

དམ་པའི་ཚོས།

ལེབ་དང་པ།

རྒྱ་འབྲས།

༡

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི།

༡. འཇིག་རྟེན་འདི་ག་རང་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་གང་གང་མ་ཅིག་ཡིན། རྩེ་ནི་འདི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། རྩེ་ནི་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། རྩེ་ནི་དང་ཤི་ནི་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། རྩེ་ནི་དང་མ་དགའ་བའི་མི་དང་འབྲུད་ནི་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། རྩེ་ནི་དང་ཁ་འབྲུལ་འགྲོ་ནི་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། རྩེ་ནི་མཚོ་དོན་འབྲུབ་མ་ཚུགས་མི་འདི་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན། འཇིག་རྟེན་ནང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་རང་འདོད་ཆགས་དང་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་སྤྱོད་ལྟེ་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་མི་འདི་ལྟ་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

འགོ་བ་མའི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་རང་འདོད་པའི་ལུལ་གཟུགས་ལྟ་ཆགས་པ་དང་འཇིག་རྟེན་འབྲུལ་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་པར་བརྒྱུད་བའི་སེམས་འདི་ལྟ་སྤྱད་ཡིན། དེ་བརྒྱུ་སྤྱོད་འདོད་ཆགས་དང་འབྲུལ་སྤྱད་རྒྱུ་གི་འབྲུང་ལྷུངས་བཏགས་ཤིང་དབྱེད་དེ་བཏགས་ད་མཐར་ཐུག་མ་རིག་ཚོངས་པའི་རྩ་བ་ལྟ་སྤྱད་ཡིན། དེ་གིས་འབད་འདོད་ཆགས་དང་ཞེན་སྤྱད་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཚོ་རབས་ལས་ཚོ་རབས་བརྒྱུད་དེ་ཐ་ན་ཚོ་སྤྱོད་རྒྱུ་འོང་མི་འདི་ལྟ་ཀྱང་འབྲུང་གི་བདེན་པ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

ག་དམ་ཅིག་འབད་མི་གི་བརྒྱུད་ལྟ་ཡོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤྱད་གི་ཉོན་མོངས་པའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་འདི་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་ཅིན་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྲུང་མི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ག་རང་ཟད་དེ་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱུ་ཆད་དེ་འགྲོ་ནི་ཡིན་མ་ལས་འདི་ལྟ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

སྤྱད་བསྐྱེད་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་དགོ་པ་ཅིན་ལམ་གཅིག་ལྟ་བུ་བསྟེན་དགོས་ཡིན། ལམ་འདི་ལྟ་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ཟེར་ཡོད་མི་འདི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་དག་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ། ཡང་དག་པའི་དྲན་བ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་དེ་འཇོན་དང་

བརྒྱུད་ཡིན། འདི་ལུ་ ལྷན་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་མེད་གཏང་ནི་གི་ཐབས་ལུ་ ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཟེར་
སྐབ་ཡིན།

འགྲོ་བ་མི་རིག་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ བདེན་པ་འདི་རྒྱ་སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་པ་ཡིན།
ག་ཅི་སླེ་ཟེར་བ་ཅིན་ འཇིག་རྟེན་འདི་ལྷན་བཟུལ་གྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷན་བཟུལ་དེ་ལས་
ཐར་དགོ་པ་ཅིན་ ལྷན་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པའི་ཐག་པ་གཅད་དགོས་ཡིན། སྲིད་པའི་
འདུན་པ་དང་ལྷན་བཟུལ་མེད་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་འདི་ འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་
བརྒྱུད་རྒྱུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་པ་ནི་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལས་བརྟེན་ཏེ་མ་གཏོགས་ ཐོབ་མི་
རྒྱུགས་དོ་ཡིན།

༢. བྱང་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་ནི་ལུ་ དོན་གཉེར་བསྐྱེད་མི་ག་ར་གིས་ འཕགས་པའི་
བདེན་པ་བཞི་ཟེར་མི་འདི་ཤེས་དགོས་ཡིན། འདི་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ འཁོར་བའི་འཇུག་རྣམས་ནང་
ལུ་ལྷན་བཟུལ་རྒྱུགས་ནི་མེད་པར་ལྷོད་སྟེ་ལུས་ནི་དང་ འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་གི་གནས་
ལུགས་རྒྱུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་མི་རྒྱུ་ལུ་ བྱང་རྒྱལ་གོ་འཕང་གི་མིག་ཏོ་ཐོབ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཟེར་སྐབ་
ཡིན།

འདི་འབད་ལྷན་ལས་ སངས་རྒྱས་གྱི་བརྟན་པའི་སྐོར་ལུ་ རྒྱགས་འདོད་ཡོད་མི་རྒྱ་གིས་
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལུ་སེམས་རྩེ་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་དེ་ དེ་གི་སྐོར་ལས་ལེགས་ཤོམ་འབད་
ཤེས་ནི་ལུ་བཙོན་དགོས་པ་ཡིན། ག་དེམ་ཅིག་འབད་ དྲང་སྲོང་འདི་དོ་མ་གཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་
དེ་གིས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཤེས་པ་མ་ཚང་ གཞན་ལུ་ཡང་དེ་གི་སྐོར་ལས་སྟོན་བྱིན་མ་
ཡིན།

སྐྱེ་བོ་གཅིག་གིས་ འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལེགས་ཤོམ་འབད་རྟོགས་རྒྱུགས་པ་ཅིན་
འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ཉམས་སུ་སྤངས་ཏེ་ ཞེན་ཆགས་སྤངས་རྒྱུགས་པ་ལས་ ཞེན་
ཆགས་འདི་མེད་པ་ཅིན་ མི་འདི་གིས་འཇིག་རྟེན་དང་འཐབ་རྩོད་མི་འབད། སེམས་ཅན་གྱི་
སྲོག་མི་གཙོད། མ་བྱིན་པར་མི་ལེན། འདོད་པའི་ལོག་པར་མི་གཡེམ། གཡུ་རྒྱ་དང་མགུ་བསྐོར་མི་
རྒྱལ་སེར་རྣམས་དང་སྤོག་མི་བསྐྱེད། རྒྱུན། སྤུ་མ། ང་ལྷན་ཚོགས་རྒྱལ་གཞི་སེམས་ལ་སོགས་པ་ག་
ནི་ཡང་འབད་དགོས་པ་མི་འཐོན། དེ་མ་ཚང་ འཇིག་རྟེན་དང་ལུས་རྟེན་འདི་མི་རྟག་པའི་རང་

རྒྱ་ལྟུང་།

བཞིན་ཞིན་མི་འདི་ཡང་ སེམས་ལས་མ་བརྗེད་པར་ དུས་ནམ་རང་འབད་ཅུང་ཚུལ་མེན་གྱི་ལྷ་
འབད་ནི་ལས་འཛོམ་ཞིན།

༣. འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་བསྟེན་ནི་འདི་ དཔེར་ན་ བྱིས་གནག་དུང་ནང་ལྷ་
འགྲོམ་ད་ ལག་པར་མེ་ཆགས་འབག་སྟེ་འགྲོ་དོ་བཟུམ་ མེ་དེ་གིས་ གནག་དུང་ག་རང་གསལ་ཏེ་
བྱིས་འོད་གྱིས་གང་ཚུགས་པ་བཟོ་ཞིན།

བདེན་པ་བཞི་གི་གནས་ལུགས་ཤེས་ཏེ་ འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཉམས་སུ་ལེན་
མི་སྐྱེ་བོ་ཚུ་ལྷ་ རྗེས་པའི་སུན་ནག་སེལ་ཚུགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་འོད་ཡོད་མི་ཞིན། །

སངས་རྒྱལ་གྱིས་ འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་རྒྱུང་མ་གཅིག་སྟོན་ཏེ་ འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་
ཐར་པའི་ལམ་ལྷ་འདྲེན་མ་ཞིན། འདི་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཤེས་མི་ཚུ་གིས་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་
ཐོབ་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ ཁོང་གིས་ གཞན་ཚུ་ཡང་འཁོར་བ་ལས་སྦོལ་ནི་ལྷ་ལམ་སྟོན་འབད་
ཚུགས་པ་ལས་ གཞན་གྱིས་སྟོ་གཏད་དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ཚུགས་པ་འགྲོ་ཞིན། བདེན་པ་བཞི་གི་
ནམ་གཞག་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་རྟོགས་ཚུགས་པ་ཅེན་ མིད་པའི་བདེ་བ་ཚུ་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཚུ་
ག་རང་ ལྷ་མ་འགྲོམ་ཞིན།

བདེན་པ་བཞི་ཉམས་སུ་སྐྱངས་པའི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་མི་ཚུ་གིས་ བདེན་པ་
གཞན་དང་ཚོས་གྱི་གནད་དོན་ཚུ་ག་རང་ཤེས་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཐོབ་སྟེ་
འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་གཞན་ཚུ་ལྷ་ཡང་ དམ་པའི་ཚོས་སྟོན་ཚུགས་པའི་ ལྷོགས་ཀྱུབ་ཅན་ལྷ་འགྲོ་
ནི་ཞིན་ནོ། །

ཁ

རྒྱ་འབྲས།

༡. འགོ་བ་མིའི་སྐྱུག་བསྐལ་ག་རང་ལུ་རྒྱ་རྒྱུན་རེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ཚུ་སྤང་ནི་གི་ཐབས་ལམ་
ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ འཛིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་དངོས་པོ་ཚུ་ག་རང་ རྒྱ་
རྒྱུན་ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་འཛོམས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་གཅིག་ཡིན། རྒྱ་དང་རྒྱུན་
དེ་ཚུ་གྲུར་ཏེ་མེད་པ་འགྲོམ་ད་ དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ཡང་མེད་པ་འགྲོམ་ཡིན།

ཆར་བ་རྒྱབ་ནི་ རྒྱང་མ་འཕུར་ནི་ ཚའི་སྐྱུག་ཀྱ་རྒྱུག་ནི་ ལོ་འདབ་རྒྱས་ནི་ རྒྱང་གིས་སྤར་ནི་
ལ་སོགས་པ་ཚུ་ག་རང་ རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་ཡིན་མ་ལས་ རྒྱ་དང་
རྒྱུན་ཚང་ཉིང་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དེ་ཚུ་བྱུང་ནི་དང་། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཟད་པའི་སྐབས་ལུ་ དེ་ཚུ་ཡང་
ཟད་དེ་འགྲོ་ནི་ཡིན།

མི་ཅིག་ལུ་ཆ་བཞག་རུང་ རང་གི་ཕམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱེས། རྩོམས་ཀྱི་ན་ཚད་གསོ་
ནི་དང་། ཉམས་སྤོང་དང་སློབ་སློང་གིས་ རྩོམ་ལུ་རྒྱས་པ་ཡིན།

འདི་འབད་མ་ལས་ ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ཆ་རང་ རྒྱ་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཚད་
རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་འགྲུར་བ་དང་བསྐྱེན་ཏེ་ འགྲོམ་ཡིན།

རྒྱུད་པའི་དུམ་འདི་ མདུད་པ་ལེ་ཤ་མཐུད་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་མ་བཞིན་དུ་ འཛོམ་
སྤང་གི་དངོས་པོ་ཡོད་ཚད་ག་རང་ མཐུད་འབྲེལ་འབད་མི་རྒྱ་རྒྱུན་ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་ འཛོམས་
པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་སྤྲོ་མེན་པར་ མི་གཅིག་གིས་ དུམ་གི་དུ་མིག་དེ་ཚུ་གཞན་
དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་སོ་སོའི་རང་དབང་གིས་བྱུང་བྱུང་མ་ཡིན་ཟེར་མཚོ་བ་ཅིན་ དེ་འབྲེལ་
བ་ཡིན།།

དུམ་ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་འདི་རང་ དུ་མིག་ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་མཐུད་འབྲེལ་འབད་དེ་ཡོད་ནི་
འདི་གིས་ཡིན་མ་དང་ དུ་མིག་རེ་རེ་ལུ་ས་སློ་རེ་དང་ དུ་མིག་གཞན་དང་མཐུད་འབྲེལ་གྱི་ལུ་
འགན་རེ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱ་ལྷན་པ་

༡ མེ་རྟོག་འདི་ རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་གོ་རིམ་ཚངམ་ད་ལས་བཟུལ་ ཤར་ནི་མེད་པ་ཨིན། ལོ་འདབ་
རྒྱུང་གིས་གཡོ་ནི་འདི་ཡང་ རྒྱ་རྒྱུན་ལེ་ཤ་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཨིན། མེ་རྟོག་འདི་ རྒྱ་དང་རྒྱུན་
མེད་པར་ རང་དབང་གིས་ཤར་ཤར་སྤྲོ་མེན། ལོ་འདབ་རྒྱུ་ཡང་ རང་བཞིན་གྱིས་ས་ཁར་བུད་
བུད་སྤྲོ་མེན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ དངོས་པོ་ག་རང་ལུ་ འབྲུང་ནི་དང་ ཐལ་ནི་གི་དུས་སྐབས་ཡོད་པ་ལས་
ག་ནི་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པའི་རང་དབང་ཅན་མེན་ལོ།

དངོས་པོ་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་རང་ཨིན་རུང་ སོ་སོའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལེ་ཤ་གཅིག་ཁར་འཇོམས་པ་
ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུངམ་ལས་ རྒྱ་དང་རྒྱུན་དེ་ཚུ་ཟད་པའི་སྐབས་ལུ་ དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ག་རང་མེད་
པར་འགྱུ་ནི་འདི་ འཁོར་བའི་རང་བཞིན་ཨིནམ་ལས་ ག་རང་འགྱུར་འགྱུ་ནི་མ་གཏོགས་ མ་
ཞིག་པར་རྫོད་པའི་གནས་མེད་དོ།

ག རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ།

༡. འགོ་བ་མིའི་སློབ་འགྲུབ་དང་ ལྷ་འདོད་ཀྱི་གདུང་བ་ ལྷུག་སྐད་ཤོར་ལོ་དང་ ལྷ་གཟུགས་གྱི་
ལྷུག་བསྐྱེད་དང་ སེམས་གྱི་ཚ་གྲུང་ཚུ་ ག་སྟེ་ལས་བྱུང་མ་སློབ་? དེ་ཚུ་མི་ཚུ་གི་མ་རིག་ཚོངས་པ་
དང་ བདག་འཛིན་གྱི་སློབ་སེམས་ལུ་བྱུག་པ་མེན་ནམ།

ཨིན་ཅུང་མི་ཚུ་འདོད་པའི་ཉམ་བཞོང་སྟེ་ རྒྱ་ལོར་དང་གཏམ་སྟོན་གྲགས་ བདེ་བ་དང་
སྦྱིད་ཉམས་ སློབ་ཉམས་དང་བག་མེད་གྱི་དབང་ལུ་ཤོར་ཏེ་ མིའི་ལྷུག་བསྐྱེད་ག་རང་དེ་ཚུ་ལས་
བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་མ་ཨིན་ཅུང་ འདི་རང་གིས་མ་ཤེས་པར་ལུས་དོ་ཨིན།

འཇམ་སྐྱིང་འདི་ ལུས་ཏེ་མ་ལས་རང་ རྒྱུན་ལྷན་གཅིག་ལུ་གཉིས་ལུ་གྱིས་གང་བའི་གུ་
ལུ་ ད་ཅུང་ བཀག་མ་ཚུགས་པའི་ན་ལོ་དང་ཤས་ལོ་ ཤི་ལོ་ཚུ་གི་ལྷུག་བསྐྱེད་མང་རབས་ཅིག་
ཡོད་པ་ཨིན།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ དེ་ཚུ་ མི་གཅིག་གིས་ མཉོ་བསམ་ཞིབ་ཞིབ་བཏང་སྟེ་བཟུ་བ་ཅིན་
ལྷུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཚ་བ་ བདག་འཛིན་དང་ཞེན་ཆགས་ཨིན་མི་འདི་ཤེས་ཚུགས་པ་མ་
ཚང་ དེ་བཟུམ་གྱི་བདག་འཛིན་དང་ཞེན་ཆགས་འདི་སྤང་ཚུགས་པ་ཅིན་ མིའི་ལྷུག་བསྐྱེད་ཡང་
རྒྱུན་ཚད་དེ་འགྲོམ་ཨིན།

མ་རིག་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་ མི་ཚུ་གི་རྒྱུད་ཉོན་ཚོངས་པ་གིས་གང་མ་ཨིན།

དེ་ཚུ་ མི་ཚུ་གིས་རྒྱ་རྒྱུན་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམ་ཤོ་བའི་སློབ་གྱིས་འབྱུང་མ་ཨིན།

མ་རིག་པ་དང་སྲིད་པ་ལས་ ཚུལ་མེན་གྱི་རེ་འདོད་གྱི་སློབ་སློབ་སྦྱོར་ཏེ་ ཐོབ་ནི་མེད་པའི་
དམིགས་ལུ་འདོད་ལུ་ མི་ཚུ་ལུ་གསོ་དུམ་དྲ་ཅིག་ཡང་མེད་པར་ ལྷུག་དུང་ནང་ལུ་མཁྱེད་འཁོར་
ཏེ་ དཀའ་ངལ་གྱི་ནང་རང་སྲོད་དགོས་པ་བྱུང་མ་ཨིན།

མ་རིག་སྲིད་པ་དང་ བདག་གཞན་གཉིས་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་ལས་བརྟེན་ཏེ་ མི་ཚུ་གིས་
འཁོར་འདས་གཉིས་སུ་མེད་ཅུང་ གཉིས་འཛིན་ལུ་བཟུམ་ཨིན། དོན་ངོ་མ་ལུ་ མིའི་བྱང་གཞི་ལུ་

བཟང་ངན་གྱི་རྣམ་གཞག་ག་ནི་ཡང་མེད་ཅུང་ མ་རིག་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་ དབྱེ་བ་གཉིས་ ལུ་ཕྱེས་ཏེ་ཆ་བཞགས་པ་ཡིན།

མ་རིག་ཚོངས་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ མི་ཚུ་གིས་ཨ་ཉག་རང་ ཡང་དག་པའི་ཉོག་པ་དང་ ཡང་ དག་པའི་ལྷ་བ་འདི་སེམས་ལས་བརྗེད་དེ་ བདག་འཛིན་དང་ང་རྒྱལ་རྣོན་སེམས་སྐྱེས་ཏེ་ ལས་ ངན་པ་འབད། མཐར་ཐུག་མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ རླུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྲིད་པ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ རང་ལུ་སེམས་ཡིན།

དེ་ཡང་ རང་གིས་བསགས་པའི་ལས་འདི་ ཞིང་བཟུམ་ཅིག་དང་ གཉིས་འཛིན་གྱི་སློབ་འདི་ སོན་བཟུམ་ཅིག་དང་ མ་རིག་པའི་ཚོངས་པ་སྤྱིན་ནག་པོ་བཟུམ་ཅིག་ནང་ལས་ འདོད་ཆགས་ཀྱི་ ཆར་རྒྱུ་རྒྱན་གྱིས་ ཞིང་ས་རྣོན་མ་བཟོ་སྟེ་ བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་པ་ལས་ མི་དགོ་བ་བསྐྱེད་དེ་ རླུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྲིད་པ་འབྱུང་མ་ཡིན།

༡. དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དོན་ངོ་མ་ལུ་ རང་གི་སེམས་འཁྲུལ་ནི་དང་ རྒྱ་ངན་ཕོག་ནི་ ལུ་སྤྱོད་ན་ཚེ་དང་རླུག་བསྐྱེད་ཕོག་ནི་གི་རྒྱ་ག་རང་ རང་གི་སེམས་འདི་རང་ཡིན།

འ་ནི་འཁྲུལ་སྤང་ཅན་གྱི་འཇམ་གླིང་འདི་ རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ བྱུང་མ་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད། ཡིན་འདི་འབད་ཅུང་ སེམས་འདི་གི་ཕོག་ལས་ ལྷ་ན་ མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡང་ ཕོབ་ཚུགས་པ་ཡིན།

༢. འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ འོག་པའི་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད། ག་དེམ་ཅིག་འབད་ འདི་གསུམ་ རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ དངོས་པོའི་ཚོས་ག་རང་ལུ་ ཚུལ་མིན་གྱི་བསམ་པ་སྐྱེས་ཏེ་འགྲོ་ཕ་ ཡིན།

དང་པ་ནི་ ལ་ལུ་གཅིག་གིས་ མི་གི་བདེ་སྤྱུག་གི་ཉམས་ཚུང་རྒྱུ་ག་རང་ ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་ ཐངས་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ འདོད་མི་དང་། གཉིས་པ་ ལ་ལུ་གིས་ ག་རང་རྣུ་གིས་བཟོ་བཟོམ་དང་ ལྷ་ གིས་ཚོད་འཛིན་འབད་ཕ་ཡིན་ཟེར་འདོད་མི་དང་། གསུམ་པ་ ལ་ལུ་གིས་ ག་རང་རྣུ་བས་ལེགས་ ལྷེས་དབང་གིས་འབྱུང་མ་ལས་ རྒྱ་རྒྱེན་ག་ཅི་ལུ་ཡང་བརྟེན་མ་དགོས་པ་འབད་ཁས་ལེན་མ་ཡིན།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ ལས་ཀྱི་བསྐྱོན་ཐངས་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ དགོ་མི་དགོ་བའི་ལྷ་བཟང་
ངན་དང་ བདེ་སྐྱུག་ག་རང་ ཉེ་མ་ལས་རང་གཏན་གཏན་འབད་ཐག་ཚོད་ཅིག་ལྷ་འགྱུར་ནི་
ཨིན་མས། དེ་སྤེ་ཨིན་པ་ཅིན་ ད་རེས་ང་བཅས་ཀྱིས་ མི་ཚོ་ནང་ལྷ་ལེགས་འགྱུར་དང་ཐོན་སྐྱེད་
ཀྱི་དོན་ལྷ་ འཆར་གཞི་རྩམ་ འབད་བཅོམ་འབད་མི་འདི་ དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་མ་ཚད་
རེ་བ་ཡང་བསྐྱེད་མ་དགོས་པའི་གཞི་ལྷ་འགྱུར་ནི་ཨིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྤེ་རང་ ལྷ་བ་གཞན་གཉིས་ཡང་ཅོག་རང་འཐད། ག་དེམ་ཅིག་འབད་ ག་རང་ལྷ་
དང་ ལྷ་བས་ལེགས་སྤེས་དབང་ལྷ་རག་ལས་པ་ཅིན་ རང་གིས་ལེགས་ཐོམ་འབད་དེ་ རང་དང་
གཞན་ལྷ་པན་པའི་རེ་བ་ག་ཅི་འདུག་གོ? དེ་བཟུམ་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལྷ་ཆ་བཞག་མི་རྒྱ་ ཡར་རྒྱས་
ཀྱི་རེ་བ་དང་ སྤང་སྤང་རྒྱུ་བཞིན་འབད་ནི་གི་ཁས་སྤངས་རྒྱ་ཡང་ རིམ་གྱིས་བཀོག་བཞག་
དགོས་པ་འཐོན་ནི་ཨིན་མས།

ག་དེ་སྤེ་འབད་ས་ཅིག་ཅུང་ ཁས་ལེན་དེ་ གསུམ་ཆ་རང་ རོར་འབྱུལ་ཅན་ཨིན་ཟེར་སྐབ་
ནི། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ ག་རང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཅིག་ཁར་ཚོགས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རིམ་བ་
བཞིན་དུ་འབྱུང་དགོ་ནི་འདི་གིས་ཨིན་ནོ།།

ལེའུ་གཉིས་པ།

སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་ དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

༡

མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ།

༡. མ་གཞི་ གཟུགས་དང་སེམས་གཉིས་ཆ་རང་ རྒྱ་དང་རྐྱེན་མཐུན་འགྱུར་ལས་བརྟེན་ཏེ་
རྒྱུང་རྒྱུང་མ་ཡིན་ཅུང་ དེ་ལྟ་བདག་ཟེར་མི་འདི་ཡོད་པ་འབད་བཅི་ནི་མེད། ཤའི་གཟུགས་འདི་
ཡང་ འགྱུང་བ་གཅིག་ཁར་ཚོགས་ཚོགས་པ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་ཆ་
བཞགས་པ་ཡིན།

ག་དམ་ཅིག་འབད་ གཟུགས་འདི་ ང་དང་བདག་ཡོད་པའི་གཟུགས་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་
གི་མཚོ་ཐངས་དང་ དེ་གིས་ཐག་བཅད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ག་ནི་ཡང་བརྒྱབ་ནི་ཡོད་པ་ཅིག་ལྟ་
འགྱུར་འོང་།

རྒྱལ་པོ་ལྟ་ འབངས་མི་སེར་ཚུ་ ལེགས་ཤོམ་འབད་ནི་དང་ ཉེས་བྱ་བཀལ་ནི་ཚུ་ ག་ཅི་ཡང་
འབད་ཚུགས་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་ཅུང་ རྒྱགས་ལྟ་རེ་འདོད་མེད་བཞིན་དུ་ རྒྱལ་པོ་ཁོ་རང་ན་
ནི་དང་ ཆས་ནི་ དེ་ལས་ཐུགས་ལྟ་ཡོད་པའི་རེ་བ་དང་དོན་ཚུ་ འགྲུབ་མི་ཚུགས་ནི་ལ་སོགས་
པའི་གནད་དོན་ལེ་ཤ་འབྱུང་མ་ཡིན།

སེམས་འདི་ མི་གི་བདག་ཟེར་མི་ཅིག་ལྟ་གྲུབ་མེན། དེ་ཡང་ འགྲོ་བ་མི་གི་སེམས་འདི་ རྒྱ་
དང་རྐྱེན་གཅིག་ཁར་འཛོམས་མི་ཅིག་ཡིན་ནི་འདི་གིས་ ཨ་རྟག་རང་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་མ་ཡིན།

ག་དམ་ཅིག་འབད་ སེམས་འདི་མི་གི་བདག་ཡིན་པ་ཅིན་ དེ་གིས་མཚོ་ཐངས་ལྟར་དུ་ ག་
ཅི་ཡང་བརྒྱབ་ཚུགས་པ་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན་མས། ཡིན་ཅུང་ སེམས་འདི་བཟང་པོའི་རང་བཞིན་
ལས་གཡོ་སྟེ་ ངན་པ་མི་དགེ་བའི་ལམ་གྱི་རྟེན་བདེ་ལྟེ་འགྲོ་མ་ལས་ བདག་ཡིན་པའི་ཞེན་
ཆགས་ཀྱིས་ རེ་འདོད་ག་དེ་སྟེ་རང་བསྐྱེད་ཅུང་ དོན་དག་ཟེར་ག་ནི་ཡང་འགྲུབ་ཚུགས་ས་མི་
མཐོང་མ་མས།

༡. ག་དེམ་ཅིག་འབད་ མི་གཅིག་ལུ་ གཞུགས་འདི་རྟོག་པ་ཨིན་ནམ་ མི་རྟོག་པ་ཨིན་ཟེར་
དྲི་བ་ཅིན་ འཕྲང་འཕྲང་རང་ མི་རྟོག་པ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་འོང་།

ད་རུང་ མི་རྟོག་པའི་སྲིད་པ་འདི་ བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐལ་ག་ཨིན་ན་ཟེར་དྲི་བ་ཅིན་ རྟོག་
བསྐལ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་འོང་།

དེ་སྤྱི་ཨིན་རུང་ མི་རྟོག་པ་འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་དང་ རྟོག་བསྐལ་གྱིས་གང་བའི་སྲིད་པ་
འདི་ལུ་ གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་ཟེར་ཁས་ལེན་པ་ཅིན་ ག་ཅི་དེ་འབྱུང་བ་ཨིན།

མི་གི་སེམས་ཡང་ རྟོག་བསྐལ་དང་མི་རྟོག་པ་ཨིན་མ་ལས་ མི་གི་བདག་ཟེར་སྐབ་ཏུ་རུང་
བའི་འོས་འབབ་དུམ་ག་ཅིག་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

རང་གི་གཞུགས་དང་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་དུ་ མི་ཟེར་སྐབ་ནི་དང་ ལྷོ་ལྷོ་གྱི་འཇིག་
རྟོན་གཉིས་སྐབ་སྐྱོལ་ཡོད་རུང་ ང་དང་དེ་གི་ཨིན་ཟེར་བའི་དེས་ཤེས་འདྲོངས་ནི་འདི་ ཐག་
རིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན།

དེ་ཡང་ མ་དག་པའི་སྤྱི་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་ ཤེས་རབ་གྱིས་དྲན་པ་བདའ་མ་ལུན་པའི་
སེམས་འདི་གིས་བང་བཅོང་སྟེ་ ཨ་རྟོག་རང་ ང་དང་ དེ་གི་ཟེར་མཚོ་མ་ཨིན་མས།

གཞུགས་འདི་དང་ དེ་རྟོན་སའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་རྩེ་ག་རང་ རྒྱ་དང་རྒྱུ་ཚོགས་
པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་ནི་འདི་གིས་ ཨ་རྟོག་རང་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་ནི་དང་ འ་ནི་ཅིག་ཁར་
མཞུག་བཟུ་ནི་ཟེར་བའི་མཐའ་མེད་པར་ གནས་ཏེ་སྤོང་བ་ཨིན།

ཨ་རྟོག་རང་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་མི་ མི་གི་སེམས་འདི་ མར་འགྲོ་བའི་རྩེ་མོ་དང་ མའི་འོད་དང་
འདྲ་བའི་ཁར་ ཨ་རྟོག་རང་མནོ་ཐངས་སོར་ཏེ་ ལུད་པ་ཐེངས་ཅིག་ཡང་ཅང་ཅ་མ་ཆགས་པ་
ལས་ སེམས་ཅན་སྐྱུ་དང་ཡང་འདྲ་མ་ཨིན།

བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་བཟུམ་གྱི་གནས་
ལྷགས་རྩེ་མཐོང་སྟེ་ཏུ་གོ་ཞེན་མ་ལས་ གཞུགས་འདི་དང་སེམས་འདི་ལུ་ཞེན་ཆགས་སྤངས་ཏེ་
དེས་འབྱུང་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཨིན།

༣. འཇོམ་སྒྲིང་ནང་ ག་གིས་ཡང་བསྐྱབ་མ་ཚུགས་པའི་དངོས་པོ་ལྟ་ཡོད་པ་ཡིན། དང་པ་
ལོ་ན་རྣམས་འགྲོ་མ་དང་ རྣམ་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི། གཉིས་པ་ ན་མི་ཚུ་ ན་ནི་ལས་བཀག་
ཐབས་འབད་ནི། གསུམ་པ་ ཤི་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི། བཞི་པ་ ཞིག་སྟེ་འགྲོ་ནི་ཡོད་མི་
ཚུ་ ཞིག་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི། ལྷ་པ་ རྫོགས་ནི་ལས་བཀག་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ལྷ་
ཡིན།

