



རེ་ལྷའི་སྒྲོང་བཅུད་རིག་གནས།

热拉生态文化

热 拉 生 态 文 化

Rela Ecological and Cultural Landscape

——神山圣湖生物多样性图册

ཚུལ་ཞུགས་པ། འདེད་ན་ལྷན་ཚགས་ཚུལ་ཞུགས་ཚན་རྒྱུ།

འཕེལ་རྒྱུ་ལྷན་ཁོ་སྒྲིལ་།
热 拉 德 东 福 利 协 会
Welfare Association

རྒྱུ་འགོད་པ། ཨ་ཉལ་ཨི་ལྷེ་ལུ། འདན་མ་བཀ་ཤེས་ཚེ་རིང་།
ལས་གཞི་འགན་ཁུངས། ཚས་དབྱིངས་རྫོ་མེ།
རི་མོ་བ། འབྲུང་མེད།
ཚུལ་ཞུགས་པ། རེ་ལྷའི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས།
སྒྲིག་སྐྱོར་བ། བཟུན་འཛིན།
པར་རིས་འདོན་སྒྲིང་པ། ཐར་པ་དང་སྒྲིང་དབང་མོགས།
ཚུལ་ཡིག་འདོན་སྒྲིང་པ། རེ་ལྷའི་བདེ་དོན་ཤེས་ཡོན་པ་ལྷན་རྒྱུས།
རས་འདེགས་ལས་ཁུངས། ལུལ་ལུལ་ལྷན་པ་ཚོགས་པ།

策划：昂阿中俄地 扎西才仁
项目负责人：求英多杰
绘画：久美
主编：热拉德东福利协会
排版设计：丁增
照片提供：布满塔巴、阿恩久旺等
撰文：热拉村全体学者
支持单位：玉树州金巴慈善会

The United Nations Development Programme 联合国开发计划署
Global Environmental Facility 全球环境基金
Small Grants Programme 小额赠款计划
The JinpaProject 玉树州金巴慈善会
Rela Dedong Welfare Community 热拉德东福利协会

རེ་སྤྱོད་ཐེ་མེ་ལྷོ་ལམ་ས་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱོད་ལས་ཚན།

Rela Biodiversity Conservation Project

热拉社区生物多样性保护与环境卫生项目

རེ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཅུད་རིག་གནས།

热拉生态文化

Rela Ecological and Cultural Landscape

——神山圣湖生物多样性图册

ཕྱི་སྤྱོད་པ། བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཕྱི་སྤྱོད་ཚན་ཆུང་།

The United Nations Development Programme 联合国开发计划署

Global Environmental Facility 全球环境基金

Small Grants Programme 小额赠款计划

The JinpaProject 玉树州金巴慈善会

Rela Dedong Welfare Community 热拉德东福利协会

支持单位：玉树州金巴慈善会

Acknowledgement

As part of an ongoing programme of work is to improve the health and welfare of the nomadic community in Yushu TAP in Qinghai Tibetan High Plateau. The Jinpa Project has been focusing on the sustainable community development project in Nomadic Community areas. This programme of work is focusing on conservation of biodiversity and environmental sanitation issues as well as appropriate eco-friendly development and community capacity-building. Gaining the involvement of local people in understanding as well as participating in various biodiversity initiatives has been very important to the community. Jinpa puts a great deal of effort into explaining the project mission, content and significance of conducting surveys on biodiversity resources to the Community and to the regional relevant local government bureaus.

This has helped to get support from government toward operating, wildlife watching sites and sustainable livelihoods in Relha community in the future as well as project such as eco-culture tourism, environmental sanitation and management of garbage disposal. During project implementation, we were focusing on input of traditional conservation knowledge through the older herder's traditional conservation practices. All herders were participating and decide on making regulations for the conservation of holy mountain, lakes and forests. This picture books with local folk tales on biodiversity conservation in relation to local culture have directly impact on awareness of local herders on conservation culture; this will also ensure the enthusiasm of young generation toward conservation of their homeland. Through

establishment of community-based area of conservation, traditional values and creative pilot-projects on conservation has accepted by local relevant government bureaus.

The value of the knowledge of the older members of the community was thus paramount and this has proposed that special effort is made to identify and interview some older herders to capture their oral histories of traditional practices and values regarding their environmental protection. The Jinpa Project would like to appreciate for all the participants including the Donor. This was the first environmental pictorial book of Relha community and made available to the whole community as an Eco-Brochure in conjunction with community cooperation.

Tashi Tsering Dec-20-2019

སྡེན་འབྲོ་གཏམ།

དེ་སྤྱི་བོད་སྤྱི་མི་རི་མཉམ་པ་བཞུགས་པ་མཛུས་ཤིང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མངའ་གཞི་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་
 བོད་རིག་གནས་མཆོག་མཉམ་དུ་བྱུང་བའི་བོད་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ལ། གནས་འདི་ནི་ལྷི་ཡི་ར་ཆ་དཀར་འབེལ་གཙོས་པའི་གནས་
 རི་རྒྱལ་རི་ཡིས་མཐའ་ནས་སྒོར་ཞིང་། མཆོ་རིང་ཁ་སོགས་མཆོ་ལུ་མང་པོས་རོ་མཆར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས་
 སྤྱོད། རྒྱལ་བོ་བརྒྱ་ཆོ་དུ་མས་ཆོ་སྟོག་ཡོངས་ལ་བསོན་ཤུགས་སྟེང་། ལྷ་ཤིང་ཤུགས་པའི་གསེབ་ནས་གཅན་
 གཟན་འདབ་ཆགས་ཚོགས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་རོལ་ནས། ཆོས་རིག་དང་དཔལ་ཡོན་གྱིས་བཞེངས་པའི་བོད་དང་
 མཁར་གྱིས་ས་ཆེན་འདི་ལ་སྤྲུམ་ཅི་བཏང་། འབྲོག་མི་རྣམས་ཀྱིས་རིན་ཆེན་ཉོར་ནག་མིག་ལྟར་གཅེས་ཏེ། ལོ་
 རོ་སྟོང་ཤུག་མང་པོར་བརྒྱུད་པའི་འབྲོག་གི་འཆོ་བ་དང་རིག་གནས། ཁོར་ཡུག་བཅས་ལ་དགའ་སྤྱིད་དཔལ་གྱིས་
 རོལ་ཞིང་ཞི་འཇམ་བག་ཕེབས་ངང་གནས་སོ། །

ལས་དང་སྒྲིན་ལས་གྱི་དབང་གིས་༢༠༠༠ལོར་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་སྒྲིན་པ་ཚོ་གསུམ་པས་རེ་སྤྲིའི་ཨ་ག་མཚོ་བྱས་སུ་
ལྷགས་ཟམ་ཞིག་དང་། ༢༠༡༡ལོར་ལྷམ་སྤྲི་ཟམ་རྒྱུད་བཅས་རོགས་པ་བྱ་བྱབ་ཡོད་ལ། ད་ལོན་༢༠༡༤ལོ་རེ་
སྤྲི་བྱོར་སྤྲི་ལ་ཁོར་སྤྲི་ལས་གཞི་འདི་ཉིད་ལེགས་པར་བྱབ་ཡོད་པས། འབྲེལ་ཡོད་ལས་ཁུངས་དང་འགོ་ཁྲིད་
ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་མང་གནང་ཡོད་ལ། རེ་སྤྲི་གཙང་སྤྲི་ཚོ་རྒྱུད་དང་རེ་སྤྲི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དཔུང་རོགས་
བྱས། རེ་སྤྲི་མི་དམངས་ཀྱིས་མཉམ་ཞུགས་གནང་བས་ལས་གཞི་དེ་དག་བཟང་འགྲུབ་བྱུང་། ལས་གཞི་འདི་
བསྐྱབས་པ་བརྒྱད། རེ་སྤྲི་བྱོར་དམངས་ཁྱུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ལ་རེ་སྤྲི་འབྲོག་དུད་བརྒྱ་ཆ་༧༥ཡིས་ཅི་ཤིང་ནགས་ཚལ་
སྤྲི་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུ་མ་ཟད། གད་སྤྱིགས་ཁྱིམ་ནས་ཕྱི་རུ་མི་འཐོར་བའི་དམ་བཅའ་ལ་དཔའ་ཁས་སྤངས། དུག་སོ་ཡིས་
བཟུང་། ལག་པ་གནས་དུ་བཅགས། ཤོག་དཀར་ཐོག་དུ་ཡིག་ནག་གིས་པ་འདི་མི་རབས་མི་རྒྱུད་ཀྱིས་རྒྱུད་འཛིན་
དང་ཡུལ་སྲོལ་དུ་ཆགས་པའི་སྒྲིན་འདུན་ཤིན་དུ་ཆེ། དེ་བཞིན་རེ་སྤྲི་སྤྲོད་བཅུད་རིག་གནས་། བསྐྱ་སྤྱིག་དང་
སྤྱིག་སྐྱོར་ལ་རེ་སྤྲི་བྱོར་སྤྲི་ལེན་དང་རེ་སྤྲི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་བཅས་ཀྱིས་ཤུགས་མཉམ་རྒྱལ་ སྤྲི་མཉམ་
ལེན་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཤིན་དུ་དཀའ་ལས་མཛད་པར་ངེད་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་སྒྲིན་པ་ཚོ་གསུམ་པ་རིག་གནས་དང་སྤྲི་
ཁམས་སྤྲི་སྐྱོབ་ལ་དོ་སྣང་ངམ་བྱ་བ་རེ་ཨི་འགྲུབ་ལྟ་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་སྤྱགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་ཞུ།

དེ་བ་ཆུང་། རེ་སྒྲའི་སྣོད་བཅུད་རིག་གནས་ཀྱི་ཞེས་པ་འདི་ནི། རེ་སྒྲ་གྲོང་སྡེའི་དུས་རབས་གཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
 མཚོན་ཉག་གསལ་ཆེན་ཞིག་རེད་ལ། གཞོན་རབས་གཅིག་གིས་པ་ཡུལ་ལ་བཅངས་པའི་བཙུ་སེམས་ཀྱི་མཚོན་
 ཉག་གསལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་རེད། འདི་རུ་ཚན་རིག་གིས་དཔག་ཅིང་ཞིབ་འཇུག་གིས་བབྲང་པའི་བྲངས་ཀའི་རིགས་
 མང་པོ་མེད་ཅིང་། རི་ཆུ་མཚོ་གསུམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོ་གསལ་ཡོད་ལ། ཡལ་དུ་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རི་མོ་བྲག་
 ཏུ་བཀོས་པ་བཞིན་གསལ་ལ། ཚུམ་རིག་མཛའ་མོས་ཤུགས་སྒྲུ་ལེན་བཞིན་པར་རིས་ཚོགས་ཀྱིས་མིག་ཟུང་འགོ་བ་
 པར་བྱེད། འདི་ནི་གྲོང་སྡེ་ཞིག་གི་སྣོད་བཅུད་རིག་གནས་རེད་ལ་མི་རིགས་ཤིག་གིས་སྣོད་བཅུད་རིག་གནས་ཀྱང་
 ཅི་ལ་མིན། ཡིན་ཡང་རེད་སྒྱུན་པ་ཚོགས་པ་དང་རེ་སྒྲ་རུ་ཆེན། རེ་སྒྲའི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་འཛོན་
 རུས་ཀྱི་དབང་གིས་དཔེ་ཆ་འདིར་སྒྲིན་དང་ནོར་འཁྲུལ་གང་མང་ཡོད་སྲིད་པས། མཁུན་ལྷན་གྲོག་པ་པོ་ཡོངས་ཀྱིས་
 དགོངས་འཆར་དང་སྒྲིན་བརྗོད་གནང་བའི་རེ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེན།

ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་སྒྱུན་པ་ཚོགས་པ།

༢༠༡༩ལོའི་ཟླ་༡༢པའི་ཆོས་༢༠ཉིན་ལ།

前言

热拉村位于湄公河（澜沧江）源头两大支流之一，吉曲河岸，隶属青海省玉树州囊谦县东坝乡，平均海拔 4200 米以上，土地总面积 18 万亩，辖内 3 个社、15 个牧场、206 户，其中居住在牧区有 96 户，2018 年末，总人口 1220 人。热拉村为纯牧区，具有十分丰富的历史遗迹、宗教寺院、民俗风情、神山圣湖等文化资源。独有的原生态工匠技术“热拉阿措工艺”。境内以柏木为主的森林及生物多样性极为丰富，可称森林茂密、山清水秀、风景旖旎，野生动物悠然自得，彰显人与自然和谐相处的典范。

在一次机缘下，玉树州金巴慈善会 2000 年为热拉村援建了阿措吊桥和 2011 年热拉兰那吊桥。2018 年至 2019 年在联合国开发计划署和全球环境基金、小额赠款计划的支持下实施了“热拉社区生物多样性保护与环境卫生项目”。该项目得到了各级政府部门和热拉村民委员会的支持，以及热拉环保小组与德东福利协会、热拉村所有牧民的参与。通过此项目，居住在牧区的 95% 牧户向热拉村民委员会发愿并接受了保护一切自然资源和生活垃圾自行运回县城处理的决议，金巴希望此决议能够在这片土地上世代传承下去，使它成为乡村生态文明建设、乡村振兴战略和热拉村“村规民约”的重要基础。金巴是一家长期致力于玉树地区生态、生命、生计的社会组织，并作为项目实施方，向编写和整理《热拉生态文化：神山圣湖生物多样性图册》工作付出努力的热拉村民委员会和德东福利协会表示谢意。

这本《热拉生态文化：神山圣湖生物多样性图册》里虽然没有太多的现代科学所调查出的数据和分析，但却记录着从原始苯教的世界观和自然科学的各

种故事到目前牧民对自然的敬畏，形成千年不变的独特高原生态系统和生物链的状况。也诉说着这片天空下的朴实而纯洁牧民的人文历史。这也是一群年轻人对家乡的爱与念的表达方式，更是新一代牧民对家乡的解读。

经过编写小组成员的精心策划、搜集资料、实地访谈、寻求相关老师的帮助等工作后完成了这本《热拉生态文化：神山圣湖生物多样性图册》一书，但由于文献资料有限和成员的水平，以及各方的时间等诸多原因，该书有很多缺憾和不足之处，恳请有关专家学者批评指正为盼，帮助我们今后的工作做的更好，更细。谢谢！

玉树州金巴慈善

2019年12月20日

བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་གསལ་བསྐྱབས།

རྒྱ་ཆེན་གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་རླབས་ལྷན་ལྷན་།

དེད་རེ་སྤྱི་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མིག་སྤྱི་ཚོགས་མི་ལྷན་བཅུ་པོ་སྤྱན་མོང་ནས། མ་བསྐྱལ་དང་སྤངས་ཀྱིས་
རྒྱ་ཆེན་རི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་ཆོ་སྤྱོད་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་ཆེད་སེམས་བརྟན་པོ་བཞག་ཡོད་
པས། ཀྱན་གྱིས་དེ་དོན་ཡིད་ལ་ངེས་པ་གནད་རོགས་ལྷན་པ་མ་ཟད། ལྷན་པར་དུ་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཆང་
མས་ང་ཆོ་ལྷན་བསམ་བཟང་པོས་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་འདི་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་རམ་གང་མང་གནད་རོགས་
ཞེས་གསལ་བ་ཅེ་གཅིག་དུ་འདེབས་པ་ཡིན། སྤྱི་རི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི། ཆོས་ལུགས་དང་
ཁྲིམས་ཀྱི་བཅད་པའི་སྤངས་བྱ་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར། འཇིག་རྟེན་འདིར་འཛོལ་གནས་པའི་སྤྱོད་འགྲོ་ཡོད་དོན་ཅིག་
གི་འཛོལ་གནས་དང་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ཀྱན་ལ་གྲགས་ ཤིང་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། སྤངས་དོར་ཤེས་པའི་སྤྱོད་
ལྷན་ཀྱན་ལ་འགན་འདི་ཡོད་པ་མ་ཟད། གལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་ཆོ་སྤྱོད་ལ་འཆོ་བར་བྱེད་
པ་མཐོང་བཞིན་དུ་སྤངས་མེད་ལ་འཇོག་པ་ནི། མི་བྱ་རང་རང་གི་བདེ་འཇགས་དང་ཆོ་སྤྱོད་སྤངས་མེད་དུ་འཇོག་པ་
ཡིན་པས། རང་ཆེས་ལ་རང་མཁས། སྤྱོད་ཆེས་ལ་དཔོན་མཁས་ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན། མ་བསྐྱལ་དང་སྤངས་
ཀྱིས་རང་ཉིད་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་འབད་བརྩོན་བྱེད་རིགས།

ལྷན་པར་དུ་དེད་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འདས་དོན་ལ་ཅུད་གཅོད་མི་བྱེད་པར་དེ་རིང་ནས་གཟུང་། རེ་
སྤྱི་འཁོར་ཡུག་གི་རི་བོ། དཀར་ཐོམ་དང་སྤྱན་པ་ཅེ་གསུམ། ཨར་དགེ་བྲག་དཀར། གོང་རྒྱལ་ལྷ་ཅེ། མོར་
ལྷ་དབྱུང་དཀར་དང་མཐའ་དམར། རྩ་ལྷ། ར་ལྷ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ཅེ། ར་ཆ་དཀར་འབེལ། ཤ་མ་གཏོར་རིང་། སྤྱོད་
ལོ་དང་རྩ་ལྷ། སྤངས་རི་སྤྱོད་པ། ལྷ་སྤྱོད་རྩ་ལྷ་ཆེན། ལྷ་གྲོགས་སྤྱོད་མགོ། དམར་ཅེ་སོགས་འདོར་ན་རེ་
སྤྱི་འཁོར་ཡུག་གི་སྤྱོད་ཁམས་ཀྱན་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་ཆེད་སེམས་བཞག་ཡོད་པས། སྤྱོད་ཁམས་འཁོར་ཡུག་ལ་
གཞོད་ཅིང་འཆོ་བའི་བྱ་སྤྱོད་རིགས་མ་སྤྱོད་རོགས་ཞེས་གསལ་བ་འདེབས་པ་མ་ཟད། གལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཕྱིན་སྤྱོད་
དང་སྤྱི་འགྲོ་ཉེས་འདུག་འཆལ་བྱང་ཆོ། ང་ཆོ་ལྷན་ཚོགས་མི་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་སར་ཡོད་པས་ཁྲིམས་གཅོད་ཀྱི་སྤྱོད་

རེ་ཞིག་མ་ལོ་རུང་། ཁྱིམ་སྐྱུང་གི་སྔ་པ་ཞིག་བྱ་རེས་ཡིན་པས། བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་ཀུན་གྱིས་སྤྲུགས་
གཟབ་གནང་རོགས་ཅུ་ཅུ།

ཞེས་༢༠༡༧ལོའི་ཟླ་༩ ཚེས་༥ཉིན་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ནས་བྲིས། །



དཀར་ཆག

ཡུལ་ལྷའི་པར་རིས་སྐྱོད།	༡
རེ་སྒྲའི་སྟོད་བཅུད་ས་ཁ།	༢
རེ་སྒྲའི་མཛེས་སྤྱད་ལ་བསྐྱེད་པ་དང་སྟོང་དབྱེས་པའི་མཛོད་སྒྲིན།	༤
པ་ཡུལ་གྱི་ཚུ་བོ་དང་མཚོ་འཕ་མཚོ་ཁུ་ཅུང་ཟད་བཤད་པ།	༡༡
སྤྱི་ཡི་རེ་ཆ་དཀར་འབེལ།	༡༥
ང་རང་མ་འོངས་པ་སྒྱུ་རྩལ་བ་བྱེད་སྒྱུ་ཡིན།	༡༩
པ་ཡུལ་གྱི་དུས་བཞིའི་ལང་ཚོ།	༢༠
རེ་སྒྲ།	༢༡
ར་བསྟོད་བྱང་བའི་འགྲིན་སྒྲ།	༢༢
བྱའི་རྒྱལ་པོ་ཆོད།	༢༤
ང་རང་ལུ་གུ་མེ་ཏོག་ལ་དགའ།	༢༥
པ་ཡུལ་གྱི་ཞེན་ཆགས།	༢༦
མོ་བ།	༢༨
གཏམ་རྒྱུད་དང་ལྷན་དུ་གནས་པའི་ང་ཚོ། གྲོགས་པོ་ཚོ།	༣༠
ཆུའི་ཕོ་བོ།	༣༡
སྤྱང་གི།	༣༢
སྒྲེབ།	༣༦
པ་ཡུལ་གྱི་བྱང་ཚོས།	༣༧
༡༡་སྤང་སེམས་ཀྱི་ཁ་མཚར།	༣༨
གསའ།	༤༠

རིམ་དང་།	༤༣
པ་ཡུལ་གྱི་བསྟོན་སྒྲུ།	༤༤
པ་རབས་དམ་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་ཕྱག་ནི།	༤༥
གོང་མོ།	༤༨
རིམ་འཛིན་དམངས་སྒོལ་རིག་གནས་སྒོར།	༤༩
མགུར་སྒྲུ་ན་བའི་བྱ་རམ།	༥༡
པ་ཡུལ་གྱི་རིམ་བསྟོན།	༥༢
ཁོར་ཡུག་དང་ཡ་རབས་སྒྲིབ་བཟང་།	༥༥
པ་ཡུལ།	༥༦
སྒྲིབ་གྲོགས་ལ་འབོད་པ།	༥༧
པ་དགོན་ལ་ཕུལ་བའི་གཟི་བརྗིད།	༥༩
རིམ་སྒྲིབ་བའི་རང་གཤེས།	༦༠
བོན་རྒྱུ་གང་དགོན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་གཏམ་རྒྱུ་ལ་དབྱེད་པ།	༦༢
སྒྲ་བ།	༦༤
དཔལ་ལྷན་རིམ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྒྲུས་སྒྲིབ་བ་མེས་པོའི་གནའ་གཏམ།	༧༡
སྐལ་བཟང་མདོ་སྒྲགས་བཤད་སྒྲུབ་དང་རྒྱུས་སྒྲིབ།	༩༤
པར་མིག་ནང་གི་པ་ཡུལ།	༡༡༣
པ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་ལྗོངས།	༡༡༦
རིམ་མ།	༡༡༧
གྲོགས་ལ་ཕུལ་བའི་ཀ་ཚོམ་སྒྲིབ་རིས་མ།	༡༢༡
རང་བྱུང་ཁམས།	༡༢༣
རྒྱ་དགའ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཅུང་ཙམ་བསྟོན་པ་དད་པའི་མེ་ཏོག།	༡༢༤

པ་ཡུལ་གྱི་མི་གཅིག་.....	༡༢༧
སྒྲིད་སྒྱུ་དར་དཀར་ལྗེ་མ་རྩལ་.....	༡༢༨
མདུན་ལམ་གྱི་གསང་བ།	༡༣༥
པ་ཡུལ་གྱི་ཀར་རྩེས་སྤྲོ་མོའི་བེན་ཐོ།	༡༣༦
མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་དུ་ཆགས་པའི་རི་རླ་རུ་ཆེན།	༡༣༩
སྐལ་བཟང་དག་དགོན་དཔལ་ཐེག་མཚོག་འོད་གསལ་གླིང་།	༡༤༢
འཕར་བ།	༡༥༠
ཁོར་བུ་ལྷ་ཅེར་བརྟོད་པ་བདེན་གཏམ་མེ་ཏོག་ཐོང་བ།	༡༥༢
གནའ་བ་ལ་ཅུང་ཟད་དཔྱད་པ།	༡༥༩
ཐུག་རོན།	༡༦༠
བྱ་རོག་	༡༦༡
སྒྲིའི་ཞ་གསུམ་གྱིས་རག་ཤུལ་སྐལ་བའི་རག་རྒྱུན་གཏམ་རྒྱུད།	༡༦༣
རི་སྒྲིའི་གོང་སྤེ་གསུམ།	༡༧༣
འབྲུག་གོ་མ།	༡༧༦
མི་ཤིག་དོ་རྩེའི་གུར་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས།	༡༧༧
པར་ལས་འཕྲོས་པའི་སྐད་ཆ་དགའ།	༡༧༩
ཤུག་གུ་ལྷ་མོ།	༡༨༦
གནས་བརྟོད།	༡༨༩
གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་གི་ཁོར་ཡུག་སྤུང་སྒྲོ་བས་གལ་ཆེ་བས།	༡༩༡
རི་སྒྲིའི་སྤྲོད་བཅུད་དང་རི་རྒྱའི་རིགས་གནས་མདོ་ཅམ་སྤེང་བ།	༡༩༥
མཐོང་དཀོན་པའི་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན།	༢༡༣
ཡ་རབས་གྲོགས་པོ།	༢༡༥

རེ་སྒྲའི་རྒྱལ་སྤྱོད་རྒྱུ་མགོ་འཁོར་མིང་།	276
འཛོམས་སྒྲུབ་།	227
འོ་འོ་སྒྲུབ་།	232
རྒྱལ་འོ་སྒྲུབ་།	247
འགྲུ་འགྲུ་སྒྲུབ་།	243
འདབས་ཆགས་སྒྲུབ་།	244
འབྲུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་།	240
རྒྱལ་འོ་སྒྲུབ་།	247
གཙན་གཙན་སྒྲུབ་།	243
མེ་ཏོག་སྒྲུབ་།	742
ཅི་ཤིང་སྒྲུབ་།	742
རེ་སྒྲའི་བདེ་དོན་ལྷན་ཆོག་གི་ལས་འཁོར་།	242



ཡུལ་ལྷའི་པར་རིས་སྟེར།



ར་ཅུག་ཁོ་པོ།



བྲག་ཐེའུ་རང་།

ཆེན་པོ་ཆོངས་པ་དཀར་པོ་ཞེས། །དབུ་ལ་ཀ་ཤའི་ལ་ཐོད་རབ་མཛེས་ཤིང་། །ཕྱག་གཡས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་
དངོས་གྲུབ་གཏིར། །གཡོན་པས་ཐོད་ཐེང་ལས་བཞིའི་རིགས་སྒྲགས་བསྐྱང་། །ཆེབས་སུ་ངང་དཀར་གཡུ་རྩོག་
སྟོང་གསུམ་ཉལ། །སྤྱལ་སྤྱར་མ་ངེས་སྤྱོད་ཆོགས་ཅི་ཡང་སྟོན། །འཁོར་དུ་ཡུམ་སྒྲས་དམ་ཅན་བྲག་ཐེའུ་རང་། །
གཉན་གཙན་རྩོམ་ཆུ་ལ་ནི། །



ར་རུག་ཞེ་བ།



ཡུམ་སྤྲུལ།

དཀར་ལྷོ་ཞེ་མ་ཁྲོས་པའི་ཉམས། །ཕྱག་གཡས་མོར་བུའི་མཚན་པ་ཡི། །རྒྱལ་མཚན་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་
 སུ་བསྐྱེད། །གཡོན་པས་གཟེ་ཡི་ག་ཁུ་ནང་། །ཟབ་གསང་གཏེར་གྱི་བཟུང་གཏམ་འཛིན། །ནང་གོས་དམར་
 པོ་དར་དཀར་བེར། །ཤེལ་ཚྭ་དུང་གི་ཁབ་ཆེན་གསོལ། །བར་བར་དུང་གི་སྤང་བུ་འཕུར། །གཡུ་ཡི་སྤང་
 རྒྱུ་པོ་ཉར་འབྱེད། །སྤྲུག་རལ་གཟེགས་ཤུབ་དཔའ་ཆས་རྩྭ་སྤྲུག། །རག་པ་གཡུ་རྩྭ་འཕུར་ཤེས་ཆེབས། །
 རེ་འགའ་མི་དཀར་རྩ་དཀར་ཞིང་། །དར་དཀར་ཕྱར་ཞིང་མོར་བུ་འཛིན། །མེ་ཏོག་ཕྱིང་བས་སེ་རལ་བརྒྱན། །
 འཁོར་དུ་ལྷ་སྤྲུག་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོར། །



འོ་ལྷོ་ལྷོ་ཅེ་གསེར་གྱི་མདོག་ | དར་དཀར་བེར་དང་གསེར་ཁབ་གསེལ། | དྲག་ན་ལྷ་གས་ཀྱི་འོ་ལྷོ་ཅེ་
བསྐྱེལ་ས། | ཆིབས་སྤྱ་གཡག་དཀར་གཡུ་རྩ་ཆིབས། | འཁོར་དུ་སྤྱ་སྤྱན་འཆེད་བཞིན་བསྐྱོར། |



གོང་རྒྱལ་ལྷ་མོ།

གོང་རྒྱལ་ལྷ་མོའི་གསེལ་བསྐྱེད་བཞུགས་སོ། །དང་པོ་གཙུག་མ་དཀར་གཏོར་བརྒྱན་ལྷན་འབྲུ་སྣ་བཙས། ལཱ་མྱི་ཏྲས་བསངས། ལྷ་བྱ་མས་སྦྱངས།
ཡུལ་འདིར་གནས་པའི་ལྷ་མགོན་ནི། སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ལྷ་བའི་མདོག་ ཁྱི་མ་ཁྱོ་བའི་ཉམས་དང་ལྷན། སྐྱེ་ལ་ཁབ་
མོ་ག་གསེལ། བྱག་གཡས་བ་དན་དཀར་པོ་བྱར། སངས་སེར་གང་གནོད་འཛེམས་པར་མཛོད། གཡོན་པས་ནོར་གཞུང་
ཐུགས་ཀར་འཛིན། བསྐྱབ་བ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། ཆིབས་སུ་དུང་ཏྲ་གཡུང་ག་ཆིབས། གསེར་སྒྲ་བྱི་དུའི་ཁ་ཆོམ་
ཅན། གཡས་གཡོན་ཡུབ་ཆེན་ཉི་ལྷ་དང་། སྤྱབ་སྟོག་ཅིན་ཆེན་སྣ་ལྷས་རྒྱན། འཁོར་དུ་ཡུལ་ལྷ་འི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར། །
མི་རྣམས་ལྷ་དང་དབྱེར་མེད་པས། སྟོན་བསྟུ་རྒྱབ་རྟེན་བསམ་དོན་བསྐྱབ། རྩམས་དཀར་གཏོར་ཐུང་གིས་མཛོད། གང་བཙུམ་
ལས་ལ་དམ་མ་གཡེལ། བཙུམ་བའི་མིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། ཅིས་སྤུལ་མིང་དགའ་ཀླུ་ལོང་རྟོགས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ནས་
རང་བྱུང་མེ་བྱིལ་ད། རྟོར་རྒྱལ་ལྷ་འི་ཆོས་བཅུ་ལྷན་གནས་སྟོན་ཕྱིས་པའི་དུས་སུ་ཤར་མར་གྱིས་པས་ཉེས་འགར་མཆིས་ན་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལ་བཞགས།



ནག་ཟེ།

ལས་བྱེད་མི་དམར།

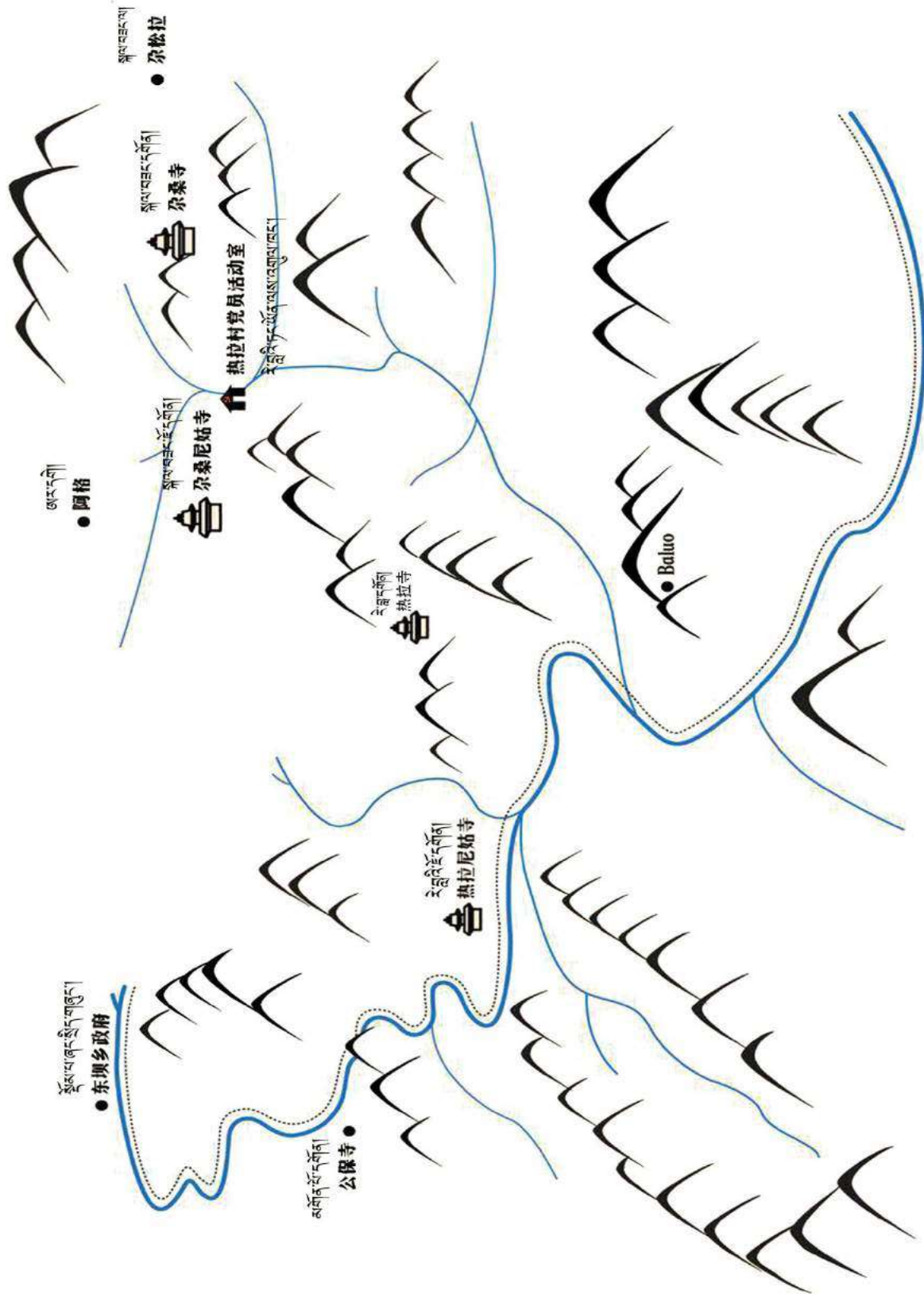
ནག་ཟེ་མི་དམར་ཁོ་འཛུམ་ཅན། །ཕྱག་གཡས་དར་གྱི་གཡལ་མོ་དམར། །གཡོན་པས་དུང་གི་སྐར་བྱ་བསྐྱམས། །
 ཏྲ་ནག་རྒྱན་ལྷན་སྟེང་དུ་རྩེ། །མདུན་དུ་ལས་བྱེད་མི་དམར་ནི། །རལ་གྱི་མི་ཡི་སྟོ་སྟེང་བསྐྱམས། །མི་སྐྱགས་
 གཡང་བཞི་བྱ་བརྒྱད་གསོལ། །བསམ་གྱི་སྐྱགས་པ་སྐྱག་ལ་བཀལ། །སྐར་བྱ་དམར་པོ་ཆེབས་སུ་གཅིབ། །

བཙན་མོ་དཔལ་ལྷོ་མེ།



ཀྱི། ཡུལ་རྩེ་གནས་བདག་ཆེན་པོ་མཐུ་བོ་ཆེ། བཙན་མོ་དཔལ་ལྷོ་མེ་ཡུལ་གཙན་དག་པོ་འོ་སྒྲ། འདམར་ནག་རབ་
བརྩེད་ཁོ་གདུམ་མེ་བེར་འཕྲོ། གནག་པའི་སྤང་མིག་དབྱ་བགེགས་སྒྲིག་ལ་ལྟ། བསེ་ཁྲབ་བདེས་ལྷོ་ག་འཁོར་
གསུམ་རབ་དུ་བརྩེད། རྒྱག་གཡས་སྤྱུལ་གྱི་ཁ་ནས་ཐོགས་སེར་འབབས། གཡོན་པས་བུ་མཚོན་དམར་པོ་སྤྲིན་
ལྷར་གཏིབས། ཆེབས་སུ་བཙན་ཏྲ་བུ་ཡུག་སྒྲིག་ཞགས་ཆེབས། འཁོར་དུ་སྤྲན་དང་བཙན་དམག་དུ་མས་
བསྐྱོར། །

རེ་ཁྲུང་ཕྱོད་བཅུད་ས་ཁ།



རེ་སྒྲིལ་མཛེས་སྤྱད་ལ་བསྐྱབས་པ་དང་སྒྲོང་

དགུས་པའི་མཆོད་སྤྱོད།

ཨ་དེའུ་སྐྱ་བོ།

རི་མཐོ་ས་གཙང་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་གངས་རིའི་མུ་ཁྱུད་སྤྱིད་པའི་མིག་རྒྱན་སྤྱོད་ལེགས་མ། །
དག་པའི་ཞིང་མཆོག་ཅེས་པར་གྲགས་པའི་སྤྱན་པའི་རྩ་སྤྱོད་གཉིས་མཛེས་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་རུ།
ལྷ་ལྷ་ལྷ་གྲགས་པ་སྤྱོད་ཅེས་བདག་པོས་སྤྱོད་མའི་ལམ་ནས་སྤྱོད་འཕུལ་བཞོད་པའི་གནས་ལུལ་ཞེས།
ངོ་མཆོར་མཛད་བྱུང་ཡངས་པའི་ས་ཆེན་གྲུབ་པའི་སྤྱོད་གནས་ཤེས་དཀར་པོ་བྱང་ལྷ་ན་སྤྱོད།

ཡིད་འོང་ཚོགས་ལྡན་བསིལ་མོ་ལྷོངས་ཞེས་སྤྱན་གྲགས་ཅན་གྱི་དག་ཞིང་འདིར།
ཤེས་རབ་གསལ་བའི་མེ་ལྷེ་འབར་བས་དུག་གསུམ་བྱུང་ཤིང་རབ་བསྐྱེད་ཤིང་།
ལྷ་དང་ལྷ་མོས་དགུས་ཞེས་འཛུམ་པས་མཛོད་དགའི་སྤྱོད་ཆེལ་གྲུབ་པའི་གནས།
ཕྱི་བཙུང་འཛིག་རྟེན་ནང་བཙུང་སེམས་ཅན་ཕྱི་ནང་ཅེས་ཚོགས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུལ།

སྤྱོད་ལྷ་ལྷེ་ལྷེ་གསེང་དར་གོས་གྱོན་ཞིང་སྤྱོད་མང་འདབ་སྤྱོད་འི་ཞེས་ཅན།
མཆོ་དང་མཆོ་ལུས་སྤྱོད་བྱུང་གསེང་ཤིང་རྟོག་ལུག་གསུམ་གར་ལ་ཅེན།
སྤྱིད་པའི་བུམ་ཁུང་སྤྱོད་མཛོད་ཆེན་མོ་དཀར་གསུམ་མོད་པའི་འབྲོག་སྤྱོད་ཞེས།
འགྲན་མེད་ཁུང་གཏེར་གངས་རིའི་རྒྱལ་མཆོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེན་ལྷུག་མོ་ཞེས།

མཐོ་ཞིང་བཟིང་ལ་རྩ་སྤྱོད་འདྲེས་པའི་ཅ་རི་སྤྱོད་མཆོད་གྲགས་པའི་གནས།
དཀར་འཛོང་བྲག་རི་རྩ་ཆེན་སྤྱོད་མང་འདབ་པའི་རང་བྱོན་ལྷ་ལྷེ་ལྷེ།
སྤྱོད་རི་སྤྱོད་མཆོ་གཡུ་ཡི་མཁུལ་བདག་མེད་རི་སྤྱོད་བག་ཡངས་དང་།

རྒྱ་ཞིང་འདྲུང་བའི་སྒོ་གཤམ་རྣམས་ལ་ཞི་བག་འཛོ་བའི་མངར་ཁ་སྟེར།

གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་འི་ཐོར་ཅོག་སྤྲུལ་ཤིང་སྤྲིན་དཀར་ལེབ་མོ་འི་ན་བཟའ་བཀྲུ་བས།

ཕ་ཡག་རྩེ་རིའི་དབུ་ཅེ་མཛེས་པས་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་རྒྱ་ཕིབས་ལྟར།

བརྩིད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་མཛོན་པར་མཐོ་བས་ཉི་མ་རྒྱ་བའི་ན་རྒྱན་ཅན།

རི་བོ་མཆོག་ཡངས་རྩ་གསུམ་ཞིང་ཞེས་འགྲན་མེད་ར་རུག་ལྟག་ཏུ་བརྩིད།

ཉམས་ལྡན་རི་བོ་གནམ་གྱི་ཀ་ཆེན་གོས་དཀར་ཅན་གྱི་གཡས་ཟུར་རུ།

བརྩིད་ཆགས་ལྟ་ཅེ་མོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཅས་པར་འབོད་པའི་པང་ཁ་ན།

འཆི་མེད་ལྟ་ཡི་དགའ་ཆེལ་ལྟ་བུའི་དགོན་རྒྱུང་ཁ་མོ་བྱིན་རྒྱབས་ཅན།

ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་ཁྲི་གདུགས་ཉི་མ་འགོ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཤར་མཛད་པའི།

ཤེས་རབ་རལ་གྱི་བཅིབས་སུ་བསྐྱལ་བའི་ཤེས་བྱའི་ཐང་ཆེན་བཙན་གྱིས་བཀྲལ།

བརྩོན་པའི་གོ་ཆ་ལུས་ལ་སྤྲུལ་ཤིང་མཁས་པའི་གོ་འཕང་ལེགས་བརྟེན་པའི།

གྲུབ་པའི་རྟགས་མཆོན་སྟེག་པའི་ཉམས་སྤང་འཇའ་འོད་འཕྲོས་པའི་གྲོང་ཡངས་སུ།

གཤེགས་ཕྱིར་དགོན་རྒྱུང་དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་ཡངས་པའི་ཁྲོན་ན་ཁྲོད་ཅམ་མེད།

ཁྲོད་ལ་འཁོར་བའི་དད་ལྡན་བྱང་ཆོགས་དམ་ཆོས་སྤང་ཅི་འཕུང་ཞོར་དུ།

འགྱུར་མེད་དམ་ཆོག་བྲག་བཀོས་རི་མོ་རྫོངས་པའི་མུན་ཁང་རབ་གསལ་ཏེ།

གནའ་བོ་བྱིན་གཏེར་སྟོམ་རྒྱུང་ཁ་དཀར་གཡང་སྟེ་ཕྱག་མོའི་རྒྱན་སྟོལ་འདི།

ཀས་དར་གཞོན་གསུམ་སྟིང་གི་དབུས་སུ་ཁྲོད་ནི་སྤིད་གསུམ་སྟོན་མེ་ཉིད།

ཀས་པའི་ཁ་གཡང་གཙུག་གི་ནོར་བུ་དྲི་མེད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་གཟུགས།

སྤྲན་པའི་རྟག་ཤར་སྟིང་སྟོབས་ཅན་པོ་ཤེས་རིག་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་རུ།

ཤེས་དཔྱད་རིག་པ་བཅོམ་ལྷན་གཟིངས་སྤྲོད་པའི་མཚོ་སྒྲིང་ཤུགས་ཀྱིས་བཅོམ།

རེ་བའི་རེ་སྒྲོང་ཁམས་བཅོམ་རྒྱུད་ཤེས་དཔལ་འཛོམས་པའི་ཡུལ་སྡེ་ཞིག།

སྤྲོ་འཛོམས་སྤྲོ་ཤིང་གོས་སུ་བྱོན་ཞིང་ས་འཛིན་སྤྲོ་ག་མོའི་རུམ་ཁྲགས་ལ།

རིན་ཆེན་གསེར་དུལ་སྤྲོད་ཀྱིས་ཉལ་བའི་དགོས་འདོད་འཛོམས་རེ་སྒྲོང་སྡེ།

ལྷ་ལག་ཟངས་ལྷགས་གཡུ་བྱར་རྒྱལ་ད་དུང་གཟི་བྲ་སྤྲོ་ག་པོ་མཚོང་།

མ་ཟད་སྤྲོ་ཉིག་པ་རྒྱལ་ལ་སོགས་རིན་ཆེན་གཏེར་ཁའི་དངོས་སྤྲོ་བ་ཡོད།

ཚང་ཚིང་གཡུ་ལོ་མཛོམས་པའི་ཚལ་ནས་ཁྲ་བྱག་སྤྲོ་མོའི་མགྲིན་འབྱར་གྱིས།

དཔྱད་དཔལ་སྤྲོ་ག་མོའི་ལང་ཚོ་བསུ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་དབྱངས་རྟ་ལྷང་ལྷང་ལྷང་།

དྲངས་གཅོང་ཕྱི་རྒྱུ་དཔལ་གྱིས་རྒྱ་བའི་གཡུ་འབྱག་སྤྲོ་མོ་ཐང་ཉལ་བཞིན།

གསེར་མིག་ཉལ་དགའ་བའི་ཉམས་ཀྱིས་སྤྲོ་གས་བཞི་ཀུན་ལ་རྒྱལ་ཕུལ་ངོམ།

བསུགས་པའི་མེ་ཉོག་རིན་ཆེན་སྤོང་བ་ཁྱོད་ལ་སྤྲོངས་པ་སེམས་ཀྱི་གཏེར་ཡིག།

ལོ་རབས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤོང་བ་མི་རབས་ཤིག་གི་གསང་བའི་དཀྱོགས་མཚམས།

ས་མཐར་བསྟེགས་པའི་ཕྱིར་མིག་ཁྱོད་ནས་ཚོན་ཅི་ནག་པོའི་གཟུགས་སུ་བསྒྱུན་ཏེ།

དངོས་བྱུང་གཏམ་རྒྱུད་བོ་བ་མངར་སྒྱུར་དྲང་པོའི་ཐིག་གིས་དབྱངས་སུ་བཀྱག་ཡོད།

མེས་པོ་སྤྲོད་གིས་རྣམ་ཤེས་འབྲིས་པའི་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་མགྱར་མ་འདི།

རིགས་ཞེན་ཟབ་པའི་སྤྲོ་རྒྱ་ཡོངས་ལ་ཡུལ་དངོས་འཛོལ་བའི་བདེན་སྤྲོ་བས་ཡིན།

སྤྲོ་བའི་ཚིག་ལ་སྤྲོ་འཛེབས་མེད་རུང་གྱིར་བའི་དབྱངས་འདི་གསོན་པོ་ཡིན།

བཤད་པའི་གཏམ་ལ་མངར་བ་མེད་རུང་བྲིས་པའི་གཟུགས་འདི་སྤྲོང་ཁྲག་ཡིན།

ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཆེས་རྒྱུད་རིང་རྒྱུད་རིང་གི་ཡུལ་སྡེ་ཞིག་ནས་རང་ཡུལ་སྤྲོད་བཅུད་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་མཛོམས་སྤྲོ་ག་ལ་ཅུང་ཟད་༼བསུགས་པ་

དང་སྤོང་དབྱེས་པའི་མཚན་སྤྲོད་༽ ཅས་འདི་སྤྲོ་ལོ་༢༠༡༩་ལྷ་པ་ཚོས་༣༡ཉིན་ཕུལ་བ་དགའོ།

༣༡། བ་ཡུལ་གྱི་ཚུ་བོ་དང་མཚོ་ལམ་མཚོ་ཕུ་ཕུང་བཟང་བཤད་པ།

བཀྲ་ཤིས་དོ་ཨེ།

གཞོན་ཅུའི་སྐྱེ་ལུས་འཆང་བ་པོ།

དམར་སེར་རལ་གྱི་འཆང་བའི་དཔལ།

བདག་སྒྲོའི་ཕྱོད་ས་པ་འཛུལ་པ་དེ།

སྒོ་གསུམ་བཏུད་དེ་ཕྱག་བགྱིའོ།

དེ་ཡང་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོད་ས་འདྲིའི་བཀོད་པ་ཡང་འཛུལ་གྱིང་གི་ཡུལ་ཁམས་སྤྱི་དང་འབྲ་བར་ཐོག་མར་རྒྱ་
མཚོ་ཆེན་པོའི་གྲོང་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་དུས་ཀྱི་འབྱུང་བཀའ་སྒྲོན་ནས་མཚོ་མོ་དེ་དག་རིམ་གྱིས་བྲི་ནས་སྒྲོན་བཅུད་ནམས་
རིམ་པར་ཆགས་ཏེ་གངས་རིན་པོ་ཆེ་ཏེ་སེ། ཇོ་མོ་གླང་རི། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་མེ་ཆེན་སྒྲོམ་ར་སོགས་གངས་རི་ཤེལ་
གྱི་མཚོ་ད་རྟེན་འབྲུག་མང་པོས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་བ་དང་། མ་ཕམ་གཡུ་མཚོ། གནམ་མཚོ་ཕུག་མོ། ཡར་འབྲོག་གཡུ་
མཚོ། མཚོ་སྒྲོན་པོ་སོགས་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་དང་འབྲུག་པའི་མཚོ་མང་པོ་ནང་དུ་འབྱེལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱ་བཞི་སྐར་དུག་ཏུ་
གྲགས་པའི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་མོ་དཔལ་རྒྱ། ཁམས་ཀྱི་འབྲི་རྒྱ། མ་རྒྱ། རྒྱ་རྒྱལ་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་
ཀྱང་བོད་ལ་ཡོད་པ་གཞིར་བཅས་ཏེ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་པ་ཡུལ་རེ་སྒྲིལ་ནས་འབབ་པའི་ཚུ་བོ་དང་མཚོ་ཕུ་ཕུང་སོགས་ཕུད་བཟང་
བཤད་པར་སྒྲོས་ན།

དང་པོ། ཚུ་བོ་བཤད་པ།



དལ་གྱིས་འབབ་པའི་ལྷོ་ཆུ་མགོ་ཁུངས་ནི་འབྲི་ཆེན་ལ་མོ་སྐང་གི་ཁོངས་གཏོགས་སྤྱུག་རི་ལ་ནས་ཚུར་འབབ་པའི་
ཆུ་ཚད་སྐད་སྐད་ནས་འབབ་པའི་སྐད་ཆུ་གཉིས་ནི་ལྷོ་ཆུ་རི་མགོ་ཁུངས་དང་པོ་དེ་ཡིན་ལ་ཆུ་སྐད་གཉིས་འདུས་པའི་ཆུ་དེ་མོད་
རོང་འགག་གི་བྲག་རོམ་སུ་ལྷོ་ཡི་ཡི་གེ་རང་བྱུང་དུ་ཡོད་པའི་ཐད་ཀྱི་ཆུ་མགོ་དང་འདྲེས་པས་ལྷོ་ཆུ་ཞེས་འབོད་ཅིང་དེ་འབབ་
ཆུ་དཀྱི་ལུང་པར་ལྷོ་གཞུང་དུ་བྲག་ས་པར་ལོ་རྒྱུས་སུ་གསུངས་པའོ། དེ་བཞིན་དུ་རང་མེད་ཡུལ་ནས་ཀྱང་ལྷོ་ཆུ་རི་ནང་དུ་
འབབ་འདྲེས་སུ་གྱུར་པའི་ཆུ་ཕྱན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དེ་ལྷོ་ཆུ་རི་སྤོངས་ཀྱི་སྤོངས་ནས་འབབ་པའི་ཆུ་སྤོངས་དང་ཉིན་ཕྱོགས་
ནས་ཆུ་མགོ་རུ་གཏང་ལ་ཐུགས་པའི་ཉེ་ལོ་འོ་གཞུང་ཆུ། ཆུ་མགོ་རག་ཅན་ཆུ་ལ་ཐུག་པའི་བག་ལྷས་ཆུ། དུང་མེ་རག་



ཆུ། ས་ནག་གཞུང་ཆུ། དཔེ་བང་གཞུང་ཆུ་སྤོངས་འདུས་པ་ལས་མཚོ་རུང་གཞུང་ཆུ་དང་དེ་ནས་མིམ་བཞིན་རྩིས་ཆུ་རུ་



འབོད་པ་སྤོངས་ཆུ་རིའི་གསེང་དང་སྐད་རིའི་སྤོངས་ནས་འབབ་པའི་ཆུ་ཕྱན་མིང་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྤོངས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་
ཡོད་ལ་དབྱར་དགུན་གང་ལང་འཁྲུག་ཐག་མེད་པའི་དྲངས་གཙང་གི་ཆུ་མིག་སྤོངས་ལ་ཉེ་བཞིག་ཀྱང་ཡོད།

གཉིས་པ། མཆོ་དང་མཆོ་ཕྱེད་པ།

[illegible]

མཚོ་མགོ་གླིང་ཟེར་བ་སྤྱོད་པའི་མཚོ་ནི་འབྲིལ་ལུལ་གཏིང་ལ་ཁང་པ་ཐོག་ཅུག་གཉིས་ཙམ་གྱི་ཚད་དང་ཞིང་ལ་སྡི་གུ་བཞེ་མ་
བརྒྱ་ལྷག་གི་ཚད་དང་། ར་ཅུག་གྲུབ་ཆད་ལ་ཕར་ནང་ན་མཚོ་སྐོང་དང་ཕྱི་ཕོང་མགོ་ཡི་ཕྱི་མཚོ་སོགས་དབྱར་དུས་མཚོ་ཁྲ་
ཡིས་གང་བ་དང་དགུན་དུས་སྤྱ་སྒྲུལ་ཐག་ཏུ་འགྱུར་བ། ད་དུང་དུས་བཞིར་སྡོ་ཏུ་མ་མེར་དུ་འབྲིལ་ཞིང་གནག་ལྷག་རི་



དུགས་མང་པོས་ལོངས་སུ་སྐྱོད་བཞིན་མིང་མི་ཤེས་པའི་རོ་མཚར་ཅན་གྱི་མཚོ་དང་མཚོ་ཁྱུ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དོ།



ལྷི་ཡི་ར་ཆ་དཀར་འབེལ།

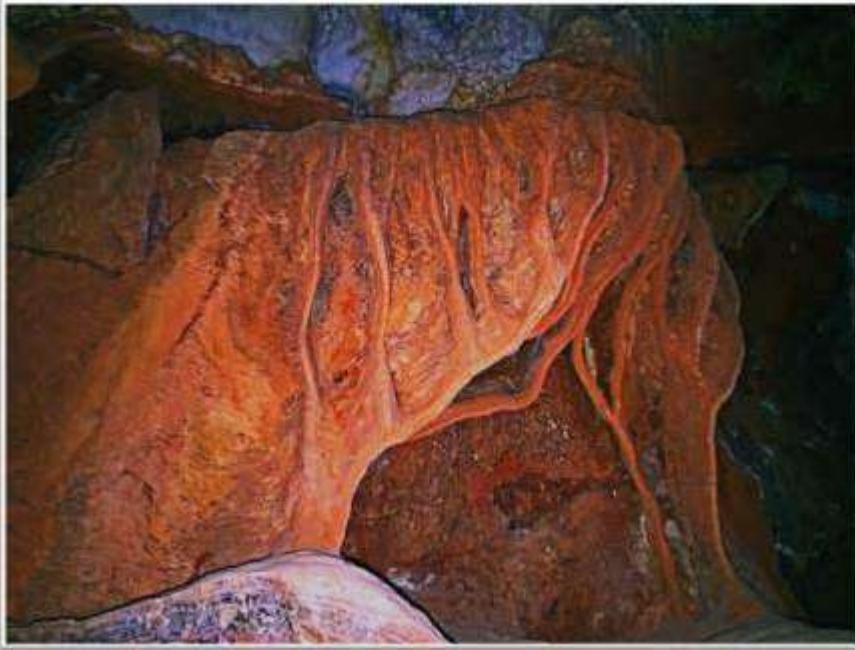
བཀྲ་ཤིས་རྡོ་རྗེ།



ར་ཆ་དཀར་འབེལ་ལམ་ར་རུག་ནི་སྤྲོམ་པ་རེ་ལ་རུ་ཆེན་གྱི་ཁོངས་གཏོགས་ལྷི་ལྷུང་སྤྲོན་མོ་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་གཡས་
འགམ་རུ་རང་བྱུང་ལྷན་གྱིས་སྐྱབ་པར་ཆགས། རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ལས་མཐོ་ཆད་ལ་སྤྲི་༥༢༠༠ལྷག་དང་རྒྱ་ཁྱོན་ལ་༩་པ་
ཉིན་ལམ་གཅིག་གིས་འཁོར་བའི་ཆད་ཙམ་ཡོད། རི་བོ་འདི་ནི་རེ་ལྷོ་དགོན་པའི་བསྟན་སྲུང་གི་ཡུལ་ལྷ་དང་རྒྱབ་རི་གཙོ་བོ་
ཡིན་ལ་དེར་བོད་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་ལྷེ་བཙན་སྐབས་ཨོ་རྒྱན་པད་མ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཤིང་ཞག་བདུན་ལ་སྐྱབ་པ་
མཛད་པའི་ཨོ་རྒྱན་སྐབ་ཕུག་ཅེས་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་དེའི་ནང་དྲང་སྤོང་གི་ཀེང་རུས་དང་བོན་ཆོས་ཤོག་ནག་གསེར་བྱིས་



ཅན་མང་པོ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཆད་སྤྱག་པའི་བྲག་ངོས་ལ་དེ་ཅོང་ཞིར་གྲུབ་པའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་རང་བྱེན་
སོགས་མང་པོ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད།



སྐུ་བ་སྤྱག་གི་ནང་གི་མཐོ་ཆད་ལ་
ལ་ལ་ལ་ལ་བརྟེན་གསལ་གཟིགས་
ཅམ་དང་དམའ་བ་ལ་མི་རྒྱུད་ཚུད་
པའི་ཁུང་བུ་རྩ་ཡོད་ལ་སྐུ་བ་སྤྱག་
གི་ཁྲ་ནས་བྱུང་དུ་དབྱེད་པའི་
དབྱེད་ཐག་སྐུ་ཤལ་ལེ་མཇལ་རྒྱུ་
ཡོད་པ་དེ་ཙམ་རྒྱན་པ་དམའི་རྩ་ལུང་
རིང་ཟེར་སྐད་འདུག།

སྐུ་བ་སྤྱག་གི་སྒྲོ་ཡི་ཡར་ནང་དུ་དུས་བཞིར་སྐམ་ཐག་མེད་པའི་མཆོད་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་ལ་དེར་ནས་རྒྱན་རི་དྲགས་དང་འད
བ་ཆགས་མང་པོས་སྒྲོ་མ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་བཞིན་འདུག རག་རྒྱན་ལ་ཙམ་རྒྱན་པ་དམའ་བ་ཤ་བཆོ་ཐར་ཞིག་སྤྱག་པ་འདིའི་
ནང་བཏང་དེའི་ཞག་མང་པོ་སོང་རྗེས་མཐར་ཤ་བ་དེ་ལྷི་རྒྱུ་ཡུས་སྤྱག་དགོན་ནས་བྱུང་སྐད་འདུག་པས་སྐུ་བ་སྤྱག་འདི་གཉིད་
ཉ་ཅང་རིང་པོ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ནང་དུ་མར་མར་སོང་ན་རྒྱ་ཐན་དང་ཕྱི་ཤིང་ལ་བ་ཅེ་ལྷ་བུ་མཐོང་ཐོས་རིག་རྒྱུ་ཡོད་སྐད་འཇུག་
མྱོང་མཁན་གྱི་ཡུལ་མིའི་རག་ལ་འདུག སྐུ་བ་སྤྱག་དེའི་གཡས་ལོགས་སུ་མཆོ་རྒྱལ་སྐུ་བ་སྤྱག་ཅེས་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་
མཆོ་རྒྱལ་བཞུགས་མྱོང་བའི་སྐུ་བ་སྤྱག་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་དུ་ས་སི་རྩ་ར་དང་ཨ་ཅ་ར་སོགས་ཡོད་པ་ལ་རི་དེའི་གཡས་གཡོན་
དང་རི་རྒྱབ་ཏུ་བཅག་དང་སྒྲུ་སྤྱོད། དེ་ཅོང་ཞི་སོགས་གཏིར་ལའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད། རི་དེར་རི་རྒྱུད་གཟིགས་ཏུ་གྲུར་པའི་ར་
རུག་སྐུ་ཟེ་སྒྲོ་ཟེ་ཞེས་པའི་རི་བོ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲེལ་ནས་ཡོད་དེ་སྐུ་ཟེ་ཞི་ཙམ་རྒྱན་པ་དམའི་སྐུ་བ་སྤྱག་ཡོད་ས་དེ་ཡིན་པ་དང་སྒྲོ་
ཟེའི་མིང་གཞན་ལ་རྩ་ཨ་ཡུ་མ་ཟེར་ཏེ་ཡུལ་མིའི་རྒན་པ་རྣམས་ཀྱི་རག་རྒྱན་ལ་རི་དེ་ཤེས་མཁན་གྱིས་ལྷ་སའི་སྒྲོ་ལ་ལ་ནས་
བལྟ་སྐབས་ལུག་མ་མོའི་གོད་པ་ཅམ་མཐོང་ཐུབ་ཟེར་སྐད་འདུག དེར་དབྱར་རྩ་དབྱུག་འབྲུ་དང་རྩ་ཡུང་སོགས་སྒྲུ་སྤྱོད་གྱི་
རིགས་མང་པོ་དང་བཅག་དམར་གྱི་གཏིར་ལ་སོགས་ཡོད།

ར་རུག་སྐྱ་ཟེའི་རི་རྩེ་ཡི་བྲག་དཀར་གྱི་རོ་ས་སུ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་གཙོ་བྱས་པའི་བྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་འི་རང་བྱུང་རི་མཆར་



ཅན་པལ་པའི་སྐྱ་པོ་ཀླན་གྱིས་མཐོང་བ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་སྟུན་གྱི་རི་འདབས་སུ་བོད་ཀྱི་གདོད་མའི་ཆོས་ལུགས་བོན་
རྒྱུང་གང་དགོན་པའི་ཆགས་ལྷུང་དང་གཡས་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་རྩེ་ལས་མཁན་ཨ་བ་ལག་མགོ་ཞེས་པ་དང་



ཆོས་རྒྱལ་བྲག་ཟེར་བ། དཔྱལ་བའི་ཐང་དོ། ཤར་མ་རི་སོགས་ཡིན་ཟེར་བའི་བྲག་རི་རི་མཆར་ཅན་མང་པོ་དང་རྩེ་རབས་



བཅུ་གཅིག་ཙམ་ལ་བྱོན་པའི་ཀླ་རུ་མེད་མེད་ཀྱི་རྩུག་རྩུག་ རྩུག་རྩུག་པ། རི་ཁོང་མཁར་ཉག་སྒྲིལ་ཞག་གསུམ་གྱི་



རག་ཤུལ་ཨ་ཀེ་ཐེ་ཏུ་སྒྲུལ་བའི་མཐུ་ཕྱག་དང་རིག་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་དོན་ལྡན་ལོ་གཏེར་བཞེས་པའི་ཤུལ་སོགས་རོ་མཚར་
བའི་གནས་ཤུལ་དང་ཕྱག་པ་སོགས་མིག་གི་ལོངས་སྤྱོད་སྲུ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། རི་དེའི་ཕྱོ་མོ་ནི་བྲག་རི་དང་བར་དུ་སྤང་རི།
སྤང་དུ་ནགས་ཚལ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་དེར་རི་དྲགས་ཤིང་བ་དགོ་བ་གནའ་བ་སྤྱོད་བསོགས་མང་པོ་འཁོར་བ་དང་། གཅན་གཟན་
གཟིག་དང་གསལ་འདྲེད་མོང་གཡི་སོགས་ཀྱིས་ཚང་མ་ལ་དུ་སྤྱོད་ཞིང་། འདབ་ཆགས་ཀྱི་རིགས་སྟོན་དང་གོ་སྤྱོད་གྲག་ ལ་
དང་གོང་མོ་བྱ་བར་ཁུ་བྱག་འཛེལ་མོ་སོགས་བྱ་བྱེད་རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་ལྟ་ཡོད། ཕྱི་ཤིང་གི་རིགས་ཤུག་པ་སྤང་མ་སྤྱོད་
མ་ལྟར་མ། འཁར་པ་སྲུ་ཅུ་དཀར་ནག་སྟེན་ནི་སོགས་བཟང་གིས་མི་ལང་བ་དང་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ། རྩ་ཡུང་སོགས་
རྩ་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་རིགས་བྱངས་མང་གིས་ཕྱག་པའི་སྤྱོད་ཁམས་སྤྱན་གསུམ་ཆོགས་ཤིང་ཉམས་དགའ་བའི་གནས་རི་བྱང་
པར་བ་ཞིག་ཡིན།



ང་རང་མ་འོངས་པ་སྒྱུ་རྩལ་བ་བྱེད་སྒྱུ་ཡིན།

ཁམས་བཅོན་པ།

སྒྱུ་རྩལ་བ་སྒྱུ་མཚོའི་རྒྱུ་བས་ཁྱོད་དུ་ཐུགས་ཐེགས་མ་ལྟ་བུའི་སྒྱུ་རྩལ་རིགས་ལམ་ནི་བགྲང་དུ་མེད། འོན་ཀྱང་
འདི་ལྟར་རྣམས་པ་སྒྱུ་ཚོགས་ཤིང་མཚོན་མདངས་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་འཇུག་ལམ་འདི་ཚོ་ནང་ནས། རང་ཉིད་དང་མཚོན་ན་རོལ་
མོ་བའི་ལམ་བུ་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་དུང་བས་ངའི་ཆེས་ཐོག་མའི་ཐུགས་བསམ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡན་ལ། མི་ཚོའི་འབད་འབྱུང་གི་
དམིགས་ཡུལ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན། རོལ་མོ་བའི་ལམ་བུ་ནི་རང་ཉིད་གི་རྣམ་ཤེས་ཁེར་རྒྱུ་དུ་བབས་པའི་ལམ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་
སྲིད། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་གིས་མ་ཐོང་རྒྱུ་དུ་འཕེན་ཞིང་ཐམས་ཅད་གིས་ཁྱེད་དུ་བསོད་པའི་ལམ་བུ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཡང་སྲིད།
འོན་ཀྱང་རོལ་མོ་བས་ཐམས་ཅད་གི་སེམས་ཁམས་འཇམ་སྒྲིང་ཕྱི་རུ་མཛོད་པར་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད། དེས་འཚོ་བའི་མཛོད་
སུམ་གྱི་སྒྲུག་རྒྱུ་གིས་མནར་བའི་མི་བུ་དག་ལ་ཉི་འོད་ལྟ་བུའི་སྒྲུལ་ཤུགས་དང་ཐོ་རངས་ལྟ་བུའི་རེ་བའི་འབོད་སྒྲུལ་ཡང་
སྟོན་ཐུབ་ལ། རྒྱལ་ཁ་དང་བར་ཆད་ལས་བྲལ་བའི་མི་བུ་བཅས་གི་སེམས་ཁུང་གི་རྒྱལ་བསལ་ཞིང་སྒྲོབ་གསོ་རང་ནས་
ཚལ་དུ་བཅོད་ཐུབ་པའི་ཁུས་པ་ཡང་ལྡན། དུས་རབ་བཅུ་བདུན་པ་རྒྱ་རན་སིའི་རོལ་མོ་བ་སྒྲུ་ཞབས་པེ་ཏོ་རྒྱན་གིས་འདི་ལྟར་
གསུང་། "རོལ་དབྱངས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བའི་སྒྲོབ་གསོ་ཞིག་ཡིན་ལ། སྒྲུ་ཞིག་གིས་ངའི་རོལ་དབྱངས་གི་
གནས་ལུགས་གསལ་ན། དེ་མི་བུ་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་པའི་ཐར་བ་ཐུབ་པ་ཡིན། "དེ་ལྟར་ནང་ག་ཞིན་རོལ་དབྱངས་ཤིག་
གི་ནང་དུ། ཆེས་རྒྱན་ལྡན་གྱི་རོལ་དབྱངས་ཤིག་གི་ནང་དུ་མི་བུ་ཞིག་གི་དགའ་སྒྲོལ་ཆགས་སྤང་གི་འདུ་འཛི་འདུས་ཡོད་ལ།
རོལ་དབྱངས་ཡང་མི་བུ་ཞིག་གི་ཆེས་དྲང་ལྡན་བསྟོན་པ་མེད་པའི་རྣམ་ཐར་ཞིག་ཡིན་ཅེས་བཤད་ན་འགྲིག། རོལ་དབྱངས་
ནི་ངའི་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། ང་ཡང་རོལ་དབྱངས་གྱི་དོན་དུ་ཡོང་། རོལ་དབྱངས་གྱི་ཐུགས་བསམ་འཆང་ནས་ཤེས་ཡོན་ལ་
འབད་པ་བྱེད་ནས་ཆེས་རང་དག་འབའི་འཇམ་སྒྲིང་འདི་ནས་ཆེས་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་དབྱངས་རྟ་ཞིག་བསྒྲུན་ནས་མི་རོགས་
ཤིག་གི་མནལ་ལམ་དཀྲོག་འདུན།

རེ་སྒྲིལ།

ནམ་དཀར་བསོད་ནམ་གྱི་ལས་ལ་གཞོལ་བའི་རེ་སྒྲིལ་སྒྲེ།
བསྟོད་གངས་དཀར་རི་བོ་ལ་ལྷ་བྱ་གུང་མོའི་གསུང་སྟོན་བརྗེད་པ། །
བར་ནག་རི་ཕུགས་མོ་ལ་བྱ་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་འཕུར་རྩལ་འགྲེན་ས།
སྒྲིལ་གསེར་ལྷན་སྒྲོན་མོ་ལ་ཉ་སྒྲུལ་སྒྲ་ཚོགས་འཁྱུག་རྩལ་རོམ་པ།
ལྷི་ཡི་གསེར་ལྷན་སྒྲོན་མོ་དལ་གྱི་འབབས་ས། །
སྟོད་ལ་འབྲོག་སྒྲེ་ཕུག་རིག་སྒྲ་ཚོགས་འཕེལ་ལ་རྒྱས་ས།
བར་ལ་རིས་མེད་ཆོས་སྒྲེའི་དམ་ཆོས་བྱུ་ཆར་འབབས་ས། །
སྒྲིལ་ཞིང་ལོ་རྟོག་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲེ་དགུ་དཔལ་ལ་རོམ་ས། །

གཞན་ཡང་བདུད་རྩི་ཤིང་སྒྲ་དང་སྒྲོ་སྒྲིལ་རིགས་སོགས་གཞན་ལས་འདྲེན་མེད་པ་དེ་ནས་བྱ་རྒྱུང་ངའི་པ་ས་ཡིན། ངག་དབང་དམ་ཆོས་ནས།



ར་བསྟོད་བྱང་བའི་འགྲིན་སྒྲ།

མེ་ཁྲེ།

ཡིད་འོང་སྤྱི་རིས་འཇའ་མཚོན་མདངས་འཛིན་པ།
ཉ་སོགས་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་ཅེད་དགའ་བཅས།
ལྷུང་ལྷུང་དལ་བྱ་འགོས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་ཡི།
དྲངས་གཙང་ལྷི་ཚུ་རྒྱན་གྱིས་མཐའ་ཅུ་བརྒྱན།

འཇམ་མཉེན་གཡུ་ཡི་ལོ་མ་སྟོང་ལྷན་ཞིང་།
རབ་ལྷི་འབྲས་བྱ་ཁྲུང་གྱིས་དུད་པ་ཡི།
དབྱངས་སྟན་འདབ་ཆགས་བྱེའུ་འཕྱར་ལྷིང་བཅས།
རང་བྱུང་ནགས་ཀྱི་ལྷོན་པ་ཕྱོགས་ན་མཛེས།

ཉ་མ་ཚུང་རི་དྲགས་ཁྱེའོགས་བག་ཐེབས་གནས།
མཛེས་སྤྱུག་མདངས་ལྷན་མེ་ཏོག་སྤྱེའོགས་བཞད།
རྩ་ཅི་གྲངས་མེད་སྒྲིག་ལྷེབ་ཤིག་གེ་བ།
ཉ་མས་དགའ་ཉེའུ་གསེང་མཛེས་པས་ཕྱོགས་ཀྱན་ཁྲུབ།

བསིལ་ལྷན་ཁ་བས་གཡོག་པའི་གངས་ཀྱི་རིར།
བཅུ་གཉིས་བདག་པོའི་ཟེར་གྱིས་ཁེབས་པ་ལྟར།
མདངས་འཕྲོག་གཟི་བྱིན་འོད་སྟོང་འབར་ཞིང་འཛེར།
རབ་དཀར་བྲག་གི་འཕྲེང་བ་གཙུག་གི་རྒྱན།

ལྷུང་ལྷུང་དལ་འབབ་སྒྲབ་རིས་བྱ་བ་ཡི།།
སྤྱི་ཆུ་སྤྲོན་མོ་སྤིད་པའི་ཁྱོན་འདི་རུ།།
མཆོད་པའི་ཡོན་ཁྲབ་འོས་པ་རང་གཅིག་སུ།།
ཡིན་ཞེས་སྟེམས་པར་མ་བྱེད་གཞན་ཡང་སྤིད།།

སྒྲ་མང་མེ་རྟག་མེ་རྟག་བཀྲ་པའི་ནིུག་སིང་དུ།
 རི་དྲགས་ཁྱུ་ཚོགས་ཕྱིད་ལ་རོལ་བའམ།
 རབ་མཛེས་བཀོད་པ་ལེགས་པའི་ར་བ་རུ།
 ན་རྒྱུང་གཞོན་ལྷ་གར་གྱིས་སྦྱོས་སམ་སྟེམས།



བྱ་རི་རྒྱལ་པོ་སྐོད།



བྱ་སྐོད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ནི།
མ་ཁའ་ལ་ལ་ཁོར་དང་། རྣམ་འཕང་སྒྲོང་བྱེད།
མིང་འཕུར། རྒྱུང་སྒྲོང་བཅས་སོ། །
བྱ་སྐོད་ཀྱི་རིགས་ལ་ཐང་དཀར་དང་ཐང་
སྒྲུག་གཉིས་ཏེ། ཐང་དཀར་ལ་དོག་ཅུང་
ཅམ་དཀར་བ་དང་ཐང་སྒྲུག་ནི་ནག་ལ་སྒྲུག་

ཤས་ཆེ་བ་ཅམ་ལས་གཞན་གྱི་བྱ་དཔར་ཆེར་མེད། རྒྱལ་ཁའ་རེས་གཞོན་དུས་དང་ལ་དང་དང་ཅུན་ག་ལ་སྒྲུག་ཤས་ཆེ་ཞིང་།
ཆུས་དུས་དང་ལ་དང་དང་ཅུ་དཀར་པོར་འབྱུང་བ་ཡིན་གསུངས་པ་ཡང་སྤྲོད། ། གང་ལྟར་ཡང་མགོ་བོ་རྒྱུང་ཞིང་ཐོད་པ་ནས་
ལྷག་པའི་བར་གྱི་སྒྲུམ་སྒྲོལ་དོག་ཞེ་ལྷ་རྩེ་ནག་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པའི་ལོགས་སུ་སྒྲེས་པའི་སྒྲོལ་དཀར་པོ་འཇམ་ལ་
ཐུང་བ། སྒྲེ་ལ་སྒྲུམ་མེད་པར་ཤུལ་དོག་ཞེ་ལྷ་རྩེ་ནག་ཡིན་པ། དུག་པ་དང་རྒྱབ་ལོགས་ཤིང་པ་དང་མཚུག་མའི་སྒྲོལ་ཐམས་
ཅད་ཁམ་ནག་ལ་ཁ་ཤོག་སྒྲོལ་ཆེ་བ་མདོག་ནག་ཅིང་གྲོང་ལ་མིང་བ་དང་སྒྲོང་ཆའི་སྒྲོལ་མེར་ནག་པོ་ཡིན། བྱ་པོ་ལོག་ཏུ་
སྒྲུ་དཀར་འཇམ་པོ་ཁྱུ་ལྷ་ལྷ་བྱས་བྱུང་ཡོད། བྱ་པོ་ལོག་གཡས་གཡོན་གྱི་སྒྲུམ་མེད་པར་གྱུར་པའི་དམར་ཐིག་གཉིས་ཡོད།
དེ་ལ་ཤ་མིག་ཟེར། མཚུག་སྒྲོལ་པོ་ལོག་གི་སྒྲུམ་མདོག་ཡང་ཁམ་དཀར་ཡིན་པའོ། ། རྒྱུན་དུ་འཛོག་ནས་བྱེད་ཡུལ་རྩེ་དང་
བྲག་གི་མཐོ་སར་ཚད་བཅས་ནས་སྒྲོད་ཅིང་པལ་ཆེ་བ་གཅིག་ཕྱར་གནས་ཤིང་གཤོག་རྩལ་ཉ་ཅང་ཆེ་སྒྲོང་སྒྲེས་ཀྱི་བྱ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ཟས་སུ་སེམས་ཅན་གྱི་བའི་རོ་དང་སྒོག་ཆགས་རྒྱུང་དུ་རི་རིགས་བཟུང་ནས་བྱ་པོ་བྱེད་པའོ། །

ཆོག་མཛོད་དང་བྲུ་ལམ་ཁག་ནས་སྐོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཕྱར་བྱ་རྒྱུ་ལོན་བྱས་ཏེ་ཐུག་བསྟུན་ནས་སུལ།

ང་རང་ལུ་གུ་མེ་རྟོག་ལ་དགའ།

ཡེ་ཤེས་བསམ་འཕེལ།



ངེད་ཚང་གི་ཉེ་འགྲམ་དུ་མཚོན་ཞིག་ཡོད་
བས་དེའི་འགྲམ་དུ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་མེ་
རྟོག་སྒྲ་ཚོགས་མང་པོ་བཞད་ཡོད་།
ཡིན་ན་འང་།བདག་ཚུང་དུས་ནས་མ་དོག་
དམར་པོ་ཅན་གྱི་མེ་རྟོག་ལ་ཉ་ཅང་དགའ་
བས་མེ་རྟོག་དེའི་མིང་ལ་ལུ་གུ་མེ་རྟོག་
ཟེར། མེ་རྟོག་འདི་བདག་རང་ལ་མཚོན་

ན་ཚུང་དུས་སུ་ཆེས་དགའ་བའི་གཤོང་དམར་པོ་ཅན་གྱི་གོགས་པོ་ཞིག་ལྟ་བུ་ཡིན། ཚུང་དུས་སུ་སེམས་མི་སྦྱིད་བའི་དུས་
སུ་མེ་རྟོག་དེའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་ཡོད་ནས་མེ་རྟོག་དེ་ལ་བཏུས་ནས་མི་སྦྱིད་བའི་སྐད་ཆ་དེ་སློང་ནས་བསྐད་དེ། དེ་མ་ཚད་སྒྲོ་སྒྲ་
སྒྲ་མོ་ཞིག་སློང་ནས་བསྐད་རྩེས་སུ་བདག་གི་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་དྲངས་སོང་། མེ་རྟོག་འདི་ལ་སྒྲན་དང་བྲི་ཞིམ་དེ་
དག་ཅི་མེད་ན་འང་མིག་གིས་བཏུ་ན་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲོ་སེམས་མཐོང་ཐུབ་ད་དུང་མེ་རྟོག་འདི་འུ་གཤམ་དུ་གཙང་ན་
དེའི་ཉེ་འགྲམ་དུ་བཞད་ཡོད་ད་དུང་ཕྱོགས་ཅིག་ནས་བཏུས་ན་མེ་རྟོག་འདི་ཚུ་གཙང་སའི་སྒྲིང་རྩ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེ་མ་
ཚད་མེ་རྟོག་འདི་འུ་ཚོས་ཐོད་པ་ཚང་གི་གཤོང་དམར་པོ་ཅན་གྱི་གཅེས་སུ་དེ་ཚོ་དང་འབྲ། ལུ་གུ་མེ་རྟོག་ལགས། བྱེད་ནི་
ངའི་སྒྲོ་བའི་ཚོག་གཏམ་སློང་ས་ཡིན་ལ། ངས་བྱེད་ཀྱི་དམར་མདངས་དེ་མཐོང་རྩེས། སེམས་སུ་སྒྲོ་བས་ཁེངས་པ་ནི། བྱེད་
རང་མཛེས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རེ་ཡ། བྱེད་ཀྱིས་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྒྲུག་པའི་དམར་མདངས་ཀྱི་མདངས་དེ་མ་ཐོན་དུས། བདག་
ཚུང་ཚུང་བྱིས་པའི་དུས་ཀྱི་མཁུར་ཚོས་དེ་དྲན་ཡོད་འདུག་དེ་བས་བདག་ཁོས་པ་ཡོད་པའི་དུས་ཚོ་དཀྱིང་དུང་བྱེད་ཀྱི་གམ་
ལ་བསྐད་དེ་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲ་མོ་ལེན་པ་དང་། བྱེད་ཀྱི་ཐལ་མོ་བརྟེན་བས་བཞིན་པ་དང་འབྲ་བར་མགོ་སྒྲིག་ལྟེན་ལྟེན་གཡོ་
བཞིན་འདུག

པ་ཡུལ་གྱི་ཞེན་ཆགས།

——དཔལ་ཆེན།

ཞེ་མ་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེ་རྟོ་འཛིན་སྤྲོད།

ཁམས་ཞེས་གྲགས་པའི་གསེར་ལྷན་པང་བ་རུ།

ལྷ་དབང་ཡིད་འཛིན་ལྷུང་བའི་ཡུལ་སྡེ་ཞིག།

མ་བོད་ས་ལ་ཆགས་པའི་ཐོལ་གྱིས་སྤང་།

ཡུལ་འདིའི་སྤྲོད་བཟུང་མཛེས་པའི་སྒྲིག་ཉམས་དག།

སྟན་ངག་སྤྲོ་བའི་རོ་འཛིན་བག་ཁུན་པས།

སྤྲོད་མན་བདག་འདྲ་དག་གི་སྒྱུ་ཅེ་རུ།

གནས་འདིའི་སྤྲོད་བཟུང་བོད་པ་ག་ལ་ཤུང་།

གང་གི་ཤར་ཕྱོགས་ས་འཛིན་སྒྲིག་མེད་པ་ལ།

ཀྲོང་ངར་འགྱིང་བའི་གནས་ཆེན་ར་རུག་ནི།

ཅེ་མོ་ཆུ་འཛིན་སྤྲོད་མེས་མ་བེན་ནས།

ཀུན་གསལ་ཉི་མའི་རྣ་ཆ་རྒྱན་དུ་འཆང་།

སྤྲོད་ན་མཆར་སྤྲོད་ཁ་བའི་སྤྲོད་གོས་གསལ།

སྤྲོད་སྤྲོད་ལྷུང་གཡུ་ཡི་དར་ཤམ་གྱོན།

མདའ་ན་མ་བཤམས་གཡུ་ཡི་རྒྱུ་བུ་ཅན།

ཁམས་ཀྱི་གནས་ཆེན་ར་རུག་ཞེས་སྤྲོད་གྲགས།

མ་བོད་བྲག་རི་མཛེས་པའི་བ་གམ་ན།

མ་བཞེད་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཨོ་རྒྱན་གྱིས།

ཞབས་ཀྱིས་དངོས་སུ་བཅགས་པའི་སྐྱབ་ཕྱག་ཞིག།
ཕྱི་རབས་པ་ཡི་དད་པའི་བསྟན་དུ་བཞག།

གང་གི་གཡོན་ཕྱོགས་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་རྩ།
མོ་ར་འཛིན་སྒྲིག་མོས་བཏེགས་པའི་སྟངས་གི་ཆར།
མཛོན་པར་འཕགས་པའི་རེ་དགོན་བསམ་འཕེལ་གླིང་།
མཚམས་སྤྲིན་ཞུན་མ་ས་ལ་འབྲེལ་བ་བཞིན།

དགོན་དེར་མཁས་སྐྱབ་གསེར་འི་ཕྱེད་བ་ཡིས།
ལུང་རིག་གསར་བའི་ཕྱེད་གའ་འོམ་པ་ན།
སུམ་ཕྱེན་ལྷ་ཡི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཡང་།
མཚར་བའི་ལྷ་དཔོན་གཡེད་ནས་ཉ་དེ་ལུས།

དགོན་དེའི་འདུ་ཁང་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཐིབས་ལ།
དལ་བྱར་འབྱུང་པའི་གསེར་གྱི་འོད་ཚོམ་དག།
འབྲན་པར་མ་ལུས་ཀྱན་གསལ་ཉི་ཟླ་ཡང་།
ངོ་ཚས་ཐོལ་གྱིས་ཆུ་འཛིན་པར་བར་བཞུད།

གྲགས་པའི་དཔལ་འཛིན་ལྷི་ཆུ་སྤྲོན་མོ་འི་རྒྱུ།
གནམ་སྤྲོན་ཞུན་མ་ས་ལ་འབྲེལ་བ་བཞིན།
མདུན་དུ་མ་བཤམས་རང་བྱུང་ངང་གིས་གནས།
དྲུངས་བསིལ་བདུད་རྩི་མཚད་པའི་རྩལ་དུ་ཡོད།

དེ་ལྟར་བག་ཐེབས་དབེན་པའི་དགའ་ཚལ་འདི།
སྤྲོད་བཅུད་བཀོད་པའི་གསང་བ་བཟླ་པ་ལ།
བསྐྱབས་བཟླ་འོ་འཛིན་གཡོ་བ་བག་ལུས་པས།
རེ་ལྷོ་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་ཐེངས་གཅིག་ཐེབས་པར་འཛུལ།

སྐྱོ་བ།

ངག་དབང་སྤྲིན་གྲོལ།



རྩེ་ནག་ལ་སྤྲ་འཁྲིག་ལྷན།

རྩེ་མཉོའི་ཞིང་རྩེ་གསལ་མང།

ན་བཀྲོང་དེ་མིག་གཉིས་ལྷན།

མགོ་ཐོ་རྩུང་ལ་མཆུ་ཉེས།

ལ་དོག་སྤྲ་ལ་རྩ་རྒྱུ་རྒྱ།

ལོག་སྤྲོད་དམའ་ལ་ལོག་སྤྲོད་མཐོ།

ཀླང་པ་རིང་ལ་ལག་པ་ལྷང་།

ཀླང་ལག་སྤྲ་བས་མགྲོགས་སྤྲ་ལྷན།

སྤོ་རིག་གསལ་ལ་དྲིགས་པ་ཆེ།
ཟ་ཆེ་མིག་གིས་ཕྱོགས་བཞིར་ཏུ།
གྲེན་དུ་རྒྱག་བཞིན་མཐུར་དུ་བྲོས།
དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་དཔེ་རུ་བཞགས།

དམར་ཟས་སྤངས་ཞིང་རྩ་ཆུ་སྤྱོད།
ཉིན་མོ་པལ་ཆེ་རི་སྤང་ཉུལ།
ཡངས་པའི་རྩ་ཐང་གདན་དུ་བཏེང་།
མཚན་མོ་ལུང་པའི་ཐུག་དུ་ཉུལ།

རྩ་ཆུ་སྤྱོད་ནས་རྩ་བ་རོམ།
ལུས་པོ་རྩང་ལ་མགྲིན་པ་སྤ།
སྒོ་འཕོངས་དཀར་ལ་རྩ་མ་ནག།
དེ་དག་སྒོ་བའི་མཛེས་པ་ཡིན།



གཏམ་རྒྱུད་དང་ལྷན་དུ་གནས་པའི་ང་ཚོ། གྲོགས་པོ་ཚོ།

ཡུ་མ་རྒྱལ།

མཛེས་སྤྲུག་གི་པ་ཡུལ་འདི་ནས་འཕྲད་པ། སྤྱོད་བསམ་གསུལ་ས་འབྲས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོ་ལ། པ་མས་
བྱིན་པའི་མི་ཚེ་དེ་ལྷན་པས་མཛེས་འཕྲུལ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་པ་ཡུལ་གྱི་འཁོར་ཡུག་སྤངས་སྤྱོད་འགན་ཁུར་དེ་ང་ཚོ་
ཚང་མས་ལྷན་དུ་རྒྱུགས་དགོས་ལ། མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་དུས་རབས་འདི་རྒྱུ་ཚོད་པའི་འགན་འཁུར་གྱི་ལྷན་པོ་དེ་འདྲ་
ལྷན་དུ་ཁུར་དགོས། པ་ཡུལ་གྱི་གྲོགས་པོ་ཚོ། ལྷན་འཛུགས་ཀྱི་དགོད་སྤྱོད་ཡོད་ཅིང་ལ། གྲུས་བྲལ་གྱི་འཁུར་སྤྱོད་ཡོད་
ཅིང་། དག་འཁྱོལ་འབྲས་མའི་དེད་ཅག་གི་འཚོ་བ། དུས་བ་དང་བཅུ་བའི་བར་གསེང་ན་ཡོད། ཕྱིར་དྲན་ལ་འཕྲུལ་བའི་
གཏམ་རྒྱུད་དེ་དག་ལོ་སྤྱི་འཕྲུལ་པའི་ལྷན་པོ་མི་སྤྱོད། ཞེ་ནག་གི་ཆར་ཆུ་བབས་ཀྱང་གཞོག་མི་སྤྱོད། ཞེ་མཐུན་གྱི་
གྲོགས་པོ་རྣམས། རེ་བ་སྤྱོད་པའི་ལམ་བུ་འདི་ནས་པ་ཡུལ་གྱི་རི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆགས་དེ་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱིས། ལམ་རྒྱུ་འོག་ན་
ཡོད། རྒྱུ་ལམ་སྤྱོད་པོ་ཡོད། ལམ་ལ་ཀྱག་ཀྱག་ལྷན་དེས། དེ་ནི་ལམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཡིན། དེད་ཅག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་འགན་
འཁུར་དེ་ཁུར་ནས་ཆས་དགོས། གྲོགས་པོ་ཚོ། རི་འདི་པ་ཡུལ་གྱི་རི་ཡིན། གནས་འདི་པ་ཡུལ་གྱི་གནས་ཡིན། ཁྱེད་ཚོ་ནི་
པ་ཡུལ་གྱི་བདག་པོ་ཡིན་པས། དེས་བར་དུ་པ་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱ་དགོས།



ཕྱི་དོན་པོ།

དག་དབང་ཚུལ་འཕེལ།

སྟོག་ལྟན་སྟོག་དབྱགས་སྐྱད་ཁ་མ།

བྲག་ངེས་གཡང་ནས་སྐྱབས་པའི་ཆེད།

འཁོར་བ་སྐྱུག་གི་གྲོང་ཁྱིམ་དུ།

ཁྱུ་ལྟ་ཐེབས་པར་དགའ་བས་བསྟུ།

རྒྱ་རྒྱུ་ཡི་རོ་ཤོ་དང་པན་ལུས་། རྒྱ་རྒྱུ་ཡི་རོ་ཤོ་ནི་རྒྱ་ཁོང་ག་ཤེར་བ་
 ཞིག་ལ་གོ་དགོས་། རྒྱ་ཡི་བྱེད་ལས་སམ་ལུས་པ་ལ་ནི། བྱི་སྒྲོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ནང་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྐྱེ་གནས་
 འཇིག་གསུམ་བྱེད་པའི་ལུས་པ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན། །དང་པོ་བྱི་སྒྲོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་བསྐྱེད་ཚུལ་ཅུང་ཙམ་བཤད་ན། རྒྱ་རྒྱུ་
 འཇོམ་བུ་སྤྱིང་འདི་སྐྱེ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ལ་རོས་འཇོན་སྤྲངས་མི་འདྲ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་རྩལ་ཕྲན་བཞིན་མང་བ་ཡིན་དུས་རེ་རེ་བཞིན་
 དུ་བརྒྱུན་ན་དེ་ཙམ་དགོས་དམིགས་མ་མཐོང་། །རྒྱ་བྱོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་ཆས་ཐོག་མའི་ཤིང་རྩ་སྟོལ་
 འབྱེད་ཏད་ལི་སེས་thelesབཤད་པ་བཞིན་རེད། ཁོང་ལ་ཆ་མཆོན་པ་ཡིན་ན། འབྲུངས་ཡུལ་གནའ་པོའི་གླི་རི་སི་ཡེ་མེ་ལེ་
 སྒྲོན་སའི་གནས་རེད། འབྲུངས་ལོ་། 600bic-620bic) འདས་ལོ་། 500bic-620bic) གྲུབ་མཐའ་ནི།
 མི་ལི་སྐྱེ་སའི་རང་བྱུང་མཆོན་ཉིད་རིག་པ་རེད། །the mile sia school. ཁོང་གི་ལྟ་གྲུབ་ནི། རྒྱ་ཁྱི་ཆས་
 ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན་ནོ། །Water is the best ཞེས་པའི་ལྟ་གྲུབ་ལ་རྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆས་ཐོག་མའི་
 འབྲུང་ཙ་ནི་རྒྱ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ལྟ་བའི་འགག་དེའོ། །ཁོང་གི་མཛོད་རྒྱུ་ནི། མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་ཆས་ཐོག་མའི་ཤིང་
 རྩ་རྩོལ་འབྱེད་ཆགས་པ་རེད། མཆོན་ཉིད་རིག་པ་རྩོམ་མཁན་མི་བཅུ་གཅིག་ནང་ནས་འཇིག་རྟེན་འབྲུང་བ་ལས་བྱུང་བ་
 གླི་རི་སའི་མི་དེས་བཤད་པ་རེད། །བྱི་སྒྲོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་མཆོན་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཞུས་ན་
 རྩལ་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ནི་འབྲུང་བ་བཞི་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་རེད་དེ་ཡིས་མཆོན་ནས་བྱི་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་བྱུང་
 བ་དཔོག་ཐུབ། རང་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་འབྲུང་བའི་གཞི་འམ་རྩ་བ་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་སེམས་ཅན་ག་
 འདྲ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནའང་པལ་ཆེ་བ་པ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་དེ་ཡང་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན། །གཉིས་པ་འཇིག་

