

རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན།



གཉེན་གྱི་སྤྱོད་ལ་འདོད་ཆགས་ཚུ་ལྟར་གཡོ།
དགྲ་བོའི་སྤྱོད་ལ་ཞེ་སྤང་མེ་ལྟར་འབར།
ལྷང་དོར་བརྗེད་པའི་གཏི་མུག་མུན་ནག་ཅན།
པ་ཡུལ་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན།

རང་གི་འབྲུལ་པ་རང་གིས་མ་བརྟག་ན།
ཚོས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་ཚོས་མིན་བྱེད་མིན་པས།
དེ་སྤྱིར་རྒྱུན་དུ་རང་གི་འབྲུལ་པ་ལ།
བརྟག་ནས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན།

རང་གི་ཞེ་སྤང་དགྲ་བོ་མ་འབྲུལ་ན།
སྤྱི་ཚོལ་དགྲ་བོ་བཏུལ་ཞིང་འཕེལ་བར་འབྱུར།
དེ་སྤྱིར་བྱམས་དང་སྤོང་རྗེའི་དམག་དཔུང་གིས།
རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལག་ལེན་ཡིན།

མཛད་པ་པོ། རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤོགས་མེད་བཟང་པོ།
བརྗེད་བྱ། གཞན་པན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།
སྤོང་ཤར་རྩི།

རྒྱལ་སྐྱེས་ལག་ལེན་གྱི་འགྲེལ་པ།

སློབ་རིམ་དགུ་པ་དང་བརྒྱུ་པ།

ཚུ་གཞུང་ཞིབ་འཇོལ་དང་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས།

ཤེས་རིག་རྒྱན་ཁག།

དཔེ་སྐྱོན་འབད་མི།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

བརྒྱན་འཕྲིན་ཨང་ ༢༧༥-༠༥-༢༧༡༢༢༤

པར་འཕྲིན་ཨང་ ༢༧༥-༠༥-༢༧༡༢༢༧

ཡོངས་འབྲེལ་ཁ་བྱང་ www.rec.gov.bt

པར་དབང་ ©

དཔེ་དེབ་འདི་གི་ པར་དབང་ཨིལ་པོ་རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ་ལུ་ཡོད།
དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཚུམ་སླིག་དང་དཔེ་
སྐྱོན་འབད་དེ་ ལྷག་དེབ་འབད་ བཀའ་སྲེལ་འབད་མ་ཅིན། ལས་ཁུངས་འདི་
ལས་ ཡིག་ཐོག་གི་གནང་བ་མེད་པར་ དཔེ་དེབ་འདི་ པར་ལོག་བཏབ་ནི་ལ་
སོགས་པའི་ ཚོང་སྐྱར་གྱི་ལྷ་ཚུ་ལས་འཛོམ་གནང་དགོ།

ལེགས་བཅོས་དཔེ་སྐྱོན་དང་པ་ ལྷི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོ་ལཱ།

དཔེ་སྐྱོན་ཐེངས་གཉིས་པ། ལྷི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལཱ།

རྩ་བ་ཚུམ་སླིག་གནང་མི་ རྒྱལ་སྐྱོས་དངུལ་རྒྱ་ཐོགས་མེད་བཟང་པོ།

འགྲེལ་བཤད་ཚུམ་སླིག་དང་ལེགས་བཅོས་ ཚོས་སྦྱིད་རྒྱལ་མཚན།

ཚོ་དབང་དོ་ཚེ།

བརྒྱན་འཛིན་དོ་ཚེ།

དོ་ཚེ།

མཚན་དོན།

རྒྱལ་བའི་སྤྱི་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ ལུ་མ་ཅུ་སོ་བདུན་མ་ཟེ་བའི་ འགྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་ཡི།
 བདུན་བཞི་ལས་རྒྱལ་བའི་ རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་ རྩམས་ཀྱི་སྤྱི་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་
 གིས་ གཞན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་སྐབས་ བསྐྱབས་ཀྱི་ ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་ལཱ་
 ལཱ་ལཱ་ རྒྱ་མཚོ་བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ བཅུན་བརྒྱུ་ཏེ་ ཤོ་ལོ་ཀ་ལུ་མ་ཅུ་སོ་བདུན་ འདི་
 ནང་ལཱ་བཀོད་དེ་ བཞུགས་ཡོད་ཟེ་བའི་དོན་ཡིན།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཚིག་རྒྱུ་ : ཚིག་འབྲུ་མང་ཉུང་འདྲ་མཉམ་ཡོད་པའི་ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་བཅད་
 མཚམས་གཅིག།
 ཤོ་ལོ་ཀ་ : ཚིག་འབྲུ་མང་ཉུང་འདྲ་མཉམ་ཡོད་པའི་ཚིག་རྒྱུ་བཞི་
 ཚིགས་བཅད།

ཕྱག་མཚན།

རྣམ་ལོ་ཀེ་ཤུ་ར་ཡ། འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ཟེ་བའི་དོན་ཡིན།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- རྣམ་ : ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 ལོ་ཀེ་ : འཇིག་རྟེན།

3. ལ་རྟལ་པ་ འགྲོ་བའི་དོན་ལྟ་བུ་བཟོ་ན་མི་ ག་མོ་?
4. ཡུལ་འཚེལ་ལོ་ཟེར་བའི་སྐབས་ ཡུལ་གཤམ་འཚེལ་ནི་མོ་?
5. རྒྱལ་འཚེལ་འཚེལ་ནི་མོ་?
6. ཡུལ་གཤམ་འཚེལ་ནི་མོ་?

བཅུ་དགོ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་

ཡན་བདེའི་འཇུག་གནས་ཤིང་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །དམ་ཚོས་བསྐྱབས་ལས་ཐུང་ཏེ་དེ་ཡང་
 རྒྱུ་ །དེ་ལོ་ལུག་ལེན་ཤེས་ལ་རྟལ་པས། །རྒྱལ་སྐབས་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཤད་པར་བྱ།
 གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡན་པ་དང་ མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་ ག་པ་འཇུག་བའི་གནས་མཚོག་ཏུ་རྒྱུ་པ་
 ཤིང་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་ཚུ་ དམ་པའི་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་ བསྐྱབས་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཏེ་འཇུག་མ་ཡིན་
 པས། དེ་ཡང་ ག་དེ་སྐོ་འཇུག་མ་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་ དམ་པའི་ཚོས་དེ་སྐོ་བ་པའི་སྐབས་ལྟ་
 ལག་ལེན་ལེགས་ཤོམ་འབད་ བཟུབ་ཤེས་པ་དང་མ་ཤེས་པའི་ལྷན་པར་ལྟ་རྟལ་པས། ལག་
 ལེན་བཟུབ་ཐངས་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཤེས་པ་ལས་བཟུན་ཏེ་ འཇུག་མ་ཡིན་ དེ་གིས་འབད་ རྒྱལ་
 བ་ཤིང་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ ཐུགས་སྐབས་ཐུང་ཚུ་བ་སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལེན་ཟེར་ཏེ་མས་
 ལེན་ལོ་ཤེས་པའི་དང་ལས་ ལག་ཆེ་ཤོས་ཚུ་ག་དམ་ཏེ་ རྒྱལ་སྐབས་མར་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་ བཤད་གེ་
 ཟེར་བའི་དོན་དག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ཕན་བདེ : ཕན་པ་དང་བདེ་བ།

འཕུང་གནས་ : འཕྲོན་ས།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུའི་ལན་བློ།

༡. ཕན་པ་དང་ བདེ་བ་འཕུང་སའི་གནས་ག་ ཡིན་མ་ཚོ་?
༢. རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་ཚུ་ རྒྱ་གཅི་ལས་བརྟེན་ཉེ་ཕུང་འཕུང་མ་ཚོ་?
༣. དམ་པའི་ཚོས་བསྐྱབ་ནི་དེ་ གཅི་ལུ་རག་ལས་པ་ཚོ་?

དུལ་འབྱོར་རྩེ་དཀའ་བསམ་དགོ་པ།

དུལ་འབྱོར་གྱི་ཚེ་རྩེ་དཀའ་ལོ་ལྟེ་ལུ་འདི་དེ། །བདག་གཞན་འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་བྱའི་
ལྟེ། །ཉེ་དང་མཚན་ལུ་གཡེལ་བ་མདེ་པར་ནི། །ཉན་སེམས་བསྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལེན་

ཡིན།།

དུལ་བ་བརྒྱད་དང་ འབྱོར་པ་བཅུ་ཚང་བའི་ མི་གི་ལུས་རྩེ་འདི་ གྱི་ཚེ་ཅིག་དང་འདྲ་ཕ་ཡིན། རྒྱ་
ལས་དཔུན་སོ་རུང་ རྗེ་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་གིས། དུལ་འབྱོར་མི་ལུས་མི་དགོན་རྒྱ། །རྒྱལ་
ལྷིམས་སུང་པའི་མི་རེ་རུང་། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ ཡོན་ཉན་ཆགས་པའི་གཞི། རྒྱལ་ལྷིམས་
རྣམ་པར་དག་པ་ཅིག་ མ་བསུང་པ་ཅིན། འབྲས་བུ་ག་ནི་བས་ ཕན་ཕྱོགས་པའི་ མི་ལུས་རྩེ་པོ་ཆེ་
འཕྲོབ་པ་ལུ་ལུ་ལག་པ་ཡིན།

དུམ་ལུས་དཔུན་སོ་རུང་། མཐའ་ལས་རྒྱ་མཚོའི་ལ་ལུ། གཏུའ་ཤིང་དོང་གཅིག་འབད་མི་ཅིག་ཡོད་
མི་འདི་ རྒྱ་མཚོའི་རྩ་བས་ཀྱིས་ཡར་ཚུར་བཀའ་ལྟེ་ གཅིག་ཁར་ཅུ་ལས་མ་བཞག་པའི་དོང་ནང་།
རྒྱ་མཚོ་གཤམ་མར་འོད་མི་ཅུས་སྤུལ་ མིག་རྟོ་ཞུས་ལོ་བརྒྱ་འུ་འུ་འུ་འུ་ མ་གཏོགས་རྒྱ་མཚོའི་
ལར་ ཚར་འུ་ལས་འཛོལ་ནི་མེད་པ་ཅིག་ ཡིན་ཏེ་འབད་རུང་། ལུ་བས་ལུ་གས་ལུ་འབད་ཅིག་གིས་
འུ་ཅིག་སྐབས་ལུ་ ཀྱིག་གི་འབད་དོང་ནང་ཚུད་ནི་ལས་ཡང་ མི་ལུས་འཛོལ་པར་ལུ་ལག་ཡོད་པ་
ཡིན།

གངས་(གངས་ལ་) ལས་དཔུན་སོ་རུང་། དུམ་ལ་བར་སྐྱེ་མི་འཇམ་བུ་གི་དགོ་ ས་ལྟེ་དང་འདྲེ་
འདྲ། ཡི་དུགས་ལུ་སྐྱེ་མི་ཚུ་མོ་གཏུ་འུ་ལྟེ་ལྟེ་ དུད་འགོ་ལུ་སྐྱེ་མི་ཚང་གི་སྤང་མ། ལྟ་མེད་ལུ་སྐྱེ་མི་
ལམ་གི་ལྟེ་མ་དང་འདྲེ་འདྲ། ལྟ་ལུ་སྐྱེ་མི་ལུ་མོ་འུ་སྐྱེ་མི་ མི་ལུ་སྐྱེ་མི་ལུ་མོ་འུ་མོ་འུ་མོ་འུ་མོ་
ཅིག་ལས་མེད་ནི་དེ་གིས་ མི་ལུས་འུ་ཚུ་འཛོལ་པ་ལུ་གཞུ་མེད་ས་མེད་ ལུ་ལག་པ་ཡིན།

རྩེ་གྲི་སྐོ་ལས་དཔུན་སོང་རུང་། དན་སོང་གཟུམ་གྱི་ལུས་རྩེ་ལུ་སྐྱེ་མི་ཚུ་ འདི་པའི་ལུ་རྒྱང་རྒྱང་
མ་གཏོགས་འབད་ནི་མེད་པ་ལས་ ཚོས་འབད་ཚུགས་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མི་ མི་ལུས་འདྲེ་མོ་ཚེའི་
ལུས་རྩེ་འདི་ རྩེ་པ་དཀའ་བ་ (འཛོལ་པར་ལུ་ལག་པ) ཡིན། ཡིན་རུང་ཚེད་འུ་མི་ལུས་ཚོ་བ།
དམ་པའི་ཚོས་དང་མཇུག་ སྤུལ་དགོ་བའི་བཤེས་གཏུ་ཚུ་གིས་རྩེ་ལུ་བཟུང་། འབད་བའི་དུས་ཚོད་
འདི་ལུ་ བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཆ་མཉམ་ འཁོར་བ་ལུ་གཞུགས་ལུ་གི་ རྒྱ་མཚོ་ཚུ་མོ་དང་འདྲེ་

འདི་ལས་ལས་བསྐྱེལ་ (བརྟོན) བས་བྱ་བའི་དོན་ལྟ། ཉེན་མོ་དང་མཚན་མོའི་ རྒྱས་དང་གནས་
 རྒྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་ ལེ་ལོའི་དང་ལཱ་མ་བློ་དེ་པར། བློ་སྤོང་དཔེ་ལྟ་ལས་ཚོས་ཉེ་ དེའི་དོན་
 དག་ལྟ་སྒོམ་རྒྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་འབད་དགོ་པ་དེ་ རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཚུ་བསམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་
 ལེན་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- དལ་ : ཁོམ་པ། ག་དག་འཕྲ་འབད་ནི་གི་རང་དབང་ཡོད་མི།
- རྟེན་ : འབྲེལ་ནི།
- བསྐྱེལ་ : ཐར་ནི།
- ཉེན་མཚན་ : ཉེན་མ་ ལུ་བཟོ།
- ག་ལེ་ལས་བཟེ་པར་ : མ་ཡེད་བར།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ལེ་ལན་བློ་བཟོ།

1. དལ་འབྲེལ་མི་ལུས་འདི་ འབྲེལ་པ་ལཱ་ལཱ་ལག་པའི་དཔེ་ ག་ཅི་ལཱ་བཞག་ཞུག་?
2. འབྲས་བུ་ག་ནི་བས་ ཡན་བློ་གས་པའི་མི་ལུས་ འབྲེལ་དགོ་པ་ཅི་ལྟ་ལྟ་གི་ རྣམ་པར་
 དག་པ་ཅིག་དགོ་པ་ཡིན་པས་གོ་?

ཡང་ལཱ་ལག་ཡིན་པས།

གངས་ཀྱི་སྒོ་ལས་རྩེ་པར་དཀའ་བ།

རིགས་རྩལ་གི་ནང་ལྷ་སྐྱེ་མི་ག་ལུས་འབད་དེ་བཏུ་བ་ཅིན།

- ༡. དམུལ་བ་ལྷ་སྐྱེ་མི། སའི་ཕྱེ་བ་བྱུང་།
- ༢. ཡི་རྩལ་ལྷ་སྐྱེ་མི། རྒྱ་མོ་གློ་ལྷོ་ལྷོ་བྱུང་།
- ༣. དུད་འགོ་ལྷ་སྐྱེ་མི། ཆང་གི་སྤང་མ་བྱུང་།
- ༤. ཏུ་མེན་ལྷ་སྐྱེ་མི། ལ་ཆར་བྱ་ལུག་བྱུང་།
- ༥. ཏུ་ལྷ་སྐྱེ་མི། རྒྱ་བ་མེའི་སྐར་མ་བྱུང་།
- ༦. མི་ལྷ་སྐྱེ་མི། སེེ་མེའི་བུལ་མ་བྱུང་ཅིག་ལས་མེད་པ་ལས་ ལཱ་ལག་ཡིན།

* དེ་སྐྱེ་བཏུ་མ་དུ། སེེམས་ཅན་གྱི་འཕྲོ་ཚད་ སྐྱིད་ཤོས་དང་ ལུག་
 ཤོས་གཉིས་ལས་ ག་ཉེ་ལུ་ མང་མ་འདུག་གོ་?

* དུལ་བ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་བྱུང་ཅིག་ལུ་ ཏུ་གོ་བས་གོ་? དུལ་བ་འདི་མེད་པ་ཅིན་
 ཚོས་ལ་སོགས་པའི་ ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་དུང་ འབད་ཚུགས་ནི་མས་ག་? བསམ་འཆར་
 བཞོན།

* འཕྱོར་པ་ ཟེར་མི་འདི་ག་ཅི་བྱུང་ཅིག་ལུ་ ཏུ་གོ་བས་གོ་? རང་འཕྱོར་དང་ ག་ཞུན་
 འཕྱོར་གཉིས་ ག་ཅི་འབད་ལག་ཆེ་མ་འབད་མཐོང་མ་མས་གོ་?

