



སྐྱེ་ལོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་མཆོག་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་སྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི།

སྐྱེ་ལོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་མཆོག་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་བཤད་ལས་རིམ།



ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ནས་འདོན་སྤེལ་ཞུས།



**Published by**

Department of Information & International Relations (DIIR)  
Central Tibetan Administration (CTA)  
Gangchen Kyishong, Dharamshala - 176215  
HP. INDIA

Edited and Proofread by Translation & Publication Section

Copyright © 2025 DIIR, Central Tibetan Administration All rights reserved



སྤྱི་མལ་ལས་ལྗང་མ་ཐག་གཞན་ལ་ཕན་པ་སྐྱབ་ཐུབ་པར་གོག་ཅིས་སློན་ལམ་  
ཀྱག་བཞིན་ཡོད།

.....ལོ་ལོ་ས་ལྟུངས་མགོན་ཏུ་ལའི་ལྷ་མ་སྐྱེས་པའི་བཅུ་བཞི་པ།

# ཆེད་བརྗོད།

བཀའ་ཤག་སྐབས་ ༡༥ པའི་བཀོད་མངགས་བཞིན། ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ནས་གཙོ་འགན་ལྷངས་ཏེ། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའམ། མངོན་ཁྲུང་རྣམ་བཞིའི་ཐོག་འཇོམ་སྒྲིང་ཡུལ་གྱུ་གང་ས་ནས་མཁས་པ་བརྒྱ་ལྷག་གདན་ཞུས་ཀྱིས། དེ་ལས་བརྒྱུད་སྐད་ཡིག་བཙུག་པོའི་ནང་བགོ་སྐྱོང་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་བ་ཁག་སྟེང་གས་བསྐྱེད་ཀྱིས་སྐད་ཡིག་སོ་སོའི་ཐོག་དཔར་འགྲེམས་བྱེད་ཐུབ་པར་སྦྲོ་བ་བཏང་།

སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནི་བོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་དང་། ཡང་སྦྲོས་སུ་ན་ལེན་ནས་བརྒྱུད་པའི་ རང་བཟུང་རིན་པོ་ཆེར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་མཐར་མོན་པའི་དང་རབས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་གཞན་ལྷན་མ་མཆིས་པ་ཞིག་ དང་། དགུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་སྐྱོང་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་ཚོས་སྲིད་བདག་གིས་བཞེས་ཤིང་། དགུང་ལོ་ཉེར་བཞི་སྐྱོང་བྱ་གར་དུ་ བཅོན་པོའལ་ལ་ཐེབས་པ་ནས་བཟུང་། བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་དང་། བཅོན་པོའལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་དོན་ ཆེད་བཅོན་པོའལ་བོད་གཞུང་བཅུགས་ཏེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྐྱེད་བང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་འོས་འདེམས་བྱས་པའི་ འགོ་ཁྲིད་ཚོར་གསོལ་སྐུལ་མངོན་པའི་བར། རྒྱུག་འཇུགས་དེ་ཉིད་རྣམས་ལྷན་དང་ཕྲ་ཚུགས་ལ་དམིགས་པའི་མང་གཙོའི་ལམ་ སྲོལ་འབྲས་ཚང་ཞིག་བཞེངས་སྐྱོན་དང་ཆབས་ཅིག

༡། འགོ་བཅི་རྣམས་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་རྩ་ལ་འདོན་གནང་སྟེ། དག་འཁོན་སྲངས་པའི་བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སྦྲོ་ གོང་སྤེལ་བརྒྱུད། མི་རྣམས་བདེ་སྲིད་ལྷན་པ་དང་། འཇོམ་སྒྲིང་ཞི་བདེ་ཡོང་བར་སྐུལ་འདེད་དང་།

༢། བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྩེ། བཟོད་པ། ཚོག་ཤེས་སོགས་ཚོས་ལུགས་ཁག་ཐུན་མོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གཞི་མར་བཞག་སྟེ་ཚོས་ ལུགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྱོལ་ཡོང་ཐབས།

༣། དཔལ་ན་ལེན་ནས་བརྒྱུད་པའི་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་། རང་པའི་ཚན་རིག་གི་གཞི་མར་གྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། ཨོ་ག་ཡ་དང་འཇོམ་སྒྲིང་དྲིལ་པའི་འབྲུང་ཁམས་དོ་སྦྲོམས་ལ་ཐང་ཀར་ཕན་གཞིད་འབྲེལ་པའི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྦྱོབ།

༤། དེ་བཞིན་དུ་མང་གཙོའི་ཡུལ་ལྷང་ཆེ་ཤོས་རྒྱ་གར་འདི་དུས་རབས་ཀྱི་གོམ་འགོས་དང་བསྐྱེད་པའི་དར་རྒྱས་གོང་ འཕེལ་འབྲུང་བར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གནའ་བོའི་ཤེས་རབས།

འཚོ་བ་མེད་པ་ ahimsa དང་། བྱམས་བརྩེ་ karuna ཡི་ལྷ་གྲུབ་དང་ཉམས་ལེན་བསྐྱར་གསོ་གནང་ཐབས་བཅས་ཀྱི་ དགོངས་བཞེད་རྣམས་ལག་ལེན་དོན་འཁེལ་ཡོང་ཐབས་བཅས་ཁྲུང་བཞེས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བསྐྱུངས་དང་སྦྱོང་ལུས་ལྟར། གདན་ ཞུས་མཁས་པ་རྣམ་པས་རང་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་ལ་བརྟེན་ནས་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་ཆེན་བཞེད་དགོངས་ འདི་དག་ལ་སྟོགས་སྟེ་འདྲ་མིན་ནས་དོས་འཇོན་གདེང་འཇོག་གནང་བ་འདིས་སྒྲོག་པ་པོར་སྦྲོ་བསྐྱེད་འབྲུང་བའི་རེ་བ་འཆང་ བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་བརྒྱུད་ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་སྲུང་བརྩེའི་ལས་རིམ་གོ་སྐྱོག་གི་དགོས་དམིགས་ དང་མཐུན་པར་ཚང་མས་བཀའ་དགོངས་ལ་དོ་སྦྱང་དང་ཉམས་ལེན་ཡོང་བའི་རེ་སྐུལ་དང་རྒྱགས། ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ ཆེན་པོའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་འདི་དག་གི་གསལ་མེད་སྐྱོན་གྲུབ་ཡོང་བའི་སྦྲོན་འདུན་ལྷ་རྒྱ་བཅས། སྲིད་སྦྱོང་སྟེན་པ་ཆེ་རིང་ རས། །

དཀར་ཆག

གསུང་བཤད་གནང་མཁན།

། ༡ །

དབུ་འབྲེད་གཏམ་བཤད།

མིང་སྲིད་སློབ་བཟང་མེད།.....།

། ༢ །

པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཐུགས་དབུ་འབྲེད་ནམ་པ།

དཔལ་ས་སྐྱ་ཡལོང་མ་གྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།.....།

དཔལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་རིན་པོ་ཆེ།.....།

ལྷ་མེར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་འངམ་དལོན་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་དགའ་ལྡན་གྲི་རིན་པོ་ཆེ།.....།

ཞེ་ཆེན་རབ་འབྲུམ་ས་རིན་པོ་ཆེ།.....།

ལྷ་དཀར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཡ་སྐྱབས་ཇི་སྟེན་རིའི་གྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།.....།

འབྲི་གུང་སྐྱབས་མལོན་ཆེ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ།.....།

དཔལ་རྒྱལ་དབང་ཇོ་ནང་པའི་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ།.....།

། ༣ །

ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐྱ་ཤེང་བརྒྱ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྒྲིབ།.....།

.....དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་གི་ཚོས་དོན་དུང་ཆེ་ཡང་སྤང་རིན་པོ་ཆེ།

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགོ་བམའི་བཟང་སྲིད་ལོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་སྒྲིབ།.....།

.....ཡ་སྐྱའི་གསུང་སྐྱུར་དགེ་བཤེས་ཕྱབ་བསྟན་སྦྱིན་པ་ལགས།

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ཕྱགས་མཐུན་སྦྱིལ་ལོང་སྤེལ་སྒྲིབ།.....།

..... ལྷ་ཅུ་མཚོ་སྤོང་གི་རྒྱ་གཞུང་སྤོང་དཔོན་དབང་ཕྱག་དོ་རྗེ་ཞེ་གི།

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྐྱེད་སྒྲིབ་སྒྲིབ།.....།

.....པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དགེ་བཤེས་ལྷག་དོར་ལགས།

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་སྐོར། ..... ༤༡

..... ལྷ་ཆ་མཐོ་སྐོར་གྱི་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་དགེ་བཤེས་ངག་དབང་བསམ་གཏན་ལགས།

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་སྐོར། ..... ༧༥

..... རིམ་ལོ་ཤོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན།

༼ ང ༽

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགོ་བ་མེད་འབྲུག་གི་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་མཁན།

མེད་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཐབས་མཁན་སློབ་གྲོས། ..... ༡༠༧

མེད་སྐད་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ངག་དབང་བསོད་ནམས། ..... ༡༣༡

དགེ་བཤེས་མ་བདེ་ལེགས་དབང་མོ། དབུས་འོས་བསྐྱེད་འཛིན་ལས་འཕར་དང་། སློལ་མ་སྤྱིང་གི་བཅུན་མ། ..... ༡༣༩

དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་པ་ཆེན་པོའི་དྲུང་ཆེ་སློབ་བཟང་སྦྱིན་པ་མཚོག། ..... ༡༣༧

དགེ་བཤེས་མ་བསྐྱེད་འཛིན་ཀུན་གསལ། སློལ་མ་སྤྱིང་གི་བཅུན་མ། ..... ༡༤༣

དགེ་བཤེས་བུ་མས་པ་རྒྱལ་མཚོ། རྫོང་དཀར་ཚོས་སྤྲེ། ..... ༡༥༥

སྐྱེན་རི་དགོན་པའི་དགེ་བཤེས་གཡུང་དྲུང་དགོན་མཚོག། ..... ༡༤༧

སུ་རྒྱ་སློབ་གྲུང་ཆོས་རིག་དགེ་ལྡན་ཉེ་མ་ཆེ་རིང་ལགས། ..... ༡༧༠

༼ ཅ ༽

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་མཁན།

མཁན་པོ་ཀུན་དགའ། དཔལ་སྐྱེད་ལུང་དགོན། ..... ༡༧༥

འབྲུམ་རམས་པ་བསྐྱེད་འཛིན་དོ་རྗེ། ཨ་རིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆོས་དད་རང་དབང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཙོ་བོ་ལུང་པ། ..... ༡༨༠

དགེ་བཤེས་སློབ་བཟང་ལྷ་བ། རང་ཆོས་དགེ་ལྡན། ..... ༡༨༧

དགེ་སློང་བསྐྱེད་འཛིན་སློབ་གྲོས། མོན་རྫོང་སློང་དགོན་པ། ..... ༡༧༩

མཁན་པོ་ཀུན་ཚེ་བཅུ། རུམ་བཏེག་དགོན་པའི་ལྷ་གྲུབ་སློབ་དཔོན། ..... ༡༧༤

དེ་ཤོད་ཤོད་བྱིས་ཀྱི་ཤོད་དགེ་དུགས་པོ་ལྷག་པ་དོན་གྲུབ། ..... ༢༠༣

གོ་ཡུར་ཤོད་བྱིས་ཀྱི་ཤོད་དགེ་ངག་དབང་ཆོས་འཕེལ། ..... ༢༡༡

། ཚ །

ལ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དེ་གི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྦྱོབ་ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་  
མཁན།

ཀམ་དགེ་ལེགས་གཡུ་ཐོག་ཚོས་རིག་བཀའ་ལྟོན། ..... ༡༡༥

འབྲམ་རམས་པ་པར་དབྱངས་ཅན། ལེས་རིག་བཀའ་ལྟོན། ..... ༡༡༩

སློབ་ཟུང་བྱང་ཚུལ། དགའ་ལྡན་ཚོས་སྤོང་གི་བཅུན་མ། ..... ༡༢༧

སྤྱལ་སྤྱུ་འཇམ་དབྱངས་ཡོན་ཏན། དགའ་ལྡན་བྱང་ཚེ་དགོན་པའི་དགེ་བཤེས་རྣམས་པ། ..... ༡༣༥

མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཀུན་དགའ་ཚོས་འཕེལ། རོ་ནང་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ། ..... ༡༤༠

མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ར་ཤང་ལ་སམ་རྩོལ་སློབ་གྲིའི་དགེ་ཆེ། ..... ༡༤༥

། ཅ །

ལ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་གི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཐོག་གསུང་བཤད་  
གནང་མཁན།

མཁན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་། འཇམ་དབྱངས་ནང་པའི་ཚོས་ཚོགས། ཨིན་ཡུལ། ..... ༡༥༤

ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ། རྣམ་རྒྱལ་གྱ་ཚང་གི་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་སྤྱི། ..... ༡༥༩

མཁན་པོ་དོ་རྗེ། སྤོར་དཔལ་སྤྱངས་ལེས་རབ་སྤོང་དགོན་པའི་ཚན་གསུམ་པ། ..... ༡༦༣

དགེ་བཤེས་རྣམས་པ་པོ་དང་པོ་སློབ་ཟུང་སྟན་གསུམ། སྤྱི་རྒྱུར། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་གསུང་འབྲམ་སྤོགས་སྤྱིག་ཚན་པའི་  
འགན་འཛིན། ..... ༡༦༧

བསྟན་འཛིན་ཚོས་འཕེལ། མ་སྤྱི་པོ་དེ་གི་མཁན་གྱི་མདུན་ལམ་སློབ་སྟོན་པ། ..... ༡༧༤

། ཉ །

མཇུག་སྟོན་གསུང་བཤད།

སྤྱི་བཅའ་རྣམ་རྒྱལ་གྱ་ཚང་གི་མཁན་པོ་ཁོ་ཐོག་སྤྱལ་སྤྱི། ..... ༡༧༩

། ཏ །

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷའི་གསུང་བཤད།

དྲིལ་བསྐྱགས་བྱང་ཆེ། འཆེ་མེད་ཆེ་དབྱངས། ..... ༡༨༧

# དབུ་འབྲེད་གཏམ་བཤད།

སྲིད་སྲོད་སྒོ་བཟང་སེངྒེ།

༡༡། །བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ད་ལན་ང་རང་སྲི་དྲིལ་བཀའ་སྒོ་ཡང་གཅིག་ཕྱོགས་ཡིན་པར་བརྟེན།

པོད་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་གཟིགས་མཁན་རྣམ་པ་ཚང་མར་འཚམས་འདྲི་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ཐངས་འདིར་སྲི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་གོ་སྐྱོག་འོག་སྲི་མོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བ་བཙོན་ལེའི་ནང་གསུང་བཤད་གནང་མཁན་མཁས་པ་མི་གངས་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙམ་ཡོད། རྣམ་པ་ཚོས་ཆེད་མངགས་དུས་ཚོད་བཏོན་ནས་སྐྱེད་ལ་འཇམས་མེད་ཐོག་སྲི་མོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་གསང་གསུམ་གྱི་མཛད་རྗེས་སྐབས་པོ་ཆེའི་ཁྲོད་ཡ་སྐུ་ཡི་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་དགོངས་ཚུལ་ལྷུག་པོར་གསུང་བཤད་ཐུགས་རྗེ་གྲུ་མེད་དུ་ཆེ་བྱ་རྒྱུ་དང་། བཀའ་ཤིས་གིས་ལས་རིམ་འདི་འདྲ་ཞིག་གོ་སྐྱོག་བྱ་དགོས་དོན་ནི། འདི་ལོ་དྲིལ་པོར་བཀའ་ཤིས་གིས་ཡ་སྐུ་ཡི་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤྱང་བཙོན་བྱ་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་ཐོག་བཙོན་སྲོལ་པོད་མེད་གནས་ལུལ་བྱ་གར་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འཇམ་སྐྱོང་ས་གནས་གང་སར་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལས་འགུལ་སྐྱོ་ཚོགས་སྤྱང་བཙོན་བྱ་རྒྱུར་འབད་བཙོན་བྱས་ཡོད། ལྷག་པར་བྱ་གར་ནི་པོད་མི་འདྲུ་སྲོད་བྱེད་ལུལ་ས་གནས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་སྐབས་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་ནང་ལས་འགུལ་སྐྱོ་མང་སྲེལ་འཆར་ཡོད་ནའང་ནད་ཡམས་འདིའི་རྒྱུན་པས་འགོག་རྒྱུ་བཙོན་ཡོད།

ཕྱོགས་མཚུངས་སྲི་རྒྱལ་ལ་མཆོན་ན་དོན་གཙོད་ཁང་བརྒྱུད་པོད་དོན་རྒྱུ་སྲོར་ཚོགས་པས་གཙོས་འཇམ་སྐྱོང་ཡོངས་ནང་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཞིག་སྲེལ་རྒྱུར་འབད་བཙོན་བྱས་ཡོད། ཐབས་ལམ་གཅིག་ནི་དུ་རྒྱ་བརྒྱུད་ཡ་སྐུ་ཡི་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་སྤྱང་བཙོན་བྱ་ཐབས་ལུས་ཡོད། དེ་སྲོལ་བཀའ་ཤིས་གིས་ལྟ་དང་ལྟ་བུའི་ཆབ་སྲིད་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ་ལྟར་ཡ་སྐུ་ཡི་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་དེའང་བཞུགས་སྐྱར་དུ་འཇམ་སྐྱོང་ཡོངས་ནས་མཁས་པ་ཁག་གང་ལ་འདྲིན་བྱས་ཏེ་ཉིན་གསུམ་བཞིའི་རིང་ལ་བཞུ་སྐྱོང་ལྷག་པོ་བྱ་རྒྱུ་བྱས་ཀྱང་དོན་སོན་མ་གྱུར་བ་རེད། ལས་འགུལ་དེ་ལྟར་སྲེལ་དགོས་པའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོ་དེ་སྲི་མོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་སྲོལ་དེ་ང་ཚོས་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་སེམས་ཞི་བདེ་བཀ་ཐེབས་ཙམ་མ་ཟེད། སེམས་རྒྱུད་དུལ་ནས་བྱམས་བཙོན་ལུགས་པ་ཞིག་ཡོང་བར་ཕན་ཐོགས་ཏེ་ཅང་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན་སྲི་ཚོགས་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཆེ།

དེ་བས་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲིམ་ཡོངས་ལའང་ཕན་རྒྱུ་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ཁོང་གི་བཀའ་སྲོལ་སྲིད་བཅའ་ས་བྱ་རྒྱུ་དང་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ལག་བསྐྱར་རྒྱུ་སྲོད་བྱ་དགོས་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན། ཡ་སྐུ་ཡི་བའི་བཀའ་སྲོལ་ལ་ཁྲུལ་བསྐྱུལ་ནས་ཉན་དགོས་ཡོད་ཅེས་སྐུས་ཀྱང་བརྗོད་ཤིང་གིས་ཀྱི་མ་རེད། འདོད་བབ་མེད་ན་བྱེད་དགོས་རེད་ཟེར་མཁན་མེད། བཀའ་སྲོལ་དེ་དག་ཡག་པོ་བྱས་ནས་གསུམ། རྟོག་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེ།

## ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ།

འགོ་བཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བྱམས་སྲིད་རྗེ་དང་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་དགོས་པ་རེད། རབ་བྱུང་ན་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་མ་གྱུར་ནའང་གཞན་ལ་ནམ་ཡང་གཞོན་འཚོ་བྱ་མི་རུང་། སྲི་མོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་



མཚོག་གིས་དུས་ཉམ་ཏུ་བྱམས་སྤོང་རྗེ་དང་། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དགོས་པ་གསུང་བཞིན་ཡོད། བཀའ་སློབ་དེ་དག་དངོས་  
སྲུ་ལག་བསྟར་གྱི་མཁན་སྲུ་ཡིན་པ་རྗེས་སྐབས་པོད་མི་ཚོས་མདུན་དུ་ཐོན་ནས་མིག་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་གནང་དགོས་པ་རེད་  
དེ་ལྟར་བཞིན་འདུག འོན་ཀྱང་པོད་མི་ཁག་ཅིག་གི་གྱེད་སྤངས་དང་བཤད་སྤངས་ལ་ལྟ་སྐབས། ཨ་ཙོ། པོད་མི་དེ་ཚོའི་གྱེད་  
བབ་ནི་ལ་གོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་དང་མད་དེ་རྒྱབ་འགལ་རེད་འདུག་བསམ་པ་དེ་འདྲ་བྱས་པ་  
ཡིན་ན་ཏེ་ཅང་སློབ་མཁུ་རེད།

སྤྱིར་པོད་མི་མང་ཆེ་བས་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་གཞིར་བཟུང་ཤར་སྤྱོད་གྱེད་  
མཁན་ཤ་སྟག་རེད། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་བྱམས་སྤོང་རྗེའི་ཉམས་ལེན་གྱི་མཁན་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་སློབས་པ་  
གྱེད་འོས་པ་ཞིག་རེད།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ།

མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤྱི་ལ་དགོས་རེད་གསུང་ཡག་དེ་ང་ཚོའི་པོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
ནང་གཟེགས་པ་ཡིན་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ཁྲིད་ཚོས་བརྒྱུད་པམ་རྒྱུན་དཔར་གྲུབ་མཐའི་འབྲེན་འཁྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་སྤྱོད་ཕྱན་  
བྱུང་ཡོད། འཇམ་སྤིང་ནང་གི་གནས་སྤངས་ལ་གཟེགས་པ་ཡིན་ནའང་ཡེ་ཤུ་དང་། ཁ་ཆེ། ལྷག་པར་ཁ་ཆེ་ནང་ཁྲུལ་  
དེ་བཞིན་དཀྱིལ་ཤར་ཡུལ་གྱའི་མངའ་ཁྲུལ་དཔེར་ན། སི་རི་ཡ་དང་། ཨི་རག་ཨི་རན། དེ་བཞིན་ཨ་བ་གླ་ནི་སི་ཐན་སོགས་ཀྱི་  
གནས་སྤངས་ལ་གཟེགས་ཞིབ་ཡག་པོ་གནང་དང་། ཁ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་ནང་ཁྲུལ་ཡིན་ནའང་མི་མཐུན་པའི་གནས་སྤྱོད་གང་  
འདྲ་ཞིག་འདུག རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་  
སྤྱི་ལ་དགོས་ཀྱི་འདུག ཅེས་བཀའ་སློབ་ཡང་སྟུང་དང་སྟུང་བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་འཇམ་སྤིང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ཟེར་  
ནའང་འདྲ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གྲོས་ཚོགས་ཤིག་དངོས་སྲུ་བརྒྱུགས་གནང་བ་དེར་ལ་གོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཚོགས་  
མགོན་དུ་ཆེབས་སྐྱུར་བཀའ་དྲིན་བརྒྱུངས་པ་མ་ཟད། རྒྱ་མགོན་གཙོ་བོའི་བཀའ་སློབ་སྟུང་ཡོད། འཇམ་སྤིང་ཞི་བདེ་ཡོང་  
བར་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤྱི་ལ་དགོས་པེས་ཡིན།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ།

མགོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག་དེ་དག་སྤྱོད་མཇུག་རྒྱ་  
ཏེ་ཅང་གལ་ཆེར་གཟེགས་ཤིང་། པོད་པའི་རིག་གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ནི་ཚོས་གདོད་མའི་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་  
པ་ཞིག་ཡིན།

པོད་ཀྱི་ཐུན་མེན་ངོ་བོ་དང་རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག་སོགས་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་མ་ཟད། པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལའང་  
གཅེས་སྤོང་བྱ་དགོས། དེ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་པོད་མི་ས་  
ལ་དུག་ཅམ་གྱི་ཆེད་དུ་མེན་པར་ཨི་ཤི་ཡ་ཡོངས་ལའང་པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེས་པམ་ཐོགས་གྱེད་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། པོད་  
ཀྱི་རྒྱུག་རྒྱ་དང་གཙང་རྒྱ་དེ་དག་སྤྱོད་གྱེད་དགོས་པ་ཏེ་ཅང་གནད་འགག་ཆེ། ལ་གོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་  
གིས་གནམ་གཤིས་འགྲུར་ལྷོག་དང་ཁོར་ཡུག་སྤྱོད་གལ་ཆེའི་ཐོག་བཀའ་སློབ་རིམ་པ་མང་པོ་སྟུང་ཡོད། འཇམ་སྤིང་  
ཁྲིན་ཡོངས་ཀྱི་དབྱུ་ཁྲིད་ཁྲིད་ཁོར་ཡུག་ཐོག་བཀའ་སློབ་དང་ཐུགས་ཁྲར་ཆེ་ཤོས་བཞེས་གནང་མཇུག་མཁན་པོད་ཀྱི་ལ་གོང་ས་

ལསྐབས་མགོན་ཏུ་ལའི་བླ་མ་མཚོག་ཡིན་ཞིང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་ཁོར་ལུག་སྤྱད་སྐྱོབ་ཀྱི་གཟེངས་རྟགས་སྤྱི་  
ཚོར་ལ་གོང་ས་ལསྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ལ་འབྲུལ་བཞེས་མཛད་པ་དེ་འདྲའང་བྱུང་ཡོད།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ།

རྒྱ་གར་ནང་དེ་སྔ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལེགས་བཤད་དེ་ཙམ་ལྷན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་  
བར་ལམ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་དབང་གིས་ཉམས་ཆག་སྤྱིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་རིག་གནས་དེ་  
དག་རྒྱ་གར་རང་གི་སྲོལ་རྒྱན་ལེགས་བྱུང་ཡིན་སྐབས་རྒྱ་གར་ནང་གི་གཞིན་སྐྱེས་ཤེས་ཡིན་ཅན་དང་། ཚན་རིག་པ། ཉམས་  
ཞིབ་པ། ཤེས་ཡིན་སྡེ་ཚན་མི་སྣ་སོགས་ལ་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ཏེ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལེགས་བཤད་དེ་དག་གལ་  
འགངས་ཆེ་བའི་སྐོར་དང་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་སེམས་ཞི་བདེ་བག་ཤེབས་ཡོང་བ་བརྒྱུད་སྐྱི་ཚོགས་བརྟན་སྡོང་ཡོང་བྱུང་བའི་  
སྐོར་བཀའ་སློབ་སྣལ་དང་སྣལ་ལྷན་རེད། མགོན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་བཞེད་དེ་དག་འགྲུབ་པར་ང་ཚོ་བོད་མི་ཚོས་འབས་  
འདེགས་ཅི་ལྟར་ལྷོད་ཤོས་པའི་ཐོག་ངེས་པར་དུ་ཚང་མས་བསམ་སྒོམ་གྲོང་དགོས། ང་རང་སྲིད་སྲོད་གི་ལས་ལུག་ལོ་བཅུའི་  
སྐབས་ལ་རྒྱལ་བའི་གཟིམ་ཚུང་མཇལ་ཁ་མང་པོ་ཐོབ་པ་དེ་ནི་དེ་ཙམ་སྐལ་བཟང་ཞིག་ཡིན། ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་གཟིམ་ཚུང་  
མཇལ་ཁར་བཅར་སྐབས་བཀའ་སློབ་རིམ་པ་ཤེབས་བྱུང་། བཀའ་སློབ་དེ་དག་ཉན་སྐབས་སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལསྐབས་མགོན་  
ཚེན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་པ་དེ་དེ་ལས་པའི་གྲོང་ཟེང་པོ་དང་རྒྱ་ཚོན་པོ་རེད། ཐངས་འདིར་ལསྐབས་བསྐྱེད་དམ་  
བཅའ་བཞི་བོད་སྐད་ཅམ་མ་ཟད། ཨིན་སྐད་དང་། ཉིན་སྐད། རྒྱ་སྐད། སོག་སྐད། སི་ཤེ་ཞེ་གི་སྐད། འཇར་མ་ཞེ་འི་སྐད།  
བལ་པོའི་སྐད་སོགས་ནང་གང་བྱུང་ཕབ་སྐྱུར་འགྲུལ་སྤེལ་ལྷོས་ལྟེ་རང་རིགས་བོད་མིའི་ཁྲོད་ཚང་མས་མ་གོ་མ་ཐོས་མེད་པ་  
ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་ཡིན། ང་རང་སྤྱོད་མ་ལ་རི་དྭང་མཐོ་སློབ་ཏུ་ཡོད་སྐབས་རྒྱ་གར་གྱི་འགྲོ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཆེད་ལས་པ་ཞིག་  
དང་མཇལ་མྱོང་ཡོད། ཁོང་གིས་དུས་རྟག་ཏུ་གོས་སློབ་དེ་ཙམ་སྐྱོ་མདོག་ཁ་པོ་ཞིག་གྲོན་གྱི་རེད། ངའི་བསམ་སྒོམ་ཁོང་ཁོང་གིས་  
མཚམས་རེ་གོས་སློབ་ཐུན་བྱེད་ལས་དྲག་པ་ཞིག་གྲོན་ཚོག་བསམ་པ་དྲན་མྱོང་ཡོད། ཉིན་གཅིག་ཁོང་དང་ལྟན་ཁ་ལག་བཟུ་  
སྤྱིན་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་ཁོང་གིས། བོད་མི་ཚོས་ལ་གོང་ས་ཏུ་ལའི་བླ་མ་མཚོག་ཏུ་སྤྱི་ཚོན་ཚེན་དམ་པ་རྩ་ཚེན་ཡིན་པ་བྱེད་  
ཚོས་ངེས་པར་ཤེས་དགོས་འདུག བྱེད་ཚོས་དེ་ལྟར་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲེ་ཞིག་མཐོང་གི་མི་འདུག ལ་གོང་ས་ལསྐབས་  
མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ཏུ་འཇམ་སྤྱིང་ནང་ལ་ལོ་བཅུ་རེར་ཐངས་གཅིག་མ་གྲོགས་ཤེབས་ཀྱི་མེད། དེ་སྔ་རྒྱ་གར་གྱི་མེས་པོ་  
དམ་པ་ལྷན་དེ་མཚོག་དང་། ཨ་རིའི་མི་རིགས་ནག་པོའི་མི་སེར་ཐོབ་ཐང་འཐབ་རྩེད་པ་མར་ཁོའི་ལུ་ཐར་གིང་ཤེབས་ཡོད།  
ད་སྐབས་འཇམ་སྤྱིང་ནང་སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལསྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ཤེབས་ཡོད་པར་བརྟེན་དེ་ལས་པའི་རྩ་ཚེན་པོ་  
རེད། ཚོར་བུ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཚོར་བུ་དེ་བོད་མི་ཚོར་ཡོད། བྱེད་ཚོས་ཚོར་བུ་འདི་བདག་གཅེས་བྱེད་དགོས། ལ་གོང་ས་ལསྐབས་  
མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་གང་སྣལ་བ་དང་། བཀའ་སློབ་དེ་དག་དོན་ངེས་པར་དུ་ཉོགས་བྱུང་དགོས་པ་མ་ཟད།  
ཉམས་ལེན་གང་བྱུང་བྱེད་དགོས། བཀའ་སློབ་དེ་དག་འཇམ་སྤྱིང་གར་རྣལ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས། ཞེས་དེ་འདྲ་གསུང་  
བྱུང་། སྐབས་དེར་ངའི་ལུས་པོར་ཚོ་གར་བརྒྱབ་བྱུང་། ང་ཚོ་བོད་མི་ཚོང་མས་སྤྱོད་མེད་པའི་དབུ་བྱེད་དེ་ལྟར་རང་ཚོའི་ཐག་  
ཉེ་སར་དངོས་སུ་སྤྱོད་འཚོ་བཞུགས་མཛད་བཞིན་པ་དང་། ཡང་ཡང་མཇལ་རྒྱུ་དང་བཀའ་སློབ་གསུང་གི་བདུན་རྩེ་ཡང་ཡང་  
ཐོས་རྒྱའི་སྐལ་བཟང་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་དེ་དག་རིན་ཐང་ཅི་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། རྩ་ཚེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་ནམ་ཡང་བརྟེན་རྒྱུ་མི་འདུག  
ཐངས་འདིར་ལསྐབས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ལ་མཁས་པའི་གསུང་བཤད་ལས་རིམ་འདི་འདྲ་ཞིག་གོ་སྐྱིག་

ལྷ་དཔོན་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ནི་བར་ལམ་ནས་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དགུང་ནའི་བབ་ཀྱི་ཆ་  
ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ཏུ་དེ་ལྟ་ལྟར་ཆེབས་སྐྱུར་བསྐྱུང་བབས་བུལ། མངོད་འཕྲིན་ཏུ་ཅང་ཉུང་འཕྲི་མངོད་ཡོད། དེར་བརྟེན་  
པོད་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་བརྟུན་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཁག་བཙུག་ཡེད་ནང་ལ་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཙའ་བཞིའི་སྐོར་འཇོམ་གྱིང་ཡོངས་ལ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱ་རྒྱུའི་བསམ་སྒོའི་འཁོར་བ་རེད། བཀའ་སློབ་དེ་དག་  
སྙིང་བཙའ་ས་ཐོག་ནས་མི་ཆོ་སྤྲེལ་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་གཞན་འགག་ཆེ། དེ་ཡང་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་རང་  
ཉིད་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟ་མཁོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་འབྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་ཉིན་བཀའ་སློབ་འདི་ལྟར་སྐྱུལ་ཡོད། ད་ལན་འབྲུངས་  
སྐར་ཉིན་མོར་ཁྱོད་རང་ཆོ་ཚང་མ་འཇོམས་འཇོམས་བྱས་ནས་ང་ལ་སྤྱི་སྐར་བཀའ་གྲག་གིས་བདེ་ལེགས་ཡིན་ཞེས་གསུང་བ་དེ་  
ཡག་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་རང་ཆོ་དངོས་གནས་ངའི་བཀའ་དྲིན་བསམ་གྱི་འདུག་ན། ལོ་གཅིག་ནང་ཉི་མ་སུམ་བརྒྱ་དུག་  
ཅུ་རེ་ལྟ་ཡོད། ཉི་མ་སུམ་བརྒྱ་ཅུ་རེ་ལྟ་ཡོད་ནང་མི་སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་བྱོས་དང་དོས་ལ་སྤྱི་སྐར་གྱི་ཕྱག་རྟགས་ཡག་  
པོས་དེ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་སློབ་སྐྱུལ་ཡོད། ང་ཚོས་ཡལོང་ས་མཚོག་ཅུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་མ་བརྟེན་པའི་ཐོག་ནས་ངས་  
གོང་ལྷན་ལྟར། ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་སྐྱུལ་བ་ལྟར་ལག་བསྐྱར་བྱས་པ་ཡིན་ན། སོ་སོ་སྐྱེར་གྱི་མི་ཆོ་ལའང་ཕན་པ།  
ང་རང་སྐྱེར་ལ་མཚོན་ནའང་ཏུ་ཅང་ཕན་ཐོགས་བྱུང་སོང་། སྤྱི་ཚོགས་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཡོང་ངེས་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་  
ནའང་ཕན་པ། འཇོམ་གྱིང་སྤྱི་ལའང་ཕན་རྒྱུ་རེད། ཚོས་རིག་ལས་འབྲུངས་ཀྱིས་འགན་ཁུར་རྐང་བཞེས་ཐོག་མཁས་པ་ཁག་  
མང་པོ་གདན་འདྲེན་ལྷན་འདུག། འདིར་ཕེབས་ནས་མཉམ་ལྷན་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་ཕྱགས་རྗེ་ལྷ་རྒྱུ་དང་། ཕྱག་སྤྲེལ་  
ཚོས་རིག་བཀའ་སློབ་རེད། ལེས་རིག་བཀའ་སློབ་གཙོས་པའི་ཚོགས་ཚུང་ཁག་དང་། ཚོགས་མི་ཡོད་མཁན་ཆང་མ། དེ་བཞིན་  
ཕྱི་དྲིལ་ལས་འབྲུངས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་ཚོས་ཀྱང་སྐྱུ་ལས་ཏུ་ཅང་བསྐྱོན་སོང་། ད་ལན་རྣམ་པ་ཆང་མས་འབད་བརྩོན་  
གནང་བའི་གུབ་འབྲས་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་། ཆང་མར་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།།

། ལ །

ཚེས་བརྒྱད་ཁག་གི་སྐྱ་ཚེན་ནམ་པ།

དཔལ་ས་སྐྱ་ཡལོང་མ་བྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།

དཔལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་རིན་པོ་ཆེ།

ལྷ་སེར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་འཇམ་དཔོན་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་དགའ་ལྡན་བྲི་རིན་པོ་ཆེ།

ཞེ་ཚེན་རབ་འབྲུམས་རིན་པོ་ཆེ།

ལྷ་དཀར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཡ་སྐྱབས་རྗེ་སྟོན་རིའི་བྲི་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།

འབྲི་གུང་སྐྱབས་མགོན་ཆེ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ།

དཔལ་རྒྱལ་དབང་རྗོན་པའི་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ།



# འཁོར་རིགས་བསྟན་པའི་མངའ་བདག་ས་སྐྱའི་འཛིན་རུ་བུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་སྦྱི་ ཚོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་

## གསུང་བཤད་གནང་བ།

༡། །སྐར་བཅས་སྲིད་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་ཡལོང་ས་སྐྱའི་རྣམ་འདེན་ཡ་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་  
མཁའ་ཕྱིན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཞབས་ཀྱི་པད་མོར་སྐོར་གསུམ་གུས་ཕྱག་སྦྲོན་དུ་ཕུལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་རེས་དྲུ་ལམ་  
འདི་བརྒྱད་གསལ་གཟིགས་གནང་མཁའ་ཕྱིན་ཡོངས་ལ་ཐོག་མར་ངའི་ངོས་ནས་མངའ་ཞིང་བརྗེ་བའི་འཆོམས་འདྲི་དང་འབྲེལ་  
བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་ཉིས་པའི་ལེགས་ལུ་རྒྱ་དང་། ཆང་མས་མཁའ་ཕྱིན་གསལ་ལྟར་དུ་ལོ་བོད་མིའི་སྐྱིལ་འདུགས་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་སྲིད་  
སྲོད་སྲོད་བཟང་སེང་གི་མཚོག་གིས་དབུས་བཀའ་ཤག་སྐབས་བཅོ་ལྔ་པས་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤྲོད་བརྗེ་ལུ་  
གནང་གི་ཡོད་དུས། ཉེ་ལམ་བཀའ་ཤག་ནས་ང་ལ་ཡང་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མངའ་ཆེན་བཞིའི་  
ཐོག་ལ་གཏམ་བཤད་ཅིག་གནང་དགོས་པའི་མེ་བསྐྱེད་གནང་བ་བཞིན་ངའི་ངོས་ནས་མདོར་བསྐྱེད་ཤིག་ལུ་རྒྱ་ལོན། སྦྱིར་  
བཏང་སྦྱི་ཚོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སྐྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་རྒྱལ་བ་སྐྱེད་དང་པོ་ནས་སྐྱེ་  
སྤྱོད་བཅུ་གསུམ་པའི་བར་གྱི་རྒྱལ་བའི་མངའ་བཤམས་ཅད་སྦྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཀྱང་རྒྱབས་ཆེ་བའི་མངའ་འཕྲིན་  
བསྐྱེད་པ་གནང་ཡོད། དཔེ་མཚོན་ཚུལ་དུ་ལུས་པ་ཡིན་ན། མདོ་དང་སྤྲུགས་ལས་བརྗེས་པའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དམ་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡུལ་དང་། སྐད། བསམ་བཞིན་མི་འདྲ་བའི་གདུལ་བྱ་ཆད་མེད་པ་ལ་བསྐོར་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། དཔེ་  
དེབ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷག་ལྷགས་ཚོམ་མངའ་ཡོད། མདོར་ན་དབང་། ལུང་། མན་ངག་སྲིད། བཀའ་སྐོབ་ལམ་སྦྲོན་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ནས་  
ནང་པ་ཅམ་མེན་པར་འཇམ་སྲིད་སྦྱོར་ཡོངས་ལ་ཐམ་པ་དང་བདེ་བའི་མངའ་བཤམས་ཆེན་ཞིག་མངའ་ཡོད་པ་ཆང་མས་  
མཁའ་ཕྱིན་གསལ་རེད། ང་རང་ཆོ་རྗེས་འདུག་གདུལ་བྱའི་ངོས་ནས་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཞིང་ཆོའི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཡིན་  
ཞེས་ལུ་ཡོ་ཡོད། ཆང་མས་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་ལུ་གི་ཡོད། སྦྱིར་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཅེས་ལུས་པ་འདི་ལ་ངའི་ངོས་ནས་  
འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་སྤངས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལུས་ན། ཆོ་འདིའི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་དང་ང་ཆོའི་ཆོ་རབས་  
གཏན་གྱི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ནས་དུས་རྒྱུན་ཕྱག་དཔེ་དང་ཆོས་ཀྱི་གནད་འགག་མཁའ་ཕྱིན་མཁའ་ཆོས་  
ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཅེས་གསུང་སྐབས། ཆོ་རབས་གཏན་གྱི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད། འོན་  
ཀྱང་རྒྱ་ཆེ་མང་ཆོགས་ཁྲོད་དུ་ཆང་མས་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ཆོ་རབས་གཏན་གྱི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་  
ཡིན་པ་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་བུ་བྱེད་མེད་ན་དེ་རེས་ལོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས་གསལ་བཤད་ཅིག་ལུ་ན་བསམ་སོང་། དུས་རྒྱུན་  
དུ་ལྷན་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཞེས་སྐབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
བསམ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ལྷན་མེད་པའི་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཡིན་བསམ་དགོས། ལྷན་མེད་པའི་ཆོ་འདིའི་ལྷན་མེད་པའི་སྦྱི་བ་  
ནས་སྦྱི་བ་དང་། ཆོ་རབས་ནས་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ལྷན་མེད་རྗེས་སུ་བཟུང་བུ་བཤམ་དང་། ལྷན་མེད་སྐྱེ་མཁའ་ནས་བཀའ་ཆོས་  
ལུ་བུ་བཤམ་དང་། ཞལ་མངའ་གསུང་ཐོས་བུ་རྒྱ་དངོས་སུ་ཡོང་བར་སྦྲོན་ལམ་དང་འབད་བརྗེན་བྱེད་དགོས། ང་ཆོས་སྦྲོན་  
ལམ་རྒྱག་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་། སྦྱི་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་ལྷན་མེད་དང་། །འབྲེལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ཡོངས་སྦྱོད་ཅིང་།  
།ས་དང་ལམ་གྱི་ཡིན་ཏན་རབ་རྗེས་ནས། །རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་ལོ་འཕང་ལྷུ་རྩེ་ཐོག་། ཅེས་སྦྲོན་ལམ་འདེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།  
དེ་འདྲུ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཆོ་རྗེས་འདུག་གདུལ་བྱའི་ངོས་ནས་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་ཅེས་པའི་དོན་དག་དེ་ངོས་པར་ཆོ་འདིའི་

དབྱ་མིང་ཚམ་མིན་པར་ང་ཚོའི་ཚེ་རབས་གཏན་གྱི་ལྷ་ན་མེད་པའི་དབྱ་མིང་ཡིན་པ་ལ་ངོས་འཛིན་དང་། ཡིད་ཆེས་ལྷ་དགོས་  
རྒྱ་དུ་ཚང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེ་གཞི་རྩར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ལྷ་མའི་ཞལ་མངལ་གསུང་ཐོས་པར་བྱེད་  
པ་ལ་སློན་ལམ་འདེབས་པ་ཚམ་གྱིས་འགྲིགས་ཀྱི་མེད། སློན་ལམ་འདེབས་པ་དང་མཉམ་དུ་ལྷ་མའི་བཀའ་སླབ་དགོས། བཀའ་  
དེ་ཡང་སོ་སོའི་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སློན་ནས་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཚེ་གའི་ནང་དུ། རྗེས་ཐོབ་ཀུན་ཏུ་ལས་ཀྱི་མི་  
དགེ་བ། །སློག་གཙོ་རྒྱ་དང་འབྲིག་པའི་ལས་སྤོང་ཞིང་། །ལྷ་མའི་ཆེད་དུ་ལྷས་སློག་གཏོང་མོད་པས། །སྐྱེ་ཡི་དམ་ཚོག་མི་  
ཉམས་སྤང་བར་ཤོག །ཅེས་སོ་སོའི་ལྷས་ཀྱི་སློན་ནས་མི་དགེ་བ་གསུམ་སྤང་སྟེ་ལྷ་མའི་ཆེད་དུ་ལྷས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞབས་འདེགས་  
བསྐྱབ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱག་འཆལ་བ་དང་བསྐྱོར་བ་རྒྱག་པ་སོགས་ལྷས་ཀྱི་ལས་དགེ་བ་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་། གཙོ་ཆེ་  
ཤོས་ལྷས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་མའི་ཞབས་འདེགས་དང་སྤྱི་ལྷ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ། ངག་གི་རྩུན་དང་ཕྱ་མ་ཚོག་རྩུབ་  
དང་། །ངག་འབྲུལ་སྤོང་ཞིང་ལྷ་མའི་ཡིན་ཏན་དང་། །བསྐྱོད་པ་སྟུན་གྲགས་བརྗོད་ཅིང་སྤྲུགས་བསྐྱབ་པས། །གསུང་གི་དམ་  
ཚོག་མི་ཉམས་སྤང་བར་ཤོག །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། ངག་གི་སློན་ནས་མི་དགེ་བའི་བཞི་སྤངས་ཏེ་ལྷ་མའི་ལྷ་མའི་ཡིན་ཏན་དང་  
སྟུན་གྲགས་བརྗོད་པ་དང་། ལྷ་མའི་ཞབས་བརྟན་འདོན་དགོས་པ། ལྷ་མའི་ཆེད་དུ་ངག་གི་སློན་ནས་སྤྱི་ལྷ་གང་དང་གང་བསྐྱབ་  
དགོས་པར་ཐོགས་པ་མེད་པའི་སློན་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་སློན་ནས། བརྟན་སེམས་གནོད་སེམས་ལོག་པར་  
རྩ་བ་སོགས། །ཡིད་ཀྱི་མི་དགེ་སྤོང་ཞིང་ལྷ་མ་འདི། སྤོང་ནས་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་སྟུང་པ་ཡི། ཕྱགས་ཀྱི་དམ་ཚོག་མི་  
ཉམས་སྤང་བར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། ངག་གི་སློན་ནས་མི་དགེ་བའི་བཞི་སྤངས་ཏེ་དེའི་ཐོག་ལ་སེམས་ཀྱི་སློན་ནས་ལྷ་མ་  
འདི་སངས་རྒྱས་མངོན་སྲུང་ཡིན་སྟུང་པའི་བསམ་པ་སྐྱེ་དགོས། དེས་མཚོན་པའི་ལྷ་མ་ལ་དད་པ་ལྷ་བ་དང་གསོལ་བ་འདེབས་  
པ། ལྷ་མ་ལ་སྐྱབས་དང་། མགོན་དང་དཔུང་གཉེན་གཅིག་ཕྱ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་དགོས། སྤྱིར་ལྷ་མའི་འདུ་ཤེས་ནི་ཤིན་  
ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ལྷ་མ་དེ་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་དགོས་པ་གལ་ཆེ། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ལྷ་མ་དེ་སངས་  
རྒྱས་མངོན་སྲུང་ཡིན་བསམ་པའི་མོས་གྲུས་དང་འདུ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལྷ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ན་སོ་སོའི་བརྒྱུད་  
ལ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་ཕྱབ་ཀྱི་ཡོད། སོ་སོའི་ངོས་ནས་ལྷ་མ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་བསམ་  
པའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་ཐོག་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ན། སོ་སོར་ལྷ་མ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་གི་རེད་མ་  
གཏོགས་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་སློན་ནས་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་མི་ཕྱབ། དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོའི་བརྒྱུད་ལ་ལྷ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་  
ཆུང་ཇི་ལྟར་འདུག་ཕྱབ་མིན་དེ་གཙོ་བོ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ལྷ་མ་ལ་འདུ་ཤེས་ཆེ་ཆུང་སྐྱེ་བ་ལ་རག་ལས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ལྷ་  
མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་ཕྱབ་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་མ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཡིན་བསམ་པའི་སློན་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་ཕྱབ་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་མ་ལ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཡིན་  
བསམ་པའི་སློན་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་བྱིན་རྒྱབས་མ་གཏོགས་འདུག་ཕྱབ་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན་དུས། སོ་སོའི་ངོས་ནས་  
དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ལྷ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས་པའི་  
རྗེས་ལྷ་མའི་བཀའ་གང་གཞན་བ་རྣམས་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་བསམ་པའི་བསམ་པ་སྐྱེ་དགོས་པ་དང་། སངས་  
རྒྱས་དངོས་ཀྱི་བཀའ་གཞན་བ་རྣམས་ངོས་པར་དུ་སོ་སོས་ངོས་ནས་གང་ཕྱབ་ཅི་ཕྱབ་བསྐྱབ་དགོས། སྤྱིར་ལྷ་མའི་བཀའ་མང་  
པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ནི་ལྷ་མའི་མངོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་མངོན་ཆེན་བཞི་འདི་སོ་སོའི་མ་ཤེས་པ་  
རྣམས་ཤེས་པར་བྱེད། ཤེས་ནས་དེ་དག་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་འབད་བཅོམ་ལྷ་དགོས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད། དེ་དག་སྐྱབ་ཕྱབ་པ་ཡིན་ན་ཚོགས་རྫོགས་ཕྱབ་པ། རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་འགྲུབ་ཕྱབ་པ། གཙོ་ཆེ་ཤོས་རྒྱལ་བ་དགེས་

པའི་མཚན་སྲིད་དུ་འགྲོ་བྱུང་པ། ལྷ་མ་མཚན་པའི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱབ་བྱུང་བ་དེ་འདྲའི་དགོས་པ་དགེ་མཚན་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་ཞིག་ཡིད་དུས། ང་ཚོ་གདུལ་བྱའི་ངོས་ནས་ངེས་པར་དུ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་བསམ་པའི་སྣོན་ནས་ལྷ་མའི་བཀའ་  
བསྐྱབ་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ལོང་དུ་ལྷུས་པ་བཞིན་ལྷ་མའི་བཀའ་ལ་སྦྱར་མང་པོ་ཡིད་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ན་  
མཇུག་ཆེན་བཞིའི་ཐོག་ལ་བཀའ་གནང་བ་རྣམས་བསྐྱབ་བྱུང་དགོས། དེ་ཡང་མཇུག་ཆེན་བཞིའི་ནང་ནས་མཇུག་ཆེན་དང་པོ་  
འགྲོ་བ་མའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རིན་ཐང་ལོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་རྒྱ་དེ་ཡིན། སྦྱར་ང་རང་ཚོ་ཚང་མ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྦྱག་  
བསྐྱེད་མེད་འདོད་པའི་བསམ་པ་ཡིད་པ་གཅིག་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུས་རྒྱུན་དུ་ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་གནང་རྒྱས། ང་ཚོ་  
ཚང་མ་མི་ཞེས་པའི་བྱིས་ཚང་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་བཀའ་གནང་གི་ཡིད། སྦྱར་ང་ཚོ་ཚང་མ་ཕྱིའི་དབྱིབས་རྩ་བའི་ཆ་ནས་  
གཅིག་པ་རེད། དཔེར་ན་སྐྱེད་དང་སེམས་དེ་ཚོ་རང་བཞིན་གྱི་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་དབྱིབས་སྤེར་མོ་དང་མཆེ་བ་ལ་སོགས་ཡིད།  
ང་ཚོ་ལ་སྤེར་མོ་དང་མཆེ་བ་མེད་པ་ཕྱིའི་དབྱིབས་ཞི་ཞིང་དུལ་བའི་དབྱིབས་ཡིད་སྐྱབས། ཕྱིའི་དབྱིབས་དང་མཚུངས་པའི་  
ནང་སེམས་ལའང་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བཀའ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གནང་གི་ཡིད་པ་ཡིན་དུས།  
ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གང་ཕྱབ་གནང་དགོས་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། སྦྱར་ལྷ་མའི་བཀའ་  
དེ་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡིད། དེ་བཞིན་དམ་པའི་ཚོས་ཡང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡིད།  
དེ་འདྲའི་ཡིན་དུས་ལྷ་མའི་བཀའ་དང་དམ་པའི་ཚོས་གཉིས་མིང་ཁག་ཁག་རེད་མ་གཏོགས་རྩ་བའི་ཆ་ནས་གཅིག་པ་ཡིན།  
ལྷ་མའི་བཀའ་སྐྱབ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་ག་རང་དམ་པའི་ཚོས་བསྐྱབས་བྱུང་བ་ཆགས་འགྲོ་ཡི་ཡིད། ལྷ་མའི་བཀའ་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པ་ལ་གཙོ་བོ་ཞེས་སེམས་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ཞི་དུལ་བཀ་ཡིད་ཅིག་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡིད་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་  
གྱི་སེམས་པ་བཟང་པོ་དེའི་རྒྱུ་པས་ལྷས་དང་ངག་གི་སྲོད་ལམ་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱི་བཟང་པོ། གཞན་གྱི་དང་བ་འདྲེན་བྱུང་  
པ། གཞན་གྱིས་མིག་དཔེར་ལྷ་འོས་པ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཆགས་བྱུང་གི་རེད། དེ་འདྲའི་ཡིན་དུས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་  
རིན་ཐང་ལོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མའི་བདེ་སྲོད་ཀྱི་རྩ་བ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས་ཡིད། འགྲོ་བ་མའི་བདེ་སྲོད་ཀྱི་རྩ་བ་  
ནི་བཟང་སྲོད་ལ་རག་ལས་ཡིད། བཟང་སྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་མེད་པའི་བདེ་སྲོད་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ཡིད་གི་ཡིད། སྲོད་པ་ངན་པ་  
བྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མ་སྲོད་པ། གཞན་མ་སྲོད་པ། རང་གཞན་གཉིས་ཕྱངས་ཀྱི་ལས་སུ་གྱུར་པ་རེད། དེར་  
བརྟེན་བཟང་སྲོད་ནི་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ང་ཚོ་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་ཤེས་ཡིན་འཛོན་ཐང་ཡིད་པ་ཡིན་ནའང། དེ་འདྲའི་  
ཡིད་པ་ཅམ་གྱིས་སོ་སོ་རང་ཉིད་མི་གཤིས་ལག་པོ་དང་བཟང་སྲོད་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་  
ཆད་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ངེས་པར་དགོས་པ་ནི་སེམས་པ་བཟང་པོ་དགོས་རྒྱུ། སེམས་པ་བཟང་པོ་ལས་བྱུང་བའི་དྲང་བདེན་སྐྱེ་  
བའི་མི་གཤིས་ལག་པོ་དགོས་རྒྱུ་དེ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྦྱར་བཟང་སྲོད་ཅེས་པ་ལ་ངོས་འཛོན་ལྷ་སྐྱངས་མི་འདྲ་བ་མང་  
པོ་ཡིད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཚོས་ལྷགས་སོ་སོས་ངོས་འཛོན་ལྷ་སྐྱངས་མི་འདྲ་བ་ཡིད་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཁས་མི་  
ལེན་མཁན་ཚོའི་ངོས་ལའང་བཟང་སྲོད་ཅེས་ངོས་འཛོན་བྱེད་སྐྱངས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་  
པ་ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཡུལ་མདུན་ནས་བཀའ་དབང་གིས་མཚོན་པའི་ཚོས་འབྲེལ་ཐོབ་མྱོང་མཁན་གྱི་རྗེས་འདུག་སྐྱོབ་མ་  
ཚོའི་ངོས་ནས་བཟང་སྲོད་ཅེས་པའི་དོན་ཇི་ལྟར་ངོས་འཛོན་ལྷུས་ཚུལ་ལྷུས་པ་ཡིན་ན། ངེས་འབྱུང་། བྱམས་སྤོང་རྗེ། བྱང་  
ཚུབ་སེམས་ཀྱིས་བརྩིས་ཟེན་པའི་སེམས་པ་བཟང་པོ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷས་ངག་གི་སྲོད་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་བཟང་པོའི་  
སྲོད་པ་ཞེས་ངོས་འཛོན་ལྷ་དགོས་ཀྱི་ཡིད། འགྲོ་བ་མའི་བཟང་སྲོད་ལྷུས་པ་ཡིན་ན། ཚོས་དང་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་ཚང་མར་ཁྱབ་  
བྱུང་བའི་མའི་བཟང་སྲོད། མི་གཤིས་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛོན་ལྷ་དགོས། འགྲོ་བ་མའི་བཟང་སྲོད་ལོང་སྐེལ་གཏོང་བྱེད་པས་

ལ་བརྩོན་དགོས་པ་དེ་ང་རང་ཚོ་མི་སྐར་དང་བྱིས་ཚང་། སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མའི་བདེ་སྐྱིད་དང་ཞི་བདེའི་འབྲུང་རྩ་གཅིག་པོ་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་ང་ཚོ་ཚང་མས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་ཡ་རྒྱལ་དབང་རྒྱ་ལྷོང་  
བརྩུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་འཛམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་ཚོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་ཚང་མ་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་  
བྱུང་སྤྱོད་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་དང་སེམས་ཚོར་། བཟང་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡིན་སྒྲིབ་གསོ་བསྐྱབ་གཞི་རྩ་འཛིན་གཏན་  
འབེབས་གནང་ཡོད། དེ་འདྲའི་སྒྲིབ་ཚན་དེ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིབ་གཞི་འདི་གཞི་  
རྩ་བསྐྱབ་གཞི་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་བསྐྱབ་གཞི་དེའི་ཐོག་ལ་སོ་སོའི་ཚོས་ལུགས་གང་དང་གང་  
ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་སྐར་ཚོགས་ ང་རང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་སྒྲིབ་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་  
ཚོས་སྐར་བའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་གི་ཚོས་ལུགས་གཞན་གང་དང་གང་གི་  
རྗེས་འབྲང་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ཚོས་སོ་སོའི་ཚོས་ལུགས་དེ་སྒྲིབ་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་སྐར་ནས་སྒྲིབ་སྤྱོད་བྱེད་བྱུང་བ་ཞིག་དང་།  
དེའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྤྱོད་བྱུང་སྤྱོད་འགོ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་ཚོར་དེ་དང་མཐུན་པའི་  
སྒྲིབ་ཚན་འདིའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྤྱོད་བྱུང་སྤྱོད་ཡོད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་དུས། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་ཚན་འདི་ཞེ་དུག་གི་དགོངས་པ་  
ཚུབས་ཆེན་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པའི་མཛད་འབྲིན་ཏེ་ལས་པའི་ངོ་མཚར་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་ངོས་  
འཛིན་ཞུ་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་མི་རིགས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་དང་ཚོས་ལུགས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ། གང་ལ་ཡང་བྱུང་པར་མེད་  
པའི་ཐོག་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་རིན་ཐང་དང་། འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱུང་བའི་ང་རང་ཚོ་ཚང་  
མར་བདེ་བ་དང་སྐྱིད་པ། འཛམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་ཞི་བདེའི་བསྐྱོ་གནས་སུ་བསྐྱུན་བྱུང་བ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་གི་ཡོད་སྟབས།  
ང་ཚོའི་ངོས་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གང་བྱུང་བྱེད་དགོས། ད་ཆ་འཛམ་གླིང་གི་ནང་རྟོག་གྲ་མང་པོ་ཞིག་མིས་བཟོས་  
པའི་རྟོག་གྲ་དང་། སེམས་པ་ངན་པའི་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་བྱ་བ་ངན་པ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན་  
དུས། དེ་འདྲའི་བསམ་པ་ངན་པ་དང་བྱ་བ་ངན་པ་དེ་ཚོ་མེད་པ་བཟོ་བའི་གཉེན་པོ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ། དེའི་ལྗོན་ལྗོན་དང་  
དངོས་སུ་འགལ་བའི་བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་དེ་ཚོ་ཡིན་དུས། དེའི་ཐོག་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
རྒྱ་དང་བཅས་པ་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་བ་དང་བདེ་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་སྐྱུབ་བྱུང་བའི་སྒྲིབ་ཚན་ང་ཚོ་ཚང་མར་བདེ་བའི་སྐྱིད་པའི་ངང་  
རོལ་བྱུང་བའི་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་གི་ཡོད། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་ལས་དོན་གང་དང་གང་བྱེད་པ་  
ཡིན་ནའང་། བྱང་བདེན་ལ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བསམ་པ་བཟང་པོ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་  
བྱེད་དགོས་རྒྱ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན། བསམ་པ་བཟང་པོ་གཞིར་མ་བཞག་པར་བསམ་པ་ངན་པ་སྐྱེས་ནས་བྱེད་པ་ཡིན་ན།  
སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་ཡོད་པའི་སྐྱོད་དུ་མི་གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྐྱེལ་བ་དང་། ཟས་རིགས་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་གང་དང་གང་གི་ནང་ལ་  
བསྐྱེས་བཅུག་ནས་གཞན་ལ་བཙོང་། གཞན་གྱིས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དུས་གཞན་ལ་གཞོད་ཆབས་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་  
རྒྱུན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་དེང་སང་གི་དུས་ཚོད་ལ་བྱུང་དང་འབྲུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ཐམས་ཅད་བསམ་པ་ངན་པའི་འབྲས་བུ།  
བསམ་པ་ངན་པའི་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ལྗོན་པར་བྱས་ཏེ་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་རྒྱ་གཙོ་པོ་  
སེམས་པ་བཟང་པོ། ལྷག་པར་ང་རང་ཚོ་རྗེས་འབྲུག་གཏུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཞི་གཙོ་ཆེ་པོས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
སེམས་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་པ་བཟང་པོ་དེ་ང་ཚོའི་ཉམས་སུ་ལེན་བྱུང་བའི་ཏ་ཅང་གི་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་ཡོད།



དེ་ནས་མངོན་ཆེན་གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྒྲིལ་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་རྒྱ་ཞེས་པ་འདྲིའི་ཐོག་ལ་ལུས་པ་ཡིན་ན། ཚོས་  
ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྒྲིལ་དང་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྩེ་འཛོག་གྲེད་པ་དེ་མིའི་རིན་ཐང་ལ་བརྩེ་འཛོག་གྲེད་པ་  
རེད། དེ་བཞིན་མིའི་རིན་ཐང་ལ་ཁས་ལེན་དང་གོང་བཀུར་གྲེད་པ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་མི་ཚོ་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ལམ་དུ་འབྲིང་པའི་  
རྣམས་པ་དེ་ཡང་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྒྲིལ་གནང་བྱུང་པ་འདྲི་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་  
ན། རྟོག་སྐྱོང་མང་པོ་ཞིག་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་མ་མཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་  
ཚུན་མཐུན་སྒྲིལ་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཅུ་བའི་ཆ་ནས་བསམ་སྒྲོམ་གཏོང་སྤངས་རེད། ལྷ་བ་དང་དད་པ། མོས་པ་  
གྲེད་ས་མི་འདྲ་བ་ཡོད། དེ་འདྲའི་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་རྣམས་ཚུར་མཐུན་པོ་ཡོང་བ་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྒྲིལ་གནང་  
དགོས་རྒྱུར་རག་ལས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ལྷ་ལྷན་ལ་འཕྲུལ་དབང་སྐྱེས་པའི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་  
མཐུན་སྒྲིལ་ཡོང་བའི་ཆེད་ལྷགས་བསྐྱེད་རྒྱུ་བསྐྱེད་བཞེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོམས་སྤོང་ཚོས་ལྷགས་འདྲ་མིན་ཕན་ཚུན་མཐུན་  
སྒྲིལ་གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་སྐད་དུ་སྐྱེད་ལ་འཛོམས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱེད་གནས་མང་པོར་ཆེབས་སྐྱུར་བསྐྱེད་ས་  
ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་པ་ཚོས་ཀྱང་ལྷ་ལྷན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གུས་བརྩེ་ཆེན་པོ་ལྷ་  
ཡི་ཡོད། ལྷ་ལྷན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷ་མཁུན་ནས་བཀའ་སློབ་ལུས་ཏེ་བཀའ་སློབ་དེ་དག་སྤོང་དཔུས་སུ་བཅངས་ནས་ལག་ལེན་  
དུ་འབྲེལ་བྱུང་པ་ལུས་པའི་སྐབས་འདི་ལ། ང་ཚོ་ལྷ་ལྷན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྗེས་འབྲུག་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་  
མཐུན་སྒྲིལ་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་ལྷ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལྷགས་ཕན་  
ཚུན་མཐུན་སྒྲིལ་ཡོང་བ་དེ་ཡང་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་པའི་གཞི་ཅན་ལྷ་བྱ་ཞིག་རེད།

མངོན་ཆེན་གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤྱང་སྤྱོད་གནང་རྒྱུའི་སྐོར་ཡིན་པ་རེད། བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རི་  
གཉན་བཅོན་གྱི་དུས་སུ་དམ་པའི་ཚོས་དབྱུ་བརྟེས། དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅོན་སྐམ་པའི་སྐབས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་  
པ་སྤོང་གཏོང་། ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་ལྷ་བཅོན་གྱིས་མཁུན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་དང་། སྤོང་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་  
ནས་སྤྱུར་དངས་ནས་ལྷ་ལྷན་པའི་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་དར་རྒྱས་སུ་མངོན་པ་ནས་བཟུང་ད་བར་མི་ལོ་ཆེན་སྤོང་ལྷག་  
གི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བསྐྱེད་འཛོམས་ཀྱི་སྤྱིས་ཆེན་དམ་པ་ནས་མཁུན་སྐར་ཚོགས་ལྷ་བྱ་བྱོན་ནས་  
མངོན་པ་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་སྤོང་སྤོང་། ཁོང་རྣམས་སྤྱང་ལ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷུར་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་པ་འདི་མི་ཉམས་གོང་  
སྤོང་གནང་ཡོད། དེ་འདྲའི་རྩ་ཆེན་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འཛོམས་སྤོང་སྤོང་གསུམ་མངོན་རྒྱུ་དེ་  
ལྷ་ལྷན་པ་དབང་སྐྱེས་པའི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ལྷགས་བསྐྱེད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་དུས་ཉག་ཏུ་ལྷགས་བརྩེ་བཞེན་  
པའི་སྤོང་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གནང་གི་ཡོད། དུས་རྒྱུན་བཀའ་  
སློབ་གནང་བའི་སྐབས། སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་དང་། མི་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ། རིག་གཞུང་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་  
ཞིག་འཛོམས་བྱས་ཏེ་འདྲིའི་ནང་ཡོད། རིག་གཞུང་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཟུར་དུ་མེད་ན་དེ་ལྷ་བྱའི་རིག་  
གཞུང་དེ་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛོམས་བྱ་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཡིན་པ། ང་ཚོར་སྐད་དང་ཡི་གེ་འདྲུར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་ཡོད་སྐབས་དེ་མི་ཉམས་  
རྒྱུན་འཛོམས་གྲེད་དགོས་རྒྱུ་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གནང་གི་ཡོད། ལྷག་པར་ང་ཚོའི་བོད་  
ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ནི་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་སྤོང་སྤོང་ཡིན་པ་བཀའ་གནང་གི་ཡོད། དེ་ག་ནང་བཞིན་སྐད་ཡིག་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལེགས་སྤྱར་ལྷ་ཡི་སྐད་དང་ཐག་ཉེ་ཤིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡིན་པ་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་དུས།

ང་ཚོ་སློབ་མའི་ངོས་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཚུ་བ་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་གནང་  
དགོས་རྒྱ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་འདྲའི་འགན་དེ་ང་ཚོ་མི་རེ་ངོ་རེ་ནས་འགན་འཁུར་དགོས་ཀྱི་ཡིད། ང་ཚོ་ཚང་མས་  
འགན་མཉམ་རྒྱུ་ཐོག་ནས་འཁུར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་ལུ་བྱུང་བ་དང་།  
གཙོ་ཆེ་ཤོས་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་ལུ་བྱུང་བའི་སློབ་ནས་ལ་ལྟུང་བ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་དང་བྱུགས་  
ཀྱི་བཞེད་པ་བརྒྱབ་བྱུང་བ་ཡོང་གི་རེད། ལྟུང་བ་རིན་པོ་ཆེས་དུས་རྒྱུན་བཀའ་སློབ་གནང་དོན། ལྟུང་བ་རིན་པོ་ཆེའི་  
སྐུ་པར་སོ་སོའི་ནང་དུ་སྒྲིག་བཞེས་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་འགྲིག། གཙོ་ཆེ་ཤོས་ལྟུང་བ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་གནང་བ་དེ་ཚོ་  
ང་རང་ཚོ་སློབ་མའི་ངོས་ནས་སྐྱབ་བྱུང་བ་བྱུང་ན། དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པ་བཀའ་གནང་གི་ཡིད། དེ་བཞིན་དུས་རྒྱུན་དུ་ང་  
ཚོ་སེམས་འཁྲུག་བཞིན་པའི་སྐབས། མི་གཞན་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་བྱེད་པ་དང་དེ་འདྲའི་སེམས་འཁྲུག་པའི་སྐབས་ལྟུང་བ་རིན་པོ་  
ཆེའི་ལལ་རས་དྲན་ཙམ་བྱེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་བཀའ་ཟབ་མོ་ཡང་ཡང་གནང་གི་ཡིད་པ་ཡིན་དུས། ང་རང་ཚོས་དེ་འདྲའི་བཀའ་  
ཟབ་མོ་དེ་ཚོ་སོ་སོའི་སེམས་ལ་བཞག་ནས་མི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ལྡན་པ་ཞིག་མཐུན་སྦྲིལ་ཡོང་བུ།  
དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་ཡོང་བུ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་དུས་རྒྱུ་དུ་བྱུགས་བརྒྱབ་ནས་  
བརྒྱབ་དགོས་རྒྱ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

ལྟུང་བ་སྐྱུ་ཕྱེད་བརྒྱ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོ་གཤི་མཛད་ཆེན་བཞི་པ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་གནང་བུ་  
དེ་ཡིན་པ་རེད། སྤྱིར་འགྲོ་བ་མི་ཞེས་པ་འདི་འགྲོ་བ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ། དེའི་  
ནང་ནས་སྐབས་སུ་བབས་པ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་འདི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་ཚད་མའི་  
རྣམ་གཞག་གནའ་རབས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བུ་ཡོད་པ། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་བསམ་སྡེ་དེ་རྒྱ་ཆེ་རུ་  
གཏོང་བྱུང་བ་དང་། གཏོང་བྱེད་ཀྱི་འདྲེན་བྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོད། ང་ཚོ་སློབ་པ་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་  
པ་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཐོག་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་ཤོས་ཀྱི་མིག་གསལ་པ་འབྱེད་  
བྱུང་བ་དང་། སློབ་ཤོས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བྱུང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། དེང་སང་འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ཚོས་ལུགས་  
གཞན་དང་གཞན་གྱི་མཁས་དབང་ཚོ་རེད། དེ་བཞིན་ཚོས་གང་ཡང་ཁས་མི་ལེན་མཁན་གྱི་མཁས་དབང་ཚོས་ཀྱང་རྒྱ་གར་  
གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཐོག་ལ་སློབ་སྦྱོང་དང་། ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོང་ཚོའི་སློབ་ཤོས་ཀྱི་མིག་གསལ་པ་འབྱེད་  
བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཁོང་རང་ཚོ་ལ་ལེགས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པའི་དུས་ཚོད་ལ་ལྟུང་བ་དབང་སྐྱུ་ཕྱེད་བརྒྱ་བཞི་པ་  
ཆེན་པོ་མཚོ་གཤི་གིས་དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་འདི་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་གནང་  
བུའི་བྱུགས་བརྒྱུད་རྒྱུ་བས་ཆེན་བཞེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིའི་རྒྱུ་ཁབ་ཀྱི་ཡུལ་  
གྲུ་མང་པོའི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དར་ཞིང་ཁྱབ་སྤེལ་མཛད་དང་མཛད་བཞིན་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཆགས་  
ཡོད། དེའི་ཐོག་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་གི་སྤྱི་འགྲོ་སྤྱི་ཡོངས་ལ་འཕུལ་དང་ཕྱུགས་ཀྱི་ལེགས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆེན་པོ་གནང་གི་ཡིད་པ་  
ཡིན་དུས། ང་ཚོ་སློབ་མའི་ངོས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་རང་  
རང་སོ་སོའི་སྤྱི་ལོ་རྣམ་པ་དང་བརྒྱན་ནས་ཐོས་བསམ་སློབ་སྦྱོང་གསུམ་གང་བྱུང་བའི་བྱུང་བུ་ལུ་དགོས་རྒྱ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད་ཅེས་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

མཐའ་དོན་འགོ་བ་ལྷ་དང་བཅས་པའི་ཕན་བདེའི་འདུང་གནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་དར་རྒྱས་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་།  
 བསྐྱེད་འཛིན་ཀུན་གྱི་གཙུག་རྒྱུན་སྲི་ཞོར་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་ཡུལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཅིང་གཟིགས་པ་  
 ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཡསྟུ་ཆོ་རྒྱལ་བ་ཆོ་མཐའ་ཡས་པའི་ངོ་བོར་བརྟན་ཅིང་མཇུག་ཆེན་བཞི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཐུགས་གྱི་བཞེད་  
 དགོངས་མཐའ་དག་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་གསོལ་བ་སྦྲོན་ལམ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱུ་ཡི་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་ལྷི་ལི་གསར་པར་(བཞུགས་གྲལ་གཡོན་ཕྱོགས་ནས་གཡས་ཕྱོགས་སུ)འབྲས་ལྗངས་ཆོས་རྒྱལ་དང་། ཨུ་གུན་རྟེན། རྒྱ་ཞོར་ཡགོང་ས་  
 ཡསྟུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ གྲིད་ལྷོན་ཞེད་སུ། ཡཔར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་བཅས་གཞུང་འབྲེལ་གསོལ་སྦྲོན་ཐོག་ལྷན་བཞུགས།



ཏེ་སོ་སོའི་འཛོལ་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷན་སྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་སྤྱོད་ལམ་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་  
ནང་གང་ལྟར་བྱུང་བའི་ལྷན་སྐྱེད་ལྷན་སྐྱེད་དགོས་ཀྱི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་ཞུས་ན་ལྷན་སྐྱེད་  
དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེའི་ནང་དུ་མདོ་སྐྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་གནད་འགག་ཚང་མ་འདུས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་པ་ལྟ་བུ་  
ཡིན་ནའང་ཕར་ཁག་ཁག་སོ་སོ་བྱས་ཏེ་ཐོག་མར་འགྲོ་བ་མེད་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞུས་ན་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་  
ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་ཀྱང་རུང་མེད་ཀྱང་རུང་ཚང་མས་འགྲོ་བ་མི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། སའི་གོ་ལ་འདྲིའི་ནང་  
དུ་འཚོ་སྤོང་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་ཅན་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་འགྲུར་བྱུང་བའི་བྱེད་སྤྱོད་འགན་འཁུར་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སློབ་ཕྱེས་ཏེ་ང་ཚོ་ཆོས་དད་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་  
པར་ཡ་རབས་བཟང་སྤོང་དང་གཞན་ཕན་གྱི་བྱམས་བཟུ། འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་ཕན་བདེའི་ཆེད་དུ་འགན་འཁུར་ལེན་སྐྱོད་དེ་  
ཚོའི་ཐོག་དུ་བཀའ་སློབ་རབས་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཕྱེས་ཡོད། དེ་དག་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མེད་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་ཤེས་དགོས་ཀྱི་ཞིག་དང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་དུ་བསྐྱར་དགོས་ཀྱི་ཆགས་ཡོད་པས་དེ་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་  
ཡོད།

ང་ཚོ་པོད་པ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་ཚོས་དད་ཡོད་མཁན་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིག་ཡོད། སྤྱིར་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་ཐོག་  
ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་དང་མེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། གཅིག་བྱས་ན་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་མང་  
བ་ཡོད་དེས་རེད། གང་ལྟར་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་གངས་འཕོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཆོས་  
ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་ནང་དུ་སྤྱིར་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཇུག་པ་དང་ཕྱི་པ་ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་ཡོངས་སུ་  
གྲགས་པའི་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་ཕན་ཚུན་ཚང་མ་སྤྱིར་རང་རང་སོ་སོའི་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྐྱོད་སྐྱོད་  
དང་ལྟ་བུ་དེ་དག་དང་མ་མཐུན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཚང་མས་ཆོག་གིས་སྤོང་བཏགས་ཏེ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་  
ཀྱང་མ་བཤད་ཀྱང་མཐར་ཐུག་དོན་དག་འབབ་ས་དེ་ཚང་མ་བདེ་པོ་དང་སྤྱོད་པོ་འབྱུང་རྒྱ་དང་ལུས་བདེ་སེམས་སྤྱོད་འབྱུང་  
རྒྱ་དེ་འདྲིའི་དམིགས་ལུ་ལ་གཙོ་བོ་བཞག་པ་ཏེ་ཅང་གསལ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཆོས་ལུགས་ནང་ཁྲུལ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་  
གཅིག་ལ་གཞོན་པ་དང་སྤྱོད་ལེན་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་ཆོས་ལུགས་སོ་སོའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་མ་མཐུན་པ་དང་རྒྱ་བ་  
འགལ་ཆགས་པའི་གནས་སྐྱོད་སྐྱོད་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་སྐབས། ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ད་ལྟོ་བར་དུ་འཛམ་  
གླིང་གང་སར་ཡུལ་ལྷན་གྱིས་བཅགས་ཏེ་ཆོས་ལུགས་དབྱེད་འདྲིའི་མེན་དང་ལྟན་དུ་མཇུག་ལ་འཕྲད་མཇུག་དེ་ང་ཚོ་ཆོས་ལུགས་  
ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ནང་ཕན་ཚུན། ཆོས་ལུགས་དབྱེད་ཀྱི་ནང་ཕན་ཚུན་ཚང་མ་ངོ་ཤེས་གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་  
དང་། ཆོས་ལུགས་སོ་སོ་ཕན་ཚུན་གྱི་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཐོག་དུ་འདྲིའི་ཕན་ཚུན་རྒྱས་ལོན་བྱེད་རྒྱ་དང་ཕན་ཚུན་ཉམས་སྤོང་སྤོང་སྤོང་  
བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་ཏེ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་འབྱུང་རྒྱ་དང་འཛམ་གླིང་འདྲིའི་  
ཐོག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མང་བཏགས་ཏེ་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་འཐབ་རྩེད་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་ཞི་བར་འབྱུང་རྒྱ་  
དེ་འདྲིའི་དགོངས་བཞེད་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཚུན་གྱི་ཡོད་པས་དེ་ནི་གནད་འགག་གཉིས་པ་དེ་ཡིན།

ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སེམས་ཁུར་བྱེད་ས་ནི་སེམས་ཅན་སེམས་ཡོད་དོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་  
སེམས་ཁུར་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཐར་ཡང་སྤོང་ལམ་རྒྱུ་དགོས་པ་དེ་འདྲིའི་འགྲོ་སྐྱོད་སྤོང་བཞིག་ཡོད། དེའི་

ནང་ནས་ཀྱང་ང་ཚོ་པོད་གངས་ཅན་གྱི་རྒྱུང་ས་སུ་སྐྱེས་ནས་སོ་སོའི་གཞུག་རིགས་རྒྱུད་གཅིག་པའམ། བ་ས་པ་ཡུལ་གཅིག་  
པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་ཚོ་སྤྱི་དྲུག་གཅིག་པ་ཆགས་ཡོད་སྟབས། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོམ་གྲོང་སྤངས་  
དེའང་དམིགས་བསལ་དགོས་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ལ་པོད་ཀྱི་རྒྱུད་བཅུད་རིག་གཞུང་དང་བཅས་  
པ་ད་ཅང་གིས་ཉམ་ང་ལ་ཇ་དྲག་གི་གནས་སྤངས་དེ་ལྟར་ཆགས་ཡོད་པས་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་པོད་མི་ཟན་གཞིན་བར་  
གསུམ་དང་སྐྱ་སེར་པོ་མོའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཆང་མའི་ངོས་ནས་སོ་སོའི་འདོན་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མི་སྡེས་ཆབ་  
སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་པོད་སྐྱེ་པའི་དོན་དུ་ཕན་དོན་བསྐྱབ་རྒྱུ། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མི་སྡེས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་པོད་སྐྱེ་པའི་དོན་དུ་  
ཕན་དོན་བསྐྱབ་རྒྱུ། རིག་གཞུང་གཅིག་སྤྱིར་བྱེད་མི་ཚོས་སོ་སོའི་ལས་དོན་དང་སོ་སོའི་གནས་སྤངས་ལ་དཔག་པའི་ཐོག་ནས་  
པོད་སྐྱེ་པའི་དོན་དག་དང་པོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་དོན་དུ་འདོན་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱིས་ཞབས་འདེགས་ལྟ་དགོས་རྒྱུ་ཞིག་དང་ལུས་  
པ་འདོན་དགོས་རྒྱུའི་དུས་ལ་སྤྱོད་ཡོད། སྐྱེ་ནོར་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལྟ་བུའི་པོད་མིའི་ཡ་སྐབས་མགོན་  
དང་། པོད་མིའི་ཆབ་མཆོན་པ། འཇམ་སྤོང་ཐོག་པོད་པ་ཞེས་ཟེར་དུས་མི་ལ་ཕར་བསྟན་རྒྱུ་དེ་པོད་པའི་མཆོན་བྱེད་དམ་ང་  
ཚོའི་གཟེ་བུ་ཤིང་ཟེར་ན་དེ་ནི་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མིས་པོད་  
པའི་དོན་དུ་སྐྱེ་བར་གསུམ་དུ་ཐུགས་འགན་གཤོང་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་པ། པོད་ཀྱི་དོན་དུ་དགོངས་བཞེས་སྐབས་པོ་ཆེ་གང་འདྲ་  
ཡོད་པ། དེའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོ་པོད་མི་ཆང་མས་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མི་ཅི་གསུང་གི་བཀའ་སྐྱབ། ཐུགས་གང་དགོངས་ཀྱི་ཐུགས་  
བཞེད་དེ་ལྟར་བཞེད་འགྲུབ་པ་ཞིག་འབྱུང་རྒྱུའི་ལས་འགན་དེ་ང་ཚོ་ཆང་མར་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་ཆང་མས་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་  
ཕྱོགས་རིས་མི་བྱེད་པ་དང་ཆོལ་ཁའི་འཐེན་འཁྲུང་མི་བྱེད་པར་ཆང་མའི་ངོས་ནས་པོད་ཟེར་དུས་པོད་སྐྱེ་པའི་དོན་དག་དེ་ལ་  
བསམ་སྒོམ་མང་ཅམ་གྲོང་ཐུབ་རྒྱུ་ཞིག་དང་། སོ་སོ་སྤོང་གི་ཁོ་ཕན་སྤོང་དུ་ཕར་གཡུག་ནས་པོད་སྐྱེའི་དོན་དག་གལ་ཆེ་བ་ཨང་  
དང་པོར་བརྟེན་ཏེ་དེའི་ཆེད་དུ་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མིས་དབྱ་བྱེད་པའི་འོག་དུ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་དམ་ཆོག་ལ་རྒྱ་སྤང་བའི་ཐོག་  
ནས་ག་རེ་ག་རེ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་འདུག་བསམ་སྒོམ་གྲོང་དགོས་རྒྱུ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་རྒྱུ་གནད་འགག་གསུམ་པ་དེ་ཆགས་  
ཡོད།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གནས་སམ། དང་པོ་རྒྱ་གར་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ས་གསུངས་པ་བཞིན་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་  
ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་དང་པོ་རྒྱ་གར་རེད། རྒྱ་གར་ནས་འཇམ་སྤོང་གི་ས་ཆ་གང་སར་ཁྱབ་སྤེལ་བྱུང་། པོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་  
རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་པ་མ་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱ་གར་ཡིན། ད་ལྟའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡལ་ང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་  
པོད་ནས་རྒྱ་གར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་སུ་བཅོན་བྱིལ་དུ་ཕེབས་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རྒྱ་གར་དུ་བར་  
སྐབས་ཤིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཉམས་ཆག་བྱུང་སྟེ་ཕལ་ཆེར་མིང་གི་ལྷག་མ་ཅམ་དུ་གྱུར་པའི་སྐབས་སུ་ཡལ་ང་  
ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་སྤོང་དབྱེད་རྒྱུ་ཞིང་ནམ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྤོང་ལམ་རེད།  
དེ་མིན་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་འདོན་པ་སྐྱེས་བྱུང་མ་པོའི་སྐྱེ་བའི་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་ནང་སྤོང་ཡང་  
ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱ་བྲགས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྤོང་དང་གཙུག་ལག་ཁང་  
། བཤད་སྐྱབ་འཆད་ཉན་གྱི་སྤོང་རྟེན་ཡུང་ཡོད། དེ་ནི་པོ་རྒྱས་ཀྱི་དོན་སྤོང་དང་གཟེ་བུའི་ལྷན་པའི་གནས་སྤངས་ཆགས་  
ཡོད། དེར་བརྟེན་འདི་ལྟ་བུའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་བྱུང་བའི་ཁ་ཐུག་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཡང་བསྐྱར་ང་ཚོའི་མེས་པོ་དག་ལས་  
གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་གསེར་གྱི་ཡང་ལྷན་ལྟའི་བརྒྱུད་པ་བར་མ་ཆད་པར་བརྒྱུད་པའི་བཤད་སྐྱབ་ལས་གསུམ་གྱི་སྤོང་  
ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདོན་སྤོང་སྤེལ་གསུམ་བྱེད་རྒྱུའི་མཛད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་འདི་ང་ཚོའི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་

བར་མུ་མཐུད་དེ་རྒྱ་མཚོ་གྲོང་རྒྱུ་དེ་ཏཱ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཡལ་ལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོ་ན་  
 ཆེན་པོ་མཚོ་གིས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཐུགས་བཞེད་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་དད་མོས་བྱེད་མཁན་གྱི་ཁོང་ཡུག་གཅིག་  
 དུ་ཚམས་མ་ཡིན་པར་སྐྱེར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ནང་དོན་མང་པོ་ཞིག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་  
 ཟེར་བ་དེའི་སྤོ་ཆོས་རྒྱུད་དུ་ལས་བཞུགས་ཏེ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བགོ་བཤའ་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། འཛམ་གླིང་  
 གི་སེམས་ཚན་འགྲོ་བ་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱབ་སྤེལ་བྱེད་ཆོག་པ་དེ་འདྲའི་ནང་དོན་ཐུན་ཐུག་ཆོས་པ་དང་ནང་དོན་ཟབ་མོ་  
 དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་དགོངས་བཞེད་རྒྱུ་སྐྱེས་ཆོས་རིག་པ་དང་ལྷན་དུ་ནང་ཆོས་དང་ཆོས་རིག་འབྲེལ་  
 བའི་ཐོག་ནས་བགོ་གཞུང་གནང་རྒྱུ་དང་། ཡང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་དུ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་དེ་བཞིན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་རིག་  
 དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་བུའི་ཐོག་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་རྒྱུ་  
 དེ་ཆོས་དད་པ་གཅིག་དུ་ཐོག་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་པ་ཚམས་དུ་མ་ཟད། སློ་དུ་མ་ནས་ནང་ཆོས་ནས་གསུང་པའི་རིས་མེད་ཀྱི་རྣམ་  
 གཞག་དེ་དག་ལ་དོ་སྣང་འབྱུང་རྒྱུ་དང་དེའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བ་མི་ལ་བདེ་སྦྱིད་རྒྱ་གང་ཆེ་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ་རྒྱུའི་དགོངས་བཞེད་  
 རྒྱུ་སྐྱེས་པོ་ཆེ་གནང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་ཆོའི་ཐོག་དུ་ཡིན་ནའང་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཚགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོ་  
 བ་གསར་པ་ཞིག་དང་བསམ་སློབ་རྒྱ་གང་ཆེ་གཏོང་དགོས་རྒྱུ་ཏཱ་ཅང་གནད་འགག་ཆགས་འདུག་སྟེ། དེ་རིང་སྤོ་ཆོས་རྒྱ་བུ་  
 སེམས་ལ་གང་དུན་ཚམས་མ་གཏོགས། ལོང་དུ་ལྷུས་པ་བཞིན་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དེ་ཡལ་ལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོ་ན་ཆེན་  
 པོ་མཚོ་གིས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཐུགས་བཞེད་སྤོ་ཆོས་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། འདི་འདྲ་རེད་འདི་འདྲ་མ་  
 རེད་ཅེས་ལྟ་བུ་རྒྱུ་སྐྱེས་པ་མེད་ལ་ལྟ་ཤིང་རྒྱ་ཞིག་ཀྱང་མེད། དེར་བརྟེན་མང་པོ་ལྟ་མེད་ཤིང་།  
 མཐའ་དོན་སྦྱི་ནོར་ཡལ་ལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོ་ན་ཆེན་པོ་ལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཚོ་གིས་སྐྱོ་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་བརྟན་པ་  
 དང་གཞིས་བྱེས་པོ་དེ་མི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནས་ལྷན་དུ་ལྷན་འཛོམས་ཡོང་བ་དང་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་ཀྱི་ན་  
 ཏུ་རྣམ་པ་མེད་པར་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སློབ་འདུན་ལྟ་བུ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོའི་ལྷ་ལོ་ ༠༧ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་པ་རན་སིའི་རྒྱལ་ས་པ་རེ་སིའི་རྟེན་ཆེ་རྟེན་སེ་མཐོ་སློབ་དུ་འཛོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་དབུ་ཁྲིད་དབར་གྱི་སྐོང་  
 མོལ་གྱུ་བ་རྗེས་སྦྱི་ནོར་ཡལ་ལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོ་ན་ཆེན་པོ་མཚོ་གིས་དང་ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་དབུ་ཁྲིད་རྣམས་པའི་ལྷན་པར། པར་ལ། ཨ་ལི་ཤར་ཨ་ལེམ།





མངོད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། །མངོད་པ་མཚོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །

དེ་ཉིད་ཡིན་སྲིད་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །འདི་ལས་སངས་རྒྱལ་རྗེས་དྲན་བྱོས། །

ཞེས་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་རྗེས་དྲན་བྱུ་སྤངས་ཡག་ཤོས་དེ་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་མངོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་གི་དོན་དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱ་བ་རྒྱ་དང་། དེའི་དོན་དག་རང་རང་སོ་སོས་ལག་བསྟར་འདེབས་རྒྱ་དེ་ཡིན་  
པར་གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྱད་མཁོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཚོག་ལ་ང་ཚོས་བཀའ་དྲིན་  
རྗེས་དྲན་བྱུ་སྤངས་དེ་ཡང་། ཡ་སྤྱད་མཁོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྤྱི་ནོར་ནས་ད་བར་ང་ཚོ་ལ་བཀའ་སློབ་ལམ་  
སྤོན་ག་རེ་གཞན་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ། ཡལོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྤོན་གྱི་དོན་དག་ལྷག་ལྷས་  
མེད་པར་ང་ཚོས་ལག་བསྟར་གདབ་རྒྱ་དེ་ནི་ཡལོང་ས་མཚོག་ལ་ང་ཚོས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་བྱུ་སྤངས་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན་པ་  
རེད། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྱད་མཁོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུའི་ཅིང་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཞལ་ལྷ་ནས་  
ད་བར་བཀའ་སློབ་ལམ་སྤོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལེབས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དག་མེད་པ་ཚོག་གཅིག་མེད་ལ། བཀའ་སློབ་  
ལམ་སྤོན་ཡོངས་རྫོགས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མ་གསུངས་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མི་འགྲུར་བཅོག་གཅིག་ཀྱང་མེད།  
ཅས་ང་ཚོས་ཐག་གཅོད་གཅོད་མའི་ལམ་ནས་བཤད་བྱུ་བ། དེའི་སྲིད་ཁོང་གིས་ཆེ་ས་ནས་ད་ལྟའི་འཇམ་གླིང་སྤྱི་ཚབས་ཆེའི་  
དཀའ་རྒྱུ་རིགས་ཀྱིས་གཅོས། རྒྱུང་ས་ནས་གང་ཟག་སྤྱིར་གྱི་དཀའ་ངལ་སོགས་དཀའ་ངལ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྗེ་  
བཞིན་གཟེགས་པའི་སློབ་ནས། དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་ཐབས་སུ་མཁོན་པོ་གང་གི་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་གང་ལ་གང་འདུལ་  
གྱིས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྤོན་ཡང་དག་གཞན་བཞིན་པ་གསུངས་ཡིན།

དཔེར་ན་དེ་རིང་སྤྱད་མཁོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་གི་བརྗོད་གཞི་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྱད་མཁོན་ཡ་རྒྱལ་མཚོག་སྤྱི་ལྷོང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོའི་  
ཐུགས་བརྩེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སློབ་ཡིན་པ་དེའི་སྲིད། ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་ཉུ་སྤྱི་ལ་ཚད་མེད་བསྐྱོན་གཞན་དང་  
གཞན་བཞིན་པའི་ཐུགས་བརྩེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་དེ་དག་མཁོན་པོ་གང་གི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྤོན་ཁག་ནས་ཚོག་ཉུང་དོན་  
འདུས་སུ་མདོར་བསྟུས་ནས། འདིར་སྤྱི་ཚབས་ཅམ་བཀོད་ན།

༡༥ སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྤྱད་མཁོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བརྩེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་ནི། ཡལོང་ས་མཚོག་ཁོང་ཉིད་འགོ་བ་  
མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། འགོ་བ་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡ་རབས་སྤྱིད་བཟང་གོང་མཐོར་སྤེལ་ཐབས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་མི་སྤྱིར་  
དང་། ཁྱིམ་ཚང་། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་སུ་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་ཡིན་པར་གསུང་བཞིན་པ་དེ་རེད། དེའི་སྲིད་ཐུགས་  
བརྩེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་དང་པོའི་སློབ་ལ་ང་ཚོས་བསམ་མཐོ་ཞིབ་མི་ཞིག་བཏང་ན། ཁོང་གིས་ང་ཚོ་མི་སྤྱིར་དང་། ཁྱིམ་ཚང་།  
སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ལ་བདེ་སྤྱིད་དཔོན་ན། བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་ཡ་རབས་སྤྱིད་བཟང་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེ་རེད།  
དེ་ལ་ང་ཚོས་ཚང་མས་བསམ་མཐོ་བཏང་། ཞིབ་འདུག་མཐར་ཐུན་པ་བྱེད་དཔོན་པ་རེད། ང་ཚོས་ཞིབ་འདུག་བྱེད་སྤངས་  
དེ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་བའི་ཁྲུང་ས་ཡ་རབས་སྤྱིད་བཟང་ལས་གཞན་ཞིག་ཡོད་དམ། ཡོད་ན་དེ་ལས་གཞན་ཤེས་ཡིན་  
དང་། དཔལ་འབྱོར། ཆབ་སྲིད། དམག་དོན་སོགས་ཀྱི་གང་རུང་ཞིག་རེད་དམ། ཡང་ན་དེ་ལས་གཞན་ཞིག་རེད་དམ། ཐོག་  
མར་དེ་དོས་འཇོག་གསལ་པོ་དཔོན་པ་རེད། གལ་ཏེ་འཇོག་རྟེན་འདིའི་སྤྱི་སྤྱིར་ཚང་མ་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་  
ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་གསུངས་པ་དེ་ལས་ལྷག་ཅིག་ང་ཚོས་རག་ན། ང་ཚོས་ཡལོང་ས་མཚོག་ལ་བྱེད་ཀྱིས་གསུངས་པ་དེ་མ་

རེད། དེ་ལས་ལྷག་ཅིག་ང་ཚོས་རག་སོང་། ཞེས་ཁོང་ལ་ཡར་ལུ་བྱས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཁོང་གི་ལྷག་ས་དགེ་ས་ཐག་  
ཚོད་ངེས་རེད་དེ། ང་ཚོ་སྤྱི་ལུ་ཉེ་ལོ་འདྲ་ཞིག་རག་རྒྱུ་དུ་ཅང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡིན་པར་མ་ཟད། ངས་བལྟས་ན་ང་ཚོས་མི་  
ཚོ་གཅིག་དེའི་རིང་ལ་ཞིབ་འདུག་བྱས་ཀྱང་སྤྱི་སྤྱོད་ཚང་མ་ལ་བདེ་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་གཞི་རྩ་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ལས་ལྷག་ང་  
ཚོས་རག་མི་སྲིད་པ་རེད། དེ་ཡིན་ན་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དེ་ཡང་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ནས་ཡར་རྒྱས་ལ་སྤྱི་  
གཏང་རྒྱ་རེད་དམ། ཞེ་ན། ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཡར་རྒྱས་ལ་འདིག་ཉེན་མིས་གཏང་དགོས་པ་རེད། མ་གཏོགས་གཞན་  
གང་གིས་ཀྱང་འགོ་བ་མིའི་རྒྱུད་ལ་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་བྱུ་མ་རེད། དེ་མི་བྱུ་པ་དེ་ང་  
ཚོས་གསལ་པོ་ཤེས་བྱུ་བ་པའི་ཚེད་དང་། འགོ་བ་མིའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་འགོ་བ་མིས་ལ་རྒྱས་སུ་གཏང་དགོས་པ་  
གསལ་ཤོགས་བྱུ་བ་ཚེད་དུ་དགོངས་ནས། སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱོད་མཁོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་ཞལ་སྲ་ནས། ཁོང་ཉིད་འགོ་བ་  
མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགོ་བ་མིའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གོང་མཐོར་སྤེལ་བྱུ་བྱུ་ཡིན་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཚོ་  
ཚང་མ་ལ་ཞིབ་འདུག་ཡག་པོ་བྱས་ན། རྒྱ་མཚན་དང་། གནས་ལུགས། གོ་རིམ་བཅས་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད་པ་རེད།

༡༥ སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱོད་མཁོན་ཚེན་པོའི་ལུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི། ཡགོང་ས་མཚོག་ཁོང་ཉིད་ཚོས་  
པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཚོས་ལུགས་འདྲ་  
མིན་ལ་ལྟ་བ་དང་གྲུབ་མཐུན་འདྲ་མིན་ཡོད་ཀྱང་། བརྟེ་བ། བཟོད་སྦྲོམ། ཚོག་ཤེས། རྒྱལ་བྱིས་པ་བཅས་  
ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་སོགས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པར་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་ཚོ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་དུ་འབྲིང་  
པའི་རྣམས་པའང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་གསུང་བཞིན་པ་རེད། འདིའི་སྒྲིབ་ལ་ཡང་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་དུ་བཏང་ན།  
སྦྲོན་ནས་ད་བར་འཛམ་གླིང་འདིར་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀའ་རྙོག་བསམ་གྱིས་མི་  
འབྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། འདས་པའི་ཉམས་སྲུང་དེ་གཞི་ལ་བཞག་ནས་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་  
འབྲེལ་ཡོད་མེད་ཕན་གཞིད་གང་ཆེ་དེ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་བྱུ་བ་དགོས། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་  
ཡོད་པའི་ཕན་ཐོགས་དང་། མེད་པའི་སྦྲོན་ཆ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། ང་ཚོར་གང་ཞིག་གིས་ཕན་གཞིད་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་  
པ་སོགས་ང་ཚོས་ཤེས་མི་བྱུ་བ་གང་ཡང་མེད་ངེས་རེད། འོ་ན་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་སྤེལ་གོང་མཐོར་གཏང་  
དགོས་ན། ཚོས་ལུགས་འདྲ་མིན་ལ་ལྟ་བ་དང་གྲུབ་མཐུན་འདྲ་མིན་ཡོད་པར་བརྟེན། ཇི་ལྟར་མཐུན་སྤེལ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་  
ངམ། ཞེ་ན། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་ལྟ་གྲུབ་མ་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། ཚོས་ལུགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་བྱུ་མས་པ་དང་།  
བརྟེ་བ། བཟོད་སྦྲོམ། ཚོག་ཤེས། རྒྱལ་བྱིས་པ་སོགས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་ཐུན་མོང་གི་ཉམས་སྲུང་མཐུན་པའི་ཆ་ཡིན་པས།  
ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་ལ་ཐུན་མོང་གི་མཐུན་པའི་ཆ་རྒྱུན་གང་མང་ཡོད་པ་དེ་དག་གཞི་ལ་བཞག་ན། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་  
མཐུན་སྤེལ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་རྒྱུ་དེ་ལས་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པར་གསུང་བཞིན་པ་རེད། འོ་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤེལ་ཡར་རྒྱས་  
གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་རྒྱུའི་རྣམས་པ་ཆེ་ཤོས་ཡོད་མཁན་གཅོད་པོ་དེ་སྤྱི་ཡིན་ནམ། ཞེ་ན། ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤེལ་ཡར་རྒྱས་གོང་  
འཕེལ་གཏང་རྒྱུའི་རྣམས་པ་ཆེ་ཤོས་ཡོད་མཁན་གཅོད་པོ་དེ་ཚོས་པ་ཚོ་རེད། གལ་ཏེ་ཚོས་པ་ཚོས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤེལ་གོང་  
འཕེལ་དུ་མ་བཏང་ན། ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་སོགས་ཀྱིས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤེལ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་བྱུ་བ་མི་སྲིད་པ་རེད།  
དེའི་གནས་སྐབས་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མས་ཤེས་ཤོགས་བྱུ་བ་པའི་ཚེད་དུ་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱོད་མཁོན་ཚེན་པོ་དང་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་མཚོག་གིས། ཁོང་ཉིད་ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་  
རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

ལྷ་མོར་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བརྟུང་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ནི། ཡལ་བ་མཚོག་ཁོང་  
 ཉིད་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཏུ་ལའི་སྐྱ་མའི་མཚན་གནས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་པོད་ཕྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་པོད་མི་སེར་སྐྱ་ཡོངས་  
 གིས་ཡིད་ཆེས་སྐྱོ་གཏང་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ཆ་ནས། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་། ཁོར་ལུག་བཅས་ལ་ཐུགས་  
 བྱུར་དང་། བཅོན་འོག་ལ་གནས་པའི་པོད་མི་ཚོའི་རང་དབང་གི་མགོན་ཆོད་པ་ཞིག་གཞན་རྒྱ་དེ་ཁོང་གི་འགན་ཁུར་ཡིན་  
 པར་གསུང་བཞིན་པ་དེ་རེད། དེའི་སྐོར་ལ་ཞིབ་ཏུ་བསམ་སྐྱོད་བཏང་ན། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདི་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐྱོ་སྐྱོ་ཡིན་  
 པ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དཔེར་ན། པོད་སྐད་མི་ཤེས་པའི་པོད་པ་ཞིག་ཡོད་ན། མི་དེ་ལ་ཕལ་ཆེར་པོད་མིའི་མཚན་ཉིད་མ་  
 ཚང་བ་རེད། ཅེས་བརྗོད་ཆོག་དེ་མཚུངས་དེང་སྐབས་ཚང་ལ་མ་ནོར་བའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མདོ་སྤྲུལ་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཚོ་  
 ལྷ་བྱ་དེ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་ཡོད་པ་རེད། རང་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་འདི་དེང་སྐབས་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་དགོས་  
 མཁོ་ཡོད་དམ་མེད། ཅེས་དྲིས་ན། རང་ཚོས་དེ་ད་ལྟོ་དུས་འདིར་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དགོས་མཁོ་ཇི་ཅེ་ནས་ཇི་ཅེར་འགོ་བཞིན་  
 ཡོད་པ་དེ་ཡོངས་གྲགས་རེད། དེ་ཡིན་ན་དེང་སྐབས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཐོག་པ་ཆེ་ཚུང་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཆ་ཚང་ཞིག་  
 པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདིའི་ནང་ཡོད་པ་རེད་ལ། གཙོ་བོ་རང་ཚོས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འདས་པའི་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་ལྷག་རིང་པོད་ཀྱི་སྐད་  
 ཡིག་དེ་འབྲུས་ཚང་དང་། ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ལྟོ་ཆར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་ལུགས་འདི་  
 འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་གང་ཐད་ནས་འབྲུས་སྐོར་ཚང་ཤིས་དང་། ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཤོས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་པོད་ཡིག་རེད། གལ་  
 ཉེ་དུས་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདི་ཉམས་ཆགས་ཕྱིན་ན། དེའི་བརྗོད་བྱ་རྒྱར་གྱུར་བའི་ཚང་ལ་མ་ནོར་བའི་ནང་ཚོས་འདི་ཡང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་ཉམས་ཆགས་འགོ་རྒྱུ་རེད། མ་གཏོགས་ནང་ཚོས་ལ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཆོད་བྱེད་བྱེད་པའི་སྐད་ཡིག་གཞན་གཅིག་  
 ཀྱང་ད་ལྟོ་འཇམ་སྐྱང་འདིར་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་ནང་ཚོས་འདི་དེ་ལྟོ་ཚོ་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་དགོས་མཁོ་  
 ཇི་ལྟར་ཆེ་བ་དེ་ཅོམ་གྱིས། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་འདི་ཡང་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དག་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད།  
 དེ་བཞིན་པོད་མཐོ་སྐང་གི་ས་ཁུལ་ནི་འཇམ་སྐྱང་འདིའི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆོ་སྐྱོ་ལ་ཕན་པའི་རྩི་ཤིང་སྐྱན་རིགས་སོགས་  
 རང་བྱུང་གི་ཐོན་ཁུངས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་ཏུ་འཇམ་སྐྱང་གི་ཨེ་བའི་ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་གང་མང་གི་འབྲུང་ཁུངས་  
 སུ་གྱུར་ཡོད་པས། པོད་མཐོ་སྐང་གི་ཁོར་ལུག་ལ་ཉམས་ཆགས་ཕྱིན་ན། དེ་ནི་འཇམ་སྐྱང་གི་སྤྱི་སྤྱི་ཀྱི་གོང་ཆག་ཆོད་ཆེན་  
 ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་དང་། ཁོར་ལུག་སྤྱི་བ་བཅས་དང་། རྒྱ་ནག་དམར་པོའི་  
 གཞུང་གི་གདུག་རྒྱུབ་བཅོན་གཞོན་གྱི་འོག་ནས་དེང་སྐབས་སྤྱི་མོར་ཡལ་བ་སྐྱབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཚོག་ཁོང་  
 ལ་རེ་བ་དང་། ཡིད་ཆེས་བྱས་དང་། བྱེད་བཞིན་པའི་པོད་གཞིས་ལུས་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་སྤུལ་སེམས་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་  
 གལ་ལ་ཐབས་མེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཚོ་ཚང་མས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བེད་དུ་དམིགས་ནས། ལྷ་མོར་ཡལ་བ་  
 ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ལུ་ལྷ་སྐྱེས། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་། ཁོར་ལུག་བཅས་ལ་ཐུགས་བྱུར་དང་། བཅོན་  
 འོག་ལ་གནས་པའི་པོད་མི་ཚོའི་རང་དབང་གི་མགོན་ཆོད་པ་ཞིག་གཞན་རྒྱ་དེ་ཁོང་གི་འགན་འཁུར་ཡིན་པར་གསུང་བཞིན་པ་  
 རེད། འོན་ཀྱང་ཡལ་བ་སྐྱབས་མགོན་ཡུལ་དབང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཚོག་ཁོང་གིས་ལྷག་བསམ་རྣམས་དག་གིས་རང་  
 འཁྲིའི་སྤུལ་ལས་འདི་ལྟར་གནང་སྐབས། བཅོན་འཇུག་རྒྱ་ནག་དམར་པོའི་སྤྲོད་གཞུང་གིས། དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུད་པའི་བྲན་  
 གལ་གལ་ལམ་ལུགས་བསྐྱར་གསོའི་ཆེད་རེད། ཟེར་བ་སོགས་དང་། ཁ་བྲལ་གྱི་ལས་འགྲུལ་སྐྱེལ་བཞིན་འདུག་ཟེར་བ་སོགས་  
 དང་། ཡལ་བ་སྐྱབས་མཚོག་ལ་པོད་དོན་དུ་སྤུལ་ལས་གནང་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་མེད་ཟེར་བ་སོགས་ལོག་བཤད་འབྲུམ་སྤུལ་མང་པོ་སྐྱེལ་  
 བས། ལོ་ངོ་རྒྱལ་པོ་ ༤༠ ལྷག་འགོ་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། དངོས་ཡོད་གནས་རྒྱུལ་ལ། ལྷ་མོར་ཡལ་བ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་

པོ་མཚོག་ནི་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ནི་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐོར་མེད་པའི་བྲིམས་མཐུན་གྱི་དབྱ་བྲིད་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་  
ནི་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡ་རྒྱལ་མཚོག་སྐྱེས་ཤིང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། བཅན་འོག་གི་གཞིས་ལུས་པོད་རྒྱ་ཆེའི་  
མང་ཚོགས་དང་། བཅན་ཤྲོལ་དུ་གནས་པའི་པོད་རིགས་མང་ཚོགས་བཅས་མི་མང་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་ལྷག་གིས་ཁོང་  
ལ་ཡིད་ཆེས་སློབ་གཏང་གཙང་མ་གྱི་དབུ་བཞེན་པ་སོགས་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་དང་བྱུང་རབས་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་  
གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་། དེ་བཞིན་བྲིམས་ལུགས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དང་། འབྲེལ་ཡིད་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཚོགས་  
ཀྱི་ཡིད་ཆེས་རེ་ལྗོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་སོགས་ཕྱོགས་གང་ནས་བཞུས་ཀྱང་། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡིད་བཞེན་ནོར་  
བུ་མཚོག་གིས་པོད་ཀྱི་སློབ་བཅུད་གཉིས་སྐྱབ་ཐབས་སུ་ཁོང་གིས་རང་འབྲིའི་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་པ་འདི་ནི་འཇམ་གླིང་  
རྒྱལ་སྤྱིའི་བྲིམས་ལུགས་དང་། བྱུང་རབས་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ཐམས་ཅད་དང་ཡིངས་སུ་མཐུན་པས། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་  
གསུམ་པ་དེ་ཡལོང་ས་མཚོག་གི་འགན་དབང་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་པོད་མི་ཡིད་དོ་ཚིག་གིས་རུས་ལྷགས་ཡིད་རྒྱ་རྩལ་སྐྱུག་  
དགོས་པ་སོགས་གསལ་པོ་ཤེས་ཤོགས་འབྱུང་ཆེད་དུ་དམིགས། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཞལ་སྲ་  
ནས། ཁོང་ནི་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཏུ་ལའི་སྐྱེ་མའི་མཚན་གནས་ཡིད་པ། ལྷག་པར་པོད་ཕྱི་ནང་དུ་ཡིད་པའི་པོད་མི་  
སེར་སྐྱ་ཡིངས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་སློབ་གཏང་ཆེན་པོ་གྱེད་བཞིན་ཡིད་པའི་ཆ་ནས། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་། ཁོར་ལུག་  
བཅས་ལ་ཕྱགས་ཁུར་དང་། བཅན་འོག་ལ་གནས་པའི་པོད་མི་ཆེའི་རང་དབང་ཞེས་སོགས་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་བཀའ་སློབ་ལམ་  
སློབ་ཐེབས་བཞིན་པ་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མས་གསལ་པོ་ཤེས་དགོས་པ་རེད།

༤༥ སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ནི། ཡལོང་ས་མཚོག་ཁོང་ནི་དང་  
རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རྗེས་འབྲང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་  
དང་། ཚད་མའི་རྣམ་གཞག། ལྷ་ལྷུང་དང་འབྲེལ་བའི་སློམ་སྐྱབ། ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་སྤྱིད་བཟང་བཅས་  
དེང་གི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་དང་མཉམ་སྦྲེལ་གྱིས་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་གནང་སྟེ། བྱམས་བརྩེ་ལྡན་པའི་འཇམ་གླིང་ཞིག་  
འཇུགས་སྐྱབ་གནང་རྒྱ་དེ་རེད། ཡལོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་འདིའི་ཕྱོགས་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་འཇུག་  
དང་། བསམ་སློབ་གཏང་རྒྱ་ནི་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེའི་ནང་གི་ཆེས་  
མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཁག་ནས་བཟུང་སྟེ། རྒྱུང་ས་ནས་སློབ་རྒྱུང་བར་གྱི་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་  
འདི་གཅིག་ཕུས་ང་ཚོས་དགོས་མཁོ་སྐོང་བྱུང་གིན་འདུག་གམ་མི་འདུག དེ་ལ་ང་ཚོས་ཞིབ་ཏུ་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་པ་རེད།  
འདིའི་ཕྱོགས་ལ་ང་ཚོས་བསམ་སློབ་ལག་པོ་ཞིག་གཏང་ཤེས་ན། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་འདི་ང་ཚོར་མི་དགོས་  
གསུང་གི་ཡིད་པ་མ་རེད། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་འདི་ང་ཚོར་དགོས་ངེས་ཅན་རེད། འོན་ཀྱང་དེང་རབས་ཀྱི་  
ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་འདི་གཅིག་ཕུས་ང་ཚོར་འདང་གི་མི་འདུག་གསུང་བཞིན་ཡིད་པ་རེད། ཕྱིའི་དངོས་པོ་གཙོ་བོར་འཇོན་  
པའི་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་འདི་གཅིག་ཕུས་ཐོག་ང་ཚོ་ལུ་མཐུད་དེ་ཕྱིན་ན། ད་ལྟ་ནས་ང་ཚོ་གནས་སའི་འཇམ་  
གླིང་འདི་བྱམས་བརྩེ་དང་། ལྷག་བསམ། དང་བདེན་གྱིས་འཕྲོངས་པའི་འཇམ་གླིང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་པ་དེ་ང་ཚོས་མཐོང་  
བཞིན་པ་འདི་རེད། འོ་ན་འཇམ་གླིང་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་། ལྷག་བསམ། དང་བདེན་སོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ན་ཇི་  
ལྟར་གྱེད་དམ། དེ་དག་ང་ཚོས་གང་ནས་རག་གམ་ཞེ་ན། དེ་ཚོ་ཚོང་ཁང་སོགས་ནས་ཉོ་རྒྱ་མེད་ལ། ཚེ་བྱིང་ནགས་ཚལ་ལྟར་  
ས་ནས་སྐྱེ་མི་སྤོང་ལ། ཚར་ཚུ་ལྟར་ནམ་མཁའ་སོགས་ནས་འབྱུང་མི་སྤོང། འོ་ན་ཇི་ལྟར་གྱེད་དམ་ཞེ་ན། སེམས་ཁམས་རིག་  
པ་ཁོར་ལུག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡར་རྒྱས་གཏང་རྒྱ་དེ་རེད། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྐོར་ལ་ཆེད་མཁས་པ་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་ཤོན་མཁས་

དབང་ཚོས་མངོན་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་གཞུང་ལྷན་པོ་གང་མང་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་རྒྱ་གར་ནི་གནའ་པོའི་སེམས་  
ཁམས་རིག་གཞུང་ལྷན་པོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་རེད། དེར་བརྟེན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་གཞུང་ལྷན་  
ནང་ཤེས་ཡིན་གང་མང་ཞིག་ང་ཚོར་ལེན་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་གཞུང་ལྷན་གསལ་བའི་ཤེས་ཡིན་  
དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལྷན་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ན་ང་ཚོར་བདེ་སྲིད་ལྡན་པའི་འཇོམ་སྤྱིང་ཞིག་འབྱུང་  
རྒྱུ་ཡོད་པར་བརྟེན། དེ་འབྱུང་བ་ལ་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས་པར་  
གཟིགས་ནས། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། ཚད་  
མའི་རྣམ་གཞག་ ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སློམ་སྐྱབ། ཚོས་ལྷན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་བཅས་དེང་གི་ཤེས་  
ཡིན་ལམ་ལྷན་དང་མཉམ་སྲེལ་གྱིས་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་ཞེས་སོགས་གསུང་བཞིན་པ་རེད།

འོན་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། ཚད་མའི་རྣམ་གཞག་ ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སློམ་སྐྱབ། ཚོས་  
ལྷན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་བཅས་དེང་གི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལྷན་དང་མཉམ་སྲེལ་གྱིས་རྒྱ་གར་ནང་  
བསྐྱར་གསོ་སྐྱབ་བྱེད་དམ། དེ་འདྲའི་ཞིག་བྱེད་མཁན་དེ་གང་འདྲའི་ཞིག་དགོས་སམ། ཞེ་ན། དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་  
ཁམས་རིག་པའི་གཞུང་ལྷན་སོགས་ལ་ཆེད་མཁན་པ་ཞིག་གསལ། དེ་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་རེད།  
མ་གཏོགས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་གཞུང་ལ་རྒྱས་མངའ་མེད་མཁན་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་  
སེམས་ཁམས་རིག་པའི་གཞུང་ལྷན་བསྐྱར་གསོ་དང་། ཡར་རྒྱས་ནམ་ཡང་གཏོང་བྱུང་རྒྱུ་མ་རེད། གནས་སྤངས་དེ་དག་  
ང་ཚོས་གསལ་པོ་ཤེས་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ལ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཚོག་  
གི་ཞལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ། ལ་གོང་ས་མཚོག་ཁོང་ཉིད་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རྗེས་འབྲང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས།  
རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སོགས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོག་ཟུར་ཅམ་ལ་ཡང་ད་ཅང་གོ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་  
ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཕྱིར་མདོར་བརྗེས་ནས་བཤད་ན། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ལ་འདྲིན་ལ་སྐྱབས་མགོན་ལ་རྒྱལ་དབང་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་ང་ཚོས་ཉལ་དུ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལུ་དགོས་ལ། བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་  
ལུ་སྤངས་དེ་ཡང་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་སྐྱེ་པར་སོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་ལྷན་མཚོན་འབྲུལ་དང་། རྒྱབས་སྐྱོར་མཚུ་ ལུ་རྒྱ་ཅམ་ཡང་  
ད་ཅང་རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་ཡིན་ཡང་། དེ་ཅམ་གྱིས་མཚོག་པར། ང་ཚོ་ཚང་མས་དུས་དང་རྣམ་པ་གུན་དུ་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་  
བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་གྱི་ནང་དོན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་དང་། སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་རྣམས་ཀྱི་ནང་དོན་ལག་  
བསྐྱར་འདེབས་རྒྱུ་དེ་ལ་གོང་ས་མཚོག་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལུ་སྤངས་ཡག་ཤོས་དེ་རེད། དེ་ལྟར་ང་ཚོས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
དྲན་ལུ་རྒྱ་ལུ་དེ་ཡང་ལ་གོང་ས་མཚོག་ཁོང་གི་ཆེད་མེད་པར་དེ་ནི་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་ང་རང་ཚོ་སྤྱི་སྤེར་ཚང་མ་ལ་ཕན་ཐོགས་  
རྒྱུ་ཆེན་འབྲུང་བའི་གཞི་རྩ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། དེ་ལྟར་གྱུར་ཡོད་མེད་གསལ་པོ་ཤེས་ཉོགས་འབྲུང་ཆེད་དུ་གོང་དུ་ལ་གོང་ས་  
ལ་སྐྱབས་མགོན་ལ་རྒྱལ་དབང་ཡོད་བཞིན་ཚོར་བུའི་ལྷན་སྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་དག་གང་ཡིན་དང་། ལྷན་སྐྱེད་  
དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་དག་གི་སྐྱབས་བབ་བསྐྱབ་བྱ་གང་ཡིན་དང་། ལྷན་སྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་དག་རྗེས་བསྐྱབ་  
དང་། ལྷན་སྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་སྐྱབ་པ་པོའི་གང་ཟག་ག་འདྲའི་ཞིག་དགོས་མིན་དང་། ལྷན་སྐྱེད་  
དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཚུ་ལ་བཞིན་བསྐྱབས་ན་དེ་དག་རེ་རེའི་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་དང་སྐྱེ་ལ་འབྲུང་གིན་ཡོད་མེད་  
སོགས། འདིར་ཁྲུངས་ལྷན་རྒྱུན་མདོར་བརྗེས་ཅམ་བྱས་ཡོད་པ་འདི་ལ་ཚང་མས་གཟིགས་ཞིབ་གནང་རྒྱུ་ནི་ད་ཅང་གལ་

ཆེན་ཡིན། མདོར་ན་ད་ནས་བཟུང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐུབ་མི་ཐུབ་དང་། བོད་མི་རིགས་རིག་གཞུང་  
 བཅས་འཆེ་གསོན་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་མིན་སོགས་ནི། བོད་མིའི་ཚུན་མེད་པའི་དབྱ་བྲིད་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་  
 ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུའི་རྒྱལ་ཆེན་གྱི་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་དུས་ཐོག་ཆར་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་ཡིན། དུས་ཐོག་སོ་སོར་བོད་  
 གཞུང་མང་གཉིས་ཀྱིས་ལག་བསྟར་འདེབས་ཐུབ་མིན་དང་། ལག་བསྟར་ལ་ཐེབས་མིན་བཅས་ལ་གཙོ་བོར་གལ་ལས་ཡིད་པ་ང་  
 ཚོ་ཆང་མས་ཤེས་དགོས། མདོར་ན་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཆེན་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་ཇི་བཞིན་བོད་མི་ཚོས་ལག་བསྟར་  
 འདེབས་ཐུབ་ན་ནི། ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་འདི་རྒྱལ་ཁ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱོགས་སུ་མདུན་བསྐྱོད་བྱ་དེས་རེད། གལ་ཏེ་ཡགོང་  
 ས་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཆེན་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་ཇི་བཞིན་ང་ཚོ་བོད་མི་ཚོས་ལག་བསྟར་འདེབས་མ་ཐུབ་ན། དེའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་  
 བཟུང་སྟེ། ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་འདི་ཕམ་ཁ་ནས་ཕམ་ཁབ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་རྒྱ་མ་གཏོགས་འགྲོ་ལམ་གཞན་མེད་དེས་ཡིན་  
 པས། མཐར་གཏུགས་ན་བོད་པ་མི་རེ་ངོ་རེ་བྱས་ཏེ། བསམ་སྒྲིལ་བྱ་གཏོང་དགོས་ཚོད་དུ་སྐྱབས་ཡོད།

མཐར་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ལྟ་མའི་རྣམ་འདྲེན་ཡསྟུབས་མགོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་  
 པ་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱེ་ཆེ་མི་ཤིགས་དེ་རྗེའི་ཁམས་སུ་བརྟན་ཞིང་། འཇམ་སྤང་ཞི་བདེ་སོགས་ཁོང་གི་རྒྱལ་ཆེན་བཞེད་དོན་  
 མཐའ་དག་གིགས་མེད་བདེ་ལྷག་སྐྱུར་འགྲུབ་འབྱུང་བར་སློན་འདུན་ལུགས་དྲག་བཅས་པོད་རབ་གནས་ལུགས་བྱི་ལོའི་ལྷ་  
 ༡༠ ཚེས་ ༤ དང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༥ རེས་གཟའ་ལྷག་དཀར་ཉིན་ཕན་དགའ་ལྷན་བྲི་ཐོག་ ༡༠༧ པ་བྲི་  
 རྒྱུ་བཟང་བསྟན་འཛིན་པས་ལྷག་བསམ་དང་བཞེན་པོས་སྤེལ་བ་དགེའོ། །



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལོའི་ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༡༢ ཉིན་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྟུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཨ་སི་ཏེ་རི་ཡའི་གྲོང་ཁྱེར་ཕྱེ་ཡེ་ནའི་སན་ཏེ་སི་ཏེ་ཟློན་སི་ཡེ་གུའི་  
 ལྷ་ཁང་དུ་ཆིབས་སྐྱུར་སྐབས་ཐེབས་བསུ་བྱ་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཚོས་འབྲོར། དགའ་ལྷན་ལོ་བྱང་།



**སྐྱབས་རྒྱུ་ལོ་ལྷན་པའི་འབྲུག་མཚོ་གཞི་གིས་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་  
རྒྱུ་གསུང་བཤད་གནང་བ།**

༡༡། འཛམ་གླིང་གི་བདེའི་དེད་དཔོན། ཁ་བ་རི་པའི་ལྷ་སྐུལ། ཡུག་ན་པ་རྩོམ་ཡི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ང་རང་ཚོའི་ཡལ་ལོང་ས་  
ལ་སྐྱབས་མགོན་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོ་གཞི་གི་སྐུ་ཚེའི་ནང་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་བཞེས་ཡོད་པ་རེད།  
དེའི་རྒྱུ་མ་ལུ་གོང་ལ་སྐྱབས་རྒྱུ་དེའི་མགོ་མཁུན་བཅུ་རིན་པོ་ཆེས་ང་ཚོར་གསུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་གིས་འདིར་ལུ་འདོད་བྱུང་།  
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ རྗེས་ལ་དེའི་མགོ་མཁུན་བཅུ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱེད་ས་རྗེས་ལ་གོང་ས་མཚོ་གཞི་ལ་མཇུག་ཁ་ཐོག་མ་ལུ་བར་  
ཕྱེད་ས་སྐྱབས། གཟུངས་ཚུང་ནང་མ་ཕྱེད་ས་གོང་ད་ཆ་པོད་ནང་ལ་གནས་སྡེ་ས་ཐབས་དུགས་དེ་རྣམས་བྱིག་བྱུང་རྗེས་ལ་གོང་  
ས་མཚོ་གཞི་གི་ཞལ་མཛུགས་གང་འདྲ་ཡོད་དམ་སྐྱམ་པའི་སློབ་ཡེད་ཕྱན་བྱ་བྱུགས་ལ་འབྲུངས་པ་གསུང་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ཡིད་  
བཞིན་ཞོར་བྱ་སྐྱེད་དོས་མཇུག་སྐྱབས་བྱུགས་ལུ་མ་པའི་རྣམ་པ་ཅུ་བ་ནས་མེད་པ་མཇུག་སྐྱབས་རིན་པོ་ཆེའི་བྱུགས་ལ་དངོས་  
གནས་བྱུང་བྱུང་སེམས་དཔའི་བྱུགས་བསྐྱེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་རེད་འདྲུག་དགོངས་ནས་བྱུགས་ལ་ངོས་ཤེས་དང་དད་པ་  
སྣག་པར་དུ་སྐྱེས་སོང་ཞེས་དེ་འདྲ་གསུངས། དེར་བརྟེན་བདག་ལྷ་བྱས་ས་ལ་གནས་པའི་བྱུང་བྱུང་སེམས་དཔའི་ཆེན་པོ་ཁོང་  
ལྷ་བྱའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའི་རྒྱུ་ལ་འབྲུག་བཤད་ལུ་རྒྱ་རྩེར་བ་ད་ཅང་ཁག་པོ་རེད། འོན་ཀྱང་ཐངས་འདིར་སྐུལ་ལོ་མ་  
རྒྱུ་ཚམ་ཡོངས་བྱུང་གསལ་བསྐྱགས་གནང་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་རྣམ་པ་བཞིའི་རྒྱུ་ལ་རང་གི་གང་ཤེས་རོབ་ཚམ་  
ཞིག་ལུས་པ་ཡིན་ན། དང་པོ། ཡལ་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཞི་གིས་འཛམ་གླིང་གོ་ལ་འདི་ལོ་སྤྱིར་དུ་དུས་རབས་ཉི་  
ལུ་པའི་ནང་འབྲུག་ཚོར་ལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་ཚོ་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་མི་ཡིས་བཟོས་པ་ཡིན་ཅང་དེ་ལས་  
རྒྱུ་ལ་འདི་ཆེད་དུ་དམ་བཅའ་དང་པོ་དེ། འགྲོ་བ་མི་ཡི་བརྒྱུད་ལ་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་སྤེལ་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ལ་  
རབས་བཟང་སྤྱོད་དེ་སྤེར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཡིན་ནའང་རེད། ཁྱིམ་ཚང་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། རྒྱུད་རྒྱུག་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་  
ཡིན་ནའང་རེད། ཚོགས་པ་ཁག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། གང་ལྟར་ཆེ་ས་ནས་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་མ་བདེ་བ་གང་བྱུང་བའི་ང་  
རང་ཚོའི་ངན་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། ང་ཚོ་ཚང་མའི་རྒྱུད་ལ་བཟང་སྤྱོད་སྤེལ་ཆེད་ཡལ་ལོང་ས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཞི་གིས་བྱུགས་འབྲུང་ཆེན་པོ་བཞེས་གནང་བ་རེད། བྱུགས་འབྲུང་བཞེས་པ་ཚམ་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་གི་ས་  
ཕྱོགས་གང་དུ་ཆིབས་སྐྱུར་བསྐྱུངས་ཡང་ཚང་མར་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བྱུགས་དང་སྤྱིར་བཏོན་ཉམས་  
ལེན་བྱ་རྒྱུ་མཚོན་བཀའ་སྤྱོད་རབས་དང་རིམ་པ་མང་པོ་སྐྱུལ་དང་སྐྱུལ་བཞིན་ཡོད། བཀའ་སྤྱོད་སྐྱུལ་བ་ཚམ་མ་ཟད། སྤྱོད་  
བྱ་དང་མཐོ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དམིགས་སྤོང་དམིགས་བསམ་གྱི་གོ་བདེའི་ལམ་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུའི་བཀའ་སྤྱོད་དེ་འདྲ་  
ཡང་སྐྱུལ་ཡོད། གང་ལྟར་འཛམ་གླིང་འདི་ལོ་མི་དེ་ཚོའི་གཤིས་རྒྱུད་བཟང་པོ་གོང་མཐོར་སྤེལ་ཐབས་ལ་རྒྱུ་ཆེན་གྱི་མཇུག་  
རྗེས་བཞག་གནང་བའི་དག་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་མཇུག་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདི་རེད་ལུ་རྒྱ་ལོན།

གཉིས་པ་དེ་ལ། ཡལ་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཞི་གི་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཚོས་ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་ལ་མཐུན་སྦྱོལ་དགོས་  
པ་དེ་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་གཟིགས་བཞིན་ཡོད། དེ་དངོས་བདེན་རང་རེད། དཔེར་ན། དང་སང་འཛམ་གླིང་ལུ་ལ་སྤྱོགས་  
གང་སར་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཕན་ཚུན་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ཞིང་དེ་ལ་བརྟེན་པས་མི་གསོད་  
ཁྲག་སྤྱོར་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་དང་འདྲུང་བཞིན་པ་དེང་སང་འཛམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཚོའི་ནང་ཚང་མས་

མཐོང་ཚོས་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་གནད་དོན་དེ་དུ་ཅང་གལ་འགངས་ཅན་གྱིས་  
ལ་གཟེགས་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་དོན་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ཇི་འདྲ་གིས་ནང་ཆེབས་རྒྱུར་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་སྤོངས་ཅན་འདྲ་ཚོས་  
ལྷགས་ཚང་མ་འགོ་བཅིའི་བདེ་དོན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱམས་པ་དང་། བརྩེ་བ་བསྐྱུན་རྒྱུ་ཡིན་པ་ནི་ཚོས་ལྷགས་ཚང་  
མའི་ནང་གཅིག་མཚུངས་གསུང་ཡོད་པ། དེ་འདྲའི་དཔེ་དེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་  
གསལ་བཤད་མཛད་པ་མ་ཟད། དེ་སྔ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ལྟར་ནད་མུག་དམག་འབྲུག་གི་དུས་འདྲའ་བ་དེ་འདྲ་མིན་  
པར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་སྐབས་འདིར་ནད་མུག་འབྲུག་ཚོད་མེད་པ་དང་། འཛམ་གླིང་ལ་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་པའི་དོན་  
དག་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཕན་པ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་མཐུན་སྒྲིལ་  
ཤེད་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་ཐེབས་ཡོད། དེ་ལྟར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གཞིན་སྐྱེལ་དེ་ལྟར་མཛད་འབྲས་སུ་ད་ཆ་  
དངོས་ཡོད་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྒྲིལ་ཡག་ཏུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་དངོས་  
སུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ཚོས་ལྷགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་སྤྲོད་འདྲ་བོ་དེ་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཕན་ལུས་  
ཆེན་པོ་གིས་རྒྱུད་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་སྐུལ་ནས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་  
མཐུན་ལམ་ཡག་ཏུ་ཡག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་དེ་ང་རང་ཚོ་ཚང་མས་མཐོང་ཚོས་སུ་གུར་བ་དེ་འདྲ་རེད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ་དེ། སྤྱིར་བཏང་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ང་རང་ཚོ་བོད་མིའི་ལྷ་སྐུལ་ཡིན་པར་བརྟེན་  
གཞིས་ཤེས་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་སློབ་གཏད་ལྷུ་ཡུལ་དེ་ཡལོང་ས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཉག་གཅིག་ཆགས་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱང་གཞིས་ཤེས་བོད་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་དགོངས་ནས་བོད་ཀྱི་  
སྐད་ཡིག་དང་། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཁོར་ལུག་དང་བཅས་པར་ཕན་ཐོགས་ཆེད་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་མཛད་ཁུར་བཞེས་  
གནང་མཛད། ཐུགས་ཁུར་བཞེས་པ་ཅུ་མ་ཟད། ཤེས་འཕྲོར་བོད་མི་ཚོར་གཞིས་ཆགས་དང་སློབ་བྲལ་གསར་འཛུགས་མཛད་པ་  
དང་། ང་རམ་ས་ལས་གཙོས་ས་ཁུལ་གཞན་མང་པོར་ཡན་ལག་སྒྲུབ་ཅིས་ཁང་བཅུགས་པ། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་  
ལ་སོགས་པ་གསར་བསྐྱུན་མཛད་ཡོད། གང་ལྟར་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ། ཚོས་དང་རིག་གཞུང་དུ་ཅང་ཡར་རྒྱས་ཆོག་ས་  
ཚུད་གཏོང་གནང་མཛད་ཡོད་པ་ནི་ཀུན་གྱི་མཐོང་ཚོས་ཡིན། དཔེར་ན་ང་རང་གི་ཉམས་སྤོངས་ཐོག་ནས་ལུས་པ་ཡིན་ན།  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལྷགས་ངས་དེ་ལ་མགོ་མཁྱེན་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་ཞབས་ཕྱི་ལུས་ནས་ཡུ་རོབ་དང་ཨ་རི་སོགས་གང་སར་  
འགྲོ་སྤྱོད་ཡོད། ལྷགས་དེ་དུས་བོད་པ་ཡིན་བརྗོད་སྐབས་བོད་དང་བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་སྒྲོར་ལ་ཤེས་རྟོག་ཡོད་མཁན་དུ་ཅང་ཉུང་  
ཉུང་རེད་འདྲུག་གསུང་ཚོས་སྐབས་ཚོས་ལུ་བ་པལ་མི་ཆེ་ལས་མེད་འབྲམ་པོ་ (HIPPI) དེ་འདྲ་མ་གཏོགས་མེད། ཕྱིས་  
སུ་ཡལོང་ས་མཚོག་གི་མཚན་སྟན་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་ལ་ཁྲུབ་པར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་བོད་པ་ཡིན་བརྗོད་སྐབས་ག་བར་ཕྱིན་ཡང་ཚང་  
མས་དགའ་མོས་ཤེད་ས་ཞིག་དང་། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ལ་མཐོང་ཆེན་པོ་གིས་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད་ཉི་མ་ལ་ཡའི་བོད་  
བརྒྱུད་ནང་པ་ཚོ་ཡང་དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་ས་ཕྱོགས་གང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་མཐོང་ཆེན་པོ་ཤེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
ཡ་སྐྱེ་མཐུན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད། ཕྱོགས་མཚུངས་ཚོས་ལ་དེ་སྤྱང་  
ཤེད་མཁན་དེ་ཚོའང་སྔ་མ་དང་མ་འདྲའ་བར་དེར་སང་མཁས་དབང་དང་། ལྷག་པར་ཚན་རིག་པ་དེ་ཚོས་དེ་སྤྱང་བྱས་ནས་ང་  
ཚོའི་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་དེ་གང་ལ་གང་འཚམ་གྱིས་འཛམ་གླིང་ནང་ཁྲུབ་གདལ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་ང་ཚོ་ཚང་  
མས་མཛལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེད།



མཐའ་དོན་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ། ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་སྐུལ་བ་ལྟར་དཔལ་  
རྒྱ་ལེན་འཇུག་ལྟར་འབྲང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཤིང་གི་དཔོངས་བཞེས་མཐའ་མ་དེ་ལ་རྒྱ་ལེན་འཇུག་གི་ལྷན་ཁག་དེ་དང་རང་ཚོའི་བོད་ལ་  
དར་བ་ནས་ད་ལྟ་བར་མ་ཉམས་པར་བོད་པས་བདག་པོ་བརྟུན་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལེགས་བཤད་དེ་དག་སྐར་ཡང་ཉམས་གསོ་  
བྱ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་གཟེགས་ནས་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས། དཔལ་རྒྱ་ལེན་འཇུག་  
ལྷན་ཁག་གི་གཞུང་ཆེན་ལ་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུ་དེ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཆེད་དུ་མིན་པར་འཇུག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ལྷན་ཁག་གི་  
ཡོད་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྐུལ་ཞིང་། འཇུག་གི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་གལ་ཆེན་པོར་བརྟེན་ནས་བོད་མིའི་དཔོན་ལྷན་ཁག་  
དེ་དག་ནང་དུ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་སྤྱིར་བཏང་གི་ཁ་འདོན་དག་སྤྱོད། སྤོང་ཉམས་ལེན་ལ་སོགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་  
གིས་མ་ཚིམས་པར་ནང་པའི་ལྷན་ཁག་གི་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་དཔོངས་པ་མ་ཟད། ལྷན་ཁག་དེ་ཡང་  
དེང་དུས་ཀྱི་རྒྱུ་ཕྱིན་པའི་ཚན་རིག་པ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་སོགས་དང་མཉམ་འབྲེལ་གིས་སློབ་གཉེར་ཚུགས་ཐུབ་  
ཐབས་ལ་ཐུགས་སྐྱོར་ཆེན་པོ་བཞེས་གནང་མཛད། གནད་དོན་འདིའི་སྐོར་ལ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཁྲུངས་ལྟར་དུ་སྐབས་པར་  
རྒྱུ་ཕྱིན་པའི་ཚན་རིག་པའི་ལམ་སྲོལ་ལ་བསྟན་དགོས་པ་མེད། ཅེས་གསུང་མཁན་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་གང་འཚམ་ཡོད།  
སྤྱིར་བཏང་ནང་པའི་ལྷན་ཁག་དེ་དག་དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་པས་རྒྱུ་སྐྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་ཁག་ཡང་དག་ཞིག་དུ་བསྐྱབ་དགོས་  
པ་མེད་ཀྱང་། བདག་ཅག་གི་སྤོང་པ་བཅོམ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་སུ་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་སྟེ་  
ཚོགས་ཕྱག་བསྟར་གནང་བ་བཞིན་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདིར་ཚན་  
རིག་གི་ལྷན་ཁག་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་དུས་རབས་ཞིག་ཡིན་སྐབས། ཚན་རིག་དང་ནང་པའི་ལྷན་ཁག་གཉིས་ཀྱི་དབར་ཇི་ཙམ་སྟེ་  
ཐག་ཉེ་པོ་ཆགས་པ་དེ་ཙམ་གིས་འགོ་བཟུང་ཡི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོང་བར་གཟེགས་གིང་། རྒྱ་ལེན་འཇུག་ཚོས་  
བརྒྱུད་ཀྱི་ལྷན་ཁག་དེ་རིགས་ལམ་ངོ་མ་མེད་པས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལྷན་ཁག་ཞིག་ཡིན་དུས། ལྷན་ཁག་དེ་ཉིད་གནའ་རབས་ཀྱི་ལམ་  
སྲོལ་རྒྱུང་པ་ཞིག་གིས་མིན་པར་རིགས་ལམ་དང་མཐུན་པའི་སྤོང་ཉམས་ཉར་ཚོགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་  
ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཐེབས་པ་མ་ཟད། ཕྱག་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཞིག་མཛད་ཡོད་པ་ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་ཤིང་། སྤྱི་རྒྱལ་  
ཀྱི་ཚན་རིག་མཁས་པ་མང་པོ་དང་ལྷན་དུ་ལྷན་ཁག་གིས་མཚོན་བརྗོད་གཞི་འདྲ་མིན་ཐོག་ལ་བགྲོ་སྐྱོང་རིམ་པ་མང་པོ་མཛད་པ་  
དང་། ལྷན་པར་དུ་སྤྱི་རྒྱལ་མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་དབང་ཅུའི་ཚན་རིག་ (NEUROLOGIST) ཟེར་བ་  
དང་ཀོན་ཏུམ་གི་རྣམ་གཞག་ (QUANTUM THEORY) ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་ཕྱིན་པའི་ཚན་རིག་པས་གསར་གཏོད་  
བྱས་པར་གྲགས་པ་དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་ང་རང་ཚོའི་ནང་ཚོས་ནང་ལོ་ངོ་ཉེས་སྤོང་ལྷན་ཁག་གི་སྤོང་ཉམས་  
གསུང་བེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་སྐབས། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཐེ་བའི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་འཇུག་ཚོས་བརྒྱུད་འདི་ཉིད་དབང་རྩོད་ཚོས་ཀྱི་  
རྗེས་འབྲངས་ཏེ་རིགས་ལམ་རྣམ་དག་གི་ལམ་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལྷན་ཁག་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། ཚན་རིག་དང་ནང་པའི་  
ལྷན་ཁག་ཕན་ཚུན་གོ་བསྟར་དང་བརྗེ་ལེན་གནང་ནས་འཇུག་གི་འདིའི་ནང་ལ་དངོས་གནས་དང་གནས་ཀྱི་ཕན་པ་ལྟམས་ཆེན་  
ཞིག་སྤེལ་ཐུབ་པ་ཙམ་མ་ཟད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཚོས་ལུགས་དེ་ལྟ་གསོལ་འདྲེ་མཚོད་བྱེད་མཁན་གི་ལམ་ལུགས་ཙམ་  
ལ་ཚོས་ལུགས་ཞེས་པའི་མིང་ཐོགས་པ་དེ་འདྲ་མིན། དོན་དངོས་ཐོག་རིགས་ལམ་མམ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཡིན་པ་ནི་ཁ་  
ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གསལ་དུ་གསལ་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་འདྲའི་དུས་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་  
ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་པ་དེ་བོད་མི་རིགས་ཙམ་གི་ཆེད་དུ་མིན་པར། འཇུག་གི་འགོ་བཟུང་སྤྱི་ཚོགས་  
ཡོད་པ་དང་། ཕན་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཡོང་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་ཞིག་ཡིན་པར་བསམ་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་འདིར་གང་བཀོད་པ་ནི་ལ་ཤོང་

ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་རང་ཉིད་ནས་གང་ཤེས་མདོར་ཅམ་ལུ་ལུ་ཡིན།  
 ཚང་མར་ངའི་ངོས་ནས་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཉམས་བདེ་ལེགས་ལུ་རྒྱ་ལྷོ་ཡིན། ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡། རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཉིན་སྤྱོད་ལོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷའི་གསར་པའི་  
 སུ་ཚྲིའི་སྐྱེ་ཁང་ནི་ངོ་ལུ་དོན་ཆེ་ལན་ནང་སློན་ལམ་གསུང་འདོན་མཛད་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཆོས་འབྱོར། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་།



## ལུ་དཀར་བསྟན་པའི་གཙུག་རྒྱུ་སྐབས་ཇི་སྟེ་སྤོང་རིའི་བྲི་འཛིན་རིག་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་གསུང་བཤད་གནང་བ།

༡། བློག་མར་སྐྱ་བརྟན་འདི་གསུམ་གཞིགས་གནང་མཁའ་ཡོངས་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་བློན་བདེ་ལེགས་ལུ་རྒྱ་ཡིན།  
 ཚང་མས་མཁའ་གསལ་ལྟར་འདི་ལོ་ནི་སྤྱི་ཚེས་ ༧་ལོང་ས་ ༧་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ཞིག་སྤྱང་བརྟེན་བཞིན་པ་རེད། དེའི་ཆ་ཤས་སྤྱད་ལོའི་ཕྱི་ཟླ་ ༡༠ པའི་མགོ་སྤོང་དུ་མཁའ་དབང་དང་གནང་ཡོད་མི་སྟེ། ཆེད་  
 ལས་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་གནང་འདྲིན་ལུས་ནས་དུ་ལམ་བརྟུན་ལ་བྱུང་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་གསུང་  
 བཤད་གོ་སྐྱོད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཆོས་རིག་བཀའ་སྤོང་བརྟུན་དེ་དང་འཕའ་ལྟུང་ལྟུང་བའི་ཐུགས་  
 བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་སྐྱད་ཆ་ཞིག་བཤད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བཀའ་མངགས་གནང་འདུག ད་དང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་  
 དེའི་སྐོར་ལ་བཤད་རྒྱུའི་ཉམས་སྤྱོད་དང་ཤེས་ཡོན་སོགས་གང་སྤྱིའི་ཐད་ནས་མེད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚེས་ ༧་ལོང་ས་ ༧་སྐབས་  
 མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཆོག་ཁ་ཤས་ལུ་རྒྱ་རྒྱུར་འབད་བརྟེན་ལུ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་ཚེས་ ༧་ལོང་ས་  
 ༧་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དེ་གང་རེད་བརྗོད་ན། དང་པོ་དེ་འགོ་བཅིའི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་  
 རས་འགོ་བཅིའི་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་ཐུགས་ཁྲབ་དང་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ། གཉིས་པ་དེ་ཆོས་པ་ཞིག་  
 ཡིན་པའི་ཆ་རས་འཛམ་གླིང་འདིའི་བློག་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་ཚང་མར་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྷ་སྒྲུང་གི་བློག་ནས་བརྟེན་བཀའ་དང་།  
 དེ་བཞིན་ཆོས་ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་དམ་བཅའ་བཞི་ལྱོད་ཀྱི་ཡོད། གསུམ་པ་དེ་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་རས་  
 བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་། བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ལ་སོགས་པ་སྤྱང་སྤྱོད་དང་བདག་གཉེས། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་  
 པ་སྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དང་། བཞི་པ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དང་། ལྷག་པར་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱའི་ཆོས་བརྟུན་དེ་བོད་  
 གངས་ཅན་གྱི་སྤོངས་སྤྱད་པའི་བོད་བརྟུན་ནང་བསྟན། ས་དགོ་བཀའ་རྙིང་། རྩོ་ནང་། ཞི་བྱེད་བོད་འཕེལ་སོགས་པ་མང་པོ་  
 ཞིག་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། རིག་གཞུང་དེ་དག་བར་ལམ་རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཆགས་བྱུང་བར་བརྟེན་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་  
 དང་། རྒྱ་གར་རང་དུ་འཛིན་སྤོང་སྤོང་སྤོང་གསུམ་ཐུབ་རྒྱུ་དམ་བཅའ་བཞི་མཛད་བཞིན་པ་དེ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་  
 ཡིན། དེ་འདྲའི་དུས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤོང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་གསུང་གི་ཡོད། བར་  
 སྐབས་ཞིག་ལ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤོང་ཉམས་ཆགས་སུ་ཕྱིན་ནས་འགོ་བཅིའི་སྐྱོད་གཙོས་པའི་འགོ་བཀའ་ལ་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་  
 ཞིག་འཕྲད་པར་བརྟེན་མིས་བཟོས་པའི་རྣམས་བསྐྱེད་མ་ཞིག་ཡོང་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། འདས་པའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་  
 རང་ལ་འཛམ་གླིང་དུ་དམག་ཆེན་ཐེངས་འགའ་ཤས་ཞིག་བྱུང་ནས། འཛམ་གླིང་ནང་ཕ་མེད་ཀྱི་དུ་ཐུག་མང་པོ་ཞིག་ལྷག་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་ནུ་འཁོགས་མང་པོར་ལྷ་སྤོང་དང་བདག་པོ་རྒྱག་མཁའ་མ་རག་པ་སོགས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད།  
 དཀའ་ངལ་དེ་དག་མིས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་སྐབས་དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཡང་མིས་སྐྱོན་དགོས། དེ་སེལ་  
 རྒྱུར་བཟང་སྤོང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས། བཟང་སྤོང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་བསྐྱེད་པར་འཛམ་གླིང་འདིའི་  
 རྙིང་མི་འབོར་དུ་ཐུར་བདུན་རྒྱ་ལྷག་གིས་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། ཁས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པའི་བཟང་སྤོང་ཅིག་ལམ་སྟོན་  
 གནང་དགོས་སྟེ་སྐབས་ཆོས་ལུགས་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་རྒྱུ་རྒྱུ་བློག་ནས་ཡོང་ཤེས་ཐབས་བྲལ་བར་བརྟེན་ལོང་ས་ ༧་སྐབས་  
 མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤོང་གསུང་པ་རེད། ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤོང་

དེ་ད་ཆ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཏེ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་ཤེས་ཡིན་ཞེ་ཚེན་གྱི་ཁོངས་སུ་བཅུག་ནས་ད་ལྟ་སློབ་  
ཚན་བཟོ་སྒྲིག་ཙམ་མ་ཟད་འཇམ་བུ་སྒྲིང་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་སློབ་བྱིད་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚོས་ལུགས་  
ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སློབ་ཅེས་པ་དེ་དག་ཚང་མའི་ཚོགས་དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཟེར་ན།  
འཇམ་བུ་སྒྲིང་འདྲིའི་མི་དུང་ལྷུར་བདུན་ཅུའི་ནང་དུ་ཚོས་ཁས་ལེན་མཁུ་དང་། ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁུ་སྤྱོད་གཉིས་ཡོད་  
གི་ཡོད་པ་དེ་དག་ཚང་མས་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ། ཚོས་འདོད་རུང་མི་འདོད་རུང་བཟང་སློབ་དགོས་པ་དེ་གཅིག་པ་རེད།  
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སློབ་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཚོས་ལུགས་ཁག་ནང་བཟང་  
སློབ་ཀྱི་བསྐབ་བྱ་དེ་དག་མ་གསལ་བ་མེད། ཡིན་ནའང་ཚོས་ལུགས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཚོས་ལུགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་དུ་བྱས་  
པ་ཡིན་ན། ཚོས་ལུགས་ཁས་མི་ལེན་མཁུ་ཚོས་ངོས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་དང་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་དེ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྐབས།  
གཙོ་བོ་དེ་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སློབ་བརྟེན་དགོས་པ་དེ་དེ་འདྲ་ཡིན་གྱི་རེད། སོ་སོའི་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་སྐབས་དེ་  
འདྲ་རེད། སྤྱིར་བཟང་སློབ་ཅེས་པ་དེ་སློབ་མའི་བོད་པ་ཚོས་མི་སློབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། མིའི་སློབ་པ་ཟེར་དུས། རྣམ་རྒྱུ་དང་  
ཚོས་མི་སློབ་ལས་འདས་སོང་བརྗོད་དུས་སློབ་པ་མ་རབས་འབྲེལ་གྱི་ཡོད་ན་དེར་མི་སློབ་ལས་འདས་སོང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་རེད།  
མི་སློབ་དང་མི་ཚོས་ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། མི་ཚོས་དེར་ཡང་མི་ཚོས་གཙང་མ་བཅུ་དུག་ཅེས་བཟང་སློབ་ཀྱི་སྐོར་ལ་མང་པོ་  
ཞིག་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚོས་ལེན་པའི་ནང་པའི་ཚོས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། དམིགས་བསལ་གྱི་བཟང་སློབ་ཀྱི་སྐོར་ལ་བསྐབ་བྱ་ད་ཅང་གི་  
གཏོང་བཟང་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད། དེའི་ནང་དུའང་ནང་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐོར་གི་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྐོར་ངོས་འཛིན་དང་། སློབ་རིག་  
ཤེས་གསུམ་ངོས་འཛིན་ནས་བཟང་སློབ་ཀྱི་སྐོར་ལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད། རྣམ་རྒྱུ་སྤྱི་ཚོར་ཡག་པོ་ལ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་  
མཚོགས་གིས་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དེ་ལ་སྤེ་ཚེན་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཡི་ཡོད། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤེ་ཚེན་གཅིག་ཚེན་རིག་གི་སྤེ་ཚེན་  
གཅིག་དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་གྱི་སྤེ་ཚེན་གཅིག་བཅས་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤེ་ཚེན་དེ་ཚོས་ལུགས་པ་རང་གིས་སློབ་རྒྱ་  
ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཚོས་ལུགས་སྤེ་ཚེན་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། གཞི་དང་། ལམ། འབྲས་བུ་ཞེས་  
གཞི་ཉམས་སུ་ལེན་སྐབས། གཞི་དེ་ལ་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་སྐབས།  
ལམ་དེ་ཉམས་སུ་སྐབས་ན་འབྲས་བུ་གང་འདྲ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤེ་ཚེན་དང་། དེ་དག་  
ཚོས་ལུགས་པས་སློབ་སློབ་བྱ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས་ཚོས་ལུགས་མི་འདོད་མཁུ་གིས་དེ་ཁས་ལེན་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།  
དེ་ནས་ལྟ་བུ་གྱི་སྤེ་ཚེན་དང་། ཚེན་རིག་གི་སྤེ་ཚེན་དེ་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤེ་ཚེན་དུ་བཞག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཁས་ལེན་མཁུ་དང་མི་  
ལེན་མཁུ་གང་ཡིན་རུང་ཚང་མས་སློབ་སློབ་བྱ་རྒྱུའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤེ་ཚེན་ཞིག་ཏུ་བཞག་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་  
བཀའ་གནང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཚོན་ན་འཇམ་བུ་སྒྲིང་ནང་ལ་ཁམས་དང་མོས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས་ལྟ་བུ་  
འདྲ་མི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་གི་རེད། དཔེར་ན། བདག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དང་། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་  
ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་དག་ཤེས་ཡིན་གྱི་ཐོག་ནས་སོ་སོ་ལ་སློབ་སློབ་རྒྱུ་དེ་ཚོའི་  
ཐོག་ནས་ཀྱང་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚེན་རིག་གི་སྤེ་ཚེན་དེ་ལ་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཐོག་ནས་བཏག་དབྱེད་བྱ་རྒྱུ། དཔེར་ན།  
མཛོད་ཀྱི་ནང་ལ་རྩལ་ལྡན་གྱི་གནས་སྐབས། རེ་རབ་ཆགས་སྐབས། དེ་བཞིན་ཉི་ཟླའི་འཁོར་འགྲོལ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ནས་  
སྤྱི་ལོ་དངོས་པོ་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ། ནང་  
པའི་སེམས་ཀྱི་ཚེན་རིག་ནང་སེམས་ཀྱི་ཚེན་རིག་ཅེས་པ་དེར་ག་རེ་ཡོད་གི་རེད་ཟེར་ན། སློབ་རིག་ཤེས་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་  
ཡོད་གི་ཡོད། སློབ་རིག་ཤེས་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དེ་ཚོར་སེམས་དང་སེམས་འབྲུང་གི་སྐོར་ལ་ད་ལས་པའི་

ག་རྒྱུ་པོ་དང་གཏིང་ཟབ་པོ་ཡིད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ལ་ང་ཚོའི་བཟང་སྲོད་ལ་ཆ་བཞག་ན། དགེ་བ་བརྒྱ་དང་། དེའི་ལྷོག་  
ཕྱོགས་སུ་མི་དགེ་བ་བརྒྱ་ཡིང་གི་ཡིད། དགེ་བ་བརྒྱ་ཞེས་པ་དེ་དག་ཚང་མ་བཟང་སྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་  
རྒྱལ་རྒྱུ་ལས་སྐྱོ་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ་ཚུ་གཅིག་གི་ནང་ནས་ཚུ་ཉོན་དུག་ ཉོན་མོངས་པའི་དུག་ལྟ་  
དང་དུག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དང་། དེའི་བཟང་སྲོགས་དང་ངན་སྲོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་དག་འབྲེལ་བཤད་ཡང་ཡིང་གི་  
ཡིད། དཔེར་ན། དགེ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། གཙོ་བོ་ཀུན་སྲོད་གི་ཐོག་ནས་ཡིང་གི་ཡིད་ལ། ལུས་ངག་གི་སྲོད་པའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་  
ཡིང་གི་ཡིད། དེའི་ཐོག་ནས་མི་དགེ་བ་ལྟ་བུ་ཆ་བཞག་ན། ལུས་ངག་གི་སྲོད་པ། དཔེར་ན། ལུས་ལ་གསུམ། ངག་ལ་བཞི།  
ཡིད་ལ་གསུམ་བྱས་ནས་དེ་བཞིན་དགེ་བ་བརྒྱ་དེ་འདྲ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། སྲོག་གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་ན།  
སྲོག་གཙོ་བོ་པ་ཞེས་པ་དེ་གཞན་གྱི་ཚེ་སྲོག་འཚོ་བཞིན་པ་དེ་འཚོ་རུ་མ་བརྒྱལ་པར་སྲོག་འཕྲོག་འགྲོ་གི་ཡིད། དེ་ཉེས་སྲོད་ཅིག་  
ཆགས་ཀྱི་ཡིད་པ་རེད། སྲོག་གཙོ་བོ་པ་དེ་ལ་ཞེ་སྤང་། འདོད་ཆགས། གཏི་ལྷན་ ང་རྒྱལ་གང་གི་ཐོག་ནས་སྲོག་གཙོ་བོ་ཀྱི་ཡིད་  
སྐབས་དེ་ཉེས་སྲོད་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། ང་ཚོས་བཟང་སྲོད་ཟེར་དུས་གཙོ་བོ་དེ་བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བཞག་ཉེས་གཞིར་བཟུང་  
བའི་ཐོག་ནས། ས་རོལ་པོའི་སྲོག་བརྒྱུ་བྱུ་དཔེར་ན་སྤྲོད་ཁང་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་སྤྲོད་པས་ནད་པའི་སྲོག་སྲོབ་པ་ལ་སོགས་པ།  
སྤྲོད་པས་ནད་པར་སྤྲོད་རྗེ་དང་བྱམས་པའི་ཐོག་ནས་སྲོག་སྲོབ་ཀྱི་ཡིད་པ། དེ་དག་བཟང་སྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེ་བཞིན་དུ་  
ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལས་ལྷོག་སྤོ་དགེ་བའི་སྐབས་སུ་མི་ལེན་ཟེར་གྱི་ཡིད། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་  
ཞེས་པ་དེ་དག་སོ་སོར་མི་དབང་བའི་ཅ་ལག་ཅིག་མིའི་ས་ནས་མིག་གི་མི་མཐོང་ས་ནས་འབྲེལ་ཡིང་བཡིན་ནའང་རེད། མིའི་  
ས་ནས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཉེས་སྲོད་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེ་ཚོ་ཚང་མའི་རྒྱབ་དུ་ཀུན་སྲོད་  
གི་རྒྱབ་སྐྱོང་ས་ལ་སྤྲོད་བཞུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡིང་གི་ཡིད། དཔེར་ན་མཚོན་ཞིག་ལུས་ན། མི་ཞིག་ལ་དུལ་ཡིན་ནའང་རེད།  
ཅ་ལག་ཚུ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་རག་པ་ཡིན་ན། བདག་པོ་དེའི་ཅ་ལག་བརྒྱལ་ས་སྤྲོད་བཞུགས་ཡིང་ས་རེད། དེ་ལ་སྤྲོད་རྗེ་བསམ་  
པའི་ཐོག་ནས་ཅ་ལག་དེ་ཕར་ཕྱིས་སྤྲོད་པ་ཡིན་ན། དེ་དངོས་གནས་བཟང་སྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྲོད་  
ལྟ་བུ་ཡིད། དེ་བཞིན་ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་མི་གཙང་བ་སྲོད་པ། གཙོ་བོ་འདོད་པ་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དེ་ཚོ་རེད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་  
དེ་ལས་ལྷོག་སྤོ་མི་ཆགས་པའམ་བཟོད་བསྐྱེད་གྱིས་བཀའ་བྱུང་བྱུང་བ་ཞེས་དེར་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་།  
བཟོད་པའི་སེམས་དང་ལྡན་ན་དེ་ཡང་བཟང་སྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་མི་དེ་འདྲ་རེད། ངག་གི་སྐྱོན་མི། དཔེར་ན།  
རྩུན། ཚིག་རྩུབ། ངག་འཆལ། སྤ་མ་ཞེས་བཞི་ཡིང་གི་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཉེས་སྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེ་ལས་ལྷོག་སྤོ་བདེན་  
པར་སྤྲོད་པ། རྩུན་མེད་པ། དྲང་པོ་དྲང་རྒྱུ་བ། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རྩུན་བཤད་རྒྱུ་དེ་དག་ཚང་མ་འཛིན་ཉེན་འདོད་ནང་ལ་  
སྲོད་པ་དེ་ལག་པོར་བརྟེན་ལེ་མ་རེད། ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེ་ལག་པོ་ཡིང་གི་མ་རེད་ཅེས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། དེ་བཞིན་  
དེ་ལས་ལྷོག་སྤོ་བདེན་པར་སྤྲོད་པ་དང་དྲང་པོར་སྤྲོད་པ། དེ་འདྲ་བྱས་ན་མིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་། སུ་ཡིན་ནའང་ལས་ཀ་གང་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་མིས་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། ལས་དོན་འགྲུབ་པར་ལས་སྐྱོ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། གཞན་ཡང་ཚོགས་  
རྩུབ་པོ་བཤད་ནས་མིའི་སེམས་ལ་གནོད་པ་གཏོང་གི་ཡིད། རྩུན་རྩུབ། ཚོགས་ལ་མཚོན་ཆ་མེད་ཀྱང་། མི་སེམས་དུམ་བུར་  
བརྟུབ། ཅེས་གསུང་གི་ཡིད། དེ་ཚོགས་རྩུབ་པོར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། དེའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྲོད་དང་འགལ་འགྲོ་བཞིག་  
ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དེ་ལ་ངག་འཇམ་ཞེས་ངག་འཇམ་པོ་ཟེར་ནའང་རེད། ཚོགས་འཇམ་ལ་བཞུགས་པའི་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་  
གསུང་རྒྱུ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ལ་རབས་ཚུལ་ལྡན་གྱི་སྲོད་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་ང་ཚོས་རྩུན་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་པ་རེད།  
དེ་བཞིན་སྤྲ་མ་ཞེས་པ་དེ། མིའི་དབར་ལ་དཀྱིག་ཤིང་རྒྱལ་གི་ཡིད་ནའང་རེད། ས་མ་སྤྲོད་མཚེད་དབར་ལ་དཀྱིག་ཤིང་རྒྱལ་གི་

ཡིད་ནའང་རེད། དེ་བཞིན་བཟའ་ལྷའི་དབར་ལ་དཀྲུག་གིང་རྒྱལ་གི་ཡིད་ནའང་རེད། དེ་བཞིན་དགེ་མཉམ་དང་དགེ་སྤྱོད་དབར་  
ལ་དཀྲུག་གིང་རྒྱལ་གི་ཡིད་ནའང་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཅག་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་ལས་ལྷོག་སྤྱོད་དང་མཐུན་པ་  
ཀུན་དགའ་ལབ་ཀྱི་རེད། ཀུན་ལ་མཐུན་པའི་ཚིག་བཤད་པ་དེ་དག་ཚང་མ་བཟང་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་རེད། དེ་བཞིན་ལམ་ནོར་  
ལ་འགྲོ་གི་ཡིད་པ་དེ་ཚོར་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱལ་པ་དེ་འདྲ་རེད། དེ་བཞིན་ངག་འཆལ་ནི་དོན་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱ་ལས་ལྷོག་  
སྤྱོད་དང་ལྡན་པའི་ཚིག་སྤྱོད་པ་ལ་གོ། དེ་དག་བཟང་སྤྱོད་དང་ངན་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱད་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས། ལྷན་དང་ངག་གི་བདུན་  
དེ་རེད། ཡིད་ཀྱི་སྤོ་ནས་གཙོ་བོ་དེ་ཀུན་སྤོང་ལ་རག་ལས་པ་རེད། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་ཚིག་རྒྱུ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་རེད། ཚིག་  
རྒྱུ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་དེ་ཚིག་རྒྱུ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་སེམས་དེའི་དབང་གིས་རེད། དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་མི་བཞུད་འདོད་  
ཀྱི་རྗེས་འབྲང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། བཞུད་འདོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡོང་གི་ཡིད་དུས། དེ་དག་ཚང་མ་ཀུན་སྤོང་ལ་རག་ལས་  
པ་རེད། ལོང་དུ་ལྷུས་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཚད་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྗེ་བཅུ་བའི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་གང་འདྲ་ཞེས་  
བྱེད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་རེད། རྒྱལ་སེར་རྒྱུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་རེད། ངས་རྒྱུན་བཤད་པར་དང་པོ་མ་བཤད་པ་དེ་ཉེས་སྤྱོད་རེད་  
དེ་འདྲ་མ་བསམ་པ་དང་། ཡང་ན་བྱམས་པས་ཀུན་ནས་མ་བསྐྱངས་པར། ངས་རྒྱུན་བཤད་ན་མི་མང་གི་ཤེས་ཀྱི་ཡིད་མ་རེད་  
ལ་སོགས། རང་ཉིད་སྤྱོད་གསུངས་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་དང་པོ་ཞེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ནའང་། དེ་དག་ཚང་མ་བཟང་སྤྱོད་དང་མཐུན་ཀྱི་རེད་  
དམ་ཟེར་ན། ཏོག་ཙམ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་དང་པོ་སྤྱོད་མཁན་དེ་ལ་ང་ཚོས་མཐོང་སྤངས་ལག་པོ་མཐོང་གི་  
ཡོད། ཀུན་སྤོང་གི་ཐོག་ནས་ཏོག་ཙམ་མི་འདྲ་བ་ཞེས་ཡིད་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་དེ་བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྗེ་གཞིར་  
བཟང་གི་ཐོག་ནས་འགོ་དགོས་ཀྱི་ཡིད་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག སོ་སོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་རང་རྒྱུད་སྤྱོད་  
བསྐྱེད་པ་ཞེས་པ་དེ་རེད། རང་ཉིད་སྤྱོད་བསྐྱེད་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཟེར་དུས་ཆགས་སྤང་ཚོངས་  
གསུམ་དེ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་རྒྱལ་དང་ཕྱག་དོག་བཞག་པའི་དུག་ལྡེ་ཆགས་འགྲོ་གི་རེད། དཔེར་ན་ཞེ་སྤང་འདྲ་པོ་ཞེས་ཡིན་  
ན། ཞེ་སྤང་ལངས་དུས་དེར་བཟང་སྤྱོད་ལས་རྒྱུད་སྤོང་ཆ་ཞེས་རག་གི་ཡིད་མ་རེད། ཞེ་སྤང་ལངས་དུས་བཟའ་གི་ཡིད་ནའང་རེད།  
ཉལ་གྱི་ཡིད་ནའང་རེད། འགོ་གི་ཡིད་ནའང་རེད། གང་ལྟར་སོ་སོ་ལ་མ་སྤྱོད་པ་ཞེས་དང་། བསམ་སྤོང་ཡིན་ནའང་གཏོང་མི་  
ཐུབ་པ་ཞེས་ཡིད་གི་རེད་མ་གཏོགས། དེའི་རྒྱལ་སྤོང་ལས་དོན་གཞན་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷན་ལྱུང་བའི་ལྷན་ལྱུང་མེད་པ་ང་ཚོའི་  
ཉམས་སྤོང་གི་ཐོག་ནས་མཐོང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་བྱམས་པ་རེད། བྱམས་པའི་བསམ་པ་དེ་བྱས་  
པ་ཡིན་ན། བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་རྩ་ལ་མ་དེ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ལ། དཔེར་ན། འདོད་པའི་  
འདོད་ཡོན་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆགས། ཚིག་ཤེས་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་བྱས། དེ་ནས་འདོད་རྗེས་བྱེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྤྱོད་  
ལ་བར་ཆད་གཏོང་བེར་ནའང་རེད། གཞོད་པ་གཏོང་ལབ་ནའང་རེད། དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེའི་ཁྱབ་  
ཁོངས་སུ། དཔེར་ན། བག་མེད་ཀྱི་ཡོངས་སྤོང་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཆང་དང་ཐ་མག་སོགས་ཤེད་སྤོང་གཏོང་བ། དེ་དག་  
ཚང་མ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་གི་སྤོང་པ་དེ་ཉེས་སྤོང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ལྷོག་སྤོངས་ལ་  
སྤོང་པ་གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ནའང་རེད། སེར་སྤོང་རྒྱ་རེད། གཙོ་བོ་སྤོང་པ་གཏོང་ས་དེ་དག་ལ། ཚོས་ཀྱི་ནང་ལ་སྤོང་པ་གཏོང་  
སྤངས་ཀྱི་སྤོང་ལ་ཚོས་ཀྱི་སྤོང་པ། ཟང་ཟེང་གི་སྤོང་པ་ཞེས་མང་པོ་ཞེས་ཡོད། གཙོ་བོ་ཚོས་ཀྱི་སྤོང་པ་ཞེས་པ་དེ་ཚོ་ཚོས་ཁས་  
མི་ལེན་མཁན་དེ་ཚོས་ཏོག་ཙམ་ཁས་ལེན་དཀའ་རུང་། ཟང་ཟེང་གི་སྤོང་པ་ཟེར་བ་དེ་ཚོས་ཁས་ལེན་རུང་མི་ལེན་རུང་ཚང་མ་  
ལ་དགོས་རྒྱ་ཞེས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་ལ་སྤོང་པ་གཏོང་དུས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་ཞེས་ལ་གཟུགས་  
མེད་མང་པོ་ཞེས་ལ་སྤོང་པ་བཏང་བ་ལས་གཟུགས་ཙམ་གཅིག་ལ་སྤོང་པ་བཏང་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་

ཡོད་དུས། དངོས་གནས་མི་མ་ལུས་པ་དང་། སྤོང་རྗེ་བྱེད་སའི་ཡུལ་དངོས་གནས་དབུལ་པོ་ལབ་གྱི་རེད། ལྷོ་ལོ་མེད་པའི་གང་ཟག་དེ་ཚོར་སྨྱིན་པ་གཏོང་བྱུང་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྨྱིན་པ་གཏོང་བྱུ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་འདུག དེ་བཞིན་རྫོང་ས་པ་གཏི་ལུག་རེད། གཏི་ལུག་དེ་རྒྱང་དོར་གྱི་གནད་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་བཟང་སྤྱོད་ལས་འགལ་བའི་ལས་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ཤེས་རབ། བོན་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་སྒོ་དེ་བསྟེན་དགོས་གྱི་ཡོད། བོན་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་སྒོ་ལབ་ན། རྒྱང་དོར་ལེགས་ཉེས་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་ཤེས་རབ་དེ་ལ་ཤོ་གི་ཡོད། ཤེས་རབ་དེ་སྤོང་སྤོང་དང་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཡར་ཐོན་རྒྱ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ཡང་བཟང་སྤྱོད་ཅིག་ཆགས་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ཕྱག་དོག་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན། མི་གཞན་པའི་ཡིན་ཏན་དེ་ཚོ་སོ་སོའི་སྤོང་རོ་མ་ཤོང་ནས་སེམས་འབྲུགས་འགོ་བ་དང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ཡངས་པ་རེད། ཡངས་པ་ལབ་དུས་ཁོག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ལབ་གྱི་ཡོད། རྣམ་རྒྱུན་པོ་རབ་གྱི་ཁོག་ལ་མདའ་ཤོང་མདུང་ཤོང་ཞེས་པའི་དཔེ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་བསམ་སྒོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་གྲུ་ཡངས་པོ་བྱེད་དགོས་གྱི་རེད། དེ་མིན་ཕྱག་དོག་གི་བྱུང་ཁོངས་ལ་གཞན་ལ་སྐྱར་འདེབས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། སྒོ་འདོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་དུས། དེ་ཚོ་ཚང་མ་བཟང་སྤྱོད་དང་འགལ་བའི་ཉེས་སྤྱོད་ཆགས་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ནང་གི་ཚན་རིག་ལབ་ནའང་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བཟང་སྤྱོད་དེ་འགོ་བཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བཟང་སྤྱོད་གྱི་འགན་འཁུར་དགོས་པ། བཟང་སྤྱོད་དེ་འགོ་བཅི་ལ་མེ་རེ་སེ་སོ་དང་མི་ཚང་མ་ལ་འགན་འཁུར་བ་དང་། དེ་འདྲ་བྱས་པ་ཡིན་ན། འཇམ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཞི་བདེ་སྐྱུན་རྒྱ་ཡིན་ནའང་རེད། འཇམ་གླིང་ཞི་བདེ་དང་བདེ་འཇགས་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་རེད། རྣམ་རྒྱུན་འགན་ཚུན་དང་། འདོད་རྗེ། དེ་བཞིན་རང་རྒྱལ་གཞན་ཕམ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་བཟང་སྤྱོད་དེ་ཉམས། བཟང་སྤྱོད་ཉམས་དུས་ང་ཚོ་ལ་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཚོ་ཚང་མར་ང་ཚོས་དགོངས་པ་བཞེད་ནས་བཟང་སྤྱོད་གྱི་སྐྱོར་ལ་སྤོང་སྤོང་བྱུ་རྒྱ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་ཚོ་ལ་དགོངས་པ་བཞེད་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་སྟེ་སྐྱེ་གྱི་འདུག ཐུགས་བསྐྱེད་དང་པོ་བཟང་སྤྱོད་གྱི་སྐྱོར་ལ་དེ་ཅུ་ཞིག་དང་།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེ། ཚོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་ལ་བརྟེན་བཀུར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཕྱོགས་འཐེན་བྱེད་མི་དགོས་པ་དེ་འདྲ་དགོངས་པ་བཞེས་གྱི་ཡོད། འཇམ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཚོས་ལུགས་གཅིག་གིས་མི་ཚང་མའི་དགོས་མཁོ་སྤོང་བྱུ་ཁག་པོ་ཡིན་དུས། ཚོས་ལུགས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། མའི་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་དང་། ཁམས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དུས་ཚོས་ལུགས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས་གྱི་ཡོད། སྨྱིན་པ་གཞན་རབ་གྱིས། ཇི་སྲིད་འདྲ་ཤེས་ཡོད་གྱི་བར་དུ། དེ་སྲིད་ཐེག་པའི་གྲངས་ལ་ཐུག་མཐའ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་རེད། གདུལ་བྱ་ཞིག་ཡོད་ཚར་དུས་ཐེག་པ་ཡིན་ནའང་རེད། སྒོ་སྒོ་བས་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེ་ལ་སོ་སོའི་དགོས་མཁོ་སྤོང་བྱུ་ཚོས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འཇམ་གླིང་འདྲའི་མི་ཚང་མར་དགོས་མཁོ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་དུས། དེ་རང་ལྟ་མཚོག་འཇོན་ནས། ང་རང་གི་ཚོས་དེ་ཡག་པོ་ཡིན། གཞན་ལ་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་མི་ཡོང་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་རེད། བཀའ་སྤོང་དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡུལ་རིན་པོ་ཆེ་མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གང་གསུངས་ཡོད་ཟེར་ན། རང་ལྟ་ལ་མི་ཆགས་ཤིང་གཞན་ལྟ་ལ་མི་སྤང་བའི་སྤོང་ནས་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་བཞག་འབྱེད་པ་ནི། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་དང་དག་སྤང་སྤངས་པའི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་དེ་འདྲ་

འབྲེད་པ་ཡིན་ན། སོ་སོ་ལ་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུར་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་དག་སྣང་སྦྱོང་བ། རང་པོ་ཚོ་དག་སྣང་སྦྱོང་  
རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་དག་སྣང་སྦྱོང་བའི་ཐབས་དེར་འགྲོ་གི་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་འཇོམ་སྒྲིང་གི་དགོས་མཁོ་ཞིག་  
དང་། ང་ཚོས་མཚམས་མཚམས་ནོར་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད་མ་གཏོགས།  
ང་ཚོས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ། ང་ཚོས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དོན་དུ་འབྲུག་པ་བརྒྱབ། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དོན་དུ་  
འབྲུག་པ་རྒྱག་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ། དེ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས་མིའི་དགོས་མཁོ་མ་ཞེས་སྐྱབ་པ་བྱས། མིས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐྱབ་  
པ་འདྲ་པོ་ཆགས་འགྲོ་གི་འདུག དེ་ཏོག་ཚམ་གོ་ནོར་ཐེབས་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་བཟོ་འདྲ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ཚོས་ལྷགས་  
ཚང་མ་ང་ཚོའི་དགོས་མཁོ་ཞིག་ཡིན་དུས། ཚང་མ་ལ་བརྩེ་བཀྱར་བྱས། ཚོས་ལྷགས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཚོས་ལྷགས་འཆམ་  
མཐུན་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ས་རེད། ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་གྱི་དགོས་པ་ཐུགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེའི་སྐོར་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་དང་། དེ་བཞིན་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ། བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་  
ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུ་ལ་སོགས་པ་བདག་སྦྱོང་གྱི་དགོས་པ་དེ་རེད། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་  
བཅའ་དེ་ལ། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་ཚོས་དེ་ལ་ཕ་མེས་ཡང་མེས་ན་བརྒྱུད་པའི་གཡུང་དུང་པོ་ན། དེ་བཞིན་  
དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་བྱུང་བའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན། གཡུང་དུང་པོ་ན་དང་ཕ་ཚོས་ལབ་ན་ཁོ་རང་ལོ་རྒྱུས་ལུན་རིང་ལྡན་པའི་  
ཐོག་ནས་མི་ལོ་ཆིག་བྲི་བརྒྱུད་སྤོང་ནས་བྱུང་བ་ང་ཚོའི་དཔེ་ཆ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོ་ང་ཚོ་ཚོས་  
ལྷགས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད། ཚོན་རིག་པ་ཚོས་ཉམས་རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་ཞིག་  
ནས་བརྟུན་དཔུང་གྱི་ཡོད་ནའང་ཁོ་རང་ལོ་གསུམ་ག་རེད། ཁོ་རང་ཚོའི་ལྷ་སྣངས་ཤིག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ལོ་རྒྱུས་  
ག་ཚོད་ཀྱི་ལུན་རིང་པོ་ཡིན་ནའང་། དེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་ཅིག་རེད་མ་གཏོགས་དེ་ང་ཚོའི་ཞབས་འདེན་ཆགས་རྒྱ་  
དེ་འདྲ་གང་ཡང་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་འཇོམ་བྱ་སྒྲིང་གི་ཐོག་ནས་དོ་སྣང་  
བྱས། འཇོམ་བྱ་སྒྲིང་ལ་དངོས་གནས་ཕན་བདེ་སྐྱབ་སྤོང་པ་དང་། དགོས་མཁོ་སྦྱོང་བྱུང་བ་དེ་འདྲའི་གཟི་བརྗིད་ཆེན་པོ་ཞིག་  
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་ཚང་མ་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་པ་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དགོས་པ། ཉམས་པ་སྦྱར་གསོ་དགོས་པ།  
དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་འགན་བཞེས་དགོས་ཀྱི་རེད། དེ་ནས་རིག་གཞུང་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་  
དེའི་ནང་ན་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་དེ་གཉིས་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྐད་དང་ཡི་གེ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན། ང་ཚོའི་  
ལོ་རྒྱུས་རྒྱབ་སྐྱོངས་ལུན་རིང་པོ་ཡོད་དུས་ང་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤོང་མའི་བྱུང་རབས་གང་བྱུང་  
རུང་ད་ལྟོ་བར་དུ་བདག་པོ་བརྒྱབ་ཐུབ་པ་དང་། ད་ལྟོ་བར་དུ་གནས་ཐུབ་པ་དེ་མི་རབས་གོང་མ་དང་། མི་རབས་ཆུན་པ་  
ཆམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། ང་ཚོས་མ་འོངས་པའི་མི་རབས་དེ་ལ་ཡང་མར་ཕྱིས་སྤྱད་དེ་མི་རབས་  
ནས་མི་རབས་བར་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་ཐུབ་པ་འབྱུང་གི་རེད། ལྷག་པར་ང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་ཆ་མཚན་ན། རང་པོའི་གཞུང་  
ལྷགས་ནང་ལ། གཡུང་དུང་པོ་ན་ལྟ་བུ་ཐོག་པ་རིམ་དགུ་ཡོད། དེ་འདྲའི་ནང་དོན་ཆ་ཚང་དེ་བོད་ཡིག་ནང་ནས་འགྲེལ་  
བཤད་རྒྱག་ཐུབ་པ་དང་། བོད་ཡིག་གི་ནང་དུ་གསལ་པ། བོད་ཡིག་གི་ནང་ལ་བསྐྱབ་ནའང་སྦོབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ། གང་ལྟར་  
དེང་སང་དཔེ་ཆ་འགའ་ཤས་ཡིན་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག་ནང་བསྐྱར་ཡོད་ཀྱང་བོད་ཡིག་ནང་དུ་ཡོད་པ་བཞིན་འགྱུར་ཏུག་ཏུག་ཅིག་  
སྤོང་གི་ཡོད་དམ་ཟེར་ན། ཞག་པོ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་དུས། དཔེར་ན། བོད་  
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྟ་བུ་རྒྱ་གར་མཁས་པས་བརྩམས་པའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཚུར་བོད་ཡིག་ཐོག་བསྐྱར་པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་  
གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཚང་ལ་མ་ནོར་བ་སྤོང་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་



དེའི་ཡི་གེ་ཅུ་ཆེན་དེ་དག་ཚང་མ་ང་ཚོས་བདག་པོ་བརྒྱབ་ནས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་ལ་ཕྱིས་སྔོན་གྱི་དགོས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་  
རིག་གཞུང་བདག་པོ་བརྒྱབ་ཟེར་ནའང་དེ་རེད། བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་གི་སྐོར་རེད། རི་ཁུ་ནགས། གང་ལྟར་ཁོར་ལུག་དེ་ལ་  
རྒྱུད། བོད་ཀྱི་རྒྱུད་དང་བོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལའ་ནའང་རེད། རི་དང་བོད་ཀྱི་རྩི་ཤིང་ནགས་ཚལ། ས། ས་བཅུད། ས་འོག་གི་གཏོར་  
དེ་ཚོ་བཏོན་པ་ཡིན་ན་ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་བཞིག་འགྲོ་གི་ཡོད། དེར་གཏོར་སྐྱོན་མ་ཐེབས་པ་གྱི་དགོས་ཀྱང་གཏོར་བཏོན་  
པ་དེ་འདྲ་གྱི་དུས་དེའི་དབང་གིས་ས་བཅུད་ཉམས་པས་འབྲུང་བའི་གནོད་པས་ས་འགྲུལ་ཡོང་བ་དང་། རྒྱ་སྐྱོད་འབྲུང་རྒྱུ་འི་  
གནོད་པ་ཞིག་འབྲུང་གི་ཡོད། དེ་དག་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཁོར་ལུག་དེ་དག་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་ལ་ཆ་མཚོན།  
བོད་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་འཇམ་བྱ་སྤྱིང་རྒྱ་ཡི་མགོ་ཁྲུང་ས་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། རྒྱ་གཙང་མ་ཉར་མ་ཐུབ་པར་དེར་  
སྐབས་བཅོམ་ཤོར་བ་ཡིན་ན། འཇམ་སྤྱིང་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་གནོད་འཚོ་འགྲོ་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་བོད་ཀྱི་རྒྱ་  
དེ་ཚོ་གཙང་མ་ཉར་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་མིའི་  
འཚོ་བ་ལ་གཙོ་བོ་རྒྱ་དགོས་རེད། ང་ཚོར་སྐམ་ཟས་དེ་དག་ཉོན་གཅིག་གཉིས་མ་བཟས་ནའང་མི་གནས་ཐུབ་ཀྱི་རེད། ཡིན་  
ནའང་རྒྱ་མེད་ནས་ཉོན་གཉིས་གསུམ་གནས་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱ་དེ་ཚོ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།  
ད་དུང་མཁའ་རྒྱུད། རྒྱུད་བཅོམ་པ་བཟོ་བ་དེ་ཚོ། དེ་སང་ཚོ་རིག་ཡུལ་རྒྱས་ཕྱིན་ནས་བཟོ་གྲ་མང་པོ་དང་། འཕུལ་འཁོར་  
མང་པོ། མོ་ཉ་མང་པོ་བཏང་བ་དེ་འདྲ་གྱི་དུས་མཁའ་རྒྱུད་ཚང་མ་ཇོར་པོ་བཟོ་གི་ཡོད། མཁའ་རྒྱུད་གི་ནང་ལ་ང་ཚོ་མི་  
འཚོ་རྒྱུའི་འཚོ་དབྱུགས་ཞེས་དབྱུགས་ཤིག་ཡོད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་བཅོམ་པ་བཟོས་ན་མིའི་འཚོ་བ་ལ་གནོད་སྐྱོན་གྱི་རེད།  
དེ་བཞིན་མི་ལ་ནད་རིགས་མང་པོ་ཡོང་རྒྱུ་དེ་ཚོ་ནས་བྱུང་བ་རེད། དེ་བཞིན་རྩི་ཤིང་ནགས་ཚལ་གི་རྒྱུང་མདོག་དེ་ཚོ་བདག་པོ་  
རྒྱག་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གང་ལྟར་སེམས་ཅན་འཚོ་གནས་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་འཇམ་སྤྱིང་གི་  
ནད་དུ་གོ་ལ་དོ་གང་གི་ཐོག་ནས་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ཚང་མའི་ཐོག་ལ་ད་ལྟ་རྒྱལ་  
ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ཚོ་མཉམ་ལས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། འབད་བརྩོན་གྱི་ཡིན་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད་ཀྱང་། ང་ཚོའི་ངོས་ནས་  
དེ་འདྲ་བྱ་རྒྱུ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ཀྱི་འགན་རེད། དེ་ངའི་འགན་མ་རེད་བསམས་པ་མ་ཡིན་པ་མི་རེ་ངོ་རེས་དེའི་ཐོག་ལ་ཞབས་  
འདེགས་སྐྱབ་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་བཞེས་ཐུབ་ན། འཇམ་སྤྱིང་གོ་ལའི་ཆ་དོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐུབ་རྒྱུར་རེ་བ་ཞིག་ཡོད་  
རེད་སྟེ་མ་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ལའ་དུས་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཚོ་ཚང་མར་  
སྤང་སྐྱོབ་གྱི་དགོས་པ་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མའི་འགན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ་རེད།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཚོས་བརྒྱད་དེ་རྒྱ་གར་ལུང་པ་རང་ནས་བསྐྱར་གསོ་དང་། ཉམས་གསོ་གྱི་  
པ་དང་དེ་ལ་འཇོན་སྤོང་སྤེལ་གསུམ་གྱི་པ། དེ་ལ་ཐུགས་འདོད་ཡོད་མཁའ་དེ་ཚོའི་རེ་འདོད་བསྐྱར་རྒྱུ་ལའ་ནའང་རེད།  
དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བཀའ་སྤོང་ལམ་སྤོང་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཚང་མ་གལ་ཆེན་  
པོ་རེད། ད་དངོས་གནས་བྱས་ན། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཚོས་བརྒྱད་དེ་དར་སའི་འབྲུང་ཁྲུང་ས་དེ་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་ད་  
ལྟ་རྒྱ་གར་ལུང་པར་ཉམས་ཆགས་སུ་སོང་བའི་བཟོ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཡོད་དུས་རྒྱ་གར་རང་ལ་རྒྱ་གར་རང་གིས་བདག་པོ་རྒྱག་  
རྒྱུ་དང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་འབད་བརྩོན་གྱི་པ། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཐུགས་བསམ་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཐུགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་རེད། གཙོ་བོ་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དེ། མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས།  
ཚོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ང་ཚོས་གཅིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་

ཚོམ་རེ་ངོ་རེ་ནས། དཔེ་ན། སོ་སོ་སྡེ་ཚན་ག་རེའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་ནའང་། མི་ཞིག་ཡིན་ན་མིའི་ལས་འགན་འབྲེར་  
 དགོས་ཤུགས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཉིན་རྒྱུ་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ན། ཉིན་རྒྱུ་འགན་ཞིག་འབྲེར་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་  
 བཞིན་ཚོས་ལྷགས་མི་ཤུགས་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཁོ་རང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེའི་འགན་འབྲེར་  
 དགོས་ཤུགས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོས་འགན་དེ་ཡིན་གཅིག་མེན་གཅིག་འབྲེར་དགོས་ཀྱི་རེད། སྤྱིར་བཏང་འཇམ་  
 སྐྱང་འདྲིའི་ཐོག་ལ་འགོ་བཅིའི་ཐོབ་ཐང་ཞེས་ཡིག་ཆ་འགྲེམས་སྡེ་ལ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འགོ་  
 བཅིའི་ལས་འགན་ཞེས་ང་ཚོས་བཟོ་བྱས་ཡོད་མ་རེད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡོད་ན་ལས་འགན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་  
 དགོས་པ་རེད། ལས་འགན་དང་ཐོབ་ཐང་གཉིས་ཀ་གཅིག་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་གི་རེད་  
 མ་གཏོགས། ང་ལ་ཐོབ་ཐང་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ངས་འགན་དེ་འབྲེར་གྱི་མིན་ལའང་དེ་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
 དུས་འགན་དང་ཐོབ་ཐང་གཉིས་ཀ་འབྲེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། ཉིན་ཞིག་འགོ་བཅིའི་ལས་འགན་ཞེས་ཡིག་ཆ་ཞིག་འགྲེམས་  
 སྡེ་ལ་བྱེད་སྲིད་ཀྱི་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་སོ་སོས་སོ་སོའི་སྡེ་ཚན་ག་རེའི་ཁོངས་ཡིན་ནའང་དེའི་འགན་  
 དེ་འབྲེར་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེ་ཚོ་ཚང་མར་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་  
 ལག་ལེན་བསྟར་བྱས་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་བྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ན། ལྗེ་ལ་བའི་བཀའ་བསླབ་པ་ལའང་འབྲེད་  
 ལྗེ་ལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་བྱས་པ་ལའང་འབྲེད། ལྷ་མ་མཚོན་པས་མཉེས་པ་ལའང་འབྲེད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་བཀའ་  
 སློབ་ལམ་སྟོན་བཞིན་ང་ཚོས་བྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་སྟེ་སྟེ་མ་གྱི་འདུག

མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་ལསྟབས་མགོན་ཆེན་པོས་དབུས་པའི་རིས་སྤྱི་མ་མཆེས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དམ་པ་གང་ལ་སྤྱི་  
 བཞུགས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཚོ་བསྐྱེད་བརྒྱུ་བརྟན་ཅིང་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་དག་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་སྟོན་  
 འདུན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ལགོང་ས་ལསྟབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱ་གར་གྱི་རྒྱ་ལ་ས་ལྷུ་ལི་གསར་པའི་རྗེ་དེ་མིང་སིང་ས་  
 ཉི་ཏ་ལ་ས་ཇན་དུ་གུ་བུ་ན་ནག་གི་འཁྲུངས་སྐར་སྤྱང་བཅིའི་མཇུག་སྤྱི་དབུ་འབྲེད་སྐབས་སུ། མགོན་པོ་མཚོག་གི་ཚོས་གོགས་འབྲམ་རམས་པ་ལྷན་མོ་དན་སིང་  
 གི་སྤྱི་ལ་བརྩེ་སེམས་ཆེན་པོས་ཐུགས་ཚུད་གནང་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཚོས་འབྲོར། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་།



# ལྷུང་བརྟུང་བཟུགས་པའི་མངའ་བདག་རྒྱུབས་ཇི་འབྲི་གུང་རྒྱུབས་མགོན་ཆེ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ མཚོག་གིས་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་རྣམས་གསུང་བཤད་གནང་བ།

༡༡། །དང་པོ། འགོ་བ་མའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རྣམས། བོད་མི་ཚང་མ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་དང་། བྱུགས་ཇི་ཆེན་པོའི་གདུལ་ཞིང་ཡིན། ཐེག་ཆེན་དེ་གཙོ་བོ་སེམས་སྲོད་བཟང་པོའི་ཡིན་པས། དེ་མའི་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་བྱུགས་པ་དང་། སྒྲིང་ཇི་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་འཇགས་ནས་གོང་འཕེལ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེར་མ་ཟད། རང་གི་ཉིན་རེའི་བྱ་སྲོད་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་དུ་མངོན་གྲུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། བྱུགས་སྒྲིང་ཇི་ཞེས་དེ་ཚོས་དུས་ཉལ་ཉལ་ལ་འདོན་ནང་གསུང་བཞིན་ཡོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྷན་པར་གྲུར་ཅིག ། ཅེས་པ་འདི་བྱུགས་པ་ཡིན་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་བྲལ་བར་གྲུར་ཅིག ། ཅེས་པ་སྒྲིང་ཇི་ཡིན་པ། དེ་དག་དེ་ཚོས་རྒྱན་ལྷན་ཞལ་འདོན་ནང་གསུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ཚོས་ཞལ་འདོན་དང་སྦྲོན་ལམ་བརྒྱབ་པ་ཅམ་མིན་པར། སྤྱི་ཚོགས་ནང་བྱ་སྲོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མངོན་གྲུབ་པ་དགོས། དེ་ལྟར་ཡོང་བར་ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་ལ་བྱུགས་པ་དང་སྒྲིང་ཇི་སྤྲོད་པ་ཞིག་དགོས། རང་རྒྱུད་དེ་བྱུགས་སྒྲིང་ཇི་ཡག་པོ་ཞིག་སྲོད་གྲུབ་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཀྱིས་ལུས་དག་གི་ལས་དེ་བསྐྱེད་གྲུབ། དེར་བརྟེན་གཙོ་ཆེ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བྱུགས་པ་དང་སྒྲིང་ཇི་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་ཚུགས་དགོས་པ་དེ་གནད་དམ་པ་རེད། གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱུགས་པ་དང་སྒྲིང་ཇི་སྦྲོད་སྤངས་གསུང་ཡོད། བྱུགས་པ་གཙུག་ཕྱོག་མཐོང་ན་སྤྱི་ཞེས་གསུང་བ། དཔེར་ན་བྱུང་མེད་གཅིག་ལ་ཤུ་གཉིས་སྤྱི་ལ་ཡིན་ན། ཐོག་མར་ཨ་མ་དེས་རང་གི་ཤུ་གཉིས་དེར་རང་བཞིན་གྱིས་བརྩེ་སེམས་དུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲོད་སྤྲོད། རང་གི་བྱ་བཅས་མ་ཐག་པ་དེ་འཚོར་ཡོངས་བྱས་ནས། ཉིན་གཅིག་ཨ་མའི་པང་དུ་ཉར་ནས་ཡོད་པའི་ཤུ་གཉིས། ཨ་མར་བཞུགས་ནས་འཇུག་དཔྱེལ་བྱེད་པ་དང་། གད་མོ་དགོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམས་འགྲུར་སྦྲོན་སྤྲོད་སྤྲོད། ཨ་མ་དེ་དགའ་བྱེད་ཚོད་ཅན་སྤྲོད་དང་འདི་ཤུ་གཉིས་མལ་སྐྱར་དེས་དེ་ཆ་གད་མོ་དགོད་ཤེས་ཀྱི་འདུག ཅེས་རང་གི་ནང་ཚང་སོགས་ལ་བཟུགས་ནས་དོམས་དོམས་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། བྱུགས་པ་གཙུག་ཕྱོག་གཙུག་མཐོང་ན་སྤྱི་ཟེར་བ། ཞག་གཅིག་ལ་ཤུ་གཉིས། ཨ་མ། ཨ་མ་ཞེས་སྒྲིང་ཆ་དང་པོ་དེ་ལའ་དུས། ཨ་མ་དེའི་སེམས་ནང་དུ་ཅང་དགའ་བསྐྱེད་ནས། དེ་ཆ་དེའི་ཤུ་གཉིས་སྤྲོད་ཆ་མོད་གྲུབ་ཀྱི་འདུག ཅེས་ཚང་མར་བཟུགས་ནས། ཚང་མ་དགའ་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། སྤྲོད་དེར་མའི་པང་དུ་རང་གི་བྱ་བཅས་ལ་དགའ་བརྩེ་འཚོར་བ་དེ་ནི། བྱུགས་པའི་དོ་བོ་དང་། དེ་བྱུགས་པ་གུང་པོ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱའི་བྱུགས་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོག དུས་རྒྱུན་རང་གི་ལོ་གསལ་པོ་ལོ་གསལ་མོ་དང་། གཉེན་ཆོན་སོགས་ལ་བྱུགས་པ་བརྩེ་ཡོད་པ་དེ་ནི། རང་འབྲིའི་ཁེ་ཕན་དང་འབྲེལ་བས། བྱུགས་པ་གུང་པོ་དེ་དང་ཉན་ཉན་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། མ་གཅིག་བྱ་ལ་བརྩེ་བའི་བྱུགས་སེམས་འདི་ལྟ་བུ་དེ་དེ་ཚོས་སྤེལ་དགོས་པའི་བྱུགས་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་དེ་ཚོས་བྱུགས་པ་བརྩེ་བེར་བ་དེ་སྤོག་ཆགས་ཚང་མའི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཡགོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོས་ཡང་ཡང་བཀའ་སྲོད་ནང་དུ་བསྐྱེད་ཡོད། དཔེར་ན་དེ་ཚོས་གཞུགས་མཐོང་རྒྱུད་འབྲིན་ཐོག་ལྟར་མོ་ལྟ་སྤྲོད་སྤྲོད། ལྷག་གཟིག་སོགས་གཙུག་གཟུགས་འཇིགས་སྤང་ཅན་དེ་དག་ལ་དོ་བའི་པར་ལྟ་སྤྲོད་སྤྲོད། སྒྲིང་ཇི་མེད་པ་ལྟར་སྤང་དུ་མཐོང་ཡང་། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་ཞིབ་བཞུགས་ཡག་པོ་བྱེད་དུས། རང་གི་ཤུ་གཉིས་དུ་ཅང་གཙུག་པོ། ཐ་ན་རང་གི་སྤོག་ལའང་མ་འཇོམ་པར་ཤུ་གཉིས་དེ་དག་སྲུང་སྲོད་དང་གསོ་སྲོད་བྱེད། ལྷོ་ཆས་དག་དགའ་ངལ་ཆེན་པོས་འཚོལ་སྤྲོད་ཀྱིས་གསོ་སྲོད་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་རེད། གཙུག་གཟུགས་གཏུམ་དུ་གཙུག་ཅན་དེ་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བརྩེ་སེམས་

ལྡན་ཡོད་པ་རེད། དེ་སློབ་ཆགས་ཚང་མར་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྡན་པར་མི་ནི་སློབ་ཆགས་ཚང་མའི་ཁྲིད་ནས་སློབ་ཆོད་མཐོ་  
 བོས་ཤིག་ཡིན་སྟབས། བྱམས་བརྟེ་དེ་ཚོ་ལས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིང་དགོས་ཡག་རེད། དེ་ལས་ལྡན་པ་དང་ཚོ་ཐོག་ཆེན་རིགས་ཅན་  
 འདི། སློན་པ་ཡང་དག་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱིས། བྱམས་པ་དང་། སྤོང་རྩེ། བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་སློ་  
 ནས་སངས་རྒྱས་པ། དེ་ལྟའི་ཐོག་ཆེན་རིགས་ཅན་དེ་ལ་དེ་བས་ཀྱང་བྱམས་པ་གྲུང་པོ་དེ་ཡོད་དགོས་དུ་ལྟའི་ལྷན་པ་བཞིན་  
 རང་རྒྱུད་ལ་སྤོང་དགོས། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་དེ་རྩེ་གདན་དུ་བདུད་ཀྱི་དཔུང་ཚོགས་ཀྱིས་བར་ཆད་བྱེད་པའི་སྟབས།  
 ཁོང་ཁྲོད་དང་བྲག་པོའི་ལག་ཆ་བེད་སྤྱོད་མཛད་མེད་པའི་ཁར། མཐུ་བཏང་བར་མ་མཛད། དྲག་སྟགས་སློམ། དེ་ལས་ལྡན་སྟེ།  
 བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དུ་བཞུགས་ནས་ཐོ་རངས་དུས་ལ་སངས་རྒྱས་པར་མཛད། དེ་ལྟའི་བྱམས་པ་བསྐྱོམས་པ་  
 ཡིན་ན་ཕན་ཡོན་དེ་འདྲ་ཡོང་བཞིན་ཡོད། ཕན་ཡོན་རབ་འབྱེད་མཐའ་གསུམ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་གི་ཡོད། ཕན་ཡོན་མཐོ་  
 བོས་ནི་དེ་ལྟའི་ཞིག་རེད། དུ་ལྟའི་ཚོས་སྤོང་ཡག་དེ་དེས་པར་དུ་སེམས་ཅན་དེ་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་བྱམས་པ་ལས་གནས་  
 ཚད་མཐོ་བ་ཞིག་བྱམས་པ་གྲུང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་སྤོང་ས་ནས་དེས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤོང་པར་བྱས་ནས་སྤོང་ཚོགས་ནང་སེམས་ཅན་  
 ལ་ཕན་བཏགས་པའི་བཟང་སྤོང་དེ་མཛོན་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་གནད་དམ་པ་རེད། གནས་ལུགས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱང་།  
 སློན་དུ་རང་རྒྱུད་ལ་བྱམས་པ་ཡག་པོ་སྤོང་དགོས། དེ་རྩེ་ལྟར་སྤོང་དགོས་ཞེ་ན། ཁོང་དུ་ལྷན་པ་ལྟར། བྱམས་པ་གཅིས་སྟུག་  
 མཐོང་ན་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟར་མས་རང་གི་བྱ་གཅིག་པ་ལ་བརྟེ་བའི་ཚོར་སྤོང་དེ་འདྲ་རང་གིས་སེམས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོམས་ནས། རང་  
 རྒྱུད་ལ་བྱམས་པའི་ཚོར་བ་ལྟགས་ཆེན་ཁོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས། ཉི་མ་ནས་ཉི་མ། ཟླ་བ་ནས་ཟླ་བ་རྒྱུན་བསྐྱུད་མར་སྤོང་སྟེ།  
 རི་ཚམ་སྤོང་ས་པ་ཐོན་པ་དེ་ཚམ་གྱིས་བྱམས་པའི་ཚོར་བ་དེ་ལྟགས་ཆེ་བ་ཡོང་བ་རེད། རང་རྒྱུད་ལ་སྤོང་ས་ནས། དེ་རྩེས་གང་  
 ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་སྤོང་དགོས། དུས་རྒྱུན་དང་ཚོས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅིས་གསུང་གི་ཡོད་ཀྱང་། ཐོག་མར་ལག་ལེན་བསྐྱར་སྟབས་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་གཅིག་པའི་བྱ་ལ་བརྟེ་བ་ལྟར་སྤོང་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། དེ་རིམ་པས་སྤོང་དགོས་པས། ཐོག་མར་མི་  
 གཅིག་ལ་སྐྱོམས། མི་དེའང་རང་གི་རྩ་བའི་སྤོང་མའམ། དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་ཡིན་ནའང་རེད། རང་གི་ཕ་མ་དང་དགེ་མཉམས་  
 བྲོགས་པོ་བྲོགས་མོ་རྩ་བ་ཆེ་བོས་ཀྱི་མི་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས། དེས་རང་ཉིད་ལ་རི་ཚམ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱུངས་ཚུལ་བསམས་  
 ནས་བསྐྱོམ་དགོས། དེའང་ཁོང་གི་མས་བྱ་གཅིག་ལ་བརྟེ་བའི་སེམས་ལྟར་བསྐྱོམ་དགོས། དམིགས་པ་དེ་མི་གཅིག་ནས་རིམ་  
 བཞིན་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ། ང་ཚོའི་དམིགས་ལུལ་དེ་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་། ལྷག་  
 བསྟུན་མི་འདོད་པ་དེ་དག་ལ་སྤོང་དགོས་སྟབས། རིམ་པ་བྱས་ནས་སྤོང་དགོས། དེ་ནས་རང་གི་བྲོང་པ་བྲིམ་མཚོས་སོགས་ལ་  
 བསམ་སློབ་བཏང་ནས་བྱམས་པའི་ཚོར་བ་དེ་སྤོང་དགོས། གལ་ཏེ་གཞན་ལ་སྤོང་སྟབས་ལྟགས་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སྤོང་ཡང་  
 མ་གཅིག་བརྟེ་བའི་ཚུལ་དེར་བསམ་ནས་བསྐྱོམ་དགོས། དེ་ལྟར་ཕར་ཚུར་སྤོང་རེས་ཀྱིས་བྱམས་པ་བརྟེ་བའི་སྤོང་རྒྱ་སྤོང་ནས་སྤོ་  
 ཚོགས་དང་། འཛམ་གླིང་ཁྲིན་ལ་རིམ་བཞིན་སྤོང་དགོས། དེའང་འཛམ་གླིང་གི་གར་རྩོ་རྒྱུ་བྱུང་། སྤོང་འོག་བར་གསུམ་ན་  
 གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པ་བརྟེ་བསྐྱོམ་དགོས།

གཉེས་པ།

ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྤོང་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་སྤོང་ལ་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྟབས་མགོན་ཆེན་པོས་བཀའ་སྤོང་ལན་མང་སྟུལ་ཡོད།  
 འཛམ་གླིང་ནང་ཚོས་ལུགས་མང་པོ་ཡོད། དེ་ཚོའི་དབར་འབྲེལ་བ་ཡག་པོ་ཚུགས་དགོས་པ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གང་

ཡིན་བརྗོད་ན་འཇམ་གླིང་གནས་སྤངས་སྡེ་མིའི་དུས་སྐབས་དང་མི་འདྲ། སྡེ་མི་ཡིན་ན་དཔེར་ན་པོད་ལ་མཚོན་ན། རྒྱལ་ཁབ་  
ཁོ་གཙང་བྱས་ནས་བསྐྱོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོ་མ་གཏོགས་གང་ཡང་མེད། ད་ཆ་ང་ཚོ་འཇམ་གླིང་ས་ཕྱོགས་གང་སར་སླེབས་  
ནས་འབྲེལ་བ་ཆགས། འཇམ་གླིང་སྡེ་མི་དང་བསྐྱུར་བ་ཡིན་ན་གོང་པ་ཁྱིམ་མཚོས་ལྟ་བུ་ཆགས་ནས་ཕན་ཚུན་འགྲོ་ཚོགས་ཚོགས་  
ཅིག་དང་། རོ་ཤེས་སྒྲ་པོ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཁོང་དག་ཕྱག་སྐབས། གཞན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་སྐྱོར་ལ་རྒྱུད་  
མང་འཕེལ་ཚོ། ཕན་ཚུན་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་གོ་འདོད་ཐེབས་སྲིད། དེ་ལྟར་ན་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྲིལ་ཡོང་རྒྱུའི་  
ཚབ་དུ་འགལ་ལྷ་ཆགས་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཡོང་སྲིད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྐབས་སློན་ལ་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་ཡིག་ཆ་གལ་ཆེ་ཁག་ཡོངས་  
རྒྱུགས་མ་ཤེས་ཀྱང་རོབ་ཚམ་ངེས་པར་དུས་ཤེས་རྒྱ་གལ་ཆེ། དེང་སྐབས་རང་རེའི་བཀའ་བརྒྱུད་མཐོ་སློབ་ནང་དུ། ཚོས་  
ལྷགས་གཞན་པའི་སྐོར་ཡིན་ཡིག་ནས་པོད་སྐྱུར་ལྷུས་པ་དེ་དག། ད་ཆ་སློབ་ཚན་ནང་བཞག་ཡོད། དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ཕྱིས་  
སུ་ཕྱི་རྒྱལ་ལུལ་གྱུ་ཁག་དུ་སྦྱོད་སྐབས། ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྲིལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཡོང་རྒྱུའི་ཚེད་  
དུ་ཡིན། གཉིས་ནས་ང་རང་ཚོ་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱོན་གྱི་ངོས་ནས་ལྷུས་པ་ཡིན་ནའང་ཕན་ཚུན་ཡིག་ཆ་ལྟར་དེ་ཉ་ཅང་གལ་  
ཆེན་པོ་འདུག། སྡེ་མི་ང་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་མཁས་དབང་ཞིག་ཕྱག་བྱུང་། ཁོང་མཚན་ཉིད་རིགས་པའི་ཐོག་རིགས་གཅིག་རྟེན་འཇོན་  
གྱི་མཁས་དབང་ཞིག་རེད། ཁོང་གིས་བརྗོད་དོན། ང་ཚོ་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱོན་ལ་ཡིག་ཆ་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་  
སོ་སོའི་ཡིག་ཆ་དེ་མ་གཏོགས་གཞན་དག་ལ་ལྟ་མེད། དེ་སྦྱོར་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོའི་ཚོས་ལྷགས་ནང་མཐུན་སྦྲིལ་མི་ཡོང་  
བའི་རྩ་བ་དེར་ཕྱག་ཡོད། སོ་སོའི་གྲུབ་མཐུན། རང་ལྷགས་དང་གཞན་ལྷགས་ཟེར་བ་བཟོས་ནས་རང་ལྷགས་གཅིག་ཕུར་  
བཞུས་ནས་གཞན་ལྷགས་དེར་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་ཚམ་མ་གཏོགས་མེད། དེ་ལྟའི་སློབ་འཇུག་ཟེར་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་བྱེད་  
སྤངས་དེ་ཁོ་ན་པའི་ནང་གི་སློབ་པ་ཟེར་བའི་པོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་དེ་རང་ཆགས་པ་རེད། བྱེད་སྤངས་དེ་དེང་སྐབས་འགྲིག་ཐབས་  
མེད་པས། ངེས་པར་དུ་འཇམ་གླིང་ཚོས་ལྷགས་གཞན་དག་གི་ཡིག་ཆར་གཟུགས་དགོས་པ་མ་ཟད། ཕན་ཚུན་བསྐྱུར་དགོས་པ་  
གལ་ཆེ། སྦྱོར་ང་ཚོའི་གསུང་རྒྱུན་ནང་དུ་རིག་པ་ནངས་པར་འཆེ་ཡང་བསྐྱབ། ཅེས་གསུང་སློབ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་སུ་ལག་  
བསྐྱར་བྱེད་སྐབས་དེ་འདྲ་མེད་པ་དེ་ངེས་པར་འགྱུར་བཅོས་གནང་གལ་ཆེ། དེར་འགྱུར་བཅོས་གནང་བྱུང་ཆེ་ཚོས་ལྷགས་  
ཚང་མའི་གནས་ཚུལ་མཁྱེན་བྱུང་བའི་སྐབས། མང་ཉུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཚོས་ལྷགས་གཞན་ལ་བརྩི་འདོགས་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་དང་།  
ང་ཡིན་བསམས་པའི་ང་རྒྱལ་དེ་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་བ་རེད། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་ཚོས་ལྷགས་དབར་མཐུན་སྦྲིལ་ལག་པོ་ཡོང་བྱུང་།  
དེ་ཡང་ཁ་ཚམ་ཚོགས་ཚམ་མ་ཡིན་པར་རྩ་བའི་སེམས་ཀྱི་གཏོང་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྩི་བཀུར་ལུ་དགོས་པ་དེ་རེད།

གསུམ་པ། པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་སྐྱོར་རེད། པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་མཚོན་ན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཁོར་  
ལུག་ཐོག་ལུས་ན། ཁོར་ལུག་གི་གནད་དོན་ནི་དེང་སྐབས་འཇམ་གླིང་སྦྱིའི་གནད་དོན་གལ་ཆེ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་  
༡༩༠༠ ཚམས་ནང་འཕུལ་ཆས་ཀྱི་གསར་བརྗེ་བྱུང་རྗེས། འཕུལ་ཆས་དེ་དག་ས་འོག་དེ་སྦྱོམ་གྱིས་བསྐྱུལ་ནས་བར་སྤང་མཁའ་  
དབྱིངས་སུ་དུག་ཆུངས་པོ་ཆེ་སྦྲེལ་བར་བྱས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོར་ལུག་འབགས་བཅོག་ཆེན་པོ་བྱུང་བས། འཇམ་གླིང་  
ཚོ་དོན་རྒྱས་འགོ་ཚུགས་པ་དེ་འདྲ་རེད། དེའི་ཐད་ནས་ངས་དོ་སྣང་བྱས་ནས་ལོ་དུག་བདུན་ཚམས་སོང་། ཐོག་མར་འཇམ་  
མན་ནང་དུ་ཐོངས་གཅིག་སླེབས་བྱུང་། རྒྱལ་དེར་འཇམ་གླིང་སྤོང་གི་ཁྱགས་རོམ་སྤོང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁས་མཁས་པ་སློབ་  
དཔོན་ཆེན་མོ་གཅིག་འདུག། ཁོང་དང་ཕྱག་ནས་ཁོང་གིས་དེ་སློབ་པོ་ལོ་ལྔའི་ནང་གི་འཇམ་གླིང་ཁྱགས་རོམ་བརྒྱ་ཆ་བཅོ་ལྔ་  
ལུ་ནས་མེད་པ་ཆགས་སྐྱོར་གསུང་བྱུང་། འགྱུར་འགྱུར་ལོ་བཅོ་ལྔའི་ནང་སྤོང་ཡང་ཁྱགས་རོམ་བརྒྱ་ཆ་དེ་ཚམས་ལུ་རྒྱ་ཆུ་ཡིན་པ་



ནི་བརྗོད་མི་དགོས་པ་རེད། ཚོས་ཕྱོགས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་བྱུང་ན། དེ་ནི་སྤྱི་ཤིང་པ་ལོ་ལ་དུ་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བྱུང་། སློག་  
 ཚགས་མང་པོར་ཟས་གོས་དང་མལ་གོས་སོགས་སྤྱིན་བྱུང་། དུས་རྒྱུན་དང་ཚོས་ཕར་ཕྱིན་དུག་གི་སེམས་ཅན་དོན་གྲུབ་བརྗོད་  
 སྐབས། གཙོ་ཆེར་འགོ་བཅི་ཚམ་མ་གཏོགས་བསམ་སྒོ་གཏོང་གི་མེད། ད་ཚོས་མིག་གི་མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བའི་སློག་  
 ཚགས་རིགས་ཡོངས་རྗོལ་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། ཁོར་ཡུག་ཐོག་ནས་ལས་ཀ་གྲུབ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་ཚད་བཟུང་མེད་པ་ཞིག་  
 ཡིན། དེ་ནི་དུས་རྒྱུན་གྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལྟར་ཉེ་བཟུང་ནས་སློག་སྤྱོད་པ་ལས་ཕན་ལུས་ཆེ་བ་ཡོད། ད་ཚོ་ནང་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ཚོས་  
 དང་འབྲེལ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་ལས་ཀ་གྲུབ་བྱུང་། ཕན་ཡོན་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་གཏོགས་མི་ཟ།  
 ད་ཚོ་གང་ཟག་སྐར་སོ་སོའི་དོས་ནས་ཉིན་རེའི་མི་ཆེད་ནང་ཁོར་ཡུག་སྤྱོད་ཐོག་ལས་ཀ་གྲུབ་རྒྱུ་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་  
 ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཉར་ཆེད་ཉེ་འཁོར་གད་སྤྱིགས་གང་ལྟར་མ་གཏུག་པ་དང་། འབྲུས་ཁང་ནང་དུ་ཆུ་བག་མེད་དུ་མི་སྤྱོད་པ།  
 གོས་བཀྲ་བ་སོགས་གྲུབ་དགོས་ཀྱང་སྐབས་བསྐྱེད་ཆུ་བག་མེད་དུ་མི་སྤྱོད་པ་གྲུབ་དགོས། དེ་བཞིན་སློག་ཀྱང་དེ་མཚུངས་རེད།  
 མི་རེ་དོ་རེས་འགན་ཁུར་གྲངས་ནས་ལག་བསྐྱར་གྲུབ་དགོས་པ་ཡིན། སེམས་བསྐྱེད་དང་ལྡན་པས་ཁོར་ཡུག་དང་སྤྱི་ཚོགས་  
 གྱི་འབྲེལ་འདེགས་ལྷུ་བྱུང་བ་ལྟར་ན། རང་ཚོས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་དུག་གི་དོན་དང་འབྲེལ་མ་བྱུང་བ་མེད།

མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དབུས་པའི་རིས་མེད་ལྷ་ཆེན་ཁག་དང་  
 མངོན་གཙོ་རྣམ་པ་ཚང་མ་སྐྱེས་ལམས་གསལ་ཐང་ཐོག་སྤྱི་ཚོ་ཡུན་དུ་གནས་པ་དང་། ལྷག་པར་ཉེ་ལམ་འཇོ་མ་སྤྱིང་ཀྱུན་ཏུ་ཏོག་  
 དེའི་བསུམ་གཉན་རིམས་ ༡༧ ཡམས་ནད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས། དཀའ་ངལ་ཅི་ཆེ་འཕྲད་བཞིན་པ་འདི་དག་ལྟར་དུ་ཞི་ནས་ལྷན་  
 ཚོགས་དགའ་བདེའི་དཔལ་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བྱུང་བའི་སློབ་འདུན་ལྷུ་རྒྱ་བཅས། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།



སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོའི་ལྷ་བ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་སྤྱད་སེའི་གོང་ཁྱེར་རྗེ་ལོ་ཆོས་ལྷགས་ཁང་དུ་གནས་  
 གཟིགས་སུ་ཕེབས་སྐབས། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་རྒྱུན་ཆས་གོས་ཀྱི་ཤིང་ལྟར་མེད་དང་ལྷན། པར་ལ། : མེ་ལོ་རྩོར།



དཔལ་རྒྱལ་བ་ཇོ་ནང་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་  
སྐོར་གསུང་བཤད་གནང་བ།

༡༡། ཐབས་མཁས་ཕྱགས་རྗེས་བུ་ཀྱའི་རིགས་སུ་འབྱུངས།།

གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་ཀྱི་དཔུང་འཛོམས་པ།།

གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་ཕྱར་བརྗེས་པའི་སྐྱེ།།

བུ་ཀྱའི་རྒྱལ་བོའི་ཐབས་ལ་གུས་ཕྱག་འཚལ།།

སྤོང་ཉིད་སྤོང་རྗེ་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ།།

ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་གངས་ཅན་བསྐྱན་འགྲོའི་མགོན།།

ཕྱག་ན་པད་མོ་བསྐྱན་འཛོལ་རྒྱ་མཚོ་ལ།།

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།། ཞེས་བསྐྱེད་ཕྱག་སྤོང་དུ་བཏང་ནས། སྐབས་སུ་བབ་པ་ཡལོང་ས་ལྷ་མིའི་རྣམ་  
འདྲེན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤྱང་བརྗེ་ཞེས་པ་འདིར་རང་རེའི་བོད་མིའི་  
སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱི་ལོ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དོན་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༥ རས་བདུན་ཕྱག་གཅིག་གི་རིང་ལ་ཡལོང་ས་  
ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་དུ་ལམ་བརྒྱུད་ནས་བོད་སྐད་དང་ཨིན་སྐད་སོགས་  
སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཉེ་གྱི་སྤོང་ནས་མཁས་པའི་བསྐྱོང་བའི་ཆེན་མོ་ཞིག་འཚོགས་པར་བཀོད་སྤྱི་གཞུང་བཞིན་པའི་སྐབས་  
འདིར་བདག་ལ་ཡང་ཡལོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ནས་བཤད་རོགས་ཤོས་ཞེས་རང་གཞུང་ཆོས་  
རིགས་ལས་ཁུངས་དང་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་གནང་བ་བཞིན་ཚོགས་ཁ་གསལ་གྱི་ལུ་ལྷན་ལྷན་དུ་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོག་  
མར་འབྲུམ་རམས་པ་སྤོང་བཟང་སེལ་མཚོག་གིས་དབུ་བྱིད་པའི་རང་གཞུང་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་། སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་  
སོགས་བསྐྱོང་སོགས་བཀོད་སྤྱི་གཞུང་གཞན་མཁུན་གྱི་ལས་མི་ཚང་མ་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་བྱིས་བདེ་ལེགས་དང་། ཕྱགས་རྗེ་  
ཆེ་ལུ་བའི།

གུས་པས་དེའི་སྐོར་ལ་མང་པོ་ལྷ་ཤེས་ཀྱིན་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། བཀའ་མ་ལྷོག་པ་ཅམ་ལུ་ན། ཡལོང་ས་ལྷ་མིའི་རྣམ་  
འདྲེན་གང་ཉིད་ཞི་བསྐྱལ་བ་རིང་མོའི་དུས་ནས་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱང་མཛད་པ་ཞི་འཕགས་མཚོག་སྤྱན་  
རིས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རོལ་བའི་ཚུལ་མཛད་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་  
སྤོང་ལམ་ཞི་མཁའ་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་ཡོད་པའི་འགྲོ་ཀུན་སྤྱི་གཞུང་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བ་དང་བདེ་བ་ལ་འགོད་པ་  
དེ་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ཡལོང་ས་ལྷ་མིའི་རྣམ་འདྲེན་མཚོག་གི་ང་ཆོ་བོད་མི་གཙོ་  
བོར་བྱས་པའི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་དང་། ཉེ་བུག་སེམས་ཅན་ཡོད་དོ་ཚོགས་གམ་དུང་སྤྱིར་བདུན་ཅུ་ལྷག་གི་ས་སྐང་འདིའི་འགྲོ་བའི་  
རིགས་སུ་གྱུར་བ་དག་གི་བདེ་སྤྱི་གཞུང་ཆེད་དུས་ནས་དུས་སུ་ཕྱགས་བསྐྱེད་སྤོང་ལམ་གནང་བཞིན་པ་ལྟར་མཛད་པ་འདྲིན་ལས་  
བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་འདི་རེད།



དེའི་ནང་གི་མཛད་འཕྲིན་གྱི་ཆ་གསུམ་གྱི་བུ་བུ་ལོ་སྐབས་སུ་བབ་པ་ནི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཞེས་གསུང་གི་ཉམ་ཡིད་  
པ་དེ་རེད།

༡༥ ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་དེ་ནི། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་  
རེད།

༡༦ ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི། འཇམ་གླིང་འདྲིའུ་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་བརྒྱ་ཉེ་བུ་ལ་གསུང་བའི་དམ་བཅའ་དང་། དེང་  
སྐབས་ལེ་ཤུ་དང་། ལ་ཆེ། ཅང་པ། ཅིན་ལུ་བཞི་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཆེན་པོ་བཞི་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ནི་འགྲོ་བ་ཡིངས་ལ་ནི་  
བདེ་བརྒྱན་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པས་ཚོས་ལྷགས་པམ་ཚུན་མཐུན་སྦྲེལ་བྱས་ནས་འཇམ་གླིང་ལ་ནི་བདེ་བརྒྱན་རྒྱུ་དེ་  
རེད།

༡༧ ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ནི། གང་ཉིད་ཀྱིས་པོད་གངས་ཅན་གྱི་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱགས་འགན་བཞེས་  
ནས་ད་བར་དུ་བྱུང་བ་རེད། ད་སྐབས་སྲིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལུས་ཀྱང་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གཉིས་ནི་མི་ཉམས་གོང་  
འཕེལ་གནང་རྒྱུ་དེ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ་རེད།

༡༨ ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང་མི་ཉམས་གོང་  
འཕེལ་གནང་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་ཡང་རྒྱ་གར་ལ་སྤུ་མོ་ནས་བཟུང་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གཞུང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་  
ཀྱང་དཔལ་ལྷན་ལེ་རྒྱུའི་རིག་གཞུང་དྲི་མ་མེད་པ་རྣམས་གནའ་དེང་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་ལམ་ནས་དར་སྤེལ་དང་། སྤུང་སྦྲོབ་གནང་  
རྒྱུ་དེ་རེད།

མདོར་བསྡུས་ན། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་དགོངས་གཞི་དང་དགོས་པ་སོགས་ཏེ་ཅང་གི་གཏོང་བའི་མོ་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱུང་བ་རེད། ད་བར་དུ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་ལ་ཕྱག་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་བའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་པོད་དང་རྒྱ་  
གར་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་དང་རབས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་། གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་  
པ། བྱམས་བརྩེ་སོགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་སྦྲོབ་བྱ་དང་། དགོན་སྡེ། ཤེས་ཡིན་པའི་སྡེ་ཆེན། སྤྲུལ་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་  
སྦྲེལ་བྱུང་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་བཀའ་སྦྲོབ་ཡང་ཡང་གནང་བ་སོགས་སྦྲེལ་བྱེད་ཀྱི་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་སྐབས་སྤྲུལ་ཁང་  
དང་། སྦྲོབ་བྱ་སོགས་སུ་བྱམས་བརྩེ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཐོག་གི་སྦྲོབ་ཆེན་དུ་མ་འཇུགས་བཞིན་ཡོད་པ་སོགས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་  
འཕྲིན་ལས་འཇམ་གླིང་འདྲིའུ་ཚོན་དང་སྤྲུལ་བཞིན་པ་རེད། ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་སྐད་གསུངས་ཅན་གྱི་མཁས་པ་མང་  
པོས་ཀྱང་དེ་ལ་དོ་སྣང་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་ཡིན་དུས་ངས་མང་པོ་ལྷུ་དགོས་མ་རེད། བྱམས་བརྩེ་ཞེས་པ་ནི། ཚང་  
མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་གཤེས་ལ་བརྩེ་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བཤད་མི་དགོས་པ་རེད། ཕ་མ་དང་བུ་  
ཕྱག་གི་བར་རམ་གོགས་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་ལ་ཚུང་དུས་ནས་ཡོད་ཡོད་པ་རེད། ཅམ་དུ་མ་ཟད་དུད་འགྲོ་ཕན་ཚུན་གྱི་བར་ལ་  
ཡང་མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་རང་གཤེས་ཤིག་ཡོད་པ་དེའི་གཞི་རྩ་ཡང་བྱམས་བརྩེའི་རེད། དེ་བཞིན་ནང་པའི་ཚོས་གཞུང་སོགས་གནའ་  
པོའི་རིག་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་བརྩེ་བ་སྤོང་རྗེ་ཆེན་པོ་འདྲི་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བཞིན་པ་རེད། མདོར་ན་སྤྱི་བུ་ལ་མི་  
འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཕན་ཚུན་བར་གྱི་བྱམས་བརྩེ་དང་། མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་ཆེད། ཆེ་  
ས་ནས་བཤད་ན་རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཚུངས་ནས་བཤད་ན་མི་ཚང་དང་མི་ཚང་གི་བར་ཕན་ཚུན་བརྩེ་བ་དང་བྱམས་བརྩེ་གི་

ཡོད་ན། ཞི་བདེ་དང་མཉམ་གནས་ལྷུང་དང་འབྲུང་གི་ཡོད་པ་དེ་བཤད་མི་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་  
གཞི་རྩ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་པོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཕན་ཚུན་བར་གྱི་མཐུན་སྦྲེལ་ཡིན་ན་ཡང་། རྩོན་ཆད་ཕན་ཚུན་ལ་  
དགག་སྐྱབ་དབང་བསྐྱར་སོགས་ཀྱིས་མི་མཐུན་པ་མང་པོ་ལྷུང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ཡང་ད་སྐབས་ཡུལ་གྲོང་ས་མཚོག་གི་བསྐྱབ་བྱ་  
དང་། ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཕན་ཚུན་ལ་རྒྱས་ལོན་སོགས་ཀྱིས་སྦྲོབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱུང་  
ཡོད་ན་ཡང་། གཞི་རྩའི་སྤོང་དོན་ནི་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུན་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པ་གཅིག་པ་ཆགས་  
ཡོད་པས་ཕན་ཚུན་ལ་དག་སྡུང་དང་ཡིད་ཆེས་ལྷབ་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཤར་ཡོད། མ་འོངས་པར་དེ་ལས་ཀྱང་ཡག་ཏུ་འགོ་  
བའི་ལམ་ཁ་ཡོད་རེད་དྲན་གྱི་འདུག པོད་ཀྱི་ཚོས་ལྷགས་དང་རིག་གཞུང་ཞེས་པ་ནི། ད་སྐབས་ཉམས་ངན་ཉག་ཕྱ་བའི་དུས་  
སྐབས་འདིར་ང་ཚོ་པོད་གངས་ཅན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནས་བཟུང་སྤྱི་སྤེར་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱ་རྒྱུའི་འོས་འགན་ཞིག་  
ཡོད་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐད་ནས་གནང་བའི་བཀའ་སློབ་དག་ཀྱང་ང་ཚོས་ཡིད་ལ་བཅངས་ནས་གང་རུས་ཀྱིས་རིག་གཞུང་  
དར་སྤེལ་སོགས་ལ་འབད་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་གྲོང་ས་མཚོག་གིས་ལྷགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་གསུང་པའི་རྗེས་ལ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་འདི་འདྲ་ཞིག་གསུངས་འདུག

།ཚོས་གྲོགས་ཀྱིད་རང་རྣམས་ལ་ངོས་གྱི་ལས་འགན་བཞི་དེ་ལྟ་སྤོང་འདོད་བྱུང་།ཚོས་གྲོགས་ཀྱིད་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་  
བཅངས་ཏེ་ངོས་ཀྱི་ཚོས་གྲོགས་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ཀྱིད་རང་ཚོས་ག་ལྟར་བྱེད་ཤིག་ཨང་། ། ཞེས་ང་རང་ཚོར་བཀའ་གནང་  
ཡོད། རྒྱུར་ཡུལ་གྲོང་ས་ལྷ་མའི་རྣམ་འདྲེན་མཚོག་ཆེ་འདི་ལྷུའི་སྐྱབས་སུ་འཛིན་མཁམ་གྱི་གང་ཟེག་ཅིག་ཡིན་ན་བཤད་མ་དགོས་  
པ་རེད། རྒྱ་མའི་བཀའ་རེད། དེ་མ་ཡིན་ནའང་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་གཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། ཡུལ་གྲོང་ས་  
མཚོག་ནི་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྤྱང་སྦྱོབ་གནང་མཁམ་གྱི་འཇམ་སྤྱིང་ན་མེད་པའི་དབུ་བྱིད་ཅིག་ཆགས་འདུག་ཡོད་  
པས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ལ་ཉན་ནས་གང་རུས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

མདོར་ན་རང་ཉིད་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ལམ་དུ་ལྷགས་རྒྱ་དང་། གཞན་དག་ལ་ཡང་བསྐྱེལ་  
མ་གང་རུས་བྱེད་རྒྱ་དེ་ནི་ཡུལ་གྲོང་ས་མཚོག་གི་རྣམ་འབངས་ཤིག་གམ་ཡང་ན་སྦྱོབ་མ་ཞིག རྒྱུར་བཏང་གི་འགོ་བམའི་རིགས་ལ་  
གཞིན་ཡོད་མཁམ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྤྱོད་ལ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་  
པ་ནང་བཞིན་གང་རུས་ཀྱིས་འབད་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ནི་ད་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་དྲན་གྱི་འདུག ད་སྐབས་གཞུང་དང་གཞུང་  
འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ལས་བྱེད་མང་པོས་དེའི་སྤྱོད་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་བརྒྱབ་ནས་ཚོགས་པ་བཅུགས་རྒྱ་དང་། བཀོད་སྤྱོད་  
གནང་རྒྱ། དེ་བཞིན་དེ་བའི་ལན་གནང་བ་སོགས་གསར་འགྲུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་མང་པོ་མཐོང་རྒྱུ་འདུག་པས་དེ་རྣམས་  
ལ་སེམས་གཏོང་ནས་ལྷགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ་རྒྱ་དང་། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་ཁག་གིས་ཆེ་བ་དང་། རྒྱུང་  
ཁག་གིས་རྒྱུང་དུ། ཟེར་སློབ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གང་གནང་བའི་བཀའ་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་སྐྱབ་ན་རབ་  
རེད།ཐམས་ཅད་སྐྱབ་མ་རུས་ན་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་རེ་བཟུང་ནི་དེས་པར་དུ་སྐྱབ་དགོས་པ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ནང་བཞིན་རེད།

མཐར་ཡུལ་གྲོང་ས་ལྷ་མའི་རྣམ་འདྲེན་མཚོག་གི་སྤྱི་ཚོ་ཆེ་མཐའ་ལས་པའི་ངོ་བོར་བརྟན་ཞིང་མཇུག་འཕྲིན་དབྱར་གྱི་ཚུ་གཏོར་  
བཞིན་རྒྱས་པ་དང་།པོད་གངས་རྩྭ་སྤོང་གི་བདེན་མཐའ་ལྷུར་དུ་གསལ་ནས་པོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤོང་ས་སུ་ལྷུར་དུ་འཛོམས་ཏེ་  
བདེ་སྤྱིད་རྗེས་སུ་ལྷག་གྱི་དཔལ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་སྐྱབ་པའི་སྤོང་འདུན་གངས་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན།བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས། ལྷགས་རྗེ་ཆེ།

༩ ག ༩

ལྗེས་དཔལ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ལྔ་རྒྱུ་རྒྱུ་།  
 ... དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་ཚེས་དོན་དུང་ཆེ། ཡང་སྤང་རིན་པོ་ཆེ།

ལྗེས་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་བསམ།  
 .... ལྗེས་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་དགེ་བཤེས་ཐུབ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་ལགས།

ལྗེས་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཆེས་ལུགས་མཐུན་སྤྱོད་གོང་སྤེལ།  
 ... ལྗེས་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་གཞུང་སྤྱོད་དཔོན་དཔལ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་།

ལྗེས་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་སྤྱོད་སྤྱོད།  
 ...བོད་ཀྱི་དཔལ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན། དགེ་བཤེས་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་།

ལྗེས་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ལྗེས་ལྷོ་བུ་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱེད་གསོ།  
 ... ལྗེས་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་ཉེ་བའི་རིགས་བདག་དགེ་བཤེས་ངག་དཔལ་བསམ་གཏན་ལགས།

ལྗེས་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ལྗེས་ལྷོ་བུ་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱེད་གསོ།  
 ... དེ་ལྷོ་བུ་སྐྱེས་ལྷོ་བུ་ཁང་གི་འགན་འཛིན།



# ཡུལ་དབང་སྐྱེས་ལུ་བཅུ་བཞི་པ་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར།

ཡང་སྐྱེད་རིན་པོ་ཆེ།

## དགའ་ལྗན་པོ་བྲང་གི་ཚོས་དོན་དུང་ཆེ།

༡༡ །བཀྲ་ཤིས་པ་དེ་ལེགས། དེ་རིང་པོ་དེ་མིའི་སྐྱིག་འདུགས་ཀྱིས་གོ་སྐྱིག་ལུས་པའི་ཡུལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་  
 ལས་རིམ་དང་བསྐྱེད་ནས་སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་  
 བཀའ་གནང་བྱུང་། དེར་བརྟེན་དེ་རིང་སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་འགྲེལ་  
 བཤད་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཡིན། སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཕྱགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་  
 སྐྱོབ་ལམ་སྩོན་ལེབས་པར་བརྟེན་ཚང་མས་མཁྱེན་བཞིན་ཡོད་སྟེ་སྟེ། དེའི་སྐོར་བསྐྱར་དུ་འགྲེལ་བཤད་ལུ་མི་དགོས་པ་ལྟ་བུ་  
 ཚོར་བཞིན་འདུག འོན་ཀྱང་སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བཀའ་གནང་བ་དེ་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་གོ་  
 བཞི་ལྟར་ལེན་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག ང་ཚོའི་ངོས་ནས་གོ་བཞི་ལྟར་ལེན་དགོས་པའི་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་ལུ་  
 ན་ཕྱགས་ལམ་གསོ་བ་མི་ཡོང་ངམ་སྟེ་མ་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཁག་ཅིག་གིས་ཕྱགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་དོན་དག་ཆ་ཚང་བཞིག་  
 མཚོགས་པ་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོང་སྲིད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དེའི་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་ལུ་གཅིག་བྱས་ན་དོན་དག་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་  
 ཆགས་ཀྱི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག འོན་ཀྱང་ངས་ལུས་པ་དེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་དང་ཉག་ཉག་མཐུན་པ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་མིན་མི་  
 བཤེས་པས་ང་རང་གི་སྐོར་གང་འཆར་བ་དེ་ལུས་པ་ཙམ་ཡིན།

སྐྱོར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་བཀའ་སྐྱོབ་གནང་ཡོང་དུས་ཕྱགས་འགན་བཞི་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།  
 སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ཕྱགས་འགན་བཞི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་  
 ངོས་ནས་དེ་ལ་གོ་བཞི་ལྟར་ལེན་དགོས་པ་དང་། ངོས་འཛིན་དང་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྩིས་དགོས་ཀྱི་རེད། ཅས་དུས་རྒྱུན་དུ་  
 བསམ་སྲོལ་གཏོང་ཡོང་བའི་སྐབས་སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་འགན་བཞི་འདི་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་  
 ལམ་སྩོན་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་བརྩི་དགོས་ཀྱི་རེད་སྟེ། སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ངོས་ནས་ཕྱགས་  
 འགན་བཞི་ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ལམ་སྩོན་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་བརྩི་དགོས་ཀྱི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག  
 སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཕྱགས་འགན་བཞི་དང་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཞེས་གསུང་གི་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་  
 ལྷན་འཕྲོད་སྲོལ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལྟ་བུ་ཆགས་འདུག འོན་ཀྱང་ང་རང་སྐོར་གྱི་བསམ་སྲོལ་ནང་ཕྱགས་འགན་བཞི་ཞེས་ཐ་ལྷན་  
 འདི་སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཕྱགས་འགན་བཞི་ལུ་སྐྱེད་གཏོང་བུ་མི་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག སྐྱེད་ལུ་སྐྱེད་ཀྱི་ངོས་ནས་ཕྱགས་འགན་  
 བཞི་ཞེས་མ་གསུང་རང་གསུང་རེད། སྐྱེད་ལུ་སྐྱེད་རང་ངོས་ནས་མིའི་རིགས་ལ་ལམ་སྩོན་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་གནང་བུ་ཡོད་  
 ཅས་གསུང་བཤེས་ཐབས་མེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་རྗེས་འབྲང་པ་ཚོས་ལམ་སྩོན་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་བརྩི་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟེ། དེར་  
 བརྟེན་ཕྱགས་འགན་དང་པོ་དེ་འགོ་བཟེང་རིགས་ཡོངས་ལ་གནང་བའི་ལམ་སྩོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བཞིན་ཡོད། གཉིས་པ་ནི།  
 འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ཕྱགས་པ་ཡོངས་རྒྱུགས་ལ་སྐྱེད་པའི་བཀའ་སྐྱོབ་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གསུམ་པ་ནི། བོད་མི་ཡོད་དོ་ཅིག་  
 ལ་སྐྱེད་པའི་བྱང་དོར་ལམ་སྩོན་བཀའ་སྐྱོབ་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། བཞི་པ་ནི། རྒྱ་གར་བ་ཡོངས་ལ་སྐྱེད་པའི་བྱང་དོར་ལམ་སྩོན་  
 གྱི་བཀའ་སྐྱོབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག སྐྱོམ་པོ་ལོང་ས་ཡུལ་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བྲང་

དོར་ལམ་སློན་བཀའ་སློབ་གྲངས་ལས་འདས་པ་ཕེབས་ཡོད་པའི་ནང་ལམ་སློན་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་དང་ཕྱལ་  
དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་རྗེས་འབྲང་བ་ཚོས་དེའི་ཐོག་དམིགས་བསལ་གྲགས་བརྒྱབ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས།  
ཡོད་པའི་ནང་དུས་གསུངས་པ་དེ་ན་བའི་ནང་དུ་གོ་བའི་སྐབས་གོ་ཡི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་གི་ཡོད་ནའང་གཏོང་བ་མེད་དང་རྒྱ་  
ཆེ་སའི་རྒྱ་མཚན་ཚང་མ་མཐོང་མ་བྱུབ་ན། བཀའ་སློབ་ཀྱི་རྣམས་པ་སོ་སོའི་སེམས་ནང་ཐོན་མི་བྱུབ་པར་མ་ཟད། མི་གཞན་ལ་  
ངོ་སློད་ལྟ་བུ་ཡང་ཚད་ལྡན་ཞིག་ལྟ་བུ་བྱུབ། བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་འདི་དག་ལ་ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་གདུལ་བྱའམ་ཐད་ཀར་  
འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ནའང་བཀའ་སློབ་བཞི་པོ་འདི་ནང་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ནས་ཡོད། དཔེར་  
ན། པོད་མི་རྣམས་ལ་ཆེད་དུ་སྐྱེལ་བའི་ལམ་སློན་འདི་ཆེད་དུ་བཀའ་སློབ་བསྐྱེལ་ས་ནི་པོད་མི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་ནང་དོན་དེ་  
དག་འཇམ་སྲིང་གི་མི་ཚང་མས་ལྟ་དགོས་པའི་དོན་དག་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེར་བརྟེན་ནང་དོན་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ནས་ཡོད་  
པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ བར་པོད་མིའི་ཚོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བྱིན་གྱི་ཐུགས་འགན་དེ་སྤྱི་ནོར་ཡུལ་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་གིས་བཞེས་གནང་མཛད་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་སྤྱི་ནོར་ཡུལ་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚབ་སྲིད་  
ཀྱི་སྐྱོད་བང་སྤྱིར་བསྐྱུས་མཛད་ནས་ཚོས་སྤྱིགས་ཁོ་ནའི་མཛད་འཕྲིན་སྦྱོང་བཞིན་ཡོད། དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་ཐུགས་འགན་  
བཞིའི་སྐོར་གཙོ་འདོན་མཛད་ནས་ལམ་སློན་ཕེབས་བཞིན་ཡོད། དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་གྲགས་བརྒྱབ་དང་དངོས་བརྒྱན་གྱི་  
གོ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུམ་དུ་སེམས་ནང་འཁོར་བཞིན་འདུག སྤྱིར་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སློབ་བྱང་སློབ་མིའི་  
རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤྱིར་མིག་བརྟུས་པའི་སྐབས་གདོད་མའི་མིའི་རིགས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྤྱོད་མཐར་ཆགས་ནས་རིམ་  
བཞིན་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཐོག་མར་སྐད་ཀྱི་གསུང་བརྗེ་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། སྐད་པོད་སྤོང་བྱང་ནས་ཕན་ཚུན་  
གོ་བརྟེན་སྤོང་རྒྱུའི་གསུང་བརྗེ་ཆེན་པོ་འམ་གོ་རྟོགས་ཀྱི་གསུང་བརྗེ་ཆེན་པོ་བྱུང་སྐོར་ཞིབ་འཇུག་པས་གསུང་སྲོལ་འདུག གང་  
ལྟར་མིའི་རིགས་ནང་གདོད་མའི་གནས་སྤངས་དེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་གནས་སྤངས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་  
སྐད་ཀྱི་གསུང་བརྗེ་ཆེན་པོ་བྱུང་བར་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནས་རིམ་པ་གཉིས་པ་དེར་སྐད་རྒྱུ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཆགས་པ་ཙམ་དུ་མ་  
ཟད། ཞིང་ལས་འདེབས་འཇུགས་བྱས་ནས་གདོད་མའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་དེ་ཕར་བཞག་ནས་ཞིང་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་  
བསྐྱེལ་རྒྱུའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། རིམ་པ་གསུམ་པ་དེ་ཞིང་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་བསྐྱེལ་རྒྱུ་འགོ་བརྟུགས་ཟེན་  
པ་རེད། མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་རྫོགས་ཞིང་ལས་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ལྷོ་གོས་དང་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་དམིགས་  
བསལ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བསམ་སློབ་འདེན་ས་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྟེ། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསུང་བརྗེ་དར་བ་  
རེད། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གསུང་བརྗེ་དར་བ་ཟེན་རྗེས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་འགྲུབ་ལས་ཀྱི་གོང་ལ་ཚོན་རིག་གི་གསུང་བརྗེ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
དར་བ་རེད། ཅས་ཉམས་ཞིབ་པ་དང་རྩོམ་པ་པོས་དེ་ལྟར་འབྲེལ་བརྗེད་གནང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་འགྲོ་བམི་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་བྱུང་  
རིམ་མཐར་བསམ་སློབ་རིམ་པ། གནས་རིམ་མི་འདྲ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་འདིའི་རིམ་པ་ལ་ལྟ་སྐབས་ད་ལྟོ་གནས་སྐབས་སྤྱི་ནོར་  
ཡུལ་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཐུགས་འགན་བཞེས་ལམ་སློན་ཆེན་པོ་བཞི་ཕེབས་བཞིན་པ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་  
མི་རིགས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་པའི་ཤེས་རིག་གི་གསུང་བརྗེ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་སེམས་ཁམས་ཀྱི་བྱམས་བརྟེན་གསུང་བརྗེ་  
ཆེན་མི་ཞིག་ལ་ཕལ་ཆེར་དོས་འཛིན་པ་ཡིན་ནའང་ཚོག་པ་ཞིག་དང་། དེ་ལྟར་དོས་འཛིན་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་དོན་གནད་དེ་ཚང་ཡོད་  
པ་རེད་བསམ་སྤྱི་འདུག དེའི་འབྲེལ་བ་ཐད་གཞུགས་ལ་ཡོང་གི་རེད། དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་ཏན་ཏན་ཡོད་

པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དོན་ལ་དེ་ལྟར་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་བསམ་གྱི་འདུག ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ལ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཐུགས་འགན་བཞིའི་སྐོར་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་གནང་བའི་ནང་ནས་དང་པོ་དེར་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་  
ནས་མིའི་རིགས་སྤྱིའི་འགན་འཁུར་བཞེས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་རེད། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་  
འགན་འཁུར་བཞེས་སྐབས་དེ་མིའི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་ཞབས་འདེགས་ལུ་རྒྱུའི་འགྲེལ་བརྗོད་མངོན་སྲོལ་སྐབས་འཇོག་གི་སྐབས་  
ནང་གི་མི་དྲུང་ཕྱུར་བདུན་རྒྱུ་ལྔ་ཚོ་གསུངས་ནང་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སློབ་ལོ་འཕེལ་གཏོང་  
རྒྱུ་འདི་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་གསུང་བཞིན་ཡོད། འདིའི་སྐོར་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་གོ་བ་ལེན་པའི་སྐབས་སྐབས་བདེ་པོ་ལྟ་བུ། སྤྱིར་  
བཏང་གི་བཀའ་སློབ་གནང་བ་ལྟ་བུ་ཚོར་སྲིད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག འོན་ཀྱང་བསམ་སློབ་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཞིག་དང་སྤྱི་ནོར་  
ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཕྱི་བར་གསུམ་དུ་སྐྱེལ་བའི་བཀའ་སློབ་དེ་དག་མངལ་བ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་  
གི་གཏམ་བཤད་གནང་བ་ལྟ་བུ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཆགས་མེད། འདིའི་ཐོག་ནས་གང་མཚོན་པ་དང་། གང་སློན་གྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།  
མིའི་རིགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་བྱམས་བརྩེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་གི་ཡིན་ཞེས་གསུང་བའི་སྐབས་མིའི་རིགས་ལ་གལ་ཆེ་  
ཤོས་དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཤོས་དེ་གང་རེད། དེ་བཞིན་མིའི་རིགས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དེ་གང་རེད། མིའི་རིགས་ཀྱི་དཀའ་  
ངལ་གྱི་རྩ་བ་གང་རེད། དེ་ཚོའི་གསལ་ལ་གཏོང་ལེན་གྱི་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཚོའི་གསལ་གསུང་བཞིན་ཡོད།  
དཔེར་ན་མིའི་རིགས་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཤོས་གང་རེད་ཅེས་གསུང་བའི་སྐབས། མིའི་རིགས་ལ་གལ་ཆེ་ཤོས་  
དང་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཤོས་ནི་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སློབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ནི་ད་ཅང་བསམ་སློབ་མང་པོ་གཏོང་མི་དགོས་པར་ལས་སྐྱེ་པོའི་ཐོག་ནས་མཐོང་ཐུབ་པ་གཅིག་ནི་མིའི་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་  
ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་འཚོ་ཐུབ་པ་འདི་བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སློབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྲོག་འཚོ་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་བྱམས་  
སྐྱོང་དང་བྱམས་བརྩེའི་ལྟ་སྐྱོང་མེད་ན་འཚོ་ཐུབ་ཐབས་མེད། འཚོ་བ་ཡིན་ནའང་མི་ཚོར་སྤོང་པོ་མེད་པ་དང་བདེ་སྤྱིད་མེད་  
པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་རྒྱ་མཚན་དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སློབ་འདི་  
ཇི་ཅི་མ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་མིའི་རིགས་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན་པ་འདི་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་ཚོར་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད་  
བསམ་གྱི་འདུག མིའི་རིགས་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ནི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མེས་བཅོས་པའི་དཀའ་ངལ་  
ཚང་མའི་རྩ་བ་དེ་ཚོའི་བསམ་སློབ་ནང་རང་དང་རང་ཕྱོགས་ཀྱི་དོན་དེ་དག་གཙོ་བོར་བརྩིས་པ་དང་། གཞན་ཅུས་མེད་དུ་  
བཏང་བའི་བསམ་སློབ་དེ་རེད། དེའི་ཐོག་ནས་མེས་བཅོས་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་དག་ཡོང་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུ་མིའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་  
ཤོས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་། གཞན་ཡང་མེས་བཅོས་པའི་དཀའ་ངལ་གྱི་རྩ་བ་དེ་དག་ལ་གདོང་ལེན་གྱི་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་  
གཙོ་བོ་དེ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ལམ་སློན་བཀའ་སློབ་དང་པོའི་ནང་ཞེས་ཡོང་གི་ཡོད། གདོང་  
ལེན་གྱི་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་ནི། མིའི་རིགས་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། དེ་བཞིན་བྱམས་བརྩེའི་བསམ་སློབ་ འདོད་  
ཚུང་ཚོག་ཤེས། དྲང་བདེན་གྱི་བསམ་སློབ་དེ་དག་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་ལམ་གཞན་རྩ་བ་ཉིད་ནས་  
མེད།

མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཞེས་པ་དེར་གོ་བ་འདི་ལྟར་ལེན་དགོས། མིའི་རིགས་ཆ་ཚང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྲུག་བསྐལ་མི་  
འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱིས་འཚོ་དགོས་པ་གཅིག་པ་རེད། གཞན་གྱིས་བྱམས་སྐྱོང་འོག་  
ནས་འཚོ་དགོས་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་ཡོད། དངོས་ཡོད་གནས་

ཚུལ་ལའང་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་དང་མི་འབྲལ་བར་རང་གི་སེམས་ནང་  
བསྐྱེད་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་འདུ་ཤེས་གལ་ཆེ་ཆུང་ཇི་ཅམ་ཡིན་པ་ལུ་མི་དགོས་པར་སོ་སོའི་  
ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བཟུང་པ་ཡིན་ན། ཚོར་བྱུང་པ་ཞིག་དང་མཐོང་བྱུང་པ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ལྟར་མི་གཅིག་  
གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དང་། བྱམས་བརྩེ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། བྱམས་བརྩེ་གོང་  
འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡང་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་མིའི་རིགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་བྱམས་བརྩེའི་ས་པོན་  
ཡོད་པ་དང་། མིའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རང་བཞིན་བྱམས་བརྩེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པ་ཁག་གིས་བརྟག་དཔྱད་གྱི་ལམ་ནས་  
མཐོང་བཞིན་ཡོད་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་རེ་བ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་སྐྱབས་ཡོད། ཚན་རིག་པས་མིའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རང་བཞིན་བྱམས་  
བརྩེའི་བདག་ཉིད་དུ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ནས་མཐོང་བ་དེ་རྒྱ་མཚན་གསལ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་སྤང་ལ་ནང་པའི་གཞུང་  
ནས་གསུངས་པའི་བྱམས་བརྩེ་སྐྱོམ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ། དེ་ལ་བརྟན་ནས་སྐྱེས་པའི་བྱམས་བརྩེའི་ངོ་བོ་དང་། བྱམས་བརྩེ་  
ཕན་ཡོན་སོགས་ཞིབ་པར་བཀའ་སློབ་དང་ཕྱག་དེབ་ཁག་ནས་གསལ། དེ་དག་ལ་ཕྱགས་སྤང་གནང་བ་ཡིན་ན་མཁྱེན་བྱུང་བ་  
ཞིག་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་སུ་འཇམ་གླིང་ཁྱིམ་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟུན་པའི་སྐབས་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་  
ཡིན་ལམ་ལུགས་ནང་ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་སྤངས་དེ་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤྱིང་པོར་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་དང་ཆགས་སྤང་ལྟེ་བར་  
བཞག་ནས་ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད། རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་དེ་ཤེས་ཡིན་གྱི་ལྟེ་བར་བཞག་ནས་ཤེས་ཡིན་གཞན་  
ཚང་མ་འདྲིའི་ཡན་ལག་གི་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད། གཙོ་བོ་ཕྱག་དེར་ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་ནས་མཐར་ཕྱུག་དེ་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་  
དང་མི་རིགས་ལ་ཞེན་ཁོག་གྱེད་ཤེས་མཁན་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཕལ་ཆེར་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག དོན་དག་ངོ་མའི་ཐོག་ནས་ཞེན་  
ཁོག་ལྟེ་བར་བཞག་པའི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་སྤངས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་། རྒྱུག་དེབ་རིགས་  
ལ་བརྟུན་པ་ཡིན་ན་ཤེས་བྱུང། རྒྱ་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྐྱོམ་གཞི་འདི་ཏུ་ཅང་ཉིན་  
ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་འགྲུར་བ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག གལ་ཏེ་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤྱིང་པོར་ཞེན་ཁོག་གྱེད་སྤངས་དེ་བཞག་ནས་  
གཞན་རྣམས་དེའི་ཡན་ལག་གི་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད་བཞིན་ན་མཐར་རང་གཞན་གཉིས་འཕྲུང་མ་གཏོགས་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་  
དང་། གཞན་ལའང་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་རེད། འོན་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟུན་བཅོས་བཏང་ནས་ཤེས་ཡིན་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་  
དགོས་ཞེ་ན། ཤེས་ཡིན་གྱི་ལྟེ་བར་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་དང་། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་  
མཐོང་བྱུང་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་རྒྱུ་སོགས་ལྟེ་བར་བཞག་པའི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་དགོས་པ་ཡིན། དངོས་ཡོད་  
གནས་ཚུལ་ལ་མི་གཞན་ཞེས་པ་དེ་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྟན་སའི་གཞི་དེ་ཆགས་ཡོད་པས། གཞན་ལ་ཕན་པའི་སེམས་ལྟེ་བར་  
བཞག་པའི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ཤིག་དགོས། འཇམ་གླིང་ཁྱིམ་ཁྱོན་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྐྱོམ་གཞི་དེ་འགྲུར་བ་གཏོང་དགོས།  
དེ་བྱུང་ན་འཇམ་གླིང་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ལ་མིས་ཚད་ལས་བཞུག་པའི་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་བཟུ་གཞིག་གཏོང་བཞིན་པ་དེ་  
བཀའ་བྱུང་པ་དང་། མིའི་ཀྱན་ལ་རང་ལ་འོས་ཤིང་འཚམ་པ་དང་ཐོབ་འོས་པ་འམ་བདག་འོས་པའི་འདོད་དོན་དེ་ཐོབ་བྱུང་པས་  
རང་གཞན་གཉིས་རྒྱལ་ཡོང་གི་རེད་གསུངས་པ་རེད། ད་བར་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྐྱོམ་གཞི་དེས་འདང་གི་མི་འདུག འདི་  
ཆ་ཚང་བཞིག་རེད་མི་འདུག ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་འདི་མུ་མཐུད་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་མིའི་རང་བཞིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གཤིས་ཀ་དང་  
མཐུན་གྱི་མི་འདུག ཅས་བཀའ་སློབ་བཞིན་ཡོད། ལམ་སྐོན་དང་པོ་དེ་མིའི་རིགས་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་སྐྱུལ་བའི་བཀའ་སློབ་ལམ་  
སྐོན་ཡིན་ཚུལ་དེ་ལྟར་རེད།

མདོར་བསྡུས་ན། བྱགས་འགན་དང་པོ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ནང་གི་གཞི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ་  
ཆོ་གོང་སྡེལ་དུ་གཏོང་བྱུང་། ལྷན་མེད་པའི་བྱིས་པའི་སེམས་ཁམས་ནང་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་  
དང་། བྱམས་བརྟེན། འདོད་ཚུང་། ཆོག་ཤེས། ལྷག་བསམ་བཅས་ཀྱི་ས་པོན་གྱུང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་རེད། གོང་སྡེལ་དུ་གཏོང་  
སྤངས་དེ་ཡ་ཀུན་འདུས་རང་ནས་ལྷགས་ཚུམ་མཛད་པའི་སྤོང་ལོ་གསར་པའི་སྤྱོད་བཟང་དང་། ཆོས་ལུགས་རྒྱ་ལས་བཞུལ་  
བའི་སྤྱོད་བཟང་གི་ཕྱག་དེབ་གཉིས་ནང་གསལ་པོ་ཡོད། མིའི་རིགས་ལ་གལ་ཆེ་བོས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་པོའི་གནད་དོན་ནི།  
མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། བྱམས་བརྟེན་བསམ་སྣོད་དང་། བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྱུག་བསམ་མི་འདོད་པའི་དམིགས་ལུལ་  
གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་སོགས་རེད། ལུལ་ལྷང་ཁོར་ལུག་མི་འདུ་བ་དང་། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ལུས་བྱུང་མི་འདུ་བ། རྣམ་ལོག་དང་  
ཆོས་ལུགས་མི་འདུ་བ་སོགས་ནི་རིམ་པ་གཉིས་པ་ཡིན་པས་རིམ་པ་དང་པོ་དེ་རྒྱུ་བའི་ཐབས་ཚུལ་རེད།

གཉིས་པ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་སྒོར་རེད། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་  
ཡོང་སྐྱོད་བྱགས་སྦྱོན་གྱི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་རེད། འདི་ནི་ཆོས་ལུགས་པ་ཡོངས་ལ་གནང་བའི་ལམ་སྦྱོན་བཀའ་སློབ་  
གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གོང་དུ་ལྷས་པ་ལྷར་མིའི་རིགས་ཀྱི་རིན་ཐང་དེ་གང་རེད། ཅེས་གསུང་པའི་རྣམས་དཔེར་ན།  
ཅ་ལག་ཅིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན། གསེར་ལ་གསེར་གྱི་རིན་ཐང་ཞིག་ཡོད། དོ་རྩེ་པ་ལམ་ལ་དེའི་རིན་ཐང་ཞིག་ཡོད། རིན་ཐང་  
དེ་ཡོད་ཅང་གསེར་དང་པ་ལམ་གཉིས་དེ་ཅུ་ཆེན་པོར་ཅུ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་མིའི་རིགས་ལ་ཡོད་པའི་རིན་ཐང་གང་རེད་  
ཅེ་ན། བྱམས་བརྟེན་བསམ་སྣོད་དང་ཕན་སེམས་ཀྱི་བསམ་སྣོད་རེད། མིའི་རིགས་ཀྱི་རིན་ཐང་གཙོ་བོ་ནི་བྱམས་བརྟེན་བསམ་  
སྣོད་འདུག་ཅེས་གསུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུ་མིའི་རིན་ཐང་གཙོ་བོ་བྱམས་བརྟེན་དང་ཕན་སེམས་ཀྱི་བསམ་སྣོད་འདི་སྤྱི་ཚོགས་  
ནང་དར་སྡེལ་གཏོང་མཁན་ནི་འདས་པའི་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་ཁ་གསར་རིང་ཆོས་ལུགས་པ་ཆོ་རེད། མིའི་རིན་ཐང་གོང་སྡེལ་གཏོང་  
མཁན་གཙོ་བོ་ནི་ཆོས་ལུགས་པ་ཆོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། དེའི་ཐོག་རྒྱབ་སྐྱོད་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ལུས་ཡོད། ཆོས་  
ལུགས་པ་ཆོས་བྱམས་བརྟེན་དར་སྡེལ་གཏོང་བ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ནའང་རྒྱུ་བ་བྱེད་མི་འདུ་བ་གསུང་བཞིན་ཡོད། དཔེར་  
ན། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཚང་མ་དཀོན་མཚོན་གིས་བཀོད་པ་རེད། དཀོན་མཚོན་གི་  
སྲས་རེད། དཀོན་མཚོན་གིས་བཀོད་པ་གཅིག་གྱུར་རེད་ཅེས་དཀོན་མཚོན་གི་བཀའ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བྱམས་བརྟེན་དར་  
སྡེལ་གཏོང་གི་ཡོད། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་ཚོ་ཡིན་ན། རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲུང་གི་འབྲེལ་བ་ནི་རྒྱ་མཚན་དུ་  
བགངས་ནས་བྱམས་བརྟེན་དར་སྡེལ་གཏོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་བྱམས་བརྟེན་དར་སྡེལ་གཏོང་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་པ་  
གཅིག་མཚུངས་རེད། འོན་ཀྱང་རྒྱུ་བ་བྱེད་མི་འདུ་བ་ཡོད། རྒྱུ་བ་བྱེད་མི་འདུ་བ་དང་ལྟ་བུ་མི་འདུ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་སྐབས། ང་  
ཚོའི་བསམ་སྣོན་ནང་མི་འདུ་བ་དེ་མཐོང་ཡང་། མི་འདུ་བ་དེས་གང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་བརྒྱུ་བ་བྱ་གཙོ་བོ་གང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ཡོད་པ་  
དེ་སྤང་མེད་དུ་ཁོར་ནས་མི་འདུ་བ་དེ་ག་རང་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་འབྲུག་པ་བརྒྱབ་པ་དང་། བྱེད་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་དང་ང་ཚོའི་  
ཆོས་ལུགས། ང་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་ཚད་ལྡན་ཡིན། བྱེད་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་ཚད་ལྡན་མ་རེད་ཅེས་ཚུངས་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་  
ཚུད་པ་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དག་ནོར་འདུག་ཅེས་གསུང་གིན་ཡོད། ལྟ་བུ་མི་འདུ་བ་འདི་རྒྱུ་བ་བྱེད་རེད། དེས་རྒྱུ་བ་པའི་  
བརྒྱུ་བ་བྱ་གཅིག་གྱུར་རེད། གལ་ཆེ་ས་དེ་གཅིག་གྱུར་རེད། གལ་ཆེ་ས་ནས་ལྷ་དགོས། དེར་བརྟེན་དེ་ག་རང་གི་ཐོག་ནས་  
ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་ལ་འབད་པ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།

གཉིས་ནས་ལྟ་བུ་མི་འདུ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་འབྲུག་པ་རྒྱུ་བ་འདི་སྤོང་རྒྱ་བྱེད་ཀྱི་དུགས་པའི་



ཀློག་གིས་རེད། ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་མིའི་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ནའང་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།  
གང་ཡིན་ཞེ་ན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ནང་མི་དྲུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་རེད། མི་དྲུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ལྷག་ལ་བསམ་  
སློམ་འདྲ་བ་དྲུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ཡོད། ཁམས་དང་མིས་པ་མི་འདྲ་བ་ཡང་དེ་ལྟར་ཡོད་སྟབས། དེ་དག་ཚང་མར་ལྷ་  
གྲུབ་གཅིག་གིས་བྱུང་བ་ལྟར་པ་ཞིག་དང་། ལྷ་གྲུབ་གཅིག་གིས་ཁོ་ཚོའི་བསམ་སློམ་ཚབ་བྱེད་བྱུང་བ། ལྷ་གྲུབ་གཅིག་གིས་ཚང་  
མར་རན་པ་ཆགས་བྱུང་བ་ལྟར་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དང་བསམ་སློམ་འདྲ་བར་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དགོས་མཁོ་  
ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བའི་ཚོས་ལྷགས་དེ་དག་ཚང་མས་མིའི་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་  
མི་སེལ་དང་དྲུང་ཕྱུར་མང་པོར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད། ཕན་ཐོགས་བྱུང་བ་དེ་དངོས་ལེན་བྱས་པའི་  
ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་གཞན་ལ་བརྟེན་བཀུར་ལུ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་ཞེས་པ་ནི་སྤྲོད་ལྟར་བརྟེན་དགོས། སྤྲོད་གཅིག་  
མ་གཏོགས་ཡོང་མི་ཚོགས་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ན། ཏ་ཅང་གི་ཐལ་ཆ་ཞིག་རེད། སྤྲོད་འདྲ་མིན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྷར་ལྷ་གྲུབ་  
ཀྱང་འདྲ་མིན་མང་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྲིལ་གནང་སྤངས་དང་། སྤྲོད་མི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
མཁོ་ཆེན་པོ་མཚོགས་ཚོས་ལྷགས་ལ་གཟིགས་ཚུལ་གང་ཡོད་པ། ང་ཚོས་ཇི་ལྟར་ལྷ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྤྲོད་བཀུར་སྤྲོད་  
ལམ་སྟོན་ཐོབ་པ་རེད། འདི་ནི་ཚོས་ལྷགས་པ་ཡོངས་ལ་སྐུལ་བའི་ལམ་སྟོན་བཀུར་སྤྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ལམ་སྟོན་བཀུར་སྤྲོད་གསུམ་པ་ནི། བོད་མི་ཡོད་དེ་ཚོགས་ལ་སྐུལ་བའི་ལམ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གསུམ་  
པ་དེར་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་བྱུགས་འགན་བཞེས་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་  
དང་། ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག་བཅས་པར་བྱུགས་འགན་བཞེས་རྒྱ་དང་། དེ་དག་སྤྱི་བྱུགས་འགན་རྒྱུ་ལྷག་ལས་  
གནང་གི་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་རེད། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྱི་བྱུགས་དང་། ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག་བཅས་པར་དར་སྤེལ་དང་  
སྤྱི་བྱུགས་བྱེད་རྒྱུར་བྱུགས་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་སྤྲོད་ལྟར་གྱིས་འགྲེལ་བརྗོད་ཇི་ལྟར་གནང་གི་འདུག དེ་གཟིགས་རྒྱ་གལ་  
ཆེན་པོ་རེད། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཐོག་བྱུགས་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་དམིགས་བསམ་པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གི་སྤྲོད་རྒྱུ་ལ་དུ་བཏོན་  
ནས་གསུང་དགོས་དོན་གང་རེད། བོད་ཀྱི་གཞན་ཞབས་མོ་རྒྱུ་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་བྱེད་བྱུག་པ་གཞན་ཞིག་ཚུར་བརྒྱུགས་  
ནས་སྤྱི་བྱུགས་འགན་བཞེས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་མེད། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྲོད་དམིགས་བསམ་ལ་རྒྱུ་ལ་དུ་བཏོན་ནས་གསུངས་པ་དེར་  
དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་ཆེན་པོ་ཡོད། ད་ལྟའི་གནས་སྤྱོད་པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གནས་སྤངས་དེ་ག་འདྲ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ང་  
ཚོ་བོད་པར་གལ་ཆེ་ཆུང་ཇི་ཅམ་ཆགས་ཡོད་པ། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་འདི་བོད་ལ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད།  
འཇམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་བཅས་གསུང་གི་ཡོད།

བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་འདི་འཇམ་གླིང་ཡོངས་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། བོད་འདི་འཇམ་གླིང་གི་མཐོ་སྤངས་  
ངམ་འཇམ་གླིང་གི་སྤྱི་བྱུགས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་སྟོན་ཡོད། འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤྱི་བྱུགས་རོམ་དང་གངས་ཆེ་ཤོས་ཡོད་ས་  
ནི་བོད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་འཇམ་གླིང་གི་སྤྱི་བྱུགས་པ་རེད། ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། བོད་མཐོ་སྤངས་གི་ཁོར་ཡུག་  
སྤྱི་བྱུགས་བྱེད་བྱུག་པ་ཡིན་ན། འཇམ་གླིང་སྤྱི་བྱུགས་གཞན་གཞིས་སྤྱི་བྱུགས་བྱེད་བྱུག་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་གི་ཁོར་ཡུག་ལས་འགྲེལ་  
བ་གྲགས་ཆེན་ཕྱོགས་ལ་ཕྱོགས་ (VANDANA SHIVA) ལགས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཅིག་གི་ནང་། བོད་མཐོ་སྤངས་གི་ཁོར་ཡུག་འདི་  
འཇམ་གླིང་འདིའི་ནང་གི་མི་འཕོར་བྱེད་ཀ་ཅམ་གྱི་འཚོ་གནས་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད། ཅེས་གསུངས་ཡོད། བོད་ནི་  
འཇམ་གླིང་ནང་འཕྱུང་ཚུའི་མཛོད་ལྷ་བྱུ་ཆེ་ཤོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྷ་བྱུའི་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དང་བོད་ནས་མར་རྒྱུག་བཞིན་

པའི་གཙང་པོ་ཆེན་པོ་དྲུག་གསལ་བཅུ་རྒྱ་ལས་དང་། རྒྱ་རྒྱལ་དཀི་ལུགས་ལྷན་སྐྲུན་ལ་དེ་གཤམ། ལ་དོ་སེ། རྡོ་ཉི་མམ་བཙམ་སུ་རྒྱལ་  
བཞིན་པ་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་མཁམ་མི་དུང་ལྷུ་ར་བཙོ་ལྷ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པར་བཤད། དེའི་ཐོག་ནས་གལ་  
ཆེ་ཆུང་ཇི་ཅམ་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་ལ་བོད་མཐོ་སྐང་གི་ཁོར་ཡུག་ལ་དོ་སྣང་དང་ཉམས་ཆག་  
ཚབས་ཆེན་ཕྱིན་ཡོད། སྤྱིར་འཇམ་སྐྱོང་གི་ཚད་དོད་རྒྱས་བཞིན་པ་ཡོངས་གྲགས་རེད། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་ཚད་དོད་ཡར་འཕར་  
བཞིན་པ་འདི་ཚད་གཞི་དུ་ཅང་མཐོ་བོའི་ཐོག་ནས་འཕར་གྱི་འདུག འཇམ་སྐྱོང་སྤྱིའི་ཚད་དོད་འཕར་ཚད་ལས་ལྡན་གསུམ་མང་  
བ་འཕར་བཞིན་ཡོད། བོད་ནང་དེ་ལྟར་ཚད་དོད་ལྷགས་ཆེན་པོ་འཕར་བཞིན་པ་འདིས་བོད་ཙམ་དུ་མ་བྱེད་འཇམ་སྐྱོང་སྤྱི་ལ་  
སྤྱོན་གང་གཉེན་གྱི་རེད་དམ་ཞེ་ན། འཇམ་སྐྱོང་སྤྱིའི་ཚད་དོད་འཕར་ཚད་ལ་འཇམ་སྐྱོང་ས་ཁུལ་གཞན་ལས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཚད་དོད་  
ལྷགས་ཆེ་འཕར་བཞིན་པ་དེས་ལྷགས་རྒྱུ་ཆེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བོད་ཀྱི་ས་འདི་རང་བྱུང་གི་ས་བབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཇམ་སྐྱོང་  
གི་ཕྱོ་མོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། བོད་དང་རྩི་རྩེ་དང་བྱང་རྩེ་གསུམ་གྱི་ཚད་དོད་ལྷགས་ཆེ་རུ་འགོ་དུས་འཇམ་སྐྱོང་ས་ཁུལ་གཞན་གྱི་ཚད་  
དོད་ལྷགས་ཆེ་རུ་འགོ་བ་ལས་ཀྱང་ཉེན་ཁ་ཞིག་ཏུ་རྩིས་ཀྱིན་འདུག། བོད་ཀྱི་ཚད་དོད་འཕར་བ་དེས་ལྷ་ལོ་བ་སོགས་འཇམ་སྐྱོང་  
གི་ས་ཁུལ་གཞན་ཁག་གི་ཚད་དོད་མཐོ་གསལ་པོར་འཕེལ་བར་གྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་བོད་ཀྱི་ཚད་དོད་འཕར་བ་འདི་འཇམ་སྐྱོང་སྤྱི་  
ལ་དུ་ཅང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་ལ་བོད་ཀྱི་ཚད་དོད་འཕར་བ་དང་། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་འཇམ་སྐྱོང་གི་ཚད་དོད་ལྷགས་ཆེ་འཕར་བ་འདི་ད་ལྟོས་  
བཞིན་སུ་མཐུད་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༥༠ ལོར་འཇམ་སྐྱོང་གི་ས་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་ཆུའི་ནང་ལྷུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་  
དང་། བོད་ནང་ཚད་དོད་རྒྱས་པ་འདིས་བོད་ཀྱི་རྩ་ས་ཉེ་ཐང་ལ་འགྱུར་རྒྱ། མཚོ་དང་མཚོ་ཉུ་དེ་དག་སྐྱམ་ནས་བོད་ཀྱི་ས་དེ་  
སྐྱམ་པོ་ཆགས་ཏེ་ཉེ་ཐང་ལྷ་བྱར་འགྱུར་བའི་ཉེན་ཁ་དུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། ཅས་ཉམས་ཞིབ་པ་ཁག་གཅིག་གིས་གསུངས་འདུག  
དེ་བཞིན་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཐོ་ཞིག་གི་ནང་། ལོ་རེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་རྩ་ཐང་ཇི་ཅམ་ཞིག་ཉེ་མར་འགྱུར་གྱི་ཡོད་  
དམ་ཞེ་ན། ས་ཁྲིམ་གི་ལོ་མི་ཀྱར་གྲུ་བཞི་མ་སྤོང་ཕྱག་གཉིས་ལྷག་ཙམ་ཉེ་ཐང་དུ་འགྱུར་འགོ་གི་ཡོད་ཅས་བཤད་འདུག། དེའི་  
སྐོང་བོད་ནང་གཉེར་ཁ་ཚད་ལས་བཞུལ་བ་སྤྱོད་འདོན་དང་། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུལ་ལ་དོ་སྣང་ཐལ་ཆ་ཆེ་བ་གཏོང་གི་ཡོད་སྐབས།  
བོད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུལ་ལ་དོ་སྣང་འགོ་བཞིན་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན་པས་འཇམ་སྐྱོང་གི་ཁོར་ཡུལ་ལ་དོ་སྣང་འགོ་གི་ཡོད། འཇམ་  
སྐྱོང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་དོད་ཚད་ལ་ལྷགས་རྒྱུ་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་འདི་ཉིད་སུ་མཐུད་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། བོད་འདི་  
ཉིད་མཐར་སྒྲིག་ཆགས་འཚོ་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་མིའི་རིགས་འཚོ་གནས་མི་ཐུབ་པའི་ལུང་པ་ཞིག་ཆགས་ཉེན་ཡོད། དེ་ལྟར་  
ཆགས་པ་ཡིན་ན་བོད་ཙམ་དུ་མ་བྱེད་འཇམ་སྐྱོང་སྤྱི་ལའང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་རེད། བོད་པར་མཚོན་ན། སོ་སོའི་སྤོད་གནས་སྤོང་  
འགོ་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཚོར་ལ་ལོང་ས་ལ་སྐབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དུས་རྟུ་ཁོར་ཡུལ་ལ་གསུང་སྐད་བསྐྱོན་དགོས་  
དོན་ཞི་དུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ཐུག་གི་ཡོད། ཁོར་ཡུལ་བདག་པོ་རྒྱལ་རྒྱ་ཞི་སོ་སོའི་གནས་དེ་བདག་པོ་རྒྱལ་གི་ཡོད་པའི་གོ་  
བདེ་ལེན་ཐུབ་དགོས། སྤྱི་མདུན་གྱིས་དེ་ལྟར་དགོངས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཚོའི་སེམས་ནང་ཚོར་ཐུབ་དགོས་པ་དང་ཤེས་ཐུབ་དགོས་  
རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བསམ། དེ་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། སྐད་ཡིག་བདག་པོ་རྒྱལ་རྒྱ་ཞི། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་  
གཞུང་ཟེར་ན་གང་རེད། སྐབས་བདེ་བོའི་ཐོག་ནས་ལུས་པ་ཡིན་ན། ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཟེར་རྒྱ་འདི་གཙོ་བོ་ཕྱིའི་རྒྱམ་པ་  
ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་རེད། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཞི། བོད་ཀྱི་བསམ་སྤོང་དང་བསམ་སྤོང་འདི་དང་འཚོ་བ་འདི་རིག་པའི་གཞུང་  
ལྷགས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མདོར་བསྐྱུས་ན་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཟེར་ན་བོད་ཀྱི་བསམ་སྤོང་རེད། བོད་ཀྱི་བསམ་སྤོང་

ཟེར་བ་འདི། འཛམ་གླིང་གི་མཐོ་སྒང་། རང་བྱུང་གི་ཁོར་ལུག་ཕུན་མོང་མིན་པ་ཞིག་གི་ནང་འཚར་ལོངས་དང་སྐྱེ་འཕེལ་བྱུང་  
བའི་མི་རིགས་འདི་ལ་ཁོར་ལུག་ཕུན་མོང་མིན་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་བསམ་སྒྲོལ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་བསམ་སྒྲོལ་  
འབྱེད་སོ། བསམ་སྒྲོལ་གྲོང་སྒངས་ཕུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཟེར། འདི་དང་འཚམ་པའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་རིག་པའི་  
གཞུང་ལུགས་དར་ནས་ནང་ཚོས་དེ་བསམ་སྒྲོལ་དེ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཏུ་ཆགས་ཡོད། མདོར་བསྡུས་ན་པོད་ཀྱི་ཚོས་  
དང་རིག་གཞུང་ནི་པོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དེ། པོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དེ་བརྒྱུག་པ་ཡིན་ན། མི་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་སློབ་མེད་པ་དང་  
གཅིག་མཚུངས་མེད། པོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དེ་བརྒྱུག་པ་ཡིན་ན་སྐད་ཡིག་སོགས་བཤད་རྒྱུ་དེ་སྐད་ཆ་གང་ཡང་ལྷག་མེད། པོད་མི་  
རྣམས་ལ་དེ་ཙམ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། པོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དེ་བརྒྱུག་པ་ཡིན་ན། འཛམ་གླིང་སྐྱེ་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་  
རིག་དང་། འཛམ་གླིང་སྐྱེ་ཡོངས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས། མིའི་རིགས་ཡོངས་རྗེས་ལ་བདེ་སྐྱིད་བསྐྱུན་རྒྱུར་དེ་ཤིག་ཆེན་པོ་ཞིག་  
དང་གྲོང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤོང་གི་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གིས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་འབྲས་འདེགས་  
ལུ་ཕུབ་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ནང་ཉེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཚོན་ན། ལྟ་བུ་རང་གི་དོས་  
ནས་འགྲེལ་བཤད་ཆ་ཚང་བ་ཡོད་པའི་ལྟ་བུ་གཏོང་བ་མི་ཞིག་མེད། མིའི་བསམ་སྒྲོལ་གྲོང་སྒངས་དེ་སྤོང་གི་ཡོངས་པོ་དང་  
རྒྱ་ཆེན་པོར་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་། བསམ་སྒྲོལ་སྤོང་པའི་ཐོག་ནས་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པ་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཡོད།  
འདི་བརྒྱུག་པ་ཡིན་ན་པོད་པར་གྲོང་ཙམ་དུ་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་སྐྱེ་ཡོངས་ལ་འང་གྲོང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་  
སེམས་ཁམས་རིག་པར་ཆ་མཚོན་ན། པོད་པའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དང་སེམས་སྤོང་བཅས་ཤེད་  
རྒྱུ་དེ་རིམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་པོད་མི་ཙམ་དུ་མ་ཟད། མི་དུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་དང་།  
མི་དུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ལ་དགོས་པའི་ལེགས་བཤད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། ཁོར་ལུག་དེ་  
དག་པོད་པ་ལ་གལ་ཆེན་པོ་མེད། པོད་པ་ཞེས་པ་འདི་གནས་པར་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་སྟབས། འདི་བདག་པོ་རྒྱུག་དགོས་འདུག་  
ཅེས་དེ་ཙམ་གསུངས་པ་མ་ཟད། འདི་པོད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་འཛམ་གླིང་ཡོངས་དང་། འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་  
པོ་ཆགས་འདུག་པས་མིའི་རིགས་ཡོངས་ཀྱིས་བདག་པོ་རྒྱུག་དགོས་ཀྱི་འདུག་གསུངས་པ་མེད། པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་  
ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་དང་རྒྱུ། གཞུང་ལུགས་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་འདུག་པས་མིའི་རིགས་ཡོངས་ཀྱིས་བདག་པོ་  
རྒྱུག་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གཏོང་བ་པོ། པོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་  
དེ་ཡོད་སའི་སྤོང་ནི་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མེད། པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཐོག་མར་འཚར་ལོངས་བྱུང་ས་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་  
སྤོང་ནས་ཡིན་དུས་འདི་བཙན་དབང་གིས་ཚུར་རྒྱངས་ནས་སྤོང་གཞན་ཞིག་གི་ནང་སྐྱུག་པ་ཡིན་ནའང་མི་ཚོག་ཟེར་རྒྱུ་མེད་  
ཀྱང་། འོན་ཀྱང་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ནང་དུ་སྐྱེ་ཞིང་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་རིག་གཞུང་དེ་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ནང་དུ་ཇི་ལྟར་  
གསོ་སྦྱོང་བྱས་ཀྱང་ཐོག་མར་སྐྱེ་སའི་སྐད་ཡིག་ནང་དུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཁག་པོ་མེད། དེར་བརྟེན་པོད་སྐད་ཐོག་  
པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་ནང་བཞིན་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱིས་པོད་སྐད་ནང་བཞིན་ཆབ་ཤེད་ཕུབ་རྒྱུ་ད་  
ཅང་ཁག་པོ་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གནས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། འཛམ་གླིང་སྐྱེ་ལ་པོད་ཀྱི་སྐད་  
ཡང་གནས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག་ པོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྤོང་བྱེད་སྒངས་ཐད་  
ལམ་སྟོན་བཀའ་སྟོན་འདི་ལྟར་ཕེབས་ཡོད། ཐུགས་འགན་བཞི་པ་སྤྱི་ནོར་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་རྒྱ་གར་  
ནང་ཆེབས་སྐྱུར་བསྐྱེད་ས་ནས་ལོ་ངོ་ ༦༠ ལྷག་ཕྱིན་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་སྐྱུ་མགོན་དུས་ལུན་རིང་ཤོས་དེ་ཡིན་ཞེས་སྐྱེ་ཅོད་དང་  
སྐྱུགས་ནས་གསུང་གི་ཡོད། དོན་ལའང་འདི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་ནི་ང་ཚོའི་གནས་བདག་དང་། གདན་འདྲན་ལུ་མཁན་

མགོན་བདག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཕར་བཀའ་ངོན་རྗེས་དྲན་བྱེད་དགོས་པ་དང་རྒྱ་གར་ལ་ཐུགས་རྗེ་ལེགས་འབྲུལ་  
དགོས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། སྐྱེ་མའུ་ལྟེན་གྱིས་རྒྱ་གར་བ་ཡོངས་ལ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་  
རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་བསྐྱར་གསོ་གནང་བ་རེད། དེ་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་  
བ་ཡོངས་ལ་ཕན་གྱི་རེད་ཅེས་ལམ་སློན་ཕེབས་ཡོད། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་གསུང་པའི་སྐབས་  
ད་ལྟོ་གནས་སྐབས་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར། དམག་དོན། མི་འཛོམས་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་  
ཏུ་ཅང་སློབས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་གི་ཡོད་སྟབས། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དང་ཡར་རྒྱས་ཚད་མཐོ་བོ་ཡོད་པའི་ལྷང་པ་  
འདིའི་ནང་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ཏུ་ཅང་ཚད་མཐོ་བོ་ཡོད་ནའང་མ་འདང་བའི་ཆ་དེ་གང་རེད། གང་གིས་འཕུང་བཞིན་  
ཡོད། དགོས་མཁོ་གང་ཡོད། གལ་ཆེ་གོས་ཤིག་གང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེ་ན། ལྷང་པ་འདིའི་ནང་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ནི་གནའ་  
རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། འདི་འབྲུས་ཤོར་ཕྱིན་འདུག་པས་ཉམས་གསོ་བྱེད་ཐུབ་  
ན། ཕན་ཐོགས་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། ངེས་པར་དུ་ཉམས་གསོ་བྱེད་དགོས་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་རེད། ཅེས་གསུང་བཞིན་ཡོད།  
རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་གསོ་ཞེས་བརྗོད་དུས་གོང་དུ་ལྷུས་པ་ནང་བཞིན་རྒྱ་གར་ནང་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་  
རིག་དེ་དག་དར་བ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ཚད་མཐོ་བོ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བདེ་སྲིད་ཕྱི་དངོས་པོའི་སྤོང་ནས་  
འཚོ་བ་བཞིན་པ་མ་གཏོགས་ནང་བསམ་སྒྲུབ་སྤོང་ནས་བཙལ་རྒྱུའི་རིག་གཞུང་རྒྱ་གར་ནང་ཏུ་ལམ་བཟང་གསལ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་རེད།  
བྱེད་བྲག་པ་རེ་བྱུང་ནི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་རེད། སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཞུས་ཡོང་དུས་བཟང་གསལ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་གི་ཡོད།  
རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རང་གི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གིས་འཕུངས་ནས་བསྟན་ཡོད། གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་  
ནས་བྱེད་རང་ཚོར་བདེ་སྲིད་གཙོ་བོར་ནང་སེམས་ཀྱི་སྤོང་ནས་བཙལ་རྒྱུའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རིག་གཞུང་འདི་  
རྒྱལ་ཆེན་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ། རྒྱ་མཚན་ཡོད། ཚན་རིག་པས་བརྟག་དཔྱད་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་  
འབྲས་བུ་བཞུན་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འདི་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་བདེ་སྲིད་ཅེས་པ་འདི་ཕྱི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་ནས་  
བཙལ་རྒྱུའི་འགོ་སྤངས་འདིས་འདང་གི་མ་རེད། འོན་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་རིག་གཞུང་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། ཞི་གནས་དང་ལྷག་  
མཐོང་གི་སློབ་གྲི་རིམ་པ་ལོ་ངོ་སྤོང་བྲག་གཉིས་གསུམ་གོང་ནས་རྒྱ་གར་ནང་དར་བ་དེ་རེད། དེ་འདྲའི་རིག་གཞུང་ཆ་ཚང་བ་  
ཞིག་ཡོད། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་ཐོག་ནས་སློབ་རྒྱུ་རྒྱུའི་རིམ་པའི་ཐོག་ནས་ནང་བསམ་སྒྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་  
ཁམས་རིག་པའི་རིག་གཞུང་རྣམ་གཞག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དར་འཕེལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ ལྔར་ནས་ཡོད་པ་དེ་  
ཉམས་གསོ་བྱེད་རྒྱ་ཚམ་མ་གཏོགས་ལྔར་མེད་གསལ་བཟོ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུང་གི་མེད། དེར་བརྟེན་དེའི་ཐོག་ནས་  
བོད་པ་ཞིག་དང་ནང་པ་ཞིག་ དགེ་སློང་ཞིག་ བོད་ཀྱི་དབུ་བྲིད་ཅིག་ དེ་བཞིན་ལྔ་ལྔ་བ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུའི་མཚན་གནས་  
ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་སྟེ་འདི་ལྟར་འདུག་ཅེས་ཕར་རྒྱ་གར་ཡོངས་ལ་བཞུན་ནས་  
ཉམས་གསོ་བྱེད་སྤངས་དེ་ལྟར་རེད། རྒྱ་གར་ལ་ཕར་ལེགས་སྐྱེས་འབྲུལ་བ་འདི་རྒྱ་གར་བ་ཡོངས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་སློབ་མེད་པ་  
ཞིག་དང་། འབྲུལ་མཁན་དེ་ཡང་བོད་པ་ཞིག་དང་། བོད་ཀྱི་དབུ་བྲིད་ཅིག་གིས་འབྲུལ་གྱི་ཡོད། བོད་པའི་མཚན་དང་ལ་རྒྱ་  
སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་བ་ཡིན་ནའང་ཏུ་ཅང་གནད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་ཐུགས་འགན་བཞི་པ་རྒྱ་གར་  
བ་ཡོངས་ལ་སྐྱེལ་བའི་ལམ་སློན་ཆེན་པོ་བཞི་པ་དེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ འདིའི་སྐོར་ལ་འབྲེལ་བའདད་མདོར་བསྐྱེས་ལུ་རྒྱུ་འདི་ལྟར་  
ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆོ།



ཡ་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་  
ཐབས་སྒྲོམ།

དགེ་བཤེས་ཐུབ་བསྟན་སྦྱིན་པ་ལགས།

ཡ་རྒྱལ་གསུང་རྒྱུར།

༡༡། །དེ་རིང་ང་ཚོ་འདིར་བཅན་ཕྱོད་པོད་མིའི་སྦྱིག་འཇུགས་ཀྱི་སྦྱོར་ལ་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་  
ཚེའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་སྲུང་བཅིའི་ལས་རིམ་གྱི་ལས་འཆར་དང་བསྟན་ནས་པོད་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་རྗེ་ཚམ་གྱིས་ ད་ལྟ་འདིར་  
ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེའི་ཐུགས་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྒྲོམ་ལ་གཏམ་བཤད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཞིག་བཟོས་གནང་  
འདུག་པར། དེའི་ནང་དུ་ངས་འཇུག་ལུགས་བྱས་ནས་བསམ་འཆར་རམ་སྐྱོའཆར་འགའ་བཤད་རོགས་ཞེས་གོ་སྐབས་གནང་  
བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལོ་ང་རང་ཚོ་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེ་དགུང་ལོ་ ༡༥ ལ་ཕེབས་པའི་  
དུས་ཚོགས་ཞེས་ཅང་ལོ་དུས་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ད་ལོའི་ལོ་འདི་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་  
རིན་པོ་ཚེའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ལ་ང་ཚོ་བཅན་ཕྱོད་པོད་ཡོད་པའི་པོད་མི་ཚང་མས་གཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་  
བཏང་། བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ལས་རིམ་རྣམ་པ་ད་ཅང་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་གནང་ཡོད། ད་རེས་  
འདིར་ལོ་ལོ་མཇུག་རྒྱུ་གསུང་འགྲོ་དུས། དམིགས་བསལ་གྱིས་པོད་མིའི་སྦྱིག་འཇུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོ་པོད་མི་ཅམ་མ་  
རེད། རྒྱལ་སྦྱིའི་སྤྱང་ས་ཆའི་སྐྱེང་ལ་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེའི་མཛད་རྗེས་དང་བཀའ་དྲིན། ཐུགས་བརྒྱུད་དེ་ཚོའི་སྒྲོམ་ལ་  
གཏམ་བཤད་ཀྱི་ལས་རིམ་བཟོས་གནང་བ་དེར་ང་རང་དམིགས་བསལ་དགའ་པོ་བྱུང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྐབས་སུ་  
བབས་པ་ང་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཐུགས་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས། འགྲོ་བ་མི་སྦྱིའི་སྦྱོར་ལ་བཟང་སྤྱོད་  
སྤེལ་རྒྱུའི་སྒྲོམ་ལ་པོད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག སྦྱིར་བཏང་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེའི་ཐུགས་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་བཞི་  
པོདེས། ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེའི་རྩ་པའི་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་གསལ་པོ་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་ཐོག་  
མར་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེ་རང་ཉིད་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་སྐྱེང་ལ་མི་ས་ལ་མང་  
པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མི་སྦྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཞབས་ཞུ་བསྐྱུ་དང་དགོངས་པ་བཞེས་  
རྒྱ། དེ་ནས་མཛད་པ་བསྐྱེད་ས་གནང་བའི་སྒྲོམ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེའི་འཛམ་བུ་གླིང་ས་  
སྐྱེང་འདིར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་དང་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་གི་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་དབྱེས་ཤིང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཚོས་ལུགས་  
མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་སྒྲོམ་ལ་འདས་པའི་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོའི་ནང་དུ་ཚོས་ལུགས་ཐ་དད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་མཐུན་པའི་  
དགའ་ངལ་འཕྲད་ཡོད་སྐབས། ད་ལྟ་ལོ་གཅིག་གྱུར་གྱི་དུས་ཚོད་འདིར་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱིལ་གྱི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་  
གྱིས་མཛད་པ་བསྐྱེད་ས་ཡོད་པ་རེད། མཛད་པ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་དགོངས་བཞེད་ཆེན་པོ་གཉིས་པ་དེ་ནི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
དབྱེས་ཤིང་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རེད། དེའི་སྐྱེང་ལ་ཡོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་རིན་པོ་ཚེ་ཏཱ་ལའི་བླ་མའི་མཚན་བཞེས་མཁན་ཡིན་  
པར་བརྟེན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་པོད་མི་མང་དང་རྒྱལ་ཁབ། བསྟན་པ་ཆབ་སྲིད་དང་བཅས་པར་ལས་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་  
དམིགས་བསལ་འབྲེལ་བ་ཆགས་པའི་དབྱེས་ཤིང་ཅིག་ལ་འབྲེད་ས་པ་རེད། དེའི་ཆ་ནས་ད་ལྟའི་ཉག་ཕྱིའི་དུས་ཚོད་འདིར་པོད་མི་  
རོགས་དང་རིག་གཞུང་། རང་ཚོས་དང་སྐད་ཡིག་བཅས་པ་དེ་དག་སྲུང་སྦྱོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་མཛད་པ་བསྐྱེད་ས་དང་སྦྱོང་བཞིན་པ་

རེད། མངོན་པ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་དགོངས་བཞེད་དེ་ནི་ཐུགས་བརླུང་གི་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ་རེད།

དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་གསུམ་པོའི་སློང་། ལྷ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དམིགས་བསལ་གྱིས་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་  
སྐར་གསོ་མངོན་གནང་བྱའི་ཐུགས་བརླུང་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོའི་གཞུང་གནང་གི་འདུག དེ་གནང་དགོས་པའི་ལྷ་མཚན་  
གང་ཡིན་ཟེར་ན། ང་ཚོའི་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལྷུག་པོ་དེ་དག་སློབ་གྱི་ཚོས་རྒྱལ་ཚོ་དང་། ལོ་པའ་རྣམ་པའི་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་  
དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་བརྟན་པ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ཚང་བ་དེ་དག་གཏན་འཕེབས་ཐུབ་  
པ་བྱུང་ཡོད། ལྷུག་པར་སློབ་གྱི་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ལ་སོགས་པ་ཁོང་རྣམ་པའི་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་དང་། དེ་འདྲའི་ཚོགས་  
ནས་རིམ་པས་པོད་ནང་དུ་ཚད་མ་དང་། དབུ་མ། སར་སྤྲིན། མངོན་པ་སོགས། མདོ་དང་རྣམས་ཀྱི་བཤད་པ་མང་པོ་ཞིག་  
གཏན་འཕེབས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོའི་པོད་བརྒྱུད་ནང་བརྟན་པ་ཚོ་ཡང་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་  
ལུགས་འོག་ལ་འཚོ་བཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ལྷ་དུས། དེང་རབས་ཀྱི་དུས་ཚོད་འདིར་ལྷ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་  
རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་ནས་འགྲོ་བམི་སྤྱིའི་བདེ་དོན་དང་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཞབས་  
འདེགས་ཆེན་པོ་བྱ་བྱུང་གི་སྐབས་ཡོད་དུས། དེ་བརྒྱུད་གསོ་གནང་བྱུ་དེ་ཡང་ཐུགས་འགན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཅི་གནང་གི་ཡོད་  
པ་རེད། ད་ལྟའདིར་དམིགས་སྤྲུལ་གསུངས་འགྲོ་བམིའི་བཟང་སློབ་སྤྲེལ་བྱའི་སྐོར་བཤད་བྱུ་ཡིན་ཅོང་། འགྲོ་བམིའི་  
བཟང་སློབ་སྤྲེལ་བྱའི་སྐོར་དེ་ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེས་ཚོགས་མཉམ་པ་བཅས་ཀྱི་ལ་ལེབས་པ་ནས། ལྷ་ལ་སྤྱིའི་ནང་  
ལ་མར་ཚུར་ཆེབས་སྐྱུར་མངོན་བྱུ་དེ་ཚོགས་མཉམ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༢ ལོར་ཉེ་འོང་དང་། དེ་ནས་ཐེ་ལེན་ཏི་བཅས་སྤྱིའི་བསྐྱུར་  
བརྒྱུད་སྤྱུང་གང་ལྟར་བཅའ་བྱུ་དུ་ལེབས་ནས་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་དང་པོའི་རིང་། དང་ཚོགས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་བཅའ་བྱུ་  
ལ་འགྲོར་བའི་པོད་མི་ཚོའི་དགོས་མཁོ། དཔེར་ན་བཅའ་བྱུ་པོད་མི་རྣམས་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་དང་། པོད་ལྷན་ཚོར་སློབ་  
གྲྭ་བཅུགས་གནང་བྱུ་རེད། བཅའ་བྱུ་པོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གཞུང་སྤྱིག་ཅིག་འདྲུགས་བྱུ། དེ་བཞིན་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚོགས་  
ནས་དམིགས་བསལ་གལ་འགངས་ཅན་གྱི་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཁག་བརྒྱུད་འདྲུགས་གནང་དགོས་སོགས། དེ་ཚོའི་ཚོགས་ལ་དམིགས་  
བསལ་གྱིས་ཐུགས་འགན་ཆེན་པོ་བཞེས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། གང་ལྟར་བཅའ་བྱུ་དུ་འགྲོར་ནས་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་གཅིག་སོང་  
བའི་རྗེས་སུ། གཞི་ནས་ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེས་གང་ལྟར་འཇམ་སྤྱིང་སྤྱིའི་ཚོགས་དང་འགྲོ་བམིའི་སྤྱིའི་བདེ་དོན་  
ཚོགས་ལ་ཆེད་དུ་དགོངས་པ་བཞེས་བྱུའི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་བ་ཡིན་ཅོང་། བདུན་ཚུའི་འག་སློབ་ནས་ཆེབས་སྐྱུར་གནང་བྱུ་དབུ་  
ཚུགས། དེ་ནས་ལུ་རོབ་ལ་ཕལ་ཆེར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༣ ལོར་ཆེབས་སྐྱུར་དང་པོ་རེད། ཨ་རིར་ཆེབས་སྐྱུར་གནང་བ་དང་པོ་  
དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ འཁེལ་ཡོད། དེ་དུས་ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེ་ཆེབས་སྐྱུར་གནང་བའི་སྐབས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་  
དེ་དག་མངལ་བ་ཡིན་ན། དེ་དུས་ནས་ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པ་ལ་འགྲོ་བམི་སྤྱིའི་བདེ་དོན་ཚོགས་  
ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་དགོངས་པ་བཞེས་སྐྱུངས་དང་། ལྷུག་པར་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་གཉིས་ཀ་གཞིར་བྱས་ཏེ། ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་ཆེ་སྐྱུ་སྐར་གྱི་ཚོགས་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་མངོན་པ་  
བརྒྱུད་བྱུ་ག་རེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་སྐྱུངས་གང་འདྲ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལོར་ནས་བཀའ་  
སློབ་གནང་བ་དེ་དག་མངལ་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་རོབ་ཅའོགས་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། ཨ་རིར་ཆེབས་སྐྱུར་དང་  
པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དེ་དག་ཕྱི་གས་བསྐྱུགས་ལུས་པའི་དེབ་གསེར་པོ་ཞིག་བཏོན་ཡོད་རེད། དེ་དང་སྐད་ཅན་  
ས་དགའ་ལྷན་དུ་སློབ་གཉེར་བ་ཡིན་དུས་མངལ་བྱོང་། དེ་མངལ་བའི་སྐབས་སུ་དེ་དུས་ནས་ཡགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་འོན་པོ་

ཚེས་ཁོར་ཡུག་སྤུང་སྤྱི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་རིམ་པས་གོ་ལ་  
གཅིག་གྱུར་དུ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད་དུས། སྤྱི་ཚོགས་ཐ་དད་པ་དང་། མི་རིགས་ཐ་དད་པ། ཚོས་ལུགས་ཐ་དད་པ། དེ་དག་མཐུན་  
པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གོ་ལ་གཅིག་གི་སྤང་ལ་གནས་ཐུབ་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་མེད་དང་། ལྷག་པར་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་  
གི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་དེ་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ག་པར་ཡིན་ནའང་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཚོས་དད་ལུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་  
སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆགས་ཡོད་དུས། ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་སྤེལ་རྒྱུའི་སྒྲུབ་དོར་གྱི་སྐོར་དེ་འཇམ་གྱིང་གར་རུབ་གང་དུ་ཡིན་  
ནའང་གཙོ་བོ་ཚོས་དད་ཅིག་རྩ་བ་ལ་བཞག་ནས། ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་པ་པོ་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་རེད་ཟེར་བ་འདྲ་པོ་  
དང་། ཡང་ན་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་གི་རེད་ཟེར་བ་འདྲ་པོ་དང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་གང་ལྟར་ཚོས་དད་རྩ་བ་ལ་བཞག་  
ནས་ཚོས་གྱི་ལྟ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤང་ནས་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་སྤེལ་རྒྱུ་དང་། ཚོས་གྱི་ཐ་སྐད་ལྟར་ན་སྤྲིག་པ་ལ་འཇོམ་རྒྱུ་  
དང་། དགོ་བ་ལ་འདུག་རྒྱུའི་དགོ་སྤྲིག་སྤང་དོར་དེ་གང་སར་སྤེལ་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནི་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ག་པར་ཡིན་ནའང་གཅིག་  
གྱུར་ཆགས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་སྤྱི་ཚོས་དད་དང་ཚོས་གྱི་ལྟ་གྲུབ་གཞིར་བཞག་ཐོག་ནས་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་སྤང་  
དོར་སྤེལ་སྤངས་དེ། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པར་གོ་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་འཇམ་གྱིང་སྤྱི་ལ་བྱུང་བའི་ཚོས་གཅིག་ཡོང་  
ཐབས་མེད་སྤངས། ཚོས་དད་ལ་བརྟེན་པའི་སྤང་དོར་སྤེལ་ཚུལ་འདི་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་ལ་བྱུང་བུ་པ་གཅིག་འོང་མི་སྤྱོད་ཅིས།  
ལས་ལས་མཐོན་རིན་པོ་ཆེས་ཐོག་མ་ནས་བཀའ་གནང་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཡེ་ཤུ་ལྔ་ཆེན་གྱི་ཚོས་ལུགས་དེ་བྱུང་བའི་ཚོས་དད་པོ་ཡོད་  
ཅིང་སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་འཇམ་གྱིང་ནང་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་དེ་བྱུང་བའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཚོས་ལུགས་ཤིག་  
ཇི་ཅམ་བྱུང་བའི་ཚོས་དད་པོ་ཡོད་ནའང་འགྲོ་བ་མི་ཚང་མར་བྱུང་བུ་པའི་ཚོས་ལུགས་གཅིག་རེད་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་ཡོད་མ་  
རེད། དེ་སྤྱི་ཡང་བྱུང་ཡོད་མ་རེད་ལ། མ་འོངས་པར་ཡང་ཡོང་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་མེད་དུས་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་  
སྤང་དོར་གྱི་སྐོར་དེ་སྤེལ་བའི་སྐབས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཚོས་དད་དང་། ཚོས་གྱི་ལྟ་གྲུབ་ཅིག་གི་སྤང་ལ་གཞི་འཇོག་  
དགོས་ཀྱི་འདུག་ན། འོ་ན་ཚོས་དད་དང་ཚོས་གྱི་ལྟ་གྲུབ་གང་ལེན་དགོས་སམ་ཞེས་བྱི་བ་དེ་འོང་གི་རེད། དེ་ནས་སྤྲིག་གྲ་ཡོང་  
གི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ལ་གོང་ས་ལས་ལས་མཐོན་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་དང་བཀའ་གནང་སྤངས་ལྟར་  
ལག་ལེན་བསྐྱར་བྱུང་ན། ཚོས་དད་ཡོད་མེད་ལ་མ་གྲོས་པར་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མར་བྱུང་བུ་པའི་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་རེད།  
དེ་ཡང་གཞི་མའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྤྱོད་གྱི་སྐོར་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་གཞོན་པའི་ལས་ལས་  
སྤོམ་རྒྱ། གཞན་ལ་ཕན་པའི་ལས་ལ་འདུག་རྒྱ། རང་ཉིད་ལུགས་ལ་སྤྱོད་པའི་ལས་ལ་འདུག་རྒྱ། བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བའི་སྤོམ་  
སྤང་ནས་གཞན་ལ་གདུང་སེམས་མཉམ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་རེད། བཟོད་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ། དེ་ཚོའི་གས་ཀྱི་བྱུང་བའི་པོ་ཞིག་ནི།  
འགྲོ་བ་མི་སྤྱིའི་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་མི་ཚོའི་ནང་ལ་བདེ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
བྱུང་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཚོའི་གས་དེ་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཕར་སྤྲིགས་གཞོན་པ་བྱེད་ས་དེ་ལ་མི་དགའ་བ་ཡོང་  
རྒྱུ་དང་། རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་འོངས་ལ། གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག བྱེད་པའི་ཚེ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ལས་གསུངས་  
པ་བཞིན། ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་རེད། ཉི་ལྔའི་ཚོས་ལུགས་རེད། ལ་ཚོའི་ཚོས་ལུགས་རེད། དེ་དག་ཚང་མའི་གསུང་རབ་གྱི་  
ནང་དུ། ཡོངས་གྲགས་ལ་གསེར་གྱི་བྲིམས་ཉེ་ཨིན་སྐད་དུ་ (GOLDEN RULE) ཞེས་པ་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་  
པ་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་རང་གིས་རང་ལ་དཔེ་སྤངས་ནས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིས་དང་། སོ་སོར་གཞན་  
གྱིས་གཞོན་པ་བྱས་ན་མ་སྤྱོད་པ་དང་མི་དགའ་བ་ཡོང་གི་འདུག་ན་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་གྲང་གཅིག་མཚུངས་རེད་ཅེས་ཟེར་  
གྱི་ཡོད། དེ་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། གོང་དུ་བྱངས་པའི་མདོ་ལུང་དེ་ཚོས་གྱི་ཚོགས་སུ་བཙུང་བ་དང་ཆེད་དུ་

བརྗོད་པའི་ཚོམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐོན་གྱི་ཡོད། ཡེ་ཤུའི་གསུང་རབ་ནང་ལ་ཡང་ཐོན་གྱི་ཡོད། དེ་རྗེས་གསུང་རབ་ཀྱི་ནང་ལ་ཡང་  
ཐོན་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ནག་གི་གནའ་རབས་ཁྲུང་ཙཱ་ (CONFUCIUS) ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡང་ཐོན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་འགྲོ་  
བཅི་གཅིག་གྲུར་གྱི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བུའི་གཞི་མ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་པོ་ཉེ་མོ་མཆོད་པའི་གསུང་གི་ཡོད་ཅེས་ཀྱི་གཞི་མ་གཞན་པ་མི་བྱ་བ་  
དང་། སུ་མེམས་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་ཅ་བར་བཞག་ནས་བཟང་སྲོད་ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འཇོག་ཅིང་ལ་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་དེ། སྤྱིར་  
བཏང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་ཚོས་དད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤེལ་ཡོད་ན་ཡང་། ཡེ་རབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བུ་དེ་དག་  
སོ་སོའི་ངོ་པོའི་ཆ་ནས་ཚོས་དད་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུར་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་ཅ་  
བ་ནས་མ་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད་ཅེས། དེ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འགྲོ་བམིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚོས་ལུགས་དང་ཚོས་  
དད་ཐ་དད་པ་ཡོད་ན་ཡང་ཅ་བའི་གཞི་ཡི་སྒྲུང་ལ་བབ་ཡོང་དུས། འགྲོ་བམི་ཚང་མའི་ཅ་བའི་རང་བཞིན་དང་། དེ་དག་བདེ་  
བ་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལེ་འདོད་པ་གཅིག་གྲུར་རེད། དེ་ལྟ་བུ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལེ་འདོད་པ་གཅིག་གྲུར་  
ཡིན་པ་དང་། ཅ་བའི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཡིན་དུས། བོད་དུ་ལུས་པའི་གསེར་གྱི་ཁྲིམས་ཞེས་པ་དེའི་ནང་ལ་ཐོན་པ་བཞིན།  
རང་ལ་དཔེ་རྒྱུ་ནས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་བུ་དེའི་ཐོག་ལ། ཚོས་དད་ཡོད་དང་མེད། ཚོས་ལུགས་ཐ་དད་  
པ་ག་རེ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཅ་བ་ནས་མེད་དུས། ཡེ་རབས་སྲོད་བཟང་དང་དེ་སྤེལ་རྒྱུའི་རྒྱུ་དོར་གྱི་ལག་ལེན་དང་ལྟ་བུ་བ་  
སྒྲུང་ལ་སྤེལ་ཡོང་སྐབས། གང་ལྟར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལས་འདས་ནས། ཚོས་ལུགས་ཐ་དད་པ་གཅིག་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ་བརྟེན་  
དགོས་པ། ཚོས་དད་ལ་ཡང་བརྟེན་པའི་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྤེལ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་  
གི་ཡོད་ཅེས། དེ་ཏཱ་ཅང་གི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱུ་དོར་དང་ཡེ་རབས་སྲོད་བཟང་གི་  
ཐོག་ལ་འབབ་དུས། ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་ཤིག་གི་ཐོག་ལ་བརྟེན་དགོས་ན་འགྲོ་བམི་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པའི་གཅིག་གྲུར་ཞིག་  
ཡོང་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་ཅ་བ་ནས་མེད། གང་ལྟར་ཚོས་ལུགས་དང་ཚོས་དད་ཀྱི་སྒྲུང་ལ་འགྲོ་བམི་ཚང་མ་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུར་  
ཆགས་ཐབས་མེད། དེ་ལྟ་བུ་མི་ཚང་མར་ཁྱབ་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྲག་པ་ཞིག་ལོ་རྒྱུས་སུ་དེ་སྤེལ་ཡོང་བུ་མེད་ལ་མ་འོངས་  
པར་ཡང་ཡོང་ཐབས་མེད། རང་ཚོ་ནང་པར་ཆ་བཞག་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་མཁྱེན་བཅུ་རྣམས་པའི་བདག་ཉིད་བསམ་གྱིས་  
མི་ཁྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ་འཇོག་བྱ་སྤོང་  
ཕར་བཞག་རྒྱ་གར་ཡོངས་རྫོགས་ནང་པ་ཆགས་མེད་པ་རེད། དེ་མེད་དུས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་གཅིག་ཟེར་བ་  
ཞིག་གང་ལྟར་ཅ་བ་ནས་ཡོང་ཐབས་མེད། དེ་མེད་དུས་ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་གཞི་ལ་བཞག་པའི་བཟང་སྲོད་སྤེལ་སྒྲུང་ས་  
འགྲོ་བམི་གཅིག་གྲུར་གྱི་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པ་ཞིག་འོང་ཐབས་གཏན་ནས་མེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་པོ་ཉེ་མོ་  
ཚོས་ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་མ་རྟོགས་པར་འགྲོ་བམི་སྤྱིའི་རང་བཞིན་དང་བཟང་པོའི་ཡིན་ཏན་རྣམས་གཞིར་  
བཞག་པའི་ཐོག་ནས་བཟང་སྲོད་སྤེལ་ཐབས་སྣོན་པ་འདི་ལ་རྣམས་དཔྱད་ཅན་གྱི་གར་རྒྱུ་གྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཐབས་ཆེན་གྱི་  
མཛད་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས། དེ་ཡང་སྤྱིར་བཏང་སྤོང་རྗེ་ཅ་བ་ལ་བཞག་ནས་རྒྱུ་དོར་གྱི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྒྲུང་ས།  
ཡེ་རབས་སྲོད་བཟང་སྤོང་ལ་ཐ་སྙད་བེད་སྲོད་བྱེད་སྒྲུང་ས། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་དེ་ཉེས་  
པའི་བདག་ཉིད་རེད། གཞན་ལ་ཕན་པ་བྱེད་པ་དེ་བཟང་པོའི་བདག་ཉིད་རེད། ཅས་ལེགས་ཉེས་དང་ལས་བཟང་པོ་དང་ངན་  
པའི་དབྱེ་འབྱེད་གང་འདྲ་བུས་ནས་འབྱེད་དགོས་ཞེས་ན། མང་པོ་ཞིག་ལ་ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་གཅིག་གཞི་ལ་  
མ་བཞག་པ་ཡིན་ན་དེར་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད།



དེ་ལ་ལོ་མོ་ལ་སྐྱབས་མཁོ་ན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་རྗེས་ལྷན་མིང་མ་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་དད་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
 ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར། ལས་ལ་བཟང་པོ་དང་ངན་པའི་རྣམ་དཔྱད་འབྱེད་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཞུགས་པ་ལ་གྱིས་གཏན་འབེབས་  
 གནང་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་སྤོང་ལོ་གསར་པའི་བཟང་སྤོང་ (ETHICS FOR THE NEW MILLENNIUM)  
 ཅེས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་དམིགས་བསལ་གྱིས་ལྷན་མིང་མཛད་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་ཆོས་དད་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
 དམིགས་བསལ་མ་གཟིགས་པའི་ཐོག་ནས་ལས་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དཔྱད་འབྱེད་བྱ་རྒྱུ་རེད། ལེགས་ཉེས་དཔྱད་འབྱེད་བྱེད་སའི་  
 གཞི་འཛིན་པ་དེ་རྩ་བའི་མིའི་རང་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱད་པ་ལ་མི་འདོད་པ་མཚུངས་འགྲུར་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་དེ་  
 ལྟར་འཛིན། དེ་ལ་ཕན་ཚུན་ལྷན་གྱུ་བྱེད་ཀྱི་རང་གི་བདེ་སྤྱད་དང་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་ཅེས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་  
 པའི་ལྷན་གྱུ་བྱེད་ལྟར། དེ་འདྲའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་བུ་དང་དེ་རྩ་བའི་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་དངོས་གནས་དང་གནས་སྤྱི་ལ་  
 རྒྱབ་པའི་གྲང་དོར་གྱི་སྐྱོར་ལ་ལྷ་སྒྲུངས་གསར་པ་ཞིག་སྤེལ་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་གྲང་དོར་གྱི་སྐྱོར་ལ་བསམ་སྦྱོར་གཏོང་སྒྲུངས་  
 དང་། དཔྱད་པ་བྱེད་སྒྲུངས། རིགས་པ་གཏོང་སྒྲུངས། གཏམ་བཤད་བྱེད་སྒྲུངས་རེད། ཐ་སྙད་དང་བདེ་ཆད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེད།  
 དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ལོ་མོ་ལ་སྐྱབས་མཁོ་ན་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཏན་ཏན་བསྐྱུངས་གནང་ཡོད། གང་ལྟར་  
 དེ་ལ་ལོ་མོ་ལ་སྐྱབས་མཁོ་ན་རིན་པོ་ཆེས་ཆོས་དད་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་རྩ་བའི་མ་བཞག་པ་ཡིན་ན། ལེགས་ཉེས་  
 ཀྱི་དཔྱད་འབྱེད་བྱ་རྒྱུ་དང་། དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ཐབས་ལམ་གང་ཡོད་ཅེས་བཀའ་གང་གནང་གི་ཡོད་རེད་ཅེ་ན། ཐབས་ལམ་དེ་  
 ལ་དམིགས་བསལ་གསུམ་དོས་འཛིན་གནང་ནས། གཅིག་ང་ཆོ་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཉམས་སྤོང་ལ་ཚུར་བསྐྱུར་དགོས་པ་ཞིག་  
 ལྟ། ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱད་པ་ལ་མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་དང་། སོ་སོའི་ཉེན་རེའི་མི་ཆེད་ནང་ལ་  
 ཉམས་སྤོང་གི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་པ་དང་། ཨོན་ལྷོ་སྐད་དུ་ (COMMON EXPERIENCE) ཟེར་བ་དེ་རེད། འགོ་བའི་  
 གཅིག་གྱུར་གྱི་ཉམས་སྤོང་དང་། ཉེན་རེའི་མི་ཆེད་ཉམས་སྤོང་རེད། གཉིས་པ་ནི་མིའི་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།  
 ཨོན་སྐད་དུ་ (COMMON SENSE) ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་དཔྱད་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ང་ཆོས་ཕར་ཚུར་དང་  
 གཡམས་གཡོན་ལ་བཞུས་པ་ཡིན་ན། བྱིས་མཆོས་ནང་ལ་གཞེས་ཀ་ཡག་པོ་དང་། སེམས་པ་བཟང་པོ། མི་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་  
 གཏུག་བྱ་རྒྱུ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། བྱིས་ཆང་དེའི་ནང་ལ་ཡོད་པའི་ནང་མི་དེ་དག་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་དང་། དགའ་པོ་  
 བྱེད་མཁན་མང་བ་ཡོད་པ། གཉེན་དང་གོགས་པོ་གོགས་མི་མང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ། ཁོང་ཆོའི་གཏམ་དང་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་  
 ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ང་ཆོས་མིག་གིས་མཐོང་གསལ་རེད། དེ་ལས་ལྷན་སྤོང་རང་དོན་ཁོག་འཇུག་རྒྱུ་རྒྱུ་བྱས། གཞན་ལ་  
 ཅེ་མཐོང་མི་བྱེད་མཁན། ག་དུས་ཡིན་ན་ཡང་ང་ང་ཟེར་ནས་སྤོང་མཁན་གྱི་མི་གཅིག་གི་མི་ཆོ་སྤྱོད་སྒྲུངས་ལ་བཞུས་པ་ཡིན་  
 ན། བདེ་སྤྱོད་མེད་པ་ཞིག་ང་ཆོས་མཐོང་གི་རེད། མི་གཞན་གྱིས་གཡོ་ལ་ནས་འགོ་གི་རེད། གང་ལྟར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ནས་  
 ཇ་དུག་གི་ཐོག་ནས་ཁོ་ལ་བསྐྱུར་དགོས་ན་མ་བསྐྱུར་རང་བསྐྱུར་རེད་མ་གཏོགས། དེ་མིན་ག་ཆོད་ལྷན་གྱིས་རང་དབང་  
 ཡོད་ན་གཡོ་ལ་གྱི་རེད། དེ་ཆོའི་གསུང་དེ་ང་ཆོའི་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྤྱོད་བྱས་ན་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལེགས་ལྷན་གྱི་རེད། དེའི་  
 སྐང་ལ་གལ་ཆེ་པོས་གཅིག་ལ་ཆོན་རིག་གི་ལྟ་བུ་དང་ཆོན་རིག་གི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐོག་ནས་གྲུབ་དོན་གཏན་ལ་ཕབ་པ་དེང་  
 སང་རྣམ་གཞན་མང་པོ་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཁོང་ཁྱོད་རིགས་རྣམས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་རིགས་ཅན་རེད། ཁོང་ཁྱོད་  
 སེམས་དང་དེ་ཆོ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་གཞན་ལྟེ། སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལ་ཡང་གཞོད་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན་སེམས་མ་སྤྱོད་པ་  
 དང་། སེམས་འཇུག་རྒྱུ་ཨ་ཅང་ཅང་ལུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལ་ཡང་ཏན་ཏན་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེང་སང་གཞི་ནས་  
 ཆོན་རིག་པ་ཆོས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། ལྷན་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། ལྷན་པའི་ནང་ལ་དངངས་སྐྱོག་དང་། གཞན་ལ་གཞོད་སེམས་

དང་། ཁོང་ཁོ་ལངས་པའི་སྐབས་སུ་ལྷན་པའི་ནང་བེད་ཆ་གང་འདྲ་ཡིང་གི་ཡོད་པ་དེར་སང་ལྷན་པར་པར་བརྒྱབ་ནས་བཟུ་རྒྱུ་  
ཡོད་ཅིང་། དེ་ནས་ཁྲག་ཤེད་དང་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྨོང་དང་། ནང་གི་ལྷོང་ཚོར་། སྤྱིའི་བྱ་སྤྱོད་། དེ་ཚོའི་  
གས་དེ་སོ་སོའི་བདེ་སྤྱིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་ཉན་ཉན་འབྲེལ་བ་འདྲ་ཡིང་གི་ཡོད་ཅིང་། གཞན་  
དག་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་དང་། ཐར་པ་དོན་གཉེར་། དེ་འདྲའི་ཀུན་སྨོང་། ཚོས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་གཞན་ལ་ཕན་པ་སྐྱབ་མ་ཐུབ་  
ཀྱང་། སོ་སོའི་རང་དོན་བདེ་སྤྱིད་འཚོལ་བའི་ཀུན་སྨོང་དེའི་ཐོག་ནས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ཉེན་རེའི་མི་ཚེའི་ནང་ལ་བཟང་  
སྤྱོད་དང་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་དང་བདེ་སྤྱིད་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་ཚན་  
རིག་གི་ཐོག་ནས་དན་དྲགས་ཐོན་གྱི་ཡོད་དུས། ཚན་རིག་གིས་བདེ་སྤྱིད་དུས་པའི་གྲུབ་དོན་ཡོད་པ་དེ་ཐབས་ལམ་  
གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

ཐབས་ལམ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཡམོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་ (SECULAR ETHICS) ཞེས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
ལྟ་བུ་དང་ཚོས་དད་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་སྤེལ་སྐྱངས་སྤོར་གྱི་ལྷན་དོར་དེ་ཚོ་གསུང་གི་ཡོད་  
ཅིང་། ཡིན་ནའང་དེ་དག་ལག་ལེན་བསྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་ཚོས་དད་འབྱེད་ཚོག་གི་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་གི་མེད། ཚོས་  
ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཚོག་གི་མ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་གི་མེད། ག་རེ་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་ཅིང་ཟེར་ན། ལ་རབས་  
སྤྱོད་བཟང་ལ་ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡང་མ་རེད། ཚོས་དད་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
སོ་སོ་སོ་སོར་ག་རེ་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་དེ་ཉན་ཉན་ཡག་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཅ་བ་ལ་བཞག་ནས་དེའི་སྐྱང་ལ་ཁ་སྐྱོན་རྒྱག་རྒྱར་ལྟ་  
རྒྱུ་ཡོད། ཡམོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་གནང་བ་དེ་འཕྲོ་བ་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་རིམ་པའི་སྐྱང་ལ་སྤྱོད་ཡོད་དུས་  
ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་སྤེལ་རྒྱུའི་སྤོར་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་གལ་ཆེ་བོས་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་ཅེ་ན།  
འཕྲོ་བ་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཅ་བའི་རང་བཞིན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་དང་གཞན་ཕན་གྱི་ལྷོ་ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པ་དེ། དཔེར་ན། ལོང་དུ་ལུས་པ་བཞིན་གསེར་བྱིས་མ་ཟེར་བ་དེ། རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་  
ལོངས་ལ། །གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པ་དེ་དང་རང་ཚོའི་ཉམས་སྤོང་གི་ཐོག་ནས་བཅད་ཐུབ་ཀྱི་རེད།  
དེ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོའི་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་ལ་ཆ་བཞག་ན། སེམས་ཅན། སེམས་ཅན་ཟེར་བའི་མཚན་ཉིད་འཛིག་པའི་  
སྐབས་སུ། བདེ་བ་དང་རླུག་བསྐྱེད་མྱོང་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པའི་སློབ་ཆགས་ཤིག་ལ་སེམས་ཅན་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡོད། སེམས་ཅན་  
ཞེས་ལབ་དུས་རླུག་པར་རླུག་བསྐྱེད་མྱོང་བུབ་མཁན་རླུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་རང་བཞིན་ལྡན་ཡོད་པའི་སློབ་ཆགས་ཤིག་ལ་  
སེམས་ཅན་ཞེས་ལབ་དུས། རླུག་བསྐྱེད་ཟེར་དུས་སུ་ཡང་མི་འདོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་སོ་སོས་རླུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་ཉམས་  
སྤོང་གི་ཐོག་ནས་གཞན་རླུག་བསྐྱེད་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོང་དུས་ཨ་ཁ་ཟེར་རྒྱ་ཞིག ཞེན་སྐད་དུ་ (EMPATHY) ཟེར་གྱི་ཡོད་  
ཅིང་། གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྲེ་རེད། ཨ་ཁ་ཟེར་བ་དེ་ང་ཚོ་མིའི་གཤིས་ཀ་རེད། དེ་ལས་ལྷོག་སྤོར་ཕྱོགས་ངོས་དེར་སོ་སོས་  
སྐྱང་པོ་བྱས། དག་ལྟར་ངོས་འཛིན་བྱས། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཐ་དད་སྤྱེ་ནས་སོ་སོ་མི་ཡི་རང་བཞིན་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་  
མིའི་བསམ་སྤོང་གཏོང་སྐྱངས་དང་དེ་འགོག་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། སར་སྤྱོགས་དེ་ངའི་དག་རེད་ཟེར་དུས་ཁོ་  
ལ་བརྩེ་བ་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བཀའ་གནས་བརྩེ་བའི་ཚབ་ལ་སྐྱང་པོ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཚོའི་གས་དེ་ང་ཚོའི་མིའི་གཤིས་ཀར་ཡོད་  
ཀྱང་། སྤྱིའི་ཆ་ནས་སར་སྤྱོགས་དེ་ན་བ་དང་། ལྷས་པ་དེ་འདྲ་མཐོང་བ་ཡིན་ན། ཨ་ཁ་ཟེར་བ་ཞིག་ང་ཚོ་མིའི་གཤིས་ཀ་ལ་  
རང་ཆས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེར་བརྟེན་དེ་ཅ་བ་ལ་བཞག་ནས་གཞན་རླུག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་ཡོང་དུས་མི་བཟོད་པའི་སྤྱོ་སྤྱོ་བ་དང་།

མི་བཟོད་པའི་སྐྱོ་སྐྱེས་པ་དེའི་རྗེས་སུ་ལམ་སངས་གང་ལྟར་བྱུང་བའི་སྐབས་ལྟེང་གི་སྐབས་ལྟར་ཕན་ཐོགས་བྱ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་འདུག་ཅེས་པ་དེ་  
རེད། རྙིང་རྗེ་ཟེར་ནའང་དེ་རེད། རང་པོའི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་རྙིང་རྗེའི་ངོ་བོ་འདྲིལ་སྐབས། གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་  
པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་ཨ་ཁ་ཅེས་གང་ལྟར་བྱུང་བའི་སྐབས་ལྟེང་གི་སྐབས་ལྟར་ཕན་ཐོགས་བྱ་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་གང་འདུག་ཅེས་པ་དེ་  
ལ་རྙིང་རྗེ་ཞེས་གསུང་གི་ཡིད་རེད། རྙིང་རྗེའི་ངོ་བོ་འདྲིལ་སྐབས་གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་མི་བཟོད་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་པའི་སེམས་  
ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྐྱོ་དེ་ལ་རྙིང་རྗེ་ཟེར་གྱི་ཡིད་རེད། དེ་ལ་ཁྱད་ཚིགས་ག་རེ་ཡིད་རེད་ཅེ་ན། ༡  
ཕ་རོལ་པོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་ཡིད་དུས་ཕ་རོལ་པོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་དང་། ༢ སྐྱུག་  
བསྐྱེད་མཐོང་བ་མི་བཟོད་པའི་སྐྱོ་ (EMOTION) འདྲ་པོ་ཞིག་ཡིད་པ་དེ་ཁྱད་ཚིགས་གཅིག་རེད། ༣ སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བ་མི་  
བཟོད་པའི་སྐྱོ་དེས་རྒྱུན་བྱས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ནས་བྲལ་ན་བསམས་ཏེ་ཨ་ཁ་ཁོ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་དག་མེད་ན་སྙམ་པ་ཞིག་དེ་  
འདྲའི་འདོད་པ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེས་པ་བཅས། དེ་འདྲའི་ཁྱད་ཚིགས་གསུམ་ཆང་བའི་སྐྱོ་ཞིག་ང་ཚོར་རང་ཆས་སུ་ཡིད་  
རེད། གཞན་ཕན་དང་རྙིང་རྗེའི་སྐྱོ་དེ་དག་ཆེད་དུ་གཉེན་ནས་གསུམ་པ་སྐྱུག་དགོས་ཀྱི་ཡིད་མ་རེད། ང་རང་ཚོར་རང་ཆས་སུ་  
ཡིད་རེད། ང་ཚོར་ཁྱད་ཚིགས་དེ་དག་རང་ཆས་སུ་ཡིད་རྒྱ་དེ་རྩ་བའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཆོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན།  
འགྲོ་བ་མི་དེ་དག་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེད་ཅེས་ལབ་ཀྱི་ཡིད་རེད། སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཟེར་བ་དེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་  
དང་འཚོ་བྱུང་རྒྱ། ལྷག་པར་བདེ་སྐྱིད་ཟེར་བ་དེ་གཡམས་གཡོན་ནས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཞིག་གང་ལྟར་འཇོམ་བྱ་སྲིད་གི་སེམས་  
ཅན་ནང་ལ་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་མ་རེད། རུས་སྐྱེད་ལྟ་བུ་ལྟེང་གི་སྐབས་ནས་རང་མགོ་ཐོན་འགྲོ་  
གི་ཡིད་རེད། སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་དཔེར་ན་སྤྲུལ་དང་དེ་ཚོའི་གྲས་དེ་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེད། མི་ཡང་དེའི་རིགས་  
རེད། སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་རང་གི་བདེ་སྐྱིད་དེ་གཞན་ལྟོས་འཚབ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིད་རེད། དེ་ཡིད་དུས་ལྷས་  
ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་སྐྱེད་སྐྱེད་དང་། ཁ་ལག་བཟུང་རྒྱ་དང་། གོས་དང་དེ་ཚོའི་གྲས་དེ་མིར་ལྟོས་དགོས་པ་ཅམ་དུ་  
མ་ཟད། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱང་གཞན་ལ་ལྟོས་དགོས་ཀྱི་ཡིད་རེད། དཔེར་ན། གཞན་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ལ་བྲམས་པོ་བྲམས་  
པ་ཡིན་ན་དགའ་པོ་དང་སྐྱིད་པོ་ཡིད་བ་དང་། ཕ་རོལ་པོས་རང་ཉིད་ལ་བརྩེས་པ་ཡིན་ནའང་དགའ་པོ་དང་སྐྱིད་པོ་ཡིད་བ།  
དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་ང་རང་ཚོའི་མིའི་རང་བཞིན་རེད། མིའི་རང་བཞིན་ཡིན་དུས་ལྷས་ཀྱི་བདེ་སྐྱུག་ཕར་བཞག་ནས་སེམས་ཀྱི་  
བདེ་སྐྱིད་ཀྱང་གཞན་ལ་ལྟོས་ཆབས་ཆེན་པོ་ཡིད་དུས། ང་ཚོར་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་  
རེད། སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་ཁྱད་ཚིགས་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་མི་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་  
ཆང་དགོས་ཀྱི་ཡིད། འབྲེལ་བ་བྱ་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་ལ་ (EMPATHY) ཟེར་བ་དེ་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་གདུང་སེམས་སྐྱེ་རྒྱུ་དེ་  
རང་ཆས་སུ་ཡིད་གི་ཡིད་རེད། རྫོ་སྐྱེད་ནས་རྙིང་རྗེའི་སྐྱོ་སྐྱེད་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་དེ་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ། སྐྱེར་  
བཏང་རྙིང་རྗེ་དང་གཞན་ཕན་གྱི་སྐྱོ་དེ་དག་གསུམ་པ་ཞིག་སྐྱོ་ལོགས་ནས་སྐྱོང་དགོས་པའི་སྐྱོང་ཆ་མ་རེད། དུས་རྒྱུན་ང་རང་  
ཚོས་རང་ཆས་སུ་ཡིད་པ་དེ་མངོན་ཚུང་སྐྱེད་དུ་བཞག་ནས། ཁ་ལྷག་ཁ་ལྷག་གི་སོ་སོའི་གཉེན་ཉེ་དུ་དང་། ལྷ་གྲུ།  
དེ་འདྲར་བརྩེ་བ་སྐྱེད་བཞག་པ་རེད་མ་གཏོགས། དེའི་རྩ་བ་ལས་བཞུགས་ཏེ་མི་གཞན་དང་ལྷག་པར་གཞོད་པ་བྱེད་མཁན་སོ་  
སོས་མི་དགའ་བ་བྱེད་སར་ང་ཚོས་དེ་བེད་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱི་མེད། རྙིང་རྗེ་དང་བྲམས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱོ་སྐྱེད་ཞེས་ཟེར་དུས་དེ་གང་ལྟར་  
ཅི་བྱུང་གིས་ཁྱབ་ཆེ་རུ་བཏང་ནས་སོ་སོ་དང་མི་འདྲ་བ། མི་དགའ་བའི་མི་དང་། དེ་ནས་སྐྱོ་ཚོགས་ཆང་མར་འགྲོ་བ་མི་གཅིག་  
གྱུར་ཡིན་ཆར་དུས། རིམ་པ་དང་པོའི་སྐྱོང་ལ་སྐྱེད་སྐྱེད་ཡིད་དུས་ང་ཚོ་མི་གཅིག་གྱུར་ཡིན་སྙམ་པ་ཞིག་དང་། ང་ཡང་བདེ་བ་  
འདོད་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་རེད་



འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེས་ཚན་རིག་པའི་མཉམ་དུ་བགོ་སྐྱོང་ལུགས་ཚན་པོ་གནང་རྒྱུ་དེ། སྤྱིར་  
མཇུག་རྗེས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རང་རྟེན་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་གལ་ཆེ་བོས་ཞིག་ཡགོང་ས་  
ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེས་ཚན་རིག་པ་དང་མཉམ་དུ་བགོ་སྐྱོང་གནང་བའི་ཀུན་སྲིད་གཅིག་ཅིག་གང་བཀའ་གནང་ཡོད་རེད་ཅེ་  
ན། ཚན་རིག་པ་དང་ཚན་རིག་གི་རིགས་པས་དཔུང་བ་བྱས་ནས་གྲུབ་དོན་རྙེད་པ་དང་། རང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སྐོ་  
སྲིད་རྒྱུ་སྐོར། དེ་ནས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཉ་ཅང་གི་ལྷན་པོ་ཡིན་དུས། དེ་ཚོ་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་འགོ་བཅི་སྤྱིའི་  
བདེ་དོན་གྱི་ཐོག་ལ་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་སྐོར་བྱེད་འབྲེལ་རྒྱ་གཞུང་འདུག་ཅེས་འཚོལ་བ་དེ་ཡིན་ཞེས་  
གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་ཡང་ད་ལྟོ་དུས་ཚོད་ལ་ (PSYCHOLOGY) སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྤྱི་ཚན་གྱི་ནང་ལ། སྤྱིང་རྗེའི་  
ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་འགྲུར་བ་དེ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་འགོ་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་ཨོ་ལཱ་ཊོར་མཐོ་སློབ་  
(OXFORD UNIVERSITY) དཔེར་ཁྲིམས་སྐད་གསུངས་པོ་དེས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༦ ལོར་སྤྱིང་རྗེའི་ཚན་རིག་གི་ལག་དེབ་  
(HANDBOOK OF COMPASSION SCIENCE) ཞེས་པ་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བཏོན་ཡོད། དེ་ཚོའི་གསུང་དེ་ཡགོང་ས་  
ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེས་ ༡༩༧༠ འགོ་སློབ་ནས་སྤྱིང་རྗེའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྐོར་གཏོང་སྐྱབས་རེད། ཚོས་དང་དང་ཚོས་ལུགས་  
ཀྱི་ལྷ་ཕྱོགས་མ་བརྟེན་པའི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་བསྐྱབ་བྱ། མཐར་ཐུག་འབབ་ས་དེ་སྤྱིང་རྗེའི་བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱབ་ལ་འབབ་ཀྱི་  
ཡོད་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ་དེ་འགོ་བཅི་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་ཡིན་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ་ལ་ཡང་ཆ་གས་  
གལ་ཆེ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་འོས་པ་གཅིག་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་བཤད་པའི་མི་བཟོད་པའི་ལྱོད་  
ཚོར་གྱི་ཆ་གས་གཅིག་དང་། གཞན་སྤྱད་བསྐྱེད་བཤད་པའི་ནས་ཐར་ན་བསམ་པའི་འདོད་པའི་རིགས་གཅིག་བཅས། གསུམ་ཡོད་  
པ་དེ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེས་ལྷན་དེབ་བཀའ་ཚུམ་མཇུག་པ་དང་། འཇམ་སྐྱོང་ས་གནས་གང་སར་བཀའ་སྐྱོབ་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་བ་སོགས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཚན་རིག་ཐོག་ལ་འཇམ་སྐྱོགས་འགྲུར་བ་ཐེབས་པ་བྱུང་ཡོད་རེད། སྤྱིར་བཏང་  
ཚན་རིག་གི་ཁྱད་ཚོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཅི། ཚན་རིག་པ་ཚོས་གཞི་གང་གི་ཐོག་ལ་དཔུང་བ་ཞུང་བ་ཞུང་བ་བྱེད་  
སའི་གཞི་དེ་ལ་ཚད་རྒྱུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཨང་ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚད་རྒྱུག་གི་ཡོད་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་ལྟར་པའི་པར་གྱི་  
ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཚད་འཇམ་དགོས་དུས་ཚད་འཇམ་རྒྱུའི་གཞི་དེའི་ཐ་སྐད་དེ་ཁ་གསལ་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རང་  
གསེས་ཀྱི་རྣམ་དུ་ཡག་པོ་འབྲེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་འབྲེལ་བཤད་ཡག་པོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་གཞན་ཕན་གྱི་སྤྱོད་ཞེས་  
ལབ་པ་ཡིན་ན། གཞན་ཕན་གྱི་སྤྱོད་ལང་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྲུར་གྱི་ཐོག་ནས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཐོན་གྱི་ཡོད་པའི་ཁྱད་པར་  
དང་འབྲེལ་བ་སྟོན་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེའི་སྐྱོད་དོར་གྱི་སྐོར་ལ་ལྷན་དེབ་གལ་  
ཆེན་པོ་གཉིས་བརྒྱམས་པ་དེས་ལུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད། གཅིག་ཅི་གོང་དུ་ལུས་པ་བཞིན། སྤྱིང་ལོ་གསར་པའི་སྐྱོད་དོར་  
གྱི་ཚུལ་ཞེས་པ་དེ་རེད། གཉིས་པ་དེ་ནི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འདས་པའི་བསམ་སྐོར་གཏོང་སྐྱབས་ཞེས་པའི་དེབ་དེ་རེད།  
དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་དངོས་གནས་དྲང་གནས་བཤད་པ་གཏོང་བའི་ཅིང་ཞིབ་ཚགས་པོ་གནང་ཡོད། དེང་སང་ཚན་རིག་གི་སྤྱི་  
ཚན་རྒྱུ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཙམ་མ་རེད། ཨོ་ལཱ་ཊོར་རྒྱལ་ཁབ་ཉི་དོང་དང་། རྒྱ་ནག་རང་ལ་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་མི་ལེས་ཏེ་  
དོང་གོང་ནང་ལ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད། དེ་ཚོའི་གསུང་དེ་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཁོང་ཚོ་མང་པོ་  
ཞིག་གིས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྷན་གྱི་ཡོད། ལམ་དང་མ་སོང་ན་སྐོར་འབྲེད་མཁན་  
དེ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་གྱི་ནང་ལ་མགོན་པོ་ཀུན་སྐྱབ་དང་འཕགས་  
པ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལིང་ཉིའི་སྤྱོད་ཆེན་པོ་གཉིས་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལིང་ཉིའི་སྤྱོད་ཅེས་པ་དེ་དུས་མོ་ཁ་



དགའ་བ་སྒྲིམ་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་རག་གི་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་མི་རེད། ང་ཚོ་  
ཡང་མི་རེད། ང་ཚོ་མི་གཅིག་གྱུར་རེད་སྟུང་སྟེ་སོ་སོར་ཡིད་ཆེས་དང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བཟང་པོའི་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་རྒྱུའི་  
སེམས་ཤུགས་སྐྱེ་ཡི་ཡོད། ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་ནི་དངོས་གནས་བདེན་པ་རེད། ང་ཚོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་གསུང་  
སྲོལ་དུའང་། སྔོན་ཤོན་སྔོན་པའི་རྣམ་མཐར། རྗེས་འདུག་འདུལ་བུའི་ཉམས་ལེན། ཞེས། སྔོན་ལ་ཤོན་པའི་སྔོན་པ་ཚོའི་  
མཛད་པ་སྦྱོང་སྦངས་དེ་ང་ཚོ་རྗེས་སུ་ཡོད་པའི་སྦྱོབ་མ་ཚོས་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་དགོས་རེད། ཟེར་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་དང་ཚུལ་  
གཅིག་པ་རེད། ཁོང་གིས་གསུངས་པ་དེ་ཉན་ཉན་བདེན་པ་རེད། ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོ་དུས་ཚོད་གཉན་འཕྲང་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་  
སྐྱེས་པའི་མི་རབས་ཤིག་ཆགས་གྱི་ཡོད། ང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དེ་ལོ་ལོ་ ༦༩ ལ་སྐབས་སོང་། གང་ལྟར་བོད་མི་བཙན་ཤོལ་གྱི་ལོ་  
ཅན་ལོས་ག་ཚོད་ཡིན་མིན་དེ་ངའི་ལོ་ལོ་སྐང་ལ་ཉག་ཉག་འགྲོ་གི་ཡོད། བོད་ཤོར་བའི་སྐབས་སུ་ང་ལོ་མ་བེན་ཅམ་ཡིན། དུས་  
ཚོད་གཉན་འཕྲང་དང་ཐབས་སྦྱོར་པོ་དང་སེམས་པ་སྦྱོར་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་ང་ཚོ་གནས་གྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་ལུང་  
པ་མེད་མཁན་གྱི་མིས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་པ་དང་དེ་ཚོར་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐབས། ཞེ་ས་མ་ཞུས་ན་ཡ་སྐབས་  
མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་བོད་པ་རེད། བོད་པ་གཅིག་པ་ཞིག་གིས་འཛམ་གླིང་སྤངས་ཆ་འདྲིའི་སྐང་ལ་དངོས་གནས་དྲང་གནས་  
འདས་པའི་ལོ་ངོ་སྦྱོང་ཕྲག་ཁ་ཤས་ནང་ལ་བྱུང་མ་ཚུང་བའི་མི་གཅིག་གིས་མཛད་པ་བསྐྱུངས་པ་དང་། ལྷག་པར་ཡ་རབས་  
སྦྱོད་བཟང་སྲེལ་སྦངས་གྱི་བཀའ་སློབ་དང་བཀའ་ཚུལ། དཔོན་པོ་པ་བཞེས་སྦངས། ཚན་རིག་པའི་མཉམ་དུ་བགོ་གྲང་དང་དེ་  
ཚོའི་ཐོག་ནས་མཛད་པ་བསྐྱུངས་པ་དེ་དུས་རབས་ཉེར་གཉིས་ལྟ་བུ་ཞིག་ནས་ཕར་ཕྱི་མིག་བཞུས་པ་ཡིན་ན། ལོ་རྒྱུས་སྐབ་  
ཚོས་ཉན་ཉན་འགོ་བཅི་སྤྱིའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ནང་ལ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་བཅི་རྒྱ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད། ང་ཚོ་བོད་  
པ་རྣམས་ཚོས་གྱི་ཐ་སྙད་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཚང་མ་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱོབ་མ་ཚོས་ཡོད། མི་རིགས་  
དང་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་ང་རང་ཚོ་ཚང་མ་འབངས་རེད། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་  
དང་མི་རིགས་གྱི་དབུ་བྱེད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་འཛམ་གླིང་ཐོག་མཛད་པ་བསྐྱུངས་  
གནང་བར་ང་ཚོས་དགའ་བ་སྒྲིམ་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས་རེད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་སྐབ་པའི་མཚོད་པ་ཞེས་པ་ཞིག་  
ཡོད། དེ་ནི་མཚོད་པ་མང་པོ་ཕུལ་བའི་ནང་ནས་སྐབ་པའི་མཚོད་པ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་རེད་ཅེས་ཟེར་གྱི་ཡོད། སྐབ་པའི་མཚོད་  
པ་ཟེར་བ་དེ་ཐ་སྙད་རྗེས་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དོན་དག་གང་རེད་ཅེ་ན། བཀའ་གནང་བ་དེ་ང་རང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ནང་ལ་ཉམས་  
ལེན་བྱས་ཏེ་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དེ་ལག་ལེན་བསྟར་ཐུབ་ན་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་  
རིན་པོ་ཆེ་དགེས་པའི་མཚོད་པ་ལག་ཤོས་དེ་དེ་ཡིན། ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་གི་ལྷང་དོར་གྱི་སྐོར་ལ་བཀའ་གནང་བ་དེ་རྣམས།  
ཚང་མས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་ང་རང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ནང་ལ་ལག་ལེན་བསྟར་ཐུབ་ན། རང་སྦྱོད་པ། གཞན་སྦྱོད་པ། སྤྱི་ཚོགས་བདེ་  
བ། ཚང་མ་ཡོད་གི་རེད། དེ་ཚོ་མཁྱེན་པ་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །



# ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱིལ་གོང་སྤེལ་སྐོར།

## སྦྱོར་དཔེ་དབང་ལུག་དོན་རྗེ་གྱི།

## སྤྱི་ཚུལ་མཐོ་སྦྱོར་གྱི་རྒྱ་གཞུང་སྦྱོར་དཔེ།

༡༡། །སྤྱི་ཚུལ་མཐོ་སྦྱོར་གསུམ་ཡོངས་ཀྱི་རྗེ། །གསུམ་ལུག་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྤེལ་བར་ལྡན།།

ཡི་ཤེས་ལུ་སྤེལ་དོན་རྗེ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས། །གངས་ཅན་མགོན་པོ་འབྲེང་ལ་གུས་ལུག་འཆོལ།།

ཞེས་མཚོན་པར་བརྗོད་པ་རྒྱུ་དུ་བཏང་ནས་བརྟན་འཇིགས་བརླུང་གསལ་གཟིགས་གནང་མཁན་ཡོངས་ལ་སྤོང་ཐག་པ་ནས་  
འཆོལ་འདྲིའི་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྟ། དབུས་བོད་མིའི་སྐྱིལ་འདུགས་ཀྱིས་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་ཉིད་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྤྱི་ཚུལ་  
བཅུ་བཞི་པ་ཚེ་མཚོ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་འདྲི་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་སྤེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ལུག་མཐུན་འཇུག་ལེགས་པར་བར་ལས་འཆར་སྤྱི་  
ཚོགས་ཤིག་གོ་སྐྱོད་ལུས་ཡོད་པའི་ནང་ནས། དེ་ལོ་བོད་མིའི་སྐྱིལ་འདུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལས་ཁུངས་ནས་ལགོ་སྤེལ་ལྟུངས་  
མགོན་པོ་ཚེ་མཚོ་ཐུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་དུ་ལམ་བརྟན་བཞེས་ཐོག་སྤོང་གོ་སྐྱོད་གནང་བ་དེར། ལུས་པ་ལ་ཡང་མཉམ་  
ལུགས་ཀྱི་གོ་སྐྱོད་བཟང་པོ་གནང་བ་དེར་སྤོང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་དང་། རང་རེའི་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་གནས་  
སྤོང་ལོ་སྤེལ་ལ་ལྟུངས་མགོན་ཚེ་མཚོ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་འདྲི་རྗེས་དྲན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་བཅུགས་  
བརྗོད་དང་རྗེས་སྤེལ་རང་གི་གནས་ཆགས་ཡོད། དེ་ལ་སྤྱི་ཚུལ་ལགོ་སྤེལ་ལྟུངས་མགོན་ཚེ་མཚོ་གཉིས་མཛད་པ་དང་འཇིགས་  
ལས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ལུས་པར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་  
གཉིས་པ་འདྲམ་སྤོང་གི་ཚོས་ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་མཐུན་འདེལ་སྐོར་གཏམ་བཤད་བྱེད་དགོས་པའི་བདེ་ལམ་འགྲོར་  
བ་བཞིན། ལུས་པས་འདིར་སྤྱི་ཚུལ་ལགོ་སྤེལ་ལྟུངས་མགོན་ཚེ་མཚོ་གཉིས་བརྟན་འཇུག་འགྲོའི་དོན་ལ་མཛད་པ་འཇིགས་ལས་དང་  
སྤོང་སྤྱི་ཚུལ་ལྟུངས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འདེལ་གྱི་སྐོར་གཏམ་བཤད་ལྷན་ལྷན་ཡིན། དེ་ལ་ཐོག་མར་  
སྤོང་ལོ་སྤེལ་ལ་ལྟུངས་མགོན་ཚེ་མཚོ་གཉིས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དབང་པོ་མཚོ་གཉིས་མཛད་འཇིགས་བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་སྤོང་  
དྲན་པའི་ཐོག་སྤོང་དབུས་ནས་བཀའ་འདྲི་རྗེས་དྲན་ལྟུངས་ཀྱི་དང་ཆབས་ཅིག་སྤོང་ཐག་པ་ཀྱི་བཞེས་ཐོག་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་སྤོང་  
བསམ་ཚུལ་ལྟུངས། སྤོང་ལོ་སྤེལ་ལ་ལྟུངས་མགོན་ཚེ་མཚོ་གཉིས་མཛད་པ་འཇིགས་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྤོང་གི་གཏོང་  
བ་ཡིན། མགོན་པོ་མཚོ་གཉིས་བསམ་བཞིན་དུ་འདྲིའི་ཉེན་འདྲིར་བརྟན་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་དུ་ཐེབས་ཡོད་པའི་ཀུན་གྱིས་  
མཁྱེན་གསལ་ལྟར་ཡིན། ཁོང་གི་འཕགས་པ་སྤོང་པས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱུལ་དངོས་ཡིན་པས་ཁོང་གི་མཛད་པ་འཇིགས་ལས་ཀྱི་  
སྐོར་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་སྤོང་སྤོང་ལྟུངས་སྦྱོར་དཔེ་ལྟུངས་དེ་བས་དབུ་མ་བཞི་བརྟན་པ་ལས།

སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་གཡོ་བ་ནི། །རྒྱ་མེད་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན།།

དབུགས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི། །སྤོང་སྤོང་ཁོ་ནར་ཡང་དག་དབུང།།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། སྤོང་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་གི་སྤོང་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་བརྗོད་  
ཀྱིས་མི་ཡངས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྤོང་ཅིག་རེ་རེའི་དབུགས་འདུང་ཐུབ་ཡན་ཆད་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཁོ་



ནའི་དོན་དུ་ཕྱང་བ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡིན་ཏེ་རྣམས་བརྗོད་ཐུབ་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན།  
 དེ་ཡང་དཔལ་ལྷན་ཟླ་བ་གྲགས་པས་དབྱུང་མ་འདྲུག་པར།                      རྣམ་མཁའ་མེད་པས་འདབ་ཆགས་ལྡོག་པར་མི་འགྱུར་གྱིས།  
 །འདིར་ནི་རང་མཐུ་ཟད་པས་ལྡོག་པར་འགྱུར་དེ་བཞིན།    །སློབ་མ་དང་བཅས་སངས་རྒྱུ་སྲས་རྣམས་སངས་རྒྱུ་གྱི།    །ཡིན་  
 ཏེ་མཁའ་ལྗང་མཐའ་ཡས་མ་བརྗོད་ལྡོག་པར་འགྱུར།    །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་འདབ་ཆགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྱུང་ལྟ་བུ་ཡང་  
 རྣམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་མཐར་ཉམས་མཁའ་ཟད་ཟེང་སོང་བ་དང་།    འཕྱར་སའི་རྣམ་མཁའ་ལྡོག་མེད་པས་ས་ལ་བབས་པ་མིན་  
 པར་འདབ་ཆགས་དེའི་འཕྱར་བའི་རྣམས་པ་རྗོགས་ནས་ས་ལ་བབས་པ་བཞིན་དུ།                      སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་དང་འཕྲིན་ལས་རྣམས་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལངས་པ་ཡིན་པས་ཁོ་བོས་དེ་དག་བརྗོད་པར་ག་ལ་རྣུས།    དེ་འདྲ་  
 སོང་ཅང་གུས་པས་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྐོར་ལྷུ་བར་འབད་པ་ནི་  
 མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྗེ་མ་ཚུང་ཚུང་ནང་བཀའ་བ་དང་འདྲ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད།    དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་སྤོང་རྣུས་པ་  
 དང་ཚོར་སྣང་གི་ཐོག་ནས་ལྷོ་ན།    བདག་ཅག་གི་སློན་པ་རྣམས་འདྲིན་བཞི་པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ཉིས་  
 སློང་ལྔ་བརྒྱ་ཕྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ལ་ཕྱིར་བཞུགས་ཤིག་བྱས་ན།                      སྤྱིར་ད་བར་བཞུན་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་དུ་མཁའ་གྲུབ་ནམ་  
 མཁའི་སྐར་ཆོགས་ལྟར་བྱུང་ཡོད་པ་ནི།    དཔེར་ན་ཟབ་མོ་ལྟ་བུའི་ཆ་ལ་ལྷུ་སྐྱབ་ཡབ་སྲས་དང་།    རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་སྲོལ་གཏོད་  
 པ་ལ་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོ་དང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད།                      དེ་རྣམས་ཆོས་མཛོད་པའི་ཕྱོགས་ལ་སངས་རྒྱུ་གཉིས་པ་  
 དབྱིག་གཉེན་ལྟ་བུ།    ཚད་མའི་ཐོག་ལ་རིག་པའི་བྱུ་མཆོག་སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་དང་སློབ་དཔོན་ཆོས་གྲགས།    དེ་བཞིན་དུ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པའི་ཆ་ལ་རྒྱལ་སྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟ་བུ་དང་།    མཁའ་ཆེན་ཞི་བ་འཛོམས་ལོ་ལྔ་ལྔ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་  
 ག་དང་།    འདུལ་བའི་ཆ་ལ་སློབ་དཔོན་ཡིན་ཏེ་འདྲ་དང་གྲུ་འདྲ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་སྤྱིས་བྱུང་མ་པ་བྱུང་ཡོད།  
 དེ་ལྟར་འདྲ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་གཞིགས་ན།    དངོས་ཡོད་འཇམ་སྤོང་མཐའ་གྲུ་ཀུན་ལ་ཕལ་  
 ཆེར་རྒྱལ་ཁབ་བཙུན་ཕྱག་མང་པོར་དངོས་སུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབྱུང་འཛིན་དང་།    མཁའ་དབང་དང་ཚོན་  
 རིག་པ།    ལྷན་པ་མཁའ་པ།    ཁོར་ལྷུག་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ལས་འགྲུལ་བ།    མདོར་ན་སྤྱི་ཆོགས་ལས་སྤྲོ་མི་སྤྲོ་གྲགས་ཅན་གངས་  
 ཀྱིས་མི་ལངས་པ་རྣམས་དང་མཉམ་ལྷུགས་ཀྱིས་ནང་པའི་ལྟ་བུ་འདྲུང་དང་བྱམས་བཅུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འཆོ་མེད་ཞི་  
 བའི་ལམ་གྱི་སྐོར་འཇམ་སྤོང་བྱིན་ཡོངས་ལ་གོ་ཉོགས་དང་བྱུང་སྤོང་གཞན་མཁའ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ནང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ཡགོང་  
 ས་མཆོག་ནང་བཞིན་མཇལ་རྒྱུ་ཁག་པོ་ཡིན་དུ་གྱི་ཡོད།    དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྤོང་གཏོད་བ་ཡིན་ན།  
 འཇམ་སྤོང་གི་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མེད་ཀྱི་དབྱུང་བྱུང་སྤོང་སྤོང་རྣམས་དང་མཉམ་འཇོས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་སྤོང་རྗེ་དང་།  
 གཞན་པར།    འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས།    བཟོད་སེམས་སོགས་ཀྱི་ཐད་གོ་ཉོགས་སྤོང་བ་སོགས་མདོར་ན་ནང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་འདི་  
 ལྟ་བུའི་ཕྱག་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་གནང་མཁའ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་ཆེ་ནང་བཞིན་ཕལ་ཆེར་བྱུང་བྱོང་མེད་ཅེས་ཁ་ཆོན་  
 བཅད་ནས་བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན།    དེ་བཞིན་དུ་ནང་པ་རང་ལ་མཚོན་ནའང་ཉན་ཐོས་སྤོང་བ་དང་།    ཐེག་ཆེན་སྤོང་བ་སོ་སོ་  
 ཡོད་པའི་ནང་ནས་རྒྱ་ནག་དང་ཉི་འོང་།    ཀོ་རི་ཡ།    དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་མཁའ་གཉིན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་གིས་  
 སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་ཐུན་མོང་གི་སྤྱོད་པ་བྱུང་བའི་ཡི་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་ལྟར་ནང་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ནང་བྱུང་བྱོང་མེད།

དེ་སྤྱིན་ ༢༠༡༠ ལོར་ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་ (TOWARD A TRUE KINSHIP OF FAITHS: HOW THE WORLD'S RELIGIONS CAN COME TOGETHER) ཞེས་པའི་ཕྱག་དེབ་བཙུམས་པ་དེའི་ནང་འཇམ་སྤོང་གི་

ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་སྤྱི་བུ་མས་སྤྱི་ཇེ་དང་གཞན་ཕན་གྱི་སེམས་ཡིན་པར་གསུངས་ཡིད། དེ་བའི་ལྷ་བྱ་ནི་དང་རང་ཚོ་  
ཚང་མས་ངེས་པར་དུ་དོ་སྣང་བྱས་ནས་ལྷ་རྒྱུ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡིད། གལ་ཏེ་འདྲམ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་  
དབར་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡིང་བར་བྱ་དགོས་ན་ཚོས་ལུགས་གཞན་གྱི་སྐོར་ལ་རྒྱུས་མངའ་ཡིད་པར་བྱ་དགོས་པ་ནི་ཉ་ཅང་གི་  
གལ་ཆེ། སྤྱི་ཚོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ལེགས་སྤྱི་སྤྱི་དུ། ལྷ་མེས་པ་འདྲིན་པའི་དོན་ཏེ་ཚོས་རྣམས་རང་གི་དོ་བོ་འདྲིན་  
པར་བྱས་པས་ན་དེར་གོ་བ་ཡིན། དེ་ལ་རང་ཅག་རྣམས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བས་སྤྱི་འགྲོའི་ཁྱད་ཚོས་  
འདྲིན་སྐབས། བདེ་གཤེགས་སྤྱི་པོ་འགྲོ་ཀྱང་ཡིངས་ལ་བྱུང། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁམས་  
བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྱི་པོས་བྱུང་བར་བཞེད། སྤྱི་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་པོའི་གོ་དོན་ལ་འདོད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་འདྲ་མིན་  
ཡིད་ཀྱང་གུས་པ་སྐར་གྱི་དོས་ནས་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་པོ་ཐོག་མཐོ་བསམ་གཏོང་སྐབས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་  
གསུམ་གྱི་རྣམས་པ་ཡིད་པ་དེ་ལ་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་པོའི་དོས་འདྲིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡིད། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དབེར་ན་  
ཞིང་ཁའི་ནང་ཀྱང་འདྲི་སྤྱི་པོ་ཞིག་སྤྱི་དགོས་ཡིད་ན་ཀྱང་འདྲི་ས་པོན་བཏབ་དགོས་པ་ལས་ཨ་མའི་ས་པོན་བཏབ་ན་རུང་གི་མེད།  
རྒྱ་མཚན་ནི་ཀྱང་འདྲི་ས་པོན་ནང་ཀྱང་འདྲི་སྤྱི་པོ་ཆེན་པོ་དེ་འགྲུབ་པའི་རྣམས་པ་ཡིད་པས་དེ་ཡིན། སངས་རྒྱུས་ཞེས་པ་ནི་མཐའ་  
མེད་ཀྱི་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་ལ་ཟེར་བས་དེ་ལྷ་བྱའི་ཁྱད་ཚོས་དང་ལྷན་པའི་རྣམས་པ་དེ་སྤྱི་འགྲོ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ས་པོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡིད། གལ་ཏེ་དེ་ལྷ་བྱའི་རྣམས་པ་དེ་སེམས་ཅན་ལ་མེད་ན་མཁྱེན་པ་མཐའ་མེད་དུ་  
འཕེལ་བ་དང་། བརྩེ་བ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ། རྣམས་པ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ་དེ་ཡིང་གི་མེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་སེམས་  
ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་པོ་ཡིད་ཟེར་དུས་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་རྣམས་པ་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ལྷན་སྤྱི་སྤྱི་  
ཡིད་པ་ལ་དོས་འདྲིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡིད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཚུལ་ཡང་དབེར་ན་མཁྱེན་པ་ལ་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། སེམས་ཞེས་  
པ་དེ་བཅས་པོ་ལས་ལྷོག་ནས་གསལ་རིག་གི་རང་བཞིན། དུལ་ཤེས་པ་འཇམ་ཡུལ་དོགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན། གཉིས་པ་  
སྤྱི་ཇེ་ཡང་འདྲི་གཉེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་ཚང་མ་བརྩེ་བའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན།  
ཚོས་སྤྱོད་ནས་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་ཀྱང་ལ་སྤྱི་ཇེ་དེ་ལྷན་སྤྱི་སྤྱི་ཡིད་པ་ཡིན། དབེར་ན་ག་ཟེ་མཁྱེན་  
གྱི་གཅན་གཟན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་བརྩེ་བ་ཡིད་བཞིན་པ་ཞིག་ཡིན། བརྩེ་བ་གཏན་ནས་མེད་  
པའི་སེམས་ཅན་དེ་འདྲ་ཡིང་མི་སྤྱི་ད། དེས་ན་འདིས་སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་བརྩེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་  
འགྲུབ་ཡིང་གི་ཡིད། དེ་ནི་ལྷོག་ས་མཚོག་གིས་ཚན་རིག་པ་དང་ལྷན་དུ་དེའི་ཐོག་བཏོ་སྤྱི་ཇེ་ཐངས་མང་ཚོགས་གཞན་བའི་  
འབྲས་བུར་ད་ལྷ་ཚན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་དེ་བརྩེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད་བཞིན་ཡིད།  
དེ་བཞིན་དུ་གསུམ་པ་རྣམས་པ་ལ་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། རྣམས་པ་ཞེས་པ་དེ་གཞན་ལ་ལྷོས་མི་དགོས་པར་རང་དགར་གྱིས་  
སྤྱི་ཇེ་དོར་གྱི་གནས་ལ་འདུག་བྱུང་བ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་ཤེས་པ་ལས་གཞན་པའི་བཅས་པོའི་ཚོས་ལ་ཡིང་གི་མེད། རྒྱ་མཚན་འདིས་  
སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་དེ་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ངེས་པ་ཡིན། སྤྱོད་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་ནས་མའི་རང་བཞིན་  
དེ་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། དབེར་ན་མའི་རང་བཞིན་ཚོ་བ་དང་ཚུའི་རང་  
བཞིན་བརྩེ་བ་ཞིང་གཤེར་བ་ཡིན་པ་བཞིན། མའི་རང་བཞིན་དེ་ཡང་སྤྱི་ཇེ་ཇེ་རང་བཞིན་ཡིན་ཚུལ་ནི། ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་  
བྱམས་སྤྱི་ཇེ་སྤྱི་སྤྱི་སེམས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བག་ལེབས་པོ་དང་སྤྱི་ཇེ་པོ། དགའ་བདེའི་ཚོར་བ་དང་གིས་ཡིང་གི་ཡིད།  
དེས་མའི་རང་བཞིན་དེ་བརྩེ་བ་དང་སྤྱི་ཇེ་ཇེ་རང་བཞིན་ཡིན་པར་མཛོན་གྱི་ཡིད། དེ་ལས་ལྷོག་སྤྱི་ཇེ་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་དང་  
སྤྱོད་དོག་འགུན་སེམས་སོགས་སྤྱི་སྤྱི་སེམས་མ་སྤྱི་ཇེ་པ་དང་མི་བདེ་བ་ཡིང་གི་ཡིད། དེ་ནི་རང་གི་རང་བཞིན་ལས་ལྷོག་

པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན། སྤྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །འོན་ཀྱང་རྫོ་བུར་དྲི་མས་བརྒྱབས། ། ཞེས་གསུངས་ཡིད། དེས་ན་ཚོས་ཞེས་བརྗོད་དུས་སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་དངོས་སྤྱིང་རྗེ་དང་བུམས་བརྗོད་ཉམས་ལེན་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་དེ་ལ་གོ་དགོས། ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་སྤྱིས་བུ་དམ་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱུང་ཡིད། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་དེ་མཁུན་བརྗོད་ལུགས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ་ལས་སྤྱིས་བུ་དམ་པ་དེ་དག་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་ཚོས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡང་དག་པ་ཞིག་གོ་རྟོགས་མ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་དཀའ་ངལ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་གི་ཡིད། དཔེར་མཚོན་ན་དེང་སང་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚོས་ཞེས་ཟེར་ཡོང་དུས་ཟ་སྤངས། འཕྲུང་སྤངས། གོས་གྲོན་སྤངས། དེ་བཞིན་རང་རང་སེ་སེའི་ཚོ་ག་ལྟག་ལེན། དུས་ཚེན་སྲུང་བརྗོད་ལུགས་སོགས་ལ་ཚོས་ཡིན་སྟེ་མ་ཙམ་བཟུང་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ཡི་བྱའི་ཚོས་ལུགས་པ་ཚོས་གཟུང་ཉི་མ་གང་ཡིན་ལ་ལྟ་ཁང་དུ་སྤྱིན་ནས་སྤོན་ལམ་བཏབ་པ་དང་། ཁ་ཚེའི་ཚོས་ལུགས་པ་ཚོས་གཟུང་པ་སངས་རྣམས་ཡིན་ལ་རང་གི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བརྗོད་སྟེ་འདེབས་ཀྱི་ཡིད། རང་རེའི་ནང་པ་ནང་ལའང་ཚོས་བཟང་དུས་བཟང་དང་དུས་ཚེན་སྲུང་བརྗོད་ལུགས་ལ་ཚོས་ཡིན་བསམས་ནས་སྤོད་མཁུན་མང་དག་ཅིག་ཡོད། འདི་ལྟར་ཁ་འདོན་དག་སྤོད་བྱེད་མཁུན་དང་། དུས་ཚེན་ཚེ་ཁག་སྐབས་སྤྱིན་བདག་མང་དམཁུན་རྣམས་ལ་ཚོས་པ་ཚེན་པོ་དང་སྤྱིན་བདག་ཚེན་པོ་རེད་ཅེས་ཟེར་ནས་ཟ་སྤངས། འཕྲུང་སྤངས། གོས་གྲོན་སྤངས། དེ་བཞིན་རང་རང་སེ་སེའི་ཚོ་ག་ལྟག་ལེན་ཁོ་ན་ལ་ཚོས་སྲུང་འཛིན་པ་ལས་ཚོས་ལུགས་དབར་མི་མཐུན་པ་བྱུང་བ་ནི་སྤོས་མི་དགོས་པས། དོན་དངོས་ཐོག་བསམ་སྤོ་གཏོང་བ་ཡིན་ན། གོང་གི་ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་མངོད་སྤོ་རྣམས་གཞག་དེ་དག་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན་ཡང་དེ་དག་ཅུ་བའི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཆགས་མེད། འདི་རྣམས་ཚོས་ཀྱི་ཡན་ལག་གམ་ཆ་ཤས་ཅམ་ཡིན། གནས་ཚུལ་འདི་ཡང་དཔེ་གཞན་ཞིག་གི་སྤོ་རྣམས་བཤད་ན། དཔེར་ན་ང་ཚོས་ཞིང་ཁའི་ནང་སྤྱིང་ཁའི་སྤྱིང་པོ་ཞིག་བཏབ་ནས་དེ་ལ་ར་ལུག་དང་བ་ལུགས་སོགས་ལས་སྲུང་བའི་ཚེད་མཐུང་སྤོར་དུ་རྩ་བས་བསྐྱོར་ནས་འཛིན་གི་ཡིད། དེ་ལ་རྩ་བས་བསྐྱོར་བའི་དགོས་པ་ནི་དེ་ཅམ་ལས་གཞན་མ་མཚེས། ང་ཚོ་ལ་དགོས་རྒྱ་གཙོ་པོ་དེ་རྩ་བ་དེའི་ནང་གི་སྤྱིང་ཁའི་སྤྱིང་པོ་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རང་རེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱིང་ཁའི་སྤྱིང་པོ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ངོ་མ་བུམས་སྤྱིང་རྗེ་དང་གཞན་པམ་གྱི་སྤོ་རྣམས་ལ་དེ་ཅམ་གྱིས་ལུགས་སྤྱིང་མ་མངོད་པར་དེ་ལས་གཞན་རྩ་བ་ལྟ་བུའི་ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་བྱེད་སྤོ་རྣམས་གཞག་དག་ལ་དོ་སྤྱིང་ཚེན་པོ་བྱེད་ནས་བཟུང་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེས་ཚོས་ལུགས་ནང་པམ་ཚུན་དབར་འགན་སེམས་དང་འགན་བསྐྱར་སོགས་ཀྱི་རྟོག་སྤྱིང་མང་པོ་ཡོད་གི་ཡིད། གནས་སྤངས་འདི་དཔྱིས་སྤྱིན་པ་ཤེས་དགོས་པ་ནི་ད་ཅང་གི་གལ་ཆེ། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་གོང་གི་ལུག་དེབ་འདི་བརྗོད་ནས་སྤོ་ལོ་ ༡༠༡༤ ལོར་བོད་ཡིག་ཏུ་ཡང་བསྐྱར་ཡོད། ལུག་དེབ་འདི་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མས་ངེས་པར་དུ་སྤོག་དགོས་ཀྱི་འདུག། ལུག་དེབ་འདིའི་སྤྱིང་བརྗོད་དུ་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཅིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་གསུངས་དོན། དེ་སྤོན་ངོས་ཀྱིས་ནང་པའི་ཚོས་འདི་ཚོས་ལུགས་ཀུན་ལས་ཡག་ཤོས་ཡིན་པ་དང་། རང་ཚོས་དེའི་ནང་མི་རྣམས་ལ་སེམས་འགྲུལ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་ཡག་ཤོས་དང་། དེ་ལ་ཁ་གཏད་བྱེད་བྱུང་མཁུན་གྱི་ཚོས་ལུགས་གཞན་སྲུང་གང་ཡང་མེད་པའི་ཚོར་སྤྱིང་ཡོད་གི་ཡིད། ཚོས་ལུགས་གཞན་ཁག་ཅི་ཅམ་གྱི་ཡག་པོ་ཡིན་ཟེར་ཡང་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་ཅམ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད་ཅེས་བསམ་གྱི་ཡོད། ཅེས་དང་། ཡང་དེབ་དེའི་ནང་གསལ་དུ་ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་གསུངས་དོན། ངོས་ཀྱིས་སྤོ་བལྟས་བུས་ནས་བསམ་སྤོ་གཏོང་དུས་སྤོ་བ་སྤོ་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་རང་གི་སྤོ་བ་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པའི་བསམ་སྤོ་གྲུ་དོག་པོ་དེ་སྤོ་བ་དང་རང་ཉིད་ལ་རྗེད་པའི་སྤོ་བ་གསེན་ནི་

གཞན་གཅེས་འདྲིན་གྱི་སློབ་འཕེལ་གཏོང་བ་དེ་དོས་འདྲིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། ཅེས་གསུངས། ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་  
དབར་མཐུན་འབྲེལ་ཡག་པོ་མེ་ཡོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་དེ་ཚོས་ལྷགས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱོད་དང་ཚོས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གོ་ཉོགས་  
དཔེན་པ་དེ་ཡིན། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་ལྷ་སྤྱོད་སྐོར་ལ་དོན་གཉེར་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ཏ་ཅང་གི་གནད་འགག་  
ཅན་དུ་མཐོང་གི་ཡིད། ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་བཞིན་འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལྷགས་ཡོངས་ཀྱིས་འགོ་བ་མང་  
པོ་ལ་ཕན་གྱི་ཡིད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཡི་ཤུའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཆ་བཞག་ན་དུས་རབས་དང་པོ་ནས་བཟུང་དུས་ད་ལྟའི་བར་ཡུ་  
རོབ་དང་ཨ་རི་སོགས་སུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱབ་སྐྱོར་པོ་བྱས་ཡིད་པ་དང་། སློབ་གྲྭ་དང་སློབ་ཁང་སོགས་ཕྱི་ནང་གི་  
འཇུགས་སློབ་གྲྭས་ནས་སྤྱི་བོ་ཉམ་ཐག་པ་རྣམས་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་ཡིད། འདི་དག་ནི་ཡི་ཤུའི་ཚོས་ཀྱི་ཤར་ལྷགས་  
ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་ཆེའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱིས་ཨ་རབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་རྣམས་སུ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་ཡིད་པ་  
དང་། ནང་པའི་ཚོས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ཡང་རྒྱ་ལྡན་དང་ཏཱ་ཤི་ལ། བུ་མཁའ་ལ། ཨོ་དུ་ལུ་རྩེ་ལ་སོགས་པའི་སློབ་གཉེར་ཁང་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱུང་ཡིད། རྒྱབ་སྐྱོར་གི་ལ་ཨ་ལེ་ཡའི་ཡུལ་གྱི་ཀུན་ནང་པར་གྱུར་ནས་བསྐྱོན་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་  
རྒྱབ་སྐྱོར་བསྐྱབས་ཡིད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་ཡི་ཚོས་ལྷགས་ཡིན་ཡང་དེ་བཞིན་རེད། གང་ལྟར་ཡང་ཚོས་ལྷགས་ཆང་མས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མཇུག་པ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་ཡིད། དེ་ལྟར་བསྐྱོངས་བྱུང་བ་ནི་ཚོས་ལྷགས་རང་རང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་  
ནང་བྱམས་པ་དང་སྤྲོད་ཀྱི་ དེ་བཞིན་ཕན་སེམས་གཞི་རྩུང་ཡིད་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། ང་ཚོས་གནད་དོན་འདི་  
རྒྱས་མངའ་ཡིད་པར་བྱས་ནས་དེའི་གོ་ཉོགས་སྤེལ་བྱུང་ན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་བ་ལ་ཕན་རྒྱབ་སྐྱོར་སྤེལ། འདིའི་  
ཐབས་ལམ་ཡག་ཤོས་ནི། ཇི་ལྟར་སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཐོན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གི་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། ཚོས་ལྷགས་  
ཁག་གི་དབུ་འདྲིན་རྣམས་ལ་ཕན་ཚུན་མཇུག་འཇུག་ཡིད་ཀྱིས་སོ་སོའི་ཉམས་སྤོང་དང་གོ་ཉོགས་རྣམས་ཕན་ཚུན་བརྗེ་རེས་བྱེད་པ་དེ་  
ཡིན། དེ་དང་ལྡན་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཆང་མས་སྤྱོད་བྱེད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བྱུང་ཡིད་པ་དེ་དག་གི་མཇུག་པ་རྣམས་ཐར་  
རྣམས་སྤོགས་བསྐྱོགས་ཀྱིས་ལྷ་སྤོགས་བྱས་ན་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་དབར་དད་པ་དག་སྤུང་སྤུང་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བེས་  
ཡིན། དཔེར་ན་ཡི་ཤུའི་རྗེས་འབྲང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཁ་ཆེ། དེ་ལྟར་ལྟེ་རྗེས་འབྲང་བ་སུ་ཡིན་ཡང་ཇི་བཅུན་མི་ལ་རས་པ་ལྟ་  
བུའི་རྣམས་ཐར་མཇུག་རྒྱུད་ལ་དད་པ་མ་འབྲུངས་མཁན་སུ་ཡང་ཡོང་བྱུང་བའི་ཐབས་ཐབས་མེད། དེ་བཞིན་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་  
དང་ཐ་ན་དམར་ཤོག་རིང་ལྷགས་པ་ཡིན་ཡང་ཇི་བཅུན་མི་ལའི་རྣམས་ཐར་མཇུག་རྒྱུད་ལ་ལྟེ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་  
བསྐྱོགས་བརྗོད་མ་ལུ་བ་དུ་ལམ་ཁག་པོ་རེད། དེ་དང་དེ་མཚུངས་ཀྱི་ཚོས་ལྷགས་ཀུན་ལ་སྤྱོད་བྱེད་པ་གངས་ལས་འདས་པ་  
བྱུང་ཡིད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམས་ཐར་རྣམས་སྤོགས་བསྐྱོགས་གནང་བྱུང་ན་དགེ་ཕན་ཆེ་བ་ཡིད། དཔེར་ན་ཇི་ལྟར་ལ་གོང་ས་མཚོག་  
གིས་དོན་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་མཇུག་འབྲེལ་ཞེས་པའི་ཕྱག་དེབ་བརྩམས་ཡིད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་བྱུང་ན་ཕན་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་ཡོང་  
བེས་ཡིན། ཚོས་ཀྱི་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་ལུ་ན། སྐོར་ལེན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལྷགས་སྤྱོད་བ་པའི་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན།  
(THINK GLOBALLY, ACT LOCALLY) སྤྱིར་བཏང་བསམ་སློབ་གཏོང་དུས་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་པ་དང་།  
ལག་ལེན་འཁེལ་དུས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ནས་དབུ་འཇུགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སོ་སོ་ས་གནས་གང་དུ་  
གནས་ཡིད་སའི་ས་སྤོགས་དེར་ཚོས་ལྷགས་འདྲ་མེན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆོ་དང་འབྲེལ་བ་གནང་བྱུང་བའི་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་དགོས་  
པ་དང་། ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་གསུངས་པ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་ཁག་སོ་སོའི་སྤྱོད་བྱེད་པའི་འབྲུངས་སྐོར་སྐབས་ཕན་ཚུན་  
མཐོན་འབྲོད་བྱས་ནས་མཉམ་ལྷགས་གནང་དགོས་པ་དང་། དཔེར་ན་ནང་པའི་དུས་ཆེན་གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ལྷ་སྤྱོད་  
བརྩོན་སྐབས་དེ་ལྟར། ཡི་ཤུ། ཁ་ཆེ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས་ལ་མཐོན་འབྲོད་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་དེ་དག་གིས་དུས་

ཆེན་སྲུང་བརྩེ་ལྷ་སྐབས་མཉམ་ལྷགས་དང་བཅར་བ་སོགས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་དད་པ་  
དག་སྣང་སྦྱང་བར་ཕན་གྱི་ཡོད། སྤྱིར་ཆོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་ཆོས་ལུགས་ལ་ཚོངས་དད་ཅན་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཞེན་  
ཁོག་འབྲེར་མཁན་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་འགར་དེ་དག་གིས་ལས་ངན་བརྩམས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཆོས་ལུགས་དེ་དང་  
དེ་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་འབྲང་པ་ཡོངས་ལ་ནོར་འབྲུལ་ཅན་དུ་ལྟ་ན་འགྲིག་གི་མེད། གནད་དོན་དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་སེམས་གུ་  
ཡངས་པོས་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་ཆོས་གལ་ཆེན་དུ་མཐོང་། དེས་ན་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལས་གཞི་དེ་ཉིད་  
ཐོག་མར་སོ་སོ་ནས་འགོ་འདྲུགས་བྱ་དགོས། སོ་སོས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་  
བརྩུགས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ངེས་པར་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ནི། ང་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་དེས་སེམས་ཅན་རྗེ་ཙམ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་  
བྱུང་འདུག། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ལས་དོན་གང་བརྩམས་འདུག ང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲིད་སྤོང་མཁན་ཡིན་དུས་ང་ཚོའི་  
བས་གོས་གནས་མལ་མཐའ་དག་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་གསལ་ཡིན། དེ་སོང་ཙང་ང་ཚོའི་ཆོས་ལུགས་འདིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འབྲས་  
འདེགས་གང་ལྷན་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལེགས་སྤྱིས་གང་ལུལ་ཡོད་པ་སོགས་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས། གནད་དོན་  
འདི་དག་གི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བྱུང་ན་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལ་རང་འགྲུགས་ཀྱིས་མོས་གུས་དག་སྣང་ཡོང་ངེས་ཡིན།  
དེ་མིན་ཆོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་ནས་སོ་སོའི་རྩ་ཁག་ཚུང་ཚུང་ཞིག་དེའི་ནང་ཆོས་བརྩུ་ཉེར་ལྡང་། སྦྱང་གནས་སོགས་བྱེད་པ་  
ཙམ་ལ་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྒོམས་ནས་ཆོས་ལུགས་གཞན་ལ་ཞེ་སྲང་བཞི་མ་འགྲིག་པ་ཡིན། གུས་པ་སྐར་གྱིས་དུས་རྒྱུན་ཆོས་  
ཀྱི་ཐོག་བསམ་སྒོ་གཏོང་དུས། ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ཚུ་ལྟ་བུ་ཡིན་བསམ་གྱི་ཡོད། ཚུ་ནི་གཞུང་ཚུ་དང་། ཡམུ་ལྟ་ལྟ་ ཆར་ཚུ།  
ཚུ་མིག་གི་ཚུ་སོགས་གང་ཡང་ཡོང་སྲིད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་ཚུ་དེའི་བྱེད་ལས་ནི་དྲི་མ་འདག་པར་བྱེད་པ་དང་སྐྱོམ་པ་སེལ་བ་  
དེ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤོང་ཚུ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། གལ་ཏེ་  
གཞུང་ཚུ་དང་། ཡམུ་ལྟ་ལྟ་དེ་འཇོམ་སྤོང་ཁྲིམ་ཡོངས་ལ་བྱུང་བར་བྱ་དགོས་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོང་མི་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། དཔེ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཆོས་སྤྱོད་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་ཡོང་དུས་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པ་དེ་ནང་སེམས་ཀྱིས་དྲི་མ་འདག་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། འོན་  
ཀྱང་ཆོས་བྱེད་པ་གཅིག་དེ་འཇོམ་སྤོང་ཡོངས་ལ་བྱུང་བར་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེ་ན་དེ་ནི་ཡོང་རྒྱ་མེད་པའི་གནས་སྤངས་ཞིག་རེད།  
དེས་ན་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐབས་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པའི་བྱེད་པ་འབྲུང་དང་གོས་གྲོན་སྤངས། དེ་བཞིན་ཆོས་བརྩུ་ཉེར་ལྡང་  
སྲུང་བརྩེ་ལྷ་བ་ཙམ་ལ་ཆོས་ཡང་དག་པ་ཡིན་བསམས་ན་འགྲིག་གི་མེད་པ་རེད། ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་དེ་སྤྱོད་གསུང་གཅིག་གི་  
ནང་གསུང་དོན། ལྟ་བུ་ལྟ་དགུ་ལོར་བཅན་བྱོལ་ལ་ཐོག་མར་འབྱོར་སྐབས་བོད་པའི་ཨ་མ་ཞིག་ལ་སྤྱ་གཉིས་གསུམ་ཡོད།  
སྤྱ་གུ་དེ་དག་གི་མ་འོངས་མདུན་ལམ་ལ་དམིགས་ནས་ཡི་ཤུའི་རྗེས་འབྲང་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་བྱས་ནས་  
སྤྱ་གུ་དེ་དག་ཡི་ཤུའི་སྤོང་སྤྱོད་ནང་བརྩུགས་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། སྤྱིས་སྤྱ་ཡི་ཤུའི་ཆོས་པ་ཚོའི་གཞན་ཕན་རོགས་རམ་གནང་  
སྤྱོད་དེས་ཡིད་སྤོངས་ནས་ཨ་མ་དེ་ཡི་ཤུའི་ཆོས་པར་གྱུར་པ་དང་། དེ་ནས་ལོ་ཤས་རྗེས་ཨ་མ་དེ་ཡགོང་ས་མཚོག་མཇལ་  
བཅར་ལྷན་ནས་ཡགོང་ས་མཚོག་ལ་ལྷ་དོན། ད་ལྟར་རང་ཡི་ཤུའི་ཆོས་པར་བསྐྱུར་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཆོ་སྤྱི་མར་ནང་པ་ཆགས་  
པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ལྷན་པ་རེད། ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་གསུང་གཞན་ཞིག་གི་ནང་གསུང་དོན།  
དོལ་རྒྱལ་ལྷ་གི་ཨ་མ་ཞིག་ལྟ་གར་མདུས་ (MADRAS) ལ་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་ཐུམ་སེམས་ལྷ་ལ་སོས་ལྷ་ལྷོ་ (THEOSOPHICAL  
SOCIETY) ཚོགས་མི་ཡིན་པ་དེ་སྤྱིས་སྤྱ་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་གུས་འབྲུངས་ནས་ནང་པར་བསྐྱུར། དེ་ནས་ལོ་ཤས་སོང་  
སྐབས་ཨ་མ་དེའི་བསམ་སྒོར་འགྱུར་བ་སྤྱིན་ནས་སྤྱིར་བཞིན་ཡི་ཤུའི་ཆོས་པར་བསྐྱུར་བ་རེད། གུས་པས་ཀྱང་དུས་དེ་བཞིན་གྱི་  
གི་ནང་མཇལ་ལྟོང་ཡོད་པའི་སྤྱིར་གཏམ་ཞིག་ལྟ་ན། དེ་སྤྱོད་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གྲྱུ་མཚོག་དགོངས་པ་རྗེས་རྗེས་ཁོང་གི་སྤྱོད་

ལུང་དེ་རྒྱུ་ལྷོགས་ལ་འབྲེལ་བའི་སྐབས་ཡི་གུའི་རབ་བྱུང་མ་ཞིག་ཨིན་ཏེ་ཡུ་གུ་གི་འགྲམ་ལ་ཤུམ་ནས་བསྐྱབས་གསར་འགོད་པས་མཐོང་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་གྱུ་གི་ཡོད་ཅེས་དྲིས། སྐབས་དེར་ཡི་གུ་ཡི་རབ་བྱུང་མ་དེས་གསུང་དོན་གྱི་མཚོན་མཚོན་གི་ཀྱ་གར་རང་བཙན་ཐོབ་པར་བྱེད་མཁན་དང་། དེ་བཞིན་མི་སྲིད་པོ་དང་ཉམ་ཚུང་ཉམ་ཐག་རྣམས་ལ་རོགས་སྲུང་གནང་མཁན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཡིན་ཡང་ཁོང་ཡི་གུའི་ཚོས་སྡེར་མ་ལུགས་ནས་དགོངས་པ་རྒྱུ་གས་པ་དེས་སེམས་ཕམ་ནས་དུ་གི་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ནི་མོ་རང་གི་བསམ་པར་གྱུ་མཚོན་ཡི་གུའི་ཚོས་སྡེར་མ་ལུགས་པས་ངེས་པར་དམུལ་བར་སྦྱང་གི་ཡོད་པ་དུན་ཡོད། ཁོང་གི་བསམ་ཚུལ་དེ་དག་ནི་དུས་རྒྱུན་དང་རང་ཚོ་ལ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་ཚོས་ཀྱི་གནད་དོན་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བས་ཚོས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་ཕྱིས་ཕྱིན་པ་ཤེས་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་སྐྱེ་འགྲོ་མང་པོའི་དོན་གུས་དང་བྱེད་ལུས་ཡིན་པ་དེ་སེམས་ལ་ངེས་དགོས་པ་ནི་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན། ཞེས་དེ་རིང་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་ལྷན་ཚུན་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཙའ་དང་འབྲེལ་སྤྲོད་ལྷན་ཁང་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་ཙམ་ཡིན། མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དབུས་པའི་འཛམ་གླིང་ཚོས་ལུགས་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་སྐྱེ་ཆོ་ཞབས་པད་བསྐལ་བརྒྱུར་བརྟན་ཅིང་ལྷན་ཚུན་ཆེན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་མཐའ་དག་ཡར་ངོའི་ལྷ་བ་ལྷར་འཕེལ་བའི་སྤོམ་འདུན་ལུ་གི་ཡོད། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། སུ་མ་རྒྱ་ལམ།།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོའི་ལྷ་བ་ ༠༧ ཚེས་ ༢༠ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ཡི་གསར་པར་ཀྱ་གར་ནང་གི་ཚོས་ལུགས་སྤྱི་འཛམ་གླིང་ཚོས་ལུགས་འདུའི་དབུ་འབྲེད་མཛད་སྤོམ་གསུང་བཤད་གནང་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྐྱར་འཛིན་ཚོས་འགྲོའ། དགའ་ལྷན་ལོ་གྲང་།



**ལྗོངས་པོའི་ཐུགས་བརྟེན་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་སྲུང་སྐྱོབ་སྐྱོར་།**

**དགེ་བཤེས་ལྷག་ཏོར་ལགས།**

**བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན།**

༡། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་སྐྱོར་ལ་བཤད་དགོས་གསུང་བུང་ཡང་ངས་སྤྱིར་བཏང་ཙམ་མ་གཏོགས་ཞེ་དྲག་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། བཤད་ཀྱང་ཐུབ་རྒྱུ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དེ་གི་ཉུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། དེར་བརྟེན་རང་གིས་གང་ཤེས་སྤོང་བསྐྱུས་ཙམ་ཞིག་ལྷན་བསམས་སོང་། སྐྱོབ་སྐྱོར་གྱི་དཔེ་མཛོད་དུ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟོ་ཚོས་ཁ་ནས་རིག་གཞུང་གལ་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་མང་པོ་ཞིག་གིས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། དོན་དོ་མ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་རིག་གཞུང་ཟེར་མིན་དེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཡག་པོ་དོ་ཤེས་ཀྱི་ཨེ་ཡོད། དེ་མ་ཤེས་ན་དེ་གལ་ཆེན་ཡིན་རྒྱུ་ཤེས་རྒྱུ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད། དེར་བརྟེན་བོད་ཀྱི་ཐ་སྐད་ནང་དུ་རིག་གཞུང་དང་། རིག་གནས། ཤེས་རིག་སོ་ལ་རྒྱན། གོམས་གཤེས། གོམས་སྐོལ། རིག་གྱེད། ལེགས་སྐྱར་སོགས་ཆོག་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཆོག་དེ་ཅམས་ཀྱི་ནང་དོན་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཞིག་མི་ཤེས་པ་དེ་དེ་བརྟོག་དུས་གསལ་པོར་མངོན་གྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་སྐབས་བཅོལ་ནང་དུ་དར་བའི་རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་དུས་སྤེལ་གྱི་ཆོག་མཛོད་ནང་དུ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་སྐྱོན་མའི་ཆོག་མཛོད་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་མི་འདུག དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་ནང་དུ་ལྟོ་དུས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དང་རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་དག་རྙེད་མ་སོང་། དེའི་གངས་འདྲེན་ཙམ་ཞིག་བརྒྱབ་འདུག་མ་གཏོགས་གསལ་པོ་མི་འདུག རྗེས་སུ་བཟོ་བཅོས་བཏང་བའི་ཆོག་མཛོད་ནང་དུ་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་རིག་ཅེས་པའི་ཆོག་འདུག དེར་བརྟེན་དེའི་སྐོར་ལ་སྐྱོབ་སྐྱོར་བྱས་ཏེ་གཏན་འཁེབས་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་འདུག དེར་སང་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཨིན་སྐད་ནང་དུ་སི་བི་ལ་ཡི་ཇོ་ཤན་(CIVILIZATION) ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་སྤིང་པའི་དཔལ་ཡོན་ཞེས་སྐྱར་གྱི་འདུག ངས་བཟུས་ན་ཤེས་རིག་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་འང་ད་ཅང་འཕྱོར་པོ་འདུག་སྐྱམ་གྱི་འདུག བོད་ནས་ཐོན་པའི་ཚོམ་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སི་བི་ལ་ཡི་ཇོ་ཤན་ལ་ཤེས་རིག་ཅེས་བསྐྱར་འདུག ཆོག་དེ་སྐབས་བཤེ་པོ་དང་དོན་དང་ལུན་པ་ཞིག་འདུག ཡིན་ཡང་སྐབས་བཅོལ་ནང་དུ་དཔེར་ན་ (EDUCATION DEPARTMENT) ཞེས་པ་དེ་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཞེས་ལབ་གྱི་ཡོད་རེད། དང་ཐོག་ནས་ཆོག་སྐྱར་དུས་བསྐྱར་ཞིབ་དང་བཟླ་དབྱེད་བྱས་ནས་མི་འཁྲུལ་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སྤྱིར་བཏང་བོད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པ་མིའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་ཤེས་རིག་དང་རིག་གཞུང་ཟེར་བ་དེ་མི་ཞིག་ལ་དེས་པར་དུ་མཁོ་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་རེད། དུང་འགྲོ་ལ་རྣམ་དཔྱོད་མེད་ཅང་ཤེས་རིག་དང་རིག་གཞུང་མེད། མི་ལ་རྣམ་དཔྱོད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་གང་བསམ་སྐོར་འཁོར་བ་རྣམས་མི་ལ་བཤད་ཐུབ་པ་དང་། རྣམ་དཔྱོད་བཟང་ས་ལ་ཤེད་སྤོད་གཏང་ཐུབ་ན་ཕན་ཐོགས་དང་ཁྱབ་ཆེན་པོ་འགྲོ་ཐུབ། ལྷག་པར་དུ་བོད་མིའི་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་རིག་སྐོར་ལ་བཤད་གྱི་ཡོད་ཅང་། བོད་མི་ཆོའི་ནང་བསམ་སྐོར་རྒྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་ཞེས་པ་ཡང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བརྒྱུའམ་འཇམ་སྤོང་གི་རིག་གནས་དེ་དག་ལ་བོད་མི་མང་ཆོགས་ཀྱིས་སྐོབ་གཉེར་གྱིད་དགོས། ལྷག་པར་དུ་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ལ་མཁོ་བའི་སྤྱིའི་རིག་གནས་དེ་ཆོ་ནང་འདྲེན་བྱས་ནས་རིག་གནས་ཕྱག་ཏུ་གཏོང་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། རིག་གནས་ཕྱག་ཏུ་གཏོང་བ་ལ་སོ་སོའི་ཡི་གེ་ཡག་པོ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཕྱག་ཏུ་གཏོང་དགོས། ལྟ་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོ་སྐད་

བྱུང་། དེ་ནས་རིམ་པས་ཡི་གེ་བྱུང་བ་རེད། སྐད་ནི་ཕྱུ་གུ་ལོ་གཉིས་ཙམ་ནས་བཤད་ཤེས་པ་རེད། ཡིན་ཡང་དང་པོ་དོན་མེད་  
པའི་ཀ་ཀོ་སོགས་བཤད་ཀྱི་རེད། རིམ་པས་ཕྱད་དང་རྣམ་དཔེ་སོགས་ཡོད་པའི་དཀར་པོ་རེད། འདི་དམར་པོ་རེད་ཟེར་བ་ལ་  
སོགས་པ་བཤད་ཙང་། བོད་ཀྱི་བདེ་སྲོད་ནང་དུ་དབྱངས་གསལ་དང་ཕྱད་རྣམ་དཔེ་སོགས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་རེད།  
གསལ་བྱེད་དང་ཕྱད་རྣམ་དཔེ་སོགས་ཕར་ཚུར་སྐྱར་ནས་ཚོག་དང་ཚོག་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་བྱུང་བར་བརྟེན། ཕྱད་རྣམ་དཔེ་  
སོགས་བོད་ཡིག་ཤེས་པ་ལ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འདི་ནི་ངས་བོད་མི་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། སྐད་  
དང་ཡི་གེ་གལ་ཆེ་ཆུང་བཤད་དུས་། སྐབས་རེ་མེད་པ་འགག་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་མ་ཐུབ་དུས་དཀའ་ལས་ག་ཚོད་འདུག ཡང་  
སྐད་ཆ་ཙམ་ཞིག་མ་གཏོགས་བཤད་མི་རྣམས་མཁའ་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ན་མི་རིགས་དེ་ཉ་ཅང་སྦྱོམ་པོ་རེད། ཤེས་ཡོན་ཡོད་པའི་  
ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་དོན་སྤྱིང་ལྡན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཤད་ཐུབ་ན་མི་རིགས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་ཡོན་ཅན་དང་ཡར་ཐོན་གྱི་མི་  
རིགས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། གོང་དུ་ལྟུང་བ་བཞིན་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་ཟབ་མི་ཞིག་ཡོད་ནའང་། སོ་སོ་  
ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་ཚོས་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཁོང་ཁོ་དང་དགའ་བ་ག་རེ་བྱུང་ནའང་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལམ་སང་མི་  
གཞན་ལ་ངོ་སྲོད་བྱུང་གི་རེད། ཡི་གེ་ནི་གཞན་དང་འབྲུག་འཛིང་ཤོར་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་  
བཏང་ནས་ཡི་གེའི་ཐོག་ནས་གོ་བ་ལོག་པར་མ་འགོ་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་དུ་བོད་པའི་རིག་གཞུང་རྩ་ཆེན་པོ་  
དང་གལ་ཆེན་འདུག་བཤད་པ་དེ་ཚོ་སྐད་གཅིག་པོའི་ཐོག་ནས་མ་གཏོགས་མེད་ན། ཉར་ཚགས་བྱ་རྒྱུ་དཀའ་ལས་ཉ་ཅང་ཁག་  
པོ་རེད། དེང་སང་སྐྱ་མ་དང་མི་འདྲ་བར་སྐྱ་འདུག་བྱས་ནས་ཉར་གྱི་ཡོད་རེད། ཡིན་ཡང་ཡིག་ཐོག་ལ་མེད་ན་ཁྲུངས་དག་པོ་  
ཞིག་ཉར་བྱུང་གི་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཡི་གེ་ཡོད་དུས་བསམ་སྒྲོའི་མཚོན་བྱ་དེ་ཚོ་ཡིག་ཐོག་ལ་ཞིབ་ཚགས་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་འབྲི་རྒྱུ་ཡོད་རེད། ཡིག་ཆ་རྙིང་པ་དེ་འདྲ་ཉར་ཚགས་ཁོངས་ལ་བཞག་དུས་མི་རབས་མང་པོས་བརྗེ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
དུས་ཡི་གེ་ལ་དམིགས་བསལ་བྱེད་ཚོས་ཤིག་འདུག སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཀའི་སོ་སོའི་ཕན་ཐོགས་དང་བྱེད་ཚོས་ག་རེ་ཡོད་  
མེད་ཤེས་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ་བོད་པ་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན། བོད་ལ་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པ་ཞིག་ཡོད་རེད། ཉེ་ཆར་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྲོང་བཙུན་སྐམ་པོས་དགོངས་པ་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
བཞེས་ནས་བྱ་མི་སམ་རྩོུ་ཉ་སོགས་བོད་ཤུག་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་ལ་བཤངས་ནས་བོད་ཡིག་གསར་དུ་བཟོ་བཅུག ཁོང་ཚོས་  
ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་རིགས་སྐྱུངས་ནས་བོད་ཡིག་གསར་གཏོད་བྱས། བོད་ཡིག་བཟོས་རྗེས་རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྐྱ་མཚོམས་  
ལྷ་བུར་བཞུགས་ཏེ་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་བོད་ཡིག་སྐྱུངས་པ་རེད། དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལྷག་རྒྱུང་རིང་པོ་ལ་གཟིགས་པ་དེ་  
ཚོ་ང་ཚོས་ཤེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར། བོད་ཡིག་དེ་ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་དང་ཡི་གེ་གྲངས་ངེས་ཅན་ནང་དུ་  
བཤད་ཐུབ་པ་དང་འབྲི་བྱུང་པའི་བདེ་སྲོད་ཡག་པོ་བཟོས་གནང་བ་རེད། དེ་མིན་རྒྱ་ཡིག་ཡིན་ན་འདྲ་གཟུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཞེས་རི་  
མོ་སྤོང་ལྷག་མང་པོ་འབྲི་དགོས་མཁའ་གྱི་ཡི་གེ་མགོ་རྙོག་པོ་ཞིག་རེད། ད་དུང་ཁོང་ཚོས་སྤོང་ཐོན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ཟེར་གྱི་འདུག་  
སྤོང་ཐོན་པོ་མ་དེ་འདྲ་རེད་མི་འདུག རྒྱ་མིས་རིམ་པས་བོད་ཡིག་དང་ལུབ་སྤྱོད་པའི་ཡི་གེ་བཞིན་ཡི་གེ་གྲངས་ངེས་ཅན་ཡོད་  
པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་རྒྱུ་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་རེད། བོད་ཡིག་དེ་སྐྱ་སྐྱར་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན་ཙང་སྤོང་ཐོན་དངོས་གནས་  
དེ་རེད། མི་རེ་བྱུང་གིས་མིང་ཚོག་གསར་པ་ཞིག་བཟོ་བ་ལ་བོད་ཡིག་གིས་འདྲང་གི་མ་རེད་ལཔ་མཁའ་ཡོད་རེད། གལ་ཏེ་  
སོ་སོ་བོད་ཡིག་ལ་མཁའ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མིང་ཚོག་གསར་པ་ག་ཚོད་བཟོ་ནའང་འདྲང་གི་རེད། བོད་ཡིག་ཡག་པོ་མི་ཤེས་  
མཁའ་ང་ལྷ་བུས་ཀྱང་མིང་ཚོག་གསར་དུ་བཟོ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་དུས་བོད་ཡིག་གིས་འདྲང་གི་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་ཀྱི་འདུག སོ་སོ་  
བོད་ཡིག་མི་ཤེས་ནས་མི་གཞན་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ང་ཚོ་སྤོང་ཐོན་མ་ནས་རྗེས་ལུས་རེད་བསམས་ན་བསམ་སྒྲོ་དེ་ཞོར་



འབྲུལ་རེད། རྗེ་པ་ཚང་མ་ཡག་པོ་དང་གསར་པ་ཚང་མ་སྐྱུག་ཅག་རེད་བཤད་ཀྱི་མེད་ཀྱང་། ལེགས་ཆ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ཉར་  
ཤེས་དགོས་རེད། བོད་ཀྱི་སློལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནང་དུ་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཡོད། སློལ་རྒྱུན་རིག་གནས་དེ་གོ་མས་གཤིས་  
རྗེ་པ་ཚང་མ་ཞིག་མ་ཡིན། མི་རབས་ཚན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཅར་ཤིང་བཅད་ནས་ཡོད་པའི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་རིག་གནས་ཤིག་  
རེད། ང་ཚོས་ད་ག་སེའ་འགྲིག་གི་མི་འདུག གསར་གཏོང་གི་དུས་འདུག་བཤད་ནས་ཡོད་པ་དེ་མེད་པ་བཟོས་ན་ནོར་འབྲུལ་  
ཚེན་པོ་རེད། བོད་ནང་དུ་ཡིན་ན་ཀྱི་མིས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་  
གསུམ་གྱི་སློལ་རྒྱུ་ལྷན་དུ་བཟོ་བཞིན་པ་རེད། ང་ཚོ་སྐབས་བཅོལ་ལ་ཡོད་པ་ཚོ་ཡིན་ན་འང་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་  
ཤེས་ཤེས་མདོག་གིས་ཡང་འདུག་མེད་པ་བཟོས་ན་གསར་གཏོང་ཡིན་མདོག་གི་ཕྱི་དང་ཡིན་ཇི་ལེ་ཤིང་ཤིང་གི་སྐབས་སྐབས་དང་  
མཚམས་བཞག་སྐབས་དང་། གྲུག་ཤད་དང་ཉམས་ཤད་དགོས་ཞེས་བོད་ཡིག་ནང་འབྲི་ཡོང་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ང་ཚོས་མཐུན་  
དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཅུ་བ་ནས་མེད། སྐད་ཡིག་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་ལས་སྐྱོར་པོ་བཟོ་དགོས་རེད་ཅེས་ཅི་ཡང་སྤོང་མི་དགོས་པར་  
ཤེས་ཡོང་ལས་གཅིག་ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན་ང་ཚོས་དཔེ་བཞུ་ས་གཅོད་པོ་ཡིན་ཇི་ལེ་ཤིང་ཤིང་ཡི་གེ་ཡང་ལྷོག་དུས་སྐྱུ་གང་ལས་འགའ་  
ཤས་ཡི་གེའི་ནང་ཡོད་པ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་གཞན་དུ་བསྐྱར་ནས་ལྷོག་སྐབས་ཁག་ཁག་ལྷོག་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད། ཡིན་  
ཇི་ལེ་ཤིང་ཤིང་ཡི་གེ་ལ་བར་སྤོང་བཞག་པ་དེ་ཚོ་ལྟར་ང་ཚོས་བཞག་ན་ཤོག་ལྷོ་འཕྲོ་བརྒྱག་ལས་གཞན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་མ་རེད། བོད་ཀྱི་  
ཡི་གེ་དེ་སྤེལ་གཅིག་ལ་ལྷོག་ཐུབ་པ་སྐབས་བཅའི་པོ་ཡོད་རེད། བོད་པའི་ཚིག་འགོ་སྐབས་ཡག་པོ་སྤོང་མཁན་ཡིན་ན་ཀྱི་རིམ་པ་  
བདུན་ལ་སོགས་པ་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་འགོ་སྐབས་ཚང་མ་བཤད་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་མཁས་པ་སྤོང་བའི་དུས་ན་སྐྱུག་ཤིང་བར་  
སྤོང་ལ་མཁས་མི་སྤིང། །ཅེས་པའི་དོན་ནི་ཞེས་ལུང་ཞིག་དང་ས་པ་ཡིན་ན་ཅེས་ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་དེ་ལུང་འདྲེན་ཡིན་པར་  
སྤོང་གི་ཡོད་པས་ཡིན་ཇི་ལེ་ཤིང་དུ་ཡོད་པའི་གྲུག་ཤད་དང་ཉམས་ཤད་དེ་འདྲ་མང་པོ་རྒྱག་མི་དགོས་ཤིང་། བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་  
ཡིག་ཉོག་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པ་ལས་གོ་བཅའི་བར་ཆགས་ཀྱི་མ་རེད་ལ། ང་ཚོའི་ཚོས་རྒྱལ་གོང་མ་ཚོས་ཡི་གེ་བོར་ཡང་བའི་ཆེད་དུ་སྐྱུ་  
ལས་བསྐྱོན་པ་དང་འགའ་ལ་ལྷ་ཆགས་པ་རེད། འགྲུར་བ་གཏང་ཚོག་གི་མ་རེད་བཤད་ཀྱི་མེད་ཅིང་འགྲུར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
འགོ་རྒྱུ་རེད། འོན་ཀྱང་འགྲུར་བ་གཏོང་མཁན་དེས་བོད་ཀྱི་བཅོམ་སྤོང་དང་གཞུང་ཡག་པོ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་མཁས་པ་གཞན་  
དང་གོ་བསྐྱར་གྱིས་འཕྲུལ་ཕྱགས་ལ་ཁེ་གྲོང་གང་ཡོད་ལ་བསམ་སྤོང་ན་པོ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་འགྲུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་མ་  
གཏོགས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་དབར་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཇི་ལེ་ཤིང་མ་ཤེས་པར་དེང་རབས་ཅན་ཡིན་  
མདོག་གིས་གཅིག་བཟོ་དགོས་འདུག་གཉིས་བཟོ་དགོས་འདུག་ཅེས་བཤད་ནས་འདྲ་མི་འདྲ་བཟོས་ན་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་  
སོགས་ལེགས་ཤུང་ལ་སྐབས་པ་མེད་པའི་གསར་བུ་བ་རྣམས་ལ་མ་ལོག་པར་འབྲིད་དེ་ཕན་ཐོགས་པ་ལས་གཞན་པ་མང་བ་  
སྤོང་གི་ཡོད། བོད་མིའི་ཤེས་རིག་ཅེས་བཅོམ་དུས་བོད་དུ་ནང་ཚོས་དར་ནས་ཤེས་རིག་གཞི་ནས་དར་བ་རེད་ཤིང་མཁན་  
ཡོད་རེད། ངས་བཞུས་ན་དེ་འདྲ་མ་རེད། བསྐྱལ་བ་ལ་ཐོག་གི་བོད་མིའི་ཤེས་རིག་དེ་སྤྱིར་བཏང་འཇམ་སྤོང་གི་ཤེས་རིག་དར་  
སྐབས་ནང་བཞིན་དར་ཡོད་རེད། བོད་ཀྱི་མི་རིགས་དེ་ཡང་དུས་ཚོད་ཇི་ཅམ་ཕྱིན་ན་འང་མུ་མཐུད་ནས་དུད་འགོ་ནང་བཞིན་  
ཤིང་ཉོག་ཟེ་མཁན་དང་ཤིང་གི་ལོ་མ་གོས་ལ་གྱོན་མཁན། རོ་དང་དབྱུག་པ་ལག་ཆ་བཅུད་སྤོང་གཏོང་མཁན་གྱི་གང་ཡང་མི་  
ཤེས་མཁན་ཁོ་ན་བྱས་ནས་བསྐྱར་བ་ཞིག་མིན། རིམ་པས་འགྲུར་བ་ཕྱིན་ནས་ཤེས་རིག་དར་བ་ཡིན་པ་གཞན་ལ་སྤོང་མིའི་ལོ་རྒྱུས་  
དང་། ཕྱིས་སུ་བོད་ནང་དུ་གཏོང་ཁ་སྤོང་གཞན་གཞན་གཞན་གཞན་གཞན་མང་པོ་ཞིག་རྗེད་ཡོད་པ་དེ་ཚོས་ཁ་གྲགས་ཡོང་  
གི་ཡོད། དེ་ཚོ་ང་ཚོའི་གཟེ་བཅུད་རེད། ཤེས་རིག་ཡོད་པ་མ་ཟད་ཤེས་རིག་དེ་ཡང་རྒྱས་པོ་དང་ཟབ་པོ་ཡོད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐར་  
ཅེས་དང་སྤོང་སོགས་ལས་ཉོགས་ཐུབ། རུབ་ཕྱོགས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་གིས་བྲིས་པ་ཞིག་སྤོང་བསྐྱུས་ལུས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་



ཡང་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་དེ་དངུལ་བསྐྱབ་པའི་དོན་དུ་མ་ཡིན་པར་མི་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཅང་བོད་པའི་ལག་ཤེས་དེ་ཚོ་  
སྤྲུལ་དག་པོ་ཞི་དྲག་དར་ཡོད།

ད་ཉམས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་རེད། དེར་སང་མང་ཆེ་བས་བཟོ་སྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་གྲེད་ཀྱིན་ཡོད་རེད་དེ། དེ་ཚོ་ལས་སྐྱ་  
ཚོས་བྱས་ནས་སྤྱི་ལ་ལྟ་དུས་སྤྱིར་རྗེ་པོ་ནང་ལ་རུལ་ཡོད་པ་ལྟག་པར་དུ་རྒྱ་ནག་ནས་ཐོན་པའི་ཅ་ལག་མང་ཆེ་བ་ཞིག་དེ་འདྲ་  
རེད་འདུག དམོངས་དག་ངས་མ་དགའ་བ་བཟོ་འདྲ་བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཆགས་སོང་དེ། དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མ་རེད་  
པས། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོའི་ཐང་ཀའི་རྒྱ་རྩ་ལ་དང་ཤིང་བཟོའི་རྒྱ་རྩ་ལ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་དག་ཞིབ་ཚགས་པོ་ཞི་དྲག་  
འདུག དེ་བཞིན་དཔེར་ན་བཀའ་འགྲུར་བསྐྱེད་འགྲུར་བྲིས་མ་དེ་དག་དང་ཐང་ཀ་བཞེངས་པ་དེ་ཚོ་ལ་བརྟེན་ན་མི་ཁ་ཤས་  
རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེ་གང་པོའི་སྐོམ་ཉམས་ལེན་ཟེར་ན་འང་འདྲ་ཚོས་ཉམས་ལེན་ཟེར་ན་འང་འདི་ཡིན་ཟེར་ནས་དད་པ་བྱས་  
ནས་བཞེངས་དུས་དངོས་གནས་དྲང་གནས་བཞེངས་ཚར་བའི་ཐང་ཀ་དང་རྒྱ་འདྲ་དང་བྲིས་པའི་བསྐྱེད་བཟོས་སོགས་གཞན་  
དང་མ་འདྲ་བའི་བྱེད་རྒྱུ་ལོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གཞན་ཡང་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཀྱང་བཅུགས་ནས་ང་ཚོས་  
བོད་ཡིག་དེ་གཏོར་སྐྱོན་གྲེད་པའི་ཆེད་དུ་ཨིན་ཇིའི་སྐད་ཡིག་བྱབ་སྐྱེལ་གྲེད་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དབང་ལྷགས་དང་  
འགྲོ་རྒྱལ་ཆེ་བའི་ཨིན་ཇིའི་སྐད་རྟུ་བྱ་དར་སའི་ཁོར་ལུག་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་ལ་སྐད་ཡིག་སྐྱབས་ཚུང་བ་དེ་དག་འཚོ་མི་ཐུབ་  
པའམ་ཉམས་འགྲོ་བཞི་སྐྱེར་བའི་དངོས་པོའི་གཤེས་ལྷགས་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེ་འདྲ་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཤེས་ནས་ང་རང་  
ཚོ་སྐྱོན་མ་ནས་ཡོད་པའི་ཐ་སྐྱེད་དེ་ཚོ་བཀའ་འགྲུར་བསྐྱེད་འགྲུར་ནང་དུ་བརྒྱ་གསོག་བརྒྱབས་ནས་མ་བཞག་པར་དེ་ཚོ་སྐྱོག་  
དགོས་པ་དང་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཚོ་ཡང་བོད་ཡིག་ནང་དུ་སྐྱོག་དགོས། ཡིད་སྐྱོ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་བོད་ནང་དུ་ཡིན་ན་  
ཉམས་ཆགས་ཆེན་པོ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ཞི་ཁག་མེད། རྒྱ་མི་ཚོས་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་སྤྱིད་ཏུ་སྤྱོད་ནས་བཞེང་ནས་བཟོས་པ་རེད།  
གོང་དུ་ངས་ལུས་པ་བཞིན་རྒྱ་མིས་ཁ་ནས་སོ་སོའི་བྱེད་ཁོར་སའི་སྐད་ཡིག་བདག་པོ་རྒྱག་དགོས་རེད་བཤད་བྱུང་གྲེད་  
པ་མ་གཏོགས་དོན་ལ་ཆེད་དུ་གཉེར་ཞིང་སྤྱིད་ཏུ་སྤྱོད་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མེད་པ་བཟོ་བཞིན་འདུག མོ་མང་པོ་  
ཞིག་གི་རིང་ལ་གཏོར་བཞིག་བཏང་། ད་དུང་ཡང་འདོད་སྐྱོ་མ་ཞིངས་པར་ད་ཆ་རྩ་མེད་བཟོ་རྒྱུའི་དོན་ལ་བོད་དེ་རྒྱ་མིའི་འོ་  
བོའམ་ནམ་པ་ཅན་དུ་བརྒྱུར་པའི་ལས་འགུལ་མང་པོ་སྤྱེལ་གྱི་འདུག ང་ཚོ་བཅོན་བྱོལ་ནང་དུ་འཚོ་སྤྱོད་གྲེད་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་  
ན་འང་། མི་གངས་ཉུང་ཉུང་ཡིན་པ་དང་གཅིག་ ད་དུང་ལུང་པ་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོ་ལ་ཁ་འཐོར་ནས་གནས་པ་དང་གཉིས།  
སོ་སོའི་འཚོ་གོས་སྐྱབ་རྒྱུ་དེ་གཙོ་བོ་ཆགས་ནས་མི་ཚེ་དེ་ཡར་འགྲོ་བསྐྱེད་དུས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སོགས་བཀོལ་སྤྱོད་  
རྣམས་པ་ཐོན་པ་གྲེད་མི་ཐུབ། གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་གྱར་ནས་ཡོད་སྐབས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་དེ་སྤྲུལ་  
བདག་ཉར་གྲེད་དམ། བྱས་ཅང་ང་ཚོ་ལ་ཉག་ཕྱ་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་སྐྱབས་ཡོད་པ་གོ་བར་བྱས་ནས་ཏོག་ཅམ་བསམ་སྐྱོ་  
བཏང་ནས་མི་ཚང་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོ་ཚང་མ་སྤྱོ་གོས་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་འདུག རྗེད་རང་  
བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྤྱང་སྤྱོད་བྱས་ནས་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ཅི་གསུངས་བཀའ་སྐྱབ་གྱིས་དང་། འགྲོ་སོང་ང་  
ཚོས་གཏོང་དགོས་ཟེར་བ་རྣམས་དེ་རིགས་བྱུང་ན་རང་ཉིད་ལ་ཐང་ཀར་སྐད་ཡིག་སྤྱང་སྤྱོད་གྲེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་མེད་ཀྱང་གཞན་  
ལ་དེ་རྣམས་སྤུལ་མ་གྲེད་ཐུབ་པ་ནི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་རེད། ཡང་དེ་འདྲ་བྱིས་ཚང་གཅིག་ལ་མི་མང་པོ་  
མེད་ན་ཡང་དེར་སང་དཔལ་འགྲོར་གང་ལ་གང་འཚོམ་ཡག་པོ་ཡོད་མཁན་འདུག དེ་ཚོ་སོ་སོས་བཟའ་བཏུང་དང་རྒྱས་སྤྱོས་  
བྱས་པ་ཞིག་ལ་དང་སང་མདོག་བྱས་ནས་བག་མེད་གྲེད་མཁན་དེ་ཚོ་ངོ་མ་ཐབས་སྤྱི་བོ་ཞིག་རེད། དྲང་པོ་ལུས་ན་དེ་ཚོའི་

དཔལ་འབྱོར་བསྐྱེད་ཅུབ་བྱས་ནས་ཁང་པ་བརྒྱབ་པ་དང་བཟོ་སྐྱོན་བྱས་པ་དེ་ཚོ་ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་མཐུན་ཀྱིན་མེད་  
མཁན་པོ་དེ་ལྷན་ཉམ་ཐག་པ་ཡིན་ཏེ་སྤྱིར་འདུན་ཡོད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་ཚོ་ལ་སྤྱིར་བཏག་བྱས་པའི་དམིགས་  
ཡུལ་དེ་བྱམས་སྤོང་རྗེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་མིན་པ་གཙོ་བོ་དེ་པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཉམས་ཆག་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་འཛིན་སྤྱིར་  
བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞེས་པོད་ལྷན་དེ་དག་ལ་སྐྱེལ་མ་བྱེད་དགོས་རེད། དེ་འདྲ་མི་འདུག་ལྟ་ཡི་མེད། ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་  
ན་ཡང་གནད་ལ་འཕྲིན་པ་ཞིག་བྱེད་མཁན་ཡོད་མེད་ལ་བྲེ་ཚོམ་འདུག ང་ཚོའི་གཞུང་དང་མི་མང་གཉིས་ཀ་ས་བྱེད་ཀྱི་  
ཡོད་ལཔ་ན་གངས་ཀ་རྒྱག་ཡས་དང་ལས་བསྐྱེམས་སྤྱིར་ཡས་ཡོད་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ངས་དེ་ལྟར་ལྟ་དགོས་དོན་ནི་ཇ་དྲག་  
གི་བསམ་སྤོང་ཐོག་ནས་རྣམ་པ་ཐོན་པ་ཞིག་གཞུང་སྐར་གཉིས་ཀ་ས་ལག་ལེན་བསྐྱར་ཡས་དེ་དེ་ཆ་བྱི་མ་དྲགས་ནའང་སྤྱི་དྲགས་  
མི་འདུག་ལྟ་ཡི་ཡོད། རྣམ་པ་འཐོན་པ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱིར་བཏག་བྱེད་སའི་སྤྱི་བཏག་ཡིན་ན་ཡང་རེད། ཚོགས་པ་ཡིན་ནའང་  
རེད། དེ་ཚོས་ལས་ཀ་དེ་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་པ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་མི་འདུག་བརྟགས་ནས་མཇུག་སྤྱིར་བྱེད་པ་བྱས་ནས་པོད་པའི་  
སྐད་དང་ཡི་གེ་སྤྱི་དག་པོ་འཛིན་བྱེད་མཁན་ཞིག་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་ལ་ལྷན་པ་རྒྱག་པ་དགོས་འདུག དེ་ཚོ་ལ་དམིགས་བསལ་ཇ་དྲག་  
གི་བསམ་སྤོང་འཁོར་ནས་མ་བྱས་ན་དེ་ག་སེ་བསྐྱར་ན་འགྲིག་འགྲོ་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད། དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟར་ན། ངས་ལོ་རྒྱུས་  
གཅིག་ལྟོག་ཡོད་དུས་འཇམ་སྤོང་ནང་དུ་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བ་བདུན་སྤོང་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་སྐད་རིགས་དེ་ཚོའི་ནང་ནས་  
ཡང་དེ་ལམ་བྱེད་ཀ་ཙམ་ཞིག་ཉམས་ཆགས་བྱིན་ཆར་བ་རེད། སྐད་ཡིག་ཁ་གསལ་མི་ཚན་པ་རེ་བྱུང་གིས་མ་གཏོགས་མ་ཤེས་  
པར་མི་ཚན་པ་དེ་ཚོ་གོངས་ན་སྐད་ཡིག་དེ་ཡང་ཉམས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བྲིས་འདུག། དེ་དངོས་གནས་བདེན་པ་རེད་འདུག་  
བསམས་བྱུང་། པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་སོགས་ཤེས་མཁན་དེ་ཚོའི་རིགས་ལ་ང་ཚོའི་གཞུང་དང་སྐར་སྤྱི་ཡིན་  
ཡང་མི་དེ་ཚོ་རྩ་ཆེན་པོར་བརྩི་བ་དང་ཆེ་མཐོང་སྤོང་དགོས། ཁོང་ཚོ་ལ་དགེ་ལྷན་གསོ་བཅུག་པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རིག་  
གི་བྱེད་ཚོས་ག་རེ་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་མར་ལོ་གཞིན་པ་ཚོ་ལ་སྤོང་བྱེད་པ་དེ་ཚོ་ཆང་མ་ཇ་དྲག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས་དེ་ག་  
སེ་པོད་ནང་ལ་ཡིན་ན་གངས་ཀ་རྒྱག་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་རེད། ང་ཚོ་པོད་མི་བཅན་བྱོལ་བ་ཚོ་ཡང་ལས་ཐོ་སྤོང་པའི་ཆེད་དུ་བྱས་ན་  
ངའི་བསམ་པ་ལ་ཁག་པོ་ཆགས་ས་རེད། ཞེད་སྤོང་འདུག སྤོང་མཐོན་རིན་པོ་ཆེས་སྤོང་མ་ནས་པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་  
གཞུང་ཉམས་ཆག་ལོ་འདུག མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་མང་པོ་གནང་ཆར་རེད། དེ་ངས་དེ་ག་སེ་ལྟར་བརྒྱབ་པ་  
མིན། དེ་ཉམས་སྤོངས་ག་འདྲ་རེད་ལྟར་ན་ཐག་རིང་པོ་ལ་ལྟར་དགོས་མ་རེད། དཔེར་ན་ང་ཚོའི་ལོ་གཞིན་པ་ཁ་གསལ་དང་  
ལྟན་དུ་ཚུ་ཚོད་བྱེད་ཀ་འམ་གཅིག་ཙམ་སྐད་ཆ་ཤོད་དང་། པོད་སྐད་དག་པོ་གཞིན་རྒྱག་གི་འདུག་གཅིག་ལྟོས་དང་། པོད་སྐད་  
མང་ཆེ་བ་ར་མ་ལྷན་རེད། དེ་བ་མ་སྤོང་པའི་རྒྱན་ཀྱིས་སྐད་ཆ་བཤད་དུས་ཕར་ཚུར་སྤོང་མི་འདྲ་གོ་སོ་སོས་ག་རེ་གོ་བ་དེ་  
སྤོང་གངས་རང་འཇགས་ཕར་ལ་རྒྱག་དུས་ཚོག་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཐོན་ཡོད་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཨིན་ཇི་དེ་བ་མི་  
སྤོང་མཁན་ཞིག་གིས་ཨིན་སྤོང་སྤོང་མི་གསལ་བ་རྒྱག་དུས་དག་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱར་བ་  
ཡིན་ན་སྐད་ཡིག་ཉམས་སྤོང་གཏན་འཁེལ་བ་རེད། དེ་འདྲ་མི་ཡོད་པའི་ཆེད་དུ་ལྷན་པར་དུ་བཅན་བྱོལ་ནང་དུ་ཡོད་མཁན་ང་  
རང་ཚོའི་གཞུང་ཡིན་ནའང་འདྲ། སྤོང་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལམ་རྒྱུན་སྤོང་ནང་དུ་ན་ཚོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ངང་ནས། དམིགས་  
བསལ་དོ་སྤོང་ཞིག་གནང་ནས་ལག་ལེན་ཞིག་བསྐྱར་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས་རིམ་བཞིན་ཉམས་ཆག་ལྟོ་སྤོང་དགོས་པ་རེད།  
དུས་ནམ་ཞིག་ལ་ཅི་ཡང་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་ཆགས་ཉིན་འདུག ངས་ནམ་རྒྱུན་སྐད་ཡིག་ཉམས་ཆག་འགྲོ་བ་དེ་ཁོར་ལྷན་ཉམས་  
ཆག་འགྲོ་བ་དང་གཅིག་མཚུངས་རེད་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཁོར་ལྷན་ཉམས་ཆག་དེ་ཉི་མ་གཅིག་རང་ལ་འགྲོ་ལེ་མ་རེད། ཡར་  
ཙམ་དེར་གོང་སྤོང་ཞིག་བཅད། མར་ཙམ་དེར་ཚུ་བཅོམ་པ་ཞིག་བཟོ་བ་སོགས་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་མི་ཆང་མས་འགན་

ཞིག་མ་འཁྲར་བར་རང་དོན་ཁོ་ན་ཆེད་དུ་གཉེར་ན་མཁའ་རྒྱུང་སོགས་བཅོམ་པར་གྱུར་ནས་ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཆག་ཤོར་བ་ནི་  
རྒྱལ་ས་ཆེ་ས་དེ་ཚོ་ལ་བཞུགས་ན་ཤེས་བྱུང། ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཆག་གྲགས་ཆེ་ཕྱིན་ན་ནམ་ཞིག་དེ་ལ་བཟོ་བཅོས་རྒྱལ་རྒྱུ་གང་  
ཡང་མེད་པ་ཆགས་ན་ང་ཚོ་འཚོ་གནས་བྱུང་མིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན་ཅང་ཏ་ཅང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་རེད། ཉེ་ཆར་བྱུང་བའི་ཏོག་  
དབྱིབས་ན་ཆ་དེ་ཇ་དྲག་ཆེན་པོ་ཡིན་མཛད་ག་བརྩི་ཡི་ཡོད་རེད་དེ། ད་ཆ་སྤྲོད་ཁབ་ཅིག་ཐོན་པ་ལ་ཉེ་བོ་ཡོད་ཅང་སྤྲོད་ཁབ་བརྒྱབ་  
ན་བཅོས་ཐབས་འདུག་མོད། ཁོར་ཡུག་ལ་ཉམས་ཆག་ཤོར་ན་ཁབ་རྒྱལ་རྒྱུ་མེད་ལ་མི་ཕྱུག་པོ་ལ་འགྲོ་སོང་གཏང་རོགས་ལབ་  
ནས་ཉོ་རྒྱུའང་མེད། ཡིན་ཡང་འཇམ་སྤིང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་ལ་དོ་སྣང་ཅི་ཡང་མ་སྤྲད་པ་རང་དོན་རྒྱུ་བ་ནས་  
ཁོར་ཡུག་སྤྲོད་བཅོམ་ལ་ངེ་མི་སྤྲོད་ཉེར་འབྲས་སུ་སྤྲོད་བཅོམ་རང་བཞིན་དུ་ཆགས་སྲུང་རེད། རྒྱུ་ཡིག་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
དུ་ཉམས་ཆག་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་བཟོ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད་པ་ཆགས་རྒྱུ་རེད། དེ་ཆགས་ན་བོད་པའི་རིག་གཞུང་དང་ཚོས་ཀྱི་མང་  
གཞི་དེ་མེད་པ་ཆགས་པ་རེད། དཔེར་ན། ལུ་རུ་སྤྱི་ལུང་པའི་ས་གནས་འགའ་ཞིག་གི་ནང་དུ་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།  
ཐངས་གཅིག་ང་འགྲོ་སྐབས་རིག་གཞུང་བསྐྱེ་གནས་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་གསར་པ་བརྒྱབ་འདུག། ང་དེར་རྒྱུ་ཆ་ཞིག་བཤད་དུ་  
རྒྱུ་བཏང་བྱུང་། དེ་དུས་ངས་ཤེས་པ་ལ་ཁོང་ཚོའི་རྒྱུ་ཡིག་ཉམས་ཆག་ཤོར་ནས་ཏ་ལམ་བརྒྱུར་གསོ་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་  
ཆགས་ཚར་འདུག། ཁོང་ཚོས་བཤད་དོན་ལ་ཁང་པ་གསར་པ་དེའི་མིང་བྱང་བཟོ་དུས་མི་མི་འདྲ་མི་འདྲས་ཡི་གེ་མི་མཐུན་པ་  
མང་པོ་ཞིག་བྲིས་ནས་ཚད་དང་ལྡན་པ་དོས་འཛིན་བྱེད་ས་དེ་གང་ཡིན་བཤད་མི་བྱུང་བ་བྱུང་འདུག། གང་ཡིན་ཞེ་ན་སོ་སོའི་  
རྒྱུ་ཡིག་ལ་བྱང་རྒྱུ་བའི་མི་གཅིག་ཀྱང་ལྷག་མེད་པ་རེད། ང་ཚོ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཉེན་ཡོད། མི་རེ་འགས་བོད་ཡིག་ཉམས་ན་  
སྤྱོད་ཅི་ཡོད་ཡིན་ངེ་སོགས་ཤེས་ན་འགྲིག་གི་རེད་ཅེས་བསམ་གྱི་ཡོད་ན་བསམ་སྤོང་གཏོང་སྤངས་དེ་ནི་ཟ་རྒྱུ་འབྲུང་རྒྱུ་ཁོ་ནའི་  
ཆེད་རེད། དེ་འདྲ་བའི་བསམ་སྤོང་ཞི་མེད་བསམ་སྤོང་མ་རེད། དུད་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚོ་ནང་བཞིན་ཚུ་ཞིག་ཟ་རྒྱུ་རག་ན་འགྲིག་  
པ་ཅམ་རེད། མི་ཞེས་པ་དེ་རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་པ་མ་ཟད་དེ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཅང་བསམ་སྤོང་སྤོང་  
པོ་ཞིག་གི་སྤོང་ནས་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བ་ཡིན་ན་ཕལ་ཆེར་མ་འགྲིག་པ་རེད། བོད་པའི་རྒྱུ་དང་ཡི་གེ་བརྒྱུད་ནས་རིག་གནས་ཆེ་བ་  
ལྡད་ང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བཤད་བསྤེད་ཡས་དེ་དག་ནང་དོན་གཅོ་བོ་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་རྒྱུར་དམིགས་པའི་གནད་དོན་  
རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན་པར་བརྟེན་རྒྱུ་ཡིག་བདག་པོ་རྒྱལ་མ་བྱུང་ན་རིག་གནས་རྩ་ཆེན་དེ་དག་བརྒྱལ་རྒྱུ་ཉམ་ཅིག་རེད། དེ་འདྲའི་  
རིག་གནས་རྩ་ཆེན་པོ་དེ་བརྒྱལ་ན་ང་ཚོ་བོད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་འཇམ་སྤིང་གི་བདེ་སྤྱིད་ལ་ཡང་གྲོང་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད།