རྟེན་གནས་པར་བྱེད་ཚུལ་ཡང་། གཤམ་སྤྱི་དུ་སྐྱེས་པའི་མེད་པ་ལྟར་གྱི་རི་དང་སྤང་ན་གསལ་མིག་ལམ་གྱི་མཛེས་པ་ཡོད་དོ་
ཅོག་སྟོན་མེད་ཀྱི་མེས་རོ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་སྒྲིམ་ཅི་ལ་དགོས། དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཆེས་ནས་བཤད་ན་རྒྱལ་ཁབ་སྡེ་ཤོག་
ལུང་ཆོན་གྱི་དེ་སྤོང་སྤོང་གཞུག་པའི་ཐབས་ཆ་དེ་མེད་པ་རེད། དེའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཚུན་ཕྱོད་འཛུལ་བྱས་པ་
མ་གྱི་ཁོར་ཡུག་རྟེན་པའི་གཞི་ལམ་གནས་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་ཞིག་རེད། བད་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་གནས་བྱེད་ནི་རྒྱུ་ཡིན་
ཚུལ་སྟོན་ལྟར་སྤྱི་ལོ་ཞིག་ཡིན་ན་འདྲ་ཆུ་མེད་ན་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་མེད། འབྱོར་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཀྱང་རྒྱུ་ལ་མི་
བརྟེན་ནས་འགྲོས་མེད་ལ་པོར་མེད་སྤང་རྒྱུ་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་ལས་གཟུར་བའི་གནས་ཤིག་མེད་གང་ལྟར་ཡང་སེམས་ཅན་
ཡིན་ནས་བཟུང་གནས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡི་གཙོ་བོ་རྒྱུ་ལས་གཞན་དུ་མ་མཛེས། རྒྱ་གསུམ་པ་འཛིན་པ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལམ་། རྒྱ་
གར་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དབྱར་གྱི་ལྷ་བ་བདུན་པ་མགོ་བཅུ་གསལ་ནས་ལྷ་བ་བཟུད་པ་མ་ཡོལ་བར་དུ་ཆར་དུས་ཅེས་ཡོངས་སུ་
གྲགས་ཤིང་དེའི་སྐབས་སུ་ཆེས་རི་དང་རྒྱུང་ས་ཁྱིམ་ཆང་རྒྱུ་ལས་ཁུར་བ་གྲངས་ལས་འདས་དེས་མཚོན་པའི་ཕྱི་ཁོར་ཡུག་
གཏོར་བཅོམ་བྱེད་པ་རྒྱུ་འཛིན་པས་པས་དཔོག་ཐུབ། ཕྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་རྟེན་དང་བད་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཆགས་འཛིན་
གནས་པ་སོགས་ནི་ཕྱི་རོལ་པ་ཡིས་སྤྱོད་བཅུད་བྱེད་པ་པོ་ལྟ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟར་དུ་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་བཅུད་བྱེད་པ་པོ་རེད་བཤད་ན་དགོ་
མཚན་ཆེ། རྒྱ་བཞི་པ་མཐར་ཐུག་འབྲས་སུ་། རྒྱུ་ལོ་དཔེ་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཕྱི་ཁོར་ཡུག་གཙང་ཞིང་དུངས་ལ་ཆོན་རྩལ་ཡང་
འཕེལ་ཁ་རྒྱས་པ་ནི་རྒྱུ་ཡི་བྱེད་འབྲས་སམ་དགོ་མཚན་ཞིག་རེད། བད་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ནད་འབྱུ་སྤོང་ཅོམ་ཡང་
གཙང་སེལ་བྱེད་པ་དེ་ཡང་རྒྱུ་ཡི་རྩལ་པ་གཞན་མེད་པའི་དབང་གིས་རྒྱུ་ཡི་ཕན་འབྲས་ནི་ཉ་ཅང་རིན་ཐང་ཆེ། བྱེད་པ་རེས་
ཡུལ་གྱི་རྒྱུ་ཡི་བྱེད་ལས་རྩལ་པ་རུང་ཅོམ་བཟོ་དན། སྤྱིར་བཏགས་ལ་ཐེན་ནས་མཚན་སྟོན་སྤྱི་ལོ་ཞིག་གཞིན་གྲགས་པ་ཞིག་
རེད། དེ་ཡང་རྒྱུ་མེད་རྟེན་མེད་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། ཕྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཆ་མཚོན་ན། ཆོས་ལུགས་པའི་ལྟ་
ཡུལ་མཛེས་ཞིང་ལྟ་རྒྱུག་པ་ཡོད་ཟེར་བ་བཞིན་གངས་རི་དང་། སྤང་རི། ཤིང་མེ་ཏོག་བྱ་བྱེད་སོགས་བཟོ་དཔར་དཀར་
བཞིག་རེད་དུང་དེ་ཅོམ་གྱིས་གཤམ་ཆང་རྒྱུ་ལོ་ཞིག་ལ་ཆང་རྒྱུ་ལོ་ཞིག་ལ་ཡོད། བད་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་
ཆ་མཚོན་ན་ལྟ་གཤམ་ལ་མི་ཤོར་བ་ལྟ་བུ་དེ་ཅོམ་མེད་ཀྱང་འོན་ཏྲུ་གཞི་ལོང་སོགས་མིག་གི་ལམ་དུ་མེད་པར་མ་ཟད་རྩ་
བས་སྤྱི་ཡང་གོ་ཐོས་མེད། གང་ལྟར་ཕྱི་དང་བད་བཅུད་ནི་ལྟ་ཡུལ་གྱིས་འགྲན་པའི་རྩལ་པ་བྲལ་བ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་བོད་ལ་
བ་གངས་ཅན་སྤྱོད་ལ་རྒྱ་ཉ་ཅང་སྤྱོད་གྲགས་ཆེ་བའི་རོལ་རྒྱུ་ལམ་སྤྱི་རྒྱུ་དང་རྩི་རྒྱུ་ལ། རྩི་ལྟ་འགག་ རྒྱུ་རྒྱུ་འགག་
གསང་ཡུ་རྒྱུ་མ་དཔ། ལྷ་ཁྱིམ་རྒྱུ་འགག་སོགས་ལས་འབབ་པའི་རྒྱུ་ཉ་ཅང་མང་། རྒྱུ་ཡི་རོལ་ནི་རྒྱུ་ཞིང་གཤམ་པ་མཚན་

དངས་བ་ལ་ མེ་ལོང་ནང་དུ་གཟུགས་བརྒན་ཤར་བ་བཞིན་ཆུ་ཡི་འོག་གཞི་བྱེ་མ་དང་རྩལ་གསལ་པོ་མཐོང་ལ་འགྲམ་ལ་
ཡོད་པའི་མིའི་གཟུགས་བརྒན་ཇི་བཞིན་དུ་ཤར་བྱུང་། རྒྱེད་ལས་སམ་རྩས་པ་ནི་། ཕྱི་ཁོར་ཡུག་མེ་ཉོག་དང་ཤིང་ནགས་
རིགས་མི་འདྲ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་ཟེར་བ་བཞིན་སྡེ་ཚོན་དབྱེ་བ་ནི་བསམ་བཤོས་གཉིས་ལས་བྲལ་བ་ཞིག་རེད་དེ་ཡང་
འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ནི་མཁའ་དབུགས་ཀྱི་འབྱུང་བར་རག་ལས་ཀྱང་གཙོ་བོའི་ནང་གི་གཙོ་བོ་དྲངས་གཙང་ཆུ་བོའི་བྱེད་ལས་
རེད། ནམ་རྒྱུན་ངོ་མཁའ་པོ་མས་གཤེས་སུ་ཆུན་གཤོ་ལ་སྒྲོ་རུ་དགོས་ཟེར་ན་ཉ་ལས་པའི་སྒྲོ་ཆ་རེད་དེས་རྟགས་
དང་རྒྱུ་མཚན་ནི་ཆུ་ལ་དཀའ་ལས་མེད་པ་དང་ཆུ་གཙང་ཉ་ཅང་འབེལ་པོ་ཡིན་པ་མཚན་བྱུང་། དེར་གནས་པའི་ཕོ་མོ་གཤམ་
ཡིན་རུང་སེམས་ཁམས་ལ་ནད་ན་ཚ་མེད་པ་དང་ནད་དུག་མི་འབྱུང་བ་དེ་ཡང་རྒྱ་ཆབ་བསིལ་མ་ལུས་དང་རྩི་མ་བཞིན་དུ་
འགོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་རེད།



སྤང་གི ཆོ་བསམ།



སྤང་གི་འཛུགས་ཀྱི་སྤྱོད་དང་ཡང་སྤྱོད་ལས་ཅུང་ཆེ་གཟུགས་ཀྱི་རིང་ཚད་ལ་སྤྱི་ལོ་ཡན་དང་སྤྱི་ཚད་ལ་སྤྱི་
ཆུ་༢༥ནས་སྤྱི་ཆུ་༣༠ཅུ་ཡོད། འཛོ་བའི་གོམས་གཤེས་དང་འཛོ་གནས་ཁོར་ཡུག་སྤང་གི་ནི་མི་མེད་ས་སྤྱོད་ལུང་
སྤྱོད་དང་། ཅུ་ཐང་། རྒྱལ་ཆུ་ལ་སོགས་པ་འཛོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཨ་བྲ་སོགས་བསད་དེ་བཟའ་བར་མ་
ཟད།སྤྱོ་ཐོག་བསད་དེ་བཟའ་བའི་གནས་ཚུལ་ཡང་དུས་རྒྱུ་དུ་མ་ཐོང་གི་དུ། སྤང་གི་ནི་ས་ཆ་ཀུན་ན་མ་ཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་
གཙན་གཟན་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན། གཙོ་བོ་འབྲོག་ཁུ་ན་ཡོད། སྤྱིར་ཁོར་ཡུག་འཆམ་མཐུན་ཡོད་དགོས་ན་རི་སྤྱོས་
སྤྱོག་ཆགས་གང་འདོད་དུ་གསོད་མི་རུང་མོད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་སྤྱོ་ཆོགས་འདི་ལ་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤང་གི་བསད་དང་གསོད་
བཞིན་ཡོད་པས། ས་ཆ་ལ་ལ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་སྤང་གི་ཞེས་མིང་ཅུ་ལས་མ་ཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་འདུག

ཁ་བའི་རི་སྤང་ཁ་བའི་ཡུལ་ལ་མཛེས།

ཁ་བ་ཅན་ལ་ཁ་དགའི་རྒྱུད་ཏུ་སྤྱོལ།

རི་སྤང་དར་མ་རི་ལུང་ཀུན་གྱི་རྒྱན།

རི་ལ་ཡོད་དུས་ཡུལ་འདི་ལྷག་ཏུ་མཛེས།

རི་ལ་ཉལ་དུས་རི་རྒྱལ་ཀྱན་གྱི་ཁྱི།
ཐང་དུ་ཕྱིན་དུས་ཐང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲུལ།
རི་ཐང་ཀྱན་གྱི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་འདི།
ཨེ་མ་རི་སྤྲུང་སྤྲོན་མོ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།

ཚུགས་ཀ་སྒོ་ཁྱི་འདྲ་བར་ཅུང་ཆེ་བས།
སྤྲུང་གྱུང་ཆེ་ལ་གཟུགས་གཞི་བདེ་ཞིག་མཛེས།
ཀླང་ལག་ལྷུང་ལ་རྣ་ལྷུང་གྱེན་ཁྱེར་བ།
འབྲོག་པའི་རི་རྒྱུང་དེ་འདྲ་མཛེས་པ་ཅུང་།

ཉིས་སྤྲུང་ཀ་ལྷོ་སྤྲུང་པ་པའི་ཆེས་ཀ་ཆེ་བས་མ་ནས།

ཕྱེད།

ཆེས་བཟང་།

ཡ་ལྟེན།——ལྟེན་གྲོལ་ཡ་གང་རེད།——ལན།——ཉིམ།

ཡ་ལྷོ་བ།——ཤ་ལག་ཡ་གང་རེད།——ལན།——ཟླ་བ།

ཡ་ལྟེ་བ།——གཞི་ཁྲ་རུགས་གང་རེད་——ལན།——སྒྲན་རུག

ཡ་ལྟེན།——རྟེན་གསུམ་འཕེར་མ་སུ་རེད། —— ལན།——སྟོན་འབྲུག་

མ་ལྟེལ།——ང་རང་ལ་ང་རང་ཚད་མེད། ལ་སྤྱན་མོ་ཅམ་ཡང་མི་བོག།——ལན།——ཟྱ།

སྒྲེལ་པོ་ལ་ཕྱི་གྲུ་མ།——ལན།——དེ་ཕྱི་གྲུ་

ཐང་འིང་ཐང་ནས་ང་སྐུལ་ཐང་།——ལན།——ཉེས་ཤིང་།

ས་འོག་ལ་སྐུལ་ཞིག་ཉལ། སྐུལ་སྡེད་ལ་སྐུལ་ཞིག་ཚར། སྐུལ་སྡེད་ལ་མྱོད་ཞིག་བབས།

རྟོག་སྒྲེང་ལ་བླག་ཞིག་འཐིག་——ལན།——ཅི་ཐོག་

གྲུབ་གཞི་གཞུག་གཞི་སྒྲོ་འདྲའི། རིམ་མི་གཅིག་འཇའ་འདྲ།——ལན།——ཐང་ག།

ཁ་ཁ་ཡུག་ཡུག་སྒྲིལ་ཆ་ཅན། ལྷ་ལེན་ལྷ་ཀོར་ལག་པས་བྱས།——ལན།——སྒྲིང་གིང་།

དུད་ཕྱག་པོའི་རུབ་སྐྱུས་རྗེས་ལ། ཅུ་ཟླ་གྱི་དང་གྲ་བཅུ།——ལན།——ཕུར་ཤོང་།

དུད་ཕྱག་པའི་རོ་བ་སྐལ་གྱིས་ ལ། གས་པོ་སྡོ་འབྱུང་འབྱུང་།——ལན།——ཅུས་དོ།

དུད་ཕྱག་པོའི་རུབ་སྐྱུས་ཇེས་ལ། གས་མོ་སྒྲོ་འགྲབ་འགྲབ་——ལན།——ཐལ་སྒྲོན།

ཁེལ་རྒྱལ་ཁམ་པ་གཞོན་པོད་ལ་ལེས་རེག་མི་པོད།——ལན།——ལྷག་པ།

ཁ་ནས་ང་ཟ། རྒྱལ་ནས་ཐུག་ལྷོང་།——ལན།——ཐབ་སྤྱོད།

པ་ཡུལ་གྱི་བྱད་ཆོས།

ཆེ་རིང་པད་མ།

དེ་ཡང་སྤྱིད་པ་བསྐྱལ་བ་ས་ལ་ཆགས་ནས་བཟུང་། གངས་རི་དང་རི་ཁྲུང་སྤང་ལྗོངས་ནགས་ཚལ་སྤྱིང་རྗེ་ཡིད་དུ་
འོང་བའི་རི་སྒྲིལ་སྒྲོག་ཆག་སོགས་བགྱང་གིས་མི་ལང་བའི་བྱ་དངོས་དག་དང་ནམ་ཡང་ཁ་བྱལ་ཐབས་མེད་པ་པན་ཚུན་
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་དང་། ཆེ་བ་ལ་བཅི་བསྐྱར་དང་ཆུང་ལ་བྱམས་སྦྱོང་། ཁྲས་ཁྲས་གཞོན་གཞོན་སུ་ཡིན་ནམ་
མཐུན་གྱི་འཆོ་བ་བརྟན་པོ་ཆགས་ཡོད། དམངས་སྒོལ་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྒོལ་གོམ་གཤིས་སྒྱུ་གར་གཞས་གསུམ་
སོགས་ཉམས་པ་ལྟར་གསོ་བྱེད་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་དང་། ཤེས་ཡོན་པ་ལག་གཅིག་གིས་འདས་མ་འོངས་
ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་མ་འོངས་པའི་དོན་དུ་འབད་བརྩོན། དུས་སུ་འབབ་པའི་ཆར།
སྐབས་སུ་འབབ་པའི་གཏམ་སྒྲིང་བའི་དུས་རབས་དང་བརྟན་ནས་སློབ་གསོ་གཏོང་བ། ཡུལ་མི་འདི་ཉིད་ལས་ལ་བརྩོན་
ཞིང་དཔའ་རང་ལྷན་པ་དང་སློ་སློ་བཟྱ་ཞིང་ཤེས་རིག་འཛེམས་པར་མ་ཟད། ཁོག་རྒྱ་ཆེ་ལ་ངང་རྒྱུད་འཇམ་པ་བཅས་གྱི་
ཡུལ་ཡ་རབ་ཅིག་ཏུ་བྱུང་ཡོད། འདྲོང་ན་ཁ་སང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་དང་སང་ཉིན་གྱི་དོན་ལ་གནས་འབེབ། སློ་
གྲོས་གྱི་རྩལ་དང་ཤེས་རིག་གོང་འཕེལ་ལ་བརྟེན་ནས། རང་གི་ལག་པ་གཉིས་གྱིས་འཛེམ་སྒྲིང་ཆེན་པོའི་མཐོ་སྒྲིང་དུ་
གྲགས་པའི་བོད་ཁ་བཅན་གྱི་ཡུལ་སྒྱུ་ཆེན་པོ་འདི་གསར་རྟོག་དང་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱས་ནས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་
འཆོ་ཞིང་མཛེས་སྒྱུ་གཤམ་པའི་པ་ཞིག་བསྐྱུན་འདོད།

ཀ་ཕྱེད་སེམས་ཀྱི་ཁ་མཆར།

པདྨ་མ་ཀླུ།

ཀ་བ་གདུང་ལྷུ་མ་མེད་པའི་སྒོ་བ་གླིང་ནས།
ཁ་གཡེང་མིག་གཡེང་མེད་པའི་དགེ་སྒོ་བ་དག།
ག་ལེར་ངང་ནས་སྒོ་བ་གཉེར་ལས་ལ་བརྩོན།
ང་ཆོའི་སེམས་ཀྱི་རེ་བ་འབྲུབ་པར་སྒོ་ན།

ཅ་ཅོ་རྣམ་གཡེང་མེད་པའི་གངས་ཐུག་ཆོ།
ཆ་རྒྱས་ཡུལ་ནས་རྒྱས་མེད་ཡུལ་དུ་འགོ།
ཇ་ཆང་བྱ་སྒྱུད་དན་པ་ཡོངས་དུ་རྟེ།
ཉ་མོ་ཆུ་ལ་འབྲད་ལྟར་རང་སྒྲིག་སྒོ་བ།

ཏ་ལེན་ཐུག་ཏུ་ལེན་པའི་གངས་ཐུག་ཆོ།
ཐ་གལ་ཆང་རག་མ་འཕྲུང་རེ་བ་ཡིན།
ད་ནི་འགྱུར་པའི་མིག་ཆུ་འཐོར་བའི་སྒྲིབས།
ན་མཉམ་གངས་ཐུག་མ་ཁ་སོས་ཐབས་བྲལ།

པ་ཏ་རེས་ལྟར་མཛེས་པའི་སྒོ་བ་གླིང་ནས།
པ་མེས་བཞག་པའི་སྒོ་བ་བཟང་གོང་དུ་སྒྲེལ།
བ་ལང་འདྲ་བའི་སྒོ་བ་དན་ཡོངས་སུ་དོར།
མ་བརྒྱུད་སེམས་ལ་བཅངས་ནས་སྒོ་བ་བཟང་སྒོ་བ།

ཅ་རི་སྤྲུག་ལྟར་གཤིས་བྲང་གངས་ལྷུག་ཚོ།
ཚ་བྲང་དཀར་སྤྲུག་ཕྱིང་བའི་སྤྲིང་སྤྲིང་སྤྲིང་ལྟོ།
ཇ་ལང་སྤྲོལ་ངན་ལས་ལ་མི་འཇུག་པར།
མ་སྤྲིང་ལེ་ལོ་མི་བྱེད་དམ་བཅའ་དགོས།

ཞ་བོ་མིག་མེད་ལམ་སྤྲང་ཚོ་རི་འབྲིད།
ཟ་གོས་མེད་པའི་དབྱུལ་བོ་དེ་ཚོ་ལ།
འ་ཅག་གཤོང་དམར་ཚང་གི་གཞོན་ཅུ་ཡིས།
ཡ་རབས་སྤྲོལ་བཟང་འཛིན་བཞིན་རོགས་རམ་བྱེད།

ར་བ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་གངས་ཅན་སྤྲོངས།
ལ་རྒྱ་ཅན་གྱི་གངས་ལྷུག་ལང་ཚོ་དར།
ཤ་རུས་གཤོང་དམར་བོད་པའི་རྒྱུད་པ་ཡིན།
ས་སྤྲིང་འདི་ནས་གངས་ལྷུག་རྒྱུད་པ་རོམ།

ཉ་ཅང་སྤྲན་རྒྱ་མེད་པའི་ཁ་མཚར་འདི།
ཨ་རོག་སེམས་སྤྲ་འཛིན་དང་ཡི་སྤྲན།
ཉ་ཅང་མཛེས་པའི་ཚིག་སྤྲོར་མ་མཆིས་ཀྱང་།
ཨ་པའི་བྱ་ངས་སྤྲོབ་གོགས་རྣམས་ལ་སྤུལ།

གསལ།

ཨ་སྤྱོད་ཉི་མ།



མོ་རྒྱུ།

གསལ་ཡོད་སའི་ས་གནས།

གསལ་མ་གསལ་མ་གཟིག་ཞེས་པ་ནི་སྤྱི་ཆེན་ཨེ་ཤ་ཡའི་དབུས་ཕྱོགས་ས་མཐོའི་གངས་ཁོང་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་
བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་ལོ་དང་། རྒྱ་གར། ལུ་ཅུ་ལྷ། རྒྱ་ནག་སོགས་ཀྱི་རི་སྒོད་ལ་གནས་ཡོད།
ཡུལ་ཤུལ་རྒྱ་ཡི་བང་མཛོད། རང་ཆེན་སྒོམ་སྒྲེ་མོར་སྤྱིང་། རེ་སྒྲིལ་གསལ་ཆོད་ཅེན་ལོགས་ཏུ། རུ་རྒྱུད་གསུམ་ཡོད།
གསལ་ཡོད་སའི་ས་ཆ་གཙོ་བོ། རུ་རྒྱུད་དང་པོ་ནང་ནས་འཆམ་ཕུ་དང་། གསལ་རྩིས་ཕུ། ཉེ་ལོ་ལ་སོགས་ལ་གནས་ཡོད། རུ་
རྒྱུད་གཉིས་པའི་ནང་ནས། ར་དུག་དམར་ཟེ། ལོ་རེས་ནང་། ར་ལྡང་ཉིན། མདོ་ཉམ་སྒྲ། དགུ་རྒྱུད་ལའི་ཁྲིབ་དམར་ནང་།
ཡང་ན། པ་ལོ་རྒྱ་སྤྱད་སོགས་ལ་གནས་ཡོད། རུ་རྒྱུད་གསུམ་པ་ནང་ནས། མཆོ་རུང་རྩ་ཕུ། བྲག་ལྷ་ས་འགག་དབེན་
དབང་ཕུ། ཨར་འགག་སོགས་ལ་ཁྲབ་ཡོད།

བྱད་ཆོས།

གཟིག་དང་འབྲེ་བའི་གཙན་གཟན་ཁ་བོ་ཞིག་གཟུགས་དབྱིབས་ཕར་ཆེར་གཅིག་མཚུངས་རེད། ཆེ་རྒྱུད་ནི་གཟིག་

གི་རྒྱུ་ཚུལ་ཡོད་པ། ལུས་པོ་འཛིན་ཡོད་པ་མི་ཡིས་བཤད་གསེས་ལྟར་ན་སྤྱི་རྒྱུ་༥༠ནས་༦༠བར་ཡོད་པར་རེད། རིང་ཚད་
ལ་ཡང་སྤྱི་༡༩༩ག་ཚུལ་ཡོད་པ། རྩ་མའི་རིང་ཚད་ཀྱིས་གཞུགས་ཀྱི་རིང་ཚད་༢/༣ཟིན་འདུག མགོ་བོ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ།
ན་བ་རྒྱུ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་གཞིག་ལས་རིང་བཤུ་ལུ་ཡང་འཕུག་པ། སྤྱི་མདོ་གསུ་ཤར་དང་། སྤྱི་ཚེ་ནག་པོ་མདོ་གསུ་ལ་མི་
གསལ་བའི་ཁ་ཐིག་ མདོ་གསུ་པོ་འཛིན་ལུང་གི་རིམ་ལྡན། བྱང་ཁོག་དང་སྤྱི་བའི་རིམ་ཀྱི་སྤྱི་མདོ་གསུ་ཤར་དང་ཐིག་
ལེ་མེད། མདོ་གསུ་ལ་གཅིག་པ། རྩ་མ་རིང་ཞིང་སྤྱི་ལ། སྤྱི་མི་རྒྱ་ན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་བཤད་གསེས་ལྟར་ན་རྩ་མ་ནས་བཟུང་
ཐུབ་ན་ལ་མར་འཁོར་མི་ཐུབ་པ། ལ་དཔེ་ལ། གསལ་འཁྱིམ་གསལ་འབ་གསལ་ཅག་ཟེར་གསེས་ཡོད། ཁྱིམ་ཟེར་དུས།
བྲག་རི་ཡི་རིམ་ལ་འཛིན་པའི་སྤྱི་བས་སྤྱི་ཁྱིམ་གསལ་ལ་ཤར་ཐུབ་ན་ཁོ་རང་ཡང་དེ་ན་འཛིན་ཐུབ་པའི་དཔེ། སྤྱི་ཐུགས་སོགས་
བསལ་དེ་རིམ་ལ་སྤྱི་ཁྱིམ་ལྟས་ཁྱིམ་འཛིན་པ་ཡིན། ཤ་བ་སྤྱི་བས་སྤྱི་ཤར་ཤར་པའི་ཤར་སྤྱི་བ་བེད། སྤྱི་ཐུགས་
ཆེ་རྒྱུ་ལྟར། ཁྱིམ་གསུ་མ་ནས་བཅོ་ལྷ་ཡི་བར་རོ་འགྲམ་དུ་འདུག་ནས་བེད་པ་ཡིན། བྱ་རྒྱུ་སོགས་དེ་ཡི་ཉེ་སྤྱི་རྒྱུ་འཕུར་མི་
པོ་དང་། རྩ་དུང་དང་སྤྱི་དུང་ནགས་བར་སོགས་ལ་རོ་སྤྱི་བྱེད་ནས་འདུག་གོ། །

འཆོ་བ་དང་འཆོ་གནས་ཁོར་ཡུག་

ཁོ་ཡི་འཆོ་བ་ནི་བྲག་དང་རྩ་རི་ཡི་དཀྱིལ་ལ་འཆོ་དགོས་ཤིང་གསལ་ཁོར་དང་རི་འདབ་སོགས་ལ་རྒྱན་པར་འགྲོ་འདུག་
ཅུང་། སྤྱི་ཐུགས་ཀྱི་རིགས་བེད་སོགས་གསལ་ཐུབ་ན། ཁྱིམ་དང་རྒྱ་གཉིས་ཚུ་དུ་ནགས་ཁོར་རི་འདབ་སོགས་ལ་ཡང་
འདུག འདུག་སའི་ཆེད། འགྲོ་སའི་ལམ་སོགས་དུས་རྒྱུ་གཅིག་རེད་ཟེར་གསེས་འདུག མི་ལ་ཤས་ཀྱིས། ཁྱིམ་
ཉལ་བ། མཚན་མོ་འགྲོ་བ་བཤད་གསེས་ཡོད་ཀྱང་། ཁྱིམ་པས་ཟས་བྲན་པ་ནང་བཞིན། ཁྱིམ་དུས་མ་གཏོགས་སོགས་
མི་འཁྱོག་ཁྱིམ་ན་ཁྱིམ་དང་མཚན་ཁྱེད་མེད་ཟེར་བཅོལ་དུ་འགྲོ་བེད། དཔུན་དུས་སྤྱི་བ་མཐོ་གྲགས་པས། ཁྱིམ་
ལ་ཡང་ལྟན། ཟེར་རྒྱུ་ཡང་འཆོ་ལ་དགའ། སྤྱི་བས་སྤྱི་བས་སྤྱི་མཐོ་ཆེད་སྤྱི་༢༠༠༠ནས་༣༠༠༠བར་གྱི་སྤྱི་བ་དམ་འབའི་
གྲོང་ཆོའི་ཉེ་འགྲམ་དུ་འདྲེ་འགྲོ་བེད། གཅན་གཟན་གཞན་དང་འདྲ་བར་གཏུམ་དྲག་ཅན་ཞིག་ཡིན་སྤྱི་བས། སར་དྲོད་
སྤྱི་བས་དུས་མཐོ་ཆེད་སྤྱི་༥༠༠༠ནས་༧༠༠༠བར་གྱི་སྤྱི་མཐོ་སྤྱི་ལ་འདྲེ་འགྲམ་པ། གཉན་དང་། གཅོད། ལྷ་བ། ཤ་བ།
གནའ་བ། རྒྱུ་དང་། གཡག་སོགས་སྤྱི་དང་། སྤྱི་གཡག་། སྤྱི་ཟེ་པ། སོགས་ནས་བཅང་ནས་བསོད།

སྤྱི་སྤྱི་བྱེད་འོས་པའི་རྒྱུ་མཚན།

ལོ་བར་དུག་ནས་དཔུ་བཅུ་བར་ནས་གཅན་གཟན་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཇི་ཅུང་དུ་སོང་བས། གསལ་འཡང་དེ་བཞིན་ཇི་

ཉུང་དུ་སོང་། གཅན་གཟན་འདི་ནི་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱའོས་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། རང་བྱུང་ལམས་ན་གསའ་ཉ་ཅད་ཉུང་
བ་མ་ཆོད། ས་བཅུད་ལྷན་པའི་ཡུལ་ལ་མ་གཏོགས་མེད་པ། ཁོ་རང་ཡོད་སའི་ས་ལ་རིན་ཐང་ཉ་ཅད་ཆེ་བའི་གཏེར་ལ་
སོགས་མང་བ། བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ནང་དུ། ཤ་དང་། རུས་པ། མཆེ་བ། གསའ་སྤྱོ་སོགས་སྤྲན་དུ་འགོ་བའང་བྱིས་ཡོད།

ད་ལྟའི་གནས་སྟངས་

རང་རྒྱལ་གྱིས་གལ་གནད་དུ་བཟུང་སྟེ་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱེད་དགོས་པའི་རི་སྦྱེས་སྟོག་ཆགས་ཨང་རིམ་དང་ཕོར་ནང་དུ་བཞག་
ཡོད། རྒྱལ་སྦྱོའི་དབྱེད་དེབ་དམར་ཕོར་ནང་དུ་རིགས་རྒྱད་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་གསུམ་སྤྱོད་བཞག་ཡོད། རི་སྦྱེས་
སྟོག་ཆགས་ནི་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱེད་དགོས་པའི་ཁྲིམས་སོགས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད།

༢༠༡༩། ༥། ༤།

རི་བོང་།

ཆོ་རིང་ལྷ་བ།



རི་བོང་གི་གཞུགས་གཞིའི་རིང་ཚད་ལ་ལིས་སྟེས་45
ནས་ལིས་སྟེས་50དང་། ལུས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་ལ་སྟེ་རྒྱ་2
ནས་སྟེ་རྒྱ་3ཡོད། རྒྱ་ལྡན་ཀླད་སྟག་ལས་ཀྱང་རིང་བ་
རེད། མཚུ་ཞིང་ཆེ་ལ་རྩ་མ་ཉ་ཅང་ཐུང་། དབྱར་ཐོག་
རྒྱབ་གཞུང་གི་སྟུ་མདོག་ནི་སེར་སྟུ་ཞིག་ཡིན་ལ། དགུན་
ཐོག་རྒྱབ་གཞུང་གི་སྟུ་མདོག་ལ་སྟུ་ཤས་ཆེ། སྟུ་རིང་ཞིང་སོ་བསོ་བཅིག་ཡིན་པ་དང་གྲུ་རྩིང་ཉ་ཅང་མཐུག་ བྱེད་ཡུལ།
རང་རྒྱལ་གྱི་མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒང་དང་ས་ཆ་གཞན་དག་ན་གནས་འདུག འཛོ་བའི་གོ་མས་གཤེས་དང་འཛོ་གནས་ཁོར་ཡུག་
མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒང་དུ་རི་བོང་ནི་མཚོ་ངོས་ནས་སྟེས་2700ནས་སྟེས་5200ཡི་ས་ན་འཛོ་ཞིང་གནས་ཡོད། སྒང་རི་
དང་རྩ་ཐང་། བྲགས་གཞུང་། ཐང་ཡངས་། བྲགས་ཆེ་ལ། རྩ་རྩུབས་སོགས་ན་གནས་འདུག རི་བོང་གི་ཁ་ཟས་
གཙོ་བོ་ནི་སྒང་རྩ་ཡིན་ལ། རྩ་ཤིང་གཞན་དག་གི་འབྲུ་དང་ལྷག་སྒྲིལ་སོགས་ཀྱང་ཟ་བ་ཡིན། ཆོང་མལ་ནི་འབྲི་བྱང་དང་
གདའོག་སོགས་ན་བཅོས་ཡོད། ལྷ་5པའི་ནང་དུ་སྟེ་འཕེལ་བྱེད་པ་དང་། ལོ་རེ་སྟུ་གུ་ཐངས་རེ་བཅའ་ཞིང་ཐངས་རེ་
སྟུ་གུ་4དང་5རེ་བཅའ་སྟེད། སྟུ་སྟོབ་བྱེད་པའི་དོན་སྟེད། མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྒང་ནི་རི་བོང་གི་ཉུ་མངས་ཞིག་ཡིན། རི་
བོང་གི་ཀླད་པ་དང་རི་བོང་གི་སྟེད། རི་བོང་གི་འོ་མ་སོགས་བོད་སྐད་དུ་འགྲོ་བ་རེད། རི་བོང་གི་གཞུགས་གཞི་ཆེ་ཞིང་ག་
ཞིམ་པ་དང་བཅུད་སྟུ་མང་པོ་འཛོ་མས་པས་ན། བོད་སྐད་དུ་རི་ལོད་པའི་རི་སྟེས་སྟོག་ཆགས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་ཟེད།
གཙན་གཞུག་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཁ་ཟས་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་མཐོ་སྒང་ས་ཁུལ་གྱི་སྟེ་དངོས་དོ་མཉམ་ཡོང་བར་བྱེད་ཀྱས་གལ་
ཆེན་འདོན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡོད་གནས་བབ། རི་བོང་གི་ཐོན་ལུངས་འདོན་སྟེལ་མ་བྱས་པར་བརྟེན། མདོ་དབྱུས་
མཐོ་སྒང་ན་རི་བོང་གི་གྲངས་ཀུན་མང་པོ་ཡོད།

པ་ཡུལ་གྱི་བསྟོད་སྨྲ།

ཆོ་གཡང་།

ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཁམས་གྱི་ཡུལ། །
དམ་ཆོས་སྤང་བས་བྱབ་པའི་རེ་སྒྲིལ་གྲོང་། །
བཏུས་ན་ཀུན་ལ་ངེམས་མེད་དགའ་སྟོན་འབྲེན། །
ཨེ་མ་ཐོད་གྱི་ལྷན་པའི་པ་ཡུལ་ལ། །

མཐའ་ཡས་སྤྱན་མཐའ་མེད་པའི་སྤང་བཅུད་ན། །
མདོ་བ་རྟ་ཡི་གོམ་ཁ་རྒྱུང་ལ་འབྲེན། །
གཡང་དཀར་ལུག་བྱུང་ཕྱི་ཕྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོས་བཞེད། །
འབྲི་གཡག་ཕྱུགས་གྱི་རྒྱ་མཚོ་གཡས་སུ་འབྱེད། །

མེ་ཏོག་སྤྲོ་བརྒྱ་བཞད་པའི་ར་བ་ལས། །
ཀར་བྱུག་སྤང་བས་སྤྱན་པའི་སྤྱུ་དབྱེས་བཀྲུག།
ནགས་ཚལ་སྤྱག་པོའི་སྤྱུ་ཤིང་ཡལ་གི་རྩྱེད། །

དབྱེས་ལེན་ཁུ་བྱུག་སྤྱོད་མོའི་རྩྱུ་ཡིས། །
ཀུན་གྱི་སྤྱོད་འཛིན་དབང་པོས་དཔལ་ཡོན་བསྟུ།

ཕ་རབས་དམ་པའི་རྗེས་ཤྱལ། སྐྱ་ར་སྐྱབ་ཕྱག་ནི།

པར་རྒྱུ་རྒྱུ།



དེང་སང་ནང་ཆེན་རྫོང་རྫོང་པ་ཡུལ་ཤོག་ནས་ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་ལྷོ་ཆུ་བརྒྱུད་ནས་མར་ལེ་བར་སུམ་བུ་ཡས་མན་སོང་ན་ལྷོ་
ཆུ་སྐབ་བརྒྱུད་ལ་དོམ་ཕྱག་མར་ཐང་དང་། དོམ་ཕྱག་ཡར་ཐང་ཟེར་བའི་ས་ཁོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་ཐང་གཉིས་
ཡོད། དེ་ལས་དོམ་ཕྱག་ཡར་ཐང་ནི་རེ་གྲུ་བུ་ཆེན་གྱི་ས་ཁོངས་ཕུ་རྒྱུད་གྲོང་སྡེ་ཞིག་ཆགས་སའི་ས་གནས་ཡིན། ས་གནས་
དེ་ནས་ཕར་རྒྱུ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་བཏྲས་ན་སྐྱ་ར་ལ་ཡང་ཟེར་གྱི་ཡོད་ལ། སྐྱ་ར་ལེབ་ཀྱང་ཟེར་བཞིན་ཡོད། མདོར་ན་དོན་གཅིག་
ལ་མིང་གི་འབོད་ཕྱོགས་ཅིས་ལས་གཞན་མིན། ལ་ཁ་དེ་ཡི་ཕར་ནང་གི་ལ་ཁ་མ་སྐྱོགས་ལ་ཡོད་པའི་བྲག་ཕྱག་ཞིག་ཡིན།
བྲག་ཕྱག་དེ་ཉིད་གནའ་བོའི་རྒྱུ་རབས་རྣམས་ཀྱི་དག་རྒྱུན་ལ་སྐྱ་ར་ཨ་སང་ཟེར་བའི་བྲུབ་ཆེན་ཞིག་གི་སྐྱབ་གནས་བྲག་
ཕྱག་ཡིན་པས་ན་སྐྱ་ར་ལ་ཟེར་བ་དང་། སྐྱ་ར་ལེབ་ཟེར་བ། སྐྱ་ར་བྲག་ཕྱག་ཟེར་ནས་མིང་ཐོག་པ་འཇམ། བྱང་བ་རེད་ཟེར་ནས་
བཤད་བཞིན་འདུག བྲག་ཕྱག་དེ་ཡི་ནང་དུ་རབས་ལྔ་པའི་ཐང་ཁ་དང་། སྐན་རྩུང་ས་དང་། རུས་པ་བརྩུངས་ས་གང་ཡིན་
ཆ་མ་མཆིས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ལྟར་ཁུང་ལེགས་པོ་ཞིག་བཅས་དཔྱ་ཡང་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། དོམ་ནས་སྐྱ་ར་ཨ་སང་ཟེར་བ་ཞིག་
ཡོད་མེད་དེང་སང་གི་བྱ་རྒྱུ་ཡིག་ཐོག་དང་། དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་འགྲེལ་ཏམས་ཞིབ་བྲས་པས་སྐྱ་ར་ཨ་སང་ནི་སྐྱའི་དུས་
རབས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་། བཅུ་གཉིས་པའི་རྫོང་གི་བར་ལ་ཕེབས་པའི་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྣ་གྲགས་ཆེན་ཞིག་རེད་འདུག་
མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། ཨ་སང་དང་། སྐྱ་ར་ཨ་སང་། འཇམས་པ་ཨ་སང་བཅས་ནི་དོན་གཅིག་ཡིན་པ་མདོར་འདུག

དངོས་མིང་ལ་ཨ་མེད་དང་། རུས་སྐྱུ་ར་ཡིན་པས་ན་སྐྱུ་ར་ཨ་མེད་། ཁོང་གི་སྐྱུ་ཡུལ་ཁམས་ནས་ཡིན་པས་ན་ཁམས་པ་ཨ་མེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པར་མཛད་ན། དེ་ཡང་མི་འདྲ་རུས་མཛོད་ལས། སྤྲུལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལས་སྐྱུ་ར་བྱུང་། ལྷན་སྟོན་བྱ་ཆ་སྐྱུ་རས་བཟུང་། སྐྱུ་ར་མི་འགྲུ་ར་འབྱུ་ཞིག་ཡིན། བྲག་ཅ་མི་འགྲུ་ར་གནས་ཤིག་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་བོད་ཀྱི་རུས་ཆེན་རྒྱལ་གི་ཡ་གྲུལ་ཨ་ལྷ་གས་འབྱུ་ལས་ཆད་པའི་དེང་སངས་སྐྱེ་བྱེད་ཁྱེད་ལ་མ་བསྐྱེད་པས་པའི་སྟོན་ལ་དཔལ་ཐང་སྐྱུ་ར་བྲག་ཟེར་བའི་བྲག་འབྱུར་ཡོད་པའི་ས་གནས་ལ་བརྟན་གཞི་བྱས་ནས་ཆགས་པའི་མི་རྒྱུད་ལ་སྐྱུ་ར་འཛིན་རྒྱུ་དུང་། གཤུང་རྒྱུད་དེ་ལས་ལོ་ཚུ་བ་སྐྱུ་ར་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་འོད་ཟེར་དང་། སྤྲུལ་ས་སྐྱུ་བ་ཆེན་པོ་ས་ཆེན་ཀུན་དག་འཕྱོང་པོའི་སྤྲུལ་གཙོ་བོའི་གས་སྐྱུ་ར་ཨ་སྐྱུ་བས། དེ་བཞིན་ས་ཆེན་གྱི་དངོས་སྟོན་ཡིན་པའི་སྐྱུ་ར་ཨ་མེད་། དཔལ་པག་མོ་གྲུབ་པའི་དངོས་སྟོན་འབྲི་གུང་སྐྱུ་བས་པ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་སོགས་སངས་རྒྱུས་དང་རྟོགས་པ་མཉམ་པའི་སྐྱེས་བུ་དུ་མ་བྱོན། ཕྱིས་སུ་རུས་རབས་༡༢ པའི་ནང་ནས་ལྷ་སྐྱུ་བ་གཉིས་པར་གྲགས་པའི་སྐྱུ་བ་པ་འཛིག་ས་རྟེན་གསུམ་མགོན་གཤུང་རྒྱུད་དེ་ལ་འབྱུངས་ནས་བཟུང་འབྲི་གུང་སྐྱུ་ར་འཛིན་གཤུང་ཞེས་བོད་ཀྱིས་གཤུང་ཆེན་ཞིག་ལ་གཙོ་སྟོན་ལ་ཡོད། སྐྱུ་ར་ཨ་མེད་གི་སྤྲུལ་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་ལོ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲུལ་ས་སྐྱུ་བ་ཆེན་པོ་ཀུན་དག་འཕྱོང་པོ་གཉིས་ཡིན་པར་མཛད་ན། དང་པོ་སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་༡༡-༡༢པའི་སྟོན་ལ་ཐེབས་པའི་ལོ་ཙཱ་བ་གྲགས་ཅན་ཡིན། དེ་ལ་སྤྲུལ་བ་སྟོན་ཡོད་པ་ནི། སྤྲུལ་ས་ཆེན་༡༠༩༢-༡༡༥༤ བར་དུ་ཐེབས་ཡོད་པའི་སྤྲུལ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་ལ་སྤྲུལ་བ་སྟོན་ཚུ་ལ་ནི། ས་ཆེན་ཀུན་དག་འཕྱོང་པོའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྐྱུས་ཞེས་པ་ལས། 《དེ་ནས་སྤྲུལ་སའི་སྟོན་པ་ཞང་སྟོན་གྱི་སྐྱུ་མདུན་དུ་ཐེབས། བྲག་གཅིག་བྲག་རྟེན་དུ་ཐུལ་ནས་གསུང་དག་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་དབྱར་དགུན་བཞི་ལྷག་ཙམ་དུ་ཞུས། གདམས་དག་མ་ལུས་པ་ཐུགས་ཀྱི་བུམ་པར་བྱོན། དེ་ནས་གདམས་དག་རྟོགས་ཏེ་སྐྱུ་བ་པ་ལུང་སྐྱིན་པའི་རུས་སུ་ལོ་བཙོང་བྱུང་བར་གཞན་དུ་བསྐྱགས་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་རྒྱས་བསྒྲུམས། ལོ་བཙོང་བྱུང་སོང་བ་དང་། སྤྲུལ་ཨ་མེད་གི་ལམ་འབྲས་ཁྱུངས་ཆོད་ནས་རྗེས་ཆེན་ལ་གསུང་དག་རིན་པོ་ཆེ་གསུང་བར་གསོལ་བ་བཏབ། རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འབྲིགས་སྟབས། ཆོ་གཅིག་ལ་འཆོང་བྱུ་བའི་གདམས་པ་མཆོག་གསུང་དག་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ཐོག་མར་བྱེས་ཏེ་ལམ་འབྲས་དོན་བསྐྱུས་མ་ཞེས་པ་དེ་ཡི་གེའི་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པར་མཛད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྗེས་འདྲུ་སྟེལ། རྗེ་འདི་པས་སྤྲུགས་ཕྱི་ལམ་འབྲས་ལ་འབྲེལ་བ་རྒྱས་བསྐྱུས་བཅུ་གཅིག་མཛད། ཞེས་སོགས་གསུངས་པས་ཁོང་གི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་ནི་ལམ་འབྲས་སོགས་གསར་མའི་རྒྱུད་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་མཛད་འདུག སྐྱུ་ར་ཨ་མེད་ཐུགས་སྤྲུལ་གྱི་སྟོན་མ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༣༥ -༡༡༠༢བར་དུ་ཐེབས་

པའི་ས་ཆེན་ཀུན་སྦྱིང་གི་ཡབ་འཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་ནི། མཁོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་འི་རྣམ་ཐར་དུ། 《མལ་ལོ་རྩ་བ་དང་། བ་རི་ལོ་རྩ་བ། སྤྱ་རྩེ་ལོ་རྩ་བ། གནམ་ཁུལ་སྤྱུ་མཆོད། འཁོན་སྦྱི་རྩུ་བ། སྦྱ་ར་ཨ་མེད་སོགས་སྤྱུ་མ་དམ་པ་མང་པོ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དབང་བཤད་མན་ངག་མཐའ་ཡས་པ་གསན་ནས་གསང་སྤྲུགས་གསར་རྟེན་མཐའ་དག་གི་བདག་པོར་གྱུར། 》 སྤྱི་ལོ་ ༡༡༡༠ - ༡༡༩༣ བར་དུ་ཐེབས་པའི་ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ཡིན་པ་ནི། ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། 《གཞན་ཡང་དགེ་བཤེས་ཤར་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་ཤེས་རབ་དོན་རྗེ། ཀ་ལོ་རྩ་བ།ཁམས་པ་ཨ་མེད་། ཡོ་ལ་ཆོས་དབང་རོང་པ་མགར་དགེ་སོགས་སྤྱུ་མ་མང་དུ་བསྐྱེད་ནས་བཀའ་གདམས་ཀྱི་གཞུང་དང་མན་ངག་དུས་འཁོར་མགོན་པོ་བྱེད་ཀྱི་མ། ཕག་མོ། ཀྱི་དོར། ས་སྦྱ་བའི་ལམ་འབྲས། ཞི་བྱེད་སོགས་སྐབས་དེར་བོད་དུ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཆོས་བཀའ་ཐམས་ཅད་གསན། 》 སྤྱི་ལོ་ ༡༡༡༠ - ༡༡༢༠ བར་དུ་ཐེབས་པའི་ཕག་གྲུ་དོན་རྗེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་ཡང་། ཞེས་འབྱུང་བས་ཤེས་ནུས། གོང་དུ་བྲངས་པའི་ལུང་གི་འཕྲོས་ལས། 《ཁམས་པ་ཨ་མེད་ལ་དཔལ་ཕག་མོ་གྲུབ་པས་གསན་ཏེ་མགོན་པོ་ཀུར་ལུགས་རྩལ་ལུགས་འབྲི་གདན་གྱི་ལུགས་རྣམས་བྱུང་ངོ་། ། 》 ཞེས་གསུང་འདུག་པས་ཤེས་ནུས་སོ།། དེ་ལྟ་བུ་སྤྱུ་མ་གྲུབ་ཆེན་ཞིག་གི་སྦྱོར་གནས་སྦྱར་བྲག་ཕུག་དེ་ཉིད་ཇི་མི་སྤྱུ་མ་པ་བྱས་ནས་མ་བཞག་པར་མ་འོངས་པར་ཉམས་གསོ་མཛད་ཅིང་གནས་དེར་སྦྱོབ་པ་ཉམས་བཞེས་གནང་མཁན་རེ་བཙམ་ཡོད་ན་ལེགས་པར་སྦྱུ་མ་མོ། །

སྦྱོས་བྱ་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་གྲུས་པ་ལྟ་བུས་བཞེད་པར་མི་ཉན་ཡང་། མཁན་པོ་དཔྱད་བྲག་ཤེས་དབང་ལྡན་ལ་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཤིང་གོང་གི་གདུང་རིགས་དེ་ཉིད་ལས་འཆད་པར་གྲགས་པའི་བྱ་མང་ཆོད་སྟོབ་བྱ་དཔྱད་རྣམ་རྒྱུ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོའི་ཟླ་ ༢ ཆོས་ ༢༧ ཉིན་གྲུབ་པོ།

གོང་མོ།

འོ་པ་བྱ་རྣམ་རྒྱུ་ལ།



གོང་མོ་ནི་དུས་རྒྱུན་དུ་མཆོ་ངོས་ལས་སྒྲིས་ཟླ་༥༠༠་

ནས་སྒྲིམ་༥༠༠༠་ཡས་མས་ཀྱི་རྩ་མགོ་ལ་གནས་པའི་བྱའི་
 རིགས་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་གོང་མོའི་ཤ་ནི་བོད་སྐད་དུ་འགོ་
 བ་དང་། ལུས་བྱངས་གསོ་བྱེད་ཀྱི་བཅུད་རྩིས་ལུ་བྱང་བ་
 ཞིག་ཡིན་པས། རིན་ཐང་ལྡན་པའི་རི་སྒྲིམ་འདྲེ་ཆགས་ཀྱི་
 རིགས་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་ཀྱེད་ལྟེན་ཡིག་ལས།

གྲོ་མོ་འི་ལུས་ཀྱི་རིང་ཚད་ལ་ལིས་སྟིས་༥༠ནས་ལིས་སྟིས་༦༠དང་། ལུས་ཀྱི་ལྗིད་ཚད་ལ་སྟི་རྒྱ་༡.༥ནས་སྟི་རྒྱ་
 ༢.༥བར་ཡོད། བྱ་གོང་མོ་འི་ཡ་ཐོད་དང་མིག་གི་མཐའ་སྟོར། རྩ་ཙུབ་ཙུམ་ནི་ནག་སྒྱུ་ཡིན་ལ། རྒྱབ་གཞུང་ནི་སྒྱུ་མེར་ཡིན་
 པ་དང་གཤེག་སྟོ་སྒྱུ་མེར་གྱི་སྟེང་དུ་སྟླེག་སྟངས་མི་འདྲ་བའི་ནག་ཐིག་ཁྲབ་འདུག གཤེག་ཟུང་གཉིས་ན་བྱ་སྒྱུ་ཁོ་བོ་སྟར་
 ལ་བསྟེན་པས་ཤིང་། མཚུ་ཀར་སྟེར་དམར་འོག་གི་སྟོ་མདོག་ནི་རྒྱབ་གཞུང་གི་སྟོ་མདོག་དང་འདྲ་ཡང་། མཐའ་སྟེ་དཀར་
 བོ་ཡིན། སྟོ་བའི་འོག་གཉིས་ལ་བྱ་སྒྱུ་ཁོ་བོ་བསྟར་ལ་བསྟེན་པས་ཤིང་། མཚུ་སྟེར་གཉིས་ཀ་མདོག་དམར་བོ་ཡིན།
 གྲོ་མོ་ཆོག་མཛོད་ལས། གྲོ་སྟངས་ལ་གནས་པའི་སྟོ་བྱ་གོང་མོ་འི་སྟོ་མདོག་ཁོ་བོ་བསྟར་ལ་བསྟེན་པས་ཤིང་། མཚུ་ཀར་
 དམར་བོ་ཙན་ཞིག་གི་གོང་མོས་ནམ་རྒྱུན་དུ་ཁ་ཟས་སྤྲོད་ཨ་དཀར་དང་རྩ་སྟངས་ཙན་མེགས་ཟ་བ་ཡིན། ད་སྔ་བོད་ཡུལ་ནས་
 སྟི་ལོ་༡༩༩༠ལོར་གོང་མོར་རྩྭ་ཞིབ་ཐངས་གཅིག་བྱས་པ་ལྟར་ན་བྱང་ཀ་༡༨༥༠༣+༢༥༥༡ཙམ་ཡོད། དེ་ནས་
 རི་ཁྱུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པས་ད་ལྟ་པལ་ཆེར་༡༠༠༠༠ཡར་ལྷག ལོ་རེ་འི་སྒྲུ་ལྟ་པ་ནས་སྒྲུ་བདུན་པའི་བར་སྒྲུ་འཕེལ་ཐངས་
 གཅིག་བྱེད་པ་དང་ཐངས་རེར་བྱ་སྟོང་༦ནས་༧བར་བཏང་སྟེ་འཛོལ་རེད། ནམ་རྒྱུན་གོ་མོ་འི་ཆོང་ནི་རྩ་མགོ་ལ་གནས་ཞིང་།
 སྟོན་མཚུག་དང་དགུན་ཁ་སོགས་ལ་གོང་མོ་ཁྱུ་ཆོགས་བྱས་ཏེ་རྩ་འདབ་ལ་གནས་སྟོན་བ་རེད། གོང་མོ་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་
 སྒང་ལ་གནས་པའི་སྟོ་བྱ་དཀོན་མོན་ཞིག་ཡིན་པས། གོང་མོ་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་གལ་གནད་དུ་བཟུང་སྟེ་སྤྲད་སྟོན་བྱེད་དགོས་
 པའི་རི་སྟེས་སྟོན་པས་ཆགས་ཨང་རིམ་གཉིས་པར་གྱུར་ཡོད།

རེ་སྒྲིལ་དམངས་སྒྲོལ་རིག་གནས་སྒྲོར།

འཛམ་གླིང་གོ་ལ་རྒྱུ་པོའི་ཡང་ཕྱེ་རིམ་ཐོ་ལ་ས་གཙང་བ་ནམ་མཁའ་སྒྲོ་ཞིང་སྤྲིན་དཀར་འཁོར་བ་སོགས་མཛེས་
ཤིང་ལྟ་ན་སྤྲུག་པའི་གནས་མཆོག་གངས་རི་རྩ་བས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་ཡོངས་སུ་སྒྲོར་བའི་སྒྲིང་པ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་
ཆེ་པོ་འདིར། མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་དུ་མའི་སྤྱོད་ལ་ནས་གཞུང་འཛོལ་ཞིང་གནས་པའི་རྩོད་གདོད་དམར་བོད་པའི་སྤྲོན་བྱོན་མེས་
པོ་གོང་མ་ཆོས། འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཆེན་པོའི་ས་གཡོ་མེ་དབྱ་དང་ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་སོགས་རང་བྱུང་གཞོད་འཆོ་ལ་
གདོད་ལན་དང་། ཉི་ཟླ་གཟུང་སྐར་གྱི་འཁོར་བ་གྲོད་ལ་རྟེན་ནས་དུས་བཞིའི་འཕྲོ་འགྱུར་དང་ཆ་བྱང་མི་སྟོམས་
པ་སོགས་ལ། གང་ལ་གང་མཆོམས་པའི་སྒྲིང་དོར་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱ་དགོས་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་བརྟེན་དུ་འཕའ་བ་
རྣམས། ཉམས་སྦྱང་ཆད་མས་ཇི་ལྟར་གྲུབ་པ་དག་རྣམ་དཔྱད་རིག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཤུན་ལེགས་པར་བྱེས་ཏེ། རང་
གི་བྱ་ཆ་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་ལ་པན་པའི་སྒྲིང་དུ་ཉམས་སྦྱང་རྒྱུ་པོའི་སྤྲོམ་ཆོག་གམ་ལེགས་བཤད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བཞག་
ཡོད་པ་དག་དེད་གི་ཆར་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གིས་གོ་ལ་རྒྱུ་པོའི་སྤྲོན་ཡོང་ལ་དབང་སྒྱུར་ནས་ཡོད་ཆད་ལྟར་ལུགས་
ཅན་དུ་སྒྱུར་ཞིང་འགྱུར་བ་ཞིན་པའི་གཉན་འཕྲང་ཅན་གྱི་དུས་སྐབས་འདིར། མཐོ་སྒྲིང་འདིར་འཛོལ་ཞིང་གནས་པ་ལ་
གང་གི་ཡང་ཆབ་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་ཐུན་མིན་དག་རྒྱུན་གྱི་རིག་གནས་རིན་ཐང་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གནམ་མའི་གཏམ་
དཔེ་ལ། ལྷོ་བ་བེ་ཕྱིན་དུས་ཤུབ་བེ་འགྲོ་ཟེར་བ་ནང་བཞིན། མི་མཛོན་པའི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ཤིང་བཞུད་ཀྱི་ཡོད་
པ་འདི་ཆོད་ཆོས་སྤྲུག་ཡིན་པའི་དུ་གནས་པའི་ཆེད་འབད་ཚུ་ལ་མི་བྱེད་པར། ཨ་གསར་ཆེན་པོས་གཞན་རྗེས་ཁོ་ནར་རྒྱགས་
པ་ནི་མེས་པོ་གོང་མའི་རྒྱུ་འདྲེན་དང་། བ་བཟང་གི་སྒྲིང་གཙོང་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་མ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་མ་ཟད།
མང་པོ་ཞིག་གཞན་གྱིས་ནམ་ཡང་ཆབ་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་འདི་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱི་སྟོམས་མཆོ་འཕགས་
སྤྱི་བཞེས་སྤྲུག་གིས་འཕགས་པའི་སྒྲིང་པ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ། རྩོད་ཆད་སྤྱི་སྟོམས་ཀླད་ཀོར་འོག་གི་སུམ་བཅུ་ཡས་མས་
ཡིན་པའི་དགུན་དུས་སུ། རོར་ནག་འཛོལ་སྤྱོད་གི་བྱ་བ་ལྟ་བུའི་འགྲོག་ལས་གཉེར་མཁའ་ཞིག་གིས། རྩོད་ཆད་ཆེས་མཐོ་
བའི་ཁ་ཟས་སྒྲིང་དཀར་རྩམ་པ་དང་གཡག་ལུག་གི་ཤ་རྒྱབ་གོས་ལྷགས་གཙག་ལྟེ་ཤན་མ་དང་མགོ་ཀོ་སྤྱི་འདོགས་ཀྱི་
ལྷམ་སོགས་ཀྱི་ཆབ་དེ། འབྲས་དང་སྒྲོ་ཆལ་རས་གོས་རས་ལྷམ་སོགས་ཀྱིས་བྱེད་ཐབས་མེད་པའི་ཚུ་ལ་འདིས་ཤེས་ལུས་
པ་བཞིན་མཐོ་སྒྲིང་ལ་འཆོམས་པའི་རིག་གནས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཆབ་གཞན་གྱིས་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་མ་ཟད། མི་ལོ་སྟོང་

ཕྱག་མའ་པོ་འི་ཉམས་ཐུངས་ལས་གྲུབ་པའི་རིག་གནས། འཛམ་གླིང་ན་གྲགས་པ་འབར་བའི་བོད་རིག་པ་ཞེས་པའི་མཚན་གཞི་མ་ལོར་བ་འདི་ཚོ། བོད་སྐད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་འབྲི་བཅའ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་པ་ཡིན་ཟེར་ནས། ཉིམ་འབྲེལ་ཐབས་བྱེད་པ་དག་གིས་འཛིན་སྐྱོངས་སྤེལ་གསུམ་ནམ་ཡང་བྱེད་མི་སྲིད་པ་འདི་ཡང་བརྟེན་མི་རུང་བས། ང་ཚོས་རང་ལྟས་གང་ཡོད་ཀྱིས་ཉམས་ཐུང་རྒྱུན་པོ་འི་སྤྲོམ་ཚིག་དག་རྒྱུན་རིག་གནས་འདི་དག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ནས། ཕྱི་རབས་པ་དག་ལ་རྒྱུད་སྲོད་བྱ་དགོས་པ་ལས། ཐོག་མར་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་གི་སྐོར་ནས་ཁྱེད། སྤྲོན་ཉིམས་ཕྱི་བཏུས་བྱུང་ན། སོ་ནམ་རྒྱུན་པོས་ཐོར་བརྟེན། ཞེས་སྤྲོན་ཏུས་ཉིམས་ཕྱི་བཏུས་བྱུང་ན་ཆར་བ་འབབ་འཚམས་ཆད་པའི་རྟགས་དང་། དཔྱིད་ཉིམས་ཕྱི་བཏུས་བྱུང་ན། ལྷག་རྗེ་རྒྱུན་པོས་གངས་ས་འཚོལ། དཔྱིད་ཏུས་ཉིམས་ཕྱི་བཏུས་བྱུང་ན་གངས་ཚེན་འབབ་པའི་རྟགས་སུ་འདོད། ཉི་གུར་ཕུབ་ན་ཉིན་གཅིག་རྟན། འདྲེ་ཡང་མི་བདེན་དེ་ཉིན་འབབ། ཞེས་ཉི་གུར་ཕུབ་ན་ཉིན་དེར་ཆར་བ་འབབ་པའི་རྟགས་སུ་རྟེན། ལྷག་ཕུབ་ན་ལྷག་གཅིག་རྟན། ཞེས་ལྷག་ཕུབ་ན་ལྷག་གཅིག་ལ་མི་འབབ་པར་བཤད་སྟོན་ཡོད། དགོང་ཉིམས་རྒྱ་ལུང་བརྟགས་ན། སང་ཉིམ་ཕྱི་ལ་མི་ཡོད། ཞེས་དགོང་མོ་ཉིམ་ལ་རྒྱ་ལུང་དང་འདྲ་བའི་འཇའ་ཐིག་དོད་ན་ཕྱི་ཉིན་འབབ་རྟགས་ཡིན། མཚན་ལྷ་བས་རྒྱ་ལུང་བརྟགས་ན། སང་ཉིམ་ཕྱི་ལ་དོན་ཡོད། ཞེས་ལྷ་བས་རྒྱ་ལུང་འདོག་པ་འཇའ་ཐིག་དོད་ན། ཕྱི་ཉིན་གནམ་ཐང་རྟགས་སུ་རྟེན། འཇའ་སྤུ་སྤང་ལ་ལྷག་ན་སྤང་མ་རུལ་བར་དུ་ཆར་འབབ། འཇའ་སྤུ་ལྷ་ལ་ལྷག་ན་གྲམ་པ་སྐམ་པོར་མ་གྱུར་བར་དུ་ཐན་པ་ཡོད། ཟེར་སྟོན་ཡོད། སྤྲོན་སྤྲོ་ལོག་བྱང་སྤྲོལ་ཁ་བ་འབབ། ཞེས་དབུལ་ཏུས་སུ་སྤྲོན་པ་སྤྲོ་ནས་བྱང་དུ་ལོག་ཡོད་ན་ཁ་བ་འབབ་པའི་རྟགས་སུ་རྟེན། སྤྲོན་ཆུ་མེད་ཆུ་བོ་འགྲུང་ལ་འགོ་ཞེས་དབུར་ཏུས་སུ་སྤྲོན་པ་ཆུ་བོ་འབབ་རྒྱུ་དུ་འཕུར་ལ་འགོ་ན་ཆར་མི་འབབ་པར་འདོད། བྱང་སྤྲོན་སྤྲོར་བཤོད་མེ་རུ་འགྱུར། ཞེས་དབུར་ཏུས་སུ་བྱང་སྤྲོན་སྤྲོ་ཕྱོགས་སུ་འགོ་ན་ཐན་པ་འབྱུང་བའི་རྟགས་སུ་འདོད། ཤར་རུད་ཞེས་དབུལ་ཏུས་སུ་རྒྱུད་གིས་སྤྲོན་པ་ཤར་དུ་དེད་ན་མི་འབབ་པའི་རྟགས་སུ་འདོད། དབུར་ཏུས་ཤར་ནས་སྤྲོན་པ་ལྷག་ལ་རྒྱུན་པོར་ཐན་པ་འབྱུང་བའི་རྟགས་སུ་དོས་འཛིན་བྱེད། སྤྲོན་སྤྲོ་རུ་ཆུ་ཡི་སྤྲོལ་པ། ཞེས་དབུར་ཏུས་སུ་སྤྲོན་པ་སྤྲོ་རུ་དབྱིབས་ཅན་བྱུང་ན་ཆར་མའ་དུ་འབབ་པར་འདོད། དགོང་ཕྱི་དོ་སྤྲོན་སེར་འབྲིགས་ན། སང་ཉིམ་སེར་བ་འབབ། ཞེས་དབུར་སྤྲོན་གྱི་དགོང་མོར་སྤྲོན་པ་སེར་པོ་འབྲིགས་ན། སང་གི་ཉིན་མོར་སེར་བ་འབབ་རྟགས་སུ་བཤད། ཞོགས་པའི་འཚམས་སྤྲོན་ཆར་པའི་མ། ཞེས་ཞོགས་པའི་སྤྲོན་སེར་ཆར་བ་འབབ་རྟགས་ཡིན་ཞེས་ཟེར། བྱང་བྱང་སྤྲོ་ལ་འཕུར་ན། ཁ་བ་མར་མར་འབབ་ཡོད། བྱང་བྱང་བྱང་ལ་འཕུར་ན། ཆར་བ་ཤག་ཤག་འབབ་ཡོད། ཟེར་སྟོན་ཡོད།

མགུར་སྤྱོད་བའི་བུ་རམ།

རྒྱུ་མེས་སྤྱོད།

ཕྱི་ནས་དཀར་ཡོལ་དཀར་སོང་།

ནང་ནས་འོམ་དཀར་སོང་།

བར་ནས་བསམ་པ་དཀར་སོང་།

དཀར་གསུམ་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་སོང་།

དབྱར་ཆུ་ཆེན་ཆེ་སོང་།

དཔྱན་ཆུ་ཆུང་ན་ཆུང་སོང་།

རྟ་པོ་རག་སྤྱོད་འཁྱུག་སོང་།

ཆུ་མགོ་གོང་ནས་བསྐྱོར་ཡོང་།

ལྷང་མ་གཅིག་གི་མགོ་ལ།

བྱེད་ཆུང་ལྔ་བརྒྱ་བབས་ཡོད།

ལྷང་མས་ལྷེ་མ་ལྷེ་མ་བྱས་ན།

བྱེད་ཆུང་ཐང་ལ་ལྷང་འགོ།

ར་མ་ཡར་ལ་འབྱར་སོང་།

རེད་ཆེ་མར་ལ་བབས་སོང་།

རྩི་བོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་པས།

མ་བུ་མཉམ་དུ་གཏུགས་སོང་།

ལྷང་མ་མ་འཛུགས་དག་འཛུགས།

ཐུག་ཉིས་བར་ལ་བཟུགས་ཡོད།

ལས་འཕྲོ་མེད་པའི་ལྷང་མ།

ཐུག་ཉིས་བར་ནས་སྐམ་སོང་།

ཕ་རི་བྲག་དམར་དཀྱིལ་ལ།

ལྷགས་ཀྱི་ཕུར་པ་གདབ་ཡོད།

དེ་ལ་རིག་ཐུག་མ་བྱེད།

རིན་ཆེན་སྲོག་ལ་དག་ཡོང་།

ཕ་རི་སྤང་དཀར་སྤྲེང་དུ།

ཁལ་རྒན་སོ་མེད་བཏག་ཡོད།

དབྱར་རྩ་བུ་ལོང་མེད་ལས།

སྤང་དཀར་མུང་བས་བརྒྱུད་སོང་།

ལྷ་སའི་པོ་ཏ་ལ་ནས།

གསེར་གྱི་རྒྱ་སྤྲིང་སྤྲུང་སོང་།

སྤྲུང་མཁན་སུ་ཡིན་མ་ཤེས།

ཉོན་མཁན་བསམ་པ་དག་འཕྲོང་།

ཨ་མ་ཐུན་བྱེད་ལ་ཅི་དགོས།

འདི་དགོས་ང་ལ་གསུངས་དང་།

གནམ་གྱི་སྐར་མ་ཡིན་ཡང་།

འཛུགས་སྐས་འཛུགས་ནས་ལེན་ཡོང་།

ཁྱོད་ནི་ལ་མོའི་མར་ནང་།

ང་ནི་ལ་མོའི་ཚུར་ནང་།

ཅིག་སེམས་ཅིག་ལ་ཡོད་ན།

གྲིས་པའི་ཡིག་ཚུང་བསྐྱར་ཤོག།

ལྷ་སའི་བར་སྐྱར་ནང་ནས།

ལུ་ཉིག་ཐོང་བ་ཉམས་ཡོད།

ཐོང་བ་མ་ཟད་བར་དུ།

ཐོང་ལོང་བརྗེ་བསམ་མི་འདུག།

ཕྱི་ལ་ཟངས་དཀར་ལོང་བཞི།

ནང་དུ་འགྲི་བརྒྱའི་འོ་མ།

ཐབ་ཆེན་ཁྲ་མོའི་ཁ་ལ།

འཛོམས་པའི་དུས་ཤིག་ཆོས་ཡོང་།

༢༠༡༩/༢/༢༤ཉིན་ཡིག་རུ་ཐག།

པ་ཡུལ་གྱི་རོ་སྤོ་བསྐྱོད།

ཨ་ཉེ་ཨ་ཉེ་སྤྱི་སྤྱི།

སྐྱོད་ན་གངས་རི་དཀར་པོ་རྩེ་མོ་ཞིག་བཞིན།

བར་ན་ནག་རི་སྤྱི་པོ་ཕྱི་པོ་ཞིང་མཛེས།

སྤྱི་ན་སྤྱི་ཐང་སྤྱི་མོ་ཡངས་ཤིང་ཆེ།

ཨེ་མ་ས་ཡི་བཀོད་པ་ལྷན་སྤྱི།

མཐའ་བཞི་གཙང་ཆབ་སྤྱི་མོ་འཛིན་སྤྱི་བསྐྱོད།

འདབ་ཆག་ཚོགས་ཀྱང་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་ལྟར་མོད།

མ་བཅོས་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྤྱི་པོ་ཞིང་མོད།

མ་དེ་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྤྱི་པོ་ཞིང་མོད།

རྩ་མོ་ལྷན་གྱི་འཕེལ་ཁ་འདི་ནས་སྤྱི།

པ་ལྷན་བཅུ་དྲུག་འཕེལ་ཁ་འདི་ནས་སྤྱི།

མ་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྤྱི་པོ་ཞིང་མོད།

མ་དེ་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྤྱི་པོ་ཞིང་མོད།

མ་ཚོ་མེ་ཉེ་གྱི་བཀོད་པ་འདི་ནས་སྤྱི།

དེ་ཉེ་གྱི་བཀོད་པ་འདི་ནས་སྤྱི།

གཞོན་སྤྱི་པོ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྤྱི་པོ་ཞིང་མོད།

ཨེ་མ་ས་ཡི་བཀོད་པ་འདི་ནས་སྤྱི།

ཁོར་ལྷག་དང་ཡ་རབས་སྒྱུད་བཟང་།

གཡག་ཆོད་ནས།

འཛམ་གླིང་གོ་ལ་ལྷུ་མ་པོ་འདི་འི་སྐྱེད་ནས་ཡང་ཅེར་སོན་པའི་དེ་ཚོ་འི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་ས་ཁྱོགས་ཀྱི་ན་ཏུ་ཉ་ཅང་བཟིང་མ་
 ཆེ་བའི་རི་བོ་དང་། མཛེས་ཤིང་བཟུ་ན་སྤྱག་པའི་ཆུ་ཀླུང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱ་མང་འཛོམས་པའི་ནགས་ཚལ། ནུངས་ཤིང་གཙང་
 བའི་གངས་རི་དང་ཆུ་འགོ། ཡངས་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྩ་ཐང་། མདོར་ན། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མཛེས་ལྗོངས་ཉ་ཅང་མང་བ།
 འཛམ་གླིང་ས་ཡི་ཡང་སྟེང་། མགོ་ནག་མིའི་གཤེས་རྒྱུད་བཟང་ཞིང་གཞན་པན་བྱམས་བཅའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཁེངས་པ། གཏོར་པ་
 སྐྱ་བརྒྱ་འཛོམས་པའི་འཛིག་རྟེན་མའི་དག་ཞིང་། འཛམ་གླིང་རྒྱ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས། འབྲོང་གཤམ་ལ་སོགས་པའི་
 སྲོག་ཆགས་མང་པོའི་འཚོ་གནས། བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་མཛེས་ལྗོངས་ནི་བཀོད་པ་ཐུན་སུམ་ཚོགས་ཤིང་འཛམ་གླིང་མི་
 ཡིས་ཡིད་སྤོན་ཤོར་སའི་དག་ཞིང་དོམ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་དེད་དུས་མདོད་དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་མཛེས་ལྗོངས་འདི་དག་ལ་
 གནོད་སྦྱོན་ཚབས་ཆེན་ཐེབས་དང་ཐེབས་བཞིན་པའི་རྣམ་པ་མཐོང་ན་སེམས་པམ་པ་ཞིག་དང་། རན་ན་ཡིད་སྦྱོབ་ཞིག་ཅི་ལ་
 མིན། རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་མང་པོ་ཞིག་བསད་ཚར་ནས་ལྷག་མེད་པ་དང་། ས་འོག་གི་གསེར་དུལ་བྱངས་སོགས་ཀྱི་གཏོར་
 རྩས་མང་དག་ཞིག་བསྐྱོད་ཤིང་ཉེ་ཉིན་རེ་བཞིན་མེད་པར་འགོ་བཞིན་པ་མཐོང་ནས་། ཁོར་ཡུག་སྤུངས་སྦྱོབ་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཅི་ཅམ་
 བསྒྲགས་པ་མིན་པར་དཔྱད་ཅིང་སེམས་པར་དུ་རྒྱལ་ཁབ་གཞུང་གི་ཁོར་ཡུག་སྤུངས་སྦྱོབ་སྐྱོར་གྱི་ཁྲིམས་དང་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་དོས་
 ནས་ཁོར་ཡུག་སྤུངས་སྦྱོབ་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་དགོས་པ་རེད། ཁྲིམས་མེད་ཁྲེལ་མེད་འགའ་ཤས་ཀྱིས་འོ་དོ་བྲི་སྤྲག་ལས་
 འཚར་འེངས་བྱུང་བའི་སྤང་ལྗོངས་དང་ནགས་ཚལ་སོགས་བཅད་གཏུབ་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་ནི། འོ་དོ་སྤྱོད་གི་རིང་ལ་སྤྱིར་གསོ་
 མེད་པར་གཏོར་བསྐྱག་ཚབ་ཆེན་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་དེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། མི་རིགས་ཞིག་གི་གཞི་རྩའི་འཚོ་གནས་དང་
 ཐོན་ཁུངས་ལ་གཏོར་སྦྱོན་དང་གྲོང་རྒྱུད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། མ་ཟད་པར་ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་དགོས་པ་གཤམ་ཆེ།
 ཆེས་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དུ་སེམས་བཟང་པོ་དང་གཤེས་ཀྱི་འཛམ་པོ། དེ་ནས་ལས་དོན་གང་ཡིན་ཡང་བག་ཡངས་
 པོ་དང་སྦྱི་པན་གྱི་བྱ་བ་ལ་རོལ་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། གཞི་ནས་སོ་སོས་སོ་སོར་ལྷུས་ན་དགའ་འོས་པ་ཞིག་དང་། གཞན་གྱིས་
 བལྟས་ན་འད་རེད་བསམ་བསམ་ཞིག་ཡོད་ཐུབ་ཅིང་། རན་པ་དང་དྲག་པོ། བསམ་རན་དང་གཡོ་སྤྱ། རན་སེམས་ཁོག་ཏུ་སྤྱས་
 ཏེ་འཚོ་བ་དང་དྲག་པོར་ཡིད་སྤོན་མི་ཤོར་བར། དེ་དག་དང་རིད་དུ་གྱེས་ཏེ་རང་གི་རྒྱུད་དང་ཡིག་ ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་
 བག་ཆགས་བཟའོ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་པམ་དང་རྒྱན་རབས་བཅས་ལ་གུས་བཀྱུར་དང་། ཁྲིམ་ཚད་པན་ཚུན་བར་ལ་མཐུན་
 འབྲེལ་སོགས་ལ་རབས་སྦྱོད་བཟང་ལ་འབད་དགོས།

ཕ་ཡུལ།

འཇམ་དབྱངས་ནས།

སྟོད་ན་གངས་ཀྱི་དབྱ་ཞུ་ཅན།།

སྐད་ན་ཅི་ཤིང་ལ་བ་གྱོན།།

དུངས་གཙང་ཆུ་བོའི་མཐའ་རྒྱ་བ།།

རེ་ལྷོ་ལྷོ་འབྲོག་པའི་རྩ་ཐང་སྐྱིད།།

དུངས་གསལ་ཁོར་ཡུག་ཡངས་པ་དང་།།

ཉི་འོད་རྩོམ་འཇམ་པའི་དཔལ།།

བསིལ་འཇམ་ལྷན་པའི་མཁའ་དབྱགས་གཙང་།།

ཡིད་འོང་རེ་ལྷོ་ལྷོ་གོ་ལའི་རྒྱ།།

ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཉིན་འོད་འཕྲོ།།

ཕུ་ལྷོ་འཕྲུལ་མདངས་དབྱོད་སྒྲ་ཡག།

ཏྲ་མོར་ལུག་གིས་འབའ་སྒྲས་བྱ།།

རེ་ལྷོ་ལྷོ་ཁོར་ཡུག་ལྷག་ཏུ་མཛེས།།

སྤྱན་གྲོགས་ལ་འབོད་པ།

རེ་འཆིམ་ཆོ་བཟང་ནས།

རི་ཕྱེད་ཁ་བ་དཀར་པོ།

རི་འདབ་གདོང་དམར་བོད་པ།

སྤྱི་པ་ཆགས་ནས་མཉམ་ཆགས།

སྐལ་པ་སྟོང་ན་མཉམ་སྟོང་།

ཁ་བ་འབྲུག་པས་བསྐྱམ་ན།

འབྲུག་བ་མེད་པ་ནང་བཞིན།

གདོང་དམར་བོད་པའི་བྱ་རྒྱུ།

ཁེལ་གཞུང་འབྲུག་བ་མི་སྤྱི།

ཆེ་བ་དཀར་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་།

འབྲོག་མོའི་སེམས་ལ་མི་དོ།

ར་ནག་ཆོས་ཁ་འབྲུག་ཡང་།

འབྲོག་པའི་ཕྱི་ཐག་མི་འབྲུག།

ཀྱ་གྲོང་འགྲིམ་པའི་སྤྱན་གྲོགས།

ཕྱི་མིག་ལན་ཅིག་གིས་དང་།

ང་དང་ལ་ཁྱི་རྒྱ་བོས།

ཁྱོད་ལ་རེ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།

ཕ་ཡུལ་སྤྱིད་པའི་ལྷོངས་ལ།
ཡིད་འོང་མེ་ཏོག་བཞད་དུས།
དྲི་ཞིམ་རྒྱང་དང་འགོགས་ནས།
འགོན་ལ་བསུ་བ་བྱེད་ཡོང་།

སྤང་དང་ནག་ཚལ་གཏུག་པོར།
ཙུ་དང་ལོ་འདབ་རྒྱས་དུས།
ཙུ་ཀས་དུག་འབྱུལ་སྟོན་མོའི།
འགོན་ལ་བསྟོད་སྒྲུ་ལེན་འགོ།

འགོག་པའི་བྱ་རྒྱུང་ང་ཡིས།
སྤྱོད་ནག་འབྱུ་བཞིའི་ནང་ལ།
བལ་སྟོན་རྩམ་གཏོང་བྱས་ནས།
ཐབས་ལ་མེ་ཁ་གསོས་ཡོད།

མར་དང་རྒྱ་རའི་རི་བོ།
ཞོ་དང་འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ།
ལྷོ་མེད་ཟས་རིག་མང་པོས།
འགོན་ལ་སྤེར་ཁ་སྤྲིག་ཡོད།

པ་དགོན་ལ་ཕུལ་བའི་གཟི་བརྗིད།

རེ་སྒྲིལ་སྒྲོང་སྒྲོང་ཐོག་པོས་གིས།

སྐྱབས་གསུམ་གསེར་འཕྲུལ་འོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་བྱུང།

ཚུལ་གསུམ་རིགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ཤིན་ཏུ་བཟང་།

ཅ་སྒྲུང་ཐིག་གསུམ་རྒྱན་ཆ་མ་རྟོག་པའི།

དགོན་པ་དེ་ན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གནས།

ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་འཁར་པའི་སྒྲོམ་ཉམས།

འཆད་ཚུད་ཚུམ་གསུམ་རོལ་མོའི་མདངས་མ་འགགས།

བཞི་གསུམ་ཕྱག་བཞེས་གྲལ་རིམ་མ་ཉམས་པའི།

དགོན་པ་དེ་ན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གནས།

བསྐྱབས་གསུམ་གསེར་སྐྱ་རིལ་བཞིན་ཏུ་བརྟན།

སྐྱ་གསུམ་ཉམས་ལེན་མཆོད་རྟེན་ལྟར་དུ་མཐོ།

སྒྲོ་གསུམ་སྒྲོད་པ་སྒྲེགས་བམ་ལས་དམ་པའི།

དགོན་པ་དེ་ན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གནས།

ཁོར་ཡུག་གནམ་མཁའ་ལས་ཀྱང་གྲུ་ཡངས་ཤིང་།

ཐུགས་སེམས་གངས་རི་ཀྱི་རི་བོའི་མདངས་བཞིན་མཆོར།

ཤེས་རབ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་ཀྱན་བསལ་བའི།

དགོན་པ་དེ་ན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གནས།

རེ་སྤྲོད་སྒྲོལ་བཅུད་རིག་གཞན།

གཡག་སྒྲོལ་པས།

ཐོས་སྒྲོལ་མེད་པར་བྱེ་གསལ་ནང་གསལ་བྱེད། །
འདྲེས་པའི་མི་ལ་མགོ་སྒྲོལ་མི་གཏོང་ཞིང་། །
ཁ་འཇམ་ཚིག་གིས་མགྲོན་རྣམས་བསུ་བ་ནི། །
རེ་སྤྲོད་སྒྲོལ་བཅུད་རིག་གཞན་བཟང་པོ་རེད། །

ཕ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་དྲོན་མོ་སེམས་ལ་འཆང་། །
ཅི་གསུང་ཐམས་ཅད་སྦྲིང་གི་དཀྱིལ་ཏུ་ཉར། །
ངག་འཇམ་འཇུག་གིས་དྲིན་ལེན་འཇལ་བ་ནི། །
རེ་སྤྲོད་སྒྲོལ་བཅུད་རིག་གཞན་བཟང་པོ་རེད། །

ཁྲེལ་མེད་མི་ལ་མགོ་བོ་སྒྲོལ་ཞིང་། །
བྲང་པའི་མི་ལ་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་དང་། །
ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་ངང་གིས་བཀྱར་བ་ནི། །
རེ་སྤྲོད་སྒྲོལ་བཅུད་རིག་གཞན་བཟང་པོ་རེད། །

ཙ་བའི་སྤྲོལ་སྒྲོལ་བོའི་གཙུག་ཏུ་བཀྱར། །
དཀར་ནག་ལས་ལ་བྱད་གསོད་མི་བྱ་བར། །
དམ་པའི་ཚོས་ལ་སྦྲིང་ནས་དད་པ་ནི། །
རེ་སྤྲོད་སྒྲོལ་བཅུད་རིག་གཞན་བཟང་པོ་རེད། །

ཞིང་ས་བཟང་ལ་འབྲོག་ས་ཆེ་བ་དང་། །
དབྱར་གྱི་དུས་སུ་འོ་ཞོ་མཆོ་ལྟར་འབྱེལ། །
སྟོན་དུས་འབྱུང་ཡིས་བང་མཛོད་ཁེངས་བཞི། །
རེ་ལ་སྡེ་བའི་རང་གཤེས་བཟང་པོ་རེད། །

ཆོས་ལུགས་ཟེར་ནས་ཕྱོགས་རིས་མི་བྱེད་ཅིང་། །
འཆོལ་ཁ་ཟེར་ནས་འཐེན་བྱེད་མི་བྱ་བར། །
མཐུན་པའི་ལག་གདང་སྤྱེལ་བའི་རང་ཚུལ་ནི། །
རེ་སྒྲིལ་བའི་རང་གཤེས་བཟང་པོ་རེད། །

ཆོག་ངན་གཅིག་ལ་གྱི་མགོ་མི་འཕྱར་ཞིང་། །
བྱང་བའི་མི་ལ་ངན་ཁག་མི་འགེལ་བར། །
འཛུམ་ཆུང་དྲོན་མོའི་ཁ་བཟུང་བྱེད་པ་ནི། །
རེ་སྒྲིལ་བའི་རང་གཤེས་བཟང་པོ་རེད། །

གཞན་སྐད་སྒྲིལ་བའི་ལོ་ཙྰ་མིན་པ་དང་། །
གཞུང་བརྒྱ་འཆད་པའི་མཁས་པ་མིན་ན་ཡང་། །
རང་སྐད་ཐོགས་མེད་བསམ་བཟང་རྒྱུད་ལྡན་ནི། །
རེ་སྒྲིལ་བའི་རང་གཤེས་བཟང་པོ་རེད། །

བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དག་རྒྱུན་
གཏམ་རྒྱུད་ལ་དབྱད་པ།
ཀར་ཐར།

བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་གང་དུ་ཆགས་པའི་གནས་ནི་བོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ལས་ཁམས་དང་། མདོ་
ཁམས་ཚུབ་ཞི་སྐང་དུ་གཏུག་གསལ་པའི་ནང་ཆོན། དེའུ་མཇུག་ལོ་སྐང་གི་སྐང་སྟོད་ཚུབ་ཞིའི་ནང་ཆོན་ཇུ་ཆུའི་ཆུ་ལག་
སྟེ་ཆུའི་འབབ་རྒྱུད་དུ་ཡོད་ལ། སྐྱིད་ཁྲི་གོང་འོག་བར་གསུམ་ལས་སྐྱིད་ཁྲི་བར་མའི་སྟོད་ཀྱི་ཆ། དུ་ལྷའི་ཆར་མཆོ་
སྟོན་ཞིང་ཆོན་ནང་ཆོན་ཇོང་སྟོན་པ་ཞང་རེ་སྐྱ་དུ་ཆོན་གྱི་ལྷེ་བ། ཨ་མཆོ་བྱེས་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་ས་ན་དེང་སང་ཡུལ་མི་



དག་གིས་བྱང་མགོ་ཞེས་འབོད་ས་དེ་རེད། བྱང་མགོ་ཟེར་དོན་ཡང་བྲག་འབུལ་སྟོ་རོས་ནས་གཡང་ཉ་ཅང་གཟར་ཞིང་
རྩ་བ་སྟེ་ཆུའི་འབབ་རྒྱུད་དུ་བྱུག་པའི་ཐོག་ཏུ། བྱང་རལ་གཞི་རྒྱ་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་ཁེབས་ཡོད་པས་མིང་
དེ་སྐད་དུ་འབོད་པར་མངོན། བྱང་མགོ་འུ་གཞི་ནས་རྒྱ་ལམ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་རྒྱ་ལམ་གྱི་གོང་དུ་ཡང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་མཁར་
ཤུལ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་ཞེས་འབོད་སྟོན་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་སྟོན་དུས་སུ་ཡར་མར་གྱི་མཁར་ཤུལ་
ཆོང་མ་དགོན་པ་གཅིག་ཡིན་པར་མངོན། རྒྱུང་གང་དགོན་པ་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོ་སྤྲུལ་ཕྱག་འདེབས་གནང་བ་ཡིན་པ་

སོགས་བཤད་ཤེས་པ་བཀའ་ན་ཡང་། དུས་ནས་ཞིག་གི་ཆོ་དགོན་པ་འདི་སྟོང་ཞིང་ཞིག་རལ་དུ་སོང་བ་ཡིན་སྟེ་ན། འདི་
ལ་ང་ཚོ་འདི་རྒྱ་རབས་དག་ལ་ངག་རྒྱུན་གཏམ་རྒྱུ་དེ་གི་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་། བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་གཅིན་སྒྲིང་གི་ཡུལ་
ལུང་། ཞེས་ཟེར་ཞིང་དེ་ལ་མགའ་རེས་འགྲེལ་བཤད་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དེ། བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་དང་དེ་དང་མི་རིང་
ས་ན་དུ་ཡང་དངོས་སུ་ཡོད་བཞིན་པའི་རེ་སྒོ་དགོན་པ་གཉིས་མ་འགྲིག་པར། བཅུ་ཆུན་གཅིག་གིས་གཅིག་གནས་ནས་
དབྱུང་བར་ཚུམ་པ་ན། རེ་སྒོ་དགོན་པའི་གྲུ་པ་འགའ་རེས་གཅིན་སྒྲིང་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱི་བ་ཞིག་གཏུག་ཅིང་དེ་ཕུས་སྒྲིང་ནས་
དགོན་གསེང་དུ་དོར་བས། དེ་རྒྱུང་གང་དགོན་པའི་གྲུ་པ་འགའ་རེས་མཐོང་ནས་ཞིབ་དུ་མ་བརྟག་པར་སྒྲིང་བྱ་སྟོན་མེད་
ཞིག་དགོན་གསེང་དུ་གཡོ་འགུལ་གིག་གིས་འགྲོ་བ་འདི་ཐམ་ལྟ་ཡིན་ཟེར་ནས། ཡུལ་ཕྱོགས་གཞན་དུ་བྱོས་བྱོལ་
དུ་སོང་བ་ལས་ངག་རྒྱུན་གཏམ་རྒྱུ་འདི་བྱུང་བར་བཤད་མོད། འོན་ཀྱང་དུ་ལྟ་འི་མཁར་ཤུལ་ལ་ལྟ་དུས་བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་
པ་སྟོང་ནས་མི་ལོ་སུམ་བརྒྱ་ལྟ་ག་ཙམ་སོང་ཡོད་ཆོད་ལ། སྟོང་རྒྱུན་ཡང་སྒོ་བྱར་བའི་འགའ་ལྟོན་ཞིག་ལ་རྟེན་ནས་བྱུང་བ་



ལྟ་བུའི་རྗེས་ཤུལ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པས། གོང་གི་བོན་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་གཅིན་སྒྲིང་གི་ཡུལ་ལུང་། ཞེས་པའི་ངག་རྒྱུན་
གཏམ་རྒྱུ་འདི་རྒྱུང་གང་དགོན་པ་སྟོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་སྟོན་པའི་སྟོན་ཆོག་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། གོང་ཁུས་ཀྱི་འགྲེལ་
བཤད་བསྟོན་ཚུལ་དེ་ནི་སྟོན་ཆོག་གི་མཚོན་དོན་དངོས་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པ་འཕུང་ཆེད་ཆར་དུས་སུ། འཚར་གཏམ་བཤད་
རྒྱུར་དགའ་བའི་ཕྱིས་ཀྱི་མི་མགའ་རེས་སྟོན་ཆོག་ནང་གི་གཅིན་སྒྲིང་ཞེས་པ་དེ་སྒྲིང་ཐོག་པར་བཟུང་ནས། འོ་ལ་ཆོད་ཀྱིས་
གཏམ་རྒྱུ་དེ་ལ་འགྲེལ་བཤད་དེ་འདྲ་ཞིག་བཤད་པ་དེ་འཚར་གཏམ་ཞིག་དུ་མཐོང་ནས་གཅིག་གི་རྗེས་སྒྲོས་གཅིག་གིས་
བྱས་ནས་དུ་ལྟ་འི་བར་སྟོན་ཆོག་དེ་ཡང་མ་བཞེད་པར་གནས་པར་མ་རོན། སྟོན་ཆོག་དེའི་ནང་དོན་དངོས་ནི་སྒྱུ་ལོ་དུས་རབ་

བཅུ་དྲུག་པའི་ནང་། གཙང་པ་སྡེ་སྲིད་པ་སྤྱོད་ཆོག་སྐྱེ་ཆུང་གིས་བོད་ཡོངས་ལ་དབང་སྐྱུར་བའི་མགོ་ཚུགས་པའི་དུས།
སྤྱི་ལོ་༡༦༡༠ཙམ་ན་གཙང་པ་སྡེ་སྲིད་དང་དབུས་ཀྱི་སྡེ་པ་སྦྱིད་ཤོད་བར་ཟེང་འབྲུག་བྱུང་བ་ནས་མེས་བཞེན་རྒྱ་ཆེ་ཆེ་ལ་ཕྱིན་
ནས། མཐར་གཙང་པ་དང་དབུས་པའི་འཐབ་བརྩོད་དེ་གཙང་པའི་མཆོད་གནས་ཀྱི་ཕྱོད་ལྷ་དམར་ནག་དབུས་པའི་ཀྱུ་ལེ་
སྐར་ཆེན་དང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཀྱུ་ལེ་ལ་རྒྱ་དང་པོ་དང་། དབུས་ཀྱི་སྡེ་པ་སྦྱིད་ཤོད་པའི་མཆོད་གནས་རྒྱ་ལ་པཌ་གཉིས་
དབུས་ཀྱི་སེ་འབྲས་དགེ་གསུམ་དང་དེའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པའི་བར་གྱི་འཐབ་འབྲུག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་ཅིང་།
དེས་དབང་གིས་འདི་ལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བཀའ་དགའི་ཆོས་ལུགས་བྲུབ་མཐས་སྤྲང་བའི་འཐབ་འབྲུག་ཞིག་ལ་ངོས་
འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་དོན་དངོས་ཀྱི་བྱུང་བ་དེ་འབྲེལ་སྤྲོད་པའི་སྤྱོད་ཆོག་འཛོག་ཆོག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རྩོག་
འཛིན་ཉེ་ཆེད་དེ། གོང་ཞུས་བཞིན་གཙང་དབུས་སྡེ་པ་གཉིས་ཀྱིས་མངའ་ཐང་འཕྲོག་བརྩོད་ཀྱིས་སྤངས་ནས་བྱིང་འབྲུག་
ཆེན་པོར་བྱུང་པ་ན། རང་ཅུས་ཀྱི་མི་སྣ་གསུམ་པའི་ཆོན་གཙང་པས་ཀྱུ་ལེ་ལྷ་དམར་ནག་ལ་དད་གུས་ཆེ་མདོག་གིས་མཆོད་
འབུལ་དང་བཀའ་རྒྱ་སྤྲོད་ཞུས་ནས། རང་གི་སྐྱབས་ཡུལ་དང་རྒྱབ་ཅ་རུ་ཐབས་བརྒྱ་ལྟར་སྤྲོད་གིས་ཁྲིད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྡེ་པ་
སྦྱིད་ཤོད་པས་ཀྱང་རྒྱ་ལ་པཌ་གཉིས་ལ་དད་གུས་ཆེ་མདོག་གིས་མཆོད་འབུལ་དང་བཀའ་རྒྱ་སྤྲོད་ཞུས་ནས། རང་གི་སྐྱབས་
ཡུལ་དང་རྒྱབ་ཅ་རུ་ཐབས་བརྒྱ་ལྟར་སྤྲོད་གིས་ཁྲིད་ནས་མཐར་གཞི་རྒྱ་ཉེ་ཆེད་པའི་བཀའ་དགའི་བར་གྱི་འབྲུག་བརྩོད་
ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར། སྤྱི་ལོ་༡༦༡༤ལོར་གཙང་དམག་དང་དབུས་དམག་དེ་བཞིན་དབུས་དམག་གི་རྒྱབ་གནོན་སྐྱོད་དམག་
བཅས་འཐབ་འབྲུག་བྲག་པོ་བྱུང་ནས་སྡེ་པ་སྦྱིད་ཤོད་པ་ཕམ་ཞིང་། གཙང་པས་དངོས་སུ་བོད་ཡོངས་ལ་དབང་སྐྱུར་ཞིང་སེ་
འབྲས་དགའ་གསུམ་སྐྱོད་ལ་མི་འཆོམ་པ་མང་པོ་གཞོས། སྤྱི་ལོ་༡༦༢༥ལོར་ཀྱུ་ལེ་བཙན་སྦྱོང་དབང་པོས་སྲིད་གཞུང་
ཞིང་། སྐབས་དེར་མཆོ་སྤྱོད་ཕྱོགས་སུ་སྐྱོད་པོ་ཆོག་ཐུས་དབང་སྐྱུར་བཞིན་ཡོད་ལ། མདོ་སྤྱོད་དུ་བེ་རི་དོན་ཡོད་དེ་རྩིས་
དབང་སྐྱུར་བཞིན་ཡོད་པས་དེ་གསུམ་གནའ་འབྲེལ་གྱི་གྲོགས་པོ་བྱེད་རྒྱུ་འགས་གྲོས་ཡོད་པར་གྲགས། གང་ལྟར་ཨ་
མདོ་དགོན་ལུང་གི་དགའ་རུ་ལོ་ལྷ་སྐྱོད་དབུས་སུ་འབྱོར་ཞིང་། སྡེ་པ་སྦྱིད་ཤོད་པ་དང་ཕྱག་མཛོད་བསོད་ནམ་ཆོས་འཕེལ་
སྐྱོད་པ་གྲོས་ནས་སྐྱོད་པོ་ཆེད་གེ་ལ་རྒྱབ་གཉེར་འཛོལ་དུ་ཕྱིན་པས། གུ་ཕྱི་ཉན་བཙན་འཛིན་གྱིས་ང་འགོ་ཁས་ལེན་
བྱས་ནས། ཐོག་མར་ཆོག་ཐུབ་པའི་ཨ་མདོ་འཕྲིན་ལྷན་གྱི་བོད་སྐད་ལ་དབང་སྐྱུར་ཏེ། སྤྱི་ལོ་༡༦༤༠ལོར་གུ་ཕྱི་ཉན་
གྱིས་སྐད་པོ་དང་ཨ་མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་བོད་དམག་བཅས་བེ་རུ་ཐོག་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། བེ་རུ་དོན་ཡོད་དེ་རྩིས་མདོར་གཙོན་
དུ་བཅུག་མདོ་ཁམས་ཆོང་མ་ལ་དབང་སྐྱུར། ཞར་དང་ཞོར་དུ་མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱ་དང་པོ་དགོན་པ་དག་ལ་ཡང་

