས་ཚུལ་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཤེས་བྱའི་སྒོ་གྲོས་སམ་ནམ་དཔྱད་
གི་གཙོ་བོ་ཆགས་ཡོད་པས་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཟ෍་དངོས་པོ་
ཡར་རྒྱས་ཚང་མ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད།

དེང་སྐབས་གཞི་ནས་ཆོན་རིག་པའི་ནང་ཟ෍་དཔྱད་དངོས་པོ་ཡར་
རྒྱས་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ནང་གི་བསམ་སྒོའི་ལྟ་སྟེན་ཡོང་བ་བསམ་དང་།
བསམ་སྒོའི་ལྟ་སྟེན་དུ་གནས་པ་དེ་ཉིད་ནི་ལུས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་གལ་ཆེན་
པོ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་བསམ་སྒོའི་ནང་བྱམས་བརྩེས་པོངས་ན་སྤྱི་ཆོགས་
ཟང་ཟེང་ཡོང་བ། མདོར་ན་མི་རང་གི་རྒྱལ་མཁན་ཡོང་བ་དེ་དག་ནང་
གི་མང་པོ་ཞིག་ནི་ནང་བསམ་སྒོའི་ཆ་ཀྱི་མ་ལུང་བས་ཡིན་པ་དེ་ལ་དེང་
སྐབས་གཞི་ནས་དོ་སྣང་ཇེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར། ནང་བསམ་
སྒོའི་སྒྲོར་ལ་ཆོན་རིག་པའི་ནང་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཆོན་རིག་
པ་ཆོས་ད་བར་ལོ་བརྒྱ་ཡུག་བཞུགས་པ་དེའི་རིང་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་
ནང་བསམ་སྒོའི་རྣམ་གཞག་ལ་དོ་སྣང་དང་ཅད་གཙོད་བྱས་མེད་སྐབས།
ནང་བསམ་སྒོའི་རྣམ་གཞག་སྒྲོར་གནས་ཆད་ཏ་ཅང་སྒྲོ་བོ་ཡིན་པས་དེང་
སང་གཞི་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད།

ནང་བསམ་སྒོའི་སྒྲོར་ལ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་གཞུང་ནང་
མང་པོ་བཤད་མེད། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་དར་བྱུང་ཆེན་པོ་ཡོད་

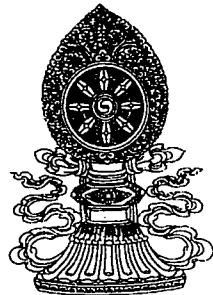


པའི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ལུགས་དང་། ཡེ་ཤུ། ཁ་ཆེ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ནང་
བསམ་སྒོའི་རྣམ་གཞག་སྒྲོར་མང་པོ་བཤད་མེད། ནང་ཆོས་ཐེ་བའི་
རྒྱ་གར་གི་ལྟ་སྟེན་ལ་ཁག་དུ་ནང་བསམ་སྒོའི་སྒྲོར་ལུགས་ཆེན་པོ་
བཤད་ཡོད། ཆངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་པའི་ནང་བསམ་གཏན་གཟུགས་
མེད་ལ་སོགས་པ་དང་། སྒྲོམ་རྒྱལ་སྤངས་བཅས་ནང་བསམ་སྒོའི་སྒྲོར་
བཤད་ཡོད་པ་སྟེ། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་སྒྲོར་བཤད་ཡོད། འདོད་
པའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལམ་སྒྲོམ་པ་བཤད་ཀྱི་
ཡོད་པས་ན་གང་ལྟར་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་
གར་གི་ནང་པ་ཐེ་བའི་རྒྱ་གར་གི་གནའ་རབས་ཀྱི་གཞུང་དེ་དག་གི་ནང་
ནས་བསམ་སྒོའི་རྣམ་གཞག་དང་། སྒྲོམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་དེ་
དག་ལ་དེང་སྐབས་དོ་སྣང་སྤེལ་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེའི་ནང་ཆོན་རིག་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
བར་འབྱུང་བའམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞེས་པ་དེ་ལ་དམིགས་བསམ་
གི་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་སྤེལ་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཆོན་རིག་པའི་
བསམ་སྒོ་གཏོང་སྤངས་དང་ཏ་ཅང་མཐུན་པོ་ཡོད་སྐབས། ཁོང་ཆོས་
དེ་སྤང་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་ཅིག་ལ་སྤེལ་སྟེ་བས་ཡོད། ང་ཆོ་ནང་པ་སངས་
རྒྱས་པའི་ཆོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཤེས་



གྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོ་ཙུང་ལྷུ་ལ་དང་། ཡང་དེའི་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུའི་
གཞུང་བཙུན་པ་དགོན་མཆོག་འཛིན་པ་མེད་དཔང་པོའི་གསུང་གྲུབ་
མཐའ་རིན་ཆེན་འཕྲུང་བ་དང་། ཡང་དེ་ལས་ཕྱང་ཟད་ཀྱིས་གིང་། ཟུར་
བཀོལ་གྱི་གནད་འགག་ཕྱང་ཟད་རེ་ཡོད་པ་ལྟར་སྤྱིང་གྲུབ་མཐའ་དེ་ཡག་
པོ་ཡོད། དེ་དག་ལ་བརྟུན་དགོས། མདོར་ན་སྤྱིང་ནང་གི་ཁྱད་པར་དང་།
ནང་པ་རང་ལ་ཡང་གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་གི་ཁྱད་པར། མདོ་སྤྱིང་གས་
ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་དེ་དག་ཆ་ཆར་ཞིག་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་རང་ཉིད་
ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཡང་རེད། གཞན་ལ་ངོ་སྤྱོད་བྱ་བ་བཅས་
གང་ཐད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན།



རིགས་ལས་སྤྱོད་བཀའ་ཉིད་ དགོས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ ཆེ་གནད་བ།

དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ངས་རེ་འདུན་གཅིག་འདོན་འདོད་བྱུང་བ་
ནི། བར་སྐབས་རིགས་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་འཕྲོད་སྐྱེས་བྱས་པ་
ལྟར་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་སྤྱོད་པས་ཡོད། དེ་ནི་ངས་འདིར་བཤད་པ་
ཙམ་མ་ཡིན་པར་དགོས་ཤིང་དེ་དག་འདུལ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ཞིག་
ཏེ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ཆོས་འཁོར་ལ་བཤད་བཀུ་བ་ཡོད། ཁྱད་པར་ཆོད་དགོས་པ་
ཆོས་ཀྱང་དུས་དུས་སུ་མང་ཆོགས་ལ་ནང་ཆོས་ངོ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དོ་སྣང་གསར་
པ་ཞིག་སྤྱོད་པ་དེ་ཉི་ཅང་ཡག་པོ་ཡིན། ངས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་
བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བརྟན་པ་ཐོག་མར་འཇུགས་
པ་གནད་མཁན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོལ་ན། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ་
ནི་དཔལ་ལྷན་ལྷན་ཐོན་པའི་དགོས་ཤིང་ཆེན་པོ་མཁན་པ་སྤྱོད་གས་



ཡོད་པ་ཞིག་དང་། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་དབུ་མ་པའི་ནང་
ནས་སེམས་ཅམ་པའི་གཉིས་སྒྲིབ་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་བྱུང་བའི་འབྲེལ་བའི་
དབུ་མའི་ལྷ་བ་སྒྲིལ་གཏོད་མཁན་ཡལ་ཆེར་ཁོང་ཡིན། འཕགས་པ་
གྲོལ་སྡེ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་སེཌ་བཟང་པོ་གཉིས་ནི་མཁན་ཆེན་ཞི་
བ་འཆོའི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཡིན།

མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དགུང་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ཅམ་བཞུགས་པ་
བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་བདེན་པ་ཡིན་མིན་མི་ཤེས། ངས་ངོ་ཤེས་པའི་རྒྱ་གར་
མཁས་པ་ལྷ་པ་དེ་སྤྱི་བ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་ག་ཤེགས་ཟེན་ཅིང་ལྷ་པ་
དེ་སྤྱི་བ་གསུངས་པར། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དགུང་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ཅམ་
བཞུགས་ཡོད། ཐོད་པ་ནམས་ཀྱི་དགུ་བརྒྱའི་སྒྲིབ་དུ་ལྷ་དཀོར་ཞིག་
བརྒྱབ་ནས་དགུ་བརྒྱ་བཟོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་བྱུང་། ཡོངས་གྲགས་
སུ་ནལ་འཕྲོར་སྒྲིབ་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ནི་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་
སྒྲིལ་གཏོད་པ་ཡིན། དེའི་སྒྲིལ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་
མདོ་སྡེ་སྒྲིབ་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་བས་དེ་དུས་མདོ་
སྡེ་སྒྲིབ་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས། ཕྱིས་
སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་ནལ་འཕྲོར་སྒྲིབ་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་སྒྲིལ་
གཏོད་གནང་རྗེས་སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་གསུང་ཚུལ་དེ་



ལ་ཡལ་ཆེར་མདོ་སྡེ་སྒྲིབ་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་མཚན་བཏགས་
པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ན་ཡལ་ཆེར་འཆོས་པོ་ཡོད།

ངས་འདི་བཤད་དགོས་པ་ནི། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དཔལ་
རྒྱ་ལེནྱའི་དགེ་བཤེས་མཁས་པའི་ནང་གི་ཅེ་ཕུད་ཡིན་པར་མ་ཟད། དབུ་
མའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་མཁན་གྱི་ནང་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲིལ་
གསར་པ་གཏོད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཁོང་གིས་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་
མང་པོ་ཡོད་པས་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཡིན་པ་ལས། ལས་སྒྲུབ་པོ་ཞིག་
ཡོང་ཤེས་ཐབས་མེད། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ནང་
ནས་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་དགོངས་པའི་བཞེད་སྒྲིལ་གསར་པ་ཞིག་གཏོད་
དགོས་བྱུང་ན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བུའི་མཁས་པའི་ནང་གི་ཡང་ཅེ་གཞན་
དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་མེད་ན། རང་ག་བཞིག་གིས་སྒྲིལ་གཏོད་མི་ཐུབ།
དེས་ན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ནི་མཁས་པ་འགྲན་ཆེན་བྱལ་བ་ཞིག་ཡིན་
པ་གསལ་པོ་ཡིན། ཁོང་གིས་མཇུག་པའི་ཕུག་དཔེ་ང་ཆོས་མཇུག་བ་
དབུ་མ་རྒྱན་དང་། ཆད་ཆེན་དེ་དག་ཏེ་ལས་དགོས་པ་འདུག ཁོང་
གི་དགེ་ཕུག་སྒྲོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་མཇུག་
པའི་དབུ་མ་སྒྲིབ་པ་དང་གཅིག་སྒྲིལ་རིམ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དང་
གཉིས། ཆད་ཆེན་གྱི་འབྲེལ་པ་དང་གསུམ་བཅས་ལ་བཞུགས་ནའང་ཏ་



ལས་དགོས་པའི་མཁས་པ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་འདུག ང་ཚོ་དེ་དག་གི་
དགེ་སྤྱད་ཆགས་ཡོད། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤྱོད་མེ་
བཅན་གྱིས་གདན་ཁྱུ་གནང་སྟེ་པོད་དུ་ཕྱེབས་པ་དང་། པོད་དུ་ཕྱེབས་
སྐབས་དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་གྲངས་ནང་ཕྱེབས་པ་བཞི་དེ་ཀྱི་འདུག དེ་
དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དུས། དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་གྲངས་སུ་ཕྱེབས་
པའི་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཏ་ཅང་གི་བགྲེས་སོང་ཞིག་པོད་དུ་ཕྱེབས་དུས་
གནམ་གྲུ་མེད་ལ། ལྷ་མ་འཁོར་ཡང་མེད། དེ་དུས་ཁོང་གིས་སྐབས་རེ་
ཏ་ཕྱེད་དང་། ཡང་སྐབས་རེ་པོད་བྱ། སྐབས་རེ་མངོ་ལའང་ཆེབས་མེད་
དམ་སྙམ། གང་ལྟར་བྱར་རེ་ཁྱོར་ཏེ་བྱས་ཏེ་བསམ་ཡས་སུ་ཕྱེབས་ཡོད།

རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ཡུང་པར་བཞུགས་མཁན་ཞིག་པོད་གནམ་
གཤིས་གང་བའི་ཡུལ་དུ་ཕྱེབས་དུས། ལྷ་བསེལ་ནས་སྐབས་རེ་གདིང་
བ་ཡང་སྒྱུ་ལྟོད་ལ་བཞེས་ནས་བཞུགས་དགོས་བྱུང་མེད་དམ་སྙམ། ལྟོད་
འགག་སྐབས་དེ་དུས་བྱུང་བ་དང་། ལྟོད་འགག་གི་ཟུར་དེ་གདིང་བའི་
ཟུར་རེད་ཅེས་ཤོད་སྟོལ་འདུག གང་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་མཁས་པ་ཞིག་
གིས་སྟོལ་གཏོང་པ་དང་། ང་ཚོའི་ཆོས་རྒྱུ་འཛིན་མཁན་ཡིན། ཁོང་
ནི་དབྱུ་ཆད་སེང་གེ་མཛིང་བསྟོལ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་དབྱུ་
ཆད་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་གནང་གི་ཡོད། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོའི་རྗེས་



འབྲངས་ང་རང་ཚོ་ནང་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུ་མའི་ལྟ་བ་དང་། ལྷག་པར་
ཆད་མའི་གཞུང་ཤེས་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། རིགས་ལམ་སྟོབ་
སྟོང་བྱ་རྒྱུར་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།

ཆད་མའི་གཞུང་གི་འགྲོ་སྤངས་ཏེ། གཏན་ཆོགས་བཀོད་ནས་
དེ་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས། དེ་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་། དེ་ཡིན་ན་
དེ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་སོགས་བྱུང་མ་བྱུང་བཅི་བ་དང་། ལྷག་པོད་བཀོད་
ནས་ཐལ་དང་ཕྱིར་ཞེས་བཞིན་པའི་འགྲོ་སྤངས་ཤེས་ན་དགེ་མཚན་ཆེན་
པོ་ཞིག་ཡོད་ལ། ང་རང་ཚོ་སྟོབས་པ་བྱེད་ཆོག་པ་ཡིན། རྒྱ་གར་མཁས་
པའི་གསུང་པོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ནས་ཆོས་ཅན་དང་། ཏགས་དང་།
བསལ་བ། བསྐྱུབ་བྱ་ཞེས་པ་དེ་དག་ཆ་ཆང་པོད་སྐད་དུ་ཡོད་པར་མ་
ཟད། དོན་ཆ་ཆང་ཏོགས་བྱུང་པ་ཞིག་བསྒྱུར་ཡོད། དེང་སྐབས་དབྱིན་
ཇིའི་སྐད་ཡིག་ནང་པོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་མང་པོ་བསྒྱུར་ཏེ་ཡོད་ཀྱང་། བསྐྱུས་
གྲུའི་འགྲོ་སྤངས་ཐལ་དང་། ཕྱིར་ཞེས་པའི་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་
དེ་དག་དབྱིན་ཇིའི་ཆོག་ནང་ཇི་བཞིན་ཡོང་གི་མེད། ལུ་གསུམ་ལུ་བཞི་
བཅི་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་ཆ་ཆང་ཞིག་ཡོང་གི་མེད།

དེ་བཞིན་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ་འང་ཐལ་དང་། ཕྱིར་ཞེས་པའི་
ཏགས་བསལ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་དེ་དག་བཞིན་བྱུང་གི་ཡོད་མེ་འདུག་པས་



དེ་ནི་ང་ཚོའི་བོད་སྐད་ཁོ་ནི་གཞི་བཞུགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ང་རང་
 ཚོར་གཞི་བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་དག་སྐྱེས་དབྱེ་བ་མེད་པ་ཆང་མས་ཤེས་
 པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཏུ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། གཉིས་ནས་ཐལ་དང་། སྤྱིར་
 ཞེས་པ་དང་། རྒྱུ་དང་མ་རྒྱུ་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་སེམས་སྤྱུངས་ནས་
 གོ་མས་འདྲིས་དང་། རང་གཤིས་ལ་འཇགས་བྱུང་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཚན་
 རིག་དང་། རྒྱལ་རབས་ལ་སོགས་པའི་སློབ་ཆ་ཞུགས་དང་གང་ཞིག་
 བྲིད་པའི་སྐབས་སྤྱི་འདི་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་
 དེ་ཡིན་མི་དགོས་པ། དེ་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་པས་རྒྱུ་པ། འདི་ཡིན་ན་
 དེ་ཡིན་པས་མ་རྒྱུ་ཅེས་པའི་བསམ་པས་དེ་འཕྲལ་ཉོག་དཔྱིད་བྱེད་བྱུང་
 པ་ཡོང་ཞིང་། རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ཀྱི་སྐད་ཆ་འོག་ནས་དོན་ཞིག་གཏན་ལ་
 ཐལ་པ་དེ་དག་དཔྱིན་ཅིའི་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་
 ཞིབ་ཆགས་ཡོང་བ་ལྟར་པར་ཆེན་པོ་ཡོད།

སྤྱིར་བོད་ནས་གཉིས་འཕྲད་དང་གནས་སྐོར་དུ་ཡོང་མཁན་འགོ་
 ཐོག་མར་ཚུགས་པའི་སྐབས་སྤྱི་དུ་སར་མཇལ་ཁར་ཡོང་མཁན་གས་སྤྱི་
 གྲོང་གསེབ་པའི་སྤྱི་བོ་ཞིག་འདུག སྤྱི་བོ་དེས་ཀྱི་མིས་ང་ཚོ་ཆང་མ་བཙོན་
 ལ་བཅུག་སོང་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་། ཆང་མ་བཙོན་ལ་བཅུག་ཡོད་ན་སྤྱི་
 བོ་ཁོ་རང་ཡང་བཙོན་དུ་ཡོད་དགོས། དེ་ལྟར་མིན་པར་སྤྱི་བོ་ཁོ་རང་



འདི་གར་སྤྱི་བས་ཡོད། དེ་ནི་མ་རྒྱུ་པའི་ཆོག་དང་ཆོག་སྤྱི་ཡིན།
 མི་མང་པོ་ཞིག་བཙོན་ལ་བཅུག་སོང་ཞེས་བརྗོད་ན་དེ་ནི་འགྲིགས་པ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་ཆབ་སྲིད་པ་གཏམ་བཤད་བྱེད་མཁན་དེ་དག་གིས་
 སྐད་ཆ་བྱུང་ཆེན་པོ་བཤད་དུས། མཚན་ཉིད་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཅུང་ཟད་
 ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་པས་མ་རྒྱུ་པ། འདི་ཡིན་
 ན་དེ་ཡིན་པས་རྒྱུ་ཅེས་པའི་བསམ་སྤྱི་ཞིག་དེ་འཕྲལ་འཁོར་ནས། ཁོའི་
 གཏམ་བཤད་ཀྱི་ཆོག་སྤྱི་མཐོང་སྟེ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད།
 སྤྱི་བཙོན་གང་དང་གང་ཞིག་བྲིད་པའི་སྐབས་སྤྱི་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་
 པའི་འགྲོ་སྤངས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཅད་གཅོད་བྱས་ན། གནས་ཚུལ་
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ལ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་མིན་གྱི་ཐག་
 བཅད་ཟིན་པ་དེ་དག་དོན་ལ་གནས་པ་དང་། གལ་སྲིད་མི་གཞན་དང་
 མཉམ་དུ་ཚོད་པ་ཀྱག་དགོས་བྱུང་ན། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པ་དེ་
 དག་བསམ་སྤྱི་བཏང་སྟེ། དེ་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་
 ན་དེ་ཡིན་པས་རྒྱུ་པ། འདི་ཡིན་ན་དེ་མ་ཡིན་པས་རྒྱུ་པ་སོགས་ཉོག་
 དཔྱིད་ཀྱི་སྤྱི་བར་པའི་ཐོག་ནས་ཐག་བཅད་པས་ཡིན་དུས། མི་ཞིག་
 གིས་ཚུར་ཚོད་པ་བརྒྱབ་ཀྱང་། རང་ཉིད་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཟན་པོར་འཛིན་
 བྱུང་པ་ཡོང་བ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟར་བསམ་སྤྱི་བཏང་མེད་ན་གང་ཤེས་ཞེས་



མགོ་ཕུར་ནས་སྤོང་དགོས་པ་ཡོང་བྱུང་།

དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོའི་སྒྲོབ་བྱ་ཁག་གི་ཕུ་གུ་ཆོས་རིགས་ལམ་
སྒྲོབ་བྱུར་དོ་སྒྲུང་བྱེད་བྱུབ་ན་ཡག་པོ་ཡོང་། མ་གཞི་དེ་སྤྲོ་ནས་ང་ཆོས་
འབད་བཅོམ་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་ཡོང་། སྐབས་དེ་དུས་སེམ་ལའི་སྒྲོབ་
བྱ་དང་། མ་སྤུ་རིའི་སྒྲོབ་བྱ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཕུག་བྱ་དང་བྱ་མོ་དཔྱེ་བ་
མེད་པ་ཉགས་བསལ་བཏང་བ་ངས་གསལ་པོ་བྲན་གྱི་འདུག དེ་དག་
སྤུ་མཐུད་ཡར་བྱས་ཡོང་བ་བྱ་བྱུ་ལས་སྤོང་ཏེ་མཐུག་འབྱོལ་མེད། ང་
རང་ཆོས་དེ་དག་ལ་དོ་སྒྲུང་བྱས་ཏེ་དུས་དུས་ལ་ནང་ཆོས་བཞུ་སྒྲིབ་བྱས་
པ་ལྟར་བདུན་ཕྱག་ཁ་གསལ་སམ་ཡང་ན་ཆེ་བ་གཅིག་གཉིས་རིང་བྱིད་རང་
ཆོས་དོ་སྒྲུང་ཡོད་པ་ནམས་ཀྱིས་དམིགས་བསལ་གྱིས་རིགས་ལམ་རང་
གི་ཐོག་སྒྲོབ་སྒྲིབ་བྱེད་བྱུབ་པ་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོང་བྱུང་། དེ་ནི་ངའི་
རེ་འདུན་ཡིན། བྱིད་རང་ཆོ་དང་དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཆོ་བཅས་པའི་
སེམས་ལ་འཛོག་དགོས།



བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ནམ་

གཞག་སྒྲིབ་།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི། མགོན་པོ་ལྷ་སྐུ་བྱིས་
མཛད་པའི་བཞེས་སྒྲིབ་ལས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་འདི་བྱུང་བའི། །

གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་
ནི་བྱུང་བ་ལྷ་སྐུ་བྱུབ་པའི་གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་ཆེན་པོའི་ནང་གི་གཅེས་
མོར་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བཅོམ་
ཐུན་འདས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཛོད་ནང་། སྤུས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་
བ་མཐོང་བ་དེས་ཆོས་མཐོང་ངོ་། །སྤུས་ཆོས་མཐོང་བ་དེས་དེ་བཞིན་
གཞེགས་པ་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་བཅོམ་ཐུན་འདས་
ཉིད་ཀྱི་བཀའ་མཛོད་ཆོག་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤུས་རྟེན་འབྲེལ་མཐོང་བ་



དེས་ཆོས་མཐོང་བ་དང་། སུས་ཆོས་མཐོང་བ་དེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་
 པ་མཐོང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་མགོན་
 པོ་སྐུ་སྦྱབ་ཀྱི་དབུ་མ་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དབུ་མ་བཞི་
 བརྒྱ་པའི་ནང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ནི་མྱང་འདས་སྐུ་བ་བྱེད་དང་། མི་
 འཆེ་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཞེས་དེ་གཉིས་གསུངས་ཡིད། གནད་འགག་
 གང་འདྲ་ཡིན་ཞེ་ན། རིན་ཆེན་འཕྲེང་པའི་ནང་གསུངས་པ་ལྟར་། བསྐྱུ་བ་
 གྲུ་ལ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་གཉིས་ཡིད། དེས་ན་མངོན་མཐོ་
 སྐུ་བ་པའི་ཆོས་ནི་མི་འཆེ་བ་སྟེ་འཆེ་བ་སྟོམ་པ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ངེས་
 ལེགས་སྐུ་བ་པའི་ཆོས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོམ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ཞེས་དང་། དེ་
 ཡང་གཙོ་བོ་བསྐྱུ་བ་པ་གསུམ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་
 བསྐྱུ་བ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་ལེགས་བསྐྱུ་བ་དགོས་པ་གསུངས་ཡིད།

དེ་དང་འབྲེལ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། སྤྱི་ལོ་ཉི་ཤེས་པ་
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་དེས་ཚོས་མཐོང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པའི་
དོན་ཡང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལ་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་སྤྱི་ལོ་ཉི་ཤེས་པ་
ནང་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཡོད། དེ་གསལ་ཁ་གཏོང་ནས་གསུངས་པ་ནི་
རྩིས་པ་མཐོང་ཆེན་མོའི་ནང་ཡོད་པ་སྟེ། རྟེན་འབྲེལ་ལ་
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་



འབྲེལ་བཅས་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་དེ་ཡིན།

བརྟེན་ནས་འབྱུང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་ནི་ནང་པ་ཚང་མས་
གསུང་གི་ཡོད་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་
དབུ་མ་པས་གསུང་གི་ཡོད། བརྟེན་ནས་འབྱུང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་གཙོ་
བོ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། དེ་ཡང་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་
ཡིན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་འདུས་བྱས་མ་བྱས་ཀྱི་
ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་བྱལ་བའི་ཀྱི་ཡོད། བརྟེན་ནས་འབྱུང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ནི། འབྲས་བྱ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་
དང་། འབྲས་བྱའི་དངོས་པོ་གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རྒྱ་དང་
རྟེན་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས། རྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་མིན་
ལ། རྒྱ་མེད་ལས་བྱུང་བ་ཡང་མིན། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་སྒོའི་
གཡོ་བ་ཚོན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱུང་བ་ཡང་མིན། དེ་ནི་འཕགས་པ་ཐོགས་
མེད་ཀྱི་མངོན་པ་ཀྱན་བཏུས་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
ཀྱི་མདོའི་ནང་། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྱུང་། འདི་སྦྱེས་པ་ན་འདི་
སྦྱེས། གང་མ་རིག་པའི་འདུ་བྱེད་ཅེས་རྟེན་འབྲེལ་ལན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་
གསུང་སྐབས། དབུ་མ་རྒྱུད་སྤྱི་བཏང་སྟེ། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྱུང་།
འདི་སྦྱེས་པ་ན་འདི་སྦྱེས། གང་མ་རིག་པའི་འདུ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་



པའི་ཆོག་གསུམ་པོ་དེ་དོན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བཀལ་སྐྱབས།
མདོའི་ཆོག་གསུམ་པོ་དེས་རྒྱུན་གསུམ་ཞེས་པ་གསུང་གི་ཡོད་ཅིང་།
རྒྱུན་གསུམ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་དང་། མི་རྟག་
པའི་རྒྱུན། རྣམ་པའི་རྒྱུན་བཅས་རྒྱུན་གསུམ་གསུངས་ཡོད།

རྒྱུན་གསུམ་པོ་དེ་མདོ་དེས་ཇི་ལྟར་བསྟན་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། འདི་
ཡོད་པ་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་ཡིན་
པ་དང་། གཡོ་བ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཀུན་སྒྲོང་གི་གཡོ་བ་སྟེ། འཇིག་
རྟེན་བཞོད་པ་པོའི་ཀུན་སྒྲོང་གི་གཡོ་བ་སྟེ་ནུ་འགྲོ་པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་
བཞིག་མིན་ལ། རྒྱུ་དང་རྒྱུན་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། རྒྱུ་
དང་རྒྱུན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་འབྲུལ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། དངོས་པོ་དེ་འབྲུལ་
བྱུང་བ་ཡིན། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་
གསུངས་པ་ཡིན། མདོར་ན། རྒྱུ་རྒྱུན་ཙམ་གྱིས་བྱུང་བ་ལས་གཞན་
གང་ཡང་མེད་པ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་བཞོད་པ་པོ་དང་། གཏན་ཏུ་ཡོད་པའི་
རྒྱུ་རྟག་པ་ལྟ་བུ་མེད་ཅེས་གསུངས་སོ།།

འདི་སྐྱེས་པ་ན་འདི་སྐྱེས། ཞེས་པའི་འདི་སྐྱེས་པ་ན་ཞེས་པ་
ནི། ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་རྒྱུ་དང་རྒྱུན་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཤིག་
སྐྱེས་པར་བྱེད་མཁན་དང་། འབྲས་བུའི་ཆོས་ཤིག་སྐྱེ་བ་ལ་ཕན་འདོགས་



