



རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
 ལྷག་ཅེ། རྟོང་གསར།
 འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཞུང་ལག་སློབ་ཤེ།



༄ མི་དབང་མངའ་བདག་འཛིན་མེད་མེད་གོ་དབང་ཕྱུག་མཚོག་དང་། སྐབས་
 རྗེ་རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་བདུན་ཅུ་པ་རྣམ་གཞིས་དགྲའ་གྲངས་དྲུག་ཅུ་བཞེས་པའི་
 འཁྲུངས་སྐར་ཉེན་འབྲེལ་བཅི་སྲུང་ལྷ་ནི་གོ་དོན་ལུ་དཔར་སྐྱབ་འབད་མ་ཞིན།

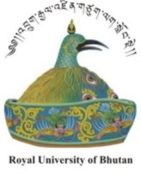
Dedicated to the 60th Birth Anniversary of His
 Majesty Jigme Singye Wangchuck & Je Khenpo
 Trulku Jigme Chhoeda

རིག་གཞུང་ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེབ།
 འཐོན་རིམ། གཞིས་པ།

Rigzhung Research Journal
 Issue 2

༢༠༡༥

འབྲུང་རབས་དང་ལམ་སློབ་ལྷོ་བ།



རིག་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
སྐབ་ཚེ། ཀྲོང་གསར།
འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་མེ།



རིག་གཞུང་ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེབ།
འཛོལ་རིམ། གཞིས་པ།

Rigzhung Research Journal
Issue 2

༢༠༡༥

འབྲུང་རབས་དང་ལམ་སློལ་ལྟེ་བ།

Copyright © The Centre for History & Culture, ILCS, 2015

Editors

Tenzin Dorji-Acting Dean of Research and Industrial Linkages (Dzongkha)

Choney Dorji-Lecturer (English)

Assistant Editors

Samten-Lecturer

Tshering Tashi- Lecturer

Design & Layout by

Tsering Paljor-Lecturer

Published by

The Centre for History & Culture,

Institute of Language and Culture Studies

Taktse, Trongsa,

Bhutan.

༤ དེ་ཡང་ རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲིལ་ཁ་ཐུག་ལས་འབྲུག་གི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་ཚུ་
ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང། མི་ཉམས་རྒྱུ་སྐྱོད་གི་ཞབས་ཏོག་མི་དམན་པ་ཅིག་ལུ་དང་ལུ་བཞིན་དུ་
ཡོད། ད་ལས་མར་རང་འབད་རུང། དེ་བ་དྲགས་ཅིག་ཞབས་ཏོག་ལུ་ནི་གི་རེ་བ་དང་དམིགས་པ་
བསྐྱེད་དེ། ད་ལན་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེ་བ་འཐོན་རིམ་གཉིས་པ་འདི་དཔར་སྐྱུན་འབད་མ་
ཨིན། འདི་གི་ནང་དོན་ལུ་བཟླ་བ་ཅིན། གཙོ་བོར་འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྗོད་དོན་ཚུ་
རྫོང་ཁའི་ཐོག་ལུ་སྤེལ་ཏེ་སྐད་ཡིག་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་གི་འཆར་གཞི་ཅིག་ཨིན། དེ་དང་གཅིག་ཁར་
རྒྱལ་ཁབ་ཡར་ཐོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཡོངས་སྐད་ཡིག་ཡང་ཤེས་དགོཔ་ཁག་ཆེན་ལས།
ཨིང་སྐད་ཐོག་ལས་ཡང་འབྲི་རྩོམ་བཀོད་དེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། དེ་སྤྱི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་ལུ་
བརྩེ་མཐོང་བསྐྱེད་དགོ་མི་འདི། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རྒྱུ་གཅིག་ལས་མེད་རུང། རང་དབང་རང་
བཙན་གྱི་ཐོག་ལས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་གཅིག་ཁར་དཔུང་པ་འབྲེལ་མཉམ་འབད་སྤོད་རྒྱུ་གས་མི་འདི།
དང་པར་དུ་གོང་མའི་སྐྱེ་བོ་སྤོད་དང་ཐུགས་བསྐྱེད་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་པ་དང། གཉིས་པར་དུ་སྐད་
ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་གིས་ཕྱུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་བརྟེན། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཚུ་
ཡང་ང་བཅས་ལུ་ངལ་རང་དང་ཡིད་ཆེས་སྤོམ་བསྐྱེད་པ་མས། གལ་སྲིད་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་འདི་
བཟུམ་ཅིག་མེད་པ་ཅིན། དཔལ་འབྱོར་དང་སྟོབས་ལུགས། འཕྲུལ་ཆས་དང་ཚོང་ལཱ་སོགས་ག་ཅི་གི་
ཐད་ལས་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལུ་བསྐྱར་ས་མེད་པ་ལས། རོགས་ཀྱིས་ཆ་བཞག་དང་བརྩེ་མཐོང་
བསྐྱེད་ནི་འདི་རེ་བ་མེད་པ་ཨིན་པས། མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཞལ་འཛུམས་ཚུ་
ནང། “ང་བཅས་ར་མི་གིས་འབད་རྒྱུ་གས་དང་མ་རྒྱུ་གས་མེན་པར། འབད་དང་མ་འབད་གྱི་ལྷན་
པར་ཨིན།” ཟེར་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སློལ་ས་བཀའ་སློབ་བཟང་པོ་ཡང་ལས་ཡང་དུ་གནང་མ་བཞིན་དུ།
དག་ཞན་དང་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ་མེད་པར་འབྲུག་མི་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་བརྟེན། གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་
དང་ལམ་སྲོལ་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལུ་ཡིད་ཆེས་དང་ཆ་བཞག་བསྐྱེད་དེ་མ་བཞུགས་པར། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་
ཕན་པའི་རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་སྐར་སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ཡང་མ་ཤེས་པ་ཤེས་ཐབས་མཛད་དེ། ལག་
ལེན་དང་རྒྱུན་སྐྱོད་མཛད་དགོཔ་འདི་འབྲུག་མི་ག་ར་ལུ་ཕོག་པའི་འགན་འཁྲི་ཅིག་ཨིན་ཟེར་མཐོ་མ་
མས། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན། ཉེ་མའི་དུས་ལུ་འབྲུག་ནང་སྤྱི་ཡི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྲུར་ཕྱོག་གནམ་
མེད་ས་མེད་ཅིག་མ་བྱུང་མ་ལས་བརྟེན། སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་ལུ་དེ་ཙམ་ཅིག་ཉེན་ཁག་མ་བྱུང་
རུང། ད་རེས་ནངས་པ་འགྲུར་ཕྱོག་ཆེ་བའི་དུས་ཚོད་ཅིག་ན། རོ་ལེབ་ལུ་གཡུ་དང། རག་རྒན་ལུ་

གསེར་དུ་བཟུང་བའི་དཔེ་ལྟར། རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་ལས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་
 སྲོལ་ལུ་ཆ་བཞག་དང་བཅི་མཐོང་སྲོམ་བསྐྱེད་དེ། མཐར་ཐུག་གི་སྐབས་གནས་ཅིག་ལུ་ཡང་མ་
 བཟུང་མ་ཙམ་ཅིག་འབད་བའི་ཉེན་ལག་ཅན་གྱི་དུས་ཚོད་འ་ཞེས་ཅིག་ལུ་ལྟོད་པ་ད། ཤི་ནི་བཟུམ་
 ཅིག་ལུ་ཐུག་སྟེ་ཡོད་མིའི་རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་འདི། འཇིག་རྟེན་འདི་ལས་ཡལ་སོང་ནི་ལུ།
 དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་གཅིག་ཡང་མི་འགོར་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། གལ་སྲིད་ཡལ་སོང་པ་ཅིན། འདི་གི་བྱེམ་
 འདི་རྫོང་ཁའི་སྲོབ་དཔོན་ཚུ་དང་རིག་གཞུང་སྲོབ་གྲ་ཁག་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལུ་མེན་པར་འབྲུག་མི་ག་ར་ལུ་
 ཕོག་ནི་ཨིན་མ་འདི་གོ་ཤེས་ཉམ་ཤེས་ཚུ་གིས་མཁུལ་གསལ་ཨིན་མ་ལས། འགན་ཁག་གཙོ་བོར་རིག་
 གཞུང་སྲོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་འབག་ནི་དང་གཅིག་ཁར་གཞན་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ཕྱར་གྲུ་མཉམ་འདེགས་
 གི་ཚུལ་དུ་རང་གི་ལྷོགས་གྲུབ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འགན་ཁག་འབག་པ་ཅིན། སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་གྱི་
 དབྱེ་འཕང་དགུང་དུ་བཏག་ནི་ལུ་ཞབས་ཏོག་མི་དམན་མ་ཅིག་ལུ་ཚུགས་ནི་ཨིན་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་
 ལས་བརྟེན། དང་པར་དུ་རང་གི་སྲོག་ལྟ་བུའི་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་འདི་རྒྱུན་སྲིད་གོང་འཕེལ་
 གཏང་ནི་དང་། གཉིས་པར་དུ་འབྲུག་གི་སྲོག་ཤིང་ལྟ་བུའི་མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་འཇིགས་
 མེད་སངས་ཤེས་བྱུག་མཚོག་དང་། སྐབས་རྗེ་རྗེ་མཁའ་ཁྲི་རབས་བདུན་ཅུ་པ་མཚོག་དགུང་ལོ་དུག་
 ཅུ་བཞེས་པའི་འཇུངས་སྐར་དུས་སྟོན་ལུ་བཀའ་འདོད་གཏང་རགས་ཀྱི་ཡོན་དུ་དམིགས་ཏེ། དཔེ་དེབ་
 འདི་དཔར་སྐྱབ་འབད་མ་ཨིན། དཔེ་དེབ་འདི་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་གནང་མི་ག་
 ར་ལུ་ཉིང་དངས་མའི་དཀྱིལ་ལས་རང་བཀའ་འདོད་དགའ་ཚོར་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

སྐར་སྐྱེས་པ།

འབྲུག་སྐྱབ་སྲོངས་ཚོས་ལྷན་ཞིང་ཁམས་ན། །དཔལ་རྒྱལ་སྟོན་འབངས་གསུམ་ཐུགས་མཐུན་ཐོག།
 སྲོག་སྐད་ཡིག་ལམ་སྲོལ་རྒྱུན་སྲིད་ནས། །གཏན་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།

སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྲོལ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།

ང་ཡུལ། སམ་མཁའ་ལ།

ཚུམ་སྦྱིག་པས།

༡	དཔལ་མི་དབང་འཇིགས་མེད་སེངྒེ་དབང་ཕྱག་མཚོག་ལ་བསྟོད་དབྱངས། སློབ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་དོ་མེ།	༡
༡	འབེལ་གཏམ་ཁ་དར་དཀར་པོའི་མཚོད་ཡོན། མཁས་དབང་ཞིབ་རོགས་སློབ་དཔོན་ཚོས་བསྟན་ཚེ་རིང།	༥
༢	དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གཏུང་བརྒྱད་ཨ་ཐང་སྐལ་མོའི་ལོ་རྒྱུས། སློབ་དཔོན་དཀོན་མཚོག་ཚེ་རིང།	༢༤
༣	སྟག་ཅེ་པའི་སྐྱུ་གཞས་སྟོར། སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་བསྟན་འཛིན།	༥༠
༤	རྒྱུད་ལྷན་ཐགས་རས་ཀྱི་སྟོར། སློབ་དཔོན་ནམ་མཁའ་དབང་མོ།	༧༥
༥	མཁས་སྐད་ལུ་གཉེན་སྦྱོར་འབད་ལུགས། བཟུ་ཤེས་བསྟན་འཛིན། རྒྱུད་ཡིག་དང་རྩོམ་རིག་ལོ་རོགས་སུ་མ་པ།	༧༧
༦	འཇར་རི་ཐང་གི་བློ་སྦྱོར། མ་ཁི་དོ་མེ། རྒྱུད་ཡིག་དང་རྩོམ་རིག་ལོ་རོགས་སུ་མ་པ།	༡༡༠
༧	བཙན་ཚོང་ཚོང་མ་དང་བཙན་ཡུན་བདག་སླིང་གཉེས་ཀྱི་དམག་གི་སྟོར། རག་དབང་དོ་མེ། རྒྱུད་ཡིག་དང་རྩོམ་རིག་ལོ་རོགས་སུ་མ་པ།	༡༣༠
༨	Mysterious Ruins in Tsangkhhar: Invoking Evil Spirit Causes Death to Generations Phurba. BHS, 3 rd year	134
༩	Lomba Festival in Shari, Haa District Kiba Lhamo. BHS, 2 nd year	141

འབྲུག་གི་ཡབ་ཆེན་མི་དབང་འཇིགས་མེད་སེངྒེ་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་བྲན་
པའི་བསྟོན་དབྱངས།

སློབ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་དོ་རྗེ།

༣ ཞིང་མཚོག་པོ་ཏ་ལ་རྩ། །བཙེ་ཆེན་ཕྱག་ན་པ་སྟོ།།
འབྲུག་ཡུལ་ཞིང་ཁམས་འདི་ན། །བྱང་སེམས་འཇིགས་མེད་སེངྒེ།།

བྱང་ཕྱོགས་ཤམ་ལ་རྩ། །རིགས་ལྡན་པད་དཀར་འཛིན་པ།།
འབྲུག་ཡུལ་སྐྱན་སྟོངས་འདི་ན། །རིགས་བདག་འཇིགས་མེད་སེངྒེ།།

ལ་བ་ཅན་གྱི་སྟོངས་སུ། །ཚོས་རྒྱལ་སྟོང་བཙན་སྐམ་པོ།།
སྐྱན་སྟོངས་ཞིང་ཁམས་འདི་ན། །ཚོས་རྒྱལ་འཇིགས་མེད་སེངྒེ།།

དུས་རབས་བཅུ་བདུན་དེ་ཡི། །བླ་མ་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ།།
དུས་རབས་ཉི་ཤུ་འདི་ཡི། །མི་དབང་འཇིགས་མེད་སེངྒེ།།

ཚོས་རྒྱལ་འདི་ཡི་ཡོན་ཏན། །བརྗོད་ན་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང།།
མཚོན་པའི་རྟེན་དུ་དམིགས་ཏེ། །མདོ་ཙམ་འདི་ན་སྟེལ་འདོད།།

མགོན་ལྷ་རྒྱན་གྱི་རུའི་ལུང་བསྟན་ལས། །སྟོ་སྐྱས་ཡུལ་རོང་གསུམ་རྒྱ་བའི་ནགས་མཚེས་།
ཉམས་ཆགས་འཛིན་འོམ་གྲོང་མིང་འཛིན་ནེ། །ཞེས་ལུང་གིས་ཟིན་པའི་སྐྱེས་བུ་མཚོག།

ཡབ་གཉོས་ཀྱི་གདུང་རབས་ཞེ་གཅིག་པ། །དཔལ་འཇིགས་མེད་དོ་རྗེ་དབང་ཕྱུག་དང།།
ཡུམ་མི་ཉལ་རྒྱལ་སྐྱས་གུད་འབྲུམ་ནས། །གདུང་མཚེད་པའི་ཡུམ་ཆེན་མ་ལས་འཁྲུངས།།

དུས་ཕྱི་ལོ་དགུ་བརྒྱ་དོན་གཉིས་ལོར། །ཡབ་ཞིང་ཁམས་གཞན་དུ་གཤེགས་པའི་ཚོ།
དཔལ་ཚོས་འཁོར་རབ་ཕྱི་ལོ་དཔོན་སློབ་དུ། །ཁྱི་མངའ་གསོལ་མཛད་པར་རྟེན་འབྲེལ་བཟང།

ལོ་བཅུ་དགུ་བདུན་ཅུ་དོན་བཞི་ལོར། །བརྗིད་ཆེ་བའི་སྤྲུངས་ཐང་ཕོ་བྲང་དུ།
མགོན་པོ་དབང་རྣམ་རྒྱལ་དམར་གདུང་ནས། །ལུགས་ཚོས་སྲིད་འཁོར་སྐྱུར་དར་ལྷ་བཞེས།

ཁྱི་མངའ་གསོལ་ལྷུས་པའི་ཉིན་དེ་ནས། །གཞུང་གྲུ་ཚང་ལྷན་ཚོགས་ཙུ་བ་བཅུགས།
དཔལ་དགོ་འདུན་འདུས་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །འབྲས་ཚོས་ཀྱི་རྟོག་བཟང་མངོན་པར་མཐོ།

ནང་ཤེས་རིག་དགོས་མཁོ་ཆེར་གཟིགས་ཏེ། །ས་མཐའ་དབུས་མེད་པར་སློབ་གྲྭ་བཅུགས།
ཁྱི་དབུལ་ལྷུག་མེད་པར་ཤེས་ཡོན་གནང། །རིགས་དབྱེར་མེད་གཡོག་གི་གོ་སྐབས་སྲེལ།

རང་རྒྱལ་ཁབ་ཞི་བདེ་གལ་ཆེན། །རོགས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་མཐུན་ལམ་འདི།
མཁོ་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་དང། །འབྲེལ་གང་སྐབ་གནང་བའི་ཐབས་ལམ་བརྟམས།

མགོན་མེད་པའི་དབང་པོ་སློན་ཅན་རྣམས། །བདག་མེད་པའི་ཐང་ལ་སྐྱུང་བ་འདི།
ཐུགས་བྱང་སེམས་འདི་ཡིས་མ་བཟོད་པར། །གཞི་སློབ་གྲྭ་གསར་དུ་བཅུགས་གནང་མཛད།

ནང་ཤེས་ཡོན་ཅམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར། །ཕྱི་ཡར་རྒྱས་འདིར་ཡང་དགོངས་བཞེད་གྱིས།
འཕུལ་འདྲ་མིན་ནང་འདྲེན་མཛད་པའི་ཐོག། །ད་སྐར་ལས་གོང་འཕེལ་མིག་སྐར་མཐོང།

འཕུལ་འདྲ་མིན་ཅམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར། །ཁ་ནང་གི་བས་ཀྱང་མཁོ་ཆེ་བས།
སོན་སྐྱ་ཚོགས་ཕྱི་ནས་ནང་འདྲེན་གྱིས། །འབྲུག་མི་སེར་རྣམས་ཀྱི་རེ་བ་སློང།

ཟས་ལོངས་སྟོད་ཅམ་ལ་གདངས་ཅི་ཡོད། །ནད་ན་ཚ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིགས་པ་ཆེ།
ཚུལ་ཇི་བཞིན་མཁུན་ནས་སྐྱོན་ཁང་བཙུགས། །སྐྱོན་རིན་མེད་སྟོང་པར་བཀའ་སྲུང་གནང།

གཞན་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པར་བཅོལ་ན་ཡང་། །ཆོ་མི་རྟག་སྟོན་ཁའི་སྤྱིན་འབྲ་བས།
སྐྱུ་བརྟན་ཏུ་བཞུགས་པའི་གདངས་མེད་པས། །ཆེས་བཅུ་བའི་འབྲུག་མིའི་སྐྱབས་རྟེན་ཏུ།

སྐྱུ་གཏུང་རྒྱུད་སྲེལ་བར་བུགས་བཞེད་ཀྱིས། །སྐྱུ་གཏུང་རབས་ཇི་མ་མེད་པ་ལས། །
སྐྱུ་འཇུངས་པའི་རིགས་བཟང་མཁའ་འགོ་བཞི། །སྐྱུ་བཙུན་མོའི་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པར་བསྐྱགས།

ནང་ཞི་བདེའི་ཐོག་ནས་གནས་པ་ལ། །ཕྱག་དོག་པའི་སེམས་འཆང་ལྷུལ་ཕ་དང།
ཀུ་ཞེལ་ཨོ་སྟོར་ལ་སོགས་པས། །དབང་བཅོན་པོས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཏུ་འཇུག།

ཐབས་ཞི་བའི་སྟོན་ནས་གྲོས་འཚོལ་ཡང་། །དཔའ་སྟོ་ཁོག་དོམ་སྟེ་ཉན་མ་འདོད།
སྲིང་གེ་སར་སྐྱུལ་པའི་མི་དབང་གིས། །ཡུད་ཅམ་ལ་ཐལ་བར་བརྟུགས་པ་མཚར།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཡི་རྒྱལ་པོ་མཚོག། །ཡུལ་གཞན་ལ་དོམ་ཏུ་ཚོག་པ་ཡོད།
ཕྱི་ལྷགས་རི་ནང་གི་འོར་བུ་ཡང་། །མི་ཁྱོད་ལས་ལྷག་པ་གཞན་ཏུ་མེད། །

ད་སྐྱུལ་པའི་ཚོས་རྒྱལ་མི་དབང་གིས། །དཔལ་འཇིགས་མེད་གེ་སར་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག།
འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཡི་མགོན་སྐྱབས་སུ། །གསེར་གདོང་ལྷའི་ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ་མཛད།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཡི་ཡབ་ཆེན་པ། །ཁྱོད་འབྲུ་བ་སྲ་མར་བྱོན་མིན་འདུག།
ད་ཕྱི་མར་འབྱོན་པའི་དཔེ་མི་སྲིད། །ས་འདི་ན་ཁྱོད་འབྲུ་མཇལ་མ་ཁྱོད།

ཕ་བཟང་པོའི་དཔེ་བཟང་ཚོད་ཀྱིས་སྟོན། །མ་བཟང་པོའི་ལམ་བཟང་ཚོད་ཀྱིས་སྟོན།།
བུ་བཟང་པོའི་སློད་བཟང་ཚོད་ཀྱིས་སྟོན། །ད་ལྟོས་ས་ཚོད་ལས་གཞན་མ་མཇུག།

ད་དགུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་བཞེས་པའི་ལོར། །དིན་དངོས་སུ་འཇུག་ཐབས་དབེན་ན་ཡང་།།
སེམས་དམ་ཚིག་གཙང་མའི་ཉེན་དོད་དུ། །སྐྱུ་བསྟོད་དབྱངས་འདི་ནས་ཡང་ཡང་སྐྱུ།།

སྐྱུ་བསྟོད་དབྱངས་སྐྱུ་བའི་དགེ་བ་འདིས། །དཔལ་མི་དབང་ཡབ་སྐྱུ་འཁོར་རྣམས།།
སྐྱུ་ཚོ་དཔག་མེད་དང་མཉམ་པར་ཤོག། །ངེད་འབྲུག་མི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བར་ཤོག།

འབེལ་གཏམ་ཁ་དར་དཀར་པོའི་མཚོད་ཡོན།

མཁམ་དབང་ཞིབ་རོགས་སློབ་དཔོན་ཚོས་བསྟན་ཚེ་རིང།

༣ ཞོ་སྤྱི། བ་མོ་གུ་རུ་མཚུ་ལྷོ་བཟོ་སྤྲ་ཡ། དམིགས་མེད་སྤྱགས་ཇེ་མཁའ་ལྟར་དག་ཀྱང་
 བཙེ་བའི་སྤྱིན་སྤང་ལང་ལོང་གཡོ། སློབ་པའི་མཚན་མ་ཀྱན་ལས་འདས་ཀྱང་སློབ་པའི་ཚོས་ཚུལ་
 བརྒྱད་མི་སྟོན། །ཉག་ཏུ་ཞི་བར་སྟོམས་པར་བཞུགས་ཀྱང་ཚོ་འཕུལ་དུ་མ་སྟོན་པར་མཛད། །
 བདུད་བཞིའི་དཔུང་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་མཛད་ཤུ་ཀྱའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་མཚོད་པར་
 བཛོད་པའི་ཚོག་ཉུང་དུས་བསྟན་བསྟུས་ཏེ་གང་ཞིག་ལྷུ་བར་བྱ་བ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། གསེར་དང་བོང་
 བ་མཉམ་པའི་འཕགས་མཚོག་ལ། སྤྱིང་བཞིའི་སྤྱན་ཚོགས་བསྟན་པས་ཀྱང་ཅི་བཞུགས་ཏེ། །དེ་ཡི་
 སྤྱགས་ལ་རྣག་པའི་ཚོས་བཟུང་ན། །དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་གྲགས། །
 ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ། སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་ཚུ་ལུ་གསེར་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་གྲོལ་པ་ལས་ཀྱང་
 རབ་དང་སྤུལ་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཚོས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ཨིན་ལས། མདོར་བསྟུས་ཅིག་ལྷུ་བ་ཅིན།
 དེ་ཡང་དང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལུ་རི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ། །བསྟན་པ་
 དར་བའི་འཛིག་རྟེན་གནས་ཀྱི་བཀོད་པ་གཉིས་ཀྱི་སློ་ལས་ས་བོན་ཅམ་རེ་ལྷུ་ནི་ཨིན། དང་པ་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱུང་ཚུལ་ལ། དེ་ཡང་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ལྷའི་སློ་ལས་ལྷུ་
 བ་ཅིན། དེ་ལ་གནས་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་འཛོམ་སྤྱིང་ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱིང་པོ་
 མང་དུ་གནས་པ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལུ། དུས་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡར་སྤེལ་བྱས་ཆེས་
 སྤྱི་དགུ་རྣམས་སྤྱོད་ཤས་ཆེ་བ། མར་ཕྱི་མ་བྱས་དབང་ཚོན་རྒྱུད་སྤྱིན་པའི་གཏུལ་བྱ་འབྱུང་དུ་རུང་
 བ་ཚོད་ལྷན་ཚེ་ལོ་བརྒྱུ་པའི་དུས་ལུ། །སྟོན་པ་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ས་གསུམ་གྱི་རྣམ་འབྲེན་
 གཅིག་སྤེལ་མཉམ་མེད་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ཏེ། དེའང་ཐོག་མར་དགའ་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་
 པོ་བྱང་དུ་ལྷའི་བྱ་དམ་པ་ཏྲིག་དཀར་ཟེར་མི་ལུ་སྤྱོད་བ་བཞེས་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཕྱོགས་བཅུའི་
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐུལ་ནས་འཕགས་པ་མ་ཕམ་པ་རྒྱལ་ཚབ་ལུ་བཞག་སྟེ་ཤུ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་བཟུ་
 གཙང་གི་བཅུ་མོ་སྤྱོད་འཕུལ་ཆེན་མོའི་ལྷམས་ལུ་ཞུགས། ཟླ་དགུ་དོ་བཅུ་རྫོགས་པ་ད་ཡུམ་རྒྱུ་མ་

ལྷ་མཛེས་ལས་ཤུག་ལྷས་བསྟན་གྱི་ལུས་ཤིང་ཚལ་ལུ་རོ་མཚར་བའི་མཚན་དཔེ་བསམ་གྱིས་མི་
 ལྟབ་པ་དང་བཅས་སྐྱབ་བསྟམས། རྒྱུ་ལས་རང་རིག་པ་དང་སྐྱུ་ཅུལ་ཐམས་ཅད་གྱི་པ་རོལ་དུ་
 ཕྱིན་པའི་ཚུལ་བསྟན། ཤུག་འཛིན་ལུ་ཚུ་སྟོབས་དང་ སྐྱུ་ཅུལ་གྱིས་པམ་པར་མཛད་དེ་རྒྱལ་
 རྟགས་ལུ་ཤུག་འཛིན་གྲགས་འཛིན་མ་བཞེས། དེ་ལས་ས་འཚོ་མ་དང་ རི་དྲགས་སྐྱེད་གྱིས་
 གཙོས་པའི་བཙུན་མོ་དུག་ཁྲི་བཞེས་ཏེ། ལྷ་དང་མི་ལས་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་འདོད་ཡོན་གྱི་
 དགའ་བ་རོལ་བཞེན་དགུང་ལོ་ཉེར་དགུའི་བར་ལབ་དུ་བཞུགས། དེ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་
 རྒྱུ་བཞེས་བསྐྱུ་ཏེ་མཚོད་རྟེན་ནས་དག་དུང་ལུ་མཁུ་པོ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང། ལུ་སྟེགས་
 ཅན་གྱི་རྒྱལ་བཙོམ་ནི་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་མང་པོའི་དབང་གིས་ལོ་དུག་དུ་དགའ་བ་བྲག་
 པོ་སྐྱེད། དེ་ལས་གོང་པའི་བྱ་མོ་དགའ་སྟོབས་མ་དང་དགའ་འཕེལ་མ་གཉིས་ཀྱིས་མ་ཏེ་སྟོང་གི་
 ཨོམ་གདུས་ཏེ་ཕུལ་བའི་འོ་ཐུག་སྐྱུང་རྩེའི་སྟེང་པོ་ཅན་བཞེས་ཏེ་སྐྱུའི་ཉམས་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་བྱང་
 རྒྱལ་གྱི་ཤིང་དུང་ལུ་གཤེགས། ལྷ་མཚོག་གི་གདན་ལུ་སྐྱུའི་མོ་ཀྱང་བཅས་ཏེ། ཇི་སྲིད་ཟག་མེད་
 མ་ཐོབ་པ། །དེ་སྲིད་སྐྱུའི་ཀྱང་གཞིག་མི་བྱ། །ཟེར་གསུང་ཕོན་པ་ལྟར་སོད་ལུ་བདུད་བདུལ།
 དགུང་ལུ་མཉམ་པར་བཞག ཐོ་རངས་ལུ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་རྒྱལ་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་ཐུགས་
 དཔེས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་འདོད་བདེ་གང་ཡིན་དང། །ལྷ་ལུལ་འདོད་བདེ་གང་ཡིན་པས། །སྲིད་པ་
 ཟད་པའི་བདེ་བ་ལ། །བཙུ་དུག་ཆར་ཡང་མི་སོད་དོ། །ཟེར་བ་ལ་སོགས་ཆེད་དུ་བཞེད་ཅིང་ཞག་
 བདུན་ཐག་བདུན་དུ་ཚོས་མ་བསྟན་པར་བཞུགས་པ་ད་ལུ། ལྷ་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་
 གསོལ་བ་བཏབ་ནས་སྐྱ་རྩ་སྲི་བྱང་སོང་སྐྱུང་བའི་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་ལུ་བྱོན་ཏེ། འཁོར་སྐྱོན་
 སུམ་ཚོགས་པ་ལྷ་སྟེ་བཟང་པོ་ལྷ་བརྒྱད་ཁྲི་དང་བཅས་པ་ལུ། ཚོས་སྐྱོན་སུམ་ཚོགས་པ་བདེན་
 བཞིའི་ཚོས་འཁོར་ཐོག་མར་བསྐྱོར་བ་ནས་བཟུང་ཚོས་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་ནས་
 གདུལ་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་བྱང་རྒྱལ་གསུམ་ལ་བཀོད། བསྟན་པའི་རྒྱུན་བཞག བསྟན་འཛིན་གྱི་
 སྐྱེས་བུ་ལུང་བསྟན། སྐྱ་དངོས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ཇོགས་པ་དང། རྟག་འཛིན་ཅན་སྐྱོབ་སྐྱེད་པའི་ཆེད་
 དུ་དགུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུལ་ལུ་ལྷ་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན། འོད་སྐྱེད་ལ་སོགས་པ་སངས་
 རྒྱས་དང་འབྲ་བར་གྲགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས་གཏད་རབས་བདུན་དང་བཀའ་བསྐྱུ་

རིམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་བསྐྱབས། དེའི་ཤུལ་ལས་སངས་རྒྱུ་ལོ་རང་གིས་ལྷུང་བསྟན་དོ་
 བཟུམ་ལྟོ་ཕྱོགས་པེ་ཏའི་ལྷུལ་ཏུ་སངས་རྒྱུ་གཉིས་པའི་སྤྱི་ལས་ཅན་འཕགས་པ་ལྷུ་སྐྱབ་བྱུང་
 བ་ནས་བཟུང་སྟེ། རིམ་བུའི་གྲིང་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས། ཚེན་པོ་བཞི།
 མདུ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་གཉིས་ལ་སོགས་པ་པཎ་གྲུབ་གསེར་རིའི་སྤྱིང་བ་ལྷུང་བཟང་ལ་མང་བ་རིམ་
 པར་བྱོན་ཏེ་བཤད་སྐྱབ་ལས་གསུམ་གྱི་འཁོར་ལོས་བྱུབ་བསྟན་མི་རུབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་བཟུང་
 ཞིང་བསྟན་འཛིན་དགེ་འདུན་གྱི་སྤེ་གནམ་གྱི་སྐར་མ་དང་། རྒྱ་ཁའི་བྱེ་མ་ལྷུ་བྱུར་སྟེལ། དེ་ལས་
 བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱིངས་ལུ་རྗེ་གཉེའ་ཁྲི་བཅན་པོ་ནས་རྒྱལ་རབས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷའི་བར་ཏུ་གཡུང་
 ཏུང་བོན་མཚོད་པ་ཅམ་ལས་དམ་པའི་ཚོས་མ་དར་མི་ལྟ། འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་སྐྱུལ་པ་
 ལྷ་ཕོ་ཕོ་རིའི་རིང་ལ་བཞོས་པོར་ཚོར་མ་ཉི་དང་། དཔང་སྐོང་ཕུག་རྒྱ་པ། མདོ་སྤེ་བམ་ཏེ་ག་རྒྱ་
 ཕོ་བྱང་གི་དབུ་རྩེར་དོས་གྲུབ་ལུ་བབས་ཏེ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་དབུ་བརྟེས། རྒྱལ་རབས་ལྷ་པ་ལུ་
 འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་མདོན་སུམ་མིའི་རྒྱལ་པོ་འབད་ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅན་སྐམ་པོ་བྱོན་
 ཏེ་ལྷ་ཚོས་དགེ་བཅུ་དང་མི་ཚོས་གཙང་མ་བཅུ་དུག་གི་བཀའ་ཁྲིམས་བཅས། ཡི་གེ་དང་བསྟན་
 བཅོས་ཀྱི་དབུ་བཅུགས། སྤྱིན་མཚམས་ཀྱི་མཛོད་སྐུ་ལས་དགེ་སྦྱོང་ཨ་ཀར་མ་ཏེ་ཤི་ལ་སྐྱུལ་ཏེ་
 རང་བྱོན་བཅུ་གཅིག་ཞལ་དང་། འཕགས་པ་མཚོད་བཞི་སྐུན་ཏུངས། མཐའི་རྒྱལ་པོ་སྤེ་བཞི་
 ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་རྒྱ་བལ་གྱི་བཅུན་མོ་རྣམས་གཉིས་བསུ་བའི་རྫོངས་ལུ་རྩི་ཤུག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་
 གཉིས་གདན་འདྲེན་ཏེ་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྟུབས། དཔལ་ར་ས་འཕུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་
 དང་རྒྱ་སྐྱུག་ར་མོ་ཆེ་སོགས་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་རྟེན་རྒྱ་ཆེར་བཞེངས། སྐལ་བ་མཚོག་དང་
 ལྷན་པ་དག་པ་ཅིག་ལུ་བྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོའི་དབང་གདམས་ངག་དམར་ཁྲིད་དང་བཅས་པ་རྩུ་ཡང་
 གནང་། དེ་སྐབས་བོད་ན་རབ་བྱུང་གི་སྤེ་མེད་ཀྱང་ཁ་འབྲུག་ཏུ་དགེ་སྦོང་གི་གཟུགས་ཅན་གཅིག་
 ལུ་རྩུ་ཕུག་མཛོད་དེ་མ་འོངས་དཔོན་སྤེས་ཀྱི་མཚོད་གནས་ལུ་འདུལ་འཛིན་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་
 བསྐྱིགས་པ་སོགས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛོད་དོ།།

༥ སྤྱིར་རྒྱ་ཚོས་བོད་ལུ་སྐྱུར་བའི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་བརྒྱད་ལུ་དབྱེ་བ་ཅིན། སྐྱབ་བྱེད་
 ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཟེར་གྲགས་ཏེ་འབད་རུང་རྩ་བའི་ཚོས་ལུགས་བཞི་ལུ་བསྐྱུལ་ཡིན། དེ་ཡང་
 དང་པ་སྤྱ་འགྱུར་རྙིང་མ་ལས་འབད་དེ་སྤོད་མདོར་བསྐྱུས་རེ་ལུ་བ་ཅིན། ཚོས་རྒྱལ་སྤོང་བཙན་
 སྐལ་པོ་ལས་བརྩིས་པའི་གདུང་རབས་ལྟ་པ་ལུ། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྟེ་གཙུག་བཏུན་གྱི་སྐལ་ལུ་རྩེ་བཙུན་
 འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་སྐྱུལ་པ། མིའི་སྐལ་ལྷའི་མཚན་རྟགས་དང་ལྡན་པར་འབྱུངས་ཏེ། གནམ་
 ལྷ་བབས་གྱི་རྒྱལ་པོ། ས་ལྷུན་གྲུབ་གྱིས་མངའ་བདག་ར་ཁྲི་སྤོང་སྤྲེའུ་བཙན་ཡིན། ཟེར་བ་དང་།
 ར་ཁྲི་སྤོང་སྤྲེའུ་བཙན་རྒྱ་ཚོ་ཡིན། །སྤྱ་ནམ་ཞང་གིས་དོ་མི་འཚལ། །ཟེར་ཁོ་རང་གི་མཚན་ཁོ་རང་
 གིས་གསོལ་བ་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་སྤྲེའུ་བཙན་ཟེར་ལུ་མི་བྱོན་ལུག་ དགྲང་ལོ་བཙུ་བདུན་ལུ་ཡབ་
 མེས་གྱི་ཡིག་ཚང་གཟིགས་པ་ལས་ཚོས་གྱི་ཐུགས་འདུན་བྱུང་སྟེ། བདུད་སློན་གྱི་བར་ཆད་དང་སྟེ་
 དམངས་གྱི་འཐེན་འཁྲེར་སོགས་ག་ཅི་བཟུམ་བྱུང་རུང་བབས་མཁས་མཛད་པའི་འཕྲུལ་གྱིས་རང་
 ཞིར་བཏང་སྟེ། །སྤྱ་སང་ཤི་ཏ་སོགས་པོ་ཉ་ལུ་མངགས་ཏེ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལུ་ཉི་མ་ལྟར་
 མཚན་སྟན་གྲགས་པའི་པཎ་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་པ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་སྐྱུན་བྱངས། ཚོས་
 མདོན་པ་དང་མདོ་སྟེའི་གནས་ལུ་ཐུགས་སྐྱུངས་ཤིང་བཀའ་ཡང་དག་པའི་ཚད་མ་ལ་སོགས་པའི་
 བསྟན་བཙུན་གྱི་འཛུང་ལུག་ ཐུགས་དམ་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་ས་འདུལ་མཛད་རུང་
 བོད་གྱི་ལྷ་འདྲེ་གདུག་རྩལ་ཆེ་བས་ལྷ་ཁང་བཞེས་མ་བཅུག་པ་ད། མཁན་ཆེན་གྱིས་བོད་གྱི་ལྷ་
 འདྲེ་གདུག་རྩལ་ཆེ་བའི་དེ་གིས་ས་གཞི་ར་གིས་བདུལ་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན་མས། །དེར་སང་འཕྱེད་
 པའི་ཡུལ་ན་གུ་རུ་བརྟེ་སམ་སྐྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཇམ་བུའི་སྤྱིང་ན་ཆེ་བའི་རིག་སྐྱུགས་འཆང་ཆེན་པོ་
 གཅིག་ཡོད། དེ་སྐྱུན་བྱངས་པ་ཅིན་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྤོང་རང་དང་སྤོན་གྱི་སྤོན་ལམ་ཡོད་པ་ལས་གདན་
 བྱངས་ཚུགས། རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་བཞེད་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འགྲུབ་ཚུགས་ནི་ཡིན་མས་ཟེར་ལུང་
 བསྟན་དོ་བཟུམ། སྤྱ་ནམ་དོ་རྩེ་བདུད་འཛོམས་སོགས་སྐྱུན་འདྲེན་གྱི་པོ་ཉ་བརྒྱངས་ཏེ་གསོལ་བ་
 བཏབ་པ་ལྟར་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་བོད་ཡུལ་གྱི་དབྱུས་སུ་ཕུག་ཐེབས། ཐེབས་ལམ་ལུ་
 མ་ཡམ་བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་དང་གཉེན་ཆེན་སྟེ་བཞི་སོགས་ལྷ་སྟོན་མཐུ་སྟོབས་ཅན་ག་ར་དམ་
 འོག་ཏུ་བཅུག་ཅིང་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་གཉེར་ལུ་བསྐྱོས། དེའི་སྟོབས་གྱིས་འབྱུང་བོ་ཕྱ་མོའི་སྟེ་རྒྱ་

ཡང་དཔོན་བཙུན་དུ་བརྒྱུང་བ་ཅིན་འབངས་ཀྱིས་ཚོལ་མི་ཚུགས་དོ་བརྩམ་སོང་སྟེ་ས་གཞི་རང་
 བཞིན་གྱིས་བཏུལ། རྗེ་བརྒྱུད་བཅས་དུ་བཀོལ་ཉེ་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་
 གཙུག་ལག་ཁང་ལྟ་འདྲེ་མི་གསུམ་གྱིས་བཞེངས་པ་ལས་བརྟེན། བསམ་ཡས་ཀྱི་གཙུག་ལག་
 ཁང་བརྗེ་གས་པ་མི་འདྲ་སྟེས་པ་འདྲ་ཟེར་གསུང་དོ་བརྩམ་ཡ་མཚན་ཆེ་ཉོག་ཉོ་ལོ་ལྡེའི་ནང་ལུ་
 ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གྲུབ་ཅུག་ བོད་ལུ་ཕན་པའི་ལོ་པཎ་ལེ་ཤ་ལུང་བསྟན་ཉེ་དམ་པའི་ཚས་བསྐྱུར།
 ལུས། འཆད། ཉན་གྱི་གྲ་སྟེ་བཙུགས། ལུལ་ལས་ཇོ་བོ་རྗེ་ལྟ་ཅིག་གི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་ལོ་ལྟ་ལོ་ལྟ་ལོ་ལྟ་
 ཡས་ཀྱི་རྒྱ་དཔེ་རྣམས་གཟུགས་ཞེན་ལས་དཀོར་མཛོད་ནང་ཡོད་པའི་རྒྱ་དཔེ་རྒྱ་དཔེ་རྒྱ་དཔེ་རྒྱ་
 བ་མ་བཞུགས་པའི་བཀའ་བསྟན་མང་པོ་འདུག། དེ་སྐོར་གི་བསྟན་པ་དར་དོ་བརྩམ་རྒྱ་གར་ན་
 ཡང་མ་དར་མ་ལས། ལྷོན་པརྒྱ་འབྱུང་གནས་སངས་རྒྱས་དངོས་རང་ཡིན་མས་ཟེར་བྱུག་ཐལ་མོ་
 རྒྱུར་ཉེ་བསྟུགས་བཛོད་མཛོད་དོ་བརྩམ་ཡིན། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་གིས་སད་མི་མི་བདུན་
 སོགས་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་འདུལ་འཛིན་གྱི་སྟེ་བཙུགས། རྒྱལ་པོ་གིས་བོད་ཀྱི་ཁྱིམ་པ་ག་ར་དཀོན་
 མཚོག་ལུ་མཚོད་པ་འབད་དགོ་པའི་ཚས་ཁྲིམས་བཅས་ཉེ་བོན་ལུགས་འབད་མཚོག་པའི་ལུང་
 བསྟུགས། འདི་ལུ་ཡང་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ལྟ་དང་ལྟན་ཡིན། གནས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་
 ཚོས་འཁོར་གསུམ་དང་སྐྱབ་གནས་རྣམ་གསུམ་སོགས་བཀྲ་ཤིས་ཤིང་བྱིན་རླབས་ཆགས་པའི་
 གནས་ཆེན་ཚུ་ལུ། དུས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཚོས་རྒྱལ་མཚོད་ཡོན་གསུམ་གྱི་སྟོན་ལམ་དུས་སྤུ་
 སྟོན་ཅིང་སྟེ་འགོའི་བསོད་ནམས་དགུང་དུ་བརྟེན་པའི་སྐྱབས། སྟོན་པ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་དུས་
 གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁུན་བརྟེན་ལུ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་རིག་འཛིན་གྱི་
 སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་རྣམ་པར་བཞེངས་པ་རྒྱལ་དབང་པརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས། འཁོར་སྤུན་སྤུམ་
 ཚོགས་པ་ལས་ཅན་རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྟ་སོགས་སྐྱ་མེད་གསང་སྟུགས་ཀྱི་གཏུལ་བྱ་དབང་པོ་ཡང་
 རབ་ཏུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལུ། ཚོས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་བཀའ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་བརྟུང་ལྷུང་བ།
 ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་གནད་དྲིལ་བ། རིག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པའི་གསང་
 མཛོད་བརྟོལ་བའི་ཟབ་ཚོས་མཚན་ཅམ་ཡང་ཐོས་པར་དཀའ་བ། ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ། དེ་ལས་
 ཀྱང་སྤུན་མོང་མིན་པའི་སྟུགས་ནང་རྒྱུད་སྟེ་གསུམ་ཟེར་མཐུ། ཨ་རུ། ཨ་ཉི་གསུམ། མཐུ་ནི་སྟེད་

རྫོགས་གཉིས་ལས་སྐྱེད་རིམ་གཙོ་བོར་བརྟོན། དེ་ལྟ་དབྱེ་བ་རྒྱུད་མེད་དང་སྐྱབ་མེད་གཉིས་ལས།
 རྒྱུད་མེད་མན་དག་རྣམས་ཐབས་ལམ་དང་དང་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ལྟ་བུ། རྒྱུབ་མེད་ཞི་རྒྱུབ་པ་
 ཚེན་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཡིན་ལ། ཨ་རུ་ཡོ་ག་ནི་རྫོགས་རིམ་གཙོ་བོར་བརྟོན་ཞིན། རྫོགས་པ་ཚེན་པོ་
 ཨ་རྟི་ཡོ་ག་ནི་གཉིས་མེད་གཙོ་བོར་བརྟོན་གྱི་དགོངས་པ་ཞིན། དེ་ལྟ་སེམས་སྐྱོང་མན་དག་གསུམ་
 གྱི་སྐོ་ལས་དབྱེ་ཡང་མདོར་བསྐྱུས་ན་ཀ་དག་ལྷེགས་ཚོད་དང་ལྷན་གྲུབ་ཐོད་ཀྱལ་གཉིས་ལྟ་
 བསྐྱུས་ཞིན། དེ་བརྒྱུ་གྱི་ཟབ་ཚོས་གདམས་དག་བཏབ་པ་དང་རྒྱུད་གྲོལ་བ་དུས་མཉམ་པའི་
 རིག་འཛིན་གྲུབ་ཐོབ་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཡོངས་ལྟ་གསལ་པ་དང་མ་གསལ་པ་མཐའ་ཡས་པ་བྱུང་ཡོད་པ་
 ལས། ཐོད་མ་སང་འདྲའི་ལྷལ་གྱི་ལོག་མིན་སྐྱུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་ལྟ་བུར་གྱིས་བསྐྱབས། དཔོན་
 སྲས་རལ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་རིང་ལྟ་ཚོས་མང་པོ་གསར་དུ་བསྐྱུར་ཞིང། མི་སྲོང་གི་དུས་སྟེ་བསྐྱུར་བའི་
 ཚོས་རྣམས་སྐད་གསར་བཅད་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་བརྗོད་བདེ་ཞིང་གོ་སྐྱེ་བར་བཅོས། མི་སྟེ་
 སལ་ཚེར་དགོན་མཚོག་གི་ལྟ་འབངས་ལྟ་སྐུལ་ཞིང། དབང་དགེ་འདུན་ལྟ་སྐུལ་བ་ལ་སོགས་
 བསྟན་པའི་ཞབས་ཏྲིག་འགྲན་ལྷེ་མེད་པར་མཛད་རུང་སྐྱེ་ཚེ་མཐར་མ་འཁྲུལ། དེ་ལས་སྟོན་ལམ་
 ལོག་པའི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེད་དར་མ་ལྟ་དུམ་བཅན་པོ་གིས་སྟེག་སྟོན་ཚུ་དང་ཁ་མཐུན་ཏེ་རབ་བྱུང་གི་སྟེ་
 བསྐྱུབས། དམ་པའི་ཚོས་འབད་མ་ཚོག་པའི་ཁྲིམས་བསྐྱུགས་རུང། ཁྲིམ་པ་མི་སྐྱེའི་རྟེན་ཅན་ཚུ་
 མཁྲེན་རྟོགས་ལོ་པའ་ཚེན་པོ་ཚུ་དང་ཁྱད་མེད་ཅིང་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་སོགས་གྱི་རིང་
 ལུགས་ངོ་མ་མེད་པ་འཛིན་པའི་སྟེགས་པ་མང་སྟེ་གཅིག་བཞུགས་མི་ཚུ་རྒྱལ་པོས་ཚོད་མ་ཐིག་
 པར་གཞོད་པ་མ་འབད་བར་མི་ནག་གི་གལ་དུ་ཅི་བདེར་ལུས་པ་ལས། རྒྱལ་ལས་བརྒྱུད་འཛིན་
 གྱི་རྒྱུན་འཁེལ་དེ་ཚོས་ལུང་གི་ཉང་ཁུ་དཔོན་དང། སོ་བུར་གཞུབ་གསུམ་ལས་བརྒྱུད་དེ་སྐོལ་
 གཡུང་རྣམ་གཉིས། ཀུན་མཁྲེན་ངོ་མེད་འོད་ཟེང། མངའ་རིས་པའ་ཚེན་པོ་སྐྱེད་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་
 སོགས་སྟོན་བྱོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་མཐའ་ཡས་པ་བྱོན་པ་དང། རྒྱལ་ལས་ཡང་ཀུན་མཁྲེན་ཤེས་
 རབ་འོད་ཟེང། རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གྲིང་པ། དཔལ་སྐྱུལ་ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཚོས་གྱི་
 དབང་པོ། མཁྲེན་གོང་རྣམ་གཉིས། འཇམ་མགོན་མི་ཕམ་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ། སྟོན་གྲིང་སྐྱེ་
 མཚེད་རྣམ་གཉིས། ཀ་ཐོག་མཚུ་པའི་ཏ་རིག་འཛིན་འགྱུར་མེད་ཚེ་དབང་མཚོག་གྲུབ། ཞེ་ཚེན་

རབ་འབྱམས་དང་རྒྱལ་ཚོའ། མངུ་པ་རྗེ་ཏེ་འགྱུར་མེད་མཐུ་སྟོབས་ནམ་རྒྱལ། རོ་བྲག་རིག་
 འཛིན་པ་རྣམས་ལྟེན་ལས། རྗེ་གས་ཚེན་རྒྱལ་སྐྱེས་གཞན་པའ་མཐའ་ཡས། དཔལ་ཡུལ་རིག་འཛིན་
 ཀུན་བཟང་ཤེས་རབ། ལ་སོགས་སྲ་འགྱུར་གྱི་གདན་ས་ཚེན་པོ་དུག་ལུ་ཕྱོན་པའི་མཁས་གྲུབ་
 ཀྱིས་གཙོས་པའི་གསང་སྲགས་སྲ་འགྱུར་གྱི་བསྟན་འཛིན་མཁས་པའི་དབང་ལྷན་གྲུབ་པའི་བྱ་
 མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་མང་ཏུ་ཕྱོན་ཏེ་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཚོས་རྒྱན་མ་ལུབ་པར་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་ཡོད།
 འདུལ་བའི་སྟོན་རྒྱན་ཡང་གྲང་དར་མ་གིས་དབུས་གཙང་ལུ་བསྟན་པ་བསྟུབས་པའི་དུས་ལུ་ཡེར་
 བ་ནས་འདུལ་འཛིན་སྲ་གཡོར་གཙང་གསུམ་མདོ་ཁམས་སྤྱད་དུ་ཕྱོན་པ་ལས་སྲུ་དག་གི་གསལ་
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལས་བྱ་ཚེན་དཀོངས་པ་རབ་གསལ་དུ་གྲགས། རྒྱལ་ལས་སྲུ་མེས་ཚུལ་ཁྲིམས་
 ཤེས་རབ་དང་སྐྱེས་པ་ཡེ་ཤེས་སྟོ་གོས་སོགས་དབུས་གཙང་མི་བཅུ་མདོ་སྤྱད་དུ་ཕྱོན་ཞིམ་ལས་བྱ་
 ཚེན་ལས་སོ་ཐར་གྱི་སྟོན་རྒྱན་བྲངས་ཏེ་དབུས་གཙང་དུ་རྒྱ་ཚེར་སྟེལ་བ་ལས་སྤྱད་འདུལ་བེར།
 དེའི་སྟོན་རྒྱན་བར་མ་ཆད་པར་ཡོངས་སུ་དར་བྱུང་བའི་ཡོད། སྟོན་འདུལ་གྱི་སྟོན་རྒྱན་ནི་རྒྱ་
 གར་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་པ་རྗེ་ཏེ་རྣམས་སུ་ལ་བོད་མངའ་རིས་ལུ་ཐེབས་ཏེ་འདུལ་བའི་བཤད་རྒྱུན་དང་
 སྟོན་རྒྱན་སྟེལ་བ་ལས་སྟོབས་མ་སུ་ལ་ནམ་གསུམ་བེར་སྲུ་རྒྱ་སུ་ལ། ཀུན་སུ་ལ། བ་རྣམས་སུ་ལ་
 གསུམ་ལས་བརྒྱུད་དེ་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་བའི་བྱུང་གནས་སོགས་ཕྱོན་ཏེ་སྟོན་རྒྱན་ཚར་གཅིག་དར་
 ཡོད་རུང་དེང་སང་རྒྱན་མེད་པ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་གི་རྒྱལ་ལས་ཁོ་སྲུ་ལོ་རྩེ་བ་བུམས་པ་
 དཔལ་གྱིས་ཁ་ཚེའི་པན་ཚེན་ཤུ་གྱི་གདན་ས་ཏེ་དཔལ་གྱི་མཐའ་ཅན་གསུམ་བེར་ས་སྲུ་པན་
 ཚེན་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚོན་དཔལ་བཟང་པོ། རོ་རྗེ་དཔལ། བྱང་རྒྱལ་དཔལ་རྒྱ་བསྟན་པར་
 རྗེ་གས་ཞིན་མ་ལས་སྟེལ་བའི་སྟོན་རྒྱན་ལུ་བར་འདུལ་བེར་དེང་སང་བར་དར་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན།
 བོད་ལུ་འདུལ་བའི་སྟོན་རྒྱན་སྟོན་སྤྱད་བར་གསུམ་བཅི་སྟེལ་ཡོད་རུང་སྟོན་འདུལ་གྱི་རྒྱན་ཡུན་
 རིང་མ་དར་མ་ལས། བོད་ལུ་ཡོད་པའི་སྤྱད་འདུལ་བར་འདུལ་གཉིས་ཀའི་སྟོན་རྒྱན་ནི་སྟེལ་བཙོ་
 བརྒྱུད་ཡོད་མི་ལས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྲུ་བའི་ལུགས་གཅིག་རང་ཡིན། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་
 ལུན་ཏེ་ཤའི་སྟོན་རྒྱན་འདི་པལ་ཚེན་སྟེལ་བའི་སྟོན་རྒྱན་ཡིན་མ་ལས། བོད་ལུ་སྟོན་རྒྱན་གཞི་
 ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྲུ་བའི་སྟོན་རྒྱན་རྒྱང་མ་ཅིག་བཞག་ནི་བེར་སྲུགས་བཞེད་གནང་སྟེ། ཁོང་

གིས་སྒོམ་རྒྱུ་སྤེལ་མ་གནང་མ་ལས། དེ་ཡན་ཆད་ལུ་སྤྱེ་འགྱུར་རྙིང་མ་ཟེར་བའི་བ་སྤྱད་གྲགས་
པ་ཡིན།

༥ དེ་ལས་སྤྱོད་མངའ་རིས་སོགས་ལུ་ལོ་ཚེན་རིན་ཚེན་བཟང་པོས་ཚོས་མང་དུ་བསྐྱུར་བ་སོགས་
ཕྱིས་འགྱུར་གསར་མའི་བསྟན་པའི་འགོ་བཅུགས་ཏེ་བསྟན་པ་ལུ་བྱ་བ་རྒྱ་ཚེན་པོ་མངོད།

༦ དེ་ལས་བོད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱལ་གདུང་ལས་མངའ་རིས་སུ་རང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་སྤྲོ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ལུ་
དབོན་གྱི་སྐྱེ་བའི་ལས་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་མིའི་རོལ་གར་དུ་བྱོན་པ་སྐྱེ་གཅིག་མཚན་གསུམ་
ལུ་གྲགས་པ་རྩོམ་པོ་རྩེ་ལྷ་གཅིག་དེ་པོ་ཀ་ར་རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་ལས་བྱོན་ཏེ་བོད་དུ་ལོ་བཅུ་
གསུམ་བཞུགས། བསྟན་པའི་སྒོམ་ཉམས་མི་རྩེ་ལོག་སྤེ་རང་གཞིར་བཞེངས་སུ་གསོ། མདོ་
སྤྲུགས་གཅིག་ལུ་སྤྱིལ་ཏེ་ཉམས་ལེན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་སྤྱིལ་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་
པའི་གཞུང་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་བཅུམས་ཏེ་བཀའ་གདམས་ལུགས་གཏོད་གནང་ཅུག
ལུགས་དེ་རྒྱུར་བསྐྱུར་ན་ཉམས་ལེན་ལྷ་ཚོས་བདུན་ལྷན་ཟེར་གྲགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ལྷ་བཞི་དང་
ཚོས་གསུམ། ལྷ་བཞི་ནི། བསྟན་པའི་བདག་པོ་སྟོན་པ་ལྷ་ལྷ་བུ་ལ། བུམས་དང་སྤྱིང་རྩེའི་
བདག་པོ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས། ཕྱིའི་བར་ཆད་སེལ་བ་ལུ་རྩེ་བཅུན་འཕགས་མ་སྟོལ་
མ། བར་གི་བར་ཆད་སེལ་བ་ལུ་མི་གཡོ་བ། ཚོས་གསུམ་ནི་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ཉམས་
སུ་ལེན་ནི་ལུ་ལུང་སྤེ་སྟོད་གསུམ་དེ་ལུ་བཀའ་གདམས་གཞུང་པ་ཟེར། བཀའ་གདམས་མན་ངག་
ལུགས་ནི་ནང་གི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་བཏོན་འབད་མི་ཅིག་ཡིན། ཉམས་ལེན་ཡང་བཀའ་གདམས་
ཐིག་ལེ་བཅུ་དུག་ཟེར་ཡོད་པ་ལས། ཐིག་ལེ་བཅུ་དུག་ནི་རྩེས་ཏེ་བུ་ལུ་ནང་བསྐྱེ་ཉམས་ལེན་
འབད་ཐངས་ཅིག་ཡིན། དེ་ཡང་ལོ་རྒྱུ་ལེང་བ་ལེའུ་གཉིས་པ་ལས། སྤྲུལ་གྱི་ཐུ་བོ་སྐྱུན་རས་
གཟིགས། ཁྱོད་ཀྱི་རྩེས་འབྲངས་ཁོ་མོས་བསྐྱུང། ཁོ་མོའི་གདམས་པ་འདི་ལོངས་ལ། རྩེས་
སུ་འབྲངས་ལ་བསྟན་པར་གྱིས། སྐྱུ་བས་གནས་སྤྲོ་མ་ཏེ་པར་མངོད། ལུས་ནི་ལྷ་ཡི་རང་
བཞིན་ཏེ། འདག་ནི་བསྐྱུས་བཞེད་རྒྱུན་པར་མངོད། འཕྲོ་བ་མ་ལུས་པ་མར་སོམས། ཁེམས་ཀྱི་
གནས་ལུགས་སྟོང་པར་དཔྱོད། ལྷ་པོ་འདི་ཡི་སྐྱུ་བར་ནས། འདག་ཅུ་ཐམས་ཅད་དག་པར་

མཛོད། ཚེས་གསུངས་དོ་བརྒྱུ་སྟེ། རྗེས་དྲན་དང་པ། རྒྱབས་གནས་གྲུ་མ་དྲན་པར་མཛོད། །
 ཟེར་མི་འི་ནང་གྲུ་མ་བརྒྱད་པ་ལུ་གསོལ་འདེབས་དང་རྒྱབས་འགོ་བསྐྱུས་ཡོད། རྗེས་དྲན་གཉིས་
 པ། འགོ་བ་མ་ལུས་པ་མར་སོམས། ཟེར་མི་གིས་སེམས་བསྐྱེད་ལས་མཚོད་པའི་བར་བསྐྱུས།
 རྗེས་དྲན་གསུམ་པ། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྟོང་པར་དཔྱོད། ཟེར་མི་གིས་གཞུང་འཛིན་བྲལ་
 བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པར་གསལ་ཞིང་དེའི་ངང་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་མདངས་
 ལྟའི་ངར་ལུགས་ལ་བར་བརྟན། རྗེས་དྲན་བཞི་པ། ལུས་ནི་ལྟའི་རང་བཞིན་ཏེ། ཟེར་མི་གིས་
 རང་ལུས་ལྟ་སྐྱུར་དྲན་པར་བརྟན། རྗེས་དྲན་འདི་ལུ་སྐྱེད་རིམ་ཐིག་ལེ་བཅོ་ལྔ་དང་རྫོགས་རིམ་
 ཐིག་ལེ་གཅིག་བཅས་བརྟུ་ལོད། འདི་ལུ་བཀའ་གདམས་ཐིག་ལེ་བརྟུ་ལྷག་གི་ཉམས་ལེན་
 ཟེར་སྐྱབ་ཞིན། དང་པོ་བསྐྱེད་རིམ་ཐིག་ལེ་བཅོ་ལྔ་ནི། ཐིག་ལེ་དང་པ་ཕྱི་བཀོད་པ་བསམ་གྱིས་
 མི་ལྷབ་པའི་ཐིག་ལེ་ཐུབ་དབང་དང་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པའི་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཕྱག་སྟོང་སྐྱུན་སྟོང་
 གསལ་བ་ཡིན། ཐིག་ལེ་གཉིས་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་ཐུབ་དབང་གངས་ཅན་མཚོའི་རྣམ་པ།
 ཐིག་ལེ་གསུམ་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་སྐྱུན་རས་གཟིགས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ། ཐིག་ལེ་བཞི་པ་གོང་
 གི་ཐུགས་ཀར་འབྲོམ་སྟོན། དེ་བཞི་ལུ་རྟེན་གྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས་སོ། ཐིག་ལེ་ལྔ་པ་གོང་གི་ཐུགས་
 ཀར་ལུ་མ་ཚེན་ཤེས་རབ་པར་ཕྱིན། ཐིག་ལེ་དྲུག་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་ཐུབ་དབང་བདུད་འདུལ་
 རྒྱལ་སྐྱའི་ཆ་ལུགས། ཐིག་ལེ་བདུན་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་སྐྱུན་རས་གཟིགས། ཐིག་ལེ་བརྒྱད་
 པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་རྗེ་བརྟུན་མ་འཕགས་མ་སྟོལ་མ། ཐིག་ལེ་དབྱུ་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་སྟོལ་
 མ་དག་མོ། ཐིག་ལེ་བརྟུ་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་མི་གཡོ་བ། འདི་དྲུག་ལུ་བརྟེན་པ་ཡི་དམ་ལྟའི་
 ཐིག་ལེ་ཞེས་བཛོད། ཐིག་ལེ་བརྟུ་གཅིག་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་རྗེ་བོ་རྗེ་ཨ་ཉི་ཤ། ཐིག་ལེ་བརྟུ་
 གཉིས་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་འབྲོམ་སྟོན་རྒྱལ་བའི་བྱུང་གནས། ཐིག་ལེ་བརྟུ་གསུམ་པ་གོང་གི་
 ཐུགས་ཀར་བྱམས་པ་མགོན་པོ། ཐིག་ལེ་བརྟུ་བཞི་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་འཇམ་དཔལ་དབྱངས།
 ཐིག་ལེ་བཅོ་ལྔ་པ་གོང་གི་ཐུགས་ཀར་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་། འདི་ལྔ་ལུ་ཅ་བརྒྱད་སྟེ་མའི་ཐིག་ལེ་
 ཞེས་བཛོད། རྫོགས་རིམ་གྱི་ཐིག་ལེ་གཅིག་ནི་གོང་གི་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་ཐུགས་དབྱས་ལུ་ཡི་
 གོ་རྒྱུ་ལས་འབྲོས་པའི་ཅ་དང་རྒྱང་སོགས་ཀྱི་སྟོམ་ལུགས་ཚུ་ཡིན། རྗེས་དྲན་ལྔ་པ། དག་ལྔ་གས་

སུ་རྗེས་སུ་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྐྱེད་རིམ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྡན་པའི་སྐོ་ལས་ཐིག་ལེ་བརྩ་
 དུག་གི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་ཇོ་པ་བཞུགས་བརྗོད་འབད་མི་དང་། རྗེས་སུ་
 རིམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྡན་པའི་སྐོ་ལས་རྒྱུད་སྤྲུགས་དབྱེར་མེད་ཏུ་བྱས་ཏེ་དོ་རྗེས་བཞུགས་པ་
 འབད་མི་ཚུ་ཨིན། རོ་པོ་རྗེ་ལུ་སྐོ་བ་མ་ཁུ་རྗེས་འབྲོམ་གསུམ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་གོང་འོག་
 སོགས་བསྟན་པ་འཛིན་རུས་ཀྱི་སྐོ་བ་མའི་མཚོག་མང་པོ་དང་། ཡང་སྐོ་བ་སྐྱེ་མཚེད་གསུམ་དང་།
 ཁམས་པ་ལུང་པ་སོགས་ལས་གྲེས་ཏེ་པོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤོངས་ལུ་རྒྱལ་བའི་སྲས་པོ་བྱང་རྒྱལ་
 སེམས་དཔའ་ཁྱུ་གཅིག་ཏུ་བརྗོད། ལུལ་ལས་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་ཚེན་པོ་རྗེ་ཙོང་ཁ་
 པའམ་འཇམ་མགོན་སྐོ་བ་བཟང་གྲགས་པ་གིས་མཁན་ཚེན་ཚོས་སྐྱབས་བཟང་པོ་དང་། ལྷོ་བྲག་
 གྲུབ་ཚེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཚན་ལས་བཀའ་གདམས་ཀྱི་ཚོས་སྐོར་ག་ར་གསན་ཏེ་སྤྲུགས་ཉམས་
 སུ་བཞེས་ཏེ་གཞུང་འགྲེལ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཚེ་རྒྱུད་བརྩམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐོ་ལས་འཆད་
 སྤེལ་གྱི་མཛད་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་འདྲི་གིས་རི་བོ་དགོ་ལྡན་པའི་ལུགས་པོད་གངས་ཅན་ཙོ་མ་ལུ་མ་
 ཚད། སོག་པོ་དང་ཁ་ཚེ་ཇོ་ལྷ་རྩུ་རྩུ་བཀའ་གདམས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བྱུང་བྱུང་ཡོད། སྤྱིར་
 དགོ་ལྡན་པའི་དགོན་སྡེ་དང་གྲ་ས་བརྗོད་ལས་འདས་པ་ཡོད་ཅུང་བསྐྱེ་བ་ཅིན་སེ་ར། འབྲས་
 སྤྱང་། དགའ་ལྡན་ཟེར་གདན་ས་གསུམ་གྱི་ཚོས་རྒྱུད་འཛིན་མི་ག་རྣམས་ཨིན་མ་ལས་དེ་གསུམ་
 བྱང་བསྐྱེ་བ་ཨིན། ལུགས་འདྲི་འཁམས་པ་ཡང་རྗེ་ཡབ་སྲས་གསུམ་ཟེར་རྗེ་བརྩུན་ཙོང་ཁ་པ་ཚེན་
 པོ། རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཚེན། མཁས་སྐྱབ་དགོ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གསུམ་དང་། རྒྱལ་བ་
 དགོ་འདུན་སྐྱབ་ལ་སོགས་པའི་མཁས་པའི་རྒྱ་ཚང་བརྗོད་ཏེ་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་སོགས་དམ་
 པའི་ཡོན་ཏྲན་དགུ་གིས་སྐོ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསལ་བར་མཛད་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡན་ཆད་
 ལུ་རི་བོ་དགོ་ལྡན་པའམ་དགོ་ལུགས་པ་ཟེར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཨིན།

༥ མཁན་སྐོ་བ་ཚོས་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་ལུ་འདུལ་འཛིན་སད་མི་མི་བདུན་གྱི་གྲུལ་ལས་འཁོན་སྐྱེ་
 དབང་སྤང་གི་དཔོན་རྒྱུད་འཁོན་དཀོན་མཚོག་རྒྱལ་པོའི་སྲས་ལུ་ས་ཚེན་ཀུན་དགའ་སྤྱིང་པོ་ལྷངས་
 ཏེ་འབྲོག་མི་ལོ་རྩ་བ་ཤུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དངོས་སྐོ་བ་ཞང་དགོན་པ་བ་སོགས་ལས་རྗེ་བརྩུན་བིར་པའི་

གདམས་ངག་ལམ་འབྲས་སྐྱོར་སོགས་མདོ་སྡུག་གསར་ཉིད་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་གསན་
 བསམ་ཤིས་མེད་དུ་མཛད་དེ། རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་མདོན་སུམ་དུ་གདམས་པའི་
 བདུད་ཚིག་གནང་། མགོན་པོ་བེཅ་པ་དངོས་དང་ཞལ་མཇལ་ནས་གསར་སྡུག་གི་བསྟན་པའི་
 བདག་པོར་མངའ་གསོལ་ཏེ་གྲུབ་པའི་ས་མཐོར་གཤེགས། ས་སྐྱའི་ལུགས་ལ་སྦྱིར་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་
 དང་། རྣལ་འབྱོར་བླ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་སྡེ་ལའང་པ་རྒྱུད། མ་རྒྱུད། གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཟེར་གསུམ་དུ་
 དབྱེ་བ་གར་ལུ་སྐོམ་སྐྱུབ་གནང་རུང་ཁྱད་པར་དུ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དབྱེས་པ་དོ་རྗེ་འཇམ་ཀྱེ་དོ་རྗེ་ཅ་
 འདོན་མཛད་པ་ཡིན། དེ་ལུ་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་མ་རྒྱུད་དང་དང་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་གཉིས་མེད་རྒྱུད་དུ་
 འདོད་ལུགས་ཡོད་རུང་དོན་ལུ་འགལ་བ་མེད། ཚད་མ་བཞི་ལྟན་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་
 འདི་དབྱེས་དོར་གྱི་མན་ངག་ཡིན། དེ་ལུ་དབྱེ་བ་ཅིན་སྐྱང་བ་གསུམ་དུ་བསྟན་པའི་ལམ། རྒྱུད་
 གསུམ་དུ་བསྟན་པའི་ལམ། ཚད་མེད་བཞིར་བསྟན་པའི་ལམ། ལྟན་རྒྱུད་བཞིར་བསྟན་པའི་ལམ།
 རྟོན་འབྲེལ་ལྟར་བསྟན་པའི་ལམ་སོགས་ཀྱི་སྐོ་ལས་གཏན་ལ་པབ་པ་ཡིན། རྗེ་ས་ཚེན་ལུ་སྐོ་བ་མ་
 མཚོག་ཐོབ་པ་གསུམ། བཟོད་པ་ཐོབ་པ་བདུན་སོགས་རྒྱ་ཆེར་བྱང་མ་ལས་སྐྱའི་སྲས་རྗེ་བཙུན་
 བསོད་ནམས་ཚེ་མོ་སྐྱ་མཚེད་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་གཙོ་བོར་གྱུར། རྗེ་བཙུན་སྐྱ་མཚེད་ཀྱི་བུ་ཅུང་
 དཔལ་ཚེན་འོད་པོའི་སྲས་ལུ་འཇམ་དབྱངས་དུར་སྐྱིག་འཆང་བའི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ས་སྐྱ་པལྱི་ཏ་
 ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་བལྟམས། སྐྱ་རྒྱུད་ཀྱའི་སྐྱང་ལས་རིག་གནས་ཐམས་
 ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གཏེར་གྲོལ་ཞིང་། འཇམ་དཔལ་སྐྱ་བའི་སེང་གའི་ཡེ་
 ཤེས་ཀྱི་སྐྱས་མདོན་སུམ་དུ་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པས་ཤེས་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན། ཁ་ཆེ་པཎ་
 ཚེན་ལུ་ལྷོ་ལྷོ་ལས་བསྟེན་པར་རྗོགས་ཏེ་འདུལ་འཛིན་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་མཚོག་ཏུ་གྱུར། ལུ་
 ལྷོགས་ཀྱི་མཁས་པ་འཕྲོག་བྱེད་དགའ་བོ་ཡང་བྱི་མ་མེད་པའི་རིགས་པ་གིས་ཚར་བཅད་དེ། རྒྱལ་
 བསྟན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བ་དན་བསྐྱང་བ་ལས་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱ་པལྱི་ཏ་ཞེས་སྟན་པར་གྲགས་
 པའི་ར་བོ་ཆེ་འཇམ་གྱིང་གི་ས་གཡོ་བ་ཙམ་དུ་ལྷིར། སྐྱ་ཚེའི་སྐྱད་ལུ་གོང་མ་ཉོར་གྱི་རྒྱལ་པོའི་
 དཔུང་གིས་བོད་ལ་གཞོན་པ་བྱུང་ནིའི་ཉེན་ཁག་ལུ་གཟིགས་སྡེ་དེ་འདུལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་ནག་ལུ་
 སེབས། རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་པོ་གིས་ཚོད་བགམ་པའི་ཕྱིར་སྐྱ་མ་མཁན་ལུ་གོང་ཁྱེར་ནང་གི་ཆབ་