[illegible]

འབབ་པའི་ཆུ་སྐྱེ་ཡང་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤྱག་པའི་རྩབ་ངོས་ཀྱི་བྲག་གཡང་མཐོ་པོ་དང་སངས་མཆོ་རྒྱལ་སྐྱབ་སྤྱག་ཏུ་
འབོད་པའི་སྤྱག་པའི་སྒྲོང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྲག་དཀྱིལ་ནས་ཕྱིར་སྐར་ཁུང་དོད་པ་དེར་ཡང་ཕྱིན་སྲིད། དེ་ལྟར་སྤྱུ་འཕུད་ནས་ཕྱོགས་
སོ་སོར་ཕྱིན་པ་ན་སྤྱག་དཀྱིལ་ཅིང་ཡིན་ཆོད་ལ་རྒྱན་གཤེར་མེད་ས་ཞིག་ན། གཞོ་རྩལ་སྤུ་སོན་པས་གཞོས་པའི་ཤོག་
ནག་གི་ཐོག་ཏུ་གསེར་དངུལ་གྱིས་བྱིས་པའི་བོན་པོའི་གསུང་རབ་པོན་ཏུ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། དེ་དང་འབབ་འབྲེལ་
བའི་ས་ན་བྲག་ཐེམས་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་སྐྱེ་སྤང་གི་ཆ་ཤས་མགའ་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། ང་ཡི་པ་དང་ཨ་ཁུ་སོགས་ཀྱིས་ང་
དགུ་ལོའི་སྤྱི་དུ་སྤྱག་པ་འདིར་ས་ཨ་ཆ་ར་ཟེར་ནས་ཐང་ག་དང་གྲུང་རིས་ཀྱི་འབྲི་གཞི་གཞོ་བར་མཁོ་བའི་ས་དམིགས་
གསལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ལེན་དུ་འགྲོ་སྐབས་འདིར་མཐོང་རྒྱུ་བཤད་དུས་ཤོག་ནག་ལ་གསེར་དངུལ་གྱིས་བྱིས་པའི་བོན་
ཆོས་པོད་བརྒྱ་སྤྱག་ཁ་ཤས་ཡོད་ཆོད་ལ། པོད་རེ་རེ་བཞིན་སློག་ཤིང་དང་སློག་ཐག་ཆ་འགྲིག་ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་ལེགས་པ་འདུག་
ཟེར། ཁོ་ཆོས་ཁ་ཕྱེན་ས་ལྟ་བུའི་ཆོ་ནང་དོན་བོན་པོའི་གསུང་རབ་ཡིན་པ་དང་རྒྱན་རབ་དག་གིས་ཁུར་ན་མི་འོས་པ་སྤྱི་
ཆོགས་འབྱུང་རབ་ཟེར་བས། སྤྱས་ཀྱང་གསུང་རབ་དག་མི་ཁུར་ན་ཡང་རྒྱུ་འདོད་ཆེ་བ་འགའ་རེས་སློག་ཤིང་དང་སློག་
ཐག་དག་ཁུར་ནས་འགྲོ་སྐད་བཤད་རྒྱུ་འདུག བྲག་ཐེམ་ཐོག་ཏུ་ཡང་སྐྱེ་གཏུང་རིལ་པོ་མ་འཐོར་བར་བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ག་
ཅིང་གཡལ་སྒྲིག་ནས་ཡོད་པ་ལ། བཤད་སྒོལ་ལ་དེ་དག་ནི་བྱང་སྒོང་གི་སྐྱེ་སྤང་ཡིན་པས་ད་དུང་ཤི་མེད་ལ་རྒྱུར་སྤང་ན་ཁ་
གྲགས་ཡོང་རབ་སོགས་བཤད་ཟེར། ཕྱིས་སྤྱི་ལོ་གསེར་སྐབས་སྒྲེ་དམག་དག་གིས་སྐྱེ་སྤང་གི་ནང་དུ་བོད་མདར་འཁོ་
བའི་བྱིས་ཆ་ཟེར་བའི་རྒྱས་ཡོད་རབས་བཤད་ནས། སྐྱེ་སྤང་དག་ཕྱིད་ཉལ་དུ་གཏང་བ་དང་གསེར་བྱིས་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་
མེར་སློག་ན་ཤུལ་དུ་གསེར་ཞུན་མ་ལེན་དུ་ཡོད་ཟེར་ནས་པར་ཆེར་མེར་སློག་སོང་བ་རེད་ཟེར་སྒོལ་འདུག ཕྱིས་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་
དགོན་པའི་སྤྱི་སྐྱབ་བསྐྱབ་བསྐྱབ་ཀྱི་གཙོས་པས་ཤོག་ནག་གསེར་བྱིས་ཀྱི་གསུང་རབ་མེ་ལ་སློག་འཕྲོ་དག་བསྐྱུ་ཉར་མཛོད་
སྐབས། ལུགས་སྐྱེ་ཁ་ཤས་གང་བ་འདུག་ལ་ཆོས་ཆོན་མི་འབྲ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡང་ཤེས་ཀྱས་མ་ཟད། མི་འབྲ་
བའི་ཀ་དུམ་པ་ཡང་བཅུ་ཅིང་ཡོད་པ་དཔག་ཐུབ་འདུག་པས་སྤྱི་ན་ཉལ་ས་པའི་སྐབས་གསེར་དངུལ་གྱིས་བྱིས་པའི་གསུང་
རབ་རི་ཅིང་ཀྱི་པོན་ཆོན་ཡོད་པ་འདྲ་ཤེས་ཀྱས། ད་དུང་བན་དེའི་བརྒྱུད་སྒྲོང་པ་དང་མཆོན་བརྗོད་ཀྱི་ཤོག་སྒྲེ་ཁ་ཤས་ཡང་
འཇལ་རྒྱུ་འདུག དེ་ཡི་གསེར་དུ་ཤོག་སེར་ཐོག་ཏུ་འབྲུ་ཆོའི་ཡིག་གཟུགས་ཀྱིས་བྱིས་པའི་མོ་འགྲུག་དང་སྤྱན་ཆིངས་སྒྲོག་
སྐྱར་ལྟ་བུ་ཡང་འདུག ཤོག་ནག་གི་སྒྲོས་ཆོད་དང་གསེར་དངུལ་གྱི་བྱིས་པའི་ཡིག་གཟུགས་ཏུ་ཅང་བཟང་ཞིང་མཛོས་པ་དང་།
བརྗོད་བྱེད་བརྗོད་དག་གི་སོགས་ནས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཉལ་ས་དག་གསུམ་དང་མཐུན་པ་མ་ཟད་བརྗོད་ཆོད་འདི་རེད་སྤྱི་ལོ་

ཆེ་མི་འདུག དེ་རྟེན་རིག་དངོས་ཙུ་ཆེན་འདི་དག་དང་དེ་དང་ལྷན་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ཕུང་འདི་དག་གིས་བོན་རྒྱུ་གང་དགོན་
པ་ཇི་ལྟར་ཡུལ་བྱུང་པའི་ཚུལ། གོང་ཞུས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དཔང་རྟགས་ཀྱང་འདི་དག་
ཡིན། ཨོ་རྒྱུན་སྐྱབ་ཕུག་ནང་གི་བོན་གྱི་གསུང་རབ་འདི་སྟོན་བོན་རྒྱུ་གང་དགོན་པའི་རྟེན་གསུམ་གསུམ་ཡིན་པ་སྟོས་མི་
དགོས་ལ། གསུང་རབ་ཀྱི་འཁྲིམ་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཕུང་དག་ཀྱང་གསུང་རབ་དག་གི་བདག་པོའི་སྐྱེ་ཕུང་ཡིན་པ་དེ་བས་
ཀྱང་སྟོས་མི་དགོས་པས་ན། དེས་ན་བོན་རྒྱུ་གང་དགོན་པའི་དགོན་བདག་སྐྱ་གྲ་དག་སྟོ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་རྒྱུན་ཇི་ཞིག་གི་
ཡུལ་བྱུང་པ་ཤེས་ཀྱིས། དེ་ཡང་ཡང་དང་སྟོང་རྩེ་སྐྱེ་ཙམ་མེད་པའི་དྲག་པོའི་དམག་དཔུང་ཞིག་གིས་གནས་འདི་རྟོག་པ་
བཅུག་ཆོ། ཉ་ཅང་ཐེག་དག་འཁྱིལ་པོན་ཡང་ཆེ་ལ་རིན་ཐང་ཡང་མཐོ་བའི་གསེར་དཔུལ་གྱིས་བྲིས་པའི་གསུང་རབ་དག་
དང་། བོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོ་མཐའ་ལ་འཁྱོལ་ཉེ་བ་བྲོས་བྱོལ་དུ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་ཆེ་མེད་པ་འག་འཕྲེང་བཅས། ཤིན་ཏུ་རྒྱ་འབྲུལ་
ཉུང་ཞིང་བཙན་པའི་སྐྱབ་ཕུག་ཏུ་བསྐྱལ་ནས། གཞན་རྣམ་ཡུལ་ཕྱོགས་གཞན་དུ་བྲོས་བྱོལ་དུ་ཕྱིན་ནས་དགོན་པ་འདི་སྟོ་
བྱུང་དུ་སྟོང་ཞིང་ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཤུལ་དུ་གོང་ཞུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བོན་རྒྱུ་གང་དགོན་པ་གཅིན་ལྷང་གི་ཡུལ་བྱུང་
ཟེར་བའི་དག་རྒྱུན་འདི་ཙམ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་སྣང་གྱུར། ॥

ལྷ་བ།

[illegible]

ལྷན་ལས་ཆེ་ཆུང་ཆད་ནི་ལུག་ཙམ་ལ། རྟེན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱད། རྟེན་པ་རྣམས་ཆེ་ཆུང་ཆད་ནི་ལུག་ཙམ་ལ། ལྷན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱད། རྟེན་པ་རྣམས་ཆེ་ཆུང་ཆད་ནི་ལུག་ཙམ་ལ།
 མཆོང་ཞིང་འགོ་བར་བྱེད་ཞེས་གསུང་བ་ལྟར་རོ། མ་གཞི་ལུས་ཀྱི་གཟུགས་སྟོབས་ཆེ་བ་ཞིག་མིན་ཅུང་མཆོང་ཙམ་ཆེ་བ་
 དང་སྤྱང་སྤྱང་ལྟར་པའི་རི་དྲགས་ཞིག་ཡིན་པས། ལྷན་པར་མི་ཡིས་འཛིན་བཟུང་བྱེད་པར་དཀའ་བར་མ་ཟད་མཐོང་ལས་
 དུ་མཛོལ་པར་ཡང་དཀོན། རིགས་ལྷན་སྦྲེལ་ཤིང་གི་གངས་ཚད་མི་མང་ལ་ཛིན་པ་དང་གཙན་གཟན་སྤྲུག་སོགས་ཀྱི་འཆོ་བ་
 མང་བས། དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་ན་ཆེས་དཀོན་པའི་རི་སྦྲེས་སྤྱང་སྦྲེས་ཀྱི་གཤམ་དུ་ཆུང་ཡོད། ཅུ་ཆེའི་རི་དྲགས་སུ་འཛོག་
 པ་ཉ་ཅང་དཀོན་པའི་རིགས་ཡིན་པ་ཙམ་གྱིས་མིན་པར་དེ་དུ་འཛོག་བྱེད་གཙོ་བོ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། སོ་སྤྲུལ་གི་སྟེ་
 ལུག་དུ་ཡོད་པའི་སྤྲུལ་ཅི་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཁ་དཔེ་དུ། སྤྲུལ་ཅི་དེ་ཞིས་སྤྲུལ་ལ་ཐེ། ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཉ་ཅང་གཤམ་ཆེ་ལ་
 རིན་ཐང་མཐོང་བའི་ཅུ་ཆེའི་སྤྲུལ་རྒྱུ་གི་སྟེ། དེ་མེད་ཤེས་ཐོང་ལས། ཅུ་རིམ་རྟོག་གཅིག་དུ་འདི་ལ་བ་བཟང་མཆོག་ཡིན།
 ཅུ་འབྲུམ་རིམ་བུ་མང་བ་འབྲིང་། ཅུ་འབྲུམ་ཡང་སྤྲུལ་མཁའ་གསལ་ཅན་གྱི་ལ་ན་གཅི་སྤྲུལ་འོད་ཆགས་པ་བཟང་། ཅུ་ཉོལ་བྱེ་མ་
 དན་པའི་ཞེས་གསུང་བ་ལྟར་རབ་འབྲིང་ཐམས་པའི་དབྱེ་བ་མང་ཡང་། ཀུན་ཀྱང་རོ་ཁ་བ་དང་དེ་མ་ཞིས་པར་མཆུངས་ལ། ལུ་
 རྒྱུ་བསེལ། ལུས་པ་དུག་རིགས་སྦྱི་དང་སྦྱིན་རིགས་ཀུན་ལ་ཕན། ལུད་པར་སྤྲུལ་དུག་སོགས་ལ་བསྐྱུགས་ཤོན་སྤྲོད་
 ཀྱི་ཆད་རིགས། གཉན་རིམ། ཁོང་འབྲས་སོགས་འཛོམས་པར་བྱེད། ལྷན་དུ་སྤྲུལ་གནས་གང་དང་གང་དུ་གནས་སྤྲོད་བྱེད་
 པའི་འཁོར་ལུག་དེར་ནད་ཡམས་སྤྲོད་འགོ་གསེས་ཀྱི་དགེ་མཆོད་ཆེ་བ་སོགས་ཞིབ་དུ་ཤེས་པར་འདོད་ན་སྤྲུལ་པའི་དགེ་དང་
 སྤྲུལ་གཞུང་དགེ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། སྤྲུལ་གཞུང་ཙམ་མ་ཟད་རི་དྲགས་འདིས་སྤྱང་དང་གཏམ་དཔེ་གཙོས། ལྷན་དུ་གྱེད་ཀྱི་
 རིགས་གཞུང་མང་པའི་ནད་དུ་འདྲེན་གཞིའི་གོ་ས་དེས་ཅན་ཞིག་བཟུང་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ས་སྤྲིང་འཁོར་ལོ་བཅུ་
 པའི་མདོ་ལས། དཔེར་ན་ལུ་མཆོག་གས། སྤྲུལ་ལྟ་བུ་གི་སྤྲུལ་པར་ཤེས་པ་དང་བྲལ་ནས་བྱོལ་སོང་གི་ནད་ན་རོ་ཡིན་
 མོད་ཀྱི། ལུ་མཆོག་ལ་གི་ཐང་ཡོད་པ་དང་། སྤྲུལ་ལ་སྤྲུལ་ཅི་ཡོད་པས་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་དཔག་དུ་མེད་པར་ཕན་པ་
 དང་བདེ་བའི་དོན་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་ཉམས་པའི་དགེ་སྤྲོད་དེ་ཡང་དཔེ་བསྟན་པའི་འདུལ་བ་ལས་མི་
 རོ་ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་མོད་ཀྱི། རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་། ཆུ་ལ་ཁྲིམས་དང་། ཡོན་ཏན་ལྟ་གཤམ་པའི་མཐུས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་
 པ་དང་དཔག་དུ་མེད་པ་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་དོན་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ། ཞེས་དགེ་སྤྲོད་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་ཉམས་པར་གྱུར་ཡང་
 ཡོན་ཏན་གྱི་ལྟ་གཤམ་ལུས་པས་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་དོན་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་དཔེ་དུ་བཀོད་པ་དང་མིང་དུ་བྲགས་པའི་སྤྲུལ་
 དག་གི་བསྟན་བཅོས་རན་ཆའི་རྟོགས་བརྟུན་ལས། མཆོག་རྣམས་སྤྲོད་གསུམས། མི་བྱེད་བྱུག་ལྷན་བཅིང་པ་ནི། ཁྲི་

བཟང་ལྟེ་བ་ཅན་གྱི་ནི། །ལ་ཡི་ཕུག་པར་གནས་འོས་ཞེས། །གྲོང་གི་བུ་མེད་ཚོགས་རྣམས་སྒྲོགས། །ཞེས་སྒྲུ་བྱེད་དཔུང་
ཚོགས་ལ་འགྲན་མི་རྣམས་པའི་སྒྲིན་པོ་འདི་དག་ལ་མཆེ་བ་རྣམས་འདི་དང་པོ་དང་ལྟན་ཡང་། བ་རོལ་འཛོམས་ལ་ཕན་པ་བྲལ་བས་
དེ་དག་སྒྲུ་བའི་ལ་རུ་སྒྲུ་བར་འོས་པོ་ཞེས་ཟུར་ཟུའི་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་དང་། ཡང་ས་པའ་ལེགས་བཤད་ལས། ལེགས་བཤད་
བྱིས་པ་དག་ལས་ཀྱང་། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན། །དྲི་ཞེས་བྱུང་ན་རིད་གས་གྱི། །ལྟེ་བ་ལས་ཀྱང་སྒྲུ་བྱེད་
ལེན། །ཞེས་མཁས་པ་དག་གིས་སྒྲུ་བ་པོ་བཟང་རན་གང་ཡིན་ལ་མི་ལྟོས་པར་ལེགས་བཤད་བྱུང་ན་ཡིད་གྱིས་འཛིན་པ་ལས་
ལེན་པའི་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་དང་། ལེད་འཛོག་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་། ཨ་ཐེ་ཐེ་ཡི་ཐེ་དགུ་ཡོད། །ཐེ་དགུ་མ་ཤེས་སྒྲེ་དགུ་
སྒྲོད། །ཅེས་དྲིས་པའི་ལན། སྒྲུ་བ་རོག་པོ་བྲག་ལ་ཐེ། །རྣ་བ་སྒྲུག་ཆུང་བེལ་ལ་ཐེ། །ནིས་ཉེ་ལྷུ་མ་ཆུང་ལྷུགས་ལ་ཐེ། །
སྒྲུ་བྱེད་བཟང་རུག་སྒྲན་ལ་ཐེ། །སྒྲུ་ཁག་དམར་མོ་མཆར་ལ་ཐེ། །སྒྲུ་བྱེད་དམར་ཡག་སྒྲག་ལ་ཐེ། །སྒྲུ་སྒྲོད་ཁོ་བོ་གཟིག་ལ་ཐེ། །
སྒྲུ་བྱེད་གཡང་དཀར་ལུག་ལ་ཐེ། །སྒྲུ་ཤུན་རྒྱལ་མོ་འདི་དར་ལ་ཐེ། །ཞེས་ལན་འདེབས་སྒོ་ལ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སྒྲུ་ཤུག་འགྲེད་
སྐབས། བྱོད་སྒྲུ་བ་ལྷིང་ལྷིང་མ་བྱེད་དང་། །ཚི་བཟང་རུག་ཨེ་གདའ་ཤེས་གྱི་ཡོད། །ཞེས་དང་། སྒྲིང་སྒྲུང་ལས་ཀྱང་ཇོ་རུ་
དང་འབྲུག་མོ་སྒྲུ་བ་གསུམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་པ་དང་སྒྲུ་ཡི་སྐབས་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་སོགས་ཉ་ཅང་མང་ཡང་འདི་རུ་ཟུར་
ཅམ་དཔེ་མཆོན་དུ་བཀོད་པ་ནི་དེ་ཅམ་མོ།

ཞེས་རེ་སྒྲུ་བ་དེ་དོན་ལྟན་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱེད་པོ་ལྟོག་ཅམ་དང་། ཕ་ཆེའི་སྒོག་ཆགས་གི་རིན་ཐང་ཤེས་ཏེ་སྒྲུང་སྒྲོབས་བྱེད་
པ་ནི་རང་གཞན་ཆར་མའི་འོས་འགན་ཡིན་པར་མཆོན་བྱིང་ཁམས་ལྟ་སྒྲས་སུ་འབོད་པས་བྱིས།

དཔལ་ལྷན་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྟུས་སྟེང་བ་མེས་པོའི་གནའ་

གཏམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



གདོད་ནས་དག་པའི་འོད་གསལ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ། །

ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་ལོངས་སྟོན་རྫོགས་པའི་སྐུ། །

གང་ལ་གང་འདུལ་སྣ་ཆོགས་སྤུལ་པའི་སྐུ། །

སྐུ་གསུམ་རྫོགས་པ་ཤུག་བྱབ་པར་འདུད། །

ཞེས་སྟོན་པ་བྱགས་རྩེ་ཅན་ལ་བསྟོད་ཆོག་གི་མེ་ཏོག་གཏོར་ཏེ་འདིར་དཔལ་ལྷན་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་ལོ་
རྒྱུས་རགས་བསྟུས་ཤིག་སྟེང་བར་སྟོ།

༡༧ རེ་སྒྲིལ་དགོན་ཞེས་མཚན་ཐོགས་ཚུལ།

དེའང་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱིར་བཏང་སྒྲ་མའི་མཚན་ལས་ཐོགས་པར་བཤད་པ་མཐུན་ཡང་སྒྲ་མའི་མཚན་
ན་དེར་བཤད་སྟོལ་གཉིས་ཡོད། དེའང་དང་པོར་དགོན་པ་ལྷག་འདེབས་པ་པོ་དེ་འབའ་འོང་གི་སྟོམ་ཆེན་རས་པ་སྒྲ་

མ་ཞེས་པ་ཡིན་པ་ལ་ཕྱིས་ཡུལ་སྐད་ཀྱིས་རེ་སྒོ་སྒྲ་མར་སྒྲ་བྱུར་ཆགས་སོང་བ་རེད་ཟེར། ཡང་གཅིག་བཤད་དུས་
སྒོ་མའི་མེས་པོ་ཚོས་རེ་བའམ་ཐགས་ཀྱི་བཟོ་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆུ་ལ་བཟ་པ་བཅུགས་པ་སོགས་རང་གཞན་གྱི་



དོན་བྱེད་པས་དེའི་ཁྱིམ་བརྒྱད་ཀྱི་མིང་ལ་རེ་བ་ཚང་ཞེས་གྲགས་ཤིང་། དེའང་ཕྱིས་རེ་སྒོ་ལ་སྒྲ་བྱུར་ཆགས་པས་སྒོ་
མའི་མཚན་ལ་འང་རེ་སྒོ་སྒྲ་མ་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་རྩི་ཆེ་ཞུ་བ་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག གང་ལྟར་ད་ལྟ་ནི་དགོན་པ་ཅས་
དུ་མ་བཅད་ཡུལ་སྒྲེ་ལ་འང་རེ་སྒོ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད། རེད་དེ་མཚན་དངོས་ནི་(རབ་ལྷག་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ་སྒྲིང་།)
ཡིན་པར་སྒྲུང་ཡང་། རེ་སྒོ་བསམ་འཕེལ་ནོར་བུ² སྒྲིང་ཞེས་བྲིས་པ་འང་ཡོད་ལ། མཚན་འདི་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་
པས་བསྐུལ་བའི་བཤད་སློལ་ཡོད་ཀྱང་། གདོད་ནས་ད་བར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་རེ་སྒོ་དགོན་ཞེས་འབོད་ཀྱིན་ཡོད་
པས་མཚན་དངོས་དེ་ཤེས་མཁན་ཉུང་ཉུང་ཡིན།

༢༥ གང་གིས་ཇི་ལྟར་བྱས་བྱུང་བ་ལྟར་ཆུ་ལ།

དགོན་པ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱས་བྱུང་བ་ལྟར་པའི་ཆུ་ལ་ནི། འགྲོ་མགོན་ཆོས་འཕགས་ཀྱི་ཞབས་ལ་རེག་པའི་རེ་སྒོ་སྒྲ་མ་
ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་རྩི་ཆེ་ཞུ་བ་རབས་༡༣པ་ཅས་ལ་བྱས་བྱུང་བའི་འཕགས་པས་རྟེན་མགོན་པའི་སྐུ་དང་། དགོས་

¹ འཇམ་མགོན་ཐོག་གཉེན་དབང་པོ་དང་ཨོ་རྒྱན་འཇིག་མེད་མི་འབྱུང་བསམ་གཏན་སྒྲིང་པ་རྣམས་གཉིས་ཀྱི་གཞི་བདག་བསང་ཡིག་མཛད་བྱང་ལ་རབ་ལྷག་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ་

སྒྲིང་དུ་བྲིས་ཞེས་འབོད་འདུག་ལ། མཚན་འདི་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པས་བསྐུལ་བསམ་ཤིག་ཀྱང་བཤད་སློལ་ཡོད།

མཁོ་སྒྲིག་ལྷ། སྒྲིག་པོར། དགོན་པའི་བཅའ་ཡིག་ཐམས་གེ²བཅས་གནང་བར་གྲགས། དེའང་ཁམས་སྒྲ་ཆུང་ཆུང་
ལག་ཕྱི་ཆུང་སྒྲ་ཆུང་དུ་སྒྲིག་ཅི་ཞེས་བྱ་བར།

སྒྲ་མ་རྟོགས་ལྡན་གསུམ་བཞུགས་པའི་དགོན་པ་ཞིག་གི་ཆགས་ལྷན་³ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་ཆ་ལོ་འམ་ཆ་ལོ་འོ་སྒྲིབ་
བཞུགས་ཅིག་གི་གདན་ས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་མོད། ལ་ལས་འབའ་རོང་གི་རི་བོ་⁴ཅིག་ཡིན་པའི་བཤད་ཅིང་། ལ་
ལས་ནི་རེ་རྟོགས་གསུམ་ཀ་ཙུང་མདའ་དགོན་པར་གཏོགས་པ་⁵འི་ཆུལ་བཤད་གྱི་ཡོད། གང་ལྟར་གནས་དུས་དེར་
ཆོས་གཞི་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཆོད། འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་ཁམས་ཕྱོགས་ལ་ཕེབས་སྐབས་⁶ འཕགས་
པས་ཀྱང་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པས་⁷ དེར་བཞུགས་ཆོས་མཉམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟེན་ཞིང་ཟབ་ཆོས་རྣམས་ཞུས།

² དུས་འགྲུལ་མ་བྱུང་གོང་དགོན་པའི་ལས་སྒྲེ་བརྗེ་ལེན་བྱེད་དུས་སྒྲིག་ཞུན་ལ་མགོ་སེ་སྒྲིག་པོར་ནང་དུ་སོ་འབྱུང་དགོས་ཞེས་སྒྲིག་ཞུང་སྒྲིག་པོར་ཡོད་པའི་སྒྲིག་གཞེབ་ཅིག་
སྒྲིང་ལེན་བྱེད་པ་བཤད་པར་བས། ཅ་དངོས་དེ་ཆོར་གཅིག་ས་ཆེན་བྱེད་པར་དཔག་ས་ན་དེ་དག་འཕགས་པས་བསྐུལ་བའི་གཏམ་ལ་བདེན་ཁ་ཡོད་སྟེ།

³ གནའ་ལྷལ་དེར་ད་ལྟ་འདྲེ་བ་མགོ། རྟོ་རྟོ་གཏོང་། ཉིས་ཆ་གཙུག་ལེན་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་འཕོད་ཀྱི་ན་མཆོས་སྐད་རེད།

⁴ འདི་འབའ་རོང་པའི་ཆོས་གཞི་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་དུས་རབས་¹ 3 པའི་སྤྱི་ཚུལ་ནས་སྤྱི་རུ་ཆེན་ཆེན་འབའ་རོང་དར་མ་དབང་སྐྱབས་གི་དངོས་སྒྲོབ་ཉི་ཤེ་རས་པར་དཀར་པོ་འཛིན་
ལས་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་དུས་འབའ་རོང་པའི་ཆོས་སྒྲེ་ཉ་ཅང་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་སྐབས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན་ཡང་། དེ་ཡི་སྒོན་དུས་རབས་¹ 3 པའི་སྒོན་ཅམ་ནས་ས་ཆེན་
ཀུན་དགའ་སྤྱིང་པོ་འཛིན་གྱི་མ་ཐུ་པོ་འཛིན་ཁམས་པ་ཆ་ལོ་དབྱུས་ནས་མར་ཕེབས་ནས་དེའི་ཕྱོགས་ན་སྒོ་མ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྒྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དཔང་ལོ་ལ། དེ་ནས་ཐག་
མི་རིང་བའི་ར་ཆ་རྫོང་མགོ་ན་ཆ་ལོ་འཛིན་སྐྱབ་གནས་ཀྱི་ལྷལ་དང་། ས་ཆེན་དང་ཆ་ལོ་འཛིན་ལྷལ་དང་འབྱུང་དངོས་སུ་འཇུག་རྒྱ་ཡོད་པས། འདི་ལས་དཔག་ན་དུས་རབས་བཅུ་
གཉིས་པའི་ནང་ཆ་ལོ་འཛིན་སྐྱབ་ཆེད་སྤྱད་ཅམ་ལ་ཆ་ལོ་འཛིན་རྒྱ་ལོ་འཛིན་ཞིག་གིས་སྒོ་ཉ་ཅེར་ས་དགོན་ཞིག་ལྷག་བཏབ་ཡོད་པ་ཤེས་པས། སྒྲ་མ་གསུམ་ཡང་དང་ཐོག་ནས་
ས་སྐྱུ་ཡིན་པའི་ས་ཞེས་ཆོད་དཔག་བྱེད་མཁན་ཡང་འདྲག་པས་ཐག་ཆོད་པ་ཞུ་དགའ།

⁵ སྒྲ་མ་དེ་གསུམ་ས་ཆེན་གྱི་ཞལ་སྒྲོབ་ཆ་ལོ་ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་དང་སྤྱི་ཚུལ་ཀུན་དགའ་དཔལ་འབྱོར་གང་རུང་ངས་གཉིས་ཀའི་སྒྲོབ་བཞུགས་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་། སྤྱི་ཚུལ་ཀུན་
དགའ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་¹ 760 ལོར་ལྷག་བཏབ་པའི་ཙོང་མདའ་དགོན་པ་དང་འདི་གཉིས་ཆོས་གཞི་གཅིག་ཡིན་མི་རུང་སྟེ། དེའི་སྐབས་སུ་ཙོང་མདའ་དགོན་ནི་གསང་གཞུང་
ཙོང་མདའ་རུ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་འདི་ནི་ལ་འོང་སྒོ་ཉ་ཅེར་ཡོད་པས་སོ་སྟེ། དེས་ན་སྒྲ་མ་གསུམ་དང་ཐོག་ནས་ཙོང་མདའ་དགོན་པར་གཏོགས་པའང་ཡིན་དགའ།

⁶ འཕགས་པ་ཕྱི་ལོ་¹ 927 ལོར་རྒྱ་ནག་ནས་བོད་ལ་ཐེངས་གཉིས་པ་ཕེབས་སྐབས་སུ་ཡིན་པར་སྟེ།

⁷ འདིར་འཕགས་པས་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པའི་དངོས་དཔང་ནི། དགོན་ལྷལ་དེའི་མདུན་ཐད་དུ་དེ་དུས་འཕགས་པས་སྐར་བཏབ་པས་ད་ལྟ་འདྲེ་ཆོས་སྐར་ཉ་ཞེས་འཕོད་ཅིང་ཆོས་

འཕགས་པས་རེ་ལྷ་སྤྲུལ་པ་དང་ཉེས་ཆ་སྤྲུལ་མ། ལྷོ་མ་རེ་སྤྲུལ་གསུམ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་བསེམ་གོན། ལྷུང་པ་བྱིའུ་འོད་
མ། ས་པ་ཏ་གྱི་དབུ་ལྷ་གནང་ནས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་དང་། དེ་རྗེས་རེ་ལྷ་སྤྲུལ་ས་དགོན་པ་ཞིག་ཕྱག་འདེབས་པར་
བཞེད་དེ་དགོན་ས་བཅའ་དུ་ལྷི་ཆུའི་རྒྱུད་ཡར་ཕེབས་པས་མཛོ་ཆུགས་བཅོ་བརྒྱད་ཅུ་མ་ཕྱིན་པ་ན།
ལྷི་ཆུའི་གཡོན་རོས་བྱ་ཤོད་པོའི་གཤོག་གུར་ཕུབ་འདྲིའི་གནས་འདིར་དགོན་ས་བཞིན་ན་བསྟན་འགོར་སྤྲིན་
པའི་ཕྱག་རྗེས་ཤིག་འཛིག་ལྷུང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གཟིགས་ནས་དགོན་པ་འདི་ཕྱག་བཏབ་པའི་བཤད་རྒྱུན་ཡོད་
པ་ལས་ཡིག་ཐོག་གི་ལོ་རྒྱུས་མེད་པས། དགོན་པ་ཐོག་མར་ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་རེ་ལྷ་སྤྲུལ་ཀུན་དགའ་
མི་འགྱུར་རྟོ་རྟེ་ཡིན་པ་ཅུ་ལས། དེས་དགོན་པ་ཆུལ་ཇི་ལྟར་དང་དུས་ནམ་གྱི་ཆོ་ཕྱག་བཏབ་པ་སོགས་
གཏན་ཁེལ་བ་ཞིག་བཤད་དགའ་བར་གྱུར། ཞར་བྱུང་ཉེ་འཁོར་གྱི་སྐབས་གནས་འགའ་ཞི་རོ་སྤོད་ལྷས་ན། དགོན་
པའི་རྒྱབ་རི་གནས་ཆེན་ར་ཆུ་དཀར་འབེལ་གྱི་གཡོན་ཕྱོགས་གྱི་བྲག་རྩེར་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཞག་བདུན་ལ་བཞུགས་
པར་གྲགས་པའི་བྲག་ཕུག་ངོ་མཚན་ཅན་ཨོ་རྒྱུན་སྐབས་ཕྱག་དང་། དེའི་གཡས་གྱི་བྲག་གཡང་ཁར་མཁའ་འགོ་ཡེ་
ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱི་སྐབས་ཕུག་ཁ་རུབ་ལ་བསྟན་པ་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་ཡོད། དེའི་མདུན་གྱི་སྤང་འབྱར་ལྷག་ལུ་
ཤིག་མར་ཁོ་རྩ་དགའ་ཡོན་ཞེས་པའི་བྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཞིག་གི་རི་སྤོད་ཡོད། དེ་བཞིན་དུས་རབས་༡༤ ཅུ་
ལ་ཕེབས་པའི་བྲུབ་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་སངས་རྒྱས་རྗེ་རྟེ་དང་རེ་ལྷ་མཁའ་རབ་བཟོད་པ་ཞེས་པའི་རྣལ་འབྱོར་རི་སྤོད་
པ་གཉིས་གུ་རུ་རི་སྐབས་ཕུག་ཡོད་སའི་རི་འདབས། ཕྱིས་འགག་གི་གཡས་གཡོན་རང་དགའ་ས་ཉིན་ ༨ དང་མཆོད་
རྟེན་སྒྲ། མཁའ་བཟོད་སྤར་, སོགས་དབེན་གནས་གང་སར་སྒོ་མ་སྐབས་གཙོ་བོར་གནང་ཞིང་། ཉ་སྟོང་ཆོས་བརྒྱད་
ལ་སོགས་པའི་དུས་ཆེན་ཁག་ལ་ཡུལ་མི་འདུ་འཛོམས་གྱིས་མ་ཉི་སྤང་ཆར་མ་དབྱངས་སུ་བྱུར་བའི་སྒོ་ནས་སྤང་
གནས་ཆོགས་ནས་གདུལ་བྱ་བསྐྱངས་པའི་སྐབས་གནས་དེ་ཆོ་དུ་ལྟ་མཇལ་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཁོང་རྣམ་གཉིས་དགོངས་

ཁྱི་ཅིག་ས་བའི་ཕྱལ་ཡང་དངོས་སུ་མཇུག་དུ་ཡོད།

[illegible]

ཨ། ཟུར་ཆགས་ནས་དང་སང་ར་ག་དང་ཉིན་ཞེས་འབོད་གྱི་ཡོད།

⁹ མཁུན་རབ་བཟོད་པ་བཞུགས་པའི་ཚོས་གཞི་ཡིན་ཅང་ཕྱི་ས་སུ་མིང་མཁུན་བཟོད་སྐྱང་ཞེས་འཕྲོད།

པ་རྫོགས་རྫོགས་རང་གདངས་ཉིན་དང་མཁུན་བཟོད་སྐར་ཡང་སྒྲོང་པར་ལུས་ལ། ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་བཞེས་
དང་ཕྱག་ལེན་རྣམས་ནི་རེ་སྒོ་དགོན་པས་རྒྱན་བསྐྱེད་ས་ནས་ད་ལྟའི་བར་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིས་པ་ནི་ཞར་བྱུང་ཡིན།

༣༧ གད་དུ་ཆགས་པའི་ས་གནས།

དགོན་པ་འདི་གད་དུ་ཆགས་པའི་ས་གནས་ནི། གདས་རི་དཀར་པོའི་སྒྲོང་བས་བསྐྱར་ཏེ། གདས་ལྷན་ཉི་ཤུ་ཙུ་
གཅིག་ལྟ་རིགས་དགེ་བསྐྱེད་དུ་གནས་པས་ཡུལ་ལ་དབང་བྱེད་ཅིང་རི་མཐོ་བསིལ་ལ་དྲངས་པས་མི་རྒྱུད་རིག་པ་
བཟང་། ཡུལ་ལ་དགེ་བཅུ་ཆོང་བས་ཡོན་ཏན་ཕུམ་སུམ་ཆོག་སྟེ། རྒྱལ་དྲངས་ལ་བསིལ་བས་འདྲུ་བ་རང་བཞིན་
གྱིས་སྦྲོམ་སྟེ། བསིལ་རྩོད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲ་ཆོང་པས་བདུད་ཚིའི་སྦྱར་སྒྲེ་འཛོམས། མི་ཐམས་ཅད་ལེགས་ལམ་ལ་དགའ།
རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཤར་ཕྱོགས་སུ་འབབ། རི་ཐམས་ཅད་ཅེ་བྱག་རི་དང་སྐྱེད་སྤང་། འདབས་ནགས་ཆེན་དང་རྒྱལ་སྤོང་
བརྒྱན་པ། དུས་བཞིའི་རྣམ་འགྱུར་གསལ་ལ། མངའ་ཐང་དང་ལོངས་སྦྱོར་ཆེ་བ། བཟའ་ཤིང་དང་འབྲས་བུ་མང་ཞིང་
ཕུགས་ལུག་ལ་རྩ་གཟན་མོད་པ། རོང་སྒྲེ་དང་འབྲོག་སྒྲེ་འབྲེལ། བཟའ་བཏུང་གི་རྩ་སྒྲུབ་སྒྲུ། ཨར་ཇག་གི་རྒྱ་
འགྲུལ་ཉུང་། ས་གཞི་ཁ་རྒྱ་ཆེ། ལུང་པ་ཕུ་ཐག་རིང་། ས་དཔྱད་བཟང་དགུ་འཛོམ་པའི་གནས་མདོ་ཁམས་
རྒྱ་བཞི་སྐར་དུག་གི་ནང་ཆོན་རྩལ་རྒྱ་ཐལ་མོ་སྐར་གི་སྐར་རྒྱུད། མདོ་ཁམས་ནང་ཆོན་གྱི་མངའ་ཁྱུ་ལ། བྱི་ལུང་
ལྷ་གཞུང་ཕུགས་མོ་བྱི་གཞུང་ཞེས་འབོད་པ། དེང་སངས་ལྷ་རྩལ་ནང་ཆོན་རྩལ་གི་མངའ་འོག་སྒྲོམ་པ་སྤྱད་མ་སྟེ། རྒྱ་
བོ་ཆོན་པོ་བྱི་རྒྱུད་ལ་འགོས་སུ་འབབ་པའི་གཡོན་ཟུར་དུ། ཨོ་རྒྱན་མ་ཉ་གུ་རུས་སྒྲུབ་གནས། གནས་མཆོག་ར་
ཚྭ་དཀར་འབེལ་གྱི་འདབས་འབྱོར་དང་། རོར་བུ་ལྷ་ཅེའི་མདུན་ཞོལ་ཉེལ་མ་སྒྲོན་ལ་ཕུགས་ར་ཆགས་སའི་གནས་
དེར་དགོན་པ་ཐོག་མར་ཆགས། རེད་དེ་དེར་རྒྱ་མིག་ཐོན་པ་སོགས་ཀྱིས་གནས་བཟོད་མི་བདེ་བ་བྱུང་བས། དགོན་
པ་གཞན་དུ་གནས་སྒྲོ་གནང་འཆར་རམ་མར་ཅོང་མདའ་དགོན་པ་ལ་མཉམ་དུ་སྒྲོམ་འཆར་གྱིས་ཕེབས་ཐོན་གནང་
ཡང་གནང་ཉེན་གཙོ་བོ་མགོན་པོའི་སྐུ་དེ་ལྷིད་ཇེ་ཆེར་སོང་སྟེ་ཕར་རྒྱབ་བྲག་སེར་ལྷག་པན་ཆད་ལ་མ་ཐེག་པས།
རྒྱུར་བྱི་ལོག་བྱས་ཏེ་སྤར་ལྷ་ཁང་འོག་མ་ཡོད་ས་དེར་འབྱོར་དུས་ངལ་གསོས་སྤྱད་པས། ཡང་མགོན་པོའི་སྐུ་དེ་ས་
ལ་འབྱར་བ་ལྷ་ར་ཡར་མི་ཐེག་པར་གྱུར་པས་དེར་དགོན་ས་བྱས་ན་བསྐྱེད་པའི་གཞི་རྒྱགས་པའི་ཉེན་འབྲེལ་དུ་ཤེས་
ཏེ་དེར་རིམ་གྱིས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ཏེ་ད་ལྟའི་དགོན་པ་འདི་ཆགས་པར་བཤད།

ཡང་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བུ་ཁྱེད་ཀྱི་མ་མཐོན་པོ་འི་སྐུ་རྟེན་གྱིས་རྟེན་གསུངས་ནས་ནང་གི་
རྟེན་གཞན་དང་དགེ་འདུན་པར་གཞོན་སྦྱོར་མ་ཐེབས་པས་དེ་ནས་བཟུང་བསེ་མཐོན་དེ་མཐོན་པོ་གདུང་བྱུང་མ་¹⁰

ཞེས་གྲགས་ཤིང་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན།
ཕྱག་བཏབ་པ་ནས་དུ་རབས་༡༤ པ་བར་དུ་རེ་ལྷ་སྐུ་མའི་གདུང་བཟུད་བཅུ་གཅིག་ཙམ་གྱིས་དགོན་པ་བསྐྱེད་སྤོངས་ཤིང་།
སྐབས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་རེ་སྐུ་བན་འདུན་མ་ཞེས་ཅེ་གཅིག་སྒྲོམ་སྐྱབ་ལ་གཞོལ་བའི་རྣལ་འབྱོལ་པ་བདུན་དུས་
གཅིག་ལ་བཞུགས་སྐད་ལས། འོ་རྒྱུས་གཞན་རྣམས་དུས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་ཐིམ་ས་ནས་མི་དམིགས་པར་སོང་བ་
ནི་བྱུང་བ་ཡིག་ཐོག་ལ་བཀོད་མ་ཐུབ་པས་ལེན་པ་ཅི་ལ་མིན། དུས་རབས་༡༤ ཀྱི་རྗེས་ཏིས་ཆ་ཆོས་སྦྱོང་དར་རྒྱས་
ཀྱི་སྐུ་དུས་ཙམ་ནས་གསང་བདག་སྒྲོ་གཏོར་སྒྲོ་དབང་པོ་དང་གཟིམ་འོག་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་དོར་དང་ནལ་རྒྱུ་འི་སྐུ་ཆེན་
མང་པོས་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པ་དང་། ལྷག་པར་སྤྱ་མ་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་འཕེལ་གྱི་བཀའ་རྒྱུ་བརྟེན་ནས་སྤྱ་ལྷ་རྣམས་
རྒྱུད་དབང་དང་གདམས་པས་ཕྱག་ཅིང་སྒྲོམ་སྐྱབ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་
མངོན་ཏེ། དེ་དུས་དགོན་པར་དགེ་འདུན་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྐྱབ་ཁང་གོང་འོག་གསུམ་ཙམ་བྱུང་ཞིང་དེ་
དག་གི་ནང་ཆོ་དང་སྐྱབ་པ་མཉམ་པའི་སྤྱ་ལྷ་མང་པོ་སྐུ་ཆེ་མཐར་ཕྱིན་ཟིན་ཞིང་སྐྱབ་ཁང་ཞོགས་ནས་དགོན་པར་ཕྱག་
ལས་གནང་བཞིན་པ་མང་པོ་ཡོད་ལ། བྱམས་པ་སངས་རྒྱས་ལྷ་དཔོན་གཉིས་སོགས་ནི་༤༠ འོ་འི་བར་སྐྱབ་ཁང་
གོང་འོག་ལ་མཆོམས་སྒྲོ་བསྐྱམས་ནས་བཞུགས་ཡོད།

༤༡ ཆོས་བཟུད་གང་ཡིན།

¹⁰ མཐོན་པོ་གདུང་བྱུང་མ་དེ་སྤར་ལས་གསུངས་པའི་མཐོན་སྐུ་དེ་ཉིད་ཡིན་པེས་པའི་ཤེས་བྱེད་ཅིག་ཡོད། དེའང་རིག་གནས་གསར་མེད་རྗེས་མཐོན་པོ་འི་སྐུ་བཞེངས་
སྐབས་སྤར་གྱི་མཐོན་ཁང་ལྷག་པའི་སྐུ་ལས་མཐོན་པོ་གདུང་བྱུང་མ་འཛི་ཆག་རོ་སོགས་བྱེ་མར་བྱས་ནས་སྤྱོད་འདས་ལ་བསེས་པས། སྤར་གྱི་མཐོན་སྐུ་ཆག་དུམ་དེ་ཆོ་ལྷ་རྒྱ་
གི་དཀར་ཡོལ་ཆག་རོ་ལྷ་བྱུ་གྱི་མོ་སྤྱ་འཁྲུགས་ཅན་བཟོ་རྩལ་དམིགས་བསལ་ལ་ས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས། མཐོན་སྐུ་དེ་རང་ས་ནས་བཟོས་པའི་འདས་སྐུ་ཞིག་མིན་པ་གསལ་
བོ་རེད་ཅེས་དེ་སྐབས་ཀྱི་མིས་བཤད་ཀྱི་འདུག རེད་དེ་གཟིམ་འོག་རིན་པོ་ཆེས་མཐོན་སྐུ་འདི་ནི་རྗེ་བཅུན་མ་རྟ་མགྱེན་དབང་མོ་འི་ཕྱག་བཟོ་འཁྲུལ་མེད་རེད་འདུག་ཅེས་གསུངས་
པ་རེད་ཟེར་བའང་འདུག

ཇི་ལྟར་ཕྱག་བཏབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཤད་སྟངས་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱང་དང་ཐོག་ཅི་ཡིན་བཤད་བ
ཀའ་ཡང་ད་ལྟ་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་ལས་སྤྱིར་ས་སྐྱ་ཡིན་ཞིང་ཆོག་ཕྱག་ལེན་པལ་ཆེ་བ་དོར་
པ་དང་ཆོར་པ་འདྲེས་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལ་སྐྱབ་མཆོད་གཙོ་བོ་ནི་འཁོན་ལུགས་དོ་ཇི་ཕྱར་པའི་སྐྱབ་ཆེན་དང་ཕྱར་
བསྐྱོག་ཡིན་ལ། ད་དུང་ཆོས་དབྱིངས་སངས་རྒྱས་དོ་ཇི་དང་རེ་སྒོ་མཁུན་རབ་བཟོད་པ་སོགས་ནས་བརྒྱད་པའི་
སྤྱིར་ཆོག་ཅིག་དང་ཞི་ཁྲོའི་སྐྱབ་མཆོད། དེ་བཞིན་ས་ལུགས་མིན་པའི་ཀུན་རིག་གི་ཆོག་¹¹ བསྐྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་
འདོན་སྤྲོལ་ཡོད་པས་བཙུ་ཆེན་ས་སྐྱ་པའི་བསྐྱར་དགོན་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་སྤར་ནས་ཆོས་བརྒྱད་རིས་སྤྲུམ་ཆད་པའི་
ཉམས་བཞེས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། སྐྱབ་གཉེར་གནང་མཁན་ནི་དོར་དང་ནལེ་རྒྱར་ཕེབས་སྤྲོལ་ཡོད་འདུག་ལ། དུས་
རབས་༢༠པའི་སྟོད་ཅམ་ལ་ནི་སྤྲུམ་བསྐྱེན་ཡ་གཙོ་བོ་སྤྲུམ་བཀྲ་ཆོས་འཕེལ་ཡིན་པས་སྤྲུམ་གྱི་ཆོར་མ་དབང་དང་
གདམས་པ་ཁྱུ་སར་འབྲི་བྱ་སྤྲུམ་ཆེན་དགོན་དུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་གཟུམ་འོག་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤྲུམ་བཀྲ་ཤིས་
ཆོས་འཕེལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱུ་གྱིས་དེ་དུས་རེ་སྒོ་དགོན་པར་གྲགས་ཉམས་ལེན་དང་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་མང་
པོ་བྱུང་ཡོད་པ་ནི། ཅེ་སྤྲུམ་མ་རྣམ་གཉིས་དང་ལྷ་ཡུ་ཐུབ་རྒྱལ། ཀེ་ཤེས་དགེ་རྒྱལ། བེ་བྱམས་པ་བཟང་པོ་
སོགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་ཤིས། རེ་སྒོ་དགོན་པས་མདོ་གར་སྤྲོ་བྱ་དགོན་ལ་སྤྲུམ་བསྐྱོས་གཏོང་དགོས་པའི་སྐོར་ཡང་
བཤད་ཀྱི་འདུག་སྟེ། དེ་དུས་ནང་ཆེན་ས་དགོན་ཁག་ནས་སྤྲོ་བྱ་དགོན་ལ་སྤྲུམ་བསྐྱོས་རེས་མོས་ཀྱིས་གཏོང་གི་ཡོད་
པར་མཛོད་ཏེ། ཅོང་མདའ་དགོན་ནས་བཏང་བའི་སྤྲུམ་བསྐྱོས་དེའི་རྒྱུ་ལ་རེ་སྒོ་དགོན་ནས་ལྷ་ཡུ་མཁུན་རབ་སྤྲོ་གསལ་
སྤྲོ་བྱ་དགོན་དུ་སྤྲུམ་བསྐྱོས་ལ་ཕེབས་ཀྱང་ཕྱིས་སྤྲོ་བྱ་དགོན་དུ་ཁང་སར་མཁན་པོ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་¹² བཞུགས་སུ་
གསོལ་ནས་ཁོང་ཉིད་སྤྲུམ་ཡང་ཡར་དབྱས་ལ་ཕེབས་ནས་དུས་འགྱུར་མ་བྱུང་གོང་ནལེ་རྒྱར་དུང་ཡིག་¹³ མཛོད་ནས་

¹¹ ཀུན་རིག་གི་ཆོ་ག་བསྐྱས་པ་འདི་མཁས་བླ་མ་ཆགས་མེད་ར་ག་ཨ་སྤེས་མཛོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྲུམ་སྤྲེ་རིམ་ལ་ཕེབས་དུས་འདོན་སྤྲོལ་ཡོད།

¹² དཀར་མདའ་དགོན་པས་སྤྲོ་བྱ་དགོན་

¹³ སྤྱི་ལོ་༡༩༤༧ ལོར་ང་ཚོ་བཙུ་བྱེ་རིན་པོ་ཆེར་མདུན་བཅར་ཞུས་དུས་རིན་པོ་ཆེས་སྤྲུམ་མ་ནལེ་རྒྱར་དེ་སྤྲུམ་མཁུན་རབ་ལྷ་བ་ཨོག་ཆོས་དཀར་འབལ་ལེ་

ཅན་ཞིག་ཡོད། ཁོང་ང་ཚོའི་དུང་ཡིག་ཡིན། ཁོང་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འདྲིམས་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས་ནས་ང་ཚོ་ལ་ཡང་དཔེ་གསུངས་པས་ལྷི་ས་དབྱེས་བཙུ་ཆེན་པོ་

གནང་སོང།

བཞུགས་ཡོད།

༥། དགོན་པའི་གདན་རབས།

དེས་ན་སྤྱི་མ་ནི་དགོན་པ་ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་རེ་ལྟ་སྤྱི་མ་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་དོན་རྒྱུ་མེད་པ་ལས་མང་
པོར་གདུང་བརྒྱད་ཀྱིས་གདན་ས་བསྐྱེད་སྤྱོད། གདུང་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་པའི་རྒྱུ་མེད་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་གདན་ས་ཟེན་
པ་མ་བྱུང་བས་སྐྱེ་སྤྱོད་གིས་གདན་ས་གནང་མགོ་ཚུགས། དེའང་སྤྱི་མ་སྐྱེ་དང་པོ་རེ་ལྟ་སྤྱི་མ་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་
དོན་རྒྱུ་མེད་སྐྱེ་སྤྱོད་གཉིས་པ་ནི་ལྷ་ཡུལ་ཡིད་བཞིན་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ནི་སྤྱོད་རོང་འགག་གི་ས་ཡི་ཆར་ཡབ་ལྷ་ཡུ་
རག་བཟང་དང་། ཡུམ་པདྨ་ལྷ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱེ་ཡི་མཚན་དཔེ་བཞད། མཚན་ལྷ་ཡུ་སྤྱི་མ་ཡིད་བཞིན་ཞེས་
འབོད་ཅིང་སྤྱི་མ་གོང་མའི་མཛད་རྒྱུ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་སྤྱོད། སྐྱེ་རབས་དེ་ནས་བཟུང་
ད་ལྟའི་བར་དུ་ཡུལ་སྤྱི་མ་ཀུན་གྱིས་རེ་ལྟ་སྤྱི་མའི་སྐྱེ་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ཡུ་སྤྱི་མ་ཞེས་འབོད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་དེ་བྱུང་བར་མཛོད།
འབྱུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོག་གསལ་པོ་མི་སྒྲིང་།

སྐྱེ་སྤྱོད་གསལ་པོ་ཏིས་ཆ་ཆོས་སྤྱོད་དར་རྒྱས་ནི་ཡབ་ཏིས་ཆ་དཔལ་བཟང་དང་། ཡུམ་ཆེ་རིང་དཔལ་མོ་
གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱེ་ཡི་མཚན་དཔེ་གསལ་དུ་བཞད། མཚན་ཆོས་སྤྱོད་དར་རྒྱས་སུ་འབོད། སྐྱེ་རྒྱུང་བྱས་ནས་
ཡི་གེ་འབྲི་གྲོག་སོགས་ཆོག་མེད་དུ་མཁྱེན། སྐྱེ་གོང་མའི་གདན་ས་མ་ཉམས་པར་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཤིང་སྤྱི་མ་གྲུ་ས་ཤིན་
དུ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པས་སྤྱི་དགོན་པའི་མཚན་སྤྱོད་རྒྱས། ཅན་གྲུ་པའི་གདུང་དང་ཡོན་ཏན་ཤིན་དུ་འཕེལ་བར་བཞད།
འབྱུངས་འདས་ཀྱི་དུས་ཆོག་མི་གསལ།

༦། ལྷ་ཡུ་སྤྱི་མ་འཆི་མེད།

སྐྱེ་སྤྱོད་བཞི་པ་ལྷ་ཡུ་སྤྱི་མ་འཆི་མེད་དོན་རྒྱུ་མེད་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་མཐུན་པས་དབང་ཕྱག་ནི། ཡུལ་ཨ་འབུམ་རྒྱུད་
ཀྱི་ཆར་གཏོག་སྤྱི་མ་པ་རེ་སྤྱི་མའི་པའི་གནས་སུ། ས་སྐྱེ་བ་པདྨ་བདུད་འདུལ་ནས་བཀའ་ལུང་མཛད་པ་བཞིན་ཡབ་
ལྷ་ཡུ་བཀའ་ཤིས་ལྷ་སྤྱོད་དང་། ཡུམ་ཆོས་དབྱིངས་བཟང་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ལྷ་གསལ་བྱའི་ལོ་

སྟེ། ཕྱི་ལོ་༡༩༨༡ལོར་སྐྱེ་ཡི་མཚན་དཔེ་གནས་དེར་བཞག། མཚན་འཛི་མེད་དོན་མེད་ཞེས་གསེས། དགུང་ལོ་བརྒྱད་
པའི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་འཕེང་མཐོན་པོར་མངའ་གསོལ། ཡི་གེ་འབྲི་གྲོག་སོགས་ལ་སྦྱང་བཅོན་མཛད་ཅིང་
ཉམས་བཞེས་གནང་ནས་དགོན་པར་བཞུགས། དགུང་ལོ་བཅུ་ཅུའི་ཐོག་རབ་བྱུང་གི་སྟོམ་པར་བར་ཆད་བྱུང་རྒྱུ་
གྱིས་ཡུལ་གྲུ་དུ་ཕེབས་དགོས་བྱུང་བས། དགོན་པ་འདིའི་བསྟན་པ་ལ་པན་ཐོགས་ཆེར་མ་བྱུང་བར་མཛད། དུས་
ཟིང་གི་སྐབས་སྟེ་ལོ་༡༩༥༢ ལོར་རེ་རྩེ་ཤེས་རབ་ཉི་མ་དང་རེ་རྩེ་ཡོན་ཚུལ་གཉིས་དོར་ནས་མར་ཡོང་དུས་ཞུ་ཡུ་
མ་སྐྱེ་འཁོར་མང་པོ་དང་རྒྱ་མོ་དཔུལ་ཚུའི་བྱེས་ཁ་ནས་མཇལ་ཞིང་ཁོང་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་རྒྱུ་ཡོན་ཚུལ་གསུངས་
ཡོད་པས་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་ཡོད་ཆགས་ཅིམ་ལས་སྐྱོ་ཆེན་མཇུག་གི་རྣམ་ཐར་དང་འདས་ལོ་མི་ཤེས།

༢། སྐྱ་མ་ཡོན་རབ།

ཅི་རྩེ་སྐྱ་མ་རྣམ་གཉིས་ཞེས་གྲགས་པའི་སྐྱ་མ་ཐེ་རུ་ཡོན་རབས་ནི། ཆོང་གསར་མཁར་ལུ་ཤོག་རྩལ་ལས་
ཤོག་གསུམ་སྟོད་མའི་ནང་ཆོན་རྒྱ་ཆམས་ཞེས་པའི་ས་ཆར་ཡབ་ཐེ་རུ་པདྨ་དང་ཡུམ་ཨ་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྟེ་
ལོ་ ༢༠༠༢ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས། དགུང་ལོ་མདུན་པའི་ཐོག་ཆོས་སྒྲོན་ཞུགས་ཤིང་འབྲི་གྲོག་ཆོགས་མེད་དུ་མཆི།
སྐྱ་མ་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་འཕེལ་དང་སྟོན་ཆོས་འཕེལ་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ས་སྐྱ་པའི་ཟབ་ཆོས་རྣམས་གསན།
ཡུམ་གྱི་མདུན་ནས་གསོ་རིག་དང་། རུ་ཀན་མདུན་ནས་སྐར་ཅིས་སོགས་དཔྱིས་བྱིན་པར་སྦྱངས་པས་སྒྲན་ཅིས་
ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པས་ཤིང་། དགུང་ལོ་བཅུ་རྩལ་གས་ཞེ་རྩལ་བར་སྦྱབ་པ་ལྟར་སྦྱངས་པས་རེ་སྐྱ་སྟེ་དགོན་གཉིས་
ཀྱིས་འདི་ཕྱི་ལོ་སྐབས་གནས་སུ་བཀྲར་ཤིང་བཞུགས་ས་དགོན་པའི་ཉིན་རིའི་ཅེ་ལ་བཞུགས་པས་ཅི་རྩེ་སྐྱ་ཞེས་བཙུ་
འདད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ། དེ་དུས་ལྷི་གཞུང་ལ་ལུང་ལ་ཁོང་ལས་མཁས་པ་ཞིག་མེད་པ་ལྟ་བུར་ཡོད། འདི་དང་བྱམས་
པ་སངས་རྒྱས་གཉིས་ལ་ཅི་རྩེ་སྐྱ་མ་རྣམ་གཉིས་ཞེས་གྲགས། དེ་སྐབས་ནས་བྱུང་དབང་ཀུན་བཟང་འགོ་འདུལ་
མདུན་ནས་དབང་ཁྲིད་དུ་མ་གསན་ཞིང་། གསུང་རྩོམ་ལ་འང་བྱུང་དབང་དེའི་རྣམ་ཐར་དང་གསོལ་འདེབས། དེ་བཞིན་
དམ་པ་གོང་མ་དུ་མར་སྐྱ་མཚོད་དང་གསོལ་འདེབས་སོགས་རྩམ་ཆོས་མང་པོ་མཛད་ཀྱང་དུས་འགྱུར་སྐབས་
དམིགས་མེད་དུ་སོང་། ཀན་རབས་ཆོས་ཁོང་ནི་རྩོམ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་ཅིང་ཆོག་སྦྱར་ཤིན་ཏུ་སྟན་པོ་ཡོད་པས་གསུང་
རྩོམ་དེ་དག་ད་ལྟ་མཇལ་ཡ་མེད་པ་འདི་སྟོན་པམ་གྱི་གནས་རེད་ཅེས་གསུངས་ཀི་འདུག ཕྱིས་རེ་རྩེ་ཤེས་རབ་ཉི་མ་

ལ་དོ་རྗེས་ཐོབ་དཔོན་གྱི་ཐུགས་འགན་གནང་ཡང་ཞུ་ཡུ་སྒྲ་མ་འཆི་མེད་མ་བཞུགས་སྐབས་རེ་སྒྲ་དགོན་པའི་སྒྲ་མའམ་གདན་ས་བ་ནི་སྒྲ་མ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ནི་སྒྲ་མ་ཙུང་དང་ཆོག་ཕྱག་ལེན་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་མ་ཟད་དབང་དང་གདམས་ངག་གིས་ཕྱག་ཅིང་སྒྲོམ་སྒྲུབ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བའི་རྣམ་འབྱོར་བ་ཡིན་པས། རྩ་ལོ་རྩུ་བའི་རྣམ་སྒྲུལ་དུ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པའི་མཆོན་མ་བཞེས་པ་ཞིག་ཡིན། སྤྱི་ལོ་༡༩༦༠ ལོར་གསར་རྗེའི་དམག་གིས་སྒྲ་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་ལྷན་དུ་བཅོན་ཁང་དུ་ཁྲིད་པས་མཆོད་རྟེན་སྐར་དུ་སྒྲུ་ལུས་བྱང་པོར་གྲང་སྟེ་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམས།

༤༥ སྒྲ་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱས།

ཅེ་རྩུ་སྒྲ་མ་རྣམ་གཉིས་ཞེས་གྲགས་པའི་སྒྲ་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱས་ནི་ཆོ་དང་སྒྲུབ་པ་མཉམ་པའི་གྲུབ་ཆེན་ཞིག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་༡༨༩༠ ལ་འབྲུངས་ཤིང་དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་ཐོག་བཤས་ལུག་ཞིག་ཤན་པའི་སར་ཁྲིད་ལམ་ནས་ལུག་གིས་མིག་ཚུ་བཏང་བ་གཟིགས་པས་སྤྱིང་རྗེ་ཆོད་མེད་སྒྲིམ་པས་བཤས་ལུག་བཏང་སྟེ་རེ་སྒྲ་དགོན་ལ་ཐེབས་ནས་ཆོས་སྒོར་ཞུགས་ཤིང་སྒྲ་མས་ལྷུང་བཤགས་ཐོན་གསུངས་པ་བཞིན་ཉིན་ལྟར་གྲངས་གསོག་གནང་བས་ལྷུང་བཤགས་སྒྲ་མར་གྲགས།

དེ་རྗེས་གཟིམ་འོག་མཆོག་སྒྲུལ་གྱིས་བེ་རུ་སྒྲ་ཆེན་དགོན་དུ་ལམ་འབྲས་གསུང་སྐབས་དེར་བཅར་ནས་ལམ་འབྲས་གསུང་ཞིང་། དེ་ནས་བཟུང་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསེར་ཞལ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་མཇལ་ནས་ཡི་དམ་གྱི་དོ་རྗེ་དང་མཁའ་སྒྱུད་མ་སོགས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གསར་རྟིང་རིས་མེད་གྱི་དབང་ཁྲིད་གདམས་པ་མང་དུ་གསན་ནས་སྒྲ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྒོ་ཐེམ་སྤངས་ནས་དཀའ་གཏིར་གསར་རྟིང་རིས་མེད་གྱི་ཡི་དམ་སོགས་ལ་ལྷགས་བསྟེན་གྲངས་ཐེམ་པ་བགྱིས། ལྷག་པར་དུ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐེལ་ལ་ཡི་དམ་གྱི་དོ་རྗེ་དང་། མཁའ་སྒྱུད་མ་སོགས་མཛད་ནས་ཆོ་གཅིག་ལ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བཅུགས་ནས་བཞུགས། དེ་རྗེས་གཟིམ་འོག་མཆོག་སྒྲུལ་བྱམས་པ་ཀུན་དགའ་བསྟན་འཛིན་རེ་སྒྲ་དགོན་དུ་ཐེབས་སྐབས་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན་པར་ལྷུང་བསྟན་པ་ཡང་དེ་ཉིད་གྱི་ཞལ་སྒྲ་ནས། རྒྱལ་ཀུན་ཡེ་ཤེས་ཕུང་པོའི་སྤྱི་གཟུགས་ཆེ། །འཕོ་ཆེན་འཇའ་ལུས་དོ་རྗེའི་སྐྱར་བཞེངས་པ། །དོ་རྗེ་འཛིན་པ་བྱམས་པའི་མཆོན་ཅན་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། །ཞེས་པའི་

གསལ་འདེབས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གསུངས། དེ་བཞིན་འཇམ་མགོན་སློ་གཏོར་དབང་པོས་གཙུག་པོར་མཁན་
ཁག་དང་གསར་རྒྱུ་རིས་མེད་ཀྱི་སྒྲ་ཁག་དང་དགོན་སྡེ་བཅུ་ལྷག་ལྷག་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཏེ་དབང་ཚོས་ཀྱི་བྱེད་སློ་
མང་དུ་སྒྲིལ་བ་བཞིན་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་པ་སྤྲུགས་ལ་འབྱུངས་ཤིང་གྲུབ་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་པོར་
གཤེགས།

དེ་འདྲུག་འཚལ་སྒྲ་མ་ཞེས་པས་དཔག་ཚད་དུ་མས་ཚད་པའི་སར་ལྷ་ཁང་ཞིག་གསར་བཞེངས་གྲུབ་པ་ལ་
རབ་གནས་ཞུས་པས། དུས་བཅད་ལྟར་གནས་དེར་རབ་གནས་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་རྟགས་མཚན་འབྱུ་སྒྲ་ཆར་བཞིན་
བབ་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་བེད་ལྷུང་ནད་དྲག་པོས་མནར་ནས་སྒྲ་མཚམས་ལས་བཞེངས་དགོས་པའི་བཀའ་བྱུང་བ་ལ།
ཁྱེད་རང་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་རྟགས་ཤིག་སྟོན་ཡོང་། ང་ཡོང་བ་དང་ཁྱེད་པར་མེད་གསུངས་ཏེ་མ་བྱོན་པས།
ཕྱི་ཉིན་ནད་པའི་སྤྲུལ་སྤྲུག་སྐད་དང་ལྡན་པའི་སྒྲ་དངོས་སུ་ཐོས་སྐད་བཤད་ཀྱི་འདུག དེ་བཞིན་མངོན་མཁྱེན་
ཡང་གསལ་པོར་མངའ་སྟེ་ཁོང་ལ་ཕུལ་བའི་ཕྱགས་རྣམས་ཆོ་ཐར་བཏང་སྟེ་རིལ་བཀྲམ་ནས་ཡོད་པ་ལ། རྩོན་པ་
ཞིག་གིས་མེ་མདའ་བརྒྱབས་ཏེ་འགའ་ཞིག་བསད། རྩོན་པ་ཞིག་ན་རྩོན་པ་དེ་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་མཇལ་ཁ་ལ་ཕྱིན་དུས།
སྒྲ་མས་ལས་བཟང་བུ་ང་ཡི་ཆོ་ཁྱན་བཟའ་བུ་ཡང་། གསོད་ཐབས་དེ་སྤྲུག་ཆེ་གསུངས་པས། རྩོན་པ་མིག་ཚུ་
བཞུར་བཞིན་གུས་ཕྱག་དང་བཅས་དེད་ཕྱིན་ཆད་རྩོན་མི་བྱེད་པའི་ཁས་ལེན་དང་མེ་མདའ་ཡང་སྒྲ་མར་ཕུལ་བས་རྩོན་
པ་དེ་དགོན་པའི་འབྲུད་ཤིང་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱིས། ཁོང་གི་སྒྲ་ཆོ་སྐད་ལ་ཡོན་བདག་མཚོད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ནས་
དགོན་པར་ཟངས་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་བྱམས་སྒྲ་རྟེན་གཙོ་ལ་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གོང་མ་བཞེངས་
ཤིང་ཕུར་པའི་སྒྲུབ་མཚོད་གསར་འཛུགས་གནང་བ་སོགས་ཀྱིས་སྡེ་དགོན་བསྐྱུངས་མཛད་པས་གྲུབ་ཆེན་ཁོང་གི་
སྒྲན་པ་དང་མཛད་ཕྱིན་ཤིན་ཏུ་རྒྱས། ཕྱིས་ཟིང་འབྲུགས་ལང་སྐབས་སྒྲ་སྒྲོབ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཕྱོགས་སུ་ཡང་ཟིང་ཆ་
མི་འོང་བའི་ངེས་པ་མི་འདུག་པས་བཞུགས་ན་མི་ལེགས་ཚུལ་ཞུས་ཀྱང་། ངས་སྒྲ་མར་སྒྲོ་ཐེམ་མི་འགོམ་པའི་དམ་
བཅའ་ཕུལ་བ་ཡིན། མ་ཟད་བྲོས་ས་དང་གཞུང་གི་ཡང་མེད། ཚོང་མ་སྒྲོད་དམག་ལ་ཕར་ཁྱོལ་མ་བྱེད། བྱས་
ཀྱང་མི་ཕན་གསུངས་ཤིང་འདུ་ཚོགས་བཀའ་བྲོ་བ་རེ་མཛད་ཅིང་བཞུགས། དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་༡༩༤༠ ལོར་སྒྲ་བ་ལྷ་པའི་
ནང་རྒྱ་དམག་བསྐྱེབས་ཏེ་སྒྲ་མ་ཁོང་ཁྱེད་དཔོན་གཉིས་ཀྱིས་གཙུག་པོར་མཚམས་པ་མཚམས་ལས་ཏར་འདོན་བྱས་
ཞིང་། སྒྲ་མ་ཡོན་རབ་སོགས་སྒྲ་མ་དང་སྒྲོབ་དཔོན། དབུ་ཚོས་གཉིས་གསུམ་དང་ལྷན་རྒྱས་ནང་ཆེན་མཚོད་རྟེན་

སྐར་གྱི་བཙོན་རར་བསྐྱལ། དེར་ཡོད་སྒྲོམ་པ་དཔོན་སོགས་ལ་སྐྱ་གདུང་རང་དགོན་དུ་འཛོག་དགོས་ཚུལ་སོགས་
ཞལ་བཅའ་མང་དུ་མཛད་ནས་སྐྱ་ལུས་དང་པོར་བསྐྱངས་ནས་སྐྱ་ཡི་བཀོད་པ་གཞི་དབྱིངས་ལ་བསྐྱས་པའི་ཚུལ་བཟླས།
རིང་བསྐལ་མང་དུ་བབས། དེ་ནས་སྒྲོམ་པ་དཔོན་གྱི་ཞལ་བཀོད་བཞིན་དུ་གྲ་འགས་སྐྱ་གདུང་གཞན་དང་མ་འབྲེས་
པར་ས་གཙང་སར་སྐས་ཤིང་། ཕྱིས་ཕྱི་ལོ་༡༥༥༧ལོར་ཉི་མ་འོད་གསལ་དང་། སྐ་མ་ཀུན་ཚེས་སོགས་སྐ་གྲ་དགྲ་
ཆེད་དུ་བྱོན་ནས་བཙལ་བས་ལོ་ངོ་ཉི་ཤེས་བདུན་རིང་ས་འོག་དུ་བཞུགས་པའི་སྐྱ་གདུང་སྐྱ་དང་བཅས་པར་བམ་རུལ་མ་
སོང་བ་ཆེད་པས་དགོན་དུ་གདུང་དང་ས་ནས་རྒྱ་དེ་དང་མཐུན་པར་ཞུགས་སུ་ཕུལ། དེ་ཡི་སྐྱབས་སུ་ནམ་མཁར་
འཇར་འོད་ཤར་བ། རིང་བསྐལ་ཁ་དོག་སྐ་ལྔ་དད་པའི་རྟེན་དུ་བབས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱོ་བོ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་དད་པའི་
འཇུག་སྒོ་ཡངས་པོར་བྱས། གདུང་རྟེན་དུ་སྐ་མ་ཀུན་ཚེས་ནས་བཅས་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་
དང་། གཞན་སྐ་གྲ་རྣམས་ཀྱིས་ས་རྩོལ་སྐ་ལྔ་དད་པའི་སྐྱ་གདུང་ཆ་བརྒྱད་སོགས་དད་ལྡན་རྣམས་ལ་ཚོགས་གསོག་
པའི་རྟེན་དུ་བསྐྱབས་པ་ནི་ད་ལྟ་དགོན་འདབས་སུ་ཡོད་པ་རྣམས་ཡིན།

༩། སྐ་མ་ཀུན་ཚེས།

སྐ་མ་ཀུན་ཚེས་སམ་བྱམས་པ་སྒྲོན་ལམ་བཟང་པོ་མཆོག་ནི། ཡབ་བེ་པུ་ཆོས་དར་དང་ཡུམ་རྩ་ལྟ་གཉིས་
སུ་སྐྱུ་ལོ་༡༥༢༣ ལོར་ངོ་མཚར་བའི་བཟླས་དང་བཅས་སྐྱ་འབྱུངས། རྒྱ་དུས་ནས་ཆོས་ལ་དག་འཛིན་སྦྱོང་
ལམ་ཞི་དུལ་དང་ལྡན་པ། དགྲང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཐོག་དགོན་པར་ཆོས་གྲལ་དུ་ཞུགས་ཤིང་ཁྱོ་བོ་བྱམས་པ་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཀྲོག་བསྐྱབས། དགྲང་ལོ་བཙོ་ལྔ་ཐོག་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་འཕེལ་སར་བཅར་ནས་ས་སྐྱ་པའི་ཟབ་
ཆོས་མང་པོ་ཞོད་ཅིང་། ༡༥༥༢ ལོར་ནས་བཟུང་༦༠ ལོར་དམག་གིས་མཆོམས་སྒོ་མ་གཏོར་བར་སྐ་མ་བྱམས་པ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་འོག་སྐྱ་མཆོམས་སྒོ་བསྐྱམས་ནས་ལྟ་ལྟ་དུ་མའི་བསྟེན་སྐྱབ་གནང་བས་
བྱམས་པ་རྒྱས་གཉིས་པར་གྲགས། ༦༠ལོར་དམག་གིས་མཆོམས་ལས་བཏོན་ནས་མཆོམས་པ་རྣམས་དང་དགོན་
པའི་སྐ་མ་སོགས་དང་ལྡན་དུ་བཙོན་ཁང་དུ་ཁྲིད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སྐ་མ་འདི་ནི་སྐྱ་ཡི་ཨ་ནས་མཆོམས་སྐྱ་
བདུབས། ན་བཟའ་བཇེས་པས་དམག་གིས་མ་ཆོར་བར་ཐར་བ་ནི་བསྟན་མགོན་འདི་བསྐྱར་གསོ་ཡོང་བའི་རྟེན་
འབྲེལ་གྱིས་ཡིན་པར་འཁུམས། འོན་ཀྱང་དུས་ཟིང་སྐྱབས་དཀའ་སྤྱད་དང་འཐབ་ཅོད་སྐྱ་ཚོགས་སྟོང་ཡང་དགོན་
པའི་རྟེན་གསུམ་དང་ཐོལ་ཆ་སོགས་རྩ་ཆེན་མང་པོ་སྐས་སྐྱང་མཛད་ནས། བསྟན་པའི་མེ་རོ་གསོ་སྐྱབས་དེ་དག་

དགོན་པར་རྟེན་བཞག་མཛད་ཅིང་དད་ཇུས་ཅི་འབྱོར་དགོན་པར་བཏང་ནས། དགོན་པ་བསྐྱུར་གསེའི་སྤྲུག་འགན་གཙོ་བོ་བཞུས་ཤིང་། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཆའི་བསྟེན་སྦྱབ་ཚད་དང་ལྡན་པས་རེ་སྤྲ་དགོན་པའི་སྦྱབ་མཆོད་ཀྱི་སྤྲ་མ་མཛད་ཅིང་ལྷི་གཞུང་ཡོངས་ཀྱི་འདི་མྱེའི་སྦྱབས་གནས་དམ་པར་བྱུང་།

རིག་གནས་གསར་བཛེས་ལས་ཁྲིམ་པའི་དྲགས་འཆང་ཞིང་ཡུམ་དགའ་ཉོན་སྒོལ་མ་བཞེས་པས་རིགས་ཀྱི་
 སྤྲུལ་མཆོག་སྤྱལ་ཉིམ་འོད་གསལ་གྱིས་དབྱས་སྤྲུལ་དང་སྤྲུལ་མོ་འགའ་མཆིས་ཀྱང་། གསར་བཛེས་མཛུགས་སྤྲུལ་
 པ་ནས་བཟུང་རང་དོན་དུ་སྒོམ་སྤྱོད་དང་གཞན་དོན་དུ་དབང་བསྐྱར་དང་རིམ་འགྲོ་སོགས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་འབའ་
 ཞིག་ལ་གཞོལ་ཞིང་ཞལ་གཟིགས་ལུང་བསྟན་སོགས་མང་པོ་མངའ་ཡང་སྤྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་མཛད་ནས་གསུང་
 སྒོལ་མེད་ཀྱང་། རྣམ་ཀུན་ཞི་ཞིང་དུལ་ལ་ཐུགས་སྒྲོལ་མིང་དེར་ཡོད་པ་ལས། མ་སྒྲོལ་དང་ཐུགས་སྒྲོལ་བའི་རྣམ་པ་
 གཏན་ནས་མཇལ་དུ་མེད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་གྲུབ་པའི་མཆོན་མར་མཇལ། བོད་རབ་བྱུང་༡༢ པའི་ཆུ་ལྷག་ལོའི་
 མཛུགས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ལོར་རེ་ཞིག་ཞིང་འདིའི་འཛད་པ་སྤྲུལ་ནས་གྲུབ་པའི་དྲགས་མཆོན་དང་བཅས་བྱུང་ན་ལས།
 འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ནོ། །

༡༠༥ ཞུང་གྲ་བཙུན་ལོ་མཐོ་བོ་སྒྲིབ་པ།

གོང་གི་དེ་དག་ནི་དགོན་པ་འི་སླ་མ་འི་སྤྱགས་འགན་དངོས་སུ་བཞེས་པ་འི་སླ་མ་གྲགས་ཆེ་བ་རྣམས་ཡིན་ལ།
ད་དུང་གཟིམ་འོག་སྤྱུལ་སྤྱུ་བྱམས་པ་ཀུན་དག་འབར་སྟོན་འཛིན་དང་བྱུང་བ་དང་བྲག་ཤེས་ཆོས་འཕེལ་སྤྲུལ་གྱི་ཞབས་
ལ་གཏུགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དོར་དང་ནལ་ལྷན་ནས་བྱ་ས་བཅད་པ་སོགས་སློམ་སྤྱབ་གྱི་ཉམས་རྟོགས་དང་སྤྱོད་ཅིན་
མཐོ་བའི་སླ་བྱ་མང་པོ་དུས་རབས་སུ་ཆེས་དེར་བྱོན་ཡོད་པ་ལས་ངས་མཚན་ཅིམ་ཐོས་ཚུངས་ཡོད་པ་དག་བགས་ན། རྒྱ་
ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ། རྒྱ་ནི་ཐབས་མཁས། ལྷ་ཡུ་ཐུབ་རྒྱལ། (རྟོ་རྟོ་བ་དཔོན་ཡིན་ཞིང་མཁས་མཁས་
བཅུན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པས་སྡེ་དགོན་གཉིས་གྱི་སླ་མར་གྱུར་ཅིང་། དགོངས་པ་རྫོགས་ཆེས་བྱམས་པ་
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རེ་རྟོ་རྟོར་རྒྱལ་དེའི་ཡང་སྤྱིད་ཡིན་གསུངས་ནས་གྲལ་མགོར་འཛིགས་པ་སོགས་གཅིགས་ཆེན་
གནང་།) སླ་སར་ཚུལ་ཁྲིམས། (སྤྱབ་ཁང་འོག་མའི་སྤྱབ་དཔོན་ཞིང་ཉམས་དང་རྟོགས་པ་མཐོ་ལ། དུས་རབས་
20 རྟོན་ཅིམ་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས།) ཀེ་ཤེས་དགེ་རྒྱལ། (སླ་སར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཆེས་ལ་སྤྱབ་ཁང་འོག་མའི་

སྐྱབ་དཔོན་གནང་ཞིང་དུས་ལོག་མ་བྱུང་གོང་ནས་དགོངས་པ་རྫོགས་ཤིང་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས།) ཁོ་རྩ་ཚུལ་
ཁྲིམས་བཟང་པོ། (སྐྱབ་ཁང་གོང་མར་ཆོ་དང་སྐྱབ་པ་དང་མཉམ་ནས་དུས་ལོག་སྔོན་ནས་དགོངས་པ་རྫོགས།)
ཁོ་རྩ་དག་ཡིན། (ཕུ་ཤིག་མར་རི་ཁྲོད་ཟིན་ཏེ་བཞུགས་ཤིང་འཁོར་འདས་མཉམ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ནས་སྒྲུང་དོར་གཉིས་
མེད་ཀྱི་སྦྱོད་པ་གནང་ཞིང་། རྟོད་མོང་གིས་བྲ་གྲུ་བྱས་དུས། རྟོད་མོང་རྟོད་མོང་ངམ་བ། །ང་ནི་བྲ་ཤིས་ཆོས་
འཕེལ་སློབ་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་རྟོད་མོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བ་སོགས་སྐྱབ་པའི་རྟགས་མཆན་
མངའ་བ་ཞིག་སྟེ། དུས་ལོག་སྔོན་ཅམ་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས། རུ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ། (དགོན་པའི་དབུ་ཆེན་
ཡིན་ཞིང་རྩ་རྒྱུ་སོགས་ལ་འདོན་རྟ་དབྱངས་སོགས་བསྐྱབ་མཁན་ཡང་ཁོང་ཡིན་ལ། གྲིས་ཤིན་དུ་མཁས་པས་
ཁོང་གི་གྲིས་པའི་ཆོག་དཔེ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་དུས་ལོག་སྔོན་ནས་དགོངས་པ་རྫོགས།) བུ་མང་འཕྲིན་ལས། (འབྲི་རུ་
སྒྲ་རྒྱུང་དགོན་པའི་སྐུ་ལ་སྐུ་ཡིན་ཡང་དང་ཐོག་ཁྲི་འདོན་མ་ཞུས་པས། ཡོན་རབ་ལ་བསྟེན་ནས་སྐུ་ཡོན་མཐོ་ཞིང་
ཕྱིས་ཁུ་བོ་བུ་མང་ཆོ་རྒྱུ་གྲིས་བདག་སྦྱོང་གནང་ནས་སྦྱོང་ནག་སྒྲ་ཆེན་དགོན་དུ་མཛད་པ་རྒྱུས་ཤིང་དུས་ལོག་ནང་
དགོངས་པ་རྫོགས།) རེ་རྩ་སྐུ་རིམ། (སྐུ་རིམ་ཞེས་པ་ནི་མགོན་སྒྲའི་མཆན་ཞིང་། རེ་རྩ་བརྒྱུད་པས་མགོན་སྒྲ་རིམ་
གྲིས་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས། འདི་རེ་རྩ་སྐུ་རྒྱུང་ཞེས་པ་ཡིན་ཞིང་སྒྲུང་དོར་གཉིས་མེད་ཀྱི་སྦྱོད་པ་གནང་ཞིང་ཆར་
བཅད་རྗེས་འཛིན་གྱི་མཐུ་རུས་ཆེ་བས་བྲུབ་བྲུབ་ཅེས་གྲགས་ལ། དུས་ལོག་སྔོན་ཅམ་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས།) བི་
བྱམས་པ་བཟང་པོ། (བྱམས་པ་དབྱར་གནས་མཁན་པོ་ཡིན་ཞིང་སྔོན་དམ་ཆོག་གཙང་ལ་བཅའ་ཐུག་ལེན་ལ་
མཁས་པ། དམག་གིས་དགོན་པ་གཏོར་དགོང་མོར་དགོན་པ་རང་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས།) ཞུ་ཡུ་སྒྲོ་མཐར།
(ཨ་རྩོ་སྒྲ་མ་དང་སྐུ་ལ་སྐུ་ཨོ་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆན་སྐུ་ལ་གསུམ་གྱི་ཡོངས་འཛིན་དུ་སྒྲ་ཆེན་ཆང་ལ་ཡུན་རིང་
བཞུགས་པས། སྒྲ་ཆེན་ཆང་གི་མིང་སྲིང་ཆང་མའི་དགོ་རྟ་རྟ་དུ་གྱུར་པས་ཨ་མཐར་ཞེས་གཙོགས་ཆེན་བྱེད་ཅིང་།
མཐར་འདམ་གཞུང་གི་དམག་ནང་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས།) ཞུ་ཡུ་སྒྲོ་སྟིང་། (ཐུར་སྐྱབ་ཀྱི་དབུ་ཆེན་ཡིན་ཞིང་
ཆོག་ལ་ཐུག་ལེན་ལ་མཁས་པ། དམག་གིས་བཙོན་ལ་ཁྲིད་ལམ་ནས་ངལ་གསོ་གནང་ས་ནས་རང་འཕོ་གནང་
སྟེ་དགོངས་པ་རྫོགས།) ཞུ་ཡུ་མཁུན་རབ་སྒྲོ་གསལ། (ནལེ་རྒྱ་ནས་བྲ་ས་བཅད་ཅིང་རེ་སྒྲ་དགོན་པས་སྒྲོ་རུ་དགོན་
དུ་སྒྲ་བསྐྱོས་ལ་བཏང་བས་དེར་ལོ་ཤས་བཞུགས་ནས་སྒྲར་དབུས་ལ་ཕེབས་ཏེ་ནལེ་རྒྱར་དུང་ཡིག་གནང་ནས་བཞུགས།
དུས་ལོག་སྐབས་ལ་དགོངས་པ་རྫོགས། རེ་རྩ་ཤེས་རབ་ཉིམ། (༡༩༧༠ ལོར་དོར་ནས་མར་ཕེབས་བྲུབ་

ནས་རྗེ་མཆོད་སྒྲོབ་དཔོན་གནང་ཞིང་། མཆོད་རྟེན་སྐར་བཙོན་ཁང་ལ་དགོངས་པ་ཚྲགས།) རེ་ལྷ་རྗེ་རྒྱལ། (དུས་
འགྱུར་མ་བྱུང་སྔོན་ནས་དགོན་པའི་བཅའ་ཕྱག་ལེན་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་ཤིང་དབུ་ཆེན་ཡིན་པས། དུས་འགྱུར་རྗེས་
དགོན་པ་བསྐྱར་སོ་སྐབས་དབུ་མཛད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་དུས་མི་བཟླ་པའི་གཟུངས་བཞེས་པ་དང་གཉིས་སུ་
མེད་ལ། རྟེན་ཁྱིམ་པ་ཡིན་ཡང་རྒྱན་དུ་དགོན་པར་བཞུགས་ནས་སྒོ་སྐྱབ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་ཞིང་། རོན་གཉེར་
ཅན་རྣམས་ལ་ཆོ་གའི་གདངས་དབྱངས་དང་རྩོམ་བསྐྱབས་ནས་བཞུགས་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལ་དགོངས་པ་
ཚྲགས།) རེ་ལྷ་ཡོན་ཚུལ། (རོང་ནས་མར་ཕེབས་མཆོམས་དུས་ལོག་པས་དགོན་པ་ཆེར་བཞུགས་ཁོམ་མ་བྱུང་
ཞིང་དུས་རྒྱུན་གྱིས་རྟེན་བཟུངས། དུས་འགྱུར་རྗེས་དགོན་པའི་མགོན་སླ་དང་ཡུལ་སྡེའི་སྤྱན་པ་མཛད་ཀྱི་རྒྱན་དུ་ཅེ་
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ལ་ཐུང་ན་ལས་འདས།) འདི་ཆོ་ནི་དུས་རབས་༡༩
དང་༢༠ རྟོན་ཅིམ་ལ་བྱུང་བའི་གྲ་རྒྱ་སྤྱོད་མཐོ་བ་དང་གོ་ཐོས་ཡོད་པ་རྣམས་ཡིན་པས། འདིར་མ་འཁོད་པ་
མང་པོ་ཡོད་དེས་ལ། འདིར་ལོ་རྒྱུས་ཉུང་དུ་རེ་བཞོད་པ་འདུག་ཆེ་བ་གཞན་གྱི་དག་སྒྲོས་ཡིན་པས་དེ་ལྷགས་དེས་
དགོས།¹⁴

༡༡༥ ཉམས་བཞེས་དང་ཕྱག་ལེན་ཇི་ཡོད།

དུས་མཆོད་དང་ཉམས་བཞེས་ཕྱག་ལེན་སྐོར་ནི། ཀུན་དགའ་མི་འགྱུར་མི་རྗེ་མཆོད་སྒྲོབ་རབས་རྣམས་ཀྱི་
སྐབས་སྐབས་མཆོད་དང་ཉམས་བཞེས་ཅི་ཡོད་ཁ་གསལ་མེད་ཀྱང་། འགོ་མགོན་འཕགས་པ་ནས་བརྒྱད་པའི་ས་
སྐུའི་ཕྱག་ལེན་འགའ་དང་རྒྱལ་བ་འབའ་རོང་པའི་ཉམས་བཞེས་རེ་ཡོད་དེས། ཕྱིས་རོང་པའི་མཁན་ཁག་མང་པོས་
ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པས་རོང་ལྷགས་ཀྱི་ཆོ་ག་ཕྱག་ལེན་བསྐྱར་གསོ་དང་ཀུན་རིགས་སོགས་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་
འཇམ་མགོན་སློ་གཏེར་དབང་པོ་ཕེབས་པ་ནས་འདུལ་བའི་གཞི་གསུམ་གྱི་ཆོ་ག་ཚུགས། ས་སྐུའི་རྗེ་བཙུན་མ་རྩ་
མགོན་དབང་མོ་ཁམས་ཕྱོགས་ལ་ཕེབས་སྐབས་¹⁵ རེ་སྒྲིལ་དགོན་དུ་འདུག་ཞབས་སོར་འཁོད་པའི་སྐོར་བཤད་པ་ལྟར་ན་
དུས་དེ་ཅིམ་ནས་ཕུར་པའི་ཕྱག་ལེན་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད་བཟོ་འདུག་སྟེ་དེ་དུས་ཕུར་སྐབས་

¹⁴ འདིར་མཆོན་མ་འཁོད་པ་མ་དང་མཆོན་འཁོད་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་མེད་པ་དག་གི་དས་མ་ཤེས་པས་ལེན་པར་བྱུང།

¹⁵ རྗེ་བཙུན་མ་འདིའི་འཁྲུངས་འདས་ལོ་ཆོགས། (༡༩༣༩ | ༡༩༤༥)

ཚུགས་མེད། དུས་ཟིང་མ་བྱུང་གོང་ཅམ་ནས་རེ་སྒྲིལ་ཆང་གྲ་ས་ན་ལེ་རྒྱུ་ལ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཞུ་ཡུ་མ་ཁྱེན་རབ་
སོགས་ལ་མཆོད་གནས་ཀྱང་ཆེན་པོ་ཐོབ་ནས་མར་ཕེབས་ཡོད་པས། རབ་བརྟན་མ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱེད་གསོ་
དང་ན་རོ་མཁའ་སྒྲོང་མའི་འདོན་རྟ་དབྱངས་སོགས་ཆར་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་འགའ་ཞིག་བྱུང་བར་མཛོད།

གཞན་ཡང་ཞེ་ཁྱོ་རྒྱ་རྟོན་ལུགས་ཞེས་པ་ཞེ་ཁྱོ་འི་ཆོག་གདངས་དབྱངས་རྩ་རོལ་མགོན་པོ་དགོན་དང་བྱང་
པར་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཕྱིས་སྒྲོམ་པ་ཆང་གིས་འཛུགས་ཅ་བཞག་ནས་ཞེ་ཁྱོ་འི་སྒྲིབ་མཆོད་ཅེས་ཉིན་བཞི་
ལ་འཆོགས་སྒོལ་བྱུང་བ་ལས། དེ་སྒྲོན་གཤེན་ཆོག་དང་རིམ་གྱོར་གསུངས་པ་ལས་དགོན་པའི་སྒྲིབ་མཆོད་དེས་
མིན་པར་སྒྲུང་། དེ་མིན་གཏྲར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་སྤིང་པས་གནས་ཆེན་ར་ཚུ་དཀར་འབེལ་འདི་ཕྱགས་སྒྲིབ་བར་ཆད་
ཀྱན་སེལ་གྱི་གནས་ཡིན་པར་དགོངས་ནས་རེ་སྒྲིལ་དགོན་དུ་སྒྲོམ་པའི་ཕྱགས་སྒྲིབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་གྱི་སྒྲིབ་ཆེན་ཞིག་
འཛུགས་སྒྲིབ་ན་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོག་དང་ཐར་པའི་ས་བོན་སོགས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཆེན་འབྱུང་
བར་དགོངས་ཀྱང་དེས་སུ་འཛུགས་རྒྱུ་མ་བྱུང་། ཕྱིས་བྱམས་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཆངས་སར་སྒྲུ་ལམ་དགོན་དང་
དགོན་པོ་དགོས་དཀར་རྟེན་གྱི་སྒྲ་གྲ་མང་པོ་གདན་ནས་སྒྲ་གས་གསོ་སྒྲིབ་ཆེན་ཆོགས་ཤིང་འབྱེད་གཏྲར་སྒྲོ་བུ་མི་
ཤེས་པ་གནང་སྒོལ་ཡོད། དེ་དག་གིས་མཆོད་གསར་རྟེན་རིས་མེད་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་སྦྱོང་གནང་བའི་དགོན་པ་
ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྒྲུ་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྒྲུ་ཡི་དུས་སུ་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱུ་འི་སྒྲུ་མ་གཟིམས་འོག་
མཆོག་སྒྲིབ་རིན་པོ་ཆེ་དཔལ་ལའི་སྒྲུ་ཆེན་དགོན་དུ་ཞབས་སེར་འཁོད་ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྱུང་སོགས་དབང་
ཁྲིད་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲོལ་གནང་མཛད་ནས་རིམ་བཞིན་རེ་སྒྲིལ་དགོན་དུ་ཕྱག་ཕེབས་པ་ནས་ན་རོ་མཁའ་སྒྲོང་མའི་སྒྲིབ་
མཆོད་འདི་ཚུགས་པར་སྒྲུམ། དེ་བཞིན་ཅིང་འདར་དགོན་པའི་དབུ་མཛད་སང་གོ་རྟོ་རྟོ་ལས། ཞུ་ཡུ་སྒྲོ་སྒྲིང་དང་
རེ་རྟོ་རྟོར་རྒྱུ་གཉིས་ནས་གསང་སྒྲ་གས་སུ་འབྱུང་རྟེན་མའི་ཆོས་ཆོན་ལ་རྒྱུད་སྒྲེ་དང་སྒྲིབ་སྒྲེ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས།
སྒྲིབ་སྒྲེ་འི་ཆོས་སྐྱོར་ཕུར་པ་དེ་ཉིད་ཨོ་རྒྱན་གྱི་མཁན་པོ་པདྨ་སམ་རྟ་ཤའི་ཞབས་ལས་བརྒྱུད་དེ། ཉིད་ཀྱི་སྒྲོབ་མའི་
གཙོ་བོ་འཁོན་གྱའི་དབང་པོ་ལ་བཀའ་བབས་པས་དེང་སང་འཁོན་ལུགས་རྟོ་རྟོ་ཕུར་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་
སྒྲིབ་ཆོག་གི་དབུ་མཛད་རྒྱུད་ནས་རེ་སྒྲིལ་དགོན་དུ་ཕུར་པའི་སྒྲིབ་ཆེན་ཐོག་མར་དབུ་ཚུགས་ཤིང་། དེ་འང་ཆོས་སྐྱར་
དགོན་དང་ཅིང་མདའ་དགོན་གཉིས་ནས་སྒྲ་གྲ་མང་པོ་གདན་དངས་ནས་ཆོགས་སྒོལ་བྱུང་། བོད་རྒྱ་བཅུ་གཅིག་པའི་
ཆོས་བཅོ་ལྔ་ནས་སྒྲིབ་ཆེན་སངས་རྒྱུས་རྟོ་རྟོ་འཁོན་དུ་གྲགས་པའི་སྒྲིབ་ཆོག་སྒྲིབ་རས་གཟིགས་ཕྱག་རྟོར་སྒྲིབ་