པར་བྱེད་མཁན་དེ་ཉིད་ཀྱང་། རྒྱུ་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱེས་པ་ཞིག་དགོས་པས་
དེས་རྟག་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་མིན་ཞེས་བཀག་གི་ཡོད། དེ་ནི་མི་རྟག་
པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་རྟག་
པ་རྒྱུ་ཡིན་པ་བྲལ། གང་ལགས་ཤེ་ན། སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་
བྱེད་ཅིག་གིས་སྐྱེས་པའི་ཆོས་ཤིག་དགོས་པ་ལས། སྐྱེད་བྱེད་ཅིག་གིས་
སྐྱེས་པ་མིན་པའི་ཆོས་ཤིག་བཟོད་ན། དེ་ནི་རྟག་པའི་ཆོས་ཡིན། འགྱུར་
བ་མེད་པའི་རྒྱུ་རྟག་པ་ཞིག་གིས་འགྱུར་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ཤིག་
སྐྱེས་མི་བྱུང་ཅེས་པ་ནི་ན་བར་འཇེབས་པོ་ཡོད།

དེས་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། འདི་ཡོད་པ་ན་འདི་འབྱུང་
ཞེས་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་འགྲིག་གམ་ཞེ་ན་མི་
འགྲིགས། འདི་སྐྱེས་པས་འདི་སྐྱེས་ཞེས་ཡོད་པའི་ནང་འགྱུར་བ་མེད་
པའི་རྟག་པའི་རིགས་ཤིག་ཡོད། ང་རང་སྒོ་ས་གཞལ་པའི་རྟག་པའི་
རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་སྒོ་ས་གཞལ་བྱ་ཡོད་པས་ན་ཆད་མས་
གྲུབ་པ་དང་། ཆད་མས་དམིགས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཁོ་རང་གི་ངོ་
པོ་དེ་སྐྱེད་ཅིག་སྐྱེད་ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་ཙན་མིན་པས་ན།
ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་མི་ཡོང་ཞིང་། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་
ནི་རྒྱུ་དེ་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཏེ་མིང་རྒྱུ་ཞེས་



བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ལ། ཁོ་རང་ལྟ་ལས་སྐྱེས་པ་ཞིག་དགོས་
ཤིང་། དེ་ནི་མི་ཉག་པའི་རང་བཞིན་ཞིག་དགོས་པས་ན། འདི་སྐྱེས་
པས་འདི་སྐྱེས་ཞེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུངས་པའི་ཆོག་དེ་ཐོགས་
མེད་ཀྱིས་བཀྲལ་དེ་དེ་ལ་མི་ཉག་པའི་ཕྱིན་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཤེས་
བྱ་ལ་ཉག་མི་ཉག་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། མི་ཉག་པ་ལ་མི་ཉག་པའི་ཕྱིན་
དེ་གསུངས་སོ།།

དེའི་རྗེས་སུ་འོན་འདྲུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་མི་ཉག་པའི་རང་བཞིན་
ཞིག་གིས་འབྲས་བུ་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་སྐྱེ་བྱུང་བམ་ཞེ་
ན། འདི་ལྟར་མི་ཐུབ་པར་བྱས་པའི་ཕྱིན་ཞེས་པ་འདི་གསུངས་ཡོད།
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། གང་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་འདྲུ་བྱེད་ཅེས་
གསུངས་པ་ནི། འདྲུ་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་སྐབས་འདིར་གཙོ་བོ་སྤྲོད་པར་
འཕེན་བྱེད་དམ་འཁོར་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་འདྲུ་བྱེད་དམ་འཁོར་བ་སྐྱབ་བྱེད་
ཀྱི་ལས་ལ་གསུངས་ཡོད། སྤྱིར་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་ཕྱིན་ཅམ་མེན་པར་འཁོར་
བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་གསུང་གི་ཡོད། འཁོར་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་གསུངས་
ཡོད་པས་ན། སྐབས་འདིའི་འདྲུ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཕྱིན་ནི། འབྲུང་འགྱུར་
འབྲས་བུ་སྐྱེ་ན་ན་འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདྲེན་མཁན་གྱི་ཕྱིན་གསུང་གི་
ཡོད་པས་ན། ཕྱི་དེ་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་པའི་



གཙོ་བོ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་མཁན་གྱི་ཕྱིན་ཡིན་ཞིང་། དེ་
འདྲེན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་དེའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདྲོད་མཁན་གྱི་
སེམས་ཅན་སུ་གཅིག་ཀྱང་མེད། སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་འདྲོད་བཞིན་དུ་ཡོང་
གི་ཡོད། སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་ཤེས་བཞིན་སྐྱབ་མཁན་སུ་ཡང་མེད། མི་
ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་ཡོད། དེས་ན་མ་རིག་
པའི་དབང་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ན། སྐྱུག་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་མཁན་དེ་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད་
ཅེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། གང་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་འདྲུ་བྱེད།
འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་དབང་གིས་རྣམ་ཤེས། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་
མིང་གཟུགས་དེ་དག་གསུང་གི་ཡོད།

དེ་དག་ནི་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བྱས་པའི་ཕྱིན་ཞེས་གསུངས་ཤིང་།
འབྲས་བུའི་རྣམ་འགྱུར་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འབྲས་བུའི་རྣམ་པ་དེ་
སྐྱེས་བྱུང་མཁན་ཞིག་དང་། རྣམ་པ་ཡོད་པའི་མཐུན་པའི་ཕྱིན་ཞིག་ལས་
སྐྱེས་དགོས་པ་ལས། མི་མཐུན་པའི་ཕྱིན་ལས་མི་སྐྱེས་པས། དེས་ན་
རྣམ་པའི་ཕྱིན་ཞེས་ཕྱིན་གསུང་བཤད་ཡོད། དེ་ནི་འདྲུ་བྱས་ཀྱི་རྟེན་
འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། འདྲུ་བྱས་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་ངམ་ཕྱིན་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་ན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།



དེ་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་གསུངས་པ་ནི། རྟེན་
འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གསུང་གི་ཡོད། འཕགས་
པའི་བདེན་པ་བཞི་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་
དང་། ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་གསུངས་ཟིན་པས་ན། སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་
པ་དང་། ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་དེ་གཉིས་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་
དམ། སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དེ་ཀྱན་འབྲུང་པ་བདེན་པ་ཡོང་གི་ཡོད་ན།
ཀྱན་འབྲུང་ནི་ལས་ཉོན་གཉིས་ཡིན་པས། ཀྱན་འབྲུང་ལས་ཉོན་གཉིས་
ཀྱི་འབྲས་བུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཡོང་གི་ཡོད་དམ་
ཞེས་པའི་དྲི་བའི་ལན་ནམ་གསལ་བཤད་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་
གཉིས་ཞེས། མ་རིག་པ་དང་། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས། མིང་གཟུགས།
སྐྱེད་མཆེད། རེག་པ། ཚོར་བ། སྤྲོད་པ། ལེན་པ། སྤྲོད་པ། སྐྱེ་བ།
ག་གི་བཅས་ཀྱིས་འདུ་བྱས་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད།

དེས་ཀྱན་འབྲུང་རྒྱ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་འབྲས་བུའི་རྒྱ་འབྲས་
ཀྱི་རིམ་པ་གསུངས་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཀྱན་འབྲུང་པ་བདེན་པས་
བྱུང་བ་དང་། ཀྱན་འབྲུང་དེ་ཉོན་མོངས་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ནང་
གི་ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་དེས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་གསུང་སྐབས། སྤྱུག་
བསྐྱེད་པ་བཞི་པ་ལ་མ་རིག་པ་བཞི་པ་དགོས་པ་དང་། མ་རིག་པ་བཞི་པ་



ན་འདུ་བྱེད་བཞི་པ་ཅིང་། འདུ་བྱེད་བཞི་པ་ནམ་ཤེས་བཞི་པ་བཅས།
མདོར་ན་མི་ཤེས་པའི་མ་རིག་པ་དེ་བཞི་པ་ན། མི་ཤེས་པ་དེའི་དབང་
གིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བསགས་པ་དེ་དག་འགག་འགོ་བ་ཡིན། བག་
ཆགས་འགོ་བྱེད་ཀྱི་འདུ་བྱེད་དེ་འགགས་སོང་ན། བག་ཆགས་བསྐྱོ་
གཞིའི་རྣམ་ཤེས་འཛོག་མི་ཤེས་ཤིང་། དེ་ནི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་
དེ་མིན་པར་ལས་གསོག་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་དང་།
ལས་དེའི་འབྲས་བུ་སྐྱེན་པའི་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ལ་རྒྱ་དུས་ཀྱི་
རྣམ་ཤེས་དང་། འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན། དེས་
ན་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ཡོངས་དེ་མིན་ལ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་བག་ཆགས་འགོ་བའི་
གནས་སྐབས་དེ་དང་། བག་ཆགས་འགོས་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེན་པའི་སྐབས་
ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ནང་གི་གསུང་པ་རྣམ་
ཤེས་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན།

དེས་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལས་ང་ཚོས་མི་
འདོད་པ་ནི་སྐྱེ་གན་འཆིའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་ལ། སྐྱེ་གན་འཆིའི་སྤྱུག་
བསྐྱེད་འགོག་པའི་ཐབས་ཤེས་ནི། དེ་སྤྱུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་དགོས་
པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་དང་པོ་ནི་ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་དེ་བཀག་དགོས་ཞེས་
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད། འགོག་བདེན་ཞེས་



སྤྱུག་བསྐྱེལ་འགོག་པའི་འགོག་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ་འགོག་ཅིང་ཟད་
པ་དེ་ཡང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྤྱི་དུང་གི་ཕྱི་དེའི་གཉེན་པོ་བསྤྱི་དུང་པའི་
སྤྱི་བས་ཀྱིས་བཅོམ་ནས་མེད་པར་གྱུར་པའི་བྱེད་པ་དེ་འགོག་བདེན་ཡིན།
འགོག་བདེན་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་ཐར་པའི་འགོག་བདེན་ཡིན། ཐར་པའི་
འགོག་བདེན་ནི་ཡོང་སྤྱི་དུང་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་བསྐྱེལ་བྱུང་བ་བཞག་ནས་
འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་ནི་མ་རིག་
པ་མེད་པར་བཟོ་དགོས་ཤིང་། མ་རིག་པ་མེད་པར་བཟོ་བ་ལ་བདག་
མེད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྦྱེས་དགོས། དེ་ཡོང་བ་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་
གི་བསྐྱེལ་བ་ལ་བསྐྱེལ་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡོང་བ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་
བསྐྱེལ་བ་ལ་བསྐྱེལ་དགོས་ཞེས་སྤྱི་བཟོ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད།

འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ངོ་མ་ནི་སྤྱི་དུང་མངོན་སུམ་
དུ་ཉོགས་པའི་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡོང་བ་
ནི་མཐའ་ཡི་འགོག་ལམ་གྱི་ཆོས་དང་། དེ་ཡོང་བའི་གཞི་མ་ནི་ཐོག་
མར་ཉེས་སྤྱི་དུང་སྤྱི་དུང་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནས་བཟུང་སྟེ་ཅེ་གཅིག་པའི་བསམ་
གཏན་གྱིས་གོགས་བྱས་ཤིང་། མདོར་ན་བདག་མེད་ཉོགས་པའི་ཤེས་
རབ་སྦྱེས་དགོས་པ་ཡིན། བདེན་བཞིན་ནི་སྤྱི་དུང་པ་ལ་བཞག་ཐེན་པ་ལྟར་བདེན་
བཞིན་ངོ་བོ་ལ་བསྐྱེལ་པ་དང་། བདེན་བཞིན་གྱི་བ་ལ་བསྐྱེལ་པ། བདེན་



བཞིན་གྱི་བ་ལ་བསྐྱེལ་བྱུང་བ་བཅས་པ་ལ་བསྐྱེལ་པ་ཞེས་པའི་བདེན་བཞིན་
གྱི་བ་ལ་བསྐྱེལ་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཤེས་པར་བྱ། ཀྱན་འབྱུང་སྤྱི་དུང་བར་
བྱ། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ། ལམ་སྤྱི་དུང་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས་པའི་
ཡོང་སྤྱི་དུང་གང་འདྲ་ཡིན་དང་། དེ་དག་གི་གནད་འགག་གང་འདྲ་
ཡིན། ཤེས་བྱ་དང་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་དག་
གི་འབྲེལ་བ་ཤིན་ཏོག་ནས་ཤེས་བྱུང་པ་ཡོད། དེ་ལ་སྤྱི་དུང་གི་ཉོན་འབྲེལ་
ཞེས་བཞེད་ཀྱི་ཡོད།

ཕྱི་སྤྱི་དུང་གི་བཞོད་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། སྤྱི་དུང་གི་བཞོད་པ་
དེ་དག་ཆ་ཆོད་ཀྱི་དང་ཕྱི་དུང་ཆོས་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། མདོར་
ན་འབྱུང་བ་བཞིན་འབྱུར་བ་ལ་བཞེན་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་དང་། དེས་
ན་ང་རང་ཆོས་འབར་གས་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེ་དོན་ལ་གནས་པ་ཡིན།
འཛིག་ཉོན་པོ་དེ་པོས་སྤྱི་དུང་བཞོད་པ་ལྟར་མིན་པར་སྤྱི་དུང་ཕྱི་དུང་
གྱི་འབྱུར་བ་ལ་བཞེན་ནས་འདི་ལྟར་ཆགས་ཡོང་བ་ཡིན། སྤྱི་དུང་ཕྱི་དུང་
གྱི་འབྱུར་བ་ལ་བཞེན་ནས་འཛིག་པ་དང་། ཡང་སྤྱི་དུང་ཕྱི་དུང་གི་འབྱུར་
བ་ལས་གསར་པ་ཞིག་ཆགས་པ་བཅས་འདི་ལྟར་འགྲོ་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།

དེ་ནི་ང་རང་ཆོས་ཉོན་པོ་ཉོན་པོ་འཛོལ་བའི་ནང་གི་གནད་
འགག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་དུང་བཞོད་པ་དུང་འགྲོ་ཚུལ་གསུངས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐུན་



བྱ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། བྱ་དང་བྱི་ཕུ་ཆུང་ཆུང་དེ་དག་གིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་གྱུ་སྦྱེ་ས་ཞིག་དང་། སྐྱུ་གྱུ་འཆར་ཡོངས་ཤེད་ས་ཞིག་གི་དོན་
དུ་ཆང་བཟོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཆང་དེ་ཡང་བྱ་བྱི་ཕུ་གཞན་གྱི་གནོད་
པ་དང་། དག་མི་ཡོང་བའི་ས་ཞིག་སྟེ། འོག་ནས་ཞི་མེད་གནོད་པ་
མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཅུང་ཟད་མཐོ་ཙམ་ཞིག་དང་། རྟེན་ནས་ཕིང་ཀྱར་
མ་ལྟ་བུས་གནོད་པ་མི་ཡོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཤིང་གསོབ་གསོབ་ཅིག་གི་ནང་
དུ་གཤམ་སྟེ་སྟོན་སའི་ཆང་བཟོ་བ་དེ་ནས་ཉེན་ཁ་ལས་གཡོལ་ཐབས་ཅུང་
ཟད་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན།

བྱ་དེ་དེ་གྱུ་གྱུ་སྐྱུ་གྱུ་ཤོས་སུ་སྤྲང་། ར་རམས་ལམ་རེ་གཉིས་
ཡོད་པའི་དེ་དེ་གྱུ་གྱུ་ཞེས་སྒྲུ་ཆུག་གི་འདུག་ཀྱང་། ལྷ་སར་ཡོད་པའི་
དེ་དེ་གྱུ་གྱུ་དེ་ཆོ་དང་འདྲ་བའི་སྒྲུ་རྒྱུ་ཤི་མེ་འདུག ངས་དོ་སྤྲང་བྱུང་
བར་ལྷ་སའི་དེ་དེ་གྱུ་གྱུ་དེ་རིགས་ན་ནི་ཏལ་དང་། ར་ལ་ཉོར་སེ་ཁུལ་
དུ་འདུག བྱ་དེ་ཏ་ཅང་གི་སྐྱུ་གྱུ་པ་ཡིན་ཞིང་། ཤིང་གི་ཡལ་གའི་རྟེན་
དང་། ཁང་པའི་ཟུར་སོགས་ཤིང་ཅུག་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ཆང་བཟོས་
ཏེ་དེའི་ནང་སྒོ་ང་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ངའི་སྒོ་ང་འདིར་ཡོད་ཅེས་
སྟོན་མཁན་ལྷ་བྱ་ཡོད། ཏ་ཅང་སྐྱུ་གྱུ་པ་ཡིན། རྟེན་རྗེ།

དེ་མིན་གཞན་ནམས་ཀྱི་ཆང་ཁྲག་ཁྲག་དེ་འདྲ་ལ་བཟོས་ཏེ།



མིས་སྒོ་ང་ལེན་པར་ཡོང་ཡང་མ་རྟེན་པའི་ས་བཅན་ས་དེ་འདྲར་བཟོ་
བ་དེས་ཁོ་ཆོས་ཀྱི་དང་ཆེན་ཅུང་ཟད་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན། ངའི་སྐྱུ་
གྱུ་འདི་ལ་ཉེན་ཁ་མི་ཡོང་ཆེད་ཁྲག་ཀྱི་གཞི་སྤྲང་མེད་ས། གཞན་
གྱིས་གནོད་པ་མེད་ས་ཞིག་ལ་དགོས་བསམས་ནས་ཁོང་ཆོས་ཅུང་ཟད་
ཤེས་ཀྱི་ཡོད།

གཞན་ཡང་དུད་འགྲོའི་རིགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སང་ཉིན་གཞམ་
གཤིས་གང་འདྲ་ཡོང་མིན་དེ་རིང་ནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ས་ཡོམས་
ཆུག་གཤམས་ཡོད་ན་ཅི་ཅི་དང་། སྐྱུ་ལ་ལོགས་པ་ཁག་ཅིག་གིས་སྟོན་
ནས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་བཟོ་བ་མཁན་འདུག དེ་ནི་ཁོང་ཆོར་ཆོར་བ་ཞིག་
སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད་པས་ཡིན། རྒྱུར་བཏང་ཆུ་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་བཤད་
སྐབས། དཔེར་ན། མི་ཞིག་གིས་ཆེ་སྤྲང་ལ་སྦྱེད་པ་ཡོང་བ་དང་། མཐུན་
ཆུན་འཛོམས་པ་ཡོང་བའི་དོན་དུ་ཆེ་སྤྲང་ལ་སྦྱོར་སྦྱོང་བྱེད་པ་དེ་ཆུ་དང་
འབྲས་བུས་ཆུན་པས་ཡིན། ཆེ་སྤྲང་ལ་སྦྱོར་སྦྱོང་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་
དཀོན་མཆོག་མཁྱེན་ཞེས་སྟོན་ལམ་བཟུང་སྟེ་བསྐྱེད་ན་ཆེ་སྤྲང་སྦྱེད་
པ་ཡོང་བའི་རེ་བ་བྱས་ན། དཀོན་མཆོག་ལ་བྱིན་ཆུབས་ཡོད་ཀྱང་།
གཙོ་བོ་རང་ངོས་ནས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་སྦྱོར་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་ཆེ་མཐུག་
གི་མི་ཆེ་བ་དེ་སྦྱེད་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལས། ཆུ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བར་



འབྲས་བུ་ཡོང་རྒྱུ་མེད། དེ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་
འབྲུང་ཞེས་པའི་གནད་འགག་དེ་ཡིན།

ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། དེ་ང་
སྐབས་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་དེ་དག་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཁྲ་མ་ཁྲ་མ་མང་
པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཤེས་དུས། དཔེར་ན། ང་རང་ཚོའི་ད་
ལྟའི་སྤྱུག་བསྐལ་འདི་དང་། གཞན་ཡང་རང་ཉིད་ལ་ལུས་ཀྱི་ན་ཆ་ལྟ་
བུ་བྱུང་དུས་ང་ལ་མ་འོས་མ་འཆ་མས་པའི་སྤྱུག་བསྐལ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་
ཞིག་བྱུང་བསམས་ན། དེ་འབྲས་ཁོང་ཁོང་དང་རྒྱལ་སྤྱེ་བ་སོགས་ཡོང་
བ་དང་། ཡང་དེ་དག་ནི་ཐབས་ཤེས་མེད་པ་ཞིག་དང་། རྒྱ་དང་རྒྱུན་
ཚང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་དེ་ཡང་རང་གིས་བསགས་
པ་ཡིན་པ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ངན་པ་ད་ལྟ་རང་ཐོག་
ལ་སྒྲིན་པ་རེད་བསམ་ན། གཞན་ལ་ལེ་ལན་བདས་ཏེ་ཁོས་མ་བྱས་སོང་
ཞེས་མི་བརྗོད་རྒྱུ་ར་བྱུང་པར་ཡོད།

སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོ་བོད་པའི་ནང་རྒྱུན་ངན་གོད་ཆགས་ཤིག་བྱུང་
ན། དེ་ནི་ང་རང་གི་ལས་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་མཁན་མང་པོ་ཡོད། དེས་
སེམས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད། དེ་མིན་ངའི་རྒྱུན་ངན་འདི་དག་ཁོས་བཟོས་
སོང་། ལས་ཀྱིས་བཟོས་སོང་། མས་ཀྱིས་བཟོས་སོང་ཞེས་བརྗོད་



ཀྱིན་བསྐྱེད་ན། ཁོང་ཁོ་ཆེ་རུ་སོང་སྟེ་རྟོག་ཏུ་སྒྲིན་མ་ཡོང་རྒྱུ་ལས་གཞན་
ཀྱི་ཕན་ཐོགས་མེད། དེ་ལས་ང་རང་གི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
ན་གཞན་ལ་རྟོག་ཏུ་བཟོ་དོན་མེད།

ལས་ཞེས་ཅ་བ་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། འབྲས་
ཀྱི་རྒྱུན་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད། རྒྱུན་ཀྱི་རིགས་དེ་དག་ལ་བྱུང་རྒྱུ་བ་
སེམས་དཔའི་གཞུང་གི་ནང་དུ། རྒྱུན་དང་འཆ་མས་པར་ཆར་མི་གཙོད་
ཅེས་གསུངས་ཡོད་པས་རྒྱུན་དང་འཆ་མས་པའི་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས།
དེར་བརྟེན་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྒྱུན་ཀྱི་
རྟེན་འབྲུང་གི་གོ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་དེ་
ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་ཤེས་པ་དང་། མ་འོངས་པར་
དེ་འདྲེ་མི་ཡོང་བའི་སྟེན་འགོག་བྱེད་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲོ་ཡོང་རྒྱུ་བཅས་ལ་
གནད་འགག་ཡོད། དེ་ནས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གི་
བསམ་སྒྲོ་འཁོར་ན། ད་ལྟ་ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཡང་གཡས་གཡོན་
རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
པ་མཐོང་དུས། རྒྱུང་ལངས་རྒྱ་རྩུང་ཟད་རྩུང་དུ་འགོ་བ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་རྒྱུང་གི་འགོ་སྤངས་ནི། རྒྱུང་ལངས་སའི་འཕེན་
ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། དེ་མེད་ན་རྒྱུང་ལངས་ས་མེད། མི་སྤྱིར་བཏང་



དོན་མེད་རྒྱུ་ལངས་མཁན་བྱ་བ་རྒྱུ་ལ་དེ་འདྲ་ཡོད་ཅིང་། དེ་མིན་
རྒྱུ་ལངས་ཡུལ་གྱི་མི་ཞིག་དགོས་ཤིང་། མི་ཤེ་བྲག་པ་ལ་ཆོག་པ་ཟ་
ཡུལ་འབེན་གྱི་ནག་ཐིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ན། སེམས་ཀྱི་ངར་ཆང་མ་
དེ་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱད་ཅག་ཁོ་ལ་ངས་བཟོ་ལྟ་ཞིག་བཟོས་བསམ་པ་
ཞིག་སྒྲོར་གར་ཡོང་ཞིང་། དེའི་སྐབས་སུ་དེ་ནི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་
རེད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་རེད། བརྟེན་ནས་བྱ་བ་པ་རེད་བསམ་
པའི་བསམ་སྒྲོའི་དེའི་ལྟ་སྟངས་ཤིག་བྱུང་ན། དེ་རིང་མི་སྤྱད་པར་སྤང་
བ་དེ་ཁ་ས་ཁ་ཉིན་གྱི་ཀྱེན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་བསམ་སྒྲོ་
འཁོར་བྱུང་།

དེ་ལྟར་ཆོས་མི་སྤྱད་པ་འདི་ཀྱེན་མང་པོ་ཞིག་ལ་རག་ལས་ཡོད་
པ་ཤེས་ན། ཆོག་པ་ཟ་ཡུལ་འབེན་གྱི་རང་མཆན་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཞིག་འགོ་
བ་ཡིན། ཁག་འདོགས་ས་གཅིག་མིན་པར་ཀྱེན་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་
ནས་ཡོང་བ་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་དུས། ཆོག་པ་ཟ་ཡུལ་གཅིག་ཀྱང་མེད་
པར་འགོ་ཞིང་། དེ་ཆོག་པ་ཟ་ན་ཆང་མར་ཟ་དགོས། མཐར་ཐུག་
རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་འདི་ལ་ཆོག་པ་ཟ་དགོས་པ་དང་། ང་རང་ཡོད་པ་དེ་
ལ་ཡང་ཆོག་པ་ཟ་དགོས་པ་ཡིན། ང་རང་ཡོད་པའི་ཀྱེན་གྱིས་གནས་
ཚུལ་འདི་དག་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། བསམ་སྒྲོ་རང་



བཞིན་གྱིས་ཀྱེན་ཅེ་རུ་འགོ་བ་དང་། ཁོར་ཡུག་གི་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་བཞག་
ན་ཡང་དེ་དེ་བཞིན་ཡིན། སྒྲོ་བྱུར་དུ་ཁོར་ཡུག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་
ན། དེ་ནི་དོ་སྤང་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ང་རང་ཆོའི་མི་ཆེ་
འདི་ཁོར་ཡུག་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་དང་། ང་རང་ཆོའི་འབྲོད་བརྟེན་ཡང་
ཁོར་ཡུག་ལ་བརྟེན་ཡོད་པའི་བརྟེན་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་
ན། ཁོར་ཡུག་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཤེས་བྱུང་། དེ་བཞིན་
རང་ཉིད་གཅིག་པུའི་ཁེ་ཕན་ཡང་སྤྱི་ཆོགས་ལ་རག་ལས་པ་ཤེས་ན། རང་
གི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཆོགས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པའི་སྒྲོ་ཞིག་
རང་བཞིན་དུ་ཡོང་བྱུང་།

དེ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་གི་བསམ་སྒྲོ་འཁོར་སྐབས།
རྗེས་ཡོང་སྒྲོན་དཀྱིས་མ་བྱུང་སྒྲོན་འགོག་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་མིན་པར་བསམ་སྒྲོའི་ནང་འགྲེགས་འགོ་གི་རེད་
སྟམ་པ་དང་། ཨུ་ཅི་རེད་བསམ་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་དུ་བྱེན་ན། མ་
འོངས་པར་བྱ་སྤྱོད་པོ་ཡོང་བྱུང་མེད་པ་དང་། མ་འོངས་པར་བྱ་སྤྱོད་
པོ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་དེ་ལྟ་ནས་ཡོད་གཟབ་བྱེད་དགོས་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་
འཁོར་ན། རྒྱ་ཆོགས་ཆགས་སུ་ཚུད་པ་ཡོང་བྱུང་། དེ་ནི་ང་རང་
ཆོའི་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་།



དཔལ་འབྱོར། འཕྲོད་བཞེན། ཁོར་ལུག་སོགས་དང་། བོད་དོན་
སྒྲོར་བཅས་ལ་ཁྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་དང་གཅིག་བརྟན་ནས་
བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ངམ་ཆ་ལ་ལྟོས་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་
གི་ལྟ་བ་དང་གཉིས། དེ་གཉིས་ཀྱི་གོ་བའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
ཐུབ་ན་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་ལ། བན་ཐོགས་ཀྱང་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་
དག་ནི་ཁྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་གི་སྒྲོར་ཡིན།



འབྲས་རྟེན་འབྱུང་ དང་། རྟེན་འབྱུང་ཡན་ལག་ འཕྲུ་གཉིས་སྒྲོར།

ཁྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། བརྟན་ནས་བཏགས་
པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་དབུ་མ་པས་འདོད་
པ་ལས་སེམས་ཙམ་པས་མི་འདོད་ཅིང་། སེམས་ཙམ་པས་འདུས་བྱས་
རྟེན་འབྱུང་འདོད་པ་ལས་བརྟན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་འདོད་
ཀྱི་མེད། བརྟན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།
དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས།

མིང་པོ་ཡོད་ན་ཐུང་དུ་བཞིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས་ཀྱང་།

བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟན་བྱས་ཤིང་། །

ལས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ། །

བརྟན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པར། །



འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །

ཞེས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གསུངས་ཡོད།
བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་ཕྱི་རྒྱ་འབྲས་མེན་
པར་དུས་མཉམ་པ་སྟེ། དཔེར་ན།

བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་གིང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོམ་བྱ་བ་ཞེས་པ་ནི་ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་
ལ་བརྟེན་ནས་ཆོམ་བྱ་བ་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན། ཆོམ་བྱ་བ་ཐོགས་པ་བྱ་
བ་ཆོམ་བྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན། བྱ་བ་ཆོམ་བྱ་དང་འབྲེལ་པའི་སྟོན་ནས་
བྱེད་པོ་ལ་ཆོམ་བྱ་བ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད་པས་ན། ཆོམ་བྱ་བ་ཞེས་
པ་ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་ལ་སྟོན་ཏེ་ཡོད་པས་ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས།
བྱེད་པོ་ལ་ཆོམ་བྱ་བ་མེད་པའི་ཆོམ་བྱ་ཞིག་ཡོང་མི་ཐུབ། ཁབ་དང་
སྒྲིད་པ་ཁྱེར་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཞིག་མེད་པར་ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་མི་
ཡོང་བ་ཡིན། ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་ཡོང་བ་བྱེད་པོ་ལ་སྟོན་ཡོད། ཆོམ་
བྱ་བ་བྱེད་པོ་ལ་ཆོམ་བྱའི་བྱ་བ་འདྲ་ཆོམ་བྱའི་དངོས་པོ་ལ་སྟོན་ཡོད།
དེ་དག་རྒྱ་འབྲས་མེན་ན་ཡང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྟོན་པ་སྟེ། བྱ་
བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་པོ་དང་། བྱེད་པོ་དང་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱ་བའི་ལས་སམ་ཡུལ་དེ་དག་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་སྟེད་



བྱ་སྟེད་བྱེད་ཀྱང་གོང་དུ་བརྟེན་པ་ལྟར། མི་རྟག་པའི་རྟེན་ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རྒྱ་དེ་ཡང་མི་རྟག་པའི་རྟེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྟེས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་རྒྱ་དེ་རྒྱ་རང་མཆོན་པ་ཞིག་དང་། རྒྱ་བརྟེན་པ་བཞིག་
རྒྱ་རྒྱའི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་ཞིག་བཅས་པེད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་
མིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། རྒྱ་དེ་རང་གི་རྒྱ་ལ་སྟོན་ན་འབྲས་བྱ་ཡིན།
རྒྱ་དེ་རྒྱ་རྒྱ་ཆགས་པ་འབྲས་བྱ་ལ་སྟོན་ཡོད། རང་གི་འབྲས་བྱ་ཞིག་
མེད་ན་རང་ཉིད་ལ་སྟེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཞེས་བརྟེན་མི་ཤེས། སྟེད་པར་བྱ་
རྒྱའི་འབྲས་བྱ་ལ་སྟོན་ནས་རང་ཉིད་ལ་སྟེད་བྱེད་དམ་པའི་འདོགས་བྱེད་
ཀྱི་མིང་ཐོགས་པ་ཡིན། སྟེད་བྱེད་དམ་རྒྱ་ཡི་མིང་ཐོགས་ཡོད། དེས་
ན་རྒྱ་སྟེས་པ་དེ་རྒྱ་སྟེན་དུ་སོང་ནས་འབྲས་བྱ་ཡོང་གི་ཡོད་
ཀྱང་། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བ་པ་དེ་འབྲས་བྱ་སྟེན་དུ་སོང་ནས་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བ་
མིན། དངོས་པོ་གང་ཞིག་རྒྱ་རྒྱ་བ་པ་འབྲས་བྱ་ལ་སྟོན་ཏེ་ཡོད། འབྲས་
བྱ་སྟོན་ཞེས་པ་ནི་ད་ལྟར་འབྲས་བྱ་ཡོད་བཞིན་པ་ཞིག་ལ་སྟོན་ནས་བྱ་བྱེད་
ལས་གསུམ་ལྟ་བུ་མིན་ན་ཡང་། འབྲུང་འབྲུར་ལ་བསམ་ནས་དེ་ལ་སྟོན་
པའི་རྒྱ་བཞག་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གཏིང་ཟབ་པོའི་ཐོག་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད།
གཞན་སྟེ་འགོག་པ་ཡང་དེ་དག་གི་ཐོག་དུ་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞན་
ཞེས་བསམ་སྟོན་གཏིང་སྟེ་བས་དེ་དངོས་པོ་རང་མཆོན་པའི་གཞན་ཡིན་



ནད་ གང་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་དུ་འཛོལ་པའི་སྒྲིལ་གཞི་དེ་དང་སྒྲིལ་
ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་ན། སྒྲིལ་
བྱའི་འབྲས་བུ་མ་སྒྲིལ་པའི་སྒྲིལ་དུ་རྒྱ་དེ་གང་ལ་སྒྲིལ་ནས་གཞན་དུ་
འཛོལ་དགོས་སམ། གཞན་འཛོལ་ས་ཞིག་མེད། དེས་ན་དབུ་མ་ཙ་
བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་དབུར།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །

རྒྱུན་ལ་སོགས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། །

གཞན་དངོས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་ད་ལྟོ་འདིར་འབྱུང་འགྱུར་
ལ་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་ནས་ཐ་སྙད་འཛོལ་དགོས་ཤིང་། འབྱུང་འགྱུར་ནི་
དངོས་པོ་གྲུབ་རྒྱུ་སྟེ། དངོས་པོ་རང་མཆོན་པ་གྲུབ་རྒྱུ་དང་། རང་
གི་མཆོན་ཉིད་འཛོལ་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་གྲུབ་རྒྱུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་གི་
མཆོན་ཉིད་འཛོལ་པའི་ངོ་བོ་ཞིག་གི་འབྱུང་འགྱུར་ལ་བསམ་ནས་རྒྱུའི་
ཐ་སྙད་འཛོལ་གྲུབ་པ་ཡིན། བརྟེན་ནས་བྱུངས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་
གོ་བ་དེ་ཟབ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ། མིང་བདུན་བཞག་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་དེའི་རྟེན་དུ་སྒྲིལ་གྱི་ཡོད།



དེས་ན་སྒྲིལ་མཐོང་ཆེན་མོ་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུངས་པ་དེ་ལ་
གཉིས་སུ་ཕྱེ་བ་ལྟར་བརྟེན་ནས་བྱུངས་པ་གཅིག་ནི་ཆ་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱུངས་པ་དེ་ཡིན་ལ། དཔེར་ན། ཆ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཆ་ཤས་
ལ་སྒྲིལ་ནས་འཛོལ་གི་ཡོད། ཡན་ལག་ཅན་ཡན་ལག་ལ་སྒྲིལ་ནས་
འཛོལ་པ་ལྟར་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྒྲིལ་གྲུབ་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དབུ་མ་
པར་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད།

སྒྲོལ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱུངས་དང་། དཔལ་ལྷན་ཟླ་བ་
གྲགས་པས་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགོངས་པ་བཀའ་
པའི་སྐབས་སུ་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་།
བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མདོ་ཤེས་རབ་སྟོང་པོ་ལས། ཡུང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་
དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བཞུགས། ཞེས་
གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཟུགས་མེད། སྒྲ་མེད། དྲི་མེད། རོ་
མེད། རེག་བྱ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱུང་། གཞན་ཡང་གཟུགས་
ནས་རྣམ་མཁྱེན་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་ཅམ་དང་བད་ཅམ་ཞེས་
གསུངས་པ་དེ་དག་སྒྲ་རི་བཞིན་པར་བཀའ་ཆོག་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
པའི་གོ་བ་དེ་གང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ནི་མིང་རྒྱུ་བྱུངས་
ཡོད་ཅེས་པ་འདི་ཡིན། མིང་རྒྱུ་བྱུངས་ཡོད་ཅེས་པའི་གོ་བ་དེ་གང་



འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཡུལ་གྱི་རོས་ནས་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་། ཐམས་
ཅད་མིང་བདུས་བཞག་ཅམ་དང་། རྟོག་པས་བཞོད་ཅམ་དང་། རྟོག་
པའི་ནམ་འགྱུར་ཅམ་ཡིན། རྟོག་པའི་ནམ་འགྱུར་ཅམ་ལ་ཐ་སྟད་པའི་
ཆད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ནས་ཡོད་པར་
འཛོག་རྒྱ་ལས། ཡུལ་གྱི་རོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་པ་དེ་ཡིན།

བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་ལ་གཉིས་སུ་སྦྱེ་ཞིང་། དེ་
ཡང་ཆ་གས་ལ་སྟོས་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གཅིག་དང་། མིང་
བདུས་བཞག་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲུང་གཅིག་བཅས་རྟེན་
འབྲུང་ལ་གཉིས་ཡོད། ད་ལྟ་འདིའི་གོ་བ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ལྟ་བུའི་དབང་
ལས་རྒྱ་ཡི་ཐ་སྟད་འཛོག་གི་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་གྲུབ་པ་དེ་འབྲས་བུ་ལ་སྟོས་
པ་དང་། བརྟེན་བུའི་འབྲས་བུ་དེ་རྒྱ་དུས་སུ་གྲུབ་མེད་ལ། དེ་ནི་འབྲུང་
འགྱུར་ཡིན། མདོར་ན་མིང་ཅམ་ཞིག་ཡིན། མིང་ཅམ་དེས་བྱ་བ་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མིང་ཅམ་དེས་སྟོས་པའི་སྟོན་ནས་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་
ལ་ཕན་གཞོད་འདྲེན་གྱི་ཡོད། གཞན་ཡང་། ཕན་ཚུན་སྟོས་ནས་གྲུབ་
པ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ། སྟོས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་ན། དེར་
སྟོས་དགོས་དོན་མེད་ཅིང་། དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

གལ་ཏེ་དངོས་ནམས་རང་བཞིན་ལས། །



ཡོད་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བུ་ན། །

དེ་སྟོས་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ནམས། །

རྒྱ་རྟེན་མེད་པར་བྱེད་བརྟེན། །

ཞེས་གསུངས། དངོས་པོ་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་བྱུང་ཅིང་།
དེས་ན་དངོས་པོ་འམ་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ན། ཁོ་རང་གི་རོས་
ནས་གྲུབ་ཡོད་པས་རྒྱ་རྟེན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ཤིང་། གཞན་ལ་རག་
ལས་ཀྱི་མེད། གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ན། གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་
པར་རང་དབང་གི་ཐོག་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱེད་ཀྱིས་འདོད་ན། དངོས་
པོ་རྒྱ་རྟེན་ལ་སྟོས་པ་དེ་གང་འདྲ་བུས་ཏེ་སྟོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དང་།
བྱེད་རང་གི་སྟོས་ལྟ་བུ་ལ་དེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དོན་ལ་གནས་ཡོད་ན། དངོས་
པོ་རྒྱ་རྟེན་ལ་རག་ལས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དེར་གཞན་
འགག་ཡོད།

དེ་ནི་རྟེན་འབྲུང་ལ་བརྟེན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་
ཞེས་པ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་
པ་ཡིན་ལ། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་བཞོན་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་
པ་དེ་ཡང་འདི་ཡིན། ཐུན་མོང་གི་སྤང་རྩེ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་
ཀྱི་དགོངས་པར་འདྲུག་མི་འདྲུག་ཡོང་གི་ཡོད། འཕགས་པ་ཐོགས་



མེད་ནི་ས་གསུམ་བརྟེན་པའི་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།
འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་རང་ཉིད་ལ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་
ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྲུངས་ཡོད་ཀྱང་། ཁོང་གིས་རང་གི་གཙུང་པོ་དབྱིག་
གཉེན་གྱི་དོན་ལ་གཙོ་བོར་དགོངས་ནས་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷ་བ་གཙོ་
འདོན་གནང་ནི་གསུངས་ཡོད། ཐོགས་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནང་སེམས་ཙམ་
པའི་ལྷ་བ་གསུངས་པ་དེ་དག་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་ལས།
གསུངས་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་མིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།

མདོ་དོན་ཡང་སྤྱིར་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཐུ་མོ་
བཤད་པ་མགོན་པོ་སྐུ་སྐུ་བ་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཀའ་ཚུལ་ནི་འདི་
ཡིན། དེ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་
པའི་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་བཅས་རྟེན་འབྲེལ་ལ་གཉིས་ཡོད། དེ་དག་ནི་
ཆོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ལག་ལེན་
ཐོག་ཐང་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱུ་
འབྲས་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེས། རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་ཡོང་གི་
ཡོད། དེས་ན་མི་འདོད་པའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་པའི་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱུ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་དང་། འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱུ་
ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་བཤད་པ་དེས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་



བཤད་ཀྱི་ཡོད།

རྒྱུ་ལས་འབྲས་ཞེས་པ་ནི། རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་
ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། རྒྱུ་འབྲས་ཞེས་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མིན་ལ། སེམས་ཙམ་གྱི་ལས་ཀྱིས་བྱུང་
བའང་མིན། འབྲས་བྱ་རྒྱུ་ལ་ལྟོས་པ་དང་། རྒྱུ་འབྲས་ཀྱིས་འབྲས་
བྱ་སྐྱེས་པ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ཁ་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་རིགས་
པ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན། དེའི་ནང་གསེས་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་ཀུན་སྨོང་
གི་བྱུང་པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱུ་ཞིག་བསགས་པ་དང་། དེ་
ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་ལ་ལས་འབྲས་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད།
ལས་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་ལ་ཀུམ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད། བོད་
སྐད་ཀྱི་ལས་ཞེས་པ་བྱེད་རང་ལས་ཀ་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་པའི་ལས་
ཀ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན། ཀུམ་ཞེས་པ་ལས་སམ་བྱ་བ་ཡིན་ལ། ལས་ཞེས་
པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན། བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གི་ཀུན་སྨོང་གི་བྱུང་པར་དང་
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན། མ་གཞི་ནི་མས་བྱ་བ་བྱས་
པ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད། སེམས་མེད་བཅའ་པོའི་ཆོས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱས་པ་
བརྟེན་པའི་ཆོ། དེ་ནི་རྒྱུ་ལས་འབྲས་བྱ་སྐྱེས་པ་ལ་བྱ་བ་བྱས་ཞེས་བརྟེན་
པ་ཡིན། ལྷན་འདིའི་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་བསམ་པའི་བྱུང་



པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་གསར་པ་ཞིག་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་ལས་ཀྱི་
མིང་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ནི་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་ཆགས་གཏོང་དགོས་པ་
ཞིག་ཡིན།

དཔེར་ན། ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདིར་ཉོ་བ་སྟེ་བཟུང་ན། ཤིང་
དང་མེ་ཉོག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དང་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།
རྩལ་དུ་ལ་སྒྲོ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འདི་ལྟར་སྟེ་འཕེལ་བྱས་པ་སྟེ།
དེ་ཡང་མང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། འགལ་ཉེན་སེལ་ཞིང་མཐུན་ཉེན་བསྐྱུན་
པ་དང་། སྐབས་རེ་འགལ་བ་གཉིས་འཕྲད་དུས་ལྷན་པ་གསར་པ་ཞིག་
ཐོན་པ་བཅས་དེ་འདྲའི་ངང་ནས་འཆར་ཡོངས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་
ན། མེ་ཉོག་གི་ཆོས་གཞི་འགྱུར་འགྲོ་བ་དེ་དག་ཁོ་རང་གི་རྩལ་གྱི་རྣམ་
འགྱུར་ལ་རིམ་པས་འགྱུར་བ་སོང་བའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོའི་ལུས་ལ་མཚོན་ན། ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་འགྱུར་
བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཆད་ལ་འགྱུར་བ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པའི་འགྱུར་བ་བཅས་
དེ་དག་རྩལ་གྱི་རྣམ་པ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན། དེ་དག་སྤྱིར་
བཏང་བྱས་ན་ཀྱང་ཉེན་ཅམ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། ད་རང་ཆོས་
ལས་ཞེས་བཤད་པ་འདི། གཙོ་བོ་བདེ་སྤྱི་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་ཀྱི་
ཡོད། བདེ་སྤྱི་གི་ཆོར་བ་ཡིན་ཞིང་། མེ་ཉོག་དེ་དག་ལ་རྩལ་གྱི་



རྣམ་པ་ཅམ་ལས་བདེ་སྤྱི་གི་ཆོར་བ་བརྟེན་དུ་མེད། བདེ་སྤྱི་གི་
ཆོར་བ་ཡོད་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་དང་། ཆོར་བ་ཡོང་མཁན་ནི་ཤེས་
པ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། སེམས་མེད་བཅས་པོ་ལ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་
ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་དུ་མེད། འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་ནི་ཤེས་པ་ནས་ཡོང་
གི་ཡོད། དེས་ན་བདེ་སྤྱི་གཅིག་པ་ཤེས་པའི་ཆ་ཤས་ཡིན། དཔེར་
ན། དངོས་པོ་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་གཅིག་ལ་ཆོར་བ་བདེ་བ་སྤྱིས་
པ་དང་། དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མི་གཅིག་ལ་ཆོར་བ་སྤྱི་བཟུང་སྤྱིས་
པ། ཡང་མི་གཅིག་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་སུ་གནས་པ་བཅས་ཡོང་བ་
དེ་ནི་མིའི་ལུས་ཀྱི་རྩལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། རྩལ་
ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། མི་གསུམ་ཀར་ཆོར་བ་གཅིག་
པ་ཡོང་དགོས། མི་གསུམ་ལ་ཆོར་བ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོང་བ་དེ་ནི་གཙོ་
བོ་མི་རང་རང་གི་ཤེས་པའི་ལྟ་སྟངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། ཤེས་
པའི་རྒྱན་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱི་ཡོང་བའི་ཤེས་པའི་
རྒྱུ་དེའི་སྟེང་ནས་ད་ལྟ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱི་ཡོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་སྟེན་དུ་
འགྲོ་དགོས་ཤིང་། རྒྱ་རྒྱུ་སྟེན་དུ་སོང་བ་ཞིག་མེད་ན་ད་ལྟ་བདེ་
སྤྱི་ཡོང་བ་དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་སྟེན་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱིར་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྒྱ་དང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་



ཡིང་བཞིན། དངོས་པོ་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་
ཡིན་པས་བྱུང་ལ། དེ་ལྟར་བྱུང་ན། ར་ཆོའི་ཤེས་པའི་སྤྲོད་གི་ཆོར་
བ་བདེ་སྤྲུག་ཅེས་པ་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་ལ། འགྱུར་ཁྱིམ་འཇིག་འགྲོ་བའང་
ཡིན། དེས་ན་འདུས་བྱས་དང་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་
ན་འདུས་བྱས་ཡིན་ཁྱིམ་། འདུས་བྱས་ཡིན་ན་དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་ལྱིས་འདུས་
བྱས་པ་ཡིན།

སྐབས་འདིའི་དམིགས་སའི་དམིགས་པ་ཡུལ་མི་དེ་ལྟ་ཅིག་
བྱེད་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཆོར་བ་བདེ་སྤྲུག་གང་
ལ་བརྟེན་ནས་ཡིང་བའི་ལུས་དེ་ཡང་། སལ་ཆེར་ལྟ་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་ཆོར་བ་བདེ་སྤྲུག་ཡིང་བ་དེ་སྤྲུགས་
གཅིག་ནས་ཤེས་པ་སྤྲུལ་མའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་སྤྲོད་ནས་ཡིང་གི་ཡོད།
དེ་འདྲ་ཡིང་བ་ཡང་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོད་ལ་སྤྲུལ་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དགོས་
ཤིང་། དེ་ནི་སལ་ཆེར་ལས་ཞེས་པ་འདི་ཡིན།

ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲོད་ལ་སྤྲུལ་ཞིག་གིས་རྣམས་པ་ཞིག་བཞག་
པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུ་ཞིག་འཕྲད་སྐབས་བདེ་སྤྲུག་གི་ཆོར་བ་ཡིང་
གི་ཡོད། ལས་ཡིན་ན་ཤེས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་ཅེས་བརྟེན་མཁན་ཡོད་
ལ། ཡང་ལས་ཡིན་ན་ཤེས་པ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་ཅེས་ལས་གཟུགས་



ཅན་དུ་འཇོག་མཁན་ཡང་ཡོད། དབྱུང་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལྟར་
བྱས་ན། ལས་གཟུགས་ཅན་ལ་འཇོག་གི་ཡོད། དེས་ན་ལས་ཞེས་པ་
ནི་གཙོ་བོ་ཤེས་པ་འཇམ་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་ཞེས་པ་འདིའི་སྤྲོད་ནས་
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན།

ལས་འབྲས་ཞེས་པ་ནི་ཀྱན་སྒོར་གི་བྱུང་པར་གྱི་དབང་གིས་བྱ་
བ་གསར་པ་ཞིག་གྲུབ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་འབྲས་བྱའི་
ཆོས་གཉིས་ལ་ལས་འབྲས་ཞེས་བརྟེན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
ཅེས་པའི་ནང་གསེས་ཀྱི་ཀྱན་སྒོར་གི་བྱུང་པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་
བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་གསར་དུ་བསྐྱབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིང་
བའི་འབྲས་བྱ་ཞིག་ལ་ལས་འབྲས་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན། ད་ལྟ་འདིར་
བཤད་པའི་ལས་འབྲས་ནི། སྐབས་དེར་རང་རང་ཆོར་ཆོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱལ་
དང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་དབྱེ་བ་སྤྲེ་བ་འདི་ནི་བཙུམས་ལྟན་འདས་ཀྱིས། འདི་
ནི་སྤྲུག་བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྲུག་
བསྐྱལ་ནི། གཙོ་བོ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་གསུང་གི་ཡོད།

ད་ལྟ་རང་ཆོས་ཆོར་བ་བདེ་སྤྲུག་ཅེས་བཤད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་
ལའང་རིགས་གསུམ་གསུངས་ཤིང་། འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་སྤྲེ་ཟག་
བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ནི་འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཡིན། རང་རང་ཆོས་



བདེ་བར་བརྩི་བའི་སྒྲོ་གོས་གཏམ་གསུམ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་ཡོད་པའི་
བདེ་སྦྱིད་དེ་དག་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཡིན། གང་ལྟར་ལས་
ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དེ་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་
བ་བདེ་བ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་བཙུག་ཀྱི་འདུལ་བའི་
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མིང་འདོགས་པ་གནང་ཡོད། ད་ལྟ་འདིར་བརྗོད་པའི་
བདེ་སྤྱུག་ཅེས་པ་ནི། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དེ་དང་། ཡང་
ན་ནང་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་ཡང་དེའི་ནང་དུ་ཐེ་ཞིང་།
དེ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་། ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱི་ནང་
ནས་ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྟེ། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་དུད་
འགྲོ་དག་གིས་ཤེས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་དག་ང་རང་ཆོ་ཆང་མས་མི་འདོད་
པ་ཡིན། དཔེར་ན། ནད་ན་ཆས་མཆོན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཆང་མ་དུད་འགྲོས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། རང་ཐོག་མེད་སྐབས་
མ་སྦྱིད་པ་དང་མི་བདེ་བ་ཡོང་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་དེ་ལ་སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

དེ་འདྲའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལྷགས་ཆེ་ཤོས་ནི་རན་
འགྲོའི་རྟེན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན། དེ་ལ་སྒྲོ་གོས་ན་སྒྲོ་མིའི་
རྟེན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་རྩལ་ལྷགས་ཆུང་བ་ཡོད། དེས་



ན་མངོན་མཐོང་མངོན་པར་མཐོང་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡིན། སྦྱར་
ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཕུང་པོའི་ལུས་རྟེན་ཡིན་པ་མཆོངས་
ཀྱང་། སྒྲོ་ས་སྒྲོ་ས་འཛིན་གཉིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྩལ་ལྷགས་
བ་ཡོད། ཆོར་བ་བདེ་བའི་རིགས་ཀྱང་དོན་ལ་འགྱུར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་
ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་སྦྱར་བཏང་ཆོར་བ་བདེ་བའི་རིགས་རྩལ་ཟད་
ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད་སྐབས་མངོན་པར་མཐོང་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་དང་།
མངོན་མཐོང་སྒྲོ་མིའི་ལུས་རྟེན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅང་ལྷགས་དྲག་པོ་ཡོད་
པ་དེ་ལ་ངན་འགྲོ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། མངོན་མཐོང་སྒྲོ་མིའི་ལུས་
རྟེན་ང་ཆོའི་ཐོབ་བྱ་ཡིན་ཡང་། མཐར་ཐུག་གི་ཐོབ་བྱ་མིན། འོ་ན་
མངོན་མཐོང་སྒྲོ་མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ཕྱེད་དགོས་དོན་གང་ཞེ་ན། སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྩལ་ལྷགས་ཀྱང་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། གཙོ་བོ་ཆོས་རབ་
ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་བསམ་མཐོ་གཏོང་བྱ་མིའི་ལུས་རྟེན་ལ་ཏུ་ཅང་བཟང་བ་
ཡོད་པ་ཡིན། དེས་ན་ངེས་ལེགས་སྐྱབས་པ་ལ་མངོན་མཐོང་ལུས་རྟེན་
མེད་དུ་མི་རུང་བར་བརྟེན་ང་ཆོའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན། མངོན་མཐོང་ལུས་
རྟེན་བསྐྱབ་བྱར་བཞག་སྟེ། དེ་སྐྱབ་ཕྱེད་ཀྱི་ཐབས་གང་ཞིག་ཡོད་ཅེ་
ན། གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་འདུ་ཕྱེད་ལས་དང་། འདུ་ཕྱེད་པ་སྟེ་



སྒྲིབ་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོར་གྱི་ཁྱད་པར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སྒྲིབ་པ་ལམ་བུས་
པ་ཞིག་ལ་འདྲུ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་འདྲིའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་འདྲུ་བྱེད་
མཁན་གྱི་འདྲུ་བྱེད་དེ་ལ་གསུམ་དུ་བཞག་ཡོད། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་
པའི་ལས་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས། མི་གཡོ་བའི་ལས་བཅས་ཡིན།

ད་ལྟ་འདིར་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་མཁན་གྱི་ལས་དེར་
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། བསོད་ནམས་མ་
ཡིན་པའི་ལས་གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་དག་བཅུ་ལྔ་སྟེ་སྟོན་གཅིད་
དང་། མ་བྱེན་ལེན་པ། ལོག་གཡེམ་བཅས་ལུས་ཀྱི་སྟོན་ནས་གསུམ་
དང་། རྩན་དང་། སྤུ་མ། ཆོག་རྩུ་བ། ངག་འབྲུལ་ཏེ་ངག་གི་སྟོན་ནས་
བཞི་བཅས་དེ་ལྟར་ལུས་ངག་གི་ལས་བདུན་དང་། དེ་ཀྱན་ནས་སྦྱོར་
བྱེད་ཡིད་ལས་གསུམ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཙམ་ལ་མི་འཛོལ་ཅིང་།
ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་བཞག་ན་བྱུང་ཆེ་བའི་སྦྱོན་ཡོད། སྐབས་
འདིར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ནང་ནས་འདོད་ཆགས་བྱེ་བྲག་པ་བརྟུང་བ་སེམས་
ཀྱིས་མ་བྱེན་ལེན་འདྲེན་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བརྟུང་བ་སེམས་དང་། མ་
བྱེན་ལེན། དེ་བཞིན་སྟོན་གཅིད་བཅས་རང་བདེའི་ཆེད་དུ་གཞན་བདེ་
བྱེད་དུ་གསོད་པའི་ཉམ་པའི་རིགས་ཏེ། དེ་བདག་གིར་གྱུར་ཅིག་སྟེ་
པ་ནི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བར་མཐོང་བྱིང་། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་



དམིགས་ནས། འདི་བཟང་པོ་འདྲུག་བསམ་སྟེ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པར་མ་
བྱེད། བདག་གིར་གྱུར་ཅིག་བསམ་པའི་སྟོན་ལ་བརྟུང་བ་སེམས་ཞེས་བརྗོད་
ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བརྟུང་བ་སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོན་གཅིད་པ་དང་། མ་
བྱེན་ལེན་པ། ལོག་གཡེམ་མཁ་བཅན་གཡེམ་བྱེད་པ་བཅས་ཡོང་གི་ཡོད།

གཞོན་སེམས་ཞེས་པ་ནི། ཡུལ་དེ་ལ་མི་འདོད་པར་བྱུང་གིས་
སྟོན་པའི་སྟོན་ཙམ་མ་ཡིན་པར། ཡུལ་དེ་ལ་སྤང་བའི་སྟོན་ཞིག་དང་།
ཕ་རོལ་པོར་གཞོན་པ་བྱེད་འདོད་པའི་སྟོན་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེ་སྤང་
དང་གཞོན་སེམས་གཉིས་ལ་བྱུང་བྱེད་ཁྱད་པར་མེད་དམ་སྟེ། གཞོན་
སེམས་ཀྱིས་སྟོན་གཅིད་དང་། མ་བྱེན་ལེན་པ། ལོག་གཡེམ་བྱེད་
པ་དེ་དག་འདྲེན་ཀྱི་ཡོད།