གསང་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་ཐུབ་པའི་གཞུང་མེད་ཁང་བཀོད་པ་མཛེས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་གཅིག་
 ལུ་སྐྱེལ་བཅུག་ཏེ་དེ་ལས་སྐྱུན་ངངས་པ་ད། ཞལ་ལས་རྟེན་འབྲེལ་སྡིང་པོ་གསུངས་ཏེ་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་པའི་མེ་ཏོག་གཏོར་ཏེ་ནང་དུ་བྱོན་ཅུག། ལོག་སྐྱུ་མའི་ཞལ་ཡས་ཁང་ཤུབ་མ་བཏུབ་པར་
 ལུས་ཡོད་པ་ལས་བྱང་ཕྱོགས་སྐྱེལ་པའི་རྣམ་ལང་ཟེར་ཤུལ་ལས་རྒྱན་ཚོད་རང་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་
 སོགས་ངོ་མཚར་བའི་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་སྲོད་པས་རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་དད་པར་བྱས་ཏེ་བདེ་བ་ཅན་དུ་
 གཤེགས། ད་བོན་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་གོང་མའི་བླ་མ་ལུ་གྱུར་ཏེ་རྩུ་འཕྲུལ་དང་ཚོས་བསྟན་པའི་
 སྐོ་ལས་རྒྱལ་པོའི་མཛད་པ་ལེགས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་ནས་མངའ་འབངས་སྤྱིད་ཅིང་བསྟན་པ་དར་
 བའི་གཞི་རྩ་བཅུགས། བོད་ཀྱི་དགེ་འདུན་ལྷན་མས་ཚོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་ཚར་གྱིས་ཚིམ་པར་
 མཛད། དེ་གི་རྟེ་མ་བོད་ལུ་རིག་གནས་ཀྱི་སྲོལ་ཆེར་མ་དར་བ་ལས་ཚོས་རྗེ་ལུ་ད་བོན་ཁོང་གཉིས་
 ཀྱིས་སྐྱེད་ལྷན་དང་གསུམ་སྟེ་བ་སྐྱོར་མངོན་བཟོད་སྒྲོམ་གར་གྱི་གཞུང་མང་པོ་བསྐྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཆེར་
 དར་བའི་བདག་སྐྱེན་མཛད་པ་ལས་ད་ལྟའི་བར་ན་ཡང་དར་བྱུང་བྱེ་ཡོད། དེའི་རྗེས་སུ་
 དཔལ་ལྷན་བླ་མ་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་དང་བདག་ཆེན་སྟོ་གོས་རྒྱལ་མཚན་སོགས་
 གཞུང་བརྒྱད་དང་། གཞན་ཡང་མཁས་པ་གཡག་རོང་རྣམ་གཉིས། རོར་རྫོང་རྣམ་གཉིས། ལོ་
 ལྷན་རྣམ་གཉིས། ཚར་ཆེན་ཡབ་སྐུ་སོགས་སྐྱེས་ཆེན་མང་དུ་བྱོན་ནས་བཤད་སྐྱེལ་རིང་ལུགས་
 ཀྱི་རྒྱུན་བརྒྱུང་ཞིང་། རོར། ལ་ལེན་ཏ། ཏ་ལག་ཐུབ་བསྟན་རྣམ་རྒྱལ། མཉམ་ཡོད་བྱ་ཚོད་
 གཤོངས་སོགས་ཚོས་སྟེ་སྐད་གསུངས་ཅན་ལེ་ཤ་བཏུབ་ཅུག། དེ་ཡན་ཆད་ལུ་དཔལ་ལྷན་སྐྱེལ་
 ཟེར་ཡོངས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན།

༥ དེ་ལས་ལྟོ་བྲག་མར་པ་ལོ་རྩེ་ཚོས་ཀྱི་སྟོ་གོས་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་ཏེ། དཔལ་རྣམ་པོ་སོགས་པའ་
 ཐུབ་ཀྱི་བླ་མ་མང་དུ་བསྟེན། བོད་ལུལ་དུ་བྱོན་ཏེ་བསྟན་པ་བསྐྱུངས་པའི་སྟོབ་མ་ཀ་བ་བཞི་ལས་
 སྐྱེལ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས་མི་ལ་བཞད་པའི་དོ་རྗེ་ཟེར་གངས་ཅན་ཅམ་མ་ཚད་འཛམ་གླིང་ཀུན་
 དུ་གསུངས་པའི་ཐུབ་པ་བྱེ་བའི་གཙུག་རྒྱལ། ཁོང་ལུ་སྤྱིར་ཐུབ་ཐོབ་ཀྱི་བྱ་སྟོབ་མང་དུ་བྱོན་པའི་ནང་
 ལས་མཚོག་དུ་གྱུར་པ་མཉམ་མེད་སྐུ་པོ་པའམ་དུགས་པོ་བློ་འོད་གཞོན་ཅུ་འདི་གིས་བཀའ་ལྷག་

གཉིས་འདུས་ཀྱི་གདམས་ངག་སྲོལ་བཏོད། ཁོང་གི་སློབ་བརྒྱུད་ལུ། བདེ་གཤེགས་མག་མོ་གྲུ་
 པ་ལས་མག་གྲུ་བཀའ་རྒྱུད། ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ལས་ཀམ་ཚང་བཀའ་བརྒྱུད།
 དཔོན་སློམ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱིང་པོའི་སློབ་མ་ཞང་བཙོན་འགྲུས་གཤགས་པ་ལས་ཚལ་པ་བཀའ་བརྒྱུད།
 འབབ་རོམ་དར་མ་དབང་ལྷག་ལས་འབབ་རོམ་བཀའ་བརྒྱུད། དེ་བཞི་ལུ་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་
 ཟེར་གཤགས། འབྲི་གྲང་། འབྲུག་པ། ལྷག་ལུང་། ཁོ་སྤུ་བ་ལ་སོགས་བཀའ་བརྒྱུད་ཚུང་བརྒྱུད།
 དེའི་ནང་ལས་མག་གྲུ་འགོ་མགོན་རིན་ཆེན་རྗེ་རྒྱལ་གྱི་སློབ་མ་མཐར་ཕྱིན་བྱ་བཞིའི་ནང་ཚན་
 རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་གྲུབ་ཐོབ་རྒྱལ་པོ་གླིང་ཆེན་རས་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ལྷོན་ཆེན་པོས། ས་ར་ཏ་
 པ་པོད་སྤྱུལ་དངོས་བྱོན་པེ། གྲུབ་ཐོབ་རྒྱལ་པོ་གླིང་ཆེན་རས་པ་འབྲུང་། ཟེར་མཚན་དངོས་སུ་
 ལུང་བརྟན་པ་འདི་བྱུང་། དེ་ལས་འཕགས་ལུལ་གྱི་བརྗི་ཏ་རྒྱ་རོ་ཏ་པ་དང་དུགས་པོ་ལྷ་འོད་
 གཞོན་ལུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱུལ་ལུ། ལྷོན་ཆེན་པོས། རྒྱ་རོ་བན་ཆེན་སྐྱུ་མའི་སྐྱར་སྤྱུལ་པེ། གཙང་
 པ་རྒྱ་རས་འབྲུག་དང་ར་ལུང་བྱོན་ཆེ། ཞེས་མཚན་དངོས་སུ་ལུང་བརྟན་པའི་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་
 རིན་པོ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་པོ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་བྱོན། ཁོང་གིས་བཀའ་བརྒྱུད་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་པོ་བཅུད་
 བསྐྱུས་ཏེ་གདམས་ངག་སྲོལ་པོ་གསུམ་ལུ་དྲིལ་ཏེ་སྲེལ་བར་མཛད། དེ་ཡང་རྟོགས་པ་སྐྱམ་པོ་པའི་
 ལུགས། གདམས་ངག་རས་རྒྱང་ལུགས། རྟེན་འབྲེལ་ཆོས་རྗེ་ཁོ་རང་གི་ལུགས་ཟེར་གདམས་
 ངག་སྲོལ་པོ་གསུམ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གཤགས་པ་འདི་བྱུང་། སྤྱིར་བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་ལ་རྒྱུད་ལྗེ་
 བཞི་དང་ལྷག་པར་རྣལ་འབྱོར་བླ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད། བདེ་མཚོག་དབྱེས་པ་རྟོ་རྗེ། གསང་བ་འདུས་
 པ། དུས་འཁོར། འཇིགས་བྱེད། མརྒྱ་མ་ཡ། ལྷག་ཆེན་ཐིག་ལེ་རྒྱ་གིས་གཙོས་པའི་རྒྱུད་ལྗེ་ལེ་
 བ་གི་སྤྱིང་པོ་ཉམས་ལེན་བཅུད་དུ་གིལ་བ་ཅིན་ལྷ་བ་ལྷག་རྒྱ་ཆེན་པོ། སློམ་པ་རྒྱ་རོ་ཆོས་དུག
 སྤྱིད་པ་རོ་སློམས་སྟོར་དུག་ཟེར་གསུམ་ལུ་བསྐྱུས་ཨིན། ཡང་ན་ཐབས་ལམ་རྒྱ་རོ་ཆོས་དུག
 གོལ་ལམ་ལྷག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཟེར་གཉིས་ལུ་བསྐྱུ་ཚུལ་ཡང་བཤད་ནི་ཡོད། ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་སློབ་
 མའི་ཆོགས་འབྱེད་ཐངས་གསུམ་བྱུང་བ་ལས། འཇིག་རྟེན་མི་ལུལ་ཙམ་མ་ཚད་ལྷ་དང་ལྷའི་
 གནས་ལུ་ཡང་ལྷ་ལུགས་དེ་ཡང་སློབ་མ་དང་པོར་ཆེ་བ་སྤྱིར་གཉིས། བར་དུ་ཆེ་བ་རྒྱ་འབྲས་
 གཉིས། ཐ་མར་ཆེ་བ་ལོ་རྒྱུད་གཉིས། ཟེར་ཡོད་པ་ལས་དང་པོར་ཆེ་བ་གཉིས་ནི། སྤྱི་རི་བ་ལེ་

ཤེས་མགོན་པོ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་ལ་པ་གཉིས། བར་དུ་ཆེ་བ་གཉིས་ནི། རྒྱ་ཡག་པ་དང་། འབྲས་མོ་བ་
 སངས་རྒྱལ་འབྲས་འདི་བཞི་ལས་བརྒྱུད་པ་ལུ་བར་འབྲུག་ཉི་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་ཟེར་གྲགས་ལུག་ བ་
 མར་ཆེ་བ་ལོ་ཚོད་གཉིས་ལས་རྒྱལ་བ་ལོ་རས་གྲགས་པ་དབང་ལུག་ལྟོ་མོན་སོག་ལུལ་ལམས་
 སྤྲད་ལུ་ཚོགས་པ་བསྐྱུང་བ་ལས་དེ་ལས་བརྒྱུད་མི་ལུ་སྤྲད་འབྲུག་ས་ཡི་རྟེགས་པ་ཅམ་ཟེར་མི་བྱུང་
 ལུག་ བ་མར་ཆེ་བ་གཉིས་པ། རྒྱལ་བ་ཚོད་ཚང་པ་མགོན་པོ་དོ་རྟེ་གིས་སྤྲད་ལྷོ་ཚོད་ཚང་བྲག་ལུ་
 གྲུབ་པ་གནང་བལྟགས་པ་ལས་ཚོད་ཚང་པ་ཞེས་པའི་མཚན་གྱི་སྟུན་གྲགས་བྱུང་། དེ་ཡིས་སྤེལ་
 བའི་ཚོས་རྒྱུད་ལུ་སྤྲད་འབྲུག་གནམ་གྱི་སྐར་མ་ཟེར་བའི་གྲགས་པ་བྱུང་། དེ་དག་རེ་རེ་ལུ་ཡང་
 གྲུབ་བརྟེས་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྤྲོད་པག་ཏུ་མེད་པ་དབྱར་དུས་ཀྱི་རྒྱ་པོ་བཟུམ་སྤེ་འཕེལ་ཏེ་དཔལ་
 ལུན་འབྲུག་པ་ལོ་ནའི་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱ་ཚོད་པོའི་ཉིན་ལམ་བཙོ་བརྒྱུད་བར་ལུ་བྱུང་ཡོད་
 པའི་མང་བའི་དཔེར་གསུང་ལུག། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་གི་མི་ལྗེད་འབྲུག་པ། འབྲུག་ལྗེད་སྤྲང་པོ།
 སྤྲང་ལྗེད་གྲུབ་ཐོབ། ཟེར་མི་འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྤྲུབ་ཡིན། ཚོས་རྟེ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་དཔོན་
 རས་རྩམ་སེངྒེ་སོགས་སེངྒེའི་མཚན་ཅན་དག། འཇམ་སྤྱུལ་ཡེ་ཤེས་རིན་ཆེན་སོགས་རིགས་
 གསུམ་རྣམ་སྤྱུལ་གསུམ། སྤྲིང་པོའི་བསྟན་པ་གསལ་བྱེད་འབྲུག་ཆེན་ཡང་སྤྲིད་དང་པ་རྒྱལ་དབང་
 ཀུན་དགའ་དཔལ་འབྱོར། ཡང་སྤྲིད་གཉིས་པ་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་གྱི་གྲགས་པ། ཡང་སྤྲིད་
 གསུམ་པ་ཀུན་མཁུན་པརྟ་དཀར་པོ། །དེ་ལས་རིམ་པར་བརྒྱུད་དེ་གཉུང་དང་སྤྱུལ་པ་གཉིས་ཀའི་
 ཆེ་བ་ལུན་པའི་མཐུ་ཆེན་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་བདུད་འཇོམས་དོ་རྟེ།
 མཐུ་ཆེན་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོས་ཆེབས་ལ་ལྟོ་ལུ་བསྐྱུར་ཏེ་སྤྲུབ་སྤོངས་ནགས་མའི་སྤོངས་ཀུན་དཀར་
 པོ་ལུག་གཅིག་ཚོས་ལུན་གྱི་རྒྱལ་ལབ་ལུ་བསྐྱུར། དེ་ལས་རྒྱུད་པ་བཟང་ལ་བར་མ་ཆད་པར་རིམ་
 གྱིས་བྱོན་ཏེ་ད་ལྟ་རང་ཅག་བསོད་ནམས་གྱི་སྐལ་བ་བཟང་པོའི་གོ་སྐལ་ལུ། རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་
 བཅས་པའི་ཞལ་སྐྱིན། དོན་བརྒྱུད་དཔལ་ལུན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཚབ། སྤྲུབ་སྤོངས་སྤྲེ་འགོ་ཀུན་
 གྱི་གཙུག་ནོར། ལམས་གསུམ་འགོ་བ་འདྲན་པའི་དེད་དཔོན། ལུབ་དབང་གཉིས་པ་མིའི་བོལ་
 ཏུ་བྱོན་པ། མཚན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཚན་ནས་བརྗོད་ན། རྒྱབས་རྗེ་མཚོག་
 སྤྱུལ་རིན་པོ་དག་དབང་འཇིགས་མེད་ཚོས་གྱི་གྲགས་པ། ཞེས་ས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་བྲུ་མར་

བཀའ་ཞིང་ཆེད་གྲུ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་གི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་འདྲི་ལགས་སོ།། འདྲི་ཡན་ཆད་ལུ་
བཀའ་བརྒྱུད་ཟེར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན། རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཀའ་རྒྱུ་རིམ་པར་བརྒྱུད་དེ་
ད་ལྟའི་བར་ལུ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས་བཀའ་བརྒྱུད་ཟེར་བའི་མཚན་དུ་ཆགས།

༥ གཉིས་པ་ཚོས་དར་བའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་རི་ལྟར་ཆགས་རྒྱལ་ལྟར་བཤད་ན། འཇིག་རྟེན་དང་
པོར་ཆགས་དུས་འབྱུང་བཞིའི་ཁམས་རབ་ལས་རི་རབ་རིན་ཆེན་བཞིའི་རང་བཞིན་དང་། འབྲིང་
ལས་གསེར་གྱི་རི་བདུན་གསེར་འབའ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པ་གཉིས་མཐོ་རིས་ལྷའི་ཡུལ་ལུ་བྱུང་།
ཁམས་ཐ་མ་ས་རྩལ་ལས་སྲིང་བཞི་མིའི་འཇིག་རྟེན་གྲུབ་སྟེ། ཁམས་རབ་དང་འབྲེས་པའི་རྟེན་
འབྲེལ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་འབྱུང་ཁུངས་ལེ་ཤ་བྱུང་། སྲིང་བཞིའི་ནང་ལས་སྟོ་སྲིང་ནམ་མཁའ་སྟོན་
པོའི་ལེབས་འོག ཡོངས་སྤྱོད་འཇམ་བུ་བློའི་ཤིང་རྟོག་མཚོར་ལྷུང་བ་གསེར་དུ་གྱུར་པའི་ཆ་ལས་
འཇམ་བུའི་སྲིང་ཟེར་མིང་བཏགས། སྲིང་འདྲིར་བསྐྱལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱལ་སྟོང་འབྲོན་ནི་ཨིན་མ་
ལས་སྲིང་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས། དེ་ལ་དེད་དུས་ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཁམས་ཆེན་
པོ་དུག རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞི། འདྲི་རྒྱ་གི་ནང་ལུ་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཆུང་སྟོན་པའི་གྲངས་༡༨༤ ཡུལ་
དང་ཡུལ་ཕྱན་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཚོད་པ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་ཚིགས་སུ་
གྱུར་པ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དེ། སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་བྱོན་པའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་
ཡིན། དེ་ལས་བརྩིས་པའི་དབྱས་ན་སྟོན་པ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་གནས་དོ་རྗེ་གདན་བྱང་ཆུབ་
ཤིང་གིས་བརྒྱན་པ་དང་། དེའི་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་གསུངས་པའི་
གནས་བྱ་ཚོད་སྤང་པོའི་རི། བདེན་བཞི་ཚོས་འཁོར་སྐྱོར་བའི་གནས་ལྷ་རྩ་ན་སྟེ། ཚོས་ཀྱི་སྟོབ་
གཉེར་གནང་སའི་བསྟོ་གནས་དཔལ་ན་ལེན་དང་བི་ཀ་མ་ཤྱི་ལ་ལ་གིས་གཙོས་པའི་གནས་ཆེན་
མང་། དབྱས་དེ་ལས་བརྩིས་པའི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ལུ་ཨོ་རྒྱལ་མཁའ་འགྲོའི་སྲིང་ནི། རང་བྱུང་ཉེ་རུ་
ཀའི་ལྷ་ཁང་སོགས་ངོ་མཚར་ཅན་མང་པོ་དང་། མཚོ་རྩ་ན་གོ་ཤ་ལྟོན་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་པར་
འབྱུང་གནས་འཁྱུངས་ས། རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཉི། སིན་རྩ་ཇ། ལུ་པ་རྩ་ཇ། སྟོབ་དཔོན་ལ་ཐ་པ་
དང་། དག་སྟོང་མ་དཔལ་མོའམ་ལྷ་མི་ཀ་ར་སོགས་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་པན་གྲུབ་གྲངས་

ལས་འདས་པ་བྱོན་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གསང་སྲུགས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཚོས་དར་ས་ཡིན། མཚོ་དྲ་
 བ་ཀོ་ཤ་ཟེར་མི་འདི་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་པའི་ས་ཅིག་སྟེ་དམིགས་བརྒྱང་མ་ཚུགས་རུང་ཨོ་རྒྱན་
 མཁའ་འགྲོའི་གླིང་ནི་དེང་སང་པ་གི་སྐྱོན་གྱི་ཞེང་ཆེན་པོ་ཤར་འི་ནང་སྲུ་ཟེར་མི་འདི་ཡིན། དབུས་
 རོ་རྗེ་གདན་ལས་བརྩིས་པའི་བྱང་གི་ཕྱོགས་ན་ཤར་ལ་ཚོས་རྒྱལ་བླ་བ་བཟང་པོ་ལས་ལྷ་ཡི་དབང་
 ལྡན་བར་ཚོས་རྒྱལ་གདུང་རབས་བདུན་དང་། རིགས་ལྡན་འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ་ལས་རིགས་
 ལྡན་འཁོར་ལོའི་བར་རིགས་ལྡན་གྱི་གདུང་རབས་ཉེར་ལྗེའི་རིང་བསྐྱུངས་དང་སྦྱོང་བཞིན་དུ་
 དཔལ་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ཚོས་འཁོར་སྐྱོར་བའི་གནས། དེང་སང་ངོས་འཛིན་སོག་ཡུལ་དང་བོད་
 གངས་ཅན་སོགས་ངེས་པ་ཡོད་པའི་ངོས་འཛིན་གདན་འཁེལ་མ་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷན་
 པར་འཕགས་པ་བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྱ། འཕགས་པ་སྐྱུ་རས་གཟིགས་ཀྱིས་གདུལ་བའི་
 ཞིང་། ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་པལྒྱ་ཀུ་ར་སྐྱུ་དངོས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པ། རི་ཐམས་ཅད་
 གངས་ཀྱིས་གཡོགས་པ། ལྷ་ཐམས་ཅད་བསིལ་ལ་དངས་པ། སྤོ་ཐམས་ཅད་སྐྱོན་དུ་སྦྱོེ་བ།
 རྩོན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པའི་མཐུ་ལས་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱི་གཏེར་ཁ་ཡོད་པ། རི་བྲག་ཐམས་
 ཅད་གྲུབ་གནས་ཀྱིས་གང་བ། ཚད་པའི་དབལ་རྒྱུང་བ། གདུག་པའི་སྟོག་ཆགས་ཉུང་བ། དུས་
 བཞིའི་རྣམ་འགྲུར་གསལ་བ། ཡུལ་བཀོད་སྐྱོ་ཚོགས་སུ་བཀྲ་བ་སྟེ། སྟོད་མངའ་རིས་ཞང་ལྷུང་།
 བྱུ་ཤ བྱ་རང་སོགས་སྐྱོར་གསུམ་རྗེང་གི་རྒྱལ་དང་། བར་དབུས་གཙང་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ན་དབུ་
 རུ་དང་གཡོ་རུ་གཉིས། གཙང་ན་གཡས་རུ་དང་རུ་ལག་གཉིས་ཏེ་རུ་བཞི་ཡུར་བའི་རྒྱལ། སྤྲད་
 མདོ་ཁམས་ཚ་བ་སྤྲང་། སྟོ་འབོར་སྤྲང་། འབྲི་རྗེ་བལ་མོ་སྤྲང་སོགས་སྤྲང་དུག་ཞིང་གི་རྒྱལ་ཡུ་
 ཡོད་པ། དེ་ཡང་རྒྱ་ནག་ཐང་རྒྱལ་རབས་གཉིས་པ་ཐེའི་རྩེང་གི་སྲས་མོ་ལྷ་གཅིག་འུན་ཤིང་ཀོང་ཚོ་
 གིས་ས་དབྱུང་གཟིགས་པ་ད། སྟོན་མོ་གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་བའི་དབྱིབས་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་དེའི་ཁ་
 གཞོན་ཡུ་བཞེངས་པའི་འཐའ་འདུལ། ཡང་འདུལ། རུ་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་བཞི་རེ་འབད་ཐ་ད་བཞི་
 གསུམ་བརྩུ་གཉིས་དང་། དབུས་ན་ལྷ་ལྡན་དགའ་བཞི་འཕྲལ་གྱི་ལྷ་ཁང་ངམ། དཔལ་ར་ས་
 འཕྲལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་། འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོ་
 བསྐྱབ་པའི་སྤྲོང་ལུ་ཆགས་ཤིང་། རྒྱ་འཕྲལ་སྤུལ་པའི་བཟོ་བོས་དངོས་སུ་བཞེངས་པ། ཉེན་གྱི་

གཙོ་བོ་ཇི་ལྟར་གསུམ་དང་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པའི་ལྷ་བརྒྱད་སོགས་སངས་རྒྱལ་སྤྱུལ་པའི་སྐྱེ་
 དངོས་དང་ལྷ་དང་པར་མེད་པ་མང་པོ་བཞུགས་པ། དགའ་ལྷན་ལྷ་ཡུལ་ན་ཡང་དོ་མཚར་གྱི་སྒྲིང་
 གཞིར་བྱེད་པ། རྒྱ་མི་བས་ཀྱི་དབུ་ཅེ་མཐོང་བས་ཀྱང་རྒྱུད་ལ་བྱིན་ལྷ་བས་འཇུག་པ་བཅས་ཡོད།
 དེའི་སྐོར་རྒྱུད་གཡོ་རུའི་ས་ཆ་ན་དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་མི་འགྲུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་
 ཁང་། ལྷོང་ཁང་རྒྱ་གར། བར་ཁང་ཡི་ཡུལ། འོག་ཁང་རྒྱ་ནག་གི་ལུགས་སུ་བཞེངས་པའི་
 ལུགས་གསུམ་བསམ་ཡས་མི་འགྲུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དབུས་རི་རྒྱལ་ལྷན་
 པོའི་ཚུལ་དུ་བཞེངས་པ། དེའི་འཁོར་ལུ་སྒྲིང་བཞི། སྒྲིང་ཕན་བརྒྱད། ཉི་ཟླ་ཡུལ་ལྷག་འོག་རོ་
 མོ་སྒྲིང་གསུམ་དང་བཅས་པ། རྟེན་གཙོ་བྱང་རྒྱབ་ཆེན་པོ་སོགས་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་རྟེན་བསམ་
 གྱིས་མི་བྱུང་བ་བཞུགས་ཤིང། མཁའ་སློབ་ཚོས་གསུམ་ཞལ་འཛོམས་ནས་རབ་དུ་གནས་པའི་
 མེ་ཏོག་འཐོར་བས་ཉི་འོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་ན་བྱིན་ལྷ་བས་ཆེ་བ། མཐོང་ཐོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐོབ་ཚད་
 ཕྱིར་མི་སྲོག་པའི་སྐྱལ་ལྷན་དུ་བྱས་པ། དེ་སོགས་རྟེན་གསུམ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྣམ་
 གངས་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད། གཞན་ཡང་སྟོང་མངའ་རིས་ན་གངས་བྲག་ཉི་ཤུ། བར་དབུས་
 གཙོ་བོ་ལྷ་སྐྱབ་གནས་ཉེར་གཅིག་སྟེང་མདོ་ཁམས་ན་གནས་ཆེན་ཉེར་གཅིག་གངས་ཆེན་བཞི།
 གྲགས་པའི་མཚོ་ཆེན་བཞི། སྐས་ཡུལ་རྒྱལ་པོ་གསུམ། ལྷང་ལྷ། སྒྲིང་དུག་ཡུལ་ཕན་བརྒྱ་ཅ་
 སོགས་ཡོད། ཡུལ་གྱི་དགེ་བཅུ་ཚང་ཞིང་། སའི་བཙན་བརྒྱུང་འཛོམས་པ། མདོར་ན་བསེལ་
 ལྷན་གངས་རིས་བསྐྱར་བའི་ཡུལ་འདི་སྟོན་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ལུག་
 ལ་བཀའ་གཏང་བ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་འཕྲུལ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འབྱུང་ཞིང། མདོ་རྒྱུད་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་པོའི་ཟབ་དོན་ཡི་གེ་དུག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་གདུལ་བའི་སྒྲིང་ལུ་རྒྱས་བཏབ་པ་ལས་
 བརྟེན། ཨ་ལོ་ལོ་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་ལས་རང་མ་ཁི་བརྟེ་རང་ཤེས་སུ་འོང་བའི་དོ་མཚར་ཅན། དེ་
 ལས་དབུས་རྗེ་རྗེ་གདན་ལས་བཅུ་པའི་སྟོ་ཕྱོགས་ལུ་འཕགས་པ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་རྗེ་བཙུན་
 མ་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མའི་བཞུགས་གནས་རི་བོ་པོ་ཏུ་ལའམ་རི་བོ་གྲུ་འཇིག། རི་དེ་གི་གཤམ་ལུ་རྗེ་
 བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྐྱོལ་མ་གིས་ལྷའི་ཚོགས་ལུ་ཚོས་སྟོན་པ། རི་དེའི་སྐྱེད་པར་འཕགས་མ་
 འོད་ཟེར་ཅན་མ་གིས་གཞོན་སྐྱེན་གྱི་ཚོགས་ལུ་ཚོས་སྟོན་པ། རི་དེའི་ཕེ་ལོ་ལུ་འཕགས་པ་བྱུགས་

རྗེ་ཚེན་པོ་གིས་ལྷ་འོ་ཚོགས་ལུ་ཚོས་སྟོན་ཏེ་བཞུགས་པའི་གནས་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ཡོད། དེར་སང་
 རྒྱ་ནག་ཤར་སྟོན་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲིང་ཕྱན་ཕྱུ་ཏོ་ཤར་ཟེར་སྐབ་མི་འདི་ཡིན། དབུས་དོ་རྗེ་གདན་ལས་
 བརྩིས་པའི་ཤར་ལུ། ཤར་རྒྱ་ནག་རི་བོ་རྩེ་ལྷ། མདོ་སྡེ་སངས་རྒྱས་པལ་པོ་ཆེ་ལས་ལུང་བསྟན་
 པའི་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་རིགས་ལྷའི་གནས། པརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལས། སྟོན་དཔོན་དུ་ཉར་
 བཀའ་པོའི་ཞལ་ན་རེ་རྒྱ་ནག་གླི་ཏུ་དེ་ཤན་བྱ་བ་ལེ་རི་བོ་རྩེ་མོ་ལྷ་རུ་ཡོད་པ་ལས་ཅེ། དབུས་ཀྱི་རི་ལ་
 པོ་ཏེ་རྩེ་ཞེས་ཟེར་ཅེ། དེ་ན་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷ་རྒྱུར་པ་བཞུགས་ཅེ། ཤར་ཕྱོགས་ཨ་ཁ་རྩེ་རི་རྩེ་
 ཞེས་ཟེར་ཅེ། དེ་ན་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་བཞུགས་ཅེ། སྟོན་ཕྱོགས་གྲོ་ན་རི་ཡི་རྩེ་ཞེས་
 ཟེར་ཅེ། དེ་ཡི་རྩེ་ལ་འཇམ་དཔལ་རྫོན་པོ་བཞུགས་ཅེ། ལུ་བུ་ཕྱོགས་ཨ་པ་རི་ཡི་རྩེ་ཞེས་ཟེར་ཅེ། དེ་ན་
 འཇམ་དཔལ་སྐྱེ་བའི་སེངྒེ་བཞུགས་ཅེ། བྱང་ཕྱོགས་སིག་ཏེ་ཨ་ཁོ་རི་ཡི་རྩེ་ཅེ། དེ་ན་འཇམ་དཔལ་རི་
 མ་མེད་པ་བཞུགས་ཅེ། རྩིས་འདི་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷ་རྒྱུར་པས་གསུངས་ཅེ། ཞེས་གསུངས་
 ཡོད་པའི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་འདི་ལུ་སྟོན་ཁང་བརྒྱལ་སྟོན་པ་དང་། ཚོས་རྒྱལ་ལྷ་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་
 མཚོད་རྟེན་བྱེ་གཅིག་བཞེངས་པའི་གསུངས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིང་སྐལ་ཡོད་པའི་མཚོད་རྟེན་བཅས་
 གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད། ད་སྟོན་སྟོངས་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནི། དབུས་དོ་རྗེ་གདན་ལས་
 བརྩིས་པའི་ཉི་མ་བྱང་ཕྱོགས། བྱང་ཁ་བ་ཅན་ལས་བརྩིས་པའི་ཉི་མ་སྟོན་ཕྱོགས་ལུ་ལྷོ་ན་སངས་
 རྒྱས་གཉིས་པ་གིས་བྱིན་བྱིས་རྒྱབས། འཕགས་པའི་ས་ལ་བཞུགས་པའི་སྐྱེས་ཚེན་གངས་ལས་
 འདས་པ་བྱོན་ཏེ་དམ་པའི་སྟོན་ཚོས་དར་བར་མཇེད་པའི་ཁ་བཞི་སྟོན་སྟོངས་འབྲུག་གི་ཞིང་།
 དབུས་ན་ལྷོ་ན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པའི་གནས་བུམ་ཐང་སྐྱེ་རྗེས་དང་ཚོས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྐམ་པོ་
 གིས་བཞེངས་པའི་བྱམས་པ་སྟོན་ཁང་གིས་གཙོས་པའི་སྟོན་ཁང་དང་གནས། དཔོན་སྡེ་བྱིན་རྒྱབ་
 ཅན་ཀྱི་གང་སྟེ་ཡོད། ལུ་བུ་ཕྱོགས་ལུ་སྐར་རོ་སྟག་ཚང་དང་སྐྱེར་རྒྱུ་སྟོན་ཁང་། སྐྱེངས་ཐིམ་འཕགས་
 པའི་སྟེ་ཚེན་པོ་གིས་གཙོས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་བྱིས་གང་བ། ཤར་ཕྱོགས་སྐྱེར་སྟོན་སེངྒེ་རྗེ་
 དང་སྐས་ལུ་ལ་པད་མ་གྲིང་། ཨ་བརྒྱ་གནས། སྟོན་པ་སྟོར་ར་དང་མཚོད་རྟེན་སྟོར་ར་གིས་
 གཙོས་པའི་བྱིན་ཅན་བྱི་གནས་མང་ཞིང་། སྟོན་ཁ་བུག་རྒྱ་ཡི་ལས་སྟོན་དཔལ་དང་འབྲོར་པ་མ་ལུས་
 པ་འདྲེན་པ། བྱང་ཁ་བུག་གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་རི་བོ་རྩེ་གིས་གནས་སྟོན་པོ་དགུང་དུ་བཏེགས་

སའི་བར་ལས་དངས་གཙང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་འབྲེན་པ། མདོར་ན་སྟོད་ཐམས་ཅད་དར་དཀར་གྱི་ཡོལ་
 བ་སྤྲིངས་པ་ལྟར་གངས་རིའི་ར་བ་དཀར་ཞིང་མཛེས་པ། བར་ཐམས་ཅད་ཞིང་འབྲོག་གཡུ་ཡི་
 གཞོང་བ་སྦྱིད་ཅིང་སྡོལ་ལྡང་ནེ་ཚོའི་ལུས་ལྟར་མཛེས་པ། སྤྲད་ཐམས་ཅད་གཙང་རྒྱ་སྟོན་མའི་ར་
 རྒྱབས་སུ་ཉིག་གི་དོ་ཤལ་ཡོན་ཆབ་སུལ་བ་ལྟར་འབྱེལ་བའི་སྡོངས་འདི་ལྟ་སྒྲུ་མི་གསུམ་དཀར་
 སྦྱིད་དཔལ་ལ་རོལ་པའི་དགོ་བཅུ་ཚང་བའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་འཛེམ་བུའི་གླིང་ཚམ་ན་སྦྱེ་
 བོ་ཀུན་གྱི་འདུན་མ་བྱེད་ས། ཚོས་དང་དཔལ་འབྱོར་ཡ་མ་བུལ་བར་གནས་པའི་ཡུལ་སུན་སུམ་
 ཚོགས་པ་འདི་ཞིན། འདི་ནང་ཡོད་པའི་སྦྱེ་བོ་ག་ར་པོ་ཐམས་ཅད་ལག་རྩལ་དང་རིག་རྩལ་ཆེ་ཞིང་
 བཟོ་ཡི་གནས་ལ་མཁས་པ། མོ་ཐམས་ཅད་མཛེས་པའི་ཁྱད་ཚོས་མཚུམ་དང་དམིད་ཀྱི་འདབ་
 བརྒྱ་བཞད་པ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པའི་རོ་མཚར་འབྲུམ་དང་ལྡན་པ། ལྟ་ཚོས་དགོ་བ་བཅུ་དང་མི་ཚོས་
 གཙང་མ་བཅུ་དུག་གི་ལམ་ལ་གནས་པ། ལྷག་པོ་འབྱོར་ལྡན་ལས་ཀྱང་མཁས་པ་དང་ཡ་རབས་
 ལ་བསྟོད་ཅིང་བཀྱར་བ། མ་རབས་དང་སྤྲིག་སྟོད་ལ་སྤྲད་ཅིང་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པའི་ཡུལ། འདི་
 ཕྱིའི་རེ་ལྟོས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལུ་སྤྲ་མར་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ལགས་སོ།།