སྟོང་གི་ཆོག་དང་། རྩོམ་ལ་དཀར་པོ་འབྲུག་ཞོན་གྱི་ཆོག །མཁའ་འགོ་སྤེལ་པའི་ཆོག་གསུམ་བསྐྱུགས་མ་ཞེག་
ཡོད་པའི་ཆོག་འོ་སྟོན་སྐྱུང་གནས་འཆོགས་པ་ལ་དཀར་གསར་མ་དང་། བོད་ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་བཙུང་པའི་སྐྱུང་
གནས་འཆོགས་པ་ལ་དཀར་གསར་མ་ཞེས་འབོད། སྐྱུང་ཆོག་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གསེལ་ཁ་གཞུང་རྒྱལ་བ་འབའ་
རོམ་པའི་གསེལ་ཁ་ཡིན་པ་ལ། སྐམ་པོ་ལྟ་ཅི་དང་། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ། ལྷེ་ཡི་ར་ལྟ་དཀར་འབེལ་སྐྱུང་གསུམ་གཙོ་
བོར་གྱུར་པའི་གཞི་བདག་མང་པོ་ཡོད་པའི་གསེལ་ཁ་ཞེག་ཡོད། བོད་ལྷ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཆོས་པ་ཉེར་ལྷན་མགོན་
ཁང་ནང་དུ་མགོན་པོ་ཁྱོད་བཅུ་འོ་སྟོན་གཏོར་སྟོག་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གོང་མར་གདུགས་དཀར་མདོས་ཆེན་
འཆོགས་པ་ལ་དགྲ་རྒྱུད་དང་། བོད་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་བཅུ་གཉིས་ནས་རེ་མཁའ་རབ་བཟང་པོས་བསྐྱུལ་ས་
ཡོང་བར་གྲགས་པའི་གཏོར་ཆེན་འཇའ་ཆོན་སྟོང་པོའི་ཐབ་གཏོར་མ་ཉ་ཡོ་གའི་ཆོས་ཆེན་ཞི་ཁྱོད་སྟོང་པོའི་
སྐྱབ་མཆོད་ཉིན་བཞེ་འཆོགས། བོད་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཉེར་ལྷན་ས་ཕུར་པའི་གཏོར་སྟོག་འཆོགས་པ་ལ་དགྲ་
ཆེན་དང་། ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་བཙུང་པའི་ཉིན་བསྐྱུགས་སྟོན་གྱི་སྟོན་གསུམ་ཆེན་རྒྱ་དཔལ་དགའི་གསུམ་ཉེབ་མ་
འདོན་སྟོལ་ཡོད། བོད་ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་ནས་འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བཙུང་དབང་པོའི་སྟོག་ཆོག་གི་སྟོན་མ་
ཁི་འབུམ་སྐྱབ་གྱི་སྐྱབ་ཆེན་སྐྱུང་། དེ་དང་དེས་མཆོན་པའི་རེ་སྟོན་པའི་ཆོས་བཙུང་སྟོན་གསུམ་ཆེན་རིས་
སྐྱ་མ་ཆད་པ་ཉམས་བཞེས་གནང་ན་ཡང་ཁོངས་གཏོགས་གྱི་ཆེན་སྐྱ་ས་ད་བར་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པའི་དགོན་པ་
ཞེག་ཡིན་ནོ།

༡༢། སྐྱབ་མཆོད་ཀྱི་དུས་ཆོགས།

དེ་འང་ཞིབ་པར་ཞུས་ན་ཉོར་ལྷ་བཅུ་པའི་ཆོས་༡༡ནས་༡༥བར་དུ་ནམ་རྒྱལ་མ། ལྷ་༡༡པའི་ཆོས་༡༣ ནས་
༡༦བར་སྐྱུང་གནས། དེའི་༢༥ནས་༣༠བར་ལ་ཁྱོད་བཅུ་འོ་སྟོན་གཏོར་སྟོག་དང་ཕུར་པའི་གཏོར་སྟོག་བསང་དང་བཅས་
པ། ལྷ་༡༢པའི་ཆོས་༡༢ནས་༡༥བར་ལ་ཞི་ཁྱོད་ ༡༦ཉིན་མི་འབྲུག་པ། ༡༧ཉིན་སྟོར་སྟོང་མ་ཁི་ཉིན་གཅིག་ ༢༥
ནས་༢༩ བར་གདུག་དཀར་འདུས་ཆེན། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཀུན་རིག་སྟོན་རྒྱས་དང་སྟོན་མཆོད། ལྷ་དང་པོའི་ཆོས་༡༥དང་༢
ལ་སྟོན་ཀུན་རིག་སྟོན་རྒྱས་མེད་པ་དང་། ཕྱི་རྩོམ་ཆོག་ཆར་གཉིས་པེ། དེའི་ཆོས་༡༣ ནས་༡༦ བར་ལ་སྐྱུང་གནས།
དེའི་༢༣ ནས་ལྷ་༢ པའི་ཆོས་༣ བར་ཉིན་དགྲུལ་མ་ཁི་བུམ་སྐྱབ། སྐབས་དེར་ཆོས་༢༩ ཉིན་ཆོགས་འཁོར།

[illegible]

༡༣། དུས་འགྱུར་རྗེས་ཀྱི་གནས་སྟངས།

[illegible]

བདག་ཏུ་མངའ་གསོལ་ཞུས། དེ་ལྟར་བྱམས་པ་སངས་རྒྱལ་ལ་སྐུ་ལ་གཉིས་བྱོན་པ་ལས་མཆོག་སྐུ་ལ་གསལ་
བྱེད་རིན་པོ་ཆེ་དགོན་པར་འཁོད་མ་ཐུབ་པས་ལམ་འབྲས་པ་ཕྱུག་པས་རྗེ་ཉི་མ་འོད་གསལ་མཆོག་དང་དགོན་པ་འདི་
ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་རེ་སྒྲིལ་མ་ཀུན་དག་འཁོར་འབྱུང་རྗེ་རྒྱ་རབས་བཅོ་ལྔ་པ་ཞུ་ཡུ་འཆི་མེད་ཀྱི་ཡང་སྲིད་ལྔ་རིག་
སྐུ་བའི་དབང་པོ་སྐུ་ལ་སྐུ་སྐུ་བ་བརྒྱད་བརྟན་འཛིན་རྣམས་རྒྱལ་ཏེ་མཆོག་སྐུ་ལ་རྣམས་གཉིས་ཀྱིས་དབུས་པའི་སྒྲ་མ་
མཁན་པོ་བཅུ་ཕྱག་ལྷག་ཅིག་གི་གཟིགས་སྐྱོད་འོག་རབ་བྱུང་དུར་སྤིག་གི་སྡེ་ཡོན་ཐོག་དགོན་པར་རྒྱན་སྒྲོང་གིས་
སྐྱོལ་ཆོག་རྒྱས་པ་དང་གདུགས་དཀར་མཆོག་གྲུབ་མཆད་མེད་འདོན་གྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་རྒྱན་པ་ཆོས་མཐོང་བ་
བརྒྱད་པའི་ཕྱག་ལེན་འཛིན་ཞིང་། གཞོན་པ་ཆོ་ཤེས་ཡོན་དང་སྐུ་ན་སོན་རིམ་བཞིན་གདན་ས་ཆེ་ལག་ཏུ་གསན་
བསམ་གནང་ཁར་བསྐྱོད་པ་ནི་བརྟན་དགོན་འདི་ཉི་སྤིག་སྐྱོལ་དུ་གྲུབ། དེས་ན་བོད་ཁམས་བྱེ་རྫོང་སར་བཤད་གྲ་
ནས་ཐོན་པ་མཁན་པོ་སྐར་མ་ཐར་རྒྱལ་དང་། རྗེ་རྒྱ་བ་དཔོན་དག་འཁྱིམ་གཉིས། ས་སྐུ་མཐོ་སྐྱོབ་ནས་ཐོན་པ་
མཁན་པོ་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཆོ་དང་། མཁན་པོ་ཐུབ་བརྟན་རབ་གསལ། མཁན་པོ་ཀུན་དག་འཁོར་ཆེ། སྐྱོབ་
དཔོན་ཀུན་དག་འབརྟན་འཛིན། མ་དགོན་བཤད་གྲ་ནས་ཐོན་པ་བཀའ་བཅུ་པ་ཀུན་དག་འཚུལ་ཁྲིམས། འཕགས་
ཡུལ་རྫོང་སར་བཤད་གྲ་ནས་ཐོན་པ་མཁན་པོ་མཁུན་རབ་དཔལ་ལྡན་དང་། མཁན་པོ་དགོན་མཆོག་དབང་རྒྱལ།
བཀའ་བཅུ་པ་རྣམས་བཀ། སྐྱོབ་དཔོན་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ། སྐྱོབ་དཔོན་དག་དབང་སྤྲོན་གྲོལ། གསང་ཆེན་
རྒྱུད་ཀྱི་བཤད་གྲ་ནས་ཐོན་པ་སྐྱོབ་དཔོན་རིན་ཆེན། གསེར་ལྗངས་བཤད་གྲ་དང་དཔལ་སྤྲུངས་བཤད་གྲ་གཉིས་
ནས་ཐོས་བསམ་གནང་སྟེ་པེ་ཅིང་ནང་བརྟན་མཐོ་རིམ་སྐྱོབ་གྲ་ནས་ཐོན་པ་རབ་འབྱམས་པ་འཇམ་བཀ། དེ་བཞིན་
ཕྱུག་པས་མགོན་པོ་ལོང་མ་ཁྲི་ཆེན་རྗེ་འཆང་གི་ཞལ་སྐུ་ནས་དང་། ཕྱུག་པས་མགོན་པོ་ལོང་མ་བདག་ཆེན་རིན་པོ་
ཆེ། ཕྱུག་པས་མགོན་པོ་ལོང་མ་ཁྲི་འཛིན་ཞེ་གཉིས་པ། སྐུ་མ་སྐྱོད་དག་འཁོར་པོ་ཆེ། མཁན་ཆེན་ཨ་པད་རིན་པོ་ཆེ།
མཁན་ཆེན་པདྨ་དམ་ཆོས་བཅས་ཀྱི་ཞལ་སྐུ་ནས་གསུང་དག་ལམ་འབྲས་དང་སྐུ་བཟངས་ཀུན་བདུས་ཀྱིས་གཙོས་
པའི་ཐབ་ཆོས་གདམ་པ་རྒྱ་མཆོའི་བཀའ་རིན་ཐོབ་ནས་རྒྱུད་མན་དག་གིས་ཟིན་ཞིང་ཆོས་དང་འབྲས་པའི་གྲ་པ་
བགྲེས་གཞོན་མི་ཉུང་བ་བཞུགས་ཡོད། ཕྱི་ནང་གི་རྟོན་བཞེངས་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་གོང་འོག་གཉིས་དང་མགོན་
ཁང་དང་སྐུ་བའང་། སྐུ་གདུང་ཆ་བརྒྱད། ཡན་ལག་བཅུན་མའི་དགོན་པ་དང་། གྲ་ཕྱག་སྐྱོབ་གྲ་བཅས་ཡོད།
མགོན་ཁང་ནང་སྐུ་ན་འདམ་ལས་གྲུབ་པའི་གྲུང་མགོན་གྱི་སྐུ་སྐར་ནས་ཡོད་ལ། ཉེར་ཆར་རྗེ་རྒྱ་བ་དཔོན་དག་

དབང་སྒོ་གྲོས་ལགས་ནས་བཞེངས་པའི་གྲུང་ཞལ་ལྷམ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་བའས་གསེར་ལས་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་དེ་བཞུགས།
གཙུག་ལག་ཁང་འོག་མའི་ནང་གཙོ་ལྷ་རྒྱ་ཤིང་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་བ་བྱམས་དང་། ས་ངོར་ཆར་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་
མའི་འདྲ་སྐྱེ་ཤིང་ལས་གྲུབ་པ་མི་ཆད་དེ་དང་། ཟངས་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་གོང་མ་རྣམ་ལྔའི་སྐྱེ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་
བསྟན་འགྱུར། སྐུ་མ་ཀུན་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་གདུང་མཆོད་རྟེན་སོགས་བཞུགས། གཙུག་ལག་ཁང་གོང་མའི་ནང་སྐུ་མ་
ཏིས་ཚུལ་སྒོ་ཆོང་གིས་གཙོ་ལྷ་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྐྱེ་སྐྱེ་ན་འདམ་ལས་གྲུབ་པ་ཐོག་ཕྱིག་མ་ཞིག་དང་། ལྷ་ཡུ་
བྱམས་པ་འཆི་མེད་ཆོང་གིས་སྐྱེ་ན་འདམ་ལས་གྲུབ་པའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་སྐྱེ་བཞེངས་ཡོད་ཀྱང་། ཕྱི་ཡི་གཙུག་ཁང་
མ་བརྟན་པར་བསྐྱར་བཟོ་དགོས་པ་བྱུང་སྟབས་ད་ལྟ་ནང་རྟེན་དེ་ཆོ་བཞུགས་མེད། ད་ལྟ་གསེར་བཞེང་གྲུབ་པའི་
གཙུག་ལག་ཁང་གོང་མའི་ནང་གཙོ་ལྷ་ཟངས་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་རྟེན་པའི་སྐྱེ་ཐོག་ཕྱིག་གཉིས་མ་དང་། རྒྱལ་
བ་བྱམས་པའི་སྐྱེ་ཐོག་ཕྱིག་གཅིག་ཅན། ཏིས་ཚུལ་སྒོ་ནས་ཡོན་སྐྱར་བའི་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་ལ་གར་ལས་གྲུབ་པ་མི་
ཆད་མ། སྐྱེ་བ་དཔོན་དག་དབང་སྒོ་གྲོས་ནས་བཞེངས་པའི་སྐྱེ་མ་དཀར་སྐྱེ་སྐྱེ་མ་ཉེར་གཅིག་གིས་སྐྱེ་བ།
གསུང་རྟེན་ལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྟན་འགྱུར་དང་། ཕ་སྐྱབས་མགོན་ཕ་གོང་མ་སྤེལ་ཞེ་གཉིས་པ་མཆོག་ནས་
བསྐྱལ་བའི་གསུང་དག་ལམ་འབྲས་སོགས་བཞུགས། ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་གྲུ་ཆོས་དག་འནས་ཡོན་སྐྱར་བའི་བྱང་
ཆུབ་མཆོད་རྟེན་ཟངས་གསེར་ལས་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་དེ་མིན་ཞལ་ཐང་ཆེ་རྒྱུ་སྐྱེ་ཆོགས་དང་གསུང་འབྲས་
སོགས་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་སྐྱེ་མང་བཞུགས་ཡོད་ཀྱང་ཞིབ་ཆོགས་འབྲི་བའི་དལ་བ་བསྐྱུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟའི་
ཕྱི་ནང་གི་རྟེན་བཞེང་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་མཆོག་སྐྱལ་ཉི་མ་འོད་གསལ་ཉིད་ཀྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་པའི་བཀའ་དྲིན་ལ་
བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

༡༩། ད་བཞུགས་སྐྱལ་སྐྱེ་ཆོའི་རྣམ་ཐར་ལས་མཆོག་སྐྱལ་ཉི་མ་འོད་གསལ།

དེ་ནས་མཐའ་དོན་དུ་ད་ལྟ་འཆོ་བཞེན་པའི་སྐྱལ་སྐྱེ་རྣམ་པའི་རྣམ་ཐར་རགས་བསྐྱུས་རེ་ཞུས་ན། སྐུ་མ་བྱམས་
པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡང་སྤྱིད་མཆོག་སྐྱལ་ཉི་མ་འོད་གསལ་ལགས་ནི་ཡབ་སྐུ་མ་བུ་ཀུན་ཆོས་དང་ཡུམ་སྐྱེ་བཟའ་དག་འ་
རྟེན་སྐྱེ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་སྐྱེ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་འབྲུག་(༡༩༦༥)ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས། མཆོན་ཀུན་དག་འ་
སྐྱེ་གྲོས་སྐྱེ་གསོལ། ཡུམ་གྱི་མངལ་དུ་ཞུགས་དུས་ནས་བཟུང་ཡུམ་གྱི་མི་ལམ་དུ་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་མང་པོ་

ཆེད་པ་དང་བྱམས་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ལན་དུ་མར་མིས་གྱི་ཡོད། བཅས་པའི་རྣམ་མེར་བྱམས་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གཞིམ་ཁང་ལོག་ཏུ་དུང་དཀར་མང་པོ་ལ་ཡར་བསྟན་ནས་ཡོད་པ་དང་། འདྲུ་ཁང་དུ་འཇའ་འོད་དང་ཉི་མ་ཤར་བ་སོགས་མིས་ལྟས་བཟང་པོ་དུ་མ་བྱུང་། སྐྱེ་ཆུང་ཅུ་ཉི་ལྔ་ནས་ཐུགས་དུལ་ཞིང་། རྒྱུད་འཇམ་པ་སློ་གསལ་བ་ཞིག་བཞུགས། ལོ་བརྒྱད་ནས་བཅུ་དྲུག་བར་དུ་སློབ་གྲྭ་ལག་ཏུ་སློབ་སྦྱོང་མཛད་པས་ཤེས་རབ་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པར་གྲགས། ཕྱི་ལོ་༡༧༡༧ལོ་དགུང་གངས་རུ་བདུན་ཐོག་སྤིང་ཚུས་རྗེ་སྟོན་དུ་སོང་བས་ཆོས་སྒྲོལ་ཞུགས། ཡབ་ཉིད་དང་ཆོང་གསར་སྒྲ་ཀན་བཅས་ནས་དབང་ཁྲིད་མང་པོ་གསན། ཏ་རྒྱ་དགོན་དུ་འབྱོར་དང་འབྱུང་མདུན་ནས་བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲགས་མཛད་གཙུག་དབང་ལུང་མང་པོ་གསན་ཞིང་སྟོན་འབྲོ་སྒྲོལ་གྱི་དབང་ཁྲིད་གསན། སྐ་ཨ་ཁོ་དར་རྒྱལ་དགོན་པར་དོར་གྲུ་ལྡིང་མཁན་ཆེན་མཇུག་ནས་དབང་ལུང་དང་། དགོ་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་མཛོས་པས་མཆོན་ཉི་མ་འོད་གསལ་དུ་གསོལ། བསྟན་པ་ལ་ཞབས་ཞུས་དགོས་པའི་ཞལ་གསུངས་དང་བཅས་སྟོན་པའི་སྐྱེ་བུ་མངས་གསེར་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་དོར་བྲིལ་ཆ། ལས་ཕུར་དུལ་རྒྱུ་ཅན། བརྒྱ་དོ་དང་དམ་ཇུས་རིལ་བུ་བཅས་གནང་། དགུང་ལོ་ཉི་ཤེས་ཐོག་ཅོང་མདའ་དགོན་དུ་མཁན་པོ་དམ་ཆོས་གྱི་མདུན་ནས་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱན་འདུས་དང་། སྟོན་འཇུག་སོགས་དབང་ཁྲིད་མང་དུ་གསན་རྗེས་མཁན་འདི་པའི་ཞབས་འབྲིང་དུ་སྤྲོད་གོ་དང་། གོ་འཛོལ་བྱོན་ནས་སྟོན་འཇུག་ལན་གཉིས་གསན། མཁན་པོས་དགོན་པ་གཙང་དགོན་དགོས་ཚུལ་གྱི་ཞལ་བཟང་དང་དཔེ་ཆ་མང་པོ་གནང་། དགུང་གངས་ཉི་ཤེས་ཐོག་སྤྲོད་གོ་མར་དགོན་པར་དོར་ཁང་སར་མཁན་ཆེན་མདུན། ལམ་འབྲས་ཆོགས་བཤད་གཙུག་དབང་ཁྲིད་མང་པོ་དང་། ལས་སློབ་བཅུ་གཅིག་གི་དབུས་སུ་བསྟེན་པར་རྫོགས། དེ་ནས་བཟུང་ཕྱི་དྲིའི་ལ་ཟས་མི་གསོལ་བ་སོགས་ཉིས་བྱས་སྤོ་མོ་ཚུན་སྐྱུན་འབྲས་ལྟར་སྤང་ཞིང་རང་དགོན་དུ་བྱོན་ནས་དབྱར་གནས་བཅུགས། དེའི་ཀྱུག་ལྷག་བེའུ་ཅུ་དགོན་དུ་དང་། རང་དགོན་བཅས་ལ་ཕུར་པའི་སྐྱབ་ཆེན་གྱི་དོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་མཛད་ཅིང་། མཁུན་ཡོན་དང་ཀྱན་སྟོན་གང་ཅིར་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་གྲྭ་ཀན་རྣམས་གྱིས་བཙི་འདང་དང་རེ་བ་ཆེ་བ་དང་། ཉིས་ཆོ་ཡང་སྤྲིད་གྱིས་ང་ལ་ཁང་སར་མཁན་ཀན་གྱིས་འདི་བསྟན་དགོན་ལ་ཕན་ཐོག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉོག་སྟོན་སོགས་མཐོ་བའི་རྟགས་གྱིས་མངའ་གསོལ་མཛད་དགོས་ཞེས་ཞལ་གང་མས་དམ་པོ་གནང་སོང་བས་འདི་ཡང་བྱམས་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་སྦྱིར་མངའ་གསོལ་ཞུ་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་སྐྱུལ་སྐྱེ་རྣམ་གཉིས་དང་ལྟན་དུ་གསེར་ཁྲི་མངའ་གསོལ་ཞུས་པ་བཞིན། བསྟན་དགོན་འདིའི་ཐུགས་འགན་ཆེན་པོར་བཞེས་

པས་བསྟན་པ་ལ་རྩོམ་གསུམ་པ་བྱུང་ཡོད། ཕྱིས་པ་སྐབས་མགོན་པོ་གོང་མ་གྱི་འཛིན་ལ་པ་མཆོག་གི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་
ཀྱང་འདི་ཉིད་ཀྱང་བྱམས་པ་སངས་རྒྱུ་གྱི་སྐྱེ་སྐྱེར་བཀུར་དགོས་པའི་ཕྱག་བྲིས་གནང་འབྱོར་བྱུང་ཡོད་ལ། དེ་རྗེས་
རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་འཕགས་ཡུལ་ལ་ཐེབས་ནས་པ་མགོན་པོ་གོང་མ་གྱི་འཛིན་ལ་པ་མཆོག་ལ་མཇལ་བཅར་ཞུས་སྐབས་གོང་མ་
མཆོག་ནས་དོར་ཞབས་བྱུང་ཞིག་གི་གདན་ཐོབ་ཡོད་པའི་བཀའ་ཡིག་བསྐྱུལ་གནང་ནས་ཐུགས་འདད་སྤྲུལ་མེད་
བསྐྱུངས། ཁྱིན་འདོན་ཞུས་པ་དེའི་དབྱར་ཁར་ཙོང་མདའ་དགོན་དུ་གདན་དྲངས་བ་ལྟར་ཕུར་སྐྱབ་གྱི་ཆོག་གསུང་
བཞུགས། དེའི་ཕྱི་ལོར་གྱི་རྩོམ་བསྟན་ཆེན་བཞག་ཅིང་དེ་གོལ་བ་ན་གྲ་བཙེ་བརྒྱད་ཙམ་ཁྱིད་ནས་སྤྱིར་དགོ་དགོས་
སྤྱི་བདུན་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བཅུག་སྟེ་རབ་བྱུང་གི་སྤྱི་བཅུགས། སྤར་མཁན་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་བཀོད་བཞིན་དགོན་པ་
གཙང་དགོན་བྱ་རྒྱུ་འཕགས་ཐག་བཅད། རྩོར་སར་བཤད་གྲུར་ཐེབས་ནས་མཁན་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་པདྨ་
དམ་ཆོས་མདུན་ནས་དབང་ཁྱིད་ཕྱན་བྱུངས། མཁན་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས། ཞབས་བརྟན་ལྷགས་རྩེ་གནང་ཞིང་
མཆོན་སྤྲུལ་མའི་མཐར་ཐེག་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པ་བསྐྱུལ་ནས་དར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་དང་བཅས་གནང་།
དགྲུང་གྲངས་ཉེར་བརྒྱད་ཐོག་ཁ་རིག་དཔལ་སྤྱི་མདུན་འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་དང་མཁའ་སྤྱོད་མས་གཙོས་པའི་
དབང་ཁྱིད་གསལ། དགྲུང་གྲངས་ཉེར་དགྲུལ་གྲུ་བཙེ་བརྒྱད་ཙམ་ཁྱིད་ནས་སྐྱེར་བྱོན་ཏེ་གོང་མའི་རྒྱལ་ཆ་བ་
མཁུན་བཙེ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་གོས་ཀྱི་སྤྱོད་མ། འཇམ་དབྱངས་སྤོ་གསལ་བཟང་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་སྐྱེར་ཡབ་
ཆོས་ལམ་འབྲས་སྤོ་བཤད། མགོན་པོ། མཁའ་སྤྱོད་མ་དང་། སྤྱི་འབྱུང་རྩིང་མའི་ཟངས་གཏེར་སྐྱབ་སྐྱོར་
བཅས་མཁན་སྤྱུལ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོར་བཀའ་རིན་བསྐྱུལ་པ་ཡང་གསལ། ལམ་འབྲས་གོལ་བའི་དགའ་སྟོན་
ཆོག་མཆོད་ཉིན་སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཉམ་དུ་འབྲུ་པར་རྒྱབ་སྐྱབས་སྤྱི་མས་སྤྱུལ་སྐྱེ་མཉམ་བཞག་མཛོད་
གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ལམ་འབྲས་ཀྱི་བསྟན་པ་མ་ཆད་པར་འཛིན་སྐབས་དགའ་གསུངས་ནས་དབྱུགས་ལྷ་
ཞིག་གནང་ནས་ལོ་གྲངས་ལ་ངས་པ་མེད། གནས་རེ་སྤྱི་དགོན་དུ་བཞུགས་གསུངས། དེ་ནས་དགོན་དུ་ཐེབས་
ནས་རྒྱན་གྲ་བཙུགས། ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་མཆོམས་དམ་པོར་མཛོད། ལམ་འབྲས་སྤོན་འགོ་ནས་བཙུམས་བསྐྱེད་
རྩོགས་ལུས་སྤྱོད་འཕུལ་འཁོར་སོགས་ཉམས་ལེན་དང་གྱི་རྩོམ་བསྟན་ཆེན་ཐེངས་གཉིས་བསྐྱུལ། དགྲུང་གྲངས་སོ་
གསུམ་ཐོག་སྤྱི་མའི་བཀའ་དང་གྲ་ཆོང་ཡོངས་ནས་བསྐྱུལ་དོར་སྤྱི་བ་གསུམ་གྱི་རིང་དགོན་ཁག་བརྒྱད་དང་འདུས་
པ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷག་ལ་ལམ་འབྲས་སྤོ་བཤད་མཛོད། དེ་སྐབས་སྤྱི་ནམ་མཁའ་ནས་འཇའ་ཡི་གུར་ཕུབ་པ་དང་།

མེ་ཏྲག་འདབ་མ་བརྒྱད་དང་བཅུ་དྲུག་སོ་གཉིས་ཅན་སོགས་བབ་པ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་འགའ་མཆིས་
ཀྱང་འདིར་མ་བཞོད། དེ་སྐབས་གདན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་ཆོ་ལྷ་རྣམ་གསུམ་གྱི་བསྟེན་པ་བསྐྱུལ། ཁྲ་རིག་དཔལ་ལྷ་
མདུན་དུ་བྱོན་པས་ཁྲ་རིག་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྤྲུགས་དགེས་ཆོར་མཛད་ནས་སྤྲུགས་ཇེ་ཆེ། ད་ལྟའི་དུས་སུ་དམ་པ་འདི་
འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་དེ་མཆོར་གསུངས་ནས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་པར་དང་བྱིན་རྟེན་བཅས་གནང་བ་མ་ཟད། ཞབས་བརྟན་མཆོན་
བཀྲ་ཅན་སྟོ་ཀ་གཅིག་མཛད་ནས་བསྐྱུལ། འཁྲི་འདུ་སྐལ་བཟང་དགོན་དུ་སྒྲ་གྲ་མང་པོར་གྱི་རྩོམ་གཅིས་དབང་དང་
རྩེས་གནང་ལུ། སེར་པ་དགོན་དུ་ལྷ་ཁང་གསར་བཞེངས་ལ་རབ་གནས་སུ་བྱོན། ལྷ་ལྷིང་མཁན་རིན་པོ་འཛིན་ལ་
སྒྲ་ནས་དེང་བསྟན་པ་ཉམས་གཏུག་གི་སྐབས་འདིར་ཉིད་ནས་དགོ་ཚུལ་སྟོང་གནང་རྒྱ་བྱུང་ན་ལེགས་འདུག་པས་དེ་
བཞིན་དགོངས་བཞེས་ཞུ། རོར་ལྷ་ལྷིང་མཁན་པོ་ནས་ཞེས་ཐམ་གས་གནན་པའི་བཀའ་ཡིག་བསྐུལ་བས་རང་
དགོན་གྱི་གྲ་སྤྲུག་རྣམས་དགོ་ཚུལ་དུ་བསྐྱུབས། བེའུ་རུ་དགོན་དང་རང་དགོན་རྣམས་ལ་ཡང་དབང་ཆོས་ན་མར་
མཛད། ཁོང་གི་སྤྲུགས་དམ་གཅི་བོ་ཡི་དམ་གྱི་རྩི་རྩེ་ལྷན་བཞེས་གས་པོ་དག་ཅིག་ཆགས་མེད་མཛད། ཕྱི་ནང་
གི་རྟེན་བཞེངས་སྟོར་ལ་ས་སྐྱ་སྤྱི་དགོན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བརྟེན་དང་བཅས་པ། རེ་འི་སྒྲ་བཅུན་དགོན་གསར་དུ་
ཕྱག་བཏབ། དགོན་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གོང་འོག་གཉིས་བརྟེན་དང་བཅས་པ་དང་སྐྱབ་ཁང་བསྐྱར་བཞེང་གནང་།
དེ་བཞིན་དགོན་པའི་དུས་མཆོད་རྣམས་དང་རྒྱན་གྲ་ཆོང་ལ་འཛོལ་སྐྱར་བ་དང་བཅས་བསྟན་འགོ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤྲིན་པའི་
མཛད་འཕྲིན་གྱི་མགོན་དཔུང་དམ་པར་སྐྱུ་འཛོལ་བཞུགས་པ་ལགས་སོ།།

༡༥། མཁན་སྐུལ་སྐྱབ་བརྒྱད་བསྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ།

རེ་སྒྲིལ་མ་ཀུན་དགའ་མི་འབྱུང་རྩི་རྩེ་སྤེལ་པ་མཁན་སྐུལ་སྐྱབ་བརྒྱད་བསྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ་ལམ་
ཀུན་དགའ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནི། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཚུལ་(༡༩༤༢) ལོར་ཡབ་རོང་པོ་
རྩི་རྩེ་ཆོད་དབང་དང་ཡུམ་ཆངས་བཟའ་ཨོར་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྐས་དུ་སྐྱུ་འབྱུངས་ཤིང་། ཕ་སྐྱབས་མགོན་ཕ་གོང་མ་
བདག་ཆེན་འཇིགས་བྲལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། ཕ་སྐྱབས་རྩི་ལ་མགོ་མཁྱེན་བཙེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་
དགོངས་པ་གཅིག་མཐུན་གྱིས། འདི་ཉིད་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པ་ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་ཀུན་དགའ་མི་འབྱུང་རྩི་རྩེ་སྤེལ་རབས་
བཅུ་བཞི་པ་ཞུ་ཡུ་འཆི་མེད་རྩི་རྩེ་ཡང་སྤྱི་དུ་རོས་འཛིན་གནང་བ་བཞིན། དགྲུང་གྲངས་བདུན་པའི་ཐོག་དཔལ་

ལྷན་རེ་སྒོ་དགོན་པར་གསེར་ཁྱིམ་འགསལ་ཞུས་པ་ནས་བཟུང་། ད་བར་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་འབའ་ཞིག་
ལ་ཐུགས་དགོངས་ཅི་ཆེར་བཞེས་ཤིང་། ཁྱ་རིགས་དཔལ་སྒྱུ་སྒྱུ་ཕྱིར་དུག་པ་འཇམ་དབྱངས་དམ་ཆོས་ཉིམ་འེ་སྒྱུ་
མདུན་ནས་རབ་བྱུང་གི་སྔོན་པ་ནི་དེ་ཅིང་ཀྱེ་དོར་ལ་སོགས་པའི་བཟོས་དུམ་མ་གསལ་ནས་སྒྱུ་ལྷན་རེ་སྒོ་འཛིན་
པའི་རྟེན་དུ་བཞེངས་ནས། མཆོག་སྒྱུ་ལ་ཉིམ་འེད་གསལ་དང་ཕྱག་དཔུང་མཉམ་གཤིབ་ཀྱིས་རེ་སྒོ་དགོན་པའི་
བསྟན་དོན་གྱི་ཐུགས་འགན་ཡོངས་སུ་བཞེས་པ་མ་ཟད། འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱི་མཛད་པ་ཕྱིར་བས་རྣམས་ཀྱི་
མིག་དཔེར་འོས་པ་བསྐྱུངས་ཤིང་སྒྱུར་བཞེས་པ་འདི་ལྟར་ལགས་ཏེ། མཐོང་རྒྱུད་ཕྱག་ལེན་པའི་ཆེར་ཐུགས་མངའ་
སྒྱུ་བ་པ་དང་། དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ཐོག་སྟོང་ནག་སྒྱུ་ཆེན་དགོན་དུ་གཞུང་ལུགས་ལ་གསལ་བསམ་དབུ་འཇུགས་
གནང་ཞིང་། དགྲུང་གྲངས་བཅུ་གསུམ་ལ་སོན་སྐབས་ཁམས་བྱེ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་པ་མཁན་ཆེན་པོ་དམ་ཆོས་
མཆོག་དང་། མཁན་ཆེན་ཕུན་ཚོགས་རྣམ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་དུང་ནས་བབྱང་བྱ་གཉིས་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་གཞུང་ཆེན་
ཁག་ལ་ཐོས་བསམ་གནང་ཞིང་། དེ་ནས་དཔལ་སྒྱུངས་བཞུགས་པའི་ཐེབས་ཏེ། སྒྱུ་ལོ་གཅིན་པོ་མཁན་ཆེན་དོན་
འགྲུབ་བྱ་ཤིས་མཆོག་གི་དུང་ནས་། གཞུང་ལུགས་ཆེ་ཁག་པའི་ཆེར་གསལ་བསམ་མཛད། དེ་རྗེས་དགྲུང་
གྲངས་བཅུ་དགྲུའི་ནས་དགྲུང་གྲངས་ཉེར་གསུམ་བར་གྲ་ས་འབྲས་སྒྱུངས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་དབུས་ཀྱི་གདན་ས་
ཁག་ཏུ་སྒྲོབ་གཉེར་ལ་ཐེབས་རྗེས། སྒྲར་ཡང་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་སྒྱུངས་སུ་ཐེབས་ནས་དེ་གར་སྒྱུར་དཔོན་
དང་རིམ་གྱིས་དགོ་ཤོན་གནང་ནས་གཞུང་ཆེན་ཁག་འཆད་ཁྲིད་མཛད། དེ་ནས་དགྲུང་གྲངས་ཉེར་ལྔ་སོན་པ་ན་
བྱམས་མགོན་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞེས། དཔལ་སྒྱུངས་བཞུགས་པའི་མཁན་པོར་མངའ་
གསལ་གཟུངས་བསྟོད་ཞུས་པ་བཞེས་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱི་ལམ་ནས་གདན་ས་ལོ་ཤས་བསྐྱུངས་རྗེས། ཕྱི་ལོ་
༢༠༠༤ལོར་ཀི་རྟི་བྲ་ཆོང་། སྒྲ་བྲང་བྱ་ཤིས་འབྱེལ། རྒྱ་སེར་ཤུལ་དགོན་གྱིས་མཆོན་པའི་ཆོས་བྲལ་ཆེ་ཁག་ཏུ་
ཐེབས་ཏེ། མཁས་གྲུབ་གོང་མ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ཇི་བཞེས་པོད་ཆེན་ལྷ་ལ་དམ་བཅའ་བཛད་པས་མཁས་སྟོན་གྱི་
བྲགས་པས་ཕྱོགས་མཐར་ཁྱབ། ༢༠༡༠ལོར་ཁམས་ལྷ་ཐོགས་དཀར་ལེགས་དགོན་དུ་ཐེབས་ནས་བཞུགས་པའི་གྲ་
གསལ་འཇུགས་དང་བབྱང་བྱ་གཉིས་རིང་། སྒོ་རྟགས་བསྐྱུས་གསུམ་དང་། བར་དག་སྟོན་གསུམ། ཆོད་མ་དང་
པར་ཕྱིན་སོགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་བཞུགས་ཏེ་རྒྱུ་གསལ་པར་གནང་། དེ་དག་གི་རིང་ལ་སྒྲ་འགྲུར་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་
ལྟུངས་རྗེ་ཁང་གསལ་བསྟན་པའི་དབང་ཕྱག་མཆོག་གཙུག་ཏུ་བསྟོན་ནས། གདམས་པ་བཟོས་ཐུགས་རྒྱུད་

འབྲེངས་པར་མཛད་ཅིང་། གཞུང་ལུགས་མང་པོ་འདི་དག་ལ་བའི་གནད་ལ་དབྱེད་བཅོམ་གང་མང་སྒེལ་ནས་(རྩ་
སྒྲིག་གི་ལང་ཚོ་)ཞེས་པའི་དབྱེད་དེབ་ཅིག་གྲོག་པ་པོའི་སྒྱུན་སྡེར་བསྐྱུལ།

གཞན་ཡང་ཁྱུང་གོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་མཐོ་སྒྲོབ་ནས་མཐོ་རམས་རབ་འབྱམས་པའི་མཆོན་གྱི་ཅོད་པན་
བཞེས། དེ་བཞིན་རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་པ་ སྐྱབས་མགོན་པ་གོང་མ་ཁྱི་ཆེན་ཞེ་གཅིག་མཆོག་གི་ཞལ་སྡེ་ནས་
ལམ་སྐོར་ཕྱི་མ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་ཁྲིད་དང་ལམ་འབྲས་ཚོགས་བཤད་ཀྱི་ལུང་བྱིན་རྒྱབས་རྗེས་གནང་ཁག་དང་དཔལ་
ཀྱན་རིག་གི་དབང་སོགས་གདམས་པ་དུ་མ་གསལ། པ་སྐྱབས་མགོན་པ་གོང་མ་ཁྱི་ཆེན་ཞེ་གཅིག་པ་མཆོག་
གི་ཞལ་སྡེ་ནས་ལམ་འབྲས་ཚོགས་བཤད་ཀྱི་དབང་ཁྲིད་བྱིན་རྒྱབས་དང་བཅས་པ་རྗེས་པར་ཐོབ་པ་དང་པ་སྐྱབས་
མགོན་འཁོན་གདུང་རྩྭ་ན་བཟོ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྡེ་ནས་འཁོན་ལུགས་རྗེ་རྗེ་ཕུར་པའི་དབང་ཆེན། པ་ སྐྱབས་རྗེ་ཤར་
ཆེན་གྱི་ལྷིང་མཁན་ཆེན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ནས་རྣལ་འབྱོར་མའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་ཁྲིད་སོགས་གདམས་པ་དུ་མ་ཐོབ་པའི་
སྐལ་བ་མཛོད་དུ་བྱས། གཞན་ཡང་ པ་གོང་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྒྱལ་དབང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་
པ་ དཔལ་རྒྱལ་བ་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་འཕྲིན་ལས་རྗེ་རྗེ་མཆོག་ལ་མཇལ་བཅར་དང་ཟབ་གསལ་གདམས་པ་དུ་མའི་
སྐལ་བ་ཟབ་ཐོབ་པ་དང་། པ་བྱམས་མགོན་ཏཱ་ལེ་སྐུ་ཏུ་འཁལ་སྡེ་ནས་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་ལུགས་ལུང་སོགས་གདམས་
པ་ཟབ་མོ་དུ་མ་གསལ། རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་རྗེས་པ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཁང་སར་བསྟན་པའི་དབང་ལྷག་ལ་
མཉེས་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ནས་བསྟེན་ཞིང་རྗེས་ཆེན་ཁྲིད་ཡིག་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མ་སོགས་བསྟེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཟབ་ཁྲིད་བུ་
པ་གང་བྱེད་ཚུལ་ཏུ་ཐོབ།

དེ་ལྟར་པ་གོང་མ་ཡབ་སྐུས་ཀྱིས་གཙོས་ཆོས་རྒྱུད་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་སྒྲ་ཆེན་རྣམས་དང་དགེ་བའི་བཤེས་
གཉེན་དུ་མའི་ཞབས་རུལ་སྐྱེ་བོར་སྤངས་ཏེ་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པས་ཐུགས་རྒྱུད་ལྷག་པར་མཛད། ༢༠༡༥ ལྷ་
༤ པའི་ནང་ཁམས་ནང་ཆེན་ས་དགོན་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་ནང་ཆེན་ས་སྐྱ་སྐྱེད་བཤད་བྲ་བཤད་སྐྱབ་བསྟན་
རྒྱས་སྤྱིང་གི་འགན་འཛིན་མཁན་པོ་བཟེ་ལེན་གནང་སྐབས། མང་མོས་ཀྱིས་མཁན་པོ་གསུམ་བདམས་ཏེ།
པ་སྐྱབས་མགོན་ས་སྐྱ་པ་ གོང་མ་ཁྱི་ཆེན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལ་དེ་བཞིན་སྟན་གསལ་དང་འབྲེལ་ཁོང་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་
ཡེ་ཤེས་སྐྱུན་གྱིས་གཟིགས་པ་འམ་ལྷག་ལྷའི་བརྟགས་པ་གནང་ནས་གཅིག་བཤད་བྲའི་འགན་འཛིན་མཁན་པོར་
བསྐོ་བཞག་གནང་རོགས་ཞེས་ས་དགོན་འབྲས་མི་ལྷན་འཛོམས་འདུན་བཅར་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན། མཁན་

སྤྱུལ་འདིཉིད་ལ་ལྷག་ལྷའི་ལུང་བསྟན་བཟང་དག་བབས་ཞེས་བཀའ་ཡིག་ཐམ་གས་ནོན་པ་བཅས། ནང་ཆེན་
ས་སྐྱ་སྤྱིའི་བཤད་གྲུའི་མཁན་པོའི་སྤྱགས་འགན་བཞེས་དགོས་པའི་བཀའ་ལུང་ཐེབས་པ་ལྟར། ༢༠༡༦ ལྷ་ ༢
ཆོས་ ༣ ཉིན་ནང་ཆེན་ས་དགོན་ཁག་གི་མི་སྣ་རྒྱས་འཛོམས་ཐོག་ནང་ཆེན་བསྟན་རྒྱས་སྤྱིང་གི་མཁན་རབ་གཉིས་
པར་དངོས་གཞིའི་ཁྱིམ་འདོན་ཞུས་པ་བཞིན། ད་ཆ་བཤད་སྤྱོད་ཀྱི་བསྟོ་གནས་འདིའི་ཕྱི་ནང་གི་སྤྱགས་འགན་
ཡོངས་སུ་བཞེས་ནས་འཆད་ཉན་གྱིས་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པ་ལགས་སོ། །

༡༦༧ མཆོག་སྤྱུལ་གསལ་བྱེད་རིན་པོ་ཆེ།

སྤྱི་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡང་སྤྱིད་སྤྱུལ་སྐྱོ་ལྷག་བསམ་མམ་གསལ་བྱེད་མཆོག་ནི། ཕྱྱབས་མགོན་
ཕགོང་མ་ཁྱིམ་འཛོན་ཞེ་གཅིག་པ་མཆོག་དང་། སྤྱ་འབྱུང་རྟིང་མའི་དབུ་འཛོན་ཁྱིམ་རབས་གཉིས་པ་ཕྱྱབས་རྗེ་དེ་ལ་
མཁུན་རྗེ་རྗེ་འཆང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་ཀྱིས། ཁམས་ནང་ཆེན་སྤྱིམ་པའི་ཡུལ་ཚོ་ཀ་སྤྱད་ཆང་
གསར་གནས་དགོན་པའི་རྒྱབ་རི་གནས་མཆོག་རྒྱ་འབེལ་ཐོད་དཀར་གྱི་འདབས་ཞོལ་ཅང་ང་ལ་ཞེས་པའི་ས་ཡི་
ཆར་དུ། ཡབ་ལྷག་པོ་དབང་རིས་དང་། ཡུམ་སྐྱ་བཟའ་བསྟན་མཆོག་གཉིས་ཀྱི་སྤྱས་སུ་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་
འབྱུག་(༡༧༥༦)ལོར་སྐྱ་ཡི་མཆོན་དཔེ་གསར་དུ་བཞད། སྐྱ་ན་རྒྱུད་དུས་དུས་ནས་ཁོང་གི་པ་ཆབ་སྤྱ་གན་སྤོ་གོས་
རིན་ཆེན་མཆོག་ནས་ཡི་གེ་འབྲི་ཁྲོག་སོགས་བསྐྱབས་པས་ཆོགས་མེད་དུ་མཁུན། དེ་ནས་སྐྱ་ན་རྒྱུད་དུས་ནས་ཆང་
གསར་གནས་དགོན་དུ་སྤྱ་སར་ཞུགས་པའི་སྐྱབས་སུ་སྤྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སྤོ་གོས་རིན་ཆེན་མཆོག་ནས་སྤྱ་མ་དང་སྤྱུལ་
སྤྱིའི་གྲུལ་དུ་བཞུགས་དགོས་གསུངས་ནས་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་སྤྱགས་བཞེད་གནང་། རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་
པའི་ས་འབྱུག་(༡༧༥༤)ལོར་བོད་རྒྱ་བ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཆོས་ཅུ་བདུན་རེས་གཟའ་ཉི་མ། སྐར་མ་ནབས་སོ་སོགས་
གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་བཟང་པོར་སྤྱ་ཁག་དགོན་སྤེ་བཅུ་ཕྱག་ལྷག་དང་། སེར་སྐྱ་ཁོམ་ཆོགས་སྤྱོད་ཕྱག་གི་དབུས་
སུ་དཔལ་ལྷན་རེ་སྤྱ་དགོན་དུ་གསེར་གྱི་ཁྱིམ་འཕང་མཐོན་པོར་མངའ་གསོལ་ཞུས་ཀྱང་། ཁྱི་སྤོན་གྱི་མཛད་སྤྱིའི་
མངའ་གསོལ་སྐྱབས་རྒྱུན་དན་པའི་བར་ཆད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ནས་ད་ལྱའི་ཆར་དགོན་པ་འདིའི་བསྟན་འགྲོའི་འཛོན་
སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བཞུགས་པའི་གོ་སྐྱབས་མ་བྱུང་ཡང་། རྒྱལ་བ་འབའ་རོམ་བའི་དགོན་པ་ཆངས་གསར་
གནས་དགོན་དང་། ཅང་ང་དགོན་སོགས་ལ་གཟིགས་རྟོག་མཛད་བཞིན་སྐྱ་འཚོ་ཞིང་བཞུགས་པ་ལགས་སོ། །

༡༧༽ བསྐྱ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པས་མཐུག་བསྐྱ་བ།

དང་པོར་བསྐྱེད་ཚྲོགས་སྒྲོམ་པའི་གནས། །རང་སེམས་མགུ་བའི་དབེན་ཁྲོད་དང་། །སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཁྱེན་
ཀུན་ཚད་བའི། །ནགས་ཚལ་འདི་འདྲ་ཡིན་ལོ་ཞེས། །རྒྱལ་བ་དོན་ཅེ་འཆང་གིས་གསུངས། །དེས་ན་རེ་སྒྲིལ་མས་
ཀྱང་། །དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་ཕྱིད་ཡོལ་ནས། །སྐྱབ་པའི་གནས་ས་འདི་ཉིད་བདམས། །བསྐྱེད་ཚྲོགས་ཟུང་གི་
ཉམས་བཞེས་མཛད། །འབྲུ་རྩ་མ་ཁི་དབྱངས་ལ་འཐེན། །མི་དང་མི་མིན་ཚས་ལ་བཀོད། །རྣལ་འབྱོར་འདུ་བའི་
བོར་འདིར། །རེ་སྒྲིལ་བསྐྱེད་པའི་པ་མཁར་བཞེངས། །རྒྱལ་བསྐྱེད་སྒྲོམ་པའི་རྒྱལ་མཚན་བཅུ་གསུམ། །གྲུབ་ཐོབ་
མང་པོའི་ཡབ་མེས་མཛད། །སྐལ་ལྷན་སྐྱེ་འགྲོའི་ལམ་སྤྲོད་དངས། །འགྲོ་རྩ་ག་སེམས་ཅན་བདེ་ལ་བཀོད། །དཔལ་
ལྷན་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པར་གྲགས། །ཞེས་དཔལ་ལྷན་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རགས་བསྐྱེད་བཞེས་པོའི་གནད་གཏམ་ཞེས་
པ་འདི་ནི་(རེ་སྒྲིལ་རི་རྒྱུ་རིག་གནས་ཚུལ་སྒྲིག་ཚོགས་ཚུང་) གིས་ཐུན་པ་(ད་ལྟོ་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་)ཞེས་འབྲི་དགོས་
ཞེས་ཆེད་དུ་བསྐྱལ་བ་ཕྱོགས་མ་སྟོབས་ནས། རེ་སྒྲིལ་བསྐྱེད་རབ་གསལ་པས་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་༧ ཚེས་༢༡ ལ་གྲུབ་པར་བྱས་པ་
དགེའོ། །དགེའོ། །དགེའོ། །

སྐལ་བཟང་མདོ་སྡུག་ས་བཤད་སྒྱུ་དར་བྱས་མྱིང་།

དགོན་འདི་ཉིད་ཐོག་མར་བྱག་འདབས་མཁན་བོད་ལྗོངས་ལྷ་ས་ཞིང་ཆེན་ཆབ་མདོ་བྱུང་སྤུ་
 བའི་བ་བྱ་སྤྱི་ལོ་༡༧༠༢ལོའི་ཉིང་ལྷ་བཞེ་པའི་རྒྱ་སྐར་ས་ག་འཆར་བའི་ཆོས་པ་༡༥ ལ་ཡབ་འགོ་མགོན་དང་
 ཡུམ་ཆེ་དབང་སྒྲོལ་དཀར་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སྤོང་མཆར་དུ་མ་དང་བཅས་སྐྱེ་འབྱུངས།མཆན་ལ་ཀམ་དེས་དོན་ཞེས་
 དགུང་ལོ་རྒྱུད་སྤུ་ནས་བོད་ཡིག་འབྲི་གྲོག་དང་སྤུ་རྟགས་དག་གསུམ་སོགས་ལ་མཁས་པར་གྱུར།

སྤྱི་ལོ་༡༢༥༥ལོའི་དགུང་ལོ་༢༣་ཐོག་ནས་གཅོད་བསྟེན་གནས་ལ་གནས་པ་དང་པ་གཅིག་དམ་པ་སངས་
རྒྱལ་དང་མ་གཅིག་ལ་བ་སྟོན་པོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཉམས་ལེན་མཛད་ལོ་༡༣ལ་རིཁོད་རྩ་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་༡



པ་ལྷའོ་དགུང་ལོ་ ༣༦ ཐོག་ཀ་མཁུ་པ་སྐྱུ་ཐེང་༡༥པ་བྱང་ཆུབ་དེ་རྗེ་མཆོག་གི་ལུང་འཛིན་མཛད་ནས་ཀ་མཁུ་ངེས་དོན་
 ཟེར་བའི་མིང་འདི་མཚན་མཆོག་དུ་འགྱུར་པ་ཡིན་གསུང་ནས་ཆོས་མིང་ལ་གྲུབ་ཆེན་མཚན་མཆོག་ཞེས་མཚན་
 གསོལ། དབང་དང་ཁྲིད་མན་ངག་མང་དུ་གནང་།མ་འོང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཐོག་རྒྱ་ཆེན་ཡོང་གསུང་ནས་དབང་
 ཆས་རྣམས་གནང་བར་མཛད། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་པ་མཛད་དུ་གྱུར་ནས་བསྟན་དང་འགོ་བའི་དོན་ཆེན་
 མཛད་ནས་ཡུན་རིང་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་༡༥༤༣ལོའི་ནང་ཆེན་སྐར་རུ་སྤྱོད་པོའི་མཆོད་ཡོན་ཞལ་འཛོམས་པའི་
 སྐལ་བུ་རྒྱལ་པོ་ཉིད་ནས་། ཁྲིད་ལ་དགོན་གནས་གང་དག་འཁྱུང་བས་གང་དུ་བྱ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐུགས་དཔྱད་མཛོད་
 ཞུས་པས། ཁོང་ནས་རི་དྲགས་ཆོད་པོར་དཀར་འདུ་བ་ཞིག་གིས་ལག་དོང་འབྲུ་ས་ཞིག་ཡོད་པས་དེར་དགོན་

གནས་བྱ་དགོས་གསུངས་བཅའ་བས། ད་ལྟའི་དགོན་པ་ཆགས་ཡོད་ས་འདིར་ཇི་ལྟར་གསུང་པ་བཞིན་འདུག
ས་དེར་བྱབ་ཆེན་མཆོན་མཆོག་དགྲུང་ལོ་༧ཐོག་དགོན་པ་བཏབ། དགོན་འདི་ཉིད་ཆགས་སའི་ས་དཔྱད་ལ་ཡང་།
གནས་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་ཀྱི་གདུགས་ཀྱི་མཛེས་ཤིང་ས་དཔྱད་འདབ་བརྒྱད་ཀྱི་པར་བཏེགས་པ། མདུན་རིར་
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་རྣམས་ཏུ་དང་སྤྱོད་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། དམ་ཆོས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་
བྱེད་ཀྱི་བཀའ་བབ་ཡིན་པས་མི་ལྷགས་ཀྱི་གཡང་གཞི་བརྒྱངས་པ་འདྲ་བ། གཡས་གཡོན་གྱི་རི་རྣམས་རིགས་
གསུམ་མགོན་པོ་སོགས་གནས་རི་མང་པོ་དང་། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རང་བྱོན་བཀྲ་བའི་རི་མང་པོས་ཡོངས་སུ་
བསྐྱར་བའི་གནས་དེར་ཆགས། གོང་ཇེ་རྒྱལ་པོས་འོག་སྡེ་རྣམས་ཨར་ལས་ལ་རུག་ནས་བྱི་གཙུག་ལག་ཁང་
བཅོན་ཁང་དམ་རེ་བྱ་བ་བཞེངས། དག་འདུན་གྱི་སྡེ་བཙུགས། རྟོན་གསུམ་གྱི་རིགས་དང་མཆོད་ཆས་ཀྱི་
སྐྱར་རྣམས་གནད་སྤྱོད་མཛད། ཆོས་ཀྱི་འཁོལ་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱར་ནས་དགྲུང་གྲངས་༩༡ལ་བཞུགས། མཐར་
སྦྱི་ལོ་༡༧༩༩ལོའི་དགྲུང་ལོ་༩ཐོག་སྐྱ་ཞི་བར་གཤེགས། བྱབ་ཆེན་མཆོན་མཆོག་ཡངས་སྤྱོད་སྐྱོང་གཉིས་
པ་ཁོང་ནི་མཆོ་རོང་སྐྱ་ཆོང་གི་སྤྱས་སུ་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་མེ་ཤེ་སྤྱད་ལ་འབྱུངས། ལྷ་དམར་རུག་པ་ཆོས་
ཀྱི་དབང་ཐུག་གི་ཐུགས་སྤྱས་ཇེ་བརྒྱད་པ་མི་བསྐྱོད་བཀའ་བའི་དོ་ཇེ་དབྱངས་ཅན་བཟང་པོའི་ཐུགས་སྤྱུལ་རོམ་ཀམ་
ཆགས་མེད་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་བྱབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་བྱེད་གཙོད་ཀྱི་སྐོན་མེད་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་མཁན་
པ་གཅིག་དམ་པ་སངས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་འཕྱུལ་དུ་བྱམས་མགོན་ཏུ་འཁོར་ཏུ་དཔྱད་ཉིན་བྱེད་དབང་པོས་ལུང་རིགས་
གིས་བསྐྱུགས་པར་མཛད་པ་དང་། དཔལ་ཀམ་པ་བདུད་ཚོགས་འདུལ་བའི་དོ་ཇེ་འཕྱུགས་སྤྱས་ཀྱི་ཐུབ་འབའ་
རོམ་འཕྱར་ཤེས་བཅུ་གསུམ་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་རས་པ་སྒོ་གོས་དོ་ཇེ་འཕྱུལ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཇེས་སུ་བཟུང་བ་སྟོང་ནགས་
བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱས་སུ་བྱུང་ཅིང་། ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་པ་མཛོད་དུ་བྱུང་། ཡི་དམ་དོ་ཇེ་
གཞོན་ནུའི་སྐོན་མེད་ཐུབ་པ་བཞེས། དམ་ཆོས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་བྱེད་ལ་བརྟན་ནས་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད།
ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་མི་ཇེ་དཀོན་མཆོག་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱས། དབང་གྲགས་ཆོད་དབང་ལྷ་རྒྱལ་སྤྱུ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་
སྤྱུ་གསོ་བ་མཛད་དེ་དབུ་ཚྭ་བཅོན་པར་བྱུང་པས། དེ་ནས་བཟུང་རྒྱས་སྤྱས་རིམ་བྱོན་རྣམས་ཀྱི་དབུ་དུང་ཏོག་
སྟེང་དུ་བུམ་པ་བཞག། ལྷགས་པད་མའི་སྟེང་དུ་བདུད་ཅི་སྤྱི་སྟེང་དུ་ཡི་མཆོད་གནས་མཛད། ཞབས་རིམ་དུ་
དོ་ཇེ་གོ་ལོད་ཀྱི་བསྐྱོག་པ་ཆེན་མོ་ལས་འགྲུང་སྤྱོད་གསུམ་རྒྱུག་བྱེད་བཅའ་བ་དང་། བརྟན་མའི་གཙོ་མོ་དོ་ཇེ་གཡུ་

སྒོ་མར་གསོལ་མཆོད་འབུལ་རྒྱུ་འོས་ཤིས་ཀྱི་བར་ཡོད་པར་གྲགས་ལ། དེར་བརྟེན། བསྟན་པ་དང་སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ནས་མཐར་དགྲུང་གྲངས་གོ་བདུན་བཞེས་ནས་སྐྱ་གཤེགས། སྐྱ་ཕྱོད་གཉིས་པ་མཆོ་
རོང་སྒྲ་ཆོང་དུ་འབྱུངས་པས་ཕྱིས་སྐྱ་ཕྱོད་རིམ་བྱོན་རྣམས་ལ་སྒྲ་མཆོན་མཆོག་ཅེས་བྱ།

༥ སྒྲ་མཆོན་མཆོག་སྐྱ་ཕྱོད་གསུམ་པ་ནི།

དཀར་ཐོན་ངམ་ཆོང་དུ་ཡབ་བྱ་ཨི་སྒྲིལ་དང་ཡུམ་སམ་བཟའ་བསོད་སྒོན་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུ་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་
པའི་ཤིང་བྱི་ལོར་འབྱུངས། སི་ཏུ་པདྨ་དབང་མཆོག་རྒྱལ་པོས་ལུང་འཛིན་མཛད། མཆོན་ཀམ་སྐྱབ་བརྒྱུད་བསྟན་
འཛིན་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་གསོལ། དགྲུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་གསུམ་བཞེས་པ་ས་བྱི་ལོར་དུས་འབྱུག་སྐབས་འདམ་གཞུང་
དུ་འདས།

རྟོགས་པའི་དབང་ཕྱག་པདྨ་ཉིན་བྱེད་དང་།

ལུང་རྟོགས་མངའ་བདག་ཞུ་དམར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན།

གངས་ལྗོངས་གཙུག་རྒྱན་འཕགས་མཆོག་ཀམ་པ།

ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྤྲུལ་སྐྱོང་།

ཤིས་ཆོག་གུས་འདུན་དང་བཅས་པས་སྒྲིན་ལ་བསུས་ཏེ། དེ་ནས་སྒྲ་མཆོན་མཆོག་སྐྱ་ཕྱོད་བཞི་པ་ལོ་རྒྱུས་
བསྐྱུས་པ་ནི་མཆོན་བཛྲེད་པར་དཀར་ཡང་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཆོན་སྒྲིལ་ན་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་སྒྲ་མཆོན་མཆོག་གི་
ཡང་སྤྱུལ་དེ་མ་ཐག་སྤྲུལ་ཡང་གདུལ་བྱིའི་སྤྲོད་རོང་མི་འབྱེད་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཞིངས་དུ་པདྨ་རབ་ཞེད་པ་དང་དེང་སང་
ལྟར་རང་གི་བྱ་ཆ་དང་ཉེ་འབྲེལ་དོ་ཤེས་ཐོབ་གོལ་ས་ཆབ་སྲིད་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་གར་འབག་
ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཕབྱམས་མགོན་ཏུ་ཡི་སྤྱུ་ཏུ་པདྨ་དོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་དབང་པོའི་འཕུལ་མེད་ལུང་གི་ཡབ་ཡུམ་དང་
བཅས་པ་སོགས་གསལ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་སྒྲ་མཆོན་མཆོག་སྐྱ་ཕྱོད་གསུམ་པའི་ཡང་སྲིད་འབྱུལ་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་
གནང་། དེའི་ཕྱོགས་ནས་སྤྱི་ཆོགས་འབངས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་དན་དཔང་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་ད་ལྟར་
ཡང་སྒྲིལ་མ་དགོས་སོ།། ཕམ་ཆོན་ལུང་རིག་སྤྱོད་ཉིམ་ཆོས་ཀྱི་དོན་འབྱུང་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་གསོལ་སྤྱི་
ལོ་༡༩༩༡ལོར་འཛིགས་མེད་གདོང་ལཱའི་ངོ་རོལ་ཆོས་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་བྱས་དམ་པ་ཁོང་

འབྲུངས་ཡུལ་མཆོ་སྤྱོད་ཆེན་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་ནང་ཆེན་ཆོང་སྤྱི་ཉིན་སྤྱི་བ་རུ་ཆེན་མཆོང་མར་རྒྱར་རུ་ཁག་ཞེས་
པའི་གནས་མཆོག་ཙ་རི་གཉིས་པ་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་ཆོང་འགོ་མདུན་དུ་ཡབ་གོ་ནི་འོད་ཟེར་ཡུལ་ཏྲ་གཟའ་ལོར་བུ་གཡང་
མཆོར་སྤུས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་ཆུ་བྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༤ལོའི་ཟླ་བ་༥ ཆོས་ཉིན་སྤྱོད་ཉི་མ་ཙེ་ཤར་གྱི་དུས་སྤྱི་
པོ་དྲུག་གསར་དུ་བཟླས་པ་ལགས་ཉི་ཆར་དུ་གོ་བཅག་རྟོགས་ལྡན་མཁུན་རབ་དབང་ལྷག་ལགས་ཀྱིས་མདང་དགོང་
འོད་གསལ་ཉམས་སྤང་གི་འཆར་ཆ་ལས་མ་ཡུལ་གྱིས་ཆོས་གོས་གྲོན་པ་སོགས་དགོ་ལས་ངོ་མཆར་ཅན་ལྟས་
བཟང་དུ་མ་ཤར་བ་དང་དེ་རིང་ཡུལ་ལ་གྱིས་པ་བཅའ་ལུགས་འདི་ལ་རྟགས་ན་གོ་ནི་ཆང་ལ་བསྟན་འཛིན་སྤྱི་ཆེན་
ཞིག་འབྲུངས་ཡོད་གསུང་པ་ལགས། གྱིས་པ་བྱུང་ནར་སོན་སྐབས་ཨ་ནེ་སྤྱོད་ལམ་བཟང་མའི་མདུན་ནས་གྲོག་
བསྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལོ་ལ་ཤས་རིང་ལ་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱ་བོ་མཛད་པ་ཡིན་པས་སྐབས་དེ་དུས་རྩ་འཇག་མ་དང་དུད་
འགོར་རྩ་བ་སར་ཡུན་རིང་པོར་བར་དུ་གཅེར་རེ་བཟླ་བའི་རང་ལ་ལུས་འདུག་པ་ཡིན་པས་བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་
ལ་བཟླ་ས་གཅིག་ལ་བཟླ་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཁྱོས་ནམ་རྒྱུན་དེ་འདྲ་བྱེད་ནས་ཟེར་བཀའ་སྒྲོན་བྱེད་པ་རེད། གྱིས་
སྤྱི་མ་ཆོད་བང་བདེ་ཆེན་གྱིས་དེ་འདྲ་གསན་སྐབས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཤེས་པ་རེད་ཁོང་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་མའི་བག་
ཆགས་སད་པ་རེད་རང་གར་བཟླས་པ་ཅི་ལ་ཡིན་ཞེ་ལྷག་རང་ལ་དེ་འདྲ་སྤྱི་གོ་མས་སྤྱི་བས་ཀྱིས་གནས་འགོ་བ་
ཞིག་ཡོད་སྤྱི་དཔེར་ན་མཉམ་མེད་དག་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་མ་འགའ་རེ་དེ་འདྲ་ཡོད་གསུང་།
ཡང་ཆུང་གྱིས་པའི་དུས་སྐབས་རེ་དང་སྤྱི་མ་ཡོད་དུས་བྱེད་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱོར་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ནས་འདི་འདྲ་ཁང་
ཡིན་འདི་རྣམས་གྲུ་པ་འདི་སྤྱི་མ་རེད་འདི་རོལ་ཆས་ཡིན་ཟེར་ནས་སྤྱི་མ་མཛོད་བ་རྒྱ་མཐུན་དང་བྱས་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱིས་
དབང་གིས་རྣམ་དཀར་དགོ་ལས་ཀྱི་ཅེད་མོ་འདྲ་མི་འདྲ་མཛད་དར་བྱིག་ ཡང་སྐབས་རེ་སྤྱོད་ལས་རྒྱུ་དཔྱད་གྱི་
ཚུལ་ཡིན་ས་རེད་ད་སྐལ་བཟང་དགོན་པའི་སྤྱི་མ་ཡིན་ཟེར་རྒྱ་འདྲ་ལྷ་རིག་འདྲེ་མཐོང་དགོ་སྤྱི་སོགས་མཐོང་ཚུལ་
དུ་མ་ཞིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་ནམ་རྒྱུན་ཡུལ་གྱིས་དེ་འདྲ་བཤད་མ་ཡོད་ཟེར་ནས་བཀའ་སྒྲོན་མཛད་པ་རེད་དེ་ནས་
གྱིས་སྤྱི་ཡར་བྱུང་ཆེས་སྐབས་མནོལ་བཅོག་གྱི་བ་གྱིས་གོས་པ་ཡིན་ན་འདྲ་དེ་འདྲ་མང་པོ་བཤད་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་སོང་
བ་རེད་གསུངས། དེ་ནས་གྱིས་སྤྱི་མཆོན་སྤུལ་ངོས་འཛིན་མཛད་པ་ནས་བཟུང་སྤྱི་བ་ཁང་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ལོ་
གསུམ་སོགས་ལ་ཉམས་བཞེས་མཛད་དེ་ནས་སྤྱི་བ་རྒྱ་མཛོད་ཀྱི་མེད་དང་མཁས་དབང་པོ་མཁུན་རབ་རྣམས་
གཉིས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཀུན་བཟང་ཞལ་ལུང་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལེན་བཅས་བཅས་ཁྱིད་ཅི་རིགས་ཐོབ། གཞན་ཡང་

རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་དབང་ལུང་སྤྲིན་ཁིད་དང་བཅས་པ་ཅི་དག་པོ་བ། ཁྱད་པར་སྐྱེ་ཞིག་དབེན་པའི་རི་ཁོད་དུ་
མཚམས་ལ་དམ་ཁྱར་བཞུགས་སྐབས་སྒྲ་མ་པ་དྲུག་གི་མེད་ཀྱི་ཐུགས་བཅུས་རྒྱུ་བཟུང་མན་དག་དམར་ཁིད་རྣམས་
ཕངས་མེད་དུ་སྦྱུལ་བའི་སྐྱུ་ལ་བ་ལྟན། ཕ་གྲུབ་ཆེན་ཆོ་འབྱོར་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་མན་དག་དང་ཞལ་གདམས་
དག་ཅི་རིགས་ཐོབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་མ་སྟེན་ཚུལ་ནི་ཡངས་ལེ་ཤོད་ནས་ཕ་གྲུབ་དབང་
པད་ནོར་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་རིག་འཛིན་འཇམ་ཚལ་སྤྲིན་པོའི་གཏེར་མ་དབང་ལུང་ཡོངས་རྒྱུགས་ཐོབ་ཡང་སྤྲིན་
ཐིག་ཡ་བཞི་དབང་ཐོབ། ཨ་སྐ་རའི་བྲག་ཐུག་ནས་ཕ་སྐྱུ་ལུང་ཅེ་སྐྱུ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་བཅས་གཏེར་
དབང་ལུང་ཡོངས་རྒྱུགས་ཐོབ། མགོ་ལོག་སྐྱུ་ལུང་དགོན་ནས་ཕ་སྐྱུ་བས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཁང་སར་
བསྟན་པའི་དབང་ཐུག་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་ཁྱག་འཕུང་བདུད་འཛམས་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཏེར་བཅས་མོ་གཙོན་
ཀྱི་དབང་དང་སྤྲིན་ཁིད་རྒྱས་པར་སྦྱུལ་བ་ཐོབ་གཞན་ཡང་ཕྱེ་བཅུན་སྤྲིན་ཐིག་གི་སྤྲིན་ཁིད་དབང་དང་བཅས་པ་ཐོབ་
གྲུབ་རྒྱུ་ཞེས་དཀར་རིན་པོའི་མཁའ་ལྷིང་གཤོག་སྒྲུབས་སྤྲིན་ཁིད་ཐོབ་སྒྲོ་སྒྲོང་ཆོག་ཀླང་བརྒྱད་མ་ཁིད་ཐོབ་བདུད་
འཛམས་ས་གཏེར་སྒྲོན་འགོ་ལུང་ཐོབ། སྤྲིན་ལའི་མི་འགྱུར་ཆོས་ཀྱི་པོ་བུ་ནས་ཕ་རྒྱུ་ལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་
ཞུ་དམར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་གོས་མདུན་ནས་བཀའ་རྒྱུད་སྒྲུགས་མཛོད་དབང་ལུང་ཐོབ། ཡང་སྤྲིན་ལའི་ནས་འགོ་མགོན་
ཕ་ཀམ་པའི་མདུན་ནས་རྒྱུད་སྒྲེ་ཁག་གསུམ་གྱི་དབང་བདེ་མཚོག་ཡབ་ཡུམ་དང་དོ་རྩེ་ཕག་མོས་རྒྱུ་ལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་
དབང་སོགས་ཉིན་རྒྱུག་གི་རིང་ལ་བསྐྱར་བ་ཐོབ། རྒྱ་བན་ཆེན་དགོན་ནས་གྲུབ་དབང་སངས་རྒྱས་མཉེན་པ་རིན་
པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་ཐུག་ཆེན་ངེས་དོན་རྒྱ་མཚོ་དང་ཐུན་བཞི་སྒྲ་རྣམས་སྒྲོན་འགོ་དང་བཅས་པ་ཐོབ། དེ་རྣམས་སྒྲ་
མ་རྣམས་པའི་མདུན་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་གཙང་པ་དང་དབང་ལུང་ཁིད་གསུམ་ཐོབ་ཚུལ་རག་རིམ་
ཅིམ་ཡིན་པ་ལགས། ཁོང་གི་མཛོད་ཐུན་མདོར་བསྐྱུས་ན་ལོ་ཉུ་བྱ་ཉ་ལྷུང་སོགས་སྒྲོག་བསྐྱུ་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་
པར་དུ་བྲག་ཡེར་པ་འཕེན་པོ་ཁོག་ཤར་དག་པོ་ཁོག་དང་དབྱུས་གཙང་གི་སྐྱུ་བ་གནས་ཁག་ལ་ལོ་ཁ་ཤས་རིང་ལ་
གནས་འབྲེལ་དང་སྐྱུ་བ་པ་ཉམས་བཞེས་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ་སོགས་ཅི་རིག་མཛོད་པ་དང་དེ་རྣམས་ལ་བཞུགས་
པའི་འཚམས་པ་རྣམས་ལ་འཚོ་བའི་རོགས་རམ་ཞབས་འདེགས་ཅི་ཅུས་སྐྱུ་སྐྱུ་ལ་བ་འདུག རང་དགོན་གྱི་འདུ་ཁང་
དང་དགོན་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་བསྐྱར་བཞེངས་བྱེད་སྐབས་དག་དག་འསྐྱུ་སྐྱུ་ངེད་གཉིས་གཙོ་རྒྱས་པའི་གྲུ་ཆང་
དང་ཡུལ་མི་མཚོད་སྒྲེ་རྣམས་ཀྱིས་ཅུས་པ་ཅི་འཛོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཞབས་འདེགས་ཞུས་པ་རེད། འདུ་ཁང་ནང་དུ་

མཆོད་ཆས་རྒྱན་བཀོད་སོགས་འབྲུམ་མཆུ་གཞན་དག་ལ་གདངས་མི་དགོས་ཅིམ་བསྐྱིགས་ཡོད་ནམ་རྒྱུ་
དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་བཤད་ཟུ་ཞིག་ཚུགས་ན་སྒྲུལ་པའི་འཆར་གཞི་སྤྲོ་ནས་ཡོད་པ་རེད་རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་
བསམ་པ་བཞིན་དུ་མ་འབྲུབ་དེ་ག་རང་ལུས་ད་དུང་ཟུ་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་འབྲུབ་པའི་སྒྲོན་འདུན་བསྐྱེད་བཞིན་
ཡོད་ཡང་རྒྱུ་ཐོག་དུ་འདུ་ཁང་གསར་བཞེངས་མཛད་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་རང་དགོན་གྱི་མཆོད་སྤྱེ་ཟུ་ཆོང་རྣམས་མང་
པར་ཆར་སྤར་སོང་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་གྱིས་དེང་རབས་འགྲོ་ཕྱོགས་ཆ་ཅན་སོགས་ལ་བསྐྱུན་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེ་
རྣམས་མ་འོངས་པར་དགོ་སྤྱུབ་སྤྱིག་སྤྲངས་འབྲུར་སའི་གནས་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིག་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུལ་
པའི་ཕུགས་འདུན་འདུའི་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་རེད་འདུག དགོན་པའི་རྒྱུན་འཛགས་དུས་མཆོད་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་ན་ཆད་
མེད་དུ་འགྲོ་སྒྲོ་ཅི་གཏང་དགོས་ན་ཆོང་མ་གཏོང་དང་གཏོང་བཞིན་ཡོད་རྒྱུ་པར་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་མོས་
ལྟར་གསོན་པོས་སྐྱ་རིམ་དང་གཤིན་པོས་འཕོ་འདེབས་སོགས་རང་ཅུས་ཅི་སྐྱོག་གི་སྒྲོ་ནས་ཁོམ་པ་ཡོད་སྐབས་
ཉིན་མཆོད་དཀར་ཆོགས་ལ་སྒྲོ་མེད་གི་སྒྲོ་ནས་བྱོན་རྒྱུ་དང་ཞབས་ཁྱབ་སྐྱུབ་བཞིན་དུ་མཆིས་པ་ལགས།
འདིའི་ཅང་བསྐྱུན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྲུབ་པར་ཤོག་ཅིག་གི། ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས་འདི་ནི་
རབ་བྱུང་༡༧ལོའི་བོད་ལྷ་༡༠པའི་ཡར་ངོས་ཆོས་༡༢ཞེས་པའི་ཆ་ལ་གྲིས་པ་དང་མཐུག་ཐུབ་པའོ།

བཀྲ་ཤིས་སམ་མཁྱེལ་མ་དགོའོ་དགོའོ་དགོའོ།

སྤྱུལ་ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་ཕྱེད་དང་པོ་ནི་རྒྱལ་དབང་པ་ཀམ་པ་ཐེག་མཆོག་རྗེ་རྗེས་ལུང་འཛིན་གནད། ཡབ་
རྒྱ་ནེ་ཕུན་ཚོགས་ལྷ་སྤྱང་དང་ཡུམ་གོང་བཟའ་དབང་སྒྲོན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སྲུ་ས་རྩ་སྤྱི་ལོ་༡༤༨༡ལོར་སྐྱུ་འབྱུངས།
ཁོང་ནི་སྒྲོ་བ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་དངོས་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱུལ་སྐྱ། གཏེར་སྒྲོན་ཆེན་པོ་ཐུབ་མཐའ་ལ་ཕྱོགས་
རིས་མེད་པའི་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་མཁན། གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་གྱིང་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕུགས་དང་ཀམ་བཀའ་
བརྒྱུད་པའི་བརྒྱུད་པ་འཛིན་མཁན་སྤྱང་ནག་བསྐྱུན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་གཉིས་ཕྱེད་དུ་འདུས་པའི་སྤྱུལ་
སྐྱ་ཡིན། སྤྱང་ནག་བསྐྱུན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ས་པོ་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་༡༧༢༤
ལོར་མདོ་ཁམས་སྒོ་མ་སྤྱོད་ཆེན་མཆོག་ལ་སྐྱ་བུ་ལས། སྤྱང་ནག་བསྐྱུན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱང་ཉིད་གི་
ཆོས་དབྱིངས་སྲུ་མ་ཐིམ་པའི་སྤྱོན་ལ་རབ་བྱུང་པ་མང་པོས། མ་འོངས་པར་ང་ཚོའི་བསྐྱུན་སའི་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གནས་
ཚུལ་ཅི་འདྲ་འབྱུང་ཞེས་ཞུས། སྤྱང་ནག་བསྐྱུན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་ཕྱེད་རྗེས་མ་ནི་ང་ལས་དག་འ་

བའི་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་འབྱུང་། མཚན་ལ་ཡང་དག་འཁྱེས་གསུངས། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་བྱེད་དང་པོས་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་གཏིར་དུ་སྤྲུལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་གཏིར་ནས་བཞེས། དེའི་ནང་ནས་སངས་རྒྱས་ཐུབ་སྤྲུལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ནི་གང་དང་ཆེ་བའི་དགུན་གྱི་དུས་སྤྱི་འདྲེན་རྒྱབས་ཕྱིར་ལ་འགྱུར་བའི་ལུས་པ་ཡོད། ༡ ཀམ་པ་ཐེག་མཆོག་དྲེ་རྩེ་མཆོག་གིས་མཁྱེན་བཅུ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་རབ་བྱུང་བསྟེན་རྩྭ་གས་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་འོད་དུ་བཅུག མ་ཚད་རིམ་པར་དབང་ལུང་བྲིད་གསུམ་བུམ་པ་གང་བྱེད་ཚུལ་དུ་གསན་ནས་བགྲང་བྱ་ལྟ་ཅིང་རིང་སྤྱི་མར་བསྟེན། དེ་རྩེས་ཀོང་སྤྲུལ་སློ་བྱོ་མཐའ་ཡས་དང་གཏིར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་སྤྲིང་པ་སོགས་ལ་བསྟན་ནས་ལོ་མང་རིང་སྤྱི་མཚམས་ལ་བཞུགས། ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཚུལ་རྩྭ་གས་ཀྱི་ཚུལ་འབྱུང་དུ་འཕགས་པ་སྟེན་བུན་དག་བསྟེན་ནས་སྤུལ་བའི་ཨར་རྒྱུ་ཡོད་ཅིང་། ད་ལྟ་ས་གནས་མི་ཡིས་ཀྱང་ཨར་རྒྱུ་སྤྲོམ་པ་ལྟ་བུ་བཞེན་ཡོད། རིན་པོ་ཆེ་ནི་དགུང་གངས་ང་ཡལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༢༤ལོ་ནས་གཟུགས་སྤྱི་ཆོས་དབྱིངས་སྤྱི་བསྤྲུལ། ༥ ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་གཉིས་པ་ནི་སི་དུ་པདྨ་དབང་མཆོག་རྒྱལ་པོས་ལུང་འཛིན་མཛད། རྟགས་ཡིག་གི་ནང་དུ། དཔལ་གྱི་བྱུར་ཁ་འོར་བུའི་གདན་སྟེང་དུ། །ཡབ་རུས་གོང་དང་ཡུམ་རུས་དག་ཡིན་པའི། །སྲས་ནི་མེད་པོ་ཁྱི་ཡི་ལོ་ལ་འབྱུངས། །དེ་ནི་ང་དག་འ་སྤྲུལ་གཉིས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེ་རྩེས་རྟགས་ཡིག་གཞིར་བྱས་ནས་སྤྲུལ་སྤྱི་བཅའ་བས། ནང་ཆེན་འབྲོང་ཤོག་ཟུར་སྟེ་བེ་རྒྱུད་གི་སྤྱང་ཚད་གོང་པའི་ཡབ་གོང་པ་ཆོ་རྒྱལ་དང་ཡུམ་དག་བཟའ་ལྟ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༤ ལོར་སྤྱི་འབྱུངས་པའི་མཚན་ལ་དག་འ་དྲེ་ཉི་མ་ཞེས་ཞུ་བ་དེ་དག་འ་སྤྲུལ་གཉིས་པའི་ཡང་སྤྲུལ་དུ་དོས་ཟིན། དེ་དུས་ཁོང་ལ་མཆོ་ཡ་བུ་མོ་ཞིག་ཡོད་དེ་ཉིན་ཤས་འགོར་རྩེས་ཆོ་ལས་འདས། བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་དབང་ཡཀམ་པ་མཁའ་ཁབ་དྲོ་རྩེ་ལ་ཞུས་པས། དེར་སྤྱི་བ་སྟོན་མར་སྟོམ་པའི་དཔོན་པདྨ་ཞེས་པའི་ལུས་ཡིན་གསུངས། སྤྱི་བ་སྟོན་མར་མ་དག་ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ལྷི་བས་ཞིང་དུ་འགོ་ཐབས་མེད་པས། བར་དོའི་ལམ་ནས་ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོས་གོས་ཀྱིས་སྤྱང་བ་བྱས་ནས་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་མི་ཡུལ་དུ་སྤྱེས། སྟོན་བསགས་ལས་དབང་བཅན་པའི་རྒྱན་གྱིས་ཉིན་ཤས་འགོར་རྩེས་ཆོ་ལས་འདས་པར་གསུངས། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་ཁོང་མངའ་གསོལ་བྲི་འདོན་བྱས་རྩེས་རིག་གནས་དང་ནང་ཆོས་སྐོར་ལ་སྤྱངས་པ་ལུ་ཐག་མཛད། ཁོང་གིས་དེ་ལ་ཡག་སྤྲོ་བཟང་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་དག་སྟོང་གི་སྤྲོམ་པ་འོད་ཅིང་། ཁོང་ནི་བྱམས་སྟིང་རྩེ་ལྟ་ལ་ཀུན་སྟོང་བཟང་ཞིང་། ཐ་ན་སྟོག་ཆགས་གོག་སྤྱིར་ཡན་ལ་གཞོད་འཆོ་གདན་ནས་མི་བྱེད་

པའི་སྐུ་སྐྱེ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གི་ཡི་དམ་དུ་སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་གྱི་ལྷ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་ཅིང་། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་
ལ་བརྩོན་པ་གཏིང་ཟབ་མཛད་པས་སྐྱེ་དཔྱད་བཅས་ཀྱི་རྣམས་ཙམ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེབས། ཡིན་ཡང་སེམས་
ཅན་གྱི་བསོད་ནམས་དམན་པས་རིག་གནས་གསར་མེད་སྐབས་དགུང་ལོ་ ༢༤ པ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལོར་བེ་ལིང་དུ་
གཞུགས་སྐྱོཆོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱེས།

གཅིག་། དགོན་པའི་ཆགས་གནས་དང་མཚན་འདོགས་ཚུལ། འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཕྱག་འདེབས་པ་པོར་
དགའ་སྐྱེ་ཐེང་དང་པོས་ས་དབྱིབས་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཆོགས་པའི་གནས་སུ་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞིན་ནང་ཚན་
ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྲོལ་འཛིན་གནའ་ནས་ད་བར་། རྒྱ་བསྐྱེལ་བཟང་ལྷ་རིང་དགེ་དགོན་དཔལ་ཐེག་
མཚོག་འོད་གསལ་གླིང་། གི་བསྟན་དོན་རྒྱུན་བསྐྱེད་སྐྱེ་བར་མཛད། ཆགས་གནས་ནི་ནང་ཆེན་ཐོད་སྐྱེལ་པ་ཞང་རེ་
ལ་རུ་ཆེན། ཐོད་ནས་དགོན་ལ་ལེ་བར་བརྒྱ་ཡར་མར་ཅམ་ཡོད།

གཉིས་། དགོན་པའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཆུང་དང་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ནི། དགོན་པའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཆུང་ལ་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་
བཞི་མ་ ༥༠༠༠ ཅམ་ཡོད། ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞིན་ནང་ཚན་ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་
པའི་སྲོལ་འཛིན་གནའ་ནས་ད་བར་རྒྱུན་འཛིན་པའི་ཆོས་སྤེལ་དོན་རྒྱུད་བསྐྱེལ་བཟང་ལྷ་རིང་དགེ་དགོན་། རྒྱ་བསྐྱེལ་
ཐེག་མཚོག་འོད་གསལ་གླིང་། ཞེས་པ་ལོ།

གསུམ་། ཐོག་མར་ཕྱག་འདེབས་མཁན་དང་དགོན་བདག་སྐྱེལ་ནི།

༡། དགའ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་ཐེང་གསུམ་པ་ནི་རབ་བྱུང་༡༧ ཆུ་མོ་གླང་གི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༢༣ ལོར་ལོ་ ༧ པའི་ཆོས་༡
༥ ཉིན་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་ནང་ཆེན་ཐོད་འབྲོང་ཤོག་ཞང་ཇ་མཛོའི་ས་ཆར། ཡབ་ཙམ་ཤག་ཉི་རྒྱལ་དང་ཡུམ་བེ་བཟའ་
གྲོང་ཏོག་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་སྐྱེ་ཐོ་མཚར་བའི་ལྷ་ས་དང་བཅས་སྐྱེ་པའི་བྱིས་དུ་སྐྱེ་ཡི་སྐྱེ་བ་བཞེས། རྒྱ་ཡི་སི་ཏུ་པཱ་
དོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་རིན་པོ་ཆེས་ལུང་འཛིན་གནང་། མཚན་ལ་ཀམ་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་
བཟང་པོ་ཞེས་གསོལ། ༡༩༩༡ ལོར་དགའ་རིན་པོ་ཆེ་དགུང་ལོ་ ༡༨ ཐོག་ནས་དགོན་ཁག་སོ་སོ་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་
མི་སྣ་དང་སྐུ་བཟང་དགོན་པའི་སྐྱེ་སྐྱེ་མཚན་སྤེལ་ཡོད་སྤྱི་ཆོགས་ལྷན་འཛུགས་ནས། རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་ཐེང་གསུམ་པ་
ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ་གྱི་མཛད་སྤྱོད་གཟབ་རྒྱས་སྤྱེས། དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་ནི་དགོན་པ་དེའི་དགོན་བདག་ཏུ་གྱུར།
དགུང་ལོ་ ༡༩ དུས་སུ་རྒྱལ་དབང་པ་ཀམ་པ་སྐྱེ་ཐེང་བཅུ་དྲུག་པ་རང་བྱུང་རིག་པའི་དོན་མཚོག་གི་སྤྱོད་ཆེན་བཞིན་

ཡ་རྒྱལ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་པ་གསུམ་པ་སྒོ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་སེང་གའི་མདུན་ནས་དགེ་སྦྱོར་གི་
སྒོམ་པ་ནི། དེའི་རྗེས་སྦྱོང་ནས་སྒྲོ་ཆེན་དགོན་ནས་རྣམ་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་
ཆེའི་བཀའ་འབུམ་དང་། ཀམ་པ་དབང་ཕུག་རྩི་རྩེའི་གཅིག་ཤེས་ཀྱན་གྲོལ་བཅས་ཀྱི་ཞལ་གདམ་དང་དབང་ལུང་
ཁྲིད་གསུམ་ཆའི་ཁྲུལ། སྐྱོ་བྲག་གསལ་བྱེད་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་འཕོ་ཁྲིད་ཞུས་ནས་བཅད་མཆོམས་དམ་པོས་
ཉམས་ལེན་ལ་བཞུགས་པས་ཉམས་རྟོགས་མཛོད་པར་ཤར། ཁ་ཅུག་དགོན་གྱི་དཔལ་ལི་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་
ཀྱི་རྩེ་དང་ཕུག་རྩེར། སུར་པ། བྱེ་པའི་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ཀྱི་བཀའ་ཁྲིད། མཁའ་སྦྱོར་མའི་དབང་དང་ཁྲིད་
ཆེན་བཅས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཆའི་ཁྲུལ། ནང་ཆེན་ཇ་པ་དགོན་ནས་གཏར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་གྱི་རྒྱུ་
པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སངས་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ། བྱམས་མེ་ཆོས་གྲགས་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱི་མདུན་ནས་
གཏར་གསར་གྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཆའི་དང་པ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཁའ་ཁྲབ་རྩི་རྩེའི་བཀའ་འབུམ་དང་
ཨ་ཆོས་བཅུ་གསུམ། མཁན་པོ་རིན་ཆེན་དར་རྒྱལ་བཀའ་འབུམ་བཅས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཆའི་ཁྲུལ།
དེ་ནས་རང་དགོན་དུ་དཔལ་ལུགས་སྐྱབ་ཁང་ན་ལོ་གསུམ་དབྱིད་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་སྒོམ་སྐྱབ་ཉམས་ལེན་མཛོད།
དེ་རྗེས་གཅིག་གསུམ་དགོན་ནས་ཁམས་སྤུལ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ། རིན་ཆེན་གཏར་མཛོད་ཀྱི་དབང་
དང་། འི་མེད་རྣམ་གཉིས་མཆོད་རྟེན་བཅའ་སྐྱབ་དང་རང་བྱུང་རྩི་རྩེའི་གཅོད་ཀྱི་དབང་ལུང་། ཆགས་མེད་ཨ་ཆོས་
བཅུ་གསུམ་གྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་ཆའི་དང་། མཁན་པུན་མཁའ་རབ་མདུན་ནས་དེའི་ལུང་ཆའི་དང་། འབུམ་དང་
ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་ལུང་ཞུས། ཁང་སར་བསྟན་པའི་དབང་ཕུག་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་
ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མའི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་གདམ་དག་དང་རིག་པའི་རྩལ་དབང་བཅས་ཐོབ། ཕྱུགས་མགོན་རྩི་
རྩེ་འཆར་ཀན་ཏིར་ཏུ་ཡི་སི་ཏུ་པུན་དོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུའི་དབང་ལུང་དང་། ཕུག་
ཆེན་གདམ་ག་མི་སྒོམ་ཁྲིད་དང་ལུང་ཀྱན་བཟང་སྒོམ་ལམས་ཀྱི་ཁྲིད་ལུང་བཅས་ཐོབ། སངས་རྒྱལ་གཉན་པ་རིན་
པོ་ཆེ་དང་ཡོང་གེ་མི་འབྱུར་རྩི་རྩེའི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་མདུན་མཛོད་ཆེན་རྣམ་ལུའི་ལྷགས་ལུང་དང་། བརྒྱད་སྒྲ་མ་
དུགས་པོའི་ཐར་རྒྱན་སྐྱབ་ཁང་ནང་ལ་རྒྱན་མཁོ་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་ལུང་ཆའི་ཁྲུལ་པ་གདམ་བྱེས་ཚུལ་དུ་བྱུག།

ཕདཔལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་རྩི་རྩེའི་མདུན་དུ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་འཁོར་བ་དུང་སྐྱབ་
ཀྱི་དབང་དང་། ཕུག་ཆེན་སྒྲོན་འགྲོའི་ཁྲིད་ལུང་བཅས་བྱུག། སྐབས་རྩི་དུལ་མོ་ཆོས་རྩི་རྩེའི་བཅོ་བརྒྱད་པ་

ཀམ་བཤད་སྐབ་འཕྱིན་ལས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཁ་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཕྱེད་ལྔ་པ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་རྣམས་གཉིས་མདུན་ནས་
ཆགས་མེད་བཀའ་འབུམ་པོད་དུག་བཅུ་སྟོར་གྱི་དབང་དང་ཁྲིད་ཆ་ཆང་དང་། གནས་ཆོས་སྐྱུ་ཕྱེད་གསུམ་པ་ཐུབ་
བསྟན་ཉིན་གཉིད་མདུན་ནས་དེའི་ལུང་བཅས་ཆ་ཆང་ཐུབས། གཞན་སྒྲ་མ་མཆོན་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མདུན་ནས་དབང་
ལུང་ཁྲིད་གྲངས་མང་ཞུས།

པ ཏཱ་ལི་སི་ཏཱ་ལི་རིན་པོ་ཆེའི་ལོ་རྒྱུས་ཉིད་པའི་དགོན་དེ་ལྟར་བསོ་གྱིས་གསུང་ནས་བཀའ་གནང་བ་དེ་དང་
དགའ་རིན་པོ་ཆེས་ལོ་མང་པོའི་རིང་ལ་འབད་བཅོན་དཀའ་བ་སྤྱད་ནས་སྤྱིར་ན་སྐལ་བཟང་དགོན་ཁོ་མདོ་སྐྱུ་གསུམ་
རབ་རྒྱས་སྒྲིང་། པའི་གྲ་དགོན་དང་སྟོན་སྐལ་བཟང་མ་རིང་དགོན་དགོན་ཁོ་དཔལ་ཐེག་མཆོག་འོད་གསལ་
སྒྲིང་། ༢༠༡༢ ལོ་ནས་དབུ་བཟུང་༢༠༡༦ ལོ་བརྟེན་པར་བཅས་པ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བའོ། རིན་པོ་ཆེ་ནི་ད་
སྐབས་དགོན་པ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ནས་ལོ་གསུམ་སོགས་གསུམ་དུ་སྐྱུ་མཆོམས་ལ་བཞུགས་ཡོད།

