

2011/1

སྤྱི་དེབ་གངས་རྒྱལ་པ།
སློབ་དེབ་པ།

རྣམ་ཐར་འབྲུག་པ།

ཐར་མེ་རྒྱལ་པ།

གཙོ་སྒྲིག་པ།

པོན་སྐོར་བཅའ་ཚོད་སློབ་གྲྭ།
མངོའ་མཐུན་དགེ་རྩ་ཚོགས་པ།

ཚོམ་སྒྲིག་པ།

བྱུང་ཁང་རྒྱལ་པ།

སྤྱི་དེབ་རྒྱལ་པ།

སློབ་འཇུག་ཡི་གེ་པ།

མངས་རྒྱལ་དོན་འབྲུག་པ།

རྣམ་རྒྱལ་ཚོ་རིང་།

ལྷན་པ།

བྱུང་ཁང་རྒྱལ་པ།

སྤྱི་དེབ་རྒྱལ་པ།

རྣམ་རྒྱལ་ཚོ་རིང་།

མངས་རྒྱལ་དོན་འབྲུག་པ།

ཚོམ་སྒྲིག་ཁོངས་མི།

བྱ་གཞུང་སྤྱི་ཚོ་སྤྱི་དེབ་པ།

འབྲུག་རྒྱལ་པ།

དཀར་ཆག

འགོ་བརྗོད། ཚོམ་སྒྲིག་པ།

སྤྱི་གཏམ་འཚོ་བའི་སྤྱོད་བྱུང་།

འབྲུག་ལ་འབྲུར་བའི་ཚོ་སྤྱོད་ བསམ་བློ་རྒྱལ་པ། 3

རྟེན་བརྟན་གྱི་བརྗོད་བྱུང་། འབྲུག་རྒྱལ་པ་རྒྱལ་པ། 7

ཆང་པོར་དང་བྱ་མའི་ལས་དབང་། འབྲུག་རྒྱལ་པ་དབང་རྒྱལ་པ། 11

སློབ་རྒྱུན་གངས་རིའི་ཆབ་རྒྱལ།

སེམས་འཕྲིན། ཚོ་རྒྱལ་པ། 12

བོད་པའི་ཚོར་བྱ། ཚོ་བསམ་གཏམ་པ། 13

སེམས་གཏམ། རིན་ཆེན་པ། 14

གངས་རི་འདབས་ཀྱི་ལྷན་པ་སྤྱོད་པོ། བསམ་བློའི་དོན་བྱུང་ཚོ་རིང་། 15

དཔའ་མ་ལུས་སྤྱོད་ལེན་སྤོང་ཚོ། བྱུང་ཁང་རྒྱལ་པ། 16

སྤྱི་གཙོ་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་བཞུགས་རྒྱལ།

ས་ཆེན་དང་ཚོ་སྤྱོད་ བྱ་མདོ་རིན་བཟང་། 17

ངས་ལྟེན་ལ་བཞུགས་འདོད་པའི་རྣམ་ཆ། གཡོན་བསོད་དཔ། 18

མེ་ཏོག་སེར་ཆེན། ལྷགས་བྱམས་ཚོ་རིང་། 20

བའི་སྤྱོད་པ་བསམ། དཀོན་མཆོག་ཐར་པ། 21

སྤྱོད་པ། ཚོ་སྤྱོད་རྒྱལ་པ། 22

མ་ཡུམ་ལགས། སློབ་གྲྭ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། བསོད་ནམས་འཚོ། 23

དགོན་པ་ལགས། ཚོ་ཐར་རྒྱལ་པ། 24

<p style="text-align: center;">2011/1</p> <p style="text-align: center;">སྤྱི་ལོ་དེའི་གྲངས་རྒྱུག་པ། སློབ་དེའོ་ལ།</p> <p>ནུམ་ཐར་འབྲུམ།</p> <p>ཐར་རེ་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">གཙོ་སྒྲིག་པ།</p> <p>པོ་ལོ་སྐོར་བཅའ་རྒྱུ་སློབ་གྲྭ། མངོའ་མཐུན་དགེ་རྩ་ཚོགས་པ།</p> <p style="text-align: center;">ཚོམ་སྒྲིག་པ།</p> <p>བྱུང་ཐར་རྒྱལ།</p> <p>སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">སློབ་འབྲུམ་ཡི་གེ་པ།</p> <p>སངས་རྒྱལ་དོན་འབྲུབ།</p> <p>ནུམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p style="text-align: center;">ལྷན་དག་པ།</p> <p>བྱུང་ཐར་རྒྱལ།</p> <p>སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p>ནུམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p>སངས་རྒྱལ་དོན་འབྲུབ།</p> <p style="text-align: center;">ཚོམ་སྒྲིག་ཁོངས་མི།</p> <p>བྱ་གཞུང་སྤྱིང་མོ་སྒྲིང།</p> <p>འབྲུག་རྒྱལ།</p>	<p>མཐུག་མཐའི་བདེ་མོ།..... ཁོན་ཐར་རྒྱིང། 25</p> <p>ཨ་མ།..... ལྷ་རྒྱལ་ཐར། 26</p> <p>རྩ་ཐར་དུ་བསྐྱོད་པའི་མཐོང་ཐོས། པོ་ལོ་སྐོར་ལྷན་བཟང་རྒྱིང། 27</p> <p>ང་ཡི་ལྷགས་བསམ།གནས་བྱམས་རྒྱིང། 28</p> <p>མ་ཡུམ་ལགས། དཔའ་མོ་ཡག 29</p> <p>ང་རང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ། འཕགས་མོ་འཚོ། 30</p> <p>སློབ་གྲོགས།མཁའ་འབྲུམ་རྒྱལ། 31</p> <p>མཆི་མས་དགྲིས་པའི་མི་ཚོ། འབྲུག་མོ་རྒྱལ། 32</p> <p>རང་རིགས་ཀྱི་སློབ་གྲོགས། དཔོན་ཚང་ཁོན་ཐར་རྒྱལ། 34</p> <p>བདག་གི་སེམས་གཏམ།གནས་མཚོ་རྒྱིང། 36</p> <p>བྱུང་ཐར་དུ་གི་མིག་ཚུ་སེམས་ལ་བཞུག། ལྷན་དགའ་རྒྱལ་མཚན། 37</p> <p>དབྱིད་ཀའི་མཛེས་སྤྱུགལྷགས་བྱམས་རྒྱལ། 39</p> <p>སྐྱ་ནག ཚོར་སྐང་གསར་བ་ཞིགདོན་གྲུབ་རྒྱལ། 40</p> <p>འཕྲོང་མོ་རུ་ཡག་མ།ཁེར་རྒྱང་པ། 41</p> <p>སེམས་ཀྱི་བཞུར་རྒྱུ།བྱ་མདོ་དོན་འབྲུབ་ཚེ་རིང་། 43</p> <p>འགོ་རན་པའི་མི་བུ་ཞིག་གི་ན་རླུག.....ཁི་སྐོར་ལྷ་རྒྱ། 45</p> <p>སྐྱུ་འཛེབས་ཀྱི་སྐྱ་སྐང།ཨ་ལྷུང་ལྷ་བྱུག 47</p> <p>ཡུལ་ལྷུལ་ལགས། ཡར་ལ་ལོངས།བྱ་གཞུང་སྤྱིང་མོ་སྒྲིང། 51</p> <p>དབྱུགགཡང་བྱང་རྒྱིང། 53</p> <p>པ་སྐང།ལྷན་རྒྱིང་སྐོར་མ། 54</p> <p>བྱམས་ཚན་ཨ་མ་བྱུག།བསོད་ནམས་རྒྱིང། 56</p>
--	--

<p>2011/1</p> <p>སྤྱིའི་དེབ་གྲངས་རྒྱག་པ། སློབ་དོན་པ།</p> <p>རྣམ་ཐར་འབྲུམ།</p> <p>ཐར་རེ་རྒྱལ།</p> <p>གཙོ་སྤྱིག་པ།</p> <p>པོན་སྐོར་བཅའ་ཚྲོད་སློབ་གྲྲ། མངོའ་མཐུན་དགོ་ཚུ་ཚོགས་པ།</p> <p>ཚོམ་སྤྱིག་པ།</p> <p>བུན་ཁང་རྒྱལ།</p> <p>སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p>སློག་འཕུལ་ཡི་གེ་བ།</p> <p>སངས་རྒྱས་དོན་འགྲུབ།</p> <p>རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p>བྱ་དག་པ།</p> <p>བུན་ཁང་རྒྱལ།</p> <p>སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p>རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p>སངས་རྒྱས་དོན་འགྲུབ།</p> <p>ཚོམ་སྤྱིག་ཁོངས་མི།</p> <p>བྱ་གཞུང་སྤྱིང་མོ་སྤྱིང།</p> <p>འབྲུག་རྒྱལ།</p>	<p>ང་དང་སེམས་ཀྱི་འབོད་པ།བྱ་གཞུང་ཞི་བདེ་བའམ་འབྲུག་འབྲུམ་ཡག 58</p> <p>བཅད་རྒྱག་སྤྱིའི་མའི་སྤྱིང་ག།</p> <p>བཅད་སེམས་ཀྱི་འབོད་ཞེན།བྱ་གཞུང་གུན་དགའ་དོན་འགྲུབ། 60</p> <p>ང་རང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན།ལྷགས་མོ་འཚོ། 61</p> <p>ཁྱོད་རང་དྲན་པའི་མོད་ལའངས་ནམ་ཡང་འདི་ལྟར་སྤྱིང། . . .བྱ་གཞུང་བཙུན་ཐར་རྒྱལ། 62</p> <p>རང་མོས་སེམས་ཀྱི་སྤྱི་གཞུག་པ།</p> <p>ཨ་ཅེ་ལགས།བྲག་དཀར་མཚོ། 63</p> <p>ཨ་མ་ལགས།འཕགས་རིས་སྤྱིང། 64</p> <p>ཁྱོད་བྱད་མོང།བདུད་འབྲུལ་ནོར་བུ་དགའ་འབྲུལ། 65</p> <p>འབྲོང་གཡག་དར་མ།རྫོང་རི་བ་བསོད་དབང། 66</p> <p>བྱ་ཚུའི་འགྲུར་ལྷགས།ལྟ་རིག་རྒྱལ། 67</p> <p>མ་ཡུམ་སློབ་གྲྲ།མོ་སྤྱི་མོ་བུམ་མ། 68</p> <p>འབྲོང་འུ་དམར།སངས་རྒྱས་དོན་ཚེ། 69</p> <p>སེམས་ཀྱི་ང་རོ།ཁྱི་རྒྱང་ཡི་རྩ། 70</p> <p>དུས་གསུམ་གྱི་བདག་མོ།ཚོང་དབྱར་ཨ་རྩོ། 71</p> <p>དགོ་རྒྱན་ལགས་པའི་མཐའ་དབྱིངས་ཀྱི་རྣམ་མའོད་ཚེན།འཕགས་མོ་ཚེ་རིང་། 75</p> <p>སེམས་ཤིག་ཡོད་ན། འོ་ཞིག་སྐར་རོགས།..... .འཇག་གངས་སྤྱིམ། 77</p> <p>སྤྱི་ལྷགབཟ་ཤིས་དོན་གྲུབ། 78</p> <p>ཁྱོད་དང་ང་ཡི་ལོ་རྒྱུས།གུན་འབྲུག་རྒྱལ། 79</p> <p>བོད་གཡང་ཚང་གི་རྒྱང་རྟ་མའའ་འུ་བསྐྱོད།དཔོན་ཚང་ཡུམ་ཚེན་རྒྱལ། 80</p>
--	--

<p style="text-align: center;">2011/1</p> <p style="text-align: center;">སྤྱི་ལོ་དེའི་གྲངས་རྒྱུག་པ། སློབ་འདོན་པ།</p> <p style="text-align: center;">རྣམ་ཐར་འབྲུམ།</p> <p style="text-align: center;">ཐར་ལེ་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">གཙོ་སྒྲིག་པ།</p> <p style="text-align: center;">པོན་སྐོར་བཅའ་ཚོད་སློབ་གྲྲ། མངོའ་མཐུན་དགེ་རྩ་ཚོགས་པ།</p> <p style="text-align: center;">ཚོམ་སྒྲིག་པ།</p> <p style="text-align: center;">བུན་ཁང་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">སློབ་འཇུག་ཡི་གེ་བ།</p> <p style="text-align: center;">སངས་རྒྱས་དོན་འགྲུབ།</p> <p style="text-align: center;">རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p style="text-align: center;">ལྷ་དག་པ།</p> <p style="text-align: center;">བུན་ཁང་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།</p> <p style="text-align: center;">རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།</p> <p style="text-align: center;">སངས་རྒྱས་དོན་འགྲུབ།</p> <p style="text-align: center;">ཚོམ་སྒྲིག་འོངས་མི།</p> <p style="text-align: center;">བྱ་གཞུང་སྤྱིང་མོ་སྤྱིད།</p> <p style="text-align: center;">འབྲུག་རྒྱལ།</p>	<p>ཨ་མ་ལགས། བྱ་མོང་སློབ་གྲྲ་འགོ་འདོད།.....ཚེ་ཡག་སྤྱིད། 84</p> <p>བོད་པ་ཚོ། ལྷ་བཙུན་བཙུན་དང་།.....བྱ་གཞུང་རྣམ་ཐར་རྒྱལ། 85</p> <p style="text-align: center;">དབྱུང་རྩོམ་རིག་པའི་སློབ་མོལ།</p> <p>བོད་བཙུན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསམ་སློབ་ཐོག་མར་སློབ་པ།ལྷ་ལག་པ་ཡེ་ཤེས་བཟང་པོ། 86</p> <p style="text-align: center;">བསྐྱུར་རྩོམ་མེ་ལོང་རང་གསལ།</p> <p>ཨ་རིའི་ལྷ་ས་ལྷ་སྐོབ་གྲྲ་ཚེན་མོའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་བསྐྱུར་བྱ་ཉི་ཤུ།རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་། 98</p> <p>མཐུག་གི་གཏམ། ཚོམ་སྒྲིག་པ། 99</p> <p>མདུན་ཤོག་བརྟན་རིས། (བརྟན་ལེན་མཐུན་སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།)ཨ་ལྷོ་སློབ་སློབ་འཇུག་ལོ།</p> <p>རྒྱུ་ཤོག་བརྟན་རིས། (བརྟན་ལེན་མཐུན་སྤྱིང་ལྷགས་རྒྱལ།)དབྱུང་གཞུང་གི་པོན་སྐོར་ལྷེ་བའི་མཛོམ་སྤྱིང་ས།</p>
---	--

འགོ་བརྗོད།

བྱ་བཞག་གང་པན་སྐྱབ་འདོད་སྐོམ་པའི་ཚུ།
 ཚུ་མིག་རྗོལ་བ་བཞིན་དུ་མང་བར་འགྱུར།
 འགྱུར་མེད་དམ་བཅས་གཏམས་པའི་དེབ་ཀྱི་ལྟགས།
 ལྟགས་སོ་འདི་ལ་རྩོམ་གྱི་མེ་ཉོག་བཟ།
 བཟ་ཤིས་དགེ་བའི་དཔལ་གྱི་དེབ་རྒྱུ་འདི།
 འདི་ལས་ཇི་རྒྱས་ཇི་ལེགས་སུ་བཏང་ནས།
 བས་འབྲུ་ལྷ་མའི་བོད་རྩོམ་ཞིང་གི་ཁར།
 ཁ་བའི་རྩོམ་གྲོགས་ཡོངས་ལ་སྐྱེས་སུ་འབྲུལ།

བཅེ་ཐུན་གྱི་སློག་པ་པོ་ལགས། བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས་ཀྱི་སྤྱིའི་དེབ་གངས་དུག་པ་
 བྱེད་རྒྱ་ཆེ་བའི་སློག་པ་པོ་དང་རྩོམ་ཡིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་རྩོམ་པ་པོའི་ཚོགས་ཀྱི་ལྷག་
 བསམ་ལྷ་གཞིན་འཇུ་མ་པའི་བསམ་ཟེར་འོག་སྐྱབ་བཏམས་ཐུབ་པ་བྱུང་ནས་བྱེད་ཅག་གི་སྐྱུན་
 གཟིགས་སུ་ཕུལ་བ་ལགས།

སྤྱིར་སྐད་དང་ཡི་གེ་འདི་ཉམས་རྒྱད་དུ་གྱུར་བ་རེད་ཟེར་ན་ནི་རྒྱུ་ཚབས་ཆེ་བའི་ཤོད་
 ལྷངས་ཤིག་ཡིན་མོད། རང་ཅག་བསམ་ཐུན་ཁ་བའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་འདིའི་ད་ལྟའི་
 གནས་སྤངས་འདི་འཕལ་འབྱིབ་གཉེས་ལས་འཕལ་བའི་གནས་སྐབས་ཉག་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་པ་
 བྱི་དེ་འདྲའི་དྲང་བདེན་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ་ངེ་སྐད་དུ་དམངས་སྲོལ་ལས་མིག་ཡ་གཅིག་ཞུ་ར་དང་
 རྣ་ཡ་གཅིག་འོན་པ་ཞེས་པའི་རྩོམ་དུ་འདུག དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ལྷ་ཅག་གི་སྐད་དང་
 ཡི་གེ་འདིའི་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚད་དེ་ཉ་ཅང་དམའ་བ་འདི་ཐ་ན་ང་རང་ཚོ་དང་ཉེ་བའི་ཡུལ་
 དངོས་དག་ནས་ཀྱང་མཐོང་ཐུབ་པ་ནི་མིག་མཐོང་ལག་བྱིན་རེད།

ཡིན་ནའང་། དགའ་འོས་པ་ཞིག་ནི་ཉེ་ཚོན་རང་རེའི་ཡུལ་ལུང་མང་པོ་ཞིག་ན་རིག་གནས་པའི་མེ་དང་མང་ཚོགས་གང་མང་ཞིག་གི་སེམས་སུ་པ་སྐད་རྣལ་མ་ཤོད་པ་དང་ཐོན་མིའི་བཀའ་དྲིན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཡི་གེའི་བཀོལ་སྤོང་གིས་བསྐུལ་ནས་འདིའི་སྤྱོད་ལ་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མང་པོ་བསྐྱུན་དང་སྐྱུན་བཞིན་མཆིས། འདིར་ཡང་དེད་མེ་བའི་སློབ་སྲུག་རྒྱུང་རྒྱུང་ཚོས་རྒྱུང་རིང་བའི་སྲུགས་བསམ་ཡིད་ལ་བཅངས་ཤིང་ཞུམ་མེད་ཀྱི་སློབས་པས་བསྐུལ་བའི་རྩོམ་ཡིག་གི་རྒྱགས་སྤྱེ་ཡང་ཡང་གནངས་མཐར་དེད་མཛོལ་མཐུན་དག་ཅུ་ཚོགས་པ་དང་མེ་མི་ལྷག་བསམ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་སར་ལས་ཞོར་ཞོམ་སྐབས་བཅའ་ཞིང་སློབ་སྲུག་ཚོ་དང་ན་གཞོན་ཚོའི་རྩོམ་འབྲིའི་དགའ་སྤྱོད་དང་ཤེས་བྱ། ད་དུང་རང་སེམས་རྣལ་མའི་པ་སྐད་ཀྱི་བཀོལ་སྤོང་ཡང་དག་ཅིག་འཛོལ་སྤོང་ཤེས་རིག་སྤོང་བའི་དངོས་སྤང་ཁྲིའི་ལྷུང་འབྲེལ་གྱིས་བཀོལ་བར་བྱས་ན་རྣམ་ཞིག་རང་རེའི་ལག་ཆ་ཅུ་ལྟར་འགོ་བ་ལས་འགལ་བ་ལྷག་སྤོང་གི་སྤྱོད་སྤྱུང་མེད་པས་ན་སློབ་སྲུག་ཚོ་དང་ན་གཞོན་ཚོར་སློབ་གསེའི་ཁ་སྤྱོད་ཤིག་དང་ཁོར་ཡུག་ཅིག་སྤོང་སྤོང་བྱེད་པར་དམིགས་ནས་དེབ་འདི་ཁ་བཏགས་རྒྱུང་ཡང་ལྷ་རྩེ་དང་མེ་ཏོག་རྒྱུང་ཡང་མཚོད་རྩེས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་བོད་པ་ཚོའི་ཤེས་རིག་ཞིང་ལ་ལེགས་སྤོང་ཅོམ་སྤུལ་བ་ཡིན་པས། རིགས་མཐུན་སྤུན་ལྷ་ཡོངས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་རེ་གནང་རྒྱ་མཁྱེན། མཁྱེན།

བྱ་ཚུའི་འགྲུང་ཁྱུགས་ཀྱི་རྩོམ་སྤྱོད་པས་བྱེ་ལེང་ནས་བྲིས།

2011 ལོའི་ཟླ 1 ཚེས 20 ཉིན།

འཇུག་པ་འཇུག་པའི་ཕྱི་ལོ།

བསམ་གྲུབ་རྒྱལ།

མེ་འདབས་ཀྱི་ཞིང་ཁྲགས་ཤིག་ནས་ལྷ་མོ་དང་བཟུན་པ་གཉིས་ཟུང་། ཁོ་མོའི་མིག་རྒྱང་
ལས་གནད་འགག་གི་དུས་སུ་གཞན་གྱིས་ཤེས་ན་ཅི་བྱ། ཞེས་པའི་ཉམས་ཤིག་ཤར། བཟུན་
པས་ལྷ་མ་བཟོད་པར་ཞལ་དོ་ཚྭ་ཏེ། གང་ལྟར་དུས་ཚོད་མེད་པའི་ཉམས་སྤང་བཟུན།
ཁོ་མོའི་ཡིད་ཀྱི་ཟབ་ས་རུ་སྐྱོ་སྤང་ཞིག་གིས་རིམ་གྱིས་མནན། གཡུང་རྒྱུང་ལུ་གཉིས་ཚུང་དུས་
ནས་གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་བཟུན། ང་སྤོང་ཐག་པ་ནས་ཁྱོད་ལ་དགའ། ཁྱོད་ཞེ་ཐག་པ་ནས་
ང་ལ་བྱམས།

དོ་དགོང་མཐའ་མཚུག་གི་དུས་ཚོད་ཡིན་པས། རང་ཉིད་ཀྱིས་ག་རེ་བྱེད་འདོད་ན་དེ་
ལྟར་གྱིས་ཤིག་ཅེས། ཁོ་མོའི་མགོ་བོ་བཟུན་པའི་པང་ལ་ཟུགས། འོན་ཀྱང་། ཁོ་ནི་ཅི་འདྲའི་
ལྷན་ནག་ཅིག་མིན།

ལྷ་དུ་དུ། ལུ་གཉིས་མཉམ་དུ་འདུག ཁོ་དུས། ཁོ་མོའི་དཀའ་བའི་ཉམས་ཀྱིས།
སང་ཉིན་ང་བག་མར་འགོ་དགོས། དེ་མིན་ན། ང་ཐག་རིང་ཞིག་ལ་བྱིད། ངས་ཆེ་གང་བོར་
ཁྱོད་ལ་ཞབས་ཏོག་བསྐྱེད། ཁོ་མོས་གཡུང་རྒྱུང་གི་འགམ་པར་ཡང་ཡང་སྐྱུར། ལྷན་པའི་མིག་
ཚུ་ཡང་ཡང་བཏང་། མ་ཚུ་ཚོན་མོས་ཤང་ཤང་གི་སྐྱོ་སྤྲོ་བསྐྱེད་ཏེ་ས་སྤོད་དང་ལྷན་དུ་བཟུང་།
ཞིང་ཁའི་སྤེ་མའི་ཅ་རྒྱུས་དུག་དུ་སྐྱོམས་ཤིང་། ལྷང་བུའི་ལྷགས་ཀྱིས་ལོ་མ་སིལ་སིལ་གཏོར།
རྒྱུས་དེར་མེ་འདབས་ནས་མི་ཞིག་གིས་མོའི་མིང་འབོད་ཀྱིན་ཡོད། ལྷ་མོ། ཕྱིར་ཤོག ཨ་མ་
འདང་ཞིག་རྒྱག་ན། ལན་རེ་ཐང་དུ་འབྱེལ། ལན་རེ་གོག་གོལ་བྱེད། ཁོ་མོའི་བཟོད་པ་མ་
ལུས། ཕྱོགས་སུ་རྒྱག སན་ཚུན་འཐམས།རབ་དུ་འཐམས། སྤོན་མ། ལག་སྤོང་རི་
ལྟར་འགོ། ཨ་མས་དུལ་བྱེད་ཡོང་ཡོད། རེམ་པར་སོང་།ཨ་པ་རྗེས་སུ་ཡོང་གིན་འདུག
རེས། ཁོ་མོ་སྤོང་ཐག་པ་ནས་ཨ་མར་དགའ་ཞིང་འབྲེལ་མི་འདོད་པའི་ཞལ་རས་ཡིད་ཅམ་
བཟུན་རྗེས་མཆི་མ་དྲངས་མོ་ཞིག་སྤྲུང་། ཨ་མའི་ལུས་བོ་བདག་སྐྱོང་བྱོས། ད་བྱ་མོ་ང་རྒྱུང་
འགོ། ཁོ་མོ་རྒྱང་འཚུབ་རྒྱུ་བ་བཞིན་བཟུན་པ་དང་མཉམ་དུ་བྲོས། རྒྱུས་དེར་སྐྱོག་འོད་
བསྐར་བ་དང་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སྐྱེགས་བྱུང་། ཁྱོད་ཚོད། ཁྱོད་བུ་ཡིན་ན་ཚོད།

བརྟན་པས་འདི་ལྟར་བོས་ན། ཁོ་མོ་གནག་པ་ལས་ཅི་སྟམ་སྟེ། ལྷ་མོ། རྩོད་མྱོང་ལ་པ་མའི་
ཁར་ཉོན། ལས་ཡོད་ན་རྗེས་ནས་

ཐུག་ ཁོ་མོ་བརྟུན་ཏེ་འགོ་རྩིས་བྱས། མོའི་སེམས་འཚབ་པའམ་རྐང་བ་ཤུགས་མེད་
པར་ས་ལ་འགྲུལ་ཏེ་མགོ་རྩོལ་བརྒྱབས། གཡུང་རླུང་གིས་ལྷ་མོ་སྐྱོར་ཏེ། ཡར་བཙོག་དུ་
བརྟུག་ རྐྱེས་པ་དེས་རྗེས་ཚོད་ནས། བྱི་བྱི་མོ་གཉིས་ཀ འགོ་ཐུབ་ན་བོས་ཤིག་ཟེར་
བཞིན་སྟེད་ཀྱི་གྱི་ཐུང་བཏོན་ཏེ་གཡུང་རླུང་ལ་རྒྱག་ཅི་ཐུབ་བྱས། སྐར་ཡང་། རྒྱག་
ཐངས་གཅིག་གིས་བརྟན་པ་གསོད་འདོད་པར་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱབ་པར། ལྷ་མོ་མཚམས་སུ་སྦྲིང་།
ལུ་མའི་གཡོན་དུ་འཛེར། ལྷ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་མོ། རྩོད་སྐྱོས་བཏང་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཨ་པར་སྐྱག་
མ་བསྐོང་། རྩོད་ཀྱི་མིག་ཕྱིས་དང་། རྟོབས་འབྱོར་གྱིས་རང་གི་སུ་མོའི་ཕྱག་ན་ཤུགས་ཀྱིས་
འཐེན་གྱིན་འདུག་སྐབས་དེར་ཁོ་མོའི་ཨ་མ་ཡང་ཐོན་བྱུང་། ལྷ་མོ། མོའི་པང་དུ་བཟུམས་
ཏེ་དུ་འབོད་བྱེད། ལྷ་མོས་ན་ཟུག་གི་ཟུམ་པའི་མིག་ཟུང་ག་ལེར་ཕྱིས་ནས། མིག་ཚུ་ཤར་ཤར།
གཡུང་རླུང་གི་བཅར་རོལ་ལྷ་བཞིན། ཨ་པ། ཨ་མ། ང་དཔུགས་ཚད་རྗེས། ལྷག་རྒྱབ་ཀྱི་
དུར་ཁྲོད་དུ་དང་གཉིས་མཉམ་དུ་འཐེན་རོགས། ཁོ་མོའི་འཛིག་རྟེན་དཀར་དོགས་འདྲིའི་ཞེན་
ཚགས་ཅི་ཡང་མེད་པར་དུ་གཡོག་གི་མིག་ཟུང་གཏན་དུ་བཅུ་མས།

གནམ་རྒྱན་མའི་མཐོངས་དབྱིངས་ནས་འབྱུག་སྐྱའི་ངར་སྐད་སྐྱོགས་ཤིང་ཆར་རྒྱུང་
མཛོད་དུ་སྣང་དེ་འཛིག་རྟེན་ཡོམ་ཡོམ་འདར། འཛོམས་སྐྱེད་ (ལྷ་མོའི་ཨ་མ) དུ་དག་
གིས་ལན་རེ་བརྒྱལ་ཞིང་ལན་རེ་འཕགས་ཚག་གིས་དུར་ཁྲོད་ལ་མདུན་གོལ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག

གོགས་པོ་ལགས། འདི་ནི་ངས་རྒྱན་བཟོ་བྱས་པ་གཏན་ནས་མིན། དག་རྒྱན་འདི་ལྟ་
བུའི་བཤད་ཚུལ་ཡོད་པ། རྣ་ཐོས་བྱུང་བས། རང་ཉིད་ནས་དངོས་སུ་བྱིས་པ་ཡིན།
བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན།གཡུང་རླུང་ནི་དཔུལ་བྱིས་ཞིག་གི་མི་ཡིན་ཞིང་། ཁོའི་པ་མ་གཉིས་བོན་
པོ་བོན་ནག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། བྱིས་ཀྱི་སྐྱུང་མ་མི་གཙང་ཞེས་ཀུན་ལ་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་ཤིང་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་འཛོམ་པར་བྱེད། ལྷ་མོ་ནི་མི་རྒྱུད་ཀྱི་དེད་ན་སྐྱུང་ཞིག་གི་ཡང་ཚའི་ཡང་ཚ་
ཡིན་འདུག་ཅིང་། བྱིས་གཉིས་ལྷ་མི་གང་ནས་ཀྱང་འགྲིགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་ཚོའི་བོན་པོའི་
ཐུབ་གཟུགས་ཤིག་མི་ཉན་པར་བྱེད་ཅིང་། བོན་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འདོད་མོད། ལྷ་མོ་དང་
གཡུང་རླུང་དེ་ལས་རྗེས་སྟེ་པན་ཚུན་ལ་དགའ་བའི་ཟུར་མིག་འཐེན་ཞིང་དུངས་པའི་སྟེང་
གཏམ་བཅོད་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡ་ང་བའི་སྐོལ་ལུགས་ལ་སྤང་དོགས་སུ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་དོན་
སྟེང་ལྷན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་བྱུང་བ་རེད།

དུར་ཁྲོད་དུ་མི་རོ་འཛིགས་པོ་གཉིས་རྗེན་པར་མངོན་འོང་། དེ་ནི་རྩ་མོ་དང་གཡང་དུང་གཉིས་རེད། འཛིགས་ཡེར་བའི་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་ནང་དུ་གཡང་དུང་འགྲུལ་གྱིན་ཡོད། ཁོ་རོ་ཡངས་རྒྱབ་པ་བཞིན་ཞེ་སྤང་གིས་ཡེར་བཅོག་སྟེ་དངངས་འདར་ཡང་ཡང་བྱུང་། འབྲུག་རྒྱ་གྲགས་ཤིང་སློབ་དམར་འབྲུགས་ཏེ་ཆར་བ་སྤར་སྤར་བབས། མི་ཡུལ་ལ་དངོས་ནས་སྤོང་རྗེ་མེད་པ་འདྲ། གཡུང་དུང་གིས་ཁྲག་གསེབ་ཀྱི་མིག་རྒྱང་ཞེ་སྤང་གིས་འབྲེད་ཅིང་། བཅོན་གྱིས་ཡངས་ཏེ་རྩ་མོའི་བཅར་རོ་བང་ནས་འཛིགས་རུང་གི་དུར་ཁྲོད་དང་གཏན་དུ་གྲུས། ཁོས་གོམ་པ་རེ་རེ་ལས་གཞན་དབང་གི་རེ་ལུང་བརྒྱལ་ཅིང་རང་དབང་གི་རྩ་ཐང་སྟེགས་པའི་ཚོར་བས་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱབ། ཁོས་བསམ་སྟོ་ཡིད་ཅམ་བཏང་རྗེས། དང་ཐོག་རང་བྱིམ་དུ་ལོག་ཅིང་དེ་ནས་ལྷ་བ་གྱོན་ཞིང་མ་ཁ་དགྲིས་རྗེས་བྱིམ་དང་བྲལ། འདི་ནས་བརྒྱུད་བཤད་རྩལ་མཚར་པོ་ཞིག་ཀུན་ལ་བྱབ་པར་གྱུར་ཏེ། ལ་ལས་བཤད་ན་གཡུང་དུང་རོ་ཡངས་རྒྱབ་ཏེ་བྱུང་སོང་། ཟེམ། ལ་ལས་བཤད་ན་དུང་མ་གྱི་བར་གསོན་ཡོད་ཟེམ། གང་སྟར་ཀྱང་དུར་ཁྲོད་ནས། མཚན་མོ་དེར། ཁོ་གཉིས་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར། སྤྱིས་སུ་དུར་ཁྲོད་དུ་ས་རུབ་ཚོ། ཕོ་མོ་གཉིས་གྱིས་ཁ་བརྒྱ་བཤད་གྱིན་འདུག་ཟེམ་བ་དང་། སུ་མོ་ཞིག་དུ་བཞིན་གདལ། རྩ་མོའི་རྒྱུད་རེད། སྤྱིས་པ་ཞིག་ཀྱང་འདུག་ཟེམ། རྗེ་བའི་ནང་དུ་གཅིག་མིན་གཉིས་མིན། ཉེན་རེ་རྒྱུད་ཆ་རྗེ་གསལ་དུ་སོང་། ལན་རེ་རྗེ་འདབས་སུ་ཐོན་འོང་བ་རྒྱན་པོ་རེ་གཉིས་གྱིས་མཐོང་། གྱོན་པ་མེད་ཟེམ། རྒྱུད་ཆ་དེ་རྗེ་བའི་སློང་གཞིར་གྱུར་བར་མ་ཟད། ཐ་ན་ཉེན་རྟོག་པའི་སློང་གཞིར་གྱུར། རྒྱ་མཚན་ནི། ཉེ་སྟོན་རྗེ་བའི་ན་གཞོན་ཕོ་མོ་གཉིས་ཞིང་ཁྲགས་སུ་འགྲུལ་རྗེས་སྟོ་ནང་འདྲ་ཞིག་བྱུང་དེ། གཅིག་གིས་ཁོ་གཡུང་དུང་ཡིན། དས་དུར་ཁྲོད་ན་འདྲེ་ཡི་འཚོ་བ་རོལ་བཞིན་ཡོད་ཟེམ་བ་དང་། སུ་མོ་དེས་ང་ནི་རྩ་མོ་ཡིན། དུར་ཁྲོད་ན་གསོན་པོར་བསྐྱད་ཡོད། ཐམས་ཅད་ཏེ་ལས་སུ་བརྟུག