བོད་ནང་དུ་རྒྱ་མི་སྤྲོད་ནས་བདེ་སྤྱིད་མེད་པ་བཟོས་སོང་ཞེས་ང་ཚོ་མང་པོས་རྒྱུ་ཡིག་ལྲོ་བ་རྒྱུ་ཡོད་རེད་དེ།  
སོ་སོས་ཀྱང་རིག་གནས་དེ་དག་བདག་པོ་མ་བརྒྱབ་ན་ང་ཚོ་བོད་པ་སྤྱི་དང་སྤྱིར་རང་ཉོད་ཀྱི་མི་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྤྱིད་མང་པོ་ཞིག་  
བརྒྱལ་གི་རེད། ད་ལྟ་ང་ཚོ་ལ་བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་བཀའ་བྲིན་གྱིས་རོགས་རམ་གནང་མཁན་དང་རྒྱུ་སྤྱོད་བྱེད་  
མཁན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཏོག་དབྱིབས་ཀྱི་ནད་ཡམས་འདི་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་འདྲ་རིག་གནས་དང་རིག་གཞུང་ཡག་པོ་  
ཡོད་མཁན་ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོ་ཕན་བྱེད་ག་ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲ་མེད་ཅིང་ནམ་རྒྱུན་འབྲུམ་སྐྱེལ་དང་ཁ་ཕྱི་ལྟ་ཁོ་ན་བྱེད་མཁན་  
དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་སྤངས་བཀག་རྒྱའི་སྐབས། གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་འདྲིས་མ་བྱས་ནས་སྤོང་དགོས་པར་བརྟེན་  
རང་སྤོང་གཅོད་མཁན་གྱི་ན་གཞིན་མང་པོ་བྱུང་སོང་མོད། དེ་ཚོ་ནི་གཅིག་ཕུར་སྤོང་མི་ཚུགས་པ། ཀུན་དང་འགྲོགས་མི་  
ཤེས་པ་ཞེས་བཀའ་བཤད་མས་པའི་སྤྱི་བྱེད་མ་པོ་ཚོས་གསུངས་པ་ལྟར་གསལ་པོ་ཆགས་པ་རེད། རིག་གཞུང་དང་རིག་གནས་  
མེད་ན་དུད་འགྲོ་དང་ཁྱད་པར་ཡོད་མ་རེད། མི་སྐུ་ལ་ཡིན་ནའང་རིག་གནས་དང་རིག་གཞུང་དགོས་རེད། ལྷག་པར་དུ་ང་  
ཚོ་བོད་པ་ཚོ་ལ་རིག་གནས་དང་རིག་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་གཏོང་བའི་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་ནས། བདག་

པོ་རྒྱལ་མ་ཕུབ་ན་ཏུ་ཅང་སྒོ་ཕམ་པོ་རེད། ངས་ནན་ཏན་བྱས་ནས་བཤད་དགོས་པ་ཡིན་ཅང་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ངམ་ལུང་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་ཞུས་ན། བོད་པའི་ལོ་ན་གཞིན་པ་ཚོ་ལ་བྲེང་ས་འགའ་ཤས་ཤིག་གསུངས་ཡོད་རེད། བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་བདག་པོ་ཡག་པོ་རྒྱལ་མ་ལུས་པའམ་ཡག་པོ་མ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་ང་གི་བ་ཡིན་ནའང་དབྱགས་འགོ་ས་མ་རེད་ཅེས་ཉེན་ཁ་ཚ་བོ་དེ་འདྲ་བཀའ་གནང་ཡོད་རེད། ད་དུང་ཡང་ཚོར་བ་མེད་པ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད་ནང་དུ། ཕན་དང་མི་ཕན་མི་དཔྱོད་ཅིང་། ཁྲོ་དང་ཐོས་པ་མི་བསྐྱབ་པར། ཁྲོ་འགྲངས་འབའ་ཞིག་དོན་གཉེར་བ། སྐྱ་མེད་པ་ཡི་ཕག་པ་ཡིན། ཞེས་བརྗོད་དང་འཕྲང་རྒྱུ་དོན་ཅམ་ཞིག་སྐྱབ་བསྐྱེད་ན་རྩ་མ་མེད་པ་རེད་མ་གཏོགས་སྤྱུ་དང་ཁྱད་པར་ཡོད་མ་རེད། རང་ཉིད་ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་རིག་གཞུང་འདི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབས་ན་ཏུ་ཅང་ཕངས་པོ་རེད། ང་ཚོས་རྒྱ་མི་མཉམ་དུ་འབྲེལ་ཚུད་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་དེ་ཚོའི་ཆེད་དུ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་རེད། རྩ་མ་རང་བཅན་ཡོད་པ་དེ་བདེན་པ་རེད་དེ། དེ་ཁོ་ན་གཙོ་བོ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། བོད་ལ་བདེ་སྐྱིད་དགོས་པ་དེ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། བདེ་སྐྱིད་དགོས་བརྗོད་དུས་བོད་རིགས་ཚང་མ་མཉམ་འཛོམས་ཅམ་ཞིག་གིས་སྐྱིད་པོ་ཡོང་གི་མ་རེད། དེ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ལ་ང་རང་ཚོའི་ཕུན་ཚོང་མིང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་དེ་འཛོན་སྐྱོང་བྱས་ནས་འཚོ་བུབ་ན་འཇམ་སྤོང་ལ་ཡང་མིག་དཔེ་ཞིག་སྒོན་བུབ་རྒྱུ་རེད། རྒྱ་ནག་ལ་ཡང་ཕན་ཐོགས་བྱེད་ལུས་ཀྱི་རེད་ཅེས་སྐྱེ་མཁུན་ནས་དགོངས་པ་རྒྱ་ཆེན་བཞེས་པ་རེད། དེ་ཏན་ཏན་བྱེད་བུབ་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་རིག་གཞུང་བདག་པོ་རྒྱལ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་རེད། རྐྱད་ཡིག་གཞན་པ་དེ་ཚོ་སྐྱོང་དགོས་མ་རེད་བཤད་ཀྱི་མེད། རྐྱད་དང་རིག་གཞུང་གཞན་པ་སྐྱོང་དགོས་དང་དགོས། ཡིན་ཡང་དང་པོ་སོ་སོའི་རྐྱད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་དེ་ཚོ་ལ་བྱང་ཚུབ་པ་ཞིག་ཤེས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དཔེར་ན་ཚོང་ཞིག་བརྒྱབ་ནའང་མ་རྩ་ཡག་པོ་ཡོད་དགོས་རེད། མ་རྩ་མེད་ན་ཏུ་ལོག་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་དང་པོ་སོ་སོའི་རྐྱད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ཡག་པོ་ཞིག་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་རྐྱད་ཡིག་གཞན་པ་ག་རེ་ཤེས་ན་ཡང་གཟི་བརྗིད་རེད་ལ་རྒྱན་ཆའང་རེད། དེ་མིན་པ་ག་ཁྲག་བོད་པ་ཡིན་ཅང་བོད་ཆས་ཤིག་གྲོན་ཡང་ཁ་ནས་སྤྱི་ཡི་རྐྱད་ཡིག་ཁོ་ན་བརྒྱབ་ནས་དགའ་རབ་ཡིན་མཛོག་བྱས་ན་དེ་ནི་ལུས་གཅེར་བུ་ལ་རྒྱན་ཆ་འདྲ་མིན་བཏགས་པ་བཞིན་མཛོག་པོ་མཐོང་གི་མ་རེད། མི་སྲུ་དང་སྲུ་ཡིན་ནའང་ཕུན་ཚོང་མིང་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་རེ་རེ་ཡོད་དགོས་པ་རེད། ཨ་པོ་ནེ་ཚོ་དང་། ཕོ་རིག་ལྟ་བུ་ལའང་སོ་སོའི་ཕུན་ཚོང་མིང་ངོ་བོ་རེ་རེ་ཡོད་རེད། ང་ཚོ་བོད་པའི་ངོ་བོ་དེའང་བོད་ཀྱི་ཕུན་ཚོང་མིང་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་དེ་ཡིན་དགོས། དེ་ཡང་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་བྱམས་སྤོང་རྗེ་ལུན་པའི་རིག་གཞུང་དེ་ང་ཚོའི་ངོ་བོ་ཡིན་པར་བརྟེན་དེ་འཛོན་དགོས། དེ་འདྲ་བའི་རིག་གཞུང་དེ་རྐྱད་དང་ཡི་གེ་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཡིན་ཅང་རྐྱད་དང་ཡི་གེ་དེ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད། རྐབས་རེ་རྐབས་རེ་ལས་འགྲུལ་འདྲ་མིན་སྤེལ་ནའང་ཏོག་ཅམ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་རེད། དེའང་ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱགས་རྒྱུ་རིང་པོར་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་དེ་ཅམ་ཞིག་ཕན་ཐོགས་རྒྱུ་དཀའ། གཙོ་བོ་ནི་དུས་རྒྱུན་དུ་རང་གི་རིག་གཞུང་འཛོན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་ཆེད་བསྐྱེད་མར་ལས་ཀ་བྱས་ནས་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་དེ་རེད། དེ་ནི་ང་རང་ཚོ་གཞུང་སྤྱི་བཤད་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཚང་མས་སོ་སོས་བྱེད་བུབ་པ་དེ་གཏམ་དང་གྲགས་པ། ལན་དང་རེ་བ་ལ་མི་སྤོས་པར་རང་གི་ཉིན་རེའི་སྒོ་ཕུན་ཁྲག་ཆད་མེད་དུ་བ་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག རྒྱ་མིས་ང་ཚོ་ལ་མ་རུངས་པ་དམུལ་བ་མི་ཡུལ་ལ་འཕྲོས་པ་ལྟར་བཞེས་པ་དེའི་ཁ་གཏད་ལངས་བ་བཟེར་ནའང་འདྲ། བོད་ནང་གི་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚོ་སྤོག་སྤོས་བཏང་། རང་ལུས་མེར་བསྐྱོག་བཏང་བ་དེ་ཚོའི་ཁ་ཆེམས་ལག་བསྐྱར་དང་དེ་ཚོ་ལ་ཏོག་ཅམ་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་དེ་ཚོའི་རེ་བ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་བཟེར་ནའང་འདྲ། རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ལུས་ཤིག་ཐོབ་པའི་སྤོང་







(ཡང་སྐོས་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ནང་གསེས་དཔལ་ལྷན་ན་ལེ་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུད་པ་བསྐྱར་གསོ།)

གཞི་རྩ་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུད་པ་འདི་ལྷ་བར་ཚུ་མགོ་གངས་ལ་ཕྱག་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བསྐྱར་  
པའམ། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྐྱར་པ་འདི་སྐོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
འདས་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཤྲོན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཚོས་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
སྐོར་ལ་རོབ་ཅམ་ཞིག་ལྷས་པ་ཡིན་ན།

(བདེན་བཞི་གསུངས་པའི་དགོས་པ་དང་ངོ་བོ།)

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱ་གར་ལ་ཤྲོན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་སྤྱིར་བཏང་ནང་དོན་རིག་པའི་རིག་  
གཞུང་དེ་ཏུ་ཅང་ཕྱག་པོ་ཡོད་པེད། རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དང་། སྐབས་དེ་དུས་གངས་ཅན་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་། ནང་དོན་རིག་པ་  
(སྤྱུ་རྒྱུ་ཀྱི་དང་། དེ་བཞིན་གཅེར་བུ་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་། ཁོང་ནམ་པའི་ཚོས་ཕྱགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་སྐབས་དེ་དུས་ནས་མང་  
པོ་ཞིག་ཡོད་པ་པེད། སངས་རྒྱ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་དག་ཚང་མ་གཟེགས་རྗེས་དེ་དག་གིས་ཕྱགས་ཡིད་མ་ཚོམ་པར་ཞི་བའི་  
ལམ་འཚོལ་བར་ལེབས་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་བསམ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤྱིར་སྐྱེ་བ་བཞིས་པ་ཞིག་  
ཡིན་པས། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་མཛད་པ་བརྒྱ་གཉིས་མཛད་པ་དང་། དེའི་སྐབས་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དོ་རྗེ་  
གདན་དུ་མངོན་པར་རྗོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རྗེས་སུ་ཐོག་མར་ཡུལ་སྐྱ་རྒྱ་ཁ་སྤྱིར་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་བསྐྱར། བདེན་  
བཞིའི་ཚོས་འཁོར་དེའི་ནང་ལ་སྤར་རིག་བྱེད་དང་། ཚོས་ཕྱགས་དང་ལྷ་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཚོ་ག་ཕྱག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་  
མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་དགག་པ་  
མཛད། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་དེ་བསྐྱར་གཞུང་བེད། བདེན་  
བཞིའི་ཚོས་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་འཁོར་བ་ལ་འདུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དང་པོ་སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་  
པ་ལྷ་བྱར་མཚོན་ན། ང་རང་ཚོར་སྤྱི་བསྐྱེད་ཡོད་གི་ཡོད་པ་དེ་ཚང་མས་མྱོང་གི་ཡོད་པེད། ཚོར་གྱི་ཡོད་པེད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་བ་  
བསྐྱེད་ལ་ཕྱ་རགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས། སྤྱི་བསྐྱེད་རགས་པ་དེ་དག་ང་ཚོས་མཐོང་བྱུང་གྱི་ཡོད་པེད། ཚོར་བྱུང་གྱི་ཡོད་པེད།  
དེ་ལས་རྒྱུང་བཤད་ཕྱ་བ། དཔེར་ན་འགྲུར་བའི་སྤྱི་བསྐྱེད་ལྷ་བྱ་མི་མང་ཆེ་བས་དེ་སྤྱི་བསྐྱེད་ཡིན་པར་ཤེས་བྱུང་གྱི་མེད། དེ་བས་  
ཀྱང་ཚོས་ཤིན་དུ་ཕྱ་བ་བྱུང་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བསྐྱེད་དེ་དག་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་ནང་དོན་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཐོས་པ་དང་། བསམ་  
པ་སོགས་སྤངས་པ་བྱས་པ་ཞིག་མིན་ན། ར་འཕྲོད་རྒྱ་ཏུ་ཅང་ཁག་པོ་པེད། དེ་ལྷ་བྱེད་སྤྱི་བསྐྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་དང་། དེ་དག་གང་  
ལས་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་མཐའ་གཏུགས་ན། མ་རིག་  
པར་ཕྱག་གི་ཡོད། དེ་ནི་འཁོར་བར་འདུག་པའི་རིམ་པ་ཡིན། དེ་ནས་འཁོར་བ་ལས་ལྷོག་པ་འམ་ཐར་བའི་རིམ་པ་ལ། སྤྱི་བསྐྱེད་  
གྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱི་བསྐྱེད་དེ་འགག་པ་ལ་དེ་དག་གི་རྒྱ་ལས་དེ་འགག་དགོས། ལས་དགག་  
པར་ཉོན་མོངས་འཕོག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པེད། དེ་འཕོག་རྒྱུ་ཡོད་པར་བསྐྱར་པ་ལ་འཕོག་པའི་བདེན་པ་སྤེལ་འཕོག་བདེན་བསྐྱར། དེ་  
འདྲའི་འཕོག་བདེན་དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དེ་བསྐྱར་གཞུང་ནས། གང་ལྟར་འཁོར་བ་ལས་ལྷོག་ཐབས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་  
རིམ་པའི་ནང་ལ་འཕོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་གཉིས་བཀའ་སྤྱེལ་ནས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ལམ་གྱི་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ནས་འཁོར་བར་  
འདུག་ལྷོག་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་བསྐྱེད་ལས་འབྲུལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་བཀའ་བསྐྱེད་བེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དེ་ནི་སྐབས་དེ་དུས་  
རྒྱ་གར་ནང་དུ་ནང་དོན་རིག་པ་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསུང་བཤེས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བེད།

(ལྷ་བ་བཀའ་དྲུག་གི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་གོ་དོན་དང་དགོས་པ་སོགས།)

དེ་དང་སྤྱིགས་མཚུངས་པ་ཞིག་ལ། ལྷ་བ་བཀའ་དྲུག་གི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ལྟར་ཆ་མཚོན་ན། དང་པོ་འདུས་བྱས་  
ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ། ཞེས་གང་ཡོད་པའི་འདུས་བྱས་ཏེ། རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱས་པ་ཚང་མ་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་འཕྲོ་  
རྒྱུ་ཞིག་མ་གཏོགས། དུན་གནས་ཡོང་རྒྱུའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་རང་བཞིན་ཁོ་རང་ལ་མེད། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་དེ་ལྟར་སྤྲོད་  
པའི་སྐབས་རྒྱ་གར་ནང་ལ་སྤོང་ནས་ཡོད་པའི་ལྷ་གྲུབ་སྐྱེ་བ་ཚང་མས་དེ་ཅུ་བ་ནས་འབྲུག་གི་མ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ང་ཚོ་  
མི་དུས་མ་ཞིག་གིས་མཚོང་བཞིན་པ་ཁ་སང་ཡོད་པའི་རྗེ་དེ་དེ་རྗེ་ཡང་ཡོད་རེད། མི་རབས་མང་པོའི་རྗེ་ཡོད་རེད།  
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་དག་རྗེ་ལྟར་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འགྲུར་འཕྲོ་བ་རེད་དམ། ཞེས་ཚོད་པ་མང་པོ་བྱུང་བ་ཞིག་གཞུང་ཁག་  
གི་ནང་ལ་གཟེགས་ན་མང་ལ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་  
ཞེས་བཀའ་གནང་བ་དེ་རང་རང་ཚོའི་བསམ་སྣོད་ནང་ལ་སོ་སོ་ལ་བདག་པའི་དེད་སྤོང་པོ་དང་། རྗེར་ཡོངས་སྤྱོད་དང་། དེ་བཞིན་  
ཉེ་དུ་སོགས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཕྱུག་ཚོགས་ཀྱི་རྟོགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རྟག་བརྟན་འདྲ་པོ་ཡིན་པ་དང་། དུན་གནས་  
འདྲ་པོ་ཡོད་པ། དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་ཆགས་སའི་གཞི་དེ་དག་དུན་གནས་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། དེར་དམིགས་ནས་  
ཆགས་པ་སྐྱེ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་གནས་སྐྱེངས་ཤིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་པས་དེ་དག་འཕྲོག་རྒྱུའི་དོན་དུ་གོང་  
དུ་རྟག་པར་སྤང་བ་དག་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ཤེས་རྒྱུ་གལ་ཆེ། མི་རྟག་པའམ་དུས་ཚོད་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་མི་སྤོད་མཁན་ཡུན་  
གནས་མེན་པའི་དེད་སྤོང་པོ་ཞིག་ལ་ཆགས་ཞེན་སྐྱེ་རྒྱུའི་གཞི་ཅུ་མེད་པས་ན། ཞེན་ཆགས་དེ་ཞེད་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་དུ་འཕྲོག་གི་ཡོད།  
དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཐབས་ལམ་དེ་བཀའ་བསྐྱེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་གཉིས་པ་ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ། ཞེས་བཀའ་  
གནང་ཡོད། ཟག་བཅས་ཞེས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་དང་ཉོན་མོངས་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་  
ཟེར་ཞིང་། ཉོན་མོངས་ཞེས་པ་ནི། འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཏི་མུག་ཁོང་ཁྲོ། ང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་སེམས་འབྲུག་པར་བྱེད་  
མཁན་གྱི་རྟོགས་དེ་དག་ཡིན། ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་དག་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་  
བ་ཡོད་མཁན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་དག་ལ་ཟག་བཅས་ཞེས་ཟེར་གྱི་རེད། ཟག་བཅས་དེ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
རེད། དེ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་རེད་ཅེས་དེ་བཀའ་གནང་བས། དེ་ནི་སྤྱོད་གཞི་དུ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་དང་གཏིང་ཟབ་པོ་ཞིག་བཏིང་གནང་བ་རེད།

དེ་ནས་གསུམ་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྤོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། ཞེས་བདག་མེད་བཀའ་གནང་དུས། ང་ཚོའི་མདུན་ལ་  
མཚོང་བའི་དེད་སྤོང་པོ་སོ་སོ་ཡིན་ནའང་རེད། གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་ལྟར་བྱས་ན། གང་ཟག་གི་བདག་དང་། གྲུབ་མཐའ་གོང་  
མ་ལྟར་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ཀྱི་བདག་དང་གང་ཟག་གི་བདག་གང་ཡིན་ཡང་རེད། བདག་ཟེར་དུས། གང་ལྟར་སྤྱི་དེད་སྤོང་  
པོ་ཡིན་ནའང་འདྲ། རང་གི་འཇིག་རྟེན་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། དེ་རྣམས་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་ཡོད་བསྐྱེད་པ།  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་མ་བྱུང་བ། གང་ལྟར་སོ་སོའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་དང་། རྟག་  
བརྟན་ཐེར་རྟུག་གི་རྒྱུ་ལ་དུ་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་ སྤང་བར་བརྟེན་ནས་ང་ཚོར་ཉོན་མོངས་སྐྱེས། ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ལས་བསལ་པས་ལས་འཁོར་བ་ལ་འདུག་པ་ཡིན་པས། དེ་དོ་སྤོད་པའི་རྒྱུ་དུ་ཚོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་རེད། སྤོང་བ་  
རེད། རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་བ་རེད་ཅེས་བཀའ་བསྐྱེད་པ་རེད། བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་འདི་ནི་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་ནང་ལ་དེ་སྐྱེ་ཐན་  
ལ་བྱུང་སྤོང་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་གྲུབ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྐབས་དེར་ཡོད་མ་རེད། ལྷ་གྲུབ་དེ་ནི་ལྷ་གྲུབ་གསར་པ་ཞིག་སྤྱི། ཕལ་སྐད་ཀྱི་

རང་ལ་ལྷན་པ་ཡིན་ན། བསམ་ཚུལ་གསར་པ་ཞིག་གསུམ། གནས་ལྷན་གསར་པ་བཀའ་གནང་བ་ཞིག་རེད། དེས་ན་སྐབས་  
 དེ་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས་འདྲོག་འཕོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལངས་པ་རེད། དེས་རྒྱུན་གྲུབ་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པར་  
 རང་པ་ཚོས་བདག་ཡོད་མ་རེད། སོ་སོ་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་གྲུབ་ནས། བདག་གི་དོན་དག་དེ་ཉག་ཉག་  
 ཅིག་མ་ཉོག་པའི་སྐབས་སུ་བདག་མེད་འདྲོད་པ་དེ་ལ་དགག་པ་དང་རྩོད་པ་གནང་མཁན་མང་པོ་བྱུང་བ་རེད། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་  
 རྩོགས་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་བཀའ་དེ་ལྟར་གནང་བ་དེ་ང་ཚོའི་ལྷ་སྣངས་དེ་ལ་འགྲུར་བ་མ་ཕྱིན་བར་དུ་རང་གི་སེམས་  
 ལ་འགྲུར་བ་འགོ་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ལ་དགོངས་ནས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དེ་གསུངས་པ་རེད། དེ་འཇམ་བུ་སྤྲིང་གི་རང་ལ་གང་  
 དུ་ཡང་བྱུང་མ་མེད་པ་ཞིག་རེད། སྤྱི་སྲིད་རིག་པ་ཚོས་ཀྱང་ཀོན་ཏམ་དངོས་ཁམས་ (QUANTUM PHYSICS) རང་  
 ལ་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གི་གནས་ལྷན་གསར་པའི་སྐབས་ལ་མཛུབ་མོ་འཇུགས་ས་རྩ་བ་ནས་རག་གི་མི་འདུག་ཅེས་པའི་སྐད་  
 ཆ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་རེད། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་གི་རང་ལ་བདག་མེད་བཀའ་བསྐྱེལ་བ་དེ་སློན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 དང་། དེའི་རྗེས་ལ་མགོན་པོ་སྐྱབ་ཀྱིས་དངོས་བསྟན་སྣོད་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་རྩལ་ཏ་བཏོན་ནས་རིགས་པ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་ལམ་  
 རྣམ་གསལ་བར་མཛད་དེ། དབྱ་མའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དེ་རྒྱ་གར་གྱིས་གཙོས་པའི་འཇམ་བུ་སྤྲིང་འདྲིའི་རང་ལ་ཏ་ཅང་གི་དར་  
 བྱེད་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་གོང་དུ་བཤད་པའི་ཟག་བཅས་དེ་དགག་པར་བྱ་རྒྱུར་མི་ཉམ་པའི་གནས་ལྷན་གསར་  
 དང་། བདག་མེད་པའི་གནས་ལྷན་གསར་དེ་མཐོང་བ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ཟག་བཅས་དེ་དག་ཚུང་དུ་འགོ་རྒྱུ་དང་། དེ་དག་གནས་  
 སྐབས་རིང་སྲོང་བྱུབ་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་སྤྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཚུལ་དུ་སྣང་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་བྱུང་ན་ཁེ་ཕན་གང་ཡོད་  
 མེད་བཀའ་གནང་བའི་སྐབས་སུ། བཞི་པ་རྒྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་འོ། ། ཞེས་པ་དེ་གསུངས་པ་རེད། ཞི་བ་ཟེར་བ་དེ་ཉོན་  
 མོངས་སྣངས་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་བཀག་པའི་གནས་སྐབས་དེ་  
 ལ་ཏ་ཅང་གི་ཞི་བའི་གནས་སྣངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཅེས་བཀའ་གནང་བ་རེད། གོང་ལྷན་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་  
 ལྷ་བ་བཀའ་ཉམས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཞེས་འདོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་དག་རང་པའི་ལྷ་བའི་དམ་ཕྱག་དང་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཡིན་པས་རེད། དེ་བཞི་པོ་དེ་ལ་བཏེན་ནས་གོང་དུ་ལྷན་པ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་རང་ལ་ལྷ་གྲུབ་དང་རང་དོན་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཡོ་  
 ལང་གི་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད།

(རྒྱ་གར་རང་ལྷ་གྲུབ་སྐྱབ་བ་ཕན་ཚུན་རྩོད་ལན་སྤོང་སྤོང་གི་ལམ་ལྷན་ཕྱག་པོ་བྱུང་བ)

དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་གནང་བའི་རྗེས་ལ་རིམ་གྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་རང་ལ་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱ་གཙོ་  
 པོར་གྱུར་པའི་བུ་ལྷ་ལྟེན་དང་། ཏཱ་ཤི་ལྷ་དང་། ཨོལ་ལྷ་ལྟེན་ལ་སོགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ནམ་མཁའི་  
 སྐར་ཚོགས་རང་བཞིན་གྱི་མཁས་གྲུབ་འབྲུག་པ་དེ་རྣམས་འབྲུང་སའི་ལྷ་གནས་གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱབས་ཆེན་དེ་དག་རེད། དེ་ནི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དེ་དག་གི་མཁས་པ་རྣམས་པ་ཚོས་མཛད་པའི་གཞུང་ལྷན་གསར་བཅོམ་དེ་དག་ལ་གཟུགས་ཀ་མཁུན་བྱུབ།  
 དེ་དག་གིས་སྤྱིར་བཏང་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གནས་དང་ལྷ་གྲུབ་དེ་དག་ཚད་གོང་མཐོར་གཏོང་བར་ཏ་ཅང་གི་ཕྱག་རྗེས་ཆེན་  
 པོ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་གཙོ་པོ་གཅིག་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་རང་ལ་སྐབས་དེ་དུས་ལྷ་གྲུབ་སྐྱབ་བ་དང་། མཁས་པ་  
 ཚོས་ཕན་ཚུན་བཏོ་སྤོང་གནང་རྒྱུ་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་བརྗེ་ལེན་གནང་རྒྱུ། སྤོང་སྤོང་གནང་རྒྱུ་དེ་འཇམ་བུ་སྤྲིང་གཞན་  
 ཁག་གང་དུ་ཡང་མེད་པའི་ལམ་ལྷན་གསར་ཤིག་ཡོད་པ་དེས་རེད། རིག་པ་ཅན་པ་དང་། དེ་བཞིན་རིག་བྱེད་གསང་བ་མཐའ་པ་  
 དང་། རྒྱ་བྲག་ལ། དཔྱོད་པ་ལ། གཙུག་བྱུ་པ་བཅས་ཁོང་རྣམ་པས་རང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རང་ལ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལ་མ་འཐད་

པ་ཞིག་གཟིགས་ཆོ། དེ་ལ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་དགག་པ་མཛད་པ་དང་། རྒྱལ་ལོ་གནང་རྒྱུ་དེ་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་  
དང་། དེ་བཞིན་ནང་པའི་མཁས་པ་ཚོས་དགག་ལན་གནང་རྒྱུའི་གནས་དེ་ལ། རྩེ་རོལ་པས་འདོད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པ་  
པོ་དང་། དངོས་པོ་རྟག་པ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་མཚན་དངོས་པོ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་རྩེ་ནང་  
གཉིས་པན་ཚུན་དགག་པ་དང་དགག་ལན་གནང་བ་དེ་དག་པན་ཚུན་གཉིས་པན་ཞིག་བྱུང་ཡོད། དེང་སང་ཨིན་ཏུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
ན། (CONSTRUCTIVE INTERACTION) ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། དངོས་གནས་དང་གནས་པན་ཚུན་ཡར་རྒྱས་འགོ་རྒྱུའི་རྣམ་  
པ་ཡོད་པ། པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྗེ་ལེན་ལ་ཞབས་འདེགས་སུ་འགོ་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་དགག་པ་དང་དགག་  
ལན་ཞིག་གནང་བར་བརྟེན་ནས། ཚུར་དགག་ལན་གནང་བ་དེ་ལ་ཕར་རིན་ཐང་དང་གལ་ཆེན་པོར་བརྟེན་གནང་སྟེ། ཚུར་  
ལེན་དགོས་པའི་ལེགས་ཆ་དག་ཚུར་བྲུང་ས། པར་དགག་པ་དགོས་པའི་ཉེས་པའི་ཆ་ཡོད་ན་དགག་པ་བརྒྱུན་ནས་མདུན་བརྒྱུད་  
བྱས། མདུན་བརྒྱུད་བྱེད་ཀྱིན་བྱེད་ཀྱིན་གྱི་ངང་ལ་རྗེས་སུ་ཡང་བརྒྱུར་ཕར་ཕྱོགས་ནས་དགག་པ་ཞིག་གནང་བ་བྱུང་ན། དེའི་  
ཐོག་ལ་སོ་སོས་མ་འགྲིག་པ་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་བརྒྱུར་གྱིན་བརྒྱུར་གྱིན་ལྟ་བུ་གསར་པ་ཁ་སྤྲོན་གྱིས་ཡར་སྐྱོང་གིན་སྐྱོང་གིན་  
གནང་། དེ་ལྟ་བུའི་མདུན་བརྒྱུད་གནང་བའི་ཐོག་ནས་ཆོད་མ་རིག་པ་དང་། གཏན་ཚིགས་རིག་པ། ལྟ་བུ་རིག་པ་དེ་ཚོ་རྒྱ་  
གར་གྱི་ནང་ལ་ཉ་ཅང་གི་ཡར་ཐོན་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཚུལ་ནི་དཔལ་ནལ་རྒྱུ་དང་། བྱི་མ་གྱི་སོགས་  
གཙུག་ལག་ཁང་གི་སློབ་དཔོན་རྣམས་མཁའ་རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ཁོང་རྣམ་པས་བརྟེན་པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ལྷགས་  
སྟོག་གནང་བ་ཡིན་ན་མཁའ་རྒྱ་བྱུང་། ང་རང་ཚོའི་ནང་པའི་ཆོད་མ་རིག་པ་དང་། གཏན་ཚིགས་རིག་པ་དེ་དག་གི་ནང་དོན་དང་  
བྱུང་བ་དག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གསལ་པོ་ཞིག་མཁའ་རྒྱ་བྱུང་། རྩེ་རོལ་པའི་ལྟ་བུ་དེ་དག་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཞིག་མཁའ་རྒྱ་བྱེད་པོས་གྱི་  
ཡོད། དཔེར་ན། ང་ཚོའི་ཆོད་མ་རྣམས་འགྲེལ་སོགས་གྱི་ནང་དུ་རྩེ་རོལ་པའི་འདོད་པ་བཀོད་པ་རྣམས་དཔྱིས་བྱིན་པར་རྟོགས་  
པ་ལ་རྩེ་རོལ་པའི་འགྲེལ་ཡོད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་དག་གཟིགས་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་རྩེ་རོལ་པའི་ལྟ་བུ་ལས་གངས་ཅན་པ་  
དང་། གཅེར་བུ་པ་དང་། རིག་པ་ཅན་པ། རིག་བྱེད་གསང་བ་མཐའ་པ་སོགས་སྤྱི་དག་པོ་བྱས་ནས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་མཁའ་རྒྱ་བྱེད་  
པ་ལ་ནང་པའི་ལྟ་བུ་དེ་དག་ལ་སློབ་གཉེར་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ལ་རྩེ་རོལ་པའི་མཁས་པ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་སོ།།  
འདི་འཕྲོས་དོན་ཅམ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དེ་དུས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་ནང་དོན་རིག་པ་དང་། ཆོད་མ་རིག་པ། གཏན་ཚིགས་རིག་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་  
པའི་རིག་གནས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ལ་མདུན་བརྒྱུད་གནང་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་ནི་  
སྐབས་དེ་དུས་རྒྱལ་རྒྱུ་དང་། ཨོ་དེ་རྒྱུ་རི། བྱི་མ་གྱི་སོགས་སྤྲོད་གསལ་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གཅིག་རང་གི་  
ནང་ལ་རིག་པའི་གནས་ཆ་ཚང་ཡོངས་སུ་རྗེས་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ས་ཡོད་པ་དེ་རེད། འཇམ་གླིང་འདིའི་ནང་ལ་དེང་སང་  
(UNIVERSITY) གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ཞེས་ཤེས་རིག་གི་ལྟེ་གནས་ཆེན་པོ་གཅིག་རང་གི་ནང་ལ་རིག་པའི་གནས་སྤོ་  
འཇོམས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་རྒྱུན་དགོས་པའི་བསམ་ཚུལ་འདི་ཡང་ཐོག་མར་ནང་པའི་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་ནང་ལ་དར་བ་ཞིག་དང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱུ་ཕྱོགས་སུ་དར་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད།

(སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་པོད་ལ་གདན་ལེགས་པར་དངས་པའི་ཚུལ།)

པོད་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གདན་འདྲན་ཚུལ་དེ་ཡང་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོས་ལམ་སྟོན་  
གནང་བ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བསྟན་པ་པོད་རྣམས་དུ་བརྒྱུར་བ་དང་པོད་པ་རང་གི་དགེ་འདུན་གྱི་སྤེལ་བཙུགས་པ་དེ་དག་ནི་

ད་ཅང་གི་རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཚོལ་བའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཚོལ་པོ་གཉིས་རེ་དང་། དེ་ཡང་དང་པོ་ནང་པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་ལོ་རྒྱུ་བ་  
བཀའ་དྲིན་ཅན་དེ་དག་གིས་པོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་རྒྱུར་བ་དེས་ཕྱིས་ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པར་བོད་མི་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་འཆད་ཉན་དང་ཐོས་བསམ་གནང་བྱུང་བའི་ཕན་ཐོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཁྱོད་དུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་དག་ལ་ཐོས་བསམ་སྦྲོམ་གསུམ་དང་འཆད་རྩོད་རྩོམ་  
གསུམ་གང་གྱུར་རྒྱུ་ལྟར་ཉམས་མེད་གནས་པའི་དགོ་མཚན་རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཚོལ་པོ་འདི་ཉིད་བྱུང་བ་ཡིན། གཉིས་པ་བོད་མི་རིགས་  
རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སང་མི་མི་བདུན་གྱིས་གཙོས་དགོ་འདུན་གྱི་སྤོ་བཅུགས་ཏེ་འཕགས་ཡུལ་ལྟར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་  
གཞི་མ་དགོ་འདུན་གྱི་སྤོ་བཅུགས་ནས་བཤད་རྒྱུ་བཀའ་གཉིས་ཀའི་གཞི་རྩ་ལུང་འཛིན་གྱི་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ཤིང་ཅ་སྦྲོམ་རྒྱུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱ་  
ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན། གནད་དོན་དེའི་ཕྱོགས་ནས་གཟིགས་པའི་རྣམས་སུ་བཀའ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་ད་ཅང་གི་རྒྱ་ཚོལ་པོ་བོད་  
གསུམ་བརྒྱུ་ལྟར་དང་ཚོས་ཚན་ལྟར་སྦྲོང་སྦྲོང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་བོད་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུར་བཀའ་བ་དེ་འཇམ་སྤོང་འདིའི་འགྲོ་  
བཅིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཚོལ་པོ་གཏོང་བ་ལ་ཞིག་མི་རིགས་གཅིག་གི་རྒྱུད་  
ཡིག་ནས་མི་རིགས་གཞན་ཞིག་གི་རྒྱུད་ཡིག་ནང་ལ་བརྒྱུར་བ་དེ་འདྲ་བྱུང་མ་གྱིང་བཞིག་རེད། འགྲུར་གྱི་གངས་ཚད་ཀྱི་ཆ་  
ནས་དེ་འདྲ་མ་བྱུང་བ་ཚམ་དུ་མ་ཟད། ལྷོ་མ་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བཞིག་བྱུང་གྱིང་མེད། དེ་ཡང་རྒྱུར་བཏང་འགྲུར་  
ཕལ་ཆེ་བཞིག་ལ་གོ་དོན་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་བརྒྱུར་བཞག་པ། དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱུད་ནང་ལ་བརྒྱུར་བ་དེ་དག་གོ་དོན་གཙོ་  
བོར་བྱས་ནས་བརྒྱུར་གནང་བཞིག་ཡིན་པས། ཚོག་འགྲེལ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་རྒྱུ་ལྟར་ཡོད་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་  
ཚོག་འགྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་དོན་གཏོང་བའི་ཕྱོགས་རྒྱ་མེད་པ་དང་། གཞུང་དོན་གྱི་དཀའ་གནད་མང་པོ་ཞིག་འགྲེལ་བྱུང་བ་  
ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། བོད་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བརྒྱུར་གནང་བ་དེ་དག་ཚོག་དོན་དང་གོ་དོན། རྒྱ་རྒྱུར་དང་དོན་རྒྱུར་གཉིས་ཀ་ལྟར་བ་  
ཞིག་དང་། དེ་ཚམ་དུ་མ་ཟད་རྩོམ་ལུས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཚོག་ལྷོག་རྣམས་ཚོག་ལྷོག་ཏུ་བརྒྱུར་བ་དང་། ཚོགས་བཅད་རྣམས་  
ཚོགས་བཅད་དུ་བརྒྱུར། ཚོགས་བཅད་ལ་ཡང་ལེགས་སྦྱར་གྱི་མ་ཕྱིར་སྤོང་སྤོང་གི་ཆ་ནས་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུད་པའི་ཚད་  
རིང་བྱུང་དང་རིགས་མི་འདྲ་མོ་མོར་ཡོད་པ་བཞིན་བོད་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡང་དེ་དག་གི་དོན་ལ་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་རིགས་མི་འདྲ་  
བཤང་པོ་གཏན་འབེབས་གནང་སྤོང་བརྒྱུར་གནང་ཡོད་རེད། གཞན་ཡང་རྒྱུར་བའི་རྣམས་སུ་བད་སྦྲོད་ཀྱི་ཆ་ནས། བྱིངས་  
ཀྱི་དོན་དང་། རྒྱུན་གྱི་དོན་དང་། ཉིས་འགྲུར་གྱི་དོན་ཆ་ཚང་ཡོད་པ་སོགས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྒྱུད་ལ་གང་ཡོད་པ་དེ་ཇི་མ་ཇི་  
བཞིན་བོད་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་སྤོང་བས་བྱུང་བའི་འབད་རྩོད་ལ་གནང་ནས་ལེགས་སྦྱར་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་བྱུང་བཞིག་ཆགས་ཡོད་པས་  
ན། འགྲུར་གྱི་རྒྱུས་ཚད་ཀྱི་ཆ་ནས་ད་ཅང་གི་གནས་ཚད་མཐོ་པོ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་དང་སྤྱི་ཡི་མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་  
གིས་ཀྱང་བོད་པའི་འགྲུར་དེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་གཟུགས་བརྟན་འདྲ་པོ་ཡིན་པར་གསུང་གི་ཡོད། དངོས་ཡོད་ཀྱི་དོན་ལ་ཡང་  
གནས་པ་ཞིག་རེད། གང་བརྒྱུར་བའི་བཀའ་དང་། བསྟན་བཅོས་དེ་དག་ལུས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཚོག་དོན་ལ་འཕུགས་པ་མེད་པ་སྤྱིས་  
དག་པོ། དེ་བཞིན་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཚོག་དོན་འཕུགས་པ་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་  
བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་དེ་རྣམས་མེད་ན། བསྟན་བཅོས་ཞིག་བརྒྱུར་བྱུང་བ་རེད་མ་གཏོགས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྒྱུད་དོན་དང་བྲལ་  
བཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེའི་སྤོང་གཞུང་ལུགས་དེ་དག་གི་བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་ཆ་ཚང་བཞིག་འཐོབ་པའི་རྒྱུད་དུ་བོད་རིགས་  
མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་དུ་བཏང་གནང་བ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་པཎ་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་བོད་དུ་གདན་འདྲན་ཞུས་ནས་བཀའ་བསྟན་  
བཅོས་དེ་དག་གི་བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནས་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་དེ་དག་གི་སྤོང་པོ་དེ་གང་  
རེད་ཅེ་ན། ཉམས་ལེན་དེ་ཡིན་པ་རེད། ཉམས་ལེན་དེ་འབྲུང་བར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་སམ་གཞུང་ལུགས་སྤྱིས་དག་པོ་ཞིག་

དང་། གཞུང་ལུགས་དེ་དག་གོ་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འགྲེལ་རྒྱས་པའི་བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་སྤྱི་དག་པོ་ཞིག་དང་། བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་སྤྱི་དག་ཅིག་ཡོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེ་དག་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་སྣོན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་མན་ངག་ཅིག་བཅས་གནད་དོན་གསུམ་ཚང་བ་ཞིག་དགོས། གཞུང་གི་ལུས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་དང་། དོན་བཤད་པའི་མན་ངག་ཚང་བ། དེ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་གདམས་ངག་ཆ་ཚང་བ་བཅས་གསུམ་འཇོམས་པས་པོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དངོས་གནས་དང་གནས་ལུང་དང་ཉོགས་པའི་བསྟན་པ་གཉིས་ཀ་ཆ་ཚང་བ། ཡོངས་སྤྱོད་པ་ཞིག་གྲུང་། དེ་ནི་འཇམ་གླིང་འདིའི་ནང་ལ་སྤྱི་མཉམ་པ་ཞིག་དང་། སྤྱི་མཉམ་པ་མཉམ་པ་ཞིག་གྲུང་བ་ཞིག་གྲུང་བ་རེད། དེས་ན་དེ་དུས་པོད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱལ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ཚོས་རྒྱ་གར་ལ་པོད་པའི་ན་གཞིན་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་སྤྱོད་གཉེན་ཆེད་བཏང་གནང་བ་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་པའ་གྲུབ་བརྒྱ་ཕྱག་པོད་ལ་གདན་འདྲེན་ལུས་པ་དེ་ཚོ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་དངོས་གནས་གཟི་བརྗིད་ཆེ་བའི་མཇུག་པོ་ཞིག་རེད་ཅམ་ཉན་ཉན་སྐད་གང་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་ལུ་ཚོག་པ་ཞིག་རེད།

(པོད་ནང་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་བྱུང་བ་ཚང་།)

སྣོན་གྱི་ཚོས་རྒྱལ་དང་ལོ་པའ་བཀའ་དྲིན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་བའ་བརྒྱ་ཕྱག་བསྟན་ཉེ་ནང་པའི་བསྟན་པ་གདན་དངས་པ་དང་གཞི་ལེགས་པར་བརྟུགས་པའི་སྐྱེ་དྲིན་ལས་པོད་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བྱུང་བ་ཚང་གྱི་ཆ་ནས་བཞུགས་ཀྱང་། པོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ས་བྱུང་དོ་བྱུང་ཞེས་གསུང་སྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན་པོད་ཡོངས་ཇོགས་ལ་བྱུང་ཅིང་། དེ་བཞིན་གསུང་སྤངས་གཞན་ཞིག་ལ། ཇོངས་ཡོངས་ཇོགས་ལ་དགོན་པས་ཁེངས། རི་རྩེ་ཡོངས་ཇོགས་ཀྱི་བྲག་ཕྱག་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱིས་ཁེངས། དེའི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་ནས་མང་ཚོགས་ལ་ཞི་བདེ་བག་ལེབས་དང་དགེ་བའི་ཀུན་སྦྲིང་དང་། བཟང་སྦྱོང་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་ཅང་གི་གཏོང་ཟབ་པོ་གནས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅམ་གསུང་གི་ཡོད་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ནའང་དེ་དངོས་གནས་དེ་འདྲ་ཞིག་རང་ཆགས་ཡོད་རེད།

(རིག་གནས་གཞན་དང་ཚུལ།)

ང་ཚོ་གངས་ཅན་པའི་རིག་གནས་ཉིང་བརྒྱུད་ལྟ་བུ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་པའ་གྲུབ་རྣམ་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ་གཉིས་ཆགས་ཡོད་པ་སོང་ཅང་པོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བྱོན་པ་རེད་ཅམ་ཡོངས་གྲགས་བྱས་ནས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ནང་པའི་བཀའ་བསྟན་དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གནས་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་གདན་འདྲེན་ལུས་ཡོད། དེའི་ནང་ལ་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་ཆུང་བ་ལྟ་སྟེ་པོད་ལ་རིག་པའི་གནས་བརྒྱ་ལྟར་རྩེས་སྲོལ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་ཞི། གཞན་དག་ཚང་གཅོད་རྗེས་སུ་གཟུང་སྟེ་དང་། རང་ཉིད་ཀུན་ཤེས་བྱ་སྟེ་དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་རིག་པ། གཏན་ཚོགས་རིག་པ། བཟོ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། ནང་དོན་རིག་པ་བཅས་ལྟ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་རིག་གནས་ཆུང་བ་ལྟ་ཞི། ལྷན་ངག་དང་། མངོན་བརྗོད། ལྟོས་སྦྱོར། ལྟོས་གར། ལྟོས་རྩེས་བཅས་སོ། ། རིག་པའི་གནས་བརྒྱ་པོ་དེ་དག་ལས་ནང་དོན་དང་ཚད་མ་གོང་དུ་སོང་བའི་ལྟ་ལྟ་སྤྱོད་པ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ཞིག་གཞན་བརྒྱུད་པོ་རྣམས་ལས་མང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་ནས་པོད་ལ་གདན་དངས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་རྒྱ་རིག་པ་རྒྱུང་བའི་ཆ་བཞག་ན་ཡང་། ལྟོས་དེ་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་པ། པའ་གྲུབ་རྣམ་པ་ཚོས་པོད་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་བསྐྱུར་གནང་བའི་ནང་ལ་དེང་སང་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་བཞགས་ནས་མེད་པའི་རྒྱ་རིག་པ། རྒྱ་རིག་པ་ཞེས་པར་གོ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དེ། རྒྱ་ཡངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལྟ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རིག་

གནས་དེ་ལ་སྐྱ་རིག་པ་ཞེས་ལབ་ཀྱི་ཡིད་རེད། སྐྱ་དོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་བདེ་སྲོད་ཀྱི་རིགས་དེ་ལ་སྐྱ་རིག་པ་ཞེས་གསུང་གི་ཡིད་རེད། འདིར་སྤྲི་མ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་བདེ་སྲོད་རིག་པར་གོ་བའི་སྐབས་དེ་རེད། ང་རང་ཚོའི་བསྐྱེད་འགྲུར་གྱི་ནང་ལ་གཟུགས་པའི་སྐབས་སྐྱ་རིག་པ་ཞེས་འབྲུང་སྐབས་མང་ཆེ་བ་དེ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་བདེ་སྲོད་ཀྱི་གཞུང་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་བདེ་སྲོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཁོ་རང་ཉ་ཅང་གི་ལྷག་པོ་རེད། བདེ་སྲོད་པའི་གཞུང་ལུགས་རང་ལ་མི་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་གི་ཡིད་རེད། བོད་ནང་ལ་དེ་དག་ལམ་ཆེ་བ་གཤམ་དང་ས་ཡིད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ལ་མཚོན་ན་སྐྱ་ལུ་ཁེ་པ་དེ་གཞུགས་ཆེན་པོ་རེད་མ་གཏོགས། སྐྱ་ཀ་ལུ་པ་ལྟ་བུ་ལམ་ཆེར་ལུང་པ་ཚུང་ཚུང་དེ་འདྲར་མ་གཏོགས་མེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྐྱ་ཅན་པ་བོད་ལ་དར་སྤོལ་ཞེ་དག་རེད། དེ་བཞིན་དབྱངས་ཅན་སྐྱ་མདོ་ཡང་ཉ་ཅང་གི་དར་སྤོལ་ཡིད་རེད། དེ་དག་ལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་བོད་སྐད་ནང་སྐྱ་ཀ་ཅན་དབྱངས་གསུམ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡིད། དེ་ནས་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱ་ལུ་ཁེ་པ་དེ་ཡང་བོད་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་བསྐྱར་གནང་བ་རེད། མཛུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ལེན་ལེན་དཔལ་གྱི་བདེ་སྲོད་ཅེས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིད་རེད། དེ་ནི་རྒྱ་གར་ལ་ལམ་ཆེར་མིང་ཡང་གོ་བྱུ་ཨ་ཡིད་སྐྱེས་པ་ཞིག་རེད། འདམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བདེ་སྲོད་དང་། སྐྱ་ཅན་པ་དེ་གཉིས་བར་ལམ་ཞིག་ནས་བོད་ནས་ཐོན་པ་རེད་མ་གཏོགས། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་ཉམས་ཏེ་མིང་ཅམ་ཡང་ཡིད་པ་མ་རེད། དེས་ན་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཚོར་ཡང་དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་ཆ་རྒྱས་ཅ་བ་ནས་མེད། དེས་ན་ངས་རྒྱ་གར་མཁས་པ་ཚོར་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་སྐྱའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་ཅ་བརྒྱུ་དུ་སྤྱིན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟེད། བསྐྱེད་བཅོས་ཨ་མ་ཁོ་རང་ཡང་ཅ་བརྒྱུ་དུ་སྤྱིན་བྱེད་པ་དེ་ཚོ་རྣམས་བོད་སྐད་ཀྱི་ནང་ལ་ལམ་བསྐྱུར་བྱས། ཉར་ཆོས་སྤྱོད་དེ་དག་ལ་སྐྱོབ་གཉེར་གནང་མཁན་ཡང་དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ང་ཚོ་བོད་པའི་དཔོན་སྲིད་དང་བཤད་བྱ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་ཡིད་རེད་ཅེས་ལུ་དུས་ཁོང་རྣམས་པས་ད་ལས་ལས་དང་དོན་ཐོར་ཐོར་གནང་གི་འདུག།

(བོད་ཀྱིས་མཁས་པས་དཔལ་ལྷན་ལྟར་ལྟུང་པ་རྒྱུན་འཛིན་ཅི་ལྟར་གནང་ཚུལ།)

དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་ན་ལེན་པའི་བརྒྱུད་པ་དེ་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་ཅི་ལྟར་གནང་བའི་སྐོར་ལ་སྤྲོད་པ་ཅམ་ཞིག་ལུ་བ་ཡིན་ན། དཔེར་ན་ཆོད་མ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པ་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན། རྒྱ་འགྲེལ་བརྒྱུ་གཉིས་ཡིད། བོད་འགྲེལ་ལྟ་བུར་ཡས་མས་ཞིག་འདུག དུས་མ་འདུག་པ་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་གསུམ་ཡིད་རེད། བོད་འགྲེལ་དུག་རྒྱ་ཅམ་ཞིག་འདུག མདོན་རྟོགས་རྒྱུན་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་ཡིད་པ་ཡོངས་གྲགས་རེད། བོད་འགྲེལ་བརྒྱ་དང་ལྟ་བུ་ཅམ་འདུག དེ་བཞིན་མདོན་པ་མདོད་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་རྒྱ་འགྲེལ་བརྒྱ་ཅམ་ཞིག་འདུག བོད་འགྲེལ་བརྒྱ་སྐོར་ཞིག་འདུག འདུལ་བ་མདོད་ཅ་བ་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་ལྟ་བུར་ཅམ་འདུག བོད་འགྲེལ་ལྟ་བུར་ཅམ་ཞིག་འདུག དེ་རྣམས་ཐུན་མིང་མིན་པའི་ནང་དོན་རིག་པ་རྒྱུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐོར་རེད། དེ་ཡང་མདོད་སྐྱོགས་གཉིས་ལས་མདོད་སྤྲོད་པ་ཅམ་རེད། གསང་སྐྱོགས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་ལམ་ཡང་བོད་འགྲེལ་ཞིག་དུ་མང་པོ་ཡིད། དེ་ནས་སྤྲི་མ་ནང་ཐུན་མིང་གི་རིག་པ་རྣམས་ལས་སྐྱ་རིག་པ་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་ཡང་དབྱངས་ཅན་སྐྱ་མདོད་ཁོ་རང་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་གཅིག་རང་འདུག བོད་འགྲེལ་ཉི་ཤུ་ཅམ་འདུག སྐྱ་ཅན་པ་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་ལྟ་བུར་ཅམ་འདུག བོད་འགྲེལ་བཅོ་ལྔ་ཅམ་འདུག སྐྱ་ཀ་ལུ་པའི་འགྲེལ་བ་རྒྱ་འགྲེལ་གསུམ་ཅམ་ཞིག་འདུག བོད་འགྲེལ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྟ་བུར་ཞིག་འདུག སྐྱ་པ་ཁེ་པ་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་མེད་ཅིང་བོད་འགྲེལ་གཅིག་ཡིད། དེ་བཞིན་སྐྱ་རྒྱ་དག་གི་གཞུང་ལ་ཆ་མཚོན་ན། དུས་མ་ཅན་གྱི་སྐྱེད་འགྲུབ་མེ་ཡོང་ལས་གཞུང་གཞན་དག་མང་པོ་ཡིད་རྒྱུར་ཡིད་མ་རེད། དེར་རྒྱ་འགྲེལ་བསྐྱུར་བ་མེད་ལ་བོད་འགྲེལ་ནི་བརྒྱུ་ཅམ་ཞིག་འདུག དེ་དག་ནི་དཔེ་མཚོན་ཅམ་ཞིག་རེད། སྐྱེད་འགྲུབ་དབྱངས་ཅན་མགུལ་རྒྱུན་རྒྱུན་གྱིས་ཀ་ན་སྐྱེད་གསུམ་ཆེ་ཡང་དེ་སྐོར་བོད་དུ་བསྐྱུར་

བ་མེད་པ་ས་འདི་ག་ལྷ་ཆ་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་ནས་བོད་སྐད་ལ་བསྐྱར་རྒྱུ་འཆར་གཞི་འོངས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་དེར་སྐབས་  
སྐྱར་འགོ་བཙུགས་ཟིན། གསོ་བ་རིག་པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པའི་བོད་པའི་སྣམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ནི། བོད་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་སྣམ་གྱི་ལམ་ལུགས་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་གྲུབ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཉ་ཅང་  
གི་ལྷག་པོ་ཡིན་པ། རྒྱལ་པོ་རིམ་འོག་ནས་ཀྱིས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་གཟེགས་ཏེ་རྣམ་གཞག་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཀར་  
མདུན་སྐྱོད་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད། དེས་ན་སྣམ་དང་འབྲེལ་བའི་བསྟན་བཅོས་རྒྱ་སྐད་ནས་བསྐྱར་བ་ཉུང་གས་མ་གཏོགས་བསྟན་  
འགྲུར་ཁོངས་སུ་མེད་ལ། དེ་དག་ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པས་འགྲེལ་བ་བརྟམས་པ་ཡང་ཕལ་ཆེར་མེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། བོད་པའི་སྣམ་  
པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྱག་དུ་མའི་རིང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རིམ་པའི་ནང་སྣམ་གྱི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ལག་ལེན་  
སྣམ་བཅོས་སྣམ་སྐྱོར་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ད་བར་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་གཞུང་ཆེན་ཁྲི་གཅིག་ཙམ་མང་ལ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་ལྷ་གྲུབ་བོད་པའི་  
མཁས་པ་ཆོས་ལུགས་ཚུལ་གནང་བའི་གསུང་དེ་དག་ཕྱོགས་བསྟོན་སམ་ཕྱོགས་བསྐྱོགས་བྱས་པ་ལ་གསུང་འབྲུམ་ཞེས་ཞུ་གི་  
ཡོད་རེད། གསུང་འབྲུམ་གྱི་གངས་ཚད་ཀྱང་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་རེད། དེ་དག་གི་ནང་ལ་སྤྲོ་མ་གཅིག་དང་མཁས་པ་གཅིག་  
རང་གི་གསུང་གྲགས་བམ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་བོ་དོང་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཁོང་རང་གི་གསུང་ཚུལ་ལ་བོད་  
ཀྱི་གངས་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་སོ་བརྒྱད་ཙམ་ཞིག་ཡོད། ཕལ་ཆེར་འཇམ་གླིང་ཟིན་ཐོའི་ནང་ (WORLD RECORD) འཁོད་  
འོས་ཤིང་འཁོད་ན་ཚད་མཐོ་ཤོས་ཆགས་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུམ། དེ་བཞིན་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམ་  
པས་གསུང་འབྲུམ་ཉ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་བརྟམས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ན་ལེ་རྒྱའི་བརྒྱད་པ་དེ་བོད་ལ་འོག་ཆར་བའི་རྗེས་  
སུ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆོས་ཉར་ཆགས་གནང་ནས་བཞུགས་པ་ཙམ་མིན་པར་མདུན་བསྐྱོད་ཀྱང་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་གནང་ཡོད་རེད།  
དེ་ཡང་ཟབ་གནང་དང་དཀའ་གནང་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་དོགས་གཅོད་དང་། ཉམས་ལེབ་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མདུན་བསྐྱོད་གནང་  
ཡོད་རེད། མདུན་བསྐྱོད་གནང་བའི་ནང་ལ་ངས་དཔེ་མཚོན་གཅིག་གཉིས་ལྟོག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ལྷ་གྲུབ་ལ་སེམས་ཙམ་པའི་  
ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གསུང་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མིང་དང་བཅའི་ཡུལ་ཡིན་པ་འགོག་  
དུས། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཡིན་ན། སེམས་ཙམ་པའི་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་ཐོག་ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མིང་  
དང་སྐྱའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དེ་འགོག་གི་ཡོད་ན། དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་སྣ་སྟེ་དང་དོན་སྦྱི་ཡིན་པ་དེ་དག་དངོས་མེད་དུ་མདོ་སྤེལ་ས་  
བཀག་ཆར་བ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷ་བས་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་བཤད་རྒྱ་མི་འདུག་ཅེས་དམིགས་  
བསལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྟོག་མི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་ན། མདོ་སྤེལ་པའི་ལྷ་བ་དོགས་མཁས་མཁས་ཞིག་གིས་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཆོས་བདག་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་དགག་རྒྱུའི་ཁྱད་ཆོས་མེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་དོགས་སྤོང་གནང་མཁས་བྱུང་བ་དང་། དེའི་ཐོག་  
ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་འཇམ་མགོན་ཚོང་ཁ་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མདོ་སྤེལ་པའི་ལྷ་བ་དང་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷ་བའི་བར་ལ་དཀའ་  
གནང་ཞིབ་ཕྱ་ཉ་ཅང་གི་གསལ་སྟོན་གནང་བ་དང་། དེ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ཁྱད་པར་དང་། ལྷ་བའི་  
ཁྱད་པར་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་སྟོམ་སྐྱབ་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐབས་སུ་འདྲ་དོགས་པ་སྟེ་རྒྱུར་ཡང་ཁྱད་པར་ཡོད་སྟངས་དེ་དག་ཉ་ཅང་  
གི་གསལ་སྟོན་གནང་བ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་དུ་མའི་ལྷ་བའི་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་ན། རང་རྒྱུད་པ་དང་ཐལ་འགྱུར་  
པའི་ལྷ་བའི་ཆ་ནས་ཟབ་རྒྱས་དང་། གནང་འགགས་ཕྱ་མོ་ཡོད་མེད་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་སྐབས་སུ་གསལ་ཁ་དོད་པོ་དང་།  
སྤྱི་རིས་ཞིབ་ཏུ་སྟེ་གནང་ཡོད། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཚད་མ་རིག་པའི་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་ན། བོད་རང་གི་རང་རྒྱུགས་པའི་  
ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་དཔལ་ས་སྐྱ་པརྗེ་ཏུས་ལྷགས་ཚུལ་གནང་བ་ཚད་མ་རིགས་གཏོར་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་རེད། དེ་ནི་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་  
གཉིས་བརྒྱ་གཟུམ་ཙམ་ནས་གནང་ཆར་བ་ཞིག་རེད། དེ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་པ་ཞིག་ལ། ལྷ་བ་ཆོས་སེང་གིས་བསྐྱེས་གྲུའི་



ནམ་གཞན་མངོན་པ་སོགས་པོད་ནང་ལ་ཚད་མ་རིག་པའི་ཐོག་ལ་གསར་གཏོང་གནང་བ་དང་དབྱུང་བ་ཉམས་ཞིབ་སོགས་  
ཀྱི་ལམ་ནས་མདུན་བསྐྱོད་གནང་བའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཡོད་རེད། ནམ་རྒྱུན་ངའི་སེམས་ལ་དེ་འདྲི་ཞིག་དྲན་ཞིང་མཁམས་  
པའི་བཀོ་སྐྱོང་སོགས་སྤྱི་ལོ་ཡང་ཡོད། གལ་ཏེ་རྒྱ་གར་ནང་ལ་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་དུལྟའི་གནས་སྐངས་ལྟར་  
རྩ་སློང་དུ་མ་ཕྱིན་པར་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་ཇར་བཞིན་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་མདུན་བསྐྱོད་སྤྱི་མཐུན་ནས་བྱུང་ཡོད་ན། མདུན་བསྐྱོད་  
དེའི་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ཏན་ཏན་ང་ཚོ་པོད་ལ་བྱུང་བའི་མདུན་བསྐྱོད་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་ཀྱི་དང་འདྲི་བཞིག་དུ་ཐེབས་ངེས་རེད་ཅེས་  
བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་པ་མེད།

དེ་འདྲི་ཡིན་དུས་པོད་ལ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཞེ་དྲག་གི་གཏོང་བ་པོ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ། ཚོགས་ཚུད་པོ་  
ཞིབ་ཅིང་ཕྲ་བ། དེ་འདྲི་ཞིག་ང་ཚོ་པོད་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་ལ་ཡག་ཤོས་དང་། དེང་སང་གི་སྐད་ཆ་བཤད་སྐངས་ལྟར་བྱས་ན།  
མི་སྲིད་པ་ཡག་ཤོས་ (THE BEST BRAIN) དེ་དག་གནས་འདྲིའི་སྐང་ལ་སྤྱངས་ནས་མི་རབས་བསྟུད་མར་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ནས་  
བརྒྱ་ཕྱག་གི་རིང་ལ་རྩ་ལ་དུ་བཏོན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། མདོར་ན་ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འཕྱོར།  
མི་ལྷན་པ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་ཚད་ཡོངས་རྫོགས་ནང་པའི་བསྟན་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་རིག་གནས་བརྒྱ་པོ་འདྲི་དག་གི་སྐང་  
ལ་སྤྱངས་པ་རེད་ལ། དེ་དངོས་གནས་སྤྱངས་རིན་ཚོགས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད་རེད། གལ་སྲིད་པོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་  
པ་དེ་གཏོང་བ་པོ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ། གནས་ཚད་མཐོ་པོ་དེ་འདྲི་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་ཡིན་ན། དུལྟའི་སྐབས་སྤྱི་འཇོག་སྐྱོང་ནང་  
ཇར་དཔལ་རྒྱལ་རྒྱའི་བརྒྱུད་པ་དེ་འདྲི་ཞིག་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་བཤད་རྒྱ་ཅམ་ཞིག་མ་གཏོགས། དེའི་བརྒྱུད་པ་  
དངོས་དེ་རྩ་མེད་དུ་གྱུར་ངེས་རེད། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ། བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ། ཉམས་ལེན་གྱི་བརྒྱུད་པ་བཅས་ཚང་  
ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲི་ཡིན་དུས་དུལྟའི་འདྲི་ཞིག་ཡོད་པ་འདྲི་ང་ཚོ་པོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མི་ཅམ་མ་ཟད་འགྲོ་བ་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་སྤྱི་རྫོགས་པ་ལ་ཞབས་འདེགས་རྒྱུ་བས་ཆེན་ཞིག་བསྐྱབས་པ་རེད་ཅེས་སྐད་གསང་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་ལུ་  
ཚོགས་པ་ཞིག་རེད།

(པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལ་མི་རིགས་གཞན་གྱིས་སློབ་གཉེར་བྱས་ཚུལ།)

པོད་ལ་གདན་ས་དང་། བཤད་གྲུ་དེ་ཚོ་རྒྱ་ཆེན་པོ། ཚོགས་ཆེན་པོ་གངས་མང་པོ་དེ་འདྲི་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ལ་རྒྱལ་ཁབ་  
གཞན་དག་ནས་ཀྱང་དེའི་གཟེ་བརྗོད་དང་། དཔལ་ཡོན་དང་། མངའ་ཐང་ཏ་ཅང་གི་མཐོ་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་སྤྱི་ལོ་ལོན་  
དང་། སློམ་སྐྱབ་ཉམས་ལེན་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་གནས་ཚད་མཐོ་པོ་ཞིག་ཡོད་དུས་དེའི་འོད་རླབས་དེ་གང་སར་འཕྲོས་  
པས་མི་རིགས་གཞན་པ་རྒྱ་ནག་དང་། སོག་པོ། ཁལ་ལྷག་ལ་སོགས་པ་ར་ཤི་ཡའི་མངའ་སྡེ་ཁག་སོགས་ནས་ཀྱང་པོད་ལ་སློབ་  
གཉེར་གནང་བར་ཐེབས་སློལ་ཡོད་པ་དང་། སློབ་གཉེར་གནང་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སློབ་གཉེར་གནང་ནས་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་  
ཕྱིར་ཐེབས་ནས་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དེ་ཏ་ཅང་དར་སླེལ་གནང་ཡོད། དེས་ན་བཀའ་འགྲུར་དང་བསྟན་འགྲུར་རང་གི་སློབ་  
གཉེར་གྱི་གཞི་རྩར་བརྩི་གནང་མཁམས་མི་རིགས་གཞན་པ་ག་ཚོ་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཀྱང་པོད་རིགས་ཉིད་དང་མཚུངས་  
པར་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་འཛིན་སྐྱོང་སླེལ་གསུམ་གནང་མཁམས་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་བསྟན་ཡོད་  
རེད།

(དུས་འགུར་རྗེས་འཇམ་གླིང་ནང་པོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་ལ་དོ་སྣང་དང་ཕན་ཚུན་ལ།)

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་པོད་ལ་དུས་འགུར་བྱུང་ནས་ཡགོང་ས་མཚོག་དང་ང་རང་ཚོའི་ཚོས་བརྒྱད་རིས་སྲ་མ་མཆིས་པའི་  
ལྷ་ཆེན་མཁས་གྲུབ་མི་མང་དང་བཅས་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་རྒྱ་གར་ལ་བཅན་ཤོལ་དུ་ཆེ་བས་བརྒྱུར་གནང་དགོས་ཤུགས་བྱུང་བ་རེད།  
ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྲོལ་ལྟར་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་བྱུང་མ་མེད་པའི་པོད་ཆག་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་མོད། འོན་ཀྱང་ནང་པ་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་ཆ་ནས་བསམ་སློབ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མི་འདོད་བཞིན་དུ་རང་ལུལ་བཞག་ནས་སྲི་  
རུ་གྱུར་དགོས་ཤུགས་བྱུང་བ་དེ་རྒྱུན་དམ་གྲོགས་ཤར་གྱི་ཚུལ་དུ་གྱུར་ཅིང་། གཙོ་པོ་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་པོ་ཆེན་མཚོག་གི་  
གསང་གསུམ་གྱི་མཛད་པའི་བྱིན་རླབས་དང་དེ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱད་རིས་སྲ་མ་མཆིས་པའི་ལྷ་ཆེན་དང་མཁས་གྲུབ་ཚུལ་པའི་  
མཛད་རྗེས་ལ་བརྟེན་ནས་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱ་ནས་མཆེད་པའི་པོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་འདི་དེང་སྐབས་འཇམ་གླིང་ཡོངས་ལ་དར་  
ཁྲབ་ཆེན་པོ་འགོ་བཞེས་པ་རེད། པོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་གྱི་བཤད་པ་དང་བརྒྱབ་པའི་ལམ་ལུགས་སྤྱད་པོ་དང་སྤྱད་ཚད་ལྡན་  
པ་ཞིག་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་འཇམ་གླིང་ནང་གི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ནང་དང་། དེ་བཞིན་མཁས་པ་དང་ཤེས་ཡིན་  
ཅན་གྱི་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་གི་དོ་སྣང་བྱེད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ཚན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེའི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པ།  
དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཇམ་གླིང་གི་ནང་ལ་དེང་སངས་རྒྱུ་བྱུང་མ་མེད་བཞིག་དང་། བྱུང་མ་ཐུབ་པ། བསམ་ལུལ་ལས་  
འདས་པའི་འགྲུར་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་རེད། དེ་ཡང་གཙོ་པོ་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་སྤྱིའི་མཛད་འཕྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེའི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟར། ཚན་རིག་པ་དང་མཉམ་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་འདས་པའི་ལོ་སྤྱི་ལ་ཅུ་ཅམ་  
རེར་ནས་བཏོ་སྤང་དང་སྤང་མོལ་གནང་བའི་འབྲས་བུར་ཚན་རིག་པ་ཚོས་ནང་པའི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་པོད་བརྒྱད་  
ནང་བསྟན་གྱི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྒྲིབ་དེ་ཏུ་ཅང་གི་གཏོང་བཟུང་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེའི་རིགས་  
པའི་ལམ་ནས་བཤད་པའི་བརྒྱུད་པ་སྤེལ་བ་དེ་དག་ཏུ་ཅང་གི་སྤྱི་དག་པོ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་དུས། ཚན་རིག་པའི་  
དོ་སྣང་སྤྲོབས་ཏེ། དེང་སང་དངོས་ཁམས་རིག་པ་དང་། སྤྱི་དངོས་རིག་པ། དེ་བཞིན་བཅོས་ཐབས་རིག་པ། སེམས་ཁམས་  
རིག་པ་སོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དོ་སྣང་གནང་བ་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བར་ལམ་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྷག་ལྷག་ཅམ་  
གྱི་རིང་ནས་ནང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ནང་གི་སློབ་སྦྱོང་གི་རིམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ངོས་འཛིན་རྒྱ། སེམས་བྱུང་ཁག་  
ངོས་འཛིན་རྒྱ། དེ་བཞིན་སེམས་ཚོར་དེ་ཚོ་སྲི་སྲི་སྲི་སྲི་ངོས་བཟུང་སྟེ། དེ་དག་རྒྱ་གང་འདྲ་ཞིག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ། རྒྱུན་  
གང་འདྲ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ། གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་དེ་དག་སྤྱི་བ། དེ་དག་འགོག་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་  
གང་དག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་ཉུང་དུ་གཏོང་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་བག་ལ་ཉལ་བའི་ཚུལ་  
དུ་འཛིན་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ། དེ་དག་དུངས་ནས་དུང་རྒྱུར་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་ཡོད་པ་སོགས་ནང་  
པའི་ལྷ་བྱུང་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་སྤངས་དེ་ཚོ་གཟུགས་པའི་སྐབས་སུ་ཚན་རིག་པ་ཚོ་ཡོད་འཕྲོགས་  
ཏེ་སྲུ་མཐུད་ནས་ཉམས་ཞིབ་གནང་སྟེ་དེ་ལྟའི་ཆ་ལ་དེར་དངོས་སུ་ལག་པས་གཟུང་རྒྱ་ཡོད་པའི་བྱུང་འབྲས་བུར་དུ་ཐོན་ཡོད།  
ཉམས་ལེན་གྱི་རིགས་དེ་དག་ནི་མི་མང་མང་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཚེའི་འཚོ་བའི་ནང་ལག་ལེན་བསྟར་རུང་བ་ཞིག་དང་། བསྟར་  
སྐབས་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཚོ་ལ་སློབ་ཚན་གྱི་རྣམ་པ་བུས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ན།  
ན་གཞིན་སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་སྐབས་ཅམ་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞི་ཅ་ཞིག་ཚུགས་སྐབས་པ་ཞིག་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ནང་གི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་བཟང་སྤོགས་ཀྱི་འགྲུར་བ་ཡོང་སྐབས་པ་ཞིག་དང་། གཤིས་རྒྱུད་དམ་པ་དེ་དག་སློབ་སྦྱོང་བཞིག་འགྲུང་

བའི་ཆེད་དུ་འབད་ཚུལ་གནང་དང་གནང་མུས་རེད། དེ་བཞིན་མི་སེམས་ཁམས་མི་བདེ་བ་ཚོ་ལ་དེའི་ཐོག་ནས་སྒྲིམ་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་ཉ་ཅང་གི་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡིད་རེད། དེ་བཞིན་མང་ཚོགས་ནང་ལ་མི་སྲིད་པ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དྲན་པ་ཉེས་བཞག་ལ་སོགས་པ་དང་། རྫོང་སྲིད་གི་རིམ་པ་དེ་རྣམས་གང་ལ་གང་འཚམ་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ཐོབ་རྒྱུ་ཡིད་པ་དངོས་སུ་མིག་མཐོང་ལག་བྱེན་འབྲུང་བཞིན་པ་རེད།

(སྤྱི་འགྲོ་ཡོངས་རྫོགས་བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན་པ་མཉམ་པ།)

ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཚམ་མ་བཟང་སེམས་ཚོར་ཡོད་པའི་འབྲུག་གི་མ་ཡན་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་དེ་འཐོབ་ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་འདོད་ཅིང་དེ་དོར་ཐབས་ལ་བརྩོན་མཁན་གཞན་གཞན་རེད། དེ་ཕལ་ཆེར་མི་མང་ཆེ་བས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་བདེ་བ་འཚོལ་བའི་ཐབས་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ་སྤྱིར་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་མི་རྣམས་བསམ་སྡོམ་ལྡན་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་མི་ཕལ་ཆེ་བས་བསམ་གོས་གནས་མལ་སོགས་སྤྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་ཡོངས་རྫོགས་འཐོབ་ཐུབ་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྣམས་སྤོང་བུ་པར་བསམས་ཏེ་འགྲོ་བ་མི་ཕལ་ཆེར་གྱིས་གནའ་སྡོམ་ནས་སྤྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་དཔལ་འབྱོར་ཡོངས་སྤོང་གི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་རེད།

(བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དོས་འཛིན་ཚུལ།)

དེའི་རྒྱུ་གིས་སྤྱིའི་ཚན་རིག་ལག་རྩལ་ཡར་རྒྱས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་། སྤྱིའི་ཚན་རིག་པ་ཚོས་ལོ་བརྒྱ་ཡག་གི་རིང་ལ་དངོས་གནས་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཡུལ་རྣམས་བཞག་ཡོད། འཛམ་བུ་སྤྱིའི་འདིའི་ནང་ལ་འཕུལ་རིག་གནམ་གྲུའི་ནང་ལ་འགོ་རྒྱ། ཟླ་བའི་གོང་ཁྲེར་ནང་ལ་འགོ་རྒྱ། ཀམ་པུ་ཏར་བཟོས་པའི་རྣམས་མཐེབ་གཅིག་མཚན་པ་ཅམ་གྱིས་འཛམ་སྤྱིའི་གཞན་གྱི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་ཐུབ་པ། ཡི་གེ་གཏོང་ཐུབ་པ། རྒྱ་ཆ་བཤད་ཐུབ་པ། རྫོག་དང་། རྫོག་འཕྲིན་ལ་སོགས་པའི་འབྲུག་རིག་དེ་དག་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེ་བའི་ཚན་རིག་གི་ཡར་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ནང་དོན་རིག་པ་བཙུགས་ཚེར་དང་སེམས་ཚོར་གཉིས་སུ་སྤྱེ་ཞིང་འགྲོ་བ་མི་ལྷ་ཤུའི་བདེ་སྲིད་དེ་ནི་ལུས་ཚོར་ཅམ་མ་བཟང་སེམས་ཚོར་ལ་ཡང་རྣམས་ཚབས་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་ཡིན་པར་གཟེགས་པ་དང་། དེས་ན་ནང་པ་ཚོས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་སུ་གཙོ་བོར་སེམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་བ་རེད། རང་འདི་གཞུང་ལུགས་ལྟར་ན། སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྲུང་ཚུལ་ནི་གཙོ་བོར་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་མ་ཞི་བ་དང་། མ་སྲིད་པ་ཡོང་བ། སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྲུང་བ་ཚང་མ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡིད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་དེ་གང་ནས་ཡོང་གི་ཡིད་རེད་ཅེ་ན། ལུས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཇི་མཇི་བཞིན་མཐོང་མ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དངོས་པོའི་ཡོད་སྣངས་དེ་དང་། ང་ཚོའི་མཐོང་སྣངས་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་རྒྱང་ཁྲུང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤོར་བའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡིད་པར་གཟེགས་ཀྱི་ཡིད། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ཡོད་སྣངས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཞིག་དང་། བདག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་དང་། རྒྱུགས་ཐུབ་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་མཐོང་སྣངས་དེར་རྒྱུགས་ཐུབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། རྟག་བརྟན་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན། དེའི་དབང་གིས་ལུས་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤྱེས་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་སྣང་བ་སྤྱེས། ཁོང་ཁོ་དང་ཕྱག་དོག་སྤྱེ་བ། ཉོན་མོངས་པ་ཚང་མ་དེ་ནས་ལངས་ཡོང་། ཉོན་མོངས་ལངས་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་དེ་ལ་གཞིགས་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་ནས་ལས་གསོག་པ། དེ་འདྲ་ཡོད་གི་ཡིད་དུས་དེ་དག་འགོག་རྒྱུའི་དོན་དུ་སོ་སོའི་སྣངས་མ་ལོག་པ་ཞིག་ལྟ་ཐུབ་དགོས་རེད། དངོས་པོའི་རྣམ་གཞག་ཇི་མཇི་བཞིན་མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་

བྱུང་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་མུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། ཉོན་མོངས་མ་ལངས་གོང་ནས་སྲོན་འགོག་གྲུ་རྒྱུ་འབྲེལ་ལམ་  
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནང་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ནང་ལ་ཉ་ཅང་གི་ཞིབ་ཅིང་སྤྲོ་བ་གསུངས་ཡོད། དེ་དག་ནི་ནང་པའི་སེམས་ཁམས་  
རིག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཚན་རིག་ཅིག་རེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་ཚན་རིག་གི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་རྟེན་པ་  
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྲུལ་ཆས་བཟོ་ཡི་ཡོད་རེད། འཕྲུལ་ཆས་བཟོས་ཡོང་དུས་སྤྱི་ཇི་ལྟར་གྱི་འཕྲུལ་ཆས་བཟོ་ཡི་ཡོད་རེད། འཆོས་  
སེམས་ཀྱི་ཚན་རིག་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ཤིག་རྟེན་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཐོག་  
ནས་ཁོང་ཁྱོད་པ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། སྤོང་རྩེ་སྤྱི་བུ་ཕྱེད་པ་བཟོ་བྱེད་ལྟར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་འདྲའི་སེམས་ཀྱི་འཕྲུལ་  
ཆས་དེ་ང་ཚོ་ཚང་མའི་ལག་པར་ཡོད་བསྟན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་སྤྱི་དངོས་པོའི་འཕྲུལ་ཆས་ལྟར་ཁོང་ནས་དངུལ་སྤྲོད་དེ་ཉོ་མི་  
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོས་དེ་དག་ངོ་སྤོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ག་རང་བཤེད་སྤྱོད་བཏང་སྟེ་བཤེད་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་རྒྱུ་བཟོ་བའི་  
ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཁོང་ཁྱོད་ལྟར་སྤྱོད་ཉེ་ཉ་ཅང་གི་མ་སྤྱོད་པ་འདྲུང་བའི་སྐབས་སུ་ཁོང་ཁྱོད་འཛོམས་  
རྒྱུ་འབྲེལ་ལམ་དེ་དག་བསམ་སྟོན་བཏང་སྟེ་རིམ་པས་སྟོན་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན། རང་གི་རྣམས་པ་ལ་གཞིགས་ཉེ་ཁོང་ཁྱོད་  
མུང་དུ་གཏོང་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་བདེ་སྤྱོད་ཐུབ་པ་ཡིན། དེའི་ཆེད་དུ་སྤྱིའི་འཕྲུལ་ཆས་ཤིག་ལོགས་སུ་ཉོ་དགོས་  
མེད་ལ་ཉོ་རྒྱུ་ཡང་མེད། དེ་འདྲའི་བསམ་སྟོན་ཞིག་བཏང་བ་ཙམ་གྱིས་ཁོང་ཁྱོད་མུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་བསྟེན་གྱི་རྒྱ་ཆགས་  
ཞེན་མུང་དུ་འགྲོ་བ། དུག་དོག་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པས། སེམས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་དེ་ལྟར་བཤེད་གཏོང་བྱེད་པ་ཡིན་  
ན། དེ་ནི་ང་རང་ཚོའི་ལག་པར་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཁོང་དུ་ཞུས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་  
གནས་ཚད་མཐོ་པོ། ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་འཕྲུལ་ཆས་ཤིག་ང་ཚོའི་ལག་པར་ཡོད།

(སྤྱིའི་ཕུན་ཚོགས་ལས་མའི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་འགྲུབ་མི་བྱེད་པ།)

དེས་ན་གོང་དུ་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར་སྤྱིར་འཛོམས་མུང་ནང་མའི་བསམ་སྟོན་གཏོང་སྟེ་གསུང་དེ་སྤྱིའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལས་འདྲུང་  
བར་བསམས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ད་བར་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་དང་། ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཟོ་  
རིག་འཕྲུལ་ཆས་བསམ་གྱིས་མེ་བྱེད་པའི་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་དང་། དེའི་དབང་གིས་དེང་གི་དུས་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤོད་དང་  
འགྲེམས་འགྲུལ་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡོངས་སྤོད་འདོད་དགུར་འཛོམས་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་དང་། འོན་ཀྱང་  
འགྲོ་བ་མའི་བདེ་སྤྱོད་འདྲུང་སྤངས་ཀྱི་གཞི་ཚུལ་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲའི་མེན་པར་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་ཇི་ཙམ་སྤོད་པ་དང་། དེའི་  
དབང་གིས་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཇི་ཙམ་ཞིག་བྱུང་རུང་དེས་འགྲོ་བ་མའི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་རྫོགས་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་མེད་པའི་  
བསམ་ཚུལ་ཞིག་ལོ་ལྷ་བཅུ་ཙམ་ནས་དེ་སྤྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་ལས་མའི་འདོད་དོན་འགྲུབ་རྒྱས་པར་འདོད་མཁམ་བསམ་ཡོད་མི་  
སྤྲུག་ལ་བྱུང་བ་རེད། མི་ཚོའི་བསམ་པའི་ནང་ད་ཆ་དེས་འདང་གི་མེད་པ་ཞིག་དང་། སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཚོད་སྤོད་  
པ་ཡིན་ནའང་སྤྱི་བསྟེན་མང་དུ་མང་དུ་འགྲོ་བའི་བཟོ་འདྲེ་ཞིག་མ་གཏོགས། ལྷག་བསྟེན་མུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། སེམས་པ་  
སྤྱོད་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། སེམས་པ་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་ཆགས་རྒྱུའི་གནས་སྤངས་ཤིག་མེད་པར་མ་ཟད། དེ་ལས་རྫོགས་སྤོད་དུང་  
ཟིང་ཆ་ཆེ་རུ་དང་། དཀའ་འདུལ་མང་དུ་མང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་སྤོད་སྤོད་གཞན་ནས་  
ནང་པ་སྤྱི་དང་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་ལུགས་ཁག་སོགས། དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཞུས་  
ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ནང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞི་བདེ་བསྐྱེད་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་མཐོང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད།  
སོ་སོའི་སྤོང་ཚོར་གྱི་ཐོག་ནས་ནང་གི་སེམས་ལ་ལྷ་དག་གཏོང་རྒྱུ་ཞིག་དང་། བཟོ་བཅོས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ལམ་ལུགས་ཤིག་

འགོ་མ་བརྒྱུགས་པའི་བར་ལ་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཐོག་ནས་བདེ་སྲིད་དང་ནི་བདེ་སྲུབ་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ལ་ཐག་ཚེད་ནས། མི་མང་པོ་  
ཞིག་གིས་དེར་དོ་སྣང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་རེད།

(ཙུ་ཚེའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དེ་བཤད་སྐྱབ་གཉེས་ཀྱི་སློན་ནས་བདག་གཅེས་དགོས་པ།)

གོང་དུ་བཤད་པའི་གནད་དོན་དེ་འདྲ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་འཇམ་སྐྱིང་  
ཡུལ་གྱུ་གང་སར་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་ཞིང་འགོ་བ་མི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་དོན་བསྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་  
ལམ་སློན་ཟབ་རྒྱས་གནང་བའི་མཇུག་འཕྲིན་རྒྱུ་ལོ་ཆེ་བསྐྱབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་མཇུག་འཕྲིན་  
དེ་འཇམ་སྐྱིང་སྲོགས་གང་སར་ཁྲུབ་ཡོད་ལ། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཟབ་མོ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་  
འཇམ་སྐྱིང་འདིའི་མི་གངས་ས་ལ་བྱེ་བ་མང་པོར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་རེད། དེས་ན་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་  
གྱི་བསྟན་པ་ཙུ་ཚེན་འདི་འཇོན་མཁན་བོད་མི་རིགས་ཞེས་མིང་ཐོགས་མཁན་གྱི་མི་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་འདིའི་ཐོག་ལ་ངེས་པར་  
དུ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་དང་། དེར་སློབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་ཚོས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་དང་། མི་མང་ཚོ་  
ལ་ཡང་དེའི་གོ་བདེ་སློབ་དགོས་པ། བསྐྱབ་བྱ་སློན་དགོས་པ། དེ་བཞིན་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡང་དེ་ངེས་པར་བསྐྱབ་དགོས་  
པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། མི་མང་ཁག་གི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། སོ་སོའི་སེམས་ལ་  
སྐྱངས་འཇོན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དགེ་མཚན་གིན་ཏུ་ཆེ། དཔེར་ན། ཁོང་ཁོ་ལངས་པ་ཡིན་ན་འདི་འདྲ་འདྲ་བྱེད་དགོས་  
ཀྱི་ཡོད་བསམས་ནས་སོ་སོས་ལམ་སང་དེའི་ཐོག་ལ་སློན་འགོག་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། ལམ་སང་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཐུབ་པ་ཞིག་  
དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན། དངོས་གནས་དང་གནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདི་བཤད་པ་དང་སྐྱབ་པ་གཉེས་ཀྱི་སློན་ནས་  
སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་མར་བབས་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེ་མིན་བཤད་པ་དང་སྐྱབ་པ་དེ་རྣམས་དགོན་པ་ཁག་གི་ནང་ལ་  
བརྒྱད་པ་ཞིག་དང་། མང་པོ་ཞིག་གི་བསམ་སློབ་གནང་ལ་སློམ་ཞིག་རྒྱག་དགོས་ཡོད་ཀྱང་མ་འོངས་པར་ལོ་ལར་ཅམ་སྐྱབས་  
སོང་ན་བརྒྱབ་སྟམ་པ། དེ་འདྲའི་ཚོར་བ་མ་ཡིན་པར་སློམ་རྒྱག་ན་ད་ལྟ་རང་ནས་རྒྱག་དགོས་པ་དང་། ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་པའི་  
སྐབས་སུ་སློམ་རྒྱག་པ་དང་། ལོ་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་སྐབས་ནས་སློམ་རྒྱག་རྒྱུའི་གོམས་གཤིས་བཟོ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཏན་ཏན་ཁྱུང་པར་  
ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་སློམ་སྐྱབ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་སེམས་བཙོས་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་  
དེ་དུས་དང་གང་ཟག་གི་ཁྱུང་པར་མེད་པར་མི་ཀུན་གྱིས་རྒྱན་ལྷན་མི་ཚོའི་བྱེད་སློན་རྣམས་གཞག་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་སྐྱེ་  
སྐྱར་འབྲལ་ཕྱགས་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་དགེ་མཚན་ཆེ་ལ། ཡུལ་བ་དགེས་པའི་མཚོན་སྤྱོད་ཡང་དེ་རེད་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་འཇོན་སློབ་སྤེལ་གསུམ་གྱི་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་རྒྱུར་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཡོང་བྱུང་གྱི་རེད་སྟམ་པ་དྲན་གྱི་འདུག  
དེ་ཡིན་དུས་དེ་རིང་འདིར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ཚུལ་དུ་དཔལ་རྒྱལ་ལྡེ་བརྒྱུད་  
པའི་སློར་བཤད་དགོས་པའི་བཀའ་ལེབས་པ་བཞིན་དུ་ངས་མང་ཚོགས་ལ་མདོར་བསྐྱས་ཅམ་ཞིག་ཞུས་པའི་ཁྲུལ་ཡིན། ཐུགས་  
རྗེ་ཆེ། །།



**ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་སྐོར།**

**དགེ་བཤེས་དོན་རྒྱུ་འདུལ་**

**དེ་ལྟེང་གི་འགན་འཛིན།**

༡༡། བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕེན་གསལ་གཟིགས་གནང་མཁན་ཚང་མར་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལུ། བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕེན་ཁང་གི་ལས་ཞབས་པ་འཛིན་མེད་ལགས་ཀྱིས་ངོས་ལ་བཀའ་ལན་འབྲེལ་བ་ལྟར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྐར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་གཏམ་བཤད་བྱ་རྒྱུའི་རེ་སྐུལ་གནང་བ་བཞིན་ངོས་ནས་བརྗོད་གཞི་འདི་གཞིར་བཞག་གིས་བཀའ་ལོལ་ལུ་རྒྱ་ཡིན། ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ལྷབས་ཆེན་གྱི་མངོན་པ་བསྐྱེད་དང་སྐྱོད་བཞིན་པ་མ་ཟད། དེའི་ནང་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་དང་ཉེ་བའི་ཆར་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་སྐར་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུ་བཅས་བཞི་ཡིན།

དང་པོ། འགོ་བཅིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ། གཉིས་པ། ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་གོང་འཕེལ། གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་དོ་སྐྱོད་གོང་འཕེལ། བཞི་པ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་ཞེས་ཀ་བ་བཞི་པོའི་ལྟར་ཡིན། ལྷབས་བབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ནས་མཆོད་པའི་གནའ་པོའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡིན། ལོ་ངོ་གཉིས་ཀྱི་གོང་རྒྱ་གར་རང་བཅོན་ཉིན་མོའི་དུས་ཆེན་ཉིན་རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་འཛིན་མཆོག་གིས་རྒྱལ་ཡོངས་གསུང་བཤད་དུ་བཀའ་གནང་དོན། འཛམ་གླིང་ནང་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་བསྐྱེ་གནས་ཐོག་མར་འབྲུང་བ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་དཔལ་རྒྱལ་རྒྱུའི་ནང་པའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དེ་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། དེ་དངོས་གནས་རང་ཡིན་པ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་མཁྱེན་པ་གནང་དགོས། ལོ་རྒྱུས་ལ་ཡར་འདེད་པ་ཡིན་ན་ཏུག་གི་ལྷ། དང་མོད་རྒྱུ་ལྟེང་། དེ་བཞིན་སྐྱེད་ལེགས་ལ། བཅས་ནང་པའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་རྒྱ་ཆེ་བྱུང་ཡོད། དེའི་ཐོག་ཀའི་སྐོར་ KASHMIR ནང་ལ་ཡང་ནང་པའི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཚད་ལྡན་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལྟར་སློབ་གཉེར་གྱི་བསྐྱེ་གནས་ཁང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ནའང་ཡོངས་གྲགས་སུ་དཔལ་རྒྱལ་རྒྱུའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་འདི་རྒྱལ་སྐྱེའི་ཐོག་སློབ་གཉེར་གྱི་བསྐྱེ་གནས་ཁང་ཐོག་མ་དང་ཆེ་ཤོས་སུ་ངོས་འཛིན་གནང་བཞིན་ཡོད། དཔལ་རྒྱལ་རྒྱུའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་འདི་བཞིན་འཛམ་གླིང་སྐྱེ་དང་ཡང་སྐོས་རྒྱ་གར་དང་བོད་བརྒྱུད་ནང་བཟུན་གྱི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཉམས་བཞེས་གནང་མཁན་སྐྱེ་ཡོངས་ཀྱི་ཁྱད་ཅོད་ཆགས་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དཔལ་རྒྱལ་རྒྱུའི་ཚོས་བརྒྱུད་ནས་མཆོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལྷག་པོའི་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་གནང་རྒྱུ་འདི་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའི་ཀ་བ་བཞི་པ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་གནང་བ་འདི་ཏ་ཅང་གི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ་ང་ཚོ་བོད་རིགས་ཚོ་ལ་དེ་བས་ཀྱང་འབྲེལ་བ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཡང་སྐོས་དཔལ་རྒྱུའི་ཚོས་

བརྒྱུད་ནས་དར་བཞིན་པའི་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་ང་ཚོས་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་ཤོང་  
འཕེལ་བྱེད་པ་ལ་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྡེ་ཚན་ལས་ཚན་རིག་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་དང་རྗེས་སྦྱོར་  
ཚན་རིག་སྐྱེ་དངོས་ཚན་རིག་གསུམ་རེད། དཔལ་རྒྱལ་ལྷན་འཛུགས་ལག་སློབ་གཉེས་ཁང་ནས་མཆོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་  
བོད་ལྟ་གྲུབ་རིག་གཞུང་ཅུ་ཚེན་འདི་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཚན་རིག་གསུམ་ཆེ་བ་འདི་གསུམ་དང་ཕན་ཚུན་བརྩེས་ན་ད་གཟོད་  
གཞུང་ལུགས་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལུགས་ཉམས་ལེན་གནང་མཁན་གྱི་ནང་པ་གཅིག་ཤུ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་གར་དང་  
འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཁྱད་ནེར་ཡིན་པ་ངས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་། དམིགས་བསལ་དེང་སྐབས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་དང་རྒྱ་  
གར་གྱི་གནའ་བོད་རིག་གཞུང་དཔལ་རྒྱལ་ལྷན་འཛུགས་བརྒྱུད་གཉེས་དབར་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་གྱུར་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ལོ་ངོ་  
ཉིས་སྟོང་ཤོང་འཛམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་གཞན་ནམས་ད་ལམ་ལུན་པའི་ནང་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་ནང་ཉི་མ་གར་བ་ལྟ་བུས་  
དཔལ་རྒྱལ་ལྷན་འཛུགས་སློབ་གཉེས་ཁང་འདིའི་ནང་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་ལྷུག་པོ་ཞིག་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ད་ཅང་གི་ཕྱོགས་  
མཚུངས་པར་ད་ལས་པའི་ཚད་མཐོ་པོ་ཞིག་དར་བྱེད་བྱུང་ཡོད། སྐྱེ་དངོས་ཚན་རིག་ཐོག་ཞིབ་དུ་དཔྱད་ན་སྡེ་ཚན་གཉིས་སུ་  
དབྱེ་ཚོགས་དང་པོ། སློབ་ཆགས་དང་འགྲོ་བ་མིའི་འབྲུང་རིམ་དང་། གཉིས་པ། ལྷན་པའི་ཚན་རིག་གི་སྡེ་ཚན་ཡིན། འདི་དང་  
ཕྱོགས་མཚུངས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་འོད་དུལ་ཕྱ་མོའི་གྲུབ་དོན་འདི་སྡེ་ཚན་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རྗེས་སྦྱོར་ཚན་རིག་  
དང་ནང་པའི་ལྟ་གྲུབ་དབར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད།

དང་པོ། སློབ་ཆགས་ཀྱི་འབྲུང་རིམ་ཐོག་ཡིན་ཅིའི་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་པ་གྲགས་ཅན་ཆར་ལེས་ཏེ་ཕྱི་  
(CHARLES DARWIN) ཁོང་བསམ་བློས་མི་ཁྱབ་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན། ནང་པའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཚོས་སངས་རྒྱལ་བཙུན་  
ལུན་འདས་མངོན་པར་རྗོགས་པར་སངས་རྒྱལ་པ་ཡིན་པ། ཚད་མར་གྱུར་པར་འགྲོ་བ་ཕན་བཞེད་པ། སློབ་པ་བདེ་གཤེགས་  
སྦྱོབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཞེས་པའི་ལུགས་བྱུང་ལྷོག་གི་རིགས་པའི་ཐོག་ནས་སློབ་པ་དེ་ཉིད་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་དུ་  
རྒྱ་རུ་བ་བཞག་པ་གཟེགས་པ་བཞིན་གཟེགས་པར་ངོས་འཛིན་ལུ་གིན་ཡོད། ཡིན་ནའང་དོན་དངོས་སུ་ཆར་ལེས་ཏེ་ཕྱི་  
དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མིའི་སློབ་ཆགས་ཀྱི་འབྲུང་རིམ་དང་འཕེལ་རིམ་ཁོང་མི་གཅིག་གིས་གསུང་པ་དེ་ནི་ད་ལས་པའི་  
གཉེས་ཟབ་པོ་རེད། ཏེ་ཕྱི་ལྷན་གྱིས་གསུང་པའི་སློབ་ཆགས་བྱུང་རིམ་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ལ་  
སོགས་པའི་ཚོས་ལུགས་མང་པོ་དང་རྒྱབ་འགལ་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་པའི་  
སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་སྐབས་རེ་ཏེ་ཕྱི་ལྷན་གིས་གསུངས་པའི་སློབ་ཆགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་གྱི་གྲུབ་དོན་འདི་སློབ་ཚན་ནང་དུ་སློབ་བྱིད་  
བྱེད་རྒྱུར་དགག་བྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ལས་ལྷོག་སྡེ་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ཏེ་ཕྱི་ལྷན་གྱིས་གསུང་པའི་སློབ་ཆགས་  
བྱུང་རིམ་གཉིས་དབར་ཆ་མཐུན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡེ་ཤུ་དང་ནང་པ་གཉིས་དབར་མི་འབྲས་ཞི་ནང་པས་ཏེ་ཕྱི་ལྷན་གྱིས་  
གསུངས་པའི་སློབ་ཆགས་བྱུང་རིམ་གྱི་ལྟ་གྲུབ་དང་འགལ་བྱི་མེད། ཏེ་ཕྱི་ལྷན་གྱིས་སློབ་ཆགས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་གྲུབ་དོན་གསུངས་  
པ་འདིའི་ནང་ང་ཚོའི་ལུས་པོའི་ཆགས་སྣངས་ནི་དེ་སྤྱི་སློབ་ཆགས་ཕྱ་མོ་ཞིག་ནས་ལོ་ས་ལ་མང་པོའི་ནང་རིམ་པ་བཞིན་འཕེལ་  
རིམ་ཕྱིན་ཏེ་གང་འཚམས་ཤིག་ནས་སློབ་ཆགས་དེ་ཚུའི་ནང་ཉ་ལྟར་འགྲོ་བྱུང་མཁན་ཞིག་དུ་གྱུར། དང་པོ་དེ་ལ་སྐྱེ་བཟུགས་  
གཅིག་ཙམ་གྱི་སློབ་ཆགས་ (UNICELLULAR ORGANISM) སམ་སྐྱེ་དུལ་ཕྱ་གཟུགས་གཅིག་ལས་གྲུབ་པའི་སློབ་  
ཆགས་འདི་རིམ་པས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་ཕྱིན་ནས་ཉ་ལྟ་བུ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྐར་སར་འགྲོ་བྱུང་མཁན་ཆགས།  
དེ་ནས་གནམ་ལ་འཕུར་བྱུང་མཁན་ཞིག་ཆགས། ག་ལེར་སློབ་ཆགས་སྤྱུང་ཆགས་པ་རེད། ཚན་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བྱས་ན།  
ལོ་ངོ་ཐེར་འབྲུམ་བཙུན་ལུའི་སློབ་ཙམ་ལ་འཛིན་ཏེ་ན་འདི་གས་འཛོེར་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་འོ་ལམ་གྱི་སྐར་ཚོགས་

(MILKY WAY GALAXY) སོགས་ལྟར་། དེ་ནས་རིམ་པས་ང་ཚོའི་ཉི་མའི་ཁྱིམ་ (SOLAR SYSTEM) འདི་ལྟར་།  
སྐབས་དེར་གྱིང་དེ་དག་ཚང་མ་ཏེ་ཅང་གི་ཚ་བོ་ཡོད་པ་དང་རིམ་པས་དྲོད་དེ་རིམ་བཞིན་འཇམ་ནས་གང་མི་ཆགས་ཏེ་ལོ་ངོ་  
ཐེངས་འབྲུམ་ལྡེ་མེན་ཅམ་གྱི་མཚམས་སུ་ཚུ་ཆགས་འགོ་བཙུགས་པ་འདི་ནི་ཚན་རིག་གི་བརྟག་དཔྱད་གྲུབ་དོན་རེད། ཚུ་ཆགས་  
ནས་འདས་པའི་ལོ་ཐེངས་འབྲུམ་བཞིའི་མཚམས་སུ་སྐྱེ་དུལ་ཕྱ་གཟུགས་གཅིག་ལས་གྲུབ་པའི་སློབ་ཆགས་ཕྱ་མོ་དེ་ནམས་ལྟར་།  
དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་ལོ་ངོ་འབྲུམ་གསུམ་ཅམ་གྱི་མཚམས་ནས་འགོ་བཅི་འདི་ཆགས་པ་རེད་ཅེས་ཡོངས་གྲགས་སུ་ངོས་  
འཛིན་བཞིན་ཡོད། འགོ་བཅི་ཆགས་པ་ནས་བཟུང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འགོ་སྤངས་དཔེར་ན། ལྡན་པའི་ཆགས་སྤངས་ལྟ་བུ་རིམ་  
གྱིས་ཡར་རྒྱས་ཚད་མཐོ་རུ་ཕྱིན། ནང་པའི་ལྟ་བུ་གཞིར་བཞག་ན་གཙོ་བོར་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ཏེ་ཅང་གིས་ཞིབ་  
ཚགས་གསུང་ཡོད་པ་དང་། ཇར་མིན་གྱིས་གཙོ་བོར་ལྡན་པའི་འབྲུང་རིམ་ཐོག་བཞད་ཡོད། ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་  
སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དང་ལྡན་པའི་བྱེད་ལས་གཉིས་པོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་ལུ་གཉིས་པ་ནས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཐོག་ནས་ཏེ་ལམ་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་སྐབས་ལྡན་པའི་ལས་ཀ་བྱེད་སྤངས་  
གང་འཚམས་ཤིག་འགྲེལ་བཞགས་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། ཡང་ལྡན་པའི་བྱེད་ལས་སྐོར་ལ་བཞད་དུས་སེམས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་  
སྤངས་དེའང་ཕལ་མོ་ཆེ་ཏེ་གོ་བྱུང་བཞིན་ཡོད། མདོར་ན་ནང་པས་གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འགྲེལ་བཞད་བརྒྱབ་པ་  
དང་། ཇར་མིན་གྱིས་འགོ་བཅིའི་ལུས་པོའི་འཕེལ་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད།

གཉིས་པ། སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ལས་འཕྲོས་ནས་བཞད་ན་དེར་དུས་ལྡན་པའི་ཚན་རིག་ (NEUROSCIENCE) དེ་ཡར་རྒྱས་  
ཏེ་ཅང་འགོ་བཞིན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ལོ་ངོ་ ༡༥༠༠ ལོར་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་གསུངས་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཕྱ་  
མོ་དེ་དག་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་དགོས་འབྲུང་ན་དེ་ལྟའི་ཆར་གནས་ཚད་དེ་ཅམ་སྤྲོབས་མེད། གཞན་ལྡན་པའི་  
བྱེད་ལས་སྐོར་བརྗོད་སྐབས་ལྡན་པའི་ནང་གི་ལྡན་ཅའི་ (NEURONS) བྱེད་ལས་ཏེ་ཅང་གི་ཞིབ་ཚགས་པོ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་  
ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་། ཡིན་ནའང་འདི་དག་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཕྱ་མོ་ཞིག་གི་སྤངས་ལ་བཞད་སྐབས་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དེ་དག་ལ་  
ལྡན་པས་འགྲེལ་བརྗོད་གང་དུ་རྒྱག་སའི་ལྡན་ཅའི་མཐུད་མཚམས་ (SYNAPTIC CONNECTION) ཟེར་བ་དེར་ལྡན་པའི་  
ནང་གི་བརྟན་ཇམ་ (NEURO TRANSMITTER) འཕོ་འགྲུར་ཇི་ལྟར་འགོ་བཅིགས་ཀྱི་སྤངས་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་དགོས་  
འབྲུང་ཆེ་སྤྲོ་བཞིག་མིན། དེར་བརྟེན་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ ༡༩༤༧ ནས་བཟུང་སེམས་དང་སློབ་  
གི་ (MIND AND LIFE) ཚོགས་ཆེན་དཔྱད་འཇུགས་མཇུག་ནས་དེར་སྐབས་སེམས་དང་སློབ་གི་བསྐྱེད་གནས་ཡང་བཙུགས་  
གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་རྒྱལ་ཡོངས་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་སེམས་དང་སློབ་གི་ཚོགས་ཆེན་ཕལ་ཆེར་ཐེངས་སུ་མ་ཅུ་སོ་གངས་ཤིག་  
ཚོགས་གྲུབ་པ་རེད། ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དཔྱད་འཇུགས་ཐོག་ལྡན་པའི་ཚན་རིག་པ་དང་ནང་པའི་མཁས་པ་  
ཚོས་བརྗོད་གཞི་འདིའི་ཐོག་ ༡༩༤༧ ལོ་ནས་བཟུང་ད་བར་བཞི་བྱེད་གནང་མུས་ཡིན་པ་དང་། འདི་ལྟ་བུའི་དོན་ཕན་ལྡན་པའི་  
བཞི་བྱེད་གི་ལྡན་པའི་ཚན་རིག་པ་ཚོ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་འབྲུང་འགྲུར་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུའི་ཁ་ཕྱོགས་མང་  
པོ་ཞིག་ནང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་ལམ་སྐོར་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོར་ཕྱིས་སུ་ཉམས་ཞིབ་བྱུ་རྒྱུའི་མྱོ་སྐྱེད་  
གསར་པ་མི་ཉུང་བ་བྱུང་དང་འབྲུང་མུས་རེད།

དེ་འགྲེལ་གསུངས་ཕེ་གི་ཡོད་ཕྱོགས་འདིར་ཡ་མཚན་པ་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་འབྲུང་གིན་ཡོད། དེ་སྤྱི་ལོ་ཇི་ལྟར་འདི་རྒྱལ་ཁབ་  
ནང་དུ་ཉི་མ་རྒྱུབ་པའི་སྐབས་ཤིག་མེད་ཅེས་ཟེར་སློབ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ནི་ཉི་མ་ཇི་ལྟར་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱོགས་འཇམ་སྤྱིང་གི་



ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཉི་མ་རྒྱབ་ན་ཡང་ཨིན་ཇིའི་དབང་བསྐྱར་འོག་ཡོད་པའི་ས་  
 ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཉི་མ་གར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཙམ་ཞིག་གིས་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཡོང་དུས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རང་རེ་ཨི་ཞེ་ཡའི་མི་ཚོའི་ལྷ་སྒྲུབ་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་མི་ཞིག་གིས་སློབ་བྲིད་བྱེད་པ་ཡིན་ན་འདི་སློབ་སློབ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
 ང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་སློབ་བྲིད་གནང་བ་ཡིན་ན་སློབ་སློབ་མ་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་ཞིག་གི་སྒྲུབ་བ་དེ་ལྟར་གར་བྱི་ཡོད་པ་རེད།  
 རྒྱ་གར་དང་ཨི་ཞེ་ཡའི་ནང་གི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་མང་དག་ཅིག་གི་ནང་གར་ཕྱོགས་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་  
 སློབ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན་ཡང་མདོར་དོན་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དེ་གར་རང་རེད། གར་  
 ཕྱོགས་པའི་ཡུལ་གྱར་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སློབ་ཏུ་ཅང་གིས་ཕྱུག་པོ་ཡོད་ན་འང་འདིའི་ཐོག་ལ་སློབ་སློབ་བྱེད་མཁན་ཚོར་  
 གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་ལྷ་སྒྲུབ་ལ་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སློབ་གཉེར་འདི་གོ་མ་ཚོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ལྷ་སྒྲུབ་འཛིན་  
 བཞིན་ཡོད། རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་མཁས་དབང་དང་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་དེ་ཚོའི་ལྷན་དུ་བཞུགས་བྱེད་  
 སྐབས་ད་གཟོད་ཁོང་ཚོས་སློབ་སློབ་བྱེད་བཞིན་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་འདི་དང་གར་ཕྱོགས་པའི་ཡུལ་དུ་དེ་སྔ་དར་བྱུང་  
 བའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཤེས་ཡིན་གཉིས་བསྐྱར་ན་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་གནས་ཚད་དེ་ཙམ་གྱིས་མཐོ་པོ་མིན། གར་  
 ཕྱོགས་ཨི་ཞེ་ཡའི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྒྲུབ་གཞན་ཞིག་ནི་དེ་སྔ་ནས་རྒྱབ་ཕྱོགས་པས་ཚུར་དབང་བསྐྱར་བྱས་པས་བག་ཆགས་ལྟ་  
 བྱས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ཕྱུག་པོ་འདི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བ་མ་གར་བར། རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་ནས་ཚུར་སླེབས་པ་ཡིན་  
 ན་རིག་གཞུང་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་པས་འདིའི་ཐད་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཏོག་ཙམ་ནོར་བྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་  
 ན། ཨི་ཞེ་ཡའི་རིག་གཞུང་འདི་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཕྱིན་པ་དང་རྒྱབ་ཕྱོགས་པས་དེར་བཟོ་ལྟ་འདྲ་ཏོག་ཙམ་བཟོས་ཏེ་  
 དེ་ནས་ཨི་ཞེ་ཡར་ཚུར་འབྲེལ་ཡོང་པ་ཡིན་ཚེ་འདི་ཏུ་ལས་པ་ཞིག་རེད་འདུག་བསམ་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན། སློམ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་ཚོ་སོ་སོའི་ལུས་ངལ་དང་སེམས་ངལ་དག་བཙོས་ཐབས་སམ་ཞི་ཐབས་སུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་ཚུར་དར་ཡོང་ན་དེ་ལ་མང་  
 པོས་ཏུ་ལས་ཏེ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པར་སློབ་ཕྱོགས་པ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད། དོན་དངོས་ཐོག་སློམ་ལུགས་ཀྱི་རིགས་དཔེར་ན། དུན་  
 ཤེས་ཉམས་ལེན་གྱི་སེམས་ངལ་བཙོས་ཐབས་ཞེས་པ་ (MINDFULNESS BASE STRESS REDUCTION) ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་ཡར་འདེད་ན་དེ་དག་གི་དགོ་ཆེན་ཚང་མ་སྔ་མོའི་རྒྱ་གར་གྱི་དཔལ་རྒྱལ་རྒྱུ་ཚོས་བརྒྱད་སོགས་ནས་  
 མཆེད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སློབ་པ་པཎ་གྲུབ་བཅུ་དུན་ལ་སོགས་པ་ནང་པའི་མཁས་པ་སོགས་  
 ཀྱི་སར་ནས་བྱུང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན། རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་ཚོས་མང་སོགས་ཕྱན་བུ་མི་འདྲ་བ་བཟོས་ཏེ་རྒྱ་གར་དང་ཨི་ཞེ་ཡའི་ནང་  
 སླེབས་སྐབས་ཚང་མས་ཏུ་ལས་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ན་འདི་ཏོག་ཙམ་འགྲེག་གི་ཡོད་མ་རེད། འདིའི་ཐོག་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་སྒྲུབ་  
 དང་སློབ་འབྲེལ་གསོར་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ཏུ་ཅང་གི་ཕྱུག་པོ་ཡོད་པ་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་མཆོད་དགོས། དངོས་ཁམས་ཚན་  
 རིག་ཐོག་ལ་བཤད་ན་སྤེ་ཚན་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཙམ་ལ་དབྱེ་ཚོགས་དང་པོ། རུལ་ཕྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་སློབ་དང་། གཉིས་  
 པ། ལྟོས་གྲུབ་གྱི་ལྟ་བ་ (RELATIVITY THEORY) རིུ་ཏོན་ (NEWTON) གྱིས་གསུངས་པའི་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་ལྟ་བ་  
 (LAW OF MOTION) གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་རྣམས་ཡིན།

དང་པོ། རུལ་ཕྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་སློབ་ལ་མཚོན་ན་ནང་པའི་ཕྱག་དཔེ་མདོན་པ་མདོད་ནང་རུལ་ཕྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་གི་སློབ་  
 གསུངས་ཡོད། འདིའི་སློབ་ལ་དེ་སྤེན་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་གསལ་པོ་ཞིག་གནང་དོན་ལ། རུལ་ཕྱན་  
 གྱི་རྣམ་གཞག་དང་མི་རྟག་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་དག་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་རྣམས་ཏུ་ཅང་གི་ཞིབ་

ཚགས་པོ་ཡོད་ཅིང་། རྣམ་གཞག་དེ་དག་བསམ་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་ཕྱིས་པ་གཅིག་ཕྱི་མ་ཡིན་པར་མིག་མདུན་ལ་འཕྱུལ་ཆས་བརྒྱན་  
བརྩན་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་ཚོ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་སྤོང་སྤོང་གྲེང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། ཅེས་བཀའ་སློབ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཕེབས། གང་ལྟར་ཡགོང་  
ས་མཚོག་གི་དགོངས་པ་བཞེས་སྒྲུངས་འདི་དུ་ཅང་གི་གྲུ་ཡངས་པོ་དང་སློབ་གཟུ་བོར་གནས་པ། གཟུར་གནས་སློབ་ལྟོན་དོན་  
གཉེས་བ། ཞེས་གསུང་པའི་གཟུར་གནས་ཟེར་བ་འདི་ཨིན་སྐད་དུ་ (OBJECTIVE) ཟེར་བ་དང་། ལུབ་ཕྱོགས་པའི་ཤེས་  
ཡོན་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་ཚན་རིག་དང་གང་སྤྱིའི་ཐད་ནས་ཉམས་ཞིབ་གྲེང་པའི་སྐབས་ལ་སློབ་གཟུ་བོར་གནས་པ་ལས་སོ་སོའི་  
བསམ་ཚུལ་དང་གང་གྲེང་རྒྱའི་ཉམས་ཞིབ་དེ་དང་འདྲེས་སུ་འཇུག་རྒྱ་མེད། རྩལ་ཕྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་མི་རྟག་པའི་རྣམ་  
གཞག་འདི་ང་ཚོའི་ཕྱག་དཔེ་ནང་དུ་དུ་ཅང་གི་ཟབ་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེ་དང་སྤྲོད་ཚན་རིག་ནི་ང་རང་ཚོའི་བསམ་སྒྲིབ་ཐོག་ནས་  
ནང་དོན་གཏོང་བའི་འདི་སློབ་ལ་ཤར་བ་གཅིག་ཕྱི་མ་ཡིན་པར་མིག་མདུན་དུ་བརྩན་རྒྱ་ཡོད་བརྩན་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་  
ཁོ་ཚོའི་སེར་ནས་སྤྱད་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་སྐོར་བཀའ་གནང་གི་འདུག་པས་འདི་གནད་འགག་གཅིག་ཅིང་།

གཉེས་པ། དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་ནང་དུ་དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༦༨༦ ལོར་ལ་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་འདི་གཙོ་བོ་ཨིན་ཇིའི་ཚན་རིག་  
པ་ཞི་ཏུ་འོན་ (NEWTON) གྱིས་གསུང་པའི་གཡོ་འགུལ་གྱི་ལྟ་གྲུབ་གཙོ་བོ་གསུམ་ (THE THREE LAWS OF MOTION)  
དེར་བརྟེན་ཡོད། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་རྩ་བའི་ལྟ་བུ་འདིར་དུ་ཅང་གིས་འགྲུར་ལྡོག་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པ་  
འདི་ལ་ཁོང་ཚོས་ (PARADIGM SHIFT IN PHYSICS) ཟེར། དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་གཞི་རྩ་ཁོ་ཚོས་ཉིད་ནས་འགྲུར་  
བ་ཕྱིན་ཏེ་དེར་སྐབས་གྲུབ་དོན་གཤམ་ཆེ་བཞི་འོད་རྩལ་ཕྱ་མོའི་ལྟ་གྲུབ་ (QUANTUM PHYSICS) བས་ཡང་ན་གྲུབ་དོན་  
ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད། ད་ཆ་ལྟོས་གྲུབ་གྱི་ལྟ་བུ་འཇུག་ (RELATIVITY THEORY) ཡང་ན་ལྟོས་གྲུབ་གྱི་གྲུབ་དོན་དང་འོད་རྩལ་  
ཕྱ་མོའི་ལྟ་གྲུབ་ (QUANTUM PHYSICS) འདི་གཉེས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་ཕྱོགས་ནས་གཙོ་བོ་གཉེས་ཆགས་ཡོད།  
ནང་པའི་ཕྱོགས་ནས་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ལྟ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཕྱག་པོ་  
འདི་སྐོར་གསོ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པའི་ལྟ་གྲུབ་གྱི་རིག་གཞུང་ཕྱག་པོ་འདི་བཙལ་བའི་ཆེ་གྲུབ་མཐར་དབྱེ་ན།  
བྱེ་བྲག་སྐྱེ་བ། མདོ་སྐྱེ་བ། སེམས་ཙམ་པ། དབྱེ་མ་པ་ཞེས་བཞི་ཡོད། ལྟག་པར་དུ་སེམས་ཙམ་པའི་ལྟ་གྲུབ་དང་དབྱེ་མ་རང་  
རྒྱུད་པ་དང་དབྱེ་མ་ཐལ་འགྲུར་པ་གཉེས་ཡོད། དེར་དུས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་བཞི་ཐལ་འགྲུར་པའི་ལྟ་བུ་  
དེ་ཡིན། འོད་རྩལ་ཕྱ་མོའི་གྲུབ་དོན་ (QUANTUM PHYSICS) དེའི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ད་ལྟང་ཚོས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་  
མཐོང་བཞིན་པ་འདི་དག་ཚང་མ་རྩལ་ཕྱན་ཕྱ་མོའི་ཐོག་གཞི་བཞག་ནས་བཤད་པ་མ་གཏོགས་གཟུགས་ཙན་རགས་པའི་ཐོག་  
ནས་བཤད་ཀྱི་མེད། གཟུགས་ཙན་ཕྱ་མོའི་ཐོག་ལ་མཚོན་ན་ང་ཚོས་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་དག་ལ་ཡིད་ཉོན་གྲེང་ས་མེད་ཅེས་  
བཤད་ཀྱིན་ཡོད། ང་ཚོས་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཅིང་དམ་མ་ཅིང་ཟེར་བ་འདི་ང་རང་ཚོའི་ཡུལ་ཙན་  
ལ་ལྟོས་ཀྱི་ཅིང་། (OBSERVED IS DETERMINED BY THE OBSERVER) ཡུལ་གང་ཡིན་པ་འདི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་  
པ་ཡུལ་ཁོ་རང་ངོས་ནས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱ་རྒྱུ་མེད་པས་ཡུལ་འདི་ངོས་པར་དུ་ཡུལ་ཙན་ལ་བརྟོས་ནས་བཞག་དགོས་པ་ཡིན།  
ཡུལ་ཙན་དང་འཕྲད་ནས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་སྲུབ་པ་མ་གཏོགས་ཡུལ་ཙན་ལ་བརྟོས་པ་མེད་པར་  
ཡུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱུ་མེད་ཅེས་བཤད། གང་མཐོང་བ་དེ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མིན་སྐོར་བརྗོད།  
དེ་ནི་ནང་པའི་ཕྱོགས་ནས་བྱས་ཆེ་སེམས་ཙམ་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་སྐོར་ཆ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡུལ་ཕྱི་  
རོལ་དོན་གྱི་ཆ་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་ཚུལ་གསུང་གིན་ཡོད། འོད་རྩལ་ཕྱ་མོའི་གྲུབ་དོན་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་སྐོར་ཆ་ཙམ་སྐྱེ་མི་ལས་

ཚམ་ཞིག་ལས་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་པ་འདི་དང་ཡང་མཐུན་པོ་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་དོན་ནས་གསུང་སྐབས་  
ཚོས་ཐམས་ཅད་ཉོག་པས་བཏགས་ཚམ་ཡིན་པ་ལས་ཡུལ་གྱི་དོན་ནས་གཏན་ནས་མེད་ཚུལ་གསུངས་པ་དེ་དང་ཡང་མཐུན་  
ཚབས་ཆེན་པོ་ཡོད།

ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ལྟ་བུའི་ (OBSERVER) ལ་བརྟོམས་ནས་ཡུལ་རྣམས་འདྲོག་པར་བཤད། དེ་ནི་ཡུལ་དེ་ཡུལ་  
ཅན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་དམིགས་ཏེ་ཡོད་པར་བཤད། རང་པའི་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཕྱོགས་ནས་བྱས་ན་ཉོག་པས་བཏགས་  
ཚམ་ཟེར་བ་འདི་རེད། ཚན་རིག་ནས་བཤད་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་དང་ཉོག་པས་བཏགས་ཚམ་ཞིག་ལས་མེད་པ་འདི་ད་ཅང་  
གི་མཐུན་པོ་ཡོད། ལོ་བཞི་བཅུ་ལྔ་ལོ་འཛོལ་ལ་ལྟུང་མ་མཐོན་ཚེན་པོས་རྒྱ་གར་མི་མང་ལ་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་སྐོར་བཀའ་  
ཚོས་ཤིག་གཞན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་པ་གྲགས་ཅན་སློབ་དཔོན་རུ་རུ་རུ་མརྩ་  
(PROFESSOR RAJA RAMANNA) ལྷ་བ་དེས་བཀའ་ཚོས་གྲུབ་མཚམས་སུ་ལོ་འཛོལ་ལ་ལྟུང་མ་མཐོན་རིན་པོ་ཆེར་ལུ་  
དོན་ལ་འོད་རླུང་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་འདྲི་ལྡན་ལྟར་ཉོད་གསར་རྟེན་བྱུང་ནས་ལོ་བརྒྱ་གྲག་ཚམ་ཞིག་ལས་འགྲོལ་མེད། ལྟ་བུ་དེ་ནི་སློབ་པ་བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལོ་ ༡༥༠༠ ལོར་ནས་བཀའ་གནང་བྱེད་འདུག་ཅེས་ལྟས་ཡོད་འདུག། ཁོང་ནི་རྒྱལ་སྤྱིའི་རང་ལ་མཚན་སྟོན་  
ལྡན་པའི་ཚན་རིག་པ་ཞིག་ཡིན། རྣམ་དཔྱད་ཡོད་མཁན་ཞིག་གིས་བརྟམས་ན་རྒྱ་གར་ནི་རིག་གཞུང་དུ་ལས་པའི་ཡུག་པོ་ཡིན་པ་  
ཚམ་མ་ཟེད། དེར་སྐབས་ད་ཅང་གི་སྟོན་གྲགས་ཡོད་པའི་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་གྲུབ་དོན་ཕྱོད་ཀྱི་དུག་ལོ་ ༡༥༠༠ ལོར་  
ནས་བཀའ་གནང་བྱེད་པ་འདིས་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ཟབ་པོ་རི་ཚམ་ཡིན་མིན་མཚོན་ཐུབ། ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
(RELATIVITY) ཐོག་མར་ ༡༩༠༥ ལས་མས་ནང་སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་ཨ་ལ་འཇ་ཨུ་ཡི་རྟེན་ (ALBERT EINSTEIN)  
མཚོག་གིས་གསུངས་ཡོད། ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་ལྟ་བུ་འདི་དང་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ཕན་  
ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཞག་དགོས་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་དག་ད་ཅང་གི་མཐུན་པོ་ཡོད། དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་གི་རང་  
ལ་འོད་རླུང་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་འདྲི་ལྡན་དང་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་གྲུབ་དོན་གཉིས་མཉམ་སྦྲིག་གྱེད་ཐབས་སུ་འབད་སྐྱབ་རི་ཚམ་བྱས་ཀྱང་མཉམ་  
སྦྲིག་གྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད། ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་གྲུབ་དོན་འདི་གཟུགས་ཅན་རགས་པའི་ཐོག་ལ་སྐར་ཐུབ་པ་མ་གཏོགས་  
གཟུགས་ཅན་ཕྱོད་ལྷན་དུ་སྐར་མི་ཐུབ། དེ་བཞིན་གཟུགས་ཅན་ཕྱོད་ལྷན་ནས་བཞག་པའི་འོད་རླུང་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་འདྲི་ལྡན་འདི་  
གཟུགས་ཅན་ཕྱོད་ལས་གཟུགས་ཅན་རགས་པའི་ཐོག་ལ་སྐར་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱི་མེད། རང་པའི་ལྟ་བུ་གྱི་ཐོག་ནས་རགས་པའི་ཚོས་  
རྣམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་དཔྱད་གྱེད་ཀྱི་སློབ་ཐོག་ནས་འགྲུལ་བཤད་རྒྱག་རྒྱ་གཅིག་དང་། ཡུལ་ཕྱོད་རྣམས་ལ་དོན་དམ་དཔྱད་  
གྱེད་ཀྱི་སློབ་ཐོག་ནས་འགྲུལ་བཤད་བརྒྱན་རྒྱ་གཅིག་ཡོད། དེ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་ཟེར། བདེན་པ་གཉིས་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་སྒྲིག་ན་གཟུགས་སྤོང་པའོ། ལྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་ལོ། གཟུགས་ལས་ཀྱང་སྤོང་པ་ཉིད་  
གཞན་མ་ཡིན། ལྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ཞོ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན། འདི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་གསུང་ཡོད།  
དངོས་ཀུན་ཡང་དག་རྩལ་པ་མཐོང་བ་ཡིས། ལྟོས་རྟེན་དེ་བོ་གཉིས་ནི་འདྲི་ལྡན་པར་འགྱུར། ལྟོས་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་དེ་དེ་  
ཉིད་དེ། མཐོང་བ་རྩལ་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། ཞེས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས། འོན་ཀྱང་དེར་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་རྣམ་  
གཞག་དེ་གཉིས་མཐུན་པོར་སྐར་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ཚུལ་གོང་ལྟར་སྟེ་དང་། རང་པའི་ལྟ་བུ་ལ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཉོག་པས་  
བཏགས་པའི་རྣམ་གཞག་གི་ཐོག་ནས་འོད་རླུང་ཕྱི་ཕྱོད་ཀྱི་འདྲི་ལྡན་ (QUANTUM PHYSICS) འདི་བརྟམས་ཐུབ། ཚོས་ཐམས་  
ཅད་ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ཡིན་སྐོར་གསུངས་པ་དེས་ཨུ་ཡི་འཇ་ལ་ལེན་གྱིས་གསུངས་པའི་ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་ (RELATIVITY)

ལྷ་པ་དེ་ཡང་བསྐྱེས་ཕྱབ། ལྷག་པར་དུ་འང་སྣོན་པ་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་ ༡༥༠༠ ལོ་ངོ་ནས་བཀའ་གནང་བ་ལྟར་གཟུགས་སྡེ་དེ་ལོ། སྡོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གསུངས་པ་འདིའི་སྡེ་ངོ་ནས་གནས་ལུགས་ཕྱ་རགས་རྣམས་སམ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཉིས་ཏེ་ཅང་གི་མཐུན་པོ་ཡོད་ཚུལ་རིགས་ལམ་ནས་སྣོན་པར་མངོན། དེ་འདྲའི་ཚད་མཐོའི་རྣམ་གཞག་འདི་ཚེན་རིག་པ་ཚོས་ཐོས་ཚེ་ངོ་མཚར་སྐྱེ་བཞིན་ཡོད། རིག་གཞུང་ཏེ་ཅང་གི་ཕྱག་པོ་ཡོད་པ་དང་རྣམ་དཔྱད་ཅན་དང་སྡོ་གཟུ་བོར་གནས་མཁན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་གིས་ལྷ་སྐབས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་གནང་བ་རྣམས་ནང་པ་ཙམ་མིན་པར་འཇོག་སྡེ་དེ་ལྟར་ཞེས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ལ། འདི་ལྷ་བུའི་རྩ་ཚེའི་རིག་གཞུང་དེ་འདྲ་ཞིག་བོར་བསྐྱེས་སུ་སོང་ན་ནང་པ་ཙམ་མ་ཟད་འཇོག་སྡེ་དེ་ལྟར་ཡང་གྲོང་གུར་རེད། རྩ་ཚེའི་རིག་གཞུང་འདི་ངོས་པར་དུ་སྐར་གསོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་ཡགོང་ས་མཚོག་ནས་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་གནང་བ་འདི་ནི་རྒྱུ་ཚེ་བའི་དགོངས་གཞི་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྟན་ཞིང་སྡོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཚེན་རིག་པ་ལྷ་ཚད་མཐོའི་པོ་ཡོད་པ་ཚོས་ཡ་རྫས་བའི་རྩ་ཚེར་གྱུས་བརྩེ་ཚེས་ཚེར་ལུ་བའི་གནང་འགག་ཕྱག་ས་གཅིག་ནི་གནས་དོན་དེ་རང་ཡིན་པར་ཚོས་ངོས་པར་དུ་མཐུན་དགོས། ལྷ་བས་བབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ནི་ཡགོང་ས་ཡ་རྫས་མཐོན་ཚེན་པོའི་དགོངས་པར་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་ལྷ་བུ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཕྱག་པོ་འདི་སྐར་གསོ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདྲུག་ཅེས་པའི་བཀའ་དགོངས་ཕྱག་ས་བསྐྱེད་དམ་བཙའི་ཀ་བ་བཞི་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོའི་ལོ་དེ་གི་ལ་ཡ་ཡགོང་ས་ཡ་རྫས་མཐོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་མི་མང་ཁྲི་ཉེ་ལྷག་ནས་ནང་པའི་ཚོས་ལ་དེ་མོས་གནང་མཁན་ཚོར་བཤོག་བརྒྱུད་དེ་ལྷ་མ་འདྲུག་པའི་བཀའ་ཁྲིད་གནང་སྐབས་དེ་ལྟར་ཚོས་ལུ་བཙམ་པ་ཡགོང་ས་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲི་མང་པོ་ལུས་པའི་རྗེས་སུ་ཡགོང་ས་མཚོག་ནས་བཀའ་གནང་དོན་དུ་ འདི་བྱེད་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་ངོས་པར་དུ་གཅིག་བྱེད་དགོས་ཤིག་ ཅེས་བཀའ་ལེབས། སོ་སོའི་རིག་གཞུང་འདི་ཙམ་ཞིག་གི་རྩ་ཚེན་པོ་ཡོད་རེད། འདི་བྱེད་རང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་པ་དང་སློབ་གཉེར་གནང་སའི་བསྐྱེས་གནས་འདྲུགས་སྐྱེན་གནང་དགོས་ ཞེས་བཀའ་བསྐྱེད་སོང་། འདིའི་ཐོག་ཡགོང་ས་ཡ་རྫས་མཐོན་ཚེན་པོས་མ་འོངས་པའི་དགོངས་གཞི་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཞིག་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་གདོན་མི་ཟ། ལུ་ཕོ་ཕྱོགས་པའི་ཡུལ་གྱར་ནང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱེས་གནས་འདྲུགས་པ་དང་རྒྱ་གར་དུ་ནང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱེས་གནས་འདྲུགས་པ་གཉིས་དཔར་དེ་བཟུང་ཏོག་ཙམ་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་ལྷག་པར་དུ་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་ལྷུང་བའི་ལྷ་བུ་གྱི་རིག་གཞུང་འདི་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་བྱེད་སའི་བསྐྱེས་གནས་གང་དུ་བཙུགས་ན་ཡང་འགྲིག་ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་གར་ནང་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་འཕྲུང་བའི་ཚོས་བརྒྱུད་འདི་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུད་འཇོག་བྱེད་པར་སློབ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱེས་གནས་གསར་འདྲུགས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ཏེ་ཅང་གིས་གནང་འགག་ཚེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཤེས་ཡིན་འགྲོ་སྐངས་ཀྱི་གཤེས་ཀ་དེ་དང་ཤེས་ཡིན་གྱི་འཕྲུང་རིམ་ཐོག་ནས་ཀུན་སྡོང་འབྲེལ་ཕྱོགས་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་དང་ཤེས་ཡིན་འཕྲུང་རིམ་གྱི་ཀུན་སྡོང་དེ་དང་ཏོག་ཙམ་མི་འདྲ་བ་རེད། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཤེས་ཡིན་འཕྲུང་རིམ་གྱི་ཀུན་སྡོང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་གཙོ་བོ་ཕྱི་དངོས་པོ་འདྲུགས་སྐྱེན་བྱེད་པ་དང་དཔལ་འབྱོར་བཟོ་སྐྱེན་གྱི་གཞི་རྩའི་ཐོག་ནས་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་ལམ་ལུགས་འདི་ཆགས་པ་ཡིན། རྒྱ་བ་སྣོན་མ་ནང་པའི་ཚོས་ལ་དེ་པ་ཏེ་ཅང་ཡོད་པ་ཞིག་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཤིག་གི་རྒྱེན་པས་འགའ་ཞིག་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱ་ལག་ལ་སྐྱེ་བ་སྐངས་པ་དེ་འདྲའི་གི་ཡོད་པས་འདི་ཚོ་ནི་དམིགས་བསལ་རེད། ཀུན་སྡོང་གི་ཆ་ནས་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་ཡིན་ན་ཏོག་ཙམ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་རེད། རྒྱ་གར་ལ་ཆ་མཚོན་ན་གནའ་བོ་མོའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་གོ་མས་གཤེས་ནང་གང་ཟག་སུ་འདྲའི་ཞིག་ཡིན་རུང་ང་མི་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། རྒྱ་ཚོགས་ནང་ལ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་བསམ་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཐོག་པ་ཚེན་པོའི་གཞུང་

་ལུགས་ནས་བཤད་ན་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐོན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱུང་པར་བྱེད་ཨ་བསམ་པ་ཞིག་མ་  
 གཏོགས་འཇུགས་སྐྱབ་དང་། སོ་སོའི་དཔལ་འཕྱོར་བསྐྱར་བྱི་ཤུག་སྲོང་གཙོ་བོ་འདི་མ་རེད། གཞི་རྒྱའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་ཤུག་  
 སྲོང་གཙོ་བོ་མེ་འདྲ་བའི་རྒྱུ་ལྷོ་བྱིས་ཤི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་གནས་བཟུགས་བྱུང་ན་ཏ་ལས་པའི་ཡག་པོ་རེད།  
 རྒྱ་གར་ནང་དེས་པར་དུ་དཔལ་རྣམས་ལ་འདྲུང་བའི་ཚོས་བརྒྱུད་འདི་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་བྱེད་སའི་བསྐྱབ་གནས་འཇུགས་སྐྱབ་  
 བྱེད་དགོས་པ་དེ་ད་ལྟའི་ཆར་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ལོང་བྱུང་ལ་བྱེད་ཚོས་དེ་  
 ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་བྱུང་། ང་ཚོ་ཚང་མས་ལུས་པ་མཉམ་སྦྲུང་ས་ཤིག་ལས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་ལས་  
 གཞན་སུ་ཞིག་ལ་ཡང་ཁག་དཀི་ས་མེད། རྒྱ་གར་གཞུང་གི་དམིགས་བསལ་བྱུགས་ཁུར་འོག་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་  
 གཞུང་སྲོལ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱབ་གནས་ཁང་དཔེར་ན། བརྡ་རས་གཙུག་ལག་སྲོལ་གཉེར་ཁང་དང་། ལྷུ་ལྷོ་གཙུག་ལག་སྲོལ་  
 གཉེར་ཁང་ (NALANDA UNIVERSITY) གསར་པ་ཞིག་དབྱེད་བྱེད་གནང་ཡོད་པ་དང་། མ་ཟད་རྒྱ་གར་གྱི་གཙུག་ལག་  
 སྲོལ་གཉེར་ཁང་ཆེ་ཁག་མང་པོའི་ནང་ནང་པའི་ལྟ་བུ་སྲོལ་སྲོང་གནང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བསྐྱབ་ཡོད་ནའང་དཔལ་རྣམས་ལ་འདྲུང་  
 བའི་སྲོལ་གཉེར་ཁང་ཆེད་མཛོལ་དེ་འདྲེ་བཞིག་སྲོལ་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཅེས་ལུས་ཀྱང་ལུ་འབྲས་ཚོགས་ དེར་བརྟེན་ཡལོང་ས་  
 ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོགས་ནས་ རིག་གཞུང་བསྐྱབ་གནས་འདི་དག་གི་ནང་དཔེ་ཆའི་ནང་ཡོད་པ་དེ་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་  
 བྱུང་པ་ཚམས་ཞིག་མའི་པ་དཔེར་ན། གདན་ས་ཆེན་པོ་མེ་འདྲེས་དགའ་གསུམ་གཙོས་པའི་བཤད་གྲ་ཁག་དེ་ཚོའི་ནང་རྣམས་  
 བྱོན་གྱི་ནང་པའི་སྤྱིས་བྱེད་པ་དམ་པ་། དཔལ་མགོན་འཕམ་པ་པ་རྒྱ་སྐབ་དང་། སྲོལ་དཔོན་ཆེ་བ་གྲགས་པ། སྲོལ་དཔོན་ཚོས་གྲགས་པ།  
 དེ་བཞིན་སྲོལ་དཔོན་ཤོགས་སྒང་སོགས་བཞིན་དུ་བྱུགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཉམས་ཤོགས་འབྲུངས་པ་དང་། ཐོས་བསམ་གྱིས་སྲོ་  
 འདོགས་ཚོད་གནང་བ་ལྟར་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་གྱིས་སྲོ་འདོགས་ཚོད་བྱུང་པ་མང་པོ་ཡོད་པས་གང་བྱུང་ཅི་བྱུང་གྱིས་སྤྱིས་ཚོད་དང་  
 ལུན་པའི་ཤེས་ཡིན་སྲོད་བྱུང་མཁན་གྱི་སྲོལ་གཉེར་ཁང་འཇུགས་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་འདུག ཅེས་བཀའ་སྲོལ་འདི་ལྟར་མེད་ས།  
 རྒྱ་གར་མེ་མང་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་ལྟ་བུ་སྲོལ་སྲོང་གཏོང་བཤད་དང་རྒྱས་མང་འཕྲོད་པ་ཞིག་བཙལ་དུ་འགྲོ་བའི་ན་  
 ར་དེ་ཆ་རྟེན་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། གནས་སྤངས་དེ་འདྲེ་ཞིག་གི་འོག་ཤུན་གྱི་བསམ་པར་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་  
 བའི་རིག་གཞུང་ལྷུག་པོ་འདི་སྐར་གསོ་བྱེད་ལྱུང་ལོགས་འདོགས་བསྐྱབ་བྱུང་མཁན་བོད་རིགས་ཚོ་དང་ལྷག་པར་དུ་གནས་ས་  
 ཁག་དང་རིས་མེད་གྱི་ཚོས་བརྒྱུད་གྱི་བཤད་གྲ་ཁག་ནང་ལ་མ་གཏོགས་མེད། དེར་བརྟེན་དེ་ཚོའི་ནང་ནས་སྲོང་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་  
 དང་། འདྲེ་ལྷུང་སེམས། སེམས་ཁམས་རིག་པ། ཚོད་མ་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཐོས་བསམ་སྲོལ་གཉེར་མཐར་སོན་པ་དང་། དེའི་  
 རང་སྐད་གཉེས་སྲོ་བ་དང་ནང་ཚོས་དང་ལྟ་བུ་ལ་ཏོག་ཙམ་བཞུས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ནང་ཚོས་གྱི་ལྟ་བུ་ཚོད་མཛོལ་བའི་  
 མཐོན་པ་གང་ཞིག་ལ་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་མི་འབྲུགས་པ་ཞིག་དགོས། ལྷག་པར་དུ་འདྲེ་ལུན་སྐད་གྱི་ཐོག་ལ་བྱང་  
 ཆ་དང་ལུན་པ་དེ་འདྲེ་ཡོད་མཁན་ཞིག་དགོས་པས་དེ་འདྲའི་རིགས་བཙལ་དུ་འགྲོ་བའི་ན་པོད་རིགས་ཤིས་འཛོལ་བྱེད་བྱེད་  
 སའི་བཤད་གྲ་ཁག་དང་གདན་ས་ཁག་ནང་ལ་མ་གཏོགས་གཞན་ནང་ཏ་ལམ་ཁག་པོ་རེད། སྲོལ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱབ་གནས་  
 ཁང་ཞིག་ལ་གཙོ་བོ་ཆེ་ཤོས་སྤྱིས་ཚོད་ལུན་པའི་དགོ་ནན་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་ནང་དེ་སྲོལ་ལུགས་གཞན་ཞིག་ཉམས་  
 ལེན་གནང་མཁན་ཡིན་ཚུང་དེ་ཆ་དེད་དུས་གྱི་ཤེས་ཡིན་ཡོད་པ་དང་ནང་པའི་ཚོས་ལ་དེས་ཤེད་པའི་ཐོག་ནས་ཡིད་དབང་  
 འཕྲོག་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གིན་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱ་གར་མེ་མང་ཚོའི་ཁྲོད་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་སྐར་གསོ་  
 བྱེད་ལྱུང་དེ་འདྲའི་གཤེས་ཀ་དང་ཉམས་སྲོང་མེད་དུས་བོད་རིགས་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་ལྷག་པར་  
 དུ་དཔལ་རྣམས་ལ་འདྲུང་བའི་ཚོས་བརྒྱུད་འདི་རྒྱ་གར་མེ་མང་ཚོའི་ཁྲོད་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་བྱེད་ལྱུང་མཁན་གནང་

ཕུབ་པ་ཡིན་ན་རིམ་པས་ཀྱང་གསལ་བ་ཚོས་འགན་ཁུར་བ་ཞེས་ཕུབ་མཁན་ཆགས་ཀྱིན་རེད། གང་ལྟར་སངས་རྒྱུ་མཁན་གྱི་བཞུགས་པ་  
རིན་པོ་ཆེ་འདི་སློབ་གཉེར་བྱ་དགོས་ན་ཕྱི་རྒྱལ་དང་རྒྱ་གར་གཉིས་ལས་ད་ལྟོ་ཆར་རྒྱ་གར་ནས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤྱི་ཆ་ནས་  
སྤུས་དག་པ་ཡོང་ངེས་རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཐོན་པ་ཚོ་ཡང་ད་ཅང་གི་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྒྱ་གར་ནས་ཐོན་པ་དེ་གཞི་  
ཅུའི་ཀུན་སྲོལ་གི་ཆ་ནས་ལོ་སྤོང་ལྷག་མང་པོ་ནས་བརྒྱུད་སློབ་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཀུན་སྲོལ་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་  
ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་ཉོག་ཙམ་མི་འདྲ་བ་དང་སྤུས་ཀ་དག་པ་ཡོང་བསམ་པ་འདྲུག། འདི་ནས་རིམ་པས་རྒྱབ་སྤྲོད་གས་  
རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གང་སར་བྱུང་བའདུལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན་ད་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་ཆུ་མགོ་གངས་ལ་ཐུག་པ་ཟེར་  
བའི་དཔེ་ལྟར་གངས་རི་འདི་ཡག་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ནས་ཡོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་ས་སྤྲོད་གས་གང་དུ་བརྒྱུགས་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཐོགས་  
ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། མགོང་ས་མ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཞི་གིས་ཤོད་པའི་གཞི་རྒྱུ་སྐྱེས་ཚོར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་  
པའི་ནང་པ་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཀའ་གནང་གི་ཡོད། རྩོམ་མ་སྐབས་ཤིག་ལ་རྒྱ་གར་སློབ་གཉེར་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་ཤོད་པའི་སློབ་  
ཕྲུག་ཚོར་བཀའ་ཚོས་གནང་ནས་ཕྱིས་སུ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྐབས་སུ་ཤོད་པའི་སློབ་ཕྲུག་གཅིག་གིས་མགོང་ས་མ་སྐབས་མགོན་  
རིན་པོ་ཆེར་སྐྱེན་ནས་དུས་ཉེན་ཉེན་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་པ་གནང་དགོས་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་གི་འདྲུག། དེའི་  
ནང་གི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་པ་ཞེས་པའི་ལོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་སོང་། དེ་ལ་སྤྱི་ནོར་མགོང་  
ས་མ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་ཟེར་དུས་དེང་དུས་ཤེས་ཡིན་ཆད་མཐོ་པོ་སློབ་པ་བཞིན་རང་རེ་སོ་  
སོའི་རིག་གཞུང་ལ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་ཆད་མཐོ་པོ་སློབ་པ་ཕུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། སྐྱེས་པོ་མོ་ཚོ་  
ཡིན་ནའང་ནང་པའི་ལྷ་བྱུང་གི་ཆ་ནས་དགོ་བཤེས་ཚོའི་སློབ་སློབ་གི་རྒྱ་ཆད་བཞིན་དུ་སློབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་དེང་དུས་  
ཤེས་ཡིན་ཙམ་མ་ཟད། ཤོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ལའང་ད་ཅང་ཆད་མཐོ་པོ་ས་ཉེ་བྱུ་འདབ་གཞིག་  
གཉིས་ལྡན་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེས་བཀའ་གནང་སོང་། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ཤོད་པའི་གཞི་རྒྱུ་སྐྱེས་ཚོའི་བྲིད་ནས་ནང་  
དོན་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་དང་སློབ་གཉེར་གནང་མཁན་གང་མང་ཡོང་བཞིན་འདྲུག་པས་ཁོང་རྣམ་པར་ཁ་མིག་ལར་  
ལྷ་ལྷ་རྒྱ་གལ་འགངས་ཆེན་པོར་མཐོང། མགོང་ས་མ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ཐུགས་རེ་མཛད་པ་བཞིན་ཤོད་པའི་རིག་གཞུང་  
འདི་མ་ཉེ་བུང་ཕུབ་ཙམ་ཞིག་དང་། གསུང་ཚོས་ཁག་ལ་བཅར་ཕུབ་ཙམ་ཞིག། བཀའ་བཞུགས་རྣམས་ཀུན་དགའ་ར་བའི་ནང་  
བཤམས་ཉེ་མཚོད་འབུལ་བྱེད་པ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཡོད་ལག་དུ་ལྷངས་ནས་སློབ་དཔེ་ལྟར་བེད་སློབ་བྱེད་དགོས་ལ་  
ཞིབ་ཚགས་ཀྱིས་སློབ་གཉེར་གནང་དགོས་རེད་ཅེས་པའི་བཀའ་ཤེབས་པ་བཞིན་ངེས་པར་དུ་གཞི་རྒྱུ་སྐྱེས་ཚོས་ནང་པའི་ལྷ་བྱུང་  
རྣམས་ལ་སློབ་གཉེར་གནང་གལ་ཆེ། ངས་གནས་ཚུལ་བཟང་པོ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་དེ་སྔ་ང་ཚོ་རྒྱུང་དུས་སྐབས་ཤོད་པའི་ན་གཞི་  
རྣམས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད་ཟེར་མཁན་འདྲ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་རིང་ཁ་སང་ད་ཅང་གི་  
འགྲུར་བ་ཕྱིན་ཡོད། དཔེར་ན། འདི་ལོར་མཚོན་ན་ཉོག་དབྱིབས་ནད་ལམས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་མི་ཚོ་ཕན་ཚུན་འགོ་བསྐྱེད་བྱེད་  
ཐབས་མེད་པའི་སྐབས་སུ་ཤོད་པའི་གཞི་རྒྱུ་སྐྱེས་ཚོར་དཔེར་ན། ཀུན་ཕན་ནད་གསོ་ཁང་དུ་དང་ལྷངས་གནང་མཁན་གྱི་གཞི་  
སྐྱེས་སྤེན་པ་ཆེ་རིང་ལགས་ཀྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་ཐོག་ཁོང་གི་སློབ་བྱ་གཅིག་པ་བཞུགས་འཛོལ་བྱུ་འབྲིད་ལགས་སོགས་ཁོང་ཚོ་  
ཁ་གསལ་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་སློབ་ཉིད་ལྷ་བའི་ཐོག་ལ་སློབ་ཚན་འབྲིད་རོགས་ཞེས་རེ་སྐུལ་གནང་བ་ལྟར་དེ་སྤྱི་ཤོད་ཁང་གི་ལོ་  
སྤྱི་ལོ་དང་ཚོས་ཚོགས་ཐེངས་བཙོ་བུ་ཙམ་ཞིག་ཚོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ནང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཐོག་ལ་ཚོགས་  
ཐེངས་བཙོ་བུ་ཙམ་ཞིག་ཚོགས་ཕུབ་པ་བྱུང་ཡོད་པས་སྐབས་དེར་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་ཤོད་པའི་ན་གཞི་རྣམས་ལ་ཕན་  
ཐོགས་ངེས་ཅན་བྱུང་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་བསམ་སློབ་དང་བའི་སྐབས་སུ་ཤོད་པའི་ན་གཞི་རྣམས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་

བྱེད་གྱི་མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་བདེན་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་ཚོར་བྱུང་། གང་ལྟར་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྲུར་བ་ནི་བོད་པའི་གཞིན་
 རྒྱུས་ཚོས་མ་རྒྱལ་དང་སྒྲུང་སྐུལ་གྱིས་བྲུགས་འགན་བཞེས་བཞིན་པ་དེར་ཡི་རང་བསྐྱབས་བརྗོད་ཞུ་གི་ཡོད། ཉེ་བའི་ཆར་བོད་
 ཁང་ནས་དབྱུ་མ་འདུག་པ་དང་གྲུབ་མཐའ་རིན་ཆེན་སྡེ་བའི་སློབ་བྲིད་བོད་སྐད་ཐོག་དྲ་ལམ་བརྒྱུད་ཚོགས་བཞིན་པ་དེར་
 གཞིན་རྒྱུས་ཚོས་ཏེ་ཅང་གི་བྲུགས་ཁུར་བཞེས་ཏེ་མཉམ་ཞུགས་གནང་གིན་འདུག། གྲུབ་མཐའ་རིན་ཆེན་སྡེ་བའི་སློབ་ཚན་
 བྲིད་པའི་སྐབས་སུ་བོད་རིགས་ཀྱི་གཞིན་གཉིས་ལས་ལྷག་པར་དུ་བོད་རིགས་གཞིན་རྒྱུས་ཚོས་དངོས་ཡོད་གྱི་དོ་སྣང་བྱས་
 ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་སྲིད་། ཚུ་བའི་དི་ལྷོ་བོད་ཁང་ནས་ཨིན་སྐད་ནང་དུའང་དཔལ་རྒྱལ་ལྷོ་ལྷོ་རི་རབ་འབྲུམས་སློབ་དཔོན་
 (NALANDA MASTER COURSE) ཞེས་ལོ་བཞི་འཁོར་སློབ་ཚན་དང་། དཔལ་རྒྱལ་ལྷོ་ལྷོ་རི་སློབ་འགྲིའི་རབ་འབྲུམས་
 (NALANDA DIPLOMA COURSE) ཞེས་ལོ་གཅིག་དང་སྡེད་ཀའི་སློབ་ཚན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད་པས་དེའི་
 རྒྱང་འཇོམ་སྤོང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་ནས་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་སློབ་ཚན་མེ་རེ་མི་གངས་ལྟ་བུ་ལྷག་ཡོད་པ་དང་།
 ཡང་སློབ་བོད་རིགས་གཞིན་རྒྱུས་མང་པོས་ཆ་གས་ལེན་བཞིན་ཡོད་པས་དེར་དོན་ཕན་ལྡན་པའི་གྲུབ་འབྲས་སོན་ཡོད་པས་
 སེམས་ནང་དགའ་བ་སྐྱེ་འོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག། ངས་དུས་རྒྱུན་དུ་བོད་པའི་ན་གཞིན་ཚོར་ལགོ་སྤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་
 མཚོག་ནས་མི་རེ་དོ་རེ་སར་ལེབས་ནས་བྲིད་རང་ཡག་པོ་བྱེད་གྱི་འདུག་ལ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་པ་ཞིག་ཆགས་
 འདུག། ཅེས་དབྲུགས་དབྱུང་མཇུག་ཁོ་མེད་ནའང་། ད་ལྟར་ཚོས་གང་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་ལགོ་སྤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་
 མཚོག་གིས་གསན་པ་ཡིན་ན་ལ་རྒྱལ་བ་དགུས་པའི་མཚོན་སྤྲིན་ཟེར་བའི་དཔེ་བཞིན་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་བྲུགས་དགུས་པའི་
 མཚོན་པ་དོ་མ་ནི་འདི་ཆགས་གྱི་རེད་ཅེས་ཡང་ཡང་ཞུ་རྒྱུ་བྱུང་། བོད་པའི་གཞིན་རྒྱུས་ཚོ་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་བརྒྱན་འཕྲིན་
 གསན་གཟིགས་གནང་མཁན་གོང་སློབ་སློབ་ཚན་དེ་དག་ལ་མཉམ་ཞུགས་གྱིས་ཆ་གས་བཞེས་བྲུབ་ན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཡོད།
 སློབ་བྲིད་ནང་དངོས་སུ་མཉམ་ཞུགས་གནང་གི་མེད་ཆོ་མི་གཞན་ལ་དྲ་ཐོག་སློབ་བྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག་ཅེས་གནས་ཚུལ་བྲུབ་
 རྒྱལ་གནང་བྲུབ་ནའང་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཅེས་རེད། དེ་བཞིན་སྤྱི་རྒྱལ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ལ་ལེབས་ནས་བོད་
 སྐད་གོ་མ་བྲུབ་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ནའང་ནང་ཚོས་སློབ་ཚན་ཨིན་སྐད་ཐོག་སློབ་བྲིད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ཅེས་པར་དུ་དི་ལྷོ་བོད་
 ཁང་ལ་ (OFFICE@TIBETHOUSE.IN) ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་ན་ཕུག་རོགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡི།

དི་ལྷོ་བོད་ཁང་འདི་ཉིད་ལགོ་སྤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བྲུགས་བསྐྱེད་སློབ་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་བཅུགས་པ་
 དང་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་མཐུན་འགྲུར་རོགས་རམ་འོག་ནས་པ་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་འཛིན་སློབ་སྤྲོད་
 གསུམ་ཐད་ཞབས་ཞུ་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་སྲུས་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་དཔལ་རྒྱལ་ལྷོ་ལྷོ་རི་རབ་འབྲུམས་སློབ་དཔོན་
 (NALANDA MASTER COURSE) གྱི་ལོ་བཞི་འཁོར་སློབ་ཚན་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་བོད་རིགས་དང་སྤྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་
 རིགས་ ༤༦༠ ཙམ་ཞིག་ཡོད། དེ་མཚུངས་དཔལ་རྒྱལ་ལྷོ་ལྷོ་རི་རབ་འབྲུམས་སློབ་འགྲིའི་ལོ་གཅིག་དང་སྡེད་ཀའི་རིང་གི་སློབ་
 བྲིད་ལ་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཁན་མི་གངས་ ༥༠༠ ཙམ་བྱུང་ཡོད་པས་སྐབས་དང་པོའི་སློབ་མ་ནས་སློབ་ཐོན་ཟེན་པ་དང་
 ད་ལྟའི་ཆར་སྐབས་གཉིས་པར་ཆ་གས་ལེན་མཁན་འཇོམ་སྤོང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་སློབ་ཕུག་ ༩༠༠ ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཡོད་
 པས་དེས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ལྷག་པར་ནང་དོན་རིག་པའི་ཐོག་དོ་སྣང་ཡོད་པ་མཚོན། གཞི་རྒྱའི་སློབ་
 ཡོན་ཆེན་པོ་མིན་པའི་ཁར་དམིགས་བསལ་སློབ་ཕུག་ཚོར་སློབ་ཡོན་གྱི་ཐད་ཆག་ཡང་ཆེན་པོ་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད། བོད་རིགས་
 ཚོ་ཡིན་ན་སྤྱིར་བཏང་བོད་སྐད་ཐོག་ནང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བྲུབ་བྲུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་དང་གོ་བ་གཏོང་བའི་རྒྱུར་ཞུ་ཁེ་ཕན་ཆེ་

བལྟེན་ན་ཡང་པོད་སྐད་ནང་དཀའ་ངལ་ཡོད་མཁན་ཚོར་ཨིན་སྐད་ནང་དུ་ཡང་སློབ་བྲིད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་དེར་ངེས་པར་  
 དུ་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་གྱིས་ཆ་གས་ལེན་ཚེ་བསྐྱེད་པའི་དུང་དང་པོད་ཁང་ལས་ཁྲུང་ས་ངོས་ནས་མཐུན་འགྱུར་གང་དུ་གསུམ་  
 ལྷུ་ཡིན།

མདོར་ན་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་དམ་བཅའ་བཞི་པ་སྟེ་རྒྱ་གར་གྱི་  
 གནའ་རབས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཙུ་ཆེན་འདི་སྐར་གསོ་གནང་རྒྱུ་ནི་དེ་བས་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད།  
 ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་འདི་བཀའ་གནང་བའི་དོན་གྱི་སྦྱོང་པོར་པོད་རིགས་ཚོས་འདིའི་ཐོག་ལ་ཕྱགས་ཁྲུང་བཞེས་དགོས་  
 པས་དེ་ནི་རྒྱུབ་པའི་མཚོན་པ་དོ་མར་འགྱུར་ངེས། ད་བར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནས་སྐུ་ལས་བསྐྱོན་པ་  
 རང་བཞིན་ང་ཚོ་པོད་མི་མི་རེ་དོ་རེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་ ༡༩༦༠ རས་བཟུང་  
 རྩོད་གོངས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་ཐོག་པོད་པའི་སློབ་ཕྱག་ཚོ་གས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པ་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཀྱི་སློབས་  
 པ་མ་བཟུགས་པ་ཞིག་དང་། མི་རབས་ཆུན་པོ་རྣམས་འགྲོ་བུ་ཡོད་ན་ཡང་པོད་ཀྱི་ཙུ་ཆེན་རྒྱུན་སྦྱོང་ཡོང་སྐད་དུ་རྒྱབས་ཆེན་  
 ཀྱི་དགོངས་བཞེས་མངོན་པ་ཞིག་ཡིན། རང་རེའི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་དོན་ཚུད་ཟོས་སུ་མ་སོང་བའི་དོན་དུ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་  
 ཡུལ་མགོན་རིན་པོ་ཆེར་བཀའ་དྲིན་རྩེས་དུ་ལྷ་རྒྱུ་ལེགས་ཤོས་ནི་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་སློབས་པ་དང་རིག་གཞུང་། སྐད་  
 ཡིག་བཅས་ཙུ་བཟུགས་ཏུ་མ་སོང་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་དང་ལྡན་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
 ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད་པ་དེ་སྐར་གསོ་གནང་རྒྱ་གང་ཞིག་ལ་དེར་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་བསྐྱོད་ཐུབ་པ་ལྷ་རྒྱུ་དེ་གལ་  
 འགངས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བས་དེའི་ཐོག་ངེས་པར་དུ་ཕྱགས་འགན་བཞེས་རོགས། ཚང་མར་བགྱིས་བདེ་ལེགས། ཕྱགས་རྩེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལོའི་ལྷ་བ་ ༡༧ ཚེས་ ༡༦ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་སྟོན་པ་བཙེམ་ལྷན་འདས་མངོན་པར་རྩོགས་པ་པངས་རྒྱས་  
 ཡུལ་རྩེ་རྩེ་གང་གྱི་བྱང་ཚུབ་མཚོན་ཉིན་ཆེན་མོར་གནས་གཞིགས་སུ་ཕྱེད་པས་བཞིན་པ།



༡༨༥

ཡ་རྒྱལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་སྤེལ་གཏོང་ཐབས་ཐོག་གསུང་  
བཤད་གནང་མཁན།

དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ཐབས་མཁས་སློབ་གྲོལ། སེ་ར་བྲེས།

དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་ངག་དབང་བསོད་ནམས། སེ་ར་སྣང།

དགེ་བཤེས་མ་བདེ་ལེགས་དབང་མོ། དབྱུང་འོས་བསྐྱེད་འགན་འཛིན་ལས་འཕམ་དང་། སློལ་མ་གྲིང་གི་བཅུན་མ།

སློབ་བཟང་སྦྱིན་པ། དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་གི་དྲུང་ཆེ།

དགེ་བཤེས་མ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་གསལ། སློལ་མ་གྲིང་གི་བཅུན་མ།

དགེ་བཤེས་བྱམས་པ་རྒྱལ་མཚན། རྗེང་དཀར་ཚོས་སྡེའི་དགེ་བཤེས།

དགེ་བཤེས་གཡུང་དྲུང་དཀོན་མཆོག་སྟན་རི་དཀོན་པའི་དགེ་བཤེས།

ཉི་མ་ཆེ་རིང་། སུ་རྗེ་སློབ་གྲུའི་ཚན་རིག་དགེ་གན།



## ཡ་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ ཐབས་ཐོག་མེར་བྱེས་དགེ་ཤེས་ལྟ་རམས་པ་ཐབས་མཁས་སློབ་མོས།

༡། ༡༥ཉེས་ལྡོག་གི་ལོ་ ༢༠༢༠ ཟླ་ ༧ ཉེས་ལྡོག་གི་ ༢༠༢༡ ཟླ་ ༤ བར་པོད་མིའི་སྐྱིལ་འཇུགས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
 དྲིན་རྗེས་དྲན་བསྐྱེད་བཅུ་ལྔ་ལྟེང་གི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་སྐྱིལ་འཇུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་རྒྱུན་རིགས་  
 འདུ་མིན་ནང་གལ་ཆེའི་བཞེས་ལས་རིམ་ཞིག་ཞིག་གི་སྐྱིལ་འཇུགས་ཁོངས་སུ་ཕྱན་རང་ཉིད་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་  
 བཟང་པོ་གནང་བར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྷོད་དུ་ས་མཚུངས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་ལས་རིམ་འདིའི་ནང་ལ་ཆ་གས་ལེན་  
 རྒྱ་བྱུང་བའི་དུ་ཅང་གི་བསྐྱེད་བཟང་པོ་ཞིག་དང་ཚོགས་གསོག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་པས་མ་པ་དྲན་གྱི་འདུག  
 དེ་ཡང་སྐྱོགས་གཅིག་ནས་ང་ཚོ་རང་ལྷུ་ལྷུ་བྱ་བ་སྐྱེད་ནས་གཞན་ལྷུ་ལྷུ་བསྐྱེད་བཅུ་ལྔ་ལྟེང་གི་སྐྱོབ་པ་ཡིན་མོད། ཡང་  
 སྐྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བསམ་ན་སློབ་པ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་འཛུལ་སྐྱོང་གི་ཞི་བདེའི་རྒྱལ་པོ་ཡོང་བ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཞལ་  
 མང་ལ། གསུང་ཐོས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཐོབ་ནས་འཚོ་བའི་དུ་ཅང་གི་སྐྱེད་བཟང་པོ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ཡང་ཉེས་ལྡོག་གི་ཚམ་མིན་  
 པར་ལོ་ངོ་བཅུ་ཕྱག་དུ་མའི་རིང་ལ་དེ་འདྲའི་བསྐྱེད་བཟང་པོ་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་དེའི་ཆ་ནས་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དྲིན་ཞི་གཞན་ལ་  
 དུ་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་ཚོས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡིན་ཏེན་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ཆེ་གཏོང་བའི་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་  
 ཡོན་གང་ཡང་མེད་རུང་། གཏམ་དཔེར་སོ་མེད་རུང་རྟེན་གྱིས་རུས་པ་ལྟར། ཟེར་བ་ནང་བཞིན་གང་ལྟར་ཡང་གང་ཐུབ་ཀྱིས་  
 བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་བྱེད་དགོས་པ་ཞི་དུ་ཅང་གི་གནད་འགག་ཅིག་ཆགས་ཡོད་ལ། སོ་སོའི་ངོས་ནས་བསོད་ནམས་གསོག་  
 པའི་བཞེས་ལས་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཉེས་ལྡོག་གི་ཡ་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བའི་སྐྱོབ་པ་ལྟེང་གི་སྐྱོབ་པ་ལྟེང་གི་སྐྱོབ་པ་ལྟེང་གི་སྐྱོབ་པ་  
 པ་ལས། དང་པོ། འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་མཛུགས་རྒྱུའི་བྱུགས་བསྐྱེད་ལ་སློབ་པ་ཚོགས་ཁག་གས་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་དོན་ཚན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ལུས་ན་བསམ་གྱི་འདུག དང་པོ། དགོངས་བཞེད་དེའི་ཐོག་སྐྱེད་འཛུལ་  
 སྐྱོང་མའི་དམངས་ཀྱི་རྣམས་ལ། འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་སྐྱོབ་པ་དགོས་པའི་དམིགས་ལུས་དང་འདྲ་བའི་གི་  
 དགོས་མཁོ་གང་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མེད། གསུམ་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཟང་སྲོད་སྐྱོབ་པ་ལྟེང་གི་སྐྱེད་བཟང་པོ་ལྟེང་གི་བཀའ་  
 གི་ཡོད་མེད། བཞི་པ། ལྟ་བུ་བྱེད་བྱེད་པ་དང་ཚོས་ལུགས་བྱེད་བྱེད་པ་ལ་ངེས་པར་སློབ་མི་དགོས་པའི་ཀུན་ཀྱང་བྱེད་བྱེད་སྐྱོབ་  
 ཟེར་ན་གང་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཚད་གཞི་ཇི་ལྟར་འཛིན་ཐུབ་པ་དང་། ཚད་གཞི་གང་གིས་འཛིན་གྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་སློབ་པ། ལྟ་བུ་  
 ད་བར་ཡ་མཁོན་པོ་མཚོག་གིས་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་པ་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་ལྟེང་གི་  
 འདུ་རྒྱས་ཡོད་མེད། མདོར་ན་འཛུལ་སྐྱོང་ནང་གྲུབ་འབྲས་དང་། བྱུགས་རྒྱུན་གང་དག་བྱུང་ཡོད་མེད། མཐར་འཇུག་རང་ཚོ་  
 པོད་མིའི་ངོས་ནས་བཟང་སྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ཆེད་ལག་ལེན་བྱ་རྒྱུའི་ཚོགས་འགའ་ལུས་པའི་ཐོག་ནས་  
 ལུས་ན་བསམ་པ་ཞིག་དྲན་གྱི་འདུག

དོན་ཚན་དང་པོ། ཐོག་མ་དེར་སོ་སོའི་ཚོར་སྣང་དཔེ་མཚོན་མེ་གཉིས་ལུས་པ་ཡིན་ན། ད་ལོ་འཛུལ་སྐྱོང་ལ་ནད་ཡམས་  
 འདི་བྱུགས་ཆེན་པོ་ལྟེང་གི་སྐྱེད་བཟང་སྐྱོབ་པ་ལྟེང་གི་གསར་འཛུལ་གྲུགས་ཅན་ཨེ་ཤི་ལི་ (ABC) གསར་འགོད་པ་ཌན་དེ་ལི་  
 (DAN HARRIS) ཡིས་འཛུལ་སྐྱོང་ནང་མི་མང་པོ་ཞིག་ནད་ཡམས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་དང་དངས་སྐྱོབ་དང་ཞེད་སྣང་མང་པོ་ཞིག་

གིས་གནར་བཞིན་པ་ཡིན་དུས་སེམས་དོག་ཙམ་སྒྲིང་པོ་ཆགས་ཐབས་སུ་ཡགོང་ས་མཚོག་ལ་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་དང་སློམ་སྐྱབ་ཀྱི་སློན་ཉམས་ལེན་ལམ་སློན་གསོལ་འདེབས་ལུས་པའི་ཚན་པ་གཅིག་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རང་ཉིད་གཙོས་པའི་མི་མང་པོ་ཕན་ཐོགས་རྒྱབ་སྐྱོར་གྲུབ་ཡོད། འདི་ཨ་རིའི་ཨེ་སྤེ་གསར་ཁང་གི་ལས་རིམ་ཁྲོད་ནས་བརྟན་འཕྲིན་ནང་སློན་པའི་སྐབས་སུ་སློན་མ་གྲགས་ཙན་ལེན་སེ་ཉི་ཕྱི་སེ་ (LINSEY DAVIS) ཡིས་ཐོག་མར་དོ་སློབ་བྱེད་སྐབས། ད་ལྟོ་དུས་སྐབས་ལ་འཇམ་སྤོང་ནང་ཇོ་ཏུག་གི་དགོས་མཁོ་ཆེ་བོས་ཤིག་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན་ང་རང་ཚོའི་སེམས་ཤི་བདེ་བའི་ཐབས་ལུ་དང་། སེམས་སྤོང་འཇག་པོ་ཡོང་བ་བྱེད་རྒྱུ་འདི་ཆགས་ཀྱི་འདུག འདིའི་ཐོག་ལ་ལམ་སློན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་གོ་ལ་འདིའི་ཐོག་ལ་གང་ཟག་འདི་མ་གྲུས་ན་སྤུས་གྲུས་བསམ་པ་ལྟ་བུ་འདི་ཡགོང་ས་མཚོག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཅེས་ཡིན་ཤིང་གཤམ་གཤམ་གི་ལམ་ནས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱི་འདུག་པ་དེ་ང་རང་སེམས་ནང་ཏུ་ཅང་གི་ཟུག་པོ་བྱུང་། སྤྱིགས་མཚུངས་ཨ་རིའི་སྤྱི་འཇོན་ཟུར་པ་ (BUSH) སློན་མ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོར་ (TEXAS) ནང་དུ་ཡོད་བཞིན་པའི་ཁོང་གི་ཐེབས་རྩ་ (BUSH FOUNDATION) ཁང་དུ་སྐྱེ་མཁུན་གདན་འདྲེན་ལུ་སྐབས་འཇམ་སྤོང་གི་མི་ཚེན་འདུས་པའི་སྐྱེ་མཁུན་ཚོར་ཁོ་རང་གིས་སྐྱེ་མཁུན་དོ་སློབ་གནང་དུས་ཁོང་རང་སྤྱི་འཇོན་གནང་རིང་ལ་མི་སྣ་མཐོ་གསལ་མང་པོ་ཞིག་གྲུག་ཕྱད་བྱས་ནས་ཉམས་སྤོང་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བསགས་པ་དང་། དེ་དག་ཁྲོད་ནས་ཆེས་དམིགས་བསལ་གྱི་ཉམས་སྤོང་བསགས་པ་གཅིག་དེ་ཡགོང་ས་མཚོག་མཇལ་ཕྱད་ལུས་པ་དེ་ཡིན་ཞེས་དང་། དེ་ཡང་དུས་རྒྱུན་ཁོང་རང་གི་བསམ་སློབ་ཡགོང་ས་མཚོག་འཁོར་སྐབས་དེ་མ་ཐག་དགའ་སྤོང་གི་ཚོར་བ་སྐྱེ་བ་དང་། མ་ཟད་ཁོང་ནི་སེམས་ལ་སྤོང་སློབ་སྐྱེན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་རབས་ཙན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཉེ་འཁོར་ལ་གཞི་བདེ་འདྲེན་དང་རང་དབང་སྐྱེན་པའི་མཁན་ཞིག་རེད། ང་དང་ངའི་བཟའ་ཟླ་ལོ་རྒྱུ་གི་ (LAURA BUSH) གཉིས་ཁོང་དང་མཉམ་འཇོགས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཏུ་ཅང་གི་བཟའ་པོ་བྱུང་། ཡགོང་ས་མཚོག་ནི་དངོས་གནས་གཞི་བདེའི་སྐྱེས་ཚེན་ (MAN OF PEACE) ཞིག་རེད་ཅེས་སོགས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་སློན་མ་ཨ་རིའི་སྤྱི་འཇོན་གནང་སྐབས་ཁོང་གིས་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ལ་ཨ་རིའི་གོས་ཚོགས་ཀྱི་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་འབྲུལ་ལམ་ལུས་ཡོད། སྐབས་དེར་ཡང་ཁོང་གིས་ཡཔོད་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་དབྱ་བྱིད་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནི་མི་ཞི་བདེ་ལྡན་པ་སྐྱེས་ཚེན་ཞིག་རེད་ཅེས་ཆེ་བསྟོན་ལུས་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནི་འཇམ་སྤོང་ཐོག་མི་ཚང་མས་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཞི་བདེའི་སྐྱེས་ཚེན་ཞིག་ལ་དོས་འཇོན་བྱེད་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་འཇམ་སྤོང་ནང་ཆེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མི་སྣ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་དང་། ཇོན་ཉེ་མ་པལ་ཉོན་ (TEMPLETON) ཐེབས་རྩའི་གཟེངས་རྟགས་དང་། ཨ་རིའི་གོས་ཚོགས་ཀྱི་གསེར་གྱི་གཟེངས་རྟགས་ལ་སོགས་པ་གཟེངས་རྟགས་གྲགས་ཆེ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ལ་ཕུལ་ནས་ཆེས་བཀྲར་བར་འོས་པའི་སྐྱེས་ཚེན་དམ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཆེ་བསྟོན་ལུ་བཞིན་པ་ནི་ཀུན་གྱི་མཐོང་ཚོས་སུ་མཆིས། དེ་དག་གིས་གཙོ་བོ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གིས་དུས་རྟག་ཏུ་བྱམས་སྤོང་རྗེས་མཚོན་པའི་བཟའ་སྤྱིད་ཉམས་ལེན་དགོས་གལ་སྐྱོར་བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་བ་དེས་འཇམ་སྤོང་མི་མང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཇི་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་མཚོན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ད་བར་འཇམ་སྤོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོད་སོགས་གང་ནས་བཞུས་ཀྱང་འཇམ་སྤོང་ཞི་བདེའི་ཐོག་ལ་དངོས་གནས་དང་གནས་ལུ་འདེགས་ལུ་མཁན་སྤྱི་མོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ལས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་ནི་ཁ་གསལ་ཆགས་ཡོད། འདི་ང་ཚོའི་ཞིན་ཁོང་གི་སྐད་ཆ་མིན་ལ། མ་ཟད་ཡུལ་གྱི་འགའ་གས་དང་མི་སྣ་འགའ་རེས་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཐོག་ནས་ཁུབ་བསྐྱགས་བྱེད་པ་དང་། ཁས་ལེན་བྱེད་མིན་ལ་མ་སློམ་པར་གང་ལྟར་གཤམ་དུ་བཤད་རྒྱུའི་མཇུག་རྗེས་དེ་ཚོ་ལ་ང་རང་ཚོས་མཇུག་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཞིན་ཁོང་གི་ཐོག་ནས་བཤད་

པ་མིན་པར་རྒྱ་མཚོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཁྲུང་ས་སྐྱེལ་ར་འཕྲོད་བྱེད་བྱུང་པ་ཞིག་ཏུ་ཏུ་ཚགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད་བསམ་གྱི་འདུག འདི་  
དོན་ཚན་དང་པོ་ཡིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། བཟང་སྐྱོད་སྐྱེལ་བ་དེ་དགོས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་ཅེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། འདི་སྐྱེལ་དགོས་པ་  
ཞི་ཇ་དྲག་གི་དགོས་མཁོ་དང་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་དོན་ཚན་ཞིག་ཚགས་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ང་རང་སངས་རྒྱས་འཇིག་  
རྟེན་དུ་བྱོན་པ་འདི་འགྲོ་བའི་དོན་མཇུག་པའི་ཚེད་དུ་ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོས་ཚོས་རང་གི་ཐོག་ནས་  
བཤད་པ་ཡིན་ན་སྟོགས་མ་ལྔ་བདེའི་འགྲོ་དོན་བྱེད་པར་བྱགས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་དེ་དག་  
བྱགས་བསྐྱེད་པའི་བྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཞིར་བཟུང་ནས་སྟོགས་མ་ལྔ་བདེའི་དུས་སྐབས་སུ་འགྲོ་བམི་སོགས་ཀྱི་དཀའ་  
སྤྱོད་སེལ་བའི་ཚེད་དུ་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་གྱི་ཡོད་པ་ཅེད། འདི་ད་ལྟའི་བར་སྤྱིར་གྲོག་ནས་ལུས་པ་ཡིན་ན། འཇམ་སྐྱིང་  
ནང་དུ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་མིའི་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་ནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་བཞིན་  
པའི་སྐབས་དང་། དེ་ཡང་རྒྱུན་དུ་འཇམ་སྐྱིང་ནང་དབྱེད་མེད་སྤྱི་དཀའ་ངལ་དང་རང་བྱུང་གི་འཇིག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་  
ངལ་ཡོད་བཞིན་པ་འདིའི་སྤྱིར་དུ་དམིགས་བསལ་ཉེ་རབས་ནས་མི་རྣམས་ཀྱི་འདོད་རམས་འགྲན་པ་ལྟར་འཕེལ་ནས་རང་བྱུང་  
གི་ཐོན་ཁུངས་རྣམས་བེད་སྤྱོད་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་གཏོང་བཞིན་པ་འདིས་ཁོར་ལུག་ལའང་གཞོན་སྐྱོན་ད་ཅང་བྱགས་ཚེན་པོ་  
ཐེབས་བཞིན་ཡོད་ཅེད། ཁོར་ལུག་ལ་གཞོན་སྐྱོན་ཐེབས་པ་འདིས་འགྲོ་བམི་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དུ་འགྲོ་སྟོག་ཚགས་འབྲུ་སྟོན་  
རིགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་བཞིན་པོ་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་སྐབས་དཀའ་ངལ་ཚབས་ཚེན་ཞིག་ཚགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། དེ་བཞིན་  
ཚན་རིག་དང་འཕུལ་ལས་ལར་རྒྱས་ཕྱིན་ནས་རྒྱུ་སྤྱོད་སོགས་འགྲོར་ལྡན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་མི་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིའི་མཐུན་  
སྤྱོད་ཀྱི་ཚ་ནས་ལག་པོ་ཚགས་ཡོད་ཅེད། འོན་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་སྤྱིར་ནས་གྲོགས་མེད་ཁོར་ལུག་ལུས་པ་དང་། གཞན་ལང་  
ཡོད་མུག། སེམས་ངལ་དང་དངངས་འཚབ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་བཞིན་པ་ཅེད། དེ་ཡང་ལྷོ་གོང་ས་  
མཚོག་སྤྱིའི་ནས་རྒྱུན་ས་གནས་འདྲ་མིན་དུ་ཆེབས་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྐབས། ཐེབས་ལུལ་ས་གནས་དེ་དང་དེའི་སྤྱིའི་བཀོད་པ་ཕྱུན་  
གསུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་ནང་གི་དཀའ་ངལ་ཇི་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་དག་རིམ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཚོ་དང་ལྷན་བཀའ་མེལ་མཇུག་  
སྐབས་མཐུན་བཞིན་ཡོད་སྤྱིར་བཀའ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་འཇམ་སྐྱིང་གི་འཕྲོད་བསྐྱེན་ལས་ཁང་དང་། ཨ་རིའི་སི་ཉི་སིའི་ (CDC) ལྷན་ཐོའི་ནང་བལྟས་པ་ཡིན་  
ན། དེང་སྐབས་འཇམ་སྐྱིང་ནང་ཡོད་མུག་ (DEPRESSION) དཀའ་ངལ་སྤྱིར་མཁན་མི་ས་ཡ་ཉིས་བརྒྱ་སུམ་བརྒྱ་ཡོད་པ་  
མ་ཟད་ད་དུང་སྤྱི་མཐུད་གངས་ལར་འཕེལ་འགྲོ་བའི་རྟགས་མཚན་མངོན་བཞིན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལོ་གཞིན་པའི་ནང་ལ་  
མང་པོ་འཕེལ་གྱི་ཡོད་པ། གཞན་ལང་བྱུང་མེད་ནང་ལྷག་པར་མང་པོ་འཕེལ་བ་དེ་ཚོ་སྟོན་གྱི་འདུག དེ་བཞིན་སེམས་མི་བདེ་  
བས་རང་གི་རྒྱུ་མཁན་མང་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟའི་ནང་ཡམས་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་བས་ཏ་ཅང་གི་དཀའ་ངལ་ཚེན་  
པོ་མུངས་པ་དང་། དེང་སྐབས་ཀྱི་སྤྱིར་གྲོག་གས་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན་ནད་ཡམས་འདི་ཡིས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་མི་སལ་ཚེ་བར་ཚོང་  
ལས་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་བྱགས་སྤྱོད་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་སེམས་ཁམས་ལ་བྱགས་སྤྱོད་ཐེབས་ཡོད་པ་མ་ཟད།  
ནད་པ་དེ་རིགས་ལྔ་ཡོད་ན་གཅིག་དེ་ལ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་སྟོན་ཐོ་དེ་འདྲ་སྟོན་ཡོང་གི་འདུག  
བྱས་ཅང་འདི་ཚོ་ལ་དཔག་པའི་ཏ་ཅང་གི་དགོས་མཁོ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཚགས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེད། སྤྱོད་གཅིག་ནས་ཇ་དྲག་  
དགོས་མཁོ་ག་རེ་ཚགས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན། འཇམ་སྐྱིང་ནང་ཚན་རིག་ཏ་ཅང་གི་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་དུས་ཚན་རིག་གི་ཐོན་དངོས་

གསར་པ་དྲ་ཅང་གི་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། འཕུལ་ཆས་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེ་བཞིན་རིགས་རྫས་ཀྱི་  
 ཐོག་ནས་མིའི་རིགས་རྫས་དེ་ཚོ་བཟོ་སྐྱུ་དང་། ཡང་ན་བཙུན་སྐྱུར་གྱི་དང་པོ་ལ་སོགས་པ། དེ་ག་ནང་བཞིན་རིགས་རྫས་དང་  
 འབྲེལ་ཡོང་དུས་ཟས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་རྫས་སྐྱུར་གྱི་འགྲུར་བ་ཐེབས་པ། དེ་བཞིན་དུ་འཕུལ་བཟོ་ལ་མཚོན་ན་ང་རང་ཚོའི་  
 རྣམ་དཔྱད་ཀྱིས་འཕུལ་བཟོ་མང་པོ་གྱེད་ཡོང་དུས་མིའི་ལས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་འགྲུར་བ་འགྲོ་བ། ཡང་ཉིན་རེ་བཞིན་མཚོན་  
 ཚེ་རིགས་དང་འཕུལ་ཆས་མང་པོ་ཞིག་བཟོ་ཡོང་དུས་ཀྱི་སྐྱོད་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་ཀྱན་སྐྱོང་  
 འདིའི་དབང་གིས་ཕན་བདེའི་བྱ་གཞག་རྒྱུ་ལོ་ཞིག་སྐྱུར་བྱུང་བ་ཡོང་གི་ཡོད་རེད་ལ། ཡང་ཀྱན་སྐྱོང་ངན་པ་ཞིག་གི་དབང་  
 དུ་ཤོར་ན་ལས་ངན་ཚབས་ཆེན་བསགས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ད་ལྟོ་ནད་ཡམས་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་  
 པ་ཡིན་ན་གཅིག་ཟུར་ན་རྒྱུ་ཆ་གཅིག་ཡོང་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གང་ལྟར་ཚན་རིག་གི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་སྐྱོང་ངན་པའི་དབང་  
 དུ་སྤྱིན་པ་ཡིན་ན་ནད་འབྱ་བཟོ་སྐྱུར་བྱུང་སྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ཡོང་སྲིད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཀྱན་སྐྱོང་བཟང་སར་སྤྱིན་པ་ཡིན་  
 ན་དེའི་ཁ་གཏད་སྐྱུར་བཙུན་མཐུན་སྐྱུར་ལ་སོགས་པ་འདི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཚན་རིག་ལ་ལམ་སྟོན་གྱི་ཀྱན་  
 སྐྱོང་སོགས་ལ་བཟང་སྲིད་འདི་དགོས་མཁོ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེན་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རང་རེ་བོད་མིར་མཚོན་ན་འང་ལ་གོང་ས་  
 མཚོག་གིས་གསུང་བ་ལྟར་སྤྱིད་ཚོས་པའི་རྣམ་པ་འདི་གཅིག་ཕྱི་མིན་པར་སྲོལ་རྒྱུ་གི་ཕྱག་འཆལ་སྐྱོར་སྐྱོང་དང་། ལྷག་པར་  
 དུ་ནང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པར་སྐྱོབ་སྐྱོང་གྱེད་ཅིང་སེམས་རྒྱུད་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་འདི་དགོས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གྲགས་བརྒྱབ་  
 དགོས་པ། མཐའ་ན་དགོན་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཡིན་ན་འང་སྲོལ་རྒྱུ་གི་ཚོག་ཕྱག་ལེན་ཅམ་མིན་པར་སེམས་རྒྱུད་ཚོས་དང་འབྲེལ་  
 བ་དགོས་རྒྱུ་འདི་ཚོ་ཐོག་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ལ་ལྟ་ཡོང་དུས་དངོས་གནས་དྲང་གནས་ཀྱི་བཟང་སྲིད་གོང་  
 སྐྱེལ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་དགོས་མཁོ་ཅམ་གྱི་མི་ཚད་པར་ཇ་དྲག་གི་དགོས་མཁོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ། འོ་ན་འདི་ལྟ་བུའི་ཆེས་དགོས་མཁོ་ཅན་གྱི་བཟང་སྲིད་འདི་ཡར་རྒྱས་ཅི་ལྟར་གཏོང་བྱུང་བམ།  
 ང་ཚོས་གཞི་རིམ་སྐྱོབ་བྱ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་སྐྱོབ་གསེའི་ནང་བཟང་སྲིད་ཀྱི་སྐྱོབ་སྐྱོང་དེ་ཚོ་བརྒྱུགས་ཏེ་གོ་རྟོགས་སྐྱེལ་བ་སོགས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བྱུང་གི་རེད་དམ་ཞེ་ན། ཏན་ཏན་བྱུང་གི་རེད་ཅེས་ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་གདེངས་སྐྱོབས་ཆེན་པོས་ཡང་ནས་ཡང་  
 དུ་བཀའ་གནང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཁོང་གིས་ཚོས་ལུགས་བྱེ་བྲག་པའི་གསུང་རབ་ནས་གསུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་བཟུང་བར་  
 འཛིན་ཉེན་ཀྱན་བྱུང་གི་རྒྱ་མཚན་མང་པོའི་ཐོག་ནས་སྐྱེལ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བྱེད་དུ་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲིད་ཀྱི་  
 ཀའ་བ་གཉིས་སོགས་གསུང་གནང་ཡོད་རེད། ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲིད་ཀྱི་ཀའ་བ་གཉིས་ཅེས་གསུངས་པའི་ཅ་  
 འཛིན་དང་པོ་ནི། འགྲོ་བ་མི་གཅིག་འགྲུར་གྱི་འདྲུ་ཤེས་སྐྱུར་དགོས་པ་དེ་ཡིན་པར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཅི་ལྟར་སྐྱུར་དགོས་  
 ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་ང་ཚོའི་ཉམས་སྲིད་དང་། རྒྱུན་ཤེས་སོགས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཤེས་བྱུང་བ་གཅིག་ནི་ནང་སེམས་  
 ཀྱི་མངོན་འདོད་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མི་ཚང་མ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་  
 པར་སྐྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། འདི་ར་འཕྲོད་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཕ་རོལ་པོ་ལ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་དང་པོ། ཕ་རོལ་པོ་དེའང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ལ་བདེ་བ་འདོད་པ་རེད་བསམ་པའི་བསམ་ཚུལ་འདི་སྐྱུན་བྱུང་གི་རེད་ལ་དེ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་གཅིག་ཆགས་  
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཅ་འཛིན་གཉིས་པ་ནི་སྤྱིད་སྤུང་པའི་བྱུང་ཚེ་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མི་ཚང་མ་སྤྱི་ཚོགས་སེམས་ཅན་ཆགས་ཡོད་  
 པ་དེ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་སེམས་ཅན་ཟེར་བའི་དོན་ནི་སོ་སོའི་བདེ་སྐྱུག་འདི་སོ་སོ་གཅིག་ཕྱི་ལ་རག་ལས་པ་མ་ཡིན་པར་  
 མི་གཞན་ལ་སྐྱོས་ནས་འཚོ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་རེད། དེར་བརྟེན་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འཚོ་དགོས་པའི་

དེ་ནི་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ཤེས་ཉོན་ལྡན་ཆེད་ར་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དཔེར་ན་དེ་སྐབས་  
གྲིས་ནད་ཡམས་ལྟ་བུ་མཚོན་ན་ང་ཚོ་འཇམ་སྤྱིང་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། འཚོ་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་དུ་ཅང་  
ཁ་གསལ་སྤོང་གྱི་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡུལ་ལུང་གཅིག་ལ་ནད་ཡམས་སྤུང་བ་འདི་བཀག་འགོག་བྱེད་མི་ཐུབ་ཆེ་ལུང་པ་  
གཞན་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཡོང་བ་སྤྱད་པ། དཔེར་ན། འགྲིམ་འགྲུལ་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཤུགས་རྒྱུ་ཐེབས་བཞིན་  
པ་དེ་འདི་ལོ་གསལ་པོ་འགྲིམ་པ་འཕྲོད་སྤུང་བ་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་སེམས་ཅན་ཡིན་པ་འདི་དང་འགོ་བོ་མི་གཅིག་  
གྲུར་གྱི་འདུ་ཤེས་འདི་གཉིས་ར་ཡག་པོ་འགྲིམ་པ་འཕྲོད་སྤུང་བ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ལ་བསམ་སྡོམ་གཏོང་དགོས་པ་ཤེས་  
པ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སློབ་གསོ་དེ་ཚོ་བརྒྱུད་ནས་བཟང་  
སྤྱོད་རང་བཞིན་གྱི་སྤེལ་བྱུང་བ་ཆགས་ཀྱི་རེད། གཞན་ཡང་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་ཤུགས་ཆེན་སྤེལ་བ་ལ་སྐྱུབ་བྱེད་དམ་  
མཐུན་རྒྱུ་ཡག་ཤོས་ཅིག་ནི་ཚན་རིག་གིས་ཐབས་ལམ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་འགྲེལ་བཞེད་བྱེད་  
རྒྱ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། སྤྱིར་དུ་ལྗོངས་ཆ་ལ་ཚན་རིག་གི་ཤེས་ཚད་ལ་མཚོན་ན། སེམས་ཁམས་རིག་པ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཕྱིའི་  
གཟུགས་ཅན་སྐོར་ལ་གནས་ཚུལ་ཤེས་ཉོན་ལྡན་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ལྟར་ཡར་རྒྱས་དེ་ཅམ་ཕྱིན་མེད་སྐབས་བཟང་སྤྱོད་ཆ་ཚང་  
བཞིག་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་ཐུབ་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་གཞི་རིམ་གྱི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་འགྲེལ་བཞེད་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་།  
མ་འོངས་པ་ན་ལུ་མཐུད་དེ་འགྲེལ་བཤད་ཡག་ཏུ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་གཙང་མ་ཡོད། ཅེས་པ་གོང་ས་མཚོག་གིས་  
ཕྱག་དེབ་ནང་དུ་བཀོད་ཡོད་རེད་ལ་རྒྱུན་ལྡན་ནས་ཡང་ཡང་གསུང་གནང་གི་འདུག འདིའི་ཁྲོད་ནས་སྐབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་  
ད་ལྟར་དུ་ཚན་རིག་གི་རྙིང་དོན་ཏེ། དབང་ཅའི་ཚན་རིག་དང་། འཕེལ་འགྲུར་རིག་པ་སོགས་ཀྱི་ནང་ལ་གཞི་རྒྱུ་འགྲེལ་བཞེད་  
དང་སྤྱིང་རྩེ་འདི་ཚོ་འགོ་བོ་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་ཐབས་དང་། བདེ་སྤྱིད་། དེ་བཞིན་ཚོ་གནས་སོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་  
གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་རྙིང་བེན་ཡོད་པ་རེད་ལ། དཔེར་ན་སྤྱི་དངོས་འཕེལ་འགྲུར་རིག་གསར་གཏོད་པ་གྲགས་ཆེན་ཆར་  
ལེ་སི་ཏར་ཤིན་ (DARWIN) གྱིས་ཀྱང་། རང་འབྲུང་འདེམས་སྐྱུག་གི་ལམ་ནས་གཞི་བསམ་པ་འཕེལ་དགོས་ངེས་ཡིན་  
ཏེ། ག་ཚ་ལྡན་པའི་འབྲུས་མི་མང་ཤོས་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཉིད་འཕེལ་རྒྱས་ལེགས་ཤོས་འབྲུང་བར་ངེས་ལ། བརྒྱུད་འཇམ་  
ཡང་མང་ཤོས་བསྐྱེད་བསྐྱང་བྱེད་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་གསུང་ཡོད། དེ་ཅམ་མ་ཟད་ཚན་རིག་པ་དང་ཤེས་ཡིན་ཅན་མང་  
པོས་འཇམ་སྤྱིང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཆེད་དུ་ཐུགས་ཁུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཡུལ་ལུང་ས་མཚོག་གིས་གསུང་བཞིན་པའི་མཁས་  
པ་སྟེ་དེ་ལྟ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཚན་རིག་དགོ་རྒྱུན་གནང་སྤོང་མཁན་འཇམ་མཁན་པ་ཤིན་ཇོ་ཀར་ (VON WEIZSACKER)  
དང་། དེ་ག་ནང་བཞིན་གྱི་ལྟ་བུ་པ་ཀལ་པོའ་པར་ (KARL POPPER) དང་། ཚད་དུལ་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བ་གྲགས་  
ཅན་ (DAVID BOHM) ཉེ་ཕྱི་ཉེ་སྐོར་སོགས་དོན་དམ་པའི་ཚན་རིག་པ་དང་ལྟ་བུ་པ་ཡིན་མོད། འགོ་མའི་བདེ་དོན་ལ་  
སེམས་ཁུར་བྱེད་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་ཡིན་འདུག དེ་ཚོར་ལྟ་ཡོང་དུས་དངོས་ཡོད་ལ་བཟང་སྤྱོད་སྤེལ་བྱུང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་  
དང་། ཤེས་ཡིན་ཅན་མང་པོའི་རེ་འདུན་ཀྱང་ཡིན་པ་རེད། ཡང་ཡུལ་ལུང་ས་མཚོག་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་ལྡན་བཤོ་སྤོང་  
ཐེང་མང་གནང་སྤོང་བ (MIAMI UNIVERSITY) ལྟ་ཡུལ་ལུང་ས་མཚོག་ནང་ཨ་མི་ཤེ (AMISH) ཟེར་བའི་དགོ་རྒྱུན་ཆེན་  
མོ་ཞིག་ཡོད། ཁོ་རང་གཙོ་བོ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གིས་སྤོང་སྐྱུབ་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཞིག་དང་། དམིགས་  
བསལ་གྱི་ཨ་རིའི་དམག་མིར་སྤོང་སྐྱུབ་ཀྱི་སྐོར་ལ་སྤོང་སྤོང་སྤོང་མཁན་ཞིག་ཀྱང་རེད་འདུག ཁོ་རང་གིས་སྤོང་མ་གསུང་  
བཤད་ཅིག་ནང་འདི་ལྟར་གསུང་འདུག ཕྱི་ལོ་ 1970 དང་ 80 ལས་མས་སྐབས་སུ་ལུས་སྤོང་དགོས་གལ་ཆེན་ཡིན་  
སྐོར་མང་ཚོགས་ལ་ཆེད་མངགས་དྲིལ་བསྐྱུགས་རྒྱ་ཆེ་སྤེལ་དགོས་པ་སྤུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ད་ཆ་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་དགོས་པར་

ལུས་སྤྱོད་ཇི་ཙམ་གལ་གནད་ཆེ་ཚུལ་སྐོར་ཡོངས་གྲགས་ཆགས་བྱུང་ཡོད། དེ་དེ་བཞིན་གྱི་སྐོར་སྐབ་དང་དུན་པ་ཉེར་བཞག་  
འདི་དུ་ལྟོ་གནས་སྐབས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཆེད་མངགས་མང་ཚོགས་ལ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་དགོས་ཀྱང་མ་འོངས་པར་  
ལོ་བཅུ་ལྷག་གཅིག་གཉིས་རྗེས་དང་། ཡང་ན་གང་ལྟར་དུས་ཚོད་ངེས་མེད་ཅིག་གི་ནང་ལ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་དུ་ལྟོ་ལུས་ཚུལ་  
ལྟར་བྱས་ནས་བསམ་སྒྲུབ་འཕྲོད་བསྐྱེད་དེ་ཚོ་ཡིན་ཤིང་གཤམ་གསལ་གྱི་ལོ་བཅུ་ལྷག་ལོང་བྱུང་བའི་བར་དུ་ཡོད། དེ་བཞིན་  
(RICHARD DAVIDSON) གྱིས་དེ་སྔོན་གཏམ་བཤད་ཅིག་གི་ནང་དུ། དེ་རིང་ཁ་སང་ང་རང་ཚོ་ཞོགས་པ་ཡར་ལངས་པ་  
དང་སོ་འཁྲུག་པ་དེ་ཚོ་མི་ཚང་མས་འཆར་ཅན་དུ་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་ག་ལེར་ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་  
དྲིལ་བསྐྱགས་དང་དོ་སྣང་སྤྱད་དེ་ཞོགས་པ་ལང་མ་ཐག་ཚང་མས་དུན་པ་ཉེར་བཞག་གི་སྐོར་སྐབ་མ་ལུང་རིང་རྒྱག་པ་ལ་སོགས་  
པ། ཡང་ན་སྤྱིང་རྗེའི་སྐོར་སྐབ་ལ་སོགས་པ་གོམས་གཤིས་དེ་དག་འཇགས་དགོས་རེད། དེ་དག་ཡོང་བྱུང་གི་རེད་ལ་འབད་  
བརྩོན་ཡང་བྱེད་དགོས་རེད་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དེ་ཚོར་ལྟོ་ལོང་དུས་བཟང་སྤྱོད་སྤེལ་བྱུང་བའི་བར་དུ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ལྷག་ལོང་  
གི་འདུག

དོན་ཚན་བཞི་པ། ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བཟང་སྤྱོད་སྤེལ་དགོས་རེད་ཅེས་པའི་བཟང་སྤྱོད་  
དེ་ག་རེ་རེད་དམ། ཚོས་ལུགས་སོགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་དེའི་ཚད་གཞི་རི་ལྟར་འདྲིན་བྱུང་བམ་ཞེ་ན། སྤྱིར་བཏང་ང་ཚོས་  
བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་གོ་དོན་འདྲིན་སྐབས་ཁ་གསལ་གྱིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བཟང་སྤྱོད་ལྟ་བུ་གསུང་གི་འདུག ཡང་ཁག་ཅིག་  
གིས་བཟང་སྤྱོད་ཅེས་པའི་སྐབས་སུ་བཟང་ཟེར་བ་འདི་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་སྟེ་བཟང་པོའི་མང་གཞི་དང་། སྤྱོད་པ་ཟེར་བ་  
འདི་གཚོ་པོ་ལུས་ངག་གི་སྤྱོད་པ་དང་ཡང་ན་ཡིད་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་ཚོ་ལ་གོ་བ་ལེན་གྱི་འདུག མདོར་བསྡུས་ནས་བཤད་ན་བྱམས་པ་  
སྤོང་རྗེ་གཞི་རྩར་བཞག་པའི་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་བཟང་པོ་ཡིན་ཏེ་འདི་གོང་དུ་སྤེལ་བྱུང་གི་ཞེས་དང་། ཞེས་པའི་ཞོ་ལ་སོགས་པའི་  
མ་རུང་པའི་བསམ་སྤྱོད་དེ་ཚོ་ཉུང་དུ་གཏོང་བ། འདིའི་དཔེ་མཚོན་ནང་ལ་དཔེར་ན། བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྗེ། བཟོད་པ། ཚོག་  
ཤེས། དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན། བརྩོན་འགྲུས་དང་ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་འདི་ཚོ་ཆ་ཚང་ལ་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་གིས་གསུང་གི་འདུག གཚོ་པོ་གཅིག་དེ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པར་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་རིག་གཞུང་ནང་ནས་བྱུང་བའི་གོང་གསལ་  
གྱི་ཉམས་བཞེས་དེ་ཚོ་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་རང་གིས་ཐོག་མར་ཐོས་བསམ་གནང་། དེ་ནས་ཉམས་ཞིབ་  
གནང་ནས་ར་འཕྲོད་བསྟན་པ། མ་ཟད་ལ་གོང་ས་མཚོག་ལ་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་ལོ་རབས་དུ་མའི་རིང་འཇམ་སྤོང་ནང་གི་ཚེས་སྟེན་  
གྲགས་ཅན་གྱི་དོན་དམ་གྱི་ཚན་རིག་པ། ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ། ཤེས་ཡིན་ཅན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་དང་བཟོ་སྤོང་  
གནང་བ་ལས་ཀྱང་ངེས་པ་ཡང་རྙེད་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་བཟང་སྤྱོད་འདི་སྤྱི་གསལ་གཅིག་ནས་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་སྤོང་དང་། ཐུགས་རིག་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ལས་གསར་དུ་གཏོང་བ་གང་ཞིག་ལ་མདོར་བསྡུས་  
ན་གང་ལྟར་མའི་བསམ་པ་རྗེ་བཟང་དུ་གཏོང་དགོས་པའི་སྐོར་སྐབས་བདེ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཡང་སྤྱི་གསལ་ཞན་ཞིག་ནས་  
བཤད་ན་བཟང་སྤྱོད་གོང་སྤེལ་གཏོང་བའི་སྐོར་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ཚོས་ལུགས་མ་ལྟོས་པའི་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་བ་འདི་  
ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཏོན་གནང་བའི་བྱེད་དུ་འཕགས་པའི་གསར་གཏོང་ཅིག་ཆགས་ཡོད། གང་ཡིན་  
བརྗོད་ན། འཇམ་སྤོང་ནང་གི་མི་མང་ཆེ་པའི་འཆར་སྣང་ལ་བཟང་སྤྱོད་སྐོར་སྤོང་བ་ཙམ་གྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་གོ་  
འཕྲོ་བ་མ་ཟད། དེ་བཞིན་གནད་སྤེལ་དང་དེ་སྔོན་བསམ་སྒྲུབ་དང་རྣམ་ཤེས་སྐོར་ལ་སྤྱད་ཆ་བཤད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
གནད་དོན་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲུ་པོ་ཞིག ལྷག་པར་དུ་བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྗེ་སོགས་བཟང་སྤྱོད་སྤོང་ཡོང་སྐབས་ཚོས་ལུགས་བྱེ་

བྲག་པའི་ལྷ་སྒྲུབ་ས་ཡིན་པའི་བཟོ་འདུ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ལེན་གྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། འཛམ་གླིང་ནང་གཞུང་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཙུང་ཐིམ་ས་  
 བཟོ་མཁན་དང་། ཆོས་ལུགས་དང་མ་འདྲེལ་བའི་ཙུང་ཐིམ་ས་བཟོ་མཁན་དེ་ཆོས་བཟང་སྲོད་ཟེར་བ་འདི་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་གཏན་  
 ནས་བརྟུག་ཤེས་མེད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་ཆོས་བཟང་སྲོད་ཅེས་གོ་ཡོང་དུས་ནས་ཆོས་ལུགས་ཤེ་བྲག་པ་དང་སྲེལ་  
 ནས་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་གོ་སྲིད་བས་རེད། ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བཀའ་གནང་མཛད་དོན་ནི། བཟང་སྲོད་  
 དེ་ཆོས་ལུགས་ཤེ་བྲག་པ་ཞིག་དང་སྲེལ་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་ཀུན་ལ་བྱབ་ཐབས་མེད་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་  
 གཞན་གྱིས་ཁས་ལེན་མི་བྱུང་། ལྷག་པར་དུ་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་ལྷན་ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀུན་  
 ལ་བྱབ་ཐབས་མེད་སྐབས་ཆོས་ལུགས་དང་ལྷ་གྲུབ་ཤེ་བྲག་པ་ལ་མ་ལོམས་པར་ཀུན་ལ་བྱབ་ཐབས་པའི་བཟང་སྲོད་ཞིག་དགོས་  
 པར་གསུངས། དེས་ན་དེའི་ཚད་གཞི་ངི་ལྟར་འཛིན་དགོས་རེད་དམ་ཞེ་ན། འདིའི་ནང་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་གསུམ་གསུང་གི་འདུག  
 ཉེ་དུ་བར་འགོ་བཅིས་བསམས་པའི་ཉམས་མྱོང་། ཉེ་རྒྱུན་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད། ཨིན་སྐད་ནང་ (COMMON SENSE)  
 ཞེས་བྲལ། ཉེ་ཚན་རིག་གི་རྒྱུད་དོན། དེ་གསུམ་གཞི་ཙུང་ཐིམ་ཆོས་ཚང་ན་འཛམ་གླིང་སྲི་ཡོངས་ལ་བྱབ་ཐབས་པ་ཞིག་  
 ཏན་ཏན་ཡོང་རྒྱ་དང་། བྲམས་པ་དང་སྤིང་རྗེ་ལྷ་བྱ་མཚོན་པ་ཡིན་ན། ཆོས་ལུགས་ནང་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་རུང་གོང་གསལ་  
 གྱི་ཆ་རྒྱུན་དེ་གསུམ་ཚང་བའི་ཆ་ནས་ང་ཆོའི་སྲི་ཚོགས་ལ་ཁེ་ཕན་ཡོད་པ། གང་ཟག་སྐར་ལ་ཁེ་ཕན་ཡོད་པ། འདི་གང་འདྲ་  
 བརྒྱབ་དགོས་ཟེར་ན། བྲང་ཆོས་གསུམ་ཚང་ཚུལ་ནི། ཉེ་དང་རང་ཆོའི་ཉམས་མྱོང་ཁྲིད་བྲམས་པ་དང་སྤིང་རྗེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་  
 སྐབས་རེ་སོ་སོར་དཀའ་ངལ་གཅིག་འཕྲད་སྐབས་(ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དོ་རྗེ་གདན་དུ་སྦྱོང་སྦྱོར་གཞི་  
 ཤོག་པའི་བྲགས་མྱོང་སྐར་དཔེ་མཚོན་བཀོད་གནང་ཡོད།) རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྒྲུབ་ལས་ཆེས་ཐབས་སྐྱབས་པའི་གནས་སྒྲུབ་ས་  
 ཡོད་པ་དེ་དག་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་། དེ་དག་ལ་སྤིང་རྗེའི་སྲི་སྲི་ཡོང་སྐབས་རང་བཞིན་གྱིས་སོ་སོའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་དེ་དག་ཚུང་  
 དུ་འགོ་བ་དངོས་སུ་མྱོང་བས་གྲུབ་གྱི་ཡོད་རེད། ཡང་ང་ཆོས་སྐྱ་གུ་ཚུང་ཚུང་དེ་ཆོས་བརྟེན་པའི་རྣམ་འགྲུར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་  
 དགའ་པོ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ། གཞན་ཡང་མི་བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་མཁན་དེ་ཆོར་གོགས་པོ་མང་  
 བ་དང་། ལམ་སྤོང་ཡོང་རྒྱ་རེད། དེ་དག་ནི་བྲམས་པ་དང་སྤིང་རྗེའི་རུས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་འགོ་བའི་ཉམས་  
 མྱོང་ལས་རྟོགས་བྱུང་། ཉེ་རྒྱུན་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆ་བཞག་ནའང་རང་དོན་ཞིག་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ནའང་རྣམ་  
 དཔྱད་དང་ལྡན་པའི་རང་དོན་ཞིག་བརྒྱབ་དགོས་རེད། གཞན་ལ་ཕན་བདེའི་བསམ་སྒོ་བཅངས་ནས་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ན་ཞེས་  
 ལ་རང་དོན་ཡང་ལྡན་དུ་འགྲུབ་གྱི་ཡོད་རེད། ཡང་རྒྱུན་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་ཟེར་བ་དེའི་ཐོག་ལ་ངས་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྐབས་རྒྱ་  
 ལེ་རྒྱའི་གཞུང་ནང་ལ་ཡོད་བཅས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། བྲམས་པ་དང་སྤིང་རྗེའི་དགེ་མཚན་གསུང་བཞིན་  
 པ་མང་དག་ཅིག་རྒྱུན་ཤེས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་བཅས་པ་བཟོ་འདུ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། ཁོང་ཁྲིད་ཉེས་དམིགས་བཞད་ཡོང་དུས་  
 སྲོད་འདུག་ནང་དུ། ཁོང་ལྷག་རྒྱུའི་སེམས་འཆང་ན། ཡོད་ནི་ཞི་བ་ཉམས་མི་མྱོང་། གཞུང་དང་བདེ་བའང་མི་ཐོབ་ལ།  
 གཞིད་མི་འོང་བའང་བརྟན་མེད་འགྱུར། །

ཞེས་སོགས་གསུང་སྐབས་ང་རང་ཆོ་ཁོང་ཁྲིད་ཆོ་སྲི་ཡོང་སྐབས་སྐྱེར་བཏང་ནས་སེམས་མ་སྦྱིད་པ། གཞིད་མ་  
 བྲག་པ། ཁ་ལག་ཞིམ་པོ་མེད་པ་འདི་ཆོ་ཉམས་མྱོང་དང་རྒྱུན་ཤེས་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་བཅས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད།  
 དེ་བཞིན་དབྲམ་འདུག་པ་ལས། ཚུལ་དང་ཚུལ་མཚན་ཤེས་པའི་རྣམ་དཔྱད་འཕྲོག་བྱེད་ཅིང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སའོང་ཁྲི་བྱེད་  
 པའི་སྐབས་སོགས་ལ་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་བརྒྱག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པར་གསུང་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྲོག་གཙོན་



ཀྱི་ལས་ཀྱི་སྐོར་སོགས་ལ་མངོན་ལས། རྒྱལ་པོ་བྱིས་སྲོག་གཅོད་མ་མཛད་ཅིག། སྐྱེ་བོ་ཀུན་རྣམས་སྲོག་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕངས།  
འཁོར་དང་། གཞན་ཡང་དབྱུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པའི་ནང་། རྒྱབ་པས་ཉོན་མོངས་དགའ་གཟིགས་ཀྱིས། ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་  
གང་ཟག་མིན། འཁོར་སོགས་གསུང་པ་དེ་དག་ཚང་མ་དངོས་གནས་དང་གནས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་  
གནད་དོན་དེ་ཚོ་ཁས་ལེན་པར་ཚོས་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་ཚོས་ཁས་ལེན་མི་ལེན་ཚང་མས་ཚོར་ཐུབ་པ་དང་  
གོ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཚོ་ང་རང་ཚོའི་རྒྱན་ལྗོན་གྱི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྲོལ་གྲང་བ་ཡིན་ནའང་ལག་བསྟར་ཐུབ་  
པ་ཞིག་རེད། ད་སྐབས་ང་རང་ཚོས་དངོས་གནས་བསམ་སྲོལ་གྲང་དགོས་པ་དང་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་པ་གཅིག་ནི་ཡགོང་  
ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་སྟོམ་པའི་བཟང་སྲིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཐུག་དེབ་གཅོ་བོ་ <<སྤོང་ལོ་གསར་  
པའི་བཟང་སྲིད>>དང་། <<ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་འདས་པ>> ཞེས་པ་གཉིས་ལྡན་ཚུམ་མཛད་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་  
ཡང་ནས་ཡང་དུ་གྲོག་དགོས་ཀྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་འདས་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་སྡེ་ཚན་དང་པོའི་  
ནང་དུ་གཅོ་བོ་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲིད་སྟེལ་དགོས་པ་དང་འབྲུང་ཁྲུང་ས་དེ་ཚོ་གསུང་ཡོད་རེད། སྡེ་ཚན་  
གཉིས་པའི་ནང་དུ་གནའ་པོའི་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་ལས་ཐུང་བའི་བཟོད་པའི་ཉམས་བཞེས་དང་སྦྲོམ་སྐྱབ་ཀྱི་ཉམས་  
བཞེས་དེ་ཚོ་དེང་སྐབས་དང་མཐུན་པར་ཏ་ཅང་གི་གསལ་པོ་དོ་སྲོད་གནང་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་སྡེ་ཚན་དང་པོའི་མཇུག་ལ་  
བཞུས་པ་ཡིན་ན་སྐབས་རེ་བྱམས་པ་དང་སྤྱི་ཚེ་ཟེར་བ་དེ་དག་ལག་ལེན་བསྟར་བ་ཡིན་ན་ཉམས་ལེན་བྱེད་ས་དེར་ཕན་ཐོགས་  
ཡོད་ཀྱང་། ཉམས་ལེན་པ་དེར་ཏ་ལམ་ཕན་ཐོགས་མེད་ཁར་གྲོང་རག་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་བཤད་པ། སྤྱོད་མཚུངས་སྐབས་རེ་  
སྤྱི་ཚེ་བྱས་པ་ཡིན་ན་དང་བདེན་ཡོང་གི་མེད་པ། དཔེར་ན། བཟང་པོ་ལ་དཔེ་རྟགས་དང་ངན་པ་ལ་ཉམས་ཆད་བྱེད་པ་དེ་ཚོ་  
ཡོང་གི་མ་རེད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དེ་ཚོ་ལོག་ཉོག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དང་བདེན་སོགས་སྤྱི་ཚེ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་ལག་ལེན་  
བསྟར་བ་ཡིན་ན་གཞན་ལས་ལེགས་པ་ཡོང་བ། དཔེར་ན། དང་བདེན་གྱི་འཐབ་ཚུད་ཟེར་བ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་སྤྱི་ཚེ་  
གཞི་ལ་བཞག་ཡོང་དུས་མི་རིགས་དཀར་ནག་གི་འཐབ་ཚུད་ལྟ་བུ་མཚོན་ན། མི་རིགས་ནག་པོ་ཚོ་དཀར་ལ་མཚུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་  
དེར་སྤྱི་ཚེ་སྟེས་ནས་མི་རིགས་ནག་པོ་ཚོའི་ཆེད་ཐོབ་ཐང་ཚུད་རྒྱ་གཅིག་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལས་ཀྱང་ཁག་ཅིག་སྤྱི་ཚེ་  
ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྲིད་བྱང་བ་དང་འཆོ་བ་མེད་པའི་ཐབས་ལམ་གཞིར་བཟུང་ནས་སྟེལ་བ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་  
དངོས་གནས་དང་གནས་ཀྱི་དོན་དང་ལྡན་པའི་ལམ་སྟོང་ཡོང་བ་ཡིན། ཞེས་སོགས་དངོས་ཡོད་དེ་ཚོ་ཞིབ་ཚགས་པོ་གསུངས་  
ཡོད་པས་ང་ཚོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཞག་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག འགོ་བོའི་ཉམས་སྲོང་། རྒྱན་ཤེས་  
ཀྱི་རྣམ་དཔྱད། གཉེན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཚན་རིག་གི་རྟེན་དོན། དཔེར་ན། བྱམས་པ་དང་སྤྱི་ཚེ་ལྟ་བུ་མཚོན་པ་ཡིན་ན་ཚན་  
རིག་གི་རྟེན་དོན་ནང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་འདི་ཏ་ཅང་གི་མང་པོ་རྟེན་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། ཚན་རིག་གི་རྟེན་དོན་གསར་ཤོས་  
འགའི་ནང་ཐུག་ཚུང་ཚུང་སྐབས་སུ་ཨ་མས་བྱམས་བཅེས་བསྐྱེད་པའི་ཉམས་སྲོང་བསགས་པ་འདི་དང་། ཨ་མའི་བྱམས་  
བཅེས་ཐོབ་པ་གཉིས་པོ་འཚར་ལོངས་བྱེད་སྐབས་ལྷགས་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཡོད་མེད། སེམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་བྱེད་པར་ཡོད་པ་  
གསལ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་བྱམས་པ་དང་སྤྱི་ཚེ་འཐབ་ཚུད་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱི་སོ་སོའི་ལུས་ཀྱི་ནད་འགོག་མ་  
ལག་དེ་ཚོར་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད། རྟེན་ཇར་སིའི་ (NEW JERSEY) རོ་ལྷན་མཐོ་སློབ་ (ROWAN UNIVERSITY)  
ཀྱི་དགེ་ཅན་ཆེ་མོ་བ་དང་སྤྲོན་པ་གཅིག་ལྷོགས་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་པ་སི་ཉི་པི་ཅག་ (DR. STEPHEN TRZECIAK) ཁོང་  
གིས་ཉམས་ཞིབ་གནང་བའི་ནང་ལ་ང་ཚོས་སྐར་ཆ་ ༤༠ ཙམ་སྤྱི་ཚེ་བསྐྱོམས་པ་ཡིན་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་  
པ་རྟེན་ཡོད་པ་སྟེ། ཇ་དྲག་གི་སྤྲོན་བཅོས་ཁང་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་སྤྲོན་བཅོས་མ་བྱས་གོང་དུ་སྤྲོན་པ་དང་། ནད་གཞོན་དེ་ཚོས་

སྐར་ཆ་ ༤༠ ཙམ་ཞིག་སྤྱིར་རྗེ་བསྐྱོམས་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་དེས་ཤུགས་རྒྱུན་ཏུ་ཅང་བཟོ་བྱུང་པ། དཔེར་ན། ཉན་པ་ཁག་ཅིག་གི་སྐྱེ་བའི་ཆོ་དུས་ཐོག་ལ་མ་ཟེ་བའི་སྐབས་ཉན་གཡོག་གི་ངོས་ནས་ཀུན་སྲིད་བཟང་པོ་དང་། སྤྱིར་རྗེ་བསྐྱོམས་ནས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་བཟོ་ཡོད་པ་གསུངས། ཁོ་རང་གི་ཚོམ་ཤོག་དང་གཏམ་བཤད་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་སྐར་ཆ་ ༤༠ ཙམ་གྱི་སྤྱིར་རྗེ་སྐྱོམ་པ་ལས་མི་མང་པོའི་ཆོ་སྲོག་སྦྱོང་བྱུང་གི་རེད། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་གསུང་གི་འདུག་དེ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་མཚོན་ཏུ་ཅང་གི་མང་པོ་རེད། ཡང་ཆོགས་སྡེ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཨེ་མི་རི་དང་། (EMORY) དང་སི་ཏན་སྤོ་སི་ (STANDFORD) སོགས་གྱི་ནང་སྤྱིར་རྗེ་ཆོགས་བདེ་གཙུགས་ཡོད་རེད། དམིག་བསལ་ཡུ་སི་སྤར་གི་ལི་ཡི་ (UC BERKELEY) མཐོ་སྦྱོང་གི་དགོ་ཅན་ཏུ་ཅན་ཁིལ་ནར་ (DACHER KELTNER) གྱིས་ <<བཟང་ཕྱོགས་སུ་སྦྱེས་པ་ (BORN TO BE GOOD)>> ཟེར་བ་སོགས་ཕྱག་དེབ་མང་པོ་བརྩམས་གནང་འདུག་དེ་བཞིན་བདེ་སྦྱིད་གྱི་ཚན་རིག་ (SCIENCE OF HAPPINESS) ཟེར་བའི་རྒྱུད་འཕྲིན་རྒྱུད་བསྐྱབས་གྱི་ལས་རིམ་མང་པོ་འདུག་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་དུ་ལྟོས་རིག་གི་རྙེད་དོན་ཏུ་ཅང་གི་མང་པོ་རེད་འདུག་ ཡང་ཆོན་རིག་པ་དང་ལྟ་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་གིས་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་དེ་ཆོ་བཟང་པོ་མ་རེད། ངན་པ་རེད་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དཔེར་ན། དེ་སྤོན་སིག་མོན་པོ་རི་ཏེ་ (SIGMUND FREUD) ལ་སོགས་པའི་ཡུ་རོབ་གྱི་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བ་སྐད་གྲགས་ཅན་དེ་ཆོས་དེ་འདྲ་བཤད་ཡོད་འདུག་ ཡིན་ན་འང་གོང་གསལ་གྱི་ཕྱག་དེབ་དེ་ཆོའི་ནང་ལ་ལྟོས་དང་། ཉམས་ཞིབ་མང་པོའི་ནང་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་ལ་བཟང་སྦྱོང་ཡོད་པ་དང་། ཡང་རེ་འགས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིར་རྗེ་གཉིས་སོགས་སྐབས་རེ་རིག་གཞུང་དང་ཆོས་ལུགས་གྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་རེད་མ་གཏོགས། རང་བཞིན་ལྡན་སྦྱེས་གྱི་མ་རེད་ཟེར་བ་དེ་ཆོ་མོ་བདེན་པ་དཔང་ཉམས་མང་པོའི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་བ་མི་ཙམ་མ་ཟེད་མཐོ་རིམ་གྱི་སེམས་ཅན་སྦྱོང་བའི་ལམ་ལུགས་ལ་མཐུན་པའི་ལུགས་ལུགས་ཅན་དེ་ཆོས་དེ་འདྲ་བཤད་ཡོད་འདུག་ ཡིན་ན་མང་པོའི་ནང་གསུང་བསྐྱེད་གྱི་འདུག་ དེ་ཆོ་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ན་ཆོན་རིག་གི་རྙེད་དོན་གྱི་ལམ་ནས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིར་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་བཟང་སྦྱོང་གྱི་བསམ་སྦྱོར་དེ་ཆོར་དགོ་མཚན་ཡོད་པ་དང་ལག་ལེན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ ཡང་དཔེར་མཚོན་གཞན་ཞིག་ལྟར་ན། རི་ཅར་ཏེ་ཏེ་ཁན་ (RICHARD DAWKINS) ལྟ་བུར་མཚོན་ན་ཆོས་ལུགས་ལ་དགག་པ་ཤུགས་ཆེན་པོ་རྒྱག་མཁན་ཡིན་པར་ཡོངས་གྲགས་པའི་དབྱིན་ཇིའི་སྦྱེས་དངོས་ཚན་རིག་པ་ཏུ་ཅང་གི་སྐད་གསུང་ཅན་ཞིག་རེད། ཁོ་རང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལ་དགག་པ་ཤུགས་ཆེན་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བཟང་སྦྱོང་འདི་ཆོ་དུ་ལས་པའི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བརྗོད་གྱི་འདུག་ བྱས་ཅང་ཆོན་རིག་གི་རྙེད་དོན་དང་རྒྱུན་ཤེས་འདིའི་ལམ་ནས་བཟང་སྦྱོང་གྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་ཡོང་བ་ཡིན་ན་ཐུན་མོང་དུ་ཁས་ལེན་བྱེད་བྱུང་བ་དང་། མི་ཚང་མས་མོས་མཐུན་བྱེད་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་བསྐྱེད་གྱི་འདུག་ འདི་བཟང་སྦྱོང་གྱི་ཚད་གཞི་འཛིན་ས་རེད། །

དོན་ཚན་ལྟ་བུ། དེ་ལྟ་བུ་སྦྱེ་བྱུང་པའི་ཕན་བདེ་འབྲུང་གནས་སུ་གྱུར་པའི་བཟང་སྦྱོང་སྤེལ་བའི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོན་གི་མཛད་འཕྲིན་གང་འདྲ་རྒྱས་ཡོད་མེད་དང་། ལྱུང་འབྲས་དང་ཤུགས་རྒྱུན་གང་འདྲ་བྱུང་ཡོད་མེད་རོབ་ཙམ་ཞུ་དགོས་པ་འདི་ཏུ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་གཤམ་གསལ་གྱི་མཛད་འཕྲིན་ཆེ་ཁག་འགའ་ཞིག་ངོ་འཕྲོད་པ་ཙམ་ནས་འཇོམ་སྤོང་སྤྱིའི་གཞི་བདེའི་ཆེད་དུ་ལེགས་སྦྱེས་ཕུལ་མཁན་ཞིག་ལ་ཡགོང་ས་མཚོན་གི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་པ་ལམ་སང་མཐུན་བྱུང་གི་རེད་སྟེ། སྤྱིར་ཁོང་གི་མཛད་འཕྲིན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་རུང་རེ་རྩུང་དཔེ་མཚོན་ཙམ་དུ་བཀོད་ན། ༡༥ འདས་པའི་ལོ་ ༢༠༡༢ ནང་ལ་ཐོག་མར་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཆོ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བོད་པ་གཙོ་བོ་གྱུར་བའི་དེ་མ་ལ་ཡོད་རི་རྒྱུད་མཚོན། འཇོམ་སྤོང་གི་དད་ལྡན་གྱི་མི་མང་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཆོས་ལུགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྦྱོང་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་གནང་བ་ནི་ཚད་ལས་བཞུལ་

བ་ཀུན་གྱི་མཁུན་གསལ་ལྟར་རེད། ༡༥ དེ་ལས་ཁྱབ་ཆེ་བར་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་ནས་མི་དང་མི་སྐྱེས་ཕྱག་ནས་བསྐྱབ་  
བྱ་བ་སྒྲིལ་གནང་བ་འདིས་སེམས་ལ་ད་ཅང་གི་ཕན་པོ་བྱུང་བེད་མཁན་དང་། མི་ཚོ་བསྐྱར་སོང་བེད་མཁན་སོགས་ད་ཅང་  
གི་མང་པོ་རེད། གཞན་ཡང་ཨ་རི་སོགས་ལ་ཕེབས་པར་བརྟེན་ནས་ཨ་རིའི་ས་ཆ་ཁ་གསལ་ལ་སྤྱིང་རྗེའི་གྲོང་ཁྱིམ་ཞེས་དེ་སྔ་  
མ་གྲགས་པའི་མིང་བཏགས་པ་ལ་སོགས་པ། ས་ཁྲུལ་ཁ་གསལ་ནང་ཉེན་རྟོག་ལས་ཁུངས་འགའ་གསུམ་ལ་ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ས་གནས་སུ་ལེན་བས་སོར་འཁོད་རྗེས་ལོ་རེར་བྲིམས་འགའ་ཉེས་གསོག་གི་ཚད་གཞི་ད་ཅང་ཉུང་དུ་  
ཕྱིན་ཡོད་པ་ར་འཕྲོད་བྱུང་འདུག ༡༦ གཞན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་མི་དབུལ་པོར་རོགས་པ་བྱེད་མཁན་དང་། ལྷན་ཁྲིའི་ཐོབ་  
ཐང་ཚོད་མཁན། རང་བྱུང་གོད་ཆག་ཕོག་པ་རྣམས་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་གྱི་སྐར་ཡོད་ཀྱི་ཚོགས་སྡེ་ཆེ་ཁག་མང་པོར་  
ལམ་སྟོན་གནང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་སྐྱེས་གྱི་ལམ་སྟོན་ལས་གསར་གཙུགས་གནང་  
བ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཚན་ཐོག་རང་ནས་བཙུགས་པ་དེ་འདྲའང་མང་  
པོ་ཡོད་རེད། མདོར་ན་དེ་ཚང་མར་བུམས་བཅུ་སོགས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་འབྲེམ་ཕྱོགས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕན་  
ཐོགས་སྐྱབས་ཆེན་བྱུང་ཡོད།

༡༧ སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱུ་མཚོན་ན། ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཚན་འཁོད་འོད་དེ་བ་དང་། ༧༧༧  
སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སློབ་དུམ་བུ་ཞིག་བཀོད་མ་ཐག་མི་སྤོང་ཕྱག་ཙམ་མ་ཟད། སྐབས་རེ་མི་  
འབུམ་མང་པོས་དགའ་རྟགས་བརྒྱབ་པ་དང་། མཉམ་སྦྲུང་བུས་པ། མོས་གུས་བུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་སློབ་དེ་དག་གིས་  
ཕན་ཐོགས་ད་ཅང་བྱུང་སོང་ཞེས་གཤམ་ལ་མཚན་རྒྱག་མཁན་ད་ཅང་མང་པོ་རེད། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་དུམ་བུ་དང་། ལུང་འདྲེན་དུ་བཟོས་ནས་གང་སར་སྐྱུར་བ་དང་། དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པ་  
སོགས་གང་སར་ཁྱབ་བཞེན་པ་རེད། ༡༨ ཡང་ཕན་ཐོགས་ལྷགས་ཆེ་ཤོས་གཅིག་དེ་ཚོར་རིག་གི་སྡེ་ཚོར་ནང་ལ་བཟང་ཕྱོགས་  
ཀྱི་ལྷགས་སྐྱེན་ད་ཅང་ཆེན་པོ་རེད་དེའུར་ན། སེམས་ཁམས་ཞིབ་འཇུག་གིས་མཚོན་པའི་སྐྱོམ་སྐྱུབ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
གི་སྡེ་ཚོར་གསར་པ་ལྟ་བུ་དམིག་བསལ་དེ་འདྲ་བཙུགས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ། ཚན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་དེ་སྤོན་སེམས་ཁམས་  
ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རུང་ཡིད་ལྷག་ལ་སོགས་སྤོམ་རུང་བའི་ཕྱོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་  
པ་དེ་དག་ད་ཆ་བུམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ། དུན་ཤེས་ལ་སོགས་བཟང་པོའི་སྤོམ་ཆེ་གས་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་བའི་ཁ་ཕྱོགས་  
གསར་པའི་ཐོག་སྐྱབས་བྱུང་ཡོད། ལོ་གསལ་གོང་སྤྱིང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་གྱི་གངས་ཐོའི་སྤོམ་ཐོར་  
འཁོར་པར་ཞིག་ན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ གོང་རོལ་ན་ལོ་གཅིག་ནང་བུམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེའི་སྤོམ་ལ་ཚན་རིག་པའི་ཚོམ་ཤོག་ཚད་  
ལྡན་ཉི་ཤུ་སུམ་ཅུ་ཙམ་ལས་ཐོན་གྱི་མིང་ཀྱང་། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ལས་མས་སུ་ལོ་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཚན་རིག་པས་བུམས་པ་  
དང་སྤྱིང་རྗེའི་སྤོམ་ཚོམ་ཤོག་སྤོང་ཕྱག་མ་ཟེན་ཙམ་བཏོན་ཡོད་གི་ཡོད་འདུག མ་ཟད་མཐོ་སློབ་ཁག་གི་ནང་ལ་སྤྱིང་རྗེ་དང་  
ཚོག་ཤེས། དུན་པ་དང་ཤེས་བཞེན་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་ཆེད་ཚོང་ལས་པ་དེ་ཚོས་འགྲོ་སོང་གཏོང་བ་བྱུང་དང་བྱུང་  
བཞེན་ཡོད། དཔེར་ན་ན་ཞིང་ཨ་རིའི་ཚོང་པ་ཉི་ཞེས་སུ་ཚུ་ཡིས་(DENNY SANFORD) ལོ་གོང་ས་ལྷུབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་ལ་མཇུག་པ་བཟུང་བུམས་པ་དང་དེའི་རྗེས་སུ་ཁོང་གིས་ཕལ་ཆེར་ཨ་སྤོར་ས་ཡ་བརྒྱ་ཙམ་གེ་ལི་པོར་ནི་ཡའི་མཐོ་སློབ་སུན་  
ཉི་ཡའི་ཀོ་ (UC SAN DIEGO) ནང་སྤྱིང་རྗེ་དང་བུམས་པ་བཅུའི་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་སློབ་ཡོན་ཆེད་མ་ཅུ་བཏང་འདུག

༤༥ རྩོམ་མཚུངས་སྐྱོན་པ་དང་སྐྱོན་ཞབས་པ་མང་པོས་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དྲུང་ནས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ཞུས་ཤིང་ཉེད་དང་ནད་པ་སོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་ཅང་གི་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། ༤༦ ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྡེ་ཆེན་ཁག་གི་ནང་དུ་འཇོག་པའི་ཚོས་ལུགས་པ་དེ་ཚོར་འཆར་ཅན་གྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་ཕྱོགས་ལེན་ཅམ་མའི་ནས་པར་བཟང་སྲིད་ཅམས་ལེན་དང་གོང་འཕེལ་སྐྱེས་ལས་ལྷག་པ་གཏོང་དགོས་པའི་ཐོག་ལ་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དངོས་ལུགས་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ལན་མང་འབྲོད་སྐྱེལ་མཛད་ཡོད། མཐའ་ནང་རང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་རྗེས་འབྲང་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་གནས་བརྟན་སྡེ་པ་བ་ཚོར་ཡང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ལུང་ཅམ་ལ་ཆ་མ་བཞག་པར་དཔུང་པ་རང་གི་ཐོག་ནས་སྲིད་གཉེར་བྱེད་དགོས་པའི་འབྲོད་སྐྱེལ་མཛད་དང་མཛད་ལུས་ཡིན།

༤༧ ཡང་ཕྱག་དེབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞུས་ན་ད་བར་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བའི་བྱ་ལྷག་ཅམ་ནང་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱག་དེབ་སུམ་བརྒྱ་ལས་བཞུ་བ་ཐོན་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་ལས། <<སྲིད་ལོགས་ར་པའི་ཀུན་སྲིད>> དང་དེ་བཞིན་ <<ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་འདས་པ>> དང་། <<བདེ་སྲིད་ཀྱི་བསྐྱེད་བཅོས་ (ART OF HAPPINESS) >> འདི་ཚོ་ཆ་ཚང་པར་སྐྱོན་བྱས་ནས་མི་ས་ཡས་མང་པོས་ལྷ་སྲོག་བྱེད་བྱུང་བ་རེད། ༥༠ རྩོམ་མཚུངས་སྐྱོན་ལ་གྱི་ཁྲུབ་ཁོངས་ནས་མཚོན་ན། ཉི་ལུས་ནི་འུ་ཇི་ལེ་རྩི་ (NEW ZEALAND) གྱི་རོལ་དབྱངས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་རོལ་མི་དང་སྐྱེས་ནས་དབྱངས་སུ་གྱུར་བ་ <<ནང་གི་འདྲི་ལྗོན། (INNER WORLD) >> དང་། རོལ་དབྱངས་འདྲི་ལྗོན་སའི་དུ་སྲིད་སྲིད་སྲིད་ལྷག་ཅན་དེ་འདྲའི་སྲིད་ལ་གྲགས་ཆེ་བོས་ཆགས་པ་དེ་འདྲའང་བྱུང་ཡོད། གཞན་ཡང་སྲོག་བརྟན་ལ་མཚོན་ན་འང་ཨ་རིའི་སྲོག་བརྟན་བཟོ་བྱ་ (HOLLYWOOD) ནང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱུན་ལྷན་གཟུགས་མཚོང་བརྟན་འཕྲིན་ནང་ལེུ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ལྷན་མི་དེ་འདྲ་སྲིད་སྐྱབས། བར་མཚམས་མང་པོར་བྱམས་རྩེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡལ་བ་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་སོགས་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། ༥༡ ལྷག་པར་དུ་དེད་དུས་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལུགས་ནང་ལ་མཚོན་ན་ཕྱི་དངོས་པོའི་འཇུགས་སྐྱུན་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ནང་སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་དོ་སྣང་མ་སྲུང་པར་སྣང་མེད་དུ་བཞག་པ་དང་། གཞི་རིམ་སྲིད་བྱའི་སྲིད་ཆེན་ནང་ལ་ནང་གི་བསམ་སྲོལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་སྲིད་ཆེན་དུ་བཞག་ནས་སྲིད་འབྲིད་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་པའི་ཡིན་ཞེས་བཀའ་བརྩམས་པ་ལས་དེད་སྐབས་ཨ་མ་རི་སོགས་ནས་སྲིད་ཆེན་བཏོན་ཟེན་པ་མ་ཟད་སྡེལ་བཞིན་པ་དེ་ཚོའི་བྱུང་འབྲས་ནི་མི་རབ་མི་རབ་གནས་པའི་རེད། ད་དུང་དེ་དག་ལས་ཀྱང་རྒྱ་ཁྲུབ་ཆེ་བའི་གསུམ་འཇུག་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དུ་གསུམ་འབྲོད་པ་ཚོས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་། བཟང་སྲིད་སྲིད་ལ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པའི་བཀའ་ལན་དེ་དག་ནི་ཁྲུབ་ཆེ་བོས་ཡིན། གོང་གི་ཚན་རིག་གི་རྙིང་དོན་དང་འབྲེལ་ནས་བསྐྱེད་དུ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དཔེར་ན། (RICHARD DAVIDSON) ཡིས་དེ་ཚོས་ཕྱག་རྒྱ་རྒྱུད་དུས་ནས་སྡེལ་བ་ཡིན་ན་བཟང་སྲིད་སྲིད་སྲིད་སྲིད་ལས་ལྷག་པ་སྡེལ་བྱུང་བ་སོགས་ཆེན་རིག་རང་གི་ཐོག་ནས་བཟང་སྲིད་སྲིད་སྲིད་སྲིད་སྲིད་ལྱུ་མཚན་བཞི་ཅམ་བཀོད་གནང་གི་འདུག

- 1) (NEUROPLASTICITY) དབང་རྩའི་མཉེན་ཆ། ནང་དོན། ལོ་ན་བཞུས་ཀྱང་ལྷན་པའི་དབང་རྩར་འཇུག་བའོད་པ་གསུམ་རྙིང་བྱུང་ཡོད་པ།
- 2) (EPIGENETICS) རིགས་རྗེས་འདས་རིག་ནང་དོན། དེ་སྲིད་བཤད་སྲོལ་ལྷན་མིའི་སྲོལ་རྒྱུན་སོགས་རིགས་རྗེས་GENE ཀྱིས་ཡོངས་རྫོགས་ཐག་གཅོད་མི་བྱུང་བ་གསུམ་རྙིང་བྱུང་ཡོད་པ།

3) (SENSITIVE PERIODS) ཚོར་རྒྱུ་ཆེ་བའི་དུས། རང་དོན། འཚར་ལོངས་མགྲོགས་པའི་ཕྱ་གུའི་ཚུང་དུས་ཀྱི་ལྔ་དེ་  
པར་སློབ་བའི་ལ་མི་ཆེ་ཉི་ལ་པོ་ལྷགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་གསུམ་རྟེན་བྱུང་ཡོད་པ།

4) (INNATE BASIC GOODNESS) ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བཟང་བའི་རང་བཞིན། རང་དོན། མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་གཤིས་  
བཟང་ཕྱོགས་སུ་གྲུབ་པའི་དཔང་ཉམས་གང་ཙམ་རྟེན་ཡོད་པ་བཅས་སོ།

གསུམ་རྟེན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་རོབ་ཙམ་བཤད་ན། དཔེར་ན་དེ་སྤོན་སྤྱེ་དངོས་དང་དབང་ཅའི་ཆོན་རིག་ནང་མང་པོ་ཞིག་  
གིས་རིག་རྒྱུ་ (GENE) དང་ཉི་ཨན་ཨེ་ (DNA) ཡིས་མིའི་རྣམ་རིག་གི་རྣམ་པ་སོགས་ཇི་ཙམ་ཡོང་མིན་ཡོངས་རྫོགས་  
ཐག་གཅོད་བྱས་ཟིན་པ་ལྟ་བུར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐབས་རེ་དང་ཆོ་ནང་པ་ཆོས་ལས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱས་པར་  
བརྟེན་མི་རིག་པ་ཡག་སྤྲུག་ཡོང་བ་དང་། ཚོང་གི་བྱ་བ་སོགས་ལམ་འགྲོ་རྒྱུགས་མ་རྒྱུགས་དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་ཏེ་ལམ་ལས་  
ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། འོན་ཀྱང་ཉེ་བའི་ཆར་གསུམ་རྟེན་ཅིག་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་ན། དེ་དག་  
རིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཡོངས་རྫོགས་ཐག་མི་ཆོད་པར་། རིག་རྒྱུ་དེ་དག་གི་རྣམ་འགྲུར་སྤོན་དང་མི་སྤོན་འདི་ཆོ་ནི་སྤྱི་  
རོལ་གྱི་རྒྱུ་མང་དག་ཅིག་ལ་རག་ལུས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་ རིག་རྒྱུ་ལས་འདས་རིག་ (EPIGENETIC) ཟེར་གྱི་འདུག

དེ་བཞིན་ཚོར་རྒྱུ་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཟེར་བ་དཔེར་ན། ཕྱ་གུ་ལོ་ ༡ ནས་ ༥ བར་ཡང་ན་ཕྱ་གུ་ཚུང་ཚུང་སྐབས་  
ལ་ལྔ་དེ་པའི་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་བཟང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་སྤྱད་བྱུབ་པ་ཡིན་ནའང་མི་ཆེ་ཉི་ལ་  
པོར་ལྷགས་རྒྱུ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡོང་བ་ལ་ཕྱ་གུ་ཚུང་ཚུང་ཚོར་གཞི་རིམ་ནས་བཟུང་ནས་སློབ་འབྲིང་བྱ་རྒྱ་དེ་  
ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པར་སོང་། དགོས་དམིགས་དེར་དམིགས་ནས་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞིན་ཨ་  
རིའི་ཨ་མ་རེ་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ནས་སྤྱི་ཚུང་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་ (SEE LEARNING) ཞེས་པ་གཞི་རིམ་ནས་མཐོ་  
སློབ་བར་སློབ་ཚན་ཕྱོགས་བསྐྱེད་གནང་ཡོད། སློབ་ཚན་དེ་དག་གཞི་འཛིན་ས་གཙོ་བོ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་གི་ཕྱག་དེབ་དེ་དག་བརྒྱུད་ནས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱི་ཚུང་བཟང་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་གསོ་འདི་དངོས་གནས་  
དང་གནས་ཀྱི་ཏེ་ཅང་ཁྲུབ་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད། སྐད་རིགས་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་རྒྱལ་ཁབ་བཅུ་གསུམ་བཅུ་  
བཞིའི་སྐད་རིགས་ནང་བསྐྱར་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དཀྱིལ་ཤར་ཡུལ་གུའི་རྒྱལ་ཁབ་ལེ་ལྷོ་ནེན་ (LEBANON) སོགས་ཀྱི་ནང་  
ལ་ཨ་རབ་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་ལའང་བསྐྱར་ཡོད། དཀྱིལ་ཤར་ཡུལ་གུའི་མངའ་ཁུལ་ནང་དོ་སྤང་བྱེད་མཁུན་ཡོད་པ་མ་ཟད།  
ལྷོ་ཨ་མེ་རེ་ཀའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅེ་ལི་ (CHILE) དང་། ཀོ་ལམ་རྒྱེ་ཡ་ (COLOMBIA) བཅས་ཀྱི་ནང་དོན་གཉེར་བྱེད་བཞིན་  
ཡོད། དེ་དག་ཁྲུབ་ཆེ་རུ་འགྲོ་སྐབས་མ་འོངས་པར་ཕྱ་གུ་ཚོར་བཟང་སྤྱིད་ཀྱི་སློབ་གསོ་ཐོབ་པར་བརྟེན་རིམ་བཞིན་འཛམ་གླིང་  
གི་དབུ་ཁྲིད་དང་། ཆོན་རིག་པ། ཚོང་ལས་པ་གྲགས་ཅན་འཐོན་སྐབས་བཟང་སྤྱིད་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་མི་སྤོན་ཆགས་པར་  
བརྟེན། འཛམ་གླིང་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་རྒྱུར་གདོན་མི་ཟ་བ་རེད། དེར་བརྟེན་དང་རང་ཆོས་ཞེན་ཁོག་  
ཙམ་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཡོད་ཀྱིས་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནི་ད་ལྟར་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་  
ཞི་བདེ་སྐྱེས་མཁུན་གྱི་སྤྱི་ཚུན་ཙམ་དུ་མ་ཟད། མ་འོངས་པའི་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་ལྷན་པ་ཞིག་སྤྱུན་སྦྲེད་བྱུགས་བརྩོན་རྒྱ་ཆེ་  
མཛད་དང་མཛད་ལུས་ཡིན། དེར་བརྟེན་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་སྤྱི་ཚུན་ཆེན་ཞེས་མཚན་གསོལ་བཞི་འབྲུལ་  
བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་དངོས་ཐོག་འཛམ་གླིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལ་ཞི་བདེའི་ཐོག་ཕྱག་རྒྱུ་རྗེས་ཆེ་ཤོས་འཛོག་གནང་མཛད་མཁུན་  
ཁོང་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་གོང་གི་དགོངས་བཞིན་དང་མཛད་རྗེས་སྐྱབ་བྱུབ་པས་སོ།

མཐའ་དོན། རང་རེ་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཁོང་གི་རྗེས་འདུག་པ་ཡིན་པའི་དོས་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཁ་ཚོ་  
དགོས་གཏུགས་ཀྱི་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་ནས་ལུ་བ་ཡིན་ན། ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱན་ལྗོན་ནས་བཀའ་  
སློབ་སླུབ་བཞིན་པ་ལྟར་ང་ཚོ་བོད་པའི་རིག་གཞུང་འདི་བཟང་སྲོད་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་བོད་པའི་  
མི་དེ་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཁ་སང་དེ་རིང་མཚམས་རེ་ང་རང་ཚོའི་སྲིད་སྲི་  
གཉིས་ཀྱི་དོས་བསམ་སྐབས་པའི་སྐབས་ཚོལ་ཁ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འཐེན་འབྲེར་སྐབས་རེ་ལུགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བཞིན་མཆིས། སྲིར་  
མི་སྲིའི་སྲི་ཚོགས་ཤིག་ཡིན་སྐབས་ཆགས་སྤང་ཕྱན་བྱ་ཡོང་སྲིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བདག་བསྟོད་གཞན་སྤྲད་ཀྱི་བྱ་སྲོད་དུ་ཅང་  
ཐལ་ཆེ་རིགས་ལ་ཏན་ཏན་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་འཛེམ་བོན་བྱེད་དགོས། བྱེད་བབ་དེ་དག་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་དང་གོམས་  
གཤིས་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། བོད་མིའི་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་ཀྱི་གོམས་གཤིས་དང་འགལ་ལྡོག་རང་བཞིན་རེད། འཛེམ་སྤོང་  
མི་མང་ཚོས་བཞུས་ཀྱང་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཉེ་འབྲེས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་དེ་ཚོས་རྣམ་འགྲུར་དེ་འདྲ་  
ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ན་འདིས་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་དང་གཏན་ནས་མི་འཚམས་པ་ཞིག་  
རེད་འདུག་བསམ་པ་དྲན་སྲིད། འདིའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་ཏན་ཏན་ཕྱོགས་སྤུང་ཚབས་ཆེན་པོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་དག་དངོས་ལུགས་  
བརྒྱུད་ནས་འཛེམ་བོན་བྱེད་དགོས་འདུག་བསམ་པ་ནི་དོན་ཚན་དང་པོ་ཡིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ་འདི་གང་ཡིན་ལུས་ན། བོད་མིའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་མང་གཞི་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཤེས་རིག་ནས་  
ཡོང་བ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་ཡོང་བའི་ཤེས་རིག་དེ་ཚོ་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དང་སྤར་ལྷག་དར་འཕེལ་  
གཏོང་བྱེད་དགོས་པ་དེ་རེད། ཕྱོགས་མཚུངས་སློབ་སློབ་བྱེད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དེང་དུས་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་  
ཚོ་རིག་པ་དང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན། བྱམས་པ་དང་སྤྲིང་རྗེ། དཔེར་ན། བཞུག་གི་སློབ་དེ་ཚོ་ཚོན་  
རིག་གི་སློབ་ནས་གང་ལ་གང་འཚམས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱས་པ་ལྟར་དེ་ལས་གཞན་པའི་བཟང་སྲོད་དཔེར་ན། མགོན་པོ་རྒྱ་སྐབ་  
ཀྱིས་གསུང་པའི་ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་དུག་དང་ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་འདི་ཚོ་ལ་ང་རང་ཚོས་བསྐྱབ་བྱ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་བང་  
རིམ་བསྐྱོགས་ནས་དེང་སང་རྒྱུ་ཕྱོགས་པ་ལྟར། བདུན་ཕྱག་གཅིག་དང་། ལྷ་བ་གཅིག་སློབ་རྒྱུ་རྒྱ། ཉིན་མ་གཅིག་སྐར་ཆ་  
དང་ཚོྲོད་རིམ་པ་བཞིན་བཟོས་ནས་དེ་དག་ལ་སློབ་སློབ་བྱ་རྒྱ་དང་། དེ་དག་ཐོག་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་རྒྱ་དང་། གོ་དོན་ཚོགས་  
བདེ་པོ་དེ་འདྲ་བཟོས་ནས་འགོ་བཞེན་པ་དེར་ང་ཚོས་དཔེ་རྒྱུངས་ནས་གོ་རིམ་ལྡན་པ་ཞིག་བསྐྱོགས་ནས་དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་  
ནང་དུ་ལག་ལེན་བསྟར་བ་ཡིན་ན་ཚོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་ཉམས་ཞིབ་ཚད་ལྡན་བྱ་རྒྱ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་  
ར་འཕྲོད་པ་ཡིན་ན་འཛེམ་སྤོང་ཡོངས་ལ་ངོ་སློད་བྱེད་རྒྱ་ལག་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ལུས་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཚོ་ལ་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གི་ཆ་ནས་སེམས་ཁམས་  
རིག་པའི་རྣམ་གཞན་གཏོང་བྱེད་ཐུག་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་རང་ཚོ་ལ་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་མ་གཏོགས་དེ་དག་ལ་སློབ་སློབ་བྱ་  
རྒྱ་མ་འདང་བ་དང་། མང་པོ་ཞིག་ལ་ཉམས་ཞིབ་སྤེང་ངེས་ཤིག་བྱེད་ཐུབ་མེད། རྒྱུ་ཕྱོགས་པ་ཁ་གསལ་གྱིས་བོད་བརྒྱུད་ནང་  
བསྟན་ནས་གསུང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞན་ཐོག་ལ་ཉམས་ཞིབ་གཏོང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ཡང་  
ལག་ལེན་ཞིབ་འདུག་ནང་ཚོན་རིག་པ་རེ་འགས་བོད་ནང་རྒྱ་ནག་གི་བཙོན་ཁང་དུ་སྐྱུག་སློབ་སློབ་མཁན་བོད་མི་ཁག་གཅིག་ལ་  
སེམས་ཁམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཚོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་སྟོན་ཐོ་བྲིས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་དེ་དག་  
བཙོན་ཐབས་ཐོག་ངེས་པར་དོ་སྤང་བྱེད་དགོས་འདུག བོད་པའི་ནང་ལ་སྐབས་རེ་སེམས་ཁམས་སློབ་གསོ་སྲིད་དང་། ལྷག་

པར་དུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་ཡོང་བའི་སེམས་ཁམས་སློབ་གསོ་སྡེལ་དགོས་ཀྱི་འདུག ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་ནང་ལའང་སྐབས་རེ་ཕྱུ་གཤིས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ན་ཚད་ཤིང་ན། ལྷན་ཆ་མ་བཤད་པ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པས་ (AUTISM) ཞེས་འབོད་པའི་དེ་འདྲ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཁག་པོ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་འདུག དཔེར་ན། ཉེ་ལམ་ང་རང་ཚོའི་བྱུང་མེད་གཅིག་གིས་བརྗོད་པ་ལྟར་ན། ཁོང་མིའི་ཕྱུ་གུར་ (AUTISM) ཞེས་པའི་ནད་དེ་ཡོད་པ་ཕྱིས་སུ་མ་གཏོགས་ཤེས་ཤིང་མེད་པ་དང་། ང་ཚོ་བོད་པའི་ནང་ལ་ཕྱུ་གཤིས་སེམས་ཁམས་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་དེ་ཙམ་མེད། དེ་དག་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་བྱས་ནས་བཅོས་ཐབས་ལ་ང་རང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་བཅོས་ཐབས་དེ་ཚུར་ལེན། ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུང་པའི་སེམས་ཁམས་བཅོས་ཐབས་དེ་ཚོ་གོ་བདེར་བཟོས་ནས་ང་ཚོས་དངོས་གནས་སེམས་ཁམས་བཅོས་ཐབས་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱས་ནས་ལག་ལེན་བསྐྱར་དགོས་པ་འདི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་མང་གཞི་སྐྱེན་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག འདི་ཚོར་ངེས་པར་དུ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་འདུག་བསམ་གྱི་འདུག།

མཐའ་དོན་དེ་ལ་བོད་མིའི་རྒྱིག་འཇུགས་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ངོས་ནས་ད་ལྟ་འདི་ལྟ་བུ་གོ་རྒྱུ་གཞན་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་། ལྷིང་ཐག་པ་ནས་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ལྟུ་དང་། ལམོང་ས་མཚོག་སྐྱ་ཆེ་བསྐལ་བཟུར་བཅུར་བཅུན་པའི་སྡེན་ལམ་བྱུགས་དག་ལྟུ་ཡིན། བྱུགས་རྗེ་ཆེ་གཞན་།། །།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་ ༩ ཚེས་ ༥ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ལམོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱུ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྡེ་ལི་གསར་པར་ཚོས་ལྷུགས་ལ་མ་བཅེན་པའི་བཟང་སྲོད་བསྐྱབ་གཞི་དབུ་འབྱེད་མཛད་སྡེའི་ཉིན་གཉིས་པར་སྤངས་ཆའི་སློང་ནས་ཚོགས་བཅའ་བ་རྣམས་ལ་ཕྱག་གཡུག་མཛད་བཞིན་པ།  
 པར་པ། : བསྐྱར་འཛིན་ཚོས་འཁྲོམ། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་།



# ལ་རྒྱལ་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་

ཐབས།

## སེར་སྐྱེད་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམས་པ་ངག་དབང་བསོད་ནམས།

### • ལྷི་བཤད།

སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཡོངས་སྤྱོད་གྲགས་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ལས་དང་པོ་འགོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་བཟང་སྲོད་གོང་མཐོར་འདེགས་ཤིང་སྤེལ་རྒྱ་ལྡན་པའི་དམ་བཅའ་དེ་ནི། མགོན་པོ་གང་ཉིད་འགོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བཟུང་བ་ཡིན་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་བཀའ་སློབ་སློབ་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། འདི་ནི་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་འཇམ་བྱ་སྐྱེད་པའི་མིའི་རིགས་ལས་ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་རྣམས་དང་། ཡང་ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ཀྱང་ཚོས་ཇི་འདྲ་ཞིག་གྱེད་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐུན་མོང་དུ་ཉམས་སྤོང་ལོན་འོས་པ་ཞིག་ཡིན།

### • འགོ་བ་མིའི་གཞི་རྒྱུ་བཟང་སྲོད་ཅེས་པའི་དོན།

རང་རེ་མིའི་འགོ་བར་དུ་དཔེ་སློབ་ལས་འབྲུག་དུ་འཕམགས་པའི་རང་ཆས་སྤྱོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། མིའི་རྣམ་དཔྱད་དམ་ཤེས་རབ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། འདི་འདྲ་བཞི་གཞན་དུ་དཔེ་སློབ་ལས་ལ་མེད་པ་ཀུན་གྱིས་མཐོང་ཚོས་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་རྣམ་དཔྱད་བཅུ་དྲུག་སྲོད་ལོག་པར་སོང་བ་དང་། གཞན་ཕན་གྱི་བརྟེན་བའམ་སྤོང་རྗེས་ཕོངས་པའི་དབང་གིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤོང་དང་འབྲུག་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། རང་གཞན་ཚང་མས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ལྟར་ཀུན་ལ་དེའི་འདོད་ལེན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡང་ཡོད་མོད། བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ནོར་ན་དེ་སྐྱབ་མི་ཐུབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་མི་སྤོང་ཞིང་། བདེ་བའི་རྒྱ་མིན་པ་ལ་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་དུ་སྐྱབས་ན་མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་འབབ་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེས་ན་བདེ་བ་འདོད་ན་དེའི་རྒྱ་ལེགས་པར་ངོས་བཟུང་སྟེ་དེར་ནན་གྱིས་འཇུག་དགོས་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ན་དེའི་རྒྱ་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་སྤོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་ཡིན། རང་རེས་རྒྱུན་དུ་མ་རྟོན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་ཤིང་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཞུ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་དངོས་སྤྱོད་དོན་གྱི་ཐུབ་ས་ནི་སྤེལ་དོན་གོ་བའི་མིའི་འགོ་བ་དེ་དག་ཡིན་པས། དེར་དངོས་སྤྱོད་ཕན་ཐོགས་གྱེད་རྒྱུ་འདོད་དུ་མི་རུང་ཞེས་མགོན་པོ་མཆོག་ནས་ཡང་ཡང་ནན་ཏན་དུ་བཀའ་སློབ་བཞི་ནི། ངེས་པ་དོན་ལ་འཇམ་སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་འགོ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱུག་མིའི་འགོ་བར་བྱུགས་བསྐྱེད་ཟེན་པའི་མཇུག་པ་ལྟར་པ་ཞིག་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ཚོས་དད་མེད་པ་དག་ལ་སྤོང་བའི་སྤྱོད་དུ་བསྐྱེད་པའི་རིན་བྱལ་གྱི་ལམ་སྟོན་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

དེ་ཡང་རང་རེ་ཀུན་ལ་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་བསམ་པ་རང་ཆས་སྤྱོད་པ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཡིན། ཚོས་ཉིད་དེ་དང་མཐུན་པར་བདེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤོང་རྒྱ་ནི། ཇི་ལྟར་ས་ཞིང་སོགས་རྒྱུ་བཟང་པོ་ལས་འབྲས་བུ་ལོ་ཉོག་ལུས་སྤོང་ཚོགས་པ་སྤྱོད་པར་མཐོང་སྟེ་དེར་འབད་པ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱོད་ཀྱི་འགོ་བ་དང་སྤོང་བའི་རྒྱུ་ལ་སྤོང་ངོར་བཞག་ནས་འདོད་ལེན་གྱེད་པ་འདི་ནི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ལས་ཐོན་པའི་ཉམས་སྤོང་ལུ་ལེན་ཞིག་སྟེ། རང་སེམས་དང་ཕྱི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤོང་བའི་གྲུ་ལ་ལོག་ཀྱང་ཡིན། དེ་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ལོ་ཉོག་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་གཉིས་ཀྱི་དངོས་སྤྱོད་རང་རེའི་སེམས་ཀྱི་སྤོང་དུ་འཇོག་པ་མིན་ལ། དེ་ལས་སྤོང་སྟེ་རང་རེའི་བདེ་སྤྱུག་གི་



ཚོར་བ་དེ་ནང་སེམས་ཀྱི་སྣང་དུ་འཛོག་དགོས། དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡང་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྣང་དུ་སེམས་  
ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན། ལེགས་པར་བཏག་ན་གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་བརྟེན་བའི་བསམ་པ་དེས་རང་གི་སློབ་འཛོལ་བར་བྱས་  
ཤིང་། ལྷག་པར་མའི་མངལ་དུ་ཆགས་པ་ནས་བརྒྱུ་མས་བྱམས་སྦྱོང་གིས་ལེགས་པར་མ་བསྐྱུངས་ན། ད་ཆ་ངའི་ལུས་ཞེས་  
ཤིན་ཏུ་གཅེས་པར་འཛོལ་བཞིན་པ་དེ་ཡང་གསོན་ཐབས་དང་བྲལ། མདོར་ན་ཐོག་མར་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་ནས་མའི་བརྟེན་བས་  
འཛོལ་བའི་དུ་ཡང་མ་སོགས་སེམས་ཅན་མང་པོས་དངོས་དང་བརྒྱུད་པས་ཕན་པ་དུ་མ་བསྐྱབས་ནས་འཛོལ་བ་ཡིན་པས།  
མའི་རིགས་ནི་སྐྱེ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་ཁོ་ནར་གནས་ཤིང་། གལ་ཏེ་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་མས་བརྟེན་བས་མ་བྱེན་པའམ་  
འཛོལ་བ་འབའ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་གནས་ན་རང་རེའི་སློབ་ཀྱང་འཛོལ་བར་དཀའ་བ་དང་། ཡང་འཛོལ་བའི་འོག་གནས་པའི་སློབ་དེ་  
གཞན་གྱིས་དངོས་སུ་མ་བཅད་ཀྱང་། རང་ཉིད་གཅིག་ཕུར་ལྷག་པར་མ་བཟོད་ནས་མཐར་རང་སློབ་རང་གིས་གཙོད་པའང་  
མང་དག་ཅིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་གཞན་གྱི་ཞེ་སྣང་དང་དེའི་རྣམ་འགྲུར་འཛོལ་བའི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་པའི་སྐྱབས་བུ་ལ་མ་  
བཟོད་པས་ཡིན། རང་གཞན་གཉིས་ཀར་གསོན་པའི་རྒྱུན་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་གཞན་ཕན་གྱི་བརྟེན་བ་སྣང་རྗེ་དེ་ཡིན་  
ཞིང་། དེ་ཡོད་ན་དེ་དང་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་མའི་བཟང་སྦྱོང་གྱི་རིགས་གཞན་བཟོད་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་སོགས་ཀྱང་བདེ་ལྷག་ཏུ་  
སྐྱེ་བར་འགྱུར། དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱབས་བུ་མི་འདོད་པ་ཡིན་པར་བརྟེན། རང་རེའི་བདེ་  
དོན་དང་སློབ་བདེ་བར་འཛོལ་བར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མའི་གཞི་རྒྱུའི་བཟང་སྦྱོང་ཅེས་ཐ་སྣང་བཏགས་  
པར་མཛད་དོ། ། དེའི་རྒྱབ་རྟེན་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་དེ་འཚང་རྒྱ་རུང་དུ་ཡོད་  
པ་ནི། མདོ་ཏིང་ངེ་འཛོལ་རྒྱལ་པོ་ལས། བདེ་གཤེགས་སྣང་པོས་འགྲོ་ཀུན་ཡོངས་ལ་བྱུང། །ཅེས་དང་། མདོ་རྒྱུང་འདས་རྒྱུང་  
བ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྣང་པོ་ཅན་ཡིན་ཞོ། །ཞེས་དང་། མདོ་རྒྱུང་འདས་རྒྱུང་པོ་ལས་  
ཀྱང་། དཔེར་ན་འོ་མ་ལ་མར་གྱིས་བྱུང་བར་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྣང་པོས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་བྱུང་བར་གནས་སོ། །ཞེས་དང་།

རྒྱལ་བ་བྱམས་པས་མདོ་རྗེ་རྒྱན་ལས། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་དག་གྱུར་པ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
ཉིད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འགྲོ་ཀུན་དེ་ཡི་སྣང་པོ་ཅན། །ཞེས་སོགས་བཀའ་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་  
འཚང་རྒྱ་རུང་ཡིན་པའི་རིགས་པ་ཡང་། རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པ་ལས། སེམས་ལ་བརྟེན་སོགས་གོ་མས་སྐྱེ་བ། །རང་གི་ངང་  
གིས་འདུག་འགྱུར་ཏེ། །མེ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་དག་དང་། །དངུལ་རྒྱུ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན། །ཞེས་དང་། སེམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། །དྲི་མ་རྣམས་ནི་སྣོ་བྱུར་བ། །དེ་ཕྱིར་སྣར་ཡང་རྣམ་མེད་རྣམས། །དེ་བདག་གྱུར་ལ་ཕྱིས་རྣམ་མེད།  
།རྣམ་ཡོད་ན་ཡང་གཞོད་པ་ཅན། །སྐྱེ་རྣམས་སྣང་པོ་ཅན་དངོས་ལ། །ཡུན་དུ་གནས་རྣམས་ཡོད་མེན་ཏེ། །ས་རྣོན་ལ་ནི་མེ་བཞིན་  
ཞོ། །འཚོ་བ་མེད་དང་ཡང་དག་དོན། །རང་བཞིན་ལ་ནི་ཕྱིན་ལོག་གིས། །འབད་དུ་བྱིན་ཀྱང་མི་བརྣོགས་ཏེ། །སྣོ་ནི་དེ་ཕྱོགས་  
འཛོལ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སོགས་སོ། ། གཞན་ཡང་དྲི་མ་མ་རིག་པ་དང་དེས་དྲངས་པའི་ཞེ་སྣང་སོགས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ལ་མ་ཞུགས་ཤིང་། །ཞུགས་ན་མ་རིག་པས་ཡུལ་རྗེ་ལྟར་འཛོལ་བ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་རང་གི་མཚན་ཉིད་དམ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་གྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་སེམས་ལ་བྱེད་སོགས་མི་རུང་ཞིང་། སེམས་བཅོས་སུ་ཡང་མེད་པར་གྱུར་ལ།  
དེ་ལྟར་མེན་པ་སྦྱོང་བས་བྱུང། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གཞོད་བྱ་མེན་པ་  
མ་ཟད། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱམས་སོགས་གོ་མས་པ་མཐའ་མེད་དུ་འཕྲེལ་བའི་གྲོགས་ཀྱང་བྱེད་རྣམས་

ཤིང་། བདག་འཛིན་གྱིས་གཞིར་བྱས་ནས་སྐྱེས་པའི་བྱམས་པ་སོགས་ནི་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ལུགས་ཤིང་ཚད་མའི་རྒྱབ་རྟེན་མེད་པས་ཚད་ངེས་ཅན་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །

རང་རྒྱུད་ལ་བྱམས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རང་ཆས་སུ་ཡོད་དེ། རྒྱུད་ལྔ་མ་ལས། །དྲི་མ་སྒྲོ་བྱུང་བ་ཉིད་དང་། །ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་ཉིད་ལྡན་ཕྱིར། །ཞེས་དང་། །ཡང་དེ་ཉིད་ལས། །རྫོགས་སངས་སྐྱེ་འཕྲོ་ཕྱིར་དང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། །རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་ལུས་ཅན་ཀུན། །རྟོག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སྤོང་པོ་ཅན། །ཞེས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་ལ་འཚང་རྒྱ་བའི་རྣམས་པ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་ན་བྱམས་བརྩེ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད་དགོས། འགྲོ་བ་མི་ལ་རྣམས་པ་དེ་དག་ཡོད་པ་མ་ཟད་དུད་འགྲོ་སོགས་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་མིའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱང་ཡོད་པས། དེ་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་བྱས་ནས་ཉམས་སུ་གྲངས་ན། རང་དང་གཞན་གྱི་བདེ་ཚུར་ཕན་རྐྱབས་ཆེན་པོ་འགྱུར་ངེས་ལ་གཟིགས་ནས། མིའི་གཞི་རྩར་གྱུར་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཅས་པའི་ཐ་སྙད་མངོན་པ་དེ་ལ་གོ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ནས་ཆེད། །

ནང་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འཚང་རྒྱ་བའི་རྣམས་པ་ཡོད་པར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་སྐྱབ་ལ། དེ་ཡང་ཆེ་ས་འཚང་རྒྱ་བའི་རྣམས་པ་ཡོད་ན་དེའི་རྩེ་བརྩེ་དེའི་རྣམས་པ་མེད་པ་ཇི་ལྟར་རུང་། སྤོང་རྩེ་སོགས་ཀྱི་རྣམས་པ་ཡོད་པ་རིགས་པས་དཔོག་ཚུལ་ཡང་འདི་ལྟར་ཉེ། དེ་ཡང་རང་གཞན་ཀུན་བདེ་བ་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་ལ་བདེ་བ་སྦྲེར་བའི་གང་ཟག་དང་བཅས་པོ་སོགས་ཀུན་ལ་གཅེས་སྤྱོད་ཕྱིད་ཅིང་། རང་གིས་གཅེས་པར་བཟུང་བའི་སེམས་ཅན་ལ་བརྩེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་རང་ཉིད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་གཞན་དེས་རང་ལ་བདེ་བ་སྦྲེར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན། རང་བདེ་བ་འདོད་པ་སྒྲོ་བྱུང་དུ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོས་པ་མིན་པར་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་ཡོད་པས། རང་གི་བདེ་བའི་རྒྱ་ལ་གཅེས་པའི་བསམ་པ་ཡང་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་སོགས་ཀྱི་དབང་ལས་རང་གིས་གཅེས་པར་གཟུང་རྒྱའི་སེམས་ཅན་ནམ། གཅེས་འཛིན་དེའི་དམིགས་པར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་བརྩེ་བ་ཅམ་ལས། སྤྱིར་གཞན་སུ་འདྲ་ཞིག་གིས་རང་ལ་བདེ་བ་སྦྱིན་པ་དེ་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་བའི་སྦྱོང་མ་བརྩེ་བ་ནི་རང་གཞན་ཀུན་ལ་སྦྱོར་སྤྱོད་དོ། །བརྩེ་བའི་རྣམས་པ་དང་བརྩེ་བའི་བསམ་པ་རང་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གོགས་བྱས་ནས་སྤོང་ཅིང་གོང་ནས་གོང་དུ་སྦྲེལ་དགོས་ལ། དེའི་སྦྱང་དུ་བརྩེ་བའི་བསམ་པ་སྐྱེ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་དང་འགལ་རྐྱེན་སོགས་ཀྱང་དོས་གཟུང་རྒྱ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེད། །

ཡང་གཞན་ཕན་གྱི་བརྩེ་བ་ནི་མི་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སེམས་ཅན་སྤྱིའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ནི་ཚན་རིག་པས་ཀྱང་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལམ་ནས་ར་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། དེའི་སྐོར་གཞུགས་དུ་འཚད་པར་འགྱུར་དོ། །

- འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་བཟང་སྤྱོད་དགོས་གལ་ཆེ་ཚུལ་ཉེ། བཟང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤོངས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་དེ་ཡོད་པའི་དགེ་མཚན་དོས་གཟུང་བ།

དེང་དུས་ཀྱི་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནི་དཔལ་འབྱོར་རམ་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལ་གཙོ་བོར་དམིགས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། རང་རེར་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་ཡོད་པས། ཕྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་ལུས་ཚོར་དང་འབྲེལ་བའི་བདེ་བ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་སྐྱབ་ཕྱབ་པའི་ངེས་པ་མེད། སེམས་དང་འབྲེལ་བའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སེམས་རྣམ་རྟོག་གི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་དེ་ལ་སྦྲངས་འཛིན་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས། དངོས་པོའི་མཐུན་རྐྱེན་ལེགས་པོས་སེམས་རྩུང་ཟད་ཚོམས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། བོར་སྦྱོར་གྱི་སྤྱུག་བསྟུལ། ཉམས་པའི་སྤྱུག་བསྟུལ། དེ་བཞིན་འགན་སེམས། ཕྱག་དོག།

ང་རྒྱལ། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་གཞན་ལ་མཐོང་ཆུང་སོགས་སྐྱོ་ཚོགས་ཤིག་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད། སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་  
བདེ་བ་འདྲིན་ཅིང་སེམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡག་པོ་ཡོང་བ་ལ་རྣམ་ཉེན་ལ་སྤངས་འདྲིན་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་བསམ་སྒོ་བྱེད་སྒྲིབ་  
བསྐྱབ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། ཇི་ཙམ་གྱིས་རང་དོན་ལ་སེམས་པ་དང་། ང་རྒྱལ། དུག་དོག། འགཙ་སེམས་སོགས་ཡོད་པ་དེའི་  
ཚོད་ཀྱིས་སེམས་པ་མ་སྦྱིད་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ཇི་ཙམ་གྱིས་གཞན་ཕན་དང་། བཟོད་པ། རྒྱལ་ཁྲིམས་སོགས་ཡོད་  
པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་པ་སྦྱིད་པ་ཡོད་པས། སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྲོད་བསྟེན་བྱེད་ལུགས་མ་ནོར་བ་དགོས་སོ།  
དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཁོ་ནས་མིའི་འདོད་དོན་སྐྱབ་བྱབ་ཀྱི་ཡོད་ན། ཚཁ་རིག་སོགས་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་མཐོན་པོར་སོང་  
བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་ཏུ་མི་རྣམས་ལ་སེམས་ཁམས་ཁྲུལ་སོགས་ཆུང་བ་ཡོད་དགོས་ཚོད་དང་། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་དངོས་པོའི་མཐུན་རྐྱེན་  
ཇི་ཙམ་ཞན་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་པ་མ་སྦྱིད་པ་གས་ཆེར་ཡོང་དགོས་ཚོད་ལ། དཔལ་འབྱོར་དེ་ཙམ་མེད་ན་ཡང་སེམས་  
སྤང་བ་སྦྱིད་པོའི་ངང་མི་ཆེ་སྦྱེལ་མཁན་ཡང་མང་དག་ཅིག་ཡོད། ཡང་དཔལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་ཉིན་ལྟར་སེམས་ཁམས་  
རྒྱང་རྒྱང་ངང་སྤོང་མཁན་གྱི་སྤུག་པོ་མང་པོ་སྤང་བས། སེམས་སྦྱིད་མ་སྦྱིད་ནི་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པ་  
མིན་པར་ཤེས་སྒྲ། མདོར་ན། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ནི་བསམ་སྒོ་བྱེད་ནས་སེམས་ཀྱི་སྤོང་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་  
ནས་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཞིག་མིན་པར་བརྟེན། སྤྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་ཞན་ཡང་བསམ་སྒོའི་འབྱེད་སོའི་དབང་གིས་སེམས་བདེ་བར་  
གནས་བྱབ་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། མི་འགའ་ཞིག་རང་རྒྱང་པ་ཁོ་ནའི་བསམ་སྒོ་ཤུགས་ཆེར་བཟུང་སྟེ་མི་ཆེ་སྦྱེལ་ན་ཡང་སྦྱིད་སྤང་  
མེད་ཅིང་། དེ་དག་ནི་རང་གི་དོན་ཕྱན་བྱ་ཞིག་མ་འགྲུབ་ན་ཡང་མི་དགའ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་མི་འགའ་ཞིག་རང་  
དོན་ཆུང་ཞིང་། གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་ཆེ་བ་ཡོད་པས་གཞན་གྱི་སྤུན་ཚོགས་ལ་ཡི་རང་བྱེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་རང་དོན་ཕྱན་  
བྱ་ལ་འཐུས་ཤོར་སྤྱིན་པར་སེམས་ཁམས་མི་བྱེད་པར་བསམ་སྒོ་གྱུ་ཡངས་ངང་སྤོང་མཁན་མང་དག་ཡོད། མདོར་ན། ལེགས་  
པར་དཔུང་ན། ཇི་ཙམ་གྱིས་གཞན་ཕན་ཆེ་བ་དང་། མིག་རྒྱང་རིང་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཆེ་བ་ཡོད་པ་  
དང་། ཇི་ཙམ་གྱིས་རང་འདོད་ཆེ་བ་དང་མིག་རྒྱང་ཐུང་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཆུང་བ་ཡོད།

རང་རེ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞེས་པ་གང་ཟེགས་སྤེར་མང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱབ་པས། ཇི་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གཞན་  
ཕན་ཆེ་ཞིང་འཕྲལ་སྤུགས་གཉིས་ཀར་འབྲུབ་པའི་བསམ་སྒོའི་རྒྱ་འབྲེལ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དེ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་  
ཡོད་པ་ཡང་ཤེས་བྱབ་ལ། ཐ་ན་ཁྲིམ་ཚང་གཅིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ཡང་ཕ་མ་སེམས་བཟང་ཅན་ལ་སྤུག་ཡང་དེ་བཞིན་དང་།  
ཁྲིམ་ཚང་གཞན་ལས་བདེ་སྦྱིད་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ཡང་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ཡིན། གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་དེ་མི་སྤེར། ཁྲིམ་ཚང་།  
སྤྱི་ཚོགས། རྒྱལ་ཁབ། རྒྱལ་སྤྱི་སོགས་རྒྱ་འབྲེལ་ཆུང་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། ཕན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཁོ་ནར་གནས།  
དེས་ན་རང་གཞན་ཀུན་ལ་དེ་ཙམ་བར་གྱུར་པའི་སྤྱི་དང་ཡོད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་སྤང་གི་ དེ་མིན་རང་དོན་རྒྱང་པ་བསམས་ཏེ་སྦྱིད་  
པ་ཡོད་མཁན་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད། རང་དོན་ཁོ་ནར་སེམས་པའི་མི་སྤེར་སོ་སོ་དང་། ཁྲིམ་ཚང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཆེ་ཆུང་  
ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཙམ་བ་ཚུགས་པ་མི་སྦྱིད་པ་ཡིན། གཞན་ཕན་གྱིས་དབེན་ཞིང་། རང་གཞན་གྱི་ཆ་སོ་  
སོར་སྤྱི་ནས་རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་སྤྱོད་ལ་ལ་བར་འདོར་བ། སྤང་བའི་བསམ་པ་དང་། ཁོང་ཁྲོ་སོགས་ཀྱིས་  
རང་གཞན་ཀུན་མཐར་སྤུང་ལ་སྤྱོར་བའི་ཚུལ་རྣམས་འདས་པའི་ཚྱོང་བ་དང་ལོ་རྒྱས། དེ་བཞིན་ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་འདས་  
པའི་ནོར་འབྲུལ་ལས་བྱུང་བ་སོགས་ལ་ལེགས་པར་བརྟེན་ན་ཤེས་སྤྱོད་པས། གཞན་ཕན་ཙམ་བར་གྱུར་པའི་བཟང་སྤྱིད་ཀྱི་བསྐྱབ་  
བྱ་རྣམས་འབྱུང་ས་བཀའ་བསྟུན་སོགས་ལས་བྱུང་ཡང་། དེ་དག་རིགས་པ་ཡང་དག་དང་ཚྱོང་བའི་རྒྱབ་རྟེན་ཅན་ཡིན་པས།  
ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་ལ་མ་སྒྲོམ་པར་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན་སྤྱིན་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་འདོར་དུ་མི་རུང་བའོ།

མིའི་གཞི་རྒྱུ་ལོ་བཟང་སྤྱོད་ནི་རྩ་བ་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་ལས་འབྲུང་ཞིང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལྷ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བྱུང་བ་ཡིན། སྤྱིར་རང་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། རང་རྒྱུང་པ་གཞན་ལ་ལྷོས་མེད་དུ་འཚོ་མི་བྱུང་བས། གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་གཙོ་བོར་མ་སེམས་ཀྱང་། གཞན་ཕན་བསྐྱབ་པ་དེ་དོན་ལ་རང་དོན་བསྐྱབ་པ་དང་ཁྱད་མེད་པས། གཞན་གྱི་དོན་ནམ་ཡང་ཁྱད་དུ་མི་གསོད་ཅིང་། གཞན་གཞོན་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ལྷོག་དགོས་ལ། དེ་ལ་ཚུལ་བྱིམས་ཟེར། དེས་ན་རང་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བསམ་པས་ཚུལ་བྱིམས་སྤང་བ་དེ་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་སྤང་བ་མིན་ཡང་དེ་རང་དོན་དུ་ངེས་པར་དགོས་ལ། དེ་ལ་ནང་པའི་གཞུང་དང་མཐུན་པར་ཐ་སྙད་སྦྱར་ན་ཉེས་སྤྱོད་སྣོན་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ཞེས་ཟེར་ཆོག། རང་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་བསམ་པ་ཙམ་མིན་པར་གཞན་ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་རང་དང་སྤྱོད་ཀྱི་ནས་མཚུངས་པས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སེམས་ཚོར་དང་འབྲེལ་ནས་ཚུལ་བྱིམས་སྤང་བ་ཡང་ཚུལ་བྱིམས་ཡིན་ཞིང་། ནང་པའི་གཞུང་ནང་སེམས་ཚན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་པ་ལྟར་འདིར་ཡང་དེ་ལྟར་སྦྱར་ཆོག།

དེ་གཉེས་ལས་སྤྲོ་མ་གཞན་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་མ་འབྲེལ་བར་རང་དོན་དུ་ལྷོས་བྱུང་གི་བསམ་པས་སྤང་ཞིང་། དེ་བཞིན་ཡུལ་བྱིམས་སོགས་ལ་འཇིགས་ནས་ཀྱང་སྤང་བ་ཡོད། གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་ལས་ལྷོག་པའི་ཚུལ་བྱིམས་དེ་བྱམས་པ་དང་འབྲེལ་ཞིང་། ལེགས་པར་སེམས་ཚེ་བྱམས་བརྩེས་སྤྱོད་རྒྱ་གཞན་དེ་ཡང་ལྷགས་དང་རྩི་སོགས་སེམས་མེད་པའི་པོ་མིན་པས། དེས་ཀྱང་ནམ་ཞིག་རང་ལ་ཕན་པ་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་མིན་ཡང་གཞོན་པ་ལས་ལྷོག་པ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད། བྱམས་བརྩེའི་བསམ་པས་ཟེན་པའི་ཚུལ་བྱིམས་སོགས་ལས་རང་ལ་གདེང་སྤོབས་དང་སྤོ་སྤོབས་སོགས་ཀྱང་འབྲུང་བས། དེའི་དབང་གིས་ཆེ་འདིའི་བྱ་བར་ལམ་འགྲོ་ཡང་ཆེ་ལ། འཇིགས་དང་ངས་དང་དོགས་པ་སོགས་མེད་པར་སེམས་བདེ་བར་གནས་བྱུང་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་རང་གིས་གཞན་ལ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་བྱས་ན་གནས་ཚུལ་གསང་དགོས་དོན་མེད་པས་སྤྱི་གསལ་ནང་གསལ་བྱེད་བྱུང། དེ་བྱུང་ན་གཞན་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དེའི་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་སྤོབས་བྱུང་གི་སྤོབས་པོར་འགྱུར་བྱུང་བ་ཡོང་གི་ཡོད། མདོར་ན་སྤྱི་བསྐྱེད་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས། དཀོན་མཚོག་གམ་ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་བཀའ་ཡིན་པ་རྒྱུ་མཚན་དུ་མ་བསམས་པར་དངོས་པོ་སྤོབས་བྱུགས་ཀྱི་རིགས་པའམ་རྒྱུ་མཚན་དང་ལྷོང་བ་གཙོ་བོར་གཞིར་བཞག་སྤོབས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བར་མངོན་ཅིང་། དེ་ཉིད་ནི་དེང་གི་དུས་སུ་རིས་མེད་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་དམ་སེ་ཁུ་ལར་ཨ་ཐིག་སེ་ (SECULAR ETHICS) ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེ་ཡིན།

- བཟང་སྤྱོད་རི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ།
- ༡. མཐུན་རྐྱེན་དོས་གཟུང་བ།
- ༡) རྫོང་རྒྱུ་གཞན་ལེགས་པར་གཏན་ལ་འབབ་དགོས་པ།

རྫོང་རྒྱུ་གཞན་ལེགས་པར་གཏན་ལ་འབབ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ། རྫོང་དབྱེ་བ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་རང་གི་སེམས་འཁྲུག་སྐབས་བཙོས་སུ་མེད་པ་ལྟ་བུར་སྤང་ཞིང་། ཆགས་སྤང་སོགས་སྤྱི་སྐབས་འདི་དག་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་བརྗོད་མི་དགོས་ཤིང་རྫོག་ཐབས་ཀྱང་མེད་བསམས་ནས། རང་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ཞིང་། སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་ནས་སེམས་ལུས་པ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་སྐབས་མེད་པར་མཐོང་ནས་རང་སྤོབས་རང་གིས་གཙོད་པ་སོགས་ཡོང་གི་ཡོད། རྫོང་འགྲོ་སྤངས་ཤེས་ན་རྫོང་རྒྱུ་རྐྱེན་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤོབས་

པ་ཤེས་ཤིང་། དེ་རྒྱུ་ཐབས་སུ་དམིགས་ཀྱིན་བརྗེ་ཞིང་གང་ལ་བརྟེན་ན་སེམས་མི་སྐྱིད་པར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ཡུལ་དུ་  
མི་བྱེད་པ་དང་། ཆགས་སྤང་སོགས་ཀྱི་ཚེ་སློབ་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ལྷོག་སྤྱོད་དམིགས་པར་བརྒྱུད་བ་སོགས་ཐག་སྲིང་བ་དང་  
སུན་འབྲིན་པའི་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་ལུས་པ་ཡོང་གི་ཡིད།

མདོར་ན་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་གོང་དུ་སྒྲེལ་ཞིང་། དེའི་འགལ་ལྷན་ཉམས་དམས་པར་གཏོང་བ་ལྟ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་  
རྣམས་པ་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་པ་ཡང་། སེམས་ཀྱི་ངོ་པོ། དབྱེ་བ། བྱེད་ལས། བཅའ་ལྟར་ནང་འགལ་དང་མཐུན་སྤྱོད་སོགས་  
ལེགས་པར་ཤེས་པ་ལ་རག་ལས་པས། བཟང་སྤྱོད་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཡང་གཙོ་བོ་ནང་སེམས་ནས་འགྲུལ་སྤྱོད་ཐེབས་དགོས་  
པས། རྒྱན་ལྡན་དུ་སྦྱོར་བའི་ལོ་རྒྱུ་ལས་མཛོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནས་ཞིན་སྤྱོད་དུ་སེམས་ཀྱི་ས་ཁྲ་ (MAP OF MIND)  
ཞེས་ཐ་སྐྱོད་བཏགས་ཏེ། རྒྱལ་འདུ་བ་སོགས་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་བཀའ་སློབ་སློབ་བཞིན་པ་ཡང་མཛད་དུ་  
བྱུང་བའི་གདམས་ངག་ཆེན་པོར་སྤྲང་དོ། །རྒྱལ་ས་ཁྲའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གྲངས་མི་འདྲ་བའི་ཡུལ་ཅན་རྒྱལ་འདོ་  
པོ། རྒྱལ་འདུ་བ་སློབ་ཤིག་བདུན་དང་གསུམ་དང་གཉིས་སོགས། དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་ཁྱད་པར། ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་  
ཀྱི་ཁྱད་པར། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་ཁྱད་པར་དང་དབྱེ་བ། དག་མི་དག་ལུང་མ་བསྐྱེད། ཅ་ཉོན་དུག་དང་ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ་  
སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར། དེ་བཞིན་རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་འདུ་བ་སྤྱོད་དུ་བྱས་ན། དབང་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གསུམ། ཡིད་  
ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་གསུམ་སོགས་ཡིན། མདོར་ན་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་འདུ་བ་སྤྱོད་ཤིག་ལྟར་སྤྱོད་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་འགོ་སློབས་  
ཚུལ་དང་། དག་པའི་སློབ་ཤིག་འདྲུང་འཛོག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སློབ་ལེགས་པར་སྤྱུངས་ན། རང་གི་རྒྱལ་འདུ་བ་སྤྱོད་ཤིག་ལྟར་དག་གི་  
སློབ་ཐོན་ནས། ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་རྣམས་ལ་སྤངས་འཛིན་ལེགས་པར་བྱེད་ཐུབ་པར་འགྱུར་པེས་ཡིན།

- ༡) བཟང་སྤྱོད་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་མ་ལྷོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་སེམས་པ།
- ༡༡) རྒྱན་ལོང་གི་རིགས་པ།

སློབ་ཐུབ་དང་པོ། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིགས་པ། སེམས་ཀྱི་བདེ་བས་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་བྱིས་གཞོན་ཐུབ་ཅིང་། དེ་ལས་ལྷོག་སླེ་  
ལུས་ཀྱི་བདེ་བས་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་བྱིས་གཞོན་མི་ཐུབ་པས། སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ཡུན་རིང་ལ་བྱགས་དུག་པའི་གཞན་  
དོན་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་མེན་པར་གཞན་དོན་ཁྱད་དུ་འཁྲེང་བའི་བྱམས་པ་སོགས་བསྐྱེད་ནས་འོང་ལ། མི་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་  
ཡང་། གཞན་སུ་ལ་འདྲ་སྤོངས་པ་མེད་པར་རང་དོན་ནམ་ཡང་སྤྱོད་མི་ཐུབ་ཅིང་། རང་གིས་འདོད་པའི་སྤོངས་གཏམ་སོགས་  
ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས། གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན།  
གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་གཞན་གྱིས་མི་ཤེས་སྤོངས་ཡང་། གཞན་གྱིས་ཤེས་དོགས་པའི་ཚོངས་པས་དྲངས་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་  
དང་། དེས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོང་སྤོངས་པའི་འཛིགས་སྤྱོད་དགོས་པ་སོགས། མདོར་ན། གཞན་ལ་གཞོད་པའི་སྤོངས་རང་ཀུན་  
ཏུ་བདེ་བའི་གནས་མེད་པའི་ཚུལ་ཡང་རིགས་པའི་སྤོངས་གཏམ་ལ་འབེབས་དགོས། རྒྱ་བྱམས་པ་དང་བརྟེན་པས་རང་གཞན་  
བདེ་བ་དང་། རྒྱ་ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱིས་རང་གཞན་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་ཐོག་མར་རང་ཐོག་ཏུ་བསམས་  
ཤིང་། དེ་ནས་གཞན་ཐོག་ཏུ་བསམ་དགོས། མཐར་སྦྱོར་ཐོག་ཏུ་བསམ་ཚུལ་ཡང་། ཐོག་མར་ཚོགས་པ་རྒྱུ་ལས་བརྒྱུ་མས་  
ཏེ་རིམ་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱོད་པར་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་སྤོངས་སྤོངས་ན་སུ་མཐའ་མེད་པར་སྤོངས་པས་ཚོགས་པོ། །

༡) མདོར་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་ལ་སོགས་སྒོ་བཟང་པོའི་རིགས་སམ། བཟོད་པ། རྒྱལ་སྤྱོད་སམ། ཚོགས་ཤེས། ངང་རྒྱུད་རིང་བ། གཏོང་སེམས། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དང་འབྲེལ་བའི་དྲན་ཤེས་བག་ཡིད་ཀྱི་བསམ་པ་སོགས་དགེ་བའི་སྒོ་དེ་དག་ངོས་གཟུང་ཞིང་དེ་དག་གི་ཕན་ཡོན་སྤྱི་སྤྱོད་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ཏུ་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམ་དགོས། ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་རྩལ་འདོན་མངོན་མཁན་གྱི་གར་གྱི་དབྱ་བྱིད་སེམས་དཔལ་ཚེན་པོ་གྲུ་དང་། ཨ་རིའི་མི་རིགས་ནག་པོའི་འཐབ་ཚྱོད་པ་སྤྱི་ཞབས་མཚན་ཉིན་ལུ་ཐར་གིང། དེ་བཞིན་ཨ་ཕི་རི་ཁའི་ཞེལ་སྐྱོན་མཚམས་ལ་སོགས་ཀྱི་མི་ཚེའི་རབས་དང་། བསྐྱེད་བྱ་རྣམས་ཀྱང་དྲན་པར་བྱེད་དགོས། ལུ་རོབ་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཡིད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་ཁོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དབར་འབྲུག་ཚྱོད་མེད་པར་ད་བར་དུ་གནས་ཐུབ་པའི་དགེ་མཚན་སོགས་ཀྱང་སྤྱི་ཐོག་ཏུ་གཞན་ཕན་ལག་བསྐྱར་གྱི་མཇུག་འབྲས་ཀྱི་མཚན་གཞིར་གཟུང་ཚོགས།

༢) དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྒོ་ངོས་བཟུང་སྟེ་དེ་དག་གི་ཉེས་དམིགས་སྤྱི་སྤྱོད་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ཏུ་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམ་དགོས། ད་ལྟོ་གནས་སྤངས་དང་འདས་པའི་ཉམས་སྲོལ་། ལྷག་པར་དུ་དམག་ཆེན་དང་པོའི་སྐབས་མི་ས་ལ་ ༤༠ ལྷག་དང་། གཉིས་པའི་སྐབས་ས་ལ་ ༡༥ ལྷག་གི་ཆེ་སྲིག་ཤོར་བ། དེའི་རིང་ལ་མུ་གེ་དང་དམག་གི་འཛིགས་པས་ཉོན་མོངས་མཚན་འབྲེལ་ཐབས་མེད་པའི་རྣམས་བསྐྱེད་པའི་དབྱ་བྱིད་པ་བྱུང་བ་རྣམས་ཚ་བ་ཉོན་མོངས་ལས་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱང་ཡང་ཡང་དྲན་དགོས་སོ། །

མདོར་ན། ཁོང་སྒོ་དང་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལས་དག་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་འབྲེལ་སྤྱོད་གཉིས་ཀར་ཁེ་ལས་གྲོང་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལས་ལྡོག་པའི་གཞན་ཕན་དང་བྱམས་བཟུ། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་གུས་བཀུར་སོགས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷ་སྤྱོད་རྣམས་རང་གཞན་བདེ་བའི་རྒྱུར་བསམས་ཏེ། སྤྱི་ཚང་སྤང་དོར་མ་ཞོར་བ་བྱེད་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་འཛིན་ཅིང་དྲན་ཤེས་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་དགོས།

སྒོས་གྲུབ་གཉིས་པ། བདག་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ།

དེ་ཡང་རང་རེ་ཀྱན་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་ཡིན་པས། རང་གི་བདེ་སྤྱོད་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་ཞིང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་འཆམ་མཐུན་ཡང་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ལས་ཞེ་སྤང་དང་འབྲུག་ཚྱོད་སོགས་ཀྱིས་མིན་པ་ཡང་ཤེས་སྤྱོད། ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཞེས་པ་ཡན་ལག་དུ་མ་འདུས་པ་ལས་གྲུབ་ཅིང་། མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་འགྲོ་བ་མི་རིའི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་ཚུངས་འབྲེལ་བས། ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་གྱི་སྒོ་ནས་རང་གཞན་ཀྱན་གྱི་བདེ་དོན་ལ་ངེས་པར་བསམ་དགོས། ལྷག་པར་དུ་འབྲེལ་ཆས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུ་ཕྱིན་པས་མི་རྣམས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ཐག་ཉེ་རུ་སྤྱོད་ཡོད་ཅིང་། དཔལ་འབྱོར། ཤེས་ཡོན། འཕྲོད་བསྐྱེད་སོགས་དང་། ལྷག་པར་དུ་འཁོར་ལུག་གི་སྒོ་ནས་ཕན་ཚུན་ཤིན་ཏུ་ནས་སྤོངས་ཆེ་ཞིང་ཕན་གནོད་ཆེ་བས། མི་གཅིག་གམ། སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་རྒྱུ་གཅིག་གམ། རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱོད་ཕན་གཅིག་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་བདེ་སྤྱོད་ལས་གཞན་མ་བསམས་པར་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ཞིག་གི་སྤོངས་དུས་ལྟར་སྤོངས་དོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བསམ་ན། དུས་ཀྱི་འགྲུར་འགྲོས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་མ་ཟད་དོན་ལ་ཡང་རང་གི་བདེ་སྤྱོད་གི་སེམས་ཁྲུང་ལེགས་པར་བྱེད་མ་ཤེས་པ་ཡིན་པས། སྤྱི་སེམས་ཀྱི་བསམ་སྒོ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཅིས་པར་གཟུང་དགོས་སོ། །

སྒྲིལ་གྲུབ་གསུམ་པ། མཉམ་རུབ་ཀྱི་རྣམ་པ།

དེ་ཡང་སྒྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་ཅུ་སོགས་ལ་སྒྲེར་རེ་རེ་ནས་ཁྲར་ལེན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། དོན་ཚེན་ལྷུང་དུ་བརྒྱབ་པ་ལ་  
མཉམ་རུབ་ཀྱི་རྣམ་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སྐོང་བས་གྲུབ་ལ། དཔའི་སྒྲོན་ས་ཀྱང་། བྱ་དང་དུད་འགྲོ་སོགས་སྒྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་དང་། རྒྱུ་མ་སོགས་འབྲུ་སྲིན་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་སྤོད་ཁང་བཅིགས་  
པ་སོགས་དཔེར་སྤྲོད་དུ་ཡོད། རང་རེ་མི་ཡིན་པས་མིའི་རྣམ་དཔྱོད་དུད་འགྲོ་འབྲུ་སྲིན་སོགས་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་  
ཀྱང་། འཆམ་མཐུན་དང་མཉམ་རུབ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་འགའ་ཞིག་གི་ཚོ་དེ་དག་ལས་ཆེས་ཞན་པའི་རང་རེ་མིའི་བྱེད་ཚུལ་  
རྣམས་ཀྱང་ཉེས་པར་བྱས་ཏེ། སྒྱི་བདེ་ན་བྱེད་བཞག་བདེ་བ་དང་། སྒྱི་ཐོག་དུ་རྣམ་པ་འདོན་པ་ལ་སྒྲེར་རེ་རེ་ནས་མཉམ་རུབ་མ་  
བྱས་ན་དོན་མི་འགྲུབ་པས། སྒྱི་དོན་ལ་སྒྲེར་རེ་རེ་ནས་རྣམ་པ་སྤྱོད་དགོས་པ་སོགས་རིགས་པ་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་དགོས་སོ། །

ཁ) ཐུན་མོང་གི་ཉམས་སྤོང་།

མང་གཙོ་དང་རང་དབང་གི་མི་ཚོ་སྐྱེལ་མཁུན་ཚོས་རང་ལ་རང་དབང་གི་ཚོར་བ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གཞན་ལ་མེད་པ་  
མཐོང་དུས་སེམས་ཚོར་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་མཉམ་བའི་མི་འགའ་ཞིག་རང་ལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས་གཞན་ལ་དེ་ལྟར་མི་འོང་བའི་སྤྱིར་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རང་དོན་གང་ཅམ་ཞིག་སྒྲོམ་གཏོང་གི་ཡོད། དོན་ཀྱང་དེ་  
དག་ལ་ནང་ན་གོ་ཚོད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་གཏོགས་འགྲོད་སེམས་མེད་པ་རང་རེས་མཐོང་ཚོས་ལྟར་དང་། སྒྲེར་གྱི་ངོས་ནས་  
གཞན་ལ་བརྟེན་བས་བཟུང་ན་ནང་གི་ཞི་བདེ་ཆེ་བ་དང་། ཁོང་གི་སོགས་སྐྱེས་ཆོ་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་སེམས་པ་སྐྱེད་པའི་  
སྐབས་མེད་པ་མ་ཟད། སེམས་འབྲུགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཀྱང་འབྲུག་པར་འགྱུར་བའི་སྤོང་བ་སོགས་ལ་ལེགས་པར་བསམ་  
དགོས། དཔེར་ན། བརྟེན་བས་བཟུངས་པའི་བྱ་སྤྱུག་དག་གི་འཆར་ལོངས་བཟང་བ་མ་ཟད་དེ་དག་ལ་གཞན་ཕན་བྱེད་རྒྱུའི་  
སྤྱིར་དུ་ཡང་དགའ་མོས་ཡོད་པ། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ཁོར་ཡུག་ཀྱང་ལེགས་པོ་སྐྱེན་སྲུབ་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་མཉམ་གཙོ་  
འོག་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་རྣམས་དོགས་པ་ཆེ་བའི་དུ། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ལ་སེམས་ཁྲར་མི་བྱེད་པ། རང་ཉིད་མ་སྐྱེད་པ་མ་  
ཟད་ཁོར་ཡུག་ལ་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་མེད་པ་སོགས་མཐོང་ཚོས་ཀྱི་སྤོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་སྐྱེ་ཅི་སྲུབ་ལ་  
འབད་དགོས་པ་ཡིན།

མདོར་ན་གཞན་ཕན་ལ་རོལ་པོ་དེ་ཡང་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་རྒྱ་ལ་ལ་རང་  
གཞན་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་དེ། མི་རིགས་འདྲ་མིན། སྤོང་བྱེད་འབྱེད།  
རིགས་རུས་མཐོ་དམན། དབུལ་སྤུག་གི་དབྱེ་བ། ཐོབ་ལོ་ས་ཆེ་ཆུང་སོགས་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་གྱི་སྒྲོན་ས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤུག་  
རྣམ་ཡང་ཁྱད་དུ་མི་གསོད་ཅིང་། དེ་ལས་སྤོང་སྤྱི་གཞན་ཕན་གྱི་བྱམས་བརྟེན་ཅི་སྲུབ་བྱ་དགོས། གཞན་ལ་བྱམས་བརྟེན་  
ཡོད་ན་དེའི་དོན་ལ་སྤོང་རྒྱུ་ཆུང་མི་བྱེད་པའི་དགེ་མཚན་ཡོད། མདོར་ན་རྒྱུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་བྱམས་བརྟེན་ཉམས་ལེན་  
རྣམ་ཡང་མི་འདོར་བར་འཛིན་སྲུབ་པ་བྱེད་དགོས།

ག) ཚན་རིག་གི་བརྟག་འབྲས།

བྱམས་བརྟེན་དེ་རང་རེ་སྒྱི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་གཞི་རྒྱའི་དགོས་མཁོ་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པས་ཀྱང་གསུང་གི་ཡོད།  
དེ་ཡང་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ལམ་ནས་ཅི་ཅི་གཅིག་གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུ་དང་། གཞན་དེ་གྲོགས་དང་ལྷན་དུ་བཞག་སྤྱི་མཚན་

གོགས་ཀྱིས་ལྷེ་མོས་བཞུགས་ཏེ་བརྗེ་བས་བཞེན་ནས་ཡོད་པ་གཉིས་ལས་སྤྱི་མ་དེའི་མ་ཁ་གསོ་སྦྲུང་བ་ཡོད་པར་འབྲེལ་བཅོལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་ཚུང་ཚུང་སྦྲུ་མི་ཤེས་ཤིང་གོག་འགོ་བྱེད་ཐུབ་ཙམ་གཉིས་ལ་མི་གཉིས་འབྲུག་རྩོད་བྱེད་པ་དང་། འཆམ་མཐུན་བྱེད་པའི་བརྟན་པར་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སྦྲོན་སྐབས། དང་པོར་མི་དགའ་བ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་མར་དགའ་བའི་འདྲུ་མ་མདངས་བསྟན་པའི་དཔེ་མཚོན་སོགས་ཀྱིས་བརྗེ་བ་དེ་སྤྱིར་སེམས་ཅན་དང་བྱེ་བྲག་མིའི་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་གསུང་གི་ཡོད། གྲང་རྩེའི་ཚན་རིག་པ་དང་སེམས་ཁམས་ཚན་རིག་པ་སོགས་དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་མང་པོས་ནང་གི་བསམ་པ་བཟང་པོ་བཅངས་ན་གྲང་རྩེ་རྩེ་བཟང་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་འགྲུབ་བ་འགོ་བཞེན་ཡོད་པར་གསུང་གི་ཡོད། ཡང་ན་གསོ་བར་དེའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡང་འབྲེལ་བཅོལ་བྱེད་ཅིང་། མདོར་ན་བྱམས་བརྗེའི་བསམ་པ་དང་དྲན་ཤེས་བཞིན་གཉིས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཆེ་སྲིང་བར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་ཚན་རིག་པ་རྣམས་སློ་མཐུན་ཞིང་། དེའི་སྐོར་སྤྱི་མཐུན་ཉམས་ཞིབ་ཀྱང་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

༡. འགལ་ཉེན་ངོས་གཟུང་བ།

ཁོང་ཁྱོད་དང་བཅོལ་བསྐྱེད་ཚུང་བའི་ཉེས་དམིགས། ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་བའི་ཉེས་དམིགས། འདོད་ཆགས་དང་སེར་སྦྲུ་གས་ཆེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ལེ་ལོ་གས་ཆེ་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ཡང་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་བསམ་ཞིང་། དེ་དག་གི་རྩོག་དོན་བྱམས་སྦྱང་རྗེ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་དྲངས་པའི་ཚུལ་བྱིམས། སྦྱིན་པ། བཅོལ་པ། བརྗེན་འགྲུས། དྲན་ཤེས། བག་ཡོད། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་རྣམས་བསམ་དགོས། མདོར་ན་འགལ་ཉེན་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་དག་ལ་ཐང་སོར་ཐང་སོར་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། འདིར་སྤྱོད་འདུག་གི་གཞུང་སྤྱི་དང་ཁྱེད་པར་ལེན་དུག་པ་དང་བརྗེད་པ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་རྣམས་ཕན་ཚུབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ལམ་གྲངས་ལྟར་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནས་དེ་དག་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བར་ཡང་ཉམས་སྦྲུ་ལེན་ཐུབ་ཅེས་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་སྦྲུལ་བཞིན་པ་ལྟར། དེ་དག་ནས་བྱུང་བའི་རིགས་པ་རྣམས་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་སྦྱེ་བ་སྤྱིའི་ལྷ་གྲུབ་དང་མ་འབྲེལ་བར་ཐང་ཀར་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱ་ཡོད།

3. ཉམས་སྦྲུ་ལེན་པའི་རིམ་པ་དངོས།

དངོས་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་རིམ་པ་དང་སྦྱངས་ནས་ཉམས་སྦྲུ་ལེན་པའི་རིམ་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི་མཐུན་ཉེན་དང་འགལ་ཉེན་གཉིས་ངོས་བཟུང་ཞིང་། ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པའི་སྦྱོར་སྦྲུང་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བར་སྦྱང་རྗེའི་དམིགས་རྣམས་སྤྱོད་ཚུལ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་གོང་དུ་ཞུས་པའི་དོན་ཚན་རྣམས་དམིགས་སྦྱོར་ལ་བཞག་ནས་དཔུང་སྦྱོར་དགོས་སར་དཔུང་སྦྱོར་དང་། སྦྱང་རྗེའི་བསམ་པ་ཚོར་བ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་སྦྱེས་ཆེ་དེའི་ངང་རྒྱན་བསྐྱངས་ཏེ་འདོག་སྦྱོར་གྱི་དོན་ཐུབ་ཀྱང་བྱ་ཆོག། དེ་བཞིན་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་ནས་ཞི་གནས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སོགས་ཀྱང་འདིར་བྱེད་ཆོག་པ་ཡིན། སྤྱི་མ་ལ་རང་སྤྱོད་གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱན་ལྷན་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྦྱོར་སྦྱངས་ནས་རྒྱན་ལྷན་དུ་རང་རང་གི་འཚོ་བའི་ཆེད་དུ་ལས་ལ་འདུག་པའི་ཆེ་དྲན་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་སོགས་མ་ཉམས་པའི་སྦྱོར་སྦྱང་རྗེའི་བསམ་པའི་བཟང་པོ་སྤྱོད་རྒྱན་སྦྱོང་རྒྱ་དེ་ཡིན། སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ལེན། ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོངས་སྤྱོད་གཏོགས་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ནས་རང་གི་ལྷ་སྤྱོད་རྗེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཞེ་ན།



9) མོ་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པ།

ད་ལྟའི་འཇམ་སྐྱིད་འདི་གཞན་རབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡུལ་སྡེ་རིགས་ལྷགས་དང་མི་འདྲ་བར་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དང་མ་ཅད་རིང་ལུགས་གཞི་རྩུབ་བཟུང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྲོ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ཡང་ཚོང་འབྲེལ་དང་། ཆབ་སྲིད། ཤེས་ཡོན། འགྲིམ་འགྲུལ་སོགས་གང་ཐད་ནས་ཕན་ཚུན་ཤིན་ཏུ་སྤོས་ཚབས་ཅན་དུ་གྱུར་ཡོད། འཇམ་སྐྱིད་འདིར་སྤྱིར་བཟང་སྤྲོགས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་གཞི་འགྲོ་བམའི་སོ་བཟང་དང་དྲང་བདེན་ལ་བརྩི་བཀུར་ལྷགས་ཀྱི་ལུས་ཚེ་ཏུ་སྤོས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དམག་ལྷགས་ཀྱི་རྣམས་ལ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྣལ་ཡུལ་སྡེ་མཚོན་ཆ་སོགས་གཏོར་བཅོམ་གྱི་རྣམས་ལ་ཚད་ལས་བསམ་འདྲི་ཆོས་ཆེར་དར་བ། ཡང་ཚོན་རིག་ཡུལ་རྒྱས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁོར་ལུག་ལ་གཞོན་འཕྲོད་དང་། འཇམ་སྐྱིད་སྤྱིའི་ཆ་དོད་ལྷགས་ཆེར་འཕེལ་བཞིན་པ། དེ་སྲིད་ལ་ཡུལ་རྒྱས་ལ་ཏ་ཅང་དང་དོད་བྱེད་བཞིན་པའི་སྤྱི་ཚོན་ཆ་ཡང་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད། སྐབས་འདིར་འཇམ་སྐྱིད་སྤྱིའི་བདེ་ཅུར་བསམ་སྐྱོ་མ་བཏང་ཆོ་གཞོན་པའི་རང་བཞིན་ལྷག་པར་འཕེལ་ནས་ཤར་སྤྲོགས་ཀྱི་ཉམས་སྲུང་དེ་རྣལ་སྤྲོགས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་མིན་པར་དེ་གཉིས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་འཇམ་སྐྱིད་གི་རང་བུང་གི་སྐོན་སྤྱིད་ས་རྒྱ་སོགས་ཐུན་མིང་གི་ཡོངས་སྤྱད་འབྲུ་རྣམས་ཇུས་ངན་གྱིས་སྐྱབས་པ་དང་བརྐྱམས་པ་དང་རྒྱན་ཆད་པ་སོགས་བྱུང་ན། རང་རེའི་སྤོག་འཚོ་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་རྣམས་གཞུགས་ནས། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གོ་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདྲེ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་སྤོལ་བཞིན་པ་ཞི་ཐུགས་བསྐྱེད་མྱེད་དུ་བྱུང་བས་དྲངས་པའི་མཛད་བཟང་རྣམས་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དང་མཐུན་པར་རང་གཞན་ཀུན་ནས་ཀྱང་སེམས་ངེས་པར་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

10) འགོ་བམའི་གཞི་རྩུབ་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན།

ཤི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལས་འཆར་ (SEE LEARNING) ལྟ་བུའི་སྐོན་ས་ཚོས་ཡོད་མེད་ཀུན་ལ་མའི་གཞི་རྩུབ་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤོབ་སྤོང་སྤོད་རྒྱའི་ལམ་ལྷགས་གཏན་འབེབས་བྱེད་རྒྱ་ནི། བཟང་སྤོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལེགས་པར་འབྱུང་བར་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ། རང་རེ་མའི་སྤྱི་ཚོགས་བྲིད་བྱུང་བའི་དམར་ཤོག་གི་འགོ་བྲིད་ཡང་སྤྱིར་རྗེ་མེད་པ་དེ་དག་དང་། ཚོང་སོགས་སྤྱིའི་རྒྱུ་ཁོན་སེམས་ནང་གི་བདེ་བ་འཚོལ་བར་ལྷགས་མཁན་རྣམས་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཚོགས་པ་ཆེ་ཆུང་སྤྱི་དང་། རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་དབུ་བྲིད་ཆ་ཚང་དང་པོ་ཉིད་ནས་འགོར་སྤོབས་པ་མིན་ཞིང་། སྤོན་འགོ་དང་གཞི་རིམ་སྤོབ་བྲུ་ནས་བཟུང་ཐེག་པ་རིམ་འཛུགས་ཀྱིས་འགོ་བྲིད་ཀྱི་གནས་སུ་སྤོབས་པས། གཞི་རྩུབ་སྤོབ་སྤོང་གི་ལམ་ནས་བསམ་སྤོབ་འཁྲུམ་སོར་བཟང་སྤོགས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུན་ངི་ཅམ་ཡོད་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་འགོ་བྲིད་དེ་ཡང་གཞན་ཕན་ལ་དང་དོད་བྱེད་མཁན་གྱི་ལ་རབས་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ངེས་ཡིན་པས། སྤོན་འགོའི་སྤོབ་བྲུ་ནས་བཟུང་སྤོབ་ཤིན་ཡོན་གྱི་ནང་དུ་འགོ་བམའི་གཞི་རྩུབ་བཟང་སྤྱོད་སྤོབ་རྒྱའི་ལས་འཆར་འདི་ནི་ཆོས་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ལས་བརྒྱུས་པའི་འཕྲིན་ལས་སྤོན་འཛིག་རྟེན་འདིར་སུས་ཀྱང་མ་བརྒྱུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གདོན་མི་ཟེའོ། །

11) རྒྱལ་ཁབ་དུ་མ་འདུས་པའི་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པ།

ཡུ་རོབ་སྤྱི་མཐུན་ཚོགས་པར་དབེ་རྒྱུངས་ནས་སྤོལ་མི་རི་ཀའི་སྤྱིར་ཆེན་ནང་དང་། (SOUTH AMERICA) དེ་བཞིན་ཨ་ཕི་རི་ཀའི་སྤྱིར་ཆེན། (AFRICAN CONTINENT) ཡང་དཀྱིལ་ཤར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ (MIDDLE EAST) གི་དབར་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཚོགས་འཛུགས་སྤུབ་པ་བྱ་དགོས་པའི་ལམ་སྤོན་ཡང་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་ལན་མང་གཞན་གྲོང་ཡོད།

ཉེ་དུས་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་ལེ་ཤི་ཡའི་ཁྲུལ་དུ་སྦྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཚོགས་དགོས་མཁོའི་དགོངས་འཆར་སོགས་  
ནི་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་འཇམ་སྤིང་སྦྱི་ལ་སྦྱོར་པའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་ལས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ།      འཇམ་སྤིང་ཡུལ་གྲུ་གང་  
དུའང་འདི་འདྲའི་དགོངས་པ་གཞན་སྲུ་ལ་ཡང་ཡོད་པར་མི་སྤང་བས།      དགོངས་གཞི་འདི་དངོས་ཐོག་ལག་ལེན་དུ་འཁེལ་ན་  
འཇམ་སྤིང་འདིར་ཞི་བདེ་སྤིང་འཇགས་ཞེས་པ་དེ་ཚོག་ཙམ་མིན་པར་དངོས་སྲུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན།

རང་རེ་བོད་མི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ལྔ་པའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅར་ཕྱར་བ་གྲུ་འདེགས་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཐུབ་བམ།

གཞན་ལ་འགོ་བཅི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དགོས་པའི་སྐུལ་འདེབས་བྱེད་པར་རང་རེ་བོད་མི་ནང་ཁྲུལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་  
ཤེས་དགོས་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་འདས་པའི་འཇམ་སྤིང་ལོ་སྤྱོད་པའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་དྲན་པར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་བསམ་པའི་སློ་  
ནས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་ངེས་པར་དུ་འཛིན་དགོས། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཆགས་འཛིན་གི་སྐབས་འདིར་ད་ལྟ་བཙམས་སྲུ་མེད་  
པའི་འདས་པའི་ཕན་མེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བསྟན་དེ་བོད་རིགས་ནང་ཁྲུལ་མི་མཐུན་པ་བཟོ་མཁན་རྣམས་ལ་ཚོས་མཐུན་གྱི་  
སློ་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དུས་ནམ་གྱི་ཚེ་ཡང་རང་རེ་བོད་གཞིས་ལུས་མི་དམངས་ཀྱི་མགོན་ཚབ་དང་སློ་གཏད་  
བཙམས་སྲུ་ཡིན་པ་བརྟེན་དུ་མི་རུང་། ཡང་གཞན་ལ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱི་ལ་དགོས་པའི་སྐུལ་མ་བྱེད་པར་བོད་རིགས་ནང་  
ཁྲུལ་ཚོས་བརྒྱུད་དང་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལ་བསྟན་ནས་རྒྱུད་དུ་གནས་པ་མིན་པར་སློན་པ་གཅིག་གི་རྗེས་འཇུག་  
གཅིག་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་དགོས་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེ་བཞིན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་མི་འདྲ་ཡང་། འདྲེ་གར་སློའི་སློགས་སྲུ་  
གནས་པ་ལ། །སྤྱད་རུབ་སློར་གདོང་བའོན་རེ་ཚུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་དུ་མ་སོང་བར། བོད་མི་རིགས་དང་དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཚོས་  
དང་རིག་གཞུང་། བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཐབ་ཚུང་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཚད་མཐོ་དམན་ཙམ་ལས་སྦྱིར་གངས་ཙན་  
བོད་ཀྱི་ཚོས་སྤོང་གཉིས་ཀྱི་བདེ་དོན་ལ་ཚུང་མཁན་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དགོས་གལ་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ།

དེ་ཡང་འཇམ་སྤིང་ས་ཕྱོགས་གང་སར་བོད་མིར་དགའ་མོས་དང་ཆེ་མཐོང་ཡོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་སྦྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་  
ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་རྗེ་བཀའ་དྲིན་དང་། བོད་མི་རྣམས་ལ་རབས་བཟང་སྦྱོང་ལུན་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་  
ཡིན་པ་མ་གཏོགས། ཤེས་ཡིན་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཆེ་དགས་པའི་སློ་ནས་མིན། དེ་ཡང་རང་རེར་ཡོད་པའི་རང་གི་  
གཏན་གྱི་འདུན་མ་དང་། གཞན་འཇམ་སྤིང་སྦྱི་ལ་ཕན་ཐོགས་སྐྱབ་ཐུབ་ངེས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ནི་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་  
ཡིན་པས། དེ་གཉིས་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ན་སྦྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅར་དང་  
པོའི་ཉམས་ལེན་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེའི་ཆེད་དུ་རང་རེའི་སྦྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ནང་དོན་རིག་པར་མཁས་པའི་མཁས་  
དབང་དུ་མ་ཡོད་པས། གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་གྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཤེས་པའི་སློ་ནས་གཙོ་བོ་དགོས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ནས་  
གལ་ཆེ། དེ་ཡང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཚོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། མདོ་དང་དགོངས་འགྲེལ་བསྟན་བཙམས་ཆེན་མོ་ལས། །ལེགས་  
གསུངས་ཏིང་འཛིན་སྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ནི། །རྗོད་བྱེད་བསྐྱེད་བས་སློ་གོས་ཚུང་རྣམས་ཀྱིས། །ཇི་བཞིན་མ་རྟོགས་རང་གི་སློ་ལི་  
སློན། །ཞེས་དང་། གཞན་ལ་བསློས་པས་གཞུང་བཟང་དེ་དག་ལ། །མི་རྟོག་སྦྱོང་བའི་གདམས་པ་མེད་སྟམ་ནས། །ཡོད་པའི་  
གཞུང་དུ་མ་བཙམ་མེད་པའི་སར། །འབད་པ་དུ་མས་འཚོལ་ཞིང་རྗེད་པར་སེམས། །ཞེས་དང་། གཞུང་ལུགས་ཆེ་ལ་ལོ་མང་  
སྤངས་པ་ཡི། །གྲོགས་དག་རང་གི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། །དོར་ནས་གཞན་གྱི་མཚིང་བུ་མ་ལེན་པར། །རང་ལ་རིན་ཆེན་ཡོད་པ་  
མཁྱེན་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེ་བོད་གངས་ཙན་པ་དག་གིས་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་ལེགས་པར་ངོས་ཟིན་དགོས།  
དེ་ཡང་རང་རེའི་ཁྱད་ཚོས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཟབ་མོ་དེ་དག་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁབ་དུ་མེད་པར་རང་ཅག་བོད་མིར་

ཡོད་པས་སོ་སོའི་ཁྱད་ནོར་ངོ་ཤེས་ཀྱི་དེ་གི་ཉ་ཏུ་ནས་གལ་ཆེད། མདོར་ན་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་འདི་ལ་སློབ་མེད་པའི་དབྱ་  
 བྱིད་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ལྟ་བུ་དང་། སུ་ཞིག་ལ་འགྲམ་ཆུ་ལྡང་མི་དགོས་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་  
 ཟབ་མོ་ཡོད་པས། རང་གི་ནོར་བུའི་ནོར་ཉམས་ཚེད་པའི་སློབ་མེད་འཛོལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་ལ་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་  
 གྱིས་འབྲུང་དགོས། དེ་མིན་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོ་སྤྱི་སྤྱིང་པ་དག་ལས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཚུར་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད་  
 པ་མིན།

ད་ལྟ་རང་ཅག་ནམས་ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཛད་འཕྲིན་ནམ་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པ་གང་ཉིད་ཀྱི་གདུལ་བུའི་  
 གཙོ་བོ་བོད་རིགས་སུ་སྐྱེས་ནས་ཡོད་པས། དེར་སྐྱེས་པའི་སྐྱེས་གོ་ཚེད་པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱེད་དགོས། ལྷག་པར་དུ་མི་ལོ་  
 དུག་ཅུ་ལྷག་དམར་པོའི་བཙན་གཞོན་འོག་ཏུ་མཐར་གཙོད་ཚུང་བཞིན་པའི་གཞིས་ལུས་ཀྱི་ཆེད་བོད་རིགས་སུ་སྐྱེས་ཆོས་ཀྱི་  
 བདེ་སྐྱབས་ནམ་ཡང་མི་བརྟེན་པར་འཛོལ་སྤྱོད་འདིར་བོད་ཀྱི་ཚ་དོན་དང་མི་རིགས་རིག་གཞུང་དང་བཙན་པ་གནས་མི་གནས་  
 ཞེ་རང་རེ་བོད་མི་རེ་རེ་ལ་འགན་ཡོད་པས། དེ་སེམས་ཀྱི་མཐིལ་དུ་བརྒྱུད་སྤྱོད་གྱུ་གྱིས་ལྷག་བསམ་ཚོལ་མེད་ཚུན་དུ་བསྐྱེན་  
 ཅིང་ནམ་ཡང་ལྟོད་ཡངས་སུ་མ་སོང་བ་དགོས་པའི་ནམ་སྐུལ་དང་བཙན།

དཔལ་ལྷན་བོད་མིའི་སྐྱིལ་འཇུགས་ཀྱི་སྤྱི་དྲིལ་ལྷན་ཁང་གི་རེ་སྐུལ་ལྟར། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་གི་ཞབས་ཞུ་བ་གྲུས་དགེ་བཤེས་  
 དག་དབང་བསོད་ནམས་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༧ ལྷག་དཀར་དགེ་བའི་ཉིན་ཇོགས་པར་བགྱིས་པའོ། །།



སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༡ རེས་གཟའ་མིག་དམར་ཉིན་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཀྱི་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་སྤྱི་ལོ་གསར་པའི་  
 རྒྱལ་སྤྱང་གཞིས་ཀའི་གཙོར་བྱར་བའི་ལྷ་ཁང་དུ་སྐྱེན་ལམ་གསུང་འདོན་མཛད་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྐྱེན་འཛོལ་ཆོས་འཁྲོམ། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་།



# ཡ་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་

ཐབས།

## དགེ་བཤེས་མ་བདེ་ལེགས་དབང་མོ།

### སྤྱི་མ་གྲིང་གི་བཅུན་མ།

༡། ཡ་གོང་ས་མཚོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས།

པོད་མིའི་སྤྱི་གཏུགས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་ཉིད་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
 དྲན་གྱི་ལོར་སྤྱད་བཅུ་ལྷན་ལེན་པའི་ནང་ནས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་གོ་སྤྱི་གཏུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་  
 མཁས་པའི་བགོ་སྐྱོང་ལ་མཉམ་ཞུགས་བྱེད་རྒྱུ་ལོ་སྤྱི་སྐབས་གནང་བར་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ། ཡ་གོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
 དྲན་ལྷན་སྐབས་ཚམས་པ་སྤྱོད་པ་དང་དེ་དག་གང་ཞུས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཡོད། ལྷ་མའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྷན་གྱི་  
 གཙོ་བོ་ཞི་ཡ་གོང་ས་མཚོག་གིས་བཀའ་གང་གནང་བ་དེ་བཅོས་མིན་ཐོག་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ལག་བསྐྱར་ལྷན་གྱི་དེ་ཞི་རང་ཅག་  
 སྤྱོད་བྱ་ཡོངས་ཀྱི་འགན་དང་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་མཚོག་དང་སྤྱི་མ་གྲིང་གི་མཉམ་  
 པའི་སྐབས་པའི་མཚོན་པ་མཚོག་སྤྱོད་པའི་བཅུན་བཞུགས་ཀྱང་དེ་ཡིན། སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་  
 མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱུངས་དང་སྤྱོད་མུས་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ལས། དང་པོ་  
 འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས། གཉིས་པ་གོ་ལ་འདིའི་སྤྱི་ཚོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་ཚོས་ལུགས་  
 ནང་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྤྱི་གནང་ཐབས། གསུམ་པ་བོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཁོར་ཡུག་སྤྱོད་གནང་ཐབས། བཞི་  
 པ་རྒྱ་གར་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་སྐྱར་གསོ་གནང་ཐབས་བཅས་རེད། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་དང་པོ་འགྲོ་  
 བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་ཐབས་སྐོར་ལྷན་ཡིན། སྤྱི་བཏང་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་ནའང་འདྲ། སེམས་ཅན་དུད་  
 འགྲོ་ཡིན་ནའདྲ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། བདེ་བ་  
 འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱུ་སྐྱབ་མ་ཤེས། སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་ཀྱང་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པ་ལྟར་ནས་མི་འདོད་པའི་  
 སྤྱི་གཏུགས་མཚུངས་པའི་གཉེན་མ་བཞིན་བྱུང་བ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། སེམས་ཅན་སྤྱོད་ལྷན་གྱི་མི་ཡིན་ན་བདེ་བ་འདོད་  
 པ་དང་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ནའང་། འགྲོ་བ་མི་ལ་ལྷན་ཅི་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་ཅན་དུད་  
 འགྲོ་སོགས་དང་བསྐྱར་ན་འགྲོ་བ་མིའི་རྣམ་དཔྱད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་འཇོམས་པོ་ཡོད། འགྲོ་བ་མིའི་ལུས་རྩིས་དེ་ལ་རྣམ་དཔྱད་སྤྱོད་  
 པོ་དང་གྲུང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། མི་ཚང་མ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པ་  
 གཅིག་མཚུངས་རེད། བདེ་བ་འདོད་ན་བདེ་བ་དེ་རྒྱ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པས།  
 མི་འདོད་པའི་སྤྱི་གཏུགས་དེ་རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་འདུག། མི་འདོད་པའི་སྤྱི་གཏུགས་དེ་འདྲའི་རྒྱ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་  
 མ་གཏོགས་རྒྱ་མེད་རྒྱ་མེད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་མི་འདོད་པའི་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པའི་སྤྱི་གཏུགས་མི་འདོད་པ་  
 བཅོན་བྱ་དགོས། འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་རྒྱ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས། བདེ་བའི་རྒྱ་ཞིག་ལ་འཚོལ་ཏེ་བདེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་དགོས། བདེ་  
 སྤྱི་གཏུགས་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་སྤྱོད་སྤྱོད་མིང་མ་ཡིན་པ་འགྲོ་བ་མི་ལ་ཡོད་པས་དེ་འདྲའི་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྤྱོད་  
 གཏོང་བྱུང་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། སོ་སོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་ལྷན་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཡོད་པ་དེ་སོ་སོས་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་

ཡིན། གལ་ཏེ་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྡོད་གཏོང་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དུང་འགོ་དང་གཉིས་སྲུ་མ་མཚིས། དཔེར་མཚོན་ཞིག་ལྟར་པ་  
ཡིན་ན། མི་དབྱུང་པོ་ཞིག་དང་ཕྱག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། ཕྱག་པོ་དེ་ལ་གསེར་རྒྱ་མ་གང་ཡོད་པ་དང་། གསེར་རྒྱ་མ་གང་དེ་  
བེད་སྡོད་གཏོང་མ་ཤེས་ནས་དབྱུང་པོ་དེ་དང་སྡོད་སྣང་ས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ན། གསེར་རྒྱ་མ་གང་དེ་མི་དེའི་མི་ཚོ་གང་པོ་  
ལ་བེད་སྡོད་ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད་དབྱུང་པོ་དང་ཕྱག་པོ་འབྲུག་པར་ཅི་ཡང་མེད་པ་གྱུར། དཔེར་མཚོན་དེ་བཞིན་དུ་བེད་སྡོད་  
རྣམ་པར་དབྱེ་བར་རྣམ་དཔྱད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་མིའི་ལྷན་ཉེན་འདི་ལ་ཡོད་ཅང་དེ་བེད་སྡོད་གཏོང་བར་འབད་བརྩོན་  
བྱ་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེ།

འགོ་བཅི་ལའང་ཚོས་ལྷགས་ཁས་ལེན་མཁན་དང་མི་ལེན་མཁན་གཉིས་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་ཁས་ལེན་མཁན་ལའང་།  
ཚོས་ལྷགས་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་བུ་མས་སྣང་རྗེ་དང་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་དགེ་བའི་བསམ་  
ཚོལ་འབྲེལ་སྤྱོད་དེ་དག་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་བརྩེ་བ་དེ་འཇོམ་སྒྲིང་གི་ཚོས་ལྷགས་ཆེ་ཁག་ཚང་མ་ལ་མ་སྤྱོད་ས་གཅིག་གྱུར་  
རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་དེ་དག་ལ་ཚོས་ལྷགས་ནས་གསུང་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ཚོས་ལྷགས་བྱེ་བྲག་པ་  
ཞིག་དང་རིག་གཞུང་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ནས་གསུང་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཁས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་  
མཁན་རྣམས་ལ་ཚོས་ནས་བཀད་པའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་སྣོན་སྣོན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བརྩེ་བ་ཀྱང་ལྷུ་ལྷུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རེད། ཁས་ཀྱང་  
ལེན་གྱི་མ་རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་དེ་དག་གིས་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ལག་ལེན་བསྐྱར་བ་ལ་འབད་  
བརྩོན་དེ་ཅམ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་  
བསྐྱབ་བྱ་གནང་མཁན་མི་གཞན་པ་ཞིག་ཀྱང་མེད་པས་དེ་དག་ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་  
གམ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ཤས་ཀྱི་སྣོན་ལ་ཚོན་རིག་དར་འབྲུབ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྱིན། ཚོན་རིག་ནང་དུ་དངོས་སྲུ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་  
དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོང་དུས། མི་མང་པོ་ཚོན་རིག་ལ་ཡོད་ཆེས་དང་དོ་སྣང་བུས་ནས་སྤྱོད་མཁན་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་  
ཐོན། ཚོན་རིག་ཞེས་པ་དེ་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྤྱི་རོལ་ལུ་ལ་གྱི་དངོས་པོ་སྣོན་པའི་ཤེས་ཡིན་ཞིག་ལ་བརྩེ་བ་ནས་ཚོས་  
ཁས་ལེན་མཁན་གྱི་མི་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་ཚོ་སྣང་མེད་བཞག་པ་ཡིན་ན་འཇོམ་སྒྲིང་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་  
རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་ཕལ་ཆེར་མ་ཇོན་སྲུ་མ་ཚད་སྐྱབ་རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ནས་གསུང་བའི་བཟང་སྤྱོད་  
བསྐྱབ་བྱར་ཁས་ལེན་མི་བྱེད། རང་ངོས་ནས་དོ་སྣང་དེ་ཅམ་མི་བྱེད་པས་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གིས་སྤུང་། ཡ་རབས་སྤྱོད་  
བཟང་མེད་མཁན་དེ་ཚོར་སྤྱིར་བཏང་སྣོན་སྣོན་ཅམ་ལག་པོ་ཡོད་ན་དེ་དག་གིས་སྤྱོད་པ་མ་རབས་བྱེད་ན་རྣུས་ལྷགས་ཆེ་བ་  
ཡོད། དེ་དག་གིས་དྲག་པོའི་ཐོག་ནས་དམག་འབྲུག་རྒྱག་པ་འའང་། ཉེས་མེད་ལ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་པ་སོགས་བྱེད་པས་  
གདུག་རྒྱུ་བར་བཞིན་གྱི་གོ་ལ་ཞིག་ཆགས་པའི་ཉེན་ཁ་ཏེ་ཅང་ཆེ། དཔེར་མཚོན་ཞིག་ལྟར་པ་ཡིན་ན། འདི་ལོ་རྒྱ་ནག་ནས་  
ཐོན་པའི་ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་ལྟ་བུ། དང་པོ་ཅི་ཅི་སྐྱམ་པོ་ནས་བྱུང་ལ་བ་ནས་མི་ཏེ་ཅན་ཞིག་གིས་སྤྱི་མི་ཤེས་པའི་དུང་  
འགོ་ཉམ་ཚུང་ལ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་བྱས་པ་རེད། རྗེས་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་སྐབས་ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་མེད་པ་  
བཟོས་པ་རེད་ཟེར། མི་དེ་ཞི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཅི་ཡང་མེད་མཁན་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཅམ་ཞིག་སྐྱབ་པ་མ་གཏོགས། ངས་དེ་  
འདྲ་ཞིག་བཟོས་པ་ཡིན་ན་སོ་སོའི་ཉེ་འཁོར་ལ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ལ་གནོད་ཀྱི་རེད་བསམ་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ལ་  
གནོད་ཀྱི་རེད་བསམ་པ། འཇོམ་སྒྲིང་ལ་གནོད་ཀྱི་རེད་བསམ་པའི་ཀུན་སྣོང་དེ་ཡོད་མ་རེད། སོ་སོའི་ཁེ་ཕན་དང་རང་དོན་  
གཅིག་ཕུ་ལས་བསམ་རྒྱུ་མེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་དག་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྗེ་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་བེད་སྡོད་ལོག་པར་བཏང་བ་དང་།

བེད་སྤྱོད་ལོག་པར་གཏོང་བའི་རྣམས་པ་ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད། འཇམ་མཚན་དང་གཞན་ཕན་གྱི་ཀུན་སྤོང་དང་བྲལ་བའི་རང་དོན་ཁོ་  
ན་ལས་བསམ་རྒྱ་མེད་པའི་ཚན་རིག་པ་དང་སྤྱོད་སྤོང་མཁས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲུལ་ཆས་དང་རྒྱལ་རྒྱུ་ཐོག་རང་གི་སྤོང་  
སྤོང་སོགས་བེད་སྤྱོད་ལོག་པར་བཏང་ན་འཇམ་མཚན་ལ་གཞོན་འཆོ་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་ཐུབ། མི་དེ་ཚོས་མ་རུང་བའི་གཞན་ལ་གཞོན་  
པའི་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་དང་རྒྱུ་རིགས་མང་པོ་ཞིག་བཟོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་ལ་འདི་ལ་གཞོན་འཆོ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡོང་  
མིན་ཏོག་དེའི་བསམ་གཏན་རིམས་སོགས་ནས་ཤེས་ཐུབ། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དང་བྲལ་བའི་མི་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་གྲུང་བ་  
ཡིན་ན། འཇམ་མཚན་འདིའི་སྐང་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ལྡན་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་ཐ་སྙད་ཚམ་ཞིག་མ་གཏོགས་མི་ལྷག་པའི་  
ཉེན་ཁ་ཡོད་པར་བརྟེན། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་མ་འོངས་པ་ལ་དེ་འདྲ་མི་ཡོང་བའི་  
ཆེད། འདས་པ་དང་ད་ལྟོ་འགན་སྐྱོང་ས་ལ་གཞིགས་ནས་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་  
གཏོང་བའི་ལམ་སྤོང་གནང་བ་རེད། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཡ་  
རབས་བཟང་དཔྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་མཁན་གྱི་ཤིང་ཉེའི་སྲོལ་འབྲེད་ཡིན་ཞུ་ན་ཆོག། ཁོང་གིས་ལྷགས་རྩོམ་མཛད་  
པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་འདས་པ་དང་། སྤོང་ལོ་གསར་པའི་སྐང་དོར་སོགས་ད་ལྟོ་སྤོང་གྲ་ཁ་གསར་ནང་ལ་སྤོང་མཚན་  
ལ་བཞག་ཡོད། སྤོང་ལོ་གསར་པའི་སྐང་དོར་ཤོག་གངས་ ༡༡ ནང་མི་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་མིན་གནད་  
འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་མི་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་གཙོ་བོ་རེད། ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་  
འདས་པའི་ཤོག་གངས་ ༡༢ ནང་དུ་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཀ་བ་གཉིས་གསུངས་ཡོད། འགྲོ་བ་མི་  
ཀུན་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྐྱབས་བུལ་མི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དེ་ཀ་བ་དང་པོ་དང་། འགྲོ་བ་མི་ཚང་མ་ལྷུས་པོའི་  
གྲུབ་ཚའི་ཐོག་ནས་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱིས་གནས་ཡོད་པ་དེ་ཀ་བ་གཉིས་པ་གསུངས་ཡོད། ཀ་བ་ཞེས་པ་ཁང་པའི་ནང་གི་  
གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ནང་བཞིན། ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཀ་བ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཚོས་ལྷགས་  
དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྐྱབས་བུལ་མི་འདོད་པ་གཅིག་  
མཚུངས་ཡིན་པ་གསུངས་འདུག། བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྐྱབས་བུལ་མི་འདོད་ཅེས་པ། བདེ་སྐྱབས་གི་རྣམ་པར་དཔེ་བའི་རྣམ་  
དཔྱོད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་མིའི་ལྷན་ཉེན་འདི་ལ་ཡོད། འོ་ན་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྐྱབས་བུལ་མི་འདོད་ཅེས་པའི། བདེ་བ་  
དེ་གང་ལས་གྲུང་གི་རེད་ཞུ་ན། ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་ལ་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་བརྟེན་བཟང་  
བྱམས་པ། བཟོད་པ་སོགས་ལས་འབྲུང་གི་རེད་ཞུ་དགོས། བརྟེན་བཟང་བྱམས་པ་བཟོད་པ་དེ་ཚོའི་ནང་ནས་བཟང་སྤྱོད་ཡོང་  
སའི་རྒྱ་གཙོ་བོ་དེ་བཅོས་མིན་གྱི་བརྟེན་བཟང་སྤོང་རྗེ་རེད། དཔེར་ན། ཨ་མ་ཞིག་ལ་བྱ་གཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན། གལ་ཏེ་བྱ་དེ་ལ་  
དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་པ་ཡིན་ན་བརྟེན་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐབས་དང་སྐྱབས་བུལ་ལས་སྤོང་བའི་ཐབས་གནང་གི་རེད་མ་  
གཏོགས། རང་གི་བྱ་ལ་བརྟེན་བའོད་མཁན་གྱི་ཨ་མ་ཞིག་གིས་གཞོན་སྐྱེལ་དགོས་བསམ་པའི་གཞོན་སེམས་རྣམས་ཡང་ཡོང་གི་  
མ་རེད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་མི་ཚང་མ་ལ་བརྟེན་བའི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་མི་རྣམས་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་ཀྱིས་གཞོན་སེམས་དང་  
འཆོ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཉུང་དུ་ཕྱིན་པས་འཇམ་མཚན་ཞི་བདེ་ཡོང་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད། སྤྱིར་ཚན་རིག་པས་ཀྱང་མི་རྣམས་  
བརྟེན་བའི་རང་བཞིན་ཅན་རེད་གསུང་གི་ཡོད། བརྟེན་བཟང་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ལས་ཐ་དད་པའི་གང་ཟག་སྤྱོད་ཞིག་  
ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་ཡིན་ན་དེ་སེལ་བའི་ཐབས་དང་། ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ལ་རོགས་པ་གང་ཐུབ་བྱེད་རྒྱ་འབད་བརྩོན་  
བྱེད་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་བརྟེན་བའི་ཞེས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་རེད། བརྟེན་སེམས་ཡོད་ན་གཞི་ནས་རང་ཉིད་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཞིག་  
ཡོང་གི་རེད། ཚོས་ལྷགས་ནས་བཟང་བའི་ཡིན་ན་སྤོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ས་བོན་དེ་བཅོས་མིན་གྱི་བརྟེན་བཟང་རེད། སྤོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཞེས་

པ་དེ་སྐྱེས་བུ་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་འདུག་སློང་དང་ལམ་རེད། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་དྲ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་པ་ནི་དབྱེ་མ་འདུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་  
བརྟེན་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཉོག་ཕུན་ཚོགས་འདི་.....ཞེས་སོགས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་  
གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་གསུངས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་ལ་དེ་འདྲ་ཞུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་ཁས་མི་ལེན་  
མཁན་ལ་ཡང་སྤྱིང་རྗེ་གལ་ཆེ་ཞེས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཆོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་བྱིད་ཀྱིས་  
བདེ་བ་འདོད་ཀྱི་འདུག་གམ། སྐྱུག་བསྐྱེད་འདོད་ཀྱི་འདུག་གམ་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ངས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་  
འདོད་གསུང་གི་རེད། བདེ་བ་འདོད་ཀྱི་འདུག་ཁ་ནས་བཤད་ཅོམ་གྱི་ཕན་གྱི་མ་རེད། བདེ་བ་འདོད་ན་བདེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་དགོས།  
བདེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་ལ་རྩ་བ་ཕྱག་ས་དེ་སྤྱིང་རྗེ་རེད། བརྟེན་བཞུགས་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་སོ་སོ་ལས་ཉམ་ཐག་པའི་སེམས་  
ཅན་སྤྱིང་རྗེ་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ན། དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྐྱབ་ཐབས་སོགས་བྱེད་པར་རྒྱུན་ལ་  
བརྟེན་ནས་གཞན་སྤྱིད་རང་སྤྱིད། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བདེ་སྤྱིད་བྱུང་བར་དངོས་ཡོད་རེད། གཞན་ལ་དཀའ་ངལ་  
འཕྲད་སྐབས་རོགས་པ་བྱེད་ན། དུས་ནམ་ཞིག་རང་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་གཞན་པ་དེས་སོ་སོར་རོགས་བྱེད་ངེས་རེད།  
ང་ཆོ་ཆང་མ་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཕན་ཚུན་རོགས་པར་བྱེད་རེས་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ང་ཆོ་ཆང་མ་བརྟེན་ནས་  
གྲུབ་པ་རེད་ཅེས་གོང་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཀ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཉིས་པ་འགོ་བཅི་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་དེ་རེད། ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་གནང་གི་ཡོད་ན་རང་ཉིད་སྤྱིད་པ་མ་ཟད་ཉེ་འཁོར་དུ་  
ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱང་སྤྱིད་པོ་ཡོང་གི་རེད་ལ། རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་དེའང་མི་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས། བདེ་སྤྱིད་  
དགོས་ན་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་རྒྱ་བརྟེན་བཞུགས་འགོ་རྩེ་ནས་སྐྱབ་དགོས། བརྟེན་བཞུགས་པ་བཟོད་པ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་  
ནས་སྤྱིར་བཟོད་པ་ཟེར་བ་དེ་གོ་བདེ་པོའི་ངང་ནས་ཞུས་ན་མི་དེ་ཞིག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་མི་དེ་གྲུ་ཡངས་  
པོ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། གྲུ་ཡངས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་གཞན་པ་ཞིག་གིས་ན་བར་མི་འགོ་བའི་ཆོག་རྒྱབ་ཞིག་ལབ་པ་ཡིན་ན་འང་  
བཟོད་བསྐྱེད་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། སོ་སོ་ལ་དཀའ་ངལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་པ་ཡིན་ན་ཡང་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་  
མཁན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་སོ་སོ་ལ་མི་གཞན་པས་ཅི་ཞིག་ལབ་ན་འང་སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་མེད་  
པ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས། ཆོས་ཕྱོགས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན་བཟོད་པ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ། གནོད་སེམས་  
ལ་ཇི་མི་སྐྱུམ་པའི་བཟོད་པ། ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་ཀྱི་བཟོད་པ་བཅས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་མི་བཟོད་སེམས་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་  
ཞིག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་སོ་སོའི་སྤོང་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅི་འདྲ་ཞིག་སྤོང་བས་ཡོང་ན་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་དུ་ལེན་ཐུབ་མཁན་དང་  
། དཀའ་ངལ་ཅི་ཞིག་འཕྲད་ན་ཡང་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ། གནོད་སེམས་ལ་ཇི་མི་སྐྱུམ་པར་གཞན་གྱིས་ཆོག་  
རྒྱབ་པོ་ཞིག་ལབ་པ་དང་ལམ་སང་དེ་ལ་ཆོག་མཚན་པོ་གཉིས་གསུམ་ཕར་ལབ་རྒྱ་རག་གི་འདུག་གམ་མི་སྐྱུམ་པར་དེ་ལ་བཟོད་  
བསྐྱེད་བྱས་ནས་གྲུ་ཡངས་པོའི་ངང་གནས་ཀྱི་རེད། དེ་ལས་ལྷག་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གོ་བདེ་པོ་ཞིག་ཞུས་ན་སོ་སོ་ལ་དཀའ་ངལ་  
ཆེ་ཚུང་གང་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་པ་ཡིན་ན་འང་ང་རང་ཆོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་དཔྱད་དེ་བདེ་སྤྱོད་བྱེད་ནས་དཀའ་ངལ་  
དེ་སེལ་ཐབས་འདུག་གམ་མི་འདུག་ལེགས་པར་བརྟེན་སྤོང་སེལ་ཐབས་ཡོད་ན་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་དེ་ལས་  
གོ་ལ་ཐབས་བྱ་དགོས། གལ་ཏེ་སེལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་ན་མི་ཕན་པ་མ་ཟད་དུང་དཀའ་  
ངལ་ལྷག་མ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་ཤེས་ནས་གྲུ་ཡངས་པོའི་ཐོག་ནས་འཆོ་བ་ཡིན་ན་སོ་སོ་ལ་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་རྒྱ་སྐྱོས་ཅི་དགོས།  
སེམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཡོད་ན་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་སྤོང་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་ནི་ལུས་སེམས་གཉིས་

ཀའི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན། བརྟེ་བ་དང་བཟོད་པ་བྱམས་པ་སོགས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གང་ཟག་དེ་དང་དེའི་  
རྒྱུ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ལྷན་དག་གི་སྲིད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དག་གི་སྒོ་ནས་ཕ་  
རོལ་པོ་ལ་སྦྱོར་བརྗོད་དང་ཚིག་རྒྱུ་བ་མ་ཉེས་ཁག་གཡོགས་སོགས་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། ལྷན་གྱིས་སྤྱད་རྒྱུ་བྱི་སྦྱོར་བ་སོགས་ཀྱང་  
གནང་གི་མ་རེད། དེར་བརྟེན་བྱམས་བརྟེ་དང་བཟོད་པ་སོགས་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། བདེ་སྲིད་འདོད་མཁུ་  
རྣམས་ལ་དེ་དག་ངེས་པར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྲིད་ཐབས་འབད་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་མ་གཏོགས་སྒོ་ལྡེའི་ཤེས་པ་བརྒྱུད་ནས་བདེ་  
སྲིད་འབྲུང་རྒྱ་ཡོད། དེ་ནི་འཕྲམ་གྱི་བདེ་སྲིད་ཡིན་པ་ལས་ཉག་པ་བརྟན་པོ་མིན། དེའི་མཚོན་ཞིག་ལྷན་པ་ཡིན་ན། ཉིན་མ་  
གཅིག་ཁོར་ཡུག་སྲིད་པོ་ཡོད་ས་ཞིག་ལ་ནང་མི་ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། བྲོགས་པོ་མོ་སྤུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་དག་དང་ལྡན་  
འཛོམས་བྱས་ནས་སྲིད་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན། དེ་དུས་གཞས་གཏོང་བ་དང་ཞབས་བྲོ་འབྲུབ་པ་སོགས་ཅེད་མོ་སྒྲ་ཚོགས་པ་  
ཞིག་ལ་རོལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྲིད་པའི་ཚོར་སྣང་གྲགས་ཆེ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དགོང་མོ་དེར་ཆར་པ་དྲག་  
པོ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་སྒོ་གྱི་བདེ་སྲིད་དེ། དེ་མ་ཉིད་དུ་འཇའ་ཚོན་ལྟར་ཡལ་ནས་དཀའ་ངལ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུང་  
གི་རེད། དཀའ་ངལ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད་ཅང་སྒོ་ལྡེའི་དབང་པོ་བརྒྱུད་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་བྲ་བྲ་བྱིང་  
བྱིང་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྲིད་འཚོལ་བ་དེ་ནི་བདེ་སྲིད་བརྟན་པོ་མིན། དེར་བརྟེན་ང་རང་ཚོ་ལ་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་དགོས་རྒྱ་  
དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། སེམས་ལ་བདེ་སྲིད་བྱུང་བ་ཡིན་ན་རང་གཞན་ཚང་མ་ལ་སྲིད་པོ་ཡོང་བ་མ་ཟད་འཇམ་བྱ་སྲིད་འདོད་  
ཡང་ཞི་བདེའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། བདེ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱ་བརྟེ་བ་དང་བཟོད་པ་སོགས་ལ་ཉི་མ་ནས་ཉི་མར་བསམ་སྒོ་  
ནན་གྱིས་གཏོང་ནས་གོམས་པ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་ལ་གོམས་པ་མཐའ་མེད་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད། ཇི་ཅམ་གོམས་པ་བྱེད་  
པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཡག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་ང་རང་ཚོ་འགྲོ་བ་མེདེ་སེམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཚོས་ཞིག་ཆགས་ཡོད།  
དེ་འདྲ་སོང་ཅང་རང་གཞན་སྤུ་ཡིན་རུང་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྲིད་ལམ་ལ་རབས་བཟང་སྲིད་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ལ་འབད་བརྩོན་  
གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་གལ་ཆེར་འགྱུར་ཡོད། གོང་དུ་ལྷན་པ་དེ་དག་མདོར་བསྡུས་ནས་ལྷན་ན་སྲིད་མོར་ལགོང་ས་  
ལ་སྤྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་བ་མེདེ་བཟང་སྲིད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་  
ཐབས་གསུང་རྒྱ་གཅོད་པོ་དེ་རེད། ཚོས་ཁས་ལེན་སྤངས་ཀྱང་རུང་མ་ལེན་སྤངས་ཀྱང་རུང་སྲིད་མོར་ལགོང་ས་ལ་སྤྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་གིས་དེ་འདྲ་བའི་བསྐྱེད་བྱ་གནང་བ་དེ་ང་རང་ཚོ་སྤུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ལག་ལེན་བསྐྱར་ན་བསྐྱར་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད།  
ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་གཞན་སྤུ་ཡིན་ཡང་བདེ་སྲིད་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་  
ཅང་ངས་གོང་དུ་ལྷན་པ་བཞིན་བདེ་སྲིད་ཀྱི་རྩ་བ་སྤོང་རྗེ་དང་བྱམས་པ་བཟོད་པ་སོགས་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་བདེ་སྲིད་ཅིག་འབྲུང་ངེས། བཅོས་མིན་གྱི་སྤོང་རྗེ་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་ན་དག་གཉེན་  
སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ཕ་རོལ་པོ་ལ་དཀའ་ངལ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅི་བྱུང་བ་དེ་དག་ཐབས་ཤེས་གང་ཡོད་ཀྱིས་  
སྦྱོབ་ཐབས་དང་གོལ་ཐབས་གནང་གི་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་བྱམས་སྤོང་རྗེ་དང་བཟོད་པ་སོགས་ནི་ཚོས་ཁས་ལེན་མཁུ་  
དང་མ་ལེན་མཁུ་ཚང་མ་ལ་ཐུན་མོང་བའི་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གང་འདྲ་བྱས་ནས་རེད་ལྷན་ན། ཚོས་  
ཁས་ལེན་མཁུ་ཚང་མ་ལ་བདེ་སྲིད་དགོས་སམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ལྷན་པ་ཡིན་ན་དོགས་པ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ང་  
ལ་བདེ་སྲིད་དགོས་ཞེས་གསུང་གི་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཁ་ནས་གསུང་བ་ཅམ་ཞིག་གིས་དགོས་རྒྱུ་དེ་སྤྱབ་མི་ཐུབ་པས་དེ་  
བསྐྱེད་པ་ལ་དེའི་རྒྱ་བྱམས་སྤོང་རྗེ་སོགས་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་ལ་འབད་བརྩོན་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ལྷན་བཟོད་པ་ཡིན།  
བརྟེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཐོག་ནས་ཕན་ཚུན་རོགས་རམ་བྱེད་རེས་བྱས་པ་ཡིན་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་



བདེ་སྲིད་འབྲུང་རྒྱ་དེ་སློམ་མེད་རེད། དེ་བཞིན་མི་གཅིག་གིས་གཉིས་ལ་རོགས་པ་བྱས། གཉིས་ཀྱིས་བཞི་ལ་རོགས་པ་བྱས།  
 དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཕར་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་འཇམ་གླིང་འདི་ནི་བདེ་ཡོང་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡིད། དེར་  
 བརྟེན་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་དེ་འདྲ་བའི་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོ་ཞིག་ལ་གཟུགས་ནས་ང་ཚོ་ཚང་མས་ལག་ལེན་བསྐྱར་བྱུང་པའི་  
 བཀའ་སློབ་ཟབ་མོ་དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་བཀའ་གནང་བ་བཞིན་ལག་ལེན་བསྐྱར་པ་ཡིན་ན་ཟླ་མ་ཕྱགས་མཉེས་པ་  
 དང་ང་རང་ཚོའི་སྐྱབ་པའི་མཚོན་པ་རེད། ཟླ་མ་ཕྱགས་མཉེས་པ་ཡིན་ན་སྐྱ་ཚོ་ཁྱི་ལོ་ནས་ཁྱི་ལོ་བརྟན་གྱི་རེད། དེ་ལྟར་  
 བརྟེན་པའི་སློན་ལམ་ཡང་ང་ཚོ་ཚང་མས་རྒྱག་དགོས་པ་རེད། མཐའ་དོན་རང་གིས་དགེ་བ་གང་བསགས་པའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་སྐྱ་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་སྐྱ་ཚོ་ཁྱི་ལོ་ནས་ཁྱི་ལོ་བརྟན་པའི་སློན་འདུན་ལྟུ། །



ཉིན་སྐྱ་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་ཁོང་གི་ཚོས་གྲོགས་རྒྱུང་པ་རྒྱ་ནག་སློབ་གྲི་ཆེད་མཁས་ཚོ་ན་ཐུན་མེར་སི་ཀེ་ལགས་གཉིས་ཨིན་ཡུལ་  
 གྱི་རྒྱལ་ས་ལོན་ཾོན་དུ་མངལ་འཕྲད་གནང་བ། པར་པ། : ཨི་ཡན་ཀོ་མིང་།



# ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་

ཐབས།

## དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་གི་དྲུང་ཆེ། རྣམ་སྤེལ་ཚང་སློབ་བཟང་སྦྱིན་པ་ལགས།

༡༡། ཐོག་མར་བརྟན་འཕྲིན་གོ་སྐྱིད་གཞང་མཁའ་དང་གསལ་མཁའ་རྣམ་པར་བཀྲིས་བདེ་ལེགས་ལུ་རྒྱ་ཡིན། དེ་རིང་བོད་མིའི་སྐྱིད་འཇུགས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུང་ས་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་སྡེ་ཆེན་ནས་ང་ལ་སྦྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ཆེན་(འགྲོ་བ་མི་གཅིག་མཚུངས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་རྒྱུན་ཐབས།) ཐོག་ལ་གཏམ་བཤད་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཀའ་གནང་བྱུང་། ངས་སྦྱིས་སྦྱང་གི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་རྣམས་ལ་ལུ་རྒྱུའི་སློབས་པ་མེད་ ཀྱང་རང་ལས་ལོ་ན་གཞིན་པ་རྣམས་ལ་དོག་ཙམ་ཕན་ན་བསམ་ནས་གང་ཤེས་ལུ་ཆོག་པའི་གོ་སྐྱབས་ལུ་གི་ཡིན། སྦྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་པ་ནས་བཟུང་གཞན་ཕན་སྦྱི་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཉམ་ཐག་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་རྒྱུའི་ཐོག་ཐུགས་འཁྲུང་ཆེན་པོ་བཞེས་གཞན་ཡོད། དཔེར་ན། བོད་ལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་ (ལེགས་བཅོས་ལས་ཁྲུང་ས།) ཟེར་བ་ཞིག་བཙུགས་ནས་མི་མང་ཉམ་ཐག་ལ་ཁྲལ་དང་འུ་ལག་བསྐྱེད་གཏོང་མི་ཆོག་པ་དང་། དེ་བཞིན་བུ་ལོན་སྦྱིད་ཁ་ཆག་ཡང་བཏང་བ་སོགས་མི་མང་གི་འཚོ་བ་དང་བདེ་སྦྱིད་ཐོག་ལ་ཞེ་དྲག་ཐུགས་འཁྲུང་བཞེས་ཡོད། བཙན་བྱོལ་ལ་ཕེབས་པ་ནས་བཟུང་ཐོག་མར་ཤེས་ཡོན་དང་མི་མང་གི་འཚོ་གོས་སྤྱོད་གནས་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁྲུང་རྒྱབས་ཆེན་བཞེས་པའི་འབྲས་བུ་ད་ལྟོ་རང་ཆོས་མིག་གི་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་བྱུང་བ་རེད། གང་ལྟར་གཞན་ཕན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དེ་དགའ་ལོ་ཕྱ་མོའི་སྐབས་ནས་ཡོད་པ་རེད། སྦྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོ་སྦྱི་རྒྱལ་ལུགས་ཁྲུང་ས་སྐབས་སྤྱིའི་འཇུགས་བསྐྱེད་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་མི་དང་མིའི་དབར་འབྲེལ་བ་གཞན་པའི་སྐབས་ལས་རིགས་མཐོ་དམན་དང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མེད། དཔུལ་ལྷག་དང་ཆོས་དད་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་མེད་པར་གང་ལྟར་སེམས་པའི་ནང་ལ་སྦྱིར་བཏང་བཤད་པ་ཡིན་ན་གོང་ཞིག་མ་ཚུགས་པ་ནང་བཞིན་སེམས་པ་སྦྱིད་པོ་མེད་པ་སློབ་དོན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས་ཉལ་བའི་སྐབས་ལའང་གཉིད་སྤོང་བ་དགོས་རྒྱུ་དང་། བཟེ་སྤོང་ཡོད་པའི་ཐ་མག་འཕྲེན་དགོས་རྒྱུ་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ཆོའི་རྒྱུ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཡིན་མིན་ཐུགས་ཞིབ་མཚན་སྐབས་ཆགས་སྤང་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་ཕྱག་དོན་དང་། འགན་སེམས། རང་གཅེས་འཛིན། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་རེད། དེ་འདྲའི་ཡིན་དུས་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཆེན་པོའི་དགོངས་པར་ང་རང་ཆོ་ཆང་མས་མ་རྣམས་སེམས་ཙན་ཐམས་ཙན་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་འགྲོ་བ་མི་གཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མི་ཆང་མ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་ཞིག་དང་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཞབས་སྤྱི་ཞིག་སྐྱབ་མ་ཐུབ་ན་མི་ལུས་ལེན་པའི་མི་གོ་ཆོད་མ་སོང་དགོངས་པ་ཞིག་ཐུགས་ལ་འཁྲུངས་པ་རེད། ང་ཆོས་ཐུགས་བསྐྱེད་ཟེར་དུས་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མཚན་པའམ་གཞན་ཕན་གྱི་བྱ་བ་སྐྱབ་འདོད་ཐུགས་ལ་འཁྲུངས་པ་དེ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་པ་དེར་ཟེར་གྱི་ཡོད། བསྐྱེད་པ་ནི་འཕེལ་བར་གོ་དགོས། འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་ཟེར་ནའང་འདྲ་འཇིག་རྟེན་སྦྱིའི་འཕེལ་ཐུགས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིག་ཟེར་ནའང་རེད། དེའི་སྐོར་ལུ་རྒྱུར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་དགོ་སློང་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་རྣམས་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལྟར་གཞན་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ལུགས་གཞན་དག་ཆོས་གང་གསུང་གུབས་ཡོད་མེད་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆོས་ཁས་མི་ལེན་མཁའ་ཚོའི་སེམས་ལ་སེམས་ཙན་ཐམས་ཙན་ཟེར་ན་སློབ་འཇུག་ཁག་པོ་རེད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་སྤྱི་དོན་གཞན་པའི་དང་བྱམས་བརྩེ་  
 དེ་ཡིན་པ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད་སྐབས། དེ་ལ་གཞིར་བཞག་ནས་འགྲེལ་བཤད་གནང་  
 བའི་སྐབས་མི་ཚང་མ་ལ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་པའི་ཐོགས་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེད། ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་  
 བཞེས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིམ་པ་དང་པོ་དེ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་འཇམ་བུ་སྤྱི་ལ་མི་དུང་ཕྱུར་བདུན་ཅུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་མི་  
 གཅིག་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་པ་དེ་ནང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱོར་གོང་སྤེལ་མཛད་པ། རྒྱལ་ཁབ་  
 གང་ནས་ཡིན་མིན་དང་མི་རིགས་གང་གི་ཁོངས་སུ་ཡིན་པ། གསུམ་པ་དེ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཤོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་  
 ཤོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། ཁོང་ལུགས་སོགས་སྤང་སྦྱོབ་མཛད་པ། བཞི་པ་རྒྱ་གར་ནང་གནའ་རབས་ལེགས་བཤད་སེམས་  
 ཁམས་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་སོགས་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས་དེ་དག་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ཐབས་མཛད་  
 རྒྱ་བཅས་ཐུགས་བརྒྱད་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་དང་མཛད་ཐུས་ཡིན་པ་རེད། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་  
 རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཆུང་ ༡༤ ཅམ་ལ་ཡའབས་སོར་འཁོད་ཡོད་པ་དང་། ཆིབས་སྐྱུར་དེ་དག་སྐབས་སུ་མི་རིགས་དཀར་ཀློང་དང་  
 ། གར་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པའི་ཐོག་ནས་བཀའ་སློབ་གཙོ་བོ་ང་ཚོ་ཚང་མ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པའི་  
 མི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ རང་ཟེར་དུས་མི་གཅིག་ཡིན་པ་རེད། གཞན་ཟེར་  
 དུས་མི་དུང་ཕྱུར་ ༡༠ ཡོད་པ་དེ་ཚོ་རེད། གཞན་གྱི་མཉམ་དུ་རང་ཚུད་ཡོད་དུས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཐོག་  
 ལ་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་སྤྲུལ། བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལས་རང་ལས་གཞན་གཅེས་པ་དང་  
 སྤོར་ལས་སྤྱི་གལ་ཆེ་བར་འཇོག་རྒྱ་དེ་གསུང་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱམས་བརྩེ་ཞེས་པ་ཡིན་སྐད་དུ་ (COMPASSION) ཟེར་  
 གྱི་ཡོད། བྱམས་བརྩེ་འཇམ་སྤྱི་ལྷན་སྐྱོང་དོན་ལེགས་སྐྱུར་སྐད་དུ་ <ཀ་རུ་ཧ།> ཞེས་པའི་དོན་ནི། རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་བདེ་  
 བ་འདོད་པའི་སྤོང་བཀག་ནས། དམིགས་པ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་བདེ་བ་དང་འཕྲད་ན་ཅི་མ་རུང་། འཕྲད་  
 བར་གྱུར་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྤོང་བོ་དགོས། ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ལོ་ནས་ལོ་བསྐྱེད་ནས་བྱམས་བརྩེའི་ཐོག་རྣམས་  
 པ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱེལ་ནས་བཀའ་སློབ་སྤྲུལ་བར་བརྟེན། དེ་རིང་ཁ་སང་ཚོས་ལུགས་འདྲ་མིན་དང་ཐ་ན་ཆབ་སྲིད་པ་ཚོས་  
 ཀྱང་ཁ་སྐྱེས་བྱམས་བརྩེའི་ (COMPASSION) ཆོག་དེ་འཕྲོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་བསམ་སྤོང་  
 བཏང་མ་ཐུབ་ནའང་མ་མཐར་ཡང་འགོ་བཅི་སྤྱི་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་རེད།  
 བྱམས་བརྩེ་ཟེར་བ་དེ་ཚོས་རྒྱུང་པའི་སྐད་ཆ་མིན། བདེ་བ་འདོད་མཁན་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་མཁན། ཚོས་ཁས་ལེན་  
 དང་མི་ལེན་མཁན་ཚང་མར་བྱམས་བརྩེ་འདོད་པ་ཡིན་དུས་བྱམས་བརྩེ་དེ་ན་བའི་སྐབས་ཚང་མས་སྤྱོད་པའི་སྐྱེན་དང་གཅིག་  
 མཚུངས་ཡིན། དེར་བརྟེན་བྱམས་བརྩེ་ཟེར་བ་དེ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། མདོར་ན་བྱམས་བརྩེ་ཟེར་བ་དེ་སེམས་  
 ཅན་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་བརྩེ་སེམས་ལ་ཟེར། དེ་ནི་ནང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་བཀའ་  
 གནང་གི་ཡོད། ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ (ETHICS) འདི་ནི་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱན་དུ་བཀའ་གནང་  
 རྒྱ་དེ་ཡིན་པ་རེད། གཞན་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་ནའང་གཞོད་མ་སྤྲུལ། ཞེས་བཀའ་སློབ་སྤྲུལ་བཞིན་ཡོད། ག་དུས་ཡིན་  
 ནའང་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་ཀུན་སྤོང་སྤྱུག་བསམ་རྣམ་དག་ཐོག་ནས་མི་ཆོ་ལ་རབས་ཐོག་བསྐྱེལ་དགོས་པའི་སྤོང་བཀའ་སློབ་  
 སྤྲུལ་བཞིན་ཡོད། ཤོད་པའི་ཁ་དབེར། ལ་རབས་མ་རབས་སྤྱོད་པས་ཤེས། །ལུང་པ་གང་ཡིན་སྐད་ཀྱིས་ཤེས། །ཟེར་བ་ལྟར་  
 སོ་སོའི་ངོས་ནས་མ་རབས་བྱེད་རྒྱ་མང་དུགས་ན་ཕ་མ་སྤྱི་མཆེད་ཡང་མཉམ་དུ་དུད་དེ་མིང་ཆད་ཡོང་གི་རེད། དེར་བརྟེན་  
 ལ་རབས་ཀྱི་སྤོང་སྤྱུག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལ་རབས་ལ་མི་དགའ་མཁན་ཕལ་ཆེར་མི་ལྷན་པ་སྤྱོད་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་

མ་གཏོགས་མེད་ཅེས་ཐག་གཅོད་བྱ་བ། གང་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་པའི་ཐོག་ནས་མིའི་རིན་ཐང་དང་ལྗིད་ཁོག་སྐྱབས་བྱ་བ་  
པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མི་ཚོ་གང་པོར་རིན་ཐང་ཆེ་བ་ཡོང་གི་རེད་མ་གཏོགས་འདྲུལ་སེལ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་བྱིང་གི་གཏམ་སྙན་  
གྲགས་དེ་ཚོ་གནས་སྐབས་འདྲུལ་སེལ་ཙམ་ཡིན་པར་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས།

དེའི་ཐོག་ལ་ཡ་གོང་ས་ཆེན་པོའི་གསུང་རྩོམ་ཁོངས་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲིད་ཀྱི་རིན་ཐང་སྐོར་མང་  
དག་ཡོད་སྟབས་ནམ་པ་ཚོས་དེ་ཚོ་ངེས་པར་དུ་སྒྲིག་དགོས། ཡ་རབས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་གནས་སའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་  
ལའང་ཞི་བདེ་ལྗིད་འཇགས་དང་། བདེ་སྲིད་དང་ལྗན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་གསུང་དོན་སྟོང་པོ་དེ་ཡིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་  
རང་གི་བདེ་སྲིད་དང་གཞན་གྱི་བདེ་སྲིད་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ངོ་སྤྲོད་མཛད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་མ་ཡ་གོང་ས་  
ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་རྩོད་རྒྱུག་གང་དང་གང་ལའང་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་སེལ་བའི་ཐོག་ལ་ལུགས་ཀྱི་ག་  
དགོས་པ་གསུང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གླུ་ (MAHATMA GANDHI) དང་ཨ་རིའི་མི་  
སེར་ནག་པོའི་ཐོབ་ཐང་འཐབ་རྩོད་པ་གྲགས་ཅན་མར་ཉིན་ལུ་ཐར་ཀིང་གཞོན་པ་ (MARTIN LUTHER KING JR.)  
དེ་བཞིན་སྒྲོ་ཨ་ཕི་རི་ཀའི་རང་བཅོན་འཐབ་རྩོད་པ་ཞེས་སོན་མན་ཉེ་ལ་ (NELSON MANDELA) དམ་པ་མཚོག་ བཅས་  
ཁོང་ནམས་ཀྱིས་ལུང་པ་སེ་སའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཚོ་འཆེ་མེད་ཞི་བ་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་གནང་བ་  
དང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོས་ཁོང་ཚོའི་རྗེས་སུ་ལུགས་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐོག་སྤྱོད་ལུགས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡོད་པར་  
བསམ་སྲོེ་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་བའི་ཐོག་སྤྱོད་པའི་སྐོར་ལམ་སྟོན་གནང་བ་ཡིན་ཅོང་། ཚང་མས་ཡ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་ལ་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་དང་། ཞི་བདེའི་སྲོེ་བ་དཔོན་ཞེས་ཆེ་བསྟོད་ལུ་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དོན་ལ་གནས་པ་རེད།

མཇུག་བསྟོམས་སུ་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སྲོེ་བ་ལམ་སྟོན་གང་སྐྱུལ་བ་དེ་ཚོ་ང་རང་ཚོས་  
སྐྱབས་མ་བྱུང་ནའང་བཀའ་དང་འགལ་བ་དང་བྱུགས་ཕམ་ཡོང་གཞི་རིགས་ནམ་ཡང་མ་གནང་རོགས་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ང་ཚོས་  
ལས་ཀ་གང་བྱས་ཀྱང་ལས་འབྲས་དཔང་འཕེར་ཐོག་ནས་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་གནད་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་འཕོད་སྐྱུལ་ནན་ཏན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།  
བྱུགས་རྗེ་ཆེ། །།



# ཡུལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་

ཐབས།

## བཙུན་དགོན་སྐོལ་མ་གྲིང་གི་དགེ་བཤེས་མ་བཟུན་འཛིན་ཀུན་གསལ།

༡། 15པལ་ལྷན་པོད་མིའི་སློག་འཇུགས་ཀྱི་བཀའ་ཤག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞིན་པོད་མིའི་སློག་འཇུགས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་  
ཁྲུངས་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་རང་ཅག་པོད་མིའི་དབྱུངས་སྤྱི་ཚོར་ཡུལ་པ་སྐྱབས་མགོན་ཡུལ་དབང་ཐམས་ཅད་  
མཁུན་པ་སྐྱབས་ ༡༤ པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལུ་པའི་གལ་ཆེའི་ལས་རིམ་དུ་སྤྱི་ཚོར་ཡུལ་པ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་དུ་ཐོག་མཁུན་པའི་བཤོ་གྲོང་ཆོགས་འདུ་ཞིག་བསྐོར་ཆོགས་གནང་སྟེ།  
ཆོགས་འདུ་འདིའི་ཐོག་ལ་ང་ལྟ་བུའི་བཙུན་མ་ཞིག་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་སྤྱོགས་སྐོར་བཀའ་མོལ་ལུ་རྒྱ་  
གོ་སྐབས་གནང་བར་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ་རྒྱ་ལོན།

སྤྱི་ཚོར་ཡུལ་པ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་  
རྒྱུའི་བརྗོད་བྱ་འདི་ནི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏོང་བཟང་པའི་བརྗོད་བྱ་ཞིག་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ལྟ་བུས་དུས་ལུན་གྱི་འདུ་འཇུག་གི་  
ནང་ཡུལ་པའི་བཀའ་དགོངས་དེ་འདྲི་ཞིག་རེད་ཅེས་མར་ལུ་སྤྱོད་དང་ལུ་ཐུབ་རྒྱ་ལོན་མ་རེད། ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་ནས་  
ལོ་མང་པོའི་རིང་ཡུལ་པ་སྐྱབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུས་བཀའ་སྤྱོད་གནང་བ་རྣམས་ལ་ཉམས་ཞིབ་དང་སོ་སོས་གོ་བ་ལོན་ཆད་  
ཅིག་ཆོགས་འདུ་འདིའི་ཐོག་ལ་ལུ་རྒྱ་ལོན། དེ་ཡང་ང་རང་ཤོད་མཁུན་ངོས་ནས་མར་འཛོར་མི་འགྲོ་བ་དང་། ཤོད་བདེ་  
བ། དེ་བཞིན་དུ་ཐོག་ལ་གསུམ་གཟུགས་གནང་མཁུན་རྣམ་པ་ལྷན་རྒྱས་ཆོས་གསུམ་བདེ་བ་མི་ཡིང་ངམ་བསམས་ནས་ངས་  
དོན་ཚན་ལུའི་ཐོག་ནས་ལུ་རྒྱ་ལོན། ཡུལ་པ་སྐྱབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ཚོར་བུས་ཐོག་མར་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་  
འཕེལ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་རེ་དང་ཐུགས་བརྩོན་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་གནང་གི་ཡིད། དེ་གནང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་  
གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རྒྱ་བའི་ཆ་ནས་ང་ཚོ་འཇམ་གྲིང་འདིའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་བ་ལེན་ཕྱིན་ཆད་ལ་བསྐྱབ་པ་སྤྱོད་གཉེར་བྱ་རྒྱ་དང་།  
སོ་སོའི་ངོས་ནས་གསུམ་གཏོང་བྱ་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ཡིད་པ་ནང་བཞིན། ཤེས་བྱའི་རྣམ་གྲངས་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་  
རིག་པ་དང་། སྤྱོད་ཀྱང་ཐུབ་པ་དེ་འདྲི་མང་པོ་ཡིད་རེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་ཚོའི་མདུན་ལ་འཕྲད་བཞིན་པའི་སོ་སོའི་དཀའ་  
ངལ་དེ་ཚོ་སེལ་མ་ཐུབ་ན་མང་པོ་ཞིག་འབད་བརྩོན་བུས་པ་ཡིན་ནའང་སྤོང་པོ་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད།

དོན་ཚན་དང་པོ། འཇིག་རྟེན་གྱི་གོ་ལ་གྱི་ལོ་ལོ་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་རབ་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡིད་པའི་ནང་ནས་ཏེ་ཅང་  
གི་ཉེན་ཆ་བས་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་མི་འཕོར་ཆད་ལས་བཟུལ་བའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཆགས་ཡིད། འཇམ་གྲིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་  
ཀྱིས་མི་འཕོར་གྱི་སྐྱོན་ཐོ་བཏོན་པའི་ནང་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དུས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ ལོ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ བར་བཟུལ་ཡིང་དུས་  
མི་འཕོར་ཐེར་འབྲུམ་ཁ་ཤས་མང་དུ་སྤྱིན་ཏེ་ཆད་ལས་བཟུལ་བའི་འཕེལ་རྒྱས་སྤྱིན་པ་ཡིད་པ་རེད། ད་དུང་ལོ་རྒྱུས་མཁུན་  
པས་མ་འོངས་པ་ལ་ ༢༠༥༠ དང་ ༢༠༧༢ ནང་ཚུད་ལ་མི་འཕོར་འཕེལ་རྒྱས་གཞི་ཅམ་འགྲོ་ཡི་ཡིད་མེད་བཟུལ་ཡིང་  
དུས་ ༢༠༢༠ ནང་ཚུད་ལ་མི་འཕོར་ཐེར་འབྲུམ་ ༩ ཟེན་གྱི་ཡིད་པ་བཤད་ཀྱི་ཡིད། དེ་ལྟར་མི་འཕོར་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་  
སྤྱིན་པ་ཡིན་ན་འཇམ་གྲིང་ཁྱོད་ཡིངས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དཀའ་ངལ་འཕེལ་རྒྱས་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་  
དམ་ཞེ་ན། སྤྱིར་བཏང་མི་འཕོར་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་ཡིང་དུས་རྒྱུས་ཁབ་ཆ་ཆད་ནང་ལ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་ཡིད་པ་མ་རེད།

མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ཚད་ལས་བརྒྱུད་པ་འགྲོ་སའི་རྒྱལ་ཁབ་གངས་ཀ་རྒྱལ་དུས་མང་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཁབ་དགུ་ཙམ་ནང་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད། ང་ཚོ་བོད་པ་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་གིས་ལྷན་པ་དང་། གངས་ཉུང་མི་རིགས་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་མི་འཕྲོད་འདི་མར་ཞེ་  
བོ་ཆག་ཡོད། གང་ལྟར་འཇམ་སྤྲིང་ནང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཆ་ཚང་ནང་མི་འཕྲོད་ཆ་སྣོམ་པོ་ཞིག་ཅུ་བ་ནས་མེད་པ་རེད། མི་འཕྲོད་  
མར་ཆག་འགྲོ་མཁན་ཚོར་ཉེན་ཁ་གང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། དེའི་རིག་གཞུང་འཇམ་སྤྲིང་ནང་བདག་པོ་རྒྱལ་མཁན་མེད་པར་  
དེ་ལམ་མི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་འཇམ་སྤྲིང་ནས་བརྒྱུད་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཡང་དཀའ་ངལ་གཉིས་པ་  
ནི་མི་འཕྲོད་ཚད་ལས་བརྒྱུད་པ་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་དང་དཔལ་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་གཉིས་ཆ་མི་  
སྣོམས་པར་མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ཆེ་དགས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་དཔལ་འཕྲོད་བཟོ་སྐྱུན་ག་ཚོད་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་མི་འཕྲོད་འཕེལ་  
རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་མ་བློན་པར་། ག་དུས་ཡིན་ནའང་ལོ་རེ་ལོ་རེའི་ཁང་པའི་མཐུན་རྐྱེན་དང་། མོ་ཏ་ཡིན་ནའང་རེད། དུག་སློབ་ལ་  
སོགས་པ་ག་ཚོད་བཟོ་སྐྱུན་དང་མཁོ་འདོན་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་ད་དུང་མ་འདང་བ་དང་། དབྱལ་ཕྱིངས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅུ་བ་  
སེལ་མ་ཐུབ་པར། མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ཞེ་དག་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་དེ་ལམ་དེ་ལོ་ལོ་འདིའི་ནང་ལ་ཁང་  
པའི་མཐུན་རྐྱེན་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་པས་དེ་འདང་ངེས་པ་ཞིག་ཡོད་པས་མ་འདང་། མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ལྷན་ཆེན་པོ་  
འགྲོ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེན་པས་ད་དུང་མ་འདང་གིག་གིག་ངང་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཡང་མི་འཕྲོད་འཕེལ་རྒྱས་ག་ཚོད་འགྲོ་བ་དེའི་ཚོད་  
རྒྱུ་རྐྱེས་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་ལ་གནོད་ཚབས་ལྷན་ཆེ་རུ་ཆེ་རྒྱུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་མིས་གྲོན་རྒྱ་དང་། བཟའ་རྒྱ།  
འཐུང་རྒྱ། རྫོང་སའི་གནས་ཁང་། དེ་བཞིན་བོད་རྫོང་གཏོང་རྒྱའི་འཕྲུལ་འཁོར་སོགས་མང་པོ་ཞིག་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་  
ལུག་བོད་རྫོང་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དུས། དཔལ་འཕྲོད་དང་མི་འཕྲོད་ཀྱི་གངས་ཚད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་འདི་ཆ་  
མི་སྣོམས་པར་གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམ་ལ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད། གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲིམ་ལ་མི་འཕྲོད་འཕེལ་  
རྒྱས་དེ་འདྲ་འགྲོ་དུས་མཁམས་དབང་རྣམ་པ་ཚོ་ཡིན་ནའང་རེད། འོག་ལ་བཞུགས་མཁམས་མི་མང་རྣམ་པ་ཚོ་ཡིན་ནའང་རེད།  
ཚང་མས་ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་འདི་སེལ་ཐབས་སུ་འཆར་གཞི་ལྗང་པའི་ལག་བསྟར་ཞིག་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་རྗེས་ལ་འབ་སུ་མ་  
འདུས་པ་ཞིག་ཆགས་ཉེན་ཡོད།

དཀའ་ངལ་གསུམ་པ་འདི་འཇམ་སྤྲིང་ནང་ལ་འཇིགས་སྐྱུལ་རིང་ལུགས་ཡོད་པ་དེ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཆགས་ཀྱི་འདུག  
མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་བེར་དུས་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དམག་འབྲུག་བརྒྱུ་བ་ནས་གསོད་རེས་བྱ་རྒྱ་དང་། རྒྱ་དེག་གཏོང་བ།  
རྒྱལ་པ་དང་། གྲི། མེ་མདའ་སོགས་གཞུས་ཏེ་གསོད་རྒྱ། རྒྱ་རྒྱུ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འཇམ་སྤྲིང་  
ནང་དེ་ལྟར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་རྒྱ་སྐྱེབས་ཡོང་དུས་དབང་ཤེད་ཆེ་བ་ཚོས་རྒྱུང་བའི་སྲོག་ལ་ས་རྩོའི་འབྲུ་སྲིན་གྱི་མཐོང་ལའང་  
མ་བཞག་པར་དབང་ཤེད་རྒྱུང་བ་དང་ཉམ་རྒྱུང་དེ་ཚོའི་སྲོག་ལ་བརྱེ་མེད་རྩོག་རྩོག་བཏང་ནས་ཁ་གསལ་ཕྱེད་མོ་ཕྱེད་བ་ལྟ་  
བྱར་གསོད་རེས་ཕྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་བྱས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་དེང་སང་འཇམ་སྤྲིང་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་འགྲོ་དུས་འཕྲུལ་  
འཁོར་ནང་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ། གནམ་ནས་འཕྲུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ས་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་འདྲ།  
གང་ལྟར་ཕར་རྒྱུར་འགྲོ་དུས་ལུས་བཤེར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ལུས་བཤེར་དེ་ཡང་མིས་བྱས་པ་ཙམ་མི་འགྲིགས་པར་ད་དུང་  
འཕྲུལ་ཆས་ཀྱིས་ལུས་བཤེར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འགྲུལ་པ་སོ་སོར་མཚོན་ནའང་ཕར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་འདི་ནས་འགྲོ་  
དུས་ག་རེ་བྱས་ཡོང་། ཕར་ཕྱིགས་ནས་འགྲོ་དུས་ག་རེ་བྱས་ཡོང་བས་མས་ནས་སེམས་ནང་ཞེད་སྣང་ཞིག་ག་དུས་ཡིན་ནའང་  
འབྲེར་ཏེ་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། གནའ་སྐྱེ་མོ་ནང་བཞིན་ཞི་བདེ་བག་ཕེབས་ངང་རྫོང་རྒྱ་དེ་དེ་ལམ་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ནང་

མེད་པ་ཆགས་རྒྱུ་ཉེན་ཁ་ཞིག་སྤྲོད་པ་ཡིང་གི་ཡོད། བྱ་ཚོར་ཁང་ནང་ལའང་འགོ་དུས་ཚོར་ཁང་ཁོ་གི་བདག་པོ་དེ་ཚོས་ཅ་  
ལག་ཉེ་མཁའ་མི་དེ་ཚོས་ཚོར་ཁང་གཏོར་བཤིག་གཏོར་རྒྱུ་འབར་རྗེས་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ལག་རིགས་འབྲེས་ཡིང་གི་མི་འགོ་  
བསམས་ནས་ལྟོ་ཕན་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ལྟོ་ཕན་དེ་ཚོ་ནང་ལ་མ་བཏང་བར་ཁོ་རང་ཚོ་རང་གིས་སྤྲད་པའི་རས་  
ཕན་ནང་མ་གཏོགས་ཅ་ལག་འབྲེས་མི་ཚོག་པ་དང་། གལ་ཏེ་ལག་པར་འབྲེས་རྒྱུ་ལྟོ་ཕན་ཚུང་ཚུང་དེ་འདྲ་འབྲེས་བཞིན་  
ནའང་མར་འགོ་དུས་དེའི་ནང་རྒྱ་མ་བརྒྱབ་མི་འགོ་བསམས་ནས་ལྷུས་བཤེར་བྱེད་པ་སོགས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་  
ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་ཐོག་ནས་ག་པར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལས་ཀ་ག་འདྲ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ནའང་སེམས་ནང་ལ་ཞེད་སྡང་  
ངང་འགོ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཕྱི་ནས་བཟོས་ཡིང་དུས་འདྲ་ཆགས་པོ་དང་། ཡིན་མདོག་ཁོ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་  
། སེམས་ནང་ལ་ཞི་བདེ་བག་ཐེབས་མེད་པ་ནི་དེང་སང་གི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ཆགས་ཡོད། བྱ་ཚོར་མ་མཚོར་ཁང་དང་དགོན་པ་  
ཚེན་པོ་དེ་འདྲའི་ནང་ཚོས་བྱེད་མཁའ་གི་མི་ཚོགས་དཀྱིལ་ལ་མི་ཁ་གསུ་སྒོ་བྱུར་དུ་འཇུག་ཡིང་ནས་མེ་མདའ་བརྒྱབ་སྤྲོད་མེད་  
པོ་དོན་མེད་བསད་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་རྒྱུ་དང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྤྲོད་པའི་རྒྱུ་གིས་སྤྲོད་མི་ཡིན་ན་མི་མང་པོ་འཛོམས་  
ཡིང་དུས་སེམས་ནང་དགའ་ལྷང་ལྷང་ཞིག་ཡོད་ནའང་། དེང་སང་མི་མང་པོ་འཛོམས་ཡིང་དུས་ཞེད་སྡང་དང་གཟབ་གཟབ་  
བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ག་ལེ་ག་ལེར་མར་འབྲུད་འགོ་དགོས་མིན་གི་བསམ་སྒོ་གཏོར་དགོས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་ཚོགས་གི་ཉེན་  
ཁའི་རང་བཞིན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡིང་གི་འདུག།

དཀའ་ངལ་བཞི་པ་འདི་ཚང་མས་བརྗོད་བཞིན་པའི་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ཁྱིན་ཡོངས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆགས་འགོ་བཞིན་པ་དེ་  
ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆགས་འགོ་སྤངས་དེ་ལ་དོན་ཚན་གཙོ་བོ་གཉིས་འདུག་བསམ་གི་འདུག།

རང་བྱུང་གི་ཉམས་ཆགས་འགོ་བ། དཔེར་ན། རང་བྱུང་གི་འབྲུང་བ་བཞི་ཚུ་ལོག་བརྒྱབ་པ་སོགས་དང་། འཇམ་སྤྱིང་  
གི་ཚོ་དོད་རང་བཞིན་གིས་འཕེལ་ནས་ས་འོག་ནས་མེ་རི་བརྗོད་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད། དབྱར་ཁ་ཆར་པ་དུས་ཐོག་ཏུ་མ་འབབ་པའི་རྒྱུ་པས་ལོ་འཁོར་མོ་ས་ཁའི་འབྲུ་སྤོར་ནས་ནམ་མཁའི་བྱ་བྱེད་བར་  
ལ་འཐུང་རྒྱུ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཐུང་པ་སོགས་རང་བྱུང་གི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཐུང་གི་ཡོད། དཀའ་  
ངལ་དེ་ཚོ་ཏོག་ཅམ་ཉེན་ཁ་ཚུང་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལས་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་ནི་འགོ་བཅིའི་སློབ་སྤྲོད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆགས་འགོ་བ་དེ་རེད། གནའ་སྤྱི་མོ་ལུས་ནའང་འགྲིག་གི་འདུག ང་ཚོ་ཚུང་ཚུང་སྐབས་ལ་ལུས་ནའང་  
འགྲིག་གི་འདུག བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གང་དུ་སྤྱིན་པ་ཡིན་ནའང་ཚུ་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གི་བདག་བརྒྱུད་མེད་ལ། ཁ་སློབ་པ་ཡིན་  
ན་ཚུ་གཅིག་ཕྱག་ན་ཚུ་དེ་བཏུང་ཚོག་ཚོག་ཡིན་པ་ལས། ཚུ་དེ་འཐུང་ཚུ་ཡིན་མིན་དང་། ཡང་ན་ཚུ་དེ་ག་རེ་རེད་འདུག་ཅེས་  
རྩད་གཅོད་རྩད་པ་ནས་གཏོར་དགོས་གང་ཡང་མེད། ཡིན་ནའང་ད་ཆ་ཚུ་ཞིག་རག་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་འཐུང་ཚུ་ཡིན་མིན་གཞི་  
ནས་བརྟེན་དཔྱད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་བཏུང་ཚོག་ཚོག་ཡོད་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེང་སང་  
འགོ་བཅིས་བརྗོད་བྱ་བཅུགས་རྒྱ་མང་དུགས་པའི་རྒྱུ་གིས་བརྗོད་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་མཁོ་འདོན་བྱེད་རྒྱུ་ཅ་ལག་ནི་ས་འོག་གི་  
གཏོར་བརྗོད་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དང་། ས་འོག་གི་གཏོར་བརྗོད་ནས་གཏོར་དེ་ཚོར་དུག་སེལ་བྱེད་དུག་དུག་ཚུ་དེ་ས་ཐོག་གི་  
ཚུ་དང་འདྲེས་ནས་ཚུ་དེ་མར་ས་དམའ་ས་བརྒྱུད་ནས་ང་ཚོ་འགོ་བཅིའི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་དེ་བར་སྤྲོད་དུས་དེ་ཚོ་འཐུང་ཚུ་མ་  
རག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ། དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་སྐྱམ་ས་ཆེན་པོས་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་རི་རྒྱུང་གང་སར་གཏོར་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོད་གི་  
ཡོད། གཏོར་དེ་ཚོ་བརྗོད་ནས་ཐད་ཀར་རྒྱ་ནག་ལ་དཔོར་གི་ཡོད་མ་རེད། གཏོར་བརྗོད་སའི་ས་ཆ་དེ་ནས་ཐག་ཉེ་སའི་བོད་

ནང་གི་ས་ཆ་མི་མ་བསྐྱེད་སའི་རི་དང་ཐང་དེ་འདྲ་ལ་ས་འབྲས་ནས་དེ་ལ་གཏོར་ཚང་མ་དུག་སེལ་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། དུག་སེལ་  
བྱས་པའི་དུག་རྒྱུ་ས་འཛོལ་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ལ་བཞག་ནས་ཁོང་ཚོ་ལ་དགོས་པ་རྒྱུ་ས་དཔོན་འགོ་ཡི་ཡིད། དེ་འདྲའི་དུག་ཚུ་  
དེ་ཚོ་བྱ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཁ་ལ་ཕྱིན་མ་ཐག་དུས་ཡུན་རིང་པོ་མ་འགོར་བར་བྱ་བྱེད་ཤི་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་  
པོ་ཡོང་གི་ཡིད། དེ་བཞིན་དུར་ཁ་ཆར་པ་མང་པོ་བཏང་བའི་རྒྱུ་གིས་དུག་ཚུ་སྐྱེས་པའི་ཚུ་མཛོད་དམ་དུག་མཛོད་བཅོམ་  
ནས་བོད་ཀྱི་གཙང་པོའི་ནང་འདྲེས་པ་ཡིན་ན་གཙང་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྲིག་སྲིན་ཡོང་ཉེན་  
མང་པོ་ཞིག་ཡིད། དེ་དཔེ་མཚོན་ཚུང་ཚུང་ཞིག་རེད། དེ་བཞིན་འཇམ་བུ་སྒྲིང་ཁྱིན་ཡོངས་ནང་ལ་ས་མཐོའི་ཚུ་ཡོངས་སྲིད་  
བྱེད་མཁན་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་ཚོ་སྲིག་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད། ད་ལྟ་བུའི་གསེབ་དང་གོང་ཁྱིམ་དབར་  
ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་གོང་ཁྱིམ་ནང་ལ་བཟོ་བྱ་བ་ཚུ་གས་པ་མང་དུགས་ནས་བཟོ་བྱའི་དུག་རྒྱུ་ས་ཀྱིས་གནས་གཤིས་བཅོག་པ་  
བཟོས་པའི་རྒྱུ་གིས་གོང་ཁྱིམ་ཁག་ནང་ལ་འཕྲུང་ཚུ་གཙང་མ་མ་རག་པ་དང་། ཁ་རྒྱུང་བཅོག་པའི་དབང་གིས་ནད་ན་ཆ་ལ་  
སོགས་པ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡིད། ཐ་ན་དུགས་གཏོང་བྱེད་ལའང་དཀའ་ངལ་ཡོང་གི་ཡིད། སྲིན་མ་ཡིན་ན་དུགས་གཏོང་བྱེད་  
མི་བྱེད་ཟེར་བ་དང་། དུགས་ཀྱིས་མི་འདྲང་བེར་བའི་དཀའ་ངལ་ཉ་ལམ་མེད་པ་འདྲ་པོ་རེད། དེང་སང་དུགས་རྒྱབ་གཏོང་  
བྱེད་པ་ལ་དུགས་ཀྱིས་མ་འདྲང་བར་དམིགས་བསལ་གི་འཕྲུལ་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་དུགས་སྐྱེས་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་  
ཞིག་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡིད། དེ་ཚོ་ཚང་མ་གང་རེད་ཅེ་ན་ང་ཚོ་འགོ་བ་མིས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་འདི་ཚད་ལས་བརྒལ་  
བའི་བེད་སྲིད་བཏང་དུགས་པའི་རྒྱུ་གིས་ང་ཚོ་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད། ཁོར་ལུག་ལ་འགྱུར་འགོས་དབང་  
གིས་ས་ནས་སྐྱེ་བྱེད་འདྲེས་སྐྱེ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ཚོ་དུས་ཐོག་ཏུ་མ་སྐྱེས་པ་དང་། དེ་མ་སྐྱེས་པའི་དབང་གིས་དེ་དག་གི་  
དྲངས་གཙང་ལྡན་མེད་ཀྱི་ཟས་རིགས་རག་བྱེད་དཀོན་པོ་ཆགས་པར་བརྟེན་བཟོ་བྱའི་ནང་ནས་ལྡན་བཏང་ནས་བཟོས་པའི་ཟས་  
རིགས་དེ་ཚོ་ཡོངས་སྲིད་བྱེད་བྱེད་མང་དུ་མང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་དེའི་རྒྱུ་པས་འགོ་བ་མིའི་མི་ཚེའི་ནང་ནད་ན་ཆ་སྐར་ལས་མང་དུ་འགོ་  
ཡི་ཡོད་སྐབས་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆགས་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་གིས་ང་ཚོ་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད། དཔེར་ན། གནའ་སྐྱེ་  
མོ་ཇོ་མོ་སྐང་མའི་ཕྱོགས་ལ་གད་སྐྱེགས་གཡུག་བྱེད་པར་བཞག་ང་ཚོ་མིའི་རིགས་སྐྱེབ་བྱེད་ཁག་པོ་ཆགས་ཡིད། ཡིན་ནའང་  
འདས་པའི་ལོ་གས་ནང་ཕྱིར་བཞུས་སྐྱོག་ཡོང་དུས་ཇོ་མོ་སྐང་མའི་ཕྱོགས་ཀྱི་མ་པམ་གཡུ་མཚོ་དེ་ཚོའི་འགམ་ལ་འགོ་མཁན་མི་  
མང་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་གིས་ཁོང་ཚོས་ཟས་བཟའ་བྱེད་པའི་འགྲིག་ཤོག་སོགས་དེ་ཚོ་གང་བྱུང་དུ་གཡུགས་པའི་རྒྱུ་གིས་  
ཚུ་ལ་ཉམས་ཆག་ཕྱིན་ནས་མ་པམ་གཡུ་མཚོའི་ཚུ་ཚད་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་ཞེ་དག་གི་ཚུང་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དང་། སྲོད་གངས་  
རིན་པོ་ཆེའི་གངས་ཀྱི་འབྲུགས་རོམ་བཟུར་ཚད་སྐྱེ་མོ་ལས་འབྲུགས་ཆེ་བུ་ཕྱིན་ཡོད། གངས་རིའི་བཟུར་ཚད་འབྲུགས་ཆེ་བུ་འགོ་  
དུས་དམའ་ས་ལ་སྲོད་མཁན་གི་ས་ཆ་དེ་ཚོའི་ནང་ཚུ་ལོག་བརྒྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད། མདོར་  
ན་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆགས་འགོ་བྱེད་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཞི་འགོ་བ་མིའི་ཀུན་སྲིད་ཀྱིས་བཟོས་པ་ཞིག་མ་གཏོགས་  
རང་བྱུང་ཁམས་ཁོར་ལུག་འགོ་བ་མིས་དེ་ཤོག་བཏང་བའི་རྒྱུ་གིས་མ་ཡིན་པར་ཁོར་ལུག་རང་ལོས་ནས་ང་ཚོ་འགོ་བ་མིའི་  
བདེ་སྲིད་གཏོར་བརྒྱུད་དེ་ཅམ་མ་བཏང་བ་འདྲ་པོ་སྲིན་གི་འདུག དཀའ་ངལ་ལྡུག་པ་དེ་ཚོས་ལུགས་འཐེན་འབྲེར་གི་དཀའ་  
ངལ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཚོས་ལུགས་ཐོག་ནས་འཇིག་རྟེན་ཐོག་དཀའ་ངལ་འཕྲད་མི་དགོས་པ་ལྟ་བུ་རེད།  
དཔེར་ན། ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་སོ་སོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་མིང་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ལྟ་  
བ་རྟེན་འབྲུང་དང་སྲིད་པ་འཚོ་བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་ལྷགས་དགོས་ཀྱི་ཡིད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྲིད་པ་འཚོ་བ་མེད་པའི་ཉམས་  
ལེན་ནང་འདུག་མཁན་གི་མི་ཞིག་གིས་ཚོས་བེད་སྲིད་བྱས་ནས་འགོ་བ་གཞན་གི་འཚོ་བ་དང་འགོ་བ་གཞན་གི་བདེ་སྲིད།



འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ལ་སྤང་མེད་དོན་རོལ་གཏོང་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
ནང་ཚོས་ལུགས་འཐེན་འཁྲུང་དབང་གིས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཡོད། དེ་ཚོ་ཇི་ལྟར་ཡོང་གི་འདུག་ཅེ་ན་མི་ཁྲོ་གས་  
ནང་ལ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ལ་ཕ་མ་བཟང་པོའི་བསྐྱེད་བྱ་དང་སོ་སོའི་ཕ་མེས་ཡང་མེས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་མ་ཐོབ་པ་དང་། ཤེས་ཡིན་  
རྒྱུ་ལྟར་སྐབས་ནའང་དགེ་ལྡན་བཟང་པོའི་བསྐྱེད་བྱ་ཡག་པོ་མ་ཐོབ་པའི་མི་དེ་ཚོ་ཚོས་ལུགས་ནང་ལ་འདུལ་ཡོང་དུ་སྐྱོད་  
འདི་དང་ཚོས་དེའི་འོག་ལ་འདུག་མཁན་གྱི་མི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཚོས་ལུགས་ཤིང་སྤྱོད་བཏང་སྟེ་སོ་སོའི་ལུགས་རྒྱུང་ལ་བསམ་  
གཞིགས་འབྲེལ་བ་མེད་པར་སོ་སོའི་འཕྲུལ་སེལ་གྱི་དགོས་དོན་བསྐྱེད་བྱ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཁྲོ་ལ་འཁྲུང་ཏེ་  
ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་ལ་རྟོག་སྒྲིང་བཟོ་རྒྱུ་དང་། རྒྱུང་ས་ནས་བཤད་ན་བཟུང་ཚང་དང་གྲོགས་པོ་གྲོགས་མོ་  
དེ་འདྲའི་དབང་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ལྟ་བུ་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་དཀའ་ངལ་བཟོས་ནས་ཁྲོ་ལ་འཐོར་གཏོང་བའི་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་རྩོམ་  
མཁན་དེ་འདྲའི་ལོ་རྒྱུས་ཚོས་བྱེད་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ཟེར་ནས་ཚོས་འདི་དང་དེའི་ལམ་སྟོན་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་ཚེན་  
མིན་ནའང་ཞེ་པོ་ཞིག་ཡིན་མདོག་མདོག་བྱས་ནས་མི་མང་གི་ས་ནས་དཔལ་འདྲོར་བུ་གཞིག་གཏོང་བ་སོགས། སོ་སོ་ལས་  
ཉམ་རྒྱུང་བ་ཚོའི་བདེ་སྤྱོད་དོན་རོལ་བཏང་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོའི་འདས་ཟིན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་  
འཕྲད་ཡོད་ལ། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལའང་འཕྲད་བཞིན་ཡོད། མི་མང་གི་དོས་ནས་དངོས་གནས་ཁོ་རང་ཚོས་ལུགས་འདི་  
དང་དེའི་ཆས་གོས་དེ་འདྲའི་གྲོགས་ཀྱི་དེ་ལ་མིང་ཆེན་པོ་དེ་འདྲའི་ཞིག་ཡོད། དེ་གཅིག་ཡིན་གྱི་རེད། ཁོས་བཤད་པ་དེ་དངོས་  
གནས་ཡིན་གྱི་རེད་བསམས་ནས་དེ་ལ་ཡིན་གཤམ་གཤམ་གྱི་སྟེང་ནས་སོ་སོའི་རིག་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་སྟོན་ནས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་  
མ་ཐུབ་པ་ཟེར་ནའང་འདྲ། དཔལ་འདྲོར་གྱི་དབང་ལྷན་ཟེར་ནའང་འདྲ། དེ་འདྲའི་དབང་གིས་ཚོས་ལུགས་འཐེན་འཁྲུང་  
བྱེད་མཁན་གང་ཟག་དེ་ཚོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས། དེ་འདྲའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ལྷན་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡོང་དུས་འཇམ་སྐྱོང་ནང་ལ་ཚོས་  
ལུགས་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་དེ། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ཚོས་དེ་དང་འདྲའི་སྐོར་ཟེར་དུས་ཚོས་ཁོ་རང་  
ལ་སྐྱུག་མེར་ལངས་པ་འདྲའི་ཡོད་གྱི་ཡོད། དངོས་གནས་བྱས་ན་ཚོས་ཁོ་རང་ལ་སྐྱོན་འབྲེག་ནས་ཡོད་མ་རེད། ཚོས་བྱེད་  
མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ཟེར་མཁན་གང་ཟག་ཁོ་རང་གི་སྐྱོན་གྱི་དབང་གིས་ཚོས་དེ་ལའང་སྐྱོན་མཐོང་ནས། ཁྲོ་གས་ཚོས་ལ་  
ཡོད་ཐང་ཆད་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་གོང་ལ་ལྷན་པའི་སྐྱོན་ལྡེ་པོ་དེ་ང་ཚོ་འཇམ་སྐྱོང་དེའི་  
ནང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་གོ་ལ་ཉི་ལ་པོ་རྩ་མེད་གཏོང་རྒྱུའི་ཉིན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་  
པོ་ལྡེ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ཐོག་ལ་ཞེ་དྲག་རྒྱས་པོ་ལྷན་པའི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་རགས་བསྐྱུས་ཙམ་ལྷན་པ་ཡིན། དོན་ཚན་དང་པོ་  
དེ་རོལ་ཙམ་ལྷན་ཚར་བ་ཡིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། དེ་འདྲའི་ཉིན་ཁ་ཆེན་པོ་ལྡེ་འདི་དུ་ལྟར་ཚོའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་ཇི་ལྟར་སྐབས་པ་དང་། སྐབས་  
དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་ང་ཚོས་སོ་སོས་སོ་སོར་དྲི་བ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་དེ་ལ་བཤད་སྤངས་གཉིས་ཆགས་ཡོད།  
ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དོས་ནས་བཤད་ན་དེང་རབས་ཀྱི་དུས་ཚོད་འདི་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་སྤྱི་ཚོགས་མ་ལུ་  
བདེའི་དུས་ཚོད་མདོར་ན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མི་དགེ་བ་བརྒྱུའི་བྱ་བའི་ནང་འདུག་པའི་དུས་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཤིག་ཆགས་  
ཡོད། དེ་འདྲའི་ཚང་དུ་ལྟའི་དུས་འདིར་ས་ཁའི་འབྲུ་སྐྱོན་ཡིན་ནའང་རེད། རམ་མཁའི་བྱ་བྱིའུ་ཡིན་ནའང་རེད། འགྲོ་བ་  
མིའི་རིགས་ཡིན་ནའང་རེད། ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་མ་ལུ་ལྟེ་ཉིན་མིང་ས་པ་ཟེར་ནའང་འདྲ། བསམ་སྤྱོད་སྤྱི་ཚོགས་པའི་  
ཕྱོགས་ལ་རྒྱག་འགྲོ་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ཆགས་ཡོད་ཅས་ལྟ་ཡི་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱུ་ཕྱོགས་པ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་  
ཚོའི་ལྟ་སྤངས་ཕྱོགས་ནས་ལྟས་ན། དེང་རབས་ཀྱི་དུས་ཚོད་འདི་དུས་ཚོད་སྤྱི་ཚོགས་མ་ཡིན་པར་ཡག་ཤོག་ཡིན་པར་བརྟེན་

གྲི་ཡོད། གནའ་སྒྲུ་མིའི་མི་རབས་ཚོས་སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱད་བེད་སྤྱོད་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ཕར་བཞག་སོ་སོ་  
 རྫོང་སའི་ཁང་པ་དེ་ཚོ་ཡང་ཉག་ཉག་རྒྱག་མི་བྱུང་བ་དང་། སོ་སོའི་འཚོ་བའི་ནང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བའི་ཁ་ལག་བཟོ་བྱེད་གྲི་ཡོ་  
 བྱེད་གི་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དོན་དང་ལྷགས་དེ་འདྲ་ལག་པས་བཟོས་པ་མ་གཏོགས་པོ་ཚེ་པོ་བཟོ་མི་བྱུང་མཁུ་དང་བསམ་  
 རྫོགས་ཏོང་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་འདྲ་རེད་ཟེར། གདོད་མའི་མི་རབས་དེ་ཆགས་ཡོང་དུས་ད་ལྟ་ནང་བཞིན་རྟེན་པ་བཅུགས་ནས་འགྲོ་  
 རྒྱུ་མེད་པར་རྟེན་ལག་བཞི་པོ་ས་ལ་བཅུགས་ནས་འགྲོ་དགོས་པའི་འགྲོ་བ་ཞིག་བསམ་སྡོའི་ཐོག་ནས་ཡར་རྒྱས་མེད་པ་དང་།  
 ཕྱིའི་དཔལ་འཕྲོར་ཐོག་ནས་ཡར་རྒྱས་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཟེར། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་མིའི་རྣམ་དཔྱད་ཡར་རྒྱས་ཚེ་པོ་ཕྱིན་ཏེ་  
 ཚོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འཕུལ་ཆས་ཡར་རྒྱས་ཞེ་པོ་ཞིག་བཏང་ནས་ད་ལམ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ས་ཆ་གཞན་ཞིག་ལ་གནས་ཚུལ་  
 ཏོག་ཙམ་འཕྲད་མ་ཐག་ལམ་སེང་དུ་གོ་བྱུང་བའི་ཅ་ལག་ཚོན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཟོ་སྐྱེན་བྱས་ཏེ་ཡར་རྒྱས་ཞེ་པོ་ཞིག་བཏང་།  
 དེ་འདྲའི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་མཁུ་ནི་ང་རང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་པ་དང་། མིའི་རྣམ་དཔྱད་ཡར་རྒྱས་ཞེ་པོ་ཞིག་ཕྱིན་ནས་ད་ལྟའི་  
 དུས་ཚོ་དེ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་གོང་འཕེལ་བྱུགས་ཆེ་ཕྱིན་པའི་དུས་ཚོ་ད་ལག་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་  
 བྱེད་མཁུ་ཡོད། ད་འདྲིག་རྟེན་ཁམས་ལ་ལྟ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དུས་ང་རང་གིས་ཕྱོགས་བསྐྱོམས་བརྒྱབ་སྐྱབས་ནང་  
 པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མར་བཤད་ཡོང་བ་འདྲ་ཞིག་དང་། ཚོན་རིག་པ་དང་རྒྱབ་  
 ཕྱོགས་པས་ཕྱིའི་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཚུལ་ཐོག་ནས་བཤད་ཡོང་མཁུ་གཅིག་བཅས་ཁག་གཉིས་ཡོང་གི་འདུག གང་ལྟར་ཡང་དེ་  
 འདྲའི་ལྟ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་ནའང་འདྲ་མེད་ནའང་འདྲ། མདོ་དོན་ཡང་སྤྱིར་ད་ལྟ་འདྲིག་རྟེན་ཁམས་ལ་འཕྲད་པའི་  
 རྟེན་ཁ་ཚོན་པོ་ལྔ་འདི་རི་ལྟར་བྱས་ནས་སྤྲོས་སམ་ཞེ་ན། འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཁམས་ལ་འབྲེལ་བཤད་མ་བརྒྱབ་ན་མཐར་བུག་  
 པའི་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་མི་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་འདུག

རྒྱུར་བཏང་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ཡོན་ཏན་ཡག་པ་  
 གཅིག་དང་། རྟོན་མོངས་པའི་ཆ་གཅིག སེས་པ་ལ་སེས་པ་ཡག་པ་གཅིག་དང་། སེས་པ་རྟོན་མོངས་པ་ཟེར་དུས་སེས་པ་  
 ལྷག་པའི་ཆ་གཅིག་བཅས་གཉིས་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་གྲི་ཡོད། རྒྱུར་བཏང་གི་འདྲིག་རྟེན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ནང་ལ་བཤད་  
 པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་ལྟ་སྤྱོད་ཀྱི་སེས་པ་འདི་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་རེད། རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ནི་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་  
 ན་གཅིག་ནི་ང་ཚོའི་སེས་པ་འདི་ལ་ཡོན་ཏན་ཡག་པའི་ཆ་དཔེར་ན། ཡ་རབས་གྲུས་ཞབས་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གཞན་  
 ལ་སྤྱིར་རྗེ་བྱེད་པ། བརྩེ་བ་བྱེད་པ། སེམས་པ་བཟུང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་གཚོད་ཅིག་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་ཡིན་  
 ནའང་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་སྤངས་དེ་ཡང་དཔེར་ན། ལུ་བཀོལ་བ་ནང་བཞིན་  
 མ་རེད། ལུ་བཀོལ་བ་ཡིན་ན་ལུ་དེ་ཚོ་ཚོད་གཅིག་ལ་སྤྲོས་དུས་ཡར་འཁོལ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ནས་ད་དུང་མེ་དེ་མཚམས་མ་  
 བཞག་པར་བརྒྱབ་བསྐྱེད་ན་ལུ་དེ་རང་བཞིན་གྲིས་མར་ཉུང་དུ་ཕྱིན་ནས་གང་འཚམས་ཤིག་ལ་ལུ་དེ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མེད་པར་  
 གྲུར་ཏེ་འཐག་འགྲོ་ཡི་རེད། ང་ཚོའི་སེས་པ་ལ་བཟུང་བའི་ཆ་ཡ་རབས་གྲུས་ཞབས་དང་། བྱམས་སྤྱིར་རྗེ་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 ཚོ་ང་ཚོས་སྤྱོད་བཅར་གཚོད་བྱས་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་སེམས་འདི་ཡར་རྒྱས་བྱུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་ལུ་ནང་བཞིན་  
 གང་འཚམ་ནས་མར་འཐག་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཚོའི་སེམས་འདི་ལ་ལྟན་སྤྱོད་  
 རང་བཞིན་གང་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུ་དང་། ཡག་པའི་ཆ་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པ་རྗོད་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།  
 གཉིས་པ་ནི་ང་ཚོའི་སེམས་ལ་གང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་སེས་པ་ལྷག་པའི་རིགས་ཁོང་ཁྲོ་བ་སྤྱོད་བཏང་། དུག་དོག། འབྲན་སེམས།  
 འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་པ་གཉིས་ཡོང་བ་ནི་ང་རང་ཚོའི་འདྲིག་རྟེན་ཁ་

དཔེ་ནང་ལ་ཚོས་དར་སར་འདྲེ་དར་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན། ཚོས་གང་དུ་གཏོང་བཅའ་བྱེད་ནའང་དེ་ལ་བར་ཆད་ལྷགས་ཆེ་བ་  
ཡོད་ཅེས་པོད་པའི་གྲོང་གསེབ་ནང་ལ་གཏམ་དཔེ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་རེད། དེ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོའི་སེམས་ནང་ལ་བཟང་  
བའི་རྣམ་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དུས་བཟང་བའི་རྣམ་པའི་ཚོགས་ལྷན་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་སྤྱད་པའི་ཆ་ཤེས་པ་ལྷན་དོག་དང་།  
འགན་སེམས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བའི་རྣམ་པའི་ཆ་གཅིག་བཅས་གཉིས་སྦྲེལ་བ་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
ཁྱད་པར་གང་ཆགས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ང་རང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཁོང་རང་ལ་རྣམ་པ་ཡག་པ་དང་བཟང་པོའི་སྦྱོད་པ་  
སྐྱེ་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལ་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལྷན་དོག་དང་འགན་སེམས་དེ་ཚོ་སེམས་འདི་  
ལ་སྐྱེ་བུ་དུ་འགོས་པ་དཔེར་ན། ང་ཚོའི་དུག་སློག་ལ་དྲིག་པ་འཁོར་བ་ནང་བཞིན་རེད། དུག་སློག་ཁོ་རང་སེམས་དང་། དུག་  
སློག་གི་རང་བཞིན་ལ་དྲིག་པ་དེ་མེད་ཀྱང་། དྲིག་པ་འཁོར་ཡོང་དུས་དུག་སློག་དེ་ཚུ་ལ་འཁྱུར་ནའང་འདྲ། ལྷན་པོ་ལ་འཁྱུར་  
ནའང་འདྲ། དྲིག་པ་དེ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་ཡོད། དེ་འདྲ་པོ་སེམས་འདི་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་པ་དེ་གཉིས་  
ཀྱི་ནང་ནས་འགོ་བཅིའི་རིགས་ཀྱིས་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ལྷགས་མ་ཐུབ་ཀྱིས་གཞན་གྱིས་རྒྱུགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བ་མ་  
བཏང་བ་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་གིས་ཡིན་ལག་ལག་གི་ཐོག་ནས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྤྱད་པའི་ཆ་དེ་ལ་འཇུག་གི་ཡོད། སེམས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་སྤྱད་པ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དཔེར་ན། འདིག་རྟེན་ནང་ལ་ཕན་ཚུན་འགན་སེམས་དང་། ཚུང་ཚགས་  
ཤིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཨ་མ་ཞིག་ལ་སྐྱ་བུ་གཉིས་ཡོད་ན་སྐྱ་བུ་ཚུང་བ་དེ་ལ་ལས་ཀ་བསྐྱར་དགོས་སྐབས་རང་གི་སྐྱ་བུ་མཆོད་ཀྱིན་  
པས་ལས་ཀ་གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་འདུག གང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་དེ་ནང་བཞིན་ཁྱེད་རང་གིས་བྱེད་དང་ཞེས་སྐྱ་བུ་འཆར་  
ལོངས་འབྱུང་སའི་བྱིས་ཆོད་དེའི་ནང་ནས་སྐྱ་བུ་མཆོད་ཀྱིན་པ་ལ་འགན་ལྡན་བྱ་རྒྱུའི་གཤིས་ཀ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ། སློབ་བྱ་ཁག་རེད།  
སྐྱེ་ཚོགས་ཁོ་རང་གི་ནང་ལ་ཚོང་ལ་སོགས་པའི་འགན་ཚུན་མང་པོ་ཞིག་སྦྲེལ་ཡོང་དུས་དེ་ཚོ་ཚང་མ་ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་  
པའི་རྣམ་པ་དེ་ལར་རྣམ་པ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཚོའི་སྐྱེ་ཚོགས་ཁོ་རང་དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོང་དུས་མི་སོ་  
སོའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཚང་མ་སྤྱད་པའི་བྱ་བ་དེའི་ནང་ཞུགས་ཏེ། དེར་ཞུགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་  
དམ་ཞེ་ན་སོ་སོ་རང་བཞིན་གྱིས་འདོད་རྒྱུ་ཆེ་རྒྱུ་ཕྱིན་པ་དང་། འདོད་རྒྱུ་ཆེ་ཅམ་ཆེ་རྒྱུ་ཕྱིན་པ་དེའི་ཚོད་ཀྱི་སོ་སོ་ལ་  
དགོས་རྒྱུ་མང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་སོ་སོའི་སེམས་ནས་བསམ་པ་ནང་བཞིན་མ་ཐོབ་སྐབས་མི་གསོད་ཁྱེད་ལ་སོགས་པ་ཐུབ་ཚོད་  
ཤོད་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱད་པའི་བྱ་བ་བརྟེན་རྒྱུ་དེ་འདྲ་འཇམ་བྱ་སྐྱེད་འདོད་ནང་ལ་སྦྲེལ་བཞིན་ཡོད། མདོ་དོན་སྤྱིར་པོ་སོ་སོའི་  
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་དེ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་བྱ་སྦྱོད་ངན་པ་དེ་ལ་བདག་པོ་ཡག་པོ་བརྒྱབ་མི་ཐུབ་པའི་དབང་  
གིས་ངག་དང་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་སྤྱད་ཆགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་ནས་འཇམ་བྱ་སྐྱེད་ཁོ་རང་ལ་བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་  
ལྗང་ལྗང་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

དོན་ཚན་གསུམ་ནི་གོང་དུ་ཞུས་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་དག་ང་ཚོས་གོ་ལ་ཕྱི་ལ་བྱེད་པ་ལྟོན་ལ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཡོད་དམ་  
མེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་འདི་རེད། དཀའ་ངལ་དེ་དག་སྤྱི་མ་གཏོགས་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཡོད་པ་རེད། ཐབས་ལམ་  
ཡོད་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་རང་ཚོ་ཚང་མའི་སྤྱད་པ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་  
ཕྱོགས་ས་ནི་བདེ་བ་འདོད་ལ་སྤྱད་པ་ལྡུག་མི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སོ་སོར་དགོས་པའི་  
བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་སྤྱད་པ་ལྡུག་པའི་སེམས་ཀྱི་འོས་བབ་ཟེར་ནའང་འདྲ། ཐོབ་ཐང་ཟེར་ནའང་འདྲ་ང་ཚོ་འདྲ་མཉམ་རེད། ཁྱེད་  
རང་ས་ཁའི་འདུ་སྤྱོད་རེད། རྣམ་མཁའི་བྱ་བྱིའུ་རེད། ང་འགོ་བ་མི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ལ་བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུའི་དབང་  
ཆ་ཡོད། འོས་བབ་དང་ཐོབ་ཐང་ཡོད། བྱ་བྱིའུ་དང་ས་ཁའི་འདུ་སྤྱོད་ལ་ཡོད་མ་རེད་ཅེས་ལུས་རྟེན་གྱི་ཆ་ནས་ཕྱི་བ་ཡིན་ན་

འགྲིག་གི་རེད་དམ་ཞེན་འགྲིག་གི་མ་རེད། ལུས་ཉེན་གྱི་ཆ་ནས་ལྷན་པ་ཡིན་ན་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་དབྱུགས་ཐོགས་ཚད་ལ་  
རང་གིས་འདོད་པའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་། སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་རྒྱུ་ལྷན་པ་འདྲ་མཉམ་ཡོད། དེ་རིང་རང་ལ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལེབས་པའི་ནང་ལ། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བརྗོད་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་མཐར་མཛོན་པར་རྗོགས་པའི་འཚང་རྒྱ་རྒྱུ་ལྷན་པ་ཡོད་པ་དང་། དེ་འདྲའི་རྒྱས་པ་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་ནང་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་སུ་བཟང་སྲོད་གོང་སླེལ་གཏོང་དགོས་  
པ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡིན་པ་བཀའ་ལེབས་ཡོད། བཀའ་ལེབས་པ་ནང་བཞིན་ང་ཚོས་དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་  
བརྟུན་དབྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ཉེན་ཆེ་ཚུང་མ་ཡིན་པར་སོ་སོའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་རྒྱུ་  
ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཡང་ཕྱོགས་གསུམ་པ་ཞིག་ལྷན་པ་ཡིན་ན་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ལ་རང་གི་  
བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་། ཡང་བདེ་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་དང་སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ་གཉིས་པོ་ནི་སྐབས་འཕྲལ་མཛོན་  
དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་ཞིག་ཡིང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ལ་རང་གི་དགོས་མཁོ་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་གཞན་  
གྱི་དགོས་མཁོ་བསྐྱབ་རྒྱུ་ལྷན་པ་དེ་ཡོད་པ་རེད། དུད་འགྲོའི་རིགས་པ་ལ་ཆེ་བ་ལ་དེ་འདྲའི་རྣམ་དཔྱད་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་རྒྱས་པ་དེ་ཚོ་མཛོན་གསལ་དོད་པོ་དང་། རྒྱན་འཛོམས་མི་འཛོམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དོག་ཅམ་ཡིང་གི་རེད་  
མ་གཏོགས་ཅུ་བའི་ཆ་ནས་སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ལ་རང་གི་བདེ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་ལྷན་པ་དང་སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་རྒྱུ་ལྷན་པ་  
ཡོད་པ་འདྲ་མཉམ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དུས་ཉུག་ཏུ་ང་ཚོ་ལ་འགྲོ་བ་མི་  
ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བདེ་བ་འདོད་ལ་སྲུག་བསྐྱེད་སེལ་འདོད་པ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་གི་སྲུག་  
བསྐྱེད་སེལ་ཐབས་སུ་ཐབས་ལམ་འཚོལ་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བཀའ་ལེབས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་རྒྱས་པ་དང་ཚོ་ལ་དེ་འདྲའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་རང་གི་  
སེམས་ཀྱི་སླང་ལ་བཟང་སྲོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ཞེན་ལ་ཕྱག་ཡོད། བཟང་སྲོད་ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་སེམས་  
ལ་རང་བཞིན་ལྡན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་བཟང་པོའི་སྲོད་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་ཏེ། དེའི་ལྷོག་ཆེན་མོངས་  
པ་ཤེས་པ་སྲུག་པའི་ཆ་ལེ་སྐོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ངན་པ་རྣམས་ཡིང་སའི་སེམས་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱས་པ་སྲུག་པའི་ཆ་དེ་ཉུང་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་  
ཡིན་པ་བརྗོད་མི་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་  
དང་པོའི་ནང་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་སླེལ་གཏོང་རྒྱུ་གསུངས་དགོས་པའི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་དེ་རྒྱ་མཚན་དེ་ཚོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་ཡིང་གི་ཡོད། དེ་འདྲའི་བཟང་སྲོད་གོང་སླེལ་གཏོང་རྒྱུ་ལྷན་པ་ལམ་ལུགས་ལྟར་སྐྱེ་བའི་ལ་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་ཕ་མ་དང་། བྱིས་  
ཚང་། ས་མེས་ཡང་མེས་ནས་མར་བརྒྱུད་ཡིང་བའི་བཟང་སྲོད་དེ་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་འཇགས་རྒྱ་ནི་ཐབས་ལམ་གཅིག་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དུས་ཚོད་ཀྱི་འགྱུར་བའི་དབང་གིས་བར་སྐབས་ཤིག་ལ་མའི་ལ་རབས་བཟང་སྲོད་དེ་ཚོ་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
ཐོག་ནས་མར་བརྒྱབ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེང་སང་ཡག་པའི་ཆ་ནས་འཇམ་སྐྱེད་གི་ཕྱོགས་ཡིང་ལ་གནས་པའི་འགྲོ་  
བ་མི་རིགས་ཚང་མ་སྐྱོ་དང་མི་འདྲ་བར་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྐྱེད་རྒྱུ་ལྷན་པ་ཐོག་ལ་དོ་ཁྱུར་གྲུགས་ཆེ་ཞིག་བྱས་ཏེ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་  
སྐྱེད་སའི་རྒྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་བཙུགས་ཡོད།

མདོར་ན་ཕུ་གུ་ཚུང་ཚུང་ལོ་གཉིས་ནས་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྐྱེད་སའི་རྒྱ་བའི་ནང་འགྲོ་རྒྱུ་འགོ་ཚུགས་པ་སོགས་ཆགས་  
ཡོད། དེ་གནད་སྐྱོ་དང་མི་འདྲ་བར་དེང་སང་གི་མི་དེ་ཚོ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྐྱེད་རྒྱུ་ལྷན་པ་ཐོག་ལ་དོ་སྐྱོར་ཆེ་བ་ཆགས་ཡོད་པ་  
རེད། གནད་སྐྱོ་མི་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ཅུ་བའི་ཆ་ནས་སོ་སོའི་བྱིས་ཚང་དང་ཕ་མའི་ས་ནས་ཤེས་པ་དེ་རང་རེད་མ་གཏོགས་སྐྱོབ་བྱར་

ཕྱིན་ཏེ་སྐྱབ་རྒྱ་ནི་ཏ་ལ་མ་མེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། བར་སྐབས་ལེག་ནས་ཚོས་ལུགས་དར་རྒྱས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་སྐབས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
ཐོག་ནས་ཕར་ཚུར་གཤམ་བྱ་ཡིན་ཏེ་སྐྱབ་རྒྱ་ཡོད་ན་འདེད་དེ་སྐབས་ནང་བཞིན་སྐྱབ་བར་འགོ་སའི་རུ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེང་སང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དེ་འདྲའི་བཟང་པོའི་སྐྱོད་པ་དེ་འགོ་བཅི་ཆ་ཚང་ལ་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱལ་ཕྱབ་  
ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་རྒྱལ་ཕྱབ་ཀྱི་མེད། གང་ལགས་ཞེ་ན་འཇོ་མ་བྱ་སྒྲིང་འདྲིའི་ནང་ལ་ཚོས་ཁས་ལེན་མཁུན་དང་ཚོས་ཁས་  
མི་མཁུན་གྱི་མིའི་རིགས་གཉིས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོད་དུས་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁུན་དེ་ཚོས་ཚོས་ནས་བཤད་  
པའི་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱལ་ཕྱབ་བྱ་རང་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་ན་དེ་ལ་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་ལྟ་  
བུར་འཇོན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་འབྲེལ་ཕྲོགས་གཅིག་དང་། ཡང་ཚོས་ཁས་ལེན་མཁུན་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་འདེད་དེའི་ནང་  
ལ་དཔེར་ན། ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱེ་ཚོགས་ནང་ལ་གྲ་བཅུན་གྱི་སྐྱེ་ཚོགས་གཅིག་དང་སྐྱེ་པོའི་སྐྱེ་ཚོགས་གཅིག་  
སྐྱེ་གཉིས་ཡོད་དུས་ཚོས་ནས་བཤད་པ་རྒྱལ་ཕྱབ་བྱ་བཅུན་གྱི་སྐྱོང་བཅུར་དང་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་མ་གཏོགས། སྐྱེ་པོའི་སྐྱེ་  
ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཉིན་ཞག་ཕྱགས་གཅིག་གི་ནང་ལ་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་བུར་འཇོན་པ་བཅས་དེ་འདྲའི་འགོ་སྐྱབས་  
ཁག་གཉིས་ཆགས་ཡོད་སྐབས། ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ཞེས་བྱས་ཅུ་བའི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་  
འདྲན་ཚུལ་ལ་དུས་དང་འཚམས་པར་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ་མཁུན་པའི་ཐོག་ནས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱབས་ཀྱི་  
ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པས་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདི་ང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ངོས་  
ནས་བཤད་ན་དུས་གཉེན་འཕྲང་ཅན་ཟེར་བ་དང་། རུབ་ཕྱོགས་པ་དང་ཚན་རིག་པའི་ཆ་ནས་བརྗོད་ན་ཡམ་ཐོན་ཅན་གྱི་དུས་  
རབས་འདྲའི་སྐབས་ཀྱི་འགོ་བཅི་རྒྱལ་ཕྱབ་བཟང་པོའི་ཕྱོགས་སུ་ཇི་ལྟར་འབྲིང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཟེར་ན་བྱམས་དང་སྤོང་རྗེ་སོགས་  
མིའི་བཟང་སྐྱོད་ཡམ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་དག་གཤམ་ཡིན་གྱི་རུ་བའི་ནང་བཅུགས་ཕྱབ་ན་འགོ་བཅི་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ཀྱིས་དེ་ལ་སྐྱོབ་  
སྐྱོང་བྱས། ཚོས་ཅམ་མ་ཡིན་པར་རང་གི་མི་ཚའི་ནང་གི་ཉིན་ཞག་ཕྱགས་གཅིག་ནང་ལ་སྐྱོང་བཅུར་བྱས་ནས་སོ་སོའི་རྣམ་  
དཔྱད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱུ་བ་ཡིན་ན། གཞི་ནས་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ལ་སྐྱར་དང་སྐྱེ་ཚོགས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་འཕྲད་པའི་  
དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་དེ་དག་མཐུག་བསྐྱོམས་བརྒྱབ་པ་ཟེར་ན་འདེད་འདྲ། དཀའ་ངལ་དེ་དག་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་ཡག་  
ཤོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཕྱགས་ལ་དགོངས་ནས་ང་ཚོ་ལ་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྐྱོད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་གནང་  
བའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་དེ་ལྟར་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ང་རང་གི་ལྟ་བུ་བྱས་ན་ཅུ་བའི་ཆ་ནས་བཟང་སྐྱོད་ཡམ་  
རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་ཐད་འདས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཚོས་དེ་རང་གསུང་གི་ཡོད་ལ། ད་ལྟའི་ཆར་ཡིན་ན་འདེད་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་  
མགོན་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་ཚའི་ནང་ལ་བཀའ་སྐྱོབ་རབ་དང་རིམ་པ་གནང་ཡོད། ཡིན་ན་འདེད་ཕྱགས་པ་དེ་ག་པར་ཕྱག་གི་ཡོད་དམ་ཞེ་  
ན་འགོ་བཅི་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་ཉིན་ཞག་ཕྱགས་གཅིག་གི་འཚོ་བའི་ནང་ལ་ཉམས་ལེན་མ་འགྲིགས་པ་དེ་རང་གིས་ང་ཚོར་  
ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད། བྱས་ཅང་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དཔེ་ལ། ཁ་བཤད་ཚུ་ལི་སྐྱ་བ། །ལག་ལེན་གསེར་  
གྱི་ཐིགས་པ། །ཞེས་ལབ་དུས་ལག་ལེན་ཐོག་ལ་འཁེལ་ཡོད་དུས་ཁག་པོ་ཆགས་ཏེ་ད་ལྟ་བར་དུ་དེ་ལྟར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཡོད།  
ང་རང་གི་ངོས་ནས་ལྷན་ན་ང་ཚོ་སྐྱེར་བཟང་སྐྱོད་ལ་སྐྱོབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། མ་མཐར་ཡམ་མི་དག་བཅུ་སྐྱོང་གི་ཚུལ་བྱིམས་  
ལ་སྐྱོབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། མི་དག་བཅུ་སྐྱོང་གི་ཚུལ་བྱིམས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་སྐྱོབ་པ་ལ་སོ་སོའི་ཆོ་འདྲའི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སྐྱོས་  
བཏང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱོབ་མི་ཕྱབ་པ་ཡིན་ན་འདེད་ང་ཚོའི་སྐྱོ་གསུམ་  
གྱི་བྱ་བ་ངན་པ་སྐྱོག་གཙོད་པའི་བྱ་བ་ངན་པ་གཞི་ལ་ལྷགས་རྒྱ་རབ་བྱུང་ན་སྤངས། དེ་མིན་ན་འདེད་ཅུང་དུ་གཏོང་བ་ཡིན་  
ན་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་སེལ་བྱུ་བ་ཀྱི་ཡོད་པ་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན། དཔེར་ན། ང་ཚོ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐོག་



དོན་ཚན་བཞི་པ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ཀུན་སྲིད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་གང་རེད་ཅེས་རང་  
བཞིན་གྱིས་དྲི་བ་འདི་སླེབས་ཡོང་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་ནས་བཤད་པའི་ཐར་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་རྣམ་གཞག་ཆགས་ཀྱི་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་དམིགས་ཡུལ་  
བཞག་པ་ཡིན་ན་དེས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་དེ་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་ཉམས་ལེན་བྱས་  
པའི་སྤང་ནས་བརྒྱབ་དགོས་པའི་རིམ་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་ནང་ལ་སླེབས་ཀྱི་མེད་  
པ་རེད། གང་ལགས་ཞེ་ན་ང་ཚོའི་ད་ལྟའི་འགྲོ་བ་མིའི་ཀུན་སྲིད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་ལ་ཁུབ་པ་  
ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་དེ་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་འཇམ་བུ་སྤྲིང་འདིའི་འགྲོ་བ་སྤྱི་ལ་ཁུབ་ཀྱི་མེད། དེར་བརྟེན་  
ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་ང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་ཆགས་ཀྱི་མེད། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གང་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་ལ་གོང་ས་  
ལ་སྐབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་སྤྱད་དེ་བ་ནང་ལ་གང་གསུངས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ང་ཚོའི་དགོས་འདུན་ནི་བདེ་སྐྱིད་དང་  
ལྷན་པའི་མི་སྐྱེར་དང་། བདེ་སྐྱིད་དང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དགོས་པའི་བཀའ་ལེན་ཡོད། དེ་ཡིན་དུས་ནི་བདེ་བག་ལེན་གྱི་  
འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་སྐྱིད་དེ་ལྟར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ང་ཚོའི་བཟང་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་  
དང་། འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་ངམ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་སྤོང་པོ་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

དོན་ཚན་ལྔ་པ། ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་དམ་ཡང་ན་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་  
རི་ལྷོད་བྱུང་བ་རེད་ཅེ་ན་དྲི་བ་ཞིག་སླེབས་ཡོང་གི་འདུག ཐ་སྙད་དེའི་ཁུབ་ཚད་དེ་ག་ཚོད་བར་དུ་ཁུབ་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་བརྗོད་  
དུས་སྤྱིར་བཏང་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཞུས་ནའང་འདྲ། ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཞུས་ནའང་འདྲ།  
ལུགས་སྤྱིར་བཏང་སྤྱོད་དང་རྒྱབ་སྐྱོད་པའི་སྤྱོད་རིགས་ནང་ལ་གོ་བ་ལེན་ཚུལ་འདྲ་མིན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ས་རེད། ཡིན་ནའང་  
ང་རང་ཚོ་ཤོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གནའ་སྤྱི་ཚོགས་ཡོད་པའི་ལྷ་ཚོས་དང་མི་ཚོས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། ལྷ་ཚོས་དགེ་བ་བརྟུ་དང་  
མི་ཚོས་གཙང་མ་བརྟུ་དུག་ཟེར་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་དང་ཚོས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་གཉིས་སླེབས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡིན་དུས་  
ང་ཚོས་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་ནའང་འདྲ། ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་བ་དེ་གང་  
ཆགས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་མི་ཚོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་མི་ཚོས་ལ་གོ་བ་ཡིན་ན་དོན་དག་དེ་ཉག་ཉག་སྤོང་གི་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་མི་ཚོས་ཟེར་བ་ནི་སྤྱད་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས་སམ་ཞེ་ན་མི་ཚོས་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་  
ནམ་སྤོང་བརྟུ་དེ་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་སློབ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འགྲོ་བ་མི་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་མི་ཚོས་ཀྱི་བཟང་  
སྤོང་དེ་ལ་ཉམས་ལེན་ཟེར་ནའང་འདྲ། སྤོང་བརྟུ་གཞི་ཅུ་ཡོད་པའི་སྤང་ནས་ཡིན་ཏེ་གཞན་དག་དཔེར་ན། ཚོས་ལུགས་  
ཁག་ནས་བཤད་པའི་བསྐབ་བྱ་རྣམས་དེའི་ཐོག་ལ་ལེན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ལག་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེ་ཆ་བཞག་ན་ཁང་པ་  
ཞིག་གི་ཐོག་ལག་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ལ་ཁང་པ་དེའི་རྒྱང་གཞི་ལག་པོ་ཞིག་འཇུགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁང་པའི་རྒྱང་གཞི་  
ལག་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་པའི་ལེན་ན་ཁང་པའི་ཐོག་དེ་བརྟུ་པོ་ཞིག་སྤྱིར་བཏང་རྒྱག་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། གལ་ཏེ་རྒྱག་ཐུབ་པ་  
ཡིན་ནའང་དེ་བརྟུ་པོ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་ནའང་  
འདྲ། འགྲོ་བ་མིའི་ཀུན་སྲིད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་སླེལ་གཏོང་ཆེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤོང་ཟེར་  
བ་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ཆང་མས་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། ང་ནང་པའི་ཚོས་ལུགས་དེ་དང་དེ་  
ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ང་ཚོས་ལུགས་བྱེ་བྲག་པ་དེ་དང་དེའི་ཚོས་དཔོན་ཡིན། མཁའ་པོ་ཡིན། ལྷ་མ་ཡིན་ཞེས་ང་དེ་ལ་བསྐབ་

དགོས་མ་རེད་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དེ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད་ཅེས་ལྟ་བུ་ཡིན། དཔེར་ན། ང་ཚོ་འིང་པ་ཞིག་ངོས་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན་  
ན་འདྲ་རིགས་སྐྱ་ལྡ་བཏབ་ནས་དེའི་ལོ་ཉོག་ལུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་སོ་སོའི་ལག་པར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་དང་ཐོག་དེའི་ས་པོན་  
མ་བཤོ་སྤོན་ལ་ས་པོན་བཤོ་སའི་འིང་ས་དེར་ཚུ་དང་། ལུང། རྟོད་སོགས་ཏག་ཏག་ཡོད་མཁན་ཞིག་གི་ནང་ལ་ས་པོན་བཏབ་  
པ་ཡིན་ན་འདྲས་བུ་དེའང་སོ་སོའི་དམིགས་ལུལ་ནང་བཞིན་ཐོབ་ཀྱི་རེད། གལ་ཏེ་འིང་ས་དེར་རྟོད་ལྷགས་ཚེན་པོ་དང་། ཡང་  
ན་ཚུན་གྱི་རིགས་ལྷགས་ཚེན་པོ་འཇམ། ཡང་ན་ལུང་ལྷགས་ཚེན་པོ་ཡོད་ས་ཞིག་ལ་སོ་སོའི་ས་པོན་དེ་བཏབ་པ་ཡིན་ན་གཅིག་  
བྱས་ན་ས་པོན་དེ་རུལ་འགྲོ་ཡི་རེད། ཡང་ས་པོན་དེ་ནས་གཅིག་སྐྱེས་པར་ཆ་བཞག་ནའང་གནད་ལ་སྤོན་པ་ཞིག་སྐྱེ་ཁག་པོ་  
ཞིག་ཡིན་པ་ང་ཚོ་མཛད་སྐྱེས་བྱིས་པ་ཡན་ཚད་ཀྱིས་ཏ་གོ་བ་ཞིག་རེད་ལའང་ན་ཏམ་པ་ཚ་པོ་ཆགས་ཀྱང་། འགོ་བ་མིའི་རིགས་  
པལ་ཆེ་བར་དེའི་ཐོག་ལ་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་མི་དགོས་པའི་ཐོག་ནས་ཤེས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བརྗོད་བྱ་ཡིན། ང་རང་པོད་པ་ཞིག་  
ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་པའི་སྐྱེ་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཁ་རྒྱན་ཞིག་མར་ལུས་པ་ཡིན་ན་གནད་སྐྱོ་མོ་ཁ་ནས་ཚོས་ལུགས་བྱེ་བྲག་  
པ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། དེའི་ནང་ལ་གང་ལ་གང་འཚམས་ཀྱི་མཁྱེན་རྒྱ་ཡོད་མཛོག་  
མཛོག་གནང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཚོས་པའི་མིང་འབྲེལ་མཁན་ཞིག་གོང་གསེབ་ཅིག་ལ་ཁོ་རང་གི་དགོས་མཁའི་དབང་གིས་  
འགོ་དགོས་འཁེལ་ཏེ། སྤྱི་རྟོ་དགོན་པ་ལ་ཚུར་ལོག་མ་ཐུབ་པར་གོང་གསེབ་ཅིག་ལ་གནས་ཚང་གཡར་ནས་སྤོད་དགོས་བྱུང་བ་  
རེད། གནས་ཚང་གཡར་སའི་ཨ་མ་དེའི་འཚོ་བ་ག་རྒྱས་པོ་དང་ག་སྐྱེག་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་མ་རེད། ཨ་མ་དེས་དགོང་མོ་གནས་  
ཚང་གཡར་ནས་ཚོས་པའི་མིང་འབྲེལ་མཁན་དེ་ལ་གསོལ་ཇ་གསོལ་ཐང་ཞིག་ལུས་པ་རེད། ང་ཚོ་པོད་ལ་ཇ་ཐང་འཐུང་བའི་  
ལུགས་སོལ་ལྷགས་ཆེ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། གསོལ་ཇ་དེ་ལུས་དུས་ཁོང་རང་གིས་གསོལ་ཐང་ལ་རྩོམ་ཞིག་བརྒྱབ་ནས། རྒྱ་ཇའི་  
བྱོ་བ་མི་འདུག་པས། །མར་གྱི་བྱི་མ་ག་ནས་ཁ། །འཐུང་ཟེར་ལོ་བ་མི་འདུག་པས། །ཕྱིག་པའི་སྐང་ལ་ག་ཤེགས་སུ་གསོལ།  
ཞེས་ཨ་མ་ཡར་ཡོང་དུས་ཇ་ཐང་པོར་པ་གང་པོ་དེ་ཕྱིག་པའི་སྐང་ལ་བཤོས་པ་རེད། མདོ་དོན་སྣང་པོ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་དམ་  
ཞེ་ན། ཇ་དེ་ལ་ཇ་ཐང་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་ཇའི་བྱི་མ་ཁ་རྒྱ་མི་འདུག་ཇའི་བྱི་མ་མེད་དུས་མར་གྱི་བྱི་མ་ག་ནས་ཁ། ང་ཚོ་པོད་  
ལ་ཇ་ཡག་པ་དེ་པོད་ཇ་བཟོ་ཡི་ཡོད། སྐྱོ་བ་དེ་ཚོས་ཇ་ཐང་འཐུང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཇ་པོད་ཇ་ག་པ་ག་པར་ཇ་ཐང་  
དེ་ལའང་ཇའི་བྱི་མ་ཡོད་ལ་མེད་ལ་དེ་འདྲ་འཐུང་རྒྱ་ལའང་པན་ཐོགས་ཀྱི་མི་འདུག་ དེ་ལས་བཤོ་ན་དགའ་ས་རེད་ཅེས་ཕྱིག་  
པའི་སྐང་ལ་བཤོས་པ་རེད། ཨ་མས་དེར་ཏག་ཏག་ཁ་གཏད་བཅག་སྐྱེ་ག་རེ་ལའང་པ་རེད་ཟེར་ན། མི་ཚོས་བྱི་མ་མི་འདུག་པས།  
།ལྷ་ཚོས་བྱི་མ་ག་ནས་ཁ། །གནས་ཚང་ཡོང་བ་མི་འདུག་པས། །སྐྱོ་ཡི་བྱི་ལ་ག་ཤེགས་སུ་གསོལ།།ཟེར་ནས་ཨ་མས་ཁོ་རང་  
སྐྱོའི་བྱི་ལ་ཐུད་པ་རེད། མདོ་དོན་སྣང་པོ་ཁོ་རང་ལ་དགོང་མོར་གནས་ཚང་རག་མེད་པ་རེད། ཨ་མས་ག་རེ་བཤད་པ་རེད་ཅེ་  
ན། རྒྱུད་རང་ལྷ་ཚོས་བྱེད་མཁན་ཡིན་ཞེས་དང་། དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་ལ་འདུག་མཁན་ཡིན་པ་གསུང་གི་འདུག་ཀྱང་། རྒྱུད་རང་  
གི་སེམས་ལ་ང་ཚོ་འཇིག་རྟེན་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚང་དགོས་པའི་མི་ཚོས་ཀྱི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་མི་འདུག་ ཡ་རབས་  
བཟང་སྤྱོད་མེད་པའི་མི་དེ་ལ་དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་ཡོང་རྒྱུའི་གཞི་རྟེན་མེད་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ངས་རྒྱུད་རང་ལ་གནས་  
ཚང་གཡར་ཐུབ་པ་མི་འདུག་ རྒྱུད་རང་ཐེབས་རོགས་བྱེད་ཅེས་ཁོ་རང་ལ་གནས་ཚང་རག་ཡོད་པ་མ་རེད། མདོ་དོན་སྣང་པོ་  
ཁ་དཔེའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་གོ་ཡི་འདུག་ཅེས་ང་ཚོས་བཟུང་ཡོང་སྐབས་དམ་པའི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ལ་ལ་འགོ་བཤོ་ཞིག་ཡིན་  
པའི་ཆ་ནས་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དེ་སོ་སོའི་བརྒྱུད་ལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་སྤོན་གྱི་ཡོད། སོ་སོ་ཚོས་སྐྱོལ་ལུགས་ནས་  
ལོ་གཅིག་གཉིས་མ་ཟད། ལོ་ཉི་ཤུ་སྤུམ་ཚུ་འགོ་མཁན་ཡིན་ནའང་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་འགོ་བཤོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚང་དགོས་  
པའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་དེ་ཡོད་མེད་བཟང་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེན་རེད། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་ན་སོ་སོ་ཚོས་པ་བྱས་



ནས་ལོ་ཉི་ཤུ་སྐུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནའང་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲིད་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་ལ་  
 ལྷགས་ནས་ལོ་སྐུ་ཕྱིན་སོང་། ང་སློབ་ཀྱི་མིན་ཟེར་རྒྱ་བསྐྱབ་མེད་པ་རེད། སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་པའི་ཡ་རབས་བཟང་  
 སྲིད་ཁྱོད་ནས་མེད་པར་སོང་ཡ་རབས་བཟང་སྲིད་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འགོ་བཅིན་ཡིན་ཕྱིན་  
 ཆད་ལ་ཚོས་པ་ཡིན་ཟེར་ཁ་ནས་ལབ་རྒྱ་གང་ཡིན་ནའང་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཡ་རབས་བཟང་སྲིད་རྣམས་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་གཞི་མ་  
 ཚུགས་བར་དུ་ཡ་རབས་བཟང་སྲིད་དེ་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་དང་སྲིད་བཟང་གྲུ་རྒྱ་ཉི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་  
 བརྟེན་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་འགོ་བཅིན་ཀྱི་སྲིད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ལ་བྱམས་དང་བརྟེན་བ་  
 ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲིད་དེ་གེས་ཡོན་གྱི་རྩ་བའི་ནང་འཛིག་དགོས་ཀྱི་འདུག། དེ་བཞག་ནས་དེང་དུས་ཀྱི་གེས་  
 ཡོན་དང་ཆ་མཉམ་པར་སློབ་སྲིད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཐུགས་རེ་ཆེན་པོ་དང་འབད་བརྩོན་ཆེན་པོ་གནང་ནས་ང་ཚོ་ལ་  
 བཀའ་སློབ་རབ་དང་རིམ་པ་ལེབས་པའི་དགོས་དོན་དང་རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཐུག་པ་དང་རང་གི་གོ་བོ་ལོན་ཚོད་ཅམ་དེ་འདྲ་  
 ཞིག་ལུས་ཡོད། རྣམ་པ་ལྗོན་རྒྱས་བཀྱིས་གིས་བདེ་ལེགས། །།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ལྷ་བ་ ༠༧ ཚེས་ ༢༡ ཉིན་སི་ཨན་ཨན་གྱི་གསར་འགོད་པ་ཁི་རི་ཤི་ཡན་ཨ་མན་ཕུར་ལགས་ཀྱིས་དབྱིན་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་ས་ལོན་ཏོན་དུ་སྐུ་  
 རོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་བཅའ་འདྲི་ལྷུ་བཞེས་པ། པར་པ། : ཇི་རེ་མི་རུ་སལ།



# ཡ་རྒྱལ་པའི་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་

ཐབས།

## རྫོང་དཀར་ཚོས་སྡེ་སྲོད་གྲུ་སྡེ་སྲོད་སྲིད་གཉེན་བཞེས་བྲུགས་པ་རྒྱལ་མཚན།

༡། འོད་ཀྱི་བརྒྱན་འཕྲིན་གསལ་གཟུགས་གནང་མཁན་ལྷན་རྒྱུས་ཡོངས་ལ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཁྲིམས་བདེ་ལེགས་ལྷ་བ་དང་སྲུགས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་བཞིན་བཅའ་བྱུང་བོད་མིའི་སྲིག་འཇུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྷ་བའི་ལོར་གཏན་འཁེལ་གནང་བ་གཞིར་བཟུང་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྲི་འགྲོ་སྲིད་དང་། ཡང་སློབ་པོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་རྫོངས་ཀྱི་བརྒྱན་སྲིད་མི་རིགས་དང་བཅས་པའི་དོན་དུ་ཡ་སྐབས་མི་ལོ་པོར་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་སྲུང་སྲུང་གནང་བ་དེ་དག་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ཐོག་ནས། དེ་རིང་འདིར་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཇུག་པོར་ཡ་འཕྲིན་ལས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཡོད་པའི་ཁྲོད་ནས་དེང་གི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་བའི་དུས་ཚོད་འདིར་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཚམས་པའི་མཇུག་པོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཇུག་པོར་འགན་ལེན་གྲགས་སུ་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ལྷ་སྲོལ་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མཇུག་པོར་དང་པོ་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་འགྲོ་བ་མི་འགྲིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་བ་དང་། དེ་དང་སྲོགས་མཚུངས་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་འཇིག་རྟེན་སྲི་སྲུན་གྱི་བཟང་སྲོད་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མཇུག་པོར་འགན་བཞེས་གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཡོངས་རྫོགས་མཐུན་སྲིལ་ཡོང་ཐབས་མཇུག་འཕྲིན་སྲོད་བཞིན་ཡོད། གསུམ་པ་ནི་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་པོད་མི་ཞིག་དང་ལྷག་པར་དུ་དུ་ལའི་ལྷ་མའི་གོ་གནས་ཐོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་པོད་མི་ཚང་མས་རེ་བ་དང་སློབ་གཏུང་བཅོལ་བཞིན་ཡོད་པར་བརྟེན། པོད་ཀྱི་བརྒྱན་སྲིད་མི་རིགས་སྲིད་དང་། སློབ་སྲིད་ཀྱི་ཚོས་རིག་ཁོར་ལྷག་དང་བཅས་པ་སྲུང་སྲོབ་དེ་སྲེལ་གྱི་མཇུག་པོར་འགན་ལེན་པ་དང་།

བཞི་པ་ནི། ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཉེ་བའི་ལོ་གསལ་ནང་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འཚོ་བ་མེད་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་རྒྱ་གར་གྱི་ན་གཞིན་དང་རྒྱ་གར་གྱི་སྲི་ཚོགས་ནང་བསྐྱེད་གསོ་མཇུག་རྒྱུ་སྲུགས་བརྩོན་མཇུག་པོར་འགན་ལེན་ཡོད། དེ་ཡང་ཕྱན་རང་ཉིད་སྲིད་གྱི་བསམ་ཚོད་བྲུས་ན། རྒྱལ་མཚན་གྱི་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་སྲ་སྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཅ་བ་ནས་མིན། ཐོག་མར་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་རྒྱ་ཞིང་ལྷའི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་འདིའི་ནང་རིག་གསལ་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕུལ་ལས་དང་། དཔལ་འཕྱོར། གོ་མཚོན་དང་འཇུགས་སྐྱེད་ལ་སོགས་པ་ཕྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་ཏེ་ལས་པ་ཡར་རྒྱས་དང་སྐབས་བདེར་ཕྱིན་ཏེ་འཕུལ་གྱི་དཀའ་ངལ་དག་སེལ་བ་ལྷ་བྱས་སྲུང་མོད། ཞིབ་དུ་བསམ་ན་དེ་དག་གིས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མིའི་སྲུག་བསྐྱེད་ཅུང་ནས་སེལ་མ་བྱུང་པར་སྐབས་འགར་དེས་འཕུལ་ཕྱགས་གཉིས་ལ་སྲུག་བསྐྱེད་སྲུང་སྲུང་མ་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་། ལྷག་པར་དུ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་གང་དུ་ཡོད་སའི་ལུལ་ལྷུང་དག་ལ་བཀའ་མི་ཁྲིམ་པ་དང་། མ་སྲིད་པ་སོགས་གནས་སྡངས་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རྒྱལ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མིག་མཐོང་ལག་བྱེད་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡ་སྐབས་མཐུན་གྱིས་ཅ་བའི་ཆ་ནས་སྲ་སྲ་ནས་འཇིག་རྟེན་སྲིད་བདེ་དོན་ཐོག་ལ་

དགོངས་པ་བཞེས་ཏེ་དེའི་ཐོག་ལ་མངོན་པ་བསྐྱབས་དང་སྐྱོང་ལུས་ཡིན། དམིགས་བསལ་གྱིས་བདུན་ཅུ་དོན་གངས་ནང་  
ལ་སྐྱེ་མདུན་ལུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ཕེབས་འགོ་བཙུགས་པ་ནས་བཟུང་འགོ་བཅིའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུའི་  
ཐོག་ལ་ཐུགས་སྦྱང་ལྷག་པར་བཞེས་གནང་ཡིད། གང་ལགས་ཤེ་ན་འདས་པའི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་གས་ཀྱི་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་ན།  
འཇམ་གླིང་གི་མིའི་སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་དང་། རིག་གསར་ཚན་རིག་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་འཇུགས་སྐྱེན་དང་། བཟོ་ལས། དཔལ་  
འབྱོར་ལ་སོགས་པ་ཡར་རྒྱས་དེ་ཙམ་མེད་ཀྱང་། མི་ཚང་མའི་རང་གི་བསམ་སྒྲིའི་རིན་ཐང་། བསམ་སྒྲིའི་ཀྱན་སྦྱོང་། བཟང་  
སྦྱོང་། བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བ། བཟོད་བསྐྱེད། སྙིང་རྩེ། རང་བྱིམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཏེ་ལམ་དུ་ལྷོ་  
ལས་ལྷག་པ་ཞིག་དང་། ལྷན་པས་དེ་དུས་ལུལ་ལུང་ཕལ་མོ་ཆེར་དུ་ལྷོ་ནང་བཞུགས་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དབར་འགྲུལ་བཞུགས་  
བདེ་པོ་ཞིག་མེད་མོད། མི་སྣ་མང་ཆེ་བས་རང་རང་སོ་སོའི་ས་ཁུལ་གྱི་བྲག་པ་རེ་སོ་སོའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྲག་པ་རེ་རེའི་  
བཟང་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ལུགས་རྒྱུ་འོག་ནས་རང་བྱིམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་། གཞན་ལ་བྱམས་བརྟེན་སྤེལ་རྒྱུ་ སྙིང་  
རྩེ་དང་བཟོད་བསྐྱེད་དགོས་རྒྱུ་སོགས་ཚང་མ་གང་ལྟར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྲག་པ་སོ་སོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དེའི་ནང་དོན་ལ་དད་  
མོས་ཡིད་པའི་ཐོག་ནས་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་དང་དེའི་རིགས་ལ་སྐྱེད་བྱེད་དང་། ཉམས་ལེན་གནང་རྒྱུ་སོགས་གནང་བའི་ཐོག་  
ནས་བསམ་སྒྲིའི་རིན་ཐང་དེ་དག་ཉར་ཚགས་དང་སྐྱེད་རྒྱུ་གནང་སྟེ། ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་ལ་བཟང་སྦྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་  
ཀྱན་སྦྱོང་དུ་ལས་ལག་པ་ཡིད་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྲག་པ་ཞིག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་འོག་ནས་འཚོ་བུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་  
རེད། ཡིན་ནའང་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་གས་ཀྱི་ནང་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྤྱིར་བཏང་ཚོས་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་རིམ་པས་ཚོས་  
ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གི་མི་སྣ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་ནང་དོན་རྩེ་བཞུགས་མ་ཤེས་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་མང་  
ཚོགས་ལ་གཉའ་གཞོན་དང་བུ་གཞིག་གཏོང་བ་དང་། དེ་བཞུགས་ཚོས་ཀྱི་མི་སྣ་དང་ཆབ་སྲིད་མི་སྣའི་དབར་འབྲེལ་ཏེ་  
མང་ཚོགས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་བཟོ་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆེ་ས་ནས་དེའི་རྒྱུ་པས་འཇམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་  
དབར་དམག་འཁྲུག་ཡིང་བ་དང་། རྒྱུ་པས་ནས་གོང་ཁྱེར་དང་གོང་རྩལ། རིམ་པས་མི་རྒྱུད་དང་བྱིམ་ཚང་སོགས་ཕན་ཚུན་  
དམག་འཁྲུག་ཡིང་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེའི་རྒྱུ་པས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཚོས་ཀྱི་དད་མོས་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྒྱུག་འགོ་རྒྱུད་དང་། དམིགས་བསལ་གྱིས་ཚོས་ལ་དོ་སྐོལ་བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་རང་དབང་ལྡན་  
པའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ནང་ལ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞུགས་ཡིད་པ་རེད། དེ་བཞུགས་ཉེ་བའི་སྤྱི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་གས་ནང་  
ལ་རིག་གསར་ཚན་རིག་གི་གནས་སྐབས་དེ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ལ། དུ་ལྷོ་ཡང་ཕྱིན་དང་འགོ་བཞུགས་པ་རེད། གང་ལྟར་  
གསར་གཏོད་ཀྱི་རང་བཞུགས་མང་པོ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་བཅིའི་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་དགོས་མཁོ་  
མང་པོ་ཞིག་སྐྱབས་བདེའི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་བྱུ་དང་སྐྱབས་བདེ་པོའི་ཐོག་ནས་རག་བྱུ་ཡིད་སྐྱབས། མིའི་བསམ་སྒྲིའི་ནང་  
ལ་སོ་སོའི་དགོས་མཁོ་དེ་དག་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱབས་བདེ་པོའི་ངང་སྐྱབ་བྱུ་ཡིད་པ་དང་། ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཚན་  
རིག་གིས་མ་བྱུབ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་དཔལ་འབྱོར་དང་མིའི་བདེ་སྦྱོང་ཚང་མ་སྐྱབ་  
བྱུ་ཡིད་འདུག་བསམས་ཏེ་ཚོས་ལ་བརྟེན་པའི་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས། ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱིམས་བཅས་ཀྱི་འོག་ལ་སྦྱོང་རྒྱུར་བར་  
ཐག་རིང་དུ་ཕྱིན་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཚོས་ལ་ཡིད་སྦྱོན་བརྒྱུགས་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱུ་དང་འབྲེལ་བའི་བཟང་  
སྦྱོང་སྐྱེད་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་དང་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུའི་རིམ་པ་དང་ཐག་རིང་དུ་ཕྱིན་པའི་མི་སྣ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། དུ་ལྷོའི་དུས་  
ཚོད་ལ་ཆ་བཞག་ན་འཇམ་གླིང་ནང་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་མཁུག་གི་མི་འཛོལ་མང་པོ་ཞིག་དྲགས་ཡིད་པར་གསུང་བཞུགས་ཡིད།  
དེར་བརྟེན་བཟང་སྦྱོང་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བ་ལ་བཞགས་བྱས་ཏེ་དུ་ལྷོའི་དུས་ཚོད་ལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྲག་པ་གཅིག་གི་བསྐྱབ་

བྱེད་ལམ་སྒྲིལ་ལ་མི་ཚང་མས་བརྟེན་བཀུར་ལྷན་ཟུང་བ་དུ་ཅང་དཀའ་ལམ་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟོ་དུས་  
ཚོད་འདིར་ཚན་རིག་ཡར་རྒྱས་ཞེ་དགས་ཕྱིན་ནས་མི་ཚང་མ་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་ཐག་ཉེ་བོ་ཆགས་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་  
འདྲེས་འགོ་རྒྱུ་དང་། མི་རིགས་ཕན་ཚུན་འདྲེས་འགོ་རྒྱུ། དེའི་དབང་གིས་ཚོས་ལྷགས་ཕྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་དད་མོས་དེ་གཙོ་བོ་  
ཕྱེད་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཡོང་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་མིའི་བསམ་སྒྲིབ་ཁ་ཕྱོགས་ངེས་མེད་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིལ་  
ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་སྤང་བ་སྒྲིལ་ཕྱེད་མཁའ་ཉུང་དུ་འགོ་བའི་གནས་སྤངས་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་རྒྱུན་པས་  
མིའི་ཀུན་སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤངས་དེ་ཉམས་ཆགས་ཚེན་པོར་ཕྱིན་ཏེ། ཚོས་ཕྱེད་མཁའ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཆ་བཞག་  
ནའང་ཚོས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་  
པར་དུ་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁའ་གྱི་མི་དེ་ཚོ་ཡིན་ནའང་ཚོས་ལྷགས་སོ་སོའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་བཟང་སྤྱོད་དང་ལྷན་དོར་  
གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཚུལ་བཞིན་མ་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་པ་ཡིན་ནའང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་མ་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
དབང་གིས་ང་ཚོའི་འཇམ་སྤོང་འདིའི་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། མདོར་ན་འཇམ་སྤོང་ནང་ཡོང་བཞིན་  
པའི་དཀའ་ངལ་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་ཐུང་བ་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་སྐབས་ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་རྒྱུ་དང་། དམིགས་བསམ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོལ་རྒྱུ་ལ་  
ཁབ་ལ་ཤེབས་རྒྱུ་དབྱ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་རྒྱབ་སྐྱོལ་རྒྱུ་ལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་གི་བསམ་སྒྲིབ་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་སྤེལ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་  
ཐུགས་ཁུར་ཞེ་དགས་བསྐྱེད་གནང་ཡོད། མཇུག་པ་གཉིས་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡ་གོང་ས་མཚོག་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཞིག་ཡིན་  
པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་ཐབས་དང་། ལྷག་པར་དུ་སོ་སོ་གང་ལ་དད་པའི་ཚོས་ལྷགས་དེའི་ལྷ་གྲུབ་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ཀུན་སྤྱོད་སོགས་ཚོས་ཕྱེད་མི་སྡེ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དེའི་གནས་  
སྤངས་ཞིབ་ཕྱོགས་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་བ་དང་། དེ་ཞིབ་ཚགས་མཁུན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་བཟོད་  
བསྐྱར་གྱུ་ཡངས་ཡོང་རྒྱུ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་རྒྱུ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་  
བཞིན་གྱིས་འགོ་བ་མིའི་གཞི་རྩའི་བཟང་སྤྱོད་ལ་ལྷགས་རྒྱུན་དང་ཕན་ཐོགས་ཐུབ་རྒྱུ་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་  
པའི་གནས་སྤངས་དེ་དག་ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་གལ་ཆེར་དགོངས་བཞེས་གནང་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་མཇུག་ཁུར་དུ་ཅང་བཞེས་བཞིན་  
ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱེབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་བསྐྱར་པ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་ལ་  
ཐུགས་ཁུར་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་བསྐྱར་པ་ཆབ་སྲིད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་  
ཞུས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་འཇམ་སྤོང་སྤྱིའི་བདེ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་མཇུག་འགན་དང་པོ་འགོ་བ་མིའི་རྩ་  
བའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་སྤེལ་རྒྱུར་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་ཞབས་འདེགས་ལྷན་ཕྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་སྐྱེ་མདུན་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་  
དམིགས་བསམ་བཞེས་གནང་སྟེ། ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་ང་ཚོ་མང་ཚོགས་འདུ་འཇོགས་རིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སེ་ཡང་སེ་ང་ཚོའི་  
བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་འཇམ་སྤོང་གི་ཞི་བདེ་དང་། འཇམ་སྤོང་སྤྱིའི་གནས་སྤངས་ཐོག་ལ་ཞབས་འདེགས་  
ལྷན་ཕྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པའི་བཀུར་ཤེབས་པ་དང་། ཡང་སེ་ཡང་སེ་དེའི་ཐོག་ལ་ཐུགས་ཁུར་བསྐྱེད་གནང་བ་ནི་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་  
ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་འཇམ་སྤོང་གི་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་དང་། འདུགས་སྐྱེན་ཡར་རྒྱས་སོགས་ཕྱིའི་མཐུན་  
རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡར་རྒྱས་འགོ་རྒྱུ་ལ་ང་ཚོས་དེ་ཙམ་ཐུགས་ཕན་གསོ་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་ད་ལྟོ་དུས་རབས་ཉེར་  
གཅིག་ནང་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་ཚང་མ་ནང་གི་སེམས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་། སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་  
བཟང་སྤྱོད་དང་། བྱམས་པ་དང་སྤོང་རྩེ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་གོང་འཕེལ་འགོ་རྒྱུར་ནང་ཚོས་

དང་དམིགས་བསལ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་གིས་ཉན་ཉན་ཞབས་ཕྱི་ལྷ་ལུང་གི་ཡོད་པ་  
དང་། ད་ལྟོ་བར་ལྷན་པ་དེའི་ཉམས་སྲོང་ལས་མ་འོངས་པར་ལྷ་ལུང་གི་ཡོད་པ་ལས་མཉམ་མཉམ་ནས་ལྷན་པ་གདང་ཚོད་ཆེན་པོའི་  
ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་དེ་དག་ལྷན་པ་ཆེན་གྱི་མཛད་པ་གཅིག་དང་། དེ་ཡང་མཛད་པ་དང་པོ་  
ལ་ལྷན་པ་ཕན་གསོ་རྒྱུར་མཛད་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་བྲན་གྱི་འདུག ད་ལྟོ་ཆར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་འཇམ་སྐྱིང་  
འདྲིའི་ནང་ལ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དང་འབྲེལ་བའི་དགོན་པ་དང་། ཚོས་ཚོགས། ལྷག་པར་དུ་ཕྱིའི་རྣམ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་  
ཁག་གི་ནང་ལ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཚོགས་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་དེ་དག་གི་  
ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཚོས་བྱེད་པ་ཚོས་འཇམ་སྐྱིང་ནང་དཔལ་འཕྱོར་གྱི་རོགས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་འདྲ་མེད་  
ཀྱང་། ཁོ་ཚོས་བྱེད་ཕྱབ་པ་ནི་ཁོང་རང་ཚོའི་ཚོས་ཚོགས་ནང་དུ་ཕེབས་མཁམ་གྱི་ཚོས་བྱེད་པ་ཚོར་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་སེམས་ཀྱི་  
བདེ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་  
གཏོང་རྒྱུའི་ལྷན་པ་ཆེན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་བྲན་གྱི་འདུག ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟོ་དུས་  
ཚོད་འདིར་ལ་གོང་ས་ལས་ལྷན་པ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དེའི་ཐོག་ལ་འཇམ་སྐྱིང་གི་སྐྱེ་པོ་གངས་ལས་  
འདས་པ་ཞིག་གིས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་ཡིད་སྟོན་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་ཚང་མ་ལ་གོང་ས་ལས་ལྷན་པ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བོད་  
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ནས་གསུངས་པའི་གཙོ་བོ་ནང་གི་བསམ་སྟོན་རིན་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་བསྟན་བྱ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་  
ཡོད་པ་གསལ་པོར་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྲུང་སྲོལ་གནང་རྒྱ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་  
གནང་བ་ཚང་མ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་བདག་པོ་རྒྱལ་གིན་ཡོད་པ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འཇམ་སྐྱིང་སྲིད་  
བདེ་སྲིད་དང་། འཇམ་སྐྱིང་སྲིད་ཞི་བདེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། ལས་ལྷན་པ་དེའི་ཐོག་ལ་མཛད་  
འགན་ལྷན་པ་ཆེན་ཞིག་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་མཛད་པ་བཞི་པ་ལ་མཚོན་ན་ལ་གོང་ས་ལས་ལྷན་པ་མཁོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་འཆོ་བ་མེད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཕྱག་པོ་དེ་དག་རྒྱ་གར་ནང་སྐར་གསོ་གནང་  
རྒྱུ་ནི་རྒྱ་གར་ནང་ལ་རྒྱ་གར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྲི་ཚོགས་ནང་འཆོ་བ་མེད་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་དེ་དག་  
གོང་འཕེལ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་འཇམ་སྐྱིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་མིག་དཔེ་སྟོན་ཕྱབ་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་དེ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་ལེགས་སྐྱེས་དང་མགོ་འདྲེན་བྱེད་ཕྱབ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་སྟབས་  
མཛད་འགན་དེ་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པར་བྲན་གྱི་འདུག དེར་བརྟེན་མཛད་འགན་ཕྱི་མ་དེ་དག་ལ་ཆ་མཚོན་ནའང་ཕྱོགས་  
གཅིག་ནས་སོ་སོར་དགོས་པ་རེ་རེ་ཡོད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་མཛད་འགན་དང་པོ་འགོ་བཅིའི་གཞི་རྒྱུའི་རིན་ཐང་དང་། བྱམས་པ་  
དང་སྟོང་རྗེ་གཞི་ལ་བྱས་པའི་ཀུན་སྲོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱར་ཉན་ཉན་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་  
འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་བྲན་གྱི་འདུག མཛད་པ་ཕྱི་མ་དེ་དག་ཚང་མ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་  
རིན་ཐང་། གཙོ་བོ་བྱམས་པ་དང་བརྩེ་བ། དེ་གཞི་ལ་བྱས་པའི་བཟོད་བསྟན་དང་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་བསམ་སྟོན་སོགས་ཚང་མ་ཡོང་  
བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་འཇམ་སྐྱིང་གི་མི་ཚང་མ་བདེ་སྲིད་ལྷན་པ་ཡོང་རྒྱར་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་  
ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་རེད། མ་འོངས་པ་ཡིན་ནའང་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ལྷན་པ་  
ལྷག་བསྐྱོན་པ་ཡིན་ན་དེས་ཕན་ཐོགས་ལྷན་པ་ཆེན་ཞིག་བསྐྱབ་ཕྱབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཞིན་ལས་ལྷན་པ་ད་ལྟོ་བར་མཛད་པ་  
འཕྲིན་ལས་ལྷན་པ་ཆེན་བསྐྱངས་གནང་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མཛད་པ་ཕྱི་མ་ཚང་མ་མཛད་པ་དང་པོ་བསྐྱབ་རྒྱུར་  
དོས་ལྷན་པ་བརྒྱུད་གསུམ་ནས་ཕན་ཐོགས་དང་དགོས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་ཅེས་ངས་དེ་འདྲ་བྲན་གྱི་འདུག དེ་ནས་

མཛད་པ་དང་པོའི་གཙོ་བོ་འགོ་བོ་མའི་གཞི་རྒྱུ་རིན་ཐང་བུ་མས་པ་དང་སྤྱི་ཚེ་གཞི་ལ་བུས་པའི་བཟོད་བསྐྱེད་དང་གྲུ་ཡངས་  
གྱི་བསམ་སྒྲེའི་དག་ཚང་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་། དེ་དག་ཚོས་ལྷགས་ཤིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་ལ་  
བརྟེན་དགོས་པ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གཙོ་བོ་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཞིག་གི་ཆ་ནས་འགོ་བོ་མི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱུང་བ་  
ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་དམ་ཞེས་ཞུས་ན། དེ་ཚམ་གྱིས་འགོ་བོ་མི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་དང་ཕན་ཐོགས་བསྐྱབ་རྒྱུ་དུས་དུས་ལ་  
ཞིག་འཕྲད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གང་ལགས་ཤེ་ན་ཉེ་བའི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནས་བཟུང་འཇམ་སྤྱིང་ནང་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་  
མཁན་དང་། ཚོས་ལ་ཡིད་ཚེས་མེད་མཁན། ཚོས་ལ་ངོ་ཚོལ་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཚོས་བརྒྱུད་ནས་  
སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཐག་རིང་པོ་ཆགས་འགོ་རྒྱུ་རི་མི་དུང་ཕུར་མང་པོ་འཇམ་སྤྱིང་ནང་ལ་ཡོད་པ་  
རེད། རྒྱ་མདུན་ནས་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་གང་འདྲ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནའང་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དེ་རྣམས་ལོ་བཅུ་ཉེ་བུ་  
དང་། བརྒྱ་ཉིས་བརྒྱ་མ་ཡིན་པར། ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་བསྐྱེད་པ་དང་འགོ་བའི་དོན་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་  
དགོངས་པ་བཞེས་གྱིན་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་བྱུང་བ་རང་བཞིན་གྱི་འགོ་བོ་མི་ཡོངས་རྒྱུ་གས་ལ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱེད་རྒྱུ་རི་ཆེད་དུ་གང་  
འདྲ་བུས་ན་ཡོད་གི་རེད་དམ་ཞེས་ལྷ་མདུན་ནས་དུས་རྒྱུ་དུ་དགོངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་  
བརྟེན་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་དག་བདེ་སྤྱིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཁོང་ཚོ་ལ་དུས་དུས་ལ་འབྲུང་སྐྱེད་དེ་ཡང་  
ནང་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་མ་འདྲང་བའོ། དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དུས་དུས་ལ་བྱུང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་  
དགོས་རྒྱུ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་དགོངས་ནས། ཁོང་ཚོ་ལ་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱེད་ཐོག་ནས་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་  
ལམ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་དང་། མི་ཚོ་ལ་སྤྱི་བརྒྱུ་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་མདུན་ནས་ང་ཚོ་འགོ་བོ་མའི་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་  
བའི་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་དེ་དག་གོང་མཐོར་གཏོང་བ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཚོས་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་གནས་སྐྱེད་ཆགས་གྱི་མེད་  
པར་ཚོས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འགོ་བོ་མའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུར་རྒྱུ་བས་ཆེན་གྱི་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བྱུང་  
རྒྱུ་ཡོད་པའི་གནས་སྐྱེད་ཤིག་གཞིགས་ཡོད་པ་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་བུ་མས་པ་དང་བརྟེན་བ་སོགས་མའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བཟང་  
པོའི་རིན་ཐང་དེ་དག་རང་ཉིད་མ་ལས་སྐྱེས་ཚམ་ནས་ཡོད་སྐབས། དེ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་ལ་ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་  
མེད་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུའི་གནས་  
སྐྱེད་ཡོད་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་རྒྱ་མདུན་ནས་ཅུ་བའི་བསམ་སྒྲེའི་གཉིས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་གཉིས་གང་རེད་ཅེས་ཞུས་ན་ང་ཚོ་  
འགོ་བོ་མི་ཚང་མར་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དགོས་རྒྱུ་དེ་དང་། འགོ་བོ་མི་ཚང་མ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་བསམ་སྒྲེའི་  
གཉིས་ཡོད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་གོང་མཐོར་གཏོང་བྱུང་གྱི་རེད་ཅེས་ལྷ་  
མདུན་ནས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། འགོ་བོ་མི་ཚང་མར་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཟེར་བ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞུས་ན། ང་ཚོ་འགོ་  
བོ་མི་ཚང་མར་ད་ལྟོ་དུས་ཚོད་ལ་དུས་དུས་ལ་འཕྲད་པ་མང་པོ་ཞིག་འགོ་བོ་མི་ཕན་ཚུན་དབར་དུ་འབྲེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲེ་  
ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དུ་འབྲེད་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། མི་རིགས་ཀྱི་ཆ་ནས་དུ་འབྲེད་ཡོད་  
གི་ཡོད་པ་རེད། རིགས་རུས་ཀྱི་ཆ་ནས་དུ་འབྲེད་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་བས་རེར་རིགས་རུས་ཀྱི་མཐོ་དམན་གྱི་ཆ་ནས་  
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གཉེན་གཞོན་བུ་གཞིག་གཏོང་བའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ལྷ་མདུན་ནས་ང་  
ཚོ་འགོ་བོ་མི་ཚང་མ་རིགས་རུས་ལ་སོགས་པའི་དུ་འབྲེད་པའི་ཐོག་ནས་མཐོ་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ནའང་རེད། དམའ་འབངས་མི་  
སེར་ཡིན་ནའང་རེད། ཚོས་བྱེད་མི་སྤྱི་ཡིན་ནའང་རེད། ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་གྱི་མི་སྤྱི་ཡིན་ནའང་རེད། མི་ཚང་མས་

བདེ་སྲིད་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་དང་། ཚང་མས་སྲུག་བསྐྱེད་འདོད་ཀྱི་མེད་པ་དེ་གཅིག་པ་ཡིན་པ་གཅིག་ དེ་འདྲའི་གཅིག་  
གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དེ་སྲུ་ལ་ཕྱག་ནུང་མ་ལས་ཁོས་སྲུག་བསྐྱེད་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ངས་ཀྱང་སྲུག་བསྐྱེད་འདོད་ཀྱི་མི་  
འདུག་ཅེས་དང་། སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བདེ་སྲིད་ཇི་ལྟར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ཁོ་ཚོ་ལའང་བདེ་སྲིད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད་  
ཅེས་པའི་ལྟ་སྲུངས་དེ་སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་ཚོར་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་དང་། མི་སྲུ་དང་ཕྱག་  
ནུང་དང་གཉིས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པའི་མི་གཅིག་པ་ཞིག་རེད་བསམ་པའི་གཅིག་གྱུར་གྱི་བསམ་སྲོ་  
ཡོད་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་ཡ་སྟོ་མཛུགས་ནས་རྒྱུ་མཛུགས་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་མང་པོ་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་རེད། དཔེར་  
ན། ཆབ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་ཡུ་རོབ་མཐུན་ཚོགས་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་ལ་ཡ་སྟོ་མཛུགས་ནས་ཡིད་  
སྲོན་ཆེན་པོ་མཛད་ཅིང་། དེ་ལྟར་མཛད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་ཡུ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་སོ་སོ་ཁག་ཁག་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན་ན། ངའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཁོ་པ་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་ཕན་ཚུན་དབར་དུ་འབྲེད་ཀྱི་བསམ་སྲོ་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་  
པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། ཡུ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དག་མཐུན་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཆགས་ཡོད་དུས་ང་ཚོ་ཡུ་རོབ་གཅིག་ཡིན་ཞེས་  
གཅིག་གྱུར་གྱི་ལྟ་སྲུངས་གཅིག་ཡོད་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་སེམས་ཐག་ཉེ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྲུངས་ཡོད་གི་ཡོད་རེད། དེས་  
དཔེ་མཚོན་བྱས་པའི་སློན་ནས་ང་ཚོ་མེ་ལི་ཡ་དེ་དག་ཀྱང་ཡུ་རོབ་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བཞིན་ཡོད་རྒྱ་སོགས་དེ་འདྲའི་  
ཐོག་ལ་ཡ་སྟོ་མཛུགས་ནས་འགོ་བཅིའི་བསམ་སྲོའི་ནང་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡོད་དགོས་པ་དེ་དཔེ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་དགོངས་  
པ་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་ཚང་མར་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་ལ་གཅིག་གྱུར་གྱི་བསམ་སྲོ་ཡོད་པ་  
ཡིན་ན་ཉན་ཉན་དུ་འབྲེད་ཀྱི་བསམ་སྲོ་མ་ཡོད་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་གཅིག་གྱུར་དེའི་ཐོག་ནས་རང་གི་ལྷན་ལ་དཔེ་སྲུངས་  
ནས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་སྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སོ་སོ་ལ་སྲུག་  
བསྐྱེད་ཡོད་པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་གཞན་ལ་བྱེད་མི་དགོས་པ་གཙོ་འདོན་གནང་དགོས་རྒྱུའི་གནས་སྲུངས་དེའི་ཐོག་ནས་གཞན་  
ལ་བྱམས་བརྩེ་སྲེལ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚུལ་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཡོད་བྱུ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཚོས་  
ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུའི་ཀ་བ་གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་བསམ་སྲོ་དེ་  
ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་དགོས་རྒྱུ་ནི་ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་རིག་གསུམ་ཚན་རིག་གི་བསྐྱེད་བྱ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དེང་གི་སྤྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་འཇུགས་སྐྱུན་ལ་སོགས་པའི་རིམ་པ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན། དེ་སྤྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྐབས་རེར་ང་ཚོའི་ཉིན་རེའི་དགོས་མཁོ་དེ་དག་མི་གཞན་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱུད་མི་དགོས་པར་སྐབས་བདེ་པོའི་ཐོག་ནས་སོ་སོ་ལ་  
ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཚོར་སྐྱེད་ཞིག་སྐྱེད་པ་དུས། སྲུ་ལའང་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་མེད་པ་དང་། སྲུ་ལའང་རེ་དགོས་ཀྱི་མེད་པ་དེ་འདྲའི་  
བསམ་སྲོའི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་ཀུན་སྲོད་ལ་སྐྱེད་པ་འདོད་མི་བྱུ་བ་དང་། དེའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་བཟུ་གཞིག་གཏོང་རྒྱུ་དང་  
ཉམ་རྒྱུང་བཚོར་མཐོང་རྒྱུ་དེ་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྲུངས་དེ་སྤོགས་གཅིག་ནས་བཞུགས་ན་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཡོད་གི་ཡོད་པ་  
དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་འདིར་སོ་སོའི་བདེ་སྲིད་དང་། སོ་སོའི་གནས་སྲུངས་གང་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེ་ང་ཚོའི་སེམས་ནང་བརྟེན་པོ་ཡོད་དགོས་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཡ་སྟོ་  
མཛུགས་ནས་དཀྱིལ་ཆེའི་དགོངས་ཡངས་མཛད་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོའི་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་གནས་སྲུངས་མང་པོ་ཞིག་  
གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་མེད་པའི་ཚོར་སྐྱེད་ཡོད་སྐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀྱིལ་ཆེའི་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་  
དེ་དག་གི་ཐོག་ལ་བསམ་སྲོ་དེ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སོ་སོས་གཞན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ནང་བཞིན་གཞན་གྱི་བདེ་སྲིད་  
དེའང་སོ་སོ་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། སོ་སོའི་བདེ་སྲིད་དེའང་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན་པའི་གཅིག་གྱུར་གྱི་

བསམ་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཙོ་བོ་ནང་གི་ཀུན་སྲོད་ཡག་པོ་ཡོང་བ་དང་ནང་གི་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ལ་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ཏན་ཏན་ཕན་ཕོགས་ཤིག་ཡོང་གི་ཡོད་པས། གཙམ་ལ་གཙམ་བརྟེན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་དགོས་ཀྱི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལས་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་དག་བཀའ་ལེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཕྱོགས་ལྡན་པའི་མིའི་སྒྲི་ཚོགས་ནང་ལ་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གོང་མཐོར་གཏོང་བ་ལྟ་བུར་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་བཞིན་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་དོན་བསྐྱབ་ཀྱི་ལས་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་དེ་ལྟར་མངོན་པ་བསྐྱབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དགོངས་གཞི་དེ་དག་འབྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་བྱུགས་རེ་ཁ་གསུམ་གཞི་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། བྱུགས་རེ་གཙམ་ཞི་འགྲོ་བ་མིའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་གོང་སླེབ་གཏོང་བ་ལྟའི་ཆེད་དུ་ང་ཚོའི་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་ལ་ཡིན་ནའང་། དཔེར་ན། ད་ལྟའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྒྲོམ་གཞི་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་བཟང་སྲོད་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་གཞི་ཏ་ལམ་རིགས་གཙམ་ལས་ཡོད་པ་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་སྤོང་མེད་དུ་སྒྲིམ་ཚེད་ལ་ཚོས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་གཞི་ཡོད་ནའང་། འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ཚོས་དང་ཡོད་མཁན་དང་མེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་འདུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཚང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩ་ཁྲིམས་ནང་ལ་གཞི་རིམ་གྱི་བསྐྱབ་གཞིའི་ནང་ཚོས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་གཞི་བཞག་མི་ཚོགས་པའི་གནས་སྐབས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་དུས་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་ཀྱང་གཞི་རིམ་གྱི་བསྐྱབ་གཞིའི་སྒྲོམ་གཞིའི་ནང་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་ལྟའི་བསྐྱབ་གཞི་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེར་སྒྲུབ་བྱའི་ཤེས་ཡོན་སྐྱབས་པ་ནང་བཞིན་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱམས་པ་དང་། བརྟེན་བྱའི་བསྐྱབ་དང་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་དག་སྲོད་བཟུང་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་། མི་ཚེའི་རིན་ཐང་དང་མི་ཚེའི་བདེ་སྐྱིད་དང་འབྲེལ་བའི་དགོས་མཁའི་གལ་ཆེན་པོ་དེ་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་མོས་ཡོད་མེད་ཆང་མས་གང་ལུབ་ཀྱིས་སྲོད་བཟུང་བྱས་པའི་ཕྱོགས་ནས་ལག་བསྐྱར་བྱུང་བྱའི་ཕྱོགས་ལ་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་དགོངས་བཞིན་བྱ་བའི་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཆེད་དུ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་ཉེ་བའི་ལོ་གསུམ་ནང་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་གཞི་རིམ་ལྟའི་རིན་ཐང་དང་འབྲེལ་བའི་སྲོད་ལོ་གསུམ་པའི་བཟང་སྲོད་ཅེས་པའི་བྱུག་དེབ་རྒྱན་གྲགས་ཅན་ཞིག་བརྩམས་གནང་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་འདས་པའི་འཛིག་ཞེན་སྒྲི་སྒྲན་གྱི་བཟང་སྲོད་ཅེས་པ་ཡང་བརྩམས་གནང་ཡོད་རེད། དེས་གཞིར་བྱས་པའི་ཕྱོགས་ནས་ཨ་རིའི་ཨོ་མོ་རི་ཆེས་མཐོའི་སློབ་གཉེར་ཁང་ནས་གཞི་རིམ་གྱི་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲོད་བསྐྱབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གཏན་འབབས་གནང་། གཏན་འབབས་གནང་བ་ཙམ་མ་ཟད་གཞི་རིམ་དང་དམའ་རིམ་ལ་སློབ་འབྲིང་བྱ་བྱའི་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞིའི་སློབ་དེབ་ཀྱང་ཆེད་བསྒྲིགས་གནང་། ཆེད་བསྒྲིགས་གནང་བ་ཙམ་མ་ཟད་ད་ལྟའི་ཆར་མཐོ་སློབ་དང་སློབ་གྲྭ་ཁག་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཚོད་ལྷ་དང་ལག་བསྐྱར་ངོ་བོ་འདྲའི་མིན་ཕྱོགས་ལས་ཤེས་ལྡན་གྱི་ལས་གཞི་ཚུགས་ཟེན་པའི་གནས་སྐབས་དེ་འདྲའི་ཆགས་ཡོད། དེ་དག་ཆང་མ་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་མངོན་འགན་དེའི་ཕྱོགས་ལ་བྱུགས་འགན་བཞེས་ནས་དེའི་ལམ་སྒྲོན་དང་དགོངས་གཞི་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟོ་གང་ལ་གང་འཚམས་ཡག་པོ་ཞིག་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། མ་འོངས་པར་འགྲོ་བ་མི་ཆང་མས་ནང་བསམ་སྒྲུབ་དེའི་རིན་ཐང་གི་བཟང་སྲོད་དེ་དག་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཚོས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱུགས་པ་རྣམས་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དེ་མིན་ཚོས་ལ་མི་དད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བསྐྱབ་གཞི་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་ནས་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ཚེའི་བདེ་སྐྱིད་བསྐྱབ་བྱུང་བྱའི་ཕྱོགས་ལ་ཏན་ཏན་དགོངས་པ་བྱ་བའི་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་གནང་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་དེ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ལྷན་མཉམ་དུ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚོ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་གནང་བྱུ་གལ་ཆེན་པོར་དགོངས་ཉེ་བའི་



ལོ་སྤྱི་མཉམ་ཅུ་བཞི་བརྒྱའི་ནང་ལ་ཚན་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བ་གནང་  
རྒྱུ་དེ་མཉམ་གསུལ་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་ག་རེ་གསུངས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་ངས་ཚན་རིག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཡ་དེ་ཚན་རིག་གི་གསུང་རྟེན་དེ་  
དག་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་ཚན་རིག་གིས་འགྲོ་བ་མིའི་ཀླུ་སྤྱོད་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་མེད་  
ཐོག་ལ་ངས་གཙོ་བོ་དགོངས་པ་བཞེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བཀའ་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད། ཚན་རིག་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་ད་  
ལྟོ་བར་དུ་ཚན་རིག་གི་བསྐྱབ་གཞིའི་ནང་ལ་སྤྱིར་བཏང་ཁོ་ཚོ་གཙོ་བོ་གསུང་གཏོད་ལ་ཤུགས་ཆེར་ཤུགས་སྣང་གནང་མཁན་  
ཞིག་མ་གཏོགས། དེའི་མཇུག་འབྲས་ལ་ཤུགས་སྣང་མེད་པའི་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟོ་ཡ་སྐྱེ་མདུན་གྱིས་དགོངས་བཞེས་  
མཛད་ཡན་ཚན་རིག་གི་སྡེ་ཚན་ནང་དུ་འདྲ་གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་བཏག་དཔུང་བྱ་རྒྱུ་དང་། ཉམས་  
ཞིབ་བྱ་རྒྱུ། དེ་འདྲའི་སྡེ་ཚན་ཡོང་བྱུང་རྒྱུ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟོ་དུས་ཚོད་ལ་མི་ཚང་མས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་  
ནང་ལ་ཚན་རིག་ལ་མ་རེ་བ་དང་། ཚན་རིག་ལ་སློབ་བརྟེན་པའི་མི་ཞིག་ཏུ་ལམ་མེད་པ་ཡིན་ཅང་། མི་ཚང་མས་ཚན་རིག་ནི་  
སྐབས་གནས་ཀྱི་འདུས་འདྲ་བོར་བརྟེན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཚན་རིག་ཐོག་ནས་ག་རེ་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པ་ཡིན་  
ནའང་མང་ཆེ་བས་ཡོད་ཆེས་བྱ་ངེས་པས་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་  
ཀླུ་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་ཐོག་ལ་རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ངོ་སྤྱོད་དང་གསལ་བཤད་བྱ་བྱུང་ན།  
དེས་འགོ་བཅི་སྤྱི་དང་ལྟག་པར་དུ་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་མེད་མཁན་གྱི་སྤྱོད་པོ་དེ་དག་གི་ཀླུ་སྤྱོད་ལར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཐོག་  
ལ་ཞབས་འདེགས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞིག་ལྟ་བུ་རྒྱུར་ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་དགོངས་པ་བྱ་ཆེར་བཞེས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡ་སྐྱེ་མདུན་  
ནས་འདི་འདྲ་ཞིག་གསུངས་ཡོད་རེད། ཚན་རིག་གི་དུས་སྐབས་ཞིག་གི་ནང་དུ་ནང་སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་དང་བཟང་སྤྱོད་  
ལྡན་པའི་མི་ཆེ་དགོས་པའི་སྐབས་བྱེད་ཐང་ཤོས་ནི་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་འོས་པར་སྣང་། ཞེས་སྐྱེ་  
མདུན་ནས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་མིའི་ནང་གི་རིན་ཐང་དང་། བཟང་སྤྱོད་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཀླུ་སྤྱོད་ཀྱི་  
རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་ཆང་མཐོ་བ་ཞིག་བརྒྱབ་རྒྱུ་དེ་འོས་འཚམས་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ནི་  
ད་ལྟོ་དུས་ཚོད་ལ་ཚན་རིག་གི་ཤུགས་རྒྱུན་འོག་མི་ཚང་མ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པར་སོང་། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བུ་བུ་པ་ཡིན་ན་  
ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོངས་པའི་ཐོག་ནས་ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་སེམས་དང་སྲོག་གི་  
བཏོ་སྐྱོང་མཚོན་པས་ཚན་རིག་པའི་དབར་ལ་ཤུགས་ལས་རྒྱ་ཆེ་མང་པོ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་རེད། དེ་གནང་བའི་མཇུག་འབྲས་ལ་  
བརྟེན་ནས་ད་ལྟོ་ཆ་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་ཚན་རིག་གི་སྡེ་ཚན་ནང་ལ་དབང་རྩའི་ཚན་རིག་གི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཡོང་  
རྒྱུ་དེ་དག་གྲང་གཙོ་བོ་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་ཡ་གོང་ས་མཚོག་དང་ཚན་རིག་པ་ཕན་ཚུན་དབར་བཏོ་སྐྱོང་དང་། དེ་འདྲའི་  
རིམ་པའི་ཤུགས་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་རྩའི་ཚན་རིག་རྣམ་གཞག་གི་སྡེ་ཚན་གཅིག་གསུང་དུ་ཡོང་བུ་བུ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད།  
དེ་བཞིན་པོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་ཆ་མཚོན་ནའང་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་གཞི་དེ་དག་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ཆོས་བྱེད་མི་སྣའི་ནང་ནས་ཚན་རིག་གི་གོ་རྟོགས་ཡོད་པ་དང་། ཚན་རིག་གི་དཔུང་ཞིབ་ཀྱི་འགྲོ་སྣངས་  
དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་དེ་དག་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་  
དག་གི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ཚན་རིག་གི་སྡེ་ཚན་ནང་ལེགས་སྤྱེས་འབྲེལ་བུ་བྱུང་། དེའི་ཐོག་ནས་མ་འོངས་པར་དགོངས་  
གཞི་གཙོ་བོ་ནི་ཡ་སྐྱེ་མདུན་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་སྣངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཞབས་སྤེལ་བྱུང་བུ་བྱུང་བུ་ཞིག་ཡོད་  
པ་དྲན་གྱིན་འདུག དཔེར་ན། ༢༠༡༣ ལོར་དགོན་སྡེའི་ཚན་རིག་ལས་འཆར་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་གོ་  
སྤྱོད་འོག་ཚན་རིག་གི་བཏོ་སྐྱོང་ཆོགས་འདུ་ཞིག་གི་སྐབས་ལ་ཕལ་ཆེར་ལོ་བཅོ་ལྔ་བརྒྱུ་ཅིག་གི་རིང་ལ་པོད་པའི་དགོན་སྡེ་

ཚན་རིག་ལས་འཆར་གྱི་ཐོག་ལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཐུན་འགྲུབ་གནང་མཁན་ཨ་རི་ནས་ཡིན་པའི་ཕྱག་བདག་སློབ་སྦྱོར་གྱི་ལོ་  
རང་ཚོགས་འདུ་ལ་ཐེབས་ནས་གཏམ་བཤད་ཅིག་གི་སྐབས་ལ་ག་རེ་གསུངས་ཡོད་ཅིང་། ང་ཡོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་  
ཚེན་པོ་མཚོག་མཇལ་བའི་སྐབས་ལ་ངས་ཡོང་ས་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན། ཡོང་ས་མཚོག་ལ་ད་ལྟང་ཚོའི་  
དགོན་སྡེའི་ཚན་རིག་ལས་འཆར་དེ་འགོ་བཙུགས་ནས་ཕལ་ཆར་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཉི་ཤུ་ཆགས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་ཡིན།  
དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ང་ཚོའི་ལས་གཞི་དེའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ག་དུས་ཐོན་གྱི་རེད་ཅེས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་སྐབས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ད་  
ལྟང་ཚོས་འགོ་བཙུགས་པའི་ལས་ཀ་དེའི་གྲུབ་འབྲས་དེ་ང་ཚོ་གི་ཆར་བའི་རྗེས་ཀྱི་ལོ་བཅུ་ཉིས་བརྒྱའི་རྗེས་ལ་གྲུབ་འབྲས་སོན་  
གྱི་རེད་ ཅེས་བཀའ་ལན་ཐེབས་སྐོར་གསུངས། དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ལ་ཡིན་ནའང་སེམས་ཚོར་ཤུགས་ཆེ་བྱུང་ཡོད་  
པའི་བཀའ་མོལ་དེ་འདྲ་འདུག དེར་བརྟེན་ཡསྐྱུ་མདུན་ནས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་དགོངས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེས་གནང་གི་  
ཡོད་པ་རེད། མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོ་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་ཚུལ་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ་དང་།  
ལྷག་པར་དུ་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་སྡེལ་གཏོང་རྒྱ་ལ་ཕྱགས་ཕན་གསོ་བའི་མཇུག་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་  
པ་བྲན་གྱིན་འདུག ད་ལྟང་ཚོའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལ་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་ཡསྐྱུ་མདུན་ནས་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་  
འདི་ནང་པ་གཅིག་པུའི་ཆེད་དུ་དང་བོད་པ་གཅིག་པུའི་ཆེད་དུ་བཞག་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག ང་ཚོའི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་  
འདིས་འཇམ་སྐྱོང་སྤྱིའི་བདེ་དོན་ལ་ཞབས་སྤུ་ཞུ་བུ་བརྒྱུད་ལུས་པ་དང་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པས། འགོ་བཙུགས་དང་ལྷག་པར་དུ་ཚོས་  
ལྷགས་ལ་དད་མོས་མེད་མཁན་གྱི་འགོ་བཙུགས་ལ་ཡིན་ནའང་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བུ་བརྒྱུད་ཆེད་དུ་ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ནང་ལ་ཕྱགས་  
སྤང་དམིགས་བསལ་ཞིག་གནང་ནས་ནང་པའི་ཚན་རིག་གི་རྣམ་གཞག་དང་། ལྟ་བུ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནང་པའི་ཚོས་ཞེས་སྤེལ་  
ཚན་གསུམ་ལ་སྤེལ་ནས་དེའི་ནང་གི་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་གཙོ་བོ་ནང་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་དང་ནང་ཚོས་  
ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུར་ཕྱགས་སྤང་ཡོད་མཁན་དེ་དག་གིས་གནང་རྒྱ་དང་། ནང་པའི་ཚན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི་ནང་  
པ་ཚམ་མ་ཡིན་པར་འཇམ་སྐྱོང་སྤྱིའི་ཤེས་བྱའི་སྤེལ་ཚན་ནང་ལ་ཚུད་པའི་ཐོག་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤོང་བདར་བྱེད་བྱུ་  
དང་། དེ་བཞིན་ནང་པ་ཚམ་མ་ཡིན་པར་གང་ལྟར་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་འགོ་བཙུགས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྤོང་བདར་དང་།  
དེའི་ཐོག་ནས་ཁོ་རང་ཚོའི་མི་ཚོའི་ཀྱན་སྦྱོད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བུ་བརྒྱུད་རྒྱུ་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ཡསྐྱུ་  
མདུན་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ལྟ་བུ་དང་ཚན་རིག་ཀྱན་བརྒྱུས་ཞེས་པའི་ཕྱག་དེབ་པོད་ཁ་ཤས་ཞིག་ནང་པའི་གཞུང་ཁག་ནས་  
བྱུར་འདོན་གནང་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཉེ་དུས་ཡོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་ཚན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཀྱན་བརྒྱུས་  
ཀྱི་གསུང་རྩོམ་ཕྱག་དེབ་གཉིས་པ་དེའི་ཨིན་བརྒྱུར་དེ་དབྱེད་མཇུག་དེ་ཕྱག་དེབ་དེ་ཡང་སྐད་ཡིག་བཙུ་ལྷག་གི་ནང་ལ་ཡོད་  
པ་བཅས་དེ་འདྲའི་མཇུག་པ་མང་པོ་བསྐྱུངས་པ་དེ་དག་ཚང་མ་ཡསྐྱུ་མདུན་ནས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་བསྟན་པ་དང་འགོ་བའི་  
དོན་རྒྱུ་ཆེར་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་ཡསྐྱུ་མདུན་གྱིས་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་ཚུལ་  
གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་འགོ་བཙུགས་ཀྱི་ཚུལ་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་མོས་མེད་མཁན་ཚོ་ལའང་སེམས་རྒྱུད་དང་  
འབྲེལ་བའི་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་དེ་དག་གོང་མཐོར་སྡེལ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་མཇུག་པ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱུངས་གནང་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་  
གི་ཐོག་ནས་ངས་འདིར་ཞུ་མཚམས་ཞིག་འདོགས་དགོས་བྱུང་སོང་།

གོང་དུ་ཞུས་པའི་ནང་ལ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་རྣམ་རྒྱུན་ཡསྐྱུ་མདུན་གྱི་མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་ཐོག་ལ་དེ་སྤང་བྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་  
ནང་ལ་སོ་སོའི་ངོས་ནས་གོ་རྟོགས་ཕན་བྱ་བྱུང་བ་དེ་དག་ཞུས་པའི་ཁྲུལ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་ཡསྐྱུ་མདུན་གྱི་དགོངས་པ་ཆ་ཚང་  
བཞེས་ཞུ་བུ་བརྒྱུད་དེ་འདྲ་ཙམ་བཞིན་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། ལྷག་པར་དུ་གང་ཞུས་པ་དེ་དག་གི་ནང་ལ་ཡསྐྱུ་མདུན་གྱི་དགོངས་པ་

དང་འགལ་བ་དང་། དགོངས་པ་དང་མ་འཚམས་པ་དང་། འོས་འཚམས་མ་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་ཏན་ཏན་ཡིད་ངེས་རེད། དེ་འདྲ་  
བྱུང་ཡིད་ན་ཚང་མར་དགོངས་སེལ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་དང་། མཐའ་མར་ང་རང་ཚོ་པོད་རིགས་མི་མང་ཚོར་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་  
ལས་མཐུན་གྱི་མངོན་པ་འཕྲིན་ལས་དང་སྐྱེ་མཐུན་གྱི་དགོངས་གཞི་བསྐྱབ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་  
ལ་ག་ཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་ཕྱག་ལེན་ཚུང་ཚག་ཚུང་ཚག་ལས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་གནང་དགོས་རྒྱུའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་  
འགན་ཞིག་ཡིད་པར་བྱས་གྱིན་འདུག འགོ་བཅིའི་རིན་ཐང་བཟང་སྤྱོད་དེ་གཞན་ལ་བྱམས་པ་དང་། བརྟེ་བ། བཟོད་བསྟན་  
ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ང་རང་ཚོ་པོད་རིགས་ལ་སྦྱར་བ་ཏང་རང་ཆས་སུ་ཡིད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་ནང་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གོ་རྟོགས་གཏིང་ཟབ་པ་ཏན་ཏན་ཡིད་གི་ཡིད་རེད།

དེ་ཡིད་པ་དེ་གོ་རྟོགས་ཚམ་དུ་མ་བཞག་པར་ག་ཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེའི་ནང་ལ་ཕྱག་བསྟར་གནང་  
ཐུབ་པ་ཡིན་ན་པོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཡིན་ནའང་ལྗང་འཇགས་དང་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚང་མ་བདེ་སྤྱོད་  
ལྡན་པ་ཡིད་ཚུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡིད་གི་རེད་བྱས་གྱི་འདུག དེའི་ཐོག་ལ་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་དགོངས་པ་བཞེས་གནང་རྒྱ་  
དང་། ད་ལྟའི་དུས་ཚོད་ལ་ང་ཚོའི་གཞིན་སྦྱིས་ནང་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་ཟེར་མཁན་དང་། ལྷག་པར་  
དུ་ནང་ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ཟེར་མཁན་གྱི་ན་གཞིན་ནང་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་པ་ཡང་མང་པོ་ཡིད་གི་ཡིད་རེད། ཐུགས་ཁག་  
ཡིད་པ་མ་རེད་བྱས་གྱིན་འདུག ད་ཀའང་ལ་གཅིག་དེ་གང་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་ང་ཚོའི་གཞིན་སྦྱིས་ཟེར་ནའང་མི་  
འདུག དད་པ་མེད་མཁན་སོ་སོའི་ལན་ཆ་རེད་བྱས་གྱི་མི་འདུག དེ་ནི་ནང་ཚོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཡིད་མ་ཐུབ་པ་  
དང་། ནང་ཚོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་མ་སྐྱབས་དུས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་དགོས་རྒྱུའི་  
ནང་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་དངོས་གནས་དེ་ང་རང་ཚོར་མ་རག་པ་བྱས། ནང་ཚོས་ཀྱི་ཚོ་གའི་རྣམ་གཞག་དང་བྱེད་སྤྱིའི་རྣམ་  
གཞག་དེ་དག་མང་པོ་ཞིག་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་འདྲ་པོ་ཞིག་ལ་མཐོང་ནས་དེའི་ཐོག་ནས་ནང་ཚོས་ལ་ལྟ་སྣང་ས་ཡིག་པ་དེ་འདྲ་  
ཏན་ཏན་ཡིད་གི་འདུག དེར་བརྟེན་སྤྱོད་དང་མཚམས་ལ་བཞུགས་པ་ཚང་མས་དེའི་ཐོག་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་ནས་ག་  
ཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཅུ་བའི་ལྟ་བུ་དང་རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག དེ་བཞིན་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་  
ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འོ་སྤོད་ཐུབ་རྒྱ་དང་འོ་སྤོད་ཡིད་བཞིག་གི་ཐོག་ལ་དགོངས་བཞེས་  
གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཚང་མར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིད་གི་རེད་བྱས་གྱི་འདུག དེ་འདྲའི་གནས་སྣང་ས་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་  
དགོངས་པ་བཞེས་རིགས་གནང་ཞེས་ཞུ་རྒྱུའི་འདོད་པའང་བྱུང་སོང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་བཞུགས་མཁན་ཚོ་ཡིན་  
ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལ་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡིད་པ་མང་པོ་ཡིད་གི་འདུག དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཕ་མ་སོ་སོའི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་  
བྱ་སྤྱོད་ཚོ་ལ་ཐུགས་སྣང་གནང་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད་བྱས་གྱི་འདུག མཚམས་རེར་ཕ་མ་ཁ་གས་ཀྱིས་སོ་སོའི་བྱ་བུ་ལ་  
ལབ་པ་ཡིན་ནའང་ཉན་གྱི་མི་འདུག་ཅེས་ཐེངས་མ་གཅིག་ལ་མ་ཉན། ཐེངས་མ་གཅིག་ལ་མ་ཉན། ཕ་མ་ཡིད་ཐང་ཆད་ནས་  
གཡུག་འཛོག་མཁན་དེ་འདྲ་ཡིད་གི་ཡིད་ས་རེད། དེ་འདྲ་ང་རང་ལ་ཡིན་ནའང་དངོས་སུ་གསུང་མཁན་ཁ་གས་བྱུང་། ངས་  
དེ་དཔེ་རྗེར་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་རེད་བྱས་གྱི་འདུག ཕ་མ་ཚོས་སོ་སོའི་བྱ་སྤྱོད་ཚོའི་ཨམ་མཚོག་ནང་ལ་ག་ཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་བཟང་  
སྤོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་དང་། ཕ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་གོ་མས་གཞིས་བཟང་པོ་དེ་དག་ག་ཚོད་  
ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་སྐྱབ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟ་གཞིན་གཞིན་སྐབས་སུ་མི་ཚེའི་འགན་ཁུར་ཕ་མས་བྱེད་དུས་སོ་སོ་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་  
དགོས་མཁོ་དེ་དག་གི་ཕན་ཐོགས་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་དེ། ཉིན་མ་གཅིག་སོ་སོས་གནས་སྣང་ས་གཞན་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཚོ་བ་  
བསྐྱེལ་བའི་དུས་ཚོད་སྐབས་དུས། དེའི་སྐབས་ལ་མཚམས་རེར་འུ་ཐུག་ཁར་རྒྱུད་གི་འཚོ་བ་དེ་འདྲ་ཡིད་གི་རེད། མཚམས་

རེར་དགའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་པའི་སྐབས་ལ་སྤར་གྱི་སོ་སོའི་བསམ་སློབ་ནང་འདྲགས་བསྟན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་གིས་  
ཉན་ཉན་ཐུགས་ཕན་སོས་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་ཡོད་པ་གཞིན་སྐྱེས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གསུང་མཁན་ཡོད་གི་འདུག། དེ་དག་  
ཀྱང་ང་ཚོས་ཐུགས་སྦྱང་གནང་དགོས་ཀྱི་ཞིག་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་ཅེས་ཞིར་འཕྲོས་ལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡུང་སོང་།

མཐའ་མ་དེ་ལ་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཡསྐྱ་ཚོ་རིང་པོ་བརྟན་རྒྱ་མི་ང་ཚོ་པོད་མི་དང་པོད་  
བརྒྱད་ནང་བསྟན་ལ་དད་པའི་སྤྱི་པོ་ཚང་མའི་མངོན་འདོད་རེད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཚོ་རིང་པོར་བརྟན་རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་ཡག་ཤོས་  
ནི་ཡསྐྱ་མདུན་གྱིས་ང་ཚོ་ལ་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱོན་པ་རྣམས་གཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཐོག་ལ་  
དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱུ་དང་། སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཉིན་མ་ཉིན་མ་ལ་ངས་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ག་རེའི་ཐོག་ལ་ཤུགས་  
བརྒྱབ་ནས་སྐྱབ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་གམ། ངས་བཀའ་དང་མཐུན་པ་ག་རེ་བྱས་འདུག། མ་མཐུན་པ་ག་རེ་བྱས་འདུག་ཅེས་ཞིབ་  
འདུག་གནང་བའི་ཐོག་ནས་གཚོད་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་ཡསྐྱ་མདུན་གྱི་བཀའ་སློབ་དང་མཐུན་པ་གནང་དགོས་རྒྱུ་དང་། བཀའ་སྐྱབ་  
ཐུབ་ན་དངོས་གནས་ཡསྐྱ་མདུན་སྤྱི་ཚོ་བརྟན་རྒྱར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཞི་དག་ཡོད་རེད་དེ་དེ་གྱི་འདུག། ངས་ནམ་རྒྱུན་ནས་དེ་  
རྒྱའི་སྤྱང་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ཚང་མ་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་རེད། སངས་རྒྱས་  
བཙུན་ལྷན་འདས་ལོ་དུག་གི་རིང་ལ་རྗེ་རྗེ་གདན་གྱི་རྒྱུ་པོ་ཞེ་རྗེ་ཞེས་འགྲམ་ལ་ལོ་དུག་གི་རིང་དགའ་བ་སྤྱད་དེ། མཐའ་རྗེ་རྗེ་  
གདན་གྱི་མཚོད་རྟེན་ཆེན་པོའི་འགྲམ་ལ་པོད་ལྷ་བཞི་པའི་ས་ག་ལྷ་བའི་ཚོས་བཙུན་ལ་མངོན་པར་རྗོགས་པ་སངས་རྒྱས་པའི་  
མངོད་པ་བསྟན་གནང་བ་རེད། སངས་རྒྱས་པའི་མངོད་པ་བསྟན་གནང་བའི་རྗེས་ལ་ཁོང་གི་ལལ་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་གསུངས་  
ཡོད་རེད། ཟབ་ཞི་སྤྱོད་བྱལ་འོད་ཟེར་འདུས་མ་བྱས། བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཤིག་ཁོ་པོས་བརྟེས། །སྤྱ་ལ་བསྟན་ཀྱང་གོ་བར་  
མི་རྣམས་པས། མི་སྤྱོད་ནགས་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་པར་བྱ། ཞེས་དེ་འདྲའི་ཚོས་དེ་སྤྱ་ལ་བསྟན་ཀྱང་གོ་བར་མི་རྣམས་པ་རེད། གོ་བ་  
ཡིན་ནའང་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་བསྟར་མཁན་ཁག་པོ་རེད། དེ་ལས་ང་རང་ཁོང་ནགས་གསེང་ལ་བཞུགས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དེ་སྤྱར་གསུངས་ཏེ་བདུན་ཕྱག་བདུན་གྱི་རིང་ཚོས་གསུངས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་  
ན། ཕན་ཐོགས་མེད་ན་བཞུགས་པའི་དགོས་པ་བསྐྱབས་ཡོད་མ་རེད། དེ་བཞིན་ཡསྐྱ་མདུན་ནས་ང་རང་ཚོ་ཚང་མར་ཡསྐྱ་  
མདུན་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱལ་ཡིན་པ་ཡིན་ཅོང་། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་སྤྱི་འཚོ་ལ་རང་དབང་  
མངོན་དུ་གྱུར་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཡསྐྱ་མདུན་ནས་འདྲམ་སྤྱིང་འདྲིའི་ནང་ཐེབས་པ་དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྱག་པོད་  
མི་ལ་ཕན་ག་རེ་ཐོགས་ཀྱི་འདུག། ག་རེ་ཕན་ཐོགས་སྐྱབ་ཐུབ་ཀྱི་འདུག་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོངས་ནས་ཐེབས་ཡོད་གི་ཡོད་རེད།  
ཕན་ཐོགས་རྒྱའི་ཐབས་ཤེས་ཡག་ཤོས་གསུང་གི་མངོད་པའི་ཐོག་ནས་ཡོད་གི་ཡོད་རེད། སྤྱི་མདུན་གྱིས་གཙོ་བོ་གསུང་གི་  
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་ལ་ཚོས་སྤྱིད་གང་ཐད་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་ལམ་སྟོན་མང་པོ་གནང་གིན་ཡོད་པ་རེད། ལམ་སྟོན་དེ་  
དག་ཡསྐྱ་མདུན་ནས་གནང་བ་ནང་བཞིན་ང་ཚོ་པོད་པ་མི་རེ་རེ་རེས་འགན་ཞིག་སྤངས་ནས་སྐྱབ་ཐུབ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡསྐྱ་མདུན་ནས་  
གཟིགས་པ་ཡིན་ན་ངས་སྤྱད་ཆ་བཤད་པ་དེ་དག་གིས་ཁོ་ཚོ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་འདུག། ཁོ་ཚོའི་མི་ཚོའི་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་  
མི་ཚོ་བཟང་པོ་བསྐྱལ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཐུབ་ཀྱི་འདུག། དེར་བརྟེན་ང་ད་དུང་ཡུན་རིང་ཅམ་བཞུགས་དགོས་ས་རེད། ང་རྒྱུན་  
རིང་ཅམ་བཞུགས་པ་ཡིན་ན་ད་དུང་ཁོ་ཚོ་ལ་ཕན་ཐོགས་མང་བ་འདུག། ཅེས་དགོངས་ནས་ཡསྐྱ་མདུན་སྤྱི་ཚོ་རིང་པོའི་བར་དུ་  
བཞུགས་གནང་རྒྱུ་ལས་གཞན་ང་ཚོ་པོད་མིའི་ངོས་ནས་ཡསྐྱ་མདུན་གྱི་དགོངས་པ་ཉག་ཉག་སྐྱབ་མ་ཐུབ་པ་དང་། དགོངས་པ་  
དང་འགལ་བའི་ཐུག་ལས་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཆགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡསྐྱ་མདུན་གྱི་དགོངས་པ་པ་ཡིན་ནའང་ངས་ལམ་  
སྟོན་བསྐྱབ་བྱ་ག་རེ་གནང་བ་ཡིན་ནའང་དེ་དག་ཚང་མ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མི་འདུག། ཉན་མཁན་དགོན་པོ་རེད་ཤག། ངའི་བསྐྱབ་བྱ་

དེ་སྐུ་ལ་འང་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མི་འདུག ཉན་གྱི་མི་འདུག དེ་ལས་ཕན་ཐོགས་མེད་ན་ང་བསྐྱད་ཀྱང་གི་མི་ཚོང་། དེ་ལས་ང་རང་གི་ལྷན་ཁྲིམ་འདི་བརྗེ་པོ་བརྒྱབ་ནས་ལྷན་ཁྲིམ་གཞན་གྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱར་བ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེས་དགོངས་པ་ཡིན་ན་ལྷན་མདུན་གྱི་ལྷན་ལྷན་བརྗེ་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་ཉན་ཉན་ཡོང་མི་སྲིད་པ་མ་ཅེས་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རང་གི་དོས་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ག་རེ་ཡིན་པ་ལྟས་པ་ཡིན་ན་བརྟེན་བཞུགས་འདུལ་རྒྱ་དེ་ཚོ་གལ་ཆེན་པོ་ཞི་དག་ཅེས་། བརྟེན་བཞུགས་ཡག་ཤོས་ནི་ལྷན་མདུན་ནས་བཀའ་གང་གནང་བ་དེ་དག་གི་ཆ་ཤས་གཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་ལ་འབད་བརྩོན་གནང་ནས་བསྐྱབ་ཐུབ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྷན་མདུན་ལྷན་ཆེ་བརྟེན་རྒྱུའི་རྒྱ་ཚོགས་ལྷན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངས་དྲན་གྱི་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ང་རང་གིས་གཙོས་པོད་མི་ཚང་མས་ཐུགས་ཁུར་ཆེ་བཞེས་ཀྱིས་ལྷན་ལ་བའི་བཀའ་དགོངས་སྐྱབ་ཐབས་ལ་འབད་འདུངས་ཡོང་བའི་གསོལ་འདེབས་ལུ་རྒྱ་ཡིན། གསོལ་འདེབས་དེ་འདྲ་ལྟས་པའི་ཐོག་ནས་ལ་གོང་ས་ལྷན་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལྷན་ཆེ་ཡུན་རིང་དུ་བརྟེན་པ་དང་། བསྐྱར་བ་དང་འགྲོ་བའི་མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་དེ་དག་སྐྱར་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡོང་རྒྱུའི་གསོལ་འདེབས་སྒྲིན་ལམ་ལུ་རྒྱ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།།།།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་བཞུགས་སྐྱར་དེ་རམ་ས་ལའི་ལྷན་ལ་བའི་པོ་བྱང་དུ་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྷན་པས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་བའི་གཞིན་སྐྱེས་ཁག་ཅིག་དབར་གྱི་གྲོས་མོལ་གྱི་ཉིན་མཐའ་མར། མགོན་པོ་མཆོག་གིས་སོ་མ་ལེ་ཡ་ནས་ཡིན་པའི་ཨོ་སྤྲོད་རྩན་རྩེད་མཚར་གྱི་ངང་ནས་ཉིན་གུང་གསོལ་ཆོགས་མཚོན་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྐྱར་འཛིན་ཚོས་འགྲོར། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་།



# ཡ་རྒྱལ་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་ ཐབས་ཐོག་དགེ་བཤེས་གཡུང་དྲུང་དཀོན་མཆོག

## སྐྱེད་དཀོན་པའི་དགེ་བཤེས།

༡། །འདི་ལོར་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དགུང་གྲངས་བརྒྱད་ཅུ་གྲུ་ལྟར་ཕེབས་པར་གྲུས་ཕྱག་  
དང་བཅས་འཆོམས་འདྲིའི་བཀའ་ཁྲིམས་བདེ་ལེགས་ལུ་རྒྱ་མ་ཟད། བཀོ་སྐྱེད་འདིར་མཉམ་ལུགས་གནང་མཁན་ཕྱོགས་མཐའ་  
ཁག་ནས་ཕེབས་པའི་བསྐྱོད་པ་ཚང་མ་ལའང་འཆོམས་འདྲིའི་བཀའ་ཁྲིམས་བདེ་ལེགས་ཡོད། དེ་རིང་འདིར་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་  
འཇུགས་ཀྱི་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ནས་གོ་སྐྱོད་ལུགས་པ་ལྟར་ཡ་གོང་ས་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་བཀོ་སྐྱེད་  
གནང་དགོས་པ་བཞིན། དེ་རིང་ངས་སྐྱེད་བྱ་ནི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་སྐོར་རེད།  
དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་ཇི་ལྟར་གཏོང་དགོས་པའི་སྐོར་ཡིན། གཏམ་བཤད་འགོ་མ་འཇུགས་གོང་ལ་ངས་  
ལུ་འདོད་པ་ཞིག་ལ་ཡ་གོང་ས་མཆོག་གི་རྒྱན་དུ་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་བ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་རྣམས་སྤྱི་གནས་པའི་གཤེས་  
ལུགས་ཤིག་རེད་ཅེས་གསུང་གི་རེད། གང་ལྟར་ཡང་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཟེར་ན་འདྲ་བཟང་སྤྱོད་དེ་ཕྱིས་སྤྱི་བསྐྱེད་མི་  
དགོས་པ་དང་སྤྱི་མི་དགོས་པར་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ལ་སྤྱི་གནས་རྣམས་སྤྱི་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་དགོས།

དེ་རིང་ངས་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་ཇི་ལྟར་གཏོང་དགོས་པའི་སྐོར་ལ་ང་རང་སྐོར་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ལུས་ན།  
འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་དེར་སྤྱི་ཚོན་ནམ་དུ་བྱེད་གཉེས་སུ་འབྱེད་དགོས་དམ་གྱི་འདུག།

- ༡ གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་དང་།
- ༢ དེང་རབས་སམ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གཉེས་རེད།

གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་དང་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་སྐྱེད་བྱས་དེ་གཉེས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་  
ན། གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ནི་ཡལ་ཆེ་བ་པ་མེས་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གཉེས་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཤིང་  
ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཅིག་ལ་ངས་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།  
འདྲམ་སྐྱིད་གི་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་དེར་སོ་སོའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གིས་ཤུགས་རྒྱུན་མ་  
ཐེབས་པར་འབྲེལ་མེད་དུ་གཏན་ནས་ཆགས་ཡོད་མ་རེད་དམ་གྱི་འདུག། དཔེར་ན། ང་ཚོ་བོད་པའི་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་  
མིའི་བཟང་སྤྱོད་དེར་ཚོས་ལུགས་ཀྱིས་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད། དཔེར་ན་བཟུན་པའི་རྩ་བའམ་གཞི་རྩ་དེ་ལྟ་བུ་དང་སྤྱོད་  
པ་ལ་ཐུག་ཡོད། ལྟ་བུ་དེ་རྣམས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་སྤྱོད་པ་དེ་འཚོ་བ་མེད་པ་རེད། ཡ་གོང་ས་  
མཆོག་གིས་ནང་པའི་གཞི་རྩ་དེ་ལྟ་བུ་རྟེན་བྱུང་དང་། སྤྱོད་པ་འཚོ་བ་མེད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། གཡུང་དྲུང་པོན་གྱི་  
གཞུང་དུ་འང་པོན་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་མི་མེས་ཅན་ལ་གཞི་དང་འཚོ་སྤོང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྟ་བུ་དང་སྤྱོད་པ་གཉེས་ལས་སྤྱོད་  
པ་དེ་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ནི་སྤྱོད་པ་མེས་ཅན་ལ་འཚོ་བ་སྤོང་བ་ལ་མེས་ཅན་ལ་འཚོ་  
བ་བྱས་ན་ཕན་འབྲས་ཅི་ཡོང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་དགོས་པ་དང་ལྷ་མ་དང་། མཁན་པོ་གྲུ་བཙུན་སོགས་དགེ་འདུན་  
གྱི་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་པ་ཚུལ་བྱིས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་དགེ་སྤྱི་གཉེས་ཐམས་ཅད་ཚོས་དང་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་ཆགས་ཡོད།

ལྷ་མཚན་དེས་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྲིད་པ་ཟེར་ན་ཁྲབ་ཆེ་བས་སྲིད་པ་ལ་ཞི་དྲག་གི་སྲིད་པ་དང་བཟང་པོའི་སྲིད་པ་དང་  
ངན་པའི་སྲིད་པ་སོགས་རིགས་མང་བས་དམིགས་སྲུབ་ཀྱི་ནས་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དེར་ཚོས་ཀྱིས་ལྷ་གས་  
རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད། གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དང་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་  
དབར་ཁྲད་པར་ཆེ་ཤོས་དེ་ཚོས་ལྷ་གས་ཀྱི་ལྷ་གས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད་མེད་དེ་རེད།

དེང་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དེར་ཚོས་དང་ཚོས་ལྷ་གས་ཀྱི་ལྷ་གས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཅིང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པའི་འཇིག་རྟེན་  
ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་བཟང་སྲིད་ཅིག་ལ་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་གྱེད་ཀྱི་ཡིད། འཇམ་གླིང་འདིའི་སྣང་  
ཚོས་དང་མེད་ཅིང་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་པའི་མི་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷ་གས་ཚོས་རིག་པ་ཚོས་ཀྱང་ཚོས་ཁས་  
མི་ལེན་པས་དེ་སྲིད་ལྷ་གས་ཚོས་རིག་པ་དང་ཚོས་ལྷ་གས་པ། ལྷ་གས་པར་དུ་ཡི་ཤུའི་ཚོས་དང་པའི་དབར་ཚིང་རྟོག་མང་པོ་  
བྱུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་དུས་རབས་གསར་པའི་བཟང་སྲིད་ཀྱང་དུས་རབས་གསར་པའི་ནང་ཚོས་ཁས་མི་ལེན་མཁན་དང་  
ཚོས་རིག་པ་སོགས་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པའི་བཟང་སྲིད་དེ་ལ་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡིད། མདོར་ན་  
གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དང་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་དབར་ཁྲད་པར་ཆེ་ཤོས་དེ་གནའ་པོའི་འགྲོ་བ་  
མིའི་བཟང་སྲིད་དེར་ལས་འབྲས་དང་དགེ་རྟེན་སྲུང་སྲུང་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ལྷ་གས་ཀྱིས་ལྷ་གས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད། ཚོས་  
ལྷ་གས་ཀྱི་ལྷ་གས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཐེབས་པའི་བཟང་སྲིད་དེ་དུས་རབས་འདིའི་ནང་འགྲོ་བ་མི་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ཀུན་  
ཁྲབ་ཀྱི་བཟང་སྲིད་དེ་ཆགས་མེད།

འོ་ན་འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་བྱམས་བརྗེ་དང་བཟང་སྲིད་དེ་གོ་རྟོགས་དང་ཁྲབ་སྤེལ་ཇི་ལྟར་གཏོང་དགོས་ཞེ་ན།  
གོ་རྟོགས་དང་ཁྲབ་སྤེལ་གཙོ་བོ་ནི་མི་རབས་ཆན་པ་འགའ་ལ་ཡོད་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ལྷ་གས་ལ་ལེན་པའི་ལྷ་བ་མཁྲིགས་འཇིག་  
དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷ་གས་ལ་ལྷ་གས་པ་དག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་དེ་བདེན་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་པ། གཞན་ཀྱི་ཚོས་དེ་  
མི་བདེན་པ་དང་དམན་པ་སོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་སྤྱད་པ་མ་ཟད། དགེ་ཆན་གྱི་དགེ་རྟེན་དང་ལ་མས་བྱ་བྱུག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་  
དེ་བདེན་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་པ། གཞན་ཀྱི་ཚོས་དེ་མི་བདེན་པ་སོགས་ཀྱིས་སློབ་གསོ་སྤྱད་སྤངས་དེ་དེང་རབས་སམ་དུས་  
རབས་ཉེར་གཅིག་གི་སློབ་གསོ་སྤྱད་སྤངས་མ་རེད། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་གི་སློབ་གསོ་སྤྱད་སྤངས་ནི་ལྷ་གས་ཀྱི་ཚོས་  
རིག་འཕེལ་རྒྱས་ལྷ་གས་ཆེ་འགྲོ་བའི་དུས་རབས་འདིའི་ནང་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དང་འཚམས་པའི་ཐོག་ནས་སློབ་གསོ་སྤྱད་  
དགོས།

གང་ལྟར་རང་ལྟར་ལ་མ་ཆགས། གཞན་ལྟར་ལ་མ་སྤང་པའི་མཁྲིགས་འཇིག་གི་ལྷ་བ་དོར་ནས་མི་སྲུང་ཀྱང་ཁས་ལེན་བྱུང་ཅིང་  
འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ཐོག་ནས་བྱམས་བརྗེ་དང་བཟང་སྲིད་སྤེལ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་དུ་མཐོང་གི་འདུག། ལྷ་མཚན་  
ནི་ལྷ་གས་ཀྱི་ཚོས་རིག་ཡར་རྒྱས་ལྷ་གས་ཆེ་འགྲོ་བ་དང་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་འགྲོ་བའི་དུས་སྐབས་  
འདིར་ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་དང་མཉམ་བསྐྱེད་གྱེད་དགོས་པས། སྲིད་ཀྱི་ལྷ་བ་མཁྲིགས་འཇིག་གིས་ད་ལྟའི་  
དུས་རབས་འདིའི་དགོས་མཁོ་བསྐྱེད་མི་བྱུང་པས། དེ་དོར་ནས་མི་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པའི་འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་  
བྱམས་བརྗེ། བཟང་སྲིད་གོང་འཕེལ་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་ཞེས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་  
བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་གོང་འཕེལ་གཏོང་བཟང་སྲིད་སྤེལ་གྱི་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་ལྷ་གས་  
བཟང་སྲིད་དང་དེང་གི་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲིད་ཅེས་དབྱེ་བ་གཉིས་སྲུང་བ་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲད་པར་གཙོ་བོ་ཡང་ཚོས་

དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་མིན་ཡིན། དེས་ན་དེང་གི་དུས་རབས་འདིར་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་  
 སྲིད་གོང་འཕེལ་དང་གོ་རྟོགས་སླེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཡག་གོས་དེ་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སྤང་ནས་བཟང་སྲིད་སླེལ་རྒྱ་དེ་ཡིན།  
 དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་བཟང་སྲིད་རེད་ཅེས་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

མཐར་དོན་སླི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱོ་ཚོ་ཁྲི་ལོ་བཟན་པ་དང་པོ་དང་གྲི་བདེན་མཐའ་མུར་དུ་གསལ་བའི་  
 ལྷོན་ལམ་དང་བཅས་ཚང་མ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལུ།། །།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བ་ ༠༩ ཚེས་ ༡༧ ཉིན་སླི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་ཡེ་ཤུའི་ཚོས་དཔོན་ཇེ་སི་མོན་ཀོ་ལོ་རྩམ་གཉིས་ཀྱིས་  
 བཞུགས་སྐྱར་ན་རམ་ས་ལར་གནང་བའི་དགའ་སྲིད་དཔེ་དབ་སྐྱོར་གྱི་སྤྲེང་མོལ་ཉིན་གསུམ་པའི་སྐབས།  
 པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཚོས་འགྲོར། དགའ་ལྷན་ཡོ་བྲང་།





**ཡ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་འཕེལ་གཏོང་  
ཐབས་ཐོག་ཉི་མ་ཆེ་རིང་།**

**སུ་ཇུ་པོད་བྱིམ་སློབ་གྲུའི་ཚན་རིག་དགེ་ལུགས་**

སྤོང་ཉིད་སྤོང་རྗེ་བྱུང་དུ་འདུག་པའི་ལམ། །

ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན། །

ཐུགས་བསྐྱེད་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ལ། །

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞེད་དོན་རྒྱུན་འགྲུབ་ཤོག།།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༧༠ འདི་པོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་འཇུགས་ཀྱིས་ང་རང་ཚོའི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤང་བཅུ་ལྷན་པའི་ནང་ལས་རིམ་མང་དག་ཅིག་སྐྱེལ་དང་སྐྱེལ་བཞིན་པ་རེད།  
ཡིན་ནའང་སྐབས་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་འདི་ལོ་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་ནད་ཡམས་སྤུག་ཆགས་གཅིག་བྱུང་བའི་སྐབས་ཉེ་སེལ་  
ཆེར་ལས་རིམ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དོ་སྤོག་སྤྱིན་ཡོད་པེས་རེད། དེའི་ནང་ནས་པོད་མིའི་སྤྱི་གཞུང་འཇུགས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་པོས་  
ནས་སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཙུ་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གུས་པ་  
རང་ཉིད་ལ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་གཏམ་བཤམ་དང་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་གནང་བར་སྤོང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་  
ལྷན་ལྷན་ཡིན།

སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་  
དེའི་སྤོང་ལྷན་པའི་ལྷན་ཁང་ནས་བཀའ་མངགས་གནང་བ་ལྟར་ལྷན་པའི་ལྷན་ཁང་། ཐོག་མ་དེར་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་  
པོ་དང་སྤོང་མདོར་བསྐྱེད་ཤིག་ལྷན་པའི་ལྷན་ཁང་ལ་ཐུགས་ཕན་གསོལ་ལེ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་  
ནས་གསུང་ཤིག་དེ་ག་རེ་རེད་ལྷན་པའི་ཡིན་ན། དེ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གནས་སམ་ནང་པའི་ལྷན་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་  
རིག་གཞུང་ཉམས་པ་དེ་དག་སྤོང་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གནང་རྒྱུ་དེ་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་གལ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་ཆགས་གྱི་ཡོད་རེད། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ་ཡ་རྒྱལ་  
བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་པོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་པའི་ཆོས་དང་། རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག དེ་བཞིན་དམིགས་བསལ་  
གྱི་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་ཡུལ་གཅིག་ནི་པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཆགས་ཡོད། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་དེ་སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་  
ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ལྷན་པའི་དུ་ནང་པའི་དགེ་སྤོང་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་  
ནང་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་བར་ལ་མཐུན་སྦྱོར་ཡོད་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་ནི་འཛམ་གླིང་ནང་ཆོས་ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའ་མང་པོ་ཞིག་  
ཡོད་པར་གནས་སྤོང་ས་ལོགས་སུ་ཡིན་པ་ཆང་མའི་བབ་ས་དེ་བྱམས་བཅུ་དང་མིའི་མི་ཆེ་ནང་བདེ་སྤོང་ཡོད་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་  
དེ་གཅིག་གྱུར་ཡིན། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་དང་མི་མཐུན་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་  
ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་མྱོང་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མི་ཡོད་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ལུགས་ནང་ཁུལ་དབར་ལ་ཕན་ཚུན་བཅུ་  
འཛིན་དང་འཆམ་མཐུན་གནང་རྒྱ་ནི་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་ཕྱི་བཞིན་ཡོད། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གལ་ཆེ་ཤོས་སམ་

གཙོ་བོ་ལྟ་བུ་དེ་ག་རེ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ལུས་ན། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གྲང་འཇམ་བུ་སྒྲིང་ལ་མི་  
ཐེར་འབྲུམ་བདུན་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཁོང་ཡང་མི་གཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་གསུང་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་མིའི་བྱམས་བརྩེ་གོང་  
འཕེལ་གཏོང་བྱེད་པའི་ཡིན།

ད་ལྟ་སྐབས་སྤྱི་བབ་པ་ངས་ལྷོ་དགོས་པའི་བརྗོད་གཞི་དེ་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་  
དམ་བཅའ་དང་པོ་དེའི་སློབ་ལ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་གསུང་ཚད་མ་ཡིན་པས་དེའི་སློབ་ལ་ལྷོ་དགོས་པ་མི་འདུག སྤྱི་ནོར་  
ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཡོད་པ་རྣམས་དུས་དང་རྣམ་པ་གུན་དུ་འཇམ་སྒྲིང་  
མི་མང་ལ་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་གནང་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཆོགས་འདུ། གསུང་ཆོས་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་ཕལ་ཆེ་བར་དོ་སློབ་  
གནང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་གལ་ཆེན་དོན་ཆེན་ཞིག་ལ་བརྩིས་ནས་གནང་གི་ཡོད་ཀྱང་ཡ་ལྟ་བུ་པའི་ཆེ་མཆོག་གཅིག་པུའི་  
གལ་ཆེན་པོར་བརྩིས་པ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་རང་ཚོའི་དོས་ནས་ཀྱང་གང་ཕྱབ་ལག་ལེན་བསྟར་དགོས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བཀའ་སློབ་  
ལམ་སློན་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཚོ་ཚང་མ་འཇམ་སྒྲིང་ནང་གི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་སློབ་པ་པོ་མང་ཆེ་བ་པོད་པ་ཡིན་གསུང་།  
ང་ཚོ་པོད་པ་དང་ནང་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གནས་དེ་དག་ང་ཚོར་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད་པས་གང་ཕྱབ་ཅི་ཕྱབ་ཤེས་རྟོགས་དགོས། ཡ་ལྟ་བུ་པའི་ཆེ་མཆོག་གི་མཛད་འཕྲིན་ནང་བཞིན་ང་ཚོ་མི་ཕལ་བ་ཞིག་  
གིས་རྩ་བ་ནས་ཡོང་མི་ཕྱབ་ཀྱང་གཞོན་ཕྱབ་ཕྱབ་ཀྱི་མིག་དཔེ་ཡར་ལྷ་བྱས་ནས་ང་ཚོ་ཚང་མས་མི་རེ་དོ་རེ་ནས་སོ་སོའི་དུས་  
རྒྱུན་དུ་ཕྱག་ལས་ག་པར་གནང་གི་ཡོད་ནའང་དེའི་ཐོག་ལ་ལག་བསྟར་བྱས་ན་ཡ་ལྟ་བུ་པའི་ཆེ་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་  
སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་ལ། ང་རང་ཚོའི་མི་ཆེ་ཡང་དོན་དང་ལྡན་པ་ཆགས་རྒྱ་ཡིན་པ་དེའི་སློབ་ལ་ཆོག་ཁ་གསུམ་གྱི་བཀའ་སློབ་ལ་  
བྱུང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཡ་ལྟ་བུ་པའི་ཆེ་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་དེའི་སློབ་ལ་ཡལོང་ས་མཆོག་གིས་ག་  
དུས་ཡིན་ནའང་ག་རེ་གསུང་གི་ཡོད་རེད་ཅེས་ལུས་ན་མིའི་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་ནི་བྱམས་བརྩེའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་བརྒྱ་  
ཆ་བརྒྱ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་འཇམ་བུ་སྒྲིང་ནང་མི་ཐེར་འབྲུམ་བདུན་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ཚང་  
མ་ཆོས་ཁས་ལེན་མིན་ཟེ་ལྟར་ཡང་མི་ཚང་མས་བདེ་པ་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། ཡལོང་  
ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དེའི་ཐོག་དགོངས་པ་ཆེན་པོ་བཞེས་ཏེ་གོ་ལ་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་འཇམ་སྒྲིང་ས་ཆ་གང་  
དུ་ཕེབས་ཀྱང་བཀའ་སློབ་ལམ་སློན་དེ་ལྟར་དུས་དང་རྣམ་པ་གུན་དུ་གནང་གི་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ཁས་  
ལེན་པ་དང་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་པ་ཡོད་རུང་གང་ལྟར་ཚང་མར་སློབ་ཕྱབ་པ་དེ་ (SECULAR ETHICS)  
ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེའི་དོན་ནི་ཚང་མས་ད་གོ་གསལ་ལྟར་ཆོས་ལུགས་བྱེ་བྲག་པ་རེ་བྱུང་མིན་པར་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་  
ཚང་མར་གཞི་རྩའི་བཟང་སློབ་ལག་ལེན་བསྟར་རྒྱ་དེ་ཡིན། སྤྱིགས་གཅིག་ནས་དེས་འཇམ་སྒྲིང་གི་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་ལ་  
ཡང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ལྟ་བུ་པའི་ས་མེད་ཐོག་ནས་དབྱེ་འབྲེད་མེད་པར་ཚང་མར་བརྩེ་བཀའ་རང་ཚོས་  
ཁས་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མི་སྤྱིའི་བདེ་སྤྱིད་དེར་གལ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་བརྩིས་དགོས་པ་ཡིན། ཡ་ལྟ་བུ་པའི་ཆེ་མཆོག་གིས་ཕམ་གནང་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཅིག་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཆོས་  
ལུགས་དང་སོ་སོའི་ལུང་པ་ཕན་ཚུན་དབར་མི་ཡིས་བརྩོན་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་མིའི་མི་  
ཚོའི་ནང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད་པ་དང་། ཇི་སྲིད་མིའི་རིགས་རྒྱུད་གནས་པའི་རིང་དཀའ་ངལ་འདྲ་མིན་འཕྲད་  
རྒྱ་ཡིན་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཡང་རྒྱོ་ཕམ་པ་ཞིག་ལ་དཀའ་ངལ་མང་དཀའ་ཅིག་མི་ཡིས་བརྩོན་པ་གསུག་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱོ་ཕམ་དང་

ཐབས་སྐྱོ་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད།

ཡ་ལྟལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཨ་མེ་རི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲུབ་ལྟེ་ཐུགས་ཁུར་བཞེས་ནས་ (SEE LEARNING) བེས་ཡོན་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་བེས་ཡོན་དེ་འདས་པའི་ལོ་ཁ་གསལ་ནང་འགོ་འདུགས་གནང་ནས་སློབ་གྲྲ་ཚོའི་ནང་སློབ་བྲིད་བྱས་དང་བྱེད་ལུས་བཞིན། ང་ཚོ་སློབ་གྲུབ་ཞིང་དུ་ཡང་ལས་རིམ་དེ་གལ་ཆེ་དོན་ཆེན་ཞིག་ལ་བརྟེན་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་ས་ཆ་མང་པོར་དེ་ལག་བསྟར་གནང་བཞིན་ཡོད། ངས་དེའི་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ག་རེ་མཐོང་གི་འདུག་ཟེར་ན་ (SEE LEARNING) བེས་ཡོན་དེ་བཞིན་སློབ་གྲྲ་གཅིག་ཤུའི་ནང་དུ་སློབ་བྲིད་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འཛམ་གླིང་ནང་གི་མི་སྲུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ (SEE LEARNING) བེས་ཡོན་དེ་སློབ་སློབ་བྱས་ནས་རང་གི་དུས་རྒྱུན་མི་ཚེའི་ནང་ལག་ལེན་གང་ཐུབ་གནང་གལ་ཆེ། དེ་བཞིན་ཡ་ལྟལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་དེབ་ (BEYOND RELIGION) དང་ (ETHICS FOR A NEW MILLENNIUM) བོད་ཨིན་གཉིས་གཅོ་པོར་གྱུར་པའི་རྣམ་རྟེན་རིགས་མང་དག་ནང་བསྐྱུར་ཡོད་པས་ཚང་མས་སློག་ཐུབ་ཐབས་གནང་དགོས། ཡི་གེ་སློག་མི་ཐུབ་མཁན་ཚོས་ཀྱང་དུ་རྒྱ་བརྒྱད་སྟོང་དོན་གཅོ་པོ་རྣམས་མཇུག་ཏུ་དང་གསལ་རྒྱ་ཡོད་པས་ཚང་མས་ཐུགས་སྦྱང་གནང་དགོས། ལོ་གསལ་སྟོན་ནས་སྲུ་རྒྱ་པོད་བྱི་མ་གྱི་སློབ་དགེ་དག་དང་ཆེ་བརྟན་ལགས་ནས་དབྱ་འདུགས་གནང་བའི་ལས་རིམ་ཏུ་ལའི་ལྷ་མའི་བརྟེན་ཚུ་སློག་པ་པོ་ (READERS OF DALAI LAMA) ཡང་ན་ (RDL) ཞེས་པའི་ལས་རིམ་དེ་བརྒྱད་ནས་དགེ་སློབ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དཔེ་དེབ་གང་མང་སློག་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་མ་ཟེན། ལས་རིམ་འདི་ད་ཆ་ས་གནས་སམ་སློབ་གྲྲ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡང་ཁྱབ་ཏེ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།

སྤྱིར་དང་རང་ཚོ་རིག་གི་དགེ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྒྱུན་དུ་སློབ་བྲིད་བྱེད་པའི་སྐབས་སྤྱི་ཚོར་ཡོག་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གི་བཀའ་སློབ་ཟབ་མོ་རྣམས་སེམས་ལ་བཅངས་ནས་འཛོལ་ཚོད་དཔག་ཚོད་ཀྱི་སློབ་མ་རྣམས་བྱམས་ཅེ་ལུན་པའི་མི་ཞིག་དང་། བོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་བོད་མི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། རང་པའི་ལྷ་གྲུབ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་བའི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གལ་ཆེན་རྣམས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པའི་མི་ཞིག་ཡིང་ཐབས་དང་རེ་བ། མདོར་ན་ཡོག་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གི་དགོངས་པ་དང་མི་འགལ་བའི་མི་ཞིག་ཆགས་ཐབས་ལ་ལམ་སྟོན་བསྟེན་བྱ་འབད་བརྟེན་ཉིན་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གོང་དུ་ལུས་པ་ལྟར་སྤྱི་ཚོར་ཡོག་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གི་དགོངས་པ་གཞི་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་བོད་མི་ཚོས་ད་བར་ལག་ལེན་མ་བསྟར་བ་རེད་དམ་ཟེར་ན་དེ་འདྲ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མ་རེད། སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ཚོགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཕན་བྱ་མ་འགྲིགས་པ་དང་སྤྱི་ཚུན་རྒྱུང་ཅན་ཡིང་བཟོས་ཉིད་ཡིན། འོན་ཀྱང་བཟང་སྤྱོད་ནས་ལྷ་བ་ཡིན་ན་དེང་སང་གཞིན་སྤྱི་ཚོའི་ནང་ནས་མང་པོ་ཞིག་གིས་དངོས་གནས་མི་ཚང་མར་དགའ་བ་སྤྱི་ཐུབ་པའི་ཕྱག་ལས་བཟང་པོ་དེ་འདྲ་གནང་གི་ཡོད།

ད་ལོ་འཛམ་གླིང་ས་གནས་གང་སར་ཏོག་དབྱེད་ལེན་རིམས་བརྒྱུད་གྲུ་ (COVID 19) རྒྱུ་ཡམས་དེས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་ཐེམ་སྤངས་བཀའ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འཕྲད་ཡོང་བའི་སྐབས་དེར་བོད་པའི་གཞིན་སྤྱི་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་སྤྱི་སོགས་ས་གནས་མང་པོར་ཡུལ་མི་ཉམས་ཐག་མང་པོར་རོགས་པ་བྱེད་པ་དང་། རང་རེ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་རྣམས་ལ་གཞིན་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གཅིག་ནས་སེམས་པ་བཟང་པོའི་ཐོག་ན་ཞལ་འདེབས་སྤོང་ནས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱེད་ཐུབ་པ་དུ་རྒྱ་བརྒྱད་ང་ཚོ་ཚང་མས་མཐོང་ཚོས་སྲུ་གྱུར་ཡོད། ཁོང་རྣམས་སོ་སོའི་མིང་གི་ཆེད་དུ་བྱས་པ་རྩ་བ་ཉིད་ནས་རེད་བསམ་གྱི་མི་འདུག། ཕྱག་ལས་གནང་བ་དང་ཀུན་སྤོང་འབྲེས་སྤངས། བཀའ་མོལ་གནང་སྤངས་

སོགས་གང་ས་ཅི་ཐང་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཕན་ཁོ་ནའི་ཆེད་རེད་འདུག ང་ཚོ་ཚང་མས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་དེ་  
ཚོའི་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་ཡིན་ནའང་འདྲ་ང་ཚོ་མི་ཕན་ཚུན་སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་སྤང་སྤོང་མང་ཙམ་གྱིས་དགོས། ལྷན་ཐང་  
གྲ་མ་འགྲིགས་པ་དང་གནས་ཚུལ་སྦྱོར་བ་རེ་བྱུང་མཚམས་དེ་ཚོའི་སྐོར་ལ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་མི་དགོས་པ་དང་ཁྱབ་  
བརྒྱགས་ཀྱང་གྱུར་མི་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ལེགས།

གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་དུ་ལྷུས་ན་ (SEE LEARNING) མེས་ཡོན་དེ་སྤྱིར་བཏང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་དུ་སློབ་བྱིད་གྱིས་  
གྱི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ང་ཚོ་མི་ཚང་མས་སློབ་སློབ་དང་དོ་སྣང་གྱུར་དགོས་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཚོ་གཤི་ཡུག་དེབ་གལ་ཆེན་པོ་དེ་ཚོ་ང་ཚོས་སློབ་ཐུབ་ན་ཏེ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཆེ། སོ་སོའི་སློབ་མ་ཐུབ་ཀྱང་དེང་སང་  
སྤྱི་ཚོགས་དྲ་རྒྱ་ཡུལ་བཟང་མང་ལ་ཐུབ། དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་མ་ཐུབ་ཀྱང་གནོད་པ་མི་སྤྱིལ་བ་  
ཞིག་དེས་པར་དུ་གནང་དགོས། ང་རང་ཚོའི་ཁ་ནས་སྐད་ཆ་ག་རེ་ཐོན་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་སོ་སོར་རང་དབང་ཡོད་ཀྱང་བཀའ་  
མོལ་གནང་བ་དེས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གནོད་མི་སྤྱིལ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། ད་ལན་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ནས་གྲུས་པར་  
བརྗོད་གཞི་ཅ་ཆེན་དེའི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་ཚོག་ཁ་གས་ཤིག་གམ་ཡང་ན་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་ལུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་གནང་བར་སྨོང་ཐག་  
པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལུ།

མཐའ་དོན་ང་རང་ཚོའི་ཆེ་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་གནས་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཤི་སྤྱི་ཚོ་ཡུན་རིང་  
གནས་པ་དང་ཐུགས་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་བཞིས་གཙོས་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་དག་གོགས་མེད་རྒྱུན་འགྲུབ་ཡོང་བའི་  
སློན་འདུན་བཅས། །།

༼ཚ༽

ལྗེ་ལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཐོག་གསུང་བཤད་གནང་མཁན།

མཁན་པོ་ཀུན་དགའ། དཔལ་སྟག་ལུང་དཔོན།

འབྲུམ་རམས་པ་བསྟན་འཛིན་དེ་རྗེ། ཨ་རིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོས་དད་རང་དབང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་བླུང་པ།

དགེ་བཤེས་སློབ་ཐབས་ལྷ་བ། ནང་ཚོས་དགེ་ཅན།

དགེ་སློང་བསྟན་འཛིན་སློབ་གྲིས། མིན་རྩོམ་སློང་དཔོན་པའི་དགེ་འདུན་པ།

མཁན་པོ་ཀམ་ཚེ་བཏན། རུམ་བཏེགས་དཔོན་པའི་ལྷ་གྲུབ་སློབ་དཔོན།

རྣགས་པོ་སྟག་པ་དོན་གྲུབ། ན་ཤོད་ཤོད་བྲིམ་གྱི་ཤོད་དགེ།

ངག་དབང་ཚོས་འཕེལ། བོ་ཕུར་ཤོད་བྲིམ་གྱི་ཤོད་དགེ།



ཐབས་གནང་རྒྱ་འདི་ད་ཅང་གི་དགོངས་པ་རྒྱབས་ཆེན་དང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་འདུག་སྟེ། ལྷག་པར་འཛམ་གླིང་གི་  
བདེ་ཡོང་བ་ལ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་མེད་ན། འདིས་རྒྱུན་བྱས་ནས་འགལ་རྒྱུན་ཆེ་བོས་གིག་ཆགས་ཡོང་གི་ཡིད། ཆོས་  
ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་ལ་དད་མོས་ལུ་མཁན་གྱི་རྗེས་འབྲུང་པ་དང་། ཆོས་པ་ཚོའི་བར་མཐུན་འབྲེལ་དང་གྲུབ་བརྩེ་ལུ་རྒྱ་  
དེ། སྤྱིར་འཛམ་གླིང་གི་བདེ་དང་འགོ་བཅིའི་བདེ་སྦྱིད་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག ལྷ་བའི་ཆོས་ལུགས་དང་  
གྲུབ་མཐའ་དེ་ལ་དད་མོས་ལུ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་མང་ཆེ་བ། འཆིང་བ་ཀུན་ལྡན་ཉོན་མོངས་ཡིད་མཁན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་  
སྟབས། གང་ཟག་གི་སེམས་རྒྱུད་མ་དུལ་བའི་མ་རུང་བའི་སྦྱིད་པ་དང་། སྦྱོར་ཆ་ཚང་མ་གང་ཟག་དེས་དད་མོས་ལུ་སའི་ཆོས་  
ལུགས་ཀྱི་སྤོང་དུ་ཁག་བཞག་ནས་དབྱེ་བ་གསལ་པོ་མ་ཤེས་པར་གྲུབ་མཐའ་དང་ཆོས་ལ་ཕར་གཡོགས་ནས་ཆགས་སྡང་གི་  
རྒྱུན་གྱིས་འབྲུག་ཅོད་བྱུང་ནས་ཚང་མ་ལ་མི་བདེ་བ་སྣ་ཚོགས་སྦྱུན་གྱི་ཡིད། དེར་བརྟེན་ཆོས་ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའ་ལ་དད་  
མོས་ལུ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དང་། ལྷག་པར་འབྲེལ་ཡིད་དེ་དག་གི་མཚོན་བྱེད་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་པའི་མིང་འཛིན་པ་  
དེ་ཚོའི་སྣོ་གསུམ་གྱི་སྦྱོར་དེ་ཚོ་ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟུན་པར་བྱས་ནས་ཆོས་དང་དེ་ལ་དད་མོས་ལུ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་གཉིས་  
ཀྱི་སྦྱོར་རྣམས་མ་བསྐྱེད་བར་དབྱེ་བ་འབྲེལ་དགོས་རྒྱ་ད་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་དེད་བསམ་གྱི་འདུག སྤྱིར་ཆོས་  
ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་གི་གཞུང་ལུགས་རང་གི་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་ཕར་བཞགས་པ་ཡིན་ན། ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་  
དང་གང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཚང་མས་སྤྱི་འགོ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་འགོ་བཅིའི་བདེ་སྦྱིད་ལ་བསམ་སྣོ་གཏོང་གི་ཡིད་པ་དང་།  
སྤྱི་འགོ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྦྱིད་སྦྱུབ་པའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ཀྱི་ཡིད། ལྷ་བའི་དམིགས་ལུལ་ཁ་གསལ་ཡིད་པ་དེད། ཕལ་ཆེར་གཞུང་  
ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་ཆ་ །། དང་གངས་ཚུང་ །། ཅམ་རྩ་བའི་དམིགས་ལུལ་སོ་སོའི་གྲུབ་མཐའ་ནས་གསུངས་པའི་  
ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དང་། དཀོན་མཚོག་གི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་དེད་ལ། དེའི་རྒྱབ་རྫོངས་ལ། ལས་  
འབྲས་དང་། དག་སྤྱིག་སྤང་ལྡང་། སྤྱི་བ་སྤྱི་སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཡིད་པའང་ཚང་མས་གཅིག་གྱུར་བྱས་ནས་གསུང་གི་ཡིད།  
ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་གི་དམིགས་ལུལ་མཐར་ཐུག་སྤྱི་འགོ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་འགོ་བཅིའི་ཀུན་སྦྱིད་ངན་པ། མི་དགེ་བའི་  
སྦྱིད་པ་དེ་ཚོ་ཚང་མ་སྤོང་འགོག་བྱ་ཚུལ། བྱམས་བརྩེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། དགེ་  
བའི་སྦྱིད་པ་འདི་དག་ཉམས་སྲུ་ལེན་དགོས་ཀྱི་ཡིད་པ་དང་། གང་ལྟར་དགེ་སྤྱིག་ངོ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས། སྤྱིག་སྤོང་དགེ་སྦྱུབ་  
བྱ་དགོས་པའི་སྤང་ལྡང་དོར་གྱི་གནད་རྣམས་ལམ་སྤོང་གནང་གི་ཡིད་པ་དེད། གང་ལྟར་དམིགས་ལུལ་དེ་སྤྱི་འགོའི་བདེ་  
སྦྱིད་སྦྱུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱི་འགོ་ལ་ཕན་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་གསུག་དེད། དེ་བཞིན་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཆ་བཞག་པ་  
ཡིན་ནའང་གོང་དུ་ལྷུས་པ་ལྟར། དགེ་སྤྱིག་སྤང་ལྡང་ངོས་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱིག་སྤོང་དགེ་སྦྱུབ་བྱ་དགོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་གནང་  
གི་ཡིད་པའང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་འཛིག་ཉེན་གྱི་རྣམ་བཞག་དང་ཕྱང་ཁམས་སྤྱི་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་  
ཚོ་གསུང་ཡོང་དུས། འཛིག་ཉེན་བྱེད་པ་པོ་དང་། ལས་འབྲས། བདག་ཉེན་པ་གསུང་ཚུལ་གྱི་ལྷ་གྲུབ་རྣམ་གཞག་ ཐུན་བྱ་མ་  
མཐུན་པ་རེ་གཉིས་ཡིད་པ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་མ་དེད། དེ་ཚང་མ་འགོ་བཅིའི་ཁམས་སྣ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས་  
སོ། གཞི་རྩའི་དམིགས་ལུལ་གཅིག་ཡིན་པ་དང་བསྐྱབ་བྱ་གཅིག་ཡིན་པ་བྱམས་བརྩེ་དང་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱ་རྒྱ་དང་། དགེ་  
བའི་སྦྱིད་པ་དེ་ཚོ་གོང་དུ་ལྷུས་པ་བཞིན་སྦྱུབ་དགོས་པ་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡིད་པ་གསུངས་ཡིད། དེ་འདྲའི་ལོན་  
ཅང་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། ཕན་ཚུན་གྲུབ་བརྩེ་ལུ་མི་ཐུབ་པ་འདི་འདྲ་གང་ཡང་ཡོད་མ་དེད།

གྲུབ་མཐའ་ཁག་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནང་ང་ཚོས་ཚང་མར་གཅིག་གྱུར་གྱི་ལྷ་སྒྲུབ་སྤྱི་གཞི་ལྷན་མི་ཐུབ་པ་གང་ཡང་  
མེད། གཞི་རྩ་ང་རང་ཚོ་བོད་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་འདས་པའི་བྱུང་བའི་ནང་ཚོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྐབས་སྤྱི་གཞི་  
པོ་ཚབས་ཚེན་པོ་མང་པོ་བྱུང་ལྷོད་ཡོད། སྤྱིར་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ལ་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལུགས་དེ་དང་  
དེ་གྲུབ་མཐའ་དེ་དང་དེ་ལ་དད་མོས་བྱེད་མཁུག་གི་གང་ཟག་ཚོས་ཚོས་ལུགས་བེད་སྤྱོད་ལོག་པ་བཏང་བ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་  
ཆབ་སྲིད་པས་ཚོས་ལུགས་བེད་སྤྱོད་བཏང་བ། ཚོས་ལུགས་རྗེས་འབྲང་པ་ཚོས་ཆབ་སྲིད་པ་དང་ངན་འབྲེལ་བྱས་པ། རང་  
གི་སྐར་གྱི་འདོད་དོན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཚོས་ལུགས་བེད་སྤྱོད་ལོག་པར་བཏང་ནས་ང་ཚོས་ནོར་འཁྲུལ་ཚབས་ཚེན་གོར་བའང་  
ཡོད། གང་ལྟར་འཇམ་བུ་སྤྱིང་འདིའི་སྤྱི་འགོ་མཐའ་དག་ལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་གནོད་པ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེང་རབས་  
ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ན་བོད་ལ་ཚོས་བརྒྱུད་གྲུབ་མཐའི་བར་ལ་དེང་སྐབས་ཚང་མ་ཡག་ཐག་ཚོད་རེད། གནད་དོན་ཚེན་པོ་  
ཡོད་མ་རེད། ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་སྤྱིར་འཇམ་བུ་སྤྱིང་འདིའི་ནང་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་འཐེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་  
ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱབས་མཁོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་  
མཐའ་ཁག་གི་དབྱུགས་དང་། ལྷག་པར་དེ་དང་དེ་ལྷ་བྱུང་ཚོས་པའི་མཚན་གནས་ཡོད་པའི་མི་སྣ་མང་དག་ཅིག་དང་མཉམ་  
དུ་མཐུན་འབྲེལ་དང་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་ཐུགས་བརྩོན་གནང་བཞིན་པ་རེད། གང་ལྟར་སྤྱིར་འགོ་བཅིའི་བདེ་སྤྱོད་  
དང་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ཞི་བདེ། དེ་བཞིན་འགོ་བཅིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་འགོ་སྤྱོད་དང་ཁོར་ལུག་ཚུན་ཆད་ལ་གཏོར་བཞིག་  
མ་ཐེབས་པ་དང་། ཞི་བདེ་ལྡན་པ་ཡོང་བར་འབད་བརྩོན་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེད། ཡི་གུ། ལ་ཆེ། ཉིན་དུ་སོགས་  
གང་དང་གང་ཡིན་རུང་དེ་དག་གི་མི་སྣ་ཚོ་དང་མཉམ་མཐུན་ལམ་གནང་རྒྱ་དང་། འདི་དག་གི་གྲུབ་མཐའ་དང་གཞུང་ལུགས་  
ཁག་ལ་གུས་བརྩེ་དང་སྦྲོབ་སྦྲོང་གནང་རྒྱ། ལྷ་ཁང་ཁག་ལ་ཐེབས་པ་སོགས། ཁོང་ཚོའི་ཁམས་དང་མཐུན་པའི་མཇུག་པ་  
སྤྱི་ཚོགས་སྦྲོང་གནང་གི་ཡོད། ཚོས་ལུགས་དེའི་མཚོན་བྱེད་ལྷ་བྱུང་ཚོས་པ་གང་དང་གང་གི་ཆ་ལུགས་ཀྱང་བཞེས་གནང་གི་  
ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་དབྱུ་ལྷ་ཚུན་ཆད་མང་པོ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་མོ་ལ་དགའ་བྲགས་པ་གང་  
ཡང་མ་རེད། དེ་ནི་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་གྱི་གནད་དོན་དང་འགོ་བཅིའི་བདེ་སྤྱོད་དང་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ཞི་བདེ་ལ་ཕན་  
ཚུབས་སོགས་ཡོང་སྤྱད་དམིགས་པ་རེད། མཇུག་སྤྱོད་རང་གི་ཐོག་ནས་མིག་དཔེ་སྤོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོའི་དགོས་པ་དང་  
རྒྱ་མཚན་གཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅེད་བསམ་གྱི་འདུག ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་གང་དང་  
གང་ཡིན་ནའང་གོང་དུ་ལུས་པ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་དེ་དག་སྤྲོད་དང་གཅིག་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཡོང་གི་འདུག དཔེར་  
ན། སྤྲོད་ག་རེ་ཡིན་ནའང་ཐོག་མ་སྤྲོད་པས་སྤྲོད་དེ་བཟོ་སྐབས་སྤྲོད་དེ་ན་ཆ་དེ་མེད་པ་བཟོ་བའི་ཆེད་དང་ནད་འཇོམས་པའི་ཆེད་  
དུ་བཟོ་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤྲོད་རིགས་གཅིག་མཚན་པའི་སྤྲོད་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། རིགས་གཅིག་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད། རིགས་གཅིག་  
སྤྲོད་གི་སྤྲོད། རིགས་གཅིག་མིག་གི་སྤྲོད་བཅས་གྱུར་ཡོད། དེས་ན་མིག་གི་སྤྲོད་གི་མིག་གི་ན་ཆ་མེད་པ་བཟོ་ཡི་ཡོད། ཡིན་  
ནའང་འདིས་སྤྲོད་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་མེད་ཤོད་ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་མིག་གི་ན་ཆ་འདི་ང་ཚོ་མི་དགོས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
ཅང་མིག་གི་ན་ཆ་དེ་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་གྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་དེ་ལ་གཅེས་སྤྱི་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ལྷ་རྒྱུ་ཚོས་  
ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་ནའང་། གཙོ་བོ་འགོ་བཅིའི་སྤྱི་གཞི་བསྐྱེད་འཇོམས་པ་དང་ཕན་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཚོས་ལུགས་སྤྱི་  
ཚོགས་ཞིག་ཡོད། དཔེར་ན་སེམས་ཅན་ཁམས་དང་སྤྱི་སྤྱི་པ་སྤྱི་ཚོགས་དང་། ཁམས་དང་སྤྱི་སྤྱི་པ་ལ་འཆམས་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
ཚོས་ལུགས་མང་པོ་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་ཚང་མ་ལ་གུས་བརྩེ་ལྷ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཚོས་ལུགས་པ་ཚོས་རང་གིས་དད་པ་  
དང་དགའ་མོས་བྱེད་ས་ལ་གང་ཟག་གི་སྤྱོད་མ་འགོས་བར་བྱ་དགོས་པར་མ་ཟད་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་ཁ་བཏགས་



ཞིག་ལ་སྐྱབ་ཆ་སྤྱད་པ་ཡིན་ན་ཁ་བཏགས་དེ་མི་ལ་འབྲུལ་རྒྱ་གོ་ཚོད་ཀྱི་མ་རེད་ལ་མེད་པ་ལྟས་པ་ཡིན་ན་འདྲ་མཛེས་པོ་མེད་  
པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཀྱི་ནང་དུ་ཚོས་མིན་བསྐྱེད་པ་དང་། ཚོས་བྱེད་པ་ཚོས་རང་གི་སྤྱོད་དང་མིས་བྱ་ཡུལ་གྱི་  
ཚོས་ལུགས་ལ་མི་འགོས་པ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ། དེ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཟག་གི་སྤྱོད་དང་ཚོས་མིན་ཚོས་ནང་འདྲེས་ནས་ཚོས་  
ཀྱི་ངོ་གདོང་གཙང་མ་ཡིན་པ་དང་མི་ལེགས་པའི་མཐོང་ཚུལ་དང་སྤང་ཚུལ་སྲོལ་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ཀྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་གཞོན་  
ནས་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་ཆགས་ཉེན་མ་ཟེན། སྤོར་དུག་ཏུ་གྱུར་བ་བཞིན་སོང་ན་ཕངས་པོ་རེད། ཅུ་བའི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་  
གང་དང་གང་ཡིན་པ་ཡིན་ནའང་། རེག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་དགེ་སྤྱོད་སྤང་བའི་རྣམས་གཞན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་།  
དགེ་སྤྱོད་སྤང་བའི་གཞན་དགོས་པའི་ལམ་སྤོར་གཞན་དང་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་གསུང་གི་ཡོད། འགོ་  
བཟོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་རང་རང་སོ་སོའི་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་བདེ་ལྟས་འདེགས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་རང་ཆོད་  
གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་དམིགས་བསལ་དེ་ལ་མ་དག་པ་དང་སྤྱོད་ཡོད་པ། ང་ཚོས་གསུམ་བཅུ་ལྷ་མི་བྱབ་པ་གང་ཡང་ཡོད་  
མ་རེད། དེར་བརྟེན་རང་གི་ཚོས་ལུགས་གང་དང་གང་ཡིན་ནའང་གཞི་རྒྱའི་དམིགས་ལུལ་དང་བསྐྱབ་བྱ་གང་གཞན་གི་ཡོད་  
པ་དེ་ངོ་ཞེས་པའི་ཐོག་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་རྒྱུ་དང་ལག་ལེན་བསྐྱར་རྒྱ། སྤང་སྤོབ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཚུང་ཆག་ནས་བྱིམ་  
ཚང་ཡིན་ནའང་རེད་ཚོས་ལུགས་ཡིན་ནའང་རེད་བྱེད་སྤོར་མིན་སྤོར་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་བྱེད་སྤོར་ཁག་སྤོར་བའི་སྐབས་  
སྤྱད་དུ་འགོའི་ཆོ་སྤོར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དུད་འགོའི་སྤོར་ལ་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དམར་ཟས་རིགས་མངོན་  
ཚོན་ཚོན་པོ་དང་། སྤོབས་ཆེན་པོའི་ངང་བྱ་བ་དང་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ཞེས་མི་ཞེས་ཀྱི་བྱེད་པར་མེད་པ་རེད།  
གཞན་ཞིག་གིས་བཏུས་ཡོང་བ་ཡིན་ན། ནང་པའི་སྤོབ་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཟེར་གྱི་འདུག་སྟེ། ཡིན་ནའང་ཁོང་ཆོད་བྱེད་  
སྤངས་དང་བཟུངས། སྤོབ་སྤངས་ལ་བཏུས་ན། འཆོམ་པོ་ཞིག་མི་འདུག་ཕལ་ཆེར་ནང་པའི་ཚོས་ཟེར་ནའང་འདི་འདྲ་ཞིག་  
མིན་འགོ་སྤོར་པ་བྱུང་ནས་དད་མོས་བྱེད་མཁན་གྱི་མ་དག་པའི་སྤོབ་དེ། ཚོས་ལུགས་ལ་བཀའ་སྤོབ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤང་བརྟན་  
ནམ་གཟུགས་བརྟན་དེ་མཐོང་ཚུལ་མི་ལེགས་པ་ཡོང་ཉེན་ཡོད། དེ་ལྟར་མི་ཡོང་བ་བྱ་དགོས་པ་མ་ཟེད་གཟབ་གཟབ་བྱེད་རྒྱ་  
དུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ་ཟེར་རྒྱུ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིང་བཅུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།

༧ ལྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སྤོབ་བཞུགས་པ་གཅིག་ཞིི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་དེ་ཆོ་སྤོབ་མ་བཞག་པར་དེ་ཆོད་  
ནང་གི་དོན་དག་ག་རེད་བསྟན་གྱི་འདུག་བསྐྱབ་བྱ་གང་གཞན་གི་འདུག་དེ་ཆོ་ལ་སྤོབ་སྤོབ་བྱ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་དུ་བཅི་གཞན་  
གི་ཡོད་པར་བརྟེན་ང་ཚོ་ཆང་མས་སྤོབ་སྤོབ་བྱས་ནས་ནང་པའི་ཚོས་དེ་ངོ་ཞེས་པ་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་རང་ཆོད་  
གོམས་གཞེས་ནང་ལ་ཚོས་སྐྱབ་ཡིན་ཟེར་ནས། རྒྱ་བོད་ཉེར་གསུམ་གྱི་ལྷ་འདྲེ་སོགས་ལ་གསོལ་མཆོད་བྱེད་རྒྱུ་མང་པོ་ཡོད་  
པ་དེ་དག་གིས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་སྤོབ་ཀྱི་རེད་བསམ་སྤོབ་ཉན་ཉན་ཞིག་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། གཅིག་  
བྱས་ན། ལྷ་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ལྷ་འདྲེ་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་རེད། གང་ལྟར་མངོན་བསྐྱབ་ན་ལྐབས་  
མགོན་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སྤོབ་སྤོབ་དོར་ལམ་སྤོབ་སྤོབ་བ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་ཆང་མས་ང་རང་ཆོ་འགོ་བ་  
མེད་རིགས་ཀྱི་སྤོབ་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་བཞིན་ཡོད། སེམས་ཅན་ཆང་མ་ཁམས་དང་མོས་པ་སྤོབ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པ་  
ཡིན་སྤོབས།རང་རང་སོ་སོའི་ཁམས་དང་འཆོམས་པའི་ཕན་བདེ་སྐྱབ་བྱེད་གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ཁམས་དང་མོས་  
པ་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལུགས་འདྲེ་མིན་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་ནའང་གྲུབ་  
མཐའ་དང་། ཚོས་ལུགས་རང་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ངོས་ནས་ཐུན་མོང་དུ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་མཁན་གཅིག་

པ་ཡིན། ང་ཚོས་ངོས་ནས་དབྱེ་བ་མ་སྟེ་བར་ལྟ་ལྟངས་གཅིག་པ་ལྟ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་དུ་བརྟེན་དགོས། ཚོས་ལྷགས་པ་དེ་  
དག་ཀྱང་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་འབད་མཁན་གཅིག་མཚུངས་རེད། དེ་འདྲའི་ན་ཚང་ཚོས་པ་དང་ཚོས་ལྷགས་  
ཚང་མ་ལ་གུས་བརྩིས་ལྷུ་ལྷུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེར་བརྟེན་ཚང་མས་གང་ལྟར་སྐྱབ་བྱ་དངོས་བདེ་སྐྱིད་དང་འཇོམ་སྦྱང་ཞི་  
བདེ་བསྐྱུན་རྒྱ་རེད། ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་དང་མདོར་ན་སྐྱབ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་མཛད་པ་  
མཐའ་དག་གང་ལྟར་འཇོམ་སྦྱང་ཞི་བདེ་དང་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ལ་ཕན་པའི་བདེ་སྐྱིད་དང་འགྲོ་བ་མེད་ཀྱི་ཚོགས་མཐུན་ལམ་ཡོང་  
སྟེ་རེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་མི་དང་འབྲེལ་ཡོད་སློབ་ཆགས་དེ་བཞིན་ཁོར་ལུག་སྐྱབ་སྐྱོབ་སོགས་འདི་འདྲའི་གནད་དོན་  
ཆགས་ཡོད།

ང་ཚོ་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་སློབ་མ་ཡིན་བསམ་པ་དང་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཚོར་གྱི་  
ཡོད་ན། ག་རེ་གནང་དགོས་སམ་ཞེ་ན་གསུང་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཕན་པའི་ལན་དུ་མཚོང་བ་བྱ་བ་ནི། །བསྟོན་པའི་ཚོག་  
བཞིན་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཡིན། །ཞེས་ཡོད། ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེ་འགྲོ་སྐྱེ་དང་། འཇོམ་སྦྱང་བདེ་  
སྐྱིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཀའ་སློབ་ལྟར་དོར་ལམ་སྟོན་སྐྱེལ་བ་མ་ཟེད། མིག་དཔེ་བསྟན་ནས། འབད་བརྩོན་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་  
དར་སྐྱེལ་བཏང་ནས་བཀའ་དྲིན་ངོ་ཤེས་པ་དང་འཇལ་དགོས་ཡོད་ན། རྒྱ་དངོས་པོ་ཡར་སྐྱེལ་ནས་བཀའ་དྲིན་འཇལ་ཡིན་  
ཟེར་བ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དྲིན་ལན་འཇལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ན། བཀའ་བཞིན་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་འདི་ཡིན།  
ལྷ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གིས་བཀའ་སློབ་ལྟར་དོར་གནང་བ་དེ་ང་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཕན་པའི་ལན་དུ་  
ཕན་པ་བྱས་ཟེར་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། དྲིན་ལན་འཇལ་བ་ཟེར་གྱི་ཡོད་ནའང་རེད། གང་ལྟར་དེ་ག་རང་ཡིན། ལ་སྐྱབས་  
མགོན་རིན་ཆེ་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་བར་ལ་གུས་བརྩིས་ལྷུ་བ་དང་། མཐུན་སྦྱོར་གནང་དགོས་རྒྱུ། གཞི་  
རྩའི་འགྲོ་བ་མེད་ཀྱི་བམས་བརྩེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བཟང་པོའི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ཡ་རབས་སྦྱོང་ཚུལ་དེ་དག་གོང་མེད་གཏོང་དགོས་  
ཀྱི་ཡོད་པ། ཡ་རབས་དང་དྲང་བདེན་དང་རུལ་སྐྱངས་མེད་པ། མ་རབས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་སྦྱོན་འགོག་གྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་བཀའ་སློབ་ལྟར་དོར་ལམ་སྟོན་མང་པོ་སྐྱེལ་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་  
དད་མོས་ལྷས་སའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ངོ་ཤེས་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ། ཚོས་ལྷགས་གཞན་ནས་གསུང་པའི་  
བསྐྱབ་བྱ་དང་ལྟ་བུ་བདེ་ཚོ་ངོ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་གུས་བརྩིས་ལྷུ་དགོས་སྐོར་བཀའ་སློབ་གང་གནང་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་ཚུལ་  
བཞིན་སྐྱབ་དགོས་པ་གལ་ཆེན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཕལ་སྐད་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་ལམ་སྟོན་  
བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་པ་ཁག་དགོས་པ་དང་དམིགས་ལུལ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས། གང་སྐྱབ་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་ཐོག་ནས་ལག་ལེན་  
བསྟར་རོགས་ཞེས་འཕོད་སྐྱེལ་ལྷུ་ཡི་ཡོད། ལྷགས་རྗེ་ཆེ། །



**ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྤྱི་ཐོག་འབྲམ་  
རམས་པ་བསྟན་འཛིན་རྗེ་རྗེ།**

**ཨ་རིའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོས་དང་རང་དབང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཙུག་ལྷན་པ།**

༡༡། །གངས་ཅན་ལྷ་གཅིག་འཕགས་མཚོག་ཕྱག་ན་པ་རྩོམ་བཅོམ་དུར་སྤྱིག་གར་གྱི་རྣམ་པར་རོལ་པ་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་མོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་དང་འབྲེལ་གུས་འདུད་དང་བཅས། གཞིས་ཁྲིམས་གཉིས་སྲུ་གནས་པའི་བོད་རིགས་སྤྱི་ཚོང་མར་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་བའི་འཚམས་འདྲི་ལྷ། གུས་པ་བསྟན་འཛིན་རྗེ་རྗེ་ཡིན། ངའི་ལས་གནས་ནི་ཨ་མི་རི་ཀའི་ཁ་ལི་ཏྲོ་ཏི་ཡ་ (CALIFORNIA,USA) རང་གཙུག་ལག་སྤྱོད་ཁང་ཉི་ཤུ་ཅུ་གསུམ་ཡོད་པའི་གས་ནས་གོང་ཁྲིར་ཕྱོལ་ཁོན་ (FULLERTON) རང་ཡོད་པའི་གཙུག་ལག་སྤྱོད་ཁང་ནང་གི་རྒྱ་ནག་རིག་པའི་བྱེད་སྤྱོད་དཔོན་གྱི་མིང་གནས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན། བོད་མིའི་སྤྱིག་འཇུགས་ནས་ཉིས་སྟོང་ཉི་ཤུ་ཐམ་པའི་ལོ་འདྲིའི་ནང་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ལ་སྤྱང་བཅུ་ལྷ་བཞིན་པ་དང་། ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ལ་བཏམ་བཤད་གོ་སྤྱིག་གནང་སྟེ་ང་ལ་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་གཉིས་པ་སྟེ། ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་དམ་གཙང་གི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་བོད་རོགས་ཞེས་གཞིན་སྐྱེལ་གནང་བུང་བས་བོད་མིའི་སྤྱིག་འཇུག་གི་ཞལ་ངོ་མ་རྒྱོག་པ་དང་སོ་སོར་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ནའང་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་གྱི་ཞོ་གས་འཚོ་བའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན། སོ་སོས་གཚོད་ལྷ་ཕྱབ་མེན་ལ་མ་རྩོས་པར་ཡ་ཤོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་དང་བརྟེན་གཞི་དེའི་ཐོག་ཚོག་རེ་གཉིས་ཤིག་ལྷ་རྒྱུའི་སྐལ་བཟང་གི་གོ་སྐབས་ཤིག་ལ་ངོས་འཛིན་ལྷས་ཏེ་ཚོག་འགའ་གས་ཤིག་ལྷ་ཚོག་པ་གནང་རོགས་གྱིས།

ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་རེད། ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐྱེ་གསུང་ཕྱགས་ཀྱི་མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་དེ་དག་བདག་ལྷ་བྱས་བསམ་མོད་པ་དང་ལྷ་མོད་པ་ག་ལ་ཡོད། རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལ་སྐྱེ་མཐུན་གྱི་ཞལ་ངོར་མོ་ནས་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སྐོར་ལ་ཡང་ཡང་བཀའ་སྤྱོད་སྐྱེལ་བར་བརྟེན།

ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིས་ཡ་རྒྱལ་བའི་མཇུག་འཕྲིན་གྱི་སྤྱིང་བཅུད་མཚོན་པར་ངོས་འཛིན་ལྷ་གི་ཡོད།དེ་ཡང་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་སྟེ། འགོ་བམའི་ལྷན་སྤྱོད་བྱམས་བཅའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་བཏང་བ་བརྒྱུད་འགོ་ཀུན་ཕན་བདེར་དགོད་ཐབས་མཇུག་བཞིན་པ་ཡིན། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི། ཚོས་ལྷགས་རིས་སྲུ་མ་ཆད་པ་ཕྱགས་མཐུན་ཁྲིམས་གཙང་ཡོང་རྒྱ་དང་།ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ནི། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཕྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། སྐད་ཡིག་ཁོར་ལྷག་དང་བཅས་པ་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་། མེ་ཉམས་རྒྱུད་འཛིན་གནང་རྒྱ་དེ་རེད། ལྷག་པར་ཉེ་བའི་ཆར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་སྟེ།སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་གཙུག་པོར་གྱུར་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་ལྷགས་བཤད་དེ་དག་སྐར་གསོ་མཇུག་རྒྱ་ཡིན་པ་བཀའ་སྤྱོད་སྐྱེལ་ཡོད། སྐབས་བབ་རང་ཉིད་སྐར་གྱིས་ལྷ་ཚུལ་ལ། སྤྱི་ཞོར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་རིས་སྲུ་མ་ཆད་པའི་མཐུན་འབྲེལ་དམ་གཙང་གི་ཐོག་ལ་སྐབས་ཆེན་གྱི་མཇུག་འཕྲིན་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་སྤྱོད་ལྷས་ཡིན། དེ་ཡང་རིགས་པའི་རྒྱབ་རྟེན་ལ་གཞི་བཙོན་པ་

ནས་ལུས་ན། ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གིས་དུས་དྲུག་ཏུ་བཀའ་ཚིག་དབྱ་འཇུགས་མ་མཛད་གོང་། འཛམ་  
སྐྱིང་ནང་ལྷ་གྲུབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཁག་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་ནི་མིའི་ཁམས་དང་བསམ་པ་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་  
པ་དེ་དག་ལ་དུ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་ཚོས་འཛམ་སྐྱིང་ཡོངས་རྫོགས་  
འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པར་བཞེས་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དཔེར་ན་ལེ་ཤུ་དང་། ཉིན་རྒྱུ་  
ཁ་ཆེ་སོགས་ཚུད་ཅིང་། གཞན་ཡང་ནང་པ་དང་གཅེར་བུ་པ་བཅས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད། ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་  
བ་ཚམ་མ་བཟད། མཐའ་ན་འགལ་ལྷ་མང་པོ་ཡོད་ཚོག་ཀྱང་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ།བཟོད་སྲན་སོགས་  
གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ་གསུང་བ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། ཞེས་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་  
སྣུལ་ཡོད། སྐོར་གྱིས་ཚོས་ལུགས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་དད་པ་དག་སྣང་བྱས་མིན་ཟེར་བ་དེ་ནི་སོ་སོའི་སྐོར་གྱི་རང་དབང་ཡིན་  
ཞིང་།འོན་ཀྱང་ཚོས་ལུགས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གུས་བརྩེ་བྱ་དགོས་པ་དང་ཡོད་རང་བྱ་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གཞན་འགག་ཡོད་པའི་བཀའ་  
སློབ་སྣུལ་ཡོད། དཔེར་ན་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པའ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱིས་མཛད་པའི་ནང་པའི་གཞུང་ནང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་  
ཁས་ལེན་མི་བྱེད། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐོག་ནས་  
འགྲེལ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིགས་མཚུངས་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་ལས་བཟང་ངན་ཡོངས་  
རྫོགས་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བྱས་པར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་ཚེས་བྱེད་སྐབས། དེ་ལྷ་བྱ་བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱིས་ང་ཚོ་  
ཚང་མ་བཀོད་པ་ཡིན་སྐབས་ང་ཚོ་ཚང་མ་དགོན་མཚོག་གཅིག་གིས་བཟོས་པའི་བྱ་སྤྱུག་གཅིག་པ་ཆགས་པ་དང་། ཁོང་གི་བརྩེ་  
བ་དེའང་ང་ཚོ་ཚང་མར་དབྱེ་བ་མེད་པར་བྱུང་ཡོད་པར་ཡོད་ཚེས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་དགོན་མཚོག་གཅིག་གིས་  
བཟོས་པའི་ང་ཚོ་བྱ་སྤྱུག་ཕན་ཚུན་བར་སྐབས་རེ་འགྲིག་མ་འགྲིག་གི་རྩོད་པ་ཏོག་ཚམ་ཤོར་ནའང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འཁོན་  
འཇིག་བྱགས་ཆེན་པོ་བྱེད་མི་རུང་བ་དང་། ལྷག་པར་འཆོ་བའི་ལས་བརྩེ་མ་མི་རིག་པ་གསུང་བཞིན་ཡོད། ལྷ་ཚུལ་དེའི་འོག་  
ནས་འཛམ་སྐྱིང་ཞི་བདེ་སྐྱུན་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་དུ་ཅང་ཡོད།

སྤྱི་ནོར་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གིས་འཛམ་སྐྱིང་ནང་ཚོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་  
ཡིན་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྣུལ་ཡོད། དཔེར་ན། གསོལ་ཚོགས་ཤིག་ལ་མཚོན་ནའང་ཟས་རིགས་སྡེ་འཛོམས་ཤིག་ཡོད་ན་ཞལ་སྡོ་  
བ་དང་སོ་སོར་གང་འཕྲོད་པ་དང་། འདོད་བབ་ཡོད་པ་བཞེས་ཚོག་ཅིང་། གལ་ཏེ་ཞལ་ཟས་སྡེ་ཁ་གཅིག་ལས་མེད་ན་སྡེ་གཅིག་  
དེ་ཇི་ཅམ་ཡག་པོ་ཡོད་ཀྱང་མི་ཚང་མའི་སྡོ་ལ་ལ་བབ་པ་ཞིག་ཡོང་ཁག་པོ་རེད། འཛམ་སྐྱིང་ནང་ཚོས་ལུགས་འདྲ་མིན་མང་པོ་  
ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་མིའི་བདེ་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་རེད། རང་ཉིད་ཚོས་ལུགས་གང་ལ་མོས་པ་ཡོད་  
པ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཡོད་ཚེས་དང་གུས་བརྩེ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཀའ་སློབ་སྣུལ་ཡོད། གཞན་ཡང་ལ་ཤོང་ས་  
ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གིས་དཔེ་གཉིས་པ་ཞིག་བཞག་གཞན་མཛད་པ་ནི། མེ་ཏོག་ལུ་མ་རར་དཔེ་བཞག་ནས་ལུ་མ་  
རའི་ནང་མེ་ཏོག་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ན་སེམས་ནང་སྤྱི་སྤྱིད་འཕེལ་ཞིང་། ལུ་མ་རའི་ནང་མེ་ཏོག་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་མེད་ན།  
ཇི་ཅམ་མཚར་སྤྱུག་ལུ་མ་ཡང་མེ་ཏོག་སྡེ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། སྤྱིགས་མཚུངས་ཚོས་ལུགས་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་  
གང་ཟག་སོ་སོར་ཁམས་དང་མོས་པ་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལུགས་  
ཚང་མར་གུས་པ་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ་ཡིན་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྣུལ་ཡོད། དེ་སྤྱི་ལ་ཤོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གི་རྩེ་རྒྱལ་དུ་  
ཡང་ཡང་ཆེབས་སྐྱུར་བསྐྱུར་བསྐྱུངས་པ་དང་། སྤྱི་རྒྱལ་བཙོང་རང་གི་ཕ་མེས་ནས་དར་བའི་དུ་ཏོ་ཁོ་རི་ཤོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་

ཉམས་ལེན་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡིད་པ་ལམ་སློན་མཛད་ཡིད། ཚོས་ལྷགས་བརྗེ་པོ་རྒྱག་རྒྱ་དེ་རྫོག་དྲ་ཏ་ཅང་ཆ་པོ་ཡིད་ཀྱང་མི་རེ་  
བྱང་གིས་སོ་སོའི་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཚོས་ལྷགས་གཞན་ཞིག་གི་རྗེས་སྲུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་གནས་  
ཚུལ་ཐ་དད་རེད། སྤྱིར་བཏང་ཚོས་ལྷགས་བཅོན་བརྒྱུར་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཅུ་བ་ཉིད་ནས་ཡག་པོ་མཛད་པ་མ་བཟང་འཕྲོད་ཀྱི་མཛད་  
སྐོར་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཡོད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་དར་སའི་ས་ཁྲུལ་དེ་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་དང་། སོག་པོ། རྒྱ་ནག་ མི་ཉི་མམ།  
ཕྱོད་ནམ་སོགས་ལ་མཚོན་ན། ས་མེས་ནས་ནང་པ་ཡིན་སྐབས་དེ་དག་ལ་ནང་ཚོས་དེ་འཕྲོད་པ་དང་། དེར་ང་ཚོས་གྲུས་བརྗེ་  
བྱེད་ན་ཡག་པོ་ཡིད། ཅས་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་བ་དེ་དག་ནི་ཏ་ཅང་བྱགས་ཡངས་དཀྱུས་ཆེའི་དགོངས་བཞེས་མཛད་སྤྱིགས་ཤིག་  
ཡིན། བཀའ་སློབ་དེ་དག་ནི་འཛམ་གླིང་ཞིར་ཡང་ཏ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་རེད་དྲན་གྱི་འདུག

དེ་བཞིན་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་འཛམ་གླིང་ནང་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་སྤེལ་  
ཆེད་ཚོས་ལྷགས་འདྲ་མིན་གྱི་དབྱ་བྲིད་ཁག་དང་རྣམ་ཚོགས་མཛད་པ་མ་བཟང་། ལྟམ་རེ་རྣམ་ཚོགས་ཆེད་མངགས་གོ་སྐྱོག་  
ཀྱང་ཞུས་གནང་མཛད་པའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མཛད་ཁུར་རྒྱ་ཆེར་སྐྱོང་བཞིན་ཡོད། མཛད་འཕྲིན་དེ་དག་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་  
པའི་གནད་ཆེ། ཕན་ཚུན་དངོས་སྲུ་བྱག་འཕྲད་ཅུ་བ་ནས་མ་བྱས་པ་དང་། འགྲོགས་འདྲིས་རིགས་གང་ཡང་མཛད་པར་ཁེར་  
རྒྱུ་བརྒྱུད་པ་ཡིན་ན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རྒྱས་ཡོན་མ་བྱུང་བ་དང་། ལྟམ་རེ་ཕན་ཚུན་བར་དོགས་པ་རྣམ་ཚོགས་འདྲ་མིན་  
བྱུང་མི་སྲིད་པའང་མིན་སྐབས། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་ཕན་ཚུན་བྱགས་མཐུན་ཡོང་དགའ། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མར་བཟང་པོའི་རིན་  
ཐང་ཡོད་པ་རེད། རིན་ཐང་དེ་དག་ལས་ང་ཚོས་ལེགས་ཆ་ལེན་བྱུང། ལེགས་ཆ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱངས་ནས་རང་གིས་  
ཁས་ལེན་མི་བྱུང་བའི་རིགས་ཡོད་ཆེ་དེར་སྐྱོན་བརྗོད་བྱེད་དགོས་མཛད། བཏང་སློམས་སྲུ་བཞག་ན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱིལ་ལ་  
ཕན། གཞན་ཡང་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ཁག་གི་ལྷ་ཆེན་དང་གཞན་ཡང་ཚོས་པ་ཚོས་  
ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་གནས་ཆེན་ཁག་ཏུ་གནས་སྐོར་ལ་ཕེབས་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་ཡིན་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཡོད། དེ་རྣམ་  
ཞལ་ཞེ་གཉིས་མཛད་གྱིས་ལ་སྐྱེ་མཐུན་རང་ཉིད་ནས་ཀྱང་ཚོས་ལྷགས་རིས་མཛད་གྱི་གནས་ཆེན་འདྲ་མིན་ཁག་ལ་གནས་གཟིགས་  
མཛད་ཡོད། དཔེར་ན་རྒྱ་གར་ནང་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ལ་སྐྱེ་མཐུན་གྱིས་བྱགས་ཉམ་རྒྱུང་བའི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་ཆེ་དང་དེ་ནི་  
དུ། ཇི་ཞ། སོག་ པར་སོ་སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་གནས་གཟིགས་སྲུ་ཕེབས་པ་མ་བཟང་། ཚོས་ལྷགས་སོ་སོའི་ལྷ་ཁང་ནང་སོལ་  
རྒྱུན་སྲུག་སློལ་གནང་སློལ་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་གྲུས་འདུད་ཆེན་པོ་ཉམས་བཞེས་མཛད་ཡོད། དཔེར་ན་མགོན་པོ་གང་ཉིད་  
གྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༥ ལོར་ཨིང་རེ་ལ་དུ་ཇི་ལྷ་ཁང་ནང་ལ་གནས་གཟིགས་མཛད་ཡོད། དེ་ཡང་མགོན་པོ་མཚོག་སྐྱེས་  
གྱི་གཟིགས་རྒྱུ་ལ་ནས་ནང་པའི་ཚོས་དེ་ཡག་ཤོས་དང་འཕྲོད་ཤོས་ཡིན་ཡང་གང་ཉིད་གང་དུ་ཕེབས་ཀྱང་ནང་པའི་ཚོས་ཡག་  
ཤོས་རེད་བཅས་ཅུ་བ་ནས་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཕྱོད་མཛད། དེ་ལས་ང་ཚོས་སྤྱོད་ལེན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་མགོན་པོ་  
གང་ཉིད་གྱིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱིལ་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་སྐབས་རྒྱ་གར་དཔེར་འགོད་གནང་མཛད་ནས། རྒྱ་གར་ནང་  
ལ་མཚོན་ན་དེ་དྲུག་སོག་ ནང་པ། གཅེར་བུ་པ་སོགས་གདོད་མའི་ཚོས་ལྷགས་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་ནས་རྒྱུར་  
དར་བའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱང་ཡོད། ལྟམ་རེ་ཕན་ཚུན་མི་མཐུན་པའི་རྫོག་དྲ་ཕན་བྱ་ཡོང་སྲིད་ཀྱང་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་ཚོས་ལྷགས་  
དེ་དག་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་རང་གནས་ཡོད་སྐབས་འཛམ་གླིང་གཞན་ལ་སྤུལ་བྱུང་གི་མིག་དཔེ་བཟང་པོ་ཞིག་སློན་བྱུང་བ་  
དང་། ལྟམ་པར་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཐོག་ལ་རྒྱ་གར་བ་ཚོས་རྐང་འགན་ལེན་དགོས་པའི་དགོངས་འཆར་འདོན་གནང་  
མཛད་ཡོད། རང་ཉིད་ལྷ་བྱར་མཚོན་ན། ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བྱགས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱབས་ལ་བརྟེན་ནས།  
ཨ་རིའི་གྲོས་ཚོགས་འོག་མའི་ཚོགས་གཙོ་རྣམས་སྐྱེན་ན་སི་པོ་ལོ་སི་གི་མཚོག་གིས་གྲུས་པའི་མིང་འདོན་གནང་རྗེས། ཨ་རིའི་

ཀྱུ་སྤྱི་ཚོས་དད་རང་དབང་ལྷན་ཚོགས་ནང་ངས་ལོ་བཞི་འདྲི་རིང་དང་སྐབས་འབས་སྤྱི་ལུས་པ་ཡིན། འགན་འཛིན་མི་དགའི་  
གསལ་ལ་བརྟུན་ནས་ལས་ཀ་མཉམ་རུམ་བྱས་པ་མ་ཟད། འགན་འཛིན་གྱི་ཚོགས་གཙོ་ཡང་ལོ་བཞི་བྱེད་མྱོང་ཡོད། འཛམ་  
གླིང་ནང་ཚོས་དད་རང་མོས་དེ་གནད་འགག་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག་ཅེས་ང་ཚོས་དངོས་ཤུགས་བརྗེད་གསུམ་ནས་ལས་འགུལ་  
སྲིབ་བཞིན་ཡོད། སྤྱི་ཚོས་བྱེད་དང་མ་བྱེད་ནི་མི་སྐར་སོ་སོའི་རང་དབང་རེད། གང་ཡང་བཤད་རྒྱ་མེད། གལ་ཏེ་ཚོས་  
བྱས་པ་ཡིན་ན་རང་གི་སྤོང་པས་གང་གསུངས་པ་དེ་དག་གང་ཐུབ་ཉམས་ལེན་བྱ་རྒྱུ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད། ཚོས་ལུགས་  
གཞན་ལ་དམའ་འབབས་བྱེད་པ་དང་མཐོང་ཚུང་དང་ཁྱད་གསོད་རིགས་བྱེད་ན་ཡག་པོ་རྩ་བ་ནས་མེད། རྫོ་ཕམ་པ་ཞིག་ལ་  
ཚོས་མིང་འོག་ནས་འཛམ་གླིང་ནང་རྫོག་གྲ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་པ་ནི་དཔེར་ན། ང་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྐྱེད་དང་སྐབས་  
གི་ལས་འགན་ཐོག་ནས་གཞུང་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏེ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་འདྲི་བྱེད་མ་ཐུབ་ཀྱང་འབར་མའི་ནང་གཞུང་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་  
སྤྱོད་བྱས་པ་ཡིན། འབར་མའི་ནང་གནད་དོན་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ནི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་རེད་འདུག། སྤྱི་ཚོས་འབར་མ་དེ་  
བཞིན་ནང་པའི་ཀྱུ་ལ་ཁབ་ཅིག་རེད། ཡུལ་དེར་གངས་རྒྱུང་མི་རིགས་གང་མཚམས་ཁ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་རྗེས་སྤྱོད་འབྲང་མཁན་  
རོ་ཉིན་གྱི་རེད། དེ་ཚོར་གདུག་རྩུབ་བཏང་བ་དེར་ཡང་ཚོས་ཀྱི་གནད་དོན་ཁོ་ནི་མིན་པར་ཆབ་སྲིད་ཀྱང་འདྲེས་ནས་ཡོད། དེ་  
འདྲའི་འོག་ནས་རྫོག་གྲ་ཅང་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད། ཁོ་རང་ཚོའི་ཚོས་ལུགས་རང་དབང་ལ་དོ་སྤོང་བཏང་བ་དེ་ཏག་ཏག་  
སྤོང་གི་མེད་ཅེས་ཨ་རིའི་ཚོས་དད་རང་མོས་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཀྱུ་ལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཚོས་ལུགས་ལྷ་  
ཆེན་འདྲི་མིན་དང་། དེ་བཞིན་འབྲེལ་ཡོད་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ལ་ང་ཚོས་གོས་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་བསམ་ཚུལ་བཤད་ནས་ལས་འགུལ་  
སྲིབ་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ཨི་རག་ནང་ཁྲུལ་སྤྱན་ནི་ SUNNI དང་གི་ཡ་ SHIA གཉིས་བར་མི་མཐུན་པ་དེ་ནི་ཚོས་ལུགས་  
གཅིག་གི་ནང་ཁྲུལ་མི་མཐུན་པའི་གནད་དོན་རེད། མི་རིགས་དང་ཚོས་ལུགས་ལ་མཚོན་ན་ཁ་ཆེ་གཅིག་པ་རེད། གང་ལྟར་  
རྫོག་གྲ་ཅང་འདུག་དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་ཆེད་ང་ཚོས་འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་མང་པོ་དངོས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོ་  
གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད།

སྤྱི་ཚོས་ཀྱུ་སྤྱི་འགྲོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་གི་ཡོངས་ཁྲབ་གསལ་བསྐྱགས་དོན་ཚན་བཅོམ་བརྗེད་ནང་ཚོས་གང་བྱེད་དང་མ་བྱེད་སོ་  
སོའི་འདོད་མོས་ཡིན་པ་མ་གཏོགས། དེར་དབང་ཡོད་བཤད་ས་མེད། དེར་གུས་བཀུར་ལུ་དགོས་པ་གསལ། ཀྱུ་སྤྱི་ཚོས་ཀྱུ་  
ཁབ་ཡོངས་ནས་དེར་བརྩེ་བཀུར་ལུ་དགོས། ང་ཚོ་བོད་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་རྒྱ་ནག་དམར་པོའི་སྲིད་གཞུང་གིས་བོད་བརྗེད་  
ནང་བསྐྱེད་གྱིས་གཙོས་རིས་མེད་ཚོས་ལུགས་ཁག་ལ་དམ་བསྐྱགས་བྱས་དང་བྱེད་སྤྱོད་རེད། དེ་ལྟར་ཚོས་དུག་ཏུ་ལྟ་བུའི་  
རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་ཚོས་ལུགས་ཐོག་དམ་བསྐྱགས་སྤྱོད་གཙོས་བཞེ་བཞིན་པ་དེ་ཀྱུ་སྤྱི་ཚོས་ཁྲིམས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་འགུལ་བ་ཞིག་  
ཆགས་ཡོད།

ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ལམ་སྤོང་དང་མཇུག་པོ་འཕྲུག་ལས་དག་ལ་ང་ཚོས་དཔེ་སྐབས་ཏེ་སོ་སོས་གང་  
ཡོང་ཅི་ཡོང་གནད་རྒྱུ་དེ་གནད་འགག་རེད་དྲན་གྱི་འདུག། དེ་བཞིན་ངས་དོ་སྤོང་འཛིན་སྤྱོད་དང་ཚོད་རྫོག་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་  
ངས་ཉམས་ཞིབ་བྱས་པ་ཡིན། རང་གི་དོ་སྤོང་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་  
ཡོད། ཚོས་ལུགས་གནད་དོན་དོ་སྤོང་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་ཤུགས་ཆེ་འཕྲུག་ཡོང་གི་འདུག། ཤར་གྱི་གནས་  
ཚུལ་ཡིན་ནའང་རེད་ང་ཚོའི་ཁྲིམ་མཚོས་དང་གནས་ཚང་རྒྱ་གར་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེས་ཆེ་བ་གཅིག་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
གནས་དོན་རེད། རྒྱ་གར་ཉིན་རྒྱུ་དང་པ་གི་སྤོང་ཁ་ཆེའི་དབར་མ་འགྲིག་པ་བྱུང་ནས་མི་བསོད་ཁྲག་སྤྱོད་ཏེ་ཅང་བྱུང་ཡོད།

རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ཐོག་ནས་ཡ་སྐྱ་མདུན་གྱི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་དེ་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་མཐུན་འབྲེལ་དམ་གཙང་  
བྱ་རྒྱ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་བསམ་གྱི་ཡོད། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་ཅིང་།

དེ་སྐྱེ་ཡིན་ན་ཡུ་རོབ་ཁུལ་ལ་མཚོན་ན། ཡ་རབས་སྲོད་བཟང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། འཇམ་སྒྲིང་རྗེ་འོ་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་ལེ་ཤུའི་  
ཚོས་པ་ཚོས་མང་ཚོགས་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་སྲིལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་སྲོབ་གྲུ་སོགས་ནང་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་བྱེད་དགོས་པའི་  
ལམ་སྟོན་བྱེད་སྲིལ་ཅུ་བ་ནས་མེད། འཇམ་སྒྲིང་དེང་རབས་ཅན་དུ་འགྱུར་ནས་རིམ་བཞིན་སྲིལ་རྒྱུན་གྱི་ལམ་སྲིལ་དེ་དག་  
ཉམས་པ་དང་། ལྷག་པར་ཚོས་ལ་ཡོད་ཆེས་བྱེད་རྒྱ་བྱུགས་ཚུང་དུ་སྦྱིན་ནས་བཟང་སྲོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱི་  
ཉམས་པ་ཅིང་།

འོན་ཀྱང་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེ་ཟེར་བ་དེ་དག་ནི་མི་ཙམ་མ་ཟད། དུད་འགོ་སྲོག་ཆགས་ཚུན་ལའང་དགོས་  
མཁོ་ཆེ། དེར་བརྟེན་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ནང་གི་གཤིས་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བའི་བཟང་པོའི་  
བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ནང་འཇོག་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་རྣམས་སྐྱེལ། དེ་ནི་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་  
གཅིག་ཤུས་འདང་གི་མེད་པ་དང་། དེང་དུས་ཤེས་ཡིན་དང་སྲིལ་རྒྱུན་བཟང་སྲོད་གོང་སྲིལ་གྱི་སྲོབ་གསོ་བཟང་འབྲེལ་བྱས་  
ནས་འགོ་བྱུང་ཆེ་སྲོད་འགོ་རྒྱུན་ལ་ཕན་ཐོགས་དུ་ཅང་ཡོད་པ་བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་ཡོད། དེ་དག་གནད་འགག་དུ་ཅང་ཆེ། ཡ་གོང་  
ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཉེ་བའི་ཆར་ཡང་གསུང་ཚོས་གནང་སྐབས། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ནང་སྲི་དངོས་པོའི་  
འཇུགས་སྐྱུན་ཁོ་ནར་དོན་གཉེར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས། རང་གི་གཤིས་རྒྱུད་བཟང་པོ་ཡོང་བའི་ཐབས་ཐོག་དོ་སྣང་ཅུ་བ་ནས་བྱེད་གྱི་  
མི་འདུག སྲི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དེ་གཅིག་ཤུས་འདང་གི་མེད་པའི་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་ཀྱིས་ཐོངས་པའི་སྲི་ཚོགས་ཤིག་ཆགས་སྐབས་སོ་སོ་སྒྲིང་གི་བསམ་སྲོའི་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་སྲི་པའི་  
ཐོག་ལ་བསམ་སྲོའི་གཏོང་རྒྱ་ཉུང་ཉུང་ཆགས་པ་དང་། གལ་ཏེ་སྒྲིང་དང་སྲི་འདེམས་དགོས་ཤུང་ན་སྒྲིང་དོན་བདམས་ནས་འགོ་  
རྒྱུ་དང་། མི་རབས་ཚན་པས་མི་རབས་གཞིན་པ་ཚོར་ཁག་དཀྱི་བྱ་རྒྱ་མེད། སྲོབ་སྲོད་སྲོད་སྣངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲུས་མ་  
ཚང་བར་བརྟེན་འབྲུས་ཤོར་སྦྱིན་པ་ཅིང་། སྐབས་ཤིག་དོན་གཉེར་གཅིག་གིས་འཇམ་སྒྲིང་རྗེ་བཟང་དུ་རྗེ་ལྟར་གཏོང་དགོས་  
པའི་སྐོར་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་དྲི་བ་ལྷན་པར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས། ཤེས་བྱ་ཡིན་ཏེ་གྱི་  
ལམ་ནས་གཏོང་དགོས་ཀྱང་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གཅིག་ཤུས་མ་འདང་བ་ཡིན་སྐབས། དེར་འགྱུར་བཅོས་གཏོང་དགོས་པ་  
དང་། བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་དང་ཡ་རབས་བཟང་སྲོད་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྲོབ་ཚན་ནང་བཞག་པ་ཡིན་ན་  
ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། མི་རབས་གསར་པ་དེ་དག་ལ་ལྷད་པ་ཡར་རྒྱས་དང་ལྷན་དུ་བསམ་སྲོའི་བདེ་བག་ཐེབས་ཡོང་བ་  
ཞིག་བཟོ་བྱུང་གྱི་ཅིང་། ཅས་བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་ཡོད། དེ་དག་ཡོངས་རྒྱུགས་ལ་མངལ་སྐབས་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་སྟེ། ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་འབྲེལ་དམ་གཙང་དགོས་པའི་བརྗོད་གཞི་ཐོག་  
ལ་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་འདུག ཡ་སྐྱ་མདུན་གྱིས་མི་ལོ་སྐུ་ཅུ་ལྷག་རིང་ཚོན་རིག་པ་གྲགས་ཅན་མང་པོ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པའ་  
གྲུབ་བཅུ་བདུན་ནས་བརྒྱུད་པའི་གཞུང་ཆེན་རྣམས་ལ་ཁྲུང་ས་གཏུགས་ནས་ནང་པའི་ཚོན་རིག་དང་དེང་དུས་ཚོན་རིག་བར་གྱི་  
འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བཞོ་སྒྲིང་བྱུགས་ཆེ་མཇོད་ནས་ཕན་ཚུན་ལེགས་སྐྱེས་འབྲེལ་རེས་ཀྱིས་མཇོད་འབྲིན་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས།  
རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ཆ་སྲི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་འཇམ་སྒྲིང་གི་ཚོས་ལྷགས་མི་སྣ་

དང་། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁན་དང་མི་ལེན་མཁན། མང་ཚོགས་དཀྱུས་མ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱུ་རྐྱེས་དང་བརྟེན་གྱིས་རྒྱ་ཆེ་ལྷོ་  
བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་ལོ་གཅིག་ཙམ་གོང་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་གོང་མཐོར་  
གཏོང་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་སྣམ་ལ་བཞུགས་པའི་དག་གཞི་རྩ་བ་བཟུང་ནས་སྤྱི་ཚོགས་དང་། སེམས་སྤོང་། བཟང་སྲོད་བཅས་ཀྱི་ཤེས་  
ཡོན་སློབ་གསོ་ (SOCIAL, EMOTIONAL AND ETHICAL LEARNING) གཏན་འབེབས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་  
སློབ་གྲྭ་ཁག་དང་། ཨ་རི་སོགས་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་མང་པོའི་ནང་སློབ་བྱིད་བྱེད་མུས་ཡིན་འདུག ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱོལ་ཐོག་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་མཛད་རྗེས་འདོགས་གནང་མཛད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དེ་བར་ངས་མཛུ་  
སྤོང་མེད། སྤྱིར་རང་གིས་མ་མཐོང་བ་ཙམ་རྒྱ་མཚོན་དུ་བྱས་ནས་མེད་ཅེས་ཁ་ཚོན་གཅོད་མི་རུང་ཡང་ད་ལྟོ་འདྲམ་སྤོང་ནང་  
ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱོལ་ཐོག་ལ་མཛད་འཕྲིན་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་སྤོང་གནང་མཛད་མཁན་  
ཡིན་པའི་ལོང་བས་བཞུགས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་དཔེ་བཞིན་ཆགས་ཡོད། ང་ཚོ་རྗེས་འདུག་སློབ་མ་ཚོས་ཀྱི་དེའི་ཐོག་ཞབས་  
འདེགས་ཇི་ཅམ་ལྟ་བུ་ཀྱང་ལྟ་དགོས་པ་ནི་བརྗོད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོའི་མཛད་འཕྲིན་ཇི་ཅམ་  
རྒྱས་པ་དེ་ཚོད་ཀྱིས་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བ་དང་། ལྷག་པར་དེ་དུས་ཚོན་རིག་དང་མཉམ་དུ་དབྱེད་པ་  
མཉམ་གཤིབས་བྱས་ནས་འགོ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་དེ་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེ་ཆ་རྒྱུད་མེད་ཡིན།  
ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དང་སྐབས་ཚོན་རིག་པ་སྟན་གྲགས་ཆེན་པོ་མང་པོ་  
དང་། ལྷག་པར་ལོ་ན་གཞིན་པའི་ཁྲིད་བྱམས་སྤོང་རྗེས་ལ་ཚོན་རིག་གི་ལམ་ནས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་དང་དྲན་པ་ཉེར་  
གཞག་སྐོར་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་ལོན་ཏུ་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག། ལམ་སང་གྲུབ་འབྲས་འདི་རེད་ཅེས་སྟོན་རྒྱ་མེད་  
ཀྱང་རིམ་བཞིན་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་ནས་འབད་བརྩོན་བྱས་ན་འདྲམ་སྤོང་འདི་ནང་དངོས་ཡོད་ཐོག་སྤར་མེད་པའི་  
ཤེས་རིག་གསར་པ་ཞིག་བསྐྱར་བྱུང་བའི་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་རིང་ངའི་གཏམ་བཤད་འདི་པོད་སྐད་ནང་ཡིན་ཅང་དམིགས་  
བསལ་དགའ་པོ་བྱུང། ལྷག་པར་ང་ཚོ་པོད་རིགས་གཞིན་སྤྱི་ཚོས་སྐད་ཆ་དེ་གསན་པ་ཡིན་ན་དངོས་དོན་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལ་ཐོག་མར་ང་ཚོ་པོད་མི་ཚོས་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ངས་དྲན་པ་ཞིག་  
ལ་སྟོན་མ་སྐྱབས་རྗེ་སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་གནང་བའི་ནང་ལ། སྤྱི་རྒྱལ་མི་ཚོས་ལ་གོང་  
ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་གསུང་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་ང་ཚོ་པོད་མིའི་ཁྲིད་དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་ཏེ་ཅང་  
དགོན་པོ་འདུག་བཅས་གསུང་སྤོང་ཡོད། ང་ཚོས་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་མོར་བུའི་མོར་ཉམས་མཚོད་ན་ཐབས་དུགས་རེད།  
ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་འཚོ་བཞུགས་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། དཔལ་ལྷན་ལེ་རྒྱའི་པའ་གྲུབ་བརྒྱུ་བདུན་ནས་  
བརྒྱུད་པའི་མདོ་སྟགས་ཆ་ལག་ཚང་བའི་ནང་བསྟན་ཡོངས་སུ་རྗེས་པ་གྲུ་མ་ཉམས་གྲུ་མ་ཆག་ཡོད་པའི་བཤད་སྐབ་བཟུང་  
འབྲེལ་གྱི་བསྟན་པ་དར་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར་ང་ཚོས་འདྲམ་སྤོང་འདིའི་ཐོག་ལ་བག་ཆགས་གཞག་པ་ཡིན་ན་གོ་སྐབས་  
ཏེ་ཅང་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། དེ་དུས་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ནམ་འཕང་གཅོད་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། ང་རང་སྤོང་ལ་  
མཚོན་ནའང་ཤེས་འདོན་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་ངས་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་སྣམ་ལ་བཞུགས་  
དག་གཞིན་ལ་གང་བྱུང་བརྒྱུད་སྤེལ་ལྟ་བཞིན་ཡོད། སློབ་གྲྭ་སློབ་བྱིད་བྱེད་སྐབས་སུ་འང་ངས་སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་དེ་དག་སྤྱི་ཚོར་ལ་ཚོད་མཁན་མཁན་ལྟར་བྱས་ནས་སློབ་བྱིད་བྱས་པ་ཡིན། ངས་ད་བར་ནང་  
པའི་གཞུང་ལྷགས་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚོའི་སྤྱི་དུང་ནས་ས་བཅད་མ་སྤོང་ཙམ་སྤོང་སའའབྲས་སུ་འདིར་ཨ་མི་རི་ཀའི་སློབ་  
དཔོན་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་བྱུང་བ་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་བཀའ་འདྲིན་རེད་བསམ་པ་མ་གཏོགས་ང་འདོན་དྲགས་



པ་དང་མཁས་དཔལ་པ་རེད་ཅུ་བ་ནས་བསམ་གྱི་མེད། གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་ལ་མཚོན་ན་ཨ་རིའི་ནང་གི་ཕྱག་མང་པོ་ཡིད།  
དང་སང་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དཀོན་པོ་ཡིན་སྐབས་གཅིག་བྱས་ན་ཕྱན་བྱེད་མཚར་སྤྱི་སྤྱི། རང་མི་  
རིགས་ཀྱི་ཕྱན་མིན་རིག་གནས་དེ་དག་དྲི་ཅམ་མེད་པའི་མི་སྡེ་གྲགས་ཅན་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཀྱང་དེར་ངོ་མཚར་དེ་ཅམ་སྤྱི་  
དགོས་པ་མེད། འོན་ཀྱང་བོད་མིའི་སློབ་རྒྱ་རིག་གནས་ཐོག་དེར་དུས་ཤེས་ཡོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྤྱི་གྲགས་  
ལྡན་པ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་མཚན་མཐོང་ལ་རྒྱ་གུང་ན་འདེགས་ཐུབ།

མཐའ་དོན་ངས་གང་ལྟར་འདོད་པ་ནི། བོད་མི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་ལོ་དགུ་ལ་ལོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་ལ་དད་པ་ཡིད་  
མཁན་རེད། ང་ཚོས་དད་པ་ཆེ་ཆུང་འགྲན་བསྡུར་བྱེད་དགོས་དོན་མེད། ལ་ལོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་མོ་མཚོག་གིས་སྤྱི་བར་  
སྤྱི་གསུམ་དུ་འདི་སྤྱི་འབྲལ་ཕྱགས་ལ་ཕན་པའི་བཀའ་སློབ་ལ་མ་སྟོན་དེ་ཅང་མང་པོ་སྤྱུལ་ཡིད། བཀའ་སློབ་ཡོངས་སྤྱོད་གས་  
པ་ང་ཚོས་བསྐྱབ་མ་ཐུབ་ཀྱང་། རང་གི་ཤེས་ཚོད་འཛོན་ཚོད་ལ་དཔག་པའི་ཉམས་ལེན་གནང་བ་ཡིན་ན་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
དམ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཚོད་པས་མཉེས་པར་བྱེད་ཟེར་བ་ལྟར། ང་ཚོ་ནང་པའི་  
གཞུང་ལྟར་ན་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོ་ཕྱགས་མཉེས་པོ་ཡོང་བར་མཚོད་པ་འདྲ་མི་འདྲ་འབྲལ་ཚོག་ཀྱང་མཚོད་  
པའི་ནང་གི་མཚོག་ཞི་བཀའ་བསྐྱབ་རྒྱ་རེད། ལྷག་པར་ངས་གཞིན་སྤྱི་ཚོ་ལ་དེ་ལྟར་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་འཕྲོད་སྐྱལ་ལྷ་  
རྒྱུ་ཡིན། ངས་དེ་རིང་འདིར་གང་དམ་ཚད་ལྷན་པ་ཡིན། བཀའ་མོལ་ལྷ་ཕྱོགས་ཐལ་ཆའི་རིགས་བྱུང་ཡོད་ན་བཟོད་གསོལ་  
ལྷ་རྒྱ་དང་། ཚང་མ་ཉིག་དེ་བྱེད་མཉམས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ནང་དང་ངས་སྐྱབ་ཆེན་པོ་ཡིད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རྣམས་པ་  
ཚང་མས་སྤྱི་གཟུགས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཕྱགས་སྤྱི་གནང་རོགས། ནད་ཡམས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མི་གཅིག་མེད་པ་  
ཆགས་ཀྱང་དེ་ཅང་ཕངས་པོ་རེད།

ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།



# ཡ་རྒྱལ་པའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྒྲིལ་ཐོག་དགེ་བཤེས་ སློབ་ཐང་ལྔ་བཟུང་བ།

## ནང་ཚོས་དགེ་གན།

༡། ༡༥་ཟླ་འདིར་པོད་མིའི་སྒྲིག་འཇུགས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ནས། དྲ་ལམ་བརྒྱུད་སྤྱི་ཚོར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཛད་འགན་བཞིའམ་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་མཁས་པའི་བགོ་སྐྱོང་གོ་སྒྲིག་གནང་བ་ལྟར།  
གསན་གཟིགས་གནང་མཁན་གྱི་སེར་སྐྱ་མི་མང་ཚང་མ་ལ་གྲུས་བརྟུང་དང་བཅས་འཚམས་འདྲི་བཀའ་ཉིས་བདེ་ལེགས་ལྷུ་རྒྱ་  
ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཚོར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཛད་འགན་བཞི་དེ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཤེར་སྐྱོན་པའི་མཛད་  
འགན་ལོན་ཏུ་གལ་ཆེན་ཡིན་སྟབས། འཛམ་གླིང་མི་མང་གི་ཤེས་རྟོགས་ཆེད་དེ་ལྟ་བུའི་ལས་རིམ་སྤེལ་རྒྱུ་དེ་ལོན་ཏུ་གནང་  
ཆེན་ཡིན་པ་ལྟར། པོད་མིའི་སྒྲིག་འཇུགས་ནས་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་རྒྱལ་པའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤང་བརྩེ་བྱ་བ་དང་  
འབྲེལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་གནང་བ་དེ་ལ། གྲུས་པས་སྤོང་ཐག་པ་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་འབྲེལ་བསྐྱགས་བརྗོད་  
དང་བཀའ་དྲིན་ལྡེའད་དུ་ཆེ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ངོས་ལ་ཡང་ལས་རིམ་འདིའི་ཐོག་གཏམ་བཤེས་བྱེད་པའི་གོ་སྐྱབས་  
གནང་བར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ད་ཟླ་འདིར་བརྗོད་གཞི་གཏམ་འབེབས་ལྟར། ངོས་ནས་ཡ་རྒྱལ་པའི་ཕྱགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ལས། གཉིས་པ་དེ་ལྷུ་རྒྱ་དང་། དེ་ཡང་ས་བཅད་བཞི་སྟེ།

- ༡། འཛམ་གླིང་གི་དཀའ་ངལ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་སྤོར་དང་།
- ༢། ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་ཡོད་མེད་ལ་དབྱུང་བ་དང་།
- ༣། ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་སུ་ཚོས་ལྷགས་  
མཐུན་འབྲེལ་རྗེས་མཛད་རྒྱུ་དང་།
- ༤། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་སྐྱོང་བ་བཅས།  
དོན་ཚན་བཞི་ཡི་ཐོག་ནས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

༥། དེ་ལ་དང་པོ་ནི།

སྤྱིར་ན་སྤོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པའི་ནང་གི་ཡ་རྒྱལ་འཛམ་གླིང་འདིར་གནས་པའི་བརྒྱུད་གྱི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་དཀའ་ངལ་དུ་མ་ཡོད་པ་སྟེ། འབྲུང་བཞི་མ་སྟོམས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་། ས་ཡོམ་དང་རྒྱ་ལོག་གི་དཀའ་ངལ།  
ཆར་རྒྱུ་དཀོན་ལོང་ཚ་དྲོད་ཆེ་བའི་དཀའ་ངལ། དམག་འཁྲུག་གི་དཀའ་ངལ། ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ། ཆབ་  
སྤོད་གྱི་དཀའ་ངལ། མི་རིགས་དང་རིགས་རུས་དབྱེ་འབྲེད་གྱི་དཀའ་ངལ། ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ། དབྱུལ་  
ཕྱག་མ་སྟོམས་པའི་དཀའ་ངལ། གྱེན་ལོག་དང་དྲག་སྤོད་དང་གདུག་རྒྱུབ་གྱི་དཀའ་ངལ། རག་རྒྱུན་བཅན་གཡེམ་གྱི་དཀའ་  
ངལ། ཀོ་རོ་ན་མེ་རུ་སུ་ (CORONA VIRUS) ལྟ་བུའི་ནད་ཡམས་གྱི་དཀའ་ངལ་དང་། ལྷན་པར་དུ་འགྲོ་བམི་རྣམས་ལ་

མམ་རྟོག་མང་བས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་བཅས་དཀའ་ངལ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡིད།

དཀའ་ངལ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་དཀའ་ངལ་ཆེ་བ་གཅིག་ནི། ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་ཡིན། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་  
འདིར་ཆོས་རྣམས་ནས་ད་བར་དར་དང་དར་བཞིན་པའི་ཚོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡིན། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་  
གཙོ་བོ་ནི་འགྲོ་བ་མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྡེ་འདི་བཟང་དུ་བཏང་སྟེ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་ལྡན་པ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། མི་རྣམས་བུམས་  
བརྩེ་ལྡན་ཞིང་འཆམ་མཐུན་ངང་འཚོ་བ་དང་། བཟོད་སྦྱོར་དང་ཚོག་ཤེས་བསྟེན་ནས་གཞན་གཞིད་སྦྱོར་པའི་ཚུལ་བྱིན་པ་དང་།  
མི་ལོ་རྣམས་དཔྱོད་སྟེལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོར་ནས། འགྲོ་བ་མི་ལ་ཞབས་འདེགས་ལུ་བྱུང་བའི་རྣམས་པ་ལྡན་པ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། དེའི་  
དབང་གིས་ཚོས་ལུགས་དེ་དང་དེ་ལ་དད་མོས་ཅན་གྱི་མི་འཕྲོར་ས་ལ་མང་པོར་དངོས་ཡིད་ཀྱིས་ཕན་ཚོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་  
བཞིན་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡང་འཛམ་གླིང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་རྣམས་ནས་ད་བར། ཚོས་  
ལུགས་དེ་དང་དེ་ལ་དད་མོས་ཅན་གྱི་གང་ཟག་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་རང་གི་བསམ་སྡེ་དེ། ཤེས་བྱའི་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་ལ་  
ཚོངས་པའི་ཚོངས་པ་མ་རིག་པ་དང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཡང་བསམ་སྡེ་རྒྱ་ཆེ་ས་  
ནས་གཏོང་མ་བྱུང་བ་དང་། རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་སྤྱོད་ལ་སྤང་བའི་ཆགས་སྤང་གི་བསམ་པ་གྱུ་དོག་གི་དབང་དུ་  
སོང་སྟེ། ཚོས་ལུགས་དེ་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་འདུལ་ཐབས་སུ་མ་སོང་བ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལ་ཞེན་ཡིན་མཛད་གིས་  
ཚོས་མིང་ཁ་ལ་འབྲེར་ནས་ཚོས་དང་འགལ་བའི་ལས་བརྩམས་ཏེ་ཚོས་ལུགས་འཐུན་འབྲེར་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ལྷགས་  
ནས། འཛམ་གླིང་ནང་དམག་འཁྲུག་ཆེ་ཚུང་རྣམས་དང་། རྟོག་དྲ་ཆེ་ཚུང་རྣམས་བཟོས་ཏེ། འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་བརྟན་  
སྟེང་མེད་པ་བཟོས་པ་དང་། མི་ལོ་རྒྱུ་ཚོགས་སུ་རང་རྒྱལ་གཞན་པ་མི་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུར་རང་གཞན་ཀྱང་ལ་དཀའ་ངལ་མང་པོ་  
བཟོས་དང་བཟོ་བཞིན་ཡོད།

དེ་བས་ན་ཚོས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་རིགས་མ་བསམ་ན་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་འོང་ཐབས་མེད་ཅིང་། རྒྱལ་ཁབ་  
དང་ཡུལ་ཁམས་མི་སྡེ་སོ་སོར་ཡང་ཞི་བདེ་བག་ཤེས་འོང་ཐབས་མེད་པར་བརྟེན། དཀའ་ངལ་དེ་དེས་པར་དུ་བསམ་པ་དགོས་  
པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

༡༥ གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་ཡོད་མེད་ལ་དཔྱད་པ་ནི།

སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྟེན་འབྲེལ་སྟེང་པོའི་མདོ་ལས། ཨོ་ལོ་རྣམས་ཏེ་ཏུ་པ་རྣམས་ལ། ཏེ་ཏུ་རྟེན་ལྡན་གཏོ། འཇམ་དཀྱིལ་  
ཏེ་ཏུ་རྟེན་ལོ། ཞི་རྟེན་ཨོ་སྤྱོད་མདུ་ཐུ་མ་ཆེ། ལོ་སྤྱོད། ཞེས། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་འབྱུང་། །དེ་རྒྱུ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པས་གསུངས། །རྒྱ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ། །དགོ་སྤོང་ཆེན་པོས་དེ་རྣམས་གསུངས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིར་  
ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་པས་ཤེས་བྱའི་ཚོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་སོགས་ཚོས་གཞན་ཞིག་ལ་  
བརྟེན་ནས་ཀྱུ་བ་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འཇམ་དཀྱིལ་ཏེ་ཏུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན། ཡང་སྤོང་སྤྱོད་ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཡང་། རོ་བོ་ལ་དཔྱད་ན་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་  
ཉིད་ཡིན་པས། རི་སྟོང་དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་དུ་འབྲས་བུ་དེ་འབྱུང་ལ། རི་སྟོང་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་འགོག་བྱུང་ན་འབྲས་བུ་དེ་མི་  
འབྱུང་བ་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་གི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པས། དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་འགོག་ཐབས་ཡོད་མེད་དཔྱད་དགོས། དེ་ལ་རི་རྣམས་དུ་  
ཞི་བརྟན་སྤྱོད་འཇུག་ལས།

གལ་ཏེ་བཅོམ་སུ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

གལ་ཏེ་བཙུགས་སྲུ་མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་ཕན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

༡། རྫོག་ལུ་པོར་གནས་ཤིང་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་ངལ་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་དཔུང་པ་དང་།

༢། དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལ་བཙུགས་ཐབས་ཡོད་མེད་དཔུང་པ།

༣། དེ་ནས་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལ་བཙུགས་ཐབས་ཡོད་ན། བཙུགས་པས་ཚོག་པས་མི་དགའ་བར་བྱེད་དགོས་དོན་མེད་པ།

༤། གལ་ཏེ་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལ་བཙུགས་ཐབས་རྩ་བ་མེད་ན། སེམས་མི་དགའ་བ་བྱས་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་བཙུགས་བཞི་ཡི་  
རྫོགས་དཔུང་ཚོ། ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་ངལ་དེ་ནི། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་འབྱུང་བཞི་ཡི་དགའ་ངལ་ལྟ་བུར་བཙུགས་  
སྲུ་མེད་པའི་རང་བྱུང་གི་དགའ་ངལ་མ་ཡིན་པར། དེ་ནི་མི་ཡི་བསམ་རྫོགས་བཟོས་པའི་དགའ་ངལ་ཡིན་པས། མི་རང་གིས་  
འབད་བཙུན་བསྐྱེད་ན་དགའ་ངལ་དེ་ངེས་པར་སེལ་ཐབས་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

༥། གསུམ་པ་ལ་ལོ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་ངལ་སེལ་ཐབས་སྲུ་ཚོས་  
ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཇི་ལྟར་མངོད་ཚུལ་ནི།

གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། རྫོག་ལུ་པོར་གནས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔུང་པ་ན། ཚོས་ལྷགས་ལ་བརྟེན་པའི་དགའ་ངལ་  
དེ་སེལ་ཐབས་ཡོད་པར་བརྟེན། འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ། རྒྱ་མོར་ལོ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་  
ནས་དགའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་སྲུ་དམིགས་ཏེ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་མངོད་འགན་ཇི་སྟེད་ཅིག་བསྐྱབས་དང་རྫོང་བཞིན་  
པ་ཡིན། རྒྱ་མོར་ལོ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནི། རྗེ་ཞེན་རིང་ལྷགས་པ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་མིན་ལ། མཐའ་  
གཅིག་ཏུ་དེར་རབས་ཀྱི་བསམ་རྫོགས་པ་ཁོ་ནའི་རྗེས་འབྲང་པ་ཞིག་ཀྱང་མིན། ཡང་ཁོང་ནི་རྟོག་གེ་མགོ་མཁྲིགས་ནི་དེ་བས་  
ག་ལ་ཡིན། ཚོས་ལྷགས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་རྫོག་བརྗོད་བྱེད་པའི་བསམ་རྫོགས་ཀྱི་དོག་ཅན་ཞིག་ཀྱང་མིན། དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་ཁོང་ནི་  
དོན་དམ་གྱི་ཚོས་ཉམས་ལེན་པ་ཞིག་དང་། རྒྱ་དང་བྱེ་བྲག་གི་གནས་ཚུལ་ཀུན་ལ་རྫོགས་ཡོངས་ནས་གཟིགས་ཞིབ་མངོད་  
མཁན་གྱི་བསམ་རྫོགས་ཡངས་ཤིང་དཀྱིལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། གནས་ཚུལ་དགའ་གནད་ཀྱི་རིགས་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་གི་  
རྗེས་སྲུ་འབྲངས་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་མངོད་མཁན་གྱི་ཚན་རིག་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། མདོ་དོན་དགོངས་  
པ་ཏེ་ཅང་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་བཞེས་ཏེ་སྟོགས་དོར་བཅུད་ལེན་མངོད་མཁན་ཐུགས་སྐྱོབས་ཤིག་ཏུ་ཆེ་བའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཞིག་  
ཡིན།

དེར་བརྟེན་ལོ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་རྒྱ་གར་དུ་སྐྱབས་བཙུགས་ལ་ལེབས་འགྱུར་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་ད་  
བར། ཀུན་རྫོང་གི་ཁྱད་པར། རྫོན་འཇུག་ལས། ཇི་སྲིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་ཇི་སྲིད་གནས་གུར་པ། །དེ་སྲིད་  
བདག་ནི་གནས་གུར་ནས། །འགྲོ་བའི་རྣམ་པ་སྐྱུ་བསལ་བས་ལ་བར་ཤོག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་  
བུམས་པ་དང་རྫོང་རྗེ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ཏེ་བསམ་པ་བཟང་པོ་འབའ་ཞིག་གི་རྫོགས། དགའ་ངལ་དང་ལེན་གྱི་སྟོང་སྟོང་སྟོང་  
ཆེན་པོས་སྐྱུ་ངལ་བརྒྱ་ཐུག་སྐྱུར་བཞེས་མངོད་དེ་འཛམ་གླིང་གི་དབུ་བྱིད་མི་སྣ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབུ་བྱིད། འཛམ་གླིང་  
ཞི་བདེའི་ལས་འགུལ་པ། ཆབ་སྲིད་པ། ཤེས་ཡིན་ཅན། ཚན་རིག་པ། ལྷ་སྐབ་སྐབ་པ། ཚོས་མེད་རིང་ལྷགས་པ། རྒྱ་རྩལ་  
འབྲབ་སྟོན་པ། རྩེད་འགན་པ། ཚོང་པ། སྐྱོན་པ། རྒྱུར་བཏང་གི་མི་མང་བཙས་མི་སྣ་འདྲ་མིན་འབྲམ་སྐབ་མང་པོ་དང་ཐུག་

འབྲུང་གནང་སྟེ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བྱེད་ཡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བརྒྱུངས་དང་སྤྱིང་བཞིན་པ་ཡིན་པ། ལྷག་པར་དུ་ཡང་། ཁོང་གི་མཛད་འགན་ཆེན་པོ་བཞིའི་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་གྱི་མཛད་འཕྲིན་བརྒྱུངས་ཡོད།

དེ་བས་མགོན་པོ་མཆོག་ལ་སློབ་གཟུ་པོར་གནས་པའི་འཛམ་གླིང་མི་མང་གིས་དགའ་ལོན་དང་ཡིད་ཆེས་ཆེན་པོ་ཐོབ་སྟེ། འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནས་ཆོས་ལུགས་དང་། ཆབ་སྲིད། ཤེས་ཡིན། དག་ཅུ་ཚོགས་པ་སོགས་གཞུང་འབྲེལ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཚོགས་པ་དང་མི་སྡེར་སོགས་ནས། རང་མོས་ཀྱི་སློབ་གསུམ་བཀའ་ཆེ་མཐོང་དང་བཅས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་འཛམ་གླིང་ནོ་སྟེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་དྲགས་འབྲུལ་བཞེས་མཛད་པ་མ་ཟད། གཟེངས་དྲགས་ད་ཅང་གྲགས་ཆེ་བ་དང་། གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་དང་ཆོས་ཀྱི་བསྟེན་གནས་ཁང་སོགས་ནས་ཀྱང་མཚན་གནས་དང་ཕྱག་འབྲེར་འདྲ་མིན་བརྒྱ་ཕྱག་བཞུལ་བ་འབྲུལ་བཞེས་མཛད་ཡོད།

དེ་བས་ན་སློབ་གཟུ་པོར་གནས་ནས་དབྱུང་ན། ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བྱུང་ཆོས་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པ་སྟེ།

༡། འཛམ་གླིང་གི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་།      ༢། སྤྱིང་འདིའི་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་པ་ཆེན་པོ་དང་།  
༣། སྤྱིང་འདིའི་ཆོས་དད་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལ་མི་ཆོས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་བྱམས་སྤོང་རྗེའི་སློབ་པ་ལ་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་དང་མི་ཆོ་དོན་ལྷན་དགོས་པའི་ལམ་བྱིན་པ་ཆེན་པོ་དང་།      ༤། སྤྱིང་འདིར་ཀུན་ཁྱབ་འགན་ཁུར་གྱི་སློབ་པ་སྤྱིན་པའི་འདྲིན་པ་ཆེན་པོ་དང་།      ༥། བྱམས་བརྩེའི་སློབ་པ་འཛམ་གླིང་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་བ་དང་བདེ་སྤྱིད་སྟེལ་བའི་བྱམས་བརྩེའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ།      ༦། སྤྱིང་འདིར་ཞི་བའི་སྤྱི་བརྗོད་ཀྱི་ལམ་ནས་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐབས་སྟོན་པའི་སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱུག་      ༧། གཞུང་དང་ཚོགས་པ་ནང་ཕན་ཚུན་དང་མི་མང་ནང་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་ཆོག་སྤྱིལ་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་།      ༨། འཛམ་གླིང་ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་མཛའ་འབྲེལ་གྱི་བྱེད་པོ།      ༩། གཉེན་ཅམ་མ་ཟད་དག་པོར་ཡང་བྱམས་བརྩེའི་འཛུམ་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་བྱེད་པའི་མ་འདྲིས་པའི་མཛའ་བཞེས་ཆེན་པོ་དང་།      ༡༠། སྤྱི་ཅམ་མ་ཟད་མི་སྡེར་རེ་རེ་ལ་ཡང་བྱམས་བརྩེ་དང་ཤེས་རབ་གིས་སྤྱིང་ཞིང་འདི་སྤྱི་ཀུན་ཕན་གྱི་ལམ་སྟོན་དང་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་རེ་བ་དང་སློབ་པ་སྤྱིན་པའི་ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་དང་ལྷན་པའི་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན།      མདོ་དོན། ཁོང་གི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་བྱེད་ཀུན་ཁྱབ་ཀྱི་ཕན་བདེའི་བྱེད་པོ་རྣམས་པ་ཅན་གྱི་ལམ་སྟོན་པའི་དབྱེད་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན་པས། སྤྱིང་འདིའི་ཞི་བདེའི་ཉི་མ་ཞིག་ཡིན་པ། ཀུན་ལ་བཀའ་དྲིན་གྱི་ཉི་ཟེར་འཕྲོས་དང་འཕྲོ་བཞིན་པ་ཡང་ཡིན་པས་ངེས་པར་དུ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་བྱ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན།      དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་ཆོས་བརྒྱུན་གྱི་འདིག་རྟེན་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ། སྤྱི་རྗེར་ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་སྐབས་བབ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཇི་ལྟར་མཛད་པའི་དཔེ་མཆོན་ཞིག་ལུས་ན།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལོར་ཡུ་རོབ་གོས་ཚོགས་སུ་ཆེབས་སྐྱུར་སྐབས་གསུང་དོན་ལ། འགོ་བཅིའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་ནང་ད་ཅང་ཐབས་དྲུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཞི། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཐོག་ནས་འཐབ་རྩེད་བྱུང་བ་དེ་ཡིན། དུས་ད་ལྟའང་ཆོས་ལུགས་ལ་མོངས་ལོན་གྱི་ཞེ་སྤང་དྲག་པོའི་འོག་ནས་མི་གསོད་ཁྲག་སྤྱོར་གྱི་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་གཏོར་བཞིག་དང་། སྤྱི་ཚོགས་བརྟན་བརྩེང་མེད་པར་བརྩོ་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ང་རང་སྤྱི་ཉམས་སྤྱོད་ནས་ལུས་ན། ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་མཐུན་ལམ་འགོག་རྒྱུ་མེད་པ་བརྩོ་བའི་ཐབས་ཞི། རང་དང་ཆོས་ལུགས་ཐད་པའི་ཆོས་པ་རྣམས་སྐད་ཆ་ཤོད་རེས་བྱ་རྒྱུ་འདི་ཡིན། དེ་ནི་ཐབས་ལམ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་བུ། ལོ་རབས་དྲུག་ཅུ་པའི་ལོ་

མཇུག་ཏུ་ངོས་དང་ཡེ་གྲུའི་བཙུན་པ་ཐོ་མ་སི་མར་ཏེན་ཐུག་ཕྱད་བྱུང་བར་བརྟེན། ངོས་ཀྱིས་ཡེ་གྲུའི་ཚོས་ཀྱི་ངོ་མཚར་གནས་  
ལྷགས་ཤེས་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཡང་ཚོས་ལྷགས་ཁག་གི་དབྱ་བྲིད་རྣམ་པ་མཉམ་དུ་འཛོམས་ཏེ་སྒྲིན་ལམ་གསུང་  
འདོན་གནང་རྒྱུ་འདི་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༦ ལོར་ཨི་ཏེ་ལིའི་ནང་ཨེ་སེ་སེ་ཞེས་པའི་ས་  
གནས་སུ་དེ་ལྟར་སྒྲིན་ལམ་གསུང་འདོན་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གཞན་ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༠ ལོར་འཇམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་  
ཚོགས་ཀྱིས་སྒོང་ལོ་གསར་བའི་འཇམ་གླིང་ཞི་བདེའི་ཚོས་ཚོགས་སྐོང་ཚོགས་བྱས་པ་འདི་ཡང་བསྐྱགས་བརྗོད་འོས་པ་ཞིག་  
ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་གཞན་ལ་གུས་བརྩི་ལུ་བ་མཚོན་ཆེད་ཚོས་ལྷགས་ཁག་གི་གནས་ཆེན་དང་། ལྷ་ཁང་  
སོགས་སུ་གནས་མཇུག་ལ་འགོ་བ་དེ་ཡང་ཐབས་ལམ་བཟང་པོ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། ངོས་རང་འཇམ་གླིང་གི་ཚོས་ལྷགས་  
ཆེ་ཁག་གསུམ་གྱི་གནས་ཆེན་ཇི་རུ་ས་ལམ་ལ་གནས་མཇུག་དུ་བསྐྱོད་ཅིང་། རྒྱ་གར་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དུ་ཡང་ཉིན་རྒྱ་  
དང་། ཁ་ཆེ། ཡེ་གྲུ། ཇིན། སིག་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ཁང་ལ་ཡང་བསྐྱོད་ཕྱོད་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདས་པའི་ལོ་སུམ་ཅུའི་ནང་དུ་ངོས་  
ནས་འཇམ་གླིང་ཚོས་ལྷགས་ཁག་གི་དབྱ་བྲིད་མང་པོ་དང་མཇུག་འཕྲད་ལུས་ཏེ། ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཇུག་མཇུག་  
དང་ཕན་ཚུན་ཤེས་རྟོགས་གོང་འཕེལ་ཡོངས་ཐབས་སྐོར་བཀའ་བསྐུར་ལུས། དེ་ལྟར་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ།  
ཚོས་ལྷགས་ཁག་གི་ནང་དུ་ལྟ་བུ་དང་གྲུབ་མཐའི་ཐོག་ཁྲུད་པར་ཡོད་ནའང་། ཚོས་ལྷགས་ཚང་མའི་དམིགས་ལུ་ལ་འགོ་བ་  
མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ཡ་རབས་སྐྱོད་བཟང་ཞིག་འོང་ཐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱུ་ལྷག་བྱ་  
བ་སོགས་ཀྱིས་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་ཅིང་། དེ་ལས་ཚོས་ལྷགས་མཇུག་འབྲེལ་འོང་བ་  
ཡིན། ལམ་ནས་དེང་སང་སའི་གོ་ལ་རྒྱལ་པོ་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བའི་དུས་སྐབས་འདིར། རྩོད་  
རྟོག་གི་རིགས་རྣམས། འཆོ་བའི་ལས་དང་ལྷག་པར་དམག་འཁྲུག་ལ་བརྟེན་ནས་སེལ་ཐབས་བྱས་ན་མི་རུང་ཞིང་། འགལ་ཟླ་  
རྣམས་ཕན་ཚུན་གོས་མོལ་དང་འཆོ་བ་མེད་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་སེལ་ཐབས་བྱ་དགོས་པས། དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ལོགས་  
བྱུང་ཞིག་ཡོང་སྟེ། རྒྱལ་སྤྱིའི་འགན་འཁུར་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་པར་དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལམ་སྒྲིན་བཀའ་སློབ་གནང་  
བ་ལྟ་བུ་མཚོན། ཚོས་ལྷགས་མཇུག་འབྲེལ་ལ་ཕན་པའི་མཇུག་འགན་རྒྱབ་པོ་ཆེ་ཞིག་བཞེས་ཡོད། དེ་དག་ནི་ང་ཚོའི་མིག་  
དཔེར་འབྲེལ་དགོས་པ་ཞིག་ངེས་པར་ཆགས་འོས་པ་ཡིན།

༤༥། བཞི་པ། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པས་ཚོས་ལྷགས་མཇུག་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་སྐོང་བ་ནི།  
རང་གི་བསམ་ཚུལ་མདོར་ཅམ་ལུས་ན། དོན་ཚན་བརྒྱུད་ཐོག་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་སྟེ། དེ་དག་ནི།

༡༥། ཐོག་མར་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱང་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུབ་བྱེད་ཐབས་ལམ་  
མི་འདྲ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་དམིགས་ལུ་འགོ་བ་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་བྱ་རྒྱུ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་ཤེས་ཐབས་བྱེད་པ་དང་།

༡༦། ཀྱན་སྐོང་གི་ཁྲུད་པར་ལ་ཚོས་ལྷགས་མཇུག་འབྲེལ་བྱེད་པའི་དགོས་དམིགས་དེ། འཇམ་གླིང་ཞི་བདེ་དང་། རྩོད་  
བརྒྱུད་བདེ་ཐབས་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་ཕན་པའི་ཆེད། ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་སྒྲིན་ལམ་དོན་དམ་གྱི་ཚོས་ལྷགས་མཇུག་འབྲེལ་  
བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་ཐབས་བྱེད་པ།

༡༧། བྱ་བའི་ཁྲུད་པར་ལ་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་གུས་བརྩི་ལུ་བ་ཕན་པའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་ལམ་བཟང་མོ་འཇུགས་པ།

༤༦། ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་དོན་དམ་མཇུག་འོང་ཆེད་ཕན་ཚུན་མགོན་འདོད་བྱེད་རེས་བྱས་ཏེ། རྒྱབ་རེ་གནས་

ཆེན་དང་། སྐབས་ཤེ་དགོན་ཆེན་དང་། སྐབས་ཤེ་མི་མང་མདུན་སར་འདུ་འཛོམས་ཀྱིས་བཤེས་བྱ་བྱུ།

༥༽ དུས་ཆེན་སོགས་སྐབས་དང་དུས་ལ་ཚོས་ལུགས་སོ་སོའི་དབུ་ཁྲིད་དང་རྗེས་འབྲང་པ་རྣམས། གནས་ཆེན་སོ་སོར་སྐྱོར་སྐྱོད་དང་འབྲེལ་མཉམ་འཛོམས་ཀྱིས་སྒྲོན་འདེབས་བྱ་ཞིང་། རྒྱལ་དེ་མི་མང་ལ་ལམ་སྟོན་ཆེད་མི་མང་གིས་ཤེས་སུ་བརྟུག་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱ་བྱུ་དེ་ཡིན།

༦༽ ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལས་རིམ་དེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཇམ་སྐྱིང་མི་མང་ལ་ལམ་སྟོན་ཆེད། རྣམ་བཤུགས་དང་འབྲེལ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དགོས་པའི་འདོད་སྐྱུལ་གྱི་ལས་རིམ་སྤེལ་བ།

༧༽ ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལས་རིམ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད། འཇམ་སྐྱིང་འདིར་སུ་འཐུད་གནས་ཐབས་སུ་འཇམ་སྐྱིང་གང་སར་ཚོགས་པ་འཇུགས་རྒྱ་དང་། ཚོགས་པ་དེར་རང་གནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་པ་བྱས་ཏེ། ཚོགས་པ་དེས་ཀྱང་ཡུལ་གནས་སོ་སོར་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ།

༨༽ ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དེ་འཇམ་སྐྱིང་སྤྱི་སྒྲིལ་གྱི་ལས་རིམ་དང་། འཇམ་སྐྱིང་ཞི་བདེ་འོང་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། དེ་འབྲེལ་ཚོགས་པ་སོ་སོ་ནས་འཇམ་སྐྱིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་བ་དང་། རྒྱལ་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལས་འགུལ་ལུགས་ཆེ་ཙམ་སྤེལ་ཐབས་བྱ་བ་བཅས། གོང་གསལ་ལྟར་གནང་ཐུབ་ཆོ་ཚོས་ལུགས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་གང་འཚམས་ཤིག་ངེས་པར་བསལ་ཐུབ་པ་ཞིག་འོང་སྟམ་པའི་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད། མཐའ་དོན། འཇམ་སྐྱིང་ཀྱན་ཏུ་ཞི་བདེ་ཉི་མ་སྐྱུར་དུ་གར་བ་དང་། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལ་བརྟེན་པའི་དཀའ་ངལ་བསལ་ཐུབ་ཅིང་། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་འམ་མཛད་འགན་བཞི་རྣམས་འཇམ་སྐྱིང་ཀྱན་ཏུ་ཁྱབ་ཅིང་གོང་འཕེལ་འོང་བའི་སྟོན་འདུན་དང་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་བཅས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ།



**ཡ་རྒྱལ་བའི་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཐོག་དགེ་སྦྱོར་  
བསྐྱེད་འཛིན་སྐྱོབ་སྤོངས།**

**མིན་སྦྱོར་སྦྱོང་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ།**

༡༡། །འདི་ལོར་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ནས་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་  
ལོ་སྤྱི་བཅུ་ལྔ་པའི་མཇུག་རིམ་མང་པོ་ཞིག་ཡིད་པའི་ནང་ནས་ཡ་སྤྱི་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་  
བགྲོ་སྦྱང་ཞིག་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ནས་གོ་སྤྱི་གཞི་ལྷན་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷ་བ་དང་སྤྱི་གཞི་གསུམ་གྱི་སྤྱི་བྲུགས་བསྐྱེད་  
དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞིའི་ནང་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་སྐོར་ལ་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཡ་གོང་ས་མཆོག་གི་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་  
བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་ཐོག་མར་རང་ཉིད་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ཐབས་  
དང་། གཉིས་པ། རང་ཉིད་ནང་པ་འམ་ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་གཞན་  
ཐབས། གསུམ་པ། རང་ཉིད་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་ཁོར་ལྷག་དང་བཅས་པ་  
སྤྱི་སྦྱོབ་གནང་བའི་ཐབས། བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་  
བོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ཉམས་པ་སྐྱར་གསོ་ཡོང་བའི་ཐབས་བཅས་བྲུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་སྐབས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་  
གཞི་ནི་གཉིས་པ་སྤྱི་གཞི་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་ཆགས་ཀྱི་འདུག ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་སྐོར་ལ་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་  
ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བཀའ་གནང་བའི་དོན་དམ་པའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མཇུག་འབྲེལ་གྱི་ནང་ལ་རྒྱ་བརྗོད་ས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་སྤྲོ་བའི་སྤྱི་བྲུགས་ཀྱི་འདུག དེས་མཆོན་པའི་ཚོས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་སོ་སོས་གནས་  
ཚུལ་རྒྱུས་ལོན་བྱས་པ་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་སོ་སོའི་སྤྱོད་རྒྱུ་གང་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཞེས་  
པ་ཡོང་སྐྱེད་སྤོངས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་ཐོག་ལ་བསམ་སྦྱོར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཟེར་ནའང་འདྲ། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་  
འབྲུང་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཚན་མེ་འདྲ་བ་ལྗོད་ཐོག་ནས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། དོན་ཚན་དང་པོ་འཛིན་ཉེན་ཁམས་སུ་ཚོས་ལྷགས་ཇི་  
ལྟར་དར་བ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་དེ་དར་རྒྱས་འགྲོ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་དར་དགོས་པའི་གནད་  
དོན་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ། དེ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་པ་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་མིང་འབྲེར་ཏེ་ཚོས་ལྷགས་དབར་གྱི་རྣམས་འཛིན་  
དང་ཐ་ན་ནང་དམའི་དབང་གིས་སྦྱོར་ཆ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་། ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཉམས་ལེན་དང་ལག་བསྐྱར་བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཞིག་  
ཆགས་ཡོད་པ་བཅས། དོན་ཚན་གྱི་སྤྱི་བྲུགས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། སྤྱི་བྲུགས་ཀྱི་སྤྱི་བྲུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་མི་ལོ་ས་  
ལ་བརྒྱུད་ལས་མས་ཞིག་གི་སྦྱོར་ནས་ཚོས་ལྷགས་དར་ཡོད་པ་རེད། བརྒྱུད་རིམ་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་དར་ཡོད་དམ་  
ལྷན་ན། འགྲོ་བ་མི་ཚང་མ་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཐོག་ནས་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྱི་བྲུགས་ལྷ་རྒྱ་ཡིན་པའི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ནའང་  
ཕྱི་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་མ་ཆོམས་པར་གཏོན་གྱི་བདེ་བ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་ལ་གང་དགོས་ཀྱི་འདུག་  
ཅས་བསམ་སྦྱོར་གཏོང་སྐབས་དེ་འདྲའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་ལམ་སྦྱོར་པ་པོ་ དེ་ནས་བཟུང་རིམ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་དར་ཡོད་  
པ་རེད། ཐོག་མར་རྒྱུན་ལྔ་སོ་སོའི་བསམ་ཚིན་ལས་འདས་པའི་ཆབས་ཆེན་བྱུང་ཡོད་རེད། མཚོ་འབྲིལ་བ་དང་། རི་ཉིལ་བ།  
དེ་བཞིན་ནད་ལམས་ཆབས་ཆེན་རིགས་ཡོང་བ་སོགས་བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཚོ་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ལ་  
བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད་དམ་ཞེས་བསམ་སྦྱོར་སྤྱོད་པ་རང་བཞིན་དུ་ཡོང་བའི་གནས་སྐབས་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད།



དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚེད་དཔག་བྱས་ནས་འབྲུང་བ་འཁྲུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་དེ་འབྲུང་བ་ལ་  
སྐབས་བཅོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མིང་ཙམ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བསམ་སྒྲོལ་རྒྱས་འགོ་བ་  
ལ་བརྟེན་ནས་ལེགས་པ་དང་། ཡག་པ། བཟང་བའི་ཆ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ལྷ་དང་གཞིས་བདག་ལ་སོགས་པས་བསྐྱུན་པ་དང་  
བཟོ་བ་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོལ་བྱུང་བ་དང་། སྐྱུག་པ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་འདྲེ་ཡི་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་  
པའི་སྤྱི་དཔག་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བསམ་སྒྲོལ་དེ་ཙམ་གྱི་ཁྲུངས་མ་འཁྲོལ་བ་དང་འགྲེལ་བཤད་ཏག་ཏག་  
ཅིག་མ་བསྐྱད་པར་བརྟེན་བསམ་སྒྲོལ་རྒྱས་ལྷན་གྱི་ལྷ་བྱུང་དང་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ལ་ཐུག་པ་རེད།  
རིམ་པས་ཚོས་ལྷགས་ལ་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་འགལ་འདྲུ་གང་འདྲེ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ནའང་གཙོ་བོ་  
བདག་ལ་ཐུག་ཡོད་པ། དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟར། གནའ་བོའི་རྒྱ་གར་ལ་ཆ་བཞག་ན་དཔལ་ལྷན་ཟུ་བའི་དབྱུ་མ་འཇུག་པ་ལས།  
ཟ་པོ་བརྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་པོ་ཡིན་ཏེ་བྱ་མེད་མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས། །དེའི་དབྱེ་བྱུང་བཟང་བྱུང་བཟང་ལ་  
བརྟེན་ནས། །མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ལྷགས་ནི་ཐ་དང་འགྲུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཉོག་གི་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ལ་སོགས་བྱུང་  
བ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཚེད་ནས་ཁོ་རང་ཚོ་ཉལ་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་འདོད་པ་ལ་གཅིག་པ་ཡིན་ནའང་ཉལ་གཅིག་  
རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་གི་བྱུང་ཚོས་དང་ཡིན་ཏེ་མི་འདྲེ་བའི་འདོད་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་མཐའ་མི་འདྲེ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་  
རེད། དེའི་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་པའི་བདག་པོ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལེབས་ནས་དེ་འདྲེའི་ཉལ་གཅིག་རང་དབང་ཅན་  
གྱི་བདག་ཟེར་བ་མེད་པ་དང་། བདག་ནི་དེའི་རྟེན་གཞི་ལྷན་པོ་དང་འོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བདག་ཅིག་མ་གཏོགས་སྟོས་མེད་རང་  
དབང་བའི་བདག་གམ། ཡང་ན་རང་རྒྱ་བྱུང་བའི་བདག་ ཉལ་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་ལ་སོགས་པའི་བདག་མེད་པ་  
དང་། དེ་འདྲེའི་ཐོག་ནས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྷ་བ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་བྱུང་བ་རེད། མདོར་ན་ཚོས་ལྷགས་ཟེར་བ་ནི་སྤྱི་ཚེད་བ་ལ་  
སྐབས་བཅོལ་ནས་མིང་ཙམ་བྱུང་བ་དང་། རིམ་བཞིན་ལྷ་མཚོད་འདྲེ་མཐོང་དེ་འདྲེ་བྱས་ནས་བྱུང་ཡོད་པ། རིམ་བཞིན་ཚོས་  
ཐོག་ནས་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་དང་ལྷ་བ་སྟོན་པའི་གནས་སྤངས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་ཟེར་བ་དེ་འཇིག་  
རྟེན་ཁམས་སུ་དར་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་དེ་གང་རེད་ལྟར། འགོ་བ་རྣམས་བདེ་བ་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ་དང་། འགོ་  
བ་རྣམས་ལ་བདེ་སྦྱིད་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱུན་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོས་ལྷགས་ཆང་མའི་དམིགས་  
ལུལ་འབབ་ས་གཅིག་ཡིན་པའི་གནས་སྤངས་ལེགས་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཚོས་ལྷགས་མི་འདྲེ་བ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་དེ་འདྲེ་ཞིག་  
བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་མོས་པ། བསམ་པ་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་བྱུང་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་དེ་འདྲེ་  
ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ཚོས་ལྷགས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་དག་གིས་མ་ཤེས་ཚོངས་པའི་མཁྲུགས་འཛིན་དབང་གིས་ཚོས་ལྷགས་རྒྱ་  
མཚན་དུ་བྱས་ནས་རྟོག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱུང་བའི་གནས་སྤངས་ཆགས་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། དུས་རབས་དང་པོའི་སྐབས་སུ་ཡི་  
ཤུའི་སྟོན་པ་མ་ཤེ་ག་ཚོས་ལྷགས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བཀོངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་ཕྱིས་སུ་དུས་རབས་བརྒྱ་བཞིའི་ནང་  
རྒྱ་གར་ནང་དུ་ཁ་ཆེ་དང་དིན་རྟེན་དབར་རྟོག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཁ་ཆེས་དཔལ་ན་ལེན་འཇུག་  
ལག་ཁང་དེ་དག་མེར་བསྟེགས་བྱུང་བ་རེད།

དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བའམ། ཚོས་ལྷགས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཚོས་མི་ཤེས་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་ཚོས་  
ལྷགས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་འཁྲུག་འཛིན་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཚོ་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱས་པ་ཡིན་ན་  
མ་འོངས་པར་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གསལ་ཉོགས་ཐུབ། དེ་ཡང་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་

ཐོག་གོམ་པ་མདུན་སྤོས་བྱས་པ་ཡིན་ན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡིང་ཐབས་ཡོད་པ་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ལྷོ་ཡིར་ཁ་ཆེད་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོགས་འདུ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ནི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་བྱེད་བྱབ་རྒྱ་ཡོད་པ་གསུངས་ཡོད། གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཆོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་ལ་བྱམས་པ་དང་། བཙུ་བ་དང་། རྟོང་རྗེ་དང་། བཟོད་སྲན་ལ་སོགས་པ་ཚང་མ་གཅིག་གྱུར་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། འདྲ་བའི་ཆ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་རེད། དེ་བཞིན་ལུགས་བསམ་མམ་དམིགས་ལུ་ལ་གཙོ་བོའི་ཆ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་འགྲོ་བ་ལ་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཚང་མས་གཅིག་གྱུར་དུ་གསུང་གི་ཡོད། མི་འདྲ་བའི་ཆ་ནས་བྱས་ན་འདྲ་ལྟ་བུ་དང་སྦྱིད་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་སྦྱིད་པ་ལ་སྦྱིད་ཆ་ནས་མང་ཆེ་བ་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ལྟ་བའི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡིང་གི་ཡོད་རེད། དེ་མི་འདྲ་བ་ཡིང་བ་དེ་ཡང་ཡིང་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན་ནམ་རྒྱུན་གཏམ་དཔེར། མི་སུམ་རྩ་ལ་བསམ་སྡོ་སུམ་རྩ་དང་། མཛོ་སུམ་རྩ་ལ་ར་ཙོ་དུག་རྩ་ཞེས་བཤད་པ་ནང་བཞིན་མི་མི་འདྲ་བ་ཡིན་ཅང་བསམ་སྡོ་མི་འདྲ་བ་དང་། བསམ་སྡོའི་ཁྲབ་ཁོངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་འདྲ་བསམ་སྡོ་མི་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁོ་སྤྱོད་པ་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན་ནོར་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན་བསམ་སྡོ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ལེགས་པའི་ཆ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིང་གི་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་བསམ་སྡོ་ལེགས་པའི་ཆ་རྣམས་སོ་སོས་རྒྱུར་སྡོ་སྦྱིད་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་དང་དུ་སྤང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་བསམ་སྡོ་མི་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་བགྲོ་སྦྱང་དང་གོ་བསྐྱར་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡིང་བྱབ་ཐབས་ཤིག་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་སྦྱི་ཡིངས་ཆ་ནས་ཞི་བདེ་ཡིང་ཐབས་སུ་བསམ་སྡོ་བཏང་བ་ཡིན་ན་འདྲ་བའི་ཆ་ནས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ནི་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ཆོས་ལུགས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཐུག་ཏུ་བབ་པའི་འགན་འཁུལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་རེད། མ་ཟད་ཆོས་ལུགས་ནི་འགྲོ་བ་མི་ལ་ངེས་པར་དུ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་འདོད་པ་ཁེངས་བྱབ་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་བསྐྱེད་མི་བྱབ་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་རེད། འཛམ་སྤྱིང་འདོད་ནང་ལ་མི་འབྲེལ་ས་ལ་དུང་ལུས་བདུན་རྩ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཆོས་དད་ཡོད་པ་དེ་མང་བ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆོས་ལུགས་ནི་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཤིག་དང་། དེ་ཡང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་གཙོ་བོ་དེ་འདྲ་ཡིང་བ་དེ་ངེས་པར་དུ་གནང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། དེ་ནས་ལྟ་བུ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ལག་བསྐྱར་ཡིང་ཐབས་གང་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ་ཞེ་ན་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་སྤུལ་བའི་ནང་། ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་གཞན་ལ་གུས་བཀའ་དགོས་པ་དང་། གུས་བཀའ་འོས་པ་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷོ་འོས་པའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་རེད། དཔེར་ན། སིག་གི་ཆོས་ལུགས་དེ་ཆོད་ནང་ལ་ཉམ་ཐག་ལ་སྦྱིན་པོ་མང་པོ་གཏོང་སྲིལ་ཡོད་པ་དེ་དག་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷོ་རྒྱུད་གནས་རེད། དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུ་ཡིན་ན་སྤྲོ་ཁང་མེད་སར་སྤྲོ་ཁང་བརྒྱབ་པ་དང་། སྦྱོབ་བྲལ་མེད་སར་སྦྱོབ་བྲལ་བརྒྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པའི་བྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོད། དེ་ཆོ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ལྷོ་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། ཞེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ལྷོ་བ་དང་། དེ་ཆོ་མིག་དཔེར་བཞུས་ནས་གང་བྱབ་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྤོ་ཐག་ཉེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། སྤོ་ཐག་ཉེ་རུ་འགྲོ་བ་ལ་བརྟེན་མཐུན་འབྲེལ་ཉེ་རུ་འགྲོ་བའི་གནས་སྤངས་ཆགས་གྱི་ཡོད། སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་མཆོན་ན་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་ལྟ་བུ་སྤྲོ་བའི་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་གདན་དྲངས་ནས་ལམ་སྟོན་ལྷོ་ས་དང་ལྷོ་རྩུས་ཡིན། ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་གདན་དྲངས་ནས་ལམ་སྟོན་ལྷོ་ས་དང་ལྷོ་རྩུས་ཡིན། ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་གདན་དྲངས་ནས་ལམ་སྟོན་ལྷོ་ས་དང་ལྷོ་རྩུས་ཡིན། ཆོས་ལུགས་གཞན་ལས་ལེགས་ཆ་གང་ལེན་དགོས་པ་བཅས་

གྱི་ཐོག་ལ་ལམ་སྟོན་མཛད་སྤྱོད་ལྟུང་། ལམ་སྟོན་མཛད་པ་ལྟར་ང་ཚོས་ཀྱང་ལག་བསྟར་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་  
འབྲེལ་ཡོང་ཐུབ་པའི་གནས་སྡངས་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་དྲན་གྱི་འདུག དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་བ་ལ་ངེས་པར་  
དུ་བསམ་སྡོམ་འདུ་ཤེས་གཉིས་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷན་པ་ཡིན་ན། དང་པོ་གང་ཡང་ཡོང་སྲིད་པའི་ཚོས་ལྷགས་གྱི་ལྟ་བུ་ཐོག་ནས་ཡིན་  
ནའང་འདྲ། ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་སྲིད་པའི་བསམ་སྡོམ་དེ་འདྲ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་སོ་སོའི་ལྟ་བུ་པོར་ཤར་པར་སྐྱབ་དགོས་སྐྱེ་གལ་  
ཆེན་པོ་རེད་དྲན་གྱི་འདུག གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་དེ་དང་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོངས་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡག་པོ་ཤེས་དགོས་སྐྱེ་གལ་ཆེན་པོ་  
རེད་དྲན་གྱི་འདུག ལྟོག་ས་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༩ ལྟུངས་སྤྱི་ལོ་བཀའ་སློབ་རབ་དང་རིམ་པ་  
མང་པོ་ཐེབས་ཡོད་པ་དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་གཡུང་དུང་བོན་དང་བཅས་པ་ཚང་མས་ར་བ་གཅིག་གི་  
ནང་ལ་བཞུ་སྐྱོང་གནང་བ་སོགས་ལ་མཚོན་ནའང་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་དང་ཚོས་གྲོགས་གྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་བ་སོགས་ཡོང་གི་རེད་  
ཅས་བཀའ་སློབ་སྐྱེལ་ཡོད། བཀའ་སློབ་དེ་དག་གཞིར་བཟུང་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་ཐངས་མང་པོ་  
སྐོང་ཚོགས་གནང་ཡོད། ལས་གཞི་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཕན་ཚུན་སྡོམ་ཐག་ཉེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་། མཐུན་འབྲེལ་བཟང་དུ་འགྲོ་  
བར་ཕན་ཐོགས་སྐྱེ་བ་ལྡུང་ཡོད། ཕྱོགས་མཚུངས་འཛུལ་བྱ་སྐྱོང་གི་ཚོས་ལྷགས་ཆེ་ཁག་དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་ཡིན་ནའང་ཕན་  
ཚུན་ཚོགས་འདུ་ཚོགས་ནས་གནས་ཚུལ་རྒྱས་ལོན་སོགས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་དྲན་གྱི་འདུག  
དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་གྱི་ཉམས་ལེན་པ་དེ་ཚོའི་ཚོགས་འདུ་སྐོང་ཚོགས་གནང་ནས་ཕན་ཚུན་ཉམས་སྲུང་སྤེལ་རེས་བྱེད་པ་དང་།  
གནས་མཛུལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་གནང་བ་ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོང་གི་དྲན་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་ཡིན་  
དུས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཟེར་བ་ནི་བསམ་སྡོམ་གྱི་ཡངས་དང་། རྒྱབ་སྐྱོངས་གནས་ཚུལ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་གནང་བ་ཡིན་  
ན་ཕན་ཚུས་ལྡན་པ་དང་། དེའི་ལྷགས་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ལྟོག་ས་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་འགྲོ་བ་མི་གཅིག་  
གྱུར་ཡིན་པ་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་གནས་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་ཀུན་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱབ་བསྐྱེལ་མི་  
འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པའི་ཐོག་ནས་གང་ལ་གང་  
འཚམ་ཞིག་རྒྱས་པ་ཐོན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགྲོ་བོ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་དེ་ཚོ་ཡང་བསྐྱབས་ཐུབ་པའི་  
གནས་སྡངས་ཤིག་ཆགས་ཐུབ་སྐྱེད་པའི་དྲན་གྱི་འདུག

དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྟོག་ས་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་གསུང་པ་རྣམས་ང་  
ཚོར་དམིགས་བསམ་ལ་གྱིས་ལམ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་དྲན་གྱི་འདུག དཔེར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷ་སྐྱོངས་བྱས་པ་ཡིན་ན་བདག་  
ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་སྟོན་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ལ་སངས་རྒྱས་ཟེན་ཡང་མཚོག་གི་སྤྱུལ་སྤྱིའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཛུལ་  
བྱ་སྐྱོང་དུ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟུངས། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཉམས་ལེན་གནང་། མཐར་མཛོད་པར་རྫོགས་པ་སངས་རྒྱས་  
ནས་ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། མཐའ་མ་སྐྱེ་བུ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་བསྟན་པ་དེ་དག་ང་རང་ཚོ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཐར་  
པར་འཁོད་ཆེད་མཛད་པ་མཛད་པ་ཞིག་རེད་ཅས་ལྟ་གི་ཡོད་རེད། ཕྱོགས་མཚུངས་སྤྱི་ལོ་ལྟོག་ས་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཆོག་གི་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་པོ་དེ་ཡང་ང་ཚོ་ལ་ལམ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ཅས་ལྟ་ནའང་མ་འགྲིགས་  
པ་མེད། སོ་སོ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ནའང་འགྲོ་བོ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་བོ་མིའི་མཐུན་ལམ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་  
དང་། དེ་བཞིན་ནང་པའི་ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་བར་མཐུན་འབྲེལ། དེ་བཞིན་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་  
པ་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་། རིག་གཞུང་། ལྷན་ཡིག་དང་བཅས་པ་སྤྱི་བྱ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུར་ཕྱག་ཏུ་འབབ་པའི་འགན་བྲི་ཞིག་ཡོད་

པར་དྲན་གྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་། དཔེར་ན། ལྷ་བའི་ཆ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན་དཔལ་མགོན་  
 འཕྲིན་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་བསྟན་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་། དེ་ཡང་ཕྱོགས་སྐང་ཡབ་སྲས་ལ་སོགས་པའི་ཚན་རིག་གི་རྒྱབ་དྲན་ཡོད་  
 པའི་ཐོག་ནས། དེ་ཚོ་དེང་སང་ཚན་རིག་དང་མཉམ་དུ་གོམ་པ་མདུན་སྡོམ་བྱས་ནས་འགྲོ་བྱུང་རྒྱུར་འབད་ཚེན་བྱ་རྒྱུའི་འགན་  
 ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དྲན་གྱི་འདུག་ཅེས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན།

མཐའ་དོན་འདིར་ལྷ་དང་བཅས་པའི་འགྲོ་བ་ཡིངས་ཀྱི་མ་འདྲིས་པའི་མཛའ་བཤེས་ཆེན་པོ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་  
 ལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་སྐྱེ་བོ་བསྐྱེད་བརྒྱུད་པ་བཅུ་ཅིང་། གང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་  
 ཀྱི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་དག་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། གང་གི་དགོངས་བཞེད་བཞིན་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་བཞི་  
 པོ་བདེ་ལྷག་ངང་འགྲུབ་ཅིང་འཛམ་གླིང་ཀུན་ལ་ཞི་བདེའི་ཉི་མ་མངོན་དུ་འཆར་བའི་བཀྲ་ཤིས་སློན་འདུན་དང་བཅས།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོའི་ལྷ་ ༩ ཚེས་ ༡༧ རེས་གཟའ་མེག་དམར་ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་ཡི་གསར་པའི་  
 སུ་ལྷོའི་ལྷ་ཁང་ནི་ཇ་ལུ་དེ་ཆེ་ལམ་ནང་སློན་ལམ་གསུང་འདོན་མཛའ་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཚོས་འཕྲོར། དགའ་ལྷན་ལོ་བྱང་།



**ཡ་རྒྱལ་བའི་བྱ་གསུ་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་སྦྱིལ་ཐོག་མཁའ་པོ་  
ཀམ་ཚེ་བཏན།**

**རུམ་བཏེག་དགོན་པའི་ལྷ་གྲུབ་སྦྱོབ་དཔོན།**

༡༡། སྦྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་བྱ་གསུ་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ལས། ད་ལན་གྲུས་པས་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་སྐྱོར་གྱི་བྱ་གསུ་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་སྐྱོར་ལྷ་རྒྱ་ལོན། སྦྱིར་བཏང་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་འཕགས་པ་སྦྱོར་རས་གཟིགས་མི་ཡི་གར་གྱི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ཡིན་ཅང་བདག་ལྷ་བྱ་གཅིག་གིས་རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བྱ་ཡོད་པས་སྦྱོལ་ལུལ་ལས་འདས་ཀྱང་བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བསགས་སྦྱང་དུ་ཚུ་བྲིགས་ཅོམ་ཞིག་ཅུང་ཟད་ལྷ་བའི་ལྷལ་ཡིན། སྦྱིར་བཏང་ང་ཚོ་འགོ་བ་སྦྱི་ལ་དཀའ་ངལ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་མ་ཤེས་པའི་དཀའ་ངལ་དང་། འགོ་བ་སྦྱི་ལ་བྱམས་བརྩེས་མ་འདད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ལས་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དཀའ་ངལ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ལས་འདས་པ་རེད། གང་ཡིན་ལྟས་ན། མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིན་ལྷགས་སམ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་པ་དང་། འགོ་བ་རིས་སུ་མ་འཆིས་པ་ལ་བྱམས་པ་དང་བརྩེ་བས་དུས་དྲག་ཏུ་གཟིགས་གནང་བའི་འཕགས་པ་སྦྱོར་རས་གཟིགས་མི་ཡི་ག་ཚུགས་སུ་ཤེབས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དཀའ་ངལ་མཐའ་དག་གི་རྒྱ་ལས་འདས་པ་རེད་ཟེར་ནས་གཅིག་ནས་དེའི་སྐོར་ནས་ལྷ་ཚོག་གི་རེད་སྟམ་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་བྱ་གསུ་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེ་བྱུང་བ་རེད་སྟམ་གྱི་ཡོད། འོ་ན་ཚོས་ལྷགས་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་ལྟས་ན། རང་གི་སེམས་སྦྱར་བཅོས་གཏོང་བྱེད་གཅིག་ལ་གོ་བཞིན་པ་རེད།

སྦྱིར་བཏང་འཇམ་བུ་འདི་ལ་མི་དུང་ལྷུར་བདུན་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་རིགས་གཉིས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མི་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ ལས་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་ཅོམ་ཚོས་ལྷགས་པ་ཆགས་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་དེ་ཡང་ཨེ་བྱ་དང་ཁ་ཆེ། ཉིན་དུ། རང་པ་སོགས་ཡིན་པར་བརྟེན་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ལྷགས་དག་ལས་ཚོས་ཞེས་པའི་དོན་ནི་སྦྱོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷའི་ཞལ་མངའ་ནས། མདོར་ན་ཚོས་ནི་མི་འཚོ་བ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །ཚོས་མཚོག་མུ་ངན་འདས་པ་སྟེ། །འདི་ནི་དེ་གཉིས་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་དོན་ནི་ལྷ་བ་རྟེན་འབྱུང་དང་སྦྱོད་པ་འཚོ་བ་མེད་པ་གཉིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་སྦྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཐོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་བྱ་གསུ་ལ་ལྷ་བ་རྟེན་འབྱུང་འབྲུངས་ཡོད་སྟབས། མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་དང་ཚོས་ལྷགས་རིས་མེད་གནང་རྒྱའི་དགོངས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞེད་དམ་བཅའ་དེ་གཉིས་ཐད་ནས་ཁོང་གི་བྱ་གསུ་ལ་འབྲུངས་པ་ཡིན་རྒྱུ་རེད་སྟམ་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ལྟས་ན། སྦྱི་འགོ་སུ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་སྦྱོར་ཚོགས་འཕྲད་བཞིན་པ་དེ་དག་ཚང་མ་མི་ཤེས་པ་དང་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་མ་གུས་པ་དང་བག་མ་འཆིས་པ་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་བཅོམ་འདས་ཀྱི་ཞལ་སྡེ་ནས། མི་ཤེས་པས་ནི་འཁོར་བ་འབྲམས་གུར་པ། །དེ་དག་བྱ་གསུ་རྗེ་མངའ་བའི་ཐབས་ཚུལ་དང་། །རིགས་པ་བརྒྱ་དག་གིས་ནི་འཇུག་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པས་དེ་ལོ་དོན་དག་ནི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་དེ་དག་མ་ཤེས་པའམ་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བ་ལ་འཁོར་བ་ཚུལ་གཟིགས་ནས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱ་གསུ་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ཀྱུན་

ནས་བསྐྱེད་པ་ཏེ་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་སམ་རིགས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་གསུངས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་  
ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཇི་བཞིན་གཟུགས་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དང་  
ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་གནང་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེ་གསུམ་ནས་དེའི་སྐྱེད་ནས་འབྲུངས་པ་ཡིན་ས་རེད་སྙམ་གྱི་ཡོད།  
ཡགོང་ས་མཚོག་གིས། ང་ཚོས་སྤོན་ལམ་བཏོན་པ་ཅམ་གྱིས་དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་ཐབས་མེད། ཅེས་དང་། ད་ལྟའི་  
འཛམ་གླིང་ནང་འཛིགས་སྐུལ་དྲག་སྤོད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དམག་འབྲུག་དེ་བཞིན་གོ་ལའི་ཚ་དོད་རྒྱས་བཞིན་པ་  
སོགས་དཀའ་ངལ་མང་ཆེ་བ་མིས་བཟོས་པའི་དཀའ་ངལ་ཡིན་པར་བརྟེན་དེ་དག་སེལ་དགོས་ན་དྲག་པོའི་སློབས་ལུགས་ཐོག་  
ནས་སེལ་ཐབས་མེད་སྟབས། དཀའ་ངལ་དེ་དག་གི་རྩ་བ་ཆགས་སྡང་གི་སློབ་དེ་དག་མགོ་སྤོན་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་དཀའ་ངལ་དེ་དག་  
སེལ་ཐུབ། ཅེས་བཀའ་སློབ་བསྟུན་བ་དེའི་རྒྱབ་སྐྱོར་སྲུ་ཆགས་སྡང་གི་སློབ་དེ་དག་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་  
ཡིན་ཅང་གཞན་གཅེས་འཛིན་དང་གཞན་ལ་གུས་ཞབས་དང་མཐོང་ཆེན་དགོས་པར་བརྟེན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དགོས་  
པའི་གནས་ལ་བབས་ཡོད་པ་གསལ་པོར་ཆགས་ཡོད།

ཡང་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཁ་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དང་ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་ཟེར་བའི་གཏམ་བཤད་ཀྱང་ལག་  
ལེན་དངོས་མེད་མཁན་འཛམ་གླིང་འདིར་མང་པོ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ནའང་མགོན་པོ་མཚོག་དེ་དག་དང་མི་མཚུངས་པར་ལག་  
ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མཛད་རྗེས་སྒྲ་ན་མེད་པ་དངོས་སུ་མཐོང་ཚོས་སུ་ཡོད། དཔེ་མཚོན་གཅིག་ལྟར་ན། རྩོན་མ་རྒྱ་གར་གྱི་  
རྒྱལ་ས་ལྱི་ལི་ལ་འཛམ་གླིང་ཚོས་ལུགས་ཁག་གི་དབུ་འཛིན་ཆེས་སྙན་གྲགས་ཆེ་བ་ཤ་སྟག་གདན་འདྲེན་གནང་སྟེ་ཚོས་ལུགས་  
མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཚོགས་འདུ་སྐོར་ཚོགས་གནང་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རེད། ལྟབས་དེར་འཛམ་གླིང་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་དབུ་བྱིད་  
ནམ་པའི་གཏམ་བཤད་ནང་ལ་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་རྒྱུར་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་དབུ་བྱིད་ནམ་པ་མཐུན་ལམ་བཟོ་རྒྱུ་ལ་རག་  
ལས་ཡོད། དེ་བཟོ་ཐུབ་མཁན་གྱི་རྣམ་པ་ནི་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་དག་ལ་མི་འདུག་ཟེར་བའི་གཏམ་བཤད་  
མང་པོ་གནང་སྲིད་ཟེར་བ་གོ་བྱོས་དངོས་སུ་བྱུང་སྲིད་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་ཡིན། དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་དབུ་བྱིད་གཅིག་གི་གཏམ་བཤད་ནང་  
ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དེ་དབུར་ན་ཤོག་བྱ་དཀའ་པོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་དེའི་མདུན་ལ་རི་མོ་སྣ་ཚོགས་  
ཇི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་ཤོག་བྱ་དེའི་རྒྱབ་ཏུ་རི་མོ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ན་ཤོག་བྱ་མར་རྒྱལ་ནས་ལམ་སང་ཡར་སྐྱིག་ཤོག་ཟེར་  
ན་རི་མོ་མང་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་སྐྱིག་དགོས་ན་ད་ཅང་དཀའ་ལས་ཁ་པོ་རེད། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་འདིར་ཚོས་ལུགས་ད་  
ཅང་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་རྒྱུ་དངོས་གནས་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་ཤོག་བྱའི་རྒྱབ་ཏུ་རི་མོ་  
གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ན་ཤོག་བྱ་རྒྱལ་ནས་ལ་གཏོར་བ་ཡིན་ནའང་ཤོག་བྱ་དེའི་རྒྱབ་ཀྱི་རི་མོ་གཅིག་དེ་སྐྱིག་ཐུབ་ན་མདུན་  
ལ་རི་མོ་གཚོད་ཡོད་ཀྱང་འགྲིག་འགྲོ་བ་ནང་བཞིན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབུ་བྱིད་ནམ་པ་འགྲིག་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་  
ལུགས་ཚང་མ་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ཐུབ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་སོང་  
ཅང་ཏཱ་ལའི་བླ་མ་ལ་དེ་བཟོ་ཐུབ་པའི་རྣམ་པ་ཆ་ཚང་ཡོད་པ་ཡིན་དུས་ངས་ཁོང་ལ་གུས་བཀའ་ལྟར་གྱི་ཡོད་ཟེར་བ་ནང་བཞིན་  
འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་རྒྱུ་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཡིན་ནའང་ཡགོང་མཚོག་གཅིག་ལུས་འཛམ་གླིང་  
གི་ཚོས་ལུགས་ཇི་ལྟར་མང་ཡང་མཐུན་འབྲེལ་བཟོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོད་སྙམ་གྱི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ནམ་རྒྱུན་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་བཀའ་སློབ་གནང་སྐབས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྐྱེད་ཚོས་ལུགས་སུའི་ལྟ་ཁང་གི་  
འབྲིས་ལ་ཐེབས་སྐབས་ཁྱེད་རང་ཚོས་ལྟ་དེ་དག་ལ་སྐབས་སུ་མ་སོང་བ་ཡིན་ནའང་འགྲིག་གི་རེད། ཡིན་ནའང་གུས་ཞབས་

གྲིས་གསུང་གནང་གི་ཡོད། མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་སློབ་དེ་དག་གིས་གང་མཚོན་གྱི་ཡོད་ཟེར་ན། ཚོས་ལུགས་མཐུན་
 འབྲེལ་དགོས་པ་དང་དེ་བཞིན་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ནང་པ་ཡིན་ན་ནང་པའི་ལྟ་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་གྱི་
 ཚོས་ལུགས་ལ་གྲུས་ཞབས་དགོས་པ། གཞན་གྱི་ཚོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་གང་ཡིན་ནའང་དམའ་འབེབས་དང་ཚོག་ངན་མི་སྣ་
 བའི་ཐོག་ནས་གཞན་གྱི་ཚོས་ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའ་ལ་གྲུས་ཞབས་དགོས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱད་
 ཁག་སྟེང་དང་སྟེ་ཡིན་ནའང་རང་གི་ཚོས་བརྒྱད་དང་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་གྱི་ཚོས་དང་རིག་
 གཞུང་གང་འདྲ་ཡིན་ནའང་གྲུས་ཞབས་དགོས་པ་དག་སྣང་དགོས་པ་གསུང་གནང་གི་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་གང་མཚོན་གྱི་ཡོད་
 ཅེ་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དགོས་གསུངས་པ་རེད་ལ། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོད་ན་འཇམ་སྐྱིང་འདིར་ཞི་བདེ་དང་
 འཆམ་མཐུན་མཉམ་གནས་བཅས་ཡོད་གི་ཡོད་པ་ཡིན་སྟབས་མཐོན་པོ་མཚོན་གི་དགོངས་བཞིན་དམ་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་
 བཅའ་གཉིས་པ་དེ་དམ་བཅའ་གཞན་དག་ལས་ཀྱང་ཉ་ཅང་རྩ་ཆེ་བ་རེད་སྟུང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་མཐོན་པོ་མཚོན་འཇམ་
 སྐྱིང་ས་ཕྱོགས་གང་དུ་ཕེབས་ཀྱང་ཚོས་བརྒྱད་ཁག་གི་དབྱེ་བྱིང་སྟེ་འདྲ་ཞིག་དང་ཕྱགས་འཕྲད་བྱུང་ནའང་གྲུས་ཞབས་དང་
 འཇམ་སྐྱིང་སྟེ་ལ་ཕན་པའི་བཀའ་སློབ་གསུང་སྟེ་ལ་བ་དེ་དག་གིས་གང་མཚོན་གྱི་རེད་ཟེར་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དེ་
 ཅང་རྩ་ཆེ་ཡིན་པ་ཕྱགས་ཀྱི་གཏིང་ནས་གནང་གི་ཡོད་པ་མཚོན་གྱི་ཡོད། འཇམ་སྐྱིང་ནང་གི་རྟོག་བྱ་ཕལ་མོ་ཆེ་རང་ཕྱོགས་
 ལ་ཆགས། གཞན་ཕྱོགས་ལ་སྣང་ནས་ང་ཚོ་དང་ཁོ་པ་ཚོ་ཞེས་འགོ་བཤི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་དོར་ནས་རང་རྒྱལ་གཞན་
 ཕམ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ཁོ་རྩར་གཅིགས་ཆེར་འཇོན་པ་ལས་འདུང་བཞིན་ཡོད་པ་དེར་དགོངས་ནས་ཡགོང་ས་ཡསྟབས་མཐོན་ཆེན་
 པོ་མཚོན་གིས། འཇམ་སྐྱིང་ནང་གི་རྟོག་བྱ་ཕལ་མོ་ཆེ་མིས་བཟོས་པའི་རྟོག་བྱ་ཡིན་སྟབས་རྟོག་བྱ་དེ་དག་སེལ་རྒྱུའི་འགན་དང་
 ཐབས་ལམ་དེའང་མི་ལ་ཡོད་དགོས། ཞེས་བཀའ་སློབ་བསྟུང་མར་ཕེབས་ཡོད་པ་དེས་གང་མཚོན་གྱི་ཡོད་ཞུས་ན་མི་དེ་དག་
 གིས་ཕན་ཚུན་མཐུན་ལམ་དང་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དགོས་ཚུལ་གསལ་བར་བསྟན་ཡོད།

འོ་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་མེད་ན་སྒྲོན་གང་ཡོད་དམ་ཟེར་ན། འཇམ་སྐྱིང་ས་ཕྱོགས་གང་དུ་ཡིན་ནའང་ཚོས་
 ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་མ་འཆམ་པ་དེའི་རྒྱུ་གྱིས་མི་མང་པོ་འཇུག་པ་ཤོར་བ་དང་ལུང་པ་མང་པོར་གསོད་རེས་བཏང་བ།
 དཔེར་ན་སྒྲོན་པ་གཅིག་གི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་ནའང་ནང་འཇུག་ཤོར་རྒྱ་དཔེ་མཚོན་དེང་སང་མཐོང་བཞིན་པའི་ཁ་ཆེའི་སྒྲོན་པ་
 མོ་དེ་མང་གཅིག་གི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་ནའང་སུན་ནི་དང་དང་གི་ལ་བར་དུ་འཇུག་སྐྱོང་བྱུང་བ་ནང་ལྟར་རེད། དེ་བཞིན་ཁ་ཆེ་
 དང་ནང་པ་བར་དུ་དམག་འཇུག་དང་། དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུ་དང་ཁ་ཆེའི་བར། ཅིན་དུ་དང་ཁ་ཆེ་བར་དགའ་ངལ་བྱུང་བ་མཐའ་
 དག་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་མེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རེད། དེ་བཞིན་བོད་དུའང་གནའ་སྔ་མོ་ཚོས་བརྒྱད་ཕན་ཚུན་བར་འཇུག་
 པ་མང་པོ་ཤོར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཞིན་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་གཟེགས་ནས་མཐོན་པོ་མཚོན་གིས་རྒྱལ་ཆེན་གྱི་ཕྱགས་
 བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དག་ལས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེ་ལས་དགོས་པའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་
 བཅའ་གཅིག་རེད་སྟུང་གི་ཡོད།

ལྷག་པར་བོད་མི་ཚོས་མེས་པོ་གོང་མ་ནས་བརྒྱད་པའི་རིག་གནས་དེ་དག་དེང་སྐབས་དུས་རབས་ ༡༡ ནང་དུའང་སྟེ་
 ནང་གི་འགལ་རྒྱུན་དུ་མ་ཞིག་འཕྲད་མིན་ལ་མ་རྟོགས་པར་གཙོ་ཆེར་སྟེ་མོར་ཡགོང་ས་ཡསྟབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོན་གི་ཕྱགས་
 རྗེའི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྫོང་ས་སྟེ་རང་དབང་མེད་ཀྱང་བཅན་ཤོལ་དུ་འཇམ་སྐྱིང་གི་
 བཅན་ཤོལ་བ་གཞན་དང་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་མི་འདྲ་ཅམ་ཡོད་པའི་གནས་བབ་འདིའི་འོག་རིག་གནས་དེ་དག་གྲ་མ་ཉམས་

གྲུ་མ་ཞིག་པར་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ཡ་མ་བུལ་བའི་སྒོ་ནས་གཅེས་ཉར་ལུ་མཐུན་བྱེད་བྱབ་པའི་འབྲས་བུར། ད་ཆ་བོད་  
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་འདི་ཉིད་འཇམ་སྲིང་གི་གཅེས་ཉར་ཡིན། ཞེས་ཕྱི་ནང་མི་རིགས་ཚོའི་ཁྲོད་དུ་བོད་མི་ཚོས་ངོ་མས་སུ་ཚོག་  
པའི་གནས་སྤངས་འདི་ནི་མཁོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཉིན་མཚན་སྒོས་མེད་ངལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྟར་བཞེས་ཐོག་གདུལ་བུ་གངས་  
ལས་འདས་པར་ཐབས་མཁས་ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སློབ་གསུང་གི་བདུན་ཅུས་འགོ་བའི་མ་རིག་ལུན་  
པ་སེལ་བར་མཇུག་པའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད་ཅེས་ཞུ་བྱུ་ཡིན། སྤྱིར་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་ཡ་སྤྱིའི་རྒྱབས་ཆེན་  
གྱི་མཇུག་ཁུར་མཐའ་ཡས་པ་ལས་གཙོ་བོ་བཞི་སྟེ། འགོ་བའི་འགྲིམ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་བྱམས་པ་དང་བརྟེན་པ། བཟོད་  
བསྐྱེད། ཚོག་ཤེས་སོགས་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་གྲུས་ཅི་དང་འཆམ་མཐུན་བསྐྱུན་  
དགོས་པ། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དགོས་པ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད། ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་བཅས་  
དེ་སྲར་མཇུག་ཁུར་དེ་གསུམ་ཡིན་པ་གང་སར་བཀའ་སློབ་སྤུལ་ཡོད་ཀྱང་། བར་ལམ་ནས་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་མཇུག་ཁུར་རམ་  
ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཙོ་བོ་དེ་གསུམ་ཐོག་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་གཙོ་བོར་  
གྱུར་པའི་རྒྱ་གར་ཉིན་དུ་དང་། གཅེར་བུ་བ། གངས་ཅན་པ། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་སོགས་ཚོས་ལྷགས་དེ་དག་གི་ནང་གཞི་  
རྩའི་གང་ཟག་གི་བདག་འདོད་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་། ཞི་གནས་དང་སྟག་མཐོང་། བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན། བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོགས་  
ཕྱི་ནང་བྱམ་མོང་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་མིའི་བསམ་སྒོམ་གྲོད་སྤངས་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་། ལྷགས་  
རྒྱུན་ཆེན་པོ་སྤྱད་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཆའི་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་མཁོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་ཕྱག་དང་དགེ་ཤོས།  
ཚོང་པའི་ལྷན་ཚོགས། ཤེས་ཡོན་མི་སྣ་དང་། ཆེད་ལས་པ། བསམ་སྒོ་སྟེ་བ། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབྱེད་ཤིང་སོགས་མི་མང་སྤོང་  
ཕྱག་མང་པོར་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྲར་གསོའི་གལ་གནད་སྒོར་བཀའ་སློབ་སྤུལ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ཆགས་སྤང་གི་  
སྒོ་ཕྱན་བྱ་བུ་ལྷགས་རྒྱུང་དུར་བཏང་ནས་འཇམ་སྲིང་སྤྱི་ལ་ཞི་བདེ་བག་ཤེབས་ཤིག་བསྐྱུན་རྒྱུའི་དགོངས་བཞེས་རྒྱབས་ཆེན་མཇུག་  
བཞིན་ལགས། རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་སྤོལ་རྒྱུན་ནང་ཚོས་ལྷགས་ནས་གསུང་པའི་ལྷ་གྲུབ་རྣམ་གཞག་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་  
པར་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་སྒོར་ལ་གནས་ཚད་ཆེས་མཐོན་པོར་སོན་པ་དེ་དག་ནི་དེང་དུས་ཚན་རིག་དང་མཉམ་དུ་  
དབྱེད་པ་མཉམ་གཤིབ་བྱས་ཏེ་འགོ་བྱུང་བའི་གཞི་མཁོན་པོ་མཚོག་གིས་གཟིགས་བཞིན་པ་ལྟར་བཀའ་སློབ་བཀའ་དྲིན་བརྒྱུངས་  
ནས་ཚན་རིག་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དུ་མ་ཞིག་ལ་སྒོའི་སྒོ་ཡངས་པོར་བྱེ་བ་བྱུང་བ་དང་ཚན་རིག་པར་གྲུབ་འབྲས་སྲར་ལས་  
ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།

མདོར་ན་ངས་དེ་རིང་བོད་མི་སྤྱི་གས་འཇུགས་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གོ་སྐྱོག་གནང་བའི་འགོ་མཁོན་བཀའ་བརྒྱུད་  
པ་ཡད་པལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པའི་གདན་ས་རུ་མ་བཏེག་དགོན་པའི་མཁས་པའི་མཚན་ཐོག་ནས་སྤྱིར་ས་སྤོང་རྒྱལ་བསྟན་  
ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མངའ་བདག་སྤྱི་ནོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྤྱི་དོན་རང་ཅག་སྤྱི་འགོ་ཡོངས་དང་། བོད་  
མི་ཡོངས་ཀྱིས་མཇུག་ཐབས་བུལ་ཡང་མཁོན་པོ་མཚོག་གི་སྤྱི་ལུ་གསང་གསུམ་གྱི་མཇུག་འཕྲིན་རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུ་ལས་  
ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་དང་ཚོས་ལྷགས་རིས་མེད་སྒོར་གྱི་མཇུག་པ་ཚུ་ཐིགས་ཅམ་ཞིག་ཞུས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདིས་  
མཁོན་པོ་མཚོག་སྤྱི་ཆེ་བསྐལ་བརྒྱར་བརྟེན་ཅིང་མཇུག་འཕྲིན་ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་བྱུང་བ་དང་། རིང་མིན་བོད་གཞིས་བྱེས་  
སྟན་འཇོམས་རང་དབང་གི་ཉི་མ་ལྟར་དུ་འཆར་བྱུང་པའི་སྒོམ་འདུན་གངས་མེད་ཞུ་བཅས་ཡིན།





**ཡ་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ཡུགས་མཐུན་སྒྲིལ་  
སྒྲུབ་ཀོང་པོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲུའི་པོད་དགེ་དུགས་པོ་ལྷག་པ་དོན་གྲུབ།**

༡༡། ༡༥ལོ་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་ལོ་འཁོར་མོར་ཡ་རྒྱལ་པོ་ཡ་རྒྱལ་ཕྱི་ལོ་པོ་ཚེན་པོ་མཚོག་དགུང་གུང་ས་  
 ༡༤ ལ་ཕེབས་པར་བརྟེན་ཁོང་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ལ་སྤྱང་བརྟེན་ལྷུ་རྒྱ་རྒྱུའི་རང་གཞུང་གི་དགོངས་པ་ཡོད་པ་གཞིར་  
 བཟུང་སྤྱི་དྲིལ་ལྷན་ཁང་ནས་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་སློབ་ཚུང་གཟུགས་མཐོང་བརྟེན་  
 པར་བཅོས་པའི་གཏམ་བཤད་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྒྲིག་ལུས་པའི་ནང་དུ་ང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་གནང་བ་ལ་སློང་ཐག་  
 པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷུ་རྒྱ་ལོ་ལོ། ཡིན་ནའང་ཡ་གོང་ས་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དགོངས་པའི་བཞིན་དུ་ཉོགས་ནས་ད་ལན་གྱི་བརྗོད་  
 གཞིའི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་སློབས་པ་ནི་བདག་ལ་མེད། དེ་འདྲ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཏམ་བཤད་གོ་སྒྲིག་ཚོགས་  
 ཚུང་གིས་ཐུགས་རྗེ་གནང་བ་ནང་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་ཐུབ་པའི་རེ་བ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ང་ལ་ཡོང་ཐབས་མེད། བྱས་ན་ད་  
 ལན་གྱི་གོ་སྐབས་འདི་ལེན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་རང་པོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲིའི་དགེ་ལྷན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་  
 པོད་ཐུགས་ཁྱིམ་སློབ་ཞེས་ཡིན་ཚེན་པའི་འགན་འཛིན་རྣམ་པས་ད་ལན་གྱི་ལས་རིམ་འདིའི་ཐོག་ལ་སྐད་ཆ་པོད་མཁན་ངའི་མིང་  
 བཏོན་གནང་བ་ལ་སྤྱི་དྲིལ་ལྷན་ཁང་ནས་ཡོད་ཆེས་སློབ་འགུལ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གནང་ནས་ང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུའི་གོ་  
 སྐབས་གནང་དུས་དེ་ལ་ངས་ཡོང་གི་མ་རེད་ཅེས་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་སློབས་པ་འདི་ང་ལ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་རྟེན་མ་བྱུང། ལྷག་  
 པར་དུ་སྒྲིལ་བྱ་དམ་པའི་མཇུག་པའི་འཐེན་ལས་བཤད་རྒྱ་ནི་བསོད་ནམས་གསོག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ནས་ད་  
 ལན་གྱི་གོ་སྐབས་འདི་རྒྱངས་པ་ཡིན་ཞེས་ལྷུ་རྒྱ་ལོ་ལོ།

དེ་ལ་ཆེས་ཐོག་མར་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་ཕྱི་ལོ་པོ་ཚེན་པོ་མཚོག་པོད་ཁྱིམ་སློབ་ཁྲི་སློབ་བརྟེན་  
 གཉིས་ཀར་ད་ཅང་གི་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་འདི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་གི་ནང་ལ་འཚོ་གནས་བྱེད་བཞིན་པའི་པོད་  
 རིགས་སྤྱི་ཚོ་རྒྱ་ཚང་མས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་ཀྱི་འདུག་པ་མ་ཟད་མི་རབས་ཤན་པ་ཚོས་མི་རབས་གཞིན་པ་ཚོ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་  
 ལམ་སློབ་གནང་རྒྱ་ནི་ད་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག གང་ལ་ཞེ་ན་དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་མཇུག་དང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་  
 གཅིག་འདིའི་ནང་ལ་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཡ་རྒྱལ་ཕྱི་ལོ་པོ་ཚེན་པོ་ལ་མཚན་སྐད་ལུ་མཁན་པོད་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་  
 དང་། ལྷག་པར་དུ་བཅོན་བྱོལ་པོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་མཚན་སྐད་ལུ་མཁན་གྱི་མི་གངས་ནི་མང་དུ་འགྱུར་  
 ཡོང་གི་འདུག པོད་ཀྱི་སྤྱི་ལ་བཞུགས་པའི་པོད་རིགས་སྤྱི་ཚོ་གར་དང་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་གི་ནང་ལ་གནས་སྐྱེད་པ་བཟང་  
 ངན་ལ་མ་སློབ་པར་སློབ་པའི་ངང་རྒྱལ་ཁབ་དེ་དང་དེའི་ནང་ལ་བཞུགས་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་། བཅོན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཤེས་  
 ཡོན་སློབ་སློང་ལ་བརྟེན་འགྲུས་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་ཉོག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་བརྗོད་  
 ཅི་དགོས། ཡིན་ནའང་ལ་མཚན་པ་ཞིག་ལ་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོགས་ལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གི་ཞལ་མཇུག་གསུང་ཐོས་བཀའ་དྲིན་  
 གྱི་འོག་ལ་འཚར་སྐྱེད་དང་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་པོད་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ལ་མངོན་གསལ་དོད་པོའི་ཐོག་ནས་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་  
 ཕྱི་ལོ་པོ་ཚེན་པོ་ལ་མཚན་སྐད་ལུ་མཁན་སྐད་ལུ་མཁན་པོད་པས་ལུ་མཁན་པོད་དམན་པ་གང་ཞིག་དམུལ་བར་འགྲོ་རྒྱུའི་ག་  
 ཚོགས་བྱེད་མཁན་པོད་མིའི་གངས་ཀ་ནི་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་འདི་ནི་ཆེས་སློབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་

ཡམོང་ས་མཚོག་གི་ཞལ་མཇལ་གསུང་ཐོས་སོགས་དངོས་སུ་བཀའ་དྲིན་གྱིས་མ་སྒོམས་པའི་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རང་གི་ནང་  
ལ་འཚར་ཡོངས་བྱུང་བའི་པོད་རིགས་སྤྱོད་ཆེད་ནང་པོད་རྒྱལ་ཁབ་དང་སྤྱོད་དོན་ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེར་དམིགས་པའི་  
དད་པ་དག་སྤང་དང་། རྫོས་བཏང་དང་། ཡིད་ཆེས་བཅས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིད་པ་དེ་ ༡༠༠༥ ཉམས་ད་བར་དུ་  
ཚང་མས་མཐུན་གསལ་ཡིན་སྐབས། ང་ཚོ་རྒྱ་གར་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་གྱི་པོད་རིགས་སྤྱོད་ཆེན་མས་  
ནས་དངོས་གནས་ཡིད་གཟབ་ཅིག་མ་གནང་བ་ཡིན་ན་ཆབས་ཆེན་གྱི་ལས་ངན་པ་གསོག་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་ཅེས་  
གཏམ་བཤད་འགོ་འཇུགས་མ་ཞུས་པའི་སྡོད་དུ་ཞུ་འདོད་བྱུང་སོང་།

དེ་རིང་སྐབས་བབ་ཀྱི་སྐྱེང་བར་བྱ་བའི་བརྗོད་གཞི་ནི་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཡ་སྤྱོད་ཕྱི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་ལ་སྤྱོད་ཆ་བཤད་རྒྱ་སྐབས་བབ་ངའི་ལས་འགན་ཆགས་  
ཡོད། དེ་ལ་ངས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཞེས་པའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་འདི་ཡམོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་ལ་དུས་ནམ་  
ཞིག་ནས་དགོངས་པ་འཁོར་བ་དང་། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་པ་  
མཚོག་གི་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོ་དོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་དགོས་  
ཀྱི་ཡོད་མེད། ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གནང་ལུགས་གནང་སྤངས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན། མཐའ་མ་འདི་ལ་ཚོས་ལུགས་  
མཐུན་འབྲེལ་ལག་བསྟར་བྱུང་གྱི་ཡོད་མེད་བཅས་དོན་ཆེན་ཆེན་པོ་ལྗོད་ཐོག་ལ་ང་རང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡམོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་  
ཀྱི་དགོངས་པ་ལ་མཐོང་རྒྱལ་གང་ཡོད་པ་འདི་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན་པས། ངས་སྤྱོད་ཆ་བཤད་པའི་ནང་ལ་ལོ་རྒྱུ་འདྲེལ་ལེས་པར་དུ་འབྱུང་  
ངེས་པས་དམིགས་བསམ་ལ་གྱིས་ང་ལ་རེ་བ་གནང་མཁན་ཚང་མར་སྤྱོད་ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་བཟོད་གསོལ་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན།  
སྤྱོད་བཏང་ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་ལ་ལེའབས་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་ཡམོང་ས་  
ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཇུག་པོ་ལ་འཕྲུལ་ལས་ཕྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཏ་ཅང་གི་རྒྱལ་ཆེན་པོ་  
དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཞེས་པའི་ཁྲོད་ནས་ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེད་ཡ་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱལ་པོ་འདི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ལ་  
རྫོས་བཏང་མཇུག་གནང་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ད་ལྟ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཐོག་ལ་  
ངས་དོན་ཆེན་ལྟ་བུ་འདྲེལ་བྱེད་པའི་ནང་ནས་དོན་ཆེན་དང་པོ་ཡམོང་ས་ཡ་སྤྱོད་མཐོན་རིན་པོ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་  
ཕྱགས་དགོངས་སུ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དུས་ནམ་ཞིག་ནས་འབྲུངས་ཡོད་མེད་ཐོག་ལ་  
ངས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཡ་རྒྱལ་བ་ཡ་སྤྱོད་ཕྱི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་པོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཕྱགས་འགན་བཞེས་པའི་སྐབས་  
སུ་ཡ་རྒྱལ་དབང་རང་ཉིད་དགུང་ན་ཏ་ཅང་ཕྱ་བ་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཕྱགས་ཀྱི་སྲིད་བཀའ་ཡང་མེད་  
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་པོད་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཕྱགས་འགན་བཞེས་རྒྱུར་ཡམོང་ས་མཚོག་སྐབས་དེར་དགུང་ན་སྤྱིན་  
མེད་ཅེས་ཡ་རྒྱལ་དབང་མཚོག་གི་རང་རྣམ་ངོས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ངོས་ཀྱི་མི་མང་གི་ནང་ལ་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད། ལྷག་པར་  
སྐབས་དེ་དུས་པོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་ལ་ཕྱིའི་རྒྱ་མེད་དཔུང་དམག་གི་བཅོན་འཇུག་བྱས་ཟེན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ང་རང་ཚོའི་  
པོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེ་ཏ་ཅང་གི་ཉམ་ང་བ་དང་། ཉམས་དམའ་པོ། ཆོས་ཇོ་བུ་ཆགས་འཇིག་གི་ཉག་  
ཕྱ་བའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནའང་། རྫོན་གྱི་སྤོང་ལམ་དང་མཐུ་སད་པའི་རྣམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པོད་ཀྱི་  
འགོ་བ་རྣམས་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྟེན་པོ་ཆེན་པོས་ཆོས་སྤོང་བེད་ཆེ་བའི་པོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཕྱགས་འགན་འདི་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྤྱོད་  
བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་དགུང་ལོ་བཅུ་དུག་ལས་མ་སོན་པའི་སྐབས་དེ་ལ་བདག་གིར་བཞེས་གནང་མཇུག་ཅིང་། ཡ་རྒྱལ་

དབང་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་པོད་ཀྱི་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བདག་གིར་བཞེས་པ་ནས་  
 བཟུང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་བབས་དེང་རབས་ཅན་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་གནང་རྒྱུ་ལི་  
 རྒྱ་ན་མེད་པའི་དགོངས་པ་བཞེས་གནང་མཛད་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། ལྷག་པར་དེར་རྒྱ་མིའི་དབང་བསྐྱུར་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་ལ་གོང་  
 ས་མཚོག་གི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པར་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་བསྐྱུར་བཅོས་ལག་བསྟར་བྱུང་མེད། ལྷག་པར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩  
 ལོ་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༠ ཡི་མི་མང་གི་གྲུན་ལངས་ཆེན་མོ་བྱུང་བ་དང་། ཟླ་བ་དེའི་ཚེས་ ༡༧ ཉིན་ལ་བྱུང་བ་དབང་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་  
 བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་སྐུ་འཁོར་རྒྱལ་བསྐྱུས་དང་བཅས་ཐུགས་འདོད་མེད་བཞིན་བཅོན་དབང་གིས་པོད་ཀྱི་བསྐྱུར་བ་ཆབ་སྲིད་  
 དང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་རང་གི་གཅེས་པའི་ཡུལ་དེ་བཞག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་གྱུར་དགོས་པའི་གནས་  
 ལྷངས་བྱུང་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ས་སྐུ་ལེགས་བཤད་དུ། སྤྱི་བོད་མ་པ་གྲུང་གྲུར་གྱི་༡༩༥༩ ལོ་ཟླ་བའི་ཁྱད་པར་ལྷག་པར་མཛེས།  
 བཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ལས་སྐྱེས་མཚོག་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་རང་ཡུལ་གྱུར་ནས་གཞན་ཡུལ་དུ་ཕྱེབས་འགྲོར་  
 ཟེན་རྗེས་རྒྱུན་ལྔ་གོགས་ཤར་ལྷ་བྱུར་འཛེམ་སྤྱིང་ས་ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ལས་སྐྱེས་མཚོག་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་  
 པོ་མཚོག་གི་མཛད་འཕྲིན་གྱི་ཉི་འོད་སྤར་ལྷག་ཆེས་ཆེར་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཕན་རྒྱུ་བས་རྗེས་སུ་བྱུང་གི་གྲུབ་འབྲས་རྗེས་སུ་མིག་  
 སོགས་དབང་པོ་ཡོད་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་མཛོན་སྤུམ་དུ་གྲུར་པ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་གར་དུ་ཕྱེབས་འགྲོར་ཟེན་རྗེས་འཛེམ་སྤྱིང་  
 ཡུལ་གྱུ་ཁག་དུ་བོད་ཀྱི་ལྷགས་དེའི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་འཕྲོག་བཤད་བྱེད་པའི་རྒྱ་མིའི་སྲིད་བྱུས་ངན་པ་ལ་ལན་འདེབས་ལྷ་  
 བྱུང་བ་རྒྱལ་དབང་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་རང་གི་མཛད་པ་རྣམས་ཤར་དང་སྤྱུགས་ནས་བོད་ཀྱི་བདེན་པའི་  
 གནས་ཚུལ་སྤོང་པར་བྱེད་པའི་རང་རྣམས་ལོ་ལྷན་ཀྱི་ཡུལ་དང་ངོས་ཀྱི་མི་མང་ཕྱག་དེབ་ལྷགས་ཚོར་མཛད་ཅིང་། ཕྱག་དེབ་དེའི་  
 མཛུགས་ཀྱི་ཁ་སྤོང་གཉིས་ལས་དང་པོའི་ནང་དུ་ལ་གོང་ས་ལས་སྐྱེས་མཚོག་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་  
 ཕན་ཚུན་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་འགོ་བ་མི་ལ་ཕན་པ་བསྐྱུབ་པའི་རུས་པ་མཉམ་སྦྲུངས་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཕྱེབས་པ་དེ་  
 ལས་སྐྱེས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལ་གསུང་ཚོམ་གནང་བ་ཐོག་མར་ཆགས་ཡོད་ལྷོམ། མདོ་དོན་  
 ལས་སྐྱེས་མཚོག་ལས་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཐོག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ལོ་སྤོང་ནས་དགོངས་  
 པ་བཞེས་ཡོད་ཅེས་བཛྲོད་ན་བདེན་པ་མིན་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ལ་འགྱུར་གྱི་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

དེ་ནས་དོན་ཚན་གཉིས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཡོད་ཅེ་ན། འཛེམ་བྱ་སྤྱིང་འདིའི་ནང་  
 ཡོད་པའི་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གིས་གཞན་དེ་ལ་སྤོང་བཛྲོད་དང་། ཟུར་ཟ་དང་། ང་ཡག་པ་དང་ཅིག་ཤོས་དེ་སྤྱུག་པ། སོ་སོའི་  
 ཚོས་ལྷགས་དེ་ཆེ་བ་དང་གཞན་དེ་ཆུང་བ་ཡིན་པ། སོ་སོའི་ཚོས་ལྷགས་ནང་ལ་གང་བྱིས་པ་རྣམས་འགྲིགས་པ་དང་གཞན་  
 གྱིས་གང་བྱིས་པ་དང་གང་གསུངས་པ་རྣམས་རྗེར་འབྲུལ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་སོགས་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་ལྷ་སྤངས་དང་བསམ་  
 རྗེ་དེ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་མེད་པ་བྱས་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མར་དམངས་ཀྱི་མདུན་སར་གཅིག་གྱུར་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་ནས་  
 འཛེམ་བྱ་སྤྱིང་གི་སའི་གོ་ལ་འདིའི་སྤོང་དུ་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཕྱ་ཆུང་གསུམ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་ལྷ་བྱུང་དཀའ་ངལ་དེ་ཁུར་  
 མཉམ་ལེན་དང་། དཔུང་པ་མཉམ་འདེགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེལ་ཐབས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་  
 དོན་དག་ལ་གོ་ཚོགས་སྤོང་། མདོ་དོན་འཛེམ་བྱ་སྤྱིང་འདི་སྤོང་གི་ཆེ་ཕྱ་ཆུང་གསུམ་གྱི་དཀའ་ངལ་གང་ཡོད་ཚང་མ་ང་ཚོའི་མདུན་  
 ལ་སྤུངས་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་སྤོང་ས་ཆ་གཅིག་གི་སྤོང་ལ་གོ་ས་གཅིག་མཚུངས་དང་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་བསམ་ལྗོངས་  
 པ་མཉམ་སྤོང་བྱུང་ན་དེ་ལྷ་བྱུར་གོ་དོན་གྲུབ་པར་ངོས་འཛེན་ན་བཟང་།

གནས་དོན་གསུམ་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཐོག་ཡསྟེན་མཐོན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པའི་  
རྒྱ་མཚན་གང་རེད་ཅེ་ན། ཡགོང་ས་སྐབས་མཐོན་རིན་པོ་ཆེའི་ཡསྟེན་གཅིག་གི་ནང་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་  
འདི་དགོངས་པ་འཁོར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ང་ཚོས་ཤེས་རྒྱུ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད་བསམ་  
གྲི་འདུག ང་ཚོ་ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ནང་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ནང་ལ་ཕྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་འགོ་འཁོ་  
བཅུགས་ནས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་འདིར་ཡར་རྒྱས་དྲ་ཅང་གི་ཚད་མཐོ་པོར་སླེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་ཕྱི་དངོས་  
པོའི་ཡར་རྒྱས་ཚད་མཐོ་པོ་ཞིག་ལ་སླེབས་པ་དང་མཉམ་དུ་མི་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་ཆགས་སྤང་དང་ཕྲག་དོག་ལ་སོགས་  
པ་འགྲན་སྡུར་གྱི་བསམ་པ་དེ་ཡང་ལྷགས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ནས་རང་ཕྱོགས་དང་གཞན་ཕྱོགས། རང་གི་ཚོས་ལྷགས་དང་གཞན་གྱི་  
ཚོས་ལྷགས། རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་གཞན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ། དེ་བཞིན་རང་གི་མི་རིགས་དང་གཞན་གྱི་མི་རིགས་ལ་སོགས་པ་  
འཛམ་བུ་གླིང་འདྲིའི་ནང་ལ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་སྤེལ། མི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་ནས། སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས། ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ཐོག་  
ནས། ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཐོག་ནས། གང་ལྟར་རང་གཞན་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་བསྐྱབ་  
རྒྱུ་དང་། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་གནོད་པ་བསྐྱལ་རྒྱུ། རང་གི་ཕྱོགས་གཏོགས་ཀྱིས་ཏོག་ཙམ་མ་འགྲིགས་པ་བྱས་ཀྱང་དེར་བཟོད་  
སློམ་བྱ་རྒྱུ་དང་། གཞན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཕན་བྱུ་མ་འགྲིགས་པ་བྱས་ན་དུས་ཉུག་དེར་ཁོང་ཁྲིའི་མེ་ལྷེ་འབར་བ། རང་ཕྱོགས་  
ལ་ཆགས་སེམས་བྱ་རྒྱུ། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་སྤང་སེམས་ལ་སོགས་པ་གང་ལྟར་ལྷགས་དང་མ་མཐུན་པའམ་ཚུལ་དང་མ་  
མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་སྟོན་པའི་ཐོག་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲིའི་ནང་ལ་དམག་འཁྲུག་དང་གསོད་རེས། རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དབར་  
དམག་འཁྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ཡིན་ནའང་ཚོས་ལྷགས་དང་། སྐད་རིགས། མི་རིགས་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
གསོད་རེས་བྱ་རྒྱུ། མནར་གཅོད་བྱ་རྒྱུ། དག་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་སོགས་མདོར་བསྡུས་ན། འཛམ་བུ་གླིང་འདྲིའི་ནང་ལ་མིས་བཟོས་  
པའི་དཀའ་ངལ་དྲ་ཅང་གི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཡསྟེན་མཐོན་རིན་པོ་ཆེས་གཟིགས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ངལ་དེ་  
ཉུང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ངལ་དེ་ཚུང་དུ་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་ཚང་མ་ནང་མི་གཅིག་གི་འདུ་  
ཤེས་དང་། འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་གནས་སའི་ས་གཞི་འདི་བྱིམ་ཚང་གཅིག་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཚུང་གང་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་ཚང་མ་ནང་མི་གཅིག་དང་བྱིམ་ཚང་གཅིག་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་སེལ་ཐབས་  
བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་ང་ཚོའི་འཛམ་བུ་གླིང་གི་སྤོང་ལ་མིས་བཟོས་པའི་དཀའ་ངལ་དེ་བསལ་རྒྱུར་རྣམས་པ་ཆེ་བ་  
ཐོན་གྱི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡསྟེན་མཐོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡསྟེན་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་  
གིས་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པའི་གནད་འགག་དེ་ལ་ཕྱག་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་བཞིན་ང་རང་ཚོའི་འཛམ་བུ་གླིང་  
གི་ས་གཞི་འདྲིའི་སྤོང་ལ་ཡོད་པའི་ཚོས་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་དེ་དག་ན་ཚོ་མི་འདྲ་བ་ལ་སྤྲོད་གཅིག་བཏང་ནས་ཕན་ཐོགས་  
ཀྱི་མེད་པ་ནང་བཞིན། ང་རང་ཚོའི་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲིའི་སྤོང་ལ་མི་དྲ་ཅང་གི་ཚད་ལས་འདས་པ་ཡོད་པ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་མིའི་  
ཁམས་དང་མོས་པ། བསམ་སློབ་གཏོང་སྤངས་སྤོང་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལའང་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གིས་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་མེད་པ་དེ་  
དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཆགས་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་ལ་དགོས་ངེས་ཅན་  
ཞིག་ཡིན་པ་ཡསྟེན་མཐོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡསྟེན་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་གསུང་གི་ཡོད་རེད། གསུང་གི་ཡོད་ཀྱང་ཚོས་ལྷགས་  
མི་འདྲ་བ་དེ་ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་བྱམས་བཅུ་དང་། གཞན་ཕན་དང་། བཟོད་སློམ་ལ་སོགས་པ་སློབ་གསུམ་བག་དང་ལྡན་པའི་  
སྤྱོད་པ་སྟོན་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་གཅིག་མཚུངས་སུ་གལ་ཆེན་པོར་འཛིན་ནས་དེའི་ཐོག་ལ་བཀའ་མོལ་  
གནང་གི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་བཟེའི་མི་འདོད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་དཀའ་ངལ་རྣམས་སེལ་ཐབས་སུ་བྱམས་བཅུ་

དང་གཞན་ཕན་ལ་སོགས་པ་མིའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ་ཚོ་ཡར་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་རྣམས་  
པ་མཉམ་སྦྲུངས་ཀྱིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ལག་སྤྲེལ་བྱེད་དགོས་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་  
གནང་མི་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་བྱམས་བརྟེ་དང་། གཞན་ཕན་དང་། དགོངས་ཡངས་དང་། བཟོད་སྦྱོར་ལ་སོགས་པ་ལམ་སྟོན་གནང་  
མཁན་གྱི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་མིང་ཐོག་ནས་མི་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འཇུག་ཚིད། མནར་གཅོད། གསོད་རེས། ལྷག་  
སྦྱོང་སོགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་བྱུང་ན་དངོས་གནས་བསམ་མི་ཤིང་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཡ་སྐྱ་ཤིང་  
བརྩ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསུངས་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་ང་རང་ཚོ་ཚོས་ལྷགས་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ནའང་ཚོས་  
ལྷགས་ཚང་མའི་ནང་བྱམས་བརྟེ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ། གཞན་ཕན་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དགོངས་  
ཡངས་དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཟོད་སྦྱོར་གྱི་རྣམས་པ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱའི་བཀའ་མོལ་གལ་ཆེན་པོ་གཅིག་མཚུངས་  
སུ་གནང་གི་ཡོད་དུས་ཚང་མ་དཔུང་དུ་བསྐྱེལ་ནས་འཇོམ་བྱ་སྤོང་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས། མིའི་སྐྱུ་བསྐྱེལ་མེད་པ་བཟོ་  
རྒྱ། འདོད་པའི་བདེ་བ་བསྐྱུན་ཐབས་ལ་ཚང་མས་ད་རུབ་འབད་རུབ་ཀྱིས་གོམ་པ་སྤོང་རྒྱུ་དེ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་དེ་  
འདྲའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་དགོས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག  
གསུམ་ནས་ང་ཚོ་མི་རྣམས་བདེ་བ་ཐོབ་སྐྱབས་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་དང་སེམས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་ཞེས་  
བདེ་བ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་གསུང་གི་ཡོད་རེད། དམིགས་བསལ་ང་ཚོས་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆ་  
བཞག་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་བ་དེ་སྤྱི་ལོགས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན། དཔེར་ན། དུག་སྟོག་ཡག་པོ། ཁང་  
པ་རྒྱུ་པོ། མོ་ཁ་རྒྱུ་པོ། སྐྱུ་ཁྲུག་མཐུག་པོ་སོགས་སྤྱིའི་མཐུན་རྐྱེན་དང་དཔལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་  
པའི་བདེ་བ་བསྐྱབས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ། ཡིན་ནའང་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོར་བ་བདེ་བ་དེ་ཚོ་ཉ་ཅང་གི་དུས་ཐུང་ཐུང་ཡིན་  
པ་ཞིག་དང་། འཕྲལ་སེལ་ཚམ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོར་བ་དེ་གནས་  
ཐུབ་ཀྱི་མེད་པའམ་འདད་གི་མེད་པ་དེ་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དུས་ལྡན་རིང་པོ་དང་ཕྱགས་རྒྱུང་  
རིང་པོའི་བར་དུ་གནས་ཐུབ་པའི་སེམས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྦྱིད་དེ་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་མ་གཏོགས། དེ་ལྟ་  
བུའི་སེམས་ཚོར་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྦྱིད་འཐོབ་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་གཞན་ཞིག་ཞིག་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་སོང་ཅང་། ཚོས་ལྷགས་  
ཕན་ཚུན་མཐུན་པའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་མཐུན་པའི་ཐོག་ནས་མིའི་བསམ་སྟོན་མ་རུང་བ་རྣམས་བཅོས་ཐབས་ལ་འབད་ནས་མེད་པ་  
ཆགས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་མིས་བཟོས་པའི་དུས་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཆགས་འགྲོ་རྒྱུ་ཐག་ཚིད་པ་  
སོང་ཅང་། ཚོས་ལྷགས་རྣམས་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་མིའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལ་གོམ་པ་མཐུན་སྦྱོར་གནང་རྒྱུ་དེ་ཉ་  
ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཡ་སྐྱ་ཤིང་བརྩ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་  
གྱི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པའི་གནད་འགག་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐུག་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད།

དེ་ནས་གནས་ཚུལ་བཞི་པ་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གནང་ལྷགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེས། དེ་ནི་ང་རང་ཚོས་དངོས་སུ་  
ལག་བསྟར་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་འགྲོ་དགོས་སྐབས་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་ཡོང་ཐབས་མེད་པའི་བསམ་ཚུལ་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་རེད། ཡིན་  
ནའང་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཡ་སྐྱ་ཤིང་བརྩ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དགོངས་བཞེས་ཐེབས་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་ངས་བསམ་སྟོན་  
གཏོང་དུས་ཉན་ཉན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་ངེས་ཅན་དང་ཡོང་ཐུབ་ངེས་བསམ་གྱི་འདུག དེ་ཡོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་  
ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གནང་སྤངས་ཐོག་ལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ལྟ་བུ་བྱུང་དང་སྦྱོང་རྒྱུ་ལ་

མི་འདྲ་བའམ་མི་མཐུན་པ་ཡིད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོར་མཐུན་འབྲེལ་ཡིང་གི་མ་རེད་ཅེས་ལྷན་པ་ཡིན་ན་དངོས་  
ཡིད་གནས་ཚུལ་དང་རྒྱབ་འགལ་དུ་གྱུར། ང་རང་ཚོ་མིར་མཚོན་ནའང་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཚོས་ལྷགས་ཐ་དད་ཡིན་མཁམ་གྱི་  
མི་གཉིས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བཟང་པོའི་ཐོག་ནས་གོགས་པོའི་འདུ་ཤེས་དང་བཟང་ལྡན་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་འཚོ་བ་  
སྐྱེལ་གྱི་ཡིད་པ་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར་ཡིད། དེ་ལྟར་གནས་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོང་གཉིས་ལ་མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་ཡིད་པས་  
རེད། མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་རྣམས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀས་བསམ་སྒྲིའི་གཙོ་བོར་བཞག་ནས་དེ་ལ་དམིགས་ནས་མི་ཚོ་བསྐྱེལ་དུས་ཁོ་  
གཉིས་བར་ལ་འགལ་ཟླ་དང་མ་མཐུན་པ་ཡིང་གི་མེད། དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་ནང་ལ་ལྟ་གྲུབ་དང་སྤྱོད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཡིད་  
ནའང་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མའི་མཐར་ཐུག་གི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ནི་གོང་དུ་བྱུར་ཅོམ་ལྷན་པ་བཞིན་འགོ་བཟེང་གི་ཚོ་གསུམ་གྱི་  
བྱ་སྤྱོད་མ་རུང་པ་དེ་ཚོ་དོར་དགོས་པ་དང་། བྱམས་བརྟེན་དང་བཟོད་སྦྲོམ་དང་དགོངས་ཡངས་དང་བསམ་ཤེས་སོགས་མིའི་  
ལྡན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡིན་ཏེན་དག་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་གཅིག་མཚུངས་སུ་གནང་གི་ཡིད། དེས་  
ན་བཟོད་སྦྲོམ་དང་བྱམས་བརྟེན། བསམ་ཤེས་བྱ་རྒྱའི་རྣམས་པ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུར་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་བསྐྱབ་བྱ་གཅིག་  
པ་རྒྱག་གི་ཡིད་པས་ཚོས་ལྷགས་རྣམས་མཐུན་གྱི་ཡིད་ན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབྱ་བྱིད་ཚོས་གནད་འགག་དེ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་  
ཕན་ཚུན་དབར་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་རྣམས་ཙུལ་དུ་བཏོན་ནས་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བྲིས་ཏེ་རྒྱབ་བསྐྱན་ནས་མ་  
བཞུགས་པར་དབྱ་བྱིད་ཚོས་བྱམས་བརྟེན་དང་བཟོད་སྦྲོམ། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསམ་ཤེས་དང་དགོངས་ཡངས་སོགས་མིའི་  
ལྡན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡིན་ཏེན་རྣམས་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱའི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལྷགས་རྣམས་གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་  
ཅང་། དེ་འདྲའི་གཅིག་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་པའི་གནད་འགག་དེ་ཚོས་ལྷགས་དབྱ་བྱིད་ཚོས་ལྷགས་ལ་བཅངས་པའི་ཐོག་ནས་  
རང་གི་ལྟ་བུ་མཚོན་འཛིན་དང་མཁྲོགས་བཟུང་བྱས་ནས་མ་བཞུགས་པར་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མར་གྲུས་བཀུར་བྱ་རྒྱ། ཚོས་  
ལྷགས་ཚང་མར་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་བུ་གཙོ་བོར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་སྤངས་ཆ་གཅིག་དང་དབྱ་གྲུར་གཅིག་གི་འོག་ལ་ཞབས་  
བཀུག་གཅིག་གི་སྤོང་དུ་ཚོས་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་ཁག་གི་དབྱ་བྱིད་ཚོ་ལྡན་འཛིན་གནང་བའི་ཐོག་ནས་མིའི་དཀའ་ངལ་སེལ་  
ཐབས་ལ་གོས་འཆམ་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་དབར་ལ་མཐུན་འབྲེལ་  
ངེས་པར་ཡིང་ཐུབ་ངེས་སྟེ། དེར་བརྟེན་སྤངས་ལ་བཞུགས་མཁམ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབྱ་བྱིད་ཚོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་  
མངལ་འཕྲད་གནང་། འཛོམ་བྱ་སྤོང་གི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཕྱ་རྒྱུང་གསུམ་གཙོ་བོར་བཞག་ནས་དཀའ་ངལ་བསལ་རྒྱུར་ཚང་མས་  
ཁྲུར་མཉམ་ལེན་གྱི་དགོངས་པ་སྤངས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ལྷགས་དེའི་འོག་ལ་བཞུགས་མཁམ་རྗེས་འདུག་པ་ནང་ཕན་ཚུན་  
འཆམ་མཐུན་དང་། མངལ་སེམས་དང་། བརྟེན་སེམས་དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསམ་ཤེས་ཡིང་རྒྱ་ནི་མ་བསམ་བརྗོད་  
མེད་ལྟ་བུར་གྱུར། ང་རང་ཚོ་མི་དཀྱུས་མ་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྤམ་མདོག་ཁ་པོ་དང་། ཆེ་མདོག་ཁ་པོ། ལྟ་བུ་མཐོ་བོ་བྱས་ནས་  
བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་མཉམ་དུ་འཆམ་མཐུན་ཐོག་གནས་ཐུབ་པའི་ཁོར་ཡུག་ནམ་ཡང་བཟོ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། དེ་འདྲ་  
ཡིན་ཅང་ཚོས་ལྷགས་དབྱ་བྱིད་དེ་ཚོ་མར་མི་མང་དཀྱུས་མའི་དཀའ་ངལ་བསལ་རྒྱའི་ཐབས་ལ་སྤམ་པོ་དང་སྤམ་པོ་མ་ཡིན་  
པར་དམའ་ས་ལ་བབས་ནས་དཀའ་ངལ་དེ་བསལ་རྒྱའི་ཐོག་ལ་བསམ་ཚུལ་ག་རེ་སྤངས་དགོས་ཀྱི་འདུག། ཁོ་མ་པ་ག་རེ་རྒྱག་  
དགོས་ཀྱི་འདུག། ལྷན་པ་ག་རེ་སྤོན་དགོས་ཀྱི་འདུག། དེ་འདྲའི་ཐོག་ལ་ཚང་མས་དོག་ཏུ་བསྐྱེལ་ནས་བསམ་ཚུལ་སྤངས་ཏེ་གོ་  
བསྐྱེད་གནང་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཏེན་ཏེན་དེས་བརྒྱུད་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་དང་། མངལ་སེམས་དང་། ཆེག་སྐྱེལ་གྱི་  
ཐོག་ནས་གནས་ཐབས་ཡིང་རྒྱ་ནི་ཐག་ཚོད་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། དེ་ཡང་གོང་ལྷན་བཞིན་སྤངས་ལ་བཞུགས་མཁམ་གྱི་དབྱ་བྱིད་ཚོ་  
འཆམ་མཐུན་ཡིད་ན་འོག་ལ་སྤོང་མཁམ་ཚོ་རང་བཞིན་ལྡན་གྱིས་འཆམ་མཐུན་ཆགས་ཡིང་གི་རེད། དེའི་ན། ང་རང་ཚོའི་

དངོས་ཡིད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་གཟིགས་དང་། རང་གི་འགན་ཁུར་མཁན་གྱི་འགོ་བྱེད་པ་ཅན་དེ་སོ་སོའི་བྱིས་  
མཚེས་དང་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ཚོར་གཅིག་རེད་གཉིས་རེད་ཅེས་སྐྱབ་པ་གསུག་བརྗོད་ནས་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་དེའི་ལྷགས་རྒྱུན་དེ་ལྷ་  
གུ་ཚོ་ལ་ཐེབས་ནས་ལྷ་གུ་ཚོ་ཡིན་ནའང་རྗེས་མར་རིམ་པས་རིམ་པས་ལོ་ཡར་ཆེ་རུ་ཆེ་རུ་འགོ་དུས་ལྷ་ལགས་དེའི་སྤོང་པ་སྤོང་  
སྐབས་ནང་བཞིན་སྤྱི་གུ་དེ་ཚོའང་བྱིས་མཚེས་མཉམ་དུ་འཆམ་མཐུན་མེད་པ་ཆགས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་ལ་སྤྱིན་བརྗོད་  
ལྷགས་དྲག་པོ་བྱས་ནས་འཆམ་མཐུན་ངང་གནས་སྤུབ་པའི་ཁོར་ལུག་ཡིད་གི་མེད། གལ་སྲིད་ནང་གི་པ་ཅན་དེ་ཡིས་རང་གི་  
བྱིས་མཚེས་མཉམ་དུ་བཟུང་བཏུང་གི་འབྲེལ་བ་བཞག་རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མིའི་མཉམ་དུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འདྲ་མཉམ་  
དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཕན་ཐོགས་དང་མཛའ་མཐུན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་བཞག་སྤུབ་ན་དེ་ཡིས་རྒྱུན་གྱིས་སོ་སོ་རང་ཉིད་  
ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་དངོས་སུ་མ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནའང་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚོས་ལྷ་གིན་ལྷ་གིན་བྱིས་མཚེས་མཉམ་དུ་འཆམ་མཐུན་བྱ་  
རྒྱུ་དང་། རང་གི་ཉེ་འཁོར་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་བཟུང་པོ་གཞག་རྒྱུ་དེ་རང་བཞིན་རྩོམ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤེས་ཡིད་གི་ཡིད། སོང་ཅང་  
ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་འགོ་བྱེད་མཁན་གྱི་དབྱ་བྱིད་ཚོས་ལྷ་བ་མཐོ་བོ་དང་། མཁྲུགས་འཛིན་དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤྱིན་བརྗོད་  
དང་དམའ་འབེབས་བྱ་རྒྱའི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཕར་གལྷགས་ནས་མར་དམའ་སར་བབས་ཏེ་སོ་སོའི་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་  
པ་ཚམ་མ་ཡིན་པར་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་བྱིན་ཡིངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གསུང་བཤད་བཀའ་སློབ་ཐེབས་པ། ཚོས་  
ལྷགས་ཀྱི་དབྱ་བྱིད་རྩོམ་འཛིན་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཀའ་མོལ་གནང་སྤུབ་ན་ཏན་ཏན་དེས་བརྒྱུད་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་  
པ་ནང་ཕན་ཚུན་དུའང་དེ་དེ་བཞིན་གྱི་འཆམ་མཐུན་དང་མཛའ་མཐུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་ཁོར་ལུག་བཟུང་པོ་ཞིག་ངེས་པར་  
དུ་བསྐྱུན་སྤུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

དེ་ནས་གཉིས་པ་ནི་ཚོས་ལྷགས་སོ་སོ་ལ་གནས་ས་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིད་པ་རྣམས་ད་ལྟའི་ཆར་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གི་གནས་  
སར་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ཚོས་གནས་མཇུག་དུ་འགོ་བེད་འདྲ་ཡིད་གི་མེད། གལ་སྲིད་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གི་  
གནས་ས་ལ་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་རྗེས་འཇུག་པ་སྤེལ་བ་ཡིན་ནའང་འབྲམ་འབྲམ་གྱི་རྣམ་པར་ཐེབས་ཚུལ་གྱིས་གནས་ས་  
དེའི་ཁོར་ལུག་ལ་བདག་གཅེས་མེད་པར་བཅོམ་པ་བཅོམ་རྒྱུ་དང་། བྱ་བྱ་མོ་དགའ་པོ་འབྲམ་ས། རང་མིའི་སྤྱིང་ག་གཏོང་སའི་  
འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐེབས་དུས་ང་ཚོར་འཆམ་མཐུན་ཡིད་རྒྱུའི་ཚབ་ལ་མ་འཆམ་པ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡིད་པ་ནི་དངོས་ཡིད་  
གནས་ཚུལ་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་ངས་ག་རེ་ཞུ་གི་ཡིད་ཅེ་ན་ལྷ་བས་མཐོ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་  
པ་རྣམས་རང་གི་གནས་སར་གནས་མཇུག་བྱ་རྒྱུ་ཚམ་མ་ཡིན་པར་ཚོས་ལྷགས་གཞན་གྱི་གནས་ས་ལ་འང་གནས་མཇུག་བྱ་  
དགོས་རྒྱུ་དང་། དེ་ཡིད་གནས་མཇུག་བྱེད་པའི་སྐབས་ལ་གུས་ཞབས་དང་ལྷན་པའི་ཐོག་ནས་གནས་མཇུག་གནང་སྤུབ་པ་  
ཡིན་ན་ཏན་ཏན་དེས་བརྒྱུད་ནས་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་འཆམ་མཐུན་ཡིད་རྒྱུ་དང་། ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་  
བཟུང་པོ་ཡིད་རྒྱུའི་སྤྱོད་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་བཞིན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ནང་ཕན་ཚུན་གཅིག་  
གིས་གཅིག་ལ་ཉམས་སྤོང་སྤོང་ཐེས་བྱས་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རང་གི་ཡིན་ཏན་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ཉམས་སྤོང་སྤོང་  
ཐེས་བྱ་རྒྱ། བསམ་ཚུལ་གོ་བསྐྱར་བྱ་རྒྱ། རྩོམ་སྤོང་གོ་བསྐྱར་བྱ་རྒྱ། རྣམ་དཔྱད་བསྐྱར་བྱ་རྒྱ། དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ན་  
དེས་བརྒྱུད་ནས་ཀྱང་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ནང་ཕན་ཚུན་མཐུན་འབྲེལ་བཟུང་པོ་ཡིད་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་ངེས་པར་འབྲེད་  
སྤུབ་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག མདོ་དོན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་དབྱ་བྱིད་ཚོ་ལྷ་བ་མཁྲུགས་འཛིན་དང་སྤྱི་གུ་དེའི་ཐོག་ལ་ཐོག་གི་ཐོག་ནས་  
མ་ཡིན་པར་གུ་ཡངས་པོའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པ་འདྲིའི་ནང་ལ་ང་ཚོ་གོ་ལ་གཅིག་འགྱུར་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་དུས་སོ་སོ་

བསྐྱོད་སའི་ཁོར་ལུག་འདི་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་ན་གཞན་ལ་གཞོན་གྱི་ཡོད་པ། གཞན་གྱི་ཁོར་ལུག་ལ་གཞོན་ན་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་སོ་  
སོའི་བསྐྱོད་ས་ལ་གཞོན་གྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་འཇམ་བུ་སྒྲིང་གི་དངོས་ཡོད་གྱི་གནས་སྐབས་དེ་ང་ཚོས་མགོ་འཚོས་པའི་ཐོག་ནས་  
དབུ་ཤིང་ཚོ་མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་མི་འདྲ་བའི་དབུ་ཤིང་ཚང་མ་མཐོ་དམའ་མེད་པར་སྤྲོད་ས་ཆ་གཅིག་གི་སྤོང་  
ལ་འབས་བཀའ་གཅིག་གི་ཐོག་ལ་བཞུགས་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གོ་བསྐྱར་སྐྱོད་ས་བཤད་གནང་རྒྱུ་དང་། འཇམ་བུ་སྒྲིང་  
གི་དཀར་པོ་ལ་བསལ་རྒྱུའི་བསམ་ཚུལ་སྤེལ་རེས་སོགས་གནང་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱུའི་གནད་འགག་  
ཅིག་དེ་འདྲ་ཆགས་གྱི་ཡོད་རེད། གཉིས་པ་ནི་ཚོས་ལུགས་གཅིག་གི་གནས་ས་ལ་ཚོས་ལུགས་གཞན་གྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ཚོས་  
གནས་མཇུག་དུ་ཐེབས་པ་དང་། གནས་མཇུག་དུ་ཐེབས་པའི་སྐབས་ལ་ཕ་རོལ་པོའི་གནས་དེ་བཅོག་པ་བཟོ་རྒྱུ་དང་མཐོང་  
ཚུང་ཁྱད་གསོད་གྱི་ཚུལ་དུ་མ་ཡིན་པར་དད་པ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་གུས་འབས་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་གནས་མཇུག་གནང་རྒྱུ།  
དེ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་གྱི་རྗེས་འཇུག་པ་ཕན་ཚུན་ཡོན་ཏན་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་ཉམས་སྲུང་སྤོང་སྤེལ་རེས་གནང་རྒྱུ་དེ་  
ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཏན་ཏན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་སྤྱིད་པའི་ཉི་མ་འདི་ལྟར་ནས་ལྟར་དུ་འཆར་རྒྱུའི་རེ་བཞིག་མཐོང་  
གི་འདུག་ཅེས་ལྟ་རྒྱུ་ཡིན།

ད་རིང་གི་ནང་དོན་མཐའ་མ་ནི་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་ཡོང་མིན་ཐད་ལྟས་པ་ཡིན་ན།  
ལ་གོང་ས་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་བཀའ་སློབ་ཐེབས་པར་གཞིགས་ན་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་སྲིད་པ་  
དང་ལག་བསྟར་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཉོགས་ཐུབ་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཆེན་པོ་འདི་ལ་དཔེ་བཞག་ནས་གསུངས་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་འདིར་ལོ་ངོ་གཅིག་སྤོང་གི་རིང་ནས་ཚོས་ལུགས་  
འདྲ་མིན་འདྲ་མཉམ་དང་གཅིག་མཚུངས་གྱི་འདུ་ཤེས་ཐོག་ནས་མཉམ་གནས་ཐུབ་པ་དེས་འཇམ་བུ་སྒྲིང་གི་ལུལ་གཞན་  
ལའང་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པའི་དཔེ་མཚོན་བཟང་པོ་ཞིག་རྒྱ་གར་གྱིས་ང་ཚོར་བསྟན་གནང་ཡོད་རེད་ཅེས་  
དུས་དང་རྣམ་པ་གྲུབ་ཏུ་བཀའ་སློབ་སྤྱི་པོར་ཐེབས་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་ལ་སྐབས་མགོན་རྒྱ་སྤོང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོན་  
གི་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཐུགས་བརྟེན་དམ་བཅའ་འདི་དེས་པར་དུ་ལུག་བསྟར་ཐུབ་རྒྱུར་གཞིགས་ནས་  
གསུངས་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས། ལུག་བསྟར་མ་ཐུབ་པའི་རིགས་ཤིག་ལ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་ནམ་ཡང་གསུང་གི་མ་  
རེད། དེ་ཡིན་ཅང་ང་ཚོས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ནི་ལག་བསྟར་ཐུབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་མཁྱེན་དགོས་གྱི་ཡོད་རེད། ལུག་  
པར་དུ་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་ལ་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཡོད་ཀྱང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་གསལ་ལྟར་སྤོང་ནས་ཚོས་ལུགས་པར་  
ལ་འགལ་ལྷོ་ཡོང་བའི་ལས་ཀ་བྱས་བསྐྱོད་ན་ཡོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཕ་མ་གཅིག་གི་སྐྱུན་མཆེད་ནང་  
ལའང་མི་མཐུན་པ་ཡོད་གི་ཡོད་སྐབས་ཕ་མ་གཅིག་གི་སྐྱུན་མཆེད་རྣམས་ནས་མི་མཐུན་པ་རྣམས་ཡར་སྤོང་ནས་གཅིག་གིས་  
གཅིག་ལ་སྦྱོན་བརྗོད་བྱས་ཏེ་བསྐྱོད་ན་ཡོང་ཐབས་ཡོད་མ་རེད། དེ་ཡིན་ཅང་ཚོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་ལག་བསྟར་ཐུབ་རྒྱུར་  
ག་རེ་དགོས་གྱི་ཡོད་རེད་ཅེ་ན་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་ལ་མཐུན་པའི་ཆ་ག་རེ་ག་རེ་འདུག དེ་འདྲའི་མཐུན་པའི་ཆ་དེ་ཡར་  
སྤོང་པའི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲའི་མཐུན་པའི་ཆ་གས་དེ་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་གཅིག་མཚུངས་སུ་གལ་གནད་ཆེན་པོ་གཟུང་རྒྱུའི་  
གནད་འགག་གི་ཁྱད་ཚོས་དེ་ཚོ་ཡར་སྤོང་ནས་དེ་བསྐྱོད་རྒྱུར་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་གོ་མ་པ་མཉམ་དུ་སྦྲོས་ན་དེས་ཚོས་ལུགས་  
མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་ཐབས་སུ་ཏ་ཅང་གི་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་མ་ཡིན་པར་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཙམ་  
དུ་བཏོན་ནས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྦྱོན་བརྗོད་དང་དམའ་འབེབས་གསལ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་མི་མཐུན་པ་



ཕར་བཞག་ཚོས་ལྷགས་གཅིག་གི་ནང་དུ་འང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་ཡར་སྐྱོང་ནས་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་འཆམ་མཐུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་  
ཤིག་གནས་ཐབས་མེད་པ་ནི་ང་ཚོས་དངོས་ཡིད་དུ་གཟིགས་རྒྱུ་ཡིད་ཤིང་། ང་རང་ཚོའི་ཤོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་  
དུས་ཚོད་ཅིག་ལ་ཤོད་གྱི་ཆབ་སྲིད་དེ་ཚོས་བརྒྱུད་གྱི་དབུ་ཁྲིད་གྱིས་འཛིན་སྐབས་ཀྱི་མྱོང་བ་དེ་ང་ཚོར་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་།  
སྐབས་དེའི་དུས་ཚོད་ལ་བྱིས་པའི་རྩོམ་གྱི་ནང་དུ་མཇུག་རྒྱུ་ཡིད་ཤིང་། དེ་བཞིན་འཛམ་བུ་སྐྱོང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱོང་ལ་དངོས་  
སུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡིད་པ་དཔེར་ན་ཁ་ཆེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་། ཁ་ཆེ་ནང་ལོགས་གི་མི་མཐུན་པའི་ཆ་རྣམས་ཡར་སྐྱོང་བསྐྱོད་ན་དཀའ་  
ངལ་ག་ཚོད་ཡོང་གི་ཡིད་པ་མིག་ཟིན་ཤིང་། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་ནང་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ནང་པའི་ནང་ལོགས་ནས་ང་ཚོ་ཤོད་པའི་  
ནང་ཚོས་དང་རྒྱ་ནག་གི་ནང་ཚོས་དེ་འདྲའི་མི་མཐུན་པའི་སྐོར་བཤད་བསྐྱོད་ན་ང་ཚོར་འཆམ་མཐུན་ཡོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་མེད།  
ང་ཚོ་ཤོད་པའི་ནང་ཚོས་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་ལ་སོགས་པའི་དབར་གྱི་བཀའ་མོལ་གནང་རྒྱུ་དེ་ཚོ་བཤད་  
བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་མི་མཐུན་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤིང་། ང་ཚོས་ཚོས་བརྒྱུད་གཅིག་གི་ནང་ལ་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་ནའང་། དཔེར་ན།  
ང་ཚོ་དགེ་ལྷགས་པའི་ནང་ལ་འང་སེ་ར། འབྲས་སྐྱངས། དགའ་ལྡན་ལབ་ནས་རང་རང་གི་དགོངས་པ་བཞེད་ཚུལ་ཁག་རྣམས་  
ཡར་སྐྱོང་བསྐྱོད་ན་འཆམ་མཐུན་ཡོང་རྒྱུ་ཡིད་པ་མ་ཤིང་། དེ་ཡིན་ཅང་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་གྱི་མཐུན་པའི་ཆ་ཤས་དེ་ཚོ་  
ཡར་སྐྱོང་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་ནས་འཛམ་བུ་སྐྱོང་གི་དཀའ་ངལ་བསལ་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གོམ་པ་  
ཞིག་སྤོང་བུ་བུ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ལག་བསྐྱར་བུ་བརྒྱ་ཞིག་མ་གཏོགས་ལག་བསྐྱར་མ་བུ་བུ་པ་དེ་འདྲ་  
ནམ་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡིད་མ་ཤིང་། བྱམས་བརྩེ་དང་བཟོད་སྦྱོར་ལ་སོགས་པ་མེད་ཡོད་ཉན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་རྒྱུ་ནི་ཚོས་  
ལྷགས་ཚང་མས་གཅིག་མཐུན་དུ་གསུང་གི་ཡིད་པ་ཞིག་ཤིང་། དེ་འདྲའི་ཆ་ཤས་དེའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་གོམ་པ་མཉམ་སྦྲེས་  
དང་ཁུར་མཉམ་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མས་ཕྱག་ལེན་བསྐྱར་བ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་ཡོང་  
ངེས་ཅན་ཞིག་དང་། ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ལག་བསྐྱར་འདི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཞིག་ཤིང་བསམ་གྱི་འདུག  
དེ་རིང་ལ་སྐབས་མགོན་པོ་ཉེ་པོ་ཚེའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཚོས་ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་སྐོར་ལ་ང་རང་སྐོར་  
གྱི་མཐོང་ཚུལ་ཞུས་ཡིད། འདིའི་ནང་ལ་ནོར་འཁྲུལ་བྱུང་བ་ཚོ་ལ་དགོངས་དག་ཕྱགས་བཟོད་ཞེས་བཟོད་གསོལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།  
མཐའ་དོན་དེ་རིང་ངས་ལ་རྒྱུ་ལ་དབང་ལ་སྐྱེས་ཕྱི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་ཚོས་  
ལྷགས་མཐུན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ལ་ང་རང་སྐོར་གྱི་མཐོང་ཚུལ་ཞུས་པ་འདིའི་མཐུ་ལ་བཞེན་ནས་དེ་རིང་ངས་དགེ་ལུ་བཞིག་  
བསགས་ཡིད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་རྒྱུ་ལ་བྱས་ནས་ལ་གོང་ས་རྣམས་འདྲེན་ལ་སྐྱེས་ཕྱི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་  
པོ་མཚོག་འཛམ་བུ་སྐྱོང་གྱི་དང་རྣམས་དོན་ཤོད་མི་སྤྱི་པོ་གནམ་བསྐྱར་ཡོངས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་སྐལ་དུ་ལ་རྒྱུ་ལ་  
དབང་ལ་སྐྱེས་ཕྱི་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་ཀྱིས་ཞུས་ཞུས་བཞེས་གནང་བ་ནང་བཞིན་ལ་སྐྱེས་ཚོ་འཚོ་བཞེས་བུ་པའི་རྒྱར་  
གུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གདུབ་རྒྱུ་ཡིན། ཕྱགས་རྗེ་ཆོ།



**ཡ་རྒྱལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ།  
གོ་ཕུར་པོད་ཁྱིམ་གྱི་པོད་དགེ་དག་དབང་ཚོས་འཕེལ།**

༡། །འཇམ་གྲིང་གི་སློན་པ་གཉིས་པ་ཡ་རྒྱལ་པའི་ཡ་རྒྱལ་པའི་དབང་པོ་མཚོག་དང་ས་ཕྱོགས་གང་སར་བཞུགས་པའི་  
ཚོས་ལུགས་ཁག་གི་དབྱུགས་དང་པོད་རིགས་སྐྱུན་ལྷོང་ས་ལ་འཚམས་འདྲི་བཀུ་གིས་བདེ་ལེགས་ལྷ། འདི་ལོ་བཅོན་པོའི་  
པོད་མིའི་སྐྱེག་འཇུགས་ཀྱིས་ཡ་རྒྱལ་པའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ཞེས་སྤྱང་བཅུ་ལྷ་བཞིན་པ་འདི་ལ་འཛིན་སྦྱོར་བཀའ་ལག་  
ལྷན་རྒྱས་དང་འབྲེལ་ཡོད་རྣམས་ལ་གོ་སྐབས་འདི་རྒྱུད་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། སྤྱི་ནོར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་རྒྱལ་པའི་  
ཚོན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་ནི་རྒྱ་ནོར་ལོངས་སྦྱོར་དང་ཁ་གཡང་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་གསལ་བ་ཐུབ་རྒྱུ་དང་འཇམ་གྲིང་རྒྱ་  
མེད་པ་དེ་ནི་དངོས་ཡོད་རེད། འོན་ཀྱང་འཇམ་གྲིང་འགོ་བཅི་ལོ་གོ་མས་གཤིས་བཟང་པོའི་འགོ་སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཀའ་དྲིན་  
རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ཞེས་བཅུ་ལྷ་བཞིན་པ་འདི་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལྷ། ངས་དེ་རིང་བརྗོད་གཞི་ཡ་ཤོང་ས་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་  
དམ་བཅའ་བཞི་ལེ་ནང་ནས་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་གལ་གནད་སྐོར་ལ་བཤད་རྒྱུ་ཡིན། ངས་དེ་རིང་ས་བཅད་  
བཞིའི་ཐོག་ནས་བཤད་ལ་ལ་འབད་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

༡ སློན་འགོའི་གཏམ།    ༢ ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་བྱེད་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ།    ༣ ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་གྱི་  
རུས་པ།    ༤ ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་མེད་པའི་ཉེས་སྦྱོར།

༡ སློན་འགོའི་གཏམ།

སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་མཛད་པ་མི་འདྲ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བསྐྱེད་པ་བཞིན་མགོན་པོ་གང་གིས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་འགོ་བ་  
མི་ལོ་ཀུན་སྦྱོར་དང་མཐུན་པའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཡོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་གསར་གཏོད་མཛད་པ་  
ནི་ང་ཚོས་བཤད་ག་ལ་དགོས་ཏེ་མི་དགོས། སྤྱི་ནོར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་རྒྱལ་པའི་ཚོན་པོའི་ལུང་སྐུ་ནས་ང་རང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་  
ཆ་ནས་འཇམ་གྲིང་གི་ཚོས་ལུགས་ལ་གུས་བཅུ་དགོས་པ་དང་། ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་  
མཐུན་སྦྲིལ་དགོས་པའི་སྐོར་ལ་གསུང་པ་ཅམ་མིན་པར་འགན་འཁུར་དང་རིགས་པའི་རྒྱབ་རྟེན། དངོས་སྤྱང་ལྷོང་བས་གྲུབ་  
པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཡོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་གསར་གཏོད་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན།

༢ ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་བྱེད་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ།

འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཞིབ་ལྷ་ཞིག་གྲུས་པ་ཡིན་ན། འཇམ་གྲིང་གོ་ལ་འདྲིའི་སྤྱང་དུ་ཚོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་དང་ལྷ་གྲུབ་  
མི་འདྲ་བ་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་པ་བཞིན། རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་མཁན་གྱིས་སྐྱེ་མ་དང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
མཁན་ཚོས་པ་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་  
པར་སོང་། རང་ཕན་ཚུན་དབར་རང་ལྷ་མཚོག་འཛིན་གྱི་གུ་དོག་གི་བསམ་སྦྱོར་ཅན་མང་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཕན་ཚུན་མི་  
མཐུན་པའི་ལྷ་ཚུལ་འཛིན་མཁན་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་པས་ཚོས་ལུགས་ནང་ཕན་ཚུན་མི་མཐུན་པའི་གནས་ཚུལ་མང་དག་ཅིག་  
སྤྱང་ཡོད་པར་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ནས་ཁ་གྲགས་པ་ཞིག་རེད། གནད་དོན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དང་མིའི་བར་ལ་

དཀའ་ངལ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱལ་ཁབ་བར་ལ་དཀའ་ངལ། ཚོས་ལུགས་མི་སྤེལ་བར་ལ་འགལ་ཟླ། ཚོས་ལུགས་དང་གྲུབ་མཐའི་བར་ལ་འཐེན་འབྲེར་དབང་གིས་གཡུལ་བཤམས་ཏེ་མི་མང་བྲི་ཚོ་མང་པོའི་ཚོ་སློབ་ཤོར་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སློན་པ་གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་ཡུལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་ལྷ་གྲུབ་བཅས་གྲུབ་མཐའ་གསར་གཏོད་མཛད་པ་འདི་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡུལ་ལ་ཡུལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དགོངས་པ་ཞིག་ཡིན།

༡ ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་གྲུབ་པའི་རྣམས་པ།

འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་མི་སྤེལ་དག་སྤངས་ཆ་གཅིག་གི་སྤོང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་གཞན་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དབར་མཐུན་སྦྲེལ་དང་མི་མཐུན་སྦྲེལ་གང་ཡོད་བཤོ་སྤོང་གྲུབ་ཏེ་ཕན་ཚུན་མཛད་བརྟེན་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་གྲུ་ཡངས་ཀྱི་བསམ་སློབ་འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་ཡོད་པ། མཉམ་གནས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་བ། ཚོས་ལུགས་ཁག་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་འགོ་བའི་བདེ་སྤྱོད་བརྒྱན་པ་དང་། འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་ཡོད་རྒྱ་གྲུམས་བརྟེན་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྣམས་པ་གཅིག་གྱུར་ཡོན་པའི་ལྷ་གྲུབ་འདི། མིག་མེད་ལ་མིག་སྤྱིན་པ་དང་ན་མེད་ལ་ན་སྤྱིན་པ་བཞིན་མཛད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་འཛམ་གླིང་གི་མཁའ་པོའི་དབང་པོ་ཡོངས་ཀྱིས་མཐོན་དབང་གཅིག་གྱུར་གྱིས་བསྐྱེད་ལུལ་དུ་གྱུར། དུས་རབས་ ༡༧/༢༠ རང་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ཚོས་བརྒྱད་ཁག་གི་ནང་དུ་ཡང་མཐུན་དང་མི་མཐུན་གྱི་གནས་སྤངས་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱུང་སྟེ་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་རེད། དེར་བརྟེན་བཅོན་གྲོལ་དུ་འགྲོར་མ་ཐག་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་སྤོངས་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་གཡུང་དུང་བོན་དང་བཅས་པའི་སྤྲོ་ཆེན་གྱི་དབྱེད་རྒྱུ་རྣམས་པ་སྤོངས་གཅིག་ལ་འཛོམས་ཏེ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱན་པ་རིག་པོ་ཆེ་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བཤོ་སྤོང་དང་ཚོས་བརྒྱད་ཕན་ཚུན་གྱི་ལྷ་གྲུབ་སྤོང་སའི་སྤོངས་ཆ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཞིག་གྱུར་ཡོད་པ་འདི་ནི་ཡུལ་ལ་ཡུལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

ལྷག་པར་དུ་གོ་ལ་འདིའི་སྤོང་དུ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་གྱི་མཛད་པ་གངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་བརྒྱུད་པའོད་ལ། ཉེ་བའི་ཆར་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་ཡིར་ཉེན་གཞི་གྲུབ་པའི་རྒྱ་གར་རྒྱུ་སྤྱིའི་བསྐྱེད་གནས་ཁང་དུ། ཁ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲེལ་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ཚོགས་མགོན་དུ་ཕེབས་ཏེ་བཀའ་སློབ་སྤྲུལ། ཡེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་ལྔ་བརྒྱུད་གཉིས་པའི་ཚོགས་མགོན་དུ་ཕེབས་ཏེ་བཀའ་སློབ་གནང་།

༢༠༡༧ ཟླ་བ་ ༧ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་གསུམ་འཁྲུངས་ནས་ལོ་༡༥༠འཁོར་བའི་རྗེས་དྲན་མཛད་སྟོལ་གདན་འུལ་ཉིན་དུ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེད་རྒྱུ་རྣམས་པ་གཅོས་འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་ཆེ་ཁག་གི་སྤྲོ་ཆེན་དང་དབྱེད་རྒྱུ་རྣམས་པ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་རིག་གཞུང་གི་སྐོར་བཀའ་བསྐྱར་མཛད། ཨམ་རིའི་སར་གྱི་རུ་ན་ནག་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་གྱི་རུ་ན་ནག་འཁྲུངས་ནས་ལོ་༥༥༠ འཁོར་བའི་རྗེས་དྲན་མཛད་སྟོལ་ཕེབས་ཏེ་དབྱེད་ལུགས་མཛད། ལྷག་པོར་འཛམ་གླིང་གི་ཚོས་ལུགས་དབྱེད་མི་ཉུང་བ་ཞིག་དང་གནད་ཡོད་མི་སྤེལ་མ་བཅར་བའི་དག་ཚང་མ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དང་། དུ་རྒྱ་ཁག་ལ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་ལྷ་སྟོན་གྱི་མཁའ་འབྲུམ་ཕྱག་མང་པོ་བྱུང་ཡོད།

༤ ཚཱ་ལུགས་མཐུན་སྦྱིལ་མེད་པའི་སྦྱོན།

འགྲོ་བ་སྦྱོང་བའི་རྣམ་པ་རྒྱུད་བ་དང་། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཚོ་གནས་བྱེད་སའི་ཁོར་ཡུག་གཞི་རྒྱ་རྒྱུད་བ་མ་ཟད་གྲ་ཡངས་བག་  
མེད་སྦྱིང་བའི་སྦྱོང་བའི་རང་བཞིན་མེད་པ། ཚཱ་ལུགས་ལ་རྟེན་ནས་འབྲུགས་ཚོད་དང་དམག་འཐབ་ཡོང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ།  
མདོར་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཕྱུང་གི་རྒྱར་འགྱུར་བའི་བྱ་སྦྱོད་མང་དག་ཅིག་ཡོང་གི་ཡོད། འཚོ་བ་དང་བྲལ་བའི་ཚཱ་ལུགས་  
ཤིག་ལ་དོས་འཛིན་དཀའ་བའི་གནད་དོན་མང་དག་ཅིག་ཡོང་བ་དང་། དཀའ་ངལ་ཅན་གྱི་ཚཱ་ལུགས་ཤིག་ཏུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་  
ཁ་ཅན་ཞིག་ལ་འགྱུར་ཉེན་ཆེ་བ། རང་རང་གི་ཚཱ་ལུགས་དེ་ལས་ཡག་པ་ཞིག་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་བཟུང་སྟེ་ལོ་སྦྱོང་སྤྱད་མང་  
པོའི་རིང་ཕན་རྒྱུན་མཉམ་གནས་ཀྱི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་བ། གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བགྲོ་སྦྱོང་དང་ཞིབ་བརྟུན་  
བྱས་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པ། འཆམ་མཐུན་གྱི་ཁོར་ཡུག་མེད་པ། འགྲོ་བ་སྦྱོང་བའི་བྱ་རྒྱུད་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་དང་དཀའ་  
ངལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

༼ཚ༽

ཡ་རྒྱལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་ད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྤུང་སྦྱོབ་ཐོག་གསུང་  
བཤད་གནང་མཁན།

ཀམ་དགེ་ལེགས་གཡུ་ཐོག་ ཚོས་རིག་བཀའ་ལྷོན།

འབྲམ་རམས་པ་པར་དབྱངས་ཅན། ཤེས་རིག་བཀའ་ལྷོན།

ལྷོ་བཟང་བྱང་ལྷུ་བ། དགའ་ལྡན་ཚོས་གྲིང་གི་བཙུན་མ།

སྤྱལ་སྤྱི་འཇམ་དབྱངས་ལོན་ཏན། དགའ་ལྡན་བྱང་ཅེ་དགོན་པའི་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ།

མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཀུན་དགའ་ཚོས་འཕེལ། རོ་ནང་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ།

མིག་དམར་དོན་གྲུ་བ། ར་ཤང་ལ་སམ་རྩོལ་སྦྱོབ་གྲུའི་དགེ་ཆེ།



སོགས་མ་ཞོར་བ་བྱས་ཏེ་བསམ་པ་རྣམ་དག་གིས་བསྐྱབ་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་བྱས་པ་ཡིན་ན། མཐར་ཡག་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
བསྐྱབ་བྱུང་བ་ལྟོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པར་བརྟེན། ང་ཚོས་བཀའ་དྲིན་དྲན་སྦངས་དང་གསལ་སྦངས་དེ་འདྲ་ཞིག་གནང་དགོས་ཤིང་  
བསམ་གྱི་འདུག །

༡༥ ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་བྱང་རིམ།

དེ་ནས་ལྔ་ཀྱུ་ལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་བྱང་རིམ་གྱི་རྒྱབ་ཚྭ་དང་མཁའ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ད་ལྟོ་  
ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་དོན་བཞི་པོ་དེ་དག་ལ་ཤོང་ས་ལྔ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཐོག་མར་བཅན་ཤོལ་དུ་  
ཕེབས་པ་ནས་བཟུང་བཀའ་སློབ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་ཞིག་དང་། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་རང་ཉིད་ནས་ཀྱང་ཐུགས་བཅོམ་  
ཆེན་པོ་གནང་བཞིན་པ་གསུག་ཡིན་ནའང་། འདས་པའི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལྷག་ཙམ་གོང་ནས་སྤེད་བགེས་ཡོལ་བཞེས་པའི་དུས་སྐབས་  
དང་བསྐྱེད་ནས་ཐོག་མར་དམ་བཅའ་གསུམ་དང་། དེ་རྗེས་རིམ་པས་དམ་བཅའ་བཞི་པ་གསུམ་སློན་དང་སྐྱགས་ཡོངས་ཁྱབ་  
བཀའ་སློབ་ཕེབས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་ནི། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་འགོ་བཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་  
མིའི་བཟང་སྲོད་གོང་སྤེལ་གཏོང་བའདུག་གནང་རྒྱ། གཉིས་པ་ནི། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་ཆོས་པ་ཞིག་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བྱིང་  
ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་ནང་ཁྲུལ་མཐུན་འབྲེལ་གོང་སྤེལ་གཏོང་བའདུག་གནང་རྒྱ། གསུམ་པ་ནི། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་  
བོད་མི་ཞིག་དང་བོད་མིའི་དབྱེ་བྱིང་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ བོད་ཀྱི་ཁོར་  
ཡུག་བཅས་སྤེལ་སྤོང་རྒྱུ་དང་རྒྱུན་འཛིན་གནང་བའདུག་གནང་རྒྱ། བཞི་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གནས་དང་ལྷ་གྲུབ་སྤྱི་  
དང་། ལྷག་པར་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ལྷ་གྲུབ་དང་ཆོས་བརྒྱུད་དྲི་མ་མེད་པ་དེ་དག་སྦྲར་གསོ་དང་དར་སྤེལ་མཛད་ཐབས་གནང་རྒྱ་  
བཅས་ཤིང་། མདོར་ན། ཟ࿳་ལོ་ ༡༠༠༠ གལམས་གཡོན་ནས་སྤེད་བགེས་ཡོལ་དང་། ཟ࿳་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་བོད་མིའི་ཆབ་སྲིད་  
དང་འཛིན་སྲོང་གི་སྐྱེད་བའང་ཆ་ཚང་མི་མང་གིས་འོས་འདེམས་བྱས་པའི་འགོ་བྱིང་ལ་ཅིས་སྲོད་གནང་བ་བཅས་ཀྱི་དུས་སྐབས་  
དེ་དག་ནས་བཟུང་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་སྐོར་ཡོངས་ཁྱབ་བཀའ་སློབ་བསྐྱེད་ཡོད་ཅིང་། དེའི་དགོངས་དོན་ནི། ཆབ་  
སྲིད་དང་འཛིན་སྲོང་གི་མཛད་འགན་བཞག་སྟེ་བགེས་ཡོལ་ཆ་ཚང་བཞེས་བྱེད་ནའང་། ཐུགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེའི་དོན་  
གནས་ཁག་སྐྱོ་ཆོག་གང་པོའི་རིང་ལུ་མཐུད་ཐུགས་བཅོམ་གནང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཤིང་།

༡༦ གདུལ་བྱ་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ།

དེའི་ཐོག་ལ་རྗེས་སུ་སློབ་མཁའ་ང་རང་ཆོས་བསྐྱབ་དགོས་པ་གཅོ་བོ་གང་ཡོད་ཅི་ན། སོ་སོའི་རྩ་བའི་བླ་མ་དང་དབྱེ་བྱིང་གི་  
དམ་བཅའ་བཞི་པོ་དེའི་ཐོག་ལ་ང་རང་ཆོས་ཀྱང་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་མན་ངག་གི་འོ་བོར་ཐོན་  
ཡོད་པ་ཞིག་ཤིང་། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་དང་ང་རང་ཆོའི་དབར་ལ་གནའ་རྣམ་ཞེས་གདུལ་བྱ་འདུལ་བྱེད་དང་བླ་སློབ་ཀྱི་འབྲེལ་  
བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་དུས། ལ་ཤོང་ས་མཚོག་གིས་འགོ་བཅི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་བདེ་ཐབས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་  
སྐྱེལ་བའི་བཀའ་སློབ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ལ་ང་རང་ཆོའི་དོན་ནས་སློན་དུ་ཐོན་ཏེ་སྟེ་འབྲིད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་  
ཆགས་ཡོད། ད་བར་ང་ཚོས་མདུན་དུ་ཐོན་ནས་སྟེ་འབྲིད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་མེད་བསྐྱར་ཞིབ་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། ཆོས་  
སྤྱི་གསལ་ནས་ལྷ་དགོས་ཡག་མི་འདུག་ ཆང་མ་ཡག་ཐག་ཆོད་བྱུང་ཡོད། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐོག་ལ་སྐྱེལ་བའི་བཀའ་སློབ་ཁག་  
གི་ཐོག་ལ་ང་ཚོ་བཅན་ཤོལ་བོད་མི་ཆོའི་དོན་ནས་ད་བར་སྟེ་འབྲིད་ཐུབ་མེད་པ་ལྷ་བྱེད་ཞིག་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་ཡོད་པས། དེའི་

ཐོག་ལ་ང་ཚོས་ངེས་པར་ལྷགས་སྡོན་རྒྱལ་དགོས་པ་ཆགས་འདུག་ཅེས་ཞུས་འཕྲོས་སུ་ལྷ་འདོད་བྱུང་སོང་།

༤༥ ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ།

དེ་རིང་ངས་གཏམ་བཤད་ལྷ་རྒྱ་དེ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པའི་ནང་གསེས། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྲུང་སྐྱོབ་དང་། དེ་དག་གི་འཛིན་སྐྱོང་ཐོག་ལ་བཤད་དགོས་གསུངས་དོན་ལྟར་ལྷ་རྒྱ་དང་། བཤད་ཚུལ་ཡང་བརྗོད་གཞི་ཆེན་པོ་དེའི་ཐོག་ལ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་རྟོག་དཔྱད་ལྷ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར། བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་ལ་ཡ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེས་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་རང་གིས་ཤེས་ཚོད་ལྟར་གནད་བསྟུས་ཤིག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

༤༦ བཅོམ་བྱོལ་གྱི་བསྐྱེད་སྲིད་ཅ་དོན།

ཐོག་མར་ང་རང་ཚོ་བཅོམ་བྱོལ་ལ་ཐེབས་པའི་དགོས་པ་དང་དམིགས་ཡུལ་དེ། བོད་ཀྱི་བསྐྱེད་སྲིད་ཅ་དོན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར། བསྐྱེད་སྲིད་ཅ་དོན་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བའི་ཅ་དོན་ནང་མ། བོད་ཀྱི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱ་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཇི་ལྟར་ཆགས་ཡོད་ཅེ་ན། བོད་རྒྱལ་ཉུ་ཤོར་རྗེས་བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་དེ་དག་བོད་ལ་རྒྱུན་གནས་བྱུང་བའི་ཡོངས་སུ་བྲལ་བའི་གནས་སྐབས་ཆགས་ཏེ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོགས་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱུང་བའི་བྱ་རྒྱ་དེ་བཅོམ་བྱོལ་དུ་ཡོང་བའི་དགོས་པ་དང་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ཞིག་རེད་ཅེས་དེ་རིང་བྲན་སྐུལ་ཚུལ་དུ་ལྷུས་པ་ཡིན།

༤༧ ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཇུག་པ།

༤༧.༡ རྟོན་གཞི་གསར་འཛུགས་དང་། ཡར་རྒྱས།

ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གཉིས་ལས། ཚོས་སྤྱོད་ནས་གཙོ་བོ་སྤྱོད་ལྟར་ཡོངས་སུ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་། ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་བསྐྱེད་བཤད་ལྷ་ཆེན་རྣམས་པ། དེ་བཞིན་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་སྐབས་དེར་བཅོམ་བྱོལ་དུ་ཐེབས་བྱུང་བའོད་པས། བོད་ཀྱི་སངས་རྒྱུས་པའི་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤྱོད་བྱུང་མང་པོའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བསྐྱེད་ཡོད་ཅང་། སྤྱི་ལ་རྟོན་གཞི་ཡོད་མེད་ཅམ་མ་གཏོགས་བསྐྱེད་པ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གང་ཟག་དང་ལྡན་དུ་བཅོམ་བྱོལ་དུ་ཐེབས་བྱུང་བའོད་པ་རེད། དེ་རྗེས་འཕྲལ་ཐེབས་རྟོན་གཞི་འཛུགས་སྐད། ཐོག་མར་༡༧་ཉོར་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་འཆར་གཞི་ལྟར་བྲས་ན་དགེ་འདུན་ ༡༠༠ ཡིན་ཡང་དེ་ཐད་ཡོངས་སུ་མཚོག་ནས་དམིགས་བསལ་ལྷ་སྐུལ་གནང་འབྲས་དགེ་འདུན་ ༡༥༠༠ སྐག་ས་ལ་ཐེབས་ཏེ་བཤད་སྐབས་ཀྱི་རྟོན་གཞི་འགོ་འཛུགས་བྱུང་། དེ་ནས་རིམ་པས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཆགས་ཁག་ཚུགས་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གཞིས་སྤོས་གནང་ཡོད། བཅོམ་བྱོལ་དུ་རྟོན་གཞི་ཁག་བཅུ་གས་ལྷན་པར་མཚོག་གི་མཇུག་པ་འབྲུར་དུ་ཐོན་པ་གང་དང་གང་བསྐྱུངས་ཡོད་ཅེ་ན། བཅོམ་བྱོལ་དུ་འཁོད་པའི་བྲ་བཅུ་རྣམས་ནས་བསྐྱེད་པ་སྐྱོབ་གཉེར་གནང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེའི་ནང་ནས་དོན་ཆེན་དུ་བརྩིས་གནང་སྟེ་ལྷགས་སྡོན་ཆེན་པོ་མཇུག་ཡོད། དཔེར་ན་སྐག་ས་དང་རྒྱ་གར་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོས་སྐར་ཁག་ལ་མི་འགྲོ་ཐོ་འགོད་སྐབས་དཔེ་ཆ་སྐྱོབ་གཉེར་གནང་མཁན་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ཐོ་བཞེས་གནང་མེད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་རྒྱ་གར་གཞུང་ནས་འཚོ་རྒྱལ་སྐྱེད་སྲིད་ཀྱི་ལྷན་པར་བཅད་ལ་མ་གཏོགས་མེད་པས། དཔེ་ཆ་གཞིགས་མཁན་གང་མང་ཚུད་ཐབས་མཇུག་པ་ཞིག་རེད། གང་ལྟར་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ད་ཅང་གི་སྐྱེད་ལ་སྐྱེད་བཞེས་མཇུག་ཡོད། དེ་ནས་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་རིམ་རིང་པོ་ལྷུ་མ་དགོས་



པར་ད་བར་ཡར་རྒྱས་བྱུང་ཚུལ་ཅུང་ཟད་ལྷན་ན། དཔེར་ན། དགེ་འདུན་གྱི་གྲངས་འཛོམ་འཕེལ་རིམ་ཐད་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༤  
ནས་ ༡༠༠༩ བར་བཅུན་ཤོལ་གྱི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་གི་གྲ་ཚོགས་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཡོད་པ་སོགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཏེ་ཅང་  
ཆེན་པོ་ཐོན་ཡོད། ད་ལྟོ་ཆར་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ཆོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ཁྲུབ་ཁོངས་དེབ་འགོད་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་  
གྲངས་ ༡༡༡ དང་། དེ་ཚོའི་ནང་བཤད་སྐྱབ་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་གྲ་བཅུན་གྲངས་ ༤༠༠༠༠ ཡས་མས་དང་།  
སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་ཆོས་ཚོགས་གྲངས་ ༡༠༠ ལྷག་བཅས་ཡོད།

༤.༡ འདས་ལོ་དྲུག་ཅུའི་གྲུབ་འབྲས།

དེ་ནས་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་བསྟན་བདག་ལྷ་ཆེན་གཞན་རྣམ་པས་ཐུགས་ཁྲུང་ཆེ་བཞེས་དང་སྐྱེ་ངལ་  
ཁྲུང་བསད་མཛད་པའི་བཀའ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས། འདས་པའི་མེ་ལོ་དྲུག་ཅུ་ལྷག་ཙམ་རིང་ལ་གྲུབ་འབྲས་བཟང་ཤོས་གཅིག་  
ནི། རྒྱ་མཚན་འབྲེལ་བཤད་གང་ཡང་མེད་ཤོས་པར་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པ་དང་གཡུང་དྲུང་བོན་  
བཅས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོས་བརྒྱུད་ཁག་ཉམས་པ་སྦྱར་གསོ་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་བྱུང་བའི་སྐོར་གསུངས་སྤངས་ཏེ་  
ཅང་ཡག་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པས། ད་རེས་དུས་དྲན་ལས་རིམ་འདིའི་སྐབས་རང་ཅག་ཆང་མས་དགའ་སྦྱོར་དང་རྗེས་  
དྲན་གནང་འོས་པ་ཞིག་རེད།

༤.༢ བསྟན་པ་སྤེལ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་དང་། གནད་དོན།

ངའི་གཏམ་བཤད་ཀྱི་བརྗོད་གཞི་དེ་བསྟན་པ་འདོན་སྤོངས་སྤེལ་གསུམ་སྐོར་ཡིན་ནའང་། འདོན་སྤོངས་གཉེས་སྐོར་སྤྱི་བཤད་  
དགོས་གལ་མེད། བསྟན་པ་སྤེལ་ཞེས་པ་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་རྩ་བའི་འགྲོ་སྤངས་བྱས་པ་ཡིན་ན། བསམ་པ་རྣམ་དག་  
གི་དང་པ་དང་དོན་ཉེར་ཡོད་མཁན་རིགས་ལ་མི་རིགས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡི་ནས་མེད་པར་སྤོང་རྗེ་དང་ཕན་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་  
ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སོ་སོའི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་འཚམས་པར་བསྟན་པ་འཕེལ་སྤེལ་ཆོག་པའི་དོན་དུ་གཙོ་བོར་གོ་དགོས་པ་ལས།  
དད་པ་དང་དོན་གཉེར་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོངས་པར་ཆོས་ལུགས་མི་གཅིག་པའི་གང་ཟག་གཞན་དང་ཡུལ་གཞན་ལ་བསྟན་པ་སྤེལ་  
བར་གོ་སྤངས་ཕལ་ཆེར་མེད། དེང་སང་དེའི་ཐད་ལ་གནད་དོན་ཁག་ཅིག་ཡོད་པར་ཐུགས་སྦྱང་དགོས་ཀྱི་གལ་ཆེར་མཛོང་།  
སྤོངས་ལོ་རྒྱུས་སུ་

གཟིགས་པ་ཡིན་ན། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་ཆོས་ལུགས་མང་པོ་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་སྐབས་ཕན་  
ཚུན་དགག་སྐྱབ་གནང་རེས་མང་པོ་དང་། ཆོས་ལུགས་གཞན་ནས་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་མཁན་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་ན  
འང་། སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་བསྟན་པ་དེ་ཆོས་ལུགས་གཞན་འདོན་མཁན་ལ་སྤེལ་ཐབས་མཛད་པའི་སྐོར་དེ་འདྲ་མཛལ་  
རྒྱ་མེད། དེ་ནས་མེ་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་འདས་རྗེས་ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་དཔེ་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་དུས་སྤེལ་ཆོས་ལུགས་གཞན་འགས་  
གནང་བ་ལྟར། རང་གི་སྤེལ་དང་སྤེལ་མོ་སོགས་ཡུལ་གཞན་དུ་བརྗོད་ཏེ་བསྟན་པ་ཁྲུབ་སྤེལ་གནང་ཡོད་པ་ནི་གནས་ཚུལ་  
ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལས་གཞན་མགོན་པོ་སྐྱུ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་ཡབ་སྤེལ་ནས་བཟུང་བོད་ལ་དར་སྤངས་  
བར་ལ་གཟིགས་པ་ཡིན་ན། དད་པ་དང་དོན་གཉེར་ཅན་ལ་ཐུགས་བརྩེ་ཆེན་པོས་བསྟན་པ་མ་གཏོགས་ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་ཁྲུབ་  
སྤེལ་གནང་གི་མེད་པ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་སྟོན་པ་ལོ་རྒྱུས་ལོ་རྒྱུས་མ་ཚོར་མདོ་སྤེལ་གྱི་ཟབ་ཆོས་ཁག་གནང་སྐབས་དམ་  
བསྟན་དང་བཀའ་རྒྱ་དམ་པའི་འོག་ནས་གནང་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ལོ་རྒྱུས་ནང་གསལ་པོ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན། འདི་སྐོར་

ཕྱན་ཚམ་ལྷ་དགོས་དོན་ནི། བོད་ལྷགས་ནང་བསྟན་ཕྱོགས་གང་སར་དར་རྒྱས་གང་ལེགས་འགྲོ་བའི་སྐབས་འདིར། བོད་ཀྱི་  
ནང་པ་ཚོས་རང་གི་ཚོས་ལྷགས་དེ་མི་རིགས་གཞན་དང་ཡུལ་གྲུ་གཞན་ལ་སླེལ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་འདི་ནི་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་།  
རང་གི་ཚོས་ལྷགས་གཞན་ལ་བྱབ་སླེལ་བྱ་རྒྱུར་ཐབས་བྱས་མཁས་པོ་ཡོད་སྟེ་མཐོང་མཁས་དང་བརྗོད་མཁས་འགའ་ཤས་  
བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པས། དེ་དག་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་བུ་བལ་གཏོག་པོ་སྤྲོས་པའི་ཐོག་ནས་གསུང་ཕྱོགས་དགོས་རྒྱུ་གལ་ཆེར་  
མཐོང་སླེ་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན།

༤༤ གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་ཐོག་ལྷགས་སློབ་དང་། གསར་གཏོད།

དེ་ནས་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཤིས་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཐོག་གྲུབ་འབྲས་  
བཟང་པོ་ཐོབ་པ་ཁག་ཅིག་ལུས་ན། ནང་པའི་གཞུང་ཆེན་སློབ་ཉེར་གནང་ཕྱོགས་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་བཞིན་མ་དགོན་གང་ས་ཆེ་  
ཁག་དང་། རྗེས་གཞུང་ཆེན་སློབ་ཉེར་གནང་སློབ་མེད་པའི་ལྷགས་དགོན་ཁག་དང་། དགོན་སྡེ་རྒྱུང་ཁག། བཙུན་དགོན་ཁག་  
བཅས་ལ་གཞུང་ཆེན་དང་མཚན་ཉིད་སློབ་རྒྱུང་བྱ་དགོས་སྟེ་ར་གཏུང་སློབ་རིམ་སྐྱེལ་བཞིན་ལག་ལེན་གནང་སྟེ། ད་ལྟོ་ཆར་  
དགོན་པ་ཆེ་རྒྱུང་པ་མེ་ཆེར་བསྐབ་པ་སློབ་གཉེར་སྲ་བརྟེན་རྒྱུགས་ནས་ཡོད་པ་དེའི་བཀའ་བྱིན་རྗེས་དྲན་ལྷ་དགོས།

༤༥ འདུལ་བའི་བསྟན་པར་གཅེས་སྤྲས་དང་། དར་སྤེལ།

ཡང་དོན་གནད་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི། བསྟན་པ་བཤད་སྐབས་གཉིས་ཞེས་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ། སྤྱིའི་བསྟན་པ་གནས་དང་མི་གནས་  
དེ་འདུལ་བའི་བསྟན་པ་གནས་དང་མི་གནས་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ལྟར། འདུལ་བའི་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་ལུགས་གནས་བྱུང་སྟེ།  
ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཤིས་སྐྱུང་ལ་ལ་མ་འདོམས་པར་བཅན་ཤོལ་དུ་ཐེབས་པ་ནས་བཟུང་དགོ་ཚུལ་སྟེ་གི་  
བསྟན་པ་སྤོམ་འདོགས་ཚོགས་རྒྱུན་ཆགས་སུ་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བསྟན་པའི་གཞི་མ་དགོན་འདུན་འདུལ་བ་འདོན་པ་ཁྲི་ཚོ་མང་  
པོ་སྟོན་བསྟན་མཛད་ཡོད། མདོར་ན། འདུལ་བའི་བསྟན་པར་གཅེས་སྤྲས་དང་། འདུལ་འདོན་གྱི་སྤེལ་དེ་དག་ཀྱང་གཞུང་ཆེན་  
ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་ལ་གཞི་ལ་བལ་སྐྱེད་བྱ་བསྐྱར་གནང་མཛད་ཡོད་པ་ནི། བསྟན་པ་ལ་དུས་བསྐྱེད་དག་ཐེར་གྱི་མཛད་པ་  
མད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

༤༦ ཚོས་ལྷགས་དང་ཚོས་བརྒྱུད་ནང་ཁྲུལ་མཐུན་འབྲེལ་གོང་སྤེལ།

སྤྱིར་འདོམ་སྤོང་ཚོས་ལྷགས་གཞན་དང་མཐུན་འབྲེལ་གནང་རྒྱུ་དང་། རྩེ་བྲག་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ནང་ཁྲུལ་མཐུན་འབྲེལ་  
དམ་གཙང་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དེ་ལྟར་ཡོད་སྟེ་ཚོས་ཚོགས་ཆེ་རྒྱུང་ཐེངས་མང་དང་། རིས་  
མེད་མཁས་པའི་བཀོད་སྤོང་། གཞུང་ཆེན་རིགས་གཅིག་རྒྱུང་འདོན་གྱི་ལས་གཞི་སོགས་ཐོག་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་རྒྱུ་ཆེར་  
གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ད་ཆ་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་། གཡུང་དྲུང་བོན། རོ་ནང་དང་བཅས་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་ཆེ་  
རྒྱུང་ཡོངས་ལ་སྤྱི་སྟོམས་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་མཛད་བཟང་མད་དུ་བྱུང་བ་བསྐྱུངས་ཡོད་པར་ཚང་མས་བཀའ་བྱིན་རྗེས་དྲན་ལྷ་དགོས།

༤༧ བཙུན་མའི་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་དང་། དགོ་བཤེས་མའི་མིང་རྟགས་གསར་གཏོད།

དེ་བཞིན་རྗེས་བོད་ལ་བཙུན་དགོན་དང་བཙུན་མ་མང་ཚམ་ཡོད་ཀྱང་གཞུང་ཆེན་སློབ་ཉེར་གནང་བའི་ལམ་སློབ་པ་ལ་ཆེར་  
མེད་ཚང་བཙུན་མ་སློབ་ཉེར་གནང་མཁས་ཉུང་ཉུང་རེད། བཅན་ཤོལ་དུ་བཙུན་མ་ཚོས་ཀྱང་གྲུ་པ་ཚོ་ལྟར་སློབ་གཉེར་གནང་

དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་རིམ་པར་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས།      ད་ཆ་དགེ་ལུགས་བཙུན་དགོན་ཁག་ཅིག་ནས་དགེ་བཤེས་མའི་  
རྒྱལ་སྤྱོད་ཐོན་དང་འཕྲོན་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།      ཚོས་བརྒྱད་གཞན་རྣམས་ནས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་མཚུངས་སློབ་དཔོན་མ་  
དང་མཁན་མི་སོགས་ཐོན་དང་འཕྲོན་བཞིན་ཡོད།      བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཚོས་བརྒྱད་ནང་གྲ་པ་དང་བཙུན་མའི་གནས་བབ་འདྲ་  
མཚུངས་ཡོང་རྒྱའི་ཕྱོགས་ལ་དངོས་སུ་ལག་ལེན་འགོ་རྒྱུགས་ཐུབ་པའི་གནས་ཚུལ་ཏེ་ཅང་བཟང་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་གཙོ་བོ་  
ལ་གོང་ས་མཆོག་དང་བསྟན་བུ་ལྟེན་རྣམ་པ་བཅས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཡོད།

༤་༥      ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་མི་རིགས་དང་སོག་རིགས་ལ་ནང་བསྟན་སྦྱར་གསོའི་མཐུན་སྦྱོར།

དེ་བཞིན་སྦྱར་བོད་རང་བཙན་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཚོས་བརྒྱད་རིམ་སུ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་ལ་རྒྱ་བལ་  
འབྲུག་གསུམ་སོགས་ཉི་མུ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་པའི་མི་རིགས་དང་།      སོག་པོ་དང་དུ་ལྷ་རུ་སུ་དང་རྒྱ་ནག་གི་མངའ་འོག་ཏུ་  
ཡོད་པའི་སོག་རིགས་མང་པོ་སློབ་གཉེར་ཆེད་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར།      བཙན་ཤྲོལ་དུ་བོད་ཀྱི་གདན་ས་ཁག་ལའང་མི་རིགས་  
དེ་དག་སྦྱར་བཞིན་ཐེབས་དང་ཐེབས་སུ་སྡེ་ལོན་པ་མ་ཟད།      སོག་ཡུལ་ལྷ་བུར་ཡུན་རིང་དམར་པོའི་དུས་འགྱུར་དབང་གིས་  
ནང་པའི་བསྟན་པ་སྦྱར་གསོའི་ཐོག་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་འཕྲད་སྐབས་བཙན་ཤྲོལ་བོད་དགོན་ཁག་ལ་སོག་རིགས་གྲུ་རྒྱུན་ལེན་རྒྱ་  
དང་།      སར་དགེ་ཆེན་གདོང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་རོགས་པོ་གང་ལེགས་སྐྱབ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད།      དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་སྦྱར་  
གསོ་དང་དར་སྤེལ་ཐོག་བྱ་གཞག་གལ་འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

༤་༦      གྲུ་བཙུན་སློབ་ཡོན་དང་།      དཔེ་འབྲིད་དགེ་ཆེན་གསོའི་ཕྱོགས་མཐུན་རྒྱུ།

དེ་བཞིན་ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་བཞིན་བཙན་ཤྲོལ་དགོན་སྡེ་ཁག་ནང་གྲུ་རྒྱུན་གསོ་སྦྱོར་གནང་རྒྱའི་ཐོག་  
གདོང་ལེན་བྱ་སྤོམ་དག་ཅིག་ཡོད་པར་ཕན་གོགས་སྤྱད་ཚོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་བརྒྱུད་ནས་གྲུ་བཙུན་གང་མང་ལ་སློབ་ཡོན་  
དང་།      རིམ་པས་དཔེ་འབྲིད་དགེ་ཆེན་གང་འཚམས་ལ་གསོའི་ཕྱོགས་མཐུན་རྒྱུ་སྦྱར་བའི་སློབ་པ་དགོན་སྡེ་དེ་དག་གི་བཤད་  
སྐྱབ་ཚོས་སློབ་ཀྱི་ལས་རིམ་ཐོག་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གང་ཐུབ་སྦྱར་དང་སྦྱོར་བཞིན་ཡོད།

༤་༧      དགོན་སློབ་འཇུགས་སྦྱོར་དང་།      ལྷན་ཡིག་རིག་གནས་སློབ་སྦྱོང་སློབ་གཉེན།

དེ་བཞིན་གསར་གཏོད་ཀྱི་ལས་དོན་ལྷ་བུར་བཙན་ཤྲོལ་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཁག་རྣམས་སུ་གྲུ་རྒྱུན་གཞི་སྤེལ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡན་  
ལག་དགོན་པའི་སློབ་གྲུ་རེ་རིམ་པས་རྒྱུགས་ཐུབ་ཡོད་པ་དང་།      དེ་དག་ཏུ་བོད་ཀྱི་ལྷན་ཡིག་ཅུ་མ་མ་ཡིན་པར་ཞིན་ཇིའི་ལྷན་  
ཡིག་དང་།      རྒྱའི་ལྷན་ཡིག་དེང་རབས་ཚན་རིག་བཅས་སློབ་ཁྲིད་གནང་གི་ཡོད།      དེ་ནི་ལྷན་ཡིག་སོགས་ཤེས་ཡོན་སྦྱ་འཛོམས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ན་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་ཡོང་བའི་ཆེད་དང་།      དེ་ལྟར་མ་བྱུང་  
ནའང་སློབ་གཉེར་བ་སོ་སོའི་མདུན་ལམ་ལ་ཕན་གོགས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་དམིགས་པ་ཞིག་རེད།      དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་གྲུབ་འབྲས་  
བཟང་པོ་ཐོན་དང་འཕྲོན་བཞིན་ཡོད།

༤་༨      དགོན་སྡེ་སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་བསྐྱབ་རྒྱུ་གསར་གཏོད།

དེ་བཞིན་ཡི་གུ་ལྷ་བུ་ཚོས་ལུགས་གཞན་ལ་མིག་དཔེ་བཟང་ལེན་གྱིས་དགོན་སྡེ་རྣམས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་  
སྤེལ་འོས་པའི་བཀའ་སློབ་རིམ་ཐེབས་བྱུང་བ་ལྟར།      ཚོས་བརྒྱད་རིམ་སུ་མ་ཆད་པའི་བསྟན་བུ་ལྟེན་རྣམ་པ་དང་དགོན་

སྤྱི་ཆེ་ཁག་མང་པོས་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དཔོན་དང་ལེན་གནང་སྟེ། སློབ་གྲྭ་དང་། སློབ་ཁང་། ཆས་གསོ་ཁང་། དམིགས་བསལ་ལྟ་སྦྱོར་དཔོན་པོའི་སྤྱི་བའི་སློབ་ཁང་སོགས་གསར་འཛུགས་གནང་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།

༤༡༦ མང་ཚོགས་ནས་སྤྱི་མཐུན་བསོད་ནམས་གསོག་སྐྱབ་ལས་རིམ།

དེ་བཞིན་བསྐྱོད་པ་སྤྱི་དང་ཉེ་བྲག་ཡུན་དུ་གནས་པའི་ཆེད་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་བསྐྱོད་སྲིད་ཅ་དོན་འགྲུབ་པར་སྤྱི་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་གང་ཆེ་གསོག་སྐྱབ་དཔོན་ལྷན་པོ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་ཅང་། ལྷ་ལྡེའི་བཀའ་ལླུང་དཔོན་དཔོན་དོན་གཞིར་བཟུང་ཆོས་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉེད་སྤོ་སྤོ་མང་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད། དེ་དག་གི་དཔེ་མཚོན་ཙམ་ལུས་ན། ལོ་ལྟར་ཆག་མེད་གུ་རུའི་འབྲམ་ཚོགས་འབྲལ་རྒྱ་དང་། མ་ཁེ་དུང་སྐྱབ་སོགས་སྐྱབ་གསོག་གནང་རྒྱུའི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་མང་པོ་ཞིག་འཇགས་ཡོད།

༤༡༧ བོད་ཀྱི་བསྐྱོད་སྲིད་ལས་དོན་ལ་ལྷ་མི་རྩུང་སྤྱེལ་དཔོན་དོན།

འཕགས་པ་སྐྱོན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་གིས་བོད་ཡུལ་རང་གི་གདུལ་ཞིང་དུ་བཟུང་བ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་བསྐྱོད་དོན་དེ་ལྟ་མི་རྩུང་སྤྱེལ་གྱི་ཅ་དོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་ལྟར། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་བསྐྱོད་སྲིད་ཅ་དོན་ཡང་ལྷ་མི་གཉིས་རྩུང་སྤྱེལ་བྱས་ཏེ་བསྐྱབ་དཔོན་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་བཀའ་སློབ་རིམ་ལེབས་ཡོད་པས། བོད་སློབ་ལྟ་སྦྱོར་དམ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དབུ་འཕང་བསྟོད་རྒྱ་དང་འཕྲིན་བསྐྱལ་བྱ་རྒྱ་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དགུང་གསར་ཆོས་བརྟུ་དང་བརྟན་བཞགས་སོགས་དུས་སྐབས་ཁག་ཅིག་ལ་ཆོས་སློབ་མང་པོ་སྤྱོད་འདྲེན་ལྷ་དོན་ཡང་གནང་དོན་དེ་ལ་ཐུག་པ་ཞིག་རེད། ཡལ་ལོ་ས་མཚོག་གིས་བོད་ཀྱི་མི་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལྟ་རྣམས་ལ་འདྲ་བསྐྱོད་དོན་སེམས་བྱུགས་ཆེ་བསྐྱེད་དཔོན་པོའི་བཀའ་སློབ་གནང་དཔོན་ཀྱི་ཡོད།

བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་སྦྱོར་བསྐྱོད་སྲིད་ཀྱི་གནང་དོན་གཅིག་ཐོག་དུས་རབས་འགའ་གསར་ཅིང་ཞོར་འཇོལ་བྱུང་ཡོད་པ་དེར། ཡལ་ལོ་ས་མཚོག་ནས་བོད་ཀྱི་བསྐྱོད་དོན་ཁོ་རྩེ་ལ་དཔོན་པོ་ཏེ། སྤྱི་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་བར་སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་སྤོ་རྣམས་བརྟུག་དཔུང་བྱུགས་ཞིབ་ལན་མང་གནང་མཐར། གང་ཅིའི་མཛད་དཀའ་རིགས་ལ་མ་འཇོལ་པར་ཟབ་གསལ་བཀའ་སློབ་རིམ་པར་བསྐྱལ་ཡོད་པ་ནི། དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་བསྐྱོད་པ་དག་ཐེར་གྱི་མཛད་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བཞིན་དང་། རང་ཅག་བོད་མི་རྣམས་ལ་བཀའ་དྲིན་གཞལ་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན།

༤༡༨ བྱིམ་པ་དང་ན་གཞོན་པོ་མོ་རྣམས་ལ་ནང་པའི་ལྟ་སྦྱོར་འོ་སྤོད།

གནས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ནི་དཔོན་སྡེ་ཁག་ལ་ཆོས་སྤྲུགས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་སོགས་ཏེ་ཅང་ལེགས་པོ་ཡོད་རུང་། བྱིམ་པ་མང་ཚོགས་ནང་དང་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ཆོས་སྤྲུགས་ཀྱི་གོ་ཉོགས་རྒྱུང་བའི་དབང་གིས་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་ལྡང་ངེས་ཞིག་ཡོད་ཀི་མེད། དེར་བརྟེན་བྱིམ་པ་དང་ན་གཞོན་པོ་མོ་ཆོར་ནང་པའི་ལྟ་སྦྱོར་འོ་སྤོད་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེར་གཟིགས་ཏེ། བཀའ་ཆོས་བཀའ་དབང་རིགས་གནང་སྐབས་སྐྱུང་ལ་འཇོལ་མེད་ཀྱིས་སྐབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ནང་པའི་གཞི་རིམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཁག་མང་ཚོགས་ཀྱིས་གོ་ཉོགས་ཐུབ་ཐབས་གཙོ་བཙུང་གནང་སྟེ་གསུང་གི་ཡོད། ཡལ་ལོ་ས་མཚོག་ནས་ད་བར་སྤོད་འཇུག་གི་གསུང་ཆོས་གཅིག་ལུ་ཕལ་ཆེར་ཐེངས་བརྒྱ་ཕྱེ་བ་གནང་བྱེད་ཡོད། ཆོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་དོན་ནས་ཀྱང་གཞིས་སྤོར་

ཁག་ལ་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་རིམ་ཁག་ཅིག་སྡེལ་བཞིན་ཡོད་པ་བཅས་རེད།

༡༥ བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྐོར།

༡༦ བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་པ།

དེ་ནས་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་རྩོམ་ཚུལ་ལྟར་ལྷན་ལྷན་དང་ཤེས་ཡོན་སྐོར་ཤེས་རིག་བཀའ་སྤྱོད་མཚོག་ནས་གསུང་རྒྱུ་ཡིན་ཅང་ངས་འདིར་ལྷ་མི་དགོས་པ་བྱ་རྒྱུ་དང་། བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་ཡིན་ན་སྤྱོད་ཅིས་ཁང་བཅུགས་ནས་ལོ་མང་པོ་ཕྱིན་པ་བཞིན། ཡར་རྒྱས་དང་ཕན་ཐོགས་ཀྱང་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་མཚན་མཐོང་ཡང་མཐོན་པོར་བཏོག་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། ལོ་ངོ་ས་མཚོག་ནས་བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་སེའི་ལུས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་བོད་ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སེའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བཞིན་ཡོད་པའི་བཀའ་སྤྱོད་ཐེབས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ལྟར་རེད།

༡༧ བོད་ཀྱི་སྐོས་གར་རིག་པ།

དེ་ནས་བོད་ཀྱི་སྐོས་གར་རིག་པའི་ཐོག་བོད་ཀྱི་སྐོས་གར་ཚོགས་པས་སྐོས་དང་། ཀྱང་གྲོ་སྤྱུ་གཞུས། རོལ་ཆའི་རིགས་སྐོས་ཚོགས་པ་བཅས་རེད། དེའི་སྤོང་གཏམ་བཞིན་སྐོས་གར་སོགས་གསར་གཏོད་རིགས་གང་མང་བྱས་ཏེ་ཡར་རྒྱས་གང་ལེགས་དང་ཡོད་ཐོག་ན་ནིང་ལོ་དུག་བཅུ་འཁོར་བའི་དུས་དྲན་དང་བསྐྱེད་ནས་བོད་མིའི་སྤྱི་གཞུགས་ཀྱི་དོས་ནས་རིགས་སྐོར་འོག་ཚོགས་ཁང་གསར་པ་ཚད་ཅུན་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལེ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རབས་གསར་པ་ཞིག་འགོ་ཚུགས་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། བོད་ཀྱི་སྐོས་གར་ནི་སྤྱི་ཚུལ་རིག་གནས་ཙམ་མིན་པར་བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་དེའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཐོག་ལའང་ཉ་ཅང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།

༡༨ ལྷན་ཁོངས་རང་སྤྱོད་རིག་གཞུང་གི་ཚན་གཞུང་།

ཚོས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྷན་ཁོངས་རིག་གཞུང་གི་ཚན་གཞུང་སྐོར་ཆ་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྤྱོད། ལྷ་ས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་། ལྷ་ས་ནོར་སྤོང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་ཁང་། ལྷ་ལི་བོད་ཁང་། འཇམས་དབྱངས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་ཁང་བཅས་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་། རང་དོན་རིག་པ། གསེ་བ་རིག་པ། ཚད་མ་རིག་པ། བཟོ་རིག་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་སྤོང་གཉེར་དང་ཉམས་ཞིབ་ལས་རིམ་སྐོར་མང་གནང་བའི་སྐོར་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་དང་རིག་གཞུང་རྒྱུན་འཛིན་དར་སྤེལ་ཐོག་ཞབས་འདེགས་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་དང་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད།

༡༩ མཇུག་བསྐྱོར་མས།

བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་སྐོར་གསེ་དང་རྒྱུན་འཛིན་དར་རྒྱས་ཐོག་ལ་སྤྱི་ནོར་ལོ་ངོ་ས་ལྷན་ཁོངས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་དང་མཛད་པ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པར་ང་རང་ཚོས་སྤོང་ཐག་པ་ནས་རྗེས་དྲན་བྱ་རྒྱུ་དང་། རྗེས་འཇུག་སྤོང་འབངས་ཚོའི་དོས་ནས་ལྷན་ལྷན་པའི་མཛད་པ་རྣམས་ཐར་ལ་སྤོང་སྤོང་དང་ཉམས་ཞིབ་གནང་སྟེ་ལྷན་ལྷན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་མཛད་པ་བཞིན་ང་རང་ཚོའི་དོས་ནས་ཀྱང་ལྷན་ལྷན་པའི་མཛད་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་གནང་སྟེ་འབད་བརྩོན་གནང་སྤོགས་དགོས་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བྱ་རྒྱུ་དང་། མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ལོ་ངོ་ས་ལྷན་ཁོངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་པའི་བསྐྱེད་བར་དུ་བཅུན་པ་དང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་མཐའ་དག་

གོགས་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ། དེ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱད་རིས་སྤྲོ་མ་ཆད་པའི་བསྟན་པ་དག་ལྷ་ཆེན་རྣམ་པ་སྐྱེ་ཆོ་ཡེའབས་པ་དང་  
 ཡུན་དུ་བརྟན་པ་དང་མཛད་འཕྲིན་གོང་དུ་འཕེལ་བ། བསྟན་པ་སྤྱི་དང་བོད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་གཡུང་དྲུང་བོན་  
 དང་ཇོ་ནང་བཅས་པའི་བསྟན་པ་རྣམས་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་སྣོན་ལམ་ཤུགས་དྲག་ལྷུ་རྒྱ་དང་བཅས་ཡིན།  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་ ༠༥ ཚེས་ ༡༠ ཉིན་ཨ་རིའི་སྲིད་དོན་ཚོགས་པ་ཟུང་སྤྱོད་ཀྱི་གོ་སྐོར་ཚོགས་འཚུས་མིའི་སྐུ་ཚབ་ཚོགས་ཚུང་དང་། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་  
 ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་ བོད་མིའི་སྤྱི་ག་འདུགས་ཀྱི་སྲིད་སྲོུང་སློབ་ཐབས་སེལ་ལགས་བཞུགས་སྐོར་ད་རམ་ས་ལའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བར་ཁྲུམས་སྤྱི་  
 གཞུང་འབྲེལ་མཛད་སློར་ཕེབས་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛོན་ཚོས་འབྲོར། དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་།



གསར་འཛུགས་གནང་བ་ཞིག་དང་། འཛམ་གླིང་གི་སྐད་ཡིག་སྲིད་དང་། ལྷག་པར་ཡོངས་གྲགས་མིན་པའི་གདོད་མའི་མི་  
རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལྟ་བུའི་སྐད་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྦྱབ་ལུ་ས་ཁུངས་བཅོན་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ལུ་བཞིན་ཡོད།  
འདྲི་མའི་འཛམ་གླིང་གི་ཕ་སྐད་ཉིན་མོར་གོང་གསལ་དུ་གནས་ཐོག་དང་འབྲེལ་ནས་དཔེ་དེབ་འདོན་ཐངས་ ༡༩ པ་འབྲེམས་  
སྡེལ་ལུས་འདུག།

ངས་འཛམ་གླིང་གི་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཚོ་ (WWW.ETHNOLOGUE.COM) དང་  
(WWW.UNESCO.ORG) དུ་གནས་གཉིས་གཞིར་བཞག་གིས་ངོ་སྤྲོད་ལུ་ཡོད། དེ་ཡང་ (ETHNOLOGUE.COM)  
དུ་འཛམ་གླིང་ནང་སྐད་ཡིག་རིགས་མི་འདུ་བ་ ༥༡༡༥ ཡོད་པ་གསལ་བ་དང་། དེའི་ཁོངས་ནས་སྐད་དང་ཡི་གེ་འཕྲིན་  
གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྐད་ཡིག་གྲངས་དེ་ ༩༧༤༡ ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་བྲིས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་  
ཚང་མ་ད་ལྟོ་ཆར་བཀོལ་སྤྲོད་གནང་གི་མེད། ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་བཀོལ་སྤྲོད་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐད་ཡིག་གྲངས་སྐུ་རུ་  
སོ་བཞི་བརྩེས་བཞིན་ཡོད་པ་ཁོངས་ནས་གཅིག་དེ་རང་རེའི་ཤོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཡིག་ཆགས་ཡོད་པར་དགའ་  
སྤོངས་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར། སྐད་ཡིག་ཉམས་ཆག་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ནང་ནས་ཁ་རྒྱུན་ཙམ་ལས་བྲིས་  
གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མེད་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་ནི་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་པར་དགའ་ཞིང་། ཉམས་སྡེ་བ། སྐར་གསེ་འབྲུང་དགའ་བ་སོགས་  
གསུངས་ཡོད། ལ་གོང་ས་མཚོ་ག་གིས་གདོད་མའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་ཐུབ་ཐབས་  
སྐད་སྐད་ཡིག་དེ་བྲིས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དགོས་གལ་ཆེ་བ་བཀའ་སྤྲོད་སྦྱུང་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་  
མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་ནས་ཤོད་མི་རྣམས་བཅོན་ཤོད་དུ་འབྲོར་མཚམས་མ་འོངས་ཤོད་ཀྱི་སོན་ཅུ་ཤོད་ཡུག་རྣམས་ལ་ཤོད་པའི་  
ཤེས་ཡོན་སློབ་སློང་སློབ་རྒྱུ་དེ་གལ་འགངས་ཆེས་ཆེར་གཟེགས་ནས་ཤོད་པའི་སློབ་བྱ་རྩུར་འཛུགས་གནང་བ་མ་ཟད། རྩེ་ལོ་  
ཆེག་སློང་དགུ་བརྒྱ་དུ་ག་རུ་རེ་གྲངས་ནས་བཟུང་ཤོད་པའི་སློབ་བྱ་ཁག་གི་སློབ་ཚན་པལ་མོ་ཆེ་རིམ་བཞིན་ཤོད་སྐད་ཐོག་བརྒྱུར་  
ནས་སློབ་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་ཐེབས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་འཛིན་བྱ་དང་པོ་ནས་ལྡ་པའི་བར་གྱི་སློབ་ཚན་རྣམས་  
ཤོད་བརྒྱུར་ལུས་ནས་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་རྒྱ་དང་གཞི་ཡག་པོ་གདོད་ཐུབ་པའི་ཕན་ཐོགས་རྗེ་ཆེར་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡང་ལ་གོང་ས་  
ལ་སྐབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གིས་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་གལ་གནད་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སློབ་ཐེབས་དོན། ཤོད་པ་ཡིན་  
པ་གང་ཞིག་ལ་ཤོད་པའི་ཤེས་ཡོན་མེད་ན་གང་འཚམ་ནས་སོ་རིག་དགའ་པོ་ཆགས་རྒྱ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་གང་དུ་བསྐྱེད་ཀྱང་ག་  
ཁྲག་ལས་བྱུབ་པའི་ཡུས་པོ་ནི་བརྗེ་ཐབས་མེད། ག་ལེ་ག་ལེར་སོ་སོ་རང་ཉིད་གང་ནས་ཡིན་པ་དང་། གང་ནས་ཡོང་བ། ངའི་  
ཕ་མ་ཚོ་གང་ནས་ཡིན་པ་སོགས་བསམ་སློབ་འཁོར་ཡོང་དུས་རང་ཉིད་ཤོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། རང་ལ་ཤོད་པའི་བྱི་མ་མེད་  
མཁན་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་དུས་སྤྱིད་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད། ཤོད་སྤྱི་པའི་དོན་དག་སྤྲོས་མེད་ཁར། རྒྱར་སོ་སོའི་དོན་ལ་  
ཡིན་ན་ཡང་ཤོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཡོད་ན་གང་ལྟར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དགེ་མཚན་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་དེའི་  
འོག་ནས་ཤོད་པའི་སློབ་བྱ་ཞེས་རྩུར་དུ་བརྒྱུགས་པ་རེད་ ཅས་བཀའ་སློབ་སྦྱུང། ང་ཚོས་ཤེས་ཡོན་སྤྱིད་ཡུས་དགོངས་དོན་  
བཞིན་སྤོང་འགོ་ནས་འཛིན་རིམ་གསུམ་པའི་བར་སློབ་ཚན་ཡོངས་རྒྱུགས་ཤོད་ཡིག་ནང་ནས་སློབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་སྐབས་ཤོད་  
ཡིག་དགེ་མཚན་ཚོས་དམིགས་བསམ་ལྱི་འགན་ཁུར་འཕར་མ་བཞེས་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེར་གི་ཆར་ཤོད་ཡུག་རྣམས་  
ལ་གནའ་དེར་རྩུང་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སློང་བྱ་ཡུལ་གྱི་གདན་ཉིན་སློབ་བྱ་ཁག་མང་པོ་གསལ་འཛུགས་བརྒྱུངས་པའི་རྒྱ་  
བྱུང་ཐུགས་བརྐྱེད་ཟབ་མོ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་པའི་ཤོད་ཡུག་སློང་ཡུག་མང་པོས་རང་རེའི་བཅོན་ཤོད་མའི་  
སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་ཚོས་རིག་དང་། ཤེས་ཡོན། དཔལ་འབྱོར། འཕྲོད་བསྟེན། ཁོར་ཡུག་སོགས་ལས་རིགས་སྡེ་མང་ཐོག་སྤྱི་སྡུན་



ཞབས་འདེགས་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་པ་ནི་ཁོང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ངོན་ཉམ་གཅིག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་  
མགོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་སྤྱིང་དབྱས་ནས་བཀའ་ངོན་སྲོལ་གྱི་ཆེ་བའི་ལུ་རྒྱ་ལྷོ་ཡིན།

སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་སའི་ཁོར་ཡུག་གིས་བྱགས་རྒྱུ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། གཙོ་བོ་དེ་སྐད་ཡིག་  
གི་ཁོར་ཡུག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཡོད། དཔེར་ན། གོ་ལ་གཅིག་གྱུར་ཆགས་པའི་རྒྱུ་གིས་རྒྱ་གར་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན།  
མངའ་སྡེ་མི་འདྲ་བའི་ནང་དུ་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བ་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་གོ་བརྟེན་པའི་འཕྲོད་པའི་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ།  
ཐུན་མོང་གི་སྐད་ཡིག་གི་རྒྱུ་ལ་དུ་འཕྲུལ་གཞུང་འབྲེལ་སྐད་ཡིག་གི་རྒྱུ་ལ་དུ་ཡིན་ཡིག་པེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་འཛོལ་གྲོང་བའམ་ཕྱོག་པའི་རྒྱུ་གིས་ཁྲིང་འབྲོག་གི་འཛོལ་པོར་ནས་རྒྱལ་སར་སློབ་ཞུ་བྱེད་བྱ་  
དགོས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་སོའི་སྐད་ཡིག་དང་། རིག་གཞུང་། གོ་མས་སློབ་སོགས་ལ་བསྐྱེད་ལྷན་ཞུགས་པའམ་བྱགས་  
རྒྱུ་ཐེབས་པའི་རྒྱུ་གིས་ཉམས་ཆག་འགོ་བཞེད་ཡོད། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་འོག་སོ་སོའི་ལུང་པར་གནས་མ་ཐུབ་པར་  
བཅན་གྱི་ལ་དུ་གྱར་དགོས་བྱུང་བ། ཤེས་ཡོན་གྱི་སློབ་གཞིའི་ནང་སྐད་ཡིག་སློབ་གསོ་དང་གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་དུ་རྒྱ་  
ཁྲབ་མེད་པ། ཤེས་ཡོན་གྱི་གོ་སྐབས་དང་འཛོལ་བའི་ཆེད་ལུང་པ་གཞན་ལ་བསྤྱོད་དགོས་བྱུང་བ། སོ་སོའི་ལུང་པར་གནས་ཀྱང་  
རང་གི་སྐད་ཡིག་སྤྱོད་པའི་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་བཅས་གནས་སྤངས་འདྲ་མིན་འོག་ནས་སྐད་ཡིག་ཉམས་ཆག་འགོ་  
ཡི་ཡོད།

ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་དུ་རྒྱུད་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་གི་ཁོར་ཡུག་དེ་ཞན་དྲག་པའི་  
རྒྱུ་གིས་གནས་ལུལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་སྐད་ཡིག་གཉིས་པའམ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་ལ་དུ་མ་སྐྱུང་ཀ་མེད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།  
སྐད་བརྟེན་རིག་པ་ལས་བཟང་སྤྱོགས་ཀྱི་ཆ་དང་ཞན་སྤྱོགས་ཀྱི་ཆ་གཉིས་སུ་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། བཟང་སྤྱོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁེ་ཕན་གང་  
ཞིག་ཡོད་ཅེད་ཅེས་ཞུས་ན། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པའི་ཐོག་སྐད་ཡིག་གཉིས་  
པ་དང་གསུམ་པ་གཞོན་འཕར་མ་སྐྱུངས་ཐུབ་ན་རབ་ཡིན་པ་དང་། ཞན་སྤྱོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དོར་ནས་སྐད་  
ཡིག་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་སྐྱུངས་པ་ཡིན་ནའང་། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ལ་རྒྱུད་ཐག་རིང་དུ་སྤྱིན་པར་བརྟེན་  
སྐད་ཡིག་གཞན་ཤེས་ཀྱང་རང་གི་སྐད་ཡིག་རིམ་པས་ཉམས་འགོ་ཡི་ཡོད། གོང་དུ་ཁོར་ཡུག་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་  
གཞིགས་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་བཅན་གྱི་ལ་བོད་མི་ཚོ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ལོ་གང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བོད་  
པའི་སློབ་གྲྭ་དང་གཞིས་ཆགས། ཚོས་སྡེ་ཁག་བོད་ཀྱི་སློབ་གར་ཚོགས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་སློབ་ཚུལ་ཁང་། དི་སློབ་པའི་ཁང་། སློབ་  
དབྱས་བོད་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེས་ཁང་། བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་། རོར་སྤོང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་  
ཁང་བཅས་ཟུར་འདྲུགས་གནང་བའི་སློབ་པའི་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་ཆེད་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་  
བསྐྱུན་གནང་མཛོད་ཡོད་པ་དེ། བོད་པའི་སྐད་ཡིག་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་ཆེད་སྐད་ཡིག་གི་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོས་དེ་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད།

ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་དུ་བོད་རིགས་གཞིས་སློབ་ཀྱིས་ཁ་འཕྲོར་གནས་མཁུ་ཚོ་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཁོང་ཚོས་མི་ཐོག་  
དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་གནང་ཐུབ་ནའང་། དེ་རྗེས་ཀྱི་རྒྱ་གར་མིན་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་  
ཡུལ་གྲུ་གཞན་དང་གཞན་དུ་བོད་མི་མི་རབས་གསར་པ་ཚོར་རྒྱ་གར་དང་འདྲ་བའི་བཅན་གྱི་ལ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་མེད་  
པར་བརྟེན། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲྭའམ་ཡོངས་གྲགས་སུ་གཟུང་མཛུགས་སློབ་གྲྭ་ཞེས་པ་གཅིག་ཕྱི་ལོ་འདྲང་གི་

མེད་པར་བརྟེན་མི་རེ་ངོ་རེ་ནས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ལ་དོ་སྣང་དང་འབད་བཅོམ་མ་གནང་ཚེ་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིམ་གནང་རྒྱ་དེ་  
ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་ནས་ཁག་པོ་ཆགས་ཡོད། གཞིས་ལུས་པོད་མིར་མཚོན་ན། པོད་ཤུག་རྣམས་ལ་པོད་པའི་སྐད་ཡིག་སྔོན་པའི་  
རང་དབང་མེད་པ་དང་། འཚོ་ཐབས་ཀྱི་ཆེད་རྒྱ་སྐད་མ་སྔོན་རང་སྔོན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པས་གནས་སྐབས་དེ་འདྲའི་འོག་པོད་ཀྱི་  
སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་ཉམས་པའི་རྒྱུར་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོས་སྐད་ཡིག་གི་ཁོར་ཡུག་མེད་ཅེས་དེར་ཁག་དཀྱི་  
བྱས་ནས་མ་འདུག་པར། རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་སློབ་གྲྭ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་མེད་ནའང་། སོ་སོའི་སྐད་དང་རིག་གཞུང་གོམས་  
གཤིས་རྣམས་སློབ་གསོ་དེ་ཐོག་མར་རང་བྱིམ་ནས་འགོ་བརྩམས་ཀྱི་ཡོད། མི་ཚང་མར་བྱིམ་ཚང་གི་ཁོར་ཡུག་དེ་ཡོད་པ་རེད།  
གལ་ཏེ་བྱིམ་ཚང་གི་ཁོར་ཡུག་དེ་མེད་པ་ཡིན་ནའང་དེང་སང་འཕྲུལ་ལས་དང་བརྟེན་འབྲེལ་གྱི་དུས་རབས་ཡིན་པས་སོ་སོ་དང་  
རང་རིགས་གཅིག་པའི་དགའ་ཉེ་སློང་ཀར་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་འདྲིས་གནང་སྐབས་སྐད་འབྲིན་དང་སློབ་འབྲིན་བརྒྱུད་  
ཡིག་ངག་གཉིས་ཐོག་ནས་པོད་ཡིག་བཀོལ་སྔོན་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་དང་། བརྟེན་འབྲེལ་བེད་སྔོན་གནང་སྐབས་སོ་སོའི་སྐད་  
ཡིག་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་མེད་པ་པོད་སྐད་གཅང་མ་བརྒྱུན་དཔོན་ལ། འབྲི་བའི་སྐབས་སྤྱི་འདྲའི་ཡིག་དག་ཅོར་མེད་པ་བརྟེན་བྱ་  
བརྟེན་དང་མཐུན་པའི་སློབ་སྦྱོང་རྒྱུའི་ཐད་འབད་བཅོམ་གང་ཐུབ་གནང་གལ་ཆེ་བར་སྟེ།

དེས་ན་མི་ཐོག་ནས་མི་ཐོག་བརྒྱུད་སྔོན་བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་སྐད་ཡིག་མི་ཉམས་རྒྱུ་འདྲིམ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཚང་མར་འགན་  
འཁུར་ཡོད་ལ། མི་ཐོག་བརྟེན་རིམ་བཞིན་མི་ཐོག་གཞིན་པ་ཚོར་དེ་བས་འགན་ཁུར་མང་བའམ་ཆེ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། གང་ལ་  
ཞུས་ན་མི་ཐོག་གསལ་པ་འམ་གཞིན་སྤྱི་ཚོ་ལ་ཇི་ཅུ་མ་གྱི་ཤེས་ཡོན་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གོ་སྐབས་མང་བ་འཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་  
དེ་ཅུ་མ་གྱིས་སོ་སོའི་ཁོར་ཡུག་དང་བྲལ་ནས་རྒྱུ་ཐག་རིང་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་རྒྱུ་འདྲིམ་བྱེད་དཔོན་  
པའི་ཐོག་གནས་ལུ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་སྐད་ཡིག་སྤྱི་དཔོན་པ་བཅས་ཀྱི་ཆ་ནས་གདོང་ལེན་མང་བ་གནང་དཔོན་ཀྱི་ཡོད་ལ་  
འགན་ལང་ལྷོ་བ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ད་ལྟ་ནས་ང་ཚོས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་བདག་གཅེས་དང་རྒྱུ་འདྲིམ་གནང་མི་ཐུབ་ཆེ་སྐད་  
ཡིག་གང་ཞིག་ཉམས་ཆག་འགྲོ་བ་དང་ཅུ་སྤོངས་སུ་འགྱུར་བར་མི་ཐོག་གསུམ་ལས་འགོར་གྱི་མེད་ཚུལ་དང་། དེ་བཞིན་ཡུ་  
ནེས་ཀོ་སྤྱི་གཞུག་འཇུགས་ནས་ཀྱང་སྐད་ཡིག་ཅུ་སྤོངས་འགྲོ་ཉེའི་ཚད་གཞི་རིམ་པ་དུག་ལས་བྱུང་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་རེ་འུ་མིག་ནང་  
གསལ་ཡོད།

ཡུ་ནེས་ཀོ་སྤྱི་གཞུག་འཇུགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་འཇུག་སྤོངས་ནང་གནས་བཞིན་པའི་སྐད་ཡིག་བདུན་སྤོངས་ལྷག་ཅུ་མ་ནས་ཇི་ཅུ་མ་  
སྤོངས་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཆགས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་བརྒྱ་ཆ་ཞིག་དཔེ་རིས་ཀྱི་ལམ་ནས་གསལ་བཞོན་གནང་འདུག སྐད་ཡིག་  
བདུན་སྤོངས་ལྷག་ཅུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལས་བརྒྱ་ཆ་ ༥༡.༡༩ ཅུ་མ་ལ་ཉམས་ཆག་འགྲོ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་མེད་པ་དང་། བརྒྱ་ཆ་བཞི་  
བརྒྱ་ལྷག་ཅུ་མ་ཉམས་ཆག་འགྲོ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁའི་ནང་ཚུད་ཡོད། བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་མ་ཞིག་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱོད་གནས་སོགས་སྤྱི་  
འཇུགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ནང་བཀོལ་སྔོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚོ་གྱིས་གནས་ཐུབ་པ་ཆགས་ཡོད། སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་  
བཀོལ་སྔོན་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་འཕྲོར་མང་བ་ཡོད་ན་སྐད་ཡིག་དེ་གནས་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་བཀོལ་སྔོན་བྱེད་མཁན་  
གྱི་མི་འཕྲོར་ཉུང་བ་ཡོད་ན་སྐད་ཡིག་དེ་གནས་མི་ཐུབ་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཆགས་འདུག གང་ལ་ཞེ་ན། འཇུག་  
སྤོངས་ནང་གི་སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྔོན་བྱེད་མཁན་མང་པོས་དེ་ཞིན་སྐད་དང་། དེ་ནས་རྒྱ་སྐད་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན།  
ཞིན་སྐད་ལྟ་བུ་ཆ་མཚོན་ན། དེའི་ནང་ནས་བརྒྱ་ཆ་མང་བ་དེ་ལ་སྐད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མ་ཡིན་པར་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ་འམ་གསུམ་  
པའི་ཚུལ་དུ་བཀོལ་སྔོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་རང་རེའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཀ་པེད་སྔོན་གདོང་མཁན་གྱི་མི་

འཕོར་ཉུང་དུ་ལས་མེད་སྐབས་ཚང་མས་ཐུགས་ཀྱིས་མི་ཉམས་རྒྱུ་འཛོལ་ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་སློབ་ཀྱིན་ནས་འབད་  
བརྩོན་གནང་སྲིད་ཡོང་བའི་འཕོད་སྐུལ་ལུ་རྒྱ་ཡིན།

(SOURCE: WWW.ETHNOLOGUE.COM) མདོར་ན་ང་ཚོ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་རིག་པའི་གནས་བརྒྱུ་ཕྱག་སོགས་ཀྱི་རྫོང་  
བྱེད་དང་། རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་བའི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་ཚང་ལ་མ་ཞོར་བ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱག་ཐུབ་པ། པོད་ཀྱི་རིག་  
གཞུང་གི་རྟེན་གཞི་ཡིན་པ། པོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐ་དད་ཡིན་པ། ཚོལ་གསུམ་རྟོག་ཅ་གཅིག་ཏུ་སྦྲིལ་ཐུབ་པའི་ཆ་ནས་  
ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་པོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་དེ་བཀོལ་སྲིད་བྱེད་མཁན་མི་འཕོར་ཉུང་དུ་ལས་  
མེད་ཀྱང་སྐད་ཡིག་དེ་སོ་སོའི་མི་རིགས་ཚམ་མ་ཟད་འཇམ་སྒྲིང་སྲིད་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་  
ངེས་པར་དུ་བདག་གཅེས་དང་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་དགོས། མི་རིགས་གང་ཞིག་གི་སྐད་ཡིག་དེ་མི་ཉམས་རྒྱུ་འཛོལ་བྱེད་པར་མི་  
རིགས་དེས་མི་སྦྲེར་དང་། བྱིས་ཚང་། སློབ་གྲྭ། སྲི་ཚོགས། སྦྲིག་འཇུགས་ནས་སོ་སོའི་སྐད་ལ་བདག་གཅེས་དང་ལར་ཞེན་  
ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་རྒྱུན་འཛིན་གནང་དགོས་ཅེད་མ་གཏོགས་ཕྱི་མི་ཞིག་གིས་སྐད་ཡིག་དེ་བཀོལ་སྲིད་བྱེད་པ་ཚམ་གྱིས་རྒྱུན་  
འཛིན་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

མཐའ་དོན། སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སྐྱེ་ཆོ་ཞབས་པད་རྩོམ་རྩེད་རང་བཞིན་  
བསྐལ་བརྒྱུ་བརྟན་ཅིང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། པོད་འབངས་གཞིས་གྲུས་མཉམ་  
འཛོམས་ཡོང་བའི་བྱ་གཞི་སློབ་འདུན་ལུ་རྒྱ་བཅས། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོའི་ལྷ་པ་ ༡༠ ཚེས་ ༠༧ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ན་སྤང་བོད་བྱིས་སློབ་གྲྭར་ལ་ཞབས་སེར་འཁོད་སྐབས་སློབ་  
ཕྱག་ནམས་ལ་འཚམས་འདྲི་མཛད་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་ཚོས་འབྲུང་། དགའ་ལྷན་ལོ་གྲང་།



**ཡུལ་བའི་ཐུགས་བརྗེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྤང་  
སློབ་ཐོག་བཙུན་མ་རྩོམ་བཟང་བྱང་ཚུབ།**

**དགའ་ལྗན་ཚོས་སྤིང་གི་བཙུན་མ།**

- ༡༥༥ བོད་མིའི་ངོ་བོ་ཡུན་གནས་ཆེད་གཞིས་ཆགས་གསར་འཛུགས་མཛད་པའི་སྐོར།
- ༡༥༦ གཏན་ཚིགས་རིག་པ་དང་ནང་དོན་རིག་པའི་ཐོག་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་སྤོང་བཞིན་པའི་མཛད་པ།
- ༡༥༧ ཐ་སྙད་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་སྤོང་བཞིན་པའི་མཛད་པ།
- ༡༥༨ རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་འཛིན་དར་སྤེལ་ཆེད་དུ་གསར་གཏོད་ཆེན་པོ་བཞི་མཛད་པ།
- ༡༥༩ བོད་མིའི་ངོ་བོ་ཡུན་གནས་ཆེད་གཞིས་ཆགས་གསར་འཛུགས་མཛད་པའི་སྐོར།

སྤྱི་ནོར་ཡུལ་མ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་བོད་གཞུང་དགའ་ལྗན་པོ་བྱང་གི་མཛད་གཙུག་རྣམས་པ་བཅའ་བྱོལ་དུ་  
 ཐེབས་སྐབས་སུ་ཨ་མའི་རྗེས་སུ་བྱ་རྒྱུ་གསུམ་པ་བཞིན་བོད་འབངས་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡུལ་མཁོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཐེབས་རྗེས་སུ་  
 བཅའ་བྱོལ་དུ་འབྱོར་དུས་ངོ་ཤེས་པ་ས་དང་གནམ་ཡིན་པས། བོད་མི་རྣམས་འཚོ་བའི་དཀའ་ངལ་གྱི་རྒྱུ་ལས་རྒྱ་གར་གྱི་  
 སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁ་ཐོར་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད་ཀྱང་། ཡུལ་མཁོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མིའི་ངོ་བོ་  
 ཡུན་གནས་དང་འཚོ་ཉེན་ལེགས་པོ་ཡོང་ཆེད་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༠ ཟླ་བ་ ༡༣ ཚེས་ ༡༤ ལ་སྤེལ་གོ་བ་ལུགས་བྱང་བསམ་གྲུབ་  
 སྤིང་གཞིས་ཆགས་གསར་འཛུགས་མཛད་པ་ནས་བཟུང་ད་བར་རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་ནང་ཁྱོད་བསྐྱོད་ཆེན་པོ་གཞིས་ཆགས་ཁག་  
 ༤༤ ཚམས་གསར་འཛུགས་མཛད་དེ་དེ་དགོས་དམིགས་མང་པོ་ཡོད། དེ་ཡང་བོད་མི་རྣམས་འདུས་སྡེ་བྱས་ནས་འཚོ་སྐབས་བོད་  
 ཀྱི་ཐུག་མོང་མ་ཡིན་པའི་དུས་ཆེན་ལོ་གསར་དང་གཉེན་སྲིད་གི་གསོལ་སློན་བཤམ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡུལ་ལྷང་སོ་སོའི་  
 ཀྱང་བྲོ་སྤྱོད་གཞིས་ལྗང་གསོལ་རྒྱུ་དུ། ཆུན་བཀའ་གཞིན་བྱམས་ཀྱི་ལོ་མས་སློལ་བཟང་པོ་དག་རྒྱུན་འཛིན་བྱུང་པར་མ་ཟད། བོད་  
 མིའི་ངོ་བོ་མི་རིགས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ་དང་། ཡུལ་སློལ་གོ་མས་གཤེས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་མཛད་དང་མཛད་མུས་  
 ཡིན།

༡༦༠ གཏན་ཚིགས་རིག་པ་དང་ནང་དོན་རིག་པའི་ཐོག་ལ་བསྐྱེད་སྤོང་སྤོང་བཞིན་པའི་མཛད་པ།

རྒྱལ་བའི་ལྷང་ཉེགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་རྒྱན་འཛིན་དར་སྤེལ་ཆེད་དུ་རིས་མེད་ཚོས་སྤེལ་གསར་འཛུགས་མཛད་ཡོད་པ་ནི།  
 དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་བོད་མི་རྣམས་བཅའ་བྱོལ་དུ་གྱུར་དགོས་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་གནས་སྐབས་ཉ་ཅང་ཐབས་  
 སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་། བོད་ནས་ཐེབས་པའི་རིས་མེད་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་གྲ་བཙུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བཞུགས་གནས་དང་། ནང་པ་  
 སངས་རྒྱལ་པའི་བསྐྱེད་པ་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྲུག་ས་ཚོས་སྐར་གསར་འཛུགས་  
 མཛད་ཅིང་། དེ་ནི་བཅའ་བྱོལ་ནང་གི་ཚོས་སྤེལ་མ་དེ་ཡིན་ལ། དེར་ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་ཀྱི་ནང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བའི་  
 དགོ་འདུན་གྱི་སྤེལ་པར་མ་ཟད། བཙུན་མ་ཡང་ཡོད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཁག་གསར་འཛུགས་ལེགས་བྱུང་  
 མཚམས། གདན་ས་གསུམ་གྱིས་མཚོན་པའི་རིས་མེད་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་གདན་ས་ཁག་གསར་འཛུགས་མཛད་དེ་ཚོས་རྒྱུད་

རང་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་། ཚོ་ག་ཕྱག་བཞེས་ཁག་དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་  
སྤེལ་མཛད་གྲུབ་པ་བྱུང་ཡོད།

ང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་འཛིན་དར་སྤེལ་མཛད་དུ་གསུམ་གཏོད་ཆེན་པོ་བཞི་མཛད་པ།

༡། རྩོན་མ་རྒྱུ་བ་སྤེད་དང་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཚོས་སྤེལ་པ་དག་ཏུ་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱའི་སྤོལ་གསུམ་གཏོད་མཛད་  
པའི་སྐོར། དེ་ལྟ་བོད་དུ་རྒྱུ་བ་སྤེད་དང་གསང་སྟགས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་ཁང་ཡིན་པ་གསང་ཆེན་རྒྱུད་གྲུ་རྩམ་གཉེས་དང་། རྩམ་རྒྱལ་  
གྲུ་ཚང་ཕན་བདེ་ལེགས་བཤད་སློང་ལ་སོགས་པ་དག་ཏུ་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་གྱི་སྤོལ་མཛད་ཀྱང་། བཅོན་ཤོལ་དུ་འགྲོར་  
རྩེས་གྲུ་ཚང་ཁག་དེ་དག་ཏུ་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱའི་ལམ་སྤོལ་བཟང་པོ་གསུམ་གཏོད་མཛད་དེ་རྒྱལ་བའི་ལུང་རྟོགས་  
ཀྱི་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་བཤད་རྒྱུ་བ་གཉེས་དང་མདོ་སྟགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སློན་སྤོལ་རྒྱན་འཛིན་དར་སྤེལ་གྱི་མཛད་བཟང་སློན་མཛད་པ་  
བསྐྱེད་དང་སྐྱོང་བཞིན་པ་ཡིན།

༢། བཅོན་མའི་དགོན་སྤེ་ཁག་གི་ནང་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་གྱི་སྤོལ་གཏོད་པ་དང་། བཅོན་མའི་སྤོད་དགེ་བཤེས་མའི་  
ཕྱག་འབྲེམ་གསུམ་གཏོད་མཛད་པའི་སྐོར། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ལ་རིགས་རུས་མི་གཙོ། རྒྱུ་བ་པ་གཙོ། ཞེས་གསུང་  
སྤོལ་ཡོད་པ་ལྟར་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་བསྟན་མི་འདོད་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རྒྱལ་བསྟན་ལོ་བའི་ཐབས་དང་བདེ་  
བ་རྒྱུ་བ་ཐབས་ལ་སློབ་སློང་བྱ་རྒྱའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་སློབ་མཛད་ཡིན་པ་བཞིན། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བོད་བཅུད་ནང་བསྟན་གྱི་  
བཅོན་མ་ཚོ་ལ་ཡང་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་བྱེད་པའི་བཀོ་སྐལ་སྐལ་སྤྲོད། ཐོག་མར་བཅོན་ཤོལ་ནང་གི་བཅོན་དགོན་ཐོག་མ་  
རྩ་ས་བཅོན་དགོན་དགེ་ལུ་ཚོས་སློང་དུ་སྤྱི་ལོ་༡༧༠༠ནང་བསྟན་བཅོས་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་པ་རྩམ་བཤད་སློང་པའི་  
རྒྱན་གྱི་དཔེ་བྲིད་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་པའི་བཅོན་མ་ཚོར་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་དངོས་སུ་དབུ་བཟུངས་  
མཛད་པར་མ་ཟད། མཐར་ཐེམ་པ་རིམ་འཛུགས་ཀྱིས་བཅོན་མའི་འཇང་དགུ་ཚོས་དང་། རྒྱལ་སློབ་ཀྱི་ལམ་ནས་བཅོན་  
མའི་དགེ་བཤེས་མའི་ཕྱག་འབྲེམ་སློབ་རྒྱའི་ལམ་སྤོལ་གསུམ་གཏོད་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་པ་དང་། དགེ་བཤེས་མའི་བསྟན་པ་  
མཐར་སོན་པའི་བཅོན་མ་ཚོར་གསང་སྟགས་ཀྱི་སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱའི་བཀོ་སྐལ་སྐལ་བ་བཅས་ནི་དེ་སྔ་ལ་རྒྱལ་མཚོག་སྤྱི་བྲེད་  
རིམ་སྤོན་གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྐྱེད་པའི་མཛད་བཟང་སློན་མཛད་པ་ཞིག་དང་། ཚོས་བཅུད་ཁག་གི་བསྟན་བཤད་སློབ་སྤོལ་  
ཀྱང་མ་མཛད་པའི་གསུམ་གཏོད་ཀྱི་མཛད་བཟང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་བོད་ལ་དུས་འགྲུར་མ་བྱུང་བའི་གོང་དང་། དུས་  
འགྲུར་བྱུང་རྩེས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་མཐོང་ཚུལ་དང་། གོམས་སྤོལ་ངན་པའི་འཆེང་རྒྱའི་འོག་བོད་ཀྱི་བཅོན་མ་ཚོར་གཞུང་ཆེན་  
སློབ་གཉེར་ལྷ་རྒྱུ་ཕར་ཞིག་ ལུང་ཚུང་འགའ་གས་ནང་བཅོན་མ་ཚོས་བཅུད་སློང་གཟུངས་འདུས་ཅམ་ལའང་ལག་པ་འཆང་མི་  
ཚོག་ཅེས་བཛོད་སྤོལ་ཡོད་སྟེ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་སྐབས་ཆེན་གྱི་དགོངས་བཞེད་  
དང་ཐུགས་བརྩེ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་བྱེད་མཛད་སྤྱི་དང་སློབ་སྤྱི་བདག་ཅག་བཅོན་མ་རྩམས་ལ་གཞུང་ཆེན་གྱིས་མཚོན་པའི་  
རིག་པའི་གནས་ཀུན་དང་། ལྷག་པར་དུ་དེང་རབས་ཚོན་རིག་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱའི་གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་སློབ་སློང་བྱེད་  
དགོས་པའི་ལམ་སྤོལ་དང་མཐུན་རྒྱུ་བ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་དང་སྐྱོང་བཞིན་པ་ནི། དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༤ལོར་བཅོན་མའི་འཇང་  
དགུ་ཚོས་ལ་བཅས་པའི་བཅོན་མ་ཚོར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གཟིམ་ཚུང་མཛུལ་ཁ་དང་བཀའ་སློབ་བཀའ་དྲིན་སྐལ་སྐལ་  
སུ་གུས་མོར་ཡང་བཀོ་སྐལ་ཐོབ་པས། ལྷག་པར་དེའི་བཀའ་སློབ་ཅིག་འདིར་ལུང་འདྲིན་ལུ་བར། དགེ་སློང་མ་རྒྱུ་བ་ཚོག་མིན་ནི་  
མགོན་པོ་གང་ཉིད་སྤྱི་སྤོལ་གྱིས་བཅུ་ཁ་གཅིག་གཅོད་མཛད་མི་རུང་བའི་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྐལ་བ་དང་། དེ་ལྟར་གཞི་ཐམས་

ཅད་ཡོད་པར་སྐྱེ་བའི་ལུགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་མའི་སྲིམ་རྒྱན་བསྐྱར་གསོ་མཇུག་རྒྱུ་ལྷན་གསུམ་གྱི་ལུགས་ཐག་གཅོད་དགོས་ན་ཐོག་མར་འཇུག་  
སྲིམ་རྒྱན་གྱི་ནང་པའི་བསྐྱར་བཤུག་འདུལ་བ་འཛིན་པ་རྣམས་ལྷན་གཅིག་དུ་འཛོགས་ནས་བཀོ་སྐྱོང་བཀའ་བསྐྱར་གནང་དགོས་  
པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་བཀའ་སྲོལ་སྦྱེལ། འོན་ཀྱང་དགོས་པའི་མ་ཞི་དེ་ལྟར་མིན་པར་གཙོ་ཆེར་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་  
ཡིན་པས་མ་འོངས་པར་བཅུན་མ་རྣམས་གཞུང་ཆེན་སྲོལ་མཐར་མོག་མཚམས་སུ་རྒྱུགས་སྦྱོང་གི་ལམ་ནས་དགོས་པའི་ཤེས་པ་  
གཏོང་ཆོག་པ་ལུགས་ཐག་གཅོད་བཅད་མཇུག་པའི་བཀའ་སྲོལ་སྦྱེལ་བཤུག་གི་ཡིད་འོར་སྣང་ངེས་དུན་བྱུང་།

༡༥། དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནས་བརྒྱུད་པའི་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱར་གྱི་ཚད་མ་རིག་པ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ་དེ་ཉིད་དེང་  
རབས་ཚུན་རིག་དང་ལྷན་དུ་བཀོ་སྐྱོང་མཇུག་དེ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱུན་གནང་མཇུག་པའི་སྟེང་། འགྲོ་བ་མའི་  
དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་བསྐྱར་དང་སྐྱུན་བཞིན་པའི་དེང་རབས་ཚུན་རིག་དང་། ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་ངེ་ཙམ་དཔུང་གྱང་  
དཔུང་པ་ཇི་ཟེ་བུ་འགྲོ་བའི་ལྟ་བུ་འཁྲུག་དང་། སྦྱོང་པ་འཚོ་བམེད་པ། ཚུལ་གསུམ་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག་དུང་དུང་ནང་  
པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བཅས་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱུན་སྦྱོང་དུ་དེང་རབས་ཚུན་རིག་དང་  
ལྷན་དུ་དཔལ་སེམས་དང་སྲོག་གི་བཀོ་སྐྱོང་གིས་མཚོན་པའི་ཤར་རྒྱལ་གྱི་ཚན་རིག་པ་དང་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་མང་པོ་དང་བཀོ་  
སྐྱོང་རབས་དང་རིམ་པ་མཇུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱར་གྱི་དཔུང་འཕང་གོ་ལའི་ཡང་ཚེ་རུ་བསྐྱེད་ས་པ་དང་།  
རྣམ་དཔྱོད་འགྲན་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ། རང་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་  
སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་བྱམས་བརྩེ་དང་བཟོད་བསྐྱེད། ཚོག་ཤེས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་སྲིད་ཞི་བདེ་དང་། འགྲོ་བ་མའི་  
རིགས་ལ་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གཉིས་ཀར་འོངས་སུ་སྦྱོང་པའི་བཀོ་སྐྱེད་གསུམ་གཏོང་མཇུག་དེ་  
ཚོས་དད་མེད་ཅིང་ཚོས་ལ་དགག་པ་རྒྱག་མཁན་གྱི་ཚན་རིག་པ་ཚོས་ཡལོང་ས་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་མཚོག་ནི་ཚན་རིག་པ་ཡང་  
དག་ཅིག་དུ་ངོས་འཛིན་དང་། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་སྲོལ་ལམ་སྲོན་དང་བྱམས་བརྩེའི་གཟིགས་པར་ངང་སྐྱག་ལུ་བཞིན་  
ཡོད། དེ་སྣ་ཡིན་ན་འཇུག་སྲིད་འདིར་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དཔུང་བྱིད་ཅིག་ཡིན་སྲིད་ཚན་རིག་པ་ཚོས་སྐབས་དེར་གྲེ་ཚོམ་བྱས་པའམ་  
ཡང་ན་དགག་བྱ་བྱ་ལུལ་ལྟ་བུར་བརྩོམ་ཤིང་། ཚན་རིག་པ་ནི་ཚོས་སྐབས་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྲོལ་ཡོད།  
དེ་ཚད་ལས་ལྡོག་སྟེ། ཚན་རིག་པ་དང་ལྷན་བཀོ་སྐྱོང་རབས་དང་རིམ་པ་མཇུག་དེ་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྤྱི་  
འགྲོ་སྤྱི་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱུན་གནང་མཇུག་དང་མཇུག་སྐྱེས་ནི། འདས་བེན་པ་དང་ད་ལྟ་སྤྱི་འཚོ་བཞིན་གཞིས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་  
དཔུང་བྱིད་སྐྱེས་ཀྱང་མ་མཇུག་པའི་མཇུག་བཟང་ལྷན་མེད་པ་ཞིག་སྤྱི་ཞོར་ཡལོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་མཇུག་  
པར་བརྟེན་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་སྲིམ་པ་འཇིག་ཉེན་དུ་བྱོན་པ་ལྟ་བུའོ།།

༡༦། རྒྱལ་པའི་བཀའ་བསྐྱར་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྡེ་ཚན་གསུམ་དུ་སྡེ་སྡེ་ཚོས་དད་ཡོད་མེད་ཚང་མས་བསྐྱབ་གཞིར་  
གསུམ་གཏོང་མཇུག་པའི་སྟེང་།

ཤིང་རྩའི་སྲོལ་འབྲེད་ཆེན་པོ་རྣམ་གཉིས་སྐར་ཡང་མི་ལུལ་དུ་བྱོན་པ་ལྟ་བུའི་མཇུག་ཆེན་ལྷན་མེད་པ་ཞིག་ནི་རྒྱལ་པའི་བཀའ་  
དང་། དེའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྡེ་ཚན་གསུམ་དུ་སྡེ་བ་གནང་སྟེ་ནང་པའི་ཚོས་དང་། རང་པའི་  
ལྟ་བུ། རང་པའི་ཚན་རིག་གསུམ་དུ་དཔུང་འབྲེད་མཇུག་དེ་ཚོས་དད་མེད་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་མི་ཚོར་ནང་  
པའི་གཞུང་ནས་གསུང་པའི་ལྟ་བུ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པ། རང་པའི་ཚན་རིག་དང་བཅས་པ་བསྐྱབ་གཞིར་བཀའ་བྲིན་  
བསྐྱེད་དང་སྦྱོང་བཞིན་པ་ཡིན།

གཤི བ་སྒྲིབ་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བསྐྱབས་དང་སྐྱོང་བཞིན་པའི་མངོན་པ།

པོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་དང་ཡིག་གུང་སྐྱོབ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་རིག་གཞུང་ལ་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་ཚུང་བ་ལྟ་ཞེས་ཡོད་པ་ནམས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གྱི་ཆེད་དུ་རིག་གནས་སོ་སོའི་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་གསར་འཛུགས་མངོན་པའི་རྒྱུ་ལས་ཆེ་བའི་མངོན་ཆེན་ཁག་ཞི།

༡༥ རིག་གནས་ཚུང་བ་ལྟའི་ནང་གི་རྫོས་གར་གྱི་ཐོག་ལ། བྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ ཟླ་བ་ ༤ ཚེས་ ༡༡ ཉིན་པོད་ཀྱི་རྫོས་གར་ཚོགས་པ་གསར་འཛུགས་མངོན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ཙུལ་གྱི་སྡེ་ཚན་ཏེ་པོད་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱན་ལྟ་མོའི་རྫོས་གར་དང་། པོད་ཚོལ་ཁ་གསུམ་སོ་སོའི་ཐུན་མེན་གྱི་རྒྱ་མོ་སྤྲུལ་གཞུགས། ཚོལ་ཁ་རེ་རེའི་ནང་ལ་ཡང་ལུང་ཚན་གྱི་བྲག་པ་སོ་སོའི་སྤྲུལ་གཞུགས་ཁག་དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་གནང་བ་བྱས་པར་མ་ཟད། དེ་ནས་རིམ་པས་གཞི་སྤོང་ཁག་གི་ནང་རྩོམ་ཚོགས་པ་གསར་འཛུགས་མངོན་པ་དེ་ལོ་རྒྱུ་དབྱས་པོད་ཀྱི་རྫོས་གར་ཚོགས་པ་དང་འགྲན་བསྡུར་གྱི་ལམ་ནས་ཞེ་སྟོན་གྱི་དུས་ཚོན་སྤུང་ཅིའི་ལམ་སྲོལ་གསར་བཏོད་མངོན། རྫོས་གར་གྱི་གལ་གནད་ཐོག་ལ་མགོ་ཤོ་མཚོག་གིས་སྤུལ་བའི་བཀའ་སློབ་ཅིག་འདིར་ལུང་འབྲེན་ཞུས་ན། དེ་ཡང་ཤེས་ཡོན་ལམ་སྟོན་ལས། སྤྲུལ་སར་མགོ་ཤོ་གང་ཉིད་ཡལ་བས་སོར་འཁོད་སྐབས་དེར་ཡོད་དགེ་འདུན་པ་ཁག་གཅིག་གིས་རྩོམ་ཚོགས་པ་གཞི་སྤོང་གིས་འབྲུལ་ཞུས་པར། ཡགོང་ས་ཡུལ་སྤོང་མགོ་ཤོ་མཚོག་གིས་སྤྲུལ་བཏོད་དགེ་འདུན་པས་རྫོས་གར་འབྲུལ་མཚོག་ཀྱང་། པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཚོགས་འཛིན་གི་གནས་སྤྱུར་བར་བརྟེན་དགོས་པའི་དབང་གིས་ལེགས་གསོལ་བསྐྱབས་བཅོམ་ཀྱང་མངོན་འདུག།

༡༦ རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྟའི་ནང་གི་རྫོས་རིག་པའི་ཐོག་ལ། བྱི་ལོ་ ༡༧༦༠ ཟླ་བ་ ༩ ཚེས་ ༩ ཉིན་མ་སྤུ་རི་པོད་ཀྱི་སྐྱོབ་གྲུ་གསར་འཛུགས་མངོན་པ་ནས་པོད་ཡུག་ཀྱི་སྤེལ་སྤྲོད་དང་། པོད་སྐྱོབ་འཛིན་ཚོགས། སམ་རྩོུ་ཀྱི་གངས་ཅན་བདེ་ཅུ་བཅས་ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སྤེལ་བའི་སྐྱོབ་གྲུ་ཁག་ ༥༠ ལྷག་ཅམ་གསར་འཛུགས་མངོན་དེ། གཞི་རིམ་ནས་འབྲིང་རིམ་དང་མཐོ་རིམ་བར་བསྐྱོད་ཚོག་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤེལ་བསྐྱབས་གནང་མངོན་པའི་མངོན་རྗེས་སྤུ་ད་བར་བཅོན་སྲོལ་ནང་མི་རབས་གསུམ་ཅམ་ཞིག་གནས་དགོས་བྱུང་ཡང་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤེལ། སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་དང་། བཅད་དག་སྟན་སུམ། ཚོས་འབྲུང་ལོ་རྒྱུས་དང་བཅས་པ་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རང་གི་ཐོག་ནས་སྐྱོང་སྐྱོབ་སྤེལ་གསུམ་གྱི་བྱུང་ཁོངས་ལྟར་ཡོད་ཞི། བྱི་ལོ་ ༡༧༦༥ ལོར་རྩོུ་ཆ་ཆེས་མཐོའི་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་གསར་འཛུགས་མངོན་དེ་པོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་རིག་གནས་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གནས་ཁག་ལ་སྐྱོབ་སྐྱོང་གྱི་སའི་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཞིག་འཛུགས་སྐྱབ་གནང་། ལྷོ་ཁྱེད་འབྲུག་བཅས་ཀྱི་ཞུ་བ་ལྟར་དང་། སྐྱོབ་དཔོན། བུ་ཚན་ཞི། སྤེལ་བའི་ཚུགས་ཏེར་དེ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚད་ལོན་པའི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་སྤྱིད་བསྐྱབས་གནང་བས་མཁྱེན་ལྡན་མི་སྣ་དུ་མ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་མགོ་ཤོ་གང་ཉིད་ཀྱི་མངོན་པ་ཉམ་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བུ་ཡོད།

བྱི་ལོ་ ༡༧༧༡ ལོར་ས་རྒྱ་པོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་གསར་འཛུགས་མངོན་དེ་པོད་ཀྱི་བཅད་སྐྱོད་པའི་གཞུང་ལུགས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྟན་འགྲུབ་དང་མངོན་བཅོམ་དུ། རྒྱལ་རབས་ཚོས་འབྲུང་། རང་པའི་སྤུ་གྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མཐོ་རིམ་ནས་རབ་འབྲུམས་པ་དང་། གཙུག་ལག་རབ་འབྲུམས་པ། དགེ་ལྡན་འོས་སྐྱོང་དང་། ལས་གྲུབ་འོས་སྐྱོང་གི་སྐྱོབ་སྐྱོང་གནང་བཞིན་ཡོད།

བྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་རྗེང་ལོར་དུ་ཡགོང་ས་ཡུལ་སྤོང་མགོ་ཤོ་མཚོག་གི་མཚན་འཁོད་མཐོ་རིམ་སྐྱོབ་གཉེར་ཁང་

༡༥ ལཱ་ལོ་ལྷ་མའི་མཐོ་སྤྱོད་༥ གསུམ་འཇུག་མཛད་དེ་ཐ་སྐྱོད་རིག་གནས་ཁག་གི་ཐོག་ལ་རིག་གནས་རབ་འབྱམས་པ་དང་གཙུག་ལག་རབ་འབྱམས་པ། འབྲམ་རམས་པ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚད་ལྡན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་མཐུན་ཀྱི་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྱོད་མོང་ས་ལ་སྤྱོད་མཐོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ཆ་བཅོན་ཤོད་མེད་མེད་ ༤༠ ལྷག་ཙམ་འདས་ཤིང་། མི་རབས་གསུམ་པ་འཆར་ལོངས་འབྱུང་བཞིན་པའི་དུས་སྐབས་འདིར་ཡང་། གཞི་རིམ་སྤྱོད་གྲ་ཁག་དང་མཐོ་སྤྱོད་ཁག་གི་ནང་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱོད་ཁྱིད་གནང་མཁན་དག་གི་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་བཅོན་ཤོད་མེད་ནས་སྤྱོད་འཆར་བྱུང་བའི་མི་རབས་གསུམ་པ་ཡིན་པ་ནི། སྤྱོད་མོང་ས་ལ་སྤྱོད་མཐོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལྷན་མེད་པའི་མཛད་བཟང་དང་ཐུགས་རྗེའི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ལས་བྱུང་ཡོད།

༡༦ རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡེའི་ནང་གི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་ཆུང་བ་ལྡེའི་ནང་གི་སྐར་ཕྱིས་རིག་པའི་ཐོག་ལ།

སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༡ ལོར་སྤྱོད་ཕྱིས་ཁང་གསུམ་འཇུག་སྤང་། དེ་ནས་རིམ་པས་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཁང་ ༤༧ ཙམ་གསུམ་འཇུག་གནང་སྟེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རང་གི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་བྱེད་བྱུང་བའི་བོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཙམ་མ་ཟད་རྒྱ་གར་དང་སྤྱི་རྒྱལ་མི་རིགས་ཁག་ལ་ཡང་འབས་འདེབས་ལུ་བཞིན་ཡོད། དེའི་ཐད་སྤྱོད་མོང་ས་ལ་སྤྱོད་མཐོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཀའ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོན། ང་ཆོ་བོད་པའི་སྤྱོད་དེ་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་གསོ་བ་རིག་པ་ཞིག་མེད། དེའི་ནང་ནས་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ། གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པས་ཀྱང་ནས་བསྐྱེད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལག་ལེན་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི་མེད། ཅས་བཀའ་སྤྱོད་ལ། རང་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱུང་དང་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་གསོ་བ་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ཉམས་པ་སྤྱོད་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུ་འཛིན་བྱེད་བྱུང་བ་དེ་ཡང་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་མཛད་བཟང་ཉག་གཅིག་ཡིན།

༡༧ རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡེའི་ནང་གི་བཟོ་རིག་པའི་ཐོག་ལ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༤ ལོར་ཐོ་རྗེ་སྤྱོད་དུ་འཇུག་དབྱངས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་ཁང་གསུམ་འཇུག་སྤང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༥ ལོར་ཐོ་རྗེ་སྤྱོད་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་ཁང་གསུམ་འཇུག་མཛད་དེ་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་བྱིས་དང་། སྤོང་བཞོས། རོ་བཟོ། འཁལ་འཐག། འཆོམ་བཟོ་བཅས་ལག་ཤེས་རྣམས་ཉམས་པ་སྤྱོད་གསོ་དང་མི་ཉམས་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ཐོག་གནས་ཡོད།

༡༨ གནའ་རྗེས་ཉར་ཆོགས་དང་རིག་གཞུང་དར་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ལ། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༥ ལོར་ལྷ་ལྷོ་བོད་ཁང་གསུམ་འཇུག་སྤང་། མཛད་དེ་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་རྗེས་ཉར་ཆོགས་དང་། དམིགས་བསལ་ཆོགས་འདུ་སྐྱོང་ཆོགས། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ལ་འཛིན་གྲུབ་ཐུགས་ཏེ་རྒྱ་གར་བ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྤྱོད་ཆུ་ལ་མི་རིགས་ཁག་ལ་རང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཏེ་སྤྱོད་དང་གསུང་རབ་བདག་གཅེས་བཅས་མཛད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༠ ལོར་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གསུམ་འཇུག་མཛད་དེ་བོད་ནས་བཅོན་ཤོད་དུ་ཡོང་མཁན་ཆོས་གདན་ལུ་བྱས་པའི་ལྷ་སྤྱོད་གསུམ་དང་གསུང་རབ་ཉར་ཆོགས་གནང་བར་མ་ཟད། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་འཛིན་གྲུབ་ཐུགས་པ་དང་། གལ་ཆེ་བའི་དཔེ་དཔར་སྤྱོད་དགོན་སྤྱོད་ལྷ་ཁག་ལ་ཆོན་རིག་ཟབ་སྤྱོད་གནང་བ་སོགས་བོད་ཀྱི་ཆོས་རིག་འཛིན་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་བྱ་བཟང་དེ་དག་ཀྱང་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་མེད་པའི་མཛད་བཟང་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་ཁག་དེ་དག་གི་སྤྱོད་གཉེར་ཁང་གསུམ་འཇུག་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་གནས་དེ་མི་མང་དམངས་ཀྱི་སྤྱོད་



གཞིར་གྱུར་པ་དང་། དམངས་ཀྱི་འཚོ་ཉེན་བསྐྱུན་གནང་མཛད་པས་བཙན་གྲོལ་བ་ཆགས་པའི་བགྲང་བྱ་དྲུག་ཅུ་དེ་ནི་ཐབ་  
ཚུང་ཚུང་ནང་མེ་ཚེ་པོའི་དཔེ་ལྟར་གང་ལ་གང་དགོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱུན་གནང་མཛད་ཡོད།

མདོར་ན་པོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་པོད་མི་རི་རེའི་སེམས་ཁམས་སུ་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་ནི། ཚོ་རབས་གཏན་གྱི་སྐབས་གནས་དང་། མེ་ཏོག་གང་ལ་འཕྲོག་པའི་ལྷ་སྐལ་འཕགས་པ་སྤྱོད་རས་གཟིགས་སྤྱི་  
ལ་ཚོན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་པོད་མི་རིགས་དང་པོད་རྒྱལ་ཁབ། པོད་ཀྱི་  
ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་སེགས་སྤོང་བཅུད་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་ཀུན་གྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པའ་འཛད་མཛད་བསྐྱོན་  
དང་སྤྱོན་བཞིན་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་སྤྱང་པོ་གཟུགས་སུ་བཀོད་ན་སྤོང་གསུམ་གྱི་སྤོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་ཉེན་འདི་ཉིད་སྤོང་དུ་བྱས་  
ཀྱང་གཤོང་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན། དམིགས་བསལ་དུ་པོད་མི་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་པོད་རིགས་གཞིན་སྤྱིས་རྣམ་པས་ཡ་མགོན་  
པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་པོད་དང་པོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་སྤྱང་དུ་སྤྱོད་པའ་འཛད་མཛད་བསྐྱོན་པའི་མཛད་རྣམས་ལ་སྤོབ་སྤོང་མཐར་ཕྱིན་  
དང་། ལམ་སྟོན་བཀའ་སྤོབ་ཟམ་མ་ཚད་པར་སྤྱུལ་པའི་བཀའ་དྲིན་སྤོང་ལ་བཙང་སྟེ། པོད་རིགས་མི་མང་རྣམས་དམ་ཚིག་  
གཙང་མ་དང་མཐུན་ལམ་རྟོག་ཅ་ཆེག་སྤྱིལ། པོད་སྤྱང་ཡིག་གིས་མཚོན་པའི་ཕ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤོང་  
དང་ཉམ་ཚུང་ཚུལ་མཐུན་གྱི་གོམས་སྤོབ་རྣམས་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དང་དར་སྤོབ་ཡུན་གནས་ཆེད་དུ་འབད་བཙོན་དང་  
བརྗོད་བསྟན། ཚོས་གཏོང་བཙས་གནང་པའི་འཕྲོད་སྤྱུ་ལུ་ཡིན། མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་  
མཚོག་སྤྱི་ཚོ་ཞབས་པད་བསྐལ་བརྒྱུད་བརྟན་པ་དང་བྱུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་སྤྱོད་གྱིས་འགྲུབ་པ། པོད་ནང་དུ་ཡོད་  
པའི་པོད་མི་རྣམས་ཀྱི་ནག་དམར་གཞུང་གི་མནར་གཅོད་ལས་སྤྱུར་དུ་གྲོལ་བའི་སྤྱོན་འདུན་ལྷ།



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་མང་ཚོགས་ནས་ཕེབས་བསྟུ་བཞིན་པ།



**ཡུལ་པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དྲི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྤོང་།  
དགའ་ལྷན་གྲུང་ཚེ་དཔོན་པའི་དགོ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་སྐུལ་སྐྱེ་འཇམ་དབྱེང་ས་ཡོན་ཏན། །**

༡༡། བེངས་འདིར་པོད་མིའི་རྒྱིག་འཇུགས་ཀྱིས་ཡུལ་པའི་བཀའ་དྲིན་རྗེ་བྱམ་སྲུང་བཙེ་བྱ་རྒྱུའི་ལས་རིམ་གྱི་ཆ་གས་སྲུང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་བབ་བརྗོད་གཞི་ཞི། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་པོད་ཀྱི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་ཐོག་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡོན་པའི་སྐོར་ས་བཅའ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། དང་པོ། རྒྱུ་མོར་ཡམོང་ས་ཡུལ་པའི་མགོན་པོ་ཞི་བདག་པོ་སྐྱེ་ཡོང་བར་བཅུ་པའི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་པོད་ཀྱི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་ཐོག་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རྗེ་རྣམ་ཡིན་པའི་སྐོར་ལ་པོ་སྐོར་མདོར་ཅམ་ལྷ་རྒྱུ་དང་། གཉིས་པ། བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རྗེ་རྣམ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་པོས་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེ་རྣམ་གསལ་དཔོན་ཀྱི་རྗེ་ཅམ་པོན་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། དང་པོ། རྒྱུ་མོར་ཡམོང་ས་ཡུལ་པའི་མགོན་པོ་ཞི་བདག་པོས་ཚོས་རྒྱུགས་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་བསྐྱེད་པའི་སྐོར་ལ་ལུས་ན། ཅུ་པའི་ང་རང་ཚོ་པོད་ལ་གྲོང་གུང་དུ་ལས་པ་ཞིག་ཐེབས་པའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་ཡུལ་པ་པོ་ཞི་བདག་པོ་ཡུལ་པ་ཏུ་ཅང་ཕྱ་ཡང་སྤོན་གྱི་བྱུགས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་གསོན་པོར་གནས་སྐབས་ཡོད། པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མི་ཉམས་མོང་འཕེལ་རྗེ་རྣམ་མཛད་པའི་སྐོར་ལ་ལུས་ན། དུས་འགྲུར་དབང་གིས་ཐོག་མ་བཅོན་ཤོ་ལ་དུ་འཕྱོར་བ་རེད། བཅོན་ཤོ་ལ་དུ་འཕྱོར་མ་ཐག་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༦༠ རང་རིས་མེད་ཚོས་རྗེ་སྐུག་ས་ཚོས་སྐར་བཅུགས། དེ་སྤྱི་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཚོས་བརྒྱུད་ཕན་ཚུན་བར་སྐབས་རེར་རྫོག་གྲ་ཕན་གྲུང་ཡོད། རྫོག་གྲ་དེ་དག་ཚོས་ཉམས་ལེན་གྱི་ཤེས་མཁན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་འཆམ་པ་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་ཅུ་བ་ནས་མ་རེད། ཚོས་གྱེད་སྐབས་མ་ཤེས་ནས་གནས་སྐབས་དེ་རྣམ་བྱུང་ཡོད། བཅོན་ཤོ་ལ་དུ་འཕྱོར་བ་ནས་བཟུང་ཡུལ་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཅུ་པའི་ང་རང་ཚོ་ནང་བསྐྱེད་གཅིག་ཕུ་ཅམ་མེན་པར་ཚོས་ལུགས་རིས་སྲུ་མ་ཆད་པའི་མཐུན་སྤྱི་ལོ་ཞི་བདག་ལ་དཔོན་པོ་བཞེས་མཛད་ཡོད་ལ། ཡང་སྤོན་པོད་ཀྱི་ཚེས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་གཡུང་དུང་པོན་དང་བཅས་པའི་བསྐྱེད་པར་བཤད་སྐབས་བྱུང་འབྲེལ་སྤོན་ནས་ཐོས་བསམ་སྤོན་གཉེན་གྲུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་སྐུག་ས་ཚོས་སྐར་དེ་གསར་འཇུགས་མཛད་པ་ཞི་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་ཡོང་བར་བཀའ་དྲིན་དུ་ཅང་བསྐྱེད་པ་ཞིག་ཡིན། གཅི་ཆེར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་འབོད་སྐུལ་མཛད་པ་རྣམ་རྒྱུ་གར་གཞུང་གིས་སྐབས་བབ་སྐུག་ས་ཚོས་སྐར་འཇུགས་རྒྱུའི་མཐུན་འགྲུར་རོགས་རམ་གནང་བ་རེད། དེ་ཡང་སྐུག་ས་ཚོས་སྐར་གསར་འཇུགས་སྐབས་མི་རབས་ཀྱི་པ་ཚོས་སྐྱེ་བའི་འཛེམས་མེད་ཐོག་ནས་ཨར་ལས་ཚུན་ཆགས་ཚུད་ཡོང་བར་སྐྱེ་བའི་དུ་ཅང་བསྐྱེད་ཡོད། སྐུག་ས་ཚོས་སྐར་ནས་རིམ་བཞིན་པོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་ཁག་དུ་གདན་ས་སེར་འབྲས་དགའ་གསུམ་གྱིས་གཅོས་དཔོན་རྗེ་གྲུ་ཚང་སོ་སོ་བསྐྱེད་གསོ་བྱུང་བ་བྱུང་ནས་གྲུ་རྒྱུན་སྲུ་མཐུད་གཞིས་ཆགས་ཁག་ནས་བཏང་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་པོད་གངས་ཅན་གྱི་རྒྱུང་ས་སྐྱེ་ཚེས་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་བཞི་གཡུང་དུང་པོན་དང་བཅས་པའི་བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ཚེས་དམ་པ་རྣམས་རིམ་བཞིན་རྒྱ་གར་དུ་ཚོས་སྤྱི་ལོ་ཞི་བདག་པོ་ཞེས་ནས་བསྐྱེད་པ་འཛིན་སྤོན་གྱི་ལུགས་རྒྱུ་ཆེ་གནང་དང་གནང་མུས་ཡིན། པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ཞི་འཇམ་སྤོང་གི་ཞི་བདེའི་ཅུ་བ་ལྷ་བྱ་ཆགས་ཡོད་སྐབས་སྤྱི་འཕྲོ་ཀུན་ལ་འང་ཕན་ཐོགས་དུ་ཅང་ཡོད། དེ་བཞིན་བཅོན་ཤོ་ལ་ནང་དུ་མཁའ་པ་མང་དུ་ཐོན་ནས་པོད་གངས་ཅན་གྱི་ལུགས་པ་མང་ཤོས་ཀྱི་དུས་རབས་ལྷ་བྱ་ཆགས་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ལ་མཚོན་ན་ལུང་ཅམ་དང་དད་པ་ཅམ་གྱིས་རྗེས་སྲུ་མ་འབྲངས་པར་རིགས་པའི་རྒྱུ་བརྟེན་

ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དེང་དུས་ཚན་རིག་དང་ལྷན་དུ་དབྱེད་པ་མཉམ་གཤིབ་བྱས་ནས་འགོ་བྱུང་། བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་གར་དུ་  
བཅན་གྱི་ལ་ལ་འབྱོར་མཚམས་ཡུན་རིང་གནས་འཁོད་བྱས་ནས་བསྐྱེད་བསམ་པ་སྲུ་ལའང་མེད། མི་ཚང་མ་སང་འགོ་  
གནངས་འགོ་ལྷ་བྱ་བྱས་ནས་དོ་གསུམ་གྱི་ཐབ་ཁ་བཅུགས་ཏེ་བོད་དུ་མགྲོགས་མྱུར་ལོག་བྱུང་བྱུང་བསམ་ནས་བསྐྱེད་པ་མ་  
གཏོགས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་འཆར་གཞི་དེ་ལྷ་བྱ་བའང་བསྐྱེད་པ་ཐུགས་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་  
དགོན་སྡེ་གྲ་ཚང་ཁག་ཚགས་ཚུད་འཇུགས་བྱུང་བར་བརྟེན་རིམ་བཞིན་བསྐྱེད་པ་སྐྱོབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་མ་བཟད།  
མཁས་པ་མང་པོ་ཐོན་པ་རེད། བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་སྐོར་འདི་ང་ཚོས་དུས་ནམ་ཡང་མ་བརྟེན་པར་  
ཡོད་ལ་དུན་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྟ་དགོས། དོན་ཚན་གཉིས་པ། རིག་གཞུང་ཐོག་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་རོབ་ཙམ་ལྟས་ན།  
རིག་གཞུང་ནང་ལ་རྩ་བའི་རིག་ཟེར་བ་དེ་ལ་བརྩེ་སྦངས་མང་པོ་ཞིག་འདུག་སྟེ་ཡིན་ནའང་ད་སྐབས་ལ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་  
ཟེར་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་བཤད་ཡོང་དུས་བོད་མི་བཅན་གྱི་ལ་བ་རྣམས་ཐོག་མ་རྒྱ་གར་སོགས་སྲུ་འབྱོར་སྐབས་ངོ་ཤེས་པ་ས་  
དང་གནམ་མ་གཏོགས་མེད། གནས་སྐབས་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་སྤྱི་ནོར་ལ་ལོང་ས་ལ་སྐབས་མགོན་དོན་གྱི་བདག་པོས་རྒྱ་  
གར་གྱི་མི་འབོར་དུང་ཕུར་བཅུ་གསུམ་ལྷག་ཡོད་པའི་ཁྲིད་བོད་མི་བཅན་གྱི་ལ་བ་ཉུང་གས་ལས་མེད་པ་དེ་དག་སྲུ་མ་ལྟར་ཁ་  
འཐོར་དགུ་འཐོར་དུ་བཀའ་མས་པ་ཡིན་ན་གནས་སྐབས་ལས་ཟོར་ཡངས་པ་དང་སྐབས་བདེ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་གདོན་མི་བཟ་  
ཡང་། དེ་ལྟར་མ་མཛད་པར་བོད་བསྐྱེད་སྲིད་ཕྱགས་འདུན་ཁོ་ནར་དགོངས་བཞེས་མཛད་ནས་ངལ་བ་དུ་མ་བྱུང་དུ་བསད་ནས་  
དཔའ་མཛད་ས་བྱགས་སྐྱོབ་སྐྱོབ་ཆེན་པོས་སྲིད་སྐྱོན་ནེ་རུ་མཚོག་ལ་འབོད་སྐྱུལ་ནན་ལུ་བསྐྱེད་མར་མཛད་མཐར་བོད་ཕྱག་ཚོའི་  
ཆེད་སྐྱོབ་གྲ་བྱུར་འཇུགས་དང་། འཕམ་དུ་བཅན་གྱི་ལ་བོད་མིའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཆེད་དང་ཕྱགས་སྲུ་བོད་ཀྱི་བདེན་དོན་གསལ་  
ཆེད་བོད་མིའི་སྐྱིག་འཇུགས་གསར་འཇུགས་མཛད། སྐྱིག་འཇུགས་བྱུར་དུ་བཅུགས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྐྱིག་འཇུགས་དེས་  
ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ཡོངས་རྫོགས་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་སའི་ཁོར་ཡུག་ཆ་ཚང་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་གལ་ཆེ་བོས་སྐྱོབ་གྲ་ཐོག་མར་  
དུག་རྩ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྐྱོབ་གྲ་བཅུགས། སྐྱོབ་གྲ་དེ་ཚོར་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྷ་བྱའི་སྐྱོབ་གྲ་བཅུགས་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་  
ལྷ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཆ་བཞག་ན་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྫོང་ས་སྲུ་དགེ་ལྡན་ཕེབས་བྱུང་བ་དང་། བཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་  
ནང་ཆ་མཚོན་པ་ཡིན་ནའང་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མཁས་པ་ད་ལས་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་བཅས་འདབ་གཤོག་གཉིས་ལྡན་ཐོན་  
བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སྐྱོབ་གྲ་སོགས་བྱུར་འཇུགས་བྱུང་མེད་པ་ཡིན་ན་ད་ལྷ་བོད་འདྲའི་ནང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་གི་གནས་  
སྐབས་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་བཤད་ཚོད་ད་ཅང་ཁག་པོ་རེད། སྐད་ཡིག་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་སྲིག་ཡིན། སྐྱིག་འཇུགས་དེ་འདྲ་  
ཞིག་གསར་འཇུགས་མཛད་བྱུང་བ་དང་བཅན་གྱི་ལ་བ་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་མི་འདྲ་ཙམ་ཞིག་ཆགས་བྱུང་བ་ནི་ལ་ལོང་ས་  
ལ་སྐབས་མགོན་དོན་གྱི་བདག་པོའི་བྱགས་རྗེའི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན་ང་ཚོས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྟ་དགོས།  
ལྷག་པར་ང་ཚོ་སྐྱིག་འཇུགས་གཅིག་ཕུ་མ་ཡིན་པར་གཞིས་ཆགས་ཡིན་ནའང་བྱུར་དུ་བཅུགས་ཏེ། དེ་བྱུར་དུ་བཅུགས་དགོས་  
པའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་གང་ལ་ཞེ་ན་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་འདི་གཙང་མ་ཞིག་ཉར་བྱུང་བ་དང་གཙང་མ་ཞིག་གནས་བྱུང་  
པའི་ཐོག་ལ་འདི་ང་རང་ཚོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་བརྩེ་སྦངས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་རེད་དེ་ཡིན་ནའང་ང་ཚོ་བོད་པའི་རིགས་རྒྱུན་  
ཟེར་རུང་ཁྲག་རྒྱན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་དེ་ཚོ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁྲག་རྒྱན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་བཤད་ཡོང་དུས་ང་ཚོ་ཚང་མ་བསྟེ་  
སྐད་བྱས་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ཚང་མ་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅང་། གཞིས་ཆགས་དེ་ཚོ་ཚང་མ་ལོགས་སྲུ་  
བཅུགས་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་འདི་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མི་ཉམས་པ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་རིགས་རྒྱུན་མི་ཉམས་  
པའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་པར་བརྟེན་ནས་གཞིས་ཆགས་མང་པོ་ཞིག་བཅུགས་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད་རེད། གཞིས་ཆགས་

བཅུགས་པའི་བཀའ་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་དང་ཁྲག་རྒྱུན་གྱི་རིགས་རྒྱུན་འདི་གཙང་མ་ཞིག་ཉར་ཐུབ་  
པ་ལྷུང་ཡོད་རེད། འདི་ཚོ་ད་ལས་པའི་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྷུང་ཡོད་རེད་མ་གཏོགས་གཞན་གཞིས་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དེ་  
འདྲ་ཞིག་བཅུགས་ཐུབ་མེད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐོག་ལ་ལུས་མི་ཤེས་པའི་  
གནས་སྤངས་ལྟ་བུ་ཆགས་བཞུགས་ཡོད་རེད། གསུམ་མགོན་དོན་གྱི་བདག་པོའི་དོན་ཚན་བཞི་པ་སྐོར་ལུས་ན་གསུམ་མགོན་  
དོན་གྱི་བདག་པོས་སློབ་གྲུ་ཚོ་བུ་དུ་བཅུགས་པ་ཙམ་དང་སྐྱེག་འཇུགས་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་གིས་ང་ཚོའི་སྐད་རིགས་འདི་གནས་  
ཐུབ་པ་ནི་ད་ལས་ཁག་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཙམ་། ལྷ་རྩེ་ཆ་སི་མཐོ་སློབ་བུ་དུ་བཅུགས་ཐུབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོ་སློབ་དེའི་ཁྲིད་  
ནས་ཤོད་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་མཁུལ་པ་འདྲ་འདྲའི་ནང་གི་མི་འདྲ་བ་ལྷུང་བཞུགས་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཡང་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་དང་ཤོད་  
ཀྱི་སྐྱོས་གར་ཚོགས་པ། སྐྱོས་གར་བརྒྱུད་ཤོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ཆས་གོས། ཡུལ་ཡུང་སི་སིའི་གཞན་སྐྱེད་འབྲེལ་སྐྱོན་མི་འདྲ་བ་  
སོགས་སྐྱེ་རྒྱུ་རྩལ་རིགས་དོ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱོད་མཚུངས་ཤོད་ཀྱི་སྐྱེན་ཅིས་ཁང་བུ་དུ་འཇུགས་མཛད་པར་བརྟེན་སྐྱེ་ཚོགས་  
ཞབས་ལུ་ད་ལས་པ་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་སྤུས་ཡིན། སྐྱེ་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཚན་རིག་པ་མང་པོ་  
ཞིག་དང་ཐུག་འཕྲད་མཛད་ནས་ཤོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་ཤོད་མིའི་ཐུན་མིན་དོ་བོ་དང་སྐད་ཡིག་ ཤོད་ཀྱི་  
ཁོར་ཡུག་དང་བཅས་པར་སྤྱི་རྒྱལ་སློབས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་ལུང་པ་མང་པོས་ཤོད་མིར་གདུང་སེམས་མཉམ་  
སྤྲོད་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་དང་གནང་སྤུས་ཡིན། ད་ཆ་ང་ཚོ་ཤོད་མི་སྐྱེ་སེར་སྤྲོད་ཞིག་ཡིན་རུང་འགན་ཁུར་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་  
ལ་བསྐྱབས་ཡོད། ཤོད་དོན་བདེན་མཐའ་ལྟར་དུ་གསལ་བའི་ཐོག་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས། སྐྱེ་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་དུས་ཉུག་དུང་ཚོས་སི་སི་རང་མགོ་གང་ཐོན་ལྟ་བུ་མིན་པར་ཤོད་སྐྱེ་པའི་དོན་དུ་བསམ་མཚོག་གཏོང་  
དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་སྐྱེ་སྤྲོད་ལ་སྐྱབས་དང་སྐྱེ་ལ་བཞེན་ཡོད། ང་ཚོའི་ཚོས་རྒྱལ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་མི་རིགས་འདི་ད་ཆ་འཚོ་  
དང་མི་འཚོ། གསོན་དང་འཚོའི་མཚམས་ལ་སྐྱབས་ཡོད་པ་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་དོན་གྱི་བདག་པོས་བཀའ་སློབ་སྐྱེ་ལ་  
ཡོད། དེར་བརྟེན་ཤོད་ཀྱི་བདེན་དོན་འཐབ་ཚུད་ཆེད་ཤོད་མི་ཚང་མས་འགན་འཁུར་དགོས། སྐྱེ་རྒྱུ་སྐྱེ་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་འཕགས་མཚོག་སྐྱེན་རས་གཟིགས་མིའི་གཙུགས་སྤྱོད་པ་ཡིན་སྐྱབས་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁུག་  
པའི་ཐུགས་ལ་ཉེ་རིང་མི་མངའ་ཡང་། ཤོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་སྤྲོད་མི་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཐུན་མིན་གདུལ་ཞིང་ཡིན་  
པར་བརྟེན་ཤོད་མི་ཚོ་ལ་ཐུགས་སྐྱེད་པར་བཅུ་བས་སྐྱོང་བཞེན་ཡོད། སྐྱབས་ཤིག་ལ་སྤྱི་རྒྱལ་བཞིག་གིས་སྐྱེ་ནོར་ལ་གོང་ས་  
ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ། མགོན་པོ་གང་ཉིད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་ཆ་སྐྱོམས་གཟིགས་ཚུལ་གསུང་ཡང་  
ཤོད་མིའི་ཐོག་ལ་དམིགས་བསལ་གཟིགས་སྐྱོང་མཛད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ཞེས་བྲི་བ་ལུས་པར། ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་  
དོན་གྱི་བདག་པོས་སྤྱི་རྒྱལ་བ་དེར་བཀའ་ལན་བསྐྱེད་དོན། ངོས་ཀྱི་མཇུག་མོ་ལྟ་བུར་འཁྲུང་པར་གང་ཡང་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་  
མཇུག་མོ་ལྟ་བུར་འཁྲུང་པར་གང་ཡང་མཚུགས་སྐྱོན་ཤོག་པ་ཡིན་ན་མས་སྐྱོན་ཤོག་པའི་མཇུག་མོ་དེར་ལྟག་པར་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུ་ནི་  
ངོས་ཀྱི་འགན་ཡིན། ཞེས་བཀའ་ལན་བསྐྱེད། མགོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་གི་སྐྱབས་ཆེན་གྱི་མཛད་ཁྲར་གཟིགས་ནི་ཤོད་ཀྱི་ཁོར་  
ཡུག་སྐྱོབ་མཛད་རྒྱུ་ཡིན། ཤོད་ནས་འབབ་པའི་གཙང་ཚུ་ཆེ་ཁག་དེ་དག་ཨེ་ཤི་ཡའི་ཡུལ་གྱུ་དུ་མའི་ནང་རྒྱག་བཞེན་ཡོད་  
སྐྱབས་མི་འབོར་ཐེར་འབྲུམ་གཟིག་ལྟག་གི་འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་དང་དངོས་ཤུགས་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་ད་ཙམ་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་ཤོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ད་ཙམ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། ད་ཆ་སྤྱི་རྒྱལ་བའི་མཁུལ་པ་དང་ཉམས་ཞིབ་མི་སྣ། ཆེད་  
ལས་པ། ཆབ་སྲིད་དབུ་ཁྲིད་སོགས་ཀྱི་ཁྲིད་ཤོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོབ་ལ་དོ་སྤྲོད་གསར་པ་ཞིག་སྐྱབ་བཞེན་ཡོད། འདི་ནི་གཙོ་  
ཆེར་སྐྱེ་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱུ་འདྲེ་མིན་དུ་ཞབས་སེར་བཀའ་དྲིན་སྐྱོང་སྐྱབས་



པར་དུ་དམ་འཛིན་གནང་བྱུང་བ་ལྟར་སྐྱོན་མེད་སྐྱེད་པ་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དེ་ལྟར་འཛིན་གསོན་གྱི་གནས་ལ་བྱུག་པའི་  
པོད་བསྐྱེད་སྤྱི་མི་རིགས་ལ་འདུག་པའི་འཛིན་གསོན་དེ་ཅང་བསྐྱེད་པའི་འཛིན་གསོན་པའི་འཛིན་གསོན་  
དར་བྱུག་འགོ་བའི་བཞིན་ལྟར་མཐུན་དེ་གནས་དགོས་ན་དངོས་གནས་ཀྱི་མཐུན་སྤྱི་ལ་ཟེར་བ་འདི་དགོས་ཀྱི་རེད། མཐུན་སྤྱི་ལ་  
ནི་སྤོངས་ལྷགས་ཀྱི་ཚ་བ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་མཐུན་སྤྱི་ལ་གྲོག་ལ་ལྟུངས་མགོན་དོན་གྱི་བདག་པོས་དགོངས་པ་  
ཆེ་བཞིན་ཀྱི་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དང་ཆོས་བརྒྱན་ཆེན་པོ་བཞི་གལུང་དུང་པོན་དང་བཅས་པ་ཆང་བའི་མང་གཙོའི་སྤྱི་ལ་འཇུགས་  
དེ་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུགས་ཏེ་དེའི་ནང་ལ་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་བརྒྱན་རིས་སྤྱི་མ་ཆང་པའི་སྤྱི་ཆབ་ཡོད། དུས་རབས་བདུན་པ་དང་  
བརྒྱད་པའི་ནང་ལ་པོད་ཟེར་བ་འདི་དང་། སོག་པོ། རྒྱ་ནག་ཟེར་བ་དེ་ཆོ་ཨེ་ཤི་ཡའི་ནང་ནས་སྤོངས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་གསུམ་  
ཡོད་པ་འདི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མཁའ་པ་ཆོས་བྱིས་པ་དེ་ལྟར་མཐོང་བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་ཆོས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ཆོ་མཐུན་སྤྱི་ལ་ཉམས་  
པར་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་ཁ་ཐབས་འདི་བྱུང་བ་ཤེས་བྱུང། དེར་བརྟེན་མཐུན་སྤྱི་ལ་དེས་པར་དུ་དགོས། གསུམ་པ། ང་ཆོ་དང་  
བདེན་དེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དྲང་བདེན་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་དགོས་ཀྱི་རེད་ཟེར་ན་དྲང་བདེན་མེད་ན་ཞི་བདེ་མེད། དྲང་  
བདེན་ནི་ཞི་བདེའི་ཚ་བ་ཡིན། འཇམ་བུ་སྤྱི་བའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་དེ་ཆོའི་རིགས་འདི་དོམས་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་  
ང་ཆོ་པོད་པའི་གཤིས་ཀ་དྲང་བདེན་དང་ཞི་བདེ་ཡོད་པར་བརྟེན་མི་ཆང་མས་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་  
ཡོད་པས་པོད་མི་ཆོས་ལས་རིགས་ཚུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་དྲང་པོ་དྲང་བཞག་བྱས་པར་བརྟེན་མི་ཆོས་  
དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རང་གི་སྤོངས་ཚམ་གྱི་དོན་དུ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགོ་བྱུང་བ་དེ་ཚམ་ཞིག་གི་ཕན་རྒྱུ་མེད། རྣམ་ཡིག་སྤྱི་  
སྤོངས་ཆེད་རང་རྣུས་གང་ཡོད་རྣུས་པ་འདོན་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་གཟུང་མཐུག་གི་སྤོངས་གྲེ་ཆོ་རྒྱ་བསྐྱེད་  
གཏང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གང་བྱེད་དགོས་འདུག གང་ལྟར་ང་རང་ཆོའི་རྣམ་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་སྤྱི་བྱེད་པའི་ཐོག་ལ་  
སྤོངས་གྲེ་ཁག་ཏུ་འདྲེ་རིགས་ལམ་སྤོངས་བྱེད་བྱེད་དགོས། པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ལ་མཚོན་ན་རིག་པའི་རྒྱུ་རྟེན་ཏེ་ལས་པ་ཡོད།  
པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ནས་གསུང་པའི་ཆང་མ་རིག་པ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ། ལྷ་གྲུབ་དེ་དག་དེ་ཅང་རྒྱུས་པོ་དང་  
ཆོན་རིག་པ་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་སྤོངས་སྤྱི་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ང་ཆོས་ཡོད་པ་རེད། ཐངས་འདིར་པོད་མེད་སྤྱི་ལ་འཇུགས་ཀྱིས་སྤྱི་  
ལོར་ལྟོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལྷ་རྒྱུའི་ལས་རིམ་འདི་ནི་དེ་ཅང་དུས་དང་འཚམས་  
ཤིང་། གཟེ་བརྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། མ་འོངས་པ་ཡང་ང་ཆོས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་ལྟུངས་བའི་བཀའ་དྲིན་དུས་ནས་  
དུས་སྤྱི་རྗེས་དྲན་ལྷ་དགོས། བཀའ་བཞིན་སྤྱི་བའི་མཚོན་པས་མཉེས་པར་བྱས། ཞེས་གསུང་པ་ལྟར་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་  
མཚོག་ནི་ལྟུངས་བ་དོན་གྱི་བདག་པོས་གང་གསུང་པ་དེ་དང་བསྐྱེད་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ལས་ལྷག་པའི་མཚོན་པ་ཞིག་མེད། དེ་ཡང་  
སྤྱི་བོ་ཆོས་ཀྱང་རང་མི་རིགས་ཀྱི་དོ་བོ་གཙང་མ་ཞིག་ཉར་རྒྱུར་འགན་ཞིག་ཡོད། མི་རིགས་ཀྱི་དོ་བོ་འདི་གཙང་མ་ཞིག་  
མེད་པ་ཡིན་ན་དགའ་ལས་ཁག་པོ་ཆགས་རྒྱུ་རེད། ལྷག་པར་གལ་ཆེ་བོས་དེ་དང་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་བསམ་པའི་འདྲེ་ཤེས་ཡོད་པ་  
དང་། མི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་ལ་འགོ་མཁན་ཞིག་དང་། དྲང་བདེན་གྱི་ཐོག་ལ་འབད་པ་བྱེད་མཁན་ཞིག་  
ཡིན་དགོས་རེད། མཐུན་དོན་སྤྱི་ལོར་ལྟོང་ས་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་སྤྱི་ཆེ་ཞེས་པའི་བརྟེན་ཅིང་བྱུགས་བཞེད་རྒྱུ་  
གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། པོད་དོན་བདེན་མཐུན་མགོགས་སྤྱི་གསལ་བའི་སྤོངས་འདུན་ལྷགས་དྲགས་དང་བཅས། ཕྱགས་རྗེ་ཆོ།



# ཡ་རྒྱལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དེ་གི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་

## མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཀུན་དགའ་ཚོས་འཕེལ།

### རྫོང་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ།

༡། ཚེས་འཁོར་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་མཁུན། ། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཡི་དེ་ཉིད་ཐུགས་སྲུང་ལུང་། །

འགོ་བ་ཀུན་ལ་མ་ཞོར་ལམ་སྟོན་པ། ། ཀུན་མཁུན་ཚེས་ཀྱི་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

དེ་རིང་འདིར་བོད་མིའི་སྐྱེགས་འཇུགས་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོ་འདི་བཞིན་བོད་མིའི་ལྷན་མེད་པའི་དབུ་བྲིད་སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཁོན་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་སྐྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྲུང་བཅུ་ལྷན་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར། བོད་མིའི་སྐྱེགས་འཇུགས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ནས་ཀྱང་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༥ ཉིན་བཟུང་བདུན་ཕྱག་གཅིག་ཙམ་རིང་བཞུགས་སྐར་དེ་རམ་ས་ལར་སྤྱི་ཚོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་སྟེ། འགོ་བ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་སྟེལ་དང་། ཚེས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ། བོད་ཀྱི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཁོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་གསུམ་པ་སྟེ་བོད་ཀྱི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་སྐོར་ལ་གུས་པས་གཏམ་བཤད་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་ལྷན་ལྷུང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས། ཐོག་མར་འདི་ན་གསན་གཟིགས་གནང་མཁན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ལ་བཞུགས་པའི་རང་རེའི་ཚོལ་གསུམ་སྐྱེན་ལྷན་ལོངས་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་ཚེས་བརྒྱུད་དུག་སྟེ་སྤྱི་ལོ་ཉིང་མ་པ། མཉམ་མེད་བཀའ་བརྒྱུད་པ། དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱེད་པ། རྒྱལ་བ་འོ་ནང་པ། རི་བོ་དགེ་ལུན་པ། གཡུང་དུང་བོན་བཅས་ཀྱི་རིས་སྲུ་མ་ཆད་པའི་བཞུན་པ་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་གནང་མཁན་ཚང་མ་ལ་གུས་པས་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷན་རྒྱ་ཡིན།

ཐོག་མར་རྒྱལ་བ་འོ་ནང་པའི་ཚེས་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་རིམ་མདོར་བསྐྱུས་དང་། བཞུན་པ་དེ་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་གནང་རྒྱལ་སྐོར་ལ་མདོར་བསྐྱུས་ཙམ་ལྷན་ལྷུང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཡ་གོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མཁོན་ཆེན་པོའི་ལལ་ནས། རིམ་གསུམ་ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དགོངས་པའི་དོན། མཁུན་དང་གུབ་རྩེད་དུ་མས་བཀའ་བ་ལས། ཚེས་ཀྱི་སྐོར་མང་རབ་དབྱེའི་ལ་གུལ་གཅིག་འོ་ནང་པ་ཡི་བཞུན་པ་རྒྱས་ཀྱང་ཅིག་འཚམ་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱལ་བ་འོ་ནང་པའི་ལལ་བྱུང་བཞི་པའི་ནང་དུ་འོ་ནང་པ་ཀུན་སྐྱེད་ཐུགས་ཀྱིས་ཐོ་ནང་གདན་ས་ ༡༩༧༤ ལོར་མཇུག་པ་ཡིན། འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བ་བཞི་དེ་པ་ལ། མདོ་སྐྱོགས་ནས་བརྒྱུད་རྒྱལ། སྐགས་སྐྱོགས་ནས་བརྒྱུད་རྒྱལ། དང་པོ་བདག་ཅག་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ཁམས་དང་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་སྟོན་ནས་བཀའ་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་ལེགས་པར་བསྐྱོར་བ་ལས་བཀའ་མའི་རྗེས་འབྲེལ་ཏེ་ས་དོན་མཐར་ཐུག་གི་དབུ་མ་གཞན་སྐོང་ཆེན་མོའི་བརྒྱུད་རིམ་ནི། བདག་ཅག་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་དང་། རྗེ་བཅུན་བྱམས་པ་མཁོན་པོ། དཔལ་མཁོན་འཕགས་པ་རྒྱ་རྒྱལ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད། རྫོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་སོགས་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཏེ་ས་དོན་མཐར་ཐུག་གི་དབུ་མ་གཞན་སྐོང་ཆེན་མོའི་ཚོས་འདི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་མཇུག་ལ། བོད་གངས་རིའི་སྤོངས་འདིར་ལོ་པར་དུ་མའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་བསྐྱར་ཀྱང་གུབ་མཐའ་གཙང་མར་འཛིན་པ་གཟི་ལོ་ཅུ་བ་དགའ་བའི་རྗེ་རྗེ་དང་བཅོན་རིགས་ཁ་པོ་ཆེ་དྲི་མེད་ཤེས་རབ་སོགས། བཅོམ་ལྷན་རིག་པའི་

རལ་གྱི། སྐྱོ་སྐྱོན་འངམ་དབྱངས་བཅས་ཀྱིས་བྱམས་ཚོས་འཆད་སྒྲིལ་དང་ལྷག་པར་གཞན་སྤོང་དབྱུག་མིའི་སྐྱོ་ལ་བཟུང་བ་ཡིན་  
ཞིང་། རྒྱུ་པར་ངེས་དོན་དབྱུག་མིའི་གཞན་སྤོང་དབྱུག་མ་ཚེན་པོའི་གིང་དྲིའི་སྐྱོ་ལ་འབྱེད་ཀྱི་ཆེར་འབྱེད་མཁུག་ནི་རྒྱལ་བས་ལུང་  
བསྐྱར་ཀྱུན་མཁུག་དོལ་པོ་པ་ལེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་རིམ་བཞིན་བོད་གངས་རིའི་རྫོངས་སུ་དར་ཁྱབ་ཀྱི་ཆེར་བྱས་ནས་  
བདག་གི་རྩ་བའི་ལྷ་མའི་བར་དུ་བརྒྱུད་མ་ཆད་པར་བྱང་བ་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནས་སྐབས་ཕྱི་གས་ནས་རིམ་པར་བརྒྱུད་  
ཚུལ་ནི། མཉམ་མེད་བདག་ཅག་གི་སྐྱོན་པ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ངོ་བོར་མངོན་པར་སྐྱུལ་ཏེ་ཚོས་  
རྒྱལ་ལྷ་བ་བཟང་པོས་གཙོས་ལྷ་ལྷ་སོགས་སྐལ་ལྷན་དཔལ་ཏུ་མེད་པའི་ངོར་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ཡིན་  
ཏེ། དུས་འཁོར་རྩ་རྒྱུད་དུ། སྐྱོན་པས་བྱ་བོད་ལུང་པོའི་རིར། ལེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚུལ་བཞིན། ཚོས་བསྐྱར་དཔལ་ལྷན་  
འབྲས་སྐྱུངས་སུ། རྟེན་བཞིན་གསང་སྐབས་ཚུལ་རབ་བསྐྱར། ཞེས་གསུངས་པས་རྒྱུད་སྐྱེ་རྣམས་དཔལ་ལྷན་ན་རྟོ་རྟོ་ལ་གཏད།  
རེ་ཞིག་བྱང་གསུམ་ལའི་ཡུལ་མ་གཏོགས་མི་ཡུལ་འཛིག་དེན་ཁམས་གཞན་དུ་མང་རབ་རེད། ཚོས་རྒྱལ་ལྷ་བ་བཟང་པོས་  
དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྩ་རྒྱུད་ལོ་ལོ་ཀ་སྤོང་ཕྱག་བརྩ་གཉིས་པ་ཅན་དེ་རི་ལྗར་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱགས་ལ་བཟུང་  
སྐྱོ་གསུམ་ལར་བྱོན་ནས་རྒྱུད་མཐའ་དག་སྐོགས་བམ་ལ་བྱིས་ཤིང་། སྐྱོ་བོའི་ཚོགས་ལ་སྐབས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུངས་ནས་གདུལ་  
བྱ་མང་པོ་ཞིག་མཚོག་གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ། དེ་ནས་ཚོས་རྒྱལ་བརྟུན་དང་། རིགས་ལྷན་འངམ་དཔལ་ལྷན་པ་སོགས་ཀྱིས་  
རིགས་ལྷན་རྒྱལ་དཀའི་བར་དུ་བྱང་ཕྱི་གས་གསུམ་ལར་ཚོས་འདི་དར་བར་མངོན་དོ། དེ་ནས་བྱུང་བཞིན་དུས་འབས་ཚེན་པོ་  
འངམ་པའི་རྟོ་རྟོ་རྩ་འཕུལ་གྱིས་གམ་ལྷ་ལར་བྱོན་ནས་རིགས་ལྷན་རྒྱལ་དཀའ་དང་དངོས་སུ་མངལ། ཁོང་གིས་དཔལ་དུས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་སོགས་རྒྱུད་སྐྱེ་མང་པོ་འགའ་ཞིག་ཕྱགས་ལ་བཟུང་ཞིང་འགའ་ཞིག་སྐོགས་བམ་དུ་སྐྱུན་བྱངས་ཏེ་འཕགས་ཡུལ་  
དུ་དར་བར་མངོན་པའི་གིང་དྲིའི་སྐྱོ་ལ་འབྱེད་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ནས་ཁོང་གི་དངོས་སྤོང་དུས་འབས་ཚུང་བ་ཞེས་ལུ་བ་བྱི་ལྷ་དུས་  
དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བསྐྱར་པ་ས་དར་རྟོ་དར་དུ་ཁྱབ་བཅུལ་བཏང་བ་ཡིན། དེའི་རྗེས་སུ་ཁོང་གི་སྐྱུས་ཀྱི་ལུ་ལུ་བས་རིགས་སྐྱེ་བྱེ་  
བའི་འབྲུང་གནས་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་སྐབས་ཀྱི་བདག་པོ་ལྷ་བྱུ་བྱས་པ་རེད། དེའི་རྗེས་སུ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་དངོས་སྤོང་པའི་ཚེན་ལྷ་བ་  
མགོན་པོ་བོད་དུ་ལན་གསུམ་བྱོན་ནས་འབྲོ་ལོ་རྩ་བ་ལེས་རབ་གསལ་གྱིས་ལུས་ཤིང་། བསྐྱུས་རྒྱུད་དང་འགྲེལ་བ་བསྐྱུར་བ་ནི་  
བོད་མཁས་པས་དུས་འཁོར་གྱི་དབང་རྒྱུད་གདམས་ངག་ལུས་པ་ཐོག་མ་དང་རྒྱུད་དང་འགྲེལ་བ་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་བའང་ཐོག་  
མ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ལྷ་མ་ལྷ་རྟོ་སྐྱོམ་སོགས་ཀྱུན་མཁུག་ཚོས་སྐྱོའོ་ཟེར་ལས་ལྷ་མ་ལྷ་ལོས་གསན་པ་དང་།  
དེ་ནས་རྩ་ལོ་རྩ་བ་ཚོས་རབ་ཀྱིས་དུས་འབས་པའི་སྤོང་མ་མཚུ་གི་དང་དེའི་སྤོང་མ་བྱི་ལྷ་བ་ལུ་བ་བོད་དུ་གདན་བྱངས་ནས་  
དུས་འཁོར་བརྒྱུད་འགྲེལ་བསྐྱུར་བ་དང་དབང་ལུང་སོགས་ལུས་དེས་ལེ་ལེས་སེང་གེ་ལ་གནང་། དེས་སྤོང་མ་ལྷ་ལོ་ལ་གནང་  
ནས་རྩ་ལོའི་ལྷགས་གཉིས་ཚུ་བོ་གཉིས་འབྲེས་སུ་གྱུར། ༡༣༡༤ ༡༣༧༣ ཡན་གྱི་ཀྱུན་མཁུག་ཚོས་སྐྱོ་སོགས་ནས་བརྒྱུད་  
པའི་མན་ངག་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་སྐྱོར་དུག་པ་ཞེས་མཚན་ཆགས། དེ་ནས་རབ་བྱུང་བཞི་བའི་ ༡༣༤༩ ལོར་ཞིང་ཀྱུན་སྐྱུངས་  
ཕྱགས་རྗེ་བཙུན་འགྲུས་སྐྱེ་འབྲུངས་ཤིང་རིམ་བཞིན་ཁོང་གིས་ཀྱུན་མཁུག་ཚོས་སྐྱོའོ་ཟེར་སོགས་ལྷ་མ་མང་པོ་བསྐྱེན་ནས་  
དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྐྱོར་དུག་གི་རྒྱུད་རིགས་མི་འདྲ་བ་བརྩུ་བརྟུན་ལྷག་གསན་བཞེས་མངོན་ནས་བྱུང་བའི་ལོ་འཕང་  
མཐོན་པོར་གལེགས་པ་ཡིན་པ་རེད། བསྐྱུར་མ་བརྩུ་གཉིས་ཀྱི་རང་ཚན་རྩི་མོ་ནག་སྐྱོན་རྒྱལ་མོས་རྩོ་ནང་ཞེས་པའི་ལུང་པར་  
གདན་འབྲེན་ཡང་ཡང་ལུས་པ་ལྷར་སྐྱེ་ལོ་ ༡༣༧༤ ལོར་ཐེབས་ཏེ་གདན་ས་མངོན་ནས་བཟུང་སྐྱོར་དུག་པ་ཞེས་པའི་  
ཚོས་བརྒྱུད་དེའི་མཚན་ལ་རྒྱལ་བ་རྩོ་ནང་པ་ཞེས་ཡིངས་གསལ་སུ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་རེད། ཁོང་གི་སྤོང་མ་གཙོ་བོ་ནི་བྱང་སེམས་  
རྒྱལ་བ་ལེ་ལེས་དང་། མཁས་བརྩུན་ཡིན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ཡིན། དེ་དག་ནི་རྩོ་ནང་བའི་ཐོག་མའི་ལྷ་མ་རྣམས་གསུམ་ཞེས་



གྲགས་པ་ཡིན། མཁམ་བཅུན་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚོའི་སློབ་མ་ཀུན་མཁུན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱལ་གསུངས་ཀྱིས་ཉམས་རབ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་  
 པོ་རེད། ཁོང་ནི་མདོ་མ་བོ་ཆེ་དང་མདོ་རྒྱལ་དུ་མ་ནས་ལུང་དུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་མ་བོ་ཆེའི་མདོ་ལས་ཀྱི་ཡི་རི་  
 ཞེས་བུ་བའི་རིགས་རྒྱུད་དེར་སྐྱེས་ནས་ངའི་མིང་འཆང་དགེ་སློང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་ཞེས་དང་། གཙུག་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་མའི་  
 རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། བདེ་གཤེགས་ལྷ་འདས་འོག་ན། ལོ་ཅི་སློང་ལྷག་སྟེང་རིང་ཚོ། གདོང་དམར་ཡུལ་དུ་ང་འདྲ་བའི།  
 བསྐྱེད་པ་འདོན་པའི་དགེ་སློང་ཞིག །ལུ་བོ་ལྡོན་གིང་སྟེང་མཛེས་སྟུ། ཀྱི་ཡི་རི་ཡི་གོང་ཁྲིར་དུ། ཡབ་ནི་ཡི་གས་དབང་སྤྲུག་  
 ཚེ། ཡུམ་ནི་ལྷུ་འབྲེལ་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེས་གྲགས། སྲས་ནི་སངས་རྒྱལ་མིང་ཅན་འབྱུང་། ང་ཡི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཚན་འདྲུག །  
 ཚོས་ཀྱི་དུང་འབྱུང་དར་འབྱུང་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རབ་བྱུང་ལྔ་བར་ལྷ་འདྲུག་ལོ་སྟོང་སྟེ་ལོ་ ༡༧༧༧ ལོར་ཁོང་སྐྱེ་  
 འབྱུངས་ནས་དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རབ་བྱུང་སྟོང་གི་མ་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་སྐྱེས་ལྷ་ལྷག་བསྐྱེད་ནས་ཁོང་མཁམ་པའི་གྲགས་  
 པ་ཐོབ། ཁོང་རྒྱལ་བ་ལོ་ཅན་པའི་མདོ་སྐྱོད་ལོངས་རྩེ་གསུམ་གྱི་བསྐྱེད་པའི་མངའ་བདག་གིང་རྟེན་སྲོལ་འབྱེད་ཆེན་པོ་གྱུར་བ་  
 རེད། ཡོངས་གྲགས་སུ་ས་ལ་བུ་དོལ་རྒྱལ་གཉིས། གནམ་ལ་ཉི་ཟེར་གཉིས་གསུངས་སྲོལ་ལྟར་རྒྱུད་རྒྱུད་ལྟར་དེ་གཉིས་འབྲིན་ལས་  
 ཀྱི་སྐྱོན་ལྷན་ལྷན་བུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། རྩ་བ་ལ་བཤད་པའི་བཀའ་བབས་དང་འབྲོ་བ་ལ་སྐྱབ་པའི་བཀའ་བབས་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་  
 ལའང་གནས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ལལ་ནས། མདོ་རྒྱུད་གཞན་དང་བཤད་སྲོལ་མི་འདྲ་བའི།  
 གིང་རྟེན་སྲོལ་ཆེན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱུད། ཁི་ཉམས་འདོན་ཅིང་སྟེ་ལ་བའི་བཀའ་བབས་པ། འོ་ནང་པ་ཡི་བསྐྱེད་པ་རྒྱལ་  
 གྱུར་ཅིག། ཅེས་མཁམ་སྐྱོན་གནང་བ་ལྟར་ཡིན། དེ་ནས་ཀུན་མཁུན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱལ་ལ་རང་འདྲའི་སློབ་མ་བཅུ་བཞི་བྱུང་  
 ཡོད། དེ་ལས་ཀུན་མཁུན་ཉ་དཔོན་པ་དང་ཀུན་མཁུན་སྤྲུགས་རྒྱལ་གཉིས་ནི་མཉམ་མེད་རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་པ་བསྐྱེད་  
 པ་རྒྱལ་ཐར་ནང་གསལ་ལ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ལོ་ཅན་རྗེ་བཅུན་ཏུ་རྩ་བུ་སྐོང་གསུང་དང་ཁོང་གི་སློབ་མ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་ཆེན་  
 རྒྱ་མཚོ་དང་། མཁམ་བུ་བོ་སྐོང་གསུང་རྒྱལ་རིམ་བཞིན་བདག་གི་རྩ་བའི་སྐྱེས་པའི་བར་དུ་བཅུད་པ་མ་ཆད་པར་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ལལ་ནས། ཡུ་མི་མི་བསྐྱེད་ལོ་རྗེ་ནས་བཟུང་སྟེ། འདྲུང་བུ་དང་ཀུན་དགའ་  
 གོལ་བའི་མཚོག །རྗེ་བཅུན་སྐྱོལ་མགོན་སྐོང་གསུང་གིས་ལེགས་སྟེལ་བའི། ལོ་ཅན་པ་ཡི་བསྐྱེད་པ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་མཁམ་  
 སྐྱོན་གནང་བ་ལྟར་ཡིན་པ་རེད། ལྷག་པར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་འདྲིར་སིམ་ལ་ལོ་ཅན་མ་དགོན་རྟག་འདུན་ལུན་ཚོགས་  
 ཚོས་སྐྱེད་ལྷ་བུ་ལ་མཚོན་ནས་ལྷུ་ན་སྟེ་ལོ་ ༡༧༧༧ ལོར་ཡགོང་ས་ལྷ་མིའི་རྒྱལ་འདྲེན་སྐྱེད་པའི་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་  
 རྒྱལ་བ་ལོ་ཅན་པའི་བསྐྱེད་པ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱུར་གསོ་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཡུལ་དུ་ ༡༧༧༥ ལོར་ལོ་ཅན་རྗེ་  
 བཅུན་ཏུ་རྩ་བུ་སྐོང་གསུང་བཟུང་བའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་རྟག་འདུན་དམ་ཚོས་སྐྱེད་པའི་དོན་དགའ་བའི་ཆོས་ཉམས་པ་སྐྱུར་གསོ་  
 དང་མི་ཉམས་ལོང་འཕེལ་གྱིས་སྟེར་དུ་སིམ་ལ་སངས་རྒྱལ་ཚོས་སྐྱེད་པའི་དགོན་གནས་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཡོངས་རྩེ་གསུང་  
 ཏུ་རྩ་བུ་འདྲེན་པའི་སྐྱུལ་ཁལ་ཁ་རྗེ་བཅུན་དམ་པའི་མཚན་ཐོག་ཏུ་གནང་ཞིང་ཁོང་རྒྱལ་བ་ལོ་ཅན་པའི་བསྐྱེད་པའི་མངའ་བདག་  
 དུ་མཚན་གསོལ། དེ་ནས་ཡ་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱིས་མཁམ་རབས་དང་པོ་ལོ་ཅན་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མཁམ་  
 རབས་གཉིས་པ་དགེ་བཞེས་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་མཚོག། མཁམ་རབས་གསུམ་པ་དགེ་བཞེས་ཀུན་དགའ་འཚམས་རྒྱུང་  
 མཚོག དེ་ནས་ལས་ཐོག་མཁམ་པོ་གྱུས་པ་ཀུན་དགའ་ཚོས་འཕེལ་གྱི་བར་དུ་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འདོན་སྐྱོང་སྟེལ་དང་སྟེལ་  
 ལུས་ཡིན། སྟེ་ལོ་ ༡༠༠༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༣ ཉིན་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་འཕགས་ཡུལ་ལོ་ཅན་མ་དགོན་དུ་  
 ཚེབས་སྐྱུར་བཀའ་དྲིན་བསྐྱུངས་ནས་ལོ་ཅན་བྲི་བཅུ་དང་། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་གནང་། དུས་འཁོར་དོ་  
 ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་གནང་ཟབ་མོ་སྐྱུལ་བ་དེ་ནི་གྱུས་པས་ཡང་ཡང་དྲན་ཞིང་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལུ་བཞིན་ཡོད།

དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་ཞལ་ནས། སློན་པའི་དམ་ཚིས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ།  
དེ་འཛོལ་བྱེད་པ་སྐྱབ་བྱེད་དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། ཞེས་དང་། ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཞལ་ནས།  
བདག་ནི་ཚོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། བསྟན་པ་གསལ་བར་བྱེད་ཀྱང་ཅིག ། བསྟན་པ་གསལ་བར་མ་རྣམས་ན། བསྟན་པའི་ཁྱར་  
ཚེན་འཁྱར་བར་ཤོག ། ཁྱར་ཚེན་འཁྱར་བར་མ་རྣམས་ན། བསྟན་པ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་པ་དང་། བསྟན་པ་ཉམས་གྱི་དོགས་  
པ་ཡིས། བྱ་ར་ཙམ་ཡང་བྱེད་པར་ཤོག ། ཅེས་དང་། ཇོ་ནང་རྗེ་བཙུན་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། མ་དར་བ་རྣམས་  
སྲུ་དང་བ་བྱེད་ཅིང་། དར་བ་རྣམས་དག་ཅིང་འཕེལ་བ་དང་ཉམས་པ་རྣམས་གསོ་རྣམས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསུངས་བཞིན་  
དང་། ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་སྟེ་པོད་གྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འཛོལ་  
སྦྱོང་སྟེལ་གསུམ་གནང་རྒྱ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཕགས་ཡུལ་ཇོ་ནང་མ་དགོན་འདིར་སྟགས་ཕྱོགས་ནས་ཇོ་ནང་རྒྱལ་ཚབ་  
རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་དགོན་འདིའི་སློབ་གཉེན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཚོར་དཔལ་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་མན་ངག་ཆ་ཚང་གནང་ནས་  
སྦྱོར་དུག་ལ་ལོ་གསུམ་བཞུགས་པ་དང་། བཞུགས་རྒྱ་ཡིན་པ་རེད། དགོན་གནས་འདིར་རྒྱལ་བ་ཇོ་ནང་བའི་རང་ལུགས་ཡིག་  
ཚའི་སྟངས་ནས་དཔེ་བྲིད་གནང་མཁན་ནི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚེན་པོ་མཁན་ལྷན་ཀུན་དགའ་རིན་ཚེན་མཚོག་དང་། དགེ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་ཚེན་པོ་མཁན་ལྷན་ཀུན་དགའ་འཚམས་ཚུང་མཚོག། མཁན་པོ་ལས་ཐོག་པ་ཕྱན་གྱིས་པ་བཅས་དགེ་ལས་  
ཐུན་མོང་གི་མཐུ་ལས་ནང་བསྟན་མང་གཞིའི་འཛོལ་གྱ་བཞི་དང་། བསྐྱེས་གྱ་འཛོལ་གྱ་ཤོང་འོག ། སློ་རྟགས་འཛོལ་གྱ། བྱུ་  
མཐའ་འཛོལ་གྱ། སེམས་བསྐྱེད་འཛོལ་གྱ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་འཛོལ་གྱ། རྟེན་འབྲེལ་འཛོལ་གྱ། སེམས་ཕྱིན་མཐར་ཕྱིན་འཛོལ་  
གྱ། དབྱུ་མ་དང་མཛོད་འདུལ་བའི་འཛོལ་གྱ་བཅས་ལ་གཞུང་ཚེན་པོ་ཉི་ལྔ་བྲིད་གནང་བཞིན་པ་རེད། ད་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོར་  
རྩ་བུ་ཡིན་ན་ཡང་ཇོ་ནང་ཀུན་མཁྱེན་དོལ་པོ་སངས་རྒྱུས་གྱི་མཛད་པའི་སེམས་ཕྱིན་མདོ་ལུགས་མ་དང་འཇམ་དབྱེད་སེམས་མཛོལ་  
རོལ་ཀུན་མཁྱེན་ཉི་དཔོན་ཀུན་དགའ་དཔལ་གྱིས་མཛད་པའི་སེམས་ཕྱིན་ཉི་ལྔ་གཉིས་གྱི་སྟངས་སེམས་ཕྱིན་འཛོལ་གྱས་གསུམ་  
བསམ་ལེགས་པར་གྱུ་བ་སྟེ་ད་ལོ་སེམས་ཕྱིན་སྐབས་གསུམ་པའི་སེམས་ཕྱིན་དམ་བཅའ་ལེགས་གྱུ་བྱེད་ཡོད་པ་རྩ་བུ་འདྲ་རེད།  
ལྷན་དུ་དགོན་པའི་འདོན་རྟེན་དབྱེད་དང་ཚོགས་ཕྱག་ལེན་སྦྱངས་བཞིན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུས་རབས་གཅིག་ཏུ་མཁོ་བའི་པོད་  
གྱི་ཡིག་གཟུགས་དབྱུ་ཅན་དང་དབྱུ་མེད། པོད་གྱི་བདེ་སྦྱོང་། ལྷན་ངག། ཕྱིས། ཨོལ་ཇི། ཉིན་ཡིག ཨང་ཕྱིས། དངོས་ཁམས་  
ཚོན་རིག་གི་སྦྱོར། མདོན་ན་དགོན་འདི་ནས་ལོ་ངོ་བཙོ་བཙུད་རིང་འཛོལ་གྱ་རིམ་བཤོད་གྱིས་སློབ་གཉེན་ལ་དུར་བཙོན་བྱས་  
ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་ཚོ་རྟག་བརྟན་དགེ་བཤེས་གྱི་དམ་བཅའ་བཞག་ན་དགེ་བཤེས་དེའི་མཚན་གནས་གནང་རྒྱ་དང་། དེ་ནས་  
སྟགས་ཕྱོགས་ནས་དཔལ་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་སློ་རྟགས་སྦྱོར་དུག་ཉམས་ལེན་བྱས་ཚེད་དུ་སྐྱབ་གྱར་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་  
བཞུགས་རྒྱ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འགྲེལ་ཚེན་དྲི་མེད་འོད་སོགས་ལ་འཆད་ཉན་ལོ་གཅིག་བཅས་སོང་མཐར་ལྷན་མེད་པའི་མདོ་  
སྟགས་རབ་འབྱམས་པའི་ཕྱག་འཁྱར་གནང་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་རེད། མདོར་ན་མདོ་སྟགས་གཉིས་དང་རྒྱལ་སྤྱི་ནང་གི་རིག་  
གནས་ཆེ་ཚུང་སོགས་དགོན་འདི་ནས་ལོ་ངོ་ཉེར་གཉིས་རིང་ལ་སློབ་གཉེན་མཐར་ཕྱིན་བྱས་ཚེ་སློབ་གཉེན་མི་དམན་པ་ཐོབ་  
པའི་སློབ་གཉེན་བཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད།

མཐའ་དོན་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བསྟན་འཛོལ་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་ཚོ་བརྟན་པ་དང་། ལྷག་པར་ཡ་ཤོང་ས་ལྷ་མའི་  
རྣམ་འདྲན་འཇམ་སྟེང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མངའ་བདག་ཡ་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་འབྲེང་བཙུ་  
བཞི་པ་ཚེན་པོ་ངག་དབང་སློ་བཟང་ལེ་ཤེས་བསྟན་འཛོལ་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིད་གསུམ་དབང་བསྐྱར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྟེ་དཔལ་

བཟང་པོ་མཚོག་གི་སྐྱ་ཚོ་བྲི་ལོར་བཏུན་ཅིང་། མངོན་འཕྲིན་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པའི་སློན་འདུན་ལྷུ་རྒྱ་དང་། དེ་ནས་པོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་མཉམ་འཇོམས་ཡོང་བའི་སློན་འདུན་ཡང་ཡང་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན།། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་སྲིད་ཚོམ་རྒྱ་ཏར་ལ་ཆེད་སུ་ཡིས་སྤྱོད་པའི་མ་ལག་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དང་ཡལ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་ས་ཏུགས་ཤིག་སློན་བཞིན་པ།



# ལ་སྐྱེལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དེ་གི་རིག་གཞུང་དང་ཁོར་ལུག་སྲུང་སྐྱོབ་

## མིག་དམར་དོན་གྲུབ་

### ར་ཕྱང་ལ་སམ་རྩོལ་སྐྱོབ་གྲུབ་དགེ་ཆེ།

༡། །འཕགས་མཚོག་ཕྱག་ན་པརྩོལ་སྐྱོབ་རས་གཟེགས་ཀྱི་རྣམ་སྲུལ་འཇམ་སྐྱེད་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་གངས་ཅན་སྐྱེ་  
འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་སྐྱབས་ལྷན་མ་མཚེས་པ་སྤྱི་ནོར་ལ་མོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་གསུམ་པ་པོ་ལྷན་  
ཕྱག་སྐྱོན་དུ་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ཆེའི་གཟེགས་མོ་བ་ལྷན་རྒྱས་ལ་ཐོག་མར་གསུམ་པ་པོ་འཚམས་འདྲིའི་བཀའ་ཁྲིམས་བདེ་ལེགས་  
ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོ་འདི་བཞིན་དབྱུས་པོད་མིའི་སྐྱིལ་འདུགས་ནས་སྤྱི་ནོར་ལ་མོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་  
པོ་མཚོག་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོ་ཞེས་སྲུང་བརྩེ་ལུས་པའི་ལས་རིམ་རྣམས་མང་ཞིག་གོ་སྐྱིལ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་  
རེད། ད་ལྟོའི་ཆ་ལ་སྤྱི་ནོར་ལ་མོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་  
བཤད་ལས་རིམ་ཞིག་གོ་སྐྱིལ་གནང་ཡོད་རེད། འདིའི་ནང་ལ་ངའི་ངོས་ནས་རྣམ་པ་ཚོར་ལྷ་རྒྱ་ནི་ལ་མོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དེ་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་བདག་  
གཙུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་གཏམ་བཤད་ལྷ་རྒྱ་ཡིན། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་དེ་ངས་བྱེ་བྲག་ཏུ་མ་ལུས་གོང་  
ལ་ལ་མོང་ས་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་རྣམས་རེ་རེ་བྲས་ནས་རྣམ་པ་ཚོས་མཁྱེན་ཉོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལྷ་བ་ཡིན་  
ན། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་དེ། འགྲོ་བམ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མིའི་རིན་ཐང་དེ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ཕྱགས་  
བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་དེ། གང་ཉིད་ནང་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྤྱིར་ནང་པ་དང་ཡང་སྐྱོས་འཇམ་སྐྱེད་ནང་རིས་སྲུ་མ་  
ཆད་པའི་ཚོས་ལུགས་ལམ་རྩལ་དཔར་མཐུན་སྤྱི་ལ་གོང་མཐོར་གཏོང་གནང་མཛད་རྒྱུ་དེ་དང་། དེ་ནས་གསུམ་པ་དེ། པོད་པ་  
ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སྐྱད་ཡིག་སོགས་ལ་གཙུག་འཇོག་མཛད་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱོར་དང་། དེ་ནས་  
ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བཅས་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་  
པོ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད།

ངའི་ངོས་ནས་གོང་དུ་ལུས་པ་བཞིན་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་པོ་གང་ཉིད་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་པོད་  
པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་ང་ཚོས་བདག་གཙུག་གནང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཚོག་འགའ་གས་ཞིག་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།  
སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་ནོར་ལ་མོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དེ་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བྱའི་གཏོང་ཟབ་  
ལ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེར་བདག་ལྷ་བྱའི་སོ་སྐྱེས་ཀྱིས་ལུས་པ་ཡིན་ན་ལྷ་བྱའི་ཐབས་ཞིག་  
མེད། ཡིན་ནའང་རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་བྱའི་ཚུ་ཐིགས་ཅམ་ཞིག་ངས་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་ལྷ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་ལྷ་གི་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་ལྷ་རྒྱུར་ངའི་  
ངོས་ནས་ས་བཅད་རིམ་པ་བཞི་ཅམ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག དང་པོ་དེ་སྤྱིར་བཏང་རིག་གཞུང་ཟེར་བ་དེ་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་གང་  
འདུ་ཞིག་ལ་ལྷ་གི་ཡོད་མེད་དེ་དང་། དེའི་ནང་ནས་བྱེ་བྲག་པོད་པའི་ཚོས་དང་སྐྱད་ཡིག་ཅེས་པ་དེའི་ཁྱད་ཚོས། དེ་ནས་པོད་  
པའི་ཚོས་དང་སྐྱད་ཡིག་དེ་ལ་ང་ཚོས་བདག་གཙུག་གང་འདུ་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེ་ནས་མཐའ་མ་དེར་ང་ཚོ་པོད་ཀྱི་ཁོར་  
ལུག་གི་ད་ལྟོའི་གནས་བབ་དང་དེ་ལ་ང་ཚོས་བདག་གཙུག་གནང་སྤྱོད་ཀྱིས། དེའི་མཐའ་མར་མཛུགས་སྐྱོར་དང་རེ་བསྐྱེལ་གྱི་ཚོག་



དེ་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་ཤོག་ཅེས་དེ་འདྲ་གསུང་པ་དེ་དངོས་གནས་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་གྱི་ཚོས་ཡིན་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གསལ་པོ་ཞིག་  
དང་། འཛམ་གླིང་ནང་ཚོས་ལྷགས་ཏ་ཅང་གི་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་བཅོམ་ལུགས་ལྟ་བུ་སློན་པ་སྲུ་གཅིག་གིས་  
ཀྱང་ངའི་ཚོས་ལ་ཁྱེད་ཚོས་ཡིད་ཆེས་མ་བྱས་པར་བརྟུག་ཅིང་དཔུང་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་དེ་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཤོག་ དེའི་རྗེས་སྲུ་  
འགྲོངས་ཤིག་ ཅེས་གསུང་མཁན་དེ་ནང་པ་མ་གཏོགས་གཞན་པལ་ཆེར་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་འདྲ་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། འདི་  
ནི་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱེད་ཚོས་གཙོ་བོ་དེ་སློན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་སྲུ་ནས་གསུངས་པ་དེ་དངོས་གནས་  
ཏ་ཅང་གི་གཟི་བརྟེན་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་།

ནང་པའི་ཚོས་དེའི་རྣམས་སྲིད་གཉིས་ལྷན་པ་ཡིན་ན། ལྟ་བུ་དེ་རྣམས་ལ་ཉེན་འབྱུང་གི་རྣམས་པ་དང་། སྲིད་པ་དེ་འཆོ་བ་མེད་པ་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་དང་སྲིད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། རྣམ་  
པ་ཚོས་ལྷན་པའི་མཁོན་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་སློབ་གཞོན་ཅམ་གསན་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་། དེའི་ནང་ལ་ལོ་ལོ་མོ་མོ་གཉིས་  
ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་དང་སྲིད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་དེའི་སློན་པ་ལ་ལན་མང་པོ་གསུངས་ཆར་བ་ཅིང་། རྣམ་པ་ཚོས་གསན་ཆར་བ་ཅིང་།  
དེ་ལ་ངས་རོ་བ་ཅམ་ལྷན་ན། ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་ནི། ང་རང་ཚོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་ཚུ་ལ་ཞིག་དང་། དཔེར་ན། ང་རང་  
ཚོས་མི་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པའི་འབྲས་བུར་བདེ་བ་དང་། གནོད་པ་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་སྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་པ་གསུང་  
པ་བཞིན་ང་ཚོས་གལ་ཏེ་མི་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པ་ཡིན་ན། དེས་སོ་སོ་ལ་བདེ་བ་ཐོབ་ཀྱི་དང་། དེ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལས་སྲིད་  
སྲིད་མི་གཞན་ཞིག་ལ་གནོད་འཚེ་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་གྱི་ཞིག་ཀྱི་ཚུ་ལ་དུ་གསུང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཚོས་  
ཀྱི་ནང་ལ་གསུང་པ་ཅིང་། དེ་ལས་སྲུག་པ་ང་རང་ཚོའི་མི་ཚོའི་མྱོང་བའི་ནང་ལ་ང་ཚོས་མི་གཞན་ཞིག་གཉིས་དང་གཉིས་ཚན་  
ཡིན་ནའང་ཅིང་། ཁྱིམ་མཚོས་ཡིན་ནའང་ཅིང་། ཐ་ན་དུང་འགྲོ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་དེར་ཟས་ཀྱི་སྲིན་པ་འདྲ་པོ་དང་  
ཕན་ཐོགས་ཤིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེས་དགའ་བའི་རྣམ་འབྱུང་དང་། དགའ་ཚོར་དེས་སོ་སོའི་སེམས་ལ་བདེ་བ་གཞོན་ཅམ་  
ཐོབ་ཀྱི་འདུག་ བདེ་བ་དེ་རྣམས་ལ་ང་ཚོས་དཔུང་སྲིད་ནས་ཉོ་གྱི་མེད། དེ་འདྲ་ཞིག་ང་ཚོས་མི་གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པ་ཡིན་  
ན། ཁོ་རང་གིས་རྗེས་སྲུང་རང་ཚོར་ཚུར་རོགས་པ་གྱེད་པ་ཨ་ཅང་ཅང་། ཡིན་དང་ཡིན། སོ་སོ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ཅིང་པ།  
དེ་མ་ཡིན་པ་ཕན་ཐོགས་དེར་སྲིན་པ་བཏང་བ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བའི་ལས་དེས་སོ་སོའི་སེམས་ལ་བདེ་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་  
ཞིག་ཐོབ་ཀྱི་ཁོ་རང་གི་ཚོས་ཉིད་ཉེན་འབྱུང་གི་ཚུ་ལ་དུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་།

གཉིས་པ་དེ་སྲིད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ལྷག་གི་ཡོད་ཅིང་། སྲིད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་གར་གྱི་སྐད་དུ་ཞུ་ཉིམ་ས་ཞེས་པ་  
ཞིག་ཡོད་ཅིང་། འཆོ་བ་མེད་པ་དེ་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་ཡིན་ནའང་ཅིང་། མི་ཕན་ཚུན་ཡིན་  
ནའང་ཅིང་། ལྟ་བུ་ཁབ་ཕན་ཚུན་ཡིན་ནའང་ཅིང་། གོ་ལ་འདིའི་ནང་ལ་མི་ཕན་ཚུན་གྱི་དབར་ལ་འཇུགས་འཛིངས། ཚོས་  
ལྷགས་ཕན་ཚུན་གྱི་དབར་ལ་མཐུན་སྲིད་ལ་བྱུང་བའི་ཤུན་གྱིས་འཇུགས་འཛིངས། ལྟ་བུ་པར་དུ་ལྟ་བུ་ཁབ་སྲིད་ས་ལྷགས་ཅན་  
གྱི་ལྟ་བུ་ཁབ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་བཏུ་ལ་ལྟའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེང་སང་དུ་ལ་ཕན་མཚོན་ཆའི་རིགས་མང་པོ་  
ཞིག་བཟོ་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་རིགས་ཆ་ཆར་གི་ལྟ་བུ་སྲིད་ས་ལ་བསམ་སྲོལ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ཕན་ཐོགས་ལྟ་བུ་ཅ་བ་ཉིད་ནས་  
མེད། གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་ཀྱི་དང་། བཅོམ་ཀྱི་དང་། དབང་དུ་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲའི་རྣམས་ལེན་ཡིན་  
དུས། ད་ལྟ་སྲིད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ལྷན་པ་འདི་གལ་ཏེ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་ཐོག་ནས་ཆར་མས་གོ་ཉིགས་དང་ཉམས་ལེན་གནང་  
ཐུབ་པ་ཡིན་ན། འཛམ་གླིང་གོ་ལ་འདི་བྱམས་དང་སྡིང་རྗེ་ལྟ་བུ། ཕན་ཚུན་མཐུན་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནས་ཐུབ་ཀྱི་འདི་དགོ་

མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོ་སོ་སོ་མི་སྣེར་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནའང་། ལྷ་བཞེན་འབྲུང་  
དང་སྲོད་པ་འཚོ་བ་མེད་པ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཡིན་ན། སོ་སོའི་མི་ཚོ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡོང་རྒྱུའི་ཐོག་ལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད་ཅེད།

ང་རང་ཚོའི་མི་ཚོའི་ནང་ལ་བསམ་སྒོམ་བྱེད་པ་ཡིན་ན། ཚོས་ཀྱི་བྱུང་ཚོས་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལྟས་ན། སྲིར་  
བྱང་ང་རང་ཚོ་མིའི་བསམ་སྒོམ་འི་བྱིར་སོའི་ནང་ལ་ཚོས་ཀྱི་ཕན་རྐྱབས་དེ་ཉ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཅེད། དཔེར་ན། མི་ཚོའི་ནང་  
ལ་བྱ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་སྐབས་རེར་མིའི་བསམ་སྒོམ་གཏོང་སྟོགས་ཀྱིས་བྱུང་པར་གྱི་ཐོག་ནས་ལས་དོན་  
ཚུང་ཅག་ཅིག་ཡིན་ནའང་མ་གྲུབ་པར་བཞེན་ནས་སོ་སོ་སེམས་སྲུག་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ནང་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
ཁྱེར་ནས་སྡོད་པ། དེའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་སྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷ་ཡི་ཚིག་གཅིག་རྣམ་པ་ཚོ་མང་པོས་མཁྱེན་གསལ་ཅེད། དེའི་ནང་  
ལ། གལ་ཏེ་བཙུན་སྲུ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་བཙུན་སྲུ་མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་ཕན། །  
ཅེད། ང་རང་ཚོའི་ལས་དོན་ཞིག་འགྲུབ་པར་དེ་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། ལས་དོན་དེ་འགྲུབ་ཀྱི་མི་འདུག་བསམས་ནས་སྲུག་  
བསྐྱེད་འབྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ག་རེ་བྱས་ནས་འབྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། དེ་འབྱེད་རྒྱུ་ཡོད་མ་ཅེད། དེ་སོ་སོས་སྐྱབ་  
བྱུང་ལ་སོ་སོས་འབད་འབྱངས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། གལ་ཏེ་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་ལས་དོན་ཞིག་སྐྱབ་བྱུང་གི་མེད་པའི་དབང་དུ་  
བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་བྱུང་གི་མེད་པ་ཅེད། དེ་བཞག་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། ལས་དོན་དེ་སྐྱབ་མ་སོང་བསམས་ནས་སོ་སོའི་  
སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་སྲུག་ངལ་འཕར་མ་ཞིག་འབྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་གལ་ཏེ་བཙུན་སྲུ་མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་  
བྱས་ཅི་ཕན། །དེ་ལ་མི་དགའ་བ་བྱས་ནས། སོ་སོས་དཀའ་ངལ་ཞིག་འབྱེད་བསྐྱེད་ན་ཕན་ཐོགས་རྒྱུ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཅེད།

ང་རང་སྣེར་གྱི་མི་ཚོའི་ནང་ལ་ལྷས་པ་ཡིན་ན། སྲོད་འདུག་གི་བཟོད་པའི་ལུ་ཡི་ནང་ལ་ཡིན་པ་ཡོད། དེའི་ནང་  
གི་དཔེ་ཞིག་ང་རང་ལ་ཉ་ཅང་འདུག་པོ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན་ཚིགས་བཅད་དེ་ནི། སེམས་ཅན་མི་སྲུན་ནམ་མཁའ་  
བཞིན། །དེ་དག་གཞོན་གྱིས་ཡོང་མི་ལང་། །ཁྲོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་བཙུན་མ་ན། །དགའ་དེ་ཐམས་ཅད་ཚོམས་དང་མཚུངས།  
།ཞེས་འདྲི་ཉེན་འདིའི་ནང་ལ་སོ་སོར་མི་དགའ་བ་དང་སོ་སོར་སྣང་པོ་བྱེད་མཁན་ནམ་མཁའ་བཞིན་མཐའ་ཡས་པ་ཅེད།  
དེ་དག་ཚང་མར་ང་ཚོས་ཁ་གཏད་བཅག་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་གཅོག་བྱུང་ཐབས་ཡོད་མ་ཅེད། དེ་ལས་ང་ཚོ་སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་  
གཞན་གྱི་ཐོག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་། ཁོང་ཁོང་དང་། དེ་དག་འདྲིམས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མི་ཚང་མ་བདུལ་བ་དང་འདྲ་པོ་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད་ཅེད། དེའི་དཔེ་དེ་ཉ་ཅང་གི་སྣང་རྗེ་པོ་བཞག་ཡོད་ཅེད། ས་སྣང་འདི་དག་གོས་གཡོག་ཏུ། །དེ་སྣང་གོ་བས་ག་ལ་  
ལང་། །རྣམ་མཐིལ་ཅན་གྱི་གོ་བས་ནི། །ས་སྣང་ཐམས་ཅད་གཡོགས་དང་མཚུངས། །ཞེས་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ལ་ཚེར་མ་  
འདྲ་པོ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ང་ཚོར་སྣང་པོ་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོའི་དཔེར་བཞག་གི་ཡོད་ཅེད། ངའི་རྣང་པ་ལ་ཚེར་མ་མ་རྒྱག་པའི་  
དོན་དུ་ངས་ཚེར་མ་དེ་དག་ཡོད་ས་ཚང་མར་གོ་བ་གཡོགས་བསྐྱེད་ན་གོ་བ་ཡིས་འདང་ཚོད་ཡོད་མ་ཅེད། དེ་ལས་རྣམ་པ་གོ་  
བ་སོ་སོའི་རྣང་པའི་རྣམ་མཐིལ་ཅན་ཞིག་ང་ཚོའི་རྣང་པའི་མཐིལ་ལ་གཡོགས་པ་ཡིན་ན། ཚེར་མ་གང་འདྲ་ཡོད་སར་སྐྱེན་  
པ་ཡིན་ནའང་ཚེར་མ་མ་རྒྱག་པར་གོ་བ་དེས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད་ཅེད། དེ་བཞིན་དུ་ང་ཚོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོང་ཁོང་མེད་པ་བཟོས་པ་ཡིན་  
ན། ང་ཚོར་འདྲིམས་སྣང་ནང་ལ་ཞེ་སྣང་བྱེད་མཁན་ཅེད། མི་དགའ་བ་བྱེད་མཁན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་དག་ཚང་མ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བདུལ་བྱུང་རྒྱུ། དེ་དག་གི་ཉམས་ལེན་ང་ཚོས་སེམས་ལ་ལོ་མས་པའི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་  
ཁོང་ཁོང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་རྒྱུ། དེའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོའི་སེམས་པ་དེ་བག་ལེབ་ཏུ་གནས་རྒྱུ། ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་

དུས། མི་གཞན་ལ་ཁོང་ཁྱིམ་གྱི་ཁྱེད་དུས་ཚང་མ་དང་མཉམ་དུ་མཐུན་པོ་བྱས། མི་གཞན་གྱིས་སོ་སོ་ལ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་  
ནའང་ཐངས་གཅིག་གཞོན་སྐྱེལ་སྲིད་པ་རེད། ཐངས་གཉིས་གཞོན་སྐྱེལ་སྲིད་པ་རེད། དེ་ནས་གང་འཚམས་ཞིག་ནས་སོ་སོའི་  
བཟོན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཕས་ཕྱོགས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་ལ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་རྒྱ་མི་འདུག གཞོན་པ་བྱས་པ་ཡིན་  
ནའང་སོ་སོ་རང་ཉིད་སྲུན་ནས། དེ་འདྲ་པོའི་ཐོག་ནས་ཉམས་ལེན་གནང་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པ་ཞིག་ང་རང་སྐྱེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོར་གྱི་ཡོད།

སྐྱེས་བཤུང་ཚོས་དེ་དུ་ཅང་གི་གཏིང་ཟབ་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟ་ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་ཚོས་དེ་ཐོག་མ་དར་ས་དེ་  
དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་རེད། དེའི་རྗེས་ལ་འཇམ་སྐྱིང་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་གར་གྱིས་དབུས་པའི་  
བོད་དང་རྒྱ་ནག་ས་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དར་ཡོད་རེད། རིམ་པས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཡི་ཡས་མས་ལ་རྒྱུ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་  
ཨ་རིས་གཙོས་པའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤྱི་ཡི་དངོས་པོ་ལ་འདུགས་སྐྱུན་དང་ཡར་རྒྱས་དང་སང་ཡག་སྤྱིན་  
པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཕ་གི་ཨ་རི་དང་། ཡུ་རོབ་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་རེད། ཕ་གི་འཛིན་པའི་དག་  
ལ་རྒྱ་ཚོར་འོངས་སྤྱོད་དུ་ཅང་གི་ཡག་པོ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོང་ཚོའི་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་དང་སང་ཡག་རེད།  
ལྷན་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་སློབ་ཀྱི་ནང་དུ་ཡང་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ལྷག་པར་ཕ་གི་འཛིན་པའི་དབར་ལ་འདྲུ་ཤེས་  
ཡག་པོ་མེད་པ་དང་། སོ་སོ་ཡི་ཁྱིམ་མཚོས་ཡིན་དང་ཡིན། ཕ་མ་དང་སྤུ་གུའི་དབར་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། གཉེན་དང་ཉེ་དུའི་  
དབར་ལ་ཡིན་ནའང་འདྲུ་ཤེས་དེ་ཡག་པོ་མེད་པའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་ཁོང་ཚོའི་སེམས་རྒྱུད་བཙོས་མ་བྱུང་པའི་ཐོག་ནས་གཅིག་གིས་  
གཅིག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་། དེ་འདྲའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་ནས་རྒྱུ་ཕྱོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་  
ཚོས་དེ་ཁོང་ཚོས་ཤེས་ནས་ནང་པའི་ཚོས་ལ་ལྷགས་མཁན་ཡང་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྱིས་སུ་ལ་གོང་ས་སྐྱབས་  
མགོན་ཆེན་པོ་མཚོ་གཉིས་བཀའ་སློབ་སྤྱི་ལ་སྐབས་རྒྱུ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ནས་མི་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་དེ་  
གཙོ་བོ་ང་ཚོའི་ཚོས་ཀྱི་སྤོང་པོ་དེའི་ཁྱད་ཚོས་དུ་གོ་བའི་ཐོག་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲའི་ཚོས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད་རེད། རྒྱུ་ཕྱོགས་ནང་ལ་དེང་སང་ཚོས་ལ་དབྱེངས་ལྷགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ང་ཚོའི་ཚོས་དེར་ང་ཚོས་བསམ་སློབ་གཏང་ཡོད་  
དུས་ནང་པའི་ཚོས་དེ་ཡང་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དང་འབྲེལ་བ་དུ་ཅང་གི་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་རེད། ལོ་དུ་ནང་  
པའི་ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་མང་པོ་ལྷན་པ་ཡིན།

སྐྱེས་ནང་ཚོས་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་རེད་ཀྱང་། ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་དོན་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་པོ་དབྱིས་  
སྤྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ཡོན་པར་ད་ལྟའི་ཆར་ང་ཚོ་བོད་པའི་ཡི་གེ་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་པ་ཚང་མས་མཁྱེན་དགོས་པ་དེ་དུ་  
ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་བོད་པའི་ཁྱད་ཚོས་རིན་ཐང་དེ་ཚང་མས་ཤེས་བྱུང་གྱི་རེད། ད་ལྟའི་ཆ་  
ལ་གནས་སྐབས་དེ་གང་འདྲ་ཆགས་འདུག་ལྷན་ན། ང་རང་ཚོ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་ང་ཚོ་བོད་པས་བདག་པོ་མ་རྒྱག་པ་བྱས།  
རྒྱུ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེང་སང་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་སྐྱུང་བཅོམ་བྱེད་པ། བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་  
པ། དེ་འདྲ་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཁོང་ཚོས་དེ་སྤོང་དགོས་པ་དེ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ཤེས། བོད་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་ལ་ནང་ཚོས་དབྱིས་སྤྱིན་པ་དོན་རྟོགས་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དུས་ཁོང་ཚོས་ལ་  
དབྱེངས་ལྷགས་པ། བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་སྐྱུང་བཅོམ་བྱེད་པའི་དོ་སྣང་བྱས་དང་བྱེད་ལུས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། བོད་པའི་  
སྐད་ཡིག་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ལྷན་པ་ཡིན་ན། དེང་སང་སྐྱེས་སྐྱོན་ལ་གོང་ས་ལྷན་བས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་རྗེའི་



བཀའ་དྲིན་རེད། དེ་བཞིན་པོད་པ་ཚོ་སོ་སོའི་ལས་དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་པོད་པའི་འཚོ་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ཉ་ཅང་  
 ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་འཚོ་བའི་གནས་སྐབས་མེ་བཟང་མེ་བཟང་དུ་སྦྱིན་པ་དང་། དེ་ལས་ལྷོག་བསྐྱེད་པ་ཞིག་པོད་པ་ཚོའི་  
 རང་བཞིན་གཤིས་རྒྱུད་ལ་པོད་པའི་སྐད་དང་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་དེ་མེ་ཉམས་སུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ཆགས་ཀྱི་  
 ཡོད་རེད། སྤྱིར་བཏང་པོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་རྣམ་པ་ཚང་མས་མཁྱེན་གསལ་རེད། ༡༩༧༩ ལོར་རྒྱ་གར་ལ་བཅོན་  
 འོལ་དུ་འགྲོ་རེ་མ་ཐག་སྤྱི་ཚེས་ ༧་ལོང་ས་ ༧་སྐབས་མགོ་ཚུལ་པོ་མཚོག་གིས་དེའི་སྐབས་སུ་བཞུགས་པ་ཞིང་གཤེགས་དམ་པ་  
 རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་སྲོལ་དཔལ་ལྷན་ཚུ་མཚོག་ལ་པོད་པའི་སྲོབ་གྲ་རྩུར་དུ་འཇུགས་དགོས་པའི་སྐབས་འཇུག་ལུ་དགོས་དོན་  
 དེའི་གཙོ་བོའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་ང་རང་ཚོ་པོད་པའི་སྐད་དང་རིག་གཞུང་འདི་ང་རང་ཚོས་བདག་ཉར་དང་གཅེས་འཛིན་  
 གྱུད་ཐུབ་པ། ང་རང་ཚོ་པོད་པའི་ངོ་བོ་དེ་སྐད་དང་རིག་གཞུང་ཡིན་པ་སོང་ཅང་དེ་ང་རང་ཚོ་སོ་སོས་དམ་འཛིན་བྱས་པའི་  
 ཐོག་ནས་དེ་ལ་བསྐྱབ་པ་སྲོབ་གཉེར་གྱུར་དགོས་པ་དགོངས་ནས་ཐོག་མར་པོད་པའི་སྲོབ་གྲ་རྩུར་དུ་གསར་འཇུགས་གནང་བ།  
 དགོངས་པ་དེ་དག་རྣམས་ཉ་ཅང་གི་རྒྱ་ཚུལ་པོ་རེད། དེ་དག་རྣམ་པ་ཚོས་མཁྱེན་པའི་ཐོག་ནས་པོད་པའི་སྐད་དང་རིག་གཞུང་  
 གི་བྱུང་ཚེས་དེ་དག་གལ་ཆེན་པོ་རེད་ལྟོ། ད་ལྟོ་ཆ་ལ་པོད་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་སེམས་ལ་གང་ཡོད་རེད་ཅེ་ན། པོད་པའི་སྐད་  
 ཡིག་ལ་དོ་སྣང་རིམ་པ་རིམ་པས་རྩུང་དུ་སྦྱིན། སྤྱི་ཡི་སྐད་ཡིག་ཨིན་ཇི་ལ་སོགས་པའི་སྐད་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་ལ་དབྱིངས་ལྷགས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུག ཁོང་ཚོའི་རྒྱབ་ལྗོངས་དེ་གང་རེད་ཅེ་ན། པོད་པའི་སྐད་ཡིག་གཅིག་པོ་  
 སྐབས་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོའི་ཕྱ་གྲུ་ཡི་མ་འོངས་པའི་འཚོ་བ་དང་མི་ཚོ་འདིའི་མདུན་ལ་མེད་པ་འདྲ་པོ་གོ་བ་ལོག་པ་  
 ཞིག་ཁོང་རྣམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་རེད། པོད་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་ཤེས་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་དང་ཡིན། གཞན་དག་ང་ཚོས་  
 མ་སྦྱོང་ལུ་གི་ཡོད་མ་རེད། སྐད་ཡིག་གཞན་ཨིན་ཇི་ལ་སོགས་པ་ཤེས་སོང་ན། རྣམ་རྒྱུན་བཤད་སྲོལ་ཡོད་རེད། སྐད་རིགས་  
 ཐམས་ཅད་ཤེས་ན་བཟང་མོད་ཀྱང་། །རང་གི་པ་སྐད་བརྗོད་ན་ངོ་ཆ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་རེད། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་མ་ཅུ་  
 འདྲ་པོར་བཞག་ནས་དེའི་སྐད་ལ་སྐད་ཡིག་གཞན་པ་ཤེས་པ་ཡིན་ན། བྱུང་མེད་ལྟ་བུར་དཔེ་བཞག་ན། བྱུང་མེད་རྣམ་པ་དང་  
 གཟུགས་བྱུང་ཡག་པོ་ཞིག་གི་སྐད་ལ་རྒྱུན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིས་པ་ཡིན་ན། དེའི་གཟུགས་དེ་སྤེལ་སྤྱོད་པའི་མཛེས་པ་མཐོང་  
 རྒྱུ་དེ་འདྲ་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་རྣམ་པ་དང་གཟུགས་བྱུང་གི་རིགས་དེ་དག་ཡག་པོ་མེད་པ་ཞིག་ལ་རྒྱུན་ཆ་སྤྱིས་པ་ཡིན་ན།  
 ད་དུང་དེ་ལས་སྤྱོད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་ཐོག་མར་གལ་ཆེན་པོ་འཛིན་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་  
 གལ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་དེ་འདྲ་བསམས་ཀྱི་འདུག སྐད་ཡིག་གི་བྱུང་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཆོག་དེ་ཅམ་ལུས་པ་དང་།  
 རང་པའི་ཚོས་ལ་བདག་གཅེས་དང་གཅེས་འཛིན་གྱུར་སྐབས་དེ་གང་འདྲ་རེད་ཅེས་ལུས་ན། དེར་ལོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་  
 སྲོབ་རིམ་པའི་རང་ལ་ཤེབས་ཀྱི་ཡོད་རེད། ཐོག་མའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དེ་རང་ང་ཚོས་དགོངས་པར་བཞག་པའི་ཐོག་  
 རས། བསྐྱེད་བཅད་བཅད་བའི་གསེར་བཞིན་དུ། །ལེགས་པར་བཞག་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །ལྟར་བར་བྱ་ཡི་གུས་ཕྱིར་མིན།  
 །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ང་ཚོས་ཉམས་ལེན་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་དང་དབྱུང་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་དེ་ལ་འཇུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་  
 རེད། ལོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སྲོབ་ཅིག་གི་རང་ལ་ཤེབས་ཡོད་རེད། ཨིན་ཇིའི་ཆོག་བཅད་སྦྱོད་གནང་ཡོད་རེད། ང་ཚོས་  
 རང་པའི་ཚོས་ལ་མིག་བཙུམས་ཏེ་ (YES, YES) ལབ་ནས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་ལ་ཆོག་ཏུ་རྟགས་ཞིག་བརྒྱབས་ནས་  
 (WHY, WHY) ལབ་ནས་ག་རེ་བྱས་ནས་ང་ཚོས་སྦྱོང་དགོས་རེད། དེ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོས་དོན་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱུང་པར་  
 ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་རེད་སྙམ་གྱི་འདུག

ང་ཚོས་ཚོས་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས་དེ་དབང་རྒྱུ་དང་དབང་རྒྱུ་ལ་ཞེས་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་  
གསུངས་ཡོད་ཅིང་། དབང་རྒྱུ་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་། དབང་རྒྱུ་དང་པའི་རྗེས་འབྲང་ཞེས་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྐབས་ལ་  
དབང་པོ་རྒྱུ་པོ་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལ་རིག་པས་བརྟགས་ཤིང་དཔུང་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ཉམས་  
སུ་ལེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། འདུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེ་མ་གཏོགས་  
དབང་པོ་རྒྱུ་པོ་དང་པའི་རྗེས་འབྲང་པ་བཞིན། སངས་ཀྱི་ཚོས་དེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་རེད། ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་  
གསུང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནས་སྐྱོ་ཆེན་ཁག་གིས་ཀྱང་གསུང་གི་འདུག་ཅེས་རྩ་བ་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་ལབ་ནས། གསུང་མཁན་གང་  
ཟག་དེ་ལ་ང་ཚོས་རྩ་བ་ཆེན་པོར་བརྩིས། དེའི་གསུང་དེ་ལ་ང་ཚོས་བརྟག་དཔུང་མེད་པའི་ཐོག་ནས་འགོ་བ་དེ་དབང་པོ་རྒྱུ་  
པོའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྐབས་ཡིན་དུས། དབང་པོ་རྒྱུ་པོའི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྐབས་དེ་ཁྱོད་ནས་འགྲིག་གི་ཡོད་མ་རེད། དཔེར་ན།  
དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པའི་ནང་པ་བྱེད་ཤོག་ཅེས་ལ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་གསུང་གི་ཡོད་ཅིང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་  
གཅིག་པའི་ནང་པ་དེ་རེད། ཚོན་རིག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ག་རེ་བྱས་ནས་ང་ཚོས་ཚོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་གི་  
ཡོད་ཅིང་། དེའི་ལྷ་བ་བརྟེན་འབྲུང་། སྤྱོད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ། སྤོང་པ་ཉིད་དང་། དེ་མིན་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཏེ་ཅང་གི་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ང་ཚོས་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡིན་ན།  
སོ་སོ་ལ་ཚོས་ཀྱི་ཞག་རྩ་ངོ་མ་དེ་རྟག་ཡག་དང་། དེ་མིན་གཞན་དགོན་པའི་ནང་ལ་ལྟ་ཁང་རྒྱུ་པོ་བཞེངས་པ་ལ་སོགས་པ།  
སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་བཞེངས་ནས་དེར་ང་ཚོས་དད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་དང་། དེ་ཚོའི་རིགས་དེ་ཕྱོགས་  
གཅིག་དེ་ཆ་གས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཡིན་ནའང་གཙོ་བོ་དེ་ཚོས་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལ་བདག་  
གཅེས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཏེ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ང་ཚོའི་གནས་སྐབས་དེ་སྤོང་མ་ཡིན་ན་བསམ་སློབ་འབྲེལ་ཕྱོགས་དེ་ནང་པའི་ཚོས་ལབ་དུས་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་  
སློབ་གཉེར་བྱས་དགོན་པ་སྤེལ་གཞི་ནང་ལ་བཞུགས་པའི་བྱ་བ་ཅུན་ལྷན་པ་ཚོས་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་རྒྱ་གཅིག་པོ་ཞིག་  
དགོངས་པར་ཡོད་ཅིང་། ཡིན་ནའང་། ཕྱིས་སུ་ལ་གོང་ས་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལེབས་པ་གཞིར་བཟུང་གིས་རིམ་པས་སྤོང་  
མའི་དགོན་པའི་རྩ་བ་དེ་ནས་མར་ཐོན་ནས་ང་རང་ཚོ་པོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་ཚོས་ལ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་རྒྱ།  
ལྷག་པར་དུ་སློབ་བྱ་ཁག་གི་སློབ་ཕྱག་ཚོར་རྒྱུང་དུས་ནས་ལྟ་བུ་སློབ་དཔོན་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་ཐོག་ལ་གཏམ་བཤད་གནང་རྒྱ་རེད།  
རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་ང་རང་ཚོར་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གནང་སྐབས་དེ་འདྲའི་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས། ལྷག་པར་  
དུ་གཞིས་ཆགས་ཁག་དེ་དག་ལ་ཡང་རེས་གཟུང་ཉི་མ་དེ་འདྲ་དང་། ཚོས་བཟང་དུས་བཟང་དེ་འདྲར་དགོན་སྤེལ་ཏུ་ཚོས་  
ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གནང་རྒྱ་དེ་འདྲའི་ལས་རིམ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འགོ་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ད་དུང་ལྷ་མཐུད་དེ་  
རྒྱ་ཆེ་རུ་དང་། པོད་མི་ནང་པ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་གཞི་བར་གསུམ། རྒྱུས་པ་བྱུང་མེད་པོ་མོ་དེ་བེད་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་དེར་  
བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་བདག་གཅེས་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དང་། དེ་མ་གཏོགས་གཞན་རྩ་བ་ཆེན་  
པོ་བརྩིས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུས་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་རེད། པོ་དེ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་དེ་དག་ཚོས་ཁང་གི་ནང་ལ་བསྐྱབས་  
ནས་བཞག་པ་ཡིན་ན། རིམ་པ་རིམ་པས་དེའི་གོ་བ་མེད་པར་ལྷག་པ་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་གོ་བ་མེད་པར་བཞག་པ་ཡིན་ན། རིམ་  
པས་དེ་ཉམས་འགོ་རྒྱ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་ཆགས་འགྲོ་གི་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཚོས་ལ་བདག་གཅེས་གནང་སྐབས་ཡོད་ན་མེད་ན་  
དེ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གནང་དགོས་པ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་།

དེ་ནས་གཉིས་པ་དེར་བསྐྱབས་ཡིང་དུས་སྐད་ཡིག་ང་ཚོས་བདག་བཅས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཟེང་།  
ཅས་ལུ་རྒྱ་དེ་རེད། སྐད་ཡིག་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ནི་ང་ཚོ་བོད་པ་ཚོའི་སྲིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འཇམ་སྲིད་ཅུ་  
འདྲ་པོ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཟེང་། དང་ཐོག་ང་ཚོས་སྐད་ཡིག་བདག་གཅེས་གང་འདྲ་བྱས་ན་འཛོལ་དགོས་ཟེང་ཅེ་ན། ཐོག་མ་  
དེར་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་དེ་ཤེས་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེང་སྐབས་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་དེ་བོད་  
པ་ཚོས་ཞེ་དྲགས་མ་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས། རྒྱ་བུ་ཤོགས་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་མིས་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ཤེས་པའི་ཐོག་  
སྦྱང་གི་ཡོད་ཟེང་། ང་ཚོ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་བོད་མི་ཚོས་ཤེས་དགོས། རིན་ཐང་ཡོད་པ་ཤེས་  
པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ལ་ཆེ་མཐོང་སྦྱོང་དགོས་པ། བོད་དུ་ལྷུས་པ་བཞིན་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་དང་པོ་སྦྱངས་  
ནས་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ལ་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་རིམ་པས་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ། སྐད་ཡིག་གསུམ་པ་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་  
སྦྱང་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཟེང་། བོད་པའི་སྐད་ཀྱི་གཞི་ཅུ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས། དེའི་  
ཐོག་སྐད་ཡིག་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ། ཐེམ་པ་རིམ་འཛོལ་གིས་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་དེ་ཤེས་པ་བྱས། དེའི་  
སྐད་ལ་སྐད་ཡིག་གཞན་དག་ཤེས་པ་ཡིན་ན། དེའི་བྱང་ཚོས་རང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཟེང་། སོང་ཅང་ང་ཚོ་བཅོམ་བྱོལ་གི་ནང་  
ལ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་གནས་སྡངས་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་དེ་ལྷུས་པ་ཡིན་ན། སྐད་དེ་དེང་སང་བོད་པའི་སྐྱེ་  
ཚོགས་ཀྱི་ནང་ལ་དཔལ་འབྱོར་གི་གནས་སྡངས་ཀྱི་འཚོ་བ་དེ་གང་ལ་གང་འཚོམ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་པའི་  
སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ལ་ཉན་ཉན་རིམ་པས་ཉམས་ཆག་འགྲོ་བའི་གནས་སྡངས་ཆགས་ཡོད་ཟེང་།

ལྷག་པར་དུ་སྐྱེ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱ་ཁག་ལ་དེང་སང་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་ཀྱིས་ཚང་ལྷ་སྐྱེལ་ལ་ཕྱིན་ནས་གནས་སྡོམ་ལ་འགྲོ་  
གི་ཡོད་ཟེང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་བཞུགས་པའི་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་སོ་སོས་བེད་སྦྱོང་མ་  
གནང་། ལྷག་པར་དུ་སོ་སོའི་ཕྱག་ལས་གནང་ས་ལ་ཡུལ་གྱ་སོ་སོ་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་བེད་སྦྱོང་གནང་། ལྷག་པར་དུ་ཀྱིས་ཚང་  
ནང་དུ་ཡང་ཞིན་སྐད་ལ་སོགས་པ་བེད་སྦྱོང་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་རྒྱལ་ཁག་ལ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་རིམ་པས་ཉམས་ཆག་  
ཏུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་སྡངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཟེང་། ཡིན་ན་ཡང་དེའི་ཐོག་ལ་གཟུང་མཇུག་སྦྱོབ་གྲུ་ལ་སོགས་པས་དེར་བྱེད་  
པར་གཅིག་བཟོ་གི་ཡོད་ཟེང་། དེའི་སྐད་ལ་ཉེ་ཆར་དམིགས་བསལ་ཚོགས་ཆེན་སྐབས་སུ་ཡང་དགོངས་འཆར་ཐེབས་འདུག་  
བོད་པ་མང་པོ་གནས་ས་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱ་ཁག་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ངོས་ནས་སྦྱོབ་གྲུ་ཁག་འཇུགས་རྒྱ་དང་། ལྷག་པར་  
དུ་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་སྦྱོབ་བྱིང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་དགོངས་འཆར་མང་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་ཟེང་། དེ་དག་གི་རིགས་དེ་  
ངའི་ངོས་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བསམ་གྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོག་ལ་ལྷུས་པ་ཡིན་ན། སྐྱེར་བཏང་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྐྱ་གུ་ཚོས་སྦྱོབ་སྦྱོང་  
དང་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་ཕ་མ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དགོངས་འཆར་ག་ཟེང་ཡོད་ཟེང་ཅེ་ན། སྦྱོབ་སྦྱོང་སྦྱོང་རྒྱ་དེ་  
དཔལ་སྲུན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་སྦྱོང་བའི་ཐོག་ནས་སྦྱོབ་གྲུ་ཁག་གི་འཛོལ་སྦྱོང་ཟེང་། ལྷག་པར་དུ་སྦྱོབ་དགེ་རྣམ་པ་  
ཚོའི་ལས་འགན་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡོད་ཟེང་། དེ་ཉག་ཉག་སྦྱོང་གི་ཡོད་མ་ཟེང་། སྦྱོབ་གྲུ་  
ཁག་ལ་གནང་ཡག་དེ་སྦྱོབ་གྲུའི་རྣམ་ལགས་རྣམ་པ་ཚོས་ཉན་ཉན་སྦྱོབ་བྱིང་གནང་གི་ཡོད་ཟེང་། དེའི་སྐད་ལ་ཕ་མ་ཚོའི་ངོས་  
ནས་རྒྱལ་སྦྱོར་གནང་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། རྒྱལ་སྦྱོར་གནང་ལུ་བ་འདི་སྦྱོབ་གྲུར་གང་བསྐྱབས་པ་དེ་ཕ་མ་དོ་  
བདག་སོ་སོས་སྐྱ་གུར་སྦྱོབ་གྲུ་ནས་སྦྱོབ་བྱིང་གང་འདྲ་གནང་ཡོད་པ་དང་། སྐྱ་གུས་གང་འདྲ་ཞིག་ཤེས་ཡོད་མེད་དང་། གཙང་

མ་གང་འདྲ་བྱིས་ཡོད་མེད། ལྷག་པར་དུ་བྱིས་ལ་ནང་ལས་བསྐྱར་བ་དེ་དག་ལ་ཕ་མ་ཚོས་གཟིགས་ཤིག་གནང་། ཕན་ཚུན་སྤྱོད་མོང་གི་ཐོག་ནས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། ལྷན་ཡིག་དང་སློབ་སློབ་དེ་དག་སློབ་སྤྲོད་ཚེ་ལ་ཚད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུར་ཉན་ཉན་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་སྙམ་གྱི་འདུག དེ་མིན་སློབ་སློབ་དང་དེ་དག་ཚང་མ་སློབ་བྱ་ཁག་ལ་ཁ་གཡར་ནས་བསྐྱར་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉག་ཉག་སློབ་གྲི་ཡོད་མ་རེད་སྙམ་གྱི་འདུག།

ད་ལྟའི་ཆ་ལ་འོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་དེས་རྒྱུན་པས་ཕ་མ་ཚོ་ལ་འདྲ་ཉན་ཉན་སློབ་སློབ་བཟང་པོ་ཞིག་རག་པ་དང་རང་སློབ་གྲི་དོས་ལ་ཚོར་བ་ལྷགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། འོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་དེས་འཇམ་སྒྲིབ་གང་སར་ང་ཚོ་ཚང་མར་གྲོང་གུང་ལྷན་སྤྲོད་ལྷན་སྤྲོད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་རེད། ཚོ་སློབ་གི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་རེད། ཉང་སང་ཡག་ཚད་ལས་བཟུལ་བའི་གཞོན་སློབ་ཚངས་ཆེན་ཞིག་བྱུང་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ང་རང་གི་དོས་ནས་ལྷན་སྤྲོད་དེའི་ནང་ལ་འགྱུར་བ་ག་རེ་མཐོང་གི་འདུག་ཅེ་ན། སློབ་ཁྲིད་གནང་རྒྱུ་དེ་མང་ཆེ་བ་དུ་ཐོག་ནས་གནང་གི་ཡོད་པ་སོང་ཅང་། དེ་ལ་ཕ་མ་ཚོའི་དོས་ནས་མཉམ་ཞུགས་དེས་པར་གནང་དགོས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། ངའི་སློབ་བྱ་དང་འདྲི་ལས་རྒྱུ་སློབ་སློབ་ཁག་ཏུ་བཀའ་མོལ་བྱུང་སྐབས་ཕ་མ་ཚོའི་དོས་ནས་དང་སང་བའི་རྒྱུ་སློབ་ཡག་པོ་དང་། དགེ་ལེན་ཚོས་སློབ་ཁྲིད་གནང་ནས་བརྒྱན་བྱུང་དེ་འདྲ་བརྗོད་ནས་བསྐྱར་བ་དེ་དག་ལ་ཕ་མ་ཚོས་དེས་སྤྲོད་ཞུགས་ནས་དོ་བདག་སྤྲོད་ཚེ་སློབ་སློབ་ཡག་པོ་སྤྲོད་པ་དེ། འགན་འཁུར་འཕར་མ་ཞིག་སྤར་དང་མི་འདྲ་བ་བཞེས་པ། དེ་ལ་སློབ་མ་སློབ་ཀྱི་སྤྲོད་ཡིག་ཚང་ནས་བཀའ་ཐེབས་ཡོད་རེད། དུ་ཐོག་སློབ་ཁྲིད་ལ་ཕ་མ་ཚོས་མཐུན་འགྱུར་དང་སང་ཡག་གནང་བ་དེ་ལ་བཀའ་རྒྱུ་ཆེ་ཞེས་སྤྲོད་ཀྱིས་ཐོག་གྲང་སྤུལ་ཡོད་རེད། ད་ལྟང་རང་སློབ་གྲི་དོས་ནས་གྲང་ཕ་མ་ཚེས་ལྷན་སྤྲོད་ཆེ་ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་། མ་འོངས་པར་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའདྲིའི་ཐོག་ནས་ཕ་མ་ཚོ་ལ་སོ་སོའི་བྱ་སྤྲོད་ལ་སློབ་སློབ་དང་འབྲེལ་བའི་འགན་འཁུར་གྱི་འདུན་པ་ལྷགས་ཆེན་པོའི་འགྱུར་བ་ཞིག་ཐེབས་ཡོད་རེད། ཐེབ་པ་མ་ཚད་འདི་མཐོང་ཚོས་སྤྲོད་པའི་གནས་སྤངས་ཐོག་ཆགས་སོང་།

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དོས་ནས་སློབ་གྲི་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ལ་མཐུན་འགྱུར་སྤར་དང་མི་འདྲ་བ་ཏུ་ལས་པ་རེད། སློབ་མང་རང་སློབ་སྤྲོད་ཡིན་པའི་སྐབས་སྤྲོད་གྲིའི་ནང་ལ་མཐུན་རྒྱུ་དུ་ཉན་ཉན་བཞེས་པ་སྤྲོད་མ་རེད། ས་དང་གནམ་གྱི་བྱུང་བར་ཤོར་ཚར་བ་རེད། ལྷག་པར་དུ་སློབ་སློབ་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་ཡང་དགེ་ལེན་ཏུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་དགེ་ལེན་གྱི་བྱུང་ལས་ཡར་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་སློབ་རབས་དང་རིམ་པར་གནང་ཡོད་རེད། དེ་ལས་ལྷག་པ་སྐད་ཡིག་དང་སློབ་ཚན་གཞན་པ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུར་སློབ་སློབ་ཀྱི་དེ་ཤིག་ཏུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སོང་ཅང་། དཔལ་ལྷན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དོས་ནས་ལོ་ལྟར་སློབ་བྱ་ཁག་ལ་སློབ་མ་ཚོའི་དཔེ་སློབ་ལར་རྒྱས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དཔེ་དེབ་རིན་མེད་འགྲེམས་སྤེལ་ཏུ་ཅང་གི་ཐོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སློབ་བྱ་ཁག་ཙམ་མ་ཟེན་སློབ་གྲི་སློབ་སྤྲོད་ཀྱི་ཕ་མ་ཚོ་ལ་པར་རིས་ལྡན་པའི་སྤྱུང་དེབ་གནང་ཡོད་རེད། དེ་དག་ཕ་མ་ཚོས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དགོངས་དོན་གྱི་རྒྱུ་སློབ་སྤྲོད་གཞིར་བཟུང་སོ་སོའི་བྱ་སྤྲོད་ཚོའི་སྐད་ཡིག་གོང་འབྲེལ་ཆེད་དུ་དཔེ་སློབ་ལ་ཡང་ལྷགས་སློབ་དགོས་པ་དེ་ཏུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་སྙམ་གྱི་འདུག།

ལྷག་པར་དུ་ཕ་མ་ཚོའི་དོས་ནས་ལོ་གས་གོང་ལ་སློབ་བྱ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་དམ་འཛིན་བྱེད་བྱུང་རྒྱུའི་དོན་དུ་པོད་སྐད་གཙང་མ་རྒྱག་རྒྱུར་སློབ་གྲིའི་ཁོར་ལུག་ཡག་པོ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་སློབ་བྱ་ཁག་ཏུ་སློབ་སྤྲོད་ཚོས་པོད་སྐད་གཙང་མ་སློབ་གྲི་ཡོད་རེད། སྤྱིར་ནང་ལ་ལོག་པའི་རྗེས་སྤྲོད་ཀྱིས་ཚང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་བསྐྱོར་ལྟར་



དེ་མིན་ང་ཚོས་ཚོས་ཞེ་པོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ནའང་རེད། སློབ་སྦྱོང་ཞེ་པོ་ཐོན་པ་ཡིན་ནའང་རེད། དེ་བཤེས་སྦྱོང་ལོག་པར་  
ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། སློབ་མང་ཚོའི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་ལ་ཡང་ཡོད་རེད་ལྟོ། ཨོ་ས་མ་རྟེན་ལ་རྟེན་ལས་སོགས་པ་མང་པོ་  
ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་དུ་ཅང་གི་ཚད་མཐོ་པོ་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོང་ཚོ་ལ་ཤེས་ཡོན་བྱུང་ཡོད་མ་རེད། གལ་ཏེ་ཤེས་ཡོན་ཚད་  
དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ན། དེས་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བྱུང་གི་ཡོད་པ་སོང་ཅང་ང་ཚོས་སློབ་མ་ཚོའི་རྒྱུད་ལ་ཤེས་ཡོན་  
སྤང་པའི་བརྒྱུད་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བྱུང་གི་ཡོད་པ་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཆགས་བསྤང་གི་ཡོད་རེད་སྟེ་སྟེ་གི་འདུག ད་ལྟོ་  
ངས་མཐའ་བསྐྱེད་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་དེར། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གི་ལོ་ཞེས་སྤྱི་བཅུ་  
ལྷན་གི་ཡོད་རེད། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་ཆེ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་དེ་ང་ཚོས་བཤད་དགོས་  
ཡག་ཡོད་མ་རེད། རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མས་མཐུན་གསལ་རེད། ཡིན་ནའང་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སྤྱི་བཅུ་པ་དེ་ཕྱི་  
ལོ་ ༢༠༡༠ ཅམ་མ་ཡིན་པ་དུས་ནམ་ཡང་ཁོང་གི་བཀའ་དྲིན་དེ་ང་ཚོས་དྲན་པའི་ཐོག་ནས། བཀའ་དྲིན་འཇལ་རྒྱུ་ང་ཚོའི་  
སེམས་རྒྱུད་ལ་འཇོགས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཁོང་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སྤྱི་བཅུ་པ་དེ་ལྷན་པ་ཡིན་ན། ཡགོང་ས་མཆོག་  
གི་བཀའ་སློབ་ཐེབས་པ་དེ་དག་གཞིར་བཟུང་ང་ཚོས་བྱམས་དང་སྤྱི་རྗེ་ལྡན་པའི་མི་བཟང་པོ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་དང་། བཀའ་སློབ་དེ་  
དག་ལྷན་པ་ལ་བཅངས་པའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་སོ་སོ་མི་བཟང་པོ་ཆགས། དེ་ནས་མི་གཞན་ལ་ཕན་འདོག་རྒྱུ། ལྷག་པར་དུ་གཞན་  
ལ་ཕན་མ་ཐོགས་ནའང་གཞོན་པ་ནམ་ཡང་བྱེད་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་དག་རྣམས་ཡིན་གཅིག་མིན་གཅིག་ལྷན་པ་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་  
ནས་ཉམས་སྤྱི་བཅུ་པ་ཡིན་ན། ཁོང་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སྤྱི་བཅུ་པ་དེ་རེད་སྟེ་སྟེ་གི་འདུག དེ་མིན་ཁ་ནས་བཀའ་དྲིན་  
རྗེས་དྲན་ཡིན་ཞེས་དེ་གཅིག་པོ་བཤད་བསྤང་ན་དེ་གནད་ལ་འཁེལ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ཁོང་གིས་  
གང་སྤངས་པ་བཞིན་ལྷན་པ་བསྤྱི་བཅུ་པ་ལ་བཅངས་པའི་ཐོག་ནས་ཡང་དུ་ང་ཚོས་དྲན་པའི་ཐོག་ནས། ང་ཚོ་སོ་སོ་རང་  
ངོས་ནས་སྤྱི་བཅུ་པ་ལག་ཡོད་པ་དེ་དག་གནད་དགོས་པ་དུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་སྟེ་སྟེ་གི་ཡོད།

ད་ལྟོ་ཆར་ཏོག་དབྱེབས་གཉན་རིམས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་དཀའ་ངལ་རབས་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་  
དཀའ་ངལ་དེ་གཏན་དུ་གནས་ཡག་མ་རེད། འདུ་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་རེད། དེ་བཞིན་དཀའ་ངལ་  
དེ་རིམ་པས་སེལ་འགྲོ་གི་རེད། ཡིན་ནའང་དཀའ་ངལ་དངོས་གནས་དེ་ང་ཚོའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་མ་རུང་བ་རེད། ཉོན་  
དམོངས་དུག་གསུམ་རེད། དེ་དག་རིམ་པས་མེད་པ་བཟོས་པའི་ཐོག་ནས་ལ་རབས་བཟང་སྦྱོང་ལྡན་པའི་མི་ཚང་ལྡན་ཞིག་  
གནད་བྱུང་གི་ཏེ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་སྟེ་སྟེ་གི་ཡོད། མཐའ་དོན་ཆོག་མང་པོ་ལྷན་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་  
ས་ཡ་སྤྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལྷན་པ་བསྤྱི་བཅུ་པ་ལ་བཅངས་པའི་ཐོག་ནས་མིའི་ལ་རབས་བཟང་  
སྦྱོང་ལྡན་པའི་རིན་ཐང་དེ་གོང་མཐོར་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། དེ་བཞིན་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྱོར་བྱུང་ཡག་རེད། ལྷག་པར་  
དུ་ང་ཚོ་པོད་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་བདག་གཅེས་རེད། ཉམས་པ་སྤྱི་བཅུ་པ་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཁེལ་ཡོད་ཡག་དེ་དག་  
གི་ཐོག་ལ་རྣམ་པ་ཚོས་ལྷན་པ་ལ་འཇགས་པའི་ཐོག་ནས་ཡ་སྤྱུབས་པའི་བཀའ་དང་དགོངས་པ་རྒྱུས་ཆེན་དེ་དག་སྤྱི་བཅུ་པའི་  
སེམས་གཏོང་ནས་རྣམ་པ་ཚོ་ལ་འཕོད་བསྐྱེད་ལུ་རྒྱ་ལོན།

མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྤྱི་བཅུ་པ་བརྒྱུད་བརྒྱུ་པ་དང་། ལྷན་པ་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་  
དག་འགྲུབ་ཅིང་ང་ཚོ་གངས་ཅན་རྗེས་སྤྱི་བཅུ་པ་ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་དབྱེད་པའི་ཐོག་ནས་མཐོག་སྤྱི་བཅུ་པ་པོད་ལ་ལོག་བྱུང་པ།  
སྤྱི་བཅུ་པའི་ཉི་མ་གར་བྱུང་པའི་སྤོན་ལམ་ཆོག་ཏུ་འདེབས་པའི་ཐོག་ནས། ལྡན་རྒྱུས་ཀྱིས་ངའི་གཏམ་བཤད་བྱུང་དུ་འདི་ཡག་པོ་

གསལ་གཟིགས་གནང་བར་སློང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གནང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེའི་ནང་ལ་ཚོག་མ་འགྲིག་པ་དེ་འདྲ་ཏན་ཏན་  
བྱུང་ཡོད་རེད། དེ་དག་ལ་ངས་བཞོད་གསོལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཀའ་དྲིན་ཆེ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོའི་ཟླ་བ་ ༠༡ ཚེས་ ༠༩ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡག་ང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ལྷོ་ལི་གསར་པར་བྱང་ཨར་ལན་གྱི་དཔའ་པོ་རེ་ཆར་  
ཉེ་མོ་རེ་མཚོག་གྱུ་གར་གྱི་སྲིད་འཛིན་བྱུང་པ་ཨེ་ཤེ་ཇི་ཨ་ལྷུ་ཇལ་ཀ་ལམ་ལ་ངོ་སློད་གནང་བཞིན་པ། པར་པ། : བསྟན་འཛིན་སྐུ་ལྷོ། དགའ་ལྷན་ལོ་བྱང་།

༼༤༽

ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་ཐོག་  
གསུང་བཤད་གནང་མཁན།

མཁན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་། འཇམ་དབྱངས་ནང་པའི་ཚོས་ཚོགས། ཨིན་ཡུལ།

ཕུབ་བསྐྱེད་ཡར་འཕེལ། རྣམ་རྒྱལ་གྲ་ཚང་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་སྦྱོར།

མཁན་པོ་རྗེ་རྗེ། སྤོར་དཔལ་སྤྲུངས་ཤེས་རབ་སྤྱིང་དགོན་པའི་ཚན་གསུམ་པ།

དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་རིང་པོ་སློབ་བཟང་སྟན་གསལ། སྦྱི་བྱར། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ཡིག་ཚང་གི་གསུང་  
འབྲུམ་སློབ་སྦྱོར་ཚན་པའི་སྦྱི་བྱར་ལྷ་སྦྱོར་ལས་རོགས།

བསྐྱེད་འཛིན་ཚོས་འཕེལ། མ་སུ་རི་བོད་བྱིམ་གྱི་མདུན་ལམ་སློབ་སྦྱོར་པ།





# ཡུལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ།

## མཁན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་།

### འཇམ་དབྱེངས་ནང་པའི་ཚོས་ཚོགས། ཡིན་ཡུལ།

༡༡། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པའི་སྐོར་མ་ལུས་གོང་ཡུལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ངོ་སྟོན་མདོར་བསྡུས་ཤིག་ལྟ་བུ་ཡིན། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་དང་པོ་ནི། སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཉམས་སྤོང་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་སྤྲོད་མཁའ་པོ་ཞིག་ལ་གཞུགས་ཏེ་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་ནི་བྱམས་བརྗེའི་རང་བཞིན་དང་བྱམས་བརྗེའི་ས་པོ་ནི། གང་ལྟར་རྣམས་པ་ཡོད་པའི་སློབ་ཆགས་ཤིག་ཡིན་པར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཀའ་སློབ་ཤེབས་ཀྱི་ཡོད། ཚོགས་པ་ཆེ་ཕྱ་ཚུང་གསུམ་ནང་བཀའ་སློབ་འདི་ལྟར་སྦྱུལ་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་འདྲའི་བྱམས་བརྗེའི་རྣམས་པ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་ས་པོ་ནི་འདི་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་རེད།

ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི། འཇམ་སྐྱང་འདྲིའི་སྐང་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ལྟ་བུ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཁབ་བརྒྱུན་པའི་ཚོས་ལུགས་ཆེ་ཁག་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མིས་མཚོན་པའི་སློབ་ཆགས་མང་པོར་བྱམས་བརྗེ་དང་བདེ་སྐྱིད་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཚང་མས་མཁའ་གྱི་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་འདི་ཉིད་གལ་ཆེན་པོར་བརྗེ་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོས་བརྒྱུད་ཆེ་ཁག་གི་དབུ་བྱིད་རྣམ་པས་གཙོས་ཚོས་བརྒྱུད་མི་འདྲ་བའི་རྗེས་འདུག་རྣམས་པ་པོ་ཚུན་མཐུན་སྦྲེལ་བཟང་པོ་ཡོད་ཀྱི། མཐུན་སྦྲེལ་དེ་ཡང་ཁ་དང་ཆོག་ཙམ་མིན་པར་ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་དམིགས་ལུལ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ། དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མིའི་གཙོས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་བརྗེ་དང་བཟང་སྟོན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡིན། ལྟ་བུ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ནའང་མཐུང་མའི་དམིགས་ལུལ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་ངོ་སྟོན་བྱེད་པ། དེ་སྦྱུང་མཁན་འཇམ་སྐྱང་ནང་ཚོས་བརྒྱུད་ཆེ་ཁག་གི་སྤྱི་ཚོར་དང་གཞན་ཚང་མས་མཐུན་སྦྲེལ་དམ་ཟབ་དང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གུས་བརྗེ་གནང་རྒྱ་ནི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཡིན།

ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ནི། སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་སློབ་ཤེབས་པ་ལྟར། མགོན་པོ་གང་ཉིད་པོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། པོད་པའི་མི་འཕེར་འཇམ་སྐྱང་སྤྱང་མང་པོ་མེད་ནའང་པོད་མི་བརྒྱ་ཆ་ ༧༧༧ ཡིས་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་སློབ་གཏུང་དང་ཡོད་ཆེས། ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་དོན་ལ་གཞུགས་དགོས་པ་གང་ཉིད་ལ་ཕྱགས་འགན་ཞིག་ཡོད་སྐོར་བཀའ་སློབ་ཤེབས་ཡོད། དེ་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡུལ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་པོད་མིའི་ཚོས་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་དབུ་བྱིད་གནང་ཡོད། ད་ཆ་སྤྱི་ཕྱོགས་དབུ་བྱིད་ཟུར་དུ་བསྐྱོད་གནང་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་གཙོ་བོར་པོད་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་དང་། ཤེས་རིག ། དེ་ཡང་གཞན་གཞན་གྲོ་ཚམ་མིན་པར་ལོ་སྟོང་ཕྱག་འགའ་གས་ནས་རྒྱ་གར་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཤེས་རིག་དུ་ཅང་ཕྱག་པོ་ཡོད་པ་དེ་སྦྱང་སྦྱོབ་དང་སྐྱགས་གོང་འཕེལ་གནང་རྒྱ། ཕྱོགས་མཚུངས་པོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་འཇམ་སྐྱང་གི་མཐོ་སྐང་དུ་ཆགས་པ་མ་ཟད། གར་རྩེ་ཨ་ཤེ་ཡའི་ནང་མར་འབབ་པའི་ཚུ་བོ་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཞིག་པོད་ནས་འབབ་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། ཚུ་བོ་དེ་དག་ལ་མིས་མཚོན་པའི་སློབ་ཆགས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་འཚོ་རྩེན་ཆགས་ཡོད་པས་པོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྦྱང་སྦྱོབ་གནང་རྒྱ་ནི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ཡིན།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ནི། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལྷན་པོ་དེ་བར་སྐབས་ཉམས་ཆག་ཕྱིན་ཡོད་པ་དེ་  
 དག་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་རིག་གཞུང་ནང་ནས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་སྤེལ་  
 རྒྱུ་ཀྱི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ཡིན། ལྷ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དང་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི། བྱམས་  
 བརྩེ་དང་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཁོར་ལུག་ཅིག་བསྐྱེད་ཆེད་ཡིན། བྱམས་བརྩེ་དང་བདེ་སྐྱིད་དེ་ཡང་  
 གཏོང་ཚུགས་པ་ཞིག་བསྐྱེད་གནང་བྱུང་བ་ལྟར་རྒྱ། དེའི་ཐབས་ལམ་ནི་གནའ་བོ་ནས་རྒྱ་གར་ནང་རྩ་ཆེར་བརྩེ་པའི་འཆོ་བ་  
 མེད་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་བྱམས་སྤྱིང་རྗེའི་ལྷ་གྲུབ་དེ་གཉིས་ཡིན་པའི་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཆེད་ལྷ་གྲུབ་དེ་  
 དག་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་རྒྱུར། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ད་ཆ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་  
 པ་ལ་ཏ་ཅང་གི་དགོས་མཁོ་ཆེན་པོ་དང་རན་པོ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱུ་ལེགས་སྤྱར་སྐད་ཡིག་ལ་བརྟེན་ཡོད་  
 པའི་ལྷ་གྲུབ་དེ་དག་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཉིད་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱ་དགོངས་བཞེད་དང་ཕྱག་ལས་གནང་གི་ཡོད། འགྲོ་  
 བ་མི་ཆང་མ་བདེ་སྐྱིད་འདོད་ཀྱི་ཡོད། བདེ་སྐྱིད་དེ་ཡང་ཐབས་ལམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཐབས་  
 ལམ་མང་ཆེ་བ་ནི་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་བཏང་སྤོང་དོན་དངོས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཅིག་ཡོང་རྒྱུ་ལོ་སྤེལ་དང་། ལྷ་གྲུབ་འཛོལ་ནས་ལས་  
 འཆར་མང་དག་ཅིག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དཔེར་ན། དེང་སྐབས་འཛོལ་སྤྱིང་ནང་ཆོན་རིག་དང་སྐྱུ་སྐུལ་སོགས་སློབ་སྦྱོང་འདྲ་  
 མིན་བྱ་རྒྱུ་ལྟེ་ཆོན་མང་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེང་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་སྤྱི་ཚོགས་མང་ཆེ་བ་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་  
 ཆོན་མ་གཏོགས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་བཏང་ནས་བདེ་སྐྱིད་བཅའ་རྒྱུ་ལོ་སྤེལ་ཏེ་ཅང་ཉུང་ཉུང་རེད། སློབ་སྦྱོང་  
 བསྐྱབ་རྒྱ་དང་སློབ་སྦྱངས་སོགས་ཆ་ཆང་། དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཆ་ནས་ལས་ཀ་ལག་པོ་ཐོབ་ཐབས་དང་སྐྱོ་ཕོགས་དང་གོ་གནས་  
 ཆེན་པོ་ཐོབ་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དམིགས་ཡུལ་འཛོལ་ནས་ཤེས་ཡོན་བསྐྱབས་པ་མ་གཏོགས་སེམས་བཟང་པོའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་  
 ཚོགས་ནང་མི་ཆེ་བསྐྱུལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཞབས་འདེགས་ལུ་རྒྱུ་ལོ་སྤེལ་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པ་དེ་དང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་  
 ནང་ཏ་ལམ་ཉུང་ཉུང་ཡིན།

སྤྱི་ཚོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་  
 བརྟེན་པའི་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱུ་ལེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ལམ་སོགས་བསྐྱར་གསོ་གནང་དགོས་རྒྱུ་དེང་  
 དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་མཉམ་དུ་འདྲེས་ནས་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་སྤྱི་བསྐྱབ་ཐུག་ཆེ་སྤྱི་ཚོགས་དང་གང་ཟག་སྤྱིར་ལའང་འདབ་  
 གཏོག་གཉིས་ལྡན་ལྷ་གྲུབ་ཡིན། དེས་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཕྱིའི་གོ་རྒྱུའི་ཐད་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་  
 རྒྱུ་དང་། དེས་བརྒྱུད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྲེལ་ལམ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་ལོ་སྤེལ་བྱེད་ཀྱི་  
 རྒྱུ་ཡིན།

གལ་ཏེ་རྒྱ་གར་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ནས་ཏ་ཅང་གི་འབྲེལ་བཞེད་ཆེན་པོ་དང་སློབ་སྦྱོང་གནང་རྒྱུ་ཡོད་ལ། དེང་  
 དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ནང་སློབ་སྦྱོང་གནང་མེད་པའི་སྤྱིར་ལ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ་ཞེས་འདྲི་ཆོ། དཔེ་མཚོན་འགའ་གསུམ་གྱི་  
 ལུས་ན། ནང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་སེམས་ཀྱི་སློམ་གཞི། སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས། སེམས་ཀྱི་ཁྱད་པར། སེམས་ཀྱི་ཕྱ་  
 རགས། སེམས་བཟང་ངན་ལ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་འབྲེལ་བཞེད་ཏ་ཅང་ཕྱག་པོ། དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་ལག་  
 ལེན་བསྐྱར་སྤྱོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ངམ་ཤེས་ཡོན་ཕྱག་པོ་དེ་དག་ཕལ་ཆེར་དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱུ་ནས་བརྒྱུད་པའི་མགོན་པོ་སྤྱི་བྱུ་སྐྱབ་དང་  
 འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་སོགས་དང་། པོད་ལ་ཕེབས་མཁན་གྱི་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོས་གཙོས་ཁོང་གི་  
 སློབ་མ་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ། རྗེ་པོ་རྗེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ག་སོགས་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་གསོལ་

འདེབས་ནང་ཡོད་པ་ལྟར་པའ་གྲུབ་འདི་ཚོའི་མཚོན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་བསྟོན་གནས་དཔལ་རྒྱ་ལེན་དང་། ཏུག་གི་ལ་  
(TAKSHILA) སོགས་ནས་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་པའ་གྲུབ་ཚོས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་གཞུང་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། རིགས་པའི་  
སློབ་མཁན་གཏན་ལ་ཕབ་ཅིང་ཞིབ་ཐུང་གཏོང་བ་དང་། རབ་དེ་འདྲ་དེ་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ནང་ཕལ་ཆེར་ཡོད་པ་མ་ཟེད། ཅས་བརྗོད་ན་  
འགྲིག་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

གཞན་ཡང་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གྲེད་སྤངས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་རིགས་པའི་ལམ་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་དང་  
རིགས་པ་དེ་ཡང་རིགས་པ་ཁེར་རྒྱུ་མེད། ད་ཆ་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སྟེ་གསལ་ཞེ་མང་ཆེ་བ་ཆོན་རིག་པའི་རིགས་པ་  
ཡིན། རིགས་པ་དེ་ནི་ཨང་ཅུ་སྟེ་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་དངོས་པོའི་བརྗོད་སྟུང་བྱ་རྒྱུ་ལོན་ཡིན། འོན་ཀྱང་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནས་  
བརྒྱུད་པའི་ལྟ་གྲུབ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་རྣམས་གཏན་འཁེབས་ཀྱི་རིགས་པ་ནི་རིགས་པ་གཅིག་ཙམ་མེད་པར་རིགས་པ་བཞིའི་  
སློབ་མཁན་གཏན་འཁེབས་གནང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་བྱ་བ་རྒྱུ་བ་པའི་རིགས་པ། ལྟོས་པའི་རིགས་པ། འཐད་པ་རྒྱུ་བ་པའི་རིགས་པ།  
ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་སྟེ་བཞི། དེ་བཞིན་རྟོག་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག་གི་སློབ་མཁན་གཏན་ལ་ཕབ་པ། རྟོག་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ནི།  
གང་ཟག་ལ་མི་རྟོག་ཚོས་ལ་རྟོག། ཚོས་དེ་ཡང་ཚོག་ལ་མི་རྟོག་དོན་ལ་རྟོག། དོན་དེ་ཡང་དྲང་དོན་ལ་མི་རྟོག་དེས་དོན་ལ་  
རྟོག། དེས་སྟོན་དེ་ཡང་རྣམ་ཤེས་ལ་མི་རྟོག་ལེ་ཤེས་ལ་རྟོག། ཞེས་རྟོག་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག་སོགས་ཐབས་ལམ་ཏུ་ཅང་ལྷུག་པོ་  
ཡོད་པའི་སྟོབ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་ལྟ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་དང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལྟ་བ།  
བདེན་པར་མེད་པའི་ལྟ་བ། རྟོག་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་བ། སྤྱི་དངོས་པོའི་རྣམ་པ་བསྟན་པ་ཙམ་དང་། རང་ཉིད་ལ་གང་སྤང་བ་ཙམ་ལ་  
སློམ་འཚོམ་པར་དངོས་པོའི་ཡོད་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་དུ་བྱེད་སྤངས་དང་ལྟ་གྲུབ་སློབ་མཁན་གྱི་གཏན་ལ་ཕབ་ཡོད་  
པ་དང་། དེ་ཡང་ཕྱ་རགས་མང་པོའི་དོན་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཏུ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད།

གང་ལྟར་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ནས་བརྒྱུད་པའི་ལྟ་གྲུབ་དང་། སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག། རིགས་ལམ་སོགས་ཚང་མ་ནང་  
སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཆེད་དུ་གསུངས་ཡོད། དཔེར་ན། རིགས་པའི་ལམ་ནས་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ལ།  
ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སློབ་མཁན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་མ་ཞོར་བ་དང་མ་འཁྲུལ་བར་ཤེས་པར་བྱེད་ནས་མ་རིག་  
པ་དང་མི་ཤེས་པའི་ཆ་རྣམས་སེལ་བར་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། གཞན་ཡང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཐབས་ཀྱི་དཔེ་  
མཚོན་གཞན་ཞིག་ལྟར་། རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐུ་བ་ཀྱིས་བཀའ་ཚུལ་གནང་བའི་རིན་ཆེན་སྲེང་བ་  
དང་། ཞི་བ་སྐྱས་ཚུལ་གནང་བའི་སྦྱོད་འདུག་དང་བསྐྱབ་བཏུས་རྣམས་ཀྱི་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་ཞིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་  
ཐབས་ཞིབ་ལ་རྒྱས་པ་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་བཟུང་བ་དང་རང་ལས་གཞན་གཅེས་པ་ལྟ་གྲུབ་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་རིམ་པ་  
ཁག་རིགས་པའི་ལམ་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་པ། སློབ་སྦྱང་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་འདི་རང་  
ཉིད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཀའ་ངལ་བརྗོད་ཡོད་པའི་སྦྱོན་རྣམས་རེ་རེར་ནས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་འབྲེལ་བཤད་  
བསྟོན་ནས། རང་གཅེས་འཛིན་དེ་མར་ཉུང་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་རྣམས་དང་། དེ་འདྲའི་ཐབས་ལམ་རྣམས་རིག་གཞུང་  
གཞན་པའི་ནང་ཕལ་ཆེར་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་སློབ་དཔོན་སྟོགས་སྤང་དང་ཚོས་གྲགས་བཅས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་  
པའི་ཚད་མ་རིག་པའི་འགོ་སྤངས་དང་། སློབ་ལུ་ལ་འདུག་སྤངས། སློབ་འཛིན་སྤངས་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་གཞག་སོགས་ཏུ་ཅང་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་ཡང་བཀའ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།

རྩ་བའི་སློབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ལ་སློབ་གཉེར་དང་ཉམས་ལེན་གནང་ས་ལྷ་ལའི་སྐད་

ཡིག་ཐོག་ལའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དཔལ་རྒྱལ་ལེ་རྒྱ་ནས་བརྒྱུད་པའི་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཕྱི་དྲུང་བའི་དུས་རབས་དང་པོ་གཉིས་པ་གསུམ་པ་ནས་དུས་རབས་ ༡༡་་་༡༣་་་༡༩ བར་ལོ་ཚིག་སྤོང་ལྷག་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གདན་ལ་ཕབ་པའི་བསྟན་འགྲུར་ནང་ཡོད་པའི་ཚད་མ་རིག་པ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྤོང་གི་སྐོར། རྒྱགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སེམས་སྤྲ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སོགས་གཞུང་རྣམས་ད་ལྟ་ཕལ་ཆེར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོད། དེ་ཡང་གདན་ས་དང་བཤད་གྲ་ཆེ་ཁག་ནང་གི་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་དང་སྤོང་གཉེར་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད་པ་རེད། རིག་གཞུང་ཕྱག་པོ་འདི་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་གནང་གི་ཡིན་ཞེས་བཀའ་སློབ་སྦྲལ་བ་ཙམ་མ་ཟད། གནང་རྒྱུའི་ལས་འགུལ་དང་གོ་ཉོགས་གང་མང་སྤེལ་དགོས་པའི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ནི་མི་ཆེ་བའི་སྤྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིང་བ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

གོང་དུ་ལྷུས་པའི་གཞུང་དེ་དག་ནང་པའི་མཁས་པའི་བརྩམས་པའི་གཞུང་ཡིན་སྟབས། ལྟ་གྲུབ་དང་ཐབས་ལམ་དེ་དག་དང་མཉམ་དུ་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྐོར། དཔེར་ན། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་དང་། སྤྱི་བ་སྤྱི་ལྷོ། ལས་འབྲས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་གནང་ཡོད། དེ་དག་ནི་ནང་པའི་ཚོས་བྱེད་མཁན་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ལས་ཚང་མར་ཕན་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་གཞུང་དེ་དག་ནང་གི་ལྟ་གྲུབ་ཕྱག་པོ་དང་ཐབས་ལམ་བཟང་པོ་རྣམས་རྒྱ་གར་གྱིས་གཙོ་སྤྱོད་ཚོགས་ནང་ལ་གོ་ཉོགས་དང་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ། ལྷག་པར་རྒྱ་གར་གྱི་གཞིན་སྤྱོད་རྣམས་སྤོང་སྤོང་གྲུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་བཟོ་བྱུང་པའི་ཕྱག་ལས་གནང་རྒྱུའི་ཆེད་རེད། འོན་ཐོག་མ་རྒྱ་གར་ནང་ལས་འཆར་དེ་དག་སྤེལ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ། དཔེར་ན། ཨ་རི་དང་ཡོ་རོབ། དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་མང་པོའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མཐོ་རིམ་སྤོང་གྲར་ནང་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་ཐོག་སྤོང་སྤོང་གྲུ་ལུལ་མང་པོ་ཡོད། འབྲུམ་རམས་པ་དང་གཙུག་ལག་རབ་འབྲུམས་པ་སོགས་ཀྱི་སྤོང་སྤོང་བྱེད་སྤོང་གྲུ་མང་པོ་ཡོད་ནའང་། སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལ་སྤྱོད་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་གཙོ་བོར་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱུ་ནི། དཔལ་རྒྱལ་ལེ་རྒྱ་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གཞུང་ཏ་ཅང་ཕྱག་པོ་འདི་དང་ཐོག་རྒྱ་གར་རང་ནས་ཡོང་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཐོག་མར་ཡོང་སའི་ཆ་ནས་མཚུངས་པོ་ཡོད། ཁོང་ཚོར་ད་ལྟའང་རིག་གཞུང་གི་ཆ་རན་པོ་ཡོད་པ། རྒྱ་གར་ནི་མང་གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་པས་སྤོང་སྤོང་གང་དང་གང་བྱེད་རང་དབང་ཡོད་པ་སོགས་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཟེགས་ནས་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱུར་ཕྱགས་འཁུར་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་བཞེས་གནང་གི་ཡོད།

རིག་གཞུང་གལ་ཆེ་དེ་དག་ཉར་ཆོགས་གནང་མཁན་ནི་གོང་ལྷུས་པ་བཞིན་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གདན་ས་དང་བཤད་གྲ་ཁག་གི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ཡིན། བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དགེ་འདུན་གྱི་ཞལ་གྲངས་མཐོ་པོ་བརྟེན་གྱི་ཡོད་ཀྱང་སྤྱིའི་མཐོ་རིམ་སྤོང་གྲ་ཆེ་ཁག་ནང་མི་སྤོང་ཕྱག་སུམ་ཅུ་དང་བཞི་ཅུ་ཙམ་སྤོང་གཉེར་བ་ཡོད། དེ་དང་བསྐྱར་ཆེ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གདན་ས་བཤད་གྲ་ཁག་ནང་སྤོང་གཉེར་བ་གྲུ་བཙུན་ཁྲོན་སྤོང་ཕྱག་སུམ་ཅུ་གཡས་གཡོན་ལས་མེད། ལྷོས་ས་ལྷོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁ་གྲངས་ཞེ་དྲག་ཉུང་ཉུང་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་སྟབས་ང་ཚོའི་ངོས་ནས་ཕར་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤོང་བྱུང་གི་མེད།

ང་ཚོའི་སྤོང་བྱུང་ས་ནི་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་མཐོ་རིམ་སྤོང་གཉེར་ཁང་དང་གཤམ་ཡོན་བསྐྱོ་གནས་ཁག་ཡིན། དེ་དག་གི་ནང་གོང་དུ་དཔལ་རྒྱལ་ལེ་རྒྱ་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གཞུང་ཏ་ཅང་ཕྱག་པོ་འདི་དག་གཤམ་ཡོན་གྱི་སྤོང་ཆེན་ནང་སྤོང་བྱུང་བའི་དེ་ནས་རིམ་པར་འཆར་ཡོངས་བསྐྱོ་གནས་ཐོན་ཡོང་མཁན་གྱི་གཞིན་སྤོང་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་མཚོན་པའི་གཞན་སྤོང་གཉེར་བ་དུའང་ཕན་ཐོགས་བྱུང་བའི་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོ་ལོ་ ༣༠་་་༣༠་་་༤༠་་་༥༠ དགོངས་པ་བཞེས་ནས་གནང་གི་ཡོད། མཐོ་རིམ་

སྒྲིབ་གྲ་མང་པོའི་ནང་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཆེབས་རྒྱུར་བསྐྱབས་ཏེ་དེའི་ཐད་བཀའ་སྒྲིབ་ཡང་ཡང་  
སྐྱུལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མཐོ་རིམ་སྒྲིབ་གྲའི་ནང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་ཚན་ཚུགས་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་གནང་ཡོད། ལ་གས་བཅུགས་  
ཟིན་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱ་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་རེད།  
མཐོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་གིས་དབྱ་བཅུགས་གནང་ཡོད། དུག་ལས་མང་པོ་གནང་ཡོད། གང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱག་ལས་གནང་བ་  
རྣམས་གཙོ་བོ་གདན་ས་དང་གྲ་ཚང་ཁག་ལ་ཡོད་པའི་དགེ་འདུན་དང་བཅུན་མ་ཚོའི་བོད་པའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱེད་  
མཁན་ཚོའི་ཞབས་འདེགས་ལྷ་གྲུབ་པའི་དགོངས་པ་བཞེས་རྒྱ་དུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ད་ཆ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོད་  
པའི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ཤེས་ཡིན་དེ་དག་ཡར་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མཐོ་རིམ་སྒྲིབ་གྲ། ཤེས་ཡིན་གྱི་བསྐྱེད་གནས་ནང་འབྲུལ་  
རྒྱུའི་བཀའ་མོལ་ལྷ་གི་ཡོད། འབྲུལ་མཁན་དེ་བོད་པའི་བཤད་གྲ་དང་གདན་ས་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་མཁན་  
གྱི་གྲ་བཅུན་རྣམས་རེད། དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དགོངས་པར་བཞེས་པ་ཙམ་མ་ཟད་དེའི་ཐོག་སོ་  
སོའི་ངོས་ནས་མཐུན་འགྱུར་གང་ལྷ་དགོས་སྐྱོར་དང་། ད་ཆ་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་སྐབས་ནས་སེམས་ནང་འཛོག་  
དགོས། རྒྱ་བའི་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་ཟིན་པའི་རྗེས་ལ་གདན་ས་གྲ་ཚང་དང་བཤད་གྲ་ཁག་གི་ནང་དགེ་ཆུན་གྱི་ཕྱག་ལས་གནང་  
ནས་བཞུགས་པ་སོགས་དུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཚང་མ་དེའི་ནང་ལྷགས་པ་ཙམ་མིན་པར་སྤྱི་ལ་ཞེབས་ཏེ་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་  
ཡ་སྐྱབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་པ་སྐྱབས་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ནི་ང་ཚོའི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན།

བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གཞིན་སྤྱི་ཚོས་གོང་ལུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ཆ་ནས་ཞབས་འདེགས་ལྷ་གྲུབ་ཆེ་དུ་ལན་བོད་མིའི་སྤྱི་ག་  
འཇུགས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོར་ཡ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ངོན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤྱང་བཙུ་ལུས་པ་རྣམས་དོན་དང་ལུན་པ། ང་ཚོའི་  
ངོས་ནས་སྤྱང་བཙུ་འི་ཆ་གས་སུ་བཤུ་སྐྱོང་ཙམ་མིན་པར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཞབས་འདེགས་  
ལྷ་གྲུབ་ཆེ་བོད་མིའི་ལྷ་ན་མེད་པའི་དབྱ་བྱིད་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དགོངས་པ་གྲུབ་པ་ཡིན།  
བཤད་གྲ་དང་གདན་ས་ཆེ་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་མཁན་གྱི་གྲ་བཅུན་རྣམས་ནས་ངེས་པར་མཐོན་པོ་གང་ཉིད་  
ཀྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ཕྱག་ལས་གནང་ཐུབ་རྒྱུའི་དགོངས་པ་བཞེས་དགོས་པ་ནི་དུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད།  
མཐའ་དོན་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཡུལ་རིང་གནས་པ་དང་འཇམ་སྐྱོང་ཞི་བདེ་ཡོང་བ། བོད་  
ཀྱི་བདེན་མཐའ་ལྷུང་དུ་གསལ་ཐུབ་པའི་སྒྲིབ་ལམ་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ཕྱགས་རྗེ་ཆེ། །



ཡ་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ།

བྱུག་བསྐྱེད་ཡར་འཕེལ།

ནམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་སློབ་སྦྱོང་།

ཀ། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་སྦྱི་བཤད།

༡། །གྲུས་པས་འདིར་སྦྱི་མོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་དོ་སློབ་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་། ཐོག་མར་སློང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་མགོན་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་སྦྱི་མོར་སློབ་ལུ་སྐབས་བསམས་བྱུང་། དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་སྦྱི་མོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཐོག་མར་ཆེབ་སྐྱེད་བསྐྱེད་སྐབས་སྐབས། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་མགོན་པོ་གང་ཉིད་འགོ་བཟེ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགོ་བཟེའི་ཡ་རབས་བཟང་སློབ་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་མཛད་རྒྱུ་དང་གཅིག་གཉེས་པ་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱོར་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་མཛད་རྒྱུ་དང་གཉེས། གསུམ་པ་ནི་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་པར་ཡ་རྒྱལ་མཆོག་སྐྱེད་ཅིང་རིམ་བྱོན་གྱི་སྐྱེད་ཅིང་རིམ་བྱོན་གྱི་གསུ་གཏོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དབང་གིས་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སློབ་གསུམ་མཛད་རྒྱུ་དང་། སྤྱི་གསུ་མཚུངས་བོད་ཀྱི་བདེན་དོན་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་བྱུགས་འགན་བཞེས་གནང་རྒྱུ། གཞན་ཡང་ཁོར་ལུག་སྐྱེད་སྐྱོབ་བཅས་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ནམ་པ་གསུམ་འདི་ཐོག་མར་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་བཀའ་གནང་བཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེར་བརྟེན་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་ནི། སྐྱེ་ཆེད་སློབ་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་ཆགས་ཡོད་ལ། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་པོ་དེ་དག་གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་དང་། འབྲེལ་ཆེ་ཆུང་དབང་གིས་བཞག་ཡོད། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྐྱང་ལ་འགོ་བཟེ་དུང་ཕྱུར་བདུན་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་འགོ་བཟེའི་རིགས་ཀྱི་ཡ་རབས་བཟང་སློབ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་དང་པོར་བཞག་གནང་བ་དང་། འགོ་བཟེ་དུང་ཕྱུར་བདུན་རྒྱུ་འདི་ནང་ནས་ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་དུང་ཕྱུར་དུག་རྒྱུ་དང་། ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་དུང་ཕྱུར་བཅུ་ཆགས་ཡོད། དེ་ནས་ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་དུང་ཕྱུར་དུག་རྒྱུ་འདི་དབང་དུ་ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྦྱོར་གོང་འཕེལ་གཏོང་གནང་མཛད་རྒྱུ་དེ་འབྲེལ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་གཉེས་པར་བཞག་པ་རེད། དེ་ནས་བོད་མི་ས་ཡ་དུག་གི་ཆེད་དུ་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པོ་དེ་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སློབ་གསུམ་གནང་རྒྱུ་དང་། བོད་མིའི་བདེན་དོན་འཐབ་ཚོད། བོད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་སྐྱེད་སྐྱོབ་གནང་རྒྱུ་བཅས་རིམ་པ་གསུམ་པར་བཞག་པ་གནང་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་པོ་ནི་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལས་སྐྱེ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་འབྲེལ་ཆེ་བ་དང་། གལ་གནད་ཆེ་བས་འབྲེལ་ཆེ་ཆུང་དང་གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་དབང་གིས་ལོ་རིམ་དེ་ལྟར་བཞག་པ་གནང་ཡོད།

ཁ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ངོས་འཛིན།

བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་མཛད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༥ ལོར་དམིགས་བསལ་གསལ་འདོན་གནང་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཅིག་དང་། བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཉེ་རབས་ཀྱི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པོ་གསུ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། སྐྱེ་ཆེད་སློབ་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་

བསྐྱུངས་སྐྱོང་བཞིན་པའི་མངོན་པ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་གསུམ་པོ་དེ་དག་  
ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པའི་ནང་ཚུད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

གཤམ་ རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་ཐབས།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པ་དེ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་  
གཞུང་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྗོད་དམ་ཞེ་ན། སྤྱི་ཡོངས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ནི་བྱམས་པ་དང་བརྟེན་པའི་  
རིག་གཞུང་ཞིག་དང་། རྣམ་དཔྱད་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རིག་གཞུང་ཞིག། བྱམས་བརྟེན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་  
པར་མ་ཟད། སྤྱོད་མཚུངས་ལུས་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཀྱང་  
ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་འདི་ད་ལྟ་དུས་རབས་ ༡༡ ལྟམས་འདིར་ང་ཚོར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་  
ཞིག་ལ་གཟུགས་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལ་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཉམས་ཆག་སྤྱིན་ཡོད་ཀྱང་པོད་གངས་ཅན་  
གྱི་ལྗོངས་སུ་པོད་མི་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ལོ་ངོ་སྤོང་ཕྲག་མང་པོའི་རིང་གྲ་མ་ཉམས་ཤིང་གྲུ་མ་ཞིག་  
པར་འཛིན་སྐྱོང་སྡེལ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་ང་ཚོས་ཉར་ཆོག་སྲུང་བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་རིག་གཞུང་དེའི་དོན་གྱི་བདག་  
པོ་རྒྱ་གར་བ་རང་ལ་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱ་དེ་རེད།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་དང་། དེ་ཡང་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
ཇི་ལྟར་ཆགས་སམ་ཞེ་ན། རྒྱ་གར་རང་གི་འཚོ་བ་མེད་པའི་བྱམས་བརྟེན་ལྟ་སྤྱོད་དང་གཅིག་ སྤྱི་ཡོངས་ཁམས་རིག་པ་  
དང་གཉིས། རང་གི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་གསུམ། སྤྱི་ནང་ལྟ་བུ་དང་བཞི། ཚད་མ་རིག་པ་འཕམ་ཡང་ན་གཏན་ཚིགས་  
རིག་པ་བཅས་ལྟ་བུ་དེ་དག་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
ན། སྤྱི་ནང་གི་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བཏང་ན་སྤྱི་རྣམས་པའི་རྟོག་གེ་སྤྲེལ་དང་། སྤྱི་དུག་ལ་སོགས་པ་དང་། ང་ཚོ་ནང་པའི་  
དབང་དུ་བཏང་ན་འང་དཔེར་ན། སྤྱི་ནང་པ་བཅོམ་སྤྲེལ་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་པོ་ཉི་བརྒྱ་དང་བརྒྱད། དེའི་དགོངས་འབྲེལ་ང་  
ཚོ་རྒྱ་གར་ལ་མཚོན་ན་རྒྱ་དུག་མཚོག་གཉིས། པཎ་གྲུབ་བརྒྱ་བརྒྱ། གྲུབ་ཚེན་བརྒྱད་ཅུ་ལ་སོགས་པ་པཎ་གྲུབ་ཉི་ལྔ་དང་  
མཚུངས་པ་དེ་དག་གིས་བཀའ་འགྲུར་ལ་འབྲེལ་བཤད་བརྟེན་པའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་འགྲུར་པོ་ཉི་ཉིས་བརྒྱ་ཉི་ལུ་ཅུ་  
ལྟ་ཡོད། དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་ཚེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་གསུང་གསལ་ལོན་ལྷན་ལྷན་སྤྱོད་  
དོན་གྱི་བདག་པོ་དེ་རྒྱ་གར་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་རིག་གཞུང་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ཡིན་པ་སྤོངས་མེད་རེད།

རིག་གཞུང་དེ་དག་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གནའ་པོ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་དུ་ཐོག་  
མར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་མ་དར་གོང་གི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
འཕེལ་བྱུང་བ་དང་། དེ་དག་བསྐྱེད་པའི་རྟོག་གེ་སྤྲེལ་བསྐྱེད་པའི་དེའི་ནང་ནས་སྤྱི་དུག་གངས་ཅན་པའི་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ནས་  
བརྒྱུད་ད་ལྟོ་རིག་གཞུང་དེ་དག་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
ན། ཞེ་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་དག་ཐོག་མར་གངས་ཅན་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་ཡོད། གངས་ཅན་པའི་གཞུང་དེ་དག་ལོ་  
ངོ་གསུམ་སྤོང་གི་གོང་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་ཡོད་ལ། སྤྱོད་མཚུངས་གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཐོག་མར་དར་སྐབས་ནས་

བཟུང་རིམ་བཞིན་ཕུར་བུ་པ་དང་། སྲེ་བྲག་པ། རིག་པ་ཅན་པ། གཅེར་བུ་བ་བཅས་ཉག་པར་སྐྱེ་བའི་ཉོག་གེ་སྡེ་ལ། གཞན་ཡང་ཆད་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་འཕེན་པ་བཅས་ཉོག་གེ་སྡེ་དུག་སྟེ། མདོར་བསྡུས་ན་ཆད་པར་སྐྱེ་བ་དང་ཉག་པར་སྐྱེ་བའི་སྡེ་གཉིས་ནང་བསྡུས་པ་རེད། གཞུང་དེ་དག་ནས་གསུངས་པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འཚོ་བ་མེད་པའི་བྱམས་བརྗེའི་ལྷ་སྦྱོང་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལོ་ངོ་གསུམ་སྟོང་གོང་ནས་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

གཞུང་དེ་དག་བར་ལམ་རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཆག་ད་ཅང་འགྲུགས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད། ད་ལྟོ་གཞུང་ལུགས་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་ནི་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་དག་གཙོ་བོ་ཆགས་ཡོད། ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ལ་མཚོན་ན་འདུག་ཙམ་གཙོ་བོ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་འགྲུ་སེའི་དེ་ཉིད་གནས་བཞུགས་སྡེ་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་ལོ་ ༤༡༥ ལོར་སྐྱེ་ལྷམས་ཤིང་། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་ལོ་ ༥༡༧ ལོར་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་རེད། དེ་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་རེ་བཞི་ཅམ་ཕྱིན་ཡོད། མདོར་ན་སྤྱི་ནང་གི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཆགས་ཡོད།

ང་། ཕྱགས་བསྐྱེད་འདི་ཉིད་མགོན་པོ་གང་གིས་བཞེས་དགོས་དོན།

དེ་ལྟར་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་མཛད་འགན་དེ་ཡང་། ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་བདག་གིར་བཞེས་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཡོངས་གྲགས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་གི་མགོན་ཆོས་པའམ་པོ་ཉི་ཡིན་ཞེས་བཀའ་སློབ་སྤེལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ནང་དུས་ཡུན་རིང་པོས་བཞུགས་བཞག་མཛད་མཁན་གྱི་སྐྱེ་མགོན་ཞིག་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་དམིགས་བསལ་གྱི་སྐྱེ་མགོན་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༧ ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་དུག་ཅུ་ལྷག་རིང་བཞུགས་བཞག་མཛད་རིང་། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་སྐྱེ་གཟུགས་ལ་མཚོན་ན་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་འབྲས་དང་ད་ལི་སོགས་ལ་བཞུགས་ནས་འཚོ་ཞིང་གཞེས་པ་དང་། ནང་གི་ཕྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བཀའ་འགྲུར་བསྐྱར་འགྲུར་ལ་སོགས་པར་གསན་བསམ་སློབ་གཉེར་མཛད་ནས་འཚར་ཡོངས་བྱུང་བ། ལྷག་པར་ལ་གོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱའི་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་རྗེས་འབྲང་རྣམ་མཁུག་ཡིན་སྐབས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་མཛད་རྒྱུར་དམིགས་བསལ་ཕྱགས་འགན་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་དགོངས་བཞེས་མཛད་ནས་རྒྱ་གར་རང་གི་ནང་དུ་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཅེས་སྟོན་མཛད་རྒྱུའི་ཕྱགས་འགན་བཞེས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོན་གཙོ་བོ་དེ་དག་རེད།

ཅ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་བཅས།

རིག་གཞུང་དེ་དག་ཅེས་སྟོན་མཛད་སྐབས། མགོན་པོ་མཚོག་གིས་ཆོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བ་དང་གཅིག་ ཀུན་ལ་བྱུང་བ་པ་དང་གཉིས། ཤེས་ཡིན་དུ་ངོས་འཛིན་གནང་བྱུང་བ་དང་གསུམ། ད་ལྟོ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདིའི་སྐབས་སུ་དགོས་མཁོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་གཟུགས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་མཛད་བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ཅམ་མ་ཟད། བོད་གངས་ཅན་རྫོངས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ལ་ལེགས་སྐྱེས་སྐྱེ་བའི་པ་ཞིག་འབྲུལ་བྱུང་བ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་ཆུན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་བཞུགས་ནས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་ཞི་བདེ་དང་མཐུན་སྤྱི་ལ་གོང་འཕེལ་དང་། ནང་གི་བསམ་སློབ་བྱམས་བརྗེས་སྤུག་པ། སྤྱི་འགོ་རྣམས་ལུས་སེམས་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཅེས་སྟོན་མཛད་རྒྱུའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོད།



༡༥ སློབ་བྲིད་གྱི་དགོས་དམིགས།

ཚུ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཡོང་བར་ཐབས་ལམ་གང་ཞིག་བསྟེན་དགོས་སམ་ཞེ་ན། འདི་ནི་རིག་གཞུང་  
ཞིག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། སེམ་རིག་ཅིག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེས་ན་སེམ་རིག་ཅིག་བསྐྱར་གསོ་  
བྱེད་པར་སློབ་གྲུ་ཞིག་གི་མཐུན་ཚུན་ཆ་ཚང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདོམས་དགོས་ཤིང་། དེར་བརྟེན་ཚུ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་དགོས་པ་དང་དམིགས་ལུལ་གང་ཡིན་པ་ང་ཚོས་ངོ་འཕྲོད་དགོས་པ་དང་མཁུན་རྟོགས་ཐུབ་རྒྱུ་ཏེ་ཅང་གལ་  
ཆེན་པོ་རེད།

ད་ལྟ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་སྐབས་འདིར་མཚོན་ན་འཇམ་སྐྱེང་འདིའི་སྐྱེང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ལྡེ་ཡོད། དེ་ཡང་། ༡ མི་  
འཕྲོད་འཕྲེལ་རྒྱས་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་དང་། ༢ ཁོར་ལུག་གཏོར་བའི་གཞུང་ཚད་ལས་བརྒལ་བ། ༣ དབུལ་སྐྱུག་གི་བར་ཁྲུང་  
རྗེ་ཆེར་འགོ་བ། ༤ དམག་འཁྲུག་སོགས་མངོན་སུམ་གྱི་གཞོན་འཆོ། ༥ ཚོས་ལུགས་པན་ཚུན་མཐུན་སྦྱིམ་མེད་པར་འཐེན་  
འབྲེར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ལྡེ་པོ་དེ་དག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དཀའ་ངལ་ལྡེ་པོ་དེ་དག་  
སེལ་དགོས་ཆེ་ཚུ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས། དེར་བརྟེན་མགོན་པོ་མཚོག་གིས་ཐུགས་  
བསྐྱེད་སྐབས་པོ་ཆེ་བཞེས་དགོས་དོན་འདི་ལྟར་ཡིན། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཇུག་པའི་མངོན་པ་མཛོད་ལས།

སྟོན་པའི་དམ་ཚེས་རྣམ་གཉིས་དེ། །ཕྱང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །

དེ་འདྲིན་བྱེད་པ་སྐྱེ་བྱེད་པ། །སྐྱུ་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམ་རིག་ཅིག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་དང་འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་  
ནས་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས། མདོར་བརྗེས་ན་བཤད་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འདྲིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་དང་། དར་སྤེལ་གཏོང་  
དགོས་པ་ཡིན་སྐབས། ཐོག་མར་བསྐྱབ་གཞི་སློབ་དེབ་དགོས་པ་རེད། ༡༥ བསྐྱབ་གཞིའི་སློབ་དེབ།

བསྐྱབ་གཞིའི་སློབ་དེབ་ལ་མཚོན་ན་འང་ཐོག་མར་ཡམོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཐུགས་རྩོམ་མཇུག་པའི་སྐྱོང་  
ལོ་གསར་པའི་མྱང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད། ལྷག་པར་ཡམོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོ་མཚོག་ཉིད་ནས་བཀའ་སློབ་ཐེབས་དོན་བཞིན་ནང་པའི་ཆོན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཀུན་བདུས་རྩོམ་སྦྱིག་ཚོགས་ཚུང་ནས་སྤེ་  
ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་བ་ ༦ ཚེས་ ༡ ཉིན་པོར་བྱིམ་སློབ་གྲར་ནང་ཚོས་ངོ་སྤྱོད་སྐབས་ལམ་སྟོན་ཚོགས་ཚུང་ལ་བཀའ་སློབ་ཐེབས་  
པ་ནས་བཟུང་ཀུན་བདུས་ཚོགས་ཚུང་བཙུགས་ཤིང་། རྩོམ་སྦྱིག་པ་རྣམ་པས་སྤྱི་གས་བསྐྱིགས་གནང་བའི་ནང་པའི་གཞུང་ནས་  
ཡུང་པའི་ཆོན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་སློབ་དེབ་བཟོས་ཡོད། དེ་ལའང་ཆོན་རིག་ཀུན་བདུས་རྒྱས་པར་སློབ་དེབ་གཉིས།  
ལྟ་བུ་ཀུན་བདུས་རྒྱས་པར་སློབ་དེབ་གཉིས། དེ་དང་སྤྱི་གས་མཚུངས་ཆོན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཀུན་བདུས་འབྲིང་བར་སློབ་དེབ་  
རེ་རེ། བརྗེས་པར་སློབ་དེབ་གཅིག དེའི་ཐོག་ལ་ཡམོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཆོན་རིག་དང་ལྟ་བུ་ཐོག་ལ་  
བཀའ་སློབ་ཐེབས་པ་ཁག་སྤྱི་གས་བསྐྱིགས་ལུས་པའི་སློབ་དེབ་དེ་དག་གི་རྒྱབ་སྐྱོང་ས་ལོ་རྒྱུས་དང་ལམ་སྟོན་ལྟ་བུའི་བཀའ་སློབ་  
སྤྱི་གས་བསྐྱིགས་ཐུག་གཅིག་བཅས་ཐུག་དེབ་བརྒྱུད་པོ་འདི་དག་ཡོངས་རྫོགས་རྩོམ་སྦྱིག་ལེགས་ཀྱུ་བ་ཟེན་ཏེ། སྤེ་ལོ་ ༡༠༡༠  
པོའི་པོར་ལྷ་བརྒྱུ་པའི་ཆོས་ ༡༥ དགའ་ལྷན་ལྟེ་མཚོན་ཉིན་མཐའ་མའི་དབུ་འབྲེད་གནང་ནས་དཔར་འགྲེམས་ཀྱུ་བ་ཡོད།  
བསྐྱབ་གཞིའི་སློབ་དེབ་གཙོ་པོ་དེ་དག་ཆགས་ཡོད།

དེ་མིན་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ་སློན་བཀའ་སློབ་གཞིར་བཟུང་སྟོན་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ཡིག་ཚང་  
དང་། ལྷ་རྩེ་ཆེན་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་ལྷན་ཚོགས་ཐོག་མཁའ་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷ་རྩེ་  
ངེས་སློན་པ་མཆོག་དང་། སྤྱོད་མཚུངས་རྒྱ་གར་གྱི་རྟོག་གེ་སྤེལ་ཐོག་གི་མཁའ་དབང་ཁག་གདན་ཞུས་ཀྱིས་འཛིན་རིམ་  
དང་པོ་ནས་དགུ་པའི་བར་འཛིན་གྲུ་དང་པོ་གསུམ་ལ་སློབ་དེབ་རིམ་པ་གཅིག་དང་། དེ་ནས་འཛིན་རིམ་བཞི་པ་ལྷ་པ་དུག་པ་  
བཅས་ལ་སློབ་དེབ་ཀྱི་རིམ་པ་གཅིག་ འཛིན་རིམ་བདུན་པ་བརྒྱད་པ་དགུ་པ་བཅས་ལ་སློབ་དེབ་ཀྱི་རིམ་པ་གཅིག་བཅས་རིམ་པ་  
གསུམ་བརྒྱུགས་ནས་དེ་དག་ནང་དུ་རྒྱ་གར་རང་གི་གནའ་རབས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱུང་གཏམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
སོགས་པ་རིམ་པ་གཅིག་བརྒྱུགས་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཆོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སློབ་ཐོག་ལ་མཆོན་ནའང་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་ལོ་ནང་གི་སློབ་གྲྭ་ཡོངས་རྫོགས་ནང་ལ་  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་སློབ་དེབ་དབུ་འབྲེད་གནང་ཡོད། དེ་ཡང་སློན་འགྲོ་ནས་འཛིན་རིམ་བརྒྱད་པའི་བར་སློབ་གྲྭ་ཡོངས་རྫོགས་  
ལ་སློབ་བྱིན་གནང་བཞིན་ཡོད། ཐག་ཉེ་སར་མཆོན་ནའང་ཉི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་རྩ་སའི་མཐོ་སློབ་ནང་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་  
པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་ཐོག་ལ་སློབ་ཚན་བྱིན་བཞིན་པ་རེད། དེ་དག་ལ་སློབ་དེབ་ཀྱི་རིམ་པ་གཅིག་རེད།

༡༥ སློབ་ཚན་གྱི་བརྗོད་བྱ།

རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་སློབ་དེབ་དེ་དག་གི་དམིགས་བསལ་བརྗོད་བྱར་མཆོན་ནའང་གཙོ་བོ། ༡) ཚང་  
དུལ་དངོས་ཁམས་རིགས་པ་དང་། ༢) སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ ༣) ཕྱི་ནང་གི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ ༤) ཚང་  
མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་བཅས་ཡིན་པ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་དང་། ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསལ་འདོན་  
མངོད་བཞིན་པའི་རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་གྱི་གནའ་པོའི་ལྷ་སློབ་དང་གཅིག་ སྤྱོད་མཚུངས་ཚང་དུལ་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་  
རྣམ་གཞག་སྟེ། སློང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བཤམ་རྟེན་འབྲུང་གི་རྣམ་གཞག་དང་། རང་གི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་གསུམ། གོང་དུ་  
བརྗོད་པ་ལྟར་ཕྱི་རོལ་པའི་རྟོག་གེ་སྤེལ་ལྷ་སྤེལ་དུག་དང་། རང་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་བྱེ་མདོ་གཉིས་དང་དབུ་སེམས་  
གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ སྤྱོད་མཚུངས་ཚང་མ་རིག་པའམ་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་དེ་དག་བརྗོད་བྱར་  
བྱས་ཉེ་སློབ་དེབ་དེ་ཚོའི་ནང་ལ་བཀོད་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་རང་པའི་གཞུང་ལས་བྱུང་བའི་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་  
ཀྱི་བདུན་པ་རྒྱུས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་བཅས་ཁྱོད་པོད་བདུན་ཡོད་པ་དེ་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྤྱོད་མཚུངས་  
བྱས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱང་ཡོད། སྤྱོད་མཚུངས་གཙོ་བོ་སློབ་དེབ་དེ་དག་གི་ནས་ནས་བརྗོད་བྱ་ཁག་བཞི་ལྷ་གྲུབ་རེད། ཚང་  
མཐོའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ། གཉིས་པ་དེ་སེམས་ཁམས་རིག་པ། དེ་ལའང་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་ སེམས་  
ཕྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རྣམ་གཞག་ སློ་སྦྱོང་བའི་རིམ་པ་བཅས་བརྗོད་བྱར་བྱས་པའི་སེམས་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་རེད། དེ་བཞིན་ཕྱི་ནང་གི་ལྷ་གྲུབ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་བཟོ་གསོ་སྐྱ་  
ཚང་ནང་དོན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། བཟོ་གསོ་སྐྱ་ཚང་བཞི་པོ་དེ་ཕྱི་ནང་ཕྱན་མོང་བ་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ཚན་ནས་ཚང་མ་  
རིག་པའམ་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་འདི་ཉིད་ཕྱི་ནང་ཕྱན་མོང་བའི་རིག་གནས་གཅིག་ཆགས་ཡོད། དེའི་ནང་ཐོག་མར་ཕྱི་རོལ་  
པ་ཅ་ར་ཀ་ཟེར་བ་དེས་བརྒྱུས་པའི་སྐྱེས་གཞུང་གི་རང་ནས་ཚང་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་གསུངས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ཕྱི་  
རོལ་པའི་དྲང་སྲོང་གོ་ཏ་མ་ཟེར་བ་དེས་བརྒྱུས་པའི་རྟོག་གེའི་རིག་པ་ཟེར་བའི་རྟོག་གེའི་གཞུང་ལུགས་རྩོམ་གནང་ནས་ཐོག་  
མར་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་རང་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་བདག་ཅག་གི་སློན་པས་ཐོག་

མར་ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ཞེས་ལོགས་སུ་གསུངས་མེད་ཀྱང་བཀའ་འགྲུར་ནང་དུ་ཐར་ཐོར་དུ་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་མངོན་པའི་རིགས་ཚོགས་དུག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནང་དུའང་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཞེས་ཞེས་  
དུ་ཐོན་པ་དང་། གཙོ་བོ་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན། རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས་ནང་ནས་སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐང་པོས་ཚད་མ་ཀྱན་  
ལས་བཏུས་པ་མངོན་ཅིང་། དེའི་འགྲེལ་པའི་ཚུལ་དུ་དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལ་སོགས་པ་ཚད་མ་སྡེ་  
བདུན་ལྡག་སྟེ་མ་གཞན་བ། དེ་བཞིན་མཁན་ཚེན་ཞི་འཚོས་མངོན་པའི་དབུ་མ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་ལྡག་སྟེ་མ་གཞན་བ་བཅས་  
ནང་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་ཚད་མའི་གཞུང་མང་པོ་ཡོད། མདོར་ན་ང་ཚོས་སློབ་ལུལ་མངལ་བའི་ཐབས་ལ་ཚད་མ་རིག་  
པའི་རྣམ་གཞག་བསྐྱབ་དགོས་སྐོར་གསུངས་ཡོད། ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ནང་དུའང་ང་ཚོས་  
སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་སློབ་སྐབས་སྡོམ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་འབྲིང་དགོས་པ། ཚད་མ་རིག་པའམ་གཏན་ཚིགས་  
རིག་པའི་སློབ་སྦྱང་གྲེད་སྐབས་ཉམས་རིག་སློབ་འབྲིང་གྲེད་དགོས་པ་གལ་གནད་ཚེན་པོ་ཡིན་པའི་སྐོར་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཡོད།  
གཙོ་བོ་བརྗོད་བྱའི་སྐོར་དེ་ལྟར་ཆགས་ཡོད།

༤༥ སློབ་མཁན་གྱི་དགོ་ཆ་ནང་དང་སློབ་གྲྭ་དང་སློབ་ཕུག

༡ སློབ་འབྲིང་གྲེད་མཁན་དགོ་ཆ་དང་། ༢ གྲེད་ལུལ་སློབ་གྲྭ་དང་། ༣ སློབ་ལུལ་གྱི་སློབ་མ་བཅས་དགོས་པ་ལས། དེ་དག་  
ལས་དགོ་ཆ་ལ་མཚོན་ན་གདན་ས་ཁག་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་རིས་མེད་ཀྱི་ཚོས་སྡེ་ཁག་ཆགས་ཡོད། དེ་ཚོའི་ནང་དུ་དགོ་ཆ་  
གསོ་སྦྱང་གྲེད་དགོས་པ་དང་། གདན་ས་སོ་སོ་ཆགས་ལུལ་གྱི་མངའ་སྡེའི་ནང་གི་ཚེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དང་  
མཐོ་སློབ་ཁག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་དེ་ཚོའི་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་དོ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་གལ་ཆེ་ཡིན་སྐོར་ལམ་སྟོན་རབ་དང་རིམ་པ་སྦྱུང་  
ཡོད། ལྷག་པར་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷུ་ལིའི་ནང་དགོ་ཆ་ལྡེ་སྦྱང་ལ་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་སློབ་ཁྲིད་གྲེད་ཕྱོགས་  
དང་། གལ་གནད་ཐོག་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་སྦྱུང་ཡོད།

དེ་ནས་གཉིས་པ་གྲེད་ལུལ་སློབ་གྲྭ་ནི། ལྷ་ས་ཉི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་མཐོ་སློབ་ནང་དུ་དགོ་ཆ་གསོ་སྦྱང་དང་སློབ་དེབ་ཕྱོགས་  
བརྒྱགས་གནང་བ་དང་། སློབ་ཚན་གཏན་འབེབས་གནང་ནས་སློབ་ཁྲིད་དབུ་འཇུགས་གནང་བེན་པ་རེད། ཕྱོགས་མཚུངས་  
རྒྱ་གར་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ནང་ཚོས་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་ཤེས་མཁན་དེ་  
ཚོར་ཡང་དམིགས་བསལ་ལས་འགན་ཡོད་པ་དེ་ཚོའི་ཐོག་ནས་བྱགས་རྒྱག་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་ཐེབས་ནས་དགོ་ཆ་ཐོག་ལ་  
འཆར་གཞིའི་ལག་ལེན་རིམ་པ་ཞིག་གྲུབ་བེན་ཡོད། གསུམ་པ་སློབ་འབྲིང་གྲེད་ལུལ་སློབ་མ་རེད། གོང་ལུས་ལྷར་ལྷ་སའི་མཐོ་  
སློབ་དང་ལྷུ་ལིའི་འཛིན་རིམ་དང་པོ་ནས་བརྒྱད་པའི་བར་ཚ་ཚང་ལ་སློབ་འབྲིང་གྲེད་བཞིན་པ་ཆགས་ཡོད།

༤༦ སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ།

སློབ་འབྲིང་གྲེད་སྐབས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེའང་དམིགས་བསལ་བཞིག་ཆགས་ཡོད། ཚོས་ལྷགས་དང་འབྲེལ་ཆོ་ཀྱན་ལ་ཁྲུབ་མི་  
ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཤེས་ཡོན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུར་ཉོག་ཅམ་ཁག་པོ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་སློབ་  
འབྲིང་བྱ་རྒྱའི་ཐབས་ལམ་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་གོང་ལུས་ལྷར་གཙོ་ཆེར་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བཡིན་དགོས་པ། ཀྱན་  
ལ་ཁྲུབ་ཐུབ་པ། ཤེས་ཡོན་གྱི་སྡེ་ཚོན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཐུབ་དགོས་པ། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ནང་འབྲེལ་བ་དང་དགོས་  
མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། བརྗོད་བྱའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་འཚོ་བམེད་པའི་བྱམས་བརྗོད་ལྷ་སྦྱོང་དང་། ཚད་དུལ་དངོས་

ཁམས་རིག་པ་ལ་སོགས་པ། དེ་བཞིན་ནང་གི་སེམས་ཁམས་རིག་པ། སྤྱི་ནང་གི་ལྟ་གྲུབ། ཚད་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
ཡོངས་ཚོགས་ཚོས་ལྷགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་སྟབས། ཚོས་ལྷགས་མ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་སློབ་བྲིན་བྱེད་ཐུབ་  
པ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད།

༤༥ རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཆག་འགྲོ་ཚུལ།

དེར་བརྟེན་གཙོ་ཆེར་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཆག་སྤྱིན་པ་ཡིན་སྟབས། རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་  
གསོ་བྱེད་དགོས་པ་བཀའ་སློབ་ལེབས་ཡོད། རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཆག་ཇི་ལྟར་སྤྱིན་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༧ ལོར་  
དཔལ་རྒྱ་ལེ་ལྷུའི་གཙུག་ལག་ཁང་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ནང་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་གཏོར་བཤེག་ཉམས་ཆག་སྤྱིན་པ་དེ་  
དག་རིམ་པ་གཅིག་རེད། དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༠ ལོར་རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་དུ་ཨིན་ཇིས་དབང་སྐྱར་བྱེད་འགོ་ཐོག་མར་  
ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལོར་རྒྱ་གར་རང་བཙན་མ་ཐོབ་བར་དུ་ལོ་ངོ་ ༡༩༠ ཐམ་པའི་རིང་ཨིན་ཇིས་རྒྱ་གར་  
གྲི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་པར་འཇུག་ཤོར་དང་ཉམས་ཆག་རིམ་པ་གཅིག་བཙུག་འདྲི་ལྟར་བྱས་ནས་ཉམས་  
ཆག་ཤུགས་ཆེ་བྱུང་ཡོད། ཨིན་ཇིས་དབང་སྐྱར་བྱེད་རིང་རྒྱ་གར་ནང་གཙོ་བོ་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་ཤེས་ཡིན་སློབ་སྦྱང་སྟེང་གི་  
ཤུགས་བརྒྱབ་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཇི་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བྱེད་ཐོག་སློབ་འབྲིན་བྱས་པ་ཡིན་སྟབས་རྒྱ་གར་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་གོང་བརྗོད་ལྟར་ནང་གི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བ། བཟོད་པ་  
དང་ཚོག་ཤེས། ལ་རབས་དང་དབང་བདེན་ལ་སོགས་པ་དེ་རིགས་བརྗོད་བྱར་བྱས་པའི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ད་ཅང་  
རིན་ཐང་བྲལ་བ་དེ་དག་ལ་དོན་གཉེར་མ་བྱས་པར་ཉམས་ཆག་བྱུང་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལོར་རྒྱ་གར་ལ་ཆབ་སྲིད་ཐོག་ནས་རང་བཙན་ཐོབ་ཀྱང་། རྒྱ་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་རང་བཙན་  
མ་ཐོབ་པར་ད་ལྟའི་ཆར་ཡང་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་རིག་གཞུང་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སློབ་བྲིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་སྟབས། དེའི་དབང་  
གིས་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཤེས་ཡིན་གྲི་གནས་ཚད་ད་ཅང་མཐོན་པོར་སོན་ཡོད་ཀྱང་ནང་གི་སེམས་ཁམས་  
རིག་པའི་ཤེས་ཡིན་དང་འབྲེལ་བ་དེ་དག་མེད་སྟབས། སྤྱིའི་དཔལ་འབྱོར་ཇི་ཅམ་སྤུག་ཀྱང་ནང་གི་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་དང་བདེ་  
སྤྱིད་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད།

༤༦ བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུ།

གནའ་དེང་ཤེས་ཡིན་གཉིས་ཀ་བྱུང་འབྲེལ་བྱེད་ཐུབ་མཁན་རྒྱ་གར་མ་གཏོགས་མེད། རྒྱ་གར་ལ་དམིགས་བསལ་བྱེད་ཐུབ་  
པའི་རྣམས་པ་དང་ཁྱད་ཚོས་ཡོད་པ། བོ་སྐབས་དང་མཐུན་རྒྱུན་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ནས་རྒྱ་གར་རང་གི་ནང་ལ་  
རྒྱ་གར་གྲི་གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་ཚེ་དེང་དུས་ཤེས་ཡིན་གྲི་གནས་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོད་ཁར་གནའ་  
དེང་བྱུང་འབྲེལ་ཞིག་ཡོང་བྱུང་། ཐོག་མར་རྒྱ་གར་ནང་ཚགས་ཚུད་བྱུང་མཚམས་དེར་དཔེ་བླངས་ནས་རྒྱ་ནག་དང་འཛམ་  
གླིང་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱེད་ཚེ་འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྤྱི་དངོས་པོའི་མཐུན་རྒྱུན་ཡོད་པའི་ཁར་ནང་གི་སེམས་ཁམས་  
རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡིན་ཡོད་པ། བྱམས་པ་དང་བརྟེན་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་སྤུག་པའི་བདེ་སྤྱིད་ལྡན་པའི་ཤེས་  
ཡིན་ཡོད་པ་དང་གཉིས་བཙུག་གི་གང་ལྟར་སྤྱི་ལྷན་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཙམ་མིན་པར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་  
གིས་དམིགས་བསལ་ང་ཚོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་། སྤྱི་ལྷན་པོའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཙམ་མ་ཟད། ནང་གི་སེམས་

ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བཀའ་སླུང་ཡོད། ནང་གི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ཡོང་བར་  
ནང་གི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་དགོས་པ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་པ་ལ་སློབ་རིག་གི་  
རྣམ་གཞག་ལ་སོགས་པར་སློབ་སྦྱོང་གྲེད་དགོས་པ་ཡིན་སྟབས། ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དེ་འདྲི་གལ་  
གནད་ལ་གཟིགས་ནས་བསྐྱར་གསོ་མངོན་རྒྱུའི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་གཅིག་འདི་རེད།

ཆ༽ བོད་མིས་ད་བར་རྒྱན་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱས་པ།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་རྒྱ་གར་ནང་ཉམས་ཚག་སྤྱི་ཀྱང་བོད་དུ་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་ཙམ་རིང་གྲ་གྲུ་མ་ཉམས་པར་  
འཛིན་སྦྱོང་སློབ་གསུམ་བྱུང་བ་བྱུང་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་དེ་དག་བོད་དུ་དར་འཕེལ་བྱུང་བའི་ལོ་  
རྒྱུས་ཁག་ལ་བཞག་ཆོ། རྒྱལ་རབས་ཉེར་བརྒྱད་པ་ལྟ་བུ་ལོ་ལྷོ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཙན་སྐབས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩ ལོར་བོད་དུ་ནང་ཆོས་ཐོག་  
མར་དབུ་བརྟེས། དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༦༩༠ ནང་ལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཐོག་སོ་གསུམ་པ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐམ་པོའི་སློབ་པོ་ཐོན་མི་  
སམ་རྩོུ་ཉམས་བོད་ཡིག་གསར་དུ་བཏོད་ཅིང་། བད་སྡོད་ཀྱི་གཞུང་སྐབས་ཉམས་ལ་སོགས་པ་གཏན་ལ་ཕབ། དེ་ནས་མདོ་སྡེ་  
པང་སྲོང་སྤྱག་བརྒྱ་པ་དང་། མདོ་སྡེ་ཟ་མ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་རབས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་བརྒྱུད་ཉེར་གཅིག་གིས་མཆོན་བཀའ་  
འགྲུར་བསྟེན་འགྲུར་མང་པོ་ལེགས་སྦྱར་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་ལྗང་  
གཞུང་གི་རྣམ་གཉིས་གདན་དྲངས། དེ་དག་བཞུགས་ཡུལ་ཆེད་ར་མོ་ཆེ་དང་ར་ས་འཕུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་བཞེངས་  
གནང་། དེ་དག་གསར་བཞེངས་མ་གནང་གོང་མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞི། ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞི།  
རུ་གནོན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞི་བཙུག་བཞེངས། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སའི་ར་ས་འཕུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་  
ནས་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་སའི་བར་གཙུག་ལག་ཁང་ ༡༠༩ བཞེངས་རྒྱུས་མཆོན་མདོར་ན་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་བོད་དུ་  
ནང་ཆོས་སྲོལ་བཏོད། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཐོག་སོ་བརྒྱད་པ་ཆོས་རྒྱལ་མི་སྲོང་སྡེ་བཙན་སྐབས་དཔལ་ལྷ་  
ལེན་ནས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་གདན་དྲངས། སྤྱིགས་མཚུངས་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྲུང་གནས་སོགས་གདན་དྲངས་ནས་མཁན་  
སློབ་ཆོས་གསུམ་གདན་འཛོམས་ནས་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཐོག་མ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས། དེ་བཞིན་རབ་བྱུང་གི་  
སྡེ་ཐོག་མར་བཙུགས། གཞན་ཡང་བཀའ་འགྲུར་བསྟེན་འགྲུར་ལ་སོགས་བོད་སྐད་ནང་བསྐྱར། བསྐྱར་བ་ཙམ་མ་ཟད། བོད་  
པས་བོད་ཡིག་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་གི་རྩ་བ་སློབ་འཛིན་དང་། འབྲེལ་བ་ཆོག་རེ་རེ་  
བཞིན་དག་ཅན་གྱིས་དག་སྤྱོད་ལ་སློབ་བྱིད་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་རིམ་ལ་ཆད་མ་རིགས་པའི་ཐོག་ནས་བདར་ག་བཙན་ནས་  
དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སློབ་གཉེར་འདི་ལྟར་བྱེད་སློབ་ཡོད་པ་ཙམ་མ་ཟད། བོད་པའི་མཁས་པས་བཀའ་འགྲུར་བསྟེན་འགྲུར་གྱི་  
ཡང་འབྲེལ་གསུང་འབྲམ་པོད་བྱི་གཉིས་ལྷག་ལྷག་སྦྱོར་གནང་ཡོད། འདི་ལྟར་བོད་པར་མ་གཏོགས་ནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་  
གང་ལའང་མེད། འབྲེལ་བཤད་བརྟེན་པ་ཙམ་མ་ཟད། དེ་དག་གི་དབང་ལུང་མན་ངག། བྱིད་ལ་སོགས་པ་ཆ་ཆང་ཞིག་བོད་  
པས་མ་ཉམས་པར་ད་ལྟ་སློབ་སྦྱོང་གྲེད་རྒྱུའི་མཐུན་རྐྱེན་ཆ་ཆང་པོ་དང་ཞིབ་ཆགས་པོ། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་ལྷགས་དང་བཙན་པ་བོད་  
ལ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་ནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལ་མེད་པ། དེའི་དོན་གྱི་བདག་པོ་དེ་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ཆགས་ཡོད། དེར་  
བརྟེན་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱུའི་ཐུགས་འགན་བཞེས་པ་དང་། ད་བར་བོད་པས་གྲ་མ་ཉམས་གྲུ་མ་  
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ད་ལྟ་དུས་རབས་ ༡༡ པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་ལ་འབྲེལ་བ་དང་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཡིན་སྟབས་ད་ལྟ་ཆོ་བོད་  
མིས་རྒྱ་གར་ལ་ཕར་ལེགས་སྦྱོར་འབྲུལ་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་གར་ལ་ལེགས་སྦྱོར་སྤུལ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ང་

ཚོས་ཕན་ཐོགས་བྱེད་ཐུབ་པའི་གོ་སྐབས་དང་མཐུན་ཆེན་ཡོད་སྟབས་ལེགས་སྐྱེས་འབྲུལ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འདི་དང་ཚོས་མ་ཤོར་བ་  
 གུས་ནས་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་ཕེབས་པ་དང་། ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ལ་ཡོད་  
 པ་ལྟར་དང་ཚོས་ཕྱར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་ལྷུ་རྒྱ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་  
 ཆེན་པོ་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཆེན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་བཞི་པའི་སྐོར་བདག་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་དུས་ཚོད་ཐུང་ཐུང་ཞིག་ནང་ལྷུ་ཐུབ་ཐབས་  
 མེད། འོན་ཀྱང་ས་བཅད་མ་སྟོང་ཅམ་ཞིག་ལྷུས་ལྷུས་བྱས་པ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །།



(བཞུགས་གལ་གཡོན་ཕྱོགས་ནས་གཡས་ཕྱོགས་སུ།) རྒྱ་ནག་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་སྲིད་སྟོན་ཀླུ་ཨེན་ལཱ། རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་སྟོན་ཞེན་ཅུ།  
 སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ ཡཔར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། རྒྱ་གར་ལྗེ་ལི་གསར་པར། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༧།



ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ།

མཁན་པོ་དོན་རྗེ་ལགས།

སྤྱིར་དཔལ་སྤྲུངས་ཤེས་རབ་སྦྱིང་དགོན་པའི་ཀན་གྲས་པ།

གང་གིས་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཉེར་བཟུང་ནས།།

ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་སྦྲངས་པའི་ཕྱིར།།

དམ་པའི་ཚེས་ནི་སྟོན་མངོན་པའི།།

གོ་བྱ་ཉམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།།

སྦྱིང་ཉིད་སྦྱིང་རྗེ་བྱུང་དུ་འདུག་པའི་ལམ།།

ཆེས་ཆེར་གསལ་མངོན་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན།།

ཕྱག་ན་པར་བསྟོད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ལ།།

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞེད་དོན་རྒྱན་འགྲུབ་ཤོག།།

པར་བྲེད་རྒྱལ་ཚབ་རྒྱལ་བསྟན་འགྲོ་བའི་མགོན།།

ཀམ་འདྲེན་སྐྱེ་སྤྱི་གཙུག་ན་རབ་མངོས་པ།།

བྱམས་མགོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དོན་རྗེ་འཆང་།།

པར་དོན་ཡོན་ཉིན་བྱེད་ཞབས་ལ་འདུད།།

ད་ལན་རང་གཞུང་བཀའ་ཤག་ནས་བཀའ་ཕྱེབས་པ་བཞིན་སྐྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལོ་འདི་བཞིན་སྐྱེ་ཚེར་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་སྤྲུང་བཅུ་ལྷུ་བའི་ལོར་གཏན་འཕེབས་ཟིན་པ་ལྟར་དེའི་ཆ་གས་སྐྱ་ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་  
བཅའ་བཞིའི་ཐོག་མི་མང་ལ་གོ་རྟོགས་སྤེལ་སྤྱི་ཚེད་དུ་བཏོན་སྦྱང་གི་སྤྲིལ་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤེལ་བཞིན་པར། ད་ལན་གདན་  
ས་དཔལ་སྤྲུངས་ཤེས་རབ་ཀམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྦྱིང་དུ་འདུང་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་སྤྲུང་བཅུ་  
ལྷུ་བའི་གོ་སྐབས་དེ་འདྲའི་ཞིག་གནང་བར་ཐོག་མར་བཀའ་དྲིན་རྒྱ་ན་མེད་པར་ཆེ་ཞེས་ལྷུ་སྐྱེ་དང་། ཡ་ བྱམས་མགོན་དོན་རྗེ་མཚོ་ག་  
གིས་བཀའ་ཕྱེབས་པ་ནང་བཞིན་ངས་དེ་རིང་ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི། འགྲོ་བམི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགྲོ་  
བམིའི་གཞི་རྒྱུ་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་དང་། ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་མཐུན་འབྲེལ་

གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ། བོད་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེལ་གསུམ་གྱི་  
རྒྱ་བཅས་དེ་འདྲའི་ཐུགས་བརྒྱད་དམ་བཅའ་གསུམ་ནི་སྡོམ་མ་ནས་བཀའ་ཕྱིན་པའི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་གཏམ་བཤད་  
དང་བཀོད་སྐྱོང་རབ་དང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྡེལ་བྱེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ད་ལན་ངས་ཐུགས་བརྒྱད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་  
ནས་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་ཞེས་པའི་ཐོག་ལ་ངོ་སྤོང་མདོར་བརྒྱུས་ཤིག་ལྷན་དྲན་བྱུང་།  
རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་ཞེས་པའི་ཐོག་ལ་དགོས་ཚུལ་རྒྱུ་བཟོ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་འཛིག་ཉེན་  
འདྲིར་ད་ལྟ་འཛོལ་བཞིན་པའི་འགོ་བཅའ་གཙུག་པོ་ལའི་སྲོག་ཆགས་འདྲུ་སྲིན་གྱི་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པ་  
དང་སྤྱད་བཞུག་པའི་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དང་། སྤྱད་བཞུག་པའི་འདྲུ་སྲིན་གྱི་སྤྱད་བཞུག་དང་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བཞུག་  
གཉིས་ལས། ལུས་ཀྱི་སྤྱད་བཞུག་ནི་སྤྱད་སོགས་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་སེལ་བྱུང་བ་དང་། སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བཞུག་ནི་དེ་དག་གིས་སེལ་  
མ་བྱུང་བར་སེམས་རང་གིས་སེལ་དགོས་པ་རེད། སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བཞུག་ལམ་དཀའ་ངལ་དེ་སེམས་རང་གིས་སེལ་དགོས་པ་  
ཡིན་པས་སྤྱིར་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བཞུག་སེལ་སྤངས་ལ་ཚོས་ལུགས་སོ་སོ་ནས་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་  
ནའང་ད་ལན་འདྲིར་ཚོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བ་སྟེ། ཚོས་ཁས་ལེན་པ་དང་མ་ལེན་པ་ཚང་མས་བྱམས་བརྗེའི་ཉམས་ལེན་  
གྱི་ཐབས་ལམ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་སྤོང་སྤོང་བྱེད་ཚོགས་པ་ཞིག་དང་། ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན། ཉམས་ལེན་བྱས་པ་  
ཡིན་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་གཟིགས་ཏེ་ཡགོང་ས་ཡ་སྤྱད་མཁོ་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཐུགས་བརྒྱད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་  
དེ་མཛད་པ་ཡིན་པར་སོ་སོས་དྲན་གྱི་ཡོད། ཐུགས་བརྒྱད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་  
བརྒྱུར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ནི་གང་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། རྒྱ་གར་ནས་འགོ་འཇུགས་དགོས། དེ་ཡང་  
རྒྱ་གར་ན་གཞིན་དེ་དག་ལ་དུས་རབས་ཀྱི་ཚུན་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་དང་། གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་  
ནས་ཕྱིན་ན་འཛམ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་སེལ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་རྒྱ་  
གར་གྱི་གཞིན་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་བཙུགས་ཏེ་འཛམ་གླིང་དུ་བྱུང་སྡེལ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་  
གསོ་བྱ་དགོས་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ནི་རིག་གཞུང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡིན་པ་དང་། དུས་རབས་  
འདྲིར་ཉ་ཅང་དགོས་མཁོ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་དགོས་ཀྱི་  
འདུག་ཅེས་རྒྱ་བཟོ་བའི་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དེ་འདྲའི་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་འདུག འོ་ན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་  
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ཞེས་པ་གང་འདྲའི་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ་ཞེས་ལྷན་པ་  
ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ཉ་ཅང་མང་པོ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ། གཏོང་བཤེས་པོ་ཡོད་ནའང་ད་ལྟ་  
འདྲིར་སྐབས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་བྱེད་ཅེས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་འདི་ལ་སྡེ་ཚན་  
གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷན་པ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་ལྷན་པའི་འདྲའི་སྡེ་ཚོ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་གི་སྡེ་ཚན་གཅིག་དང་། དེ་ནས་གཞི་  
དངོས་པོའི་གནས་སྤངས་གཏམ་ལ་འབབས་པའི་གཏམ་ཚོགས་རིག་པའི་སྡེ་ཚོ་ཞེ་ཆོ། དེ་འདྲའི་གཏམ་ལ་ཕབ་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་རིག་  
པའི་སྡེ་ཚོ་བཅས་སྡེ་ཚོ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བརྒྱུར་གསོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་  
རིག་གཞུང་ངོ་སྤོང་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། འཛམ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་ལ་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཉ་ཅང་འགོ་བཙུག་ཡོད་ནའང་། ནང་  
སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆེ་རུ་འགོ་བཙུག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ཆགས་སྤངས་གི་དབང་གིས་མི་གསོད་ཁྲག་སྤོང་དང་དམག་འཁྲུག་  
སོགས་ཡོད་བཞིན་ཡོད། གང་བཤག་སྤོང་སོ་སོ་ནས་ཡིན་ནའང་སེམས་མ་སྤྱིད་པ་དང་། ཐ་ན་རང་སྲོག་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་  
དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད། དཀའ་ངལ་དེ་དག་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་གང་འདྲའི་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འདྲུག་གི་འདུག ། གང་འདྲ་



བྱས་ཏེ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་བཞུགས་ཡོང་དུས་ཆགས་སྤང་དབང་གིས་དང་། བྱམས་བརྩེ་མ་འདད་བའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་  
འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པས། སེམས་ཁམས་རིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཁམས་  
རིག་པ་ཟེར་ནའང་འགྲིག་གི་འདུག ང་ཚོས་ད་ལྟ་བུ་སྤྱོད་གཏོང་བཞིན་པ་ནི་སློབ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་ཅེས་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་  
ཡོད་པ་རེད། སློབ་རིག་པ་ཤེས་པ་གསུམ་ནི་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཤེས་པ་ཞེས་པ་ནི་གསལ་ལོང་རིག་  
པ་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་དོས་འཛིན་གྱི་ཡོད་རེད། གསལ་ལོང་པ་ནི་དཔེར་ན། ཀྱུ་ལྟོགས་པའི་སློབ་རིག་ཡོད་ན་དེ་  
འདྲའི་ཀྱུ་ལྟོགས་པའི་སློབ་རིག་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། རིག་ཅེས་པ་ནི་ཀྱུ་ལྟོགས་པའི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་སློ་  
དེས་སྤྱི་རིམ་འབྲེད་ཐུབ་ཀྱི་ཞིག་རེད། དེའི་ཆ་ནས་སློབ་རིག་ཡུལ་འཛིན་ཟེར་བ་དང་། སློབ་རིག་ཡུལ་རིག་ཟེར་བ། རིག་པ་ཟེར་  
བ། གསལ་ལོང་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་གོ་བ་ལེན་ན་འགྲིག་གི་རེད་དེ་ཆེན་གྱི་འདུག སློབ་རིགས་དེ་ལ་སྤྱིར་བཏང་སློབ་རིག་  
བདུན་ཟེར་བ་དང་། སློབ་རིག་གསུམ་ཟེར་བ་སོགས་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད། རྟོགས་པའི་སློབ་རིག་པ་འཛིན་གསལ་པའི་སློབ་  
མངོན་སུམ་དང་རྟོག་པ། འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་དང་མ་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་སྡེ་ཚན་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྦྱེ་བ་རེད། དེའི་ནང་ནས་  
ང་ཚོར་སེམས་བཟང་པོ་དང་སེམས་ངན་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་སེམས་ཞེས་པ་དེ་དོ་སྤྱོད་གང་འདྲ་གྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན།  
སེམས་ཟེར་བ་ནི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་སྐབས་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་གཏན་ནས་ང་ཚོས་འགྲེལ་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་  
ནའང་། ང་ཚོར་མྱོང་བའི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟར་པ་ཡིན་ན་ཁྱེད་རང་ལ་ཡུལ་གང་ནས་  
རེད། ཁྱེད་རང་ལ་ཡུལ་ལ་རི་དང་ཆུ་གང་འདྲ་ཡོད་རེད་ཅེས་མི་ཞིག་གིས་སྐད་ཆ་དྲིས་པ་ཡིན་ན། སྐབས་དེ་དུས་སོ་སོ་ལ་སོ་  
སོའི་ལ་ཡུལ་གྱི་རི་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་གསལ་ཐིང་ངེར་གསལ་ཀྱི་ཞིག་དང་དུལ་ཀྱི་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་དུལ་མཁན་དེ་  
ལ་སེམས་ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད། སེམས་ལ་ཡང་སེམས་ངན་པ་དང་སེམས་མ་རུང་བ་ཞེས་པའི་དེ་འདྲའི་ཆ་གཅིག་དང་། སེམས་  
བཟང་པོ་ཞེས་པའི་ཆ་གཅིག་བཤད་གྱི་ཡོད། སེམས་ངན་པ་ཟེར་བ་ནི་སེམས་མ་རུང་བ། དཔེར་ན། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་  
སྟེ། མ་རིག་པ། འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྲོ་ལྟ་བུ་རེད། མ་རིག་པ་ཟེར་བ་ཡུལ་གྱི་གནས་སྤངས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་མ་ཤེས་པའི་རྗོངས་  
པ། དེའི་དབང་གིས་ཆགས་སྤང་འདྲེན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་མ་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་དོས་འཛིན་གྱེད་གྱི་  
ཡོད་དམ་ཞེ་ན། རང་ཡུལ་ལ་རྗོངས་པའི་གྱེད་ལས་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་ཞིག་རེད། དངོས་པོའི་གནས་སྤངས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་མ་  
ཤེས་པའི་དབང་གིས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་འདྲེན་པ་སོགས་ཡོང་གི་  
ཡོད། དཔེར་ན། མི་ཞིག་གིས་ཁ་ལག་སོ་སོའི་གཟུགས་པོ་ལ་འཕྲོད་མ་འཕྲོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཡག་པོ་ཞིག་མ་ཤེས་ན། དེའི་  
དབང་གིས་ཟས་རིགས་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་བཟས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་ནི་དེའི་གནས་སྤངས་མ་  
ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། གནས་སྤངས་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་གྱེད་པ་མང་པོ་  
ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་གཞན་ལ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ན་ཆགས་པ་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་དོས་  
འཛིན་གྱེད་དགོས་རེད་དམ་ཞེ་ན། རང་གི་ཡུལ་གནས་ཚུལ་ལས་འགལ་བའི་ཡོད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་ལྟོགས་པའི་སེམས་བྱུང་  
ཞིག་ལ་ཆགས་པ་ཟེར། ཁོ་རང་གིས་གང་ལ་ཆགས་སའི་ཡུལ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་སྤངས་དང་མ་མཐུན་པ་དེ་ལས་ལྷག་པའི་  
ཡོད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་ལྟོགས་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་འདོད་ཡོན་ལྡན་ལ་ཆགས་  
པའི་ཆགས་པ་ཞེས། གཟུགས་ལ་ཆགས་པའི་ཆགས་པ་དང་། སྐྱུ་ལ་ཆགས་པའི་ཆགས་པ་ཟེར་བ། དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་  
ཆགས་པའི་ཆགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་གཟུགས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པར་གནས་ཚུལ་ལས་བརྟེན་པའི་ཡོད་དུ་འོང་  
བའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཏུ་ལྟོགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྐྱུ་ཡིན་ནའང་སྐྱུ་དེ་ཏུ་ཅང་གི་སྟུན་པོ། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གང་འདྲ་ཡོད་ནའང་

དེ་ལས་སྐྱུ་པར་སྐྱོ་བཏགས་ནས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལྟ་གི་ཡིད། ཡིན་ནའང་སྐྱ་དེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཉན་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་རང་  
མེད་པར་འཕྲོད་ཐུབ་ཀྱི་ཞིག་ཡིད་གི་ཡིད། དེའི་དབང་གིས་ཁོང་ཁོ་འདྲེན་གྱི་ཡིད། ཁོང་ཁོ་ཟེར་བ་ནི་རང་གིས་གང་ལ་ཁོ་  
སའི་ཡུལ་དེ་གནས་ཚུལ་ལས་བཟུལ་བའི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཏུ་ལྟ་མཁན་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡིད། ཡུལ་དེ་ལ་གཞོན་  
པ་བྱེད་འདོད་གྱི་ཀུན་ནས་མཉམ་མཁན། དཔེར་ན། རང་གི་དགའ་པོ་དང་རང་ཉིད་གྱིས་མི་དགའ་ས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཁོང་ཁོ་  
བྱེད་གྱི་ཡིད། ཁོ་བཞིན་ན་རང་ཉིད་མ་སྦྱིད་པ། རོགས་པ་ཡང་མ་སྦྱིད་པ། རང་གཞན་ཚང་མ་མ་སྦྱིད་པ་བཟོ་མཁན་གཙོ་བོ་  
དེ་ཁོང་ཁོ་ཟེར་བ་དང་ཞེ་སྤང་ཟེར་བ་ཆགས་གྱི་ཡིད། ཁོང་ཁོ་ཞིག་ལངས་པ་ཡིན་ན་ཁ་ལག་ཅིག་ཟ་བ་ཡིན་ནའང་ཁ་ལག་དེ་  
ཞིམ་པོ་མེད་པ་ཞིག་དང་། ཁོང་ཁོ་ལངས་པའི་སྐབས་ལ་དབྱུགས་ཏ་ཅང་མཁྱོགས་པོ་གཏོང་གི་རེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོ་ཚོ་  
ཐུང་གི་རེད་ཅེས་དེ་འདྲའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་མཁན་ཡང་ཡིད་པ་རེད། སྤྱིད་པ་འཁོར་ལོའི་འགྲེལ་བཤད་གྱི་ནང་ལ་བྱ་ཕག་  
སྐྱུ་ལ་གསུམ་ལ་དཔེ་བཞག་ནས་ཆགས་སྤང་སྤོངས་གསུམ་ཞེས་གསུངས་ཡིད། བྱའི་རིགས་ནི་ཏ་ཅང་གི་འདོད་ཆགས་ཆེན་པོ་  
དང་། སྐྱུ་ལ་གི་རིགས་ནི་ཏ་ཅང་གི་ཞེ་སྤང་ཆེན་པོ། ཕག་གི་རིགས་ནི་ཏ་ཅང་གི་གཏི་མུག་ཆེན་པོ་ཡིད་ཅེས་ཟེར་བ་རེད། དེ་  
འདྲ་ཡིན་ཅང་མི་ལ་མཚོན་པ་ཡིན་ན་མི་གཅིག་ལ་ཞེ་སྤང་གྲགས་ཆེན་པོ། འདོད་ཆགས་གྲགས་ཆེན་པོ། ཁོང་ཁོ་གྲགས་ཆེན་  
པོ་བཅས་འཛོམས་པ་ཡིན་ན་མི་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡིད། གནས་ལྷགས་མི་ཤེས་མཁན་ཕག་པ་ནང་བཞིན་ཞིག་ ཁོང་  
ཁོ་ཚོ་སྐྱུ་ལ་ནང་བཞིན་ཞིག་ འདོད་ཆགས་ཚོ་བོ་བྱ་ནང་བཞིན་ཞིག་གང་ཟག་གཅིག་ལ་འཛོམས་པ་ཡིན་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་  
དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡིན་པ་དང་། སྐྱུ་བསྐྱེད་མུའི་ཀྱི་ཡིན་པ་གཏན་འཁེལ་ནས་བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། སྐྱུ་མཚན་དེ་དག་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཆགས་སྤང་སྤོངས་གསུམ་ཟེར་བ་ལ་གདོང་ལེན་བྱ་དགོས་ཀྱི་དང་། དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་དགོས། དེ་ནི་  
སེམས་ངན་པ་ཟེར་བ་དེ་རེད།

སེམས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་དེའི་སྐོར་ཏོག་ཅམ་ཞིག་ལྟས་ན། སེམས་བཟང་པོ་ཟེར་བ་ནི་གཙོ་བོ་སྤོང་རྗེ་དང་བྱམས་པ། སྤོང་རྗེ་  
ཟེར་བ་ནི་གཞན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ལ་སྤོང་རྗེ་ཟེར་བ་དང་། གཞན་ལ་དམིགས་  
ནས་བདེ་བ་ལྡན་འདོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བརྟེན་བཞིག་ལ་བྱམས་པ་ཟེར། བྱམས་བརྟེན་ཟེར་བ་ནི་ཏ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པ་དང་། གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། བྱམས་བརྟེན་ཟེར་བ་སྤྱི་ནས་དབུལ་སྤྱད་ནས་ཉོ་ཀྱི་ཡིད་པ་མ་ཡིན་པ། སོ་སོའི་རྒྱུད་  
ལ་ཡིད་བཞིན་པ། ཡིད་པ་དེ་སོ་སོས་གལ་ཆེན་པོ་དང་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་འོ་འཕྲོད་པའི་ཐོག་དེའི་འོ་བོ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡར་  
སྐྱེལ་ཐུབ་པ་དགོས། དེ་འདྲའི་གནད་འགག་ཆེན་པོ་དང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ནི་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་པ་  
ཀྱི་མཚན་དང་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་ཐུབ་ཀྱི་ཞིག་རེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་པའི་འཛོམ་སྦྱིང་  
འདོད་ནང་ཚན་རིག་ཐོག་ནས་ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མའི་མི་རབས་གསར་པའི་གཞིན་སྐྱེས་ཚོར་བྱམས་བརྟེན་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པ་འོས་འཛིན་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། བྱམས་བརྟེན་ཚོར་བསྐྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་པ་དགོས། བྱམས་བརྟེན་ཚོར་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན་ན་བྱམས་བརྟེན་ཚོར་བསྐྱེད་པ་དེ་ཚོད་གྱིས་མི་དེ་རང་བཞིན་བཟང་པོ་དང་། དང་པོ་བདེན་པ། ཡ་རབས་སྦྱོད་བཟང་  
དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡིད། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིད་བཞིན་ན་འཛོམ་བྱ་སྦྱིང་འདིར་ཞི་བདེ་ཡིད་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། བྱམས་བརྟེན་ཡིད་  
པ་ཡིན་ན་ཁོར་ཡུག་གང་དུ་བསྐྱེད་ནའང་རང་གཞན་ཚང་མ་སྦྱིད་པོ་ཡིད་པ་ཞིག་རེད། བྱམས་བརྟེན་ཡིད་པ་ཡིན་ན་དངངས་  
སྐྱུ་ག་དང་ཞེད་སྤང་ཟེར་བ་ཏུ་དུ་འགྲོ་ཀྱི་ཞིག་དང་། བྱམས་བརྟེན་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོ་མས་འདྲིས་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྐབས་  
ཤིག་ལ་སོ་སོའི་གཤིས་ཀ་འདྲ་བོ་ཞིག་བྱམས་བརྟེན་ཆགས་ནས། དཀའ་ངལ་ག་དུས་འཕྲད་པ་ཡིན་ནའང་བྱམས་བརྟེན་ཐོག་

ནས་གདོང་ལེན་བྱ་བ་ལ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན། སློབ་གྲུབ་ནང་ང་ཚོས་བྱམས་བརྗེའི་གོ་ཚུགས་སྤེལ་བ་ཡིན་ན་སློབ་གྲུབ་དེར་  
དམིགས་བསལ་གྱི་ཡ་རབས་སྤོད་བཟང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་རིམ་གྱི་སློབ་གྲུབ་མང་པོའི་ནང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དུ་མཐོང་  
བཞིན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། བྱམས་བརྗེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཁྱིམ་ཚང་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་ཁྱིམ་ཚང་དེའི་ཕ་མ་བྱམས་བརྗེ་  
དང་ཇུན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱིམ་ཚང་དེ་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། བྱམས་བརྗེ་མེད་པར་ཆགས་སྤང་གི་དབང་དུ་འགྲོ་མཁན་  
ཞིག་ཡིན་ན་མི་ཚང་དེ་ལ་བདེ་སྐྱིད་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སེམས་ཁམས་རིག་པར་ང་ཚོས་སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱུ་  
གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་སེམས་བཟང་ངན་གཉིས་ཞེས་སེམས་ངན་པའི་རིགས་དེ་ལ་གདོང་ལེན་བྱ་དགོས་པ་  
དང་། བྱམས་བརྗེའི་རིགས་ལ་དོན་དུ་གཉེར་ནས་ངོ་བོ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྤེལ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡན་ཆད་ནི་སེམས་  
ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ཆགས་ཡོད།

གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་ནི་སྤྱིར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལ་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ཁྲིད་ལ་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་  
ཞེས་པ་དེ་ཏ་ཅང་གི་དར་ཁུབ་ཆེན་པོ་ཡོད། སྤྱི་རོལ་མུ་སྤྲེགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་ལངས་སྤྲོགས་  
འཛིན་མཁན་གཙོ་བོ་དེ་རིག་པ་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་རོལ་མུ་སྤྲེགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་མང་ཆེ་བས་  
གཏན་ཚིགས་རིག་པ་གཙོགས་ཆེན་པོ་འཛིན་གྱི་ཡོད། རྒྱང་འཕེན་པས་མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་གཏོགས་ཁས་མི་ལེན་པ་སོང་  
གཏན་ཚིགས་རིག་པ་མི་དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན། གྲངས་ཅན་རྒྱུ་མིག་ཟེར་བ་དེ་ཚོས་རྟོག་གི་རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ་འདྲ་  
བརྗེས་ཡོད། རིག་པ་ཅན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་བདེན་གྲུབ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་རིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་པའི་རིགས་པ་  
རྟོག་གིའི་ཚིག་དོན་བརྒྱུག་གྲགས་སོ། བརྒྱུག་ནི། ཚད་མ་གཞལ་བུ་ཐེ་ཚོམ་དགོས་པ་བཞི། དཔེ་དང་གྲུབ་མཐའ་ཡན་  
ལག་རྟོག་གི་བཞི། གཏན་པབ་ཚོད་པ་བརྗོད་པ་སུན་འབྲེན་བཞི། གཏན་ཚིགས་ཚིག་དོར་ལྷག་ཚོད་ཚར་གཙོད་བཞི། ཞེས་  
རྟོག་གིའི་ཚིག་དོན་བརྒྱུག་ཟེར་བ་དེ་ཚོ་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་ནང་ལ་རྟོག་གིའི་ཚིག་དོན་བརྒྱུག་གསལ་  
བར་སྤྲོབས་ཡོང་གི་ཡོད།

ང་ཚོ་ནང་པའི་ངོས་ནས་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་བྱུང་སྐྱབས་ནི་སློན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་མདོ་ཡི་ནང་། དུ་བ་ལས་ནི་མེར་ཤེས་  
དང་། །ཁུ་སྤྲེས་ལས་ནི་ཁུ་ཤེས་དང་། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྡོལ་ལྡན་གྱི། རིགས་ནི་མཚན་མ་དག་ལས་ཤེས། །ཞེས་  
དཔེའི་འབྲས་ཏྲགས་དང་དོན་གྱི་འབྲས་ཏྲགས། ང་དང་ང་འདྲ་བས་གང་ཟག་གི་ཚོད་གཟུང་བར་བྱ་ཡི། གང་ཟག་གིས་གང་  
ཟག་ཚོད་གཟུང་བ་མི་བྱ་སྤྲེ་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ་ཞེ། ཞེས་མ་དམིགས་པའི་གཏན་ཚིགས་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རིག་  
པ་གསུངས་ཡོད། མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་སྤེལ་ཡིན་ནའང་ལྟ་བུ་གཏན་ལ་འབབས་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ལཱོ། གཏན་ཚིགས་  
ཆེན་པོ་ལྟ་ནི། ངོ་བོ་ལ་དཔྱད་པ་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཚིགས། རྒྱུ་ལ་དཔྱད་པ་དེ་རྗེ་ཟེགས་མའི་གཏན་ཚིགས། འབྲས་བུ་  
ལ་དཔྱད་པ་ཡོད་མེད་སྤྱོད་འགོག་གྱི་གཏན་ཚིགས། རྒྱུ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ལ་དཔྱད་པ་ལྟ་བུ་ལྟོ་འགོག་གི་གཏན་ཚིགས། རིགས་  
པའི་རྒྱལ་པོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཞེས་གཏན་ཚིགས་ཆེན་པོ་ལྟ་གསུངས་ཡོད། ཡིན་ནའང་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་སྤྱི་  
ཚོན་རྒྱར་དུ་འགག་རྒྱུ་བཞེས་མཁན་ནི་འཕགས་པ་སྤྲོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆགས་ཡོད། སྤྲོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལེབས་ནས། ཚད་མ་  
བསྟུན་སྤྱིར་རང་གི་གཞུང་ཀུན་ལས། བདུས་ཏེ་སྤྲོ་ཚིགས་འཐོར་རྣམས་འདིར་གཅིག་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་ཚད་  
མའི་བསྟན་བཅོས་འཐོར་བུ་མང་པོ་ཞིག་བརྗེས་ནས་དེ་དག་སྤྲོགས་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་ཏེ་ཚད་མ་ཀུན་བདུས་ཞེས་པ་བྱུང་  
ཡོད། དེ་ནས་བཟུང་སྤྱི་ཚོན་མ་རིག་པ་དང་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་སྤྱི་ཚོན་རྒྱར་དུ་སྤྲོབས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་འབྲེལ་བ་ལ་

དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ལུས་ལྟ་བུའི་བརྟན་བཅོས་གསུམ་དང་། འཕྲོས་པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུའི་བརྟན་བཅོས་བཞི་བཅས་ཚད་  
མ་སྡེ་བདུན་བརྟན་པ་རེད། ལྷོགས་སྤང་ཚོས་གྲགས་གཉིས་ཀྱི་ཚད་མའི་བརྟན་བཅོས་དེ་རྒྱ་གར་ནང་དུ་ཅང་གི་དར་སོ་ཚེན་  
པོ་ཆགས་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱིར་བཏང་གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་བྱང་སྤངས་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད།

སྤྱིར་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་གི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། སོ་སོའི་རིག་པའི་སྒོ་འབྲེད་མཁན་གྱི་སྡེ་  
མིག་འདྲ་པོ་ཞིག་རེད། སྤྱིར་བཏང་རིག་པའི་གནས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་དཀའ་བའི་གནས་གཏན་ལ་འབེབས་སྐབས་སུ་མེད་  
དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཚོས་དང་འཇིག་རྟེན་གང་གི་ཆ་ནས་བཤད་ན་འང་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཅེས་པ་ནི་དུ་ཅང་  
ཉེ་བར་མཁོ་བ་རེད། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩ་ལ་འདོན་པའི་ཐབས་ལམ་མཚོན་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་གཏན་ཚིགས་རིག་པ་ཞེས་པ་ལས་ལྷག་  
པ་མེད་པ་ཞིག་དང་། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཇི་མཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་ཐབས་ལམ་མཚོན་ཏུ་གྱུར་པ་ཞིག་རེད། ང་ཚོས་  
གཞལ་བུའི་གནས་གསུམ་ཞེས་མཚོང་བ་མངོན་གྱུར་དང་། ཅུང་ཟད་སྒྲོག་གྱུར། སྤོང་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད།  
མཚོང་བ་མངོན་གྱུར་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་གཏན་ཚིགས་ལ་མི་བརྟེན་པར་མྱོང་སྒྲོབས་ཀྱིས་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤོང་ཏུ་  
སྒྲོག་གྱུར་ཞེས་པ་ནི་སྐབས་འདིར་བཤད་མི་དགོས་པར་བྱ། ཅུང་ཟད་སྒྲོག་གྱུར་ཞེས་པ་གཏན་ལ་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་  
ལ་དངོས་པོ་སྒྲོབས་བྱགས་ཀྱི་རིགས་པ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། སོ་སོའི་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པས་གསུངས་པ་རེད་ཟེར་བ་ཙམ་  
མ་ཡིན་པར་དངོས་པོ་ཁོ་རང་གི་སྤོང་ནས་གནས་ལུགས་ཤེས་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། གཏན་ལ་འབེབས་བྱུང་བ་ཞིག་གི་གཏན་  
ཚིགས་ཤིག་ལ་དངོས་པོ་སྒྲོབས་བྱགས་ཀྱི་རིགས་པ་ཞེས་དུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཚད་མ་རིག་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི་དུས་  
དུ་ལྟ་ཡིན་ནའང་འཇོམ་སྤོང་འདིའི་ནང་དུ་ཅང་གི་དར་བྱུང་ཆེ་བའི་ཆ་ནས་རིག་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བྱུང་མཁན་ཞིག་དང་མཉམ་  
དུ་བགྲོ་སྤོང་བྱེད་བྱུང་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཚད་མ་རིག་པའི་སྤོང་ཆེན་ནི་དུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

ལྟ་བུའི་རིག་པའི་སྒོར་ལ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དུས་རབས་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་མི་ལོ་ས་ཡ་བཞི་ཡས་མས་སུ་འཇིག་རྟེན་  
འདིའི་སྤོང་ལ་སྒོག་ཆགས་བྱུང་རིམ་འགོ་རྒྱགས་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་པས་འགོ་བཅི་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་འབྲུང་བ་  
བཞི་ལོ་གཞི་དེ་འཚོ་མང་པོ་བྱུང་བ་དང་། དེ་དག་རྒྱ་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་གི་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བའི་སྐབས།  
ཁ་གསུངས་ཀྱིས་ལྟ་བུའི་བྱུང་བ་དང་། ཁ་གསུངས་ཀྱིས་འདྲེ་ལས་བྱུང་བ་ཟེར་བ་བཤད་དེ། དེ་ནས་ཚོས་ལུགས་དང་ལྟ་བུའི་ཟེར་བ་  
དེ་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ནས་འགོ་རྒྱགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་རིམ་པས་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་བདག་ཟེར་བ་དང་།  
ཁ་གསུངས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ལས་རེད་ཟེར་བ་དེ་འདྲའི་ལྟ་བུའི་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་ལོ་ལོ་སྤོང་གི་ལོ་བདུན་  
བརྒྱ་ཙམ་ཞིག་ལ་གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་པ་སྤོངས་པ་རེད། གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་མཁས་པ་ཚང་མས་དོས་འཇོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་རྗེས་སུ་ལོ་ལོ་སྤོང་གི་ལོ་དུག་བརྒྱ་དགུ་བརྒྱ་འདྲ་མི་  
འདྲ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དགུ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་ནས་བདག་ཅག་གི་སྤོང་པ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྡན་འདས་འཇིག་རྟེན་  
དུ་བྱོན་ནས་ལྟ་བུའི་འཕྲོ་འབྲུར་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད། དེའི་སྤོང་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཟེར་བ་དང་བདག་ཟེར་བ་གང་  
གསུངས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་བདག་ཟེར་བ་མེད་པ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་འདུག་མཁན་གྲུབ་མཐའ་སྐྱེ་བ་  
བཞི་དེ་དག་གིས་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བུའི་བཞིར་ཞུགས་ནས་སོ་སོའི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ལྟ་བུའི་བྱུང་  
རིམ་རེད།