ཕ བཞི་། དགོན་བདག་སྒྲ་མ་དང་གྲ་བཅོན་གྲངས། དགོན་བདག་སྒྲ་མ་ནི་དགའ་སྐྱུ་ལྟ་ཡིན། དགོན་
འདིའི་ཕྱོགས་འགྲམ་ནི་༥༠ ཡོད།

ཕྱ ། སྐབ་གྲར་སྤྱིང་པོའི་དོན་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བའི་མཆོམས་སྐབ་མཛད་མཁན་ནི་༡༡ ཡོད།

ཕྲག ། དགོན་པ་གཞུང་གི་ལོ་རེའི་དུས་མཆོད་གཙོ་ཆེའི་རིགས་ནི།

༡། ཉིན་༡༠རིང་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་མར་མི་དྲགས་གསུམ་དང་རྗེ་བཅོན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མཆོད་བཅས་ཡོད།

༢། ཉིན་༡༠ ཡི་རིང་ལ་ཡི་དམ་རྒྱལ་བ་དེ་པག་གསུམ་གྱི་སྐབ་མཆོད་ཡོད།

༣། ཉིན་༩ རིང་ལ་རྩོམ་སེམས་སྐབ་ཆེན་ཡོད།

༤། དཔལ་མོ་ལུག་གྱི་སྐྱུང་གནས་ཆ་དེ་ཡོད།

༥། ཞི་ཁོའི་སྐབ་ཆེན་ཡོད།

༦ ། སྤྱི་ཟླ་༡༢ ནང་ནས་གུ་རུ་རྩོམ་གྱི་ལོ་སྐབ་པ་ཉིན་བདུན་དང་བེར་ཅན་སྟོག་པ་བཅས་ཡོད།

བདུན་། དགོན་པའི་ནང་དུ་བྱུང་བའི་མཁས་པ་སོགས་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་བཀའ་འབུམ་ཅན། ང་དགའ་སྐྱུ་
ཕྱེད་དང་པོས་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་གཏེར་དུ་སྐྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་
སྟོར་ཐུག་ལེན་ལྟར་བཞིན་པ་ཨ་ར་ཁོད་ཆེན་མོའོ། མཆོད་ཨོ་རྒྱན་ཟེར་གནོན་བཀའ་འབུམ་པོད་གྲངས་ཅན་

བཞུགས་སོ། ༡

བརྒྱུད། དགོན་པའི་ཕྱི་ཡི་བཟོ་བཀོད་དང་ནང་གི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་གཙོ་བོའི་རིགས་ནི། བསྟན་པ་
ཡང་དར་གྱི་སྐྱབས་སུ་བཞེངས་པའི་ཕྱི་རྟེན་གཞི་རྒྱན་འཛོགས་འདུ་ཁང་། སྐྱབ་ཁང་། བེར་ཅན་མགོན་ཁང་། དུར་
ཁོད་དང་ཞི་ཁོའི་ལྷ་ཁང་། མཚོད་རྟེན། སྤྱ་བྱང་དང་ཇོ་མོ་འི་ཤག་བཅས་ཡོད། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཏུ་ཡི་སི་ཏུ་རིན་པོ་
ཆའི་གསུང་བཞིན་མཚོག་སྐྱུལ་དང་དགའ་རིན་པོ་ཆེས་ལོ་མང་རིང་ལ་དགའ་བ་སྐྱུད་ནས་སྐྱུལ་བཟང་མ་རིང་དག་
དགོན་ རྩེག་མཚོག་འོད་གསལ་སྤྱིར། རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་གསར་བཞེངས་ལེགས་བྱུང་གནང་
མཛད་ཡོད། ནང་གི་རྟེན་གསུམ་གྱིན་ཆེན་རིགས་དུས་བྱིང་སྐྱབས་རྩ་མེད་དུ་སོང་ཀྱང་། ད་སྐྱབས་སྐྱ་གསུང་
ཐུགས་རྟེན་རིགས་ལོ་རེ་ལས་ལོ་རེར་ཇེ་མང་དང་ཇེ་ལེགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའོ།

༥ གསུམ་མཚན་མཚོག་སྐྱ་བྱེད་བཞི་པ་ ལོ་རྒྱུས་བསྟུས་པ་ནི།

རྟོགས་པའི་དབང་ཕྱུག་པ་རྣམས་ཉིན་བྱེད་དང་། །ལུང་རྟོགས་མངའ་བདག་ལྷ་དམར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །གངས་
སྤྱོདས་གཙུག་རྒྱན་འཕགས་མཚོག་ཀམ་པ། །ཆོ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྐུ་སྤྱོད། །ཤེས་ཚིག་གུས་འདུན་
དང་བཅས་པས་སྤྱོན་ལ་བསྟུས་ཏེ། དེ་ནས་ཀྱང་གསུམ་མཚན་མཚོག་སྐྱ་བྱེད་བཞི་པ་ལོ་རྒྱུས་བསྟུས་པ་ནི་མཚན་བཙུན་
པར་དགའ་ཡང་ དོན་གྱི་སྤྱད་དུ་མཚན་སྤྱོདས་ན་བྱུང་པའི་དབང་ཕྱུག་སྤྱོདས་མཚོག་གི་ཡང་སྐྱུལ་དེ་མ་ཐག་སྤྱོད་
ཡང་གདུལ་གྱི་འུ་རྒྱུ་ལོ་ མི་འབྱེད་འཛིག་རྟེན་ཡི་གྱི་ཞིངས་དུ་པརྟོར་བཞུགས་དང་དེ་དང་སངས་རྒྱལ་རང་གི་བྱ་ཆ་དང་ཉི་
འབྲེལ་རོ་ཤེས་ཐོབ་གོལ་ས་ཆབ་སྤྱད་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་གར་འབག་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་པུམས་
མགོན་ཏུ་ཡི་སུ་ཏུ་པརྟོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་དབང་པོའི་འཕྲུལ་མེད་ལུང་གི་ཡབ་ཡུམ་དང་བཅས་པ་སོགས་གསལ་
ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་སྤྱོདས་མཚན་མཚོག་སྐྱ་བྱེད་གསུམ་པའི་ཡང་སྤྱད་འབྲུལ་མེད་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་། དེའི་ཕྱོགས་
ནས་སྤྱོདས་འབངས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་དན་དཔང་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོདས་མ་དགོས་སོ།

ཀམ་ཚན་ལུང་རིག་སྐྱ་བའི་ཉི་མ་ཆོས་ཀྱི་དོན་འབྱུང་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་གསལ་སྤྱི་ལོ་1991ལོར་འཛིགས་
མེད་གདོང་ལྡེ་རོས་ཆོས་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྒོ་བྱས་དམ་པ་ཁོང་འབྲུངས་ཡུལ་མཚོ་སྤྱོད་
ཞིང་ཆེན་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་ནང་ཆེན་མོ་སྤྱོད་ཉིན་སྤྱོད་ཆེན་མོ་ལྟར་ལྟ་ཞེས་པའི་གནས་མཚོག་རྩ་

གཉིས་པ་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་ཇོ་རྒྱུ་འགོ་མདུན་དུ་ཡབ་ཀོ་ནི་འོད་ཟེར་ཡུམ་རྩ་གཟའ་འོར་བུ་གཡང་མཚོར་སྤུས་རབ་བྱང་བཅུ་
དུག་ཆུ་བྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོ་1 9 7 4ལོ་འོ་སྤྱི་བཅོས་9ཉིན་སྤྱི་ལོ་ཉི་མ་ཅེ་ཤར་གྱི་དུས་སྤྱི་ལོ་ལྷོ་གསར་དུ་བཟུམ་པ་
ལགས་ ཉེ་ཆར་དུ་གོ་བཅག་རྩྱགས་ལྷན་མཁུན་རབ་དབང་ལྷག་ལགས་ཀྱིས་མདང་དགོང་འོད་གསལ་ཉམས་སྤང་
གི་འཆར་ཆ་ལས་མ་ཡུམ་གྱིས་ཆོས་གོས་གྱོན་པ་སོགས་དགོས་པ་འོ་མཚར་ཅན་ལྷས་བཟང་དུ་མ་ཤར་བ་དང་དེ་
རིང་ཡུམ་ལ་གྱིས་པ་བཅོམ་ལུགས་འདི་ལ་རྩགས་ན་ཀོ་ནི་ཆོང་ལ་བཟུན་འཛིན་སྤྱི་ཆེན་ཞིག་འབྱུངས་ཡོད་གསུང་
པ་ལགས། གྱིས་པ་ཅུང་ནར་སོན་སྐབས་ཨ་ནེ་སྤོན་ལམ་བཟང་མོ་འོ་མདུན་ནས་གྲོག་བསྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་ནས་ལོ་
ཁ་ཤས་རིང་ལ་ལྷགས་ཀྱི་རྩི་བོ་མཛོད་པ་ཡིན་པས་སྐབས་དེ་དུས་རྩ་འཇག་མ་དང་དུད་འགོ་རྩ་བ་སར་ཡིན་རིང་པོར་
བར་དུ་གཅིར་རེ་བཟུ་བའི་རང་ལ་ལུས་འདུག་པ་ཡིན་པས་“བྱིས་མི་རྒྱམས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་བཟུ་ས་གཅིག་ལ་བཟུ་སྤྱི་
ཅི་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་བྱིས་ནས་སྤྱི་དེ་འདྲ་བྱེད་ནས་ཟེར་བཀའ་སྤོན་བྱེད་པ་རེད། གྱིས་སྤྱི་སྤྱི་མ་ཆོད་བང་བེད་ཆེན་གྱིས་
དེ་འདྲ་གསན་སྐབས་བྱེད་རྒྱམས་ཀྱིས་མ་ཤེས་པ་རེད་ཁོང་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་མ་འོ་བག་ཆགས་སད་པ་རེད་རང་གར་བཟུ་ས་
པ་ཅི་ལ་ཡིན་ཞི་ལྷག་རང་ལ་དེ་འདྲ་སྤྱི་གོ་མས་སྤོབས་ཀྱིས་གནས་འགོ་བ་ཞིག་ཡོད་སྤྱི་དེ་ལེར་ན་མཉམ་མེད་
དག་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བཀའ་སྤྱི་གྱི་སྤྱི་མ་འགའ་རེ་དེ་འདྲ་ཡོད་གསུང་། ཡང་ཆུང་གྱིས་པའི་དུས་སྐབས་རེར་
སྤྱི་མ་ཡོད་དུས་བྱེད་རྒྱམས་ལ་དབང་བསྐྱོར་སྤྱི་ཡིན་ཟེར་ནས་འདི་འདྲ་ཁང་ཡིན་འདི་རྒྱམས་གྲུ་པ་འདི་སྤྱི་མ་རེད་འདི་
རོལ་ཆས་ཡིན་ཟེར་ནས་སྤྱི་མ་མཚོང་བ་སྤྱི་མ་མཚོན་དང་བྱས་པ་སྤྱི་མ་མཚོན་གྱིས་དབང་གིས་རྒྱམ་དཀར་དགོ་ལས་ཀྱི་ཅིད་
མོ་འདྲ་མི་འདྲ་མཛོད་དར་བྱེད། ཡང་སྐབས་རེ་སྤོན་ལས་རྩིས་དུན་གྱི་ཆུལ་ཡིན་ས་རེད་ད་སྤྱི་ལ་བཟང་དགོན་པའི་
སྤྱི་མ་ཡིན་ཟེར་སྤྱི་ལ་ལྷ་རིག་འདྲེ་མཐོང་དགོ་སྤོན་སོགས་མཐོང་ཆུལ་དུ་མ་ཞིག་བཤད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱང་ནས་སྤྱི་
ཡུམ་གྱིས་དེ་འདྲ་བཤད་མ་ཡོད་ཟེར་ནས་བཀའ་སྤོན་མཛོད་པ་རེད་དེ་ནས་གྱིས་སྤྱི་ཡར་ཅུང་ཆེ་སྐབས་མཉོལ་བཅོམ་
གྱིབ་གྱིས་གོས་པ་ཡིན་ན་འདྲ་དེ་འདྲ་མང་པོ་བཤད་སྤྱི་མེད་པར་གྱུར་སོང་བ་རེད་གསུངས། དེ་ནས་གྱིས་སྤྱི་མཚན་
སྤྱི་ལ་རོས་འཛིན་མཛོད་པ་ནས་བཟུང་“སྤྱི་ལ་ཁང་ནང་དུ་བཞུགས་ནས་ལོ་གསུམ་སོགས་ལ་ཉམས་བཞེས་མཛོད་དེ་
ནས་སྤྱི་ལ་རྩི་པ་སྤྱི་ལ་མེད་དང་མཁས་དབང་སྤྱི་མཁུན་རབ་རྒྱམས་གཉིས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཀྱན་བཟང་ཞལ་ལུང་
སྤྱི་ལ་སྤུས་ལག་ལེན་བཅས་བཅས་བྱེད་ཅི་རིགས་ཐོབ། གཞན་ཡང་རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་དབང་ལུང་སྤོན་བྱེད་

དང་བཅས་པ་ཅི་དག་པོ་ཐོབ། བྱད་པར་སྐྱེ་ཞིག་དཔེ་པའི་རི་ཁྲོད་དུ་མཚམས་ལ་དམ་ཆུར་བཞུགས་སྐབས་སྤྲོ་མ་
ཕྲན་འི་མེད་ཀྱི་ཕྱགས་བཅེས་རྗེས་སུ་བཟུང་མན་དག་དམར་ཁྲིད་རྣམས་མངས་མེད་དུ་སྦྱལ་བའི་སྐལ་བ་ལྟན།

ཕ་གྲུབ་ཆེན་ཆོ་འབྱོར་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་མན་དག་དང་ཞལ་གདམ་དག་ཅི་རིགས་ཐོབ་པ་དང་། གཞན་
ཡང་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྤྲོ་མ་སྟོན་ཚུལ་ནི་ཡངས་ལེ་ཤོད་ནས་ཕ་གྲུབ་དབང་པད་མོར་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་རིག་འཛིན་
འཇའ་ཆོན་སྟོང་པོ་འུག་ཏེར་མ་དབང་ལུང་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ་ཡང་སྟོང་ཐིག་ཡ་བཞི་དབང་ཐོབ། ཨ་སུ་རའི་བྲག་
ཕྱག་ནས་ཕ་སྟག་ལུང་ཅེ་སྦྱལ་རིན་པོ་ཆེ་འུག་ནས་བཟངས་གཏེར་དབང་ལུང་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ། མགོ་ལོག་
སྟག་ལུང་དགོན་ནས་ཕ་སྐབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་མོར་བྱ་ཁང་སར་བསྟན་པའི་དབང་ཕྱག་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་ཁྲག་

འཕྲང་བདུད་འཛུམས་རིན་པོ་ཆེ་འུག་གཏེར་བཟོ་གཅོད་ཀྱི་དབང་དང་སྟོན་ཁྲིད་རྒྱས་པར་སྦྱལ་བ་ཐོབ་
གཞན་ཡང་ལྷེ་བཙུན་སྟོང་ཐིག་གི་སྟོན་ཁྲིད་དབང་དང་བཅས་པ་ཐོབ་གྲུབ་རྗེ་ཞབས་དཀར་རིན་པོ་འུག་ལའ་ལྷིང་
གཤོག་ལྷབས་སྟོན་ཁྲིད་ཐོབ་སྟོང་ཆོག་ཀླང་བརྒྱད་མ་ཁྲིད་ཐོབ་བདུད་འཛུམས་ས་གཏེར་སྟོན་འགོ་ལུང་ཐོབ།

རྟོའི་ལའི་མི་འབྱུར་ཆོས་ཀྱི་པོ་བྲང་ནས་ཕ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཞུ་དམར་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་གོས་མདུན་ནས་
བཀའ་རྒྱུད་སྒྲགས་མཛོད་དབང་ལུང་ཐོབ། ཡང་རྟོའི་ལའི་ནས་འགོ་མགོན་ཀླུ་པའི་མདུན་ནས་རྒྱུད་སྟེ་ཁག་
གསུམ་གྱི་དབང་བདེ་མཆོག་ཡབ་ཡུམ་དང་རྗེ་རྗེ་ཕག་མོས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་དབང་སོགས་ཉིན་བྲུག་གི་རིང་ལ་
བསྐྱར་བ་ཐོབ། ཕ་རྒྱ་བན་ཆེན་དགོན་ནས་གྲུབ་དབང་སངས་རྒྱས་མཉམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་འུག་ནས་ཕྱག་ཆེན་ངེས་
དོན་རྒྱ་མཚོ་དང་ཐུན་བཞི་སྤྲོ་རྣམས་སྟོན་འགོ་དང་བཅས་པ་ཐོབ། དེ་རྣམས་སྤྲོ་མ་རྣམས་པའི་མདུན་ནས་ཉམས་
ལེན་གྱི་སྟོན་འདོགས་གཅད་པ་དང་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཐོབ་ཚུལ་རག་རིམ་ཅིམ་ཡིན་པ་ལགས། ཁོང་གི་མཛོད་
ཐུན་མདོར་བསྐྱུས་ན་ལོ་ལྟར་བྱ་ཉ་ལྟར་སོགས་སྟོན་བསྐྱེད་པ་དང་བྱད་པར་དུ་བྲག་ཡེར་པ་འཕེན་པོ་ཁོག་ཤར་
དག་པོ་ཁོག་དང་དབྱུས་གཅོད་གི་སྦྱབ་གནས་ཁག་ལ་ལོ་ལ་ཤས་རིང་ལ་གནས་འབྲེལ་དང་སྦྱབ་པ་ཉམས་བཞེས་
སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་སོགས་ཅི་རིག་མཛོད་པ་དང་དེ་རྣམས་ལ་བཞུགས་པའི་འཚམ་པ་རྣམས་ལ་འཚོ་བའི་རོགས་
རམ་ཞབས་འདེགས་ཅི་ལུས་སུ་སྦྱལ་བ་འདུག ཡང་སྤྲོ་མཚན་མཆོག་གྲུབ་ཆེན་སྐྱེ་བྲེད་གཉིས་པའི་དུས་སུ་ནམ་
རྒྱུན་ཡི་དམ་ལྟག་པའི་ལྟ་དང་ཆོས་སྦྱོང་སྤྲུང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་ལུང་བསྟན་སོགས་མི་དང་མི་ལབ་པ་

ཡིན་པ་སྒྲོས་མ་དགོས་པ་རེད། སྐབས་ཞིག་མདོ་སྨད་ལ་གདུལ་བྱར་ཕེབས་སྐབས་ལམ་ཁ་ནས་གྲོ་མཐོང་ནམས་
ལ་དེ་རིང་ཆོ་རིལ་སྒྲུབ་གནས་དང་དབལ་ནག་མཚོ་ལ་འགོ་དགོས་ཚུལ་དགོས་པ་ཆེ་བོ་ཡོད་ཚུལ་བཀའ་སྒྲོབ་
གན ངས་བ་རེད་དེ་ནས་དབལ་ནག་མཚོར་སླེབ་དུས་ཉམས་ཁུར་ནས་ཐེ་ཆོམ་མེད་རྒྱ་མཚོ་རི་ནང་དུ་ཕེབས་པས་
གྲོ་པ་འགའ་རེས་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་འཇའ་ཚོན་དང་མཚོན་ལྷ་རི་བཟང་གི་ལྟས་རོ་མཚར་ཅན་དུ་མ་ཞིག་སྒྲུབ་འགའ་རེས་
ཀྱིས་མཚོ་ནང་དུ་གཤིགས་སོང་བ་ཨོ་ཡིན་ན་སྒྲུམས་ནས་སླེབ་འགྲོད་སྒྲོལ་གསུམ་གསུམ་པས་གང་ལྟར་རམ་ཉིན་བདུན་
གི་རིང་ལ་སྒྲུབ་རྒྱུ་གིས་སྒྲུབ་པོ་བྱང་ཆེ་པོར་གདན་དྲངས་ནས་འགོ་དོན་དཔག་མེད་མཛད་པ་ཡིན་དེ་ནས་སྒྲུབ་རྒྱུ་
དེའི་སྒྲུབ་པོར་སྒྲུབ་པ་འདྲ་མིན་དང་སྒྲུབ་ཇུས་འདྲ་མིན་གྱི་ཕྱ་རྒྱ་ནང་ཞིག་ཕུལ་ཡོད་པས་དེ་ནམས་བསྐྱམས་ནས་ཚུར་བྱོན་
ཡོང་པ་ཡིན་འདུག་དེ་ནས་སྒྲུབ་རྒྱུ་མཐས་ཀྱིས་ཕུལ་བའི་སྒྲུབ་ཇུས་དེ་ནམས་དཔའ་སྒྲོན་དུག་གི་མཚོན་ཆ་ལམ་མོན་ད་
ཆེ་མོ་ཞེས་པའི་དུས་བབ་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱུང་འཕགས་ཀྱིས་ལྟོན་ཞིག་པལས་མཛད་པ་རེད་པན་ཀྱས་ནི་སྒྲུབ་དམ་མཛོད་རྒྱ་
ནད་རིག་དུག་གཉན་ནད་གཟེར་ཐུང་གི་རིགས་དང་རྒྱ་གཙོང་དམ་རྒྱ་གཟེར་དུག་ཐབས་ཆམ་རིམས་དང་གཉན་སྒྲིན་
བྱུང་པར་དུ་སྒྲུབ་དུག་དང་དུག་རིགས་སྒྲུབ་དུག་ལ་ཉ་ཅང་བཟང་ནམ་རྒྱུན་ལུས་ལ་འཆར་བ་དང་སྒྲོམ་ན་སྒྲུབ་གི་
གཞོན་འཆོ་དང་ཆམ་རིམས་སོགས་སྒྲོན་འགོག་གི་ཀྱས་པ་ཡོད། བརྒྱད་པ་ནི་མཚན་མཚོག་སྒྲུབ་ཐོང་གཉིས་པ་ནས་
བཟུང་སྒྲུབ་ཐོང་བཞི་པ་ལུང་རིག་སྒྲུབ་པའི་ཉིམ་ཆོས་ཀྱི་དོན་འགྲུབ་དཔལ་བཟང་པོ་ལ་རས་བའི་སྒྲུབ་མ་རྩོམ་རྒྱུ་ཆ་བ་
བྱ་ལྟའི་བར་དུ་བརྒྱད་པ་གསེར་གྱི་ཉག་ཐག་ལ་དམ་སེལ་གྱི་གཡས་མ་གོས་པ་ཆིག་བརྒྱད་དུ་བརྒྱད་པ་དེ་དང་སང་
ཡང་མཐོང་རྒྱུ་ཀྱི་མན་དག་ཕྱག་བཞེས་ཇུས་རྒྱུན་ནམས་ལ་རྒྱུངས་མ་ཡལ་བ་གསོན་པོར་ཕྱག་སྟར་འདེབས་དང་
འདེབས་བཀོལ་བྱེད་བཞིན་མཆིས་སོ། །དེ་ནས་རང་དགོན་འདུ་ཁང་བསྐྱར་བཞེངས་བྱེད་སྐབས་གྲོ་མཐོང་ནམས་པ་
དང་ཡུལ་མི་མཚོན་སྒྲེ་ནམས་དང་སྒྲུབ་མ་དག་དགའ་དེད་གཉིས་གཙོང་བྱས་སའི་སྒྲོན་ནས་རང་ཀྱས་ཅི་འཛོན་གྱི་སྒྲོ་
ནས་ཞབས་འདེགས་ཀྱིས་པ་རེད། འདུ་ཁང་ནང་དུ་མཚོན་ཆས་རྒྱན་བཀོད་སོགས་འགྲམ་མཚུག་ཞན་དག་ལ་
གདངས་མི་དགོས་ཅིམ་བསྐྱོགས་ཡོད་ནམ་རྒྱུན་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་བཤད་གྲུ་ཞིག་ཚུགས་ན་སྒྲུམས་པའི་
འཆར་གཞི་སྒྲུབ་ནས་ཡོད་པ་རེད་དེ་ཞིག་དེ་ལྟར་བསམ་པ་བཞིན་དུ་མ་འགྲུབ་དེ་ག་རང་ལུས་ད་དུང་གྲུ་གསུམ་གང་
རུང་ཞིག་འགྲུབ་པའི་སྒྲོན་འདུན་བསྐྱེད་བཞིན་ཡོད་ཡང་ཁྱོད་ཐོག་ཏུ་འདུ་ཁང་གསར་བཞེངས་མཛད་བཞིན་ཡོད་པ་ནི

རང་དགོན་གྱི་མཆོད་སྒྲུ་གྲ་ཚང་རྣམས་མང་པར་ ཆེར་སྤྱོད་སོང་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་གྱིས་དེང་རབས་འགོ་ཕྱོགས་
ཆ་རྒྱུན་རྣམས་ཡུལ་མི་ལ་བསྟུན་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་མ་འོངས་པར་དགོ་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྱུང་སའི་
གནས་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིག་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྲུལ་པའི་ཕུགས་འདུན་འདྲའི་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་རེད་འདུག རྒྱུན་
པར་དགོན་པའི་འཛོགས་དུས་མཆོད་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་ན་ཆད་མེད་དུ་འགོ་སློ་ཅི་གཏང་དགོས་ན་ཆང་མ་གཏོང་དང་
གཏོང་བཞིན་ཡོད་རྒྱུ་པར་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་མོས་ལྟར་གསོན་པོས་སྤྲི་མ་དང་གཤེན་པོས་འཕོ་འདེབས་
སོགས་རང་ཅུས་ཅི་སྤྱོད་གྱི་སློན་ས ། ཁོམ་པ་ཡོད་སྤྲུལ་ཉིན་མཆོད་དཀའ་ཆོགས་ལ་སྟོས་མེད་གྱི་སློན་ས་བྱོན་རྒྱ་
དང་ཞབས་ཁྱུ་བསྐྱབ་དང་སྐྱབ་བཞིན་དུ་མཆིས་པ་ལགས། འདིའི་ཅང་བསྟུན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་དོན་རྒྱ་ཆེན་
པོ་འབྱུང་པར་ཤོག་ཅིག་གི། ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་འདི་ནི་རབ་བྱུང་17ལོའི་བོད་རྒྱ་བཅུ་པའི་ཡར་ལོས་ཆོས་12
ཞོགས་པའི་ཆ་ལ་བྲིས་པ་དང་མཚུགས་བྱུང་པའོ།

བྲུ་ཤིས་སྐྱ་མཁྱེལ་མ་དགོའ་དགོའ་དགོའ་།

པར་མིག་ནང་གི་ཕ་ཡུལ།



བལྟས་ན་མིག་གི་མདུན་ན་ཡིད་འོང་དུ་མཛེས་ཤིང་།
བསམ་ན་སྐྱོ་སེམས་ཤུམ་སྐྱོང་སྐྱོང་དུ་འབྲེན་པ།
ཚོར་ན་ཡ་ལོག་སེམས་ཁམས་བདེ་ལྡན་དུ་བསྐྱར་བའི།
ཡུལ་ལྗོངས་འདི་འདྲི་བཀོད་པ་སུ་ཞིག་གིས་བཅོས་སམ། །གཡག་རྩོད་ནས།



སྐྱོད་ཀྱིས་གནས་པའི་ཕ་ཁྱིམ་སྐྱབ་བཞི།
ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བཞུད་པའི་ཉིན་མོར།
སྤྱོད་སོང་བྱིས་པའི་ཚོར་སྣང་གསོན་པོ།
བཅོས་མིན་སེམས་ཀྱི་མཐིམ་ན་ཤར་སོང་། །གཡག་རྩོད་ནས།



བོང་ང་དཀར་མོ།

གཡལ་འདབ་བསིལ་ལྷོངས་འཛོན་པའི་བོང་ང་དཀར།

དུང་རྩ་སྒྲ་ཆེན་གཞོན་ལུ་མཆོང་ལ།

གཡུ་ལོ་དུང་གི་མེ་ཏོག་མཛེས་པས་བརྒྱན།

དུག་རིགས་མཁྲིས་ཚད་འཛོམས་པའི་གཙོ་མོ་ལགས། ཞེས་པས་གསར་ལོ། སྤྲན་པ་མཁྲིན་རབ་ནས།



སྤང་ཅི་དོ།

རི་མཐོན་སྤང་ལྷོངས་འཛོན་པའི་དོ་ལང་།

མཆོད་སྒྲ་གཡུ་གོས་དུང་གི་ཀླང་པ་ཅན།

རི་མས་དུག་ཚ་བ་གསར་རྩིང་གི་གྲུམ་དང་།

ཁག་འབྲུགས་རྒྱ་གཞེར་འཛོམས་པའི་བདུད་རྩི་ཡིན། ཞེས་སོ། སྤྲན་པ་མཁྲིན་རབ་ནས།



སྟོང་རིམ་ལ།

གངས་ཞོལ་གངས་རྒྱུ་སྟེ་པའི་ག་བྱར་ད། །
 རིགས་བདུན་གཡུ་འདབ་མཛེས་པའི་ལན་ཚར་ལ། །
 རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷའི་མེ་ཏོག་ཚོབ་བྱར་མཛེས། །
 བསིལ་བྱས་ཚད་རིམས་སེལ་བའི་གཙོ་མོ་ལགས། །ཞེས་གསུང།
 སྟན་པ་མཁུན་རབ་ནས།



ཉིང་ལན།

གཡའ་གསལ་ཇ་མཐོན་འཛིན་པའི་གཡའ་རྩག་མ། །
 ཟངས་ལུས་གཡུ་ལོ་མཚུང་གི་མེ་ཏོག་མཛེས། །
 ཀངས་ལྷ་བྱིའི་བདུད་རྩིས་མཚད་སེལ། །
 རྩམ་ཐུང་ཁག་འཕྲིས་འབྲུགས་སེལ་གཙོ་མོ་ལགས། །
 ཞེས་སོ། ། སྟན་པ་མཁུན་རབ་ནས།



གཡའ་གྱི་མོ།

གཡའ་གངས་ལྷ་ལྷོངས་སྟེ་པའི་གཡའ་གྱི་མོ། །
 ལོ་འདབ་གསེར་གྱི་ས་གསལ་འབྲེལ་བ་ལ། །
 མེ་ཏོག་རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷའི་རྒྱན་གྱིས་མཛེས། །
 ཁ་བསིལ་མཁུན་ཚད་ཞི་སྟོང་གཙོ་མོ་ལགས། །ཞེས་སང།
 སྟན་པ་མཁུན་རབ་ནས།

པ་ཡུལ་གྱི་མཛེས་ལྗོངས།

བསྐྱབ་བརྒྱད་དབང་མོ།

འཛིག་རྟེན་གྱི་ལ་རྒྱུ་པོས་སྒྲིབ་ཀྱིས་རི་ཁྲོད་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཆེས་ངོ་མཚར་ལྡན་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཞིག་སྟེ།
སྤྱོད་ཞིང་གསངས་བའི་ནམ་མཁའ་ཡིས་མཐོངས་ནས། ཉི་མེད་ཡིས་རང་མདངས་འཛོར་བཞིན་འདུག། གངས་དཀར་གྱིས་
ཅོད་པན་ཁྲུབ་པའི་རི་བོ་ཡིས་མཛེས་སྤྱད་ཐོབ་གྱིས་བད། རེད་ཡ། སྤྱུག་ལུང་གིས་མགུལ་བ་དཀྱིས་པའི་རྩ་རི་སྤྱུག་པོ་
འདི་ཅི་འདྲའི་རྩམ་བཞིན་ཆེ་བ་ལ། ད་དུང་། ལྗང་མདོག་གི་ལྷ་བ་གྲོན་པའི་རིག་ཟུར་ནས། རི་དྲགས་རྣམས་གྱིས་ཅེད་
འཛོལ་འོལ་ཞིང་དེ་འདྲ་བཀའ་ཐེགས་པ་ལ། སྤྱོད་ཤིང་གིས་ཡལ་ག་འདུད་པའི་ནགས་ཚལ་གྱི་ཁོད་ནས། འདབ་ཆགས་
ཚོས་སྒྲིབ་དག་གི་ཅི་འདྲའི་སྤྲོད་ཞིང་འཇབས་པ་ལ་ཨང་། སྟོས་དང་། སྤྱི་ཚུ་སྤྱོད་མོའི་སྤྱུང་སྤྱུང་དུ་བཞུར་བའི་འགྲམ་
རྒྱུད་གྱིས་རྩ་ཐང་ནི། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ། འདི་ན། དཀར་དམར་མེ་ཉོག་གིས་འཛུམ་དཔྱལ་བཞུད་ཅིང་སྤྱང་ཅི་ལེན་
བཞིན་དར་དེར་འཕུར་གྱིས་བད། ད་དུང་། སྤྱུག་གྱིས་མཛེས་སྤྱུག་ རྩ་མོ་ཡིས་འཛོར་སྤྱ། འབྲི་མོ་ཡིས་དུར་སྤྱ། གཡར་
དཀར་གྱི་འབའ་སྤྱ་བཅས་ཉམས་དགའ་བ་ལ་ཨང་། དེ་ལྟར་བྱུང་མཚར་ལྡན་པའི་ཡུལ་གྱི་འདི་ནི། མི་ཡུལ་གྱིས་གྲོང་ནས་
ངས་དགའ་བ་འབྱམ་གྱིས་བྱི་མིག་བྱེད་སའི་པ་ཡུལ་ལགས། ཨོ་མ། རེ་ལྗོངས་ལྷུག་མོ།

རེ་སྒྲིལ་མ།

རེ་བཟང་ནས།

དབྱར་གསུམ་ཆར་གྱི་ཟེགས་མས་མེ་ཕྱི་རྒྱས། །
དགུན་གསུམ་ཁ་བའི་འདབ་མ་འཕྱར་ཞིང་གཅན། །
སྟོན་གསུམ་འབྲས་རྒྱག་ལོ་ཐོག་ཁུལ་གྱིས་སྒྲི། །
དབྱིད་གསུམ་མེ་ཏྲོག་ཞིང་ཁམས་ཡིད་ལ་སྒྱག། །

མཐོ་ལྗིད་རི་བྲག་ཕྱེ་མོས་ནམ་མཁའ་འབིག། །
དངས་གཅོང་ཆབ་རྒྱན་བདུད་ཕྱིས་རི་ལུང་ཁེངས། །
ཕྱི་ཤིང་མེ་ཏྲོག་བཟུང་བའི་ཞིང་ཁམས་ཞིག། །
མི་ཡུལ་ཁམས་སྟོད་འདིན་ལྷང་གྱིས་མཛེས། །

སྤང་ན་རི་དྲགས་སྒྲོ་ཚོགས་ཁྱུ་ཡིས་རྒྱ། །
ནགས་ལ་གཅན་གཟན་མང་པོ་ངར་ཞིང་གཅན། །
ཆུ་ལ་ཉ་སྒྲམ་འདྲ་མིན་འབྲུག་ཕྱུ་ལ་འཛེས། །
སྒྲོ་ཚོགས་མཛེས་པའི་དབེན་སྒྲོངས་བཏུ་ན་སྒྱག། །

འབའ་འབའ་ལུག་གི་སྐར་ཚོགས་ས་ལ་སྤྱང། །
ལོ་རྒྱུས་སྤྱིས་པའི་བྱ་ཆེན་གཟས་ལ་བཞོད། །
འཕྱར་འགྲོས་ཅང་ཤེས་ན་བའི་གཞུང་ཆེན་བཀའ། །
ལྷག་བཞི་གཡང་གི་གཏེར་ཁ་འདིན་རྟོལ། །

སྤྱ་ནགས་མཚོ་མོ་འབྲིལ་བའི་ནང་བཅུད་ལ།
དཀར་གསུམ་ཕྱེགས་པའི་རི་བོ་མཐའ་འགྲམ་ནས།
འབྲི་མོ་ཞོལ་དབྱངས་འབྱུ་བྱུག་མཆ་དབྱངས་འཐེན།
སྐལ་བཟང་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་འདིན་རྒྱས།

རི་ཁྲུང་ཐང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཞིང་ཁ་ན།
སྟོན་ཐོག་ཕྱུན་གསུམ་འཚོགས་པའི་ཕྱ་ཁ་ནས།
སོ་ནམ་རྒན་པོའི་སྤྱ་རྒྱུང་ཅེར་ཅེར་གྱིས།
སྐལ་བཟང་སྤྱེབ་བཞིའི་དཔལ་ཡོན་འདིན་རྒྱས།

སྤྱ་གུར་རི་བོ་འབྲིང་པའི་འདབ་རོལ་ན།
ཕྱུག་བཞི་གཡང་གི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་འཚམས་ནས།
དོམ་ཚའི་ངར་མའི་དཔའ་རྩལ་རོམས་བཞིན་དུ།
མེས་པོའི་གཞིས་བྱིམ་རྫོད་མོའི་འདིན་བབས།

ཨ་པས་བྱི་ནས་གཞིས་བྱིམ་ཐབས་ཀྱིས་སྤྱང།
ཨ་མས་ནང་གི་ཅག་ཅིག་ཞིབ་ཀྱིས་སྦྱབ།
བུ་སྤྱུག་ཁ་ཏ་སྦྱབ་བྱའི་ཁོད་ནས་ལོང།
ཡ་རབས་ཚང་གི་རྫོད་ཁོམ་འདིན་རྒྱས།

རྒྱས་པའི་ཕྱུག་རྒྱུང་སྤང་བ་འཁོར་ལོས་རྒྱས།
གཞོན་པའི་སྐད་ངག་དབྱངས་གསལ་གཉིས་ཀྱིས་འགག།

དར་མའི་ལུས་ངག་དག་བཟུང་འབྲིམས་གྱིས་གནས།
ཆོས་ལྷན་བོད་པའི་བློ་བསང་འདིན་ཐུང་།

པ་མའི་ཞལ་ཏ་རྒྱལ་ལྷན་བཞུགས་འབབ།
བྱ་ཚའི་སེམས་ལ་མ་རྩོས་མཆོ་བཞུགས་འབྱེལ།
བོ་གནའི་རྒྱུད་ལ་ཆར་རྒྱུད་ཐོལ་གྱིས་སིམ།
ཡ་རབས་མི་ཡི་གཤེས་སྤྱད་འདིན་སྤྲོད་གས།

བགྲེས་པའི་ཉམས་སྦྱངས་བྱམས་པའི་སེམས་ལ་འདྲེས།
གཞོན་པའི་ཞབས་ཞུ་ཡ་མེས་སྤོལ་ལུགས་བཟུང་།
ཀུན་ལ་གཤེས་སྤྱད་དར་བཞུགས་ཡོངས་སུ་འཇམ།
ཞི་འཇམ་འཆམས་མཐུན་ཡུལ་ལུང་འདིན་ཆགས།

མཁན་སྤྱལ་དག་མདུན་འདུས་པའི་ཆོས་ཆོགས་རྒྱས།
འབང་རྣམས་མངའ་ཐང་དག་འབདེའི་དཔལ་གྱིས་འཛོ།
ཡོན་མཆོད་བར་གྱི་མཆོད་སྦྱོར་གོ་མ་ལོག།
དམ་ཆོག་རྩོམ་འཁྲུག་འདིན་འདྲེས།

སྤྱིང་ནས་ལྷ་དང་སྤྱི་མའི་བྱིན་རྒྱབས་འཛོ།
འོག་གི་འབང་ལ་དག་འབདེའི་དཔལ་གྱིས་འཛོ།
བར་གྱི་ལྷ་གཉན་གཙན་གསུམ་ཆོས་ལ་སྤྱོད།
རྣམ་ཀུན་འཆམ་མཐུན་ཞི་བདེ་འདིན་རྒྱས།

ཕྱི་ཡི་འབྱུང་བཞིའི་འཕྲོད་སྦྱར་ཤིན་ཏུ་བཟང་། །
ནང་གི་ཡུལ་མིའི་མཛའ་བཅུག་དམ་དུ་སྒྲེལ། །
ཡོངས་ཀྱིས་མི་ཚོས་ལྷ་ཚོས་མིག་ལྟར་སྤང་། །
དགའ་བདེའི་འཚོ་བ་ཟབ་མོ་འདིན་རྒྱས། །

མི་ལམ་བཟུང་བའི་ཟིན་གྱིས་ས་ལ་པབས། །
གསོལ་སློན་བཏབས་པའི་འབྱུང་བས་ཡིད་ལ་སློམ། །
འདིན་ས་པ་ཚད་བཀལ་བའི་བརྗོད་པ་འདི། །
ཕྱི་འཕྲིང་ཁོད་ནས་ལྷོ་ནས་བཏབས་པ་ཡིན། །

ཞེས་རེ་བཟང་པས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་ ༠༤ པའི་ཚེས་ ༡༨ ལ་ཡོ་རུབ་པའི་དཀྱིལ་དབུས་སུ་སི་ཁྲིང་ནས་གྱིས་པའོ། །

གྲོགས་ལ་ཕུལ་བའི་ཀ་ཚོམ་སྒྲིང་རིས་མ།

ཆོད་བང་གཡང་ཆེན།

ཀྱ་ཡེ་བརྗེད་དུ་བཀའ་བའི་གྲོགས་མཆོག་ལགས།

ལ་རོགས་མ་བརྗེད་བསྐྱབ་བྱའི་ལས་ལ་བརྩོན།

གནས་བཟུས་ན་པ་ཡུལ་རྗེས་ལུས་རེད།

ང་ཆོས་ཐགས་རིང་བོར་སྒྲོབ་གྲར་འབྲིམས།

ཅེས་ལམ་དུ་བཟོད་པའི་གྲོགས་མཆོག་ལགས།

ཆ་རོག་རྒྱུད་ནས་འཆད་པའི་སྤྱན་ཆེ་རེད།

ང་ཆང་སྒྲོད་ངན་སོགས་ལ་མགོ་མ་འཁོར།

ཉ་རེ་ཉ་རེ་ཉིམ་མ་སྒྲོང་ནས།

ཏ་ལི་འདབ་མ་ལྟ་བུ་གྲོགས་མཆོག་ཁྱེད།

ཐ་དད་མ་ཡིན་ནམ་ཡང་བུལ་དུ་སོང་།

ད་ནས་གང་ཡོད་ཅི་ཡང་མ་ཤེས་པར།

ན་ནད་བརྒྱང་བའི་དུས་དེར་བྲན་པ་རེད།

པ་རིས་གསལ་ལ་ལྟ་བུ་སྒྲིང་རིས་མ།

ཕ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་འདི་དག་ཡིད་དུ་བྲན།

བ་རེའི་དཀའ་སྤྱད་དེ་ཆོད་རྩལ་བརྒྱས།

མ་ཡུམ་དྲིན་ཆེན་ལ་སོགས་སེམས་སུ་བྲན།

ཅ་མ་བྱི་ལྟ་ར་འབྱམས་པ་དེ་སོགས་ཡིས།
ཆ་བོ་གང་སོགས་ཡོད་པ་ཅི་ལ་ཤེས།
ཇ་ལང་དྲག་ཤུལ་སྦྱོད་པས་ངན་ལང་དེ།
མ་སྦྱེས་རྒྱལ་པོ་དེ་དང་བྱད་པར་མེད།

ཉ་མོ་བྱུར་ལ་སྤྱད་ཏེ་འབད་པའི་བྱེད།
ཟ་འཆོལ་རྩེད་སྤྱད་ལས་ལ་སྒོ་གྲོས་གསལ།
འཁོར་གཡོ་སྦྱུ་བྱ་བར་མ་བཙོན་པར།
ཡ་མེད་ཅན་ལ་སྤྱི་ཞིག་ཡིད་ཆེས་བྱེད།

ར་ལུག་འདྲ་བར་ལེ་ལོ་མི་བྱེད་པར།
ལ་ལྷང་མང་པོ་འབྲེམས་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས།
ཤ་ཆ་སྦྱིང་རྩེ་དགོས་མེད་གྲོགས་མཆོག་ལགས།
ས་སྤྱིང་འདི་ལས་འཕེལ་བའི་སྒྲོབ་ལ་འབད།

ཏ་ཅང་བདེན་གཏམ་བཤད་ན་ཡིད་དེ་འཕྱུག།
ཨ་ཕོ་ལེ་ལོར་མ་བྱེད་སྒྲོབ་ལ་འབད།
ཏ་ཅང་སྒོ་གྲོས་གསལ་བའི་གྲོགས་མཆོག་ཆེད།
ཨ་ཕོ་སྒྲོབ་ལ་འབད་དང་གྲོགས་མཆོག་ལགས།

2019.8.11ཉིན་སྤྱུལ་ནས།

རང་བྱུང་ཁམས།

ཨ་འཇམ་ནས།

རང་བྱུང་གི་ཁམས་ཆེ་པོར་འཇུག་བ་ན།
སྒྲིན་ཞིང་འཇམས་པའི་བྱ་སྒྲ།
དྲི་ཞིམ་ལྷང་བའི་མེ་ཏྲག་གི་ཁང་བྱིམ།
སྒྲིང་མ་དང་བྱེ་ལེབ་སོགས་ཀྱི་འཕྱར་ལྷིང་རོམ་ས།
མཛེས་སྒྱུ་གུ་ལྷན་པའི་རི་ཁྲུང་།
བགྲོད་བཞིན་བགྲོད་གིན།
དེ་ཡི་ནང་ནང་དུ་བཟུང་སོང་།
ལྷས་སེམས་ལ་གྲུ་ཡང་གི་མཁའ་རྒྱུ་སྒྱུ་གུ་པོ་ཞིག་བཞག་སོང་།
སུ་ཀྱང་འོངས་སྟོན་དཀའ་བའི།
ལྷིང་འཇགས་དེ།
ངའི་བྲང་ཁོག་དུ་འཇུག།
སྐབས་དེ་ཡི་འོངས་སྟོན་ནི་ཞི་མཐུན་དང་ལྷིང་འཇགས་ཀྱི་འོངས་སྟོན།
སྐབས་དེ་ཡི་འོངས་སྟོན་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བྱུང་གི་མཛེས་ལྗོངས།

ངག་དགའ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱང་ཅམ་བསྟོད་པ་དད་པའི་མེ་ཏྲག་

ཡུན་རིང་ག་ཅམ་མཇལ་ཡང་གཏན་དུ་སྤྲོས་པ་མེད་པའི།
སྐྱེ་མཆོག་སངས་རྒྱས་མཛེས་ཞལ་སྐྱབས་གཅིག་སྤྲོ་མ་རིན་པོ།
དུས་ཆོད་ག་ཅམ་ཉན་ཡང་སྤྲོ་ཡང་ཉན་སྤྲོ་འདོད་པ།
ཟབ་རྒྱས་ཆོས་རྒྱལ་སྟོན་པའི་གསུང་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཅུ།

ཤེས་བྱ་ཡོད་མེད་ཀྱན་མཁྱེན་ཐུགས་རྒྱུད་རབ་ཏུ་ཞི་བའི།
སྐྱེ་གསུམ་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་མཚུངས་མེད་སྤྲོ་མ་ང་དགའ།
ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ལམ་མཆོག་བསྟོད་པའི་རིམ་པ་དང་བཅས།
རྟོག་མེད་ཆོས་དབྱིངས་གྲོང་ནས་དལ་འབབ་རྒྱལ་བཞིན་དུ།

ཉོན་མོངས་ཆོ་བས་གཅོས་པའི་སྐྱེ་འགྲོའི་ཡོངས་ལ་བབས་པས།
ཟང་ཟེང་གང་གིས་བསྐྱེད་མེད་སྤྲོས་པ་རྒྱབས་ཆེན་ལྡན་བསྟོད།
ཡོན་ཏན་དཔལ་གྱིས་རྒྱན་པའི་ས་གཞི་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར།
ཕན་བདེ་ཀྱན་གྱི་གཞི་རྟོན་བསྐྱབ་པ་རྒྱལ་བཞིན་པའི་རིན་ཆེན།

ཆེར་སྤྲོགས་དུས་རབས་འདི་ནས་རང་གི་མིག་ལྟར་སྤྱང་བའི།
མཁས་དང་མི་མཁས་ཀྱན་རྒྱལ་རྒྱལ་བཞིན་གཅོད་པ་ལྡན་བསྟོད།
གཡུལ་སར་གོ་བྱ་བ་ལྟ་བུ་བསྟོད་པ་དཀའ་ཐུབ་དམ་པ།
རང་དགའ་གཞན་བདེའི་དཔོན་རྒྱུ་རྩོད་མེད་ཡོངས་གྲུབ་ཉིད་དེ།

ལུགས་གཉིས་གང་གི་སྐབས་སུ་གཞན་ལ་གཅོས་པ་མེད་པའི།
ཐུབ་པའི་རྗེས་འརྱུག་ཡང་དག་བཟོད་པ་དཀའ་ཐུབ་ལྡན་བསྟོད།
སྟོད་མེད་རྒྱན་ལ་འགོས་པའི་ཡེངས་མེད་བཙོན་པ་མཆོག་དེ།
རང་གཞན་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ཕྱིར་ནམ་ཡང་གཏོང་བ་མེད་ཅིང་།

དགེ་ལ་རྣམ་པར་སྤྱོ་ཞིང་ཞི་དུལ་བག་ཡོད་བཅས་པའི།
དགའ་བ་ཀུན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དོན་ཆེན་བཙོན་འབྲས་ལྡན་བསྟོད།
སེམས་རྒྱུད་རབ་དུ་ཞི་བ་མ་བཅོས་རྟོག་མེད་བསམ་གཏན།
དབྱེད་བཅོས་མེད་པའི་རང་ནས་གཉུག་མའི་རྒྱལ་སར་བསྐྱེགས་པའི།

ལྷག་མཐོང་ཉི་མ་འདྲ་དེས་ཕྱོགས་མེད་མྱོངས་ཐུན་བསལ་བ།
གཟུགས་མེད་བཞི་འདས་བསམ་གཏན་དོན་ལྡན་སྒྲ་མ་ཉིད་བསྟོད།
དོན་དང་དོན་མིན་ཆོས་ཚུལ་སྐྱེ་རུལ་ག་མཐིལ་བཞག་ལྟར།
མ་དོན་སུམ་ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་པས་ཐུགས་ལ་སྤྲིབ་པ་མེད་ཀྱང་།

ད་དུང་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་སྒྲ་མ་ཁེངས་སྐྱེད་ཅན་ཏེ།
འཁོར་གསུམ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་བཞི་དང་ལྡན་བསྟོད།
དེ་ལྟར་པར་ཕྱིན་དུག་ལྡན་སྒྲ་མ་ང་དག་འཁྱེས་གསལ།
གསལ་སྟོན་ཕྱོགས་བཅུ་ལྔ་བ་སྟེ་མཐའ་མེད་སྐྱེ་ཞིང་འགོ་ཀུན།

ཀུན་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་སར་བཀོད་བདག་སོགས་སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ།

དུམ་ལའི་གནས་ལས་སྐྱབས་ཤིག་བྱམས་དང་བརྟེ་བའི་མངའ་བདག།
རྣམ་རྟོག་སྒོ་ལས་ལུངས་པའི་མ་བཅོས་དག་རིགས་འདི་ཉིད།
དེ་ཆེན་མ་མ་ལྟ་བུའི་བདག་གི་སྐྱབས་གནས་ཉག་ཅིག།

དེ་ལ་དད་པ་ཡིས་ཀྱང་སྲིད་པའི་གདུང་བ་སེལ་བས།
རྣམ་དཀར་རྒྱ་བུ་འབྱུང་བར་ལྟ་དང་སྒྲ་མས་གྲོགས་མཛོད།

ཅས་པ་འདི་ནི་གང་གི་སྒོ་བ་འབངས་ལས་རྒྱ་འབྱོར་ཤེས་སྒྱུད་སོགས་ཀྱི་མཐའ་མར་གྱུར་པ། འོན་ཀྱང་སེམས་
ཁོངས་ནས་གང་ལ་དད་པ་བརྟན་ཞིང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ལྷག་པའི་སྒོ་བ་བྱ་——•སྒྲིད་ཉིན་ནས། དམ་པ་གང་གི་ཡོན་ཏན་བྲན་
ཞོར་ཡིག་གཟུགས་སུ་བསྒྲིས་པ་དགོས།

པ་ཡུལ་གྱི་མི་གཅིག

བདེན་པའི་ངག་

ཀུན་གསལ་ནམ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་བཀྲ་བའི་སྐར་ཚོ་གསལ་བཞིན། མི་བགྲང་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཁྱ་ཁྱ་རིག་རིག་གི་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཚོ་ཞིང་གནས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལས་ངའི་ལ་བཀྲ་འདྲིན་ཆེ་བའི་མི་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་རེད། ཡིན་ནའང་དགའ་སྐྱོའི་འདྲེས་མའི་འཚོ་བའི་བློ་དཔེས། ངའི་བྲན་འཛིན་གྱི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་དབྱར་གྱི་ཆར་ཆུ་དང་དགུམ་གྱི་ཁ་བ། སྟོན་གྱིས་དཔེས། དབྱིད་གྱི་བརྒྱན་གཤེད་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་གཞོམ་མི་ཅུས་པར་རྟག་ཏུ་གནས་ཤིང་། སེམས་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་ན་འཚོར་བའི་སྐར་མ་འོད་ཆེན་ནི། ངའི་པ་ཡུལ་ལ་ད་ལྟ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྟོན་པ་མཆིན་རབ་རྒྱ་བ་འོད་ཡིན་ལ། འོད་ནི་ང་ཆུང་ཆུང་གིས་པའི་དུས་ནས་བརྒྱུད་དཔར་དུ་དཀར་བ་ཆད་དུ་བསད་ནས་གཞན་པའི་གྱི་བྱ་བ་ལ་འབད་བཞིན་ཡོད་ལ། དུས་རྒྱུན་པར་འོང་ནི་པ་ཡུལ་དུ་གྲོང་ཚོ་བཅོས་མ་ཞིག་ལ་སྟོན་ཁང་ཆུང་ཆུང་ཅིག་སྐབ་ནས་བཞུགས་བཞིན་ཡོད་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ཉིན་གང་བོར་ནད་པ་ནི་རྒྱུན་ཆད་མི་འདུག དེའི་སྟེན་གྱིས་དུས་རྒྱུན་པར་གསོ་བའི་དུས་ཚོད་ཉ་ཅང་དཀོན་པས། ད་སྐབས་འོད་ལ་རྒྱུང་ཁམས་ཡང་བཞེས་ཡོད་པ་སོགས་ངའི་སྐུ་ལྔ་ལ་འཁྲུག་པའི་ཆོད་ཡིན་ན་ཡང་། ཤེས་མཁན་སུ་ཡང་མེད་པ་ལྟར་འོད་གིས་ནད་པ་ལ་སྟོན་ཆད་ལྟར་ཞབས་ཞུ་སྐབ་དང་སྐབ་བཞིན་འདུག འོད་ནི་བྱ་དུ་འཕགས་པའི་སྟོན་པ་ཅིག་རེད། པ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་མི་ཚོས་ཀྱང་འོད་ནི་ཉ་ཅང་བཟང་བའི་སྟོན་པ་ཅིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། རྒྱུན་མཚན་ནི། དབྱར་གྱི་ཆར་ཆུ་དང་དགུམ་གྱི་ཁ་བ། སྟོན་གྱིས་དཔེས། དབྱིད་གྱི་བརྒྱན་གཤེད་སོགས་ཅི་འདྲ་ཆེ་རུང་སྟོན་པ་གདན་མཁན་ཅིག་སྟེན་པས་ཡོང་ན། ངག་འཇམ་དང་ལག་འཇམ་གནད་བ་ལས། ཆོག་རྒྱུ་དང་ལག་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད་པར་འོད་ནི་ཐེབས་དང་ཐེབ་བཞིན་ཡོད། འོད་ནི་ཉིན་མཚན་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པར་གཞན་གྱི་ཆོས་ལྷན་གྱི་བྱེད་དུ་རང་ལུས་སྟོས་གཏང་ནས་ཐེབ་བཞིན་འདུག སྟོན་པ་ལགས་བྱེད་ནི་ངའི་ཆོས་ལྷན་གྱི་དགའ་ན་བགད་ས་དང་སྐྱུ་གཟུ་ས་ཡིན་ལ། མདོར་ན་བྱེད་ནི་ངའི་སེམས་གཏིང་ན་ནམ་ཡང་འོད་ལམ་ལམ་དུ་བཞུད་པའི་དཀར་མ་འོད་ཆེན་དེ་ཡིན་ལགས། །

ཁྱེད་ལྟུང་དཔ་དཀར་གླེམ་རྒྱལ།

ལྷན་པོ་ལྟེན་པ།

ཐུ་ཨ་ལ་ལ་ཨ་ཨ་ལ་ཨ།

ཐུ་བྱ་བ་ལ་ལ་མོ་བྱ་བ་རེད།།

སྐྱབས་སྤྲོ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ།

གསེལ་བ་སྟེང་གི་དགྲེལ་ནས་འདེབས།

བྱིན་རྒྱ་བས་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེལ་དུ་གསོལ།།

ས་འདི་ཡི་ས་འོ་མ་ཤེས་ན།

ས་སྒྲིད་པོ་རང་ཡུལ་ལྷུང་པ་རེད།

སྡེ་སྡེད་པོ་མར་བྱ་ཆགས་འདྲ་པོ།

སྡེ་རི་བླ་མུག་གཡང་རིང་མོ་བེད།

ཕྱི་དང་འདྲ་དུ་རྩོམ་གྱིས་ན།

ང་རེ་ཕྱག་བཀུ་ཤིས་རྫོང་ཟེར།

སྒྲེ་རེ་བ་ཚད་གི་ཐ་ཆུང་ཡིན།།

ལྷ་འདི་ཡི་ལྷ་འོ་མ་གཤམ་ན།།

ཕྱིད་ལྷ་དར་དཀར་ཕྱེས་རྒྱལ་བེད།

ཡབ་ཇེ་རེ་བ་སྒྲ་མ་མཁུན།།

སྒྲུ་འདི་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག།

དེ་ནས་ལྟོས་དང་ལྟོས་མོ་ལ།

ཡུལ་དག་བརྩ་འཛིམས་པའི་ས་ཆ་ལ།

སྟེང་མཁའ་ན་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བརྒྱད་ཡིད།

དམའ་ས་གཞིར་པད་མ་འདབ་བརྒྱུད་ཡོད།
གངས་རི་གདུག་དཀར་ཕུབ་འདྲ་ཡོད།
སྤང་རི་བུམ་པ་བཤམས་འདྲ་ཡོད།
བྲག་དཀར་པོ་དུང་དཀར་བརྩྭ་འདྲ་ཡོད།
ནགས་རི་རྒྱལ་མཚན་ཕྱར་འདྲ་ཡོད།
ཞིང་གྲུ་བཞི་པ་ཏ་བསྐྱེལ་འདྲ་ཡོད།
ཚུ་གཉིས་གསེར་མིག་འབྱུག་འདྲ་ཡོད།
ཕྱི་རྟགས་བརྒྱུད་ལྷགས་རིས་བསྐྱར་འདྲ་ཡོད།
ནང་མཁའ་འགྲོ་འོ་བློ་ར་འཐེན་འདྲ་ཡོད།
གནས་ཕུན་གསུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
ཡང་སྐྱོས་ལྷ་བའི་ལྷ་དཔོན་ལ།
རི་དཀར་དཀར་གཡང་གཏོར་བཤམས་འདྲ་དེ།
སྤྱི་ཡི་ར་ཚ་དཀར་འབེལ་ཟེར།
རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་འི་བྱིན་བརྒྱབས་པའི།
ཨོ་རྒྱན་པད་མའི་སྒྲུབ་ཕུག་ཡོད།
གྲུབ་ཆེན་བརྒྱུད་བརྩའི་རང་བྱེད་ཡོད།
རི་ཚོམ་ཚོམ་མཐུལ་སྤངས་འདྲ་དེ།
རྒྱབ་རི་ལོ་རྒྱ་ལྷ་ཙེ་རེད།
བྱིན་རྒྱབས་ལོ་རྒྱ་མེ་འབར་འདྲ།
ལས་ཁ་རྗེ་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
མདུན་རིས་ཡིག་བཀོད་འདྲ་དེ།
ལྷ་བྱིས་ན་བ་མཚོ་མོ་རེད།

ས་དཀར་པོ་འཛིན་སྒྲིལ་བ་རྒྱས་པ་འདི་རྟགས།
གཡོན་རིམ་གཡོན་རྟེན་ཡུལ་གཉིས།
ཤར་སྒོ་སྒྲུང་བའི་དམག་དཔོན་འདྲ།
ལྷ་ཤིང་ཤུག་པས་བརྒྱན་པ་དེ།
ས་ལ་ལོངས་སྒྲིལ་འཛོམས་པ་འདི་རྟགས།
གཡས་རིམ་ཐེ་ཆོས་སྒྲིལ་དེ།
བཙན་དམར་པོ་རྟོར་འདུག་བྱས་པ་འདྲ།
ཡུལ་ལ་བཙན་བྱུག་འཛོམས་པ་འདི་རྟགས།
བྱ་གངས་རི་གདུགས་དཀར་དབྱུང་འདྲ་དེ།
ཡང་ཞེ་འཛིན་རྒྱ་ལ་ཡུ་རེད།
ཆོས་མདོ་སྒྲགས་རྒྱས་པ་འདི་རྟོན་འབྲེལ་རེད།
མདའ་གཙང་ཆབ་སྤྱི་ཚུ་སྒྲོན་མོ་དེ།
པ་སྒྲ་མར་མཇུག་དར་སྒྲུལ་འདྲ་རེད།
འཁོར་དགེ་འདུན་འདུས་པ་འདི་རྟོན་འབྲེལ་རེད།
དེ་འདྲ་གཡང་གི་ར་བ་ལ།
དགོན་ཁ་མོ་ཁ་མཁར་བཞེངས་འདྲ་དེ།
རེ་སྒྲ་ལོ་རྒྱ་བསམ་སྒྲིལ་རེད།
འཇམ་དཔལ་གཤམ་རྒྱུ་ལ་པ་ཡི།
པ་སྒྲ་མའི་གདན་ས་གོང་མ་རེད།
ཕྱི་སྒྲ་བཞི་ཙན་དན་སྒོ་བཞི་དང་།
ནང་སྒྲ་བཞི་དཀྱིལ་འཁོར་རང་འབྱུང་དེ།
གནས་གཙང་མའི་དགོན་མཆོག་ཕོ་བྲང་རེད།

ས་བཅུ་འདི་དབང་ཕྱག་རྣམ་སྤྱུལ་པ་འདི།
སངས་རྒྱས་སྤྱི་མཐོང་ཆོས་ར་རེད།
མཇུག་ན་ཉམས་རྟོག་འཕེལ་ས་རེད།
བསྐྱོར་ན་སྤྲིག་གི་བ་འདག་ས་རེད།
དེ་ནས་ལྟོས་དང་ལྟ་མོ་ལ།
འཇུག་འོད་འབྱེད་བའི་གྲུང་བྱིས་ནས།
དཔལ་གྱི་རྩི་རྩི་ལྷ་ཆོག་གས་གྱིས།
བྱིན་ལྷ་བས་སྤྱད་ཆར་ལུ་ལུ།
སྤྲིན་དཀར་འཕྲིབ་མའི་བར་སྤྱད་ནས།
ཆོས་སྦྱོངས་སྤྱད་མའི་གདོང་གོག་གས་གྱི།
ཐུགས་དབྱེས་པའི་གད་རྒྱུངས་ཁོ་ལུ་ལུ།
བཀྲ་ཤིས་པའི་བ་དན་ཤམས་སེ་ཤམས།
དོན་འབྱུང་པའི་དྲུང་དཀར་ཅུ་ཅུ།
དེ་རིང་དུས་གྱི་དགའ་བ་ལ།
དེ་རིང་ལས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ།
མཐོན་མཐོན་མཐོན་གྱི་ལམ་གོང་མ་ནས།
སྐོད་ཐང་དཀར་གཡས་སྐོར་གྱི་ལི་ལི།
ཐང་སྤྱུག་གཡོན་སྐོར་གྱི་ལི་ལི།
གཡོན་རི་བྱག་དཀར་འབྱེད་སྤྱོད་ནས།
ལྷ་བྱས་ཤུགས་སྤྱུ་ཅུ་ཅུ།
གཡས་རི་ནགས་གྱི་རྒྱ་རྩོད་ནས།
ཁུ་བྱག་བྲེ་འབྱུང་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།
བསང་མཐར་དཀར་པོའི་ཡང་སྤྱོད་ནས།

བསང་དྲུག་དགུང་ལ་འཕྱར་ཅུ་མ།
འདྲུ་ཁང་དམར་པོའི་ནང་བཅུད་ནས།
འདོན་པའི་གདངས་རིང་ཁོ་ལུ་ལུ།
རྟེན་འབྲེལ་ལས་ཀྱི་ཆེ་བ་ལ།
མ་གཡར་དབྱར་སྒྲེ་མགོ་མ་ལ།
མ་བོས་ཁུ་བྱུག་མགོན་དུ་འབྱོར།
མ་བཏབ་མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་བཟ།
དབང་ཐང་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
ཡང་སྒོས་ལྟ་བའི་ལྟ་དམོ་ལ།
ལྟ་ཁང་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་ཅན།
ཁ་འབྲེལ་ལེར་གདན་སའི་མཐིལ་དུ་བཞུངས།
དགུང་ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ་འོད་གྱིས་བྱབ།
དམར་ས་ཆེན་བཞིན་དུ་ཁོད་ལ་སྒྲོམས།
འབྲན་མེད་ལྟ་ཡི་ཕོ་བྲང་རེད།
རྟེན་གསུམ་ལྟ་ཡི་ཞིང་ཁམས་རེད།
གན་པས་ཕྱག་བསྐྱོར་བྱེད་ས་རེད།
གཞོན་པས་གསོལ་བ་འདེབས་ས་རེད།
ནང་མིས་དད་པ་འཛོགས་རེད།
ཕྱི་མིས་ཡིད་སྒྲོན་ཤོར་ས་རེད།
ལྟ་གོང་མས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་ཏུ་གསོལ།
ཆོས་དཀར་པོ་འབྱུང་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག།
དེ་ནས་ལྟོས་དང་ལྟ་དམོ་ལ།
གསེར་ཁྲི་སེར་པོའི་ཡང་རྟེན་ནས།

སྐྱུ་ལ་ཉི་མེ་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས།
ཉི་མེས་རྒྱལ་ཁམས་ཁྱབ་པར་བཞུགས།
སྐྱེ་ཆེ་བསོད་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག།
དགོན་འདུར་ཁ་མོའི་གཞི་དཀྱིལ་ནས།
དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ནས་བརྒྱན།
རྒྱ་མཚོར་བ་རྒྱབས་འཕྱར་འདྲ་རེད།
ཆོས་གདུལ་བྱ་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག།
སེམས་སྦྱིད་པོ་ཨི་འདུག་ཁྲོམས་ཆོགས་ཆོ།
ཕ་སྐྱ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་སྤུ་ལུ་ལུ།
མ་སེམས་ཅན་བདེ་ལ་འགོད་པར་ཤོག།
ཆོགས་དགེ་འདུན་ཆོས་སྤྱི་ཅུ་ཅུ།
མ་འགོ་རྒྱལ་སྤྱི་གསྐྱེ་དག་པར་ཤོག།
སྐྱེ་ཉི་མའི་ཐེང་གི་གཟེ་མདངས་ཀྱིས།
འགོ་དོན་མཁའ་ལས་ཁྱབ་པར་ཤོག།
འོད་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁམས་གསལ་བར་ཤོག།
སྐྱབ་རྒྱུ་བསྟན་པ་འཛིན་པ་ཡིས།
ཐོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་ཤོག།
སྐྱེ་ཆེའི་མཐའ་འདུ་ཕྱིན་པར་ཤོག།
གསོལ་བ་ཏུ་སྤོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག།
སྐྱུ་འཁྱུལ་བ་བྱུང་ན་བཟོད་པར་བྱ།
དག་འཁྱུལ་བ་བྱུང་ན་མཐོལ་བ་ཤགས།

ཞེས་པ་འདི་ནི་དགོན་པར་ཆོག་མཆན་ཐོབ་ནས་སྐྱུ་སྐྱུ་རྣམས་གཉིས་ཁྲི་འདོན་མཛད་སྒོ་ཡི་སྐལ་བ་བབས་པོ་དང་བསྟན་ནས་
བཀྲ་ཤིས་རྗེ་མཆོད་པ་གཞན་དགེ་བའི་རྒྱ་ཅུ་འགྲུར་བར་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་སྐྱུ་སྐྱུར་བའོ།

མདུན་ལམ་གྱི་གསང་བ།

——དཔལ་ཆེན།

༡ དཔལ་བའི་ཞིང་ནས་སྐྱེ་བ་སྒྲངས་པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་།
ཕུགས་བསམ་ཟེར་བ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ། མི་ཆོ་དང་ལང་ཆོ།
ཆོ་སློག་དང་ཞེན་ཆགས། དག་འ་སྐྱོད་དང་བདེ་སྤྱད།
མདོར་ན། ཡོད་ཆད་ཟད་བཞིན་ཟད་བཞིན་ཡོང་མོད། འོན་ཀྱང་།
མདུན་ལམ་ཟེར་བ་དེའི་གནས་ལུགས་སུ་ཞིག་གིས་རྟོགས་ཡོད་དམ།
མི་རིགས་འདིའི་རྐང་འཛིན་དུ་སྒྲོམ་པའི་སློབ་མ་བ། ཁྱོད་ནི་མཐར་ཕྱིན་འཛིན་ཡིག།
ཐོབ་ཐང་ལག་འཁྱར། ལས་ཀའི་དཔང་ཡིག་དཔུལ་བྱང་། དཔང་ཡིག་རྩལ་མ།
འཛིན་ཡིག་དང་ལག་འཁྱར་དཔང་ཡིག་དང་བྱང་བྱ་མང་པོའི་སྒོད་ནས་ཤོག་
འཛིན་གཅིག་མདུན་ལམ་གྱི་གནས་ལུགས་སུ་སྒྲོམ་ཞིང་འབད།
ད་དུང་ཁྱོད་ཆོས་ཨ་རིའི་སློག་བརྟན་གྱི་སྒྱུ་རྩལ། འཛིན་སྒྲིང་རྐང་ཕྱོད་སློའི་འགྲན་བསྐྱར།
གདུབ་བཞི་རྟགས་ཅན་གྱི་རིན་གོང་། བད་འཁོར་རྟགས་ཅན་གྱི་མཛེས་འཆོས།
མདོར་ན། དེ་ལྟར་ཡར་བཤད་མར་བཤད། བར་བཤད་རྩེར་བཤད་བྱས་རྗེས།
སྟོན་མཁུག་གི་ལོ་མ་ཇི་བཞིན། སྐྱེ་བ་སྤྱི་འཕེལ་ལ་བདེན་ལ་བྱིན་ནས། མི་ཆོ་ལ་རྩོགས་ཆོག་འབྲི།
ཡང་ན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགག་མདོ་ཀེར་གྱིས་བཞེངས་ཏེ་མི་རིགས་འདིའི་
འདས་མ་དག་སྤུམ་ལ་གཟེགས་ཅོམ་གྱིས་དང་།
མི་རིགས་འདིའི་སློབ་ཆོ་སློག་གསུམ་མཚམས་རེར་དགོད་ཅིང་མཚམས་རེར་དུ།

༢ མི་རིགས་འདིའི་མགོན་སྐྱབས་སུ་སྒྲོམ་པའི་སེར་མོ་བ། ཁྱོད་ནི་སྤུལ་སྤྱིའི་གོ་ས།
སྤྱི་མའི་གོ་ས། མཁན་པོའི་གོ་ས། ལྷ་རམས་པའི་གོ་ས། མདོར་ན།
ཤི་ཡང་མིག་བཅུམ་ཐབས་མེད་པའི་དོན་དག་ཞིག་ནི་གོ་ས་རེད་ལ། གྱེ་མ་གྱི་རུད།

སེམས་ཁུང་ནས་དམར་ཤག་ཤག་གིས་བཞུར་བའི་དད་འདུན་གྱི་ཁག་རྒྱུ།
ཡིད་གཏིང་ན་དཀར་པོ་དཀར་རྒྱུད་གིས་བྱུང་བའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ལྷན་པོ།
ཁ་ཁོག་མེད་པར་སེམས་གཏིང་གིས་བསྟོད་ཆོག་དུ་ལྷ་ཤི་ཆར་བའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་དཔུང་གཉེན།
མདོར་ན། ཡོད་ཆད་ནི་ཡོད་ཆད་ཁྱོད་ལ་བསྐྱེད་བའི་རྣམ་ཤེས་དག་གི་སེམས་ཁ་ཇི་ལྟར་སྒོང་།

༣་ སྒོལ་རྒྱུན་གྱི་བདག་པོར་སྒྲོམ་པའི་འབྲོག་པ་བ།
འབྲོག་ས་ནས་ཐོད་ཀྱི་འབྲུག་ཏེ་གོང་ཁྱེད་ནང་དུ་བསྐྱེད་བས་པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་།
ཁྱོད་གྱི་མིག་ལམ་དུ་མཐོང་བ་ནི། སྒོག་གི་ཁང་པ། སྒོག་གི་མུ། སྒོག་གི་ལམ།
སྒོག་གི་ཁ་པར། མདོར་ན། རྒྱུ་མ་ཁོ་ནས་བཞེངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་མིག་ལ་བཅན་གྱིས་འཇུག་།
ཁྱོད་གྱི་རྣ་ལམ་དུ་གྲགས་པ་ནི་རྒྱུངས་འཁོར་གྱི་དུང་སྒྲ། ཆོང་འབོད་གྱི་ཀི་སྒྲ། ལུང་འདམ་གྱི་གྲུང་སྒྲ།
སྒོག་གི་ཆག་སྒྲ། སྒྲགས་སྒྲ་དེ་ཅེར་སྒྲ། མདོར་ན།
སྒྲ་སྒྲ་དག་བག་ཐེབས་ཀྱི་རྣ་ཤེས་གནས་ཆང་གཡར་སའི་སྒྲ་ལུས་འདིར་བཅན་གྱིས་འཇུག་།
ཁྱོད་གྱི་སྒྲ་ལམ་དུ་བྱུང་བ་ནི་རྒྱུལ་གྱི་དི་མ། རྒྱུངས་སྒྲུམ་གྱི་དི་མ།
གད་སྒྲིགས་ཀྱི་དི་མ། སོ་པག་གི་དི་མ། ལུང་འདམ་གྱི་དི་མ། མདོར་ན།
སྒྲར་ཆ་གཅིག་ལ་ངལ་གསོ་བྱེད་མ་ཁྱོད་བའི་རྣ་དབང་འདི་ལ་སྒྲ་ཞིག་གིས་བདག་གཅེས་བྱེད་དམ།
ད་དུང་། འབྲི་འོ་དག་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་དུག་ལྷན་གྱི་འོ་མ།
འབྲི་མར་དག་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་ཞོག་ཁོག་སྒྲག་པའི་མར་ལོ།
འབྲི་ཤ་དག་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་ཁ་དོག་བསྐྱེད་བའི་སྒྲུམ་ཤ།
གསར་པ་གསར་རྒྱུད་ཡིན་ཟེར་བའི་ཞིང་སྒྲན་འདུས་པའི་སྒྲོ་ཆོད། མདོར་ན།
སྒྲག་བཅོག་ཐེབས་པའི་དོན་ལྷ་སྒྲོད་དུག་ཁུར་ནས་རྣམ་ཤེས་གཙང་མ་ཞིག་ཇི་ལྟར་བསྐྱུང་།

ཕ་ཡུལ་གྱི་ཀང་རྩེ་སྤྱོད་མེ་འུ་ཐོ་ཐོ།



རྩེ་ཡུལ་ནི། མདོ་ཁམས་ཁྱུ་བཞི་སྒང་རྩེ་ལས་དུལ་ཁྱེ་ཟམ་མོ་སྒང་གི་སྒང་བརྒྱད་དུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོ་ཡི་སྤྱོད་ན་
ཁམས་སྤྱོད་ནང་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་འུ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་གྲུ་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དཔོན་གྱིས་ཁོངས་གྱི་སྤྱད་དང་། ཆོང་གསར་རྩེ་ནང་
སྤྱོད་གྱི་ས་མཆོམས་ལ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་ནང་ཆེན་རྩེ་ལ་ཕུལ་ཤོག་གྱི་སའི་སྤྱད་རེ་སྤྱོད་ཆེན་གྱིས་
ཁོངས་དང་། ལྷོ་ལྷོ་སྤྱོད་ཕུལ་ཤོག་གི་སའི་སྤྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་གྱིས་མཆོམས་ལ་ཡོད་པའི་རི་ཞིག་ཡིན། ས་གནས་དེ་ནས་
ཀང་ཐང་དུ་ལྷོ་ལྷོ་གཉིས་ལ་མོང་ན་འབྲོར་ཐུབ་པའི་ས་ཆ་ལ་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྤྱོད་པའི་གནས་མཆོག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བྲག་པ་
རྩེ་ན་མོང་གོ་གནས་རྩེ་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་
ཆོད་སྤྱི་4 5 0 0ཡོད་པ། དེ་ཡི་མཐུན་ཞོ་ལ་དུ་རྩེ་དཔོན་ཞེས་ཡེ་ལ་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་གས་གྱིས་ཐུག་བཟུང་པའི་ཡེ་ལ་པ་
བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་གདན་ས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་དཔོན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དཔོན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱབ་རི་ཡིན། གནས་མཆོག་དེ་
ཡི་ཡུལ་ཡིན་པས་ན་རྩེ་ཡུལ་ཞེས་མིང་ཐོག་པ་ཡིན། རི་བོ་དེ་ཉིད་ལ་ཕྱི་ཡི་དབྱིབས་གཟུགས་ལ་སྤྱོད་མཛེས་མས་དར་ཟབ་
སྤྱོད་གས་གྱིས་སྤྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་
སྤྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་
གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གས་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པའི་

པོ་དང་། ལྷ་བ་དང་། སྤྲ་བ། སྒོ་བ།གནའ་བསྟེ་རིན་གས་ཀྱི་རིགས་དང་། སྤྱང་གི་བྲེད་མོང་། གཟིག་གཡི།གསའམ་
གཟིག་སོགས་གཅན་གཟན་བཅས་རི་སྒྲིལ་སྒོ་གཞགས་དང་། བྱ་མོང་། ལྷ་བྱ་མོང་མོ་སོགས་བྱ་རིགས་རྩ་ཆེན་གྱི་རིགས་
རྣམས་དམིགས་བསལ་དུ་གནས་སྒྲོང་བྲེད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན། ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་གནས་རི་ཞིག་ཡིན་པ་ཡང་
བཤད་ཚུལ་ཡོད། རི་བརྒྱད་ལྷི་ལེའི་རྩ་དཀར་རྩ་ནག་སོགས་ནས་བརྒྱད་སྟོ་ཕྱོགས་ལ་རིམ་བཞིན་བྱང་རྩ་རྩའི་གནས་མཆོག་
སོགས་ལ་མ་ཐུག་བར་དུ་བར་མ་ཆད་པར་བརྒྱད་ཡོད། རི་དེ་ཡི་གཡམས་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་ཁྱིམ་ནང་ཞེས་པའི་ལུང་པ་ཉ་ཅང་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། ལུང་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་གནའ་སྤྱ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཨ་འབུམ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡུལ་སྤེའི་ས་ཆ་ཡིན་ཡང་ད་ལྟའི་ཆ་
ལ་གཡམས་པོ་ཡུན་རིང་ན་བདག་པོར་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཆགས་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༠ནང་ཙམ་ནས་རིམ་བཞིན་ཀ་གཞུང་ཡུལ་
ཤོག་གི་ས་ཁོངས་སུ་བཅད་ཡོད། གཡོན་ཕྱོགས་ལྷི་ཚུ་པར་བ་ལ་དཔག་ལོ་བཟེར་བའི་རི་བོ་བརྒྱུད་ཉམས་དང་ལྷན་པ་རྒྱལ་
པོ་གདན་ལ་བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། སྤྲ་བ་མ་གཤམ་ལ་རགས་རེ་འགག་བཟེར་བའི་བྲག་འཕྲང་འཛིགས་སུ་བྱང་བ།
འོག་ལ་མར་བལྟས་ན་གཡམས་གཟར་བ། དམ་ནག་གི་རྒྱུ་བོ་ཆེན་པོ་ལྷི་ཚུ་སྟོང་སྟོང་དུ་འབབ་པ། གནམ་ལ་ཡར་བལྟས་
ན་བྲག་རི་དཀར་པོ་གཟེངས་མཐོ་བ་ནམ་མཁའ་ལ་ཟུག་པ་ལྟ་བུའི་གྲུ་དོག་པའི་སྒྲོང་བྲགས་ཅན་གྱི་བྲག་འཕྲང་དེ་ཡི་མགོ་ན་
ལམ་གྱི་ཟུར་དུ་ཞོར་གཏོར་བྲག་བཟེར་བའི་བྲག་དཀར་པོ་ལ་བྲག་རྩི་དམར་སེར་ཆགས་པ་ཞིག་ཡོད།བྲག་དེ་ལས་གཏོར་སྟོན་
སྒྲི་བུ་ཆོས་རྒྱལ་དོ་རྩེ་ནས་གནག་ཕྱོགས་ཞོར་གྱི་གཏོར་ཁ་བཞེས་པ་རེད་བཟེན་ནས་བཤད་ཚུལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱི་
ཕྱིར་ན་ཞོར་གཏོར་བྲག་ཞེས་མཚན་ཆགས་པ་ཡིན། བྲག་དེ་ཡི་རྩ་ལ་དོ་དང་ལྷི་བ་ཤིང་སོགས་ཀྱི་མཐུལ་གྱི་མཚོད་པ་སོལ་
རྒྱུན་ལྟར་བྲུལ་ནས་སྤྱངས་ཡོད་ལ། གཏོར་སྟོན་ཕྱོགས་པའི་རྩེ་རེད་བཟེན་ནས་བྲག་དེ་ཡི་ངོས་ལ་པལ་ཆེར་བྲག་སྐབས་རི་མོ་
སྤྱ་བཞི་འབྲུ་པོ་ཡོད་སྤྱང་ཤར། ཡར་འགོ་མར་འགོ་འི་མགོ་ན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྲག་རོགས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་སྒྲོམ་ནས་ལྷི་བ་
སྟོན་པ་མང་པོ་བརྒྱབ་ཡོད། སྒོ་པམ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དེང་སང་རྒྱངས་འཁོར་བཤོད་ལམ་བཟོས་ཤིང་བྲག་དེ་ཉིད་ལ་ཡང་
ཉམས་ཆག་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོས། གཏོར་སྟོན་སྒྲི་བུ་ཆོས་རྒྱལ་དོ་རྩེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་རྣམ་ཐར་ཡིད་བརྟན་
པེར་བ་རྟེན་སོན་མ་བྱུང་ཡང་། ཁང་ནི་དགོན་པའི་སྤྱ་མའི་སྤྱ་རབས་དུག་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། «གདུང་སྒྲི་བུ་ མཚན་ཀམ་བདེ་
ཆེན་ཆོས་ཀྱི་མགོན་པོ། རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་རྒྱ་ཡོས་སྤྱི་ལོ་༡༤༥༣ལ་གཏོར་ཆེན་སྒྲི་བུ་ཆོས་རྒྱལ་དོ་རྩེའི་སྐུ་སུ་

འབྱུངས།» ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་ལ་དཔག་ན་སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་པའི་སྟོད་ཙམ་ལ་པེབས་པའི་མི་སྤྱ་ཞིག་
ཡིན་པར་མངོན། གཏོར་ཆེན་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་ཀྱང་ཇོམ་དཀར་གཡམས་སྤྱི་ཆོ་ག་སོགས་གཏོར་ཆོས་འགའ་ཤས་ཡོད།

གཏིང་སྟོན་ཆོད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ཅིང་འདུག དེ་བཞིན་དུ་ཨ་འབྲུམ་ཟིན་ཆེན་སྤངས་ཟིན་གསལ་གནས་ཀྱི་སྟོན་འབྲེད་ཡང་
འགའ་ཤམ་གནད་ཡོད་ཆོད་འདུག གཏིང་སྟོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྟ་ཡུམ་ནོར་གཏིང་བྲག་ནས་གནག་ལྷག་ནོར་གྱི་གཏིང་སྟོན་ཕྱིས་
ཤིང་གཏིང་ཐོག་རྒྱམས་ལྷི་གཞུང་གྱིན་འདེད་བྱས་ནས་བཤར་ཡོང་བས་གཏིང་ཐོག་སྟོན་མ་དོམ་ལྷག་ཡར་ཐང་གི་རུ་རྒྱུང་
གྲོང་སྡེ་ཆགས་སའི་འོག་གི་རྒྱ་མཁར་མ་ཁི་པད་སྤངས་རྒྱུང་རྒྱུང་ཡོད་སའི་གནས་དེར་བསྐྱེབས་པ་དང་། ལྷི་རྒྱ་པར་ཁ་ནས་
སྟེ་དམན་བུད་མེད་གཅིག་གིས་རྟེན་འབྲེལ་ལ་གནོད་པའི་སྐྱད་འཁོད་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏིང་ཐོག་རྒྱམས་གཏིང་གནས་
ནད་དུ་ཡར་འཕྲུལ་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཚུལ་ཡོད། དེང་སང་ཡང་ནོར་གཏིང་བྲག་ལ་རྒྱ་བ་གཏུག་ནས་ཉན་ན་འབྲི་གཡག་
གི་རུར་སྐྱ་ཐོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ནས་བཤད་ཚུལ་ཡོད། ལྷས་པ་རང་གིས་ཡང་རྒྱུང་དུས་ཉན་སྟོང་ཡོད་ལ། ༩་ལམ་དེ་འདྲ་ཡིན་ས་
རེད་བསམ་པ་ཐོས་རྒྱུ་ཡོད་པར་སྤྲད། ནོར་གཏིང་བྲག་ནས་ཡར་ལེ་བར་གཉིས་ཅིམ་ཡོང་ན་དཀར་ཁང་སྤྱ་འམ་དཀར་ཁང་
ཐང་ཟེར་བའི་ཐང་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཡོད། དེར་གྲུབ་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་སངས་རྒྱས་རྟོ་རྟེ་དང་། རེ་བ་མ་ཁྱེན་རབ་བཟོད་པ་
བཅས་ནས་དཀར་ཁང་སོགས་གམ་སྤྱད་གནས་འཆོགས་ནས་བཞུགས་ས་རེད་ཟེར་སྟེ་ལ་ཡོད། རྒྱ་མཆོན་དེས་ན་དཀར་ཁང་
སྤྱ་ཟེར་ནས་ཐོག་ཡོད་པར་མདོན། ཐང་རྒྱུང་དེ་ཡི་གོང་གི་བྲག་རྩ་ལ་མཆོད་རྟེན་དཀར་པོ་རྒྱུང་བ་གསུམ་ཡོད། དེ་ལས་
གཞན་མཆོད་རྟེན་ཆེ་བ་གཉིས་ཅིམ་ཡོད་པར་སྤྲད། མཆོད་རྟེན་དེ་རྒྱམས་སུ་ཡིས་བཞེངས་ཡོད་མེད་དང་། དུས་རབས་ག་
དུས་བཞེངས་ཡོད་མེད་ནི་དེ་སྟོན་དཔོག་ནས་བཤད་ཐུབ་མཁན་མ་ཐོང་། བཤད་སྟེལ་ལ་དུས་རབས་བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་
ལྷག་ཅིམ་ལྡན་པའི་མཆོད་རྟེན་ཡིན་པར་བཤད་བཞིན་འདུག རྟ་ཡུམ་ཕྱི་ཡི་བཀོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཅིམ་ལས་དེ་མིན་སྟེ་མེད་
དབྱིངས་ཀྱི་རྟེ་མོ། འགག་མེད་ཐུགས་ཀྱི་རོལ་རྩལ་ཞེས་པ་ལྟར་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་འབྲི་རྒྱུ་ཡོད་པར་མདོན་
ཡང་ དེ་ཅིམ་མོ། ། །ལང་ཆོ་འི་མེ་ཏྲོག་སད་ཀྱིས་མ་བཅོམ་གོང་། །གནའ་བོའི་གཏམ་འཆལ་རག་གི་རྒྱུང་བྱ་འདྲི། །
ཐོས་འཛིན་བྱ་གར་སིམ་པའི་དམ་ཤེས་ཆོག །ཀར་རྩེས་ཕྱ་མོའི་ཟིན་ཐོ་དེ་ཅིམ་ལགས། །ཅེས་ཀྱང་སྤྲུས་སོ། །བདེ་དོན་ལྷན་
ཆོགས་ཀྱི་བཀའ་ཡི་སྐུལ་མ་སྤྱི་བོར་བཅིངས་ཤིང་ལས་འགལ་འདིམ་འོངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་
ཅིང་སྐུ་རའི་གཏུང་ལས་ཆད་པར་གྲགས་པའི་བུ་མང་ཆོད་གི་མཁན་པོ་དཔྱད་བཀའ་ཤིས་དབང་ལྡན་ནས་རང་སྐུལ་རྟོ་ལི་རེད་ན་
ཡང་ལུང་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་འོ་ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་བལ་ཡུལ་ཡང་ལེ་ཤོད་དབེན་པའི་རིའོག་ནས་སོ། །

སྐད་དུ་བྱ་གསེལ་ལ་ཚུམ་འདི་ཚོག་གི་དག་བཅོས་ཅམ་ལས་གཞན་བསྐྱར་བཅོས་དགོས་པར་སྒྲུང་ན་ཚུམ་པ་པོ་ལ་མ་
འབྲེལ་བར་བསྐྱར་བཅོས་མ་གནང་རོགས་ཞེས་བྱ་བྱུ་ཡིན།

མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་དུ་ཆགས་པའི་རེ་སྒོ་རུ་ཆེན།

མཁའ་ཀར་ཐར།

རེ་སྒོ་རུ་ཆེན་ནི་བོད་མདོ་དབྱུང་ཁམས་གསུམ་ལས་ཁམས་ཡུ་མུ་ཁུ་ནང་ཆེན་པོ་རྒྱུ་པ་ཞང་གི་ཤར་ཕྱོགས་
སུ། རྒྱ་མཚོ་འོ་རོ་ལས་སྤྱི་སྤྱོམས་ཀྱི་མཐོ་ཚད་བཞི་སྟོང་ལྷ་བརྒྱའི་ས་ན་གནས་ཡོད། གནས་འདི་འོ་སྤྱོད་བཅུ་དྲུག་གི་བཀོད་
པ་ནི་ཆེས་ལྷ་ན་སྤྱུག་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཛེས་ལྡན་ས་ཞིག་སྟེ། དབྱུང་སུ་ལྷི་རྒྱལ་རུ་ཚེ་དཀར་འབེར་རམ་ཡོངས་
གྲགས་སུ་རུག་ཞེས་འབོད་པའི་རི་བོ་མཐོ་ལ་གཡང་གཟར་བ། སྟོད་དུ་རྩ་དང་གཡལ། བར་དུ་སྤང་དང་ཚྭ་ཤིང་གི་
རིགས། མདའ་རུ་ཆབ་དང་རྒྱ་བོ་མཚོ་དང་རྩེ་བུ་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་པ། དེ་དང་རི་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རུག་སྐྱེ་བེད་སྤྱོད་
ཟེར་བའང་ཡོད། དེ་དག་ལ་མིང་རུག་ཞེས་ཐོགས་དོན་ཡང་། དུས་བཞིར་ལྷང་མདོག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཅིང་སྤྱི་སྤྱོད་
པའི་འཕྲུག་ཅམ་དུ་མེ་ཏོག་ཁ་འབྱས་པའི། ཤིང་རྩ་གམ་མེ་ཏོག་ཞེས་ཀུན་གྱིས་ལྟ་བས་མི་དོམས་ཤིང་། དཀར་ལ་
དམར་འདྲའང་བྲལ་བའི་འདབ་མ་དང་སེར་ལ་དྲུངས་བའི་ཟེ་འབྱུང་རྒྱན་པའི་མེ་ཏོག་དེས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འོ་ས་ཕར་ཆེར་ཁེབས་
པས། ཤིང་དེར་མིང་གཞན་རུག་པའང་ཟེར་བས་དེ་བྱུང་ཆག་ནས་ཡུལ་སྐད་དུ་རུག་ཞེས་འབོད་པར་མཛདོ། དེ་དུང་
དམར་ཟེ་དང་ནག་ཟེ་ཟེར་བའི་རི་བོ་དང་། གཞན་ཡང་དཀར་ཟོམ་དང་པ་ལོ་རྩ་ཡུམ་སོགས་མཐོ་ཞིང་རྩེ་ཆགས་པའི་རི་བོ་
ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་དོས་སུ་རྩ་ཆེའི་སྤྲན་རྩེས་གང་ལྟ་མེ་ཏོག་དང་གཡལ་འགྱི་མ་སྒོལ་ལོ་དཀར་པོ་དང་དམར་
པོ་གང་ག་རྒྱུང་རྩ་ལ། བྲག་སྐྱེས་བ་ཤ་ག་ སུར་དཀར་མཁའ་དཀར་སོགས་སྤྲན་རྩེས་རིགས་དང་། གཞན་ཡང་
གཡལ་རྩ་རྩ་དབྱུང་དང་དབང་ལག་ར་ཉེ་སྒོལ་སྐྱེ་རྩ་ཡུང་སུར་ཡུང་གོ་མ་སོགས་རོ་ཅོ་དང་བྱུང་བཅུ་དྲུག་གསེབ་པའི་སྤྲན་རྩེས་
ཀྱི་རིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མང་། རང་བྱུང་གི་བཀོད་པ་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་སྤྲན་རྩེས་ཀྱི་ཁེངས་པའི་གཡལ་འབྲས་ན་གས་གསུམ་གྱི་
གསེབ་ཏུ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱད་སྐྱོབས་རིམ་པའི་རི་སྐྱེས་སྒོགས་ཆགས་གསའདྲང་། གཞན་ཡང་གཟིག་དང་དེད་མོང་གཡི་དང་
སྤྱད་ཀི་འཕར་ར་དང་མ་སྤྱོད་ཏེ་ལོ་སྤྱོད་སྤྱུམ་ཨོ་དཀར་སོགས་གཙན་གཟན་གྱི་རིགས། ཤར་དང་རྩ་བ་རྒྱ་བཟྱ་བཟྱ་བ་
ར་རྒྱོད་པ་གཞོན་སོགས་རྩ་གཟན་རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཁྱུ་དང་ཁྱུ་བྱས་ནས་འགོ་བ་རྒྱུན་དུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ལ། སྐབས་ལ་
ལར་སྤྱི་དུ་འཕྲུང་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཤར་སྐྱེ་བོ་ནི་ལྷོངས་འདིར་གྲང་འབོར་ཆེས་
མང་བའི་རི་སྐྱེས་སྒོག་ཆགས་ཡིན་པས། དཔྱིད་དང་དབྱར་དུས་ལྷ་བྱ་སྐབས་མགར་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་ལྷན་དུ་བྱུ་དང་བྱུ་

