



ཚོས་ཀླུ་ལ་ལོ་ར་བཟང་རྣམ་ཐར།



ཀླུ་ལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྒྲིལ་།

ཚོས་རྒྱལ་ལོ་རྒྱུ་བཟང་རྟོགས་བཟོད།

རྟོགས་བཟོད་དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་ལྗེས་ལས།

རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྐྱེ།

སྤེལ།

དཔེ་སྐྱོན་འབད་མི།
རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

བརྒྱན་འཕྲིན་ཨང་ ༩༡༥-༥-༢༡༡༢༢༤
པར་འཕྲིན་ཨང་ ༩༡༥-༥-༢༡༡༩༩༡
ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློབ་ཨང་ www.rec.gov.bt

སྤར་དབང་ © རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

དཔེ་དེབ་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཡོངས་ སློབ་གྲུའི་དོན་ལུ་ ཚུམ་སློག་དང་
དཔེ་སྐྱོན་འབད་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ་ལས་ གནང་བ་མེད་
པར་ དཔེ་སྐྱོན་དང་ ཚོང་སྤྱར་སོགས་འབད་ནི་མེད།

དཔེ་སྐྱོན་ཐེངས་དང་པ། ༢༠༠༤

ལེགས་བཅོས་དཔེ་སྐྱོན་ཐེངས་བཞི་པ། ༢༠༡༩
དཔེ་དེབ་བཟོ་བཀོད་དང་ཕྱོགས་སྒྲིག་པ་ རོ་ཚེ། ཅུ་གཞུང་ཚུམ་སློག་པ།

ISBN 99936-0-214-0

ཚེད་བཟོད།

ཚོས་རྒྱལ་ལོ་རྒྱུ་བཟོད་ཚོགས་བཟོད་བསྐྱེད་པ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལུག་ རྫོང་ཁའི་སློབ་དེབ་
ཀྱི་གྲངས་སྤྱི་བཟོད་ལ་ཉེ་ སློབ་སྦྱོང་འབད་སློབ་ཡོད་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལས་ ཅུ་གཞུང་
ལེགས་སྦྱར་འབད་བའི་སྐབས་ ཕྱི་མ་རིག་རྒྱུ་ཉེ་གི་དེབ་དེབ་གྲངས་སྤྱི་ བཟོད་ལས་
ཡོད་པ་ཨིན།

རྣམ་ཐར་འདི་གི་བཟོད་དོན་འདི་ སློབ་པའི་མཛད་རྣམ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ ཚོས་དང་འཇིག་
ཉེ་གཉིས་ཀྱི་ སྤང་བྱེད་གི་གཞན་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་སློབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དག་གཉེན་དང་
དག་འམ་ཐུན་གི་ལོ་རྒྱུ་ཚུ་ སློབ་དག་གི་ཚོགས་རྒྱུ་བཟོད་ལ་ཉེ་ ཚོས་སྐད་འཇམ་སངས་
ཐོག་ལས་ བྱིས་ཡོད་པ་ལས་ སློབ་ཚེ་ཉེ་གཉེ་ཡོད་པ་ཨིན།

འདི་གིས་ སློབ་ཕྲུག་ཚུ་ལུ་ ཚོས་སྐད་ཀྱི་གོམས་སྦྱང་འཐོབ་པ་གིས་མ་ཚད་ ཚོགས་ཕྲུག་
ཐོག་ལས་ སློབ་དག་གི་རྒྱུ་བཟོད་ལ་ཉེ་ འབྲི་ཐངས་ཀྱི་རིག་པ་ཡང་འཐོབ་ཚུགས་པའི་
ལེ་མན་ཡོད་པ་ལས་ རིག་གཞུང་གཞན་ལའི་ཚོས་ཚན་ལྷན་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་འདི་ དཔེ་
དེབ་འདི་ མན་ཐོགས་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན།

འདི་འབད་མ་ལས་ སློབ་དཔོན་དང་སློབ་ཕྲུག་ཡོངས་ཀྱིས་ རྣམ་ཐར་དཔེ་དེབ་འདི་ སློ་
བའི་ཐོག་ལས་ལྷག་སྟེ་ བཟོད་བྱའི་དོན་དང་རྫོང་བྱེད་ཚོགས་གི་ལེ་མན་ཚུ་ རང་ལུ་ལེན་
ཐབས་འབད་དེ་ རང་རྒྱུད་ལུ་ རྫོང་ཁའི་ཤེས་ཡོན་ལེགས་ཤོམ་འཐོབ་ཐབས་འབད་
ཚུགས་པའི་རེ་སློབ་སློབ་སློབ་ར་ཡོད། ཞེས་རང་ལུགས་གཞན་ལོ་ ས་མོ་མག་ལོའི་ཟླ་ ༧
པའི་ཚེས་ ༡༥ ལ།

ཀུན་དགའ་ཡུལ་པ།
མདོ་ཆེན།
རྒྱལ་འཛིན་ཤེས་རིག་ཚོགས་སྡེ།

དཀར་ཆག་།

| | | |
|----|---|----|
| | ཨང་ རོན་ཚན་ རོག་གངས། | |
| 1 | མཚན་བཟོད། | ༡ |
| 2 | སྲིང་གཞི། | ༢ |
| 3 | གྲོང་ཁྱེར་ཚེན་པོ་ཉ་སྟེ་ན་དང་དག་ལྷ་དབང་ཚེན་སྟེ། | ༣ |
| 4 | དབང་ཚེན་སྟེ་ཉ་སྟེ་ན་འི་སྐྱེ་མོ་འཕྲོག་ཐབས་བཅུམས་པ། | ༤ |
| 5 | སྐྱེ་མོ་སྟེ་སྐྱེ་བ་མི་ཚོན་པ། | ༥ |
| 6 | སྐྱེ་མོ་བྱ་བུ་དོན་ཡོད་ཞགས་པས་ཡོད་འཕྲོག་མ་བཟུང་བ། | ༦ |
| 7 | ཡིད་འཕྲོག་མ རོན་བཟང་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་གྱུར་པ། | ༧ |
| 8 | གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་ རྒྱལ་པོ་རོན་བཟང་དམག་ལ་བྱོན་བཅུག་པ། | ༡༠ |
| 9 | ཡིད་འཕྲོག་མ་རང་ཡུལ་དུ་ རོག་དགོས་བྱུང་བ། | ༡༢ |
| ༡༠ | དམག་ལས་རྒྱལ་ཉེ་ཡིད་འཕྲོག་འཚོལ་བར་བྱོན་པ། | ༡༤ |
| ༡༡ | མིའམ་ཅིའི་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ཉེ་ སྐྱེ་མོ་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ། | ༡༦ |
| ༡༢ | ཡིད་འཕྲོག་མ་དང་བཅས་གྲོང་ཁྱེར་ཉ་སྟེ་ན་འི་འོག་ཐེབས་པ། | ༡༩ |
| ༡༣ | རྟོགས་བཟོད་དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་གི་མཚན་བྱང། | ༢༤ |

མཚན་བརྗོད།

། །མཁའ་མཉམ་འགོ་ལ་མཁྱེན་བཤེས་རབ་དགོངས་ནས།

གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚོགས་གཉིས་རབ་ཕྱོགས་ཏེ།

ཉོང་གསུམ་མི་མཛད་ཞིང་གི་དཔལ་གྱུར་པ།

འདྲེན་མཚན་གྱི་ཉེན་ལ་ཡུག་འཚལ་ལོ།

ཟླ་ཟེར་ཡོག་པའི་ཚུ་སྐྱེས་གཞོན་ལྷ་བཞིན།

ལག་པའི་སོར་མོ་སྒྱིང་གའི་ངོས་སུ་བུམ།

ཅེ་གཅིག་ཡིད་ཀྱིས་ཁྱེད་སྐྱུར་མངོན་ཕྱོགས་ཏེ།

ཅུང་ཟད་བསྟོད་ལ་བྱགས་ཇེ་ཅན་ཁྱེད་དགོངས།

ཁྱེད་ནི་འགོ་བའི་དོན་གྱི་སྲད།

ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མིང་ལ་ཞིང་།

འགོ་བ་ནམས་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ནི།

ཡོན་ཏན་བརྗོད་ལ་ངལ་མ་གྱུར།

གྲོང་གཞི།

ཅེས་ཡེ་ཤེས་བྱས་ཀྱི་ ཤིས་ལ་སེལ་བའི་ རྣམ་པའི་གསུང་གི་བདུད་ཅིས་ རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་ལོན་
 ཅུ་བཅུང་ཉེ། དེ་ཡང་གཞུང་དུ། འཁོར་བ་རྒྱ་སྒྲིལ་འབྱུང་གཞུང་ལས། །འགོ་བ་གདོན་པའི་སྒོ་
 གོས་ནི། །རྩེ་མོ་རྣམས་ལ་འབྱུང་འབྱུང་ཉེ། །དེ་ཡང་འདྲི་ལྷན་རྒྱུ་ལུ་རྩོད་ལ། །ཞེས་གསུངས་
 པ་བཞིན་ རང་ཅེ་རྣམས་ཀྱི་ འདེན་པ་མཉམ་མེད་ བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤུག་སེངྒེ་ཞེས་ གཏུལ་
 དཀར་སྒྲིགས་ལུས་ཀྱི་ འགོ་བའི་དཔལ་དུ། བསྐལ་བཟང་རྣམ་འདེན་བཞི་པས་བྱོན་པ་གང་ཉིད་
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ནས་ འགོ་བ་རྣམས་ བསྐལ་བའི་ཡིད་ བྱང་རྒྱ་བ་ལེམས་དཔའི་ ཡུལ་པ་
 ཡུལ་པ་མཚན་པའི་ལྷ་བས་ རྣམ་བཟང་དུ་སྐྱེ་བཞེས་པའི་ རྩོགས་བཅེད་ནི།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ། ཡང་རྒྱལ་པོ་ཟེས་གཅོང་གིས་ ཡང་ཡང་ནན་གྱིས་ཞུས་ནས་ཕེབས་པའི་
 ཚོ། བཅུན་མོ་གཞུང་འཇོན་མས་མཚོང་ནས་ །ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དུན་ཞིང་། དེ་འགོགས་པ་
 དང་། འཇུན་པ་དང་། རེག་པའི་ཅེ་བེད་ལྷུ་མ་ བ་གསུམ་ཅེ་ནས་གཡང་དུ་མཚོངས། སངས་
 རྒྱལ་གྱི་བྱུགས་རྒྱུ་ ལུས་ལ་སྒྲིལ་བུང་། དེ་རྒྱུ་ལྷགས་ཚལ་དུ། དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཞུས་པས།
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ ཞལ་མཚུ་པཏྲའི་འདབ་མ་ཉུམ་ འཇུམ་ཞིང་། ཚོམས་ཡེད་བཟེ་བའི་འོན་
 ཟེར་ཉུམ་དཀར་བས་ གསུང་གི་ བདུད་ཅི་འདྲི་ལྷན་བསྐྱེད་ལ། ཟུགས་འཇོན་མ་འདྲི་ ཆགས་

པའི་དབང་གིས་ གླེ་བ་ལོ་ནཱ་དུ་འང་ བདག་ལ་སེམས་བཅེ་ཞིང་། བདག་གིས་ཀྱང་གླེ་བ་ལོ་ནཱ་
ནས་ འདི་ལ་སེམས་བཅེ་ཞིང་ཆགས་པས་ ཉེན་མོངས་པའི་དཀའ་སྲུང་པ་ཡི་ནི།

གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ཏཱ་ལྷི་ལྷ་དང་དག་ལྷ་དབང་ཆེན་མེད།

ལོ་ནཱ་ཏཱ་ལྷི་ནཱ་འི་ གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ཞེས་ ཏཱ་ལི་ཡུལ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་རུ། རྒྱལ་པོ་ནོར་ཞེས་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བ། ལྷ་ས་པའི་དག་ དཔྱདས་ཅན་མ་བཞིན་དུ་ ལྷ་ས་པ་ཞིག་སྤྱད། དེའི་
བཅུ་མོ་མཛེས་མ་དང་ ལྷ་ནོར་བཟང་ཞེས་ གཉེར་བརྒྱུད་དང་ཉུན་གྲགས་ཏཱ་ལའི་ཅིག་རུ་ ཐོབ་པ་
ཞིག་སྤྱད། དེ་རིག་གནས་ཀྱང་ལ་མཁའ་ཤིང་ སློ་གྲོས་གྲི་ཀུ་མུན་རྒྱས་པ། ལྷ་ས་ལ་དང་ལྷ་ས་
ཞིང་ མཛེས་ལྷ་གཱ་དེ་མེད་ལྷ་བའི་ དཀྱིལ་འཁོར་ཉུར་དུ་འདས་པ་ཞིག་སྤྱད།

དེ་ནས་ གྲོང་ཁྱེར་དེའི་པ་ལོ་གས་ན་ ཉེ་བར་ལྷ་དང་ཐམས་པའི་རྒྱལ་པོ་དབང་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་
གཞན་གྱི་ནོར་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་པ། ལས་རྣམས་སུ་དཔྱ་ལྷ་ལྷིས་ མན་པ་གཅོད་དུག་པོ་གཉོང་
བ་ཞིག་ཡོད་པ། དེས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་བྱས་པས་ ཆར་དཀོན་ཞིང་ལོ་རྒྱུ་ཉུམས་
པས་ ལྷ་གོ་དང་ རྒྱལ་པོ་དན་པས་ འབངས་རྣམས་ལྷ་དུ་པར་ལྷ་ག་བསྐྱེད་ལྷིས་གཟེར། དེ་ནས་
ཆོགས་ཤིང་གོས་བྱས་པར། རྒྱལ་པོ་དན་པ་ ལྷ་པ་ཉུ་ལྷ་འདིས་བདག་ཅག་རྣམས་ བདེ་བའི་
ཕྲོ་ལ་བྱུང་ཞིང་། དཔྱ་ལྷ་ལ་གསར་པ་ཆར་བཞིན་དུ་འབེབས་པ་དང་། སློན་པོ་དན་པའི་དག་ལ་

ཉན་ནས་ ལྷོ་པོ་དང་། བུ་ཉན་མས་གསོ་ཞིང་ ངན་སྟོན་རྣམས་འཇུག་པར་བྱེད། རྒྱལ་པོ་ལྷོ་པོ་གི་
ལ་སྟོན་པས་ ཆར་མེད་ལྷ་གསེབ་གཏུངས།

ཉ་ཉི་ནའི་གོང་ལྷེས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནི་ དགོ་བའི་ཚོས་ཀྱིས་ གོང་ལྷེས་འཚོ་ཞིང་འབངས་རྣམས་ལ་བུ་
བཞིན་བཅེ། ལུ་ཅག་རྣམས་ཀྱང་ རྒྱལ་པོ་ལྷོ་པོ་སྐད་ཀྱི་ དེ་ལྟོ་ལྟོ་ན་ ཡ་ལྷི་མ་དུ་འཇུག་པ་ཉམས་
སྦྱིན་དང་མཇུག་ཞེས་ ཡུལ་དེ་སྐད་ཀྱི་ ཉ་ཉི་ནའི་གོང་ལྷེས་ལྷོ་པོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ལྷོ་པོ་དང་།
སྤུ་ལྷོ་པོ་ལ་བཟང་སོགས་ནི་ རང་གི་ལུས་དང་སོགས་ལ་ཡང་མི་བཏུ་བར་ ལེམས་ཅན་སྦྱོང་བ་ཡིན་
པས་ དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་ བྱམས་པས་འཚོ།

དབང་ཆེན་སྤེལ་ཉ་སྦྱི་ནའི་སྤྱོ་མོ་འཕྲོག་ཐབས་བརྩམས་པ།

དེའི་ཚེ་ རྒྱལ་པོ་དབང་ཆེན་དེས་དེ་དག་སོང་བ་ཞེས་ནས་འགྲོད་ཅིང་རབ་རུ་ལྷོས་པས་ ལྷོ་པོ་
ཆེན་པོ་རྣམས་ མདུན་དུ་བོས་ནས་སྤུས་པ། ཉ་ཉི་ནའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ བདག་ཅག་ལས་ཉམས་པའི་
ཡོན་ཏུ་ཅི་ཡོད། མི་རྣམས་གསལ་པ་ལ་དགའ་བས་ རང་དེའི་ཡུལ་ནས་སོང་བ་རྣམས་ལ་ རྩ་ག་
རུ་བྱམས་པས་ ག་ལ་སྦྱོང་། དེ་དགའི་ཡུལ་དུ་ རེ་མོས་ཉམས་ ལྷ་གོ་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་གི་
འབྱོར་བ་དང་ གྲགས་པ་ཉམས་པའི་ཐབས་ ཇི་ཉམས་དུ་གྲིས་པས།