གཡང་དུང་གིས་རྩ་མོ་ལ་མིག་རྒྱང་གིས་ཡང་ཡང་སྟེ་བཞིན་གང་མཁྱོགས་ངང་ཡར་ལོང་བྲག་ལྷག་གི་སྟོམ་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་སུ་སློང་། བྲང་རྒྱུད་དང་ཆར་བ་ཡི་གདུག་རྩལ་གྱིས། ན་གཞོན་ཕོ་མོ་འདི་གཉིས་ལ་བཅོན་སྐུལ་གྱིས་དམྱལ་བར་རྗོངས་འདོད་པ་དང་འདྲ་བར་མཚམས་འཛིག་མི་སྲིད། སྟོམ་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་སྤུས་མོ་སར་བརྟུགས་རྗེས། ཁོང་གི་སྟོན་མ་རྒྱལ་པོར་བརྟུས་ཏེ་རེ་བ་དང་ལེན་བྱས། གཡུང་དུང་གི་མ་ཁ་དགྲིས་རྗེས་རས་སྟབ་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་གདོང་བ་གཡོགས་ཤིང་དམ་པོར་དགྲིས་ཏེ་མིག་རྩལ་གསུམ་མངོན་པར་བྱས། དེ་རྗེས་ཁོས་རྩ་མོ་སང་པར་རེ་སྐྱག་བྱས་ཤིང་ཁལ་ཏེ་ཁོ་མོ་སང་ན། རང་ཉིད་ཁོ་མོ་དང་འཛིག་རྟོན་འདིར་བྲལ་དགོས་བསམ། འོན་ཀྱང་། ཁོ་མོ་མ་སང་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་གང་པོར་

གཉེན་རྒྱུ་སེམས་ཐག་བཅད། ཁོ་མོའི་བཞིན་མདངས་ཉིན་རེ་བཞིན་རྒྱས་ཤིང་དམར་
 མདངས་ཀྱི་གཞིན་ཤ་ཆགས་ནའང་། གཡུང་རྒྱུང་ལ་སྐྱུག་བསྐྱུག་གི་བ་རྒྱུ་བསྐྱུག་གི་ལོ་ཞིག་
 སྤོང་ནས་འཕྲུང་ཞིང་སེམས་འཚུབ་པའི་སྤང་བ་ཞིག་སྤྱིན། མོའི་སྐུན་ཆགས་ཀྱི་མིག་རྒྱུང་ག་
 ལེར་སྐྱུག་ནས་རང་མདུན་ན་ལངས་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བོ་དེའི་ངོ་གདོང་མི་མཐོང་ཡང་གཡུང་རྒྱུང་གི་
 གཟུགས་དབྱིབས་ཡིན་པ་གསལ་བོར་ངེས་པས་འཇུག་ཙམ་གྱིས་མཆི་མ་ཞིག་འགྲམ་ཚོས་
 བརྒྱུད་དེ། རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་འདུན་མཚོན་པར་བྱས་ནའང་། ཁོ་མོའི་མཛེས་སྐྱུག་དེ་
 གཡུང་རྒྱུང་གིས་ཆོ་གང་བོར་མཐོང་མི་སྲིད། ཁོའི་སེམས་ཤི་ཟེན། སང་བལ་དཀར་བོའི་ནང་
 རོལ་ན། ཤི་ཟེན་པའི་ངོ་གདོང་དེ། ཁོ་མོ་ལ་སྐྱོན་ཐབས་བྲལ། ཁོའི་མཐའ་མཇུག་གི་
 སྤོང་གཏམ་མང་བོ་སྐྱུག་སྐྱུག་བརྗོད་ཀྱང་། མོའི་ན་སྐྱོ་མོ་ནས་འོན་སོང་། བཀྲག་
 མདངས་འཚོར་བའི་མིག་རྒྱུང་གིས་གཡུང་རྒྱུང་གསལ་བོར་མཐོང་ཐུབ། རོལ་རྒྱུན་གྱི་རལ་གྱིས་
 གཏུབ་པའི་ངོ་གདོང་དེ་འཇིགས་རུང་གི་གྲོག་ཤར་བཞིན་གསལ་ལ་ཁོམ་པ་རྣ་བུའི་མིག་དོང་ལ་
 སྐྱུག་བསྐྱུག་གི་ལུན་པ་འཁོར་བའང་མཐོང་ཐུབ་འོན་ཀྱང་། ཁོའི་སེམས་ཀྱི་སྤོང་གཏམ་དེ་ཐོས་
 ཐབས་དབེན། ཁོ་མོའི་ཞལ་གདོང་སྐར་ལྗང་མཛེས་ནའང་གཡུང་རྒྱུང་གིས་མཐོང་ཐུབ་མེད་
 ལ། གཡུང་རྒྱུང་གི་སྐར་གྱི་མཛེས་པ་དང་ད་ལྟའི་སྤོང་གཏམ་འང་མོའི་མཐོང་ཐོས་བྲལ། འདི་
 བེད་གཞོན་སྐྱུག་རྒྱབ་རེད། འོན་ཀྱང་། ཉིན་འདི་དག་ལ། ཟླ་མི་རྣམས་འུར་འུར་ཟང་ཟང་
 ཏུ་ལྷུང་བས་སྐྱོབས་འབྱོར་བཟའ་བ་གཉིས་ལ། མཚན་མོའི་གཉིད་དང་ཉིན་མོའི་ཟས་ཀྱི་ཡི་ག་
 མེད་པར། ཟླ་མི་རྣམས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ལ་ཉང་སང་ནས་སྤོང་མ་རུས་པར། ཞལ་ལག་ཚང་
 ལ་ཞུས་པས་སེམས་གོ་མང་བོ་བསྐྱུབ་དགོས་གསུང་བར། ད་ཆ། ཁོ་ཚང་ན་རྩ་བོའི་སྐྱེ་
 དབྱངས་སྐྱོན་མོ་ཞིག་གསལ་གྱིན་འདུག།

པོ་ཞིག་མི་དྲན། འོན་ཀྱང་། རྣམས་དེ་ནས་བརྒྱུད་དེ་དག་གིས་གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་མཐུན་
ཞིང་། གཅིག་ཞེ་གཅིག་ལ་འབྲེང་བཞིན་བརྗེ་དུང་གི་རྒྱན་ཚང་མངར་མོ་དུབ་ཀྱིས་འཐུང་བཞིན་
ཤེས་རིག་གི་གནས་ལ་འབད་བ་བྱས་བ་ད་རྣམས་ཡང་ཡིད་ནས་བརྗེད་ཐབས་མི་འདུག

༤

ཉེན་ཞིག་གི་ཞོགས་པར་ང་རང་ལྷ་མོ་ནས་ལངས་ཏེ་རྩལ་སྦྱོང་ར་བའི་ནང་དུ་དཔེ་སློབ་
བྱེད་དུ་སོང་བ་ཡིན། དཔེ་སློབ་བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམས་སུ་མི་ཞིག་ངའི་གམ་དུ་སྐྱབས་བྱུང་།
ངའི་མགོ་ཡར་བརྒྱག་ནས་བཟུང་ཆེ་གཡང་འབྲུམ་སྒྲོལ་མ་སྐྱབས་པ་རེད། ངའི་ཁ་ནས་ཅི་བཤད་
མེད་པར་ཁྱོད་འདིར་ཡོང་ནས་ཅི་བྱེད། ཅེས་བཤད་པས། མོ་རང་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་པའི་ཚུལ་
ཀྱིས་དོན་མེད་ན་འདིར་ཡོང་མི་ཚོག་གམ། ཟེར་བཞིན་སྤྱིར་སློབ་ཁང་དུ་ལོག་སོང་། དེ་བས།
ང་ཡང་རང་དབང་མེད་པར་གོམ་ཁ་སློབ་ཁང་གི་ཕྱོགས་སུ་མི་བསྐྱུར་ཀ་མེད་བྱུང་སོང་།

དུས་ཚོད་ཀྱི་འཁོར་བསྐྱོད་རྒྱན་ཚང་མེད་པར་མདུན་དུ་བསྐྱོད་དེ་སློབ་ཐུན་བཞི་བ་གོལ་
བའི་ཅོང་བརྒྱུད་སངས་སངས་ལོ་རྒྱུ་ལམ་དུ་གྲགས་འོངས། སློབ་གྲོགས་གཞན་རྣམས་གཅིག་རྗེས་གཉིས་
མཐུད་ཀྱི་ངང་ནས་ཟ་མ་ཟ་རུ་བྱུང་སོང་། སློབ་ཁང་དུ་ང་རང་ལས་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག ངས་
གཡང་འབྲུམ་སྒྲོལ་མ་དང་དེ་དག་གིས་ཀྱི་འདས་སོང་གི་བྱ་བར་སྤྱིར་འདང་རེ་རྒྱབ་ཆེ་ལན་རེར་
དགོད་ཁ་འཚོར་ཞིང་མཚམས་རེར་མིག་རྒྱ་ས་ལ་དབང་མེད་དུ་སྤྱང་འགྲོ། ལྷག་པར་དུ་ཞོགས་
པར་བྱུང་བའི་དོན་དག་ལ་འགྲོད་པ་སྐྱེ་བཞིན་པའི་རྣམས་སུ། མི་ཞིག་ངའི་གམ་དུ་སྐྱབས་པ་
ཚོར་བྱུང་། སེམས་ལ་གཡང་འབྲུམ་སྒྲོལ་མ་ཡིན་སྟུང་ནས། ཁ་སྤྱིར་འཁོར་ནས་བཟུང་ཆེ་གཞི་
ནས་འཛིན་བདག་ཆེ་རིང་བརྒྱ་ཤིས་སྐྱབས་འདུག ཁོས་ང་ལ་ཟ་མ་ཞེ་བཞིན། ཞེས་དྲིས་བྱུང་བས།
དངངས་སྐྱེས་སྐྱེས་བཞིན་ཟ་མ་བཟས་རྗེས་སྤྱིར་འོངས་པ་ཡིན་ཞེས་འཛིན་བདག་ལ་རྩོམ་གཏམ་
བཤད་པ་ཡིན།

༥

མོ་དང་ལྷན་འཛོམས་མ་བྱུང་བར་ཉེན་འགའ་འགོར་སོང་། ཉེན་ཞིག་གཡང་འབྲུམ་སྒྲོལ་
མ་རྩལ་སྦྱོང་ར་བའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། ང་རང་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེས་བཞིན་མོའི་ཕྱོགས་སུ་
གོམ་ཁ་བསྐྱུར་ཞིང་མོའི་གམ་དུ་སོང་སྟེ་དགོངས་པ་མ་འཚོམ། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་གུ་ཡངས་གཏོང་
རོགས་ཞེས་བཤད་པ་ན་མོས་ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིར་ལས་མི་འདུག
སྐྱེས་བ་རྗེས་མར་ལས་ཡོད་ན་ཁྱོད་རང་ལྷན་དུ་མི་ཚོ་གང་བོར་རོལ་ཚོག་ཟེར་བཞིན་མིག་རྒྱུད་རྒྱ་
མཚོ་བསྐྱེལ། ངས་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ན། ང་རང་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སློབ་
སྦྱོང་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་དང་ཁ་དཔེ་ལ་ཡང་དྲིན་པ་མའི་ཁ་ཚོག་ཐོག་ཡིན་པས། ང་ལ་རང་
དབང་ཞིག་མིག་འདུག འུ་གཉིས་ལ་སྒོན་བསགས་ལས་ཞིག་ཡོད་ན་འཇིག་རྟེན་བརྗེ་བའི་

སྤང་བ་རོལ་ཚོག་ཅེས་བཤད་བཞིན། མིག་ཚུའི་སྤང་རྒྱུ་ཅིག་དབང་མེད་དུ་ས་ལ་སྤང་བཞིན་
སྤྱིར་སློབ་ཁང་དུ་མི་འགོ་ཀ་མེད་དུ་གྱུར་སོང་།

༤

ལོ་རྒྱུ་ཅི་འདུའི་མགྲོགས་པ་ཞིག་ཡིན། དུག་གནང་བྱིན་པར་མ་ཟད། གནང་བའི་
ལོ་རྒྱུ་ཡང་རྒྱུ་ཅིག་ཅེས་དུ་པར་སོང་སྟེ་སློབ་འགོ་རྩོམ་པའི་ཉེན་མོར་སླེབས་སོང་། ང་རང་ལྷ་མོ་
ནས་ལངས་ཏེ་ལུ་བ་སོགས་གསལ་བ་རེ་གོན་རྗེས། རྒྱ་སྤང་ལ་འགོ་རྩོམ་བྱེད་བཞིན་པའི་
རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་དུ་སློབ་གྲོགས་བཀུ་ཤེས་འཚོ་མོ་ཡིས་ཁ་པར་ཞིག་འོངས་ཏེ་གཡང་འབྲུམ་སློབ་
མ་སློབ་སྤྱིར་བུས་ཟེན་པའི་གཏམ་ངན་ཞིག་བཤད་བྱུང་བས། རང་དབང་མེད་པར་ཡིད་
སེམས་སློབ་གདུང་གིས་ཁེངས་ཏེ་མིག་ཚུ་ཤམ་ཤམ་ས་ལ་འཐོར་ཏེ་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེལ།

༥

དེ་ལྟར་ངས་གཡང་འབྲུམ་སློབ་མ་དུན་པའི་གདུང་བ་དུག་དུ་འཕྱོ་བཞིན་ལོ་གཅིག་ཅི་ལྟར་
འདས་པ་མ་ཤེས། ངས་ཡང་སློབ་འབྲིང་གི་འཚོ་བར་མཚུག་སྐྱིལ་ཏེ་ལུལ་ཐོག་དུ་མཐོ་འབྲིང་
འདོན་པར་སོང་བ་ཡིན། རྒྱལ་སྤྱི་དེར་མཐོ་གཅིག་ལྷ་བའི་ནང་དུ་གཡང་འབྲུམ་སློབ་མ་ཞེས་པའི་
སློབ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ཐོས་བྱུང་། ངས་ཁོ་ཚོའི་འཛིན་གྱུའི་སློབ་མ་ཞིག་ལ་གཡང་འབྲུམ་སློབ་མའི་
པ་ལུལ་དང་སློབ་གྲུ་གང་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་སོགས་དྲིས་པ་ན། སློབ་མ་དེས་ཀྱང་ངས་གསལ་
བོ་ཞིག་མ་ཤེས་འོན་ཀྱང་གོ་ཐོས་ལྟར་ན་མོ་ནི་རྩོང་མི་རིགས་སློབ་གྲུ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་རྗེས་
འདྲིར་འོངས་ནས་སློབ་འབྲིང་དང་མཐོ་འབྲིང་བཏོན་པ་དང་པ་ལུལ་ནི་གཡུ་གཙང་སྟེ་བའི་ཡིན་
ཟེར་བས། ང་རང་དགའ་སློབ་ཚོད་མེད་སྐྱེས་བཞིན་གནས་ཤིང་ས་ཤིང་བྱས།

༦

ཉེན་འགའ་འཐོར་སོང་། ངས་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་བྲིས་ཏེ་སློབ་མ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་མོ་ལ་བྱིན་
པ་ཡིན།འཕྲིན་ཡིག་འདི་ལྟར་བྲིས་ཡོད་དེ། ངའི་སྤིང་གི་སྤྱིང་ཀ་དང་འདྲ་བའི་གཡང་འབྲུམ་
སློབ་མ། འུ་གཉིས་མ་འཕྲད་པའི་ལོ་རྒྱུ་གཅིག་ཅེས་གྱི་རིང་ལ་སྐྱེ་ལུས་བདེ་ལེགས་སམ། བྱོད་
དང་བུལ་པའི་ལོ་རྒྱུའི་བྱོད་ནས་བྱོད་རང་མི་དུན་པའི་ཉེན་མོ་དེ་བཞིན། གོ་ཐོས་ལྟར་ན་བྱོད་ཡང་
སློབ་གྲུ་འདྲིར་ཡོད་ཟེར་བས། སེམས་པ་དགའ་སློབ་ཚོད་མེད་སྐྱེས། གཟའ་གནང་གི་རྒྱལ་སྤྱི་བྱོད་
ལ་ཐོས་པ་ཡོད་ན། འུ་གཉིས་མི་དམངས་སྤྱི་སྤིང་ལ་མཉམ་དུ་འགོ་ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་ཡིན། མོས་
ཡང་སྤྱིར་ལན་ཞིག་འོངས་ཏེ་ཚོག་ཅེས་བྲིས་འདུག

༧

གཟའ་གནང་གི་ཉེན་མོར་སླེབས་སོང་། ང་རང་ལྷ་མོ་ནས་མི་དམངས་སྤྱི་སྤིང་དུ་སོང་
སྟེ་མོ་ལ་སྐྱེས་ནས་བཟང་བ་ཡིན། རྒྱལ་སྤྱི་དེར་ངས་མོ་རང་འགྲུར་ཡོད་དམ་ཞེས་རང་གིས་རང་ལ་

འདྲི་གཞི་ཞིག་འདྲི་བཞིན། དུས་ཚོད་སྐར་མ་ཅི་ཅམ་ཞིག་འདས་སོང་བ་མ་ཤེས། ལྷོ་བྱུར་
 དུ་གཡང་འབྲུམ་སྒོལ་མ་ངའི་གམ་དུ་སླེབས་འདུག། མོ་རང་ངའི་སྐེ་ལ་འཐམ་ནས་འགམ་
 པར་འོ་ཞིག་བྱས་རྗེས། སློབ་འབྲིང་སྐབས་ངའི་མོར་བྱིན་པའི་མགུལ་རྒྱན་ཏེ་སློབ་བཞིན།
 འདི་ནི་ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་བཅེ་དུང་གི་འཇིག་རྟེན་འགྲིམ་སྐབས་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་བྱིན་པའི་བཅེ་
 དུང་གི་དཔྱད་ཏུགས་ཡིན་པས། ངས་ད་དུང་ཡང་མ་བོར་བར་སྐེ་ལ་བཏགས་ནས་ཁྱོད་དང་
 ལྷན་འཛོམ་འབྲུང་བར་སྐྱུག་ཡོད་ཟེར་བས། ངས་ཡང་མོས་བྱིན་པའི་མཚུབ་དགྲིས་དེ་སློབ་
 བཞིན། ཁོ་མོ་དཔྱད་པའི་གདུང་བ་སོགས་བཤད། དེ་ལྟར་ངེད་གཉིས་ཀྱི་ཕན་ཚུལ་དཔྱད་ཚུལ་
 དང་སྐྱེང་ཚུལ་སོགས་བརྗོད་ནས་ཉི་མ་ལྷུབ་ཅིར་བཞུད་པ་ཡང་མ་ཚོད།

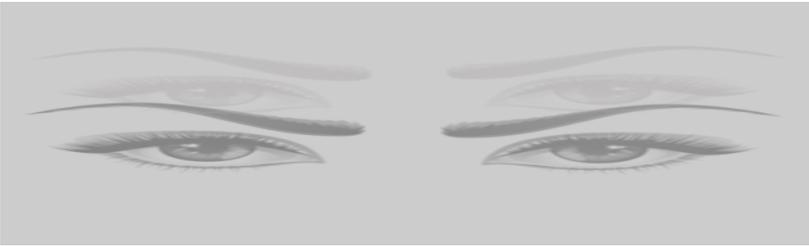
༡༠

ངེད་གཉིས་ཀྱིས་མི་དམངས་ཤི་སྒྲིང་ནས་བཅེ་དུང་གི་རྒྱན་ཆང་སྐར་ཡང་འབྲུང་བའི་
 ཉིན་མོ་དེ་ནས་བཟུང་། འགྲུར་མེད་ཀྱི་དམ་ཚིག་སྒྲིང་ལ་སྒོམ་བཞིན། འགོ་ན་ཉམས་འགོ་དང་།
 འདུག་ན་མཉམ་འདུག། ཁྱོས་མི་ཟ་ན་ངས་མི་འབྲུང་ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན། བཅེ་དུང་གི་
 ཞིང་ཁམས་སྐར་ཡང་འགྲིམས་སོང་།

ཆང་པོར་དང་བྱ་མོའི་ལས་དབང་།

འཕྲོག་ཏུ་བ་དབང་ཆེན་རྒྱལ། དགེ་ཚོན་སློབ་སྦྱོང་།

གནམ་ལོ་གསར་བ་ཚོས་ལ་ཉེ། ཨ་ཁུ་རྩོམ་སྒྲིག་དང་འདྲ་བར་ཆང་པོར་དང་མཉམ་དུ་
 ཉེན་མཚན་པར་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་འདུག་ལ་ཁ་བར་གྲགས་བྱུང་བས་བཟེ་གཏམ་སྤོང་ནས་ཁ་
 བར་ཡར་བྱེད་ཤིང་། མེ། ལྷ་ཡིན། ད་བཟེ་ཐལ། ཕལ་ཆེར་དེ་ནི་ལོ་ཡར་སྒྲིག་གི་དབུས་
 རོགས་ཏེ་ཨ་ཁུ་ར་ལོ་རེད། ཨ་ཁུ་ར་ལོ་བེར་བ་དེ་ནི་ལྷ་བ་ཞོལ་མའི་ཡིན་པ་དང་སྒྲིག་ཆད་མཉམ་
 དུ་སྤོང་ཉེ་མ་ལྷ་སར་མཇལ་དུ་སོང་ལྷ་བས་ད་ལྷ་ཁོ་གཉིས་པན་ཚུན་ལ་དབྱལ་བའི་མིག་དང་
 ཁོག་གི་སྤོང་ལྷ་ར་ཡིན་པས་མ་གཅིག་གི་བྱང་ཁོག་བརྒྱུད་པའི་སྤྱན་དང་འདྲ། བཟེ་གཏམ་དེ་ནི་
 ཐངས་ཤིག་གི་བཟེ་གཏམ་མིན་པར་གོམས་ལོབས་སུ་གྱུར་ཡོད། མེ། ལྷོད་བདེ་མོ། རྩོམ་གྲི
 ད་ར་ལོ་ཡིན་ཡང་བཟེ་སོང་བ་ཨེ་རེད་བེར་ཞོར་གཏམ་གྱ་རེ་ཡི་མགོ་རྐང་བསྐྱིགས་ནས་ཡར་མར་
 གྱི་ཁ་བརྒྱུས། རང་མའི་དབེ་ལ་ཁ་ཡག་ལ་བསྐྱོར་ནས་མགོ་འོག་ལ་བསྐྱེད་ཞེས་པ་ལྷ་ར་ལྷ་
 གཉིས་ལ་གྲོས་ཤིག་ཡོད་པས་ལྷོད་གྱིས་གཏན་ནས་མིན་བེར་སྒོལ་ཡོད་ནི་མ་རེད་གོ། ཡང་
 གཅིག་བཤད་ན་ཆོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་གི་དབུས་རོགས་ཡང་ཡིན་ནི་རེད། རང་མིས་གནམ་
 བས་དབུས་རོགས་དེ་རང་གི་སྤྱན་ལས་ཀྱང་ཡར་བརྩི་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྷ་ར་རྩོམ་གྲི་ཡང་དེ་དང་
 འཐད་པ་རེད། ད་བབས་སྤེ་བ་གཉིས་ཀར་སྤོང་བཞིན་པ་ནི་སང་ལོའི་རྩོམ་གྲི་བྱ་མོ་ཉེ་མ་ལྷ་
 མོ་དང་ར་ལོའི་བྱ་གངས་དགའ་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་ཚོན་སྐྱོར་རེད། ཨ་ཁུ་རྩོམ་ད་དུང་ཨ་བག་གི་
 བཟེ་ཁ་ན་ལུས་འདུག།



སེམས་འཕྲིན།

ཚོ་དོ།

དང་པོ་བྱིད་རང་གཉིས་མེད་མཛོས་མ་ཡི་དྲངས་ཅེ། །
 དེ་ནས་ཁྱོད་ནི་ཡིད་འོང་སྲུང་ཅེན་གྱི་ལྷ་མོ། །
 བར་དུ་བདག་སེམས་འདྲེན་པའི་གསེར་ནག་གི་གྲོ་བ། །
 ཐ་མར་ཉ་བའི་ཚོ་བཞིན་ཁྱོད་ཉིད་ལ་སྐྱབ་ཡོད། །

རིགས་དྲུག་གང་གི་མཚོག་གྱུར་འགོ་མི་ཡི་རྒྱུད་བ། །
 མི་རྒྱུད་གང་གི་འབྲས་བུ་བཟང་ཤེས་རབ་གྱི་བདག་མོ། །
 ཐུན་གྱི་སེམས་པ་འཕྲོག་པའི་མཐོ་རིས་ཀྱི་སུ་མོ། །
 ས་སྤེང་མི་ཡི་གོང་ནས་མངོན་གསལ་དུ་མངལ་བྱུང་། །

བོད་ཀྱི་མཛོངས་མིའི་དཔལ་རྩོགས་རུས་རྒྱན་གྱི་ཨ་མ། །
 དཔལ་བའི་སྤེང་རུས་མངའ་བའི་གི་སར་གྱི་རྒྱུད་མ། །
 དེ་ལས་བྱུང་འཕགས་སྤེང་གི་སྣོ་ཁ་ལ་སྤེལས་མཁམ། །
 གསར་བཞད་སྤེང་གི་གང་སུ་ཁྱོད་ཉིད་ལས་མི་འདུག།

ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སྤོངས་མཐའ་ཡས་ཨ་སྣོན་གྱི་དབྱིངས་སུ། །
 འཕྲུར་རྩལ་གཤོག་སྣོ་ལྗེས་པའི་འདབ་ཆགས་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས། །
 འཕྲུར་རྩལ་སྐྱེན་ལ་དྲན་པ་རིག་རིག་ཏུ་རྒྱ་ཡང་། །
 བྱེད་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅོ་ཀའི་འཕྲུར་རྩལ་ཉམ་ང་བར་གཟིགས་ཀྱི། །



བོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ལྟུང་།

མི་བསམ་གཏན། བ་ལྟུང་དགོན།

༡

སྐབས་རྗེ་སྐྱེ་མ་དམ་པ་གཅིག །
 བོད་པའི་པ་མཁར་སྐྱུག་པོ་གཉིས། །
 ལྷག་བསམ་དཀར་བའི་བོད་མི་གསུམ། །
 སྲིད་པ་གངས་རིའི་ལོ་རྒྱུ་ཡིན། །

༢

ཚུལ་བྲིམས་སྤང་བའི་སྤྲོ་བ་གཅིག།
 རིག་གནས་འཚོལ་བའི་མཁར་ཆེན་གཉིས། །
 ཚན་རྩལ་སློབ་པའི་སློབ་མ་གསུམ། །
 བོད་པ་ཚང་གི་རྗེས་འཇོན་རེད། །

༣

སློབ་དཔོན་ཐོན་མའི་མངོན་རྗེས་གཅིག །
 རང་བ་ཚོས་ཀྱི་རྩ་བ་གཉིས། །
 ཡི་གེ་རྒྱག་མའི་མགུར་སྤྲོ་གསུམ། །
 གངས་ཅན་བོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་རེད། །

སེམས་གཏམ།

རིན་ཆེན།

རྒྱུང་རིང་སློབ་གྲུ་ཏུ་འགྲིམས་པའི། །
 གཅེས་འོས་སློབ་གྲོགས་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས། །
 བོད་པའི་མ་འོངས་པའི་བདག་པོ། །
 བདག་གི་སེམས་གཏམ་ལ་ཉམ་རོགས། །

རང་གི་སྤྲུགས་འདུན་དང་ཆབས་གཅིག།
 རྒྱག་གིས་སློབ་སྦྱོང་ལ་བརྩོན་དགོས། །
 ཚང་དང་ཐ་མག་ལ་མ་གཡང་། །
 ཏུ་ཁང་ཚང་ཁང་ལ་མ་འགྲོ། །

བྱིད་ནི་ལྷ་རིག་གི་བདག་པོ། །
 དཔེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཐམས་ཅད། །
 དྲོན་ཆེན་པ་མ་དང་མཚུངས་པར། །
 ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་བཀུར་དགོས། །

སློབ་གྲོགས་པན་ཚུན་གྱི་བར་ལ། །
 ཁ་ཚོད་ཚིག་ཚིད་རང་མ་བྱེད། །
 ལྷ་རིག་སྦྱེད་ཚལ་དུ་འགོ་ན། །
 ཚང་མ་སྤྱོད་ཟླ་ཏུ་འཛིན་དགོས། །

གངས་རྩོངས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་གཏོང་ན། །
 བརྩོན་པ་ཚུ་བཞིན་དུ་བརྟེན་དགོས། །
 སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས། །
 རྒྱགས་འབྲས་བཟང་པོ་ཞིག་ལེན་དགོས། །

ཤེས་བྱའི་རྣམས་ལ་འགྲོ་ན། །
 བརྩོན་འགྲུས་ཏུ་པོ་ལ་བཅིབ་དགོས། །
 མ་འོངས་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ང་ཚོར། །
 རེ་བ་སྟོང་བཟང་དུ་མ་གཏོང་། །



— ༤༠༧ — ཡི་སྐྱེ་དགུ་མདོའི་ས་ཡོམ་དྲག་པོར་གྲིས།
བྱ་ཁང་རྒྱལ།

སྐྱེ་རེངས་ཤིག་གི་གདུག་རྩུབ་གོམ་པས་ཉི་མ་ལ་ཡའི་སེམས་པ་མཉམ། །
བདག་གི་ཉེས་མེད་གངས་ཅན་པ་ཚོའི་མི་ལུས་རེན་ཆེན་རྩལ་དུ་བརྒྱགས། །
བརྩེ་མེད་རང་བྱུང་གཞོན་འཚོའི་དུམ་སེམས་སུ་རྩུ་མིང་སྲིང་མནར་དྲགས་པས། །
ཚོད་མེད་སྤྱག་གི་ལྷུང་བོ་མ་ཐེགས་སེམས་ཀྱི་མིག་རྒྱའི་མཚོད་པ་འབྲུལ། །

ང་ཡི་སྐྱེན་ལྗེའི་དབའ་རྩལ་མ་ཁྱུ་ད་དུང་ཚོལ་གསུམ་པ་ས་ཡོད། །
ཁྱ་རྒྱུང་མིག་གི་མཚེ་མ་ཕྱིས་ལ་ཡ་རྒྱུང་སེམས་ཀྱི་སློབས་པ་བསྐྱེད། །
མི་ཡུལ་ལུང་པ་འཇིག་གིས་མ་རྒྱད་གངས་ཅན་རྫོངས་པ་མ་སྟོང་བར། །
བརྩེ་སེམས་ཨ་ལོང་གཅིག་དུ་སྐྱེལ་བའི་ང་ཚོ་ནམ་ཡང་སྟན་དུ་ཡོད། །

ཕ་ཁྱིམ་གྱུ་བཞིའི་གདུང་མ་འགྲེལ་བའི་སྤྱག་གི་ལོ་མ་རྒྱུ་ལ་བསྐྱུར། །
ག་གཅིག་རུས་གཅིག་ནང་མི་ཡོངས་ལ་སྐྱིད་ཀྱི་དགའ་བའི་དཔྱིད་བཏོས་ནས། །
ཉི་ལྗེ་རྒྱར་གསུམ་བརྩེ་བའི་མགོན་གྱིས་མི་འགྲུངས་བདེ་ལྷན་ཞིང་སྟོལ་བར། །
དད་པའི་ཐལ་མོ་སྟིང་ཁར་སྐྱུར་ནས་དྲི་མེད་སེམས་ཀྱིས་སྐྱབས་འཇུག་ཞུ། །



པ་ཚོ་གྲོ་ལྟུང་ལྟགས་

བྱ་མདོ་རིན་པོ་ལེ་།

ལ་སང་། ཐོག་མའི་དགའ་སྐྱོད་དང་སྦྱིད་པོའི་ཁོར་ཕུག་སྐྱུམ་པོ་དེར་སྐྱུ་ཀྱང་བསྐྱུན་མི་
 ལྷུང་པའི་རྒྱ་ལོར་དེ་དག་འགྲུམ་སྟོན་དང་གསལ་འགྲུའུ་རྒྱུད་ལམ་ཁྲོད་མཐོང་བྱུང་བ་ནི་ཡུལ་
 ལྷུང་གི་རྒྱན་ཆ་དང་པགས་རིགས་དེ་དག་རེད། འགྲུའུ་བག་དང་བརྗེད་ཉམས། འཕྲོ་
 རྟོག་གིས་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྟོག་ཤར་དང་སྐྱོན་ཤར་དེ་ཚོ་རྩ་ཐང་ན་རེ་དུགས་པགས་པའི་འཕྲོར་
 ལུ་དང་རྒྱན་ཆའི་འདབ་རོལ་ལ་དུས་དེབ་དང་ཚགས་པར་དག་གི་སྤྱི་ནང་དུ་མཐོང་བྱུང་།
 རྒྱལ་ཤར་ཅི་འདྲ་པའི་སྐྱོད་བ་སྦྱིད་པོའི་ཡུལ་ལྷུང་གི་ན་གཞོན། ཅི་འདྲའི་སྦྱོ་སྐྱོད་འབྲེལ་པའི་
 ཡུལ་ལྷུང་གི་ཁོར་ཕུག་མི་ལ་ལས་ཡུལ་ལྷུང་སྦྱིད་པོ་སྐྱུ་ཡུལ་རེད་ཟེར། མི་ལ་ལས་ཡུལ་ལྷུང་ལ་
 ལྷུ་ཡུལ་གི་ལོངས་སྦྱོད་ལྡན་ཟེར། རྒྱལ་ཤར་དེར་ངའང་ཁོང་ཁྲོ་དང་ཡིད་ཆད་པའི་སེམས་པ་དུ་
 མ་བྱུང་ལྲོང་། ཡུལ་ལྷུང་ནི་ན་ལུན་དང་རྒྱུད་འཛུབ་ཤོད་པའི་སྐྱུག་སྦྱིན་ཁ་ཆར་འབབ་ས་དང་
 མིག་རྒྱ་བཞུར་སའི་ལྷུ་ངན་གི་ཐང་ཆེན། རྩེ་དག་དང་དུ་དག་གི་འབོད་སྦྱིད་སྦྱོང་ན་དུ་སྐྱུག་
 གཞོན་རྒྱུད་དག་སྦྱིང་རྗེ་པའི་མལ་ས་ན། འུ་ཅག་གིས་ཡུལ་ལྷུང་བ་དག་གི་ངོ་གདོང་དང་
 སེམས་པ་ལག་པས་བསྐྱོར་བཞིན་སྦྱོབ་འདོད། ཟས་སྦོམ་བཟུང་ནས་མལ་ཆས་ལུར་བཞིན་
 ལྷུང་གི་སར་ཐོན་བཞིན་ཡོད། རྟོག་མིག་དང་རྒྱན་ལག་མེད་ན་ལྷུང་སྦྱོབ་ཁོ་ཐག་ཡིན། འདི་
 ཁོར་འགྲོས་ཡིན། འདས་ཟེན་པ་ཡུལ་ལྷུང་བ་རེད།མ་འདས་པ་ཁྲོད་དང་བདག་རེད། རྒྱུད་
 སྦྱོབ་དངོས་རྣམས་དག་གིས་ཡུལ་ལྷུང་བ་སྦྱོབ་ཨོ་ལུག། དེས་པར་དུ་སྦྱོབ་དགོས།



དམ་བྱེད་ལ་བཤད་འདོད་པའི་སྐད་ཆ།

གཡོན་བསོད་དམ།

དམའ་འབྲིང་སྐབས་སུ་བྱུང་མེད་ཅིག་གིས་ཁྲིལ་མེད་བྱས་པ་ལ། དཀར་དམར་གྱི་སློབ་གྲྭ་ལམ་འཇུག་པའི་མིང་ཁང་ནས། བྱེད་གྱི་སྐྱེག་ཉམས་རོལ་དབྱེད་དང་སྒྲན་དུ་ངོམས་དུས། དའི་ཡ་རྒྱུད་གི་སེམས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་དབང་མེད་དུ་འཕྲོག་བྱུང་། དུས་དེར་ང་རང་དབྱུར་གསུམ་ལུ་བྱུག་སྒོན་མོའི་གི་འགྲུར་དང་བསྐྱེད་པས་ནས། མངོས་སྤྱུག་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་བྱེད་གྱི་དབྱུར་གཞུང་འདི་ལ་ཆས་མགོ་བརྩམས་པ་ནས་བཟུང་།