ཡོད་ཀྱང་ལུ་ རྗེ་པོ་མེད་པ་མ་ཤེས་པར། གཞི་རྒྱ་ཤོར་ལུ་ཚགས་པའི་དབང་གིས་ ལ་པའི་ལ་
 ཚེས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མི་ཕྱི་ཤིང་ལས་ཟེར་ཅིག་པ་བཟའ་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་ རྣམ་ཤེས་མཐོ་རིམ་ལུ་དྲང་
 ཚུགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ མེད་པ་ཅི་ལྟོ་ལྟོ་ལའོང་ནི་ཡིན་མ་མ་ཤེས་པར་ མཐུ་གཏུན་ལེར་གསུམ་
 ལྟམ་ཏེ་ ལོ་ཐོག་བཅོམ་པ་གིས་མ་ཚད་ལྷིང་ལང་བཟླ་བུ། མི་ཏེ་ཤུ་ཅ་གངས་ཅིག་གསད་པའི་
 རྣམ་མིན་གྱིས། རྗེ་ལས་ལྟོ་གྲོ་བོ་ལྷང་ལུ་ ཡ་མར་པའི་སྐྱུ་མདུན་བཅར་རུང་ ལྟོ་གྲོ་བོ་ཚེས་
 ཟེར་ ཚོས་མ་གནད་པར་ སྐལ་པ་ལུ་མ་ཐོན་ཏེ་ རྣང་ལོ་ལ་ཡང་ཡུང་ཡུང་ མཐོང་མཐོང་མ་གིས་
 དང་རྗོ་བཀལ་ཏེ་འབད་ ཁོ་ར་མི་རྗོ་ག་ཅིག་གིས་ ལྷན་མཁར་གུ་ལུ་བཅུ་ཐོག་བཞེད་ས་ཏེ་
 དཀའ་ལ་སྐོམ་སྐུད་དུ་ལོ་བུང་ལུ།

དེ་གིས་འབད་ རྗེ་ལས་གཞུས་ལམ་ཚར་ཅིག་འབྱོན་མེད་ བཟའ་བའི་ས་གཞིས་ལོ་དོ་སའི་ལྷིང་
 མཐུན་པའི་གཏུ་ལ་སོགས་པ་ག་ར་ ཚོ་འདྲི་ལྷི་གཏུ་ལུ་ གཞོན་པའི་གཞི་ཡིན་
 པས་ཟེར་ བཀོ་བཞག་ཏེ་ ལུ་ལ་ལྷི་གངས་ཀྱི་ར་བ་ལ་སོགས་པའི་ ས་ལུ་ག་དང་བུག་ལུ་ག་
 ཡོད་སར་ཕྱོད་སྐྱེ་ རྗོ་ཅིག་ར་བཏུབ་ནི་མེད་པའི་ 'བྱ་ཚག་གི་བཞེས་བུག་ཀྱང་མ་གཅིག་བཞེས་'ཏེ་
 སྐྱུ་བ་པ་གནད་མ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ ཚོ་གཅིག་ལུ་ས་གཅིག་ལུ་ར་ཐོབ་ལུ་གོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- བྲང་དོར་ : ལང་བྲང་།
- གཏུ་ལུ་ག་ : མ་རིག་པ། མ་ཤེས་པ།

འོན་ཀྱི་བའི་ཕྱི་ལོ་ལྟར་གྱི་

༡. ཇི་ལྟར་མི་ལ་རས་པ་ མ་སྲ་གཉེས་ལུ་ ལཱ་ལྷན་པ་ལ་ཞུ་གིས་ ག་ཅི་བྱེད་མ་བརྟུབ་
མོ་?
༢. ལཱ་ལྷན་པ་ལ་ཞུ་གཉེས་ཀྱིས་ ཁོང་མ་སྲ་གཉེས་ལུ་ བཟོད་མ་ཚུགས་པའི་གྲུ་མ་ག་དེ་སྡེ་
སྲབ་ལུ་གོ་?
༣. ཁོང་མ་སྲ་གཉེས་ འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ ལྷིང་ཡོ་མེད་པ་མ་ཤེས་པར་ ལཱ་ག་ཅིར་
འབད་ལུ་གོ་?
༤. ཡ་མར་པ་གིས་ ཇི་ལྟར་མི་ལཱ་ལུ་ག་ཅི་འབད་ ཚོས་མ་གནད་མ་མོ་?
༥. དཀའ་ལྷན་གྱི་ ག་དེ་སྡེ་བྱུད་དེ་ ག་ཅི་བཞེད་ས་དགོ་པ་བྱུང་ལུ་གོ་?
༦. རྒྱུ་ལས་གཞུང་ལས་ཚུ་ཅིག་འབྱོར་མ་ད་ ཚོ་འདི་ལྷི་གཉེས་ཀྱི་ལུ་གནོད་པའི་གཞི་ཡིན་
པས་ཟེར་ ག་ཅི་བཞེད་ལུ་གོ་?
༧. སྲབ་པ་ག་དེ་སྡེ་ གནད་ལུ་གོ་?
༨. ཚོ་གཅིག་ལུ་ས་གཅིག་ལུ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ བོ་འཕེད་འབྲོག་དགོ་པའི་ རྒྱ་ཁྱེད་ག་ཅི་འོང་
ནི་མས་གོ་?

དགོན་པ་བསྟེན་དགོས།

ཡུལ་ངན་པ་བངས་པས་ཉེན་མོངས་རིམ་གྱིས་འགྲིམ། །རྣམ་གཤམ་མེད་པས་དགོས་ལྗོངས་ངང་གིས་
འཕེལ། །རིག་པ་དྲངས་པས་ཚོས་ལ་ངེས་ཤེས་སྐྱེ། །དབེན་པ་བསྟེན་པ་རྒྱལ་སྤངས་ལག་ལེན་

ཡིན། 1

ཡུལ་ངན་པ་བངས་ཏེ་ དབེན་པའི་རིམ་ལྗོངས་དགོན་པ་བསྟེན་པ་ཅིན། རང་གི་རྒྱུ་ལུ་འདོད་
ཆགས། ཞེ་དང་། གཉེ་ལྷན་ལ་སོགས་པའི་ཉེན་མོངས་པ་ཚུ་ རིམ་གྱིས་རིམ་གྱིས་གྲིབ་ཏུ་འགྲོ་
ནི་ཡིན། གཟུགས་མཛེས་པ། རྒྱ་ལྗོངས་པ། དྲི་ཞིམ་པ། རོ་མངས་པ། རྟེན་གྲུ་འཇམ་པ་ལ་སོགས་
པའི་ འདོད་པའི་ཡོན་ཏུན་ལ་ལུ་ སེམས་ཡེངས་དགོས་མེད་པ་ལས་ ལ་ལྷན་དགོས་ལྗོངས་ལྷན་དང་
མཚན་པ་བསང་དང་གསུང་ལ་སོགས་པའི་ ཚོས་སྟོན་ཚུ་ ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་ར་ གོང་ལས་
གོང་འཕེལ་འགྲོ་ནི་ཡིན། དཔེ་དང་གཉེན་ ཟུང་ཟུང་འདྲ་ལུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་དགོན་པ་ལུ་
རིག་པ་གཅི་ནི་དྲངས་པའི་ལྷན་གྱིས་ སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་། རོ་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱལ་བ་
གོང་མ་ཚུ་གིས་ གསུངས་པའི་ཚོས་ལུ་དེ་ར་བདེན་པས་མཚོ་བའི་ངེས་ཤེས་དང་། འཇིག་རྟེན་
པའི་བྱ་བ་ཚུ་ རྒྱུ་ལྗོངས་མ་བཟུམ་ གཅིག་ཤུལ་གཉེས་ཚོན་ཏེ་ རྗོངས་ནི་ཆ་ལས་མེད་པའི་ག་
ག་དམེ་ཅིག་ཆ་འགོངས་ཏུང་ ཚེ་ལྷི་མ་ལུ་ཡན་པའི་སྤྱིང་པོ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ཤེས་པའི་སྐྱོ་ཤས་
ཚུ་ ལོག་པའི་གདོང་ལས་ར་སྐྱེ་ནི་ཡིན།

དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་གསེ། མི་མདེ་ལུང་པའི་བྲག་ཕྱག་ན། །ཡིད་སྐྱོ་ཚད་དེ་བ་ལ་སངས་
 རྟམ་མེད། །སྤྱི་མ་རྟམ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལ། །ཡིད་གདུང་ལེ་བ་ལ་འབྲུལ་རྟམ་མེད། །ཟེ་
 གསུངས་དོ་བཟུམ་སྐྱེ་ དཔེ་པའི་གནས་ལུ་ཆ་རོགས་མེད་པར་ རང་རྒྱུང་མ་གཅིག་འབད་ལོད་པ་
 ཅིན། རྟམ་རྒྱན་ས་ ལམས་སྐྱོ་ཉུང་ཉུང་གཏང་ནི་ཅིག་འཕེལ་པར་ལུ་འོང། །ལམས་སྐྱོ་ལྷན་པར་ རང་
 གི་ཅ་བའི་བྲག་དང་ རྟམ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཚུ་ལུ་ ཡིད་གདུང་ཟེ་ དུ་པའི་བྲང་བ་རྒྱན་ཚད་
 མེད་པར་འཁོར་ལྷན་པར་ རང་བཞིན་མེད་པར་ གསོལ་བ་བརྟམ་པའི་བྱིན་རླབས་འཇུག་ཏུ་ ལེགས་
 པའི་ཡོན་ཏན་ལེ་གྲ་འཕྲོ་འོང། དེ་གིས་འབད་ རང་ལུ་ལུ་སྦངས་ཏུང་ མི་ལུ་ལུ་འབྲུམས་ཏུ་ མ་
 ལོད་པར་ རབ་རུ་འབྱུང་པ་ཅིན་ རུ་ལོད་པའི་ལོད་གངས་ལོད་ལུ་སོགས་པའི་གཏུན་ས། མ་འབྱུང་
 ན་ མཐུན་རྒྱུ་ཕྱན་ལུ་ཚོགས་པའི་ དགོན་པའི་ལྷ་ཚང་བཟུ་ལང་ འཇིག་རྟེན་པའི་སྐྱོད་པ་དང་མ་
 འདྲེས་པ་ཅིག་ འབྱུང་བའི་དཔེ་པའི་གནས་ཚུ་ ཚུལ་བཞིན་རུ་བཟུན་དགོ་པ་དེ་ལང་ རྒྱལ་སྤྱོད་
 རྒྱང་རྒྱུ་ལམས་དཔལ་ཚུ་གི་ལག་ལེན་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཏེན་མོངས་ : ལས་ཀྱི་སྐྱོབ་པ།
- རིག་པ་རྒྱུངས་ : རིག་པ་གསལ།
- རྟམ་གཡེང་ : ཡེང་བ།

੨੯. ਗੱਲ : ਸੁਭਾਨਾ ਗੁਣੀ ੨੯. ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
 ੩੦. ਸ਼ੇਰ : ਘੋੜੀ ੩੧. ਪੰ
 ੩੨. ਪੰ : ੩੩. ਪੰ. ਸੋਫ਼ੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

ਸੋਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

੧. ੩੩. ਪੰ. ਸੋਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਘੋੜੀ ਘੋੜੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
੨. ੨੯. ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
੩. ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

ਸੋਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
 ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

ਘੋੜੀ 1

ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
 ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
 ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ
 ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ ਸੁਭਾਨਾ ਸਾਫ਼ੀ ਗੁਣੀ

མིང་ཚིག་གཉིས།

- འགྲོགས་ : གཅིག་ཁར་ལོད་ཀྱི།
- མཇེན་བཤེས་ : ཚཱེགས།
- འབད་པས་ : ཅ་འགོངས་ཏེ། དཀའ་ལྷ་སྤྱད་ཏེ།
- མགྲོན་ཁང་ : མགྲོན་ཁྱིམ།
- མགྲོན་པོ་ : མགྲོན་མོ།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུ་ལེན་བྲིས།

1. རྟལ་ཕུ་ གཅིག་ཁར་ལོད་མི་ ཉོ་ཚང་འཆམ་མཐུན་མ་ཚུ་དང་། རྣམ་ཅིག་གི་ཚོ་སོ་
 སོར་འབྲུལ་འགྲོ་མི་དང་། རང་གིས་དཀའ་ལྷ་སྤྱད་དེ་སྐྱབ་མི་ རྣམ་ལོངས་སྤྱོད་ཚུ་
 རྒྱལ་ལས་ལུས་འོང་ཟེང་གསུངས་ཡོད་མི་ལུ་ དཔེ་གཞན་ཅིག་དང་སྐྱབས་ཏེ། རྒྱབ་སྐྱོར་
 གྱི་བསམ་འཆར་བཤད།
2. བྱམས་པ་ལི་གཉེན་ལུ་བཅེ་གསུང་མ་འབད་མི་དང་། རང་གི་ལུས་ལུ་གཅེས་སྤྲོས་མ་འབད་
 བའི་ ལུངས་གཅི་ཡིན་མས་?

ཚཱེགས་དན་པ་ལམ་དུ་གོ།

གང་དང་འགྲོགས་ན་དུག་གསུམ་འཕེལ་གྱུར་ཞིང་། །ཐོས་བསམ་བསྐྱོམ་པའི་བྱ་བ་ཉམས་འགྱུར་
ལ། །བྱམས་དང་སྤྱིང་ཇེ་མེད་པར་སྐྱུར་བྱེད་པའི། །གྲོགས་དན་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྤྲོས་ལག་ལེན་ཡིན། །

འདིག་པའི་གྲོགས་པོ་ ཚ་རོགས་ངན་པ་འདིག་ཅན་ ག་དང་འབད་ཅུང་ གཅིག་དང་མཉམ་ཅིག་
འགོགས་ཏེ་ ཡུན་རིང་ལོ་དུ་པ་ཅིན་ སེམས་དགའ་བའི་ཡུལ་ལུ་ ཚགས་པའི་འདོད་ཚགས།
སེམས་མ་དགའ་བའི་ཡུལ་ལུ་ ཅིག་པ་བཟའ་བའི་ཞེ་སྤང་། ཡིན་མ་དང་མཉམ་ དཔྱེ་བ་ལྟེ་མ་ཤེས་
པར་ མགོ་མོངས་པའི་གཉི་ལྷན་ ལ་སོགས་པའི་ ཉེན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་ གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་
འགྲོ་ཞི་དང་།

དེ་ལས་ མཁས་གྲུབ་གཉིས་དང་དུན་པའི་ སྤུལ་ཚུ་གི་ལ་ལས་ལུང་སྡོད་གསུམ་དང་། རྟོགས་
པ་བསྐབ་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ ཚོས་ཉུན་ཞི་དང་། ཚོས་ཉུན་ཞི་མ་ལས་ བཀའ་བརྒྱན་དང་
རྗེ་མ་ ས་སྐྱ་དང་ དགོ་ལུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་ ཉུ་སྒོམ་སྡོད་གསུམ་ལུ་
ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བསམ་ཞི་དང་ བསམ་ཞི་མ་ལས་ བཟུང་སྟོམས་འབད་མ་བཞག་པར་ རང་ག་ལུ་
མོས་པའི་ ཚོས་ཀྱི་ཆེ་བ་འདོད་པའི་ཟབས་ལུ་ བརྒྱན་པའི་རྣང་ཟེན་ཚུ་གསལ་ཅིག་འབད་དེ་ ཉུན་
མོངས་ལུང་བའི་ཟབས་དང་ དོན་དམ་ཤེས་རབ་སྤོས་བུལ་ རྟོང་ཉི་ཟུང་འཇུག་འབད་ བསྒོམ་ཞི་
གི་ལས་དང་བྱ་བ་ཚུ་ མར་ཉུམས་ཏེ་འགྲོ་འོང་།

དེ་མ་ཚད་ ལྷ་མ་མཁའ་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ ཚ་མཉམ་བདེ་བ་འཕྲོབ་པ་ཅིན་ མཚོ་
བའི་བྱུམས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཚ་མཉམ་མའི་རྒྱན་ལུ་ རུག་བསལ་ལ་ཟེའ་མི་དེ་ཅུ་ལས་མེད་པ་ཅིན་
མཚོ་བའི་ ལྷིང་ཇེ་འི་སེམས་ མེད་པ་འབད་ བརྒྱུན་གཏུང་མི་ འདིག་པའི་གྲོགས་པོ་འཚ་རོགས་

ངན་པ་ཚུ་ རུག་བརྒྱུ་མ་སློ་ ཡང་དགོ།

དེ་སློ་ ཡང་དགོ་པའི་དོན་དག་ནི་ ཉུ་སྤྱོད་ལྷོ་ཅི་ལོག་པའི་ལམ་ལུ་འཁྲིད་འགྲོ་མི་ མི་དག་པའི་
བཤེས་གཉེན་དེ་དང་ མཉམ་གཅིག་འགྲོགས་ཏེ་ འོད་པ་ཅིན་ ཚེ་འདི་ལྷོ་གཉིས་ཆ་ རང་ལུ་ལུང་
བཅུག་ཏེ་ དཀར་པོ་དག་པའི་ ལམ་ལུ་ཚུགས་ག་ས་གི་ལམ་འཛེལ་བཅུག་པ་ཡིན། འདི་ག་པའི་
གོ་གསལ་པོ་ངན་པ་དེ་དང་ མཉམ་ཅིག་འགྲོགས་ཏེ་འོད་པ་ཅིན་ ཉེན་མོངས་པ་རུག་གསུམ་འཕྲུལ་ཏེ་
སློག་གཅོད་པ་ལུ་སོགས་པའི་འདི་ག་པའི་ལུ་ཚུ་ ལྷང་དག་གང་ཡང་མེད་པར་འབད་བཅུག་པ་ཡིན།

དེ་གིས་འབད་ དག་པའི་ཚུ་ལུ་ལྷོ་མས་དང་ རོས་བསམ་ རྫོམ་གསུམ་ལུ་ བར་ཆད་འབད་མི་
གོ་གསལ་ངན་པ་འདི་གཉིས་ ལྷ་འབྲུག་ བརྟགས་ཤིང་དཔུང་དེ་བཏུ་ཞིན་མ་ལུ་ག། གཅིག་ལུས་གཅིག་
ལུ་འབྲུ་བའི་ནད་ཀྱིས་ཟུན་པའི་ ལྷ་པ་དང་འདྲ་ལུ་འབད་ རྒྱུང་འཛེལ་ཡང་དགོ་པ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་
སྤུ་བུང་ཚུ་བསམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལེན་ཅིག་ཡིན་ཏོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- གང་ : ག།
- བུ་བ་ : ལཱ།

ထိခိုက်မှုဒဏ်ခံရသူများအတွက်

၁. ဒုက္ခသည်အဖြစ်အသတ်ခံရသူများ၏ နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို စိစစ်
 လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
၂. ဒုက္ခသည်အဖြစ်အသတ်ခံရသူများ၏ အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
 နေထိုင်မှုအခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
၃. အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။

အခြေအနေအထား

အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
 အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
 အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။

အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
 အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။
 အခြေအနေအထားကို စိစစ်လေ့လာစစ်ဆေးရမည်။

གུས་པ་སྒྲོམ་མའི་སྒོ་ལས་བཤེད་པ་ཅིན་ལྷས་ཀྱི་སྲོག་གཅོད་དང་། དག་གི་རྒྱན་དང་། ཡིད་ཀྱི་
བརྒྱབ་སེམས་ ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པའི་ཆ་གསུམ་ཅན་དེ་ འཁྲོལ་ཡིན།

ཆ་རོགས་དང་ལྷ་པོ་དབང་དུ་མི་བཟུལ་གྱི་དང་། བྱང་རྒྱབ་སེམས་ལུ་འཇུག་པ་མི་འོང་གི་ སོ་སོ་སྐྱེ་
བོའི་ས་ལས་བརྒྱལ་གྱི་ ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ ཡང་དེའི་སྐྱབས་ཀྱི་རྩམ་བཟུམ་སྒྲེ་ གོང་ལས་
གོང་དུ་འཕེལ་དེ་ ས་བཅུ་དང་ལམ་ལའི་རྩོགས་པ་རྣམས་ རིམ་པ་བཞི་ཉེ་དུ་ འཕྲོ་བཞི་བཞེ་མི། སྤྱི་
མ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དེ་རྣམས་ རང་གི་གཞུང་པའི་ལྷས་དང་སྲོག་ལས་ཡང་། རྩལ་པས་
གཞུང་པས་འཇིག་རྟོག་པའི་ མདོ་ལས། སྐྱེ་བ་འཇིག་པ་མེད་པ་ཡིས། །སྐྱེ་ཡིས་ཡ་རོལ་ཡིན་མི་
འཇུག། །ཡོན་ཏན་བམས་ཅན་རབ་ལྗོན་གསུམ་ཀྱང་། །སྤྱི་མ་མེད་ཉེ་སྤྱི་བམ་མིན། །ཟེར་གསུངས་དོ་
བཟུམ། དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ལུ་བཞུགས་པའི་ སངས་རྒྱས་དང་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དམ་པ་རྣམས་འདི་
ལོས། ས་ཤེང་ལུ་ དེས་སུ་འབྱོན་མི་སངས་རྒྱས་འཁོར་བ་འཇིག། གསེར་བྱུང། འོད་སྐུང།
ཤུག་བྱུང་པ་ ལ་སོགས་པའི་སྐྱེས་ཆེད་དམ་པ་མང་ཉེ་ལྗོན་པ་ཅིག་ཡང་། ད་བཅས་ར་གི་
བསོད་ནམས་ཀྱིས་མ་འོགས་པས་ མཇུག་པའི་སྐྱེལ་བ་མ་བྱུང་། དེ་གིས་འབད་ ཆེད་རེས་ཡན་
ཐོགས་ཤོས་ ག་ཡིན་མ་ཟེར་བ་ཅིན། ཡི་གུ་ན་གཅིག་ཕྱོད་མི་ཡན་ཆད་ལས་ རང་སེམས་ཚོས་སྐྱེ་
ལུ་ རོ་སྤོད་མི་མན་ཆད་ཀྱི་ སྤྱི་མ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་ སྤོབ་དམོན་དེ་རྣམས་ཡིན་མ་ལས།

སངས་རྒྱས་ཀྱིས། ཚིག་བཞི་ཤོད་པའི་སློབ་དཔེ་ལྟར་ལྟར། །སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་
 བའང་བརྒྱ་དང་། །མེ་ཤ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཟེར་ཤེས་དམིགས་དང་བཅས་གསུངས་དོ་བརྩམ་
 སྤྱི་མ་གཤིས་ག་ཅི་མཛད་ཅུང་ལུགས་པ། ག་ཅི་གསུངས་ཅུང་འཕམ་པ། ག་ཅི་བྱུགས་བཞུད་ཅུང་ཅུང་
 ཡང་དག་པ་ལྟ་བུ་ཉེ་ རྣམ་དང་རྣམ་པ་ཀུན་རྩ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་འབད་བཤུན་དགོ་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་
 ལུས་བྱང་རྒྱ་བསམས་དཔལ་ཚུ་གི་ལག་ལུ་ཅིག་ཡིན་ཏེ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ཡར་ངོ་ : ཚོས་གཅིག་ལས་བཅོལ་རྒྱུ།

བཤེས་གཉེན་ : ཚཱེ་གསལ་བཟུང་པོ།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བློས།

༡. སྤྱི་མ་འདི་ ག་ཅི་གོ་དོན་ལྟ་ བཤུན་དགོ་པ་ཡིན་མས་གོ་?
༢. སྤྱི་མ་ གཅེས་པར་འཛིན་དགོ་པའི་དཔེ་ ག་དེ་སྐོ་བཞོད་ཅུག་?
༣. སྤྱི་མ་ཡང་དག་པ་འབད་ མ་འཛིན་པ་ཅིན་ ཤེས་དམིགས་ག་དེ་སྐོ་ འདུག་གོ་?

སྐབས་སུ་འགྲོ་དགོ་པ།

རང་ཡང་འཁོར་བའི་བཅོམ་རར་བཅིངས་པ་ཡི། །འཛིག་རྩེ་ལྷ་ཡིས་སུ་ཞིག་སྐྱོབ་པར་རུས། །དེ་
 རྩེ་གང་ལ་སྐབས་ན་མི་བསུ་བའི། །དགོན་མཚོག་སྐབས་འགྲོ་རྒྱལ་ལུགས་ལག་ལུ་ཡིན། །

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- བཅོམ་པ་ : བཅོམ་ཁང་།
- སྤྱི་ཚིག་ : ག་འདུ།
- སྐྱོ་བ་ : སྐྱོ་ག་སྐྱོ་བས། སྐྱང་སྐྱོ་བ།
- མི་བསྐྱེ་ : མི་ལྟ།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་ཟློས།

༡. འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཚུ་གིས་ སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ འཁོར་བའི་བྱུ་ག་བཅས་ལ་ལས་སྐྱོ་བ་
ལྟེ་ ཐར་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལུ་བཀོད་ཚུགས་ག་?
༢. རྣམ་ རྣམ་ཡང་མི་བསྐྱེ་བའི་ དེ་གོ་མཚོག་གསུམ་ཟེའ་མི་ དེའི་ངོ་སྤྲོད་འེ་འེ་བཞིན་དུ་
འབད་ཟློས།
༣. དེ་གོ་མཚོག་ཟེའ་བའི་ངོ་སྤྲོད་ཟློས།
༤. དེ་གོ་མཚོག་གསུམ་ལུ་ ལྷ་བས་སུ་ག་དེ་སྐྱེ་ འགོ་དགོ་པ་མོ་?

ཡིག་པ་ལུ་འཇིག་དགོ་པ།

འོག་རྣམ་ཐོན་དཀའི་ངན་སོང་བྱུ་ག་བཅས་ལ་རྣམས། །ཡིག་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བྱུ་བྱུ་པས་
གསུངས། །དེ་ལྟེ་སྐྱོ་ག་ལ་བཅས་ཀྱང་ཡིག་པའི་ལས། །རྣམ་ཡང་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྤྱོད་ལུ་ག་ལེན་

ཡིན། །

སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ཅིག་ནི། ཡང་སོས། ཟིག་ནག རྒྱ་འཛོམས། ཏུ་འཕོད། ཏུ་འཕོད་ཆེ་ཡོ།
ཚ་བ། སཔ་རུ་ཚ་བ། མན་མེད་ ཟེ་བའི་ཚ་དུལ་བརྒྱ། རྩ་འཕུས་ཅན། རྩ་འཕོས་བརྟོ་ལ་བ།
ལ་ལྷ། གྲེ་ཏུ། སོ་འཐམ་འཐམ་པ། ལྷ་ལ་བཟུམ་གས་མི། པརྒྱ་བཟུམ་གས་ནི། པརྒྱ་
བཟུམ་སྒོམ་ལས་ཡང་ རྒྱགས་འབད་གས་པའི་བྲང་དུལ་བརྒྱ། མན་མེད་པའི་ རྩྭགས་བའི་
སེ་ལྟ་ལྟ་གྲི་འི་བྲང་། སལ་གྲི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ། རོ་བྲུག་གི་འདམ། མེ་མུར་གྲི་འོ་བས་དང་
བཅས་པའི་ གྲེ་འཁོར་ལྷག་པ་བཅུ་དུག་དང་། ངན་སོང་ལྟ་མ་ཚད་ མཐོ་རིམ་ལྟ་ཡང་ རྒྱག་
བཅས་ལ་གདོས་དུག་སྒྲིང་བའི་ གྲེ་ཚོ་བ་དང་བཅས་པའི་ དུལ་ལམས་བཅོ་བརྒྱད་ལྟ་སྒྲིལ།

སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ཅིག་ནི། ལོ་བརྒྱ་ལྷག་སོ་ཏུ་ཚུ་ཟིགས་པ་གཅིག་ཡང་ མི་འབྲོབ་པའི་ཤི་ལྷོ་སྒྲིབ་
པ་ཅན། ལྷོ་མའི་གཅིག་ཏུ་འཕུང་མེ་འབར་ཏེ་ རྩ་མ་ནང་ལོ་ལ་འཚོགས་པའི་ ནང་གི་སྒྲིབ་པ་
ཅན། ནྟག་ལྷག་དང་ ཆབ་གསང་ རང་གི་ཤ། ལ་སོགས་པ་ཡང་ བཟུང་དགོ་པའི་སྒོས་ལྷང་གི་
སྒྲིབ་པ་ཅན་ ལ་སོགས་པའི་ལོ་དུགས་ལྟ་སྒྲིལ། སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ཅིག་ནི། གཅིག་གིས་གཅིག་
བཟུང་། གཞན་གྲིལ་གཞན་གཞོ་ལ། ནམ་ཡང་བག་ལེ་བས་ཏྲོག་ཏྲོ་འབད་བྲོད་ནི་མེད་པའི་འདམ་
ཆགས། དེར་ཆགས། མིག་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་དུད་འབྲོ་ལྟ་སྒྲིལ་ཏེ་ ལོ་བརྒྱ་ལོང་ལས་ བར་
བསྐྱལ་ལ་སོགས་པ་བྲོད་དགོ་པ་ལས་ ཡིད་ཤིན་ཏུ་ནུས་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་ ངན་སོང་གསུམ་གྲི་
རྒྱག་བཅས་ལ་དེ་ལྟ།

གནས་འོས་བཅུ་བདུན། གཞུགས་མདེ་སྐྱེ་མཚད་ལྷ་བཞི་མན་ཆད་ཀྱི་ རྩའི་སྒྲིབ་པ། གྲིང་བཞི་
གྲིང་ཕྱན་བརྒྱན་དང་བཅས་པའི་མིའི་སྒྲིབ་པ། སེ་རབ་ཀྱི་ རྒྱ་མཚམས་མན་ཆད་ལས་ གསེར་གྱིས་
གཞི་ཡན་ཆད་ལྷ་གནས་མི་ ལྷའི་སྒྲིབ་པ་གསུམ་པོ་ འདི་ནང་ལྷ་བདེ་བ་དང་སྐྱིད་པའི་ དཔལ་
འབྱེད་ལོངས་སྤོང་ གཞི་བས་ཕྱན་ལུམ་ཚོགས་པ་འབད་ཡོད་ཅུང་། དུམ་ཅིག་འབད་བའི་དྲུ་ ལྷའི་
ཅེ་མོ་ལྷ་ཆགས་པའི་ཟེལ་པ་དེ་ ལུད་པ་བཟེངས་ཅིག་ནང་འཛིག་ཏུ་ ཡལ་འཁྱེད་བཟུམ། ལོ་དུས་ཅི་
གཞོན་ཅུང་ལང་ཡོད་ཀྱས། རྒྱ་དེ་སེ་ཡོད་ཅུང་ནངས་པར་ལྡོགས། གཉེན་དེ་ཅི་འཆམས་ཅུང་ དེ་ཏྲོ་
འབབ་སྐྱེ་ རྒྱ་ཅིག་ལུད་ཅམ་ཅིག་གིས་ འཛིག་ཏུ་ མདེ་པ་འཁྱེད་བའི་རྒྱ་ཅང་ཅ་ཅ་ཡིན།

ཚར་གཅིག་ཐོབ་ཚར་བའི་བསྐྱང་ལས་ བདེ་བ་དང་སྐྱིད་པའི་ཡོན་ཏུན་ཚུ་ གྲམ་ཡང་མི་འབྱུང་ལམ་
ཚད་ གོང་ལས་གོང་དུ་འཕྱེལ་ཏུ་ ཏུག་པ་བརྟན་པ་འབད་སོད་མི་ ཟར་པ་ལྡོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ གཞི་བ་ཡང་མཚོག་ཏུ་ལྷུང་པ་དེ་ ལུས་རྩེ་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ འབྲོམ་གྱི་ཡོད་པ་
ཅིག་ དེས་པར་འབད་དགོ་པ་མཚན། དེ་ཏྲོ་ འང་དབང་ལྷ་ཡོད་དེ་ ཏུ་ཁ་སྐབ་ཀྱིས་བརྒྱུ་ས་ས་བཟུམ་
ཅིག་ཁར་ རྩོད་པའི་དུས་ཚོད་ལྷ་གཞན་ཡར་ཞག་ འང་སོག་གཉེན་མར་བཅུགས་ཏེ་ཡིན་ཅུང་།
ཟར་པ་ལྷ་འཁྱེད་པའི་ལམ་ དུམ་པའི་ཚོས་ཡང་དག་པ་དེ་ཏྲོ་ དོན་དུ་གཉེན་པའི་ དེས་འབྱུང་གི་
བསམ་པ་ ལུད་པར་ཅན་ བརྟེན་དགོ་པ་ དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྐས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྒྱ་གི་ ལག་
ལུ་ཅིག་ཡིན་ལོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཡུལ་ཅིངས་ : ཡུལ་མ་ཐེངས་ཅིག།
- འཇིག་ : རྩམ། ཡལ།
- དོན་དུ་གཏུང་ : ཅའ་འགོད་ས། གཅོ་མོར་གཟུང།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བློ་བ།

1. སྲིད་གསུམ་འདི་ན་ བདེ་སྲོད་ཀ་ནི་བ་ ཡུལ་ལུ་མ་ཚིག་སལ་འབད་ཡོད་ཅུང་ ཡུལ་ཅིངས་ ཅིག་གིས་ འཇིག་པའི་ཚེས་ཅན་ཡིན་པའི་དུམ་ག་ཅི་མོ་?
2. ལུས་རྩེ་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ས་ ག་ཅི་འབྲེལ་ཞེ་ཡོད་པ་ཅིག་ དེས་པར་དུ་འབད་དགོ་པ་མོ་?
3. རྩམ་ སྲུང་གིས་བསྐྱུར་ས་ བཟུམ་ཅིག་ཁར་ རྩེད་པའི་དུས་ཚེད་ལུ་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་ ཡིན་མས་གོ་?

བྱང་སེམས་བསྐྱེད་དགོ་པ།

ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་ལ་བཅེ་བ་ཅན། །མ་ནམས་སྲུག་ན་རང་བདེས་ཅི་ཞིག་གྱ། །

དེ་ལྟེང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་ལྱའི་ལྟེང་། །བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་

ཡིན། །

འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ལས་ས་ རང་འཁོར་བ་ལུ་འབྱུངས་ཏེ་ ཡོད་ནི་དེ་གིས་ འཁོར་བ་ ན་ཡོད་པའི་ སེམས་ཅན་ཚུ་མཉམ་ རང་གི་ལ་མ་ མ་འབད་ལྷ་མེད་པ་མ་ཚེད། དེ་ཡང་ ལ་མ་

འབད་ལྷ་ཅམ་ཅིག་མེད་པར་ ཚེད་རེའི་གྲི་ལ་མ་ཚུ་བཟུམ་སྟེ་ དང་པར་གཟུགས་ཁང་འབག།
གཉིས་པར་ཁོ་ར་བཟུམ་ལུ་ འབྲུང་མ་ལུ་ མཉེན་ལུ་འབད་དེ་ འུ་ལུ་བྱིན། གཞུམ་པར་
རྫིང་ལས་ ཉུ་འབྲེལ་བཟོ་ནི་འོ་དོ་ལུ་ ཟུམ་ཤེས་ནམ་པ་ལྷ་ཚུགས་གྲི་སྟོ་ལས་ འུ་ལུ་བཟུམ་པ་
དང་བཅེ་བ་སྟོམ་འབད་བའི་ དྲིལ་ཅན་ཅང་ཅ་ཨིན། དེ་བཟུམ་གྲི་ལ་མ་དེ་ཚུ་ བདེ་ཉོག་ཉོག་འབད་
ལོད་ནི་འོ་སྟོ་འོད་ལོད་ཅུང་ བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་འབད་མ་ཤེས། ལུག་བསལ་ལ་ཟེར་མི་དེ་ ལ་ལས་
མི་དགོ་པས་ ཟེར་མེན་ཅུང་ ལུག་བསལ་ལ་དང་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་ ལོག་པ་སྦང་མ་ཤེས་པར་ ཉོན་
མོངས་ཏེ་ འཁོར་བའི་གནས་ལུ་འབྲུམས་ཏེ་ ལོད་ལོད་མི་ཚུ་དེ་སྟེ་ ཟང་བཏུང་བཞག་སྟེ། ལོང་ལུ་
མཉོ་བསམ་ག་ནི་ཡང་མ་གཏུང་པར་ འུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་བདེ་བ་སྟོམ་ཏེ་གིས་ ག་ཅི་འབད་ནི་ རྒྱ་
མཚན་དེ་འོ་ལྷོ་ ལུ་མ་འཁའི་མཐའ་དང་མཉུམ་པའི་ གྲངས་དང་ཚན་ མཐའ་ཡས་པའི་ ལེམས་
ཅན་མཉུམ་ འཁོར་བའི་ལུག་བསལ་ལ་ལས་བཏོན་ཏེ་ ལངས་རྒྱས་གྲི་གོ་འཕང་འབྲེལ་བཅུག་ནི་འོ་
དོ་ལུ།

དང་པར་ འུ་བདེ་བ་འབྲེལ་ཞིན་མ་ལས་ གཞན་བདེ་བ་ལུ་བཀོད་དགོ་པས་མཉོ་མི་ རྒྱལ་པོ་ཏུ་
བྱའི་ལེམས་བསྟེན། ཏེ་མ་ར་ གཞན་བདེ་བ་ལུ་བཀོད་ཞིན་མ་ལས་ འུ་བདེ་བ་འཚུལ་དགོ་པས་
མཉོ་མི་ རྗེ་ཏུ་བྱའི་ལེམས་བསྟེན། འུ་གཞན་ ལུ་མཉུམ་བདེ་བ་ལུ་བཀོད་དགོ་པས་མཉོ་མི་
མཉུམ་པ་ (རྒྱ་པ) ཏུ་བྱའི་ལེམས་བསྟེན་གང་ཅུང་ཅིག་གི་སྟོ་ལས་ ལེམས་ཅན་གཅིག་ཡང་མ་
བཞག་པར་ བདེ་བ་ལུ་བཀོད་དགོ་པས་མཉོ་མི་ མོན་པ་བྱུང་ཚུབ་གྲི་ལེམས་དང་།

རིམ་པ་བཞི་ནི་དུ་ དེའི་སྤྱི་བའི་སྤྱི་བའི་ ཡང་དག་པ་ཅིག་འབད་ བཟུང་དགོ་པ་འདི་ རྒྱལ་སྤྱི་བའི་
རྒྱལ་སྤྱི་བའི་དཔལ་ལྷན་གྱི་ ལག་ལུ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་མིག་གོ་དོ།

- འདོད་ : དགོ་པ།
- ཡང་དག་ : ལགས་ཤོམ།
- བཟུང་ : སོང།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུ་ལུ་ལན་བྲིས།

1. དུ་ལྟུ་ལ་བའི་སྤྱི་བའི་པའི་ རྒྱལ་སྤྱི་བའི་རྒྱལ་སྤྱི་བའི་བརྟེན་ཏེ་ འབྲུང་མ་ཚོ་?
2. རྒྱལ་སྤྱི་བའི་སངས་རྒྱལ་ཟེར་ལུ་མི་ཚུ་ རྒྱལ་སྤྱི་བའི་བརྟེན་ཏེ་འབྲུང་མ་ཚོ་?
3. བདེ་རྒྱལ་གྱི་དེ་སྤྱི་བའི་བཟུང་དགོ་པ་ཚོ་?

ལྷན་དང་ལོངས་སྤྱོད་བའི་དགོ་པ།

སྤྱི་བའི་འདོད་ཆེན་དཔལ་གསུམ་པའི་དགོ་པ། །ཐམས་ཅད་འཕྲོག་གམ་འཕྲོག་ཏུ་འབྱུག་ན་
ཡང་། །ལྷན་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགོ་བ་ནམས། །དེ་ལ་བའི་བ་རྒྱལ་སྤྱི་བའི་ལག་ལུ་
ཡིན། །

མིག་འབད་ཅུང་ཅིག་གིས་ འདོད་པ་ཆེ་བའི་དཔལ་གསུམ། རང་ལུ་ཡོད་པའི་ བཀའ་གོ་ལ་ རྒྱུ་
ལ་དང་ རྒྱུ་ལུ་སྤྱི་བའི་ལུ་ལོངས་སྤྱོད་ཡོད་ཚུ་དེ་ཅིག་པོ་ ག་པ་མིང་བཟུང་ནེ་

འཕྲོག་འབག་པ་ལ་སོགས་པའམ་ ཡང་ཅི་མི་གཞན་ལུ་སྤྱོད་ཀྱི་ འཕྲོག་བཅུག་པ་ ལ་སོགས་
པ་ག་དེ་འབད་ཅུང་། རང་གི་གཞེས་པ་འི་ལུས་དང་། ཡངས་པ་འི་ལོངས་སྤྱོད་ག་མ་ ཁོང་ལུ་བྱིན་ཏེ་
ཁོང་ར་ག་དག་འམ་ འབད་བཅུག་དགོཔ་མ་ཚད།

ཚེ་རྟེ་མར་བསགས་པ་འི་དགོ་བ་དང་། ཚེ་ལྷི་མར་གསག་ནི་གི་དགོ་བ་ ད་ཉོ་ལུས་རྩེ་འདི་གི་ཐོག་
ལུ་གསག་མི་ རུས་གསུམ་གྱི་དགོ་བ་ཚུ་ཡང་། དཔེར་ན། བདག་ཅག་གི་ཉོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ གླུ་
ཚེ་རྟེ་མར་ རྒྱལ་པོ་དྲི་མེད་ཀྱི་ལྷན་འབད་ འབྲེན་པ་འི་སྐབས་ལུ། ལོངས་སྤྱོད་གཞན་འདི་ལོས།
འོར་བུ་དགོས་འདོད་དཔུང་འཛེམས་ཡང་ ལྷོན་པ་གཞན་མ་ལས་ ལྷོན་པོ་ཚུ་གིས་ཡབ་དྲེད་གས་ཏེ་
མཐར་བུད་དེ་ འབྲེན་པ་འི་ལམ་ལ་ལུ་ རྩེ་དང་གྲང་པོ་ཚེ། ལྷས་དང་ལྷས་མོ་ བཅུན་མོ་མིན་ཚད་
གཅིག་པོ་ཡང་ གཞན་ལུ་ཡན་ཐོགས་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ཟེར་ ཐུགས་བཞེད་གཞན་ཏེ་ ལྷོན་པ་
བཟུང་ཡོད་པ་བཟུམ་དང་།

རྒྱབས་ཇེ་ རྩེ་རྩེ་ཚོས་གྱི་གྲགས་པ་ལུ། མི་དེ་གིས་ དགོ་བ་དེ་མ་ཅིག་བསྐྱབས་ལུ་ག་ལོ། ཟེར་ལུ་
བ་ཅིན། དེ་འཕྲལ་ལས་གསོལ་ཇ་བཞེས་འཕྲོ་འབད་ ཡོད་པ་འི་བར་ན་ཡིན་ཅུང་བཞག་ཏེ་ ཐུགས་
དམ་དང་ལག་འཁོར་ལྷག་ལུ་བསྐྱམས་སྒྲེ། འདི་དང་རུས་གསུམ་འབྲེལ་པ་ཡི། །དགོ་མ་ཇི་རྩེ་
ཡོད་པ་ཀྱུན། །མར་གྲུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །སངས་རྒྱས་འབྲོམ་པ་འི་རྒྱ་རུ་བཅོ། །ཟེར་
གསུངས་མ་དང་འདྲ་མ་འབད། རང་གི་ དགོ་བའི་མ་ཇ་དེ་ཚུ་ཡང་ ད་ལེས་རང་ལུ་བཀྲ་མ་ཤིས་པ་
འབད་དེ་ གཞོན་པ་བཀལ་མི་ དམ་ཅིག་ཡིན་ཏེ་འབད་ཅུང་། དེ་ཚུ་གིས་ གཅོས་པ་འི་སེམས་ཅན་

ཆ་མཉམ་ལུ་ བསོ་བ་མོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་བརྟམ་དགོཔ་ དེ་ཡང་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཚུ་བ་སེམས་དཔལ་
ཚུ་གི་ལག་ལུ་ལྟེ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

འདོད་ཆེན་ : དགོ་འདོད་ཆེད་གསལ། འདོད་པ་སྒོམ།

འཕྲོག་ : འཕྲོག།

འཇུག་ : བཇུག།

ཐམས་ཅད་ : ག་ས།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུ་ལུ་ན་བྲིས།

༡. རྒྱུད་སའི་ནོར་ལོངས་སྟོན་ལུ་ དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མདེ་པར་ མི་གཞན་ཅིག་གིས་དེ་སླེ་
འབད་བ་ཅིན་ རྒྱུད་ཀྱིས་ག་དེ་སླེ་འབད་འོང་? བསམ་འཆར་བཀོད།
༢. བདག་ཅག་གི་ རྟོན་པ་གིས་ ཚོས་རྒྱལ་དྲི་མེད་ཀྱན་དན་གྱི་སྐྱེ་བཞེས་པ་ད་གི་
མཛད་ནུམ་བཟུམ་གཞན་ག་ཅིར་ མཛད་ནུག་ག་? ཞིབ་འཚུལ་འབད་དེ་ལོ་རྒྱུས་ཅིག་
བྲིས་?

སྤྱི་ཇི་བསྒོམ་དགོཔ།

བདག་ལུ་ཉེས་པ་ཅུང་ཟེད་བཞིན་དུ། །གང་དག་བདག་གི་མགོ་བོ་གཅོད་བྱེད་ན་འང་། །
སྤྱི་ཇི་འདྲི་བ་དེ་ལོ་སྤྱི་ག་པ་ནུམས། །བདག་ལུ་ལྟེ་པ་རྒྱལ་ལྷན་ལག་ལུ་ལྟེ་པ་ཡིན། །

མའི་ལྷོང་གཉེས་པ་ བས་མའི་འཛིན་རྟེན་ལྷོང་ཡུག་གཅིག་ལུ་ ལྷོང་གསུམ་གྱི་ལྷོང་ཚེ་པོ་ཟེར་བའི་
འཛིན་རྟེན་གྱི་ཡང་ལྷབ་འབད་ ལྷབ་རུང་།

སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་མ་འཕྲོག་པའི་ སེམས་ཅན་ཆ་མཉམ་གྱི་ མཚན་ཉེད་ དེ་སློལ་ཡིན་མི་འདི་ལུ་
མནོ་བསམ་བཟུང་བྱེ། མ་དགའ་བ་དང་མ་རངས་པའི་སེམས་མ་བརྟེན་པས། རང་གིས་
བཟོན་རྒྱན་པ་ཅིག་ འབད་དགོ་པ་མ་ཚད་ ཉུག་པས་དུ་བྱམས་པའི་སེམས་ ཚད་མེད་པའི་སྣོ་ལས་
འབད་ལོག་བྱེ་ར་ རང་གིས་ཁོ་གི་རྒྱན་ལུ་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏུན་ དུ་མ་གྲའི་གཉེན་ལས་མེད་རུང་ ཡོན་
ཏུན་དེ་ བཏོན་བྱེ་བཟོན་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ངོ་བོ་གིས། མི་ལྷན་ཚིག་རྣམས་ཟོས་པའི་ཚེ། །བྲག་
ཅའ་བཞིན་དུ་བཟུ་བས་བྱ། །ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། མ་ཏུན་པའི་གཏུམ་སྤང་མི་དེ་ལུ། རྫོན་དུ་
མི་འཛིན་པས་ ཡོན་ཏུན་བཟོན་དགོ་པ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྤངས་བྱུང་བའི་སེམས་དཔའ་རྒྱ་གི་ ལག་ལེན་
ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- འགའ་ཞིག་ : ལཱ་ལུ་ཅིག།
- མི་ལྷན་ : མ་ཏུན་མ།
- སྤང་ཡང་ : དོ་རུང་ཡང་།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ལཱ་ལྷན་གྱིས།

༡. ལྷོང་གསུམ་མི་སྡེ་ཟངས་ ག་དེ་སློལ་ཡིན་མས་གོ་?

දුග්‍යතාවයක් ඇති බවට අවධානය යොමු කිරීමට අවශ්‍ය වන අතර, මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි. මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

1. මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.
2. මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි. මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි. මෙහිදී අපට අවධානය යොමු කළ යුතු වන්නේ මෙයයි.

རང་གི ལུས་ལས་མཚད་པའི་ བུཊ་བུཊ་མཚུམ་སྒྲེལ་འབྱུ། གོ་ལ་བཀལ། བཞེས་སྒོ་བྱིན།
སོ་བ་གྲུ་ལ་བཅུགས་ཏེ་ ཡོན་ཏུན་ཉལ་བཅུགས་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ལས་ ག་འདེག་ཅེས་གཅེས་དང་
ག་འདེལ་ངས་ལངས་འབད་བཞུངས་ཏེ་ དག་འཕྲ་སྒྱིད་པ་ལ་བཀོད་དེ་ བཞེག་པའི་མི་ལ་ལྷ་གིས།
རྗེ་ལས་ཚང་ལུན་ཉལ་གིས་འཇལ་ ཏུ་གསོ་གསོ་བའི་དྲི་ལུན་ རྗེ་ག་ཐལ་གྱིས་འཇལ་དོ་བཟུམ་
རང་ལུ་དྲི་ལུན་ལོག་པར་འཇལ་ཏེ་ རང་ལུ་དག་བཟུམ་བཏུ་ཏེ་འབད་ཅུང་། དུ་འབད་བ་ཅིན།
མ་རྗེ་ག་ཅིག་ལུ་ བུ་རྗེ་ག་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་ མེད་དེ་འབད་བ་ཅིན། བུ་རྗེ་ག་ཅིག་པོ་དེ་ ཚེ་
མའི་ལས། རྒོ་བུ་སྒྱི་བྱིན། འབྱུང་པོའི་གདོན། ཏུ་ག་པར་ན་བའི་ རྣམ་གཞི་ཚུ་གིས་བཏུབ་ཏེ་
ལུས་ནད་གཞི་གིས་ གཏུངས་པའི་བུ་ལུ། མ་རྗེ་ག་ཅིག་པོ་དེ་གིས་ ད་ཏུ་ར་ཤི་མི་སོ་ག་མནོ་བའི་
དོགས་པ་དང་། ད་ཏུ་ར་ཏུ་ག་ཅིག་ འོང་པ་ཅིན་ མནོ་བའི་མེ་བ་གིས་ ལྷགས་རྒྱགས་འབབ་ཏེ་
ཉལ་སོ་ལ་ཁྱ་གསོ་ལ། གདོན་མཚོད་ལ་སོགས་པ་ དེ་མ་གྲོ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་འབད། ལུན་ག་ཅི་གིས་
ཕན་ག། བཞེས་སྒོ་ག་ཅི་གིས་རྗེ་ལས་འཇུག་ག་ གོ་ལ་ག་དེ་མ་ཅིག་གིས་རྗེ་ག་ ལ་སོགས་པ་
དེས་ཏེ་ ཏེ་མ་བས་ཏུ་ག་པ་ འབད་དོ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ།

རང་ལུ་ དྲི་ལུན་ལོག་པར་འཇལ་མི་དེ་ལུ་ ཉལ་པར་སྒྱིད་ནས་བཅེ་བ་ འབད་དགོ་པ་འདི།
འཚད་ལ་པས། ཕན་བཏུགས་ལུན་ཏུ་གོད་བྱེད་ཀྱང་། །ཡང་ལུ་སྒྱིད་ཇེ་ཚེ་པོ་བསྒོམ། །ཟེ་
གསུངས་མ་བཟུམ། ཏེ་མ་ལས་ཉལ་པའི་ བུཊ་སྒྱིད་ག་འདེ་ཏུ་ག་ཏུ་ འབད་དགོ་པ་དེ་ཡང་
རྒྱལ་སྐས་བུང་ཚུ་བསམས་དཔའ་ཚུ་གི་ ལག་ལུ་མེ་ཅིག་ཡོད་ནོ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- དུག་བཞིན་ : དུག་བརྒྱུམ།
- ནད་ཀྱིས་བརྒྱབ་ : ནད་ཀྱིས་ན།
- ཉུག་པར་ : ཉེང་སྐྱལ་ར།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བློ།

༡. རང་ལྟ་དུག་བརྒྱུམ་འབད་མི་ མི་ལྟ་ལོག་ཏུ་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་ཡིན་མས་ག་?

