

ཆོས།

ལེའུ་དང་པོ།

རྒྱ་འབྲས།

༡

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི།

༡ གྲིང་འདི་ནི་ཐུག་བསམ་གྱིས་གང་བ་ཞིག་སྟེ། སྟེ་བ་ནི་ཐུག་བསམ་ལོ། མ་བ་ནི་ཐུག་བསམ་ལོ། ཉ་བ་དང་འཆི་བ་ཡང་ཐུག་བསམ་ལོ། རང་གིས་མི་དགའ་བའི་སྟེ་རྒྱ་དང་འབྲས་བ་ནི་ཐུག་བསམ་དང་འདོད་པའི་སྟེས་བྱ་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཐུག་བསམ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕན་རྒྱལ་མེད་པར་རང་གི་འདོད་དོན་འབྱུང་བར་ངལ་བ་བྱེད་པ་འང་ཐུག་བསམ་ལོ། དངོས་སུ་འདོད་པ་དང་སྟེད་པས་བཅིངས་པའི་སྟེ་བ་འདི་ནི་རྟག་དུ་ཐུག་བསམ་གྱི་ནང་འཆུང་ཅིང་། འདི་གཉིས་ལ་ཐུག་བསམ་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་འདྲ་བའི་འགྲོ་བའི་ཐུག་བསམ་གྱི་རྒྱ་ནི། འགྲོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོམ་སྟེད་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་བའི་འདོད་ཆགས་དག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ཆོ་ལྷན་སྟེས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དྲག་པོ་དག་ལ་བྲལ་ལ། རང་ཡུལ་རྟག་པར་འཛིན་པའི་རྟག་འཛིན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་འདོད་ཆགས་འདིས་ནི་དུས་ཀྱི་འཇིག་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར། གང་འདོད་ཐམས་ཅད་ལ་སྟེད་ཞེན་སྟེ་བ་འདི་ཉིད་ལ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

གལ་ཏེ་སྟེས་པའི་སྟེད་ཞེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བར་ཐུར་པའི་འདོད་ཆགས་དྲག་པོ་དེ་སྤངས་ན་སྟེད་ཞེན་ཐམས་ཅད་རུབ་པར་འབྱུང་ཞིང་། ཐུག་བསམ་གྱི་རྒྱ་ཆད་པར་འབྱུང་ལ། འདི་ཉིད་ལ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་ལྟའི་འདོད་པ་དང་ཐུག་བསམ་རྩ་བ་ནས་མེད་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཡང་ལམ་ཞིག་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། འཕགས་པའི་ལམ་བརྒྱུད་པོ་འདིའི་གོ་རིམ་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ། ཡང་དག་

པའི་ལྷ་བ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་ངག་ ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ།
ཡང་དག་པའི་འཛོལ་བ། ཡང་དག་པའི་ཚུལ་བ། ཡང་དག་པའི་བྱན་པ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་
འཛིན་སྟེ་བརྒྱད་ཡིན་ཞིང་། འདི་ཉིད་འགོག་པར་འཁྲིད་པའི་ལས་ཀྱི་བདེན་པའོ།

དེས་ན་སྦྱེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་འདི་དག་ཡིད་ལ་ལེགས་པར་བཅངས་དགོས་ཏེ།
འཁོར་བ་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་གཏམས་ཤིང་སྤྱག་བསྐལ་འདི་ལས་བྲལ་བར་འདོད་ན། དེ་
དག་གི་རྒྱ་ཁོ་ནར་ཡུར་བའི་འདོད་སྟེད་ཀྱི་འཆིང་ཐག་གཅོད་དགོས་ལ། དེའི་རྒྱལ་ཡང་སྤྲོ་མེད་
བྱང་རྒྱལ་ཉིད་ལས་ཤེས་རྒྱས་ཤིང་། བྱང་རྒྱལ་འདི་ནི་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པོར་རྒྱལ་
བཞིན་སྟོང་པ་ཁོ་ན་ལས་ཐོབ་པར་བྱར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ།

༢ བྱང་རྒྱལ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་བདེན་པ་བཞི་པོ་འདི་ཉིད་རྟོགས་དགོས་ལ།
འདི་མ་ཤེས་པས་འཁོར་བའི་འཁྲལ་ལས་ནང་ཟད་མཐའ་མེད་པར་འཁྲལ་པར་འཁྲུང་ཞིང་།
བདེན་བཞིའི་གནས་ལྷགས་ཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་སྦྱེས་བྱ་དག་ལ་ནི། བྱང་རྒྱལ་གྱི་མིག་རྟེན་པའི་
སྦྱེས་བྱ་ཞེས་ཀྱང་བཟོད་དོ།

དེས་ན་རྒྱ་བའི་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་ལྷགས་འདོད་པ་དག་གིས་བདེན་བཞི་འདི་ཉིད་ལ་སྒོ་
གཅིག་དུ་གཏད་ནས་དེའི་གནས་ལྷགས་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྩོན་དགོས་ལ་གནས་དུས་
ཀྱང་དུ་སྦྱེས་བྱ་དམངས་དག་གིས་ཀྱང་འདི་ཉིད་རང་གིས་ཁོང་དུ་རྒྱལ་པར་བྱས་ནས་གཞན་ལ་
སྟོན་པར་མཛད།

བདེན་བཞིའི་གནས་ལྷགས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་འཕགས་ལམ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱིས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་རྒྱས་ལ། དེ་ལས་བྲལ་ཆོ་འཇིག་རྟེན་དང་མི་
འཁྲལ་ཅིང་། སྟོག་གཅོད་དང་། མ་བྱིན་པ་ལེན་པ། ལོག་གཤེམ། རྒྱན་དང་། སྤྲ་དང་།
ཆོག་རྒྱལ་སྤྲ་བ་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་གཞོད་སེམས་འཁང་བ་སོགས་གང་ཡང་མི་བྱེད་ལ།

རྒྱ་ལབས།

མེས་ཀྱི་བརྟན་ཆའང་མི་སྟོར་ཞིང་། ལུས་རྟེན་གྱི་མི་རྟག་པ་ཡང་རྟག་ཏུ་བྲན་པ་བསྐྱེད་
བཞིན་ཐོག་ཚུལ་མིན་པར་མི་སྟོང་དོ།

༣ འཕགས་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡང་ལག་ཏུ་སྟོན་མེ་ཐོགས་ཏེ་མུན་ནག་གི་ཁང་པའི་ནང་
ལྷགས་པ་དང་འདྲ་བར་མུན་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་སེལ་ཞིང་། ཁང་མིག་དེ་ཉིད་འོད་ཀྱིས་གང་
བར་བྱེད་དོ།

བདེན་པ་བཞིའི་གནས་ལྷགས་ཤེས་ཤིང་འཕགས་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྐྱེས་བུ་དག་
ལ་ནི་མོངས་པའི་མུན་པ་སེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོན་མེ་དང་ལྗན་ལ། སྟོན་པས་ཀྱང་འདི་ཉིད་
འབའ་ཞིག་བསྟན་ནས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཐར་བར་འདྲེན་ལ། འདི་ཉིད་དབྱིས་ཕྱིན་པར་རྟོགས་པ་
དག་ཀྱང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་འཕྱར་ཞིང་གཞན་དག་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྟོག་ཟིང་འདི་
ལས་སྦོབ་པར་བྱེད་ལ་གཞན་གྱིས་རེ་གཏོད་འཕེར་བར་ཡང་འཕྱར་བ་མ་ཟད། བདེན་བཞི་
འདི་ཉིད་གསལ་བར་ཤེས་པས་འཁོར་བའི་འདོད་ཆགས་འབྱུང་བའི་གནས་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་
པར་བྱེད་ཅིང་། བདེན་པ་བཞི་འདི་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་
བདེན་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་དང་གནད་དོན་མ་ལུས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ངེས་ཤེས་
གཞན་ཡང་ཐོབ་པར་འཕྱར་ཞིང་གཞན་དག་ལ་འང་དམ་ཆོས་སྟོན་ཏུ་པར་འཕྱར་རོ།

ཁ

རྒྱ་ལབས།

༡ གླིང་འདིར་དངོས་ཨས་ཡོད་དོ་ཙམ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྒྱུན་མང་པོ་སྟེ་འཛོམས་པའི་
འབས་བུ་ཡིན་ཞིང་། སོ་སའི་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་དག་འཕྱར་ཞིང་འགགས་པས་འདི་དག་ཀྱང་དགག་

པར་འབྲུར། སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་ཐམས་ཅད་ལའང་སོ་སོའི་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སྤོང་བའི་
ཐབས་ལམ་ཡང་ཡོད་དོ།

སྤང་ཆར་འབབས་པ། རྒྱང་སྤྱོད་པ། ལྷ་གཞོན་གྱི་ཡང་ཆོ་བཞད་པ། ལོ་མ་འཆར་ལོང་
བྱེད་ཅིང་། རྒྱང་གིས་གཡོ་བར་བྱེད་པ་སོགས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་
འབྲེལ་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་གི་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་ཐམས་ཅད་ལའང་སོ་སོའི་དག་ཀྱང་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་
སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་ཐམས་ཅད་ལའང་། རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མའི་རྒྱུ་ལས་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་ཐམས་ཅད་ལའང་ཆོ་
རྒྱས་པ་དང་ཉམས་ཐོང་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་རྒྱས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེས་ན་ལུས་སེམས་
གཉིས་ཀ་རྒྱ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་ཞིང་དེ་དག་གི་འབྲུར་འབྲུར་དང་ཡང་བསྐྱར་ནོ།

ཇི་ལྟར་སྤྱད་པའི་དྲ་བ་ནི་མདུད་པའི་ཕྱང་བ་ལས་བཞོས་པ་བཞིན་གླིང་འདིའི་དངོས་
རྒྱུ་ཇི་སྤྱད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་འདུས་པ་ལས་བྱུང་ཞིང་།
དྲ་བའི་དྲ་མིག་དེ་དག་རང་དབང་དུ་འཕམ་ལྟོས་མེད་དུ་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པུལ་ཐམས་
ཅད་ལའོ།

དེ་ཉིད་དྲ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའང་དྲ་མིག་མང་པོའི་འདུས་ཆོགས་ཡིན་པ་དང་དྲ་མིག་རེ་རེ་
ནས་ཀྱང་དྲ་མིག་གཞན་དག་ལ་ལྟོས་ཏེ་རང་རང་གི་གོ་ས་དང་འགན་ཡོད་ལ།

༢ མེ་ཏོག་ཞལ་ལ་བྱེད་པ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་ན་རིམ་ལ་ལྟོས་ཤིང་། ལོ་མ་རྒྱང་གིས་སྤྱོད་པ་ལའང་
དེ་བཞིན་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྟོས་དགོས། མེ་ཏོག་དེ་དག་རྒྱ་མེད་རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་བ་
མིན་པ་དང་། ལོ་མ་དག་ཀྱང་རང་གི་རང་གིས་སར་ལྟུང་བ་མིན་ནོ། དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་
ལའང་རྒྱས་པ་དང་རྒྱང་པའི་སྤྱོད་པའོ་ཅིང་། གང་ཡང་འབྲུར་ལྟོས་མེད་པའི་རང་དབང་
ཅན་མིན་ནོ།

དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་མས་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་ལྟོག་

རྒྱ་ལབས།

པའི་སྤབས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཐོག་པ་འདི་ནི་འཁོར་བའི་རང་བཞིན་བདེན་པ་ཐམས་ཅད་འཇིག་
ཅིང་། གང་ཡང་མི་འཇིག་པའི་གནས་མེད་དོ།

ག

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ།

༡ དེ་ལྟར་ཡིན་ན། སྤུས་སུ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་གཏུང་དང་། ཚོང་འདེབས་པ། ཟུག་རྒྱལ་
སྤྱུག་བསྐལ་དང་། སེམས་སྤྱུག་དག་གི་འབྱུང་ཁངས་གང་ཡིན། ཅི་འདི་དག་འགྲོ་བའི་ཚོངས་
པ་དང་རྫོམ་སེམས་ལ་ཐུག་པ་མིན་ནམ།

འོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་གཟུ་ལུམ་ཆེན་པོས་ཞོར་དང་བདེ་བ་དང་ཆེ་བསྟོད་དང་རང་
ཤེས་ཆེན་པོས་འཛོལ་བར་མོས་ཤིང་། འདི་དག་ལ་ཆགས་པ་ཉིད་སྤྱུག་བསྐལ་ཀྱང་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་
པར་མི་ཤེས་ལ། ཐོག་དུ་མེད་པའི་ན་བ་དང་ག་བ་དང་འཆི་བའི་དངོས་པོ་དེ་དག་གི་སྟེང་དུ།
འཇོམ་སུའི་གླིང་འདི་ཉིད་བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་མཚན་མས་གཟེང་མ་ནས་གང་ཞིང་། དེ་ལྟར་འང་
གལ་ཏེ་སྤུས་སུ་ཞིག་གིས་ཞིབ་དུ་དབྱེད་ན་སྤྱུག་བསྐལ་ཀྱང་ཀྱི་གཞི་རྩར་སྟེང་པ་དང་ཆགས་པ་
འདི་ཉིད་ཡོད་པར་མཐོང་རུས་ཤིང་། དེ་ལྟའི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པས་སྤུས་སུའི་སྤྱུག་བསྐལ་
ཀྱི་མཚན་མས་ཀྱང་ཚོད་ལ། མ་ཟིག་ཚོངས་པ་ཡང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྩལ་དུ་སྤུས་སུའི་རྒྱུད་ལ་
གཏམས་ཤིང་། ཚོངས་པ་དང་འོག་རྟོག་དག་ཀྱང་དངོས་པོའི་རྒྱ་ལབས་ཀྱི་གནས་སྤངས་
བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་ལས་བྱུང་ངོ་།

མ་ཟིག་པ་དང་འདོད་ཆགས་དག་ལས་རྟེན་བསྐྱབ་མི་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་
པའི་རྩལ་མིན་ཀྱི་འདོད་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་ཞིང་། དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཚོངས་ཞེན་དང་
ངལ་ལྟོད་མེད་པར་རྩལ་བ་བྱེད།

མ་རིག་དང་འདོད་པ་དེའི་དབང་ལས་སྐྱེ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོས་གང་ཡང་
མི་ལྡན་པའི་དངོས་པོར་དམིགས་པའི་རིས་གཙོད་ཀྱི་སྒོ་འཆང་ཞིང་། རང་ཆས་སུ་གྲུབ་པའི་
ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མ་མཆིས་པར་ཡང་ལོག་རྟོག་དབང་གིས་སྐྱེས་བུའི་བྱ་སྤྱོད་
དག་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རིས་གཙོད་བྱེད།

མི་ཤེས་པའི་ཚོང་ས་པ་དེའི་དབང་གིས་རྟག་ཏུ་ལོག་རྟོག་འཆང་ཞིང་། ལྷ་བ་རྣམས་ལས་
རྒྱང་ཆས་སུ་གྱུར་ཏེ་བདག་འཛིག་གིས་ལས་མི་དགེ་བ་བཞིས་པའི་འབྲས་བུར་སྐྱེག་བཤམ་གྱི་
སྤྱོད་པ་མྱོང་ངོ་།

རང་གི་ལས་རྣམས་ས་ཞིང་དུ་བྱས་ཤིང་། རིས་སུ་གཙོད་པའི་སྒོས་ས་བོན་དང་། མི་
ཤེས་ཚོང་ས་པའི་རྒྱ་ལྡན་སྤྱི་ཚུལ་འཕྲིགས། ཆགས་པའི་ཆར་གྱིས་གཤིན་པོར་བྱས། བདག་
འཛིན་གྱི་ཞེན་པས་བརྒྱན་པ་བཅས་ལས་མི་དགེ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་སྐྱེག་བཤམ་གྱི་སྤྱོད་པ་
འབྱིན་པར་བྱེད་དོ།

༢ དེས་ན། དངོས་འབྲེལ་དུ་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོ་བ་དང་། སྐྱེ་ལྷགས་འདོན་པ་
དང་། ལུག་རྩ་དང་སེམས་སྐྱེག་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་དོ།

འཛིག་རྟོག་གྱི་ཁམས་འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་སྐྱེའ་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མིན་ཞིང་དེ་ལྟ་
ནའང་སེམས་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་ཡང་འབྱུང་ངོ་།

༣ འཛིག་རྟོག་འདིར་ལོག་པའི་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་འདི་དག་གང་ཡང་རུང་
བ་རང་རྒྱུད་ལ་གཉེར་ཆེ་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་སྐྱར་བ་གདབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་
གིས་སྐྱེས་བུའི་མྱོང་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་ཐང་ཡིན་པར་ཁས་འཆེས་པ་དང་། གཉིས་
པ། ཁ་ཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱས་པ་འཛིན་པ་དང་། གསུམ་པ་ནི། ཁ་

རྒྱ་ལབས།

ཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་སྟེ་དབང་གིས་བྱང་ཞིང་རྒྱ་རྒྱེན་གང་ཡའང་མ་ཁྲོམ་པར་ཁས་འཆེས་
སོ།

གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་ཐང་ཡིན་ན་བྱ་བ་བཟང་ངན་གཉིས་ག་དང་བདེ་སྤྱད་
ཐམས་ཅད་ཐོན་རྒྱུད་གཏན་ཐག་ཆོད་ཅིང་གང་ཡང་ཐོན་ཐག་མ་ཆོད་པ་མེད་པ་ཞིག་དུ་འབྱུང་
ལ། དེས་ན་སྤྱི་བུའི་ལོགས་ཆའི་གོས་འཆར་དང་ཚྭ་བ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་དུ་འབྱུང་ལ་
རེ་བ་བཅའ་ཕུལ་ཡང་མེད་པར་འབྱུང་རོ།

དེ་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་གཞན་གཉིས་ཡའང་འདྲ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་
གསེས་དབང་ལ་རག་ལུས་ན་དེ་དག་གི་སྟོག་གཉན་འོག་འགོ་བ་ལ་ཕན་པའི་རེ་བ་ཅི་ཡོད།
མ་ཟད་གྲུབ་མཐའ་འདི་ལྟར་འཛིན་པའི་ཡིད་ཅན་དག་གིས་ནི་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རེ་བ་དང་སྒྲུང་
དོར་རྒྱལ་བཞིན་སྟོད་པར་ཚྭ་བ་དོར་བ་ནི་ངང་གིས་འབྱུང་ལ།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་བཞེད་པ་འདི་གསུམ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་
ལྷབས་ཀྱིས་བྱང་བས་རིམ་བྱང་དུ་སྒྲུང་བས་སོ།།

ལེའུ་གཉིས་པོ།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༡

མི་རྒྱལ་པ་དང་བདག་མེད་པ།

༡ རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལས་སྤྱེས་བུའི་ལུས་དང་སེམས་ཞེས་པ་སྣང་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གིས་སྤྱེས་བུའི་བདག་ཡོད་པར་མི་འདྲེན་ལ། ཤའི་ལུས་འདི་ཡང་འབྱུང་བའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་སོང་མི་རྒྱལ་པ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་ལུས་འདི་ཉིད་བདག་དུ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་གཅིག་དུ་སོང་ན། དེས་ཇི་ལྟར་འདོད་ཅིང་གཏན་ལ་ཕེབས་པ་བཞིན་དུ་གང་ཡང་བསྐྱབ་དུ་ཡོད་པར་འབྱུར་རོ།

དཔེར་ན། དུལ་གྱི་རྒྱལ་པོར་རང་གི་མི་སེར་ལ་བསྟོད་བསྐྱགས་སམ་ཉེས་ཆད་གཏོང་བ་སོགས་གང་འདོད་བཞིན་བྱ་བའི་མཐུ་རུས་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་ཐུགས་འདོད་མེད་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ནད་ཀྱིས་མནར་བ་དང་། རྒྱས་པ་དང་། བཞེད་དོན་མ་གྲུབ་པ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་ལ། སེམས་ཉིད་ཀྱང་བདག་དུ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་མིན་ཞིང་། འདི་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་པ་ཡིན་ལ་རྒྱལ་དུ་འབྱུར་འགྲོས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གལ་ཏེ་སེམས་འདི་སྤྱེས་བུའི་བདག་ཡིན་ཆོ། དེས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གང་ཡང་བསྐྱབ་བྱུང་བར་གྱུར་ཀྱང་། འོན་ཏེ་སེམས་འདི་ནི་རང་གིས་དུས་ཤིག་ན་བདེན་པར་མཐོང་བའི་ལུས་དག་ལས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གཡོ་ཞིང་། རྒྱུན་པ་བསྐྱབ་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱུང་ཡང་ཡང་རྒྱགས་ལ། བདག་ཞེན་གྱིས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་མ་མཐོང་ངོ།

༢ གལ་ཏེ་སྤྱེས་བུ་ཞིག་ལ། ལུས་འདི་རྒྱལ་གམ་མི་རྒྱལ་ཅེས་དྲིས་ན་མི་རྒྱལ་ཅེས་དབང་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

མེད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། གལ་ཏེ་སྤྱི་བུ་ཞིག་ལ་མི་རྟག་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་བདེ་སྤྲུག་གང་ཞེ་
ན། སྤྲུག་ཅེས་སྤྱིར་ལན་གདབ་པར་བྱ་ལ། འོན་ཀྱང་འཕྱར་ཐོག་ལྡན་ཞིང་སྤྲུག་བསྐལ་གྱིས་
ཡོངས་སུ་གང་བའི་མི་བརྟན་མི་རྟག་པའི་དངོས་པོ་འདི་འདྲར་སྤྱི་བུའི་བདག་དུ་བཞེད་པ་ནི་
ཆེས་འབྲུལ་བ་ཡིན།

སྤྱི་བུའི་སེམས་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐལ་ཞིང་། མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་དུ་
གདགས་འོས་སུ་ཆ་ཤས་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་སོ།

དེས་ན་གང་ཟག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་དང་གཡས་གཡོན་གྱི་ཕྱི་
འཛིག་རྟེན་འདི་དག ང་དང་ང་ཡི་བར་སེམས་པའི་རྟེན་པ་ལས་རྒྱང་གིས་ཆོད་དོ།

དེ་ཡང་མ་དག་པའི་འདོད་པས་བསྐྱབས་ཤིང་ཤེས་རབ་ཀྱི་སོ་མ་འབྲེབས་པའི་སེམས་
ཉིད་ཀྱིས་རང་ཤེད་ཆེན་པོས་རྒྱུན་གཏན་དུ། ང་དང་ང་ཡིར་བ་སེམས་ལ། ལུས་དང་མཐའ་
སྐྱོར་གྱི་དངོས་པོ་གཉི་ཀ་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལས་རྒྱང་བས་གཏན་དུ་འཕྱར་ཐོག་བྱེད་ཅིང་མཐའ་
སྤྲུག་མེད་དུ་གནས་སོ།

གཏན་དུ་འཕྱར་བརྗོད་ཐད་སྤྱི་བུའི་སེམས་འདི་ཉིད་རྒྱགས་རྒྱ་དང་། སྤྱོད་མའི་མེ་ལྷེ་
དང་འདྲ་ཞིང་། རྟག་དུ་དམིགས་པ་བརྗོད་ཞིང་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་ཞི་བར་མི་གནས་པས་སྤྱི་
དང་ཡང་མ་རྒྱགས་སོ།

བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྤྱི་བུ་དམ་པ་རྣམས་ནས་འདི་འདྲའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་
ཐོས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་ལ་ཞེན་ཆགས་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་སོ།