དའི་དུང་སེམས་གྱི་མཁའ་དབྱེད་ན། འཇོ་བཞིན་པའི་བརྗེ་དུང་གི་སྤྲང་ཆར་བྱེད་གྱི་སྤྲང་ཁོང་ལ་གཏོར་བཞིན་ཡོད། དའི་སེམས་ཁོང་ན་བྱུང་གིང་མེད་ཀྱང་བྱེད་ལ་ཤོར་བའི་སེམས་པ་མི་སྣེ་བཞིན་དུག་དུ་འབར་དུས། བྱེད་བྲལ་གྱི་སྤྱུགས་རྒྱུང་བཅོན་པོ་དའི་ཁོར་ཡུག་དུ་མིང་བྱུང་། དབྱུར་གཞུང་ལ་ཆགས་པའི་ལུ་བྱུག་ང་རང་། བྱེད་ཕྱོགས་ལ་སེམས་པ་འབྲིང་བཞིན་འགོ་དགོས་བྱུང་། ད་ལྟ་ཆབ་འགཞུང་གྲོང་ཁྱིམ་མི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲོད་ན་འབྱུར་འབྱོར་ངང་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྒྲོམ་ཚིག་ཡིད་དུ་བཅངས་འདུག་པ་ནི། བརྗེ་དུང་གི་དབང་དུ་ཚུད་པའི་ང་། དམ་བྱེད་ཉིད་དུན་ཐེངས་རེར་ཁ་པར་གཏོང་དུས། བྱེད་གྱིས་ང་ལ་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དག་གིས་དའི་སྤྲང་ལ་རལ་གྱི་བརྒྱབས་པ་བཞིན་ན་ལུག་ཅིག་སྐྱེས་སུ་བརྟུག་སྐབས་དེར་དམ་ལག་པ་བྲང་ཁར་སྐྱར་ནས། ཕྱིར་འདང་རེ་བརྒྱབ་ན་བྱེད་དང་ལུ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་འབྲིང་གི་འཚོ་བ་ལ་ཡང་བསྐྱར་བསམ་གཞིགས་རེ་བྱེད་བཞིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་མིག་ཚུ་བྲང་ལ་སྤྲང་དེ། དམ་ཀུན་བཟང་ལ་ཁྲིལ་མེད་བྱས་ཏེ་བྱེད་ལ་འགོགས་པའི་གོ་རིམ་སོགས་དུངས་པའི་མི་ལོང་ལ་བལྟས་པ་བཞིན། རང་ཉིད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ལས་དབང་ལ་ཤོར་བའི་ཡིད་སེམས་ཀྱང་། གཞན་དང་མི་འདུ་བས་ང་རང་མི་རྒྱུད་དུ་ལུས་པའི་འབྲིང་ལུས་ན་མིག་ཚུ་འབྱེད། དམ་བྱེད་གྱི་བརྗེ་སེམས་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་གཞན་ཅི་ཡང་བསམ་རྒྱུ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་སྤྱོད་མི་ཤེས་པའི་བྱེད་གྱི་བརྗེ་དུང་གིས་མི་འགོག་ན་ཇི་དམ་དང་། ཞོག་འགོག་ན་ཇི་བཟང་། ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན་དུ་ང་ལ་མགོ་བསྐྱོར་བཏང་བྱུང་། ད་ལྟ་ང་རང་ངོ་ཚད་གཞི་རུ་གྱུར་ཡང་། རྒྱར་བཞིན་སེམས་སྤྱུག་མིག་ཚུ་

ལ་བརྗེ་བར་བསྐྱད་ཡོད། བྱིད་ཀྱིས་ང་ལ་འདི་ལྟར་བྱས་པས་ངའི་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་ཉེ་གནས།
མི་ལོ་ཉི་ཤུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བོ་བ་ཤེས་བྱུང་། ངན་པ་མ་རིག་ན་བཟང་བོ་མི་དྲན་ཞེས་པའི་ལོ་
རྒྱུས་བཞིན་འདས་སོང་བའི་སྐོལ་མ་ཡིད་ལ་འཁོར་ཡང་འགྲོད་པ་རྗེས་སུ་སྐྱེས་ན་ལྷན་པོའི་
རྟགས་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་འདི་ནི་ངས་རང་ཉིད་ལ་བཟོས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན། སྤང་བོའི་ལག་
རྟེན་སྤང་བོའི་གཉའ་གཞོན་ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན་དུ། འདི་ཚང་མ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་
བཟང་ལ་ཁྲེལ་མེད་བྱས་པའི་མཚུག་འབྲས་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ངའི་མགོ་ལ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་
འདི་འདྲ་བུ་བས་ངས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་གཏོགས་གཞན་སུས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མིན་པས་བྱིད་ཀྱིས་
ངའི་སེམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདི་ལྟར་བཞག་སོང་། ངས་རང་སྐྱུག་རང་གི་སེམས་ཁོང་དུ་བཅུག་
ནས་བྱིད་ལ་དྲི་བ་ཞིག་འདྲི། འདི་ནི་བྱིད་དང་ངའི་ཡོད་ཚད་མགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་ལ།
ཡོད་ཚད་མཚུག་བསྐྱུད་པའང་ཡིན།



མེ་ཏོག་སེར་ཚེ།

རྒྱུ་ལུགས་ལྟེ་ལུགས་ལ།

ལྷགས་བྱམས་ཚེ་རིང་། མཚོ་གཅིག་འཛིན་གྱ་གཉིས་པ།

རང་སེམས་སློང་གར་རོལ་ཚེ་འཇུ་མ་མདངས་སྟོན་ས། ལྷག་བསྐལ་ཐོག་ཏུ་བབས་ཚེ་མིག་ཚུ་
 འབྱེན་ས། དེ་སེམས་ཁོང་གི་མེ་ཏོག་སེར་ཚེ། ཚེས་ཐོག་མར་དེ་མི་ཚེ་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་གསང་བ་
 བརྟོལ་མཐུ། ཚེས་མཐའ་མར་དེ་སློབ་སྤྲོད་འདི་ཡི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་སྦྱིད་ཚལ་བསྐྱེད་རོགས་
 སྦྱིང་ཉེ་མཇུང་གི་ལ་དཀར་ལྷ་བྱུའི་འགྲུང་ལུགས་དེའི་ཁོངས་ནས། སྦྱིང་གི་མེ་ཏོག་ལྷ་བྱུའི་སྦྱིང་
 ཉམས་དེའི་རྒྱབ་ནས། ང་རང་དམ་དུ་སྦྱོལ་བ་ནས་བཟུང་། ཀྱང་དུག་གི་བྱུང་བར་གཤོག་ཚལ་
 རྒྱས་སོང་། དེ་བས་ཉེ་མ་རེ་རེ་དང་དུས་ཚོད་རེ་རེ། ཐ་ན་སྐར་ཆ་རེ་རེར་ཡང་དས་ལུ་གཉིས་
 ཀྱི་བཅེ་བ་བརྗོད་བྱ་ཏུ་བཟུང་ནས་ཅེལ་ཚུང་གི་སེམས་གཏམ་སྦྱུག་ཅེར་བསྐྱོང་བཞིན་ཡོད་ལ།
 བྱ་རྒྱུང་གི་སྦྱིང་གཏམ་ཤོག་ངོས་སུ་ཐབ་ཀྱིན་ཡོད། སྦྱིང་ཉེ་མ། ད་དུང་དེའི་འཛིག་ཉེན་
 འདིར་མ་སྤངས་པའི་སྦྱག་བསྐལ་མང་ལ། དེའི་མི་ཡུལ་འདིར་མ་ཐོས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མོད་
 པས། ང་ལ་ཡིད་ཚེས་གཞོངས་དང་། ད་ལྟོ་ད་ལྟོ་ལ་འབྲལ་རྒྱུའི་མཐོང་ཐོས་ཅེ་ཡང་མེད།
 ཡིན་ནའང་། ལས་མཐུན་གྱི་ཞེ་མཐུན་མཛོལ་མོ། གནས་ལྷ་རིག་པའི་སྦྱིད་ཚལ་འདིར་ཕམ་
 མེད་ཀྱི་གཤོག་རྒྱུང་མཐའ་ལ་རྒྱུངས་དང་། དཀར་ལག་ལ་འཕྲད་ཚེ་མགོ་བོ་མི་སྦྱར་བ་དང་
 གནད་འགག་གི་སྐབས་སུ་རང་ཚུགས་མི་ཤོར་བ་ནི་ང་ཚོ་པ་རོལ་ཏུ་བཟོད་པའི་གཤོག་རྒྱུང་ཡིན་
 པས། སྦྱིང་རང་ཡིད་མ་ཚད། སྦྱིང་རང་སེམས་མ་ཐམ། ངས་སྦྱིང་དང་མཉམ་དུ་སྦྱིན་
 དཀར་གྱི་བང་རིམ་བརྟོལ་ནས་མཛོལ་པའི་ཞིང་ཁམས་ཏེ་བྱང་སྤོགས་ཤལ་ལར་བསྦྱོད་ཁོ་ཐག་
 ཡིན། སྦྱིང་ཉེ་མ།



དེའི་ཕྱག་སྐུ་བསམ།

དགོན་མཚོག་ཐང། ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲག་གཉིས་པ།

སློང་ཉེ་བའི་བདག་གི་པ་ཡུལ་གྱི་སྤྱན་རླབས་ཚང་མ་ཚོངས་དད་ཀྱི་དྲ་རྒྱ་ལས་ཐར་ཆེད་བདག་གི་མི་ཚེ་ཡི་བསྐོད་ལམ་རིང་མོ་ཞིག་སྣང་སྣང་གི་ཚུ་རྒྱུན་རིང་མོ་ཞིག་དང་སྤྱན་དུ་མི་འགྲོག་ཀ་མེད་བྱུང་། དེ་བས། བདག་གིས་ནངས་ལྷ་མོའི་ཅོང་སྐྱ་དང་མཉམ་ཞིང་དགོང་ཕྱི་དྲོའི་མཚམས་སྤྱིན་དང་འགྲོགས་ཏེ་བྱིས་དུས་ཀྱི་ལང་ཚོར་གཉོམ་ལག་རྒྱས་ལ་གཞན་ལུའི་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབས་སུ་བརྟུག་ཚུང་དུས་ང་རང་སྤེའད་བས་ཀྱི་རྐང་ལམ་ཕྱ་མོ་བརྒྱུད་དེ་ཡིད་འཕྲོག་པའི་དབེ་ལྷག་ཚུང་ཚུང་རྒྱབ་ལ་ལྷུང་ཏེ་སློབ་ཚུང་གི་སྤྱོད་གར་ཕྱོགས་སུ་རྒྱགས། དེ་དུས་ང་རང་ལོ་ན་ཚུང་ནའང་པ་ཡུལ་ལ་བཅངས་པའི་བརྗེ་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་ལ་སེམས་སུ་རྩོད་བརྗོད་རི་མོ་ཇི་བཞིན་གསལ་ལེར་ཡོད། དེའི་པ་ཡུལ་ནི་སྤྱི་གདོང་རྩ་རིའི་ཉེ་འདབས་སུ་ཆགས་ཡོད་ལ་གནས་དེ་ཅུ་དབུལ་བོའི་བྱིམ་ཚང་མང་ལ་ཅང་མེད་ཀྱི་འབྲུམས་པ་མང་། གཞན་ཡང་བྱིམ་ཚང་གང་མང་ཞིག་གི་བྱིས་པ་ནི་སྤར་བཞིན་གཡང་དཀར་གྱི་སྤྱག་རྩེས་བསྟེན་འདུག་པས། ཁོ་ཚོར་སློབ་སྦྱོང་གི་འཚོ་བའི་ལམ་འབྲེང་ཀྱག་ཀྱོག་རིང་མོ་ཞིག་ལ་བསྟེན་འདོད་ཅུང་། འོན་ཀྱང་དེ་ཉི་ལུང་སྐལ་བ་ཞིག་གཞི་ནས་མ་ལྡན། དེ་བས་བདག་གི་པ་ཡུལ་ནི་རྩེས་ལུས་དང་མཐའ་འཁོབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མཐོ་སྐང་གི་བྱིས་པ་ཚོའི་སེམས་པ་ནི་ཚོངས་དད་ཀྱི་དྲ་རྒྱ་ཇི་བཞིན་རྩ་ཐང་གི་སེམས་པ་མ་གཏོགས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་སེམས་པར་གཏན་ནས་འཁོར་གལ་བྱུང། དེ་དུས་བདག་གི་སེམས་པ་ནི་གཟེབ་དྲ་ལས་ཐར་བའི་བྱིའུ་ཚུང་ཇི་བཞིན་ཁོ་ཚོའི་ཕྱོགས་སུ་གཤོག་རྩེབ་བྱེད་བཞིན་བྲེལ་ལ་ཁོ་ཚོའི་མ་འོང་བའི་མཉུན་ལམ་ཆེད་དུ་བདག་གི་སྤྱགས་བསམ་མཛོན་འགྱུར་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་བྱུང་། བདག་གིས་ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་འདི་ཉམས་ཤོག་ངོས་སུ་པབ་དོན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་སན་ཆེད་དུ་མིན་ལ་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་དྲང་བདེན་སྦྱོང་ཆེད་ཡིན།

ལྷ་ནག

མི་ཤེས་ལྷ་ནག མོན་སྐོར་སྐོར་བུའི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲངས་ཤོ།

གངས་ཅན་བོད་མིའི་བྱིམ་གཞི་དྲོན་མོ། མོ་ལྷང་རྩ་ཐང་གི་ངོས་སུ་སྐྱེན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྐྱ་
 བྱ་གྲུ་བཞི། གངས་དཀར་ཁ་བའི་སྐྱོངས་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་འདྲིའི་བརྗེད་ཅིང་ཆགས་པའི་པ་བྱིམ་
 དྲོན་མོ། ངའི་སེམས་ཁོང་ནས་བྱེད་ཅི་ནམ་ཡང་དྲོད་ཁོལ་འདྲོམ་པའི་གནས་བྱིམ་ཡིན།
 གངས་རིའི་ཁེར་རྒྱུང་གི་སྐྱ་སྐྱོག་སྟེ། ལྷ་ནག་གྲུ་བཞི་ལགས། བྱེད་ཅི་བཟླགས་པར་འོས་པའི་
 གངས་རིའི་དཔའ་རྗེད་ཅིག རེ་བ་རྒྱུང་ལ་བཅོལ་བཞིན་གངས་སྤྲུག་མང་པོ་ཞིག་གི་སྟེང་སྟོབས་
 ཀྱི་ཚེད་དུ་གསོན་པའི་སྐྱ་ནག་གྲུ་བཞི། བྱེད་ཅི་སྟོབས་འབྱོར་གྱི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་པའི་ངའི་མེས་
 པོའི་མཛད་རྗེས་ཡིན་ལ། བྱེད་ཀྱི་ལྷམ་པ་མེད་པའི་སྟེང་སྟོབས་ནི་བོད་པ་ཚང་གི་ཡོད་ཚད་ཡིན།
 གདོང་དམར་བོད་པའི་པ་བྱིམ་དྲོན་མོ་སྟེ། ལྷ་ནག་ལགས། ཞིང་ཁམས་འདྲིའི་སུ་སྤྲུག་གངས་
 མེད་ཅིག་བྱེད་ཀྱི་རུམ་ཁ་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་ལ། བྱེད་ཀྱི་རྟག་བརྟན་འགྱུར་མེད་ཀྱི་རང་
 གཤེས་ལས་གངས་སྤྲུག་ངས་གདོང་དམར་བོད་པའི་འགྲོ་སྐོལ་ཤེས།

དེ་བས། ང་རང་གནས་གང་དུ་སོང་ནས་ལོ་དང་རྒྱ་བ་ཅི་ཅམ་འགོར་ན་ཡང་ངའི་
 བརྗེད་དཀའ་བ་ནི་ང་ཡི་པ་བྱིམ་དྲོན་མོ་བྱེད་ཡིན་ལ། དུན་སྐབས་བའང་དྲོད་ཁོལ་འདྲོམ་པའི་ང་ཡི་
 གཞི་བྱིམ་ཡིན། དེ་བས། གདོང་དམར་བོད་པའི་སྐྱ་སྐྱོག་སྟེ། ལྷ་ནག་བྱེད་ཅི་ནམ་ཡང་
 ཉམས་པ་མེད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།



མ་ཡུམ་ལགས། སློབ་གྲྭ་ བཀའ་དྲིན་ཆེ།

བསོད་ནམས་འཚོ། བོན་སྐོར་སློབ་གྲྭའི་ཕོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲྭ་དང་ཕོ།

མ་ཡུམ་ལགས། སློབ་གྲྭ་ ང་ཞི་དུ་ལྷའི་བར་དུ་བྱེད་ཀྱི་བརྗེ་སེམས་དྲོན་མིའི་ཕྱེད་ལོ་ནས་
 ལང་ཚོ་ཡི་གཞོན་ལག་རྒྱས་ཤིང་མི་ཚོ་ཡི་རིན་ཐང་རྟོགས་པའི་སློབ་མ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན།
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་པང་ནས་དབྱུངས་གསལ་སོ་བཞིའི་གསེར་རྒྱུད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་
 གཤོག་རྒྱུད་དེ་ང་ཚོའི་རྒྱས་གསེང་ན་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱེས་ཡོད་ལ། གནས་འདི་ནས། ངས་ཤེས་
 བྱ་ཡི་མཚོ་མོར་འཇུག་པའི་གྲུ་གཟིངས་རྙེད་པ་དང་། ཤེས་བྱ་ཡི་རུ་ཞོ་པངས་མེད་དུ་སྐྱེན་པའི་
 དག་ཚན་དག་དོ་ཤེས་བྱུང་། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། བྱེད་ཀྱི་ཞིང་ས་གཤིན་པོ་འདི་ནས་ངས་
 ཤེས་རིག་གི་མེ་རྟོག་བཏུས་ཤིང་། རྗེས་འགྱུར་དང་དངོས་ལུགས་ ཀྱི་བཟེ་ཁ་མངར་མོས་ང་ལ་
 ཚན་རིག་གི་ཞིང་ཁམས་འགྲིམ་པའི་སྤིང་སྤོངས་བསྐྱེལ་བ་དང་། ང་ཚོའི་སློ་རིག་གི་མེ་རྟོག་ལ་
 མཛེས་སྐྱབ་བསྐྱབ་པ་རེད། དེ་བས། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། ང་རང་དུས་གཏན་དུ་བྱེད་དང་
 ཁ་བྲལ་མི་འདོད། ཡིན་ནའང་། ལོ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བཞིན་བཞུར་བའི་དཀྱོག་མཚམས་འདི་ནས་ང་ཚོ་
 ཁ་གྲུས་དགོས་པས། ངའི་གདོང་ལ་འཇུམ་མདངས་མེད་ཅིང་། སེམས་ཁོང་ནས་བརྗོད་པའི་
 སྐྱོ་གདུང་གི་མཚི་མས་མཐིན་པ་བརྒྱུད་ས། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། ང་ཚོ་བསྐྱོད་དགོས་པའི་ལམ་
 ཐག་རིང་ལ། འཕྱར་དགོས་པའི་དབྱིངས་རིམ་མཐོ་ནའང་། བྱེད་ཞི་དུ་སེམས་གནས་དྲིན་
 ཚེན་གྱི་མ་ཡུམ་ལྟར་ང་ཚོ་ལ་བྱམས་བརྗེས་བསྐྱུངས་ཏེ་ཤེས་རིག་ལྡན་པའི་སློབ་མ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེད་མིང་
 བྱས་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་དབང་གིས་ང་ཚོ་ལ་འཛིགས་སྤང་ཅི་ཡང་མེད། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས།
 ང་ཞི་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱུངས་པའི་གངས་ཅན་སློངས་ཀྱི་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་ཡིན་ལ། བྱེད་ཞི་བུ་མོ་ངའི་སྤིང་
 ན་བཞུགས་པའི་འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་ཕོ་བྲང་ཡིན། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། ང་རང་གནས་གང་དང་
 གང་དུ་སོང་ན་ཡང་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་དེ་ནས་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད། མ་ཡུམ་ལགས། སློབ་གྲྭ།
 བྱེད་ལ་དུས་གཏན་དུ་གསེར་མདོག་ལྡན་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག

མཇུག་མཐའ་བདེ་མོ།

ཁོན་མར་སྦྱིད། མོན་སྦྱོར་སྦོལ་རྩུབ་དྲུག་གཅིག་འཛིན་གྱ།

ང་ཡི་སློབ་གྲོགས་ཚོ། ང་ཚོ་མཐར་ཕྱིན་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་འདིར་ང་ལ་མཚོན་ན་མི་ཚོ་
 འདིའི་ཆེས་ཐོག་མའི་མིག་རྒྱ་འདོན་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཡིན། བདེ་མོ་བྱོལ། རིག་གནས་ནི་མི་ཞིག་གི་
 མི་ཚོ་ཚད་འཇལ་གྱི་རྒྱ་མར་གྲུབ་པས། ང་ཚོ་ངེས་པར་དུ་སློབ་སྦྱོང་གི་དགའ་ཚལ་དུ་འགྲོལ་
 དགོས་བྱུང་། དབྱུང་གསུམ་ལུ་བྱུག་གི་འགྲུར་ལུགས་སྟན་མོའི་སློང་དང་སྟང་མེད་སྟུ་སྟང་བྱོད་
 བས་ནར་སོན་པའི་འུ་ཅག་སྟེ་སྟེང་སྟོབས་དགུ་འགྲུར་གྱི་སྟེ་དཀྱིས་དམར་པོ་བཏགས་པའི་སློབ་
 གྲོགས་ཚོ། ལང་ཚོའི་མེ་ཉོག་གི་འདབ་མ་རྒྱས་ཤིང་ལྷུ་མེད་སྟོབས་པའི་དཔལ་འབར་
 ཐོགས་པའི་སྟོ་ཐུན་ཚོ། དབྱུང་གསུམ་མེ་ཉོག་གི་དྲི་བསུང་ཞིམ་པའི་བྱོད་ནས་བདེ་མོ་བྱོལ། ང་
 ཡི་མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་ལགས། སུ་མོ་ངས་བྱེད་གྱི་མཐུ་འོག་ནས་རང་རེའི་ཡབ་མེས་དག་གི་མཛོད་
 རྗེས་ཤེས་བྱུང་། སྟོན་བྱོན་མཐའ་དབང་དག་གི་བཀའ་དྲིན་ཚོར་བྱུང་། གནས་འདི་ནས་ངས་
 ཤེས་བྱ་ཡི་མཚོ་མོར་འཇུག་པའི་གྲུ་གཟིངས་རྟེན་པ་དང་། ཤེས་རིག་གི་རྩ་ཞོ་སངས་མེད་དུ་སྦྱིན་
 པའི་སློབ་དཔོན་དག་ལ་འཇུག་བྱུང་། མ་ཡུམ་སློབ་གྲྭ་བདེ་མོ་བྱོལ། ང་ཚོ་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ།
 སློབ་གྲོགས་ཚོ། ང་ཚོ་གང་ངར་གྱི་ལོ་རྒྱའི་བྱོད་ནས། མེ་ཉོག་དང་གཙང་རྩུ་མོད་ས་ནས། དྲང་
 བདེན་གྱི་སྤྲུགས་བསམ་མངོས་ས་ནས། རྟོགས་སད་གྱི་མེ་ཉོག་རེ་འཐུ་ཞོར་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ།
 བདེ་མོ་བྱོལ། དག་རྒན་གྱི་བྱམས་བརྩེ་མོད་ས་ནས། ང་ཚོས་མེ་སུང་གི་སྟོར་བྱོ་རེ་འབྲུབ་
 བཞིན། མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་ལག་རྒྱང་དམ་དུ་སྦྱེལ་བཞིན། དག་སློབ་གཉིས་ཀར་བདེ་མོ་འཛོག་
 བཞིན།

ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ། བདེ་མོ་བྱོལ།

ཨ་མ།

སྣ་རྒྱལ་ཐར། བོན་སྐོར་སྐོབ་གྲུའི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲ་དང་པོ།

འདས་ཟིན་པའི་ལོ་རྒྱུའི་ཁྲོད་འགྲོ་ལམ་དོག་མོ་ཞིག་ནས་རང་སེམས་ཀྱི་རྟ་ཁ་གཙུ་མ་ཐུབ་
པར། རིན་གྲལ་གྱི་རྒྱས་ཚོད་ལ་སྣང་མེད་དང་ཨ་མའི་རེ་བ་ཆེག་མེད་དུ་བཅོམ་པས་ང་རང་ཤིན་
ཏུ་འགྲོད། རེད་ཡ། བདག་གི་ཨ་མ་བྱིད་ནི་ངའི་མི་ཚེ་འདྲིའི་སྐོན་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་བྱིད་ནི་
ངའི་མ་འོངས་པའི་ཤེས་རིག་གི་བཟོད་ལམ་དུ་སྐྱེལ་མ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྐུ་མགོན་ཐོག་མའང་ཡིན།
ཨ་མ་ལགས། བྱིད་ནི་ངའི་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ཚོ་སློག་གི་རྒྱུད་རྟ་ཡིན། ཤིན་ཏུ་འགྲོད་པ་སྐྱེས་བ་
ཞིག་ལ། གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་ལ་མགོ་འཁོར་ཏེ་མཐའ་མཚུག་གི་རེ་སྟེག་ལ་མི་བསམ་ཞིང་
བཤེས་གཉེན་གྱི་གདམས་ངག་རྣ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱུར། ད་གཟོད་ཚོངས་པའི་བྱ་ང་ཤེས་རིག་
གི་ཆ་ཤས་ཚམ་ལའང་ལོག་རྟོག་མི་སེལ་བས་ང་རང་ཤིན་ཏུ་འགྲོད། ཨ་མ་ལགས། བྱིད་ནི་རྒྱུད་
བྱུ་ལྡང་བས་ན་སྐོན་ལོ་ས་རུ་སྣང་སོང་།ངའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་བསམ་གཞིགས་སྐོར་ནས། ཨ་མའི་
བྱམས་བརྩེ་ལྡན་པའི་སྣང་རྗེ་དེ་ངའི་ཡ་རྒྱུད་གི་དྲོད་ཁོལ་ཐོག་མ་ཡིན།

ཨ་མ་ལགས། བྱིད་ནི་ངའི་མ་འོངས་པའི་སྐྱུག་འདུན་ཐོག་མའང་ཡིན། ཨ་མ་
ལགས། དུས་ད་ལྟའི་བྱ་བ་རྒྱུད་ལུ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་ང་རང་གནས་གང་དང་གང་ལ་སོང་ན་ཡང་
ཨ་མའི་སྣང་མེད་གྱི་སེམས་པ་དེ་དུས་གཏན་དུ་བརྗེད་མི་སྲིད། མ་འོངས་པར་ངས་བྱིད་གྱི་
བརྩེ་བའི་བཀའ་དྲིན་དང་སྣང་རྗེ་ཡི་སྟེག་བསམ་དཀའ་པོ་ཡ་རྒྱུད་སེམས་པའི་གཏིང་ལ་སྐོན་མ་ནས་རེ་
བ་ཡོད་ཚད་བདེ་ལགས་གྱིས་འགྲུབ་པའི་སྐོན་འདུན་ལྟ།

ང་ཡི་སྤྲུགས་བསམ།

གནས་བྱམས་སྦྱིད། བོན་སྐོར་སྐོབ་གྲུའི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲག་གཉིས་པ།

ང་ཞི་རྒྱུད་དུས་སྤྱི་འབའ་འབའ་ལྷག་གུ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ནར་སོན་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་
 ཞིང་། རྒྱུད་དུས་ནས་བཟུང་སྐོབ་གྲུར་འགྲོ་བར་ཉ་ཅང་དགའ། དེ་ནས་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྐོབ་
 གྲུར་བསྐྱལ་ནས་དགོ་གནས་ཀྱི་མཚུབ་སྐོན་འོག་ཏུ་ཀ་ལ་སྤྱི་ལུ་འཕྲུལ་དབྱེད་ཀྱི་དུས་ལ་གྱེར་ཏེ་སྐོབ་
 སྐོབ་ལ་འབད་བཅོམ་བྱས། དུས་ད་ཉེ་ནས་བཟུང་སྐོ། དའི་ཤེས་རིག་དང་འགྲན་ཚོད་ཀྱིས་
 བཞེངས་པའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ དའི་ལས་དབང་གིས་སྐོམ་པའི་བྱིས་གཞི་ཡིན་ལ་
 དབྱལ་ལྷན་དང་ན་རྒྱུག་གི་འཚོ་བའི་སྐོར་ནས་ང་རང་མཛེས་སྤྱུག་གི་སྐོབ་སྐྱིད་ལ་ཆས་ཏེ་མ་
 འོངས་པའི་སྤྲུགས་བསམ་གསར་བ་ཞིག་འཚོལ་བར་གྲ་སྦྱིག་བྱེད་བཞིན་ནངས་ལྷ་ལངས་དང་
 དགོང་འཕྱི་ཉལ་བྱས་ནས་སྐོབ་སྐོབ་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་པ་ཡིན། གསེར་ལས་དགོན་པའི་
 དུས་ཚོད་དེ་ཐག་སྐྱོད་དང་སྐོན་དུ་མཐུན་ནས་མཐུན་དུ་བསྐོད་བཞིན་མཆིས། ང་ཞི་གངས་ཅན་
 བོད་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་དང་ཁ་བའི་རྒྱུད་འདིའི་སྐོར་གྱི་ལོ་རིམ་ལོ་རིམ་ལོ་རིམ་ལོ་རིམ་
 འཛིན་མེད་ཀྱི་སྐོབ་སྐོབ་སྤྲུགས་དེས་མཐུན་སྐོད་ཀྱི་ལས་སུ་བཅའ་ལྷན་ལ་མཐོང་ཡང་ལྷག་
 འོངས་པའི་སྤྲུགས་བསམ་བཟང་བོ་སེམས་ལ་བཅངས་ནས་སྐོབ་སྐོབ་ལ་རྒྱུར་བཅོམ་བྱེད་བཞིན་མ་
 འོངས་པར་རང་མི་རིགས་ལ་པན་པའི་མི་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

མ་ཡུམ་ལགས།

དཔའ་མོ་ཡག བོན་སྐོར་སྐོར་གྱི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྱ་དང་ལོ།

མ་ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱ། འདི་ནི་ད་ལྟའི་བར་དུ་མི་ལོ་རྒྱག་གི་འཚོ་བ་མཚུགས་ཚོགས་པའི་
 མཚུགས་མཐའི་བདེ་མོ་ཡིན། ང་ལྟའི་བར་དུ་བྱེད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་དྲོན་མོའི་མཐུ་འོག་ནས་
 ལང་ཚོ་ཡི་གཉེན་ལག་དར་ཞིང་མི་ཚོ་ཡི་རིན་ཐང་རྟོགས་པའི་ན་རྒྱུང་གི་བྱ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་
 ཡིན། རེད་ཡམས་ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱ། བྱེད་ཀྱི་པང་ནས་ངས་རང་གི་དགོ་ཆེན་དག་གིས་ང་ལ་
 སྐོར་བྲིད་གནང་བའི་མཛོད་རྗེས་དང་། དགོ་ཆེན་ཚོའི་བཀའ་དྲིན་རྟོགས་ཡོད། གནས་
 འདི་ནས་ངས་ཤེས་བྱ་ཡི་རིན་ཐང་རྟོད་པ་དང་ཤེས་བྱ་ཡི་མཚོ་མོ་འབྲིལ་བའང་མཐོང་བྱུང་། མ་
 ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱ། བདག་གིས་གནས་འདིར། སྤྱིར་དྲིན་ལན་འཇལ་རྒྱུའི་ཚོད་སེམས་དང་
 དམ་བཅའ་བཞག་པར་མ་ཟད། དགོ་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་གཉེན་སྦྱོར་གི་བཀའ་དྲིན་དང་དུ་བླངས་
 ཏེ་སྐྱེ་སྐོར་གྱི་ལང་ཚོ་དལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱས། ངའི་གངས་དཀར་སེམས་པའི་ངོས་སུ་ནམ་
 ཡང་གསལ་ལེར་མངོན་པ་ནི་དགོ་ཆེན་དག་གི་བྱམས་བརྩེ་ཡི་མིག་མངའས་དང་། མ་ཡུམ་སྐོར་
 གྱའི་ལྷག་བསམ་གྱི་འཇུག་ཟེར་ཡིན། ང་ཚོས་བརྩོན་སེམས་ཀྱི་སྤྱུ་རྒྱུང་ལེན་བཞིན་མཐུན་སྦྱིལ་
 གྱི་ལག་རྒྱུང་སྦྱིལ་ཏེ་མཐུན་དུ་སྦྱོད་ཀྱིན་ཡོད། སྐོར་རེ་ཀུན་གྱིས་བསྟོད་བཟླགས་བྱེད་ས་དང་
 ཤེས་རིག་འོད་སྦྱང་འབར་བའི་གཞི་བྱིས་ཡིན། མ་ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱ། ང་ཡི་ཆེས་ཐོག་
 མའི་སྤྱགས་བསམ་དང་དམ་བཅའ་ཡིད་ལ་ཤར་ཐངས་རེ་རེ། ངའི་ཡིད་སེམས་སྦྱོ་སྤྱག་གི་
 བྱ་སྤྱན་ཀུན་ནས་དྲངས་ཤིང་རེ་བཞག་གི་སེམས་པ་དགའ་རུ་བཅུག། ཨེ་མ། མ་ཡུམ་ལགས་སྐོར་
 གྱ། འདི་ནི་ངའི་མི་ལོ་རྒྱག་གི་མཚུགས་མཐའི་འཚོ་བ་དང་གྲུས་ཁའི་བདེ་མོ་ཡིན།



ང་རང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ།

འཕགས་མོ་འཚོ། བོན་སྐོར་སྐོར་གྱི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲངས་ལོ།