དམན་པ་གོང་དུ་བཀུས་དགོ་པ།

རང་དང་མཉམ་པའམ་དམན་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡིས། །ང་རྒྱལ་དབང་གིས་བརྒྱས་བཅས་བྱེད་ན་
 ཡང། །སྤྱོད་བཞིན་དུ་གྲས་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི། །སྤྱི་བོར་ལེན་པ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལེན་ལེན། །
 གཤུང་ཚོས་ཇེ་ལུ་སོགས་པའི་ དེགས་ལུངས་དང་ རྟོག་གོས་ བཀུ་གོ་ལུ་ རྒྱ་ཕྱེད་ཀྱི་མ་ལུ་
 སོགས་པ་ རང་དང་མཉམ་པའམ་ཡོད་མི་ཚུ་འབད་ཅུང་། ཡང་ཅིན་རང་ལས་དམའ་བའི་མི་ཅིག་
 ཡིན་ཅུང་འདྲ། དེ་ཚུ་གིས་ དེགས་ གཟུགས་ རྩོམས་འབྱོར་ཚུ་ ག་བས་ཡང་ཁོང་དུ་ག་མེད་ཏུ་
 སེམས་ང་རྒྱལ་ལུ་ གོ་མས་འདྲིས་ཚུ་དཔའི་དབང་གིས། རང་ལྟ་གཉམ་ རྟོར་གཉིས་ཆ་རའི་ཐོག་
 ལས་ ལཱ་གསོད་དང་ མི་གྲུ་མ་ཚད་ ལྷི་གྲུ་ལ་ཡང་མ་བཅུགས་པའི་ བརྒྱས་བཅོས་བཅས་རྣམ་
 པ་སྤྱོད་ཚུགས་འབད་ཅུང་། དེ་ལྟ་ཅིག་པ་མ་ཟེ་བས་ རང་ལྟ་བུ་དོར་གྱི་གནས་ལྱོན་གནད་མི་ སྤྱོད་
 མའི་བཀུ་ལྷན་པོ་བརྒྱུམ་ ལོག་ཏུ་ར་ ཁོ་གིས་ ག་སྤྱོད་ ག་ཟེར་ཉུན་ཏེ་ གྲས་པས་བརྒྱད་དེ་

རང་གི་སྤྱི་བོར་བཀལ་ཏེ་ ལེ་དང་རྒྱལ་ལ་ག་ར་ཡར་བྱིན། རྒྱུང་དང་ལཱ་ཉེས་ག་ར་རྒྱུ་ར་ལཱ་དཀོལ་དེ་
ཡང་ རྒྱལ་སྤུས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྒྱ་གི་ ལག་ལཱ་ཉེ་ཅིག་ཡིན་ཏེ།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- མཉམ་པ་ : འདྲན་འདྲ།
- དམན་པ་ : ཉམ་རྒྱུང་།
- བརྟུས་ཟབས། : བརྟུས་བཅོས།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་རྒྱུ་ལཱ་སྤྲེལ།

༡. རང་དང་མཉམ་པ་ཟེར་མི་འདི་ག་དེམ་ཅིག་ལྟ་སྤྲེལ་མོ?
༢. དམན་པ་འི་ རྐྱེ་བོ་ཟེར་མི་འདི་ ག་ལྟ་སྤྲེལ་མོ?
༣. རང་པ་དམན་པ་འི་མི་གིས་ ག་ཅི་ལས་བརྟུན་ བརྟུས་ཟབས་འབད་མེ་མོ?
༤. རང་ལུ་ བརྟུས་བཅོས་འབད་མི་འདི་ལུ་ ཅི་ག་པ་མ་ཟེ་བར་ ག་ཅི་འབད་དཀོལ་མོ?
༥. རྒྱུ་དུ་ལུ་ བརྟུས་བཅོས་འབད་མི་ མི་འདི་རྒྱུ་དུ་ལྱིས་སྤྱི་བོར་བཀལ་ལུ་རྒྱ་གསལ་ག་? ལུངས་

བཀལ།

སྤྲེལ་བཤམ་དང་ཕུ་བྱང་དཀོལ།

འཚོ་བའི་མོངས་གིང་རྟུག་རྟུ་མི་ཡིས་བརྟུས། །འཚོ་བས་ཆེན་ཉན་དང་གདོན་གྱིས་བརྟུབ་ཀྱང་
སྤྲ། །འབོ་ཀྱན་སོག་སྤྲེལ་བདག་ལ་ལཱ་ཉེ་བྱེད་ཅིང་། །ཞུམ་པ་མེད་པ་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལཱ་ཉེ་ཡིན། །

ཚེ་དཔེ་སློབ་འཚོ་བའི་ཟུང་དང་། མྱོན་པའི་གོ་ལ་སོགས་པ་ གང་ཡང་མེད་པར་ སྤང་ཀྱང་ལྷ་
 ཟུམ་ལ། དུས་རྒྱུ་རྒྱ་མི་གིས་ མིག་ཁར་བཀལ་ཏེ་ བརྟམ་བཅོས་འབད་ནི་དང་། འཚོ་བས་ཚེ་ཤིའི་
 རྟོན་གྱིས་ན་ནི་དང་། འཕྲུལ་འཕྲུལ་ འདྲེ་དང་གདོན་གྱིས་བརྟབ་ཏེ་ རང་སྤྲུག་བསལ་ལ་གྱིས་མཉམ་
 ཏེ་ ཉམ་ཐག་པ་ཐག་སར་ལོད་རུང་། ད་རུང་ མར་ལྷུང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལྷ་ སྤྲེད་ལྗོངས་
 དབང་གིས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཀྱི་མཉམ་ལྷན་གྱི་ རྒྱུ་ལྷ་ཡོད་པའི་ རྒྱ་སྤྲུག་པ་དང་འབྲས་བུ་ སྤྲུག་བསལ་
 གྱི་ཉམ་པ་ཡོད་ཚད་ཅིག་ཤོ་ རང་ལྷ་མྱོང་བཅུག་ཟེར་བའི་སེམས་གྱིས་རང་ལྷ་ལཱ་ཞིན་ན་ལས།
 སེམས་དཔལ་མ་ལྷམ་པར་ ལྗོངས་ལྷ་ག་པར་བསྐྱེད་དགོ་མི་འདི་ཡང་ རྒྱལ་སྤྲུག་བྱེད་ཚུ་
 སེམས་དཔལ་ཉམས་ཀྱི་ ལག་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་མིག་གོ་དོན།

- འཚོ་བ་ : བཟའ་འབྲུང་།
- མོངས་ : མ་ལུང་མ། སྤང་ཀྱང་།
- འཚོ་བས་ཚེ་ : འཚུ་བ་ཅན།
- ལྷམ་པ་མེད་པ་ : སེམས་མ་གྲི་བ། དཔལ་མ་ལྷམ་པ།

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུ་འི་ལན་ལྟེན།

༡. འཕོངས་པ་ཟེར་མི་འདི་ག་དེ་མ་ཅིག་ལྷ་སྤྲུག་ནི་མོ་?
༢. རྟོན་དང་གདོན་གྱིས་བརྟབ་རུང་སེམས་ཅན་ལྷ་སྤྲེད་ལྗོངས་ལྷ་སྤྲུག་དེ་ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་མོ་?

རང་གི་རྒྱུ་ལྷོད་པའི་ སེམས་ཞེ་བྲུང་གི་ཉེན་མོངས་པ་ འདི་ལས་ཉུག་པའི་སྡིག་པ་གཞན་
མེད། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྲིས། ཞེ་བྲུང་ཉུ་བྱའི་སྡིག་པ་མེད། །བརྗོད་པ་ཉུ་བྱའི་
དཀའ་བྱུང་མེད། །ཟེེ་གསུངས་ལོད་པ་བརྒྱམ་ ཞེ་བྲུང་ལྷོ་བརྗོད་པའི་ སྡིག་པ་འདི་གིས། རང་
ཚོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ལས་ རྣམ་བཤུ་ལྗོངས་བཅུག་ནི་འདི་གིས་ རང་གི་དག་བྱང་འཕྱུད་པོ་
མ་ ཞེ་བྲུང་འདི་མ་བརྒྱུལ་བཅོམ། རང་དང་རང་ལྷོ་བརྗོད་པའི་ ཡམ་གཉེན་ཉེ་བ་ཚུ་ལྷོ་ ལྷོ་ལ་
ལས་བྱང་འཕྱུད་འབད་ལོང་ཉེ་ གཞོན་པ་བཀལ་མི་ ལྷོ་ལོ་དག་པོ་ཚུ་བརྒྱུལ་ལོ་བརྒྱུལ་ལོ་ར་ ཉུང་
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་མེད་པར་ མང་ལྷོ་མང་ལྷོ་འཕེལ་ཉེ་འགྲོ་བཤེ་ཡིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དང་པ་རང་ལྷོ་ལོ་དག་བྱང་འཕྱུད་དེ་ཚུ་ མ་བརྒྱུལ་བའི་ཉེ་མར་དག་བྱང་
འཕྱུད་དེ་ཚུ་ ག་ར་བདེ་བ་དང་དྲན་བཅུག་ མཚོ་བའི་བྱམས་པ་དང་ ག་ར་རྣམ་བཤུ་ལྷོ་དང་འབྲལ་
བཅུག་མཚོ་བའི་ ལྷོ་ལོ་དེ་དམག་དཔུང་དེ་གིས། རང་རྒྱུ་ལྷོད་པའི་ཞེ་བྲུང་གི་དག་པོ་འདི་
བརྒྱུལ་དགོ།

དེ་ཡང་། ལྷོ་དེ་འབྲུག་ལས། སེམས་ཅན་མི་སྲུང་ཞམ་མཁའ་བཞིན། །དེ་དག་གཞོམ་གྲིས་ལོངས་
མི་ལང་། །ལྷོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་བཅོམ་ན། །དག་དེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་དང་འདྲ། །ཡང་ཚོ་བོ་
གིས། རང་གི་སེམས་ནི་དུལ་འབྱུང་ན། །ལྷོ་ལོ་དག་འདིས་གཞོན་མི་ལུས། །ཟེེ་གསུངས་པ་
བཞིན་ཉུ་ རང་ཉེན་མོངས་པའི་དག་བརྒྱུལ་ནི་ དཔུང་མཚོག་བྱམས་པ་དང་ལྷོ་ལོ་དེ་གྲིས་ཡིན་མ་

ཞེས་ཏེ་ ཐུམས་སྤྱིང་ཇེ་ལོ་སྐོ་ལས་ རང་པ་རང་རང་གི་རྒྱན་བརྒྱུལ་དགོ་པ་འདི་ཡང་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཐུང་
རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྒྱ་གི་ ལག་ལེན་ཅིག་ཡིན་ཀོ།

མིང་མིག་གི་དོན།

- བུལ་ : བརྒྱལ།
- ལྷི་ལའ་ : ལྷི་ལ།
- དམག་དཔལ་ : དམག་གི་ཕུ་ལག།
- རང་རྒྱན་ : རང་སེམས།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བློས།

༡. རང་གི་ཞེ་སྤང་གི་དགྲ་མོ་དང་ལྷི་ལའི་དགྲ་མོ་གཉིས་ལས་ ག་བརྒྱལ་དགོ་པ་མོ་?
༢. རྣང་གི་དགྲ་མོ་མ་བརྒྱལ་བར་ལྷི་ལའི་དགྲ་མོ་བརྒྱལ་བ་ཅི་ཞེ་ག་ཅི་འབད་འོང་གོ་?
༣. ཐུམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ཟེ་མི་འདི་ག་དེམ་ཅིག་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱི་མོ་?
༤. རང་གི་ཞེ་སྤང་གི་དགྲ་མོ་བརྒྱལ་དགོ་པའི་ཁུངས་སྤྱོད་འཇུག་ལས་དང་ཇོ་མོ་གསེལ་ག་དེ་སྐོ་
གསུངས་ཞུག་གོ་?

འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་པའ་དགོ་པ།

འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལུན་རྒྱའི་རྒྱ་དང་འདྲ། །ཇི་ཅམ་སྤྱད་ཀྱང་སྤེལ་པ་འཕེལ་བར་འཇུག། །གང་
ལ་ཞེན་ཆགས་སྐྱེ་བའི་དེངས་པོ་རྣམས། །འཕྲལ་ལ་སྲོང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཡིན། །

འོག་གི་དྲི་བ་དེ་ཚུ་ལི་ལན་གྱི་སྒྲིལ།

1. འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཟེར་མི་འདི་ག་དུམ་ཅིག་ལུ་སྤྲུམ་ནི་མོ་? སེ་འེ་བཞིན་དུ་བྱིས།
2. འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ཆགས་པ་ཅིན་ དཔེ་ག་ཅི་བརྩམ་ཅིག་འབད་ ངོམ་ནི་མདེཔ་
འགྲོ་ཕ་ཡིན་ནེ་?
3. ཚེས་ལས་ག་དེ་སློ་གསུངས་ཏུ་ག་གོ་?

བདག་འཛིན་ཡང་དགོ་པ།

ཇི་ཉམས་ལུང་བ་འདི་དག་རང་གི་སེམས། །སེམས་ཀྱི་དེ་གོ་དེ་ནས་སྤོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ།
དེ་ཀྱི་ཤེས་ནས་གཟུང་འཛིན་མཚན་མ་ནམས། །ཡིད་ལ་མི་བྱེད་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལེན་ཡིན།
མིག་གི་དབང་པོ། རྣ་བའི་དབང་པོ། ལྷ་ཡི་དབང་པོ། ཆེ་འེ་དབང་པོ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ཚུ་གི་
ལུ་ལ་ གཟུགས་ལེགས་མ་ལེགས། རྩ་ཏན་མ་མ་ཏན་མ། དྲི་ཞི་མ་མ་ཞི་མ། རོ་མངས་མ་མངས།
སེམས་ལུ་མཐའ་མ་མཐའ་ཚུ་ལྷི་ལ་ལས་བཏུ་ཕྱེད། དངོས་པོ་དྲི་ག་དྲི་ལ་དྲི་ལ་ཅིག་ལུ་གྲུབ་ཡོད་དོ་
བརྩམ་ཅིག་འབད་མཐོང་ཏུང་། འདི་ཚུ་ དཔེ་འདི་ རང་གི་སེམས་ལུ་ དཔག་བསམ་ཚོན་གིང་
ཅིག་གི་ རྣམ་རྟོག་འཆར་འོང་བའི་སྐབས་ལུ། གིང་དང་། ལྷ་ལ་ལག་དང་། ལོ་འདེམ་དང་། མེ་
རྩོག་དང་། འབྲས་བུ་ཚུ་ ག་ནི་བ་ལུ་སྤུས་ཚུགས་པ་འབད་ མཐོང་ཏུང་། རང་གི་སེམས་ལུ་ལུ་
བའི་ངོ་བོ་ལུ་ ལྷང་བའམ་མཐོང་མ་མ་གཞོན་གས། དེ་དེ་དུམ་པའི་ངོ་བོ་ལུ་ དྲི་ག་དྲི་ལ་དྲི་ལ་འབད་

བདེ་ཤེས་པར་གྱུ་བ་པའི་ དེ་སོ་པོ་གཤམ་ཞི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

དེ་མ་ཚད་ སེམས་འདི་གི་ངོ་བོ་དེ་ཡང་ ལ་ནང་ན་བརྗོད་ཏེ་བཏུ་ལ་དེ་ ཏེ་མ་ལས་ གཟུགས་དང་
ལྡན་དུ་བྱེད་པ་དང་ ལ་དོག་ལ་སོགས་པའི་ དེ་སོ་པོ་འབད་མ་གྱུ་བ། སེམས་འདི་ལུས་ཀྱི་ལྷི་ནང་
བར་གསུམ། ལྷོད་མེད་ ག་ཏེ་ཡོད་ག་ འཚོ་ལ་རུང་འཚོ་ལ་མི་འཚོ་བ། ག་དེ་མ་ཅིག་ཡིན་ན་ཟེར་
བསམ་བརྗོད་ལས་འདུས་པ་ ཡང་མ་ཤེས་པ་འབད་ ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་སྤོས་པའི་མཐའ་དང་
བྲལ་བ་ཡིན། དེ་སླེ་ བདེ་ཤེས་པར་གྱུ་བ་པའི་ དེ་སོ་པོ་གཤམ་ཞི་ཡང་མེད་པར་ ཚོས་བམས་ཅད་ཀྱི་
གནས་ལུགས་དེ་ཉིད་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ ཤེས་ཞིན་ན་ལས་ གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ གཟུང་སའི་
ལུ་ལྷི་ནམ་རྩོག་དང་། འདི་གཟུགས་ཡིན་མས། ཟེར་ཤེས་མི་གི་ འཛིན་པ་སེམས་ཀྱི་ རྣམ་རྩོག་
ཚུ་ག་ཞི་ཡང་ སེམས་འབར་མ་མེད་པར་ བདག་འཛིན་ལུ་ལས་ལམ་དགོ་པ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་
ལུ་ལྷི་ནམ་རྩོག་ལས་འདུས་པ་ཚུ་གི་ ལག་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ལྷང་བ་ : མཚོང་ནི།
- གདོད་ནས་ : ཏེ་མ་ལས།
- སྤོས་པ་ : བརྗོད་པའི་ བཅོས་མ།
- མཚན་མ་ : རྣམ་རྩོག།
- ཡིད་ : སེམས།

བསམ་པ་བརྟེན་དེ་ ཞེ་ཆགས་པོང་དགོཔ་དེ་ཡང་ རྒྱལ་ལུ་ཐུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ ལག་
ལཱ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཡིད་དུ་འོང་བ : སེམས་ཁར་འབབ་མི།
- འཕྲད་པ་ན་ : འཕྲད་པ་ད།
- དབྱུང་ : ཐུང་།
- འཇའ་ཚིན་ : གཞུང་།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ལཱ་ལྟན་བྲིས།

༡. ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་གཞི་ས་ཡིན་མས་གོ་? རོས་འཇིན་འབད།
༢. ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་གཞི་ས་ དབྱུང་གི་དུས་ཀྱི་ འཇའ་ཚིན་བཟུམ་སྟེ་ བཏུ་དགོ་ཟེེ་
ཡིན་མས། རྒྱུད་ཀྱིས་བཏུ་བ་ཅིན་ དེ་སྟེ་མཚོང་མས་ག་? མཚོང་ན་མཚོང་པའི་ཁུངས།
མ་མཚོང་ན་ མ་མཚོང་པའི་ཁུངས་བཀའ།
༣. དབྱུང་གི་དུས་ཀྱི་ འཇའ་ཚིན་བཟུམ་སྟེ་བཏུ་ཞིན་མ་ལས་ ཞེ་ཆགས་པོང་དགོཔ་འདྲི་
ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཡིན་མས་གོ་?