ལྷ་གྲུབ་ཅེས་པ་ནི་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ངོས་འདོན་གྱི་རྟེན་ཅེས། འདིག་རྟེན་དང་དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ལ་བརྟེན་  
ཅིང་དབྱུང་ནས་སོ་སོའི་བསམ་སྒྲིབ་ནང་ལ་འཆར་ཚུལ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ལེན་ན་འགྲིག་གི་རྟེན་དྲན་གྱི་འདུག ཡིན་ནའང་ལྷ་བ་ལ་  
ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ཟེར་བ་དང་། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ལྷ་བ་ཟེར་བ། ལྷ་བ་སྤྲ་རགས། ལྷ་བ་སྤྲ་མོ་དང་ལྷ་བ་རགས་པ་ཞེས་  
ངེ་སྟེན་ཅིག་ཡོད། ད་ལྷ་ང་ཚོས་ལྷ་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་སྒྲིབ་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་གྱི་ཡོད་པ་རྟེན། རྟེན་འབྲེལ་ཟེར་  
བ་ལའང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ། ཆ་གས་ལ་བརྟེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ། རྟོག་པས་བཏགས་ཚམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་  
རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲ་རགས་མང་པོ་འབྲེད་གྱི་ཡོད་པ་རྟེན། རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པ་རྟེན་འབྲེལ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པ་དཔེར་ན།  
ས་པོན་ལས་མུ་གུ་སྟེས་ཞེས་པ་ལྷ་བ། ས་ཞིང་ལས་རྩི་ཤིང་ནགས་ཚལ་བྱང་སྤངས། བ་མ་ལས་སུ་གུ་སྟེ་སྤངས་སོགས་རྒྱ་རྒྱུན་  
རྟེན་འབྲེལ་དང་། ཆ་གས་ཞེས་པ་ནི་ཡན་ལག་དུ་མ་འདུས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆ་གས་ཟེར་བ་དང་། ཤིང་རྟེན་ཡན་ལག་ཚོགས་  
པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟེན་ཟེར་བ་ཆ་གས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ། རྟོག་པས་བཏགས་ཚམ་ཟེར་བ་ནི་རྟོག་པ་དང་སྟོས་ཕར་བཏགས་ཚམ་  
རྟེན་མ་གཏོགས་ཡུལ་ཁོ་རང་གི་ངོས་ནས་རྩ་བ་ཉིད་ནས་འདོག་མི་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་རྟེན་འབྲེལ་སྤྲ་མོ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད་པ་  
རྟེན། ལྷ་བས་སུ་བབ་པ་ང་ཚོར་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གྱི་ཕན་ཐོགས་པའི་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཟེར་བ། འཆོ་བ་མེད་པ་གཞི་ལ་  
བཞག་ནས་རྟེན་འབྱུང་དང་སྟོས་གྲུབ་ཟེར་བ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་ནས་བྱུང་བ། སྟོས་ནས་གྲུབ་པ། དེ་འདྲའི་རྟེན་འབྱུང་  
སྟོས་གྲུབ་གྱི་རྣམ་གཞག་རྟེན། ང་ཚོ་ལ་བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལེན་ཟེར་བ་དེ་ཡང་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དང་སྟོས་ནས་གྲུབ་པ་རྟེན།  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དང་སྟོས་ནས་གྲུབ་གྱི་ཡོད་ན་ཆགས་སྤང་ཟེར་བ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་འབྱུང་གི་འདུག བདེ་བ་ཞེས་པ་  
གང་འདྲ་བྱས་ནས་སྟོས་ནས་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་བཞག་ཡོང་དུས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་འབྱུང་བ། དེ་ཡང་གཞན་ལ་ཆགས་སྤང་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡོང་བ་དང་། གཞན་ལ་བྱམས་བརྩེ་བྱས་  
པ་ཡིན་ན་བདེ་བ་ཡོང་བ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་། གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་  
འབྱུང་བའི་སྟོས་གྲུབ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ནི་ང་ཚོས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་སུ་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་རྟེན། དེ་ནས་རིམ་པས་རྟེན་  
འབྲེལ་སྤྲ་རགས་དང་སྟོས་གྲུབ་སྤྲ་རགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་རིམ་པས་འདུག་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད།

དེ་ཡན་ཆད་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པའི་བསྐྱར་གསོ་དེ་ལ་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་  
གཞག་དང་། གཏན་ཚོགས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག ལྷ་གྲུབ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ངོ་སྟོན་མདོར་བསྐྱེད་ཤིག་རྟེན།  
འོ་ན་ངོ་འཕྲོད་ནས་དེ་ཤེས་པ་ཚམ་གྱི་འགྲིག་གི་རྟེན་དམ་ཟེར་ན་རྩ་བ་ཉིད་ནས་མ་འགྲིག་པ་ཞིག་རྟེན། དེ་ལ་གོ་མས་འདྲིས་  
གྱིད་དགོས་པ་དང་། ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྒྲིམ་དགོས་པ། ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོ་མས་པར་གྱིད་དགོས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་གྱི་  
ཡོད་པ་རྟེན། གོ་མས་འདྲིས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་ཚམ་གྱིས་ཕན་མི་ཐོགས་པ། དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལུས་ན། ཁྱེད་རང་གི་  
མུའུ་མོ་དེ་དེ་རིང་གཅོད་གྱི་རྟེན་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ན་ཁོ་ལ་དངངས་སྐྱབ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་རྟེན། དེ་ལ་གདོང་ལེན་  
གང་འདྲ་ཞིག་གྱིད་དགོས་པ་རྟེན། དེ་གང་རྟེན་ཟེར་ན་མུའུ་མོ་དེ་བཏུབ་ནས་སོ་སོར་སྤྱད་བསྐྱེད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱུང་གི་  
ཡོད་པ་ལྷོང་སྟོབས་གྱིས་ཤེས་གྱི་ཡོད་པ་རྟེན། འོ་ན་ཁྱེད་རང་ལ་ཆགས་སྤང་སྟོབས་ཡོང་དུས་དེ་ལ་གདོང་ལེན་གང་འདྲ་གྱིད་  
དགོས་པ་རྟེན། གཉེན་པོ་གང་འདྲ་བསྟེན་གྱི་ཡིན་ཟེར་ན་ཆགས་སྤང་ཁོ་རང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་ནས་རྒྱ་མཚན་ལྷར་སྤང་མང་  
པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཁོང་ཁྱོད་ལྷན་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་དང་། གཏི་མུག་ལྷན་ཆེ་རུ་གཏོང་བ། འདོད་ཆགས་ལྷན་ཆེ་རུ་གཏོང་  
བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རྟེན། དེ་གང་རྟེན་ཟེར་དུས་གོ་མས་འདྲིས་མེད་པ་དང་གོ་མས་འདྲིས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཅོང་རྟེན།

དཔེར་ན། མཁམ་པོ་དང་དགེ་བཤེས་གང་འདྲ་ཞིག་ལའང་ཁོང་སྤོངས་བུ་གང་འདྲ་རེད་ཅེས་དྲིས་དུས་ངོ་བོ་དེ་འདྲ་རེད།  
སྤྱད་ལས་དེ་འདྲ་རེད། ཉེས་དམིགས་དེ་འདྲ་རེད་ཅེས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་  
སོ་སོ་ལ་ཆགས་སྤང་སྦྱབས་ཡོང་དུས་ཆགས་སྤང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་པ་མ་གཏོགས་དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་ལྟ་མི་སྤྱབ་པ་ནི་ང་དང་ང་  
འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་རྒྱུན་གཏན་ནས་གོམས་འདྲིས་མ་བྱས་པའི་དབང་གིས་རེད། ཡང་ནས་ཡང་  
དུ་གོམས་པ་མ་བྱས་པ་དང་། མྱོང་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཅང་དཀའ་ངལ་དེ་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་གང་  
ཤེས་པ་དེ་གོམས་འདྲིས་གནང་དགོས་པ་དང་། སྦྱོར་ནས་གོམས་དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡན་ཆད་ནི་  
རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཞེས་པའི་རིག་གཞུང་གི་གོ་དོན་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བཤད་ཚར་བ་རེད།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པའི་བསྐྱར་གསོའི་དོན་ནི་སྤྱིར་བཏང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་སྤྱིར་དུ་  
ཅང་དར་ཡོད་པ་ཞིག་མར་ཉམས་ཚར་བ་དང་། ཉམས་ནས་སྤར་ཡང་ཡར་གསོ་བ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་འགྲེལ་བཤད་  
དེ་འདྲ་གནང་གི་ཡོད། རྒྱ་གར་ནང་དུ་སྤྱི་མཉམ་གྲུབ་ཏུ་ཅང་མང་པོ་དར་ཡོད། ཡིན་ནའང་སྤྱི་སྡེ་ཉམས་ཆག་རིམ་པ་མང་  
པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན། ཁ་ཆེའི་དམག་འབྲལ་ནས་དེའི་རྒྱུན་པས་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཆག་སོང་  
ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་འང་ས་གནས་སོ་སོའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་པར་ཚུར་མ་མཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་འབྲུག་མང་པོ་ཞིག་  
བྱུང་བ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ཉམས་ཆག་ཏུ་ཅང་སྤྱིར་ཡོད་པ་དང་། ཨིན་ཇིས་རྒྱ་གར་བཙན་འཇུག་བྱས་པའི་  
དབང་གིས་ཉམས་ཆག་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིར་ཡོད། དེ་འདྲའི་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤོངས་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
ཉམས་ཡོད། དེ་ཆོ་ཉམས་པ་སྤྱིར་གསོ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ལྷོ་ངོ་ས་མཚོ་གཤིས་དགོངས་པ་རེད། ལྷག་པར་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་གཙུག་ལག་  
སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་རིག་གནས་སུ་སྤྱི་སྡེ་ལྷོ་བྲ་ཆེན་པོའི་སྤོངས་མ་ཡིན་ཟེར་  
ནའང་མ་འགྲིགས་པ་མེད་པ་དེ་འདྲའི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོའི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། གཏན་ཆོགས་རིག་  
པ། ལྷ་གྲུབ་རིག་པ་བཙས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སུ་སྤྱི་སྡེ་ལྷོ་བྲ་ཆེན་པོའི་ནང་ལ་སེམས་ཁམས་པ་དང་། ཏུ་ཅང་གི་གཏོང་བྱ་བ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་  
ཆོ་ཁ་ཆེའི་དམག་སྤོངས་ནས་གཏོར་བས་ད་ལྟ་ཡིན་ནའང་ས་ཇོ་ཅམ་ལས་མཇུག་རྒྱུ་མེད་པས་ཉམས་ཆག་སྤྱིར་ཟེན་པ་རེད།  
དེ་དག་ཉམས་ཆག་སྤྱིར་པ་དེ་ཡར་གསོ་གི་ཡིན་གསུང་པ་རེད། འོ་ན་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་གི་  
ཡིན་ན་གང་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་བསྐྱར་གསོ་གནང་གི་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་གར་ནས་འགོ་བཙུགས་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་མི་  
རབས་གསར་པའི་གཞིར་སྤྱི་སྡེ་དེ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ཆོན་རིག་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ལས་རིམ་པ་བྱས་ནས་ཡར་བསྐྱར་གསོ་  
བྱས་ཏེ། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཇོམ་སྤྱིང་ལ་འབྲུབ་སྤེལ་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་རེད། འབྲུབ་སྤེལ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ཡང་ཆོས་ལུགས་སྤེལ་  
བའི་ཆེད་དུ་རེད་དམ་ཞེ་ན་ཅུ་བཞི་ནས་མ་རེད། འཇོམ་སྤྱིང་འདྲིའི་སྤོངས་འགོ་བཙུག་པའི་སེམས་ཁམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུན་རྒྱུའི་  
ཆེད་དུ་རེད། དེ་འདྲའི་སེམས་ཁམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུན་རྒྱུའི་ཐབས་ལམ་དེ་ཡང་ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་དེང་རབས་  
ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ཆོན་རིག་དང་གནའ་རབས་གཉིས་ལྷུང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྤོངས་འགོ་བཙུག་པའི་སེམས་ཁམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་དགོས་རྒྱུ་  
དེ་ནི་ལྷོ་ངོ་ས་མཚོ་གཤིས་བསྐྱར་གསོ་གནང་རྒྱུའི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་ཞེས་  
མང་པོ་བཤད་དུས་གོང་དུ་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ལུགས་ནས་བཤད་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར་ན།  
དེ་ལ་མཚན་གཞི་གཅིག་གི་སྤོངས་ལས་སྤོངས་པོ་ཞིག་རྒྱུད་པ་ཡིན་ན། དཔེར་ན། མི་ཞིག་ལ་མི་གཞན་ཞིག་གིས་གཞུགས་པོ་  
ལ་མི་མངའ་བ་བརྒྱབ་པ་ན། འབྲུང་རང་གིས་མི་མངའ་བ་རྒྱུག གལ་སྲིད་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ན་ཉེས་པ་ཡོང་གི་རེད། མ་འོངས་པར་

གྲིད་རང་སྐྱེ་བ་རྗེས་མར་དུ་ལྷན་པར་སྐྱེ་ཡི་རེད་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་བ་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་  
 རྒྱལ་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡིད། གྲིད་མེ་མདའ་མ་རྒྱལ། གལ་སྲིད་བརྒྱུ་བ་པ་ཡིན་ན་ཉེན་ཉོན་པས་མཐོང་གི་རེད། མཐོང་  
 ན་ཉེས་པ་གཏོང་གི་རེད། བཙུག་ཁང་ནང་དུ་འདུག་གི་རེད་ཅེས་ལབ་པ་ཡིན་ན་བྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་གི་ཡིད་  
 པ་རེད། ད་ལྟོ་ངས་བཤད་བཞིན་པ་ནི་མེ་མདའ་མ་རྒྱལ། ས་རོལ་པོའི་ཡན་ལག་ལ་སྐྱོན་ཆག་བཏང་ན་ཁོང་ལ་དཀའ་ངལ་ག་  
 ཚོད་ཡོད་དམ། ཁོའི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་གང་འདྲ་སྐྱབ་དགོས་པ་རེད། དཔེར་ན། གྲིད་རང་ལ་དེ་འདྲའི་མེ་མདའ་བརྒྱུ་བ་  
 སོང་ན་གྲིད་རང་ལ་དཀའ་ངལ་གང་འདྲ་ཡོང་ས་རེད། དེ་འདྲའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་སྤངས་དེ་ནི་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་  
 འགྲེལ་བཤད་རེད། དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་དགོས་ཀྱི་ཡིད། ཚོས་ཁས་ལེན་མ་ལེན་དང་བྲིམས་  
 ཀྱི་སྐྱད་ཆ་ཡོད་མ་རེད། དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་གང་ཡིན་མིན་དེའི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱལ་དགོས་ཀྱི་ཡིད། དེར་བརྟེན་  
 ད་ལྟོ་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་  
 ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་དེའི་ནང་འདུས་ཀྱི་ཡིད་པ་རེད།

མཐའ་དོན་དུ་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ནང་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
 བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པའི་དགོས་འདུན་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གཞིན་སྐྱེས་ཚོ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲའི་ནང་གི་  
 མི་རབས་གསར་པ་ཚོ་ལ་ཉེན་རེ་ཉེན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་བྱམས་བརྩེ་ཟེར་བ་དེ་ཏ་ཅང་གི་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་།  
 བྱམས་བརྩེའི་ཚོར་བ་སྐྱེ་བས་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། ཆགས་སྤང་ཟེར་དུས་སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་སྲོད་མཁན་ཞིག་དང་། ཆགས་  
 སྤང་ཟེར་བ་ནི་ཏ་ཅང་གི་སློམ་ཏུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་འདྲའི་ར་སྲོད་ཐུབ་དགོས། དེ་ཡང་རྒྱང་ས་དང་ཅམ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་  
 མཚན་གྱི་ཐོག་ནས། གཏན་ཚིགས་རིག་པའི་ཐོག་ནས་ར་སྲོད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས། དེ་འདྲའི་ར་སྲོད་ཡོང་སྐབས་ཆགས་སྤང་  
 ཟེར་བའི་དབང་གིས་རྒྱལ་བསྐྱེད་གང་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆགས་སྤང་གིས་སོ་སོར་སེམས་མ་རྐྱེད་པ་དང་  
 དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡིད། བྱམས་བརྩེ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོ་ལ་བདེ་སྐྱིད་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་  
 ལྷ་ཐུབ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག། མདོར་ན་མི་རབས་གསར་པའི་གཞིན་སྐྱེས་དེ་ཚོ་བུ་བ་གང་ལ་འདུག་པ་ཡིན་ནའང་བྱམས་  
 བརྩེའི་ཚོར་བ་སྐྱེ་བས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་ཞི་བདེ་ཡོང་རྒྱ་ནི་ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་བརྗོད་ཐུབ་  
 པ་ཞིག་རེད། ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་མཛད་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཆ་ཤས་གཅིག་  
 རྩེ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པ་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ས་དམིགས་ལུལ་དང་། དེའི་ཐུབས་ལམ། བསྐྱར་གསོ་  
 ཞེས་པ་དེ་མར་སྐྱེལ་ཡོང་དུས་སྐྱེལ་ལུགས་སྐྱེལ་སྤངས་ཀྱི་རིམ་པ་ཞིག་མཛད་པའི་ཆ་ཤས་སུ་ངོ་སྲོད་ཞུས་ཡིད། འཛམ་བུ་གླིང་  
 འདྲའི་ཐོག་ཞི་བདེའི་གཟེངས་ཉམས་ཐོབ་མཁན་མི་ཆེན་པོ་དང་། ལྷ་མ་ལྷ་ཆེན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཐེབས་ཡོད། ཡིན་ནའང་སོ་སོ་  
 ལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་ཉམས་ཐོབ་པ་དེ་ནི་སོ་སོའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཤིང་པ་དང་། སོ་སོའི་ཚོས་  
 ལུགས་ནང་གི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཤིང་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་ཞི་བདེའི་གཟེངས་ཉམས་ཐོབ་པ་དང་། ང་ཚོས་རྗེས་སུ་  
 ཡི་རང་ཤིང་དགོས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ད་ལྟོ་མཛད་པའི་ཆ་ཤས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་  
 རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་ནས་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲའི་ཐོག་ལ་མི་དུང་ཕུར་བདུན་ཅུ་ཅམ་ཡོད། ཚོས་ཁས་ལེན་  
 མ་ལེན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཤིང་ཚོག་པ་དང་ཉམས་ལེན་ཤིང་ཚོག་པ། ཉམས་ལེན་ཤིང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོ་ལ་བདེ་  
 སྐྱིད་ཐུབ་ཐུབ་པ་དེ་འདྲའི་མཛད་པའི་ཆ་ཤས་གཅིག་དེ་ཡང་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲའི་ནང་ཞི་བདེའི་གཟེངས་ཉམས་ཐོབ་མཁན་ལྷ་  
 ཆེན་མི་ཆེན་གང་འདྲ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྐྱབ་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་དར་བ་ཡིན་ན་འཛམ་བུ་གླིང་འདྲི་ལ་བདེ་

སྐྱིད་འབྲུང་གི་རེད། འགྲོ་བ་མི་ཚུད་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་སྐྱིད་འབྲུང་གི་ཡོད་སྟབས། ཡལ་ལོ་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་  
ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་ལོ་འདིར་ཡལ་ལོ་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་  
སྤང་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ལུ་དགོས་ཀྱི་རེད་དྲན་གྱི་ཡོད། སོ་སོ་ཡིན་ནའང་གདན་ས་དཔལ་སྤངས་ཤེས་རབ་  
རྣམས་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྲིང་གི་ཚབ་བྱས་ཏེ་ཡལ་ལོ་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་སྤངས་ཀྱི་འདྲ་  
ཐོག་ནས་བྱེད་ན་བསམས་ཏེ་བྱས་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་ཏུ་སྤྱོད་མདོར་  
བསྐྱར་གསོ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡལ་ལོ་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་  
རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་ལ་ཏོག་ཙམ་ར་འཕྲོད་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་གོ་བ་ལེན་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་རེ་བ་དེ་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན།

རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་ཞེས་པའི་ཐོག་ལ་ཏུ་སྤྱོད་མདོར་བསྐྱར་དེ་ཙམ་ཡིན། འདིའི་བརྒྱུད་ནས་ཡལ་ལོ་  
ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་དབུས་རིས་མེད་ཚོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་བརྟན་ཞིང་མཛད་  
འཕྲིན་རྣམས་པ་དང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་མཐའ་དག་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་སྤྱོད་འདུན་དང་བཅས།

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།།

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་ལམ་བྱས་ནས།།

སྐྱེ་ཆ་ན་འཆིའི་བླ་སྐྱབས་འཁྲུག་པ་ཡི།།

སྐྱིད་པའི་མཆོག་ལས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བ་ཤོག །





ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ།

ཡ་རྒྱལ་བའི་གསུང་འབྲུམ་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཚན་པའི་སྤྱི་ཁྲབ་ལྷ་སྒྲིག་ལས་རོགས།

སྤྱི་ཟུང་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་རོང་པོ་སློབ་བཟང་སྟན་གྲགས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༢༠ ཟླ་༡༢ ཚེས་༥ རས་དབུ་འཇུགས་ཀྱིས་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱིས་འདི་ལོ་བཀའ་བྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལོར་སྤྱང་བཅའི་ལས་རོགས་སྤེལ་བཞིན་པའི་ནང་། ཡལོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཡ་རྒྱལ་བའི་པེ་མེ་མཚོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་སློབ་ལ་ཚོས་བརྒྱུད་ལྷ་ཚེན་རྣམ་པ་དང་། ཕྱི་ནང་མཁས་པ་དང་ཤེས་ཡིན་ཅན་༡༢༠ ཅམ་གྱི་དེའི་སློབ་ལ་གསུང་བཤད་གནང་བའི་ལས་རོགས་དང་། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པའི་སློབ་ལ་གཏམ་བཤད་ལྷ་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་མ་ཟེན།

ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོས་འཛོལ།

དང་པོ། ཁོང་ཉིད་འགོ་བཤེས་ལིན་པའི་ཆ་ནས། འགོ་བཤེས་རྒྱུད་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་གོང་མཐོར་སྤེལ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞེས་། དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་སློབ་དང་། ཁྱིམ་ཚང་། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་སུ་བདེ་སྤྱོད་འབྲུང་བའི་གཞི་རྩ་ཡིན་པར་བཞེད།

གཉིས་པ། ཁོང་ཉིད་ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། ཚོས་ལྷགས་པམ་རྒྱན་དཔར་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞེས་། ཚོས་ལྷགས་འདྲ་མེན་ལ་ལྷ་བ་དང་གྲུབ་མཐུང་འདྲ་མེན་ཡོད་ཀྱང་། བུམས་པ་དང་། བཅེ་བ། བཟོད་སློམ། ཚོག་ཤེས། རྒྱལ་བཤེས་བཅས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་ཚོས་ལྷགས་ཚང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་ཚེ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་དུ་འབྲིང་པའི་རྣམས་པའང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་བཞེད།

གསུམ་པ། ཁོང་ཉིད་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དུ་ལའི་ལྷ་མའི་མཚན་གནས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་བོད་སྤྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་སེར་སྤྱོད་ལོངས་ཀྱིས་ཡོད་ཆེས་སློབ་གཏུང་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་ཆ་ནས། བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་ཕྱགས་ཁུར་དང་། བོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་མི་ཉམས་རྒྱུན་འཛིན་དགོས་པ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུ། ཁོང་ལྷག་སྤྱང་སྤྱོད་གནང་རྒྱུ་དེའང་ཁོང་གི་འགན་ཁུར་ཡིན་པར་བཞེད།

བཞི་པ། ཁོང་ཉིད་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རྗེས་འབྲངས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། ཚད་མའི་རྣམ་གཞག། ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སློམ་སྤྱོད། ཚོས་ལྷགས་དང་མ་བཅེན་པའི་སྤྱོད་བཟང་བཅས་དེང་གི་ཤེས་ཡིན་ལམ་ལྷགས་དང་མཉམ་སྤེལ་གྱིས་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱས་ཏེ། བུམས་བཅེ་ལྷན་པའི་འཛུལ་སྤོང་ཞིག་འཇུགས་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་པར་ངོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད།

སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་རྒྱལ་མགོན་ཡ་རྒྱལ་མཚོག་སྤྱི་ལོ་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཚོག་ལ་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉམས་བཞེས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་སྤྱོད་གསུང་ཕྱགས་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པའི་མཇུག་པ་རྣམས་ཐར་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ལས་གཞན། ཐུན་མོང་གི་གདུལ་བྱའི་ངོར་ཤར་བའི་ལྷུངས་ཆེན་གྱི་དགོངས་གཞིའང་གཏོང་བཤད་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་དེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། མཇུག་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱང་ཕྱོགས་དང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་ལྷུངས་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པ་རྣམས་གངས་མང་པོ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་ནའང་། རྗེ་ལྷ་མ་རང་ཉིད་ནས་དུས་དྲག་ཏུ་ལེན་ནས་གསུང་བཞིན་པ་ནི། འགན་ཁུར་རམ་ལས་འགན་བཞི་ཞེས་པ་དེ་རེད། སྤྱིར་བཏང་མཇུག་འགན་བཞི་པོ་དེ་དག་པམ་རྒྱན་འབྲེལ་བ་ཡོད་

པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ལྷུང་ཆེ་ཆུང་དང་། གཙོ་ཕལ། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་སྣངས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོང་གི་  
ཡོད་ཀྱང་། ངའི་བསམ་པར་དང་པོ་དེ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། བྱི་མ་དེ་ཚོ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཁོང་གི་རྗེས་  
འདུག་པ་རྣམས་ལ་ལམ་སློན་གྱི་སློན་གཞི་ཆེན་པོ་བཞི་ཆགས་ཡོད་པས། གདུལ་བྱ་ཚོའི་ངོས་ནས་དེ་ལ། ལྷུང་འབྱེད་ཀྱི་  
མཛད་འགན་བཞིའམ། རྒྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་ཞེས་ཞེ་སའི་སྣོན་སེམས་མིང་འདོགས་མཛད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་མཛད་འགན་དང་པོ་དེ་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྣང་གི་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་རྟོགས་པའི་མི་གྲངས་  
དུང་སྐྱར་བདུན་ཅུ་ཙམ་ལ་ལྷུང་གྱི་ཡོད་པ་དང་། མཛད་འགན་གཉིས་པ་དེ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་དད་ལྡན་སྐྱེ་  
པོ་དུང་སྐྱར་དུག་ཅུ་མ་བེན་ཙམ། མཛད་འགན་གསུམ་པ་དེ་རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་ས་ཡ་དུག་ལ་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས།  
བྱི་མ་བྱི་མ་ལས་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་གལ་གནད་དང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བས། གལ་གནད་ཆེ་རིམ་ལྡར་དུ་བཀའ་སྣུལ་ཡོད། མཛད་འགན་  
བཞི་པ་དེ་གནས་ལུལ་རྒྱ་གར་གྱི་ཤེས་ཡོན་ལམ་ལྷགས་ལ་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་དག་ལ་གཙོ་ཆེ་ཆུང་གི་གོ་རིམ་ཡོད་པ་  
ཙམ་དུ་མ་ཟད། དང་པོ་དེ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། བྱི་མ་དེ་ཚོ་སྐྱབ་བྱེད་ལྟ་བུ་རེད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དགོངས་གཞི་  
དེ་ཚོ་ཆེད་དུ་བྱ་བ་གང་གི་དོན་དུ་ལྷག་ལས་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། གང་ལས་བྱུང་བ་རེད་ཅེ་ན། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་བཟང་  
ལས་འདས་པའི་སྐྱེ་འགྲོ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གི་དཀའ་སྤྲུག་ལ་གཟིགས་ཤིང་། ལྷགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་བྱ་མས་བརྩེའི་ཐོག་ནས་  
རང་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་ཉམས་བཞེས་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་། ད་ལྟའི་ཆར་འཛིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་གི་དཀའ་  
ངལ་ཆེན་པོ་ལྷུ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པར་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དཀའ་རྙོག་འདི་དག་སེལ་ཐབས་སུ། རྒྱ་གར་གྱི་  
གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་རྒྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་དོན་ཚན་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་  
ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན། རྗེ་ངོར་འཆར་བའི་བས་དོན་ཚན་ལྗེའི་ཐོག་ནས་འཆད་པར་བྱ།

གྲ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་རྒྱབ་རྒྱུངས།

ཁ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་དགོས་པའི་དམིགས་ལུལ།

གྲ། གང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་གནའ་པོའི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ངོས་འཛིན།

ང། འདིའི་ཐད་མཛད་རིམ་ཇི་གནང་གི་དཔེ་མཚོན་སྟོར།

ཅ། ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པར་ང་ཚོས་གྲ་སྐྱིག་བྱ་དགོས་པ་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པ་གང་དང་གང་ཡོད་པ་བཅས་སོ།།

གྲ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་རྒྱབ་རྒྱུངས།

ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་རིང་། ལམ་གྲོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཁོ་ན་ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་གྲྲ་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྡེ་གནས་  
ཁག་དང་མི་ཚོགས་འདུ་འཛོམས་ཆེ་ས། ང་རྒྱའི་བརྒྱུད་ལམ་གང་དུ་ཐེབས་ཀྱང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཅ་  
ཆེན་པོ་དེས། དཀའ་རྙོག་ཆེ་བའི་དེང་གི་དུས་སུ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཕན་ཐོགས་བསྐྱབ་སྟེད། རྒྱ་གར་ནང་སྐྱར་གསོ་ཡོང་  
ཐབས་དགོས་པའི་བཀའ་སྣུལ་ལམ་སློན་ཡང་ཡང་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད།

དགོངས་གཞི་འདི་དེ་སྟོན་སྟོང་ལོ་གསར་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ནས་དགོངས་པའི་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་དཔེ་མཚོན་གསལ་ཤོས་

ཤིག་ནི། ལྷོ་ལོ་༡༠༠༡ ལོར་རྒྱ་གར་རྒྱ་ལུ་ལྷོ་ལོ་པ་ཆ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་ཐང་ག་གསར་བཞེངས་ཐོག་གསོལ་འདེབས་དང་  
གསུམ་གསལ་བྱེད་ཅེས་པ་ལྷགས་ཚུམ་གནང་ཡོད་པ་དང་། ཡོངས་ཁྱབ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་པ་དེའི་མཇུག་ཏུ་འདི་ལྟར་  
གསལ་བར་འཁོད་ཡོད། དེང་དུས་འཛམ་གླིང་ཁྱོད་འདིར་ཚན་རིག་དང་། འཕྲུལ་ཆས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཚད་མཐོར་  
ཕྱིན་ཏེ་འདི་སྤང་འདྲུ་འཛིན་རྣམས་གཡེང་འཁྲུག་ཆེད་སྐབས་འདིར། རང་རེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་པ་རྣམས་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ཚོས་ཚུལ་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། ཞེས་ཡུལ་དུས་གང་ཟག་གི་བྱེད་སྲིད་ཀྱི་སྤྱི་ཚད་  
དུ་ཅང་ཇི་ཞན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དེའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་སུ་བཀའ་བསྟན་གྱིས་གཙོས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ།  
ཤེས་ནས་དད་པ་སྐྱེ་བ་ཞིག་བཟོ་དགོས་པ་འདི། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་གཞི་རྒྱུ་རྒྱ་དོན་ཞིག་ཏུ་ལམ་སྟོན་མཛད་ཡོད།  
གཟུ་པོའི་སྤོངས་ཐོ་ཚོམ་གྱི་སྤོངས་ཞིབ་མོར་བརྟགས་ཤིང་དཔྱད་དེ་རྒྱ་མཚན་འཚོལ་བ་དང་། རྒྱ་མཚན་མཐོང་ནས་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་གོ་གསལ་དང་བཅས་པའི་དད་པ་སྐྱེ་བ་ལ། ཡོངས་གྲགས་རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས་ཀྱི་སྤོང་། སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
འཕགས་པ་གོལ་སྤེལ་སོགས་པའི་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་གཞུང་ལུ་ཕྱིན་པ་འདི་དག་མེད་དུ་མི་རུང་བ་མཐོང་ནས་རྒྱན་དུག་མཚོག་  
གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་ཐང་བྱིས་སྤོངས་སྤར་ནས་ཡོད་མུས་ཐོག་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་སྤོང་བརྒྱུད་གཞན་དགུ་བསྟན་ཏེ་རྒྱ་ལུ་ལྷོ་ལོ་པ་ཆ་  
གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་བྱིས་སྐྱེ་གསར་བཞེངས་དང་འབྲེལ། མཁས་པའི་སྐྱེས་མཚོག་དེ་དག་ལ་སྤོང་ནས་གྲུས་པའི་གསོལ་འདེབས་འདི་འདྲུ་ཞིག་  
འབྲི་འདུན་བྱུང་བ་དང་། དོན་གཉེར་ཅན་ཚོས་གོ་གསལ་འགའ་ཞིག་ནས་ཀྱང་སྐྱེལ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན། དཔལ་རྒྱ་ལུ་ལྷོ་ལོ་པ་ཆ་  
ཚོན་བཅུ་བདུན་གྱི་གསོལ་འདེབས་དང་གསུམ་གསལ་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་དག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དེ་དག་གི་ལེགས་བཤད་ལ་  
བཙམ་མེན་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། མཁས་པ་དེ་དག་གི་ལེགས་བཤད་སྤོང་གཉེར་མཁས་ཀྱི་གལ་མཐར་འཁོད་པ།  
གྲུ་ཀྱའི་དགོ་སྤོང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས། སྤོང་པ་བདེ་བར་གཤེགས་ནས་ལོ་གངས་ ༡༥༧༥ བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་  
ལྷགས་སྐྱེལ་ཟླ་༡༡ ཚེས་༡ ལྷོ་ལོ་ ༡༠༠༡ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡༥ ཉིན། རྒྱ་གར་དེ་མ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་ཀང་ར་རྫོང་ཁོངས།  
རྩ་རམ་ས་ལ་ཐེག་ཆེན་ཚོས་སྤོང་དུ་གྲུབ་པར་བཀྱིས་པ་དགེ་བར་གྱུར་ཅིག། ཅེས་བྱིས་པ་འདིའི་མཇུག་ཏུ་གསལ་ཡོད།

གང་ལྟར་སྤོང་ལོ་གསར་པའི་སྤུ་ཕྱེ་འདི་ཅམ་ལ་འབྱུང་ཁྲུངས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེའི་  
དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཙམ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ། པ་ཆ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་བསྟན་བཙམ་ཏེ། བཀའ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེར་  
ཚན་རིག་གི་སྤོང་ཚན་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་སྤོང་ཚན། ཉམས་ལེན་གྱི་སྤོང་ཚན་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བའི་རྒྱལ་བའི་ཆེན་ཀྱི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་  
འདི་གསལ་འདོན་གནང་ཡོད། བཀའ་བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་ལ་སྤོང་ཚན་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བ་འདི་ནི། བཙམ་བྱོལ་དུ་སྐྱེ་བ་སྐྱེལ་  
བའི་ལ་རྒྱལ་བ་སྐྱེ་བྱེད་བཅུ་བཞི་པས་ཤིང་ནའི་ལམ་སྤོང་ལྷ་བྱུའི་ལྷགས་སྤོང་ཞིག་དེང་དུས་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་འདིའི་ནང་དུ་གསར་  
གཏོད་གནང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་དག་ལས་སྤོང་ཚན་དང་པོ་གཉིས་དེ་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྤོང་པར་སྤོང་  
སྤོང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེས་འཛིན་ཉེན་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་གཟེགས་པ་གནང་ཡོད།

དོན་དེ་ཉིད་རྒྱ་གར་གྱི་སྐྱེ་མཁོན་དུས་ལུན་རིང་ཤོས་ཤིག་གི་ངོས་ནས་རྒྱ་གར་ལ་བཀའ་རྒྱུ་གསལ་ཐབས་སུ་སྤོང་བྱེད་  
དགོས་པ་དེ་དུས་བབ་ཀྱི་དགོས་མཁོ་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་། རྒྱ་དཀར་ནག་དང་སོག་པོ། ཨ་ཤི་ཡའི་ནང་ཅམ་དུ་མ་ཟད།  
འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ལེགས་སྤོང་སུ་འབྲུལ་རྒྱུའི་དགོངས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་གཏོང་བ་གནང་བའི་ཐོག་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་  
པོའི་རིག་གཞུང་བསྟན་གསོ་བྱ་རྒྱུ་དེ་འགན་ཁུར་བཞི་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡང་ལྷོ་ལོ་ལོ་༡༠༡༤ དང་༡༠༡༥ ཅམ་  
ནས་སྤོང་གྱི་འགན་ཁུར་གཙོ་བོ་དེ་གསུམ་གྱི་ཐོག་དཔལ་རྒྱ་ལུ་ལྷོ་ལོ་མཁས་པས་འཛིན་སྤོང་སྤོང་གསུམ་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་

བརྒྱུད་པའི་ནང་པའི་ཚན་རིག་གི་རྣམ་གཞག་དངོས་ཁམས་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ས་ཁྲུང་། ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་  
བའི་སློམ་སྐྱབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག །གཞན་ཡང་། སྤྱི་ནང་གི་ལྷ་གྲུབ་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་བྱམས་བརྩེ་རིག་པའི་རྒྱབ་རྟེན་སློམ་གྲུབ་  
ཀྱི་ལྷ་བ། ཚོས་ལྷགས་ནས་བཤད་ཡོད་མེད་ལ་མ་སློམ་པར་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སློ་སྤྱིང་དང་། ལྷས་ངག་  
གི་ཚུལ་བྲིམས་སམ་བཟང་སྤྱོད་བཅས། གཞི་རྩའི་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་འདོད་མིན་ཇི་ལྟར་  
ཡང་། སློམ་སྐྱབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་། བྱང་སྤྱོད་སོ་བདུན། བསྐབ་པ་གསུམ་སོགས་སྤྱི་ནང་ཐུན་  
མོང་བའི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་མིའི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྤངས་ལ་བཟང་སྤྱོད་སྤྱི་འགྱུར་བ་དང་། ལྷགས་རྒྱུན་ཚུན་  
པོ་སྤོང་བྱུབ་པའི་རྒྱ་ཚེའི་དགོངས་པ་བཞེས་ནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་སྤྱུག་དང་དགེ་རྒྱུ། ཚོང་པའི་  
ལྷན་ཚོགས། བེས་ཡོན་མི་སྣ་དང་། ཚེད་ལས་པ། བསམ་སློབ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དབྱིབས་སོགས། མི་མང་སྤོང་སྤྱུག་  
མང་པོར་རྒྱ་གར་གཞུང་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤུང་གསའི་གལ་གནད་སྐོར་བཀའ་སློབ་བསྐྱེད་དང་སློབ་བཞིན་ཡོད་པ་མཁྱེན་  
གསལ་ལྟར་རེད། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་གི་དཀའ་སྤྱོད་ཚུན་པོ་དག་གི་ཐབས་སུ་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལ་དཀའ་སྤྱོད་ཚུན་པོ་ལྷ་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི། ༡༽ འཛམ་གླིང་ཐོག་ཚད་ལས་བཀའ་བའི་མི་འཕྲོར་འཕྲེལ་རྒྱས་འགྲོ་  
བཞིན་པ་དང་། ༢༽ དཔལ་འབྱོར་འདྲ་མཉམ་མེད་པར་དབུལ་སྤུག་གི་བར་ཁྱད་ཆེ་བས་མི་རྣམས་སེམས་ཁམས་སློམས་  
སྤྱིག་མ་ཐུབ་པ། ༣༽ མི་གསོད་ཁག་སྤྱིར་གྱི་གནས་ཚུལ་མིའི་ཆེ་སློག་ལ་ཚོལ་བའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ། ༤༽  
འཛམ་གླིང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་པོད་དང་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་ཉམས་ཆག ། ༥༽ ཚོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་  
འཐུན་འབྲེར་གྱི་རྩོད་སྤྱོད་སོགས། མདོར་ན། དེ་དག་ནི་རྩ་བ་སེམས་མ་དུལ་བ་དང་། སེམས་ཁམས་སློམས་སྤྱིག་བྱེད་མ་  
ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་སོགས་གཞིགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་གནའ་རབས་མཁས་པ་ཚོས་  
གསུངས་སྤངས་ལྟར་ན་སྤྱིགས་མ་ལུ་བདོ་བ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན་པ་རེད།

དེ་དག་ནི། ༡༽ དུས་སྤྱིགས་མ་རྩོད་ལྡན་གྱི་དུས་དང་། ༢༽ ཆོ་ཡི་སྤྱིགས་མ་ཆེ་ལོ་མར་འགྲིབ་ཀྱི་ཚོ། ༣༽ སེམས་ཅན་  
སྤྱིགས་མ་གདུལ་བར་དཀའ་བའི་སེམས་ཅན། ༤༽ ཉོན་མོངས་སྤྱིགས་མ་ཉོན་མོངས་དུག་ལྡེ་ཚང་བ། ༥༽ ལྷ་བ་སྤྱིགས་  
མ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྷ་བ་ལ་ངང་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་པ་དང་ལྡེ་ཡིན་པ་རེད། དེ་དང་དུས་ལྷགས་མ་ཐུབ་ཀྱིས་ཡོང་བཞིན་  
པའི་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་དཀའ་སྤྱོད་དེ་དག་ལ། རྗེ་སློབ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཞིགས་སྤངས་ཁ་གས་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་དང་པོ་ནི། འབྲུང་བཞི་འབྲུགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་མིན་པར། འགྲོ་བ་མིའི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་  
དྲང་བདེན་གྱིས་ཐོངས་ཤིང་། སྤྱི་འགྲོའི་སློབ་སྤྱུག་གྱི་བྱ་སྤྱོད་བཟང་ངན་གྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བར་བརྟེན། དེ་དག་སེལ་བའི་  
འོས་འགན་རང་ཅག་སྤྱི་བོ་རྣམས་ལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་སེལ་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་སྐབས། དེ་དག་  
སེལ་ཐབས་སུ་གསར་གཏོང་རང་བཞིན་གྱི་སྐབས་ཚུན་གྱི་དགོངས་གཞི་དང་ཡང་དག་པའི་ལམ་སློན་འདི་གནང་གི་ཡོད་པ་  
རེད།

གཉིས་པ་ནི། ང་ཚོའི་ལུས་པོའི་གྲུབ་སྤངས་དངོས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་  
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་ཆེས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཉོགས་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་  
ཚུན་ཡིན་སྐོར་བཀའ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ་པ་ནི། གནད་དོན་ཁ་གསལ་གི་ཐོག་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་རང་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་བདེ་ཐབས་གཉིས་སོ་སོར་འབྲེད་མི་ཐུབ་པའི་འབྲེལ་ལམ་དེར་ངོས་འཛིན་དང་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་བདེ་དོན་ལ་ང་ཚོས་བཙོན་མིན་གྱི་སེམས་ཁུར་ཞིག་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་ཐུབ་པ་དང་། དེ་ཡང་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་བྱིན་སེམས་སམ་སྤྱོད་བཟང་དང་། འཛིན་ཉེན་སྲི་ཡོངས་ལ་འབྲི་བའི་ལས་འགན་གཉིས་པོ་དེ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་སམ་རང་ཆས་སྲུ་ཡོད་པའི་བྱམས་བརྟེན་དང་ལ་རབས་ལ་དགའ་བའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་ཉར་ཆགས་དང་། གོང་མཐོར་སྐྱེལ་ཐབས་ཀྱི་རིགས་ལམ་མང་པོ་རྒྱ་ཁར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་གཟུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

བཞི་པ་ནི། ཚོས་ལུགས་ཚོས་བརྟུན་ཆོང་མས་ཚོས་ལུགས་རང་རང་ནས་གསུངས་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་སྡེ་ཚོན་མི་འདྲ་བ་ཇི་ཙམ་ཡོད་ནའང་འདྲ། དུལ་ལུང་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་ངམ་གོ་མས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྡེ་ཚོན་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་རུང་། རང་རང་སོ་སོའི་ཉམས་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་སྡེ་ཚོན་ཐ་དད་པ་ཡོད་ཀྱང་ཚོགས་སྡེ་ཚོན་དེ་གའི་ངོས་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན་ན་ཚོས་ལུགས་ཆོང་མས་བྱམས་བརྟེན་དང་། བཟོད་པ། ཚོགས་ཤེས་སོགས་ཀྱི་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་སྡོན་མཁན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་མ་ཟད། ལྷག་པར་ཚོས་ལུགས་ཆོང་མ་སྲུ་འགྲོའི་བདེ་ཐབས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དང་། ངོས་གཉིས་པ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་སྲུ་འགྲོའི་ཁམས་མོས་དང་བསྐྱུན་ནས་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་དང་། ཡན་ཐོགས་ཀྱང་ཡོད་པ་དང་། དུལ་ལུང་གི་ཁྱད་པར་གྱི་རྗེས་སྲུ་འགྲོ་བའི་རིག་གཞུང་ངམ་གོ་མས་སྲོལ་གྱི་ཆ་ནས་སྲུ་ཚོགས་ཀྱི་འགྲུར་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་བསྐྱར་བཙོན་འགྲོ་དགོས་པའི་ལམ་སྡོན་མངོན་ཡོད།

ལྷ་པ་ནི། སེམས་ཁམས་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་རྙོག་དེ་ཚོ་དཔལ་རྒྱ་ལེན་དུའི་ཚོས་བརྟུན་ཆ་ཆོང་ལ་མ་ཞོར་བ་ཁ་གསལ་གོ་བདེར་སྡོན་རྣམས་པའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྲུང་སྲོབ་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེས་འཇམ་གླིང་སྲུ་ཡོངས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་ཡར་རྒྱས་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱར་ལེགས་སྐྱེས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་འབྲེལ་ཐུབ་པའི་ལམ་སྡོན་གནང་གི་ཡོད།

གོང་དུ་བརྗོད་པའི་ཐུགས་འགན་དེ་དག་དང་གལ་ཆེའི་ལམ་སྡོན་འདི་ཚོ་ནི། རྗེ་ལྷ་མ་འདི་ཉིད་ནས་ངོས་རང་གི་ཉམས་སྲོལ་རང་གི་ཐོག་ནས་གསུང་གི་ཡོད་ཅེས་གསུང་གིན་ཡོད། དེ་ཡང་ཉམས་སྲོལ་ཡོད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡང་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟར། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ནས་ ༡༩༧༢ བར་འཇམ་གླིང་གར་རྒྱལ་ཁབ་ ༤༤ ཅམ་ལ་ཆེབས་བསྐྱར་བཀའ་དྲིན་བསྐྱངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ ༡༩༠༠ ལོ་བར་དུ་སྤྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་ཁག་ལ་ཐོངས་ ༡༦༥ ཅམ་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་སྤོངས་ཆེན་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་སྤུ་ལའང་༡༩༠༠ ལོ་བར་དུ་ཐོངས་ ༡༥ ལ་ཆེབས་བསྐྱར་གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་འཇར་མན་ལ་ ༡༩ དང་། རྒྱ་རན་སི་ལ་ཆར་ ༡༩ སྤུ་སི་ལ་ ༡༦ ཡང་ལེན་ལ་ ༡༩༡ ཡུ་རུ་སི་ལ་ ༩ ཉི་དོང་ལ་ཆར་ ༩ གང་ལྟར་གར་རྒྱལ་ཁབ་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐོབས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་སྤྱོད་འཛིན་དང་། སྤྱོད་སྡོན་རིམ་པ་གཙོ་གཞིན་ལས་ཐོག་དང་ལས་རྒྱར་དང་། ལས་ཆོབ། རྒྱལ་པོ་དང་བརྟུན་མོ་རྒྱལ་སྐྱེས། མངའ་སྡེའི་སྤྱོད་སྡོན་དང་། མིང་དུ་གྲགས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཁག་གི་དབྱུ་བྲིད། བྲིམས་དཔོན་དང་རིམ་པ་ཁག་གི་སྡོན་ཆེན། ཆབ་སྤྱོད་ཚོགས་ཁག་སོ་སོའི་དབྱུ་བྲིད་སོགས། མདོར་ན། འཛིན་ཉེན་འདིའི་ཐོག་གི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་དབྱུ་བྲིད་ ༤༩༠ ཅམ་ཞིག་ལ་མངའ་འཕྲད་བཀའ་མོལ་གནང་ཞིང་། ལྷན་གྲགས་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་སྲོབ་གཉེན་ཁབ་ ༦༠ མ་ཟེན་ཅམ་ཞིག་གི་ནང་གསུང་བཤད་གནང་བ་མ་ཟད། ཉམས་ཞིབ་སྡེ་གནས་ཁབ་དང་། ལྷན་ཁབ་དང་། ལྷན་ཚོགས། མདོར་ན། ཤེས་ཡིན་གྱི་སྡེ་གནས་ཁབ་དང་། ཚོས་ཀྱི་བསྐྱེད་གནས་དང་མི་མང་འདྲུ་འཇོམས་སོགས་སྲུ་གལ་ཆེའི་གསུང་

བཤད་དང་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གནང་ཡོད་པར་མ་ཟད། གནས་ཚད་འདྲ་མིན་ཐོག་སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་མོའི་སྤྲུལ་ཁྲིར་དང་གཟེངས་  
རྟགས། ༡༦༠ ཅམ་དང་། ཨ་རི་གཅིག་པུའི་ནང་ལ་༥༠ ཅམ་ཞིག་འབྲུལ་བཞེས་ཞུས་ཡོད། གཞན་ཡང་། རྒྱུད་རྒྱུག་  
ཞུ་མཁན་མཐོ་དམའ་བར་གསུམ་གྱི་མི་སྡེ་འདྲ་མིན་བཅས་གནས་ཚུལ་མང་པོ་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཉམས་སྲོང་གཞན་དང་མི་འདྲ་  
བ་བྱུང་ཡོད།

གང་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ཀྱན་ཁྲུབ་ཀྱི་མཇུག་ལྟེང་འགན་རྒྱ་ཆེར་བཞེས་པའི་ཐོག་ནས་མཇུག་བཟང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོར་  
ཏེ། འཇུག་སྤྱིང་སའི་གོ་ལ་འདྲིའི་སྤྱིང་དམ་ཚེས་བདུན་ཚུའི་དབང་ལུང་མན་ངག་གི་རྒྱན་དང་། བཀའ་བྲིད་ཀྱིས་མཚོན་ལུབ་  
སྤྲོགས་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་སྤྲོ་བས་ཆེན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་དཔོན་རིགས་དང་། རིག་ཚན་སྡེ་ཚོགས་པའི་ཐོག་ཆེད་མཁས་  
པ་དང་། ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་བླ་ཆེན་དབུ་བྲིད། ལྷ་རྩལ་པ་གྲགས་ཅན་སོགས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོག་མཚན་རྟན་ཤིང་ཉེ་བའི་མི་  
སྡེ་ཁག་སྤྱིང་སྤྲུག་བྲི་སྤྲུག་དང་མཉམ་དུ་འཛིག་རྟེན་སྤྱིའི་བདེ་རྒྱུག་དང་། ཤེས་ཡོན། ཆོན་རིག་སོགས་ཀྱི་ཐོག་བཀའ་བསྐྱུར་  
བཏོ་སྤྱིང་མང་པོ་གནང་བས། འཇུག་སྤྱིང་འདྲིའི་ཐོག་གི་རིག་ཚན་དང་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ཉམས་སྲོང་གི་བདག་  
པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་གི་བྱམས་བརྩེ་དང་དྲང་བདེན་གྱི་ལམ་སྟོན་གནང་བེངས་རེ་རེ་མི་གྲངས་སྤྱིང་སྤྲུག་  
མང་པོ་སེམས་འགྲུལ་བྱེད་པ་དང་། མི་ཆེད་སྤྲོ་སྤྲོ་བྱེད་པའི་ལ་འགྲུར་སྤྲོ་བ་དྲང་བ་ཡང་གྲངས་ཀྱིས་མི་བློན་པ་བྱུང་  
ཡོད། རྒྱ་ནག་མི་མང་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་གཞོན་པུགས་སྤྱད་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར། གོ་ལ་བྱིལ་པོའི་སྤྱིང་གི་རྒྱ་རྩལ་བ་  
གྲགས་ཅན་དུ་མས་ཀྱང་ཡུའོང་ས་མཚོག་དང་མཇུག་འཕྲད་གནང་ཡོད།

མཇུག་ཆེན་འདི་ཉིད་སྤྱིང་བའི་ཐབས་ཚུལ་གཙོ་བོ་ནི། གཞན་དོན་ཁུར་དུ་ལེན་པའི་སྤྱི་སེམས་དང་། བྱམས་བརྩེ་སོགས་ནང་  
གི་ཡོན་ཏན་དང་། ཆོས་ལུགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད། འཚོ་བ་མེད་པའི་ལས་འགྲུལ་སྤེལ་ཐབས། ཆོས་ལུགས་  
མཐུན་སྤྱིལ་ཐོག་མཉམ་གནས། དལ་པོའི་གོ་མཚོན་བཀའ་སྤོམ་དང་ཉུང་འཕྲི། རྒྱུག་ཟུལ་སྤྱངས་བཀའ་སྤོམ། འགྲོ་  
བམའི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་སོགས་ཀྱི་དགོ་མཚན་རྒྱ་ཁྲུབ་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། ལག་ལེན་དངོས་ལ་བྲིད་པར་མཇུག་པས།  
འཇུག་སྤྱིང་མི་མང་གི་སེམས་ཀྱི་དབུ་བྲིད་ཨང་དང་པོ་དང་། འཇུག་སྤྱིང་སའི་གོ་ལའི་སྤྱིལ་བྱུང་གི་དབུ་བྲིད་ཨང་དང་གཉིས་  
སོགས་སུ་བདམས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་ཡོངས་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་དང་། ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་གཅིག་པུར་མངའ་གསོལ་གྱིས་མང་  
བཀའ་དབུ་བྲིད་དུ་བརྩེ་བཀའ་ཞུས་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ཁོང་བྱམས་བརྩེ་དང་དྲང་བདེན་གྱི་ཁོང་བྲི་བཀའ་ཏུ་ཀྱན་གསལ་  
ཡོངས་གྲགས་ཐོག་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། དེའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ནི། གྲགས་ཅན་རྒྱ་རྩལ་བ་དེ་དག་གི་སེམས་ནང་དུ་  
རྒྱ་ནག་མི་མང་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ལས་ཀྱང་ཡུའོང་ས་མཚོག་ཉིད་ཆེས་གལ་གནད་ཆེ་བར་ངོས་འཛིན་གྲུས་བཀའ་ཞུ་བཞིན་  
ཡོད།

དེ་ལྟར་ཐུན་མོང་གི་གདུལ་བྱའི་སྤྱོད་པར་ཤར་ཞིང་། རྒྱུ་བོ་ཡལ་པའི་སྤྱོད་པར་ལས་བཞུལ་བའི་མཇུག་འཕྲུན་བསྐྱུངས་པར་  
བརྟེན། འཇུག་སྤྱིང་འདྲིའི་ནང་མང་ཆོགས་ཀྱིས་དགའ་མོས་ཆེ་བོས་ཞུ་ཡུལ་གྱི་དབུ་བྲིད་ཨང་དང་པོ་དང་གཉིས་པར་ཡང་  
དང་བསྐྱུར་དུ་བདམས་ཐོན་བྱུང་ཡོད་པར་མ་ཟད། འཇུག་སྤྱིང་གི་ཡུལ་གྲུག་ས་ནས་ཡུའོང་ས་མཚོག་གི་མཇུག་འཕྲུན་ལ་  
བསྐྱུངས་བརྟེན་དང་། ཆེ་མཐོང་། གུས་བཀའ་ཆེན་པོས་རྟན་གྲགས་ཅན་གྱི་གཟེངས་རྟགས་དང་སྤྲུག་ཁྲིར་གྲངས་ ༡༠༠  
མ་བེན་ཅམ་འབྲུལ་བཞེས་མཇུག་ཡོད།

མ་གཞི་ནས་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྟལས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནི། ༡ ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྤྱངས་སྣོབས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་བཟུངས་པ་ཡིན་ནའང་། གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དང་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་དཔལ་ཡིན་གཉིས་ཀ་ལ་ཕྱགས་སྤང་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱིས་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤོང་ཆ་ཁ་སྤོང་དང་རྣམས་པ་འདོན་སྲེལ་བྱེད་རྒྱར་མཐུན་དེའི་དང་ཕྱགས་སྣོབས་གང་ཅིའི་ཆ་ནས་འགན་ལྷེ་མེད་པ་ཞིག་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་དོ་མཚན་ཆེ་བའི་བྲིམས་དང་ཚན་རིག་གིས་མཚོན་པའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་དཔལ་ཡིན་ལས། གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་དཔལ་ཡིན་ལ་ཕྱགས་སྤོང་གནང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་ཀུན་གསལ་ཡོངས་གྲགས་རེད། ༢ བོད་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སྤྱི་ན་ཚོད་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་མོའི་དུས་ནས་རྒྱ་ཆེ་ས་ལ་གཟུགས་ཏེ་རྒྱ་ཆུང་སའི་བདེ་སྐྱབ་ལ་གཟུགས་རྟོག་གནང་མཁན་ཞིག་དང་། རྒྱ་ཆུང་ས་ནས་མགོ་བརྩམས་ཏེ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ས་ལ་སློབ་པའི་ལྷོས་གྲུབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ལམ་སློན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ༣ འཕྲལ་གྱི་དཀའ་སྐྱབ་ལས་ཕྱགས་ཀྱི་བདེ་ཐབས་ལ་དགོངས་པ་ཆེས་ཆེར་བཞེས་མཁན་ཞིག་དང་། ༤ འདས་པ་ལས་ད་ལྟ་དང་། ད་ལྟ་ལས་མ་འོངས་པ་གལ་ཆེ་བ་དང་། འཕྲལ་ལས་ཕྱགས་ལ་དགོངས་པ་བཞེས་པ། རྒྱ་ཆུང་ས་ལས་རྒྱ་ཆེ་ས་ལ་དགོངས་བཞེས་གནང་བར་མ་ཟད། རང་གཞན་མཉམ་ཉིད་དུ་གཟུགས་པས། རྗེ་ལྷ་མ་འདི་ཉིད་སྐྱོ་ཆེ་གང་ཚང་འཛིག་རྟེན་སྤྱིའི་བྲམས་བརྟེ་དང་དང་བདེན་གྱི་སྒྲ་སྟོག་ཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་བཅས་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཀྱི་བྱར་ཅམ་ཡིན།།

ཁ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ།

འདིའི་ཐད་ཁོང་གིས་གསུང་རྒྱུར། རོས་ནས་ད་བར་རྒྱལ་ཁབ་ཡུལ་གྱུ་ཁག་འདྲ་མིན་ནང་སྤྱིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚན་རིག་པ་དང་ཤེས་ཡིན་ཐོག་ཆེད་མཁས་པ་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་བགོ་སྤོང་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཉམས་མྱོང་རྣམས་ཕྱོད་རྣམས་ཕྱོགས་བརྩོམས་བྱེད་སྐབས། རོས་ནས་དེ་རིང་ཁ་སང་འཛམ་གླིང་ནང་ཆགས་སྤང་གི་དབང་གིས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པར་འཕྲོད་བྱུང་། དེ་འདྲའི་གནས་སྤངས་སྐབས་སྟུ། ཆགས་སྤང་གི་སྤོང་དག་འཛམས་པར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་ལེགས་བཤད་དེ་དག་ཏུ་ཅང་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་རྒྱར་འདུག་སྟེ། འདས་པའི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་གས་རིང་རོས་ཀྱིས་དུས་རྟག་ཏུ་འགོ་བཅིའི་སེམས་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་བཟང་པོའི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུའི་ཐད་འབད་བརྩོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

འགོ་བཅིའི་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་རིན་ཐང་དེ་དག་དང་པོ་རྒྱ་གར་ནང་གོང་མཐོར་གཏོང་དགོས། དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ཇི་ལྟར་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་ཅམ་ཡིན། ང་ཚོས་ཉར་ཆགས་བྱས་པ་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་ཤེས་བྱ་དེ་དག་རྒྱ་གར་ནས་དར་བཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྤོང་རྣམས་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་རྒྱུ་ལས་སྤོང་བ་ཡོད། ཅེས་རྒྱ་གར་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆ་ནས་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ལྷུག་པོ་ཡོད་པ་དང་། ཨོ་ཤེས་ནང་གི་རིག་གཞུང་གི་འདུང་ཁུངས་ཤིག་ཡིན་པ་ཉམས་མྱོང་གི་ཐོག་ནས་གཟུགས་པ་གནང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆགས་སྤང་གིས་མ་སྤྱིད་པ་བཟོ་བཞིན་པའི་སྤྱི་འགོ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་། བྲམས་བརྟེ་ལུན་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་འཛུགས་སྐྱབ་བྱ་རྒྱུ་དོན་དུ་གཉེར་བཞིན་ཡོད། དེའི་ཐབས་ལམ་ཉག་གཅིག་ནི། གནའ་སྤོང་གི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཟུགས་ཡོད། དེ་ཡང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་གར་ནང་སྲེལ་བ་ཡིན་ན། དེའི་ཕྱགས་རྒྱུན་རྒྱ་ནག་ནང་ཐེབས་རྒྱུ་དང་། རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་མི་འབོར་བརྩོམས་ཆོ་མི་འབོར་དུང་ཕྱར་བདུན་ཅུ་ཅམ་ཡོད་ཁོངས་ནས་དུང་ཕྱར་ཉི་ཤུ་ཅུ་གྲངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། ༧ གན་

ཏན་འཛམ་གླིང་འདྲི་སྐང་ཤུགས་རྒྱུ་འབྲེལ་བྱུང་པ་དང་། ལུ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སོ་སོ་ཕ་མེས་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཡོད།  
ང་ཚོས་བརྗེ་བཀུར་ལུ་རྒྱ་ལྷོ་མ་གཏོགས་རྒྱ་གར་རིག་གཞུང་སྲིལ་རྒྱ་ལུ་ཚུགས་བརྒྱབ་ན་ཡག་པོ་མེད། རྗེར་གྱིས་དོ་སྐྱོང་བྱེད་  
མཁལ་ཡོང་རྒྱ་རྒྱུད། ཚེད་མངགས་ཚོལ་བ་བྱས་ན་ཡག་པོ་མཐོང་གི་མི་འདུག །ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཉི་མུ་ཅལ་མངའ་སྡེ་ནང་ལ་ཉོལ་དང་སྲི་ཉི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་རྗེས་འབྲང་བ་རྒྱུ་དེ། ཡུལ་དེའི་  
མང་ཚོགས་ནས་ཀྱང་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ཐོག་སྲོལ་གཉེར་བྱ་རྒྱུའི་འདོད་པ་ད་ཅང་ཚེན་པོ་ཡོད། ས་གནས་དེར་  
ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི། ཉི་མ་ལ་ཡ་རི་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པའི་ནང་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་དེ་དག་ནང་  
པའི་ལྷ་ཀྱུ་བ་སྐོར་སྲོལ་གཉེར་བྱེད་སའི་བསྐྱེད་གནས་ཁང་དུ་བརྗོད་སྤྲོད་ཡིན། དེ་བཞིན་ཉི་མུ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་ནང་པོད་བརྒྱུད་ནང་  
བསྐྱེད་གྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་མང་པོ་ཡོད། མངའ་སྡེའི་སྲི་བྱུ་བ་སྲོལ་ཚེན་མཚོག་གིས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད། ཉེ་ཆར་ངོས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་  
གཞུང་གི་མཐོ་སྲོལ་ཁག་གི་འགོ་བློན་རྣམ་པ་ཚོ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་སྐྱར་གསོ་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུའི་སྐོར་བཏོ་  
སྐྱོང་བྱས་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་ངོས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་དེང་རབས་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་རྒྱུའི་  
དུས་ལ་སྐབས་འདུག །ང་ཚོས་དེའི་ཐོག་བྱེད་སྐོར་ཉེ་མ་པ་སྲིལ་དགོས། ཐོག་མར་དགོ་ཆེན་ཁ་ཤས་ལ་སྲོལ་བརྒྱུད་བརྒྱུད་དགོས།  
དེ་འདྲའི་སྲོལ་བརྒྱུད་བརྒྱུད་པར་འདིར་རྗེས་ཆ་བཞག་ན་ང་ཚོས་ལས་སྐྱོར་པའི་ངང་ནས་གོ་སྐྱོན་བྱེད་ཐུབ། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ང་  
ཚོས་མངའ་སྡེའི་གཞུང་མང་གཉེས་ལ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་ལུས་པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་རྒྱུ་དེ།

རྒྱ་གར་ནི་འཛམ་གླིང་ནང་མི་འབོར་མང་ཤོས་ཡོད་པའི་མང་གཙོ་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
གི་ལོ་རྒྱུས་ལུ་རིང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། རྒྱ་ནག་དང་ཨི་རི་པ་ཀྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་གི་ཁྲོད་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་  
གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ནི། ཏ་ཅང་སྲོལ་ཐོན་ཅན་ཞིག་རྒྱུ་དེ་བསམ་གྱི་འདུག །ངོས་རང་རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
སྲོལ་མཁལ་སྲོལ་མ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སེམས་ལ་སྲོལ་སྲིལ་པ་སྲུ་བཞིན་འདུག །དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་བ་ཚོས་ཀྱང་རང་ལ་རིག་  
གཞུང་འདི་འདྲའི་སྲིལ་པོ་ཡོད་པས་སེམས་ལ་སྲོལ་སྲིལ་པ་སྲུ་དགོས། ཞེས་བཀའ་སྲོལ་གནང་ཡོད། དེར་མ་ཟད། ཡང་ཁོང་  
གིས། རྒྱ་གར་འཕམ་ལེད་ཀར་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཛད་རྗེས་ལ་གདོང་འཛིག་བྱེད་སྐབས། རྒྱ་གར་འཕམ་ལེད་ཀར་དམ་  
པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཛད་རྗེས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་ནང་པའི་ཚོས་སྐྱར་གསོ་གནང་བ་དེ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་  
དང་། ལུ་མཐུད་དུ་ནང་ཚོས་ལའང་ལུ་ལེ་དང་ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཚོས་བརྒྱུད་གཉེས་ཡོད་པ། དེ་གཉེས་ཀྱི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་  
པོའི་རིག་གཞུང་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཚོས་བརྒྱུད་དེ་བཞིན་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་ནས་དངོས་  
པོའི་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་བདག་གཉེར་བྱེད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། དེང་སྐབས་  
རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་ཤེས་ཡོན་དང་གཞུང་ལུགས་བསྐྱར་གསོ་གནང་བར་ལུགས་  
བརྩོན་གནང་བཞིན་ཡོད་སྐོར་བཀའ་གནང་ཡོད། གནའ་པོའི་ཤེས་ཡོན་གཉེས་འཛམ་སྐོན་གལ་ཆེ་བ་སོགས་བཀའ་སྐུལ་  
ཡོད།

ད་དུང་ཁོང་གིས། རྒྱ་གར་དུ་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་དང་ཆབས་ཅིག་ །སེམས་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི་རྒྱ་གར་རང་གི་  
གནའ་རབས་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་གནང་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མཇུག་ཏུ་ཞི་བདེ་ཇི་ཆེ་ཡོང་གི་རྒྱུ་  
ཅེས་དང་། རྒྱ་གར་ནི་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་རྒྱ་གར་རང་གི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་། ནང་ཚུང་ཚོར་གྱི་ཐོག་  
གཉེན་པོ་བསྐྱེད་སྐྱོང་སྐྱོང་གཉེས་བྱུང་འབྲེལ་གནང་བྱུང་མཁལ་ཁོ་ན་དེ་ཡིན་ཅིང་། དེང་རབས་ཀྱི་རྒྱ་གར་ནང་རྒྱ་གར་རང་གི་



གནང་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་འགོ་འདྲུགས་གནང་རྒྱུ་ནི། ང་ཚོའི་ལས་འགན་ཡིན་པ་དང་། འབྲུང་འགྱུར་ལོ་ཉི་ཤུ་  
སྤུམ་ཚུའི་རྗེས་སུ་ང་ཚོས་མཇུག་འབྲས་མཐོང་ཡོང་གི་རེད། མི་རབས་གསར་པ་ཚོས་རིག་གཞུང་དེ་གསལ་ལ་ཤེས་རྟོགས་  
གཏོང་བའི་བྱེད་པ་ཡིན་ན། མི་རེ་ངོ་རེ་བཞིན་དངོས་གནས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཡོད་པ་དང་ནང་གི་སྤོང་སྤོང་ལ་ལེན་པ་  
དེ་ཚོ་མི་གཞན་ལ་བྱུང་སྤོང་བཅས་གནང་བ་ཡིན་ན། དུས་རབས་འདིའི་མཇུག་ཏུ་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བརྒྱུད་ཞི་བདེ་ལྡན་  
པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་བཀའ་སླུལ་ཡོད།

གཞན་ཡང་། ལ་གོང་ས་མཚོག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་སྲིད་དོན་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་གྲགས་ཅན་ཨུའོ་ལྷོ་ལྷོ་སོགས་མཁས་པ་ཁག་  
ཅིག་དང་ལྷན་མངལ་འདུད་གནང་སྟེ། འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པས། འགྲོ་བ་མི་  
གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་གལ་ཆེ་བ་དང་། ང་ཚོས་ངེས་པར་འགྲོ་བ་མི་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡོང་བའི་སྐབས་  
དང་། ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་གཅིག་གི་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་དཔུང་པ་མཉམ་གཤིབ་ཀྱིས་གནས་དགོས་པ། ཁོང་ཚོའི་མ་འོངས་པ་  
ང་ཚོ་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་དང་། ང་ཚོའི་མ་འོངས་པ་ཁོང་ཚོ་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་རེ་རེ་ཚོས་ལུགས་ཁག་གིས་ཁོང་ཚོ་  
དང་ང་ཚོ་ཞེས་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་རྒྱ་མང་དགས་ཏེ། དཀའ་རྙོག་གི་འབྲུང་ཁྲུང་ས་ཤིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན། ང་ཚོས་ངེས་པར་  
འགྲོ་བ་མི་ཐེང་འབྲུམ་བདུན་པོ་ང་ཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་བསྐྱུ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་ཡོད།

རྒྱ་གར་ནི་འཇམ་གླིང་གླེང་གི་མི་འཛོམས་ཀྱི་གྲངས་ཀ་ཐེང་འབྲུམ་ལ་སོན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་པ་ཡིན་ལ། མིག་ལྟར་མི་  
འཛོམས་དུང་ལྷུར་བརྒྱ་གཉིས་དང་གྲེ་བ་བརྒྱད་ལྷག་ཡོད། རྩོན་དཔོག་གྲུས་པ་ལྟར་ན། མི་ལོ་ལྷ་ནས་བརྒྱ་བར་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་མི་  
འཛོམས་ཡོངས་སུ་རྒྱ་ནག་ལས་བཟུལ་ཏེ། འཇམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱི་མི་འཛོམས་ཆེས་མང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་རྒྱ་འགྱུར་ངེས་རེད།  
མི་འཛོམས་ཉི་ལྔ་པོ། ༡༠༡༠ ལོར་བརྩི་སྲུངས་ལྟར་ན། མི་འཛོམས་༡༣༡༠་༡༧༩་༤༣༣ ཅུམ་ཡོད་འདུག །རྒྱ་གར་ལ་སྐྱམས་ས་  
དང་འབྲེལ་བའི་བྱིམ་མཚོས་རྒྱལ་ཁབ་བདུན་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི། བོད་དང་བལ་ཡུལ། འབྲུག། འབྲུག་ལ་དེག། འབར་མ།  
པ་གི་སྤྱོད། ཨ་ལྷ་ག་ནི་སྤྱོད་བཅས་ཡིན། ད་དུང་རྒྱ་མཚོས་བར་ཚོད་ཅིང་ཕན་ཚུལ་ཁ་སྤྲོད་དུ་གནས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡོད་  
པ་དེ་ནི་ཕྱི་ལྷན་ཡིན། རྒྱ་གར་གྱི་ཆ་ཤས་ཨན་ཏ་མན་དང་ལྷོ་ཀོ་བར་གླིང་ལྷན་ནི། ཐེ་ལན་ཏ་དང་ཨན་ཏོ་ནི་ཕི་ཡ་བར་  
མཚོ་ཐོག་རྒྱལ་མཚམས་འབྲེལ་ཡོད། པ་གི་སྤྱོད་དང་བརྒྱ་ལ་དེ་ག་གཉིས་ནི། ལྟར་རྒྱ་གར་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་ཡང་ཕྱིས་སུ་  
ལོགས་སུ་གྱེས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་གྱེས་པ་རེད།

རྒྱ་གར་ནི་སིང་གོ་གཙང་པོའི་གཤོངས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་དར་བའི་གནས་ཡིན་པ་ནི། ད་ལྟའི་ཆར་པ་གི་སི་ཐན་ཁྲུལ་དུ་ཡོད་པའི་  
དར་པན་གནང་རྗེས་ལས་རྒྱ་སྤྱིད་དང་དབང་ལྷགས་སོགས་རྟོགས་ཐུབ། ཉིན་དུ་ཚོས་ལུགས་དང་། རང་ཚོས། ཇིན་ཚོས་  
ལུགས། སིག་ཚོས་ལུགས་བཅས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུང་ས་ཡིན། མ་ཟད་རྒྱ་ཏའི་ཚོས་ལུགས། ཇོ་རྗེས་ཏའི་ཚོས་ལུགས། ཡི་ལུའི་  
ཚོས་ལུགས། ཁ་ཆའི་ཚོས་ལུགས་བཅས་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་དང་པོའི་ནང་དར་བྱུང་བ་དེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན། དེས་རྒྱུན་པས་སྤྱི་མང་རིག་  
གཞུང་ལུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་རྒྱ་གར་སྐྱམས་ས་ཆེན་མོའི་ཁྱོན་དུ་དར་བྱུང་བ་དེ་གི་ལྟར། རྒྱ་གར་ནི། ལོ་རྒྱུས་དང་  
རིག་གནས། ས་མཚམས་དང་ཚོང་འབྲེལ། ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར། དེང་རབས་ཚན་རིག་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་  
གནད་འགག་ཆགས་ཡོད་པས་གནང་སྤྱི་མོའི་བྱམས་བརྩིས་དོན་གྱི་ལུང་པའི་རིག་གཞུང་གི་དཔལ་ཡོན་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་  
གསོ་དང་དར་སྤོང་གཏོང་རྒྱུ་ནི། ཨོ་ལའི་ཡོའི་ནང་ཅུ་མ་ཟད། འཇམ་གླིང་སྤྱིའི་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྤྱུལ་ལྷགས་གལ་ཆེན་  
ཞིག་ཆགས་ཡོད།

འདི་དག་གི་ཐང་། སློབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་། ད་ལྟ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པའི་ནང་ཚོས་ལུགས་མང་  
པོ་ཉམས་ཆག་སྤྱི་ནས། ལྷག་བསྐྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིག་འཇུགས་དང་ཚོས་ཀྱི་མིང་ཙམ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཁག་གིས་བཟང་  
སྤྱོད་སྟེ་ལྟུང་ཆབ་ལ་འཐེན་འཁྲུང་སྟེ་ལྟུང་མཁུ་གི་བཟོ་འདྲ་པོའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དེང་  
རབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚན་རིག་དང་འཕུལ་ལས་ཡར་ཀློང་གི་ལྷགས་ཆེ་སྤྱི་ནས་པས། མི་མང་པོ་ཞིག་གི་བསམ་སྟོན་ནང་ཚོས་  
ཟེར་བ་དེ་སྤོངས་དང་ཡིན་པ་དང་། ཚོས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་དོན་ཆ་ཚང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མེད་པའི་བསམ་ཚུལ་  
འཁྲུང་མཁུ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད། ཡོངས་གྲགས་སུ་དེ་ཚོས་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་མེད་ཟེར་མཁུ་གི་མི་ཡང་ད་ཅང་  
མང་པོ་ཡོད། ད་ལྟ་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ཐོག་མི་འཕོར་དུང་ལུང་བདུན་ཅུ་ཡས་མས་ཤིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཚོས་ལ་དད་པ་མེད་  
པའི་མི་འཕོར་གི་བརྒྱ་ཆ་ཡང་གང་འཚམ་མཐོ་པོ་སྤྱོད་པ་ཡོད།

བཟང་སྤྱོད་ཅེས་པ་ཚོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཚོས་  
ཀྱི་ལམ་སྟོན་དང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་གཉིས་མཉམ་བསྐྱེད་མ་བྱས་པར་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་  
བྱ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། འགྲོ་བ་མི་རིགས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་ལྡན་པའི་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་དེང་རབས་ཀྱི་  
ཤེས་ཡིན་ལམ་སྟོན་ཡིན། འདི་ག་རྟེན་འདིའི་མི་ལམ་ཆེ་བ་ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེད་མི་འགྲོ་མཁུ་ཚོས་དགོན་པོ་ཡིན་པར་  
བརྟེན། ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་སྤྱོད་ནང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ནམ་པ་ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཤེས་ཡིན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེས་པ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་  
མང་ཆེ་པའི་ནང་གཞུང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་སྤོངས་ཤིག་ཆགས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཚོས་ལུགས་རིས་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚོའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་དེ་ཤེས་ཡིན་གི་ཁོངས་སུ་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལམ་སྟོན་  
ཞིག་དར་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་པར་མཁུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་  
པའི་བཟང་སྤྱོད་ཅེས་པའི་ཐོག་དགོངས་བཞེས་གནང་དགོས་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་བསམ་གི་འདུག །

དེའི་དབང་གིས་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ནས་ཚོས་དད་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཚང་མས་ལག་ལེན་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་  
གཞན་ནས་ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་མཁུ་གི་གཞུང་འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཁག་གི་ནང་དུ་འདྲེང་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དེ་སྟེ་ལྷག་  
ལྟ། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་འགྲོ་བ་མི་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ནང་བཟང་སྤྱོད་ཅེས་པ་དེ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཚང་མའི་  
བསམ་སྟོན་ནང་འཕོར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེད་དམིགས་ལུལ་བཟང་བ་ཡིན་པས། དེ་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དང་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁུ་  
ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གི་ཡོད།

ལྷག་པར་དེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཞིར་ཡོད་པའི་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་ཅེས་པ་དེ་རྒྱ་གར་གི་གནའ་བོའི་  
རིག་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཡོད་ལུགས་གང་འདྲ་རེད་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན་ན། བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤོངས་དེ་གནའ་བོའི་  
ཚོས་ཀྱི་ཐ་སྐྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཞེས་པ་དེ་རེད། དེ་རྒྱ་གར་ནང་ཡོད་པའི་རིས་སུ་མ་སྤྱོད་པའི་ཚོས་  
ལུགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དགོས་དེས་ཤིག་ལ་བརྟེན་བཞེན་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས། ཚོས་ལུགས་སུ་གང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་  
དང་བཟང་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་ཟེར་མཁུ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་རྒྱ་གར་གི་ནང་བཟང་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་  
ཡོད་པ་གཅིག་ཀྱང་རེད། རྒྱ་གར་གི་ནང་དུ་འདྲེང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁས་མི་ལེན་མཁུ་གི་ལྷག་པར་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཚོས་མེད་རིང་ལུགས་པའི་  
བཟོ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་འཕེན་པའི་བཟོ་འདྲ་པོ་དང་། ལྷག་པར་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་དེ་ཚོའི་ནང་དུ་འདྲེང་བཟང་སྤྱོད་མི་དགོས་

ཞེས་ལབ་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། བཟང་སྲོད་མེད་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བརྟན་བརྩེ་དེ་མི་སྲོད་པས་བཟང་སྲོད་ངེས་པར་དགོས་ཞེས་ལབ་གྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཙམ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ཚོས་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་བཟང་སྲོད་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་མི་རབས་གསར་པའི་ན་གཞིན་དེ་དག་བཟང་སྲོད་ཀྱིས་མ་ལྟར་པའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། རྒྱ་གར་གྱི་གཞུང་དང་མང་ཚོགས་གཉིས་ཀས་ངོས་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་འདྲ་སོང་ཙམ་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་དུ་འདྲ་བཟང་སྲོད་སྤྱི་ལྗོངས་ལྗོངས་ལམ་དེ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཆགས་པར་བརྟེན། རྒྱ་གར་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྲིད་བྱས་བཟོ་མཁན་དེ་ཚོས་མཚམས་རེར་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་དང་། མཚམས་རེར་ཀུན་སྲོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་པའི་བཟོ་འདྲ་བྱས་ནས་གང་ལྟར་བཟང་སྲོད་སྤྱི་ལྗོངས་ལྗོངས་ལམ་དེ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐབས་ཤེས་དེ་ཡང་ལྷ་ལྟེང་མགོན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་གནང་བ་བཞིན་འཆར་གཞི་དང་ཤོ་རིམ་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ཁོང་ཚོས་ལམ་སློན་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་བརྟེན་ཡོད་དུས། རྒྱ་གར་ནང་དུ་འདྲ་སྲོད་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད་ལ། རྒྱ་གར་ཙམ་མ་ཡིན་པར་འཛིན་ཅེན་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཆགས་ཡོད།

ལྷ་ལྟེང་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཞི་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་ཅེས་པའི་ཐོག་རྒྱ་གར་མང་ཚོགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་གཞིན་སྤྱི་སྲོད་སྤྱི་ཚོའི་ནང་དེའི་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་དུ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག། སྤྱིར་བཏང་ང་རང་བར་ལམ་ཞིག་ནས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་ཚོ་སྤྱི་བྱ་ཁག་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ (KRISHNAMURTI) སྤྱི་བྱ་བདུན་བརྒྱད་ཅིག་རེད། དེ་ཚོའི་ནང་དོ་སྣང་དུ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག།

ད་ལྟོ་ལྷ་ལྟེང་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་ཚོས་ལུགས་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྲོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྐོར་དེ་མེ་རུ་ (MEERUT) ལ་ཡོད་པའི་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཞིག་གིས་སྤྱི་གི་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལོ་ཕྱི་ཟླ་ ༧ པ་ནས་སྤྱི་བྱ་བརྒྱ་བཞི་ཙམ་གྱི་ནང་ཚོད་ལྟོ་འགོ་འདྲུགས་བྱེད་རྒྱ་བང་སྤྱི་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་སྤྱི་བྱ་བརྒྱ་བཞི་དེའི་ནང་གི་དགེ་ལས་སྤྱི་བྱ་ཚོས་དུ་ལས་པའི་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་གྱི་འདུག། ཁོང་ཚོས་ག་དུས་འགོ་འདྲུགས་བྱེད་ཐུབ་གྱི་ཡོད་དམ་བསམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོས་ཐོག་མར་འཛིན་བྱ་བདུན་པ་དང་། བརྒྱད་པ། དགུ་པ་གསུམ་ལ་འགོ་འདྲུགས་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་རེད། འཛིན་བྱ་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་གཉིས་ཀའི་སྤྱི་བྱ་ཚོགས་ཀྱི་འཚམ་འབྲེག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ལོ་རེ་ལོ་རེ་བྱས་ཏེ་ཡར་འཕར་རྒྱ་ཡིན་ཙམ་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་ཚོད་ལྟོ་རིམ་པ་དང་པོ་དེ་ལམ་ཆེར་ཆར་གྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། དེ་དང་མཉམ་དུ་སྤོང་འགྲོའི་འཛིན་བྱ་ནས་འཛིན་བྱ་བརྒྱད་པ་བར་མཐུད་རྒྱུའི་སྤྱི་བྱ་ཚོགས་ཞིག་ཀྱང་བཟོ་བཞིན་ཡོད་ཙམ་། ང་ཚོས་འདི་ལོ་ཕྱི་ཟླ་ ༧ པའི་ནང་ཚོད་ལྟོ་རྒྱུའི་སྤྱི་བྱ་དེ་ཚོའི་ནང་དགེ་ཆེན་དང་། སྤྱི་བྱ་གཞུང་། འཛིན་སྲོད་ཚང་མས་དོ་སྣང་དུ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱེད་གྱི་འདུག།

དམིགས་བསལ་ང་ཚོ་པོད་པའི་སྤྱི་གས་ནས་ཞབས་འདེགས་སྤྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལོ་རེད། ང་ཚོར་དཀའ་ལས་ཆེ་ཤོས་ག་པར་ཐུག་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ན། ཆ་རྒྱུན་ཚང་བའི་དགེ་ཆེན་རྣམས་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོར་སྲོད་བརྟན་སྤྱི་བྱ་ཚོགས་ཀྱི་ཚང་བ་བཟོ་བྱས་བྱེད་དགོས། ཡིན་ནའང་དགེ་ཆེན་ཟེར་དུས་མི་ཡར་འཆར་ལོངས་ཟེན་པ་དང་། སྤྱི་བྱ་སྲོད་བྱས་ཟེན་པ་ཞིག་མ་གཏོགས་ད་ལྟོ་གཞི་ནས་འཆར་ལོངས་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་ཚོའི་

ནང་དགོ་ཚན་ཡོད་པ་མ་རེད། མ་འོངས་པར་སློབ་ཡུལ་གི་ནང་གསོ་སྦྱོང་གི་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལས་སྐྱབ་དང་། ད་ལྟོ་དགོ་ཚན་གསོ་  
སྦྱོང་གི་བྱེད་རྒྱུ་དེ་དཀའ་ལས་ཁག་པ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག །བྱས་ཚང་ང་ཚོ་པོད་རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་དགོ་ཚན་ཡག་པོ་དེ་  
འདྲ་ཐོན་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཉན་ཉན་ཕན་ཐོགས་ཡོང་བུ་བྱི་རེད་པས་མ་གྱི་འདུག །ད་བར་པོད་པའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གིས་དེའི་ཐོག་  
དོ་སྣང་དེ་ཚམ་གནང་མ་སོང་། རྒྱ་གར་ནང་དེའི་སློབ་ལས་ཀ་བྱས་ནས་ལོ་གསུམ་ཚམ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

པོད་པའི་སློབ་ཚོགས་ནང་དེའི་ཐོག་པལ་ཆེར་ ༡༠༡༤ ཚམ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱུ་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་  
༧་སྐབས་མགོ་ན་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་སློབ་ཐེངས་ཁ་ཤས་གནང་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་རང་སྐྱལ་གྱིས་ཐུགས་སྦྱང་  
གནང་ནས་བྱུང་མ་སོང་སྟེ། གཅིག་བྱས་ན་པལ་ཆེར་འདི་མུར་ལྷག་པ་ཡིན་གྱི་རེད། པོད་པའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་དེའི་  
ལག་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བསྟར་ནས་ལག་ལེན་ཡག་པོ་བསྟར་བུ་མཁན་གྱི་དགོ་ཚན་དེ་འདྲ་ཐོན་ཏེ། རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་གྲྭ་གཞན་  
ལ་དཔེ་མཚོན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཞེ་དུག་ཡོང་གི་རེད་དེ་ལྟར་གྱི་འདུག །ཅེས་སོགས་གསུངས་ཡོད།

བཙན་བྱོལ་སློབ་ཚོགས་ནང་གྲྭ་བཙན་དགོན་སྡེ་གངས་ ༡༧༤ ཚམ་ཡོད་པ་དང་། གྲྭ་བཙན་གྱི་གངས་འབོར་བཙོན་མས་ན།  
༡༩༧༡ བཙན་བཞུགས་པའི་ནང་། པོད་རིགས་བརྒྱ་ཆའི་ ༤༡.༥% དང་། ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་བརྒྱ་ཆའི་༥.༥% དང་།  
རྒྱལ་ཁབ་གཞན་བརྒྱ་ཆའི་༡.༧% བཙན་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་སླུའི་ནང་ཚོས་རིག་ལས་ཁུངས་སུ་དེབ་སྐྱེལ་བེན་པའི་ཚོས་  
ཚོགས་༧༧.༥ ཚམ་ཡོད་པ་དང་། ད་དུང་དེབ་སྐྱེལ་མ་བེན་པ་དུ་ཅང་མང་པོ་ཡོད་འདུག། དེ་ཡང་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ནས་  
ཐོན་པའི་གྲྭ་བཙན་གྱིས་བརྒྱ་ཆའི་ངས་ཅན་བེན་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་རྒྱ་གར་རང་གི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་  
བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུར་གོང་ས་མཚོག་ནས་ཐུགས་རེ་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་ནང་མཚོན་ནའང་རིག་  
པ་ཅན་གྱི་སློབ་པ་ལ་སོགས་པའི་མུ་སྟེགས་པའི་སློབ་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་དཀྱིལ་གར་ཡུལ་གྱི་མངའ་སྲུལ་  
ནང་མཚོན་ནའང་ལེ་ཤུ་མ་ཤི་ཁ་དང་། སྤོ་ལྟ་མོ་རྒྱ་མད་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་འཇམ་སྤོང་འདིའི་སྤོང་བྱམས་བརྟེན་བསྐྱབ་བྱ་  
སློབ་མཁན་གྱི་སློབ་པ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་ཚོས་གང་ཡོད་བཅོད་ན། ལྟ་བུ་  
ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་ང་ཚོའི་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་ཚུ་བ་དེ་མ་ཤེས་པའི་ཚོངས་པ་དེ་རེད། མ་ཤེས་པ་ཅམ་གྱི་ཚོངས་  
པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་སྤྱི་ན་ཅི་ལོག་གམ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་ཚོངས་པ་དེས་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་ཚུ་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེར་ཤེས་རབ་  
ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་ཟེར། དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་སྤོང་སྤྱིར་སྤོང་དོར་གྱི་གནས་སློབ་པ་ཞེས་བཅོད་ ཅེས་གསུངས་ཡོད་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་ཁོང་གིས་མུ་མཐུད་བཀའ་སློབ་བསྟུན་དོན་དུ། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་སློབ་རྒྱུན་ལྟར་ན། འཇམ་སྤོང་  
ཚོས་ལུགས་ཚང་མར་གུས་ཞབས་ལུ་རྒྱུའི་ལམ་སློབ་དེའི་འོག་ནས་ལོ་སྤོང་སྤྱི་བསྟུན་གསུམ་བཞི་ལྷག་རིང་རྒྱ་གར་ནང་ཚོས་ལུགས་  
མཐུན་སྤྱི་བསྟུན་ལས་པ་ཡོད་པ་མ་ཟད། དུས་ད་ལྟོ་དང་ད་ལས་པ་འདུག །དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་འཇམ་སྤོང་སྤོང་ཚོས་ལུགས་  
མི་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་འཇུག་པ་རྒྱག་པ་དང་། ཕན་ཚུན་གསོད་རེས་བཏང་བེར་བ་དེ་ནི་དུ་ཅང་ཐབས་སྤྱི་བོ་ཞིག་  
མཐོང་གི་འདུག །དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་ཡང་བྱམས་བརྟེན་དང་ཚོག་ཤེས། བཅོད་པའི་  
ཉམས་ལེན་དེ་དག་ཚོས་ལུགས་ཚང་མས་གསུང་བཞིན་ཡོད་སྟབས། ངོས་ཀྱིས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མར་གུས་ཞབས་བྱེད་གྱི་  
ཡོད། ལྟ་བུ་ཐོག་ནས་བཅོད་དགོས་བྱུང་ན་སངས་རྒྱས་པའི་ལྟ་བུ་འདི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་རེད་འདུག །རྟེན་འབྱུང་གི་  
གཏམ་ཞེས་པ་འདི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་ཐུབ་རྒྱུ་འདུག དེང་སྐབས་ཚོས་རིག་པ་ཚོས་ཀྱང་རྟེན་འབྱུང་  
ཞེས་པ་དེར་དུ་ཅང་དགའ་མོས་བྱེད་བཞིན་འདུག ཅེས་གསུངས་ཡོད།

གཞན་ཡང་། ལོ་ལོ་སྤོངས་མཚོག་གིས་ མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་རིགས་ཚོགས་དྲུག་གི་བཤད་ལུང་སྐོམ་ངོས་ལ་དག་བཤེས་རིག་  
འཛིན་བསྟན་པའི་སྐྱེ་མཉམ་ནས་ཐོབ་པ་འདྲ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་འགྲེལ་ལ་སོགས་པའི་བསྟོན་ཚོགས་ཀྱི་རིགས་མང་  
པོ་ཞིག་ངོས་ཀྱིས་རི་རྩོང་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱེ་མཉམ་ནས་ལུས་པ་ཡིན། རིན་པོ་ཆེ་དེ་ཅང་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན། བཤད་ལུང་  
གི་རིགས་དགོན་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་ཏེ་མ་ལ་ཡ་རི་རྩུད་ནས་ཐེབས་པའི་མཁས་པ་ཁྲ་ལུ་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་  
མཚན་དང་། ཁྲ་ལུ་དག་བཤེས་རིག་འཛིན་བསྟན་པ། རི་རྩོང་རིན་པོ་ཆེ་བཅས་གང་ལྟར་ཏེ་མ་ལ་ཡ་རི་རྩུད་ནས་ངོས་  
ཀྱིས་ཚོས་འགྲེལ་དངོས་སུ་ཐོབ་པའི་ལྷ་མ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གསུམ་ས་ཁུལ་འདི་ནས་བྱུང་བ་རེད། ངོས་རང་རྒྱུད་དུས་ལྡན་སར་  
ཡོད་སྐབས་ལ་དུགས་པ་རེད་བརྗོད་ཀྱི་འདུག། ཁོས་དཀར་པོ་གྲོན་པ་དང་ལྷ་མ་ཅེ་ཡར་གྲོན་ལ་ལངས་པ་དེ་ཅང་སྐྱེ་མཉམ་འདྲི་ཁ་  
པོ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད། སྤྱོད་སེམས་མཚུངས་ཁྲ་ལུ་བའང་དེ་མཚུངས་དེ་ཅང་སྐྱེ་མཉམ་འདྲི་ཁ་པོ་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་པོད་དུ་  
ཡོད་སྐབས་མཐོང་རྒྱུ་ལེན་པའི་ལུས་ལུང་དེ་ནས་ངོས་ཀྱིས་ཚོས་འགྲེལ་ལུས་ལེན་ལྷ་མ་ཅེ་ཆེན་པོ་གསུམ་བྱུང་བ་རེད། ངོས་  
ཀྱིས་འདི་ལྟར་ལུ་དགོས་པ་འདི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཟབ་རྒྱས་སྟོན་རྒྱ་བྱུང་ཐོག་ནས་སྟོན་  
དགོས། ལྷ་ཁང་རྗེས་པོ་ཡི་བྱ་དང་ཁ་ཆེ། ལུ་སྟོན་སེམས་པ་སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་རྗེས་ཐག་ཚོད་དེ་འདྲ་ཡོད། སྤྱོད་སེམས་མཚུངས་  
སྐྱེ་བཞུགས་རྗེས་པོ་གང་སར་མང་ཐག་ཚོད་ཡོད། ཐུན་མོང་མིན་པ་འདི་བཀའ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་དེ་འདྲའི་སྟོན་སེམས་བམ་མང་པོ་  
ཚོས་ལུགས་གཞན་ལ་མེད། དེ་ནི་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས། ཡང་སྐྱོས་དཔལ་རྒྱ་ལེན་འོག་ལུགས་རྒྱུད་རྒྱུད་འདྲུག  
།དེར་བརྟེན་ངོས་ཀྱིས་དེར་སྐབས་རྒྱ་གར་ནང་དུ་ཕ་མེས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་དེ་དག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ངོས་ཀྱིས་  
འབད་བརྟེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

དེ་སྐྱོབ་སྐབས་ཤིག་དེ་སར་རྒྱ་གར་གཞུང་གི་མཐོ་སློབ་ཞིག་གི་སློབ་སྦྱོང་ལྷོ་རང་ལ་ཐུག་སྐབས་ངོས་ཀྱིས་རི་འདུན་བཏོན་པ་  
ཡིན། ང་ཚོས་འཆར་གཞི་ཞིག་བཟོ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་གར་ནང་དུ་ཕ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་དང་མ་  
འགྲེལ་བ་ཞིག་རེད། ཚོས་ཟེར་ན་ནང་པ་དང་འགྲེལ་བ་ཡོད་སྐབས་ནང་པའི་སྐད་ཆ་མེད་པར་ཚད་མ་རིག་པ་དང་སེམས་  
ཁམས་རིག་པ་དེ་ཚོའི་གསུམ་ཤེས་ཡིན་རང་གི་ངོ་པོའི་ཐོག་ནས་ང་ཚོས་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་དགོས་པ་འདྲུག་ཅེས་བརྗོད་སྐབས།  
དེ་སའི་མཐོ་སློབ་དེས་ཁྲུང་དེ་ཅང་ལེན་བཞིན་འདུག། ཞེ་ལམ་ལྷོ་ལེ་མང་འཕྲེལ་གཞུང་རང་གིས་ཁྲུང་སྐབས་ནས་དག་ཅན་སྟོང་  
ཕྱག་ལུ་ཅམ་འཛོམས་ཐོག་ངོས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཡིན། དེར་དུས་ཤེས་ཡིན་རྒྱ་གར་ནང་དེ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད།  
དཔེར་ན། ཚོན་རིག་དང་འཕུལ་རིག་སྟོབ་སྟོང་གི་གནས་ཚུན་རྒྱ་གར་ནང་ཡག་ཐག་ཚོད་ཡོད། དེའི་ཐོག་སེམས་ཁམས་  
རིག་པ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་དེ་དག་སྟོན་བྱུང་ན་སྦྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཡོད་ཁར་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་འང་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་  
ཞིག་རྒྱ་གར་ཁོ་ན་ལས་གཞན་ལུང་པ་སྐྱེས་ཀྱང་བྱེད་བྱུང་ཐབས་མེད། རྒྱ་གར་བཙོན་ངོས་ཀྱི་འཕྲོད་སྐྱེལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།  
དེ་འདྲའི་ཡིན་སྐབས་དག་ཅན་དགོས་མཁོ་ཆགས་ཡོད། ཁ་སང་ངོས་ཀྱིས་སེ་འབྲས་ཀྱི་མཁན་པོ་གཅིག་གཉིས་ཐེབས་ཤིག་  
ཅེས་ལབ་པ་ཡིན། སེར་འབྲས་ཚོས་དཔེར་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྱག་རིང་ཐོས་བསམ་སྟོན་གསུམ་ལ་མ་བུལ་བ་བྱས་ནས་ཉར་ཚགས་  
བྱེད་བཞིན་པ་འདི་དེ་ཆ་རྒྱ་གར་ནང་དུ་སྟེལ་བྱུང་རྒྱུའི་མོ་སྐབས་ཤིག་སྟོན་བཞིན་འདུག། ང་ཚོས་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པ་དེ་དག་རྒྱ་  
གར་ནང་གི་སྟོབ་བྱ་ཆེ་ཁག་དེ་འདྲའི་ནང་དུ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱུ་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དམིགས་སུ་དེ་  
བྱ་སའི་སྟོབ་གཉེར་བ་ཆགས་ཡོད། གཞན་དག་ཅན་དམིགས་སུ་མེད། གཞན་སྐྱེས་ཀྱང་བཤད་བྱུང་མ་རེད། ཅེས་ངོས་  
ཀྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་རྒྱུ་བྱུང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁྱེད་ཚོ་ཏེ་མ་ལ་ཡ་རི་རྩུད་ལ་ཡོད་པ་ཁྱེད་ཚོ་ལ་དུགས་པ་ཚོར་མཚོན་ན།

དེ་ནི་སྐད་དང་ཡིན་སྐད་སོགས་ཤེས་ཀྱི་ཡིད། དེར་བརྟེན་ལ་དྲུགས་ནང་ནས་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་  
བྱ་རྒྱུའི་ཐད་ཏོག་ཙམ་ལྷགས་རྒྱག་ཐུབ་པ་ཞིག་ཤོས། རྒྱ་གར་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ནས་ནང་པའི་ལུང་པ་རེད། རང་ཚོས་བརྗོད་སྐབས་  
རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཐག་ཉེ་པོ་ཡིད། མི་འཕྲོད་ལ་མཚོན་ན་ས་ཡ་བཞི་བརྒྱ་ཡིད། རིམ་བཞིན་རྒྱ་གར་ནང་དུ་སེམས་ཁམས་  
རིག་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་གིས་ཕན་ཐོགས་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་རེད་པས་མ་པ་དྲན་བཞིན་འདུག། ཅེས་གསུངས་འདུག།

ཡང་ཁོང་གིས་ རྒྱ་གར་ནང་གནའ་རབས་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་གར་ནང་ཐེབས་རྒྱ་  
རེད། རྒྱ་དཀར་གཞི་གཉིས་ཀྱི་མི་འཕྲོད་བརྗོད་སྐབས་ཚེ་མི་འཕྲོད་དུང་ལུས་བདུན་ཅུ་ཙམ་ཡིད་ཁོངས་ནས་དུང་ལུས་ཉི་ལུ་ཅ་  
གྲངས་ཤིག་ཆགས་ཡིད། ཉན་ཉན་འཇམ་སྐྱོང་འདྲིའི་སྐད་ལྷགས་རྒྱུན་ཐེབས་ཐུབ་རྒྱུ་འདུག། འཇམ་སྐྱོང་གས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སོ་སོ་  
ཕམས་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཡིད། ང་ཚོས་བརྗོད་པུར་ལུ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་གར་རིག་གཞུང་ལུ་རྒྱ་གར་བརྒྱུད་པ་ཡག་པོ་མེད། རྒྱ་  
གྲིས་དོ་སྐྱོད་བྱེད་མཁན་ཡིད་རྒྱུ་རེད། ཚེད་མངགས་ཚོལ་བ་བྱེད་ན་ཡག་པོ་མཚོང་གི་མི་འདུག། ཉི་མ་ལ་ཡའི་མི་རིགས་  
ཡིན་པའི་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ཚོ་རྒྱ་གར་མི་སེར་ཡིན་སྐབས་བྱེད་བདེ་པོ་ཡིད། ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བ་ཡིན་སྐབས་ཆབ་སྲིད་ཐོག་ནས་  
ཕན་བྱེད་ཀའང་ལ་འཕྲད་རྒྱུ་རེད། ངོས་རང་ད་ཆ་ལོ་ན་༡༩ ཡིན། སལ་ཆེར་ལོ་ངོ་ཉི་ལུ་ཅ་གྲངས་འཚོ་བུ་བརྒྱ་རེད། དེའི་  
རིང་ལོ་ངོ་བརྒྱ་བཙན་བྱོལ་ཙམ་རིང་ལོ་སྐད་བརྒྱུད་པས་འབད་བརྗོད་ཏོག་ཙམ་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་རེད། ངོས་རང་མི་གཅིག་གིས་  
ལུས་པ་ཐོན་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད། ཀྱིད་ཚོ་ལོ་སྐད་ཀྱི་ཨལ་ལུག་ཡིན་ལུ་ལེད། ཁྱིམ་ཚེ་རིན་པོ་ཆེར་མཚོན་ན་རྒྱ་གར་གྱི་གྲིག་  
གཅིག་འཁྲུང་ནས་ལོ་སྐད་ཀྱི་ཨལ་ལུག་བྱས་ནས་སྤོང་དང་པོར་མཚོང་ས་ཤིག་ཨང་། (ཞེས་ཞལ་ཤོད་དང་སྐབས་) དེང་སྐབས་  
འཇམ་སྐྱོང་ནང་བསམ་སྒྲིག་ཏོང་སྐྱོང་སྐྱོང་གི་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་བཞིན་ཡིད། (EMOTIONAL CRISIS) ལུས་པོར་འཕྲོད་  
བརྗོད་དགོས་པ་ལྟར། བསམ་སྒྲིག་འཕྲོད་བརྗོད་ཡང་དགོས་པ་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་སྔ་ད་སའི་གཞུང་གི་མཚོ་སྐྱོད་ཀྱི་  
གཙོ་འཛིན་ཁོང་དང་སྐྱུ་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བསྐྱབ་སྐབས་སྤོང་གི་སྤོང་དགོས་པ་དང་། ཚེད་མ་རིག་པ་བསྐྱབ་དུས་ཉུགས་  
རིགས་སྤོང་དགོས་སྐབས་སྤོང་ལ་དགེ་ལེན་ལུ་ཙམ་ལ་ཟབ་སྤོང་ཞིག་སྤོང་དགོས་པའི་སྤོང་སྐད་ཆ་བྱུང་། ཉེ་ལམ་ལྷི་ལིར་  
མངའ་སྤོང་གཞུང་གིས་ཤོ་སྤོང་གནང་བའི་སྐྱུ་ཚོགས་སྐབས་བདེ་སྤོང་རི་ལྟར་སྤོང་དགོས་པའི་སྤོང་སྐད་ཆ་བྱུང་། དེའི་  
དང་དབང་ཡིད་པ་ཙམ་གྱིས་བདེ་སྤོང་ཡིད་མི་བྱུང། ལྟར་སྤོང་ལ་ན་ཆ་ངོ་ཤེས་ནས་སྤོང་བརྗོད་དགོས། དེ་བཞིན་སེམས་  
ཀྱི་བདེ་སྤོང་ཅེས་པ་འདི་རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་བཞིན་ཡིད། དེར་བརྟེན་སྤོང་ལ་སེམས་དཀྱིག་མཁན་དེ་ངོ་ཤེས་པ་བྱེད་  
དགོས། དེར་བརྟེན་པོ་བརྗོད་ན་སེམས་ནང་བདེ་སྤོང་ཡིད་བྱུང། ཚོས་༡ དང་༡ བཙན་ལ་བདེ་སྤོང་སྐབས་སྤོང་  
སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ཚོགས་འདུ་ཞིག་འཚོག་རྒྱུ་རེད། ང་ཚོར་ཉན་ཉན་མདུན་ལམ་ཆེན་པོ་ཡིད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག། ཉི་  
ཉོང་ལ་མཚོན་ན་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ད་ཅང་ཚེད་མཚོན་པོར་སོན་ཡིད། འོན་ཀྱང་རང་སྤོང་གཙོ་མཁན་གྲངས་ཚེད་ད་  
ཅང་མཚོན་པོ་རེད། ངོས་ཀྱིས་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་ལྟར་ན་ལ་དྲུགས་ནང་དུང་རང་རང་གི་རྒྱག་མཁན་ཏོག་ཙམ་ཡིད་བཞིན་ཡིད་པ་  
གོ་བྱུང་། དེར་བརྟེན་སྤོང་གྲུའི་ནང་ཚོས་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་ན་ལ་དྲུགས་སྤོང་གྲུའི་ནང་ཁ་ཆེ་ཡིད། ཡི་བྱ་ཡིད། ཚོས་  
དད་མེད་མཁན་ཡང་ཡིད་སྤོང་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཚོས་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་ན་ཡག་པོ་མེད། ང་ཚོས་ཚོས་བྱེད་སྤོང་  
བྱ་རྒྱུའི་འདུ་ཤེས་མེན་པར་ནང་པའི་གཞུང་ནས་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་ (EMOTIONAL  
HYGIENE) ཚེད་མ་རིག་པ་དེ་ཚོའི་གས་སྤོང་གྲུའི་ནང་ཏོག་ཙམ་བསྐྱབ་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་རྒྱལ་དང་འགན་  
སེམས་ད་ཅང་ལྷགས་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་སྐབས་སེམས་མ་སྤོང་པ་བྱས་ནས་རང་གི་རྒྱག་མཁན་དེ་ཚོའི་གས་སེམས་ནང་རེ་དོགས་

མང་པོ་སྐྱེ་ཡོང་སྐབས་གཉེན་པོ་བསྐྱེན་མ་ཤེས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རང་སྲོག་རང་གིས་གཙོད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ལ་ཉན་ཉན་ཕན་རྒྱ་  
རེད། ཅེས་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་ལྟར་གསལ་པོས་གསུངས་ཡོད།

ག །གང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་གནའ་པོའི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ངོས་འཛིན།

སྐྱེ་བ་ན་དགོངས་གཞི་འདི་བཞིན་དེ་སྤོང་ནས་དགོངས་པར་མངའ་བཞིག་ཡིན་པ་ལ། ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ནང་ནན་ཉན་དུ་  
གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་གར་ནི་གནའ་ལྷ་མོ་ནས་རིག་གཞུང་སྣ་མང་དང་། ལྷ་གྲུབ་འདྲ་མིན། གནའ་ལྷ་མོའི་ཤེས་ཡོན་  
མང་པོའི་འདུང་ཁུངས་སམ་ལྷོ་གནས་འདྲ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གནའ་ལྷ་མོ་ནས་ལྷ་གྲུབ་འདྲ་མིན་ཡོད་ཀྱང་། ཚོས་ལྷགས་  
ཚང་མ་ཕན་ཚུན་གཤོད་པ་མེད་པའི་ཐོག་མཐུན་འབྲེལ་ཆགས་པ་དེ་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དཔེར་ན། རྒྱང་འཕྲུག་  
པ་ལྷ་གྲུབ་ཡིན་ན། ལྷ་གྲུབ་ཐོག་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་དགག་པ་རྒྱག་ས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ནའང་། ཁོང་  
ཚོའི་ནང་ལོགས་ལ་དྲང་སྲོང་ལྷ་གྲུབ་མངོན་ཤེས་ཐོབ་པ་དེ་ཚོ་ལ་ཚང་མས་བརྟེན་པ་ལྟར་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། མ་གཞི་ནས་  
ཚོས་ལྷགས་དང་ཚོས་ལ་དབྱེ་བ་འབྱེད་པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་པ་དང་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་འབྱེད་བཞིན་ཡོད། གང་  
ལྟར་ཁོང་གི་དགོངས་གཞིར་མངའ་བའི་བསྐྱར་གསོ་བྱ་དགོས་རྒྱུའི་གནའ་པོའི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ནི། བཀའ་བསྐྱེད་བཙུན་  
ཀྱི་སྣང་པོར་བཞུགས་པའི་ཚན་རིག་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ། ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱོམ་སྐྱུབ། ཚོས་ལྷགས་ལ་  
མ་བརྟེན་པའི་བཟང་སྤྱོད་སོགས་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་དེ་ཚོ་ཡིན་པ་རེད། དེ་དག་པོ་ཉི་ཚེར་པོ་སྐྱེས་བུ་རྣམས་  
ཅིག་ཡོད་པས་ཆ་ཚང་ལྷ་སྐྱོག་གྲེད་མི་ཐུབ་ཅིང་། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཚོས་ལྷགས་ལ་དད་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྐྱོམ་པའི་ནང་པའི་  
ཚན་རིག་དང་། ལྷ་གྲུབ་དེ་ཚོ་གཅེས་གཅེས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་གཉེར་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྤོང་མངོན་མཛད་ཡོད། དེ་ཡང་།  
སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་ ༦ ཚོས་ ༦ ཚོས་ ༡ ཉིན་ཡུག་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་ནས་བཞུགས་སྐར་ད་སྣང་པོད་ལྷག་  
ཁྱིམ་སྤར་དེང་དུས་ན་གཞིན་རྣམས་ལ་གསུང་ཚོས་གནང་སྐབས་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བུས་ཀྱི་སྤོབ་དེབ་གསར་བཟོ་  
དགོས་སྐོར་ཐོག་མར་བཀའ་སྐྱེལ་གནང་བ་དང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་ ༧ ཚོས་ ༡༥ ཉིན་རྣམས་གྲུ་མཁའ་པོ་ཁྱིམ་ཐོག་རིན་པོ་  
ཚོས་དབྱེ་བའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་སྣ་གང་འཚམ་ནས་སྤོབ་དེབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་བརྗོད་དོན་ས་བཅད་རགས་ཟིན་སྐྱེན་  
འབྲུལ་ལྷས་ཤིང་རིམ་པས་གདན་སའི་དགེ་བཤེས་མཁས་པ་དུ་མས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་སྐྱུང་ལ་བསྐྱོན་ཏེ། རང་པོའི་ཚན་  
རིག་ཀྱི་བུས་དང་རང་པོའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བུས་གཉིས་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཨོན་ཡིག་དང་རྒྱ་ཡིག་ལ་བསྐྱར་  
བ་དང་། སྐད་ཡིག་གཞན་དང་གཞན་དུ་ཡང་སྐྱར་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེབ་འདི་ནི། རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་གསོ་བྱ་རྒྱུའི་གནའ་  
པོའི་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གཞུང་གི་བསྐྱབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་ལྷ་གྲུབ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཚོག་སྐྱེས། དེབ་དེའི་ནང་ག་རེ་ག་རེ་ཡོད་པ་  
རེད་ཅེ་ན།

ནང་པའི་ཚན་རིག་ཀྱི་བུས་ལ། སྐབས་བཅུ་གཉིས་སྤྱི་ལོ་དེང་པ་དང་དེའི་ནང་། ཡུག་ས་མཚོག་གིས་ཆེད་དུ་སྐྱེལ་པའི་  
སྤོང་སྤོང་། སྐབས་དང་པོ། གཞུང་གི་སྤྱི་བཤད།

- ༡ རང་པོའི་གཞུང་ནས་དངོས་པོའི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྤྱི་སྤོང་མི་འདྲ་བར་གསུངས་པ།
- ༢ གཞི་དངོས་པོའི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཐབས་དང་དཔྱོད་པའི་སྒྲོ།
- ༣) རིགས་པས་དཔྱད་པ་གལ་ཆེ་ཚུལ་དང་། རྣོན་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག།

- ༡) གཞལ་བུའི་གནས་གསུམ་དང་བསྟན་ནས་དབྱེད་པ་ལ་འདུག་དགོས་ཚུལ།
- ༢) རིགས་པ་བཞིའི་སྒོ་ནས་དབྱེད་ཚུལ།
- ༣) རྩ་འབྲས་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ།
- ༤) རིགས་པས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་ཚུལ།

ཞར་བུང་བསྟུས་གྱའི་རིགས་ལམ་གྱི་ཚུལ་མདོ་ཙམ་བཤད་པ།

སྐབས་གཉིས་པ། བེས་བྱ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནང་།

༡ གཏན་ལ་དབབ་བྱ་གཞིའི་རྣམ་གཞག་སྦྱར་བཤད་པ།

༢ གཟུགས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འདྲིལ་པའི་ཚུལ།

༣ གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་བཤད་པ།

༡) གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད།

༢) སྐྱེའི་སྐྱེ་མཆེད།

༣) འོ་སྐྱེའི་སྐྱེ་མཆེད།

༤) རོ་སྐྱེའི་སྐྱེ་མཆེད།

༥) རིག་བུའི་སྐྱེ་མཆེད།

༦ མིག་སོགས་དབང་པོ་ལྡན་བཤད་པ།

༧ ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་བཤད་པ།

༨ རྩ་འབྲེལ་བཤད་པ།

༩ ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཚོས་བཤད་པ།

༡༠ རྩ་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག།

༡༡ འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཚོས་བཤད་པ།

༡༢ གཞལ་བུའི་རྣམ་གཞག་གཞན་བཤད་པ།

༡) མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ།

༢) གཅིག་དང་གཉན་དང་།



༡) སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག།

༢) རྩེ་ཚོས་དང་རྩེ་གེ་ཚོས།

༣) འགལ་བ་དང་འབྲེལ་པ།

༤) དགག་པ་དང་སྐྱབ་པ།

༥) གཞལ་བྱེད་གནས་གསུམ།

སྐབས་གསུམ་པ། འཕྲོས་དོན་དུས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

༡ དུས་ཀྱི་འོ་པོ།

༢ དུས་རྩེས་གྲུབ་དང་བཏགས་ཡིད་ཀྱི་ཚོས་སྐྱབ་པ།

༣ དུས་གསུམ་འཛིག་ཚུལ།

༤ དུས་ཀྱི་ཐུང་མཐའ་ལས་བརྩམས་པའི་དབྱེད་པ།

༥ མི་རྟག་པ་ཕྱ་མོ་འཛིག་ཚུལ།

སྐབས་བཞི་པ། གཟུགས་ཅན་རྩོམ་བྱེད་ཀྱི་དུལ་ཕྱ་མོའི་རྣམ་གཞག།

༡ སྦྱི་བཤད།

༢ གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུང་མཐའ་དུལ་ཕྱ་རབ་འཛིག་ཚུལ།

༣ ཕྱ་རབ་བསགས་པ་ལས་རགས་པ་གྲུབ་ཚུལ།

༤ ཆ་མེད་ཀྱི་དུལ་ཡིད་མེད་ལ་དབྱེད་པ།

སྐབས་ལྔ་པ། སྦྱོད་བརྟུང་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འབྲུང་འཛིག་གི་རིམ་པ་བཤད་པ།

༡ མངོན་པའི་གཞུང་སོགས་ནས་བཤད་པའི་སྦྱོད་བརྟུང་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྲུང་རིམ།

༢ དུས་འཁོར་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་བཤད་པའི་སྦྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་རིམ།

༣ སྦྱོད་བརྟུང་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འཛིག་པའི་རྒྱུད།

༤ དུས་འཁོར་ནས་གསུངས་པའི་མཐའ་དུལ་དང་གོ་ལའི་འཁོར་བགོད།

༥ ཡུའུ་རྩ་ཏའི་རྩེས་གཞུང་ཡུའུ་རྩ་ཏའི་ཡམ་ལས་བཤད་པའི་གོ་ལའི་འཁོར་བགོད།

༦ འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་དང་གྲངས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

- ༡) གཟུགས་ཅན་གྱི་ཚད་བཤད་པ།
- ༢) ལོ་དང་བསྐལ་པ་བཤད་པ།
- ༣) གངས་ཀྱི་གནས་བཤད་པ།

སྐབས་དྲུག་པ། མངལ་དུ་ལྷུས་ཆགས་རིམ་དང་ཙ་རྩུང་ཐིག་ལེའི་རྣམ་གཞག།

- ༡ རྩི་བཤད།
- ༢ རྩི་བའི་གནས་བཤད་པ།
- ༣ མངལ་དུ་ལྷུས་ཀྱི་ཆགས་རིམ་མདོ་རྩེ་ལས་གསུངས་པའི་ཚུལ།
- ༤ དུས་འཁོར་གྱི་རྩུད་ལས་གསུངས་ཚུལ།
- ༥ རང་པོའི་སྣོན་གཞུང་ལས་གསུངས་ཚུལ།
- ༦ འཕྲོས་དོན་ལྟ་བུའི་ལྷུས་ཙ་རྩུང་ཐིག་ལེའི་རྣམ་གཞག།

- ༡) སྐགས་རྒྱ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ལས་བྱུང་བའི་ཙ་རྩུང་གི་རྣམ་གཞག།
- ༢) རང་པོའི་སྣོན་གཞུང་ལས་བྱུང་བའི་ཙ་རྩུང་གི་རྣམ་གཞག།
- ༣) ཞུང་བྱུང་རང་པོའི་སྣོན་གཞུང་ནས་བྱུང་བའི་ལྷན་པོའི་རྣམ་གཞག།

- ༡) རྩི་བཤད།
- ༢) མངལ་དུ་ལྷན་པོའི་ཆགས་རིམ།
- ༣) ལྷན་པོའི་རང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ།
- ༤) ལྷན་ཙ་རྩུང་གི་རྣམ་གཞག།
- ༥) ལྷན་པོའི་ཆ་ཤས་རྩུངས་པ་སོགས་བཤད་པ།

ལྷུས་སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་ལ་དབྱེ་བ་སོགས་གསལ་པོར་གསུངས་ཡོད།

སྐབས་བདུན་པ། ལྷུས་ཅན་སྣོའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།

- ༡ ལྷུས་ཅན་སྣོའི་དོ་བོ་སྣུར་བཤད་པ།
- ༢ ལྷུས་ཅན་སྣོའི་དབྱེ་ཚུལ།
- ༣ དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར།

༤ དབང་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་གསུམ།

༥ རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་རྫོའི་བྱུང་པར།

༦ ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་རྫོའི་བཤད་པ།

༧ འབྲུལ་ཤེས་དང་མ་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པའི་བྱུང་པར།

སྐབས་བརྒྱད་པ། སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

༡ སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་བྱུང་པར།

༢ མངོན་པ་ཀུན་བདུས་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་ང་གཅིག་གི་རྣམ་གཞག།

༡) ཀུན་འགོ་ལྷ།

༢) ཡུལ་ངེས་ལྷ།

༣) དགེ་བ་བརྒྱ་གཅིག།

༤) འཕྲོས་དོན་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེ་སོགས་བཤད་པ།

༥) རྒྱུ་བཤད།

༦) བྱམས་པ་བཤད་པ།

༧) བཟོད་པ་བཤད་པ།

༨) སྙིང་རྩེ་བཤད་པ།

༩) རྩ་ཉོན་དུག།

༡༠) ཉེ་ཉོན་ཉེ་བྱ།

༡༡) གཞན་འགྱུར་བཞི།

༡༢ མངོན་པ་མངོན་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་ཞེ་དུག་གི་རྣམ་གཞག།

༡) སེམས་ཀྱི་ས་མང་བརྒྱ།

༢) དགེ་བའི་ས་མང་བརྒྱ།

༣) ཉོན་མོངས་ཆེན་པོའི་ས་མང་དུག།

༤) མི་དགེ་བའི་ས་མང་གཉིས།

- ༥) ཉེན་མོངས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ལ་བཅུ།
- ༦) མ་ངེས་པའི་སེམས་བྱུང་བཅུ།
- ༧) སེམས་གཅིག་གི་འཁོར་དུ་སེམས་བྱུང་དུ་འབྱུང་བ།
- ༨) གཞི་ཕྱན་ཚེགས་ལས་བཤད་པའི་ཉེ་ཉོན་ཉེར་བཞི།
- ༩) སྤྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ཚེན་པོ་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་།
- ༡༠) གཞི་བསྐྱེད་པ་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག།
- ༡༡) སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གསལ་གྱི་ཀྱང་པར།
- ༡༢) གཞུང་གཞན་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག།
- ༡༣) མདོ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ནས་གསུངས་པའི་སེམས་བྱུང་།
- ༡༤) གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་ཚོས་མདོན་པ་བསྐྱེད་པར་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་ང་གཉིས།
- ༡༥) རིན་ཚེན་སྤོང་བ་ལས་བཤད་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་ང་བདུན་གྱི་རྣམ་གཞག།
- ༡༦) ཚོས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པ་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་བཞི་བཅུ།
- ༡༧) སྤང་པོ་ལྡེའི་རབ་བྱེད་ལས་བཤད་པའི་སེམས་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག།

སེམས་བྱུང་གི་གངས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་རགས་ཅོམ་བརྗོམས་པ།

རྣམས་དགུ་པ། སེམས་སྤྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

- ༡) ཐོག་པ་ཐུན་མོང་པའི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་སེམས་སྤྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།
- ༢) རྣམས་སྤྱ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནས་བྱུང་བའི་སེམས་སྤྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།
- ༣) སྤྱིར་བཤད་པ།
- ༤) རྒྱང་གསུམ་གྱི་སེམས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་བཅུད་ཅུ་བཤད་པ།
- ༥) སྤྱ་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་བའི་རྒྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།
- ༦) རྒྱང་སེམས་ཐིམ་པའི་རིམ་པ་དང་འཚེ་རིམ་བཤད་པ།

རྣམས་བཅུ་པ། རྒྱུ་ལུ་ལ་འདུག་པའི་རྒྱུ་བཤད་པ།

- ༡) རྒྱང་ལུ་ལ་དང་འདུག་ལུ་ལ་སོགས་རྒྱུའི་ལུ་ལ་གྱི་རྣམ་གཞག།

- ༡ དབང་ཤེས་རྣམ་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་ཀྱི་ཚོད་པ།
- ༢ རྣམ་པ་འཆར་ཚུལ་ལ་གཟུང་འཛིན་གྲངས་མཉམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཚོད་པ།
- ༣ སེལ་འདུག་དང་སྐྱབ་འདུག་གི་རྣམ་གཞག།
- ༤ ཡུལ་ལ་འདུག་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་དང་སྐྱར་ནས་སྒྲི་རིག་བདུན་གྱི་རྣམ་གཞག།
- སྐབས་བཅུ་གཅིག་པ། སྒྲིས་ཡུལ་འཇལ་བའི་ཐབས་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།
- ༡ ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་སོགས་རིགས་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག།
- ༢ མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལོག་ཚོག་སེལ་བའི་ཐབས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་རྣམ་གཞག
- ༡) སྐྱེ་བཤད།
- ༢) ཐལ་འགྱུར་གྱི་གོ་དོན་དང་དབྱེ་བ།
- ༣) ཐལ་འགྱུར་བྱུང་བ་སྐྱོ་བརྒྱད་ངེས་པའི་ཚུལ།
- ༤ མཐའ་གཉིས་སུ་དོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ་སེལ་བའི་ཐབས་སྐྱབ་ངག་གི་རྣམ་གཞག།
- ༥ སྐྱབ་ངག་གི་ཤུགས་བསྐྱེན་བསྐྱབ་བྱའི་རྣམ་གཞག།
- ༦ སྐྱབ་ངག་གི་དངོས་བསྐྱེན་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།
- ༧) གཏན་ཚིགས་སྐྱེའི་རྣམ་གཞག།
- ༨) ཚུལ་གསུམ་གྱི་སྐྱོར།
- ༩) རྟགས་ཡང་དག་ལ་ངོ་བོའི་སྐྱོ་ནས་དབྱེ་བ།
- ༡༠) འབྲས་རྟགས་ཡང་དག།
- ༡༡) རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག།
- ༡༢) མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག།
- ༡) སྐྱེ་བཤད།
- ༢) མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པ།
- ༣) སྣང་རུང་མ་དམིགས་པ།
- ༤) རྟགས་ཡང་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོ་ནས་དབྱེ་བ།

- ༥) ཉགས་ཡང་དག་ལ་རྒྱབ་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།
- ༦) ཉགས་ཡང་དག་ལ་བརྒྱབ་བྱེད་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།
- ༧) ཉགས་ཡང་དག་ལ་མཐུན་སྟེགས་ལ་འདུག་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།
- ༨) ཉགས་ཡང་དག་ལ་ཚོལ་བའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ།
- ༩) རྟོག་སྟེགས་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་བཤད་པ།
- ༡༠) སྟེ་བཤད།
- ༡༡) འགལ་བའི་གཏན་ཚིགས།
- ༡༢) མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས།
- ༡༣) མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས།
- ༡༤) གཏན་ཚིགས་འཁོར་ལོ།
- ༡༥) རྟོག་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲོམ།
- ༡༦) དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་པ་གལ་ཆེ་ཚུལ།
- སྐབས་བརྒྱ་གཉིས་པ། རྟོག་སྤྱོད་བའི་ཐབས་སྒོམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།
- ༡) རོན་མོངས་སྟེ་བའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་བཤད་པ།
- ༢) སེམས་བྱུང་རིགས་ཁག་ཅིག་ནང་ཕན་ཚུན་འགལ་ལྡན་འགྱུར་བའི་ཚུལ།
- ༣) རྟོག་སྒོམ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་ཚུལ།
- ༤) གང་ཟག་ལ་རྒྱུད་པའི་སྒོ་ནས་རིགས་བདུན་དུ་འཛོག་པ།
- ༥) སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཞེ་གནས་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ།
- ༦) ཞེ་གནས་ཀྱི་ཚིགས་བསྟེན་པ།
- ༧) ཞེ་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ།
- ༨) ཞེ་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ།
- ༩) ཉེས་པ་ལྟའི་གཉེན་པོར་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བསྟེན་ཚུལ།
- ༡༠) འགལ་རྒྱུན་བྱིང་ཚོད་གཉིས་བཤད་པ།

༦) སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགའི་རྣམ་གཞག།

༧) བསྐྱེམས་པས་ཞི་གནས་གྲུབ་ཚུལ།

༨) སོ་སོར་རྟོག་པའི་རྣམ་མཐོང་གྲུབ་ཚུལ།

༩) དཔུང་སྐྱོམ་གལ་ཆེ་བའི་ཚུལ།

༡༠) དན་པ་ཉེར་བཞག་སྐྱོམ་ཚུལ།

༡༡) འཇིག་རྟེན་ཚོས་བརྒྱན་མཁོ་སྐྱོམས་བྱེད་ཚུལ།

༡༢) རྩོལ་འགྲུར་བ་འགོ་བའི་ཤེས་བྱེད།

༡༣) ཡུལ་འཇལ་བ་པོའི་གང་ཟག་བཤད་དེ་མཇུག་བསྐྱུ་བ་བཅས་གསལ་བ་དང་།

རྣ་གྲུབ་ཀུན་བདུས་སྐབས་དགུར་སྤེལ་བ་དང་། དེའི་ནང་དུ། ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་ཆེད་དུ་སྐྱུལ་པའི་སྒྲིལ་ཐང་།

༡) ཐོང་བསྐྱེད་པ།

༢) ཚན་རིག་དང་རྣ་གྲུབ་གྱི་བྱེད་པར།

༣) འཕགས་ཡུལ་དུ་རྣ་གྲུབ་འཕེལ་རིམ།

༤) སངས་རྒྱས་པའི་རྣ་གྲུབ།

༥) གྲུབ་མཐའི་བསྐྱེད་བཅོས་བྱུང་རིམ།

༦) མཇུག་བསྐྱེད་གཏམ།

སྐབས་དང་པོ། རྣ་གྲུབ་རིག་པའི་སྐྱེ་བཤད།

༡) འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྣ་གྲུབ་རིག་པའི་བྱུང་རིམ།

༢) གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་སྐྱེ་བཤད།

༣) སྤེལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་བྱེད་པར་མདོར་བསྐྱེས།

༤) འཕགས་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མི་འདྲ་བ་བདུས་ཏེ་སྒྲིལ་པའི་གཞུང་བྱུང་ཚུལ།

སྐབས་གཉིས་པ། སྤེལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

སྤེལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་སྐྱེ་བཤད།

དང་པོ། གངས་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

- ༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།
- ༢ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།
- ༣ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།
- ༤ བེས་བྱ་ཉེར་ལྡེའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟན་པ།
- ༥ བེས་བྱ་ཉེར་ལྡེའི་སྤོངས་ལོ་ལོ་བཤད་པ།
- ༦ བེས་བྱ་ཉེར་ལྡེའི་འབྲུང་འཇིག་གི་རིམ་པ།
- ༧ བེས་བྱེད་རྫོགས་གསུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག།
- ༨ ཚད་མའི་རྣམ་གཞག།
- ༩ ཡུལ་རྫོགས་པའི་ཐབས་བཤད་པ།

གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

- ༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།
- ༢ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་རྒྱ་དོན།
- ༣ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།
- ༤ རྣམ་བཤད་པ།
- ༥ ལོན་ཉན་བཤད་པ།
- ༦ ལས་བཤད་པ།
- ༧ རྫོགས་བཤད་པ།
- ༨ བྱེ་བྲག་བཤད་པ།
- ༩ འདུ་བ་བཤད་པ།
- ༡༠ ཡུལ་ཅན་རྫོགས་རྣམ་གཞག།
- ༡༡ བེས་བྱ་ཚིག་གི་དོན་རྣམས་རྒྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་མདོ་ཙམ་བཤད་པ།

གསུམ་པ། རིགས་པ་ཅན་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

- ༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།



༡ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།

༡ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༡ ཚིག་དོན་བརྒྱ་དྲུག་བཞུགས་ཏེ་བཤད་པ།

༡ ཡུལ་ཅན་ཚད་མ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།

༡ གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

བཞི་པ། དཔྱོད་པ་བའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༡ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་སྐྱོད་ན།

༡ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༡ གཞིའི་རྣམ་གཞག །

༡ ཚད་མའི་རྣམ་གཞག།

༡ དཔྱོད་པ་བའི་ནང་ཚན་ཅ་ར་ཀ་པའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་པ།

ལྔ་པ། རིག་གྱེད་མཐའ་པའམ་གསང་བ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༡ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

༡ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༡ གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

༡ ཡུལ་ཅན་གཤམ་པ་དང་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག།

༡ ལྷན་བྱུང་གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ཤན་ལྷགས་ཚུལ།

དྲུག་པ། རྒྱལ་བ་པའམ་གཅེར་བུ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༡ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་སྐྱོད་ན།

༡ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༡ ཤེས་བྱ་ཚིག་གི་དོན་བདུན།

ཁ རྣམ་དུག་གམ་ལྡེ་རྣམ་གཞག།

ག རྣམ་དང་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་རྣམ་གཞག།

ང ཡུལ་ཅན་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག །

བདུན་པ། རྒྱང་འཕེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༢ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།

༣ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༤ རྩིང་བཤད་པ།

ཁ ཡུལ་ཅན་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག།

ག རང་གི་ལྟ་གྲུབ་འཐད་ལྡན་དུ་རྒྱབ་ཚུལ།

རྣབས་གསུམ་པ། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའི་རྩི་བཤད།

དང་པོ། རྩེ་བྲག་རྩི་བའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༢ ལྷགས་འདིས་གཙོ་བོར་གཞུང་གང་ལ་བརྟེན་པ།

༣ གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།

༤ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༥ རྩིང་བཤད་པ།

ཁ འདོད་ཚུལ་གཙོ་ཆེ་བ་དག་རྩེ་བྲག་དུ་བཤད་པ།

༡) ཤེས་བྱ་གཞི་ལྡེ་རྣམ་གཞག།

༢) རྒྱང་བ་གཟུགས་ཀྱི་གཞི།

ཁ) གཙོ་བོ་སེམས་དང་འཁོར་སེམས་བྱུང་གི་གཞི།

ག) རྣམ་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་གཞི།

ང) འདུས་མ་བྲས་ཀྱི་གཞི།

ཉ) རྩུ་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག།

ག) རྩུ་དུག་གི་རྣམ་གཞག།

ཁ) རྩེན་བཞི་བཤད་པ།

ག) འབྲས་བུ་ལྗེ་བཤད་པ།

ཉ) འཇལ་བྱེད་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག།

གཞིས་པ། མདོ་སྡེ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༢ ལྷགས་འདིས་གཙོ་བོར་གཞུང་གང་ལ་བརྟེན་པ།

༣ གྲུབ་མཐའི་འདོད་དང་དབྱེ་བ།

༤ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།

༥ འདོད་ཚུལ་སྦྱིར་བཤད་པ།

༦ འདོད་ཚུལ་གཙོ་ཆེ་བ་དག་གི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།

༧) རང་མཚན་དང་སྦྱི་མཚན་གྱི་རྣམ་གཞག།

༨) འདུས་བྲས་སྐད་ཅིག་མར་སྦྱབ་པ།

༩) རྩུ་འབྲས་ལ་དུས་ལྡན་བས་ཁྱབ་པར་སྦྱབ་པ།

༡༠) ལྷགས་འདིས་སྦྱི་རོལ་གྱི་དོན་འཇོག་ཚུལ།

༡༡) འཇལ་བྱེད་སྡེའི་རྣམ་གཞག།

ག) རྩུ་བྱུང་ཤེས་པ་རྣམ་བཙུག་སྦྱི་འདོད་པའི་ཚུལ།

གསུམ་པ། སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།

༢ ལྷགས་འདིས་གཙོ་བོར་གཞུང་གང་ལ་བརྟེན་པ།

- ༩ གྲུབ་མཐའི་རོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།
- ༡༠ གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ།
- ༡༡ འདོད་ཚུལ་སྦྱིར་བཤད་པ།
- ༡༢ འདོད་ཚུལ་གཙོ་ཆེ་བ་དག་གི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།
- ༡༣) ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག།

- ༡༤) ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་གཞག།
- ༡༥) སྦྱིར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གངས་འདོད་ཚུལ།
- ༡༦) ཉེན་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ཀྱན་གཞི།
- ༡༧) ཀྱན་གཞི་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་བརྒྱད།
- ༡༨) བརྟེན་པ་ས་བོན་གྱི་ཀྱན་གཞི།

- ༡༩) ཉོན་ཡིད་བཤད་པ།
- ༢༠) སེམས་ཙམ་དུ་གྲུབ་པའི་ཚུལ།
- ༢༡) རྣམ་བདེན་རྟུན་གཉིས་ཀྱི་ཚོད་ཚུལ།
- ༢༢) ཚད་མའི་རྣམ་གཞག།

བཞི་པ། དབྱུ་མ་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

- ༡ གྲུབ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།
- ༢ སློབ་དཔོན་རྒྱ་སྦྱབ་ཀྱིས་ཟབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལྟ་བ་གཏན་ལ་འཕེབས་ཚུལ།
- ༣ སློབ་དཔོན་རྒྱ་སྦྱབ་ཀྱི་གཞུང་གི་འགྲེལ་བྱེད་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ།
- ༤ གྲུབ་མཐའི་རོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་སོགས།

༡༡ དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།

- ༡) སྦྱིར་བཤད་པ།
- ༢) གྲུབ་མཐའི་རོ་བོ་དང་དབྱེ་བ།
- ༣) འདོད་ཚུལ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ།

- ལ) མདོ་ལྗེ་སྤྱོད་པའི་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ།
- ཤ) རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ།
- ཁ) དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་གྲུབ་མཐའ་བཤད་པ།
- ག) སྤྱིར་བཤད་པ།
- ང) གྲུབ་མཐའི་ངོ་བོ་དང་སྐྱབ་བཤད།
- ཉ) གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ་སྤྱིར་བཤད་པ།
- ཏ) ཐལ་འགྱུར་བའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་དཀའ་གནད་གཙོ་བོ་རྣམས་བཤད་པ།
- ཐ) གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མཇུག་བསྟུ་བ།
- ཏ) གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་བཞིས་རང་རང་གི་ལྷགས་ཀྱི་དྲག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་སྤོང་ཚུལ།
- ཉ) གྲུབ་མཐའ་རྣམས་སྐྱབ་ཀྱི་རིམ་པ་ཉུ་བུར་འགྱུར་ཚུལ།
- ཏ) སྐབས་བཞི་པ། གཞིའི་གནས་ཚུལ་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ།
- ཏ) སྤྱི་བཤད།
- ཉ) རང་སྣེ་དོན་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱིས་བདེན་གཉིས་འདོག་ཚུལ།
- ག) རྩེ་བྲག་སྐྱབ་པའི་ལྷགས།
- ཁ) མདོ་ལྗེ་པའི་ལྷགས།
- ཉ) རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པ་བས་མཚན་ཉིད་གསུམ་བདེན་པ་གཉིས་སྤྱི་རྒྱུད་ཚུལ།
- ཏ) ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་བས་བདེན་གཉིས་འདོག་ཚུལ།
- ག) བདེན་པ་གཉིས་སེ་སེའི་ངོ་བོ་དང་གྲངས་ངེས།
- ཁ) བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་དབྱུད་པ།
- ག) རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་ཁྱུད་པར།
- ང) ཀུན་རྗེ་བལ་ཡང་ལོག་གཉིས་སྤྱི་འབྱེད་ཚུལ།
- ཅ) བདེན་པ་གཉིས་སྐྱོས་རྟོགས་པའི་རིམ་པ།
- སྐབས་ལྔ་པ། བདག་དང་བདག་མེད་པ་བརྟག་པ།

- ༡ རྩི་བཤད།
- ༢ རྩི་རོལ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྟག་པའི་བདག་འདོད་ཚུལ།
- ༣ གངས་ཅན་པས་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་འདོད་ཚུལ།
- ༤ རྩེ་བྲག་པ་དང་རིགས་པ་ཅན་པས་བདག་འདོད་ཚུལ།
- ༥ དཔྱོད་པ་བས་བདག་འདོད་ཚུལ།
- ༦ རིག་བྱེད་མཐའ་པའམ་གསང་བ་པས་བདག་འདོད་ཚུལ།
- ༧ གཅེར་བུ་པས་བདག་འདོད་ཚུལ།
- ༨ སངས་རྒྱས་པས་བདག་མེད་པར་སྐྱབ་པ།
- ༩ རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་འཕོག་ཚུལ།
- ༡༠ གནས་མའི་བྱས་འདོད་པའི་བརྗོད་མེད་ཀྱི་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་དགག་པ།
- ༡༡ གང་ཟག་གི་བདག་འཕོག་པའི་རིགས་པ་བསྐྱེས་ཏེ་བཀོད་པ།
- ༡༢ བདག་བཀག་པ་ལ་རྩོད་པ་སྤོང་བ།
- ༡༣ བདག་མེད་ཀྱང་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འཐད་ཚུལ།
- ༡༤ ཐ་སྙད་དུ་གང་ཟག་གི་ངོ་བོ་འཛོག་ཚུལ།
- ༡༥ ཞར་བུང་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་བཤད་པ།
- སྐབས་དུག་པ། རྣམ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པ།
- ༡ རྩི་ར་བཤད་པ།
- ༢ ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་བཤད་པ།
- ༣ ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སོ་སོའི་རང་བཞིན།
- ༤ ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གཅིག་དང་ཐ་དད་བཏག་པ།
- ༥ ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བརྗོད་པ།
- ༦ གཞན་དབང་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་ངོ་བོས་སྤོང་པའི་ཚུལ།
- ༧ དགག་བྱའི་སྐྱོ་འདོགས་ངོས་གཟུང་བ།

- ག གཞན་དབང་ཀུན་བདག་གིས་སྤོང་པར་རྒྱབ་པའི་རིགས་པ།
- ༩ གཟུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྤོང་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།
- ཀ གཟུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་འགོག་པའི་རིགས་པ།
- ཁ ལྷ་འདོན་གྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པར་བཞེད་པ།
- ༥ རྣམ་རིག་ཙམ་ཏུ་ལྷ་འདོན་ལྟོས།
- ཀ རྣམ་རིག་ཙམ་ཏུ་ལྷ་འདོན་ལྟོས།
- ཁ རྣམ་རིག་ཙམ་གྱི་སྤོང་ནས་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འཕད་པ།
- ག རྣམ་རིག་ཙམ་གྱི་དེ་ལོན་ཉིད་མཐོང་བས་གོལ་བཟོབ་ལྟོས།
- རྣམས་བདུན་པ། དབྱ་མ་པའི་སྤོང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ།
- ༡ སྤོང་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་ཚེས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ།
- ཀ ལྷི་བཤད།
- ཁ མཐའ་བཞིའི་སྤྱི་བ་བཀག་པས་ཚེས་རྣམས་དོན་དམ་པར་སྤྱི་བ་མེད་པར་རྒྱབ་པ།
- ག ལྷ་འབྲས་ངོ་བོ་གསུམ་དང་། ལྷ་ལྷེད་ལས་གསུམ་སོགས་ཀྱི་སྤོང་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་འབྲས་པ་འགོག་པ།
- ༡ དབྱ་མ་པའི་བདེན་དངོས་འགོག་པའི་རིགས་པ་གྲགས་ཆེ་བ་གཞན་བཤད་པ།
- ཀ སྤོང་དཔོན་ལེགས་ལྡན་གྱི་རྣམ་མཚན་མཚུངས་པ་མགོ་སློམས་ཀྱི་རིགས་པ།
- ཁ སྤོང་དཔོན་ཞི་བ་འཛོལ་གཅིག་ཏུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ།
- ག སྤོང་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་འབྲས་པའི་རྣམ་བདུན་གྱི་རིགས་པ།
- ང རིགས་པའི་རྣམ་པོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཚིགས།
- ༡ སྤོང་ཉིད་རྒྱབ་པའི་རིགས་པའི་དགག་བྱ་གང་ཡིན་བཅག་པ།
- ༩ དབྱ་མ་པ་ལ་རང་ལྷ་གས་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལྟོས།
- ༥ སྤོང་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་གི་འབྲེལ་བྱེད་དབྱ་མ་པ་ལ་ཐལ་རང་གཉིས་སུ་གནས་ལྟོས།
- ༦ སྤོང་དང་རྟེན་འབྲེལ་དོན་གཅིག་པར་གྲུབ་པ།
- ཀ ལྷི་བཤད།

ཁ ཉེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱབ་བཤད་དང་གོ་དོན།

ག ལྷ་འབྲས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ།

ང བཙེན་ནས་བཏགས་པའི་ཉེན་འབྲེལ།

ཅ ལྷོང་དང་ཉེན་འབྲུང་ཕན་ཚུན་གྲོགས་སུ་འགོ་ཚུལ།

སྐབས་བརྒྱད་པ། རང་པའི་ཚད་མ་རིག་པའི་རྣམ་གཞག།

༡ འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཚད་མ་རིག་པའི་སྐྱབ་བཤད།

༢ ཚད་མའི་གངས་དང་ངོ་བོ་ལ་དབྱུང་པ།

༣ མངོན་སུམ་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག།

༤ སྐྱབ་བཤད་པ།

ཁ མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་དང་མ་འཁྲུལ་བར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ།

ག མངོན་སུམ་གྱི་དབྱེ་བ།

ང ཞར་བྱུང་མངོན་སུམ་སྐར་སྐར་བཤད་པ།

ཅ རྗེས་དཔག་ཚད་མ་བཤད་པ།

ཆ ཚད་མའི་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག།

༧ ཞར་བྱུང་རྗེས་དཔག་གི་ཉེན་གཏན་ཚིགས་ཡང་དག་བཤད་པ།

༨ སྐྱབ་བཤད།

ཁ ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པ།

ག རྟགས་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་གི་བྱུང་བ་ངེས་པ་འབྲེལ་བ་ལ་རག་ལས་པའི་ཚུལ།

ང རྟགས་ཡང་དག་ལ་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པའི་ཚུལ།

ཅ ཞར་བྱུང་ཐལ་འགྱུར་བའི་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐོར།

ཆ སྐྱབ་བཤད།

ཇ ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ།

༨ ཡིད་མངོན་ཚད་མ་འཛོག་ཚུལ།



ང། ཐལ་རང་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་ལ་ཡུལ་ལ་ཚད་མར་སོང་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར།

སྐབས་དགུ་པ། ལྷ་དོན་དང་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག།

༡ ལྷི་བཤད།

༡ ལྷ་སྐྱབ་འདུག་དུ་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་དགོད་པ།

༢ ལྷོང་དཔོན་སྲོགས་གྲང་གིས་གཞན་སེལ་སྐྱེད་དོན་དུ་སྐྱབ་པ།

༣ གཞན་གྱིས་སྐྱབ་པའི་སྐྱེད་དོན་རྣམས་དགག་པ།

༤ རང་ལུགས་ཚོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་རྣམས་གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་དུ་སྐྱབ་པ།

༥ དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གཤམ་པས་སྐྱེད་ཀྱི་གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་དུ་རྒྱས་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ།

༦ སེལ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་གཞན་གྱིས་གཞོད་བྱེད་བཀོད་པ་གལ་ཆེ་བ་རྣམས་མདོ་ཙམ་བཟོད་པ།

༧ དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱས་པ་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚུལ།

༨ སེལ་བ་དངོས་མེད་ཡིན་ན་དེའི་གཞི་གང་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་དགག་པ།

༩ ཚོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་རྣམ་གྲངས་པར་ཐལ་བ།

༡༠ རྟགས་དང་གྲངས། བྱ་ཚོགས། །སྐྱལ་ཚོགས། །ཉེར་བསྐྱར་སོགས་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ།

༡༡ གཞན་སེལ་ཞེས་བཟོད་པའི་སྐྱབ་རང་ལྡོག་ལ་སེལ་འདུག་གིས་མ་བྱུང་པ།

༡༢ བེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱལ་བསལ་བྱའི་གཞན་མེད་པས་སྐྱལ་རྣམ་གཞོད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་གྱིས་མ་བྱུང་པ།

༡༣ རྟོགས་པ་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་ཐལ་བ།

༡༤ ལྷིས་ཀྱི་སེལ་བ་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་སེལ་འདོག་ཚུལ་མདོ་ཙམ་བཟོད་པ།

༡༥ ལྷིའི་མཇུག་བསྐྱབ་བཅས་ཡིན་འདུག།

འདི་ནི་ས་བཅད་ཙམ་སྟེ། འདི་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་ནང་པའི་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་པོད་བདུན་བཞུགས་པ་ལས་  
བེས་པར་བྱའོ། །

ང། འདིའི་ཐད་མཇོད་རིམ་ཇི་གནང་སྟོར།

ཡགོང་ས་ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་བྱ་གར་གྱི་གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོའི་ཐད། རྒྱབ་སྐྱོང་ས་དང་དགོས་པ་  
དམིགས་ཡུལ། མ་ཐ་སྐྱོབ་དེབ་ཚོམ་སྒྲིག་གནང་སྲོགས་བཅས་ཀྱི་སྟོར་ལ་བྱ་གར་གྱི་བེས་ཡིན་ལྟེ་གནས་ཁག་དང་། ཚོས་ཀྱི་ལྷ་  
གནས་ཁག། །མི་མང་འདུ་འདོམས་ཆེ་ས་རྣམས་སྲུ་བཀའ་སྐྱོབ་ལྷ་སྐྱེ་མང་པོ་གནང་བ་དང་། ལྷ་སྐྱེར་ལྷེ་ལེ་ལ་ཚོགས་འདུ་ཚར་





ཚང་མ་དགོངས་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལྷགས་ཚོས་བརྒྱན་པའི་ཚུན་བརྟེན་བཞུགས་དང་ལེགས་  
ཚ་ལེན་རེས། ཤེས་རྟོགས་བྱས་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་བའི་དགོངས་གཞི་གཉིས་པ་དེ་ཡང་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་དང་། ཚོས་ལྷགས་འཚམ་  
མ་ཐུན་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ལྷག་པོ་དེ་བོད་ཀྱི་རྣམ་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་རྒྱན་འཛིན་དང་ཉར་ཚགས་ཡང་དག་པ་  
ཞིག་བྱས་ཏེ། བརྒྱན་ནས་བྱམས་བརྟེན་དང་ཡ་རབས་ཀྱིས་ལྷག་པའི་བོད་མི་རིགས་ཤིག་འཇུགས་སྐྱུན་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཤེས་  
ཡོན་གྱི་སྤངས་ཆ་བརྒྱན་ནས་འཇོམ་བྱ་སྤང་འདིར་ལེགས་སྦྱོར་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་དང་། ཞི་བདེའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་བསྐྱུན་  
ཐུབ་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་བའི་དགོངས་གཞི་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་བསྐྱབ་རྒྱུར་གང་འཚམ་གྱིས་ཕན་ཐོགས་འབྱུང་ངེས་ཡིན།



# ཡ་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་གསོ།

## མ་སྲི་རི་པོད་པོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲུབ་མདུན་ལམ་སློབ་སློབ་པ་བསྐྱར་འཛིན་ཚོས་འཕེལ།

༡། །དེ་རིང་གུས་པས་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱ་དེ་ཡ་རྒྱལ་བའི་ནོ་ཁྱེད་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་འམ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་ནམ་བསྐྱར་གསོ་མཛད་རྒྱུ་སྐོར་ཡིན། ཡ་རྒྱལ་བའི་ནོ་ཁྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏོང་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐབས། བདག་ལྟ་བུ་གང་ཟག་ཕལ་པ་ཞིག་གིས་བཅོད་ཐབས་བྲལ་ནའང་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག། སྤྱིར་ཡ་རྒྱལ་བའི་ནོ་ཁྱེད་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་དག་རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་དམིགས་བསལ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞུས་པ་ཡིན་ན། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པོ་དེ་ཚོ་ཆ་ཚང་ཁ་སྐོང་ཐུབ། རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅོམ་པོ་ག་རེ་རེད་ཞུས་པ་ཡིན་ན། འགོ་བཅིའི་རྣམ་དཔྱད་དང་རིག་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་དང་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་ཤེས་རབ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བ་དེ་ཚོའི་སྐང་ལ་རེད། གལ་ཏེ་ཤེས་རབ་དང་རྣམ་དཔྱད་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡ་རྒྱལ་བའི་ནོ་ཁྱེད་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གསུམ་པ་ཚང་མ་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་བཤད་མི་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བཅོད་གཞི་དེ་དག་སྤོང་ཆེན་གསུམ་དུ་སྦྱོར་ནས་དང་པོ། གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་གཉིས་པ་དེ་ལྟའི་གནས་སྐབས་དང་། གསུམ་པ། འོངས་པའི་ཕན་ཡོན་བཅས་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བཅོད་གཞི་དང་པོ། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྐོར་ཞུས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནི་ཉ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལོ་ངོ་སྐོང་ཡུག་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་གར་ནི་གར་ཨེ་ཤི་ཡའི་ནང་རིག་གཞུང་ལྷན་པོས་ཀྱི་ལུང་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཞུས་ན་མ་འགྲིག་པ་མེད། རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དེ་ཉིད་ལྷ་སྟེང་། (आस्तिक) དང་རྒྱ་སྟེང་། (नास्तिक) ཞེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བཞིན་ཡོད། ལྷ་སྟེང་ནི་ཉིན་དུའི་ཚོས་ལྷགས་གཅོམ་པོར་གྱུར་པའི་ (वेद) དེ་ཉིད་ཤེས་བྱའི་འབྱུང་ཁུངས་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་གནང་བཞིན་ཡོད། ལྷ་སྟེང་ནི་ (वेद) དེ་ཉིད་ཤེས་བྱའི་འབྱུང་ཁུངས་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་མ་གནང་མཁན་ཆགས་ཡོད། ལྷ་སྟེང་ལ་དབྱེ་ན་ལྷ་ཁས་ལེན་མཁན་དང་མི་ལེན་མཁན་གཉིས་ཡོད། ལྷ་ཁས་མི་ལེན་མཁན་ནང་དུའང་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཅམ་ཡོད། ལྷ་བ་གཉིས་ཅན་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དང་། རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ། མྱོང་བ་ལག་ལེན་གྱི་གཞུང་བཅས་ཡིན། ལྷ་ཁས་ལེན་གྱི་ལྷ་གྲུབ་ནང་སློམ་ཉམས་ལེན་དང་དད་པའི་ལྷ་བ་ཡོད།

རྒྱ་སྟེང་ཟེར་བའི་ནང་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དང་གཅེར་བུ་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མདོར་བསྐྱས་ན་ལོ་ངོ་ལྷ་སྐོང་ལྷག་གི་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དེ་དག་རེད།

ང་ཚོས་ཤེས་དགོས་རྒྱ་གཅོམ་པོ་དེ་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནང་གཅོམ་པོས་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལྷ་གྲུབ་དང་བྱམས་བརྩེའི་ལྷ་གྲུབ་དེ་གཉིས་ཉ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་ (KARUNA) ཟེར་བ་དང་། (AHIMSA) ཟེར་བ་གཉིས་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ལྷ་གྲུབ་དེ་གཉིས་ནི་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་བཞིན་པ་དང་། ལྷག་པར་ལྷ་གྲུབ་དེ་གཉིས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་རྒྱ་གར་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཚོས་ལྷགས་དང་ལྷ་གྲུབ་ཚང་མའི་ནང་ཁྱབ་ཐུབ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཆགས་ཡོད། རིག་

ཉེད་དང་ནང་པ། གཅེར་བུ་པའི་ལྷ་གྲུབ་ནང་དུ་འང་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷ་གྲུབ་ཚང་མའི་ནང་ཁྲུབ་བཞིན་ཡོད།

འཆོ་མེད་ཞི་བ་དང་བྱམས་བཅའི་ལྷ་གྲུབ་གཉིས་ཏེ་ཅང་གིས་གལ་ཆེན་པོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དཔེར་  
ན་རྒྱ་གར་གྱི་མེས་པོ་དམ་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གྲུན་རྟེན་མཚོག་གི་ལངས་ཕྱོགས་དེ་ཡང་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལྷ་གྲུབ་གནང་ཡོད་པ་  
དེ་ལ་ང་ཚོས་གཞིགས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་དེ་ཞིན་ཇི་འོག་པོ་དེ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་རང་དབང་མ་རག་པ་དེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
གྲུན་རྟེན་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་རང་དབང་སྐར་གསོ་བྱུང་བ་དེས་ག་རེ་སྟོན་གྱི་  
ཡོད་པ་རེད་ཅེ་ན། ལྷ་གྲུབ་དེ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

ལྷ་གྲུབ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཞི་རྒྱ་གར་གནའ་རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྐྱར་ཞིབ་ཞེས་པ་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་གལ་ཆེན་  
པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེ་ན། རིག་གཞུང་དང་ཤེས་པ། རྣམ་དཔྱད། སེམས་ཁམས། ལྷ་བ། ཚོར་བ་བཅས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བའི་  
ལྷ་གྲུབ་སྐོར་ལྷ་གྲུབ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཉན་ཉན་གསུང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་གོང་དུ་ལུས་པའི་ལྷ་གྲུབ་དེ་དག་གི་  
ནང་ནས་གང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ལུས་པ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་གནའ་པོའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷ་གྲུབ་དེ་ཆགས་ཀྱི་  
ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷ་གྲུབ་སྐོར་བསམ་སྟོབ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་གོང་ནས་སྟོན་  
པ་སངས་རྒྱས་ལྷ་གྲུབ་པ་འཇམ་སྐྱེང་འདྲིར་བྱོན་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་ཉི་ཉེ་མ་གར་བ་བཞིན་བྱུང་  
ཡོད།

ཕྱིར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལ་ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་དང་མདོ་སྐབས་སོགས་གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱི་རྒྱུ་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
ལྷ་གྲུབ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་རྣམ་ལུགས་ལྷ་གྲུབ་སྐོར་དགོངས་པ་གཙོ་བོ་བཞེས་ཀྱི་ཡོད་རེད་དེ་རྒྱ་གར་གྱི་འདུག་རྒྱ་མཚན་གང་  
ཡིན་ཞེ་ན་རྣམ་ལུགས་ལྷ་གྲུབ་དེ་ལྷ་གྲུབ་ཏེ་ཅང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་རྒྱལ་སྐྱོང་ཆེན་ལྷག་པར་ནང་གི་རིག་པ་དང་ཤེས་པ་ཡར་རྒྱས་  
གཏོང་བ་ལ་ལྷ་གྲུབ་དེ་ཏེ་ཅང་གི་འབྲེལ་བ་བྱགས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། རྣམ་ལུགས་གཙུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་དེ་དུས་རབས་  
གཉིས་པ་ནས་དུས་རབས་བརྒྱ་པའི་དཀྱིལ་བར་ཡར་རྒྱས་ཏེ་ཅང་ཕྱིན་ཡོད། རྣམ་ལུགས་གཙུག་ལག་སྟོབ་གཉེར་ཁང་ནས་མཁམས་  
པ་ནམ་མཁའི་རྣམ་ཚོགས་ནང་བཞིན་བྱོན་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་མཁམས་དབང་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲུབ་པ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་  
པའི་ལྷ་གྲུབ་བརྒྱ་བདུན་དང་རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས་ལ་སོགས་པ་བྱུང་ཡོད།

དེའི་ནང་ནས་རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས་ནི་ཏེ་ཅང་རྒྱལ་སྐྱོང་ཆེན་པོ་རེད། དཔེར་ན་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱུབ་ལ་མཚོན་ན་སྟོན་པ་སྐྱུང་ན་ལས་  
འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཁོང་སྐྱུ་འཁྲུངས་པ་རེད། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱུབ་ཀྱིས་མདོ་སྐབས་ཀྱི་ཚོས་མང་པོ་གསན་  
ནས་སྤྱོད་གསུམ་དང་ལྷག་པར་འདུལ་བའི་ཐོག་མཇུག་པ་རྒྱ་ཆེན་བསྐྱུངས་ཡོད། ཁོང་ལ་ཁོང་དཀྱིལ་གསོལ་འབྲེད་ཀྱང་ཟེར་  
གྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྟོན་པ་གཉིས་པ་ལྷ་བྱུའི་གཞུགས་ཀྱི་ཡོད། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱུབ་ལྷ་བྱུར་ཆ་མཚོན་ན་ལྷ་ཡུལ་ལ་བྱོན་ནས་ཤེར་  
ཕྱིན་གྱི་འབྲུམ་སོགས་གདན་དྲངས་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་སྟོན་ཡོད།

མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱུབ་ནི་ཏེ་ཅང་མཁམས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ཡིན་ནའང་འཛིན་ཚོག་  
པ་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱུབ་ཀྱིས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་  
པའི་ཚོས་དེ་ཚོ་གང་སྐོར་དགོས་པ་དང་གང་དོར་དགོས་པ་དེ་བྱེད་བྱེད་གནང་བ་རེད། དེ་བྱེད་བྱེད་ལྷ་སྐྱུབ་ལྷ་སྐྱུབ་དམ་ཞེ་ན་སྟོན་  
དཔྱད་པ་བྱེད་ཐུབ་པའི་དཔེ་ཆ་དེ་དག་ཚུར་སྐྱེངས་པ་དང་དཔྱད་པ་མེད་པ་དེ་དག་ལྷ་སྐྱུབ་ནས་སྟོན་པ་གཉིས་པ་ལྷ་བྱུའི་



ཐོགས་མེད་ནགས་སུ་ལོ། །བུ་གཉིས་བར་དུ་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབས། །ཉིང་འཛིན་མ་གྲུབ་མྱང་ཆེན་གྱི། །རྒྱབ་ཁལ་ལོངས་  
པའི་གྲུབ་མཐའ་བརྟམས། །ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ལ་བཞུགས་པ་ཙམ་གྱིས་གང་མཐོང་ཕྱབ་གྱི་འདུག་ཅེ་ན། །རྣམས་དེར་ཁོང་གིས་  
ནང་པའི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ཞིག་མཐོང་ཕྱབ། །ཡིན་ནའང་སློབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་སློབ་དཔོན་  
དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབས་པ་མཐུན་ནས་ཁོང་གི་སློབ་མ་གཉིས་ལ་མདོ་སྡེ་ས་བུ་བ་  
དང་སྡོ་གོས་ལུན་སེལ་གྱི་མདོ་གཉིས་ཞོགས་པ་དང་དགོང་མོ་ལ་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་བཞུགས་སའི་འགྲམ་ལ་འདོན་བུ་བ་  
སྐབས། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་རྣམ་དུྱོད་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་གང་འདོན་པའི་ཆོག་དེ་ཆོ་གོ་བ་ཙམ་གྱིས་ནང་  
པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་སྐྱེས་ནས་རང་གི་ལྷགས་གཏུབ་གྲུབས་བྱེད་དུས་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བཀའ་པ་རེད། དེ་ནས་ཁོང་  
གིས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་ལྷག་པའི་ལྷར་བསྐྱེན་གྱི་ཡིན་ཞེས་ཞུས་ཀྱང་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེན་ཕྱབ་མེད། འོན་  
ཀྱང་ང་ཆོས་ཤེས་དགོས་པ་གང་ཡོད་ཅེ་ན།དེའི་རྣམས་ཁོང་གིས་མདོ་དེ་ཆོ་གས་པའི་རྗེས་སུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཐོག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་དངོས་གནས་དད་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་འཁྲུངས་པ་འདི། ང་ལ་སྤུ་བོ་ལྷ་དང་འདྲ། །ང་ནི་ཆར་སྡོད་བྱ་  
དང་འདྲ། །ལྷ་ལི་རྒྱལ་པོས་ཆར་ཕབ་ཀྱང་། །བྱ་ལི་གེ་བར་སངས་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་དེས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སློབ་པ་རྒྱ་འདོད་ལྷར་གསན་འདོད་ཡོད་པ་ཞིག་བསྐྱེན་ཡོད། ཁོང་གིས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་  
བསྐྱབ་པ་སློབ་གཉེར་བྱས་ཏེ་བསྐྱབ་པ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཏེ་ཁོང་ལས་ལྷག་པའི་མཁས་པ་སློབ་མ་བཞི་བྱུང་ཡོད། སློབ་དཔོན་ཆོས་  
གྲགས་དང་། སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྐྱང་། ལྷ་ཀྱའོད། ཡིན་ཏན་འོད་བཅས་མདོན་པ་རང་ལས་མཁས་པ། འདུལ་བ་རང་ལས་  
མཁས་པ། ཚད་མ་རང་ལས་མཁས་པ་བཅས་སོ་སོ་ལས་མཁས་པའི་སློབ་མ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་བྱོན་ཡོད། མཐར་གང་  
ལུ་རྒྱ་ལི་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོང་རྣམ་པས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་མདོ་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་འདི་ཆོ་རིག་  
གཞུང་ལ་ཕྱིས་ནས་ང་ཆོས་བསམ་སྡོམ་གྲོང་རྒྱ་ཏེ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ནི་གནའ་བོའི་འབྲུང་ཁྲུངས་ཡིན། དེ་  
བཞིན་དེང་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག། དེང་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ཆ་མཚོན་ན། དེང་གི་ནང་  
ཡམས་ལས་ལྷག་པའི་ན་ཆ་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཞིག་འཛམ་གླིང་ནང་གང་ཁྱབ་བཞིན་ཡོད། ཅེ་ན། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་  
སྡོམ་པའི་དེད། ང་ལ་རྒྱབ་བཀའ་དགོས། ང་ལ་ཡག་པོ་དགོས། ང་ལ་མིང་དགོས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་བསམ་སྡོམ་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཞིག་  
སྐྱེབས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་འཛམ་གླིང་ཚང་མ་འཁྲུག་གི་ཡོད། དེ་དག་ལ་སྐྱེན་དམིགས་བསལ་གང་ཡང་མེད། སྐྱེན་ཕན་ཤོས་དེ་  
ལ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེར་ང་ཆོས་བསམ་སྡོམ་བཏང་ནས་དབྱུང་པ་བྱས་ཏེ་  
ལག་བསྐྱར་མ་ཐུབ་ཆོ་མ་འོངས་པར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་རེད། གལ་ཏེ་ང་རང་ཆོས་དབྱུང་པ་བྱས་ནས་ལག་བསྐྱར་ཐུབ་ན་  
མ་འོངས་པར་དངོས་གནས་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཏན་ཏན་ཡོང་གི་རེད། དེང་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ཆ་མཚོན་ན། དཔལ་འབྱོར་  
ཀྱི་གནས་སྐབས་ཐོག་འཛམ་གླིང་ནང་ལ་དཔལ་འབྱོར་སྐྱུག་པ་ལ་སྐྱུག་ཚོད་མེད་པ་དང་། སྐྱོ་བ་ལ་སྐྱོ་ཚོད་མེད་པ་དེ་ཇི་ལྟར་  
ཡོང་གི་ཡོད། མའི་རྣམ་དུྱོད་དང་ཤེས་པ། བསམ་སྡོམ་མེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་སྡོམ་མེད་པའི་སྐྱོ་  
ནས་ཡོང་གི་ཡོད།

གཉིས་པ་ཁོར་ཡུག་ཐོག་ནས་འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཡུག་འགྲུར་བ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་འགྲོ་གི་ཡོད། ང་ཆོས་ཡག་པོ་མ་  
བྱས་ཆོ་ལོ་མང་རྗེས་འཛམ་གླིང་འདི་ཕལ་ཆེར་འཛིག་འགྲོ་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ཁོར་ཡུག་གཏོར་སྐྱོན་ཚད་མེད་བྱས་པའི་རྒྱུ་  
གྱིས་འབྲུང་བའི་གནོད་པ་མང་པོ་ཞིག་འཛམ་གླིང་ནང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མིག་མཐོང་ལག་བྱེན་རེད། དེ་དག་ཚང་མ་རང་གཅེས་



པར་འཛིན་པའི་སྐོར་ཆེ་དུག་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་ཡིང་གི་ཡོད། གལ་ཆེ་པོས་འཛམ་གླིང་འདི་ལོ་ནང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ན་ཚ་མང་པོ་  
ཞིག་ཡིང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལོའི་ནང་ཨ་རིའི་ནང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་སྟེན་ཐོའི་ནང་གཞིན་སྐྱེས་བརྒྱ་  
ཆ་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་དང་ཚག་ལྗེ་ཙམ་ལ་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ན་ཚ་འདུག་ཅེས་འཁོད་ཡོད། ན་ཚ་འདྲ་མིན་ཡོད། ཁམས་མི་  
བདེ་བ་དང་སེམས་སྐྱེག་དང་དཔེ་སྐྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་ལའང་ཤོར། རང་གི་རྒྱུ་མཁུ་རྒྱུ་ རང་ཉིད་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་ཡིད་ཆེས་  
བརྒྱགས་པ་སོགས་ཡིང་བཞིན་པ་དེ་དག་གཙོ་བོ་གནའ་བོ་རིག་གཞུང་ལ་དཔུང་པ་མ་བྱས་པར་དེང་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་རང་ལ་  
བསམ་སློབ་གཏོང་རྒྱ་ལྷགས་ཆེ་དུག་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་རེད་བསམ་པ་དུན་གྱི་འདུག དེར་བརྟེན་དེང་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཏ་ཅང་  
ངོ་དུག་པོ་ཡིན་སྟབས། རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་དག་ལག་བསྟར་བྱུང་ན་ཚ་ཆེ་ལོ་  
ཆེར་འཛོམས་བྱུང་བ་དང་སེམས་བྱུང་གི་རེད། དེར་བརྟེན་ལྷན་ལའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེ་དག་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་  
རེད་བརྗོད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཅིའི་སྤྱིར་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།  
གསུམ་པ་མ་འོངས་པའི་ཕན་ཡོན་སྐོར་ལྷན་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པོ་གང་ཡིན་ནའང་ཚང་  
མ་གལ་ཆེན་པོ་ ཆགས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། དེ་དག་ཚང་མ་དེ་ལག་ལེན་དུ་འབྱེད་དགོས་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ཉེ་ཆར་  
སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྷན་བསམ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་རྒྱ་གར་བ་ལ་གསུང་ཆོས་དང་དུ་རྒྱའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་དུས་  
མཁོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ད་ལྟའི་ནད་ཡམས་འདི་ཕྱན་བྱུང་བའི་དུ་སྤྱིན་ན་ངོས་རང་ལྷེ་ཡིར་ཡིང་སྐྱེ་མཁུ་དབང་དང་སེམས་  
ཁམས་རིག་པ་བ་སོགས་དང་མཉམ་དུ་གོས་བསྟར་བྱས་ནས་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དེ་དེང་དུས་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ནང་སྐྱེག་བྱུང་  
རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས་འདུག་པ་མ་ཟད། དུས་ལ་སྐྱེབས་འདུག་ཅེས་བཀའ་གནང་གི་འདུག རྒྱ་གར་གྱི་ཤེས་ཡིན་  
ལམ་ལྷགས་བསྟར་བ་བཏང་ནས་ད་ཆ་ཤེས་ཡིན་སྲིད་བྱས་གསར་པ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པ་དེའི་ནང་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་ལྷག་གནའ་  
བོའི་རིག་གཞུང་རང་ལ་ལྷགས་རྒྱུ་རྒྱ་དེ་རེད་འདུག

ང་རང་གི་བསམ་སློབ་གཏོང་སྤྱོད་ལ་སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྷན་བསམ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བཀའ་སློབ་ཡང་ཡང་གནང་བ་ལ་  
བརྟེན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ཆབ་སྲིད་པ་ཆོས་བསམ་སློབ་བཏང་ནས་དངོས་གནས་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་བསམ་ཡོད་རེད་དུན་གྱི་  
འདུག

འདི་ལྷན་ལའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དགོངས་པ་རེད་ཅེས་ལབ་སྲིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ལྷགས་མ་བྱུང་གིས་ལྷན་ལའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་པོ་  
ཆེས་སྐྱེ་ལས་བསྐྱེན་པ་རང་རེད་སྟེ་ལྷན་པ་དུན་གྱི་འདུག སྤྱི་ནོར་ལ་གོང་ས་ལྷན་བསམ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ནན་ཏན་གྱིས་  
གང་གསུངས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་བྱ་དེ་ཆོ་ནང་སེམས་པ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དང་དེང་དུས་  
ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་གིས་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་རེད་འདུག ཇི་ཙམ་སྤྱི་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་པ་ཡིན་ན་དེ་ཙམ་གྱི་ནང་  
སེམས་བདེ་བོ་མེད་པ་དང་སེམས་འཇུག་འགོ་རྒྱུ་དེ་ཏན་ཏན་ཡིང་གི་ཡོད། ཤོང་དུ་དེའི་སྐོར་ངས་སྤྱི་ཆོན་གསུམ་དུ་སྤྱི་ནས་  
ལྷན་ཡོད། ང་ཆོས་དེ་དག་ལ་བསམ་སློབ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ལྷན་ལའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དགོངས་པ་དེ་ཏ་ཅང་སྐྱེབས་ཆེན་  
ཞིག་དང་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་དུས་སྤྱི་གལ་སྲིད་ང་ཆོས་ལག་ལེན་འབྱེད་མ་བྱུང་ན་མ་འོངས་པར་འཛམ་གླིང་  
ཡོངས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཤད་མི་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདུག ལྷག་པར་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་རང་ཆོ་  
ལ་འགན་འཁུན་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་ན་ལེ་ལྷའི་རིག་གཞུང་རྩ་ཆེན་པོ་དེ་དེང་སང་  
འཛམ་གླིང་ནང་ལ་བཙུག་དུ་སོང་ན་ཡལ་ཆེར་བརྒྱགས་ཟིན་པ་རེད། མ་དཔེ་དེ་བརྒྱགས་ཟིན་ནའང་མ་དཔེ་དེ་དང་གཅིག་

མཚུངས་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ནང་ལ་བསྐྱར་བ་ཡང་དག་པ་དང་ཁྲུངས་བཅན་པོ་དེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བསྐྱར་བའི་ནང་པ་  
སངས་རྒྱལ་པའི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་དེ་མ་གཏོགས་མེད་སྟབས། ང་རང་ཚོ་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགན་འཁུར་མ་  
ཞིག་ཡོད་ཅེད་བསམ་པ་དྲན་གྱི་འདུག ང་ཚོའི་དཔེ་ཆ་རྩ་ཆེན་པོ་དེ་ཚོ་དཔེ་རས་ནང་ལ་བདུམས་ནས་མཚོད་གཤམ་ནང་ལ་  
བཞག་ནས་ལོ་རེར་ཐེངས་རེ་གྲུ་པས་ལྷོག་ཙམ་བྱས་ནས་བཞག་ན་འགྲིག་གི་འདུག་གམ་ཅེ་ན་འགྲིག་གི་མི་འདུག དེ་དག་ལྷོག་  
དགོས་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་དོན་དག་མ་ཤེས་ན་མི་གཞན་ལ་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱུ་རོགས་ཟེར་དགོས།དེ་དག་གི་དོན་ཤེས་པའི་  
ཐོག་ནས་གང་བྱེད་དགོས་ཞེ་ན། སོ་སོ་ལས་ཀ་གང་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་ལས་རོགས་ལ་རིག་གཞུང་དེ་དག་འགྲེལ་བཞེད་  
གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་སོ་སོའི་བྱ་ལུག་ལ་ངེས་པར་དུ་ངོ་སྟོན་གནང་དགོས་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་གཞན་ལ་ངོ་  
སྟོན་དགོས་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག

དེ་རིང་བཞེད་གཞི་འདི་ཏུ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་རེད་འདུག དེར་བརྟེན་རྣམ་པ་ཚོ་ཚང་མས་གསན་པ་དེ་ལ་སློང་ཐག་པ་ནས་  
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་དང་།གསན་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ལག་ལེན་དུ་འབྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱེད་རོགས། ལག་ལེན་  
དུ་འབྱེད་ནས་འགྱུར་བ་ཞིག་ཐེབས་ཐུབ་པ་བྱེད་རོགས།དེ་ཡང་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཞིག་ཐེབས་ཐུབ་པ་བྱེད་རོགས།  
མཐར་ཚང་མ་ལ་སློང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། བྱ་ཤིས་བདེ་ལེགས།།



པ་ནི་ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ནས་སྒྲིགས་མ་ལྟ་བུ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་ད་ལྟའི་ད་ལྟའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་དག་བསྐྱེད་མཁོག་གིས་འབྲེལ་བཅུད་གནང་སྐབས་ལྷན་མིང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དང་། གསལ་གཏོང་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲེལ་བཅུད་གནང་སྐབས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟར་དེང་གི་འཇམ་སྤིང་འདིའི་ཐོག་གི་ལྷན་ཀའམ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་སོགས་པ་ནི་འབྲེལ་བཞི་འབྲུགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་མིན་པར། འགོ་བཅི་ཕལ་མོ་ཆེ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་དང་དྲང་བདེན་གྱིས་ཐོངས་པའི་སློབ་སྦྱོར་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་དག་སེལ་བའི་འོས་འགན་རང་ཅག་མིའི་འགོ་བརྒྱུ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་རྣམས་ཀྱིས་སེལ་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་སྐབས། དེ་དག་སེལ་ཐབས་སྤྱོད་དུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་པོ་ཀུན་ལ་སློབ་པའི་ལྷན་མེད་པའི་ལམ་སློབ་དང་། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་རྣམ་བཞིའི་ཐོག་ནས་མཇུག་བཟང་བསྐྱེད་དང་སྤྱོད་བཞིན་པ་ཡིན།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་སྤེལ་གཏོང་བྱ།

ཡ་ཤོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་ཉིད། འགོ་བཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་གོང་མཐོར་སྤེལ་ཐབས་གནང་བྱ་དེ་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དང་པོ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་མི་སྤྱོད་དང་། བྱིས་ཚང་། སྤྱི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་འབྲུང་གཞིའི་ལྗོངས་ལྟ་བུ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་ཡོད། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་འཇམ་སྤིང་གི་ལྷན་ཀའམ་དཀའ་ངལ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ན། ཐོག་མར་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱ་དང་། དེ་ལའང་ཚོས་ཁས་ལེན་མིན་གྱི་རིགས་གཉིས་དང་། ཚོས་ཁས་ལེན་མཁུ་ལའང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་དང་མི་འདོད་ཀྱི་ལྟ་བུ་གཉིས་སོགས་གཅིག་གྱུར་མིན་པས། ང་རང་ཚོས་མིའི་འགོ་བཅི་སྤེལ་བའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་ཞིག་དགོས་ན་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་བྱམས་བརྩེ་དང་། འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཀུན་ལ་བྱུང་བའི་ཞིག་ཡོང་བུ་པར་བཀའ་སྤྱུལ་ལམ་སློབ་མཇུག་ཡོད། འདི་ལྟར་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་པོ་འགོ་བཅིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་མཇུག་བཟང་སྤྱོད་སྐབས་བྱམས་དང་སྤྱིང་ཇེ། བཟོད་སྤྱོད་དང་བསམ་ཤེས། འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས། འདྲ་མཉམ་དང་དྲང་བདེན། རང་བྱིས་རང་སྤྱང་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ལ་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ཞེས་བྱ་ཞིང་། ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྦྱོར་དེ་ལྟ་བུའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་མཐོར་སྤེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དང་། ཀུན་ལ་བྱུང་བའི་ཞིག་ཡོང་བའལ། གཞི་རྩའི་རྩ་འཛིན་གཉིས་ལས། རྩ་འཛིན་དང་པོ།

ང་ཚོ་འགོ་བཅི་རིགས་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་གྱི་མངོན་འདོད་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པར་བཀའ་སྤྱུལ་ཡོད། རྩ་འཛིན་གཉིས་པ་ནི། ང་ཚོའི་ལུས་པོའི་བྱུང་སྐབས་དངོས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། འགོ་བཅིའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་བྱུང་སྐབས་གཅི་བོ་ཞིག་ནི། ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤེས་རྟོགས་བྱ་བྱུ་དེ་ཡིན་པར་བཀའ་སྤྱུལ་ཡོད། རྩ་འཛིན་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས། ང་ཚོ་རང་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་བདེ་ཐབས་གཉིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སོ་སོར་འབྲེད་མི་བྱུང་བའི་འབྲེལ་ལམ་ངོས་འཛིན་དང་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བའི་ཅིང་། གཞན་གྱི་བདེ་དོན་ལ་ང་ཚོས་བཅོས་མིན་གྱི་སེམས་ཁུར་ཞིག་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱུང་། ཅེས་སོགས་ཀྱིས་པར་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་བྱིས་དང་། འཇིག་རྟེན་སྤྱི་ཡོངས་ལ་འབྲི་བའི་ལས་འགན་གཉིས་པོ་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་གཤེས་རིན་ཐང་ཡར་བྱས་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བཀའ་སྤྱུལ་བས་དེ་ནི་སྤྱི་འགོ་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་པའི་སློབ་སློབ་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་སྤྱོད་དང་། འགོ་བཅིའི་ཡོད་ཀྱི་གསོ་སྤྱོད་དུ་གྱུར་ཡོད་པས་ན། ཚོས་དང་

མ་འབྲེལ་བའི་བཟང་སྲིད་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཐབས་ལམ་གསལ་པ་ཞིག་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། བྱང་དུ་འཕམས་ཤིང་ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་གདམས་ངག་ཅིག་དང་། ལྷ་མེད་ཀྱི་གསལ་གཏོང་གཅིག་ཀྱང་ཡིན།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ཚོས་ལུགས་མཐུན་སྦྲིལ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ།

ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཉིད། ཚོས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཐུན་འབྲེལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ལྷག་བསམ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པ་དེ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་ཕེབས་ཤིང་། དེ་ཡང་གདུལ་བྱ་སོ་སོ་ལ་སྒྲོམ་ན་ཚོས་ལུགས་ལ་བཟང་ངན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྲེད་དཀའ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཚོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་སྦྱེ་འགོར་ཕན་བདེ་བསྐྱུན་རྒྱུ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དང་། འགོ་བ་རྣམས་དབང་པོ་རྗེ་ཉུལ་དང་། ཁམས་མོས་དང་བསམ་པའི་དབང་ལས་ཚོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་བྱུང་བས། ཚོས་ལུགས་རྣམས་ཀྱིས་སྤར་ཡང་འགོ་བ་དུང་སྤུར་མང་པོར་ཕན་བདེ་བསྐྱབས་ཅིང་། ད་ལྟོ་ཡང་ཕན་ཐོགས་བཞིན་པར་མ་ཟད། མ་འོངས་པར་ཡང་ཕན་པར་འགྱུར་བས་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་གྲུས་བརྩེ་དང་། ཕན་ཚུན་སྦྲིབ་སྦྱོང་། ཕན་ཚུན་ལེགས་ཆ་ལེན་རེས་བཅས་བྱས་ནས་ཚོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་མཐུན་ལམ་དག་སྤྲོད་ནས་བྱུང་བའི་དོད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས་གཤམ་ཆེ་བར་གཟེགས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ལམ་སྦྱོན་མཇུག་པ་ལྟར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་སྐྱེ་ངལ་བཟུང་སྤྱད་པ་ཞེས་ཀྱིས་མཇུག་འཕྲིན་འཕྲིན་བསྐྱེད་པ་དང་སྦྱོང་ལུས་ཡིན། འདི་ནི་ད་བར་སྦྱི་ནང་གི་སྦྱོན་པ་གང་ཞིག་དང་། ནང་པའི་ལྷ་སྐྱེལ་སྤྱུལ་གྱི་དངོས་སྤྱད་གསལ་བར་མ་གསུངས་པའི་གདམས་ངག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན། ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་བྱམས་བརྩེ་དང་། བཟོད་པ། ཚོག་ཤེས་སོགས་ཀྱི་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་སྦྱོན་མཁན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པར་མ་ཟད། ལྷག་པར་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་སྦྱེ་འགོའི་བདེ་ཐབས་ཀྱི་དགོས་དམིགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་རྣམས་ལྟ་བུའི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡིད་ཀྱང་། དེ་ནི་སྦྱེ་འགོའི་ཁམས་མོས་དང་བསྐྱུན་ནས་དགོས་མཁོ་ཡིད་པ་དང་། ཕན་ཐོགས་ཀྱང་ཡིད་པའི་བཀའ་སྦྱོབ་ཡང་ཡང་ཕེབས་ཡིད། དེ་ལྟར་ཚོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་གྱི་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ལ་དོན་མེད་དགག་སྐྱབ་དང་། འཐུན་འབྲེམ། དམའ་འབེབས་སོགས་ཡོངས་སྤྱད་སྤངས་ནས། ཚོས་ལུགས་སོ་སོའི་དགོས་དམིགས་དང་། བྱང་ཚོས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་ཚོས་ལུགས་ཚང་མ་ཐབས་ཚུལ་འདྲ་མིན་གྱི་སྦྱོར་སྦྱི་ཚོགས་དང་། སྦྱེ་འགོ་རྣམས་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞིལ་བ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པས། མཐུན་ལམ་མཉམ་གནས་དགོས་པ་དང་། མཉམ་གནས་བྱུང་བ། མཐུན་ལམ་མཉམ་གནས་ཀྱི་དགེ་མཚན་སོགས་རྒྱ་ཆེ་ལ་གཏོང་བཟུང་བའི་ལམ་སྦྱོན་གསེར་གྱི་ཐིག་པ་ལྟ་བུ་ལན་གཅིག་མིན་པར་ཡང་ཡང་མཇུག་ཡིད།

ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་བོད་དོན་འཐབ་རྩོད་དང་། བོད་ཀྱི་ཚོས་རིག་འཛིན་སྦྱོང་སྦྱེལ་གསུམ། ཁོར་ལུག་སྤུང་སྦྱོབ་ཀྱི་ཐུགས་འགན།

ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ཉིད། བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཏུ་ལའི་ལྷ་མའི་སྦྱེ་སྤེང་དུ་གཏོགས་པ་མ་ཟད། བྱང་པར་དུ་བོད་སྦྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་བོད་མི་ཚོས་ལགོང་ས་མཆོག་རང་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་སྦྱོར་གཏད་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་རྩ་དོན་ལ་དོ་ཁུར་བྱ་རྒྱུ་དོས་ཀྱི་ལྷག་བསམ་སེམས་སྦྱེད་གསུམ་པ་ཡིན་པར་རྒྱུན་དུ་ཡིད་བཅངས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཅས་བཀའ་སྐྱེལ་པ་ལྟར།

༡༥ བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་ཐབས་དང་། བོད་ཀྱི་སྦྱེ་འགོའི་བདེ་ཐབས། ལྷག་པར་བཙན་འོག་ཏུ་གནས་པའི་བོད་

འབངས་རྣམས་ཀྱི་རང་དབང་གི་མགོན་ཚབ་པ་ཞིག་གནང་རྒྱུ་དང་།

༡༥ ཡང་སློབ་པོ་དེ་གི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་གསུམ་གནང་རྒྱུ་ལོ་ཐོག་ཕྱག་ལུགས་འགན་བཞེས་རྒྱུ། ༡༦ ཁོར་ལྷག་སྤྱང་སྐྱོབ་གནང་རྒྱུ་བཅས་གསུམ་ཅི་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་ལུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་གསུམ་པ་དེ་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།

པོད་ཀྱི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་གསུམ།

དེ་ཡང་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ལྷན་མེད་པའི་ཕྱག་ལུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་མཛད་པ་ལྟར། པོད་ཀྱི་ཚེས་རིག་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་གསུམ་གནང་རྒྱུ་ལོ་ཐོག་འཕྲིན་ལ་མཚོན་ནའང་། པོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འཆོ་བ་མེད་ཅིང་། བུ་མས་བཅུ་ལྔ་པའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་སྤྱང་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། པོད་མིའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ཉམས་མེད་རྒྱན་འཛིན་གནང་རྒྱུ། དེ་བཞིན་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་སྲོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐད་ཡིག་ཉམས་མེད་རྒྱན་འཛིན་གནང་རྒྱུ། འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་ཚོར་དུ་གྱུར་པའི་དཔལ་རྒྱུ་ལེ་རྒྱུའི་རིང་ལུགས་དྲི་མ་མེད་པ་ཐོག་པ་ཆེ་ཆུང་སྐྱགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ལག་ཡོངས་སུ་ཚང་བ་འདི་ཉིད་ཉམས་པ་སྐྱར་གསོ་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ། འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་གསུམ་གྱི་ཐོག་ནས་མི་རབས་རྗེས་མར་བརྒྱུད་སྤྱོད་གནང་རྒྱུ་ལོ་ཐོག་རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་སྤྱོད་བཞིན་པ་ཡིན།

ཚེས་ལུགས་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་པའི་ཐད་ཀྱི་དགོངས་གཞི་དང་གསར་གཏོང།

དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས། སློན་པའི་དམ་ཚེས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། ལྷང་རྟོགས་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། དེ་འཛིན་བྱེད་པ་སྐྱེ་བྱེད་པ། རྒྱལ་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱལ་པའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་བའད་རྒྱལ་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན་པས། བའད་རྒྱལ་ཡ་གྲུ་སོང་བའི་འཇུག་ཤོར་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ།

༡༥ ཐོག་མར་སྤྱི་བཅར་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་མར་བདེ་ལེགས་བའད་གླིང་དང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་གྲྭ་སྤོང་སྤོང་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གི་སྐྱགས་པ་གྲྭ་ཚང་ཁག་ལ་གཞུང་ཆེན་མཚན་ཉིད་སློབ་གཉེར་གསར་འཛུགས་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་པ་དང་།

༡༦ གནད་ས་གསུམ་གྱི་གཙོ་སྲིད་ལེན་པའད་གྲྭ་ཁག་ཏུ་རྒྱལ་གྲྭ་གསར་གཏོང་མཛད་པ། ༡༧ བའད་རྒྱལ་གཉིས་ལྷན་གྱི་ཚེས་རྗེ་ཁག་ཏུ་སློབ་གྲྭ་གསར་འཛུགས་བཅས་མདོར་ན་སློབ་གྲྭ་དང་། བའད་གྲྭ། རྒྱལ་གྲྭ་བཅས་གྲྭ་གསུམ་ཚང་ཐབས་ལ་གསར་གཏོང་རིམ་པར་བསྐྱེད་ཏེ་གནང་དེང་གཉིས་ལྷན་གྱི་ཤེས་ཡིན་མི་སྣ་གསོ་སྤྱོད་དང་། རྒྱལ་བསྐྱེད་བའད་རྒྱལ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ལ་གསུམ་ཡོང་ཐབས་ལ་རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་དགོངས་གཞི་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་མཛད་ཁུར་བསྐྱེད་བཞེས་མཛད་དེ་སྤྱི་ལོ་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་མཛད་བཟང་དང་། སྤྱི་ལོ་གསར་གཏོང་གི་ཆེད་དུ་གྱུང་བའི་མཛད་བཟང་བསམ་བཞིན་ལས་འདས་པ་གསུག་ཆགས་ཡོད།

༡༨ དེ་བཞིན་ཕྱི་ལོ་༡༩༩༠ནང་དུ་བཙུན་དགོན་དགེ་ལུགས་ཚེས་གླིང་དུ་ཐོག་མར་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་བའད་ལྷང་སློན་སྤུལ་གྱིས་རྟོན་འབྲེལ་ལེགས་བསྐྱེད་ཀྱིས་དང་བཅས་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་གཞུང་ཆེན་ཁག་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་པའི་ལམ་སྲོལ་དང་བཅས་གཞུང་ཆེན་མཚན་ཉིད་སློབ་གཉེར་གྱི་སྲོལ་བཟང་གཏོང་ཅིང་། དེ་རྗེས་རིམ་མེད་ཀྱི་བཙུན་དགོན་གཞན་ཁག་ཏུ་འདྲ་བའི་གཞུང་ཆེན་མཚན་ཉིད་སློབ་གཉེར་སྲོལ་བཟང་གསར་འཛུགས་བསྐྱེད་སྤྱོད།



པའི་ལྷ་གྲུབ། རང་ཚོས་ཉམས་ལེན་གྱི་མེ་ཚན་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཚུལ། དེ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་དགོས་པ་དང་བཅས་པ་སོགས་ཞིབ་  
པར་གསུངས་ཤིང་། གསུང་ཚོས་ཀྱི་ཚོགས་དབུས་དེ་གར་སྤེལ་པ་བཀའ་ལེབས་གསལ། རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་མའམ་པོ་བྱིད་ནས་  
དེ་དག་གི་ཐོག་དོ་རྩེད་བྱས་ཏེ་སྤྱི་གཞི་འདུགས་ཤིག་བཟོས་ཏེ། ཚོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་གི་མཁས་པ་དྲག་  
འདེམས་བྱེད་རྒྱ་དང་། སྤྱོད་དེབ་ཀྱང་བཟོ་དགོས་དེ་དག་གི་ལས་དོན་ཇི་ཇི་དྲག་གི་ཐོག་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིད། ཅེས་སོགས་བཀའ་ལེབས་  
པ་ལྟར་ཉིན་གལ་ནས་འཕུལ་དུ་རང་པའི་ཚོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་འགན་འཛིན་ལྷན་ཚོགས་གསར་འདུགས་  
ལྷུས། ཚོགས་གཙོ་སྤེལ་རྣམས་ཀྱི་མཁས་པོ་ཁྲིམ་ཐོག་སྤྱུལ་སྤྱ། ཚོགས་མི་སྤྱོད་བཅས་ཡང་སྣང་རིན་པོ་ཆེ། དགེ་བཤེས་ལྷན་བཞུགས་  
དཔལ་བཟང་། དགེ་བཤེས་དོན་རྗེ་དག་འདུལ། རྣམ་གྱི་ལྷན་བཞུགས་ཡར་འཕེལ་བཅས་ལ་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཏེ། ཐོག་མའི་རགས་  
ཟིན་ས་བཅད་གསར་སྤྱི་གཞི་སོགས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་གི་ལས་དོན་གང་མགོ་གསལ་མགོ་བཙུགས་ཏེ། རགས་ཟིན་ས་བཅད་བསྤྱི་གཞི་ཟིན་  
འཕུལ་མཁས་དབང་བདུན་ཅུ་ལྷག་དྲག་འདེམས་ཀྱིས་དབྱེད་ཚོམ་བསྤྱེལ་ནས་དང་། བཤོ་སྤོང་བསྤོང་ཚོགས་ཐང་ཁ་གསལ། གཙོ་  
པོར་ཡུལ་མ་མཚོག་གིས་བཀའ་སྤོང་ལམ་སྤོན་ཡང་ཡང་བསྐྱེལ་བ་སོགས་ཀྱིས་ལོ་དེ་གར་རང་པའི་ཚོན་རིག་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་  
རགས་ཟིན་སྤོམ་གཞི་ཞིག་གྲུབ་ལྷན་པ་བྱུང་།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ཟ࿳་ལྷན་པའི་ནང་ལག་སྤྱོད་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་གདན་གསུམ་གྱི་ཚང་མེ་ནས་མཁས་དབང་དགེ་བཤེས་རེ་གདན་ལྷུས་  
ཀྱིས་སྤྱོད་བཅས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཚང་ནས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་རྣམ་པའི་བཞུགས་ཤིག་དང་། ཞལ་ལག་ནར་མར་འཕུལ་རྒྱུར་ཞལ་བཞེས་  
གནང་ཞིང་། ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་རྣམ་པའི་གསོལ་ཕོག་སོགས་མཐུན་ཚུལ་གཞན་ཇི་དགོས་གནས་སྐབས་རིང་སྤེལ་སྤོང་དོས་ནས་  
གཏོང་རྒྱ་གཏན་འཕེབས་བྱས། ལག་སྤྱོད་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་ཐོག་མར་གྱི་ཚང་དུག་ནས་མཁས་དབང་དགེ་བཤེས་རེ་ལོ་དེ་ཀྱང་  
རྗེས་སུ་དགེ་བཤེས་གཉིས་དགོངས་ལྷུས་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་དབྱེ་ས་དུང་ཆེན་སྤྱུལ་སྤྱ། དགེ་བཤེས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱུས། དགེ་  
བཤེས་ངག་དབང་སངས་རྒྱུས། དགེ་བཤེས་མཁས་མཚོག་བཅས་རྣམ་པ་བཞི་པོས་ལག་སྤྱོད་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་གནང་ནས་ཚོན་  
རིག་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་གི་ལས་གཞི་མ་གྲུབ་པར་སྤྱུག་ལས་གནང་། ཁོ་པོ་ཅག་གིས་ལོ་མང་འབད་བཙོན་  
ལྷུས་པ་ལས་ནང་པའི་ཚོན་རིག་ཀྱི་བདུས་རྒྱས་པ་དེབ་སྤོང་སྤོང་གཉིས་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་ཟིན་ནས་ ༡༠༡༤ ཟ࿳་ ༥ ཚེས། ༦ ལྷུང་  
འབྲངས་སྤྱོད་ཉིན་ཡུལ་མ་མཚོག་གིས་ལ་དྲགས་སུ་དབྱེད་བསྐྱུངས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལོ་གསལ་སུ་འབྲུད་འབད་བཙོན་  
བྱས་འབྲས་སུ་རང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་དེབ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེལ་གསུམ་ཆ་ཚང་ལེགས་གྲུབ་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༥ ཟ࿳་  
༡ ཚེས། ༡༡ ཉིན་ཡུལ་མ་མཚོག་གིས་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་དགོངས་པ་གཞན་དོན་དུ་གཤེགས་ནས་ལོ་  
དྲུག་བརྒྱ་འཁོར་པའི་དུས་དྲན་ཉིན་གདན་ས་དགའ་ལྷན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་དབྱེད་བཀའ་བྲིན་བསྐྱུངས་པ་བཅས།  
ཁོ་པོ་ཅག་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་དང་། ལག་སྤྱོད་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་པ་བཞི་སོགས་ཀྱིས་ལོ་མང་འབད་བཙོན་བྱས་  
པའི་འབྲས་བུར་རང་པའི་ཚོན་རིག་ཀྱི་བདུས་དང་། རང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་གཉིས་ཀྱི་དེབ་རྒྱས་པ་སྤོང་ཆ་སྤོང་ཆ་གཉིས་  
གཉིས་དང་། འབྲིང་པོ་དེབ་རེ་རེ། ཚོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་བསྐྱེལ་པ་དེབ་གཅིག་བཅས་ཁྲོན་པོ་དེབ་དུན་ཚོམ་སྤྱི་གཞི་གྲུབ་  
པ་བྱུང་བ་འདི་ནི་གཙོ་པོར་ཡུལ་མ་མཚོག་གི་ལམ་སྤོན་བཀའ་སྤོང་རྒྱུད་མར་བསྐྱེལ་བའི་བཀའ་བྲིན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་  
ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་སྤོམ་ག་ལ་དགོས། དེབ་བདུན་པོ་ཚང་མ་བསྐྱེལ་བ་ཚོས་སྤྱི་གཞི་མངའ་བདག་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་ལོག་  
ཚང་གིས་ཨོན་ཇི་དང་། རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་གི་ལོ་གཉིས་སྤོང་ལོག་མི་འདུ་མའི་ནང་དུ་བསྐྱུར་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་ཡོངས་ཁྱབ་  
དུ་འབྱོམས་སྤེལ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་ཡིན་ཞིང་། རང་པའི་ཚོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་མེ་ཚན་རྒྱར་དུ་སྤྱོད་ནས་སྤོང་དེབ་



བསྐྱེགས་པའི་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ནི། ཡུལ་ས་མཚོག་གིས་སྤྱི་ལོ། ༡༠༡༧ཡན་ཆད་དུ་བསྐྱེལ་བའི་ལམ་སློབ་བཀའ་སློབ་  
ཀྱི་གསུང་འཁོར་༤༡ཙམ་ཞིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཁོ་པོ་ཅག་གིས་ཡི་གེར་ཐབས་ནས་ནང་པའི་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་  
ལམ་སློབ་བཀའ་སློབ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱེགས་བསྐྱེགས་ཞེས་པའི་དབ་ཅིག་བཏོན་ཡོད་པ་སོགས་ལ་གཟེགས་ཤོག་གནང་ན་སྤྱོད་ཀྱི་ཙམ་ཤོགས་  
ལུས་པ་ཡིན།

ནང་པའི་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་སློབ་དེབ་དེ་དག་དང་ལྷ་འཁོར་ཆར་པོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཡོངས་ཁྱབ་དུ་  
འགྲེམས་སྤེལ་བུ་བུབ་ཐབས་མེད་ཀྱང་རྒྱ་ཡིག་ཐོག་གི་དེབ་དང་། འདུལ་དེབ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་པོད་ནང་གི་མཁས་པ་ཤེས་  
ཡོན་ཅན་རྣམས་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག་ལ། ལུབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་གཙོ་པོར་གྱུར་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དང་།  
རྒྱ་ནག་གི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དགེ་མན་དང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་བསོགས་རྒྱ་མི་རིགས་ཤེས་ཡོན་ཅན་མང་པོས་ལྷ་  
ཤོག་གྲེད་བཞིན་ཡོད་པ་དག་གིས་པོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ནི་རིགས་པའི་སྐྱེལ་གྲེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ལ་གཙོ་པོར་བརྟེན་པ་ལས་དང་  
པ་རྒྱུད་པ་གྲེད་པའི་ཚོས་ལུགས་ཤིག་མིན་པར། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ཚོས་ལུགས་ཤིག་རེད་འདུག་ཅེས་བཤད་མཁས་  
དང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གྲེད་མཁས་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ཡུལ་ས་མཚོག་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་ཡང་གསུངས་  
པ་བཞིན་ཡིན་པས། ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་དེབ་གསར་བསྐྱེགས་འདི་ཡུལ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་རྒྱས་  
ཡུན་གནས་ཡོང་བ་དང་། པོད་མིའི་གཟེ་བརྟེན་དང་མཚན་སྟན་ཡངས་པའི་འཇམ་གྱི་ལྗོངས་ལ་ཁྱབ་པ། དེའི་ལུས་མཐུ་ལ་  
བརྟེན་ནས་པོད་མིའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་། རྒྱུད་དང་ཡི་གེ་སོགས་མི་རྣམས་ལ་རྒྱུན་གནས་སྤུང་བ་སོགས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་  
འགྲུབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བཞིན་ཡོད་ལ། སློབ་དེབ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འཇམ་གྱིང་འདིའི་མིའི་འགྲོ་བ་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་  
སྤུ་ལ་རབ་བཟང་སྤྱོད་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ། འཇམ་གྱིང་བདེ་སྤྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་དང་། མཐར་འགྲོ་བ་ཀྱི་བྱུང་བའི་ཐར་པ་  
ཆེན་པོར་གྱུར་དུ་རིགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ནང་པའི་ཚན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་བདུས་ཀྱི་དེབ་གསར་དུ་བསྐྱེགས་པ་སོགས་  
ཀྱི་མངོན་འཕྲིན་དེ་ལྷ་གྲུབ་སྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བཞིན་པ་འདི་དག་རེ་རེ་ནས་སྤར་མེད་གསར་གཏོད་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུ་བསྐྱེད་ཀྱི་  
མངོན་འཕྲིན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རེ་རེ་ཆགས་ཡོད།

ཡང་མགོན་པོ་མཚོག་གིས་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་ཞེས་པ་སྤར་སྤོལ་བཞིན་སྤེལ་སྤྱོད་ཆེན་དམ་པའི་མཚན་ཉིད་ལྷ་གྲུབ་  
མ་བཞག་པར་པོད་མི་ཚང་མ་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཇོགས་པ་གསལ་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་བརྩོན་ལུ་དགོས་པ་དང་།  
སྐུ་པོ་པོ་མོ་ཆུན་གཞིན་དེའི་ཤེད་ཀྱིས་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་གྲེད་དགོས་པ། ལྷག་པར་པོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་  
སོན་ཅུར་གྱུར་པའི་པོད་སྤྱུག་རྣམས་ནས་སྤྱི་ཡི་འདུགས་སྤྱོད་ཁོ་རྣམས་མགོ་འཁོར་ནས་མ་བཟུང་པར་འཇམ་གྱིང་གི་སྤྱོད་ལོར་  
དང་། པོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཅེས་ལོར། རིག་གཞུང་གི་ཉིད་བརྟེན་དུ་གྱུར་པའི་པོད་ཀྱི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་སོགས་སྤོལ་རྒྱུན་  
གྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྤྱོད་དང་། དེར་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྤྱོད་བཅས་འདབ་གཤོག་གཉེས་ལྡན་ལྟར་གནའ་དེང་གི་ཤེས་ཡོན་  
གཉེས་ལྡན་ཡོང་ཐབས་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་གྲུས་ཏེ། དེ་ལྷ་གྲུབ་ཤེས་ཡོན་གྱིས་སྤྱུག་པའི་པོད་སྤྱུག་གསལ་ཐོན་དགོས་  
པ། པོད་མིའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱམས་བརྟེན་དང་། ཡ་རབས་ཀྱི་སྤོལ་བཟང་མ་ཉམས་པ་ཞིག་དང་། མ་འོངས་པའི་པོད་  
སྤྱུག་རྣམས་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་ལྡན་ཞིང་། པོད་མིའི་རྒྱ་མ་མ་ཡལ་པའི་པོད་སྤྱུག་གསལ་འབྱུང་ཐབས། ལྷག་པར་པོད་ཀྱི་  
མི་རབས་གསར་པའི་འགན་པོ་གཙོ་པོ་ནི། ཤེས་ཡོན་དང་བཟང་སྤྱོད་ལྡན་པའི་མི་རིགས་དང་། ཤེས་ཡོན་དང་བཟང་སྤྱོད་  
ལྡན་པའི་སྤྱོད་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱེད་དགོས་པའི་དགོངས་བཞེད་སོགས་ཡུལ་ས་མཚོག་རང་ཉིད་སྐྱེལ་བའི་ལོ་

བརྒྱ་མཐོག་འགའ་གསུམ་རིང་དེང་རབས་དང་མཐུན་པའི་དགོངས་བཞེད་དང་། དུས་བསྟུན་ལམ་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་ལྷོ་ནུབ་དེ་ལྟ་  
བྱུང་ཡང་ཡང་ཕེབས་ཡོད།

ཡང་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་དགོངས་གཞི་གཞན་ཞིག་ལ་དགོན་སྡེ་རྣམས་མ་འོངས་པར་  
རྣམ་པའི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་ནི། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་བོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་དང་། འཛམ་གླིང་གང་སར་ཡོད་པའི་བོད་  
བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཚོས་སྡེ་ཁག་ཀྱང་སྤར་གྱི་ལམ་དང་ལུགས་སྲོལ་གྱི་དབང་དུ་མ་སོང་བར་དེང་དུས་ལ་ཁ་སྐྱོགས་དགོས་པ་  
དང་། མ་འོངས་པར་ཁ་སྐྱོགས་དགོས་པ། རྒྱལ་སྤྱོད་དང་འཛམ་གླིང་ལ་ཁ་སྐྱོགས་དགོས་པ། ལྷག་པར་དེ་ཡོད་ཀྱི་བྱེད་སློབ་ཁག་  
གི་སློབ་ཡིད་ཚོམ་ནས་མ་བསྟུན་པར་དུས་བསྟུན་ལུགས་བཅོས་དང་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གསར་གཏོད་རང་བཞིན་  
གྱི་འཆར་གཞི་བཏོད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་མང་པོ་ཞིག་ཕེབས་ཡོད།

ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་པ་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་རབས་རིག་གཞུང་རྒྱ་གར་རང་གི་ཡུལ་དུ་བསྐྱར་གསོ་ཡོང་བའམ་ནི།

རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལུགས་པོར་ཤེས་པའི་སློབ་སྟོན་ལྟ་བུ་གྱི་རྣམ་  
གཞག་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་རྒྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འབྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་  
པ་དང་། ལྷག་པར་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་རྣམས་ཀྱང་མིས་མཚོན་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་བདེ་རྒྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་འབའ་  
ཞིག་དུ་བསྐྱར་ཐུབ་པ་དགོས་པ་ཞིན་དུ་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་གནའ་བོའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ནང་གི་རིགས་པའི་  
གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་ཁམས་རིགས་པ། ཚད་མ་རིགས་པ་བཅས་ཤེས་ཡིན་གྱི་སྡེ་ཆོན་དུ་བཅུ་ལྟ་ལྟ་རྣམས་ཚོས་  
དད་ཡོད་མེད་ཚང་མས་སློབ་སློང་གི་ཡུལ་དུ་བསྐྱར་བའམ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་འཛིན་སློང་བྱེད་པའི་ཤེས་ཡིན་སློབ་གསོའི་  
ནང་དུ་འཛིན་སློབ་ཐུབ་པ་བཅས་བྱུང་ན་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ལྟར་པར་ཡང་ཡང་འདོམས་ཤིང་། དེ་དག་གི་སྤྱོད་དུ་རྒྱ་གར་དང་  
བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁག་གཅིག་ལྟར་དུ་བསྐྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཚོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྟོན་བསྐྱབ་གཞིའི་སློབ་དེབ་གསར་བསྐྱོད་ཀྱིས་།  
རྒྱ་གར་རང་གི་ཤེས་ཡིན་ཅན་གྱི་མི་སྣ། མཐོ་རིམ་མགོ་བྱིན། སློབ་ཕྱག ། མི་མང་དུ་ལྷུས་མ་སོགས་ལ་དེ་དག་གི་གལ་གནད་  
རང་བཞིན་དོ་སློབ་ཡང་ཡང་གནང་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟར་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་སྡེ་གཉིས་ཀའི་མཐོ་རིམ་མགོ་བྱིན་ནས་  
གཞི་རིམ་མི་མང་རྣམས་ཀྱི་བར་མི་གངས་དུ་ཅང་མང་པོར་དེ་དག་གི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་དོ་སློབ་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་  
དབང་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་གྲྭ་མང་པོའི་སློབ་ཆོན་དུ་གཏན་འབེབས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་སོགས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་ལྟ་བུ་འབྲས་  
མཛོན་དུ་གྱུར་བཞིན་པ་ཆགས་ཡོད།

ད་ལམ་དབུས་བོད་མིའི་སློབ་འཇུགས་དང་། རྩི་རྒྱུ་ལས་ཁུངས་བཅས་ནས་ཁོ་བོར་བོད་བ་གསེར་གཟིགས་ཀྱིས་ཡགོང་ས་  
ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་རྣམ་བཞི་ལས་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་རང་བཞིན་ལྟར་པའི་གཞུང་འབྲེལ་  
མཁས་པའི་གསུང་བཤད་ལས་རིམ་གྱི་མཇུག་སྡེ་གཏམ་བཤད་ཀྱི་གོ་སྐབས་གནང་བ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་  
བཞིའི་སློབ་ལ་རྒྱ་ཆེའི་གཏོང་བའི་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གོང་དུ་སོང་བའི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལྟར་བསྐྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
གཏམ་བཤད་མདོར་བསྐྱུས་བྱེད་ནས་མཐུན་པོར། ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་རྣམ་བཞི་སོགས་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་  
པོའི་དགོངས་གཞི་རྣམས་རང་རྣམས་གང་ཡོད་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཐབས་ལ་ཚང་མས་སློབ་སྟོན་ཅན་ལྟར་འབད་བཅོམ་སློབ་སློང་མེད་གནང་  
སློབ་ཡོང་བ་ཞེས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་སློབ་ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལགས། ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།

# ཕྱགས་ཇེ་ཆེ་ལྷ།

## དྲིལ་བསྐྱགས་དྲུང་ཆེ། འཆེ་མེད་ཆོ་དབྱངས།

༡༡། །པོད་མིའི་སྐྱིག་འདྲུགས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ནས་གོ་སྐྱིག་ལྷས་པའི་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་མཁན་པོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱུད་ཁག་གི་དབྱ་བྱིད་ལྷ་ཆེན་མེད་པས་དབྱུགས་མཁན་ལྷ་སྤྱུལ་ནམ་པ་དང་། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དྲུང་མཆོག་དང་བཀའ་སློབ་ནམ་པ། དཔལ་ལྷན་དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་ཡིག་ཚང་གི་དྲུང་ཆེ་ནམ་པ། དེ་བཞིན་གསུང་བཤད་གནང་མཁན་སྤྱི་ནང་གི་མཁས་དབང་དང་ཤེས་ཡིན་ཅན་ཡིངས་ལ་ངས་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ཚབ་ལྷས་ནས་སྤྱི་དྲུང་ཕག་པ་ནས་ཕྱགས་ཇེ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཡིན།

ད་ཆ་འཛམ་གླིང་གྲོན་ཡིངས་ལ་རྒྱ་ནག་གི་གོང་ཁྲིར་སྤྱོད་ཏན་ནས་མཆེད་པའི་དོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་ ༡༯ ནད་ཡམས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་དཀའ་ངལ་ད་ཅང་ཆེན་པོ་འཕྲད་དང་འཕྲད་མུས་ཡིན་ནའང་ཡུལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལས་རིམ་ལ་ཚང་མས་དོ་ཁྲུར་མཉམ་བཞེས་ཀྱིས་དགོངས་ལུ་ཀ་ཀོར་གང་ཡང་མེད་པར་མཉམ་ལྷགས་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་རིམ་ཆ་ཚང་ད་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་སོང་། མང་ཆོགས་དོས་ནས་ལས་རིམ་འདི་ལ་ཕྱགས་སྤྲུང་ཆེན་པོས་གསན་གཟིགས་གནང་བར་ཕྱགས་ཇེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཡིན། ཐངས་འདྲིའི་ཡུལ་བའི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་འདི་ཉིད་ཆོགས་རྒྱུད་ཡིང་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐྱབས་ལྷ་ཆེན་མེད་པའི་ཕྱགས་ཇེ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཡིན། ད་རང་ཆོ་འབྲེལ་ཡིད་ཚང་མས་མཉམ་རྒྱུར་དང་སྤྱོད་གུ་མཉམ་འདེགས་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་དོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་དོས་ནས་ལས་རིམ་འདི་གོ་སྐྱིག་ལྷས་པའི་སྐྱབས་མ་ཤེས་པ་དང་སྤྱི་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་མ་འཛོམས་པའི་དབང་གིས་འབྲུས་སློམ་ཆང་བའི་རིགས་བྱུང་ཆོ་སྤྱི་དྲུང་ཕག་པ་ནས་དགོངས་སེལ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཡིན། ལས་རིམ་འདི་བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་ནང་མང་ཆོགས་ལ་ང་རང་ཆོ་ཚང་མའི་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་སྤྱོད་མ་མཆིས་པ་ཡགོང་ས་ཡུལ་བའི་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱེ་བྱེད་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་བཞིའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ས་དང་། དེ་དག་གི་བྱུང་རིམ་དང་བཅས་པ་མཁྱེན་ཉེགས་ཐུབ་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། གཙོ་ཆེན་སྤྱི་ཚོར་ཡགོང་ས་ཡསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་དེ་དག་སྐྱབས་ཐབས་བྱེད་པ་ལ་ང་ཆོ་མི་རེ་དོ་རེ་ནས་ཉིན་རེའི་བྱ་གཞག་ཐོག་བསམ་སློམ་གཏོང་རྒྱུ་དང་སྤྱུག་བསྐྱར་གནང་རྒྱུ་དེ་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་། དེའི་ཐད་ཚང་མས་དགོངས་པ་གཏོང་གཟབ་བཞེས་དགོས་པ་དོན་གྱི་སྤྱི་དྲུང་པོར་མཐོང་། མཐའ་དོན་གསུམ་མོས་སྤྱོད་ཡང་ཐངས་འདྲིའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་ལས་རིམ་ཐོག་ལ་གསུང་བཤད་གནང་མཁན་དང་སྤྱུག་རིགས་གནང་མཁན་ཡིངས་ལ་སྤྱི་དྲིལ་ལས་ཁྲུངས་ཀྱི་ཚབ་ལྷས་ནས་ཕྱགས་ཇེ་ཆེ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཡིན།