

དུས་བཙུན་མ་དེ་མངར་ཟས་བཅོང་སའི་ཚོང་ཁང་ཞིག་ཏུ་འཇུག་པོར་
 བ་མ་ཟད། རང་ལོག་ནས་ཁོའི་ཕྱོགས་ལ་ཕྱིར་མིག་ཅིག་བཞུས་བྱུང་།
 ཁོ་དེ་བས་ཀྱང་ཡ་མཚར་ནས་ཁོ་མའི་རྗེས་སུ་ཚོང་ཁང་དེར་བསྐྱོད། ཁོ་
 དེར་བསྐྱེབས་མ་ཐག་ཁོ་མོས་གྲང་དོས་ཀྱི་པར་ཞིག་ལ་དོ་གདོད་ཕྱོགས་
 པ་ལས་ཁོའི་ཕྱོགས་སུ་དོ་གདོད་གཡོ་ཚམ་ཡང་མ་བྱས། ཁོ་སྐོ་ལ་
 ཡོང་ནས་རུང་ཚོས་བསྐྱེད་རྗེས་མོ་ཡང་སྐོར་ཐོན་ཏེ་ལམ་གྱི་གཡམས་ཕྱོགས་
 སུ་བྱུང་མོང་། ཁོང་ལ་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་བྱུང་ན་ཡང་སྐྱོར་ཁོ་མོ་སུ་
 ཡིན་པ་གསལ་བོ་ཤེས་བྱུང་སྐྱེས་ལྟ་ཁོ་མའི་རྗེས་བསྐྱེད་གས།
 ཁོས་“བཙུན་མ”ཞེས་བོས་པ་ན་ཁོ་མོ་རྒྱུ་འཁོར་བྱུང་། དེར་མཐུན་
 རས་ཁོས་“ཞོགས་ཟས་ཀྱི་རིན་འབབ་བྱིད་ཀྱིས་གནང་བར་བྱུགས་རྗེ་ཆེ།”
 ཅེས་བཤད་མ་ཐག་ཁོ་དོར་ཐོར་ནས་བརྒྱལ་ལ་ཁང་ཅིག་བྱས། རྒྱ་མཚན་
 ཁོ་མོ་ནི་ཁོས་ཆེས་ཐོག་མར་མགོ་སྐོར་གདོང་སའི་བྲག་གཡང་རེད།
 ཁོས་མོ་ལ་བཞུས་ནས་འདུག་རྒྱུ་ལས་ཚོགས་ཀྱང་གཅིག་ཀྱང་ཁ་ནས་མ་
 ཐོན། དངོས་གནས་བཤད་ན་ཁོ་གཉིས་ནི་རྒྱུ་དུས་ནས་འབྲེལ་འབྲིས་
 ཟབ་པ་མ་ཟད་མི་ཚོ་དོ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ་ནས་བརྒྱུད་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བ་
 ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་། མཐར་ལུས་འབྲེལ་མོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་འདྲ་མིན་
 བྱུང་རྒྱུ་ན། ཁོས་བྲག་གཡང་ལ་བཅངས་པའི་བརྗེ་དུང་ཇི་རྒྱུད་ནས་
 ཇི་རྒྱུད་དུ་གྱུར། རྗེས་སུ་ཁོ་མའི་སར་འགོ་རྒྱུ་ལས་དཀྱིན་མོ་ཚོའི་སར་
 འགོ་རྒྱུར་དགའ་སྐྱོང་ཆེ། དེར་བརྟེན་མོས་ཁོ་ལ་སྲུང་བའི་རྒྱ་གཅིག་
 གི་འབྲུམ་ཡུན་གྱི་དུས་ཚོད་ནི་ལོ་གཅིག་དང་ལྷ་བ་ཁ་ཤས་ཕྱིན། དེའི་
 རིང་ལ་ཁོས་མོ་ལ་ཁ་པར་ཞིག་ཀྱང་ཡལ་ཆེར་བཏང་མེད་ཟེར་ན་ཚོགས་
 ཀྱང་། ཁོ་མོས་རྒྱུད་མེད་པའི་བརྗེ་དུང་ཞིག་སེམས་ལ་བཅངས་ནས་
 ཕོ་གསར་ཞིག་གི་གདོང་བར་ཡང་ལྷ་ཕྱོད་མེད་ཟེར་བའི་ལྷ་རྒྱུན་ལས་
 བོ་རྟོགས་བྱུང་། དེ་རྗེས་སྐྱེས་བཟང་དོན་གྱུ་བ་ཀྱིས་ཁ་པར་བཏང་ནས་
 ར་སར་བསྐྱེད་དུས་ངས་ཀྱང་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་བརྗེ་བ་དང་རོགས་པ་ཚོའི་རེ་
 བ་ལ་བརྟེན་ནས་གཡོ་སྐྱེ་མེད་པའི་འབྲེལ་ལམ་གསར་བ་ཞིག་འཇུགས་
 དགོས་བསམ་འུང་། དཀྱིན་མོ་ཚོ་དང་འབྲེལ་བ་ལམ་སེང་གཅོད་མ་

གྱུ་བཤས་གནས་རྒྱལ་འདི་འདྲ་ཞིག་དང་དུས་ཚོད་འདི་འདྲ་ཞིག་ཤར་བ་
 རེད།
 “དོན་དོན་གྱུ་བ། དེང་སང་ག་རེ་བྱིད་ཀྱི་ཡོད་དམ་”
 “དམིགས་བསལ་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད་”
 མོས་སྐད་གདངས་དམའ་མོས་“ད་འབྲུམ་རྒྱལ་མ་བྱེད། སྐལ་བཟང་
 དོན་གྱུ་བ་བཞིན་འདུག་ཤེས་དང་བསམ་ཤེས་བྱེད་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོད་
 པ་རེད།” ཅེས་བསྐྱེད་བྱུ་བཏང་བྱུང་། དེ་འབྲུམ་ཁོར་ཅི་བཤད་འདི་
 བཤད་མེད་པར་ཡར་མར་ལ་ལྷ་ཚོས་གྱིས་ “སྐལ་བཟང་དོན་གྱུ་བ་དེང་
 སང་གང་དུ་ཡོད་པ་རེད་དམ་” ཞེས་དྲིས།
 “ཁོས་སྲུང་བཞིན་དགོ་ཐོན་གྱི་ལས་ཀ་བྱིད་ཀྱིན་ཡོད་” ཅེས་
 ལན་འདེབས་ཞོར་དུ་མོས་ཀྱང་ཡར་ལྷ་མར་ལྷ་ཞིག་བྱས།
 “བྲག་གཡང་། བྱིད་བཙུན་མ་བྱེད་རྒྱུའི་བསམ་སྒོ་གང་
 འདྲ་བྱས་ཏེ་འཁོར་བྱུང་” ཞེས་ཁོས་མ་ཤེས་ཁུལ་གྱིས་དྲིས།
 “ངས་རྗེན་མ་ནས་བཤད་ཕྱོད་ཡོད། གལ་སྲིད་བྱིད་
 དང་མཉམ་དུ་མི་ཚོ་སྐྱེས་མ་བྱུང་ན་ངས་ཕོ་གསར་གཞན་པ་ཞིག་དང་
 དུས་ནས་ཡང་མི་འགོགས་ཞེས་ལབ་ཕྱོད་མོད། བྱིད་དང་དེད་གཉིས་
 ལས་དབང་གིས་འགོགས་དཀའ་པས་ང་ལྷ་ལྷག་ནས་བཙུན་མ་བྱས་པ་
 ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚོས་པ་ནས་དག་ཅིག་ངས་འཛོན་དཀའ་འཛོན་ཟེར་། ཟེར་
 ཞོར་དུ་མིག་མཐར་མཆི་འཁོར་བྱུང་།
 ཁོས་ཅི་ཞིག་བཤད་དགོས་པའང་མི་ཚོར་བས་ཁོ་མའི་མིག་མཐར་
 མཆི་མས་བཀའ་ནས་ལབ་བྱུང་།
 ངས་ཅི་ཞིག་བཤད་དགོས་པའང་མི་ཚོར་བས་ཁོ་མའི་མིག་མཐར་
 འཁོར་བའི་མཆི་མ་འགོག་ཐབས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་།
 “བྱིད་དགོན་པ་གང་དུ་ཡོད་དམ་” ཞེས་སེམས་
 ཅན་མེད་པའི་དྲི་བ་ཞིག་ངག་ནས་བོར་།
 “ད་བར་དུ་དེ་སའི་ཉེ་འགམ་གྱི་བཙུན་དགོན་དེར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་
 ཡང་། མི་ཚང་མའི་མཐོང་སྐྱོང་ལ་བདེ་བོ་ཡོད་མ་མ་རེད་ རྐྱད་

ཆེན་པོ་ཞིག་འཕར་བུང་། “རྒྱུད་པོ་འདི་ག་རེ་རྒྱུད་པོ། རྒྱུད་པོ་
བཅོམ་ཡིན་པ་གཅིག་པ་རེ་དེ། དཔལ་པོ་ཡིན་ན་རེ་རེ་བཞིན་
ཤོག་དང་། ང་ཤི་ན་གསོན་ན་མི་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན” ཞེས་ཕུ་ཐུང་
གྲུ་མའི་ཡན་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་རྣམས་བཤད་དུ་སྤོང་ཆོས་ཕན་
ཚུན་གྱི་གདོང་ལ་ལྟ་ཅན་གྲུས་པ་ལས་ཁོ་ལ་ལྟ་མ་མོད། ལ་ནེ་
དེ་ཁོའི་དགའ་རོགས་ཡིན་མ་རེད་ཟེར་མཁན་དེ་ང་དང་ཉེ་མ་ན་
ཡོད་པས་ངས་མཆི་མ་ཞིག་འཕངས་པ་ཡིན།

“ག་རེ་གྲུས་སམ།” ཁོས་ང་ལ་འཁོར་བཞིན་ཁུ་ཚུར་
བཅོངས། “ནང་པའི་ལ་ནེ་ལི་དགའ་བོ་སྤྱི་གཞི་གི་རེད་དམ།
ཁྱེད་ཀྱི་ལ་མ་ལ་ནེ་ལི་ན་དུས་ཁྱེད་རང་སྤྱི་གཞི་པ་ཡིན་སེད། ལ་
རེད།” ཅེས་རྒྱུད་གདངས་མཐོན་པོས་ལའ་པ་ཡིན། ཁོང་ཆོས་
ང་སྤྱི་ན་པ་ཞིག་དུ་སྤྱི་བའམ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཞིག་གིས་ཡིན་པ་མི་
ཤེས་མོད། ཆང་མས་ཁོའི་རྣམས་ཆར་ལ་ལན་མི་སྤྱོད་པར་གཅིག་
རྟེན་གཅིག་གིས་དེད་ནས་བུད་སོང་། བསམ་སྟོན་ལག་པོ་ཞིག་
བཏང་ན་ཁོང་ཆོ་བཀའ་གཡང་ལ་དོགས་པ་ཟ་བར་རྒྱ་མཚན་མེད་
པ་མ་རེད། དེང་སང་ང་ཆོའི་རྒྱུད་པོ་བཅོམ་ལུང་པ་ན་འདི་འདྲའི་
རིགས་ཀྱི་གསར་འགྲུལ་ཏུ་ཅང་མང་པས། ཁོང་ཆོས་དེ་དག་ཐོས་
ཡོད་ཆོད་རེད།

དུག

དོ་རྩེ་དོན་གྲུབ་ལྷོ་ལི་གོང་ཁྱེད་ཀྱི་རྣམས་བསམ་གཞིགས་
ཀྱི་དབྱགས་རིང་གཏོང་བཞིན་ལོ་ངོ་བཅུ་འགོར་སོང་། ཁང་ཚུང་
མདུན་གྱི་མེ་ལོང་ཚུང་ཚུང་དེར་རྟེན་ཐོངས་རེར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་
འདབས་སུ་བབས་པའི་ཁ་བ་ལ་སྤང་སེམས་སྤྱེས་ཤིང་། དཔལ་
བར་བབས་པའི་ལོ་ཆོད་ཀྱི་རི་མོ་ལ་ལི་ལུག་སྤྱེས་སྤོང་། ཁོའི་
ལོངས་སྤྱོད་དུ་ལྷུར་སྤོང་པའི་སྤྱི་གཞི་གཤམ་དང་ལག་ཁྱེད་ཁ་པར།

བཀའ་གཡང་། ཅང་ཀྱང་ཤི། མ་ལེ་ལ། ར་ཐ་གསོགས་ཉེ་མ་
རེ་རེར་དུན་པ་མ་ཟེད་དེ་དག་གི་འདྲ་པར་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྤོང་
ནས་དུན་པ་བརྒྱུས་སྤོང་ལ་འགྲོད་གདུང་གི་ཁྲིད་ནས་རང་ཉིད་
ལ་གཞུས་སྤོང་། འདི་རྣམས་བསམས་ན་རང་ཉིད་འཛིག་ཉེན་དུ་
ཡོང་བར་སྤོང་བོ་མ་བུང་བས་ད་དངོས་གནས་ལས་དོན་ལག་པོ་
ཞིག་བརྒྱབས་ཐུབ་པར་སྤོང་སེམས་བཀའ་ལྟུགས་རེད་ལ། མི་ཆེ་འདིར་
སྤྱོད་ན་སྤོང་གཏམ་བཤད་ས་དང་སྤྱི་གཞི་མཆི་མ་འདོན་སའི་གཏན་
གྲོགས་ཤིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་པས་སུ་ཞིག་དང་སྤོང་ཁ་མཐུན་མིན་
ལ་ཞིབ་འདད་ཞིག་རྒྱག་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཤོད་པའི་བུད་
མེད་ཞིང་རྟེན་པའི་ལོ་སུམ་ཅུ་རྒྱག་ཅིག་གིས་འགྲུག་དགའ་བ་མ་
ཟེད་དུ་ལ་སྤོང་མེད་ན་དེ་བས་རྣམས་མཁན་ཡང་དགོན། དེའི་ན་
མོ་ཞིག་དང་མི་ཆེ་བསྐྱལ་ན་ས་ལུ་ལྱི་མི་མང་གིས་འཕྲུ་སྤོང་བུད་
སྤོང་པ་མ་ཟེད་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་མཇུག་ཀྱང་དེ་འདྲའི་སྤོང་བུད་ཞིག་
ཡིན་མི་སྤོང། འདི་རྣམས་དེ་ཉིད་རྣམས་ཀྱི་བཟུང་མིན་ལ་བསམ་
སྤོང་བཏང་།

མིག་ཟུང་འཛི་རྣམས་བཅུ་མས་ནས་བསམ་སྤོང་བཏང་ཡང་རང་ཉིད་ལ་
འགྲོ་སོང་ཉུང་ཤེས་དང་འགྲུག་སྤོང་གིས་དེའི་མོ་རང་ཡིན་འདུག་
པས་དོ་དགོང་ཡང་ཞབས་སྤོང་ཁང་ཞིག་དུ་མི་འགྲོ་ཀ་མེད་བུང་།
ཁོ་ckརྣམས་ཅན་གྱི་ཞབས་སྤོང་ཁང་དུ་བསྐྱེད་པས་དུས་ཆ་ལྡན་
གཞིན་ཞུ་ཆོའི་རྣམས་ལ་འགྲུལ་བསྤོང་དང་གཟུགས་པོ་གཡོ་འགྲོས་
ཀྱིས་ཁོ་ལ་སྤོང་སྤོང་ཞིག་སྤྱི་ན་པས་ཁོས་ལུན་རིང་ཞིག་ལ་བརྟེན་
ནས་བཟུང།

“ཀྱེ། ང་མཉམ་དུ་ཞབས་སྤོང་རོ་ལ་ཆོག་གམ།” ཐུ་ཞིང་འཇམ་
པའི་རྣམས་དག་འདིས་ཁོའི་མིག་རྒྱུང་བཀའ་པས་ཁོས་ཀྱང་གཡམས་
སྤོང་གས་སུ་འཁོར་ཅོམ་གྲུས། ཉག་ཉག་གཟུགས་བུད་དང་ཞིང་
རིང་བ། འོ་གདོང་དཀར་ཞིང་གཅོང་བཞིག་ཟུང་སྤོང་ཞིང་གཡོ་
བ། ཁ་སྤོང་དམར་ཞིང་དུངས་བ། རྣམས་རིག་གོང་ཞིང་ཞོད་པ་

མཚན་སྲིད་ཙམ་ཟིན་དུས་ཞབས་བྲོ་བ་མང་ཆེ་བ་ཆང་རག་དང་
ཐ་མག་སོགས་ཀྱི་ཁྲིད་ན་རང་ཉིད་ཀྱང་ངོ་ཤེས་མ་ཤེས་ངང་གཡས་
ལོག་གཡོན་ལོག་བྱས་ནས་བསྐྱད་འདུག བདག་ཀྱང་ཆང་རག་
ལ་འགམ་ཚུ་ཤོར་ཡང་དདུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བས་འདོད་པ་
བཞིན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་རྙེད་མ་ཐུབ། དེ་ལས་ཐོངུ་སི་ལི་ཡི་ཉལ་
ཁང་སྤྲོགས་ལ་འགྲོ་བུ་བཟུམ་ཁེ་བཟང་ཆེ་བས་མ་པས་མོ་ལ་ཁ་ཡག་
གི་སྐད་ཆ་བཤད་བཞིན་གཏོང་། “ཡིད་འཕྲོག་མ། ཁྱེད་ཀྱི་གཟིམ་
ཁང་གང་དུ་ཡོད་དམ་”

“ཆེས་མཐོ་མགོ་ན་ཁང་གི་ཕྱི་མོ་”

“ད་ངེད་གཉིས་འགྲོ་ན་མ་རེད་དམ་”

“རེད་རེད་” མོས་ཁོའི་འདོད་པ་བཞིན་མོས་མཐུན་
བྱས་པས་ཁོའི་སེམས་པ་དགའ་ལྗང་ལྗང་དང་ཁོའི་ལུས་པོ་དོད་
ལམ་ལམ་དུ་གྱུར། “ཨ་ཙོ། ང་ལྗེ་ལི་ནས་ལོ་བཅུ་ལྷག་ཞིག་
བསྐྱད་པ་ཡིན་རུང་མགོ་ན་ཁང་འདི་འདྲའི་སྐྱེད་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་
མཐོང་མཐོང་། ཁྱེད་དངོས་གནས་སློབ་རིག་ཅན་གྱི་བུད་མེད་ཅིག་
རེད་འདུག དེ་ལྟར་མིན་ན་ཆེས་སྐྱེད་པའི་མགོ་ན་ཁང་འདི་འདྲ་
ཞིག་ལམ་སེང་རྙེད་ག་ལ་ཐུབ་” ཅས་ཁོས་ཁ་ཡག་གིས་མཚོན་
པ་ཐུལ་ཡིན།

“རེད། འོན་ཀྱང་། ཆེས་སྐྱེད་པའི་མགོ་ན་ཁང་ལ་དེ་དང་མཐུན་
པའི་སྟུན་གྲགས་ཡོད་པས་དེ་བཙལ་བར་དུས་ཚོད་ཅིག་ག་ལ་
དགོས། དེང་སང་མི་ལ་དཔལ་འདྲེས་ཡོད་ན་དམིགས་ལུལ་རང་
འགྲུབ་རེད་” ཅས་ཐོངུ་སི་ལི་ཡིས་རིན་ཐང་ལྗན་པའི་སྐྱད་ཆ་
བཤད་བྱུང་།

“ཁྱེད་ཀྱི་ཁྲི་ག་འདིར་མ་ཡོང་དོན་གང་རེད་” ཁོས་སྐད་ཆའི་
ཁ་སྤྲོགས་སྐྱར་ནས་དེས།

“ངེད་གཉིས་ཐོག་མར་གཉེན་སྲིད་བྱས་དུས་ལོ་ཉེ་ཤུའི་ཚད་གཞི་
རེད། ད་ལོ་ནས་ལོ་ཉེ་ཤུ་ལོ་ལ་ཟིན་པས་འབྲེལ་ལམ་བཙུག་ཟིན།

འོན་ཀྱང་། ངས་ལོ་གཅིག་གཉིས་ལ་རྒྱལ་ཁབ་འགར་ལྷ་སྐོར་
བྱས་ཤིང་ཡང་བསྐྱར་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་གཉེན་སྲིད་གཉིས་པ་དེ་
བྱ་རྒྱུའི་དམིགས་ལུལ་ཡོད། དེའི་བར་དུ་ངས་མི་རིགས་གཞན་
པ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་གཉེན་སྲིད་ཐེངས་ཁ་ཤས་ཤིག་བྱ་རྒྱུས་ཡོད།”
མོས་སྐྱ་གསེང་མེད་པའི་སྐད་ཆ་སྐྱེད་སྐྱབས་ཁོའི་ཤིན་ཏུ་ལ་མཚར་
བས་སུ་གྱུ་གཉིས་གསུམ་གྱི་ཨ་མས་ལས་དོན་འདི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབ་
ན་རིན་ཐང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ་བསམས་བྱུང་། ཡིན་ན་ཡང་
རང་ཉིད་ལ་གྲོང་རྒྱུད་མི་ཐེབས་ཆེད་མོས་གང་བཤད་པ་ལ་རྒྱབ་
སྐྱོར་བྱས་པ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལངས་སྤྲོགས་སྤེང་ནས་ཆོག་གཅིག་
ཀྱང་བཤད་མ་ཐུབ། གཅིག་བྱས་ན་ཁོ་དཔལ་འདྲེས་ལ་དུངས་
དྲགས་ནས་མོའི་བརྗེ་དུང་ལ་རིན་ཐང་གང་ཡང་རྙེད་མ་ཐུབ་
པ་ཡིན་སྲིད། གང་ལྟར་ཁོས་ཨ་སྐོར་གྱི་གཟུགས་བརྗེན་སྐོར་
ཐེངས་རེ་སེམས་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་བདེ་བ་རེ་ཐོབ་པས་སྤྲེལ་
ལད་ཀྱི་ཆོག་དང་བརྟོད་པའི་ཆོག་སོགས་ཁ་ནས་རང་བྱུང་ལྟ་བུར་
ཆགས་འདུག

དགོང་མོ་དེར་ཁོས་འདོད་པའི་ཕྱི་ལོ་ལ་རྣམས་གང་སྐྱེད་
ཅི་བདེ་བྱས་པས་རང་ལྷ་ལུལ་གྱི་ལོ་བྱང་ཞིག་ཏུ་ཉལ་བ་ལྟ་བུའི་
སྐྱེད་སྐྱང་བྱུང་། འོན་ཀྱང་སྐྱེད་པའི་ལོ་བྱང་སྤྲོ་བས་སྤྲོགས་བཞིར་
དཀའ་ཆ་དོད་དུས་ཁོས་ཞིགས་པའི་ལྗོངས་འཇགས་ཀྱི་ཁྲིད་ནས་
ཨ་ལོག་ཡང་ཡང་བརྒྱབ་ནས་ཐོངུ་སི་ལི་ཁོ་དང་མཉམ་འདུག་མིན་
ལ་བསམ་སློབ་བྱུང་། གལ་སྲིད་མོས་ང་དང་མཉམ་འདུག་མི་བྱེད་
ཟེར་ན་ངའི་དཔལ་འདྲེས་ཀྱི་མ་རྩ་སོགས་རྫོགས་ཟིན་པས་འཚོ་
བའི་ལྗང་སྐྱེལ་དགོས་མིན་ལ་སེམས་ཁྲལ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་འདུག
ཐོངུ་སི་ལི་བྱེད་མེད་ན་ན་པ་ཡིན་ཡང་ནས་གཉེར་གང་ཡང་མི་
མངོན་པས། ངའི་འཚོ་བར་ལྷ་སྐྱོང་ཐུབ་ན་མི་ཆེའི་སྤྲོ་བས་སུ་
བརྒྱབ་ན་ལེགས་སྟུམ་བཞིན་པའི་སྐྱབས་མོས་ལག་བརྒྱབ་སེང་
ཞིག་བྱས་པ་དེས་ཁོའི་གདོང་ལ་ཚ་ཐག་ཚོད་ཅིག་གཞུས།