සූතාපරලාභලාභාපරපරපරපර

සූතාපරලාභලාභාපරපරපරපර 123456789101112131415161718192021222324252627282930313233343536373839404142434445464748495051525354555657585960616263646566676869707172737475767778798081828384858687888990919293949596979899100101102103104105106107108109110111112113114115116117118119120121122123124125126127128129130131132133134135136137138139140141142143144145146147148149150151152153154155156157158159160161162163164165166167168169170171172173174175176177178179180181182183184185186187188189190191192193194195196197198199200201202203204205206207208209210211212213214215216217218219220221222223224225226227228229230231232233234235236237238239240241242243244245246247248249250251252253254255256257258259260261262263264265266267268269270271272273274275276277278279280281282283284285286287288289290291292293294295296297298299300301302303304305306307308309310311312313314315316317318319320321322323324325326327328329330331332333334335336337338339340341342343344345346347348349350351352353354355356357358359360361362363364365366367368369370371372373374375376377378379380381382383384385386387388389390391392393394395396397398399400401402403404405406407408409410411412413414415416417418419420421422423424425426427428429430431432433434435436437438439440441442443444445446447448449450451452453454455456457458459460461462463464465466467468469470471472473474475476477478479480481482483484485486487488489490491492493494495496497498499500501502503504505506507508509510511512513514515516517518519520521522523524525526527528529530531532533534535536537538539540541542543544545546547548549550551552553554555556557558559560561562563564565566567568569570571572573574575576577578579580581582583584585586587588589590591592593594595596597598599600601602603604605606607608609610611612613614615616617618619620621622623624625626627628629630631632633634635636637638639640641642643644645646647648649650651652653654655656657658659660661662663664665666667668669670671672673674675676677678679680681682683684685686687688689690691692693694695696697698699700701702703704705706707708709710711712713714715716717718719720721722723724725726727728729730731732733734735736737738739740741742743744745746747748749750751752753754755756757758759760761762763764765766767768769770771772773774775776777778779780781782783784785786787788789790791792793794795796797798799800801802803804805806807808809810811812813814815816817818819820821822823824825826827828829830831832833834835836837838839840841842843844845846847848849850851852853854855856857858859860861862863864865866867868869870871872873874875876877878879880881882883884885886887888889890891892893894895896897898899900901902903904905906907908909910911912913914915916917918919920921922923924925926927928929930931932933934935936937938939940941942943944945946947948949950951952953954955956957958959960961962963964965966967968969970971972973974975976977978979980981982983984985986987988989990991992993994995996997998999100010011002100310041005100610071008100910101011101210131014101510161017101810191020102110221023102410251026102710281029103010311032103310341035103610371038103910401041104210431044104510461047104810491050105110521053105410551056105710581059106010611062106310641065106610671068106910701071107210731074107510761077107810791080108110821083108410851086108710881089109010911092109310941095109610971098109911001101110211031104110511061107110811091110111111012110131101411015110161101711018110191102011021110221102311024110251102611027110281102911030110311103211033110341103511036110371103811039110401104111042110431104411045110461104711048110491105011051110521105311054110551105611057110581105911060110611106211063110641106511066110671106811069110701107111072110731107411075110761107711078110791108011081110821108311084110851108611087110881108911090110911109211093110941109511096110971109811099111001110111102111031110411105111061110711108111091111011110121110131110141110151110161110171110181110191110201110211110221110231110241110251110261110271110281110291110301110311110321110331110341110351110361110371110381110391110401110411110421110431110441110451110461110471110481110491110501110511110521110531110541110551110561110571110581110591110601110611110621110631110641110651110661110671110681110691110701110711110721110731110741110751110761110771110781110791110801110811110821110831110841110851110861110871110881110891110901110911110921110931110941110951110961110971110981110991111001111011111021111031111041111051111061111071111081111091111101111101211110131111014111101511110161111017111101811110191111020111102111110221111023111102411110251111026111102711110281111029111103011110311111032111103311110341111035111103611110371111038111103911110401111041111104211110431111044111104511110461111047111104811110491111050111105111110521111053111105411110551111056111105711110581111059111106011110611111062111106311110641111065111106611110671111068111106911110701111071111107211110731111074111107511110761111077111107811110791111080111108111110821111083111108411110851111086111108711110881111089111109011110911111092111109311110941111095111109611110971111098111109911111001111101111110211111031111104111110511111061111107111110811111091111110111111012111110131111101411111015111110161111101711111018111110191111102011111021111110221111102311111024111110251111102611111027111110281111102911111030111110311111103211111033111110341111103511111036111110371111103811111039111110401111104111111042111110431111104411111045111110461111104711111048111110491111105011111051111110521111105311111054111110551111105611111057111110581111105911111060111110611111106211111063111110641111106511111066111110671111106811111069111110701111107111111072111110731111107411111075111110761111107711111078111110791111108011111081111110821111108311111084111110851111108611111087111110881111108911111090111110911111109211111093111110941111109511111096111110971111109811111099111111001111110111111102111111031111110411111105111111061111110711111108111111091111111011111110121111110131111110141111110151111110161111110171111110181111110191111110201111110211111110221111110231111110241111110251111110261111110271111110281111110291111110301111110311111110321111110331111110341111110351111110361111110371111110381111110391111110401111110411111110421111110431111110441111110451111110461111110471111110481111110491111110501111110511111110521111110531111110541111110551111110561111110571111110581111110591111110601111110611111110621111110631111110641111110651111110661111110671111110681111110691111110701111110711111110721111110731111110741111110751111110761111110771111110781111110791111110801111110811111110821111110831111110841111110851111110861111110871111110881111110891111110901111110911111110921111110931111110941111110951111110961111110971111110981111110991111111001111111011111111021111111031111111041111111051111111061111111071111111081111111091111111101111111101211111110131111111014111111101511111110161111111017111111101811111110191111111020111111102111111110221111111023111111102411111110251111111026111111102711111110281111111029111111103011111110311111111032111111103311111110341111111035111111103611111110371111111038111111103911111110401111111041111111104211111110431111111044111111104511111110461111111047111111104811111110491111111050111111105111111110521111111053111111105411111110551111111056111111105711111110581111111059111111106011111110611111111062111111106311111110641111111065111111106611111110671111111068111111106911111110701111111071111111107211111110731111111074111111107511111110761111111077111111107811111110791111111080111111108111111110821111111083111111108411111110851111111086111111108711111110881111111089111111109011111110911111111092111111109311111110941111111095111111109611111110971111111098111111109911111111001111111101111111110211111111031111111104111111110511111111061111111107111111110811111111091111111110111111111012111111110131111111101411111111015111111110161111111101711111111018111111110191111111102011111111021111111110221111111102311111111024111111110251111111102611111111027111111110281111111102911111111030111111110311111111103211111111033111111110341111111103511111111036111111110371111111103811111111039111111110401111111104111111111042111111110431111111104411111111045111111110461111111104711111111048111111110491111111105011111111051111111110521111111105311111111054111111110551111111105611111111057111111110581111111105911111111060111111110611111111106211111111063111111110641111111106511111111066111111110671111111106811111111069111111110701111111107111111111072111111110731111111107411111111075111111110761111111107711111111078111111110791111111108011111111081111111110821111111108311111111084111111110851111111108611111111087111111110881111111108911111111090111111110911111111109211111111093111111110941111111109511111111096111111110971111111109811111111099111111111001111111110111111111102111111111031111111110411111111105111111111061111111110711111111108111111111091111111111011111111110121111111110131111111110141111111110151111111110161111111110171111111110181111111110191111111110201111111110211111111110221111111110231111111110241111111110251111111110261111111110271111111110281111111110291111111110301111111110311111111110321111111110331111111110341111111110351111111110361111111110371111111110381111111110391111111110401111111110411111111110421111111110431111111110441111111110451111111110461111111110471111111110481111111110491111111110501111111110511111111110521111111110531111111110541111111110551111111110561111111110571111111110581111111110591111111110601111111110611111111110621111111110631111111110641111111110651111111110661111111110671111111110681111111110691111111110701111111110711111111110721111111110731111111110741111111110751111111110761111111110771111111110781111111110791111111110801111111110811111111110821111111110831111111110841111111110851111111110861111111110871111111110881111111110891111111110901111111110911111111110921111111110931111111110941111111110951111111110961111111110971111111110981111111110991111111111001111111111011111111111021111111111031111111111041111111111051111111111061111111111071111111111081111111111091111111111101111111111101211111111110131111111111014111111111101511111111110161111111111017111111111101811111111110191111111111020111111111102111111111110221111111111023111111111102411111111110251111111111026111111111102711111111110281111111111029111111111103011111111110311111111111032111111111103311111111110341111111111035111111111103611111111110371111111111038111111111103911111111110401111111111041111111111104211111111110431111111111044111111111104511111111110461111111111047111111111104811111111110491111111111050111111111105111111111110521111111111053111111111105411111111110551111111111056111111111105711111111110581111111111059111111111106011111111110611111111111062111111111106311111111110641111111111065111111111106611111111110671111111111068111111111106911111111110701111111111071111111111107211111111110731111111111074111111111107511111111110761111111111077111111111107811111111110791111111111080111111111108111111111110821111111111083111111111108411111111110851111111111086111111111108711111111110881111111111089111111111109011111111110911111111111092111111111109311111111110941111111111095111111111109611111111110971111111111098111111111109911111111111001111111111101111111111110211111111111031111111111104111111111110511111111111061111111111107111111111110811111111111091111111111110111111111111012111111111110131111111111101411111111111015111111111110161111111111101711111111111018111111111110191111111111102011111111111021111111111110221111111111102311111111111024111111111110251111111111102611111111111027111111111110281111111111102911111111111030111111111110311111111111103211111111111033111111111110341111111111103511111111111036111111111110371111111111103811111111111039111111111110401111111111104111111111111042111111111110431111111111104411111111111045111111111110461111111111104711111111111048111111111110491111111111105011111111111051111111111105211111111111053111111111110541111111111105511111111111056111111111110571111111111105811111111111059111111111110601111111111106111111111110621111111111106311111111111064111111111110651111111111106611111111111067111111111110681111111111106911111111111070111111111110711111111111072111111111110731111111111107411111111111075111111111

སྲུག་བསལ་ལ་མ་འབད་བའ་ལོ་དོ་ནི་ཡང་ རྒྱལ་ལཱ་ལྷན་གྲུབ་སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལཱ་ཅིག་
ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

ལ་ཟང་ཚད་ : ལུ་སྲུག། རྩམ་ཟག།

འཕུལ་པ་ : འཛོལ་བ།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་ལི་ལན་བློས།

1. རྒྱལ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྲུག་བསལ། འཕུལ་བའི་སྲུག་བསལ། སྲུག་བསལ་གྱི་སྲུག་
བསལ་ཟེང་མི་ དེ་ཚུ་ ག་དེ་སློལ་ཡིན་ནུ་? དབྱེ་བ་ལྟེས།
2. མི་ལམ་ན་ལུ་གི་གི་ལྷ་མཚོང་ལྟེ་ སྲུག་བསལ་ལྟོང་ལྟེ་ རྩམ་ཟག་དོ་བཟུམ། རྩོད་ཀྱིས་
མི་ལམ་ནི་བཟུམ་མཚོང་ལྟེ་ སྲུག་བསལ་ལ་ཚད་མེད་པ་ཅིག་ལྟོང་ས་ཡིག་? རྩམ་ལྟོང་
ཅིག་བློས།

སློན་པ་བཟུང་དགོས།

བྱང་ཚུབ་འདོད་པས་ལུས་ཀྱང་བཟུང་དགོས་ན། །ཕྱི་རྒྱལ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་སྲིབ་ཅི་དགོས། །
དེ་ཕྱི་རྒྱལ་ན་དང་རྣམ་མེན་མི་འེ་བའི། །སློན་པ་གཏོང་བ་རྒྱལ་ལཱ་ལྷན་གྲུབ་ལཱ་ལྷན་ལོ། །
ཕྱོགས་པའི་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ དེས་པའ་ འཚོབ་དགོ་མེད་པའི་ འདོད་པ་ཡོད་

མི་ཚུ་གིས། དཔེ་ན། ཉེ་མ་ལངས་རྒྱས་ཤུག་བྱུང་པ་ རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྩ་ཆེ་པོ་ཟེར་མི་འདི་གིས་
སེམས་ཅན་ཆེ་པོ་ཟེར་མི་ཅིག་ལུ་ རྒྱ་རྒྱེ་བཞེས་ཉེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཆ་རོགས་མོ་རྒྱམ་
གཉེས་དང་གཅིག་ཁར་ བལ་ལུ་ལྷ་གྲི་ཞུགས་ཚུ་ལ་དང་ལུ་ བཤལ་བར་འབྱེད་མ་དུ་ ཉུག་མོ་ཅིག་
ལྷག་གྲུ་འཚའ་ཉེ་ ཞག་ལུ་ལེ་ཤུ་ཡར་སོ་རུང་། ཤུམ་འཛོལ་པར་ ཉུལ་བཀྲེས་ཉེ་དོད་པའི་ཁར་
ལྷག་གྲུ་ཚུ་གིས་ཨོམ་འབྱུང་པར་འོང་མ་དུ། ཚ་ཉེ་དུགས་མཚུགས་པར་ལྷག་གྲུ་འབྱུང་ཉེ་ བཟའ་
སགས་འབད་སར་གཟིགས་ཉེ་ རྒྱགས་ཀྲིས་མ་བཟོད་པར་ ཤུམ་ཚུ་ལུ་རུང་མ་འཛོལ་ལས། ཁོ་
ཤུམ་ལས་འོང་ནི་ཟེར་སྐབས་ཉེ་བཟུང་ལུག།

དེ་ལས་ ཉུག་གི་གདོང་ཁར་གཟིམ་རུང་ ས་འཛོལ་གྱི་བྱུང་རྒྱབ་སེམས་དཔལ་འབད་ནི་དེ་གིས་
བཟའ་མ་རུམ་པར་དོད་པ་དུ་ དེ་སྐྱེ་མི་བཟའ་ནི་མས་མནོ་ཉེ་ ཤིང་གི་ཚུལ་ ཚ་ལིག་ལིག་ཅིག་གིས་
རྒྱ་གཟུགས་ལས་ལྷག་བརྟོན་ཉེ་འབད་ རྒྱ་ལུས་སྦྱིན་པ་གནད་མ་དང་འདྲ་མ་ ང་བཅས་ས་གི་ལུས་
ལང་ སྦྱིན་པ་གཟུང་དགོ་པ་ཨོན་པ་ཅིན། ལྷི་ཁར་ཨོན་པའི་བཟའ་འབྱུང་། གོ་ལ། རྩོད་པ།
གསེར། དུལ། བུཚ་བུམོ། གནས་ཚང་ ལ་སོགས་པའི་དོས་པོ་རྩུ་འདི་ སྦྱིན་པ་ལྷུང་མི་ལུ་
སྦྱིན་དགོ་པ་དང་མི་དགོ་ སྐབས་དགོ་པ་ག་ཅི་ཨོན་པ། སྐབས་མི་དགོ།

དེ་སྐྱེ་ བྱུང་རྒྱབ་གྱི་གོ་ལམ་འཛོལ་པའི་ལྷི་དུ་ དེ་ཉེ་ཁོ་ལུ་མེད་པ་དུ་ ང་གིས་སྦྱིན་པ་གཟུང་མ་ཨོན།
རྩེང་ལས་ ང་ལུ་མེད་པའི་བྱུང་ལུ་བྱུག་པ་ཅིན་ ཁོ་ལས་དགོ་ཟེར་བའི་ལན་དང་། སྦྱིན་པ་བཟུང་