ལྷུ་འཛོལ་བུ་དོན་ཡོན་ཞགས་པས་ ཡིད་འཕྲོག་མ་བཟུང་བ།

སྐབས་ཤིག་ ལྷ་དབྱུངས་ལྷན་པ་མང་དུ་ཐོས་པས་ དྲང་སོང་ནི་རི་བོ་བཞིན་ གཡོ་མེད་དུ་
བཞུགས་པ་ལ། རྗེན་པས་འདི་ཉུ་ཐུའི་ལྷ་དབྱུངས་ལྷན་པ་ གང་ལས་བྱུང་ཞུས་པས། དྲང་སོང་
གིས་གསུངས་པ། འདི་ནི་མི་འམ་ཅིའི་ཐུ་མོ་ ཡིད་འཕྲོག་མ་ཞེས་བྱ་བ་ འཁོར་ལ་བརྟུན་དང་བཅས་
པ་ ལྷ་ཡུལ་དུ་ཅེད་མོའི་ཡིད་འོང་བ། དེ་དག་གི་ལྷ་དབྱུངས་ཡིན་གསུངས། རྗེན་པས་ཞུས་པ།
མི་འམ་ཅིའི་ཐུ་མོ་དེ་ མིས་བདག་རྩ་བཟུང་ཞུས་སམ་ མི་ཞུས་དྲིས་པས། དྲང་སོང་གིས་གསུངས་
པ། ལྷོད་རང་གི་ལག་ཅེས་ཡོད་པའི་ ཞགས་པ་དེས་བཟུང་ན་ འཛོལ་ཞུས་གསུངས་པས།

རྗེན་པ་གཞོན་ལུ་དག་འདུས་ ཞགས་པ་ཐོགས་ཏེ་ ལྷའི་མོ་བྱང་དུ་ཡོད། དེ་ན་ཡིད་འཕྲོག་ལ།
སོགས་ མི་འམ་ཅིའི་ཐུ་མོ་རྣམས་ ལྷས་དང་ ཅེད་འཛོལ་བྱེད་ཅིང་འདུག་པས། རྗེན་པ་ཞགས་
པ་ཐོགས་པ་མཐོང་ནས་ ཐམས་ཅད་རྣམ་མཁའ་ལ་འཕུར་སོང། ཡིད་འཕྲོག་ལྷས་བྱེད་འཕྲོར་
ལངས་པ་ལ་རྗེན་པས་ ཞགས་པ་འཕངས་པས་ཐེབས་ནས། དེ་དུགས་རྟུལ་ཐེབས་པ་ཉུར་
དངས་སྐྱག་ནང་བཅས་མིག་རིག་རིག་འདུག་ཅིང་ རྗེན་པ་ལ་ལྷས་པ།

བདག་ནི་མི་འམ་ཅིའི་ཐུ་མོ་ རིགས་བཟང་སྐྱེས་ཐུ་ ལྷ་པར་ཅན་མ་གཏོགས་ རིགས་ཅན་པས་
རིག་ན་ ད་ཉུ་འཛི་བས་བདག་ཐོངས་ལ། རིགས་འོས་པའི་ གནས་སུ་འཁྲིད་ན་ ལྷོད་ལག་ཏུ་མ་

དང་ནོར་གྱི་བརྒྱུ་མཆོད་མོའོང། རྒྱུ་གསུམ་འགྲོ་བའི་རྗེས་སུ་ བདག་པའོང་གིས། བདག་གི
སྲས་གནས་པའི་ གཞུག་རྒྱུ་ནོར་ཐུ་འདི་ རྒྱུ་གྱིས་བཟུང་ན། བདག་ཉམ་མཁའ་ལ། འཕུས་
མི་བྱུང་མོ་ཞེས་གཞུག་རྒྱུ་བཀོལ་ཏེ་ རྗེ་པའི་ལག་རྩ་སྲད་པས། རྗེ་པ་ཡང་དེ་ལ། དགའ་
ཞིང་སྤོང་རྗེ་དང་བཅས་ དེག་མ་ཉུས་པར་ ཞགས་པ་བཀོལ་ནས་འཁྲིད་པའི་རྗེས་སུ་ ཡིད་འཕྲོག་
འོངས་སོ། །

ཡོང་འཕྲོག་མ་ རོར་བཟང་རྒྱལ་པོའི་ བཅུན་མོར་གྱུར་པ།

དེར་འཕྲོག་མ་ ཚོ་ངོ་འདོན་ཞིང་ མཚི་མ་གཏོང་བ་ལ། རྗེ་པས་སྤྲུམ་པ། རྒྱུ་སྲུག་བསལ་ལ།
མཛད་མི་དགོས་ཀྱིས། རྒྱུགས་འདི་ན་རིན་པོ་ཆེའི་ཡོ་བྲང་གི་ནང་ན་ དེགས་ཆེ་ཞིང་མཐོ་བའི་རྒྱལ་
པོ་མཛོལ་སྲུག་དང་ ལང་ཚོ་རྒྱས་པ་ སློ་གྲོས་དང་ཕལ། འགྲན་ཟླ་བུ་ལ། དཔལ་དང་ འབྲེས་
པ་ཕྱུན་ལུ་ཚོགས་པ་ རོར་བཟང་ཞེས་པའོ་མཚར་མཚོག་རྩ་རྒྱུས་པ་ཞིག་ཡོད། རྒྱུ་དེར་བཅུན་
མོའི་འོས་སུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ་ཟེ།

དེའི་ཚེ་ རོར་བཟང་འཁོར་བཅས་ འབེགས་བྱེད་ཀྱི་ནགས་ཚལ་ནང་ཕྱེད་འཛོའི་ཕྱིར་བྱོན་ནས་
ཕྱིར་ལོ་གའོང་བའི་ལམ་ཏུ་ ཤིང་རྩའི་ལ་ལོ་པར་སྤྲུམ་པ། ཡིན་ཏེ་ལའི་ཚལ་ཏུར་ རོ་ལང་ཕྱེད་
ལྷ་གྲུ་དངས་པའི་ཚལ་ན་ ཀུང་འབྱུང་གསར་པའི་འདབ་ཕྱེད་ དེ་རྒྱུང་བསེར་བྱས་བསྐྱོད་པའི་ གས་

དང་བཅས་ དོ་མཚན་ཡིན་པོང་ རྩམས་དགའི་གནས་འདྲིས་ མགྲོགས་པའི་ཤིང་རྩ་ རྩུང་ཉ་ས་
འཕྲོ་ཞིང་རྩལ་གྱི་སྲིན་ཚྲགས་འཁྲུལ་བ་ སྲོ་དགའི་བདེ་བ་རྩམས་སུ་སྦྱངས། ཞེས་གསུངས་
ཤིང་ ཐོན་པའི་ལམ་དུ་ ཇོན་པས་ཡིན་འཕྲོག་རྒྱལ་པོའི་རྩུང་རྩུ་འཁྲིན་ཅིང་ ཡིན་འཕྲོག་ལ་སྤྲུམ་
པ། རྒྱལ་པོ་འདི་ནི་ཉ་དང་། མི་དང་། དི་ཟ་དང་བཅས་པའི་ འཇིག་རྟེན་ན་མཚུངས་ཟླ་མེད་པ་
ཡིན། འདི་ལ་ཁྱེད་མགུ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྤྲུམ་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་རྩུང་རྩུ་ ཡུག་འཚལ་ཞིང་གསོལ་
བ།

མི་འམ་ཅིའི་སྤྱ་མོ་ ཡིན་འཕྲོག་ཉ་མོ་དོ་མཚན་ཅན་འདི་ རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་བཅུན་མོའི་འོས་སུ་
བདག་གིས་ཞགས་པས་བརྩུང་བ་ཡིན། འདིའི་གཞུག་རྒྱན་ནོར་སྤྱ་རིན་ཆེན་འདི་ མ་བུལ་བས་
གཟུང་ན་ ཉ་མོ་འདི་ ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་མི་བྱུང་ཅིང་ འབྲལ་མེད་དུ་གནས་པ་ཡིན། ཞེས་
ཡིན་འཕྲོག་གཞུག་རྒྱན་དང་བཅས་པ་ རྒྱལ་པོ་ལ་ཡུལ་བས། ཡིན་འཕྲོག་ཀྱང་ གཞོན་ལུ་ལང་
ཚོ་རྒྱས་ཤིང་ ཆགས་པས་ཡིན་དངས་ནས། འདི་ནི་ཀྲུའི་གནས་ན་འང་མེད་ལ། མིའི་ཡུལ་ན་
གྲུམ་ཅམ་གགས་མ་སྦྱང་། འདིའི་མཇོས་སུ་ག་ནི་ ཉ་བཟོ་མཁས་པ་ སྤྲུངས་པ་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་
པས་ དི་མོ་བྲིས་ཀྱང་ འཁྲུང་བ་དགའ། ཉའི་ཡུལ་དུ་ ཉ་སྤྲུགས་དུ་འཁྲུང་པ་འམ་ཅི་སྤྲུམ་
ཞིང་ དི་དྲགས་མོ་ དི་དྲགས་ཀྱི་ཁྱེད་སྤྲུལ་བ་ཉ་སྤྲུའི་ སུག་བསལ་དེ་བཟེད་པས་ཁྱུས་ཏེ།
རྒྱལ་པོ་ཡང་ རབ་རྩུ་མཉེས་ནས་ ཇོན་པ་ལ་དེ་མོ་མེད་དུ་བྱིན། ཡིན་འཕྲོག་ཤིང་རྩུའི་ཉེང་

ཡིད་འཕྲོག་མ་ རང་ལུལ་དུ་ ལོག་དགོས་འབྱུང་བ།

དེ་ནས་ ཡབ་གྲི་མི་ལམ་དུ་ གོང་ལྗེས་གྲི་མཐུན་ དགའི་དཔུང་སྲེགས་ཡོད་པ་དང་། རང་གི་ཉོ་
བ་གཤམ་གས་ནས་ རྒྱུ་མ་བརྟོན་ཏེ་ གོང་ལྗེས་གྲི་མཐུན་བསྐོས་བའི་ མི་ལམ་བྱུང་བས་ རྟོག་པ་
ཐོས་ནས་ ཐོན་པོ་སེར་རྒྱ་ལུ་ ཇི་ཉམ་ཡིན་དྲིས་པས། ཐོན་པོས་ཀྱས་ཀྱས་ཉམ་བྱས་ནས་ བདག་
ནི་ རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ ལྗེད་ཉམ་བུལས་ ཡིད་ལ་གཞན་བསམ་པ་མེད། འདི་ཉམ་བུལི་ ཚིག་པར་པ་
ཐོས་པས་ སེམས་མ་དགའ། འདི་ནི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་སྲོག་དང་ རྒྱལ་སྲིད་ཉམས་པའི་ ཉམ་གྲིན་ཏུ་
ངན་པ་ཡིན། ཞེས་ བྱ་ངན་ཆེ་བའི་རྒྱལ་བྱས་པས་ རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ། ངན་ཉམ་ཞི་བའི་བཟངས་
དང་ འི་མ་གོ་བསམ་པར་མཛོད་ཅིག་གསུངས།

སེར་རྒྱ་དང་ཕུག་ར་གོས་བྱས་ཏེ། ད་ནི་ཡིད་འཕྲོག་འདི་མེད་པ་བྱ་བུལ། འདི་མེད་ན་ནོར་བཟང་
སྲོག་ཆད་འགོ། ཞེས་དགའ་ནས་རྒྱལ་པོ་ལུ་ལུས་པ། རྒྱལ་པོ་མི་ལམ་ངན་པ་འདི་ཞི་བའི་བཟངས་
ཇིང་བུ་ལུ་ ཕུགས་མང་པོའི་ལྷག་བྱུག། དེ་ལུ་བུ་མེས་ རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་ལུས་བཀུས་པའི་ཆབ་
བྱུགས་ཅིང་ གསེར་དང་འི་ཞེན་མང་པོ་བྱིན། མི་འམ་ཅི་མོའི་རྒྱལ་བུས་ ལྷོན་སྲོག་བྱས་ན་
མི་ལམ་ངན་པ་ཞི་ཞིང་བསམ་པ་འགྲུབ་པར་འགྲུང་དོ། མི་འམ་ཅི་མོའི་རྒྱལ་ གཞན་དུ་དཀོན་
ཀྱང་ འདི་ནི་རྒྱལ་པོའི་བསེད་ཉམས་ཀྱིས་ དཀོན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་འཕྲོག་བསེད་པའི་རྒྱལ་
ཀྱིས་ བྱས་པས་ཚིག་གོ་ཞེས་སྐྱས་པས། ཚིག་མ་ཏུང་པ་དེ་ཐོས་ནས་ རྒྱལ་པོས་སྐྱས་པ། རང་

གི་སློབ་གསུང་བའི་ཡི་ཚིག་ ལུ་ཆུང་མ་གསོད་པ་མི་རིགས་ཤིང་། ལྷན་པར་ཡིད་འཕྲོག་འདི་མེད་
ན་ བདག་གི་ཕ་ སློབ་མི་འཛོལ་སྤྲོས་པས། ཡང་སློབ་ཤོས་སྤྲོས་པ། རྒྱལ་པོ་སློབ་མི་ཆེ་ཡང་ རྒྱེ་
བོའི་ལྷགས་མི་མཁུལ་པར་འདུག། རྒྱལ་པོའི་སློབ་དཔེ་ རྒྱལ་སློབ་ཉམས་པའི་ཉམས་ལུང་ན་ ཕ་
དང་མཉམ་པའི་ལ་ཆགས་པས་ཅི། སློབ་གསུང་བའི་ཡི་ཚིག་ ལུ་དང་ཆུང་མ་ ལུ་ལ་གཞིས་ཤོར་འད་
གཏོང་བའི་ ལྷགས་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་སློབ་མི་འཛོལ་ ཕ་དང་ཆུང་མ་སྤྲོས་ཡང་འཕྲུང་། རྒྱལ་
སློབ་ལུ་འཁོར་བའི་བའི་འཛོལ་།

འཛིན་རྒྱུ་ལམས་ན་ རང་གི་སློབ་ལས་གཅེས་པ་ གང་ཡང་མེད་ཅེས་སློབ་ཤོས་ལུ་སེམས་
ལ་ རམས་ཤིང་གཞུང་པ་དེས་ དམེད་རྒྱུ་མཚན་མང་ཤོས་སློབ་ཤོས་མོལ་བས། རྒྱལ་པོ་ཡང་
སློབ་ལུ་ཅིང་ལུ་ཉེ། རང་གི་བུ་མོ་མཉམ་ལུ་ཤོས་ཤོས་སྤྲོས་པ། མི་ལས་འཕྲུང་ལུ་དང་
རིམ་གྲོ་དཔོན་ལྷགས་སོགས་བཤད་པས། བུ་མོའི་བསམ་པར་ རྒྱལ་པོ་དང་ སློབ་ཤོས་ལུ་
ཅེན་གཞུང་པོའི་སེམས་ཀྱིས་ བག་མེད་ལུ་ དེ་གི་གསོག་པར་འདུག།

བདག་གི་ཕ་ མཉམ་པའི་ བདག་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན། སློབ་ལ་འབབ་ན་ གཞུག་རྒྱུ་ཤོར་ཕ་
སློབ་ཅིག་ཟེར་བ་ཡོད། འདི་སློབ་ཤོས་ ཉམས་མཁུལ་ལ་འཕྲུང་ན་ སྤྲོས་ཕ་དང་ཕྱད་པ་སློབ་ཉམས་
ཡིད་འཕྲོག་ལ། དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་ལུ་བཞེད་ཤོས་ དེ་ཞི་ལྷོད་རང་གཞུག་རྒྱུ་ཤོར་ཕ་འདི་ ལྷོ་

བར་བཅིང་ལ། མཚན་སྦྱིན་བྱེད་པར་བོས་ཚེ་སོང་ལ་ནམ་མཁའ་འཕྲུལ་ཞིག་ ཅེས་མངགས་སོ།།
དེ་ནས་རྗེས་སྐྱབས་ཀྱི་ལྷན་གསུམ་བཀའ་བྱེ་ མཚན་སྦྱིན་གྱི་སར་ཡིད་འཕྲོག་བོས་པས། གཤམ་
རྒྱན་བརྟགས་ནས་དེར་ཡིན། གསོད་ལར་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྲུལ་ནས་སྤྲུལ་པ། རྒྱལ་པོ་ལྷེད་ནི་
སྤྱུ་ལ་བཅེ་ཡང་ མནའ་མ་གསོད་པ་འོས་མ་ཡིན། ལྷེད་ནི་ཞིས་པར་གྲུས་ཅིག། བདག་ནི་རང་
གནས་སུ་འགྲོ། རྒྱལ་སྤྱུ་གཞི་ཞུ་སྤྲུལ་ན་ ཡབ་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྤོག་ བསྐྱེད་བར་མཚན་ཅིག་
ཅེས་བཞེད་ནས་ ལྷ་བཞིན་འཁྲུག་ཅིང་ སྤོག་ཉེར་ནམ་མཁའ་ལ་སོང་ངོ།།

དེར་རྒྱལ་པོ་ མཚན་སྦྱིན་རིམ་གྱི་འུགས་སུ་བསམས་ནས་ ཐུགས་མ་བདེ་བར། སྤོན་པོ་སེར་
རྒྱས་རྩན་སྤྲུལ། འདི་ནི་མཚན་སྦྱིན་མ་གྲུབ་པ་ མ་ཡིན་པས་ གཏུག་པ་ཚངས་པའི་ སྤོན་པོ་ཞེས་
པ་པར་གསུངས་ཀྱིས་བཀའ་ནས་ ཡིད་འཕྲོག་བསད་པ་ཡིན་པས་ མཚན་སྦྱིན་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་
སྤྲུལ་པས་ རྒྱལ་པོ་ཡིད་ཚེས་སོ།།

དེ་ནས་ཡིད་འཕྲོག་ རང་ལུ་ལུ་སྤྲུལ་ནས་ ཡབ་འུ་ལོ་རྒྱལ་པོ་རྗེས་པ་རྩ་མགོ་ཅན་གྱི་རུང་དུ་
ལོ་རྒྱས་ནམས་ཞིབ་པར་ལུས་པས། མིའི་དྲི་མ་དག་ལྟར་ ཉེན་རེ་བཞིན་སྦྱེད་མོས་ཚུལ་དུ་ གསེར་
གྱི་བུམ་པ་ལ་བརྒྱས་ ལུས་འཁྲུད་དུ་བཅུག་གོ། ཡིད་འཕྲོག་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྲུལ་བ་ནས་
ཉེན་མཚན་ཀྱུན་རྩ་ རྗེས་བཟང་དུན་པས་ ཡིད་གདུངས་སོ།།

དེ་ནས་འཕྲུལ་ཏེ་ གྲུ་རྒྱལ་གནས་གྱི་མཚོ་འགྲམ་དུ་ཕྱིན་ནས་ རྩེ་ལྷོང་གི་དུས་ཅན་ལ་ ཡུག་
བྱས་པས་འདུན་ཅིང་སྤྲུལ་པ། རྩེ་ལྷོང་ཆེན་པོ་ལྷན་ཕྱོད་པ་ལ་ བདག་འཚོངས་པའི་རིག་པ་ སློབ་
པར་མཛད་པ་ཡིན་པས། དེ་བདག་གི་ཚོགས་འགའ་ གསལ་དུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་པས། རྩེ་ལྷོང་
ཅུང་ཟད་ ངོ་ཚོ་བའི་ནུམ་པས་སྤྲུལ་པ། འདི་ནི་བདག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན། ལྷན་རང་གི་ལོན་གྱི་
ལས་དང་། རྩེ་ལྷོང་གི་ལོན་པ་ལྟར་ལ། རྩེ་ལྷོང་གིས་ཐེངས་པའི་ འཕྲུལ་གྱིས་བཅིངས་པ་ཡིན་
གསུངས། ཡིད་འཕྲོག་གིས་ཞུས་པ། བདག་གི་རིགས་དེ་ལྟར་ལས་བཟུང་བའི་ རྣམས་ལྟེན་གྱི་
འདམ་དུ་ཚུད་ཀྱང་།

ལོན་བཟང་ཞེས་པའི་ མི་མཚོག་རྒྱལ་བའི་བུ་མོར་ལྟུང་ནས་ ལྷལ་བ་བཟང་ན་ཡང་། དེ་ཏེ་
དང་བྲལ་བས་གདུངས་ནས་ བཟོད་བྲགས་མེད། བཅོམ་དེ་ལྟར་བདག་དང་བྲལ་བས་ ཐུགས་
སློབ་པའི་ རྩེ་ལྷོང་ཆེན་པོ་ལྷན་ཕྱོད་ཞེས་ཅན་ཀྱུན་ལ་བཅོམ་ཞིང་ རྣམ་པར་ གདུངས་པས་གཟིར་
བའལ་ ཡན་མཛད་མཁན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ གལ་ཏེ་ རྒྱལ་བུ་དེ་བདག་འཚོལ་བའི་སྤྲུ་ ལམ་འདི་
ཕྱོགས་སུ་འབྱོན་ལྟོད་པས་ འཕྲིན་འདི་ཏུར་གསུང་རོགས་མཛད།

བདག་གི་ལྷན་དང་བྲལ་བའི་ གདུངས་པའི་མེས་ཚོག་ཅིང་ བརྗེད་པ་མེད་པར་རང་གི་ཡུལ་ན་ཡོད།
ལྷན་གི་དེར་འབྱོན་ན་ ལམ་ལ་བཟོད་དཀའ་བའི་ འཇིགས་པ་སྤྲོ་ཚོགས་ཡོད་པས་ མི་རྣམས་

བཟོད་པའི་གནས་མ་ཡིན། དཀའ་བྱུང་གནས་འདིའི་མཐའ་མ་ གནས་ཚལ་ན་ བདུན་ཅི་ཞེས་པའི་
མཉམ་ཆེན་ཡོད། དེ་མའ་ཁྲུང་བཀོལ་གནས་བརྒྱུད་ན་ ལྷིང་ལྷོ་བས་ཆེན་པོ་ལྟེན་ གངས་རི་ཉུང་དཀར་བའི་
ལམ་ལ་བདེ་བར་བཟང་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ལམ་གྱི་བཟོད་ཚུལ་རྣམས་ གི་བ་པར་མངགས་གནས་ བདག་གི་
ལག་རྒྱགས་འདི་ཡང་ དེ་ལ་སློབ་པར་ལྟ། ཞེས་སོར་གསུང་བཅོལ་ཏེ་ གྲུ་མ་མའའ་ལ་འཕུར་སོང་ངོ།།
དྲང་སློང་གིས་ལམ་གྱི་བཟོད་ཚུལ་རྣམས་ མ་བཟེན་པར་བྱགས་ལ་ཡང་ཡང་བསམ་ཞིང་ སོར་གསུང་
དང་བཅས་ གཅེས་པར་བཟུང་ངོ།།

ནོར་བཟང་ དམག་ལས་རྒྱལ་ཏེ་ ལོག་ས་ལས་ ཡིད་འཕྲོག་མ་ འཚོལ་བར་བྱོན་པ།
དེའི་ཚེ་ རྟོར་བཟང་གིས་ ལྷོ་ཞེས་པ་ གསུག་པའི་རྒྱལ་ཕྱོད་དེ་བཅོམ་གས་ བང་མཛེན་རྣམས་ཀྱང་
བྱངས། ཡིད་འཕྲོག་བཏུ་བར་འདོད་གས་ལྷུང་དུ་འོངས། ཏུ་ཏྱི་ཞེས་རྒྱལ་སློབ་རྣམས་ དམ་པོ་རྒྱལ་ཕྱོད་
རང་གི་གསུགས་འོག་ མངའ་ལ་ལྟ་བས་སུ་འཁོད་པས་ དཀའ་ཡང་། མཉམ་མ་སྟོན་རྒྱ་མེད་པས་ ཇི་
ཉུང་ཤོད་ཅེས་ འཚོར་ཞིང་འདུང་བར་བྱུང། དེ་གས་རྟོར་བཟང་པོ་བྲང་གི་འཁོར་དང་ ཡབ་ཀྱི་དྲུང་
དུ་ཕྱིན་གས་ གྲུས་པས་བརྒྱད་ཅིང་། བཞིན་བཟང་མ་འཚོ་འམ་ཞེས་སུ་ལ་དྲིས་ཀྱང་ ལན་མི་སྲུ་བར་
གདོང་ས་ལ་ཡབ་ཅིང་འདུག། ལུ་མཉམ་སྲུས་པ། ལུ་ལྟོད་ཀྱི་དཀའ་མ་ ལྷོ་མེད་འཚོ་ཡོད་དེ།

སོག་ལ་བཟོམ་དུ་བྱུང་གས་ དམ་གཅོག་རྒྱ་སྲུང་ཅིང་ གྲུ་མ་མའའ་ལ་འཕུར་གས་སོང་། ཞེས་སྲུ་

པས་ རྒྱལ་ལྗོངས་མཚེ་མ་ཚུར་ཉུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ རྒྱུ་ལའང་བྲན་པས་ ལྷན་རྒྱུ་ལྟར་ མཚེ་
མས་བརྒྱུད་ཤིང་ ལྷན་པས་དེར་འདི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ ལ་བ་མ་ཡིན་ ལྷན་པས་དེ་ལྟར་ལའོར་དེས།
ལྷན་པས་མ་ཡིན་བཟུང་ཅི་ལྟར་དང་ལྷན། ལྷན་པས་མ་ཡིན་མེ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཡི། ལྷན་པས་མ་ཡིན་
ལྷན་པས་མ་ཡིན་ལྟར་དུ་སོང་།

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་ ལྷན་པས་ཚུལ་དུ་སོང་ནས་ལྷན་པས་བཟུང་། དེར་ལའོར་རྒྱུ་ལྟར་ལྟར་ ལྷན་པས་
ལྷན་པས་ མཚེ་མ་ཚུར་བའ་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་དུ་སོང་། དེ་ལྟར་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
ཡིན་ཅི་ལྟར་ ལྷན་པས་དང་། ལྷན་པས་དང་། ལྷན་པས་དང་། ལྷན་པས་དང་། ལྷན་པས་དང་། ལྷན་པས་
སོགས་མིག་གིས་ མཚོང་ཚུལ་དུ་སོང་། ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
བ་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་

དེ་ལྟར་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་
ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་ ལྷན་པས་ལྷན་པས་ལྷན་པས་

བསམ། གྲུམ་མི་སྲིད་ཅིང་ ཅེད་འཛོམས་པ་འདི་ ཅི་སྐྱམ་སེམས་ཀྱི་རྩོད་མོངས་ཀྱི་མར་གྱུར།
དེ་ནས་ཟླ་བའི་ཡོགས་སུ་འགྲོ་ཞིང་ དེས་པས། གོ་གསལ་པོ་ལྷོད་ནི་ མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་གོ་གསལ་སུ་ སི་
དུགས་མིག་ཅན་ དྲི་མེད་འོད་དཀར་ཅན་ ལྷོད་དང་མཚུངས་པའི་ ཟླ་ཞལ་མ་དེ་མ་མཐོང་ངམ།
མཛེས་ལྷན་སྲིད་ལྟ་སྒྲུབ་ཚུགས་མདོག་བཀྲ་ཞིང་། །རྟོག་ཆེན་གཞུག་ཡུན་རྟོར་བུའི་མདངས་
གསལ་ཞིང་། །སྤྱོད་སོགས་མཚུགས་མའི་མདོག་ལྟ་གསལ་བྱེད་ལ། །བདག་གི་མ་གྲུ་དེ་ནི་མ་མཐོང་
ངམ།།

ལྷོད་ཀྱི་གསལ་པས་ནམ་མཁའ་འཁམས་བྱུང་ཅིང་། །བསོལ་ཟེར་བདུན་ཅིས་འགྲོ་བའི་མུན་པ་སེལ།
།བདག་གི་སྤོ་ལོ་མུན་པ་སེལ་ཡི་རྒྱ། ཅུང་ཟད་བཅོ་བའི་གྲུམ་དེ་མི་ཤོད་ཅི། ཞེས་པ་ལ་སོགས་
པའི་ གྲུམ་འདི་ཞིང་ ཟླ་བ་གསལ་འགྲོ་བའི་ཡོགས་སུ་མཚན་གང་ཡིན་པས། གྱའི་ལོ་བྲང་གི་ ནགས་
མཐའ་དཀའ་བྲུབ་གནས་ དང་སྤོང་ཆེན་པོ་ཤིང་ཤུན་གྱི་ དུང་དུ་སྤེལས།

དེ་ལ་ལངས་བཞིན་དུ་དེས་པས། རྒྱལ་བུ་ངལ་ཞིང་དུ་བ་ཀྱང་ གདུང་བས་མི་བཟོད་པར་ གྱུན་རྒྱ་
འཚོལ་ཞིང་འདྲི་བ་སོགས་ ལྷོན་པ་ཉུང་ཆམ་ཆོང་མཐོང་བས། དང་སྤོང་གིས་ཤེས་ནས་སྤྲུམ་པ།
ལྷོད་ནི་གདུང་བ་དུག་པོ་དེ་བོངས་ཤིག །མཛེས་མ་དེ་ བདག་གིས་མཐོང་ཞིང་ ལྷོད་ལ་འཕྲིན་ལང་
ལོད། དེ་ནི་ལྷོད་ཀྱི་མཚན་གྱུན་རྒྱ་ དུན་ཞིང་ ཟས་ཀྱང་མི་དུན། འདོད་པས་གདུང་བའི་ མེས་

ཚོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་འདུག། མི་འམ་ཅི་འི་གནས་སུ་མགོད་དཀའ་འི་ ལམ་གྱི་བགོད་ཚུལ་དང་།
འོན་པའི་གནས་ན་ཡོད་པས་ དེར་སྐྱུར་དུ་བྱོན་ཅིག་ ཅེས་ས་ཡང་འོད་ཟེར་སེར་ཤོས་ འགོངས་པ་
ཉུ་བུའི་སོར་གདུབ་འདི་ཡང་ རྟེན་ལ་ཡུལ་ཅིག་ཟེར། ཞེས་གསུངས་ནས་ སོར་གདུབ་གདུན་ཅིང་
ལམ་གྱི་བགོད་ཚུལ་ནམས་ ཞེས་པར་བཤད་པས་དགའ་ཞིང་། ཇི་ཉུར་མངགས་པ་བཞིན་མཉེན་
ཆེན་ བདུན་ཅི་བརྟུས་ནས་ མར་ཁུར་མིན་པར་བྱས་ཏེ་ བརྟུང་བས་རྩུ་འཕུལ་དང་ ལྟན་པར་གྱུར།
མཚན་ཆ་ཐོགས་ནས་བྱོན་པས་ གངས་ཅན་གྱི་རི་རྒྱབ་ནས་ གྲུ་གྲུ་ལུ་ཡི་རི་ལ་སྤེམས་ འབྲས་བུའི་
སྤྱེས་གྲིས་འཚོ།

དེ་ནས་སྤེམས་འི་ ལྷའི་བདག་པོ་རྒྱུད་ཀྱི་གས་ ཞེས་པ་ལ་ཞོན་ནས་རི་དེ་བརྒྱལ། དེ་ནས་ལྷག་གི་རི་
ཞེས་པའི་རི་པོ་བརྒྱལ། དེ་ནས་སྤྱུལ་ཆེན་གདུག་པ་དང་འཕྲད་པར་མདའ་རྒྱབ། སྤྱི་མོ་རྒྱན་མངས་
ཐོགས་པ་ བསུ་བྱིད་བྱེད་པར་ ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བྱོན་ནས་ རི་པོ་སྤུ་གྱི་སོ་རྫོན་ཉུ་བུ་ལ་སྤྱིང་ལྟོ་བས་
དང་ དཔའ་ཕུལ་ལྟན་པས་འཇོགས། དེ་ནས་ཡང་རྫོང་ཅེ་ཞེ་ ཞེས་པའི་རི་ཡང་འཇོགས། དེ་ནས་
སྤྱི་མོ་ ཤ་ཟེན་བྱ་རྫོད་གདོང་གི་གནས་སུ་ རི་དྲགས་གྱི་པགས་པ་རྫོན་པས་ ལུས་གཡོགས་ནས་
རི་འི་ཅེ་མོར་བཞུགས་པས། མཚན་མོའི་དུས་ སྤྱི་མོ་བྱ་རྫོད་གདོང་ ཤ་ཟེ་བར་འོངས་པ་པགས་
རྫོན་པོར་ཏེ་ བསད་ནས་བརྟུལ། དེ་ནས་སེང་ལྟེང་གི་ནགས་རི་རྒྱག་པོར་ འཇོགས་ཤིང་བབས་
པའི་འགྲམ་མཉེན་ ཡུག་པར་བཞུགས་ནས་ རྫོང་བསགས་པས་ ཚ་གང་དང་། སྤྱུལ་དང་། སྤྱི་པོ་ལ་

སོགས་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་པའི་མན་རྟེན།

དེ་ནས་རིའི་འཁྲུལ་འཁོར་ རི་གྲིས་བུ་པ་དང་། རིགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ འཁྲུལ་འཁོར་དང་
། རྒྱ་གོ་འཁྲུལ་འཁོར་དང་། རྗེས་སུ་འི་ འཁྲུལ་འཁོར་ལ་སོགས་པ་ འཁྲུལ་འཁོར་འཛིགས་
པ་ནམས་མདའ་མེད་དང་། ཡུ་སུ་འི་མེས་ཡུག་ཅིང་ འཁྲུལ་འཁོར་གྱི་སྐོ་ནམས་བཅོམ་ནས་བྱོན།
དེ་བཞིན་འཛིགས་ཅུང་ རྒྱ་སྐོ་གྱི་འཁྲུལ་འཁོར་དང་། སྐོ་པོའི་སོའི་འཁྲུལ་འཁོར་དང་། ལྷན་
པ་ཆེན་པོའི་ཡུག་དང་། ལྷན་པ་གྲིས་དང་། རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་ནམས་བརྒྱལ་ནས་བྱོན། རྒྱ་དེའི་
ངོགས་སུ་ སྐོ་པོ་ནམས་བསད། མཆེ་བའི་དུག་ཅན་གྱི་ སྐོ་པོ་སྐོ་པོ་ནས་པའི་ པ་རྩམ་གཤེས་
པའི་ལྷན་བཞུན། གངས་འགྲམ་དུ་ མིའམ་ཅིའི་འབངས་ནམས་ལུ་བ་དང་། རྐོད་པའི་ གནས་སོ་
སོར་དུ་རྐོད་ཀྱི་སྐོ་པོ་ ལམ་དུ་བཞུན་མི་ལྷན་པ་ནམས་ཀྱང་ སོ་སོར་བཞུན། དེ་ནས་ཀྱུ་དུག་ཅན་
དང་། མིའམ་ཅི་མོས་གདུང་བས་ ལམ་འགག་པའི་ལྷན་སོགས་ བཞུན་དཀའ་ཐམས་ཅད་བཞུན།
དེ་ནས་རྒྱ་བོ་སྐོ་པོ་ཅན་གྱི་རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་ བཞུན་དང་། རྐོད་ཤིང་རིང་པོ་ལ་ བཞུན་ནས་བཞུན།

མིའམ་ཅིའི་ཡུལ་དུ་བེབས་ཏེ་ སྐོ་པོ་ལ་གྱི་རྒྱལ་འཕྲོག་པ་

དེ་ནས་མིའམ་ཅིའི་གོང་ལྷོར་ ཤེལ་ལས་ཀྱུ་བ་པའི་ འབངས་ལུ་ལུག་པའི་གསེབ་དུ་བྱོན་པས་ ཡུ་སུ་
ཚལ་གྱི་འགྲམ་དུ་ རྐོད་ཤིང་གི་མེད་འཛིགས་ནས་ ཡལ་གའི་སྐོ་པོ་ལ་བཞུན་པས་ རྐོད་མོས་ཚལ་
གྱི་དང་ན་ ལྷན་གྱི་རྒྱ་ གསེབ་གྱི་མདོ་གྱུ་སྐོ་པོ་ལ་བཞུན། དེ་བཞུན་ལུ་བ་པའི་རྒྱ་དེ་ནས་ མིའམ་ཅི་

30

 31

 32

 33

 34

 35

 36

 37

 38

 39

 40

 41

 42

 43

 44

 45

 46

 47

 48

 49

 50

51

 52

 53

 54

 55

 56

 57

 58

 59

 60

 61

 62

 63

 64

 65

 66

 67

 68

 69

 70

ལས་ཀྱིས་ངལ་བ་འདི་ལ། བདག་གིས་ལོང་གོགས་བྱ་བར་ རིགས་སོ་སྟེན། གནོད་སྦྱིན་ཡག་གི
གཟུགས་ཅན་གྱིས་ ཤར་རིའི་དྲགས་ཀྱིས་རྣམས་སོགས་ཤིང་བརྟམ། གོག་སྦྱར་མང་པོས་འབྲུ་
རྣམས་ གཅིག་རྩ་སྤངས་པ་དྲི་བའི་ཡབ་ལ་ཡུལ་བས་ཡ་མཚན་པར་གྱུར་ཉུང་། ཡང་མདའ་ཕུལ་
བརྟའེ་བཟེན། གསེར་གྱི་ཀ་བ་བདུན་དང་། ཏུ་ལའི་ལོང་པོ་བདུན། ཅགས་ཀྱི་ཡག་འཁོར་གཅིག་
རྣམས་མདའ་ཤིན་རྩ་རྩོ་བ་ཅིག་གིས་ཡུག་པས་ ངོ་མཚན་རབ་རྩ་ཆེ། དེ་དུང་ལྷོ་བས་དང་ ལྷ་ཕུལ་
དང་། བཟོ་དང་། སློ་དང་། རིག་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་གནས་དག་ལ་མགྲུ་ཉིང་ ཡ་མཚན་ཉུང་།

དེ་དུང་ གྲུ་གྲུའི་གཏམ་གྱིས་ཡིད་འཕྲོག་འདྲ་བའི་ དྲི་བའི་བྱ་མོ་གཟུགས་དང་། བོངས་ཚད་དང་།
བྱད་བཞིན་རྣམས་ཤིན་རྩ་འདྲ་བའི་ བྱ་མོ་ལ་བརྒྱ་བསགས་ནས་ ཡིད་འཕྲོག་ངོས་འཛིན་དུ་བཅུག་
པ་སོགས་ ཐབས་ཇི་སྟེད་བྱས་ཉུང་བོགས་པ་མ་བྱུང་བས། རྣོར་བཟང་ལ་དྲི་བའི་རྒྱལ་པོ་མཚོག་
རྩ་དེ་ཅིང་ ངོ་མཚན་དུ་གྱུར་ནས་ཡིད་འཕྲོག་ཡུལ་ཉིང་། རྣོར་བཟང་དང་ཡིད་འཕྲོག་མཉམ་དུ་
བཞུགས་སོ།།

ཡིད་འཕྲོག་མ་དང་བཅས་གོང་ལྷོ་ཉལ་ལོག་ལེབས་པ།

དེ་ནས་ཡབ་ཀྱིས་ ལུ་འི་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ འདོད་ཡོན་མང་པོ་ཡུལ་ཉིང་མཚོད་ནས་ རྣོར་བཟང་
དང་ཡིད་འཕྲོག་ རང་གི་ཡུལ་དུ་སླེབས། ཡབ་ཡུམ་འབངས་དང་བཅས་པ་ རབ་རྩ་དག་ཉིང་།

རྣོ་བཟུང་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་དབང་བསྐྱར་ཞིང་། ཡབ་དབེན་པར་ཞི་བ་གནས་པར་མཛད། རྣོ་བཟུང་
 རྒྱལ་སྤྱི་དུ་དབང་བསྐྱར་བའི་ལ་རྩོ་ རིན་ཆེན་བདུན་དུ་བྱུང་ཞིང་བདེ་སྲིད་ཀྱིས་རྣོ་བཟུང་དེ་ནི་ད་ཉ་
 ངོ་། ཡིད་འཕྲོག་དེ་ནི་གྲགས་འཛིན་མའོ།། ལོན་ཡང་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པའི་ཞགས་པས་འཚིང་བ་
 དེ་འདྲ་ན། ལམས་གསུམ་འདིར་འཚིང་བྱེད་ཀྱི་ཞེན་པ་སློམ་པོ་འདི་ ཟར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་
 སལ་བར་བྱའོ།། ཞེས་གསུངས་པས་ འཁོར་རྣམས་འཁོར་བར་འཚིང་བྱེད་ཀྱི་ ཞེན་པ་ལ་ཡིད་
 འབྱུང་ཞིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ།། འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ཚེས་
 རྣོ་རེ།། མཛད་བརྒྱ་དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་ལས་ རྣོ་བཟུང་གི་རྩྭ་གས་པ་བརྗོད་པ་ཕྱི་ ཡལ་
 འདབ་མེ་བཞི་པའོ།།

རྣོ་གས་བརྗོད་དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་གི་མཛད་བྱང་།

དེ་ཉར་མཛད་བྱ་འདི་ཉིད་མཛད་པ་པོ་ནི་ དཔལ་ལྷན་གྱི་འདི་གས་ཀྱི་ རྒྱལ་པོའི་སློན་པོ་ ཚོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་པོ་མེས་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་པའི་སྲས་ རབ་གསལ་ལ་དུ་གྲགས་པ་ ལྷགས་གཉིས་དཔལ་འབྱོར་ཡུན་
 སུམ་ཚོགས་པ་དེའི་སྲས་ ཚོས་རྒྱལ་དགེ་བའི་དབང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ བཟུན་བཅོས་འདི་ཉིད་ མཛད་
 པའི་རྒྱུ་ནི་ བུ་ཟེ་དགའ་བའི་གྲགས་པ་ ཞེས་པས་སྐྱལ་མ་མཛད། བར་དུ་ཕྲོགས་པོ་ཡོན་ཏུན་
 ལྷན་པ་ ལྷ་ཀུ་ཞེས་པས་ རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་ མཐའ་ཡས་ལས་བརྩུས་ཤིང་ རབ་རྒྱ་རྒྱས་པ་ལྟོ་
 ཕྱོགས་པའི་ལམ་གཅིག་པོ་ལ་དངས་པའི་ཚོགས་བཅད་ལྷན་དང་གས་དང་སྤྱར་བར་ ཅོམ་པར་སྐྱལ་

པོ་ ངག་དབང་སློབ་མཚན་རྒྱ་མཚོས་རྒྱ་སྐད་གཉེས་ཀྱིས་ རིན་ལྗངས་སའ་སྤྱོད་དབང་པོའི་ཡུག་དཔེ
ཁྱེད་ལ་ལྟོ་ལྟོ་ འདྲ་པ་ལོ་ལྟོ་ལྟོ་ ངག་དབང་ཡུན་ཚིགས་ཀྱིས་འབྲུ་ལྷན་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱོད་
འབྲུ་ལྷན་ཏེ་ཁྱེད་ལ་ཤིན་ཏུ་དག་པར་མཛད་ཅིང་། རེ་ཡང་དགོ་བའི་དབང་པོས་མཛད་བརྒྱའི་ཚིག་
དོན་མདོར་བཟུང་།

དམ་པའི་གྲིབ་བསའི་དང་འདྲ་བཟུང་པའི་ཚོས་ཀྱི་མ་བསའ་བསྐོར་ཞིང་བསེད་ནམས་རྩ་བར་གནས།
ཤྱོད་དང་རིག་པ་སྤྱིང་ཇེ་ལ་སོགས་ རྒྱ་ལོ་རྣམ་པར་རྒྱས་པའི་ཡལ་ག་ཅན། ཤྱོད་ཤེས་དྲི་མེད་ཡལ་
འདབ་གཞུགས་སྤྱད་དཀར་བའི་མེ་རྩོག་རྩོག་ཏུ་དམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི། ཤྱོད་པ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
པར་མཛད་པ་དཔལ་འདྲ་སངས་རྒྱས་ལོན་པ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བུ་ཅིག།

ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་ རྩོད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ དང་པོར་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ཏུ་བྱུགས་
བརྟེན། བར་དུ་བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཚིགས་བསགས། རྩ་བར་བདུད་བཞི་བཅོམ་ནས་
སངས་རྒྱས་པ་ནི་ རྩོད་པ་བྱུབ་པའི་དབང་པོའི་ རྣམ་པར་བར་པའི་མ་ལོན་པས། དམ་པའི་གྲིབ་
བསའི་སོགས་ཀྱི་དོན་རྒྱལ་འདི་དང་མཐུན་པར་བཤད་ན།

དང་པོར་བྲེག་པ་ཆེན་པོར་ རིགས་ཅེས་པའི་དམ་བཅའ་བརྟུན་པའི་ཚོས་ནི། རྩོད་པ་དང་འབྲུག་

པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། ཤེས་རབ་བྱུང་པས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་བཤུ་ ལྷན་འཕགས་འདི་དག་གི་
དོན་མི་གོ་བ་ལྟེན་པས་ ལྷ་ལང་མཐོང་བའམ། དུས་ལོང་ལ་རྒྱས་ལྟོན་པ་དང་། ལྷག་གཟིགས་
གི་མདུན་དུ་ སིན་ཆེན་ལྷུངས་པ་ལྟར་ དོན་མེད་ཡིག་སྐྱོ་བྱེ་ རང་འདྲའི་སྒོ་ དམན་ནམས་ལ་ མན་
ལྷིང་གོ་བདེ་ཚིག་ལྷག་པར་ བཀྲོལ་བ་འདི་ཉིད་ ལོན་མེད་གསར་སྐྱུན་བྱ་དགོས་བྱུང་བར་ རྒྱལ་
བའི་མཛད་པ་ རྣམས་ ཡོངས་ཀྱིས་རྟོགས་ཏེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ རྗེས་ལྷ་དྲན་ཅིང་། རྒྱན་
ཀྱང་བཟུང་པ་དེ་ལྟེ་ཆེ་ལ་དཔྱིད་དང་། ཤེས་མཚན་གྲུབ་པའི་ལོ་འབྲས་འཕེལ་སྤྱད་དུ།
། ལྷག་བསམ་བཟང་པའི་ཚོས་སྐྱིན་འཛད་མེད་འདིས། །འགྲོ་བ་རྒྱན་ལ་ཡན་པའི་རྒྱས་རྒྱས་ནས།
པར་བསྐྱུན་དགོ་བའི་བསེད་ནམས་གང་དེའི་མཐུས། །བྱུང་བཟུན་ལྷན་པོ་ལྟར་དུ་རབ་ཏུ་བརྟུན།
། དམ་པའི་ཚིགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མཁའ་ལྟར་ཡངས། །འགྲོ་རྒྱན་ཡན་བདེའི་དཔལ་ལ་རྟུག་པོ་
ནས། །རྒྱན་མཆོད་གོ་འཕང་ལྷུང་དུ་བྱོལ་བྱིང་བའོ།།

ཞེས་པ་འདི་ཡང་བཟུང་པ་དང་། ལྟོན་པ་ལ་མི་ལྟོན་པའི་ དད་པ་དང་། གཏོང་བའི་དཔལ་གྱིས་
མཛོད་པར་མཐོང་བ་ ལྟེ་ཤར་ཤག་ཚང་ལོགས་དཔོན་ མཁའ་རྒྱུད་མཆོད་རབ་བྱམས་པས་ ལྟོན་
པའི་འཕྱུངས་རབས་ཀྱི་ གྲགས་བམ་པར་དུ་བསྐྱུན་པའི་དགོ་བ་རྣམས་ བཟུང་འགྲོའི་དོན་དུ་ བའོ་
བའི་མོན་ཚིག་ཅིག་དགོས་ ཞེས་སྐུལ་བ་ལྟར་ དུ་སྐྱོངས་འཚི་བྱ་རྟོ་བྱོལ་བྱའི་ ལྟེ་འཕྲེང་ལ་པར་

སྒོམ་པ་ ལ ཟུམ་བུ་ཉལ་མཉམ་དཔལ་ལཱེ་ཤེས་བུ་ཉལ་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཉལ་ མོ་ཉལ་པའི་མཚན་མས་
ཟུར་ཉེ་བྲིས་པའོ།།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྟར་སྐྱེ་ཅི་ལྟ་དང་། །འཁོར་དང་སྐྱེ་ཚེ་ཚན་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །ལྟོན་
ཀྱི་མཚན་མཚན་གསལ་བཟང་པོ་ཅི་ལྟ་བུ། །དེ་ལྟ་ལོ་ནུར་བདག་སོགས་འཇུག་པར་ཤོག །ལྟོན་ལ་
བསྟོན་ཅིང་གསོལ་བ་བཟུབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གཞུགས་པའི་ས་ལྟོགས་དེར།།
ཉལ་དང་དཔལ་ལོངས་འབྲས་ལོ་ཉལ་ཞི་བ་དང་། །ཚོས་དང་བཀྲིས་འཕེལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས།།