གཏི་མུག་ཅེས་པ་ནི། སྦྱིར་ལོག་ལྟ་ལ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་།
སྐབས་འདིའི་ལོག་ལྟ་ཞེས་པ་ནི། ཕལ་ཆེར་རང་གི་བསམ་པར་བརྟུང་བ་
སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་བདག་གིར་སྤང་བ་དང་།
གཞན་གྱི་དངོས་པོ་འཕྲོག་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་བར་མེད་པར་ལྟ་བུ་དེ་ལ་
ལོག་ལྟ་འཛོག་གི་མེད་དམ་བསམ་ཀྱི་འདྲུག་ དེ་དག་གི་ཐད་ཀ་ཐད་
ཀར་འདྲེན་ཡོང་གི་ཡོད། གཞན་བདེ་བྱེད་དུ་གསོད་ནས་སྟོན་གཅིད་
པ་སྟེ། མི་གསོད་པ་དང་། དུད་འཕྲོག་སོད་པ། དེ་བཞིན་རྒྱན་མ་



ཀྱི་པ། གཡོ་སྤྱི་ཁྱེད་པ་ཕྱེད་པ་དེ་དག་ནི་ཀྱན་སྦྱོང་གི་བཅའ་མེས་པ་
དང་། གསོད་སེམས་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་བྲིམས་
དང་འགལ་ན་འང་འགལ། གང་ཞིག་ཕྱེད་ཀྱང་ཕྱེད་བསམ་པའི་བྱ་
གསོད་ཀྱི་སྒོ་ཞིག་སྤྲོད་པ་ཡོང་གི་ཡོད། ངས་བྱས་ན་ལོག་ལྟ་ཞེས་པ་
དེ་འདི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་འདྲེན་ཡོང་གི་འདུག
མི་འཆོམས་པའི་བྲིམས་འགལ་གྱི་ལས་ཀ་ཕྱེད་པ་ཆང་མར་པལ་ཆེར་ཐད་
ཀ་ཐད་ཀར་ལོག་ལྟ་རེ་སྤྲོད་པ་ཡོད།

ལོག་ལྟ་དེའི་ཚ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་བཅའ་ན། རྒྱ་འབྲས་ལ་
ལོག་པར་ལྟ་བ་ཆགས་ཡོད། ངས་མི་ཞིག་བསད་ན་ཉེན་རྒྱུ་པ་ནི་མི་
འདུག་ལ། ཚད་གཅོད་ཕྱེད་མཐུན་གང་ཡང་ཡོང་བྱ་མིན། ང་རང་
ཁེ་བཟང་ཡིན་བསམ་པའི་ལོག་ལྟ་འདི་ས་སྒོ་གཅོད་པ་དང་། སྒོ་ག་
གཅོད་པའི་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་ཆུ་སྤྲོད་པའི་འབྲུང་གི་
རྒྱ་རེད་བསམ་པའི་ལས་འབྲས་སམ་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་རྟེན་འབྲུང་གི་
ལྟ་བ་མེད་པའམ་དེ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་དེ་ལོག་པར་ལྟ་བའི་ལོག་ལྟ་ལ་
ཐུག་གི་ཡོད།

དེ་མིན་ལོག་ལྟ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། བདེན་བཞི་ལ་ལོག་པར་
ལྟ་བ་དང་། མཆོག་གསུམ་ལ་ལོག་པར་ལྟ་བར་ངོས་འཛིན་བྱས་ན།



ཅུང་ཟད་ཀྱི་ཆེ་དགས་མེད་དམ་སྙམ་གྱི་འདུག ད་ལྟའི་ལོག་ལྟ་འདི་
ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་ལོག་ལྟ་ལ་འགྲེལ་ན་ནང་པ་ཅམ་མིན་པར་ཆང་མར་གྱི་
ཆོག་ཅིང་། ཆོས་དད་མེད་མཐུན་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ལོག་ལྟ་དེ་སྤྱར་
ཆོག་པ་ཡིན། དེས་ན་མི་དགེ་བཅུ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་དེ་
འདུ་ཕྱེད་དེ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ག་བསྐྱེད་ལ་འཕྲེད་ཀྱི་ལས་
ཀྱང་དེ་ཡིན། དེ་འདྲའི་ལས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་པས་
ཐད་ཀར་བྱས་པ་མིན་ཞིང་། རྒྱུར་མ་རིག་པ་ལ་གཉིས་སུ་བཞག་སྟེ།
རྒྱུའི་ཀྱན་སྦྱོང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་པ་དང་། རྒྱས་ཀྱི་
ཀྱན་སྦྱོང་ལས་འབྲས་ལ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་པ་ཞེས་པ་གཉིས་སུ་འཛོག་
གི་ཡོད། ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་
པ་ཡིན་པས་བྱུང་གྱིང་། ད་ལྟའི་མ་རིག་པ་ཅམ་ལ་དཔྱེ་བ་ཕྱེ་སྐབས།
རྒྱས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་གི་དབང་རྒྱ་བྱས་ནས་ལས་འབྲས་ལ་ཆོངས་པའི་མ་རིག་
པ་ཞེས་པ་ཞིག་གསུངས་ཡོད།

ལས་འབྲས་ལ་ཆོངས་ཏེ་རྒྱ་འདི་འདྲ་ཞིག་བསགས་ན། འབྲས་
བྱ་རྒྱ་ག་བསྐྱེད་གང་ཡང་ཡོང་བྱ་མེད་སྙམ་པའི་ལོག་པར་ལྟ་བའི་སྒོ་
ཆོངས་པ་དེས་རྒྱུན་པས་འདུ་ཕྱེད་ཀྱི་གས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་
གསོག་གི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ལས་དེ་གསོག་པའི་གནས་སྐབས་དང་། ལས་



དེ་བས་གསུངས་པ་ལས་དེ་འགག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ཀྱི་
 རྟེན་དུ་ལས་དེའི་བག་ཆགས་བཞག་ཡོད། དེ་ནི་མ་རིག་པ་ངན་འགྲོར་
 འཕེན་ཕྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དུས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མོངས་
 པའི་མ་རིག་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་འདྲ་
 ཕྱེད་ཀྱི་ལས། དེའི་དབང་གིས་དེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་
 ལ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་དེའི་བག་ཆགས་བཞག་པའི་རྒྱུ་དུས་
 ཀྱི་ནམ་ཤེས་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་འོངས་པ་ན་ངན་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་
 དུ་ད་འགྲོ་དང་། ཡི་དྭགས། དམུལ་བ་དེ་འདྲའི་རྟེན་གང་ཞིག་ཡིན་
 ཡང་། དེ་འདྲའི་ལུས་རྟེན་ཞིག་སྐྱབ་སྐབས་དེ་ནི་སྐྱེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་
 དང་། མིང་གཟུགས་གྲུབ་པ་དེ་དག་ཡིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་
 དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་སྔོན་ཀྱི་ཡོད། གནས་སྐབས་འདྲ་མིན་ཡོང་སྲིད་
 པ་ཡིན། དེས་ན་ལས་དེས་འཕྲུལ་དུ་ངན་འགྲོར་འཕེན་པའི་སྲིད་པའི་
 རྟེན་འབྲེལ་མཐུ་ཆེན་སྐྱབ་པའི་གསོས་འདེབས་མཁན་སྲིད་ལེན་གཉིས་
 ཡིན་པ་བཅས་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འགྲོ་སྐྱེད་པའི་རྟེན་
 ཡིན། དེ་ནས་ངན་འགྲོའི་རྟེན་གྱིས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་དམིགས་བསལ་དེ་
 དག་སྦྱོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བཞོག །



ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྲེད་པའི་ནང་
 མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི། མི་དགེ་བཅུ་སྔོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་
 ལ་བརྟེན་ནས། ལས་འབྲས་ལ་མོངས་པའི་མ་རིག་པ་སེལ་བ་ལ་ལས་
 འབྲས་ལ་སྦྱོབ་དགོས་པ་དང་། མི་དགེ་བཅུ་སྔོང་གི་ནམ་གཞག་ཤེས་
 པར་བྱས་ཏེ་མི་དགེ་བཅུ་སྲངས་པའི་དཀར་པོ་དགེ་བཅུའི་ལས་བསགས་
 བ། དེའི་དུས་སུ་ལས་འབྲས་ལ་མོངས་པའི་མ་རིག་པ་མེད་ཅིང་། ལས་
 འབྲས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་རྟེན་བའི་ས་
 ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་འདྲ་བྱས། བསོད་ནམས་
 ཀྱི་ལས་དེས་ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དུ་བག་ཆགས་འགོས་པའི་རྒྱུ་དུས་ཀྱི་ནམ་
 ཤེས་དེ་དག་གིས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ནམ་ཤེས་སྦྱིན་དུས་བདེ་འགྲོའི་ལུས་
 རྟེན་ཐོབ་པ་བཅས་འདི་རྩེ་ལོང་གི་ཡོད། བདེ་འགྲོའི་ལུས་རྟེན་དེ་
 ཡང་མཇུག་དུ་སྐྱེ་གནས་འཆིའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་ལ་གྱིས་མཇུག་བསྐྱེད་འགྲོ་བ་
 བེ། དེ་ཉིད་འདྲ་ཕྱེད་ཀྱི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་དེ་
 རྩེ་ལོང་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་དེ་ནི་འདྲ་ས་བྱས་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

འདྲ་ས་བྱས་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་
 མཐོང་བ་དང་། ལས་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་
 བྱ་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་རྒྱུ་ཆེ་རུ་གཏོང་།



སྐབས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྟེན་འབྲེལ་བསམས་ནས་ནམ་མཁའ་མཐའ་མཐས་
གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ཅིང་
བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་
འཛིན་གྱིས་འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་དང་།
གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གྱིས་རང་གཞན་ཀྱན་ལ་
ཕན་པ་བཅས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ནམ་གཞག་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་
ཡོང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་གསོག་པ་ཡོང་གི་ཡོད། སྦྱོར་པ་བཏང་
ན་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཡོང་བ་དང་། རང་ལ་ཕན་ཞིང་། གཞན་ལ་འང་
ཕན་པ། ཚུལ་ཁྲིམས་སྤང་ན་རང་ལ་ཕན་ཞིང་། གཞན་ལ་འང་ཕན་
པ་དེ་བཞིན་པ་སྒྲིམ་ན་རང་ལ་ཕན་ཞིང་། གཞན་ལ་འང་ཕན་པ་བཅས་
དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་བའི་ཐོག་
ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད།

ཆོག་དོན་པག་ལ་ན། སྤུས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲུང་མཐོང་ན།
 དེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་མཐོང་བ་དང་། དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐོང་ཞེས་མཐར་དེ་བཞིན་གཤེགས་
 པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་མཐོང་བ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་མངོན་དུ་སྟེང་པ་
 ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲུང་ཡིན།



བདེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་པ་ནི། དབུ་མ་པས་
གསུངས་པའི་བདེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་
སྤུས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་ཆོས་མཐོང་བ་དེས་ཆོས་མཐོང་
ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་གང་ཞིག་རེད་ཅེ་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་
གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམས་པའི་
མ་རིག་པ་དེ་ཡིན་ལ། རང་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་དེའི་ཐོག་ནས་
བཤད་ཀྱི་ཡོད། མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་རྒྱ་མཁེད་གསུལ་པ་ལའང་ཡོད་ཅིང་།
དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་པར་ཡེ་སྤུའི་ཆོས་ལ་བཞག་ན་ཡང་མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་
བྱུང་བ་ཡོད་པ་དང་། ཁ་ཆེའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་མངོན་མཐོ་སྒྲུབ་
བྱུང་བ་ཡོད། རང་རང་གི་ཆོས་ལུགས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་བྱེད་པ་
དང་། ཆོས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ན། ཆོས་
ལུགས་ཆང་མས་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ་བསྐྱོམ་ཞེས་པ་དང་། སེམས་



ཅན་ལ་ཕན་བདག་སྤྱོད་པ་གསུངས་ཡོད།

ལྟར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་གཅིག་དང་། བདེན་
པ་གཅིག་ཅེས་པ་ཞིག་བཤད་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཁོ་ན་ལས་ཆོས་ལུགས་
གཞན་རྣམས་ལོག་ལྟར་ཅན་ལ་བཅུས་ནས་འཆར་གཅོད་ཐབས་བྱེད་པ་
ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན། དེ་
ལྟར་མིན་པར་བསམ་པ་ནས་དག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དེ་ཉམས་
ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་བྱམས་པ་དང་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་དང་། བཅོད་
པ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་མངོན་མཐོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་
ཡིན། ལྟར་གསལ་གསལ་པོའི་མདོའི་ནང་དུ། ལྟ་མེད་ཐེག་པ་དང་།
ཆངས་པོའི་ཐེག་པ། ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་བཅས་ལས་ལྟ་མེད་ཐེག་པ་
ཞེས་གསུངས་པ་ནི། དེར་འཇམ་གྱི་འདོའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱུ་མང་
པོ་ཞིག་ལྟ་མེད་ཐེག་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་མུ་སྤྱོད་གསལ་པོ་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་
སྤྱོད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྤྱོད་པ་ནས་མི་གཡོ་བའི་ལས་བསམ་མཁན་
དེ་དག་ཆངས་པོའི་ཐེག་པ་བཞིན། དེ་མིན་བདག་མེད་སྤྱོད་མཁན་
དེ་དག་ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ནས་བཟུང་སྤྱོད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཐེག་པ་བཞིན།
དེས་ན་མངོན་མཐོ་བསྤྱོད་རྒྱུ་དེ་ཕལ་ཆེར་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་



པའི་བྱེད་ཆོས་ཆགས་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་དུས་བརྟེན་
ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་མི་འདྲ་
བཞིག་ཆགས་པ་ལས། དེ་མིན་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་མི་དག་བཅུ་སྤྱོད་གི་
རྒྱ་ལུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མངོན་མཐོ་སྤྱོད་པ་ཕལ་ཆེར་ཐུན་མོང་བཞིན།

ནང་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། བདག་མེད་པའི་
ལྟ་བུ་བརྟེན་ནས་ཐར་པ་སྤྱོད་པ་དེ་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན།
སྤྱོད་ཐར་པ་ནི་མུ་སྤྱོད་གསལ་པོའི་གཞུང་གི་ནང་དུ་འཇམ་པ་འདོད་མཁན་
ཡོད། དེ་ནི་ཐུང་མོང་བཞིན། འོན་ཀྱང་ཐར་པའི་རོ་བོ་ཞིབ་ཅིང་
ཐར་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་མདོའི་ནང་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་མགོན་
པོ་སྤྱོད་ཀྱིས་མངོན་པའི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པས་ཐར། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལས། །

དེ་དག་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་པ་ནི། །

སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐར་པ་ནི་སྤྱོད་ཉིད་ལ་བཞག་ཡོད། ཆོག་དེར།

སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ལ་སྤྱོད་



པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཤེས་དགོས། གང་ལགས་ཤེ་ན། ལྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོའི་དབང་གིས་སྲིད་པ་འཁོར་བར་འཁོར་བས་
ན། ལྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཡིས། ལྟོང་ཉིད་ལ་མྱོངས་པའི་སྒོས་
སྲིད་པ་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ལས་ཉོན་མཐའ་དག་ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་
དུ་ཞི་འགོ་བཙའ་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་ཞི་བའི་
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཐར་པ་ཡིན་པ་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

དེས་ན་ཐར་པ་ཆོས་ཉིད་ལ་བཞག་སྟེ། དེ་སྐབས་བྱེད་ཆོས་ཉིད་
ཀྱི་དོན་སྒྲིམ་པའི་ཐོག་ནས་ཐར་པ་སྐབས་པ་ཞི་ནང་པ་གཅིག་ཏུ་ལས་གཞན་
སྐབས་ཀྱང་བཤད་མེད། བསྐྱེད་པ་མཛོད་མཐོ་ལ་བཞག་ནས། རྒྱ་འབྲས་
ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་དེའི་ཐོག་ནས་མི་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྐྱེད་
དགོས་པ་ཡིན། བསྐྱེད་པ་བྱེད་པའི་ལམ་ལ་བཞག་ནས། དེ་སྐབས་
བྱེད་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་བཤད་སྐབས། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་
ཞེས་པའི་རྟེན་འབྱུང་སྐོམ་དེ་ཡིན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་
རྟོགས་པའི་སྒོ་དེ་ནི་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མྱོངས་པའི་མ་རིག་པའི་འགལ་ལྗང་ཆགས་
ཡོད། ལས་འབྲས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པའི་སྒོ་དེ་ལ་འཛིན་རྟེན་
པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད། འཛིན་རྟེན་པའི་ཡང་
དག་པའི་ལྟ་བུ་དེ་ཡིས་ལས་འབྲས་ལ་མྱོངས་པའི་མ་རིག་པ་མི་སྟོང་ཡང་།



འོན་ཀྱང་སྐབས་འབྱེན་པའི་གཉིན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མྱོངས་པའི་མ་རིག་པ་མེད་པར་བཟོ་བ་ལ། དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཡིས་མེད་པར་བཟོ་དགོས་
པ་ལས་གཞན་ཀྱི་ཐབས་མེད་པ་དང་། འོ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མྱོངས་པའི་
མ་རིག་པ་ཞེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས། དེ་ཁོ་
ན་ཉིད་ཅེས་པ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞིའི་ནང་
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཛིན་ཚུལ་ལ་ཕྱ་རགས་སོགས་ཀྱི་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་
ཡོད་པའི་དབང་གིས་མ་རིག་པ་འཛིན་སྐྱེད་པའི་བྱེད་པར་བྱུང་བ་ཡིན།

རྟེན་འབྱེད་ལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་ཞེས་
པ་དེ་ལ་འཛིན་སྐྱེད་པའི་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཡོད། འོ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
ཅེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བདག་མེད་པ་ཞེས་པ་འདི་གཅིག་ཡིན།
ལྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་ལ་ཕལ་ཆེར་སྐྱེད་པའི་གཞུང་ནང་དུ་འང་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདྲུག་ དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ཡང་སྐྱེད་
སྐྱེད་པའི་གཞུང་ནང་དུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་བདག་མེད་པ་ཞེས་པ་འདི་
ཕལ་ཆེར་མེད།

བདག་མེད་པ་ཞེས་པའི་གོ་བ་ལེན་ཚུལ་རགས་རིམ་ཞིག་བཤད་
ན། ལྟ་བུའི་བྱེད་པར་འཛིན་སྐྱེད་པའི་ཐོག་ནས་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ཆགས་



གྱི་ཡོད་པ་དང་། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུ་གི་དབང་གིས་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་
གཉིས་བཤད་ཡོད། གྲུབ་མཐའ་ཁྱད་པར་དང་། ཐེག་པའི་ཁྱད་པར་
འབྲེད་སྒྲུངས་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། ཐེག་པ་གོང་ལོག་གི་ཁྱད་པར་ནི། སྒྲིང་
སྒྲོ་བས་དང་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཡིན་ཞིང་། རང་ཉིད་གཅིག་
ཕུ་ཐར་པ་ཐོབ་ན་བསམ་པའི་སྒྲོ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་
གྱི་ལམ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ཏེ། འབྲས་བུ་ཉོན་མྱོང་ཅམ་
སྒྲུངས་པའི་ཐར་པ་དེ་ལ་དམན་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། དེ་ནི་
སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲུངས་པའི་ངེས་ལེགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་
ལ་བརྟེན་ན་དམན་པ་ཡིན་སྟབས། དེ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཚུ་ལ་དེ་ལ་
དམན་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། བསམ་པ་དང་སྒྲོར་བ་དག་
ཀྱང་ཅུང་ཟད་རྒྱ་རྒྱུ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་དང་། ཡོན་ཏན་
ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་བས་ན་ཐེག་པ་རྒྱུ་དུ་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

རང་གཅིག་ཕྱི་ཆེད་དུ་བསམ་པ་མ་ཡིན་པར་མཐའ་ཡས་པའི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་བདེ་སྒྲུབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་ཕྱིན་དུག་
གི་ལམ་ལ་བསྐྱབས་ནས་ནམ་མཁུན་སྒྲུབ་པ་ནི། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་།
སྒྲོར་བ་ཡང་རྒྱ་ཆེ་བ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ཡང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡོད།
དེས་ན་ཐེག་པ་དང་བརྟེན་པའི་ལམ་གཅིག་པ་ཡིན་ཡང་། བསམ་པ་



དང་། སྒྲོར་བ་དང་། འབྲས་བུའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་
གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་ནི་གཙོ་བོ་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་
རྒྱུ་གི་ཐོག་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་
པ་ཡིན།

བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་དང་། མདོ་སྡེ་པ། སེམས་ཅམ་པ། དབུ་མ་པ་
བཅས་གྲུབ་མཐའ་བཞི་བཤད་པ་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན།
ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་རང་མཆོན་པ་དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་གི་སྟེ་བ་དེ་སྐབས་
རེ་བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་དང་། མདོ་སྡེ་པའི་སྟེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གསུངས་
པ་ཞིག་ལམ་ཆེར་མིན་ནམ་སྟུམ། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྟོར་རྒྱ་ཆེན་
པོ་བྱས་ཏེ་མ་གསུངས་པའི་རིགས་གིག་ཡོང་གི་ཡོད། བྱེ་མདོ་གཉིས་
ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་བཤད་སྟོལ་ཡོད།
དབུ་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེ་པའི་རིམ་པའི་སྟོར་བཅའ་དུ་བརྟེན་ནས་
མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ལེགས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐད་ལ་
གཙོ་བོར་བརྟེན་ཡོད་པས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་གསུངས་ཡོད།
འོན་ཀྱང་སྒྲིར་སྟེ་བ་ལ་བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་པའི་སྟེ་བ་བཟུང་ནས་བསམ་པ་སེམས་
བརྒྱུད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། ཡང་
སྟེ་བ་དབུ་མ་པའི་སྟེ་བ་བཟུང་ནས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་མདོན་དུ་ཕྱོགས་



པ་གང་ཞིག་ལ། བསམ་པ་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་སྤྱོད་པའི་
ཉན་རང་འཕགས་པ་མཆོད་ཉིད་ལ། གྲུབ་མཐའ་དབྱེ་མ་ཐལ་འགྱུར་
པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་། བསམ་པ་དམན་པའི་ཆ་ནས་ཐེག་དམན་པ་ཡིན་
པ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་པ་བཞི་ལས་གཙོ་བོ་ཆེ་བ་དབྱེ་སེམས་
གཉིས་ཡིན་ཞིང་། ད་ལྟ་སྐབས་འདིར་དབྱེ་མ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་
བཤད་ཀྱི་ཡོད། དབྱེ་མ་པའི་གཞུང་གི་ནང་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་
གསུངས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པའི་ཆོག་དེས། དོན་མཐར་ཐུག་སྟེ་
ཉིད་ཅེས་པའི་མཐར་ཐུག་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནི་དངོས་པོའི་
ཡིན་ལུགས་དང་། དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་ཡིན་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད།
དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་ཞེས་པའི་ཡིན་ལུགས་མཐར་ཐུག་དེ་འཆོལ་
དགོས་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱིར་རང་ཆོའི་མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་
ཐམས་ཅད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ཐལ་ཆེར་
བརྟེན་ཐུབ་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། སྤྱིད་པ་འཁོར་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
ལ་སྒྲིངས་པའི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་
མེ་ཆེ་གཅིག་གི་བྲག་མི་གིས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲིངས་པའི་



མ་རིག་པ་དང་། ཡང་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲིངས་པའི་མ་རིག་པའི་དབང་
གིས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་གསལ་བོ་ཡིན། དེས་ན་ཐར་པ་ཞེས་པ་ནི་འབྲུལ་
པའི་སྒོའི་རྩ་ཁྱབ་ཅུ་བ་སྤྱོད་པ་སྐབས་སུ་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་
ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། སྤྱིད་པ་འཁོར་བ་ནི་མ་རིག་པའི་དབང་
གིས་བྱུང་བ་དང་། མ་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་འབྲུལ་པའི་སྒོ་ཡིན་པར་མ་
ཟད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་འང་ཡིན། དེས་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་མ་
རིག་པའི་དབང་གིས་སྤྱིད་པ་འཁོར་བ་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན། མ་
རིག་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཡིན་པ་གཤེས་པའི་ཐོག་ནས་མ་རིག་པའི་ཞེན་
ཡུལ་སུན་སྤྱང་སྟེ་མཐར་ཐུག་གི་བདེན་པའི་དོན་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་
བྱུང་བ་དེ་ལ་ཐར་པ་འཕམ་པའི་ལུགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་
ཐོབ་པར་འཛོག་གི་ཡོད། དེས་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་པ་ནི་མ་རིག་པའི་
རྩ་ཁྱབ་ཅུ་བ་སྤྱོད་པ་དང་། མ་རིག་པའི་དེ་མ་དང་བཅས་པའི་མཆོང་ལྟ་
བ་དེ་ལ་པེས་ལེགས་ཐོབ་པ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད།

དཔེར་ན། འཛིག་ཉེན་འདིར་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། མི་ཞིག་
གིས་དོན་ངོ་མ་མིན་པ་ཞིག་རྩ་ཁྱབ་ཅུ་བ་སྤྱོད་ནས་དོན་ངོ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་བཤད་
པ་ཡིན་ན། ཉིན་ཞིག་ཁྱུངས་མ་འབྱོལ་བའི་སྐབས་སུ་ཁོའི་རྩ་ཁྱབ་
ཡོངས་སུ་དོན་ངོ་མ་ཞེས་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཆོས་དཔེ་འཁོར་པ་འདིར།



དབུ་མའི་ལྷ་ཁྱིམ་དུ་ཕྱིན་པ་ལྟེན་པའི་ལྷ་ཁྱིམ་གྱི་མགྱུར་དུ་བྱུང་ས་ལས།

སྤང་བ་སྤྲོད་པ་ཆོག་པ་ཆོག་པ་དུག་གི་ཕྱི་མའི་ན། །

གཞི་ཅན་ཕྱུང་བའི་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་ཟླ་ཟླ་མཐོང་། །

བསྐྱུ་བྱེད་སྐྱུ་མའི་ལྷ་ཁྱིམ་ཞིག་དེ་ན་གདུང་། །

བདེན་ཅི་མ་སྤྲོད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལོ་སྤྲོད་ཆོས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་བསམ་མཐོང་བྱུང་ན། སྤྲོད་པ་འཁོར་བ་འདི་དང་རང་ཆོས་སྤང་བ་ལ་འདྲ་མིན་དུ་འཆར་བ་སྤྲོད་དག་གཏོང་མ་ནས་བདེན་པ། ཨ་འཕམས། རྒྱལ་མཐོང་ཕྱི་མའི་སྤྲོད་པ་གྱི་ཡོད་པ་དང་། གར་བ་ལྟར་དུ་འདིས་དང་ལ་ཕན་གྱི་འདུག་ཅེས་དང་དུ་བྱུང་ས། འདིས་དང་ལ་གཞོན་གྱི་རེད་ཅེས་སྤངས་ནས་སྤྲོད་པ་བཅས་དེ་ལྟར་དུ་ཆགས་སྤང་གི་སྤྲོད་པ་ཆོས་སྤྲོད་པ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་སྤང་བ་ཨ་འཕམས་དེའི་ཐོག་ནས་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་མགོན་པོ་སྐྱུ་བྱེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ཅན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རབ་བྱེད་ཉིད་དུག་པའི་ནང་། དངོས་སྤྲོད་པས་དབུ་མ་པར་སྤྲོད་པ་ལྟར་དུ་གྲགས་ཆེན་པོ་བྱས་པ་དེ་དག་ཁྱིམ་ཆགས་སྤྲོད་པ་ལྟར་དེ་ལ་ལན་བསྤྲོད་སྤྲོད་ཆོས། ཁྱིམ་ཀྱིས་སྤྲོད་ཆོས་ཀྱི་དགོས་པ་མ་ཤེས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

འོ་ན་སྤྲོད་ཆོས་ཀྱི་དགོས་པ་ཤེས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། སྤྲོད་ཆོས་