ང་རང་སྐོར་མ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ངེས་པར་དུ་སྐོར་གྱི་འཚོ་བ་ལྷོང་དགོས། སྐོར་གྱི་ཞེས་སྐོར་སྐོར་ལྡན་པའི་ཚེ་ད་ར་དང་སྐོར་སྐོར་ཞི་སྐོར་གྱི་འཚོ་བའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། ཆས་མེ་བའི་འགན་འཁུར་ཡང་ཡིན་སོང་། མ་ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱི། བྱེད་ཅི་ང་རང་འཚོ་ལོངས་བྱུང་པའི་སྐྱེད་ཚལ་ཏེ། ང་ཞི་མཛོལ་སྐྱེད་ཚལ་དེ་ཅུ་ལྷན་མེས་འཇུག་པའི་མེ་ཏོག་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡིན། བྱེད་ཀྱི་པང་ནས་ངས་རང་རེའི་ཡབ་མེས་དག་གི་མཛོད་རྗེས་ཤེས་ཤིང་། སྐོར་བྱོན་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་དྲིན་ཚོར། བྱེད་ཀྱི་པང་ནས་ངས་ཤེས་བྱ་ཡི་མཚོ་མོར་འཇུག་པའི་གྲུ་གཟིངས་རྟེན་པ་དང་། ཤེས་བྱ་ཡི་ལུ་ཞོ་པངས་མེད་དུ་སྐྱིན་པའི་དགེ་མཉན་དག་གི་བྱམས་བཅེ་དྲོད་ཞོལ་ཀྱང་གནས་འདི་ནས་དངོས་སུ་སྤྲངས། སྐོར་གྱི་ཞི་འདི་དབྱིད་དཔལ་ཏེ། འདི་ལུགས་བསམ་གྱི་ལང་ཚོའི་ལྷ་གྲུ་འདི་ནས་འབྲས་ཤིང་། འབྲུང་འདས་ཀྱི་རེ་སྐོར་མཐའ་དག་ཀྱང་མེ་ཏོག་བཞིན་གནས་འདི་ནས་གསོན་ལྷགས་རྒྱས་ཤིང་བཀྲག་མདངས་འཚོར། མ་ཡུམ་སྐོར་གྱི་ལགས། བྱེད་ཀྱིས་བདག་ལ་མ་ཡུམ་ལྟར་བྱམས་བཅེས་བརྒྱངས་པ་དང་། ང་དང་ང་ལྟ་བུ་ཤེས་རིག་ལྡན་པའི་སྐོར་མ་མང་པོ་སྐྱེད་སྤིང་བྱས་པ་དངོས་གནས་བཀའ་དྲིན་ཚོ། བདེ་མོ་བྱོས། མ་ཡུམ་སྐོར་གྱི། ང་རང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ། ལྷ་རྒྱག་པའི་སྐྱེད་སྐྱིན་དང་ལྷན་དུ་ཡིད་དགའ་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་བྱེད་ནས་ང་རང་ཅེས་ཀྱང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ། མ་ཡུམ་སྐོར་གྱི་ལགས། གལ་ཏེ་ང་རང་རི་མོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཚོ། ངས་ཚོན་མདངས་སྣ་ལྟོ་བཀོལ་ནས་བྱེད་རང་རི་མོར་འབྲི་སྤིང་ལ། གལ་ཏེ་ང་རང་གེ་འགྲུང་སྐོར་པའི་སྐྱེད་མ་ཞིག་ཡིན་ཚོ། ངས་ཁ་ཚར་སྐྱེད་ཡིས་བྱེད་ལ་བརྟེན་སྤིང། གལ་ཏེ། ང་རང་སྐོར་དག་བ་ཞིག་ཡིན་ཚོ། ངས་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་མ་ནས་བྱེད་ལ་བརྟེན་བཟུགས་བྱ་སྤིང། བདེ་མོ་བྱོས། མ་ཡུམ་ལགས་སྐོར་གྱི། ང་རང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ། ཡིད་དགའ་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་བྱེད་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ལ་བདེ་མོ་འཛོག་བཞིན་ང་རང་ཅེས་ཀྱང་ལམ་ལ་ཆས་འགྲོ།



སློབ་གྲོགས།

མཁའ་འབྲུམ་རྒྱལ། བོན་སློབ་སློབ་གྲུའི་ལོ་རིམ་རྒྱག་པའི་འཛིན་གྲུ་དང་ལོ།

ཀྱ་ཡེ་བརྩེ་ལྷན་གྱི་སློབ་གྲོགས་ཚོ། ང་ཚོ་ནི་མདོ་དབྱུས་མཐོ་སྐང་འདྲིའི་མ་འོངས་པའི་
བདག་པོ་ཡིན། ཚོས་པ་ཡུལ་གྱི་ཆེད་དུ་འབད་བཙོན་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ང་ཚོའི་འོས་འགན་ཡིན།
ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཚོད་སྲུག་གིས་གཤོག་རྩལ་སྦྱོང་བ་ཇི་བཞིན་དུ་སློབ་སྦྱོང་ལ་འབད་བཙོན་བྱེད་
དགོས། སློབ་གྲོགས། བྱེད་ཚོས་ངའི་སྐང་ཆ་འདྲིར་ཉོན་ཅིག། སྐད་རིགས་སྣ་ཚོགས་ཤེས་
ན་བཟང་མོད་ཀྱང་། རང་གི་པ་སྐད་བརྗེད་ན་ངོ་ཚ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟར། མ་འོངས་པ་ན་ང་ཚོས་
ཡབ་མེས་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བཞག་དར་སྤེལ་དང་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་དགོས། བདག་ནི་སློབ་རྒྱུ་ལོ་
རིམ་རྒྱག་པའི་སློབ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ད་ལྟ་རང་ཉིད་དགའ་སའི་མ་ཡུམ་སློབ་
གྲུ་དང་ཁ་བྲལ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་འདྲིར་ངས་མ་ཡུམ་སློབ་གྲུ་ལ་མཚུགས་མཐའི་བདེ་མོ་འཛོག་
པའི་དུས་སྐབས་སུ་སྤེལ་ན་ཡང་ང་རང་དགའ་སའི་མ་ཡུམ་སློབ་གྲུ་ལ་དུས་གཏན་དུ་ཁ་བྲལ་
འདོད་མེད་ཀྱང་ང་ལ་སྐལ་བ་དེ་མ་ལྷན་ལོ། །

སློབ་གྲོགས་ཚོ། བྱེད་ཚོ་ནི་ཀ་ལའི་དབྱངས་རྟའི་ཁྲོད་གོམ་པ་སློབ་ནས་ལུ་མཐུད་དུ་
མདུན་སློད་བྱེད་པའི་དཔའ་བོ་ཞིག་དང་འདྲ། བྱེད་ཚོ་ནི་སྤོང་རྐང་རྒྱུ་རྒྱུ་ནས་གསར་དུ་
འབྲས་པའི་རླུག་ཕྱན་ཇི་བཞིན་ཡིན་ན་ཡང་། བྱེད་ཚོའི་སེམས་སུ་འཛིན་རྒྱ་ནི་དགོ་ཆན་ནི་
བྱེད་ཚོ་ལ་རྣེ་རར་ལྷན་པའི་གསེར་བྱུག་སྦྱིན་མཁན་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོས་བཟང་ལན་ངན་དང་།
ཇ་ལན་རྒྱ་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་དགོ་ཆན་གྱི་བཀའ་དྲིན་དེ་ས་ཆ་གང་དུ་སོང་ནའང་
བརྗེད་མི་རུང་། སློབ་གྲོགས་ཚོ། མཐར་བྱེད་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ལ་ནམ་ཡང་གསེར་
མདོག་ལྷན་པའི་སློབ་འདུན་ལྷ།



སྒྲ་ངག་སྒྲ་བའི་བྱ་མཚོག་སྒྲ་ཞབས་འཇུ་སྐལ་བཟང་མཚོག་གི་ཡིག་འོར་འདི་ངག་ཅེས་
 པའི་རང་མོས་སྒྲ་ངག་དེ་བཏགས་རྗེས། ངའི་སེམས་ལ་སྐྱོ་བ་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། ད་ལྟའི་ཚེ་
 བའི་ཁྲོད་དུ་ཡིག་འོར་ཅན་གྱི་དུས་དེབ་དང་། ཡིག་འོར་ཅན་གྱི་ཚགས་པར། ཡིག་འོར་ཅན་གྱི་
 བསྐབ་དེབ་སོགས་ཤིན་དུ་མང་བོ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་རེད། ཡིག་འོར་འབྲི་བ་དེ་ནི་བོད་ཡིག་
 གི་རྒྱ་ཚད་ཞན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་དང་། རྒྱ་ཡིག་ལ་བྱུང་ཆ་མེད་པའི་རྟགས་མཚན་
 ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། མི་ཁ་ཅིག་གིས་དོན་དག་དེ་ལ་ཁ་ཡ་མི་བྱེད་པར་ཡིག་འོར་
 འབའ་ཞིག་བྲིས་ཏེ་དབེ་དེབ་སོགས་པར་སྐྱབ་བྱེད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིག་འཕེལ་རྒྱས་དང་དར་
 སྤེལ་བྱེད་པ་ལ་ཕན་པ་སྤུ་ཅུ་མེད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་བོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིག་ལ་བསྐྱེད་སྐྱོན་
 ལྷགས་པས་ཉ་ཅང་ངོ་གཞོངས་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། དེར་གཞིགས་ནས་འཇུ་
 སྐལ་བཟང་མཚོག་གིས་ཀྱང་ཡིག་འོར་གང་སར་ཡོད་པའི་གནས་བབས་བརྗོད་དེ་ཡིག་འོར་འབྲི་
 བའི་ཉེས་སྐྱོད་ལ་སྤྱོད་འབྲིན་དྲག་པོ་བྱས་ཡོད། མདོར་ན། ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་སོག་དེ་
 རྒྱ་དང་ཡི་གེ་ཡིན་པས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་སོག་ལ་གཅེས་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཚོ་རིང་ཁྱིམ་
 ཡོང་བའི་བཀྲ་ཤིས་སྐོན་འདུན་ལྟེ།



དུས་གདུང་གི་མིག་ལྷན་མེད་མེད་པ་བཞུགས།



གུ་རྒྱུ་དགའ་རྒྱལ་མཚན། མཚོ་ལྷོ་ལྷུ་མི་རིགས་མཚོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་གཉིས་པ།

དབྱིད་གསུམ་ལྗང་ལྷུག་གི་ལྷ་གུ་དལ་གྱིས་འབྲས་དུས། བྱིད་རང་དུན་པའི་ན་རྒྱལ་ཅིག་
 སེམས་སུ་ཤར་ཞིང་། རྗེ་ཉེ་མས་རྒྱང་རིང་ན་རྒྱལ་ཡོད་འདོད་ན། ང་ཡུན་རིང་ལ་ཁ་དོག་
 བྲལ་བའི་བསམ་གཞིག་གི་ཞིང་ཁམས་དེར་ཅིས་ཀྱང་ཆས་འགྲོ། བྱིད་དང་བྲལ་བའི་ཉེ་མ་དང་
 ཞག་མ་རེ་རེར་ངས་སུན་སྣང་གི་ལྷ་ཤུ་ཐེངས་མང་འཐེན་ཞོར། ཐ་མག་ཅིག་རྩལ་ན་བསམ་
 ཡང་རྒྱུག་འགལ་གྱི་ཉེས་མང་ཐོགས་འགྲོ་བས། སྐར་ཡང་ཚུ་ཚོད་ཀྱི་ཐག་སྐྱ་དང་སྣན་དུ་བྱང་
 ཟེང་གི་སློབ་ཁང་ནས་སྐྱུ་གུའི་སྣངས་སྣ་བས་ལས། སེམས་ཀྱི་རྒྱབས་དོགས་ན་ཅེན་པའི་སྣང་
 གཏམ་གྱི་བེགས་མ་དག་ཤོག་དོར་གཏོར།

དེ་ཡང་ཉེ་མའི་འོད་སྣང་གིས་སློན་མེ་གཟེམ་ཞིང་། ལུན་ནག་གི་ཡོལ་བ་འཐེན་ཐེངས་རེར།
 དས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལམ་བརྒྱུད་ནས། གསང་སྣ་བས་ཀྱིས་འཕྲིན་ཐུང་གི་ཁ་བ་བྱིད་སར་
 འབབ་ལྷོད་བ་དུན་ན། ལན་རེར་ཁོང་དགོད་རེ་ཤོར་འགྲོ་ལ། སྐབས་རེར་དུན་གདུང་གི་མིག་རྒྱ་
 འགའ་རེ་ཡང་མི་སྣང་རང་དབང་མི་འདུག དྲང་མོར་བཤད་ན། ངས་བྱོད་རང་དུན་དུགས་
 པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནའང་ཐང་མོད། གང་སྐར་ངས་མཚམས་རེར་ཤེལ་དཀར་གྱི་མིག་ཤེལ་
 ལྷོན་མཁན་དག་མཐོང་ན། ཁ་ནས་སྣོད་དང་། ཡང་ན་ང་ལ་རྒྱལ་དོགས་ཞེས་ཚིག་འབྲུ་འགའ་རེ་
 ཤོར་བའང་གངས་མེད། གངས་མེད། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ངས་ད་གཞོད་བྱོད་རང་ངའི་
 སེམས་ཀྱི་བྲབ་ས་ན་ཡོད་པ་ཤེས་སོང་། བྱིད་དང་སྣན་ད་དུང་སེམས་ཀྱི་ལག་བྱང་སྣན་དུ་སྐྱེལ་
 བས། རྗེང་གཏམ་གྱི་ལལ་སྐྱེང་ལས་གང་མོ་སྐྱུག་སྐྱུག་བགད་པ་ཡང་གངས་མེད་ཅིང་། ལན་
 རེར་ངས་དུན་གདུང་གི་མིག་རྒྱ་དག་སེམས་ལ་མིད་ཞོར། སེམས་གཏམ་རེ་རྒྱ་བར་བརྗོད་འདོད་
 ཀྱང་། ཀུ་སྐྱུད་འདབ་མ་སྐྱུག་དོག་གིས་བཞད་ལོས་འོང་འདོད་དེ། ཡིད་ཚད་ཀྱི་སེམས་

པར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ན་བྱུན་འཐིབ་ཐེངས་རེར། ངས་མིག་བྱུང་བཅུ་མ་ནས་མགོ་བོ་སྐྱེས་ལ་བཞག་པ་
ཡང་གྲངས་ག་ལ་ཡོད།

དེ་བས་སྦྱིང་ཉེ་མ། འདས་ཟེན་པའི་ཁྱེད་དང་ངའི་སྟན་འཛོམ་གྱི་དུས་ཚོད་ལ་སྤྱིར་སྐྱོག་
ཅིག་ཡོད་རྒྱུ་ན། མགོ་ཐོག་ན་གནམ་དང་རྐང་འོག་ན་ས་ལས་མེད་དུས་ཀྱི་ངའི་ཕོ་ལོ་བཙོ་
བརྒྱད་དེ་ཡང་སྤྱིར་སྐྱོག་ཅིག་ཡོད་སྲིད་རྒྱུ་ན། ངས་དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་རེ་རེ་ཡི་རིན་ཐང་དེའང་
འཚོལ་བར་ངས། དེ་བས་ངའི་དྲན་གསུང་གི་མིག་ཚུ་དག་སེམས་ལ་བཞུར་གྱིན། རྟན་ངག་
གི་སྐྱེ་ཐག་ཅིག་བརྒྱས་ནས་མངོས་པའི་སང་ཉིན་གྱི་དུས་ལྟོན་ལ་མདའ་ཁབ་རེ་འདོག་པར་རྩ་གོན་
བསྐྱི་བཞིན་ཡོད།



སྐྱེ་བའི་ཚོར་སྣང་གསལ་བ་ཞིག

དོན་གྲུབ་རྒྱལ། མཚོ་གཅིག་འཛིན་གྱི་བཙུན་གཅིག

ཁ་བའི་རྩལ་མང་བརྟེན་གསལ་གྱི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གི་དོ་ཤལ་འཆང་བའི་གངས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་འདྲིར་
ཞི་བདེ་དང་ཉེ་འོད་མཚར་སྲུག་གིས་འཕྲོ་ཞིང་། བསམ་སློབ་དང་ལས་སྐལ་འཚོལ་བའི་མི་
གཤེས་རྣལ་མ་དག་ལྷན་བས་སྤྲུམ་པའི་གཙང་གཞུང་འདི་ནས་ཆེས་ཚར་དུ་དངར་བའི་མེ་ཏོག་གི་
སྐྱེ་བ་ཉམས་ཡོད་ཚད་མིག་གོང་ན་འབྲེལ་བའི་གསལ་བ་དམར་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་མཚེ་མར་
བརྟུན། བྲང་གཞུང་དུ་བསྐྱོམས་པའི་ན་རྩལ་གི་དོན་གྲུབ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གི་གཤེས་དོན་ལས་
ཟད་པའི་རི་མོ་བཞིན་རྒྱུད་དུ་ཡལ།

སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དུ་སྲུག་པའི་ཐ་སྙད་གསོན་པོ་ཞིག་གི་འཕམར་རྩལ་འཕྲུལ་ནས་སོལ་རྒྱུ་གི་བར་
སྐྱེ་བའི་ཞིག་ནས་ཁེར་རྒྱུ་གིས་བྱིས་པའི་མཛེས་སྲུག་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་ཚད། དས་ནས་ཡང་
མཚོམས་སྤྱིན་གྱི་མགུལ་རྒྱུ་བར་ནས་སྤོང་མགོ་བརྩམ་བྱུང་། ས་མེས་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་
རྒྱུ་ལོད་ན་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དུ་འདྲེས་པའི་དུངས་གཙང་གི་རྩ་རྒྱ་བསེལ་མ་ཉམ། དེ་སྤོང་བྱི་
ཕྱག་གི་ཤག་སྐྱོར་ལྟེར་ཏེ་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་རུམ་ནས་དར་སྤོང་བཞིན་རྒྱུད་ཁ་ན་ཟད་
ཀྱིན་ཡོད་རུང་། དས་སྐྱེ་བའི་མཚོང་དུས་ལྷན་མི་ཚོར་བའི་ཚོར་བ་སྐྱེན་པོ་ཞིག་གིས་བདུད་རྩི་
ལ་སྤོང་བ་ག་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཤེས། སྐྱེ་བའི་ནས་ཡང་སྤྱིར་དུ་ཉམས་སྤོང་འཕྲུལ་པའི་འོད་ཀོར་
བཞིན་ཉེ་ཐིག་འོག་ནས་བདེ་སྤྱིར་ཡོད་པའི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་ལ་རྩོགས་བཟོ་བྱས། དེ་དུས་ལྷན་སེམ་
མེར་རྩལ་ཚུལ་སྤོང་དགོས་དུས། སྐྱེ་བའི་མི་ཡུལ་གྱི་ས་མཐའ་ཞིག་ན་བཙན་རྩོད་ཉམ་
གནས་པ་འདི་ནི་ཚོར་བ་ཞིག་ལྷོ་རྒྱལ་གྱིས་འཕྲོ་བའི་སེམས་པ་དམར་པོ་ཞིག



འབྲོང་མོ་རྩ་ཡག་མ།

གནས་ཡུལ་འབྲི་མས་པའི་རྒྱུད་ཚོགས་ཤིག་ལ།

ཁེར་རྒྱུད་པ། མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་མཚོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་གཉེས་པ།

དོ་རུབ། ཕྱི་རོལ་ན་ཁ་བ་འབབ་གྱིན་འདུག། སེམས་ཀྱི་འབྱེར་སྤོགས་ཤིག་ལ་དོ་
 རུབ་གྱི་ཁ་བ་འབབ་ཐེངས་འདི་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོའི་ཆེས་ཐོག་མའི་ཁ་བ་འབབ་ཐེངས་དང་དགུན་
 རྒྱུ་འདིའི་ཆེས་མཚུག་མཐའི་འབབ་ཐེངས་ལོས་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ཚོར་བས་དེད་ཡོང་། ཡང་གཅིག་
 བཤད་ན་དཀར་བོང་བོང་གི་ཁོར་ཡུག་འདིའི་དྲངས་གཙང་དབུས་ནས་ཁྱོད་གྱི་འཇུག་ཞལ་ཡང་
 ཐེངས་གཅིག་མཐོང་འདོད་གྱི་སེམས་ངལ་སྣོན་མོད། ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་ད་ནི་དབུས་བཞིར་ཁྱོད་
 སྤོགས་ལ་འཇུག་ཞལ་སྟེ་མེར་གྲོལ་བའི་མེ་ཏོག་དེའི་རང་མདངས་ཀྱང་ད་ཐེངས་གྱི་གངས་ཚག་
 འདིའི་མེག་མེད་དུ་བཅོམ་ཟེན་མོད། མེ་ཏོག་དེའི་དགྱིལ་དབུས་ན་ད་དུང་ཁ་དོག་ཚམ་མ་ཡལ་
 བའི་རྒྱང་ཐིག་དེས་ཞལ་ཆེམས་བཞག་པ་འདི་ལྟར་ལགས། གནས་འགོ་མ། ཁྱོད་སོང་ལུལ་ན་ཡ་
 ཡུལ་གྱི་རྩ་རི་དང་སྤང་རི། བགས་རི་ལ་སོགས་གྱི་དོ་གདོང་ལ་འགྱུར་བ་དབེན་ཡང་གཉོམ་
 དུང་དུང་གི་ཁྱོད་དང་ང་ཡི་བྱིས་དུས་གྱི་ཚེད་ར་རྒྱུ་འཚུབ་འཚུབ་གྱི་རྒྱུང་བུས་
 གད་བརྒྱུད་བཞིན་མཆིས། ད་དུང་ཁྱོད་གྱི་རེ་བཞག་གི་ལུག་ལྷའི་འབའ་སྐད་སྤར་བཞིན་
 སྟེན་ལ། སྟེན་འཛེབས་གྱི་རྩི་སྤྱའི་འགྱུར་ལུགས་ཡང་ཡང་བྲག་ཅར་འབྱེལ། དུས་དེ་རིང་དེ་
 བསམ་ན་ཡ་ཐོད་གྱི་མིག་ཤེས་འདིས་སྟོང་བསམ་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་ནས་བྱིས་དུས་གྱི་ཚེད་ར་
 བསྐྱེགས་པ་དང་མཚུངས་ལ། མཐོ་རྒྱུར་གྱི་རྩི་ཤེས་འདིས་མི་ལམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ནས་རྒྱུང་
 འདྲིས་གྱི་རྩི་སྤྱ་དྲན་པ་དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད། ཡིན་ནའང་། བདག་གི་ཁོག་ན་སྟོག་སྟོག་དུ་གསུ་
 བའི་སྣང་གསོན་པོ་དེས་དུས་རྟོག་དུ་ཁྱོད་གྱི་འཇུག་མདངས་འཚོལ་ཞིང་དགོད་སྐྱེ་འབོད།
 གནས་འགོ་མ། ཁྱོད་འགོ་ཁར་ཡུམ་གྱིས་རྫོངས་བ་རུ་སྤུལ་ཡོད་པའི་མིག་རྒྱ་པོར་
 གང་ཨ་མས་རང་འགར་འབྱིན་པ་མིན་ལ། ཡུལ་གྱིས་བརྗེ་བས་འབྱུང་བའི་སྐང་འདིའི་སྤང་
 བརྟན་གསོན་པོ་ཚོན་མདོག་གི་པར་རིས་ཚམ་གཏན་ནས་མིན། གནས་ཡུལ་ལ་འབྱོར་རྗེས་ཐག་

རིང་ས་གཞི་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱུ་གསུང་མཐོ་ཅུ་བཏེགས་ནས་སྐྱུ་གཞུང་གི་ལ་གཏོང་རོགས།
 ཞོར་དུ་དགོད་འཇུག་གི་མིག་ཟུང་ཡུན་གྱིས་ཕྱེས་ནས་མཚར་སྐྱུག་གི་བཞིན་དཔལ་དལ་གྱིས་
 རོམས་དང་ང་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་འཇུག་དང་ལྷན་དུ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་གཞུང་ལ་མོས་བའི་རྒྱུན་གྱིས་དུས་རྒྱུ་
 དུ་ཁྱོད་ཀྱི་སྣང་བརྟན་བཞེངས་སྐྱུན་གྱི་ཚལ་ཞིག་དང་། རྒྱུ་དག་སྐྱུན་མཐོང་གི་དག་
 རིག་ལྷ་མོ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་སྐྱུལ་འདོད། རྗེ་སྐྱུལ་གྱི་འགྲོང་མོ་རྩ་ཡག་མ། ངའི་ཡིད་སེམས་ཀྱི་ན་
 རུན་གསེབ་ནས་དུར་དབྱངས་འེ་འཕེན་ཞོར་རྗེ་རྩ་འེ་བོ་དང་། དེ་ནི་ངས་ཁྱོད་ལ་སྐྱུལ་བའི་
 མཚུག་མཐའི་རྗོངས་པ་ལགས།



འགྲོ་རན་པའི་མི་བྱ་ཞིག་གི་ན་བྱུག

བརྗེ་བར་འོས་པའི་བྱ་མོ་ D ལ་ཕུལ།

ཞི་སྐྱོམ་གྱུ་རྩ།

༡

ཐོག་མའི་འབྲེང་སེམས་ཀྱི་བརྗེ་བའི་མདའ་མོ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞུ་ལས་ཤོར་བྱེན་པ་ནས་བཟུང་།
 དས་ཨ་རག་གི་མངོས་སྐྱུག་གཡོན་ནས་བསྐྱུར་ཏེ། ཐ་མག་གི་གཟིང་བརྗེད་གཡམས་སུ་བཞག་ནས།
 ཆེས་ངོ་གནོད་ས་དགོས་པའི་དགར་འཇམ་གྱི་ཤོག་ལྡེབ་ཞིག་ལ་རུང་བའི་ཡིག་འཁྲོག་ཞིག་གི་རེ་
 བཅོལ་བྱེད་དགོས་བྱུང་། བརྗེས་བྱེན་པའི་སེམས་པ་དེའི་ཆེད་དུ་དས་དུས་རབས་ཀྱི་དཀྲོགས་
 མཚམས་གང་རུང་ནས་ལྷ་ཚུགས་ཀྱི་དགའ་སྐྱོ་བྱུང་གིས་གཏམ་རྒྱུད་འགའ་སྐྱུ་རྒྱུ་བོ་ཞིག་ལ་ག་
 ལེར་བཀུགས་ཏེ། རང་ཉིད་འཕྲ་སྐྱོད་ཀྱི་སྐོང་ལ་ཚུད་ཀྱང་། སངས་སེམས་དང་གདུང་བ་མེད་
 པར་སྐྱབས་ལྗོངས་། དེ་བས། བརྗེས་བ་ཅི་སྲིད་པར། ལྷོད་ཀྱིས་ནོངས་འགྲོད་པར་མི་བྱ་དའི་
 སེམས་པ་དེ་བརྗེས་རོགས།

༢

འདུས་བྱེན་པའི་ལྗང་ལྷུག་གི་སྐྱེ་མཚར་ལྷོད་ནས་དས་ལྷོད་ལ་གཏད་པའི་དགའ་དུང་དུང་
 གི་སེམས་པ་དེ་དགུན་ཁའི་ཁ་བ་བཞིན་དགར་ལ་སྐྱོན་ཁའི་བསེལ་རྒྱུང་བཞིན་འཇམ། དེར་
 བརྗེས། འོད་ཀྱི་སྐྱུག་བསམ་མཁའ་རྒྱུད་སྐྱེན་གྱིས་བསྐྱུབས་ཀྱང་། འདབ་བརྗེད་མེ་ཏོག་དགུ་
 བའི་བལ་གྱིས་བོས་ནའང་། ལྷོད་ཀྱིས་བཞག་པའི་བརྗེ་དུང་གི་འཇམ་ཤ་དྲོན་མོ་དེ་ནམ་ཡང་
 དའི་སེམས་ཀྱི་གཏིང་རིམ་ན་སྐྱོམ་ནས་སྤྱིར་སྤུད་པའི་འདུན་པ་ནི་ཡེ་ནས་མེད། འགྲོ་རན་པའི་ད་
 རྒྱ། བརྗེད་འདོད་པ་མཐའ་དག་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་མགྲིན་པར་མེད་དེ། བརྗེད་འདོད་པ་མཐའ་
 དག་གསང་སྐྱབས་ཀྱིས་སེམས་ངོར་རུབ་པས་ཉི་ཤུ་དང་ན་བའི་བང་རིམ་བརྗེས་ཤིང་འབྲེང་
 སེམས་དང་ཞེན་ཚགས་ཀྱི་གཡམས་མོ་ཤོར་ས་ནས་དས་ལྷོད་དུ་ཁོ་ཐག་ཡིན།

༣

གྲུ་བྲུ་གྲུ་ཚོས་ཉིད་ལ་བདེན་ལ་སྤྱོད་ཞེས་ལོ་རུང་ཉིད་ཀྱི་ཤོད་ཚུང་བའི་སེམས་པའི་ཁང་
མིག་ལ་མེ་ལ་གསོས་ཤིང་དགེལ་ཆེ་བའི་སྒོ་རྒྱ་དོག་པོ་ལ་རྒྱགས་སྤྱོད་བསྐྱེད་བཞིན་རང་སེམས་རང་
གིས་གསོས་ཤིང་། རང་རང་དགའ་བྱས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འགྲོ་རན་པའི་ན་རྒྱུག་དེའི་དབང་
གིས་དྲན་གདུང་གི་མཆི་མ་སྐམ་ལ་ཉེ་ཞིང་རེ་སྐྱུག་གི་ལང་ཚོ་ལ་ཐུག་ཀྱང་། ངའི་སེམས་པའི་
སྤང་ཐང་གི་གཞི་རུ་འཁོར་བའི་སྐྱུག་ལོང་གི་གྲོང་ཁྱེར་དེ་ན། བྱོད་ཀྱི་པ་ས་དང་པ་ཡུལ་ཡོད་ལ།
དགོད་སྐྱ་དང་འཇུ་མ་མདངས་ཡང་ཡོད། ད་དུང་སྤྱིན་དཀར་དང་ལྷག་ལྷུ་འབྲེས་ས་ན་མཇུལ་
འཇོམ་དང་སྤྱིང་གཏམ་ཡོད་ལ་གྲུ་བྲུ་དང་དྲན་གདོང་འང་ཡོད་ཅུང་།





ར་ལྷགས་མོ་

དམངས་ཁོང་གི་སྐྱེ་ཉེ་ལ་དྲུངས་པའི་དྲན་གཞིགས།
ཨ་ལྷུང་ལྷུང་གི་ མཚོ་སློ་ལུལ་མི་རིགས་མཚོ་འབྲིང་གཉིས་པའི་མཚོ་གཉིས་འཛིན་སྐྱེ་དྲུག་པ།

དེ་ཡང་རང་རེའི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྱི་འདིར་གདོད་མ་ནས། རྒྱུད་རིགས་ཐུན་མོང་བ་
དང་། གནས་སའི་མངའ་ཁོངས་ཐུན་མོང་བ། དཔལ་འབྱོར་གྱི་འཚོ་བ་དང་རིག་གནས། ད་
དྲུང་སེམས་ཁམས་གྱི་གཤེས་ལྷགས་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་ལྟན་དུ་གནས་ཤིང་། གཅིག་གྱུར་
གྱི་མི་རིགས་ཤིག་གྲུབ་པ་དང་ལྟན་ཅིག་དེ་ལ་ལུན་ལུམ་ཚོགས་པའི་ཞབས་བྲོ། རོལ་མོ། དམངས་
སྐྱེ་དང་རྒྱུད་ཚའི་རིག་རྩལ་ལ་སོགས་མི་རིགས་ཁག་དང་གཞན་དྲིང་མི་འཛིག་པའི་སྐྱེ་རྩལ་གྱི་རྣམ་
གྲངས་བགྲང་དུ་ཡས་བ་སྤང་། ཞབས་བྲོ་དང་རོལ་མོ་ནི་དམངས་སློལ་རིག་གནས་གྱི་ཡ་གྲུལ་
ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷ་ས་ཁག་ན་དར་བའི་འཚམ་དང་ཚོས་ལྷགས་གྱི་འབྲུང་བརྒྱུད་དགོལ་
གསུམ་སོགས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སློལ་རྩལ་གྱི་ཉིང་བརྒྱུད་ཡིན་པས། ཤོ་ལའི་ཁྱོན་ཀུན་ལ་སྤོང་རིན་ཡོད་
པ་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་། ཤ་རྒྱུད་གིས་སྤྱུག་པའི་མ་ཁ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་གཏར་ཚེད་ལུས་ལྷུང་གི་གྱུ་
ལྷུང་ཡོད་ཚེད་ལ་སྤོང་བཅོས་བྱེད་པའི་ལལ་བ་མི་སྤོང་བར། ད་ནི་རྒྱབས་སུ་མ་བབས་པའི་དོན་
རྣམས་བཞག་སྟེ། རང་གི་བརྗོད་བྱའི་གནད་དུ་བསྐྱེད་བའི་གཞི་རྒྱུ་དེ་འཚད་པར་བྱའོ། །

དམངས་སྐྱེ་ནི་རང་རེའི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་སྲུ་ཚེས་སྐྱ་ས་ནས་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་དམངས་
སློལ་རིག་གནས་གྱི་གྲུབ་ཆ་འགངས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དམངས་སྐྱེའི་དབྱུངས་ཉ་སྟན་
མོའི་འབྱུར་ལྷགས་དང་སྤྱོད་ནས། ང་ཚོར་སྟོབས་ལྷགས་རྒྱས་ཤིང་། ང་ཚོར་ཁོ་ལག་རྫོགས། ང་
ཚོས་ད་གཞོད་འོད་ཟེར་ལྷན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོ་དེ་བཟུལ་ནས་འོང་རྒྱབས། དམངས་སྐྱེའི་འབྱུར་
ལྷགས་གྱིས་རིག་རྩལ་ཅིག་གི་ནར་སོན་ལ་སྤོང་སྟོབས་དང་དགོད་སྐྱེ་བསྐྱེལ་འོང་རྒྱབས་མི་རིགས་
ཤིག་གི་འདས་མ་ད་གསུམ་གྱི་དགའ་སྦྱོར་ཚགས་སྤང་བཀ་ལ་གྱུར་ཡོད་རྒྱབས། དེ་བས། དམངས་
སྐྱེ་ནི་བོད་རང་གི་མ་མེད་ཅིང་རྩམ་དྲི་ མ་ཡལ་བའི་སྤྱད་མེད་ཀྱི་དང་རྒྱུད་དམ་འཚོ་བཞེས་
གཤའ་མ་ཞིག་གི་སྤྱུག་བརྗོད་ལགས་ཤིང་ཁ་བ་ཅན་གྱི་དམངས་སློལ་རིག་གནས་གྱི་སློག་ཤིང་
ཡིན་ཞེས་ཀྱང་སྤོང་ཚོག་རེད། ལྟོས་དང་། གསོན་ཉམས་བདོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྷ་རིས་ལ་བྱི་