3. ལྱི་རྩེ་ལ་དངོས་པོ་ ཟེར་མི་འདི་ ག་ཅི་ར་ཡིན་ནུ་? རྩོམ་གོད།

ཚུལ་ལྡིམ་ས་བསྐྱུང་དགོཔ།

ཚུལ་ལྡིམ་ས་མེད་པར་རང་དོན་མི་འགྲུབ་ན། །གཞན་དོན་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་གན་མེའི་
གནས། །དེ་ལྟར་སྲིད་པའི་འདུན་པ་མེད་པ་ཡི། །ཚུལ་ལྡིམ་ས་སྐྱུང་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལུག་ལུན་ཡིན། །
རིན་པོ་ཆེའི་ ས་གཞི་དང་འདྲ་བའི་ ཚུལ་ལྡིམ་ས་མེད་པའི་མི་རྒྱ་གཞི་ ཆེ་ལྟོ་མར་ རང་དོན་ལྷ་དང་
མིའི་ལུས་རྩེ་ཅམ་ཡང་ འཕྲོ་བའི་དོན་དག་མ་འགྲུབ་པ་ཅིན། གཞན་ སེམས་ཅན་ཚུ་མཐོ་རིམ་
དང་ ཟུར་པའི་ལམ་ལུ་བཀོད་ཀྱི་ མནོ་བའི་ སློའ་དོན་སྐྱེད་མི་འདི་ མཁས་པ་ཚུ་དགོད་བྱ་བྱེ་
བཞན་གན་གོར་གྱི་ལུ་ཅིག་ལས་ བརྟལ་བྱེ་མེད་པ་ཡིན། དེ་འབད་གྱི་འདི་གིས་ རང་ ཆེ་ལྟོ་
མར་ སྲིད་པའི་དཔལ་ལ་འབྱོར་འཕྲོ་བའི་ དེ་འདོད་སྐྱེད་ཐོག་ལས་མིན་པར་ ཚུལ་ལྡིམ་ས་ཀྱི་ལོ་མ་
པ་ རྩེ་ལྟོ་ད་ལོ་མ་པའི་ཚུལ་ལྡིམ་ས། དག་བཞོས་ལྷན་གྱི་ཚུལ་ལྡིམ་ས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་
ཚུལ་ལྡིམ་ས། ཡང་དག་པར་བསྐྱུང་དགོཔ་འདི་ རྒྱལ་སྤྱོད་བྱང་ཚུ་བསེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལུག་ལུན་
ཅིག་ཡིན་ནོ།

མིང་ཚིག་གོད་ན།

- ཚུལ་ལྡིམ་ས་ : ལོ་མ་པ། རྒྱ་གཞི་ལྡིམ་ས།
- གན་མེ : དགོད་བྱ་བྱེ།
- འདུན་པ་ : དེ་བ།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་གྱིས།

1. གཞན་གྱི་དོན་འགྲུབ་དགོ་པ་ཅི་ནི་ རང་ལུ་ག་ཅི་དགོ་ནི་ཡིན་པས་?
2. གཞན་གྱི་ གན་མེད་འགན་སུ་ འགྲུབ་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཡིན་ནེ་?

བཟོད་པ་བསྐྱོམ་དགོ་པ།

དགོ་བའི་ལོངས་སྤོང་འདོད་པའི་རྒྱལ་སྤུས་ལ། །གཞོན་བྱེད་ཟམས་ཅད་རྟོ་ཆེ་གཏེར་དང་
 མཚེངས། །དེ་ཡི་ཉུན་ལཱ་ཞེ་འགྲུབ་མེད་པ་ཡི། །བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལེན་ཡིན། །
 དགོ་བ་བཅུའི་ ལོངས་སྤོང་ཚུ་འབྲེལ་དགོ་བེད་ འདོད་པ་སྐྱེད་མི་ རྒྱལ་སྤུས་བྱུང་ཚུ་བ་སེམས་དཔའ་
 ཚུ་ལ། གཞོན་བྱེད་དག་བགཏགས་འབྱུང་པོ་ཟམས་ཅད་ ག་ར་རྟོ་པོ་ཆེ་འགཏེར་འབྲེལ་པ་དང་འདྲ་མ་
 འབད་བཅིམ་ཡིན། དེ་གིས་འབད་ རང་གི་དགོ་བའི་ཚོས་ མི་ཉུམས་པའི་ཡི་ཡི་དུ། ཏེ་མ་ སངས་
 རྒྱལ་གྲུ་བྱུབ་པ་ དང་སྤོང་བཟོད་པར་སྤྲོ་བ་ ཟེད་མི་ལུ་སྐྱེ་བའི་བའི་ཏེ་ དགོ་བ་པ་ག་ཅིག་འབར་
 ན་བཟུལ་དམར་པོ་ཅིག་བདུལ་ཏེ་ བཞུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ མི་གཞན་གྱི་མིག་ཏེ་འབར་ གྲུང་གི་
 པགས་ཀོ་ ཞུག་ཞིག་ཞི་ཅིག་འབད་མཚོང་ཏེ། འདི་གིས་ གྲུང་ལམ་མ་བཞུ་ཏེ་ བསད་བསད་པ་
 འོང་ནི་ཡིན་པས་ ཟེད་བཟུང་ཏེ་ཀ་ལི་དུ་ (ཨོ་སི་ས) ཡི་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་ཅུང་ མ་དག་འམ་ཟེད་མི་
 འདི་ཡ་ཅི་ཅིག་ཡང་ མ་བསྐྱེད་པས། རྒྱལ་པོ་གིས་ ཀླུང་ལག་གི་མཚུ་བ་ཅུང་ཚུ་ སེ་མེ་བཞེན་དུ་
 བཏོགས་ཏེ་ བཟོད་ཚུགས་པས་ག? ཟེད་འདྲི་མ་ད་ བཟོད་ཚུགས་ཟེད་གསུངས་ལུ་ག། རྟོང་ལས་
 །ག་ཞུགས་ག་ར་འཡུལ་ཏེ་ བཟོད་ཚུགས་པས་ག? ཟེད་འདྲི་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ བཟོད་ཚུགས་

ཟེ་གསུངས་མི་དང་འདྲ་ལྟ་འབད། འགྲོ་བའི་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལུ་ ཅིག་པ་ཟེ་ནི་ (ཞེ་འགྲམ་) ཉི་
 ཅུ་ལས་མེད་པ་འབད་དེ་གིས་ མི་ཚུ་གིས་ཅིག་པ་ཟེ་ཉེ་ ཉེད་བརྟགས་འཚོ་ལ། ལག་ཉེས་བཀའ།
 ལྷོན་སྲོང་མ་ལ་སོགས་པ་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ ཟང་བརྟུང་བཞག་ནི་ (ཇི་མི་ཉུམ་པའི་བཟོན་པ་
) དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་དོན་དག་ལུ་རེས་ངལ། རེས་ཚ། རེས་བྱང། རེས་ཉོགས། རེས་སྐོམ་ལ་
 སོགས་པ་འབྱུང་པའི་ཚེ་ སེམས་མི་སྐྱོ་བ་ (སུག་བསལ་ལ་དང་ལཱ་ཉེ་བཟོན་པ་) ཟབ་མེ་རྟུང་པ་
 ཉེད་ཀྱི་དོན་ལུ་མ་འདྲོག་པ་ (ཟབ་མེའི་དོན་ལ་མི་སྐྱག་པའི་བཟོན་པ་) ཚུ་ ལྷོམ་མི་དེ་ཡང་ རྒྱལ་
 ལས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ ལག་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་མོག་གོ་དོན།

- གཞོན་ཕྱེད་ : གཞོན་པ་བཀའ་མི།
- མཚུངས་ : ཅིག་འབད།
- ཀྱན་ : ག་ས།
- ཞེ་འགྲམ་ : ཅིག་ཉི་ ཉེད་གྲམ།
- སྐྱག་ : འདྲོག།

འོག་གི་ཕྱི་བ་རྒྱའི་ལན་བྲིས།

༡. གཞོན་ཕྱེད་ཚུ་ སེེ་ཚེེ་ག་ཉེད་བཟུམ་ བཅི་དགོ་མི་འདི་ ག་ཅི་འབད་ཡིན་ནེ་?

བསམ་གཏུན་བསྐྱོམ་དགོས།

ཞི་གནས་རབ་རྒྱ་འདོད་པའི་ཉུག་མཐོང་གིས། ཉེན་མོངས་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་ཤེས་བྱས་
ནས། གཞུགས་མཉེན་བཞི་ལས་ཡང་དག་འདས་པ་ཡི། བསམ་གཏུན་སྐྱོམ་པ་རྒྱལ་སྤེལ་ལག་
ལུང་ཡིན། །

དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ། སེམས་ཅེ་གཅིག་ཁར་བཀལ་ཏེ་ འོད་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་ བསམ་གཏུན་
ལྷ་སྐྱུང་བ་ རབ་འཕྲོག་པ་ཅིའི་ དེ་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་ ཉུག་མཐོང་བདག་མཉེན་ཉུགས་པའི་ཤེས་རབ་
གནམ་ལེགས་ཀྱི་རྫོང་དང་འདྲ་ལ། དེ་ཡི་དོན་དེ་ཤེས་ཏེ་གིས། རང་རྒྱུད་ལྷ་ཡོད་པའི་མཐོང་སྤང་གི་
ཉེན་མོངས་པ་ གཅིག་བརྒྱ་བཅུ་གཉིས་ སྲི་བཟུམ་འབད་མི་དེ་ཚུ་གཅིག་ཅེས་ཏེ་ ཉུག་མཉེན་ཏེ་
འཛོམས་ཚུགས་པ་ཡིན་མཁུ་ལས། ཚུ་ལ་དེ་ཤེས་པ་འབད་ཞིན་མཁུ་ལས།

བསམ་གཏུན་བསྐྱོམ་པའི་སྐྱབས་སུ་ ཚོས་གོ་ར་གནམ་བཟུམ་ཡིན་ཟེ་མཉེན་ཏེ་ འོད་མི་ནམ་
མཁའ་མཐའ་ཡས། དེ་སྤངས་ཏེ་སེམས་རྒྱུང་གཅིག་གི་ཐོག་ལྷ་ ཅེ་གཅིག་ཁར་བཀལ་ཏེ་ འོད་
པའི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས། དེ་ཡང་སྤངས་ཏེ་གནམ་བཟུམ་དང་ སེམས་རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་
གང་ཡང་མཉེན་ཟེ་མཉེན་ཏེ་ འོད་པའི་ཅི་ཡང་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་ དེ་བཟུམ་མཉེན་ཏེ་བསམ་གཏུང་
ལྷགས་ཚུ་ ག་ར་སྤངས་ཏེ་སེམས་ཡོད་པ་ཡང་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་ ཟེ་མཉེན་ཏེ་འོད་མི་ ཡོད་
མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་ དེ་བཟུམ་མཉེན་ བསམ་གཏུན་བཞི་སྐྱོམ་མི་ཚུ་ ཚེ་ཡི་མར་གཞུགས་
མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་ ལྷག་བསྐྱུང་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་མཉེན་ཏེ་

ཅུང་། དཔེར་ན། གཞུའི་ཤུགས་ཀྱིས་ མདའ་གནམ་མཁའ་ཡང་སོ་ཅུང་། གཞུའི་ཤུགས་ལྡོགས་
 པའི་བརྒྱུད་ལས་ ས་ཁར་འབབ་དོ་བཟུམ་སྟེ། རྩིང་ལོ་འཛིན་གྱིས་ ལུས་མཐུ་ལྡོགས་པ་དང་ སྐྱེ་བ་
 རྩམ་ལ་པ་ལས་འགོ་བཟུང་ཏེ། འཕགས་པའི་ལམ་བསྐྱུ་བ་དགོ་ནི་ཡིན་མ་ལུག།
 གཟུགས་མཉེ་ཁམས་ཀྱི་ གནས་དང་ཡོན་ཏུན་ལས་ ཡང་དག་པར་འདས་པའི། ཡོད་མཉེ་ལ་
 སོགས་པའི་ནམ་རྩོག་འགགས། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་ལཱེ་འཇིག། རྩིང་ལོ་འཛིན་ལྷ་ངང་
 གིས་འཇུག། ཏཱ་བའི་ཏཱ་མེངས་པ་དང་བུལ། སྲིད་པའི་ཏཱ་མེངས་པ་ཡང་མཉེ། གཟུགས་ལ་
 སོགས་པའི་ལོངས་སྟོན་དང་བུལ་འབད་བའི་ (མཐོང་བའི་ཚོས་ལ་ བདེ་བར་གནས་པའི་བསམ་
 གཏུན་) ཏཱ་མོས་དང་རང་རྒྱལ་ཚུ་གིས་ མིང་ཅམ་ཅིག་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ རྩོམས་བཅུ་ལ་སོགས་
 པའི་རྩིང་ལོ་འཛིན་དང་། ཏཱ་མོས་རང་རྒྱལ་ཚུ་དང་ ཐུན་མེང་ལྷ་ལྷུང་པའི་ནམ་བཟ། ཟིལ་གཤོན།
 སོ་སོ་རིག་བཞི་ལ་སོགས་པ་ (ཡོན་ཏུན་བསྐྱུ་བས་པའི་བསམ་གཏུན་) རྩིང་ལོ་འཛིན་ གང་ཅུང་
 ཅིག་ལྷ་བརྟེན་ཞིན་མ་ལུག། ལུས་དཔག་ཏུ་མཉེ་པ་འབད་སྲུལ་ཏེ། སེམས་ཅན་ལྷ་དགོ་པའི་གྲོགས་
 རམ་ འབད་མ་ལ་སོགས་པ་ (སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ བསམ་གཏུན་) ཚུ་ སྐོམ་མི་དེ་ཡང་
 རྒྱལ་སྤུས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ལག་ལཱེ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

མིང་ཚིག་གོ་དོན།

- ཞི་གནས་ : སེམས་གཡོ་མ་བཅུག་པར་བདག་འཛིན་འབད་རྒྱགས་མི།
- ཏུག་མཐོང་ : འབྲེལ་མཐོང་མི་ཚོས་ཀྱི་དོན་གསར་པ་མཐོང་བའམ་ཤེས་ནི།

མིང་མིག་གོ་དོན།

ཤེས་རབ་ : དེག་པ།

ཟབས་ : གནས་སྐབས།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུའི་ལན་བྲིས།

༡. ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རླུ་ལྷན་པ་འདི་ ག་ཅི་འབད་ མིག་ཏུ་གསལ་ལྱོག་ཏུ་ཅིག་དང་
འདྲ་མ་ཡིན་ནུ་?
༢. ཤེས་རབ་མེད་པ་ཅིན་ གནས་ཡ་རླུ་ལྷན་པ་འདི་གིས་ ལངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཟེང་
མ་ ཚུགས་པའི་ཁུངས་བྲིས།
༣. ཟབས་དང་ ཤེས་རབ་གཉིས་ འཛེམ་དགོ་པའི་ དཔེ་ག་དེ་སྟེ་ཡིན་མས་?
༤. ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་ དོན་སེ་སེ་བཞིན་དུ་ བྲིས།

བྱ་བ་དན་པ་ཡང་དུ་གོ་པ།

རང་གི་འཁྲུལ་པ་རང་གིས་མ་བརྟག་ན། །ཚོས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་ཚོས་མིན་བྱེད་སྲིད་པས། །དེ་
ཡིས་རྒྱན་དུ་རང་གི་འཁྲུལ་པ་ལ། །བརྟགས་ནས་ཡོང་བ་རྒྱལ་སྤུས་ལག་ལེན་ཡིན།།

རང་གི་ལཱ་དང་བྱ་བ་ལུ་ རྫོང་འཁྲུལ་ཞུགས་པ་དང་མ་ཞུགས་པ་ རང་གིས་མ་བརྟག་མ་དཔུན་པ་
ཅིན། རོན་མས་རྒྱ་གཟུགས་ལྷན་པ་ལུ་ལྷ་ཆེན་པོ་ཟེང་མི་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་ཡའི་དཀྲོག་པ་

ཤིང་དཔུང་ཞེས་མ་ལུས་ ཡིན་ཅི་ལོན་པའི་སྐོར་གཤམ་པ་དང་ས་ཏེ་ ཡང་དག་པའི་དོན་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་
ཡིད་ལུ་བསམ་ཤི་ལྟ་བུ་དང་།

དེ་སྐོར་ རྣ་བས་ཐོས་པའི་ཚོས་ཚུ་གི་ དོན་དག་རང་གིས་གོ་མ་ཅིག་དང་། གཞན་ལུ་བཤད་
ཚུ་གསལ་ཅིག་ཅིག་ལ་བཤད་ མ་བཞག་པས་ཐོས་དོན་རྒྱུ་ལུ་འཕྲོད་པ་ལ་བཤད་ བསྐོར་པའི་བྱ་བ་བཟང་
པོ་ཚུ་ལྷན་མཉམ་གཞིལ་ བཟུམ་སྐོར་མི་གྲིས་ཉམས་ཏེ་ སྐྱེ་བོ་དེ་ལུ་ལྷ་རྒྱུ་ལ་འགྲོ་ནི་ཡིན་མ་ལུས།
རྒྱལ་པོའི་ཡོ་བུ་དང་། སྤོན་པོའི་གཟིམ་ཅུང་། དག་ལ་མ་མཐུན་བཤེས་ཀྱི་ཁྱིམ་དང་། སྤྱི་བཤད་ག་
འབྲོས་པ་ཅན་གྱི་ཁྱིམ་ཚུ་ལུ་ཆགས་ཞེ་བསྐྱེ་དེ་ རྟེན་བཀྲུས་འབྲེལ་ཤི་དོན་ལུ་ ལོན་ཅི་རུ་འཁོར་
ཡི་རུ་མ་ཡོད་པས་ རྒྱལ་སྤྱི་མཉམ་མཉེ་ཁོར་འཁྱེད་ལུ་ཅིག་ལུས་ འབྲོས་པ་ཡོད་ན་ཡོད་དེ་
དག་ལ། ཚོགས་གསོག་གི་འབྲོས་པ་སྐོར་བས་ཚོགས། འབྲོས་པ་མེད་ན་མེད་དེ་དག་ལ། བསགས་
སྤང་གི་འབྲེལ་བ་དེ་ལུ་མེད། ཟེར་གསུངས་མ་བཞིན་དུ་ རྟེན་བཀྲུས་དང་། ག་ཉམ་སྤྱན་གྲགས་ལུ་
སོགས་པ། གཅི་ལུ་ཡང་མ་བཏུ་བས་ཆགས་པ་སྐང་མི་དེ་ རྒྱལ་སྤྱི་བྱུང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་
ལག་ལེན་ཅིག་ཡིན་ནོ།

འོན་ཀྱི་དྲི་བ་ཚུ་ལུ་ལན་བློས།

༡. རྟེན་པ་ཟེར་མི་འདི་གཅི་ལུ་སྤྲོད་མོེ་?
༢. བཀྲུས་ཏེ་ཟེར་མི་འདི་ ལཱ་གཅི་བཟུམ་ཅིག་ འབད་ནི་ཡིན་ནུ་?
༣. རྟེན་བཀྲུས་ལུ་ཆགས་པ་དེ་བྱ་བ་བཟང་པོ་གཅི་རུ་ཉམས་ཤི་ཡིན་པས་གོ་?