སྤྲོད་པའི་དགོས་པ་ནི། རང་ཆོས་ཨ་འཕམས་ཀྱི་འཛིན་པ་བཞིག་པའི་དོན་དུ་ཡིན། ཨ་འཕམས་ཀྱི་འཛིན་པ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། རང་ཆོས་སྤང་བ་གང་ཞིག་རང་ཆོས་སྤང་བ་དེ་ཉིད་གཞིར་བཞག་གིས་སྤང་བྱུང་བ་དེ་དང་མཐུན་པའི་ལག་ལེན་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་དེས་རྒྱུ་ཆོས་སྤང་གི་ཡོད། དེས་ན་སྤང་བྱུང་དང་གནས་སྤང་བ་ཞེས་པའི་སྤང་བ་གནས་གཉིས་པོ་དེ་མཐུན་མིན་ལ་བསམ་མཐོང་གཏོང་དགོས། སྤྲོད་པ་གནས་གཉིས་ཞེས་པ་དེ་སྤྲོད་པས་པའི་གཞུང་ནས་ཀྱང་བཤད་ཡོད། དེས་ན་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པའི་དོན་གྱི་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཅིག་དང་། སྤང་བྱུང་གྱི་ཡིན་ལུགས་གཅིག་བཅས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། རང་ཆོས་སྤང་བ་འདྲ་མིན་འཆར་ཞིང་། རང་ཆོས་སྤང་བ་ལང་སྤང་བའི་ཆོས་དེ་དག་དོན་གྱི་དོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་དུ་སྤང་བ་དང་། སྤང་བ་ལྟར་དུ་བདེན་པར་འཛིན་ནས་དེ་ལ་ཨ་འཕམས་ཀྱིས་ཞེན་པའི་འཛིན་པ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་སེལ་བའི་ཐབས་ནི་སྤང་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་མེད་པའི་སྤྲོད་པ་སེལ་བྱུང་བ་ལས། དེ་མིན་བྱུང་ས་པ་བསྐྱོད་པས་ཏེ་སེལ་མི་བྱུང་ལ། སྤང་བ་བསྐྱོད་པས་ནས་ཀྱང་སེལ་མི་བྱུང་། དེ་བཞིན་དད་པ་བསྐྱོད་པས་པ་དང་། སྤྲོད་པ་བྱུང་བ། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱིས་སྤངས་བསྐྱུངས་བ་བཅས་གང་གིས་ཀྱང་སེལ་མི་བྱུང་། ཨ་འཕམས་ཀྱི་འཛིན་པ་དེ་ཉིད་



བཤིག་པ་ལ་དེ་ཁོ་ནའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བཞིག་དགོས་པ་ལས་གཞན་གང་
ཡང་མེད། ཨ་འབས་ཀྱི་འཛིན་པ་བཤིག་པ་ལ་སྒྲུང་བ་སྟར་དུ་བྱུང་བེད་
པ་ཐག་ཚད་པའི་སྒོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཡིན། སྒོ་དེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོམས་ན།
ཐམས་ཅད་རྒྱུ་མ་དང་སྒྲིག་རྒྱུ་ལྟ་བུར་འཆར་བ་དང་། སྒྲུང་ཅམ་དེ་
གའི་ངང་ནས་སྒྲུང་དོར་གྱིས་ཨ་འབས་སུ་ཞེན་པའི་ཆགས་སྒྲུང་གི་སྒོ་
མི་རྒྱུ་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིད། དེ་ནི་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
ཉམས་ལེན་བྱེད་སྟངས་ཤིག་ཡིན།

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ནི་ད་ཅེས་པའི་ཆོས་རྒྱུ་ཡིན་
ལུགས། ལྷ་འཕྲུལ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་གྱི་ཡིན་ལུགས་ཇི་ལྷ་འཕྲུལ་
པ་དེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་ཆོངས་པའི་སློ་དེའི་ཡིན་ལུགས་
ཇི་ལྷ་འཕྲུལ་པ་ཤེས་པའི་སློ་དེ་ཇི་ཙམ་གྱི་ངེས་པ་གཏིང་ཟབ་དུ་སྦྱིན་པ་
དང་། རྒྱུང་བ་ཆེ་དུ་སྦྱིན་པའི་སྐབས་སུ་སྦྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཆོངས་པའི་
སློ་ལུགས་ཇི་ལྷ་འཕྲུལ་པ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེས་ན་དེ་ཁོ་ན་ནི་ད་ཅེས་པ་གང་
ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། མགོན་པོ་ལྷ་སྐུ་བ་གྱི་བཞེད་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་
ལྷ་འཕྲུལ་ན། ང་ཞེས་པ་དེ་ལུས་ཀྱི་ནང་མེད་པ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཤེས་གསལ་
ཡིན། མེས་པོ་ཕྱ་རོལ་གང་གི་སྟེང་ནས་ཀྱང་ང་ཞེས་པ་དེ་རྟོག་གྱུ་
མེད་པ་དང་། འཛོག་གྱུ་མེད་པ་ཐག་བཅད་ནས་གསུངས་ཡོད། དེ་

ཡང་དབུ་མ་འཇུག་པ་ལས།

ནམ་པདུན་གྱིས་མེད་གང་དེ་ཇི་ལྟ་བུར། །

ཡོད་ཅེས་རྒྱལ་འབྲུང་པས་འདིའི་ཡོད་མི་རྒྱུད། །

ཅེས་པའི་རྩ་བ་བྱག་སནི། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་དབུ་མ་རྩ་བ་
ཞེས་རབ་ལས།

ཕུང་མིན་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །

དེ་ལ་ཕྱང་མེད་དེ་ར་དེ་མེད། །

དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཕྱང་ལྷན་མིན། །

དེ་བཞིན་གསེགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། །

ཞེས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་བརྟག་པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་པ་
དེ་ར་རང་ཚོར་ཚུར་བསྐྱར་ན།

ཡུང་མིན་ཡུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །

དེ་ལ་དེ་མེད་དེ་ར་དེ་མེད། །

བདག་ཅེས་བྱ་བ་ལུང་ལྡན་མིན། །

བདག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་བསམ་ཆོ་ཞིག་བཏང་ན། ཆོ་ལ་ཏ་ཅང་
 གི་སྟོང་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ལ་བརྟ་དུས་ང་



དེ་ལས་གཞན་ན་སྒྲིམ་བྱ་གང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོན་སྒྲིམ་བྱ་མེད་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། མེད་
པ་མེན་ཞིང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

སྒྲིམ་བྱ་ཁམས་དྲུག་འདུས་པའི་ཕྱིར། །

ཡང་དག་མ་ཡིན་

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྒྲིམ་གསལ་པོ་གཅིག་ནི། ཟླ་བ་
གྲགས་པས་མཛད་པའི་དབུ་མ་འཇུག་པ་ལས།

དེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འཇུག་འཇིག་རྟེན་དུ། །

ནམ་པ་བདུན་གྱིས་འགྲུབ་གྱུར་མེན་མོད་གྱི། །

ནམ་དབྱུང་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་འདིར། །

རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། །

ཞེས་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅམ་ཞིག་གམ་
རང་གི་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཤིང་།
རང་གི་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་མ་གཏོགས་གང་དུ་
གདགས་པའི་གཞི་དེའི་ངོས་ནས་རྟེན་གྱི་རྩ་བ་ནས་མེད་ཅེས་གསུངས་
པ་དེ་ཡིན། དེས་ན་ང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་
བཤད་གྱི་ཡོད། ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་ང་འདི་རེད་ཅེས་མཛུགས་



མོ་འཇུགས་ས་ཞིག་དགོས་ཤིང་། ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། ང་
རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་ཡོད་ན་འདི་རེད་ཅེས་མཛུགས་མོ་འཇུགས་
ས་ཞིག་ཡོད་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མེད་པས་ང་ཞེས་པ་དེ་རང་གི་མཆོན་
ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་། ངོ་མོ་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་གསུངས་ཡོད།

དེ་བཞིན་དུ་མེ་ཏོག་ཅིག་ལ་ཆ་བཞག་ན། ང་ཆོས་མེ་ཏོག་འདིར་
དུ་གིན་ཞེས་བཅོད་གྱི་ཡོད། མེ་ཏོག་འདིར་དུ་གིན་ཞེས་བཅོད་པ་ལྟར་
ང་ཆོས་དུ་གིན་མཐོང་གི་ཡོད་ཅིང་། དུ་གིན་ལག་པས་རེག་རྒྱུ་ཡོད།
འོན་ཀྱང་ང་ཆོས་དུ་གིན་མཐོང་བ་ནི་དུ་གིན་གྱི་ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་
དང་། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་དུ་གིན་གྱི་རྒྱུ་དང་།
དུ་གིན་གྱི་དབྱིབས། དུ་གིན་གྱི་ཁ་དོག་བཅས་ཡིན། དེ་དག་ལས་
དུ་གིན་གྱི་དབྱིབས་པར་སེལ་བ་དང་། ཁ་དོག་ཡང་པར་སེལ། རྒྱུ་
དེ་ཡང་པར་སེལ་ན་དུ་གིན་གང་དུ་འདུག་གམ། དེ་ལྟར་སེལ་ན་དུ་གིན་
གིན་རྟེན་གྱི་མེད།

དཔེར་ན་ཅོག་ཅེ་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཅོག་ཅེའི་དབྱིབས་
དང་། ཅོག་ཅེའི་ཁ་དོག་ ཅོག་ཅེའི་རྒྱུ་ཆ། ཅོག་ཅེའི་ཕྱོགས་སོ་སོ་
བཅས་འདི་ལྟར་དུ་ཕྱེ་སྐབས། ཡན་ལག་གམ་ཆ་ཤས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།
ཆ་ཤས་དེ་དག་པར་སེལ་བའི་རྒྱུ་ཆ་ཤས་དེ་དག་གང་གི་ཡིན་རྒྱུའི་



ཆ་ཅན་ཅོག་ཅེ་ཞེས་པ་དེ་རྟེན་རྒྱུ་མེད།

རྟེན་བྱ་རྟེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་འབྲས་བྱ་ཞེས་དཔྱད་ཀྱང་། གོང་
དུ་བཅོམ་པ་ལྟར་མཛུ་བ་མོ་འདྲུགས་ན་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་རྟེན་
རྒྱུ་མེད་པས་རོ་བོ་ལ་དཔྱད་པ་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་དང་། རྒྱ་
ལ་དཔྱད་པ་དེ་རྟེན་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆོགས། འབྲས་བྱ་ལ་དཔྱད་པ་
ཡོད་མེད་རྟེན་འགོག་གི་གཏན་ཆོགས། རྒྱ་འབྲས་རོ་བོ་གསུམ་ཀར་དཔྱད་
པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་འདི་ལྟར་དཔྱད་ན་
ཅ་བ་ནས་རྟེན་རྒྱུ་མེད། དེས་གང་ཞིག་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ལྷང་ཚུ་ལ་
དེ་ཅམ་དེ་ཉིད་མཐར་ཐུག་གིས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་ལུགས་མིན་ཞིང་། ལྷང་
ཚུ་ལ་དེ་ཡིན་ལུགས་ལས་གཞན་པ་ཞིག་ང་ཚོར་སྤང་གི་ཡོད། ཡིན་
ལུགས་ནི་དེ་མིན་ལ། དེ་བསམ་པ་དང་རོ་སྤྱད་དགོས་པ་ནི་འབྲུལ་ཞིང་
ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་ཆང་མ་མཐར་གཏུགས་སྐབས་དེའི་ཡིན་ལུགས་དེ་
མིན་པའི་སྤང་ཚུ་ལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྤང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ཡིན་
ལུགས་དེ་ཤེས་དགོས་ཞེས་མགོན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་དངོས་སྒྲུབ་ལ། ཁྱོད་
ཀྱིས་སྤང་ཉིད་ཀྱི་དགོས་པ་མ་ཤེས་པ་དང་། སྤང་ཉིད་ཀྱི་རོ་བོ་མ་ཤེས་
པ་། སྤང་ཉིད་ཀྱི་དོན་མ་ཤེས་པ་རེད་ཅེས་ལན་འདི་ལྟར་བརྒྱུན་གྱི་
ཡོད། དེ་དག་ནི་ཏ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན།



དེར་བརྟེན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པ་མཐར་གཏུགས་ན། རོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དཔེར་ན། ང་ཞེས་པ་མ་བརྟག་མ་
དཔྱད་པའི་ངང་ནས་ང་བཞག་པ་ཡིན། ང་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་མ་བཟད་ང་
མི་ཡིན། མིའི་ནང་ནས་ང་བོད་པ་ཡིན། བོད་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་ང་
དགེ་སློང་ཡིན་ཞེས་འཛིན་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད། ང་དགེ་སློང་ཡིན། ང་བོད་
པ་ཡིན། ང་མི་ཡིན་ཞེས་པའི་ང་རོ་མ་དེ་གང་དུ་ཡོད་མེད་བསམ་སྒོ་
བཏང་སྟེ་བཅུ་ལ་ན་རྟེན་རྒྱུ་མེད། རྟེན་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་མེད་
པའི་དོན་མིན་པར་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ཚུ་ལ་དེ་ཡང་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་ཡིན། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་སྤངས་དེ་བརྟེན་ནས་བཏགས་
པ་ཡིན་པས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་བཅོམ་པ་འདི་ནི་མགོན་
པོ་ལྷ་སྒྲུབ་དང་། ལྷག་པར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
རིགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་མདོ་མ་དྲོས་པས་ཁྱས་པ་ལས་ཀྱང་།

གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྒྱེས་པ་དེ་མ་སྒྱེས། །

དེ་ལ་སྒྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །

རྟེན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྤང་པར་བཤད། །

གང་ཞིག་སྤང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། ལྷང་ཞིང་སྤྱད་པའི་ཆོས་རང་དང་གཞན་



གྱིས་མཆོག་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསམ་ཟློ་བཏང་ན་གཏན་ནས་མེད་
པར་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན། བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཞིང་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པ་གསལ་རེད་ཅེས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དང་། བརྟེན་
ནས་འབྱུང་བས་ཡོད་པ་དེ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དང་།
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་ཡོད་པ་བཤད་པ་དེས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པས་
ན་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་འདི་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། ཡོད་
པའི་སྐྱབ་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དེས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་
དེ་སྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཏ་ཅང་ཐབས་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་
ན་མགོན་པོ་སྐྱབ་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས།

ཆོས་རྒྱལ་སྟོང་པ་འདི་ཤེས་ནས། །

ལས་དང་འབྲས་བུ་སྟེན་པ་གང་། །

དེ་ནི་ངོ་མཆར་བས་ངོ་མཆར། །

མཆད་དུ་བྱུང་བས་མཆད་དུ་བྱུང་། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་འདྲི་བཞེན་ནས་བཀྲགས་པའི་ཏེན་
འབྱུང་གི་གོ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཤེས་སྐབས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པ་ཤེས་
པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པའི་སྒོ་དེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱུངས་
པའི་མ་འཇགས་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱུངས་པའི་



མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་དབང་གིས་མ་རིག་པ་དེ་མེད་པར་ཆགས་
པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་བསགས་པའི་འདུ་བྱེད་འགག་འགོ་བ་དང་།
འགོ་བྱེད་འདུ་བྱེད་མེད་ན། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ནམ་ཤེས་དེ་འཛོག་
མེ་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལྟར་མ་རིག་པ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་རིམ་པར་འགག་འགོ་
སྐབས། མཐར་སྟེ་ག་ན་འཆིའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་ནས་
ཁྱ་ངན་ལས་འདས་པའམ་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་པ་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་ཡོད།

དེར་བརྟེན་སྤྲུལ་རྟེན་འབྱུང་མཐོང་བ་དེས་འཛིག་རྟེན་ལས་
འདས་པའི་ཡང་དག་པའི་རྩ་བ། རྟེན་འབྱུང་ཕྱོམ་སྤྲུལ་མཐོང་བ་དེས་
ཆོས་དོན་དམ་བཤེན་པ་མཐོང་བ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ནི་ད་ཕྱི་ན་ཅི་མ་ལོག་
པ་མཐོང་གི་ཡོད། དོན་དམ་བཤེན་པ་ཕྱི་ན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་སྐབས་
དེའི་འབྲས་བུར་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ།།

ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་པ་སྤྱད་སྐབས། རྟན་འབྲེལ་ཕྱ་མོ་མཐོང་
 སྐབས་ཆོས་དོན་དམ་བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་མངོན་
 ཏུ་གྱུར་ནས་སྤྱི་བ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤོང་བའི་སྐབས་སུ་
 མཐར་ཐུག་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་སྐྱོ་ཐོབ་པ་རྟེན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཡོངས་
 སུ་རྫོགས་པའི་ཆོས་སྐྱོ་ཐོབ་པ་གསུངས་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་མཐོང་བ་གསུངས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལའང་གཉིས་



དེ་ནི་གཟུགས་སྐུ་པ་རྒྱུར་སྐབས། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་
གསེགས་པས་ན། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཆོས་སྐུར་
རྒྱུར་བའི་སྐབས་སུ། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་ཕར་གསེགས་པས་ན་
དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སྟེ་
ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཞེས་པ་ནི། ཕར་གསེགས་པ་དང་ཚུར་གསེགས་པ་སྟེ། དེ་
བཞིན་ཉིད་དེ་འཆར་གཞིའམ་སྒྲོས་པ་མཐའ་དག་ཉི་ཤར་གཞི་ས་དེ་ཡིན་
ལ། རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཆོད་བརྗོད་ལས།

ལྷོ་ས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བརྟན་པ། །

ཞེས་པའི་ཆོག་དེའི་སྐྱོས་པ་ཉི་ཤེས་པ་ཞི་བ་ཞེས་པའི་སྐྱོས་པ་
 གང་དུ་ཉི་ཤེས་པ་ཞི་བ་རེད་ཅེ་ན། དེ་བཞིན་ཉི་ཤེས་པ་ཞི་བ་དང་། སྐྱོས་
 པ་ཐམས་ཅད་ཉི་ཤེས་པ་ཞི་བ་ཞིང་ཞི་བའི་མཆོན་ཉི་ཤེས་ཅན་ཞེས་དེ་བཞིན་
 ཉི་ཤེས་ཅེས་པ་དེར་སྐྱུར་བ་དང་། དེའི་ངང་དུ་ཕར་གཤེགས་པ་འཕམ་དེའི་
 དབྱིངས་སུ་ཕར་གཤེགས་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་
 ལྟ་བུའི་ཆོས་སྐྱུའི་དབྱིངས་ལས་ཚུར་གཟུགས་སྐྱུའི་རྣམ་པ་གར་སྐབས།
 ཚུར་གཤེགས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་འདི་ལྟར་ཡིན། དེ་ནི་ཉི་ཤེས་པ་ཞེས་
 པའི་དོན་ཡིན།

རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་དེར་དོན་གཉིས་ཡོད་པ་སྟེ། ལྷ་འབྲས་



གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་གཅིག་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
 ཞེས་པ་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
 ཞེས་པ་ཞིབ་ཐུའི་ཐོག་ཕྱིན་ན། དབུ་མ་པ་ཡོངས་ཀྱི་ཞལ་གྱིས་བཞེས་
 པའི་ཆ་གས་ལ་སྟོས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་གཅིག་དང་། བ་སྟོན་དུ་
 ཡང་རང་མཆོན་མི་བཞེས་པའི་དབུ་མ་པའི་བྱུ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཞེད་
 པ་དེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་པ་དོན་གྱི་ངོས་ནས་
 བྱུ་བ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པར་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཅོམ་ཞེས་པ་
 དེ་ཉིད་ཡིན། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ངོ་མ་ཞིག་བྱས་ན་དེ་དག་ཤེས་དགོས་
 པ་དང་། མ་མཐར་དེ་དག་གི་གོ་བ་ཆགས་པ་ཤིག་དགོས་ཤིང་། དེ་
 ལྟར་བྱུང་ན་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོན་པ་ལས།

དོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ། །

ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པ་ལ། །

ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར། །

ཉེས་ཀྱན་ཅ་བ་ལྟོག་ཕྱིར་རོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་ཕྱོགས་པས། །

ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །

ཕྱི་ཕྱིར་སྐྱོན་ནམས་བོས་པ་བཞིན། །



བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བཟན་ཐུང་རོ། །

ཞེས་གཏན་ཆོག་ས་ཀྱི་རྩ་མཆན་འགོད་གནང་བ་དང་། ཡང་

དེ་ཉིད་ལས།

ཨེ་མའོ་མཁས་པས་འདི་ཉིད་གྱི། །

ཁུད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་གྱུར་པ། །

དེ་ཆེ་རྒྱ་གཞི་ཁོང་ནས་ནི། །

ཁྱོད་ལ་ཅི་ཐུང་གསེང་མི་འགྱུར། །

ཞེས་སངས་རྒྱུ་བཙེམ་ལྷན་འདས་ལ་དད་པ་དང་སྐྱབས་སུ་
འགོ་བདེན་གྱི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བའི་དད་པ་དང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཡིན་

འགྲོ་བ་དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བའི་དད་པ་དང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་

དགོས་པ་གསུངས་ཡོད། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

ཀྱེ་རྒྱ་དབང་གསལ་སྤྱོད་མཁས་པས་བཅོམ། །

འདི་འདྲིའི་ཡོན་ཏན་ཐུང་པོ་ལ། །

འིང་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་གྱུར་གྱིང་། །

ཡོན་ཏན་ཆ་ཅམ་མ་འཆལ་དྲི། །

ཞེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞིག་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་

ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མ་འབྲུངས་བར་བཅོམ་ཞུན་འདས་ལ་དད་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་

ལྷ་བྱའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡིན་ཏེ་བྱུང་ཆོས་ཟབ་མོ་ཡིད་པ་མཐོང་།



མ་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་གཞིན་ནུའི་དྲུས་ནས་
བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་སྐུ་བས་སུ་མཆོའོ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་དེ་ནི་པ་
མ་གཉིས་དང་། ལྷག་པར་ཆོས་རྗེ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྱིས་བསྐབ་པ་
གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐུ་གཞིན་ནུའི་དྲུས་ནས། སངས་རྒྱལ་ཆོས་
དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་ནམས་ལ། །བྱུང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐུ་བས་
སུ་མཆོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་རིང་མོ་ཞིག་ནས་སྐུ་བས་སུ་སྐོང་བ་ཡིན་
ཡང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ཙམ་སྟེ་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་
བ་དེ་དག་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ཙམ་ལས་ཐུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་
མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་དེ་ནི་པ་

མ་གཉིས་དང་། ལྷག་པར་ཆོས་རྩེ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་

གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐྱེ་གཞིན་ནའི་དུས་ནས། སངས་རྒྱས་ཆོས་

དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་ནམས་ལ། །བྱང་ལྷུང་བར་དྲ་བདག་ནི་སྐུའམ་

སྤྲ་མཆི། །ཁེས་གསུངས་ཏེ་རིང་མོ་ཁྱིམ་ནས་སྐབས་སྤྲ་སོང་བ་ཡིན་

ཡང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ཙམ་སྟེ་སྐྱེ་གསུང་བླགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་།

བདེ་དག་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ཙམ་ལས་ཐང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་།

མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་འཆི་བདག་ཁར་སྦྱིགས་པའི། །

སྒྲིག་གི་རྒྱན་ནི་མ་རྒྱལ་པར། །

ཁྱོད་ལ་རྩུང་བྱད་ཡིད་ཆེས་པ། །

འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྙམ་བཞིད། །

ཅེས་དང་། དེའི་རྒྱ་མཆན་དུ་རྟོག་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས།

སྟོན་པའི་ནང་ན་ཉིན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་། །

ཤེས་རབ་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས། །

འཇིག་རྟེན་དག་ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བཞི་ན། །



ཡུལ་བྱང་ལེགས་པར་བྱོད་མཁེན་གཞན་གྱིས་མིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ངེ་སྟེང་བཀའ་སྩལ་པ། །

རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་འདུག །

དེ་ཡང་མྱ་ངན་འདའ་ཕྱིར་ཏེ། །

ཞི་འགྱུར་མི་མཛད་ཁྱིད་ལ་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་དེ་དག་ནི་བཙུག་ལྷན་འདས་ཁྱིད་ཉིད་ནི་ཐོག་
མར་ང་ཚོ་ལྷར་སེམས་ཅན་ཕལ་པ་ཞིག་ནས་སངས་རྒྱུས་པ་དང་། བཙུ་
བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ། དེའི་དབང་གིས་གང་གི་གདུལ་བྱ་རྣམས་རང་
གིས་རྟེན་པའི་གོ་འཕང་ལྷར་ཐོབ་པ་ཞིག་གྱུང་ན་དགོངས་ནས་ལམ་སྟོན་
གནང་བ། གང་གིས་ཆོས་གསུངས་པའི་དམིགས་ལྷུལ་ཡང་རང་ལ་
ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་དེ་ལྷར་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ལ་ཐོབ་ལོགས་བྱས་ན་
དགོངས་ནས་ཆོས་གསུང་གི་ཡོད་པ་དང་། རང་ཉིད་སྟོན་ཀྱན་ཟད་
ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྷན་དུ་གྱུར་པ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་
དུ་མངོད་པའི་སྟོན་སྒྲུང་བ་ཡིན། གདུལ་བྱར་ཆོས་སྟོན་པའི་སྐབས་
སུ་ཡང་། རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྒམས་ཏེ་འཇུག །ཅེས་རྟེན་འབྲེལ་
ཉིད་ལས་བརྒམས་ཏེ་བརྟན་པ་དང་། དེའི་དགོས་པ་ནི་མྱང་འདས་ཐོབ་



པའི་ཆེད་དུ་གསུང་གི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཀྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། དབང་པོ་རྟོན་པའི་
 དབང་དུ་བྱས་ན། ཐར་པ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་ཡོང་
 བ་ལ་ཐར་པ་ཆད་མས་ངེས་དགོས་ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་
 མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་
 དེ་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་དང་། བྱང་རྒྱུ་དོན་གཉེར་གྱི་གཉིས་ལས།
 བྱང་རྒྱུ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་དང་། གཞན་དོན་ནི་གཞན་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུང་
 འདས་ཡིན་པ་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་དོན་ཞེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་
 རྒྱུ་ཀྱི་བསྐྱུས་པའི་སྒྲུང་འདས་ལ་གསུང་གི་ཡོད་པས་སྒྲུང་འདས་ལ་གོ་
 བ་ཆགས་གིང་སྒྲུང་འདས་ཆད་མས་ངེས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་ཏུ་ཅང་ཁག་
 པོ་ཡིན།

བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡོང་བ་ལ། བྱང་ཆུབ་ཚད་མས་
མ་ངེས་ན་དེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡོང་རྒྱ་ཁག་པོ་ཡིན། དེས་ན་དབང་
པོ་རྣམས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཚན་ཉིད་ཚང་
བ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པ་ལ། ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་མེད་ཐབས་མེད་པ་དང་།
ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པ་ལའང་
ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན།



སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་དགེ་
འདུན་དཀོན་མཆོག་བཅས་གསུམ་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་
འགྲོ་ནས་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལོ་བ་ཆགས་
པ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་རྟོན་འབྲེལ་ཞེས་པའི་རྟོན་འབྲུང་གི་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་གཞི་ལ་བཞག་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པའི་རྟོན་འབྲེལ་སྤོངས་ཐོག་འབྲིད་ཀྱི་ཡོད། མགོན་
པོ་ལྷ་སྐུ་བ་དང་། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། མ་དོས་པས་ཞུས་
པའི་མདོར།

གང་ཞིག་རྟོན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟོན་འབྲུང་དེ་ཉིད་དེས་པའི་སྟོ་
ནས་མངོན་མཐོ་སྐུ་བ་པར་བྱེད་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་པའི་
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟོན་འབྲུང་དེས་སྐབས། དེ་ཉིད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྟོན་འབྲུང་གི་ཐོག་ཏུ་འབྲིད་པ་གནང་གི་ཡོད། རྟོན་འབྲུང་
གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པ་ནི་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
ཁྱད་ཆོས་ཡིན། དངོས་གནས་རང་དེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ཉམས་
ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ན། དེ་དག་ཤེས་དགོས་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་འགངས་
ཆེན་པོ་ཡིན།



ཉིན་གཉིས་པའི་རྩི་བ་ དང་བཀའ་ལན།

འཆེ་བ་མེད་པ་དང་འཆེ་བའི་ལས་
ཀྱི་ཁྱད་པར་སྟོང་།

ཐུག་སྟོང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་། །

སྐུ་སྟོང་བསྐྱལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱལ་སྟོང་། །

གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དེར་སྟོན་པ། །

བཙུན་པ་སྐུ་ན་རས་གཟིགས་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཐུག་སྟོན་དུ་སོང་པའི་སྟོ་ནས་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ར།
རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོག་སྟོབ་ཆེད་མི་གཞན་གྱི་སྟོག་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན། རང་
ཉིད་སྐྱུང་སྟོབ་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་འཆེ་བ་དེ་ནང་པའི་ལྟ་གྲུབ་དང་འགལ་
གྱི་ཡོད་མེད་དང་། དེས་མཚན་པའི་དེང་སྐབས་རྒྱ་དམར་གྱིས་པོད་
ནང་མནར་གཅོད་མང་པོ་བཏང་བ་དེར་དཔག་པས་རང་ཉིད་སྐྱུང་སྟོབ་



ཆེད་གནས་སྤངས་ལ་དཔག་པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་སྤེལ་ན། དེ་ཡུལ་
བརྩམས་པའི་ཆེད་པུན་གྱི་ལོ་ལྷན་དང་འགུལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཅེས་
བཀའ་འདྲི་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ཁ་སང་དང་། དེ་རིང་གོང་དུ་སྐད་ཆ་
བྱུང་བ་ལྟར། སོ་ཐར་གྱི་སྐབས་སུ་ལུས་ངག་གི་ལས་བདུན་ཏེ། སློག་
གཅོད་པ་དང་། མ་བྱེན་ལེན་པ། ལོག་གཤེད་པ། དེ་བཞིན་རྩུན་དང་།
ཕྱ་མ། ཆོག་རྩུབ། ངག་འབྲེལ་བཅས་བདུན་པའི་ལ་གནང་བའི་སྐབས་
མེད། སོ་ཐར་གྱི་མིང་ལའང་སོ་སོར་ཐར་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། རང་
ཉིད་ཐར་བའི་དོན་ཅུ་ཡིན། དེ་ནི་རང་གཅིག་ཕྱི་དོན་དག་ཡིན།
དེས་ན་རང་གཅིག་ཕྱི་དོན་ཏེ་དཔེར་ན། རང་ཉིད་ལ་ཉེན་ཁ་ཞིག་
ཡོང་སྐབས་དེར་ཁ་གཏད་བཅག་ནས་ཕ་རོལ་པོ་གསོད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱུ་
ཕལ་ཆེར་ཁག་པོ་ཡིན།