འཚོ་བའི་བབ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཉམས་ཚུངས་དང་ལག་ལེན་གང་མང་བསགས་མཐར། འཛོམ་བྱའི་
སྤྱིང་ལ་ངོམ་ཚོགས་པའི་འོད་ཟེར་སྣོང་ལྡན་གྱི་རིག་གནས་དང་བསམ་སྒྲོ། རང་དང་བར་ཐག་ཆེས་
ཉེ་སའི་འཚོ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་འོམ་པ་བསྐྱེད་ཡོད་ནའང་།
ང་ཚོས་དེ་དག་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་པར་ཞོག་སོ་ན་གནས་པའི་རང་གཤིས་ཀྱི་དྲུངས་མ་ཡལ་
བར་དོར་ནས་མེས་པོའི་སེམས་ཁོང་གི་མཛོད་རྗེས་ལ་ཇ་ལན་ཚུ་ཉམས་འཇམ་ན་འོ་སྐོལ་བྱི་རབས་
པའི་ངོ་ཚ་དང་ཚོངས་བརྒྱུལ་མ་ཡིན་ནམ།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་སྤྲོད་སྤྲོད་ལྟར་གཞན་ཞིག་ནས་བཟུང་ན། དེ་ལ་རོ་སྣོམ་གྱི་
དཔལ་དང་ལྡན་པའི་དབྱུངས་འགྲོས་འཇམ་པོ་རང་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཚོགས་གི་ནང་དོན་གྱི་
ཆའང་སྣོན་དག་མེ་ལོང་མའི་རྩོམ་ལྡངས་དང་སྤྱོད་སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྲོད་པར་མ་ཟད། དེ་ལས་ང་
ཚོས་ཤེས་ཐུབ་པ་ནི། ལྡན་དག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་བོད་སྐད་དུ་མ་བསྐྱེད་གོང་ང་ཚོ་བོད་ལ་སྣོན་
དག་རྗེ་ཉམས་རྩོམ་པའི་རིག་གཞུང་མེད་པ་མ་གཏོགས། ལྡན་དག་རྩོམ་བ་ནས་མེད་པའམ་
རྩོམ་མི་ཤེས་པའི་དོན་ནི་མིན། དཔེར་ན་སྣོན་དག་གི་ཉམས་འཇམ་ལྟར་ལྡན་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་འདྲིར་
དཔེར་མཚོན་ཅན་ལག་ཅིག་བཏོད་ན། རི་བོ་འདྲ་བའི་གོང་རྗེ་དང་། མེ་ཏོག་འདྲ་བའི་མི་
དམངས་དང་། གསེར་བཟང་འདྲ་བའི་ལོ་ཏོག་གསུམ་པ་དོག་མའི་སྤོང་གི་བཟང་གསུམ་ཡིན།
ལྟ་བུར་མཚོན་ན་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན་དང་། ཚུ་འགོ་བྲི་སྤྲུལ་མང་པོ། འདུས་ས་རྒྱ་
མཚོ་གཅིག་རེད། མི་རིགས་ཁག་གི་མི་དམངས། སྤོ་སེམས་གཏོང་ས་གཅིག་རེད། ལྟ་བུ་ནི་
ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་གསུམ་རྒྱན་དང་། རབ་བཏགས་དང་། བསྐྱེས་
བརྗོད་སོགས་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱི་གཞན་ནང་དུ་བགྲང་ལས་འདས་པ་མཐོང་རྒྱུ་འདུག་ལ་འདྲིར་
བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་། གལ་ཏེ་ཁོམ་པ་ཡོད་ན་ད་ལྟའི་དཔེ་ཁང་རྣམས་སུ་བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱི་
དང་སྤྱི་ཤགས་དང་ལ་གཞན་སོགས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་འབྲེལ་སྤེལ་བྱས་ཡོད།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱི་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་རྒྱ་མཚོ་ཉམས་མཐའ་ཡས་པ་ལས་
དམངས་སྤྱིའི་ཁྱད་གཤིས་དང་རིན་ཐང་ཡང་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་བའི་རྗོད་གཞི་མང་པོ་ཡོད་པ་
དང་། ང་རང་གིས་རང་གི་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་རིག་ཐུབ་པའི་ཚོད་འཛིན་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་
དུ་འདྲི་འདྲ་ཞིག་བྲིས་བྱིན་པས། འདི་ནི་རང་ཉིན་མེས་པོའི་ཞབས་རྗེ་བྱི་བཞིན་འཚོལ་བའི་
རྗེས་རབས་པ་ཡིན་པའི་ལས་དབང་དང་གཅིག བོད་ཀྱི་དམངས་སྤྱི་ནི་རང་རྣང་གང་ཤར་དུ་

བརྗོད་པའི་བབ་ཚལ་གྱི་ཚོགས་དང་དབྱུངས་འགྲོས་ཤིག་མིན་པར། རིན་ཐང་ཅན་གྱི་སྒྲན་ངག་
གི་སྤྱོད་ཀ་ཤིན་ཏུ་ཚུན་པ་དང་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་དབང་གིས་འདི་འདྲའི་ཉོག་གཏམ་ཞིག་འབྲི་བའི་
དབུ་ལ་སྒོ་དང་སྒྲིང་རུས་རྒྱས། རང་ཉིད་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལ་དུང་བ་དང་སྒོས་
སུ་དམངས་སྤྱི་འགྲུ་ལྷན་ཁག་ལ་རྗོད་པ་ལ་ཉ་ཅང་སྒྲོ་བས། ངས་ཀྱང་དམངས་སྤྱི་ཞིག་གི་
ངག་སྒོ་འདྲེན་པར་འདོད་དེ།
ཨོ་ཡོ། ཏུང་ལོ་ལོ་ཡ་རེ་ལེན་ཡ།



ཡུལ་ལྷུལ་ལགས། ཡར་ལ་ལོངས།

བྱ་གཞུང་སློང་མོ་སློང།

ཉེན་མོ་ཞིག་མིག་ཚུས་བརྒྱན་ཡོང། ཉེན་མོ་ཞིག་ཆག་འཇིག་གིས་བསྐྱུལ་ཡོང།
རྩམ་དྲི་མ་ཡལ་བའི་རྩ་ཐང་གི་བྱིམ་གཞིས་ཤིག་ས་ལ་འདི་ལྟར་འཐེམས། བྲག་གིས་བརྗིས་བའི་
ཨ་མའི་མིག་རྩུང་ན་འབྲིལ་བའི་སེམས་པ་དེ་ང་ཚོའི་བྲང་གཞུང་ན་དམར་ལམ་ལམ་དང། གས་
སྐབས་ན་ལུས་པའི་བྱ་རྒྱུང་གི་རེ་རྒྱུག་ ཚང་མའི་སློང་དབུས་ན་ཚ་ལམ་ལམ་གྱིས་འབྲིལ་ཡོད།

ཡུལ་ལྷུལ་ལགས། ཡར་ལ་ལོངས། ང་ཚོས་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་ལག་རྩུང་དམ་དུ་སླེལ། ང་
ཚོས་འབྲུང་འགྲུར་གྱི་འཚོ་བ་དང་དུ་ལེན། མཐའ་ཡས་པའི་རྩ་ཐང་། བྲ་ཆེལ་ལེར་གནས་
པའི་མེ་ཏོག་གཙང་གསུམ་རྒྱ་བོའི་སློབས་པ་ལག་ལ་བརྩུང་ནས་ཡར་ལ་ལོངས་དང། ས་ཡུལ་
ལགས། ཡུལ་ལྷུལ། མཐོ་སྐང་ན་ལེར་རྒྱུང་དུ་གནས་པའི་ས་ཡུལ་ལགས། ཡུལ་ལྷུལ། དེ་རིང་
གི་མིག་ཚུ་འདི། དེ་རིང་གི་ན་རྩུག་འདི། སུ་ཞིག་གིས་བྲོད་ལ་བཅད་པའི་ཉེས་ཆད་ཡིན་ནམ།
སུ་ཞིག་གིས་བྲོད་ལ་བཤོས་པའི་ལས་དབང་ཡིན། བྲོད་འདི་ལྟར་ཆག་འཇིག་གི་སློང་དུ་གནས་
འདུག་ཅུང་། འདི་ལྟར་དུ་ངག་བྲོད་དུ་ཅི་ལ་འདུག ཡར་ལ་ལོངས་ཤོག བཟླ་མ་ཚར་བའི་
བསྐབ་དེབ་ཅིག་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་འདུག བྲིས་མ་ཚར་བའི་ས་སྐྱུག་རྐང་གཅིག་གྱེན་ལ་འགྲོང་ཡོད།
དྲོད་མ་ཡལ་བའི་ས་བྱིམ་ཅིག་སློང་བར་གནས་འདུག བཤད་མ་ཐུབ་པའི་སེམས་གཏམ་ཞིག་སློང་
ན་ལུས་ཡོད།

ཡུལ་ལྷུལ་ལགས། ཡར་ལ་ལོངས་དང། ཐག་རིང་གི་ཡུལ་ནས་ང་ཚོས་བྲོད་ལ་ཐུགས་ཁུར་
དང་རོགས་རམ་གྱི་སེམས་པ་བསྐྱར་ཡོད། མཐུན་སྦྲིལ་དང་མདུན་སྐྱོད་གྱི་རེ་བ་བསྐྱར་ཡོད།
དུས་ད་ལྟ་སེམས་སྐྱུག་གི་སློང་ན་འཚོ་བའི་བྲོད་དང་ང་། ཨ་མའི་བྱ་རྒྱུང་ཡིན། ཨ་མའི་རེ་བ་
ཡིན། ཡར་ལ་ལོངས་དགོས། དགོ་སེམས་ཆེ་བའི་འཇིག་རྟེན་འདི་རུ། བྱམས་སེམས་ཆེ་བའི་
ཁོ་ཚོ་ན་རྩུག་དང་སློབས་པའི་སློང་ན་ཡོང་གིན་ཡོད། ཡར་ལ་ལོངས་དང། གནས་འདི་ནི་
སློང་རྗེ་ཡི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་གནས་འདི་ནི་ཐུགས་ཁུར་གྱི་དོ་ར་ཞིག ཡུལ་ལྷུལ་ལགས། འདི་གཅེས་
པའི་ས་ཡུལ། ཡར་ལ་ལོངས་དང། ང་ཚོས་སེམས་པ་དང་སེམས་པ་སྦྲིལ་ནས། གས་ཆག་

དབྱུང

གཡང་རྒྱུད། རོན་སྒོར།

གྲང་ངར་ཆེ་བའི་དགུན་ཁ་འདས་ཤིང་། རྫོ་ཞིང་འཇམ་པའི་ཉི་མ་ཤར། བསེལ་རྒྱུང་
 དལ་བར་མྱིང་ཞིང་ས་གཞི་ཡིས་རྒྱང་མདོག་གི་ལྷ་བ་གྱོན། ལྷ་བརྒྱུའི་མེ་ཏོག་ས་ལུལ་དང་རི་
 ལུང་གང་སར་གསར་དུ་སྐྱེས། སྐབས་འགར་རྒྱུང་བྱུས་བྱིལ་བྱིལ་བྱེད་ཅིང་རེ་འགར་རྣམ་དང་མེ་
 ཏོག་རྣམ་ཚོགས་ཀྱིས་ཅིང་མོ་ཅིང་བ་དེས་ཚད་མེད་པར་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པར་བྱེད། ཁམ་བུ་
 དང་སེལ་རྒྱུང་གི་རྒྱུན་ཤིང་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་མེ་ཏོག་བཞད་ཡོད། ལ་ལའི་ཁ་
 དོག་ཁ་བ་དང་འདྲ་ཞིང་ལ་ལའི་ཁ་དོག་གསེར་དང་འདྲ། རེ་རེ་ཡིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མངའ་ཐང་
 ཚོད་བཞིན། ཞོགས་པའི་ཉི་འོད་འཕྲོས་མ་ཐག་ས་གཞི་ནི་རྒྱང་ཏིག་ཏིག་དུ་གྱུར་ནས་མེ་ཏོག་རྣམ་
 ཚོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་གང་སར་བྱུབ། རི་ལུང་གང་སར་རྟ་ཞོར་ལུག་གསུམ་གྱིས་བཀང་། དེ་
 ལྷར། དབྱུང་དུས་ནི་ནམ་ཡང་མཛེས་སྐྱུག་ལྡན་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།



པ་སྐད།

གུ་རྒྱུད་སྐྱོལ་མ། མཐོ་གཉིས་འཛིན་གྲུ་ལྷ་པ།

པ་སྐད་ཅེས་པའི་མིང་འདི་མིག་ལམ་དུ་བརྒྱུད་མ་ཐག་ངའི་ཡིད་ལ་རང་རིགས་བོད་མི་
ཡོངས་ལ་མཚོན་ན་པ་སྐད་ནི་པ་མེས་ཀྱིས་ང་ཚོར་གནང་པའི་ལག་སྐྱེས་ཐོག་མ་ཡིན། ཡིན་ཡང་།
དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་བོད་མི་མང་ཤོས་དག་ལ་མཚོན་ན་ཁོ་ཚོའི་པ་སྐད་ནི་འདྲེས་སྐད་ལས་
གཞན་ཅི།

འདི་ལས་ད་དུང་ཚབ་ཆེ་བ་ནི་བོད་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཐད་གར་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཆ་
བཀོལ་སྟོན་བྱེད་པ་མ་ཟད། རང་གི་པ་སྐད་ནི་ཚིག་གཅིག་འབྲིན་མི་ཐུབ་ཀྱང་ད་དུང་ཁེངས་
དྲེགས་ཀྱི་ངང་ནས་བོད་ཡུལ་འཛུགས་བསྐྱེད་བྱེད་པར་བརྩོན་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་རྒྱ་འཛོམ་མཁན་རྣམས་
ལ་ཟུར་བུ་དང་འཕྲུ་དམོན་བྱེད་ཀྱིན་འདུག ངས་བསམ་ན་མི་འདི་དག་ལ་བོད་མིའི་མཚན་ཉིད་
མི་ཚང་བས། བོད་མི་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་འོས། སྐྱེ་བ་སྟོན་མའི་སྐྱབས་སྐྱེས་སམ་སྟོན་བསགས་ཀྱི་
ལས་དབང་འོག་ང་ཚོར་མཉམ་དུ་བོད་པར་སྐྱེས་པའི་གོ་སྐབས་ལྡན་བྱུང་། དེ་བས་བདག་
ཅག་གིས་པ་སྐད་གཙང་མ་སྤྲོ་བ་ནི་འུ་ཅག་བོད་པའི་གཅེས་སྤྱད་རྣམས་ཀྱི་འོས་འགན་ཡིན།

ང་ཚོས་གཙུག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་སྟེ་པཎ་ཆེན་སྐྱེས་ཐོང་བཅུ་བ་མཚོག་གིས་
ཀྱང་ལྷ་མོ་ནས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད། ལྟོད་ཚོས་བོད་སྐད་བཤད་པར་ངོ་ཚ་ན་མ་བཤད་ན་
ཚོག་ལ། བོད་ལྷ་གྲོན་པར་ངོ་ཚ་ན་དེ་ཡང་མ་གྲོན་ན་ཚོག་མོད། འོན་ཀྱང་ལྟོད་ཚོས་ཤུང་
རུས་པ་ཇི་ལྟར་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། རེད་ལགས། རེད་ལགས། དངོས་གནས་བདེན། བོད་ལ་ཞེ་སྐྱང་
ལངས་ནས་རང་ཉིད་བོད་ཡིན་པ་ཅི་ཐུབ་སྤྲོས་གསང་བྱས་ནས་འཛིག་ཉེན་སྦྱོ་ཤེས་དོན་གོ་རྣམས་
ལ་མགོ་སྐྱོར་བཏང་རུང་། ལྟོད་རང་ཉིད་ཇི་ལྟར་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། ལྟོད་ཀྱིས་རང་གི་ཤུང་རུས་པ་
ཁ་བའི་གདུང་རྒྱུད་ཡིན་པ་མི་ཤེས་སམ།

བོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་སྐྱོང་པའི་དགོ་བཤེས་ཞང་སྟོན་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོར་ཡང་མི་སེམས་འགྲུལ་བའི་
བཀའ་གསུང་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། གུ་རྒྱུད་མཐུན་པ་རྩ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ། མཐོང་ཚད་ལད་

མོ་བྱས་ན་ལྷན་མེད་ཡིན། ། རྣམ་རིགས་སྣ་ཚོ་གསུམ་ཤེས་ན་བཟང་མོད་ཀྱང་། ། རང་གི་ཕ་
རྣམ་བརྟེན་ན་ངོ་ཚ་ཡིན། ། ཞེས་པ་ལོ། ། ཁོང་གིས་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་འཛིན་པའི་བོད་མི་
སྟོང་ཕྲག་གིས་བཤད་འདོད་ཀྱང་བརྟེན་མི་ཤེས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཆ་དམར་པོ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་
བཀོད་ནས་བོད་པའི་ཞབས་ འདེན་དག་ལ་བཀའ་བཀྲོན་ནན་མོ་བཏང་ཡོད། དེ་བས། ཤ་
རུས་གཅིག་པའི་བོད་མི་ཚོ། ང་ཚོ་ལ་འདི་འདྲའི་མཛོའ་བཅེ་ཟབ་པའི་ཚོན་བྱོན་པ་དང་
ལམ་འདེན་མཁན་ཡོད་པས། ང་ཚོ་ཅི་ལའང་སྐྱབ་མི་དགོས་པར་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་སམ་
ལྷག་པར་དུ་ཕ་རྣམ་དག་མ་བཤད་པར་འབད་བཅོལ་བཤྱིས་ན་མི་འགྲིག་གམ། ང་ཚོས་རང་
གི་དྲུངས་གཙང་གི་ཕ་རྣམ་ཅི་ཞེས་མངར་གྱི་བདུད་ཅི་ཞེས་གི་ཚབ་ཏུ་ནམ་ཡང་མི་བརྟེན་པར་
བཀོལ་ཡ།

བྱམས་ལྡན་ཨ་མ་བྲན།

བསོད་ནམས་སྦྱིད།

༡

བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་སམ། ང་འི་ལུང་གི་འགག་སྐྱེད་ཞིག་ན་ཡོད། ང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་
ན་ཡོད། ང་ལ་གཞན་ཞིག་ན་ཡོད། ངས་མ་ལྷོང་སྐྱེག་མོའི་རྒྱལ་སྐྱེད་ཐོས་ཐེངས་རེར། ཁྱེད་
ཀྱི་གསུང་སྟོན་དང་འཇོ་སྐྱེག་གི་ལང་ཚོ་དེ་དྲན་བྱུང་། དེ་ནི་མ་ལྷོང་སྐྱེག་མོའི་རྒྱལ་སྐྱེད་ཐོད་
ནས་ཁེར་རྒྱུང་གི་བསམ་གཞིགས་སུ་གྱུར་བའི་སེམས་ལ་བཟོད་བསྐྱེད་མེད་པར་ན་བྱུག་སྦྱིས་པའི་
གཞི་མ་ཞིག་རེད། ངས་ཀྱུག་ཀྱོག་གི་ལམ་སྐྱེད་དང་མི་ཚོའི་བརྒྱུད་ལམ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱོག་བསམ་
འོ་མའི་ཞིམ་མངར་དེ་རྟོགས་སོང་།

༢

བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས། ངས་ཁྱེད་དྲན་གི་ ང་ན་དུས་ཁྱེད་དྲན་གི་ ང་སྐྱེད་དུས་
ཁྱེད་དྲན་གི་ ང་སྐྱེད་དུས་ཁྱེད་དྲན་གི་ ཐ་ན་མིག་མཐའ་མཆེ་མས་གང་བཞིན་ཁྱེད་དྲན་གི་
ཉི་གཞོན་མཐའ་ལ་རྒྱ་དུས་ཁྱེད་སྦྱོག་པར་དྲན། དྲན་གསུང་གི་སྦྱོག་བསྐྱེད་འདི་སུ་ལ་བཤད། སུ་
ཡིས་རྟོགས། ད་དུང་། ངས་མི་ལམ་ནང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཞལ་ལ་དགོད་སྐྱེད་དང་འཇོ་སྐྱེད་མངར་སྦྱོག་
ཞིངས་པ་དེ་དྲན་བྱུང་། ལང་ཚོ་ཡི་འཇོ་སྐྱེག་དང་ལུ་བྱུག་གི་གསུང་སྟོན་འདྲ་བ་དེ་དྲན་བྱུང་།
ལས་དབང་ནི་སྦོན་བསགས་ཡིན་པས། ང་འདི་ལྟར་ཁྱེད་དང་བྲལ་དགོས་བྱུང་། ངས་ད་
དུང་འཚོ་ལ་དགོས།

༣

བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས། ངས་འདི་ལྟར་ཡིད་སྦྱོར་བའི་གོ་རིམ་ཐོད་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྟོན་
མེད་ཀྱི་བརྗེ་སེམས་དང་དྲིན་ལན་དེ་རྟོགས། ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་ཆེད་ཀྱི་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་ཐོག་མ་
ནི་སྦྱོག་བསམ་གྱི་འོ་མཚོ་ཡིན་ལ། རིག་གནས་ཀྱི་མདུན་ལམ་གསར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ང་ལ་
ལུས་པ་མེད་ཅུང་ཁྱེད་ལ་དྲིན་ལན་འཇལ་བ་ནི་བསམ་སྦོ་ཡི་གཞི་མ་ཡིན།

༤

བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས། ངས་སྐྱེ་རེངས་ཀྱི་འོད་སྤང་མཐོང་ཐེངས་རེར་བྱེད་བྱེད་གི
ཉེ་མའི་འོད་ཟེར་ས་གཞིར་འཕྲོ་ཐེངས་རེར་ངས་བྱོད་བྱེད་གི ངས་པ་ཡུལ་གྱི་མཛོས་སྡོངས་
མཐོང་ཐེངས་རེར། བྱེད་ཀྱི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་སྟག་པར་བྱས། ཨ་མ། བྱེད་ཀྱིས་
ང་ལ་གནང་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ལོ་རྒྱུ་རེ་རེ། བྱེད་ཀྱི་བྱུངས་ཁྲག་དྲོན་མོ་རེ་རེ། ངས་བྱེད་ལ་
བཀའ་དྲིན་ཅོམ་ཡང་མི་ལྷོ་བའི་སྐྱོན་མའི་ངང་རྒྱུ་དེ་ཉ་ཅང་སྐྱུག་གོ་བ་ཞིག་རེད་སྟེ།

༥

བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས། ང་ལ་དགོས་པ་འདི་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བརྟེ་སེམས་ཡིན།
འདི་ནི་བྱེད་བྱེད་པའི་བྱེད་གསུང་གི་མིག་ཚུ་ཡིན། བྱེད་དང་བྲལ་བའི་མི་ཚོ་འདིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་
ཡིན། བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས། ངས་བྱེད་བྱེད་གི ང་ད་དུང་བྱོད་ཀྱི་གམ་དུ་ལོག་འདོད།



ང་དང་སེམས་ཀྱི་འབོད་པ།

བྱ་གཞུང་ཞི་བདེ་བའམ་འབྲུག་འབྲུམ་ཡག

སེམས་ཀྱི་འབོད་པ་ཞེས་པའི་ཚོགས་པར་འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ཉེས་སྤོང་བརྒྱུད་ཀྱི་ལོ་མགོར་མགོ་
 མང་བོད་ཡིག་སློབ་འབྲིང་ནས་ང་དང་གྲོགས་འགས་གཙོ་གཉེར་བྱས་པའི་སློབ་རའི་ཚོགས་པར་
 ཞིག་ཡིན་འོང་། བར་སྐབས་དེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་དེར་མཚོན་ན། ཚོམ་རིག་གི་སྤྱོད་པ་ནས་
 ཚར་རྗེས་ཀྱི་ཤ་མོ་བརྗོད་པ་བཞིན་མིང་དུ་གྲགས་ཤིང་། ཞིང་ཆེན་སྤྱི་ནང་གི་དུས་དེབ་དང་
 ཚོགས་པར་སྤེངས་ལ་བཀོད་པ་མང་ལ་བྱ་དགའ་སྤངས་སྤོང་བའང་ཤིན་ཏུ་མང་། བར་སྐབས་
 འདྲིར་ཚོམ་སྦྱོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཚོགས་པར་ཞིག་གཉེར་ནས་ཚོམ་རིག་གི་གར་སྤྲོད་ཤིག་
 བསྐྱབ་བསམ་ནས་འདོན་ཐེངས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ཚོགས་བཅད་ཚོམ་ཡིག་གཙོ་བྱས་ཏེ་སློབ་
 གྲོགས་ཡོངས་ལ་ཁ་སྤྱོད་པ་བསྐྱབས་ཤིང་། སློབ་སྦྱོང་དེའི་ཚོགས་པར་གྲས་ཀྱི་བཟང་ཤོས་སྤྱི་
 སློབས། ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་ལ་མོས་པ་ཡོད་པའི་སློབ་བྱ་གང་མང་ཞིག་གི་སྤྱོད་པ་ལྟར་
 སྤྲོད་ཀྱང་བསྐྱབས་སྤོང་། འདི་ལྟར་སློབ་བྱ་འདྲིའི་སྤྱི་ནང་གི་ཁོར་ཕྱག་ལས་བསམ་སློབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་
 མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཚོམ་རིག་གི་མཚོ་མོར་འཇུག་བཞིན་པའི་གསར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐོགས་པ་མང་པོར་
 སྤྱོད་སྤོང་། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་ཅུས་པའང་མི་དམན་པ་ཞིག་ཐོབ་པ་སྤྱོད་ཀྱང་གང་ཡིན་ཅུང་
 ཚོམ་རིག་ལ་མོས་ཤིང་། ཁོར་ཕྱག་ཡང་བཟང་པོ་ཞིག་ཆགས། ལོ་ལྔའི་ཚུ་རྒྱུག་གི་དུས་
 བས་ཚོམ་སྦྱོག་པ་རྣམས་ཡིད་འགྲུལ་ཐེབས་ཏེ་ང་རང་གཅིག་དུས་ཚོམ་སྦྱོག་པ་ཞིག་གི་མིང་བྱང་
 སྤངས་ནས་ཚོམ་སྦྱོག་གི་བྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱོད་ཏུ་སྤངས། དམའ་གསུམ་མཐར་སྤོང་པའི་
 དུས་སྐབས་དེར་སློབ་སྦྱོང་ལ་བྲེལ་འཆུབ་ཆེ་སྤྱིར་འདོན་ཐེངས་གཉིས་པའི་རྒྱུ་བསྐྱོངས་མ་ཐུབ་
 པར་ལུས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་རེ་ཞིག་རྣམ་ཤོས་སྤྱོད་པའི་ལུས་བྱ་འདྲིར་བཅངས་པའི་བརྗོད་
 སེམས་དེ་ཡང་རེ་ཞིག་རྗོད་པ།

སྤོན་རྒྱ་གསུམ་པའི་ཁྱི་ཀ་ནི་ངོ་མ་གསེར་མདོག་གི་ལུས་བྱ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་ནས་པའི་འབྲུ་མཚོད་ལ་
 འབྲས་ཀྱིས་ཁེངས་ཤིང་། འབྲས་རྩན་ལོ་ལོགས་ཀྱིས་སོ་ནམ་པར་འཇུག་མདངས་རྒྱས་ཤིང་།
 ཡོད་ཚད་ལ་དགའ་སྤང་དང་སྤོབས་པ་རྒྱས་འདུག ང་ཡང་དམའ་རིམ་སློབ་འབྲིང་ཞིག་ཅུས་
 མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་ཞིག་ལ་རྒྱགས་འཕྲོད་སོང་བས་ཐད་ཀར་ཁུལ་མི་རིགས་མཐོ་རིམ་སློབ་
 འབྲིང་གཉིས་པར་མིང་ཐོ་འབོད་པར་ཆས། ཐོག་མར་རྒྱང་བསློབ་གྱའི་ནང་དུ་སྤོབས་པ་ནས་
 སེམས་བདེ་བ་དང་དགའ་སྤོབས་ཞིག་གིས་ཁེངས། ད་ནི་མཐོ་འབྲིང་སློབ་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་བ།
 བསམ་སློབ་སྤོང་གི་ཞིག་ཏུ་འཇུག་སོང་སྤྱོད། ཡིན་ན་ཡང་། ལྷ་འགའ་འཕྱོར་བའི་རྗེས་སྤོང་
 ལ་ཚོར་བ་གསར་བ་ཞིག་བྱུང་སོང་། ད་སྤྱི་མཚོན་ཉིད་རྒྱས་པའི་སློབ་བྱ་འདྲིར་མ་གཞི་ཅི་
 འདྲའི་མི་རིགས་ལ་དུང་འོང་། རང་རྒྱུད་ལ་སྤོབས་པ་འདུ་ཤོས་ལ་རྒྱ་སྤངས་ལོགས་པོ་འཇོན་མཁན་
 ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། སློབ་བྱའི་ཚོགས་འདུ་གང་ཞིག་བསྐྱབས་ཅུང་ཡོད་ཚད་རྒྱ་ཡིག་གིས་ཁྱབ་

བརྩེ་སེམས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན།

ཡུལ་ལྷལ་གྱི་ས་འགྲུལ་ལས་མཐོང་བའི་བྲན་འཆར།

བྱ་གཞུང་ཀུན་དགའ་དོན་འགྲུབ། མཚོ་སྡོ་ཁྲུལ་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་དང་པོ།
 གནམ་སློབ་པོ། ས་དོག་མོ། རུལ་ཕྱན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གོ་ལ་རྒྱལ་པོ་བྲིད་ནི། ཤ་
 རྒྱལ་རྒྱལ་གསུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྐྱེ་འགོ་ཡོངས་ཀྱི་ཨ་མ་ཡིན།
 གནམ་སློབ་པོ། ས་དོག་མོ། བྲིད་གྱིས་ཅིའི་སྲིར་ང་ཚོ་འགོ་བམི་ལ་འབྲལ་གི་མཚོ་མོ་དང་
 བེམ་པོ་ཡི་རི་རབ། རྒྱལ་བསྐལ་གྱི་ན་རུན་འཁྲིགས་སུ་བསྟུག་པ་ཡིན།
 ལྷོགས་རིགས་མཐུན་འགོ་དུས་ལྷ་རྒྱུད་སྐྱོ། །
 དགུང་ཉི་མ་རུབ་དུས་སྤང་མ་སྐྱོ། །
 རྒྱུང་བམའ་བུ་ཐོན་དུས་ཁུ་བྱུག་སྐྱོ། །
 རྩོ་གཡུ་འབྲུག་ཉལ་དུས་མ་བྱ་སྐྱོ། །
 དྲོན་པ་མ་འགོ་དུས་བུ་སྐྱུག་སྐྱོ། །
 རྒྱུང་བྱིས་པ་འགོ་དུས་པ་མ་སྐྱོ། །
 བློན་དམ་པ་འགོ་དུས་སློབ་མ་སྐྱོ། །

ཞེས་པ་ཅི་མ་བདེན། ཡུལ་ལྷལ་ལགས། བྲིད་ནི་ངའི་མིག་གོང་ན་འཚོར་བའི་མར་མེ་ཚོ་
 འབར་དེ་ཡིན་ལ། ངའི་འདྲེན་བྱིད་མཐའ་ནས་ནམ་ཡང་ཡལ་མི་ཐུབ་པ་ནི་བརྟན་འཕྲིན་དང་
 དྲ་རྒྱ་ལས་མཐོང་བའི་འཛིགས་སྤང་དེ་མ་ཡིན་ནམ། ངའི་སེམས་ཁོང་ནས་ནམ་ཡང་བརྟེན་ཐབས་
 མེད་པ་ནི་གཏོང་པོད་ཀྱི་སྤྲུག་རྒྱུང་ཡངས་པའི་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དུག་མ་ཡིན་ནམ།
 རིགས་མཐུན་སྐྱུན་རྒྱ་ལགས། ཡིད་མ་ཆད། སེམས་མ་པམ། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཁ་
 དཔེ་ལ། དམངས་མཐུན་ན་རི་རྒྱུད་སྐྱུན་པོ་ཡིན་ཡང་སྟོར་ཐུབ། ཟེར་བ་ཉམས། ང་ཚོས་
 མཐུན་སྐྱིལ་གྱི་ལག་རྒྱུང་གཅིག་དུ་སྒྲེལ་ནས་ལུ་མཐུན་དུ་འབད་པ་བྱེད། སྐྱུན་རྒྱ་ལགས།
 རུར་བརྩོན་བྱེད། སྐྱུན་རྒྱ་ལགས། བྲིད་རང་ང་ཚོ་དང་ཁ་བྲལ་བའི་ཉིན་འདི་དག་ལ་ང་ཞི་
 གཤོག་ལ་བྲལ་བའི་ཚོད་སྤྲུག་ཅིག་དང་འདྲ་བར་ཉམས་ཐག་པར་གྱུར་འདུག ངའི་སེམས་ཁོང་
 དུ་ནམ་ཡང་བརྟེན་ཐབས་མེད་པ་ནི་གངས་ལྷོ་དཀར་པོའི་བྲིད་ཚོའི་སེམས་པ་དང་མེ་ཉོག་ལྷར་
 བཞད་པའི་འཇུ་མ་མདངས་དེ་རེད། རིགས་མཐུན་སྐྱུན་རྒྱ་ལགས། བྲིད་ཚོའི་སེམས་ཁོངས་
 བདེ་བར་བཞུགས་དང་ངས་རིགས་མཐུན་ཡོངས་ཀྱི་མ་ཞི་ཡིག་རྒྱག་གི་གདུང་དབྱངས་བྲིད་ནས་
 བྲིད་རང་ལ་སྐྱེལ་མ་བྱེད། མར་མེ་སྟོང་སྤག་གི་ལམ་སྟོན་བྱེད། རིགས་མཐུན་སྐྱུན་རྒྱ་ལགས།
 བདེ་བར་བཞུགས། ཨོ་མ་ཞི་པ་རྩེ་ལྷོ།

ཡེ་ཤི་རྒྱལ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་

ལྷགས་མོ་འཚོ། བོན་སྐོར་སྐོར་གྱི་ལོ་རིམ་ལྷ་བའི་འཛོལ་གྱ་གཉིས་པ།

གལ་ཏེ་ང་ནི་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པའི་རྟ་བདུན་དབང་བོ་དེ་ཡིན་ཚེ། ངས་མི་རྣམས་ལ་ངོ་
སྦྱིད་ལྷན་པའི་ཉི་ཟེར་ཞིག་ཤར་དུ་འཇུག་མོད། དོན་དངོས་སུ་ང་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན། གལ་ཏེ་
ང་རང་སྟོན་དག་པ་ཞིག་ཡིན་ཚེ། ངས་པ་ཡུལ་ལ་སྟོན་དག་ཞིག་འབྲི་འདོད་མོད། དོན་དངོས་
སུ་ང་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན།

ང་རང་འཇིག་རྟེན་འདིར་བསྐྱེད་ན་ངོ་མ་སྟེང་བོ་མི་འདུག ངས་ཞིབ་འདད་རེ་
བརྒྱབ་ན་འདི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་ན་མི་འགྲིག་པས། བདག་གི་སེམས་ལ་རང་དབང་མེད་པར་
མེས་པོའི་ཞལ་ལྷང་ཞིག་དྲན་ཡོང་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

ཤེས་རབ་བཟང་བོའི་མཚོན་ཆ་རྣམས་ཡང་། །
བཙོན་འགྲུས་ལག་པའི་ཤེད་དང་མ་འབྲེལ་ན། །
གཏི་མུག་དག་ཡི་མགོ་གཙོད་མི་རུས་པས། །
ཤེས་བཙོན་རྒྱུང་འབྲེལ་བྱེད་དགོས་སྟོབ་གྲོགས་ཚོ། །

དེ་བས། ངོ་མ་དོན་དག་ཅི་ཞིག་བརྒྱབ་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྒྱབ་སྐྱེད་རེ་བ་ཆེན་པོ་ང་ལ་
ཡོད། རེད་ཡ། སྟོབས་གྲོགས་ཚོ། རྩུང་བཙོན་གྱིས་དང་། མ་འོངས་བར་སྤྲུགས་འདུན་
འགྲུབ་པར་སྟོན།

ཁྱོད་རང་དྲན་པའི་མོད་ལ། ངས་ནམ་ཡང་འདི་ལྟར་སྤོང་།

བྱ་གཞུང་བཅུ་ལྔ་ལྟར་། མཚོ་སྡོམ་ལྟར་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་དང་པོ།

བྱ་མོ་ཁྱོད་རང་བསམ་ན་སྤོང་མི་ཚུགས། །
མ་འོངས་སྤྱད་པ་བསམ་བསམ་ན་འགོ་མི་པོད། །
བྱེས་གདུང་སྤོང་ལ་ཚོད་པའི་ན་ལྷག་འདིས། །
དུས་ལྷང་མི་ཚོ་སྤྱད་སྤོང་ནས་ཆས། །

དེ་ལོ་ཡང་དེད་གཉིས་འདི་ལྟར་ལས་དབང་ཞིག་གི་བཀོད་སྤྱོད་གམ་རང་རང་གི་བྱ་བའི་
དགོས་མཁོའི་དབང་གིས་སོ་སོར་བྲལ་དགོས་བྱུང་། ཡིན་ཡང་བྲལ་བ་འདི་ནི་ཚོས་ཉིད་དང་
འཛོམ་པ་ནི་ལས་སློབ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྤོང་བའི་གཞུང་གི་ལོ་ཡོད། དེ་བས་ངས་དུས་ཉུང་ལྟར་
ཉིད་འདི་ལ་ལོ་བདེ་དང་འཁང་ར་བྱེད་པ་ལས་ཅི་ཡང་བསྐྱབ་མི་པོད། ཅི་ཞིག་ལ་འུ་གཉིས་
འདི་ལྟར་དྲན་གདུང་གི་ན་ལྷག་དང་སྤོང་གི་མཚེ་མའི་སྤོང་ནས་འཚོ་དགོས་སམ།