བྱས་ནས་གནས་པ་འདམ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། མ་ཁའ་ལ་གདེང་བའི་ཆོད་དང་གོ་རིང་སྒྲག་ནེས་བྲ་སྒྲུ་བྲ་གོང་མོ་དང་ཁུ་ལོང་སྒྲེག་
པ་མོ་རོག་ཁྲ་ཏ་སྒྲུ་ཀ་ཕུག་རོན་སོགས་རྒྱུན་སྒྲོང་གི་བྱ་རིགས་དང་། ཁུ་བྲུག་དང་ཕུ་ཤུད་ནི་ལེ་སོགས་བྱ་རིགས་སོགས་
ཀྱིས་སྟོན་པའི་འབྲིན་སྒྲུ་བར་མེད་དུ་སྒྲོགས་ཅིང་། འཛེལ་མོ་དང་འཆིལ་བཙོ་ཀ་སོགས་བྱིའུ་རིགས་གྲང་ལས་འདས་པས་
ཀྲང་དེ་བཞིན་སྐྱད་སྟོན་འབྲིན་བཞིན་ཡོད། འདི་དག་ནི་རང་བྱུང་གི་བཀོད་པ་མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་ལགས་ཤིང་། ལྗོངས་
འདིར་ཡོད་པའི་རིག་དངོས་ཀྱི་སྐོར་ལ། བོད་ཀྱི་གདོད་མའི་ཆོས་ལུགས་བོན་རྒྱུད་གང་དགོན་པ་ཆགས་སའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་
བའི་གནའ་ཤུལ་དང་། ར་ཐུག་གི་ལྗོངས་གཡང་གཟར་བའི་བྲག་རོས་སུ་དེང་སང་ཨོ་རྒྱུན་སྒྲུབ་ཕུག་ཏུ་འབོད་པའི་ཕུག་པ་
གཏིང་དཔོག་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ཉར་བའི། བོན་པོའི་གསུང་རབས་བོན་ཆོན་མི་འདྲ་བ་བཅུ་གསུམ་ཙམ་གྱི་
གསེར་གྲིས་དང་དུལ་གྲིས་ཀྱི་གནའ་རྒྱུ་རིན་ཐང་གཞལ་མ་ཐའ་བྲལ་བ་དང་། བོན་སྒྲུབ་པ་པོའི་སྒྲུ་གདུང་སོགས་འཇལ་
རྒྱུ་ཡོད། ད་དུང་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ཙམ་བྱོན་པའི་ཀྱུ་ར་ཨ་སེང་གི་སྒྲུབ་ཕུག་ཏུ་གྲགས་པའི་སྒྲུ་ར་ཕུག་པ་ཞེས་
བྱ་བའི་ཕུག་པ་དང་དྭོ་ཡི་གཏུན་རོམ་ཆར་ཅན་ཡང་ཡོད། ནང་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡི་མཆོད་གནས་སྒྲ་གཅོད་པའི་པ་
ས་མཆོ་རོང་ཁ་དང་། སྒྲ་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ལྷ་ག་པའི་ལྷ་མཆོག་ག་ཤིན་རྗེ་ག་ཤེད་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་
སྒྲུབ་པ་དང་། བསྟན་མའི་གཙོ་མོ་གཡུ་སྒྲོན་མ་གསོལ་བ་སོགས་ཀྱི་བསྒྲུབ་གནས་རོམ་ཆར་ཅན་རྩ་དུང་ཕུག་པ་དང་། རི་
ཁོང་མ་ཁར་ཉག་སོགས་ཉིན་མོ་ཉམས་དགའ་ཞིང་མཆོན་མོ་སྒྲི་གཡའ་བའི་གནས་མཆོག་བྱུང་པར་ཅན་དང་། སྒྲ་ཏིས་ཞ་
གསུམ་གྱིས་རག་ཤུལ་ཨ་ཀེ་ཐེ་རྩ་སྒྲུལ་བའི་མཐུ་ཕུག་སོགས་ཡོད། དེ་བཞིན་རི་འཛོན་ཆོས་རྒྱལ་དྭོ་རྗེ་འོར་གཏིར་གཞེས་
པའི་ཤུལ་སོགས་གཏིར་གནས་དང་སྒྲུབ་གནས་བྱིན་ཆེན་ཉ་ཀྲང་མང་། གཞན་ཡང་ད་ལྟ་རྒྱུན་བཞུགས་བཞིན་པའི་རེ་སྒྲི་
དགོན་པ་དང་སྐལ་བཟང་དགོན་པ་སྐལ་བཟང་མ་རིང་འབྲུལ་དགོ་དགོན། རེ་སྒྲི་ལྷ་ཕུག་དགོ་དགོན་བཙས་ཀྱན་གྱི་ཤེས་
གསལ་ལྷ་ར་དགོན་པ་བཞི་ཙམ་བཞུགས་ཡོད། སྤྱིར་རེ་སྒྲི་རུ་ཆེན་ལ་མི་གྲངས་1206ཡོད་ལ། ལྷ་གཙོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་



ཡོད་པ་ལས། ད་ལྟའི་ཆར་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་དབུ་ཐིག་འོག་སྐལ་བཟང་ལ་ནས་རེ་ལྗོངས་དགོན་པའི་བར་
རྒྱང་འཁོར་ས་ལས་ཡོད་ལ། རྩ་མེད་དགོན་པ་ལས་ཡོད། ཞོར་དུ་དགོན་པ་གསུམ་དང་ཕུག་ཚོ་བཞི་ལས་ལས་གྱིས་



བྱུང་ཡོད། ད་དུང་སྒྲོམ་པ་ནས་སྤྱི་ཉིན་གྱི་བར་དུ་འགོ་བའི་རྒྱང་འཁོར་ས་ལས་གྱིས་ཕུག་ཚོ་གསུམ་དང་དགོན་པ་གཅིག་
བཅས་ལ་ཞོར་དུ་རྒྱང་འཁོར་བའོ་དཔུབ་པ་བྱུང་ཡོད། ཡིན་ཡང་གཞན་ཕུག་ཚོ་བཅུ་བཞི་ལ་རྒྱང་འཁོར་གྱི་བའོ་དཔུབ་ལས་མེད་
ལ། ཕུག་ཚོ་དྲུག་ལ་འཕུལ་རྟ་འགོ་བ་ལས་བཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད། དགོན་པ་བཞི་དང་ཕུག་ཚོ་ལྔ་ལས་གཞན་ལ་
བརྒྱ་རྟ་གས་ཀྱང་མེད། དགོན་པ་བཞི་དང་ཕུག་ཚོ་ལྔ་ལ་ཉི་ཤེས་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ལ་སྒྲོག་སྒྲོན་གྱི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་
བཞིན་ཡོད། གོང་རིམ་དབུ་ཐིག་རྣམ་པའི་དཀའ་ངེན་ལས་ཕུག་ཚོ་བཞི་ཙམ་གྱིས་རང་འབབ་ཀྱང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པུབ་པ་བྱུང་
ཡོད་པ་དང་། གཞན་ལ་ད་དུང་མཐུང་རྒྱུ་རྒྱ་ལོད་པ་བཅས་ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་རགས་ཙམ་བཀོད་པ་ལགས་སོ། །



སྐལ་བཟང་དགེ་དཔལ་ཐེག་མཆོག་འོད་གསལ་སྤྲིང་།

གཅིག་ཀྱི་དཔོན་པའི་ཆགས་གནས་དང་མཚན་འདོགས་ཚུལ། འདི་ཉིད་ཐོག་མར་ཕྱག་འདེབས་པ་པོ་དང་
དགའ་སྐྱེ་ཐོང་དང་པོས་ས་དབྱིབས་རྟེན་འབྲེལ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་གནས་སུ་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞིའི་ནང་ཚན་
ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྲོལ་འཛིན་གནའ་ནས་ད་བར་ རྒྱ་བསྐལ་བཟང་ལྷ་རིང་དགེ་དཔལ་ཐེག་



མཆོག་འོད་གསལ་སྤྲིང་། གི་བསྟན་དོན་རྒྱུན་བསྐྱེད་ས་བར་མཛད། ཆགས་གནས་ནི་ནང་ཆོན་རྫོང་སྤུམ་པ་ཞང་རེ་ལ་
རུ་ཆོན། རྫོང་ནས་དཔོན་ལ་ལེ་བར་བརྒྱ་ཡར་མར་ཅམ་ཡོད།

གཉིས་ཀྱི་ དཔོན་པའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཆུང་དང་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ནི། དཔོན་པའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་ཆུང་ལ་
སྤྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ཁྲི་ལྔ་ཅམ་ཡོད། ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞིའི་ནང་ཚན་ཀམ་བཀའ་
བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྲོལ་འཛིན་གནའ་ནས་ད་བར་རྒྱུན་འཛིན་པའི་ཆོས་སྡེ་མདུན་ལྷོ་བསྐལ་བཟང་ལྷ་རིང་དགེ་
དཔོན་ རྒྱ་དཔལ་ཐེག་མཆོག་འོད་གསལ་སྤྲིང་། ཞེས་པ་འོ།

གསུམ་ཀྱི་ ཐོག་མར་ཕྱག་འདེབས་མཁན་དང་དཔོན་བདག་སྤྲུལ་མ་ནི། ད་དགའ་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཐོང་དང་པོ་ནི་

ཀྱུ་ལ་དབང་པ་ཀམ་པ་ཐེག་མཆོག་དྲེ་རྩེ་ལུང་འཛིན་གནང་ཞིང་། སྐུ་ཐོང་དང་པོ་ནི་ཡབ་རྒྱ་ནེ་ཐུན་ཆོག་ལ་ལྷ་
སྐུ་དང་ཡུམ་གོང་བཟའ་དབང་སྒྲོན་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུ་ས་རྟ་སྟེ་སྤྱི་ལོ་༡༥༧༡ ལོར་ཀར་སྒྲོན་ངོར་སྤྲེལ་བ་བྱ་དོམ་ཆར་
བའི་བལྟས་ཀར་སྒྲོན་རྩེ་ངོར་གོན་རི་དེ་ཐམ་མདོག་དཔལ་རིལ་ལ་ཇ་ཡུམ་ཅམ་དུ་འབྱུང་ནས་ཀྱན་གྱིས་མཐུང་། ལྷ་
དབང་ཆོག་ལས་གཉིས་བཀའ་ལུང་ལས་རི་དེ་ལ་བསྐྱར་བ་གཅིག་ལ་བཟོ་བྱེ་བའི་པན་ཡོན་ཡོད་གསུངས། རྒྱ་བཟང་
འོ་མར་འབྱུང་བ་བཅས་སྐུ་འབྱུངས། མཆོན་ལ་ང་དག་འ་སྤྱུལ་སྐུ་ཞེས་གསོལ། ཁོང་ནི་སྐྱབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་
གནས་དངོས་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱུལ་སྐུ་སྟེ། གཏེར་སྟོན་ཆེན་པོ་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པའི་ཆོས་ལུགས་
སྤེལ་མཁན། གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་གླིང་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་ལུང་དུ་འདུས་པའི་སྤྱུལ་སྐུ་ཡིན། སྟོང་ནག་བསྟན་
འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ས་པོ་འབྲུག་སྟེ་སྤྱི་ལོ་༡༥༧༤ལོར་མདོ་ཁམས་སྒོ་མ་སྟེ་
ནང་ཆེན་ས་ཆ་ལ་སྐུ་བལྟམས། སྟོང་ནགས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་སུ་མ་ཐིམ་
པའི་སྟོན་ལ་རབ་བྱུང་པ་མང་པོས། མ་འོངས་པར་ང་ཆོས་བསྟན་སའི་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་གནས་ཚུལ་ཅི་འདྲ་འབྱུང་ཞེས་
ཞུས་པས། སྟོང་ནགས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་ཐོང་རྩེ་མ་ནི་ང་ལས་དག་འ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་སྤུལ་
དུ་བྱུང་བ་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། མཆོན་ལ་ཡང་ང་དག་འ་ཞུ་ཞེས་གསུངས། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཐོང་དང་པོས་
སྐྱབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་གཏེར་དུ་སྤྲུལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་གཏེར་ནས་བཞེས། དེའི་ནང་ནས་
སངས་རྒྱས་ཐུབ་སྐུ་ཞེས་ཡོད་པ་དེས་ནི་གང་ངར་ཆེ་བའི་དགུན་གྱི་དུས་སུ་འང་བྱོད་སྐབས་ཕྱིར་འབྱེད་བའི་ཅུས་པ་
ཡོད། པ་ཀམ་པ་ཐེག་མཆོག་དྲེ་རྩེ་མཆོག་གིས་མཁུན་བཙུང་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་རབ་བྱུང་བསྟན་རྩེ་གསུལ་གྱི་སྟོན་
པ་ནོད་དུ་བཅུག མ་ཆད་རིམ་པར་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་བུམ་པ་གང་བྱེད་ཆུལ་དུ་གསན་ནས་བགྲང་བྱ་ལྷ་ཅམ་
རིང་སྤྱེལ་མར་བསྟན། དེ་རྩེ་ཀོང་སྤྱུལ་སྟོ་གོས་མཐའ་ཡས་དང་གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་གླིང་པ་སོགས་ལ་བསྟན་
ནས་ལོ་མང་རིང་སྐུ་མཆོམས་ལ་བཞུགས། ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་རྩ་ལ་རྩེ་གསུལ། ཡང་ཁོང་ལ་བྱད་དུ་འཕགས་པ་སྟེ་
ན་ཐུན་དག་བསྟན་ནས་སྤུལ་བའི་ཨར་རྒྱུད་ཀྱང་ཡོད། ད་ལྟ་ས་གནས་མི་ཡིས་ཀྱང་ཨར་རྒྱུད་སྤྱེ་མ་ཞུ་བཞིན་
ཡོད། སྟོན་པ་ཕྱི་ལུང་ལ་དགོན་ཁག་རྣམས་ལྟན་དུ་མཛོམ་ནས་སྐབ་ཆེན་ཆོག་ལས་པའི་སྐབས་སུ་ཁོང་དྲེ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་

མཛད་གསལ་ཡོད། སྡོམ་པའི་དཔོན་པདྨ་ཞེས་པ་ཁོང་གིས་བཙ་བའི་སྒྲ་མ་དག་ལ་ཡིན་བཟུང་ཁོང་འདས་
རྗེས་དགོང་རྒྱུ་གས་སུ་སྒྲ་ཆན་དག་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུ་ནས་རང་ལ་གནས་བཅུན་བཅུ་དྲུག་གི་གསེར་ཐང་རྩིང་པ་དེ་
འབུལ་རོགས་གསུངས་ནས་ཞལ་བྱིས་གནང་། ཁོང་འདས་རྗེས་ཞེ་དགུ་ལ་སྒྲ་ཆན་གདན་བཞུགས་གནང་ནས།
ཡར་དགོན་ཐོག་ལ་འབྱོར་ནས་དུས་ཡུན་མ་འགྲང་པར་རིན་པོ་ཆེ་ནི་དགྲུང་གྲངས་༥༧་པ་སྟེ་ལོ་༡༩༢༤ལོ་ནས་
གཞུགས་སྐྱོཆོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས།

༥ ང་དག་འཛིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་བྱེད་གཉིས་པ་ནི་སི་ཏུ་པདྨ་དབང་མཆོག་རྒྱལ་པོས་ལུང་འཛིན་མཛད། ཉགས་ཡིག་གི་
ནང་དུ། དཔལ་གྱི་བྱུར་ཁ་ནོར་བུའི་གདན་སྟེང་དུ། །ཡབ་རུས་གོང་དང་ཡུམ་རུས་དགེ་ཡིན་པའི། །སྲས་ནི་ཤིང་
པོ་བྱི་ཡི་ལོ་ལ་འབྱུངས། །དེ་ནི་དག་ལ་སྐྱེ་བྱེད་གཉིས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེ་རྗེས་ཉགས་ཡིག་གཞིར་
བྱས་ནས་སྐུ་སྐྱོབ་པའི་བསྐྱེད་པས། ནང་ཆེན་འབྲོང་ཤོག་ཟུར་སྟེ་བེ་རྒྱུང་གི་སྐུ་ཆོང་གོང་པའི་ཡབ་གོང་པ་ཆེ་རྒྱལ་
དང་ཡུམ་དགེ་བཟུང་ལྷ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྟེ་ལོ་༡༩༣༤ ལོར་སྐྱེ་འབྱུངས་པའི་མཆོན་ལ་དག་འཛིན་ཞེས་
ཞུ་བ་དེ་དག་ལ་སྐྱེ་བྱེད་གཉིས་པའི་ཡང་སྐུ་ལ་དུ་ཤོས་བྲི། དེ་དུས་ཁོང་ལ་མཆོན་ལ་བྱུ་མོ་ཞིག་ཡོད་དེ་ཉིན་ཤས་
འགོར་རྗེས་ཆོ་ལས་འདས། བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་དབང་པལ་མཁའ་ཁབ་ཁྲབ་དོན་རྒྱུས་པས། དེར་སྐྱེ་བ་
སྡོན་མར་སྡོན་པའི་དཔོན་པདྨ་ཞེས་པའི་ལུས་ཡིན་གསུངས། སྐྱེ་བ་སྡོན་མར་མ་དག་ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་སྟེ་བས་ཞིང་
དུ་འགོ་ཐབས་མེད་པས། བར་དོའི་ལམ་ནས་དག་འཛིན་པོ་ཆེ་འཛིན་གོས་ཀྱིས་སྐུ་བ་བྱས་ནས་ཁོང་དང་མཉམ་
དུ་མི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས། སྡོན་བསགས་ལས་དབང་བཅོན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཉིན་ཤས་འགོར་རྗེས་ཆོ་ལས་འདས་པར་
གསུངས། ང་དག་འཛིན་པོ་ཆེ་ཁོང་མངའ་གསོལ་ཁྱི་འདོན་བྱས་རྗེས་རིག་གནས་དང་ནང་ཆོས་སྐོར་ལ་སྐུངས་པ་
ལུ་ཐག་མཛད། ཁོང་གིས་དེལ་ཡག་སྐྱེ་བཟང་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་དག་སྟོང་གི་སྡོམ་པ་ནོད་ཅིང་། ཁོང་ནི་
བྱམས་སྟིང་རྗེ་ལྷན་ལ་ཀུན་སྟོད་བཟང་ཞིང་། ཐ་ན་སྟོག་ཆགས་གོག་སྐྱར་ཡན་ལ་གནོད་འཆོག་པའི་ནས་མི་བྱེད་
པའི་སྐུ་སྐྱོབ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གི་ཡི་དམ་དུ་སངས་རྒྱལ་སྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་ཅིང་། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་
ལ་བཙོན་པ་གཏིང་བཟང་མཛད་པས་སྐྱེད་དབྱེད་བཅོས་ཀྱི་རྣམས་རྩལ་དེས་ཅན་ཞིག་དུ་བསྐྱེདས། ཡིན་ཡང་སེམས་
ཅན་གྱི་བསོད་ནམས་དམན་པས་རིག་གནས་གསར་རྗེའི་སྐྱབས་དགྲུང་ལོ་༢༦་པ་སྟེ་ལོ་༡༩༤༠ལོར་བྱི་ལིང་དུ་

གཟུགས་སྐྱེ་ཆས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས།

༥ ང་དག་འ་སྐྱེ་ཐེང་གསུམ་པ་ནི་སྤྱི་ལོ་༡༩༧༢ལོ་ཟླ་༧བར་ཡུལ་ཤུལ་ཁུལ་ནང་ཆེན་ཆོང་འབྲོག་ཤོག་ཅ་མཛོའི་ས་ཆར། ཡབ་ཨ་ཤག་ཉི་རྒྱལ་དང་ཡུམ་འབེ་བཟའ་བྲོང་ཏོག་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སྐྱེན་པའི་བྱིས་དུ་སྐྱེ་ཡི་སྐྱེ་བ་བཞེས། ཉིན་དུས་ལ་མ་ཐུག་པའི་ཁུ་བྲུག་སྐད་དང་འཇའ་ཡི་གུར་དང་། ཅོ་བྲག་མཁར་པ་བུ་ལྷག་བཙོས་ཀྱན་གྱི་དུང་གི་སྐད་བུས། གནས་འདིའི་ཕྱོགས་བཞི་ནི་རི་བོའི་བསྐྱར་ཞིང་། སྔ་ཞིང་མཛོས་སྤྱག་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྤང་ལྗོངས་སྔོན་མོའི་དཀྱིལ་དུ་ཚུ་ཕན་དུངས་ཞིང་གཙང་བའི་དལ་བར་རྒྱ། མཐོ་ཞིང་བཟིན་པའི་གངས་དཀར་ཤར་གྱི་མཚོད་རྟེན་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་འདྲ་བའི་རྩ་ཐང་དང་སྔ་ཞིང་སངས་པའི་ནམ་མཁའ་། དུངས་ཤིང་གཙང་བའི་ཚུ་ཕན་མང་པོའི་སྤྱ་གཡང་ལེན་པའི་གནས་ཏེ། རྒྱ་མཚོ་ངོས་ལས་མཐོ་ཆོད་ཆ་སྟོམས་སྤྱི་༢༠༠ཡོད། ས་འདི་ནི་བྲོང་ཁྱེར་དང་རྒྱུང་ཐག་རིང་ཞིང་འདྲུ་འཛིན་བེན་པའི་གནས་གཙང་རྒྱུད་ཡིན། དེའི་སྐབས་མེ་ལོང་མཛོན་མཁུན་ཁ་ཆ་བཟ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ལུང་བསྟན་ལ། ངང་རྒྱད་རྒྱུ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འབབ། ཨ་ཡི་རི་ལ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་བཞད། གནས་འདིར་ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་འཁྲུངས་ཡུལ་ཡིན། ཨ་ཞེས་པའི་རི་འདི་ལ་བྲག་ཨར་ལུང་ཡོད་པས་ཨར་ཅ་བྲག་ཟེར་བ་རེད། ཨ་ཡི་རི་ཞེས་པ་ཡབ་རུས་ཨ་ཤག་དང་གཞོན་གནས་ཨར་ཅ་ཡིན་བཟུང་དེ་འདྲ་ཡིན་པའི་བདམ་མཚོན་ཡིན། གནས་འདིར་གསེར་མདོག་གི་མེ་ཏོག་བཞད་པ་ནི་དགོ་འདུན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་བྱུང་པ་ཐུབ་པའི་བདམ། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེའི་ཨ་ཉི་ཡབ་སྤེལ་རྣམས་ནི་ས་གནས་འདིའི་སྐད་བྲགས་ཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་སྐྱེན་པ་ཡིན། ཁོང་སྐྱེ་འཁྲུངས་བའི་སྐབས་སུ་བྱིས་ནང་དུ་འོད་ཀྱིས་གང་། དེའི་དགོང་མོ་ བ་ཡུལ་ཅོ་བྲག་ནས་ཡིན་པའི་མཁར་པ་བུ་ལྷག་གི་ཞོག་ཀ་མདང་དུ་རྣ་ལམ་ལ་དུང་སྐད་མང་པོ་བྱས་སོང་འདི་སྤྱ་གུ་འདི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་སྒྲུང་བེད། ཕྱིར་ཉིན་སྤྱི་ཁག་འབྲི་མར་བགོ་ལ་བྲུག་པས། ཀོ་ནེ་ཐབས་མཁས་ལག་ས་ཀྱིས་མདང་ཉི་རྒྱལ་ལ་སྤྱ་གུ་སྐྱེས་ཡོད་པ་དེ་ལ་བགོས་བསྐྱལ་ཡིན་ཞེས་མར་བྱིན། ཡབ་ཀྱིས་བརྟན་འབྲེལ་བཟང་ཞེས་ནས། མར་སྐྱམ་ནང་ལ་བཞག་ནས་ཕྱིར་ཉིན་བཟུས་པས་ན་མར་ཁུ་ནས་སྐྱམ་ཁྱེམ་མེར་གང་ནས་ངོ་མཚར་བའི་ལྟས་མང་པོ་བྱུང་། ཁོང་ནི་རྒྱུད་དུས་ནས་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་ལྷན་ཞིང་། ཡི་གེ་འབྲི་གྲོག་ལ་དག་འ་བའི་སྐྱེས་བུ་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་ཁོང་དང་ལོ་གངས་མཉམ་པའི་བྱིས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཅེད་མོ་ཅེ་བའི་དུས་

སྤྱད་བའ་གནད་བ་དང་ཆོས་གསུངས་པའི་རྣམ་པ་སྟོན་རྒྱུ་ལ་ཤིན་ཏུ་དག་པ་ཞན་ཆེ་བའི་བྱིས་པ་གཞན་དང་མི་འདྲ་
བའི་དགོ་མཆན་ལྟན་པ་ཀྱང་ཡོད་འདུག། ཁོང་སེམས་ཅན་དག་འདུལ་ཅན་དང་སྒྲོན་ཅན་ལ་སྦྱིང་རྩེ་དང་རོགས་
རམ་བྱེད་རྒྱུ་ལ་ཤིན་ཏུ་དག་པ། ཁོང་ནི་མི་ཡུལ་གྱི་འདོད་ཡོན་སྣ་ལྔར་འཛིན་པ་ཡི་ནས་མེད་ཀྱང་། གསོ་བ་རིག་
པ་ལ་དག་པ་ཞན་ཆེན་པོ་ཡོད། དགུང་ལོ་ ༥ ནས་བཟུང་ཡབ་ལྷ་རྩེ་གྱི་མདུན་ནས་འབྲི་གྲོག་ལ་སློབ་གཉེར་
མཛད། རྩལ་ཆོད་རིང་པོར་མ་འགོར་བར་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྲོག་ཤེས་པར་གྱུར། དགུང་
ལོ་ ༡༠ ནས་བཟུང་ཡབ་ལ་བརྟན་ནས་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་ལྔ་དང་ལྷག་ཏུ་གསོ་བ་རིག་པར་ཆེད་སྦྱངས་པ་མཛད་
ནས་ཕུར་དུ་བྱུང་། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་འོ་མ་དག་ལ་ནག་བྱུན་དགོ་སྟན་ནས་ཕུལ་བའི་སྤྱ་སྟོན་ཨ་གོ་དེ་ཆེན་མོ་
དེ་གཅིག་བརྒྱུད་མ་ཉམ་པ་ད་ཏ་ཡང་ཕྱག་ལེན་གནད་བཞིན་པ་ཡིན། དགུང་ལོ་ ༡༡ ཐོག་སྤར་ཡབ་ཞུགས་སའི་
ས་སྐྱ་དགོན་དུ་བྱ་བ་བྱས། དགུང་ལོ་ ༡༥ ཐོག་ནས་བཟུང་འདོན་ཆོག་ཆོས་སྦྱོད་ལ་ཉམས་ལེན་མཛད། ༡༩༥༥
ལོར་ཏཱ་ཡི་སི་ཏུ་བརྒྱ་དོན་ཡོད་ཉིད་བྱེད་པས་ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་ལུང་འཛིན་གནད། ནང་དོན་ལ་དགོན་འདི་ཡི་
ཤར་བལྟ་ལམ་ལྔ་རྩམ་ལ་མི་ཆང་འབྱོར་བཟང་གི་པ་གར་དང་ མ་ཏ་ཡི་མིང་ཅན་བྱ་སྤྱང་ལོ་པ་མཆན་ལ་ཀམ་ལུང་
རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་གསུང་། ལོ་ ༥ ཡི་རིང་ལ་བརྟན་བཅད་པས་བརྟན་མ་ཆོད་
ནས་ད་བར་དུ་ལུས། ལྷར་ཏག་ཡིག་གཉིས་པ་ ༡༩༩༠ ལོར། སྤོམ་པའི་སྐལ་བཟང་དགོན་གྱི་སྤྱལ་སྐྱོང་
དགའི་ཡང་སྤྱིད་ཐག་བཅད་ལ། ཡབ་ཉི་རྒྱལ་དང་ཡུམ་གྲོང་རྟོག་གཉིས་གྱི་སྤྱལ་མཆན་ལ་ཆེ་རིང་ཉིམ་ཞུ་བ་དེ་
སྤྱལ་སྐྱོང་དགའི་ཡང་སྤྱིད་འཕུལ་མེད་དུ་ཐག་བཅད་པ་ཡིན་གསུང་།

མཆན་ལ་ཀམ་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས། དགུང་ལོ་ ༡༩ རྩལ་སྤྱུ་རྒྱལ་
དབང་ཀམ་པ་སྐྱོ་སྤེང་བཅུ་དྲུག་པ་རང་བྱུང་རིག་པའི་དེ་རྩེ་མཆོག་གི་སློབ་ཆེན་བཞིའི་ཡ་རྒྱལ་འཇམ་མགོན་ཀོང་
སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོ་སྤེང་གསུམ་པ་སློ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་སེང་གེ་མདུན་ནས་དགོ་སྦྱང་གི་སྤོམ་པ་ནོད། ༡༩༩༡ ལོ་ང་
དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་དགུང་ལོ་ ༢༠ ཐོག་ནས་དགོན་ཁག་སོ་སོ་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་མི་སྣ་དང་སྐལ་བཟང་དགོན་པའི་
སྤྱ་སྤྱོད་མཆོད་སྤྱོད་ཡོངས་རྫོགས་ལྟན་མཛོམས་ནས། ང་དག་འ་རིན་པོ་ཆེ་འི་སྐྱོ་སྤེང་གསུམ་པ་མི་འཇིགས་སེང་
གེའི་ཁྱི་ལ་མངའ་གསོལ་གྱི་མཛད་སྒོ་གཟབ་རྒྱས་སྤྱེས། དེ་ནས་བཟུང་ཁོང་དགོན་པ་དེའི་དགོན་བདག་ཏུ་བྱུང་།

སྐལ་བཟང་དགོན་མཐོ་ཚད་ལ་ནང་ཆེན་རྫོང་ཐོག་ནས་སྟེས་༢༧༥༠ ཡོད། དེར་རྒྱ་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་ལ་ཆོས་ཀྱི་
སྦྱིན་པ་མཛད་ནས། སྐལ་བཟང་དགོན་རིག་གསར་སྐབས་ནས་དགོན་པ་ཉམས་སྐྱོད་ཆབས་ཆེན་བྱུང་ཕྱིར་ཆགས་
ཤུལ་ཅམ་དུ་གྱུར་ཀྱང་། ད་དུང་དགོན་མཆོག་ཐུགས་རྗེས་སྒྲ་ཆུན་དང་རྟེན་གསུང་ཁ་ཤས་བཅས་པ་བཞུགས་
པའི་ཁང་རུལ་ཞིག་རུལ་ལྷག་ཡོད། སྐབས་དེར་སྤུལ་སྤྱོད་དགའ་རིན་པོ་ཆེའི་འགོ་བའི་དོན་མཛད་ཕྱིར་དང་།
དགོན་ཤུལ་ལས་མེད་པ་དང་བཞུག་བཤགས་དང་ཆོགས་ཁང་མེད་པ་ལ། འཆོ་བ་དགའ་ལག་ཆེ་བའི་དགོན་
ཀྱི་སྒྲ་བྲ་རྣམས་ཕྱིར་ན་བྱམས་དང་སྟིང་རྗེའི་ཅན་བྱལ་འགོག་མེད་བཞུར་བ་དང་། སྐལ་བཟང་དགོན་པ་སྤུལ་
བཞེངས་བྱ་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་ཐུགས་ལ་བཅངས། དེ་འདྲའི་དགའ་སྤྱུག་གི་ཆ་རྒྱུན་འོག་ནས། འགོ་བའི་
སྤྱལ་བ་གཅིག་དང་དགའ་རིན་པོ་ཆེས་སྤར་བཞིན་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དོན་མཛད་ཅིང་། དད་ལྡན་མང་ཆོགས་
དབུ་ཁྲིད་དང་སྤུལ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟོན་པ་སྟོན་མེད་མཛད་ནས། ས་གནས་དད་ལྡན་མང་ཆོགས་རྣམས་པ་
དང་རྒྱ་ཕྱི་ནང་སོ་སོའི་བསག་པའི་རྒྱ་འབྱེར་གང་ཡོད་རྒྱ་མཚོ་རྒྱ་ཐིག་བཞིན་བཏང་ནས་དགོན་པ་ཉམས་གསོར་
ཞལ་འདེབས་སུ་སྤུལ། དེ་ནས་སྒྲ་བྲ་དང་སེར་སྤྱོད་ཡོངས་ཀྱིས་ས་རྫོང་ཡོངས་རྫོགས་མི་རྒྱལ་ལ་ཁྱུར་ནས་དགོན་
པ་ཉམས་བཞེངས་ཀྱི་ལས་བཞུག་ནས་དགོན་ཅེ་མཐེས་བར་གྱི་ཁ་ཅ་ལག ནང་གི་འདུ་ཆོགས་སོགས་མ་
ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོལ་རྒྱུ་བཏང་། རྫོང་ནགས་སྒྲ་ཆེན་དགོན་ནས་རྣམ་སྲས་རིན་པོ་ཆེའི་
མདུན་ནས་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་འབུམ་དང་། ཀམ་པ་དབང་ཕུག་རྫོང་རྗེའི་གཅིག་ཤེས་ཀྱན་
གོལ་བཅས་ཀྱིས་ཞལ་གདམ་དང་དབང་ལུང་ཁྲིད་ཆ་ཆོང་ཞུས། རྒྱུ་བྲག་གསལ་བྱེད་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་འཕོ་
ཁྲིད་ཞུས་ནས་བཅད་མཆོམས་དམ་པོས་ཉམས་ལེན་ལ་བཞོར་བས་ཉམས་རྟོགས་མཛོན་པར་ཤར། ས་སྤྱིའི་
ཆོས་སྤྱར་བྱ་རྒྱུ་དགོན་ནས་དཔལ་ལི་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་ཀྱི་རྩོར་དང་ ཕྱག་རྩོར་ ཕུར་པ། བེན་པའི་ཕྱི་ནང་གསང་
གསུམ་ཀྱི་བཀའ་ཁྲིད་དང་། མཁའ་སྤྱོད་མེད་དབང་དང་ཁྲིད་ཆེན་བཅས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་ཆ་ཆོང་བར་
ཞུས། རྟིང་མའི་འོ་ཆོས་སྤྱར། མཁའ་སར་བསྟན་པའི་དབང་ཕུགས་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མའི་དབང་
ལུང་ཁྲིད་གདམ་དག་དང་རིག་པའི་སྤུལ་དབང་བཅས་ཐུབས། ནང་ཆེན་ཇ་པ་དགོན་ནས་གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་
སྤྱིང་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དོན་མཛད་རིན་པོ་ཆེ། བྱམས་མེ་ཆོས་བྲགས་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ཀྱི་མདུན་

དུ་གཏེར་གསར་གྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་། ༡ རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་མཁའ་ཁྱབ་དོ་རྗེའི་བཀའ་འབུམ་དང་ཨ་
ཆོས་བཅུ་གསུམ་། མཁན་པོ་རིན་ཆེན་དར་རྒྱས་བཀའ་འབུམ་བཅས་ཀྱི་དབང་ལུང་དང་ཁྲིད་བཅས་ཆ་ཆར་
ཞུས་ནས། དེར་རང་དགོན་ནང་དུ་དཔལ་ལུག་སྦྱབ་ཁང་ནང་དོན་ཏྲུ་ལོ་གསུམ་སོག་གསུམ་སྦྱབ་ཁང་ལ་བཞུག་
ནས་སྦྱབ་པ་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་མཛད། དེར་གོ་སྒྲུག་ས་དགོན་ནས་ཁམས་སྤུལ་ཆོས་ཀྱི་ཉིམ་རིན་པོ་ཆེའི་
མདུན་དུ། རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་ཀྱི་དབང་། ཇི་མེད་རྣམ་གཉིས་མཛོད་རྟེན་བཅའ་སྦྱབ་དང་རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་
གཙོད་ཀྱི་དབང་ལུང་། ཆགས་མེད་ཨ་ཆོས་བཅུ་གསུམ་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་ཆ་ཆར་དང་། མཁན་པོ་སྤྲེལ་མཁུ་
རབ་མདུན་དུ་དེའི་ལུང་ཆ་ཆར་། འབུམ་དང་ཀུན་བཟང་སྤྲེལ་མའི་ཞལ་ལུང་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་ལུང་ཞུས།

༢ བྱམས་མགོན་དོ་རྗེ་འཆང་ཀན་ཏིང་ཏུ་ཡི་སི་ཏུ་པུ་དོན་ཡོད་ཉིན་བྱེད་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས། རིན་ཆེན་
གཏེར་མཛོད། བཀའ་བརྒྱད་བསྐྱབས་མཛོད། གདམ་ངག་མཛོད། ཤེས་བྱ་མཛོད། རྒྱ་ཆེན་ཀར་མཛོད་
བཅས་ཆེན་རྣམ་ལཱའི་དབང་ལུང་དང་། བྱམ་ཆེན་གང་ག་མི་སྒྲོམ་ཁྲིད་དང་ལུང་ཀུན་བཟང་སྒྲོན་ལམས་ཀྱི་ཁྲིད་
ལུང་བཅས་ཐོབ། སངས་རྒྱས་གཉན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཡོང་གོ་མི་འབྱུང་དོ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་མདུན་མཛོད་
ཆེན་རྣམ་ལཱའི་ལྷགས་ལུང་དང་། བརྒྱད་སྒྲུ་མ་དྲུགས་པོའི་ཐར་རྒྱན་སྦྱབ་ཁང་ནང་ལ་རྒྱན་མཁོ་བཅས་ཀྱི་ཁྲིད་
ལུང་ཆ་ཆར་བུམ་པ་གང་བྱོས་ཚུལ་དུ་བྱུབ། ༣ དཔལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་དོ་རྗེའི་མདུན་
དུ་སྦྱོན་རས་གཟིགས་འཁོར་བ་དུང་སྦྱུག་ཀྱི་དབང་དང་། བྱམ་ཆེན་སྒྲོན་འགོའི་ཁྲིད་ལུང་བཅས་བྱུབ། ༤ སྦྱབས་
རྗེ་དུལ་མོ་ཆོས་རྗེ་སྦྱ་ཕྱེད་བཙེ་བརྒྱད་པ་ཀམ་བཤད་སྦྱབ་འཕྱིན་ལས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཁ་སྦྱལ་སྦྱ་ཕྱེད་ལྷ་
པ་ཆོས་ཀྱི་ཉིམ་རིན་རྣམ་གཉིས་མདུན་ནས་ཆགས་མེད་བཀའ་འབུམ་པོད་དུག་བཅུ་སྟོར་གྱི་དབང་དང་ཁྲིད་ཆ་ཆར་
དང་། གནམ་ཆོས་སྦྱ་ཕྱེད་གསུམ་པ་བྱུང་བསྟན་ཉིན་བྱེད་མདུན་ནས་དེའི་ལུང་བཅས་ཆ་ཆར་བྱུབས། དོར་རྗེ་
གདམ་མཛོད་རྟེན་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུངས་བཞེན་བྱུག་འབུམ་བཞག་ ང་དག་འུ་རིན་པོ་
ཆོས་ལོ་མང་པོའི་རིང་ལ་འབད་བཅོན་དཀའ་བ་སྦྱད་ནས་སྦྱིར་ན་སྤུལ་བཟང་དགོན་ མདོ་སྐྱབས་རབ་རྒྱས་སྤྱིང་།
པའི་གྲ་དགོན་དང་ཆོས་སྤྱ་སྤུལ་བཟང་མ་རིང་དགོན་དགོན་ དཔལ་ཐེག་མཆོག་འོད་གསལ་སྤྱིང་། རྟེན་དང་བརྟེན་
པར་བཅས་པ་ལེགས་སྦྱབ་བྱུང་བའོ། དགོན་བདག་སྤྲེལ་མ་དང་གྲ་བཅུན་གྲངས། དགོན་བདག་སྤྲེལ་མ་ནི་ང་

དགའ་སྤྱོད་སྤྱི་ཡོན་ཞིང་། དགོན་འདིའི་གྲ་བཅུན་གྲངས་ནི་༤༥ཅུ་ཡོད། སྤྱོད་གྲ་སྤྱི་ཡོན་དོན་ལ་ཅེ་
གཅིག་དུ་གཞོལ་བའི་མཆོམས་སྤྱོད་མཛད་མཁན་ནི་༡༢ཡོད། དགོན་པ་གཞུང་གི་ལོ་རེའི་དུས་མཆོད་གཙོ་ཆེའི་
རིགས་ནི། ༡ཉིན་༡༠རིང་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་མར་མི་དྲགས་གསུམ་དང་ཆེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་མཆོ་བཅས་
ཡོད། ༢ཉིན་༡༠ཡི་རིང་ལ་ཡི་དམ་རྒྱལ་བ་དེ་པག་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་མཆོད་ཡོད། ༣ཉིན་༩ རིང་ལ་རྩེ་མེས་ས་
སྤྱོད་ཆེན་ཡོད། ༤དཔལ་ལོ་ལུག་གྱི་སྤྱོད་གནས་ཆ་དེ་ཡོད། ༥ ཞི་ཁྲོའི་སྤྱོད་ཆེན་ཡོད། ༦ སྤྱི་ལྷ་༡༢ནང་
ནས་གུ་རུ་རྩེ་རྩེ་གོ་ལོད་སྤྱོད་པ་ཉིན་བདུན་དང་བེར་ཅན་སྒྲིག་པ་བཅས་ཡོད། དགོན་པའི་ནང་དུ་བྱུང་བའི་མཁས་
པ་སོགས་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་བཀའ་འབུམ་ཅན། ང་དགའ་སྤྱོད་ཐེང་དང་པོས་སྤྱོད་དཔོན་དམྱུ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་
གཏེར་དུ་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་མང་པོ་གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་སྐོར་ཕྱག་ལེན་བསྟར་བཞིན་པ་ཨ་ར་ཤོད་ཆེན་
མོའོ། །མཆོད་ཨོ་རྒྱན་ཟེལ་གཞོན་བཀའ་འབུམ་པོད་གྲངས་ཅན་བཞུགས་སོ། །དགོན་པའི་ཕྱི་ཡི་བཟོ་བཀོད་
དང་ནང་གི་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་རྟེན་གཙོ་བོའི་རིགས་མདོར་བསྡུས་ནི། བསྟན་པ་ཡང་དར་གྱི་སྐབས་སུ་བཞེངས་
པའི་ཕྱི་རྟེན་གཞི་རྒྱན་འཛིགས་འདུ་ཁང་། སྤྱོད་ཁང་། བེར་ཅན་མགོན་ཁང་། དུར་ཁོད་དང་ཞི་ཁྲོའི་ལྷ་ཁང་།
མཆོད་རྟེན་སྤྱོད་ཐེང་དང་གྲ་ཤག་བཅས་ཡོད། དེའང་གཙོ་བོ་མཆོག་སྤྱོད་ང་དགའ་སྤྱོད་ཐུགས་བསྐྱེད་ལྟར། རྟེན་དང་
བརྟེན་པར་བཅས་པ་ལེགས་གྲུབ་གནང་མཛད་ཡོད། ནང་གི་རྟེན་གསུམ་བྱིན་ཆེན་རིགས་དུས་ཟིང་སྐབས་རྩ་མེད་
དུ་སོང་ཞིང་། ད་སྐབས་སྤྱོད་གསུང་ཐུགས་རྟེན་རིགས་ལོ་རེ་ལས་ལོ་རེ་རྩེ་མང་དང་རྩེ་ལེགས་སུ་འགོ་བཞིན་ཁོང་
ནི་ད་སྐབས་དབང་ལུང་ཆ་ཆོད་ཐོབ་པ་དང་། དགོན་པ་ལེགས་སྤྱོད་བྱུང་རྩིས་ལྟར་ཡང་ཁོང་ནི་ལོ་གསུམ་སོག་
གསུམ་མཆོམས་ལ་བཞུགས་པའོ།

འཕར་བ།

ཀམ་ནས།



འཕར་བ་ནི་རྩོམ་པའི་རྒྱ་རབས་དག་རྒྱུ་མངའ་ཉ་ཅང་ཆེ་
བའི་གཙན་གཞན་གི་སྒྲིལ། དག་རྒྱུ་དུ་འཕར་བ་དམར་མོ་རྒྱ་འབྲངས་
མ། ཞེས་འབྲོག་པ་དག་གིས་ཕྱག་ཐོག་འཛོལ་སྒྲིལ་སྐབས། ཆེས་
དོགས་ཐོན་བྱ་དགོས་སའི་གཙན་གཞན་ཕྱར་ཙམ་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་
རབས་བཤད་རྒྱ་ཡོད། སྐབས་རེ་འཕར་བ་ཕྱག་ཐོག་གི་འཕོང་འགོ་
རུ་མཆོང་ནས་རྩ་མའི་འོག་ནས་རྒྱ་མ་འབྲངས་ཆར་དུས། དེ་དུང་ཕྱག་
ཐོག་དག་ས་ལ་འབྱེལ་མེད་རབས་སོགས། རྒྱ་མཐོང་གི་གཙན་
གཞན་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། རྩོམ་པ་རྒྱ་དག་ལ་སྤྱད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་
འཕར་བ་ལ་དོག་གཞན་དགོས་རབས་ལན་ཅིག་མིན་པ་བཤད་ཚུངས། སྤྱིར་འཕར་བ་ནི་མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒྲིལ་གི་རྩ་ཆའི་
སྒྲིག་ཆགས་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་སྤྱད་སྒྲིལ་གྱི་གྲུ་དུ་ཡོད་པའི་འཕར་བ་ནི་དེ་དུས་ལ་མིག་གི་མཐོང་རྒྱ་བྱངས་ཉུང་བའི་
གནས་སུ་ཆག་ཡོད་པ་རེད། གཞུགས་གཞིའི་བྱེད་ཆོས། འཕར་བའི་གཞུགས་ཀྱི་རིང་ཚད་ལ་སྤྱི་སྒྲིལ་1 ཅུ་ཡོད་པ་དང་།
ལུས་བོངས་སྤྱད་ཀྱི་ལས་རྒྱུ་ཞིང་། གདོང་ཞེང་ཆེ་ལ་མཆུ་ཅུང་ཐུང་བ་ཡིན། འཕར་བའི་རྩ་ཐུང་ཐུང་ཞིང་སྒྲིལ་བ་དང་སྤྱག་
བཞི་ཐུང་ལ་རྩ་མ་སྒྲིལ་པོ་ཡིན། མགོ་དང་སྒྲིལ་མཐོང་། སོག་མགོ་ རྒྱབ་གཞུང་གི་སྤྱུ་མདངས་ཁམ་ནག་ཡིན། གསུམ་
དོས་ཀྱི་སྤྱུ་མདངས་དཀར་སྤྱུ་དང་། ཡང་ན་སེར་སོམས་དང་སྤྱུ་ཡིན། སྤྱག་བཞིའི་ཕྱི་དོས་ཀྱི་སྤྱུ་མདངས་རྒྱབ་གཞུང་
གི་སྤྱུ་མདངས་དང་མཆུངས་ལ། རྩ་མའི་སྤྱུ་མདངས་ཁམ་སྤྱུ་ཡིན། འཛོམ་པའི་གོམས་གཤིས་དང་འཛོམ་གནས་ཁོར་ཡུག་
འཕར་བ་ནི་མཆོང་སྤྱུ་ལས་སྤྱི་2500ནས་སྤྱི་3200ཡི་ས་ཆ་ན་གནས་ཡིན། འཕར་བ་ནི་དུས་རྒྱུ་དུ་2དང་ 3འི་
བྱས་ནས་འཛོམ་ཡིན། མཆོམས་ལན་རེ་ལ་ཁོར་འགྲོ་བྱེད་པ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ལ་བྱིས་བསྐལ་བ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། འཕར་
བས་རི་དྲགས་རྩོན་པ་བྲེལ་བ་ཆེ་བའི་དུས་ཡུན་ནི་ནང་དགོང་གཉིས་ལ་ཡིན། འཕར་བ་སྤྱོད་རྩིས་འགྲོ་སྐབས་འཕར་བ་སྤྱོད་

མའི་རྒྱུ་ཐོག་ལ་སྤྲོས་ཏེ་འགྲོ་བ་ཡིན་པས། གནའ་མིའི་ཁ་དཔེར། འཕར་བ་རྒྱུ་ཐོག་དང་བྱ་རབ་ཚིག་ཐོག་ཟེར་དོན་དེ་
ཡིན། འཕར་བ་བརྒྱུགས་ན་མ་གྲོགས་ཤིང་རིག་པ་སྤྱད་པོ་ཡིན་པས། ཁ་ཟས་གཙོ་བོ་ནི་རིད་གས་ཡིན་ལ། མཚམས་ལན་
རེ་སྤོ་ཐོག་བསད་ནས་ཟ་བ་ཡོད། རྒྱུ་འཕེལ་བྱེད་པའི་དུ་ནི་དགུན་ཁ་ཡིན་ལ། མངལ་སྤྲུམ་ཡུན་ཉིམ་65ཡིན་ལ། བཙའ་
ཐེངས་རེ་ལ་སྤྲུ་གུ3་དང་5་བཙའ་སྤིད། སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དོན་སྤྱིད། འཕར་བ་ནི་རིད་གས་སོགས་ཀྱི་གཉན་པོ་ཡིན་ནའང་།
འཕར་བས་རིད་གས་ཀྱི་ཁོད་ན་རིད་གས་ན་དང་ན་དང་རིད་གས་ཁ་མཐོ་ཡིན་པས། འཕར་བས་སྤྲོས་ཁམས་ཁོར་ཡུག་
དོམ་ཉམ་ཡོང་བར་བྱེད་དུས་གལ་ཆེན་འདོན་བཞིན་ཡོད། འཕར་བ་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་གལ་གནད་དུ་བཟུང་སྟེ་སྤྱད་སྤྱོད་བྱ་
དགོས་པའི་རིས་སྤོག་ཐོག་ཆགས་ཨང་རིམ་གཉིས་པར་གྱུར་ཡོད།

མོ་ར་བུ་ལྷོ་ལྷོ་བཟུང་རིག་གནས་མེ་ཏོག་ཕྱིར་བ།



བྱམས་བཅུའི་འོད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དེ།
སྲིད་པའི་འགོ་ལ་བྱབ་མཛད་པ།
རབ་དཀར་ཕྱག་བཞི་པད་དཀར་འཆང་།
བདག་གི་སྒོ་གསུམ་ཕྱག་གིས་ཡུལ།

ལ་ལྷང་མང་པོའི་ཕ་མཐའ་ཡི།
མི་ཡུལ་ས་མཐར་འབྱམས་ན་ཡང་།
རང་ཡུལ་དྲན་པའི་དྲན་ཐོ་ཞིག།
འདྲ་བྱེད་སོར་སོའི་གར་ཞིག་འབྲབ།

ཕྱི་ཡི་སྒྲུང་ཚུལ།

ལམས་སྟོད་ནོར་བུ་ལྷ་ཙུང་འདི།
བལྟས་ན་མིག་གི་བུ་ལོན་སོད།
ཉན་ན་ན་བའི་རྒྱན་ཆ་ཞིག།
བསམ་ན་ཡིད་ཀྱི་བདུད་རྩི་ཡིན།

རི་རྒྱལ་དེ་ཡི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ།
རི་དམར་ཟུར་གསུམ་ཙུང་ཉའི་དབྱིབས།
སྤྱི་ཡི་གོ་བེ་རི་དམར་དེ།
བཙན་ཤོད་སོ་ལ་ཆས་འདྲ་རེད།

མདུན་རི་བྱེས་ཐག་མགོ་རིལ་ཡི།
སྤྱི་མེད་ཨ་ཡིག་རང་བྱོན་དེ།
གནས་དེར་བཞུགས་པའི་གང་ཟག་གིས།
མཐའ་བལ་སྤྱི་མེད་རྟོགས་པའི་བད།

གཡས་རི་སང་ཆེན་འབྲིང་འདྲ་ལ།
འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད།
གནས་ཆེན་བརྒྱ་ཡི་གནས་ཚབ་ཡིན།
ར་ཚ་དཀར་འབེལ་ཞེས་སུ་གྲགས།

གཡོན་རི་དམར་བྱེ་ཆོས་སྐྱོང་དེ།
བྱུང་ཆེན་མཁའ་ནས་བབས་པ་འདྲ།
སྐྱེ་འགོ་འི་དབྱལ་བ་སེལ་བ་ཡི།
རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་གསང་མཛོད་ཡིན།

རི་རྒྱལ་དེ་རྣམས་དབྱས་མ་ན།
རིན་ཆེན་རྩལ་གྱི་བག་སྒྲམ་སྟེང་།
ས་འཛིན་སྒྲིག་མོ་རིན་ཆེན་དབྱིབས།
མོར་བུ་ལྷ་ཅི་ལྷ་ན་སྟུག།

གནས་ཡུལ་འདི་ཡི་དུས་བཞི་ནི།
འབྱུང་འགོས་སྐྱུ་མའི་གར་དང་མཚུང་།
མི་རྟག་སྟོན་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཞིག།
རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གཤེས་ལ་བྱུག།

དགུན་གསུམ་ཁ་བའི་ལུ་བ་གྱོན།
སྐྱེ་སེལ་རྒྱུད་བུ་བང་ཁ་འབྲན།
ལྷ་བྱ་གོང་མོས་གཤོག་གུར་ཕུག།
གསུང་སྐད་སྟོགས་ཤིང་འགྱིང་འགོས་བྱེད།

དབྱིད་གསུམ་ནག་བུན་ཐེབས་སེ་ཐེབ།
སྐྱུང་ཆར་ཐེམ་མ་དལ་གྱིས་འབབ།

དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོས་སྤྱད་བྱངས་ལེན།
བྱེད་རྒྱུ་འཛེལ་མོའི་ཕྱི་འཛེལ་བ།

དབྱར་གསུམ་འདབ་བརྒྱའི་མེ་ཏོག་གཞད།
ཀར་རྩལ་བྱང་བ་མགོན་དུ་བསྟུ།
རི་སྐྱེས་འདབ་ཆགས་གར་ལ་རོལ།
ཀུན་ཀྱང་བག་ཡངས་རྒྱལ་དུ་གནས།

སྟོན་གསུམ་བསེལ་རྒྱུ་དར་གྱིས་རྒྱ།
སྤྱོད་པའི་གོམ་སྤྲུལ་ལིངས་སེ་ལིང་།
འཇག་མའི་སྤྱད་བྱངས་ཀྱར་རུ་བྱ།
ཁ་ཆར་དགོད་སྤྱད་སྤྱང་སེ་སྤྱང་།

འདི་འདྲའི་གནས་མཆོག་མདུན་བྱར་ན།
ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ཆབ་གྱི་རྩིང་།
སྤྱི་འགྲོའི་གདུང་བ་སེལ་བྱེད་པ།
མཛད་མེད་གཏེར་གྱི་རྒྱ་མིག་ཡོད།

ནང་གི་གནས་རྒྱལ།

ཨེ་མ་འདི་འདྲའི་གནས་མཆོག་དེར།
ལྷ་ལྷན་འོད་ཀྱི་གུར་བྱིམ་དབུས།

ཆོས་སྐྱོད་སྤང་མ་སྤྲོད་བཞིན་འདུས།
ལས་ཅན་བྱ་ལ་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།

དེ་ལོ་དེ་ཡི་སྤྲོད་དབུས་སྟུ།
དེ་ཆེན་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་ཡི།
མཚར་སྤྲུག་འོད་ཀྱི་སྤང་བ་ཡིས།
ཉེར་དགའི་ཐུན་པ་བཙོན་དུ་བཟུང་།

དེ་བྱ་གཡེར་ཁ་ཐོ་ལོ་ལོ།
ཕ་གྲུ་མདའ་ཡབ་བྱ་བྱ་སོགས།
དེ་ཆེན་རྒྱན་གྱི་ལེགས་སྤྲས་པའི།
ལྷ་ཉེན་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་མཛེས།

དེ་འདྲའི་ཉམས་དགའི་དབེན་དགོན་དུ།
བཞུགས་པའི་རྣམ་འབྱོར་པོ་མོ་རྣམས།
ཞེན་མེད་སྦྱོད་པའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས།
འཛིན་མེད་ལྷ་བའི་ལང་ཚོ་རྩྭ་ས།

གསང་བའི་རོ་བོ།

མོར་བདག་མོར་བྱ་ལྷ་ཅེ་འདི།
སྐྱུ་མདོག་སེར་པོ་གསེར་གྱི་མདོག།

མཛེས་པའི་ཞལ་ལ་འཛུམ་པའི་མདངས།

འཛེལ་བེར་དར་དཀར་ན་བཟའ་གསལ།

མི་མཐུན་དབྱ་བོས་མི་ཚུགས་པའི།

དབྱ་ཚྭ་ག་རིན་ཆེན་འབར་བ་ལ།

སྒྲ་ཚོགས་དར་གྱི་ལྗེ་མ་འཕུ་བཅུགས།

རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་གོ་ཁབ་གྱོན།

གླིང་བཞི་མོར་གཏེར་འགྲུགས་པའི་ཕྱིར།

ཕྱག་གཡས་རིན་ཆེན་སྒྲ་གས་ཀྱི་འཛིན།

འགྲོ་བའི་དབྱལ་བ་སེལ་བའི་ཕྱིར།

གཡོན་པས་རིན་ཆེན་གཏེར་གཞུང་བསྐྱམས།

སྒྲ་གཡས་དང་དཀར་དུང་གི་མདོག།

སྒྲ་ག་པོ་ཁྱུང་གི་མིག་འབྲས་མཛེས།

རུ་བཞི་སྒྲོ་ལ་གཡུ་རུ་ཅན།

ཆེན་པོ་འགྱིང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཆིབས།

འཁོར་གྱི་ཁྱུ་སྐྱུན་མཆེད་བཞི་ནི།

ཁྱུ་གཡས་འགྲུགས་པའི་བདག་མོ་སྟེ།

སྒྲ་ཚོགས་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས།

ལང་ཚོ་འི་མཚར་སྒྲ་གཟི་འོད་འབར།

ཡུལ་དེར་གནས་པའི་སྐྱོ་བོ་ལ།
འདོད་དགུ་མོར་གྱི་ཆར་པ་འབབ།
ལྷ་མི་མཐུན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས།
ཀུན་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས།

སྐྱུར་འདེབས་བྱས་མེད་པ་སའི་གནས་མཆོག་ཡིན།
སློ་བཅུགས་མ་བྱས་ཕྱི་ནང་ཀུན་གྱིས་ཁྲེལ།
སློ་སྐྱུར་མེད་པའི་རི་བོའི་བསྟོད་ཆོག་འདི།
མ་བཅོས་དྲང་པོར་བརྗོད་པའི་བདེན་གཏམ་ཡིན།

རི་བོ་ཉེ་མ་ལ་ཡི་རི་རྒྱུད་ཞིག་ནས་སྤྱི་ལོ་ 2019 ལྷ་7 ཚེས་12ཉིན་རིན་ཆེན་ནས་བྲིས་སོ།

གནའ་བ་ལ་ཕྱུང་བཅུད་དཔྱད་པ།

དག་དབང་སྤྲོད་གོ།

གནའ་བ་ནི་རེ་སྒྲིལ་ས་མཐོའི་ཡུལ་སྒྲོངས་རྒྱ་རི་ར་རུག་དང་བྲག་རི་དམར་ཟེ་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་རྒྱས་པའི་རེ་སྒྲིལ་རི་རྒྱུད་
མཐོ་དམན་བར་གསུམ་སོགས་གངས་ར་འཛོ་གནས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། འཛོ་རྟེན་གཙོ་བོ་ནི་རྩི་ཤིང་དང་རྩ་ལྷུ་མ་སོགས་སྒྲོ་
རིགས་ཁོ་ནར་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད། གནའ་བ་ལ་ནང་གསེས་རིགས་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཤས་ཡོད་པར་ཐོས་པ་ལས་མཐོང་ཆོད་
མེད། རེ་སྒྲིལ་ལུང་པར་རིགས་གཉིས་ལས་མེད་པར་སྤྱང་། རིགས་དེ་གཉིས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ནི་ཕོ་མོ་དང་རྩ་ཚེ་རིང་
ཐུང་གཟུགས་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཅོམ་ཡིན་ལ་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀའི་མགོ་ལ་རྩ་ལྷན་ཞིང་། ཕོ་འི་རྩ་ལས་མོ་རྩ་ཕྱུང་ཐུང་བ་ཡོད།



རྩ་ཡི་བཟོ་དབྱིབས་ནི་ཕྱིར་གཙུག་བརྒྱབ་ཡོད་ལ། ལུས་ཀྱི་སྒྲིམ་དོགས་ནི་ཐལ་མདོགས་དང་རྩ་ཤོག་དཀར་ལ་གཟུགས་
བཞིན་གཤོ་ཡོད་པ་དེ་ཕོ་རིགས་ལོ་ན་རྒྱས་ཏྲགས་ཡིན། རྩུན་དུ་བྱུ་བྲས་ཏེ་འཛོ་གནས་བྱེད་ཅིང་། བྱུ་ཚོགས་གངས་འབོར་
བརྒྱ་ཕྱག་ཅོམ་འདུས་པ་ཡོད་གི་ཡོད། གནའ་བའི་ཆགས་འཕེལ་ནི་དགུན་སྟོད་ཡིན་ཞིང་། མངལ་སྒྲིལ་གྱི་དུས་ཡུན་ལྷན་བཞི་
ལྷག་དང་ལྷན་ཟེན་ཅོམ་ཡིན། སྒྲེ་འཕེལ་ཐངས་གཅིག་ལ་སྒྲེ་གྲུ་གཅིག་ལས་མི་སྒྲེ། གནའ་བའི་ཆོ་ཆད་དང་གངས་འབོར་
གསལ་བོ་མི་ཤེས། གནའ་བ་ཡི་ཤ་དང་པགས་པ་སོགས་ཐོན་རྒྱས་དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་བ་ཡིན་པར་སྤྱང་།

ཕུག་རོན།

ཞི་བ་དེའི་སྣ་བྱ་དཀར་པོའི་སྣང་སྟབས་ནི།
གཤེག་ཆུང་སྤྱིན་དཀར་པང་དུ་སྡེབ་བྱས་ནས།
རང་དབང་གཤེག་པ་མཁའ་དབྱིངས་ཕྱོགས་སུ་བཏང་།
གཤེག་ཆུང་གཡུག་གིན་གཡུག་གིན་སུ་མེད་འཕྱར།



ཤིན་དུ་གསལ་བའི་སེམས་ཀྱི་གོ་འཕང་རྩ།
 ལུན་པ་གཏོར་བའི་ཞི་བའི་ལྷ་བྱ་ཞིག།
 ཞེན་ཆགས་བརྟེན་པའི་ཁང་བྱིམ་མ་བརྟན་པར།
 ཅི་དགར་འཕུར་ན་ལྷ་ཡང་མགུ་ཞེས་སྒྲུས།

སྒྲུང་སེམས་ཀྱི་བོ་ཁོག་ཏུ་མ་འབྱེལ་བར།
གདུབ་རྩུབ་རལ་གྱི་ཕྱི་རུ་མི་མཛོན་པའི།
མཛའ་བའི་དཔའ་བོ་གཡུལ་ལ་ཆས་པ་ན།
ཞི་བའི་བསྟོ་གནས་ཁྱིད་ལ་དབང་ཞེས་ཟེང་།

སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱིས་པའི་དར་གྱི་སེང་རས་ངོས།
 ཁྱེད་གྱི་མཐོང་སྒྲུང་བཅོམ་གྱི་བ་མ་ཤོར་བར།
 དུས་གྱི་སྒྲུང་བྱེད་སྟིང་དུ་འཛུལ་པ་ན།
 ཞེ་མ་མཛོས་སྐྱུག་སྟོང་གིས་བྱབ་པར་འགྱུར།

ཉིས་སྟོང་༡༧ལོ་ཟླ་ལ་པའི་ཆོས་པ་ཆོ་བསམ་ནས།

བྱ་རོག

བདེན་པའི་རག



བྱ་རོག་ནི་དཀྱིལ་པ་ཡུལ་ལ་རྒྱུན་དུ་
གནས་པའི་འདབ་ཆགས་ཞིག་ཡིན་ལ། བྱ་
རོག་ལ་དཀྱིལ་པ་རྒྱུན་དུ་ཕོ་རོག་ཟེར་ནས་
འབོད་གིན་རེད། གཟུགས་གཞིའི་གི་བྱ་
ཆོས་ལ། བྱ་རོག་གི་གཟུགས་གཞིའི་རིང་
ཚད་ལ་སྟེན་ ༧༠ ཡས་མས་དང་ལུས་ཀྱི་
སྤྱིད་ཚད་ལ་སྟེན་ ༣ ཡས་མས་ཡོད། ལུས་
ཡོངས་རྩྭ་གས་ནག་པོ་ཡིན་ལ། བྱ་རོག་དུ་
གཤོག་ཟུང་གི་སྟེང་ན་འོད་སྣང་སྟོ་སྟུག་ཅིག་
འཆོར་བཞིན་འདུག མཚུར་ཆེ་ཡང་གུག་གུག་
ཅིག་མིན། གཤོག་པ་ཆེ་ཡང་གཤོག་སྟེ་དེ་

འདྲའི་སྟེང་པོ་ཞིག་མིན། རེ་མ་ནི་སྤྱར་བའི་དབྱིབས་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱ་རོག་འཕྱར་སྐབས་ཡར་བཟུངས་ན་
གཤོག་ཆེ་ན་སྤྱག་མདོག་ཡིན་པའི་ཐིག་རིས་ཡོད། མགིན་པའི་འོག་གི་སྟོ་སྟུག་ནི་ཆེར་མ་བཞིན་དུ་གཟེངས་འདུག། གཉ་ལ་
ལྟ་གི་སྟོ་སྟུག་སྟེང་སྤྱག་མདོག་ཡིན། མཚུར་དང་སྤྱག་སྟེང་སྤྱག་མདོག་པོ་ནག་ཀྱང་ཡིན། ཕོ་དང་མོ་བྱ་རོག་ཆེ་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན། འཆོར་བའི་གོམས་གཤེས་དང་འཆོར་གནས་ཁོར་ཡུག་བྱ་རོག་ནི་མདོད་དུས་མཐོ་སྒྲིང་གི་རྩ་འདབས་
དང་ནགས་མགོ་ན་གནས་ཤིང་། རོང་ཁུལ་དང་འབྲོག་ཁུལ་དུ་འདྲ་བར་བྱ་རོག་ནི་སྟོ་སྟུག་ཆ་བྱས་
ནས་སྤྱིད་པའི་འདབ་ཆགས་ཞིག་ཡིན་ནའང་དགོན་པ་དང་སྟེ་བ་ཡོད་ས་དུ་བྱ་རོག་འཕུལ་ནས་བྱ་རོག་བཞི་དང་ལྔ་ཆབས་
ཅིག་ན་འཆོར་སྤྱད་བྱས་ཡོད་པའང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། བྱ་རོག་གི་རྣམ་རིག་ནི་ཉ་ཅང་ཚོད་པས་མི་བྱ་རོག་གི་གས་ལ་བརྟུང་

རག་བར་དུ་བྱ་རོག་དེམ་ཐག་ཉིད་དུ་འཕྱར་འགྲོ་བ་རེད། བྱ་རོག་གི་ཁ་ཟས་གཙོ་བོ་ནི་ཤི་ཤ་དང་རི་བོང་། ལ་བྱ་དང་བྱེ་ཕྱི་འབྲུ་སོགས་ཡིན། ཁོག་ནས་འཕྱུ་དཀའ་བའི་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་སྦྲོ་དང་སྦྱ། རུས་པ་སོགས་ཁ་སྦྱག་བྱས་ཏེ་བྱིར་འདོར་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚོ་སྤྱོད་པའི་བར་ནི་བྱ་རོག་གི་སྦྱེ་འཕེལ་བྱེད་པའི་དུས་ཚོགས་ཡིན། བྱ་རོག་གིས་བྱ་ཚད་བྲག་སྐབས་དང་བྲག་ཐེམ། ཡང་ན་སྤྱོད་ཆེན་མགོ་བཅའ་བ་ཡིན། བྱ་རོག་གི་རུས་ཐེང་གཅིག་ལ་བྱ་སྦྲོང་མཚན་བྱ་སྦྲོང་ལྔ་བར་ཡོད། བྱ་སྦྲོང་གི་སྦྲོང་ན་མ་དོག་སྦྲོ་བའི་བྲ་ཐིག་ཡོད་པ་རེད། བྱ་སྦྲོང་རུས་ཡུན་ནི་ཉིན་༡༧ནས་ཉིན་༡༨བཅས་ཡིན། སྦྲོང་སྦྱོར་བྱེད་པའི་དོན་སྦྱོང་ཁོང་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་རོག་ནི་དགའ་ལྡན་འཕྲིན་ལ་འབྲིས་ཏེ་ཅང་ཟབ། བྱ་རོག་གིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་འདུས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་གད་སྤྱི་གས་སོགས་གཙང་སྦྱ་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ཁོར་ཡུག་དག་གཙང་བྱེད་པར་བྱེད་ཀྱིས་གལ་ཆེན་འདོན་བཞིན་ཡོད། བྱ་རོག་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་རུས་བྱང་ས་ཁུལ་དང་མ་དོད་དུས་མཐོ་སྤྱོད་ལ་མ་གཏོགས་མེད་པས་ན། འདབ་ཆགས་ད་ ཀོན་པོའི་གས་སུ་རྒྱུད་པ་ཡིན། དེ་ཡོད་གནས་བབ། སྦྱིར་མ་དོད་དུས་མཐོ་སྤྱོད་ལ་མ་ཆོན་ན་བྱ་རོག་ཤིན་དུ་ཡང་མང་མོད། འོན་ཀྱང་ཉི་མའི་ལོ་བཅུ་ཕྱག་འགའི་རིང་ལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་དུག་འཕགས་ཏེ་ལ་བྱ་བས་ད་པ་དང་། བྱ་རོག་གིས་དེམ་ཤེས་པར་ལ་བྱ་སོགས་ཀྱི་ཤི་ཤ་ཟོས་ཏེ་འཆི་ལམ་བསྐྱེགས་པའི་དབང་གིས་ས་ཆ་ལ་ལ་རུ་བྱ་རོག་གཅིག་ཀྱང་མ་ཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་གྲུ་འདུག། ༥

སྒྲིལ་ཞ་གསུམ་གྱིས་རག་ཤུལ་སྒྲུལ་བའི་རག་རྒྱུ་གཏམ་རྒྱུ།

མཁམ་ཀར་ཐར།

སྒྲིལ་ཅོད་པ་དང་ཏིས་ཆ་སྒྲེམ་པ་ཞ་ཡུ་རྟོགས་ལྡན་གསུམ་གྱིས་རག་ཤུལ་ཨ་ཀེ་ཐེ་མཐུ་གཏད་གྱིས་སྒྲུལ་བའི་རག་རྒྱུ་གཏམ་རྒྱུ་འདིན། སྤྱིར་དཀོན་པ་ཡུལ་རེ་སྒྲིལ་དགོན་གྱི་ཉེ་སྤྱོད་རག་རྒྱུ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཉུང་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོན་གཅིག་རེ། རེ་སྒྲིལ་སྒྲོང་གཅུད་འདི་ནི་ནང་ཆོན་ཆོས་རྒྱལ་ཆོན་པོ་འདི་ཆབ་འབངས་སུ་གཏོགས་པ་ཞིག་རེད་ལ། ནང་ཆོན་རྒྱལ་པོ་འདི་ཕྱིས་གྱི་རྒྱལ་ས་ནང་ཆོན་སྤར་ནས། རུབ་ཕྱོགས་སུ་ལེ་བར་བདུན་བཅུ་ཙམ་བགོད་པའི་ས་ན་ཆགས་ཡོད། དཀོན་རྒྱུ་རབས་དག་གིས་ཆོས་སློང་བྲངས་མང་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ནང་ཆོན་རྒྱལ་པོ་རེད་ལ། ཁོ་ཆོས་ཟེར་ན་དཀོན་རྟོན་ནང་ཆོན་བྲངས་པ་དག་གིས་ཆོས་སློང་བྲངས་མང་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ནང་ཆོན་རྒྱལ་པོ་རེད་ལ། ཁོ་ཆོས་ཟེར་ན་དཀོན་རྟོན་ནང་ཆོན་བྲངས་པ་དག་གིས་ཆོས་སློང་བྲངས་མང་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ནང་ཆོན་རྒྱལ་པོ་རེད་ལ། ནང་ཆོན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ནང་སྒྲོན་བེ་རུ་ཁག་བཞི་དང་། ཕྱི་སྒྲོན་རལ་པ་རྒྱ་བདུན། མདུན་སྒྲོན་ཤེལ་སྒྲོན་གཉིས་འགྲོས། བེ་རྒྱུད་ཉི་ཤུ་ཙམ་སྒྲོན་གསུམ་གྱིས་སྒྲོན་ནས་ཕྱི་དབྱེ་འགྲོག་ཅིང་ནང་སོ་སྤྱད་རབས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། དེ་དུང་སྒྲིལ་ཡི་མཆོད་གནས་དབུ་སྒྲིལ་ཁག་བཞི་དང་། དགོན་ཆང་ཁག་བཞི། ཡང་དགོན་ནང་ཆོན་རྒྱལ་པོ་འདི་སྒྲིལ་ཡི་མཆོད་གནས་དང་སྤྱི་ལྷན་གསེལ་མཁན། རེ་སྒྲིལ་མཆོ་རྟོན་ཆང་གི་སྒྲིལ་གཅོད་པ་གཏུང་རབས་རིམ་བྱོན་ཡོད་རབས་དང་། སྒྲིལ་གཅོད་པ་དག་འཆོས་ལ་སྒྲོང་སའི་འཆོས་ལང་མང་པོ་སྒྲོན་རྒྱུ་ཡོད་ལ། འཆོས་ལ་སྒྲོང་སྤྱོད་སྤྱོད་མེ་མ་ཡིན་གྱིས་རྟོན་ཉུལ་བའམ་ལྷ་འདྲེ་འདྲེ་སྤྱོད་སྤྱོད་རབས་པོ་འཆོར་བ་མང་པོ་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། སྤྱིར་དཀོན་པ་ཆར་ཡོད་པའི་དུད་ཆང་དང་ཁྱིམ་རྒྱུད་རྟོན་བེ་དག་ལ་སྤྱོད་པོ་མ་ཞེས་འབོད་སྒྲོལ་འདུག ཁོ་ཆོས་རེད་ཆང་སྤྱོད་པོ་མ་ཡིན་ཟེར་ཆད་རྒྱུད་ཐང་འབྲོང་པའི་སྤྱོད་པོ་མ་རབས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། རྒྱུད་ཐང་འབྲོང་པ་ཆང་ལ་སྤྱོད་པོ་མ་གཟུང་ལྷ་གཡང་ཟེར་བ་ཞིག་གནའ་མར་བསུས་རྒྱེས། དེ་ལ་བྱ་ཞིག་སྒྱེས་པ་དེ་སྤྱོད་པོ་མ་གཟུང་མས་འབྲུམ་ནད་ལས་ཐར་བའི་ཆེད། འབྲུམ་ནད་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡག་པོ་མ་བྱུང་ནས་གྲོང་རབས་དང་། དེ་ནས་རྒྱུད་ཐང་འབྲོང་པའི་མི་རྒྱུད་ཆད་རབས། ཕྱིས་སུ་ནང་ཆོན་བཅུ་མོ་འདི་ཐད་སྤྱོད་སྤྱོད་འབངས་མི་ཡིན་རབས་སོགས་ཀྱང་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། གང་ལྟར་དཀོན་རེ་སྒྲིལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོད་དཀར་འབེལ་གྱི་མཐའ་སྒྲོང་དང་། སྤྱི་ཀྱང་དམ་སྤྱི་རྒྱུད་ལ་གྱིས་རུབ་ནས་ཤར་དུ་འབབ་པའི་འབྲུམ་རོགས་ན་གནས་ཡོད་ཅིང་། དཀོན་པོ་ཤར་ཕྱོགས་ནི་སྤྱི་ཆང་སར་གྲ་ནང་དང་ས་འདྲེས་ནས་ཡོད་ལ། ཆང་སར་གྲ་ནང་ཟེར་དུས། ཆང་སར་སྤྱོད་པོ་མ་ལ་སྤྱོད་པོ་མ་རུ་གང་ལ་དཔོན་གཙོ་མ་གང་ཡོད་ཟེར་སྒྲོལ་འདུག་ཅིང་། ཆང་སར་དཔོན་མང་མ་ཡང་ཟེར་

ཞིང་གཙོ་བོ་སྟོང་ནས་སྤྱི་ཉིན་དཔོན་ཚང་དང་། སྤྱད་ནས་མཁར་བོ་ཆེ་དཔོན་ཚང་སོགས་ཀྱིས་བཟུང་ཡོད་ལ། རང་འབྲུག་གས་
བྱུང་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་མང་པོ་ཡོད། རྫོང་ཐང་འབྲོང་པའི་སྤྱེ་རོམ་དང་ཚངས་རྒྱུ་རོམ་ཟེར་བའང་སྤྱེ་རོམ་སྤྱུག་ཟེར་
བ་ལྟ་བུའི་དཀྱིལ་དང་མེ་འཚང་མིང་ཞིག་མ་ཡིན་པར། དཔོན་མགོ་པན་ཚུན་བར་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་གིས་དབྱུག་གྱུང་
ནས་འབངས་མི་པན་ཚུན་འཕྲོག་རེས་དང་སྤྱིན་རེས་བྱེད་སྐབས། སྤྱར་ཡོད་གཞིར་གནས་ཀྱི་འབངས་སྤྱེ་འཚང་གི་ནང་ནས་
འབངས་མིའི་བྱིས་འཕྲོགས་འཕྲོ་འཕྱིན་འཕྲོ་རོམ་དག་ལ་འབོད་བདེ་བྱེད་ནས་སྤྱེ་རོམ་ཟེར་བ་ཡིན་ཆོད་འདུག རྫོང་ནས་
འབྲོང་བ་སྤྱད་མའི་འོག་སྤྱེ་ཀ་ཐང་དང་ས་འབྲེས་རེད། རྩལ་ཕྱོགས་ནས་ཨ་འབོང་དམ་ཨ་འབྲོང་རྒྱུད་ཐང་དང་ས་འབྲེས་རེད།
བྱང་ནས་འབྲོང་སར་སྤྱེ་ནི་ལེ་ཆ་ལ་སོགས་ལ་ས་འབྲེས་ཡིན་པ་རེད། གང་ལྟར་ཕྱོགས་ཀྱན་ནས་འབྲོང་པས་སྒྲོར་ནས་ཡོད་
ཀྱང་། ཕྱི་དུས་ཤིག་ལ་སྤྱོམ་པ་བེ་རྩེ་ཆང་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ས་ཕྱོགས་འདིན་སྤངས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་རབས་རེད། དེ་འང་
སྤྱ་རུག་བེ་རྩེ་དང་ཨ་འབོང་དམ་འབྲོང་པ་སྤྱེ་ཆེན་བེ་རྩེ་བར་ནང་འབྲུག་བྱུང་བ་སྟེ། ཨ་འབྲོང་ཟེར་བ་ནི་སྤྱ་པ་ཆེན་གྱི་
དངོས་སྤྱོད་འབྲོང་སྤྱན་ཞེས་མིང་དུ་གྲགས་པའི་གསེ་རིག་ཆད་མཁས་པ། འབྲོང་པ་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་གང་དུ་འབྱུངས་
སའི་བྱིས་རྒྱུད། ད་ལྟ་ཡོངས་གྲགས་སྤྱེ་ཆེན་བེ་རྩེ་ཆང་ལྟ་བུའི་བྱིས་ཆང་འདི་ཡི་བྱིས་རྒྱུད་གོང་མ་ཡིན་རབས་
རེད། འདི་བེ་ཆང་སྤྱན་དུས་སྤྱ་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ནང་སྤྱོད་བེ་རྩེ་ལག་བཞིན་ནང་ཆེན་གཅིག་ཡིན་རབས་བཤད་རྒྱུ་འདུག
དེ་དུས་སྤྱེ་ཆེན་དཔོན་ཚང་ཡང་པ་དགོན་སྟོང་ནས་སྤྱེ་ཆེན་དགོན་པ་དང་མཉམ་དུ་བསམ་གྱི་ཉི་ཟླ་ཐང་ལ་གཞུགས་སྐར་ཡོད་
སྐད་ལ། ཀམ་པ་ཆོས་དབྱིངས་རྩི་རྩེ་ཕྱོགས་འདིར་གདན་དྲང་ཞིང་དགོ་རྒྱལ་ཀམ་གཡུལ་རྒྱལ་ཡང་དེར་ཡོང་ནས་འཇུག་
ལ་ཞུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲོང་པ་སྤྱེ་ཆེན་བེ་རྩེ་དང་བསམ་གྱི་སྤྱ་རུག་བེ་རྩེ་བར་དུ་འབྲུག་པ་ཤོར་
རབས་ཀྱི་དག་རྒྱུན་རིང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ལ། སྐབས་དེར་བསམ་གྱི་ཉི་ཟླ་ཐང་ནས་མི་སྤྱ་འབྲུ་ཡིན་རུང་རྩ་ཞོན་ནས་
འགྲོ་སྤྱོད་མེད་པར་གུས་ལུགས་ཤེས་པས་འགྲོ་དགོས་པ་ལ། ཨ་འབྲུང་དཔོན་ཀླན་ནད་ཀྱིས་མལ་སར་སྤྱང་བ་དང་རྩུན་
ནས་སྤྱ་རུག་བེ་རྩེ་མ་གུས་པའི་རྣམ་འབྱུང་བསྟན་ཉེ་རྩ་ཞོན་ནས་སོང་བ་མཐོང་དུས། ཨ་འབྲུང་གིས་མ་བཟོད་པར་མདའ་
གཞུ་ཐོགས་ནས་ཤོར་དུས་ནད་ཀྱིས་གནལ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་སྤྱ་རུག་ཨ་དབང་གི་རྩ་མདས་སོད་པ་ལས་མི་ཤོར་བའི་
གཏམ་རྒྱུད་འདིས། ཨ་འབྲུང་དཔོན་གྱིས་དེ་ཅུམ་གྱི་རྣམ་འབྱུང་ཡང་མཐོང་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱིས། ཨ་འབྲུང་
ཞེས་པའི་གཅེས་མིང་གིས་འབོད་ཡུལ་གྱི་འབྲོང་པ་དཔོན་དེའི་སྟོབས་འབྱོར་མང་འཐང་དང་། རྫོང་ནས་སྤྱེ་ཆེན་དགོན་པ་
འབངས་རོམ་བཀའ་རྒྱུད་ནས་ཀམ་ཆང་བཀའ་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོགས་འཚམས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གོ་བ་

ནམ་ལངས་པ་འདྲ་བོ་མང་པོ་ཞིག་ལོན་ཐུབ། མཐར་ཐུག་དཔོན་ཨ་དབང་ཟེར་བ་དེ་པ་ཡི་ཁ་ཆེས་བཞིན་འབྲང་པའི་
བུ་ལུག་རྩི་དམར་འབེལ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་མཆོན་ལོག་ཏུ་སོང་བ་དང་། སུ་རུག་གི་རྩི་རྒྱུ་མ་དང་སྒོན་པོས་དུ་སྒྲུག་པར་
དུ་གཟུང་ནས། ཆིང་སྲིད་གཞུང་ས་སྐབས་ཀྱི་མ་རྒྱུ་ཆོང་ལ་གྱུད་གཏུག་རབས། མཐར་འབྲང་བ་ཆོང་ལ་གྱུད་ཆད་པོག་ནས།
འབྲང་བ་ཆོང་གི་ལུག་རྩི་དམར་འབེལ་མ་ཟེར་བ་ཏྲ་ལ་རྒྱུན་པ་དང་། འབྲང་བ་སྐྱ་ཆེན་གི་རྩི་ལྷན་སྒོན་ཆེ་བཞིན་གྲས་ཀྱི་གོ་
ས་དང་འབངས་མི་པར་ཆེར་དང་བཞུགས་སྐར་བསམ་ཉི་ལྷེ་ཐང་བཅས་སྤང་ཤིང་། འཕྲོ་ལུས་ཀྱི་འོག་སྤྲེ་ཕུང་ཤས་དང་བེ་རྒྱུ་
གི་གོ་གནས་བཅས་བཞག་ནས་འབྱམས་བྱོན་ཐང་དུ་བཞུགས་སྐར་ཆགས་སུ་བཅུག་པ་ཡིན་འདུག གོང་ཞུས་ཀྱི་གོ་ས་
དང་འབངས་མི་པར་ཆེར་བ་དེ་བཞིན་རྩི་སྤྲེ་རོ་མའི་ས་ཆ་ཁ་ཤས་བཅས་ལ་བདག་བྱེད་མ་ལན་དུ། རྩ་རྒྱུད་སྤྲེ་ལྷན་ལ་དཔ་
ནས་ཡིན་པའི་བྱིས་ཆོང་ཞིག་བཀོད་སྒྲིགས་བྱས་ཡོད་འདུག དེ་ལ་ཀྱུན་གྱིས་མིང་འབོད་བདེ་བྱེད་ནས་སྤྲེ་ལ་ཆོང་ཟེར་ནས་
འབོད་སྤྲེ་ལ་ཡོད་ལ། བྱིས་སུ་སྤྲེ་ལ་ཞེས་པ་འདི་སེང་ཨ་དོམ་ཞེས་པའི་མིང་ཟུར་ཆགས་ཡིན་པ་དང་། སྤྲེ་ལ་ཨ་དོམ་རྒྱུད་
པ་ཡིན་རབས་ཀྱི་སྤྲེ་རྒྱུ་བ་སྤྲེ་གི་འཆོ་བའི་བཤད་སྤྲེ་ལ་ཡང་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་སྤྲེ་ལ་ཞང་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་ཞེས་
པ་ཞིག་གི་ཆབ་ཁོངས་སུ་ཡོད་དོན་ཡང་དེས་ཡིན། དེ་གི་བཤད་གཞི་དོས་སྤྲེ་ཏིས་ཞག་སུམ་གྱིས་རག་ཤུལ་གི་རྩི་མཐུས་
སྤྲེ་ལ་བའི་རག་རྒྱུན་དོས་ལ་འདུག་པར་བྱ་བ་ལ། ལོ་ཆོག་དང་དུས་ཆོད་གསལ་ལ་བོ་བཤད་རྒྱུ་མེད་ན་ཡང་། ཆོད་དཔག་
བྱས་ན་བོད་ཀྱི་གཞུང་ས་དག་འཕྲན་པོ་བྲང་ཚུགས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལ་ཉེ་བའི་དུས་སྐབས་ཙམ་དང་། རྒྱ་ནག་གི་མང་རྒྱུ་
གོང་མ་གཡུང་གིང་དང་ཆན་ལུང་པ་བུའི་སྐབས་ཙམ་ཡིན་ཆོད་ལ། དེ་སྐབས་ཞིག་ལ་དཔོན་མགོ་ཉི་ཤུ་ཙུའི་མངའ་འབངས་
ལ་བརྒྱ་དཔོན་ཉི་ཤུ་ཙུ་ 百户长 པར་སྐད་དུ་བེ་རྒྱུ་ཉེར་ལྷེ་ཟེར་བ་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བའི་སྤྲོད་དཔོན་ནང་
ཆེན་རྒྱལ་པོ་ 千户长 ལ་སྐད་དུ་ནང་ཆེན་ཆིང་རྩི་ཟེར་བའི་བཀའ་རྒྱ་ཞིག་བསྒྲགས་ཡོད་ཆོད་ལ། ཡིན་ཡང་མཐར་ཡི་བརྒྱ་
དཔོན་མི་ཕུང་བ་ཞིག་གིས་སྤྲོད་དཔོན་གྱི་བཀའ་རིམ་ཞིན་ཁས་ལེན་འདོད་མེད་པ་ཡིན་འདུག་པ་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་སྤྲོད་
དཔོན་དང་བརྒྱ་དཔོན་གྱི་སྤྲོད་པས་ཤུགས་ཀྱང་པར་ཆེར་འདྲེ་མཉམ་ཡིན་པ་དང་། འབྲིམས་འབྲུལ་ལྷུ་བས་མི་བདེ་བ་སོགས་
ཀྱིས་དབྱུས་གཞུང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱོད་ཀྱི་ཕྱོད་པོ་སྤྲེ་ལ་ཞང་མི་ཐུབ་པ། དེ་བཞིན་དབྱུས་གཞུང་ལ་ཁྲལ་དང་ལྷུ་ལག་འབྲུལ་བ་
སོགས་ཀྱི་རོ་སྤྲེ་ཡང་དཔོན་མགོ་རང་རང་གིས་ཐོབ་འདོད་བྱེད་པ་དང་། བྱས་པ་ནང་བཞིན་དཔོན་མགོ་སོ་སོའི་ཀྱང་ཆོ་ལོ་
མི་འདྲ་བ་ཡང་ཐོབ་བཞིན་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐབས་སུ་བབ་པ་རག་ཤུལ་དཔོན་ལ་ཨ་ཀེ་ཐི་ཐི་ཟེར་བ་ཡང་ལྷུས་ཆོད་ལ་
འཆོང་མིང་ཞིག་དང་འདྲ་ན་འདྲ། དོན་དོས་སུ་གོང་ནས་སུ་ལ་བའི་ཐོབ་མིང་གཅིག་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས། དཔོན་

སྒོ་ན་བར་མ་དཔོན་འབང་བར་ན་ནང་འབྲུག་མང་པོ་འབྱུང་བ་ཞིན་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ནང་ཆེན་དང་དགེ་རྒྱལ་བར་གྱི་གཡུ་ལ་
འབྱེད་དང་། ནང་ཆེན་དང་རྒྱལ་བར་གྱི་བཀའ་རྒྱུག་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་གསུམ་པོ་དེ་མེད་པའི་མ་ཉམས་
ཐུག་པ་དང་ཕྱེ་ལག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཆོས་ལས་གཞན་པའི་འབང་མི་སེར་གྱི་བདེ་སྤྱོད་དང་། གཏན་སྤྱིང་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
འགྲོ་བར་ཐུགས་ཁུར་དང་བརྒྱབ་བསྐྱོར་དེ་ཆོས་གནད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། དེར་རྟེན་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་འདོད་
པ་ལ་དབྱུས་གཞུང་ནས་བཀའ་པའི་བཀའ་རྒྱུ་ཇི་བཞིན་བཀའ་ལུང་གུས་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་རེ་འདོད་ཇི་བཞིན་མི་འབྲུབ་
སྐབས། ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ཐབས་སྒྲུ་ཆོག་པ་བསྐྱེད་ནས་མངོན་འདོད་འབྲུབ་ཐབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ནང་ནས།
སྐབས་སུ་བབ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀུན་གྱི་ཐོ་མེས་དྲག་པོ་མངོན་སྲོད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་ནང་ཆོན་མཐུ་གཏད་ཀྱིས་སྐྱེལ་དགོས་པ་སྐབས་
སུ་བབ་པའི་ཆོ། ཅུ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་བཞིན་བྱུང་བ་ཡིན་འདུག་པས། ཐོག་མར་སྤྱོད་པའི་སྐྱོར་ནས་ཞུས་ན། སྤྱོད་
གཅོད་པའི་གཏོང་བསམ་མི་བྱོན་དག་དང་པོ་གང་ནས་ཇི་ལྟར་བྱོན་པ་ཡིན་པའི་སྐྱོར་གསལ་པོ་མི་ཤེས་མོད། ནང་ཆེན་
ལུང་པའི་ནང་ལོ་རྒྱས་ཕྱུང་རིང་ཤོས་ཡིན་པ་ནི་སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ཆོས་ན། སྤྱོད་པ་སྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་ཀུན་
དག་འཕྱིང་པའི་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ་ཟེར་བ་ཞིག་ལྟ་བུ་ཡི་རེ་ཆོས་མཐོ་ལ་འཆོས་སྤྱོད་ཉམས་ལེན་གནད་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་
ཡོད་ལ། ལོ་རྒྱས་ཀྱི་དཔེ་དྲག་སུ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་བས་དུས་ཞིག་གཟུངས་གཞུགས་སུ་བཞུགས་པར་གྲགས་པའི་
ས་ཆེན་གདུང་འབུམ་ཞུ་བའི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་དེ་ལྟར་དཔེ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་ཟད་པོ་ནད་ཅན་གྱིས་སྐྱོར་བ་
བྱས་ན་ནད་ལས་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ་ཟེར་གསུམ་པོ་བཞུགས་། བྱིན་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོན་ལ་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་དང་ས་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་
གདུང་འབུམ་གཉིས་ཀ་བཞུགས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་སྤྱོད་ཆོས་ནས། འགྲོ་མགོན་པོ་མཆོ་
གྲུ་བའི་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དུ་གྲགས་པའི་ནང་ཆོན་ཡེལ་པ་ཡི་ཤེས་རྟེན་གསུམ་པ་འདི་ཕྱོགས་སུ་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་
ནས། ང་ཆོ་རེ་སྤྱོད་པ་ཤར་སྤྱོད་པ་ལས་གཅིག་གི་བྱིན་པའི་ས་ན་བྱང་རྩ་རྩ་དགོན་པ་ཐུག་འདེབས་གནད་ཡོད་ལ། སྐབས་
དེར་ཡེ་ཤེས་རྟེན་གསུམ་པའི་དཔེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་པ་ལས་ཞུ་བ་ཞིག་ཡོད་རབས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལས།
སྤྱོད་པ་གཏོང་རིགས་ལས་འབྱུངས་པ་ལོ་རྒྱས་ཡིག་ཆར་འཁོད་པ་ཐོས་རྒྱུ་བདག་གིས་མ་ཐོང་ལས་དུ་མ་གྱུར་པ་འཕམ་དེ་ལྟ་
བུ་ལས་ན་མི་འདུག གང་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་པ་གདུང་རབས་མི་བྱོན་གང་དུ་བཞུགས་པའི་གནས་ནི། ས་ཡི་དགེ་བཅུ་མ་
ཆོང་བ་མེད་པའི་གནས་མཆོག་ཉམས་དགའ་བ། རྒྱུ་བ་རི་རྒྱལ་ཕྱོད་གྱིས་མི་ཐུག་གིས་རྒྱུ་འབྲུལ་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་རི་ཕྱོད་པོ་
དགོང་ལ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་རྒྱ་དུ་རྩལ་སྤྱོད་པའི་ཤར་སྤྱོད་ཀྱི་རི་མཐའ་ན་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། མདུན་ཐད་ནས་རྒྱ་ཐོན་

མི་ཚུངས་ཞིག་ལྟར་ལྟར་གི་སྒྲོན་དང་བཅས་མདུན་དུ་ཚུར་ལ་གཞུང་བ་དང་། གཡོན་སྒྲོགས་ནས་ཨ་དགའི་གཞུང་ཚུ་དལ་
གྱིས་མདུན་གྱི་གཞུང་ཚུ་དང་འདྲེས་ནས་གཡས་སྒྲོགས་སུ་འབབ་པ་དེར། སྒྲར་གྱི་དུས་སུ་མདུན་རོས་གྱི་གཞུང་ལ་དེར་
མཆོ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱེད་ཡོད་རབས་ལ། དེར་རྟེན་མིང་ལ་ཡང་མཆོ་རྩེད་གཞུང་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་འདུག འདིར་དབྱར་
གྱི་དུས་སུ་སྒྲར་སྒྲོངས་ཡིད་དུ་འོང་བ་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་བྱས་པ་འདྲ་བ་ལ། མེ་རྟོག་དཀར་དམར་སྒྲོལ་གསུལ་གྱིས་རིན་པོ་ཆེའི་
སྒྲོལ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའི་མཛེས་སྤྱད་རབ་དུ་ལྷན་ཅིང་། གནས་འདི་རྒྱུད་ནས་འགྲོ་མཁན་གྱི་སྒྲུ་འགྲོན་མང་པོ་ཞིག་གིས་
སེམས་པ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་ནས། རང་གི་བྱ་ཆ་དག་ལ་ར་ཆོ་ཡི་འཕེན་པ་རྒྱུགས་ཆོ་གནས་འདི་ནས་དུར་ས་ཞིག་ཆེད་
ཐབས་བྱེད་རྒྱུ་མ་རྒྱུན་དོན་གསུམ་ཟེར་ནས། ལ་ཆེམས་བཞག་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་མང་པོ་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་སོགས། མདོར་
ན་བོད་གནའ་མའི་ཁ་དཔེ་ལ། ས་དག་འཕོ་ལ་གསོན་པོའི་སེམས་ཤོར་ས། ཤི་བོ་སྒྲ་འབྲམས་ས་ཞིག་དེད་ཟེར་བ་ནང་
བཞིན་གྱི་ཡུལ་སྒྲོངས་ཀྱི་བཀོད་པ་ལྟན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་དེར་ཆགས་ཡོད་ལ། བྱིས་ཆང་དེར་མོར་ལོངས་སྒྲོད་ལྟ་དང་
མཉམ་ཞིང་སྤྱད་པེ་ལྟ་འཕེར་ཁ་དར་བ། དེ་བཞིན་ཁ་རྒྱུད་དབང་ཐང་འཛོལ་པ་སོགས། ཀྱན་གྱིས་དུད་ཡར་འགྲོ་ལ་མཆོ་
རོང་སྒྲ་ཆང་འདྲ་བོ་ཟེར་ནས་ཡིད་སྒྲོན་བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་སྒྲ་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་ནི་དགེ་ལ་དག་འཁོང་
ཆོས་ལ་འདུན་པ། སྒྲོ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་གཏད་ཅིང་། རྟེན་ནས་རྩ་རྩུབ་བྱེད་པའི་སིལ་སྒྲོ་མི་གཅོད་མཁན། ལྷག་
པར་དུ་དམ་ཆོས་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་ཞི་བྱེད་རྒྱུ་བཞིན་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ནས་རྩོད་རྟགས་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་ཤ་རྟགས་ཡིན་པས།
ཀྱན་གྱིས་སྒྲ་གཅོད་པ་ཞེས་ཆེད་ལས་ཀྱི་མིང་ནས་འབོད་བཞིན་ཡོད་པ་ལས་མཆོན་དོས་ནས་འབོད་མཁན་ཆེར་མེད།
སྒྲ་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་དག་འཆོམས་སྒྲུབ་ཉམས་ལེན་གནང་རྒྱུའི་ཕྱག་སྲོལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མཆོ་རོང་ལ་
ནས་མར་ཅོམ་བྱིན་པའི་ས་ར་བུག་ཨ་ཡུ་མའི་ཤར་རོས་སུ་རྩ་རྩུབ་ཕྱག་པེ་འཆོམས་སྤྱད་ཞིག་ཡོད། དེར་སྒྲ་ཆང་གི་
གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་དག་འཆོམས་ལ་བཞུགས་སྲོལ་ཡོད་པ་ལས། སྒྲ་ཐུབ་རིན་ལྷོ་བ་ཞིག་ལ་མི་མ་ཡིན་གྱིས་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་
ཆོགས་བྱུང་རབས་ཡོད་པའི་ནང་། སྒྲ་ཐུབ་རིན་ཉིན་རྒྱུན་བཞིན་སྤྱད་པ་དམ་ལ་བཙོན་བཞིན་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྒྲ་བས་ཤིག་
ན། སྤོང་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་འཆོམས་སྤྱད་པས་སྒྲེལ་དུ་ཡོད་ནས་སྒྲོ་ཁར་སྒྲེབས་མ་ཐག སྒྲ་དེ་ཆེན་པོས་སྤྱབ་རིན་ཟེར་ནས་
བོས་པའི་ཆོ། ཐུབ་རིན་དངས་སྒྲ་ག་དང་བཅས་སྤྱད་པ་དམ་ལས་སྒྲ་དང་བཅིང་རྒྱུན་བྱས་ནས། དེ་ནས་གཞུང་ཉིན་ལྟར་དེའི་ཆོད་
ཅོམ་དུ། ཐུབ་རིན་ཞེས་པའི་སྒྲ་དེ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གྲགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཡང་སྤྱད་པ་དམ་ལ་བཞུགས་
སྒྲ་བས་འཆོམས་ཁང་དང་ཐག་ཉིས་ཞིག་ནས། འཆོམས་གཡོག་ཞིག་གིས་ཤིང་བདུ་བའི་སྒྲ་ས་མངས་སྒྲ་ག་དང་བཅས་

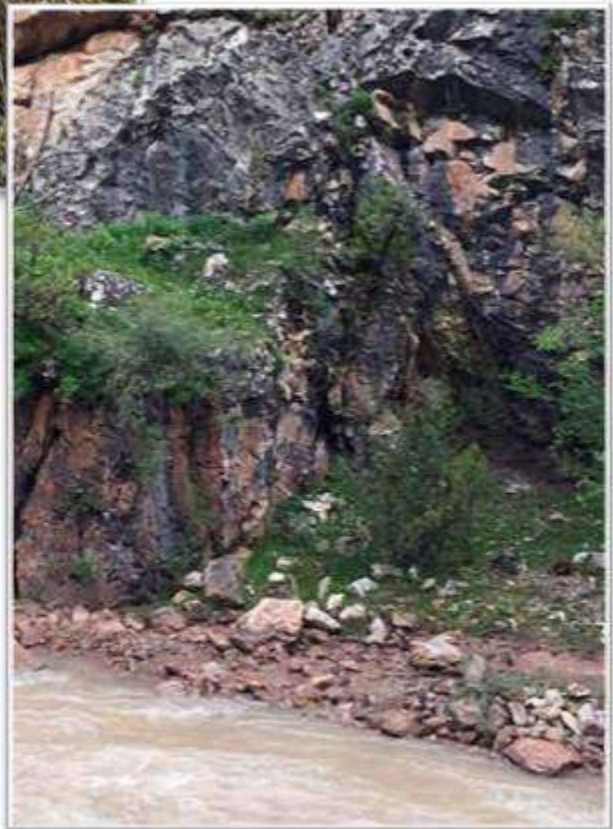
ཐུགས་དམ་ལས་སྤང་བའི་རྒྱུན་གྱིས། དེ་ནས་གཟུང་སྒྲུ་དེ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གྲགས་པས་འཆོམས་ཐུག་གི་མིང་ལ་འང་
རྩུང་ཐུག་པ་འམ་ཤུག་པ་རྩུང་ཞེས་སུ་གྲགས་པར་བྱུང་། དེ་ནས་མར་ཅོམ་ཕྱིན་པའི་ར་ཐུག་གི་ཤར་སྒྲེའི་མཆོམས་ཐུག་
རི་རྩུང་དང་འཐབས་པའི་ས་ཆ་སྒྱི་གཡལ་འབའི་གནས་ཞིག་ཏུ། རི་ཁྲོད་འཆོམས་ཁང་ཟེར་བའི་ལོག་གཉིས་ཐུག་དང་ལོག་
གཉིས་རྩིག་པ་ཡོད་པའི་འཆོམས་ཁང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་འང་། སྒྲ་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་གྱི་འཆོམས་ཐུག་ཡིན། འདིར་སྒྲ་གཅོད་
པ་ཞིག་འཆོམས་ལ་བཞུགས་བཞིན་པའི་དགོང་མོ་ཞིག་ལ་དགོང་གཅོད་གསུང་བཞིན་ཡོད་པའི་ཆོ། མི་མ་ཡིན་པ་འཛིགས་
སུ་རུང་བ་རལ་པ་འཛིང་བ་ལུས་སྒྲེ་ལ་གྱོང་བ་སེན་མོ་རིང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་སྒྲོ་བྱར་དུ་ནད་དུ་འཛུལ་གཅོད་པའི་མདུན་གྱི་བྱང་
ཐད་དུ་ཐབ་ཀ་ཡོད་པ་དང་དེའི་འཁྲིས་སུ་ཐལ་དུང་དུ་མེ་གསོས་ནས་ཡོད་པ་དེ་སྒྲར་མོས་སྒྲོག་ནས་མེ་འདེབ་ཞིན་སྒྲ་དཔོང་
བ་མཐོང་། གཅོད་པས་འཁྲལ་སྒྲུང་དོས་མ་ཟེན་པར་ཕྱི་རོལ་དུ་བཟུང་ནས་རྩྭ་རྩྭ་པཌ་པཌ་གསུང་བཞིན་ཐུག་གི་ཏ་མ་རུ་དང་
དེའི་བྱུ་མོགས་གཡུག་ཀྱང་ཉམ་ངཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད། ད་དུང་ཚུལ་ལ་རྩིག་ཉམས་སྒྲོན་པ་མཐོང་བས་གཅོད་པ་ཞེད་
ཐག་ཆོད་ནས་བྲོས་ཕྱིན་པ་དང་། དེ་ཡི་ཕྱི་ཉིན་གོགས་གཞན་དང་བཅས་སྒྲར་འཁོར་བ་ན་ཏ་དེའི་གོ་དུང་དུ་སྒྲོང་བ་ལས་མེ་
གསོས་པ་འང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་མཐོང་བས། ཐམས་ཅད་འཁྲལ་སྒྲུང་དུ་རོ་འཕྲོད་པ་བྱུང་བ་སོགས་སྒྲ་འབྲེའི་སྒྲོང་ས་
བྱུང་རབས་མང་པོ་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། སྒྲ་གཅོད་པ་དག་ཕྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲས་པའི་གཏུལ་ཞུགས་འཆང་བ་ལ་དགྲེས་ཤིང་དམན་
པའི་ས་བཟུང་བ་དག་འམ་འན་ཤ་རྟགས་ཡིན་པས་ཉེ་འཁོར་གྱི་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་མིག་དང་ལྡན་པ་ལག་གཅིག་
གིས་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱུད་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཅོམ་མི་ཆེ་མོད། འོན་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་རྩིས། དམ་པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲས་
བྱུར་ཀྱང་། འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལ་བྱབ་པར་གསལ། ལྷ་མའི་མེ་རྟོག་ལེགས་བཀའ་ཀྱང་། རི་ཞིམ་ཀུན་དུ་བྱབ་པར་འབྱུང་། འ
ཞེས་གསུང་བ་བཞིན་ཁམས་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་མཆོ་རྩིས་སྒྲ་ཆོད་གི་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་དག་གི་མཛད་སྒྱུད་དང་མཆོན་
སྒྲན་གསན་ནས། ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་སྒྲ་ཡི་མཆོད་གནས་སུ་གདན་དྲངས་ཞིང་སྤུ་གསོ་བྱ་བཅུག་པ་དང་། ལྷ་མཆོད་འབྲེ་
འདུལ་མོ་རྩིས་རིམ་འགོ་སྒྲ་འགྲུགས་གཡལ་འགྲུགས་སོགས་ཅི་དགོས་ཞུ་བ་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་བསྐྱན་མའི་གཅོ་མོ་
དབ་ཀྱི་རྩོམ་གཡུ་སྒྲོན་ལ་གསོལ་མཆོད་ན་རམ་ར་བུས་ནས། འཛིག་རྟེན་ཀུན་དུ་ཆར་རྒྱུས་སུ་འབབས་པ་དང་ལོ་ཐུག་
རྟག་ཏུ་ལེགས་པའི་སྤོན་གཅོལ་རྒྱན་དུ་ཞུ་དགོས་པ་མ་ཟད། ལོ་རེའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་གསལ་སྐབས་རྩོམ་འི་
མདུན་ལུང་ནང་དུ་ཕྱིན་ནས། གསལ་མཆོད་རྒྱས་པར་ཐུལ་ཏེ་གསལ་མཁར་གསོ་བ་དང་རིབ་སྟོན་རི་ཁྲོས་བྱ་བ་སོགས།
བྱེད་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཐུག་ལས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གནང་མཁན་དུ་ཆེད་བསྐྱོས་མཛད་ཡོད་པ་རེད་འདུག སྒྲ་གཅོད་པ་དང་ནང་

ཆེན་ཀླུ་པོ་འཛིན་མཆོད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་འཛམ་ས་དེ་ཙམ་བྱས་ནས། ཡང་སྤྱོད་གཅོད་པའི་མཐུ་སྤྱོད་པའི་གྲོགས་པོ་
གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་ནས་ཞུ་ན། ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པ་ཞུ་བའི་ཁྱིམ་ས་རྒྱ་དང་གང་དུ་གནས་པའི་པ་ས་
མ་འཆོར་ནི་ས་དག་འཕོ་དགུ་ཏིས་ས་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ནང་ཆོན། དགུ་ཁྱུང་ཁ་ཞེས་འབོད་པའི་ས་ཡི་བཀོད་པ་ལྷན་
སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་ས་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་རི་མཐོ་ལ་གཡང་གཟར་བ་ཕྱེ་མོ་དགོང་ལ་རེག་པ་ཁ་སྒྲོམ་ཕྱོགས་ཅིང་བྱང་
ནས་ལུང་དུ་ཕྱུང་བཤེས་པའི་འབྲིང་ཁྱུག་ན་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། མདུན་རོམ་ན་མར་ཁུའི་ཡོན་ཆབ་གཤམ་འདྲའི་སྤང་
སྤྲོང་ས་ཉམས་དག་འབ་དང་། ཕྱོགས་མང་པོ་ནས་ལམ་དུ་མ་ཞིག་མདུན་དུ་ཚུལ་ལ་ཟུག་ཡོད་པ་སོགས་བཀྲ་ཤིས་པའི་ས་
དཔྱད་སྤྲོན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་ས་དེར་གནས་ཡོད། དེར་ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པའི་མཆོད་ཁང་དམ་མགོན་ཁང་རེད་ཟེར་བ་བཀའ་
ཤིན་དུ་གཉན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར། མི་དགུས་མ་དག་ཉལ་བའི་ཆོ་སྒྲོམ་པའི་དཀོར་བདག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་སྟེ། དགོང་
མོ་མགོ་བྱང་དུ་གཏད་ནས་ཉལ་ཡོད་ན་ཕྱི་ནང་མགོ་སྒྲོམ་ཕྱུག་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་པས་སོགས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། མགོན་ཁང་
དེར་བྱད་མེད་འཇུག་མི་རུང་བ་སོགས་ས་སྐྱའི་དགོན་ཁང་ཀུན་ལ་ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱི་གས་སྒོ་ལ་ཡང་ཡོད་སྟེ། དེད།
ཏིས་ཆའི་སྒྲོམ་པ་རིམ་བྱོན་དག་ཀྱང་མཐུ་ལུས་ཉ་ཅང་ཆེ་བའི་མིང་གྲགས་ཡོད་པ་སྟེ། བཤད་སྒོ་ལ་ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པས་ཆབ་
གང་དུ་བཞེངས་པའི་སར་དུག་སྤུམ་ཐང་ཁོམ་རེ་སྟེ་འོང་པས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་སོགས། འདོར་ན་མཐུ་རན་སྤྱགས་ལ་ཉ་
ཤི་མཁའ་འབྲེལ་ཤིས་པས་ཟེར་ཞིང་། ཀུན་གྱིས་མགོ་དགུ་དགོས་སའི་སྒྲོམ་ཆེན་ལུས་ལྷན་ཤ་རྟགས་འཁྱུངས་པས་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ས་ཞིག་རེད་ལ། དེའང་ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པས་མཐུ་བྱས་པས་དང་གཏད་གནན་པས་གཏོར་མ་གཡུག་པས་
སོགས་བཤད་མི་ཆར་བ་མང་པོ་ལབ་རྒྱུ་ཡོད། ཆོས་ཚུལ་བཞེན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་མཁན་རེ་སྟེ་དགོན་པའི་བན་གྲག་ཏིས་
ཆ་ཆོས་སྒྲོངས་དག་འདུལ་ཞུ་བ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པས་གདའ། །སྤྱོད་གྲོགས་གཞན་པ་དེ་ལ་ཞ་ཡུ་རྟོགས་ལྷན་ཞུ་བ་
ཡིན་སྟེ། འདུག་ལ། ཞ་ཡུ་རྟོགས་ལྷན་དག་གང་དུ་འཁྱུངས་སའི་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་གཞུང་ཆང་གང་དུ་ཆགས་པའི་གནས་
ནི། རྒྱལ་རི་མོ་སྤྱོད་ཕྱེ་ཆོད་ཐང་དཀར་གྱི་གཤོག་གྲུ་ཕྱབ་ཅིང་མགོ་བོ་བྱོན་དུ་འདེགས་པ་འདྲ་བའི་མདུན་རོམ། གཡས་
རིན་གཞོན་ཆེན་བྱ་རྒྱུད་བྱ་སྤྲོན་གཉིས་དག་ལ་ཆས་པ་འདྲ་བ། གཡོན་རིར་ཆ་དཀར་འབེལ་དར་དཀར་དགོང་ལ་ཕྱར་བ་
འདྲ་བོ། མདུན་རི་དོམ་ཉིན་ཟེར་བ་སྟོང་རོམ་ནས་ལྷ་དུས་དོམ་ནག་འབྲིང་འགོས་བྱེད་འདྲ། བྱང་རོམ་ནས་ལྷ་ས་ན་སྤང་པོ་
ཆེན་ར་གཞུང་ཁུར་བ་ཞིག་ཁ་ཤར་དུ་ཕྱོགས་ནས་དལ་གྱིས་རྒྱུ་བ་དང་འདྲ་བ་སོགས། ས་ཡི་བཀོད་པ་དང་དགེ་བཅུ་མ་
ལུས་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་གནས་བྱུང་པར་ཅན། དཔལ་ལྷན་རེ་སྟེ་དགོན་པ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་ས་ན་སྤང་སྤྲོངས་མར་

ཁྱེད་མཚོ་མོ་ལ་བྱིལ་བ་འདྲ་བའི་སར་ཆགས་ཡོད་ལ། བྱིས་རྒྱུད་འདི་ཡང་ས་གནས་འདིར་གཞིར་གནས་ཀྱི་བྱིས་ཚང་
གཙན་སྤྱད་འཕེན་གསུམ་འཛོམས་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག་ལ། དཔོན་ནང་དུ་ཞུ་ཡུའི་གསེར་ཁང་དང་མཛོད་ནག་མ་སོགས་
མིང་དུ་གྲགས་པའི་ཁང་བཟང་དང་། ནང་དུ་ཤོག་ནག་ལ་གསེར་དུལ་གྱིས་བྲིས་པའི་མདོ་མང་པོ་དབར་རྒྱ་སྤྱད་ལ་ཉེ་བ་
ཕྱགས་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཚོན། ཕ་ཆེན་རིགས་གནས་དངོས་རྒྱུ་དང་མིན་པའི་ཆེན་རིགས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡོད་
སྐད་འདུག བྱིས་ཚང་དེ་ལས་ཆད་པའི་ཞུ་ཡུ་རྟོགས་ལྡན་གྱི་ཡབ་ཚང་དངོས་གང་དུ་ཆགས་པའི་གནས་ནི། སྤྱི་ཡི་པག་
ལོ་རི་ཆེན་ཞེས་རིམ་དཔང་མཐོ་ལ་ངོས་གཟར་བ། བྱོན་ཀྱི་ངོས་ཡོངས་ལ་ཕྱི་ཤིང་གི་རིགས་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ལྟ་བུའི་
སྐྱེས་པའི་ནགས་རི་ཆེན་པོ་དེའི་ཤར་སྒྲོའི་ངོས་སུ། མགོན་མོ་སྤུ་ཞེས་འབོད་པའི་རྩ་རྒྱུ་ཤིང་གསུམ་འཛོམས་པའི་ནགས་
གསེང་དེར་ཆགས་ཡོད་འདུག བྱིས་ཚང་འདིར་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩེན་པའི་ཞུ་ཡུ་རྟོགས་ལྡན་སྤྱི་
བྱི་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་སྐད་འདུག་ལ། མཚན་སྒྲོས་ཤེས་པ་ཞིག་ལ་ཞུ་སྒྲོ་གསལ་ལ་ཞུ་བ་ངོར་དཔོན་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་གཏེར་དབང་པོ་
དང་། ཚར་པ་ན་ལ་རྒྱའི་གཟིམས་འོག་ཀྱན་བསྟན་འཛིན་སོགས་ཀྱི་དངོས་སྒྲོ་བ་ཏུ་བྱུར་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ཚར་ངོར་གྱི་
སྒྲ་ཆེན་དང་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཁམས་པོ་ཏི་དཔོན་དུ་སྤྱི་མར་བསྐྱོབ་ཞག་གནང་བ་དང་། དེར་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་
ནས་བསྟན་འགྲོར་སྒྲིན་པའི་ཕྱག་ལས་གང་མང་གནང་སྟེང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག ད་དུང་ང་ཚོ་རིམ་ཡུལ་ན་རྟོགས་ལྡན་
ཕྱག་པ་དང་རྟོགས་ལྡན་བྲག་རྩ་ཟེར་བའི་རྟོགས་ལྡན་བཞུགས་པའི་རྗེས་ཤུལ་མང་པོ་ཡོད། དག་རྒྱུན་དངོས་གཞི་རག་
ཤུལ་སྤྱལ་དཔོན་པའི་འབྱུང་རྒྱུན་ནི། གོང་ཞུས་བཞིན་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་རབས་ཉེར་གཉིས་པ་མི་དབང་རྩོམ་ཆེད་དབང་
སྤྱང་ལ། སྤྱི་ལོ་༡༧༢༥ལོར་མི་དབང་ནང་ཆེན་ཆིང་ཅུ་ཞེས་པའི་ཆོ་ལོ་དང་སྟོང་དཔོན་གྱི་གོས་རྩལ་བ་ན། འོག་གི་བརྒྱ་
དཔོན་མི་ཉུང་བས་བཀའ་ལུང་གུས་པས་མི་ལེན་པ་མ་ཟད་སོ་སོའི་ཀྱང་ཆོ་ལོ་མི་འདྲ་བ་རེ་སྤང་ནས། བརྩོད་རྟོགས་བྱུང་བ་
ན་བྲག་པོ་དམག་གིས་གཡུལ་འབྲུག་བྱེད་དཔོན་ན་འབངས་མི་སེར་ལ་གདབ་སྤྱེག་པོ་གཞུ་ཡིན་པར་རྟོན། མི་མངོན་
པའི་མཐུ་དང་རྩས་པ་ལ་རྟོན་ནས་བྲག་པོ་མངོན་སྟོད་ཀྱིས་ལས་ལ་སྦྱར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པར་དགོངས་ནས། རྟོང་ནང་ཆེན་གྲ་
ནང་དུ་དེ་འདྲའི་མཐུ་རྩས་ཅན་སུ་ཡོད་བརྩུད་བཅད་པ་ན། མཐར་མཇུག་འབྲོང་པའི་མང་འོག་ན་གོང་ཞུས་བཞིན་དུ་སྤར་
ནས་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་ཡི་མཚན་གནས་སུ་བྱུར་པའི་སྤྱི་གཙོད་པ་དང་། དེ་བཙུང་དང་ཐག་མི་རིང་བ་ན་ཏིས་ཚ་སྒྲོམ་པ་
དང་ཞུ་ཡུ་རྟོགས་ལྡན་ཞུ་བ་གཉིས་ཀྱང་བཞུགས་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱི་ཏིས་ཞུ་གསུམ་ལ་གཅིག་ལས་
གཅིག་ལྟག་གི་མཐུ་དང་རྩས་པ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཤེས་ནས་རྫོང་ཐང་འབྲོང་པའི་བེ་རུ་ཆེད་གཙར་གྱིས་གུས་འདུད་སྤྱོད་མེད་

པ་དང་དངོས་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་འདི་འབྲུལ་བ་བཅས་སྤུལ་ནས། འདོད་དོན་དེ་སྤྱོད་པར་བསལ་བ་ནན་གྱིས་བཏབས་པ་ལ་རྟེན།
རྣམ་པ་གསུམ་པོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་སྤྱོད་པར་ཞལ་གཞེས་གནང་ནས། ཐོག་མར་མཐུ་སྤྱོད་པ་འདི་གནས་འཛོལ་བར་བྱིན་པ་ན་
ར་རུག་གི་རྒྱ་རིབྱེད་ནས་སྤྱོད་རྒྱུ་པ་འདི་སྤྱོད་པོ། གཡམ་གཟར་བའི་བྲག་རི་མཐོ་པོ་དེའི་རྩ་བ་དང་སྤྱོད་ནས་སྤྱི་ཡི་པ་ལོ་རི་
ཆེན་གྱི་རྟུ་འབྲེད་བའི་བར་འགག་ ལུང་པ་བྱང་ཤར་ནས་རྩུབ་ཏུ་ཁ་སྤྱོད་གསུལ་པ་གནས་གྱི་སོ་ཙམ་མ་གཏོགས་མི་མཐོང་ཞིང་
ཤིང་སྤྱོད་དང་རྩེ་ཤིང་གི་རིགས་མང་པོ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆོར་མ་ཙན་གྱི་དུག་ཤིང་སྤྱོད་པ་ན་གཤོ་དང་ཁོ་དམར་སོགས་གྱིས་
ཆོང་ཆོང་འཁྲིགས་ཤིང་། ལྷག་པར་དུ་རྩེ་སྤྱོད་ལྟོག་གཉིས་ཀྱི་བྲག་པོས་དང་འཐབ་བཞིན་འབབ་པ་འདི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་བྲག་ཙམ་
འཁོར་བ་སོགས་ལས་ཡུལ་མ་རྒྱ་རྒྱུ་རི་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུལ་པ། མི་བྱ་དཀྱུས་མ་དག་ཉིན་མོའི་དུས་སྤྱོད་དེར་འགོ་བ་ན་ཡང་སྤྱོད་
གཡམ་འབྲེད་གནས་འཛིགས་སྤྱོད་པར་དེ་རྩུ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པར་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། དགུན་བྱང་རར་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་
དགུ་གཅིག་ཆོས་གཉིས་ཆོས་ཙམ་ན་སྤྱོད་པ་ཞིག་གསུམ་གནས་དེར་གནད་འཛོལ་ཏེ། སྤྱོད་པ་རྒྱ་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་ཡང་མི་ཡུལ་དུ་
བྱོན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ནས་འཇམ་དཔལ་བྲག་ཏུ་ཁོས་པ་ཡུལ་རྒྱ་རྒྱུ་རི་སྤྱོད་པ་ཞིག་བདུན་སྤྱོད་གསུམ་ཙམ་བྱུང་བ་ནས།
གནན་གཏད་གྱི་ལས་སྤྱོད་དངོས་ལ་བབ་པ་ན་སྤྱོད་གཅོད་པས་སྤྱོད་བྱའི་མིང་བྱང་གསེར་དང་དགུལ་བྱའི་མིང་བྱང་ཁག་གིས་
བྲིས་པ་སོགས་གཙུག་པ་འདི་མཐུ་རྩེ་དེ་ཐོགས་ཤིང་། འཇམ་དཔལ་བྲག་པོའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཏིང་ལེ་འཛོན་དང་མ་བྲལ་བའི་
རང་ནས་སྤྱོད་པས་གྱིས་ཐེབས་པས། ཞབས་ལྷམ་གཞེས་རྒྱ་ཡང་བརྒྱུད་སོང་ན་འང་བསྐྱེད་རིམ་ཡི་དམ་ལྷ་ཡི་གསལ་
སྤྱོད་བརྟན་པ་འདི་སྤྱོད་པས་གྱིས་ཅི་ཡང་མ་གཞོད་པར། དེ་ནས་ལེ་བར་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གྱིས་ཆོད་པ་འདི་ས་ཀོང་པོའི་གཤིན་རྒྱུ་
གཤིན་གྱི་གནས་ཁྱད་པར་ཙན་ཀོང་རྒྱ་ལ་སེང་དེང་ཞེས་བྲུ་བར་བདེ་སྤྱོད་དང་འབྱོར་ཞིང་། དེར་གཤིན་རྒྱུ་འདི་གཤིན་ཞེས་གྱེན་
དུ་གདངས་པ་འབྲེད་པ་འདི་ནང་ཀོང་རྒྱ་བྲག་ཏུ་འབབ་ས་དེར་གཏད་རྩེ་དེར་དོར་ནས་སྤྱོད་པ་འཁོར་བ་ན། ཞབས་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པ་
ཡང་བྱུང་མེད་པ་མཐོང་ནས་ཀྱན་རོ་འཛར་དུ་བྱུར་ཅིང་། བྲིས་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་ཞེས་པ་འདི་འཛར་མིང་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲོད་
རྟགས་འདི་ལས་ཐོགས་པ་ཡིན་པར་བྲག་གསུལ་། དམིགས་བྲུ་དེ་ཉིད་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་ལུག་ཤར་གཟན་རེའི་འཛེར་པ་གཡོས་
མ་རེ་ཆད་མེད་དུ་གཟུགས་རྒྱ་ཡོད་དགོས་པ་ལས་ཆད་མི་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ། དེ་ནས་མི་རིང་བ་ཞིག་ན་ཁོ་རང་གི་འཁོར་
ན་གནས་པ་འདི་གཡོག་པོ་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་བཤད་པར་བྲག་གསུལ་། དཔོན་ཨ་པོས་གསུམ་ཡིབས་རེ་ཆེ། གྱི་རྒྱུང་ཤེལ་གྱི་
ཡུ་དཀར་རྒྱུ་མཐོ་དེ་དམར། སོ་སྤྱོད་བཅུ་ལྷེད་བྲངས་དེ་མ་ཆོང་། ལྷེ་དམར་མོས་རྒྱུངས་འདེབས་དེ་སྤྱོད་བྲགས་དུས་
ནས། མིད་པ་གཡུ་ལུང་སྤྱོད་པོ་དེས་ས་སོས་སོས་རེད་འདུག་ཟེར་སྐད། དེ་ནས་ནང་ཆེན་རྒྱལ་པོས་དམིགས་ཡུལ་འབྱུང་

པའི་གཏང་རག་ཏུ། སྤྲ་གཙོད་པ་ལ་དར་དཀར་སྤྲ་མིང་བ་ཞིག་གིས་སྤྲ་དེ་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་པོ་ཏི་ཁ་དམར་
 ཞིག་སྤྲུལ། སྤྲིས་སྤྲུ་ཡང་སྤྲ་གཙོད་པའི་པོ་ཏི་ཁ་དམར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞུགས་ཡོད་སྐད་གདའ། ཏིས་ཚ་སྒྲོམ་པར་ཡང་
 དར་དཀར་སྤྲ་མིང་བ་ཞིག་གིས་སྤྲ་དེ་གསེར་དཔུལ་གྱིས་བཟོས་པའི་སི་ན་སྐད་ཉ་ཅང་སྤྲ་བ་ཞིག་སྤྲུལ། སྤྲིས་སྤྲུ་
 ཡང་ཏིས་ཚ་འི་དཀར་མོ་སྐད་སྤྲ་མེད་ཐང་ཡོད་སྐད་འདུག ཞ་ཡུ་རྟོགས་ལྡན་ལ་ཡང་དར་དཀར་སྤྲ་མིང་བ་ཞིག་གིས་
 སྤྲ་དེ་མེ་མདའ་འཕང་ཚད་ཕོག་ཅིང་ཕོག་ཚད་སོད་པ་ཞིག་སྤྲུལ། སྤྲིས་སྤྲུ་ཡང་ཞ་ཡུ་རི་སྤྲིག་ཐུང་མ་ཟེར་ནས་ཡོད་པར་
 བཤད་རྒྱུ་ཡོད།



རེ་སྤོང་གྲོང་སྤྱོད་གསུམ།

རེ་སྤོང་གྲོང་སྤྱོད། གྲོང་སྤྱོད་དེར་གྲོང་ཚོ་གསུམ་ཡོད། རོམ་ཕུག་ཐང་། ཨ་མཚོ་བྱིས། ལྷ་ཕུག་ཐང་སྤྱོད་གསུམ་ཡོད། རེ་སྤོང་ཞེས་པའི་ཐོག་གསེར་རྩེ། རེ་བ་སྤོང་མ་མཁུན་རབ་བཟོད་པ་ཞེས་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྷན་གྱི་སྤྱོད་གསུམ་ཐང་ཉིད་གནས་དེར་ཐེབས་ཏེ་དགོན་པ་བཏབ་པ་ལ་རེ་སྤོང་དགོན་དང་། དུད་ལ་རེ་སྤོང་སྤོང་ཚང་ཟེས། ཡུལ་ལུང་དེ་ལ་ཡང་རེ་སྤོང་གྲོང་ཚོ་ཞེས་བརྗོད། དེའི་དགོན་གང་ཟག་གི་རུས་མིང་ཡུལ་དགོན་ལ་ཐོག་གསེར་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རེ་སྤོང་གྲོང་ཚོ་ཟེས། གྲོང་ཚོ་དེ་ཡི་ཚོ་ཆེན་གྱི་ཏྲེ་བཞི་ཨ་མཚོ་བྱིས་སམ་བེ་རུ་མ་ཞེས་པའི་ས་མལ་དུ་ཆགས་ཡོད།



རོམ་ཕུག་ཐང་ངམ་རོམ་ཡོད་ཐང་གྲོང་ཚོ་ནི། གནའ་སྤྱོད་གནས་དེར་སྤྱོད་གཞིག་རོམ་དེད་མང་པོ་གནས་པའི་ཡུལ་བཅན་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རོམ་ཡོད་ཐང་ཟེར་སྤོང་ཡོད།



ཨ་མཚོ་བྱིས་གྲོང་ཚོ་ནི། གནའ་ནས་ད་བར་སྤྱི་ཚུན་བྱིས་དང་ལྷགས་ཟམ་ཡུལ་དེར་ཚུགས་ཡོད་པས་ཨ་
མཚོ་བྱིས་ཟེར། བི་རུ་མ་ཞེས་པ་ནི་གནའ་བོ་བེ་ལོ་ལྷ་བའི་རུས་རྒྱུད་སྤྱི་མ་རྣམས་གནས་སྤོང་བྱས་པ་ནི་བྱིས་གཞི་
འདིར་ཆགས་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་བྱིས་བི་རུ་མ་གྲོང་ཚོ་ཡང་ཟེར་སྟེ་ལ་འདུག



སྤྱི་ཕུག་ཐང་ངམ་སྤྱི་ཕུག་ཐང་གྲོང་ཚོ་ནི་སྤྱི་ཕུག་ཅེས་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་ལོ་འདས་སྤོང་ཕུག་པས་སྤྱི་ཕུག་ཐང་ན་ཆགས་
པས་སྤྱི་ཕུག་ཐང་ཞེས་པ་ནི་མིང་ཆགས། རེ་སྤོལ་ཡུལ་གྱི་རི་རྒྱུ་མིང་བཤད་པ། སྤོལ་ཡུལ་ཀར་བྱོན་ལ། རྩ་བུ་
གཟུགས་མ་ཞེས་ཆོད་པག་མེད་ཀྱི་གནས། མོ་མ་དུང་མགོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་གནས། མཐའ་དམར་རྩ་
མེར་ནག་དར་ལྗང་ལ། རྩ་འཆོག་རྩོམ་མཚོ་རོང་རྩ་བཅས་མིང་ཅན་གྱི་ལ་དང་རིའོ། ཕྱིས་འགག་ནི་སྤྱན་
རས་གཟིགས་ཀྱི་གནས། ར་ཆོད་ཀར་རམ་ར་རུག་གི་སྤོང་ལ་ཞི་ཁོ་དམ་པ་རིགས་བརྒྱ་དང་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྤོང་
རྒྱལ་པོ། སྤྱན་རས་གཟིགས་བཅས་ཀྱི་རང་བྱུང་དང་པད་མ་འབྱུང་གནས་དང་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱབ་ཕུག་ནང་
དུ་མཚོ་དང་རྩེ་བྱ། དང་སྤོང་དུ་མའི་གདུང་། ཡབ་མེས་གོང་མའི་ཡིག་ནག་གསེར་བྲིས་ཅན། སྤྱན་རས་གཟིགས་
ཕུག་སྤོང་སྤྱན་སྤོང་གི་རང་བྱོན་བཅས། ཡ་མཚན་པ་ནི་བཞོད་པ་དུ་མ་མཇུག་རྒྱུ་ཡོད། ལོག་ལ་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་
བརྒྱད་དང་རྩམ་བརྒྱད་མ་མོ་མཁའ་འགོ་འདུ་བའི་གནས་སུ་དུར་ཁོང་དུ་མ་ཡོད། རྩ་ཡུམ་སུ་རིའམ་དཔག་ལོ་ནི་
རྩོམ་པག་མོ་འི་གནས་ཤིང་ཕུ་རའི་གནས་ལག་ཡིན་ལ་ཆོས་རྒྱལ་རྩོམ་པ་འི་གནས་སྤོང་འབྲེད་དོ། རྩ་ཡུམ་སུ་རི་ནི་སྤོང་
འབྲེད་སྤོང་མོ་འི་གཏེར་གནས་དང་། རྩ་ཡུམ་ལོ་ར་གཏེར་བྲག་ནས་འབྲི་གཡག་གི་གཏེར་ལ་བྱུང་ཚུལ། ལོ་རྒྱུས་

གནས་ཡིག་མང་ངོ། རོར་བྱ་ལྟ་ཆེ། མཐོན་པའི་ཐུག་ཆམ་ལྟ། ཡུལ་བཙན་དམར་ཟེ། དམར་ཟོང་། ཨ་དགའི་བྲག་
རྩ་གོང་རྒྱལ། ལྷོ་རྩ་སོགས་རེ་སྒྲིལ་ལུང་པའི་ས་རྩོམ་རིག་ཆེ་ཤིང་ནགས་ཚལ་མཚོ་དང་རྩེ་དང་། ཆེ་སྒྲིལ་གསུམ་
གང་ཡིན་ཡང་གནས་དང་ལྷ་སྐྱ་གཞུངས་སྒྲགས་ཀྱི་རང་བྱུང་དང་། བྱ་བྱི་ལྟ། རི་དྲགས་གཙན་གཟུགས། རྩ་གནས་
སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞུངས་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲིལ་སྒྲོགས་ཤིང་གནས་པའི་རྩལ་ནི་ཡུལ་མི་ཚོས་བཤད་སྟོལ་ཡོད་ཅིང་ཡབ་
མེས་མི་རྒྱུད་གོང་མ་ནས་ད་བར་ལ་ས་རྩོམ་རིག་ཆེ་ཤིང་བཅུད་མ་ཉམས་ཤིང་གནས་དང་གནས་མོས་སྒྲི་
མཆིས་སོ།

འབྲུག་གོ་མ།

འབྲུག་གོ་མ་ནི་ཁྱེ་ཁྱེ་ཆོག་གས་ཀྱི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་བ་དང་ཁྱེ་ཁྱེ་ཆོག་གས་ཀྱི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་མ་ཁན་ནང་ནས་ཆེས་མང་བ་དེ་རེད་
བསམ། ཁོ་ཆོ་ཡི་ལུས་ཕུང་ཆུང་ཡང་ལུས་པས་སོ་སོ་འཁྱིམ་ཆང་དང་བུ་སྐྱེ་གསྐྱེད་བཞིན་ཡོད། འབྲུག་གོ་མ་ལ་ཁྱེ་ཁྱེ་ཆོག་གས་
གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་མཐུན་འབྲེལ་དང་བཅུ་བཡོད། དཔེར་ན། རང་རིགས་རང་གི་མི་གསོད་བཤ། ཆར་ཆུ་དང་དགྲ་
ལ་ཐུག་དུས། རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རང་སྟོན་གཏོང་བོད་པ་སོགས་དཔེ་ཉ་ཅང་མང་། འབྲུག་གོ་མ་ཆང་མ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་
ལུས་མ་དོག་དང་བཟའ་ཆས་འཆོལ་སྒྲུངས་སོགས་མི་འདྲ། འབྲུག་གོ་མ་ལུས་མ་དོག་ནག་པོ་ནི་ས་ཆ་གང་སར་ཡོད་ལ་
དུངས་ཤིང་རྩོད་བའི་གནས་གཤེས་བསྟན་སྒྲུབ་སུ་ཁོ་ཆོ་རྟག་པར་བྱི་ལ་བཟའ་ཆས་འཆོལ་བར་འགོ་བ་དང་སྤྱོད་ནག་གིས་
ནམ་མཁའ་འཐིབས་པའི་སྒྲུབས་སུ་རྒྱུད་རིང་ནས་བྱིས་དུ་ལམ་ནོར་མེད་པ་བྱིར་ལོག་གིས་ཡོད། མ་ཆད་གོ་མ་ནག་པོ་
ལ་ལར་སྤྱི་ཆུ་བདུན་པའི་ཆུ་མཐུག་ལ་གཤོག་པ་སྤྱོད་ནས་ནམ་མཁའ་རུ་འཕུལ་གྱིན་ཡོད། རེ་སྒྲིལ་མི་རྒྱས་རབ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་
ཡུལ་སྐད་དེ་ལ་འཕུལ་གོ་མ་ཞེས་འབོད་ཀྱིས་འདུག འབྲུག་གོ་མ་ཟེར་དོན་ནི་སྤྱི་ཆུ་བདུན་པར་ཞིང་ཕོ་བ་ལ་འཕུལ་མོ་ཟེར་བ་
དང་སྒྲུབས་དེར་གོ་མ་གཤོག་པ་ཅན་ལ་འཕུལ་གོ་མ་ཅེད་འབོད་ཀྱིས་འདུག འབྲུག་གོ་མ་དམར་པོ་ཡང་ཡོད། གོ་མ་
དམར་པོ་ནི་གོ་མ་ནག་པོ་དང་འདྲ་བའི་ས་ཆ་གསར་མེད་ལ་མང་པོ་ཡང་མེད། གོ་མ་ནག་པོ་བཞིན་རྒྱུད་རིང་བྱི་ལ་
བཟའ་ཆས་འཆོལ་བར་མི་འགོ་བ་མ་ཆད་དུས་རྒྱུན་ཁོ་ཆོ་སོ་སོ་འཁྱིམ་ཆང་གི་བྱིར་མང་པོ་རིག་རྒྱུ་མེད། གོ་མ་དམར་
པོ་འཁྱིམ་ཡོད་ས་ནས་རྩོས་སྐད་དུང་སྒྲུབ་སྒྲོག་ན་ཆང་མ་བྱིར་ཡོད་ལ་བཟས་ཆས་སྤྲད་ན་ཟ། རེ་སྒྲིལ་མི་རྒྱས་རབ་རྒྱལ་ས་
ཀྱི་བཤའ་རྒྱུན་དེ་དག་ནི་གྲ་བ་དགོར་ཟས་མ་ཞུ་བའི་སྐྱེ་བ་རེད་པས་ལག་གཅོང་མ་བྱེད་ནས་རྩམ་པ་སྤྱོད་དགོས་ཟེར། གོ་མ་
མ་དེ་དག་རེ་སྒྲིལ་ས་ཆ་ཆང་མར་མེད། གི་གཏོར་མ་ཡི་གཡས་གཡོན་དུ་མང་། གོ་མ་མར་གོང་དུ་བརྒྱུད་པའི་འཕུར་རྩལ་
དང་ལམ་ངོས་འཛིན་པའི་ལུས་རྩལ་དེ་དག་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཆོན་རིག་པས་གོ་མ་འཁྱིམ་ཉ་ཅང་གསལ་ཟེར་བ་དང་བོད་
པ་ཆང་གིས་གོ་མ་མིག་མེད་ཟེར་གཉིས་ག་རེ་ལྟན་ནས་བསམ།

རེ་ལྷའི་སྒོ་ད་བཅུ་ད་རིག་གནས།

ལྷ་མ་དགའ་ཉི།



མི་ཤིག་ནི་རྗེའི་གྱུར་ཁང་མེ་འི་དང་།

ལྷ་བཞི་སྒོ་བཞི་བདུད་བཞི་གདན་གྱི་སྟེང་། །

ཀྱི་ཡི་དོ་རྩེ་ཞལ་བརྒྱད་བཅུ་དྲུག་ཕྱག་།

ཅན་གྱི་མགོན་པོ་གང་དེ་བདག་གིས་བསྟོད། །

ཞེས་ཡི་དམ་ལྷ་ལ་བསྟོད་ཆོག་སྟེ་དུ་གཏང་ནས་གང་སྐོང་བར་བྱ་བ་ནི། ལུ་ཤིག་མ་འམ་མི་ཤིག་དོ་རྗེའི་གྲུ་ཁང་
གི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཆགས་ཚུལ་ནི། གན་འ་སྤྱོད་མཛད་པས་ས་ཡི་ཡུལ་དུ་བཞུགས་ཤིང་གྲི་ཆོས་དང་བས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་
ལེན་བྱེད་ཆེད་མཆོམས་ཁང་བསྐྱེད་ཞིང་མཆོམས་སྐྱབ་ཉམས་ལེན་བྱས་པས་མིང་དེ་ལྟར་ཐོག་ཤིང་སྤྱོད་པ་རྣམས་སུ་སྐྱབ་པ་
པོ་སུ་བཞུགས་པ་མ་ཤེས་ལ་བྱིས་སུ་དཔལ་རིན་མཆོམས་ལ་བཞུགས་པར་མཛད་ཅིང་། ཁོ་པ་དག་ཡོན་ཞེས་པ་ཆོ་
སྟོད་ཁམ་ཞེད་དུ་གྱུར་པ་ཆོ་སྟོད་ཆོས་ལ་དད་པས་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་འཕེལ་བྱེད་མར་བསྟན་ནས་བསྟན་གནས་ཆ་བརྒྱར་གནས་
ཤིང་ས་ཆ་དེ་ནི་མི་ཡི་རྒྱ་འབྲུལ་དབུལ་ཞིང་ཤིང་ལྷག་པ་སོགས་ནག་ཆལ་གྱིས་གཏམས་ཤིང་བྱ་དང་བྱེད་སྐྱོད་སྟེ་ཆོག་

ས་པ་སྒྲོགས་ཤིང་རིད་གས་ཤུ་བ་དང་རྣ་བ་སྒྲ་བ་སོགས་བག་ཡངས་སུ་རྒྱ་ཞིང་རྒྱ་བ་ཀྱི་རིལ་ར་ཚ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་སྟོད་ཀྱི་
ཕྱོགས་ལ་བྲག་རིན་མ་མཁའ་ལ་བྱུག་པ་དང་འདྲ་བའི་རྒྱ་ལ་ཆེ་ཞིང་འགྱིང་པའི་གནས་པ་བྱ་རྒྱུ་ལོ་དང་གོང་མོ་གནས་
བཅས་ཤིང་གཤོག་སྒྲོས་གཡས་བསྐྱར་བྱེད་པ་བར་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་སྤང་དང་དེ་ཡི་སྟེང་དུ་གུར་གུམ་སོགས་སྤྲན་རིགས་མང་
པོ་ཚལ་དུ་བལྟམས་ཤིང་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་ནག་ཚལ་དང་རིད་གས་དང་གཅན་གཟན་གསའ་དང་གཡི་རྟེད་ལ་སོགས་པ་
དང་གཡང་གི་ར་བ་སྒྲོ་བཞི་སོགས་ཕྱག་རིགས་མང་པོ་གནས་པ་མཉམ་ན་གཙང་ཆབ་སྤྲོན་མོ་འབྱུགས་འགྲོས་ཀྱིས་འབབ་
པ་ཉུ་སྤམ་སོགས་ཁྱུ་གནས་སྤྲོ་ཚོགས་དལ་གྱིས་རྒྱ་བ་སོགས་སྤྲན་སྤམ་ཚོགས་པ་དེ་ནི་ཕྱ་ཤིག་མཁའ་མི་ཤིག་རྩི་རྩི་
གུར་ཁང་གི་གནས་སོ། །

སྤར་སྤམ་པ།

དགེ་བཅུ་འཕམ་ལ་འཕྱག་ཅིང་མི་རྣམས་བདེ།

ཆར་རྒྱུས་སུ་འབབས་ཤིང་ཕྱགས་རྣམས་བདེ།

ནད་མེད་འབྱུགས་རྩོད་ཞི་ནས་རྒྱ་ལ་ཁམས་རྣམས།

རྩོགས་ལྷན་དཔལ་ལ་སྟོད་པའི་བྲག་ཤིས་ཤོག །

པར་ལས་འཕྲོས་པའི་སྐད་ཆ་དག།

རེད་ཀྱི་པ་ཡུལ་གྱི་རི་ཆུ་ཐང་གསུམ་པོ་ཆེས་མཛེས་པའི་ཡང་ཅེ་ལྷ་བུར་གནས་ཡོད་ཅེས་སྒྲུས་ཀྱང་ཚུན་དུ་མི་འགྲུ་བའི་ཆོད་དུ་མཆིས། དེ་ལྷ་ར་ཡང་དེ་རིང་འདི་ནས་གནས་རི་གྲགས་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་གི་མིང་བདེན་སྟོན་ནས་བསམ་ཚུལ་ཐུང་དུ་ཞིག་ལས་གཞན་གང་ཡང་སྤོང་གི་མིན། ཐོག་མར་དགོན་པའི་རྒྱབ་རི་ «ལོ་ར་བུ་ལྷ་ཅེ» རུ་འབོད་པ་འདི་ནི་དབྱིབས་



ཀྱི་སྟོན་ནས་མིང་དེ་སྐད་དུ་བཏགས་པར་སྤང་ལ། གནས་བདག་མེར་པོ་ཞིབ་འེང་ལ་བཞུགས་པ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། རི་འདི་མདུན་ནས་མཛེས་ན་ལོ་ར་བུའི་དབྱིབས་སུ་བཞུགས་པ་ཞིག་ཡིན། མ་གཞི་རང་རེའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ཁོད་ན་མཛེས་པའི་ལོ་ར་བུ་ཟེར་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་སྟོན་ཆད་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་ཡོད་ཚུང་མིན་ཅིས་ཡང་བཤད་དགའ་བར་སྤང་། གཞན་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཀུན་གྱི་དད་སེམས་ཀྱི་གྲོད་ན་གོ་ས་དང་གུས་བཀྱར་སྒྲ་ལྷག་ཏུ་ཆེ་བའི་རི་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་རྒྱབ་རི་དགའ་པོ་



བརྒྱུད་ཆགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ་ཡིན། རི་འདིར་རྒྱུན་སྦྱོར་གྱི་མིང་ལ་«ར་རུག»ཞེས་འབོད་བཞིན་ཡོད། མིང་འདི་འདྲོད་
རྒྱལ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་སྲིད། དེ་མིན་ན་«ར་རུག»ཟེར་བའི་སྐྱ་ཉམས་པ་ཡང་ཡིན་དཔེ། སྐབས་ལ་ལར་གནས་ཆེན་
«ར་ཆ་དཀར་འབེལ་»ཞེས་ཅུང་ཆེ་ཆེ་ལྷར་བྱེད་ནས་ཀྱང་བརྒྱུད་དེས། མིང་འདི་གཉིས་གང་སྦྱོར་ན་ཡང་གཙོ་བོ་སྐྱ་གྱི་
བྱེ་བྲག་ལས་བྱངས་པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲམ་མཚུངས་སུ་གནས་ཡོད། དང་པོ་འདི་«ར་རུག»གི་སྐྱ་ཉམས་པའི་བརྒྱུད་
སྐྱངས་ཤིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་«ར་རུག»ནི་བཙན་རུག་གི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་སྐྱ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཕྱི་མ་ནི་རྩོ་
སྐྱ་གྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན་པར་མཛད། རི་འདིརི་གནས་ཡིག་སྐྱོན་ཆད་ནས་འཛིག་ཟེན་པས་ད་ཆ་ཞིབ་མོར་ཤེས་
མཁན་ནི་སུ་ཡང་མེད་ཟེར། གང་ལྟར་མིང་དེ་སྐད་དུ་ཐོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་«ར་རུག»ཟེར་བའི་བཙན་རུག་དེ་དང་«ར་ཆ་»
ཞེས་པའི་རྩོ་སྐྱ་གྱི་རིགས་འདི་གཉིས་ཡོད་པས་ཡིན་ནམ་སྟེ། འོན་ཀྱང་འདི་དག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐད་ནས་ང་ལ་ནི་ཆ་རྒྱས་
ཞིབ་མོ་ཅི་ཡང་མེད། ཡོད་ཐག་ཆོད་ནི་སྐྱབ་ཕུག་དོ་མཚར་ཅན་གཉིས་ཡོད། གཅིག་གི་མིང་ལ་ཨོ་རྒྱུན་སྐྱབ་ཕུག་
དང་གཞན་དེར་མཚོ་རྒྱལ་སྐྱབ་ཕུག་ཟེར། ཨོ་རྒྱུན་སྐྱབ་ཕུག་གི་ཁ་ལྷོ་བསྐྱོན་ཡིན་ལ་མཚོ་རྒྱལ་སྐྱབ་ཕུག་གི་ཁ་ལྷོ་



བསྐྱོན་ཡིན་མཆི། ཡ་མཚན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ལ་ཨོ་རྒྱུན་སྐྱབ་ཕུག་གི་སྐོ་འགྲམ་བྲག་གསལ་དེར། ཤིང་ཕུར་བྱིས་པ་ལོ་བརྒྱད་
ཀྱི་ཆོད་ཙམ་པ་ཞིག་ཀེ་རེར་འགྲེང་བ་དེ་རེད། འདི་ལ་རུལ་བ་དང་འཛིག་པའི་ལོ་རྒྱུན་གཏན་ནས་ཤོད་ཡ་མེད། ནམ་ཡང་

རྟག་བརྟན་གྱི་ངང་ཚུལ་བཟུང་སྟེ་གྲོང་རེ་ལང་འདུག འདི་འདྲི་སྤྲོས་ཀྱི་ཐད་ནས་བཤད་ན་སྟེ་ཐོ་དར་མ་ཞིག་གི་ལག་ངར་
 ལས་ལྷག་པ་མེད་སྟེ། དུལ་མི་དག་ནས་འདི་ཉིད་གྲུ་རུ་མིན་པོ་ཆེས་རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་བཏབ་པར་ཡིད་ཆེས་དང་ཆ་འཛོག་
 རྣལ་མ་བྱེད་བཞིན་འདུག ཤིང་ཕུར་དེ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོས་བཏབ་མིན་མ་ཤེས་མོད་པན་ཐོག་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་ནི་རེད་འདུག
 གཞོན་ཅུ་ལྷན་རྒྱུ་ཅན་ཞིག་སྟོན་དུ་ཕུག་པ་དེར་འཛོགས། དེ་ནས་ཤིང་ཕུར་དེར་དབྱང་ཐག་དམ་པོར་འདོགས་དགོས། དེ་
 རྗེས་ཐག་གུ་འཕྲི་སྟེ་མོ་མར་ལ་བརྒྱུད་ཏེ་གཞན་གནས་མཇལ་བ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་སྐྱབ་ཕུག་དུ་བསྐྱོད་པར་ལོགས་བྱེད་པ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱབ་ཕུག་འདི་ལོ་ན་མཐོ་བ་དག་གི་མཇལ་སྐྱལ་དུ་འབྱུང་བར་ད་དུང་ངང་སྐྱག་ཅུང་ཟད་ཅིག་མི་བྱ་ཀ་མེད་ཡིན་
 སྟེ་དོ། སྐྱབ་ཕུག་གི་ནང་ན་སྐྱུར་དཔེ་རྣམས་འཐོར་ཞིག་ཏུ་སོང་བ་མང་པོ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། ལྷག་ཏུ་ཐོན་གྱི་བཀའ་བསྟན་གསེར་
 དུལ་གྱིས་བྲིས་པ་ཉ་ཅང་པོན་ཆེ་བཅུགས་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་ཤོག་ནག་འཕུག་པོ་གཡག་གོ་འདྲ་བ་དག་གི་ཐོག་ཏུ་བྲིས་
 ཡོད། བྲིས་ཀྱི་སྐྱུས་ཚད་དམ་ཡི་གེ་འཛམ་སྐྱག་ནི་དོམ་བཞེད་དཀར་བ་ཞིག་རེད། ད་དུང་དཔྱད་ཤོག་ཁག་གི་རིམ་འཛི་སྐྱུ་
 རྩལ་དང་ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་བཀོད་པ་དག་ནི་ལྷ་ཐོག་ན་ལོན་ཡ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། དང་སྟོང་གི་སྐྱུ་ལུས་སྐྱམ་པོ་དུམ་ཚན་འགའ་
 ཡར་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་རྟེན་དུ་སྟོན་ནས་མི་ཆོས་སེན་འཐོག་རྒྱག་བཞིན་འདུག གན་པོ་ཆོ་འི་ངག་རྒྱན་ལྟར་ན་
 སྟོན་ཆད་དེ་དག་གི་སྐྱུ་གཟུགས་ཆ་ཆོང་ཡོད། ཟད་མཉམ་བཞག་འབར་ཞིག་ཏུ་བཅུགས་ཡོད་ཟེར། དེ་ལྟར་ན་དད་ལྡན་མི་
 མང་ཆོས་སེན་འཐོག་འབར་ཞིག་བརྒྱབ་སྟེ་རྟོགས་ལ་ཉེ་བར་བཟོས་པ་ཡིན་འདུག ཁོང་ཆོས་ཁ་རུ་བ་མ་བཟད་ཅུམ་དུ་ཡང་
 བཅུག་པ་ཡིན་འདུག་པས་ད་ཆ་འདི་ལས་མེད་པར་ཁག་ཅི་ཡོད་ཅེས། གཞན་ཅོང་ཞི་དང་སིན་རྒྱ་ར་སོགས་ས་སྟོན་དང་རྟོ་
 སྟོན་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཡང་ལོན་རྒྱུ་ཡོད།



སྒྲོན་ཆད་ཅོང་ཞི་དཀར་པོ་ལས་སྐྱབ་པའི་སྐྱུན་རས་གཟིགས་འགོ་འདུལ་ཕྱག་
བཞི་པའི་སྐྱུ་རང་བྱུང་རོ་མཚར་བ་ཞིག་དང་། ཡང་དེ་ལས་སྐྱབ་པའི་སྐྱུང་པོ་ཆེན་པོ་རང་བྱུང་སྒྲོལ་གཙང་བ་ཞིག་བཅས་ཡོད་
མོད། ད་ཆ་དེ་ཚོ་ཅི་ཡང་མི་སྐྱུང་ཞེས་པ་དང་སེམས་དང་སྒྲན་བཤད་མ་ལན་ཡོད་འདུག་དེད་ལན་གཅིག་དེར་བགྲོད་ཚུང་བ་
ཡིན་ཏེ་དེ་འདྲ་ཅི་ཡང་མ་མཐུ། འདི་དག་ནི་ཞོར་དུ་འོངས་པའི་གཏམ་ཙམ་ལས་འདིར་རྒྱས་པར་སྐྱེད་འདོད་མེད། མཚོ་
རྒྱལ་སྐྱབ་ཕྱག་ནི་ཨོ་རྒྱན་སྐྱབ་ཕྱག་དང་རྒྱབ་སྐྱོད་བྱས་ཏེ་ཁ་ལུབ་ལ་ཕྱོགས་ཏེ་གནས་ཡོད། སྐྱབ་ཕྱག་གི་སྤྱིང་ཕྱོགས་ཀྱི་
བྲག་རོལ་ན་སྐྱབ་ཆེན་ཐང་རྒྱལ་པའི་རང་བྱུང་བྱིན་ཆེབ་ཞིག་ཡོད་ཚུ་ལ་ནི་ཡོངས་བྲགས་ལྟར་ཡིན། རང་རེས་ལྟ་ན་ཡང་རོལ་
དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ཡིན་འདུག་ཨང་སྐྱུང་པའི་ཚོར་སྐྱུང་ཞིག་འགོག་མེད་དུ་སྐྱེ་རེས། ཕྱག་སྒྲིལ་བྲག་སྤྱིང་ན་པར་ལྷིང་ལྷིང་མེ་ཏོག་
གིས་བརྒྱན་པ་གཡུ་ཡི་མཐུལ་ཁ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་རོལ་སྐྱུ་ཞིག་ནས་ཆེད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལྟ་བུ་འཛེས་སྐྱག་
ལྟར་པ་ཞིག་རེད། སྒྲོན་ཆད་འདིར་བསམ་གཏན་པ་ཐར་ཐོར་ཙམ་རེ་བཞུགས་པའི་ངག་རྒྱུན་མཆིས། སྐྱག་ཕྱག་འདི་དག་
དང་འབྲེལ་བའི་ལྟ་སྐྱུང་ཇི་སྤྱིང་ཅིག་ཡོད་དེ་བརྗོད་པའི་ངལ་བ་མི་བྱེད། དགོན་ཞབས་ནས་མར་རི་སྐྱུ་བྱུང་བུ་ཞིག་བརྒྱུངས་
ནས་ཡོད། དེར་«འཁམ་ཡུ་གདོང་»ཟེས་འདི་ནི་«ལྷམ་ཡུ་གདོང་»ཟེས་བའི་སྐྱུ་ཉམས་པའི་བརྗོད་སྐྱུངས་ཡིན་སྐྱུང་།



དོན་ལ་དབྱིབས་སམ་ཚུགས་ཀའི་སྒྲོན་ནས་བཏགས་པའི་མིང་དུ་མངོན། ཡིན་རྒྱུ་ནི་«ལྷམ་ཡུ་གདོང་»ཟེས་བའི་རང་ཡིན་པར་
བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་གོ་རེས། དགོན་པའི་ཤར་ལྷོ་འཕེལ་བར་ན་རི་བོ་མཐོས་བརྗོད་ལྟར་པ་གཉིས་གྲོང་རེར་འབྱེད་ནས་ཡོད།
གཡས་རི་དེར་«སྐྱགས་ལོ་»དང་གཡོན་རི་དེར་«རྟ་ཡུམ་»ཟེས་ནས་འབོད་བཞིན་ཡོད། ངས་བསམ་ན་གཡས་རི་

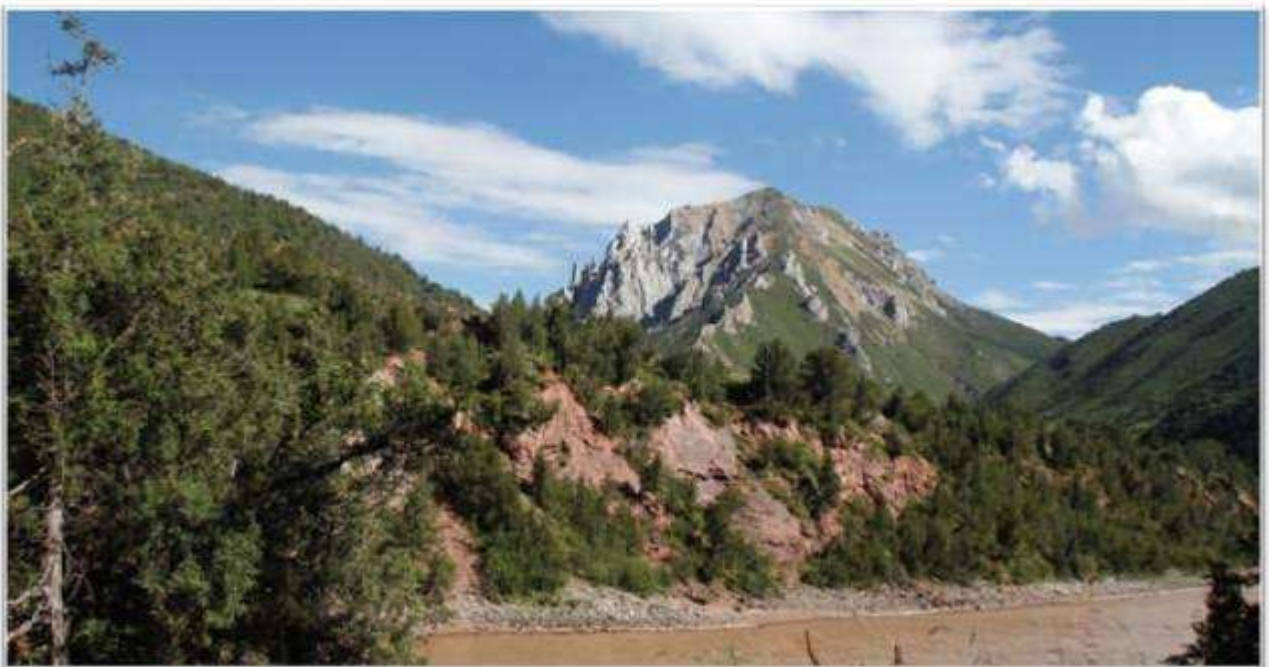


འདིར་སྐྱུ་ཉམས་པའི་སྒྲིན་ཞུགས་པ་ཡིན། དོན་གྱིས་ན་“དཔའ་བོ”ཟེར་བ་ཡིན་སྟེ། དཔའ་བོའི་སྐྱུ་ཉམས་ཏེ་སྐྱགས་ལོ་ཟེར་བར་གྱུར་པ་ནི་ཕྱི་ཟླ་དཔྱད་པས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱིན། འོན་ཀྱང་འདིར་“དཔའ་བོ”ཟེར་བའི་གཏམ་ཆོག་ཅི་ཡོད་སྟེ་ན། རི་འདིརི་གཤམ་ཟུར་གྱི་སྒྲེ་མོ་བྱུང་དུ་བརྒྱུད་པའི་རོལ་ན་འཕྲང་ལམ་ཐུང་དུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མིང་ལ་“ཁྲོ་རྒྱལ་འཕྲང་”ཟེར་བ་ཡིན། དེང་སང་སྐྱུ་ཉམས་ཏེ་«ཁྲོ་རྒྱལ་འཕྲང་»ཟེར་ནས་འབོད་ཀྱིན་གཤམ། འཕྲང་ཟེར་བ་ནི་རང་མེད་ཡུལ་



སྐད་རོལ་དེ་ཡིན། ཡིན་རྒྱུ་ནི་འཕྲང་ལ་ཟེར་བ་རེད། ཁྲོ་རང་འཇགས་ལ་རྒྱལ་གྱི་ལ་སྐྱུ་ཉམས་ཏེ་རྒྱ་རུ་མོང་བར་མ་རོན། ད་ལྟ་ཡུལ་མའི་ངག་ནས་སྐྱུ་ཇི་ལྟར་ཐོན་པ་ལྟར་བྲིས་ན་«ཁྲོ་འཕྲང་འཕྲང་»ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཡོད། སྐད་རབས་མང་པོའི་ངག་རྒྱུན་ལ་འཕྲང་ལམ་གོང་གི་བྲག་རོལ་དེར་ཁྲོ་ལྟ་མཁྱིན་གྱི་སྐྱུ་རང་བྱུང་གསལ་ལ་ཕོ་ཞིག་མཇལ་དུ་ཡོད་པར་སྟེ། མདུན་གྱི་

བྲག་སྒྲིབས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་རྩྱུ་བ་ཕྱག་རྒྱུ་ལྷོ་ཕྱོད་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད། དབྱར་དུས་སུ་དེ་ཡི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་སྒོ་ན་གི་མེ་ཆར་ཆར་དུ་དངར་བའི་ཁུང་གསེང་ནས་འདབ་ཆག་མང་པོས་སྒྲེ་འབྱུང་འཐེན་ཡོད། ལ་དོགས་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་མེ་ཏོག་གི་མེད་བ་སྒྲ་ཆོག་གས་ཀྱང་བཞད་པེ། འོག་ཏུ་ལྷུང་ལྷུང་དུ་འབབ་པའི་རྩེ་ཐོ་དེ་ལ་རྩི་རྩེ་ཐོ་ནས་འབོད་སྒྲུང་། ཆོ་བོ་འདི་འཁོར་ལ་ཡང་རྩུང་ཐད་དབྱུང་དུ་ཡོད་སྟེ། མཆོམས་རེར་སྒྲིབ་གནས་འདི་ལ་རི་ཁྲོད་མ་ཁར་ཉག་ཟེར་ནས་བརྒྱུད་པེ། སྐབས་རེར་རི་ཁྲོད་མཆོམས་ཁང་ཞེས་ཀྱང་འབོད་སྟེ་ལ་ཡོད་སྒྲུང་། གནས་འདིར་ཕྱིས་སུ་རྣལ་འབྱོར་བའི་དང་རྩེ་ཐོ་ཅན་རེ་རྩུང་ཅོམ་རེ་སྒྲ་རྩེས་ཅི་རིགས་སུ་བཞུགས་སྐད་ལས་རྒྱུན་བཞུགས་གནད་མ་ཁན་ནི་ཡོད་པར་མི་གསལ། རི་ཁྲོད་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ལོ་རྒྱུས་འཆོལ་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག འོན་ཏང་དབར་ཞིབ་དཔྱོད་གནད་མ་ཁན་དེ་འདྲ་ནི་ཡེ་མ་རྩུང་བར་མ་རོན། གནད་ཕྱི་རི་དག་རྒྱུན་ལ་རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོ་འདི་རྣལ་འབྱོར་བའི་སྒྲིངས་སངས་རྒྱུས་རྩི་རྩེ་ལྷོ་བ་ཞིག་ (འགའ་རེས་སངས་རྒྱུས་ཆོས་དཔྱིངས་རྩི་རྩེ་ཐོ་སྒྲུང་)བཞུགས་ཏེ་རྩིགས་པ་གྲོང་ནས་བཤོལ། མདུན་གྱི་འཕྲང་ལ་མ་གོང་གི་བྲག་རོས་དེར་སྒོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་རྩི་མགྱིན་གྱི་སྒྲུ་རང་རྩུང་གི་རྩེ་ལ་དུ་བཞུགས་པ་ཞིག་གཟེགས། དེ་ནས་བརྩུང་སྒྲེ་འཕྲང་དེ་ལ་ཡང་“སྒོ་རྒྱལ་འཕྲང་”ཞེས་ཐོགས་པར་སྒྲིང་མ་ཁན་འདུག དེ་ལྟར་ཡིན་ན་རི་འདི་སྒོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་ལ་ཆེན་རྩི་མགྱིན་གྱི་གནས་ཁུང་པར་ཅན་དུ་མངའ་གསོལ་མ་ཁན་ཡང་དམ་པ་ཁོང་ཉིད་ཡིན་པར་མ་རོན། སྒྲ་མ་འདི་འདི་ཐད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོན་སྙིང་ཉ་ཅང་ཆེ་བའི་ཉམས་ཞིབ་པས་ཅན་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་སྒྲུང་། འདི་པའི་བཀའ་སྟེལ་དང་ཆོས་རྒྱུན་རེ་རྩུང་དབར་མ་ཉམས་པར་བཞུགས་འདུག གང་ལྟར་གཡོན་རི་དེར་«རྩི་ཡུམ་»ཞེས་པའི་སྒྲ་རྩུང་ཐད་ཅོམ་ཡང་མ་ཉམས་པར་དཔགས་ན། རི་འདི་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་



འདས་མ་ཡུམ་ཆེན་པོ་གར་གྱི་དབང་ཕྱག་མའི་གནས་རིམ་འདྲོད་པ་ནི་བཤད་མ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བྱས་ན་གཡས་རི་
འདིར་«སྤྲུགས་ལོ་»མི་ཟེར་བར་“དཔའ་བོ་”ཟེར་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཡང་སྒྲོས་སུ་མེད། གཡས་རི་དཔའ་བོ་རྩ་མ་གྱིན་གྱི་གནས་
སམ། བཙམ་ལྷན་འདས་དཔལ་ཆེན་པོ་ཉེ་རུ་ཀའི་གནས་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། མདོ་དོན་རིམ་གྱི་
གཉིས་ཡི་དམ་རྩ་མཆོག་ལོ་པ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་གནས་རིམ་འདྲོད་པ་ལ་ངེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྤེལ་ཅིག་ཡོད་མཆིསྟེ།
འདིར་ནི་ད་ངེས་མཆོན་པ་ཙམ་སྟེ་སྤྲུགས་སྤྲུགས་ལ་དག་ནས་ཞིབ་ཀྱིས་རྩད་བཅད་ན་ངེས་པ་གཏིང་ནས་འབྲོངས་པའི་རྒྱ་
མཆན་སྒྲུ་མང་ཞིག་ཆེད་པར་གདོན་མི་ཟེའོ། །ངས་ནི་ཆོས་དབྱིངས་སངས་རྒྱས་ལྷོ་རྩེ་ས་ཕྱོགས་འདིར་ཐེགས་ཤིང་འགོ་དོན་
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིན་ཆད་རིམ་འདི་གཉིས་ཀྱང་དཔལ་རྩ་མཆོག་ལོ་པ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་གནས་སུ་ངེས་འཛིན་པ་དང་མཉམ་དུ་མིང་
འདི་ལྟར་ཐོགས་ཡོད་སྟེ། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་མིང་དང་གནས་བབ་ཅི་ཡིན་ནི་ཞུ་བར་མི་སྒྲིབས། གཅིག་བྱས་ན་དེ་ཡན་ཆད་
ཅིག་ནས་རྩ་མཆོག་ལོ་པ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་མིང་གནས་ངེས་འཛིན་བྱུང་ཡོད་སྟེ། ཡང་ན་དེ་ལྟར་བྱུང་མེད་ཀྱང་སྟོན་པས་ཤེས་
འདྲོད་ཅན་གྱི་སྤྲུགས་ལ་དག་ནས་བསང་གསོལ་གྱི་ཆོག་རྩིང་པ་ཚུན་ཆད་ནས་འཛོལ་བའི་ལས་ལ་ཞུགས་པར་འོས་སོ། །
ཞེས་པ་ཡུལ་གྱི་འདྲ་པར་འགའ་ཞིག་དྲ་ལམ་ནས་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་འབྲུམ་པོ་མ་ཁྱེན་སྒྲོ་བས་ཇི་ལྟར་བསམ་པ་བཞིན་
བྲིས་སོ།།———• 2016/2/4

ཤུག་གུ་ལྷ་མོ།

ཕྱི་ཡི་ཁོར་ཡུག་རིན་ཆེན་སེར་ལས་གྲུབ།

བར་གྱི་ཚི་ཤིང་རང་བྱུང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།

ཡུལ་གྱི་སྒོ་ལ་རྒྱན་གདོད་ནས་གཤེས་སུ་གྲུབ།

མ་བཅོས་རི་ལུང་བདེ་སྐྱིད་འཆོ་བས་གྲུབ།

ཡུལ་དང་ལུང་པ་རེ་ལ་བྱུང་ཆོས་རེ།

དེ་ལ་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་གཏམ་རྒྱུད་རེ།

མི་འགྱུར་སེམས་ལ་འཛིན་པའི་རྒྱན་རབ་རེ།

མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་བྱ་ཚར་འོས་འགན་རེ།

ཞེས་སྐྱེད་གཞིས་གཏམ་གྱིས་མདུན་ཅུང་ཟད་ཕྱིས་ཏེ་གང་སྐྱེད་བར་བྱ་བ་ནི། ས་ཡུལ་ཤུག་གུ་ལྷ་མོས་གཏམ་རྒྱུད་ནི། དེ་ལ་སྤྱིར་ན་བོད་ཡུལ་བྱང་ཅུང་གཉིས་ཀྱི་འཆོམ་སུ་ཤུག་པ་མ་སྐྱེས་པ་ཆེར་མེད་པས་ཡ་མཚན་རྒྱ་ཞིག་དང་སྐྱེད་དགོས་པ་ཞིག་གང་ཡང་མ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེའི་ས་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་ཤུག་གུ་ལྷ་མོ་ནི་ས་ཆ་དེར་ཤུག་པ་དཔུང་འཐུག་ཞིང་ནགས་ཚལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལྟ་བུ་དེས་ནང་ནས་རྒྱན་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་བྱུང་ཏུ་འཕགས་པ་དོ་མཚར་བ་གནའ་ནས་ད་བར་གཏམ་རྒྱུད་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དཔེར་ན་མི་ཡི་ནང་གི་མཁས་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེས་ནང་གི་ཁོར་བྲ། ཏྲ་ཡི་ནང་གི་རྒྱ་ཤེས། ཤུགས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱུ་མཚོག་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་ཤུག་གུ་ལྷ་མོ་ཡོད་ས་དེ་ནས་ཡར་རྒྱས་པས་ན་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབ་ཕུག་གཉིས་ཀ་ཐད་ཀར་མཇལ་ཐུབ་པས་ཁོང་ཡབ་སྐྱབ་པ་མཛད་ནས་བཞུགས་སྐབས་བདུན་ཅི་ཤུག་པའི་བཅུད་ལེན་མཛད་པའི་དུས་སུ་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཅན་གྱི་ཤུག་འབྲུ་འཐོར་བ་ལས་འབྱུངས་པར་གྲགས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དོ་མཚར་ཅན་རྒྱས་པའི་དག་རྒྱན་ལས་ད་ལྟའི་བར་གསལ་པོར་ཡོད་པ་བཞིན་དཔེར་ན། སློབ་དཔོན་པདྨ་མཛད་པའི་བདུན་ཅི་ཤུག་པའི་བཅུད་ལེན་ལས་ཀྱང་དང་པོ་ཤུག་པའི་སྤང་བྱ་གསུམ་ལས་འདི་རྟར་ཡིན། ནགས་ཤུག་རྩ་ཤུག་བྲག་ཤུག་རལ་པ་



ཅན་དང་ཆེར་མ་ཅན་ཤུག་པའི་སྤང་བྱ་ཡིན། ཆད་པ་ཅན་གྱིས་ཉིན་ཤུག་སྤང་། གང་བཅན་གྱིས་སྤང་ཤུག་སྤང་།
 དེ་ནམས་ཤུག་པའི་སྤང་བྱ་ཡིན། ཞེས་དང་ཤུག་པའི་སྤང་བྱ་འདི་ལྟར་ཡིན། ལྷ་ཤུག་སྤྲོད་ཀར་འོ་མ་གཏོར་བ་འདྲེ་
 སྤན་ཤུག་སྤང་ལ་འཇམ་པ་ཡོད། སྤང་ཤུག་ལོ་འདབ་རྒྱས་ལ་འཇམ་ཉིད་མཁའ་འགོ་འགྲིང་དེ་འཛིན་གྱིས་
 བཞུགས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གནས་འདིས་ཤུག་གྲུ་ལྷ་མོས་མདོག་དང་ས་དམིག་གཏམ་རྒྱུད་བཅས་ཡ་
 མ་བུ་ལ་བར་སྤྱུ་ཞིང་འཇམ་ལ་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་དགུན་མི་སྐྱམ་པ་བཅུད་ལེན་གྱི་གསེས་དང་། མདངས་ཀྱི་མཆོག་
 ཏུ་བྱུང་པ་དེ་དག་དང་པའི་ཡུལ། མིག་གི་རྒྱན་ལྷ་བྱུང་མཛེས་ལྷེས་མེར། སྤྱུ་གཤམ་སེ། སྤྱུ་གཤམ་ལོ་འདབ་ལ།
 འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཆེ་བའི་བདུད་ཅི་སྟེ། མི་ཡི་བདུད་ཅི་བ་ལྟ། ལྷ་ཡི་བདུད་ཅི་ཤུག་པ། བཅན་གྱི་བདུད་ཅི་མཆོ།
 ལྷ་ཡི་བདུད་ཅི་འོ་མ་བྱ། ལྷེ་བརྒྱད་ཀྱི་བདུད་ཅི་མཁན་སྐྱུ་འམ་ཡང་ན་བ་ལྟ་སྤང་གི་བདུད་ཅི་དང་། ཤུག་པ་ཉིན་གྱི་
 བདུད་ཅི། མཆོ་སྤང་གྱི་བདུད་ཅི། འོ་མ་བྱ་ལྷ་ཡི་བདུད་ཅི། མཁན་སྐྱུ་སའི་བདུད་ཅི་བཅས་འདི་དག་དགུན་མི་སྐྱམ་
 པའི་བདུད་ཅི་ཡིན་པར་གསུངས་པས་དབྱར་དགུན་བྱད་པར་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་ཤུག་པ་དང་བ་ལྟ་མཆོ་
 གསུམ་ནི་དགུན་དུས་ཀྱང་ལོ་མ་མི་ལྷུང་ཞིང་ཁ་དོག་ཀྱང་ཆེར་མི་འབྱུང་བ་དང་། འོ་མ་བྱ་དང་མཁན་པ་གཉིས་དགུན་
 དུས་ལོ་མ་ལྷུང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ཀྱང་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཀྱི་ལུས་ཤིང་ལོ་མ་རྒྱས་པ་སྤྲོད་ཅི་ཤིང་གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་
 འཕགས་པས་བདུད་ཅི་ལྷ་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་སྤྲོད་ཀྱི་མཆོག་ བཅུད་ལེན་གྱི་རྒྱལ་པོ། འི་ཞེས་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཡིན་

པ་དང་། གཞན་ཡང་ཤུག་པ་ནི་ལོ་རེ་གཉིས་ཙམ་དང་མི་རབ་རེ་གཉིས་ཙམ་ནས་སྐྱེས་ཚད་རྫོགས་པའི་རྩི་ཤིང་གི་
གས་ཞིག་མ་ཡིན་པས་དེ་བས་ན་རིན་ཐང་གི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཙན་དན་གྱི་སྤྲོད་པོ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མེད་པས་དཀོན་
ལ་རིན་ཐང་ལྡན་པའོ།

པདྨ་འབྱུང་གནས་མཁའ་འགོ་མཚོ་རྒྱལ་བུང་།

གནས་འདིར་སྐྱབ་པ་མཛད་པའི་རི་བོས་ཞེལ།

བདུད་རྩི་ཤུག་པའི་བཅུད་ལེན་མཛད་ནས་སུ།

རིན་ཆེན་འབྲས་བུ་འཐོར་ལས་འབྱུངས་བར་བྲགས།

མཐོང་བས་མཛེས་ལ་སྦྱོམ་པས་དྲི་ཞེས་པ།

བྱད་དུ་མཚར་ཞིང་ཡིད་འོང་སྦྱུམ་ལྡན་པའི།

ས་ཡི་བཅུད་དང་ཡུལ་གྱི་རྒྱན་མཚེག་འདིས།

གཏམ་རྒྱུད་སྤྲིད་པའི་མཐའ་ལ་བྱབ་གཅིག་གྱ།

ཞེས་སྒྲན་རྩིས་ལ་འཇུག་པ་བྱུང་ཙམ་ཡང་པ་ཚད་སར་མེ་ཏོག་ནས་ཕྱི་བོད་རབ་བྱུང་༡༥པ་སྐྱུར་བྱེད་ཞེས་པ་ས་མོ་ཕག་གི་
བོད་ལྗེ་༥པའི་༡༧ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ལོས་ལྗེ་ཆོས་༡༢ཉིན་བཟའ་སྐར་དགེ་བར་བྲིས་པ་འོ།།

གནས་བསྟོད།

དུས་བཅུན་མ།

མདོ་ཁམས་སྒྲོམ་སྒྲེའི་ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི།
སྒྲོམ་པའི་སྐལ་བཟང་དགོན་སྒྲེའི་གན་འདིན།
མཆོ་སྦྱིས་དོ་རྩེའི་བྱགས་བསྦྱིད་ལས་བྱུང་པའི།
ཟངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོ་འདིར་འཕེས་ཏེ།

གནས་ལྷགས་འབར་བའི་མ་ལ་ཡའི་ལྷན་པོ།
ཇི་བཞིན་བརྒྱུད་ཅིང་གཟེ་ཡི་བྱིན་ཆགས་པ།
འཆོ་བཅུད་ཀྱན་ལས་རིན་ཆེན་སྦྱོན་གྱི་རིཌ།
སྤྲོ་ཆོགས་འདིར་སྦྱོན་སྦྱང་ནའང་ཆོག་ཆོག་སྟེ།

ད་བྱེད་སྒྲོ་དང་གསོ་བྱེད་འཆོ་བཅུད་ཅན།
རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་རྩ་སྦྱོན་བཟང་དུག་སོགས།
གནས་འདིར་མ་བཞད་སྦྱོན་ལྷུ་མ་རེའི་ཉིང་།
ཀྱིན་གྱིས་དོ་སྦྱང་བདག་པོའི་དགའ་སྟོན་དུ།

མོ་མ་དུང་མགོའི་གནས་སམ་རྩ་རོལ་སྟོ།
མཆོམས་སྦྱོར་ཚུལ་དུ་ས་བཅད་མ་སྦྱོར་ཅམ།

བསྟོད་ཚོག་བེད་དཀར་པོའི་འཕྲུང་བ་འདི།
རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་མ་མག་ལོ་འདིར་སྐྱུར།



གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་གི་ཁོར་ཡུག་སྤངས་སྐྱབས་གལ་ཆེ་བས།

ང་ཚོས་པ་མེས་ཡ་མེས་ཚོས་ངག་རྒྱན་ལས་ས་ཁོ་མི་ཉན་ས་བདག་གི་གཞོན་པ། རྒྱ་དཀྲུག་མི་ཉན་སྤྱི་གཞོན་པ། འོར་རྒྱག་མི་ཉན་གཞི་བདག་གི་གཞོན་པ། རིན་ཆེན་གསེར་ནག་ལས་ལྷག་པའི་གཏམ་བརྒྱད་མང་པོ་ཡོད། གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་གི་ཁོར་ཡུག་སྤངས་སྐྱབས་བྱེད་རྒྱ་ནི་སྤྱིར་འཛམ་གླིང་གི་མི་བྱ་དང་། སྒོས་གངས་ཅན་པ་ཀུན་གྱིས་དོ་གལ་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཚན་ནི་སྤྱིར་འཛམ་གླིང་གོ་ལ་སྤྱི་པོའི་དགེ་མཚན་འབྱུང་བའི་གནས་གངས་ལྗོངས་ཁོར་ཡུག་འདི་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དགོས་བསམ་ལྡན་ཁ་བའི་ལྗོངས་ཀྱི་དགེ་མཚན་མ་ལུས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་ཡིན་པས་སོ། དེ་ལས་དང་པོ་སྤྱིར་འཛམ་གླིང་གོ་ལ་སྤྱི་པོའི་དགེ་མཚན་འབྱུང་བའི་གཞི་ཡིན་ཚུལ་ནི། གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་ཁོར་ཡུག་ཏུ་འཚོ་བའི་རྩ་ཆའི་སྤྲན་རྩ་ལྷན་པའི་དུད་འགོའི་རིགས་སྤྱོད་བ་དང་ཤ་བ་སོགས་བདུན་ཅུ་དོན་གསུམ་༼དུད་དཀར་ཆོག་མཛོད་༽ ལས་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་ནད་ཁམས་སེལ་དཀའ་བ་རྣམས་ཀྱང་སེལ་བའི་རྩས་པ་ལྡན་ཡོད། གལ་ཏེ་རྩ་ཆའི་སྤྲན་ཆགས་དེའི་རིགས་སྤངས་སྐྱབས་མ་བྱས་པར་བརྟུག་ཅི་ཐུབ་བྱས་ནས་རྩ་བ་སྤྱོད་ས་བར་གྱུར་ན་སྤྱིར་གསོ་ཐབས་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་དུ་སྤྱོད་པའི་རྩ་ཆའི་སྤྲན་རྩ་ལྷན་པ་དང་སྤྱིར་དཀར་སོགས་ཀྱི་རྩ་ཤིང་རིགས་དང་། ཏྲིག་ཏྲ་དང་གྱུར་གྱུ་གསོལ་དཀར་གསོལ་དམར་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྲན་རིགས། དབྱར་རྩ་དབྱུག་འབྱུང་ཨ་མྱེ་ཤ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྲན་རིགས་ཀྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོ་སྤྲན་དང་འཚོ་བ། ནད་རིགས་བཅས་འཛམ་ས་པར་བྱེད་པའི་སྤྲན་རྩ་མཚོག་དེ་རྣམས་ལ་སྤངས་སྐྱབས་མེད་པར་གཏོར་བརྟུགས་ཡུད་ཅམ་དུ་སྤྱོད་ཅི་རུས་བྱས་ཏེ་རྩ་བ་གཅོད་པར་བྱས་ན་སྤྱིར་གསོ་ཐབས་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་ངས། དེ་བཞིན་རང་བྱུང་གི་གཏོར་རྩ་ཚད་དང་བྱུ་ཏྲིག་སྤྱོད་དང་ཅོད་ཞི་སོགས་ཀྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་ལུས་ཁམས་གསོ་བ་དང་ནད་རིགས་འཛམ་ས་པའི་ནོར་མཚོག་ཡིན་ཀྱང་། གལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་སྤངས་སྐྱབས་མེད་པར་བོར་གཏོར་བྱེད་གང་ཐུབ་ཀྱིས་ལོ་ཤས་རིང་རྩ་བ་སྤྱོད་ས་བར་བྱས་ན་སྤྱིར་དཀའ་བ་གི་རུས་སྤྱོད་ས་ལྷན་པའི་དངོས་པོ་བརྟུག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་དུ་གཏོར་བརྟུག་བྱེད་པའི་འོས་པ་མེད་དོ། གངས་ལྗོངས་ཁོར་ཡུག་འདི་གླིང་ཆེན་གྱི་དགེ་མཚན་འབྱུང་བའི་གཞི་ཡིན་ཚུལ་ནི་དུངས་གཅོད་གི་ཚུ་བོ་སྤྱོད་གཡུ་འབྲུག་སྤྱོད་མོ་སྤྱོད་ཚུ་བོ་སྤྱོད་མོས་ཡན་ལག་དང་། རྩ་ཆུ། འབྲི་ཆུ། མ་ཆུ། རྒྱ་མོ་དངུལ་ཆུ་བཅས་

གངས་ལྷོ་སྒོ་གི་མཐོ་སྒང་ནས་བཞུར་ཏེ་སྤྱི་ཆེན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་འབབས་པ་དེ་ལ་མི་རིགས་མང་པོས་ལོངས་སྤྱོད་གཞི་བྱ་ཡོད། རྒྱ་དེ་དག་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་འགྲོ་བའི་སྐྱོམ་པ་སེལ་བ་མ་ཟད་ནད་རིགས་འཛོམས་པའི་རྒྱས་པ་འདྲན་ཡོད། གལ་ཏེ་མཐོ་སྒང་གི་རི་ལུང་དང་། རབ་ཡངས་གྱི་ཐང་བཅས་ལ་སྤྱང་སྒྲོབས་མེད་པར་ས་ཀོ་རྩི་སྒྲིག་གིས་ས་གཞི་དེ་ས་ནག་ཏུ་བཟོས་པ་དང་། ཅི་ཤིང་ནགས་ཚལ་ཀྱན་ཙ



བ་གཏོར་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ན་དབྱར་དུས་ཆར་ཞོད་ཀྱིས་རྒྱས་ས་རོ་དང་རྩོམ་ཀྱན་རིམ་བཞིན་འཁྱར་ནས་རྒྱ་ཁྱུང་དུ་འབྲེས་པས་རྒྱ་ཁྱུང་དེ་དག་དྲུངས་གཙང་མེད་པར་ས་མདོག་དང་འདམ་མདོག་གི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་ནས་རིམ་བཞིན་དྲུངས་གཙང་གི་རྒྱ་བོ་དག་ལ་འབྲེས་ཏེ་རྒྱ་མཚོར་འགྲོ་བས་མི་རིགས་ཀྱིས་དགོས་མཁོ་མེད་པར་གྱུར་ན། མ་ཚད་དྲུངས་གཙང་གི་རྒྱ་བོ་དེ་དག་མཐོ་བོད་གིས་འབྲུག་རོམ་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། གལ་ཏེ་མཐོ་བོད་ཀྱི་འབྲུག་རོམ་དེ་དག་ཞུ་བྱེད་པར་གྱུར་ན་རྒྱ་གཙང་དེ་དག་དཀོན་པོར་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པ་མཐོང་དང་མཐོང་བཞིན་པ་ཏེ། དེ་ལྟར་གནས་གཤམས་འབྱུང་བ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ནི་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ཁོར་ཡུག་ལ་གཏོར་བརླག་དང་བཙོག་སྒྲོན་སོང་བའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་གནའ་དེང་གི་ཤེས་ལྡན་ཀྱན་གྱིས་མ་གྲོས་གཅིག་མཐུན་དུ་གསུངས་སྟེང་ལ། མཐོ་སྒང་བོད་ཀྱི་ཅི་ཤིང་

ནགས་ཚལ་ཀུན་སྐྱེད་སྐྱོབ་ས་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ།

གལ་ཏེ་ནགས་ཚལ་ཀུན་མེད་པར་གྱུར་ན་མཐོ་སྒང་གི་ཁ་ཆར་



གྱི་ཚུ་ཀུན་གནས་ས་མེད་པས་རིམ་བཞིན་དམའ་བའི་ས་ཆ་རུ་ལུད་ནས་གོང་ཁྱེད་ཁག་ལ་ཆུའི་འཛིགས་པ་འབྱུང་བ་
ཡིན། དེས་ན་ས་སྟོང་ཀུན་ནགས་ཀྱིས་སྡོ་ལྡང་ཅན་དུ་བསྐྱུར་དགོས་གསུངས་པ་ནི་ཁོར་ཡུག་སྐྱེད་སྐྱོབ་ཀྱི་ཐབས་
ལམ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས་སྐྱ་ནག་སྐྱུ་ལ་ཁབ་ཀྱིས་རྩ་བའི་སྐྱེད་སྐྱོབ་སྐྱོང་བཞག་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་མཆོ་
བོད་མཐོ་སྒང་གནས་ཀྱི་མཁའ་རྒྱུད་དེ་གཙང་སིང་སིང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྐྱོབ་ས་འབྱུར་དགོས། གོང་ཁྱེད་ཆེན་
པོ་རྣམས་ཀྱི་མཁའ་རྒྱུད་ནི་བཟོ་བྱའི་རྒྱུད་སྤྱད་དང་ཇུས་འབྱུར་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་སྐྱགས་པའི་མཁའ་རྒྱུད་གིས་མིའི་
ལུས་ཁམས་དང་ཆོ་སྒོག་ལ་གཞོན་སྐྱོན་ཇི་ཆེར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་དག་གངས་ལྗོངས་མཐོ་སྒང་གི་མཁའ་རྒྱུད་གཙང་
མས་བཅོག་རིགས་ཀུན་སེལ་བར་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དུག་རྒྱུད་ཆེར་འཛིགས་པའི་གོང་ཁྱེད་དུ་
གནས་པའི་སྐྱབས་སེམས་ཁམས་མི་དྲུངས་པ་དང་རིག་པ་རྒྱགས་པ། གཉིད་འཐེབས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་
ལ་སྐྱོན་མཐིང་མདོག་གི་མདངས་དང་ལྡན་པའི་མཁའ་རྩ་སྤྲིན་དཀར་གྱི་འདབ་མ་དལ་བྱར་སྐྱོད་ཅིང་། དྲུངས་
བསེལ་རྒྱུ་བྱ་གཡོ་ཞིང་སྡོ་ལྡང་ལོ་མས་མཛེས་པའི་ཁོད་ན་རང་བྱུང་སྐྱེད་སྐྱོང་གི་བསྐྱེད་སྐྱོང་བའི་དེ་གཞོན་སྣ་
ཚོགས་ལུས་ལ་རིག་མ་ཐག་སྣང་བ་དགའ་ཡ་ལེ་དང་སེམས་པ་སྐྱོ་སིང་ངེས། ལུས་ཁམས་བདེ་སང་ངེ་འབྱུང་



བ་ནི་རང་རེ་ཆོས་མཐོང་བཞིན་པ་ཡིན་པས་ཅིས་ཀྱང་གངས་ལྷོ་མཐོ་སྒང་གི་རང་བྱུང་ཁམས་དོ་མཉམ་དང་སྤང་
སྤོབས་བྱེད་རྒྱ་རང་གཞན་ཀུན་གྱི་དགའ་བདེའི་གཞི་རྩ་ཡིན་པས་སྤང་མེད་དུ་བྱེད་པ་ནི་བསམ་མེད་དུ་དཔྱད་འགྲོ་ལས་
ཀྱང་དམན་པ་ཡིན་ནོ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོ་ ༡༡ ཉིན་བདེན་པའི་ངག་ནས།

རེ་སྤྲི་སྤྲོད་བཅུད་དང་རི་རྒྱུ་རིགས་གནས་མདོ་ཙམ་གླིང་བ།

རེ་སྤྲི་ཞེས་པའི་མིང་ཆོག་འདི་ཡི་འབོད་གཞི་རྩ་གྲུ་པའི་ལུང་ཚན་གྱི་བྲག་པ་འདི་གང་དུ་ཆགས་པའི་གནས་ནི། བོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ལས་ཁམས་དང་། མདོ་ཁམས་ཚུ་བཞི་སྐད་དུ་གྲུ་གྲགས་པའི་ནང་ཚན། དུལ་ཇ་ཟལ་མོ་སྐད་གི་སྐད་སྤྲོད་ཚུ་བཞི་འི་ནང་ཚན་ཇ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལག་སྤྲི་རྒྱུ་འབབ་རྒྱུ་དུ་བཙོ་བོར་ཆགས་ཡོད་ལ། སྤྲོན་བོད་བཙན་པོའི་སྐབས་སྤྲོད་སུམ་པའི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་པ་དང་། དེར་གླིང་ཁྱི་གོང་འོག་བར་གསུམ་ཡོད་པར་གྲགས་པའི་ནང་ནས་གླིང་ཁྱི་བར་མའི་སྤྲོད་ཀྱི་ཆ་ཡིན་པར་ཕྱོགས་འདི་ཡི་ཡུལ་བསང་དག་དུ་འཁོད་ཡོད་དེ། དེ་སྐད་དུ་ཡང་ཨོ་རྒྱུན་འཇིག་མེད་མི་འགྱུར་བསམ་ཏན་གླིང་པས་མཇོད་བསངས་མཚོད་ལས།

ཀྱི། ཇམ་བུ་བྲི་ཀྱའི་སྤྲི་ལྷན་གླིང་། །ཞོར་འཛིན་དཔལ་གྱི་ཐིག་ལའི་དབུས། །དོ་རྩེ་གདན་གྱི་བྱང་གི་ཕྱོགས། །རི་བོ་ནག་པོ་དགུ་འདས་པའི། །མཚམས་སུ་ཏེ་མའི་བསྐྱར་བའི་ལྗོངས། །རྩོ་ཏའི་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་ཁམས་ཀྱི། །གླིང་ཁྱི་བར་མའི་ཁྱོན་གྱི་དབུས། །སྤྲི་ཡི་ངང་མ་བསྐྱོད་པའི་གཡོན། །དོ་མཚར་གནས་



སུ་པད་འབྱུང་གི། །བྲིན་རྒྱབས་ཡ་མཚན་ཕུལ་གྱུར་པ། །ར་ཚ་དཀར་འབེལ་ཞེས་སུ་གྲགས། །སྤྲི་འཁྲིགས་ལྷན་པོ་ལྷ་ལམ་བསྐྱོགས། །ཞེས་སོགས་གསུང་པ་ལས་ཤེས་ནུས་སོ། །གང་རིའི་རྩ་བས་མཐའ་སྐྱར་བའི། །

འཛམ་གླིང་འཛིན་མའི་དབུ་ཅེ་རུ། གཞི་བཅུད་པལ་གྱི་གཡང་ཆགས་པ། རེ་སྒྲོང་སྤྱག་མོ་ལས་གཞན་སུ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གནས་འདིར་རེ་སྒྲོ་ཞེས་པའི་མིང་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་སྟེ་མས་ན། རེ་སྒྲོ་དགོན་པ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར་ཆག་བཏབ་པ་ལ་རྟེན་ནས་དེ་ཡི་ཉེ་འཁོར་གྱི་སྒྲོང་བཅུད་འབའ་དག་ལ་རེ་སྒྲོ་དང་རེ་སྒྲོ་བ། རེ་སྒྲོ་མ་སོགས་འབོད་བཞིན་ཡོད་པར་མཛོན་ལ། རེ་སྒྲོ་དགོན་པ་ཐོག་མར་གནས་གང་དུ་དུས་ནས་གྱི་ཆོ་སྤྱས་ཕྱག་བཏབས་པ་སོགས་ལ་ངག་རྒྱན་མི་འདྲ་བ་མང་ན་འདྲ། གན་རབ་ལོ་རྒྱས་ལ་དོ་སྣང་ཆེ་ཞིང་ངག་རྒྱན་ལ་མཐོང་ཐོས་མང་བ་ཆོས་བཤད་པ་ལྟར་ན། ཁམས་སྒྲ་རྒྱུ་རྒྱ་ལག་ལྷེ་རྒྱུ་རྒྱ་ལྷེ་ཡི་ར་ཆ་རྒྱུ་མགོ་འི་རི་རྒྱུད་སྒྲོ་ཉ་ཅེ་ཞེས་བྱ་བར། སྒྲ་བྲང་གསུམ་ལས་གྲུབ་པའི་དགོན་པ་ཞིག་གི་ཆགས་ཤུལ་ཡོད་ཅིང་། སྒྲ་བྲང་གསུམ་གྱི་ཆགས་ཤུལ་དེར་ད་ལྟ་འདྲེ་བ་མགོ་དང་དོར་གདོང་ཏིས་ཆ་གཅོམ་ཞེས་སོ་སོར་འབོད་ལ་ཡོད་ཅེས་ཐོས། ངག་རྒྱན་ལ་དེ་དོར་ཏིས་གསུམ་ཞེས་པའི་སྒྲ་མ་གསུམ་གྱི་གདན་ས་ཡིན་པར་གྲགས། དེ་ནས་ཐག་མི་རིང་བ་ན་ཁམས་པ་རྒྱ་ལོ་འི་སྐབ་གནས་ར་ཆ་རྒྱུ་མགོ་ཡོད་པ་དང་། གནས་དེར་ས་ཆེན་དང་རྒྱ་ལོ་འི་གདུང་འབུམ་ད་ལྟ་འདྲེ་སྤྱ་འཇལ་རྒྱ་ཡོད་པས། འདི་ལས་དཔག་ན་དུས་རབ་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱ་ལོ་འི་སྐབ་ཆོའི་སྤྱད་ཅེས་ན། རྒྱ་ལོ་འམ་རྒྱ་ལོ་འི་རྒྱུན་འཛིན་ཞིག་གིས་སྒྲོ་ཉ་ཅེར་རེ་སྒྲོ་དགོན་པ་ཐོག་མར་ཕྱག་བཏབས་ཡོད་པ་དཔག་ཐུབ་སྟེ། རྒྱ་ལོ་ནི་ས་ཆེན་གྱི་དངོས་སྒྲོབ་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱས་ན་འཁོད་ཡོད་ལ། དེ་ནས་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་ནང་འགོ་མགོན་འཕགས་པ་ཁམས་ཕྱོགས་འདིར་ཕེབས་སྐབས། དགོན་པ་འདིའི་མདུན་ཐད་དུ་ད་ལྟ་འདྲེ་ཆོས་སྒྲར་ཉག་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲར་བཏབས་པ་དང་། མདུན་ཐང་དུ་ཆོས་ཁྲི་ཅེགས་པའི་ཤུལ་དངོས་སུ་འཇལ་དུ་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་འཕགས་པ་སྐྱུ་དངོས་ཀྱིས་དགོན་པ་འདིར་གསེ་མགོན་བྱིན་ཆེན་ཞིག་ཅུལ་བར་གྲགས་ཤིང་། དེ་ནས་དུས་རབ་གང་འཆོམས་ཞིག་ལ་དེ་དོར་ཏིས་གསུམ་ཞེས་པའི་སྒྲ་བྲང་གསུམ་གྱིས་དགོན་འདི་འཛིན་སྒྲོང་སྤྱད་ཤིང་། དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་སྐབས་ཅེས་ཞིག་ནས་དགོན་པ་དེ་གནས་དེར་གནས་མ་ཐུབ་པར། སྒྲ་བྲང་གསུམ་སོ་སོར་གྱེས་ཤིང་རེ་བ་སྒྲ་མ་ཀུན་དག་འཁྲི་འབྱར་གྱིས། རྟོན་པའི་སྐྱུ་ལི་མ་སོར་ལྷ་པ་ནང་དུ་རྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་རིང་སྟེལ་བཞུགས་པར་གྲགས་པ་ཞིག་དང་། ལི་ནག་གྱི་བཀའ་དམ་མཆོད་རྟེན། བསེ་མགོན་བྱིན་ཆེན་གྱི་བཙོས་པའི་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གདན་བྲང་ནས་ཡར་ཉིན་ལམ་གཅིག་ཅེས་ཕྱིན་ཅིང་། ལྷེ་རྒྱུ་

ལས་ཚུར་ཉིན་ལ་བསྐལ་ནས་ཅུང་ཟད་ཕྱིན་པའི་ཚེ། སྤྱི་འབྲེགས་ཀྱི་དོལ་ཞབས་མེས་ཤིག་བྱུང་བ་ན། (ད་ལྟ་དངོས་
སྤྱི་འཇལ་རྒྱ་ཡོད་པའི་རེ་བ་སྒྲ་མའི་ཞབས་མེས་དེ་བྱུང་བར་གྲགས་ལ།) བསྟན་འགྲོར་སྤྱིན་པའི་ཕྱག་མེས་ཤིག་
འཛིན་ཐུབ་པའི་ཉེན་འབྲེལ་དུ་གཟིགས་ནས། དེ་ནས་དེ་ཡི་ཉེ་སྤྱོད་དུ་དགོན་པ་ཆག་འདེབ་པར་བཞེད་ནས་ས་
བཟགས་པའི་ཚེ། དེ་ནས་མི་རིང་བའི་ས་སྤྱི་རྒྱུ་བྱང་ངོས་རྒྱབ་རི་མོ་སྤྱི་མེ་མོད་ཐང་དཀར་གྱི་གཤོག་གྲུ་ཕུབ་
ཅིང་མགོ་བོ་གྲུ་དུ་འདེགས་པ་འདྲ་བའི་མདུན་ངོས། གཡས་རི་ནག་ཇོ་བུ་ཆེན་བུ་རྒྱུན་གཉིས་དབྱ་ལ་
ཆས་པ་འདྲ་བ། གཡོན་རི་ར་ཆ་དཀར་འབེལ་དར་དཀར་དགོང་ལ་ཕྱར་བ་འདྲ་བོ། མདུན་རི་དོམ་ཉིན་ཟེར་བ་སྒོ་
ངོས་ནས་ལྟ་དུས་དོམ་ནག་འབྱིང་འགོས་བྱེད་འདྲ།



བྱང་ངོས་ནས་ལྟས་ན་སྤྱང་པོ་ཆེ་མོད་གཞུང་ཁུར་བ་ཞིག་ཁ་ཤར་དུ་ཕྱོགས་ནས་དལ་གྱིས་རྒྱ་བ་དང་འདྲ་བ་
སོགས། ས་ཡི་བཀོད་པ་དང་དགེ་བཅུ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་གནས་ཁུད་པར་ཅན་དེར། རེ་སྒྲ་བན་
བདུན་མ་ཞེས་དཔོན་སྒྲོབ་བརྒྱད་ལས་གྲུབ་པའི། བསམ་འཕེལ་མོ་སྤྱི་སྤྱི་ཞེས་པའི་དགོན་པ་འདི་ཕྱག་བཟབས་
པ་རེད། དེ་ནས་རེ་བ་སྒྲ་མའི་དཔོན་རྒྱུད་ཀྱིས་དགོན་འདི་རྒྱུངས་ཤིང་། ཀྱན་གྱིས་རེ་སྒྲ་དགོན་ཞེས་འབོད་
པས་དགོན་མིང་ཡུལ་ལུང་སྤྱི་ལ་ཆགས་པར་མཛོན་ནོ།

རེ་བ་ནག་པོ་འཛིན་ཁ་མི་འབྱུང་བས། །

རེ་བའི་སྒྲ་ནག་བཟེད་དུ་མི་རུང་བཞིན། །

རེ་བ་སྒྲ་མ་ཀྱན་དག་འཛིན་ཁ་མི་འབྱུང་ལས། །

རེ་སྒྲའི་མིང་འདི་བྱུང་བའང་བཟེད་མི་རུང་། །

ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་དོ། །

རེ་སྒྲའི་རིགས་གནས་དངོས་བཤད་པ་ལ་ཕྱི་ནང་གསལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། ནང་པོ་གནས་འདི་འོ་སྒྲོང་
བཅུད་ཕྱི་ཡི་བཀོད་པ། གནས་འདི་འོ་སྒྲོང་བཅུད་ཀྱི་ཕྱི་ཡི་བཀོད་པ་ནི་ལྟ་ན་སྤྱད་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཛེས་ལྡོངས་
ཞིག་སྟེ། རེ་སྒྲའི་དབྱས་སྤྱི་སྒྲུལ་ར་ཆ་དཀར་འབེལ་ལམ་ཡོངས་གྲགས་སྤྱར་རུག་ཞེས་འབོད་པའི་རེ་བོ་དཔང་
མཐོ་ལ་གཡང་གཟར་བ། སྒྲོད་དུ་རྒྱ་དང་གཡེ། བར་དུ་སྤང་དང་ཅི་ཤིང་གི་རིགས། མདའ་རུ་ཆབ་དང་
ཐུ་བོ་མཆོད་དང་རྒྱུ་མོགས་ཀྱིས་རྒྱན་པ། དེ་དང་རེ་སྒྲོད་གཅིག་པའི་རུག་སྒྲུ་བེ་དང་སྒྲུ་བེ་ཞེས་འབོད་པའང་
ཡོད། དེ་དག་ལ་མིང་རུག་ཞེས་ཐོགས་དོན་ཡང་། དུས་བཞིར་ལྷང་མདོག་ལ་འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་སྒྲི་སྒྲུ་
པའི་འཕྲག་ཅམ་དུ་མེ་ཏྲོག་ལ་འབྱས་པའི། ཤིང་སྤྱད་མའི་མེ་ཏྲོག་ཞེས་ཀྱན་གྱིས་ལྟ་བས་མི་ངོམས་ཤིང་། དཀར་
ལ་དམར་མདངས་བྱ་བའི་འདབ་མ་དང་མེར་ལ་དྲངས་བའི་ཟུ་འབྱས་རྒྱན་པའི་མེ་ཏྲོག་དེས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་
ངོས་པར་ཆེར་ཁབས་པས། ཤིང་དེར་མིང་གཞན་རུག་པའང་ཟེར་སྟོལ་ཡོད་པས་དེ་ཟུར་ཆག་ནས་ཡུལ་སྐད་
དུ་རུག་ཞེས་འབོད་པར་མཛོད། རེ་བོ་དེ་ཡི་མདུན་ངོས་ནས་སྤྱི་ཁྱུང་སྒྲོན་མོ་ཤར་དུ་འབབ་པའི་འབྲམ་ངོགས་
གཉིས་སུ། མཐོ་ལ་གཡང་གཟར་བའི་པ་ལོ་དང་རྟ་ཡུམ་ཟེར་བའི་རེ་བོ་ཆེན་པོ་གཉིས་རྒྱལ་པོའི་མདུན་ན། ཞི་
དུག་གི་སྒྲོན་པོ་གཉིས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་གྲོས་ལ་འཛོགས་པ་བཞིན་བཞུགས་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཤར་ན་དབ་
ཀྱི་ཇོ་མོ་གཡུ་ཡི་སྒྲོལ་མའི་གནས་རེ་དང་། སྒྲོ་ཕྱོགས་ན་འདོད་དགུ་ལོངས་སྒྲོད་གཡང་དུ་འཁྱེལ་བའི་སྒྲུ་ཁྱིམ་
ན་བ་མཆོ་མོ་བྱ་ཤིས་དག་མཆན་འབུམ་གྱི་ཕུག་པ། ལུབ་ན་གྲགས་སྒྲོང་སྒྲུ་བ་མེད་པའི་རང་སྒྲུ་ཨ་ཡིག་འབུམ་
གྱི་རྒྱན་པའི་ཨ་འབུམ་རིན་ཆེན་སྤང་བ། བྱང་ཕྱོགས་སྤྱི་ཆེས་མཐོ་བའི་སྒྲོན་རིགས་ཀྱན་འཛམས་ཇོ་བོ་སྒྲོན་པ་ཅེ་
གསུམ་ཡོད། བྱང་ཤར་ན་དཀར་ཐོ་མོ་མ་དུང་མགོ་ཤར་སྒྲོན་སྒྲུ་དངོས་མང་པོའི་ཕུག་པའི་རྩ་རྒྱལ། སྒྲོ་

ཉུང་ན་ནག་ཅིག་སྐྱུལ་མགོ་བཅའ་བའི་རི་བོ་གཉིས་པོ་དང་། ཉུང་བྱང་ན་དགུ་ཁྱུང་ཁྱི་དམར་རི་བོ་ཞེས་པ་སོགས་
མཐོ་ཞིང་བརྐྱང་ཆགས་པའི་རི་བོ་གིས་དུ་མར་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་མོ་སྐྱུ་ལྷ་ཙེ་དང་གོང་རྒྱལ་ལྷ་ཙེ་སྟེ་རེ་སྒོའི་ལྷ་
ཙེ་དཔུན་གཉིས་ཞེས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རི་བོ་གཉིས་ཀྱང་ཡོད། ད་དུང་རེ་སྒོའི་ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱུང་བཞིའི་གཟུགས་



དང་མིང་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་རི་བོ། ཤར་དུ་ལ་སྟོན་སྟག་མགོ་བཅའ་བ་སྟག་དམར་ཡག་ཤར་དུ་རྒྱ་བ་ཞིག་མགོ་བོ་
བྱང་ཕྱོགས་སུ་བྱང་བཅའ་གྲུག་པ་དང་འདྲ་བ། ས་ཡི་སྐྱུང་བཞི་ལས་ཤར་གྱི་སྟག་རྒྱ་བོ་ཤིང་མདས་མ་སྐྱུན་པ་བཅའ་
དང་མིང་དང་དབྱིབས་འཕྲུངས་ཤིང་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ། ལྷོ་དུ་ཀ་རྒྱལ་གསང་བ་ལྷ་ཙེ་གཡུ་འབྲུག་དགུང་དུ་འཕྱོ་
བ་དང་འདྲ་བ། ས་ཡི་སྐྱུང་བཞི་ལས་ལྷོ་ཡི་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་དུང་དུ་མ་ལྷུང་དགོས་ཞེས་པ་དང་དབྱིབས་
འཕྲུངས་ཤིང་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ། ཉུང་དུ་ཆོས་སྐྱོང་དམར་བེ་བཅའ་བ་མཁའ་ལྷིང་དམར་མོའི་དལ་གྱི་རྒྱ་བ་དང་འདྲ་



བ། ས་ཡི་སྤྱད་བཞི་ལས་ཉུང་གི་བྱ་དཔེ་མོ་སྤྲི་རྒྱ་རྩ་མ་ཚུད་དགོས་ཟེར་བ་དང་མིང་དང་བྱིབས་འཚུངས་ཤིང་
ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ། བྱང་དུ་སྤྱེམས་ཆེན་དང་རག་ཆེན་རྩ་དེ་དར་སྤྲོན་གྱི་ཡོལ་བ་འཐེན་པ་དང་འདྲ་བ། ས་ཡི་སྤྱད་
བཞི་ལས་བྱང་གི་རྩ་སྤྲེལ་རྒྱ་བོ་ཆ་ཚུའི་མ་འགྲངས་དགོས་ཟེར་བ་དང་བྱིབས་འཚུངས་ཤིང་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ། དེ་
དག་གི་ངོས་སུ་ཅ་ཆེའི་སྤྲོན་རྩལ་གངས་ལྷ་མེ་ཏྲོག་དང་གཡའ་ཀྱི་མ་སྒོལ་ལོ་དཀར་པོ་དང་དཔེ་དཔར་པོ་གང་ག་ཚུང་
སྤྲོ་ཨ་བ། བྲག་སྤྱེས་བ་ཤ་ཀ། སྤྱར་དཀར་མཁན་དཀར་སོགས་སྤྲོན་རྩལ་རིགས་དང་། གཞན་ཡང་གཡའ་
སྤྲོ་དགུན་འབྲུ་དང་དབང་ལག་ར་ཉེ་སྒོག་སྤྱེ་རྩལ་སྤྱར་ལྷ་གོ་མ་སོགས་རོ་ཅ་དང་བྱང་བཅུད་གསོ་བའི་སྤྲོན་རྩལ་
གྱི་རིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མང་། རང་བྱུང་གི་བཀོད་པ་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་སྤྲོན་རྩལ་གྱི་ཁེངས་པའི་གཡའ་སྤྲོད་ནགས་
གསུམ་གྱི་གསེབ་ཏུ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱད་སྤྱོད་པས་རིམ་པའི་རི་སྤྱེས་སྒོགས་ཆགས་གསལ་དང་། གཞན་ཡང་གཟིག་
དང་དེད་མོང་གཡི་དང་སྤྱད་ཀྱི་འཕར་ར་དང་མ་ཐེ་ཏེ་ལོ་སྤྱོད་སྤྲོན་མེ་ཨོ་དཀར་སོགས་གཅན་གཟན་གྱི་རིགས།
ཤུ་བ་དང་ན་བ་ཆོ་བ་སྤྱོད་བ་ཕྱི་བ་ར་ཆོད་པག་ཆོད་སོགས་སྤྲོད་གཟན་རི་དྲགས་གྱི་རིགས་ཁྱུ་དང་ཁྱུ་བྱས་ནས་འགྲོ་
བ་རྒྱན་དུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ལ། སྐབས་ལ་ལར་སྤྱེ་བྱེད་ལྷ་མེ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་མཛོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཤུ་བ་སྤྱོད་པ་ཞི་ལྷོངས་འདིར་གྲང་འབོར་ཆེས་མང་བའི་རི་སྤྱེས་སྒོག་
ཆགས་ཡིན་པས། དཔྱིད་དང་དབྱར་དུས་ལྷ་བྱ་སྐབས་འགར་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་སྤྲོན་དུ་ཁྱུ་དང་ཁྱུ་བྱས་ནས་གནས་
པར་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད། མཁའ་ལ་ལྷིང་བའི་ཆོད་དང་གོ་རིང་སྤྲོད་ནས་ཁ་སྤྱོད་ཁོ་དང་ཁྱུ་ལོང་སྤྲོད་པ་པོ་རིག་
ཁ་ཏ་སྤྱོད་ཀྱིས་ལྷག་རོ་སོགས་རྒྱན་སྤྲོད་གྱི་བྱ་རིགས་དང་། ཁྱུ་བྱས་དང་ཕྱུ་ཤུད་ནེ་ལོ་སོགས་དུས་བྱའི་རིགས་
སོགས་གྱིས་སྤྲོན་པའི་འགྲིན་སྤྱོད་པར་མེད་དུ་སྤྱོད་པ་ཅིང་། འཛོལ་མོ་དང་འཆིལ་བ་ཅོ་ཀ་སོགས་བྱིས་རིགས་གྲང་
ལས་འདས་པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་སྤྲོད་སྤྲོན་འགྲིན་བཞིན་ཡོད། འདི་དག་ནི་གནས་འདི་ཡི་རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་ཕྱི་ཡི་
བཀོད་པ་མདོ་ཅམ་བཞེད་པ་ལགས་སོ། །

དགེ་བཅུའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་གྱི་གྲུབ་པའི་ལྷི་ལྷོངས་འཛོན་མའི་གཞི་དཀྱིལ་དུ། །

དུངས་ཤིང་གཅོང་ལ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ལྷི་ལྷོངས་སྤྲོན་མོ་ཤར་དུ་འབབ། །

ཆེ་ཞིང་གཉན་ལ་དག་མཚན་འབྱུང་ཆོག་པ་ར་ཆ་དཀར་འབེལ་དབྱུང་ན་བཟློལ། །
མཐོ་ལ་གཟུང་བའི་པ་ལོ་ཏྲ་ཡུམ་སྒོན་པོའི་ཚུལ་གྱིས་གས་ན་བཞེངས། །

དེས་ཤིང་འཛངས་པའི་ཇོ་མོ་སྤྲན་བཅུན་གཡུ་ཡི་སྒྲོལ་མ་ཤར་ན་འཛུམ། །
འདོད་དགུ་ལོངས་སྤྱོད་གཡང་དུ་འབྱིལ་བའི་ན་བ་མཚོ་མོ་སྤྲན་མཛེས། །
སྒྲེ་མེད་ཨ་ཡིག་འབྱུང་གི་རྒྱན་པའི་རིན་ཆེན་སྤྱང་པ་རུམ་ན་འབྱར། །
རམ་ཞིང་མཐོ་བའི་སྤྲན་རིགས་ཀྱན་འཛོམས་སྤྲན་པ་ཅེ་གསུམ་བྱང་ན་འབྱེད། །

ཤར་གྱི་སྤྱང་མ་ལ་སྤྲན་སྤྲག་མགོ་སྤྲག་མོའི་བོལ་གྱིས་འབྱིང་བར་བྱེད། །
སྤྲོ་ཡི་སྤྱང་མ་གསང་བ་ལྷ་ཅེ་གཡུ་འབྱུག་སྤྲན་མོ་མཁའ་རུ་འཕགས། །
རུབ་གྱི་སྤྱང་མ་པོ་རོག་དམར་བེ་མཁའ་ལྗིང་དམར་མོ་རྒྱ་བ་བཞིན། །
བྱང་གི་སྤྱང་མ་རག་ཆེན་རྩ་ལོལ་བ་ཇི་བཞིན་ཡོངས་སུ་སྒྲོར། །

ཞེས་བྱ་བ་ནི་དལ་གསོ་བ་བར་སྐྱགས་ཀྱི་ཆོག་པ་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་ནང་གི་གནས་བདག་དང་རིག་
དངོས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཡི་གནས་དང་གཞི་ཡི་བདག་པོ་ནི། སྤྱི་རྒྱལ་ར་
ཆ་དཀར་འབེལ་ལམ་རུག་ཞེས་བྱ་བའི་རི་བོ་ཆེན་པོ་འདི་ལ་གནས་པའི་གཞི་ཡི་བདག་པོ་ནི། གནས་བདག་
ཆེན་པོ་ཆངས་པ་དཀར་པོ་འམ་གཉན་གཙན་དོ་རྩེ་ལྷ་རྒྱལ་ཞེས་ཞུ་བ། སྤྱིར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སྤྲོད་བཅུད་ལ་
ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆོག་ནང་མཁན་དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་བའི་སྤྱང་མ་མཐུ་བོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱེ་
བྲག་དུ་ཡུལ་འདིའི་མི་ལ་ག་འགོ་གར་འདུག་ལ་ཁ་འཛིན་གདོང་གོགས་བྱེད་པའི་ཡུལ་ལྷ་བཅེ་གདུང་ཅན་ཞིག་
ཡིན་པར་གྲགས་ཤིང་། སྤྱི་ཡི་བཀོད་པ་དང་ཆགས་ལུགས་ནི། འཇམ་མགོན་སློ་གཏེར་དབང་པོས་མཛད་པའི་
གསོལ་མཚོད་ལས།

གནས་བདག་ཆེན་པོ་ཚངས་པ་དཀར་པོ་ཞེས། 1

དབུ་ལ་ཀ་ཤའི་ལ་ཐོད་རབ་མཛེས་ཤིང་། 1

ཕྱག་གཡས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་དངོས་གྲུབ་གཏེར། 1

གཡོན་པས་ཐོད་ཐེང་ལས་བཞིའི་རིགས་སྒྲགས་བསྐྱང་། 1

ཆིབས་སུ་ངང་དཀར་གཡུ་རྩོག་སྟོང་གསུམ་ཉུལ། 1

སྤྱལ་སྤྱར་མ་ངས་སྣ་ཚོགས་ཅི་ཡང་སྟོན། 1

འཁོར་དུ་ཡུམ་སྤུལ་དམ་ཅན་བྲག་ཐེའུ་རང་། 1 ཞེས་གསུང་པ་དང་འཇུངས་པར་སྤྱི་རྒྱལ་ར་ཆ་དཀར་འབེལ་
ཞུ་བའི་རི་བོ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གནས་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་འདི། འོག་དུ་འཆད་འབྱུང་གསང་བ་
མཆོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་གཞུགས་གནས་སུ་མ་བཞེངས་སྟུན་གྱིན་གྲུབ་པ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་
དགོས་སུ་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པས་ཞབས་ཀྱི་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་སྤྱབ་གནས་ཁྱད་པར་
ཅན་འདི་དག་གི་གནས་སྤྱང་དང་གཏེར་སྤྱང་གཉན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། གནས་བདག་ཆེན་པོ་ཚངས་པ་
དཀར་པོ་ཞེས་པའི་མཆོན་དང་། མི་དཀར་དབུ་ལ་ཀ་ཤའི་རས་ཀྱིས་ལ་ཐོད་རབ་དུ་མཛེས་པས་དགྱིས་ཤིང་།
ཕྱག་གཡས་ན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རིན་པོ་ཆེ་སྣམ་ཞིང་སྤྱབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་གཏེར་བ། ཕྱག་གཡོན་པས་
ཐོད་ཐེང་སྣམ་ཞིང་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་སྟེ་ལས་བཞིའི་རིགས་སྒྲགས་བསྐྱང་ཞིང་གང་བཅོལ་སྟོན་ལས་ཐོགས་མེད་
དུ་སྤྱབ་པ། ཆིབས་སུ་རྩ་པོ་ངང་དཀར་གཡུ་རྩོག་ཅན་ཞེས་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྤྱག་པ་འགོས་བང་རྩལ་གྱིས་སྐྱད་
ཅིག་ལ་སྟོང་གསུམ་ཉུལ་རྩལ་པ་ལ་ཆིབས་པས་གར་ཡང་བྱིན་པའི་ལྷུང་འགྲོགས་ཅན། སྤྱལ་སྤྱར་མ་ངས་སྣ་
ཚོགས་ཅི་ཡང་སྟོན་པ་སྟེ། དེ་སྐད་དུ་ཡང་ཨོ་རྒྱན་འཛིག་མེད་མི་འབྱུང་བས་མ་ཉན་གླིང་པའི་བསངས་མཆོད་ལས།

གཉན་གཅན་རྩི་རྩི་སྤྱ་རྒྱལ་ནི། 1

དཀར་སྤྱི་ཞི་མ་ཁྲོས་པའི་ཉམས། 1

ཕྱག་གཡས་ནོར་བུའི་མཆོན་པ་ཡི། 1

རྒྱལ་མཆོན་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་བསྐྱེད། 1

གཡོན་པས་གཟི་ཡི་ག་ཁུ་ནང་། །

ཟབ་གསང་གཏེར་གྱི་བཅུད་གཏམ་འཛིན། །

ནང་གོས་དམར་པོ་དར་དཀར་བེར། །

ཤེལ་ཚྭ་དུང་གི་ཐབ་ཆེན་གསེལ། །

བར་བར་དུང་གི་སྤང་བུ་འཕུར། །

གཡུ་ཡི་སྤང་ཆུང་པོ་ཉར་འགྱེད། །

སྟག་རལ་གཟིགས་ཤུབ་དཔའ་ཆས་ཇོགས། །

རག་པ་གཡུ་རྩོག་འཕུར་ཤེས་ཆིབས། །

གཉན་གཙན་རྩེ་རྩེ་ལྷ་རྒྱལ་ཞེས་པ་ལྷ་བྱའི་མཆོན་དང་ཆགས་ལུགས་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ཅན་ཡང་ཡོད་ལ། ཡང་དེ་
ཉིད་ལས། གཉན་གཙན་རྩེ་རྩེ་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་ཡི་བཀོད་པ་གཞན་ཡང་།

རེ་འགའ་མི་དཀར་རྟ་དཀར་ཞིང་། །

དར་དཀར་ཕུར་ཞིང་ཞོར་བུ་འཛིན། །

མེ་ཏྲག་ཕྱང་བས་སེ་རལ་བརྒྱན། །

འཁོར་དུ་ལྷ་ཕུག་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱར། །

ཞེས་གསུང་པའི་ཆགས་ལུགས་དང་ངང་རྒྱལ་ལྷན་ཤིང་རེ་མགའ་ཅུང་ཟད་ཁྲོས་པའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ་ལ།
རྟ་དཀར་པོ་སེར་སྤྲེལ་མེད་འབྲ་བ་ལ་ཞོན་བཞིན། ཕུག་གཡས་སུ་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་དབུ་འཕངས་དགོང་ལ་
བསྟོད་པའི་དར་དཀར་གྱིས་རྒྱན་པའི་རུ་མཆོན་ཕུར་བའི་རྒྱལ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་། ཕུག་གཡོན་ན་དགོས་འདོད་
འབད་མེད་དུ་སྒྲོལ་བའི་ཡིད་བཞིན་ཞོར་སྤྲེལ་པ། མེ་ཏྲག་ཕྱང་བས་སེ་རལ་རྒྱན་པ་སྟེ་ལྷ་ཆེན་ཆངས་པ་དཀར་
པོ་གནས་བདག་གི་གཟུགས་སུ་བྱོན་པ་མཆོན་ཕྱིར་མེ་ཏྲག་གི་ཕྱང་བས་མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་པ་འཆང་བ། འཁོར་
དུ་ལྷ་ཕུག་བརྒྱད་ཀྱིས་སྐྱོར་བཞིག་གི་རྒྱལ་གྱིས་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོངས་ཞིང་ནག་ཕྱོགས་སྤུལ་དུ་རྒྱགས་པར་བྱེད་
པའོ། །རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་རྒྱལ་རི་ཞོར་ལྷ་ཅེའི་གནས་བདག་ཞོར་ལྷ་ཅེའི་ཆགས་ལུགས་ནི། །ཡང་གསང་མཆོད་

དེ་ཉིད་ལས།

མོར་བུ་ལྟ་ཅི་གསེར་གྱི་མདོག་།

དར་དཀར་བེར་དང་གསེར་ཁབ་གསོལ། །

ཕྱག་ན་ལྷགས་ཀྱི་མོར་གཞོང་བསྐྱམས། །

ཆིབས་སུ་གཡག་དཀར་གཡུ་རྩ་ཆིབས། །

འཁོར་དུ་ཁྱུ་སྒྲན་འཆེད་བཞིའི་བསྐྱར། །

ཞེས་གསུང་པ་བཞིན་མོ་བུ་ལྟ་ཅི་སྒྲིལ་གསེར་གྱི་མདོགས་ཅན་ལ། དར་དཀར་གྱི་བེར་གོས་དང་ནང་དུ་
གསེར་ཁབ་གསོལ་བ། ཕྱག་གཡས་ན་ཕུ་གཡང་ཐམས་ཅད་འགྲགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་འཛིན་ཅིང་། ཕྱག་
གཡོན་ན་དགོས་འདོད་ཆར་བཞིན་འབབས་པའི་མོར་གཞོང་སྐྱམ་པ། གཡག་དཀར་གཡུ་ཡི་རྩ་ཅན་ལ་ཞོན་ནས་
སྒྲོང་གསུམ་སྐད་ཅིག་ལ་སྐྱོར་བ་དང་། འཁོར་དུ་མཛེས་སྒྲིལ་ལྷན་པའི་ཁྱུ་སྒྲན་འཆེད་བཞིའི་བསྐྱར་བའི་བཀོད་
པ་དང་ཆགས་ལྷགས་འཛིན་པའོ། །

རེ་སྒྲིལ་སྒྲོང་གྱི་དབྱ་སྒོ་སྒྲིལ་བའི་སྒྲིལ་མ་གཉིན་པོ་ནག་ཟེ་དཔོན་སྒོན་གྱི་སྒྲིལ་བཀོད་པ་ནི། ཡང་གསང་
མཆོད་དེ་ཉིད་ནས།

ནག་ཟེ་མི་དམར་ཁོ་འཛུམ་ཅན། །

ཕྱག་གཡས་དར་གྱི་གཡབ་མོ་དམར། །

གཡོན་པས་དུང་གི་སྒྲིལ་བུ་བསྐྱམས། །

རྟ་ནག་རྒྱན་ལྷན་སྒྲིལ་དུ་རོལ། །

མདུན་དུ་ལས་བྱེད་མི་དམར་ནི། །

རལ་གྱི་མི་ཡི་སྒོ་སྒྲིལ་བསྐྱམས། །

མི་ལྷགས་གཡང་བཞི་ལྟ་བུ་བརྒྱད་གསོལ། །

བསམ་གྱི་ལྷགས་པ་སྒྲིལ་ལ་བཀལ། །

སྐད་བྱ་དམར་པོ་ཆེབས་སུ་གཅིབ།

ཞེས་གསུང་པ་བཞིན་ནག་ཟེ་འམ་མིང་གཞན་དཀར་ཟེ་ཆོས་སྐྱོངས་དག་འདུལ་ནི། མི་དམར་པོ་ཁྲག་གི་
རལ་པ་ཅན་ཁོ་ཞིང་འཛུམ་པའི་ཉམས་ཅན། ཕྱག་གཡས་ན་གཡབ་དར་དམར་པོ་འཛིན་ཅིང་། ཕྱག་གཡོན་
པས་དུང་གི་སྤར་བྱ་ཁ་འཐམས་བསྐྱམས་པ། ཏྲ་ནག་པོ་སྒྲ་སྤབ་བལ་སྟན་ཡོབ་ཆེན་གོང་སྤྱེད་སྒྲིག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
ཆང་བ་ མེད་པ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་དུ་ཤོལ་སྤབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ། །དེ་ཡི་མདུན་དུ་རྒྱགས་པའི་ལས་བྱེད་མི་
དམར་བ་ནི། ཕྱག་གཡས་སུ་རལ་གྱི་དང་གཡོན་དུ་མི་ཡི་སྒྲོ་སྤྱེད་བསྐྱམས་པ། མི་ལྷགས་ཀྱི་གཡང་བཞི་ལྷ་
བརྒྱད་མ་གསོལ་ཞིང་། བསམ་གྱི་ལྷགས་པ་སྤག་ལ་བཀལ་བ། སྐད་བྱ་དམར་པོ་ཆེབས་སུ་གཅིབ་པ་སྒྲིགས་
ཀྱི་སྒྲ་ཡི་བཀོད་པ་གསུང་ཡོད།

གཉིས་པ་ལོ་རྒྱས་དང་རིགས་གནས་ལྷལ་བཞག་སྒྲོར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་གདོད་མའི་ཆོས་ལྷགས་བོན་རྒྱང་
གང་དགོན་པ་ཆགས་སའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་གནའ་ལྷལ་དང་། ར་རུག་གི་སྒྲོ་ཤོས་གཡང་གཟར་བའི་བྲག་ཤོས་སུ་
དེང་སང་ཨོ་རྒྱལ་སྤྱབ་སྤྱག་ཏུ་འབོད་པའི་སྤྱག་པ་གཏིང་དཔོག་མི་སྤབ་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ཉར་བའི། བོན་པོའི་
གསུང་རབས་བོན་ཆོན་མི་འདྲ་བ་བཅུ་གསུམ་ཅོམ་གྱི་གསེར་གྲིས་དང་དདུལ་གྲིས་གྱི་གནའ་ཇུས་རིན་ཐང་གཞལ་
མཐའ་བྲལ་བ་དང་། བོན་སྤྱབ་པ་པོའི་སྒྲ་གདུང་སྒྲིགས་འཇལ་རྒྱ་ཡོད། ད་དུང་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་
ཅོམ་བྱོན་པའི་ཁྱེད་ལ་མེད་གི་སྤྱབ་སྤྱག་ཏུ་བྲགས་པའི་སྒྲ་ར་སྤྱག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱག་པ་དང་དེ་ཡི་གཏུན་ཤོས་ཆར་
ཅན་ཡང་ཡོད། ནང་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡི་མཆོད་གནས་སྒྲ་གཅོད་པའི་པ་ས་མཆོ་རོང་ཁ་དང་། སྒྲ་
གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ལྷག་པའི་ལྷ་མཆོག་གཤེན་རྗེ་གཤེད་གཅོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡི་དམ་ལྷ་སྤྱབ་པ་དང་། བསྟན་
མའི་གཅོ་མོ་གཡུ་སྒྲོན་མ་ལ་གསོལ་མཆོད་བྱེད་པ་སྒྲིགས་ཀྱི་བསྐྱབ་གནས་ཤོ་མཆར་ཅན་རྩུང་སྤྱག་པ་དང་། རི་
ཁྲོད་མཁར་ཉག་སྒྲིགས་ཉིན་མོ་ཉམས་དགའ་ཞིང་མཆོན་མོ་སྒྲི་གཡའ་བའི་གནས་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་དང་། སྒྲ་
ཏིས་ཞ་གསུམ་གྱིས་རག་ལྷལ་ཨ་ཀེ་ཐེ་རྩ་སྤྱལ་བའི་མཐུ་སྤྱག་སྒྲིགས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྤྱིར་གསང་སྤྱགས་རྩིང་
མའི་ཆོས་རྒྱུད་འཛིན་པ་ཡང་དགོས་སྤྱབ་དབང་རྩལ་ཆེན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ། སྤྱབ་དབང་སངས་
རྒྱས་རྗེ་ཞུ་བ་ཞིག་གིས་དཔོན་སྒྲོལ། རེ་བ་མཁུན་རབ་བཟོད་པ་ཞུ་བ་ཞིག་ལྷལ་སྤྱགས་འདིར་དཔོན་སུ་ཐེབས་

ནས། ར་རུག་སྒྲོང་སྒྲིལ་ར་རྩལ་ཉིན་ཞེས་བྱ་བར་ཆོས་སྒྲུབ་བཏབ་ནས་གནས་དེར་རྒྱུན་བཞུགས་འཛད་པས། སྒྲ་
མའི་མཆོན་གདན་ས་འཇག་ནས་ཀུན་གྱིས་མཁུན་བཟོད་སྒྲུབ་ཞེས་ད་ལྟའི་བར་འབོད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། གནས་
འདིར་རྒྱ་སེར་མང་པོ་ལྟན་ཅིག་སྒྲུབ་གནས་ལ་བཞུགས་སྐབས་མ་ཉི་སྒྲུབ་ཆར་མ་ཞེས་ཡ་མཆོན་པའི་གྲུབ་རྟགས་
བྱུང་རབ་ཡོད་དེ། ས་རྗེ་རི་བྲག་ནས་མཁའ་བཅས་ནས་ཡིག་གོ་བྲུག་མའི་རང་སྒྲ་དེ་རི་རི་ཀུན་གྱིས་མཐུན་སྒྲུབ་དུ་
བྱུང་བར་གྲགས། ད་དུང་སྒྲ་མ་འདིས་རེ་སྒྲའི་ས་གནས་མང་པོར་དཀར་ཁང་བཞེངས་ནས་དཀར་སྒྲོག་འཛོགས་
པའི་དབུ་བཞུགས་གནང་བཞིན་ཡོད་སྟབས། རག་རེ་དཀར་ཁང་སོགས་ཀྱང་སྒྲ་མ་འདིས་མཛད་འཕྲིན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་
བའི་ཤུལ་ཡིན། རིག་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་རྗེ་རྗེས་ནས་གཏེར་གཞེས་པའི་ཤུལ་སོགས་གཏེར་གནས་དང་སྒྲུབ་གནས་
བྱིན་ཆེན་ཉ་ཅང་མང་། རྒྱ་ར་ཕུག་པ་དང་ར་རྩལ་ཕུག་པ་སོགས་སྒྲུབ་ཕུག་དག་ན་བྲག་ལ་བཞོས་པའི་གཏུན་དང་
གཏུན་རྗེ་རི་ཡང་འདུག ད་དུང་རོ་འཆར་བ་ཞིག་ལ་ཀ་མདའི་གྲང་སྟག་མགོ་ན་གྲང་རལ་ཡོད་པ་ནས། དེ་ནས་
མར་མིག་རྒྱང་གང་ཅམ་གྱི་བྱི་མའི་མགོ་ཡི་གྲང་རལ། དེ་ནས་ལྷ་ཕུག་གྲང་མགོ་ཡི་གྲང་རལ། ཇམ་མཚོ་བྱིས་
མར་བྱར་གྱི་གྲང་མགོ་ཡི་གྲང་རལ། དེ་ནས་རྒྱང་ལམ་མགོ་གྲུལ་རལ། མར་ཐང་རྩལ་ལྟག་མགོ་ཡི་གྲང་རལ་
སོགས་སྒྲོན་བོད་བཅན་སྒྲུབས། སོ་སྒྲུབ་གྱིས་དུང་བྱུང་ནང་ཉིན་ལམ་མང་པོར་ཉིན་མོར་དུད་པ་དང་མཆོན་མོར་མེ་
སྒྲུབ་ནས། འགྲོག་ཕྱིན་ནམ་བད་གཏོར་རབས་བཤད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དག་འདི་ཆོ་མཐོང་ཅམ་ཉིད་ནས་ལྷ་ར་དེ་བྲན་
ཡོང་ཞིང་། འདི་ན་གཅིག་དགོས་ས་རེད་བསམ་པའི་ས་དེར་ཏག་ཏག་ལ་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཆོན་གྱི་མེལ་ཆེ་བྱེད་
སའི་སོ་ཁང་ལོས་ཡིན་སྟམ་པའི་གྲང་ཤུལ་ཡོད། གཞན་ཡང་ད་ལྟ་རྒྱུན་དཔོན་སུ་བཞུགས་བཞིན་པའི་རེ་སྒྲ་
དགོན་པ་དང་སྐལ་བཟང་དགོན་པ། སྐལ་བཟང་ཨ་རིང་འབྲོལ་དགོན་དགོན། རེ་སྒྲ་ལྷ་ཕུག་དགོན་དགོན་བཅས་
ཀུན་གྱི་ཤེས་གསལ་ལྟར་དགོན་པ་བཞི་ཅམ་བཞུགས་ཡོད།

གསུམ་པ་གསང་བ་དགོན་མཆོག་རྩ་གསུམ་དགྲེས་པར་རོལ་བའི་གནས་ཆེན་ཡིན་པའི་ཚུལ་ནི། སྤྱི་རྒྱལ་
ར་ཆ་དཀར་འབེལ་ལམ་ར་རུག་ཞེས་བྱ་བའི་རི་བོ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ནི། དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་རྩ་བ་གསུམ་
གྱིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཤིང་མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་གིས་གྲོལ་བ་བཞི་ལྟར་དུ་གྱུར་པའི་གནས་རི་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་
ཡིན་ཏེ། དེ་སྐད་དུ་ཡང་ཨོ་རྒྱུན་འཇིག་མེད་མི་འགྱུར་བསམ་ཏན་སྤྱིང་པའི་གནས་སུ་གི་བསངས་མཆོད་ལས། །

ངོ་མཚར་གནས་སུ་པད་འབྱུང་གི།

བྱིན་རྒྱབས་ཡ་མཚན་ཕུལ་གྱུར་པ།།

ར་ཚ་དཀར་འབེལ་ཞེས་སུ་གྲགས།།

སྲ་འཁྲིགས་ལྷན་པོ་ལྷ་ལམ་བསྟེགས།།

ཞེས་ངོ་མཚར་བའི་གནས་ཀྱི་བཀོད་པ་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་པ་དང་ལྷན་པ་ཟུ། ཡོ་རྒྱན་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་མཚན་
སྐྱ་དངོས་སུ་གནས་འདིར་ཕེབས་ནས། ལྷོ་ངོས་ཀྱི་སྐྱབ་ཕུག་ཏུ་ཞག་བདུན་ལ་སྐྱ་འཚམས་ལ་བཞུགས་ཏེ།
སྐོར་བདུན་ལྷན་གྱི་གྲུབ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

ཅེ་ལྷ་སྐྱ་ལྷའི་རང་བཞིན་ལ།།

ཁུ་འཛིན་ཚྭ་ག་འཕུ་གཞགས་རིས་ལ།།

ཙ་གསུམ་བྱིན་རྒྱབས་ཆར་རྒྱན་བསིལ།།

ཉི་ཟླའི་རྣ་ཆ་གཡོ་བ་ལ།།

ཡེ་ཤེས་རང་མདངས་ཐིག་ལེ་བཀ།།

ཞེས་དབུས་ཀྱི་ར་ཟུག་ཚྭ་གས་གཏོར་ག་ཤམ་པ་འདྲ་བོ་ཀྱན་ལས་བྱེན་དུ་འཕགས་པ་དེ་དང་། དེ་ཡི་རི་རྒྱད་
ཤར་ལྷོར་སྐྱུངས་པའི་ཡ་ནེའི་ཁའི་རྩ་རི་ཅེ་མོ་དགུང་ལ་སྟེགས་པ་དེ་ཉིད་དང་། ཡོ་རྒྱན་སྐྱབ་ཕུག་གི་རྒྱབ་ངོས་མཐོ་
ལ་བཞིན་པའི་བྲག་རི། དེ་བཞིན་དབུས་རི་རྒྱུ་མཐོ་དེ་ཡི་བྱང་ན་དེ་དང་རི་རྒྱད་གཅིག་པའི་ར་ཟུག་སྔོ་བེ་དང་སྐྱ་བེ་
བཅས་ལྷ་བོ་དེ། རིམ་བཞིན་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་ཐིན་ལས་ཀྱི་ལྷ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷའི་ཞིང་ཁམས་སུ་མ་བཞེངས་
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ཡིན་པ་དང་། རི་ཅེ་མཐོ་པོ་དེ་ཚོ་ནས་རྒྱན་ཚྭ་ག་འཕུ་ཅན་གྱོན་པའི་དཔའ་
རྒྱལ་ཞིག་དག་ལ་ཆས་པ་འདྲ་དང་བར་ཅེ་མོ་དགོང་ལ་ཟུག་ཅིང་། ཁུ་འཛིན་ཏེ་སྟོན་གྱིས་ཚྭ་ག་འཕུའི་འདབ་ར་
དང་འདྲ་བར་གཞགས་རིས་རང་བབས་ཀྱིས་འཁོར་བ། ཙ་གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆར་རྒྱན་འབེབ་པས་
འཁོར་བའི་ཚ་གདུང་བསིལ་བར་བྱེད་པ། དེ་བཞིན་རི་བཅེ་ནས་ཉི་ཟླ་གང་རུང་ཤར་བའི་ཚོ་འཇའ་བེར་ཐིག་ལེས་
མཛེས་པར་སྒྲིས་པ་སོགས་རྒྱན་དུ་འཇལ་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་གསུང་པ།

བ་གམ་ཀེད་པར་སྐྱབ་པའི་གནས། །

ཀེའུ་ཚང་ཕྱོགས་མཚམས་བརྒྱད་དུ་གསལ། །

ཞེས་རི་བོ་དེ་ཡི་ཕྱོགས་འཚམས་རྣམས་སུ་ཨོ་ཀྱུན་སྐྱབ་ཕུག་དང་མཚོ་ཀྱུལ་སྐྱབ་ཕུག དེ་བཞིན་ཁྱུར་ར་ཕུག་
པ་རི་ཁྲོད་འཚམས་ཁང་དང་རྩ་རྩུབ་པ་མཁུན་བཟོད་སྐར་སོགས་མ་བཅོས་རང་བྱུང་གི་ཀེའུ་ཚང་མང་པོ་བཞུགས་
ས་དང་།

སོ་སོའི་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ཡི། །

ཚོགས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་དུས་གསུམ་ཕྱིང་། །

པད་འབྱུང་ཡབ་ཡུམ་རྩེ་འབངས་ཀྱི། །

ཞབས་རྩེས་རེ་ཁའི་སྐྱུ་འཕུལ་རོམས། །

དེ་བཞིན་གནས་གསུམ་ཀྱི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་མས་ཚོགས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་དུས་གསུམ་དུ་རོལ་
ཞིང་ཕྱིང་བའི་དན་རྟགས་སུ། པད་འབྱུང་ཡབ་ཡུམ་ཀྱི་ཞབས་རྩེས་བཞུགས་པ།

ལྷོན་བཟང་ལོ་འདབ་རེ་རེ་ལ། །

གསུང་གི་ཨུ་ཀྲའི་རང་གཟུགས་བཟ། །

རྩ་བ་ཉ་ལ་འགོའི་ལྷོན་བཟང་ལ། །

མོར་བུའི་བླ་བས་སྤངས་སེ་སྤང་། །

དེ་ལ་གསེར་ཉ་གྲུ་མ་གྲ། །

ཁྲ་ཀའི་སྐགས་སྐྱ་ཁུ་ཁུ། །

དུག་གསུམ་འདམ་སྐྱེས་ཁ་དོག་བཟ། །

དེ་ལ་ཀླད་དུག་དགའ་བས་ཅེ། །

བྱ་རིགས་སྐྱ་ཚོགས་སྐད་སྟན་འབྱིན། །

ཞེས་རི་བོ་ཆེན་པོ་དེ་ཡི་རྩ་བར་ལྷི་ཀྲུང་དལ་འགོ་རིང་མོས་གཙོས་པའི་ཚུ་བོའི་ལྷོན་བཟང་ལ་མོར་བུའི་བླ་བས་

སྤྲུམ་སེ་སྤྲུམ་ཕྱུར་བ། །དེར་གསེར་ཉ་འབྲུག་འགོས་བྱེད་པ་དང་། ཀའི་མཁའ་མཁའ་འགོ་མས་སྤྲུགས་སྒྲིལ་
བྱ་བྱ་སྒྲིགས་པ་སོགས། དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་འདྲུབ་པའི་མཚན་མ་དངོས་སུ་འཇུག་དུ་ཡོད་པ་བཅས། གནས་
ཆེན་ཞིག་ལ་ཡོད་པའི་ཆེ་བ་མ་ལུས་པ་མ་བཅས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་བཞུགས་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་ཨོཾ་ཀུན་སྒྲུབ་ཕུག་
གི་སྤྲོད་ཕྱོགས་བྲག་དཀར་དོས་སུ། ཨོཾ་ཀུན་པདྨ་ཆེབས་གོང་བྱད་པའི་སྐྱུ་རང་བྱོན་དང་། དེའི་ཉེ་སྒྲོར་དུ་ཙུག་སྤྲུམ་
རབ་འབྲམས་ཀྱི་མཚོ་ཆོ་བུ་ཆོ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པའི་རང་ཚུལ་འཇུག་དུ་ཡོད་པ་དང་། ཨོཾ་ཀུན་སྒྲུབ་ཕུག་
གི་གཡས་དོས་བྲག་ཡངས་ཞལ་མཚོ་རྒྱལ་སྒྲུབ་ཕུག་ལ་ཕྱོགས་ས་དེར། གྲུབ་ཆེན་ལུགས་བམ་པའི་སྐྱུ་རང་
བྱོན་དུ་དོད་པ། དེ་བཞིན་རི་བོ་དེ་ལ་སྒྲོར་བ་བྱེད་ནས་འགོ་སའི་ལམ་དུ་དཔྱལ་བ་རབ་དུ་ཆོ་བའི་དཔྱལ་བཅས་
འཇོག་གཞིའི་མི་ཐོད་སྤྲུམ་ཚུགས་ཀྱི་རྣམ་པ། དེ་བཞིན་ཤ་མ་ལི་ཡི་སྤྲོད་པོ་རེད་ཟེར་བའི་བྲག་རི་ལ་མཚན་ཅན་
དང་། ཨོཾ་བ་སྒྲུང་མགོ་དང་། དར་མ་སྤྲེལ་མགོ་སོགས་ལས་མཁན་མང་པོའི་གཟུགས་སྟན་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པ་བཅས།
མདོར་ན་གནས་རི་འདིར་དད་ལྷན་མང་པོའི་ཕྱག་དང་སྒྲོར་བ་བྱེད་སྤྲེལ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲོར་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུད་རིམ་
ནང་བར་དོའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་པ་དང་། དཔྱལ་ཁམས་གཅི་བརྒྱད་དོ་སྤྲོད་དང་བྲན་བསྐྱལ་ཁྱུ་བ་སོགས། ནང་
པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱང་གཞིའི་རྒྱུན་ཤེས་དག་ཕྱོད་སྤྲེལ་གྱི་བའི་ཐམས་མཁས་ཀྱི་མཛད་པའི་རྗེས་ལྷལ་མང་
པོ་འཇུག་རྒྱ་ཡོད།

སྤྲོན་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་མ་མང་པོ་གནས་འདིར་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་རོལ་ནས་ས་
ལམ་བགོད་པར་མཛད་པ་སྟེ། ཡོངས་བྲགས་སུ་ཨོཾ་ཀུན་སྒྲུབ་ཕུག་དང་མཚོ་རྒྱལ་སྒྲུབ་ཕུག་དུ་ཨོཾ་ཀུན་གྱི་སྒྲོབ་
དཔོན་པདྨ་འབྲུང་གནས་དང་མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ་ཞག་བདུན་ལ་སྒྲུབ་པར་བཞུགས་པར་
བྲགས་པ་དང་། ཕུག་པའི་སྤྲུགས་སུ་བོད་གདོད་མའི་ཆོས་ལུགས་བོན་གྱི་སྒྲུབ་པ་པོའི་སྐྱུ་གདུང་འཇུག་རྒྱ་ཡོད་
པས་མཚོན་བོན་པོའི་སྒྲུབ་པ་པོ་མང་པོས་གནས་འདི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱུ་རང་སྤྲེལ་ཕྱོགས་
འདིར་ཡུན་རིང་འཆོམས་ལ་བཞུགས་པའི་དན་རྟགས་སུ། སྐྱུ་རང་ཕུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དུ་ལྟ་འདེད་སྤྲུམ་འཇུག་
དུ་ཡོད་པས་སྐྱུ་རང་སྤྲེལ་ས་ཕྱོགས་འདི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་པ། མཚོ་རོང་སྤྲེལ་གཅོད་པ་རིམ་བྱོན་དང་ཞུ་རྟགས་
ལྷན་རིམ་བྱོན། ཏིས་ཆ་སྒྲོམ་པ་རིམ་བྱོན། བྱེ་བྲག་དུ་རེ་སྒྲོང་དགོན་པའི་རེ་བ་སྤྲེལ་མ་ཀུན་མི་འབྲུང་སོགས་སྤྲེལ་

རབས་རིམ་བྱོན་སྤྱི་དང་། རེ་སྒྲིལ་དབུ་ཅེ་རྣམ་གཉིས་སུ་གྲགས་པའི་སྐྱབ་ཁང་ཁག་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཆོ་འཆོམས་
སླ་མ་དག ལྷག་པར་དུ་དགོན་པའི་དབུ་ཅེ་རེ་སྐྱབ་ཁང་དུ་རྒྱ་མིས་འཛིན་བཟུང་མ་བྱས་བར་མི་ལོ་རིལ་པོ་ཞེ་ལྷ་
ཅོམ་ལ་བྱག་སྒོ་འདག་སྐྱར་གྱིས་བཞུགས་པའི་ཆོ་འཆོམས་སླ་མ་བྱམས་པ་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཀྱན་གྱིས་བྱུང་ཆེན་
དུ་ངོས་འཛིན་ཞུ་བ་ཁོང་དང་། སྐྱུང་གནས་སླ་མ་རེ་བ་མཁུན་རབ་བཟོད་པ། དེ་བཞིན་སྐལ་བཟང་དགོན་པའི་
བསྟན་བདག་མཆོན་མཆོག་སྐྱུ་ཕྱེད་གོང་འོག་དང་། སླ་མ་དག་དགལ། ཨ་རིང་འབྲེལ་དུ་ཆོ་འཆོམས་ལ་
བཞུགས་པའི་བྱུང་ཆེན་ཕྱག་འཆོལ་སླ་མ། ར་རུག་མདའི་སྤྱི་ཉིན་ཆོང་སར་དཔོན་ཆོང་དུ་སྐྱུ་འབྱུངས་པའི་དག་
ཕྱེད་སྐལ་སྐྱུ། མཁས་དང་བྱུང་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཨོ་རྒྱན་འཛིག་མེད་མི་འབྱུང་བསམ་ཏན་གླིང་པ། ཆོང་སར་
འཆི་མེད་དོ་ཅེ། ཆོང་སར་པདྨ་འཛིགས་མེད། ཆོང་སར་ཀམ་ཨོ་རྒྱན་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གནས་འདིའི་ཉེ་སྐོར་དུ་
རྒྱན་བཞུགས་གནང་ནས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཅིང་། གནས་བདག་ལ་གསོལ་མཆོད་ནར་མར་གནང་བཞིན་ཡོད་
པ་དང་། ཕྱོགས་འདིར་སློ་བུར་དུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་མཁན་ནི་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་
གཉིས་པ་ཡབ་ཡུམ་དང་། མཁས་བྱུང་ཀམ་ཆགས་མེད། ཀམ་ཆོས་དབྱིངས་དོ་ཅེ། དཔལ་ས་སྐྱའི་རྗེ་བཙུན་
མ་ཏྲ་འགྲིན་དབང་ལོ། གཟིམས་འོག་རིན་པོ་ཆེ་ཀྱན་དགའ་བསྟན་འཛིན། གསང་བདག་སློ་གཏར་དབང་པོ།
ངོར་པན་ཁང་མཁན་ཆེན་དང་། རིག་འཛིན་ཆོས་རྒྱལ་དོ་ཅེ། ནང་ཆེན་རྒྱལ་སྐལ་ཨ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། ངོར་ལྷ་
སྤྱིང་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་སོགས་མཁས་དང་བྱུང་བཞེས་པའི་སྐྱེ་བུ་བསམ་གྱི་
བྱུང་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས། གནས་འདིར་དངོས་སུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་དང་། བྱུང་པར་
རྟེན་བྱས་རི་ཁྲོས་དང་གནས་ཆེན་བྱིན་འབབས་སོགས་ནར་མར་གནང་བས་མཆོན་སྤྱོད་གྱི་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་མང་
པོས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པར་མཛད་ཡོད། དེས་ན་ལྷའི་ཆར་ཡུལ་ལུང་མགའ་རེར། སྤྱོན་
བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་སུས་ཀྱང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་པའི་གནས་ཡིན་པའི་ལོར་
རྒྱས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་བཤད་རྒྱ་མེད་པར། སློ་བུར་དུ་པ་རིའི་རི་བོ་ནག་པོ་འདི་ལ་སྐོར་བ་བྱས་ན་མ་ཉིད་དགའ་
སྤྱོད་པའི་པན་ཡོན་ཡོད། གལ་སྲིད་ཕྱི་མའི་ཡུལ་དུ་བྱིན་པའི་ཆོ་མི་གདའ་ན་ངས་འཆོབས་ཡོང་བེར་བ་འདྲ་བོ།
གལ་ཆུང་ཆོས་ལ་བྱེད་པའི་འུད་སྒྲོགས་བྱེད་མཁན་ཡོད་པ་དག་དང་མི་འདྲ་བར། སྐར་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་མང་པོས་

གནས་པ་འདི་པར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་ཙུང་གཙུག་སྐྱབ་པའི་གནས་
ཡུན་རིང་དུ་སྐྱབ་ནས་རབ་དུ་གནས་པར་མཛད་པས། ད་ལྟའི་ཆར་གནས་པའི་དད་ལྡན་སུས་ཕྱག་མཆོད་བཀྱར་
སྟོན་སྟོར་བ་སོགས་བྱས་ན། གནས་ཀྱིས་ཚུལ་གང་ཟག་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའང་ལུང་རིགས་ཀྱི་གྲུབ་པ་ཡིན་པས།
ལུང་ལུང་ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་གོང་ཞུས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚན་དག་ལ་བསམ་ནས། སྐལ་ལྷན་དག་གིས་གནས་
པའི་ལ་འབྲེལ་འཛོམས་གནད་ན་མཐོང་ཐོས་དུན་རིག་གིས་གོ་ལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་པའང་ཡིད་ཆེས་གནད་ཆོག་
སྟུང་ལོ། །

སྐར་སྐར་པ།

རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་པདྨ་ཀ་ར་དང་། །
བོད་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་མཁར་ཆེན་མཆོ་རྒྱལ་བཟའ། །
ངོམ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ཀམ་ཆགས་མེད་སོགས། །
མཁས་དང་གྲུབ་པ་མང་པོའི་བྱིན་རྒྱབས་པའི། །
རྩ་རིག་ཉིས་པར་གྲུབ་པའི་གནས་ཆེན་པོ། །
ཅེ་ལྟ་རིགས་ལྟ་ཞིང་དུ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །
ཕྱོགས་འཛམས་ཀྱན་དུ་སྐྱབ་གནས་བྱིན་ཆེན་མང་། །
སྟོན་དུས་གནས་པའི་དམ་པས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །
ད་ལྟར་གནས་པའི་དད་ལྡན་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །
དེ་ལྟར་རིམ་བཞིན་འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་ལ། །
སྐྱབ་མེད་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་གཟིགས་ནས། །
དམ་པ་གོང་མས་གནས་པའི་སྟོར་འོས་ཞེས། །
གཙུང་པའི་ཚུལ་ལ་དད་ལྡན་རངས་པར་རིགས། །
གནས་པའི་བྱིན་དང་གསང་བའི་ལྷ་ཆོགས་ལ། །

གནས་གསུམ་ཐལ་མོའི་བདུད་ནས་ཕྱག་བགྱི་ཞིང་། །
གནས་འདིར་སྐྱེས་ཤིང་གནས་འདིར་འཆོ་བ་ཡིས། །
གནས་འདིར་ནོར་འཁྲལ་ནོངས་པའི་ཚྲགས་རྣམས་འཆགས། །
འདིར་འབད་དག་བ་གསལ་ཆུ་རྒྱན་གྱིས། །
སྐྱེ་དགུ་མོངས་པའི་བྲི་མ་དག་གྱུར་ཅིང་། །
འཁོར་བའི་ཆ་གདུང་མ་ལུས་ཞི་དང་ལྷན། །
སྤྱག་སྤལ་གྱི་མཆོའི་ཕ་མཐར་ཕྱིན་པར་སྒྲོན། །

ཅེས་པ་འདི་ཡང་རེ་སྒྲིལ་སྐྱེ་ཁྲག་འཕྲོས་པའི་རེ་བའི་བན་དེ་ཀར་ཐར་ནས་རེ་སྒྲིལ་རི་རྒྱའི་རིག་གནས་སྐྱོར་ནས་མདོ་ཙམ་སྐྱེང་བ་
རེ་ཞིག་རྒྱུགས་སོ། །དགེ་འོ། །

མཐོང་དགོན་པའི་མེ་ཏྲག་སེར་ཆེན།

དུང་བན་ནས།



སྒྲོན་དཔལ་སྤུལ་ཞོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོས། རྒྱགས་ཆེན་དགོན་སེང་གེ་རིའི་ཆོས་གྲུ་
དང་། པད་མའི་ཐང་དང་ནགས་རྩེ་མའི་རི་ཁྲོད་སོགས་སུ། དད་ལྡན་འདུས་པའི་ཆོགས་ལ་ལོ་སྤྱི་དུ་
མར་སྒྱུད་འཕྲག་འཆད་ཁྲིད་གནང་སྐབས། རྒྱགས་དེར་མེ་ཏྲག་གསེར་ཆེན་འདབ་མ་སུམ་བཅུ་དང་ལྔ་བཅུ་
ཡོད་པ་སོགས་སྤར་མེད་མང་དུ་བྱུང་བ་ལ། ཀུན་རོ་འཆར་དུ་གྱུར་ཏེ་སྒྱུད་འཕྲག་མེ་ཏྲག་ཞེས་པའི་གྲགས་པ་
ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ལ་དཔག་ནས། ཕྱི་ལྷར་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ཞི་བ་ལྟ། །ནང་ལྷར་གྲུབ་པའི་དབང་ལྷགས་ཤ།

མ་རི། །གསང་བ་འཕགས་མཆོག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རང་གྲོལ་དངོས། །འཇིག་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོར་བསོལ་བ་
འདེབས། །ཞེས་པའི་བསྐྱོད་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་བྱང་བ་ཡིན་ཞིང་། ཡ་མཚན་པའི་མེ་ཏྱག་བཞད་པ་འང་
སྒྲིགས་དུས་འདིར་གདོང་དམར་བོད་པའི་མགོན་སྐྱབས་དམ་པ་རུ། རྒྱལ་སྤྲུལ་ཆེན་པོ་ཞི་བའི་ལྷ་བསམ་བཞིན་
དུ་ཨ་བུ་རྩལ་པོའི་སྐྱར་བཞེངས་ནས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྒྲོང་པ་ལ་འཇུག་པ་ལག་ལེན་དམར་ཁྲིད་ཀྱི་
རྒྱལ་དུ་ཡང་ཡང་གསུང་པས། དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོངས་བའི་ལྷ་ཡི་ཆོགས་རྣམས་དགུས་པའི་མཆོན་བྱེད་དུ་
འཆར་བའི་མེ་ཏྱག་སེར་ཆེན་འདམ་མ་འབྱམ་ལྡན་གྱི་མཆོད་པ་སྤུལ་བ་ཡིན་པར་གྲགས་པ་བཞིན། དེད་རེ་སྒྲི་
བདེ་དོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་ཀྱང་ལྷག་བསམ་དག་པས་ཀྱན་ནས་སྤངས་ཏེ། གཞན་གྱིས་མཐོང་རྒྱུ་དང་བརྟུས་
སྒྲོད་གཞོན་ལྷགས་སོགས་ལ་མ་འཛོལ་པར། དང་སྤང་གིས་རེ་སྒྲིའི་རི་རྒྱན་གས་གསུམ་དང་ཉམ་རྒྱུང་བའི་རི་
དུགས་ཉེས་མེད་དག་གི་ཆོ་སྒྲོག་བཅས་ལ་སྤྲུང་སྒྲོབས། དེ་བཞིན་ཕྱོགས་འདིའི་རིག་དངོས་དང་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་
འཇུག་དང་རྒྱུས་ལོན་བྱས་པ་ལ། དཀར་ཕྱོགས་ལ་དག་འབའི་ལྷ་དང་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱིས། འཇིག་རྟེན་ན་མཐོང་
དགོན་པའི་མེ་ཏྱག་སེར་ཆེན་འདམ་མ་འབྱམ་ལྡན་གྱི་འཇུག་མཛད་ས་རབ་ཏུ་བཞད་པ་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། །

ཡ་རབས་གྲོགས་པོ།

གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་ཁ་སེམས་མཐུན་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་ཨ་གསར་མེད་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་ཅེ་བ་ཡོད་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་རོ་སྒྲིག་ཐུབ་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་དཀར་སྒྲུག་རིག་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་གཡོ་རྒྱ་མེད་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་བཟོད་སྒྲོམ་ཐུབ་ནི་ཞིག
གྲོགས་པོ་ཟེར་ན་ཡུན་རིང་རྟེན་ནི་ཞིག

༢༠༡༩ ༡༡ ༢༩ བདེན་པའི་རབ་གནས།

རེ་ལྷོང་ལྷོང་བཅུད་རིག་གནས།





རེ་སྒྲིལ་རྒྱུན་སྒྱུད་ཆུ་མགོ་རིམ་དང་།

热拉村常用水源名录：

ལྷ་མོ་ཆུ་འོང་། རུ་རུག་ཆུ་མགོ། གུ་འབྲ་འཕུ་ཆུ་མགོ། ཉ་ཆུ་སྒྱུད་སའི་ཆུ་མགོ། ས་ནག་ཆུ་མགོ།
དབེན་དབང་ཆུ་མགོ། རོ་དབྱུ་ཁ་ཆུ་མགོ། ཆུ་འབྲུག་པའི་ཆུ་མགོ། མེ་དམར་ཆུ་མགོ། ཉྱ་ར་མོ་འགག་ཆུ།
བྱམ་འགག་ཆུ། ལ་སྒྲོན་ཕུ་ཆུ་མགོ། དགུ་ཆུང་ཁ་ཆུ་མགོ། བག་ཤིས་ཕུ་ཆུ་མགོ། སྒྱུ་ར་འགག་ཆུ་མགོ།
མཚོ་རུང་ཁའི་ཆུ་མགོ། སྤང་འཛིས་ཆུ་མགོ། ཡང་ནེ་ཆུ་མགོ་གསེར་སྤྲུག་དམར་མདོ་མ་ཆུ་མགོ།
ནམ་ཁ་ཆུ་མགོ། བ་ར་ཁ་ཆུ་མགོ། དེམ་བྱར་མི་ཆུ་མགོ། ཀླན་མོ་ཆུ་མཚོར་མའི་ཆུ་མགོ། ཉ་རེད་མའི་ཆུ་མགོ།
ཁ་གཉའ་མི་ཆུ་མགོ། ཕྱིས་ཆུ། དམར་བྱེ་ཚ་མྱོག་གོང་། ཆུ་མགོ་དམར་སྤྲུག་མ། ཕུག་པོས་ཆུ་མགོ།
སྤན་གཤུང་ཆུ་མགོ། ལེ་མོ་ནང་ཆུ་མགོ། དགེ་བུད་ཆུ་མགོ། ཁོ་པ་མཚོར་ཆུ་མགོ། རོ་མང་མི་ཆུ་མགོ།
ཉ་པག་ཆུ་མགོ། ནམ་ལིབ་ཆུ་མགོ། རོ་ཚང་གཞུང་ཆུ། ཆུ་ལན་འགག་ཆུ་མགོ། འགག་ཀླན་ཆུ་མགོ།
མཉམ་མེད་ཆུ་མགོ། ཆུ་མགོ་གོང་། རྩ་དཀོན་ཆུ་མགོ། སྒྲེར་ཐུང་མའི་ཆུ་མགོ།

བྱག་ཕུག་གི་སྒོ་དྲ་

大型岩石洞：

ལོ་རྒྱུན་སྒྲུབ་ཕུག་མཚོ་རྒྱལ་སྒྲུབ་ཕུག་རི་ཁོ་དྲ་འཚམ་ཁང་། ར་རུང་སྒྲུབ་ཕུག་སྒྱུ་ར་སྒྲུབ་ཕུག་
བྱག་དཀར་ལན་ཕུ་མའི་ཚ་ཚ་ཕུག་པ། ལ་བ་ལ་མགོ་རིམ་ཕུག་ཕུག་མི་སྐྱམ་ཕུག་པ། མགར་བ་ཕུག་པ།
ཤུག་བུ་ཕུག་ཕུག་

རི་དྭགས་ཀྱི་སྐྱོར།

动物类

ཤ་བ། ལྷ་བ། རྩ་བ། རྩོ་བ། ར་ཚོད། བག་ཚོད། ཏི་ལོ་ག་མ། རི་བོད། ཕྱི་བ། བྲག་གཟིག ལ་བ།
གཙན་བྱན་གི་སྐྱོར། གྲང་གི། ཨ། ཟེ གཡི། གསལ། དྲ་མོད། འཕར་བ། ཞོ་དཀར། སྤེ་མོད།

བྱ་བྱེད་ལི་སྐྱོར།

鸟类

ཚོད། གོ་བ། ལྷག་པོ། རེ་ཁ་ལ་རྒྱག ཁ་རྒྱ་ཁ། སྤོན་བྱ་བྱེད་པ། བྱག་ཁྱུང་མགོ་ལེབ། བེ་ལེ་ག་མ། ཁ་ཏ།
ཁོང་ཁོང་། བྱ་རོག དང་པ། བྱ་བྱེད་གོང་མོ། སྒྲུང་ཀ མཐིང་ཟུ། བྱ་རོན། སྒྲུང་ཁྲིས་ཆན་མོ།
འཛེལ་མོ། འུག་ཀག་རྒྱ་ཁ། ཁོ་བྱིས་རྒྱ་ཁ། བྲག་བྱིས་རྒྱ་དམར། རི་བྱིས་སྐྱོ་བོ། ཐེ་ལེ་སྐྱེ་དམར།
སན་མོ་རྒྱང་འཇམ། ལྷ་རྩི་ཆན་པོ། འོ་བྱིས་དཀར་མོ། རས་བྱིས་སྤོན་མོ། གང་བྱིས་ལ་ཁད། ཏི་ཤོ། བ་ལྷ།
ཏིས་རུག་ཁ་ས།

ཆུ་གནས་ཀྱི་སྐྱོར།

野生鱼类

སྤལ་བ། སྤལ། ཉ་ཁྱུང་མོ་མགོ་སྤིས། ཉ་འུ་སྤོ་འགོས། སྤལ།

ཤིང་སྐྱུ་ལི་སྐྱོར།

植物类

འུག་པ། འུག་པ་སྐྱ་མ། འུག་ཚེ། ལྱང་མ། སྐྱེར་པ་དཀར་པོ། སྐྱེར་པ་ནག་པོ། ད་ལིས་དཀར་པོ།
ད་ལིས་ནག་པོ། སྤོན་ཉེ་དཀར་པོ། སྤོན་ཉེ་ནག་པོ། སྤལ་ཤད་ཆེ་བ། སྤལ་ཆད་ཆུང་བ། མཛོ་ཤིང་ཆེ་བ།

མཛོ་ཤིང་ཆུང་བ། འོམ་བུ། ལྷག་མ། སྒང་མ། ཉ་འི། ལྷོ་ལྷོ།

སེ་ར་སྐྱུག་མཁན་དཀར།

སྔ་སྐྱུག་གི་སྐྱེད་པ།

药材

ཨ་ལྷོ་ཤ། སྔ་ལ་ལོ་དམར་པོ། སྔ་ལ་ལོ་དཀར་པོ། གཡལ་འཁྱི་མ། གང་ག་ཆུང་། ཉོང་ལན། པར་པ་ལྷ།
རྩ་སྐྱུ་ལྷོ་བ་མགོ་དགུ། བ་ཤ་ཀ། ལྷག་ཆོས། ཨོ་པར་མེ་ཏོག་ ཨོ་པར་སེར་པོ། གུར་གུམ། བུང་དཀར།
བུང་དམར། དབང་ལག་ དབང་ལག་དམར་པོ། བུང་ང་། འབྲི་ལྷ་ས་འཛིན། ལྷོ་ལ་འདུང་། ཐ་རམ། མཁན་སྐྱུ།
སྒང་ཕྱི་དོ་བོ། མིང་ཅན། ཆོད་སྔོས། ཕྱི་ཐོག་རམ་བུ། ལྷོ་རི་བེལ་པ། རྒྱ་སྐྱུག་སེལ་པ། སེ་རྒྱེ་བེལ་པ།
སྐྱུག་ཆུང་བེལ་པ། གཡལ་འབྲུག་བེལ་པ། དོམ་ནག་བེལ་པ། རྒྱ་ཆ། ཨོ་བྲག་ཆོར་སྔོས། ལྷོ་སྐྱུ། ཆོར་ཡུང་།
སྐྱུ་ལྷོང་། སྐྱུ་དམར། སྐྱུ་སེར། རྩ་ཨ་ཤ། སྐྱི་གཡང་སྐྱུ། རེ་དཀོན་ཕྱི་དམར། ལྷག་རི་སེར་པོ།
ལྷག་རུ་དམར་པོ། སྒང་སྐྱུ་དམར་པོ། གང་ལྷ་མེ་ཏོག་ རྩ་སྐྱི་ཡང་སྐྱུ། འབྲི་ཐོ་མེ་ཏོག་ སེར་ཅན་མེ་ཏོག་ ལྷོ་ལ་པ།
སྔོ་དུང་མོ་ལྷོང་། སྐྱུ་བུད་དོ་རྩེ། ཡུ་མོ་དབུ་ལྷོང་།

གཉན་སྐྱུ་བྱ་བ་ལ་ཆེ། དེ་ཤ། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ། ཐག་སྔོས། སྒང་རྒྱན་དཀར་པོ། སྒང་རྒྱན་སྔོས་པོ།
སྒང་རྒྱན་ནག་པོ། ལྷ་གུ་མེ་ཏོག་ ལྷག་ལ་མེ་ཏོག་ འབྲི་དམར་སེར་པོ། རྒྱ་ཅི་ལོ་མ། འབྲི་བ་ཕྱི་ཆེ་བ།
འབྲི་བ་དཀར། ལྷོ་ཆོ་མེ་ཏོག་ སྔོར་ཆུང་། ཨོ་སྐྱུང་མ། ལྷོ་ལ་ནག་དོམ་ཁྲིས། ལྷག་ལྷོ་ལ། ཤང་རིལ་སེར་པོ།
ཤང་རིལ་དམར་པོ། གསེར་ཤ་མ། ལྷག་ཤ་མ། ལྷོ་ལ་ཆ། དིག་པ། དི་ཆོག་ རྩེ་ལ། ཆོག་སྐྱུ།
རྩ་ཆོག་སྐྱུག་ར་མ། མ་མོ་བོ་སྐྱུ། བྲོ་མ། དིས་སྐྱུག་མེ་ཏོག་ བྲོ་མ། རྩ་མོ་ལ་ཆུ།

ལྷོ་རི་ལོ་ལྷོ་རྒྱུ་



བྱང་ལྷོ་ལྷོ་རྒྱུ་



གཙང་ལྷོ་ལྷོ་རྒྱུ་



ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་རྒྱུ་



ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་རྒྱུ་

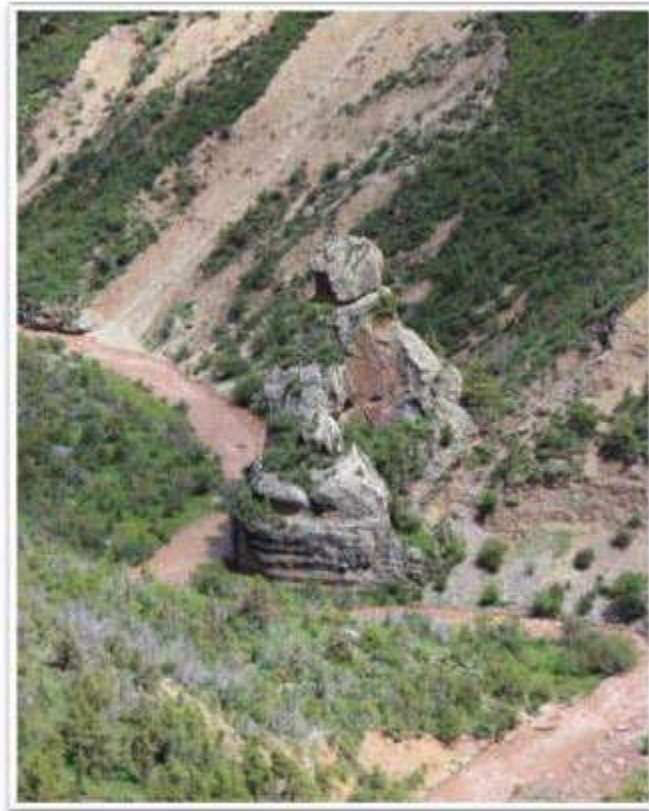














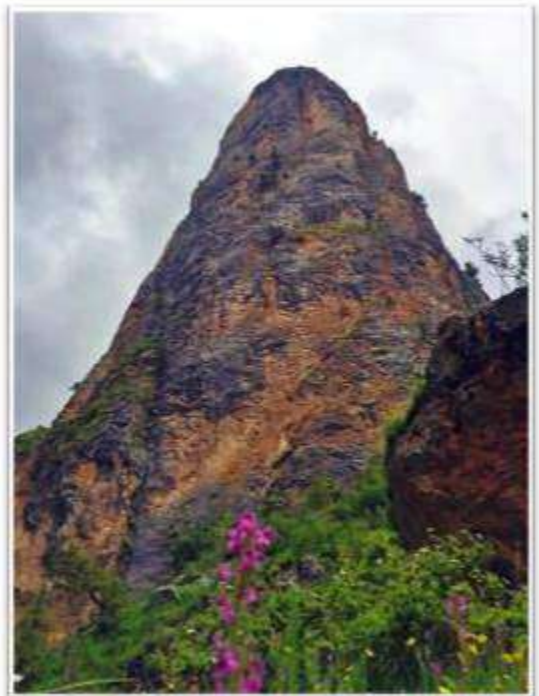
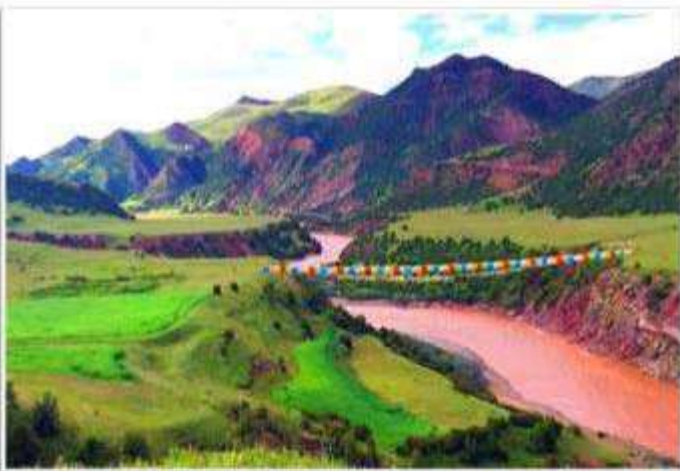


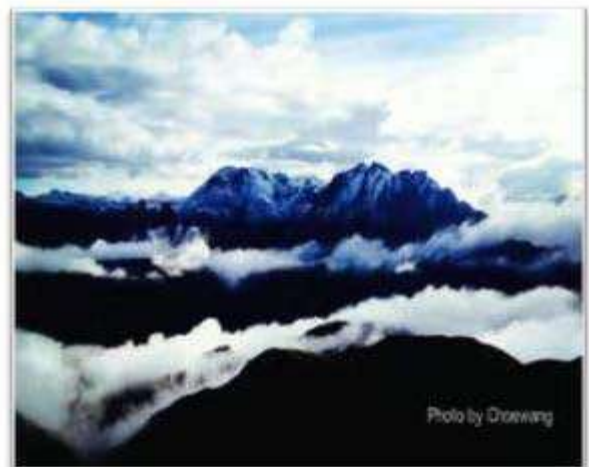














རྩི་སྒྲིང་།









ཐུ་བོ་འོ་སྐྱོང་།





རིགས་དྲུགས་སྟོན།





འདབས་ཆགས་སྒོར།











འབྲུ་སྒོ་སྒོ་ར།



ཕུག་ཐོག་སྒོ་བཟུང་





གཅན་གཟན་སྐྱེ།



མེ་ཏོག་སྣོད་





















































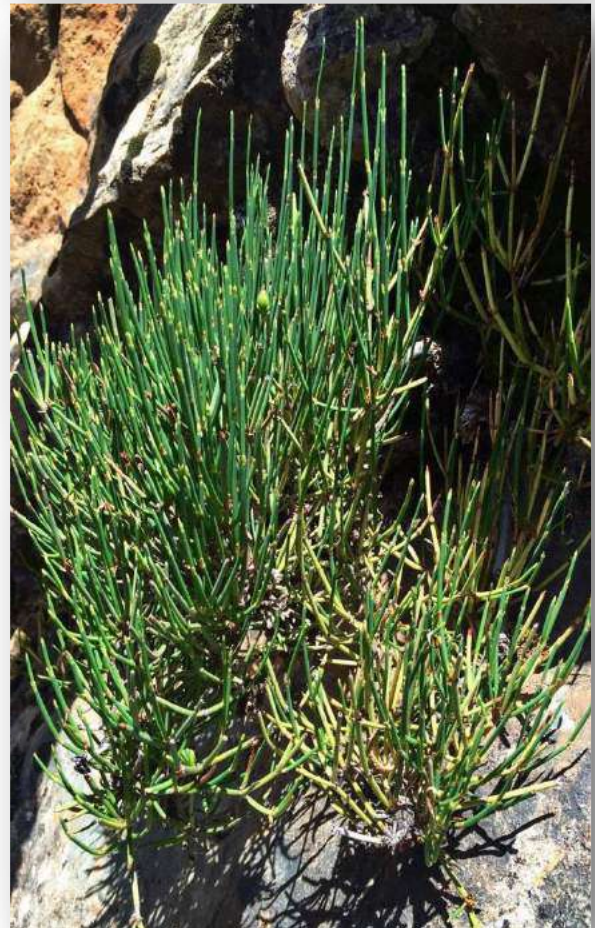


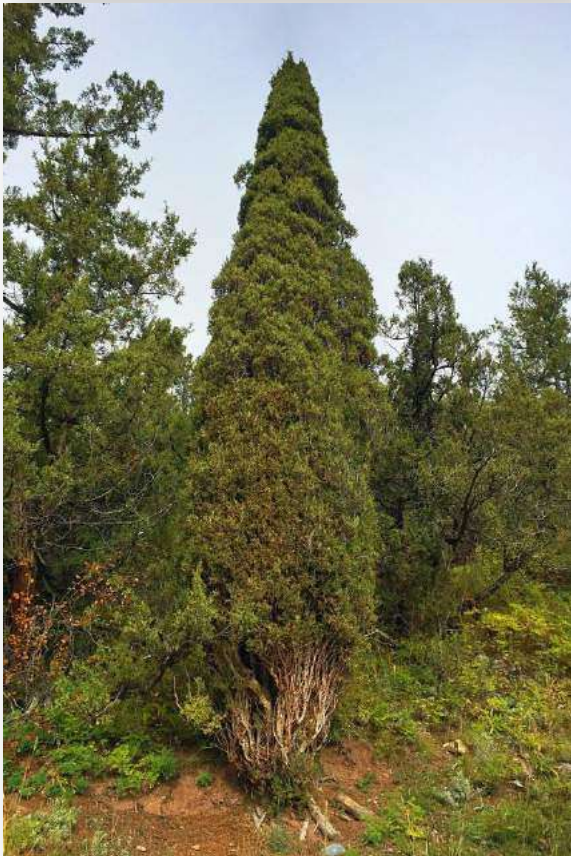


ཕྱི་ཤིང་སྒོར།











རེ་སྒྲིལ་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིམ།

སྤྱི་ལོ་2017ལོའི་8པའི་ཆེས་20ནས་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་དབུ་བཞེད་པའི་མཛད་སྒྲིལ་དུས་སྟོན་སྐབས་.....
རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་ཚད་དངོས་སྤྱི་ལོ་ནས་ཁྲིམས་ལུགས་སྒྲོབ་སྒྲུབ་བྱས་གནང་ཡུལ་རེ་སྒྲིལ་དགོན་པའི་
གྲྭ་པ་རེ་སྒྲིལ་བྱ་ཆེན་གྱི་མི་དམངས་ལྷན་གཅིག་ཏུ་འཛུགས་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་2017ལོ་ཟླ་བ་8པའི་ཆེས་24ཉིན་
ཐངས་དང་པོའི་རེ་སྒྲིལ་བྱ་ཆེན་གྱི་དབུ་ཁྲིད་དང་ལྷན་དུ་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་གཙོ་མཉམ་གཞིན་གསུམ་དང་མཁན་རིན་
པོ་ཆེ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ཚོགས་མི་རྣམས་ལྷན་དུ་སྒྲོམ་པས་མི་མདའ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་ཁོར་ཡུག་ལྟ་བུ་སྒྲོར་ལ་ཕྱིས་
འགག་ལ་སོང་བའི་སྐབས་ཤེས་དང་སྒྲུ་རོ་ལ་ཤས་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ལོ་2017ཟླ་བ་11པའི་ཆེས་པ་20ཉིན་ཆམ་འགག་ལ་ཁོར་ཡུག་ལྟ་བུ་སྒྲོར་པ། ཚོགས་གཞོན་ཆེ་
བཟང་དང་། ཕྱི་ཆེན། ཆེ་རིང་པུ། ཐར་པ་བཅས། སོང་བས་ཡོར་ཡུག་ལ་གནས་ཚུལ་གང་ཡང་མ་མཐོང་རི་
དུགས་གཅན་ཟན་འདྲ་མིན་རིག་རྒྱུ་འདུག ཡང་སྤྱི་ལོ་2017ལོ་ཟླ་བ་11པའི་ཆེས་པ་23 ཉིན་ཕྱིས་འགག་དང་
མ་ཟད་རུག་གི་ཤར་དོས་ཨོ་རྒྱན་སྒྲུབ་ཐུག་བཅས་ཁོར་ཡུག་ལ་ལྟ་བུ་སྒྲོར་པ། དཀར་མ་དང་། ཆེ་བཟང་། དག་
ཆོ། ཆེ་བསམ། ཉི་བཟང་། རིན་ཆེན། ཆེ་རིང་པུ། ཐར་པ་བཅས།སོང་ལྷག་པར་དེའི་སྐབས་རིན་ཐང་ཉ་
ཅང་ཆེ་བའི་ཨོ་རྒྱན་སྒྲུབ་ཐུག་གི་ཐུག་ནང་ལ་སོང་ནས། གནས་ཚུལ་འདྲ་མིན་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པས།
ས་སྒྲོག རྩོམ་གྲུས་རྩེས་འགའ་མཐོང་བ་མཛོན་གྱུར་དུ་སོང་། ཡང་2017ལོ་ཟླ་2པའི་ནང་ཉི་བཟང་སྒྲུང་
རོང་མ་ལ་ལྟ་སྒྲོར་ཕྱིན་སྐབས་ཤེས་དོན་དུ་ཤུག་པ་ཞབས་ལ་གནན་ཡོད་པ་མཐོང་། ཡང་སྤྱི་ལོ་2018ལོ་ཟླ་བ་
12པའི་ཆེས་30ཉིན་ཚོགས་གཙོ་མཉམ་པ་དཀར་མ་དང་ཐར་པ་གཉིས་རྩེ་ཨོ་ཡུ་མ་དང་ཡང་ནེ་ནས་ཁོར་ཡུག་ལྟ་
བུ་སྒྲོར་ལ་སོང་། རི་མཐོ་ས་གཙང་རེ་སྒྲིལ་གནས་རི་གྲགས་ཅན་རུག་ཟེ་ལ་སོང་གནས་ཚུལ་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབས་
འཇུག་བྱས། ཡང་སྤྱི་ལོ་2018 ཟླ་བ་3པའི་ཆེས་25ཉིན་ཚོགས་གཞོན་ཆེ་བཟང་དང་ཐར་པ་གཉིས་ཁོར་ཡུག་
ལྟ་ལ་ཕྱིས་འགག་ལ་སོང་། རི་དུགས་ཤུ་བ་གནན་པ། ར་ཁོད་སྒྲུབ་བཅས་མཐོང་རྒྱུ་འདུག ཡང་སྤྱི་ལོ་2018
ལོའི་ཟླ་5པའི་ནང་རྫོང་ནགས་ལས་ཚད་གི་དབུ་ཁྲིད་ཤེས་དགའ་ལགས་ལ་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དམིགས་
ཡུལ་དང་ཁོར་ཡུག་ལ་ལྟ་སྒྲོར་བྱས་པའི་རྒྱུད་རིམ་གྱི་གནས་ཚུལ་སོགས་ཞུ་འདུལ་བྱས།

སྤྱི་ལོ་2018-7-20ཉིན་བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་སྐབས་གཉིས་པའི་འདུ་འཛུགས་བྱས་ནས་འདས་མ་
དག་སྐུམ་གྱི་རེ་སྒྲིལ་བདེ་སྤྱད་སྒྲིལ་བ་བཅས་དམངས་སྤྱོད་ཀྱི་བོ་སྤྱད་གཞས་སོགས་ཅེ་རིགས་གང་མང་མང་གི་ལྟ་
བ་སྤྱི་ལ་སྐྱེ་མགོན་སྤྱོད་པ་སྤྱིད་གཞུང་གི་དབུ་ཁྲིད་ཀྱིས་པ་གཙོས་ས་གནས་ཁག་གི་འགན་ཁུར་གྱི་མི་སྣ་དང་ས་
གནས་རང་གི་སྤྱི་ལ་མཁན་གསུམ་གཙོས་སྤྱི་མཐུན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཡངས་དང་ལྷན་བསམ་གཙའ་མས་རྒྱ་བ་
སྐྱོར་གནང་ནས་ཕེབས་གནང་བ་རེད། ཡང་སྤྱི་ལོ་2019ལོ་ཟླ་བ་12པའི་ཆེས་པ་17ཉིན་ཚོགས་གཞོན་ཆེ་བཟང་
དང་ཐར་པ་གཉིས་ཁོར་ཡུག་ལྟ་བུ་སྐོར་ལ་ཅེས་འགག་ལ་སོང་། རི་དྲགས་ཤུ་བ་གནའ་བ། ར་ཁོད་སྤྱི་བ་བཅས་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་རྒྱན་ལྷན་ལྟ་བུ་རེད་འདུག ཡང་སྤྱི་ལོ་2019ལོ་3པའི་ཆེས་8ཉིན་རེ་སྒྲིལ་ས་གནས་ཁག་ལ་
གངས་ཆེ་པོ་བབས་ནས་ཡུལ་ལུང་ལ་དཀར་པ་ཉ་ཅང་འཕྲད་སྐབས། བདེ་དོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཚོགས་མི་
ཁག་གཅིག་གིས་དཀར་པ་དང་དཀར་ཆེགས་ལ་མ་འཛུམ་ནས་འགོ་ལ་མ་གངས་ཀྱིས་བགག་པ་ལ་མ་བསལ་
བྱས་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་2019ལོ་ཟླ་བ་4པའི་ཆེས་པ་18ཉིན་ཅེས་འགག་ལ་ཁོར་ཡུག་ལྟ་བུ་སྐོར་པ། དཀར་མ་
དང་། ཆེ་བཟང་། སྤྱོད་དབང་། ཉི་བཟང་། ཅེ་ཆེན། ཐར་པ་བཅས་སོང་བའི་སྐབས། ཤ་འགྲུག་དང་སྤྱི་འགྲུག་
མང་ཙམ་མཐོང་བ་དང་སྤྱི་བའི་རྒྱ་པ་ཡང་མཐོང་རྒྱ་འདུག་སྤྱོད་དང་མ་འདྲ་བའི་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་ཆེ་ཐོན་འདུག
ཡང་སྤྱི་ལོ་2019ལོ་ཟླ་བ་11པའི་ཆེས་བཅུ་ཉིན་ཆམ་འགག་ལ་སོང་སྐབས་སྤྱི་མཐུན་དང་རི་སྤྱད་ཁ་ཤས་མཐོང་རྒྱ་
འདུག་གཞན་གནས་རྒྱུ་མེད་ཁོར་ཡུག་ལ་བདེ་འཇགས་རེད་འདུག དུས་དང་རྣམས་པ་ཀུན་དུ་ཁོར་ཡུག་ལ་
དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།