དེ་སྐོར་ངས་ནམ་རྒྱུན་འདི་ལྟར་གྲོག་གི་ཡོད། མི་ཞིག་གིས་
མེ་མདའ་འབྲེལ་ནས་རང་ཉིད་གསོད་པར་ཡོང་གི་འདུག་ན། ཕར་ཆེར་
དེ་ལ་ལན་སློག་ནས་རང་ཉིད་སྤངས་པའི་ཕྱི་དོན་གསོད་པ་ལྟར་བྱ་ཞིག་ཡོད།
གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་དུ་མེ་མདའ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། མེ་མདའ་
དེ་མི་དེའི་མགོར་བརྒྱབ་ན་མི་དེ་གི་རྒྱུ་ཡིན། དེ་ལྟར་མིན་པར་རྟེན་



ལག་ལྟར་བྱ་ལ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་འཆོམས་པོ་མེད་དམ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ལྟར་བྱས་ན། ཁ་སང་
ཞུས་པ་བཞིན་སྐར་རྒྱ་གར་ལ་ཁ་ཆེ་འམ་དུ་རུ་ཁའི་དམག་ཡོང་བའི་
སྐབས་སུ། ནང་པའི་དགེ་སློང་དེ་འདྲ་ལ་གྱི་བརྒྱབ་པ་དང་། མདུང་
བཙུགས་པ་སོགས་བྱས་ཀྱང་ཕར་ལན་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་སྤོང་གི་ཡོད་
པ་བརྗོད་པ་ལྟར་བྱེད་སྤངས་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱི་
སོ་སོར་ཐར་པ་དེ་ཅུ་མིན་པར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་པའི་
དོན་ལ་རྒྱུན་པར་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་སྒོའི་གོམས་འདྲིས་ཡོད་པ་ཞིག་
ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བསམ་པ་དེས་གང་འཆོམས་
ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞིག་ཡོད།

དེ་ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་འབྲུངས་རབས་ནང་དེད་དཔོན་
སྤྱི་མཆོག་ཅན་གྱིས་མི་ནག་མདུང་བྱང་ཅན་བསད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གིག་ཡོད།
སྐབས་དེར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོང་པ་ཞིག་དུ་འབྲུངས་པ་དང་། ཆོང་
ཕུག་ཀྱང་ལྟ་བུ་ཅུ་ཡོད་ཅིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོང་པ་དེ་
དག་གི་དེའི་དེད་དཔོན་གནང་སྟེ་ཆོང་ལ་ཐེབས་པ་དང་། ཐུགས་ལ་
ཏ་ཅང་སྤྱི་མཆོག་ཅན་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་མཆོན་ལ་དེད་དཔོན་སྤྱི་མཆོག་ཅན་པོ་
ཞེས་བྱ་གི་ཡོད། ཁོང་ཆོ་ཆོང་ནས་འཁོར་ཏེ་ཆུར་ལོག་ཐེབས་སྐབས།



ལྷ་དངོས་མང་པོ་འབྱེད་ལྷ་ཡོད་པར་བརྟེན་ཆོང་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་མི་གཅིག་
 རྩེ་མི་ནག་མདུང་བྱང་གི་བསམ་པར་ངས་རོགས་པ་མི་བཞི་བརྒྱ་དག་
 ལྷ་ལོ་དག་དེ་དག་བསད་དེ་ལྷ་དངོས་རྣམས་ཁོ་རང་ལ་རག་པ་བྱེད་
 དགོས་བསམ་པའི་སློང་ན་སྤྱིས་ཏེ་མི་དེ་དག་གསོད་ལྷའི་གྲབས་གསོམ་
 བྱེད་སྐབས། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་ཡིན་པའི་དེད་དཔོན་སྤོང་
 རྩེ་ཆེན་པོས་གནས་ཚུལ་དེ་མཁྱེན་ནས་ཁོ་ལ་དེ་ལྷར་མ་བྱེད་ཅེས་བཀའ་
 སློབ་གནང་ན་ཡང་། ཁོས་བཀའ་ལ་རྩ་བ་ནས་མ་ཉན་པར་མུ་མཐུད་
 རོགས་པ་དེ་དག་གསོད་ཅིས་བྱེད་སྐབས། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་
 དགོངས་པར་ཁོ་ལ་མི་དེ་དག་གསོད་དུ་བཅུག་ན། ཁོ་ལ་མི་བཞི་བརྒྱ་
 དག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་བསད་པའི་ཞིག་པ་ཡོང་ལྷ་དང་། མི་བཞི་བརྒྱ་དང་
 དག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་དེ་དག་ཀྱང་སློག་གོར་པའི་སྤྱིག་བསལ་ཡོང་ལྷ་བཅས་
 མདོར་ན་གཉིས་ཀ་ལ་གནོད་པ་ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་ཁོ་མི་གཅིག་པས་ད་ན་པཅོམ་ལྷན་འདས་རང་ཉིད་ལ་
 མི་ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་པས་ད་པའི་སྡིག་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཡང་། མི་བཞི་བརྒྱ་
 དགུ་རྩ་ལྔ་དགུའི་སློག་ཐར་རྒྱུ་ཡིན། མི་ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་ཁོ་རང་
 ལ་ཆ་བཞག་ན་ཆེ་འདིའི་སློག་ཤོར་ཡང་། མི་བཞི་བརྒྱ་དགུ་རྩ་ལྔ་
 པས་ད་པའི་སྡིག་པའི་ལས་ལས་ཐར་གྱི་ཡོད། དེས་ན་མི་ནག་མདུང་



ཐུང་ཅན་དང་། རྟོགས་པ་མི་བཞི་བརྒྱ་དགུ་བརྒྱ་ལོ་དགུ་གཉིས་ཀར་
 བརྩེ་བའི་དགོངས་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཞེས་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་
 ཏེ་དེད་དཔོན་སྣང་རྩེ་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ལ་མི་ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་བསད་
 བའི་སྡིག་པ་བྱུང་ཡང་འགྲོད་པ་མེད། སྤྱི་ལ་ཕན་པ་བྱུང་ན་དགོངས་
 ཏེ་རང་ཉིད་ཐོས་བརྟུང་ནས་བདག་གཞན་བརྩེ་བའི་བསམ་པ་འཇམ་
 གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་པས་མི་ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་རྩེ་ས་སུ་
 བསད་ཡོད། དེས་དེད་དཔོན་སྣང་རྩེ་ཆེན་པོར་སྡིག་པ་ཡོང་བྱུ་ལས་
 ལྷོག་སྟེ་ཆོགས་བྱུ་ཆེན་པོ་རྩོགས་པ་གསུངས་ཡོད།

དེར་བཞེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྟོན་ནང་། རྟེན་དང་
འཆོམས་པར་ཆར་མི་གཙོད། ཅེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཉེས་བྱས་
བཞི་བཅུ་ཞེ་དུག་གསུངས་པའི་ནང་གི་ཉེས་བྱས་གཅིག་འདི་ཡིན། ས་
རོལ་པོ་ཉེས་པ་བྱེད་མཁན་དེ་དག་པོ་མངོན་སྟོན་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
ཆར་བཅད་ན་ལས། བརྗོག་ཐབས་ཀྱི་ཐབས་གཞན་མེད་པ་ཁྱིག་ཡིན་
ན། དེ་འདྲིའི་གནས་སྟངས་ཀྱི་འོག་ནས་སྡིག་པ་སྟོན་མཁན་དེ་རྟེན་
དང་འཆོམས་པར་ཆར་མ་བཅད་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཉེས་བྱས་
ཡིན་པས་ཉེས་བྱས་དེ་མི་པོའི་ཡོང་ཆེད་དུ་རྟེན་དང་འཆོམས་པར་ཆར་
གཙོད་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད།



དེས་ན་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཐོག་པའམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
སྡེ་སྡོད་ཀྱི་ནང་སྒྲིག་གཅོད་ལ་གནང་བའི་སྐབས་མེད་ཅིང་། འདྲོད་
ཆགས་ལ་གནང་བའི་སྐབས་ཡོང་གི་ཡོད། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་གཞུང་
ནང་ཆགས་སྡང་ལ་གནང་བའི་སྐབས་མེད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
སྡེ་སྡོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདྲོད་ཆགས་ལ་གནང་བའི་སྐབས་ཡོད་ཀྱང་ཞེ་
སྡང་ལ་གནང་བའི་སྐབས་མེད། འོན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲགས་
ཀྱི་ཐོག་པའི་ནང་ཞེ་སྡང་ལ་གནང་བའི་སྐབས་ཡོད་པས་བསྒྲུབ་བྱའི་ལྟ་
ལ་ལྟ་དག་པོ་ཡོང་བཞི་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་འཛིགས་བྱེད་ལས།

ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་བྱམས་སྡང་མི་མང་འཕང་། །

སྤྱི་དག་སྐྱེ་བ་ལ་པ་མ་ལུས་འདུལ་བའི་ཕྱིར། །

ཐུགས་རྗེའི་ཐབས་ཀྱི་བྲོ་རྒྱལ་སྐྱར་སྟོན་པ། །

འཛིགས་བྱེད་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྲོ་པོའི་སྐྱར་བཞེངས་པ་ནི། ལམ་དེར་

ཞེ་སྡང་ལམ་བྱེད་ཡོད་པས་ན། ཞེ་སྡང་ལམ་འཁྱེར་བྱེད་མཁན་གྱི་ནལ་
འཕྲོར་པ་དེའི་བསྒྲུབ་བྱའི་ལྟ་སྤྱང་དེ་ཡང་དག་པོའི་ནམ་པར་ཤར་བ་
དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཀའི་ནང་ནི་སོགས་ཀྱི་
ལས་རབ་འབྱམས་སོགས་ལས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་



ཞི་བའི་ལས་ཆེ་སྡེལ་བ་དང་། ནད་ནི་བ་སོགས་ཞི་བའི་ལས་དང་། བསོད་
ནམས་རྒྱས་པ་དང་། རྟོར་རྒྱས་པ་སོགས་རྒྱས་པའི་ལས། དབང་ཐང་
རྒྱས་པ་དང་། གཞན་དབང་དུ་འདུ་བ་སོགས་དབང་གི་ལས། དེ་ལྟར་
དབང་དུ་འདུས་ནས། ཞི་བ་དང་རྒྱས་པ་གཉིས་ནི་གཙོ་མོ་རང་དོན་
ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་མིན་ན་ཡང་། གཞན་
དོན་བསྐྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་རང་གི་ཆེ་རིང་བ་དང་། ནད་མེད་པ་ལུས་
བདེ་བ། རང་གི་ཡོངས་སྤྱོད་སྟན་གྲགས་ལ་སོགས་པ་འཕེལ་བ་དེ་ཡིན།
དབང་དང་དག་པོ་གཉིས་ནི། གཞན་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོང་གི་ཡོད།
དབང་གིས་གཞན་རང་གི་དབང་དུ་འདུས་ཤིང་། རང་གི་དབང་དུ་འདུས་
ནས་ཆེ་གཡོག་གམ་བྱན་གཡོག་དུ་བཀོལ་བའི་དོན་མིན་པར། གཞན་
སྤྱི་བ་ལ་སྤྱོད་མཁན་དེ་དག་སྤྱི་བ་ལས་བསྒྲུབ་བྱེད་རང་གི་དབང་
དུ་འདུས་ནས་དབང་ཤེད་ཀྱིས་གཞན་སྤྱི་བ་ལས་བསྒྲུབ་དུ་འཇུག་
པ་དེ་ཡིན།

གཞན་སྤྱི་བ་ལ་སྤྱོད་མཁན་དེ་དག་དབང་དུ་འདུས་ནས་སྤྱི་བ་
སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འཇུག་པོའི་ཐབས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་བྱེད་ལྟར་དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱ་དང་།
དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསྒྲུབ་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མ་བྱུང་ན། ཆར་གཙོད་ཐབས་
དག་པོའི་ལས་བཤད་ཡོད། དག་པོའི་ལས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། དཔེར་ན།



དགའ་ཆོས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ན། དེའི་ལུས་པ་གཅིག་པའི་མངོན་སྲོད་
 གྱི་ལས་སུ་དབྱེ་བའི་ལས་དང་། དེ་མིན་དགའ་བོ་ཡུལ་ཁམས་གཞན་དུ་
 བསྐྱེད་པའི་ལས། གཞན་ཡང་དགའ་བོའི་ལུས་ལ་ནད་གཏོང་བའི་ལས་
 རེངས་པའི་ལས། རྒྱུ་ལས་པའི་ལས། ཐ་མ་གསོད་པའི་ལས་བཅས་
 ཡོང་གི་ཡིན།

དེ་ནི་གཞུང་གི་འགྲོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟར་བཤད་ན། འཆོ་བ་དང་འཆོ་
 བ་མེད་པའི་ལས་ཞེས་པ་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཐབས་གཏིང་ཟབ་པའི་སློ་ནས་
 བཤད་ན། འཆོ་བ་མེད་པ་ཞེས་པ་དེ་སྤྱོད་པ་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་དབྱེ་བ་
 འབྱེད་ཆུ་ཁག་པོ་ཡིན། དཔེར་ན། གཞན་ལ་མགོ་སློར་གཏོང་བ་
 དང་། བསྐྱེད་བྱེད་པའི་དོན་དུ་སྐད་ཆ་ཆོག་འཇམ་པོ་བཤད་པ་དང་།
 གད་པོ་དགོད་བཞིན་འཇུག་གིས་བསུས་པ། བརྒན་པ་ལག་དྲགས་སྤྱད་
 པ་སོགས་བྱས་ན། བྱ་བ་དེ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། ཀྱན་སྒྲོང་མགོ་
 སློར་བཏང་སྟེ་སེམས་གནག་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་དེའི་ས་ནས་རང་
 ཉིད་ལ་ཁེ་བཟང་ལེན་ཆུ་སོགས་ཡིན་པས་དེ་ནི་དོན་གྱི་ཆ་ནས་འཆོ་བའི་
 ལས་ཡིན།

དེ་མིན་པ་མ་གཅིག་གིས་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་ཞིག་ལ་གཤེག་གཤེ་
 རུང་ཟད་བཏང་བ་དང་། གདོང་ནག་པོ་བརྟན་པ། ཉེས་རྒྱུ་ཕྱན་བྱ་



བཏང་བ་བཅས་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དགའ་བོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་
 གན་གཅིག་ནས་དགའ་བོ་ཞིག་གིས་མཐའ་གཅིག་དུ་ཕན་སེམས་དང་། བརྟེ་
 བའི་བསམ་པས་སྐབས་རེ་གཤེག་གཤེག་བཏང་བ་དང་། ཡང་ན་ཉེས་རྒྱུ་
 བཏང་བ་སོགས་རུང་ཟད་གདུག་རྒྱུ་བ་བྱས་ན། སྤྱོད་པ་དེ་འཆོ་བའི་
 རྒྱུ་ལས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། དོན་ལ་དེ་ནི་འཆོ་བ་མིན། གང་ལགས་
 ཤེས་ན། རྒྱུ་ལས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པ་དེ་བྱས་པ་ཡིན། དེས་
 རྒྱུ་ལས་པས་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་ཞིག་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་
 མཐའ་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་པ་
 བརྟེ་བརྟེ་བྱུང་གཏན་འཁེལ་བ་ཡིན། ང་རང་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་
 གནས་ཆུ་ལ་ནི་ཐ་དད་ཡིན། དེས་ན་གུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་
 གྱི་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས།

གསང་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་ཞིག་སེམས་ལས། །

ཆོ་དང་ནོར་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་ཞིག་སེམས་ལས། །

ཆོ་འདིའི་ལག་ཆ་ཁོ་ནར་འབྱེད་པ་ནི། །

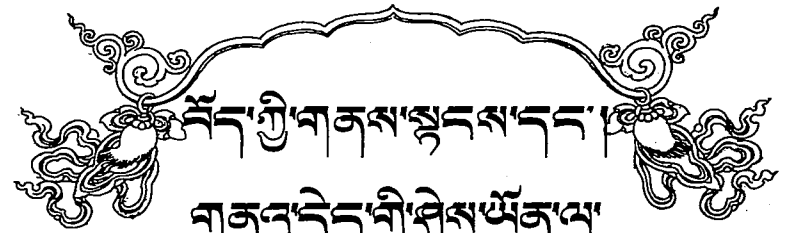
ས་མཆོག་ཅན་སེམས་བར་བྱས་འདྲ་བས། །

ཆོས་ཀྱིས་ངན་སོང་བསྐྱེད་པས་པ་མ་བྱེད་ཨང་། །

ཞེས་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་ཞིག་སེམས་ཀྱི་ལས་བསྐྱེད་ཀྱི་འཕྲུལ་ལྟ་



ཀྱང་། རང་དོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་ཞི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གྱི་ལས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་
 ཞི་ངན་སོང་གི་རྒྱ་སྒྲིལ་པའི་ལས་བསགས་པ་ལས་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་
 མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། ང་ཚོ་ཕལ་པ་ཡིན། དངོས་གནས་གསང་
 རྒྱལ་ས་ནི་རྒྱ་སྒྲིལ་པའི་གདུལ་བྱ་ཆེད་ཡོངས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་བྱང་
 རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་དང་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཡིན། བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་
 དང་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིལ་པའི་ཐོག་ནས་དབང་འདུས་ཀྱི་ལས་དང་།
 དག་པོ་མངོན་སྲོད་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དེ་དག་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན་པ་ལས།
 འཆོ་བའི་ལས་གཏན་ནས་མེན། དེ་ཞི་སྒྲིལ་རྒྱུ་ལས་མ་པ་འབའ་ཞིག་
 དང་། སྤུགས་རྒྱུ་རིང་པོར་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དོན་དུ་མངོན་སྲོད་
 ཀྱི་ལས་བྱས་པ་ཡིན་པས་དོན་ཀྱི་ཆ་ནས་འཆོ་བ་མེན། དེ་ལྟར་བསམ་
 སྒྲོ་གཏོང་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ནས་འཆོ་བ་ཡིན་མིན་དཔྱད་འབྱེད་པའི་ཀྱི་གལ་
 འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན།



བོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་།
 གནས་དེང་གི་ཞེས་ཡོན་ལ་

བཙུན་དགོས་ཚུལ།

ང་ཚོའི་བོད་དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། འཆོ་བ་
 མེད་པའི་ལས་ལ་འགྲོ་དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ང་ཚོར་
 འཇམ་མཐོང་གི་རྒྱུ་སྒྲོར་ཐོབ་པ་ཡང་། ང་ཚོས་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལས་
 ལ་བཞེན་ནས་འགྲོ་གི་ཡོད་པས་རྒྱུ་སྒྲོར་མང་པོ་ཞིག་དེའི་ཐོག་ནས་
 ཡོང་གི་ཡོད། ཉེ་ཆར་བོད་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བཞག་ན། རྒྱ་སྒྲིལ་
 ནས་བོད་པས་འཆོ་བ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གྲགས་ཆེན་པོ་བོད་ཀྱི་འདུག་
 དེ་ལྟར་བོད་པའི་དག་གཞན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཆན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པས་
 ཡིན། ང་ཚོས་སྤྱད་པའི་འཇམ་མཐོང་གི་ཡོངས་ལ་རེ་བསྐྱུལ་བྱས་པ་
 རྒྱུ་། བོད་ནང་གི་ས་གནས་ས་ཐོག་དུ་ཞིབ་འདུག་པའི་མཁའ་མི་
 བཏང་ནས་ཞིབ་འདུག་མཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་རོགས་ཞེས་བརྗོད་པ་
 ཡིན། བོད་ནང་ཟང་ཟང་བྱང་བ་དེ་དག་རྒྱ་སྒྲིལ་ནས་ང་ཚོ་རྒྱ་གར་



ནས་བསྐྱུལ་བ་རེད་ཅེས་ཤིང་གྱི་འདུག་དེ་ཆོའི་གས་ལ་ཞིབ་འདུག་
མཐིལ་ཕྱིན་པ་བྱེད་རོགས། མཐའ་མ་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་
ཞིབ་འདུག་བྱེད་པར་ཡོང་ན་ང་ཆོས་ཨང་གསར་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་ཡོད།
ང་ཆོའི་ཡིག་སྒྲིག་ཁག་ལ་བརྟུན་ཆོག་ལ། བོད་ནས་གསར་འཕྱོར་ཡོང་
མཁན་ལ་ངས་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་སྐྱེ་འདུག་གིས་འཁོར་ཐག་ཀྱང་ཉན་
ཆོག་གི་རེད་ཅེས་ཡོངས་གྲགས་འབོད་སྐྱུལ་བྱས་པ་ཡིན། ང་ཆོའི་ངོས་
ནས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འཇམ་བུ་སྒྲིབ་གིས་ཤེས་པ་
ཞིག་དང་། ང་ཆོ་བོད་པ་ཆོས་ཀྱང་ཤེས་པ་ཞིག་བཅོས་བསམ་གྱི་ཡོད་
ཀྱང་། ད་ལྟ་བོད་ནང་ཕྱི་མི་གཏོང་གི་མེད། དེའི་བར་ན་ཁོང་ཆོས་
ཏུ་ཅང་འཁྲབ་གྱི་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་འདུག།

མི་མང་གི་ངོ་ཚྭ་ལ་ལྷ་བ་གསུམ་པའི་ཆོས་བཙུ་ཉིན་ནས་འགོ་
ཚུགས་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་ཆོས་བཙུ་དང་། བཙུ་གཅིག་བཙུ་
གཉིས། བཙུ་གསུམ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མི་ཤོད་པར། ཆོས་བཙུ་
བཞི་ནས་བཤད་གྱི་འདུག་གོང་གསལ་ཉིན་བཞིའི་ངོ་ཚྭ་ལ་གྱི་སྐབས་
སུ་ཕལ་ཆེར་འཆོ་བའི་ལམ་ལ་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་སྐོར་རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་
བཤད་གྱི་མི་འདུག་ཆོས་བཙུ་བཞིའི་ཉིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡོང་སྐབས་
སྐོར་ལ་ཁག་གཅིག་གིས་བརྗོད་པར་གཞིགས་ན། རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་



གཡམས་གཡོན་ས་ཁུལ་ནས་མི་དེ་འདྲ་ལྟ་སའི་ནང་དཔོན་ནས། དེ་དག་
ལ་བོད་ཆས་གཡོགས་ཏེ་ཟང་ཟེང་བཅོ་རུ་བཙུག་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་གྱི་
འདུག་དཔེར་ན། རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་ལྷ་བ་ ༡ ཆོས་ ༡༧ རྟོན་རྒྱུན་
ཞེས་མི་བརྒྱབ་པ་སོགས་ཟང་ཟེང་བྱང་ལུགས་ཏྲག་པར་འཕྱར་ཡོང་གི་
འདུག་དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོ་བོད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་
བཞག་ན་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་དགོས་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་གལ་
ཆེན་པོ་ཡིན།

ད་ལྟ་ང་ཆོར་གལ་ཆེན་པོ་གང་འདུག་ཅེ་ན། ང་ཆོ་འཆོ་བ་མེད་
པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ཡོད། འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་
བ་ལ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་དགོས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐོག་ནས་
བདེན་པ་མཐའ་ལ་འབྱོལ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས། ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་མེད་
ན་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་པ་བདེན་སར་འབྱོལ་བ་
བྱེད་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་འདིར་ཡོད་པའི་བྱེད་རང་
གཞིན་ནུ་པོ་མོ་ཆོས་སྒྲོབ་སྒྲོབ་ལ་གྲགས་བརྒྱབ་དགོས་པ་ཡིན།

བོད་ནང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ཏུ་སྐད་མི་ནམས་དཀའ་ངལ་
ཆེན་པོ་དང་། གནས་སྐབས་དང་ངས་སྐྱེས་ཀྱི་འོག་བསྐྱེད་གྱི་ཡོད།
དཔེར་ན། བོད་ནས་ཡོང་མཁན་ཆོ་ངས་ཐུག་གི་ཡོད། ཉེ་ཆར་ཐུག་



པའི་བོད་པ་ཁག་གཅིག་གིས། ང་ལ་ཁོ་རང་ལ་ཆ་བཞག་ན་སློབ་སྦྱང་
ཡག་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་གཞིགས་པའི་ཕྱགས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡག་པོ་ཡོད།
སློབ་གནས་ཀྱི་ཁང་པ་ཡང་ཡག་པོ་ཡོད། ལུ་གུ་ཆོ་ཡང་སློབ་གྲུར་ཚུད་
དེ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་བཅས་རང་སྒྲིབ་ཀྱི་རོམ་ནས་སེམས་
ཁལ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ན་ཡང་ང་རང་བོད་པ་ཞིག་
ཡིན་པར་བརྟེན་སེམས་ནང་གཞོན་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་
སྦྱང་པོ་ཅ་བ་ནས་མི་འདུག་ཅེས་མིག་ཀྱང་བཏང་ནས་བརྗོད་བྱུང་། ང་
ཆོའི་གནས་སྤངས་ངོ་མ་འདི་རེད།

འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ཀྱི་ནག་གཞུང་གིས་གནས་སྤངས་ཚུ་ལ་འདི་མེས་ཀྱི་མི་
འདུག་ བོད་པར་དཔུལ་སྤྲད་ཡོད། བོད་པར་ཁང་པ་བརྒྱབ་ཡོད།
བོད་པར་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་མཐུན་ཆེན་སྤྲད་ཡོད། རྒྱ་མིའི་སྒྲིབ་
མ་དུང་ལུ་མང་པོ་འགྲོ་སྤང་བཏང་ཡོད་བསམ་ནས་སློབ་པ་ལས། བོད་
པ་ཆོའི་སེམས་ནང་ཆོར་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བསམ་མཐོ་གཏོང་
མི་འདུག་ བོད་པའི་དཔོན་པོ་རྒྱ་མིས་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་དུས་བོད་པ་ཆོའི་
བསམ་མཐོའི་ནང་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། བོད་པ་ཆོ་སྒྲིབ་ཅི། དེང་
སྐབས་ཀྱི་རིགས་ནང་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། རྒྱ་རིགས་མེས་ཡོན་ཅན་ཆོ་
རྒྱ་ནག་གཞུང་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་བཤད་པའི་གནས་སྤངས་ལ་ཡོད་ཆེས་



མེད་པར། དངོས་ཡོད་བདེན་པའི་གནས་སྤངས་ལ་ཇི་ལྟར་ཡིན། རྒྱ་རིགས་
མཁས་པ་མང་པོས་ཚུ་མ་ཡིག་ཏུ་ལས་པ་དེ་འདྲ་བྲིས་འདུག་ དེ་གང་
གིས་བྱུང་བ་རེད་དམ་ཞེ་ན། མེས་ཡོན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོ་བོད་རིགས་ཀྱི་ནང་ཆ་བཞག་ན། དཔེར་
ན་ འབའ་པ་ལུ་ཆོ་གས་དབང་རྒྱལ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ལོ་གཞན་
བརྒྱད་ཅུ་བཞུལ་ཡོད། མི་ཆེའི་རིང་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དོན་ཏེ་འདྲ་
མཉམ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཚུ་ད་པ། དེ་ཡང་མ་ཁེ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་
པ་ཞིག་དང་། མའོ་ཅེ་དུང་གི་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གི་མི་རིགས་
ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དགོས་ཞེས་དུས་ད་ལྟ་བར་བཤད་པ་དེ་ལ་ལུས་པ་ཞིག་ཡོད།
དེ་ཡང་མེས་བྱུ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་སྤྲུང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ང་རང་ཆོའི་བདེན་པའི་དོན་དག་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་
ལུ་མཐུན་མཐའ་འཁྱོངས་ཀྱིས་ཚུ་ད་པ་ལ་མེས་བྱུ་ཡོན་ཏན་དགོས་ཀྱི་ཏ་
ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན།

མེས་བྱུ་ཡོན་ཏན་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད། ད་ལྟ་ང་ཆོས་འགྲེལ་
བཤད་རྒྱལ་བཞིན་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་མེས་བྱུ་ཡོན་ཏན་འདི་ང་ཆོ་བོད་མི་
རིགས་ལ་གནའ་རབས་ནས་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྤྲུང་གསལ་
ཡང་ན་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་གཞི་ཅ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་



ཆོས་ཤིག་ཡིན། རྒྱ་གར་ནང་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ཞེས་བརྗོད་དུས། ལྷན་
གྲགས་ཅན་གྱི་མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་དང་། ཤེས་ཡོན་གྱི་ཉེ་གནས་
ཤིག་ལ་ཡོངས་གྲགས་དོས་འཛིན་བྱེད་ཡོད།

དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནི་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་སྤྲེང་གི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་
ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཐོག་མའི་གས་ཤིག་ཡིན་པ་བརྗོད་ཐུབ། ལྷན་
དེར་ཨོག་སེ་ཐུ་ཁྱེ་མེད། དཔེར་ན་ ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་
ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ལྷ་ཤོས་ནི་ཨི་ཏེ་ཡིའི་སྤྱི་ལོ་ནི་ཡ་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་
ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཡིན་པ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་མོ་མཐོ་སློབ་དེ་ནས་
ང་ལ་བྱ་དག་འཁྱིལ་སྤྲད་པ་དེ་ལེན་པར་ཕྱིན་པ་གསལ་པོ་དུས་ཀྱི་འདུག་
སྟོ་ལོ་ནི་ཡིའི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བྱ་དགར་
ཆོག་ས་ཁེབས་གཅིག་གཡོགས་ཀྱི་འདུག ང་གྱ་པས་ཆོག་ས་ཁེབས་གྱོན་
ཆོག་གི་མེད་སྟབས་སྟབས་དེར་དགེ་སྦྱོང་གིས་ཆོག་ས་ཁེབས་གྱོན་མི་
ཆོག་པའི་འབྲེལ་བཤད་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་དེ་རིང་ཁྱེད་རང་ཆོས་ང་ལ་
བྱ་དགར་གནང་བ་ཡིན་སྟབས་ངས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་ལུགས་སློབ་ལ་བརྟུན་
ཏེ་ཆོག་ས་ཁེབས་འདི་གྱོན་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བཤད་ནས་ཆོག་ས་ཁེབས་དེ་
མཛད་སྟོ་མ་གྲུབ་བར་གྱོན་པ་ཡིན། ལྷན་དེར་སྟོ་ལོ་ནི་ཡ་ཆེས་མཐོའི་
གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་བཙུགས་ནས་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་སོང་བ་



བརྗོད་ཀྱི་འདུག སལ་ཆེར་ཡུ་རོབ་ཁུལ་དུ་སྤྲོ་ཤོས་ཀྱི་གས་མིན་ནམ།
གང་ལྟར་ང་འགྲོ་སྟབས་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་ལས་སོང་མེད།

དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གཉིས་ལྷག་ཅུ་མ་སོང་ཡོད། དེས་
ན་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནི་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་སྤྲེང་གི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་
སློབ་གཉེར་ཁང་ལྷ་ཤོས་དེ་དེ་ཅས་ངས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཆོ་བོད་
ཀྱི་ནང་ལ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་འདི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་དཔལ་རྒྱ་
ལེན་འི་མཁས་པ་ལྷན་གྲགས་ཅན་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ་སྟོ་རོ་མ་བོད་
དུ་མེད་ས་ནས་བོད་པར་སློབ་སྦྱོང་སྤྲད་གནང་བ་ཞིག་ཡིན། ལྷན་
དེར་སངས་མི་མི་བདུན་ཞེས་ཐོག་མར་རབ་བྱུང་མི་བདུན་བྱུང་ཡོད། དེའི་
གོང་དུ་བོད་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་གྲུ་པ་སྟོ་བོ་རྒྱུ་སྟུ་གསོའི་གསོའི་ཁ་གས་ཤིག་
ཡོད་པ་ལས། བོད་པའི་གྲུ་པ་མཐོང་རྒྱ་མེད། ངའི་བསམ་སྟོར་དེ་
དུས་ཀྱི་བོད་པའི་ཐུ་གུ་བདུན་པའི་སྦྱོང་པ་ཚུ་བ་པོ་དང་། མཁན་ཆེན་
ཞི་བ་འཛོ་སྟོ་མཆོན་པའི་དགེ་ཅན་ནམ་པའི་སྟོག་དུ་འབྱུང་ནས་ཕྱིན།
དཔེ་ཆ་རྒྱགས་སྦྱོང་བྱེད་སྟབས་དཔེ་ཆ་ཡག་པོ་བཟུས་པ་ཡིན་མདོག་
བྱས་ཏེ་དབུ་སྟོར་ཞུ་གི་མེད་དམ་བསམ་གྱི་འདུག གང་ལྟར་ང་ཆོ་བོད་
ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བརྟན་པ་འདི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་འི་མཁས་པའི་དབང་པོ་
ཁོང་ཉིད་ནས་ཐུགས་འཁུར་བཞེས་ཏེ་འཇུགས་གནང་ཡོད། དེ་ནི་ང་



ཆོ་དངོས་གནས་སྒྲིབ་པ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན།

ནང་པའི་ཆོས་ཐའེ་ལན་ཉི་དང་། བྱི་ལྟ་། འབར་མ། ཀམ་
པུ་ཉི་ཡ། ལའོ་ས། སྤེ་ཉི་ནམ། རྒྱ་ནག་ ཉི་ཉོང་། ཀོ་རི་ཡ། ཐེ་
ཐན་སོགས་ལུང་པ་མང་པོའི་ནང་དར་ཡོད། དེ་དག་ལས་ལུང་པ་མང་
པོ་ཞིག་ནི་པུ་ལའོ་གཞུང་གཞིར་བཞག་པ་དང་། རྒྱ་ནག་གིས་མཆོག་
པའི་ཡུལ་གྱི་ཁག་གཅིག་ལ་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་གཞུང་གཞིར་བཞག་པ་ཡིན་
ཡང་། དཔལ་ནུ་ལེན་པའི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་ཞིག་
དངོས་སུ་བོད་ལ་ཞབས་བཅགས་ནས་ཐུགས་འཁུར་བསྐྱེད་དེ་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་
སྒྲུང་པ་ཕལ་ཆེར་ང་ཆོ་བོད་ལ་མ་གཏོགས་ཨ་ཡོད་བསམ་གྱི་འདུག

དེང་སང་ངས་རྒྱ་རིགས་ཆོ་ར་ནང་ཆོས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་
སྐབས། ང་ཆོས་ཁྱེད་རང་ཆོ་ར་གྱིས་འདུད་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན།
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་བོད་དུ་ནང་ཆོས་མ་དར་གོང་རྒྱ་ནག་དུ་ནང་ཆོས་དར་
ནས་ཕལ་ཆེར་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཅམ་ཕྱིན་ཡོད་པར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཆོ་བཅོམ་
ཐུན་འདས་ཀྱི་དགེ་ལྷན་ཀན་པ་དཔལ་ནུ་ལེན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་འཛིན་མཁན་
དང་། ལྷ་སྒྲུབ་དང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་བཅས་
ཡིན་པས་ངས་དྲག་པར་གྱིས་འདུད་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་དང་། དེ་རྗེས་
ངས་ཅེད་མོ་དང་སྒྲགས་ནས་ཁྱེད་རང་ཆོ་བསྐྱབ་པ་ཀན་པ་དང་། ང་



ཆོ་བསྐྱབ་པ་གཞིན་པ་ཡིན་ཡང་། དཔལ་ནུ་ལེན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་
ཆ་ད་སྒྲོ་བོ་རང་མིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཆོ་ཤེས་ཆད་བཟང་བ་ཡོང་དོན་ནི། དཔལ་ནུ་ལེན་པའི་མཁས་
པའི་གཙུག་རྒྱུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་། དེ་བཞིན་ཀ་མ་ལ་ཤི་
ལ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། ཀ་མ་ལ་ཤི་ལའི་སྐུ་དུས་སུ་རྒྱ་ནག་གི་
མཁས་པ་དང་ལྷ་པའི་སྐྱོར་ཅོད་པ་ཅོད་པ་གནང་ཡོད། ལྷ་པ་ཕྱིན་ཅི་
ལོག་པ་ཡིན་མིན་གང་ལྟར་ཡང་། རྒྱ་ནག་གི་ད་ཅང་རིགས་གཅིག་
གིས་སྒོ་མ་རྒྱུ་རྒྱ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ལས། ཆོས་རབ་དུ་མམ་འབྱེད་ཀྱི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཔུང་པ་བྱ་རྒྱ་གཙོ་བོ་མ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།
སྒོ་བ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལས་དཔུང་པ་བྱ་རྒྱ་གཙོ་བོ་ཡིན། དཔུང་པ་
བྱ་རྒྱ་མེད་ན་མི་འགྲིགས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཁོང་ནི་དཔལ་ནུ་ལེན་
ནས་ཐེབས་པ་དང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་དགེ་ལྷན་གཙོ་བོའི་གས་
ཡིན་པས། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་དང་ལྷ་སྐྱབ་སོགས་ལ་མཆོག་ན། ཆོས་
རབ་དུ་མམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིགས་པ་སྒྲུངས་གནང་ཡོད། མགོན་
པོ་ལྷ་སྐྱབ་ནི་ཆོན་རིག་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་གསོ་བ་རིག་པ་དང་། རྗེས་
སྒྱུར་རིག་པ་ཡང་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་པས་དུལ་ཁྱུ་འདུལ་བ་དང་། གསེར་
འགྱུར་གྱི་ཅི་བཟོ་བ། སྐྱན་གྱི་སྒྱུར་བ་སོགས་གནང་ཡོད། ནང་པའི་



གྲུབ་མཐའ་ནས་བཤད་ན། ཁོང་གི་གསུང་པ་ལ་མི་ཆེ་རིགས་པས་དབྱེད་
པ་བྱ་བྱ་གཞི་ཡིན་ཞིང་། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མིང་ལའང་རིགས་ཆོགས་
ཞེས་བཞེད་ཀྱི་ཡིད།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། རྒྱ་ཆེ་པའི་སྤྱད་པའི་སྒྲོར་རིན་ཆེན་
ཕྱང་པའི་ནང་ཕྱན་བྱ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ནང་ཀྱན་རྒྱུ་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོར་གསུངས་ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་ལྟ་བུས་གཏན་
ལ་ཕབ་པ་ཞེ་རིགས་པས་དབྱེད་པ་བྱ་བྱ་ཁོ་ན་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་
ཁོང་ནི་རིགས་པའི་བྱ་མཆོག་དང་། ཆད་མ་པ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། དེའི་
ཐུགས་རྗེ་བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཆོ་བོད་ལ་དུས་ད་ལྟ་བར་ས་དགེ་
བཀའ་རྒྱུ་ཆོ་བོད་ནང་དང་བཅས་པ་སོ་སོར་རང་རང་གི་ཚུལ་འདོན་ས་ཕྱན་
བྱ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལས། རྒྱ་བ་གཞུང་ཆེན་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་
བྱེད་པའི་སྒྲོལ་ཆང་མར་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་ས་སྐྱ་དང་དགེ་ལུན་
གཉིས་ལ་གཞུང་ཆེན་ཀྱི་ཚོད་པ་ཚོད་ཀྱི་ཏ་ཅང་དར་སོ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་
དང་། དེའི་ནང་ནས་ཐུས་རི་བོ་དགེ་ལུན་པར་ཚོད་པ་ཏ་ཅང་དར་སོ་
ཆེན་པོ་ཡོད། དེའི་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ནས་བཅོམ་ལུན་
འདས་ཀྱི་དགེ་ཐུག་གཞིན་པ་ཆོ་གས་ཆད་དགེ་ཐུག་གན་པ་ཆོ་ལས་བཟང་
བ་ཡོད་པ་ཡིན།



དེས་ན་བྱེད་རང་ཆོས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ལ་སྒྲོབ་
སྒྲོང་ལ་དང་དོད་བྱས་ཏེ་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་གནད་འགག་གང་འདྲ་ཡིན་
པ་དང་། ལྟ་བུས་གང་འདྲ་ཡིན་པ། ཏེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་གང་
འདྲ་ཡིན་པ་བཅས་ཤེས་པ་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཆོན་རིག་གཞི་བོར་
གྱུར་པའི་དེད་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལའང་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་གཉིས་ཀ་ཤེས་
པ་ཞིག་བྱུང་ན། ངོས་ནས་ཐུར་བཞེད་བཞིན་འདབ་ཆགས་གསོག་པ་
བྱུང་ལུན་ཞེས་བཞེད་པ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་ལུགས་བྱེད་རང་
ཆོའི་སེམས་ལ་འཛོག་དགོས། མ་གཞི་སྒྲོབ་ཐུག་དང་། དགེ་ལུན་
ལས་བྱེད་བཅས་པ་ཆང་མས་དུར་ཐག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་ལས་
བསྒྲོམས་ནང་ཡོད་ཡོད་ཅེས་འདྲ་ཆགས་པོ་བཤད་པ་ཙམ་མིན་པར་དོན་
ངོ་མའི་ཐོག་ཡོད་པ་ཞིག་ཆང་མས་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས།

ང་ཆོ་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་གར་ནས་བོད་ཀྱི་ནང་བོད་ཡིག་སོགས་བོད་
ཀྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་ཆག་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་སྐད་ཀྱི་གཞི་ཡོད། སྐད་
ཀྱི་མཐུན་པར་ང་ཆོ་ལས་དེད་སྐབས་བོད་ནང་ནས་ཚོམ་ཡིག་འདྲ་མིན་
འབྲི་མཐུན་མང་བ་ཡོད་པ་དང་། ཡིག་ཆའང་འདྲ་མིན་ཐོན་ཡོང་གི་
འདུག་ མ་གཞི་མི་འཕྲོར་མང་ཉུང་ལ་བྱེད་པར་ཆེན་པོ་ཤོར་ཡོད། གང་
ལྟར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཀྱུ་གར་ནང་ནས་བོད་ཡིག་ཐོག་རྒྱུ་



དཔྱད་པའི་ནུབ་མཁའ་ཉུང་ཉུང་ཡིན། སྐབས་རེ་རེ་ཆོ་རི་ཆ་པོ་ཡོང་
གི་འདུག སྤར་སྤྱོད་ལ་པོད་ཡིག་ཉམས་ཆག་འགྲོ་ཡི་འདུག་ཅེས་
སྐད་ཀྱི་མཁའ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་འབྲལ་འདི་ལས་མེད་པ་ཐབས་སྒྲིལ་
ཡིན། མོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་སྤར་རེ་ཆོ་རི་སྒྲིལ་གྱི་ཁག་ལ་བསྐྱུས་གྱི་
བསྐྱེད་ཀྱི་འགོ་བཙུགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཁྲུང་ས་མ་འབྲེལ་བ་
རེད། དེ་ནི་རེ་ཆོ་རི་ལྟར་འབྲེལ་དང་། རྗེས་ལུས། རྗོད་ཡངས་བཅས་
ཀྱི་བསམ་མཐོ་ཡིན། སྤར་སྤྱོད་སྒྲིལ་ཕྱག་ཆོ་དང་། སྤར་སྤྱོད་དག་གི་
ལས་བྱེད་བཅས་ཆང་མས་རིག་པ་བསྐྱེད་མས་ནས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གྱུ་བ་
འབྲས་མཐོང་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་གྱུ་ཀྱི་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།



གངས་རི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བཞུགས་འཛིན་ཀྱི་མཆོ་ཡི། །

ཞབས་པད་སྤྱིད་མཐའི་བར་དུ་བཏན་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་གསལ་བ་འདེབས་སྒྲིལ་དུ་བཏང་ནས་དེ་རིང་ངས་བཀའ་
འདི་ཞུ་རྒྱུར། སྤྱིར་བཏང་ཕ་མའི་བཙུང་བ་ཡག་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ཁོར་
ཡུག་བཟང་པོའི་ནང་དུ་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་མི་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་
སེམས་པ་བཟང་ཞིང་། གཤིས་རྒྱུད་འཇམ་པ། སེམས་ཀྱི་འཆར་ལོངས་
ཀྱང་མགྲོགས་པ་སོགས་གང་ཅིར་ཕ་མའི་བཙུང་བ་ཡག་པོ་ཐོབ་པ་དང་།
ཁོར་ཡུག་ངན་པའི་ནང་གནས་པ་དེ་ལས་ལེགས་པ་ཡོང་གི་འདུག སྤར་
མའི་བཙུང་བ་ཀྱང་བཞུགས་མཐོང་པ་དང་། ཁོར་ཡུག་ངན་པའི་ནང་དུ་འཆར་
ལོངས་བྱུང་བའི་མི་དེ་རེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་གང་ཞིག་སྤྱད་ནས་མི་
དེའི་སེམས་ཞི་བདེ་བཀའ་ཐབས་ཤིག་བཟོ་ཐབས་ཡོད་དམ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།



བཀའ་ལན། དེ་བའི་ནི་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། ཁ་
 ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་དེ་བཞིན་འདུག་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་འདྲ་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་
 སྐད་ཆ་དེ་གི་འདུག་དེ་སྒྲོ་ར་བཟོད་ཁག་པོ་འདུག་རྒྱུ་ཐོག་མ་ནས་
 སྒྲོན་མོར་ཏེ་འཐུས་མོར་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འགྱུར་བ་དང་། ཡར་རྒྱས་
 ཡོང་བ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་ཡང་ཡོད་གི་རེད། ངང་བསྐྱེད་སྤྱོད་ནས་ཕྱོགས་མང་
 པོའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་བྱམས་བརྩེ་ཁོ་ན་
 ལ་བརྟེན་ནས་ཐབས་ཤེས་བྱ་རྒྱུ་ལས་གཞན་གྱི་ཐབས་ཤེས་མེད། རྒྱུ་
 རྒྱུའི་སྐབས་སུ་བྱམས་བརྩེ་སྤོངས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སེམས་པ་མ་སྦྱིད་པ་
 ཆགས་ཏེ་མི་གཞན་ལ་ཁྲོས་ཏེ་སྡོད་པ་དང་། རང་གིས་རང་ལ་ཁྲོས་
 ནས་ཐ་ན་རང་གི་རྒྱག་དགོས་པ་མིན་ནམ་བསམ་མཁན་དེ་ཆོའི་གསལ་ལ་
 དེང་སྐབས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཨེ་མ་རྩེ་སྟེ། སེམས་སྤྱོད་དོན་པོའི་རིགས་
 ལ་རིགས་རམ་བྱེད་མཁན་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་
 སྒྲན་བཅོས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་འདུག་པ་དེ་ཆོའི་གསལ་
 ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཉམས་སྦྱོང་ཡོད་པས་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་བསྒྲན་
 རྒྱུ་མེད་དམ་ཞེས་ངས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་མིན་ངས་བཟོད་ཤེས་
 ཀྱི་མེད་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་རིང་རང་བྱེད་རང་ལའང་བཟོད་རྒྱུ་
 དེ་རང་རེད་ལ། ང་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཉམས་སྦྱོང་གང་ཡང་མེད།



མི་རྩ་བ་ནས་སེམས་འབྱུགས་པ་དང་། རྒྱུ་ཏ་ཅང་ལངས་པོ།
 རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་ནས་བྱམས་བརྩེ་སྤོངས་པའི་མི་ཞིག་ངས་གསོ་སྦྱོང་
 བྱེད་དགོས་བྱུང་ན། སྤུངས་ཆེ་ར་ངས་ཤེས་པ་མི་འདུག་གང་འཆོམས་
 ནས་ང་རང་ཡང་རྒྱུ་ཏ་ཅངས་ཏེ་འགྲམ་ལྷག་གཞུ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཡོད།
 འདིའི་སྒྲོ་ར་ལ་ཞིབ་ཆགས་པོ་བཤད་རྒྱུ་མེད་པས་དམིགས་བསལ་གྱི་
 མཁས་པ་དེ་འདྲ་ལ་སྐད་ཆ་དེ་རྒྱུ་མེད་དམ།

རྩ་བ་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་བྱམས་བརྩེ་སྤོངས་པ་བྱ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་
 གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན། ངས་ནམ་རྒྱུན་ང་རང་ལ་ཆ་བཞག་ན། དང་
 པོ་བྱམས་བརྩེ་ཞེས་པ་དེ་སྒྲོ་བ་མཁན་ངའི་ཨ་མ་ཡིན་ཞེས་བཟོད་ཀྱི་ཡོད།
 ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་ཨ་མ་ལས་མ་སྦྱེས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ང་ཆོ་ཆང་
 མ་ཨ་མ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཉིན་ནས་བཟུང་དུས་ཡུན་གང་འཆོམས་ཤིག་གི་
 རིང་རང་ལ་ཚུར་བྱམས་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་བྱུང་ན། སེམས་ཀྱི་གཏིང་
 ནས་དགའ་པོ་བྱེད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བརྩེ་རོགས་དང་མཉམ་དུ་
 ཅེད་མི་ཅེས་ནས་འཆོམ་པོ་བྱེད་པ་དང་། རང་ཉིད་ལ་རྩན་པ་ཞིག་ཡོད་
 ཀྱང་བགོ་བཤའ་བྱེད་པ་དེ་ཐུག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་ལལ་མེ་ཆེའི་སྦྱོང་པ་ཡིན། གང་
 ལགས་ཤེ་ན། ངས་ནམ་རྒྱུན་འགྲེལ་བཤད་འདི་ལྟར་རྒྱག་གི་ཡོད། རང་
 ཉིད་འཆོ་བ་ལ་ཐུང་པོའི་གནས་སྤངས་ཀྱི་འོག་ནས་བརྩེ་བ་དགོས་ཤིང་།



ང་རང་ཆོ་མི་ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། ཏུ་འགྲོ་བྱི་དང་ཞི་མི་སོགས་ཡིན་
ན་ཡང་འདྲ། རྒྱ་རིགས་ནི་སྒོ་ང་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་དགོས་པས་གཉིས་
སྒྲིམ་ཞེས་བརྗོད། གང་ལྟར་རིམ་བཞིན་སྤྱ་གུ་འཆར་ཡོངས་པ་མ་གཉིས་
དང་། ལྷག་པར་མས་གསོས་ནས་འཆར་ཡོངས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ང་རང་ཆོ་མི་དང་། རྒྱ་དང་ཞི་མི་ནི་མ་ཡི་འོ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་
འཆོ་དགོས་པས་མའི་རྒྱ་ནས་བྱ་ལ་བརྟེན་བ་མེད་ན། མས་བྱའི་དོན་
ཏུ་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་པ་དང་། རྒྱ་མ་འབྲིན་པ་དེ་དག་མི་ཡོང་ཞིང་།
བྱའི་རྒྱ་ནས་ཀྱང་མ་ལ་བརྟེན་བ་མེད་ན། མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ལ་སྒོས་
བཀལ་བ་དེ་མི་ཡོང་། ང་ཆོ་འཆོ་བའི་དོན་ཏུ་ལུས་པོ་རང་གི་གནས་
སྤངས་ཀྱི་འོག་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྟེན་བ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་
ཆགས་ཡོད། དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཡིན། དེ་ལས་
ཀྱིས་བྱས་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། ཞེ་ཡིན། ལས་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་པ་
དེའི་མཆོམས་གང་དང་གང་ཏུ་ཡོད་མེད་དེ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་པོ་ཡོད།
དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དཔེར་ན། རུས་སྤུལ་གྱི་རིགས་ཁ་ཤས་དང་། དེ་བཞིན་སྤུལ་
ཡང་ཕལ་ཆེར་དེ་ལྟར་ཡིན། ཨ་མས་སྒོ་ང་གཏོང་གི་ཡོད། རུས་
སྤུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྒོ་ང་བཏང་རྗེས་ཨ་མ་ཐོན་འགྲོ་བ་དང་། རུས་



ནི་སྤུལ་རེ་ཨ་མས་སྒོ་ང་དེ་བསྐྱེད་ནས་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདྲ་ག་
དེ་བཞིན་མི་ལྟ་མོའི་རིགས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒོ་ང་བསྐྱེད་ནས་སྤྲོད་ཀྱི་འདྲ་ག་
ཡིན་ན་ཡང་སྒོ་ང་ནས་སྤྱ་གུ་དོན་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱ་གུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་
མགོ་བཏོན་ཞིང་། ཨ་མའི་འོ་མ་མི་དགོས་པས་ཨ་མ་ལ་བརྟེན་དགོས་
དོན་མེད།

ངས་ནམ་རྒྱུན་རྒྱ་མཆོའི་མཐའ་ལ་ཡོད་པའི་མི་ཆང་དེ་དག་ལ།
རུས་སྤུལ་གྱི་ཨ་མས་སྒོ་ང་བཏང་སྟེ་ཨ་མ་ཐོན་སོང་ན། ཨ་མ་དང་སྤྱ་
གུ་ནམ་ཡང་བྱུག་གི་མེད། དེ་འདྲའི་རང་བཞིན་ལྟར་སྒྲིམ་ཡིན་པའི་
ཨ་མ་དང་སྤྱ་གུ་གཉིས་མཉམ་ཏུ་བཞག་ན། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྟེན་
བ་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་འདྲ་ག་གམ་མི་འདྲ་ག་ང་ཆོས་བཞག་དབྱེད་བྱེད་དགོས་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཕལ་ཆེར་བརྟེན་བ་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་མེད། གཅིག་
བྱས་ན་ཨ་མས་སྤྱ་གུ་ཟ་རྒྱུའི་ཉིན་ཁ་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། རང་
བཞིན་ལྟར་སྒྲིམ་ཀྱིས་འཆར་ཡོངས་བྱེད་སྤངས་དེ། གཞན་གྱི་བརྟེན་
བ་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པར་སྤྱ་གུ་རང་ཉིད་རང་མགོ་བཏོན་ནས་འགྲོ་གི་
ཡོད་པས་ཡིན། ལུས་པོའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་འཆོ་བ་གཞན་ལ་བརྟེན་
དགོས་པས་ན། ནང་གི་སེམས་ཆོར་དྲག་པོའི་ཐོག་ནས་ལུས་པོས་གཞན་
ལ་སྒོའང་རྒྱུའི་ངལ་བ་དང་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་སེམས་ཤུགས་ཤིག་དགོས་པ་



དང་། སེམས་ཀྱི་གསལ་ཡོང་གཞི་སེམས་ཆོར་དྲག་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་
བརྟེན་བཞིན་ལ། དེ་ཆགས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྟེན་བཞིན་ཡང་ང་ཆོར་
དགོས་གལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནི་སྒྲིག་དངོས་ཆོན་རིག་གི་ཆ་རྒྱུན་ཡིན་
པ་ཏུ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ངས་ནམ་རྒྱུན་འཛིན་ཏེ་ཉེན་ཀྱན་
སྒྲིག་གི་ནམ་གཞག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་རྒྱུ་དེ་གཙོ་བོ་བཤད་གི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོ་བོད་རིགས་དང་། དེ་མིན་སྐུ་དང་སྐུ་
ཞིག་ཡིན་ཡང་། ངས་ནམ་རྒྱུན་ཨ་མས་ཐུག་པ་བརྟེན་བས་ཐོགས་གང་
ས་ནས་བྱམས་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ས་མ་གཉིས་དང་
ལྷག་པར་ཨ་མས་ཐུག་དང་མཉམ་དུ་སྡོད་ཀྱི་དུས་ཆོད་མང་ཙམ་
གཏོང་བ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་ཐུག་བྱ་གསོ་ཁང་
ལྟ་བུ་ལ་བསྐྱལ་ནས་པ་མས་དུས་དུས་ལ་མ་གཏོགས་མ་ཐུག་ན་ཏན་ཏན་
ཐུག་ཏེ་ཁྱད་པར་སྒྲིན་ཡོང་གི་ཡོད་འདུག དེར་བརྟེན་ཐུག་རྒྱུ་ཅུང་བྱིས་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་པ་མའི་བརྟེན་བས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།
མི་ཡ་རབས་དང་། སྒྲིལ་གསལ་ཡ་རབས་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་ན། དེ་
ནི་པ་མས་ཐུག་སྒྲིབ་སྐྱེད་སྐྱོང་ནས་འགོ་འཇུགས་དགོས་པ་དང་།

དེ་བཞིན་སྒྲིབ་གྱི་ནང་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲིབ་ཐུག་ཆོར་སྒྲིབ་
འབྲིད་བྱེད་སྐྱོང་ས་ལ་རག་ལས་ཡོད། རང་ཉིད་སྒྲིལ་གསལ་རྗེས་འབྲེལ་



གྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡོད་བསམ་པ་མ་ཡིན་པར། ཐུག་ཆོར་མི་ཆེད་
མདུན་ལམ་གྱི་འགན་ཆ་ཆོང་དགེ་ཆེན་སོ་སོར་ཡོད་པ་ངོས་འཛིན་པའི་
ཐོག་ནས་གང་དྲག་ཅི་དྲག་གི་བསམ་སྒྲིབ་ཐུག་དེ་ཆོ་མི་ཆོ་སྒྲིབ་པོ་དང་།
བོད་ཀྱི་བཞུགས་པ་ཆབ་སྲིད་སྒྲིབ་ལ་ཕན་པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་པའི་སེམས་
ཁུར་མངས་ནས་སྒྲིབ་བྲིད་བྱ་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། བརྟེན་བའི་
ཐོག་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ན་ཕན་ལུས་གཞན་དང་མི་འདྲ། དེ་མིན་དཔེར་
ན། དགེ་ཆེན་གྱིས་ཐུག་པ་བརྟེན་བའི་ཙམ་མེད་པར་གཏོང་བ་ནག་པོ་
སྒྲིན་མཁའ་ཞིག་གི་ས་ནས་སྒྲིབ་བྲིད་ཉན་པའི་སྐབས་སུ་འཛིན་གྱི་
མགོ་གསལ་ཙམ་གྱི་པོ་གསལ་བྱས་ན་བསམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་
དགེ་ཆེན་ཐུག་པ་བརྟེན་བའི་ཙམ། སྐབས་མེད་པ་ཡང་སྒྲིབ་ཏེ་གཙོ་ཆེན་
དག་བྱེད་མཁའ་ཞིག་གི་ས་ནས་སྒྲིབ་བྲིད་ཉན་སྐབས་འཛིན་གྱི་ཅུང་ཟད་
མགོ་གསལ་ན་བསམ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་སྐྱོང་ཡོང་བ་མ་ཟད། འཛིན་གྱི་ཆོགས་
དུས་ཀྱང་ཆེན་ལགས་ཐུག་གི་རེད་བསམ་སྒྲིབ་སེམས་དགའ་ལྟོང་ལྟོང་གིས་
འགོ་བཤད་ན། ཆེན་ལགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་འབྲིད་བྱེད་སྐབས་སེམས་ཀྱི་གཏོང་
ནས་གཟབ་གཟབ་བྱས་ཏེ་ཉན་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད། དགེ་ཆེན་བརྟེན་
བའི་ཙམ་མེད་པ་བཞུགས་བཞིག་ཆོ་བོ་ཞིག་ཡོད་ན། སྒྲིབ་ཐུག་ཆོས་
ཀྱང་ཆོར་བའི་ཙམ་མེད་པར་ད་ཙམ་སིང་བསམ་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་ཡིན།



དེ་ལྟར་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེས་ན་དགེ་ཆེན་ཆེན་ཆེན་གྱིས་འཛིན་གྱི་ནང་དངོས་གནས་བརྟེ་
བ་ལྟན་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་
ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། ས་མ་ངོ་མ་ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། གང་ལྟར་བརྟེ་བས་
བསྐྱུངས་ཏེ་ལོ་ལྟ་དང་། ལོ་བཅུ་ བཅོ་ལྟ་སོང་བའི་འཆོམས་སུ་སྤྱ་
གུ་དེ་མཐོ་རིམ་སྒྲོ་བ་གྱུར་སྒྲོ་བས་ཤིང་། དེ་ནས་ཀྱང་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་
སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་
ཆུང་བྱིས་པའི་དུས་སུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བྱ་དེ་ཅམ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་
སུ་ཕ་མ་དང་། དགེ་ཆེན་གྱིས་བརྟེ་བས་བསྐྱུངས་པའི་འོག་ནས་བརྟེ་
བའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་སྒྲོ་བས་པ་དེའི་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་མི་རྒྱུད་གཞི་ན་
པའི་ལོ་མཆོམས་སུ་སྒྲོ་བས་སྐབས། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་བ་
ཐོག་ནས་བརྟེ་བ་ཞེས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་
སྤྱུག་ནི་སྤྱི་ཆོག་དང་མི་གཞན་ལ་བརྟེ་བ་ཏེ་ཡོད་པ། རང་ལ་ཁེ་སྤོང་
ཆེ་ཤོས་མི་གཞན་ལ་སྤོང་བ་དེ་བསྐྱུང་བ་དེ་ཡིན་པ་བཅས་གཞན་ལ་བརྟེ་
བ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། ཆོས་རབ་ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་
སྒྲོ་བས་པ་ཡིན་ན། རང་གཞན་གཉིས་ཀར་སྤོང་ཐོག་སྤོང་ཡོད།

དེ་མིན་སྤྱུག་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆུང་ཆུང་སྐབས་བརྟེ་བའི་བསམ་



སྒྲོ་ཡོད་ཀྱང་། ལོ་གང་འཆོམས་སྒྲོ་བས་ནས་མི་རྒྱུད་ཆགས་དུས་བརྟེ་
བའི་བསམ་སྒྲོ་མེད་པར་གཞན་ལ་ཀྱག་འདེ་ཀྱག་པ་དང་། ཀྱན་མ་ཀྱ་
བཟོ་ རྩན་བཟོད་པ་སོགས་གང་བྱུང་བྱེད་མཁན་གང་འཆོམས་ཡོང་གི་
ཡོད། སྤྱ་གུ་ཆུང་ཆུང་སྐབས་སུ་རྩན་པ་བྱེ་རིམ་དང་། བག་ལེབ་ལྟ་
བུ་ཀྱ་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་བྱ་ཡང་། དེ་ཅམ་གྱི་ཐལ་ཆ་མེད། སྤྱུག་ཤོས་
ལོ་གང་མཆོམས་སྒྲོ་བས་རྩེས་བརྟེ་བ་ཞེས་པ་དེ་མི་དགོས་པར། རང་
ཉིད་རང་མཆོན་པ་ཡིན་བསམ་པའི་ཆོར་བ་ཞིག་སྒྲོ་བས་པ་དེས་ང་རང་
གི་ཕེ་ཁུན་གྱི་དོན་དུ་གཞན་ལ་མགོ་སྒྲོ་ར་གཏོང་བ་དང་། གཞན་ལ་
ཐུབ་ཆོད་དབང་ཡོད་ཤོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དུས་ཤེས་བྱ་ཡོན་
ཏན་ལ་བརྟེ་བ་ནས་འདི་བྱས་ན་འགྲིག་གི་མ་རེད། མཐར་ཐུག་རང་
ལ་གྱོང་རག་ཀྱི་ལས་མེད་བསམ་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་འཁོར་བ་ཡིན་ན།
རང་ཉིད་ཆུང་དུས་ནས་བརྟེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཆོས་རབ་
ཏུ་ནམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གྲོགས་བྱས་ནས་བརྟེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་ལུ་
མཐུད་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

ངས་ནམ་ཀྱན་བརྟེ་བ་ལ་མཐོང་མཁན་གཉིས་ཡོད་པ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད།

གཅིག་ནི་རང་བཞིན་ལྟན་སྤྱེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་སྤྱེ། དེ་ནི་
སྤྱུགས་སུ་སྤྱུང་བ་དང་། ཆགས་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་པས་གཙོ་བོ་གཞན་



གྱི་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད། གཉིས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ས་པོན་ལ་བཞག་ནས་
 ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱལ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐོག་ནས་དེ་ཉིད་
 ལུ་མཐུད་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བཅས་ལ་དང་དོད་བྱས་ཏེ་གོང་དུ་འཕེལ་བ་
 དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས། བརྟེན་བཞེས་ལ་མཐུའ་
 མེད་ཅིང་། གཉིས་གཅིག་ཤུ་མ་ཡིན་པར་དག་པོ་ལའང་བརྟེན་བཞེད་
 པ་ཡིན། ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱལ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་
 པའི་བྱམས་བརྟེན་དེ་ནི་དག་ལའང་དམིགས་ཤིང་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།
 རང་བཞིན་རྟོག་སྟེས་ཀྱི་བྱམས་བརྟེན་དེ་ནི་རང་གི་གཉིས་ཁོ་ན་སྟེ་ཁོར་
 ཡུག་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ལ་མ་གཏོགས་བྱུང་བའི་བྱུང་བའི་མེད།

དེས་ན་ཆད་ཅན་གྱི་བྱམས་བརྟེན་གཅིག་དང་། ཆད་མེད་ཀྱི་
 བྱམས་བརྟེན་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད། ཆད་ཅན་གྱི་བྱམས་བརྟེན་ནི་
 ལུས་པོའི་གྲུབ་ཆའི་སྟེང་ནས་ཡོང་བ་སྟེ། རྒྱུས་གནས་མང་ལ་རྒྱུས་དང་།
 རྒྱུས་རྒྱུས་གཉིས་ལ་ཕལ་ཆེར་ཡོང་གི་ཡོད། རྒྱུས་རྒྱུས་ལ་ཕལ་ཆེར་
 ཡོང་གི་མེད། ཆད་ཅན་དེ་ས་པོན་ལ་བཞག་ནས་ཉམས་པ་མེད་པའི་
 ཐོག་ལུ་མཐུད་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱལ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་
 ཡར་རྒྱས་བཏང་བཞེད་ཆད་མེད་ཡིན་པས། ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།



གངས་ཅན་མཁོན་པོ་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་མཆོག །
 སྐྱེ་ཆེ་མེ་ཤིགས་བསྟན་པ་བཟུང་རབ་བཟུང་ཅིང་། །
 ལུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་རྟོག་གྱིས་འབྱུང་བའི་ཅིག །
 ཅེས་བདག་གིས་སྟོན་གསུམ་གྱིས་པས་མཆོད་པར་བཞེད་ནས་
 བཀའ་འདྲི་ཞུ་བྱུང་། སྤྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ནི་སེམས་ཀྱི་
 ཆོན་རིག་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟར། རང་གི་སེམས་ལ་རང་གིས་བཟུག་དབྱེད་
 དང་བྱ་ར་བྱ་བྱུ་དེ་ཏུ་ཅང་གི་གལ་ཆེ་ཡིན་ཡང་། ང་རང་ཏྲག་དུ་ཆོར་
 རྒྱང་དང་དོགས་པ་གང་ཞིག་སྟེ་བས་ཀྱི་འདུག་ཅེ་ན། སེམས་ལ་སེམས་
 ལས་ལོགས་སུ་དགར་བའི་ཤེས་པ་དང་། ཡང་ན་སེམས་གཞན་ཞིག་
 ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་དོགས་དྲི་ཞུ་བྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། སྤྱིར་བཏང་རང་རིག་འགོག་པའི་སྐབས་སུ།
 རྒྱུས་བྱ་ཅུ་ཅན་རང་གི་མཛིང་པར་རང་ཉིད་བཞིན་མི་བྱུང་ཅིང་།



སེམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་གསུང་སྤངས་གཅིག་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་སེམས་ཞེས་བཞེད་སྐབས། རྟོག་རྟོག་ལྟ་བུ་གཅིག་མིན་ལ་
 དེའི་རྒྱུ་ཡང་རིང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། ང་རང་ཆོར་ཆ་
 བཞག་ན། ང་དགོན་འདི་བསམ་བྱུང་ཞེས་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་
 རིང་ཞིག་ས་པ་ང་བསམ་སྟོན་དེ་ཙམ་འཁོར་གྱི་མི་འདུག་ཅེས་པའི་བྱ་
 རྒྱུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་ལྟར་རིམ་པས་གོམས་པ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་སྟོ་
 བྱར་རྒྱུ་ཞིག་ལངས་པའི་སྐབས་སུ། སེམས་ཀྱི་བྱར་ཞིག་ནས་ང་རྒྱུ་
 ལངས་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་དང་། སེམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟར་རིང་གིས་རང་ལ་ལྟ་རྒྱུ་
 ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོར་བར་ཡང་
 གདོང་པ་ཆ་ཞིག་ཞིག་དང་། དབུགས་ཀྱང་ཅུང་འཆང་བ་ལྟ་བུ་རང་
 གིས་ཤེས་ཐུབ་པ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དུས་རང་ལ་སྟོན་དུ་རྒྱུ་གི་ངར་
 ཆ་ཡོད་པ་དེ་དག་འཇགས་འགྲོ་བ་དེ་ནི་ཤེས་པས་ཤེས་པར་ལྟ་སྤངས་
 ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན། ཤེས་པ་ཞེས་བཞེད་པ་དེ་ལ་རིགས་མང་པོ་དང་།
 ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།

དཔེར་ན་ལག་པ་ཡ་གཅིག་ལས་མེད་ན་ལག་པས་ལག་པ་སྟོབ་
 མི་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ལག་པ་གཉིས་ཡོད་ན། ལག་པ་གཡས་ལ་མ་བཟོས་
 ན་ལག་པ་གཡོན་པས་སྟོབ་ཐུབ། སེམས་རྒྱུ་པོ་ལྟར་གཟུགས་ཅན་



མིན་ནའང་། སེམས་རྒྱུ་པོ་ལྟར་བྱ་གཅིག་ལས་མེད་ན། སེམས་ཀྱིས་
 སེམས་རིག་མི་ཐུབ། འོན་ཀྱང་སེམས་དེ་ཉིད་ལ་སྟོབ་ཀྱི་དང་། དེ་མིན་
 སེམས་ལ་འདྲ་མིན་མང་དུ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་སེམས་ཀྱིས་སེམས་
 རིག་པ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། སེམས་དམིགས་ཆེན་བྱས་ནས།
 སེམས་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་སྟོན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་དམིགས་
 ཆེན་སེམས་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་དམིགས་ཆེན་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱང་
 བྱ་པས་ཟེན་ནས། ཤེས་པ་གཅིག་གིས་སེམས་སོ་མ་མ་བཅོས་པར་
 དེ་གཞི་སྟེང་དུ་སྟོན་ནེར་སྟོན་གྱི་ཡོད་མེད་ལྟ་མཁན་གྱི་སེམས་གཅིག་
 ཡོད། དེ་དག་ནི་རིགས་འགའ་ཞིག་གོམས་དགོས་ཤིང་། སེམས་
 ཞེས་པ་དེ་ཏ་ཅང་འཛོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལ་བཞག་ནས་རྟུ་
 གཏོགས་མང་པོ་བྱེད་ཐུབ་པར་མ་ཟད། རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་འང་བཞག་
 ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་། ལྟངས་འཛོན་ཆ་ཆང་བྱེད་ཐུབ་མཁན་གྱི་ཏ་
 ཅང་འཛོན་པོ་ཞིག་ཡིན།

ང་རང་ཆོའི་སེམས་འདི་ཉིད་མཐར་ཆུང་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་དེ་ཆགས་ཤིང་། རིག་བྱ་རིག་བྱེད་དེ་ལ་ཉོན་ལྟོ་
 བཞག་ན། རིག་བྱ་རིག་བྱེད་ཅེས་སེམས་བྱེད་བྱག་པ་གཅིག་རང་། རང་
 རིག་འདོད་མཁན་དག་གིས་ཤེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དེས་



ཡུལ་རིག་པ་དང་། རང་གིས་རང་རིག་གི་ཡོད་པས་རང་རིག་ཅེས་
 པའི་ཐ་སྐད་བཏགས་ཡོད། དེས་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གཉིས་མེད་པ་ཞིག་
 ཡོང་གི་མ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། ཏ་ལྟ་འདིར་དེ་འདྲའི་སྐད་ཆ་དེ་
 མེན་པར། ཤེས་པ་གཅིག་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཤེས་པ་ལ་ནང་གསེས་མང་
 པོ་ཡོད་སྟབས། ཤེས་པ་ཆ་གཅིག་གིས་ཆ་གཅིག་རིག་པ་ཡོང་ཆོག་
 པ་ལས། རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གཉིས་མེད་པའི་སྒྲིན་མེད། སྤྱིར་བཏང་
 གཉིས་ཀ་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། ཤེས་པས་ཤེས་པ་རིག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས།
 རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གཅིག་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་བྱེད་བྲག་
 ཏུ་ཞིབ་ཆགས་པོའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐབས། ཆ་གསེས་མང་
 པོ་ཡོད་པས་ན་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གཉིས་ཡོང་གི་ཡོད།



བཀའ་འདྲི། སྤྱི་ནོར་ཡོགང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་
 དང་། དགེ་སློབ་ཚང་མར་འཆམས་འདྲིའི་བཀའ་གིས་བདེ་ལེགས་ལྷུ་
 རྒྱ་དང་། བཀའ་འདྲི་ལྷུ་རྒྱར། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་གུས་
 གྱིས་མཆོད་པ་ལུལ་བ་དང་། སེམས་ཅན་སྤྱི་པོའི་རིགས་ལ་རོགས་རམ་
 ཡན་ཐོགས་བྱས་པ་གཉིས་ལས་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཆེ་བ་ཡོད་
 དམ་ཞེས་ལྷུ་རྒྱ་དང་། གཉིས་པ་ནི་ཡ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ཐོག་
 འདིའི་ནང་བོད་དྲུ་ཐེབས་ཐུབ་པ་དང་། གཞིས་ལུས་མི་མང་རྣམས་
 ལའང་འདི་ལྟའི་བཀའ་སློབ་ཟབ་རྒྱས་ཤིག་གནང་ཐུབ་པའི་ཐུགས་གདེང་
 རི་ཅོམ་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་བ་དང་པོ། མཆོད་པ་ལའང་ཟང་ཟིང་གི་
 མཆོད་པ་དང་། གྲུབ་པའི་མཆོད་པ་བཅས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དེ་
 ཡང་རི་སྐད་དུ། རི་བརྩམ་མི་ལའི་གསུང་ལས།



ནོར་ཟངས་ཟེང་གི་འབྲུལ་བ་བདག་ལ་མེད། །

ཕ་སྐྱ་མའི་ཞབས་ཏྲིག་སྐྱབ་པས་འཇུག། །

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཞིང་།
 མདོ་སྡེ་རྒྱན་གྱི་ནང་དུ་འདུང་དེ་བཞིན་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་མཆོད་
 པ་ཞེས་པ་བརྒྱ་མཆོད་དང་སྟོང་མཆོད་འབྲུལ་བ་ལྟ་བུ་དེ་ཙམ་མིན་པར།
 མཆོད་པ་གཙོ་བོ་ནི་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་
 དབྱེས་པའི་མཆོད་པ་རྩེ་མ་གཞན་ཕན་བསྐྱབ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། རང་དོན་
 གྱི་བསམ་པ་མ་འདྲེས་པར་བསམ་པ་ནམ་དག་གིས་གཞན་ཕན་བསྐྱབས་
 ནས་གཞན་ལ་ཕན་བདགས་ན་དེ་ནི་མཆོད་པ་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན། དེ་
 མེན་ལག་ལེན་ཐོག་མི་ལ་ཐུབ་ཆོད་དང་དབང་ཡོད་བཤད། མགོ་སྐྱོར་
 བཏང་། དཀྱུག་ཤིང་བརྒྱབ། ཁ་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་
 སུ་མཆོད་ཞེས་བཅོད་ན་དེ་ནི་རྒྱན་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་པས་ཡག་པོ་མེད།

ཡང་དད་པ་ལ་འདུང་བྱང་ཆུབ་མདོན་དུ་བྱ་འདོད་ཀྱི་དད་པ་དང་།
 མཆོག་གསུམ་ལ་རང་ཉིད་འགྱུར་བའི་འདུན་པ་འཇུག་པ་དེ་ནི་དམིགས་
 བསལ་ཞིག་ཡིན། ང་རང་ཆོ་ཤལ་མི་ཆེད་བསམ་སྒྲིའི་ནང་སངས་རྒྱུས་
 དང་། ཆོས། དགེ་འདུན་བཅས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་འདི་ཤལ་
 ཆེར་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟེ། ང་རང་ཆོད་བདེ་སྤྱད་



ཆང་མ་དེ་དག་གིས་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་
 ན་རང་གི་བདེ་སྤྱད་ཆང་མ་འགྲིག་འགྲོ་གི་རེད་བསམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་གི་
 ཡོད། དེ་ནི་ནང་ཆོས་མ་ཤེས་པའི་ཉམས་ཡིན། དད་པ་བྱ་ཚུལ་རྒྱུད་ཟླ་
 མའི་ནང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དད་པ་བྱེད་ཚུལ་གཅིག་དང་།
 རང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་དད་པ་བྱེད་ཚུལ་གཅིག་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དད་
 པ་བྱ་ཚུལ་གཅིག་བཅས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱུད་ཟླ་མ་ལས།

ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་དབང་བྱས་ནས། །

སྐྱབས་གསུམ་ནམ་པར་བཞག་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་འདྲའི་དད་པའི་འགྲོ་ལུགས་ཤིག་ཡོད་
 གྲང་། གཙོ་བོ་ནི་རང་གིས་ཐོབ་བྱུང་ཁས་ལེན་པའི་སྒྲོ་ནས་སྐྱབས་སུ་
 འགྲོ་བཞི་དེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་གཞན་
 ཕན་བསྐྱབས་ན་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན།

བཀའ་ལན། ཇི་བ་གཉིས་པ། ད་ལྟ་ང་ཆོ་བཅན་གྱི་ལ་བ་
 བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་ཡོད། ཏུ་ལའི་ལོག་སྒྲིལ་པའི་སྐད་ཆ་བོད་ནང་ཐོས་རྒྱུ་
 བཀའ་གི་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་དུས་ཡུན་རི་ཙམ་གནས་མིན་སྐོག་གྱུར་
 ཡིན་ཡང་། རྒྱན་ག་རང་གི་ནང་དུ་འདུང་བ་ཆེན་པོ་འགྲོ་བཞིན་
 འདུག ངས་གོང་དུ་བཅོད་པ་ལྟར་རྒྱུ་མི་ཤེས་ཡོན་ཅན་མང་པོ་ཞིག་



གིས། བར་སྐབས་ཕྱི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ རེས་སུ་ཚུ་མ་ཡིག་ཏུ་ཅང་
ཡག་པོ་དེ་འདྲིས་པ་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག་པ་ལྟར་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་
འགོ་བཙུག་འདུག།

འདས་པའི་ལོ་ཁ་ཤས་རིང་རྒྱ་ནག་སྐམ་ས་ཆེན་པོ་ནས་རྒྱ་
རིགས་མི་འགའ་ཤས་སམ། སྐབས་རེ་མི་གངས་ཉི་ཤུ་སུམ་ཅུ་དེ་འདྲ་
ཡོང་བ་དང་ཐུག་གི་ཡོད། དེ་སྔོན་ཨ་མ་ར་ཕ་ཉི་དུས་འཁོར་དབང་
ཆེན་གྱི་སྐབས་རྒྱ་ནག་སྐམ་ས་ཆེན་པོ་ནས་པལ་ཆེར་མི་གངས་སུམ་
བརྒྱ་མ་ཟེན་ཙམ་ཞིག་སྒྲེབས་ཡོད། ཁོང་ཆོ་པལ་མོ་ཆེ་ངས་ཐུག་པ་
ཡིན། ཏུ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁ་ཤས་ཀྱིས་དུས་ནས་ང་ཆོ་
མ་བརྗོད་པ་བྱེད་རོགས་ཟེར་བ་དང་། རྒྱ་ནག་མི་དམངས་ཀྱིས་མངལ་
ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་རོགས་ཞེས་བརྗོད་པ་སོགས་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་མང་
པོ་ཡོང་གི་འདུག དེ་དག་ནི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཡིན།

རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་ནང་ཆ་བཞག་ན་དེ་སང་འགྱུར་བ་ཕྱན་བྱུང་གོ་
བཞིན་ཡོད་འདུག་པས་རེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལྷགས་ང་ཆོས་ལྟོགས་
གང་ས་ནས་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ངས་རྒྱ་ནག་
དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་རེ་བ་བཟང་ས་ནས་བརྒྱབ། གྲ་སྒྲིག་སྒྲུག་ས་ནས་བྱེད་
དགོས་ཞེས་པ་སེམས་ལ་བཞག་ནས་སྒྲོད་ཡོངས་ནམ་ཡང་གཏོང་བྱ་མེད།



ཉི་དྲུག་། དགོན་མཆོག་གི་ སྐབས་གནས་བཅས་ཀྱི་ བྱད་པར།

བཀའ་འདྲི། འཛིན་གྲུ་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་
ནང་། ནང་པའི་དགོན་མཆོག་ཅེས་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཀྱང་།
ནང་ཆོས་ནས་ལྟ་ཡུལ་ཞེས་པ་བཤད་ཡོད་པས་དེ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། དབྱེན་ཇི་དེ་སྐད་ནང་དགོན་མཆོག་ཅེས་པ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དེ་ཆོག་དོན་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་སྐབས། འཛིན་ཉེན་
བཀོད་པ་པོའི་དགོན་མཆོག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། ཆོག་དེ་གའི་གོ་བ་
ལྟར་བྱས་ན་དགོན་མཆོག་ཁས་སྒྲུབ་ན་མི་འགྲིག་གི་ཡིང་། ཡང་དགོན་
མཆོག་ཅེས་བརྗོད་ན། སྐབས་གནས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བཙུག་ནས་གོ་ཆོག་
པ་ཡིན། ལེགས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐད་དུ་རྟག་ཕན་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། ཆངས་
པ་དང་བྱུང་འབྱུག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་རྟག་ཕན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།
དེས་ན་འཛིན་ཉེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་གིས་ཀྱང་
རྟག་ཕན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། བཙུག་ལྟར་འདས་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་།



པར་རྟེན་འབྲུང་གིས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་།
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ལྟ་བུའི་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་བཅས་དེ་
ནི་ཏ་ཅང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་རྟེན་འབྲུང་གསུང་མཁན་
ཁྱེད་རང་རེད་ཅེས་བཞུགས་པའི་ཆོའ་སེམས་ནང་ཞེན་ཁོག་དང་དགའ་
ཞེན་ཞིག་སྐྱེ་བས་པ་དང་། དེ་རྗེས་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཞིབ་ཐུབ་
འགྲེལ་བཤད་གནང་བ་ལ་ལྟ་རུས། ཨ་ཙོ་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ནི་ཏ་ལས་
དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་པས་མ་ནས་སེམས་ནང་སྟོན་པ་སྐྱེ་བས་ཀྱི་
ཡོད། དེར་བརྟེན་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་དབང་དེ་དག་ནི་ཏ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་དང་
བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་བཀའ་རྒྱུ་ལ་རྟོག་ཏུ། ॥



༡༡། བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

སྟོན་སྟོན་པ།

སྐྱེ་སྐྱེ་རྒྱུ་ཆེ། བྱེ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་ལགས།
སྐྱེ་ཡིག་སྐྱེ་ཞབས་བྱམས་བསྟན་ལགས།

བྱ་དག་པ།

སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཞབས་བྱམས་བསྟན་ལགས་དང་།
ནམ་གྱ་དགེ་བཤེས་སྐྱེ་བཟང་གུགས་པ་ལགས།

བྱུང་ག་རྒྱུ་འགོད་པ།

ནམ་གྱ་སྐྱེ་བསྟན་སྐྱེ་ཆེན་གྱི་བསྟན་འཛིན་དོན་ཡོད།

མཁའ་བསྟན་དང་། དེར་གཟུགས་རྒྱུ་འགོད་པ།

ནམ་གྱ་སྐྱེ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༦ དང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་ནམ་གྱལ་གྱ་ཆང་

ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་གས་ནས་པར་འགྲེམས་ཁུས།

NAME OF SPONSOR

助印功德芳名

Document Serial No : 98115

委印文號:98115

書名：藏文：藏傳佛教珍寶釋

Book Serial No.,書號：T1431

U.S.Dollars :

1,666 : 芝加哥華藏淨宗圖書館。
(Amitabha Buddhist Library in Chicago)

N.T.Dollars :

15,520 : [吳達雄、李佩輝、吳昌融、吳泰宏閤家]。
14,000 : 尤綿綿 (恭祝母親壽旦，迴向母親尤李雪，佛法常隨，福慧雙全，
災障消除，健康如意，及累世冤親，得佛加被，離苦得樂，信樂大乘，
往生淨土，及一切眾生，惜福慈愛，離惱除癡，成等正覺，同生極樂)。
10,000 : 李忠營閤家。李建德閤家。吳惠美閤家。郭金鳳女士閤家。
5,600 : 吳宗翰。吳唯平。楊秀花。路心正。路蘭君。
5,000 : 周鐵雄閤家。
2,800 : 亞碩有限公司。黃麗環。
2,000 : 李淑瑜閤家。
1,680 : 李素慧閤家。
1,400 : 李麗雅閤家。李麗惠閤家。
1,120 : 翁璋隆。
1,000 : 胡鴻銘。[劉海順、呂淑貞閤家]。田瓊麗閤家。
840 : 林慶龍閤家。林家年。
700 : 林美慧。林王素卿。
560 : 李忠星全家。李燦煌全家。何再發全家。李朝枝全家。
林麗玲閤家。
280 : 林宗正。翁綜懋。翁源蔘。林家樑。李蚶目。
140 : 賴信宇。
12,683 : 佛陀教育基金會。

Total: U.S.Dollars 1,666 , N.T.Dollars 138,823 ; 7000 copies.
以上合計:美金 1,666 元，新台幣 138,823 元；恭印 7000 冊。

DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue
accrued from this work
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,
repay the four great kindnesses above,
and relieve the suffering of
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts
generate Bodhi-mind,
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,
and finally be reborn together in
the Land of Ultimate Bliss.
Homage to Amita Buddha!

NAMO AMITABHA 南無阿彌陀佛

【藏文：藏傳佛教珍寶釋】

財團法人佛陀教育基金會 印贈
台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by
The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation
11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.
Tel: 886-2-23951198, Fax: 886-2-23913415
Email: overseas@budaedu.org
Website: http://www.budaedu.org

This book is strictly for free distribution, it is not for sale.
ཐུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུལ་གྱི་ལས། ཚོར་བསྐྱར་མི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ཀྱི།

7,000 copies; May 2009
T1431-7851