འདི་ནི་སྤྱོད་ཞིག་གིས་འུ་གཉིས་ལ་བཀོད་སྤྱོད་བྱས་པའི་ལས་དབང་ཡིན། ལྷན་འཛོམ་གྱི་
ཉིན་མོ་ནི་ཉ་ཅང་རིང་། ཁྱོད་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུ་རེ་རེ་དའི་ཉི་ལུག་གི་མཚམས་སྤོང་སེར་པོ་དང་
དབྱར་དྲུག་པའི་མོ་ཉོག་སེར་ཚེན་ཁྱོད་ཀྱི་ལང་ཚོ་ལ་འཁྲུལ་ནས་ལག་བྱུང་ཡང་ཐེངས་མང་
བཞེངས་སྤོང་ལ། བྱ་ལྟར་ལོ་ལོ་གསུང་སྤོང་སྤོང་མོ་དང་ལྷགས་རྗེ་བོའི་སྤོང་བྱ་ལེར་འབྱུང། ངས་
ཁྱོད་ཀྱི་སྤོང་སྤོང་ལ་འཁྲུལ་ནས་རྒྱ་བའང་གང་མང་གཏད་སྤོང་།

གང་ལྟར། འུ་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་དུང་ལ་མ་མེད་ན་དའི་སེམས་པ་འདི་ལྟར་བཞིན་དུངས་
གཙང་ཡིན་ལ། དའི་བཅེ་འདང་འདི་ནམ་ཡང་འགྱུར་མེད་ཡིན། འུ་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་དུང་ལ་
བར་ཚད་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དའི་མ་འོངས་པའི་བྱིས་གཞི་དེ་ཁྱོད་ལ་དབང། དེད་ཚང་གི་
གཡུ་བྱར་ལྷན་ཆ་དེ་ཡང་ཁྱོད་ལ་དབང་།དེ་བས་ངས་དུས་ཉུང་ལྟར་ཁྱོད་རང་དྲན་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་
ཐེང་བ་མཚུབ་མོས་བགང་ཞོར་ཁྱོད་ལ་རེ་སྤྱོད་བྱེད། དྲན་དྲན་ཞིང་། སྤོང་སྤོང་བའི་དའི་ཞེ་
མཚུབ་མ། ཁྱོད་རང་དྲན་པའི་དའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བཞེད་འདི་དག་ཅིས་ཀྱང་ཚུ་གཙང་པོ་
ཞིག་གིས་བཟུ་བར་སྤོང། སེམས་རྒྱུ་དག་ཅིག་གིས་གོ་བར་སྤོང།





འཕགས་རིས་སྒྲིད། རོན་སྐོར་སྐོར་བ་གྲའི་ལྷ་གཅིག་འཛོལ་གྲ།

ཨ་མ་ལགས།

རབ་མཛེས་མེ་རྟོག་གི་ཚེད་ར་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་།

འབའ་འབའ་ལུ་གྲའི་རྗེས་བསྐྱེགས་ནས་ནར་སོན་པའི་ངའི་བྱམས་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས།

ན་ཚུང་བྱིས་པ་སློ་ལྡན་ཚོ་ཤེས་རིག་གི་དག་ཞིང་ལ་ཡོན་ཏན་མེ་རྟོག་འཇུ་རུ་འགོ་བའི་

དུས་སྐབས་དེར།

ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ལས་གཞན་གཅེས་གྱི་རུས་ལྷགས་ཡོད་ཚད་པ་མ་དང་སུ་ཅུ་ཚོའི་ཚེད་རུ་སྤུལ་ནས།

ཉམ་ཚུང་གི་རྐང་རྗེས་ཀྱག་གྱོག་རི་ལུང་དང་ནོར་ལུག་གི་རྗེས་སུ་བཀོད་ཅིང་།

ལས་དབང་གི་འཚོ་བ་ཆར་བ་དང་སུ་ཡུག་གི་སྐོང་ལ་བཅོལ་བའི་

ངའི་བཅེ་ལྡན་གྱི་ཨ་མ་ལགས།

ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་སློའི་གོ་རྟོག་དང་དཀའ་སྤྱུག་གི་འཚོ་བ་

ཉམ་ཚུང་བུ་མོ་ང་ཡི་སྤྱུག་ཚེ་ན་འཇུང་།



འབྲོང་གཡལ་དར་མ།

སྒོང་རི་བ་བསོད་དབང་། མཚོ་སྒོ་ཁྲུལ་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་གཉིས་པ།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ།

ཁྱོད་ཀྱི་རྩ་ཚེ་ན་ཁ་བ་བོད་པའི་དར་རྒྱུད་ཡོད་ལ།

ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་རྗེས་ན་ཁ་བ་བོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ།

ཁྱོད་ཀྱི་གསོན་ལྷགས་དེས་ཁ་བ་བོད་པར་སྟོབས་ལྷགས་སྟེར་ཐུབ།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ།

ཁྱོད་ནི་བོད་པ་ཚང་གི་མཁའ་དབྱིངས་ན་ལམ་ལམ་དུ་འབྲོ་བའི་སྐར་མ་འོད་ཚེན་དེ་ཡིན།

འབྲོག་གཡལ་དར་མ།

ཁྱོད་སོང་ལུལ་དུ་ང་ཚོ་ལ་གསར་བྱུང་གི་སློང་གཞི་མེད་ལ།

མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་གོམ་སྐྱ་དེ་བས་ཀྱང་དབེན།

ཁྱོད་སོང་ལུལ་དུ་ང་ཚོ་ལ་ལུན་ནག་གི་གཏིང་རིམ་སེལ་བའི་སློན་མེ་མེད་ལ།

སྲོད་ཁ་ཡི་མཚམས་སློན་སེར་པོ་ཡང་མཐོང་མི་སྲིད།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ། ལྷུར་དུ་ཕེབས་ཤོག།

རྩ་རི་མཐོན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ས་མ་ཡིན་ནམ།

རྩ་རྒྱ་བསེལ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་འཕུང་རྒྱ་མ་ཡིན་ནམ།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ། ཕེབས་ཤོག ལྷུང་རི་དང་རྩ་རི། རྩི་བོ་དང་ལོ་ལྷག།

ཡོད་ཚད་ཁེར་རྒྱུང་ཡིན་པ་བརྗོད་སོང་ངམ།

འབྲོང་གཡལ་དར་མ། དའི་གངས་དཀར་སེམས་ན་ཁ་བ་ལྷ་བུའི་སྲུག་བཟུལ་མང་བོ་ཞིག།

དའི་ཡ་རྒྱུང་ཁོག་ན་དྲུངས་མཐའ་མེད་པའི་སྲུག་སློན་ནག་པོ་ཞིག།

རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ངས་ཐག་རིང་གི་ཁྱོད་ལ་ཉི་འོད་ལྷ་བུའི་འཕྲིན་པ་ཞིག་གསང་སྟབས་

ཀྱིས་བསྐར་འོས། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ངས་ཁྱོད་ཉིད་ལྷུར་དུ་འོངས་པར་འབོད་པའི་ཚེང་

བརྗོད་ཐེངས་མང་སྟོག་འོས། འབྲོང་གཡལ་དར་མ། ལྷུར་དུ་ཕེབས་ཤོག།

གྲུ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས།

གྲུ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས་ཀྱི་ཚོམ་ཚིག་ལུགས།
རྩོམ་པ་རྒྱལ་མཁུ་མངའ་།

བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས།
 བྱེད་ཀྱི་སློང་རིམ་ན་འཚོ་བའི་བྱ་ལྟའི་ཚོགས།
 ད་དུང་བྱེད་ཀྱི་མཐུ་འོག་ན་གཉེན་ལག་རྒྱས་བཞིན་པའི་གསར་སྐྱེས་སྐྱུག་ཐོག་པའི་ཚོགས།
 བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས།
 ཡོད་ཚད་བྱེད་ཀྱི་སློང་རུམ་ན་འཚོ་ཞིང་བྱེད་ཀྱི་འགྱུར་ལྟགས་ན་གཉེན་ལག་རྒྱས།
 བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས། བྱེད་ནི་མི་ཡུལ་འདྲིའི་བསྐྱེད་པའི་འགྱུར་ལྟགས་ཐོག་ལ། ཡུལ་མི་ཚོར་རྣང་
 བའི་དངོས་གྲུབ་ཐོག་ལ།
 ད་དུང་། ཤེས་རིག་གི་ཞིང་ཁམས་ལ་གོམ་ཁ་བསྐྱུར་བཞིན་པའི་སློབ་བྱ་དུག་གི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྟོན་
 མེ། དེ་བས། བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས། ང་ཚོ་བྱེད་ཀྱི་གཟེ་བརྗིད་དང་འོད་རྣང་ཁྲོད་ན་ནམ་ཡང་
 སད་ཅིང་ནར་སོན་བཞིན་ཡོད།
 བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས། ང་ཚོ་ནམ་ཡང་སློབས་པ་དང་གཟེ་བརྗིད་དང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་
 འགྲུང་ནས་ཡུལ་མི་ཚོ་དང་ང་ཚོའི་སེམས་ཁོང་ན་ནམ་ཡང་ཡལ་ཐབས་བྲལ་བའི་པ་མེས་ཡང་
 མེས་ཀྱི་ཤ་བྲག་དང་བདེ་སྐྱུག་སློང་བཞིན་ཡོད།
 དེ་བས། བྱ་ཚུའི་འགྱུར་ལྟགས།
 ང་བྱེད་ཀྱི་གཟེ་བརྗིད་དང་སློབས་པ་ལ་ནམ་ཡང་ཡིད་སྟོན་འཚོར་དེས། བྱེད་ནི་ཡུལ་མི་ཚོས་ནམ་
 ཡང་སློང་བཞིན་པའི་མེས་པོ་དག་གི་ཤ་བྲག་དང་བདེ་སྐྱུག་ཡིན།
 མཐར་བྱེད་ཀྱི་རྩལ་སྐྱུག་གི་རྒྱ་བ་རིང་མོ་ནམ་ཡང་མི་ཆད་པར་སྟོན།



ཨོ་སྐྱོ་མོ་བྱམས།

བྱོད་ཀྱི་བྱམས་འོག་དང་ཚེད་རའི་ཁྱོད་ནས།
 བདག་གིས་ཀླ་ཁའི་དབྱངས་རྟེན་དེ་ཐོག་མར་རྟེན་ལ།
 འགོ་འདུག་པའི་གོམ་ཁ་དང་པོར་བསྐབས།
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།
 ཤེས་རིག་གི་སྐྱུན་པ་སེལ་བའི་སྐར་མ་འོད་ཆེན།
 སྤྱགས་འདུན་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་འིང་ཁམས་རྩོན་མོ།
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།
 དེད་ཅག་གི་ཡིད་ཆེས་དང་རེ་བ་བཅོལ་ས་ཡིན་ལ།
 པ་མེས་ཀྱི་ཞབས་རྗེས་དང་བདེན་དཔང་འཚོལ་སའི་དག་འིང་ཡིན།
 བྱོད་ཀྱི་རེ་བཞག་རླུམ་པོ་དང་འཚོ་བ་མངར་མོ་ཡིས་དེད་ཅག་ལ་
 མདུན་སྟོན་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ཟབ་མོ་བསྐྱུན་ལ།
 དྲངས་གཙང་གི་ཁོར་ཡུག་དག་པས།
 དེད་ཅག་ལ་རྟེན་རྫོབས་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་གསར་བ་བསྐྱུན།
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།
 འཛིན་སྟོང་རྗེལ་གསུམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་ནས།
 དེད་ཅག་གི་སྤྱགས་འདུན་གསར་བ་ཞིག་གི་སྐོ་མོ་འབྱེད་ལ་རེ་བ་དྲངས་མ་ཞིག་གི་
 བཤོད་ལམ་བཅའ་ལ།
 བྱོད་མི་དེད་གངས་སྤྱག་ཚོའི་སེམས་ཁོང་ན་བརྗེད་དུ་མེད་པའི་དུན་གཤེད་གསོན་པོ།
 འཕྱུར་བ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ངག་རྒྱུ་གཅིག་
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།
 བྱོད་ཀྱི་རྟོག་བརྟན་གྱི་གཟེ་བརྗེད་རྣལ་མས།
 དེད་གངས་སྤྱག་སྟོང་གི་ལ་སྐྱ་དང་སྤོབས་པ་མཚོན་ལ།
 པ་སྐད་དྲངས་མའི་མི་རིགས་ལ་བཅངས་པའི་དྲངས་སེམས་མཚོན།
 མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།
 ལོ་རྒྱུད་གི་མེས་པོ་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་རྣལ་ཞབས་གི་བདེན་དཔང་འཚོལ་ན།
 དྲ་དྲུང་བྱོད་ཀྱི་ཞབས་དང་འདུས་པའི་དེབ་ཐར་མང་པའི་བདེན་དོན་སྐྱེད་ན་
 ཅིས་ཀྱང་བྱོད་ལ་བརྟན་དགོས། དུས་རྟོག་དུ། མ་ཡུམ་སློབ་གྲ།



འབྲོང་ཅུ་དམར།



སངས་རྒྱལ་དོ་རྗེ། མཐོ་གསུམ་འཛོལ་གྱ་དང་པོ།

མཛོལ་སྐྱུག་གི་རི་རྒྱང་ཀུན་ན།
 རྩ་རྒྱ་བསེལ་མས་སྟོན་པ་བརྗོད་བཞིན།
 ཞིམ་མངར་གྱི་རྩ་རྒྱ་བསེལ་མ་ངང་གིས་འཕྱང་བཞིན།
 དྲུང་ཤ་ཟབ་པའི་རང་རིགས་ཀྱི་ལས་དབང་ཕྲག་པར་ལྷུང་ནས།
 རྒྱུད་སྐྱུག་གིས་འཚོ་བའི་འབྲོང་ཅུ་དམར།
 ལས་དབང་དང་དཀའ་སྐྱུག་གིས་བསྐྱུས་བའི་འབྲོང་ཅུ་དམར།
 རྒྱུད་ནི་རང་རིགས་ཀྱི་སྤོང་ན་གནས་པའི་ཚོ་སློག་གི་བཀྱར་རྒྱུན་དྲངས་མོ།
 རྒྱུད་ནི་ཡབ་མེས་ཚོས་བསྐྱུགས་པའི་གཡུ་རྒྱལ་གྱི་དཔའ་པོ།

འབྲོང་ཅུ་དམར།
 རྒྱུད་ཀྱིས་བདེན་ལུགས་ཀྱི་རུ་ཅེ་བྲག་ལ་བརྟེན་བཞིན།
 ཞིག་རལ་དུ་གྱུར་བའི་བཅའ་རྒྱུ་དེ་ནས།
 དམ་བཅའི་རྒྱུ་སྐྱུ་ཡིས་རྩ་རི་སྐྱུལ།
 འབྲོང་ཅུ་དམར།
 འགྱུར་སྟོབས་ཀྱི་ངང་རྒྱུལ་གྱིས།
 བཅོས་མིན་སེམས་པའི་རྩ་ལམ་དག་ན།
 མི་ལོ་ལྷ་བཅུའི་བརྗོད་བྱ་རུམ་ནས།
 ལས་སྐལ་དམར་པོ་ཞིག་ལ་ཡུན་གྱིས་སྐྱུག།

འབྲོང་ཅུ་དམར།
 དས་ལྷུང་ལ་རེ་ཞིང་ལྷུང་ལ་སྐྱུག།
 དས་ལྷུང་རང་དྲན་ཞིང་ལྷུང་ཉིང་སྟོམ།

སེམས་གྱི་ད་དོ།

ཐེན་ལོ་ལྷོ།

ག་ལེར་ག་ལེར་ཚུར་ལ་གཡེང་དུས།
 དེའི་དུམ་སེམས་གྱི་སློན་ནག་ལྷོད་ནས།
 མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གནས་འདི་ཅུ།
 སྤྱིར་དུན་ཐེངས་གཅིག་བྱས།
 དེའི་སྤིང་འཇགས་གྱི་གནས་ཡུལ་དྲོན་མོ་རིམ་གྱིས་བཅག་འདོད་མོད།
 དྲང་ལྷུང་ལྷུང་གྱི་དྲི་བཞོན་ཞིག་གིས་མཐོན་མཐིང་གི་སློན་པ་
 དཀར་པོ་ལྷགས་གྱིས་བསྐྱུས་ཏེ།
 ཡོད་ཚད་བདེ་ཅུ་བཞོད།
 དན་སྐྱུལ་སློགས་པའི་དུས་འདིར་མཚོན་ན།
 དེད་མི་བྱ་ཚོས་སྟན་པའི་གིས་བརྒྱན་པའི་མཛེས་སྐྱུག་གི་ཡུལ་གྱུ་དེར།
 དྲང་བདེན་མེད་པར།
 གཞན་ཡུལ་འགྲུག་པའི་མཐུན་རྐྱེན་མང་བོ་ཞིག་དང་།
 འཚོ་བའི་རྩལ་ཁྲག་གི་ལོ་རྒྱུས་མང་བོ་ཞིག་བོར་བེན་པས།
 དེའི་ཚོངས་དད་གྱི་སེམས་པའི་གོམ་ཁ་བཅོན་གྱིས་འཕྲོག་ནས།
 རྣམ་འདྲེན་གྱི་གསུང་དཔེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ན་འདོད།
 འོན་ཀྱང་། ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་འདས་བེན་ལ།
 ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་འགྲུབ་བེན་པས།
 དག་མགོ་གདོན་གྱིས་བརྒྱུ་མས་པའི་ཚོར་བ་དེ་མི་འགྲུངས་པར་བཞོལ་བར་བྱའོ། །



འཕགས་ལུགས་ཀྱི་ལུགས་ལོ།

ཚོང་དབྱར་ཨ་རྟོ། དགེ་ཚོན་སློབ་སྦྱིང་།

༡

དུང་ཞེན་གྱིས་སློབ་པའི་དབྱར་འཇུག་དེའི་དབང་གིས།
 འཇུག་མདངས་གྱིས་བསྟུས་པའི་དབང་བསྐྱར་དེའི་རྒྱན་གྱིས།
 དེག་འབྲུ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་འབྲུལ་ལ་ངང་གིས་ཉེ།
 མས་འཁོག་བགྲེས་པའི་གཤིས་སྤོད་ལ་ཡུན་གྱིས་དུངས།
 ཚོས་ཉིད་འདྲིའི་བཀོད་སྤྱིག་འོག་ནས།
 བྱིད་གྱིས་ང་ཡི་འཕར་ལྗང་གི་སྤྱིང་རྒྱུ་ལྷགས་ཐག་གིས་བཀྱིག་ཉེ།
 ཟླ་ཚེན་གྱིས་སྤེ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཏུ་སྦྱེལ།
 དུས་དེ་ནས་བཟུང་།
 བྱིད་གྱི་དྲི་མ་ནས་གྱིས་མ་ཐུབ།
 བྱིད་གྱི་སེམས་ངོ་ལས་བརྒྱལ་མ་ཐུབ།
 མ་གཞི།
 སྲ་མཐོགས་ཀྱི་སྐྱེད་པ་དེ་དང་།
 ས་ལམ་གྱི་ཟླ་ཚེན་དེ་ཡིས།
 ངའི་གསང་བ་སྐྱོག་ལྱུར་གྱི་གནས་དང་།
 མདོན་སྲུང་གར་མཐོང་གི་གནས།
 ཡོད་ཚད་གྱི་ཡོད་ཚད་བསྐྱེས།
 རྒྱ་རྒྱན་དང་རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས།
 བྱིད་བསམ་པའི་རྩིག་ངོས་ལ་བརྐོས།
 དུན་པའི་དགྱིལ་དབྱས་ལ་ཉར།
 རྒྱབས་དེ་ནས་བརྩམས།
 མི་ལམ་དང་མི་ལམ་འདྲེས་པའི་མཚན་སྤོངས་ན།
 ཅི་དགར་གྱི་གནས་ལ་སྤྱོད་སའི་དོ་ར་ཡོད།
 བསམ་པ་དང་བསམ་པ་བགྲེས་པའི་སྤྱགས་ཁུངས་ན།
 མངར་སྐྱར་གྱི་འཚོ་བ་རོལ་སའི་གཞིས་བྱིམ་ཡོད།

༧

ལྡོང་ཚུང་གི་སྤྲུལ་སྐྱེ་ལས་ཐེགས་པའི་བྲག་ལྷུ་འདི།
 ལྷིང་གྱི་ལྷས་རྣམས་ལ་འགོས་ནས་ཡུན་རིང་འགོར།
 ལྷགས་སྐྱུག་གི་རྩེ་ཁ་ནས་བཞུར་པའི་ཡིག་ཚོགས་འདི།
 ལྷིང་གྱི་བྱང་ཁོག་ལ་འབྱོར་ནས་ལོ་མང་བཞུལ།
 རྣམ་དག་དང་དྲུངས་གཙང་གིས་བཏེགས་པའི་བརྩེ་བ་འདིས།
 དུས་ཚོད་གྱི་འཁོར་ལོ་དམ་དུ་བཟུང་།
 ལོ་རྒྱུ་ཡི་འཁོར་སྐྱོད་དབང་དུ་བསྐྱུལ།
 བ་ན་ཀུག་གྱོག་གི་མི་ཚོ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་རུང་།
 ངའི་འདོད་མོས་གྱི་སེམས་འགྲུ་འདི་རུམ་སྟེ།
 དུས་གསུམ་གྱི་བར་གསལ་ནས།
 ལྷིང་རང་རྒྱང་རྒྱང་དུ།
 གཡོལ་མེད་གྱི་ལམ་གྱི་འདི་བདམས་ཏེ།
 དུས་གསུམ་གྱི་རོ་གདོང་ནས།
 ལྷིང་རང་རྒྱང་རྒྱང་སྤང་།
 བདག་གི་མིག་ལམ་ན་ནམ་ཡང་ཡལ་བར་དཀའ་བའི།
 བདག་གི་བྱང་ངོས་ནས་རྟག་དུ་བསྐྱབ་ཐབས་བྲལ་བའི།
 སེམས་གྱི་གཏན་ས་དང་རྣ་བའི་ཉན་ས།
 མིག་གིས་བརྟོ་ས།
 ལྷིང་ནི།
 ལྷི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་གནས་ཀུན།
 བདག་ལ་དམར་རྩེ་དུ་རྩོན་མཁན་གཅིག་ལྷི་ཡིན།

༨

བ་སྣང་གྱིས་མཚོན་མི་རྣམས་པའི་རྣོས་གར་འདི།
 ཐོལ་བཞུལ་གྱི་བྲག་ཚོན་ཞིག་གིས་བྱུབ་པ་མིན་པས།
 ལྷ་བྱེད་གྱི་བརྗོད་མི་ཤེས་པའི་སྣང་ཚེ་འདི།
 ལྷ་འབྱོར་གྱི་བསྐྱེད་ཅིག་གིས་བསྐྱུན་པ་མིན་པས།
 འདུས་གྲུས་གྱི་རོས་མོའི་གསལ་ནའང་།
 དཀྱུས་མིན་གྱི་ཚོར་སྣང་དུག་ཏུ་སྐྱོམ།
 རྣམ་རྒྱུན་ལྷིང་དང་འཕྲད་དུས།

སེམས་ཁོང་གི་སྤིང་གཏམ་དང་དམར་ཚུང་གི་སེམས་པ།
 རི་བཞིན་དུ་སྤྱི་ལ་སྤོན་མི་ལེགས་པས།
 སྤོང་སེམས་ཀྱི་མཆི་མ་ས་ལ་འཐོར་ནས།
 ཡ་ཚུང་གི་སེམས་པ་ཡོངས་སུ་བརྒྱན་མྱོང་།
 དུས་རྒྱུན་བྱེད་དང་གྲེས་དུས།
 མཐོང་མོས་ཀྱི་བྱེད་དང་ཐོབ་བསམ་གྱི་སྐོ་ཀུན།
 དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་དུ་རང་དབང་ལ་མི་མཆིས་པས།
 སྤྱི་གདུང་གི་སྤྲུལ་རུམ་འཐིབས་ནས།
 རམ་ཚུགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཁད་ཀྱི་བསྐྱིབས་མྱོང་།
 འདི་ལྟར།
 ད་དུང་ཡོང་བཞིན་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཆོས་གངས།
 ད་དུང་སྐྱབས་ཀྱིན་པའི་སྐར་མ་སྐར་ཆ།
 སྐར་བཞིན་བསུས་ན་འདོད།
 སྐོན་བཞིན་བསྐྱལ་ན་འདོད།
 དུས་གསུམ་གྱི་སྤུམ་རྩ་ནས།
 འདས་བྱས་ཀྱི་བགྲང་བྱ་མཐའ་དག།
 སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ངང་།
 དུས་ཚོད་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ནས་ཟད་ཀྱང་།
 བྱེད་ལ་དགའ་བ་ངའི་བདེ་སྦྱིད་དུ་གྱུར་ལ།
 བྱེད་ཉིད་དུན་པ་ངའི་ལས་འགན་དུ་བརྩིས།

༤

ལོ་རྒྱ་ནི་གཙང་བོ་ཞིག་ལྟེ།
 དལ་འཇགས་དང་ཡོངས་སུ་བྲལ་བའི་གཙང་བོ་ཞིག་ཡིན།
 གཙང་ཐོག་དུ་སྤྱོད་པའི་རེ་སྤྲུལ་གི་གྲུ་བའི་ཚོགས་ཀྱིས།
 བསོད་བྱེད་ཀྱི་གྲུ་ཁམ་ཅི་ཅམ་དུ་གྲུགས་པའི་རྗེས་ནས།
 ད་གཞིན་ ཉེ་རྒྱའི་འཆར་རུབ་ཀྱིས་གྲེས་བྲལ་གཏོང་མི་ཐུབ།
 གཙང་འོག་དུ་ཚེན་པའི་འཚོལ་སྤྲེགས་ཀྱི་ཉ་མོའི་སྤྱི་ཡིས།
 ཚུ་རྒྱལ་གྱི་གཤོག་པ་ག་ཚོད་རྗེས་པའི་སྤོ་ནས།
 ད་གཞིན། རེ་བའི་བདུད་ཚི་དེ་དུབ་ཀྱིས་བདུང་ན་ཚོག་
 འདུན་པ་འདི།

ཕངས་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ་ལ་བསྐྱར་མི་འདོད།
 གདམ་ཀ་འདི།
 འགྲོད་གསུང་གི་ན་རྩལ་ལ་བརྗེ་མི་འདོད།
 དེ་བས།
 སྲིག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས།
 ཏུས་གཏན་དུ་ཤེས་མེད་ཚོར་མེད།
 གང་དུ་ཡང་འབྱུང་དུ་འཇུག་མི་འདོད།
 སུ་ལའང་འཐིབས་པ་མོས་མི་སྲིད།
 ཚོད་མའི་རྟགས་གསུམ་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་བའི་བྱེད།
 སྤྱི་སྤྱིན་ནང་སྤྱིན་གྱི་ཁམ་བུའི་སེལ་རྟོག་བྱེད།
 ཚོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་གི་བསམ་པའི་རྒྱབ་རི་ཡིན།
 ང་བྱེད་ཀྱི་འགྲུང་མེད་ཀྱི་མི་གཞི་ལ་དགའ་ཞིང།
 རྣམ་དག་གི་སེམས་པར་ཤིན་ཏུ་དུངས།
 བྱེད་ཀྱི་མི་ཚོའི་ཤོག་ངོས་ལ།
 ང་གཅིག་སུས་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་བྲིས་ཡོད་ལ།
 ང་ཁོ་ནས་ད་ལྟའི་དགའ་སྤྱོད་ཡི་བྱེན་ཐོ་ཡང་བཀོད་ཡོད།
 ད་དུང་བསམ་གཞིག་ཁྲི་ཕྲག་གི་མཁའ་མཐའ་ནས་མངོན་པའི།
 འཁྲུང་ཞེན་གྱི་ཁ་དོག་དེ་འགྲུང་མི་སྲིད་པས།
 རྟོག་དཔྱོད་སྟོང་སྲག་གི་མངར་ཁ་ནས་འབྱུང་བའི།
 དམ་ཚིག་གི་རི་བོ་ཡང་སྤེལ་མི་སྲིད་པས།
 སུ་མཐུད་དུ།
 ང་གཅིག་སུས།
 འབྱུང་འགྲུང་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ཚོམ་མེད་དུ་འབྲི་དགོས།
 བྱེད་རང་།
 བང་སེམས་ཀྱི་དྲོད་ཐིག་ཡིན་པས།
 ཏུས་གསུམ་གྱི་བདག་མོ་ཡིན་པས།
 མཚོམས་མེད་དུ་བཤར་དགོས།





ཆེ་ལས་འདས་པའི་སློབ་རྒྱུང་སྐྱབས་ཀྱི་དགེ་ཚུན་ཞིག་ལ།
འཕགས་མོ་ཆེ་རིང་།

སྤྱི་ཞིག་གིས་ངའི་བར་སྤྲང་གི་ལུན་པ་སེལ།
སྤྱི་ཞིག་གིས་ངའི་བསམ་གཞིགས་ལ་ཁ་དོག་སྦྱིན།
སྤྱི་ཞིག་གིས་ངའི་སྤོངས་ལུན་གྱི་དྲ་བ་བཅོམས།
དེ་ནི་བདག་གི་སྤིང་དབུས་སྤྱི་གསལ་སྤང་དེར་བཞུགས་པའི་གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་
གཞིན་ཅུ་སྟེ།
དགེ་ཚུན་ལགས།
ངས་འགོ་འདུག་ཤེས་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་བཟུང་།
ངས་རང་དོ་བཟོན་པའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་བཟུང་།
ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་མདུན་སྐྱོད་ལ་སློབས་པ་བརྩམ་ཞིང་།
ངའི་སྤྱགས་བསམ་གྱི་ལམ་སྤུ་ལ་འོད་ཟེར་གྱི་མདུན་སྐྱོངས་བསྐྱུན།
དབུན་གསུམ་ཚག་གི་ངར་ལ།
དབྱུར་གསུམ་ཆར་གྱི་བརླན་གཤེར།
ཁེར་རྒྱུང་དང་དཀའ་ཚགས་ཀྱི་ལོ་ལྷའི་ནང་།
ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ཆེན་གྱི་སྤྱི་གཞི་ལྟ།
རང་ཉིད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་འགའི་དོན་དུ་ང་རང་ཉི་མར་སྟེ།

དགེ་ཚུན་ལགས།
ངའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྐར་མ་འོད་ཆེན།
ངས་རེ་བ་གང་གི་མཚོད་མེ་བཏེགས་ཏེ།
རྒྱུང་རིང་གཙང་བའི་པ་རོལ་ནས།

བྱམས་དང་སྤྱི་ཚེ་ཡིས་མི་ཚོ་སྐྱེལ་བའི་དགེ་གན་བྱིད་ལ།
 དུས་གསུམ་ལ་ནད་ཚ་མེད་པའི་སྐྱབས་འདུག་ལྷ།
 བར་དོའི་འགག་འཕྲུང་ལ་འཇིགས་དང་ངས་མེད་པར་སློན།
 དགེ་གན་ལགས། ངའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྐར་མ་འོད་ཚེ།
 བྱིད་མེད་ན། མདོ་དུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་རིག་གནས་ལ་འདབ་མ་ཇི་ལྟར་རྒྱས།
 བྱིད་མེད་ན། ཉི་མ་ལ་ཡའི་མཚར་སྤྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཇི་ལྟར་བཤད།
 བྱིད་མེད་ན། འཇིག་རྟེན་འདི་ལྷན་པའི་ཁང་པ་ཞིག
 བྱིད་མེད་ན། མི་ཡུལ་འདིར་ཞེ་བདེ་དང་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་ཇི་ལྟར་འཕྲོ་བ།
 ངས་བསམ་བཞིན་བསམ་བཞིན་དུ།
 བྱིད་པའི་ཉེ་འཁོར་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ན་བསམ།
 ངས་དྲན་བཞིན་དྲན་བཞིན་དུ།
 ང་བྱིད་ཀྱི་སྐྱེ་གཡོག་ཡིན་ན་འདོད།
 དགེ་གན་ལགས། ཞིབ་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ན།
 བྱིད་ནི་ལའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་ཉེ་ལྷག་གང་རུང་།
 ང་ནི་སྤང་ཐང་གི་མེ་ཏོག་རྐང་གཅིག
 བྱིད་ཡོད་ན་ང་ལ་སྐྱེས་སྟོབས་ལྡན་ཞིང་།
 བྱིད་མེད་ན་ང་ཡི་མིག་རྒྱང་བོར་འདུག
 དགེ་གན་ལགས། ངའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་སྐར་མ་འོད་ཚེ།
 དེ་རིང་། ངའི་གནས་སྡོད་པའི་འོག་དང་ས་དོག་མའི་ཡང་སྤྱིང་ནས།
 ལག་རྒྱང་སྐྱིམ་པར་སྐྱར་ནས་བྱིད་ཀྱི་སྐྱེ་དྲིན་བརྗོད།



སེམས་ཤིག་ཡོད་ན། འོ་ཞིག་སྐྱར་རོགས།

འཇག་གངས་སྐུ་མ།

༡

དོ་དགོང་ལྷ་བ་མེད་ལ་སྐར་མའང་དབེན། མཚན་སྣངས་ཉིལ་བོ་སྤང་འཇགས་སོ།
གྲགས་འགྲུལ་ཅམ་ཡང་མེད་ལ། ང་རང་མལ་དུ་ཉལ་ནས་གཉིད་དུ་ཡུར་ཡོད། མཚན་མོ་དེར་
ངས་མི་ལམ་ནས་ཚོར་བྱུང་། བྱོད་རང་མཚར་སྐྱུག་འོད་སྣོང་འབར་བའི་ཉི་མ་གཞོན་ཅུ་དང་ལྷན་
དུ་བཞུད་སོང་། བྱོད་རང་མེ་ཏོག་ལྷ་བརྒྱའི་བཀྲག་མདངས་བྱོད་ནས་བུད་སོང་།

༢

བྱོད་དེ་ལྷར་རྒྱུང་ལ་བཞུད་སོང་། ལྷེང་སྐྱུག་མ། བྱོད་འདི་ལྷར་གྲུས་པའི་ཉིན་དེ་ནས།
ངས་བྱོད་ཉ་ཅང་དུན། དུན་པ་ལྷགས་དུག་པས། ངའི་དོན་ལྷ་སྣོད་དུག་ཀྱང་ནད་ཀྱིས་ཟེན།

༣

ངོ་མ་བྱོད་རང་གནས་དེ་དང་བྲལ་བ་ནས་བཟུང་། ངའི་སྤིང་གསོན་པོ་འདིའི་ལྗེང་
མཚམས་འཛོག་ལ་ཁད། ལུས་རྒྱུངས་ན་རྒྱ་བའི་བྲག་དྲོན་མོ་འདིའི་རྒྱན་ཡང་ཆད་ལ་ཁད།

༤

སྤིང་ཉི་མ། བྱོད་རང་བྲལ་བའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་། ངའི་མི་ཚེ་ལ་རིན་ཐང་མེད། བདེ་
སྐྱིད་མེད། ལྷོ་བ་དབེན།

༥

ངའི་སེམས་ནས་གཅེས་པའི་སྤིང་ཉི་མ། བྱོད་བདག་དང་བྲལ་བའི་ཉིན་ནས་བཟུང་།
ངས་བྱོད་ཉ་ཅང་དུན། ངོ་མ། བྱོད་ལ་སེམས་ཞིག་ཡོད་ན། རྒྱུང་རིང་ནས། ཞིམ་པའི་འོ་
ཞིག་སྐྱར་རོགས།

སྐྱུ་ནག

བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ། མཚོ་རྫོ་ཁུལ་མི་རིགས་མཐོ་རིམ་སློབ་འབྲིང་གཞིས་པ།

སྐྱུ་ནག མགོ་ནག་བོད་པའི་མེས་པོ་གོང་མ།
 སྐྱུ་ནག མི་རིགས་ཤིག་གི་གཟི་བརྗིད་ཀྱི་གདུང་འདེགས་ཀ་བ།
 སྐྱུ་ནག གནའ་གཏམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོ།
 སྐྱུ་ནག མཐོ་སྐང་གི་སྐྱོ་སྐྱོ་སྐྱུ་ལོ།
 སྐྱུ་ནག ལྷན་ངག་གི་བརྗིད་བྱའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་མི་ཡུལ་ལ་སྐྱོན་མཁན།
 སྐྱུ་ནག བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག།
 སྐྱུ་ནག བམ་ཡང་འགྲིབ་པ་མེད་པའི་རྩ་ཐང་གི་ལོ་རྒྱུས་མཐུག་ལོ།
 སྐྱུ་ནག ཚོལ་གསུམ་གངས་ཅན་བོད་པའི་སེམས་ཁོང་གི་ལྷག་བསམ་དུངས་མ།
 སྐྱུ་ནག གངས་ཅན་གདོང་དམར་བོད་ཀྱི་འཚོ་གནས་ཀྱི་སུམ་ཚེན་ཕོ་བྲང་།
 ཟློང་མི། དུས་རབས་ཤིག་གི་སོ་ལྷ་བ་དང་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྐྱོན་ཁྲིད་མཁན་རེད།
 ཟློང་མི། བོད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་བོད་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ལགས།



གུ་རྒྱུ་འབྲུང་ལྷགས་

གུ་རྒྱུ་འབྲུང་ལྷགས་ ཀོས་ནན་སུམ་མངོ།

ལས་དབང་ཞིག་གིས།
 ལྷན་ལ་འཛེབས་པའི་རོལ་མོ་ཞིག་གི་འབྲུང་ལྷགས་ཁྱོད།
 ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་དྲན་གསུང་གི་དབྱངས་རྒྱ་དང་འགྲོགས་ནས།
 ཞི་འཇགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འདི་ནས་ལྷན་འཛོམས་བྱུང་།
 འུ་གཉིས་ཀྱི་བརྗེ་བ་དང་སེམས་ཁོང་གི་མི་ལམ་ཐོག་ལ།
 སྤང་སྦྱངས་ཀྱི་མེ་ཏོག་སེམས་ཆེན་དེ་སེམས་གཏམ་བཞིན་ཏེ་ཅང་མཛོམས།
 གནས་དེ་ན།
 འུ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ཁོང་གི་གསང་བ་སྤྲོད་ཡོད།
 ལྷ་འོད་དཀར་ཞིང་གསལ་བའི་མཚན་སྦྱངས་དེས།
 བྲག་ཅ་མེད་པར་ཁྱོད་དང་འུ་གཉིས་སྤོང་འཇགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་འགྲོགས་ནས།
 འོད་ཆེན་ཆེན་དུ་འགྲོ་བའི་སྐར་ཚོགས་འོག་ནས་ལྷན་འཛོམས་བྱུང་།
 འུ་གཉིས་ཀྱི་དྲན་གསུང་དང་སྤོང་གཏམ་དྲོན་མོ།
 དྲན་སྤང་གི་སྐོང་ན་རྒྱུ་བའི་སྐར་ཆེན་བཞིན་མི་ལམ་དུ་མཚར་སྤྲུག་ལྷན།
 གནས་དེ་ན།
 འུ་གཉིས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་སློབ་ཚིག་བཅོལ་ཡོད།
 ད་དུང་.....



བོད་གཡང་ཚང་གི་རྒྱུང་རྟ་མཁའ་རུ་བསྐྱོད།

དཔོན་ཚང་ཡུམ་ཚེན་རྒྱལ།

༡

བཀྲ་ཤིས་གསེར་གྱི་ཉི་མ་ཤར་ཞིང་།
 བཀྲ་ཤིས་དུང་གི་རླབ་བཏོན།
 དེ་རིང་ཕ་སར་རྟེན་པའི་བྲེ་སེར་འབྲོང་གི་ར་ཚེ་ནས།
 བོད་གཡང་ཚང་གི་རྒྱུང་རྟ་མཁའ་རུ་སྐྱུར།
 དེ་རིང་གཟེ་མདངས་འཚོར་བའི་ཚོ་མོ་སྤྲིང་མའི་དབུ་ཚེ་ནས།
 བོད་གཡང་དམར་གྱི་རྒྱུང་རྟ་ཡར་ལ་སྐྱུར།
 དེ་རིང་ལ་རྒྱས་བརྟམ་པའི་འདོད་རེག་རྟ་པོའི་མིག་རྒྱ་ལས་བོད་མེས་པོའི་རྒྱུང་རྟ་དབྱིངས་སུ་སྐྱུར།
 ང་ཞི་ཤར་སྤྱོད་ནས་འོངས་པའི་ཞི་བདེ་སྤྱད་ལྷོ་རྟ་དཀར་མོ་ཡིན།
 ངས་མེས་པོ་རྩོད་གི་ལས་དབང་དང་རི་རྒྱུ་མང་པོའི་དར་རྒྱུད་བསམ་ནས་གནས་འདི་རུ་ཞབས་
 གྱིས་བཅགས།
 གནས་འདི་ན་བོད་རྒྱལ་གཞུང་གི་བཙན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལེའུ་ཡོད་ལ།
 གནས་འདི་ན་སློབ་དཔོན་ཐོན་མའི་དབྱངས་གསལ་གྱི་སློ་མོ་ཡོད་པས།
 ང་ཚོས་ཕ་ཡུལ་གྱི་མངོས་སྤྱད་ལྷོ་རྟ་ལྷོ་མོ་ཚོའི་བདེ་སྤྱད་བརྟམ་ནས།
 གནས་འདི་ནས་གངས་ཅན་ལ་བ་བོད་པའི་སྤྱད་ལྷོ་རྟ་ལྷོ་མོ་རུ་སྐྱུར་ཡ།

༡

ང་ཞི་མཁའ་དབྱིངས་ནས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་འདོན་གྱི་སྤང་བོ་ཞིག
 ངས་རྗེང་ཞེན་དུས་ཀྱི་བསམ་སློབ་དང་གོ་ལ་རྒྱུ་པོའི་ཚགས་འཛིག་བསམ་ནས།
 གནས་འདི་ཡི་མངའ་ཐང་འགྲིམས།
 གནས་འདི་ན་རྗེ་སློབ་བཟང་གྲགས་པའི་རྗེ་སློབ་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་ལ།
 གནས་འདི་ན་པཎ་ཚེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཀུན་པན་གྱི་བདུད་ཚི་ཡོད།
 དེ་བས་ང་ཚོས་སྤྱད་བསམ་གྱི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་མཐོ་རུ་བཏེགས་ཏེ།
 བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ཟས་མཚོད་འཕེན་བཞིན།
 གནས་འདི་ནས་དུས་གསར་བོད་པ་ཚོའི་སྤྱད་ལྷོ་རྟ་དཀར་གི་འགྲུབ་ལུགས་དབྱངས་སུ་གྱེར་ཡ།

༡

ད་ནི་གངས་གསེང་ནས་ཐོན་པའི་སེང་ཕྱུག་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག
 དས་དམར་པོ་ལྷག་གི་པ་ཡུལ་དང་སྟེགས་མའི་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བ་བསམ་ནས་ཡུལ་འདི་ཡི་མངོས་
 སྤྱུག་རུམ།
 གནས་འདི་ན་ས་པའ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རིག་གཞུང་གི་བརྟན་བཙུག་ཡོད་ལ།
 གནས་འདི་ན་ལོ་ཆེན་སྐལ་ཚོག་ཞབ་གསུམ་གྱི་སློ་གྲོས་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་ཡོད།
 དེ་བས་ང་ཚོས་དྲུངས་གཙང་གི་པ་སྐད་སེམས་སུ་བརྟན་གཏེ། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མིག་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་ཅེར་
 བས།
 གནས་འདི་ནས་མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་མེ་ཕུང་རྒྱུང་གོ་འབྲལ་ཡ།

༢

ད་ནི་ཁ་བའི་མེ་ཉོག་ལ་འོད་ཟེར་བསྐྱུན་པའི་མེ་ལྷུ་ཞིག
 དས་གངས་དཀར་རི་བོའི་ཁ་དོག་དང་ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མའི་རྒྱབས་སྐྱབས་བསམ་ནས། སྟན་དག་གི་བག་
 མ་གྲོགས་ལ་སྤྱན་ནས་གནས་འདིར་འོངས།
 གནས་འདི་ན་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་གསར་གཏོད་སློ་གྲོས་ཡོད།
 དེ་བས་ང་ཚོས་རང་དབང་འབོད་པའི་སྟན་དག་འབྲི་བཞིན།
 ཤེས་བཙོན་གྱི་ལྡེ་མིག་ལག་ཏུ་བཟུང་སྟེ།
 གནས་འདི་ནས་འབྱུང་འབྱུང་བོད་པ་ཚང་གི་ལས་དབང་གི་གཏམ་རྒྱུད་འཚོལ་ཡ།

༣

ད་ནི་སློ་གྲོས་ཀྱི་གཤོག་རུ་བརྒྱུངས་པའི་ཐང་དཀར་རྫོད་པོ་ཞིག
 དས་ཕྱི་རྫོང་གྱི་འཛིག་ཉེན་ལྷུ་པོ་དང་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་བསམ་ནས། ཚོས་ཀྱི་ཕུང་བོ་
 བརྒྱུད་ཁྲི་བཞི་རྫོང་གི་བྱམས་སེམས་བརྟན་གཏེ། ར་རྒྱུག་གི་རེ་འབོད་རྒྱུང་ལ་བསྐྱུར་ཞིང་གནས་
 འདིར་འོངས།
 གནས་འདི་ན་ཁྲོད་ཀྱིས་བསམ་བཞིན་པའི་གསེར་གྱི་མདུན་ལམ་ཡོད།
 དེ་བས་ང་ཚོས་བདེན་དོན་གྱི་གོ་ཆ་ལུས་ལ་སྦྱས་ཏེ།
 མི་རིགས་འདིའི་ལ་རྒྱ་སྟེང་ལ་སྐྱོམ་ནས།
 གནས་འདི་ནས་གདོང་དམར་བོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ན་རྒྱུག་སྐྱེང་ཡ།

༤

ད་ནི་སྤྱོགས་མེད་དུ་རྒྱ་བའི་དྲི་བཞོན་གྱི་རྒྱུང་བྱ་ཞིག
 དས་ཁ་བ་དཀར་པོའི་རྫོས་གར་དང་ནོར་འཛིན་སུ་མའི་ལས་དབང་བསམ་ལ།
 བདག་གི་ཤ་གསེང་རུས་གསེང་དུ་འཕྲིམ་པའི་གསལ་བྱེད་སུམ་རུས།

ངའི་གདོང་དམར་བོད་པ།
 བྱིད་ཅག་གང་དུ་བཞུད།
 མེ་ཉོག་སྐྱ་བརྒྱ་བཞད་པའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ལུ་བྱུག་དང་ལྷན་དུ། བྱིད་ཅག་གང་དུ་བཞུད།
 ལ་བའི་སྒྲོམ་གར་བསྐྱར་བའི་དུག་དུས་ཀྱི་གང་ངར་དང་མཉམ་དུ། བྱིད་ཉིད་གང་དུ་བཞུད།
 འབྲུ་དུག་མགོ་སྒྲོག་སྒྲོམ་པའི་ལྷོན་དུས་ཀྱི་བྱང་བྱང་དང་འགྲོགས་ནས། བྱིད་ཅག་གང་དུ་བཞུད།
 རྒྱུང་བུའི་བསེལ་སྐྱ་སྒྲོག་པའི་དབྱིད་དུས་ཀྱི་ཚུ་སྐན་དང་མཉམ་དུ། བྱིད་ཅག་གང་དུ་བཞུད།
 ད་རིང་གཙང་བོ་འབྲུག་པས་བསྐྱམས་ཤིང་ཁོར་ཡུག་དུག་གིས་བསྐྱེས་པས། ངས་བྱིད་ཚོ་དྲན།
 དུས་འདི་ལ་ངའི་སྤིང་དབྱས་ན་བཙེ་སེམས་ཀྱི་འབོད་པའི་སྐྱ་སྐད་ཡོད་ལ།
 དུས་འདི་ལ་ངའི་སྐྱུག་ཚེ་ནས་ཐོལ་བྱང་གི་ཁྲག་དྲོན་རིང་མོ་ཤག་ཤག་དུ་བཞུད།
 གང་ལྟར་བྱིད་ཅག་བཞུད་སོང་། མའི་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་སྒོག་ལས་བྱིད་ཅག་བཞུད་སོང་།
 ཚར་བུལ་གྱི་འཇའ་ཚོན་ལྟར་མཁའ་དབྱིངས་དང་གྲེས་སོང་ལ།
 རྒྱ་སྤོང་གི་ལྷ་བ་ལྟར་ས་གཞི་དང་བྲལ་སོང་།



ཚེ་ཡག་སྦྱིད། བོན་སྒོར་སྒོར་གྲུའི་མོ་རིམ་ལྷ་བའི་འཛིན་གྲུ་གཉིས་པ།

ཨ་མ་ལགས།
 བ་ཡུལ་གྱི་རི་ལུང་འདི་ན། བྲག་རི་དང་རྗེ་རི།
 སྤང་རི་ལས་ཤེས་རིག་གི་མངོས་སྒྲོངས་མེད་ལ།
 བརྟུ་ཕྲག་རིག་གནས་ཀྱི་འཚོ་བ་བསྐྱུལ་ས་ཡང་མེད་པས།
 ཨ་མ་ལགས། བྱ་མོ་ང་རང་སྒོར་གྲུར་འགོ་འདོད།
 ཨ་མ་ལགས། གནས་འདི་ནི་བྱ་མོ་ངའི་མི་ཚོ་འདི་ཡི་མདུན་ལམ་འཚོལ་ས་
 ཉག་གཅིག་རེད།
 རྒྱུང་རིང་ནས་རྒྱུང་རིང་གི་གནས་དེར་ང་རང་འགོ་འདོད་པའི་སེམས་པ་ཡོད།
 དེ་ནི་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་ལ་མཁས་པའི་བྱམས་ལྡན་གྱི་
 སྒོར་དཔོན་འབྲུངས་ས་ཡིན་ལ།
 དེང་རབས་ལུལ་བྱུང་གི་སྒོར་མ་སྦྱིད་སྦྱིང་བྱེད་སའང་ཡིན།
 དེ་བས་ང་རང་རིག་པའི་སྦྱིད་ཚལ་ལ་གཏོང་རོགས།
 གལ་སྦྱིད་ང་རང་རིག་པའི་སྦྱིང་གར་འགྱོར་ན།
 ངའི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ལ་འོད་རློང་འབར་ལུབ་ལ།
 ཡུམ་ཚེན་ལགས། བྱེད་ལ་བྱམས་བརྩེ་ཡི་དྲོད་ཁོལ་ཡོད་པས།
 གཅིས་ཕྲུག་མ་སྒོར་གྲུར་སྦྱེལ་རོགས།

བོད་པ་ཚོ། ཏུར་བརྩོན་གྱིས་དང།

བྱ་གཞུང་ནམ་ཐར་རྒྱལ།

ཚོན་རིག་ལག་རྩལ་མཁའ་དབྱེངས་སུ་འཚོར་ཞིང།
 ཤེས་རིག་གི་མཚོ་མོའི་སྐོང་དུ་བརྗོད་པའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་སྐབས་འདིར།
 བོད་པ་ཚོ།
 བསམ་གཞིག་གི་འཚོ་བའི་བར་གསེང་ནས་སྐྱོ་སྐྱུག་གི་མིག་ཚུ་གང་མང་ཞིག་མི་འདོན་རང་
 དབང་མེད་སོང།
 གྲ། འདི་ནི་སྐྱི་གཡའ་ཞིང་དངངས་སྐྱེས་སྐྱེས་དགོས་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་གྱི་མི་ལམ་ཞིག་མིན་ལ།
 ཚོ་སྐྱོག་གི་གསོན་ཤུགས་རྒྱས་ཤིང་སྐྱེས་སྐྱེས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་འབར་བའི་
 ཕྱི་སྐོང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྱུང་བའི་འཕྲུག་ཅིང།
 ལུས་ལ་ན་ཚ་ཕོག་པའི་སྐྱ་སྐྱས་ཤིག་ཡིན་ཡང།
 སྐྱས་ཀྱང་སྐྱོག་ཐབས་མེད་པའི་ལས་དབང་ཞིག་རེད།
 ཡིན་ནའང། བོད་པ་ཚོ། སེམས་མ་སྐྱོ། ཡིད་མ་སྐྱུག
 ང་ཚོས་གནམ་སྐྱོན་པོ་འདི་གྱུར་དུ་སྐབ་ཅིང་ས་ཚེན་པོ་འདི་གདན་དུ་བཏོང་ནས།
 དགོད་སྐྱ་ཡི་འཇུ་མ་མངས་གདོང་གིས་བསྐྱེད་ཤིང་སྐྱོ་སྐྱུག་གི་མིག་ཚུ་སྐྱིང་ལ་བཅངས་ནས།
 དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྤང་གི་འཚོ་བའི་གསེང་ནས་ལྷུ་པ་མེད་པའི་
 སྐྱིང་སྐྱོབས་དང་འབྱུར་མེད་ཀྱི་དམ་བཅའ།
 ད་དུང་ཉེ་གཞིན་ལྟ་བུའི་བྱས་རྗེས་ཤིག་མ་ཐོས་ནའང།
 རྗོ་སྐྱུགས་ལྟ་བུའི་སྐྱོབས་པ་དེ་མི་ལྷུ་པར་ང་ཚོ་སུ་མཐུད་དུ་མདུན་ལ་སྐྱོད་དགོས།
 བོད་པ་ཚོ། སོ་ལའི་ཡང་རྩེ་ན་འགྲོང་པའི་མི་རིགས་ཤིག
 དུངས་གཙང་གི་ཚུ་བོ་མང་པོ་དང་རྒྱ་མཚོའི་བདག་པོ་ཡིན།
 ས་ཚེན་པོ་འདི་ང་ཚོའི་ས་ས་དྲོན་མོ་དང་སྤྱད་མ་འདྲེས་པའི་
 དུངས་གཙང་གི་ས་སྐད་ནི་ང་ཚོའི་ཚོ་སྐྱོག་གི་གཟུང་ཐག་ཡིན།
 བོད་པ་ཚོ། ཏུར་བརྩོན་གྱིས་དང།
 ང་ཚོའི་ས་སེམས་ལ་སྐྱེད་མི་ཚར་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རིང་མོ་ཞིག་དང།
 བྱིས་མི་ཚར་བའི་སྐྱིང་གཏམ་དྲོན་མོ་ཞིག་ཡིད་པས།
 ང་ཚོའི་དཔའ་མི་ལྷུ་ལ་གཏའ་མི་སྐྱར་བར་མདུན་དུ་སྐྱོད་དགོས།



སྐྱོན་གསལ་ལེ་ཤེས་བཟང་ལོ།

དང་ལོ། བོད་བཙུན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒྲོ་མདོར་བཟུན་པ།
 དེ་ཡང་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒྲོ་ཞེས་པ་ནི་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཅན་དུ་གྱུར་བའི་འཇིག་
 ཉེན་ལྟ་ཚུལ་དང་མི་ཚོའི་ལྟ་ཚུལ། རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཞིག་ལ་བྱ་ཞིང་།
 དེ་ནི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་རོ་བོ་གཅིག་ལ་ཚོགས་པ་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་ལྟ་
 ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་རེད། མི་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་། ཐོག་མར་མི་རིགས་དེའི་ལྷན་ཀྱི་རལ་
 ཚོལ་དང་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སློ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཆ་གསར་དུ་བྱུང་
 ཞིང་། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ཤིན་ཏུ་རིང་བོ་ཞིག་བརྒྱུད་རྗེས། མི་རིགས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་
 འཕེལ་རྒྱས་སུ་ཕྱིན་ནས་རྗེས་འབངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་སྐོན་དག་གིས་རང་གི་
 མངའ་འབངས་རྣམས་དབང་སྐྱུར་བྱེད་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་བྲིམས་ལྷགས་ཤིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་།
 དེ་ཡང་རལ་ཐོག་གི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཅན་གྱིས་རྣམས་པ་མི་ཐོན་པ་དང་། སྐབས་དེར་ཁོ་ཚོ་ཚོགས་པ་
 གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁོ་ཚོས་རང་གི་སྐད་ཆའི་
 ཚོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་ཡི་གེ་གསར་དུ་བསྐྱུན་པ་རེད། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་ཁོ་ཚོའི་ནང་གི་མི་
 ཤེས་རབ་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་གཞན་དང་མི་མཐུན་པའི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་ཚུལ་དང་མི་ཚོའི་ལྟ་ཚུལ་
 བྱུང་ཞིང་། ཁོ་ཚོས་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་དེ་དག་ཡང་དག་པར་བདེན་དཔང་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བསམ་
 གཞིག་ཟབ་མོ་ཡང་ཡང་བཏང་རྗེས་ད་གཟོད་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་དེར་རྒྱབ་སྐྱོན་གྱི་རིགས་པའི་གཞུང་
 ལྷགས་ཤིག་རྟེན་པར་གྱུར་པ་དང་། དེ་དང་ལྟན་དུ་མི་རིགས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་གྱི་རིགས་
 གཞུང་བསམ་སྒྲོའང་དུ་བརྟེན་པ་རེད། བོད་བཙུན་པོའི་རྒྱལ་རབས་སྐབས་སུ་གངས་རི་ར་བའི་
 རྗེངས་སུ་ཕྱིར་བོན་དང་བན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་ཞིང་། བོན་ལ་ཡང་ནང་གསེས་བརྗོད་པོན་
 དང་འབྲུར་བོན། བསྐྱུར་བོན་སོགས་རིམ་བཞིན་བྱུང་། བརྗོད་པོན་གྱི་མར་འདྲེ་སྤྱི་གནོན་པ་
 དང་ཡར་རྒྱས་གྱི་ལྟ་མཚན་པ། བར་བྲིམ་གྱི་ཐབ་འདོད་སོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཅན་སྤེལ་བ་དང་།
 འབྲུར་བོན་གྱི། ལ་ཆེ་དང་བྱུ་ཤ་ཞང་ཞང་སོགས་ཀྱི་བོན་པོ་རྣམས་བོད་དུ་འོངས་ཏེ། ལ་ལས་
 གོ་གོང་ལྷུང་དང་། མི་ལྟ་བུ་བསྐྱབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེ་ཞོན་ནས་ནས་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་
 དང་། གཏེར་ལེན་པ། བྱ་སྤྱོད་སྤྱུགས་གཅོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་འཕྲུལ་སྟོན། ལ་ལས་རྒྱ་བྲིག་དང་

སྣ་བཀའ་ལོག་དམར་ལ་སོགས་པ་མོ་བཏབ་ནས་ལེགས་ཉེས་གསལ་སྟོན་བྱེད། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་
 གཤམ་པོ་འདུར་བ་དང་། གྱི་འདུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྣོ་ནས་བཞེན་པའི་སྣོ་ནས་བཞེན་བྱེད་
 སོགས་ཚོ་ག་སྣ་ཚོ་གས་སེལ་བར་བྱེད། བསྐྱུར་བོན་ནི་པའི་ཉ་ཤམ་ཐབ་ཚོན་པོ་ཅན་གྱིས་ཚོས་
 ལོག་གཏེར་དུ་བཅུག་པ་ལོ་རང་གིས་བཏོན་པ་བྱོན་དང་འདྲེས་པ་དང་། བློ་སྟོང་ལྗེ་བཙུན་གྱི་
 དུས་རྒྱལ་བའི་བྱང་ཚུབ་གྱིས་ནང་བའི་གསུང་རབ་འགའ་ཞིག་བོན་དུ་བསྐྱུར་ནས་བ་དང་།
 སྤང་དར་མས་བཟུན་པ་བསྐྱབས་རྗེས་གཙང་ཉང་སྟོང་ན་གཤམ་སྐྱར་སྐྱུ་དགའ་ཟེར་བས་དར་
 ཡུལ་སྟོ་ལ་ཅེས་པའི་དབུས་གྱི་བོན་གནས་ཤིག་དུ་སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་མང་པོ་བོན་ལ་བསྐྱུར་
 བ་སོགས་ལ་བྱུང་། ། བན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་བའི་ལྟ་བུ། བོད་རྒྱལ་སྟོང་
 བཙུན་སྐམ་པའི་དུས་སུ་བོད་དུ་དར་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། བློ་སྟོང་ལྗེ་བཙུན་གྱི་སྐབས་སུ་འཕེལ་
 རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་རེད། དེས་ན་བོད་དུ་དར་བའི་ནང་བའི་གྲུབ་མཐའ་ནི། ཚོས་ཐམས་
 ཅད་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་ཅིང་སྤྱི་དོན་ལས་ལེན་པའི་དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྟ་བུ་དང་། ཚོས་
 ཐམས་ཅད་བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཅིང་སྤྱི་དོན་ལས་ལེན་པའི་རྣམ་འབྱོར་སྟོན་པའི་དབུ་མ་རང་
 རྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་། བདེན་གྲུབ་ལས་ལེན་ཅིང་ཚོས་ཐམས་ཅད་སེམས་གྱི་བདག་ཉིད་
 ཅམ་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་། ལྷང་སྟིད་འཁོར་འདས་གྱིས་བསྐྱས་པའི་
 ཚོས་ཐམས་ཅད་རིག་པ་སྟོང་བའི་ནང་དུ་རྫོགས་ཤིང་། དེ་ལས་སྣུག་པའི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་
 བའི་ཐབས་མཚོག་དུ་གྱུར་བ་མེད་པར་འདོད་པའི་རྫོགས་ཆེན་གྱི་ལྟ་བུ། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་
 བའི་རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་འཁོར་བར་འཛིང་བྱེད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གསེར་སྟོག་དང་ལྷགས་
 སྟོག་གང་གིས་བཅིངས་ཀྱང་ལྷུང་པར་མེད་པར་མཚུངས་པས། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ལོ་
 རས་གྲོལ་བ་འཐོབ་པར་འདོད་པའི་ཉ་ཤམ་མ་རྒྱ་ཡ་ནའི་ལྟ་བུ་སོགས་རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ་སྣ་
 ཚོགས་སྣ་སྤྱིར་བྱུང་ཞིང་། བན་ཚུན་བར་འབྲེན་ཚོད་དང་འགལ་བ་སྣ་ཚོགས་ཀྱང་དེ་དང་
 བསྐྱུར་ནས་བྱུང་བ་རེད། འགལ་བ་དེ་དག་གི་སྟོང་དུ་ཕན་ཚུན་གྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ་དར་
 སེལ་གྱི་ཐང་ལ་ཤུགས་སྟོན་བྱས་པས། སྤྱིགས་སོ་སོ་ནས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་སོང་བ་དང་། རིགས་
 གཞུང་བསམ་སྟོ་སྟོར་ཞིག་ལ་སྣ་ན་མེད་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་རེད། གཤམ་གྱི་དེ་དག་
 ལས་རྒྱུང་གཙོ་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་ཉུང་བསྐྱས་སྟོས་སྟེང་བར་བྱུང་། །

གཉེས་པ། བོད་བཙུན་པའི་སྐབས་གྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ་བྱེ་བྲེག་དུ་བཤད་པ།
 གཅིག་གཤམ་དུང་བོན་གྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ། ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན།
 བོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ནི་གཉེན་འབྲེག་བཙུན་པའི་སྟོན་ནས་བཟུང་བོད་གངས་ཅན་དུ་དར་བྱུང་
 ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཟག་བཙས་གྱི་མངོན་ཤེས་སྣ་བ་དང་། རྒྱ་འབྲུལ་སྟོན་པ།
 ཚིས་དང་མོ། རྒྱ་ཐིག་མཚོད་སྤྱིན། འདུལ་རྒྱག་པ་སོགས་འབྲུལ་རྒྱུན་བསྟོག་པའི་ཚོ་ག་དང་

བཀའ་མང་པོ་བོན་ཚོས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་ནང་འདྲེན་བྱས་རྗེས་བརྟེན་ཆད་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་བྱས་
ཏེ་བོན་གྱི་གཞུང་ལུགས་སུ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ནས་བརྟེན་ཆད་མི་བཞིན་བོན་ལའང་རིགས་པའི་གཞུང་
ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཅིག་གྲུབ་པར་མངོན།

གཡུང་རྒྱུད་བོན་གྱི་ལུགས་ལ། བོན་རྒྱ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་རིམ་པ་དགུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཐེག་
པ་རིམ་པ་དགུ་ཟེར་ཞིང་། ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ་བོ་དེ་ལ་ནང་གསལ་དབྱེ་ན། ལྷ་ཡི་ཐེག་པ་
བཞི། འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་བཞི། བྱུང་པར་ཆེན་པོའི་ཐེག་པ་གཅིག་བཅས་ཡིན། རྒྱུད་དཀར་
གྲུབ་མཐའི་ནང་དུ། ས་རྒྱ་རྒྱ་མ་རྟག་ཚང་ལོ་རྒྱ་བ་ཤེས་རབ་རིན་ཆེན་གྱིས་བོན་གྱིས་བཤད་
པའི་ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ་ཟེར་བའི་རྗེས་མ་དང་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོན་པོ་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་
ནང་དུའང་བོད་ཀྱི་གསང་སྐད་སྤྱིར་མཐོང་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལྷ་བ་དེ་ནི་བོན་པོ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཅེས་གསལ་ཡིན་ན་ཡང་བདུད་འཛོམས་ཚོས་འབྲུང་ལས།

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་རྗེས་མ་དང་བོན་པོའི་ཟེར་ལུགས་དབྱེ་བས་མཚུངས་པར་འདུག་པས། བོན་
རྗེས་གཉིས་ཐུགས་ནང་གཤིན་པོ་ཡོད་འདྲའོ་ཞེས་ཟེར་ཡང་། ཚོས་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་འདྲ་
བའང་མང་དུ་འདུག་མོད། དེ་དག་གིས་བན་ཚོས་ལ་སྤྱོད་པ་བཞུན་ནས་བྲིས་པས་ན་འདྲ་ཅེས་
མི་འོང་། ཞེས་བོན་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་དེ་རྗེས་མཐོང་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ལ་ལད་མོ་བྱས་པར་
གསུངས་འདུག ཡང་བོན་ལ། རྗེས་པ་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་སྤོང་བ་སོགས་ལྷ་བ་རྟོན་པའི་
གཞུང་། སྤང་བོ་རང་འབྲུང་ཐེག་ལེ་དག་རྫོང་སོགས་རྫོང་པ་རྟོན་པའི་གཞུང་། འཕམས་བརྒྱུད་
གཏན་ལ་ཕབ་པའི་འབྲུམ་སོགས་རྫོང་པ་རྟོན་པའི་གཞུང་། དེ་མིན་ནང་འབྲུམ་ནག་པོ་ཆོ་
འབྲུམ་ཁྲ་མོ། ལྷན་འབྲུམ་དཀར་པོ། གཏོ་འབྲུམ་ནག་པོ་སོགས་དང་། འཕྲིན་ལས་
ཀྱི་རྫོང་ལ་གཏོ་ཐབས་སུ་མ་བརྒྱ་རྒྱུ་ལྷ་དཔུང་ཐབས་བརྒྱུད་མི་བཞི་རྗེས་ཀྱི་སྤོང་པ་བཞི།
རྒྱུད་ཚོང་བརྒྱུད་ཤིད་ཐབས་སུ་མ་བརྒྱ་རྒྱུ་ལྷ་དཔུང་ཐབས་བརྒྱུད་ཅུ་ཅ་གཅིག་སོགས་ཏེ།
དེ་དག་ལ་ཆབ་ནག་སྤིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་ཞེས་གྲགས།

བོན་གྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒོའམ་ལྷ་བའི་རྫོང་ལ། བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚང་ལས།
བོན་ཐམས་ཅད་སྤོང་ཡིས་པར་བཏགས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་རང་གིས་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་
མེད་པས་རང་གི་སྤོང་རྫོང་ཉིད་དུ་མོ་ཞེས་དང་། ཡང་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
གནས་ལུགས་དོན་དེ་རི་རྩ་བ་བཞིན་མ་རྟོགས་ཏེ་རང་རང་གི་སྤང་བོ་ཚོགས་ཙམ་གྱི་རྗེས་དུ་
བཏགས་པའི་ང་ལ་བདག་དུ་ཞེན་པའི་འཛིན་རྟོག་དང་། ལྷི་ནང་གི་བོན་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་
ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་བདེན་ཞེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཙམ་གྱི་ཡིད་ཀྱན་ནས་སྤང་
ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཀྱི་འདྲ་བྱེད་རྣམས་སུ་བསགས་ཏེ་
ལས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་འཛིང་བས་བཅིངས་ནས་སྤིད་པའི་བཙོན་ར་ཉམ་ང་བར་རྟོག་པར་ཚུད་ཅེས་

སོགས་འབྱུང་བ་ནི། བརྟན་པ་སྤྱི་དར་གྱི་མགོ་ནས་བཟུང་བོད་ལ་རྒྱ་བྱུང་དར་བའི་དབྱུང་ཐམས་ལྟར་བའི་ལྷ་བ་དང་བརྟེན་ཆེད་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་འདྲ་མཚུངས་སུ་སྤང་བས་དཔུང་གཞི་ཆེ་བར་སྤང་ལ། སྤྱིར་གཡང་དུང་བོན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་བོད་ནས་བྱུང་སྤང་བས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་མེས་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ལ་བསམ་གཞིག་དང་ལག་ལེན་བྱོད་ནས་རྟེན་པའི་བདེན་དོན་དང་མིའི་རིགས་དང་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ཕན་པའི་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་བསམ་སློབ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་འདྲིའི་ནང་དུ་རིལ་གྱིས་འདུས་ཡོད་པས། རིག་གནས་ཤིག་གི་ཆ་ནས་བརྟན་ལ། ལུ་མཐུད་དུ་སྤང་སློབ་དང་སློབ་པ་འདོན། རྒྱན་འཛིན་བཅས་བྱ་བར་རིགས་སོ་སྟེ་གཉིས། མཁན་པོ་བོ་རྗེ་ས་ཏུ་ཡི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློབ།

མཁན་པོ་བོ་རྗེ་ས་ཏུ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་བོད་ལོངས་གྲགས་སུ་མཁན་སློབ་ཚོས་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཡིན་པར་མ་ཟད། རྒྱ་གར་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སློབ་པའི་དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་སློབ་འབྱེད་མཁན་ཀྱང་ཡིན་ལ། ཁོང་གི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློབ་དེ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གཏོང་བའི་སྤང་བས། རྣམས་དེའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་བོད་པའི་བྱུང་ཁོངས་སུ་གོ་གནས་གཤམ་ཆེན་བཟུང་བ་དང་། བན་བོན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་ཚོད་སྤོང་བྱོད་དུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བ་དན་བསྐྱེད་པ་རེད།

ཁོང་གིས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་བརྟན་བཅོས་དབྱུང་མའི་རྒྱན་སོགས་བརྟེན་མས་ནས་རྣལ་འབྱོར་ལ་སློབ་པའི་དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ཤིང་རྟ་སོལ་སྤྱེས་ཤིང་། རྣལ་འབྱོར་ལ་སློབ་པའི་དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་དོན་མེད་པ་སོགས་གཞིའི་རྣམ་བཞག་འགའ་ཞིག་སེམས་ཅམ་པ་མཐུན་པས་ན་རྣལ་འབྱོར་སློབ་པ་བ་དང་། ཚུལ་གསུམ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་དོན་འགོག་པར་བྱེད་པས་ན་དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཁོང་གི་ལྷ་བ་བྱུང་བར་གཙོ་བོ་ནི། སྤྱི་དོན་གྱི་ཚོས་གང་ཞིག་ཡང་མི་བཞེད་པས་ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བོད་གྲགས་བ་དང་མདོ་སྤོང་བ་གཉིས་ལས་འགོངས་ཤིང་། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཚོས་རྣལ་ཅམ་ཡང་ཁས་མ་བླངས་པས་སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལས་འགོངས་ཏེ་ད་གཞི་ད་དབྱུང་མ་བའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བོད་གྲགས་སུ་ཚུད་པ་རེད། ཁོང་གི་ལྷགས་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཚད་ནི། ཚོས་རྣམས་སློབ་གཞི་མེད་པ་ལ་སྤང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མ་ཡིན་པར་དོན་རང་གི་སྤོང་ལྷགས་ཀྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ལ་བདེན་གྲུབ་ཅེས་བྱ་ཞིང་། དེ་འདྲི་གྲུབ་ཚུལ་གྱིས་སྤོང་པ་ལ་བདེན་མེད་དུ་འདོད་ཅིང་། བདེན་འཛིན་ལ་ཡང་སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བསྐྱེད་པའི་ཀུན་བཏགས་ཤིག་དང་། གྲུབ་མཐའ་མ་བརྟུར་བའི་ལྷན་སྐྱེས་གཉིས་ཡོད་པར་བཞེད། དེས་ན་ཁོང་གི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློབ་དང་གྲུབ་མཐའི་མ་ལག་གཙོ་བོ་ནི་སྤྱི་དོན་མི་བཞེས་པ་དང་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤོང་མོ་འཛོག་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤོང་ན་ཡོད་པར་འདོད། ཁོང་གིས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་དབྱུང་མའི་རྒྱན་རྩ་འགྲེལ་བརྟེན་མས་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་དོན་དང་

ཁོང་གིས་གསུང་རྒྱ་ཚོས་ནི། མདོ་རྒྱགས་གཉིས་ལས་གཙོ་བོ་རྒྱགས་ཕྱོགས་ཡིན་ཞིང་།
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བཀའ་བརྒྱན་དང་དོ་རྗེ་ལྷུང་བ། མཉམ་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྐབས་ལ་ དེ་
 ཡང་ཁོང་གི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒྲོལ་ལྟ་དགོངས་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྟ་
 གུབ་ཡིན་པ་ནི་བསྟོན་ཏེ་མེད་ཀྱང་། ཐལ་རང་སེམས་ཅོམ་པ་གསུམ་གའི་གང་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་
 དཔུང་གཞི་དགོན་པའི་དབང་གིས་རེ་ཞིག་ཁ་ཚོན་གཙོད་མ་ལུས། རྗེ་མའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་
 བཞེད་ཚུལ་ལྟར་ན་ཁོང་གི་ལྟ་བུ་ནི་རྗེ་མའི་རྫོགས་ཆེན་གྱི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཟེར། རྗེ་མའི་ལུགས་ལ་
 ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ་ཡོད་ཅིང་། ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ། བྱངས་སེམས་
 ཏེ་རྒྱལ་སྐྱེ་བུ་ལྟ་བུ་ལས་གསུངས་ཡོད་པའི་ཐུག་མོང་གི་ཐེག་པ་གསུམ། བསྐྱེད་པ་མ་རྒྱལ་ཡོ་ག
 ལུང་ཨ་རུ་ཡོ་ག རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཨ་ཏི་ཡོ་ག་སྟེ། ཚོས་སྐྱེ་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོས་གསུངས་པའི་
 བྱང་གི་ཐེག་པ་སྐྱེ་བའི་དབང་གིས་གསུམ་བཅས་ཡིན་ལ། རྗེ་མའི་ཚོས་ཀྱི་རྗེ་བོར་གྱུར་བ་ནི་རྫོགས་
 པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། རེ་ཞིག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་སེམས་སྟེ། མཉམ་པའི་གི་སྟེ་
 སྟེ། བརྒྱན་པའམ་འབྱུང་ལུངས་ཀྱི་སྟོན་ལས་གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་རྫོགས་ཆེན་ཞེས་བཞི། དྲི་
 མ་དང་བྲལ་བའི་ད་རྣའི་རིག་པ་གསལ་སྟོང་བ་འདྲིའི་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཟེར། འདྲིའི་སྐྱེ་བཤད་
 ཀྱང་། རྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རིག་པ་སྟོང་བ་འདྲིའི་རང་ཏུ་
 རྫོགས་པས་ན་རྫོགས་པ་དང་། རེ་ལས་རྣམས་པའི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་པའི་ཐབས་གཞན་མཚོག་ཏུ་
 གྱུར་བ་མེད་པས་ན་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་ཡིན། རྫོགས་ཆེན་གྱི་ནང་གསེས་སེམས་སྟེ་ནི། ཅིར་རྣང་
 སེམས་ཡིན་ལ་སེམས་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡོ་ཤེས་སུ་ཤར་བས་རང་བྱུང་གི་ཡོ་ཤེས་ལ་གཞན་ཏུ་གྱུར་
 མེད་པས་ན་སེམས་སྟེ་ཟེར། རྣང་སྟེ་ནི། ཚོས་ཉིད་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་སྟོང་ལས་འགོ་ས་གཞན་
 མེད་པས། ཚོས་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་ལས་གཞན་འགོག་པ་ཡིན་ཏུ་བྱུང་སྟེ་ཐེ་བུ་དམིགས་
 གཏད་བྲལ་བའི་གནད་ཟབ་མོ་བྱ་ཚོམ་བྲལ་བའི་རང་ཏུ་འཛོག་པ་ཟབ་གསལ་གྱི་ཡོ་ཤེས་རྒྱང་
 འཇུག་གིས་འཇའ་ལུས་དོ་རྗེའི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ཟབ་པ་ཡིན་ལོ། མཉམ་པའི་གི་སྟེ་ནི། སྣང་
 སྣང་བྲལ་བ་རྒྱང་འཇུག་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡོ་ཤེས་ཀྱིས་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་
 ཉིད་སྟོང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རང་ཏུ་སྐྱེལ་བའི་གནད་ཀྱིས་འཁོར་འདས་གང་ཏུ་འང་མ་སྐྱེ་བའི་
 རིག་པ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་མངོན་སུམ་ཏུ་ཤར་ནས་རང་རིག་ལུ་གུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐར་སྟོན་ཅིང་གྲོལ་བར་
 བྱེད་པའོ། །

དེ་ཡང་ལུགས་འདྲིའི་གཞི་ལས་འབྲས་བུའི་འདོད་ཚུལ་ནི། ཐོག་མའི་གནས་ལུགས་འཁོར་འདས་
 ཀྱི་སྟོན་མ་རིག་ཅིང་འབྲལ་བའི་གཡའ་ཡིས་མ་གསལ་བ། གནས་ལུགས་རྗེན་པ་འབྲལ་མ་
 མྱོང་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་ལ་ཅིར་ཡང་བྱུང་ཏུ་མ་བཏུབ་པ་ལ་གཞི་དང་། ད་རྣའི་རིག་པ་
 འདི་སྟོང་དེ་བཞག་ཏུས་བཟང་རྟོག་རན་རྟོག་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་སངས་

ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་དགྲིལ་ལྷ་བྱ་འདུག་པ་ལམ་དང་། ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་
དུ་གྱུར་ཏེ་མ་རིག་པ་དང་འབྲུལ་བ་རང་སར་དག་ནས་ཚོས་དབྱིངས་མངོན་དུ་གྱུར་བ་ལ་འབྲས་
བྱུར་འདོད་དོ། །

བཞི། ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ནའི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒོ།
དུ་ནོང་ནི་བོད་དང་ལི་ཡུལ། རྒྱ་ནག་སོགས་ཀྱི་རིག་གནས་སྣ་ཚོགས་བསྐྱར་བཤད་དང་
དར་སྤེལ་བྱེད་སའི་ལྷོ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཐང་བོད་གཞིས་ཀྱི་ས་མཚོམས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་ས་
ཞིག་ཀྱང་ཡིན། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་དུ་དུ་ནོང་བོད་ཀྱིས་མངའ་ཁོངས་སུ་བསྐྱས་
རྗེས། རྒྱའི་ཉ་ཤང་དང་ལོ་རྒྱུ་བ། ཚོང་བ་སོགས་མི་མང་པོ་ཞིག་དུ་ནོང་བརྒྱུད་ནས་བོད་དུ་
འོངས་ཤིང་། ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ནི་གྲས་ཀྱི་གཅིག་རེད། མཁས་པ་ལྷོ་ལྷོ་མཛད་པའི་རྒྱ་བོད་ཀྱི་
ཚོས་འབྲུང་རྒྱས་པ་ལས། ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་སྤྱན་དྲངས། ཚིས་ནམས་བསྐྱར་ཞེས་བྲི་ལྷོ་
གཅིག་བཅོན་གྱི་རིང་ལ་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་ཟེར་བ་ཞིག་སྤྱན་དྲངས་ནས་རྒྱ་ནག་གི་ཚིས་ནམས་
བསྐྱར་བར་གསུང་འདུག ཡང་ཚོན་གྱི་གཏམ་མེ་ཏོག་སྤང་མངོས་ལས། དེའི་ཚོ་རྒྱ་ནག་
ནས་(མེས་ཨག་ཚོམ་གྱི་དུས་སུ)ཉ་ཤང་རྒྱ་བའི་སློབ་མ་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་བྱོན་པས། དུག་རྒྱ་
ཚོན་པོ་དང་མཐུན་པའི་གྲུབ་མཐུན་བཟུང་། རྩོན་མིན་བཅེ་མིན་གྱི་ཚོད་པ་བྱུང་། ཞེས་གོང་
གསལ་ལྷོ་ལྷོ་ཚོས་འབྲུང་དང་མཐུན་པར་གསུངས་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་བོད་ཀྱི་ཚོས་འབྲུང་ལྷོ་ཤོས་
སྤྱོད་བཞེད་ལས། དེའི་ཚོ་རྒྱ་ནག་གི་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་བྲི་སློང་ལྷོ་བཅོན་རྒྱ་ཚོ་སྤྱད་དུ་བོད་ལ་
འོངས་པར་གསུངས་པ་དང་། དུ་ནོང་ནས་རྗེད་པའི་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ནའི་གསུང་ཐག་པ་ཚེན་
པོ་ཅིག་ཅར་རིགས་པ་ཡང་དག་ངེས་པར་《顿悟大乘正理决叙》ཤ་ཤུ (沙洲县) བོད་ཀྱི་
མངའ་ཁོག་དུ་བསྐྱས་པའི་

རྗེས་སུ་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་རང་ཉིད་བོད་ལ་ཕེབས་པར་གསལ་བས། བྲི་ལྷོ་གཞུག་བཅོན་གྱི་
རིང་ལ་བྱོན་པའི་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་ཞེས་པ་ནི་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ཤི་ལ་དང་བཟོ་སྤྱང་བྱས་པའི་
ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་མ་ཡིན་པར་དེ་དྲང་མཚོན་མཐུན་པའི་ཉ་ཤང་གཞན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངེས།

དུ་རྩོན་ཚོས་འབྲུང་ལས། རྩོང་སྤྱན་དང་ཚེན་མན་ནི་རྒྱའི་རྒྱུད་དེ་ཅིག་ཅར་བ་དང་རིམ་
གྲིས་པའོ། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར། འདིར་རྒྱབས་སུ་བབས་པ་ནི་རྩོན་སྤྱན་པ་(ཅིག་ཅར་བ)ལྷོ་
རྒྱའི་བསམ་གཏུན་གྱི་གྲུབ་མཐུན་མཁའ་པོ་ཉ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ནའི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྒོའི་སློབ་
ཅུང་ཚམ་ངོ་སྤྱོད་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཅིག་ཅར་ཡང་དག་པའི་སྤྱི་ལོའི་ཚོར་བ་རྗེ་རྗེ་ཤོས་རབ་སྤྱད་པས་
པ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པའི་ཚོས་ཀྱི་སློབ་མོ་གཅིས་པ་ལས། སློབ་མ་ཉེའུ་འབོག་ཚེན་ཡམ་གྲིས་དྲིས་པ། །
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་ཤིན་དུ་ཟབ་ཅིང་རིང་བས། །

མྱི་ཐ་མལ་བས་མྱི་རིག་གི་ཡི་གེ་རི་མོ་དང་འབྲུ་མང་བས། ། དེའི་གཞུང་ཤེས་དགྲ་
 བ། ། བསམ་བརྟན་གྱི་མཐའ་པོ་ལ། ། ཚོས་ཀྱི་མདོ་གཅེས་བ་འཇུག་ལྟེ། ། ལྷ་དང་མྱིའི་
 དཔལ་ཡོན་མྱི་ཚོ་ལ། ། ཐལ་བྱུང་བྱུང་ཚུབ་སྒྲངས་ཏེ། ། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་བ་ཚོ་ལ་ལོ། ། བསམ་
 གཏན་གྱི་མཐའ་པོ་ཤེས་རབ་ཐོགས་མྱེད་ན་རེ། ། ཤིན་ཏུ་དགོལ། ། ཤིན་ཏུ་དགོལ། ། ང་
 ལུས་སྐྱེས་ནས་ལོ་ལྷ་བརྩ་རྩ་གསུམ་ལོ་ལ། ། ཚོས་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ལོ་སུམ་རྩ་རྩ་གཉིས་ལོ་ན་
 བ། ། མྱི་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་འདྲི་བ་ཡོང་མ་གྱོད་ན། ། སྤོད་ཡིད་མྱི་ཚེས་བ་ཅི་ཡོད། །
 ཅེས་འབྲུང་བ་ལྟར། བསམ་གཏན་པའི་ཅིག་ཅར་བའི་ལྷ་བ་ནི་བསོན་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཏེ་ལུས་
 དག་གི་དགོ་བར་བརྟེན་ནས་ལྷ་མའི་དཔལ་ཡོན་ཏེ་བདེ་འགྲོའི་ལུས་རྟེན་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་མི་
 དགོས་པར་ཐལ་བྱུང་དུ་རྣམ་རྟོག་གི་རྩུ་བ་བཀག་ནས་བྱུང་ཚུབ་འཐོབ་ཐུབ་པར་འདོད་པ་དང་།
 སྤྲ་བཞེད་ལས། ཏུ་ཤང་ན་རེ། ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བསྐྱེད་པས།
 དགོ་མི་དགོའི་དབང་གིས་ལས་དགོ་མི་དགོས་མཐོ་རིམ་དང་ངན་སོང་གི་འབྲས་བུ་གྱོད་ཞིང་
 འཁོར་བ་ནས་འཁོར་རོ། ། གང་ཞིག་ཅི་ལ་ཡང་མི་སེམས་ཞིང་ཅི་ལ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དེ་
 འཁོར་བ་ལས་ཡོངས་སུ་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཅི་ལ་མི་བསམ་མོ། །

སྐྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོས་སྤྱོད་རྣམ་བརྩ་སྤྱོད་པ་ནི་སྐྱེ་བོ་དགོ་བའི་འཕྲོ་མེད་པ། སློ་ཞུན་
 པ། དབང་བོ་བརྟུལ་བོ་རྣམས་ལ་བརྟན་པ་ཡིན་ཞེན་སློ་སྐྱུངས་པ་དབང་བོ་རྣོན་བོ་དག་ལ་སྐྱིན་
 དཀར་ནག་གཉིས་གང་གིས་ཀྱང་ཉི་མ་སྐྱིབ་པ་ལྟར་ན། དགོ་སྐྱུག་གཉིས་ཀས་ཀྱང་སྐྱིབ་པས།
 དེས་ན་ཅི་ལ་ཡང་མི་སེམས། ཅི་ལ་ཡང་མི་རྟོག་ ཅི་ལ་ཡང་མི་སྤྱོད་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་གཅིག་
 ཚར་འཇུག་པས་ས་བརྩ་བ་དང་འདྲའོ། ཅེས་གསུངས། ཞེས་བ་ལྟར། ཐམས་ཅད་སེམས་
 ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་བསྐྱེད་པས་རྣམ་རྟོག་བཟང་ཉན་གང་ཡིན་ཡང་སྤང་བུ་ཡིན། སྐྱེན་པ་ལ་
 སོགས་པ་ནི་སྐྱེ་བོ་དབང་རྩལ་སློ་ཞུན་པ་དག་གི་ཚེད་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་པས། དབང་རྣོན་དག་
 ལ་དགོས་བ་མེད། དེས་ན་སྐྱེ་བོ་དབང་རྣོན་དག་གིས་ནི་ཅི་ལ་ཡང་མི་སེམས་ཤིང་།

གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་བསྐྱོམས་པས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐལ་
 བྱུང་གིས་འཐོབ་པར་བཞེད་པས། བོད་ཀྱི་མཐའ་པ་དག་གིས་ཏུ་ཤང་གི་ལྷ་བ་འདྲི་ལ་ཅི་ཡང་མི་
 བྱེད་པའི་ལྷ་བ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ལྷ་བ་འདིས་བོད་བཙན་པོའི་དུས་ཀྱི་ནང་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཅམ་
 དུ་མ་ཟད་བརྟན་པ་སྤི་དར་གྱི་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡང་ལྷ་བ་འདིས་ཤན་ཞུགས་
 ཡོད་པར་གསུངས།

ལ། སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ལྷེ་ལའི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློ།
 སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ལྷེ་ལའི་ལྷ་བ་ལྟེ། ལྷ་ལ་འགྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ལ་རྣམ་
 བདེན་དང་མཐུན་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་རྣམ་རྟོན་པ་མཐུན་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་

གཉེས་ཡོད་པའི་ནང་གི་རྣམ་བཤེན་པ་དང་མཐུན་པའི་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་པས། ཚུ་བའི་
 ཆ་ནས་སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོའི་ལྷ་བ་དང་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད། ཁོང་གིས་མཁན་པོ་བོ་རྗེ་ས་
 ཏུ་ཡི་ལུང་བསྟན་ལྟར་བོད་དུ་ཕེབས་ནས་རང་གི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློབ་ལྷ་གྲུབ་དེ་དངོས་
 ལྟོབས་ཀྱི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་ཞིག་གི་ལམ་ནས་གཏུན་ལ་སཔ་ཅིང་བསྐལ་བརྟག་གནང་སྟེ་
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཏུ་ཤང་མ་རྒྱ་ཡ་ན་ལ་རྩོད་པའི་སློབ་ལྷ་ཚར་བཅད་ཅིང་། རང་གི་ལྷ་ལྷུ་ལ་དེ་
 ཡང་དག་པའི་ར་སློབ་ཀྱིས་བོད་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཚུ་བ་ཚུགས་པའི་མང་གཞི་ཆེན་པོ་བཏོངས་པ་དང་།
 བོད་རྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་དར་སྤེལ་ཐང་ལ་ཡང་བསུབ་དུ་མེད་པའི་མངོད་རྗེས་བསྐྱུན་པ་རེད།
 གཤམ་དུ་ང་ཚོས་ཁོང་གིས་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཤང་ལ་གནང་བའི་ཤགས་ལན་ལས་ཁོང་གི་རིགས་གཞུང་
 བསམ་སློབ་ལ་འབྲུག་ཅན་ལྷ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཅི་ཡང་མི་བསམ་ཟེར་བ་ནི་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་
 རབ་སྤངས་བ་ཡིན་ནོ། ། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཚོས་དབྱངས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དེ་
 བྱི་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་དགོས་པ་ཡིན། ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཚུ་བ་ནི་སོ་
 སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན། དེ་སྤངས་པས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡི་ཤེས་སམ་ཤེས་
 རབ་ཀྱང་སྤངས་པར་འགྱུར་ན། སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་པར་རྣལ་འབྱོར་བས་ཐབས་
 གང་གིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་གནས་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་དུན་པ་མེད་ཅིང་ཡིད་
 ལ་བྱུར་མེད་པ་ཡིན་ན། ཉམས་སུ་སྤོང་བ་ཐམས་ཅད་མི་དུན་ཞིང་ཡིད་ལ་བྱུར་བར་མི་རུས་
 སོ། ། གལ་ཏེ་བདག་གིས་ཚོས་གང་ཡང་དུན་པར་མི་བྱ། ཡིད་ལ་མི་བྱའོ་སྐྱམ་ན་ནི། དེ་ཉིད་
 དུན་པ་ཤིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །

དུན་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱུ་བ་མེད་པ་ཅན་ལ་བྱ་སྐྱད་ན། དེ་གཉེས་དབྱུད་དགོས་ཏེ། མེད་པ་ནི་
 རྒྱུར་མི་རུང་སྟེ། དུན་པ་མེད་པ་ཅན་གྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་འགྱུར་ན། བརྒྱལ་བ་དང་།
 ར་རོ་བ་དང་། བོག་པའི་དུས་སུ་ཡང་དུན་པ་མེད་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྷ་
 བས་ན་ཡང་དག་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འཇུག་པའི་ཐབས་མེད་
 དོ། ། དུན་པ་ཅན་བཀག་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་མེད་ན། ཚོས་ཐམས་ཅད་དོ་བོ་
 ཉིད་མེད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་རུས། དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྟོང་བ་ཉིད་མ་རྟོགས་ན་སྐྱིབ་པ་སྟོང་
 བར་མི་འགྱུར་བ་ཁོ་ནའོ། །སྟོང་བ་ཉིད་མ་རྟོགས་ཀྱང་དུན་པ་མེད་པ་ཅན་གྱིས་ཐར་བ་དང་གྲོལ་
 བར་འགྱུར་ན་ཁམས་གོང་མའི་ལྷ་ཐམས་ཅད་ཐར་བར་འགྱུར་བའོ། །

དུན་པ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཚོངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་ལམ་རྣལ་འབྱོར་དུ་ཇི་ལྟར་
 འགྱུར་དེ་ནི་གཉིད་མཐུག་པོ་འཇུག། ལྷན་པའི་སེམས་དང་འདྲའོ། ། དུན་བཞིན་དུ་མི་དུན་པར་
 བྱུར་མི་རུང་དོ། ། དུན་མེད་ཡིད་ལ་བྱུར་མེད་པས་སློབ་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དུན་པ་དང་། ཐམས་
 ཅད་མཐུན་པ་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ཉོན་མོངས་པ་ཡང་ཇི་ལྟར་སྟོང་། དེ་བས་ན་ཡང་དག་པའི་སོ་

སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྣང་བ་རྒྱུང་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། ། དེ་རྒྱུང་
བསྐྱེད་ཤིང་སྤངས་པས་ཡང་དག་པ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྣང་བ་རྣམས་མའི་དོན་རྗེ་གསལ་རྟོགས་
པར་འགྱུར། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ངེས་པར་རྟོགས་པའི་རྣམས་འབྱོར་བས་དུས་གསུམ་སྤྱི་ནང་ཐམས་
ཅད་སྟོང་བར་རྟོགས་ཏེ། རྟོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་བར་ཞི་བར་འགྱུར། ལྟ་བ་ངན་པ་སྟོང་བར་
འགྱུར། དེ་ལྟ་བུ་དེ་བཞུན་ཅོན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ལ་མཁས་པས་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ་
གཉིས་ཀྱིས་བསལ་ནས། སྤངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་སྲུང་ཚོགས་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་
ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ། ཞེས་པ་སྟེ། འདི་ལས་ང་ཚོས་སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་གྲེ་ལའི་རིགས་
གཞུང་བསམ་སྟོའི་ཆ་པལ་ཆེར་ཞིག་སེམས་ལ་ངེས་ལུབ་པར་སྟེ།

ང་ཚོས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ན། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ལས་སྐྱོའི་སྟོན་ལོར་འཁོར་བ་ལས་ཐར་
འདོད་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་འདོད་པས། དེ་ནི་ཉ་ཤར་མ་རྒྱ་ཡ་ནའི་
རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ་དེ་བོད་དུ་རྐང་བ་འཇུགས་སྐབ་ཅིང་མུ་མཐུད་དུ་དར་བྱུང་བ་འགོ་སྐབ་
པའི་བསམ་སྟོའི་རྣང་གཞི་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་བཅོན་པོའི་སྲིད་གཞུང་ནང་ལུལ་དུ་ལྟ་བ་བྱེད་
མཁན་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་དེ། སྐབ་ཞེད་ལས། ཉ་ཤར་གཡས་སུ་སངས་
གོའི་ཁྲི་ལ་བཞག་(གཞུག)་ལ་སྟོན་ལུན་གྱི་སྟོབ་མ་རྣམས་མང་སྟེ། རོ་མོ་བྱང་ཚུབ་དང་། བསྐྱ་
ཡང་དག་དང་། བརྒྱལ་ལྡན་ལ་སོགས་པ་མང་སྟེ་གྲལ་རིང་བོར་བྱུང་། ཀླུ་མ་ལ་གྲེ་ལ་གཡོན་དུ་
སངས་གོའི་ཁྲི་ལ་བཞག། རྗེས་ལ་རྩེ་མིན་གྱི་སྟོབ་མ་རྣམས་སྐད་བྱངས་དང་བའི་ཅོན་དང་།
སྐར་རྒྱལ་སོགས་པ་དགར་སྟོང་མི་མང་བ་ཞིག་སྟེ་ཉུང་ཤས་གཅིག་ལས་མ་བྱུང་། ཞེས་པ་
ལྟར་རོ། ། ཡིན་ན་ཡང་ཀླུ་མ་ལ་གྲེ་ལས་གྲལ་དེ་ཉིད་དུ་དངོས་སྟོབས་རིགས་པའི་ཟླལ་ལྷགས་
ལ་བཞུན་ནས་ཉ་ཤར་མ་རྒྱ་ཡ་ན་པམ་པར་བཏང་སྟེ་ཁོའི་སྟོབ་མ་རྣམས་ཉ་ལས་པར་བྱས་པས།
ཁོ་རང་བོད་དུ་སྟོན་མ་བཟོད་པར་ཏུན་ཏོང་ཕྱོགས་སུ་བཞུད་པའི་ལམ་ལ་ཆས་པ་རེད།

མཇུག་གི་གཏམ།

མི་ཞིག་གམ་ཚོགས་པ་ཞིག་གི་རིགས་གཞུང་བསམ་སྟོ་ནི་མི་དེ་དང་ཚོགས་པ་དེའི་བསམ་
སྟོའི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་ལ། རྣམས་ཐོག་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྟེང་གི་བཀོད་པའི་བྱུང་ཁོངས་སུ་
གཞན་གྱིས་ཚབ་བྱེད་མི་སྐབ་པའི་གོ་གནས་གལ་ཆེན་བཟུང་ཡོད་པ་དང་། རྗེས་བྱ་དེ་དང་
ཚོགས་པ་དེའི་ཀུན་སྟོན་ཐད་བཀོལ་འདོམས་དང་མཇུབ་སྟོན་བྱས་ཏེ་འདི་བྱ་འོས། འདི་བྱ་མི་
འོས། ཡང་ན་འདི་ལྟར་བྱ་འོས། དེ་ལྟར་བྱ་མི་འོས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ལྷན་གྲང་དོར་གྱི་

ནམ་བཞག་གསལ་བོར་ལྷོན་པར་བྱེད་པ་རེད། སྤྱིར་བོད་ལ་རིགས་གཞུང་སྣ་ཚོ་གསལ་ཞིག་དར་
ཡོད་ན་ཡང་། འདིར་བོད་བཙན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་རིགས་གཞུང་བསམ་སློབ་གཙོ་གཙོ་གསལ་འགའ་
དམིགས་སུ་བཏོན་ཏེ་མགོ་སློབ་ཙམ་རེ་བརྗོད་པའི་ཁྱུ་ལོ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་ཁོ་བོ་འདིའི་ཕྱོགས་ལ་
ཞུགས་པ་ཐོག་མ་ཡིན་པ་དང་། དབྱུང་གཞི་དང་རྒྱ་ཆ་ལག་ཏུ་ཚུད་པ་དཀའ་ཞིང་ཞིབ་
འཇུག་གི་དུས་ཡུན་ཐུང་བ་སོགས་ཀྱིས་རང་ཡིད་ཚོམས་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ཡང་། འདིའི་
ཕྱོགས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་བ་སློབ་སྦྱོང་གིས་འཕེལ་རྒྱས་འབྱུང་བྱིར་གོང་གི་ཚོམ་ཐུང་འདི་སྤྲུལ་
བྲིས་བབྲིས་པ་ལགས་སོ། །

ཡ་ཐི་ཐི་ཉར་ལྱུར་སྐྱི་སྐྱོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཐི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ གི་བསྐྱབ་བྱ་ཉི་ཤུ།

ནམ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་།

༡. ད་རྣམ་གཉིད་ལ་ཤོར་གྱུར་ན། ། འབྲུལ་སྐྱང་མི་ལམ་ནང་མིས་པ། །
བསྐྱབ་པ་འབད་པས་བསྐྱབ་བྱས་ན། ། རེ་འདུན་ཡིད་བཞིན་འབྲུལ་པར་འབྱུང། །
༢. ངས་བསྐྱབས་ཟེན་པའི་དེ་རིང་ན། ། ཁ་སང་གི་རྣེད་སེམས་བཅངས་མཁན་ཚོས་སྐྱོན་པའི་སང་
ཉིན་ཡིན།
༣. རང་སྐྱང་ལ་འབྲིས་སོང་སྐྱམ་པའི་སྐབས་དེ་ནི་དོན་དངོས་སྤྱུ་ཆེས་སྣ་མོའི་དུས་ཤིག་ཡིན་པ་
ཤེས་དགོས།
༤. སྐབས་བབས་ཀྱི་ལས་བྱ་ནམས་ནི་དུས་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་བཀལ་བར་མི་བྱ།
༥. སྐྱོབ་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་གནས་སྐབས་ཅམ་དང་། མ་བསྐྱབས་པའི་སྐྱོངས་པ་ནི་མི་ཚོ་
ཤེས་པོ་ཡིན།
༦. སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་ལས་ལ་ནི་དུས་ཚོད་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་བརྩོན་འགྲུས་ཞེན་པས་སོ། །
༧. བད་སྐྱོད་ལ་མཚོག་དམན་མི་དགར་རུང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མཁན་ལ་ངས་པར་དུ་དགོས།
༨. སྐྱོབ་སྐྱོང་ནི་མི་ཚོ་གང་གི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཡོད་ཚད་མཉན་པས། གལ་ཏེ་མི་
ཚོ་འདྲིའི་གྲུབ་ཆ་ལྟ་སྐྱོབ་སྐྱོང་ལགས་པོ་ཞིག་ཀྱང་མ་འབྲུལ་ཚེ་དོན་གཞན་ཅི་ཞིག་བྱ།
༩. ད་ཀའ་ཁག་གང་འབྲུད་ཐམས་ཅད་འབད་པས་སོལ་ཅིག།
༡༠. རངས་སྣ་མོར་ལངས་ཤིང་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ན་ད་གཟོད་མཐར་ཐུག་གི་རྒྱལ་ཁའི་དཔལ་ལ་
རོལ་སྲིད།
༡༡. མ་བསྐྱབ་ན་མཁས་པར་འབྱུར་མི་སྲིད་པས། དེ་ནི་རང་སེམས་ཡོངས་སུ་འདུལ་བ་དང་སྐོ་
སེམས་རྩེ་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།
༡༢. དུས་ཚོད་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་ལ་ཡང་མཚམས་མི་བྱེད་པར་བཞུར་འགོ།
༡༣. རྣམ་གཡེང་ནི་མ་འོངས་པའི་མིག་ཚུའི་འབྲུང་རྒྱུན་ཡིན།
༡༤. སྐྱོབ་སྐྱོང་གི་སྐབས་སུ་ལུས་སེམས་གཉེས་ལ་བརྩུན་པ་གལ་ཆེའོ། །
༡༥. དེ་རིང་མ་སོང་ན། སང་ཉིན་རྒྱགས་དགོས།
༡༦. མ་འོངས་པ་བསམ་མཁན་དེ་ཚོ་ནི་མི་ཚོ་ལ་དུང་ཞེན་ཟབ་པའི་མི་དག་རེད།
༡༧. སྐྱོབ་གསོའི་ཚུ་ཚད་ཀྱིས་ཡོང་སྐོ་མཚོན་པ།
༡༨. ཉིན་གང་གི་དུས་ཚོད་ཚར་རྗེས་སྤྱིར་ཡོང་གཏན་ནས་མི་སྲིད།
༡༩. དུས་ཉིག་དུ་རང་གི་འགྲན་རྒྱས་ཉིན་མཚོན་ཀྱན་དུ་དཔེ་ཆ་སྤྲིག་པར་བསམ་དགོས།
༢༠. མཁས་པ་སྐྱོབ་པའི་དུས་ན་སྤྱག། བདེ་བར་སྐྱོད་ལ་མཁས་མི་སྲིད།།

ལོ་རེའི་སྤྱི་ལཱ་གཉིས་པའི་ཚེས་གཅིག་ནས་སྤྱི་ལཱ་བཅུ་པའི་ཚེས་སོ་གཅིག་ཉིན་བར་ཚོམ་ཡིག་
སྤྱད་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་ལཱ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚེས་གཅིག་ནས་སྤྱི་ལཱ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚེས་སོ་
གཅིག་ཉིན་བར་ནི་འབྲུག་གི་སྐབས་ཡིན་པས་ཚོམ་ཡིག་སྤྱད་མཚམས་འདྲི་རྒྱ་ཡིན། ཚོམ་
ལུས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྤང་གཏམ་དང་། སྲོལ་རྒྱུན། ལྷན་ཚོམ། དབྱུང་ཚོམ། བསྐྱར་
ཚོམ་བཅས་གཙོ་བོའི་ཚོམ་ཡིག་གང་རུང་ལས་ལུས་བྱུང་ཚོམ་ཡིག་དག་གང་ལྟར་རྒྱ་ཡིན།

གསུམ་པ། བོན་སྐོར་ལྗེ་བའི་ལོ་རེའི་བཤོ་སྐྱེང་ཚོགས་འདུ་དང་ལོ་སར་སློབ་ཚོགས་ཐང་གི་བཀོད་
སྤྱོད།

པ་སྐད་གཙང་མའི་བཤོ་སྐྱེང་དང་ཡུལ་མི་ལྷན་འདྲེས་ཀྱི་ལོ་སར་སློབ་ཚོགས་དེ་ལོ་རེའི་
ལྷགས་རྒྱུང་གི་ལྷ་དང་པོའི་ཚེས་བཅུ་ཉིན་བསྐྱུ་རྒྱ་ཡིན་པས། བྱིད་ནམས་དུས་ལྷར་ཕེབས་པར་
དགའ་བསུ་ཞུ། མཐར་ལྷགས་མོ་ཡོས་ཀྱི་གནམ་ལོ་གསར་བའི་ནང་གངས་ཅན་ས་ལའི་རྫོངས་
ཀྱི་མི་ལྷགས་ལོ་གསུམ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཡོང་བའི་སྟོན་འདུན་ཞུ།

བྱ་རྒྱུ་འགྲུ་ལྟགས་ཀྱི་ཚོམ་སྤྱོད་པས་ཟི་ལིང་ནས་ལུས།

2011 ལོའི་ལྷ 1 ཚེས 20 ཉིན།