སོགས་སྒོ་བ་སྒྱིད་ཤེད་རྒྱུ་ལོ་མགོ་ཚུགས། སྤྱིར་བཏང་ལོ་སྤྲོད་ལྟ་
བཞུགས་པའི་མི་ཚན་ཞིག་གིས་སྒོ་བ་སྒྱིད་ཤེད་ལུང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡང་
ཅེར་མི་བསྐྱེད་པ་ཤེས་ཀྱང་། མོའི་བསྐྱེད་ཤེད་བཞིན་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་
པའི་མིང་བཅན་པོ་དེ་འདྲིས་ཆེད་དང་། རང་ལ་ཉམས་སྤྱོད་ལྟ་
ཅོམ་ཐོབ་ཆེད། དེ་བཞིན་འཚོ་བ་དང་སེམས་ཁམས་སོགས་གང་
ཅིའི་ཐད་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་མངོན་ཆེད་ལས་རིམ་གསར་
བཞིག་གི་སྒོ་ཐོམ་འགྲེམས།

ཐེངས་ལྷོ་ཞི་ལོ་ན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་བྱད་མེད་འཛོན་ཐང་ཅན་ཞིག་
ཡིན་པས་བལ་ཡུལ་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཉིན་མོ་ནས་བཟུང་མཚན་མོ་
མ་གཏོགས་ཁྱིམ་ལ་མི་ཡོང་བར་དབུལ་སྒོ་བ་ཚོགས་ཀྱི་ལས་
དོན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དུ་འགྲོ་བ་དང་། རང་སྒོ་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་སྤྱིམས་
ཁང་དུ་ཡོད་པའི་པོད་བཅན་ཤོ་ལ་པ་ཚོའི་ལས་དབང་ལ་གཞིགས་
ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་རོགས་རམ་ཤེད་ཀྱིན་
ཡོད་པ་ནི་ཁོ་ཉེ་ཅང་དག་འདྲོས་པའི་བྱ་བཞག་ཅིག་ཡིན་པ་མ་
ཟད། ཁོའི་ཚོ་སྣང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞུ་བྱེད་པའི་འདེད་ཞིག་གི་
ཞབས་འདེགས་ལྟ་བུ་བ་པ་དེ་ནི་ཁོའི་ལས་དབང་ལ་མཚོན་ཆེག་
མཚོན་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད།

ཡུན་རིང་མ་འགོར་བར་ཁོས་ཀྱང་དབྱེན་སྐྱོད་སྤོན་
ལས་ཀྱང་ཡག་པོ་བཞད་ཤེས་པ་མ་ཟད་དབྱེན་འཕྲིན་སོགས་ཀྱང་
འབྲི་བྱེད་པ་དང་སྒོ་བ་སྒྱིད་སོགས་ཀྱི་སྤྲོད་ནས་མི་མང་པོར་འབྲེལ་
ལམ་འཛུགས་བྱེད་ཤེད་བསམ། རང་ཉིད་ནི་སྤོན་བྱེད་ཉམས་ཐོག་པའི་
དོན་རྒྱུ་བཟུང་ལའང་ན་གཡོ་སྤྱིའི་དོན་རྒྱུ་བཟུང་ལའི་ན་པར་
གང་ཟག་གཞན་པ་བཞིན་འགྲོ་འདུག་སྤྱོད་གསུམ་ལ་བསམ་སྒོ་
ལེགས་པར་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པས་པ་མ་དང་པ་ཡུལ་
སོགས་ཀྱང་དྲན་ཁར་བབས། དེ་བཞིན་འདས་ཟེན་པའི་མི་ཚོའི་
སྤྲོད་ནས་སྤེལ་ལའང་ཀྱིས་གཞན་མགོ་གཡོགས་པ་དང་གཡོ་སྤྱིའི་
རང་མགོ་གཡོགས་པ་སོགས་ཡོད་ཆེད་འགྲོད་གཤེགས་ཀྱི་གཞི་

རུ་གྱུར་ཡོད།
ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་དོ་ཁོས་དབྱེན་ཅིའི་སྤྱིའི་སྤྱིའི་སྤྱིའི་
ལ་ལིག་འཕྲིན་ཞིག་བྲིས་རྗེས་ཐེངས་ལྷོ་མི་ཡི་དང་དེད་གཉིས་ལ་དགོང་
ཟས་ཤིག་གྲ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཡིན། རམ་རྒྱུ་མོ་ཚུ་ཚོད་དགུ་བ་མ་
ཡོལ་ཅམ་ལ་བྲིས་དུ་བསྐྱེད་ཤེད་ཡོད་པ་མ་ཟད། གཞན་རྒྱུ་
སོགས་ཀྱིས་ཅུང་ཅོམ་རྗེས་ལྷོ་སྤྱིའི་ལ་ལྟོ་མོ་ཅིས་ཀྱང་
འགྲོར་དེས། འོན་ཀྱང་དོ་དགོང་ཚུ་ཚོད་བཅུ་བའོལ་ཚར་རུང་
ཐེངས་ལྷོ་མི་ཡིའི་སྐད་སྒྲ་ཅོམ་ལང་གོ་མ་བྱེད། ཁོ་ཅུང་ཅོམ་སེམས་
མ་བདེ་བས་དབུལ་སྒོ་བ་ཚོགས་ཀྱི་ལས་ཁུངས་སུ་ཁ་པར་ཞིག་
གཏོང་བར་སོང་།

- “མེ། ཐོའ་སེ་ལི་འདུག་གམ་”
- “མི་འདུག་”
- “དེ་རིང་དེར་མ་ཡོང་ངམ་”
- “བསྐྱེད་པས་ཟེན་ཀྱང་ད་ལྟོ་མི་འདུག་”
- “ག་དུས་ནས་ལས་ཁུངས་དང་བྲལ་སོང་ངམ་”
- “ཉིན་གུང་ཅོམ་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་ནས་ཁྱོད་ག་བསྐྱེད་པས་ཉེ་བྱད་སོང་”
- “གང་ལ་འགྲོ་སོང་ངམ་”
- “ཏེ་གོ་མ་སོང་”

“ལ་ལ། ཟུགས་རྗེ་ཆེ” ཁོའི་བསམ་པར་དབུལ་
སྒོ་བ་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཚང་མས་ཁོ་འོ་འོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པས་
ཕལ་ཆེར་རང་ལ་ཀུ་མེ་བྱས་པ་རེད་སྤྱིའི་ཚོའི་ལས་
ཀ་ཡང་ད་དུང་མཚམས་བཞག་མེད་པས་ཐེངས་ལྷོ་མི་ཡི་དེར་ཡོད་པར་
ཚོད་བཅན་བྱས། དེ་བཞིན་ས་ཡང་རུ་བའོད་པས་ཁོ་རང་མོ་
བསུ་ལེན་ཤེད་པར་འགྲོ་བྱེད་ན་སྤོན་སྤོན་སྤོན་སྤོན་སྤོན་
“མེ། ག་པར་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་ནམ་” སྤྱིའི་དག་པའི་དབྱེན་སྐྱོད་
ཅིག་ཁོའི་རྣ་བར་འཇུག། དེའི་སྤྱིའི་སྤྱིའི་སྤྱིའི་སྤྱིའི་
ཉམས་ཞེས་པར་ཁོས་ཁུངས་རྒྱུག་བཞིན་པའི་སྐབས་ཡར་འགྲོ་



dim-° , མ-གུ , འི་མུ

བོན་བརྒྱ་བརྒྱན་འདྲིན་རབ་རྒྱས།(རྫོ་སྤོགས)

སྤོས་བལ་ཉེན་འབྱུང་གི་སེང་གེ་རྫོང་དབྱེངས།
འཁོར་བའི་ནགས་རྫོང་དུ་མཐོན་པོར་སྤོག་པའི།
སྤོ་བ་རྫོ་མེད་ཀྱི་སྤོས་གཙང་སྤོས་བོ།
སྤོ་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་གདན་ལ་བཞུགས་ཤིག།

ཉེན་འབྱུང་ཨ་མ་ཡི་གསེར་ཞལ་དོས་ལ།
ནལ་འབྱོར་གཟིགས་ལམ་ནས་ཅེར་གྱིས་བརྟམས་ན།
མཚན་འདྲིན་དམིགས་གཏད་ཀྱི་མངོས་སྤྱུག་སྤོང་བ།
མཉམ་བཞག་གཟིགས་དོན་དུ་ལ་ཅམ་མི་འདུག།

གཉེན་ཉེ་འདུ་འདྲོམས་ཀྱི་རྫོང་མའི་སྤོས་གར།
སྤོ་ལྗེད་དབང་ཡུལ་གྱི་འདོད་ཡིན་རྣ་ལ།
ཀུན་རྫོབ་རྫོང་མ་ཡི་བསྐྱེད་ཆོས་འདི་ཀས།
བྱིས་པ་དབང་རྟུལ་བ་མཚོ་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་ཡོད།

དབང་གཙང་མཚོ་མོ་ཡི་རྫོང་ཞལ་དཀར་བོ།
གནམ་སའི་བར་མཚམས་ཀྱི་སྤོག་རྒྱ་སྤོ་བོ།
དབང་བོའི་སྤོད་སྤོལ་ལྟར་བཟུང་དུ་མེད་ན།
འཁོར་བའི་མངོས་སྤྱུག་ལ་ཞེན་པ་ཅི་ཡོད།

ཉིང་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉེན་དུ་གྱུར་ཅིང་།།
གེས་རབ་མ་ལུས་པའི་ཡབ་ཏུ་གྱུར་པའི།།
ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་མེ་ལོང་ངོས་ལ།།
ཉེན་འབྲེལ་དགའ་མ་ཡི་བཞིན་དཔལ་མངོས་པ།།

གཏུག་སེམས་འོད་གསལ་གྱི་རླུ་ཐག་དཀར་པོ།།
དངོས་འཛིན་རྫོག་མ་ཡིས་རབ་རིབ་བྱས་པ།།
མཉམ་བཞག་མི་རྟོག་པས་གཙང་བྱས་གནང་སྟེ།།
ཉེན་འབྲེལ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་གཉིས་སྤང་བྱུང་ན།།

མ་བཏག་མ་དཔུང་པའི་སྤང་བ་ཐན་ཐུན།།
ཟིན་མིན་འཛིན་བྲལ་གྱི་སྟོང་པའི་དབྱིངས་སུ།།
འབྱར་འབྱར་རྩྭ་གས་ཐུབ་ཞིག་འདྲུ་ས་མེད་པས།།
བདེན་པ་ཨ་འཐས་སུ་འཛིན་པ་སྟེན་ཡིན།།

བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་ཀྱི་མན་ངག་བརྗེད་པོ།།
དངོས་བརྒྱད་དོན་བདུན་ཚུའི་མངོན་རྟོགས་སྤེང་བ།།
སྟོས་པ་བདེན་བྲལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་སྦྱར་ནས།།
རང་སེམས་སྟོང་བཅར་གྱི་ཐབས་སུ་བྱུང་ན།།

སྤང་སྟོང་དབྲེར་མེད་ཀྱི་དབུ་མའི་ལྷ་མགུར།།
ནལ་འཕྲོར་རྐང་སྦྱིང་གི་རྒྱུད་ལས་ཐལ་བ།།
དགའ་བ་བརྒྱ་ལྷན་གྱི་འོག་མིན་ཞིང་གི།།
མཁའ་སྟོན་རིག་འཛིན་མའི་གསན་པ་ཨེ་བྱུང་།།



འཇམ་མཁའ་ལྷོ་ལྟོ་སྐྱོད་

དུ་ན་མོ་བཟང་། (ལྷོ་ལྟོ་སྐྱོད་)

མི་ཚོ་གསེང་ཟང་ཟེང་དང་འར་འུར།།

མཚང་འབྲེན་ཐག་ནག་ཅིག་འཐེན་པ།།

ཟུར་མེག་གཡས་འཁྲུག་དང་གཡོན་འཁྲུག།

བསམ་ན་ཞབས་འདྲེན་ལས་མ་མཚེས།།

མི་རྒྱང་ཁྲོམ་གསེང་ལ་བུད་ན།།

མ་མའི་གསེར་གྱི་འདིའི་མདུན་ནས།།

སྐྱོ་བར་སྐྱོན་པ་ལས་མི་འདུག།

སེམས་པ་གུས་གུས་ལྷིག་བྱུང་བས།།

བསམ་པའི་གཞི་མོ་ཡི་སྐྱེ་མོ།།

དད་པའི་སྐྱེ་ཉག་ཞིག་སྐྱེས་པ།།

ནང་ལ་བྱ་མོ་བཞིན་བཀུག་ཀྱང་།།

ཞེ་ནག་རྟུལ་རྐྱེད་གིས་ཁུར་སོང་།།

སྐྱོ་ལྗེའི་དབང་ཅུ་ཡི་མདའ་མོ།།

སྐྱུག་གི་འཁོར་ལོ་འདིའི་བྱ་དངོས།།

བཀུག་ཀྱང་འགོག་ཐབས་ལྷིག་མ་བྱུང་།།

ནམ་ཡང་ཡོད་པ་རུ་སྐྱུང་བ།།

བྱང་སེམས་མུ་དམ་གྱི་ཕ་ར།།

བསམས་ན་མེད་པ་རུ་མཐོང་བའི།།

བདག་སེམས་བྱེ་ཐང་ལ་བཏབ་ཀྱང་།།

དོགས་པ་མཐོན་པོ་ཞིག་སྐྱེས་ན།།

བདག་འདྲིན་འདྲེ་མོ་འདིའི་འཕུལ་གྱིས།།

གསེར་ནག་ཉི་མ་ཡི་དྲོད་ཁོ་ལ།།

ཕྱགས་མ་གཡུག་ཐེངས་གཅིག་བྱས་སོང་།།

གཞན་ཕན་བརྩེ་སེམས་ཀྱི་འོ་མ།།

བྱས་ལྡན་ལྡན་མ་ཡི་དྲིན་གྱིས།།

ཐམས་ཅད་མཉམ་འགྲོགས་ལྷིག་བྱས་ནས།།

སྐྱོང་བསམ་མེ་བོ་ཡི་འདབས་ནས།།

ག་འཐིམ་རུས་འཐིམ་ཞིག་བྱུང་ན།།

གཞན་ཕན་ལུག་ཁྲུ་ཞིག་འཚོལ་བ།།

སྐྱང་བ་ཟ་བེ་ཡི་སྐྱོང་ནས།།

ད་ལྟ་ཅུ་བ་ནས་ཞིག་སོང་།།

འདིག་རྟེན་འཁྲུལ་འཁྲུལ་འདིར་བརྟུན་ན།།

དོ་རྩེ་སྐྱེ་ན་ཕྱོགས་ཚོའི་བར་ལ།།

ཆགས་སྐྱང་རོལ་དབྱངས་ཞིག་བརྟུངས་ནས།།

དབྱ་གཉེན་ཕྱོགས་རིས་ལྷིག་ལོར་ནས།།

འདོད་པའི་གར་སྐྱབས་ལྷིག་འཁྲུབ་འདུག །

བྱད་བཞིན་ལང་ཚོ་སླེག་པའི་དོ་ར་ན།
སེམས་འདི་འདོད་སྲེད་འབར་བའི་གོང་བུ་ཞིག །

སྲ་རྩོར་ཨ་མའི་གདམས་ངག་ལག་ཏུ་བཀོལ།
སྲི་རྩོར་ཨ་མའི་རེ་བ་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱར།
ཁ་ཚེམས་རེ་བ་བཞུར་བའི་ལམ་བུ་ན།
སེམས་འདི་ཨ་གསར་ཆེ་བའི་བྱིས་པ་ཞིག །

སྲ་རྩོར་དུར་སླིག་སྒྲེ་འདི་སྐྱིད་སྐྱམ་གར།
སྲི་རྩོར་འཁོར་བའི་གྲོང་དེའང་སྐྱོ་བར་བསམ།
དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་མ་བྱུལ་སྲི་རོལ་ན།
སེམས་འདི་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་ལང་གོར་ཞིག །

སྲ་རྩོར་མཁའ་གྲུར་ཞུགས་ཏེ་སྐྱོངས་རྒྱར་ཆས།
སྲི་རྩོར་གཤོག་པ་ཐོགས་ཏེ་གཉེན་འཕྲད་སྲིན།
སྐྱོང་འདང་མི་ལམ་འབྲམ་པོའི་མངའ་ཐང་ན།
སེམས་འདི་ཁོམ་ལོང་མེད་པའི་དྲན་གཤོག་ཅིག །

སྲ་རྩོར་དམིགས་འདུན་ལམ་བུར་གར་གྱིས་བསྐྱོད།
སྲི་རྩོར་ཕུགས་རེ་མེད་པའི་བཞི་མདོ་ཉུལ།
མི་ཚེ་འཚོལ་སླེག་བརྒྱས་པའི་འཕྲང་ལམ་ན།
སེམས་འདི་ཁ་སྐྱོགས་མེད་པའི་རྒྱུང་ཡན་ཞིག །

སྲ་རྩོར་རྒྱལ་མཐུན་བག་ཡོད་གལ་དུ་འགྱུང་།
སྲི་རྩོར་མ་རུང་སྐྱོན་པའི་ལས་སུ་ཞུགས།
ཡ་རབས་ཀྱན་སྐྱོད་ལྗེམས་པའི་འཇུག་ངོགས་ན།
སེམས་འདི་གོམ་ཁ་འཁྲོར་བའི་བཟེ་བོ་ཞིག །

ཚུ་ཐང་གི་གཟི་བྱིན།



ཚོ་ཐང་རབ་རྒྱས། (ཨོ་མེད་ཀྱི་འཇམ་མེད་ལྷོ་མ་)

ཚུ་ཐང་གི་

གཡང་ཚོག་ཚོར་གྱི་ཁྲུང་ལས་ཐང་ས་ཏེ་ན་རྒྱུང་བུ་མོའི་འཇམ་མེད་ལྷོ་མ་གྱིས་བྱུང་།
མེས་པོའི་སྲོལ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་སྐྱེས་པོ་མངལ་དུ་རྒྱུ་མ་པའི་ནམ་ཐང་བཅས་།
མི་རིགས་ཤིག་གི་ཚོ་སྲོག་དར་རྒྱས་བརྒྱུད་མར་བསྐྱེད་ས་པའི་གཡང་རྒྱན་མ།
ཁ་ཚར་བུ་ལུག་ཐོལ་གྱིས་འདལ་སྤྱོད་འདའ་ཚོལ་བུ་བའི་ཁྱད་ཚོར་ཞིག །

ཏུ་མཚོག་

རི་རྒྱུ་ལྷང་གསུམ་རྒྱང་ཐག་འདལ་བར་སྐྱིག་བཞིའི་བྱིལ་ལུགས་འདྲི་ན་མར་བརྟུན་།
མཐའ་བཞིའི་རྒྱན་ཐག་སྲོགས་མཐའ་བདོས་པར་ཕོ་གཞོན་དར་མའི་རྒྱང་གི་གཤོག་ །
མ་འདྲུ་རིང་མོའི་རྒྱན་མཐའ་གཙོད་སྤྱོད་མཐོ་རྒྱང་རྒྱལ་མོའི་ཁྲུང་ས་ཡངས་ན།
རྒྱང་རྒྱང་འཚོར་རྒྱས་དུས་ཀྱི་གསང་བ་སྤྲོད་པར་སྲོག་པའི་རྒྱུ་ཅལ་མཁམ།

ཚོར་ཐང་གི་

དགུན་གསུམ་ཚོག་གི་རར་རྒྱས་མི་སྐྱེལ་རྟག་བརྟན་དཔུང་གི་ཁུ་མཚོག་ཅིག །
རྒྱ་ཚོགས་མཐོ་དགུ་ཐང་ས་མེད་སྤྱི་ན་པར་ནལ་འཕྲོར་སྤྱོད་པའི་བརྟུ་ལ་ལུགས་ཀྱིས།

འབྲོག་འབངས་རྗེ་པོའི་རྒྱ་གཞས་གསེབ་ན་རུ་ལྷ་ར་མཚོན་གྱི་ཅེད་དགའ་བཅས།
རྒྱ་ནག་གྲུ་བཞིའི་རྟོགས་བརྗོད་འདྲུམ་པའི་ཡིག་འབྲུ་ནག་པོའི་དེབ་ཐེར་ཞིག །

གཡང་དཀར།

ནམ་ཐོས་སྲས་ཀྱི་མཛོད་དུ་མ་ཤོང་ས་ལ་གཏོར་བའི་མུ་ཉིག་སྤེད།
སྤྱིན་དཀར་གཡོ་བའི་རྒྱ་འབྲུལ་ལྟོས་བཅས་རྩ་རྒྱུད་གཡུ་ཡའི་ཟེ་བ་ན།
རྒྱུད་འདྲིས་པུ་མོའི་རྗེ་རྒྱ་འབྲུ་ཞེས་གནམ་ས་སྤེག་པའི་གཟེ་བྱིན་གྱིས།
ཁ་བའི་འདབ་མའི་ཚོལ་ལ་འཁྲུ་བའི་དུས་བཞིའི་གདོང་གི་གར་མཁན་ཞིག །

རྗེ་པོ།

ནམ་མཁའི་རྒྱར་ཆེན་ཚོད་དུ་དཔག་སྟེ་རྒྱ་རེངས་པུ་མོའི་ལུ་འོག་ལས།
རྟོན་པ་ལུག་གི་རྗེག་ལམ་དཀྲོགས་པའི་རྩ་ཐང་མཐོན་པོ་སློ་ཡངས་ཏེ།
ཚ་གྲང་ངལ་བ་གདུང་གིས་གཏུགས་ཏེ་རི་ལུང་ཉུལ་བའི་འགྲུལ་བཞུད་གྱིས།
ག་མར་བས་ཀྱི་རོ་བཅུད་བསྐྱུན་པའི་འཚོ་བའི་མཁན་པོ་དུས་བཞིའི་སྤྱན།

འབྲོག་པ།

མི་ལམ་འདམ་པའི་གྲིབ་བསེལ་ཞིག་ན་འདྲིག་རྟེན་འཚོ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་བསྐྱུགས། །
ག་མར་བས་ཀྱིས་ལང་ཚོའི་དམར་ག་རྗེ་བྲག་སྐྱུག་པོའི་གཟེ་བརྗོད་བསྐྱུན།
དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྲུར་རྩུབ་མོའི་སློང་ན་སུ་དང་གང་གིས་མི་རྒྱུལ་བ།
ལོ་ཟླ་ཞགས་ཀྱི་གདོང་ན་མཚོང་བའི་ས་གཞིའི་རྟེང་གི་མྱག་མོད་ཅིག །

རྒྱ་ལེན་པུ་མོ།

ཉི་ཟེར་བཏེགས་པའི་མཚོམས་སྤྱིན་བསྐྱོལ་མ་བུར་མིག་གཡོ་བའི་འདྲུམ་གྱིས་བསྐྱུགས།
ཅེ་ཤིང་ཐོན་པོའི་མགུལ་སྤེང་ཟེལ་བ་ཤོམ་འགྲོས་ཡང་མོའི་གར་གྱིས་གཏོར།
རྒྱ་པོའི་གཞུང་གི་མེ་ཏོག་ལྷོག་རེ་འདུན་པའི་ཁུར་གྱི་མཛོད་དུ་རྒྱུམ།
སྤེང་འདམས་ཞོགས་པའི་རྩ་ཐང་སྤེང་གི་ཉི་གཞིན་འཆར་ཁའི་འདམ་ཚོན་ཞིག །

མེ་ཉོག

མར་གད་གོས་ཀྱི་གམ་ཤུའི་ལུག་ན་པདག་མེད་ཚོལ་གྱིས་འདྲུམ་ཁ་ཞོད།།
 ལྷོ་པམེར་རྒྱུང་ཤུའི་ལུགས་རྒྱུའི་གསེལ་ན་ལྷོ་མ་ལྷུར་ལུས་ཀྱིས་ཤོ་གར་ཅེ་ན།།
 ལྷོ་ལེབ་དགའ་མའི་ཅེད་དགའི་གར་ན་རྣ་ཚོགས་ཟེའུ་འབྲུ་མངར་མོའི་བརྟུང་།།
 མོར་འདོན་ལྷོ་ག་མོའི་བཞིན་ལ་གཏོར་ཏེ་ལང་ཚོའི་ས་པོ་ན་གཏོར་དུ་སྐྱབ།།

ལྷོ་ལེབ།

དུས་བཞིའི་གསང་བ་རེ་ས་མོས་པར་ནས་རྒྱུ་འདུལ་གར་གྱི་བརྟུལ་ལུགས་འཆང་།།
 ལྷོ་ཚོགས་དཔྱད་དཔལ་སྤོགས་བརྟུར་བདས་པའི་དྲི་གཞིན་ཤུ་མོའི་དུན་སྐྱལ་གྱིས།།
 ལུས་ལ་རྣ་བརྟུའི་གོས་བཟང་བརྟུབས་ཏེ་སྤོགས་མེད་མཚོན་པོའི་ངང་རྒྱལ་གྱིས།།
 དྲི་ལྷན་མེ་ཉོག་དགའ་མའི་མང་ན་སྤོ་དགའི་རྣང་བ་སྐྱུ་དུ་སྐྱངས།།

རྒྱུ་ལྷན།

མི་ལུང་རྣ་ཐང་རྣན་སྤོག་པོལ་མོར་ཉན་པར་སྤོ་བའི་ཚོལ་འདྲུམ་བཅས།།
 ལྷང་པོང་དོག་མོའི་སྐྱབས་སུ་ལུགས་ཏེ་ཅི་དགར་བརྟུང་བའི་མལ་ལམ་ལས།།
 ལུ་ཉོག་དགར་པོའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཐེགས་མ་མཁའ་ལ་སྤོར་བའི་ཚོལ་འདུལ་གྱིས།།
 དུས་བཞི་སྤུན་གྱི་གསང་བ་བརྟུས་ཏེ་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་མངལ་དུ་ཆས།།

ལ་གཞས།

གལང་ལྷན་སྐྱབས་ཀྱི་འཁོར་སྤོགས་ཞིག་ན་མང་འམཐུན་གསང་བའི་བརྟུས་དོན་རེ།།
 ལྷོང་འདུགས་སྤང་གི་ལུག་མོ་རེ་ན་གདངས་ཆ་མཚོན་པོའི་སྐྱུ་སྐྱད་རེ།།
 རྩི་པོ་མོ་མོའི་སྤོང་གི་དོགས་ན་རྣུད་མེད་འདད་གི་བཅེ་གར་རེ།།
 འདིག་ཏེན་མང་འམཐུན་དུ་བསྐྱེབས་པའི་ན་རྒྱུང་བྱུང་གི་རྣན་ངག་ཅིག །

ངས་བྱོད་རང་མི་ལམ་གྱི་སྤྲོད་ནས་འཚོས།

ལྷ་ཚང་གུ་རུ་རྒྱལ། (ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་སྒྲིང་)

ས་མཐའི་འཚོ་བ་རྒྱ་རྒྱར་རང་སྣོ་བས་གྱིས་ཁྲུང་དེ།
ས་གཞིའི་མི་ལམ་ནས་པའི་ངང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ན།
སྒོགས་པོ་ལ་སོགས་སྐྱལ་བཞིའི་བསྐྱེ་ལུགས་གྱི་ཁ་བར།
ལས་ངན་རྒྱལ་ལ་བརྒྱལ་བའི་སྣོ་ས་ངན་ལས་མཚར་བ།

སེར་ཆེན་མེ་ཉོག་ཅིག་གི་ལང་ཚོ་རྣམས་རྒྱུང་བའི།
དེ་རིང་ཉི་མ་རྒྱུབ་གྱི་ཁིལ་ཁ་ནས་བཞུད་དུས།
ནམ་ཤེས་སྤྱིར་ལ་འཁྲུང་བའི་ཁེར་རྒྱུང་གི་སེམས་པ།
མི་ལམ་དར་རྒྱུད་ཕྲ་མོས་མཛེས་མི་ལ་བཏང་སོང་།

མི་ལ་རང་དབང་རྒྱལ་བའི་འདྲེ་རིགས་གྱི་དམལ་ཁམས།
སྤྲོད་པའི་སྣོ་ག་འཚར་ལུགས་མོའི་ཚེད་ར་དང་འདྲ་བས།
མཛེས་མོར་ཐུག་ཐབས་བྲལ་བའི་ལས་སྐྱལ་གྱི་རྣལ་མ།
ལོང་བཤད་དྲི་མ་ཅན་གྱི་བསམ་གཞིག་ལས་ཕྲ་བ།

ཤིང་གི་ལོ་མ་རྒྱུང་གི་རྒྱ་སྤོགས་དང་བརྒྱན་འགོ།
སྣོན་གྱི་རང་རྒྱ་རྩ་སའི་ཁྲམ་ཁང་དུ་འཁོར་ཡོང་།
ད་ནངས་བྱིས་པའི་སྣོན་ངག་སེམས་འཕྲིན་གྱི་ཤོག་ལྗེ།
སྐྱེ་འོ་བཅན་པོའི་སྤོགས་རིས་བཀའ་བཀོན་གྱིས་བརྒྱག་སོང་།

ས་ཡོམ་མཚོ་འབྲོམས་འཕྱར་པའི་མུ་ངན་གྱི་འཚོ་སྤྲོས།
མི་སེམས་གཅེར་བུར་ལྷན་པའི་དབུ་ལོངས་ཀྱི་བསྐྱེ་གནས།
དེ་དང་དེ་འདྲའི་རི་བོའི་མཚོ་ལྱི་མཛའ་གཞས།
སྐར་ཡང་དྲན་སོང་རྒྱང་རིང་སྐོས་བྱུབ་ཀྱི་དགའ་མ།

སྐོབས་འབྲོར་སྤྲུག་པའི་རྒྱ་གར་རྒྱག་ལྷགས་ལ་མ་ཆགས།
ཕྱི་མཛེས་པོད་པའི་སྐྱག་པའི་ནང་ཁོལ་དུ་མ་ཁེན།
སྐོབ་མ་ཁ་སྤྱུ་ཅན་གྱི་ཁྲེལ་གཞུང་གི་དྲངས་ཅེ།
ན་ནིང་བྲལ་ཁའི་ཁྲོད་ཀྱི་མིག་ཚུ་ལ་འདྲེས་ཡོད།

ཕྱིགས་ཁག་གསོལ་སྒོན་བཞམས་པའི་ཅེད་དགའ་ལ་མ་ལུགས།
གོ་མ་ཁ་སྐོང་པའི་སྐྱ་བཙག་འདུ་ས་ལ་མ་ཐོན།
ཚོ་གཅིག་དམ་བཙའ་དོ་རྗེ་རང་བྱུབ་ཀྱི་མདུད་པས།
སུམ་བརྒྱ་དུག་ཚུའི་ས་གནས་རེ་སྐྱག་གིས་བཟུང་ཡོད།

རྗེ་ག་མདོག་ཚུགས་པའི་ཁ་པར་བྲང་ཁ་ལ་དཔུངས་དུས།
སྐྱན་ལྷགས་སྐོར་བུར་བཞིག་སྐྱིན་བདག་ལ་བསྐྱེས་དུས།
སྐོར་མའི་བཙེ་འདང་ཟབ་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཞིང་ནས།
བོད་པའི་ཚོས་སྲིད་འཚོ་པའི་མྱི་རིགས་ཤིག་མ་མཐོང་།

༡༠༠༦་ལ་༡༠བོད་གཞུང་དཔེ་མཛོད་དུ་བྲིས།

ཉུག་ཉེ་པའི་ལྷན་པའུལ།

གཡུ་ཁོག་ཡི་དམ་འོ་ཇེ། (ཚོ་སྤྱོད་གསུང་ཚུལ་ཆེན་དགོན་)

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལོ་སྤྱོད་ལྷན་པའུལ། ང་ཡིས་ཉེན་སྐྱོད་ཚོར་དུས་མགོ་བོ་འདར།།
གཉེས་ཀའི་ཡིད་ན་དབྱེན་ཇིའི་སྐྱོད་ཡིག་དེ།། གཏན་བདེའི་ལམ་ལ་བཟོད་བའི་ལམ་བཟང་ཞིག །

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་སྐྱོད་ཀར་ཆ་བཟེ་འདུག་སྐྱེ།།
གཉེས་ཀའི་ཡིད་ན་ཨ་འིའི་གོང་བྱིར་དེ།། མཐོང་མིན་གོས་ན་སྤྱོད་བའི་ཞིང་ཁམས་ཤིག །

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་བསམས་ན་སྐྱོད་ཀར་འབྱོར་བ་ཞན།།
གཉེས་ཀའི་ཡིད་ན་སྤྱི་མེད་མགོ་སེར་དེ།། མི་ལམ་དུ་ཡང་འཁོར་བའི་དགའ་གོགས་ཤིག །

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་ཞིང་པས་སྤྱོད་དགོས་སྐྱེ།།
གཉེས་ཀའི་ཡིད་ན་ཨ་འིའི་གསང་སྤྱོད་ཁང་།། འབད་མེད་མཁོ་དགུ་འབྱུང་བའི་གཏེར་སྤོང་ཞིག །

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་ཚན་རིག་གཏོང་ཡུགས་ཉེན་གསུང་བསམ།།
གཉེས་ཀའི་ཡིད་ན་སྤྱི་བསྐྱོད་ལག་བྱིར་དེ།། སྤོང་བཟེད་དུ་མེད་པའི་ཚོར་བུ་ཞིག །

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་མགོ་དམར་ཞིག་ལ་སྐྱེས་འདུག་ལྷན།།
གཉེས་ཀའི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས།། གཏུང་དུང་དུས་ཀྱི་རི་མོ་སུ་ཡིས་འབྲེ།།

བྱིས་ཀྱི་སྐྱོད་ལུལ་གྲང་རང་ཆེ་འདུག་དགོངས། ང་ཡིས་སྤོང་བཟེད་ལུགས་མཐོང་ཆུང་བུས།།
གཉེས་ཀའི་སྐྱོད་ལུགས་བཟང་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ལྷན།། འུ་གཉེས་བོད་པ་ཡིན་པའི་དུགས་མཚན་གང་།།

ཁྱེད་གྱིས་དབྱིན་པོད་ཉིན་གསུམ་བསྐྱེས་ནས་བཤད།། ང་ཡིས་པ་སྐད་ཚུལ་ནི་ཚིག་གིས་བསྐྱེས།།
གཉིས་ཀས་གངས་རིའི་རང་སྐད་བསྐྱེད་བྱས་ན།། སྐད་ཡིག་དར་སྐྱེ་ལ་སྤྱི་ཡིས་རྩེ་རྩྭ་རྩེད།།

ཁྱེད་གྱིས་ང་ལ་སྐད་པའི་གཞས་ཤིག་བཏང་།། ང་ཡིས་ཁྱོད་ལ་རྒྱར་ཟེའི་གར་ཞིག་འབྲབ།།
གཉིས་ཀས་གཉིས་ཀར་ཕྲག་དོག་དུག་དུ་ལོག།། ཚོལ་གསུམ་མཐུན་སྐྱིལ་ཡོང་བའི་ཐབས་དེ་གང་།།

ཁྱེད་གྱི་འབྲུངས་ཡུལ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ས།། ང་ཡི་སྐྱེས་ཡུལ་བསེལ་ལྷན་ཁ་བའི་རྗེ་ངས།།
གཉིས་ཀའི་ཕ་ཡུལ་གངས་ཚན་པོད་ཡིན་ཀྱང་།། འུ་གཉིས་ས་མཐའ་འདི་རུ་ཅིའི་སྤྱིར་འོང་།།

ཁྱེད་གྱི་ཕ་མེས་དམར་པོའི་དར་གྱིས་བསྐྱེས།། ང་ཡི་གཅེས་ཚོར་སྐར་ལྗེའི་དར་གྱིས་གཏོར།།
གཉིས་ཀའི་མེས་ཀྱི་མ་ཁ་འདིར་བཞུས་ན།། སྤྱི་སྤོང་ཡུལ་དུ་འབྲུམས་པའི་དུས་ཡིན་ནམ།།

ཁྱེད་གྱིས་མི་ཚོས་གཙང་མའི་ཚུལ་ལ་སློབ།། ང་ཡིས་ལྷ་ཚོས་དགེ་བཅུའི་ཁྲིམས་ལ་སྦྱང་།།
གཉིས་ཀས་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་རིག་པའི་དཔལ།། གངས་རིའི་རྒྱན་དུ་འགོད་རན་མ་ཡིན་ནམ།།

ཁྱེད་གྱིས་ང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་རུས་བྱས།། ང་ཡིས་ཁྱེད་ལ་ཞབས་ཞུ་ཅི་སྤོང་གས་ཟེད།།
གཉིས་ཀ་ཁ་ཁོག་ལེགས་པར་མཐུན་གྱུར་ན།། གངས་རིའི་རང་མདངས་གསལ་ལ་ཉེ་མིན་ནམ།།



༠ Hb-Ä-p-Ä-f^{3/4}-z-0-0 | b-^{3/4}-u

མཚན (མོ་རྒྱུད)

སྒོ་བ་དཔོན་ལལ་གསུང་ལྟ་ཡི་བདུད་ཚིག་མི་སྲིད་སྒྲིང་གི་ཅ་བ་བརྒྱན།།
ཕ་མའི་ལལ་ཆེམས་ཁ་བའི་རི་མོ་བྲང་སྒོད་སྐྱུན་པོའི་ཅེ་ལ་བརྟེནས།།
ཕུ་རྒྱའི་རེ་བཞག་གཙང་བོའི་རྒྱབས་སྐྱོད་མར་རྒྱུང་སེམས་ཀྱི་ངོགས་སུ་ཅེན།།
ཡིད་གཙུགས་གྲོགས་ཀྱི་སྒྲག་བསམ་དཀར་པོ་རྒྱན་ཆང་མངར་མོའི་ཚོལ་གྱིས་འཕྲང།།

འདི་སྐྱང་འབྲུང་བོའི་འབྲུལ་ཞགས་རིང་མོས་བྱིས་པའི་གོམ་རྒྱུང་རྒྱང་ལ་གཏད།།
ཆོ་སྒོན་ལན་ཆགས་ཏུ་ལོན་བཙན་པོས་གཉེན་ཉེའི་རེ་སྐྱང་མཆོ་མར་བསྐྱུལ།།
གར་སྒོགས་གཤེད་མའི་བདུད་དཔུང་འབྲུག་པས་གངས་དཀར་ལལ་རས་ཁྲག་ལ་བསྐྱུར།།
འཇིག་རྟེན་འགལ་འདུས་འཁོར་ལོ་སྐྱ་ཆོགས་དམིགས་པའི་གྲོང་ལ་ཡང་ཡང་འཁོར།།

འོན་ཏེ་བརྒྱ་བྱིན་ལྟ་ཡི་འཇིག་རྟེན་ས་ལ་འཕྲོས་འདུའི་གནས་མཆོག་སྟེ།།
སྐྱ་རྒྱལ་རེ་ཞེས་གྲགས་པ་དཀར་པོ་དོན་གྱིས་བབྱང་བའི་ཡང་ཅེ་རུ།།
ཕུག་ན་བརྗོའི་བུ་མས་བཅེའི་ཟེགས་མས་སྐྱེ་དགུ་དད་པའི་མཆོ་མོ་རྒྱས།།
རང་གཞུང་གསར་བའི་མེ་ཏོག་སྐྱ་བརྒྱ་བོད་འབངས་བདེ་བའི་དཔལ་དུ་བཞད།།

ཚོལ་བུལ་ཆོལ་གསུམ་གྲོས་ཆོགས་ར་བར་ས་ལ་དུག་གི་བདེ་སྐྱུག་སྐྱེང།།
རིས་མེད་གྲུབ་མཐའ་ནམ་བཞིའི་རྒྱ་བོ་ཞི་བདེའི་རྒྱབས་མ་སྐྱོར་བཞིན་འབབ།།
སྒོ་བ་སྒྲིང་བུ་མོ་འབྲམ་གྱི་ལང་ཆོ་གཞིན་སྐྱེས་མེ་ཏོག་གསར་བས་སྐྱུད།།
གས་འཁོགས་གན་པོའི་འདྲུ་མ་མདངས་ཁྲོད་དུ་མ་ཞིའི་དབྲངས་རྟ་སྒོད་གྱིས་གྱེར།།

བརྒྱ་སྐྱུག་རིག་གནས་པད་ཆོལ་སྐྱོང་ལ་མཁས་དགུ་རྒྱ་བོ་སྐྱུང་རྐྱུང་བཞུར།།
མོར་སྒྲིང་བུ་མོའི་དགའ་ཆོལ་ཡངས་པོར་མགྲོན་ཆོགས་བུང་བ་ངང་གིས་འཁོར།།
རང་གཤམ་དོན་མོའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱ་སྐྱ་ཚོལ་མེད་གྲོགས་ཀྱི་བཅེ་བས་བསུ།།

སྤྱང་པོའི་ཉམས་སྤང་ཤར་བའི་ཚུགས་ཀ་མ་བཟུག།

འགྲུལ་མེད་སྲུག་བཞི་ས་ལ་བཏན་པོར་བབས་པའི།།
ཚུགས་ཀྱི་མལ་ཁྲིའི་བྲང་གཞུང་དོན་མོ་དེ་ནི།།
མཚན་མོའི་མི་ལམ་ནང་གི་ཤོང་ཁྱེར་འགྲིམ་སྐབས།།
བདག་གི་རྒྱུངས་འཁོར་ནག་པོའི་རྒྱུ་བུ་སྤྲེགས་ཡིན་ནོ།།

སྣོད་སའི་དྲོད་མལ་སྤེག་པའི་གྲོགས་མ་མིག་མེད།།
ཚིག་གྲང་གས་སྲུབས་བར་ནས་ནང་ལ་བཞུར་འོང་།།
ཚིམ་མེད་ལྷུངས་ཁྲག་འཇིབ་པའི་དུག་སྤྱང་དག་ཀྱང་།།
བཙན་གྲིས་བཀག་ཀྱང་སྲུབས་ནས་ཐོན་ཐབས་བྱེད་ཀྱི།

མཚན་མས་རེར་དྲན་པའི་ཚེ་མོ་པོད་ལ་ཤོར་ནས།།
ལོ་བཅུའི་དྲན་གདུང་དོགས་ཀྱི་རང་དགོན་དེ་ནི།།
གྲོགས་དག་སྤྱིད་ཉལ་སྣོད་སའི་གག་ལ་འཇུལ་ཡང་།།
གཟུགས་མེད་མེས་པ་སྲུས་ཀྱང་སྡེ་ལེན་མ་བྱས།།

ཞིབ་ཏུ་ཉན་ཚེ་སྤྱི་རོལ་སྐྱ་ཡིས་བཀང་འདུག།
སྣོང་ལོའི་ལོ་འདབ་གཡོ་བའི་གག་སྐྱར་ཉན་ནས།།
བདག་གི་བསམ་གཞིག་གནམ་གྲུ་སྐྱད་ཅིག་ཉིད་ལ།།
རྒྱལ་ཁམས་རྫོངས་རྒྱུར་ཆས་ཏེ་སྤྱིར་ལ་ཐོན་འོངས།།

སྤྱིད་འདི་མཚན་མས་རེར་འོང་ཡང་རྟག་བཏན་མི་འདུག།
སྲུག་འདི་བཟུན་མར་འོང་ནས་ཞག་འདུག་བྱེད་དེས།།
མ་ལོའི་བྱམས་བརྗེས་སྣོང་བའི་གག་ཁང་རྒྱང་རྒྱང་།།
སྲུན་སྤང་མགོན་པོ་བསྲུ་བའི་མགོན་ཁང་ཞིག་ཡིན།།

m-VB-འོ་ཕྱི་ལོ་འཇིགས་པའི་ལྟེན་པ་

ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་(འབྲས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་)

གཡུ་རྩེ་ནི་ན་སྤང་གི་གསེབ་ཀྱི།།

ཡིད་དགའི་མེ་ཉོག་གི་རྒྱན་ཆ།།

མཉེན་རྒྱལ་ལྷན་སོར་གྱིས་འདོན་དུས།།

སེམས་པ་སྣོངས་སྣོངས་གི་གཡིན་ནམ།།

གཡང་དཀར་མུ་ཉོག་གི་ཚོམ་བུ།།

མཁའ་མཐའི་སྤྱིན་པ་དང་འདྲེས་དུས།།

ལ་གཞན་སེང་སེང་དུ་འཐེན་རྗེས།།

སེམས་པ་དུངས་དུངས་གི་གཡིན་ནམ།།

རྒྱ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་དོགས་ནས།།

དོ་འདྲེས་གསལ་གསལ་དུ་མཐོང་དུས།།

སྤྲོ་ལོ་བྱེད་བྱེད་ལ་གསུམ་བུས་རྗེས།།

སེམས་པ་སྤྲོ་སྤྲོ་གི་གཡིན་ནམ།།

ཡ་གཉིད་སྤང་རི་ནས་ལངས་པའི།།

སྤྱིན་པ་བྱང་སྤོགས་སུ་འཁོར་དུས།།

བྱང་བཟོད་དོ་བཟང་གི་ཞལ་རས།།

སེམས་པ་དྲན་དྲན་གི་གཡིན་ནམ།།

དབྱར་གསུམ་རི་རྒྱུང་གི་མངོས་རྒྱལ།།

རང་སེམས་ཉམས་སྤང་དང་འདྲེས་དུས།།

ཐོལ་བྱང་སེམས་འགྲུ་ཡི་ཟེགས་མས།།

སེམས་པ་བསེལ་བསེལ་གི་གཡིན་ནམ།།

གཟུགས་མེད་བསེལ་རྒྱུང་གི་རེག་པ།།

འདམ་གོས་རུམ་ཁ་ནས་འདྲེས་དུས།།

མིག་བྱང་ལུས་ལུས་ཀྱི་མོད་ལ།།

སེམས་པ་སྤྱིད་སྤྱིད་ཅིག་གཡིན་ནམ།།

འབྲུལ་སྤང་མེ་ཉོག་གི་བརྟེ་ཞགས།།

ནམ་མཁའི་འདའ་ཚོན་དང་བསྐྲེས་ཏེ།།

མིག་བྱང་རྒྱུང་རིང་ལ་འཕེན་དུས།།

སེམས་པ་སྤྲོ་སྤྲོ་གི་གཡིན་ནམ།།

ཕྱེ་ལེ་བ་གཡུ་རྒྱུང་གི་གཤོག་གྲོ།

མེ་དྲོག་ཁོང་གསེང་ནས་བསྐྱར་དུས།

བརྗོད་མེད་རོ་ལ་མྱོང་གི་རྒྱང་བས།

སེམས་པ་འཚབ་འཚུབ་ཅིག་ཡིན་ནམ།

དགོང་ཁའི་མཚམས་སྒྲིན་གྱི་ཁྲིད་ནས།

དུ་སྐྱུག་སྐྱང་གཤོངས་ལ་འབྲིལ་དུས།

ཨ་མའི་རྒྱང་འབོད་ཀྱི་ངག་གིས།

སེམས་པ་དྲོག་དྲོག་ཅིག་བྱུང་ངམ།

མག་མོག་ཟླ་ཟེར་གྱི་ལག་པས།

རྒྱ་ནག་ཁ་འཚུབ་དེ་འབྱེད་དུས།

ཐུན་གསུམ་རྩི་ལམ་གྱི་ཞིང་ནས།

སེམས་པ་བདེ་བདེ་ཞིག་བྱུང་ངམ།

སྣོ་ཁྲི་ཟུག་འབྲེན་གྱི་སྐད་བཅས།

མཚན་མོའི་རྗེས་འཇགས་དེ་དྲོགས་དུས།

དོད་འཇམ་ཚར་གོས་ཀྱི་མལ་ནས།

སེམས་པ་སྐྱག་སྐྱག་ཅིག་ཡིན་ནམ།

གཡུ་བྱུར་མུ་དྲིག་གི་རྒྱན་ཆ།

སྐླེ་ནས་སེལ་སེལ་དུ་འཁྲོལ་བཞིན།

བག་ཕྱག་ལན་གསུམ་དུ་འཚབ་དུས།

སེམས་པ་སྐྱུག་སྐྱུག་ཅིག་བྱུང་ངམ།

དྲ་མཚོག་འདུར་རྒྱུག་གི་ཁྲིད་ནས།

ངེས་མེད་གཞན་ཡུལ་ལ་སྐྱོད་དུས།

ཕྱིར་བཞུས་ཕྱི་མིག་གི་ཟེལ་བ།

སེམས་ལ་གག་གག་ཏུ་འཕྲོར་རམ།

རྫོགས་མེད་ན་རྒྱུང་གི་བཙུ་སྐྱ།

གང་གང་རྒྱ་མོ་ཡི་འགྲུར་ཁྲུགས།

སེམས་ནས་ལེན་འདོད་རང་མེད་ཀྱང་།

ཁ་ནས་དབང་མེད་དུ་ཤོར་འོང་།



བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་ཉམ་ཚུང་གི་དབྱེངས་ཏྟ་གངས་དཀར་ མཚོད་པའི་མེ་ཏོག

དཔྱི་ས་དགེ་འདུན་རབ་གསལ། (དགའ་བྱང་ལྷ་འབྲུམ)

རྗེ་བཙུན་བླགས་རྗེ་གཏེར་ཆེན་རྒྱན་རས་གཟིགས།།
འཇམ་དཔལ་དབྱེངས་དངོས་ངག་དབང་སློ་བཟང་གྲགས།།
ཡེ་ཤེས་མངའ་བདག་བཟུན་འཛིན་གྱི་མཚོའི་མགོན།།
སྲིད་གསུམ་དབང་བརྒྱུར་མཚུངས་མེད་མེ་ལ་འདུད།།

རྗེ་ཉམ་རབས་བསྐྱལ་བར་མཐའ་མེད་གདུལ་དཀའི་ཞིང་།།
གདོང་དམར་གངས་རྗེ་ངས་ཁ་བའི་སྐྱེ་འགྲོ་རྣམས།།
བཙེ་ཆེན་བླགས་རྗེས་བླགས་ཀྱི་གྱུར་ཁང་ལས།།
སྐྱོ་བའི་ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་མཛད་ལ་བརྟུགས།།

དེ་ནས་འབྲུངས་རབས་གསེར་རིའི་སྤྲིང་བ་ཡིས།།
ལུང་རྟོགས་བཟུན་པའི་པད་ཚལ་སྤྲོགས་ཀྱི་ཏུ།།
བཞད་པའི་ཚེ་དགའ་ཚོད་ལྷན་དུས་ཀྱི་སར།།
དངས་པའི་རྗེ་རྗེས་སྤྲོགས་ཀྱི་བུ་མོས་བརྟུངས།།

རིང་ནས་འདྲིས་པའི་བྲམས་བཙེའི་རྗེ་རྗེས་པས།།
དམན་ལ་རྟོག་པར་བཙེ་བའི་བླགས་རྗེ་དང་།།
ཚོས་སྲིད་ལྷུང་གིས་ཆབ་འབངས་ཚོས་བཞིན་དུ།།
བརྒྱུངས་པའི་བླགས་བསྐྱེད་གྱི་མཚོའི་མཐའ་མི་མངོན།།
རྟོག་པར་བྱིད་སྐྱེ་རྟོག་བསམ་རི་མེའི་མདངས།།

གཡས་སུ་འབྱེད་པའི་མཁའ་མི་ཡི་གར།།
ཞིང་འདིར་བསྐྱར་ལ་བདེ་གསེགས་སྤོང་གི་མཐུས།།
བསྐྱབས་ཆེག་མེ་ཉོག་མི་འཐོར་རང་དབང་ཅི།།

གཞོན་ནུ་སྐྱུ་གུའི་མེ་ཉོག་མ་འབྲས་ཀྱང་།།
སྐྱེས་སྐྱུངས་ཡོན་ཏན་བདུད་ཅིས་ཡོངས་གཏམས་པས།།
ཡོངས་འཛིན་དང་བཅས་དད་པས་བསྐྱོད་ཆེག་སྤང་།།
སྐྱེས་བཅས་འགྲོ་བའི་ཁ་ལ་གཏམ་དུ་སྐྱེང་།།

བསམ་སྐྱོམ་ཐོས་དོན་ཉམས་ཉོགས་ཉིན་བཞིན་འབྲུངས།།
འཆད་ཚོད་ཚོམ་པའི་དབྱར་རྩ་སྤོགས་སུ་ཞིར།།
བརྩུ་སྤྲུག་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་གཉེར་ཁ་བརྗོད།།
འདྲེན་པ་མཚོག་ཉོད་མེ་བསྐྱབས་ཆེན་པོ་སུ།།

ཆེར་སྐྱེགས་དུས་ཀྱི་སྐྱེ་བོའི་བསོད་ནམས་ཟོང་།།
ཟད་པས་སྤིད་ཆོས་སྤོག་ཅ་དམར་ནག་སྤེས།།
སྤྲུག་མེད་གཅོད་ལ་གཡུལ་ངོ་བཤམས་པའི་ཆོ།།
བཅོན་པོའི་རྫོང་ལས་བཅོན་བྱོལ་སྤུལ་དུ་གཟེགས།།

སྤྱུ་ལེ་དབང་བོ་བྱོན་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ།།
སྤྱི་རབས་གདུལ་བུ་སྐྱོང་བའི་མགོན་ཉིད་དུ།།
ཉི་མའི་གཉེན་མཚོག་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་བཞིན།།
སྐར་ཡང་བྱོན་པར་ངེས་ལ་འཕྲང་མོ་ཉུག།།

བོད་མའི་བདེ་སྐྱིད་སྤོག་ཅ་སྤོམ་མེ།།
སྐར་ཡང་གསོས་པའི་སྤྲུགས་བསྐྱེད་བསམ་མི་བྱུང།།
བཅོན་བྱོལ་བརྩུ་སྤྲུག་དུ་མའི་རྒྱན་ཉིད་དུ།།

བརྒྱུད་པའི་ལྗང་ལ་བཞོན་པ་འཁྲུག་པ་ཉིད།

མཐའ་བུལ་ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་དབུ་མའི་ལམ།
འཆེ་མེད་ཞི་བའི་སྡོད་པ་སྡོག་པ་བརྒྱུད་པ་བཞད།
གཞན་དབང་གདུལ་བུའི་མོས་ཁམས་བསམ་པ་ལྟར།
ལྟ་སྡོད་གཙང་མས་འདྲེན་མེད་མེད་པར་བྱས།

སྤྱུལ་བ་མང་པོ་བྱེ་བ་སྤྲུག་བརྒྱ་ལི།
སྤྱན་མེན་མཛད་པ་བྱུང་གྲང་བཟོད་མི་ལང་།
སྤྱན་མོང་མཛད་ནམ་ཐེངས་གཅིག་མཐོང་བས་གྲང་།
སྡོན་པོ་སྤྱན་བྱུང་ནམས་སྤྲུག་ལ་སྤྱེད་པ་སྤྱིན།

བརྒྱུ་སྤྲུག་མཛོད་ལ་མངའ་བཞེས་མཁས་པ་དང་།
ཁྲིངས་དྲེགས་སྡོད་པས་འབྲོར་བྱས་པའི་ལྗང་ལ་འབངས་བཅས།
འཕྲུལ་སྤྲུགས་སྤྲུབས་སུ་བརྟེན་པ་བཟང་ལས་པས།
འདྲེན་མེད་དྲེགས་ལྡན་པའི་བའི་གཙུག་ན་ལྗང་།

ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྲུལ་སྤྲུག་ཚོས་ཀྱི་སྤྲུལ།
མི་རིགས་མི་གཅིག་དུ་མའི་གདུལ་བུའི་མཚོར།
དམ་ཚོས་བདུད་ཅི་འོ་མའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཕྱིང་།
མཚོག་གི་ལེགས་བྱས་བསྐྱེད་པའི་མཚོག་ཏུ་བཞུགས།

དུས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཐོང་གིས་ལྷགས་མེན་པའི།
དགྲུང་སྤྱིང་བརྒྱུ་སྤྲུག་བདུན་གྱི་ཆེ་བའི་གཟུགས།
ཀུན་གསལ་ནམ་མཁའི་མཐོངས་ལ་གར་བའི་ཚོ།
གངས་ལྗོངས་ཀུན་ད་དེལ་པའི་དཔལ་ལ་རོལ།

ད་དུང་དོན་གྱི་གདུལ་བྱ་བ་གང་ཡས་པས།
དུས་གསུམ་རྗེན་པར་གཟིགས་པའི་སྐོང་ཡངས་སུ།
བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་དང་བརྒྱ་བཞོག་པོའི་སྤྲིང་།
བསྐོད་པའི་ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་བསྐྱེལ་མ་མཛད།

སྲིད་གསུམ་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་བའི་མིག།
ཅུ་བྲག་ཁ་བ་རི་བའི་ཁོང་གི་སྤྲིང་།
ཞབས་ཟུང་མི་གིགས་དོ་རྗེ་མདུད་པའི་རྒྱ།
བརྒྱ་ཕྱག་བསྐྱེལ་བར་རྒྱས་ལ་རྒྱང་འཕོད་ལྷ།



KHAWA 2005 . 4



D-z°Üp GpÅ¿ Ë-vÊÅ-q°Ûm-GhPÿü

རིག་གྲོལ་(མ་རྩ་ཚིམ་)

ཀཤ་སློབ་པའི་ཚོག་མའི་དུས་ནས།།

ཁ་བའི་མུ་ཁུད་རྐང་ལམ་ལྷ་མོར།།

ག་དུས་ཡིན་ཏུང་ལྷན་དུ་འགྲོགས་པའི།།

ང་ཡི་ཆུང་གྲོགས་གངས་དགར་ལྷ་མོ།།

ཅ་ལག་ཟས་མཚོག་དགོས་འདོད་དཔེན་ཀྱང་།།

ཆ་ལུགས་དྲངས་གསལ་གངས་ཅན་ཡུལ་གྱི།།

ང་ཆང་ཅམ་ལ་མཉམ་རོལ་གྱེད་སྐབས།།

ཉ་མོ་ཟུང་གི་ལས་དེ་སྦྱིད་པ།།

ཏ་ལའི་ངང་ལག་གུ་གུར་སྦྱོད་བཞིན།།

ཐ་མའི་ལས་འདིར་གཅིག་པུར་ལྷགས་དུས།།

ད་གཞོད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་རོགས་སུ།།

ན་ཟླ་གངས་ལྷ་ལྷག་པར་བྲན་བུང་།།

པ་པོའི་ཞབས་རྗེས་གནའ་རབས་ལོ་རྒྱུས།
ཕ་ནོར་བུ་ཡིས་བདག་དབང་མེད་པར།
བ་མྱང་གཡའ་བོའི་རྣལ་འབྱོར་ལོག་ཏུ།
མ་ཡུམ་ཁྱོད་གཉིས་ཇི་ལྟར་ཆགས་ཡོད།

ཅ་མོའི་སྐྱེས་གངས་རྩ་མེ་ཉོག།
ཆ་མེར་རྩ་བུའི་སྐྱོ་དཔུང་གིས།
ང་མྱང་སྒྲིབ་པའི་བྱ་བར་སྤྱད་པས།
མ་ཡེ་ཁྱོད་ཉིད་གསོན་ཉེ་ཨ་ཡོད།

ཞ་འབྲེང་མི་རྒྱུ་ཐང་འགྲིམས་དུས།
ཟ་མ་ཉོག་ལྟར་གངས་དཀར་རྩ་མོས།
འ་རེ་བུ་རེས་མཚུ་སྒྲིམ་བུམ་ལས།
ཡ་བོ་ང་ལ་གང་བཤད་དམ་ནམ།

ར་མོའི་དམར་རྒྱུ་གཞན་ཡུལ་འགྲིམས་སྐབས།
ལ་མོའི་ཚེ་ནས་དམ་པར་འཆར་བའི།
ཤ་བ་ཡུ་མོའི་སེམས་ཀྱི་ཚོར་མ།
ས་ཆ་གང་དུ་གནས་འདུག་ཡོད་དམ།

ད་ཅང་བཅེ་བའི་རྒྱུ་དུའི་དུས་ཀྱི།
ཨ་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་གྲོགས་གངས་རྩ།
ད་ལྟ་གང་དུ་འཚོ་བཞུགས་ཡོད་པར།
བསམ་ཞིང་བསམ་ན་སེམས་པ་སྐྱེད་བྱུང་།

KHAWA 2005.4



བྱིན་པའི་ཀློང་ལ་ཤར་བའི་མཚན་ལྟར་ལྷོ་སྤྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ།

དོ་སྙིང་། (ལྟོ་སྐྱོད་)

ཚོ་གདུང་གི་རྩལ་ཚུ་སྟོན་པོ་གསུ་གཏོར་བཞིན
 ཉིན་མོའི་བྱ་གཞག་དག་ཉིན་མོའི་འགོད་སྐབས་
 རྒྱུ་ཉིད་འོངས་ཏེ་ནས་རྒྱུ་བཞིན
 བར་ཕྱོགས་ཀྱི་མ་ལ་ཁྲི་ལས་གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་རྩེས་
 འདྲུམ་དམུམ་ལེར་སྒྲན་འདྲེབས་ཀྱི་དག་སྟོ་ཕྱི་ཞིང་
 ཡོད་ཚད་བདག་དུ་འཛིན་པའི་མིག་ཟུང་གིས་རྩྭ་ལ་ཅེར་བཞིན
 རྒྱུ་ཉིད་ནས་ཡང་ཅི་ཞིག་འགྲུ་བཞིན་འདུག་ཟེར་བས་
 འགྲི་བུ་དང་རྩུ་བུ་ཕར་ལ་བསྒྲུས་ཏེ་
 མེས་སུ་རྩྭ་དང་འདྲི་ལ་སྟོག་ལྟ་བུའི་ལྷོ་སྐྱོད་སྐྱེ་བོ་ལ་
 འཕྱིན་རྩྭ་དག་འཕྲི་ལའོ་ལྷོ་སྐྱོད་སྐྱེ་བོ་ལ་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་
 དུས་ཚོད་ཀྱི་ཐག་ལྷོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་
 ད་རང་ཁྱེད་ལ་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་

རྒྱུ་ཉིད་ཅི་ཞིག་མོར་བཞིན་པའི་འདྲེབས་
 ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་
 གཞུང་འབྲེལ་ལ་སྟོག་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བོ་ལ་
 རི་འདྲེབས་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་
 རྒྱུ་ཉིད་ལའང་ཚོད་ལྟོ་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་

རྒྱུ་ལྡན་གྱི་རྒྱུ་ལམ་འདི་ན་རི་འདྲའི་མཛེས་ཨང
 བསྐྱེད་ལྡན་གྱི་རིག་བྱ་འཇམ་ཞིང
 རྒྱུ་ལྡན་གྱི་བཞིན་མདངས་དྲངས་པའི་དོ་དགོང་ཡང
 དས་ལོ་དུ་མར་ཉར་བའི་སེམས་གཏམ་ཡོད་ཚད
 དལ་ལྡོད་ལྡོད་ངང་བྱིད་ལ་བརྗོད་ན་འདོད་མོད
 ཐལ་དྲགས་པའི་འདོད་བརྗོད་དེ
 བརྗོད་བམེད་པའི་མེ་དཔུང་རི་བཞིན
 ད་དང་སྒོ་བས་པ་ཡོད་ཚད་ཐལ་བར་བསྐྱེད་སྲུང

བྱིད་དང་ལྡན་དུ་མཚན་མོ་འདི་འཆམ་འཆམ་གྱིས་སྐྱེལ་བཞིན
 སའི་གོ་ལའི་མཐའ་ཏུ་བརྒྱལ་གྱང
 བསྐྱེད་སེན་པ་དག་སྐྱར་གསོ་བྱལ་ཞིང
 བརྗོད་འདོད་པའང་གོ་རིམ་སྐྱིག་མ་རྣམས
 དལ་ཅག་གེར་སྐྱིར་འོང་ན་ཡང
 རྒྱུ་ལྡན་སྲུ་བཞག་པའི་འཆམ་འཆམ་གྱི་གོ་མཁའ་རི་རེ
 ལོ་རྒྱ་ཚོ་རྒྱན་བཞིན་ཅི་ཅམ་འཁོར་ཏེ
 སྐྱིད་སྐྱེག་གི་འཚོ་བ་ཅི་ཞིག་བྱུང་ཡང
 རི་རྒྱིད་ཚོ་སྐོག་གི་རྒྱ་བ་མ་འགག་བར་དུ
 ཉ་གང་རྒྱ་བའི་མཚན་མོ་རེ་རེ
 དས་སྐྱིར་དྲན་གྱི་སྐོང་ནས་ལྷུང་ཚོག་པའི་ཚོར་བ་གསོན་པོ་ཞིག་གམ
 ཡང་ན་རྟག་བརྟན་གྱི་མཁའ་ཏུ་བྱིས་པའི་ལྷུང་མེད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་འགྲུར་བག་ཅིག

༡༠༠༧༧་ལམ་ཚན་མོར་བྱིས།

བྱིད་རང་གང་ན་ཡོད།

—— ང་ཚོས་པོར་ཟིན་པའི་རྣམས་ལྟར་གྲུང་བ།

ཤིས་ཚང་ལྷོ་ལྷོ་གྲུང་ (འབྲས་ལྷོ་མང)

ཉི་ཟླའི་གཞིས་ཀྱིས་ལ་པོར་སྟོར་བྱུང
གངས་རིའི་ཁ་དོག་ལ་ནག་ཐིག་ལྷུང
བྱིད་རང་ མི་གསོད་ཁྲག་སྐྱོར་གྱི་གཡུ་ལ་འབྲབ་སྟོང་པའི་ཉེས་ཅན་བཞིན
ཏ་ཅང་སྟོག་གྲུར་སྟོག་གྲུར་རམ་སྲུན་ནག་སྲུན་ནག་ཅིག་གི
གཉིད་དུ་སྐྱུང་ནས་ཡུན་རིང་འགོར

མཚམས་རེར
སྐྱུ་མིག་མཚོན་མདངས་ཅན་གྱི་སའི་གོ་ལའི་མགོན་པོ་ཚོས
བྱིད་ཉིད་གར་ཡོད་ལ་ར་མདའ་དང་སྐྱེད་སྐྱོང་བྱེད་ཐེངས་རེར
ངས་ན་པའི་བུ་གཞུགས་སུ་གཏད་དེ
སྟོམ་དུང་དུང་གི་སེམས་པའི་སྟོང་ཆ་གཟེད་དགོས་བྱུང

ལོ་དང་ཟླ་བ་དྲག་དུ་རྒྱ་བའི་རྒྱུང་ཡན་བཞིན
བྱིད་དང་ང་ཚོའི་བར་སྐྱུང་དུ་མཚམས་མེད་ཚོམ་མེད་དུ
ཐུང་ཞིང་སྐྱིན་པས
ཆེས་ཐོག་མའི་མཚོན་མདངས་ཀྱི་འདྲ་པར་དེར་བཞད་པའི
བྱིད་ཀྱི་ལང་ཚོའི་གང་བུ་རྒྱུང་རྒྱུང
ད་ལྟ་ ཡུལ་གང་ཞིག་ན

ལོ་ལྔ་ལྔ་བཞུགས་ལྷན་དང་བསྐྱོད་སྲིད་ལྷན་གྱི་སྤྱི་བཞུགས་ལོ་ལྔ་ལྔ་
 ངས་འདི་ལྷན་བསམས་ཆེ ང་རང
 རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལ་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་རི་བོ་གཏོས་སུ་ཆེ་ལ
 རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལ་ལའང་སེམས་འཚུབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་དག་ཏུ་ལྷན་
 ད་ལྷན་ རྒྱུ་ལྷན་གང་ལྷན་ལོ་
 མཚན་ཚུངས་ཀྱི་སྤྱན་སྤྱང་རུམ་སྤྱི་དུས་ཚིགས་ཀྱི་ངོ་གདོང་སྤྱང་གིན་གང་ན་ལོ་
 རོ་ལོ་ལོ་
 རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ཉིན་མཚན་ལ་དཀར་ནག་དབྱེ་བ་འདུག་གསལ
 རྒྱུ་ལྷན་ལོ་ལྷན་ཏུ་གཞན་དབང་གི་ཟིང་ཆ་ཆེའམ ཡང་ན
 རྒྱུ་ལྷན་ མཚན་ལོ་ལྷན་འདྲ་མཉམ་དུ
 ཉི་ལོ་དང་ལྷན་ལྷན་གྱི་བཞུགས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

དེ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 ང་ཚོས་དུང་
 རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལོ་དྲུག་གི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 ང་དང་ངའི་ལོ་ལྷན་གྱི་དཀར་ལོ་ལྷན་ལྷན་
 རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 ལོ་ལྷན་ལྷན་ ལོ་ལྷན་ལྷན་

༡༠༠༤་ད་༡༠



ཕྱི་ལོ་ལྷན་འབྲེལ་གྱི་འདམས་སྤྱོད་ལཱ་

—— ཐོག་སྐོར་ཐོག་མའི་ཞེས་ཀྱི་འདམས་སྤྱོད་ལཱ་།

སྐྱེ་ཚང་སྐྱེས་ལཱ་གསལ། (མོད་འཕྲོད་)

སྐྱེ་ཚང་བས སུ་ཞིག་གི་བརྟམ་པ་ཚོས་ཁྱེད་ནས
 བཞུད་མོད་སྐྱད་ སྐྱེ་ཚང་བ
 དུལ་གྱི་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་ཡིན། ཁོ་མོ་བཞུད་པས
 ཁོར་དུག་གཅིག་གི་མ་གྲིན་པ་འགག་མོད
 འཛིག་རྟེན་ཞིག་ལ་མིག་རྩུ་བརྒྱུ་ཡ་ཡོད།

སྐྱེ་ཚང་བས སུ་ཞིག་གི་བརྟེ་བ་ཁྱེད་ནས
 བཞུད་མོད་སྐྱད་ སྐྱེ་ཚང་བ
 ཐོག་སྐོར་བས་བཅེགས་མའི་བརྟེན་བཞག་ནས
 འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱབས་ལྷན་ཅུ་ཡེན་བཞིན།
 ད་ཚོར་གྱིས་སྐྱབས་བཞེགས་ཡོད་ཅིས།

སྐྱེ་ཚང་བ སུ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་སྐྱེ་འདོན་བཞིན།
 བཞུད་མོད་སྐྱད་ སྐྱེ་ཚང་བ
 དུལ་གྱུར་བོད་མིའི་མིང་གྱུར་བཞེགས་ནས།
 འཚོ་བའི་དཀའ་རྒྱུ་གྱི་ལ་སྐྱོབ་བཞིན།

སྐྱིར་མིག་མེད་པར་བཞུད་མོད་སྐྱད།
 སྐྱེ་ཚང་བ ད་ཚོས་ཁྱེད་ཉིད་བརྟེན་གྱིན་ཡོད།
 སྐྱེ་ཚང་བ ཞེན་ས་ཆགས་དུལ་མེད་པར།
 བཞུད་མོད་སྐྱད་ སྐྱེ་ཚང་བ།

ཕྱག་ལོ་ཡུ་ལའ་ལམ་པའ་འཛོལ་ལ།

བསང་ཚུ་འབྲུག་གྱེ། (རྟམ)

ལྷ་སའི་རྩོ་རིང་།

ལྷུང་ཆར་གྱི་སྤྱོད་ལྱེད་རང་བཞུད་འགོ་རྩོགས་
 ལྷ་ས་རྩམ་བཞིན་ལྷ་ས་ན་ཡོད་
 བོད་པ་ཚོས་རྒྱང་རིང་ནས་ལྱེད་ལ་མཚོད་བརྟོད་འབྲུག་
 ངས་ཉིན་མོ་ཁྱི་འབྲུག་གྱི་ཁྱོད་ཀྱི་སྤོ་ལ་བཟད་ཏེ་
 རང་ཉིད་དང་དུས་ཚོད་ལ་བརྟམ་ནས་མེས་ཁྲུལ་གྱི་སྐྱོད་ཀར་ཞིག་ཀྱང་མཚོང་
 ལུ་ཞིག་གིས་ལྱེད་རང་བཞུད་འགོ་རྩོགས་པའི་མེས་ཁྲུལ་པའི་བརྟམ་
 འདི་རྩམ་
 ལྷ་སའི་རྩོ་རིང་ ལྱེད་ལས་རྒྱང་རིང་རྒྱང་རིང་གི་ཉམས་དམས་ཁྲུལ་གྱི་ཚོར་ལྷུང་

༡༠༠༩་༩་༩

མཚོང་སྤང་ཁྲུལ་གྱི་བཟི་ཁའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་གྱི་ག

ཉིན་མོ་སྐོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤོ་ལ་དང་ལྱི་རོལ་གྱི་མཐའ་ལ་བབས་ཏེ་
 ལུ་ལ་ལྱེད་ལས་དབང་སྐྱོད་ལྱིང་དང་དུས་པར་སྐྱོད་ཚེ་
 མོང་ལྱེད་གྱི་ནས་མཁའ་ཚེན་མོའི་འབྲུམས་ལྷས་ཐང་ཚེན་དུ་
 བོགས་པོ་དང་ཕྱོགས་མོ་མང་པོའི་ཅ་ཙའི་ལྱོད་པོ་ལ་དང་རྒྱུད་ལྱེད་རང་གཤིས་
 པ་མ་དང་སྤྱན་ལྷ་མང་པོའི་ཉམས་ཐག་པའི་ངང་རྩོལ་ནས་
 འདི་དག་གི་འབྲུང་གནས་དང་མཚུགས་འབྲས་ལི་ཚོར་བ་ཟབ

༡༠༠༩་༩་༩

ཆག་འདྲིག

ཁ་བ་བབས་པའི་དུས་འདྲིར་རང་ཉིད་སྐྱོ་བ་ཚོར
གང་རྒྱུར་གཡུག་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་འབྲུམས་པ་ཤེས
སྐྱེ་བུ་ལྷན་སྦྲེལ་དུ་ཞིབ་ཉན་གྱི་གོ་བའང
རང་དང་དུས་ཚོད་ཀྱི་འདྲིགས་ཉེན་ཡང་ཡང་གསལ

ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ།

གར་རྒྱབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཡ་སྤྱིར་གི་མི་རིགས་སོ་སོ་
རང་རང་གིས་ས་གནས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་བཞིན
སྡོན་ཐོན་དང་འདུགས་སྐྱུན་གྱི་རང་དབང་མཐོན་པོས
གོ་ལའི་སྤྱིར་སྐྱབས་ལ་གསར་འགྲུར་གྱི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་བརྟུགས་པ་རྟེ
རང་གི་འཚོ་སྡོད་དང་འཕེལ་ཕྱིགས་ཀྱི་བཅོན་རྫོང་ཆེན་པོ་དེ་ཚོ་རེད
རང་རེ་འདྲི་རྣམས་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་སྐབས
ཕྱིགས་རུས་དང་ཚོང་ས་ཞིན་སོགས་ཀྱི་བ་སྟོན་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས
རང་གི་ཉམས་པའི་ཚེ་སོག་ལ་འདྲིགས་སྐྱུལ་བྱེད་བཞིན་འདུག
དུས་ཚོད་ཞིག་སྐར་ཡང་ཅིས་དུས
དེ་ནི་སྐར་ཆ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྐབ་པའི་ཡུལ་སྤོངས་ཤིག

༡༠༠༩་༩་༥

སྤྱི་རོལ་དྲན་པ།

ཕ་ཡུལ་ཁ་བ་བབ་ཀྱིན་པའི་སྐྱུག་རྒྱུའི་ཕྱོད་ཁྲིར
ངས་ཁྱེད་ཀྱི་བྱང་སྐོར་ནས་དྲན་ཞིང་དྲན་པ
སྤྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་གྲུ་དང་ནང་རོལ་གྱི་སེམས་ཁུལ་རིགས་ཤིག་རེད
ལས་འདི་རྩ་དང་རང་ཆས་ཀྱང
ལས་འདི་ནི་ང་རང་འགྲོ་ས་ངོ་མ་དེ་ཡིན

༡༠༠༩་༡་༡



གོམ་སྐྱ་གསར་བ།



KHAWA . 2005 . 4



༩ -མ་སྒྲིབ་མའི་ལེ་ཚན་མ

བོན་པོ་དར་རྒྱས། (བོན་གཞིས་སྒྲོབ་གྲུ)

ཀ་དག་གནས་ལུགས་ཉོགས་པའི་གེས་རབ་ཅན།།
ཁ་བའི་སྒྲོངས་སུ་མཚན་དཔེ་མེ་ཉོག་བཞད།།
ག་དུས་ཡིན་ཡང་མངོན་ཆེན་བསྐྱེདས་པའི་རྗེ།།
ང་ཚོའི་སྐྱབས་གཅིག་ནམ་འདྲིན་བཅུ་བཞི་བ།།

ཅ་གཞོར་ལ་སྲེད་པ་རིང་ནས་དོར།།
ཆ་ལུགས་རབ་བྱུང་གཙང་མའི་བརྟུལ་ཞུགས་བཟུང་།།
ང་ལུན་ཅམ་ལའང་འགོ་བའི་དོན་དུ་བྲེལ།།
ཉ་གང་ཟླ་བཞིན་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས།།

ཏ་ལའི་འདབ་བཞིན་ཡངས་པའི་མཁྱེན་དཔྱིད་ཅན།།
ཐ་སྐྱད་རིག་གནས་དཔྱིས་སྦྱིན་མཁས་པ་དག།

ད་ལྷ་རི་ས་མེད་གྲུབ་མཐའི་བདག་ཉིད་ཆེ།།
ན་འཆི་རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཡིད་བཞིན་ནོར།།

པ་སངས་ལྷ་ར་དཀར་ལྷག་བསམ་དྲངས་མའི་ངང་།།
ཕ་མེས་རྒྱལ་ཁབ་དམངས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་སྣང།།
བ་དཀར་འོ་མ་ཞི་བདེ་མཁའ་ལ་མཚོད།།
མ་ཡུམ་གངས་རིའི་རྒྱན་གཅིག་རིན་པོ་ཆེ།།

ཅ་རི་སྟོན་སོགས་རི་རྒྱ་སྟོང་དྲག་བཞུལ།།
ཆ་གང་དཀའ་སྤྲུག་དུ་མའི་འོ་བརྒྱལ་བཞེས།།
ང་ཡའི་གསུང་བཞིན་ཟབ་རྒྱས་དབུ་མའི་ལམ།།
མ་ལེར་སྟོང་ལ་མཁའ་པ་རྒྱལ་བའི་སྲས།།

ཞ་མའི་ཉོག་བཞིན་འཛམ་གླིང་གཙུག་གི་རྒྱན།།
ཟ་འཇུང་ཙམ་ལ་གཞན་དོན་ཁོ་ནར་མཛད།།
འ་ཅག་གངས་རིའི་ཕན་བདེ་འབྲུང་བའི་གནས།།
ཡ་མཚན་ཨ་མའི་བུ་ཚོད་ལྷེད་ལས་སུ།།
ར་བ་གངས་རིའི་སྲི་ཚོར་རྒྱབས་པོ་ཆེར།།
ལ་རྒྱ་དོན་ལྷན་སྟོབས་པས་ཟེལ་བྱགས་གྱིས།།
ག་ཚ་ཚོས་སྲིད་སྲེལ་བའི་མཛད་རྗེས་ཅན།།
སྤྲུ་ལའི་ལྷོངས་ཆེན་དེ་ཡི་རྒྱབས་གཅིག་སུ།།

ད་ལས་མཛད་འཇུག་འཛམ་གླིང་གོ་ལའི་ཁྲིན།།
ཨ་མཚར་ཉོགས་བཛོད་རྟུན་པ་བཟང་ལས་འདས།།
ད་ལམ་གཡུང་དྲུང་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་བ་དངོས།།
ཨ་མའི་བུ་ཚོད་ཁྲིད་ལ་དྲངས་བཞིན་བྱིས།།

ཤེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟོ་བ་མའི་ལེ་ཚན་

གཙན་སྐྱོང་བ་ཚེ་རིང་བཟླ་གིས། (སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩)

ཉིན་མོའི་བསམ་གཞི་གསོལ་ན་སྐྱོད་པའི་ཤུགས་རིང་གྲངས་མེད་འཕུར།།
མཚན་མོའི་མི་ལམ་གྲོང་ན་ཁྲག་གི་མིག་ཚུ་རྟག་ཏུ་བཞུར།།
ལོ་རྒྱུད་འཁོར་སྐྱོད་བར་ན་སྤྱི་བཙུང་གི་གསོལ་སྐྱོན་བཤམས།།
བཅེ་དྲུང་ཕམ་ཁའི་ཁྲོད་ན་རེ་སྐྱུག་སེམས་པ་ལ་ཐང་ཆད།།

སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་འདྲུམ་པའི་སྐྱེད་ཚལ་གྱི་ཁྲོད་དུ།།
ཟེའུ་འབྲུའི་ཉིང་བཅུད་འཕུ་བའི་སྐྱེག་ཉམས་ཀྱི་སྤྱེ་ལེ་བ།།
བཅེ་སེམས་བསྐྱེད་ཞིམ་འབྲིལ་བའི་སྤང་ཚོངས་ཀྱི་དོགས་སུ།།
དྲུངས་སེམས་མངོན་གཞུང་གཞུང་གཞུང་བཞིན་འཕུར་མེད་གིས་ཅེན་ཤོག།

ཡིད་འོང་ལལ་བྱིས་དྲོན་མོའི་དྲུང་རྒྱུད་དཔེན་ཡང་།།
སྐྱུ་འཕུལ་ཟུར་མིག་ཚོན་པོའི་སྐྱོག་ཞགས་དེ་བཙན་པོས།།
མྱོང་འཇགས་གནས་མལ་འཚོལ་བའི་གཙན་སྐྱོང་བའི་སེམས་པ།།
སྐྱོན་མཐུག་ལྷ་འོད་འོག་གི་མཚོ་སྐྱོང་དུ་ཆས་འགྲོ།།

དྲུང་རྒྱུད་འོད་རླབས་འཇམ་པོ་མཚོ་དོགས་སུ་བཞུར་བཞིང་།།
སྐྱར་ཚོགས་སྐྱོང་གི་སྤྱི་ཤུགས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཚོར་དུས།།
རེ་སྐྱུག་འབྲུམ་གྱིས་ལྷེ་མས་པའི་གཙན་སྐྱོང་བའི་སེམས་པ།།
གསེར་མདོག་ཉི་འོད་སྐྱུམ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཕུར་འགྲོ།།

ཁྲི་གདུགས་ཉི་མ་དམར་པོ་སྐྱོང་དབྱིངས་ནས་ཡལ་བཞིང་།།
མཚན་སྐྱོན་ལེ་ཁྲིའི་མེ་ཏོག་མཁའ་མཐའ་རུ་བཞུར་དུས།།

བསམ་གཞིགས་ཐོད་ལ་སྤེལ་བའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

སྤྱི་ཅུལ་ཚང་གིས་བསྐྱུས་པའི་སྟན་ངག་ལ་འབྲིམ་འགོ།།

དལ་འགྲོའི་བསེལ་རྒྱང་འངམ་པོ་རོལ་དབྱངས་བཞིན་འཕྲུར་ཞིང་།།

གསར་སྐྱེས་སྡོན་པའི་ཡལ་འདབ་གར་མཁན་ལྟར་སྡེ་མ་དུས།།

བཙེ་སེམས་དྲུང་ལས་དཀར་བའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

སྣོང་འདང་ཉན་མོའི་རུམ་ལ་ཚོམ་མེད་དུ་འདྲུལ་འགོ།།

ལོ་ལྗེའི་བཞུར་རྒྱུན་རིང་མོ་དོན་མེད་དུ་ཟད་ཅིང་།།

སེམས་པ་དམར་པོའི་སྣང་བརྟན་སྐྱད་ཅིག་ལ་ཡལ་དུས།།

ཁེར་རྒྱང་སྤྱི་གཡུས་རུམ་པའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

གངས་འཁྲུག་ཅག་གིས་བཟུང་བའི་དགུན་གཞུང་དུ་བཞུད་འགོ།།

གཙང་ཆབ་སྡོན་མོའི་བཞུར་སྐྱེ་ན་ལམ་ནས་ཡལ་ཞིང་།།

ཁྲུང་ཁྲུང་དཀར་མོའི་གཤོག་འགྲུར་སྡོལ་མཐའ་རུ་ཚེན་དུས།།

མཛེལ་མོའི་དྲུངས་སེམས་མཁོའི་བའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

དན་གདུང་ན་རྟུག་སྡེ་མོས་སྣོང་དབྱིངས་སུ་ཁྲུར་སོང་།།

སྣོང་འངགས་ཁོར་ཡུག་དོན་མོ་སྤྱན་ནག་གིས་བཟུང་ཞིང་།།

ཅེ་སྤྱང་རྟུག་དྲུང་པོས་མི་ལམ་དེ་དགོགས་དུས།།

མཚན་མོའི་མཛེལ་གཞས་ཁྲུར་བའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

དམར་པོ་ཁྲུག་ལ་བསྐྱེམས་པའི་མིག་ཚུ་ཡིས་བརྟན་སོང་།།

ཚོག་གིས་དྲུངས་པ་ཟབ་མོའི་ལེགས་སྐྱེས་འིག་བསྐྱེལ་ཀྱང་།།

སེམས་ལ་ན་རྟུག་སྡེ་བའི་རྒྱ་ཁ་ཞིག་བཞག་པས།།

རྟུག་བརྟན་འགྲུར་བག་བྲལ་བའི་གཅན་སྣང་བའི་སེམས་པ།།

ནམ་ཡང་སྤྱིར་ཡོང་མེད་པའི་དུར་ཁྲོད་དུ་ལོག་སོང་།།

འཚན་འཁོར་ལྷན་པུ་ཤེས་པ་

རིན་སྒྲིབ་བསྟན་འཛིན་ཉི་མ། (T.C.Vའོད་ཀྱི་མ་གསར་བ)

གཡའ་དག་ཨ་སྒོན་ཡངས་པའི་སྐར་ཚོགས་དབུས།
དཀར་གསལ་པད་མའི་དག་ཡི་འོད་མདངས་རྒྱས།
དེ་འདྲའི་འཇམ་ཐིང་མཚན་མོའི་ཁོར་ཡུག་འདི།
དཀར་དཀར་སྒྲིབ་བས་བྱུང་པས་ཨེ་མ་མཚར།

འོན་ཀྱང་འོག་གི་སྒོག་སྒོན་མཚན་སྒོངས་དེ།
རི་མ་རི་བཞིན་མུན་ནག་ལམ་དུ་ཆས།
དཀའ་སྐྱད་འཁྲར་དུ་བཟོད་པའི་གང་ཟག་ཀྱང་།
གཅིག་འདུག་གཉིས་རྗེས་མཐུད་དེ་མལ་དུ་ཡུར།

དེ་བས་བདག་གི་ཤེས་ཐོགས་ཤོ་མོ་རྣམས།
མི་ལམ་ཞིང་ཁམས་འགྲིམ་པར་བསྐྱོད་ན་ཡང་།
བདག་ཉིད་ཡུམ་ཆེན་དྲན་པའི་སྐྱོ་སྒྲིབ་གིས།
གཉིས་སྐྱེས་རྒྱལ་བའི་ཞལ་ལ་སེམས་པ་ཤོར།

ཁོ་བོས་བྱིས་ཀྱི་ཤེས་ཁྲའི་བར་གསེབ་ནས།
མགོ་བོ་སྐྱེག་ཅིང་ཟླ་བར་ལྟ་བུའི་ཚེ།
ཡུན་རིང་མ་མཇལ་ཨ་མའི་ཞལ་རས་དེ།

འོད་དཀར་ཅན་འདིའི་ནང་ནས་མཐོང་བས་སྐྱོ།།

པེར་གྱི་འཐེན་པའི་ཡིད་སྐྱོའི་སྣང་ཚུལ་དག།
དཀར་འཇམ་ཤོག་ཤུའི་ཐོག་ཏུ་ཕབ་པའི་ཚོ།།
སེམས་པ་སྐྱོ་བའི་མཆི་མའི་སྤོང་བ་དག།
རང་དབང་མེད་པར་འདྲིན་གྱི་གཉིས་ལས་སྦྱང་།།



P°འི་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ་འུ

ཐེ་ཀོར་གྱིས་བརྟམས།

མང་རའི་དབང་ལྷུག་བཀྲ་ཤིས་གྱིས་དབྱིན་ཡིག་ལས་བརྒྱུར། (སུ་རྩ་སྐོབ་བྲ།)

འཚོ་བའི་རེག་བྲ་འདི་ཀོ།
ཡན་ལག་ཀུན་གྱིས་སྐྱོང་སྤྱོད།།
ང་ཡི་མི་ཚའི་འཚོ་བ།།
གཙང་མ་གཉེར་བར་འབད་ངེས།།
ཁྱེད་ཉིད་ཁོ་ན་མངའ་བའི།།
བདེན་པའི་སྐྱུ་རྩལ་མེ་ཡིས།།
ཁོ་བོའི་སྐྱོ་ཡི་ངོས་སུ།།

གནས་ལུགས་འོད་འདི་རྒྱར་སྒྲུབས།
བསམ་སྒོར་འཁོར་བའི་རྒྱན་དག།
འདོར་བར་ཅིས་ཀྱང་བརྩོན་ངེས།

སེམས་པའི་རྩ་ཁང་སྒྲུབས་སུ།
བྱིད་ཉིད་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་ན།
ཡིད་ཀྱི་སྒྲུག་པ་ཐམས་ཅད།
སྤང་བར་གཐང་འབད་དེ།
རང་ལ་བདོག་པའི་བརྩེ་གདུང་།
མེ་ཉོག་ཁྲོད་དུ་ཉར་ངེས།

ལས་གང་བགྱིད་པའི་སྒྲོ་བས་བྱུགས།
བྱིད་ཀྱིས་སྒྲོལ་བ་ཡིན་ན།
དུས་ཀུན་སྒྲོད་ལམ་ནང་དུ།
མཚོག་གི་བྱིན་རྒྱལ་མངོན་པར།
བདག་གིས་དུར་བརྩོན་བྱེད་ངེས།



འཕམ་གཞིག་ འཚོལ་རྟོག་གི་ལཱོ།

རྩ་སྒྲིལ་རྒྱལ་མཚན་ (སྲ་ར་སྒྲིལ་བྱ།)

༡

མི་ཡུལ་གྱི་འགོ་འདུག་ཏེ་གསུམ་པ་ནས་བསམ་གཞིག་རྩ་སྒྲིལ་གི་སྲ་ར་གཞུང་གི་སྒོ་སྒྲིལ་སྲ་ར་ཡང་བརྟུང་སྲ། ལྷོ་བ་མའི་མི་ཡུལ་ལ་ལན་གཅིག་འོངས་པ་ནི་འབྲུམ་སྲ་ལ་དང་མོངས་འཕོམ་ཆེད་མིན་ལ་དང་བདེན་གྱི་ཞབས་རྗེས་སམ་ལེགས་སྒྲིལ་གསུམ་པ་ལོག་དྲན་ཏེ་དུ་འོག་པ་དེ་རེད་ལགས། བསམ་གཞིག་གི་རྗེས་ཆགས་རྒྱལ་པོ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕུར་ཏེ་སྲིར་མིག་གིས་རྒྱང་རྩ་རེ་བྱས་ཆོ། ས་གཞི་འདི་ནི་ཆེས་སློབ་གྲུར་དང་དོ་མཚར་བའི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་ཡིན་པ་གཞི་ནས་ཏེ་གསུམ་པ་རྩ་སྒྲིལ་འཚུབ་ཅིག་དང་རྩ་རྒྱུ་ཉི་ཆོ་བའི་ཆོ་སྲོག་ལ་བསམ་གཞིག་རྩ་མའི་རྗེ་མིག་གིས་སྒོ་སྒྲིལ་གསུམ་པ་ལོག་འབྲེད་འགོ་བརྩམས།

༢

རྩ་སྒྲིལ་རྒྱུང་གི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་ནས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་རལ་གྱི་ལས་ལོ་བའི་སྒྲིལ་གྱི་ཞིག་གི་སྒྲིལ་མོར་འདུས་ཏེ་མངོན་སྲོག་གཉིས་ཀྱི་བར་མཚམས་སུ་འབྲེད་སྟེ་བསམ་གཞིག་རྩ་མ་པོ་ཟེ་འོག་གི་ས་གཞི་རི་མོར་འཕྲིམ་དུ་འདུག་ན་འདོད། གང་ཞིག་ནས་འགོ་བརྩམས་སྟེ་རི་རྩུབ་མཐུག་སྒྲིལ་བར་བསམ་གཞིག་རྩ་མ་པོ་ཞིག་རྩ་མ་ལ་སྒོ་མ་ནས་སྒྲར་ཡང་མངོན་སྲོག་གཉིས་ཀྱི་བར་མཚམས་ནས་འཚོལ་ཞིབ་བྱས། བསམ་གཞིག་རྩ་མ་གང་གི་འདིག་ཏེ་ན་ལ་ཆེས་ཐོག་མའི་མོམ་རྒྱ་ཡང་མོ་ཞིག་སྒོ་སྒྲིལ་ཏེ་བསམ་གཞིག་རྩ་མ་གང་པོ་སྒྲིལ་བཞིར་གཏོར།

༣

གོ་ལ་འདིའི་རྗེང་གི་འདུས་བྱས་ཡོད་ཚད་མི་རྟག་པའི་ཚོས་ཉིད་ཚོར་བ་ནས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པ་མངོན་སྲུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པ་སྒོ་ལ་རེས། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུང་བོ་འདི་ཡང་སྒྲིལ་བཟུལ་གྱི་གཞིར་བཞག་གི་རྗེས་གྲང་རྒྱུང་བཞིན་རྩ་བ་རེག་ཆེ་ལ་ཁ་བ་བཞིན་འོད་མདངས་དེ་བས་འཕྲོ། དེར་བརྟེན་རིགས་དུག་གི་ས་པོན་འདུས་པ་ནས་བསམ་གཞིག་གསུམ་པ་དང་འདུ་གེས་གསུམ་པ་རྗེད་པ་ནས་ཁ་སང་གི་གསུམ་པ་ཡོད་ཚད་དེ་རིང་གི་རྗེས་དུལ་དུ་གྲུར་པས་རྟག་པ་ནས་འདིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་བརྟོན་དུ་མེད། མདོར་ན། འདིག་པ་ནས་སྒྲར་ཡང་ཆགས་པའི་ས་གཞི་རི་ལ་མོ་འདིའི་སྒྲིལ་ན་རྩུངས་ཁྲག་ཡོད་ལ་རྩམ་གསུམ་གྲང་ཏ་ཅང་མང་མོད། ལ་ལ་དུ་ཡང་སྒྲིལ་ལ་དགོད་སྒྲིལ་ཡང་འབྲིལ། ཀྱི་མ། རྩོམ་ཚོགས་འདོག་དགའ་བའི་གར་རྗེས་ཁྲག་ཁྲག་པར་ཅན་ཞིག

༤

དེ་ལས་ཀྱང་ཞིབ་ཏུ་གཞིགས་ན། བར་རྒྱུ་གི་ཡུལ་གྱི་ན་བསམ་གཞིག་གི་ལམ་བུ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ལ་སྟེག་པའི་
སྐྱེས་པོ་ཚོས་འཚོ་གནས་ཀྱི་སྤྱིར་ཡོད་ཀྱི་ཅ་ལ་སྐྱུགས་དང་མདེའུ་ལས་ཚོ་པའི་སྐར་མདའ་རེ་རེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་བཙོན་དང་
བཙོན་བཞིན་འདུག ཡིན་ནའང་། ལྷབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་རྣམ་དཔྱོད་ལས་འཁྲུངས་པའི་འཚོ་ལ་ཉོག་ལོག་ལམ་དུ་ཆས་པའམ་
ཡང་ན། གང་ཡིན་ཆ་མ་འཚོ་ལ་བར་འབྲུང་བཞིན་གྱུ་བ་པའི་དབྱིབས་འདི་ལ་གཏོར་སྐྱོན་དང་བརྟེན་གསུམ་གྱི་ཐབས། ཐ་ན། རྩལ་
ཕྱ་རབ་ཅིག་གིས་ཀྱང་བརྟེན་ཉེན་ཏེ་ཅང་ཆེ།

༥

དེ་དུས་དྲང་བདེན་དང་ཞི་བདེ་ལ་དགའ་བའི་སྐྱེས་མཚོག་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་སྐྱོ་མོ་ནས་ཉོག་གས། ལྷར་ཡང་ཟག་
བཅས་ལས་གྱུ་བ་པའི་སྐྱུག་བསྐལ་ལས་སྐྱོལ་སྤྱིར་ཟབ་མོའི་གདམས་ངག་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བརྗོད་སྤྱོད། ཐོས་འཛིན་གྱི་བུ་གར་འཐེམ་
པ་ནས་བདེ་སྐྱིད་དང་དགོད་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་དོན་ལྡན་སྐྱོད་དུ་གན་ཡང་ཡང་དུ་འབྱུང་། འང་འཚོན་བཞིན་ཁ་དོག་ལྡང་དང་ལྡན་ལ་
མཛེས་ཤིང་སྐྱུག་པའི་བསམ་གཞིག་གི་རྒྱ་ཐག་ཕྱོ་སྤྱིང་ལྡན་མཚོ་བཞི་ལ་ལན་གསུམ་དཀྱིས་པས་འཚོ་ལ་ཉོག་གི་ལམ་བུ་ཡངས་
ཤིང་ཆེ་རུ་སྤྱིན།

དགུ་ཚོགས་ཀྱི་སྐར་རགས་བཅིངས་པའི་མཁའ་ལམ་ཡངས་པོར་རྒྱ་སྐར་གྲངས་མེད་ཀྱི་དབུས་ན་སྐར་མ་སྐྱེན་དུ་ག་གི་སྟེག་ཉམས་
གསལ་གྱི་ལེར། བརྟན་ཞིང་བརྗིང་པའི་བྱང་སྤོགས་ཀྱི་སྐར་མ་ཨ་ཨ་བརྟན་བཞིན་བསམ་གཞིག་ཚོན་པོས་མི་ཡུལ་ནས་འཚོ་ལ་ཉོག་
གི་ང་ལོ་རྣམས་རྣམས་ལོ།



རྩི་རྒྱུ་བཤད་པ་དེ་རྒྱུ་འབྲི་བའི་སྟན་འགྲུབ་ཅིག་ལ་རྩེ་ལྷོ་བྱེད་པ།

མོ་མོས་ཟླ་འོད་ཀྱི་ <<ཨ་མ་ལགས། ངས་ཁྱེད་ལ་སྟན་འགྲུབ་འབྲི་བཞིན་ཡོད་>>ཅེས་པའི་སྟན་དཔུང།

ལྷ་ཚུལ་སྟོན་པ། (དེ་ས)

རྩི་རྒྱུ་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་བརྟུགས་པའི་སྟན་འགྲུབ་རིག་པ་འདི་ལ་དགའ་མོས་བྱེད་མཁན་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་
 ལྷ་བྱུང་བཅའ་ཤོད་ཀྱི་ཚོགས་ནང་སྟན་འགྲུབ་ཀྱི་སྐུ་ལམ་ཁ་མེད་པའི་ནད་ཡམས་ཤིག་གིས་ཁྱེད་ལོད་ལ། བསམ་སྒྲོ་ཞིག་
 བཏང་ན་དེ་ལ་བདེན་ཤོས་ཀྱི་ཆའང་ཅུང་ཟད་འདུག་ཀྱང་། སྟན་འགྲུབ་ཞིག་ཡིན་ན་སྟན་འགྲུབ་མཚམས་བཞག་པས་ཀྱང་
 དངོས་འབྲེལ་གྱི་དཀོན་མཆོག་གིས་སྐྱབས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅི་ཡང་མེད་སྟེ། སྟན་འགྲུབ་ཞིག་གིས་ད་ངས་སྟན་འགྲུབ་འབྲི་
 མཚམས་བཞག་ཟེན་ཞེས་བཞོད་འོང་སྐབས་ལམ་ཁ་ཞིག་རྗེས་འདུག་པའི་དེས་ཤེས་ཤིག་སྟེས་ག་ལ་ཐུབ། དེའི་སྤྱིར་སྟན་འགྲུབ་
 པ་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཡིན་ན་ངས་མཚམས་འདོག་གི་ཡིན་ཟེར་སྟོན་མེད་པ་དང་མ་ཟད་མི་སྲིད་པ་ལྷ་བྱུར་ཆགས་ཡོད། མི་ཁ་
 བས་ཤིག་དགོད་པའི་ཁ་ལ་བརྟུགས་ནས་དགོད་པ་དང་། རུ་བའི་གདོད་ལ་བརྟུགས་ནས་རུ་བའི་དཔེ་ལྷ་རྩི་རྒྱུ་འགྲུབ་ཞིག་ཡིན་
 པ་ནས་མིན་པར་འགྲུར་བའང་ཡོད། དང་པོ་ཉིད་ནས་ང་རང་སྟན་འགྲུབ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བའང་ཡིན་པའི་དེས་པ་ཅི་ལ་ཡོད་
 ཀྱང་། གཙོ་བོ་སྟན་འགྲུབ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་སྟན་འགྲུབ་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེས་ཅན་ཞིག་བརྟོན་པ་དང་། དེས་མཚོན་པའི་
 འགྲུར་བ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་སུ་སྦྱོང་དགོས་པར་སྟེ། གསལ་པོར་བཤད་ན། སྟན་འགྲུབ་ཀྱི་འགྲུར་བ་ཞེས་པ་འདིར་སྟན་འགྲུབ་
 པ་སུ་ཡིན་ཡང་བརྒྱུད་ཀྱི་ལོད་ལ། མེ་ལོང་མའི་གཞུང་ན་བརྟུགས་པའི་མོ་ལ་རིགས་འདུས་མཛོད་ལྷ་རྩི་རྒྱུ་འགྲུབ་ཀྱི་ལོད་པ་
 དུ་ཡོད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མི་ཟ། སྟན་འགྲུབ་ལ་དབང་འབྱོར་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་ནའང་འགྲུར་བ་དེ་གཏན་ནས་འཚོལ་འོས་
 པར་མཛོད་ལ། དེ་མེད་ན་ཁོང་ལ་མངའ་བའི་རྩི་རྒྱུ་ཚུལ་གྱི་སྐྱབས་བསམ་གསོའི་སྟོང་ཅམ་ལས་ཅི་ཡོད། དེའི་སྤྱིར་སྟན་འགྲུབ་
 ཞིག་ཡིན་ན་སྟན་འགྲུབ་ཀྱི་འགྲུར་བ་འཚོལ་དགོས་ལ། སྟན་འགྲུབ་ཅིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་འགྲུར་བ་ཞིག་དེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས།
 འགྲུར་བའི་རྣམས་ལ་སྤུ་མོ་ཅམ་ཡང་རྟོགས་མི་རུས་པའི་སྟན་འགྲུབ་ཞིག་ཡིན་ན་སྟན་འགྲུབ་མཚམས་མ་བཞག་ཀྱང་རང་
 བཞིན་གྱིས་སྐྱབས་བསམ་མེད་པ་དང་རྩི་རྒྱུ་ཚུལ་ལ་གསོན་ཤུགས་མེད་པ་ཡིན།
 དེང་སང་གི་སྟན་འགྲུབ་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚོད་ཚོད་ལ་སྟན་འགྲུབ་འབྲི་བ་དང་ཚོད་ཚོད་ལ་འབྲི་མཚམས་འདོག་གིན་ཡོད། དེ་
 ཞི་དཔེར་ན་མི་ཞིག་ཚོད་ཚོད་ལ་དུ་བ་དང་ཚོད་ཚོད་ལ་དགོད་པ་ལྷ་རྩི་རྒྱུ་མཚོན་ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད་གཞན་གྱིས་འཕུ་བའི་
 གནས་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ།

དེའི་༡༠༠༥<<ཁ་བ>>འདོན་ཐེངས་དང་པོའི་སྟེང་མོ་མོས་ཟླ་འོད་ལྷ་བས་སྟན་འགྲུབ་ <<ཨ་མ་ལགས། ངས་

ཁྱེད་ལ་སྙན་ངག་འབྲི་བཞིན་ཡོད་>>ཅེས་པ་གྲིས་ཏེ་ད་ལྟ་བར་དུ་སྙན་ངག་གསར་བ་འདི་ཅི་བས་གོ་མི་ཐུབ་ཅེས་སྨྲ་གསྲེ་
 འདོན་གྱིན་པའི་བཅའ་བྱོལ་བྲིད་ཀྱི་མྱོག་པ་པོ་དག་གི་སྐྱེ་ལྡེ་ལ་སྐྱགས་རྟགས་ཡིག་འབབ་ཏུ་བཅུག་ཡོད། ལྷ་མཚན་ནི། སྙན་
 ངག་འདིའི་མགོ་ནས་མངུག་གྲུབ་མཚམས་བར་དུ་བྲིད་ཀྱིས་གོ་མི་ཐུབ་པའི་སྐྱས་དོན་མངོན་ཏོགས་ཀྱི་ཆ་སྐོ་ཚམ་ཡང་མེད་
 པས་སོ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། གོ་སྐྱ་བ་དང་གོ་དཀའ་བའི་བར་ཚད་ཀྱིས་སྙན་ངག་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲིངས་ཡོད་མེད་བརྗོད་
 པ་ཡང་སྐྱུ་རྩལ་ཚོམ་རིག་གི་འོས་སུ་མི་ཆེ་མོད། གཙོ་བོ་གོ་སྐྱ་བའམ་དཀའ་བ་གང་ཡིན་ནའེའི་བརྗོད་བྱའི་བསྙན་དོན་ལ་
 རག་ལས་སྦྱར་གང་འདོད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ནི་ལྷ་སྐྱ་གར་བྲིད་ཀྱི་དཔེ་རུ་མི་འགྱུར་བའི་ངེས་པ་མེད། དེས་ན་སྐོ་གྲོ་སྐོ་
 རྒྱའོད་ཀྱི་གོ་སྐྱ་བའི་སྙན་ངག་འདི་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་ན། ཇི་ལྟར་ཨ་མ་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡི་གེར་
 སབ་སྦྱེ་རྒྱན་རྟན་གྱི་སྐད་ཆ་དང་འཚོ་བ། པརྟེ་བ། འཚམས་ལུ་སོགས་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་ལ་ཚང་དགོས་པའི་ཆ་ཉེན་ཅི་ཡང་
 ཚང་ཡོད་ལ། སྙན་ངག་འདི་བེངས་གཅིག་སྐོག་ཚེ་ངང་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་སྐོ་གདུང་གི་ཚོར་བ་ཞིག་སྦྱེ་བས་པར་བྱེད་ཅིང་།
 སྙན་ངག་བྲིད་ཀྱི་ཨ་མས་སྐོག་པ་པོའི་ཨ་མའི་ཚབ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན།

སྙན་ངག་འདི་སྐོ་སྐོ་བསྐྱངས་བྱེད་སྐབས་ཚོམ་པ་པོའི་སེམས་ཁམས་ལ་ཆེགས་དམ་པའི་སྐྱོ་གདུང་གི་སྐྱིག་གཞི་ཞིག་འཕྲོ་རིམ་
 འཕྲོར་འཕྲོས་ཤིང་། ཨ་མས་གནང་བའི་རང་དབང་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་སྐོགས་ཐམས་ཅད་ནས་ཚོར་བ་གཏིང་ཟབ་མོ་ཞིག་སྦྱེས་ཏེ་
 རང་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་རེ་རེ་སྐྱུག་ཅེར་བཏེགས་པ་དང་། བབ་ཆགས་པའི་གཤིས་ཀ་ཞིག་གིས་རང་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དག་
 སྐོག་པ་པོར་སྐྱ་གསང་མེད་པར་བརྗོད་པས་སྐོག་པ་པོ་སྐྱུ་རྩལ་ཚོམ་རིག་ལ་རོལ་སྤོང་བྱེད་ཐུབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་རང་དབང་
 མེད་པར་ཡིད་སེམས་འགྲུག་རྒྱས་པ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་སྙན་ངག་འདིའི་བྲིད་དུ་ཁྱེད་རང་། འུ་ཚུང་ངའི་ཆེད་དུ་ ། མ་
 ལུངས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་མེད་ལ། མ་བརྒྱད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མེད། ད་དུང་། འུ་ཚུང་ངའི་ཆེད་དུ་རི་རབ་ཡིན་ཡང་འཁྲུ་
 རྒྱས་ལ། ས་གཞི་ཡིན་ཡང་ཐེག་རྒྱས་ཞེས་འདི་གཞེན་གྱི་ཨ་མ་སྤྱིའི་རང་རང་གི་འུ་ཚུང་གི་ཆེད་དུ་རྣམ་པར་དག་པའི་བྱ་
 སྤོད་དམ་བཙུན་སེམས་ཞིབ་འབྲི་བྱས་ཤིང་། ཡང་“སྐྱགས་རྒྱུང་གི་རང་ཁ་ཤོད་དུས། མི་འདོད་པའི་ཆམ་ནད་ཕོག་ན་ཐང་།
 གོས་ལུ་དྲོན་པོ་བྱོས། ཨ་མ།” ཞེས་འུ་ཚུང་ཞིག་གིས་ས་མཐའ་ནས་རང་གི་ཨ་མར་དུངས་སེམས་མཚོན་པའི་ངག་བཙོལ་
 བྱས་པ་སྟེ། མདོར་ན་སྙན་ངག་འདིའི་གོ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྦྱེ་རྒྱུ་ལ་གྲུལ་དག་པ་མ་ཟད་མི་གཤིས་ཀྱི་ཟབ་ས་དང་མི་རིགས་ཤིག་
 གི་མ་ཐུབ་པའི་བརྗོད་སེམས་དེ་གསལ་ལེར་མཚོན་ཡོད། ད་དུང་སྐོག་པ་ཚམ་གྱིས་སྐོག་པ་པོའི་སྐྱེ་གོག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱང་
 འོང་བ་འདི་ས་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་འབྲི་བའི་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་བཅའ་ས་ཟེན་ཡོད་པ་མངོན་འགྱུར་བྱས་ཡོད། ཡང་གཅིག་བཤད་
 བ། སྙན་ངག་འདིས་སྙན་ངག་གི་རྣམ་པ་ཞིག་གསལ་བཙོས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། གསལ་བཙོས་བྱས་པའི་གོ་རིམ་གྲུལ་དག་པ་
 མ་ཟད་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་རང་མོས་སྙན་ངག་ལ་གོ་རྒྱུ་མི་འདུག་ གོ་བ་ལེན་མི་ཐུབ་པ། ཅེས་པའི་སྐྱག་
 སྐད་འདོན་གྱིན་པའི་སྐོག་པ་པོ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་འབྲི་བའི་ཚོམ་ཡིག་སྦྱེད་འོང་སྐབས་གསར་འགྱུར་
 ཚོམ་ཡིག་ཅིག་ཏུ་འདོད་ཀྱང་སྲིད་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་སྙན་ངག་གི་དབྱངས་འགྲོས་ཤིག་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེས་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་
 འགན་འབྲི་ཞིག་བཏེགས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། འདིའི་ཚབ་མཚོན་ཚོམ་ཡིག་ནི་བོད་གངས་ཅན་གྲགས་པའི་སྙན་ངག་གི་

༤༥༥ རྩོམ་

ཆེན་མོ་རྒྱུ་ལུ་། <<པས་མ་ཐོ་ཡག་པོ་གཏོང་དགོས་>> ཞེས་པ་དང་ཞི་བདེ་ཉི་མའི་། <<ཨ་མ་ལགས། སྲིར་ཡུལ་ལ་ལོག་
ཤོག་>>ཅེས་པ་ལྟ་བུ་རེད། དས་བརྟམས་ན། མོ་མོས་ཐུ་འོད་ལྟ་བུའི་གསར་སྐྱེས་སྟམ་དག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བཅན་ཤོལ་
ཚོམ་རིག་ལ་ཁ་སྐྱོགས་ཤིག་སྟེར་གྱིན་འདུག སྐྱེ་བའི་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་བརྒྱུད་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་སྐྱེས་དང་སྐྱེས་མོ་
དག་གི་རྣམ་ལམ་སྟམ་པའི་དབྱངས་འགྲོས་ཀྱི་ཀྱི་མ་འདྲིའི་རིགས་ཀྱིས་མ་འོངས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྐྱེ་ཚུལ་གྱི་ལས་དབང་
ཐུང་བསྐྱེད་བྱེད་གྱིན་ཡོད་ལ། འདི་ནི་བྱེད་པ་ཅན་ཞིག་གི་བྱེད་འོས་ཀྱི་ཡིན་པར་མངོན། གཞིས་བཞུགས་སྟམ་དག་པ་
བྱ་གཞུང་དབྱངས་རྩ་ལགས་ཀྱིས་ཀྱིང་ཉལ་པར་ཁ་མི་དལ་བར་སྟམ་དག་པའི་མི་གསོས་དང་བརྟམ་གསོས་ཀྱི་བར་ན་འགྲོགས་
གཟུགས་ཀྱི་ཚོ་དོན་ཞིག་གནས་པ་ཐེར་འདོན་བྱེད་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་གངས་ཅན་པོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་ཞིང་སའི་སྟེང་ལ་འགྲོག་
གཟུགས་ཀྱི་ལྷམ་བུ་འཛོང་བ་རྣམས་ཚ་གཏོར་བྱེད་པའི་ལས་འགུལ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཆོག་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོམ་རིག་གི་ཁ་
སྐྱོགས་ཤིག་འཚོར་ཡང་ངེས་པར་དུ་མཐོངོ།

མཇུག་མཐར། རི་རྩེ་བའད་པ་དེ་རྩེ་འབྲི་བའི་སྟམ་དག་གི་སྐྱེ་ཚུལ་འདི་བཅན་ཤོལ་དུ་སྐྱེ་བས་པར་སྟམ་དག་ལ་
དབྱངས་པའི་སྐྱོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བསུ་བྱེད་འོས་པར་མཐོང་བ་དང་། ཚོམ་རྣངས་འདིས་ལུ་རྩེ་གས་ཀྱི་སྐར་ཁྲིམ་ལ་
བཅོར་བའི་འུ་བུ་གི་སྐྱེ་བུ་འཛོན་མཁན་གྱི་སྟམ་དག་པ་རྩེ་མའལ་གསར་རྩེ་དང་སྟམ་དག་ལ་འགུལ་འཐབ་ཀྱི་འཕོང་འདྲན་
པའི་རྩོག་གི་བ་རྣམས་ལ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལམ་སྐྱེད་བྱེད་པར་སྟམ་མོ།



»G-Nā-hP-»G-Nā-HiGYP-3/4ΘÄü

ལྷ་བཟང་དོ་རྩེ་ཆོ་བརྟན་གྱིས་ལྷ་ཡིག་ལས་བསྐྱུར།(རྟེན་མེད་)

དང་པོ། ཡིག་སྐྱུར་དང་དེའི་རྣམ་པ།

ཡིག་སྐྱུར་ནི་སྐད་ཡིག་ཅིག་འགྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ཆ་མཚོན་པའི་བརྗོད་དོན་དེ་སྐད་ཡིག་གཞན་ཞིག་འགྲུབ་ཀྱི་ལྷ་ཆའི་ནང་
མཚོན་པར་གྱེད་པའི་ལག་ལེན་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།

འདིར་བཞད་པའི་སྐད་ཡིག་ཅིག་ཅེས་པ་ནི་བསྐྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་གསལ་བསྐྱུར་བྱའི་མ་ཡིག་དེ་ཡིན་ལ། སྐད་ཡིག་
གཞན་ཞིག་ཅེས་པ་ནི་སྐད་ཡིག་གསལ་བསྐྱུར་བ་པོའི་སྐད་ཡིག་(འགྲུབ་ཡིག)ལ་ཟེར། ལྷ་སྐྱུར་གྱི་སྐད་
ཡིག་ལས་ཀྱི་བཟང་པོ་ལྷ་ཆ་དེ་ལ་མ་ཡིག་དང་བསྐྱུར་བྱེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་(འགྲུབ་ཡིག)ལ་ཟེར། ལྷ་སྐྱུར་ཡིག་གསལ་འགྲུབ་ཡིག་
ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། འདིར་བཞད་པའི་སྐད་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྐད་དང་ཡིག་གཉེན་ལ་སྐད་དང་ཡིག་གསལ་སྐད་གཉེན་སྐད་འདྲུས་པ་
ཡིན། དེའི་སྐད་དང་མ་ཡིག་དང་སྐད་ཡིག་གཉེན་ལི་གེ་དང་སྐད་གདངས་གང་རུང་ཡིན་ཚེ་གཞན་གྱི་ཡང་འདིར་སྐད་པོའི་བརྗོད་
དོན་དེ་བྱུང་ན་ཅང་ཆེ་སྟེ་དེའི་ནང་དུ་སྐད་ཡིག་ལྷ་ཆའི་མཚོན་ཉིད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་བརྗོད་དུ་གི་གོ་དོན་ཡང་ན་ཆོག་གྱུར་གྱི་
གོ་དོན་ཡོད་པ་མ་ཟེར། སྐབས་ལ་ལར་བྲགས་བརྟན་གྱི་གོ་དོན་ཡང་འདྲུས་པ་ཡིན།

ཡིག་སྐྱུར་ལ་སྐྱོགས་མི་འདྲ་བར་དཔྱེ་ན་རྣམ་པ་ཡང་མི་འདྲ་བ་དཔྱེ་ཚོགས་
དེ་ལ་བྱུང་བའི་སྐད་ཆ་ནས་དཔྱེ་ན་སྐད་ཡིག་དང་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བཅས་དཔྱེ་བ་ཆེན་པོ་གཉེན་སྐད་
སྟེ་ཚོགས་ཞིབ་ཚགས་ཀྱིས་དཔྱེ་ན་མ་ལ་དཔྱེ་ན་ཡིག་ཡིག་སྐྱུར་དང་། ར་ཡི་ཡིའི་སྐད་ཡིག་ཡིག་སྐྱུར། ཉི་དོད་སྐད་ཡིག་
ཡིག་སྐྱུར་སོགས་དང་། རིགས་སྐད་མ་ལ་སོགས་པོའི་སྐད་ཡིག་ཡིག་སྐྱུར། བོད་ཡིག་ཡིག་སྐྱུར། ཀོ་རི་ཡིའི་སྐད་ཡིག་ཡིག་
སྐྱུར་སོགས་ཡོད། འདིར་བརྟན་པའི་སྐད་ཡིག་ག་གེ་མོའི་ཡིག་སྐྱུར་ཞེས་པ་ནི་དོན་དེས་ཐོག་ལྷ་ཡིག་སྐྱོགས་གཅིག་གྲས་
པ་ཡིན། དཔེར་ན་དཔྱེ་ན་སྐད་ཡིག་སྐྱུར་དང་། བོད་སྐད་ཡིག་སྐྱུར་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་ཀྱང་
སྐད་ཡིག་ག་གེ་མོའི་ཡིག་སྐྱུར་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

སྐད་པ་པོས་སྐད་པའི་ཁ་སྐྱོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དཔྱེ་ན་རང་གི་མི་རིགས་དང་རང་གི་ཁྱུ་ལ་ཁབ་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་མི་
རིགས་གཞན་དང་ཁྱུ་ལ་ཁབ་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་སྟེང་བསྐྱུར་བ་དང་། གཞན་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་རང་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་
ཐོག་དུ་བསྐྱུར་བ་གཉེན་ཡོད། ལྷ་ར་མཁན་ཁ་གསལ་གྱིས་སྐད་ཡིག་གསལ་དང་ཡང་ན་དེ་ལས་མང་པོ་མཆོད་ན་གྱི་ཡོད་སྐབས།
གཞན་རིགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཞན་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བསྐྱུར་བ་འདྲ་ཡོད། ཡིག་སྐྱུར་བྱོད་སྐྱུར་མཁན་གྱིས་སྐད་པོའི་ཁ་
སྐྱོགས་ནི་དེས་གཏན་ཡིན་པས་སྐད་པོའི་སྐད་ཀྱི་གོང་གི་དེ་གཉེན་ལས་གང་རུང་ཞིག་བཀོལ་སྤོང་གྱེད་པ་ཡིན། ལྷ་སྐྱུར་
གཞན་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྟེང་ནས་སྐད་པོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་བསྐྱུར་བ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད། ལྷ་མཚོན་སྐད་པོའི་ཁ་

༤༥ ལྷན་ཚུལ།

རང་གི་རྒྱུ་ཡིག་ཐོག་བརྗོད་དོན་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་ཐད་ལ་རྣམས་པ་འདོན་བྱུང་བས་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐོང་རྒྱུ་རྒྱུ་
མཐོང་གིས་ངེས་པར་དུ་རྒྱུ་ཡིག་གཉིས་ཉམ་ཏུ་མཉམ་བཤེས་དང་ཁོང་དུ་རྒྱུ་ཡིག་ལྷན་པར་བྱེད་དགོས་པ་གཉིས་ཡོད། ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་
ལ་རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་ལས་སུ་རྒྱུ་ཡིག་གཅིག་གི་ནང་མཚན་ཚུན་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཡིན། འདི་རིགས་ལ་རྒྱུ་ཡིག་གཉིས་མི་དགོས་པ་མ་
ཟད་ངེས་པར་དུ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གཞིགས་ནས་སྤྲོད་པ་གཞན་པའི་ཐད་ནས་དབྱེ་དགོས་པ་ཡིན། ལྷན་ཡིག་ལ་དཔེར་
ཐབས་ནས་བརྗོད་པ། དུས་རབས་མི་འདྲ་བའི་རྒྱུ་ཡིག་མཚན་ཚུན་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། ས་ཁུལ་མི་འདྲ་བའི་རྒྱུ་ཡིག་མཚན་ཚུན་
བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད། རིགས་དང་པོ་ནི་ཡིག་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ (གནའ་བོའི་ཡིག་རྒྱུ་དང་དེར་རབས་རྒྱུ་
ཡིག་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ) ལས་རྒྱུ་ཡིག་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ (དེར་རབས་རྒྱུ་ཡིག་ཡིག་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ) གཉིས་ཡོད་ལ། རིགས་ལྷི་མ་
ལ་ཡང་ཡུལ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ། ལྷི་རྒྱུ་ལུལ་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ། ཡུལ་རྒྱུ་མཚན་ཚུན་ལ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བཅས་ཡོད།

རྒྱུ་ཡིག་བཞེད་སྤྱོད་ཀྱི་ནམ་པའི་ཚན་པ་དེ་ལྟར་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ། ལས་རྒྱུ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་།
ཡིག་ཐོག་ནས་ལས་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བཅས་བཞེད་ཡོད། མ་ཡིག་(བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ཡིག)དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིག་ཚང་མ་རྒྱུ་ལ་མཚོན་
པར་བྱེད་པས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། མ་ཡིག་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིག་ཚང་མ་ཡིག་གཟུགས་ཀྱིས་མཚོན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ། མ་
ཡིག་རྒྱུ་ལ་དང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་རྒྱུ་ཡིག་རྒྱུ་ལ་དང་འདི་ལ་ཟེན་ཐོ་ལེགས་སྒྲིག་ཀྱང་ཟེར། ཡང་མ་ཡིག་ཡིག་
ཐོག་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིག་རྒྱུ་ལ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་རྒྱུ་ཡིག་རྒྱུ་ལ་ཟེར་ལ། མོ་ག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་ཡང་ན་བརྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་འདི་རྒྱུ་
རྒྱུ་ལ་ཀྱང་ཟེར་བ་ཡིན།

མ་ཡིག་གི་རྒྱུ་ཚེད་འོ་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱི་རྗེད་ནས་དེ་ལྟར་གྱི་ཚོ་མ་རིག་བཅམས་ཚོས་ཀྱི་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། ཚོ་མ་
རིག་བཅམས་ཚོས་མ་ཡིན་པའི་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཞེས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་གཉིས་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱ་མ་ལ་རྒྱ་ལ་དང་། རྒྱ་གཞི་མ།
བཅམས་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་ལ་ལས་བཅས་དེ་ལྟར་ལས་ཡོད་ལ། ལྷི་མ་ལྷི་དོན་དེ་ལྟར་གཏམ་དང་། གཞུང་ཡིག་ཚན་རིག་ལག་ལུགས་
ཀྱི་དཔེ་དཔྱད་བརྗོད་སྤྲོད་པས་མང་པོ་ཡོད།

མ་ཡིག་ལྷི་ལ་པོའི་ཚད་གཞིའི་རྗེད་ནས་ཡོངས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། དུས་མཚམས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལོད་ལོད་
བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་ཚང་མ་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་ཡོངས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་། མ་ཡིག་གི་དུས་མཚམས་གཅིག་ལ་བཟོ་བཅོས་སྤྲོད་པའི་ཡང་མ་
ལུས་པར་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་དུས་མཚམས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་དུས་མཚམས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དང་ཡང་ན་བདམས་རྒྱུ་ལ། ཡང་མ་ཡིག་གི་ལེ་ཚན་ལ་
གསལ་འཇགས་ཀྱིས་བཟོ་བཅོས་ལུས་ནས་བརྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ལས་རྒྱུ་ལ་ཞེས་ཟེར་རོ།།

གཉིས་པ། ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་པོ།

ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་པོ་ལ་སྤྲོད་པས་གསུམ་ནས་ཐོང་ཚོག་རྗེ།

(གཅིག) ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་པོ་རྒྱུ་ཡིག་ལེད་སྤྱོད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ཞིག་ཡིན།

མི་སུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ཡིག་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་པོ་ལས་རིམ་བྱོན་དང་ཐོག་ངེས་པར་དུ་རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་ཡིག་གི་བྱ་བ་པའི་རྒྱ་ཚད་ལ་ཉན་
བའམ་བརྗོད་སྤྲོད་ཐུབ་པའི་རྣམས་པ་རྒྱན་དགོས་པ་མ་ཟད། བརྗོད་སྤྲོད་ཀྱི་རྣམས་པ་བརྒྱུ་དཔེ་དཔྱད་དེ་དག་རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་ཡིག་

རིགས་གཞན་ཞིག་གྲུབ་པའི་རྒྱ་ཚེའི་ཐོག་ལ་གསལ་བོར་མཚོན་གྲུབ་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ཐོམ་སྣ་བས་དང་བོན་ཤེས་
རྟོགས་ཏེ་ཐོ་བ་ཡིན་པར་བྱེད་རྒྱ་དང་། ཐོམ་སྣ་བས་གཉིས་པ་ནི་མཚོན་བྱ་དེ་དག་གསལ་བོར་མཚོན་པར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན།
ཤེས་རྟོགས་བྱེད་སའི་གཞི་དེ་ནི་སྐད་བརྒྱལ་སྐད་ཡིག་གཅིག་ལ་ཉན་པ་དང་བརྒྱ་མོག་གྲུབ་པའི་རྒྱས་པ་དེ་ཡིན་ལ། མཚོན་
དོན་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་གཞི་ནི་སྐད་ཡིག་གཞན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་འབྲེ་གྲུབ་པ་དང་བཤད་གྲུབ་པའི་རྒྱས་པ་ལྡན་དགོས་པ་དེ་
ཡིན། ཡིག་རྒྱུར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཚེའི་བོད་ཁྲིད་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ཉན་པ་དང་། བཤད་པའམ་མོག་གྲུབ་པ། འབྲེ་གྲུབ་
པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཕྱོགས་བསྟུན་ཀྱིས་མེད་སྟོན་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

ཡིག་རྒྱུར་ནི་གསར་ཚོམ་དང་མི་འདྲ་ལ། གསར་ཚོམ་ཡང་སྐད་ཡིག་མེད་སྟོན་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ཞིག་ཡིན་
ན་ཡང་སྐད་ཡིག་གཅིག་མེད་སྟོན་བཏང་ནས་ཚོམ་པ་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལམ་འཆར་སློང་རང་མོས་ཐོག་མཚོན་པར་
བྱེད་པ་ལས་སྐད་ཡིག་གཞན་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ལྡན་མི་དགོས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ཡིན། དོན་ཀྱང་ཡིག་རྒྱུར་ལ་
དེས་པར་དུ་སྐད་ཡིག་གཉིས་མཁྲེན་དགོས་པ་མ་ཟད། སྐད་ཡིག་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ལྡན་དགོས་པ་དང་
། སྐད་ཡིག་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་མཚོན་དོན་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡང་ལྡན་དགོས་པ་ཡིན། ཡིག་རྒྱུར་ནང་མཚོན་
དོན་གྱིས་མཚོན་པར་བྲས་ཡིད་པའི་བརྒྱུར་བྱའི་མ་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་དེ་ཚོམ་པ་པོའི་བསམ་ཚོས་ཚིང་འཇིག་བྲས་ཡིད་
སྣ་བས་རྒྱུར་མཁའ་གྲིས་གང་འདོད་རྣམ་པར་རྒྱུར་སྟེ་ལ་ཚོགས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ཞོ།།

གཉིས། ཡིག་རྒྱུར་ནི་ལག་རྩལ་རང་བཞིན་དང་གསར་གཏོད་རང་བཞིན་ཟུང་འབྲེལ་ངང་བསམ་པའི་བྱེད་ལས་(མཛད་ཀྱ་གསལ་
ངལ་ཚོལ་)ཞིག་ཡིན། ཡང་གཅིག་བཤད་ན་ཡིག་རྒྱུར་ནི་ཚོན་རིག་ཡིན་ལ་རྒྱུ་རྩལ་ཡང་ཡིན།

ཡིག་རྒྱུར་ལག་རྩལ་རང་བཞིན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་ཚོན་རིག་ཅིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་ཡིག་རྒྱུར་ནི་སྐད་ཡིག་གཉིས་
བྱེད་སྟོན་ཚོགས་པར་མན་རྒྱན་དོ་མཉམ་པའི་ལུགས་སྲོལ་ཞིག་ཡིན་པས་སོ། དཔེར་ན་བརྒྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་དང་རྒྱུར་བྱེད་
སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་དབར་ཁྲུང་པར་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ནའང་སྐད་གདངས་དང་བརྗོད་དོན་གང་ལྟར་མཉམ་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་ཆ་
མཉམ་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐབས་ལོད་ལ། ཡིག་རྒྱུར་སྐབས་ཆ་མཉམ་པའི་ལུགས་སྲོལ་འདི་དག་པགོལ་རུང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱ་
རྒྱུར་གྱི་བྱེད་ཐབས་པགོལ་སྟོན་བྱེད་སྐབས་བརྒྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་གི་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཚོགས་གང་རུང་རྒྱུར་བྱེད་སྐད་ཡིག་དེའི་རྒྱ་
དང་རྒྱ་ཚོགས་ཐོག་མཚོན་པར་བྱེད་ལ། སྐད་གདངས་དབྱེད་བརྒྱུར་བྱའི་བཅའ་པའི་གདངས་འདྲ་མཉམ་གྱི་སྟོམ་གཞི་དེས་
གཏན་འཁེལ་ཀྱང་བྲས་ཚོགས་པ་ཡིན། བརྒྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་ནང་གི་ཚོགས་དང་གཏམ་དཔེ་གང་རུང་རྒྱུར་བྱེད་སྐད་ཡིག་དེའི་
ཚོགས་དང་གཏམ་དཔེས་མཚོན་པར་བྱེད་ལ། ཚོགས་མཛོད་དུ་བཅའ་པའི་ཕན་རྒྱུན་དོན་མཚུངས་ཀྱི་འབྲེལ་བས་ཀྱང་མཚོན་ཚོགས་
པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་བརྒྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་གྱི་རྣམ་པ་གང་རུང་གིས་མཚོན་པའི་བརྗོད་དོན་གང་རུང་རྒྱུར་བྱེད་
སྐད་ཡིག་ནང་གི་བརྗོད་དོན་གྱི་རྣམ་པ་གང་དེས་མཚོན་པར་བྱེད་ལ། བརྗོད་དབྱེད་བརྒྱུར་བྱའི་སྟོམ་ཉེད་པའི་ལུགས་སྲོལ་
བརྒྱུད་དེ་གཏན་འཁེལ་བྲས་ཚོགས་པ་ཡིན། གང་རྣམ་སྐད་བརྗོད་གཅིག་ནང་གི་ཚོགས་དང་ཚོགས་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གང་རུང་སྐད་
བརྗོད་གཞན་ཞིག་གི་ནང་བརྒྱུར་སྐབས་སྟེར་བཏང་གི་གནས་ཚུལ་འོག་ཏུ་སྐད་བརྗོད་དེའི་ཚོགས་དང་ཚོགས་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གང་

༤༥༥ རྩུ་མ།

དེས་མཚོན་པ་ལ་ལུགས་སྲོལ་ངེས་གཏན་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། ལུགས་སྲོལ་དེ་དག་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ན་ཡིག་རྒྱུ་དེ་ཡང་དག་
པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འགལ་ན་ཡིག་རྒྱུ་དེ་ཚད་ཇུན་ཞིག་མིན། རྒྱུ་མཁན་རང་ངོས་ཀྱི་བསམ་སློབ་ཤོང་གི་ལུགས་སྲོལ་དེ་
དག་ལ་ངེས་ཤེས་སྤེད་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་། ཡིག་རྒྱུ་ལས་གཉེར་བ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་བཙོན་
པ་ཆེན་པོས་སྐད་བརྗེས་ཚུན་དབར་གྱི་དོ་མཉམ་པའི་ལུགས་སྲོལ་དེ་དག་ལ་བཀོད་སྲོལ་དང་སྤེད་སྲོལ་ཉེ་བུ་དེ་ཡིན།

ཡིག་རྒྱུ་ལ་གསར་གཏོང་རང་བཞིན་གྱི་ཐད་ནས་སློབ་ཤིང་ལྷན་ཅུ་ལ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་
བ་དང་སྐད་གདངས་མི་འདྲ་བ། བརྗེས་དང་བཟུང་མི་འདྲ་བའི་སྤྲོད་པ་ཆུ་ཆ་མཉམ་གྱི་སྲོལ་སྤྲོད་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཆ་
མི་མཉམ་པའི་སྲོལ་སྤྲོད་ཡོད་པས་ཡིན། བཙོན་ཆ་མཉམ་པའི་ནང་དུ་གཅིག་མཚུངས་གཅིག་གི་གནས་སྤངས་ཏུ་ཅང་
ཉུང་ན་ཡང་གཅིག་མཚུངས་མང་བོ་དང་མང་བོ་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ལྟན་ལྟན་ཐོན་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་ལ་པོས་
རྒྱུ་དུ་དོན་འདྲ་བའི་མཚོན་དོན་མཚོན་པའི་སྲོལ་སྤྲོད་པ་འོས་འཚམས་ཀྱིས་མཚོན་ཐབས་ཤིག་འདྲེས་གསལ་བྱེད་དགོས་པ་
དང་། ལྟན་ལ་ལུགས་སྲོལ་བྱེད་སྐད་ཡིག་ནང་མེད་པའི་མཚོན་ཐབས་གསར་བཞིག་གསར་གཏོང་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་བརྗེས་
ལེན་བྱེད་དགོས། དེར་བརྟེན་ཡིག་རྒྱུ་ལས་གཉེར་བ་ཚོས་ལས་རིམ་དེའི་སྲོད་གསར་གཏོང་རང་བཞིན་ལ་ཚོལ་བྱེད་
དགོས་པར་བརྟུན་ཡོད། རྒྱ་ཞབས་ལུ་ལུ་ལྷན་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་ངས་སློབ་མ་གསར་ཚོས་ལས་ཡིག་རྒྱུ་ལས་སྐོ་བོར་
བསམ་སྲོངས། ཡིག་རྒྱུ་ལ་མ་མཐུང་ཡང་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྲུན་སྤང་དེ་མེད་པར་སྦྲམ། འོན་ཀྱང་ཡིག་རྒྱུ་ལ་གྱི་ལས་
དངོས་ལ་ལུགས་དུས་དཀའ་གནད་ལ་ཏག་ཏག་འཕྲད་བྱུང་། དཔེར་ན་མིར་ཆོག་གཅིག་གམ་བུ་ཆོག་གཅིག་འབྲེ་མི་ཤེས་པའི་
དཀའ་ངལ་བྱུང་། གསར་ཚོམ་སྐབས་དེ་དག་ལས་གཡོལ་ཆོག་པ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་ཡིག་རྒྱུ་ལ་དེ་གཏན་ནས་མི་ཆོག་པས་
མགོ་འཛོམ་མིག་རིབ་ངང་བསམ་སློབ་མི་གཏོང་རང་གཏོང་རེད། ཏུ་ལམ་སྤང་པའི་ནང་ལ་རག་ནས་འཕྲལ་མར་སྐྱམ་ཁ་བྱེ་བའི་
ཇི་མིག་མཁོ་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་ཞབས་ལུ་ལུ་ལྷན་གྱིས་བཤད་པའི་མིང་
གཅིག་གྲུབ་པར་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཁོང་གི་ཉམས་སྲོལ་ཅན་གྱི་སྐད་ཆ་བདེན་པ་བདེན་དྲང་
ཞིག་རེད། (ལུ་ལུ་ལྷན་གྱི་གསུང་ཚོམ་པོ་དུ་གཤའི་ཤོག་ངོས་༡༧༧་ལྟེང་ཡོད། མི་དམངས་ཚོམ་རིག་དཔར་ཁང་གིས་
༡༩༧༧་ལོར་དཔར་དུ་སྤྲོད།) འདི་ལས་ང་ཚོའི་རྒྱ་ཞབས་ལུ་ལུ་ལྷན་གྱིས་ཡིག་རྒྱུ་ལས་དོན་ཐད་ལ་ཁལ་ཤེས་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་
པར་སྐྱམ་བརྗེས་ནན་ཏན་གྱི་ནམ་འགྲུར་བརྗེས་ཡོད་པ་ཤེས་ཏེ་གསལ་བྱེད་པ་མ་ཟད། ཡིག་རྒྱུ་ལས་དོན་ནི་གསར་གཏོང་རང་
བཞིན་གྱི་སྲོལ་སྤྲོད་ཡིན་པའམ་ཤེས་བྱེད་པོ།

(གསུམ) ཡིག་རྒྱུ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་སྲོལ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། རིག་གནས་བརྗེས་སྲོལ་འདི་ལས་དོན་ཞིག་
ཀྱང་ཡིན།

ཡིག་རྒྱུ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་སྲོལ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་དོན་ནི་དང་ཐོག་ཡིག་རྒྱུ་ལ་སྐབས་བཀོལ་སྲོལ་བྱེད་པའི་སྐད་བརྗེས་སྤྱི་ཚོགས་
ཀྱི་སྤྲོད་ཚུལ་ཞིག་ལ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བརྗེས་བྱེད་མ་ཡིག་དང་འགྲུར་ཡིག་གང་ཡིན་རུང་བཀོད་སྲོལ་བྱེད་པའི་སྐད་

བད་དེ་དག་སྐྱེ་ཚོགས་ག་གེ་མོ་ཞིག་གི་ཐུན་མོང་གི་སྐད་བརྗེ་ཡིན་པ་ལས་བརྒྱུར་བྱའི་སྐད་ཡིག་དེའི་ཚེ་མ་པ་པོ་དང་འགྲུར་
 ཡིག་སྐོག་པ་པོ་གང་རུང་གི་སྐད་བརྗེ་མ་ཡིན། གཞན་དུ་ཡིག་སྐྱུར་ཚང་མར་དམིགས་ཡུལ་དེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ།
 དམིགས་ཡུལ་དེ་ཕྱི་རྒྱུ་ལ་ནས་བརྒྱུར་བ་རྒྱུར་པ་པོ་གཅིག་པོའི་དམིགས་ཡུལ་དང་འདྲ་ཡང་། རོན་དངོས་ཐོག་དེས་སྐྱེ་ཚོགས་
 གི་དགོས་མཁོ་ཞིག་མཚོན་ཡོད་ལ། མ་མཐའ་ཡང་སྐྱེ་ཚོགས་སྟེང་གི་མི་སྣོར་ཞིག་གི་དགོས་མཁོ་སྟོང་ཐུབ་ཀྱིན་ཡོད།
 རྒྱལ་སྐབས་སུ་གྲུ་ལ་རི་མ་ག་གེ་མོ་ཞིག་དང་ཡང་ཚོགས་པ་ག་གེ་མོའི་དགོས་མཁོ་མཚོན་གྱིན་ཡོད། ཉམ་རྒྱུན་མཐོང་སྣང་
 དུ་གྲུབ་པའི་ཡིག་སྐྱུར་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ནི་བསམ་མོ་གསར་བ་དང་ལག་རྩལ་གསར་བ། རིག་གནས་གསར་བ་སོགས་ནང་
 འདྲེན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། འགའ་གསལ་རིག་གནས་སྐྱེར་འདྲེན་བྱེད་པའང་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཕན་ཚུན་
 དབར་ཕྱིར་བཅོང་དང་ནང་འདྲེན་བྱེད་པ་ཡང་རིག་གནས་བརྗེ་རེས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། འདིས་སྐྱེ་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་།
 རྒྱལ་ཡིག་རིག་གནས་སོགས་དར་སྐྱེ་བའི་གཏོང་བྱུ་བ་མ་ཟད་དུ་དང་གཏོང་བཟུང་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ལང་བེབས་ཐུབ།

ཡིག་སྐྱུར་གྱི་དོ་བོ་ལ་དོས་འདྲིན་ཡང་དག་བྱས་ན། ང་ཚོས་ཡིག་སྐྱུར་ལས་དོན་ལ་འཇུག་མེད་ངང་འཇུག་པར་
 ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡིག་སྐྱུར་ནི་རྒྱལ་ཡིག་གཉིས་ཕན་ཚུན་བཀོད་སྟོན་གྱི་བྱེད་སྒོ་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་དགོས་ན། དེས་
 པར་དུ་རང་གི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས། ཡིག་སྐྱུར་ལ་ལག་རྩལ་རང་བཞིན་དང་གསར་གཏོང་རང་
 བཞིན་ཞིག་ཡོད་པ་རྟོགས་ན། ལས་དོན་དེ་སྟོན་གྲུར་དཔོག་དཀའ་བ་དང་མཐོ་ནས་མི་སྣོར་བ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས་མི་སྲིད་
 ལ། འཇུག་ཆས་ལས་ཀ་ལྟ་བུའི་སྐབས་བདེ་ཞིག་ལའང་དོས་འདྲིན་མི་སྲིད་པར་དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ང་ཚོར་སྟོན་བས་སྐྱེས་ནས་
 ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་རྟེན་ཐུབ་པ་དང་། རང་ཚོ་མ་བཀག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྣོ་སྣོ་ཡངས་པོར་འབྲེད་ཐུབ། ཡང་ཡིག་སྐྱུར་ནི་སྐྱེ་
 ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ཞིག་དང་རིག་གནས་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ན། ང་ཚོ་ཡིག་སྐྱུར་བྱ་གཞག་གི་གཟི་
 བརྗེད་དང་འགན་འཁུར་གྱི་འདུ་ཤེས་མཐོ་རུ་གཏོང་བྱུ་བ་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཀྱིས་གཉེར་བའི་ཡིག་སྐྱུར་ལས་དོན་འདི་མ་མི་
 རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སྤོ་བ་སྐྱབ་ཐུབ་ལ། རྒྱ་པོད་སོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡིག་རིག་གནས་བརྗེ་རེས་ལའང་ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱས་
 རིས་འཛོག་ཐུབ་པོ།

གསུམ་པ། ཡིག་སྐྱུར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ།

(གཅིག) སྐྱེར་བཏང་གི་ཡིག་སྐྱུར་བརྒྱུད་རིམ་ལ་ཤེས་རྟོགས་དང་གསལ་བཤད་བཅས་རིམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོགས་པ་ཡིན།
 རིམ་པ་དང་པོ་ནི་ཤེས་རྟོགས་ཉེ་མ་ཡིག་གི་ནང་དོན་ཤེས་རྟོགས་སམ་གོ་བ་ལེན་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ། ཡིག་སྐྱུར་གྱི་རྫོན་འགྲོའི་
 རིམ་པ་ཡང་ཡིན་ཟེར་ཚོགས་ འདི་ལ་ཡང་གོ་རིམ་ཁ་གསལ་སུ་དབྱེ་ཚོགས་སྟེ། གོ་རིམ་དང་པོ་ནི་མ་ཡིག་རགས་ཅམ་སྟོག་རྒྱ་དེ་
 ཡིན་ཞིང་། དེའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་མ་ཡིག་གི་སྐྱེ་ཁོག་ལ་གོ་བ་ལེན་རྒྱ་དང་བརྗེད་སྟེང་དོས་འདྲིན་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། གོ་རིམ་
 གཉིས་པ་ནི་མ་ཡིག་ཞིབ་དུ་བསྐྱབས་ནས་དུ་མ་མཚམས་དང་ཚོགས་གྲུབ་རེ་རེ་བཞིན་གོ་བ་གཏོང་བཟུང་མོར་སྐྱབས་ནས་ཚོགས་
 རོས་ཀྱི་ནང་དོན་ལ་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་མ་ཟད། ཚོགས་ཤུགས་བརྒྱན་གྱི་གོ་བ་ཡང་ལོན་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། མ་ཡིག་གོ་
 བ་ལེན་པར་དཀའ་གནད་ཆེ་རྒྱུ་ཡོད་སྟབས། དཀའ་གནད་རྒྱུ་དང་བའི་རིགས་འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་དེ་བ་བརྟེན་སྟོན་བྱས་ཉེ་ཐག་

༤༥༥ རྩོམ་

བཅད་ཚོགས་ལ། དཀའ་གནད་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་དང་པོ་རྟོགས་ཤིག་བརྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཏེ། གནད་དོན་རྗེས་མ་དག་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཚོགས་ གོ་རིམ་གསུམ་པ་ནི་དཀའ་གནད་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་རྟེ། རྟེན་འཛིན་གྲུབ་པའི་ཡིག་ཆ་བསྟུ་གསོག་བྱེད་པ་དང་གཞན་ལ་མཛུབ་ཁྲིད་བྱེད་དུ་འཇུག་ཀྱང་དེ་ཡིན། མ་ཡིག་གོ་བ་ལེན་པའི་སྲོགས་གཏོགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཁ་གསལ་སྐབས་འགར་སྡོན་ལ་ཐག་གཅོད་དཀའ་ན་ཡང་། མ་ཡིག་ཆ་ཚང་བསྐྱབས་པའི་རྗེས་ལ་བསམ་མཐོ་ཞིབ་མོ་བཏང་ན་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པའང་ཡོད། དེའི་རྒྱན་གྱིས་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་གནད་དོན་ཚང་མ་སྲོགས་གཏོགས་དུ་བསྟུ་སྐྱོར་བྱེད་པ་མ་ཟད་གནད་དོན་ཡང་ལས་སྐྱོ་བའི་ངང་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པའི་དགེ་མཚན་ལྡན་པ་ཡིན།

རིམ་པ་གཉིས་པ་ནི་མཚོན་དོན་མཚོན་པར་བྱ་བུ་རྒྱ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་འགྲུར་ཡིག་སྟེང་ཤེས་རྟོགས་གྲུབ་པའི་བྱ་དངོས་རྣམས་མཚོན་པར་བྱ་བུ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ། ཡིག་བསྟུར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དངོས་ཀྱང་ཡིན་ཟེར་ཚོགས་ རིམ་པ་འདི་ཡང་གོ་རིམ་ཁ་གསལ་སྐབས་དེ་ལྟར་། གོ་རིམ་དང་པོ་ཡིག་སྟུར་གྱི་ཐོག་མའི་མ་ཟེན་དེ་ཡིན། སྟེར་བཏང་གི་གནས་ཚུལ་འོག་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་གཏེག་ཚད་གཞི་ལ་ངོས་བཟུང་ནས་ཚོགས་ཀྱི་བཀའ་གཏེག་ལ་བརྟེན་རྗེས་དེ་བརྒྱུར་བ་དང་མཉམ་དུ་ཚོགས་པའི་ཚུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་ཡང་མཉམ་འདྲིལ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན། མཚོན་པར་ལེར་དུ་མ་མཚོན་པར་ཚུང་དུ་རྗེ་ཚད་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ཚོགས་ཁ་གསལ་བྱེད་པའི་བྱེད་སྐབས་ལ་འགྲུར་རྗེས་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་པའང་ཡོད། གོ་རིམ་གཉིས་པ་ལྟ་དག་བྱེད་པ། ཐོག་མའི་མ་ཟེན་དེ་བརྒྱུར་ཚར་རྗེས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ལྟ་དག་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཡི་གེ་དང་ཚོགས་པའི་མ་ཡིག་དང་བསྟུར་བུ་དང་། འགྲུར་ཡིག་ནང་ཚད་ལྡན་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་བཞེས། འགྲུར་བརྒྱུར་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་རིགས་ལ་ནན་ཏན་སྟེན་སྐབས་བསྟུན་གྱིས་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་དགོས། གོ་རིམ་གསུམ་པ་བཟོ་བཅོས་བྱས་ཏེ་མ་ཟེན་གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ། སྐབས་འདིར་མ་ཡིག་དང་ཡོངས་སུ་བྲལ་ཏེ་འགྲུར་ཡིག་དེའི་ཚོགས་སྟེར་བའི་མིན་དང་ཚོགས་གོང་འོག་པའི་ཚུན་འབྲེལ་ཆགས་མིན་བཅས་ལ་འོས་འཚམས་ཀྱིས་བཟོ་བཅོས་གང་ལེགས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ཡིད་འཇོག་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱག་སྐབས་མ་ཡིག་དང་བསྟུར་བུ་དགོས་པ་ལས་ཚོགས་སྟེར་གཏེག་དུས་དོ་སྣང་བྱས་པ་ཡིན་ན་མ་ཡིག་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་འགྲུར་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་ཚོགས་ལ་བརྟེན་སྐྱོར་དོན་ལ་གཞི་དུ་བཟུང་སྐབས་སུ་འཇུག་མི་རུང་ངོ་།།

(གཉིས) ཡིག་སྟུར་གྱི་བྱེད་བྱ་བ་བརྒྱུད་རིམ་ནང་གནས་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་གཞིགས་ན་མཚོན་པར་མཚོན་སྐབས་ལས་ཁ་གསལ་གི་དུང་བརྒྱུབ་དགོས།

དང་པོ་ནི་པར་གཞི་དག་ཐར་བྱེད་པ་རྟེ། མ་ཡིག་དེ་པར་གཞི་ཚད་ལྡན་(ལག་བཟུས་ཡང་འདུས)ཞིག་མིན་ཚོ། ངེས་པར་དུ་པར་གཞི་མི་འདྲ་བ་བཅོལ་ནས་གོང་དུ་ཤེས་རྟོགས་གྲུབ་པ་དེ་དག་ལ་ཞིབ་ལྟ་འཕེལ་བསྐྱར་བརྟེན་བྱེད་དགོས། ཞིབ་ལྟ་འཕེལ་བསྐྱར་བརྟེན་དེ་བརྒྱུད་སྲོགས་གཏོགས་ནས་པར་གཞི་ལེགས་པོ་ཞིག་འདེམས་ཏེ་ཡིག་སྟུར་རྟེན་གཞི་གཅོད་པོར་འཇོག་པ་དང་མཉམ་དུ་པར་གཞི་མི་གསལ་བ་དང་བཟུ་འབྲི་བྱས་པ་དེ་དག་གིས་མ་ཡིག་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་པར་འགོ་བརྟེན་བཟོ་བ་རྣམས་འདོར་དགོས། དག་ཐེར་དང་ཞིབ་བརྟེན་ནི་དོན་དངོས་ཐོག་མ་ཡིག་འདེམ་གསེས་དང་དེའི་སྐྱེས་ཚད་མཐོ་རུ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་

བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡིན། ཚད་མཐོ་པོའི་མ་ཡིག་གི་རྒྱང་གཞི་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། ད་གཟོད་ཚད་མཐོ་པོའི་འགྲུར་ཡིག་
ལེགས་པོ་ཞིག་ཐོན་ཐུབ་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་ནི་རྒྱུར་པ་པོའི་གཏམ་འབྲི་བ་རྟེ། རྒྱུར་པ་པོའི་གཏམ་ནི་མིང་འདོགས་རྒྱུ་ལ་དང་ནམ་པ་མི་འདྲ་བའི་རྣོ་ནམ་གྱིས་
ཚོག་སྟེ། དཔེར་ན། མེད་གཞི་དང་། མཁོ་བོ་རྟོད། མཇུག་བརྒྱུ། རྒྱུར་པ་པོའི་མེད་བརྟོད་དང་མཇུག་བྱུང་ལྟ་བུའོ། དེ་དག་
གི་ནང་དོན་ཐད་ལ་རྩོམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྣོ་བ་རྣོད་བརྒྱུད་རིམ་པར་གཞིའི་གནས་རྒྱུ་ལ། ནང་དོན་ཐོན་པུད་བཅས་
སུ་བྱུང་བའོག་གལ་ཏེ་འགྲུར་ཡིག་དེ་མ་ཡིག་ཀྱི་ལོ་མེན་ཚོ། དེས་པར་དུ་མདོར་བརྒྱུས་དང་གསལ་བཤད་བྱེད་དགོས།
གསལ་པ་པོ་རྒྱུར་པ་པོའི་མཚན་འགྲེལ་རྒྱག་དགོས། དེའི་ནང་དོན་ཡང་ཁག་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོག་སྟེ། གཅིག་ནི་མ་ཡིག་དང་
འགྲེལ་བ་ཡོད། དཔེར་ན་མ་ཡིག་ལ་པར་གཞི་མི་འདྲ་བ་ཡོད། པར་གཞི་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཡན་རྫེན་དབར་ཆད་
ལྷག་དང་ནོར་རྒྱོན་ཡང་ཡོད་སྲིད་པས་དེའི་རིགས་ལ་གསལ་ཁ་དོད་དགོས་པ་དང་། རྒྱུར་པ་པོས་མ་ཡིག་ལ་ནོར་རྒྱོན་ཡོད་
པར་མཐོང་ན་རྒྱོན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་འདྲེན་དགོས་པ་དཔེར་ན་མ་ཡིག་གཞིར་བརྒྱུད་དེ་བརྒྱུར་ན་མ་ཡིག་ནང་འདི་རྣམ་
ཞེས་མཚན་རྒྱག་དགོས། གལ་ཏེ་རྒྱུར་པ་པོའི་འདོད་པ་རྣམ་ཡང་དག་པའི་བཅོས་བརྒྱུར་བྱེད་ན་དེས་པར་དུ་མ་ཡིག་རྣམ་
བརྒྱུར་ན་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་གྱི་རྒྱ་མཚན་དང་བཅོས་བརྒྱུར་བྱས་པའི་རྣོར་གྱི་གནས་ལུགས་སོགས་གསལ་བོར་བཤད་དགོས།
ཡང་ཁག་གཅིག་ནི་འགྲུར་ཡིག་དང་འགྲེལ་བ་ཡོད་དེ། གཙོ་བོ་ནི་འགྲུར་ཡིག་ནང་གི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐ་སྙད་དག་ལ་
མཚན་འགྲེལ་བྱས་ཏེ་རྣོག་པ་པོས་གོ་བ་ལེན་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་རྣམས་པའི་ཐ་སྙད་དང་རྣམ་པར་དུ་
རྒྱ་རྒྱུར་བྱས་པའི་ཐ་སྙད་སོགས་དཔེར་ན་བོད་ལ་ཐུན་མིན་དུ་ཡོད་པའི་བྱ་དངོས་ཀྱི་མིང་སོགས་དབྱིབས་དང་། ཁྱད་ཚོས་
ཡང་ན་ཡན་རྫེན་ནམ་རྒྱན་འདྲ་བའས་རིགས་མཚུངས་ཀྱི་བྱ་དངོས་དེ་དག་གི་མིང་རྒྱུར་དགོས། རྣོ་བ་རྣམས་ལོ་ཚེགས་བརྒྱེ་
སོལ་བྱེད་ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱུས་པའི་ལོ་རབས་རྒྱུ་ལོས་མཚོན་པ་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ས་མིང་ལ་དེང་སང་གི་ས་མིང་འདོགས་པ། ལོ་
རྒྱུས་མི་རྣའི་འབྲུངས་འདས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཛད་རྗེས་སོགས་བཞོད་པ། དོན་རྒྱུན་གལ་ཆེན་བྱུང་བའི་རིགས་ལ་ལོ་ཚེགས་
དང་། འབྲུང་རྒྱུ། བརྒྱུད་རིམ་གནད་བརྒྱུས་སོགས་གསལ་ཁ་དོད་པ། གཏམ་དཔེ་དང་གནའ་གཞུང་སོགས་ཀྱི་འབྲུང་
ཁྱད་སྤང་བརྟོད་སྟོང་ཅི་ཡིན་གསལ་བཤད་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན། རྒྱུར་པ་པོའི་མཚན་འགྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུད་དང་ཞིབ་ཚགས།
རགས་པ་སོགས་ནི་རྒྱུར་པ་པོས་མ་ཡིག་གི་རང་བཞིན་ཞིབ་འཇུག་གཏོང་བའི་མིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་ཐུབ། རྒྱུར་པ་
པོའི་མཚན་རྒྱག་རྒྱུ་ལ་དེ་ཡང་འགྲུར་ཡིག་རྩོམ་ཡིག་ནང་བརྒྱག་ཚོག་པ་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱུ་ལོའི་ལོ་ཚེགས་དང་མི་རྣའི་
འབྲུངས་འདས། གནའ་དེང་གི་ས་མིང་རྣམས་སོགས་ཡིན། ཡང་དུམ་མཚམས་རེ་རེའི་མཇུག་དང་རྩོམ་ཡིག་གི་མཇུག་ཏུ་འདྲ་
འགྲེལ་ཚོག་པ་སོགས་ཡོད།

བཞི་བ་བརྒྱུས་ཚོས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་མིང་རྣམས་མཚན་རྒྱག་དགོས། ཡིག་ཚོགས་མང་པོའི་བརྒྱུས་ཚོས་ནང་ཡོད་པའི་
ས་མིང་དང་། མེའི་མིང་། དེབ་མིང་སོགས་དམིགས་བསལ་གྱི་མིང་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུས་ཏེ་ཤན་རྒྱུར་གྱི་རེ་བུ་མིག་
བརྒྱུས་ནས་རྣོག་པ་པོ་ལ་མ་ཡིག་དང་བརྒྱུར་བར་རྣམས་བདེ་བཟོ་དགོས་པ་བཅས་སོ།

འདིར་བཤད་པའི་ཡིག་རྒྱུར་ལག་ལེན་ཞེས་པ་ནི་མི་སྐྱེར་བ་ཞིག་གི་ལག་ལེན་དངོས་དེ་མ་ཡིན་པར་གནའ་དེར་གར་རྒྱུ་བ་ཀྱི་
ཡིག་རྒྱུར་ལས་གཉེར་བ་ཚོའི་ལག་ལེན་ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད། ལག་ལེན་མངུ་བ་སྟོན་ཞེས་པ་ཡང་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྤྱི་འགྲོས་མས་
སྟོན་གཞི་དེ་ལ་ཚང་མས་བརྗེ་བསྐྱུང་ལྟ་བུ་དང་འདྲ་དཔེ་བཙུན་འགོ་བས་ཉེད་དུ་འདྲུག་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ལག་ལེན་ཁོད་སྟོན་གས་
བསྟོན་སྤྱི་བུས་པའི་ཉམས་སྟོང་དང་བསྐྱུང་བུ་དག་མི་ཚང་མར་མཁོ་སྟོན་བུས་ཉེ་ཀྱན་གྱི་སྟོ་སྟོ་འཁྱེད་པ་དང་། ཡིག་རྒྱུར་ཐད་
ལོག་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བ། ཡིག་རྒྱུར་ལ་ཁ་སྟོན་སྟོན་པ། རང་ཉིད་ཀྱི་ཡིག་རྒྱུར་ལག་ལེན་དེ་སྐར་ལས་སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་
ཚོས་ཉིད་དང་མཐུན་པར་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

ཡིག་རྒྱུར་ལག་ལེན་གྱི་ཁྲབ་ཁོངས་ཏེ་ཅང་ཆེ་ལ། རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་
དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཡང་ཏེ་ཅང་ཁྲབ་ཆེ་བ་ཡིན། དེའི་སྤྱིར་ང་ཚོས་རྣམ་གྲངས་མི་འདྲ་བ་མང་པོར་དབྱེ་ཚོགས་ཞེ།
ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་ལ་སྤྱིར་བཏང་རང་བཞིན་ནམ་ཁྲབ་གདལ་རང་བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དང་། རྩེ་བྲག་པའམ་
དམིགས་བསལ་རང་བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོགས་ སྤྱིར་བཏང་རང་བཞིན་ནམ་ཁྲབ་གདལ་རང་བཞིན་གྱི་
གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ནི་ཡིག་རྒྱུར་ཁོད་ཀྱི་དམིགས་བསལ་རང་བཞིན་གྱི་གནད་དོན་དེ་ཡིན། དཔེར་ན་ཡིག་
རྒྱུར་གྱི་རོ་བོ་དང་། ལོ་རྒྱུས། དེའི་ཚད་གཞི། སྤྱིར་བཏང་གི་བརྒྱུད་རིམ། སྤྱིར་བཏང་གི་ཐབས་ཤེས་དང་རིག་གཞུང་ཚན་
ཁག་གཞན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་སོགས་ཡིན། རྩེ་བྲག་པའམ་དམིགས་བསལ་རང་བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པ་ནི་ཡིག་རྒྱུར་ཁོད་ཀྱི་གནད་དོན་ག་གེ་མོ་ཞིག་གས་གང་རུང་ཞིག་ཡིན། སྐར་བཤད་པའི་ཡིག་རྒྱུར་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་
གཞིགས་ན་ཡིག་རྒྱུར་རིགས་སོ་སོར་རང་རང་ཆེད་དམིགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རེ་ཡོད། དཔེར་ན་རྣམ་ལྟར་ཡིག་དང་འབྲེལ་བར་
གཞིགས་ན་དབྱེན་ལྟ་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་དང་། བོད་རྒྱ་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་ལྟ་བུ་སོགས་ཡོད། གལ་ཏེ་གཏོང་ཟབ་
མོའི་ངང་སྐྱུར་མཁན་གྱིས་བསྐྱུར་ཟེན་པའི་ཁ་སྟོན་སྟེང་ལ་དབྱེ་ན་དབྱེན་ལྟ་ཡིག་རྒྱུར་དེ་ཡང་དབྱེན་བསྐྱུར་ལྟ་ཡིག་དང་ལྟ་
བསྐྱུར་དབྱེན་ལྟ་ཡིག་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཚོགས་ལ། བོད་ཡིག་རྒྱུར་དེ་ཡང་བོད་བསྐྱུར་ལྟ་ཡིག་དང་ལྟ་ཡིག་བོད་བསྐྱུར་གཉིས་སུ་
དབྱེ་ཚོགས་ གལ་ཏེ་རྣམ་པར་བཤད་སྟོན་གྱི་རྣམ་པའི་ཐད་ནས་དབྱེ་ན་ངག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་དང་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་
གཉིས་སུ་འདྲ་དབྱེ་ཚོགས་ ཡང་བསྐྱུར་བུའི་དབྱེད་གཞིའི་རོ་བོའི་སྟེང་ནས་དབྱེ་ན་ཚོམ་རིག་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་དང་།
ཚན་རིག་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་སོགས་སུ་དབྱེ་ཚོགས་པ་ཡིན། དེར་རྣམས་ཡུལ་གྱི་ཁག་ཏུ་ཡིག་རྒྱུར་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆེད་
ཚོམ་དང་དབྱེད་བརྗོད་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་ལྟ་བུས། སྤྱིའི་ཆ་ནས་བསྟུན་ན་རིགས་ཤེ་བྲག་པའམ་དམིགས་བསལ་
རང་བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་རུང་མང་བ་ཡིན། རིགས་སྟོན་མ་སྟེ་སྤྱིར་བཏང་ངམ་ཁྲབ་གདལ་རང་
བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་རུང་བ་ཡིན། རོ་གདོང་ཐོག་རིགས་སྟོན་མའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ན་འདྲ་དེའི་
ཁྲབ་ཁོངས་ནི་སྤྱི་རྣམ་དུ་རིགས་ཁ་གས་ལས་ལྟ་ཡིག་དང་གྲངས་རྣུང་མི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་ལྟར་ལ་ཁྲབ་པ་ཏེ་ཅང་རྣུང་རྣུང་ཡིན།
དེའི་རྒྱུན་གྱིས་དོན་དངོས་ཐོག་རིགས་སྤྱི་མ་སྟེ་བྲག་པའམ་དམིགས་བསལ་རང་བཞིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་
གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ།།

WĪĀ-ĀḠ

ལྷ་ འབར་རྗེས། (པོད་འབྱོར་)

༡

ཕེབས་ཤོག རྒྱུ་རྒྱུ་གྲོགས། དབྱངས་ཅན་རྩ་མོའི་མགྲིན་དག་བསྐྱམས་ཏེ་ཕེབས་ཤོག ཁེར་རྒྱུ་གི་
མཚན་མོ་རེ་རེ་ཅེ་རྒྱུ་གི་དུ་མོད་དང་བསྐྱོངས་ཤིང་། རེས་འཁོར་གྱི་ཉི་མ་རེ་རེ་རྟོར་ལུག་གི་འབའ་རྒྱ་ལས་མི་བོས་པའི་
ང་ཚོས། ལྷན་འགྲུའ་རྩོད་ལྷན་གྱི་དབྱངས་ཉ་གསར་བཞིག་གི་འགྲུར་ཁུགས་ཐོས་འདོད་ལ། ཚངས་པའི་དབྱངས་དང་
བསྐྱེདས་པའི་རྩན་དག་དུ་མོའི་འདྲུམ་ཞལ་མཐོང་ན་འདོད། ང་ཚོས་ཅིས་ཀྱང་དབྱངས་ཅན་རྩ་མོ་ཁབ་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་དབྱངས་
ཚོས་ཅིས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྒྱ་དབྱངས་སུ་གྱེར་རན་འདུག་ཨང་། རྒྱུ་རྒྱུ་གྲོགས། ལྷ་རྒྱུ་ཕེབས་ཤོག
དབྱངས་ཅན་རྩ་མོའི་མགྲིན་དག་བསྐྱམས་ཏེ་ལྷ་རྒྱུ་ཕེབས་ཤོག་ལ།

༢

ཕེབས་ཤོག རྒྱུ་རྒྱུ་གྲོགས། བྱི་གདུགས་འོད་ཀྱི་ཟེར་ཕྱིང་ཚོགས་ཏེ་ཕེབས་ཤོག ལྷན་ལྷན་གྱི་བར་རིམ་མཐུག་ས་འདིར།
འོད་ཀྱི་གྲུར་ཁབ་ཞིག་སུ་བ་རོགས་གཞིང་། ལྷན་ས་རྒྱུ་དགི་རང་ཁ་རྩལ་ས་འདིར། འོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གནས་ཤིག་བཅུགས་རོགས་
གཞིང་། འདམ་སྤོང་གི་ཡང་ཅེར་གྲགས་པའི་མཐོ་སྤང་འདི་ནས། ཉི་མ་དང་བར་བཀག་ཆེས་ཉེ་པའི་གོ་ལའི་གྲུ་རྒྱུར་འདི་ནས།
དེ་ནི་ང་ཚོས་ཅིས་ཀྱང་སྐྱེག་རིམ་གྱི་དབྱང་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་དུ་བསྐྱེད་པའི་འོད་ཀྱི་སྤང་བ་ཁབ་ཏུ་བསྐྱེད་རན་པེད། ང་ཚོར་ཅིས་ཀྱང་
ལྷ་རྒྱུ་ལྷ་རྒྱུ་འོད་ཟེར་བྱི་སྤྲུག་གི་སྤང་བཞིག་མཐོ་འདུག་ཨང་། ལྷ་རྒྱུ་ཉེ་པའི་ན་རྒྱའོ། ལྷ་རྒྱུ་ཕེབས་ཤོག

༣

ཕེབས་ཤོག རིགས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཚོ། ཞེ་མཐུན་པའི་ལ་རྒྱའི་དབྱང་ཁབ་ཅིག་བསྐྱེདས་ཏེ་ཕེབས་ཤོག ལྷན་ལྷན་པའི་
བསམ་སློབ་འདི་དུ་དར་ཞིག་བསྐྱོངས་ཏེ་ཕེབས་ཤོག ཕེབས་ཤོག་ལ། ཚྲིངས་དང་དང་ལེ་ལོ། བག་འཁུམ་དང་རྩོད་ཞེན་སོགས་
ཀྱི་ཕ་མཐུ་བརྒྱལ་ནས་ཕེབས་ཤོག་དང་། ང་ཚོས་གསོན་ཚོག་ཚོག་གི་རིགས་རྒྱུད་ཅིག་གི་ཚེ་སྤོག་སུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དགོས་ལ། ང་
ཚོས་སུ་ལ་བཞིན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་དོ་གདོད་གསར་དུ་བརྗེ་དགོས། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤང་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་བཀོལ་ཏེ།
སའི་གོ་ལའི་ཡང་སྤེར་ནས་རྟོགས་བརྗོད་གསར་བཞིག་གི་དབྱུ་ལུང་འབྲི་བཞིན། དུས་ཀྱི་གོ་མ་པའི་སྤངས་སྤངས་དང་
བསྐྱེདས་ནས་ཅིས་ཀྱང་མདུན་དུ་བསྐྱོད་དགོས་འདུག་ཨང་། རིགས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཚོ། ལྷ་རྒྱུ་ཕེབས་ཤོག