༣ འཛམ་བུ་གླིང་འདིར་སྤྱི་བུ་ཀྱང་བསྐྱབ་དུ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ལྡོལ་དེ། དང་པོ།
ཁས་ཤིང་ཁོག་པ་རྣམས་ཁ་བ་ལས་དགག་རྒྱ། གཉིས་པ། ནད་ཀྱིས་མནར་བ་རྣམས་དེ་ལས་
ཐོག་རྒྱ། གསུམ་པ། འཆི་བ་དགག་རྒྱ། བཞི་པ། འཛིག་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་འཛིག་པ་ལས་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

ཐོག་རྒྱ་དང་། ལུ་པ། ཤུལ་མེད་དུ་འཇིག་པ་ཐོག་རྒྱ་བཅས་སོ།

སེམས་ཚན་པལ་པ་ཐམས་ཅད་དུས་ལྟེ་གང་ཡང་རུང་བར་འདི་དག་གི་ཕྱགས་སུ་
རྒྱགས་ཤིང་། སྤྱག་བསྐལ་བར་གྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་སྟོན་པའི་དམ་ཆོས་ཐོས་པ་དག་ནི་དེས་སྤྱག་
བསྐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་ཐོག་དུ་མེད་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར།

སྤྱར་ཡང་། འཇིག་རྟེན་འདིར་བདེན་པ་གཞན་བཞི་ཡོད་ལ། དང་པོ། འགྲོ་བ་ཐམས་
ཅད་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་སློང་བ་དང་། གཉིས་པ། འདོད་པའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད། མི་རྟག་
མི་བརྟན། སྤྱག་བསྐལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་། གསུམ་པ། ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་ཀྱང་མི་རྟག་ མི་བརྟན། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དང་། བཞི་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་
འདིར་བདག་དུ་གདགས་རུང་གི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། བདག་གི་བར་ཡང་གདགས་
སུ་རུང་བ་མེད་པ་བཅས་བཞི་ཡིན་ལ།

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་འཇིག་ལ། བདག་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་བདེན་པ་
འདི་དག་མངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་འདིར་བྱོན་མ་བྱོན་ལ་མི་ལྟོས་ཤིང་ཐོག་དུའང་མེད་ལ། སྟོན་
པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཇི་བཞིན་གཟིགས་ནས་སེམས་ཚན་ཀྱན་ལ་སྟོན་པར་མཛད་དོ།

ཁ

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ།

༡ རྒྱན་པ་འབྲུལ་བ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གཉིས་ཀ་སེམས་སྟེང་ནས་འོངས་ལ་དཔེར་ན། སྤྱ་
མ་མཁན་གྱི་སྤྱ་དུང་ལས་རྒྱས་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་སྣང་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་
ཀྱི་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་ལ།

སེམས་ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་མཐའ་མེད་ཅིང་དེ་དག་གིས་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

བྱེད་དེ། མ་དག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་མཐའ་སྐྱར་དུ་མ་དག་པའི་དངོས་པོ་བསྐྱར་ལ། དག་པའི་
སེམས་ཀྱིས་མཐའ་སྐྱར་དུ་དག་པའི་དངོས་ཐུག་བསྐྱེད་པས། སེམས་ཀྱི་བྱེད་སྐྱོད་དང་མཐུན་
པར་ཉེ་སྐྱར་གྱི་ཡན་ལག་དག་ལའང་མཐའ་མེད་དོ།

རིམ་མཐུན་གྱིས་བྱས་པའི་རིམ་བཞིན་དུ་མཐའ་སྐྱར་གྱི་གནས་སྟངས་རྣམས་ཀྱང་
སེམས་ཀྱི་བྱེད་སྐྱོད་ཡིན་པ་དང་། གནས་སྟངས་གང་དག་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་བྱས་པ་དག་ནི་དྲངས་
ཤིང་ཉོན་མོངས་དང་བྲལ་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་བྱས་པ་དག་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ནོ།

ཇི་ལྟར་རིམ་ཞིག་གི་བཤད་པ་རྒྱག་རྒྱལ་ལའང་མཐའ་མེད་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་
ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཆེད་ནང་གི་མཁོ་ཆས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་ཅིང་། སེམས་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་གང་ཡང་
མེད་པའི་ཕྱིར།

སྐྱེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཇི་ལྟར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱས་པ་ཡང་སངས་རྒྱུས་རྣམས་
ཀྱིས་རྒྱལ་བཞིན་མཁྱེན་པས། རྒྱལ་འདི་རྟོགས་པ་དག་ལའང་སེམས་རྒྱས་དངོས་དང་མཇལ་
རྒྱས་པ་དང་ལྟན་ནོ།

༢ འོན་ཀྱང་མཐའ་སྐྱར་གྱི་དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་སེམས་དེའང་དྲན་པ་དང་།
འཇིགས་པ་དང་། སྐྱོ་བ་དག་ལས་གཏན་ནང་པར་གྲོལ་བ་ནི་མིན་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་མ་རིག་པ་
དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བའི་འབྲུལ་བའི་སྲིད་པ་
འདི་ཡང་མ་རིག་པ་དང་འདོད་ཆགས་ལས་ཐོག་མར་བྱུང་བ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་
རྒྱུན་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ཡངས་པ་དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་སྤྱང་ལས། གཞན་གང་དུའང་མེད་དོ།

སྐྱེ་འཁེགས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ལས་གྲུབ་ཤིང་སེམས་ཀྱི་སྤྱང་དུ་གནས་ལ། དེས་ན་གང་གི་ཆེ་
སྐྱེ་འཁེགས་ལ་བྲེལ་བའི་སེམས་འདི་ཉིད་འགགས་པ་ན་སྐྱེ་འཁེད་སྲིད་པའང་མཉམ་དུ་དགག་གོ་
སྐྱེན་ཞིང་མོངས་པའི་སྲིད་པ་ཡང་། རྒྱུན་པ་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་མཚོས་མོངས་པར་བྱེད་པའི་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

སེམས་ལས་གྲུབ་པ་དང་། རྩལ་པ་འབྲུལ་བ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ན་མེད་པས། རྫོངས་ཞིང་
གྲེན་པའི་སེམས་འདི་ཉིད་དྲངས་ཤིང་གསལ་པོར་རྒྱར་ཏེ། མ་དག་པའི་ཉེ་འཁོར་སྤངས་པ་ན་
སྤྲེལ་བྱང་རྩལ་ཐོབ་པར་རུས་སོ།

འདིའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བའི་སྤྲིད་པ་དག་སེམས་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་། སེམས་ཀྱི་འཆིང་
བ་ལ་སེམས་ཀྱིས་དབང་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། གནས་སྤངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོན་པོ་སེམས་ཉིད་
ཡིན་ཞིང་། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱས་སོ།

༣ དེས་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་སེམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་ཞིང་། སྤངས་
འཛིན་བྱེད་ལ། སེམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་འཁོར་ལོ་དེ་འདྲིན་བྱེད་སྒྲུང་གི་རྗེས་
སུ་འབྲང་བ་བཞིན་དུ། སྤྱག་བསྐལ་ཡང་མ་རུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་སྤངས་པའི་ལུས་
ངག་གིས་ལས་སྦྱོད་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཕྱི་བཞིན་དུ་འབྲང་ངོ་།

འོན་ཀྱང་དག་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲེལ་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་སྐྱེ་བོ་དེ་ལས་བདེ་བ་ཕྱི་
བཞིན་དུ་འབྲང་ངོ་། གང་དག་ཕྱིག་པ་སྦྱོད་པ་དག་ལ། ངག་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་པ་ཡིན་
སྟམ་པའི་སྒོ་སྐྱེ་ལ། དེ་ལྟའི་ཕྱིག་ལས་ཀྱི་དྲན་པ་རྒྱུད་ཐོས་མེད་པར། མོ་གནས་ཀྱི་མཐར་སྐྱེ་བ་
ཕྱི་མ་ཞིག་དུ་དེའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། གང་དག་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོས་ལས་
བྱེད་པ་པ་དག་ལ་ནི། ངས་དགེ་བར་སྤྱད་སྟམ་པའི་སྒོས་དགེ་བར་བྱེད་པ་མ་ཟད། ལས་དགེ་
བས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་རབས་བརྒྱུད་མར་བདེ་བ་འབྱིན་སྟམ་པའི་སྒོ་དེས་རབ་དུ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དོ།

སེམས་མ་རུང་བས། མི་བདེ་བའི་ཀྲག་ཀྲོག་གི་ལམ་དུ་རྒྱུད་པ་མི་རྒྱལ་ས་ཤིང་། མཐར་
འདྲིལ་བ་དང་སྤྱག་བསྐལ་འབྱིན་ཡང་། སེམས་དག་པས། ལམ་བདེ་བ་དང་བགྲོད་པའང་
བདེ་བར་བྱེད།

སྐྱེ་བོ་གང་དག་ལུས་སེམས་དག་པར་གནས་པ་དག་ནི་བདག་གཅེས་འཛིན་དང་། རྩལ་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

མིན་ཡིད་བྱེད། འདོད་ཆགས་ཀྱི་དྲ་བ་སོགས་གཙང་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དུ་བགྱི་བའི་
ལམ་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་། སེམས་ནི་བར་གནས་པ་དག་གིས་ནི་བདེ་རྟེན་ཅིང་། བརྩོན་འགྲུས་
ཆེན་པོས་ཉིན་མཚན་དུ་རང་སེམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བར་ཡང་རུས་སོ།

ག

དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༡ འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ཀུན་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མ་ཚོགས་པས་བྱས་པར་བརྟེན། གཞི་རྩའི་
ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོས་མེད་ནའང་། མི་འདྲ་བར་སྣང་བ་དེ་ནི་སྤྱི་བོའི་མི་འཐད་པའི་ཁྱད་པར་
བཏགས་པའི་སྒྲོས་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཉམས་མཁར་ཤར་ལུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་། སྤྱི་བོའི་
རྟོག་པས་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་དང་། བཏགས་པ་བཞིན་དུ་བདེན་པར་འཛིན་ལ། ཟུམ་གྱི་
གངས་གཅིག་ནས་གངས་མེད་པར་མེ་རེ་ནས་གངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱུགས་པ་ཡིན་ཞིང་། རང་
བཞིན་གྱི་སོ་སོར་གངས་འཕོར་གྱི་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་གངས་འཕོར་མི་འདྲ་བ་
མཚོན་པར་བྱ་བ་དེའི་སྒྲུབ་འདི་ལྟར་ཁྱད་པར་བྱེད་དོ།

ཡོངས་ཁུབ་ཀྱི་གྲུབ་ཚུལ་ལམ་ལུགས་ནང་། སྤྱི་བ་དང་འཇིག་པའི་གྲུབ་སྒྲུངས་ཐད་རང་
གཤིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་མེད་ནའང་། སྤྱི་བོས་ཁྱད་པར་ཕྱེ་རྟེན་དེ་གཉིས་ལ་སྤྱི་འཆིའི་མིང་
གིས་སོ་སོར་འབོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱིར་ལས་ལའང་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་།
རང་ཤེད་ཆེན་པོས་བྱ་བ་དེའི་སྒྲུབ་འདི་ལྟར་ཁྱད་པར་བྱེད་དོ།

སངས་རྒྱས་ནི་ཁྱད་པར་འདི་དག་ལས་རྒྱུང་ཆས་སུ་གནས་ཤིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
འདི་ཉིད་སྒྲོ་བར་དུ་བསྐྱོད་འགོ་བའི་སྤྱི་རྩ་བར་བཏྲ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོར། དེས་དོན་དུ་
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མིག་འཕུལ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲོས་འཛིན་གཏོང་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་

སྤྱིང་པོ་མེད་པར་ཤེས་སོ། དེས་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྟོག་པའི་གཡང་ས་
སྤངས་པའོ།

༢ རྒྱུ་བོས་ནི་རང་གི་དམིགས་སྤང་དུ་ཤར་བའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་ཐེས་
སུ་བབྱུང་ཞིང་། རྟོར་དང་། གཏེར་དང་། གོ་གནས་ཐེས་སུ་བབྱུང་ལ། ལུ་ཐུག་ཆེན་པོས་སྟོག་
དང་བསྟོན་སོ།

དེ་དག་གིས་ནི་ཡོད་མེད་དང་། ལེགས་ཉེས་དང་། བདེན་རྒྱུན་གྱི་དབར་རང་བཟོའི་
ཁྱད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱུ་བ་ཡང་འཛིན་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུན་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པས། ལུག་དུ་
དང་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྲུལ་བ་དག་རང་ཐོག་དུ་ལེན་དགོས་པ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

སྟོན་ལམ་རིང་པོའི་འབྲུལ་པ་ཞིག་རྒྱགས་རྒྱ་ཞིག་གི་འགམ་དུ་སྟེབས་ཏེ། འདི་ལྟར་སྟུམ།
རྒྱགས་རྒྱའི་ཕྱོགས་འདི་ནི་རྒྱ་བྱོལ་བྱུ་ལྷན་དུ་དགའ་ཉེན་ཆེ་ཞིང་། འདི་བས་ཕྱོགས་པ་
འོལ་ཉིད་འགོ་བདེ་བྱ་བདེ་འདུག འོན་ཀྱང་། ངས་པ་འོལ་དུ་ཇི་ལྟར་བཞུགས་སྟུམ་ནས།
སྟུག་མ་དང་། ཡལ་ག་ལས་གཟིངས་དཀྲུས་མ་ཞིག་བཟོས་ཏེ་རྒྱགས་རྒྱའི་པ་འོལ་དུ་བདེ་བར་
བཞུགས། དེ་ཐེས་དེས། བཅོས་མའི་གཟིངས་འདིས་ནི་ང་རྒྱ་དེ་བཞུགས་བར་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་
བྱུང་སོང་བས། ད་ནི་དེ་ཉིད་རྒྱ་འགམ་དུ་གཡུག་ནས་གཞིག་རལ་དུ་འགོ་མ་བཅུག་པར། ང་
རང་གར་འགོར་འཁྱར་སྟུམ་དུ་སེམས། དེས་ན་མི་དེས་དགོས་མེད་ཀྱི་ཁུར་ཞིག་དང་དུ་སྤངས།
ཅི་རྒྱུ་བོ་འདི་མཁས་མཇུངས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། སྤང་གཏམ་འདིས། གང་གི་ཆེ་དགོས་ངེས་
མིན་པའི་ཁུར་ཞིག་དུ་འཐུར་ཆེ་སྟུག་པའི་དངོས་ཐེས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་དུང་སྤངས་དགོས་ན་མི་
སྟུག་པ་ལ་ཉ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་སྟོབ་ཅིང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོས་ངེས་མིན་པའི་
བེད་མེད་འཆལ་གཏམ་སྤང་རྒྱ་ཡང་ཁོང་རང་གི་སྦྱོར་ཆེའི་ཁྱིམ་སུ་བྱས་སོ།

མེས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༣ དངོས་པོ་རྣམས་ནི་འོངས་པའང་མིན་ལ་འགོ་བའང་མིན། ལྷང་བའང་མིན་ལ་མི་སྤང་བའང་མིན་ཞིང་། དེས་སྤེལ་བོ་ཞིག་ལ་དངོས་རྒྱུ་རྟེན་པའང་མེད་ལ་བོར་བརྒྱལ་ཤོར་བའང་མེད།

དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ལས་འདས་པས་ན་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་སྤང་བའང་མིན་ལ་མི་སྤང་བའང་མིན་པར་སྟོན། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུ་དང་མཐུན་པར་རྒྱུ་སྤྱུ་འབྲང་བས། གང་ཡང་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་ལ། དེས་ན་དེ་དག་མེད་པར་བརྗོད་རིགས་ཤིང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱིས་ལ་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པས་ཡོད་པར་ཡང་བརྗོད་རིགས་སོ།

དེའི་གཟུགས་དབྱིབས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་དངོས་པོ་དེ་ལ་འཛིན་ཆགས་བྱེད་པ་ནི་མི་ཤེས་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཆགས་འཛིན་མ་བྱས་ན། འབྲུལ་སྤོ་དེ་དག་དང་མི་ཤེས་པ་མི་འབྲུང་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་བདེན་པ་འདི་ཉིད་མི་ཤེས་པའི་སློབ་གཞུང་གསལ་བྲལ་བའི་ངང་ཇི་བཞིན་གཟིགས་པའི་མཆོད་པ་ཞིག་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་དངོས་འབྲེལ་དུ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཏེར་དག་ནི་བསྐྱུ་བའི་སླིག་སྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། རི་མོའི་ནང་དངོས་འབྲེལ་གྱིས་རྒྱང་སྤང་བ་བཞིན། དངོས་པོ་ལའང་རང་བཞིན་གྱི་བདེན་རྒྱས་གང་ཡང་མེད་པ་དང་། མ་ཟད། དེ་དག་ཤོད་ཀྱི་ན་བུན་དང་འདྲ་བོ།

༥ རྒྱ་གངས་མེད་ཀྱིས་རིམ་པར་བྱས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་རྟག་པ་གཏན་དུ་གནས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཆེས་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། རྟག་པའི་མཐར་ལྷུང་བ་དང་། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གཏན་དུ་མེད་པར་འབྱུར་བར་འཛིན་པའང་འབྲུལ་ཞིང་། དེ་ནི་ཆད་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ། གཏན་དུ་སྟོད་པ་དང་གཏན་དུ་འཇིག་པའི་ཕྱེ་ཚན་དེ་དག་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་སྦྱར་དུ་མེད་པར།

མེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྤྱི་བོའི་མིག་གིས་ཇི་ལྟར་རིག་པ་དང་མཐུན་པར་སྦྱོར་བ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་བོའི་
འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱི་བོ་རྣམས་སྤང་ཚུལ་དེ་ལ་འབྲེལ་ཞིང་ཞེན་པར་བྱེད་ཀྱང་།
དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ཆགས་ཞེན་དང་ཁྱད་པར་དེ་དག་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲང་བཙོ་
གཏན་དུ་འབྱར་ཏེ། ཇི་ལྟར་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་དངོག་པའི་རྟག་པ་བརྟན་པའི་ཁྱད་
ཆོས་ནི་གང་ལ་འང་མེད། གཏན་དུ་སྤང་བཙོ་འབྱར་འགྲོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་སྤྲིག་སྤྱོད་དང་། མི་ལས་དང་དཔེ་མཚུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་
སྤང་བཙོ་འབྱར་བ་འདི་ལས་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་སྤྱིང་བོ་ནི་འབྱར་མེད་བརྟན་པོར་གནས་ལ།
དེ་ཡང་སྤྱི་བོ་རྣམས་ལ་རྒྱགས་ཆུ་རྒྱགས་ཆུར་སྤང་ཡང་ཡི་དྲགས་ལ་མེད་སྤང་བས། མི་ཞིག་ལ་
རྩེད་སྤྱོད་ཀྱི་གཏམ་མཛད་ན་དོན་དང་ལྡན་ཡང་། ཡི་དྲགས་ཤིག་ལ་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་གཏམ་ནི་དོན་
ལྡན་མིན་པ་ལྟར། ཐམས་ཅད་ལ་འང་དེ་བཞིན་བཤད་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་རྩོན་པ་
འཁུལ་སྤང་ཡིན་པས་གཅིག་དུ་ཡོད་པར་ཡང་བཞེད་དུ་མེད་ལ་མེད་པར་ཡང་བཞེད་དུ་མེད་
དོ།

གཞན་ཡང་། མི་སྣོད་པའི་སྤྱི་བོ་འདི་ཉིད་འབྱར་བ་མེད་པའི་བདེན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་
མཚུངས་ཆོས་སྤྲིག་པའང་འཁུལ་བ་ཡིན་ལ། སྤྲིང་ཡང་མི་སྣོད་འབྱར་བའི་སྤང་ཚུལ་གྱི་འཇིག་
རྟན་འདི་ལས་འོགས་སུ་རྟག་ཅིང་བརྟན་ལ་དོན་དམ་གྱི་འཇིག་རྟན་འདི་ཉིད་ཐ་སྤད་པལས་
དོན་དམ་པའི་འཇིག་རྟན་གང་རུང་དུ་འདོད་པའང་མི་འཐད་པ་ལགས།

འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟན་གྱི་མི་ཤེས་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་བོ་དག་གིས་ནི་འདི་ཉིད་དོན་དམ་གྱི་སྤྲིང་
ཞིག་དུ་སྤྲང་ཞིང་འཛིན་ཏེ་འཁུལ་སྤྱོད་འདི་ཉིད་ཀྱི་ངང་བྱ་བ་གར་ཡང་འཇུག་ཀྱང་། འཇིག་རྟན་
འདི་ནི་རྩོན་པ་འཁུལ་སྤང་ཞིག་དུ་སོང་སྤྱོད་འཁུལ་བ་དེའི་དབང་གིས་ཐམས་ཅད་སྤྲིག་བཟུལ་
དང་ཟུག་རྩར་སྤྱར་ཞིང་། མཁས་མཛངས་དག་གིས་ནི་འཇིག་རྟན་འདི་ཉིད་བརྩོན་པ་འཁུལ་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

སྤང་གི་ངོ་བོར་མཐོང་བས་སྒོ་འཁུལ་བ་དེའི་ངང་བྱ་བར་ཞུགས་པ་མེད་ཅིང་སྤྲལ་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་
མཚོ་ལས་གོལ་ལོ།

ང

དབུ་མའི་ལམ།

༡ བྱང་རྒྱབ་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་སྦྱབ་པའི་སྦྱོར་བྱ་དག་སྦྱོན་གྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྷང་བར་
གཟབ་དགོས་ཤིང་། མཐའ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི་ལུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་བག་མེད་ལང་དུ་
ཤོར་བའི་མཐའ་དང་། གཉིས་པ། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། ཆོ་འདི་སྒོས་བཏང་བའི་སྦྱོར་བོ་དག་ལ་
རང་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་བྱ་བུ་ལྱི་སྦྱད་པ་སྦྱོང་ཁུལ་གྱིས་རང་གི་ལུས་སེམས་ལ་དོན་མེད་
སྤྲལ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་མཐའ་གཉིས་ཡིན།

སྦྱོན་གྱི་མཐའ་འདི་གཉིས་ལས་འདས་ཤིང་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་བདེ་བར་བཀྱི་བའི་འཕགས་
ལམ་དག་ནི་དབུ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟའི་དབུ་མའི་ལམ་གང་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ནི་འཕགས་ལམ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་
དག་པའི་ངག་ ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ། ཡང་དག་པའི་རྩལ་
བ། ཡང་དག་པའི་དྲན་པ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ཇེ་འཛིན་བཅས་སོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་བཞིན། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོར་འགག་ནི་ཐུག་མེད་ཀྱི་རྒྱའི་
ཕྱིང་བ་ལས་ཡིན་ཞིང་། རྒྱན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་འདི་ཉིད་ཡང་ན་ཡོད་དམ་མེད་པར་མཐོང་
ཡང་མཁས་མཛངས་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གནས་རྒྱལ་དེ་གཉིས་ལས་འདས་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་
མཐོང་ལ། འདི་ཉིད་ཀྱིས་དབུ་མའི་ལམ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ།

༢ དཔེར་ན། རྒྱལ་ཆུང་མིང་བའི་ཤིང་དུམ་བྱ་གང་ཞིག་བར་དུ་ཕྱེ་མར་མ་གྱུར། མ་
བྱིང་། ཕྱི་རོལ་དུ་འང་མ་བཏོན་ཞིང་། མ་རུལ་ན། མཐར་ཆུ་མཚོ་ཆེན་པོར་འོས་མེད་དུ་སླེབས་
པ་ཇི་བཞིན་དུ། སྡེ་བ་འདི་ཡང་རྒྱལ་ཆུ་ཆེན་པོར་ཚུད་ཅིང་མིང་བའི་ཤིང་དུམ་བྱ་དང་
མཚུངས་སྟེ། ཅི་སྟེ་གང་ཟག་རང་ཉིད་བར་དུ། རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་ཆེས་ཆེར་མ་ཟེན་པ་
དང་། ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་སྐོང་ཁུལ་གྱིས་དོན་མེད་ཀྱི་བཀོད་སྟོད་ལ་མ་ཞེན་པ་དང་། རང་གིས་
དགེ་སྦྱབ་ཅི་བྱས་ལ་དམིགས་པའི་ང་རྒྱལ་མ་སྦྱེས་པ་དང་། ལས་ངན་ལ་མ་ཆགས་པ་དང་།
བྱང་རྒྱལ་འཛོལ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་མི་ཤེས་པའི་མོངས་པ་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཅིགས་རྒྱུ་
བར་མ་བཅེས་པ་སོགས་བྱུང་ན། དེ་དག་ནི་དབུ་མའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།
བྱང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་སྦྱབ་པའི་གནད་ཀྱང་སྦྱོན་གྱི་མཐའ་གང་གིས་ཀྱང་མ་ཟེན་ཅིང་། དེ་དག་གི་
རྒྱར་མ་རྒྱུད་པར་བྱ་དགོས་པ་སྟེ། རྒྱན་དུ་དབུ་མའི་ལམ་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་དགོས་སོ།

དངོས་པོ་ཀྱང་གྱི་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན་པའི་ངང་ཐམས་ཅད།
ཡོད་པའང་མིན་ལ། མེད་པའང་མིན་པ་མཐོང་ནས་རང་རང་གི་སྒོམ་ཆོས་དང་ལས་བཟང་པོ་
ལ་དམིགས་པའི་ང་རྒྱལ་གཅེས་པའི་སྦྱོན་གང་གིས་ཀྱང་མ་ཟེན་ཅིང་། མ་གཞོན་པར་བྱ་
དགོས།

གལ་ཏེ་སྡེ་བོ་ཞིག་འདྲོད་པའི་བཅིངས་ཐག་ནང་ཟེན་པ་དེ་ལས་ཐོག་པར་འདྲོད་ན།
ཐོག་མ་ནས་དངོས་རྒྱུ་ལ་འཛིན་ཆགས་བྱ་མི་རིགས་པ་ཤེས་དགོས་ལ། གཞན་དུ་ན་གོམས་
སྦྱབས་གིས་དེ་དག་ལ་ཆགས་པར་གྱུར་ཞིང་། འོན་ཀྱང་ལེགས་ཉེས་སམ། འཐད་མི་འཐད།
ཕྱི་ནང་དང་ཡོད་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་ཡའང་འདྲོད་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ།

གང་ཡང་གལ་ཏེ་སྡེ་བོ་ཞིག་དངོས་པོར་ཆགས་ན་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་ལས་ཉོན་གྱི་སྤང་
པ་འགོ་རྒྱགས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ནའང་གང་དག་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལ་བརྟེན་པ་དེ་
དག་ནི་འཕྲོད་སེམས་མི་འཚང་ཞིང་། རེ་བའང་མི་བྱེད་ལ། གང་དག་ཡང་འཕྲད་པ་དེ་དག་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

འདུལ་ཞིང་སྦྱོམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་གདོང་ལེན་བྱེད་དོ།

༣ བྱང་ཆུབ་ལ་ནི་གཟུགས་དབྱིབས་སམ། རང་བཞིན་གང་ཞིག་ལས་གཞན་ངོར་གསལ་བའི་གཟུགས་སམ། རོ་བོ་ངེས་པ་ཅན་གང་ཡང་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་སྤྲར་ཡང་གསར་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད་ལ།

བྱང་ཆུབ་ཀྱང་འབྲུལ་བ་དང་མ་རིག་པའི་དབང་ཙམ་ཀྱིས་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་བཞིན་སྒོ་བསྒྲོག་སྟེ་སྤྲ་བར་བྱ་སྟེ། འབྲུལ་བ་དང་མ་རིག་པའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་དབང་གིས་གྲུབ་ཅིང་། གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་མེད་ན་འབྲུལ་བ་དང་མ་རིག་པ་ཡང་དགག་པར་འགྱུར་རོ།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་འདི་ཉིད་ཆགས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཏུ་ཉླ་བ་ལས་སྤང་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་འདི་ཉིད་ཀྱང་སྤྱིབ་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། གང་གི་ཆོ་སྒྲོན་མུན་པའི་སྤྲུག་ཏུ་འཆུད་པའི་སེམས་དེ་ཀྱན་མཁྱེན་དུ་འགྱུར་བ་ན། སྒྲོན་གྱི་དྲི་བཅས་སེམས་དེ་ཉིད་འགགས་ཤིང་ཞིག་ལ་དེ་དང་ཆབས་ཅིག་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འབོད་པ་ཉིད་ཀྱང་འགགས་པར་འགྱུར་རོ།

ཇི་སྲིད་དུ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ལ་ཆགས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྟེགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་དེ་དག་ལ་འབྲུལ་བ་ཡོད་པས། བྱང་ཆུབ་ཏུ་བགོད་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པ་དག་གིས་དེའི་རྗེས་སུ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་པ་དག་གིས་དེ་ཉིད་ལ་ཐུགས་གཡེང་བྱེད་པ་སོགས་མི་རིགས་ལ། ཅི་སྟེ་ཚུལ་འདིའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། གནས་ལྷངས་ཇི་ཡིན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྤང་བས། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་ལྷངས་བཞིན་ཇི་སྲིད་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་མེད་དང་། སྤྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་མ་སྤང་བ་དེ་སྲིད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༤ ཡོངས་རྫོགས་གཅིག་གི་ཚུལ་དུ་ཤེས་རྟོགས་བྱ་ཚུལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་སྟེ་དངོས་པོ་ཀྱང་གྱི་
སྟོང་པོའི་གཤིས་ལུགས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོས་གང་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་
པ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན་ཞིང་། སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་བདེན་པའི་དངོས་པོས་སྟོང་པ་འཕ། མ་སྐྱེས་པ་འཕ།
བདག་གིས་སྟོང་པ་འཕ། གཉིས་སྟོང་ངོ་། དེ་ཡང་གང་ལ་འང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་
གཟུགས་དང་རྣམ་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པས་གང་ཡང་སྐྱེས་པ་འཕ་མིན་ལ་འགག་པ་འང་
མིན་ཞིང་། རིག་གཅོད་ཀྱི་ཆོག་གང་ལ་བརྟེན་ཡང་དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ལ།
ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བརྟེན་དུ་མེད་ལ། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་གྲུབ་པའི་སྟོང་པ་ཞེས་
ཀྱང་བརྟེན་དོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་དམིགས་བཀའ་བསྟན་པ་བཞིན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཁྱེན་པ་ལྟར་སྐྱབས་ཀྱིས་སྐྱེ་
འགག་བྱེད་ལ། གང་ཡང་ལོགས་སུ་རྟག་པར་མི་གནས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་དང་
འབྲེལ་བའོ།

གང་དུ་འོད་ཟེར་ཡོད་པ་དེར་སྟན་པ་དང་། གང་དུ་རིང་པོ་ཡོད་པ་དེར་བྱང་དུ་དང་།
གང་དུ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡོད་པ་དེར་ནག་པོ་བྱང་བ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་ཀྱང་གྱི་རང་གཤིས་
ཀྱང་སྟོན་མེད་གཅིག་ཤུར་མེད་པས། ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་གྲུབ་པའི་སྟོང་པ་འོ།

རྒྱ་མཚན་འདི་ཉིད་ཀྱིས། བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མ་རིག་པ་དང་མ་འབྲེལ་བར་གནས་མེད་པ་
དང་། མ་རིག་པ་འང་བྱང་ཆུབ་ལས་རྒྱང་ཆས་སུ་འབྲེལ་མེད་གནས་སུ་མེད་ཅིང་། དེ་དག་གི་
མཐར་ཐུག་གི་རང་གཤིས་ལ་མཐུན་པ་མེད་ན། འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་སྒྲང་བ་ཇི་
ལྟར་གྲུབ་སྟེ་མ་གྲུབ་པོ།

༥ སྐྱེ་བོ་རྣམས་གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་སོ་སོ་སྐྱེ་འཆི་ལ་འབྲེལ་བར་ལྟ་ཡང་དོན་དངོས་པོར་
ནི་དེ་ལྟའི་གྲུབ་དོན་གང་ཡང་མེད་ལ། དེ་ལྟའི་གྲུབ་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་འདི་ཉིད་རྟོགས་པའི་གང་

མེས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

ཟག་དག་གིས་ནི་སྤྱེ་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྤྱེ་བོ་རྣམས་
ནི། ངར་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཆེ་བས། ང་ཡི་བར་ཡང་ཞེན་ལ། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱར་གང་ཟག་གི་
བདག་ཅེས་པ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པས། ང་ཡི་བར་བཟླ་རྒྱུའི་དངོས་ཚུལ་ཀྱང་མེད་ལ། གང་གི་
ཆེ་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་རྒྱལ་འདི་རྟོགས་པ་ན། གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་ཡང་རྟོགས་རུས་
པར་འགྱུར་རོ།

སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནི་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་དབྱེ་འབྱེད་ལ་སྤྱང་ཞེན་ཆེ་ཡང་། འབྲུལ་ཞིང་
མི་གསལ་བའི་སྒྲོར་གསལ་བའི་རིམ་ཙམ་ཞིག་ལས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་དེ་ལྟའི་ཁྱད་
པར་མེད་ཅིང་།

རྒྱལ་དེ་བཞིན་དུ། ལེགས་ཉེས་གཉིས་དབར་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཀྱང་དོན་དུ་ལེགས་ཉེས་སོ་
སོར་འབྲེལ་མེད་དུ་མི་གནས་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་ལ་སྒྲོབ་པའི་སྤྱེ་བོས་ནི་དེ་
ལྟའི་གཉིས་སྤྱེ་གྲུབ་པ་ལ་འཛིན་པ་མི་སྤྱེད་པས། ལེགས་ཆ་ལ་བཟླགས་ཤིང་། ཉེས་ཆ་ལ་སྤྱང་
པ་འཕམ། ཡང་ན་ལེགས་ཆར་སྤྱད་ཅིང་ཉེས་ཆར་བཟོད་འཁྱོད་བྱེད་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་དོ།

སྤྱེ་བོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ཉེས་དང་བགོགས་ལ་སྒྲགས་ཅིང་སྤྱབས་ལེགས་ལ་
མོས་ཀྱང་། བརྟག་ཅིང་དབྱེད་པའི་ཆོ་གནས་སྐབས་དུ་མར་དེ་གཉིས་པན་རྒྱུན་བཟུང་ལེན་
ཐེབས་པ་ཡང་ཡོད་ལ། མཁས་མཛེངས་རྣམས་ནི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པར་རྒྱགས་པ་དང་། བམ་ཆད་
ཤོར་བར་ཏུ་ཅད་སྒོ་པས་བྱེད་པ་སོགས་མ་ཡིན་པར། མེས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་མི་ཆེད་
འགྱུར་ཐོག་ལ་གཤོང་ལེན་བྱེད་པས། གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་རྟོགས་སོ།

དེས་ན་གཉིས་སྟོང་གི་འབྲེལ་བ་བརྟེན་པའི་ཆོག དཔེར་ན། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཞེས་
པ་དང་། ཉོན་མོངས་དང་མངོན་རྟོགས། དག་པ་དང་མ་དག་པ། ལེགས་པ་དང་ཉེས་པ་ཞེས་
སོགས་རང་གི་བསམ་འདུན་སྤྱང་བའི་ཆོག་དག་ནི་དེས་དོན་གྱི་བརྟེན་པ་མིན་ཞིང་།
དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་འང་མ་ཆགས་ཤིང་། གང་གི་ཆེ་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཆོག་འདི་དག་དང་།

དེ་དག་གིས་འདྲེན་པའི་ཡིད་བྱེད་ལས་རྒྱང་ཆད་དུ་གནས་ན། དེའི་ཆོད་ཀྱི་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་
དམ་གྱི་བདེན་པ་ཤེས་རྟོགས་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ནོ།

༤ ཇི་ལྟར་བྱི་མེད་མཉེན་པའི་མེ་ཏྲིག་པད་མ་དམའ་གཤོང་གི་འདམ་ཐུབ་ལས་སྦྱེས་ཤིང་།
ས་མཐོའི་ནགས་གཙང་མ་ལས་མིན་པ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ཇ་ཇོར་
ལས་དག་ཅིང་གསལ་བའི་བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་འཁྲུངས་ཤིང་། ཆོས་ལོག་པའི་ལྷ་
ངན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་སྒོ་འཁྲུལ་བ་དག་ཡུང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ས་བོན་དུ་རུང་ལ། ཇི་
ལྟར་རྒྱུ་འགོ་བ་ཞིག་གིས་སུ་ཏྲིག་ཐོབ་པ་ལ། རྒྱུ་སྤོང་གི་ཆེར་མ་དང་གཤོད་ཅན་གྱི་ཉ་ཆེན་
དག་གི་དཀའ་ཉེན་ལ་གཤོང་ལེན་གྱིས་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་མཐར་བབས་དགོས་པ་དེ་བཞིན་དུ།
སྒྲ་མེད་རྟོགས་བྱང་གི་སུ་ཏྲིག་རིན་ཆེན་ལག་དུ་སོན་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤེད་པའི་འཇིགས་ཉེན་
ལ་འཐབ་འཛིངས་འགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་གང་ཟག་དེ་ཉིད་བདག་འཛིན་དང་རང་
གཅེས་འཛིན་གྱི་བྲག་རོང་གིས་ཉེན་ཞིང་། དེ་གྲགས་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་བྱང་བའི་རྩེ་ས་
སུ་བྱང་ཚུབ་དུ་བགོད་པའི་ལམ་ཞིག་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་། སྦྱང་གཏམ་ཞིག་དུ་བྱ་བལ་བ་ཞིག་ཐར་བར་བགོད་པའི་ལམ་འཁྲུལ་མེད་
གཅིག་བཙལ་འདོད་དུག་པོས་སྦྱ་གྲིའི་རི་བོ་ཞིག་ལ་འཇོགས་ཏེ་རང་ཉིད་མེའི་འོབས་ཆེན་པོར་
བསྐྱར་བར་བྱས་ཤིང་། དེ་ལྟའི་དཀའ་སྤུག་ཡུང་འདོད་འདུན་དུག་པོས་བཟོད་པར་བྱས། དེ་
བཞིན་སྦྱེ་བོ་གང་ཞིག་ལམ་གྱི་དཀའ་ཆོགས་ལ་བཟོད་བསྐྱར་བསྐྱར་འདོད་པ་དག་གིས་སྦྱ་གྲིས་
གང་བར་འཁྲུགས་པའི་ངར་འཛིན་གྱི་རི་པོ་དང་། ཞེ་སྤང་གི་མེ་ཆེན་ནང་དུ་འདྲངས་བསེལ་
སྤྲོན་པའི་རྒྱུད་གིས་འཛོལ་ཞིང་། མཐར་ང་ཅག་གིས། ཆེད་དུ་སྒྲོལ་བའི་ངར་འཛིན་དང་།
འཇིག་རྟེན་གྱི་འཁྲུལ་བའི་སྒོ་དག་ཡུང་སྒྲ་མེད་རྟོགས་བྱང་ཉིད་ཡིན་པར་དོ་སྤྲོད་དོ།

མེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

ལ སྟོན་པས་བསྟན་པའི་དམ་ཚེས་ཀྱིས་བདག་ཅག་གཉིས་སྤང་གིས་རིས་སུ་གཙོད་པའི་
བསམ་ཚུལ་ལས་ཐོག་སྟེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་ལ་འགོད་ལ། དེ་དང་སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་
ཤིང་འཐད་པའི་དངོས་པོར་སྤང་ཞིང་འཛིན་པ་དག་སྤངས་པ་དང་། ངན་ཞིང་མི་རིགས་པའི་
དངོས་པོར་མཐོང་བ་དག་འདོར་བ་ནི་འཁྲུལ་བ་ཡིན་ནོ།

སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་མི་བརྟན་པར་ནན་གྱིས་བརྗོད་པ་ནི་
འཁྲུལ་བ་ཡིན་ལ། ཐམས་ཅད་བདེན་ཞིང་འཁྲུར་མེད་བརྟན་པོར་ནན་གྱིས་བརྗོད་ཀྱང་འཁྲུལ་
བ་ཡིན། ཅི་སྟེ་སྟེ་བོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བདག་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་ནའང་འཁྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ།
དེས་སྟེ་བོ་དེ་ཉིད་མི་འདོད་པ་དང་སྤྱག་བསྔལ་ལས་སྟོབ་པར་མི་བྱེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བདག་
གཏན་མེད་པར་མེམས་པ་ཡང་ཤོངས་ཤིང་འཁྲུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ལམ་བདེན་སྟོམ་པར་
ཡང་དོན་མེད་པར་འཁྲུར་རོ། དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྔལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བཤད་
ཀྱང་འཁྲུལ་ལ། ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་བཤད་ཀྱང་འཁྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། སྟོན་པ་
སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ནི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བའི་ལྟ་གྲུབ་ལས་འདས་པའི་དབྱ་མའི་ལམ་གང་ཞིག་དུ་
གཉིས་སྤང་ངམ་གཉིས་གྲུབ་འགོག་ནས་གཉིས་སྟོང་འཐད་པ་འདི་བསྟན་པར་མཛད་དོ།

ལེའུ་གསུམ་པོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

༡

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ།

༡ སྤྱི་བོ་རྣམས་ནི་རིགས་མི་འདྲ་ལ། སེམས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་
འགའ་ནི་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པ། རེས་འགའ་ནི་སྤྱི་ན་པོ་ཡིན། རེས་འགའ་ནི་རང་ག་གིས་
བཟང་ཞིང་། རེས་འགའ་རྩལ་ལ། རེས་འགའ་ནི་ལམ་དུ་བཀྲིས་ཞིང་། རེས་འགའ་དགའ་ལ།
རེས་འགའ་ནི་དྲི་མེད་སེམས་དང་ལྡན་ཞིང་། རེས་འགའ་ནི་དྲི་མས་སྤགས་པའི་སེམས་དང་
ལྡན་པ་སོགས་རིགས་མི་མཐུན་ལ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་མེད་རྫོགས་བྱང་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་འོར་ཁུང་
པར་དེ་དག་གལ་གནད་མི་ཆེ་ལོ། འཇིག་རྟེན་འདི་ཞིང་ཅི་ཤིང་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་གང་བའི་པད་
མའི་ཁྲོན་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་། དེའི་ནང་ཚོན་མདངས་མི་མཐུན་པའི་མེ་ཏོག་ཀྱང་ཡོད་ལ།
འགའ་ཞིག་དགར་པོ་དང་། འགའ་ཞིག་ཟིངས་སྤྱི་འགའ་ཞིག་སྤྱོན་པོ་དང་། འགའ་ཞིག་སེར་
པོ། དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་ཆུའི་ནང་དུ་སྤྱེ་ཞིང་། འགའ་ཞིག་གི་ལོ་མ་ཆུའི་ཕྱི་རྩེ་ལ་དུ་བརྒྱུངས་
པ་དང་། འགའ་ཞིག་གི་ལོ་མ་ཆུའི་ཁར་གམ་ལ། གཞན་ཡང་འགྲོ་བ་མིར་ཁྱད་པར་འབྱེད་
བྱེད་གཞན་ཡོད་དེ། དབང་པོའི་སྒོ་ནས་ཁྱད་པར་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་དོན་དམ་གྱི་མི་
མཐུན་ཆོས་ཤིག་མིན་ཏེ། ལམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་སྒྲོ་བས་པས་སྤྱེས་པ་མོ་དང་བཅས་པ་ཐམས་
ཅད་འཛང་རྒྱ་རུང་བའི་ཕྱིར།

སྤྱི་བོ་ཆེར་སྤྱོད་འདར་སྤྱོད་ཤེས་པར་རང་ཉིད་ལ་ཁྱད་ཆོས་ལྡེ་ཆང་དགོས་ཤིང་། ལྷ་
གང་ཞེན། འཕྲོད་བསྟེན། སྒྲོ་གདེངས། སྤྱིང་རུས། ལས་འགན་ལ་སྒྲོ་གདེང་ཅེ་གཅིག་དང་།
ཤེས་རབ་བཅས་ཡིན་ལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་བསྟན་པའི་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ལྔ་

མངས་ཀྱི་རིག་པ།

ཉམས་སྲུལ་ལེན་པར་ཡང་། ལེགས་ཚུལ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ཁོང་དགོས་ཤིང་། ཁྱད་ཚུལ་ལྟ་བུ་འདི་
དག་དང་ལྡན་ན་པ་མེད་ཁྱད་པར་ལ་མ་ཉེས་པར་སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་མངོན་དུ་བྱ་རུས། དེ་
ཡང་ཡུན་རིང་པོར་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཐོས་སྤྱོད་སོགས་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་རྒྱལ་དང་ངོ་བོ་མཚུངས་པའི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

༢ རྩོམས་ཀྱང་དུ་བཤོད་པའི་ལམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་སངས་
 ལྟས་ལ་གཏད་ཅིང་སྒོ་སངས་ལྟས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་སངས་ལྟས་ལ་གཏད་
 པའི་སྒོ་མིག་དེ་ཉིད་དུས་ད་བར་སྐྱེ་འཁྲིད་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སྒོ་མིག་དག་ཡིན་ཁོང་།
 ཚེས་རྒྱུན་དག་གིས་འཚོ་བའི་སྐལ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དག་ལ་འཛིངས་ཆོལ་བྱེད་པའི་ཐོན་དུ་
 ཚེས་རྒྱུན་དེ་དག་གི་ཐོན་སྐར་གྱི་གནས་འཚོལ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྒོ་མིག་
 ཐོངས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མར་དེ་དག་གི་འབྲུང་ཁུངས་བརྟེན་བྱེད་དགོས།

གང་གི་ཚོ་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱེ་བོ་ཞིག་གིས་མིག་འབྱེད་དེ་བརྟ་བ་ན་ཐོག་མར་
ཁང་པའི་ནང་ཆ་མཐོང་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་རྗེས་གཞི་ནས་སྐར་ཁུངས་ལས་ཕྱིའི་ནང་རིས་
སྒང་བར་འགྱུར་ལ། རྒྱལ་དེ་དང་འདྲ་བར་ང་ཚོར་ནང་གི་དངོས་ཤེས་འཇལ་བའི་མིག་ཤེས་མ་
སྤེས་གོང་དུ་ཕྱིའི་སྒང་བ་འཇལ་བའི་མིག་ཤེས་མི་སྤྱེད།

གཡ་ཏེ་ལུས་སྤངས་ལྷན་པ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེས་སྒྲིག་མར་ལུས་
 སྤངས་ནང་གི་དངོས་པོ་མཐོང་དགོས་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་པོ་རྣམས་ནི་ཁྱིའི་སྤྱིའི་དངོས་པོར་
 དབྱིངས་སྤངས་མེ་ཞིང་། ལུས་སྤངས་ནང་གི་དངོས་པོར་ལྷགས་སྤངས་ཆུང་བར་སྤངས་།

ཅི་ལྟེ་སེམས་ཞེས་པ་ལུས་པའི་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡོད་ཆོད་སེམས་ཇི་ལྟར་ལུས་ཀྱི་དགོས་གནད་
གཞལ་བར་རུས་ཏེ་མི་རུས་ལ། འོན་ཀྱང་གནས་ཆོད་པ་ལུས་ཀྱིས་སེམས་ལ་ཇི་འཁོར་ཆོར་
བར་བྱེད་ཅིང་། སེམས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་ཆོར་བཤེས། དེས་ན། སྤེལ་བའི་སེམས་འདི་ཉིད་ལུས་པའི་

ཕྱི་རོལ་དུ་ཡོད་པ་བརྟེན་མི་རྣམས་པས། སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་འདི་ཉིད་གང་དུ་གནས་ཞེས་འདྲི་འོ།

༣ གློས་ཚོད་དཔག་ལས་འདས་པའི་དུས་ལྔ་མོ་ཞིག་ནས་རང་རང་གི་ལས་ཀྱིས་རྒྱུན་བྱས་ཤིང་ཙ་ཙ་བའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གློ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་མ་རིག་སྤྱད་པའི་སྤྱད་དུ་འབྱམས་ལ། དེ་ཡང་དང་པོར། སྐྱེ་འཆིའི་མི་ཆོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་གཞི་རྩ་གནས་པའི་རིས་སུ་གཙོད་པའི་གློ་དེ་དག་བདེན་པར་དེ་ལྟའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པར་འཛིན་པ་དང་། གཉིས་པར་རིས་སུ་གཙོད་པའི་གློ་དེའི་ཕུགས་རྒྱལ་དུ་དངོས་འབྲེལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསལ་རིག་གི་རྣམ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཤེས་ལ། གང་གི་ཆེ་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཁུ་ཚུལ་འཇུགས་ཏེ་ལག་པ་བརྒྱུངས་པ་ན་མིག་གིས་མཐོང་སྟེ་གློས་ཁུང་པར་བདགས་པར་བྱེད་ལ། འོན་ཀྱང་ཁུང་པར་འབྱེད་པའི་གློ་དེ་ནི་གློའི་རང་བཞིན་དངོས་མིན་ཞིང་། དེ་ནི་བདག་ལ་བརྟེན་པའི་ཆགས་སོགས་ཀྱི་གློས་ཕྱེ་བའི་ཁུང་པར་དག་ལ་ཞེན་ལ་དེ་ཉིད་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པས་བདག་དངོས་ཀྱི་སྟོང་ཞིང་རྟག་དུ་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་ཀའང་། འགོ་བ་རྣམས་ནི་ཁུང་པར་ལ་ཞེན་པའི་གློ་དེ་དག་གང་ཟག་རང་རང་གི་གནས་ཚོད་ཀྱི་སེམས་སུ་ཡིད་ཆེས་པས་དྲི་མ་དེ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ།

སྐྱེས་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་ལས་པ་ཕྱེ་ནས་གློས་རིག་པ་ན། གང་ཞིག་གཡོ་བཤོད་བྱེད། སེམས་སམ་ལག་པ། ཡང་ན། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་ནམ། ཅི་སྟུག་ཡོ་འགྲུལ་བྱེད་མཁན་ལག་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཡོ་བ། དེ་བཞིན་སེམས་གཡོ་ནའང་ལག་པ་འགྲུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཀའང་འགྲུལ་བཤོད་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་འགྱུར་ཙམ་ལས། དངོས་འབྲེལ་གྱི་རྩ་བའི་སེམས་ནི་མིན་ནོ།

༥ རྩ་བའི་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་ཞིང་དངས་བའི་སེམས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་རྒྱུན་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

དང་གནས་སྤངས་ལས་བྱུང་བའི་འཇིག་རྟེན་པའི་འདྲོད་པའི་རྩལ་དང་ཉོན་མོངས་དག་གིས་
ཀླུ་བས་ནས་ཡོད་ལ། དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་སྤྱོ་བོའི་རིགས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་མིན་ཞིང་། དེ་
ལྟར་གྲུབ་པར་ནང་གི་མགོན་པོ་འཆམ་བཙན་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་གཞན་ཞིག་གསར་སྟོན་དགོས་
སོ།

ལྷོ་བ་སྤྲིན་གྱིས་བསྐྱེད་པས་ཀྱང་དེ་དག་གིས་མི་བསྟོད་ཅིང་། རང་གི་གསལ་དྲང་ལ་གཞོད་
སྟོན་མེད་པར་གནས་པས། སྤྱོ་བོ་རྣམས་ནས་དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་
ཡིན་པར་འབྲུལ་ཏེ་སེམས་པར་མི་བྱ་ཞིང་། རྟག་དུ་འབྲུལ་བའི་ངང་ཚུལ་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན་
དུ་རང་རྒྱུད་ལ་གསལ་ཞིང་འབྱུར་བ་མེད་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བཙོན་དགོས་
ལ་མི་བརྟན་ཞིང་དྲི་མས་སྤྲུགས་པའི་སྟོན་འཆིང་བ་དང་། འོག་རྟོག་གིས་ཐོངས་པས་སྤྱོ་བོ་
རྣམས་སྟན་ཉག་གི་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆས་སོ།

སྤྱོ་བོའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ཆ་དང་དྲི་མ་རྣམས་ནི་འདྲོད་པ་དང་། དེའི་བྱ་སྟོད་ལས་འབྱུང་
ཞིང་། གང་ཞིག་དངོས་པོ་གཞན་གྱིས་མ་དཀྱུགས་ཤིང་གཏན་དུ་ཞི་ཞིང་དངས་པོར་གནས་པའི་
སེམས་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དངོས་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་ནོ།

ང་ཆོས་མགོན་པོ་མཐོང་ཡུལ་ལས་འདས་པས་གནས་ཆང་ཡང་ཡལ་བར་བཞེད་མི་རུས་
ཤིང་། འབྱུར་བ་ཅན་གྱི་མི་ཆེད་ཀྱི་རྟེན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་དུ་མེད་
པར་ཐུར་བས་གནས་ཆོད་ཀྱི་བདག་ཀྱང་མེད་པར་ཐུར་བར་བཞེད་མི་རུས་ལ། ལྷོ་བ་རྟེན་འབྱུར་
ཐོག་དང་མཉམ་དུ་འབྱུར་ཐོག་བྱེད་པ་གང་ཞིག་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དངོས་མིན་ནོ།

༥ དེ་ཡང་ཉིན་དུས་སུ་སྤང་བས་ཁྱབ་ཅིང་ཉིན་མ་རྩལ་པ་ན་སྟན་པས་གང་བའི་གསུང་
བཤད་ཁང་ཞིག་ལྷ་བྱ་མཆོན་ན། ང་ཆོས་ཉིན་མ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བསྟོད་པའི་སྤང་བ་དང་
མཆོན་དང་འགྲོགས་པའི་སྟན་པ་གཉིས་ཡིད་ལ་བྱེད་བར་རུས་ཀྱང་། སྤང་ཆ་དང་སྟན་པའི་ཆ་

གཉིས་རིག་པའི་སྒོ་ནི་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་མི་རུས་ལ། དེ་བཞིན་སྒྲུང་བ་དང་སྟུན་པས་བཀའ་
པའི་སྒོ་སེམས་དེ་ཡང་གཞན་སྟུང་ལ་འདྲ་ཅིས་སྒྲོད་མི་ཐུབ་པར། སེམས་ཀྱི་རྩ་བའི་རང་བཞིན་
ཀྱི་ངོ་བོར་སྒྲུར་ལོག་པར་འགྱུར་དགོས་ཤིང་། ཉི་མ་ཤར་རུབ་ལས་སྒྲུང་སྟུན་ཀྱི་འགྱུར་བ་
གཞལ་བའི་སྒོ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒོ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་མི་ཚོའི་གནས་སྒྲུངས་འགྱུར་ཐོག་གིས་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་དུ་ཚོར་བ་མི་འདྲ་བ་
མྱོང་བ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒོ་ཡིན་ཞིང་། སྟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བདེན་པའི་སྒོ་ནི་མིན་ལ།
སྒྲུང་བ་དང་སྟུན་པ་རྟོགས་པའི་གཞི་རྩའི་སེམས་དེ་ནི་སྒྲེ་བའི་རང་བཞིན་དངོས་འབྱེལ་དེའོ།

གནས་སྐབས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་དང་། བརྟེན་སྟེན་གྱི་ཚོར་བ་དག་ནི་གཤམ་གཤམ་གྱི་མི་
བརྟན་འགྱུར་བའི་ཕྱི་རྒྱུ་རྟེན་དག་གིས་བྱས་ཤིང་། སྒྲེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པའི་
སྒྲིབ་པ་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱ་བྱས་པའི་ནང་གི་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་ལ། རང་སེམས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་རྒྱུ་དུ་ནི།
གསལ་ཞིང་དྲང་བའི་དངོས་འབྱེལ་གྱི་སེམས་དེ་གནས་ཤིང་། རྒྱ་རང་གི་བཟོ་དབྱིབས་ངེས་
ཅན་གང་ཡང་མེད་པས། ལྷུ་པོ་འཇམ་གྱ་བཞིའི་སྟོང་གང་དུ་སྒྲུགས་པའི་སྟོང་དེའི་དབྱིབས་
བཟུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ལྟའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་ནའང་དྲན་པ་མི་གཟུང་བར་བཞེད་
དུ་བརྟུག་གོ།

དེ་དག་གིས་འདི་ལེགས་པ་དང་། དེ་ཉེས་པར་མཐོང་བ་དང་། འདི་ལ་མོས་པ་དང་།
དེ་ལ་སྤང་བར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཡོད་པ་རྣམས་མེད་པ་ལས་རྣམས་པར་འབྱེད་པར་
བྱེད་ལ། རིས་གཙོད་ཀྱི་རྒྱ་རྩ་འདིའི་ནང་འཛུད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པ་དེའི་
དབང་གིས་སྟུག་བསྐྱེད་མྱོང་ངོ་།

གལ་ཏེ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་མི་བརྟན་སྒོ་བདགས་ཀྱི་རིས་སྟུག་ཙོད་པ་འདི་དག་ལ་ཆགས་
ཞེན་སྤངས་ནས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་མའི་གསལ་དྲང་གི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་རང་གནས་སྟུང་འཁོད་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

པར་བྱས་ན། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་སྤྱི་བ་པ་དང་སྤྱལ་བཟུལ་ལས་གྲོལ་ནས་བྱལ་བ་དེ་དང་
མཉམ་དུ་འགྲོགས་པའི་སེམས་ཞི་བའི་གནས་ཆ་དེའང་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ།

ཁ

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

༡ གོང་དུ་བཅོད་པའི་གསལ་ཞིང་དང་བའི་གཞི་རྩའི་སེམས་དེ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་
ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ས་བོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་། ཉི་མ་དང་སྤྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཆེ་ཤེལ་ཞིག་
བཟུང་བས་མེ་བྱང་ཡང་། དེ་ལྟའི་མེ་དེ་རྒྱ་གང་ལས་བྱང་། ཆེ་ཤེལ་དེ་ཉི་མ་ནས་ས་རྒྱང་ཆེན་
པོ་ཆོད་ུང་། འོག་གི་སྤྱ་བའི་སྤྲེང་དུ་ཆེ་ཤེལ་དེའི་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་མེ་སྤང་ལ། དེ་ལྟར་ནའང་སྤྱ་
བར་མས་འཆིག་པའི་རང་བཞིན་མེད་ན་མེ་མི་བྱང་ངོ་།

ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་སྤྲེ་བའི་སེམས་ལ་ཕྱོག་ན་དེའི་
རང་བཞིན་དངོས་འབྱེལ་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་དེ་ཉིད་སྤྱར་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ཞིང་། འོད་
འཆར་དེས་སྤྲེ་བའི་སེམས་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། སངས་རྒྱུ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་འང་སྤྲེ་
བར་བྱེད་ལ། སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ནི་སྤྲེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ཤེལ་བཟུང་བས།
དེ་དག་གི་དད་དུང་སྤྱར་གསོ་བར་བྱེད་དོ།

༢ དུས་རྒྱུན་དུ་སྤྲེ་བོ་རྣམས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་དང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིགས་འདྲར་སྤང་རྒྱུ་བྱེད་ལ། དེའི་དབང་གིས་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་འཁྲུལ་སྤྱོད་
འཆིང་བས་ཟིན་ཅིང་། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་ལ་ཞེན་པ་དང་། མཐར་འཁིང་ཞགས་ངང་
སྤྱལ་བཟུལ་མཐོང་ནས་ཡིད་འདུག་པར་བྱེད།

ཅིས་འདི་ལྟའི་གཞི་རྒྱུ་དང་སེམས་ལྡན་པའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ད་དུང་འཁྲུལ་སྒྲོར་ཆགས་
ཞེན་གྱིས་འཁྲུལ་སྒྲོར་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་གང་བའི་འཁོར་བ་འདྲིར་འཁྲུམས་པར་བྱེད།

དེ་ཡང་། རྩ་མེད་དུས་ཤིག་ན་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གིས་གདོང་ཤེལ་གྱི་ལྷོག་ཕྱོགས་སུ་བཏྲས་པ་ན་
རང་གི་བཞིན་རས་དང་མགོ་མ་མཐོང་བས། སེས་སྤྱོད་འཛུལ་ཅན་དུ་བྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་བག་
མེད་དང་གདོང་ཤེལ་གྱི་ཕྱོགས་འོར་བས་སེམས་སྤྱོད་ཐེབས་པར་དོན་མེད་དེ།

དེ་ནི་སྤྱོད་པོ་གང་ཞིག་གང་དུ་ལོག་བཅའ་བཞིན་པ་དེར་བྱང་ཆུབ་མ་རྟེན་པའི་སྤྲུག་
བསྐྱེད་མཉམ་པར་དོན་མེད་པ་དང་མཛུངས་ཤིང་། སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱི་རིས་སུ་གཅོད་པའི་སྒྲོ་
རྣམས་གྱིས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བདེན་པ་སྤྱིབ་ཅིང་གཡོགས་པའི་འཁྲུལ་སྒྲོར་ངོ་མ་འཕྲོད་
པས་འཁྲུལ་སྒྲོ་དེ་དག་གི་སྤྱིང་ནས་བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པར་བཅུམས་ལ། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་མི་
འཁྲུལ་བ་པའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཉེས་པ་མིན་པར་སྤྱོད་པོ་ཁོང་རང་གི་ཉེས་པ་ཡིན་ནོ།

གལ་ཏེ་ལོག་རྟོག་གི་ཆོགས་འདི་བསལ་ན་བྱང་ཆུབ་མཛོད་དུ་བྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་འང་ངོ་
མཛར་ཞིག་ལ། བྱང་ཆུབ་རྟེན་པ་དེའི་ཆེ་སྤྱོད་པོ་རྣམས་གྱིས་བྱང་ཆུབ་འདི་ཡང་ལོག་རྟོག་དེ་
དག་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་མི་ཐུབ་པར་རྟོགས་སོ།

༣ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་ནི་རྒྱུ་ཆད་པ་མེད་ཅིང་། སྤྱོད་པོ་རྣམས་དཔྱུལ་བ་
དང་ཡི་དྲགས་དང་དུང་འགྲོ་སོགས་སུ་སྤྱོད་པོ་ཅི་ཡང་དེ་དག་གི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་མི་
སྟོར་ལ། ཇི་ཙམ་གྱིས་ནི་ཤའི་དྲི་མས་སྤྲགས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་རྩ་བས་གཡོགས་
པར་འཕྲོམས་འཕྲོམས་པོར་གནས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་གྱི་ལག་རྒྱུ་འཇོག་བྱེད་ཀྱི་རིགས་མཐུན་
གྱི་རྒྱ་ནི་རྩ་བ་ནས་བརྒྱལ་པར་མེད་དོ།

༥ དེ་ཡང་རྩ་མེད་སྤྱོད་ཞིག་ལ། སྤྱོད་པོ་ཞིག་ཆང་གིས་མྱོས་ཏེ་གཉིད་སྤྲུག་པོས་གཞོན་པ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

ན། དེའི་གྲོགས་པོས་དེའི་འགྲམ་དུ་རྒྱན་རིང་བསྔད་དེ་ལྷ་སྤང་བྱས། འོན་ཀྱང་གང་མཚམས་
ཇེས་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ནས་འགྲོ་བར་བརྩོམས་པ་ན་ཆང་གིས་ཁྱོས་པའི་གྲོགས་ཀྱི་
ཆེད་དུ་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཤིག་གྲོགས་ཀྱི་ཨམ་དྲག་ནང་སྤྱགས་ཏེ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད། དེ་ཇེས་
ཁྱོས་པའི་གྲོགས་དེ་སྤྲར་གསེས་ཏེ་ཡངས་པ་ན། རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཤིག་རང་གི་ཨམ་དྲག་
ནང་དུ་ཡོད་པ་མ་ཤེས་པར་དབུལ་ཞིང་ཤོངས་ལ་བཀའ་པའི་ངང་ཕྱོགས་འཁྱམས་བྱས། ལོ་
མང་ཇེས་དེ་གཉིས་སྤྲར་འཕྲད་པ་ན། སྤ་མའི་གྲོགས་དེས་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་སྤྲར་ཇི་བཞིན་བཤད་
ནས། མཐར་དེ་ཉིད་ལ་བདག་བཟུང་དགོས་ལྷགས་སོགས་སྤྲས་སོ།

དེས་ན་ཁྱོས་པའི་གང་ཟག་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱེ་བོ་རྣམས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྲས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་
པའི་གསལ་ཞིང་དྲངས་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་
མཛོད་བཟང་པོ་མ་རིག་པར་སྤྱེ་འཆིའི་སྤྱག་བསྐལ་ནང་དབང་མེད་དུ་འཛུང་ལ།

འོན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་དེ་ལྷའི་རང་བཞིན་ཡོད་པར་ཇི་ཅམ་སྤོངས་ཤིང་། ཉམས་དམས་པའི་
སེམས་ཅན་ལའང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚོགས་པར་སྤྱེ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་
སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན་ནོ།

དེས་ན་མ་རིག་པས་བསྐྱམས་ཤིང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་མ་མཐོང་བའི་གང་
ཟག་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་དད་པ་འདྲེན་པར་བྱེད་ཅིང་མིག་འཁྱལ་དག་ལས་བཀྱི་
བར་བྱེད་ལ། མ་ཟད་དེ་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་དང་སེམས་ཅན་དབར་གྱི་ཁྱད་པར་དེ་དག་ཐོག་
མ་ནས་གནས་པ་མིན་ལྷགས་སོགས་བཀའ་རྩལ་ཡང་གཞུང་།

ལ སངས་རྒྱུ་ནི་བྱང་རྒྱལ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཅན་ནི་བྱང་
རྒྱལ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དང་ཐུན་པའི་གང་ཟག་ལ་བྱ་ལ། འདི་ཉིད་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་
དབང་གྱི་ཁྱད་པར་རོ།

འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཞིག་གིས་རང་གི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་ཟིན་པར་རྫོམས་པ་ནི་
འཁྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱ་བར་རུས་ཀྱང་། ད་ཆ་བྱས་ཟིན་པ་མིན་པའི་
ཕྱིར།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ཀྱང་དད་པས་འབད་པར་མ་བྱས་ན་ཡོངས་སུ་མི་རྫོགས་ལ། དེ་
ཡང་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་རྫོགས་སོ།

༦ དེ་ཡང་སྔ་མོའི་དུས་ཤིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་འོང་བ་མང་པོ་གྲང་པོ་ཆེ་ཡོད་སར་
བསྐྱས་ཏེ། གྲང་པོ་ཆེ་ཇི་འདྲ་འདྲག་ཅེས་དྲིས་པས། གྲང་པོ་ཆེའི་མཆེ་བ་རེག་པའི་སྐྱེ་བོས།
གྲང་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་གྲང་ལ་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྟ་བུ་འདྲག་ཅེས་བརྗོད། གྲང་ཆེན་གྱི་ན་ཚུག་རེག་
པའི་གང་ཟག་དེས་ནི་རྒྱང་གཡབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྟ་བུ་འདྲག་ཅེས་དང་། གཅིག་གིས་དེའི་སྒར་
རེག་པས་གདུན་ཤིང་ལྟ་བུ་དང་། གྲང་ཆེན་གྱི་རྒྱང་པ་རེག་པའི་གང་ཟག་དེས་ནི་གདུན་ལྷང་
འདྲ་པོ་ཅེས་དང་། གང་གིས་དེའི་མཇུག་མ་འཇུས་པ་དེས། གྲང་ཆེན་ནི་ཐག་པ་དང་། འདྲ་
བར་འདྲག་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། སྐུས་ཀྱང་རྒྱལ་པོར་བདེན་པ་བརྗོད་མ་བྱུབ་བོ།

རྒྱལ་པོ་བཞིན་དུ། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་མིའི་རང་བཞིན་ལོ་ཙམ་བརྗོད་རུས་སུ་ཡོད་ཀྱང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་སུ་གྱུར་བའི་སྐྱེ་བོའི་རང་བཞིན་བདེན་པ་ནི་བརྗོད་མི་རུས་ལ། རང་གི་
རྒྱན་གདུན་དུ་འཛིན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་དང་། འཛི་བས་ཀྱང་གཞོད་པར་མི་རུས་
པའི་སྐྱེ་བོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་དེ་ཉིད་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་ཐབས་ལམ་གཅིག་
འབའ་ཞིག་ལ་སྟེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་ལས་སོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

ག

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་དང་བདག་མེད་པ།

༡ སྤྱིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ཞེས་པ་ཚོག་གིས་བཟོད་དུ་ཡོད་ཅིང་། གཞུང་གཞན་དུ་
བཤད་པའི་བདག་དང་མཚུངས་པར་འཆད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མིན་ལ། སྤྱི་བུའི་བདག་ཡོད་པའི་
བསམ་ཚུལ་ནི་རིས་སུ་གཙོད་པའི་སྒྲོས་རྟོག་བཟོ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲོ་དེས་ནི་ཐོག་མར་དེ་ལྟ་བུའི་
བདག་འཛིན་གྱིས་མཐར་དེ་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་སྤོང་དགོས་པ་ཞིག་གོ དེ་
ལས་ལྡོག་སྟེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ནི་བཟོད་ཀྱི་མི་ལངས་ཤིང་། བརྟག་ཞིག་བཙད་གཙོད་བྱ་
འོས་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་སྤྱོད་པའི་བདག་དང་འདྲ་ཡང་བདག་དང་བདག་གི་བ་གང་ཡང་མིན་
ཞིང་། བདག་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། མེད་པ་ཞིག་ལ་ཡོད་པར་ཞེན་པ་དང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པར་ངོས་མི་ལེན་པ་འང་འབྲུལ་ཏེ། ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་བ་
འདེབས་ཕྱིར།

འདི་གཏམ་རྒྱུ་ཞིག་དང་བྱིལ་ནས་ཀྱང་བཤད་རུས་ཏེ། མ་ཞིག་གིས་རང་གི་ནད་ཀྱིས་
མནར་བའི་ཕུག་གུ་དེ་ལྟ་མེད་མར་འཁྲིད་པ་ན། ལྟ་མེད་མ་སྤྲོད་པར་སྤྲོད་དེ་མ་འཇུག་པར་
ཕུག་གུར་རུ་གསོ་མི་བྱ་ཞེས་མ་དེར་གདམས།

དེས་ན་ཕུག་གུ་རང་ཉིད་ངང་གིས་རུ་གསོ་ལས་ལྡོག་པའི་ཆེད་དུ་མས་རང་གི་རུ་ཅེར་རོ་
བཙེ་ཁག་ཏིག་གིས་བྱགས། སྤྲོད་དེ་དག་ཚོགས་པར་འཇུག་པའི་དུས་ཚོད་གང་འཚམས་བྱུང་
ཆེས་མས་རང་གི་རུ་མ་འབྲུས་ཏེ་གཞི་ནས་ཕུག་གུར་རུ་མ་རུ་བར་བཅུག ཐབས་ཤེས་འདི་
ཉིད་ལས་རང་གི་ཕུག་གུ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བཙེ་བས་དྲུང་དུ་སྤངས་པ་ཞིག་ལགས།

གོང་གི་གཏམ་རྒྱུ་ནད་གི་མ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱི་འབྲུལ་བ་དང་
བདག་གི་སྤྱོད་པོར་ཞེན་པ་སོགས་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་གསུངས་ལ།

གང་གི་ཆོ་འདོད་ཆགས་དང་འཁྲུལ་སློ་སོགས་སྤངས་པ་ན་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱེ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རང་
བཞིན་བདེན་པ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་བདེན་པ་བརྟུན་པར་བྱེད།

གང་ཟག་གི་བདག་ལ་ཆགས་པས། སྦྱེ་བོ་རྣམས་འཁྲུལ་སྤང་དུ་ལྷུང་བར་བྱེད་ཅིང་།
སོ་སོའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་དང་པས་བྱང་ཚུབ་དུ་བཀྱི་བར་བྱེད།

འདི་ནི་གཏམ་སྤྲུང་ཞིག་གི་ནང་གི་བྱང་མེད་གང་ཞིག་ལ་ལ་གཞིས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོམ་ཆེན་
པོ་ཞིག་སྤྲོད་པའི་བྱང་མེད་དང་འདྲ་སྟེ། ཇི་སྲིད་དུ་སྦྱེ་བོ་གཞན་ཞིག་གིས་སྒྲམ་དེ་ཕྱེ་ནས་དེའི་
ནང་གི་གསེར་མ་བཏོན་པ་དེ་སྲིད་དུ་བྱང་མེད་དེ་སྒྲམ་དེ་དང་ཡུན་ནའང་ཟ་བཅའ་དབུལ་བའི་
སྤང་ཚུལ་དུ་གནས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྦྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སློ་གྲོས་ཕྱེ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་
ཀྱི་རིགས་ཀྱི་དྲུང་གསལ་ལྟོན་པར་བྱེད།

༢ དེ་ཡང་། ཅི་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ཉིད་དང་ཡུན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསྐྱུ་བ་ནས་ཕན་ཚུན་གསོད་རེས་བྱེད་པའི་བར་གྱི་ཐུག་བསྐལ་སྒྲ་
ཚོགས་འབྱུང་། ཅིའི་ཕྱིར་གོ་ས་མགོ་དམན་དཔལ་འབྱོར་ཡུན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འདི་
འབྱུང་སྟམ་ན། དེ་ནི་སྤྲུང་གཏམ་ཞིག་དུ། ཤེད་ཅལ་ཅེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་ནི་
རྒྱན་ཆའི་ཚུལ་དུ་རང་གི་དབུལ་བར་དོ་རྩ་ཆེན་ཞིག་བཏགས་པའི་གོ་མས་གཤིས་ཡོད་པ་
བཞིན། ཉིན་གཅིག་ཤེད་ཅལ་བསྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་དོ་རྩ་ཆེན་དེ་ཆགས་ཏེ་དབུལ་བའི་ཤི་
ནང་དུ་འཇུག་ཀྱང་དེ་རིན་ཆེན་དེ་ཉིད་བརྒྱུག་ནས་མེད་པར་བསམས་ནས་ཨེའི་སར་སྒྲན་
བཅོས་ཆེད་ཕྱིན་པ་ན། ཨེའི་དེས་རིན་ཆེན་དེ་ཉིད་ཁྱག་དང་ཇུལ་གྱིས་སྐྱགས་ཏེ་ཡོད་པར་
མཐོང་བས། མེ་ཡོང་ཞིག་བསྐྱངས་ཏེ་ཤེད་མཁན་དེར་བསྟན་ཏོ།

དེ་ལ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་གཏམ་སྤྲུང་དེའི་ནང་གི་རིན་པོ་ཆེའི་དོ་
དེ་དང་འདྲ་ཞིང་། རིགས་དེ་ཉིད་ཡིད་བྱེད་གཞན་ཇུལ་རྟོག་གིས་ཀླུ་བས་པས། སྦྱེ་བོ་རྣམས་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

ཀྱིས་དེ་ནི་དེ་ཉིད་བརྒྱུ་པར་ལྟར་བར་སེམས་ཀྱང་། སྤྲུལ་ཡང་ཕྱིས་སྤྲུལ་དམ་པ་དག་གིས་
སྟོན་པར་བྱེད་དོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ནི་སྤྱོད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡུན་ཞིང་། རིགས་དེ་ནི་དུག་
གསུམ་གྱིས་ཇི་ཙམ་དུ་གཡོགས་ཤིང་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ངན་པ་དང་རྣམ་སྤྲིན་གྱིས་ཇི་ཙམ་དུ་
བསྐྱེབས་པར་ཡང་མ་ཁྲོས་པར་ཐམས་ཅད་ལ་ཡུན་པས། རྣམ་ཡང་བརྒྱུ་སྟེར་མི་འགོ་ལ།
དུས་གང་ཞིག་ན་ལས་ཉོན་གྱི་སྤྱིབ་པ་ཟད་པ་དེའི་ཆོ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། ཇི་ལྟར་
གོང་གི་སྤྱོད་ཞིག་གི་ཤེད་ཅལ་མཁན་ལས་མེ་ལོང་གི་བརྒྱུད་ནས་རང་གི་གཞུག་ལ་འཕྱིན་པས་
པའི་རིན་ཆེན་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཆགས་ཉོན་
ཀྱིས་གཡོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་སྟོན་པར་བྱེད་ལ།

༣ མ་ཟད་རྟེན་དང་གནས་སྤངས་འདྲ་མིན་ལ་མ་ཁྲོས་པར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ནི་རྟག་
དུ་དྲང་ཞིང་གསལ་བ་ཞི་བའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་བའི་ཕྱི་པགས་ཀྱི་ཁ་དོག་
དཀར་ནག་དམར་གསུམ་གང་ཡིན་རུང་འོ་མ་ནི་རྟག་དུ་དཀར་པོ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་
རྣམས་ཀྱི་ལས་ལ་སྒྲ་ཆོགས་པས། རང་གི་སྤྱོད་བར་འཕོ་བསྐྱུར་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དང་འབྲས་བུ་ཇི་
འདྲ་ཞིག་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ནི་རྟག་དུ་ཞི་ཞིང་
དག་པར་གནས་པ་ལས་དེ་དག་གིས་ཡན་རྒྱུས་མི་འབྲེལ་ལ།

གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གཏམ་རྒྱུན་ཞིག་ལ། ཏི་མ་ལ་ཡའི་སྤང་ཅ་རིང་པའི་སྤྱལ་དུ་
གསང་རྒྱ་ཅན་གྱི་སྤྲུལ་ཅ་རིགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་། དུས་ཡུན་རིང་པོར་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཙལ་
ཀྱང་མ་རྟེན་ལ། འོན་ཀྱང་མཐའ་མར་སྤྱོད་བུ་དམ་པ་ཞིག་གིས་དྲི་མ་བསྐྱམས་ཏེ་བརྟེན་སོན་
ཀྱིས་དམ་པ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པོ་སོན་རིང་རྒྱ་མཚོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཉར་བསགས་བྱས། དེ་ནས་མི་རིང་
བར་སྤྱོད་བུ་དམ་པ་དེ་ཉིད་འདས་རྗེས་ ཅ་ཆེའི་ལྷ་རྗེས་དེས་རྒྱུད་རིང་བའི་རི་སྤྱོད་བས་ཀྱི་རྒྱ་རིང་

ནང་སྒྲུབ་ཡང་བདག་མེད་དུ་ལུས་ལ། མ་ཟད་རྒྱ་ཐོམ་དེའི་རྒྱ་ཡང་ཐར་རོ་སྤྱལ་པ་ལྟ་ཡང་།
ད་ཆ་སྒྲུབ་བར་ལྷུང་། དེ་ཉིད་ལ་སྤོང་པ་དག་ལ་ཕན་རྒྱུའི་ཆ་བ་དུ་གནོད་སྤོང་བྱས།

ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་
ཀྱིས་བསྐྱེབས་ཤིང་གཡོགས་པས། ངས་བཟུང་གིས་རྟེན་པར་དཀའ་ཡང་། སངས་རྒྱལ་གྱིས་
ངས་བཟུང་མཇོང་དེ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་བསྟན་པ་དང་། གདུལ་བྱ་རང་རང་གི་དབང་རུས་
ཁམས་མི་འདྲ་བས་རིགས་ཀྱི་མྱོང་ཚོར་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ངོ་།

༥ བྱེ་མ་དང་ས་ཇོ་སོགས་བྱེ་མར་འཐག་པར་རུས་ཀྱང་། དངོས་པོའི་ནང་གི་ས་
མཁེགས་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་དོ་རྩེ་པ་ལམ་ནི་འཐག་པར་མི་རུས་ཤིང་ཉམས་སྒྲུབ་པར་མི་རུས་
ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཀྱང་དོ་རྩེ་པ་ལམ་དང་འདྲ་བ་དང་སྟོར་བ་སོགས་མེད་དོ།

སྟེ་བོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཉིས་ཀ་ཟད་དུ་ཡོད་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་
ནི་བཞིག་བརྟོག་བྱེད་མི་རུས་སོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་གདུལ་བྱ་སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཟང་ཤོས་ཞིག་ཡིན་ལ།
སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་སྟེ་བོ་རྣམས་ལ་པོ་མོ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་ཇི་ཅུམ་དུ་
ཡོད་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་མི་འདྲ་བ་མེད་ཅེས་གསུངས།

དེ་ཡང་། དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི་གསེར་བཙོ་མ་ལྟ་བུའང་གཏེར་དོ་བཟུས་ཤིང་། དྲི་མ་
ཐམས་ཅད་བསལ་བས་བྱུང་བ་བཞིན་དུ། སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་སེམས་ཀྱི་གཏེར་དོ་
འདི་ཉིད་བཟུས་ཏེ། ཉོན་མོངས་དང་བདག་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་བསལ་ལ། ཐམས་ཅད་
འོད་གསལ་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ཉིད་ཕྱིར་མཛོན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

ལེའུ་བཞི་བ།

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

༡

སྒྲེ་བོའི་རང་བཞིན།

༡ མངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་དྲུང་གསལ་གྱི་རང་བཞིན་སྒྲིབ་ཅིང་གཡོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་སྤྲོད་ནི་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི་རྟོག་དཔྱད་དང་བཤོ་སྤྱོད་ལ་སྤྲོད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་ལས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་ཐག་གཅོད་ཐང་མགོ་རྟོག་ཡོང་བ་དང་། གཉིས་པ་ནི་ནང་སེམས་ཚར་སྤྱོད་ལ་སྤྲོད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་ལས་སྒྲེ་བའི་ཆ་མཐོང་ཉམས་འཁྲུགས་འཁྱར་བའོ།

 རིག་དཔྱད་ཀྱི་འཁྲུལ་བ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་འཁྲུལ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲེ་བོའི་ཉེས་སྦྱོར་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དངོས་འབྲེལ་དུ་དེ་དག་གི་གཞི་རྩར་ཐོག་མའི་རྟེན་ངན་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ནི་མ་རིག་པ་དང་འདོད་སྤྲོད་གཉིས་སོ།

 རིག་དཔྱད་ཀྱི་འཁྲུལ་བ་ནི་མ་རིག་པར་བརྟེན་ཅིང་། ལག་ལེན་དུ་འཁྲུལ་བ་ནི་འདོད་སྤྲོད་ལ་བརྟེན་པས། རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་རྒྱུད་ཚོགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་བཞུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ངང་རྒྱལ་བརྟན་པའི་ངང་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་བསམ་མི་ཤེས་ཤིང་། སྒྲེ་གནས་ལ་སྤྲོད་པས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་དང་འཇིག་པ་དང་། འཆང་བ་སོགས་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅིང་། མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་པའི་དངོས་པོར་དམིགས་ཏེ། སྒྲེ་བོ་རྣམས་མོངས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱལ་ལ། སྒྲེ་བོ་འགས་རང་སྟོག་ལའང་རྟོམ་མེད་འདོད་ཆགས་དྲུང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩའི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་། ཁང་ཁྲོ། སྒྲིབ་པ། མི་ཤེས་པ། ཞེ་འཁོན། སྤྱུག་དོག་གཡོ་སྒྲུ། ང་རྒྱལ། ཁྱད་གསོད། ཆང་རག་ལང་

ཤོར། རང་འདོད་ཆེན་པོ་སོགས་འབྱུང་ཞིང་འཕེལ་བར་བྱེད།

༢ དེ་ལ། འདོད་པ་ནི། རང་འདོད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཉམ་བུ་ལོག་པ་དག་ལས་དང་། ཁོང་ཁོ་
བ་ནི་རང་གི་ལས་འགན་དང་གཡས་གཡོན་གྱི་དངོས་པོའི་ཐད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལོག་པ་དག་
ལས་དང་། རྒྱུན་ཉི་ཤུག་ཚུལ་ལོགས་པ་གང་ཡིན་ཅི་བཞིན་དབྱེད་མ་ཐུབ་པ་ལས་བྱུང་
ཞིང་། འདི་གསུམ་པོར་འཇིག་རྟེན་གྱི་མེ་ཆེན་གསུམ་དུ་གྲགས་ལ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེས་ནི་སྤྱོ་
བོ་གང་ཞིག་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་རང་སེམས་གཉུག་མ་བརྒྱག་ཅིང་བསྐྱེད་པ་ལ། དེ་
བཞིན་ཁོ་བའི་མེས་ཁོ་བའི་དབང་གིས་དང་རྒྱུན་ཉི་ཤུག་གང་ཞིག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་
རབ་ལ་ཐོས་སྤྱོད་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་དབང་གིས་རང་སེམས་གཉུག་མ་བརྒྱག་པ་དག་
བསྐྱེད་པར་བྱེད།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་མའི་རིགས་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་འཛིགས་བཞིན་པ་ཡིན་
ཏེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེ་དང་། ཞེ་སྤང་གི་མེ་དང་། རྒྱུན་ཉི་ཤུག་ཀྱི་མེ་དང་། བདག་འཇིན་
དང་རྒྱུན་ཉི་ཤུག་ཀྱི་མེ་དང་ན་དང་ཁ་ཤིའི་མེ་དང་། བདེ་མིན་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། ལྷག་ཏུ་འི་
མེ་དག་གིས་འཛིགས་པའི་ཕྱིར། མེ་འདི་དག་ཀྱང་དུ་ཁྱབ་ཅིང་། འདི་དག་གིས་བདག་ཉིད་
བསྐྱེད་པ་མ་ཟད། གཞན་ཡང་གདུངས་ཤིང་། རྒྱུན་ཉི་ཤུག་མི་དགེ་བར་འཁྲིད་པར་བྱེད་ཅིང་།
མེས་གདུངས་པ་འདི་དག་གི་མ་རྗེས་ལས་འཐོན་པའི་ཁྲག་སྤྲུག་གིས་ཉེ་འབྲམ་གྱི་སྤྱོ་བོ་རྣམས་
ལའང་སྤྲུག་བསྐྱེད་འགོ་བར་བྱེད་དེ་ལམ་ངན་པར་བཀྲི་བར་ཡང་བྱེད།

༣ འདོད་པ་ནི་རང་འདོད་རྫོགས་ལ་ཉེ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་། ཁོང་ཁོ་ནི་རང་
འདོད་མ་རྫོགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་། རྒྱུན་ཉི་ཤུག་ཅན་གྱི་བསམ་འཆར་ལས་
འབྱུང་ལ། འདོད་པའི་སྤྱོན་ནི་རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་མིན་ཡང་སྤོང་བར་དགལ། ཁོང་

མེས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ཁོའི་སྦྱོར་ནི་རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་སྤང་བར་སྒྲ། འོན་ཀྱང་མྱོང་ས་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོར་ནི་
རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཡང་ཆེ་ལ་སྤང་བར་ཡང་ཆེས་དཀའོ།

དེས་ན། སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་མ་བྱུན་གྱི་ཐབས་ཇི་ཡོད་བརྟེན་གཅོད་དང་། མི་ཆེད་
གནས་སྤངས་ངན་འཚུབ་ཅན་གྱི་ངོར་རང་སློལ་གས་སྤང་དང་། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་གསུངས་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་དྲན་པར་བྱས་ནས་མ་རུང་བའི་མེ་འདི་དག་
ཡུལ་དུས་གང་དུའང་འབྱུང་མ་ཐག་དུ་ཞི་བར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཅི་སྟེ་རང་རྒྱུད་གཞན་པ་ན་
གྱི་བསམ་པ་སོགས་དྲི་མེད་དག་པའི་བསམ་པས་གཏམས་པ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ངན་བསམ་དག་
གི་རྩ་བ་རྩལ་མི་ཐུབ་པོ།

༤ འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། མྱོང་ས་སྤྱོད་དག་ནི་ཆ་ནད་དང་འདྲ་སྟེ། ཆ་ནད་
ཀྱིས་ཟེན་པ་གང་སྤྱི་ཡང་རུང་། སྟོད་ཤག་སྟོ་པོའི་ནད་དུ་བསྟོད་ཀྱང་ནད་ཀྱིས་མཉན་ཞིང་།
གཉིས་དཀྱུག་པས་ཀྱུན་དུ་གསུངས་པར་བྱེད་ཅིང་། ཆ་ནད་འདི་འདྲ་མ་ཟེན་པ་དག་ལ་ནི་
དགུན་དུས་ཀྱི་གང་བའི་མཆན་མའི་ནད་དུ་འཇུ། ཤིང་ལོའི་ཁེབས་སྤྱབ་པོས་འགོབས་པའི་སའི་
གཏིང་ངམ། ཡང་ན། སྐར་ཁུང་དང་སྟོ་འཕར་སོགས་ཐམས་ཅད་མཉན་པའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་
ཆ་བའི་མཆན་མའི་ནད་དུ་ཉལ་དགོས་འབྱུང་ནའང་དཀའ་ཆོགས་མེད་པར་ཞི་ཕྱོད་ངང་ཉལ་
ཐུབ་པོ།

དེས་ན། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། མྱོང་ས་སྤྱོད་གསུམ་ནི་འགོ་བ་མའི་མི་
འདོད་པའི་རྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཞིང་། འབྱུང་གནས་འདི་དག་ལས་གོལ་
བའི་ཆེད་དུ་སྟོན་པས། གདམས་པའི་འདུལ་ཁྲིམས་དག་ལ་བདག་སྤང་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་
དང་ཤེས་རབ་ཀྱང་བསྟོན་དགོས་ལ། དེ་ཡང་རྩལ་ཁྲིམས་བསྤངས་པས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྦྱོར་
གསལ་ལ། ཏིང་འཛིན་བསྟོན་པས་ཁོ་བའི་སྦྱོར་བསལ་ཞིང་། ཤེས་རབ་བསྟོན་པས་

མོངས་བློན་གྱི་སྒྲོན་པས་ལ་ལོ།

ལ རྒྱུ་བའི་འདོད་པ་ལ་ནི་མཐའ་མེད་ལ། དེ་ནི་བ་ཆའི་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་བའི་སྒྲོན་པ་
དང་འདྲ་སྟེ། ཉན་དུ་འང་ངོམས་ཆོམས་མེད་པར་སྒྲོན་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ།

དེ་ནི་རང་གི་འདོད་པ་སྒོང་བར་མོས་པའི་རྒྱུ་བོ་ལ་འང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཉིན་རེ་བཞིན་མ་
ཆོགས་པས་སྟག་བཟུལ་རྒྱས་པའི་བྱིར།

དེ་ལ་རང་འདོད་སྒོང་བས་ནི་ཆོགས་པར་མི་བྱེད་ཅིང་། རྟག་དུ་དེས་ཐོག་དུ་མེད་པའི་
སྒོ་མི་བདེ་བ་དང་བག་མེད་སོགས་འདྲེན་ལ། ཅི་སྟེ་འདོད་སྒོང་གི་ཚེ་ལ་བ་ལས་ཐོག་དགོས་ཆེ།
གང་ཟག་དེ་ཉིད་རིག་འཚོ་མ་ཟེན་པ་མང་ངོ་།

རང་གི་འདོད་པ་རྫོགས་པའི་ཆེད་དུ་སྒྱེ་བོ་རྣམས་ཕན་རྒྱུན་འཁྲུགས་ཤིང་གཡུལ་བཀྲེ་ལ།
དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་ནང་ཕན་རྒྱུན་དང་། སྒོན་པོ་ནང་ཕན་རྒྱུན། སྟག་གུ་དང་པ་མ་ནང་རྒྱུན།
སྒྱུན་མཆེད་ནང་རྒྱུན། གོགས་པོ་མཆེད་གོགས་ནང་ཆག་འཁྲུགས་ཤིང་གཡུལ་བཀྲེ་བ་དང་།
ཐ་ན་རང་རང་གི་འདོད་པ་རྫོགས་པའི་ཆེད་དུ་ཕན་རྒྱུན་གསོད་རེས་ཀྱང་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

གཞན་ཡང་། རྒྱུ་བོ་རྣམས་རང་གི་འདོད་པ་རྫོགས་སྤྱད་དུ་འབད་པའི་ཉེར་ལེན་དུ་རང་
ཉིད་རྒྱད་པ་མང་ལ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གཞན་རྣམས་རྒྱ་བ་དང་། བསྐྱུ་བ་དང་། བཅོན་གཡེམས་
སོགས་སྟ་གཞུག་པ་དང་། དེ་ནས་དོ་དམ་གྱིས་ཉེས་ཆད་སོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ།

མ་ཟད། འདོད་པ་ནི་དུག་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་སྟག་བཟུལ་གྱི་འཕྲུང་གནས་སྟ་
ཤེས་བཞིན་དུ་སྒྱེ་བོ་རྣམས་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་ལ་གདུངས་ཤིང་བརྟུས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་
འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟག་བཟུལ་དང་། དེའི་ནང་རྒྱུད་པའི་གདུང་བ་སོགས་འཕྲུང་ངོ་།

༦ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་སྤྱོད་ལས། ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་ཆེས་ཉེས་པར་སྤང་སྟེ།

ཐེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྒྲིབ་པ།

ཉོན་མོངས་གཞན་ཐེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྷང་བར་བྱེད།

ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་འདིས་ནི་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་བསྐྱེད་པའི་ས་གནི་ལྷ་བྱར་
བྱེད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལེགས་ཚོགས་ཐེམས་ཅན་དུ་བས་ཀྱིས་ཟ་བའི་གདོན་འདྲེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་
ལ། མེ་ཏོག་ལྷུ་མ་རྩུ་ཉལ་བའི་བཙན་སྒྲུལ་ཏེ། མཛེས་སྤྱད་གི་རྒྱུ་ལྷུ་སྤྱེགས་པ་དག་ལ་དུག་
གིས་གཞོད་པར་བྱེད། འདོད་ཆགས་ནི་སྤོང་པོ་དག་ལ་འབྲེལ་ཞིང་ཁྲབ་པའི་རྒྱུན་ཤིང་དང་
འདྲ་ཞིང་། སྤོང་པོ་མ་བཅད་ཀྱི་བར་དུ་འབྲེལ་བར་བྱེད། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་སྐྱེ་བའི་བསམ་
པའི་ནང་དུ་རང་གི་སྤྱད་ལས་སྤོང་ཞིང་། བསམ་སྐྱེའི་ལེགས་ཆ་རྣམས་བཏོན་ཏེ་བསམ་པ་མ་
ཞི་བར་བྱེད་ལ། འདོད་ཆགས་ནི་བདུད་རིགས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་རྩི་དང་ལྷགས་དུ་ལྷ་བྱ་སྤྲེ།
དེས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཟེན་ཏེ། ངན་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཏིང་མཐར་ལྷང་བར་བྱེད་དོ།

དེ་ཡང་ཁྲག་གིས་སྤྲེགས་པའི་རུས་པ་མཐོང་བ་ན། ངལ་བས་མ་དུ་བར་ཀྱི་བར་དུ་བྱིས་
མཆེ་སོ་དག་གཅོད་པར་བྱེད་ལ། རུས་པ་དང་བྱི་ལ་ཇི་བཞིན། འདོད་ཆགས་ཀྱང་སྐྱེ་བོ་རྣམས་
ལ་ཡིན་ཏེ། གཤུང་བས་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་འདོད་ཆགས་དེ་ཉིད་ལ་འཆིང་བའི་བྱིར་དང་།
གཙན་གཟན་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་ཤ་རུས་ཞིག་གཡུགས་ན། དེ་འཐོབ་པའི་བྱིར་དུ་ཕན་ཚུན་
འབྲུགས་ཤིང་འཐབ་པར་འཐུར་བ་དང་། ཡང་སྐྱེ་བོ་སྤྱོད་པ་ཞིག་རྒྱུང་འཚུབ་ནང་ཐབས་
མཁས་མིན་པ་དང་རྣམ་དཔྱད་དབེན་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་བསྐྱེགས་པར་འཐུར་ཉེ་བ་
བཞིན། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་དབང་གིས་རང་ཉིད་ལ་གཤུང་ཞིང་དུ་བ་
པར་བྱེད་དོ།

ལ དེ་ལ། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་དུག་མདའ་ལས་རང་ལུས་སྐྱོབ་པ་སྤྲུ་ཡང་། ནང་ཉིད་དུ་མགོ་
རྩེམས་པའི་དུག་མདའ་དག་ལས་རང་ཐེམས་སྤྱང་བར་ཆེས་མི་སྤྱིད་པ་དང་། འདོད་ཆགས་
ཁོང་ཁྱོད་མོངས་སྤྱང་དང་། བདེན་འཛིན་དག་ནི་དེ་ལྷའི་ནང་ཉིད་དུ་རྒྱུགས་པའི་དུག་མདའ་

ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གིས་རང་དུག་གཞན་ལ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབ་བྱེད།

འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། མོངས་སྤྱོད་གྱི་ནད་ཀྱིས་བདེ་པའི་སྤྱོད་ཐོ་རྒྱམས་
རྒྱུན་སྤྲོ་མ་ཆོག་རྒྱུ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་དང་། མཐར་བཟོད་པ་ཇི་བཞིན་སྦྱོར་བ་ལག་ལེན་
དུ་འང་སློག་གཅོད་པ་དང་། གཞན་རྩལ་བརྒྱ་བ་དང་། ལོག་པར་གཡེམས་པ་སོགས་ཀྱང་བྱ་
བའོ།

ཡིད་ཀྱི་མི་དགེ་བ་གསུམ། ངག་གི་མི་དགེ་བ་བཞི་དང་། ལུས་ཀྱི་མི་དགེ་བ་གསུམ་འདི་
དག་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྒྲེལ་ས་པས་མི་དགེ་བ་བཅུར་གྱུར་ལ།

དེ་ཡང་། གོམས་པས་རྒྱུན་ལ་ཡང་ཡང་སྤྱད་པས་སྤྱོད་པོ་དེ་དག་བྱ་ངན་གང་ཡང་བག་
མེད་དུ་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱ་བ་མི་དགེ་བར་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་སྒྲུ་ལོ་དུ་རྒྱུན་སྤྱོད་ལ། གང་
མཚམས་སུ་རྒྱུན་སྤྱོད་བའི་རྩལ་སུ་བག་མེད་འཇིགས་པ་མེད་པར་གདུག་རྒྱུ་བྱིས་ལས་ངན་
པར་ཞུགས་པར་འགྱུར་རོ།

འདོད་རྩལ་ལ། འཁྱིག་པའི་འདོད་ཆགས། འཇིགས་པ། ཁོང་ཁྱོད་སྐལ་པ་དམན་པ།
མི་བདེ་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་མོངས་སྤྱོད་ལས་བསྐྱེད་ལ། དེས་ན་མོངས་སྤྱོད་འདི་ཉིད་དུག་
རིགས་སྣ་ཆོགས་ལས་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་དེའོ།

༤ འདོད་པ་ལས་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལས་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་བས། འདོད་པ་དང་།
ལས་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་མཐའ་མེད་དུ་འཁོར་ལོ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། འཁོར་ལོ་འདིར་
ཐོག་མཐའ་མེད་པས། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པོ་རྒྱམས་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱ། སྤྱོད་པ་གཅིག་གི་རྩལ་སུ་སྤྱོད་
བ་གཞན་ཞིག་ཐུག་མེད་དུ་བརྒྱུད་དོ།

ཅི་སྤྱོད་པ་ན་གྱི་སྤྱོད་པའི་འཁོར་ལོ་དེ་ནང་གི་རང་གི་ལུས་བསྐྱེད་པའི་ཐལ་བ་དང་རུས་
པ་རྒྱམས་བརྒྱེད་ཏེ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་རི་ལྟར་མཐོན་པོར་གནས་རྒྱུར་གོར་མ་ཆག་

མེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་བཞིན་ད་ཕན་བདུང་བའི་ཨ་མའི་འོ་མ་རྣམས་བསགས་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ཉིད་
རྒྱ་མཚོ་ལས་ཀྱང་གཏིང་རིང་བར་འབྱར་རྒྱ་ལས་མ་འདས་སོ།

སྤྱིར་སྤྱོད་ཐོ་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་
བའི་སྒྲོམ་ཤིན་ཏུ་ནས་བསྐྱབས་པས། དུས་ཡོན་རིང་པོར་ཤེས་རྟོགས་མེད་པར་ལུས་ལ། དེར་
བརྟེན་ཀྱང་དུ་སྟག་བསྐལ་གྱིས་ཁྱབ་ཅིང་། སྤྱོད་བ་དན་པ་འདྲ་རྒྱུན་མར་སྤྱོད་དགོས་པ་འདི་
འབྱུང་ངོ་།

ཁ

མིའི་རང་བཞིན།

༡ མིའི་རང་བཞིན་ནི་ཐོན་ཤིང་སོགས་ལྗང་སྤྱེས་སྟུག་པོའི་ཚོགས་བཞིན་དུ་འཇུག་སྒོ་མེད་
པས་འཇུག་པའི་གནས་རྟེན་དཀའ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་མེམས་ཅན་དུང་འགྲོའི་རང་
བཞིན་ཆེས་ཤེས་པར་སྒྲིལ་ང་། སྤྱིར་ན་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་བཞིའི་སྒོ་ནས་འགོ་བ་མིའི་རང་
བཞིན་གྱི་དབྱེ་བ་མཇུག་དེ།

ཐོག་མར་ནི། བསྟན་པ་དན་པ་དང་འཕྲད་པས་དཀའ་ཐུབ་དག་གིས་རང་ལུས་གདུང་
བའི་རིགས་ཤིག་དང་། གཉིས་པར། གདུག་རྩུབ་དང་གཞན་རྩུབ་རྒྱ་འཕྲོག་སོགས་ཀྱི་ལས་
རྩུབ་དག་གིས་གཞན་སྟུག་བསྐལ་དུ་བཅུད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། རང་ཉིད་དང་མཉམ་དུ་
གཞན་ཡང་སྟུག་བསྐལ་གྱིས་མཉམ་བར་བྱེད་པའི་ཁག་གཅིག་དང་། བཞི་པར། རང་ཉིད་
སྟུག་བསྐལ་གྱིས་མ་གཅོས་ཀྱང་གཞན་སྟུག་བསྐལ་ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པའི་རིགས་ཤིག་ལྟེ་བཞི་
ཡོད་པ་ལས། ཐ་མ་དག་གིས་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ཏེ། འདོད་ཆགས་
དང་། ཞེ་སྤང་དང་། ཚིངས་སྤྱོད་སོགས་ལ་གོ་སྐབས་མི་འབྱིན་ཅིང་། འཕྲོག་བཅོམ་སོགས་

གང་ཡང་མེད་ཁར། བྱམས་པ་དང་བཅེ་བའི་ངང་ནས་མི་ཆོ་ཞི་བས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ།

༢ འཛམ་གླིང་འདིར་སྐྱེ་བའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོར། རྩོད་བཀོད་པའི་ཡི་གེ་བཞིན་དུ་ཁོང་ཁྱོད་སྐབས་འབྱེན་ཞིང་། དེས་དུས་འདུག་བར་བྱེད་པའི་རིགས་དང་། གཉིས་པར་ནི་བྱེ་མའི་སྤྲེང་དུ་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་ཇི་བཞིན་ཁོང་ཁྱོད་སྐབས་འབྱེན་ཡང་མི་རིང་བར་དེ་ལས་བྲལ་ལ། གསུམ་པར། རྩེད་སྤྲེང་དུ་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་བཞིན་ངན་སེམས་གང་ཡང་མི་འཆང་ཞིང་། གཞན་གྱི་ཚིག་རྩལ་དང་ངག་འཆལ་དག་གིས་རྒྱུད་མི་འབྲུགས་པར་རང་སེམས་ཞི་བདེར་གནས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ།

སྤྲུང་ཡང་། སྐྱེ་བའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་རྩལ་མོར་སྤྱོད་ལ་ངོམ་ཚིགས་མེད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་གི་རང་བཞིན་གོ་རྟོགས་སྤྲུང་བའི་རིགས་མོ། གཉིས་པ་ནི་ཡ་རབས་རྒྱལ་དང་ལྡན་ཞིང་རྟོག་པ་སྟོན་གཏོང་གིས་ལས་བྱེད་པའི་རིགས་ཤིག་ཏེ། གང་ཞིག་གི་རང་བཞིན་ཤེས་པར་མི་སྤྲུང་བ་དག་གོ། གསུམ་པར་ནི། འདྲོད་ཆགས་གཏན་ནས་བཅོམ་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་དག་རང་བཞིན་གཏན་ནས་ཤེས་མི་སྤྱོད་དོ།

དེས་ན་སྟོ་སྟོ་ཚིགས་ཀྱིས་སྐྱེ་བའི་དབྱེ་བ་བྱེད་ཅུས་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་མི་སྤྲུང་ཞིང་། སངས་རྒྱས་འབའ་ཞིག་གིས་དེ་དག་མཁྱེན་ཅིང་། བབས་ཤེས་སྟོ་ཚིགས་ཀྱི་སྟོ་ནས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་འདྲེན་པར་བྱེད།

ག

འགྲོ་བ་མིའི་སྐྱེ་བ།

༡ དེ་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་སྐྱེ་བ་མཚན་པའི་མཚུངས་གཏམ་དུ། རྟོན་སྐྱེ་བོ་ཞིག་རྒྱགས་རུར་གོ་

མེས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

གྲུ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་ལ། རྒྱུ་ལྟམ་ནས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གིས་བོས་ཏེ་སྤྲོས་པ། བག་མེད་དྲེགས་
པའི་ངང་རྒྱགས་རྒྱུར་ཀོ་བ་མ་གཏོང་། མདུན་དུ་འབབ་རྒྱུ་དག་པོ་དང་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་ཅ་
རྒྱལ་གྱི་འབྱེལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། བྲག་སྤྱིབས་ཀྱི་རང་དུ་རྒྱ་སྤྱོད་དང་འདྲེ་གདོན་མང་པོ་
ཡོད་པས། བྱེད་ཉིད་འཇིགས་པར་འགྱུར་པོ་ཞེས་པ་འཁོད་པའི་གདམ་བཤད་ནང་གི་
རྒྱགས་རྒྱུ་ནི་ཆགས་བཅས་ཀྱི་མིའི་སྤྱོད་བ་དང་། བག་མེད་དྲེགས་པའི་ངང་ཀོ་གྲུ་གཏོང་བ་ནི།
རང་གི་ཆགས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། མདུན་གྱི་འབབ་རྒྱུ་དག་པོ་ནི་རྒྱུ་ཕྱེད་
པའི་རྒྱག་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་བསྐལ་ཡིན་ལ། ཅ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་ནི་བདེ་བ་དང་། རྒྱ་སྤྱོད་དང་འདྲེ་
གདོན་དག་ནི། ཆགས་པའི་སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་རྒྱགས་པའི་རྒྱ་བ་དང་འཆི་བ་ལ་གོ་ལ། རྒྱུ་ལྟམ་
དུ་ཡོད་པའི་གདམ་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་པོ་དེ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཡིན་ནོ།

གཞན་ཡང་མཚུངས་གདམ་ཞིག་ལ། བྲིམས་འགལ་བྱས་པའི་སྤྱོད་པོ་ཞིག་བསྐྱར་བྱ་བས་
དེད་ནས་ཡོད་པ་ལ་བྲོས་ཏེ་མཐར་ཐོན་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་རམ་རྩའི་སྤྱོད་ཐག་ལ་འཕྱུང་ནས་ཡིབ་
པར་བརྩམས་པས། མར་འབབས་པ་ན། ཐོན་པའི་ཞབས་མཐོལ་དུ་སྤྱུལ་ཞིག་མཐོང་། དེ་
ནས་མར་མ་བབས་པར་དེ་མཚམས་རྩ་ཐག་ལ་འཐམས་ཏེ་བསྐད་ནས་དུས་ལུར་སྤྱང་ཙམ་རྒྱུ་
ངལ་ཞིང་དུ་བ་ཅིང་བཏུས་པས། ཅི་ཅི་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་ཐག་དེ་མཆེ་བས་གཙོད་
བཞིན་པའང་མཐོང་བས། ཅི་སྤྱོད་རྩ་ཐག་དེ་ཆད་ན་སྤྱོད་པོ་དེ་ཐོན་པའི་ནང་མཐོལ་དུ་སྤྱུལ་གྱི་
སྤྱོད་དུ་ལྷུང་བར་གྱུར་ཞིང་། དེ་ནས་ཡར་བཏུས་པས་རང་གི་བཞིན་གཏོང་གི་སྤྱོད་དུ་སྤྱང་ཆང་
ཡོད་པ་དེ་ལས་བར་བར་དུ་སྤྱང་རྩའི་ཐོགས་པ་འབབས་པ་ཡང་མཐོང་། སྤྱོད་པོ་དེས་རྩ་ཐག་
སོགས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཐམས་ཅད་བརྗེད་དེ་སྤྱང་རྩའི་བདེ་བའི་ངང་སྤོང་དོ།

འདིར་དེ་འདྲེ་བའི་སྤྱོད་པོ་དེ་ནི་རྒྱུ་ཕྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་རྒྱལ་མཚོན་ལ།
བསྐྱར་བྱ་བ་དང་སྤྱུལ་དག་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལུང་ཡིན་ཞིང་། རྩ་ཐག་
གིས་སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་མཚོན་ལ། ཅི་ཅི་དཀར་ནག་གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཉིན་དང་མཚན་དང་། སྤོང་

སྐྱལ་མི་བྱེད་ཅིང་གཏན་འགྲོའི་ལོ་དུས་སོགས་མཚོན་ཞིང་། སྤང་ཅི་དེས་ནི་ལོ་ཡུན་ནང་གི་སྐྱལ་བཟུལ་རྣམས་སྒྲིབ་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་བདེ་བ་མཚོན་པར་བྱེད་དོ།

༢ སྤང་ཡང་། འདི་འདྲིའི་མཚུངས་གཏམ་གཞན་ཞིག་ཡོད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་སྤོང་སྤོང་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤྱལ་བཞི་སྟགས་ནས་རང་གི་བློ་གཤོག་གཅིག་ལ་བཅོལ་དེ། རྒྱལ་དེ་དག་ལ་བདག་གཅེས་དགོས་ལུགས་དང་། ཅི་སྟེ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཞིག་ལ་གནོད་འཚེ་བྱས་ཆོ་སོག་ཐོག་གི་ཉེས་ཆད་གཏོང་རྒྱུའི་བཞིགས་བསྐྱལ་བར་སྤོང་སྤོང་དེ་དོར་དེ་བྲོས་པར་བཅུམས་སོ།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་བཀའ་སྤྱང་ལྟ་བུར་བསམ། སྤང་མ་དེ་དག་གིས་ཐོག་མར་འཇམ་པོའི་རང་གཤོག་པོ་དེ་ཕྱིར་འཁྲིད་ཐབས་བྱས་ཀྱང་གཤོག་པོ་དེས་དེ་དག་གི་འཇམ་བྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒྲོས་འགོལ་མ་ལུས་པས་སྤང་ཡང་དེ་ནས་གྲོང་གཞན་དུ་བྲོས།

དེ་རྗེས་ཐོལ་བྱང་དུ་སྤྲོ་ཞིག་བྱང་སྟེ། གཤོག་པོ་དེར། གྲོང་གསར་པ་དེར་ཆོམས་རྒྱུ་གཏུག་རྒྱུ་བ་ཅན་དུ་གྱུག་གིས་སྤོང་བདེར་འཚོ་བར་མི་བྱེད་ཅེས་སྤྲོས་པས་ལྷག་པར་འཇིགས་ནས་བཅོས་མའི་གོ་གུ་ཞིག་བཅོས་དེ། དེའི་བརྒྱུད་རྒྱུ་བས་ཀྱིས་འཁྲུགས་པའི་རྒྱུགས་རྒྱ་བཞུལ་བས་གཞི་ནས་བདེ་བར་འཁོད།

སྤོང་སྤོང་ནང་གི་སྤྱལ་བཞི་པོ་དེས་རྒྱ་མེ་རྒྱུང་གི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་ཤའི་ལུས་འདི་གྲུབ་པ་དང་། ལུས་འདི་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྲོ་བས་སེམས་ཀྱི་འགལ་ལྷུང་སོང་། ལུས་དེ་ལས་བྲོས་པར་བྱེད།

སྤང་མ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི། གཟུགས། ཆོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་ཤེས་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ་གང་ཞིག་གིས་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཕྱི་སྤོང་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། བདེ་བའི་གནས་ནི་རྣམ་ཤེས་དུག་པོ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ནི་ངས་དོན་གྱི་བདེ་བའི་གནས་མིན་ཞིང་།

མེས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་ནི་རྣམ་ཤེས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་རྒྱལ་པོ་དེ་ཡིན། རྣམ་ཤེས་རྒྱལ་གྱིས་ཉམ་ཟག་མཐོང་བས། སྐྱེ་བོ་དེ་སྤྱིར་ཡང་ཐོས་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་འབྲུགས་རྒྱུ་མེད་པ། དེ་ནས་སྐྱེ་བོ་དེས་རང་གི་དཔལ་ལྡན་གྱི་གསུང་རབ་གྱི་རྟེན་དུ་ལྟར་བའི་བཅོས་མའི་ཀོག་རྒྱར་བསྐྱར་བས་མཐའ་མ་འབྲུགས་རྒྱུ་བདེ་བར་བཞུགས་ཏེ།

༣ སྤྱིར་འཇིགས་པས་གང་བའི་གནས་སྐབས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་མ་བུ་ཕན་ཚུན་ཕན་གྲོགས་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་མངོན་ལ། གསུམ་པོ་དེ་གང་ཞེས། མཁར་དབང་མེ་ལ་ཤོར་བ་དང་། རྒྱ་ལོག་དང་རྒྱ་ཇག་འབྲུང་བའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་འདྲ་ཕན་ཚུན་གྲོགས་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་སྤིང་དོ།

གཞན་དུ་ཅ་བ་ནས་ཕན་ཚུན་ཕན་གྲོགས་བྱེད་མི་རུས་པའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ནི། ཉན་གྱིས་ཟིན་པའི་སྐབས་དང་། ཆ་བའི་གནས་སྐབས། འཆི་བའི་གནས་སྐབས་བཙས་གསུམ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་བྱས་རང་གི་མའི་ཆབ་དུ་མ་ལས་ཆ་བའི་ཐུག་བཟུལ་ལེན་རུས། ཇི་ལྟར་མས་རང་གི་བྱའི་ཆབ་དེའི་ནད་ལེན་རུས་ཏེ། མི་རུས་སོ། འཆི་བའི་དུས་ལ་འབབས་པའི་ཆོ་རུལ་ཇི་ལྟར་དུ་གཅིག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་གྲོགས་བྱེད་རུས་ཏེ། ཕན་ཚུན་ཇི་ཙམ་དུ་བཅེ་ན་འདྲ་གནས་སྐབས་འདི་དག་དུ་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་གཞན་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཕན་གདགས་མི་རུས་སོ།

༤ དེ་ཡང་། དཔྱལ་གྲོང་གི་རྒྱལ་པོར་གྲགས་པའི་གཤིན་ཇི་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་དུས་ཤིག་ན། སྐྱེ་བོ་གཅིག་ལ་དྲིས་པ། ཅི་ལས་ངན་སྦྱད་པས་དཔྱལ་བར་ལྷུང་བས། ཁྱེད་གྱིས་མི་ཡུལ་དུ་ལྷའི་བང་ཆེན་དང་འཕྲད་བྱུང་ངམ། ཞེས་སྒྲིམ་པར། སྐྱེ་བོ་དེས། དེ་འདྲའི་སྐྱེ་བོ་དང་འཕྲད་མ་བྱུང་ཞེས་ལན་འདེབས་བྱས། དེ་ལ་གཤིན་ཇིས་སྒྲིམ་པ། ཆས་ཤིང་ཁོགས་ལ་དབྱགས་པ་

ཐོགས་པའི་མི་ཆེན་ཞིག་དང་འཕྲད་བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། རྗེ་བོ་ཞེས་བོས་ནས། དེ་འདྲའི་སྐྱེ་བོ་ཡང་ཡང་མཐོང་བྱུང་ཞེས་སྐྱེ་བོ་དེས་གཤིན་རྗེས་ལན་བཏབ། དེ་ནས་གཤིན་རྗེས་སྐྱེ་བོ་དེར། ཁྱོད་ཀྱི་ད་ལྟ་ཉེས་ཆད་འདི་འདྲ་ཟློང་དགོས་པ་དེ་ཆེན་ཁོགས་དེ་དག་ལྟའི་བང་ཆེན་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱང་ད་ལྟའི་ལས་རྒྱུ་འདི་དག་ལ་སྒྲུབ་ཆུང་ནས་དག་བསྐྱར་མ་བྱས། རིང་མིན་དེ་ལྟའི་ཆས་ཤིང་ཁོགས་པོར་འབྱུང་ངེས་པར་མ་ཤེས་སོ།

དེ་བཞིན་གཤིན་རྗེས་སྐྱེ་བོ་དེར། ནད་ཀྱིས་བཏབ་ཅིང་གོགས་མེད་གཅིག་ཕུར་བསྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་གང་འཕྲད་བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། སྤར་བཞིན་བྱུང་ཞེས་ལན་བཏབ་པས། དེ་ཡང་། ནད་ཀྱིས་བཏབ་པའི་བང་ཆེན་དེ་དག་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནད་དག་གི་ཉེན་བད་བཏང་བར་མ་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་གཤིན་རྗེས་སྐྱེ་བོས། སྤར་ཡང་སྐྱེ་བོ་དེར། སྐྱེ་བོ་ཤི་བྱེད་པའི་རོ་མཐོང་ཟློང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། སྐྱེ་བོ་དེས། ལན་དུ་མར་མཐོང་ཞེས་ལན་འདབས་པར། དེ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་ལྟའི་བང་ཆེན་དེ་དག་ལས་རང་ཉིད་ཀྱང་མཐའ་མར་ཤི་དགོས་པར་ཤེས་རྟོགས་མ་བྱུང་བ་ལས་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དུ་ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཚམས་དེར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་ཆེ། རང་གི་ལས་ལམ་འཕྲོ་བརྗེ་བཀྱིས་ཏེ་ད་ཆ་འདི་ག་སྐུག་བསྐུལ་གྱི་གོང་འདིར་ལྷུང་དགོས་པ་མི་ཡོང་ཞེས་སྒྲུས།

༥ ཐོན་གིས་སྟོང་མི་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་གྱི་བུད་མེད་འབྲོར་ཐོན་ཞིག་རང་གི་ཕྱག་གུ་འཆི་བས་མྱ་ངན་ཀྱིས་རང་སེམས་བརྒྱལ་པ་ལྟ་བུའི་ཉམ་ཐག་དུ་བྱུར་ཏེ། ཁྱོང་ནས་ཁྱོང་དུ་དེའི་བཅོས་ཐབས་འཆོལ་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་གང་ཡང་མ་རྟེན།

དེ་ནས་མཐའ་མར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཅིག་དང་འཕྲད་པ་ན། དེས་མ་དེར་ཇེ་ཏ་ལ་ཆར་བལྟགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ཐོན་འདས་ལ་ལྷ་གཉེན་གསུང་དགོས་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱོན་པ་དང་། མ་དེ་སྐུག་གུ་ཁྱེད་ཏེ་བཅོམ་ཐོན་འདས་ཀྱིས་ར་བཅར་བ་ན། བཅོམ་ཐོན་

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྒྲིབ་པ།

འདས་ཀྱིས་སྤྲུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་དེར་གཟིགས་ནས་སྤྲུག་པ། སྤྲུག་གུ་འདི་གསོ་བའི་ཆེད་དུ་
འཆི་བ་གཏན་ནས་འཕྲད་མ་མྱོང་བའི་གོང་ཁྱིམ་ཞིག་ནས་མེ་ཏྲག་གང་ལའི་ (ཉལ་ཐ་) ས་
བོན་འབྱར་ཡོང་དགོས་ཞེས་སྤྲུག་པར། རིག་འཆོམ་ཟེན་པའི་བྱད་མེད་དེ་འཆི་བ་མི་རྟག་པས་
མ་ཞུགས་པའི་ཁྱིམ་འཆོལ་དུ་ཕྱིན་ཁྱེད་མ་རྟེན། དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སར་ཕྱིར་ལོག་
པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་མཇུག་ཙམ་ཉིད་ནས་སྤྲུག་བསལ་ཏེ། དེའི་གསུང་གི་དགོངས་
རྟོགས། དེ་ནས་སྤྲུག་གུའི་རོ་དེ་ས་འོག་དུ་སྤྲུག་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སར་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་
དེའི་སྒྲོབ་མར་གྱུར་དོ།

ང

འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱེ་བའི་རང་བཞིན།

༡ འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རང་འདོད་ཆེ་ཞིང་བཅེ་སེམས་མེད་
པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡན་ཚུན་མཇུག་འབྱེད་དང་གྲས་བཅེ་མི་ཤེས་ཤིང་། སོ་སོའི་ཉམས་རྒྱུད་
གྱི་རྒྱུར་གནས་ཚུལ། རྒྱུད་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཡན་ཚུན་ཅོད་ཅིང་གནས་པས། མི་བདེ་བ་སྣ་
ཆོག་གིས་རང་གི་མི་ཆོག་པར་བྱེད་དོ།

མ་ཟད་འབྱོར་ལྡན་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནི་འོར་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྲུགས་
པ་དང་། དེ་དག་འབྱོར་བས་སམ། ཡང་ན་དབུལ་པས་གཏངས་ལ། འདོད་པས་ཟེན་ཅིང་
གནས་པས་རྟག་དུ་འདོད་པ་ཆོག་པ་དང་ངོམས་པ་གཏན་ནས་མེད།

འབྱོར་ལྡན་དག་ནི། རང་རང་གི་ས་གནི་སྟོར་ཡང་ཡང་སེམས་ཤིང་སྤྲུག་བསལ་བ་དང་།
དེ་བཞིན་རང་གི་ཁང་བཟང་དང་བདོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྟག་དུ་སྒོ་བདེར་མི་གནས་ལ། དེ་
ཡང་། རང་ལ་ཐོལ་དུ་བྱུང་ཉེས་དག་གིས་ཟེན་མིན་ཡང་ངམ་སྤྲུག་སེམས་སྤྲུག་པ་དང་།

རྟག་དུ་ཁང་བཟང་མེས་བསྐྱེགས་པ་དང་ཆོས་སྐུན་དག་གིས་བཙོམ་པ་དང་། བཙན་འཁྲིད་
བྱེད་པ་སོགས་དྲོགས་པར་མ་ཟད་འཆི་བས་འཇིགས་ཤིང་། དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་དངོས་འབྱོར་
ཐམས་ཅད་དོར་ཏེ་གོགས་མེད་རྒྱུད་པར་འཆི་དགོས་པ་འབྱུང་ངོ་།

འབྱོར་མེད་དབུལ་པོ་རྣམས་ནི་ཕྱང་ངེས་མ་ཡོན་པས་རྟག་དུ་གཏུངས་ཤིང་། འདིས་དེ་
དག་གི་འདོད་པ་འང་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད། བརྒྱབ་སེམས་རབ་དུ་འཆང་བས། ལུས་
སེམས་བསྐྱེགས་ཤིང་། དེས་རྟེན་བྱས་ཏེ་དུས་མིན་འཆི་བའང་མང་ངོ་།

གཞན་ཡང་། འཛམ་གཤིང་གི་སྤྱོད་པོ་ཐམས་ཅད་འབྱོར་མེད་དུ་དབུལ་པོར་མི་དགའ་
ཞིང་། རྟག་དུ་གོགས་མེད་ཅིང་། ཕྱི་མའི་བུལ་ལམ་རིང་པོར་ཡང་གཅིག་ཤུར་སྒྲོ་བའི་ངང་དུ་
འགྲོ་འོ།

༢ དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིར་རྒྱད་ཆོགས་ལྔ་ཡོད་དེ། དང་པོར། འཛོལ་སྤྱེ། ལུས་ཅན་
ཐམས་ཅད་དང་། འབྲུ་སྲིན་ཐམས་ཅད་ཕན་ཚུན་འཛོལ་བར་རིངས་ཤིང་། སྟོབས་ཆེ་བས་
དམན་པ་རྣམས་ལ་བརྟུང་པ་དང་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབས་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་གཡོ་སྤྱོད་བསྐྱུ་
བས་ཐམས་ཅད་འཛོལ་དང་ཚོལ་འཛིངས་ཀྱིས་ཟིན་འོ།

གཉིས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་འདིར། ཕ་བུ་གཉིས་དང་སྦུན་མཆེད་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་སམ།
བཟའ་ཚང་གཉིས་དང་། ཡང་ན། གཉེན་གཤིན་ཀླན་གཞོན་དབར་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་
འགན་གྱི་བར་ཐིག་ཁ་གསལ་མེད་པ་དེ་ཡིན་པ་མ་ཟད། གནས་གང་ཡིན་ལ་ཅིག་ཤོས་མཆོག་
འདོད་ཅིང་། ཕྱོགས་གཞན་སྟེང་དུ་ཅིག་ཤོས་མཁེ་འདོད་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱི་གཞན་བདེ་
བསུ་བས་མི་བདེན་པ་དང་གཡོ་སྤྱོད་ཁོ་ནས་དུས་འདུག་པར་བྱེད།

གསུམ་པ་ནི། ཐོ་མེད་དབར་གྱི་ལས་སྟོད་ཀྱི་བར་ཐིག་གསལ་ཁ་མེད་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་
ཡང་ཀུན་གྱིས་མ་དག་པ་དང་འདོད་སེམས་འཆང་བས། ལུས་དག་གི་ལས་སྟོད་ངན་པ་འདྲེན་

མེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་ལས་ཚྱུང་རྩོག་དང་མི་བདེན་ཉམ་ཤིང་སོགས་འབྱུང་།

བཞི་པར། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ལ་གྲུས་བརྩེ་མེད་པ་དང་། རང་མཐོང་
ཆེན་པོས་གཞན་དག་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་དང་། ལས་སྤྱོད་ངན་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོན་བྱེད་པ་དང་། མ་
དྲང་བ་རྩུན་དང་། སྤ་མ་དང་། རྩོག་རྩུབ་སྤྲོ་བར་བྱེད་པ་དག་ཡིན།

ལྔ་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལས་འཁྲིལ་སྤང་མེད་རྩོག་པོལ་བཀྱིད་པའི་རང་
བཞིན་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་རང་བདེ་དང་རང་འདོད་ཆེས་ཆེའི་སྒྲོ་བ་ཅངས་དང་
གཞན་གྱིས་ཕན་བདགས་ལ་མི་མེམས་པར་གཞན་ལ་ཁོ་བར་བྱེད་པས། མ་རུང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་
པར་སྤྱོད་ཅིང་།

༣ སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ཕན་ཚུན་སྤྱིང་བརྩེ་དང་དགའ་གོམས་དགོས་ཤིང་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་
ལོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཞན་གྱིས་བཟླགས་བསྟོད་དང་ཉམས་རྒྱུད་པའི་སྐབས་སུ་ཕན་ཚུན་
ཕན་གྲོགས་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལས་བསྐྱོག་སྟེ་ཐམས་ཅད་རང་འདོད་ཆེ་ཞིང་། གདུག་
སེམས་ཅན་ཡིན་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་སྒྲོན་ལ་གཞན་དག་གིས་སྟོད་དེ་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་
སེམས་མ་རངས་པར་བྱེད། ཞེ་ཁྱད་ཀྱི་གནས་རྒྱལ་འདི་དག་དུས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་བཟོད་
དུ་མེད་པར་འབྱུང་རོ།

རྒྱལ་མིན་སྤང་བའི་ཆོར་ཁྱོད་འདི་དག་གིས་དངོས་སུ་དྲང་པོའི་བྱ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་ཀྱང་།
རང་རྒྱུད་ཀྱི་མཐིལ་དུ་ཐིམ་སྟེ་སྐྱེ་བ་བརྒྱུད་མར་སྤང་ཟུག་གི་ཆོར་སེམས་ཀྱིས་མི་ཆེ་དོན་མེད་དུ་
བྱེད་ལ། དངོས་འབྱེལ་དུ་འདོད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྐྱེ་བོ་རྣམས་གྲོགས་མེད་གཅིག་
ལུང་སྤྱོད་ཞིང་འཁྱི། མ་ཟད། ཤི་བའི་རྩེས་སུ་འང་ལས་ངན་གྱི་སྒྲིན་འབྲས་གྲོགས་མེད་གཅིག་
ལུང་ཁྱོད་དགོས།

ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི་རིས་མེད་ཀྱན་ལ་བྱལ་ལ། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ཀྱང་སོ་

མེའི་ལས་ངན་གྱི་ཁུར་པོ་མོ་མོས་འཁུར་དགོས་ཤིང་། ལས་དེ་དག་རྣམ་སྤྲིན་ཡང་ཁྱོད་དགོས།
དེ་བཞིན་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ཉིད་བཟང་པོའི་ལས་སྦྱོང་ལའང་འཐད་པས། བྱམས་
པ་དང་སྤོང་བ་ཅེས་དུས་འདའ་བ་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་བ་དང་སྐལ་བཟང་འབྱུང་ངོ་།

༤ ལོ་དུས་ཇེ་མོང་གིས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནས་འདོད་པ་དང་། གོམས་པ་དང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་
འཛིང་བ་རིམ་གྱིས་མཐོང་བས། རང་རྒྱུད་གདུང་ཞིང་ཉུམ་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་། ཉུམ་པ་དེའི་ངང་
ལས་བཟང་ལ་མི་བསྐྱབ་པར་ཡང་ཡང་གཞན་ལ་འཁོན་འཛིངས་ཀྱིས་སྤྲར་ཡང་སྤྱིག་ལྷང་གི་
མཐིལ་དུ་སིམ་པ་དུ་མ་འབྱུང་བ་མ་ཟད། སྤྱིག་ལས་འདི་དག་གི་མཉམ་དུ་དུས་མིན་ལྔ་འཛི་
ཡང་དུ་མར་འབྱུང་བ་དང་། དེས་གཏན་དུ་སྤྱག་བསྐལ་བར་ཡང་བྱེད།

རང་གི་སྤྱག་བསྐལ་དང་འགལ་ཞུན་དག་གིས་ཉུམ་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཞིང་། འོས་པའང་མ་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྒྲེ་བོ་
རྣམས་སྒྲེ་བ་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀར་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བར་འབྱུར་རོ།

ཆེ་འདིའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མི་བརྟན་ཞིང་མི་རྟག་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་འདི་ཉིད་
ལ་སྤྲང་མེད་རྟོག་རེལ་གྱིས་རང་བདེ་དང་རང་འདོད་འབའ་ཞིག་འཛོལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཡ་ཆའོ།

༥ སྤྱག་བསྐལ་གྱི་འཁོར་བ་འདིའི་ནང་མེམས་ཅན་རྣམས་རང་མཁེ་འདོད་པ་དང་རང་
དོན་སྐྱབ་པ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་སྤྱག་བསྐལ་དང་མི་བདེ་བ་ཁྱོད་བའང་མཉམ་
པར་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ནོ།

སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་གཞན་ལ་ལ་བར་འདོར་བ་མ་ཟད།
རང་མཁེ་འདོད་ཅིང་། ཟག་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པས། ཟད་མཐའ་མེད་པར་སྤྱག་བསྐལ་ཁྱོད་
དགོས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱས་སྤྲོས་སྤྱིད་སྤོང་ནི། དུན་དུ་མི་ཐུབ་ཅིང་། ལྷན་བར་འཇིག་

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་འདིར་གང་ཡང་ཡུན་དུ་སྤྱོད་དུ་མེད་དོ།

༦ དེས་ན་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་འབྱུང་ཁམས་བདེ་བ་གཞོན་ལུ་འུ་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ་
འཇིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་འདོད་ཆགས་སོགས་ལས་ཕྱོགས་ནས་དོན་དམ་གྱི་བྱང་རྒྱལ། དེས་བར་
དུ་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་གཞན་རྟེན་དུ་མེད་པའི་
ཕྱིར་རོ།

སྐྱེ་བོ་ཕལ་ཆེ་བས་ནི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་དེ་ལ་སྤང་
གཅིགས་སུ་མི་བྱེད་ཅིང་། ལས་བཟང་ངན་ལས་འབྲས་བྱ་བདེ་སྤྱད་འབྱུང་བ་ཡང་སྤང་མེད་
བརྟེན་གཡེང་ཐོག་འདོད་རྣམས་དང་རང་འདོད་ལྟར་ལེན་ལ་རྒྱ་ཆེར་སྤྱོད་པ་མ་ཟད། ཆོ་
འདིའི་ལས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆོ་སྤྱི་མར་ཕན་གཞོད་འབྲེལ་བར་ཡང་དེས་དོན་གྱི་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་
ཁར་གཞན་དག་ལ་འང་དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་འཆད་པར་བྱེད་དོ།

དེ་དག་གིས་ཆོ་འདི་སྤང་གི་ལས་སྤྱོད་ལས་ཕྱི་མར་གལ་གནད་ཇི་ཡོད་དང་། ད་ལྟའི་
སྤྱད་བསྐྱེད་དག་ཆོ་སྤྱི་མའི་ལས་སྤྱོད་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་རྒྱུ་མི་ཤེས་པས་ད་ལྟའི་འདོད་པ་དང་
ད་ལྟའི་སྤྱད་བསྐྱེད་འབྲེལ་མེད་སེམས་ཤིང་། དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཡིད་འབྱུལ་ཞིང་སྟེ་ངག་འདོན་
ནོ།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ནང་རྟག་ཅིང་བརྟན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་
སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་དུ་འབྱུང་ཞིང་མི་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ལགས། འོན་ཀྱང་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ནི་མོངས་ཤིང་རང་འདོད་ཆེ་བས་མི་བརྟན་པའི་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཉིད་ལ་
མངོན་པར་རྒྱགས་པ་དང་། གདམས་པ་བཟང་པོར་མི་ཉན་ཞིང་། དེ་དག་གི་གོ་དོན་རྟོགས་
པར་མི་བརྩོན་ལ། རྒྱ་འབྱོར་དང་སྟེང་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་རང་གི་དུས་འདུལ་བར་བྱེད་དོ།

ལ ཏུས་ཐོག་མེད་ནས་གངས་ལས་འདས་པའི་སྐྱེ་བོ་དུ་མ་མ་རིག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྐྱེས་ཤིང་ད་དུང་སྐྱེ་བ་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། སྐྱེ་བོ་དེ་དག་ལ་ཕན་འདོགས་ཤིང་། དེ་དག་གི་ཡིད་ཆེས་བྱ་བའི་གནས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟླན་པ་རིན་ཆེན་འདི་ཉིད་གླིང་འདིར་གནས་པ་ནི་དེ་དག་གི་བསོད་ནམས་དང་དགེ་སྤྱོད་དུ་གསལ་བས། དེའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་མཉོ་བསམ་ཟབ་གཏོང་གིས་ལུས་སེམས་རྟོག་པས་མ་གོས་པ་དང་། སྤྱིག་པ་མི་དགེ་བ་ལས་རྒྱང་ཆད་དུ་གནས་ཏེ་སྤང་དོར་མ་འཇོལ་བར་གནས་དགོས།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟླན་པ་དང་མཇུག་བའི་སྤྱོད་ལྡན་ང་ཅག་ནས་དེ་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པར་འཁོད་པའི་རེ་སྤོན་འབྱིད་དགོས་པ་དང་། གདམས་པ་ཤེས་ནས་ཀྱང་ཆགས་ཞེན་གྱིས་སྤྲོ་བ་ངན་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བ་དང་། རང་གིས་ཇི་ཤེས་རྣམས་རང་ཉིད་གཅིག་ལས་བཟུང་བ་མིན་པར་རྒྱུད་ཐོག་ཉམས་ལེན་གྱིས་གཞན་ལ་འང་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་དགོས་སོ།།

ལེའུ་ཤ་པ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྱིན་ལས།

༡

སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དམ་བཅས་སྤྱགས་དམ།

༡ ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་བཞིན། སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་རྒྱུ་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད་པ་
དྲང་དུ་ལེན་ཞིང་། དེས་ཐིག་ལས་རྒྱུ་མར་སྦྱོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ངན་པ་བརྒྱུད་
མར་སྦྱོང་བ་དང་། འདོད་ཆགས་སོགས་འགོག་པའི་ཤེས་རབ་བམ་རྒྱས་པ་རྟེན་མ་གྲུབ་པ་དེ་
ལྟར་ལགས་པས། དེ་མ་གྲུབ་ཆེ་འཆང་ཇི་ལྟར་རྒྱུས།

སྤྱི་བོའི་རང་བཞིན་མཐའ་དག་ཁོང་དུ་རྒྱབ་ཅིང་། ལུས་ཅན་ཀྱང་ལ་མཉམ་པའི་སྤྱགས་
བརྟེན་བ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོར་ཡང་སྤྱགས་བཟོད་ཆེན་
པོས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཇིགས་པ་དང་སྤྱག་བསྐལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཇི་ལྟར་
ཡང་། བདག་གིས་བསྐྱབ་སྟམ་པའི་སྤྱགས་དམ་མཛད། སྤྱགས་དམ་འདི་ཉིད་ཕྱག་ལེན་དུ་
འགོལ་ཆེད་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་དུས་ཐོག་མེད་ནས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་གི་གཟུགས་སུ་
གཤམ་གསལ་སྤྱགས་དམ་རྣམས་མཛད་དོ།

(༡) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་པ་ལྟུང་བའི་སྤྱི་དུ་བདག་གི་ཞིང་
འདིའི་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གོ་འཕང་དེ་ཐོབ་སྟེ་བྱང་རྒྱབ་མངོན་དུ་མ་བྱས་པར་བདག་ནི་
སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༢) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་པ་ལྟུང་བའི་སྤྱི་དུ་བདག་གི་དེས་
དོན་གྱི་འོད་འདིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁྲོན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཁུབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་
མི་གནས་སོ།

(༣) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་བདག་ཉིན་ལོ་
དུས་བསྐྱད་མར་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་འཇིགས་པ་མ་སྦྱབས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་
སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༤) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ཕྱོགས་བཅུའི་
སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་འདུས་ཏེ་བདག་ལ་བསྐྱོད་བཀྱར་མ་མཛད་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་
བདེར་མི་གནས་སོ།

(༥) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ལུས་ཅན་རྣམས་
ཀྱིས་བཙོས་མིན་དང་པས་བདག་གི་མིང་ལན་བརྟུར་བཏོན་ཏེ་བདག་གི་ཞིང་འདིར་སྤྲར་ཡང་
སྦྱོར་བའི་ཚོལ་བ་དོན་ལྡན་ལ་མ་ཉུགས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༦) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ཕྱོགས་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ལུས་ཅན་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་བཙོས་མིན་གྱིས་དགེ་བ་སྦྱབ་ཅིང་བདག་གི་ཞིང་
དུ་སྦྱོར་བར་བཙོས་མིན་གྱི་མོས་པ་མ་སྦྱབས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ། དེ་ལྟར་
བྱུང་ན་ལུས་ཅན་དེ་དག་གི་འཆི་དུས་སུ་བདག་ཉིད་བྱང་སེམས་ཀྱི་འཁོར་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་དུ་
བདག་གི་དྲི་མེད་དག་པའི་ཞིང་དུ་བསུ་བར་བབྱེདོ།

(༧) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་སྦྱོར་བོ་རྣམས་
བདག་གི་མིང་ཐོས་པས་བདག་གི་དག་ཞིང་ཡིད་ལ་དུན་ཞིང་དེར་སྦྱོར་བར་འདོད་པའི་བཙོས་
མིན་གྱི་མོས་པ་སྦྱབ་པ་དང་དེའི་ཕྱིར་དུ་དང་དམ་དུག་པོས་དགེ་ཙམ་བསྦྱབས་ཏེ་རང་གི་འདོད་
པ་ཇི་བཞིན་གྲུབ་པ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༨) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྦྱབས་ཟེན་ཀྱང་། ཇི་སྲིད་འགྲོ་བ་
རྣམས་བདག་གི་དག་ཞིང་དུ་སྦྱོས་ནས་ཆོ་ཕྱི་མར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར།
བདག་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་མི་བྱེདོ། འོན་ཀྱང་དེ་མིན་པའི་སྦྱོས་བྱ་རྣམས་སོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

སོས་འགྲོ་བ་མང་པོའི་ཆེད་གོ་ཆའི་དམ་བཅའ་བཟུང་བར་བརྟེན། འཛམ་གླིང་ནི་བདེ་དང་
ཕན་བདེ་ལ་བཙོན་པར་འཇུག་པ་དང་། འགྲོ་བ་དུ་མ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འདྲེན་པར་
མཛད་པ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་བཞིན་པའི་གང་ཟག་དེ་རྣམས་དམིགས་
བསལ་ཡིན། (བདག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་འཕྲོ་བ་པར་མི་བྱའོ།)

(༩) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཁྱང་རི་སྤྱིང་དུ་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལུས་སེམས་ཀྱི་དགེ་བར་སྦྱོང་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདའ་བར་
བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བདག་གི་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་རྒྱུ་བས་འབྲེལ་བ་མ་
བྱུང་གི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༡༠) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟེན་ཁྱང་རི་སྤྱིང་དུ་ཕྱོགས་བཅའི་
སྤྱོད་པོ་རྣམས་བདག་གི་མིང་ཐོས་ཏེ་སྤྱོད་འཆིའི་བདེན་པ་རྟོགས་ཤིང་། འཇིག་རྟེན་འདོད་པ་དང་
སྐྱུག་བཟུལ་གྱི་དབྱས་སུ་གནས་ཁྱང་རང་སེམས་ནི་བདེར་བྱེད་པའི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཤེས་
རབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

དེས་ན་བདག་གིས་འདི་ལྟར་དམ་བཅའ་བྱེད་དེ། འདི་དག་མ་གྲུབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་
འཛང་རྒྱ་བར་མི་བྱ་ཞེས་དང་། བདག་ཆད་མེད་པའི་འོད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཞིང་
ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཤེས་རབ་དང་དགེ་ཚོགས་ཀྱི་མཛོད་འཛིན་ཅིང་སྤེལ་བར་
བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བཟུལ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་
ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་མཛད།

༢ ལྷ་མཚན་འདིས་སེམས་དཔའ་དེ་བསྐྱལ་པ་དུ་མར་གངས་མེད་པའི་ཚོགས་བསགས་
ཏེ་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་དམ། སངས་རྒྱུ་སྤྱང་བ་མཐའ་ལས་སུ་གྱུར། དེས་ནི་ཞིང་གང་
ཞིག་ན་ད་ལྟ་རང་ཉིད་ནི་བའི་དབྱིངས་སུ་བཞུགས་ཤིང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འོད་སྤྱང་བཀྱེ་

བའི་དག་པའི་ཞིང་དེ་ཉིད་ཀྱང་རྫོགས་པར་བྱས་སོ།

སྤྱག་པམལ་དང་བྲལ་བའི་དག་ཞིང་དེ་ནི་རབ་དུ་ཞི་བ་དང་བདེ་བ་ཡིན་ཞིང་། གོས་
དང་ཟས་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དངོས་རིགས་ཇི་འདོད་ཀྱང་བསམ་པ་བཞིན་དུ་རྟེན་པར་གྱུར་
ལ། གང་གི་ཆེ་འཇམ་ཞིང་བསིལ་བའི་རྒྱུད་གིས་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པའི་ཐུན་ཤིང་བསྐྱོད་པ་ན།
དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཕྱོགས་ཀྱན་དུ་ཁྲབ་སྟེ། གང་ཟག་སུ་དག་གི་རྟ་བར་གྲགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་དྲི་མ་དག་པར་བྱེད།

དག་པའི་ཞིང་འདི་ན་དྲི་བ་བཟང་བའི་མེ་ཏོག་པད་མ་མང་ཞིང་། མེ་ཏོག་རེ་རེ་ལའང་རིན་
པོ་ཆེའི་འདབ་མ་ཡངས་ཤིང་མཛེས་སྤྱག་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལངས་པས་བརྒྱན་ལ་པད་མའི་མེ་ཏོག་
འདི་དག་གི་འོད་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལམ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟེ་བོ་གང་དག་གིས་དམ་པའི་
ཆོས་ཀྱི་སྤྲུལ་དབྱངས་ཐོས་པ་དག་ནི་བདེ་བ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཆོགས་པར་བཀྱི་བར་བྱེད་དོ།

༣ དུས་དེང་། ཕྱོགས་བཅུའི་སམས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འོད་དཔག་དུ་མེད་ཅིང་ཆེ་
དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་འདིར་བཤགས་པ་མཛད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་རྟ་བར་སངས་
རྒྱུ་འདིའི་མཚན་གྲགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་བསྐྱེད་དེ་སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པར་འཇུར་ལ། དེ་ནས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དག་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་སྟེ་བར་གྱུར་རོ།

གང་དག་དག་ཞིང་དེར་སྟེས་པ་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དཔག་དུ་མེད་པའི་ཆེའི་ཆ་ཤས་
ཐོབ་སྟེ་ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་དུ་འཛོལ་ཞིང་། སེམས་ཅན་ཉམས་སྤང་པར་སྤྱིང་རྗེས་ཤུགས་དྲག་སྟེ་
ལ། དེ་ནས་རིང་མིན་ཐར་བར་བགྱོད་པའི་ལམ་མངོན་དུ་འཇུར་རོ།

ཐུགས་དམ་འདི་དག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་ངང་སྟེས་བྱ་དེ་དག་ནས་འཇིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་
ཆགས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དེ་དག་ལ་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་རྟོགས་ཤིང་། རང་གི་དགེ་ཅུ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

རྣམས་སེམས་ཅན་སྤྱལ་བཤལ་ལས་གོལ་བར་བཤོལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་འདིར་སྤྱེས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་མཉམ་དུ་དཀའ་ངལ་དྲང་ལེན་བཞིན་ཅིང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སེམས་ཅན་དེ་དག་འཛིག་རྟེན་གྱི་འཆིང་བ་དང་སྤེད་པ་ལས་གོལ་བར་དམིགས་ལ། སྤྱེས་བུ་དེ་དག་གིས་ནི་འཛིག་རྟེན་པའི་འཛོལ་བའི་དཀའ་ཆགས་དང་། བར་བགགས་ཇི་ཡོད་ཤེས་པ་མ་ཟད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྟེན་བ་ཆེན་པོའི་ཆད་མེད་རྒྱས་སྟོབས་ཀྱང་ཤེས་ཤིང་། དེ་དག་ནི་འདོད་པ་བཞིན་དུ་འགོ་འདྲུག་སོགས་བྱེད་རྒྱས་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྟེན་ཁྱབ་འོག་དུ་བསྐྱས་པའི་སེམས་ཅན་འབའ་ཞིག་གི་ལྷན་དུ་འགོགས་སོ།

དེས་ན། སྤྱི་བོ་སྤྱེད་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་འདོད་དཔག་མེད་འདིའི་མཆན་ཐོས་ནས་བཙོས་མིན་དྲང་བས་སངས་རྒྱུ་འདིའི་མཆན་འབོད་པར་བསྐྱལ་ནས་སྤྱི་བོ་དེ་དག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བྱམས་བརྟེས་འཛོལ། དེ་བཞིན་སྤྱི་བོ་ཐམས་ཅད་ནས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་ལ་གསུང་བམམ་གྱིས་ཇེས་སྤྱེད་འཇུག་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་བཞིན་པས་སྤྱི་ཡང་འཁོར་བའི་མེ་འོབས་སྤྱེ་རྒྱུད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། ཇེས་སྤྱེད་འཇུག་དགོས་སོ།

ཅི་སྤྱི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་དངོས་དོན་དུ་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་འདོད་ནས། སངས་རྒྱུ་འདིའི་བྱིན་མཐུ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། སོ་སྤྱི་རྣམས་ནས་རང་གི་རིགས་སང་པ་ཡང་སངས་རྒྱུ་འདིར་མ་བརྟེན་པས་ནི་གཏན་ནས་མི་སྤིད་དོ།

༄ སངས་རྒྱུ་འདོད་དཔག་མེད་འདི་ནི་སྤྱི་ལས་ཀྱང་ཐག་ཀྱང་དུ་མི་གནས་ལ། བདེ་བར་གཤེགས་པ་འདིའི་དག་ཞིང་ཡང་སྤྱིར་རྒྱལ་ཕྱོགས་སྤྱི་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་། གང་དག་ཅེ་གཅིག་དུ་དག་པའི་ཞིང་དེར་སྤྱི་བར་འདོད་པ་དག་གི་ཡིད་སྟོང་དུ་འང་འགྲུབ།

གང་དག་གིས་བཤིང་ཅིང་ཆགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འདིའི་གསེར་གྱི་སྤྱི་བརྟན་ཡིད་ལ་དྲན་པ་ནས། སྤྱི་བརྟན་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་བརྟན་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དུ་བྱས་ཤིང་། རྣམ་པ་རེ་རེ་ནས་

འོད་ཟེར་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་ཕྱོད་འཕྲོས་པས། འོད་ཟེར་རེ་རེས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མུན་པ་བསྐྱོད་ཅིང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཚན་ལྷགས་བཅོད་པའི་སྒྲེ་བོ་གཅིག་ཀྱང་མུན་ནག་དུ་མི་ལྷུང་བར་བྱེད་ཅིང་།
སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་ཐར་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་འབྱེད་ན།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱེ་བརྒྱན་མཇུག་པས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་དྲན་པའི་དྲན་པ་བསྐྱེད་
ལ། དེའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ནི་ཀུན་ལ་ཁབ་པའི་བྱམས་བརྩེ་དང་ལྷན་ཞིང་། དེས་ནི། འདི་ཉིད་མི་
ཤེས་པའམ། དྲན་པའམ། དེ་དག་ལ་དད་ཅིང་ཡི་རང་བའི་སེམས་ཅན་རིས་སྤྲུམ་བཅད་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ལ། གང་དག་དད་ཅིང་མོས་པ་དེ་དག་ལ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དང་དབྱེར་
མེད་གཅིག་དུ་འཕྱར་བའི་གནས་ཡོད་ལ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འདི་ཉིད་ཀུན་ཁབ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྷིན་
པར་བརྟེན་སྒྲེ་བོ་སྤྲུ་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འདི་ལ་མོས་ཤིང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་
འདིས་ཀྱང་གཟིགས་ཤིང་དེ་དག་གི་ཡིད་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་གོ།

དེ་དག་སྒྲེ་བོ་གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འདི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ལ་ནི་ཞི་ཞིང་དག་ལ་
བདེ་ཆེན་གྱི་ཚོས་ཀུན་ཚང་བའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་ཡོད་པའམ། ཡང་ན། འདི་ལྟར་བཅོད་
པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་གི་ཡིད་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྒྲེ་བོ་རེ་རེ་ནས་དྲི་མེད་
བཅོས་མིན་གྱི་དད་པའི་ངང་རང་གི་ཡིད་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་སྤྲུལ་པར་བྱེད་དགོས་
སོ།

ལ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞི་སྐྱེའི་རྣམ་འཕྱར་མང་ཞིང་སྤྲུལ་པའང་དུ་མ་ཡོད་ལ། སྒྲེ་བོ་བྱེ་བྲག་
གི་རུས་མཐུ་དང་འཚམས་པའི་རྣམ་པའང་དུ་མར་སྤྲུལ་རུས།

སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྐྱེ་ལྷུས་དཀར་སེང་གི་བར་སྒྲུང་དུ་འང་འཁྱོད་ཞིང་། རྣམ་རྣམ་མཁའི་
ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕེབས་པའི་ཕོངས་ཆེན་པོར་སྤྲུལ་ལ། ཤིན་དུ་སྤྲ་བའི་རང་བཞིན་དུ་འང་
རྣམ་པར་སྤྲུལ་ཏེ། རེས་འགར་ཤིན་དུ་སྤྲ་བའི་གཟུགས་དང་། རེས་འགར་ཤིན་དུ་སྤྲ་བའི་རུས་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

པ་དང་། རེས་འགར་ཤིན་དུ་ཕྱ་བའི་ཤེས་པ། གཞན་ཡང་རེས་འགར་ཤིན་དུ་ཕྱ་བའི་སློག་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཡང་རོལ་ལ། འོན་ཀྱང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་རུང་། དེས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཚན་ལྷགས་ལྟོ་བའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལ་བསྟན་ཞིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ནི་རྟག་དུ་བྱུང་སེམས་ཆེན་པོ་གཉིས་དང་ལྟན་དུ་སྤང་སྟེ། སྟོང་ཇི་འི་རང་གཟུགས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་བྱུང་སེམས་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་གཟུགས་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་པོ། གཞན་ཡང་གླིང་འདྲིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དེའི་རྣམ་སྤྱུལ་གྱིས་གང་ཡང་དད་ཅིང་དུང་བ་དང་ལྷན་པ་དག་འབའ་ཞིག་གིས་མཐོང་སྤང་དུ་ལྷུར་རོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དེའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་སྤྱུལ་མཇལ་བ་དག་ལ་གཏན་གྱི་བདེ་ཆོས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཐོབ་ཅིང་། གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དངོས་མཇལ་བ་དག་ལ་ནི་ཆད་གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཞི་བདེ་མངོན་དུ་འལྱར་རོ།

༦ ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཆད་མེད་བརྟེ་བ་དང་མཁྱེན་རུས་ཀྱིས་ཕྱག་པའི་ཐུགས་དེ་ཉིད་སྟིང་ཇི་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་སྦྱོབ་རུས། ཤིན་དུ་གཏུག་རྒྱུ་བ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པོ་གང་ཞིག་གིས་བསམ་དུ་མེད་པའི་ལས་ངན་སྦྱད་ཅིང་། གང་དག་གི་རྒྱུ་དུག་གསུམ་གྱིས་གོས་པ་སྟེ། གང་ཞིག་གིས་རླུན་དང་ངག་འཆལ་དང་། ཆོག་རྒྱུ་དང་། བྲ་སྤྱོད་བ་དང་། གང་ཞིག་གིས་སློག་གཅོད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྩིས་རྒྱུ་བ་དང་། འདོད་ལས་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། གང་དག་ཆེ་གང་ལས་ངན་ལ་སྦྱོད་དེ་འཁི་ཁར་སྟེའབས་པ་དག་ནི། ལོ་གངས་དུ་མར་སྤྱག་བསྐལ་མྱོང་བར་ངེས་སོ།

དེ་དག་ལ་ཆོས་གོགས་ཤིག་འོང་ནས་འདི་ལྟར་བཞེད་དེ། ཁྱེད་ནི་ད་ལྟ་འཁི་བར་ཉེ་བས་སྤྱི་ལྷན་གྱི་དུས་སྐབས་དེ་ནི་བསུབ་དུ་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་མཚན་ལྷགས་བསྐྱེས་བཞེད་ཀྱིས་དེའི་ཐུགས་བརྟེར་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་རུས། ཞེས་སྤྱོད་པས།

སྤྱི་ཤོག་དུག་རྩལ་ཅན་དག་གིས་སློ་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་
འདིའི་མཚན་ལྡན་བསྐྱེད་བཞེད་བྱེད་ན་བསྐྱེད་བའི་མཛེས་སྤྱན་རླུག་པོར་ལྷུང་བའི་སྤྱི་ལས་
ཐམས་ཅད་དག་པར་འགྱུར་བས་ན། མཚན་ལྡན་བཞེད་པ་ཅམ་དུ་མིན་པར་སངས་རྒྱུ་
འདི་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་སྐྱུབ་ལ་གནས་ན་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེས་ན་གང་དག་གིས་བྱིན་རུས་ལྡན་པའི་མཚན་ལྡན་འདི་བཞེད་པ་དག་ནི་འཆི་ཁར་
སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་དང་། བྱང་སེམས་སྤྱིང་རྒྱུ་རང་གཟུགས་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་
རང་གཟུགས་དག་གི་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔལ་དག་དང་མཇལ་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་དུ་བཀྱི་
བར་འགྱུར་ཞིང་། དེར་ནི་རྣམ་དག་པད་དཀར་དུ་འགྱུར་པར་འགྱུར་རོ།

རྒྱ་མཚན་དེས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ན་མོ་ཨ་མི་རྩ་བུ་རྩ་ཞེས་པ་ཡིད་ལ་བཞག་དགོས།
ཡང་ན། སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་ཅིང་ཆོ་ཡང་དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་ལ་ཅེ་
གཅིག་དུ་སློས་ལིངས་འགལ་གྱི་སྐབས་འགྲོ་བུ་དགོས་སོ།

ཁ

སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དག་ཞིང་།

༡ འོད་དཔག་དུ་མེད་ཅིང་ཆོ་ཡང་དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་ནི་འཆི་བ་མེད་པར་
རྟག་དུ་གནས་ཤིང་། རྟག་དུ་ཆོས་ཀྱི་འོད་སྤྱོད་བར་བྱེད་པས་དེའི་དག་ཞིང་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་
སྤྱན་པའི་གནས་མེད་ཅིང་། བདེ་བས་དུས་འདུག་པའི་ཞིང་དེར་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བཞེད་དོ།

ཞིང་དེའི་དབུས་ན་དྲངས་ཞིང་བསེལ་བའི་རྒྱུ་གང་བའི་མཚོ་གང་ཞིག་གི་རྒྱ་བས་དལ་
བུའི་རང་གསེར་གྱི་བྱེ་ཐང་དུ་རྒྱགས་པ་ཞིག་ཡོད། གཡས་གཡོན་དུ་ཁ་དོག་དང་ཤེལ་མདངས་
སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་མཛེས་ཤིང་། ཤིང་རྩེའི་འཁོར་ལོ་དང་ཆེ་རྒྱུང་མཉམ་པའི་མེ་དོག་པད་མ་དང་།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

དེ་ཡང་། སྔོན་པོའི་ཁ་དོག་ཅན་ལ་ལེས་མདངས་སྔོན་པོ་དང་། དེ་བཞིན་མེར་པོ་ལ་མེར་པོ་
དང་། དམར་པོ་ལ་དམར་པོ། དཀར་པོ་ལ་དཀར་པོ་དང་། རྩོན་ཐམས་ཅད་དྲི་བཟང་གི་དང་
ཀྱིས་གང་ནས་ཡོད་པ་དང་། མཚོ་མཐའ་འཁོར་དུ་ས་མཚོ་མི་འདྲ་བར་གསེར་དདུལ་དང་
བྲེལ་ཤེས་ཀྱིས་མཛེས་རྒྱན་བྱས་པའི་སྔོན་གྱར་ལུབ་པ་དང་། རྒྱུ་འཁྱུགས་སུ་རྟོག་མ་རུ་པ་
ལས་བྱས་པའི་བབས་སྟེགས་དང་། མཚོའི་སྟེང་དུ་རྩ་བ་དང་ལག་བཟུང་དག་གིས་སྐྱེང་བའི་
ཡོལ་བ་དང་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་པའི་དྲ་བས་གཡོགས་གིང་། བར་དཀྱིལ་དུ་སྒྲུན་གིང་དང་མེ་
ཏོག་ཅན་གྱི་གིང་གི་སྐྱེས་མོས་ཚལ་ཡང་ཡོད།

ས་གཞི་འཛོར་ཞིང་རྩུང་ཡང་གཡོ་ལྷེས་འཚམས་པ་དང་། ཉིན་མཚན་ཀྱན་དུ་ནམ་
མཁའ་ལས་ཚོན་མདངས་བཀྲ་ཞིང་ཡང་བའི་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་ཚར་དུག་ལྷངས་གིང་། དེ་
དག་སྐྱེ་བོ་ནམས་ནས་རུབ་རུབ་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་གཞན་དུ་འང་འཁྱེར་ལ་བཟང་སྟོང་
ནང་སྒྲགས་ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རབ་འབྱམས་ལ་མཚོད་པར་བྱེད།

༢ ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་ཞིང་འདི་ནང་བྱ་བྱེའུ་མང་ཞིང་དཀར་མདངས་ཆེ་བའི་ཁུང་ཁུང་
དང་། ངང་པ། ཉམས་མདངས་ཐུན་པའི་མ་བྱ་དང་། ལྷ་ཡུལ་གྱི་གོང་གླིང་གི་བྱ་དང་།
གཞན་ཡང་བྱེའུ་འཛོགས་ཆེ་ལ། དེ་དག་གིས་ཉམས་དལ་ཞིང་དགའ་བའི་ངང་སྐྱ་དབྱངས་
སྒྲིག་ཅིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་དང་། དེའི་ནམ་དཀར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བསྟོད་
དབྱངས་སྒྲིག་གོ།

སྐྱ་དབྱངས་འདི་དག་སྐྱས་ཐོས་སམ་ཉན་པས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་ཐོས་པ་དང་
མཉམ་པ་མ་ཟད། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་གནས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་དག་གང་ཙོང་
མེད་མཐུན་པར་གནས་ཐོག་རང་རྒྱུད་ལ་བཙུག་མིན་གྱི་དད་པ་དང་། དགའ་བདེ་གསལ་དུ་
སྐྱེའོ།

གཞན་ཡང་ཤིང་ཚོགས་དེའི་བསིལ་གྱི་བ་དུ་འཇམ་རྒྱུ་དང་བུས་བསྐྱོད་པས་སྔོན་གྱར་
དེ་དག་གི་གྱི་བ་ཡོལ་གཡོ་བར་བྱེད་དེ་སྟན་པའི་དབྱངས་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱོད་ཅིང་། ལྷ་
གནས་ཀྱི་སྟན་དབྱངས་འདི་དག་གི་བྲག་ཆ་ཐོས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས། དེ་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱུས་
དང་ཚོས་དང་། དག་འདུན་དུན་པའི་དུན་ཤེས་སྐྱེ་ལ་ཕུན་ཚོགས་འདི་དག་ནི་དག་ཞིང་འདིའི་
གནས་རྒྱུ་དཔྱད་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་མོ།

༣ འོ་ན། ཞིང་འདིར་སྤང་བའི་སངས་རྒྱུས་འདི་ཉིད་ལ་འོད་དཔག་དུ་མེད་པ་དང་། ཚོ་
དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུས་ཞེས་པའི་མཚན་གྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་འབོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡོད་དེ།
དེའི་ཚོས་སྐྱེའི་གཟེ་འོད་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དག་གི་ཕྱི་ནང་གི་མཐས་གཏུགས་བར་དུ་གསལ་
ཞིང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བརྩེ་བ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་བ་གངས་སུ་མེད་ཅིང་བསྐལ་པའི་བར་
དུ་འགྱིབ་པ་མེད་པར་གནས་པའི་ཕྱིར།

རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། དག་ཞིང་དེར་སྐྱེས་ནས་བྱང་རྒྱ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་
སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་གངས་གཞལ་དུ་མེད་པ་དང་། དེ་དག་སྤྲུང་ཡང་། ལས་དབང་གི་འཆི་བ་
དང་འབྲུལ་བའི་གྲིང་འདིར་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བ་མ་ཟད། སངས་རྒྱུས་དེའི་གསུང་གི་འོད་ཟེར་
གྱིས་འཁོར་བའི་ཚོས་ཉིད་མཐོང་བའི་སྤང་བ་གསར་པ་ཐོབ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡང་གངས་མེད་པས་
སོ།

དེས་ན། སྐྱེ་བོ་སུ་ཡིན་རུང་སངས་རྒྱུས་དེའི་མཚན་ལྡན་ཅེ་གཅིག་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
དང་། འཆི་ཁར་ཉིན་ཞག་བདུན་གྱི་རིང་ངམ་ཡང་ན། ཉིན་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་བཅོས་མིན་
དད་པའི་ངང་དེའི་མཚན་ལྡན་བརྒྱུས་བརྩོད་ལ་གཞིལ་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན།
སྤྲུང་ཅིག་མ་ཐར་སངས་རྒྱུས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབྱུ་འཕྲིད་པའི་དམ་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དག་དུ་དྲངས་པར་འགྱུར་ཞིང་། གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུས་འོད་དཔག་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

མེད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་ཤིང་། དེའི་བསྟན་པར་དད་པ་དང་དྲང་བ་འཕེལ་བ་དག་ནི་རིང་པོར་མི་
ཐོགས་པར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཚྷགས་བྱང་ཐོབ་པར་རྒྱས་སོ། །