འཇོམ་སྒྲིང་ནང་གི་མི་ལམ་པ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ མགྲོགས་པ་རང་ ཡང་ཅིན་མ་འོངས་པ་
ལུ་ གནད་དོན་དེ་ཚུ་གི་རྟིང་བདའ་འགྲོ་སྟེ་ ལུག་བསྐྱལ་རྒྱུ་ཚད་མེད་པར་ཚུང་སྟོང་དགོས་པ་
འཛོལ་མ་ཡིན། དེ་འབད་མ་དང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཚུལ་ཉན་ཏེ་ཏེ་གོ་མི་ཚུ་གིས་ གནད་
དོན་དེ་ཚུ་ བཀག་ཐབས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་ནི་འདི་གིས་ ལུག་བསྐྱལ་ཚུང་
དགོས་པ་མེད་པ་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ བདེན་པ་བཞི་ཡོད། དེ་ཡང་ དང་པ་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ག་
རང་ མ་རིག་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་བ་དང་། གཉིས་པ་ འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ག་རང་ མི་
རྟག་པ་དང་ མི་བརྟན་པ་དང་ ལུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན། གསུམ་པ་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་
དངོས་པོ་ཚུ་ཡང་ག་རང་ མི་རྟག་པ་དང་ མི་བརྟན་པ་དང་ ལུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན།
བཞི་པ་ འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ བདག་ཟེར་སྐབ་ཏུ་རུང་བའི་དངོས་པོ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་
ཁར་ དེ་གི་ཟེར་བའི་དངོས་པོ་ཡང་མེད་པ་སྟེ་ བདེན་པ་བཞི་ཡིན་ནོ།

བདེན་པ་དེ་ཚུ་ལས་ ག་རང་མི་རྟག་པར་ཞིག་ནི་དང་། བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་འབད་
སྟོན་མི་ཚུ་ སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་ནང་ཕྱོན་མ་ཕྱོན་གྱི་རྣམ་བཞག་ལུ་བརྟུ་དགོས་པ་མེད་པ་མ་
ཚད་ དེ་ཚུ་བདེན་པ་ངེས་ཏིག་ཡིན་མ་ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མཁྱེན་ཏེ་ དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཚུ་
ག་ཡིན་མི་འདི་དེ་བཞིན་ཏུ་གཟིགས་ཏེ་ སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ཚུལ་སྟོན་གནང་ཅུག།

ཁ

སེམས་ཚམ་པའི་གྲུབ་མཐའ།

༡. འཇུག་ལྷན་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་དང་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་གཉེས་ཆ་རང་ སེམས་གྱི་
ཐོག་ལས་འོངམ་ཡིན། དཔེར་ན་མིག་འཇུག་རྒྱུ་མི་གི་ལག་བ་ལས་ རྩམ་རྣམ་པ་ལྷ་ཚོགས་བྱུང་
དོ་བཟུམ་ འཇིག་རྟེན་དང་དེའི་དངོས་པོ་ག་རང་ སེམས་གྱི་བྱེད་ལས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུངམ་ཡིན།

སེམས་གྱི་འབད་མི་ལྷ་ལུ་ཚད་ཟེར་མེདཔ་ལས་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ག་
རང་སེམས་གྱིས་བཟོ་བཟོམ་ཡིན། མ་དག་པའི་སེམས་གྱི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ མ་དག་པའི་དངོས་པོ་
འཁོར་ནི་དང་། དག་པའི་སེམས་གྱི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ དག་པའི་དངོས་པོ་འཁོར་དོ་ཡིནམ་ལས་
སེམས་གྱི་བཟོ་མི་དང་ཚོག་འཐདཔ་འབད་ མཐའ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་ལུ་ཡང་ཚད་དང་མཐའ་
མེདཔ་ཡིན།

དེ་མོ་མཁའ་ན་གྱིས་ སྤྱིས་མི་དེ་མོ་བཟུམ་སྟེ་ མཐའ་འཁོར་གྱི་གནས་སྤངས་དང་དངོས་པོ་ཚུ་
གི་རང་ སེམས་གྱི་བཟོ་བཟོམ་ཡིན། གནས་སྤངས་ཚུ་ལས་ སངས་རྒྱས་གྱིས་མཛད་མི་ཚུ་ ཉོན་
མོངས་གྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ མི་པལ་བ་གི་སེམས་གྱིས་བཟོ་མི་ཚུ་འདི་ དེ་སྟེ་མེན་ནོ། །

དེ་མོ་གཅིག་ལུ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་དགོ་པ་ཅིན་ མཐའ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ མིའི་སེམས་གྱིས་
ཡང་ མི་ཚེའི་ནང་ལུ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་ག་རང་ལུ་བྱུབ་ལས་ སེམས་
གྱིས་མ་འཛིན་པའི་ལྷ་ག་ནི་ཡང་མེདཔ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ནི་རང་གི་སེམས་དང་འདྲ་ལ་ འགོ་བ་
སེམས་ཅན་ཚུ་ཡང་ སངས་རྒྱས་དང་འདྲ། འདི་འབདམ་ལས་ སངས་རྒྱས་གྱི་ཐུགས་དང་ སེམས་
ཅན་གྱི་སེམས་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ལུ་བྱུབ་ཚད་ཐད་ལུ་ བྱུང་བར་མེདཔ་ཡིན།

སངས་རྒྱས་ལུ་ འདུས་བྱས་སེམས་གྱིས་ དངོས་པོ་ཚུ་ག་དེ་སྟེ་བཟོམ་ཡིན་ན་ དེ་ཚུ་ག་རང་
ཡང་དག་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་ཡོད། དེ་ཤེས་མི་ཚུ་ལུ་ སངས་རྒྱས་དང་དངོས་ལུ་མཛལ་ནི་གི་
གོ་སྐབས་ཡོདཔ་ཡིན།

༢. འདི་འབདམ་ད་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་ག་རང་བཟོ་མི་གི་སེམས་འདི་ལུ་ རྣམ་རྟོག་གི་ཚོར་སྣང་དང་ འཇིགས་པ་དང་སྐྱོ་བ་ཚུ་ལས་ ཏུས་འདས་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་མ་གྲོལ་བས། ད་སྟོ་དང་མ་འོངས་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ འགོལ་མི་ཚུགས། ག་ཅི་སྤྲེ་ཟེར་བ་ཅིན་ དེ་ཚུ་ག་རང་ མ་རིག་པ་དང་ ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་འབྱུང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་ནོ།།

འ་ནི་འཇུལ་པའི་སྲིད་པ་འདི་ དང་པ་རང་མ་རིག་པ་དང་ ཞེན་ཆགས་ལས་བརྟེན་བྱུང་བྱུང་མ་དང་། མ་རིག་པ་དང་གཅིག་ཁར་སྐྱེ་བའི་སྣན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་རྣམ་པ་ལྷ་ཚོགས་ཡོད་མི་འདི་ཚུ་ཡང་ག་རང་ སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་བྱུང་བྱུང་མ་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ལས་ཡང་མ་བྱུང་།

སྐྱེ་ནི་དང་ཤི་ནི་གཉིས་ཆ་རང་ སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལས་བྱུང་བྱུང་མ་དང་ སེམས་ཀྱི་གྲུ་ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབདམ་ལས་ སྐྱེ་བ་དང་ཤི་ནི་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་ཏེ་ཡོད་པའི་སེམས་འདི་ རྣམ་ཅིག་གི་ཚོ་རྒྱན་ཆད་པ་ད་ སྐྱེ་ཤིའི་སྲིད་པ་ཡང་ གཅིག་ཁར་རྒྱན་ཆད་དེ་འགྲོམ་ཨིན།

ལས་མ་དག་པའི་མི་ཚོ་འདི་ མ་རིག་འཇུལ་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཀྲིས་རྣོངས་པའི་ སེམས་ལས་གྲུབ་པ་དང་། ང་བཅས་ཀྲིས་ འཇུལ་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་ སེམས་ལས་གཞན་ཁར་མེད་པ་ཨིན་མེས་པ་ཅིན་ མ་རིག་རྣོངས་པའི་སེམས་འདི་དྲངས་ཏེ་ གསལ་ཏོག་ཏོ་འགྲོ་ཞེན་ལས་མ་དག་པའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྣངས་ཚུ་སྣངས་ཏེ་ ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚུགས་ནི་ཨིན་ནོ།།

འདི་འབདམ་ལས་ སྐྱེ་བ་དང་ཤི་བའི་སྲིད་པ་དེ་ཚུ་ སེམས་ཀྱི་བཟོ་བཟོམ་དང་ སེམས་ཀྱིས་བཟོ་བའི་མིག་འཇུལ་འདི་ནང་ སེམས་ཁོ་རང་མགྲུ་འཁོར་ཏེ་ མཐའ་འཁོར་གྱི་གནས་སྣངས་ཚུ་ག་རང་དབང་ཏུ་བསྐྱེ་སྟོན་ཡོད་ཨིན། འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐལ་འདི་ མ་རིག་འཇུལ་པའི་སེམས་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བྱུང་མ་ཨིན།

༣. འདི་གིས་འབད་ དངོས་པོ་ག་རང་གཚོ་བོ་སེམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་འབད་དེ་ སེམས་ཀྱིས་སྐྱོང་སྟེ། སེམས་ཀྱིས་བཟོ་བཟོམ་ཨིན། ཤིང་རྩའི་འཁོར་ལོ་དེ་ འབྲེན་མི་རྟ་དང་སྤང་གིས་ ག་སྟེ་འབྲེན་སར་འགྲོ་དོ་བཟུམ་ སྐྱག་བསྐལ་ཡང་ མ་རིག་པའི་སེམས་ཀྱི་བསྐྱུལ་ཏེ་ ལུས་དང་ངག་གིས་མི་དགོ་བའི་ལས་བསགས་མི་གི་རྟིང་བདའ་སྟེ་འོང་ཨིན།

འདི་འབད་ལྷ་ད་ མི་འདི་གིས་ བསམ་པ་བཟང་པོའི་སློབ་ལས་ ལྷས་དང་དག་གི་སྦྱོད་པ་
ཡང་དག་པ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ དེའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་འདི་ཡང་ མི་དེ་གི་གྲིབ་མ་བཟུམ་ཉིད་
བདེ་འཇིགས་བྱུང་མ་ཨིན། མི་དགོ་བའི་སྦྱོད་པ་དན་པ་འབད་མི་གཅིག་གི་སེམས་ཁར་ལྷ། ད་ ང་
གིས་ལྷ་དན་པ་འབད་ད་ཡི་ཟེར་བའི་སློབ་འབྱེད་སྦྱིས་ཏེ་ དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་ རྣམ་ཡང་ཡལ་འགྲོ་
ནི་མེད་མ་ཚད་ མི་དེའི་མི་ཚོ་འདི་ནང་རང་སྲུག་བསྐྱེད་སྦྱོང་དགོས་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྦེ་ དགོ་
བའི་ལྷ་འབད་མི་གཅིག་གི་སེམས་ཁར་ལྷ། ང་གིས་ལྷ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ཡི་ཟེར་བའི་ངལ་
རངས་སྦྱིས་ཏེ་ དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་ རྒྱན་མ་ཚད་པར་མི་དེའི་མི་ཚོ་འདི་ནང་རང་ བདེ་བ་
སྦྱོང་མ་ཨིན།

བསམ་པ་འདི་དན་པ་ཅིན་ ལམ་དཀའ་སྲུག་དང་ས་ཐག་རིང་ས་ལས་ཕར་འགྲོ་བའི་
སྐབས་ལྷ་ རོབ་རིལ་ནི་དང་ སྲུག་བསྐྱེད་སྦྱོང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་ཅུང་ བསམ་པ་འདི་བཟང་པ་
ཅིན་ ལམ་འགྲོ་ནི་ལྷ་འངམ་མ་ཚད་ ལམ་འགྲུལ་འབད་ནི་ལྷ་ཡང་སྦྱོ་ཏོག་ཏོ་འོང་མ་ཨིན།

མི་གི་ལྷས་དང་སེམས་གཉིས་ཆ་རང་ལྷ་ ཉེན་མོངས་གྲིབ་མ་མེད་པར་སྦྱོད་མི་ཅིག་ཨིན་པ་
ཅིན་ བདག་ཏུ་འཛིན་ནི་དང་། མཚོ་བསམ་ག་སྦོད་གཏང་ནི་དང་། ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དྲ་བ་ཚུ་ག་
རང་བཅད་དེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཕོག་པའི་ལམ་ལྷ་འགྲོ་ནི་དང་། སེམས་ཞི་གནས་ལྷ་
གནས་མི་ཚུ་གིས་ འབྲས་བུ་ཞི་བདེའི་གོ་འཕང་ཕོབ་སྟེ་ ཉེན་མཚན་དབྱེ་བ་མེད་པར་ བཙོན་
འགྲུས་སྦོམ་གྱི་ཐོག་ལས་ དེ་ལས་སྲུག་པའི་ཞི་བདེ་ཡང་འཕོབ་ཚུགས་ནི་ཨིན། །

ག

དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༡. འཛིག་རྟེན་ནང་གི་དངོས་པོ་ཚུ་ག་རང་ རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཅིག་ཁར་ཚོགས་ཏེ་ བྱུང་
བྱུང་མ་ཡིན་ལས་བརྟེན་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་གཞི་རྩ་ལྟ་དགེ་བ་མེད་དེ་འབད་ཅུང་ འདྲམ་མ་འདྲམ་
སོ་སོར་ཡོད་མེ་དེ་ཚུ་ མི་ཚུ་གི་མ་དག་པའི་སློ་རིག་གིས་ རིས་སྲུ་བཅད་པའི་བག་ཆགས་དང་
ཞེན་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ལས་བྱུང་མ་ཡིན་མས།

གནས་ལུ་ཤར་དང་ལུབ་ཀྱི་དགེ་བ་ག་ནི་ཡང་མེད་ཅུང་ མི་གི་སེམས་ཀྱིས་བཟོ་སྟེ་ མིང་
བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ དེ་ལྟ་བུའི་ཤར་བར་བཟུང་སྟེ་སྟོང་པ་ཡིན།

ཚེས་ཀྱི་གྲངས་ཁ་གཅིག་ལྟ་བུའི་བཟུམ་ཅིག་འབད་ཅུང་ གྲངས་ཁ་གཅིག་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་
གྲངས་ཁ་ཚད་མེད་ཀྱི་བར་ན་ རྒྱངས་ཁ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ལྟ་ སོ་སོའི་གྲངས་ཁ་ཚད་མ་འབད་
བཅིམ་མ་གཏོགས་ གྲངས་ཁ་རེ་རེ་ལྟ་ གྲངས་འཕོར་གྱི་ཁྱད་པར་མེད། ཡིན་ཅུང་ མི་ཚུ་གི་
གྲངས་ཁ་རྒྱབ་ད་སྟབས་བདེ་ནི་ལྟ་དམིགས་ཏེ་ གྲངས་རྩེ་རེ་རེ་ལྟ་ གྲངས་ཁ་འ་ནི་ཟེར་ དགེ་བ་
ལྟེ་བཞག་པ་ལས་ དེ་གིས་གྲངས་རྩེས་མ་འདྲམ་སོ་སོའི་བད་སྟོན་ཡང་འབད་མ་ཡིན།

དོན་དོ་མ་རང་འབད་བ་ཅིན་ གཞུགས་ཀྱི་ལུང་པོ་འགྲུབ་ཚུལ་དང་ ཞིག་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་བར་
ན་ ཁྱད་པར་མེད་དེ་འབད་ཅུང་ མི་ཚུ་གིས་ཁྱད་པར་ལྟེ་སྟེ་ གཅིག་ལྟེ་བ་དང་ གཞན་མི་ལྟ་
ཤི་བ་ཟེར་ མིང་བཏགས་བཏགས་པ་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལས་ལྟ་ཡང་བཟང་ངན་གྱི་ཁྱད་
པར་མེད་ཅུང་ མི་ཚུ་གིས་རང་འདོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གཅིག་ལྟ་བཟང་པོ་དང་ གཞན་མི་ལྟ་ངན་
པ་ཟེར་བཏགས་བཏགས་པ་ཡིན་མས།

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དགེ་བ་དེ་ཚུ་ རྒྱང་རིང་ལྟ་སྤངས་སྟེ་ འཛིག་རྟེན་འདི་ རྟེན་ཅིག་ཡུད་ཚམ་
ཡང་ གཅིག་ཁར་མི་སྟོང་པའི་ ས་སྟུག་བཟུམ་ཅིག་ལྟ་ གཞིགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ལྟ་
དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ག་རང་ དོན་དམ་ལྟ་ མིག་འདུལ་བཟུམ་ཅིག་དང་ སོ་སོའི་སེམས་ཀྱིས་བཟོ་སྟེ་
བཏགས་མི་ཚུ་ག་རང་ རྟེན་པོ་མེད་པར་མཁྱེན་མ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཟང་ངན་གྱི་ལྟ་
བ་དང་ གཉིས་འཛིན་གྱི་འཇུལ་པ་སྤངས་གནང་མ་ཡིན།

༢. མི་ཚུ་གིས་ རང་གི་སྤང་བ་ལུ་ཤར་བའི་བདེ་བ་དང་སྦྱིད་པའི་དོན་ལུ་ དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་
བདག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་ འོ་ལོངས་སྦྱོང་དང་གོ་གནས་ཚུ་ལུ་དོན་གཉེས་བསྐྱེད་དེ་ དེ་ཚུ་ཐོབ་ནི་གི་
དོན་ལུ་ རོག་དང་བྲལ་ནི་ལུ་ཡང་མ་འཛོམས་པར་ དཀའ་ལས་སྦྱོང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

མི་དེ་ཚུ་གིས་ ཡོད་མེད་དང་། བཟང་ངན་དང་། བདེན་རླུན་གྱི་བར་ན་ ཆགས་ཞེན་གྱི་
སེམས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་བྱེ་སྟེ་ འདི་གིས་འབད་ མི་དེའི་མི་ཚོ་འདི་ནང་ཆགས་ཞེན་གྱི་རྒྱུ་སེམས་ལུ་
འཆང་སྟེ་ འབྲས་བུ་ན་ཟུག་དང་ སྤྲུག་བསྐྱེད་ཚུ་ རང་ཐོག་ལུ་སྦྱོང་དགོས་པ་འཐོན་མ་ཨིན།

ཉེ་མ་མི་གཅིག་ཐག་རིང་ས་ལུ་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་དེ་ གཙང་ཚུ་གཅིག་གི་མཐའ་མར་སྟོད་པ་
ད་ ཁོ་གི་སེམས་ཁར་ལུ་ ཚུ་ཚུར་ཁ་ཐུག་ལས་བཟུལ་ཏེ་འགྲོ་ནི་འདི་ དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་ཁར་
ཉེན་ཁ་ཡོད་མི་ཅིག་དང་། ཚུ་མར་ཁ་ལས་བཟུལ་ནི་འདི་ འཇམ་ཉོང་ཉོ་དང་ཉེན་ཁ་མེད་པ་
འབད་མཐོང་རུང་ ཚུ་འདི་རྐང་མ་གྱིས་བཟུལ་མ་ཚུགས་པར་ ཤིང་གི་ཞལ་ལག་དང་འདབ་མ་
ཚུ་གིས་ སྤྱ་རྒྱུ་ཀུ་གཅིག་བཟོ་ཞེན་ལས་ ཚུ་འདི་བཟུལ་ཏེ་ ཚུ་གི་པ་ཁར་ཉེན་ཁ་མེད་པ་
འབད་བསྐྱེད་ད་རུག་ །དེ་ལས་ཁོ་གི་སེམས་ཁར་ལུ་ སྤྱ་རྒྱུ་ཀུ་འདི་གིས་ ཁོ་ཚུ་བཟུལ་ནི་ལུ་པན་
ཐོགས་སྟོན་བྱུང་མ་ལས་ ད་ སྤྱ་འདི་ དེ་ཁར་བཀོག་མ་བཞག་པར་ ཁོ་དང་གཅིག་ཁར་ག་སྟེ་
འགྲོ་ས་ལུ་འབག་འགྲོ་དགོ་པས་མཐོ་སྟེ་ དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ སྤྱར་ཆ་སྟོན་གཅིག་
འབག་འགྲོ་ནི་གི་སྟོ་ཐག་བཅད་རུག་ མི་དེ་ རིག་པ་ཅན་ཅིག་འབད་ཆ་བཞག་ནི་ཨིན་ན་?

སྤྱང་འདི་གིས་ ག་དེམ་ཅིག་འབད་ རང་ལུ་དགོས་པ་མེད་པའི་སྤྱར་ཆ་ཅིག་ཨིན་པ་ཅིན་ ཅ་
ལ་འདི་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ཨིན་རུང་བཀོག་བཞག་དགོས་པ་མ་ཚང་ ཅ་ལ་ལེགས་ཤོམ་མེད་མི་དེ་
ཚུ་འདི་ བཞག་དགོས་པ་བདེན་བདེན་རང་ཨིན་མས་ཟེར་བའི་ བརྒྱ་དོན་སྟོན་མས། སངས་རྒྱས་
ཀྱིས་ཡང་ ཁོ་རའི་སྐྱ་ཚེའི་རིང་ལུ་ བན་ཐོག་མེད་པ་དང་ དོན་དག་མེད་པའི་གཏམ་སྐབ་ནི་ཚུ་
སྤང་དགོ་པའི་ བཅའ་བྲིམས་བཟོ་གནང་རུག།

༣. དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ འོང་ནི་མེད། འགྲོ་ནི་ཡང་མེད། ཡོད་པ་ཡང་མེན། མེད་པ་ཡང་མེན། དེ་
འབད་མ་ལས་ མི་གིས་དངོས་པོ་ཐོབ་ནི་ཡང་མེད། ཤོར་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ དངོས་པོའི་ཚོས་དེ་ཚུ་ ཡོད་མེད་གཉིས་ཆ་རའི་མཐའ་ལས་འདས་ནི་འདི་
གིས་ དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ཡོད་པ་འང་མེན། མེད་པ་འང་མེན་མ་འབད་སྟོན་གནང་ཡི། ག་ཅི་འབད་

སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་ དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

ཟེར་བ་ཅིན་ དངོས་པོ་ག་ཅི་རང་ཨིན་ཅུང་ རྒྱ་རྒྱུན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་མ་མ་གཏོགས་ རང་གི་ངོ་
པོའི་ཚོག་ལས་ག་ནི་ཡང་མ་གྲུབ་ནི་འདི་གིས་ དེ་ཚུ་མེད་པ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་ཚོགས་ཨིན། དེ་དང་
གཅིག་ཁར་ དངོས་པོ་ག་རང་ མོ་མོའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གྲུབ་ཡོད་པ་ལས་ ཡོད་པ་ཨིན་
ཟེར་ཡང་སྐབ་ཚོགས་ཨིན།

དངོས་པོ་ཚུ་གི་བཟོ་དང་དབྱེ་བས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ཆགས་འཛིན་འབད་བ་ཅིན་ དེ་མ་རིག་
འབྱུལ་པའི་རྒྱ་ཨིན། དེ་ལུ་ཆགས་འཛིན་མ་འབད་བ་ཅིན་ འབྱུལ་བ་དང་མི་ཤེས་པའི་སློ་མི་
འབྱུང་། བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་འདི་ འ་ནི་ཚུ་བདེན་པ་ཨིན་མ་ཤེས་ནི་དང་ ལྷན་ཚོངས་མ་རིག་
པ་ལས་གོལ་ཏེ་ ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་མི་འདི་ལུ་སྐབ་ཨིན།

འཇིག་རྟེན་འཛམ་གླིང་འདི་ འོན་དངོས་ལུ་ གཞིད་ལམ་བཟུམ་ཅིག་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་
འོར་ཡོངས་རྒྱུད་དེ་ཚུ་ ཐག་རིང་ས་ལུ་ ལུ་བཟུམ་མཐོང་མི་ སྤྲིག་རྒྱ་དང་འབྲ། རི་མོ་ནང་གི་སའི་
ཆགས་ཚུལ་ཚུ་ རོ་མ་རང་ཨིན་མ་བཟུམ་མཐོང་ཅུང་ དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་རང་བཞིན་གྱི་བདེན་པ་ག་
ནི་ཡང་མེད་པ་མ་ཚད་ དེ་ཚུ་སྲོད་ལུ་བརྟེན་པའི་ ལྷང་སྤྲིག་དང་མ་འདྲམ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་
ཨིན།

༤. རྒྱ་རྒྱུན་ནམ་པ་སྣ་ཚོགས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཚུ་ ཉག་པ་དང་བརྟེན་པར་
བཟུང་ནི་འདི་ འཛོལ་བ་སློམ་ཨིན་པའི་ཁར་ལུ་ ཉག་པའི་མཐའ་བཟུང་བའི་སློན་ཡང་ཕོག་པ་
ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ དངོས་པོ་ཚུ་ཐ་ཅིག་ཏུ་མེད་པ་འབད་ཆ་བཞག་ནི་འདི་ཡང་ འཛོལ་བ་སློམ་
ཨིན་པའི་ཁར་ ཆད་པའི་མཐའ་བཟུང་བའི་སློན་ཕོག་པ་ཨིན།

དེ་བཟུམ་གྱི་ མི་ཚོ་དང་འཆི་བ་མི་ཉག་པ། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཚོས་དེ་ཚུ་ དངོས་པོའི་རང་
བཞིན་ལུ་ཡོད་པ་མེན་པར་ ཉོན་མོངས་སྤྲིབ་པ་ཅན་གྱི་མིག་གིས་ ག་བཟུམ་མཐོང་མི་དང་
འབྲེལ་ཏེ་ ཆ་བཞག་པ་ཨིན་པས། མི་གི་འདོད་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་མཐོང་སྣང་ལུ་
ཆགས་ཞེན་བསྐྱེད་པ་ཨིན་ཅུང་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་རང་བཞིན་ལུ་ ཆགས་པ་དང་ཞེན་པའི་དབྱེ་བ་
དེ་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ དངོས་པོ་ག་རང་ རྒྱ་རྒྱུན་སྣ་ཚོགས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ སྐབ་སྐབ་ཨིན་ནི་འདི་
གིས་ དངོས་པོའི་མཐོང་སྣང་ཡང་ གཅིག་ལུ་མ་གནས་པར་ ཨ་ཉག་རང་འབྱུར་ཏེ་འགྲོམ་

ཨིན་མ་ལས་ བདེན་པའི་ལྷངས་སྟོན་ཚུགས་པའི་ རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བྱུང་ཚོས་འདི་ དངོས་པོ་
ག་ལུ་ཡང་མེད་པ་ཨིན། ཨ་རྟག་རང་ འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་ཨིན་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ལུ་
བརྟེན་ དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ གཉིད་ལམ་གྱི་སྤང་བ་དང་། རྒྱ་ལུ་མཐོང་མི་ས་སྤྲུག་དང་འབྲམ་ཨིན། དེ་
འབད་མ་ད་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་མཐོང་སྤང་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་བུང་ ཁོང་གི་ཚོས་གྱི་རང་བཞིན་སྟོང་
པོའི་རྩ་བ་འདི་ རྟག་པ་དང་ འགྱུར་བ་མེད་པར་གནས་པ་ཨིན།

དེ་ཡང་ མི་ལུ་གཙང་ཚུ་འདི་གཙང་ཚུ་འབད་མཐོང་མ་ཨིན་ཚུང་ ཡི་དྲུགས་ཚུ་ལུ་མི་འབད་
མཐོང་མ་ཨིན། མི་ལུ་ཚུ་གི་སྐྱོར་ལས་སྐྱོ་སྤྲུབ་པ་ཅིན་ དོན་དག་གོ་ནི་ཡོད་ཚུང་ ཡི་དྲུགས་ལུ་ཚུ་
གི་སྐྱོར་ལས་སྐྱོ་སྤྲུབ་པ་ཅིན་ དོན་དག་མེད་པ་འབད་འགྲོ་མ་ཨིན།

འདི་བརྒྱམ་བཤད་ནི་ཡོད་དོ་བརྒྱམ་ དངོས་པོ་དེ་ཚུ་ག་རང་མ་བདེན་པའི་ རྒྱ་མ་མིག་
འབྲུལ་བརྒྱམ་ཨིན་མ་ལས་ ཡོད་ཟེར་སྤྲུབ་སར་ཡང་མེད་པ་ཅིག་དང་། མེད་ཟེར་སྤྲུབ་སར་ཡང་
མེད་པ་ཅིག་ཨིན་མས་གོ།

ཨིན་ས་ཅིག་ཚུང་ འགྱུར་འགྲོ་ནི་ཡོད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡང་ འགྱུར་ནི་མེད་པའི་རང་
བཞིན་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཁས་ལེན་ནི་འདི་ཡང་འཇོལ་བ་ཨིན་པའི་ཁར་ འགྱུར་བའི་འཇིག་རྟེན་
འདི་ལས་སྤྲུག་པའི་ རྟག་བདེན་འགྱུར་མེད་གྱི་འཇིག་རྟེན་གཞན་ཅིག་ཡོད་ཟེར་ སྤྲུབ་ནི་ཡང་
མེད་པ་ཨིན། འཇིག་རྟེན་འདི་ དངོས་དང་ལྷར་སྤང་གང་ཚུང་ཅིག་ཨིན་ཟེར་སྤྲུབ་ནི་འདི་ཡང་
འཇོལ་བ་ཨིན།

དེ་འབད་ཚུང་ འཇིག་རྟེན་པལ་པ་ག་ནི་ཡང་མ་ཤེས་མི་ཚུ་གིས་ འཇིག་རྟེན་འདི་དངོས་སུ་
བདེན་པར་གྲུབ་པའི་སྤྲིང་གཅིག་ལུ་ཆ་བཞག་སྟེ་ འབྲུལ་པའི་སྤང་བ་གིས་ ལྷ་ག་མེད་གུ་མེད་
འབད་དོ་ཨིན། ཨིན་ཚུང་ འཇིག་རྟེན་འདི་ མི་བདེན་པ་འབྲུལ་པའི་རང་བཞིན་ཅིག་ཨིན་ནི་
འདི་གིས་ ག་ཅི་འབད་ཚད་གཅིག་པ་ག་རང་ གཞོད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལུ་འགྲོ་
དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

མཁས་པའི་མི་གཅིག་གིས་ འཇིག་རྟེན་འདི་མི་བདེན་པ་འབྲུལ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཅིག་
འབད་མཐོང་ཚུགས་པ་ལས་ འབྲུལ་པའི་ལྷ་འབད་ནི་སྤངས་ཏེ་ སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་གོ་ལམ་ཨིན།

ང

དབྱ་མའི་ལམ།

༡. བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་ལམ་ལུ་ཞུགས་མི་ཚུ་གིས་ སེམས་དྲན་པ་སྟོན་ཏེ་ སློན་གྱི་མཐའ་ གཉེས་ལས་འཛོམ་དགོས་པ་ཡིན། སློན་གྱི་མཐའ་དང་པ་འདི་ གཟུགས་ཀྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ ལུ་ཆགས་ཏེ་ བག་མེད་ཐལ་ཏེ་ལང་ཤོར་འགྱུ་བའི་མཐའ་དང་། གཉེས་པ་ནི་ དེའི་རྒྱབ་འགལ་ འབད་དེ་ མི་ཚོ་འདི་སློབ་བཏང་ཏེ་ དྲགས་པོའི་ཚོག་ལས་ རང་གི་གཟུགས་དང་སེམས་གཉེས་ ལུ་ དོན་དག་མེད་པར་སྐྱབ་སྦྱོང་ཚད་མེད་སྦྱོང་བཅུག་ནི་དང་བཅས་ མཐའ་གཉེས་པ་འདི་ སྤངས་དགོས་པ་ཡིན།

སློན་གྱི་མཐའ་གཉེས་ལས་འདས་པའི་ ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ སེམས་ལུ་ཞི་ བདེ་དང་ བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་འཕགས་པའི་ལམ་འདི་ དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན། དབྱ་མའི་ལམ་ཟེར་མི་ འདི་ག་ཅི་སློབ་ཟེར་བ་ཅིན་ འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལུ་གོ་ནི་ཡིན། དེ་ཡང་ ཡང་དག་ པའི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་བུ། ཡང་དག་པའི་དག ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་ པའི་འཚོ་བ། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ། ཡང་དག་པའི་དྲན་བུ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛོན་དང་ བརྒྱད་ཡིན་ཅོ།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་ནི་ རྫོགས་ནི་མེད་པའི་རྒྱ་ ཚོགས་པ་ལས་གྲུབ་ཡིན་ཅུང་། རྫོང་མན་པའི་མི་ཚུ་གིས་ དངོས་པོ་ཚུ་ ཡང་ཅིན་ཡོད་པ་འབད་ མཐོང་ནི་དང་ ཡང་ཅིན་མེད་པ་འབད་མཐོང་མ་ཡིན་མས། མི་མཁས་པ་ཚུ་གིས་ ཡོད་པ་དང་ མེད་པ་གཉེས་ལས་འདས་པའི་གནས་སྤངས་གཞན་ཅིག་འབད་མཐོང་མ་ལས་ དེ་སྤེ་མཐོང་མི་ འདི་ དབྱ་མའི་ལམ་གྱི་མཐོང་སྤང་ཡིན་ཅོ།

༢. གཙང་ཆུ་ནང་ལུ་བྱུང་སོང་མི་ཤིང་དུམ་འདི་ ཆུ་ནང་ལུ་ཡང་མ་ཐིམ། མི་གིས་ཕྱི་ཁར་ ཡང་མ་ཐོན། རུལ་ཡང་མ་རུལ། ག་སྤེ་ཡང་མ་ཐོགས་པ་ཅིན་ མཐའ་མཇུག་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནང་ ལུ་སྟོད་འོང་། མི་ཚོ་འདི་ཡང་ ཤིང་དུམ་བཟུམ་སྤེ་ ཉོན་མོངས་རྒྱའི་བ་རྒྱབས་ནང་རྒྱུད་དེ་ ཡོད་པ་ཡིན། མི་ཚོ་འདི་ནང་ རང་གིས་རང་ལུ་ཆགས་སེམས་དང་ གཅེས་འཛོན་སློབ་ཡང་མ་ འབད། ཚོ་སློབ་བཏང་སྤེ་དཀའ་ངལ་དྲགས་པོ་ཡང་མེན་ཅིག་དང་། དགོ་བ་ག་ཅི་འབད་ཅུང་།

དེ་ལྟ་ཆགས་འཛིན་གྱི་ང་རྒྱལ་མེད་པ་དང་། རྩིག་པའི་ལྷ་ཡང་མ་འབད་བར་ བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་
པའི་ལམ་ལུ་འབྲལ་བར་མ་བཞུ། འཛིགས་སྤང་ཡང་མ་སྐྱེ་བའི་མི་འདི་ དབྱ་མའི་ལམ་ལུ་
བཞུགས་པ་ཨིན་ལོ།

བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་སྐྱབ་པའི་གནས་སྐབས་ལུ་ ཁག་ཆེ་ཤོས་རང་ རྫོན་གྱི་མཐའ་གཉིས་གང་
རུང་ཅིག་གི་དྲུམ་ནང་ཚུད་ནི་ལས་འཛོམ་སྟེ་ ཏུས་རྒྱུད་དུ་དབྱ་མའི་ལམ་ལུ་བསྟེན་དགོས་པ་
འདི་ག་ཅི་ལས་ཁག་ཆེ་མ་ཨིན།

ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཚུ་ ག་རང་གཉིད་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཡོད་པ་ཡང་མེན་པ། མེད་པ་
ཡང་མེན་པའི་སྤང་བ་དང་མ་འབྲལ་བའི་ངང་ལས་ རང་ལུ་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཚོས་དང་ ལམ་
བཟང་པོ་ཚུ་ལུ་ རྫོམ་སེམས་དང་ང་རྒྱལ་སྐྱོན་གྱིས་མ་བྱུམ་ཅིག་དང་ རྫོན་དེ་ཚུ་གིས་ཨེབ་མ་
ཚུགས་ཅིག་འབད་དགོ།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ འདོད་པའི་བཅིང་ཐག་ནང་ལས་ཐར་དགོ་མཚོ་བ་ཅིན་ འགོ་དང་འགོ་
ལས་རང་རྒྱ་དངོས་ལུ་ཞེན་ཆགས་སྤང་ནི་ཨིན་མ་ཤེས་ཞེན་ཞེན་ལས་ རྒྱ་དངོས་ལས་ག་དེ་དྲག་
དྲག་འཛོམ་དགོས་པ་ཨིན། དེ་མེན་པ་ཅིན་ ཆགས་ཞེན་གྱི་ལང་ཤོར་དབང་ལུ་ཐལ་ནི་ཨིན། དེ་
ལས་ ཕྱི་དང་ནང་གི་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དངོས་པོ། བཟང་པོ་དང་ངན་པ། བདེན་པ་དང་རྫུན་
པ་ག་ཅི་ལུ་ཡང་ ཆགས་འཛིན་འབད་མ་རུང་མ་ཨིན་ལོ།

ག་རང་ཨིན་རུང་ རྒྱ་དངོས་པོ་ལུ་ཆགས་འཛིན་སྐྱེ་བ་ཅིན་ དེ་འཕྲོས་ལས་རང་ ལས་ཉོན་གྱི་
མིད་པ་འགོ་བཅུགས་ཏེ་འགྲོ་མ་ཨིན། དེ་འབད་མ་ད་ འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་བསྟེན་
ཏེ་བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་སྐྱབ་མི་ཚུ་ལུ་ སེམས་ལུ་འགྲོད་པ་མེད་པ་དང་། རེ་བ་ཡང་མེད་པར་ གདོང་
ཁར་གནས་སྤངས་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་རང་འཕྱད་རུང་ མཉམ་པ་ཉིད་དང་ཞི་བའི་སེམས་གྱིས་
གདོང་ལེན་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན།

༣. བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་ལུ་ གཞུགས་གྱི་དབྱིབས་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་
པའི་མངོན་སུམ་དུ་ མཐོང་ནི་གི་གཞུགས་དང་ངོ་བོ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས། བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་
འཕང་ལུ་ བྱང་ཚུབ་གསར་བ་ཅིག་ལོགས་སུ་འབད་ ག་ནི་ཡང་ཐོབ་དགོས་པ་མེད་པ་ཨིན།

བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་འདི་ར་ འཇུལ་པ་དང་མ་རིག་པ་ཉག་ཅིག་ལས་བརྟེན་ཏེ་གྲུབ་གྲུབ་
ཅིག་ཨིནམ་ལས་ འཇུལ་པ་དང་མ་རིག་པ་འདི་མེད་པའི་སྐང་ལས་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡང་
མི་འོང་ནི་དང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་མེད་པ་ཅིན་ འཇུལ་པ་དང་མ་རིག་པ་ཡང་
མི་འོང་ནི་ཨིན་ནོ།

དེ་འབད་ལས་བརྟེན་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་འདི་ འཛིན་པ་མེད་པ་ཅིག་དགོ་ནི་ཨིནམ་ལས།
འཛིན་པ་ཡོད་པ་ཅིན་ བྱང་ཚུབ་ཡང་སྐྱབ་པ་ཅན་ལུ་འགྲོ་ནི་ཨིན། ཏེ་མ་ མ་རིག་ཚོངས་པའི་
གནག་དུང་ནང་ལུ་ཚུད་པའི་སེམས་འདི་ ཉམ་ཅིག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལུ་གྲུབ་མཐའ་ ཏེ་མ་རི་
མ་ཡོད་པའི་སེམས་དེ་འགག་སྟེ་ཞིག་འགྲོ་མཐའ་དག་ཅིག་ཁར་ བྱང་ཚུབ་དེ་ཡང་འགག་སྟེ་ཞིག་
འགྲོ་མཐའ་ཨིན་ནོ།

མི་ཚུག་གིས་ བྱང་ཚུབ་ལུ་འདོད་པ་སྐྱེ་སྟེ་འཛིན་པའི་སེམས་ཡོད་པ་ཅིན་ འཇུལ་པ་འདི་
ཡང་ཡོད་པ་ལས་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལུ་ བྱང་ཚུབ་ལུ་ཞེན་ཆགས་དང་
བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ཚར་ཞིནམ་ལས་ དེ་ལུ་འཛིན་ཏེ་སྡོད་ནི་ཚུ་མ་བཏུབ་ཨིན།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ དེ་བཟུམ་གྱི་སྐོ་ལས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པ་ཅིན། དེའི་སྐབས་ལུ་གནས་ལྗངས་
ག་ཅི་རང་ཨིན་ཅུང་ དེ་ཚུ་ག་རང་བྱང་ཚུབ་ལུ་མཐོང་མ་ལས། དེ་སྟེ་མེན་པར་ མི་ཚུ་གི་མཚོ་
བསམ་དང་། འཛིན་ཏེན་གྱི་ཆགས་ཞེན་དང་། ལྷན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཚུ་ལུ་ བྱང་
པར་གི་ནི་ཡང་མེད་པ་འབད་མ་འགྲོ་ཚུན་ཚོད་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ལམ་སྐྱབ་
དགོས།

༤. འཛིན་ཏེན་ཀུན་གྱིས་ཤེས་དགོ་པའི་རྣམ་གཞག་ གཅིག་གི་རང་བཞིན་འདི་ དངོས་
པོའི་ཚོས་ག་རང་གི་སྤོང་པོའི་རང་བཞིན་ལུ་ དབྱེ་བ་སོ་སོར་བྱེ་ནི་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་
ཤེས་མི་འདི་ལུ་ ལྟོང་ཉིད་ཟེར་སྐབ་ཨིན། ལྟོང་ཉིད་ཟེར་མི་འདི་ སྐྱེ་བ་མེད་པ། རང་བཞིན་གྱི་
བདག་མེད་པ། གཉིས་འཛིན་མེད་པ་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་ཨིན། ག་ཅི་སྟེ་ཟེར་བ་ཅིན་ དངོས་པོ་ག་ལུ་
ཡང་ རང་གི་ངོ་བོ་གིས་གྲུབ་པའི་གཟུགས་དང་མཚན་ཉིད་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱེ་བ་ཡང་
མེད། འགག་པ་ཡང་མེད་པ་ཨིན། རིག་པ་གིས་དབྱུང་པའི་ཚོག་འགྲེལ་ག་ཅི་ལུ་རང་བཞིན་ཏེ་
བརྟེན་ཅུང་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་གཤེས་ལྷགས་ལུ་དབྱེ་བ་བྱེ་དགོཔ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ རྣམ་སྐྱེ་མ་
གྲུབ་པའི་ལྟོང་བ་ཟེར་ཡང་སྐབ་ཨིན།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ དངོས་པོའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འབྲུང་ནི་
དང་འགག་ནི་མ་གཏོགས་ རང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་རྩ་ལས་རང་མེད་པ་ལས་
ག་རང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བྱུང་མ་ཙང་ཙང་ཨིན།

འོད་གསལ་ཡོད་ས་ལུ་གྲིབ་མ་དང་། རིང་མ་གསལ་ཡོད་ས་ལུ་བྱུང་གྲུ། ཁ་མདོག་དཀར་པ་ཡོད་
ས་ལུ་ གནགསོ་འབྲུང་དོ་བཟུམ་ དངོས་པོའི་ཚོས་དེ་རྒྱ་ཡང་ ག་རང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་
བརྟེན་ཏེ་འབྲུང་མ་མ་གཏོགས། དངོས་པོ་གཅིག་ཡང་ རང་གི་རང་བཞིན་ལུ་བརྟེན་བྱུང་བྱུང་མ་
མེད་པ་ལས་ དེ་གིས་འབད་ རྩས་སུ་མ་གྲུབ་ཟེར་ཡང་སྐབ་ཨིན།

རྒྱ་མཚན་ཅོག་ར་འབད་པ་འབད་ བྱང་རྒྱབ་གྲི་གོ་འཕང་ཡང་ མ་རིག་པ་དང་མ་འབྲེལ་བར་
ཐོབ་ནི་མེད་པ་དང་། མ་རིག་པ་ཡང་ བྱང་རྒྱབ་དང་ཐག་རིང་ས་ལུ་མེད་ནི་འདི་གིས་ ག་ཅི་
རང་འབད་རུང་ དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལུ་དབྱེ་བ་སོ་སོར་དང་ གཉིས་འཛིན་གྱི་སྤང་བ་མེད་པ་
ཨིན།

༥. མི་ཚུ་གི་བག་ཆགས་གོམས་པའི་ཤུགས་གྲིས་ རྒྱེ་ནི་དང་ཤི་ནི་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་
ཡོད་པ་བཟུམ་མཚོང་རུང་ དོན་དག་ངོ་མ་ལུ་ དེའི་རྒྱབ་བྱེད་ཟེར་ ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

དེ་སྤེ་རྒྱབ་བྱེད་མེད་པའི་དོན་དེ་ཉ་གོ་བའི་སྤང་ལས་ མི་ཚུ་གིས་ རྒྱེ་ནི་དང་ཤི་ནི་ལུ་གཉིས་
འཛིན་མེད་པའི་བདེན་པ་འདི་རྟོག་པ་ཨིན།

མི་ཚུ་གིས་ ང་དང་ང་ཡོད་ཟེར་ཆགས་འཛིན་སྦྱོམ་འབད་མ་ཚང་ ང་གི་དང་དེ་གི་ཟེར་
བའི་ཆགས་འཛིན་ཡང་འབད་མ་ཨིན་རུང་ དོན་དམ་པ་ལུ་ ང་ཟེར་བའི་གང་ཟག་གི་བདག་
ཟེར་མི་འདི་རང་མ་གྲུབ་ལས་ ང་གི་དང་དེད་གྱི་ཟེར་ཆགས་འཛིན་འབད་ས་གི་དངོས་པོ་དང་
རྩས་ཡང་ག་ནི་ཡང་མེད། མི་ཚུ་གིས་ གནད་དོན་འདི་ཤེས་པའི་སྤང་ལས་ གཉིས་འཛིན་གྱི་སྤང་
པའི་བདེན་པ་ཡང་ རྟོགས་རྒྱགས་པ་ཨིན།

མི་ཚུ་གིས་ དག་པ་དང་མ་དག་པའི་དབྱེ་བ་བྱེ་ནི་ལུ་ དག་སྤང་སྦྱོམ་སྦྱེས་ཨིན་རུང་ མ་དག་
འབྲུལ་པའི་སྤང་ངོར་ལུ་ཤར་བའི་བྱུང་བར་ཙམ་ཅིག་མ་གཏོགས་ དངོས་པོ་ངོ་ཐོག་ལུ་ དེ་
བཟུམ་གྱི་བྱུང་བར་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

དེ་བཟུམ་སྟེ་རང་ མི་ཚུ་གིས་བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཡང་བྱུང་པར་སྐྱེས་ཡིན་ཅུང་
དོན་ལུ་བཟང་ངན་གཉིས་ཡང་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་སྟོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལུ་བཞུགས་པའི་མི་གིས་ དེ་བཟུམ་གྱི་གཉིས་འཛིན་གྱི་སྒོ་མ་སྐྱེ་བར། བཟང་པོ་
ལུ་བསྟོན་ནི་དང་། ངན་པ་ལུ་སྦྱང་པ་མི་རྒྱལ། ཡང་ན་ངན་པ་ལུ་བསྟོན་ར་དང་ བཟང་པོ་ལུ་
སྦྱང་ར་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མི་མཛད་དོ་ཡིན།

མི་ཚུ་གིས་ རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ངན་དང་ བར་ཆད་ལུ་འདྲོགས་ནི་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་
བདེ་བ་ལུ་དགའ་ས་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ལེགས་ཤོམ་འབད་བཟླགས་དབྱུང་འབད་བཟླས་ད་ རྒྱུན་
ངན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ དགོ་བའི་གོགས་ལུ་འགྱུར་ནི་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་དགའ་བདེ་
ཡང་ རྒྱུན་ངན་ལུ་འགྱུར་གྱིད་པ་ཡིན། མི་མཁས་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ད་ལུ་དགའ་བ་སྐྱེ་ནི་
དང་། རྒྱུང་རྒྱུད་ཐོག་པ་ད་ལུ་སེམས་པམ་དང་སྟོ་འགྲོད་སྐྱེ་ནི་མེན་པར་ རྒྱུད་སྐྱུག་རོ་སྟོམས་ཀྱི་
ངང་ལས་ མི་ཚོའི་འགྱུར་སྟོགས་ལུ་གདོང་ལེན་འབད་ཚུགས་པ་ལས་ གཉིས་འཛིན་མེད་པའི་
བདེན་པ་རྟོགས་ཚུགས་པ་ཡིན།

དེ་འབད་སྟེ་ལས་ གཉིས་འཛིན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཚོགས་ དཔེར་ན། ཡོད་དང་མེད་པ།
ཉོན་མོངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས། དག་པ་དང་མ་དག་པ། བཟང་པོ་དང་ངན་པ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ རང་
གི་ངོ་བོ་ལུ་སོ་སོར་མཐོང་ཅུང་ དོན་དམ་ལུ་དེ་བཟུམ་གྱི་ཐ་དད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཟེར་ག་ནི་ཡང་
མེད་པ་ཡིན། མི་ཚུ་གིས་དེ་བཟུམ་གྱི་ཐ་དད་ཚུ་ཁས་ལེན་ནི་དང་ ཆ་བཞག་ནི་ཚུ་ཐག་རིང་ས་ལུ་
སྦངས་པ་ཅིན་ རྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ནི་དང་ ཚོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་ནི་ཚུ་ ཐག་ཉེ་
སྐྱུ་འགྲོམ་ཡིན།

༤. གཙང་ཞིང་རྒྱ་ཞིས་པའི་མེ་རྟོག་པར་འདི་ ས་གཞི་དམའ་ས་དང་ བཙོག་པ་འདམ་
རྩེ་ལས་སྐྱེས་མ་གཏོགས་ གཙང་ཞིང་མཐོ་བའི་རི་རྩེ་ལས་སྐྱེས་མེན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ འཛིག་རྟེན་
གྱི་རྣམ་རྟོག་འདམ་རྩེ་བ་ལས་ རྣམ་པར་དག་ཅིང་གསལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་འདི་
འཁྲུངས་པ་ཡིན། ལྷིང་སྐྱེས་པའི་ལྷ་བ་ངན་པ་དང་ འཛིག་རྟེན་གྱི་སྟོངས་པས་བཅིང་པའི་སྟོ་
ཡང་ ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ས་བོན་བཟུབ་ཡིན།

རྒྱ་མཚོའི་གཏོང་ལུ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་རྟེན་འདི་ལེན་དགོ་པ་ཅིན་ རྒྱ་མཚོའི་གཏོང་ལུ་མཚོང་ཚུ་
མི་གཅིག་གིས་ རྒྱ་སྟོན་དང་ཉ་ཆེན་ལ་སོགས་པ་གིས་སྟོག་ལུ་ཉེན་ཁ་སྦྱོར་ཡོད་མི་གི་ གདོང་

ལེན་འབད་ཚུགསཔ་ཅིག་འབད་དགོ། དཔེ་དེ་བཟུམ་སྟེ་ མི་དེ་གིས་ ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་གྱི་
གོ་འཕང་ ལྷ་ཉིག་རིན་པོ་ཆེ་བཟུམ་ཅིག་ལག་པ་ལུ་ཐོབ་དགོ་པ་ཅིན་ སྤངས་བར་དཀའ་བའི་
འདྲོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་བདེ་བ་ཚུ་ལུ་ གདོང་ལེན་འབད་དགོསཔ་ཨིན། དེ་ཡང་ དང་པ་
རང་ རང་ལུ་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སློ་རི་རབ་བཟུམ་འདི་ ཚུ་མེད་བཏང་དགོཔ་དང་། དེ་གི་
ཤུལ་ལས་ བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་ལུ་དོན་གཉེར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྦྱེམ་ཨིན།

དེ་ཡང་ གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ནང་ དྲང་སྤོང་གཅིག་གིས་ ཐར་པའི་བྱང་ཚུབ་རྒྱབ་པའི་ལམ་
འཁྲུལ་བ་མེད་པ་ཅིག་འཛོལ་ནི་གི་འདྲོད་པ་སྦྱེ་སྟེ་ བྱི་རུང་གི་སྦྱི་ཉིག་ཁ་ཡར་སྤོངས་ཏེ་བར་
མཚམས་མེད་པར་སྦྱེ་བའི་རི་ཅིག་ལུ་འཛེགས་ཏེ་ དེ་བརྒྱལ་ཚར་ལང་ ས་ག་རང་མེ་འབར་ཏེ་
ཡོད་སའི་ལུངམ་ཅིག་ནང་སྤོད་ལུག། དེ་ཡང་བརྒྱལ་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་ག་དེམ་ཅིག་བྱུང་བུང་
བྱང་ཚུབ་གྱི་དོན་ལུ་དཀའ་ངལ་དེ་ཚུ་བཟོད་ཚུགས་ལུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ བྱང་ཚུབ་རྒྱབ་པའི་
སྐབས་ལུ་ ལམ་གྱི་དཀའ་ཚོགས་ག་ཅི་རང་ཨིན་ལུང་ གདོན་ལེན་འབད་ཚུགས་མི་ མི་གིས་
བདག་འཛིན་གྱི་བྱི་རུང་རི་དང་། ཞེ་སྤང་གི་མེའི་ལུངམ་ཚུ་བརྒྱལ་ཏེ་མཐའ་མཚུག་ཁར་སྤོད་པ་
ད་ སྤང་དགོ་པའི་རར་འཛིན་དང་ འཛིག་རྟེན་འཁྲུལ་པའི་སློ་དེ་ཚུ་ཡང་ ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་
ཚུབ་ཨིན་པར་ཤེས་ཚུགསཔ་ཨིན།

༡. སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་མི་ཚོས་གྱིས་ ང་བཅས་ར་ གཉིས་འཛིན་གྱི་ཕྱོགས་རིས་ནང་
མཚོ་བསམ་བཏང་ཐངས་ལས་སྟོག་སྟེ་ གཉིས་འཛིན་མེད་པའི་ཡོ་ཤེས་གྲུབ་པའི་ས་ལུ་བཀོད་པ་
ཨིན། ང་བཅས་གྱིས་ ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་དང་སེམས་ཁར་བབས་པའི་དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་ བག་
ཆགས་ཞེན་ཆགས་འབད་དེ་བདག་འཛིན་འབད་ནི་དང་། རོགས་དང་སེམས་ཁར་མ་བབས་
པའི་དངོས་པོ་ཚུ་ལུ་ སྤང་སེམས་དང་མ་དག་འཕྲ་སྦྱེ་སྟེ་ སྤང་མི་འདི་ཚུ་ འཁྲུལ་བ་ཨིན།

མི་ཚུ་གིས་ དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ སྤོང་པ་དང་མི་རྟག་པ་ཨིན་ཟེར་ སློ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
བཟུང་ནི་འདི་ཡང་འཛོལ་བ་ཨིན། ག་རང་བདེན་པ་དང་། རྟག་པ་ཨིན་ཟེར་ མཐའ་གཅིག་ཏུ་
བཟུང་སྟེ་སྤང་ནི་འདི་ཡང་ འཛོལ་བ་ཨིན། མི་ཚུ་གིས་ རང་ལུ་བདག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་ཆགས་ཞེན་
སྦྱེ་ནི་འདི་ཡང་ འཛོལ་བ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ དེ་གིས་མི་དེ་གི་འདྲོད་པ་ཡང་བཀའ་
མི་ཚུགས། ལྷག་བཟུལ་ལས་ཡང་སྐབས་མི་ཚུགས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ བདག་མེད་པ་ཨིན་ཟེར་ མཐའ་
གཅིག་ཏུ་བཟུང་ནི་ཡང་ འཁྲུལ་བ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ དེ་གིས་ ལམ་གྱི་བདེན་པ་

སེམས་ཚམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་ དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

སྒྲོམ་མི་འདི་ དོན་དག་མེད་པ་འགྲོམ་ཡིན། དེ་བརྒྱུ་སྟེ་རང་ ག་རང་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་
ཡིན་ཟེར་ མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྒྱང་རྒྱང་འཛོལ་བ་ཡིན། ག་རང་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཟེར་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྒྱང་རྒྱང་ དེ་ཡང་འཛོལ་བ་ཡིན། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ ལྷོགས་ཞེན་གྱི་བསམ་
ཚུལ་དེ་ཚུ་ལས་འདས་པའི་དབྱ་མའི་ལམ་སྟོན་ཏེ་ གཉིས་འཛོན་དང་ གཉིས་སྐྱེ་བའི་གྲུབ་
མཐའ་བཀག་སྟེ་ ག་རང་རིགས་ཤིང་འཐད་པར་སྐྱབ་ཡིན།

ལེའུ་གསུམ་པ།
 སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན།
 ཀ
 རྣམ་པར་དག་པའི་སེམས།

༡. མི་ཚུ་ལུ་རིགས་མ་འདྲ་མ་དང་སེམས་གྱི་མཚོ་ཐངས་མ་འདྲ་མ་ལེ་གཡོད་པ་ལས། ལ་ལུ་
 ཅིག་མཁས་དྲག་དང་ ལ་ལུ་ཅིག་སློན་མགོ་འབད་འོངམ་ཨིན། ལ་ལུ་རྒྱུད་བཟང་དྲག་དང་ ལ་ལུ་
 ཅིག་རྒྱབས་དྲག་ ལ་ལུ་ཅིག་སླབ་ད་ཉན་བཏུབ་མི་དང་ ལ་ལུ་ཅིག་ཉན་མ་བཏུབ་མི། ལ་ལུ་ཅིག་
 སེམས་གསལ་དྲག་དང་ ལ་ལུ་ཅིག་ལུ་སེམས་ཚོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་པ་ཨིན།
 ཨིན་ཅུང་ བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ བྱུང་པར་དེ་ཚུ་ཁག་མི་ཆེ། འཇིག་རྟེན་འདི་ མི་རྟོག་གི་
 ཤིང་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བའི་ལྷུ་མ་ར་བཟུམ་ཅིག་དང་འདྲ། དེ་ནང་ཁ་མདོག་མ་འདྲ་
 བའི་མི་རྟོག་ ལ་ལུ་དཀར་པོ། ལ་ལུ་དམར་རྒྱུག་ ལ་ལུ་ཉོན་མ། ལ་ལུ་སེར་པོ་འབད་ཤར་མ་ཨིན། མི་
 རྟོག་དེ་ཚུ་ ལ་ལུ་རྒྱ་ནང་སླེབ་ཞིན་མ་ལས་ འདབ་མ་རྒྱུ་ལྱེ་ཁར་བརྒྱུང་བརྒྱུང་པ། ལ་ལུ་ནི་
 འདབ་མ་རྒྱུ་ལྱེ་ལས་པར་བརྒྱུང་བརྒྱུང་པ། ལ་ལུ་རྒྱུ་ལྱེ་བརྒྱུང་བརྒྱུང་པ་རྒྱ་ཡོད་དོ་བཟུམ་
 མི་ལུ་ཡང་བྱུང་པར་མ་འདྲམ་པོ་མོའི་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ དེ་ལས་ཡང་མངམ་འབད་
 ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་ཅུང་ བྱང་རྒྱབ་བསྐྱབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ བྱུང་པར་དེ་ཚུ་ཁག་མི་ཆེ། བྱང་རྒྱབ་གྱི་
 ལམ་འདི་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཅིན་ པོ་མོ་གཉིས་ཆ་རང་གིས་སངས་རྒྱལ་གོ་འབང་
 ཐོབ་ནི་གི་དོན་ལུ་ བྱུང་པར་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན།

སྐང་མོ་ཆེ་བཏུལ་མི་འབད་དགོ་པ་ཅིན་ བྱུང་ཚོས་ལཱ་ཚང་དགོས་པ་ཨིན། ལཱ་པོ་དེ་ཡང་
 གཟུགས་སྤྱིང་སྤྱིང་། རྫོང་རྫོང་ལས། རྫོང་ཅུས། ལཱ་ལུ་སེམས་བརྟན་རྟོག་རྟོ་དང་ འབད་ལུགས་ཤེས་
 པའི་ཤེས་རབ་དང་ལཱ་ཚང་དགོས་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པའི་སྐོར་ལུགས་ཏེ་
 བྱང་རྒྱབ་སྐྱབ་པའི་ལམ་ཉམས་ལེན་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ བྱུང་ཚོས་ལཱ་དེ་ཚུ་ཚང་དགོས་པ་ཨིན།
 བྱུང་ཚོས་དེ་ཚུ་ཚང་པ་ཅིན་ པོ་མོའི་བྱུང་པར་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་
 ཚུགས་པ་ཨིན། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་ལུ་ ཐོས་བསམ་སྒོམ་པ་འབད་ནི་ལུ་ ལུན་རིངམ་མི་དགོ་དོ་
 ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ སེམས་ཅན་ག་རང་ལུ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་
 བྱུང་སྟེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན།

༢. སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ལམ་ལུ་ཞུགས་སྟེ་ཉམས་ལེན་འབད་མི་ཚུ་གིས་ རང་གི་
སེམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་ལུ་དད་པ་དང་། མིག་ལྟོ་གིས་སངས་རྒྱལ་ལུ་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་
དགོ། སངས་རྒྱལ་ལུ་དམིགས་པའི་སྣོ་དང་མིག་དེ་ཡང་ སོ་སོ་ཅིག་མེན་པར་ དུས་ད་ལྟོ་ཚུན་
ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ རྐྱེན་ཅི་དང་ཤི་བའི་ངང་ལས་འཁོར་བ་ལུ་འབྱམས་ཏེ་སྣོད་མི་གི་སྣོ་འདི་རང་
ཨིན།

རྒྱལ་པོ་གཅིག་ཨརམ་གིས་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཅིན། ཨརམ་འདི་བདུལ་ནི་གི་དོན་ལུ་
དང་པ་རང་ཨརམ་གི་སྐར་འཚོལ་དགོ། །དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཉོན་མོངས་པ་གིས་ འཁོར་བ་ལུ་འབྱམས་
ཏེ་སྣོད་མི་ཚུ་འཁོར་བ་ལས་གོལ་དགོ་པ་ཅིན་ དང་པ་རང་དའི་འབྱུང་ཁུངས་ཤེས་ཏེ་ ཚ་བ་
ལས་རྩ་མེད་བཏང་དགོས་པ་ཨིན།

བྱིམ་ནང་སྣོད་མི་ མི་གཅིག་གིས་མིག་ཏོ་བརྒྱུད་ཏེ་བཟུམ་ད་ དང་པ་རང་ བྱིམ་ནང་གི་ཅ་
ལ་ཚུ་མཐོང་ནི་དང་ དེ་གི་ཤུལ་ལས་མ་གཏོགས་ སྣོ་སྐྱིགས་ནང་ལས་བྱི་ཁ་གི་དངོས་པོ་ཚུ་
མཐོང་མ་ཨིན། དཔེ་དེ་བཟུམ་སྟེ་ རང་ན་གི་དངོས་པོ་ཚུ་མཐོང་ནི་གི་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་མ་སྐྱེ་
བའི་ཏེ་མ་ བྱི་གི་དངོས་པོ་ཚུ་མཐོང་ནི་གི་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་ནི་མེད་པ་ཨིན།

ག་དེ་མ་ཅིག་འབད་ སེམས་འདི་གཟུགས་ཀྱི་ནང་འཁོད་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་གིས་དང་པ་
རང་ གཟུགས་ཀྱི་ནང་ན་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཚུ་མཐོང་དགོས་པ་ཅིག་ཨིན་རུང་ མི་ཚུ་གིས་ བྱི་ཁ་
གི་དངོས་པོ་དེ་ཚུ་གི་སྐར་ལས་ སྣོ་བོ་མང་སུ་སྐྱེམ་མ་གཏོགས་ གཟུགས་ནང་གི་དངོས་པོའི་སྐར་
ལས་ཉུང་སུ་ཅིག་ལས་མི་ཤེས་དོ་ཨིན།

ག་དེ་མ་ཅིག་འབད་ སེམས་འདི་གཟུགས་ཀྱི་བྱི་ཁ་ལུ་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་གིས་གཟུགས་ལུ་དགོ་
པའི་གནད་དོན་ཚུ་ཤེས་དགོ། །དེ་འབདམ་ད་ གཟུགས་ཀྱིས་ སེམས་ཀྱི་མཚོ་ལུགས་ཤེས་ནི་དང་
སེམས་ཀྱིས་གཟུགས་ཀྱི་ཚོར་བ་དེ་ཚུ་ཏ་དགོ་ཚུགས། དེ་འབདམ་ལས་ མི་གི་སེམས་འདི་གཟུགས་
ཀྱི་བྱི་ཁ་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་སྐྱབ་མི་ཤེས། ད་ སེམས་ཟེར་མི་འདི་ག་སྟེ་ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་
མས་གོ་?

༣. ང་བཅས་ཀྱིས་དྲན་མ་མ་ཚུ་གསལ་པའི་དུས་དང་ལུ་ལས་རང་ རང་རང་སོ་སོའི་ལས་
དང་ བསམ་ལོག་གི་སྐྱབ་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱིབས་ཏེ་ མི་ཚུ་མ་རིག་སྐྱུན་པའི་ནང་ལུ་འབྱམས་
སོང་པ་ཨིན་མས།

བསམ་ལོག་གི་སྒོ་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་ དང་པ་ རྩེ་ཤི་ལུ་ཐུག་མི་ ལུས་རྟེན་འདི་གི་རྒྱ་འབད་མི་
གཉིས་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེ་ལུ་ བདེན་པར་བཟུང་མི་དང་། གཉིས་པར་ གཉིས་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེའི་རྒྱབ་
ཁ་ལུ་ དངོས་གནས་གྱི་ཡེ་ཤེས་སམ་ བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པའི་སེམས་ཡོད་པར་མ་ཤེས་མི་འདི་དང་
གཉིས་ཨིན།

མི་གཅིག་གིས་ ལག་པ་མཛོག་བཅམ་སྟེ་སྟོན་མ་ད་ མིག་ཏེ་གིས་དེ་མཐོང་ སེམས་ཀྱིས་ཡང་དེ་
ལུ་འཛིན་མ་ཨིན། དེ་འབད་མ་ད་ འཛིན་པའི་སེམས་འདི་ བདག་འཛིན་ལུ་བརྟེན་པའི་སེམས་
ཀྱིས་ གཉིས་ལུ་འཛིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མཐོང་མ་མ་གཏོགས་ མཐོང་མི་འདི་སེམས་ངོ་
མ་ཨིན།

འཛིན་པའི་སེམས་ཟེར་མི་འདི་ ཆགས་པ་དང་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་དེ་ ང་དང་ངར་
འཛིན་བཟུང་མི་གཙོ་བོ་འདི་ཨིན། གཉིས་འཛིན་འདི་ཡང་ རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་མ་
མ་གཏོགས་ ངོ་བོ་གིས་མ་སྲུབ་པའི་ ལྟོང་པ་དང་འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཅིག་ཨིན། ཨིན་རུང་
མི་རྒྱ་གིས་ འ་ལྟོ་སེམས་འདི་ ཁོ་རང་གི་སེམས་འདི་རང་ཨིན་ཟེར་ཆགས་པ་སྐྱེ་སྟེ་ དེ་གིས་སྲུག་
བསྐྱེད་སྐྱེ་ལོ་གི་ རྒྱ་རྒྱུན་འབད་མ་ཨིན།

མི་གཅིག་གིས་ལག་པ་བརྒྱུང་མ་ད་ སེམས་ཀྱིས་ཡང་ལག་པ་བརྒྱུང་བརྒྱུང་བ་ཚོར་མ་ཨིན། དེ་
འབད་མ་ད་ ལག་པ་སྲར་མ་ད་ སྲར་མི་འདི་ལག་པ་གིས་ཨིན་ན་ ཡང་ན་སེམས་ཀྱིས་ཨིན་ན་
ཡང་ན་དེ་གཉིས་ཆ་རང་མེན་པ་གཞན་གྱིས་སྲར་མ་ཨིན་ན་? ལག་པ་སྲར་མ་ད་སེམས་ཡང་
གཅིག་ཁར་སྲར་མ་མ་ཚད་ སེམས་སྲར་མ་ད་ ལག་པ་ཡང་སྲར་མ་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་ད་
སེམས་སྲར་མི་འདི་ ཕྱི་ལྟར་གྱི་མཐོང་སྣང་ཙམ་མ་གཏོགས་ སེམས་ཀྱི་དངོས་ཟེར་མི་འདི་མེན།

༤. མ་གཞི་ འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ག་རང་ལུ་ རང་བཞིན་ལས་དག་པའི་སེམས་ཡོད་རུང་ དེ་
མ་རིག་པའི་སྐྱིབ་མ་དང་ རང་གི་འབྲུལ་སྣང་ལས་ཤར་བའི་འཛིག་རྟེན་འདོད་པའི་དྲི་མ་གིས་
སྲར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། འ་ལྟོ་དྲི་མ་གིས་སྲར་ཏེ་ཡོད་མི་སེམས་འདི་ སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མེན་མ་ལས་
དཔེར་ན་ རྩོ་བདག་མེད་པའི་བྱིམ་ནང་ བཞུགས་གསལ་པོ་ཅིག་འཇུག་སྟེ་སྟོན་སྟོན་བཟུམ་ཅིག་
ཨིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན།

གནས་ཁའི་རྒྱལ་འདི་ འཕྲུལ་འཕྲུལ་འབད་རང་ས་སྤྲུག་གིས་སྤྲུབ་ཅུང་ རྒྱལ་འདི་ས་སྤྲུག་
གིས་གཡོ་ནི་དང་ རྒྱ་བའི་འོད་དང་རང་བཞིན་ལུ་འགྱུར་བ་དང་གཞོན་རྒྱུན་མེད་པར་གནས་པ་
ཨིན། དེ་བཟུམ་སྡེ་ མི་ཚུ་གིས་ཡང་ གྲི་མ་གིས་སྦྱིབ་སྡེ་ཡོད་མི་སེམས་འདི་ ང་བཅས་རང་གི་
སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ཨིན་ཟེར་མཚོ་ནི་མི་འོང་། གྲི་མ་གིས་སྦྱིབ་མི་འདི་རང་ སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ཨིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ ང་བཅས་གྱིས་དུས་ཨ་རྟལ་རང་ འབྲུལ་པའི་སེམས་གྱིས་བཟོ་མི་འབྲུལ་
སྤང་དེ་ཚུ་སེམས་གྱིས་རང་ཉ་གོ་སྡེ་ རང་གི་རིག་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྱང་ཚུབ་གྱི་རྒྱ་ཡོད་མི་
འདི་མཐོང་ནི་གི་དོན་ལུ་ བཙོན་ལྷགས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཨིན། ཨིན་ཅུང་ མི་ཚུ་མ་རིག་གྲི་མ་གིས་
སྦྱིབ་སྡེ་ བསམ་ལོག་རྒྱུན་དན་ཚུ་ལས་བརྟེན་ འཛིག་རྟེན་ཚོངས་པའི་སྤྱིང་ནང་ལུ་ འབྲུམས་ཏེ་
ལུས་པ་ཨིན།

མི་གི་སེམས་ལུ་བར་རྒྱུན་དང་སྦྱིབ་པ་ཚུ་ག་རང་ ཞེན་ཆགས་དང་ དེ་གིས་རྒྱུན་སྡོ་ཚོགས་གྱི་
འགྱུར་བ་ལུ་གདོང་ལེན་དང་བསྐྱེད་བྱུང་མ་ཨིན།

སེམས་གྱི་རིག་ག་ཅི་རང་འབད་ཅུང་ དངོས་པོ་གཞན་གྱི་དབང་ལུ་མ་སོང་བར་ རྒྱུན་སྡོ་
ཚོགས་བྱུང་ཅུང་ གཡོ་སྦྱིབ་མེད་པར་གསལ་ཏོག་ཏོ་དང་ བརྟེན་ཏོག་ཏོ་འབད་གནས་ཚུགས་མི་
འདི་ སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ངོ་མ་འདི་ཨིན།

ང་བཅས་གྱིས་ མཚོན་མོ་མཐོང་ས་མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ གནས་པོ་ཡལ་སོང་ཡི་ཟེར་ སྤབ་ནི་
མེད་དོ་བཟུམ་ བག་ཆགས་དང་འགྱུར་བའི་རྒྱུན་སྡོ་ཚོགས་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་བའི་སེམས་
འདི་ ཡལ་འགྲོ་ད་ རང་བཞིན་བདེན་པའི་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་འདི་ ཡལ་སོང་ཡི་ཟེར་སྤབ་ནི་མེད་པ་
ཨིན། རྒྱ་དང་རྒྱུན་སྡོ་ཚོགས་གྱིས་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་མི་སེམས་འདི་ སེམས་ངོ་མ་ཨིན།

༥. དེ་ཡང་ ང་བཅས་རང་ འདུ་ཁང་གཅིག་ལུ་དབེ་བཞག་པ་ཅིན་ ཉེམ་ཤར་མ་ད་ནང་ན་
རྒྱ་སེང་སེང་འགྲོ་ནི་དང་ ཉེམ་འཇུ་ལམ་ད་ནང་ན་གནག་དུང་དུ་འབད་འགྲོ་མ་ཨིན།

འོད་འདི་ཉེམ་ཤར་མ་ད་ཡལ་འགྲོ་ནི་དང་ གནག་དུང་དུ་འདི་ཉེམ་འཇུ་ལམ་ད་འོང་ནི་
ཨིན་མ་ང་བཅས་གྱིས་ཤེས་ས་ཅིག་ཅུང་ རྒྱ་སེང་སེང་གནག་དུང་དུ་གི་སྤོ་སེམས་དེ་ཡང་

གཞན་གསེ་ཡང་འགྲོ་ས་མེད་པར་ དེའི་རྩ་བའི་འབྲུང་སའི་རང་བཞིན་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ནང་
ལུ་ལོག་དགོས་པ་ཡིན།

ཉིན་མ་ཤར་བའི་སྐབས་ལུ་སྤང་བ་དང་ ལུབ་པའི་སྐབས་ལུ་གནག་དུང་ལས་བརྟེན་པའི་སློ་
འདི་ གནས་སྐབས་ཚམ་གྱི་སློ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་ མི་གི་སེམས་ཡང་ དུས་སྐད་ཅིག་ལུ་དང་ཅམ་ཅིག་ལུ་ འགྲུར་ཡི་རང་འགྲོ་མི་ཚོར་
སྤང་མ་འདྲ་མ་ཚུ་ གནས་སྐབས་ཅིག་གི་སློ་མ་གཏོགས་ དངོས་སུ་དང་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མེན། སྤང་
བ་དང་དུང་བ་ག་དེ་སྤྲེ་ཡིན་ན་ དེ་སྤྲེ་ཤེས་མི་གི་གཞི་རྩའི་སེམས་འདི་ མི་གི་ཀུན་གཞིའི་རང་
བཞིན་ངོ་མ་ཡིན།

གནས་སྐབས་ཅིག་གི་ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བཟུལ། བྱམས་པ་དང་སྤང་བ་ཚུ་ མཐའ་
འཁོར་གྱི་གནས་སྤངས་དང་ སྤྲེ་ཁ་གི་འགྲུར་ནི་ཡོད་པའི་རྒྱན་རྩེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ནི་དང་།
དེའི་རྒྱ་ནི་ནང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཏོག་དང་ སྤྲེ་བ་པ་ཡིན་མ་ལས་ སྐད་ཅིག་ལུ་དང་ཅམ་ཅིག་ལས་མི་
གནས།

ནང་སེམས་འདི་གིས་ འདོད་ཆགས་དང་ འདོད་པའི་སྲིད་པ་ལུ་ཡིད་མཁྱེས་ཅིག་རུང་ རང་
བཞིན་གསལ་བ་དང་ སྤྲེ་བ་མེད་པའི་སེམས་འདི་གནས་པ་ཡིན།

རྒྱ་ལུ་དབྱིབས་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ རྟོད་སྲུབ་བཞི་དང་རྒྱུམ་པོ་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ནང་
རྒྱགས་པ་ཅིག་ རྟོད་དེའི་དབྱིབས་ལུ་འགྲོ་དོ་བཟུམ་ མི་གི་སེམས་ཡང་དེ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མ་ཤེས་
རུང་ དུན་པ་མ་བཟུང་པར་བརྟེན་དེ།

འདི་ལེགས་ཤོམ་ཡིན་མས་ འདི་ཚོགས་ཡིན་མས་ཟེར་མཚོ་སྤེ་ ལེགས་ཤོམ་ལུ་ཆགས་ནི་དང་
ཚོགས་ལུ་སྤང་བ་སྤྲེ། ཡོད་མི་རྒྱ་མེད་མི་ལས་སོ་སོར་བྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་འཛིན་གྱི་དུམ་
ནང་རྒྱུད་དེ་ ཞེན་ཆགས་སྤྲེ་ནི་འདི་གིས་ སྤྲུག་བཟུལ་རྒྱུ་ལུ་ཡིན་མས།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ མི་གིས་འཇུལ་སྤང་ལུ་བདེན་པར་བཟུང་ནི་དང་ གཉིས་འཛིན་གྱི་
ཆགས་ཞེན་སྤངས་ཏེ་ སེམས་ཀྱི་དང་ཐོག་གི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ལུ་གནས་རྒྱགས་པ་ཅིན་
ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ཆ་རང་ སྤྲེ་བ་དང་སྤྲུག་བཟུལ་རྒྱུ་ལས་གོ་ལ་རྒྱགས་པ་མ་ཚད་ དེ་དང་
གཅིག་ཁར་ཡོད་པའི་ཞི་བདེའི་གོ་འཕང་ཡང་ཐོབ་ནི་ཡིན་ནོ།

ཁ

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

༡. གོང་ལུ་བཤད་མི་ དངས་གསལ་ཅན་གྱི་གཞི་རྒྱུ་མེད་མེད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ ཡིན་མེད་ལས་ སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པའི་ས་བོན་ཡིན།

དེ་ཡང་ ཉེ་མ་དང་ ཤོག་གུ་བར་ན་མེ་ཤེལ་གཅིག་དཔག་པ་ད་ མེ་འབྱུང་མ་ཡིན་ཅུང་ མེ་དེའི་ རྒྱ་ག་རྩེ་ལས་འབྱུང་མ་སྣོ་? མེ་ཤེལ་འདི་ཉེ་མ་ལས་ཐག་རིང་གི་ས་ཁར་ཡོད་ཅུང་ འོག་གི་ཤོ་གུ་ ལུ་མེ་འབྱུང་མེ་འདི་ མེ་ཤེལ་གྱི་ཤུགས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མས། ཡིན་ཅུང་ ཤོག་གུ་ལུ་མེ་འཚོག་ རི་གི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅིན་ མེ་མེ་འབྱུང་ནི་ཡིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཉེ་མའི་འོད་འདི་ མི་གི་སེམས་ལུ་ཕོག་པ་ཅིན་ མིའི་ སེམས་གྱི་རང་བཞིན་དངོས་དང་འབྲལ་ཏེ་ མ་རིག་ཉིད་ལས་སྣོང་སྟེ་ སེམས་གསལ་ཏོག་ཏོ་ བཟོས་ཡིན། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ འཕྲོ་བ་མི་རིག་གི་དོན་ལུ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་ཤེལ་བཟུང་སྟེ་ སངས་ རྒྱལ་ལུ་གཞིགས་པའི་དད་པ་སྐྱེས་ཡིན།

༢. མི་ཚུ་གིས་ཨ་རྟལ་རང་ རང་རང་སོ་སོའི་རྒྱུད་གྱི་སེམས་དང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཤུགས་ལུ་ ཡོད་པའི་ ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གཞིས་ གཅིག་ཡིན་མི་འདི་ལུ་བདེན་བརྟུན་མ་རེ་ བར་ འཛིག་རྟེན་འབྲལ་པའི་སྣོ་གིས་ཟུན་ཏེ་ བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་ལུ་ཆགས་ཞེན་དང་། དེ་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་མཐར་ཐུག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལུ་རང་བཞིན་དེ་འབྱུང་མ་ཡིན་མས།

མི་དེ་ཚུ་ གཞི་རྒྱུ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་གྱི་སེམས་ཡོད་ཅུང་ ད་ཅུང་ འབྲལ་པའི་སྣོ་ལུ་ ཆགས་ཞེན་སྐྱེས་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་འདི་སྐྱིབ་ལས་ འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་ནང་ འབྲམས་དགོ་པའི་རྒྱ་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ན?

དེ་ཡང་ དང་ལུ་གི་དུས་ཅིག་ལུ་ མི་གཅིག་གིས་གདོང་མེ་ལོང་གི་ཁ་སྐྱོགས་ལུ་མ་བཟུ་བར་ རྒྱ་བསྐྱེགས་ལུ་བཟུམ་ལས་ གདོང་དང་མགུ་ཏོག་མ་མཐོང་པར་ རང་ངོ་མ་ཤེས་པར་སེམས་ འབྲལ་སོང་རུག དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཁོ་སེམས་འབྲལ་དགོ་མི་འདི་ ཁོ་གིས་དུན་པ་ མེད་པར་ མེ་ལོང་བཟུ་ལུགས་འཛོལ་སོང་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མས།

དོན་དག་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་མ་རིག་འབྲུལ་པའི་དབང་གིས་ རང་གི་ཐོབ་དགོ་མཚོ་མི་
བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་འདི་མ་ཐོབ་པའི་བསྐང་ལས་ སྐྱལ་བཟུལ་གྱི་ནང་ལུ་ཐིམ་སྟེ་འགྲོམ་ཨིན།
བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་ལུ་སྦྱོན་དང་འབྲུལ་བ་མེད་ཅུང་ མི་ཚུ་གིས་སྟོ་འདོད་དང་ལག་ལེན་
འཛེལ་སོང་པ་ལས་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནི་ལུ་ཡུན་རིང་མོ་འབད་བཟོན་ཅུང་ ངོ་མ་ཤེས་
པར་ ཆགས་སྤང་གཉིས་འཛོན་དང་འབྲུལ་པའི་དབང་གིས་ བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་འདི་སྦྱིབ་སྟེ་
བཞགས་པའི་སྦྱོན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་མས།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་ རྣམ་རྟོག་བསལ་ནི་དང་ཕྱིན་ཅིག་ལོག་གི་ལྟ་བ་དེ་ཚུ་སྤང་བ་ཅིན་ བྱང་
ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་ནི་ཨིན་མས། དེ་འབད་མ་དང་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་
འཕང་ཐོབ་པའི་བསྐང་ལས་ མི་ཚུ་གིས་ རྣམ་རྟོག་འདི་མེད་པ་ཅིན་བྱང་ཚུབ་འདི་མི་ཐོབ་ནི་
མས་ཟེར་ ཏ་གོ་མ་ཨིན་མས།

༣. སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལུ་ རྒྱན་ཚད་ནི་ཟེར་མ་མེད་པ་ལས་ མི་ལས་ངན་ཅན་དེ་ཚུ་
དམྱལ་བ་དང་ ཡི་དུགས་ ཅུང་འགོ་ཚུ་ནང་སྦྱེ་བ་ལེན་དགོ་སྟེ་འབད་ཅུང་ དེ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་
པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སམ་ས་བོན་འདི་ རྣམ་ཡང་འབྱུང་ནི་ཟེར་མ་མེད་པ་ཨིན།

ཨིན་ས་ཅིག་ཅུང་ གཟུགས་བཙོག་པའི་དྲི་མ་གིས་ཟུན། སེམས་འཇིག་རྟེན་འདོད་པའི་
འདམ་ནང་ཚུད་དེ་ ལས་ངན་དང་སྐྱལ་བཟུལ་ག་དེམ་ཅིག་ཚུང་དགོ་སྟེ་འབད་ཅུང་ བྱང་ཚུབ་
ཐོབ་ནི་གི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སམ་ས་བོན་དེ་ནི་ མ་པ་ལས་ཚ་མེད་འགྲོ་ནི་མེད་པ་ཨིན།

༤. དེ་ཡང་ དང་ལུ་གི་སྤྱང་རྟིང་མ་ཅིག་ནང་ མི་གཅིག་ཆང་གིས་འགྲངས་སྟེ་ གཉིད་ཐལ་
སོང་པ་མས། ཆ་རོགས་གཅིག་གིས་ཁོ་སྤྱང་སྟེ་ག་དེམ་ཅིག་སྤོད་ཅུང་ ཁོ་གཉིད་ཚོར་ནི་མེད་པ་
ལས་ ཆ་རོགས་དེ་ལུ་ཁག་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ གཞན་ཁར་འགྲོ་དགོས་པ་འཛོན་མ་ལས་ ཁོ་
ལུ་ཁག་ཆེ་འོང་མཚོ་སྟེ་ རོར་བུའི་རིགས་བྱེད་གཅིག་ཁོ་རའི་ཉེ་མ་ཅུང་ནང་བཟུགས་བཞག་སྟེ་
ཆ་རོགས་དེ་ས་གནས་གཞན་ཁར་ཡར་སོང་ཅུག། ཆང་འགྲང་མི་མི་འདི་དེ་རྣམས་སངས་ཏེ་བལྟ་སྟེ་
ད་ ཉེ་མ་ཅུང་ནང་ལུ་ཡོད་མི་འདི་ནོར་བུ་ཨིན་མ་ ངོ་མ་ཤེས་པར་ལོངས་སྦྱོང་མ་ཚུགས་པ་ལས་ ཁོ་
རང་སྤྱང་འབྲུམས་ཏེ་ ཟ་ནི་འབྱུང་ནི་མེད་པར་སྐྱལ་བཟུལ་ཚུང་སྤོད་ཅུག། ཁོ་དག་པ་ཅིག་གི་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན།

ཤུལ་ལས་ ཁོང་ཆ་རོགས་གཉིས་ལོག་ཕྱད་པ་ད་ འོར་བུའི་སྐོར་ལས་སྐོ་སྐབ་སྟེ་ དེ་བདག་འཛིན་
འབད་དགོ་ཟེར་ སྐབ་དགོས་པ་འཛོང་སོང་རུག།

སྤང་ནང་གི་ ཆང་གིས་འགྲང་སྟེ་བྲན་པ་མེད་པ་འགྲོ་མི་བཟུམ་སྟེ་ ང་བཅས་རང་མི་ཚུ་ཡང་
རང་རྒྱུད་ལུ་ཉེ་མ་ལས་རང་ཡོད་པའི་ དྲུང་གསལ་དང་རྣམ་དག་སྐྱིབ་པ་མེད་པ་དང་རིན་ཐང་
ཅན་འོར་བུ་དང་འདྲ་བའི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སམ་ས་བོན་འདི་ རང་དང་འབྲལ་བ་མེད་
པར་ཡོད་ཅུང་ དེ་མ་ཤེས་པར་ སྐྱེ་བ་དང་ཤི་བའི་སྤྱག་བཟུལ་ནང་ལུ་ རང་དབང་མེད་པར་
ཚུད་སོང་རུག།

ཨིན་དེ་འབད་ཅུང་ དྲན་པ་ཉམས་མི་མི་ཚུ་གིས་ སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པའི་རིགས་སམ་ས་བོན་
ཡོད་པ་རྩ་བ་ལས་མ་ཤེས་པར་ མགྲ་ཚོངས་ཏེ་སྟོང་ཅུང་ སེམས་ཅན་ཉམ་ཚུང་ཚུ་ལུ་ཡང་ སངས་
རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་རྫོགས་སྟེ་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་མཁྱེན་ཏེ་
ནམ་ཡང་རྒྱབ་ཁར་བཀོག་བཞག་ནི་མེད་པ་ཨིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མ་རིག་འཇུལ་པའི་དབང་གིས་ རང་རྒྱུད་ལུ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པའི་ས་
བོན་ཡོད་པ་ཨིན་མ་མ་ཤེས་པར་ མིག་འཇུལ་བཟུམ་གྱི་འཁོར་བ་ནང་འབྱམས་ཏེ་སྟོང་མི་ཚུ་ལུ་
སངས་རྒྱལ་གྱི་དང་དང་པ་སྟེ་བཅུག་པ་མ་ཚད། སངས་རྒྱལ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་གཉིས་
ལུ་ དབྱེ་བ་མེད་ཟེར་བའི་ཚེས་ཚུ་ཡང་སྟོན་གནང་མ་ཨིན།

༥. སངས་རྒྱལ་ཟེར་མི་འདི་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་དངོས་སུ་ཐོབ་ཚར་མི་དང་། སེམས་
ཅན་ཚུ་ནི་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚུགས་པའི་ས་བོན་ཅན་ཨིན་པའི་བྱུང་པར་ཅམ་ཅིག་མ་
གཏོགས་ བྱང་པར་སྐྱོམ་ག་ནི་ཡང་མེད།

ཨིན་ཅུང་ མི་ལ་ལུ་གཅིག་གི་སེམས་ཁར་ལུ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་ཅམ་ཅིག་གིས་ ང་
སངས་རྒྱལ་ཨིན་ཟེར་མཚོ་བ་ཅིན་ དེ་འཇུལ་བ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ ཁོ་གིས་བྱང་
ཚུབ་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚུགས་ཏེ་འབད་ཅུང་ ད་སྟོ་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པའི་ལམ་འགྲོ་མ་ཚར་ལས་
བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ དང་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་མ་སྐྱེས་པ་ཅིན་ དངོས་སུ་གྱུར་ནི་
མེད་པ་མ་ཚད་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུ་ཡང་ བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཚུན་
ཚད་ ཡོངས་རྫོགས་ཚང་མི་ཚུགས་དོ་ཨིན།

༤ དེ་ཡང་ ཉེ་མ་གི་དུས་ཅིག་ནང་ རྒྱལ་པོ་གཅིག་གིས་ མི་ཉོག་ཞར་མ་འབད་མི་དག་པ་
ཅིག་འཛོ་ཞིན་མ་ལས་ སྐང་མོ་ཆེ་ཡོད་སར་བྱིད་དེ་ སྐང་མོ་ཆེ་འདི་ག་ཅི་བཟུམ་འདུག་ཟེར་
འདྲི་མ་ད། མི་དང་པ་གིས་ སྐང་མོ་ཆེ་གི་མཆེ་བ་ལུ་ལག་པ་གིས་རེག་པ་ད་ སྐང་མོ་ཆེ་འདི་ལ་ལུག་
སྐྱོམ་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་སྐབ་ལུག་ མི་གཉིས་པ་གིས་ སྐང་མོ་ཆེ་གི་རྣམ་ཚུགས་ལུ་རེག་པ་ད་
རྒྱང་གཡལ་བཟུམ་དང་། གཞན་མི་གཅིག་གིས་ ལྷ་པ་ལུ་རེག་པ་ད་ ལག་ལྷི་བཟུམ་དང་། ད་ཅུང་
གཞན་མི་གཅིག་གིས་ ཀླང་པ་ལུ་རེག་པ་ད་ ལྷི་ལུ་བཟུམ་དང་། མཇུག་མ་གྱུ་རེག་མི་གཅིག་གིས་
སྐང་མོ་ཆེ་ཟེར་མི་འདི་ ཐག་པ་བཟུམ་འདུག་ཟེར་སྐབ་མ་གཏོགས་ གཅིག་གིས་ཡང་ སྐང་མོ་ཆེ་
ངོ་མ་ག་བཟུམ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་རྒྱལ་པོ་ལུ་སྐབ་མ་ཚུགས་པས།

དེ་བཟུམ་སྐྱེ་ མི་གི་རང་བཞིན་དུ་མ་གྱུ་ལེ་ འགྲེལ་བཤད་རྒྱབ་ཚུགས་པ་མ་གཏོགས་ སངས་
རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལུ་གྱུར་ནི་ཨིན་མི་ མིའི་རང་བཞིན་ག་ཨིན་མ་ ཚུལ་བཞིན་དུ་བཤད་ཚུགས་མི་ག་
ཡང་མེད།

འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་དང་ ཤེ་བའི་ལྷུག་བསྐྱེད་ཚུ་གིས་གཞོད་མ་ཚུགས་པའི་ དུས་རྒྱུན་དུ་
རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་ གཞི་བདེ་གཤེགས་སྣང་པའི་ རོ་བོ་ཤེས་དགོ་པ་ཅིན་ དེ་གི་ཐབས་ལམ་
གཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་མེད་མི་འདི་ སངས་རྒྱལ་དང་སངས་གྱི་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་གསུང་
བསྟེན་དགོས་པ་འདི་རང་ཨིན།

ག

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད།

༡. ང་བཅས་ཀྱིས་མཚོ་མི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་རང་ལྷ་ཡོད་ཟེར་སྐབ་ད་ཚོས་གཞན་ནང་ལས་བཤད་ནི་ཡོད་དོ་བཟུམ་དང་བདག་དང་འདྲ་སྲུ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་མི་འདི་དང་མི་འདྲ།

གང་ཟག་གི་བདག་ཟེར་མི་གི་རྣམ་གཞག་འདི་གཙོ་བོ་རང་བདག་གཞན་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་སློ་ཨིན། སློ་འདི་གིས་དང་པ་རང་ང་དང་བདག་ཏུ་བཟུང་། དེ་ལྷ་ཞེན་ཆགས་སྐྱེས་ཏེ་འཇུག་པར་འཛིན་པའི་བདག་ཨིན་མ་ལས་དེ་སྤང་དགོ་པའི་བདག་ཨིན། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་དེ་བཟུམ་མེན་པར་འཛིན་བཟུམ་ཡོད་ལོ་ཨིན་ལོ་ཟེར་ག་གིས་ཡང་སྐབ་མི་ཚུགས་པ་ལས། འདི་ང་བཅས་རང་གིས་བརྟགས་ཞིབ་འབད་དགོས་པ་ཅིག་ཨིན་མ་མ་གཏོགས་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་ཡང་མེན། གང་ཟག་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་ཡང་མེན།

བདག་ཡོད་པ་འབད་འཛིན་པ་ཅིན་མེད་མི་ཅིག་ལྷ་ཡོད་ཟེར་འཛིན་པའི་འཇུག་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་མེད་ཟེར་སྐབ་པ་ཅིན་ཡོད་མི་ཅིག་ལྷ་མེད་ཟེར་སྐབ་པའི་འཇུག་པ་ཨིན།

དེ་ཡང་དེཔ་གཏམ་ཅིག་དང་སྐྱར་ཏེ་བཤད་པ་ཅིན་ཏ་གོ་ཚུགས། ཡའི་གཅིག་གི་རང་གི་ཨ་ལོ་ན་མི་གཅིག་དྲུང་འཚོ་འབད་སར་འབྱེད་འགྲོམ་དེ་དྲུང་འཚོ་གིས་སྐྱེན་ཅིག་བྱིན་ཏེ་སྐྱེན་འདི་ཟ་ཞེན་མ་ལས་མ་བཞུ་ཚུན་ཚད་ལུ་ཨོམ་མ་བྱིན་ཟེར་སྐབ་རུག།

དེ་ལས་ཡའི་གིས་ཨ་ལོ་དེ་ལོ་རང་གིས་རང་ཨོམ་འཇུང་དགོ་མ་མཚོས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་རང་གི་ཨོམ་གྱུ་ལུ་རྩེ་གནག་དང་ཁག་དྲགས་ཚུ་ལྷུག་བཞག་རུག་ཞེན་ཅིག་གི་ཚོ་ཨ་ལོ་གི་ལོ་ན་དང་གི་སྐྱེན་ག་རང་བཞུ་ཚར་བའི་མཚམས་ཚོད་ཁར་ཡའི་གིས་ཨོམ་ཚུ་འཇུ་སྟེ་འཇུང་བཟུག་རུག་ཐབས་ཤེས་འདི་ག་རང་ཨ་ལོ་ལོ་རང་གི་ནད་གསོ་ནི་གི་དོན་ལུ་བརྩེ་གཏུང་གི་དབང་གིས་དང་ལེན་འབད་འབད་མ་ཨིན་མས།

གོང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ནང་གི་ཨའི་བརྩམ་སྡེ་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་ མི་ཚུ་གི་འབྲུལ་པ་དང་ བདག་ ཏུ་འཛིན་པའི་ཞེན་པ་ཚུ་སྤང་ནི་གི་དོན་ལུ་ བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཟེར་ གསུངས་རུག །དེ་ལས་རིམ་གྱིས་ འདོད་ཆགས་དང་འབྲུལ་པའི་སྤོ་སྤོ་ག་རང་སྤངས་ཚར་ལྷ་ད་ ག་རང་གི་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ལུ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡོད་ཟེར་བའི་བདེན་པ་གསུངས་རུག །

གང་ཟག་གི་བདག་ལུ་ཆགས་ཞེན་སྦྱེ་བ་ཅིན་ མི་ཚུ་འབྲུལ་སྤང་ལུ་འབྲུམས་བརྟུགས་ཨིན། རང་སེའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལུ་དང་མོས་སྦྱེ་བ་ཅིན་ བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་ལུ་བཀོད་པ་ཨིན།

ད་ཅུང་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ནང་ ཨམ་སྲུ་གཅིག་ལུ་པ་གཞིས་གྱི་དོན་ལུ་ སློམ་སློམ་ཅིག་སློད་ བཞག་པའི་སྤང་དང་འདྲ། རམ་ཅིག་གི་ཚེ་ མི་གཞན་ཅིག་གིས་སློམ་འདི་ཁ་བྱེ་སྡེ་ དེ་ནང་གི་ གསེར་མ་བཏོན་པའི་རིང་ལུ་ ཨམ་སྲུ་འདི་བཞུ་ནི་དང་འབྲུང་ནི་མེད་པར་སྤྱང་ཀ་འབད་རང་ ལུས་འོང་། དཔེ་དེ་བརྩམ་སྡེ་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་ མི་ཚུ་གི་སྤོ་རིག་གི་སློམ་ཁ་བྱེ་སྡེ་ དུངས་ཤིང་ གསལ་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སློན་གནང་མ་ཨིན།

༥ ག་དེམ་ཅིག་འབད་ ང་བཅས་ག་རང་ལུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སམ་ས་བོན་འདི་ཡོད་ པ་ཅིན་ ག་ཅི་འབད་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་མགོ་བསྐྱར་ཏེ་ པར་བསད་ ཚུར་བསད་ཚུན་ཚད་གྱི་ རྒྱག་བསྐྱེལ་འདི་དང་། ག་ཅི་འབད་ གོ་ས་མཐོ་དམན་དང་། རྒྱགས་དང་སྤྱང་ཀའི་བར་ན་བྱུང་ པར་བྱུང་མ་ཨིན་ན་?

དེ་ཡང་ ད་ཅུང་སྤྱང་ཅིག་ནང་ གཉའ་མོད་ཚུལ་ལག་འགྲམ་མི་ཅིག་གིས་ ཁོ་རའི་རྒྱན་ཆ་ དང་འདྲམ་འབད་ རོར་བུའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་དབྱུལ་བ་ལུ་སྤྱར་ཏེ་ བཏགས་ནིའི་གོམས་འདྲིས་ཚུད་ མོང་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཉེན་མ་ཅིག་འབད་མ་ད་ ཚུལ་ལག་འགྲམ་བསྤར་འབད་བའི་ རྒྱལ་ལུ་ དབྱུལ་བུ་གི་རོར་བུ་ལུ་ཕོག་སྡེ་ རོར་བུ་འདི་དབྱུལ་གི་ནང་ལས་པར་ཐིམ་སོང་ རུག །ཁོ་གི་སེམས་ཁར་ལུ་ རོར་བུ་དེ་འབྱུང་ད་རུག་ཟེར་ སེམས་པམ་བྱུང་སྡེ་ དེ་ལས་བྱུང་འཚོ་ འབད་སར་མ་ཚུ་འབད་བར་འགྲོ་རུག བྱུང་འཚོ་གིས་རོར་བུ་དེ་ དབྱུལ་བའི་ནང་ལུ་ཁྲག་ དང་ན་གི་དྲི་མ་གིས་བསྐྱེས་ཏེ་ཡོད་པ་མཐོང་མ་ལས་ ཁོ་ལུ་མི་ཡོང་དཔག་སྡེ་སློན་བྱིན་རུག །

འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ནང་གི་ རོར་བུའི་རྒྱན་ཆ་དེ་དང་འདྲ། རོར་བུ་དང་འདྲ་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ མི་ཚུ་གི་རྣམ་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན།

རྟོག་དང་དྲི་མ་གིས་སྐྱིབ་སྟེ་སྤྲོད་པ་དེ་ དེ་འབྲུང་ད་ཅུག་ཟེར་མཚོ་རུང། རྒྱལ་ལས་བཤེས་གཉེན་
དམ་པ་ཚུ་གིས་ རོ་སློང་རྒྱབ་སྟེ་སྟོན་གནང་མ་ཨོན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ ཉོན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་གྱིས་ག་དེམ་
ཅིག་སྐྱིབ་ཅུང་ ལས་ངན་དང་རྣམ་སྐྱེན་ག་དེམ་ཅིག་ཤུགས་ཆེ་ཅུང་ བསྐྱིབས་མ་ཚུགས་པར་
སེམས་ཅན་ག་རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ བམ་ཡང་བརྟམ་སྟོར་མི་ཤོད། བམ་ཅིག་གི་ཚེ་ ལས་
ངན་དང་ ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་ཚུ་ག་རང་ཟད་པ་དེ་ རིགས་དེ་དངོས་སུ་འབད་མཐོང་རང་
མཐོང་ཚུགས་པ་ཨོན།

དཔེ་གོང་གི་སྤྱང་ནང་གི་གཉའ་ཚོད་ལུ་ སྤྱང་འཚོ་གིས་མེ་ཡོང་རྒྱུད་དེ་ རང་གི་དབྱལ་པའི་
ནང་ལུ་ཐུམ་མི་ལོར་བྱ་སྟོན་དོ་བཟུམ་སྟེ། མི་ཚུ་ལུ་ཡང་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་ ཡེ་ཤེས་གྱི་འོད་ཟེར་
ཐོག་ལས་ རང་རྒྱུད་འདོད་ཆགས་དང་ཉོན་མོངས་པ་གིས་བསྐྱིབས་པའི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་
དེ་ ཉོན་གནང་མ་ཨོན།

3 སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ མི་ལུ་རྒྱུན་ངན་དང་བར་རྒྱུན་འདྲ་མིན་ལྷ་ཚོགས་ ག་དེ་སྟེ་
བྱུང་ཅུང་ དུས་ཨ་རྟག་རང་ དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི་ངང་ལུ་རང་གནས་ཏེ་ཡོད། དཔེར་ན་ ལོར་
གྱི་གཟུགས་འའི་སྤུ་ལ་ དཀར་གཞག་ག་ཅི་བཟུམ་ཨོན་ཅུང་ བཤ་གི་ཨོམ་འདི་ག་རང་དཀར་པོ་
ཨོན་དོ་བཟུམ་སྟེ། མི་ཚུ་གི་ལས་རྣམ་པ་ལྷ་ཚོགས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རང་གི་སྐྱེ་བ་ལུ་འཕོ་འགྱུར་དང་
རང་ཐོག་ལུ་འབྲས་བུ་ག་བཟུམ་ཅིག་སྤྱོད་སྟེ་འབད་ཅུང་ དེ་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱལ་
གྱི་རིགས་འདི་ ཨ་རྟག་རང་ཞི་བ་རྣམ་པར་དག་སྟེ་གནས་ནི་མ་གཏོགས་ གཞན་བཟང་ངན་ག་
ནི་ལུ་ཡང་བརྟེན་ཏེ་འགྱུར་ནི་ཟེར་མ་མེད་པ་ཨོན།

གཞན་ཡང་ རྒྱ་གར་གྱི་གཏམ་བརྒྱུད་ཅིག་ནང་ ཉི་མ་ལ་ཡའི་སྤང་རིང་ཅིག་གི་རྒྱིད་ལྷག་
ཅིག་ནང་ གསང་བྱ་ཅན་གྱི་སྤོན་སྤོན་ཅིག་ཡོད་པ་མས། མི་ཚུ་གིས་ཡུན་རིང་མ་འབད་འཚོལ་
ཅུང་མ་ཐོབ་པར་ ཨོན་ཅུང་རྒྱལ་ལས་མི་རིགས་པ་ཅན་གཅིག་གིས་ དྲིམ་དབྱེད་དེ་འཚོལ་ཐོབ་
ལས་ འབག་འོང་སྟེ་མི་དེ་ཚུ་གི་མི་ཚེའི་རིང་ལུ་ རྒྱ་ཐོམ་ཅིག་ནང་བདག་འཛིན་ཐབ་སྟེ་བཞག་
ཅུག་ མི་དེ་རྒྱུང་བའི་རྒྱལ་ལས་ ད་ཅུང་སྤོན་སྤོན་དེ་ ས་ཐག་རིང་སའི་རི་ལུང་གི་རྒྱིད་ལྷག་ཅིག་
ནང་ རྒྱ་ཐོམ་ནང་བདག་མེད་པ་འབད་ལུས་སོང་ཅུག། རྒྱ་ཐོམ་དེ་ནང་གི་རྒྱའི་དྲི་དང་བྱོ་སྟེ་

མ་ཞེས་ཅུང་ མྱ་ཚུ་མེད་པའི་བསྐྱེད་ལས་ རྒྱལ་ལས་སྐྱུ་རོ་ཐལ་ཏེ་ དེ་འབྱུང་མི་ཚུ་ལུ་སུ་ནི་
མེན་པ་གཞོན་པ་བྱུང་ཅུག།

དེ་བརྒྱུ་སྟེ་ མི་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་
མོངས་པ་ཚུ་གིས་བསྐྱེད་ལས་བཏེན་ ཉམ་ཡང་ངོས་བརྒྱུང་སྟེ་འཚོལ་ཐོབ་པ་ལྷ་ཁག་ཡིན།
ཡིན་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་འཚོལ་གནང་ཅུང་ མི་རང་རང་སོ་སོའི་ཁམས་
དབང་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ རྩོད་ཚོར་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་འབྱུང་མ་ཡིན།

༤ བྱེམ་དང་ ས་དང་རྩོ་རྩ་ཚུ་ག་རང་ བྱེ་བསྐྱེད་ཚུགས་ཅུང་ དངོས་པོ་ཚུ་གི་ནང་ལས་ ས་
ཀྲག་ཀྲ་ག་ནི་གིས་ཡང་བསྐྱེད་མ་ཚུགས་མི་རྩོ་རྩེ་པ་ལམ་བརྒྱལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡང་ རྩོ་
རྩེ་པ་ལམ་བརྒྱུམ་སྟེ་ ག་ནི་གིས་ཡང་མེད་པ་བཏང་མ་ཚུགས་པ་ཅིག་ཡིན།

མི་གི་ལུས་དང་སེམས་གཉེས་ཆ་རང་ ཟད་ནི་ཡོད་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སམ་རང་
བཞིན་འདི་ ཞིག་ནི་དང་ཟད་ནི་ཟེར་མེད་པ་ཡིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ གཏུལ་བྱ་སྟེ་བོ་ཚུ་གི་ རང་བཞིན་བཟང་ཤོས་ཅིག་ཡིན། སངས་
རྒྱལ་གྱིས་ མི་ཚུ་ལུ་ སོ་མོ་དང་བཟང་ངན་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་ཅུང་ ག་
རང་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལུ་ ཁྱད་པར་དང་མ་འདྲམ་ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་
གསུངས་ཡི།

དུངས་ཤིང་གསལ་བའི་གསེར་ཁྱུ་མ་འདི་ རྩོ་གཏེར་བཟུ་སྟེ་དྲི་མ་ག་རང་གཅང་སེལ་རྒྱུ་
མི་ལས་བྱུང་མ་བཞིན་དུ། མི་རང་རང་སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་རྩོ་གཏེར་འདི་ཁྱུ་སྟེ་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་
མོངས་པ་དང་ གཉེས་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་ཚུ་ག་རང་སེལ་བ་ཅིན། ཏྲག་པར་འོད་གསལ་བའི་སངས་
རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ དངོས་སུ་འབད་མཐོང་ནི་ཡིན་ནོ།

ལེའུ་བཞི་པ།

སྐྱིབ་པ།

༡༡

འགྲོ་བ་མིའི་སྐྱིབ་པ།

༡ སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཀྱི་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྣང་པོའི་རང་བཞིན་ལྷ་སྐྱིབ་མི་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞེན་ཆགས་གཉིས་ཡོད།

དང་པ་ནི། རྟོག་དཔྱད་དང་ གོ་བསྟར་ལྷ་ཞེན་མི་འདི་ཨིན་མ་ལས་ འདི་གིས་མི་ཚུ་ཐག་བཅད་ནི་ལྷ་ མགུ་འཛོམ་བརྟུག་མི་འདི་དང་། གཉིས་པ་འདི་ རང་གི་ཉམས་སྤོང་ལྷ་ཞེན་མི་འདི་ཨིན་མ་ལས་ འདི་གིས་མི་གི་བརྗེ་མཐོང་ལྷ་མགུ་འཛོམ་བརྟུག་པ་ཨིན།

རྒྱ་མཚན་གྱི་འབྲུལ་པ་དང་ ཉམས་སྤོང་བའི་འབྲུལ་པ་གཉིས་ཆ་རང་ མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཐངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅིག་ཨིན། ཨིན་རྒྱུང་ དོན་ངོ་མ་ནང་འབད་བ་ཅིན་ དེ་ཚུ་གི་གཞི་རྟེན་དང་ ཚོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ འབྲུམས་བརྟུག་མི་གནད་འགག་གཉིས་ཡོད་མི་དེ་ཡང་དང་པ་འདི་མ་རིག་པ་དང་ གཉིས་པ་འདི་ཞེན་འཛིན་འདི་ཨིན།

རྒྱ་མཚན་གྱི་འབྲུལ་པ་ནི་ མ་རིག་པ་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ནི་དང་། ཉམས་སྤོང་བའི་འབྲུལ་པ་ནི་ ཞེན་འཛིན་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བྱུང་མ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དེ་གཉིས་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་ ག་རང་བྱུང་སྲིད་པ་ལས་ འདི་ཚུ་སྟུག་བཟུལ་ག་རང་གི་འབྲུང་ཁྱུངས་ཨིན།

ག་དེམ་ཅིག་འབད་མི་ལྷ་མ་རིག་པ་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་གིས་མ་ཞོར་བ་དང་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་སྐྱེ་མི་ཤེས། དེའི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ལྷ་ཞེན་པའི་དབང་གིས་ ག་རང་ལྷ་ཆགས་པ་དང་འཛིན་པའི་དབང་གིས་གཞན་དབང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་འགྲོ་མ་ཨིན། མིག་ཁར་མཛོམ་ཏོག་ཏོ་མཐོང་མ་ད་ཆགས་ནི་དང་། རྣམ་ཚུ་གུ་ཏན་ཏོང་ཏོ་གོ་མ་ད་ཆགས་ཞེན་སྐྱེས་ཏེ་ འདི་གིས་མི་ཚུ་འབྲུལ་པ་ལྷ་ལང་ཤོར་འགྲོ་བརྟུག་པ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ མི་ལ་ལྷ་ཅིག་གིས་ འདོད་པའི་དོན་ལྷ་རང་གི་སྟོག་དང་བརྗེ་མི་ཡང་འབྲུང་དོ་ཨིན།

ག་རང་གི་གཞི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་འདྲི་ལས་ འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་ གཏི་སྟག་ ལོག་ལྷ་ འཁོན་སེམས་ སྟག་དོག་ བསྐྱེད་ གཡོ་སྦྱུ་ ང་རྒྱལ་ བརྟམ་སེམས་དང་ རང་འདོད་ཀྱི་ཉོན་ མོངས་པ་ཚུ་འབྲེལ་ཏེ་འགྲོམ་ཨིན།

༥་ དེ་ཡང་ འདོད་ཆགས་ནི་ ལྷ་བ་ལོག་པ་ལས་སྦྱེ་ནི་དང་། ཞེ་སྤང་ནི་ རང་གི་མཐའ་ འཁོར་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བསམ་ཚུལ་ལོག་པ་ལས་སྦྱེ་ནི་དང་། གཏི་སྟག་ནི་ སྦྱོང་པ་ཡང་དག་པ་ག་ཅི་ ཨིན་ན་ བསམ་དཔྱད་འབད་མ་ཚུགས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྲེལ་ཨིན།

འདོད་ཆགས་དང་ ཞེ་སྤང་དང་ གཏི་སྟག་གསུམ་འདི་ འཁོར་བའི་མེ་ཚེན་གསུམ་ཟེར་སྦྱབ་ ཨིན། མེ་ཚེན་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ སེམས་ཀྱི་ཨིན་ལྷགས་འཚོག་བརྟེན་པ་ཨིན། དེ་བརྟེན་སྦྱེ་རང་ མེ་ཚེན་ཞེ་སྤང་དང་མེ་ཚེན་གཏི་སྟག་གིས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཉན་ནི་དང་ དོན་དག་ སེམས་ཁར་བཞག་མ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་འདི་གིས་ རང་སེམས་ངོ་མ་ཤེས་མི་ཚུ་གི་སེམས་རྒྱུད་ འཚོག་བཏང་ཨིན།

དེ་བཞིན་དུ་རང་ འཇིག་རྟེན་འཛུམ་སྤོང་འདི་ མེ་ཚེན་རིགས་མ་འདུལ་ཚུ་གིས་ འཚོག་ དང་འཚོག་བཞིན་དུ་རང་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེ་ ཞེ་སྤང་གི་མེ་ གཏི་སྟག་གི་ མེ་ བདག་འཛིན་དང་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་མེ་ ར་བ་དང་ཆ་བ་དང་གི་ནི་གི་མེ་ བདེ་བ་མེད་པའི་སྟུག་ བསྐྱེད་དང་ ར་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་མེ་ རྒྱན་ཚད་མེད་པར་ དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་བྱུང་སྟེ་ ཡོད་པ་ཨིན། མེ་དེ་ཚུ་གིས་རང་འཚོག་མ་ཚད་ གཞན་ལུ་ཡང་གཞོན་པ་བསྐྱེད་ཏེ་ ལྷན་དག་ ཡིད་གསུམ་མི་དགེ་བའི་ལམ་ལུ་འབྱེད་འགྲོམ་ཨིན། མེ་གིས་འཚོག་པའི་རྣ་བུལ་ལས་ཐོན་པའི་ ལྷག་དེ་ཚུ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གྱི་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་འབྲེལ་ ལམ་ངན་པ་ལུ་འབྱེད་འགྲོམ་ཨིན།

༦་ འདོད་ཆགས་ནི་ རང་འདོད་སྦྱབ་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ནི་དང་། ཞེ་སྤང་ནི་ རང་ འདོད་མ་སྦྱབ་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ཨིན། གཏི་སྟག་ནི་ ལོག་ལྷའི་སེམས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ བྱུང་ཨིན། འདོད་ཆགས་འདི་ཉེས་སྦྱོན་རྒྱུ་རུང་ སྤང་ནི་ལུ་ལྷ་ལག་ཨིན། ཞེ་སྤང་འདི་ཉེས་ སྦྱོན་སྦྱོམ་ཨིན་རུང་ སྤང་ནི་ལུ་འཇམ་མི་ཅིག་ཨིན། གཏི་སྟག་འདི་ཉེས་སྦྱོན་ཡང་སྦྱོམ་པའི་ཁར་ སྤང་ནི་ལུ་ཡང་ག་ནི་བ་ལྷ་ལག་ཨིན་ནོ།

འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚུ་གིས་ མེ་དེ་ཚུ་རྣམ་འབར་མ་ཅིག་ ཐང་བཏང་བཀོག་མ་

བཞག་པར་ འདི་འཕྲོས་ལས་གསང་ནི་གི་ཐབས་ཤེས་བཏོན་དགོས་ཡིན། དེ་ཡང་རང་འདོད་ག་
ཅི་གིས་རྒྱབ་ཡིན་ན་ཚུ་ཤེས་ཞེན་ལས་ རང་འདོད་ལྟར་མ་རྒྱབ་མི་ཚུ་ཡང་ ཞེན་པ་མ་ལོག་
པར་ཉ་ཅང་སེམས་བརྒྱུམས་ཏེ་སྤང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཉན་ནི་དང་དྲན་ནི། བྱམས་པ་
དང་སྤོང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་ གདུག་གསུམ་གྱི་མེ་འདི་བསང་དགོས་ཡིན། ག་
དེམ་ཅིག་འབད་ སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལུ་ ཤེས་རབ་དང་བསམ་བཟང་སྦྱེ་ རང་འདོད་དང་འབྲལ་བའི་
དུས་སྐབས་ལུ་ འཁོར་བ་ལུ་ཐོན་མི་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་ས་མེད་པ་འབད་འགྲོམ་ཡིན་ནོ།

༤. འདོད་ཆགས་དང་ ཞེ་སྤང་དང་ གཉེ་སྦྱག་གསུམ་ནི་ ཚད་ནད་དང་འདྲ། ཚད་ནད་
ཟུན་མི་ཚུ་ ཁང་བྱིམ་ག་དེམ་ཅིག་དགའ་ཏོག་ཏོ་ནང་ཉལ་སྤོང་རུང་ བད་འདི་གི་ན་གཟུགས་
ཀྱིས་ གཉེད་ལོག་མ་ཚུགས་པར་ལྷ་ཁག་རྒྱབ་འོང་།

ཚད་ནད་མ་ཐོབ་མི་ཚུ་འབད་བ་ཅིན་ བམ་དགུན་བསེལ་དྲག་ཅན་གྱི་རུབ་མོ་དང་ ཤིང་གི་
འདབ་མ་སྐབ་ཁིག་ཁི་གི་གདན་གུ་ལུ་འབད་རུང་ ཡང་ན་ སྒོ་དང་སྒོ་སྦྱིག་བཅད་པའི་ཁང་བྱིམ་
ནང་ལུ་འདྲ་ བམ་བྱར་ག་ནི་བ་ཚད་པའི་ནང་ལུ་ཉལ་དགོ་རུང་ དཀའ་ངལ་མེད་པར་ཉལ་
ཚུགས་པ་ཡིན།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ གདུ་སྦྱག་གསུམ་པོ་འདི་ འགོ་བ་མི་ཚུ་ལུ་
མ་དགོ་པའི་རྒྱ་ག་ར་འབྲུང་སའི་གཞི་ཡིན། འབྲུང་སའི་གཞི་དེ་ཚུ་ལས་འགོལ་ཐབས་ལུ་ ལྷག་
པའི་ཚུལ་བྲིམས་སྤང་ནི་དང་། ལྷག་པའི་ཉིང་ཇེ་འཛིན་སྒོམ་ནི་དང་། ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་
ནི་ཚུ་ལུ་བཙོན་དགོས་ཡིན། ལྷག་པའི་ཚུལ་བྲིམས་སྤང་མ་ད་ མ་དག་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྦྱོན་སེལ་
ནི་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ཇེ་འཛིན་སྒོམ་ད་ མ་དག་པའི་ཞེ་སྤང་གི་སྦྱོན་སེལ་ནི། ཡང་དག་
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ མ་དག་པའི་གཉེ་སྦྱག་གི་སྦྱོན་སེལ་ལྷོ་ཡིན།

༥. མི་གི་འདོད་པ་ལུ་མཐའ་མེད་པ་ལས་ ཚུ་ལུ་འབྲུང་མི་གི་ཁ་སྒོམ་མི་དང་འདྲ། ཚུ་ལུ་
ཚུ་འདི་ག་དེམ་ཅིག་འབྲུང་རུང་ ཚོམས་ནི་མེད་པར་སྒོམ་འདོད་ཆེ་སྦྱོམ་ཡིན།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ རང་དོན་རྒྱུང་མ་ཅིག་འབྲུབ་འདོད་པའི་མི་ཚུ་ཡང་ ཉེན་མ་ཨ་རྟག་ར་རང་
དོན་གྲུབ་རུང་ ཚོམས་ནི་མེད་པར་ ལྷག་བཟུལ་མང་སྦྱེ་མང་སྦྱེ་འགྲོམ་ཡིན།

རང་འདོད་ཀྱི་རེ་བ་འདི་ནམ་ཡང་བཀང་མི་ཚུགས། ག་དེམ་ཅིག་ཐོབ་ཅུང་ ད་ཅུང་དེ་ལས་
ལྷག་པའི་རེ་འདོད་ཀྱིས་ གློ་མི་ཚོམས་པར་ ཨ་རྟག་ར་བག་མེད་ཀྱི་ལྷ་འབད་བརྟུགས་མ་ཚད།
མི་གི་སེམས་ཁར་མཚོ་བའི་རེ་བ་བསྐང་ནི་གི་དོན་ལུ་ འུགས་འབད་བཀག་པ་ཅིན་ མི་ལ་ལུ་
ཅིག་ སེམས་སྦྱོ་ལོང་འཚོལ་ལོང་ཡང་ཐལ་མ་ཨིན།

རང་གི་རེ་འདོད་རྫོགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་ཚུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་དམག་འཁྲུགས་དང་
འཐབ་འཛིང་ཡང་འབད་མ་ཨིན། དེ་ཡང་ རྒྱལ་པོ་ནང་རྟོག་དམག་འཁྲུགས་ཡང་ནི་དང་། གློན་
པོ་ནང་རྟོག་དང་ བ་མ་དང་བུ་གཞིའི་བར་ན། སྤུན་ཆ་དང་མཚེད་ལྷོགས་ ལྷ་སྟོ་ཚང་ནང་རྟོག་
འཐབ་འཛིང་འབད་ནི་དང་། ཐ་ན་ འདོད་པའི་རེ་བ་རྫོགས་པའི་ཐབས་ལུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་
ལུ་དམར་གསོད་ཡང་འབད་དགོས་པ་འབྱུང་མ་ཨིན།

མི་ཚུ་གིས་རང་གི་འདོད་པའི་རེ་བ་འབྲུབ་ནི་གི་དོན་ལུ་འབད་བའི་ལྷ་འདི་གིས་ རང་ལུ་
རྒྱད་པོ་ག་སྟེ་མི་ཚོ་འཕྲོ་བརྟུག་བཏང་མི་ཡང་ཐོན་མ་ཨིན། དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཅ་ལ་
ཨ་རམ་བརྟུ་ནི་དང་ མགུ་བསྐྱར་རྒྱབ་ནི། འདོད་པའི་ལོགས་པར་སྦྱོད་ནི་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་ངན་
པ་འབད། དེ་ལས་རོགས་ཀྱིས་བདེ་ལུ་ཉེ་ འཁྲུགས་བཀོལ་བའི་བསྐང་ལས་ རང་གིས་རང་ལུ་
ངོ་ཚོ་ གློ་འཕྲོད་སྦྱོར་བསྐྱེད་དགོས་པ་འབྱུང་མ་ཨིན།

དེ་མ་ཚད་ འདོད་པའི་དབང་གིས་མི་ཚུ་གི་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོ་ལས་ རྒྱིག་པ་
བསགས་པ་ཨིན་མ་ཤེས་ཅི་རང་ ད་ཅུང་ འདོད་པའི་དབང་ལུ་ཐལ་ཏེ་ མི་བདེ་བ་དང་སྦྱུག་
བསྐྱེད་ཚུ་གི་རྒྱ་རང་དབང་མེད་པར་སྦྱབ་ཨིན། དེ་གིས་འབད་ འབྲས་བུ་ཚོས་ལུ་མ་ འཁོར་བ་
ནང་ལུ་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་དཀའ་སྦྱོད་སྦྱོང་དགོས་པ་ཐོན་མ་ཨིན།

༤. འཁོར་བའི་ཞེན་ཆགས་ཚུ་གི་གཤམ་ལས་ འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཞེན་ཆགས་འདི་འུགས་ཆེས་
འབད་ཚེས་མ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ ཉོན་མོངས་པ་གཞན་ཚུ་ག་ར་ དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
འབྱུང་མ་ཨིན།

ཞེན་ཆགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་འདི་ ཉོན་མོངས་པ་གཞན་ཚུ་སྦྱེ་ནི་གི་ས་གནི་བཟུམ་དང་།
འཛིག་རྟེན་གྱི་ལེགས་ཚོགས་ག་ར་ཁམ་རྟོག་གཅིག་ལུ་ཟ་མི་ འདྲེ་གདོན་བཟུམ་ཅིག་ཡང་ཨིན།
ཞེན་ཆགས་འདི་ མི་རྟོག་སྦྱུམ་ར་ནང་ཉལ་ཏེ་སྦྱོང་མི་སྦྱུལ་དུག་ཅན་ཅོག་འཐད་པ་འབད་ མི་

རྟོག་ལུ་ཆགས་ཏེ་འོང་མི་ཚུ་ལུ་ འུག་གིས་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་མ་ཡིན། རྟོག་ལུ་དགེས་ཏེ་སྤོང་མི་ཅུ་
སྤྱི་དང་འདྲ། རྟོག་ཅུ་བ་ལས་ཡན་ལག་ཚུ་ཆག་མ་འགྲོ་ཚུན་ཚང་ དགེས་ཏེ་རང་སྤོང་པ་ཡིན་མས།
འདྲོད་ཆགས་ནི་ མི་གི་ཁོག་པའི་ནང་ལུ་འཇུག་ཏེ་ བསམ་པ་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་ཕྱེ་ཁར་བཏོན་
བཏང་སྟེ་ སེམས་ཞི་བའི་ངང་ལུ་སྤོང་མ་ཚུགས་པ་བཟོ་མ་ཡིན། འདྲོད་ཆགས་ནི་བདུད་གྲི་ཀོ་མ་
དང་ ཉིང་དང་འདྲམ་ལས་ མི་ཚུ་བཟུང་སྟེ་ ངན་སོང་གི་གཏིང་ལུ་གཡུག་སྟེ་ བཀོག་བཏང་མ་
ཡིན།

དེ་ཡང་ བྱུག་ནང་བསྐྱེས་པའི་ཅུ་རྟོ་ཅིག་མཐོང་བ་ཅིན་ རོ་བྱི་གིས་ལུ་མ་སྤྲུག་ཚུན་ཚང་ལྷུར་
ཏེ་རང་སྤོང་དོ་བཟུམ། འདྲོད་ཆགས་ཡང་ རོ་བྱི་གིས་དགའ་མི་ཅུ་རྟོ་བཟུམ་ རང་ ལུ་སྤྲུག་ནི་དང་
ཐང་ཚང་ནི་མ་ཟད་ཚུན་ཚང་ འདྲོད་ཆགས་གྲིས་བསྐྱེས་ཏེ་བཞགས་པ་ཡིན།

གཅན་གཟན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ཤ་བསྐོ་ལུང་དོག་ཅིག་བཀོ་བཏང་བ་ཅིན་ གཅན་གཟན་
གཉིས་ཤ་ཐོབ་ནི་འདོད་ལུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་འཐབ་འཛིང་འབད་དེ་ སེན་མོ་གིས་ཞར་དོ་
བཟུམ་དང་། ཡང་ མི་སྐྱེན་མགོ་གཅིག་ ལྷང་འཚུབས་ནང་ མི་ཆག་སྤར་ཏེ་ ལྷང་མ་འོང་སའི་ཁ་
སྤྲུག་ལུ་ཁ་བསྐོར་ཏེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ མི་འདི་གིས་ཁོ་ར་འཚོག་དོ་བཟུམ། དཔེ་གཅན་གཟན་གཉིས་
དང་ མི་སྐྱེན་མགོ་བཟུམ་སྟེ་ མི་ཚུ་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་འདྲོད་ཡོན་ལུ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་
རང་གིས་རང་གཞོན་བསྐྱུལ་ནི་དང་ རང་གིས་རང་བཟོག་བཏང་མ་ཡིན།

ལ་ རང་གི་གཟུགས་འདི་ཕྱི་ཁ་གི་དུག་ལས་ ལྷང་སྐྱོབས་འབད་ནི་འཇམ་ཅུང་ བང་ན་ལུ་
ཡོད་པའི་དུག་མདའ་ལས་ རང་སེམས་སྤང་སྐྱོབས་འབད་ནི་འདི་ ག་ནི་བ་ལུ་ཁག་ཡིན། འདྲོད་
ཆགས་ ཞེ་སྤང་ གཏི་སྤྲུག་གསུམ་དང་ བདག་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་བཅས་བཞི་པོ་ནི་ སེམས་ཀྱི་ནང་
ན་ལུ་སྐྱེ་བའི་དུག་མདའ་ཡིན་མ་མ་ཚང་ ཉན་ཁ་ག་ནི་ལས་ཡང་ཆེ་བའི་དུག་ཡིན།

མི་ཚུ་ག་དེམ་ཅིག་འབད་ འདྲོད་ཆགས་དང་ ཞེ་སྤང་དང་ གཏི་སྤྲུག་གི་ནང་གྲིས་བཏབ་པ་
ཅིན། མི་དེ་ཚུ་གིས་ དང་བ་ཤོབ་རྒྱབ་ནི་དང་ ལུང་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ཚོག་རྒྱབ་ཚུ་སྤྲུབ་སྟེ་འགྲོ་ནི།
དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ རང་གི་ཁ་ལས་སྤྲུབ་དོ་བཟུམ་ སྟོག་གཅོད་ནི་དང་ ཨར་སྤུ་བརྒྱ་ནི།
འདྲོད་ལོག་སྤོང་ནི་ཚུ་ ལག་ལེན་ཡང་འཐབ་སྟེ་འགྲོ་མ་ཡིན།

ཡིད་གྱི་མི་དགོ་བ་གསུམ། ངག་གི་མི་དགོ་བ་བཞི། ལུས་གྱི་མི་དགོ་བ་གསུམ་བཅས་ འདི་ཚུ་
གཅིག་ཁར་བསྐྱེས་ད་ མི་དགོ་བ་བཅུ་ཟེར་སྤྲུབ་ཡིན།

དེ་ཡང་ ཤོབ་རྒྱལ་ནི་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་མི་འདི་གིས་ སྤྱོད་ལམ་ངན་པ་གཞན་ཚུ་ཡང་
འཛོམས་ནི་མེད་པར་འབད་མ་ཨིན། མི་དགེ་བའི་ལཱ་ངོ་མ་མ་འབད་བའི་རྟེ་མར་ ཤོབ་འདི་ར་
རྒྱལ་ཨིན། ཡུངས་ཅིག་ལས་ ཤོབ་རྒྱལ་པའི་རྟིང་བདེ་ལྷོ་གཡང་ཟ་བག་ཟ་མེད་པར་ རང་དང་
གཞན་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་མ་བརྟུབ་པའི་ལཱ་ངན་པ་འབད་ནི་འདི་ཚུ་ཡང་འགོ་བཙུགས་པ་ཨིན།

འདྲོད་ཆགས་དང་ འདྲོད་ལོག་ འཇིགས་སྤང་ ཞེ་སྤང་ བསོད་ནམས་དམན་པའི་སྐྱེ་བ་ལ་
སོགས་པ་ག་ར་ གཉི་མུག་ལས་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་མ་ལས། གཉི་མུག་འདི་དུག་གི་ནང་ལས་ གཞོད་
པ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན།

༥ འདྲོད་ཆགས་ལས་ ལས་འབྱུང་ནི་དང་ ལས་ལས་སྤྲུག་བསྐྱལ་འབྱུང་མ་ཨིན། འདྲོད་
ཆགས་དང་ ལས་དང་ སྤྲུག་བསྐྱལ་གསུམ་ནི་ དཔེར་ན་ ཤིང་རྟེའི་འཁོར་ལོ་བཟུམ་ གཅིག་ཤུལ་
གཉིས་རྫོགས་ནི་མེད་པར་ འཁོར་ཕ་འཁོར་ས་ར་སྤོད་པ་ཨིན།

འཁོར་ལོ་འདི་ འགོ་དང་མཚུག་གི་མཐའ་མེད་པ་ལས་ མི་ཚུ་ཡང་འདི་ནང་ལས་ག་དེ་
སྟེ་ཐར་ཚུགས་ནི་སྐྱེ་བ་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་ གཅིག་སྐྱེ་སྟེ་ མཐའ་མེད་ལུ་འབྱུངས་ཏེ་འགྲོམ་ཨིན།

ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ རང་གི་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་གཟུགས་འདི་ཚུ་ མེ་ནང་
བསྐྱེག་པའི་ཐལ་ཕ་དང་རུ་རྟོ་དེ་ཚུ་གཅིག་ཁར་བསགས་ཏེ་ བཅིགས་བཞག་བཞག་པ་འབད་བ་
ཅིན་ རི་ག་བ་ཡང་མཐོམ་ཅིག་འོང་ནི་དང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ འབྱུང་
འབྱུང་མ་གྱི་ཨའི་གི་ཨོམ་ཚུ་གཅིག་ཁར་བསགས་བསགས་པ་ཨིན་པ་ཅིན་ དེ་རྒྱ་མཚོ་ལས་གཉིང་
རིང་མ་ཅིག་འོང་ནི་ཨིན་པས།

སྐྱིར་ མི་ག་ར་ལུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡོད་རུང་ དེ་འཇིག་རྟེན་འབྱུལ་པའི་སྐོ་འདི་གིས་
བསྐྱིབས་ཏེ་ ཡུན་རིང་མ་འབད་མ་ཤེས་པར་ལུས་ནི་འདི་གིས་ སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་བྱུང་སྟེ་ སྐྱེ་བ་
ངན་པ་རྫོགས་ནི་མེད་པར་ལེན་དགོ་མི་འདི་ཡང་ འདི་གིས་འབད་ཨིན་མས།

ཁ

འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན།

༡་ མིའི་རང་བཞིན་ནི་ དཔེར་ན་གིང་སྐྱུག་དྲགས་ཀྱིས་གང་སྟེ་ འཇུལ་ས་མེད་པའི་ནགས་
ཚལ་དང་འདྲ་སྟེ་ ཉ་གོ་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་ཡིན། མིའི་རང་བཞིན་དང་ཕྱད་པ་ད་ དུད་
འགྲོའི་རང་བཞིན་གེས་ནི་འདི་ འཇམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་རུང་ མིའི་རང་བཞིན་འདི་ཉ་
ལམ་ཅིག་འབད་དེ་བཟུ་བ་ཅིན་ ལྷམ་པ་མ་འདྲ་མ་བཞི་ལུ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན།

དང་པ་འདི་ ཚོས་ལུགས་ངན་པ་དང་ཕྱད་དེ་ དཀའ་སྐབ་ཤུགས་འབད་བསྟེན་དགོས་པ་
བྱུང་སྟེ་ རང་སྐྱུག་རང་གིས་ཚུང་མི་གི་རིགས་ཅིག་དང་། གཉིས་པ་ནི་ སེམས་གདུག་རྒྱབ་གི་སྟོ་
ལས་ ཡར་རྒྱན་ རྟོག་གཅོད་ རྟིང་རྗེ་མེད་པའི་ལྷ་འབད་དེ་ གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལུ་བཀོད་མི་
རིགས་ཅིག་དང་། གསུམ་པ་ནི་ རང་དང་གཅིག་ཁར་གཞན་ཡང་འགྲན་འདྲ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཚུང་
བརྒྱུག་མི་རིགས་ཅིག་དང་། བཞི་པ་ནི་ རང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཚུང་ནི་མེད་པའི་ཁར་ གཞན་ཡང་སྐྱུག་
བསྐྱེལ་ལས་སྐྱབས་པའི་ཐབས་འབད་མི་དང་བཅས་ རིགས་བཞི་ཡོད། རིགས་བཞི་ལས་མཐའ་
མ་འདི་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ འདོད་ཆགས་ ཞེ་སྤང་ གཏེ་སྐྱུག་ལུ་
གོ་སྐབས་མ་བྱིན་པར་ རྟོག་གཅོད་དང་མ་བྱིན་ལེན་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ངན་ཚུ་ ག་ནི་ཡང་
མ་འབད་བར་ སེམས་བྱམས་པ་དང་སྟིང་རྗེའི་ངང་ལས་ མི་ཚོ་ཞི་བདེའི་ངང་ལུ་བསྐྱུལ་ཏེ་
རྟོན་པ་ཡིན།

༢་ འཇམ་སྤིང་འདི་ནང་ མི་གི་རིགས་མ་འདྲ་སྐྱུག་གསུམ་ཡོད། དང་པ་འདི་ རྩོ་ལུ་བརྟོ་བརྟོ་
བའི་ཡི་གུ་བཟུམ་ ཞེ་སྤང་ལུ་གོ་སྐབས་འཇམ་ཏོང་ཏོ་འབད་བྱིན་ཏེ་ ཞེ་སྤང་ལང་སྟེ་ཡུན་རིམ་
རྟོན་མི་རིགས་ཅིག་དང་། གཉིས་པ་ནི་ བྱེ་མའི་གུ་ལུ་བྲིས་བྲིས་བའི་ཡི་གུ་བཟུམ་ ཞེ་སྤང་ཚུ་ལུ་
གོ་སྐབས་བྱིན་རུང་ ཡུན་མ་རིང་པར་ཡལ་ཏེ་འགྲོ་མི་རིགས་ཅིག་དང་། གསུམ་པ་ནི་ རྒྱའི་གུ་ལུ་
བྲིས་བྲིས་བའི་ཡི་གུ་བཟུམ་ ཞེ་སྤང་ཚུ་ལང་མ་ཅིག་ འདི་འཕྲོས་ལས་སངས་ཏེ་ ཡུན་རིང་
འབད་རྟོན་ནི་གོ་སྐབས་མ་བྱིན་མ་ཚད། ཚོག་རྒྱབ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་མ་དགོས་པ་ལས་ རང་གི་
རྒྱུང་མ་འཕྲུགས་པར་ ཞེ་བདེའི་ངང་ལུ་རྟོན་མི་དང་བཅས་ རིགས་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན།

ད་རུང་དེ་ལས་གཞན་པའི་ མི་རིགས་མ་འདྲ་སྲ་གསུམ་ཡོད། གཅིག་ནི་ ང་རྒྱལ་ཆེ་བ་ལུ་
མཐའ་སྐྱུག་སི་སི་གི་ལུ་འབད། གཡང་ཟ་བག་ཟ་དང་ངོ་མ་ནི་མེད་པར་འབད་མི་ཅིག་ཡོད། དེའི་
རང་བཞིན་ཤེས་ནི་ལུ་འཇམ་པའི་རིགས་ཨིན། གཅིག་ནི་ ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ལམ་ལུ་བཞུགས་
ཏེ་ ལུ་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ མ་འབད་བའི་ཉེ་མ་བརྟག་དཔྱད་འབད་མི་ཅིག་ཡོད། དེའི་རང་
བཞིན་ཤེས་ནི་ལུ་ལུ་ཁ་ཡོད་པའི་རིགས་ཅིག་ཨིན། གཅིག་ནི་ འདྲོད་ཡོན་ལུ་ཆགས་ཞེན་མ་པ་
ལས་མེད་མི་ཅིག་ཡོད། དེའི་རང་བཞིན་མ་པ་ལས་ ཉ་གོ་མ་ཚུགས་པའི་རིགས་ཅིག་ཡིན།

འདི་འབད་སྲ་ལས་ ཚུལ་ནུམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་སློལ་ས་ མི་གི་དབྱེ་བ་བྱེ་ཚུགས་ནི་ཨིན་རུང་
མིའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚོད་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཤེས་ནི་འདི་ ག་ནི་བ་ལུ་ཁག་ཡོད་པ་ཨིན། སངས་རྒྱས་
རྒྱལ་གཅིག་གིས་མི་གི་ཚོད་མཐུན་ཚུགས་པ་ལས་ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མི་རིགས་སོ་སོའི་བསམ་
ཚོད་དང་བསྐྱུན་པའི་ཚོས་གསུངས་ཏེ་ འཁོར་བ་ལས་ཡར་འདྲེན་མཛེད་གནང་མ་ཨིན།

ག འགྲོ་བ་མིའི་ལུས་རྟེན།

༡་ འགྲོ་བ་མིའི་ལུས་རྟེན་གྱི་དཔེ་དང་འདྲ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡོད། དེ་ཡང་ ཉེ་མ་ མི་
ཅིག་གཙང་ཆུ་ནང་ལུ་ཀོ་སྲུ་བཏང་སྟེ་འགྲོ་མ་ད་ གཙང་ཆུའི་མཐའ་མ་སྟོང་མི་ཅིག་གིས་ བྱོད་
གཙང་ཆུ་ནང་ལུ་ གཡང་ཟ་བག་ཟ་མེད་པར་དཔའ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་འབད་ ཟུ་དེ་རང་གཏང་སྟེ་
མ་སྟོང་། ལྷ་མ་འབབ་ཆུ་རྩལ་དྲགས་དང་ བ་ལྷབས་འབྱེལ་བའི་ཆུ་སྟོང་ཆུ་དང་འཕྱད་འོང་། དེ་
མ་ཚང་ ཆུ་དང་བྲག་གི་དོ་སྤྱོད་བར་ན་ སོག་ལུ་གཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་ཆུ་སྟོང་དང་ འདྲེ་གདོན་ཆུ་
ཡོད་པ་ལས་ བྱོད་ར་ལུ་ལྷ་ཁག་རྒྱབ་འོང་། ཟེར་གཉེན་བརྒྱུ་ལྷོ་ལུ་ག།

གཏམ་རྒྱུད་དེ་ནང་གི་གཙང་ཆུ་གི་རྩལ་དྲགས་ནི་ འདོད་ཆགས་ཅན་གྱི་མིའི་ལུས་རྟེན་
དང་། གཡང་ཟ་བག་ཟ་མེད་པར་ཀོ་སྲུ་གཏང་མི་ནི་ འདོད་ཡོན་ལུ་ཆགས་ཞེན་གྱི་དབང་ལུ་
སོང་མི་དང་། འབབ་ཆུ་རྩལ་དྲགས་ནི་ ལས་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་བའི་ན་གཟུགས་དང་སྤྱོད་
བསྐྱེལ། བ་ལྷབས་འབྱེལ་བའི་ཆུ་སྟོང་ནི་བདེ་བ་དང་། ཆུ་སྟོང་དང་འདྲེ་གདོན་ཆུ་ནི་ ཆས་ནི་
དང་གི་ནི་ཆུ་ལུ་གོ་ནི་དང་། ཆུའི་མཐའ་མ་ལས་གཉེན་བརྒྱུ་ལྷོ་ལུ་མི་འདི་སངས་རྒྱུས་བརྩམ་ཅིག་
ཨིན་ནོ།

ཡང་ དེ་དང་འདྲ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གཞན་ཅིག་ནང་། བྱིས་ལ་འགལ་གྱི་ལུ་འབད་མི་ཅིག་
བྱོག་འགྲོ་མ་ད་ བྱིས་ལ་སྤང་འགག་པ་གིས་བདའ་སྟེ་འགྲོ་མ་ད། ཆུ་རྗེད་ཅིག་གི་ས་ཁོང་ནང་ ཆུའི་
རལ་བ་ལུ་དབྱུང་སྟེ་གཡོལ་སྟོང་ནི་འབད་མ་ད་ མར་བལྟ་མ་ད་ལུ་ ཆུ་རྗེད་གི་གཤམ་མར་སྤྱུལ་
ཅིག་ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ་ མར་འབབ་མ་ཚུགས་པས། ཆུ་ལུ་བཤེད་དེ་དུམ་གྲ་ཅིག་སྟོང་པ་ད་ ལག་པ་
བལ་ཉེ་ མིག་ཉོག་པར་དང་ཚུར་བལྟ་མ་ད་ བྱི་ཚེ་དཀར་པོ་ཅིག་དང་གནག་པོ་ཅིག་གིས་ ཆུའི་ར་
ཉོག་ཁ་ལས་སོ་བཏབ་སྟེ་ཟ་སར་ཡང་མཐོང་ལུག།

ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ ཆུ་ཐག་ཚད་དེ་ཡ་སོང་བ་ཅིན་ ཁོ་ར་ཆུའི་ནང་ལུ་སྤྱུལ་ཡོད་ས་བྱུང་དེ་སྤྱུལ་
གྱིས་གཞོན་ནི་ཨིན་མ་ཤེས་ཅུང་ ཁོ་རའི་གདོང་ཐད་གུ་ལུ་བལྟ་མ་ད་ སྤང་མའི་ཚང་ཅིག་ཆགས་
ཉེ་ཡོད་མི་དེ་ལས་ སྤང་གི་ཐིག་པ་འཇོག་སར་མཐོང་སྟེ་ ཆུ་ཐག་ཚད་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཆུ་སེམས་
ལས་བརྗེད་དེ་ སྤང་གི་སྤང་ཚུའི་ཐིག་པ་འཇོག་མི་དེ་ ཁ་ནང་བཟེད་ཅི་རང་ སྟོ་བ་སྟོན་ཉེ་སྟོང་
རུ་ཟེར་ཨིན་མས།

མིམས་འགལ་འབད་མི་ མི་འདི་ རྩེ་ཞིན་མ་ལས་ཀས་ནི་དང་གི་ནིའི་རྩུག་བཟུལ་མྱོང་མི་ལུ་
གོ་ནི་དང་། མིམས་རྒྱུང་འགག་པ་དང་རྩུལ་ནི་ མིའི་ལུས་རྟེན་ཞེན་ཚགས་ཅན་དང་། རྩེ་ཐག་
འདི་རྩེ་བའི་རྩུན་དང་། བྱི་ཅི་དཀར་ནག་གཉིས་ནི་ དུས་ཚོད་ཉེན་ལུབ་དང་ལོ་ཚོད་དང་། རྩུང་
ཚི་ནི་དུས་ལུན་དེ་ནང་གི་རྩུག་བཟུལ་ཚུ་དབྱུང་རིག་གཏང་མ་བཅུག་མི་ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་
ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་བདེ་བ་བཟུམ་ཨིན་པར་ ཉ་གོ་རྩུགས་པ་ཨིན་ནོ།

༥་ ད་རུང་ དེ་དང་འདྲ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་གཞན་ཅིག་ཡོད། དང་ལུ་ རྩུལ་པོ་གཅིག་གིས་
གིང་སྒྲོམ་ཅིག་ནང་རྩུལ་བཞི་བཅུགས་ཞིན་མ་ལས་ རང་གི་གཡོག་པོ་ལུ་བཅོལ་ཏེ། རྩུལ་དེ་རྩེ་
གཅིས་གཅིས་ཡངས་ཡངས་འབད་ བདག་འཛིན་འབད་དགོ་ཟེར་སྐབ་ལུག་དེ་ལས་ག་དེམ་ཅིག་
སྤེ་ རྩུལ་གཅིག་རང་ཅིག་པ་ཟ་བཅུག་རུང་ ཉེས་བྱ་སྒོག་ཐོག་ལུ་གཏང་ནི་ཨིན་ཟེར་ འཇིགས་
བརྩུལ་གནང་མ་ལས་ གཡོག་པོ་དེ་རྩོག་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་ རྩོམ་ཡང་བཀོག་བཏང་སྟེ་ རྩོག་ཡར་
སོང་ལུག།

དེ་ལས་རྩུལ་པོ་གིས་ རྩོག་སོང་མི་གཡོག་པོ་འདི་ལོག་འབྱེད་འབག་འོང་ནིའི་དོན་ལུ་རྩུ་རྩུང་
ལྷ་བཏང་སྟེ་ ཁོང་གིས་ དང་པ་ ཁ་འཇམ་ཏོང་ཏོ་གི་ཐོག་ལས་སྐབ་སྟེ་ལོག་འབྱེད་འོང་ནི་
འབད་རུང་ ཁོང་གི་འབྱེད་བསྐྱར་ཨིན་མ་འོང་མཚོ་སྟེ་སྐོ་མ་བདེ་བར་ ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་གི་
བར་ན་ གཡོག་པོ་གིས་ད་རུང་ གཡུས་གཞན་ཅིག་ཁར་རྩོག་ཡར་སོང་ལུག།

དེ་ནང་ གཡོག་པོ་དེའི་རྩུང་བ་ལུ་ས་གནས་དེ་ནང་ཉེན་རྒྱུང་མེད་པ་ལས་ ཨར་ཇག་དུག་
དུགས་མི་དུག་གིས་ཁོ་འདྲོགས་འབད་བར་འཛོན་འོང་ཟེར་བའི་སྐྱ་ཅིག་གོ་མ་ལས་ ཉེང་སྐལ་
རང་འདྲོགས་འཇིགས་འཐབ་སྟེ་ ད་རུང་རྩོག་འབྱོམ་ད་རྩེ་ཅིག་དང་འཕྱུད་དེ་ དེ་ཁ་ལས་འབྱོ་
མ་ཐལ་བར་ལུས་སོང་ལུག་ ཨིན་རུང་ ཁོ་ལུ་གཞོན་པའི་དག་རྩེ་རྟེན་བཟུ་སྟེ་འོང་དོ་འོང་ཟེར་
འདྲོགས་ཏེ་ རྩུ་རྩུང་ཀྱི་ཅིག་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ ཅ་སྐོང་འབྲུགས་པའི་རྩེ་ཅིག་བཟུལ་ཏེ་འབྱོམ་ད་
དེ་ལས་འབདན་ ས་གནས་སྤྱིད་ཏོང་ཏོ་ཅིག་ནང་སྟོན་ལུག།

ད་ རྩུལ་བཞི་པོ་དེ་ ལུས་རྟེན་རྩུབ་པའི་ས་ རྩེ་ མེ་ རྩུང་སྟེ་འབྱུང་བ་བཞིའི་དོན་དང་། ལུས་
འདི་འདོད་པའི་གཞན་དབང་ལུ་སོང་ནི་འདི་གིས་ སེམས་ཀྱི་བྱུང་འཕྱུད་ལུ་སོང་སོང་མ་འབད་
ནི་འདི་གིས་ ཁོ་དེ་ཁ་ལས་རྩོག་སྟེ་ཡར་སོང་ལུག།

སྐྱུ་སྐྱུང་ལྷ་པོ་དེ་ མི་གི་ལྷ་ས་སེམས་བསྐྱབས་པའི་གཟུགས་དང་ ཚོར་བ་ འདུ་ཤེས་ འདུ་བྱེད་
རྣམ་ཤེས་བཅས་པའི་ཕུང་པོ་ལྗེའི་བཅའ་མཚན་ཨིན།

སྐྱབས་ལུ་རེ་བའི་གཡུས་སྦྱིད་ཉོང་ཉོ་འདི་ ཚོར་བ་དུག་ཨིན་མ་ལས་ དེ་གིས་ཁོ་གི་སྐྱབས་རྩ་
ལས་མ་བརྟུབ་ཨིན། ཡར་འཇགས་དུག་པོ་ནི་ ཚོར་བ་དུག་ཆགས་སའི་ཕྱིའི་ཡུལ་དུག་ཨིན་མ་
ལས་ དེ་ཉེན་ཁ་ཅན་ཨིན་པར་ཚོར་བ་དུག་གི་ས་ཁ་ལས་མཐོང་སྟེ་ ད་རུང་ཚོར་ཅིག་ཁོ་དེ་ཁ་
ལས་བྱོག་འགྲོམ་ད་ འཁོར་བའི་བ་སྐྱོང་འཁྲུགས་པའི་ཚུ་དང་ཕྱད་ལུག།

དེ་ལས་ ཁོ་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གདམ་ངག་ཟབ་མའི་ཚོས་གྱི་གུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ འཁོར་བའི་རྒྱ་
མཚོ་བཀལ་ཏེ་ ཐར་བ་བདེ་བའི་ས་ཁར་སྟོད་ལུག།

༣་ མ་དང་བྱ་ཨིན་རུང་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་རོགས་རམ་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནས་
སྟངས་འདྲོགས་སི་གི་དུས་སྐབས་གསུམ་ཡོད་པ་ཨིན། དུས་སྐབས་གསུམ་འདི་ བྱི་མེ་ཤོར་མ་ད་
ཚུ་རུང་འཛོན་མ་ད་ ཡར་མ་གིས་བཅོམ་པའི་དུས་སྐབས་གསུམ་ཨིན། ཨིན་རུང་སྐབས་ལེགས་
རྣམས་དབང་གིས་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་རོགས་རམ་འབད་ཚུགས་པའི་དུས་གོ་སྐབས་ཡང་འོང་
མི་དཔེ་ཨིན།

ཨིན་རུང་ མ་དང་བྱ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་རོགས་རམ་རྩ་ལས་རང་འབད་མ་ཚུགས་
པའི་དུས་སྐབས་གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་ ན་ནི་དང་ མས་ནི་དང་ ཤི་ནིའི་དུས་སྐབས་གསུམ་ཨིན།

བྱ་གིས་ཨའི་ལུ་བརྟེན་པ་ཡོད་རུང་ ཨའི་ལས་རྒྱ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལེན་མི་ཚུགས། ཨའི་གིས་བྱ་
ན་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ག་དེ་འབད་ལེན་ཚུགས་ནི། དེ་བརྒྱུ་སྟེ་ ཤི་བའི་སྐབས་ལུ་གཅིག་གིས་
གཅིག་ལས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལེན་ནིའི་རོགས་རམ་ག་དེ་སྟེ་འབད་ཚུགས་ནི། དེའི་སྐབས་ གཅིག་གིས་
གཅིག་ལུ་ག་དེམ་ཅིག་ག་ཚེ་སྟེ་ཚེ་ཡོད་རུང་ དུས་སྐབས་དེ་གསུམ་ལས་སྐབས་ཚུགས་མི་ག་
ཡང་མེད་པ་ཨིན།

༤་ དེ་བསྐྱེད་མི་ ལས་ངན་པ་བསགས་མི་ཅིག་ཤི་ཞེན་མ་ལས་ དཔྱུལ་བ་ནང་སྟོད་པ་ད་
ག་ཤིན་རྗེ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་ ཁྱོད་མའི་ཡུལ་ལུ་སྟོད་པ་ད་ ལྷའི་བང་ཆེན་མ་གསུམ་དང་མ་
འཕྱད་ག་ཟེར་དེ་མ་ད་ མི་དེ་གིས་མ་ཕྱད་ཟེར་བྱ་ལུག།

ད་རུང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་ མི་ཀུན་ཀྱས་ལག་པར་འཁར་ཕྱ་བཅགས་ཏེ་ལམ་འགྲོ་མི་ཅིག་
དང་མ་ཕྱད་ག་ཟེར་དྲི་མ་ད་ མི་དེ་གིས་ ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལགས་ མི་དེ་བརྒྱུམ་འདྲི་ འཕྲལ་འཕྲལ་
འབད་རང་འཕྱད་ཅི་ཟེར་བྱ་བུ་ག་ །དེ་ལས་ག་ཤིན་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་ རྒྱུད་ད་རྩོ་རྣམ་དུ་བ་
ནང་རྩོད་དགོ་མི་འདྲི་ མི་དེ་ཚུ་ལྟའི་བང་ཆེན་མ་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པའི་ཁར་ རྒྱུད་ར་ཡང་ རྩོད་
ལམ་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་མ་འབད་བར་ དུན་མ་རིང་མ་ཅིག་ནང་ར་ དེ་བརྒྱུམ་སྟེ་ ཀུན་ཀྱས་ལུ་འགྲོ་
ནི་ཡིན་མ་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་བུག།

ད་རུང་ ག་ཤིན་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་མེ་དེ་ལུ་ རན་གྱིས་བཏབ་སྟེ་ཆ་རོགས་མེད་པའི་མི་
ཅིག་དང་མ་ཕྱད་ག་ཟེར་དྲི་མ་ད་ ག་ཤིན་རྗེ་ཚོས་རྒྱལ་ལགས་ མི་དེ་བརྒྱུམ་ལེ་ཤ་རང་འཕྱད་ཅི་
ཟེར་བྱ་བུ་ག་ །དེ་འབད་བ་ཅིན་ རན་བཏབ་མི་གི་བང་ཆེན་པ་དེ་གིས་ཡང་ རང་ལུ་རན་གྱི་ཉེན་
བརྗེ་བཏང་མ་ཡིན་མ་མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱུད་ད་རེས་རྣམ་ལུ་འོང་དགོས་པ་འབྱུང་མ་ཡིན་
ཟེར་གསུངས་བུག།

ད་རུང་ ག་ཤིན་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་མེ་དེ་ལུ་ ཤི་སོང་བའི་མི་རོ་རེ་མ་མཐོང་ག་ཟེར་དྲི་མ་
ད། མི་དེ་གིས་ཚར་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་མཐོང་ཅི་ཟེར་བྱ་བུ་ད། དེ་ཡང་ ལྟའི་བང་ཆེན་པ་གིས་ཤི་ནི་
ཟེར་མི་ཅིག་ཡོད་ཟེར་ཉེན་བརྗེ་བྱིན་པར་འོང་མི་འདྲི་ མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱུད་ད་རེས་རྣམ་
ལུ་འོང་དགོས་པ་བྱུང་བུག །ག་དེ་མ་ཅིག་འབད་ རྒྱུད་གྱིས་དེ་བསྐྱལ་ལས་ར་བང་ཆེན་པ་རྩོད་
ཤེས་ཏེ་ཉེན་བརྗེ་དེ་རྩོད་ལུ་དེས་ལེན་འབད་དེ་ རང་གིས་འབད་བའི་ལུ་ལུ་བསྐྱར་བཅོས་འབད་
བ་ཅིན་ རྒྱུད་ད་རེས་ལྷག་བསྐྱལ་གྱི་སྤོང་ནང་ལུ་འོང་དགོས་པ་མི་ཐོན་ཟེར་གསུངས་བུག།

པ་ ཉེ་མ་ མི་ཕྱག་པོའི་ལུ་ཅིག་གི་ཨམ་སྐུ་ ཀུན་གོ་མ་ཏེ་མི་ཟེར་མི་འདྲི་ མོ་རའི་ཨ་ལོ་
ག་ཅིག་ལས་ལྷག་མེད་མི་འདྲི་ ཤི་སོང་བའི་བྱ་ངན་བཟོད་མ་ཚུགས་པར་ ལུ་གི་རོ་དེ་ཕང་མར་
བཏབ་སྟེ་ ག་ལུས་ལས་ག་ལུས་བརྒྱུད་དེ་ ལོག་གསོན་པོར་ལོག་ཐབས་འཚོལ་བར་སོང་བུག།
ཡིན་རུང་ ཐབས་ཤེས་ག་ནི་ཡང་མ་ཐོབ་པར་ མཐའན་མཇུག་ལུ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་
ཅིག་དང་ཕྱད་དེ་ ཁོ་གིས་ རྩོད་སྐྱོན་ལུ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལུ་བྱ་བ་
ཅིན་ དྲག་འོང་ཟེར་བསྐྱལ་བྱ་བྱིན་མ་ལས། ཨམ་དེ་གིས་ ཨམ་ལོའི་རོ་འབག་སྟེ་ སངས་རྒྱས་
བཞུགས་སར་བཅར་ཆེ་བུག།

སངས་རྒྱལ་གྱིས་ ཡམ་དེ་ལུ་ཐུགས་ཀྱི་བཅེ་བ་དང་བཅས་པའི་སྣོ་ལས་ རྒྱུད་ར་ཨ་ལོ་འདི་
ལོག་གསོན་པོར་ལོག་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་རྩ་ལས་ར་གི་མ་སྤྱོད་བའི་བྱིམ་ཅིག་ནང་ལས་ མེ་ཏོག་ པོ་
པོ་གི་སོན་ལྷུ་རེ་གང་དོ་ཅིག་འཚོལ་ཏེ་འབག་ཤོག་ཟེར་གསུངས་རུག།

དེ་ལས་ འུ་ཐུག་ཐང་ཚད་བའི་ཡམ་སྲུ་དེ་ བྱིམ་ལས་བྱིམ་རྒྱུད་དེ་ པོ་པོ་གི་སོན་འཚོལ་བར་
འགྲོ་རུང་ མི་རྩ་ལས་ར་གི་མ་སྤྱོད་བའི་བྱིམ་ཅིག་ག་དེ་འབད་འཚོལ་རུང་མ་ཐོབ་བར་ ལོག་
སངས་རྒྱལ་བཞུགས་སར་འོང་རུག། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞལ་མཇལ་ལྷ་ཚམ་གྱིས་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་
གསུངས་པའི་ཚོས་ཀྱི་བདུན་དོན་ཚུ་སེམས་ལུ་རང་དོ་འཕྲོད་དེ། ཨ་ལོ་དེ་ཡང་ ཤེ་བའི་ལམ་ལས་
བྱོག་མི་ཐལ་ནི་ཡིན་མ་ཤེས་ཏེ་ ཨ་ལོའི་རོ་དེ་ཡང་ ས་དོང་ནང་སྤོ་བཞུགས་ཏེ་མོ་ར་ སངས་རྒྱལ་
བཞུགས་སར་ལོག་འགྲོ་འབད་ སངས་རྒྱལ་གྱི་སྣོ་བ་མའི་གངས་སུ་འཇུལ་ཏེ་སྡོད་རུག།

ང

འགྲོ་བ་མིའི་གཤིས་ལུགས།

༡ འཛམ་གླིང་གི་སྐྱེ་བོ་ཚུ་ རང་བཞིན་གྲིས་ར་ རང་འདོད་ཆེ་བ་ལུ་ གཞན་ལུ་བརྟེན་བའི་
བསམ་པ་མེད་མི་ཅིག་ཨིན། ཁོང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བའི་གྲུས་ཞབས་
ཡང་འབད་མི་ཤེས། གནད་དོན་ཚུར་ཀྱ་ཅིག་གི་ཞོར་ཁ་ཡང་ འཐབ་འཛིང་འབད་དེ་ གཅིག་
གིས་གཅིག་ལུ་གོད་རྒྱུན་དང་མ་བདེམ་རྣམ་པ་ལྷ་ཚོགས་བཟོ་སྟེ་ མི་ཚོ་རྣོགས་བཅུག་པ་ཨིན།

ལུགས་དང་སྤྱང་ཀ་ག་ཨིན་རུང་ཉི་རུབ་ཀྱི་མཚོ་བསམ་ར་གཏང་། ཡང་ན་སྤྱག་པའི་སྤྱག་
བསྐྱེད་དང་ ཡང་ན་སྤྱང་ཀ་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ཕོག་པ་ཨིན་མས། འདོད་པའི་དབང་ལུ་ཐལ་
སོང་མ་ལས་བརྟེན། ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་རུང་ རོམས་ནི་དང་ཚོམས་ནི་ཟེམས་རྩ་ལས་རང་མེད་པ་
ཨིན།

ལུགས་ཚུ་ནི་ རང་གི་སམ་ས་གཞི་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་གི་སྐྱོར་ལས་ཡང་ལས་ཡང་དུ་མཚོ་བསམ་
བཏང་སྟེ་ ཚ་གུང་ལངས་ཨིན། དེ་བཟུམ་ རང་གི་ཁང་བྱིས་དང་ཞོར་ལོངས་སྤྱོད་ཚུ་གི་དོན་ལུ་
ཨ་ཏྲག་རང་སེམས་ལུ་ཚ་གུང་ལངས་ཉེ་ར་ རྒྱུད་དགོས་པ་འཛོན་མ་ཨིན། དེ་ཡང་ རང་གི་རྒྱ་ཚོར་
ལོངས་སྤྱོད་དེ་ དབྱུང་རིག་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་རྒྱུན་ངན་མི་འབྱུང་གམ་མཚོ་བའི་ཚ་གུང་། བྱིས་
མི་གིས་མི་འཚོག་ག་ ཨར་རྒྱན་གྲིས་མི་བཅོམ་ག་ བང་ཆེན་པ་གིས་བང་བཅོང་སྟེ་འབག་མི་འགྲོ་
ག་ མཚོ་བའི་དོགས་པ་དང་། དེ་ལས་ རང་ཡང་མགྲོགས་པ་རང་གི་མི་འགྲོ་ག་མཚོ་བའི་སྤྱག་
བསྐྱེད་ཕོག་པ་ཕོག་ས་ར་ རྒྱུད་དགོས་པ་མ་ཚད། ལམ་ཅིག་འབད་མེད་ད་ དདོས་གནས་དང་ རྒྱ་
ཚོར་ལོངས་སྤྱོད་ག་ར་རྒྱབ་ཁར་བཀོག་བཞག་སྟེ་ རང་རྒྱང་གཅིག་གི་དགོས་པ་འཛོན་མ་ཨིན།

སྤྱང་ཀ་ཚུ་ནི་ ཨ་ཏྲག་ར་ ལང་མ་ཚུགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་མ་ཐར་བར་རྒྱུད་པ་ཨིན། ཐོབ་
ནི་མེད་པའི་རེ་འདོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅིག་བསྐྱེད་དེ་ རོགས་ཀྱི་ས་གཞི་ཁང་བྱིས་ཚུ་ རང་གི་
ཨིན་པ་ཅིན་མཚོ་བའི་བརྣབ་སེམས་དང་ ལུས་སེམས་སྤྱག་པའི་ངང་ལུ་རྒྱུད་པའི་བར་ན་ར་ ཤི་
རྒྱུན་འབྱུང་མ་ཨིན།

འཛམ་གླིང་མི་ཚུ་ག་ར་ མཐའན་མཇུག་ལུ་རང་རྒྱང་གཅིག་འགྲོ་དགོ་མི་འདི་ལུ་མཚོ་
བསམ་མ་བཏང་བར་ རྒྱ་ཚོར་ལོངས་སྤྱོད་ལུ་ར་ཚགས་ཞེན་བསྐྱེད་དེ་ ལམ་ཅིག་གི་ཚོ་སྤྱི་མའི་

རྒྱུ་ལ།

ལམ་རིང་མ་འདི་ཁ་ལུ་འགྲོ་དགོས་པ་ད་ རང་དང་གཅིག་ཁར་ག་ནི་ཡང་འབག་ནི་མེད་ ཆ་
རོགས་ཡང་མེད་པར་ རང་རྒྱུང་གཅིག་འགྲོ་དགོས་པ་ཨིན་མས་གོ།

༥ ད་ འཇིག་རྟེན་འཇམ་སྐྱིང་འདི་ནང་ ཉེས་སྐྱོན་ལྡོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་དང་པ་ནི་
གཞོན་སེམས་འདི་ཨིན་མས། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ག་རང་ ཐ་ན་འབྲུབ་ཡན་ཆད་གཅིག་གིས་
གཅིག་ལུ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་ནི་མཚོ་བསམ་བཏང་སྟེ་ དྲག་པ་ཚུ་གིས་ཞན་པ་ཚུ་བང་བཅོང་། ཞན་པ་
ཚུ་གིས་དྲག་པ་ལུ་མགུ་བསྐྱོར་བརྒྱབ་ཏེ་ ག་ར་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་ནི་དང་
རྒྱུ་ལ་འཇོང་ས་ནི་གི་མཚོ་བསམ་བཏང་སྟེ་ར་སྐྱོད་པ་ཨིན་མས།

གཉིས་པ་ནི་ བ་དང་བྱ་གཉིས་ ལྷན་ཆ་རྒྱན་གཞོན་གཉིས་ ལྷག་པ་དང་ཨ་ལུ་གཉིས་ གཉེན་
དང་ཆ་རོགས་རྒྱན་གཞོན་གཉིས་ཚུ་གི་བར་ན་ ཐོབ་ལམ་དང་ འགན་ཁུར་ཚུ་གི་ཕྱོག་མཚམས་
ཁ་གསལ་མེད་ནི་འདི་གིས་ གནད་དོན་ག་ཅི་ཐད་ལས་ཡང་ གཅིག་ལས་གཅིག་དྲག་དགོས་པ་
དང་ རོགས་ལས་ཁེ་སང་སྟོག་ནི་འདི་རང་མ་གཏོགས་ གཞན་མི་དེ་ལུ་ཡང་ བདེ་བ་དགོ་འོང་
ཟེར་མཚོ་བསམ་མ་བཏང་པར་ དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ལུ་མ་འགྲོ་བར་གཡོ་སྐྱུའི་ལམ་ལུ་འགྲོ་མི་དེ་
ཨིན་མས།

གསུམ་པ་ལུ་ སོ་རྒྱ་དང་ཨ་མ་སྐྱ་གི་བར་ན་གི་སྦྱོད་ལམ་ལུ་ཡང་ མཚམས་ཐིག་མེད་པ་ལས་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་སྐྱོ་མ་དག་པ་དང་། འདོད་སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་ ལུས་ངག་གི་སྦྱོད་ལམ་
ངན་པ་ལུ་བརྒྱུར་མི་དང་ དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འཐབ་འབྲུགས་དང་ མ་བདེན་པའི་ཉམ་བཤད་
སྐབ་དགོས་པ་ཚུ་བྱུང་མ་ཨིན།

བཞི་པ་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐངས་ལུ་བརྩེ་བཀུར་དང་ཆ་འཇོག་མ་འབད་བར་
རང་མཐོང་སྟོན་བསྐྱེད་དེ་ གཞན་ལུ་བརྟེན་བཅོས་འབད་ནི་དང་ སྦྱོད་ལམ་ངན་པའི་དཔེ་ངན་
སྟོན་ནི་ འཕྲང་སྟེ་མེན་པའི་ཤོབ་དང་ ལུང་དགོགས་ ཚིག་རྩུབ་སྐབ་ནི་འདི་ཚུ་ཨིན།

ལྔ་པ་ལུ་ མི་ཚུ་གིས་ གཞན་ལུ་རང་གིས་འབད་དགོས་པའི་འགན་ཁུར་ག་ཅི་ཡོད་པ་ཨིན་ན་
དེ་ལུ་མ་བསམ་པར་ རང་གི་བདེ་ཐབས་ཁོ་ན་ལུ་མཚོ་བསམ་བཏང་། གཞན་གྱིས་རང་ལུ་འབད་
བྱེན་མི་ཚུ་སེམས་ལས་བརྗེད་དེ་ གཞན་ལུ་ཁ་བཏང་ནི་ལ་སོགས་པ་ དྲང་བདེན་མེན་པའི་མ་
བཏུབ་པའི་ལྷ་མང་རབས་འབད་མི་ཚུ་ཨིན།

༣ མི་ཚུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ཤ་ཚ་ཉིང་ཚ་དང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་གུས་ཞབས་དང་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལུ་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་དང་སྦྱིད་སྦྱུག་ཕོག་པ་ད་མཉམ་རུབ་འབད་དགོས་པ་ཨིན་རུང་དེ་སྤྲོམ་འབད་བར་མི་ཚུ་ག་ར་རང་འདྲོད་ཀྱི་བསམ་པ་གཏུགས་དྲགས་བསྐྱེད་དེ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་སྦྱོན་སྦོང་སྟེ་འཆར་ཁ་བཏང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལུ་ངལ་མ་རངས་པ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་མ་ཚུགས་པའི་ལཱ་ངན་འདི་ཚུ་མང་སུ་བྱང་ཉེས་འབད་ཐོན་མ་ཨིན།

ཚུལ་དང་མ་མཐུན་པའི་ལཱ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མ་དགའ་བའི་སེམས་འདི་མགོ་གསལ་པ་ར་ཡལ་ནི་མེད་པ་མ་ཚད། ཞེ་སྤང་དང་ང་རྒྱལ་གྱི་དུག་ལུ་གྱུར་ཏེ་རང་གི་སེམས་ལུ་ཡུན་རིང་མ་འབད་ཆགས་ཏེ་མི་ཚུ་ཚེ་ཤུལ་མ་འཁོར་བ་ལུ་འབྱམས་བཅུག་པ་ཨིན།

དོན་ངོ་མ་ལུ་འདྲོད་ཁམས་ཀྱི་འཛུམ་སྒྲིབ་འདི་ནང་གི་མི་ཚུ་དང་པ་སྐྱེ་རུང་རང་རྒྱང་མ་གཅིག་ཤུལ་མ་ཤི་རུང་རང་རྒྱང་མ་གཅིག་ཤི་དགོ་ནི་དང་རང་གིས་བསགས་པའི་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་སྦྱུག་བསྐྱུག་འདི་ཡང་གཞན་ལུ་བགོ་ཐབས་མེད་པར་རང་གིས་རང་སྤྱོད་དགོས་པ་ཨིན།

ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱེན་སྤྱོད་ནི་འདི་འཇིག་རྟེན་གྱི་རང་བཞིན་ཨིན། མི་ཚུ་ག་ར་ཨིན་རུང་རང་གིས་བསགས་པའི་སྤྲིག་པའི་ལས་ཀྱི་སྦྱུག་བསྐྱུག་འདི་མ་ཟད་ཚུན་ཚོད་རང་གིས་རང་སྤྱོད་དགོ། དེ་བཟུམ་སྟེ་དགོ་བའི་ལཱ་འབད་རུང་ཅོག་རང་འཐད་ནི་འདི་གིས་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྗེའི་ངང་ལུ་སྦོད་མི་ཚུ་ལུ་འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་བསོད་ནམས་ཐོབ་ཨིན།

༤ མི་ཚུ་འདྲོད་པ་དང་ངན་པའི་ལཱ་གི་གོམས་ཤུགས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྦྱུག་བསྐྱུག་དང་སྦྱོ་བ་ནང་ལུ་ལོ་ལས་ལོ་བརྒྱུད་དེ་སྦྱོ་སུ་འགྲོ། ད་རུང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་འཐབ་འབྲུག་ལ་སོགས་པ་འབད་དེ་སྤྲིག་པའི་ལཱ་གཏིང་རིང་མོ་ནང་ལུ་ཐིམ་སྟེ་དགོ་བ་སྦྱུབ་ནི་འདི་སེམས་ཁར་ར་མ་སྐྱེ། ཐ་ན་རང་གི་སྤྲིག་འདི་ཡང་ཤི་ནི་མ་རན་མ་ལས་ར་ཤི་ནི་དང་གཏན་གྲང་སྦྱུག་བསྐྱུག་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་སར་སྦོད་པ་ཨིན།

རྒྱན་ངན་དང་སྦྱུག་བསྐྱུག་ཚུ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་སྤྱོགས་ལུ་ཞེན་པ་ལོག་ནི་འདི་འགོ་བ་སྟེ་དང་མིའི་ལམ་ལུགས་མེན་ནི་འདི་གིས་མི་ཚུ་ཚེ་འདི་དང་ཚེ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་སྦྱུག་བསྐྱུག་གྱི་ནང་ལས་ཐར་ཐབས་མེད་པར་སྤྱོད་དགོས་པ་འབྱུང་མ་ཨིན།

མ་གཞི་ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་དེ་ཚུ་ མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་དང་སྐྱིད་པོ་
མེད་མི་ཅིག་ཡིན་ཅུང་། མི་ཚུ་གིས་དེ་ལུ་སྤང་དག་རང་མེད་པར་ རང་གི་བདེ་བ་དང་རང་དོན་
རྒྱུང་མ་གཅིག་འཚོལ་ཏེ་ སྤོང་མི་འདི་ག་ནི་ལས་ཡང་འབྲུལ་བའི་གཞི་ཅིག་ཡིན་མས།

༥་ འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐལ་འདི་ནང་ མི་ཚུ་ག་ར་ རང་གི་ཁེ་སན་བཟུ་ནི་དང་ རང་དོན་
སྐྱུབ་ནི་ལུ་གཙོ་བོ་སྤོང་མི་འདི་ འཁོར་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་མས། དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ འབྲས་བུ་
སྐྱུག་བསྐལ་དང་ མི་བདེ་བ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡང་ དེའི་རང་བཞིན་ཅིག་ཡིན།

མི་ཚུ་རང་གིས་རང་ལུ་ཁག་ཆེས་འབད་བཅིས་ཏེ་ གཞན་སྤང་དག་མེད་པ་སྡེ་བཅིས། རང་
དོན་སྐྱུབ་ནི་ལུ་འདོད་པ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ མི་དགེ་བའི་ལྷ་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་འབད་ཅུང་ བཟུ་
ནི་མེད་པར་འབད་མ་ལས་ དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་ སྐྱུག་བསྐལ་རྫོགས་ནི་མེད་པར་སྤྱོད་དགོས་པ་
ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་གི་འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་ལུ་ དུན་རིང་མ་སྡེ་སྤོང་ཏེ་སྤོང་ནི་མེད་
པར་ མགྲོགས་པར་རང་ མི་རྟག་པར་འགྱོ་ནི་མ་གཏོགས་ ཇུས་ཨ་རྟག་ར་སྤོང་ཏེ་སྤོང་ནིའི་
དངོས་པོ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

༦་ དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚུ་གིས་ ད་སྟོན་ཚོང་གཞོན་མ་དང་ གཟུགས་ཁམས་སྐྱིད་
སྐྱིད་ཡོད་པའི་བསྐྱང་ལས་ར་ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཡོན་དང་ ཚོ་འདིའི་བདེ་བ་ལས་ཞེན་པ་
ལོག་སྟེ་ དོན་གྱི་སྐྱིད་པོ་བྱང་ཚུབ་སྐྱུབ་དགོས། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་མ་གཏོགས་པའི་གཏན་གྱི་
བདེ་བ་བསྐྱུབ་ཐབས་གཞན་ག་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

དེ་འབད་མ་དང་ མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་རང་ ལས་རྒྱ་འབྲས་ལུ་ཡིད་མི་ཆེས། ལ་ལུ་གིས་དེ་ལུ་བརྟེ་
མ་ཚོང་དང་ཆ་འཛོག་མི་འབད། འདོད་པ་ལུ་དོམས་ནི་མེད་པར་ རང་དོན་རྒྱུང་མ་གཅིག་གཙོ་
བོར་བརྟེན་པའི་དབང་གིས་ འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐལ་འདི་ རྒྱ་བཟང་པོ་དང་དན་པ་
ལས་བྱུང་ཡིན་མ་ ལམས་ལས་ཡལ་ཏེ། ཚོ་འདི་ལུ་འབད་མི་ལྷ་གིས་ ཚོ་སྤྱི་མར་ཕན་པ་དང་
གཞོད་པ་ཡོད་མི་ལུ་ རང་ཡིད་ཆེས་འབད་ནི་པར་བཞག་ རོགས་གཞན་ཡང་ལམ་ངན་པའི་
ནང་ལུ་སྤོང་བྱིད་འབད་དེ་ རྒྱུ་དན་འབྱུང་བཅུག་པ་ཡིན།

མི་ཚུ་གིས་ ཚོ་ད་རེས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཚུ་ ཚོ་སྤྱོད་མཉམ་ལས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་མ་ཡིན་མ་ཤེས་
པར་ ད་ལྟོ་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དབྱུགས་བགམ་ སྤྱད་བཤད་རྒྱབ་སྐྱོད་པ་ཡིན། མི་ཚུ་གི་
ད་ལྟོ་གི་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་གཅིག་ལུ་མཚོན་བསམ་གཏང་། ཚོ་འདི་གི་ལུ་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་ ཚོ་སྤྱོད་མར་ཕན་གཞོན་ག་དེ་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ མཚོན་བསམ་ར་བཏང་ནི་མེད་པ་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ རྟག་པ་དང་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་ག་ནི་ཡང་མེད། ག་ར་སྐད་ཅིག་
ལས་སྐད་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཏེ་འགྲོ་མི་ཅིག་ཡིན་ཅུང་ མི་ཚུ་མ་རིག་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་རང་
འདོད་ཆེས་ལས་ རྟག་པ་མེད་པའི་འདོད་ཡོན་དང་ དེའི་འབྲས་བུ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལུ་འབད་
བཅོམ་འབད་དེ་ མི་ཚོ་རྫོགས་བཅུག་པ་མ་གཏོགས། རྟག་པ་དང་གཏམ་གྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ལུ་མི་ཉམ། དེ་ཚུ་གི་དོན་ཤེས་ཐབས་ལུ་ཡང་སྤོ་བ་མི་བསྐྱེད་
པར་ ཚོ་འདི་གི་འདོད་ཡོན་དང་ཡོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་གཅིག་ལུ་འབད་བཅོམ་འབད་དེ་སྤྱོད་པ་
ཡིན་མས།

ལ་ ཚོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ལས་འགོ་བཟུང་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ མི་གྲངས་ཁ་
མ་ཚོད་ཅིག་ མ་རིག་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ རྐྱེས་དང་སྐྱེ་བཞིན་ཏུ་
ཡོད། ཡིན་ཅུང་ འགྲོ་བ་མི་དེ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས་མི་དང་ རྫོག་གཏང་ཚུགས་པའི་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ ད་ལྟོ་འཇོམ་སྤོང་འདི་ནང་ མ་ལུབ་པར་གནས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་
འགྲོ་བ་མི་དེ་ཚུ་བསོད་ནམས་དང་ཁ་རྩེ་བཟང་མས།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་འདི་ཚུ་གིས་མཚོན་བསམ་སྤོང་བཏང་སྟེ་ རང་གི་ལུས་དང་སེམས་
རྣམ་པར་དག་པའི་ཐོག་ལས་ འདོད་པའི་སེམས་དང་ངན་སེམས་ལ་སོགས་པ་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་
བའི་ལུ་ཚུ་ ཐག་རིང་སར་བཀོག་སྟེ་ དགོ་བའི་ལམ་འཚོལ་དགོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་དང་མཇུག་པའི་ལས་དང་སྐྱེལ་བ་ཡོད་མི་ ང་བཅས་ར་ཚུ་གིས་
ཚོས་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ སྤྱི་མ་རྣམ་པར་དག་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལུ་སྤོང་ནིའི་དོན་ལུ་བཅོམ་
འབྲས་བུ་བསྐྱེད་དགོ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདམས་ངག་གི་གནད་ཚུ་ཤེས་ཞིན་མ་ལས་ གཞན་གྱི་
གདམས་ངག་ངན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བཏང་སྟེ་མ་འགྲོ་བར་ རང་གིས་ཤེས་མི་ཚུ་ རང་རྒྱུད་ཐོག་ལུ་
ཉམས་ལེན་དང་ གཞན་ལུ་ཡང་ གང་མང་སྤོང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེའུ་ལྷ་པ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་ཕྱིན་ལས།

༡།

སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་སྤྱད་སྤྱོད་ལྟུང་།

༡་ གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་མི་ཚུ་ཨ་རྟལ་རང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ ཉེ་ རྗེས་པའི་ལྷ་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་གཅིག་འབད་དེ་ དེའི་ལས་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་ངན་པ་བཟོད་མ་ ཚུགས་འབག་དགོས་པ་བྱུང་སྟེ་ འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་བཀག་ཅིའི་ཤེས་རབ་ཐོབ་མ་ཚུགས་ པར་ལུས་པ་ཨིན། ག་དེམ་ཅིག་འབད་མི་གིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་འདི་ལས་རྒྱལ་ཁ་མ་ཐོབ་ པ་ཅེན་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལུ་ག་དེ་སྟེ་སྟོན་ཚུགས་ནི་?

སངས་རྒྱལ་གྱིས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་རང་བཞིན་ག་ར་དངས་འཕྲོས་འཕྲོས་འབད་ མཁྱེན་མ་ལས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་ཉེ་རིང་མེད་པའི་སྤྱད་སྤྱོད་ལས་ དཀའ་ ལྷག་སྟོམ་ག་ཅི་བཟུམ་ཅིག་ཨིན་ཅུང་ བཟོད་ཚུགས་པའི་སྟོམ་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ག་ར་ འཇིགས་པ་དང་སྤྱད་སྤྱོད་ལས་འགོ་བའི་ཐབས་ཤེས་ ག་ཅི་རང་ཨིན་ཅུང་ མཛད་ནིའི་ སྤྱད་སྤྱོད་གནང་ཅུག་ སྤྱད་སྤྱོད་འདི་སྤྱད་ནིའི་དོན་ལུ་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་ ཚོ་འཁོར་བ་ ཐོག་མ་མེད་པ་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཅིག་གི་གཟུགས་སུ་སྤྱུལ་ཉེ་ གཤམ་ གསལ་གྱི་གདམ་བཅའ་བཅུ་ཐམ་བཞེས་གནང་ཅུག།

(༡) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ ཁིང་འདི་ནང་གི་སེམས་ཅན་ག་ར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལུ་མ་བཀོད་ཚུན་ཚོད་ ང་རང་སངས་མ་རྒྱལ་པར་སྟོན་ནི།

(༢) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ དེ་གི་དམ་བཅའ་གི་འོད་འདི་གིས་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ས་ལུ་མ་བཀོད་ཚུན་ཚོད་ ང་རང་སངས་མ་རྒྱལ་པར་སྟོན་ནི།

(༣) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ བྱངས་ཁ་མ་ཚོད་པའི་སེམས་ཅན་ ཚུ་ འཇིགས་པ་ལས་སྤྱད་སྤྱོད་མ་ཚུགས་ཚུན་ཚོད་ བསྐྱལ་བ་ལས་བསྐྱལ་བ་བརྒྱུད་དེ་འགོ་དོན་ མཛད་ནི་མ་གཏོགས་ ང་རང་སངས་མི་རྒྱལ།

(༤) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ ང་ལུ་ཕྱོགས་བཅུ་འེ་སངས་རྒྱལ་
ཐམས་ཅད་གྱིས་ མགྲིན་གཅིག་གི་ཐོག་ལས་ བསྟོན་བཟུགས་མ་མཛད་ཚུན་ཚོད་ སངས་མི་རྒྱལ།

(༥) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ སེམས་ཅན་ག་ར་གི་རྒྱུད་ལུ་ཡིད་
ཞེས་གྱི་དད་པ་ཐོབ་སྟེ་ དེའི་མིང་ཚར་བཅུ་ཐམས་ཅད་འདོད་ཏེ་ དེའི་ཞིང་ཁམས་ནང་ལུ་སྐྱེ་བ་
ལེན་ནིའི་དོན་ལུ་ འབད་བཅོམ་མ་འབད་གྱི་བར་ན་ ང་སངས་མི་རྒྱལ།

(༦) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ སེམས་ཅན་ག་སྟེ་ལུ་རང་སྟོན་ཅུང་
ག་ར་གི་རྒྱུད་ལུ་བྱང་ཚུབ་འཕོབ་ནིའི་དད་པ་སྐྱེས་ཏེ་ ཡང་དག་པའི་དགོ་བ་སྐྱབ་ཞིན་མ་ལས་
དེའི་ཞིང་ཁམས་ལུ་སྐྱེ་ནི་གི་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་མ་སྐྱེས་ཚུན་ཚོད་ ང་སངས་མི་རྒྱལ། དེ་
སྟེ་འབད་བ་ཅིན་ སེམས་ཅན་འདི་ཚུ་གི་བའི་སྐབས་ལུ་ ང་གིས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་འཁོར་
ཚོགས་དང་བཅས་པ་འབད་འོང་སྟེ་ དེའི་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ལུ་བསྐྱབ་པ་འབད་ནི་ཨིན།

(༧) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ དེའི་མིང་རྣམ་
ཅོག་ཁར་གོ་མ་ཅོམ་ཅིག་གིས་ དེའི་ཞིང་ཁམས་སེམས་ལུ་དུན་ཏེ་ དེ་ནང་སྐྱེ་བ་ལེན་འདོད་གྱི་
བསམ་པ་རྣམ་དག་སྐྱེ་ཞིན་མ་ལས། དེའི་དོན་ལུ་ ལྷག་བསམ་དག་པའི་དགོ་བ་བསྐྱབས་ཏེ་ སོ་
སའི་འདོད་པ་ལྟར་དུ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་ ང་རང་སངས་མི་རྒྱལ།

(༨) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཚར་ཅུང་ དེའི་ཞིང་ཁམས་ནང་ལུ་སྐྱེས་མི་
སེམས་ཅན་དེ་ཚུ་ག་རང་ བྱང་ཚུབ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་ཚ་
ཕྱོན་ཏེ་ བྱངས་ཁ་མ་ཚོད་པའི་སེམས་ཅན་ཚུ་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེའི་ཉམས་ལེན་ལུ་བཀོད་དེ་
མཐའ་མཇུག་ལུ་བྱང་ཚུབ་གྱི་གོ་འཕང་ལུ་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་ འགོ་བ་མི་དེ་ཚུ་ སངས་རྒྱལ་ཚོག་
ཚོག་མ་སོང་གི་བར་དུ་ ང་རང་སངས་མི་རྒྱལ།

(༩) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཚར་ཅུང་ འཇིག་རྟེན་གྱི་སེམས་ཅན་འདི་ཚུ་
ལུས་སེམས་དགོ་བ་ལུ་སྟོན་ནི་དང་ འཇིག་རྟེན་གྱི་གནས་ལས་ཐར་ཚུགས་པའི་དོན་ལུ་ དེའི་
བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་གིས་ སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་ཕན་ཐོག་པའི་འབྲེལ་བ་མ་བྱུང་གི་བར་ན་ ང་
སངས་མི་རྒྱལ།

(༡༠) ང་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཚར་ཅུང་ ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལུ་གནས་པའི་
འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ དེ་གི་མིང་རྣ་བར་གོ་མ་ཅོམ་གྱིས་ སྐྱེ་བ་དང་གི་བའི་བདེན་པ་ཚུ་
ཚུལ་བཞིན་དུ་རྟོགས་ཏེ་ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཡོན་དང་ ལྷག་བསམ་གྱི་སྐྱབས་ལུ་སྟོན་ཅུང་

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་མེད་ལས།

རང་སེམས་ཞི་བའི་གནས་ལུ་བཀོད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་ན་ ང་
རང་སངས་མི་རྒྱལ།

ད་ ང་གིས་དམ་བཅའ་ལེན་མི་ཚུ་མ་གྲུབ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ ང་རང་སངས་མི་རྒྱལ། ང་
རང་ མཐའ་དང་ཚད་མེད་པའི་འོད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ལུ་གྱུར་ཏེ་ ཞིང་ཁམས་ག་ར་གསལ་
ཚུགས་པ་མ་ཚད་ ཤེས་རབ་དང་དགོ་བའི་ཚོགས་གཞན་ལུ་སྤེལ་ཏེ་ སེམས་ཅན་ག་ར་སྤྲུག་
བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ་མི་འབད་བཅུག་ཅིག་ཟེར་ དམ་བཅའ་བཞེས་གནང་ཅུག།

༥ འདི་འབད་ལྟ་ལས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་འདི་གིས་ བསྐྱེད་པ་གྲངས་མེད་ཀྱི་བར་དུ་
ཚོགས་བསགས་ཏེ་ རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་ཟེར་ཞུ་མི་དང་ སངས་རྒྱལ་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་ཟེར་
ཞུ་མི་ལུ་གྱུར་སོང་ཅུག། དེ་གིས་ ཁོ་རའི་ཞིང་ཁམས་རྣམ་པར་དག་པའི་བདེ་བ་ཅན་ཡང་བཀོད་
དེ་ ཁོ་ར་ད་སྤྱིའི་བར་ན་ཡང་ ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་བཞུགས་ཞིན་མ་ལས་ འཛིག་རྟེན་དང་འགྲོ་བ་
སེམས་ཅན་ཚུ་ཞི་བདེ་ལུ་བཀོད་ནིའི་འོད་ཟེར་བཀྱི་བཞིན་དུ་བཞུགས་པ་ཨིན་ནོ།།

དག་པའི་ཞིང་ཁམས་འདི་ནང་ ཞི་བ་དང་བདེ་བ་མ་གཏོགས་ སྤྲུག་བསྐྱེད་ཟེར་མི་འདི་མིང་
ཅམ་ཡང་མེད་པ་ཨིན། གཟུགས་ལུ་གྱོན་པའི་བཀོ་ལ་དང་ ཁ་ལུ་ཟ་བའི་བཞེས་སྒོ་ སེམས་ལུ་
འདོད་པའི་དངོས་པོ་ག་ཅི་ར་ཨིན་ཅུང་ སེམས་ཀྱི་རེ་བ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཐོབ་ཚུགས་པ་ཨིན་
མས། དེག་བྱ་འཇམ་པའི་རྒྱང་མ་བསེལ་ཉོང་ཉོ་འདི་འཕུ་ད་ དེན་པོ་ཆེ་གིས་བརྒྱན་པའི་ཤིང་ལུ་
ཕོག་སྟེ་ ཞལ་ལག་ཚུ་སྤར་མ་ད་ ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་བྱང་མི་ཚུ་ ས་སྤྲུགས་ག་ར་ནང་བྱབ་སྟེ་ མི་ཚུ་གི་ན་
བར་གོ་སྤོ་ཅམ་གྱིས་ སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་ཚུ་དག་ཚུགས་པ་ཨིན་མས།

དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་ལུ་ དྲི་ཞེས་པའི་མེ་ཏོག་བརྒྱ་ལེ་ཤ་ཤར་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མེ་
ཏོག་རེ་རེ་ལུ་ཡང་ དེན་པོ་ཆེའི་འདབ་མ་རྒྱ་ཆེ་བ་ལུ་ ག་ཅི་འདི་མཛོས་ཏོག་ཏོ་ཡོད་མི་དེ་ཚུ་
ལས་ འོད་ཀྱི་བཀྱག་མདངས་འཕྲོས་ཏེ་ དེ་གིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལམ་གསལ་ཏེ་ མི་ག་ར་འབད་ཅུང་
དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་གོ་མི་ཚུ་ ཡང་དག་པའི་བདེ་བ་ལུ་བཀོད་པ་ཨིན།

༦ ང་ ང་རེས་སྤྲུགས་བཅུ་ནང་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ག་ར་གིས་ འོད་དཔག་ཏུ་མེད་
ཅིང་ ཚོ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་འདི་ལུ་བརྟེན་བསྐྱེད་མཛད་གནང་མ་ཨིན།

མི་ག་ར་འབད་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་འདྲིའི་མཚན་ན་བར་གོ་མ་ཅམ་གྱིས་ སེམས་ལུ་དགའ་བ་
ཐོབ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷགས་གྱི་བྱིན་ལྷབས་ རང་གི་སེམས་ལུ་ལྷགས་ཏེ་ མཐར་ལྷག་སངས་
རྒྱལ་དེའི་ཞིང་ཁམས་རྣམ་དག་ བདེ་བ་ཅན་ལུ་སྐྱེ་ཚུགས་ནི་ཨིན་མས།

ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་སྐྱེ་མི་ཚུ་ནི་ སངས་རྒྱལ་དེའི་སྐྱེ་ཚེ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚེའི་དངོས་གྲུབ་
ཐོབ་ལས་ ཁོང་ཡང་སེམས་ཅན་སྐྱུག་བཟུལ་གྱིས་སྦྲར་ཏེ་སྤོང་མི་ཚུ་ལུ་སྤྱིང་རྗེ་ཚང་མེད་བསྐྱེད་
དེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐར་པ་འདྲེན་པའི་ཐབས་ལམ་ཚུ་གསོལ་སྟོན་འབད་མ་ཨིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷགས་བསྐྱེད་ལས་བརྟེན་ཏེ་ མི་དེ་ཚུ་གིས་ཡང་ འཇིག་རྟེན་ཚེ་འདྲིའི་འདོད་
ཡོན་ལུ་ཆགས་པ་ཚུ་ག་ར་སྤངས་ཏེ་ མི་རྟག་པའི་དོན་ཚུ་རྟོགས། རང་གི་དགོ་ཚུ་ཡང་ སེམས་
ཅན་འཁོར་བ་ལས་འགོལ་བའི་ཐབས་ལུ་བཟོ་ནི་དང་། འབྲུལ་སྤང་དང་སྐྱུག་བཟུལ་གྱི་འཁོར་
བ་འདི་ནང་ལུ་ སེམས་ཅན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་སྐྱེ་བ་ལེན་ཞེན་མ་ལས་ སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུག་
བཟུལ་ཡང་དག་བརྗེ་ནི་དང་། སེམས་ཅན་ཚུ་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ཞེན་ཆགས་གྱི་བཙོན་ནང་
ལས་ ཐར་བའི་ཐབས་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

མི་དེ་ཚུ་གིས་ འཇིག་རྟེན་གྱི་འཚོ་བའི་དཀའ་ངལ་དང་ བར་ཆད་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ག་རང་ཏེ་
གོ་མ་མ་ཚད་ སངས་རྒྱལ་ལུ་ཚད་མེད་པའི་ལྷགས་བསྐྱེད་སྤྱིང་རྗེ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ཡང་ཤེས་ཏེ་
ཁོང་ཆ་ལྷབ་རང་གི་བསམ་པ་ལྟར་དུ་ འགྲོ་ནི་དང་སྤོང་ནི་ལུ་རང་དབང་ཡོད་པ་ཨིན་ཅུང་
སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷགས་བརྟེན་འོད་གྱིས་ལྷབ་པའི་སེམས་ཅན་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་གནས་པ་ཨིན།

འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ག་ར་ཨིན་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་མཚན་ན་བར་
གོ་ཞེན་མ་ལས་ དད་པ་དང་མོས་གྲུས་རྣམ་དག་གི་སྐྱོ་ལས་སངས་རྒྱལ་འདྲིའི་མཚན་བརྗོད་པ་
ཅིན་ སངས་རྒྱལ་དེའི་བྱམས་བརྟེན་ལྷགས་གྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་ནི་ཨིན། འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་
མི་ག་ར་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ལུ་ཐོས་བསམ་འབད་དེ་ ཉམས་ལེན་འབད་དགོ།
སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལོག་སྟེ་ར་འཁོར་བ་ནང་ལུ་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོ་ཅུང་ སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ག་བཟུལ་གྱི་སྐྱེ་བ་ཡང་ལེན་དགོས་པ་ཨིན།

ག་དམ་ཅིག་སྟེ་མི་ཚུ་ སེམས་གྱི་སྤྱིང་ལས་རང་བྱུང་རྒྱབ་གྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་དགོ་མཚོ་བ་
ཅིན་ ད་རེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ལྷགས་རྗེ་ལུ་བརྟེན་དགོས་པ་ཨིན། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཐ་མལ་པ་ཚུ་གིས་

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་ཟིན་ལས།

རང་ལུ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ ད་རེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱགས་རྗེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མ་
གཏོགས་ ཤེས་མི་ཚུགས་དོ་ཨིན།

༤. སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་འདི་ མི་ག་ར་ལས་ཐག་རིང་སར་མེན་པར་ སློ་ལོགས་
ཁར་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་ སངས་རྒྱལ་དེའི་ཞིང་ཁམས་ཡང་ སྦྱིར་བུ་ཁ་ལ་སྤྱག་ལུ་ཡོད་ཟེར་
བཤད་སློལ་ཡོད་རུང་ སེམས་རྩེ་གཅིག་གིས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་སྐྱེ་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་
གི་སེམས་ཐོག་ལུ་ཡང་ ཞིང་ཁམས་དེ་ཤར་ནི་ཡོད་པ་ཨིན།

མི་ག་ར་འབད་རུང་ གཟེ་བརྗེད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་སྐྱེ་འདྲ་སེམས་ཁར་
བྲལ། སྐྱེ་འདྲ་དེ་ལས་དེ་འདྲ་བའི་སྐྱེ་བརྟན་བརྟུན་ཁི་བཞི་སྟོང་འཕྲོས། དེ་རེ་རེ་ལས་ཡང་འོད་
ཟེར་བརྟུན་ཁི་བཞི་སྟོང་འཕྲོས་ཏེ་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ལུན་པ་ཚུ་ག་ར་གསལ་བར་བསམ། སངས་
རྒྱལ་གྱི་མཚན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ལྷན་མེ་དེ་ཚུ་ གཅིག་ཡང་ལུན་པ་ནང་ལུ་མ་ལུས་པར་ ཐར་པའི་ལམ་
ཡང་དག་པ་འཛོལ་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་ཨིན་ལོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་འདྲ་མཇལ་མི་ག་ར་འབད་རུང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱགས་རྗེ་དྲན་པའི་
བསམ་པ་བསྐྱེད་དེ་འོངམ་ཨིན། དེའི་སྤྱགས་རྗེ་ལུ་འགོ་བ་ག་ར་ལུ་བྱུ་བའི་བྱམས་བརྩེ་
ཡོད་པ་ལས་ སྤྱགས་རྗེ་དེ་ནི་ མ་ཤེས་པའི་མི་དང་ ཡང་ན་བརྗེད་འདོད་ཡོད་མི་དང་ དད་པ་
བསྐྱེད་དེ་ཡིད་ཚེས་ཐོབ་པའི་སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་དབྱེ་བ་མེད་པར་བྱུ་བ་ཨིན་ལོ།

དེ་ནང་ལས་ སངས་རྒྱལ་ལུ་དད་པ་མོས་གུས་བསྐྱེད་མི་ཚུ་ནི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞལ་མཇལ་ནི་
གི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་འདི་ག་ལྟེ་ལུ་ཡང་བྱུ་བའི་
མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་སྐྱེ་འདྲ་མཇལ་ག་གིས་རང་ སངས་རྒྱལ་ལུ་མོས་གུས་བསྐྱེད་དེ་སེམས་ཁར་
བྲན་པ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་གྱིས་གཟིགས་ཏེ་ མི་དེ་ཚུ་གི་སེམས་ལུ་ཐོགས་པ་མེད་པར་བྱུགས་པ་
ཨིན།

དེ་ཡང་ སངས་རྒྱལ་སེམས་ཁར་བྲན་ཏེ་སྟོན་མི་ཚུ་གི་སེམས་ནི་ ཞི་བ་དང་རྣམ་པར་དག་
པའི་རང་བཞིན་ཨིན་ནི་འདི་གིས་ དེ་ཚུ་ལུ་བྱུ་བ་ཚོས་ཚང་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱགས་ཡོད་པ་
ཨིན། ཡང་ན་ འདི་ཚུ་གི་སེམས་ནི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱགས་ཨིན་ཟེར་ཡང་སྐབ་ཏུ་རུངམ་ཨིན།

འདི་འབད་མ་ལས་ མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གིས་ སེམས་རྣམ་པར་དག་པའི་སྣོ་ལས་ རང་གི་
སེམས་འདི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱགས་སུ་ ཤར་ཚུགས་པ་འབད་དགོས་པ་ཨིན་ནོ།

༥་ སངས་རྒྱལ་ལུ་སྤྱི་རྣམ་འགྱུར་མང་རབས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་
རྒྱུད་ཚོད་དང་བསྐྱུན་པའི་སྤྱུལ་པ་ཡང་རྣམ་པ་མ་འདྲ་མ་མང་རབས་སྟོན་ཚུགས་པ་ཨིན།

སངས་རྒྱལ་གྱིས་ གནམ་དང་ས་ག་ར་གང་བའི་སྐྱུ་སྟོན་ལུ་ཡང་སྤྱུལ་ཚུགས་པ་མ་ཚད། ཐ་ན་
བཞག་ཚུང་ཀྱུ་ལས་ཚུང་ཀྱུ་ཁབ་གྱི་ཅིག་ཏོ་ནང་ཡང་ཤོང་བ་དང་། རེས་ཅིག་སྐབས་གཟུགས་
ཅན་གྱི་དངོས་སོ་ རེས་ཅིག་གཟུགས་མེད་གྱི་རུས་ཤུགས། རེས་ཅིག་སེམས་གྱི་ཤེས་པ་ལྟ། རེས་
ཅིག་མི་ལུ་ཡང་སྤྱུལ་པ་སྟོན་ཚུགས་པ་ཨིན།

སྤྱུལ་པ་དེ་ཚུ་ནང་ལས་ སངས་རྒྱལ་དེའི་མཚན་གཟུངས་བགྲངས་མི་ཚུ་ལུ་ སྤྱུལ་པ་སྟོན་གནང་
ནི་འདི་དེས་པར་ཨིན། སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་དང་གཅིག་ཁར་ཨ་རྟག་རང་ བྱང་ཚུབ་
སེམས་དཔའ་སྡིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔའ་ཤེས་རབ་གྱི་རང་གཟུགས་འཕགས་པ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་གཞིས་བཞུགས་པ་ཨིན་མས། སངས་
རྒྱལ་གྱི་རྣམ་སྤྱུལ་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ག་ར་གང་སྟེ་འབད་བྱང་ སངས་རྒྱལ་ལུ་དད་པ་དང་མོས་
ལུས་ཡོད་མི་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་མ་གཏོགས་ གཞན་གྱིས་མཇུག་མི་ཚུགས།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་ལུ་ སངས་རྒྱལ་དེའི་རྣམ་སྤྱུལ་མཇུག་མི་ཚུ་ སེམས་ལུ་ཚིམས་
པའི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་ནི་དང་ སངས་རྒྱལ་དངོས་སུ་མཇུག་མི་ཚུ་ལུ་ བསམ་
གྲིས་མི་བྱུང་པའི་ཞི་བདེའི་གོ་འཕང་དངོས་སུ་ཐོབ་ནི་ཨིན་ནོ།

༦་ སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་སྤྱགས་ཚོད་མེད་པའི་བརྗེ་བ་དང་མཁྱེན་པ་དང་ རུས་
སྟོབས་གྱིས་ལྷག་པའི་སྤྱགས་སྡིང་རྗེ་འདི་གིས་ ག་ར་སྐབས་མཛད་ཚུགས་པ་ཨིན།

སེམས་རྒྱུད་དྲགས་ མ་རུངས་པ་ཅན་གྱི་མི་གིས་ སེམས་གྱིས་མཚོ་མ་ཚུགས་པའི་ལྷ་ངན་པ་
འབད། མི་དེ་གི་ཡིད་ནི་དུག་གསུམ་གྱིས་གང་སྟེ་ དག་གི་ཐོག་ལས་ཤོབ་རྒྱབ་ དག་བྱུང་དང་
ཚོག་རྒྱབ་ བྱང་དྲུགས་གྱི་ལས་བསགས། ལུས་གྱི་སྣོ་ལས་ སོག་གཅོད་ མ་བྱེན་པ་ལེན་ འདོད་
པའི་ལོགས་པར་སྤྱོད་པའི་ལས་བསགས་ཏེ་ མི་ཚོ་རིང་མ་སྟེ་སྟེག་པའི་ལས་བསགས་པའི་ལུས་

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་ཟིན་ལས།

ལས་ཤིས་དང་ དེ་གི་རྣམ་སྐྱོན་འདི་ལོ་བགྲང་ཁ་མ་ཚོད་པའི་བར་ན་ སྤྲུལ་བཟུལ་གཏན་གཏན་
སྤྱིང་ནི་ཨིན་ལོ།

ཨིན་རུང་ མི་དེ་ལྟ་ཆ་རོགས་འབད་མི་རེ་གཏོང་ཁར་འཛོན་ཏེ་ ད་ བྱོད་ཤི་ནི་རན་མ་ཨིན་མ་
ལས་ བྱོད་གྱི་མི་ཚོ་ནང་བསགས་མི་ལས་དེ་ཚུ་དག་མི་ཚུ་གས་ནི་ཨིན་རུང་ སངས་རྒྱལ་འོད་
དཔག་མེད་སེམས་ཁར་དུན་ཏེ་ དེའི་མཚན་གཟུང་བགྲང་སྟེ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ དེའི་
ཕྱགས་བརྟེ་གིས་སྐྱབས་མཛད་ཚུ་གས་ཟེར་ སྐབ་ད།

དེ་ལས་མི་སྤྲིག་ཅན་དེ་གིས་ སེམས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ལྟ་དད་པ་
བསྐྱེད་དེ་ མཚན་སྤགས་བགྲང་བ་ཅིན་ སྤྲིག་པའི་ལས་སློམ་བསགས་ཏེ་ ངན་སོང་ལྟ་སྤྲུལ་བཟུལ་
སྤྱིང་དགོས་པའི་སྤྲིག་པ་ག་ར་དག་ཚུ་གས་པ་ཨིན།

མཚན་སྤགས་བགྲང་ནི་རྒྱུང་གཅིག་ལྟ་ཡང་ བན་ཡོན་དེམ་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་
དེའི་སློམ་སྐྱབས་ལྟ་གནས་པ་ཅིན་ བན་ཡོན་སློམ་ཡོད་པ་ སྐབ་དགོས་པ་ག་ཅི་ཡོད་ སྐབ་རང་མི་
དགོ།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ བྱིན་ཅན་གྱི་མཚན་སྤགས་བགྲང་མི་ཚུ་ ཤི་ནི་རན་མ་དང་ སངས་རྒྱལ་
འོད་དཔག་མེད་དང་ སྤྱིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་གྱི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དང་ ཤེས་རབ་གྱི་རང་
གཟུགས་གྱི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཚུ་དང་མཇལ་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལྟ་འབྱིད་དེ་
ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་ མེ་ཏོག་པརྟའི་ནང་ལས་འབད་འཁྲུངས་ནི་ཨིན་ལོ།

རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བེུན་ཏེ་ ག་ར་གིས་ བ་མོ་ཨ་མེ་ད་བུ་རྩེ་ཟེར་མི་མཚན་སྤགས་འདི་སེམས་
ཁར་བཞག་སྟེ་ འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ ཚོ་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་དེ་ལྟ་ སེམས་
རྩེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་དེ་ དད་དམ་སྤྱིང་ལས་སྐྱབས་ལྟ་དགོས་པ་ཨིན་ལོ།

ཁ

སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་ཁམས།

༡་ འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ མོད་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་དེ་ལུ་ནི་ ལྷ་པོ་ལས་
འདས་ནི་ཟེར་མ་མེད་པར་ ཨ་རྟག་རང་འོད་ཟེར་འཕྲོས་ཏེ་བཞུགས་པ་ཡིན། སངས་རྒྱལ་འོད་
དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་ཁམས་ནང་ལུ་ སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱན་པའི་གནས་མེད་པར་ ཨ་རྟག་རང་
བདེ་བའི་ངང་ལུ་དུས་ཚོད་རྫོགས་དོ་ཡིན་མ་ལས་ ཞིང་ཁམས་འདིའི་མིང་ལུ་ཡང་ བདེ་བ་ཅན་
གྱི་ཞིང་ཁམས་ཟེར་བྱུང་ཡིན།

ཞིང་ཁམས་དེའི་སྤྱག་ལུ་རང་ དངས་གསལ་དང་བསེལ་བའི་རྒྱ་གིས་གང་བའི་མཚོ་ཅིག་
ཡོད། མཚོ་དེའི་རྒྱབ་ལ་འགྲོས་གྱིས་འབད་ གསེར་གྱི་བྱེ་ཐང་ནང་ལས་འགྲོ་བའི་ཁར་ དེའི་མཐའ་
འཁོར་ལུ་ག་ནི་བ་ལེགས་པའི་ཚོས་གཞི་དང་འོད་ཟེར་ཅན་གྱི་མེ་ཏོག་བསྐྱེ་སྤྱོད་ཚོགས་ ཆེ་རྒྱུང་
ཤིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་དང་མཉམ་པ་ཐང་མེད་པ་ཡོད། དེ་ཡང་ཚོས་གཞི་རྟོན་མ་ལས་འོད་ཟེར་ཡང་
རྟོན་མ། སེར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་ཡང་སེར་པོ། དམར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་ཡང་དམར་པོ། དཀར་པོ་ལས་
འོད་ཟེར་ཡང་དཀར་པོ། ས་ཁོང་ག་ར་དྲི་བཟང་གིས་གང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

མཚོའི་མཐའ་འཁོར་ཐང་ཐང་ཁར་ གསེར་དུལ་ བེའུ་རུ་ ཤེལ་ལ་སོགས་པ་གིས་བརྒྱན་
པའི་སྤོ་ཁང་དང་ དེ་ཚུ་ནང་ལས་ལྷུས་གྱི་རྫིང་བྱ་ནང་འབབ་ས་ རོ་ཀ་མ་རུ་པ་གི་རྟོན་སྤྱི་ག་དང་
ལྷུས་གྱི་རྫིང་བྱ་ཁ་ལས་ཡར་ ར་བ་དང་ལག་བཟུང་གི་བར་ན་ ཡོལ་ལི་ཚུ་ རིན་པོ་ཆེའི་དུ་བ་དུ་
སྤྱད་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བར་མཚམས་ཚུ་ནང་ སྤྱན་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་ཅན་གྱི་སྤྱིང་
མོས་ཚལ་ཚུ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན།

ས་གཞི་དང་ནམ་མཁའ་བར་སྤྲང་ཚུ་ཡང་ འོད་གྱིས་གང་བའི་ཁར་ འཇམ་རླུང་འཕུར་བའི་
གཡོ་སྐྱེམ་གྱིས་ ཉེན་མཚན་དུས་དུག་ལུ་ བཏུག་མདངས་མཚར་བའི་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་ཚུ་
མཚོ་ནང་བུད་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་ མི་ཚུ་གིས་ག་ཐོབ་འབྱ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་ལུ་སྤུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར།
རིན་པོ་ཆེའི་རྟོད་ཚུ་ནང་འབག་སྟེ་ ཞིང་ཁམས་གཞན་གྱི་སངས་རྒྱལ་ཚུ་ལུ་ཡང་ མཚོད་པ་སྤུལ་
བར་འབག་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་པ་ལྟོན་ལས།

༥ ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་ ལྷའི་བྱ་དང་བྱི་ཅུང་ཚུ་ཡང་མང་རབས་ཅིག་ ཡོད། དེ་ཡང་ ལུང་ལུང་དཀར་མོ་དང་ ངང་པ་ བཀྲལ་མདངས་ཚ་བའི་མ་བྱ་ དེ་ལས་ ལྷ་ལུལ་གྱི་ བྱ་གཞན་ཚུ་དང་ གཞན་ཡང་བྱི་ཅུང་རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གསལ་དེ་ཚུ་གིས་ ཉམས་དགའ་ བག་ཐེབས་ པའི་དགའ་སྤྱོད་དང་དབྱངས་འཐེན་ནི་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ གསུང་རབ་དང་ ཞིང་ཁམས་དེའི་ཡོན་ཏན་ལུ་བརྟེན་པའི་དབྱངས་ཚུ་ཨོན་མས།

སྤྱོད་དབྱངས་དེ་ཚུ་ ག་གིས་ར་གོ་རུང་ དེ་ཡང་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དང་ བན་ཡོན་མཉམ་མ་ ཚོད་ ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་བཞུགས་མི་མཆེད་གོགས་གཞན་ག་ར་དང་གཅིག་ཁར་ཡང་ ལུགས་ མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ རང་རྒྱུད་ལུ་བཅོས་མིན་གྱི་དད་པ་དང་དགའ་བའི་བདེ་བ་གསར་པ་ཡང་ རྒྱུ་ཨོན་མས།

གཞན་ཡང་ ཞིང་ཚོགས་དེ་ཚུ་གི་གྲིབ་བསེལ་ནང་ལུ་ འཇམ་རླུང་གིས་འབད་སྤོམ་ཁང་ཚུ་དང་ བཅས་པ་ ཏན་པའི་སྤྱོད་དབྱངས་གྱི་ཐོག་ལས་ འགོར་ལས་འབད་པད་སྐོར་འགྱུར་ཏེ་འགྲོམ་ཨོན་ མས།

ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་གི་སྤྱོད་དབྱངས་གྱི་བག་ཅ་གོ་མི་ཚུ་གིས་ དེ་ཁར་རང་སངས་རྒྱལ་དང་ ཚོས་དང་ དགོ་འདུན་སེམས་ཁར་བྲན་ཚུགས་པ་ལས། ལུང་ཚོས་འདི་ཚུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ ཁམས་དེ་ནང་གི་སྤྱོད་དབྱངས་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དཔེ་མཚོན་ཅམ་ཅིག་ཨོན་མས།

༦ ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལུ་ ག་ཅི་འབད་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ དང་ ཚོ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་ཟེར་བཞུགས་སྤོམ་ཟེར་བ་ཅིན། སངས་རྒྱལ་དེའི་སྤྱོད་འོད་ གྱིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལྱེ་དང་ནང་ག་ར་བྱུ་ཚུ་གསལ་པའི་གསལ་ཏོག་ཏོ་འབད་ཡོད་པ་ མ་ཚོད་ སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་དབྱངས་བསྐྱེད་བྱམས་བཅེ་འདི་ཡང་ བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་ཁམ་ཚོད་གྱི་བར་ ལུ་ འགྱུར་བ་མེད་པར་གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨོན་མས།

རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡང་ ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་སྤྱོད་མི་ཚུ་ ས་ཐོབ་གྱི་སྤྱོད་བྱ་དམ་པ་ཙང་ཙང་ གྲངས་ཁམ་ཚོད་པར་ཡོད་པ་ལས། བསམ་བཞིན་དུ་མ་གཏོགས་ ལས་ངན་དབང་གིས་འཁོར་ བའི་གནས་ལུ་ལོག་སྤྱོད་དགོས་པ་མེད་པ་ཨོན་མས།

ད་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་དེའི་གསུང་གིས་འོད་ཟེར་ལྷ་བརྟེན་ཏེ་ འཁོར་བའི་རང་བཞིན་རྟོགས་
པའི་སྐྱེ་བུ་ཡང་ བྱངས་ཁ་ཚོད་པ་འབྲུང་ནི་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན་ནོ།

འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ག་ར་འབད་ཅུང་ ཏུས་ཨ་རྟེན་རང་ སངས་རྒྱལ་དེའི་མཚན་
ལྡན་ལྷ་སེམས་རྩེ་གཅིག་གཏང་དེ་ ལྷག་པར་དུ་ ཤི་རན་མ་ད་ ཉིན་ཞག་བདུན་གྱི་རིང་ལྷ་
འབད་ཅུང་ དེ་མེན་པ་ ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་རིང་ལྷ་ཨིན་ཅུང་ བསམ་པ་ རྣམ་པར་དག་པའི་དད་
པ་དང་མོས་གུས་ཐོག་ལས་ སངས་རྒྱལ་དེའི་མཚན་ལྡན་ལྷ་སེམས་བཟང་པ་ཅིན། ཤིམ་ཅིག་དུས་སྐད་
ཅིག་དེ་ཁ་ར་ སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབྱ་འབྲིད་པའི་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚུ་
གིས་ མི་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནང་ འབྲིད་འགྲོམ་ཨིན།

མི་ག་ར་འབད་ཅུང་ སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་མཚན་གོམ་ཙམ་གྱིས་ སངས་རྒྱལ་དེའི་
བཟུན་པ་དམ་པའི་ཚོས་ལྷ་དད་པ་དང་སྣོ་བ་བསྐྱེད་དེ་ དུན་མ་རིང་མ་ཅིག་ཁར་རང་ ལྷ་ན་
མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་ཚུགས་པ་ཨིན་ནོ།།

