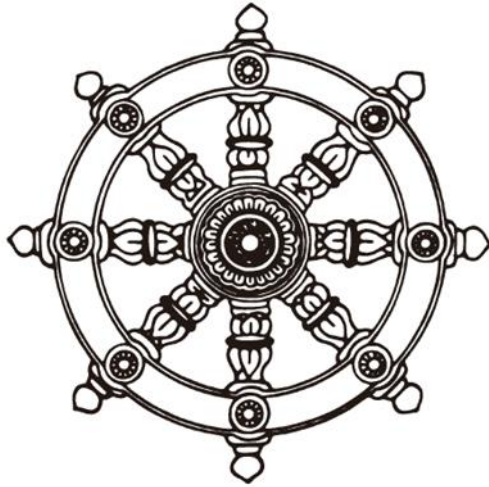


སངས་ཀྱི་ཞལ་གདམས།



## ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ།

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཟེར་མི་འདི་ ལེགས་སྐྱུར་ནང་རྣམ་ཅན་ཟེར་མི་དང་ དོན་དག་ཅོག་  
འཐད། ཤིང་རྟེན་འཁོར་ལོ་དང་འདྲ་བའི་ རྟགས་འདི་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་ ས་ཕྱོགས་གར་  
ནང་ལུ་ དུས་རྒྱུན་ཚད་མེད་པར་ རྟག་པ་རྒྱུན་དུ་དར་བའི་བད་དོན་དང་། འཁོར་ལོ་གི་རྩིབས་  
བརྒྱད་ཡོད་མི་འདི་ ག་ནི་ལས་ཡང་གལ་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་འཕགས་ལམ་ཡན་ཡག་བརྒྱད་ཀྱི་བད་  
དོན་ཨིན། འཕགས་ལམ་ཡན་ཡག་བརྒྱད་ཟེར་མི་འདི་ 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་རྩོལ་བ།  
ཡང་དག་པའི་དྲན་པ་དང་ ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛོན་ཚུ་ཨིན། ཉེ་མ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་དང་ སྐུ་  
བརྟན་གཞན་ཚུ་མ་ཐོན་པའི་ཉེ་མ་ ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འདི་ ཕྱག་མཚོད་ཀྱི་རྟེན་འབད་ཆ་བཞག་ལུག་  
ད་རེས་ནངས་པ་ ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འདི་ སྤྱིར་བཏང་འཛོམ་སྤྲིང་ནང་ བཟང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྟོགས་  
མཚན་བཟུམ་ཅོག་འབད་ ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན་ནོ། །

Copyright © 1999, 2023 by **BUKKYO DENDO KYOKAI**

དཔེ་དབུ་འདི་ནང་ལས་ བཅ་ཚན་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ གནང་བ་མེད་པར་ལུང་འདྲེན་འབད་  
ཚོགས་ཨིན་རུང་ ནང་པའི་སྟོན་བ་གོང་འཕེལ་ལྗེ་ཚོགས་ (བུཾྲོཾ རེན་དོ་ ཀྲོཾ་ཀའི) རོ་ཀཱ་ཡོ་ལུ་  
ཡོད་མི་འདིའི་ ངོ་སོ་འདྲེན་ཏེ་ འདྲ་བཤུས་ཅིག་ང་བཅས་ལུ་བཏང་གནང་བར་ལྷ།

## **BUKKYO DENDO KYOKAI**

(Society for the Promotion of Buddhism)

(ནང་པའི་སྟོན་བ་གོང་འཕེལ་ལྗེ་ཚོགས་)

3-14, Shiba 4-chome,

Minato-ku, Tokyo, Japan, 108-0014

Phone: (03) 3455-5851

Fax: (03) 3798-2758

E-mail: [bdk@bdk.or.jp](mailto:bdk@bdk.or.jp) <https://www.bdk.or.jp>

Second edition, 2023

Printed by

KOSAIDO NEXT Co., Ltd.

Tokyo, Japan

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུམ་ཟབ་ཅིང་ རྒྱ་ཆེ་བ་  
དང་ རྙིང་རྗེས་ཆེན་པོས་ ཡོངས་སུ་གང་བའི་ཕྱགས་རྒྱད་དང་ལྡན་པ་ཅིག་ཡིན། །

སངས་རྒྱལ་ལྷ་གཞུགས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་ཅུང་ ལྷུལ་པའི་གཞུགས་བརྟན་ག་ཅི་ལྷ་  
ཡང་ཤར་ཏེ་ ཁོ་གི་ཕྱགས་རྒྱད་རྙིང་རྗེས་ཆེན་པོས་ ང་བཅས་འགོ་བ་ལེམས་ཅན་ཚུ་ ཡར་  
འདྲེན་མཛད་གནང་དོ་ཡིན། །

དབེ་དེབ་འདི་གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན། ག་ཅི་སླེ་བེར་བ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་  
རབ་པོ་སྟེ་ལྷ་སྟོང་ལྷག་ཅམ་ཅིག་ནང་ཡོད་མི་གི་ དོན་སྟོང་ཚུ་བཏོན་མ་ཡིན། །གསུང་རབ་  
དེ་ཚུ་ ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་གྱི་རིང་ལྷ་ འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་དང་གླིང་ག་ར་ནང་  
བར་མཚམས་མེད་པར་བྱབ་སྟེ་ མི་ཉམས་འཛིན་སྲུང་ཐོག་ལས་བརྒྱད་དེ་ ལྷུང་ལྷུང་མ་  
ཡིན་མས། །

དབེ་དེབ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དེ་ཚུ་ འགོ་བ་མིའི་མི་ཚོ་ག་ར་  
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་ འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྡན་པ་ཅང་ཅ་ར་ཡིན་ནོ། །

ཚོས་ཀྱི་ཚོགས་སྲུ་བཅད་པ།

འདི་ན་ནམ་ཡང་ཁོ་བ་ཡིས། །དག་རྣམས་ཞི་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་། །  
ཁོ་བ་མེད་པས་ཞི་བར་འགྱུར། །འདི་ནི་གཡུང་རྒྱུ་ཚོས་ཡིན་ནོ། །

རླུན་པོར་སེམས་པའི་རླུན་པོ་ནི། །དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན། །  
རླུན་པ་མཁས་པར་དྲེགས་པ་དེ། །ངེས་པར་རླུན་པོ་བྱ་བར་བརྗོད། །

སྟོང་ཕྲག་སྟོང་གི་མི་རྣམས་ནི། །གང་གིས་གཡུལ་དུ་ཕམ་པ་བས། །  
བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཕམ་བྱས་པ། །དེ་ན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་མཚོག། །

བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་མ་མཐོང་བར། །ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་འཚོ་བ་ལས། །  
བདུད་རྩིའི་གོ་འཕང་མཐོང་བ་ནི། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཚོ་བ་མཚོག། །

མི་ཉིད་རབ་ཏུ་འཐོབ་དགའ་སྟེ། །འཚི་བར་ངེས་རྣམས་གསོན་པར་དགའ། །  
དམ་པའི་ཚོས་ནི་ཐོས་པར་དགའ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བར་དགའ། །

ཐྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །དགོ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱ། །  
རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བརྟན་པ་ཡིན། །

བྱ་ཡིས་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །པ་ཡིས་མ་ཡིན་གཉེན་གྱིས་མིན། །  
འཚི་བས་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། །རྩ་ལག་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་པ་མིན། །



# བཙུན་དོན།

## རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ།

ལེའུ་དང་པ།	སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ལ། .....	2
༡	སངས་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་མཐུན། .....	2
༢	སངས་རྒྱལ་གྱི་ལོ་ལོ་མཐུན་མཐུན་ལ། .....	10
ལེའུ་གཉིས་པ།	ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ། .....	14
༡	སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་བཙུན་དང་དམ་བཅའ། .....	14
༢	སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་དང་གཞན་ཐར་པ་གྲོལ་ཞེ་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས། .....	18
༣	སྐྱེ་འཆི་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ། .....	22
ལེའུ་གསུམ་པ།	སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་དང་ཡོན་ཏན། .....	25
༡	སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག། .....	25
༢	སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་ལྷན་ལྷན། .....	29
༣	སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན། .....	32

## དམ་པའི་ཚེས།

ལེའུ་དང་པ།	རྒྱ་འབྲས། .....	38
༡	འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི། .....	38
༢	རྒྱ་འབྲས། .....	41
༣	རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚེས། .....	43
ལེའུ་གཉིས་པ།	སེམས་ཚམ་པའི་གྲུབ་མཐུན་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས། .....	46
༡	མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ། .....	46
༢	སེམས་ཚམ་པའི་གྲུབ་མཐུན། .....	49

ག	དངོས་པོའི་གནས་ལུགས། .....	52
ང	དབུ་མའི་ལམ། .....	56
ལེའུ་གསུམ་པ།	སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན། .....	63
ཀ	རྣམ་པར་དག་པའི་སེམས། .....	63
ཁ	སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས། .....	68
ག	སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད། .....	72
ལེའུ་བཞི་པ།	སྐྱིབ་པ། .....	76
ཀ	འགྲོ་བ་མའི་སྐྱིབ་པ། .....	76
ཁ	འགྲོ་བ་མའི་རང་བཞིན། .....	82
ག	འགྲོ་བ་མའི་ལུས་རྟེན། .....	84
ང	འགྲོ་བ་མའི་གཤིས་ལུགས། .....	89
ལེའུ་ལྔ་པ།	སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛོད་པ་སྤེན་ལས། .....	94
ཀ	སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ལུགས་བསྐྱེད། .....	94
ཁ	སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་ཁམས། .....	101

### ཉམས་སུ་ལེན་ཐངས།

ལེའུ་དང་པ།	སྐྱིབ་པ་སྐྱུང་ནི་གི་ཐབས་ལམ། .....	106
ཀ	སེམས་གྱི་སྐྱིབ་པ་སྐྱུང་ཚུལ། .....	106
ཁ	ཡ་རབས་གྱི་སྐྱོད་ལམ། .....	113
ག	གཏམ་རྒྱུད་ལས་དྲངས་པའི་ཞལ་གདམས། .....	123
ལེའུ་གཉིས་པ།	ཉམས་རྟོགས་གྱི་ལམ། .....	135
ཀ	བདེན་པ་འཚོལ་བ། .....	135
ཁ	ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས། .....	146
ག	དད་པའི་ལམ། .....	157



ང ཞལ་གདམས་ཟབ་མོ། .....163

### འཕགས་པའི་དགོ་འདུན།

ལེའུ་དང་པ། དགོ་འདུན་པའི་ལྷ་འགན། .....172

ཀ རབ་ཏུ་བྱུང་མི།.....172

ཁ སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་གིས་པ།.....177

ག དང་བདེན་གྱི་མི་ཚའི་ལམ་སྟོན།.....186

ལེའུ་གཉིས་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རྒྱབ་ཚུལ། .....197

ཀ དགོ་འདུན་གྱི་མཐུན་འབྲེལ།.....197

ཁ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས། .....205

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་འདིའི་ཁྱད་སྲོལ་གསུགས་ས། .....210

### སྟན་ཐབས།

ཀ རང་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱུང་རབས་མདོར་བསྟུས།.....222

ཁ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བབས་ཚུལ།.....232

ག སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་དཔེ་དེབ་འདིའི་བྱུང་ཚུལ། .....236

ང རྗེས་འདི་རང་སྐད་བསྟུང།.....239

ཅ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་དཔེ་དེབ་འདིའི་ཟུར་དེབ།.....240

ཆ ལེགས་སྦྱར་སྐད་ཀྱི་མིང་ཚོག་འགྲེལ་བཤད།.....247

### ནང་བསྟན་གོང་འཕེལ་སྡེ་ཚོགས།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་དཔེ་དེབ་འགྲེལ་སྡེལ།.....255