ཉེན་མེད་ས་པ་ འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ ཡུལ་ལུ་ཆགས་སེམས་སྐྱེ་ནི་དང་། ཞེ་དཔང་ལུ་བཟུམ་པའི་ཁོང་
ལྷོ་ཅིག་པ་ཟེ་ནི། གཉེ་མཉམ་ལུ་བཟུམ་པའི་མོང་ས་པ། ང་རྒྱལ་ལུ་བཟུམ་པའི་ཁོང་ས་པེམ་ས། ཡུག་
དོག་ལུ་བཟུམ་པའི་ ཞན་སེམས་བསྐྱེད་ནི་ཚུ་དང་ གཞན་ཡང་ཆང་རྩམ་ལུ་བྱོས་པུས་ལུ་སོགས་པ་
བཟུམ་ནི་ལུ་ རྣང་དག་ག་ནི་ཡང་མ་བསྐྱེད་པར་རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ གོ་མས་འདྲིས་ཚུད་བཅུག་ཉེ་ ན་
འབྲན་ལུང་ཤོར་ཤུགས་འབད་ཟུམ་ཚུ་བ་ཅིན་ རྒྱལ་ལས་བརྗོལ་བཟུམ་ག་དེ་སྐོ་འབད་ཅུང་ སུང་
ཚུགས་པར་གནམ་མེད་ས་མེད་ལུ་ཁག་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རང་གི་སེམས་ཁ་ལུ་ ལཱ་
འདི་འབད་བརྟུབ་ཡིན་ འདི་འབད་མ་བརྟུབ་ཡིན་ཟེར་ བརྟུགས་ཤིང་དཔུད་ཤེས་པའི་ དུན་པ་དང་
ཤེས་བཞིན་གཉེས་ དཔེར་ན། མི་ རྟོབས་དང་ཉན་པའི་ དཔལ་ལོའི་ལག་པར་ མཚན་ཆ་རང་
མཉམ་བཤེད་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ དག་ཅུང་འཕུད་ག་ཟེན་འོང་ཅུང་ སེ་མེ་བཞིན་དུ་བསད་གཏང་ཚུགས་
དོ་བཟུམ་ དག་ལྟོག་ག་ཅུང་དོར་གྱི་གནས་མི་བརྗེད་པའི་དུན་པ་དང་། སྐོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་འཛོལ་མ་
འཛོལ་ ཡང་ལས་ཡང་དུ་རྩ་མི་ ཤེས་བཞིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དཔལ་ལོ་བཟུམ་དེ་གིས། འདོད་ཆགས་ལུ་
སོགས་པའི་ཉེན་མེད་ས་པ་ཚུ་འགོ་དང་པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་ལས་ས་ ལུང་ཤོར་ཟུམ་མ་བཅུག་པར་
དཔེར་ན། ལྷ་ག་ཉེ་ཡང་མ་སྐྱེ་བར་ རང་གི་གདོང་ཁར་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལུ་ སྐྱེ་ཡིན་པ་ཅིན།
འབར་འབྱུང་ཅིག་ཡང་ མ་བཞག་པར་བརྟོག་གཏང་མ་དང་ འདྲམ་འབད། འདོད་ཆགས་ཀྱི་
གཉེན་པོར་མི་ལུ་ག་པའི་འདུ་ཤེས་སྐོ་མ། ཞེ་དཔང་གི་གཉེན་པོར་བྱམས་པའི་སེམས་སྐོ་མ། གཉེ་
མཉམ་གྱི་ཉེན་པོར་ཤེས་རབ་སྐོ་མ། ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོར་ དམན་པའི་འདུ་ཤེས་སྐོ་མ། ཡུག་དོག་གི་

གཉེན་པོར་བརྟེན་སྒྲིམས་བསྐྱོམས་སྒྲེ། ཉེན་མོངས་པའི་དགྲ་ ཆམ་ཉམ་འཛོམས་དགོ་མི་དེ་ཡང་
རྒྱལ་སྤྱོད་ཐུབ་སེམས་དཔའ་རྒྱ་གི་ ལག་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ནོ།།

འོག་གི་དྲི་བ་རྒྱུ་ལྟན་གྱིས།

༡. ཉེན་མོངས་པ་ལྟ་ མོམས་འདྲིས་རྒྱུ་སོང་པ་ཅིན་ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ རྣམ་ལུ་
ག་དེ་སྒྲེ་འབད་འོང་ག་?
༢. གཉེན་པོ་དག་གི་ལུ་བརྟེན་ཉེ་གིས་ ལཱ་ལགས་ཤོམ་ག་དེ་སྒྲེ་འབད་དགོ་པ་མོ་?
༣. དྲན་ཤེས་ཟེར་མི་དོན་དག་ག་དེ་སྒྲེ་མོ་?
༤. འདོད་ཆགས་ ཞེ་དང་ གཉི་མཉམ་ ང་རྒྱལ་ ཡུ་ལོ་ ལའི་གཉེན་པོ་ལྟ་ ག་ཅིར་
བསྐྱོམ་དགོ་པ་མོ་?

གཞན་དོན་བསྐྱུ་བ་དགོ་པ།

མདོར་ན་གང་དུ་སྒྲིམ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་། །རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་ཅི་འདྲ་ཞེས། །
རྒྱན་དུ་དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་པ་ཡིས། །གཞན་དོན་སྐྱུ་བ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལཱ་ཡིན། །
གོང་ལུ་བཞད་མི་ དོན་དག་རྒྱུ་མདོར་བསྐྱུ་བ་ཅིན། །འཇིག་རྟེན་པའི་གོང་དང་གོང་ལྗང་། ཆོས་པའི་
དགོན་སྡེ་གྲུ་ཚང་ལ་སོགས་པའི་ས་ཡུལ་གས་ གཡས་ཡུལ་ས་བཟང་ངན་ག་རྟེན་ཡིན་ཅུང་། གསོན་
པོའི་རིམ་གྱོ། ག་ཤིན་པོའི་དགོ་ཕ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་དོན་འབད་ནི། དལ་འབྱུང་རྟེན་པར་དཀའ་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་ལམ་དང་འཕྲོ་བ་པའི་ རྒྱལ་བའོ་དགོམ་དེ་ཡང་

རྒྱལ་ལྷན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཚུ་གི་ ལག་ལཱ་མཚན་རྟུ་རྒྱུ་པ་ཅིག་ཡིན་ཀོ།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་ལྟེ།

༡. བའོ་ཉི་གི་དགོ་བའི་ཕ་བ་མ་འདྲ་ལ་ག་དེ་སྐོར་འདུག་?
༢. ག་ཅི་བས་ལ་ཉི་གི་དོན་ལུ་བའོ་དགོམ་མོ་?
༣. འཁོར་གསུམ་ཟེར་མི་ག་ཅི་ལུ་ས་མོ་?
༤. མཐར་ཐུག་ག་ཅི་འཕྲོ་བ་པའི་དོན་ལུ་བའོ་དགོམ་ཡིན་མས་?

བཅུ་མས་པའི་དགོས་པ།

མདོ་རྒྱན་བཟུན་བཅོས་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་དོན། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གི་རྗེས་འབྲངས་
ནས། །རྒྱལ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་ལག་ལཱ་ལུ་མ་ཅུ་བཟུན། །རྒྱལ་ལྷན་ལམ་ལ་སློབ་འདོད་དོན་དུ་

བཀོད། ༡

རྒྱལ་ལྷན་ལག་ལཱ་འདི་ བསྐྱལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་ལྟོང་དང་ཕ་གཉེས་ གས་ཀྱི་
བཞི་པ་ རྒྱུ་ཐུབ་པའི་ བཀའ་འདུལ་བ་མདོ་ལྟོ་མདོ་ལ་དང་མདོ་ལྟོ་དོན་གསུམ། ཐུ་རྒྱན་
ལྟོ་རྒྱན་ རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱན་ རྣལ་འབྱོར་སྐྱེ་མེད་པ་དང་ལགས་རྒྱན་ལྟོ་བཞི། རྒྱ་བོད་ཀྱི་པཎ་
གུ་བ་ཚུ་གིས་མཛད་པའི་ བཟུན་བཅོས་ཚུ་ལས་གསུངས་པའི་ གནད་དོན་ཚུ་ག་ར། རྗེས་འབྲུག་པ་
རྒྱལ་བ་བོད་མ་ཚུ་གི་གསུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཞིན་ལས། རྒྱལ་ལྷན་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཚུ་

གིས་ ལག་ལཱ་འཕམ་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ག་ཤ་ ཤོ་ལོ་ཀ་ལུ་མ་ཅུ་སོ་བདུན་ནང་ལྟ་བུ་སྤྱད་ཏེ།
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཚུ་བ་སེམས་དཔའི་ རྟོན་ལམ་ལྟ་མོས་གསལ་ཡོད་དེ། འུ་མ་འདོད་སྐྱེ་མི་ཚུ་ལྟ་ ཡུ་ཅི་
 ཅིག་ཡིན་ཅུང་ཡན་པའི་དོན་དག་ལྟ་བུ་བཀོད་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ།།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་བློས།

༡. ལག་ལཱ་སོ་བདུན་ཟེར་མི་འདི་ འགོ་ ཚོགས་བཅའ་ག་ལས་འགོ་བཅའ་གསལ་ཏེ་ མཚུགས་
 ག་ཏེ་ཚུན་ཚེད་ཡིན་མས་?
༢. རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལཱ་འདི་ ག་གི་དོན་ལྟ་བུ་བཅུ་མས་བཅུ་མས་ཡིན་ནེ་?
༣. མདོ་ལྟོ་ལོད་གསུམ་གྱི་མིང་བློས།
༤. རྣམས་རྒྱན་ལྟོ་བཞི་འི་མིང་བློས།

ཁེངས་པ་རྒྱུང་ཚུ་ལ།

སློབ་གྲོགས་དམན་ཞིང་རྒྱུངས་པ་རྒྱུང་བའི་ལྟེན། །མཁའ་པ་དཀྱེས་པའི་ལྟོ་བ་སྐྱོད་མ་མཚེས་
 ཉུང་། །མདོ་དང་དམ་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་པའི་ལྟེན། །རྒྱལ་སྤྱོད་ལག་ལཱ་འུ་མ་འདོད་ལགས་
 པར་སེམས། །

བདུན་བཅོས་ཕྲུ་མི་རང་ལྟ་ རྒྱེས་ལྟོ་བས་གྱི་སློབ་གྲོགས་དམན་པའི་ལས། རྒྱེས་ལྟོ་བས་གྱི་ རྒྱུངས་པ་
 ཡང་རྒྱུང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ། དེ་གི་པའི་གནས་ཆེན་ལ་དང་གནས་རྒྱུང་ལ་ལ་སོགས་པ་ ག་ཤ་མཚུན་
 མི་མཁའ་པ་ཚུ་ རྣམས་དཀྱེས་ཚུགས་པའི་རྟོན་དག་གི་རྒྱན་དང་ མདོ་བཅོད་གྱི་མིང་། ལྟོ་བ་

ལྷོ་རྒྱུ་ ཚིངས་ལ་སོགས་པ་མེད་དེ་འབད་ཅུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་མདོ་དུང་། ལྷོ་
 བུ་དམ་པ་ཚུ་གིས་མཛད་པའི་གསུང་རབས་ཚུ་ལཱ་བརྟེ་ཏེ་ བཅུ་མས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ རང་གི་
 རྟོག་བཟོ་གི་ བསུ་ལྷན་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེ་ཏེ་ རྒྱལ་སྤྱོད་བྱེད་ཚུ་བ་སེམས་དཔའི་ ལག་
 ལཱ་འབྲེལ་གི་གནད་དོན་དེ་ཚུ་ནང་ལཱ་ རྟོག་བཟོ་འཁྲུལ་བའི་ ཚུ་ལས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་
 ཟེ་རང་གི་ སེམས་ལམ་མཚོ་ལྷོ་ཡིན།།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་གྲུབ།

༡. ག་གིས་ ག་ཅི་འབད་མཁའས་པ་ཚུ་ རྒྱགས་དགུམ་ཚུ་གསལ་པ་མི་འོང་ཟེ་གསུངས་
ཡི་?
༢. ལཱ་བྱེད་མེད་ཅུང་ ག་ཅི་ལས་བརྟེ་ ལཱ་གསལ་ཤོམ་འབད་བཟོ་ལྷོ་ཡིན་ནེ་?
༣. རང་གིས་ ག་ཅི་མཚོ་ལྷོ་ཡིན་ནེ་?

མཁའས་པ་ཚུ་ལཱ་བཟོ་དག་སོལ།

འོག་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་རྒྱ་བས་ཚེ་རྣམས། །འོ་དམན་བདག་འདྲས་གཏོག་དཔག་དཀའ་བའི་
 ལྷོ་ལྷོ། །འགལ་དང་མ་འབྲེལ་ལ་སོགས་ཏེ་པའི་ཚོགས། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོ་དཔེ་མཛད་པུ་
 གསོལ། །

གོང་ལཱ་བཟོ་མི་ལག་ལཱ་ཚུ་ རྩོམ་པ་པོ་རང་གི་ལ་བྱུག་ལས་ ལྷོ་གང་ཡང་མ་ཞུགས་ཟེ་
 མཚོ་ཅུང་། ས་དང་པ་རབ་རུ་དག་པ་བ་ལས་ བཅུ་པ་ཚོས་ཀྱི་སྤྲོད་ཚུ་ནེ་དང་། ཚོགས་ལམ་ལས་

མྱོམ་ལམ་ཚུན་ལུ་གནས་པའི་ རྒྱལ་ལྷན་གྱི་ཚུ་བ་སེམས་དཔའ་ཚུ་གི་ སྲོལ་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་
 མཚེ་བཟུམ་སྣེ་ ག་ནི་བས་ཀྱི་ཚེ་ནི་དེ་གིས་ ཡན་ལག་གི་ཡན་ལག་རྒྱ་བས་མེད་གས་འབད་ཡོད་མི་
 ཚུ། རྩོ་གོས་དམན་པ་བདག་འདྲ་བ་གིས་ དེ་ཅིག་ཡིན་ཟེར་གཏོང་དཔག་ཏུ་ ཚེད་ལཱེ་པར་དཀའ་
 བའི་ཕྱིར་དུ། ལག་ལཱེ་འདི་ནང་ལུ་གི་དོན་ལས་ འག་ལ་སོམ་དང་། ཚིག་དོན་མ་འབྲེལ་བ་ལ་
 སོགས་པའི་ ཉེས་པའི་རྒྱུ་ལོད་པ་ཅིན་ དེ་ཚུ་ག་ར་རྒྱེས་ལུ་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ལྷགས་བཅེ་བའི་ཡུལ་
 ལུ་དགོངས་ཏེ་བྱུགས་ལུ་ མ་བཟུམ་པར་ བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ཟེར་ གསོལ་བ་བརྟམ་ནི་ཡིན་
 བོ།།

འོག་གི་དྲི་བ་ཚུ་གི་ལན་ལྡན།

༡. ག་གི་ལ་བྱུག་ལས་རྒྱོན་གང་ཡང་མ་ཞུགས་མཚོན་ཞུག་?
༢. ག་དང་ག་གི་སྲོལ་པ་ མཐའ་ཡས་ཀྱི་མཚེ་བཟུམ་སྣེ་ཡོད་པ་ཡིན་ནེ་?
༣. ག་ལུ་ག་ཅི་བཞེས་གནང་ཟེར་ གསོལ་བ་བརྟམ་ཡིན་ནེ་?

མོན་ལམ།

དེ་ལས་ཐུང་བའི་དགོ་བས་འགྲོ་བ་ཀུན། །དོན་དམ་ཀུན་ལྡོང་བ་ཐུབ་སེམས་མཚོག་གིས། །སྲིད་
 དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི། །སྤྱན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག །