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དམ་ཚོས་བྱུང་རྒྱལ་དང། །བསྟན་པ་གནས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་བཅས།།
 མདོར་བསྟུས་དང་པོའི་ལས་ཅན་བཤོ་སྐལ་དུ། །དད་པ་སྦྱིད་པའི་ས་བོན་རྒྱལ་དུ་བྲིས།།

དེ་ལས་སྤྲན་པའི་དགོ་རྩལ་འགྱུར་སྤིད་ན། །གཏན་གྱི་འདུན་མའི་ལམ་བཟང་འཐོབ་པར་སྟོན།།
 རོངས་པ་མཆིས་ན་ལྟ་དང་སྤྲ་མར་བཤགས། །ལེ་ལོ་གསུམ་ལྡན་ཚོས་བསྟན་མིང་གིས་བྲིས།།

སྤྱི་ཚོས་ ༡༩/༤/༢༠༡༥

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ངག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེའི་སྐྱ་གསུང་བུགས་སྐུལ་རིམ་ཕྱོག་གི་མཛད་རྣམས་
མདོར་བསྐྱེད་དང་དེའི་གདུང་བརྒྱུད་ཨ་ཐང་སྐུལ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་སློབ་གསུང་དབྱེས་པའི་གཉེན་མཆོག།

སློབ་དཔོན་དགོན་མཆོག་ཚེ་རིང་།

༣ རྣམས་འདྲེན་སློབ་ཚུལ་སྤོང་བ་བསྐྱེད་བཟང་དག་པའི་ཞིང་འདི་རུ། །སྐལ་ལྷན་ཚོགས་རྣམས་
འདྲེན་ཕྱིར་མཁུལ་བཅེའི་ཆ་ཤས་རྗེས་པའི་དབྱུག། །ལུ་བདོ་འགོ་བའི་སྐྱུག་རུམ་བསལ་ལ་སླིང་
སློབས་ལྷེ་མེད་པ། །བྱ་རམ་ཤིང་པ་ཁྱོད་ལ་སྐྱ་བྱིན་བྱ་པས་སླིང་ནས་འདུད། །གཉིས་སྐྱང་རྟོག་
པའི་བྱ་བ་བསྐྱེད་ཏེ་གདུལ་བྱར་བྱམས་བཅེས་གཟིགས། །མ་རུངས་དག་རྣམས་བསྐྱེད་ནས་
སྲིད་གསུམ་ཡངས་པའི་ཞིང་འདི་རུ། །བརྒྱུད་སྤེ་བཞི་ཡི་བདག་པོ་ཡིན་ཕྱིར་སྐྱུགས་འཆང་འཛིན་
པ་སྟེ། །སྐུལ་འདས་གོངས་མི་མངའ་བརྒྱ་ཀུ་རའི་ཞབས་ལ་འདུད། །སློབ་སློབས་པད་མོའི་ཚལ་
འདིར་སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པའི་སློག་ཤིང་བཅུགས། །སྐྱེད་སློབས་སྐྱེ་འགོ་སྐྱེན་ཕྱིར་ཡང་སྲིད་
གསེར་སྤོང་རྒྱན་མི་ཆད། །ཕྱག་ན་པད་མོ་བསམ་བཞིན་སློབས་འདིར་མི་ཡི་རྒྱར་ལུགས་
པ། །མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེའི་ཞབས་ཀྱི་པད་མོར་དད་ཕྱག་འཚལ། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་
བའི་འཕྱིན་ལས་འདུས་པའི་དམིད། །མཚན་བཟང་དཔལ་འབར་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱར་སྐུལ་
པ། །རང་སེམས་རང་ལོར་བྱིན་པའི་རྒྱལ་བའི་ས། །འཛིན་པའི་གསུམ་ལྷན་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་
མར་འདུད། །དབྱུག་པའི་གཞུང་ལ་སྐྱུངས་པའི་མཐུ་ཚུང་བས། །རྗེས་བྱེད་སྐྱེན་ཚོགས་ལ་སོགས་
དབེན་ན་ཡང་། །མཚན་ལྷན་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་ལ་བརྟེན་ནས། །རང་སློབ་གོམས་ཕྱིར་
གཏམ་འདི་སྐྱེ་བར་སྟོ། །ཞེས་མཚོད་པར་བརྗོད་པ་དང་བརྒྱུམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་ལེགས་བཤད་
གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་སློབ་དུ་བཏང་སྟེ་རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་རྗེ་ལུང་མེད་ལུ་ལུང་། །ཚོས་མེད་ལུ་
ཚོས་ཟེར་སྐྱབ་སྟོལ་ཡོད་དོ་བརྒྱུམ་སྟེ། །ཕྱི་སྤྱིང་ཀ་སྟེ་ཤིང་གི་ར་བས་བསྐྱོར་བ་དང་ནང་རྒྱལ་སྟོན་
འབངས་གསུམ་ཞི་བདེ་རང་དབང་གི་ཐོག་ལུ་སྟོན་དེ་ཡོད་པ་མ་ཚད། །མཚོ་མེད་སེམས་ཅན་བྱ་
དང་བྱིའུ་ཚུང་རྒྱ་ཡང་བག་ཐེབས་པའི་རང་ལུ་སྟེད་ཚལ་རྣམ་པར་བཟླ་བའི་ས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཡན་
ལག་བརྒྱད་ལྷན་གྱི་རྒྱ་པོ་ནམ་ཡང་རྒྱན་ཆད་མེད་པའི་གཡུས་ཕྱི་ལྷར་ས་དོ་རི་བྲག་གི་རྣམ་པ་ནང་

ལྷར་གནས་མཚོག་འོག་མིན་གཉིས་པའི་ཞིང་བཀོད། རོན་གྱི་སྤང་དུ་མཚན་ནས་སློམ་ན་རང་
 ཡུལ་སྤྱིད་པའི་སྤོངས་ཟེར་རུང་འད། འབྲུག་སྤོངས་སྤོངས་ཚོས་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཟེར་རུང་འད།
 འཛམ་བུ་སྤྱིད་གི་ལོ་རུ་ཟེར་རུང་འད། མདོར་ན་ཚོས་སྤྱིད་གཉིས་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དབང་ཕྱུག་
 བརྒྱད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཚུ་གི་མངའ་འོག་ལུ་རང་ལུགས་ལམ་སློལ་གྱིས་ཕྱུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་
 རང་ཚོས་མེད་སར་ཚོས་གྱི་བསྟན་པ་འགོ་བཙུན་གནང། སྤྱིད་གྱི་ལམ་ལུགས་སྤྱིད་སྤྱིད་མེད་སར་
 ལམ་ལུགས་འགོ་བཙུགས་གནང་མི་ལམ་སློལ་གྱི་བདག་པོ་བཀའ་རིན་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་
 པ་སློན་ཕྱོན་རྒྱལ་བ་ཡོངས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་མེ་ཏོག་འཐོར་བ། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་
 གྱི་གདུལ་ཞིང་འདིར་ཐུགས་བཅེ་བླ་ན་མེད་པ་བཞེས་ཏེ་སྐལ་ལྷན་གདུལ་བྱ་ནམས་འཇུག་མེད་
 གཏན་གྱི་བདེ་བར་བཀོད་ཐབས་ལུ་ལུང་གིས་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་པའི་སྤྱེས་བུ་ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རིན་པོ་
 ཚེད་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་རྣམ་སྤྱུལ་འཕགས་མཚོག་ཕྱག་
 ན་པད་མོ་སྟོ་མོན་སྤྱེ་འགོ་ཡོངས་གྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་མཚན་བཟོད་པར་དཀའ་
 ཡང་ལག་གཉིས་པད་མོ་སྤྱིང་ཁར་བུམ་སྟེ་མཚན་ནས་སློམ་ན་དག་དབང་བདུད་འཛམས་རྩི་རྩི་
 ཞེས་མཚན་གྱི་སྤོངས་གྲགས་ཕྱོགས་བཅུར་བྱལ་པའི་སྤྱེས་མཚོག་དམ་པ་འདི་ཉིད་གྱི་སྤོངས་
 སྤྱིད་པའི་ཡུལ་འདིར་ཆབ་སྤྱིད་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་བཟོད་གྱིས་མི་ལང་བ་ནམ་མཁའི་
 མཐའ་དང་མཉམ་པ་དང་གཏིང་དཔག་པར་མི་ལུས་པ་རྒྱ་མཚོ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་ལས། ང་བཟུམ་
 མིའི་མི་སལ་པ་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཏྲག་བྱལ་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ་པའི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ཚུ་ག་
 ཏེ་བཟོད་ཚུགས་པ་སྤོངས་སྤྱིད་ཡུལ་དུ་ཡང་མ་ཤོང་པའི་མཛད་པ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་གཡུས་ཁ་གི་
 མི་རྒན་ཤོས་ཚུ་ལས་གོ་མི་དང་མཁས་པའི་ཕྱག་རྩེས་རྒྱལ་རབས་དང་ཚོས་འབྱུང་སོགས་ལུ་གཞི་
 བཞག་སྟེ་བླམ་ཞབས་དྲུང་མཚོག་གི་སྤྱི་གསུང་ཐུགས་སྤྱུལ་གྱི་མཛད་རྣམ་མདོར་བསྐྱེད་ཅིག་དང་
 ལྷག་པར་དུ་ཏེ་མ་གི་བླ་སློབ་མཁས་པའི་དཔེ་དཔེ་དང་ཕྱག་བྲིས་ཚུ་ནང་བུར་ཅམ་རེ་ལས་གསལ་
 ཏོག་ཏོ་ཅིག་མཇལ་སར་མེད་པའི་ཨོ་ཐང་ལུ་ཡོད་པའི་ཞབས་དྲུང་འཛིགས་མེད་ལོར་བུའི་སྤྱི་
 མོའི་རིགས་བརྒྱད་གསེར་གྱི་སྤོངས་བདེ་བ་དེ་དང་གིས་ད་ལྟོ་རིགས་བརྒྱད་འཛིན་མི་ཚུ་ལུ་འདྲི་བསྟན་
 འབད་དེ་ཅི་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་གྱི་ཐོག་ལས་བྲིས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

༡༽ ཞབས་དྲུང་གི་སྐྱུ་གསུང་སྤྱགས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱེལ་རིམ་པར་བྱོན་ཚུལ་མདོར་བསྟུན།

གནས་མི་འདྲ་ལྟོ་རོང་སྐྱིད་པའི་ཞིང་། །སྒྲུལ་སྟོན་མཚོག་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གྲུ་འཁྲུངས། །པ་མཚན་
 བཟང་ཞབས་དྲུང་མཚན་ཅན་འཁྲུངས། །ཁོང་བྱིན་ཅན་སྤྲོ་མའི་ཞབས་ལ་འདུད། །ཟེར་བའི་
 མཚོད་པར་བརྗོད་པའི་སྐྱུ་ཚོག་གིས་མདུན་བསྟུ་སྟེ། །ཨ་ཐང་ལུ་འཁྲུངས་ཡོད་པའི་ཞབས་དྲུང་
 སྤྱགས་སྐྱེལ་འཛིགས་མེད་ནོར་བུའི་སྐྱེས་མོ་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་པའི་ཞོར་ལ་བཀའ་བྱིན་མཚུངས་མེད་
 དམ་པ་སྤྲོམ་ཞབས་དྲུང་གི་རྣམ་སྐྱེལ་རིམ་པར་བྱོན་ཚུལ་ཡང་ང་བཅས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་ཅིག་
 འདུག་ཟེར་མཚོ་སྟེ། །འབྲུག་དཀར་པོ་དང་གཞན་མཁས་པ་རྩ་གིས་བྲིས་ཡོད་མི་ལུ་གཞི་བཞག་
 ལྟེ་དུམ་གྲ་ཅིག་ལྷ་ནི་ཡིན། །དེ་ཡང་སྤྲོམ་ཞབས་དྲུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེལ་སྐྱུ་རིམ་པ་
 གསུམ་སྟེ་བྱོན་དགོ་མི་འདི་ཡང་གཙོ་བོར་ཞབས་དྲུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་སྐྱི་ལོ་^{༡༦༥༡}
 ལོར་དགྲུང་ལོ་^{༥༥} བཞེས་པའི་སྤྱགས་ཡོས་ལྷམ་^༣ པའི་ཚེས་^{༡༠} ལུ། དགོངས་པ་ཚོས་ཀྱི་
 དབྱིངས་སུ་སྤྱགས་དམ་ལུ་བཞུགས་ནི་ཡིན་ཟེར་སྟེ་སྟེ་དབྱུ་མཛད་དང་དྲུང་དམ་ཚོས་རྣམ་
 གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་འབྲུག་སྐྱེན་སྟོངས་ཚོས་ཀྱི་ཞིང་འདི་འདི་ཚོས་སྟེ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཕྱག་ལུ་
 གནང་མི་ཡོངས་ལུ་མ་འོངས་ལུང་བསྟན་དང་ཞལ་བཀོད་རྩ་རྒྱ་ཆེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་གནང་མ་མ་ཚད།
 ལྷག་པར་དུ་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་རང་ཉིད་སྐྱུ་མཚམས་ལུ་བཞུགས་ནི་མ་གཏོགས་དགོངས་པ་
 རྫོགས་སོང་ཡི་ཟེར་བའི་འུར་གཏམ་རྩ་ལོ་རོ་^{༡༢} ཀྱི་བར་གསང་སྟེ་བཞག་དགོ་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 གསུངས་གནང་མ་བཞིན་དུ་སྟེ་སྟེ་ལི་རབས་^༤ ཀྱི་རིང་གསང་བའི་ཐོག་བཞག་ལུག་ དེ་
 འབདམ་ད་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱུ་མཚམས་ལུ་བཞུགས་པའི་ལོ་རོ་འདི་ཨ་ཙི་རེ་མ་མཐུན་མ་ཡོད་
 མི་འདི་ཡང་དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་དྲུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ནང་འབད་བ་
 ཅིན་སྟེ། །སྐྱུ་མཚམས་ལུ་བཞུགས་པའི་དུས་ལུ་ན་དེ་བྱུང་ཤོས་ལོ་གངས་^{༢༥} དང་མཐོ་ཤོས་ལོ་
 གངས་^{༢༤} ཟེར་འཁོད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་འབྲུག་དཀར་པོའི་ནང་ལུ་ལོ་རོ་^{༡༢} ཀྱི་རིང་སྐྱུ་

¹ དྲུང་ཆེན་སངས་རྒྱལ་རྗེ་རྗེ། དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར། རྫོང་ལ་གོང་འབྲེལ་ལྟོག་ཚོགས་ནས་
 ༡༩༩༩ལོར་དཔར་དུ་བསྐྱུན་པ།

མཚམས་ལུ་བཞུགས་ལུག་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག² ཡིན་རུང་གདན་ས་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་
 ལོ་རྒྱུས་ནང་ལུ་འབད་བ་ཅིན། ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་མཚམས་ལ་བཞུགས་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་
 པ་ལས། ཞིང་དུ་གཤེགས་ཡོད་པའི་གཏམ་རྒྱུར་ཙམ་ཡང་མ་གསུངས་པར་གསང་བ་དམ་པོར་
 མཛད་པ་ནས་མི་ལོ་⁴⁰ ལྷག་ཙམ་དང་སྡེ་སྲིད་ཁྲི་རབས་, གྱི་རིང་³ ཟེར་གསུངས་མི་ལུ་བལྟ་
 བ་ཅིན་གོང་གི་ཚུ་དང་མ་འདྲམ་སྡེ་བཀོད་ཡོད་པ་ལས་འདི་ལུ་དབྱུང་དགོཔ་འདུག་ཟེར་ལུ་མི་ཡིན།
 ཞབས་རྒྱུང་མཚོག་སྐུ་མཚམས་ལུ་བཞུགས་པའི་བྱུལ་མ་ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་འཇམ་
 དཔལ་ཚོ་རྗེའི་སྐུལ་སྐུ་དང་པ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་སྐུ་ན་ཁ་མ་ཆེན་གྱི་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་
 འཇུལ་ཏེ་གསང་བའི་བྲུགས་དམ་དགོགས་པའི་རྒྱུན་ལས་སྐུ་གཏུང་གི་བྲུགས་ཁ་ལས་འོད་ཟེར་
 དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འཕྲོས་མི་འདི་སྐུ་གསུང་བྲུགས་གྱི་སྐུལ་སྐུ་འཕྲོན་ནི་གི་རྟགས་མཚན་
 ཡིན་པས་ཟེར་སྐབ་དོ་བཟུམ་སྡེ་ཞབས་རྒྱུང་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གྱི་སྐུའི་སྐུལ་སྐུ་ཅིག་རྒྱ་གར་གྱི་
 མངའ་སྡེ་འབྲས་ལྗོངས་ (sikim) ལུ་འབྲུངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཅིག་སྡོན་ཕྱོན་
 མཁས་པ་རྒྱ་གིས་གསུངས་ཡོད་མི་ལུ་གཞི་བཞག་སྡེ་ལུ་བ་ཅིན། དེ་ཡང་ཉེ་མ་སྐུངས་ཐང་རྫོང་
 དཔོན་དགོན་རྟོགས་ལྷན་ཟེར་མི་འདི་ང་བཅས་རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ནང་འབྲུགས་ལས་
 བརྟེན་བྱ་སྟབས་མ་བདེ་བར་གཡུས་སྡོལ་སྡེ་འབྲས་ལྗོངས་ལུ་ཡུན་རིང་མོ་སྡེ་སྡོད་མི་འདི་གིས་
 ཞབས་རྒྱུང་གི་སྐུལ་སྐུ་ས་གནས་དེ་ཁར་འབྲུངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འབྲུག་གཞུང་ལུ་སྟོན་གསལ་
 སབ་སྡེ་འབད་རུང་དེ་གི་སྐབས་འབྲུག་ལུངས་འདི་ནང་ལུ་དཔོན་ཁག་ཚུ་ནང་འབྲུགས་ལངས་པའི་
 རྒྱུན་ལས། འབྲས་ལྗོངས་ལུ་འབྲུངས་ཡོད་པའི་ཞབས་རྒྱུང་སྐུའི་སྐུལ་སྐུ་དེ་འབྲུག་ལུ་ལུ་མ་
 ཚུགས་པ་ཅིག་ལས་སྐུལ་སྐུ་མཚོག་དགོངས་པ་རྫོགས་སོང་ལུག་ དེ་ལས་ཚུར་འབྲུག་གཞུང་གིས་
 ཞབས་རྒྱུང་སྐུའི་སྐུལ་སྐུ་ངོས་འཛིན་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་མིན་འདུག་ཟེར་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱུན་ལུ་
 དར་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་འབྲུག་དཀར་པོ་ན་ཡང་དེ་སྡེ་བཀོད་དེ་འདུག།⁴

² རྫོབ་རིག་འཛིན་དབང་རྒྱལ་གདན་ས་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་སྡོན་དང་ད་ལྟོའི་གནས་སྐབས་བརྗོད་པ་ཡིད་དགའ་པོ་རྫོའི་ཚལ་གྱི་རྫོས་གར་
 གཞོན་ལུ་དགའ་བའི་རོལ་ཅེད། ཤོག་གངས་, ༡༩༩༡ དཔར་བསྐྱུན་པ་མ་ཐོབ།

⁴ རྫོབ་དཔོན་གནག་མདོག་ འབྲུག་དཀར་པོ་ ཤོག་གངས་, ༡༩༩༡ དཔར་བསྐྱུན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.

དེ་ལས་མར་གསུང་སྐུལ་དང་ཕྱགས་སྐུལ་རིམ་པར་བྱོན་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལས་ལུ་བ་ཅིན།

དེ་ཡང་དང་པ་ར་ཞབས་རྗེས་ཀྱི་གསུང་སྐུལ་རིམ་བྱོན་ལུ་བྱོགས་ལས་རིམ་བྱོན་ཟེར་ཡང་ལུ་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན།

གསུང་གི་རྣམ་སྐུལ་དང་པ། ཕྱོགས་ལས་རྣམ་སྐུལ་ཟེར་ལུ་མི་དེ་ཡང་དར་དཀར་རྫོང་ལག་གི་
མངའ་འོག་ཉི་གདུགས་ཁ་ཟེར་ས་ལུ་རབ་བྱུང་༡༥པའི་ས་བྱི་ སྤྱི་ལོ་༡༧༩༤ ལུ་སྐུ་འཁྲུངས་ལུག
གསུང་འགོ་དང་པ་བྱོན་པའི་སྐབས་ལས་ར་ངག་དབང་རྣམ་སྐུལ་ཨིན་ཟེར་གསུངས་མ་མ་ཚད་
འཇམ་དཔལ་དོ་རྗེ་དེད་ཀྱི་བྱ་ཨིན་ཟེར་སྐུ་ཚོ་གོང་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྤྱོད་གསུངས་མ་
ལས་མི་ཀུན་གྱིས་ཞབས་རྗེས་ངག་དབང་རྣམ་སྐུལ་དོ་མ་ཨིན་པའི་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་
ཕྱོགས་ལས་རྣམ་སྐུལ་ཟེར་བའི་མཚན་གསོལ་ཏེ་སྤྱོད་བརྒྱུད་པ་འབྲུག་རབ་རྒྱས་ཀྱིས་གཞུང་
ལུ་གདན་དྲངས་ཏེ་མངའ་གསོལ་ལུ་ལུག ཨིན་རུང་དེ་སྐབས་ནང་འབྲུགས་ཅིག་གི་སྐྱེན་ལས་
ཕྱོགས་ལས་རྣམ་སྐུལ་གྱིས་ཚོས་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་འགན་ག་ཅི་ཡང་མ་བཞེས་པས། ཚོས་རྗེ་
ཀོ་མ་འཕང་པ་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་མཚོག་ཙ་བའི་བླ་མ་སྤོ་བསྐྱེན་ཞིན་མ་ལས་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐོར་
ཉམས་ལེན་དང་འགོ་དོན་རྒྱ་ཚུ་ཚེན་པོ་མཛད་པའི་མཐའ་མ་དགུང་ལོ་ ༡༢ ལུ་དགོངས་པ་ཚོས་ཀྱི་
དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ལུག

གསུང་སྐུལ་གཉིས་པ། ཕྱོགས་ལས་ལྷན་བསྐྱོད་འཛིན་ཟེར་ལུ་མི་འདི་གསུང་སྐུལ་དང་པ་ཕྱོགས་
ལས་རྣམ་སྐུལ་དགོངས་པ་རྫོགས་པའི་ལོ་འདི་ན་རང་ཀར་སྤྱིས་འབྱུང་གཞི་ནང་རབ་བྱུང་ ༡༥
པའི་མེ་འབྲུག་ལོ་ལུ་སྐུ་འཁྲུངས་ལུག། རིམ་གྱིས་སྐུ་ཡོན་ཚུ་གསལ་སྐྱུང་མཛད་དེ་སྤྱོད་ལས་འདི་འི་
མཁས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་གཙུག་རྒྱན་ཅིག་ལུ་གྲུང་ཡོད་པ་མ་ཚད་སྤྱོད་གསུང་ཚེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་
གདན་ས་གཙུག་ལག་ཁང་བཏབ་སྤོ་སེམས་ཅན་གྱི་འགོ་དོན་རྒྱ་ཚུ་ཚེན་པོ་མཛད་པའི་མཐའ་དགུང་
ལོ་༤༩ ལུ་གདུལ་བྱ་རྟེན་འཛིན་ཅན་གྱི་དོར་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་འདུག་གོ།

གསུང་སྐུལ་གསུམ་པ། ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་ཡང་ཐིམ་སྤུག་རྫོང་གི་ཚའོག་ཕང་ཁ་ས་
ཁར་སྐུ་འཁྲུངས། མདོ་སྤགས་རིག་གནས་དང་བཅས་པ་ལུ་སྐུ་ཡོན་སྐྱུངས་པ་མཐར་བུའི་པ་
མཛད་དེ་མཁས་པའི་སྤྱན་གསལ་ཕྱོགས་བཅུར་བྱུང་པ་མ་ཟད་སྐྱུངས་ཐང་གྲུ་ཚང་གི་རྗེ་མཁན་”

པོའི་གསེར་གྱི་ཁར་ལོ་བཟུགས། དེ་ལས་སྡེ་སྲིད་ཀྱི་ཕྱག་འགན་ལོ་^༣ རིང་བཞེས་ཏེ་བཟུགས་
ཅུག དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཞབས་དྲུང་གི་སྲུགས་སྐྱུལ་འཛིགས་མེད་གྲགས་པ་ཡང་སྡེ་སྲིད་ཀྱི་མི་
ཐོག་ལུ་བྱོན་ཏེ་སྡེ་སྲིད་ཀྱི་མི་ཀྱ་སྐྱུལ་སྐྱུ་^༤ རྒྱུང་འབྲེལ་དུ་བཟུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཀོད་དེ་
འདུག⁵ དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ཁོང་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུ་མཚོག་ནམ་གཉིས་སྲུགས་མཐུན་པའི་ངང་ལས་
སྡེ་སྲིད་ཀྱི་མི་ཀྱ་གཅིག་ཁར་བཟུགས་ཏེ་དགྲང་ལོ་^{༥༠} ལུ་དགོངས་པ་ཚོགས་ཅུག ཟེར་འབྲུག་
དཀར་པོའི་ནང་གསལ་དུང། དགྲང་ལོ་ལྷ་བཅུ་ལྷ་གངས་བཞེས་པའི་ལྷགས་ལྷན་དགྲུ་པའི་ཉེར་
གཉིས་ ལྷི་ལོ་^{༡༥༣༠} ལུ་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་ལུ་སྡེ་དགོངས་པ་ཚོགས་ཅུག་ཟེར་ལོ་རྒྱུས་
གཞན་ནང་བཀོད་དེ་འདུག

གསུང་སྐྱུལ་བཞི་པ། ཕྱོགས་ལས་འཛིགས་མེད་དོ་རྗེ་མཚོག་བུམ་ཐང་ལུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། འབྲུག་
གཞུང་གིས་སྐྱུ་གོང་མའི་གདན་སར་སྐྱུ་བྱངས་ཞིན་ན་མི་མངའ་གསོལ་ལུ་སྡེ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་
སྐྱུ་ལོན་ཚུ་སྐྱུངས། དགྲང་ལོ་^{༣༠} བཞེས་པ་ད་ཆེན་ངན་བྱུང་པ་ལས་བརྟེན་ཚོས་སྲིད་ཀྱི་ཕྱག་ལུ་
ག་ཅི་ཡང་གནང་མ་ཚུགས་པའི་ཁར་སྐྱུ་ཚོས་མ་ཟིན་པར་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་འདུག་གོ།

གསུང་སྐྱུལ་ལྷ་པ། ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་བུམ་ཐང་ལུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། སྐྱུ་གོང་མའི་
གདན་ས་ལུ་མི་མངའ་གསོལ་མཛད། སྡེ་སྲིད་ཀྱི་ཕྱག་འགན་བཞེས་ཏེ་ལོ་ངོ་^༣ དང་སྐྱུངས་
ཐངས་གྲ་ཚང་གི་རྗེ་མཁན་པོའི་མི་ལུ་ལོ་ངོ་^༣ ཀྱི་རིང་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱག་འགན་བཞེས་ཏེ་
བཟུགས་ཅུག དེ་ལས་གོང་མའི་གདན་ས་སྐྱ་གོ་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཀུན་
དགའ་ཚོས་སྲིང་གི་གཟིམ་ཅུང་ཕྱག་བཏབ་སྡེ་འགོ་དོན་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པའི་མཐར་དགྲང་
གངས་^{༤༧} ལུ་སྐྱུ་གཤེར་ཅུག་གོ།

གསུང་སྐྱུལ་དུག་པ། ཕྱོགས་ལས་འཛིགས་མེད་བསྟན་འཛིན་འདི་སྲུགས་སྐྱུལ་དུག་པ་འཛིགས་
མེད་དོ་རྗེའི་ལུ་སྲིང་ལས་འབྲུག་གཞུང་ལུ་ར་སྐྱུ་འཁྲུངས་ཏེ་ཡོད་རུང་། སྐྱུ་ཚོ་གོང་མའི་མཛད་པ་
ལས་བརྟེན་འབྲུག་གཞུང་གིས་ངོས་འཛིན་མ་གནང་མ་ལས་གཡུས་ཕྱོགས་གཞན་ཁར་བྱོན་ཏེ་

⁵ ལྷོ་བ་རིག་འཛིན་དབང་ལྷུག་གདན་ས་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་སྡེ་ནང་དང་ལྷོ་བ་རིག་འཛིན་སྐྱུངས་བཞེད་པ་ཡིད་དགའ་པོ་བློ་བཟོ་དགའ་ཚལ་གྱི་རྒྱུས་གར་
གཞན་ཅུང་གའ་བའི་རོལ་ཅེད། ཤོག་གངས་ ༡༡ དཔར་བསྐྱུན་ལོ། ༢༠༠༣

འགྲོ་དོན་མཛད་དེ་བཟུགས་པའི་མཐའ་མར་གྲོང་གསར་ཆ་འོག་བྲག་སྤེང་མེད་འོག་སྐྱག་ཅེ་
 གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་སྐྱ་གཤེགས་ལུག་ཟེར་ཨིན་རུང། འབྲུག་དཀར་པོའི་ནང་ལུ་འབད་
 བ་ཅིན། ལུགས་ཁར་བྱར་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་སྤེ་སྐྱ་གཤེགས་ལུག་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག⁶
 ཞབས་རྒྱུང་གསུང་སྐྱུལ་གྱི་མཛད་ཀྱི་མཛོད་བསྐྱུས་ཅིག་ལུ་ཚར་ཏེ། ད་ཞབས་རྒྱུང་གི་ཐུགས་ཀྱི་
 སྐྱུལ་སྐྱུའི་མཛད་ཀྱི་མཛོད་བསྐྱུས་ཅིག་ལུ་ནི་ཨིན།
 དེ་ཡང་ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆའི་ཐུགས་སྐྱུལ་དང་པ། དག་དབང་འཛིགས་མེད་གསལ་པ་དཔལ་
 བཟང་པོ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་མཚོག་བོད་ལུ་སྐྱ་འཁྲུངས་ཡོད་པ་ད། འབྲུག་གཞུང་གིས་
 སྐྱུལ་སྐྱུ་ངོས་འཛིན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱ་གོང་མའི་ཅ་ལག་ཚུ་དང་མི་དག་པ་ཅིག་བཏང་སྟེ་ཅུད་
 གཙོང་འབད་བའི་སྐབས་སྐྱུལ་སྐྱུ་འདི་གིས་སྐྱ་ཚེ་ཉེ་མ་གི་སྐྱ་ཆས་དང་ཞབས་ཕྱི་ཚུ་ཡང་ངོ་
 མཁུམ་མ་ཚད་སྐྱ་གོང་མའི་ཞབས་ཕྱི་གི་མིང་ཡང་ཁོ་ར་གིས་གསུང་གནང་མ་ལས་མི་གེ་ར་ཡ་
 མཚན་ཅེ་སྟེ་ཞབས་རྒྱུང་གི་སྐྱུལ་སྐྱུ་ངོ་མ་ཨིན་པའི་ངོས་ལེན་གནང་སྟེ་འབྲུག་ལུ་གདན་འདྲེན་ལུ་
 ལུག། དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་རྗེ་མཁའ་པོ་ཤུ་རིན་ཆེན་ཡོངས་འཛིན་སྟེ་བསྟེན་ཞིན་མ་ལས་རབ་
 ཏུ་བྱུང་བའི་བསྐྱབ་སྟོན་དང་བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་གནས་མ་ལུས་པ་ཁོང་ཏུ་ཚུད་དེ་གདན་ས་ལུགས་
 རི་ལུ་སྐྱ་མཚམས་ལོ་³ བཟུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་འབྲུག་གི་བརྟན་སྲིད་ལུ་ཕན་ལྷབས་ཆེ་བའི་ཕྱག་
 འགན་མང་རབས་ཅིག་བཞེས་པའི་མཐར་དགུང་ལོ་³⁴ ལུ་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ལུག་གོ།
 ཐུགས་སྐྱུལ་གཉིས་པ། ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་བོད་འཕྲོང་རྒྱས་སྟེ་པའི་སྐས་ལུ་སྐྱེ་བ་བཞེས་ཏེ་ངོ་
 མཚར་བའི་ཉུགས་མཚན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་བཅས་སྐྱ་འཁྲུངས་ལུག དེ་བསྐྱང་འབྲུག་གི་
 སྟེ་སྲིད་ཞི་དར་གྱི་སྐབས་ཨིན་མ་ལས། སྟེ་སྲིད་ཀྱིས་ཡང་དད་དམ་ལྷོད་མེད་ཀྱི་སྟོང་ལས་འབྲུག་
 གཞུང་ལུ་གདན་འདྲེན་ལུ་སྟེ་གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་ལུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་སྟེ་སྲིད་ཁོ་ར་གི་ཕྱག་
 མཚན་ཀྱི་རྟེན་ངོ་མ་ཅིག་སྟེ་བཟུགས་ཏེ་འབད་རུང་ལོག་ཤུལ་མ་སྟེ་སྲིད་ཁོ་ར་ནང་འཁྲུགས་ལངས་
 པའི་རྒྱུན་ལས། ཐུགས་སྐྱུལ་མཚོག་ཡང་གཞུང་ལུ་བཟུགས་ངོ་མ་བདེ་བར་གསང་བའི་ཐོག་ལས།

⁶ སྟོན་དོན་གནས་མཛོད་ འབྲུག་དཀར་པོ། ཤོག་གྲངས་ ༡༡༥། དཔར་བསྐྱུན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.

བུམ་ཐང་སྐྱེ་ཆེས་ལུ་བྱོན་ཏེ་དགུང་ལོ་༢༥ བཞེས་པ་ད་སྐྱེ་ལྷ་འཕྲིན་ལས་འདས་ལུག་ དེའི་སྐྱེ་གཏུང་
མཚོད་ཉེན་ཡང་ད་ལྟོ་བུམ་ཐང་སྐྱེ་ཆེས་ལུ་མཇལ་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས།

ཐུགས་སྐྱུལ་གསུམ་པ། འཇིགས་མེད་གཤགས་པ་འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་ཐང་ཁར་ཚོས་ཇིའི་སྐྱེས་ལུ་
སྐྱེ་འབྲུངས་ཡོད་པ་ད། འབྲུག་གཞུང་ལས་ངོས་ལེན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གནང་སྟེ་གསེར་ཁྲིར་མངའ་
གསོལ་མཛད། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱག་འགན་མངར་བས་ཅིག་བཞེས་ཏེ་སྐྱེ་ན་ཁ་རྟ་ལོག་གི་གདན་
ས་གསང་སྟགས་ཚོས་གླིང་ཕྱག་བཏབ་གནང་ལུག་ དེ་མ་ཚད་བོད་ལུ་གནས་སྐོར་ལུ་བྱོན་པའི་
སྐབས་བོད་བསམ་ལས་ལས་རྒྱལ་ཆེན་སྐྱེ་ལུ་ཉེན་སྲུབ་དངས་ཏེ་རྟ་ལོག་ལུ་རྒྱལ་ཆེན་སྐྱེ་ལུ་
རྒྱལ་ཁབ་གསར་བཙུན་གནང་སྟེ་སྟེ་སྟེ་དུ་ཉི་མེད་ལེ་ལོ་དག་པ་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་བསྟན་འགྲོའ་ཕན་
པའི་ཕྱག་ཇེས་རྒྱ་ཆེ་དག་སྟེ་མཛད་པའི་མཐའ་མ་དགུང་ལོ་༤༠ ལུ་སྐྱེ་གཤེགས་ཏེ་སྐྱེ་གཏུང་ཡང་
རྟ་ལོག་གསང་སྟགས་ཚོས་གླིང་ཕོ་བྲང་ནང་ལུ་བཞུགས་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས།

ཐུགས་སྐྱུལ་བཞི་པ། དག་དབང་འཇིགས་མེད་ལོ་བུ་འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་དག་མེད་ཅེའི་ཚོས་ཇེ་
ལྷ་རིགས་གཏེར་བཏོན་པལྟ་གླིང་པའི་གཏུང་བརྒྱུད་ལས་སྐྱེ་འབྲུངས། སྐྱེ་གོང་མའི་སྐྱུལ་སྐྱེ་ངེས་
བདེན་ཡིན་པའི་རྟགས་མཚན་རྒྱ་ལེ་ཤ་སྟོན་ལས་བཏོན། འབྲུག་གཞུང་གི་སྲ་དཔོན་ལྷན་རྒྱས་
ཡོངས་ཀྱིས་མགོན་གཅིག་དབྱངས་གཅིག་གི་ཐོག་ལས་གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་ལུ་སྟེ་ཤེས་
རབ་རྒྱལ་མཚན་དང་གཞན་མཁས་པའི་ཡོངས་འཇིག་རྒྱ་བསྟེན་ཏེ་སློབ་སྦྱོང་མཛད་ཞིན་ན་ལས།
རས་དཀར་ལུང་ལོའི་རྒྱལ་བཟུང་སྟེ་ཨ་ཐང་ལས་གསང་ལུ་ཅིག་བཞེས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཇེ་མཁན་
པོ་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཚན་དང་སྟེ་སྟེ་དམ་ཚོས་སྐྱེ་གུབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་གྲ་ཚང་ནང་
གི་སྲ་སློབ་ཡོངས་ཀྱིས་སྐྱུལ་སྐྱེ་མཚོག་ལུ་མ་རུངས་པའི་བྱ་ངན་ལེ་ཤ་ཅིག་ར་འབད་ཡོད་པ་ལས་
བཏོན། སྲ་མ་དམ་པ་འདི་ཉིད་ཐུགས་འཚོར་ཏེ་འབྲུག་ལུ་མ་བཞུགས་པར་བོད་གངས་ཅན་
སྲོང་ལུ་བྱོན་ཏེ་ཡུན་རིང་མོ་སྟེ་བཞུགས་པའི་མཐའ་མ་ལོག་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཏེ་སྐོར་སྐོར་ནང་ལུ་
ཡོངས་འཇིག་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གདན་ས་ལུ་བཞུགས་ཏེ་དགུང་ལོ་༣༡ ལུ་ལྷ་འཕྲིན་ལས་
འདས་སོང་ལུག།

ཐུགས་སྐྱུལ་ལྟ་པ། འཇིགས་མེད་ཚོས་རྒྱལ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་དག་མེད་ཅེད་ཚེ་ཚོས་ཇི་ལྟར་སྐྱུ་
འབྲངས། སྐྱུ་གཞོན་ལྟེ་དུས་ལས་གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ། ཡོངས་འཛིན་ཤེས་རབ་དབང་
ཕུག་དང་རྗེ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པ་ལེ་ཤ་བསྟེན་ཏེ་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་
ཟབ་ཚོས་ཀྱི་རིམ་པ་མ་ལུས་པ་ཐུགས་སྐྱུ་ཚུད་དེ། གདན་ས་རྟ་ལོག་གསང་སྐྱུགས་ཚོས་གྲིང་རྒྱ་
བརྒྱུད་གནང་བ་དང་། སྤང་དཀར་པོའི་གཟིམ་རྩུང་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་གྲིང་གསར་སྐྱུ་བ་མཛད་པ་ལ་
སོགས་པ་ཚོས་སྲིད་ཀྱི་འགོ་དོན་འཕྲིན་ལས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མཛད་དེ་མཐར་དུ་གྱུང་ལོ་༤༩
ལུ་དགོངས་པ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ལུག་གོ།

ཐུགས་སྐྱུལ་དུག་པ། འཇིགས་མེད་རྗེ་རྟོ་མཛོ་ཁར་འདི་རྗེ་གི་མངའ་འོག་དུགས་པའི་ས་ཟེར་
མི་འདི་འབྲུག་བོད་ལུ་ཨིན་མ་སྟེ་འབྲུག་དཀར་པོའི་ནང་བཤད་དེ་འདུག⁷ རྟོ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་
ནང་ལུ། དུགས་པོ་དོམ་ཁར་རང་ལུགས་འདས་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་དང་ལྔ་པ་རབ་བྱུང་⁷༥ པའི་ཤིང་
སྐྱུལ་ལོ་ལུ་སྐྱུ་འབྲངས་ལུག⁸ ཟེར་མ་གཏོགས་གསལ་པོ་མིན་འདུག དེ་བརྩམ་སྟེ་ཡབ་ཚུ་རྟོ་
ཇི་ལྟར་ཉོགས་བཅོད་དབང་པོའི་གཞུ་དང་རྒྱ་འཛིན་ནང་ལུ་ཡང་། སྟོམ་མཁར་མེ་ལོང་ཁ⁹ཟེར་བཀོད་
དེ་ཡོད་པ་མ་གཏོག་འབྲུག་ལུ་ཨིན་ན་དང་བོད་ལུ་ཨིན་ནའི་སྐོར་གསལ་པོ་མིན་འདུག ཨིན་རུང་
བོད་གཞུང་ལུ་སྟེན་གསལ་པོ་བཟེ་སྐྱུ་གོང་མའི་གདན་སར་སྐྱུ་བྱངས་ལུག་ཟེར་འབྲུག་དཀར་པོའི་
ནང་ལུ་གསུངས་སྐབ་མི་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན། བོད་ལུ་ར་ཨིན་མ་བརྩམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་ལུ་འི་ཨིན།
དེ་ལས་སྐྱུལ་སྐྱུའི་ཁྲི་ལུ་མངའ་གསོལ་མཛད་དེ་རྟ་ལོག་གསང་སྐྱུགས་ཚོས་གྲིང་པོ་བྲང་ནང་ལུ་
བཞུགས་ལུག། དེ་ལས་སྐྱུངས་ཐང་གྲ་ཚང་གི་ཚོས་སྲོད་སྲིག་ལམ་རྒྱ་ཡང་གསན་སྐྱུང་གནང་
ཡོད་པ་མ་ཚད་དུས་མཚན་འབྲུམ་སྟེའི་སྐབས་ལུ་ཡང་འབྲུམ་སྟེ་གི་ཚོར་དབྱར་བྱོན་ཏེ་བཞུགས་པ་
ལ་སོགས་པ་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་འགོ་དོན་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་སྐྱུའི་མཚན་དཔེའི་
མཛེས་འཇུག་ཡང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་གེ་ར་ལུ་ཐུགས་བྱམས་བཅེད་སྐོ་ལས་མཇལ་བ་ཅོམ་གྱིས་

⁷ སྟོབ་དཔོན་གནག་མཛོག་ འབྲུག་དཀར་པོ། ཤོག་གངས་ ༡༩༤། དཔར་སྐྱུན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.
⁸ མཁས་དབང་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། རྟོ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་། ཤོག་གངས་ ༡༩༤། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱུན་པ།
⁹ རྒྱལ་ཡུམ་ཨ་ཞེ་རྗེ་དབང་མོ། དབང་པོའི་གཞུ་དང་རྒྱ་འཛིན། ཤོག་གངས་ ༡༩༥། དཔེ་བསྐྱུན་ལོ་ ༡༩༩༩། དཔར་སྐྱུན་པ། Rakesh Press.

མི་ཐམས་ཅད་སྣང་བ་འགྲུར་ལྷན་པའི་ཁྱད་ཚེས་དང་། སྐྱུ་ཡི་གཟི་བརྗིད་ཡང་སྐྱེ་བོ་མཚོག་དམན་ག་ར་ཨིན་རྩེད་ཞལ་ཐད་ཀར་དུ་མཇལ་ཚུགས་མི་ག་ཡང་མེད་པའི་ཁར་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་འབད་རྩེད་འགྲུན་ལྷན་དང་བཟལ་བ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་གོ་གནས་གོ་ས་ཡང་སྟོམ་སྟེ་གནང་སྟེ་གསོལ་དཔོན་དང་གཟིམ་དཔོན་གྱིས་གཙོས་སྟོ་ཁ་ལུ་ཐུག་ལུ་མི་ཡང་གྲངས་ཀྱིས་མ་ཚོད་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཞབས་རྩེད་གི་ཐུགས་སྐྱུལ་ཚུ་གིས་རང་རེ་འབྲུག་པའི་མི་མང་ཡོངས་ལུ་ཚེས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་ཐུག་ཆེན་གྱི་མིང་རེ་གནང་སྟོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཐུགས་སྐྱུལ་དུག་པ་མཚོག་གིས་ཡང་དད་ཅན་གྱི་མི་མང་ལུ་བྱིན་ཅན་གྱི་བཀའ་ཁྲིད་གནང་བ་ལ་སོགས་པ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྲིད་ལུ་ཕན་རླབས་ཆེ་བའི་མཛད་འཕྲིན་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་ཏེ་བཞུགས་པའི་མཐའ་མར་དགྲང་གྲངས་༡༧ ལུ་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་འདུག་གོ།

ཐུགས་སྐྱུལ་བདུན་པ། གཅིག་འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་ལུ་འཁྲུངས་ལུག་ཟེར་བཤད་དེ་འབད་རྩེད་ཅོས་འཛིན་གནང་ནི་གི་དོན་ལུ་བྱ་སྟབས་བདེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ར་མ་བྱུང་མ་ལས། གནས་སྐབས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་བཀའ་ཤིས་བསྐྱང་རྫོང་དཔོན་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས་ཀྱིས་གདན་འདྲེན་ལུ་ཏེ་བཀའ་ཤིས་སྐང་ཡོན་སུ་ལ་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་ལུག་ ཡོངས་འཛིན་གྲུབ་དབང་སྟོབ་དཔོན་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་བསྟོམ་ཏེ་སྐྱུ་ཡོན་གསལ་སྐྱང་མཛད་པའི་སྐབས་ཐུགས་ཀྱི་མཁུན་རབ་འགྲུན་ལྷན་དང་བཟལ་བ་ལས་བརྟེན། ཡོན་ཏན་ག་ཅི་སྟབས་དགོ་རྩེད་བདེ་སྟོན་པ་ཅམ་གྱིས་མཁུན་ལས་ཐུགས་སྐྱུལ་བདུན་པ་ཨིན་པའི་ཁྲུངས་དང་དགོས་པ་ཚུ་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཤེས་ཚུགས་ཏེ་ཞབས་རྩེད་གི་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཨིན་པའི་མཚན་གྱི་སྟན་གསལ་ཡང་འབྲུག་ལུང་མ་འདི་ནང་ལུ་བྱབ་སྟེ། སྐྱུ་གོང་མའི་ཞལ་སྟོབ་དང་གཞན་ཡང་དད་ཅན་གྱི་སྐྱེ་འགོ་ཕོ་མོ་མང་རབས་ཅིག་མཇལ་ཁ་ལུ་བར་བཅར་ལུག་ ཁོ་ར་གི་ཞབས་སར་བཅར་བར་འོང་མི་འདི་ཚུ་གོ་ར་ལུ་ཚེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གནང་པའི་ཁར་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྷན་གྱི་འགོ་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་དེ་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་ དེ་ཡན་ཚད་ཞབས་རྩེད་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་སྐྱུལ་སྐྱུ་རིམ་པ་བྱོན་ཡོད་པའི་མཛད་ནམ་འབྲུག་དཀར་པོ་སོགས་མཁས་པའི་ཡིག་ཆ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་བྲིས་ཡོད་མི་ཚུ་ཨིན།

༡༽ ཨ་ཐང་གི་གཡུས་འདི་ག་ཏེ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དང་ཞབས་དྲུང་གི་སྲས་མོའི་ངོས་འཛིན།
 སྦྱིར་འཇོག་བྱ་སྲིད་དེ་བྱང་ལས་སྣོད་མཐའ་མ་ཚུན་དུམ་བུ་བརྩུ་གཉིས་ལུ་བཅད་པའི་དབུས་
 ཕྱོགས་བསྐལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱུས་སྣོད་གི་བྱང་ཚུབ་སྦྱོང་པའི་གནས་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་
 ཡུལ་གྱི་དབུས་དོ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་ཕྱོགས། རི་བོ་གངས་ཚན་དང་། ཤམ་རྩ་ལ་དང་། རྒྱ་ནག་
 དང་། ལི་ཡུལ་དང་། ལ་བ་ཚན་དང་། འཕགས་པའི་ཡུལ་ཏེ་ཡུལ་ཆེན་དུག་སྡེ་བཞག་པའི་ནང་
 ཚན་ལ་བ་ཚན་གྱི་སྡོངས་དང་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱུག་ལུ། འབྲུག་
 ཡུལ་ཚན་དན་བཀོད་པའི་སྡོངས་འདི་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་འཇོག་སྦྱིང་ས་ཡི་སྟེ་བ་རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་
 གདན་གྱི་བྱང་ཤར་ལུ་རྒྱ་གར་ཨ་སམ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་ས་གནས་འཛིགས་ཤིང་རྩམ་པའི་རི་བོ་
 ལྷ་ཆེན་ཐོ་བོ་དུར་ཤིང་གི་གནས་ཁང་དང་། ཤར་ཕྱོགས་ཁ་བྱུག་གངས་རི་ཤིན་ཏུ་བརྗིད་ཅིང་རྒྱ་
 གཡའ་བ་རོ་མོ་རེ་མ་ཏི་གནས་པའི་རི་ལུང་དང་། བྱང་ཕྱོགས་ལུ་གཅན་གཟན་གཏུམ་ཟུག་འབྲུམ་
 སའི་ས་གནས་དགེ་བསྟེན་ཟོ་ར་ར་སྦྱེས་གནས་པའི་མཁན་པ་སྡོངས་དང་། བུམ་ཐང་ཁ་བྱུག་
 སྦྱེས་བུ་རྒྱུང་བཅན་གནས་པའི་རི་དང་། ཀྲོང་གསར་མང་སྟེ་ཁ་བྱུག་གཟི་བརྗིད་ཤིན་ཏུ་འབར་བའི་
 ལྷུག་བཅན་གནས་པའི་རི་བོ་དང་། རུབ་ཕྱོགས་ལུ་དགེ་བསྟེན་ཆེན་པོ་རྩལ་པ་མེ་ལེན་བཅན་ཚོད་
 ཆེན་པོའི་གནས་ཁང་ནགས་ཚལ་སྤྱུག་པོ་བཀོད་པའི་གནས་སོགས་བྱིན་རླབས་ཚན་གྱི་གནས་
 ཆེན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་པའི་འབྲུག་སྤྱོད་སྡོངས་ཚོས་ཀྱི་དགའ་ཚལ་ཟེར་གཞན་དང་མ་
 འདྲ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་མངའ་འོག་ལུ་གཡུས་ཕྱོགས་རེ་ལུ་རང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་
 མ་འདྲམ་རེ་ཡོད་པའི་རྫོང་ཁག་ཉི་ཤུའི་ཡ་གྲུལ་འབྲུག་ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་ཚོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་
 རྫོང་ཁག་གི་མངའ་འོག་ཤར་དར་བརྒྱད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཨ་ཐང་ཐེང་མཚོ་ཟེར་གཉིས་ཡོད་པའི་གྲུལ་
 ལས་ཨ་ཐང་རྗེད་འོག་འདི་ཡུལ་ལྷ་ཆེན་ཐོ་བོ་དུར་ཤིང་གི་གནས་ཁང་ཡོད་པའི་སྟོ་ཕྱོགས་ལུ་
 ཤར་ཟིལ་ལ་མོའི་རྒྱབ་ཁར་བྱིན་རླབས་ཚན་གྱི་གནས་ཆེན་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་གི་
 བཀོད་པ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་པད་སྦྱིང་ཡབ་སྲས་གསུམ་གྱི་གདན་ས་དཔལ་སྦྱང་སྟེང་གསང་
 སྤགས་ཚོས་སྦྱིང་ལས་གཞུང་འབྲེལ་དུ་ཉིན་གྲངས་གཉིས་ཀྱི་ས་ཁར་སྦྱིང་ཉམས་ལུན་པའི་གཡུས་
 སྟོ་ཅིག་སྟེ་ཆགས་ཏེ་ཡོད། དེ་མ་ཚད་དབང་འདུས་རྫོང་ཁག་ལས་འབད་རུང་ གཞུང་འབྲེལ་དུ་

ཉིན་གྲངས་༥ འཕྲོ་དགོ་པའི་ས་ཁར་དེང་སང་གི་འཕྲུལ་རིགས་ལ་སོགས་པའི་སྐད་རིགས་མ་
 འདྲམ་འ་རི་ལུ་རི་དང་ཟེང་ཟེང་སོགས་ཀྱིས་དབེན་པའི་ས་ཕྱོགས། རང་མི་སྡོད་ཉམས་དགའ་བ་
 ཕྱི་མི་སེམས་པ་ཤོར་ས་ཅིག་ཨ་ཐང་ཆེད་འོག་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་ཆེད་འོག་འདི་ད་རེས་ནངས་
 པ་མཐའ་བུར་གྱི་གཡུས་སྒོ་ཅིག་གི་གྲལ་ཁར་རྒྱུད་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་མ་ང་བཅས་རའི་པམ་
 འདི་རྒྱ་གི་དུས་སྐབས་ལུ་འབད་བ་ཅིན། གཡུས་ཀྱི་གཞུང་ཡིན་པའི་རོས་འཛིན་བྱུང་སྟེ་
 འདུག དེ་ཡང་ག་དེ་སྟེ་ཟེར་བ་ཅིན་འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་དང་གཉིས་པ་རྒྱ་གི་སྐབས་ལུ་སྒོ་ཁར་
 ཕྱག་ལུ་མི་མང་ཤོས་ར་ཆེད་འོག་དེ་ནང་ལས་ཡོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་གོ་རྒྱུགས་པས་ཟེར་ལུ་
 བི་ཡིན། ད་རུང་འདི་གིས་ཡང་མ་ཚད་པད་གླིང་ཡབ་སྐུས་གསུམ་གྱི་གདན་ས་དཔལ་སྐྱང་སྟེང་
 གསང་སྐྱགས་ཚོས་གླིང་ཟེར་བའི་པད་གླིང་གི་བཤད་བྱ་སྟོན་སྟེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་སྐབས་ལུ་འབད་
 བ་ཅིན་སྐྱེན་བདག་ཨ་ཐང་པ་དང་ཚོས་པ་སྐྱང་སྟེང་པ་ཟེར་སྐབས་དོ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ལུ་བཟུ་སྟེ་ཡང་
 གཡུས་སྒོ་འདི་ད་སྟེ་བཟུམ་སྟེ་མཐའ་བུར་གྱི་གཡུས་ཅིག་མེན་སྟེ་ཏེ་གོ་རྒྱུགས་པས་ཟེར་ལུ་བི་
 ཡིན། འ་བི་ཆེད་འོག་འདི་ནང་ལུ་ང་བཅས་རའི་ཕྱག་འཚལ་ས་དང་མཚོད་པ་ལུ་སའི་རྟེན་ཅིག་
 གླམ་ཞབས་དུང་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྐུལ་སྐུ་ཅིག་ཡིན་མི་ཞབས་དུང་འཛིན་མེད་
 འོར་བུ་གི་སྐུ་མོ་ཅིག་སྐུ་འཁྲུངས་ཡོད་པ་ལས། དེ་གི་གདུང་བརྒྱུད་ད་སྟེ་འི་བར་ན་ཡང་མ་ཉམས་
 པར་འཁྲུལ་མེད་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ག་དེ་སྟེ་ཟེར་བ་ཅིན་ཞབས་དུང་གི་ཐུགས་སྐུལ་འཛིགས་
 མེད་འོར་བུ་ཁོ་ར་བོད་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ཡར་ལས་མར་ལུ་གས་རྩོམ་ཅིག་གཞན་མི་འདི་ནང་། ཤར་བེལ་
 ལ་མོའི་རྒྱབ་ལུ་རེ་གི་སྟིང་དང་འདྲ་བའི་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་མ་བུ་ཟེར་མཁའ་འགོ་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་
 གི་མཚན་ཡང་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་གསུངས་ཡོད་མི་དི་གིས་ཏེ་གོ་རྒྱུགས་པ་མ་ཚད། ད་སྟེ་གདུང་
 བརྒྱུད་འཛིན་མི་རྒྱ་གིས་ཡང་དེ་སྟེ་ར་ཆ་བཞག་པ་མས། ལུགས་རྩོམ་འདི་ཡང་རྒྱ་ལུ་བཀོད་པ་ཅིན།
 གྲེ་གྲེ་ཉོན་དང་ངང་པ་གཞོན་ལུ་ལྷོད། །འདབ་ཆགས་ལྷོད་ཀྱིས་བསྟོད་པའི་ལམ་ཕྱོགས་ན། །སྐྱུན་
 རས་གཟིགས་དབང་བུང་རྒྱབ་སྟོང་བའི་ཞིང་། །སྐྱས་ལུལ་ཅན་དན་སྟོངས་སུ་གྲགས་པ་
 ཡོད། །དེ་ཡི་ནང་གསེས་སྐྱེན་སྟོངས་སྐྱ་གོའི་ལུལ། །སྐྱི་དང་ལྷན་པར་ཀུན་སྐྱང་འོད་གསལ་
 ཞེས། ། །འཇམ་མགོན་ལྷ་མས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་ཡི། །དབེན་པའི་ཁང་པར་འཚོ་བའི་གོགས་

རྣམས་དང་། །དབང་སྤྱོད་གསུམ་ཤར་བྱིལ་ལ་མེད་པ་རྒྱུ་བ་དང་། །ཨ་ཐང་ག་ཞོང་ཡུལ་སྤྱིད་པའི་གྲོང་
 རྒྱུར་དུ། །སྤོན་ལས་སྤོན་ལས་འབྲེལ་བའི་མཚམས་སྤྱར་བའི། །སྤྱིང་མཛེའ་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་མ་
 བུ་སོགས། །བདག་ལ་སྤོས་པ་རྣམས་དང་དེ་ལས་གཞན། །སྤྱིང་ནས་བྲན་པ་རྣམས་ལ་གཏམ་
 འདི་སྤོས། །སྤོན་དུ་མགྲིན་སྤོན་ལུ་བྱུག་བུ་མོ་ལ། །མངགས་པའི་བརྗོད་ཆོག་འཁྲུལ་མེད་ཡིད་ལ་
 དེས། །ཐོགས་མེད་སྤྱོད་བར་རྒྱལ་བའི་སྤོན་སྤོན། །འས་བྲངས་བསྐྱུལ་བའི་གཏམ་ཆོག་སྤྱིང་ལ་
 བརྒྱག། །འོན་ཀྱང་སྤོས་བཅས་རྒྱལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ནི། །སྤོད་བཅུད་མཚུངས་པ་རྟེན་འབྲེལ་
 གནད་དུ་ཆེ། །བྱུང་བ་མཚམས་དཔེ་ཀུན་རྗོལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱེད་སྤྱིང་། །སྤོག་པས་འགྲོ་བ་འབྲེན་མེད་
 ལེགས་སྐྱར་གྱིས། །ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་སྤོན་གྱི་གོང་བུར་རྟོག། །འཕྱུག་སྤོད་བཅས་བསྐྱུག་དུས་སྤོན་
 རྒྱལ་སྤོན། །པརྒྱའི་སྤོབས་འཁྲུངས་སྤོད་འཆིའི་རྟེན་བྲལ་བ། །མཉམ་མེད་རྒྱལ་དབང་པརྒྱ་ཀུ་ར་
 དེ། །ལུས་རྒྱལ་མཐུ་ཡིས་སྤོད་བརྒྱུད་བྱིལ་གཞོན་ཞིང་། །ཉམས་པ་ཚར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་མཐུ་
 བརྟེས་ཀྱང་། །ལས་རན་སྤོན་པོ་ནག་པོས་ལ་བསྐྱར་ཆོ། །འགྲོ་པན་མཛེད་པ་རྟུགས་པའི་རྣམ་
 འཁྲུང་སྤོན། །ཁོ་བོ་ཆོས་གཟུགས་ཅམ་ཞིག་འཆང་མེད་གྱི། །གོང་མའི་རྣམ་ཐར་རྗེས་སྤོབས་པ་
 ལ། །སྤྱིང་སྤོབས་ལྷ་བའི་ཆ་ཤས་མ་རྗོལ་པས། །སྤྱིགས་སྤོད་སྤོན་པ་སེལ་བའི་ཐབས་དང་
 བྲལ། །རྟུག་པར་རྣམ་གསུམ་ཞབས་ཏྲིག་སྤོབས་པ་ཡིས། །མཉམ་པར་བཞུགས་པའི་བསྐྱུག་འཛིན་
 སལ་ཆེར་ཡང་། །ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་ལུགས་ལེགས་པར་ཤེས་བཞིན་དུ། །སྤོབས་པའི་ཆེར་ལོག་པའི་
 ལས་དུ་འཁྲིད། །སྤོན་པའི་གདན་རབས་ཆོས་ཀྱི་སེང་གའི་ལྷིང་། །འཁོད་ནས་སྤོབས་རིགས་བསྐྱུག་
 སོལ་སྤོབས་བཞིན་དུ། །བསྐྱུག་འཛིན་གཅོ་བོ་རྣམ་ཏེ་པ་ལ། །འགྲན་སེམས་སྤོབས་དོག་རྟུག་རྟུག་ར་
 རྒྱལ་ན། །མི་ཤེས་སྤོན་ཚོངས་བསྐྱར་ལུ་རྣམས་ལ། །རེ་འཁང་དགོས་འདོད་མ་མཆིས་སེམས་ལ་
 ཞོག། །བསྐྱུག་ཅ་རྒྱལ་སྤོབས་འདུས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །སྤོད་རན་སྤོན་ལ་ཆོས་འགལ་མ་
 མཛེད་ཅེས། །སྤོབས་རྒྱུགས་གསོལ་བ་འདེབས་ལ་ངོ་མེད་པར། །སྤོག་ཅན་རྒྱལ་འཕངས་ནས་
 འབྲེན་པ་ཁྱོད། །རྒྱ་བོད་གང་དུ་འགྲོ་ཡང་སོང་ཞིག་ཅེས། །བདེ་བར་ལུང་སྤོབས་བཞུགས་པར་མ་
 ཐོས་སམ། །དེ་མོད་སྤོད་འགྲོ་སྤོད་ཡིས་མ་བཟོད་པར། །སྤོབས་རྒྱུང་རྒྱལ་གྱིས་དབེན་པར་གནས་
 བཅས་ནས། །རང་དབང་ཞོར་ལས་དགོན་མཚོག་མཚོད་པ་དང་། །རྟེན་གསུམ་བཞེངས་སོགས་

དགེ་བཅུ་ལྷོད་བཞིན་དུ། མེས་མ་ཅན་དོན་ལ་བརྩོན་པའི་གནས་སྐབས་སུ། ལྷན་པ་ལེན་པ་བཀམ་མེད་ལྷོད་པ་ཡི། ཚོས་གཟུགས་རྣམས་ལ་བདེ་སྲིད་འཕྱོར་བའི་ལུས། ལྷོས་བཅས་དུར་སྲིག་འཆང་བ་ལྷ་ལྷག་གསུམ། རོན་མེད་མཚན་གྱི་ཡི་གེ་རྒྱུས་སྤྱངས་ནས། ལྷུར་པོ་རས་སུ་བོར་བའི་རྣམ་ཐར་བསྟན། མ་འགྲངས་འདོད་དགུའི་ལོངས་སྤོད་འབྱུང་བའི་ལུངས། རྒྱ་ཡུལ་ཚོང་གི་ལས་སྒོ་དབང་རིགས་ཀྱང། རང་ལོ་དང་བརྒྱུད་ནས་འཕྲོག་པའི་ཐབས་ཚུལ་གྱིས། ལྷོ་མས་རྒྱུང་ཁ་ལ་མི་དམིགས་རྒྱ་ཡིས་བཏབ། ལས་མ་ཞིང་བསམས་ན་ཚོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གྱིས། ལངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སྤྱད་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་བཟུལ། ལྷན་པ་སྐབས་སྲིད་སྤྱུག་ངང་ཚུལ་དེ་འདྲ་ན། རྩོགས་དེར་ཡོང་བའི་དགོས་པ་ཅི་འདུག་པ། འདི་ན་རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བྱིན་མཐུ་དང། རྩལ་ན་པད་དཀར་འཆང་བ་ཡབ་སྐུ་གྱི། རྩལ་མཛེས་འཚོ་བའི་ལུང་ཁམས་བདེ་ལུས་ནས། ལུས་རྩེན་གྲོང་ལྷོ་ལ་འཕོས་པ་ལྷོའི། རྩལ་ལྷན་ཚེ་སྲོན་སྲིད་གི་ཕོ་བྲང་ནང། ལབ་དེ་བར་གཉིད་སྤོད་ཚོས་སྤོད་འཕེལ་བ་དང། རང་ལོ་འཕྱོར་ཡིད་སྤྱུལ་ཀུན་བཟང་སྲིན་སྲོས་ཏེ། རྩོ་ལྷག་མཇུག་བའི་སྐལ་བཟང་སྤོད་པས་མཚིས། །¹⁰

ཟེར་ལྷགས་རྩོམ་ནང་ལུ་མཁའ་འགོ་བདེ་ཆེན་མ་བུའི་མཚན་རྒྱ་གསལ་ཏྲིག་ཏྲི་སྤེ་རྒྱུད་དེ་ཡོད་མི་ལས་ཤེས་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨོན།

༩། ཞབས་དུང་མཚོག་དང་མཁའ་འགོ་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་གཉིས་མཇུག་ཕྱད་འགོ་དང་པ་གནང་བའི་སྐོར། མཇུག་ཕྱད་གནང་བའི་སྐོར་ལས་མ་ལུ་བའི་ཉེ་མ་ཐུགས་སྤུལ་འཇིགས་མེད་ལོར་བུའི་མཇུག་རྣམ་ལས་རྩུར་ཅམ་ཅིག་ལུ་བ་ཅིན། དེ་ཡང་སྐུམ་ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེའི་ཐུགས་སྤུལ་བཞི་པ་དག་དབང་འཇིགས་མེད་ལོར་བུ་མཚོག་འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་དག་མེད་ཅེའི་ཚོས་རྩེ་རྩེ་རིགས་གཏེར་བཏོན་པར་སྲིད་པའི་གཏུང་བརྒྱུད་ལས་སྲི་ལོ་^{༡༤༣༡} རབ་བྱུང་^{༡༤} པའི་ལྷགས་ཡོས་ལུ་ཡབ་པར་སྲིད་པའི་གཏུང་བརྒྱུད་བསྟན་འཛིན་ཚོས་རྒྱལ་དང། ལུས་སྤྱོད་ཤོང་མ་འཇིགས་མེད་ཐུགས་པའི་ཨ་ཞེས་གཡུང་འབྲུག་རྒྱལ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྐས་ལུ་སྤྱོད་འཕུངས་ལུག་ད་ལྟོ་ཞབས་དུང་གི་སྐས་

¹⁰ ཞབས་དུང་འཇིགས་མེད་ལོར་བུ། ཆབ་ཤོག་ཞལ་གདམས་སྤྱོད་ཚོགས་དང་གསུང་མགྲེར་ཟབ་མོ་ཆབ་གཉིག་ཏུ་བསྐྱིགས་པ། ཤོག་ཐངས་^{༡༤༤} ཨོན་སྐད་ནང། ཤོག་ཐངས་^{༤༩༡}

མོའི་བརྒྱུད་པ་འཛིན་མི་ཅིག་ཡིན་མི་ཡང་དབང་ཕྱུག་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན།
 ཐུགས་སྐྱུལ་འཛིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་མཚོག་ལུ་སྐྱུ་མཚེད་(མོ་ཀླས་མ)ཅིག་ཡོད་མི་འདི་སྐྱང་སྐྱང་
 ཐུལ་སྐྱུ་བརྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཡིན་པས་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། དེ་སྐྱེ་ཡིན་དགོ་མི་དེ་ཡང་གཙོ་པོ་
 ཞབས་བྱུང་འཛིན་མེད་ལོ་རྒྱུ་མཚོག་ཁོ་ར་གི་གདན་ས་སྐྱུ་ན་ཁ་ལུ་སྐྱེ་སྐྱིད་ཚུ་གི་ནང་འབྲུགས་
 བྱུང་མ་ལས་བརྟེན་བཞུགས་དོ་མ་བདེ་བར་ཁོ་རའི་སྐྱུ་མཚེད་དེ་དང་གཅིག་ཁར་སྐྱང་སྐྱང་གསང་
 རྟལ་སྐྱོང་ཚོས་སྐྱིད་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐབས། ཡ་ཐང་ལས་ཡིན་མི་མཁའ་འགྲོ་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་དང་
 གཅིག་ཁར་མཇལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྐྱེ་བཤད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་དཔལ་སྐྱང་སྐྱང་གསང་རྟལ་སྐྱོང་
 ཚོས་སྐྱིད་གི་གདན་རབས་ལོ་རྒྱུ་མེད་པ་ལ་ལྷན་སྐྱུང་སྐྱུལ་སྐྱུ་བརྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་འདི་
 ཞབས་བྱུང་གི་ཐུགས་སྐྱུལ་ལྷ་པ་འཛིགས་མེད་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་ལུ་གཟུང་སྐྱེ་བཤོད་དེ་འདུག་¹¹ཟེར་ལུ་
 བྱི་ཡིན། མཚོ་བསམ་ལོག་ཅིག་ཁ་ལས་བཏང་སྐྱེ་བལྟ་བ་ཅིན། ཞབས་བྱུང་འཛིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་
 མཚོག་སྐྱང་སྐྱང་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་དགོ་པའི་གནད་དོན་འདི་ཡང་དབང་ཕྱུག་གིས་བཤད་དོ་
 བཟུམ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཁོ་ར་གི་སྐྱུ་མཚེད་འདི་ཡར་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་གཞུང་གྲྭ་ཚང་ནང་
 བཞུགས་དོ་བདེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་མེད་པའི་སྐབས། སྐྱང་སྐྱང་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་བཞུགས་པ་ཡིན་མ་
 འོང་ནི་མས་ཟེར་ཡང་མཚོ་མས། ཡིན་རུང་མ་འོངས་པ་ལུ་མཁའ་པ་ཚུ་གིས་དབྱུང་གནང་འོང་
 མཚོ་སྐྱེ་ནམ་རྟོག་གི་ས་བོན་ཅམ་ཅིག་སྐྱེ་བཤོད་ཡོད་པ་ཡིན། ཐུགས་སྐྱུལ་འཛིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་
 མཚོག་སྐྱུ་གོང་མ་ཞབས་བྱུང་འཛིགས་མེད་གསལ་པའི་ཡང་སྐྱིད་ངེས་བདེན་ཡིན་པའི་རྟལ་སྐྱོང་
 མཚོན་ཚུ་ལེ་ཤ་སྐྱོན་ལས་བརྟེན། སྐྱེ་སྐྱིད་ཡ་ཐང་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་དབྱུ་གཙོས་པའི་འབྲུག་
 གཞུང་གི་སྐྱེ་དཔོན་ལྷན་རྒྱས་ཡོངས་ཀྱིས་མགྲིན་གཅིག་དབྱུངས་གཅིག་གི་ཐོག་ལས་གདན་
 འདྲན་ལུ་སྐྱེ་གསེར་མེད་མཁའ་གསོལ་ལུ་ལུག་དེ་ལས་འབྲུག་གསལ་བའི་སྐྱོན་མེ་ནང་ལས་
 འབད་བ་ཅིན། ཡོངས་འཛིན་རྗེ་འཇམ་དཔལ་གསལ་པ་དང་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ། བརྟ་བཟང་

¹¹ དཔལ་སྐྱང་སྐྱང་གསང་རྟལ་སྐྱོང་ཚོས་སྐྱིད་གི་གདན་རབས་ལོ་རྒྱུ་མེད་པ། སྐྱང་སྐྱང་བཤད་ཐུབ་ཚོས་སྐྱེ་བལྟ་ཚོགས། ཤོག་ཐངས་46། ཀེ་ཨེ་ཀྱི་
 དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དཔར་བྱ་བསྐྱོན་པ།

པོ་ཚུ་བསྟེན་ཞིན་མ་ལས་རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལུ་སྤྲངས་པ་མཛད་ཅུག་¹² ཟེར་བཤད་པ་
 ཡིན་པས། ཡིན་རུང་འབྲུག་དཀར་པོའི་ནང་ལས་འབད་བ་ཅིན། ཡོངས་འཛིན་རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་
 མཚན་བསྟེན་ཅུག་¹³ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ལས་ཞབས་རྒྱུ་འཛིན་མེད་ཅོར་བུ་རང་གིས་
 མཛད་པའི་རིག་པ་འཛིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་གསལ་བར་བཟོད་པའི་གཏམ་ཐར་འདོད་ཡིད་ཀྱི་
 གདུང་མེལ་ཟེར་མི་ནང་ལུ་ཡང། གཙོ་བོ་རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ཡོངས་འཛིན་སྟེ་བསྟེན་ཡི་
 ཟེར་བཀོད་ཡོད་པ་ལས། འབྲུག་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་དང་འབྲུག་དཀར་པོའི་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་
 གཉིས་ལུ་འགལ་བ་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། ག་དེ་སྟེ་ཡིན་རུང། ཡོངས་འཛིན་མཁས་གྲུབ་
 གཉིས་ལུ་ལྷན་གྱི་སློབ་མ་ཚུ་བསྟེན་ཏེ་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་ཚུ་ལུ་སྟོབ་སྟོང་མཛད་ཞིན་མ་ལས་
 མཁས་པའི་སྟེན་གསལ་ཐོབ་ཅུག། དེ་མ་ཚད་མཁུལ་རབ་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པའི་དབང་གིས་ཉམས་
 རྟོགས་ཡང་ཐུགས་རྒྱུད་ལུ་འཁྲུངས་ཏེ། སྤྲུལ་པའི་ཆ་ལུགས་སྟེ་རས་དཀར་ལུང་ཡོའི་ཚུལ་བཟུང་
 སྟེ་གསང་ཡུམ་བཞེས་བཞུགས་པ་ད། རྗེ་མཁུལ་པོ་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཚན་དང་སྟེ་སྤྱི་དམ་ཚོས་
 ལྷན་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་གྲྭ་ཚང་ནང་གི་སློབ་ཡོངས་ཀྱིས་ཞབས་རྒྱུ་གི་སྤྱུལ་སྤྱུ་
 མཚོག་གི་ཐུགས་ལུ་མ་འཐད་པའི་བྱ་ངན་ལེ་ཤ་ཅིག་ར་འབད་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན། སློབ་དམ་པ་
 འདི་ཉིད་ཐུགས་འཚོར་ཏེ་འབྲུག་ལུ་མ་བཞུགས་པར་བོད་གངས་ཅན་སྟོངས་ལུ་བྱོན་ཏེ། ལུན་
 རིང་མོ་བཞུགས་པའི་མཐའ་མར་ལོག་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཏེ། སྤོར་སྟོར་ནང་ལུ་ཡོངས་འཛིན་ཤེས་
 རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གདན་ས་ལུ་བཞུགས་ཏེ་དགུང་ལོ་³⁹ ལུ་ལྷ་ངན་ལས་འདས་སོང་ཅུག། དེ་
 གིས་ཐུགས་སྤྱུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་རྣམ་མཛོད་ཅིག་ལུ་ཚར་ཏེ། མཁུལ་འགོ་བདེ་ཆེན་མཚོ་མོ་
 དང་ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་རྣམ་གཉིས་མཇལ་ཐུང་མཛད་ཚུལ་སྟོར་ལུ་བ་ཅིན། དེ་ཡང་ཉེ་མ་སློབ་
 སྤྲུང་སྟེང་པ་དང་ ཚོས་ཡོན་གྱི་སྤྱིན་བདག་ཨ་ཐང་པ་ཟེར་སྟེ་སྟོབ་སྟོང་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། སྤྲུང་སྟེང་
 དགོན་པའི་ཚོས་བྱོགས་ཀྱི་ཕྱག་ལཱ་ག་ཅི་ར་མཛད་རུང། ཨ་ཐང་པ་ཚུ་གིས་སྤྱིན་བདག་འབད་དེ་

¹² སྟོབ་དཔོན་པོ་ཚུ་ཚེ་དབང། འབྲུག་གསལ་བའི་སྟོན་མེ། ཤོག་ཐངས་༤༤༡། དཔར་སྐྱེན་པ།
 Indraprastha Press (CBT) New Delhi.

¹³ སྟོབ་དཔོན་མདོག། འབྲུག་དཀར་པོ། ཤོག་ཐངས་༡༢༡། དཔར་སྐྱེན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.

ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་བཟུམ་སླེ་ལོ་བསྟར་གྱི་དུས་སློན་སློམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མི་སྐྱད་སྟེང་ཚེས་བཅུ་
 གི་སྐབས་ལུ་ཡང་། ཨ་ཐང་གི་མི་སེར་ཚུ་གོ་ར་སྤྱི་རུབ་གི་ཐོག་ལས་སྐྱད་སྟེང་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་
 སྤྱིང་གི་གདན་ས་དེ་ཁར་སོང་ཞིན་མ་ལས་ཅི་ཕྱོགས་གང་ཕྱོགས་གི་ཐོག་ལས་པ་བཟང་གི་ཤུལ་ཚུ་
 བུ་གཞི་ཚུ་གིས་བཟུང་སྟེ་སྟོང་པའི་དུས་ཚོད་བཟང་པོ་འདི་ནང་ལུ། ཞབས་རྒྱུང་འཇིགས་མེད་ལོར་
 བུ་མཚོག་ཡང་སྐྱད་སྟེང་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་ཅུག། དེ་གི་སྐབས་ཨ་ཐང་ལས་མཁའ་འགོ་བདེ་
 ཚེན་མཚོ་མོ་དེ་ཡང་པད་སྤྱིང་ཡབ་སྲས་གི་གདན་ས་དཔལ་སྐྱད་སྟེང་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་སྤྱིང་ལུ་
 ཚོས་བཅུ་གི་ལྟང་མོ་གཟིགས་པར་ཕྱོན་པ་ད་སྐྱེ་ཚེ་ཉེ་མའི་འབྲེལ་བ་ལས་བཞེན་སྐྱམ་ཞབས་རྒྱུང་
 འཇིགས་མེད་ལོར་བུ་དང་མཇལ་བ་ཙམ་གྱིས་སློན་གྱི་དུས་ལུ་ཚོས་རྒྱལ་ལོར་བཟང་དང་ཇི་ཟེ་བུ་
 མོ་ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་མོ་གཉིས་དང་འབྲ་བའི་སྤྲུགས་གི་བཙེ་བ་དང་དག་སྤྱང་སློམ་བསྐྱེད་དེ། མཁའ་
 འགོ་བདེ་ཚེན་མཚོ་མོ་འདི་སྤྱི་མའི་འཕྲིན་ལས་གི་གོགས་མ་སླེ་བཞེས་ནི་གི་སྤྲུགས་ཐག་གཅད་
 གནང་མ་ལས། མཁའ་འགོ་བདེ་ཚེན་མཚོ་མོ་གིས་ཡང་སྤྱི་མའི་བཀའ་ག་གནང་དང་གསུང་ཅི་
 སྐྱུབ་གི་སློ་ལས་ཕྱག་ཕྱི་གང་དགས་ལུ་སྟེ་ཚེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལུ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཕྱིན་རྒྱལ་
 ཚོས་གི་བདུད་རྩི་ལུ་ཡོངས་སྟོན་དེ་ཤར་བེལ་ལའི་རྒྱབ་ལུ་སྐྱད་སྟེང་གི་གཡུས་འགོ་བ་མི་ཚུ་སྟོན་
 ཉམས་དགའ་བའི་ཁར་དུད་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ཡང་ཉམས་དགའ་བའི་པངས་རིལ་བསྐྱར་ཉེ་སྟོན་
 ས་ཕྱོགས་བཅུ་རི་རྒྱལ་བས་ཕྱིན་གྱིས་རྒྱལ་བས་པའི་གནས་ཚེན་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་གི་
 བཀོད་པ་དང་འབྲ་བའི་ས་གནས་བདེ་ཚེན་དགོན་པ་ཟེར་མི་འདི་ཁར་མཁའ་འགོ་བདེ་ཚེན་མཚོ་མོ་
 གིས་སྤྱི་མའི་ཕྱག་ལུ་སྟེ་པ་མར་རྒྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ཡོངས་གི་དོན་ལུ་ཚོས་ཕྱོགས་གི་ཕྱག་ལུ་
 མང་རབས་ཅིག་མཇེད་དེ། ཉེ་མ་སྐྱམ་པ་ཇོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ་དང་མཁའ་འགོ་བསོད་ནམས་
 དཔལ་སློན་བཟུམ་སླེ་སྤྱི་མ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བཞུགས་ཅུག།

༤། ཨ་ཐང་ལུ་བཞུགས་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན།

མཁའ་འགོ་བདེ་ཚེན་མཚོ་མོ་འདི་ཨ་ཐང་པའི་མི་བརྒྱུད་ངོ་མ་ཡིན་མ་ལས་ས་གནས་འདི་ཁ་ལས་
 ཕར་རྒྱུར་ཕྱོན་ནི་ཟེར་རུང་གནས་རྒྱར་སྐྱད་སྟེང་དགོན་པ་དང་ཐག་ཉེ་བའི་ས་གནས་དགའ་སྦྱིད་

སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཞིང་ཁམས་དང་འདྲ་བའི་གཡུས་ཕྱོགས་རྒྱལ་པ་ལུ་བཞུགས་པ་ཨིན་པ་དང་
 གནས་དགུན་གྱི་སྐབས་བྱ་རིགས་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱི་མཚོན་པ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་སྤུལ་ཏེ་སྦྱིད་
 ཉམས་ལྡན་པའི་གཡུས་ཨ་ཐང་ལུ་བཞུགས་དོ་ཡོད་པ་ལས། ཞབས་བྱུང་འཇིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་
 མཚོག་ཡང་གཞུང་ལུ་བཞུགས་ཏེ་འབད་རུང་སྤེ་སྤིད་ཚུ་ནང་འབྲུགས་ལངས་ཏེ་སྤྱུགས་སྦྱིད་ཏོང་ཏོ་
 ཅིག་སྤེ་བཞུགས་མ་སྤེར་པ་ལས། ལཱ་ལྷན་སྤེ་དཔལ་སྦྱང་སྤེ་གསང་སྤེ་གསང་ཚོས་སྤིང་ལུ་ཁོ་
 ར་གི་ཕོ་རྒྱུས་མ་དང་གཅིག་ཁར་བཞུགས་ཏེ་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་གནང་སྤེ་བཞུགས་ནི་ལུ་
 སྤུལ་བའི་ཏོག་ཏོ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན། པད་སྤིང་ཡབ་སྤེས་ཀྱི་གདན་ས་འདི་ནང་བཞུགས་ལུག
 དེ་གིས་ཡང་མ་ཚད་མཁའ་འགྲོ་བའི་ཚེན་མཚོ་མོ་དང་གཅིག་ཁར་སྤེང་ལས་ཉིན་མ་གཅིག་དེ་
 ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ས་གནས་བའི་ཚེན་དགོན་པ་ཟེར་ས་ལུ་ཡང་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་
 ཕྱག་ལུ་མཚན་དེ་གཏུལ་བྱ་སྤེ་བ་དང་ལྡན་མི་སེམས་ཅན་ཚུ་རྣམ་ཤོལ་གཏན་གྱི་བའི་བར་བཀོད་
 པའི་ཚེན་དུ་ལོ་ངོ་དག་པ་ཅིག་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་སྤེ་བཞུགས་པའི་རིང་མཁའ་འགྲོ་
 བའི་ཚེན་མཚོ་མོ་ལས་སྤེས་མོ་ཅིག་འབྲུངས་ནི་གི་ལུང་བསྟན་དུས་ལུ་བབས་ཏེ། ཡ་མཚན་ཅན་
 ཀྱི་གནས་མཚོག་ཕྱི་ལྷར་ས་དོ་རི་བྲག་གི་རྣམ་པ་ནང་ལྷར་ལྷང་ལོ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་དང་དབྱེ་བ་
 མེད་པའི་གནས་དེར་གཏུང་བརྒྱད་འཇིན་མི་སྤེས་མོ་རིན་ཚེན་མཚོ་མོ་ཟེར་མཚར་སྤྱུག་ལང་ཚོ་ལྡན་
 པ་ཅིག་སྤེ་འབྲུངས་ལུག སྤེས་མོ་དེ་དགུང་ལོ་རྒྱུང་ཀུའི་བསྐྱང་ལས་ཕྱིའི་རྣམ་པ་ལྷའི་སྤེས་མོ་དང་
 དབྱེ་བ་མེད་པ་མ་ཚད་ནང་གི་རིག་པ་ཡང་ག་ནི་བ་རྗོལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སྤེས་མོ་རིན་ཚེན་
 མཚོ་མོ་ལུ་ཕོ་སྤེ་གཅིག་ཡང་འདུག་ཟེར་ད་ལྷོ་ཨ་ཐང་སྤེས་མོའི་གཏུང་བརྒྱད་འཇིན་མི་ཨཔ་
 དབང་ལྷུག་གིས་བཤད་པ་ཨིན་པས། ཨ་ཐང་སྤེས་མོ་གིས་སྤེས་མ་བཞུགས་པའི་ལུལ་མ་
 དམིགས་བསལ་གྱི་ཕྱག་ལུ་གཞན་ཅིག་ག་ནི་ཡང་གནང་མེད་རུང་སྤེ་མའི་གཏུང་བརྒྱད་དེ་ད་ལྷོའི་
 བར་ན་ཡང་ག་མ་ཉམས་སྤེ་མ་ཉམས་པར་གཙང་མ་གཙང་རྒྱུང་སྤེ་བདག་འཇིན་འབད་ཡོད་པ་
 ཨིན་པས། མ་གཞི་ཨ་ཐང་སྤེས་མོ་མོ་ར་མི་གནག་པོ་གི་སྤེ་མོ་ཅིག་ཨིན་པ་ལས་བརྟེན། སངས་
 རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཕྱག་ལུ་སྤེ་མོ་ཅིག་ག་ནི་ཡང་གནང་མ་ཚུགས་རུང་། སྤེ་མའི་སྤེ་ཆས་དང་
 གནས་ཁང་ཚུ་ཅི་སྤེ་གསང་གང་ལྷོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་འཇིན་སྤེ་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད། ལུལ་ལས་

མོ་ར་གི་བྱིམ་ནང་ཡང་སློམ་མའི་སྐྱུ་མཚོད་དང་འབྲམ་ཅིག་སྟེ་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ཚོ་གྲུ་ཉིན་མ་གཉིས་
རིང་གནང་སྟོལ་གྱི་ལམ་ལུགས་གཞི་བཙུགས་གནང་ཅུག།



ཨ་ཐང་ལུ་ཡོད་པའི་ཞབས་དུང་འཇིགས་མེད་འོ་ར་བྱའི་སྐྱུ་མའི་གཟིམ་རྩུང་གི་མཚོང་སྤང་།

༥༽ ཨ་ཐང་སྐྱུ་མའི་རིགས་བརྒྱད་སྟེང་བ་ལྟར་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པའི་སྐོར།

བརྒྱད་པ་འཇིན་མི་ཨལ་དབང་ཕུག་གིས་སྐབ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན། ཨ་ཐང་སྐྱུ་མའི་བརྒྱད་
པ་འཇིན་མི་ཚུ་ད་ལྟོ་ལོ་བར་ན་ཡང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་དང་། སྐྱུ་མའི་ཞབས་དུང་འཇིགས་མེད་
འོ་ར་བྱའི་སྐྱུ་མའི་རིན་ཆེན་མཚོ་མོ་དང་ཡུམ་གཅིག་ཡབ་སོ་སོར་འབད་མི་སྐྱུ་མཚོད་སྟེ་སྟོ་ཟེར་མི་
ཅིག་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ཨ་ཐང་སྐྱུ་མའི་རིན་ཆེན་མཚོ་མོ་ལུ་ཡང་སྐྱུ་མའི་སྟོ་ཟེར་ལྟ་
ཡོད་ཟེར་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ། འབྲུག་གི་སྐྱོས་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ནང་ལས་ཡང་། སྐྱུ་
སྟོ་ཟེར་ཚུ་གི་མཚན་གསལ་ཉོག་ཉོག་སྟེ་བཀོད་དེ་མེད་རུང་། གྲངས་ཁ་ལྟ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་མི་འདི་
དང་མཐུན་པས་ཟེར་ལུ་ཅི་ཡིན།¹⁴ ཨ་ཐང་སྐྱུ་མཚོ་ཟེར་མི་འདི་ཨ་ཐང་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་སྟོ་ཟེར་ཤོས་
འདི་ཡིན་མ་དེ་ལོ་གི་ཡབ་འདི་སྐྱུ་མཚོད་སྟེ་སྟོ་ཟེར་སྐྱུ་བཟུན་པའི་ཉི་མ་ཡིན་པས། ཡབ་ཀྱིས་ལོ་དགེ་
སྟོང་ནང་བཙུགས་ཉེ་འབད་རུང་སྟོང་མ་བཏུབ་ལས་འཇིག་རྟེན་མི་གནག་པོ་སྟེ་ར་ལུས་སོང་ཅུག།
སྐྱུ་མཚོད་སྟེ་སྟོ་ཟེར་སྐྱུ་བཟུན་པའི་ཉི་མ་ཟེར་ལུ་མི་འདི་གདན་རབས་འོ་ར་བྱའི་སྟེང་བ་ནང་ལས་འབད་བ་
ཅིན། གདན་རབས་དུག་པ་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་སྐྱུ་མཚོད་སྟེ་སྟོ་ཟེར་སྐྱུ་བཟུན་པའི་ཉི་མ་བྱེད་ཟེར་

¹⁴ སྐྱུ་མཚོད་སྟེ་སྟོ་ཟེར་སྐྱུ་བཟུན་པའི་ཉི་མ་ཡིན་པའི་ཤོག་གྲངས་ ༣༥༩། དཔར་བསྐྱུན་ཡོ། ༡༩༩༩། དཔར་བསྐྱུན་པ་མ་ཐོབ།

ལྷ་མི་འདི་གདན་རབས་བདུན་པ་ཨིན་མ་སྐྱེ་བཤད་དེ་འདུག དེ་མ་ཚད་སྐྱང་སྐྱུལ་བསྟན་པའི་ཉིན་
 ཟུང་འདི་ སྐྱང་སྐྱུལ་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་ཡང་སྲིད་ཨིན་མ་སྐྱེ་ཡང་བཤད་དེ་འདུག ཨིན་རུང་ཨེཔ་
 དབང་ཕྱུག་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ཨ་ཐང་སྲས་མོའི་སྲས་སློམ་ཤོས་ཨ་ཀས་རྒྱ་མཚོ་
 གི་ཡབ་འདི་ གསུང་སྐྱུལ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་གསུང་སྐྱུལ་
 གྱི་གྲུལ་ཁར་གསུང་སྐྱུལ་ཀུན་བཟང་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ཟེར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས། གསུང་སྐྱུལ་
 བསྟན་པའི་ཉི་མ་ཟེར་མོའི་མཚན་འདི་མིན་འདུག་ཟེར་ལྷ་ནི་ཨིན། སྲས་སློམ་གཞན་གྱི་ཡབ་འདི་
 དར་ཚོང་དཔོན་བསམ་གྲུབ་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་མས། ཨ་ཐང་སྲས་མོའི་བྱ་གཉིས་པ་འདི་ཨ་ཀས་
 བསྟན་པ་ཟེར་མི་འདི་ཨིན་མ་ད་ཁོ་འདུག་རྒྱལ་གཉིས་པའི་སྐོ་ཁར་ཕྱུག་ལྷ་སྟོད་མི་ཅིག་ཨིན་པས།
 གསུམ་པ་ཨ་ཀས་དར་དཔོན་ཟེར་མི་ཁོ་ཡང་སྤོ་ལོ་དར་དཔོན་སྐྱེ་གཞུང་གི་ཕྱུག་ལྷ་མི་ཅིག་
 ཨིན་པས། བཞི་པ་ཨང་ཀས་ལྷ་སྟོན་ཟེར་མི་འདི་ཨིན་མ་དང་། ལཱ་པ་ཨ་ཀས་མགར་སཔ་ཟེར་
 མིང་ལོ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་ཟེར་མི་འདི་འདུག་རྒྱལ་གསུམ་པའི་ཕྱུག་ལྷ་སྟོད་མི་ཅིག་ཨིན་མ་མ་ཚད་
 འདུག་རྒྱལ་གསུམ་པའི་ཐུགས་གཏད་ས་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ལོག་ཤུལ་མ་འདུག་རྒྱལ་
 གསུམ་པ་གིས་གསོལ་རས་དང་འདམ་ཅིག་སྐྱེ་ མགར་སཔ་གི་གོ་གནས་དང་ སྐྱུན་པའི་གོ་
 གནས་འབྲེལ་ཏེ་ དཔོན་གཉིས་སྐལ་མ་མའི་གོ་གནས་ཡང་གནད་ཡོད་པ་མས། (དགིས་བཏུ་བ་
 ཅིན་མགར་སཔ་དང་སྐྱུན་པ་ཟེར་བའི་གོ་གནས་འདི་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ཚོང་དཔོན་ཟེར་སྐབ་མི་འདི་
 ཨིན་མ་འོང་ནི་མས། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ འདུག་རྒྱལ་གསུམ་པའི་སྐབས་ལས་ཚོང་དཔོན་
 ཟེར་བའི་མིང་དེ་གནས་བསྐྱུར་ཏེ་དེ་སྐྱེ་བཞག་བཞག་པ་ཨིན་མ་འོང་ནི་མས་ཟེར་མཚོ་མས།) ཨ་
 ཀས་མགར་སཔ་ཟེར་སྐབ་རུང་འདྲ། ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་གིས་གནས་ཚང་བཞི་དེ་ཅིག་ཡོད་པའི་གྲུལ་
 ལས། དང་པ། བུམ་ཐང་བསམ་གཏན་གྱིང་ལས་དང་། གཉིས་པ། འདི་ཨ་ཐང་སྲི་གངས་ལས་
 ཨིན་པས། གནས་ཚང་གསུམ་པ། འདི་སྐྱུན་ལོ་རྩེ་བུ་སྐྱང་ལས་ཨམ་ཤེས་རབ་དཔལ་མོ་དང་
 ཨམ་ཤེས་དཀར་ཟེར་ཨམ་སྐྱུ་གཉིས་འཚོལ་ཡོད་པ་ད་ ཨམ་ཤེས་རབ་དཔལ་མོ་འདི་ཨ་ཞེམོ་
 དང་ཨམ་ཤེས་དཀར་ཟེར་འདི་རུམོ་ཨིན་པས། ཨམ་སྐྱུ་གཉིས་པ་ཨམ་ཤེས་དཀར་ཟེར་ལས་བྱ་གཞི་མེད་
 རུང་། ཨམ་སྐྱུ་དང་པམ་ཨམ་ཤེས་རབ་དཔལ་མོ་ལུ་སངས་རྒྱས་ཚོས་སྟོན་དང་དམ་ཚོས་ཟེར་

མིའི་བུམོ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཨ་ཐང་སྐས་མོའི་སྐས་གཉིས་པ་ཨ་ཁྱས་བསྟན་པ་ལས་ཨ་
ཐང་པ་དབང་འདུས་ཟེར་མིའི་རྩོན་བརྗེད་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་དང། ཨཔ་དབང་འདུས་ལས།
བུམོ་ཐུགས་རྗེ་དང་བཟང་མོ། ཚོས་སློན། སངས་རྒྱས་ལྷ་མོ། བྱད་རྒྱ། ཀམ་ཚོས་སློན། ཟེར་
ཁོང་དུག་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྐས་མོའི་སྐས་མོ་ལྷ་སློན་ལས། ཨམ་ལེབ་ཏམ། ཨམ་ལེབ་ཏམ་གྱི་
ཚ་བོ་འདི་དེ་ལྟོ་ཨ་ཐང་གི་གཡུས་ཁ་ལུ་སྟོད་མི་ཨཔ་དབང་ལུག་ཡིན་པས།

ཨ་ཐང་སྐས་མོའི་སྐས་དང་པ། ཨ་ཁྱས་རྒྱ་མཚོ་ལུ་བུམོ་གསུམ་ཡོད་པ་མས། དེ་ཡང་སློམ་ཤོས་
ནམ་རྒྱལ་སློལ་མ་དང། བར་ན་སྟོར་མ་བདེ་ཆེན་དཔལ་མོ། རྒྱུ་ཤོས་སངས་རྒྱས་ཚོས་སློན་
གསུམ་ཡིན་པས། སངས་རྒྱས་ཚོས་སློན་གྱི་བུམོ་ཨམ་ལས་འཕྲོ་དབང་མོ་ཡིན་མ་དུ། མོ་ལུ་བུ་ཚོ་
དགོན་མ་ཕྱར་པ་དང། ཁོ་གི་འོག་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བཟང་མོ་དང། རྒྱུ་ཤོས་ར་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་
ཟེར་མི་འདི་ཡིན་པས། ཨ་ཁྱས་རྒྱ་མཚོ་གི་བུམོ་བདེ་ཆེན་དཔལ་མོ་ལས་ཨམ་རིག་འཛིན་ཡིན་མ་
དུ། ཨམ་རིག་འཛིན་དང་ཨཔ་རྣམ་རྒྱལ་ལུ། ཨ་ལུ་ལྷ་ཡོད་ས་ལས་སློམ་ཤོས་ར། དེ་ལྟོ་ཨ་ཐང་
ལུ་ཡོད་མི་ཨཔ་དབང་ལུག་གི་ཨ་ཞེལ་འདི་བུམ་ཐང་སྐས་མོའི་དགོན་པའི་སྐུལ་སྐུ་གི་གསང་ལུམ་
ལུག་དེ་སློལ་མ་ཟེར་མི་འདི་ཡིན་མ་དུ། དེ་གི་འོག་ལས་ར། ཨཔ་དབང་ལུག། དེ་ལས་སྟོབས་
རྒྱས། དབང་ལུག་ལྷ་མོ་དང་དབང་ལུག་སློལ་མ་རྩེ་ཡིན་པས། ཨ་ཁྱས་རྒྱ་མཚོ་གི་བུམོ་རྣམ་
རྒྱལ་སློལ་མ་ལས་ཨ་ཐང་རྟེན་འོག་གི་རྒ་པོ་བགོས་པ་དཔལ་འབྱོར་ཟེར་མི་འདི་ཡིན་མ་
དུ། དཔལ་འབྱོར་དང་ཨམ་ཤེལ་དཀར་ཚོས་སློན་གཉིས་ལས་བུམོ་བདེ་སྦྱིད་ཚོས་སློན་ཟེར་མི་
གཅིག་དང། མཚོ་སྐུས་དང་འཕྲིན་ལས་ཟེར་བུ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་སྐོར་གདུང་བརྗེད་
གསེར་རིའི་ཕྱོད་བ་བཟུམ་སྐོར་ལ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོག་སྐོར་དེ་ལྟོ་འི་བར་ན་ཡང་མ་ཉམས་པར་གསལ་
རིལ་རི་སྐོར་མཇལ་སར་ཡོད་པ་ལས། གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་གི་མི་རྩེ་ཡང་དཔལ་ཇམ་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་
ཟེར་ གཡུས་ཁའི་རྒྱས་ཤོས་རྩེ་གིས་བཤད་པ་ཡིན་པས། ཨ་ཐང་སྐས་མོའི་གཟིམ་རྩུང་དེ་ཨ་ཐང་
གི་གཡུས་ཚན་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ལོ་ཕོག་ཁ་ཟེར་མི་འདི་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་ད་ས་གནས་
གྱི་མིང་འབད་བ་ཅིན་སྟེད་གཡུས་ན་ཟེར་སར་ཡིན་པས། སྟེད་གཡུས་ན་ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་དེ་ཡང་
གཙོ་བོ་གཡུས་མགོ་སྟེད་སྟེད་གསང་སྟེད་ཚོས་སྐྱིད་ལས་གཡུས་མཇུག་ཨ་ཐང་སྐོར་བཙུམས་པ་དུ།

ང་བཅས་ར་འཇིག་རྟེན་པའི་ཁ་སྐད་ལས་མགོ་ལུ་སྟོན་དང་། མཇུག་ལུ་སྐད་ཟེར་སྐབ་སྟོལ་ཡོད་
དོ་བཟུམ། གཡུས་ཀྱི་སྐད་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་སྐད་གཡུས་ན་ཟེར་དར་བྱབ་འགྲོ་ཡོད་པ་
བཟུམ་ཅིག་སྟེ་མཐོང་མས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། སྐད་གཡུས་ནང་ལུ་སྐད་མོའི་གདུང་བརྒྱུད་བདག་
འཇིན་འབད་མི་གཙོ་བོ་འདི་ཨམ་རིག་འཇིན་དང་ཨམ་རྣམ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་གཞི་ལེ་ཤ་ཡོད་
པའི་གཡུས་ལས་ཨམ་དབང་ལྷུག་འདི་ཡིན་མ་དུ། ཁོ་དུས་རྒྱུན་གཡུས་ཁའི་ལུ་འབད་དེ་སྟོན་མི་
ཅིག་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ཁོ་ཡང་གཉེན་སྲི་ཁ་ལས་འཇོལ་ཡོད་པ་ལས་བྱིམ་ནང་ལུ་འཕམ་
འཕམ་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལས་སྟོན་མི་རྒྱལ་རུང། ཁོ་རའི་ཨ་ཞང་ཨམ་ཕུག་རྩོ་གིས་ཉིན་མ་གཅིག་
ཡང་མ་ཆད་པར་རྩོ་བ་ཡོན་ཆབ་གཙང་མའི་མཚོན་པ་དང་སྲི་རུ་མར་མའི་མཚོན་པ་རྒྱ་ལུ་དང་
ལུ་བཞེན་དུ་ཡོད་ཟེར་ཨམ་ཕུག་རྩོ་གིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

༤། རིགས་བརྒྱུད་འཇིན་མི་གི་ཡ་བྱིམ་ནང་ལུ་ཞབས་རྩུང་གི་སྐྱུ་ཆས་རྒྱ་ཡོད་པའི་སྐོར།

ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་རིང་ལུ་ཨ་ཐང་པའི་མི་རྒྱ་གིས་གདུང་བརྒྱུད་འཇིན་མི་རྒྱ་ལུ་ཅི་མཐོང་དང་གུས་
བཀྱར་བསྐྱེད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ག་བྱབ་ཟེར་བ་ཅིན་གདུང་བརྒྱུད་འཇིན་མི་རྒྱ་གི་བྱིམ་
ནང་བཀའ་འདྲིན་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་ལྷན་ཞབས་རྩུང་འཇིགས་མེད་ལོར་བུ་མཚོག་གིས་གནང་སྟེ་
ཡོད་པའི་ཁོ་ར་གི་སྐྱུ་ཆས་རྒྱ་དངོས་སུ་སྟེ་མཇུག་ནི་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཡིན་ཟེར་གཡུས་ཁ་གི་མི་
ཀས་ཤོས་རྒྱ་གིས་བཤད་པ་མ་ཚད། གཡུས་ཁར་སྟོན་མི་རྒྱ་གིས་ཚེ་བཟང་དུས་བཟང་གི་སྐབས་
བྱིན་ལྷབས་ཅན་གྱི་ནང་རྟེན་རྒྱ་མཇུག་ཁ་ལུ། སྟོན་ལམ་རེ་བཏབ་སྟེ་འགྲོ་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་
འདུག། དེ་མ་ཚད་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ལུ་གཡུས་སྟོ་གཞན་མི་རྒྱ་ནང་བཟུམ་སྟེ་སྐྱུ་མ་འཁོར་ལམ་
དང་དང་སང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འགྱུར་བ་རྒྱ་ཆེ་བྲགས་སྟེ་མེད་དེ་འབད་རུང་ཉམས་དགའ་ཏྲིག་ཏྲི་དང་
སྦྱིད་ཏྲིང་ཏྲི་སྟེ་སྟོན་ནི་ཡོད་མི་འདི་ལྷན་ཞབས་མེད་ལོར་བུ་མཚོག་ཞལ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་
སྐབས་བྱིན་ལྷབས་ཅན་གྱི་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཕུག་ལུ་ལེ་ཤ་གནང་མ་མ་ཚད། ཕུགས་སྟོན་ཡང་ག་དེ་
བྲག་བྲག་གནང་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན་པས་ཟེར་གཡུས་ཁའི་ཀན་ཤོས་རྒྱ་གིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།
ལྷན་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ར་ཞལ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཕུགས་སྟོན་རྒྱ་ཆེ་བྲགས་སྟེ་གནང་སྟེ་

བྱིན་གྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མ་ལས་རིན་པོ་ཆེ་ལོ་ར་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྟེན་ལྗང་པར་
 ཅན་ཚུ་རང་ཅག་སྟིགས་མ་ལུ་བདོའི་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་མཇལ་བ་ཙམ་གྱིས་ངན་སོང་གི་སྐྱོ་
 བཀག་སྟེ་ཐར་པའི་ས་བོན་རྒྱུད་ལུ་སྐྱེ་ཚུགས་པའི་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་ནང་རྟེན་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་གྲུལ་
 ལས། ད་ལྟོ་ང་བཅས་ར་གིས་མཇལ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་ཆས་ཡང་གཟིམ་ཆ་དང་། སྐྱེ་བལྟོད།
 བཞེས་ཆ། ཕྱག་བྲིས། ཕྱག་རོལ། ཞབས་ལྷམ་ཚུ་ཨིན་པས། སྐྱེ་ཆས་ཚུ་ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་
 གཞོད་རྒྱུན་དང་ཉམས་ཆག་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མ་ལྷུགས་པར་མ་ཚད། བྱིན་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་ཉམས་མ་
 བཅུག་པར་སྤར་ག་ཨིན་མ་སྟེ་ར་བདག་འཛིན་འབད་དེ། དད་ཅན་གྱི་མི་སེར་ཕོ་མོ་ཡོངས་ལུ་
 མཇལ་ཁ་གནང་དང་གནང་བཞེན་པར་ཡོད་རུང་། ད་ཅེས་ནངས་པའི་འཕྲུལ་རིགས་གྱི་ཐོག་ལས་
 པར་འདི་ཚུ་རོགས་ལུ་བཏབ་མ་བཅུག་པར་བཞག་ཡོད་པ་ལས། འདིར་པར་བཅུགས་མ་ཚུགས་
 མི་འདི་ལུ་མཁྱེན་ལྡན་ཡོངས་གྱིས་བྱུགས་གྱི་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ལྷོ་ནི་ཨིན།

༡། གཡུས་མི་ཚུ་གིས་སླུང་དང་དེའི་གཏུང་བརྒྱུད་ལུ་དད་དམ་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཡོད་པའི་སྐོར།
 སླུང་ཅེ་ལུ་ཚེས་ལུགས་ཅེ་དང་ལུང་པ་ཅེ་ལུ་ལུགས་སྟོལ་ཅེ་ཟེར་སླབ་སྟོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་དབང་
 འདུས་རྗེང་ཁག་ཨ་ཐང་རྟེན་འོག་འདི་ནང་ལུ་ཡང་ལུགས་སྟོལ་ཅིག་ག་ཅི་ཡོད་པ་སྟོེ་ཟེར་བ་ཅིན།
 ཉེ་མ་པམ་བཟང་པོ་ཚུ་གི་སྐྱབས་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་བཟང་པོ་ཚུ་ཤུལ་མའི་བུ་
 བརྒྱུད་ཚུ་གིས་འབད་སྟོལ་དར་ཉེ་ཡོད་པའི་གཡུས་སྟོེ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས། དང་པ་ཟེར་མ་ད་སླུང་
 འཛིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་འདི་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་བཀའ་བློན་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སླུང་
 ཞབས་རྒྱུང་རག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་སྐུལ་སྐྱེ་ཅིག་ཨིན་མ་མ་ཚད། སེམས་ཅན་ལུ་བྱམས་པ་དང་
 བརྩེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་དེ་འགོ་དོན་མཚན་མི་ཅིག་འབད་མ་ལས། གཡུས་ཁའི་མི་རྒྱུང་མ་
 ཅིག་གིས་མ་བདོ་བར་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབྱས་མེད་པའི་མི་སེར་གྱིས་དད་དམ་འགྱུར་བ་མེད་པ་
 ཡོད་པའི་ཐོག་ ཁོང་གི་གཏུང་བརྒྱུད་འཛིན་མི་ཚུ་ལུ་ཡང་དད་དམ་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཡོད་པ་ལས་
 བརྟེན། སླུང་མའི་བྱིན་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱིས་ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་གཡུས་སྟོེ་འདི་ནང་ནང་ཡམས་སུ་གོ་ལ་

སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མ་ལྟར་བར་ཡོད་ཟེར་གསུང་བརྒྱུད་འཛིན་མི་ཅིག་ཡིན་མི་ཨ་ཐང་རྒྱུད་འོག་གི་
རྒྱལ་བ་བཞུགས་པ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

༡། ད་ལྟོ་གི་བར་ན་ཡང་ཞབས་དྲུང་གི་སྐྱུ་མཚོན་འབྲུམ་སྡེ་རྒྱ་བཟུང་སྲོལ་ཡོད་པའི་སྐོར།
རྒྱས་སྲས་དངུལ་རྒྱ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། རྣམ་ཐོས་བྱུ་ཡི་ལོ་ལོ་ལྷན་འཛུགས་ལྷན་ལྷན་གྱིས་དཔལ་
དཔལ་འབྱོར་སྤྲིང་པོ་མེད་གཟིགས་ནས། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ། ལྷན་འཛུགས་ལྷན་འཛུགས་ལྷན་
རྣམ་ཐོས་བྱུའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་མཉམ་པའི་རྒྱ་ལོ་ལོ་ལྷན་འཛུགས་སྤྱོད་ཡོད་མི་རྒྱ་སྤྲིང་པོ་མེད་པ་ཡིན་མ་
མཁུན་མ་ལས། རྒྱ་ལོ་ལོ་ལྷན་འཛུགས་འབྲུ་ཅམ་ལྷན་ཡང་ཆགས་པ་དང་ཞེན་པ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་བཟོ་
པའི་སྐྱེས་བུ་ཅིག་འབད་ནི་འདྲི་གིས་ཁོ་རེ་མ་བཞུགས་པའི་ཤུལ་ལྷན། སྐྱུ་མཚོན་འབྲུམ་སྡེ་སོགས་
ཀྱི་དོན་ལུ་མཚོན་གཞི་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་ལྷན་གཞན་གཞན་མ་མེད་དེ་འབད་རུང་། ཨ་ཐང་
སྲས་མོ་མཁལ་འགོ་རིན་ཆེན་མཚོ་མོ་མོ་ར་ལྷུག་པའི་བརྒྱུད་པ་འབད་མ་ལས། ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་
ཆེ་འཛིགས་མེད་ལོ་ལོ་ལྷན་སྐྱུ་མཚོན་ཡིན་ཟེར་དམིགས་བསལ་སྟེ་བཟུང་ནི་མེད་རུང་། ལོ་ལྷན་
བཞེན་དུ་འབྲུག་ལྷན་བཟུ་གཉིས་པའི་ཆོས་དགུ་དང་བཟུ་ཐམ་ལྷན་མོ་རའི་གཟིམ་ཅུང་ནང་ཆོ་གུ་ཉིན་
གངས་གཉིས་གཏང་མི་འདྲི་གཙོ་བོར་སྤྲོ་མའི་སྐྱུ་མཚོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་
ད་ལྟོ་འོ་བརྒྱུད་པ་འཛིན་མི་རྒྱ་གིས་བཤད་པ་ཡིན་པས། ཆོ་གུ་ཉིན་མ་དང་པའི་ནང་སྤྲོ་མ་ཁོ་རེ་གིས་
བཞེན་པའི་ཆོས་སྐྱོང་སྲུང་མ་རྒྱ་ལུ་ཆོགས་འཁོར་རྒྱ་ཆེ་བཟུགས་སྟེ་གཞན་པ་གིས་མ་ཚད། ཞབས་
དྲུང་མཚོག་ཞལ་དངོས་སུ་སྟེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལས་ར་བཞེན་སྲོལ་ཡོད་པའི་རྟ་ལོག་གི་ཆོས་
སྲུང་ཅིག་ཡིན་མི་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལུ་ཡང་གསོལ་ལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་ཉིན་མ་
དང་པོའི་ཆོ་གུ་མཚུག་བཟུམ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཆོ་གུ་ཉིན་མ་གཉིས་པ་ཆོས་བཟུ་ཐམ་ལྷན་སྤྲོ་མ་
དགོངས་པ་འདུས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་ཞལ་སྟེ་སྟེ། ཆོགས་འཁོར་གྱི་བྱ་བ་རྒྱ་ལེགས་
ཤོམ་སྟེ་བརྒྱབས་ཚར་བའི་ཤུལ་ལྷན། གཡུས་མི་གོ་ར་འབོ་སྟེ་མཚོན་སྤྱིན་གཞན་སྲོལ་ཡོད་མི་འདྲི་
ཡང་གཡུས་སྟོེ་འདྲི་ནང་གི་ལམ་ལུགས་ཅིག་ལུ་རྒྱུར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཨ་
ཐང་ལུ་འབྲུངས་ཡོད་པའི་ཞབས་དྲུང་འཛིགས་མེད་ལོ་ལོ་ལྷན་སྲས་མོ་རིན་ཆེན་མཚོ་མོ་གི་བརྒྱུད་པ་

ད་ལྟོ་ཡང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་རྒྱས་ཤོས་དང་མཁམ་པ་ཚུ་གིས་བཤད་དེ་ཡོད་མི་ཚུ་
རགས་ཅམ་ཅིག་སླེ་བཤད་ཚར་མ་ཡིན།

༧༽ མཚུག་བྱང་།

སྐར་སྐས་པ། སྲིད་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ཡི། །སྐྱུ་སྤོང་གསེར་རིའི་ཕྱིན་ལས་
མཁམ་འབྲ་བས། །རང་ཅག་གྲིས་སྒོས་དཔོག་པར་མ་རུས་ཀྱང། །དམ་པའི་ལེགས་བཤད་བདུད་
བཙའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། །བདུས་ནས་རང་སྒོར་འཆར་བ་གང་ཡིན་པ། །རྣམ་དཔྱད་རིག་པའི་ཚུལ་
རྗོགས་མཁམ་པའི་མདུན། །བྲིས་པའི་རྣམ་དགར་དགེ་བའི་སྲུ་ཆར་གྱིས། །འཇོལ་སྤྱིང་ཡུལ་གྱུ་
ཀུན་དང་ལྷན་པར་དུ། །རང་རེའི་སྐྱེ་བྱེད་སྦྱིད་པའི་ཞིང་འདི་དུ། །ཡན་བདེའི་འབྲུང་གནས་
རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ། །དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་སྐྱེ་ཚེ་ཡུན་བརྟན་ནས། །རྒྱལ་སྒོན་འབངས་གསུམ་
བསྐལ་པ་མ་སྟོང་བར། །མུགས་མཐུན་དམ་ཚིག་འཁྲུལ་མེད་བརྟན་པར་ཤོག །ལྷག་པར་རང་
རེའི་ལམ་སྲོལ་མཐོ་སློབ་འདི། །བྱི་ནང་རིག་པའི་གཞུང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ། །ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་
ཡོན་ཏན་དབྱར་མཚོ་ལྟར། །འཕེལ་ནས་བསྐལ་པའི་ཡུན་དུ་གནས་པར་ཤོག །ཅེས་པ་དེའང་སྒོ་
དམན་དཀོན་མཚོག་ཚེ་རིང་རང་གིས་སྟག་ཚེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་སློབ་སྟོན་འབད་
ཞོར་དུ་གཤམ་གསལ་ཡིག་ཆ་དང་མི་ངོམ་ཚུ་ལུ་ཁྲུངས་གཏུགས་ཏེ་བྲིས་མི་དེ་ལུ་ཞོར་འཁྲུལ་བྱུང་
སྲིད་ནི་ཡིན་མ་ལས། །མཁུན་ལྡན་སྒོ་གཟུ་བོར་གནས་པ་ཡོངས་ཀྱིས་སྐྱོན་ཆ་ག་ཅི་ར་གཟིགས་ཏེ་
འབད་རུང་། །ཞོར་བཅོས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ལྷག་པོར་གནང་སྟེ་བཀའ་བྲིན་བསྐྱུང་བེར་ལུ་ནི་དང་
གཅིག་ཁར་སྟག་ཚེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་མདོ་ཆེན་གྱིས་དབུ་གཙོས་པའི་ཞིབ་འཇོལ་
སྟེ་ཚན་ནང་ལྷག་ལུ་གནང་མི་ཚུ་གིས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་ནིའི་གོ་སྐབས་དང་ལུན་དག་མཛད་
གནང་མི་འདི་ལུ། །བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་བཀའ་བྲིན་དགའ་ཚོར་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་
ཡིན། དགོའོ། དགོའོ།

རྒྱལ་ཁྲིམ་དཔེ་ཆ་འཛིན་མོ།

ཨང	དཔེ་ཆ་འཛིན་མོ།	མཛད་པ་པོ།	དཔར་སྐྱུན་པ་དང་དཔར་བསྐྱུན་ལོ།
༡	རིག་པ་འཛིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་གསལ་བར་བརྗོད་པའི་གཏམ་ཐར་འདོད་ཡིད་ཀྱི་གཏུང་སེལ་ཞེས་བྱ་བ།	ཞབས་དུང་འཛིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མཛད།	འདི་གི་སྐྱོར་ལས་མ་ཐོབ།
༢	སློབ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་སློབ་གསུང་ན་རྒྱུ།	མཁས་དབང་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན།	ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་དཔར་བྱ་བསྐྱུན་པ།
༣	དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་དུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར།	རྗོད་པ་གོང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་དུང་ཆེན་སངས་རྒྱལ་རྩོམ་མཁན།	རྗོད་པ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ནས་༡༩༩༩ ལོར་དཔར་བྱ་བསྐྱུན་པ།
༤	འབྲུག་དཀར་པོ།	སློབ་དཔོན་གནལ་མདོག	དཔར་སྐྱུན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.
༥	གདན་ས་གསང་ཆེན་ཚོས་འཁོར་གྱི་སློབ་དང་དུལ་ལོ་གནས་སྤངས་བརྗོད་པ་ཡིད་དགའ་བ་སློབ་ཚུལ་གྱི་སློབ་གར་གཞིན་ལུ་དགའ་བའི་རོལ་ཕྱེད།	སློབ་རིག་འཛིན་དབང་ལྷུག།	དཔར་བསྐྱུན་ལོ། ༡༩༩༡།
༦	འབྲུག་གྱི་རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་སློབ་མེ།	སློབ་དཔོན་པལ་ལྷ་ལ།	དཔར་སྐྱུན་པ། Indraprastha Press (CBT) New Delhi.
༧	ཡབ་ལྷོན་རྩོམ་མཁན་གསུང་བརྗོད་དབང་པོའི་གཞུང་ཆུ་འཛིན།	རྒྱལ་བཞུན་མི་དབང་ཨ་ཞེ་རྩོམ་མཁན་པོ།	དཔར་བསྐྱུན་ལོ། ༡༩༩༩། དཔར་སྐྱུན་པ། Rakesh Press, New Delhi
༨	སློབ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།	བྲམ་གསང་སྤྲུགས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥	དཔར་བསྐྱུན་ལོ། ༡༩༥༥། དཔར་སྐྱུན་པ་མ་ཐོབ།
༩	དཔལ་སྐྱང་སྤྱི་དགས་སྤྲུགས་ཚོས་སྤྱི་དག་གི་གདན་རབས་ལོ་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ།	སྤྱང་སྤྱི་དག་གི་ལོ་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ།	ཀེ་ཨེམ་གྱི་ཁང་ནས་དཔར་བྱ་བསྐྱུན་པ།

སློབ་བསྐྱུན་འབད་སའི་མི་རོལ་གི་མཚན།

- ༡) ཨ་ཐང་སྤངས་མེད་གཏུང་བརྗོད་འཛིན་མི་ཨལ་དབང་ལྷུག།
- ༢) གཏུང་བརྗོད་འཛིན་མི་ཨ་ཐང་རྗོད་འོག་གི་རྣམ་པ་བཟོས་པ་དཔལ་འབྱོར།

སྟག་ཚེ་པའི་སྐྱུ་གཞས་སྐོར་ལས་འབྲི་ཚོམ་སྒོ་གསར་དགུས་པའི་སྐྱུ་ལ།

སྐོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་བསྟན་འཛིན།

དོ་སློང།

༩ སྐྱུར་འཇོམ་སྐྱིད་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཚུ་གིས་
 རང་རང་སོ་སོའི་ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་རྒྱལ་རབས་ལ་སོགས་པའི་གོམས་གཤེས་དང་བསྟན་སྐྱུ་
 གཞས་དེ་ཚུ་ཡང་བརྩམས་གནང་ཡོད་དོ་བཟུམ་འབྲུག་ལུ་ཡང་ཡུང་ཚུགས་དང་དབྱུག་ཚུགས་སོ་
 སོ་ལས་ཡར་སྐྱུ་གཞས་ཁག་སོ་སོ་དར་བྱབ་འགྲོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་གོང་གསར་རྫོང་
 ཁག་བྲག་སྟེང་ཆེད་འོག་སྟག་ཚེ་གཡུས་སྐོར་ནང་ཡང་དང་ཕུ་པ་མའི་དོ་བསྐྱང་ལས་རང་སྐྱུ་གཞས་
 གདངས་རིང་མོ་(གཞུང་སྐྱུ་ཚུ་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་རྒྱལ་སྲོལ་བྱུན་དར་ཡོད་རུང་བར་སྐབས་ཅིག་
 ལས་མི་ཚུ་གིས་འཕུལ་རིག་གི་འགྲུར་བ་དང་བསྟན་མང་ཆེ་བ་སྟོག་བརྟན་ནང་ཐོན་མིའི་བྱི་རྒྱལ་
 ཀྱི་སྐྱུ་གཞས་ཚུ་ལུ་སྐོབ་བ་བསྐྱེད་ས་མཐོང་མ་ལས་ད་རེས་དམིགས་བསལ་གྱིས་སྟག་ཚེ་པའི་སྐྱུ་
 གཞས་སྐོར་ལས་འབྲི་དགོ་མི་དེ་ཡང་ཉེ་མ་ལས་རྒྱལ་སྲོལ་ཡོད་རུང་ད་རེས་ནངས་པར་གནམ་
 མེད་ས་མེད་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་མེད་མིའི་སྐྱུ་གཞས་ཚུ་ལ་ལུ་ཅིག་སྐྱུ་བཟུང་ལ་ལུ་ཅིག་སྟོག་བརྟན་
 བཟོ་བོག་ལས་མ་འོངས་བུ་རྒྱུད་ཚུ་ལུ་དེ་གི་བྱུན་མ་ཉམས་པར་བཞག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་དམིགས་
 ཉེ་འབྲི་འབྲིམ་ཨིན་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

སྐྱུར་སྐྱུ་གཞས་ཀྱི་གོ་དོན།

ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐྱད་ལས་གྱི་ཉེ་ཟེར་བའི་སྐྱུ་འདི་ལུ་སྐྱུ་ལུ་འཇུག་པ་ཨིན་པས། སྐྱུ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་
 དེ་ཡང་བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་ལས། ལྷན་རག་སྐྱུ་ཡི་མཛོད་དེ་ནི། ལྷན་བ་རིག་པའི་
 བསྟན་བཅོས་ཉེ།¹⁵ ཟེར་གསུངས་པའི་དོན་དེ་ཡང་རང་སོ་སོའི་རྣ་བར་སྐྱད་ཀྱི་གདངས་དབྱངས་
 ཉན་ཉོང་ཉོ་སྟེ་གོ་བའི་རག་གི་སྐྱུ་འདི་ལུ་སྐྱུ་དང། སྐྱུའི་མཛོད་ཟེར་མི་འདི་རང་སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་
 རིག་པའི་ཁམས། ཡང་ཅིན་རྩལ་གྱིས་བཟོ་བའི་ཚོག་ཚོགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལུ་སྐྱབ་ཨིན་ཟེར་

¹⁵ བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་ནང་ལས་ཨིན་ཟེར་ སྐྱུ་དེ་བསྟོན་གསར་ལམ་སྐོར། ཤོག་གངས་༢ པའི་ནང་གསལ།

གསུངས་ཡོད་པའི་ཁར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ནང་འགོ་བ་རིགས་ཆགས་པའི་ནམ་དུས་ལས་
འགོ་བརྩམས་ཏེ་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་རོལ་མོའམ་སྐྱུ་གཞས་འདི་ཡང་རང་བཞིན་ལྷགས་ཀྱིས་བྱང་ཡོད་པ་
དེ་ཚོས་ཉིད་ཞིན་པས།

སྐྱུ་གཞས་གྱི་དབྱེ་བ།

སྐྱུར་བཏང་ང་བཅས་འབྲུག་པའི་སྐྱུ་གཞས་ལུ་དབྱེ་བ་ཅིན། བརྩི་སྲོལ་ལུ་གཞུང་སྐྱུ། བོད་སྐྱུ།
རིག་གསུམ། ཟེར་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་ཞིན་རུང་འདི་ལུ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་ཅིན་ཡུལ་དུས་གྱི་
གནས་སྟངས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཡར་རྒྱས་གྱི་འགོས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་མཁས་པ་དང་མི་སྲོལ་རིག་ཅན་དེ་ཚུ་
གིས་རང་རང་སོ་སོའི་ལུང་སློབ་དང་གཡུས་སློབ་སོ་སོ་ལས་ཕར་དར་ཡོད་པའི་སྐྱུ་གཞས་
དབྱེ་འབད་བ་ཅིན། དགོན་གཞས། མང་གཞས། འུ་ཚུ་པའི་གཞས། ལུ་གཞས། མང་སྡེ་
པའི་གཞས་མོ། རྟ་ལོག་པའི་གཞས་མོ། སྤར་གཞས། སྐྱང་བསྐྱུལ། སེབས་སྐྱེལ་གྱི་སྐྱུ་གཞས།
རྩ་མང་པའི་ཨ་ལོ། ལྷ་ར་པའི་ཨ་ལོ་ལྷ་མོ། དུང་སམ་པའི་ལོ་རེད། ཉ་པའི་ཨུའུ་ལ། ལ་གཡལ་
པའི་ཨུའུ་ལེགས། ཀྱར་སྟོད་པའི་སྐྱུ། མང་གི་ལོ་ལེགས། ལངས་པའི་ཅུ་ཅི་ལའི་སྐྱུར་སྐྱངས།
མོང་སྐར་པའི་འབྲུག་པའི་གདུང་བརྒྱད། ཤར་གྱི་སྐྱོ་སྐྱོར། རྩོན་པ་ལེགས་སོའི་སྐྱུ་གཞས། རྒྱལ་
སྐྱུ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱུ་གཞས། བརྩོད་སྐྱུ། སྐྱོ་སྐྱུ། མཇའ་སྐྱུ། སྐྱོ་སྐྱུ། ཆང་གཞས། ཐགས་
གཞས། མདའ་འཆམ་གྱི་སྐྱུ་གཞས། བྱིས་གྱི་བཤད་སྐྱུ། གཉེན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱུ་གཞས།
དཔེ་སྤང་སྐྱོ་ཚོགས་གྱི་སྐྱུ་གཞས། བཀྲ་ཤིས་ལེགས་སྤེལ་གྱི་སྐྱུ་གཞས་ལ་སོགས་པ་མང་ཆེ་བ་
ཅིག་ཉེ་མ་ལས་དར་བྱབ་སོང་ཡོད་པའི་ཁར་ལ་ལུ་ཅིག་དེས་ནངས་པ་གསར་བ་བརྩམས་ཏེ་
སྤེལ་ཕྱིན་ལས་འབྲུག་པའི་སྐྱུ་གཞས་མང་ཆེ་བ་གཞན་རྒྱལ་ཁབ་ག་དང་ཡང་མ་འདྲ་བའི་བྱང་ཚོས་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཡོད་པ་ཞིན་མས།

སྐྱུ་གཞས་གྱི་ཕན་ཡོན།

སྐྱུ་གཞས་ལས་བརྟེན་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་ཡོན་ཡོད་ལུགས་ཡང་དེ་ཡང་བཤད་
མཛོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས། ཇུ་ཆང་འདྲོད་ཡོན་ལོངས་སྟོན་དབྱར་མཚོ་འབྲེལ། ཁི་ནམས་
མ་འབོད་པརྐར་བྱང་བ་བཞིན། །འཁོར་ནས་དགའ་བའི་འཁྲི་ཤིང་ཀུན་ལས་གཡོ། །འཕྲལ་ལ་

ཉམས་དགའ་ཕྱགས་སུ་བཀའ་ཤིས།¹⁶ ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུང་དང་། དེ་བཟུངས་སྟེ་མཐར་
 ཐུག་གི་ཕན་ཡོན་ག་ཅི་ཡོད་མཐོ་བ་ཅིན། རྒྱུད་ལས། རང་བཞིན་རྣམས་དག་བདེ་གཤེགས་སྐྱེ་
 གཟུགས་ལ། རྒྱུ་དབྱངས་སྟོན་པའི་མཚོན་པ་འདི་ཕྱུལ་བས། ཚེས་རྣམས་སྐྱེ་འགགས་མེད་
 པའི་དོ་བོ་ལ། འཕྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྲོད་ཡུལ་ཐོབ་པར་ཤོག།¹⁷ ད་རུང་རྒྱུད་ལས། རྒྱུ་ཡི་མཚོན་པ་
 སྐྱོ་ཚོགས་གྱིས། མཁའ་སྲོད་གནས་སུ་འཁྲིད་པར་བྱེད།¹⁸ ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཞིན།
 གཞན་ཡང་། རོལ་མེའི་བསྟན་བཅོས་ལས། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་མཚོན་པ་དང་། བཀའ་བཀའ་
 རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བ་དང་། རྒྱལ་མཚན་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་གཡོ་བ། དེ་ཀུན་རོལ་མོ་མཁའ་ལས་
 ཐུང་།¹⁹ ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཞིན། ས་སྐྱེ་པ་ཆེན་གྱི་ཞལ་ལས། སློང་ན་གཟུགས་གྱིས་
 ཐོངས་པའང་རུང་། རིགས་ངན་ལོ་དང་བུལ་ཡང་སྟེ། རོལ་མེའི་ཆ་ལ་མཁའ་ལྷུང་
 བ། ཚོགས་ཀྱི་ནང་ན་རྒྱན་ལྟར་མཛེས།²⁰ ད་རུང་བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ལོ་རྩེ་བུ་
 ལས། དཀོན་མཚོག་མཚོན་སྐྱེས་བམོད་ནམས་གོང་དུ་འཕེལ། དགོ་སྐྱེ་རྣམས་གྱིས་སྐྱེ་ཡི་བྱིན་
 ཐོབ་ཅིང་། མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དོགས་པ་སྐྱེ་ཡིས་སེལ། རོལ་གཞོན་མོ་གཞོན་སྐྱེ་ཡི་ཤལ་བྱེད་
 དོ།²¹ ཟེར་ཡོད་པ་ལས་ང་བཅས་ར་སྐྱེ་གཞན་རྒྱབ་པའི་སྐབས་རྟེན་པའི་བྲོ། ལག་པའི་ཕྱག་
 རྒྱ། གཟུགས་ཀྱི་མཉམ་ལུག་གཤོང་མཛེས་པའི་དགའ་འཇུག་མིག་རྩོ་བལྟ་ཐངས་ཚུ་གི་རྣམ་
 འཇུར་ཚུལ་དང་མཐུན་རྩོག་རྩོ་སྟེ་འབད་བ་ཅིན་ལྟོད་མོ་ལྟོ་སྟེ་བལྟགས་མི་ག་ར་ཡིད་རང་དབང་
 མེད་པར་འཕྲོག་ཚུགས་པའི་ཁར་གཞན་ཡང་རང་གི་རྒྱུད་ལུ་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་ཚུལ་ཡང་། རྗེ་ཡོན་
 ཏན་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ཞལ་ལས། ཡར་རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱིས་བྱིན་གྱིས་སློབས། ཡི་དམ་ལྟོ་ཚོགས་
 རྣམས་གྱིས་དངོས་གྲུབ་སྟེར། རིག་འཛིན་མཁའ་འཕྲོ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱགས་དམ་སྟོང་། ཚེས་སྐྱོང་
 རྣམས་གྱིས་བར་ཆད་བྱིལ་གྱིས་མཐུན། རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་ཆགས་སྟོང་། མཚོག་

¹⁶ བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ལོ་རྩེ་བུ་ནང་ལུ་གསུངས་ལུག་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༤༦ རང་གསལ།
¹⁷ རྒྱུད་ནང་ལས་ཞིན་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༤༦ རང་གསལ།
¹⁸ རྒྱུད་ནང་ལས་ཞིན་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༤༧ རང་གསལ།
¹⁹ རོལ་མེའི་བསྟན་བཅོས་ནང་ལས་ཞིན་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༤༩ རང་གསལ།
²⁰ ས་སྐྱེ་པ་ཆེན་གྱི་ཞལ་ལས་ཞིན་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༥༠ རང་གསལ།
²¹ བཤད་མཛོད་ཡིད་བཞིན་ལོ་རྩེ་བུ་ལས་ཞིན་ཟེར་། རྒྱུ་དེ་བཟོ་གསར་ལམ་སྟོན། ཤོག་ཁངས་༡༤༩ རང་གསལ།

དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་། །གར་བྱེད་ས་ཕྱོགས་བཟང་གིས་བདེ་ལེགས་ལྷན། །ས་
གཞིར་བྱིན་རྒྱབ་ས་མི་ཞོར་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས། །གདོན་བཞེགས་གདུག་པ་ཅན་གྱིས་གཞོན་མི་
ལུས། །ཆར་ཚུད་ལུས་འབེབས་ལོ་ལྷུགས་རྟོག་ལེགས་ཤིང་། །ནད་ཡམ་རྒྱུན་ཆད་ལུས་ཀྱི་འཕྲུག་པ་
ཞི། །མཚོན་གྱི་བསྐྱེད་པ་ཉམས་བདེ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས། །ཀྱེད་ཀྱང་དགའ་བདེའི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་
པ་ལོ།²² ཟེར་མ་ལ་སོགས་པ་ཕན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྤྱིར་འབྲུག་ནང་སྐྱེ་གཞས་དར་ཚུལ།

འབྲུག་ཅན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཟེར་སྤོང་ལྷན་གསལ་ཚལ་གྱིས་ལྷུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་མི་ལོ་
སྤྱོད་ཕྱག་གི་གོང་ལས་རང་དབང་རང་བཙན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་
པ་དར་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཚད། འདི་ནང་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཚོམ་གྱུ་རྩ་རིན་པོ་
ཆེ་མཚོག་གིས་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པར་ཞབས་གྱིས་བཅགས་ཏེ་འདྲེ་སྲིན་རྩ་བཏུལ་མ་
ཚད། གསང་སྐྱགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་བསྟན་པ་བཅུ་གསུམ་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྐྱེས་ཡུལ་བཟང་མདོག་
དཔལ་རི་གཉིས་པ་ལུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ས་གནང་ལུག། འདི་བཟུམ་སྤེལ་ཏེ་ག་གང་ལ་ཐོག་པའི་ལྷ་
སྐལ་འབད། ལམས་གསུམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མཐུ་ཆེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་འབྲུག་ལུ་བྱོན་
པའི་འབྱོན་ལམ་ཁར། མི་རྩུ་གིས་དགའ་བསུ་གི་རྩུལ་ལུ་གཞས་ཚོག་ཡང་། ཤར་མི་ལས་མི་
གདུགས་ནམ་ཡང་ཤར། །ད་རེས་ཤར་བའི་མི་གདུགས་ལུས་རྩོ་བས། །བོད་ཡས་ལས་མཚན་
ལྷན་སྐྱེ་མ་ནམ་ཡང་བྱོན། །ད་རེས་བྱོན་པའི་མཚན་ལྷན་བྱིན་རྒྱབ་ས་ཆེ། །ལ་སོགས་པ་
དང་། དཔལ་འབྲུག་པའི་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་འདི། །སྐྱེ་འཕྲུངས་པ་གངས་ཅན་བོད་ལུ་
འཕྲུངས། །བོད་བསམ་སྤྱོད་ལེགས་ཏེ་བཏང་མ་མེན་པར། །སྤོང་སྐལ་ཕུང་དང་ལྷན་སྤེལ་ལུ་ཆེ་
གོ། །ཟེར་བའི་སྐྱེ་གཞས་ཀྱི་མཚོན་པ་དང་བཅས་པའི་གསོལ་རྩ་བས་སྤོང་ལོ་ཞོ་རྩུ་གིས་མཚོན་པ་
སུལ་ཕུང་ལས་རྩུར་གཞས་ཚོག་འདི་གིས་ཐོག་དྲངས་ཏེ་དགོན་གཞས་ལེའུ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལུ་འདི་ཡང་འ་
འི་ལས་རྩུར་དར་བྱུང་ལུག དེ་མ་ཚད་ཞབས་རྩུང་མཚོག་གིས་རྒྱབ་ཁབ་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་
ལས་ཕར་ཞབས་གྱིས་བཅགས། འདི་དང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་སྐྱེ་སེར་པོ་མོ་ཡོངས་

²² རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་གྱིས་ཞལ་ལས་ཡིན་ཟེར་ སྤྱོད་བསྐྱོད་གསལ་ལམ་སྟོན། ཤོག་གྲངས་ ༡༡༥ དང་ ༡༡༦ རང་གསལ།

ཀྱིས་སྐྱེའི་མཚོན་པ་སྤུལ་ཕྱ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་སྐྱོད་པ་གཞས་ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་འདི་ ཉེ་མ་ལས་
 ཡོད་དེ་འབད་རུང་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཞབས་རྒྱུ་ཕོན་པའི་ཤུལ་ལས་དར་བྱུང་སློམ་སོང་ཡོད་པ་
 ཡིན། འདི་བརྩམ་སྡེ་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ནང་དར་བྱུང་ཡོད་པའི་ དཔེར་ན་ཐིམ་ཕུ་གི་མང་
 གཞས། སྤྱོད་ལུ་རྒྱུ་པའི་གཞས། མགར་སའི་དཔོན་གཞས། རྟ་ལོག་པའི་གཞས་མོ་དང་ ལུ་
 ར་པའི་ཨ་ཞེ་ལྷ་མོ་ཚུ་བརྩམ་སྡེ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་གོང་གསར་པའི་རུབ་གཞས་ཟེར་མི་འདི་གོང་
 གསར་རྫོང་ཁག་ལས་བལྟམ་ད་རུབ་ཁ་བྱུག་ཡོད་པའི་རུབ་པའི་རྗེ་དེ་ལོག་ སྤྱིས་གལུས་ཚན་གྱི་
 མི་རྒྱལ་ཤོས་མཁས་པ་ཚུ་གིས་བརྩམས་སྤྱིག་འབད་དེ་གཞས་དཔོན་དང་པ་ ཚེ་རིང་འབྲུག་རྒྱལ་
 གྱིས་འབད་ཁོ་རའི་གལུས་ཚན་ནང་ཡང་ལྷ་པོན་དང་དགའ་སྟོན་རྟེན་འབྲེལ་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་རྒྱུ་
 ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཤུལ་ལས་གོང་གསར་རྫོང་ནང་ཚེས་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་མང་སྐྱོའི་རྟེན་འབྲེལ་
 ཚུ་གི་སྐབས་གཞས་འདི་སྐད་ཅན་མིང་ཅན་ཅིག་སྡེ་རྒྱུ་སྟོལ་བརྩམས་རུག དེ་ལས་ཚུར་གོང་
 གསར་དཔོན་སྟོབ་རིམ་ཕོན་ཚུ་གིས་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་བཏང་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་གོང་གསར་
 དཔོན་སྟོབ་འཛིགས་མེད་ནམ་རྒྱལ་དང་འབྲུག་བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་རིམ་ཕོན་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་
 དར་བྱུང་དང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གནང་སྟེ་ད་སྟོན་བར་ཡང་གོང་གསར་ཚེས་བཅུའི་སྐབས་རུབ་
 གཞས་དང་ སྤང་སི་སྤྱི་གཞས་མོ་དེ་ལས་གདངས་རིང་མོ་གཞུང་སྤྱོད་སོགས་པ་ཚུ་ སྐད་ཅན་
 མིང་ཅན་མིང་ཅན་ཅིག་སྡེ་རྒྱུ་པའི་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རུབ་སྤྱིས་གྱི་གཞས་དཔོན་ཡང་། རིམ་
 པ་བཞིན་དུ་དང་པ་ཚེ་རིང་འབྲུག་རྒྱལ། དཔལ་འབྱོར་ལ། སྟོབས་རྒྱས་ལ། བསོད་ནམས།
 སངས་རྒྱས་དབང་འདུས། དེ་ལས་རྒྱལ་མཚན་ལ་དང་ད་ལྟོ་གི་གཞས་དཔོན་འདི་ལྷོ་ལ་ཟེར་མི་
 ཡིན་པ་ད་རུབ་གཞས་ལུ་ལེ་ལུ་ཉེར་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་
 ཡར་རྒྱས་འགྲུལ་བཞིན་དུ་འགོ་བ་མིའི་བསམ་སྟོན་ཡང་རིམ་པར་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་
 བསྟུན། ལུང་ཕྱོགས་དང་དབྱུས་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལས་ཕར་རང་སོའི་ཚོས་དང་ལམ་སྟོལ་གྱི་གོམས་
 གཤིས་དང་བསྟུན་པའི་ཡོངས་གྲགས་གྱི་སྐྱེ་གཞས། གཞུང་སྤྱོད་ བོད་སྤྱོད་ རིག་གསར།
 གཞས། གཞས་མོ། ལ་སོགས་པ་ཞིབ་འཇོག་པ་ཚུ་གིས་ཉེ་མ་བཀོད་དེ་མེད་པའི་ཚིག་ཚུ་གི་
 དེབ་ནང་བཞེད་བྱིས་བཏང་ལ་ལུ་སྟོག་འཕུལ་ཐོག་ལས་པར་བཏང་བ་སྟེ་མ་འོངས་བུ་རྒྱུད་ཚུ་གི་དོན་

ལུ་དམིགས་ཏེ་བདག་འཛིན་འཐབ་ཐངས་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྐྱེ་གཞས་ཀྱིས་
ལུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནི་གི་གོམ་པ་མདུན་དུ་སློབ་འདི་བསྐྱང་ཡོད་པ་ཨིན།

གྲོང་གསལ་རྫོང་ནང་དུས་དང་བསྐྱེད་པའི་ཞབས་མོ་རྒྱབ་ཐངས་ཀྱི་འགྱུར་བ།

འབྲུག་ལྗོངས་ ༡༡ པའི་ཚེས་ ༢ ལས་ ༡༢ ཚུན་ཉིན་གངས་ ༥ གི་རིང་སྤྱིར་བཏང་ཡོངས་གྲགས་ལུ་
གྲོང་གསལ་པའི་གཞས་མོ་ཟེར་གདངས་རིང་མོ་གཞུང་སྐྱེད་དང་གཞས་མོ་ཚུ་གྲོང་གསལ་ཚེས་འཁོར་
རབ་བཏུན་ཚེ་རྫོང་ཚེན་ནང་སྤེལ་བཅུ་ཉི་ལྔ་ལ་བཅུ་གསལ་གནང་པའི་སྐབས་ལས་རང་གྲོང་གསལ་
རྫོང་གི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་གཡུས་ཚན་དཔོན་བསྐོས་པ་ཚུ་གིས་རྒྱབ་སྤོང་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་གི་
ལུལ་ལས་ལོ་ལྟར་ཚེས་བཅུ་གནང་སར་ཆེད་འོག་ ༥ ནང་གི་གཡུས་ཚན་སྐོར་རྒྱབ་སྤོང་རྒྱབ་དཔོན་
པའི་སྤོང་འདི་ཡང་མི་སེར་ཚུ་གི་རོ་ཚབ་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་ཀྱི་དོན་དང་སྤྱི་མི་ཚུ་འཛོམས་ཐོག་ལས་
བཅུ་གསལ་གནང་ལུག་ དེ་བསྐྱང་ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་མི་ཚུ་གིས་རང་ར་སོ་སོའི་ཤོན་ཆས་འབག་དཔོན་
པའི་ཁར་བཟའ་འཐུང་གི་རིགས་ཚུ་ཡང་དོས་བསྐྱེད་ལས་འབག་དཔོན་མ་ཚད་རྫོང་གི་དཔོན་ལག་
གི་དོན་ལུ་ཡང་འཛུམ་དོས་རེ་འབག་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གཞུང་ལས་འཐོབ་ལམ་གྱི་
རིམ་པ་ཚུ་དམིགས་བསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན་རུང་ལས་རིམ་མཇུག་བསྐྱེད་ད་དཔོན་ལག་ཚུ་
གི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ལུག་དབང་ལུ་བར་འགྲོ་བའི་སྐབས་དཔོན་ལག་ཚུ་གིས་གསོལ་རས་གནང་མི་
རྒྱུ་ལ་གཅིག་ཨིན་མས། དེ་སྤེལ་གཡུས་ཚན་སྐོར་རྒྱབ་སྤོང་བཞག་དཔོན་མི་ཡང་མི་ཚུ་གིས་ཞབས་
ཁྲ་རྒྱབ་ནི་ལུ་སློབ་གནས་མེད་ས་མེད་ཅིག་ལེན་མི་མེད་པ་ལས་བཞེན་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་
བཟུམ་ཅིག་སྤེལ་བཅུ་གསལ་ལུག་ ལུལ་ལས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ དེ་ཅིག་ལས་སྐྱེ་གཞས་ཚུ་མི་ཉམས་
གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་གཡུས་ཚན་སྐོར་རྒྱབ་མེན་པར་གྲོང་གསལ་རྫོང་ལག་ནང་
གི་ལུབ་སྤོང་ཆེད་འོག་ བཞག་སྤོང་ཆེད་འོག་ སྐོར་ལུག་ཆེད་འོག་ ལྷང་སི་སྤོང་ཆེད་འོག་ ལྷང་
མཐིལ་ཆེད་འོག་ཟེར་ལྗོངས་ཡོད་ས་ལས་ཆེད་འོག་ཚུ་སྐོར་རྒྱབ་སྤོང་རྒྱབ་སྤོང་བཅུ་གསལ་གནང་པའི་
ལུལ་ལས་གཞུང་ལས་ཡང་འཐོབ་ལམ་རྒྱུ་རེ་ཡོད་པ་སྤེལ་བཅོ་གནང་ལུག། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ དེ་
ཅིག་ལས་འགོ་བཅུ་གསལ་ཏེ་ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་མི་གི་དོན་ལུ་གཞུང་ལས་ལྗོངས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་ཡོངས་

ལས་མི་སྲུ་ཆ་གི་རྩིས་འཐོབ་ལམ་བརྟུགས་གནང་པ་ལས་རྒྱ་རྒྱུ་དེས་ནངས་པ་ཡང་ཚོས་བརྩེ་
སྐབས་མེད་འོག་སྐོར་རྒྱབ་སླེ་གཞས་མོ་དང་གཞུང་སྲུ་ལུབ་སླིས་གཞས་རྒྱ་མ་གཏོགས་སྐོར་
སྐོར་མ་དང་རིག་གསར་རྒྱ་རྒྱུ་སློལ་མེད་པ་ཡིན་པས།

གཞས་དཔོན་དང་ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་བའི་དོན།

ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་མི་འདི་ཞབས་ཁྲའི་འགོ་འཁྲིད་མི། མཁས་དྲགས་ཡོད་མི།²³ ཟེར་བའོད་དེ་
ཡོད་རུང་། སྐབས་སློལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན། ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་གཞས་དང་
གཞས་མོ། སྲུ་དང་མ་མ། ཞབས་ཁྲ་གདངས་མནམ་མོ་དང་སྐོར་སྐོར་མ་འདི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་ཕུ་ལས་
རང་གཡུས་ཚུགས་སོ་སོའི་ལམ་ལུགས་དང་བསྐྱེད་ལག་ལེན་དང་དར་བྱུང་འཁྲུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཀུན་
གྱིས་མཁྲོན། གཞས་དང་ཞབས་ཁྲ་རྒྱ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་དང་ལག་པའི་ཕུག་རྒྱ་སྲུར་ཏེ་
འཁྲབ་སློལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གཞས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་སྐྱེ་འཁྲིད་མི་འདི་ལུ་གཞས་དཔོན་དང་ཞབས་
ཁྲ་གི་སྐབས་ལུ་ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་བའི་ཐ་སྟད་ཡང་དར་ཏེ་འདུག། ཞབས་ཁྲའི་སྐྱེ་འཁྲིད་མི་ལུ་ཅེ་
དཔོན་མོ་ཟེར་སྐབས་དགོ་མི་འདི་ཡང་ཉར་མང་སྲུར་གསུམ་གྱི་གཡུས་སྐད་བརྩམ་ཅིག་སླེ་དང་ཕུ་
ལས་ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་། གཞས་དང་གཞས་མོ། སྲུ་དང་མ་མ། ཞབས་ཁྲ་དང་གཅོང་མོ། སྐོ་
ཟེ་དང་ཨུ་ས་རྒྱ་ལུ་སྐྱེ་མིང་བརྩམ་ཅིག་སླེ་ཞབས་ཁྲ་ཅེ་སྐྱེ་ཟེར་སྐབས་སློལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ།
ཞབས་ཁྲ་ཅེ་སྐྱེ་འདི་དཔོན་བརྩམ་ཅིག་སླེ་འགོ་འཁྲིད་པ་ལས་བརྟེན་ཅེ་དཔོན་དང་ འདི་ལུ་བདག་
སྲུ་ མ་སྲུར་མ་ལས་ ཅེ་དཔོན་མ་ཡིན་རུང་ རྗོང་ཁའི་ནང་མིང་མཐའ་ཡར་ཚག་མེད་པར་སྲུར་ཏེ་
ལྷགས་ད་དང་འབྲིམ་ད་ལུ་མོ་ཟེར་བརྗོད་སྲུ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་སྐབས་ཡིན་པས།
ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་མི་འདི་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན། མི་རྒྱ་འབྲི་ལྷག་གི་ཡོན་ཏན་ལྷབ་མི་གནམ་མེད་ས་
མེད་ཅིག་མེད་པ་ལས་བརྟེན་སྲུ་གཞས་རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་རྐང་པའི་སྤངས་སྐབས་དང་། ལག་
པའི་ཕུག་རྒྱ་ལེགས་ཤོམ་སྲུར་ཤེས་མི་དང་སྐད་ཏན་ཏོང་ཏོང་ཡོད་མི། སྲུ་ཚིག་སེམས་ཁར་
བཞག་རྒྱགས་མི། ཞབས་ཁྲ་འཁྲིད་རྒྱབ་རྒྱགས་མི་དང་ལེའུ་སེམས་ཁར་བཞག་རྒྱགས་མི་རྒྱ་ཅེ་
དཔོན་མོ་སླེ་བསྐོ་བཞག་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། མ་གཞི་ཅེ་དཔོན་མོ་ཟེར་མི་འདི་རབ་དུ་བྱུང་

²³ རྗོང་ཁའི་ཚིག་མཚོ་ཆེན་མོ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་གིས་པར་དུ་བསྐྱུན་པ།

པ་ཅིན། གོང་བཀོད་བརྒྱུ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཚང་པའི་ཁར་རིགས་རྒྱུད་བཟང་པོ་ཡིན་མི་གཞུགས་གཞི་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་བྱུང་ངོ་རིམ་གསར་རིམ་མོ་དང་འཇའ་རིམ་མོ་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་མི་གཅིག་ལུ། ཅེ་དཔོན་མོ་སྤེལ་བཞག་འབད་ཚུགས་པ་ཅིན་མཚོག་ཡིན་ཟེར་སྐྱུ་གཞུགས་འབེན་ནི་དང་ལེའུ་འཁྲབ་ནི། དེ་ལས་སྐྱུ་གཞུགས་ཀྱི་ཁྱུངས་དག་ཏོག་ཏོ་སྤེལ་མཁུན་མི་མཁས་མཚོག་ཚུ་གིས་བསམ་འཆར་བཤད་པའི་ཁར། ང་གིས་ཡང་དེ་བརྒྱུ་གྱི་ཁྱུང་ཚོས་ཚང་ཚུགས་པ་ཅིན། ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་མ་སྤེལ་ཆ་བཞག་བསྐྱེད་གོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

ཅེ་དཔོན་མོ་ཨམ་སྐྱུ་ངམོའི་ལོ་རྒྱུས།

གོང་གསར་རྫོང་ཁག་ བྲག་སྤེང་ཆེད་འོག་གི་གཡུས་ ལྷག་ཅེའི་གདང་རས་ནང་ ད་ལྟོ་སྐྱེས་ལོ་ ༤༥ ལང་མི་ཨམ་སྐྱུ་ངམོ་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱུ་ཀྱུ་བསྐྱུང་ལས་རང་ སྐྱུ་གཞུགས་གཞུང་སྐྱུ་དང་བོད་སྐྱུ་ལེའུ་འཁྲབ་ནི་དང་སྐྱུ་འབེན་ནི་ལུ་ག་ཅི་དེ་སྤོལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱུ་གཞུགས་འབེན་ནི་དང་ལེའུ་བསྐྱུར་ནིའི་ནང་ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་སྤོལ་བ་མ་ཞན་པར་དང་འདྲོད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས། སྤྱིར་བཏང་མོ་རང་ནང་པ་དང་ཕྱི་པའི་ཚོས་ཡོན་ཏན་ག་ནི་ཡང་ལྷབ་ལྷབ་མེད་རུང་སྐྱུ་ཚོག་མང་ཆེ་བ་མོ་རང་རྒྱུང་ཀྱུ་སྤེལ་སྤོད་པ་ད་མོ་རའི་ཨ་པ་དང་ཞབས་ཁ་རྒྱབ་མི་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གིས་འབེན་སར་ལེགས་ཤོམ་སྤེལ་ཉན་ཏེ་ལྷབ་ལྷབ་ཡིན་མས། མོ་གིས་བྲག་སྤེང་ཆེད་འོག་གི་ཅེ་དཔོན་འབད་དེ་ཡོངས་བསྐྱོམས་ལོ་ངོ་༥ གི་རིང་གོང་སར་རྫོང་ནང་ཚོས་བཅུ་འཛིན་སྐབས་རྒྱབ་སྐྱོལ་ཡོད་པ་ད་ སྐྱུ་འཕུས་ཡང་ཅེ་དཔོན་ལུ་མ་དདུལ་༢༠ རེ་གཞུགས་རོགས་པ་ཚུ་གི་འཕུས་༡༠ རེ་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པའི་འཇུར་བ་དང་བསྐྱུན་ ཚོས་བཅུ་ཉིན་གྲངས་ལུ་འདི་རིང་ལུ་ ཅེ་དཔོན་མོ་གིས་སྤོང་ཕྲག་བཙོ་ལུ་ (༡༥,༠༠༠) དེ་རེས་འཐོབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཅེ་དཔོན་མོ་གི་མིང་ཐོ་དང་ལོ་གྲངས།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཚན་སྐྱོར་རྒྱབ་སྐྱབས་རང་སོའི་གཡུས་སྐྱོ་ནང་ལས་ཅེ་དཔོན་རེ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་། འགོ་དང་པ་ཆེད་འོག་སྐྱོར་རྒྱབ་ཀྱི་སྐྱོལ་བཅུགས་པའི་སྐྱབས། སྐྱུ་གཞུགས་རྒྱབ་མི་ཅེ་དཔོན་དེ་ཡང་རང་སར་ག་མནོ་བཙག་འཕུ་འབད་ནི་མཚན་པར་བྲག་སྤེང་ཆེད་འོག་གི་གཡུས་ཚན་

སྟག་ཅེ། སྟུན་རེ། གཡུས་གསར། བཀའ་ཤིས་སྤིང་ཁང། རེ་པའི། བསམ་སྒྲུབ་ཚོས་སྤྱིང།
ཀུན་དགའ་རབ་བརྟན་ཟེར་བསྐྱོམས་གཡུས་ཚན་བརྒྱུད་ཡོད་ས་ལས་སྐྱུ་གཞས་འཐེན་ནིའི་ནང་
སྐད་ཉན་ཉོང་ཉོ་ག་ཡོད་ག་བལྟ་ནི་ལུ་མེད་འོག་གི་ཀཔོ་དང་རྫོང་ཁག་ལས་འཕུས་མི་ཅིག་ཡང་
འབྲེལ་གཏོགས་འབད་དེ་རང་སོ་སོའི་གཡུས་ཁའི་སྐྱུ་གཞས་རྒྱབ་མི་ཚུ་གིས་སྐྱུ་གཞས་འཐེན་མི་
ངག་ཤོས་ཅིག་བཅག་འཕུ་འབད་དོ་ཡོད་པ་མས། བྲག་སྤྱིང་མེད་འོག་གི་ཉེ་མ་ལས་ད་སྟོ་ཚུ་ན་
ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ཞབས་ཁའི་ཚེ་དཔོན་མོ་ཡང་། གཡུས་ཚན་སྐྱོར་རྒྱབ་སྐབས་སྟག་ཅེ་ལས་ཨམ་
བམོད་ནམས་ཚོས་སྐྱོན་གྱིས་ཕྱག་ལུ་ལུག། མེད་འོག་སྐྱོར་རྒྱབ་སྐབས་སྟག་ཅེ་གདང་རས་ནང་
ལས་ཨམ་སྐྱ་ངམོ་གིས་ཚེ་དཔོན་དང་པ་ལོ་༥ གི་རིང་ཕྱག་ལུ་ལུག།

སྟག་ཅེ་པའི་སྐྱུ་གཞས།

དང་སྐྱ་པ་མའི་རོ་བསྐྱང་འབད་བ་ཅིན་བྲག་སྤྱིང་མེད་འོག་སྟག་ཅེ་གཡུས་སྐྱོ་ནང་རྒྱབ་སྐོལ་ཡོད་
པའི་གཞས་མོ་དང་གཞུང་སྐྱ་ཚུ་ཡོངས་གཤམས་སྤེ་རྒྱབ་སྐོལ་ཡོད་རུང་ད་རེས་ནངས་པ་ལུང་སྐྱོགས་
དང་གཡུས་སྐྱོགས་གཞན་ཁར་དེམ་ཅིག་རང་ཡོངས་གཤམས་སྤེ་རྒྱབ་སྐོལ་དང་འཐེན་སྐོལ་མེད་
པའི་ཁར་སྐྱུ་གཞས་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་རྒྱབ་སྐོལ་དང་འཐེན་སྐོལ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་སྐྱུ་གཞས་རྒྱབ་
ཐངས་དང་། གདངས་དབྱངས་འཐེན་ཐངས་ཚུ་དུམ་ག་རེ་མ་འདྲམ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ལས་
བརྟེན་ཉེ་སྟག་ཅེ་པའི་སྐྱུ་གཞས་མི་ཉམས་རྒྱུ་སྐྱོང་འབད་ཐབས་ལུ་ཞིབ་འཇོག་འབད་དེ་ཡོད་མི་
ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འོག་ལས་མར་བཤད་གོ་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

དེ་ལུ་ཡང་དང་པ་སྟག་ཅེ་གཡུས་ཚན་ནང་འཐེན་སྐོལ་ཡོད་པའི་སྐྱུ་གཞས་ཀྱི་ཐོ་ལུ་བ་ཅིན།

- ༡༽ སྐྱུ་དབྱངས་རྩ་བ་མི་བརྟུགས།
- ༢༽ ཤར་རི་དང་གངས་ཀྱི་ཚེ་མོ།
- ༣༽ ཨ་རོ་བཀའ་ཤིས་གཡང་ཆགས།
- ༤༽ སུ་ཡས་ཀྱི་ཤེལ་དཀར་བྲག་ལུ།
- ༥༽ གཞེན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ།
- ༦༽ ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སུ་ལ་བྱིམ་གཅིག་འདུག
- ༧༽ དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ་གསེར་གྱི་ཀ་བ་འབྲ།
- ༨༽ ཡར་གྱི་ལེགས་པའི་སྤྱིང་རི་ནང།
- ༩༽ ཤར་ན་རྒྱུ་པོའི་སྤྱིང་འདི་གང་གི་སྤྱིང། དེ་ཚུ་སྐྱུ་དེབ་ནང་ཡོངས་གཤམས་སྤེ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ཨིན།

ད་སྐྱེ་དེ་བ་རྩུ་ནང་བཀོད་དེ་མེད་པའི་སྐྱེ་གཞུང་རྩུ།

- ༡༽ ལྷག་ཅེ་པའི་གཞུང་ལོ། གསུང་མཚོན་པ་འབྲུལ་ལོ།
 - ༢༽ བསྐྱལ་བ་བཟང་རྣམ་འབྲེན་བཞི་པ།
 - ༣༽ ལམ་སྐྱིད་དར་བ་བཟང་མའི་སྐྱེ་སྐྱོང་ལོ།
 - ༤༽ སྐྱོར་ར་གཞུང་ཆེན།
 - ༥༽ སྐྱེ་རྩུ་ལྷ་ལང་རྒྱལ་རི།
 - ༦༽ ཨོ་ལོ་གསོན་དང་སྐྱེ་པའི་སྐྱེ་ཅིག་གཏང།
 - ༧༽ ལྷ་རིའི་གཞུང་།
 - ༨༽ ཡར་གྱི་གངས་སྐྱོད་མཐོན་ལ།
 - ༩༽ ལྷ་ས་རྒྱུང་ཅེ་འི་གཞུང་ལ།
 - ༡༠༽ ས་རྒྱ་ནག་ས་ལོ་ར་བུའི་སྐྱེ་ལོ་ཆེ།
 - ༡༡༽ ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་གཞུང་པའི།
- ཟེར་སྐྱེ་ཆོག་བསྐྱོམས་ཏེ་གངས་ལལ་གཅིག་དེ་ཅིག་ཡོད་ས་ལས། དེ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བཀོད་པ་ཅིན།

༡༽ སྐྱེ་དབྱངས་རྩུ་བ་མི་བཅུ་གསུ།

སྐྱེ་དབྱངས་²⁴ རྩུ་བ་མི་བཅུ་གསུ། སྐྱེ་དབྱངས་ (ལ་སོ) རྩུ་བ་བཅུ་གསུ། སྐྱེ་དབྱངས་རྩུ་བ་
 བཅུ་གསུ་ན། ཉི་མ་ (ལ་སོ) འཕར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བཅུ་གསུ། འཕར་ན་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ། སྐྱེ་
 དབྱངས་ (ལ་སོ) སྐྱེ་མཚོན་བཞེས་ཤོག འཕར་མཁའ་སྐྱར་མ་སྐྱིན་དུག ཁར་རྩུ་ (ལ་སོ)
 དུས་སྐྱེ་འབབ་ཤོག སམ་ལ་པར་འདབ་བརྒྱུ། འཕོ་ཕུགས་ (ལ་སོ) ཉལ་ཏུ་ལེགས་
 ཤོག འགཡས་ལས་གཟིམ་ལང་སྐྱེ་བཞི། འཕོ་སྐྱེ་མ་བཟང་པོ་ཆོས་དེ་གཞན། འགཡོན་ལས་
 གཟིམ་ལང་སྐྱེ་བཞི། འཕོ་སྐྱེ་དཔོན་པོ་བཟང་པོ་ཕུག་མདའ་དེ་གཞན། འགཟིམ་རྩུང་ཀ་བཞི་
 གཏུང་བཞི། འཕོ་སྐྱེ་གཞོན་པ་ངཚོ་སྐྱེ་གར་དེ་བསྐྱུར།

༢༽ འཕར་རི་དང་གངས་ཀྱི་རྩུ་མོ།

འཕར་རི་དང་²⁵གངས་ཀྱི་རྩུ་མོ་ལས། སེར་པོ་གསེར་ལས་བཞེངས་པའི་མཚོན་ཉེན་འདི།

²⁴ རྩུང་ལང་རྩུ་བ་མི་བཅུ་གསུ། ཟེར་འབྲུག་གི་སྐྱེ་དེ་བ་རྩུང་མ་གི་ཤོག་གངས་²⁴ རང་གསལ། སྐྱེ་ལི་རྩུ་བ་མི་བཅུ་གསུ་ཟེར་འབྲུག་གི་སྐྱེ་དེ་བ་གསུང་པའི་
 ཤོག་གངས་²⁴ དང་འབྲུག་གི་སྐྱེ་མཚོན་ཀྱི་ཤོག་གངས་²⁵ རང་གསལ། དེ་འབབ་ཕྱང་ད་ དགིས་མཁའ་མཚོག་གཞན་དང་འདི་བསྐྱེན་འབབ་དེ་
 དབྱུང་པ་ད། སྐྱེ་དབྱངས་རྩུ་བ་མི་བཅུ་གསུ་ཟེར་འབྲུག་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

²⁵ འཕར་རི་དང་གསུ། ཟེར་འབྲུག་གི་སྐྱེ་དེ་བ་རྩུང་མ་གི་ཤོག་གངས་²⁵ དང་ སྐྱེ་དེ་བ་ ཤོག་གངས་²⁵ རང་གསལ། འདི་རི་དང་གསུ་མེན་པར་
 འཕར་རི་དང་གངས་ཀྱི་རྩུ་མོ་ཟེར་རང་འབྲུག་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

གཞན་པ་སྲུང་དང་གང་གིས་བཞེངས་པའི་མཚོན་རྟེན་མིན། མཚན་ལྡན་སྒྲ་མས་བཞེངས་པའི་
མཚོན་རྟེན་ཡིན། ཕྱི་མོ་ཡིན་ཟེར་དང་ལྷོག་ཕྱར་ནས་འགོ། རྐྱེན་པ་ཡིན་ཟེར་ཡོན་ཆབ་སྲུབ་ནས་
ཡོང་། ཕྱི་བ་ཡིན་ཟེར་སྐྱོར་ར་བརྒྱབ་ནས་འགོ། ཞབས་ཁུ་མང་པོ་མི་ཤེས་ཨ་ལེ་ཞིག་
ཤེས། གསུང་དབྱངས་མང་པོ་མི་ཤེས་ཨ་ལེ་ཞིག་ཤེས། རྒྱ་ཡི་མདའ་རྒྱན་སྤོང་རྒྱན²⁶་མཉམ་
མཉམ་ཞིག་ཤོག། ཨོ་རུ་རུ་ཞིག་ཤོག།

༣། ཨ་རྟོ་བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས།

ཨ་རྟོ་²⁷བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས། ཨ་རྟོ་སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན། ཤར་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། ཇི་
གདུགས་ཉི་མ་ཤར་ཡོད། ཉི་ཟེར་འོད་ཀྱི་འབྲུམ་ཕྱག། འཇིག་རྟེན་ཀྲུལ་ལ་བྱབ་སོང་། མི་
རྣམས་གང་བའི་སྲུག་བསྐྱེད། ཉི་ཟེར་འོད་ཀྱིས་བསལ་ལོ། ཨ་རྟོ་བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས།
ཨ་རྟོ་སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན། ལྷོ་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། ཅན་དན་སྤོང་པོ་འཇུངས་ཡོད། མི་
རྣམས་སྤོས་མེད་སྲུག་བསྐྱེད། ཅན་དན་རྩི་གིས་བསལ་ལོ། ཨ་རྟོ་བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས།
ཨ་རྟོ་སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན། རུབ་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། ཞོ་ཤེལ་སྒྲ་བ་འཇུངས་ཡོད། མི་རྣམས་
ལུན་པའི་སྲུག་བསྐྱེད། ཞོ་ཤེལ་འོད་ཀྱིས་བསལ་ལོ། ཨ་རྟོ་བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས། ཨ་རྟོ་
སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན། བྱང་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་འཇུངས་ཡོད། དཀའ་སྤྱད་
སྤྱིང་རུས་སྐྱོམ་པ། ཚོ་འདིར་སངས་རྒྱས་འཕྲོལ་ཤོག།²⁸ ཨ་རྟོ་བགྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས། ཨ་
རྟོ་སྦྱིད་པའི་སྒྲ་ལེན། དབུས་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། དཔག་བསམ་སྤོམ་ཤིང་འཇུངས་ཡོད།
འབྲས་བུ་རོ་བརྒྱ་ལྡན་པ། བཀའ་པའི་སྲུག་བསྐྱེད་བསལ་ལོ།

²⁶ རྒྱ་ཡི་རྒྱ་རྒྱན་སྤོང་རྒྱན། ཟེར་འབྲུག་གི་སྒྲ་དེབ་གསར་པ་གི་ཤོག་གངས་༡༡ དང་ སྒྲ་དེབ་གཞོན་པའི་དགའ་སྤོན་གྱི་ཤོག་གངས་༡༣༩ རྣམས་ལ།
འབྲུག་གི་སྒྲ་དེབ་རྙིང་མ་གི་ཤོག་གངས་༤༡ རྣམས་ཀྱི་ཚང་། དེ་འབད་ལ་ད་ སྒྲ་ཚོགས་གི་བརྗོད་དོན་དང་ མི་གིས་ཁ་རྒྱན་ནང་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་
བ་ཅིན་ མདའ་གི་བཤད་པ་ཡིན་མ་སྤྱོད་བལ་ལས་ འོས་ལྷན་འདི་རྒྱ་ཡི་མདའ་རྒྱན་སྤོང་རྒྱན་དེ་རང་འཐད་པས་ཟེར་ལུ་ཉི་ཨིན།

²⁷ ཨ་ལྷ། ཟེར་འབྲུག་གི་སྒྲ་དེབ་རྙིང་མ་གི་ཤོག་གངས་༢༣ རྣམས་ལ་དུང། གཞན་ཡང་ འབྲུག་གི་སྒྲ་དེབ་གསར་པ་གི་ཤོག་གངས་༢༤ ། འབྲུག་གི་
སྒྲ་མཚན་གྱི་ཤོག་གངས་༡༡ ། སྒྲ་དེབ་གཞོན་པའི་དགའ་སྤོན་གྱི་ཤོག་གངས་༡༣༩ ལྷན་དུ་འབད་བ་ཅིན་ ཨ་རྟོ་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་དང་ ཚོགས་ལུ་
དབྱེད་པ་ཅིན་ ཨ་ལྷ་ལེན་པར་བགྲ་ཤིས་གྱི་གཡང་ཆགས་པ་ལུ་ ཨ་རྟོ་ཟེར་དོམ་ཚར་བའི་ཚོགས་འདི་རང་འཐད་པས་ཟེར་ལུ་ཉི་ཨིན།

²⁸ བྱང་ཕྱོགས་དང་དབུས་ཕྱོགས་རི་བོའི་རྩེ་ལས། ། ཟེར་བའི་སྒྲ་ཚོགས་འདི་ ཤོང་བཀོད་སྒྲ་དེབ་དག་པ་ཅིག་ནང་ཚད། དེ་འབད་ལ་ད་ འབྲུག་གི་སྒྲ་དེབ་
རྙིང་མ་གི་ཤོག་གངས་༢༩༡ རྣམས་ལ།

༤༽ སུ་ཡས་ཀྱི་ཤེལ་དཀར་བྲག་ལུ།

ཡར་བཟ་ཤིས་བཟ་ཤིས་བཟ་ཤིས། ཡར་བཟ་ཤིས་ལུང་པའི་སུ་ཡས། སུ་ཡས་ཀྱི་ཤེལ་དཀར་
 བྲག་ལུ། གནས་ཡ་མཚན་ཅན་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འདུག། རང་རྒྱུང་ལས་འོང་པའི་རྟོགས་ལྡན²⁹།
 རང་མོས་གུས་རྒྱུང་ལུ་བསྐྱེད་དེ། ལྷག་ལུ་ལྷག་གདོང་ལས་ལེན་ཏེ་གིས། རང་གནས་ཀྱི་སྐྱོར་ར་
 འཐོན་འོང་ཡི། རང་གནས་ཀྱི་མགོ་ལས་འཛེག་སོང་པར། རང་རྟོགས་ལྡན་ལྟ་བ་མཐོ་མཐོ་
 འདྲ། རང་གནས་ཀྱི་མཇུག་ལས་ལོག་ཟེར་ན། རང་རྟོགས་ལྡན་མོས་གུས་རྒྱུང་རྒྱུང་འདྲ།
 འཕུལ་གནས་ལས་གནས་བཤད་མེད་རུང་། མཇུག་བཟང་པོའི་སྒྲོན་ལམ་ང་བཏབ་གོ།

༥༽ གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ།

གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་(ལ་ཟེར་ན)།³⁰ བཟ་ཤིས་དགོན་བཟང་ལྷ་མོ། དགོན་བཟང་ལྷ་
 མོའི་ནང་ལུ་(ལ་ཟེར་ན)། མཚན་ལྡན་སྤྲ་མ་བཞུགས་ཡོད། མཚན་ལྡན་སྤྲ་མའི་སྤྲུགས་རིག་
 (ལ་ཟེར་ན)། ཕྱིན་རྒྱལས་གསུང་སྐད་ལུ་གོ། གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་(ལ་ཟེར་ན)།
 བཟ་ཤིས་རྫོང་ཆེན་(ཡ་ལ)ལྷ་མོ། རྫོང་ཆེན་ལྷ་མོའི་ནང་ལུ་(ལ་ཟེར་ན)། དབང་ཆེན་དཔོན་པོ་
 བཞུགས་ཡོད། དབང་ཆེན་དཔོན་པོའི་སྤྲུགས་རིག་(ལ་ཟེར་ན)། ཟས་ལོང་ལོངས་སྦྱོང་ལུ་གོ།
 གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་(ལ་ཟེར་ན)། བཟ་ཤིས་ཁང་བཟང་ལྷ་མོ། ཁང་བཟང་ལྷ་མོའི་
 ནང་ལུ་(ལ་ཟེར་ན)། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་བཞུགས་ཡོད། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་སྤྲུགས་རིག་
 (ལ་ཟེར་ན)། གཏམ་དང་ཚིག་གསུམ་ལུ་གོ། གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་(ལ་ཟེར་ན)།

²⁹ རྟོང་ལྡན། ཟེར་ ལྷ་དེབ་གཞོན་པའི་དགའ་སྒྲོན་གྱི་ཤོག་གངས་²⁹⁶ དང་ འབྲུག་གི་དེབ་ཀྱི་ཤོག་གངས་³⁰⁰ རང་གསལ། དེའབདམ་ད་ ངགིས་
 ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་ཀི་དེབ་འབྲུག་གི་སྤྱི་མཛོད་ཀྱི་ཤོག་གངས་²⁹⁷ ཡ། འབྲུག་གི་སྤྱི་དེབ་གསར་པ་གི་ཤོག་གངས་²⁹⁸ ཡ་དང་ གཞན་སྤྱི་མཚན་ཚུ་
 དང་འབྲེལ་བ་འབབ་སྟེ་བཞུགས་ད་ རྟོང་ལྡན་ཟེར་མེན་པར་ རྟོགས་ལྡན་ཟེར་རང་འབད་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།
³⁰ གཞོན་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་(ལ་ཟེར་ན) ། ཟེར་བའི་ཚིག་རྒྱུང་གཅིག་འདི་ འབྲུག་གི་སྤྱི་དེབ་རྫིང་མ་གི་ཤོག་གངས་²⁹⁹ དང་ ལྷ་དེབ་གཞོན་པའི་
 དགའ་སྒྲོན་གྱི་ཤོག་གངས་³⁰⁰ རང་གསལ་མི་འད་རུང་ ཚིག་གཞན་བཟླས་དགོན་བཟང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྤྱི་གར་ཚིག་གསུམ་ལུ་གོ་ཚུན་ ང་
 གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཡོད་པའི་སྤྲུག་ཚུ་པའི་སྤྱི་ཚིག་འདི་སོ་སོ་སྟེ་ཡོད་རུང་ གཞན་སྤྱི་མཚན་ཚུ་དང་འདྲི་བསྟན་འབད་བའི་སྤྲུག་ གངས་
 དབྱངས་འཐོན་ཐངས་འདི་ཚིག་འབད་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

བཀྲ་ཤིས་གཡུས་བཟང་ལྷ་མོ།། གཡུས་བཟང་ལྷ་མོའི་ནང་ལུ་(ལ་ཟེར་ན།)། སྤྲུལ་ཚུང་བུ་མོ་
བཞུགས་ཡོད།། སྤྲུལ་ཚུང་བུ་མོའི་ཐུགས་རིག་(ལ་ཟེར་ན།)། ལྷ་གར་ཚོག་གསུམ་ལུ་གོ།

༤༽ ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་ཁྱིམ་གཅིག་འདུག

ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་སྤང་གཅིག་འདུག། སྤང་འདི་ལྷ་སྤང་མ་རེད་
འདྲེ་སྤང་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། སྤང་འདི་འདྲེ་སྤང་མ་རེད་ལྷ་སྤང་རེད།། སློབ་དཔོན་
ཤེས་རབ་དོ་རྗེའི་ལྷས་སྤང་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་ཤིང་གཅིག་
འདུག། ཤིང་འདི་ལྷ་ཤིང་མ་རེད་འདྲེ་ཤིང་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཤིང་འདི་འདྲེ་ཤིང་མ་
རེད་ལྷ་ཤིང་རེད།། སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཤིང་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཡར་
ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་ལྷ་གཅིག་འདུག། ལྷ་འདི་ལྷ་ལྷ་མ་རེད་འདྲེ་ལྷ་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་
ལ།། ལྷ་འདི་འདྲེ་ལྷ་མ་རེད་ལྷ་ལྷ་རེད།། སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་དོ་རྗེའི་ལྷས་ལྷ་རེད།། ཨོམ་ལེ་
སངས་རེ་ལ།། ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་ཁྱིམ་གཅིག་འདུག། ཁྱིམ་འདི་ལྷ་ཁྱིམ་མ་རེད་འདྲེ་ཁྱིམ་
རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཁྱིམ་འདི་འདྲེ་ཁྱིམ་མ་རེད་ལྷ་ཁྱིམ་རེད།། སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་
དོ་རྗེའི་མཚམས་ཁང་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་མི་གཅིག་འདུག།
མི་འདི་ལྷ་མི་མ་རེད་འདྲེ་མི་རེད།། ཨོམ་ལེ་སངས་རེ་ལ།། མི་འདི་འདྲེ་མི་མ་རེད་ལྷ་མི་རེད།།
སློབ་དཔོན་ཤེས་རབ་དོ་རྗེའི་མཚམས་གཡོག་རེད།།³¹

༥༽ དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ་གསེར་གྱི་ཀ་བ་འདྲ།

དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ་གསེར་གྱི་ཀ་བ་འདྲ་སོང།། ལྷི་གདུགས་ཉིམ་གཡུ་ཡི་སྤྲོང་པོ་འདྲ་སོང།།
གསེར་གྱི་ཀ་བ་འདྲུར་ལྷོག་མེད་པར་བཞུགས་ཡོད།། གཡུ་ཡི་སྤྲོང་པོ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
བཞུགས།། རང་སེམས་དགའ་ལ་མི་སེམས་སྦྱིད་པ་(ལ)ཅིག་བྱུང་ཡོད།། མཆེད་གྲོགས་ཀུན་ལ་
དམ་ཚིག་གཙུག་ལོག་(ལ)ཅིག་ལུ་གོ། གངས་སྟོད་མཐོན་པོ་གསེར་གྱི་ཀ་བ་འདྲ་སོང།། སེང་ཆེན་

³¹ ཡར་ཡར་ལུང་པའི་སྤུ་ལ་ཁྱིམ་གཅིག་འདུག་ ཟེར་བའི་སྐྱེ་ཚོག་ཚུ་ འབྲུག་གི་སྤྲུ་དེའི་རྣམས་གི་ཤོག་གངས་༡༤༤ དང་ འབྲུག་གི་སྤྲུ་དེའི་གསལ་པ་གི་
ཤོག་གངས་༥༥ ནང་གསལ། ཀེ་ཨོམ་གྱི་ཤིས་དཔར་དུ་བསྐྱབས་པ།

དཀར་མོ་གཡུ་ཡི་སྡོང་པོ་འདྲ་སོང་།། གསེར་གྱི་ཀ་བ་འཇུར་སྡོག་མེད་པར་བཞུགས་ཡོད།།
གཡུ་ཡི་སྡོང་པོ་རྒྱུ་ཚད་མེད་པར་བཞུགས།། རང་སེམས་དགའ་ལ་མི་སེམས་སྦྱིད་པ་(ལ)ཅིག་
འབྲུང་ཡོད།། མཆེད་སྲོགས་ཀུན་ལ་དམ་ཚིག་གཙང་མ་(ལ)ཅིག་ལྟ་གོ། སྲང་གཤོང་བདེ་མོ་
གསེར་གྱི་ཀ་བ་འདྲ་སོང་།། ཤམ་རྒྱ་རུ་བཅུ་³²གཡུ་ཡི་སྡོང་པོ་འདྲ་སོང་།། གསེར་གྱི་ཀ་བ་འཇུར་
སྡོག་མེད་པར་བཞུགས་ཡོད།། གཡུ་ཡི་སྡོང་པོ་རྒྱུ་ཚད་མེད་པར་བཞུགས།། རང་སེམས་དགའ་
ལ་མི་སེམས་སྦྱིད་པ་(ལ)ཅིག་འབྲུང་ཡོད།། མཆེད་སྲོགས་ཀུན་ལ་དམ་ཚིག་གཙང་མ་(ལ)ཅིག་
ལྟ་གོ།³³

༥། ཡར་གྱི་ལེགས་པའི་སྤྲིང་རི་ནང་།

ཡར་གྱི་ལེགས་པའི་སྤྲིང་རི་ནང་།། ལྟ་འདྲེ་ཆགས་པའི་སྤྲིང་རི་ནང་།། སྐར་སངས་གསེར་གྱི་
བཟང་བུམ་ནང་།། ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ཤེབས་སེ་ཤེབས།། མཚན་ལྡན་སྤྲ་མའི་མཇལ་ཁ་ནང་།།
ཕྱིན་ལྡབས་གསུང་སྐད་ཡོད་སེ་ཡོད།།³⁴

༦། ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིང་ཞི་གང་གི་སྤྲིང་།

ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་³⁵སྤྲིང་ཞི་གང་གི་སྤྲིང་།། ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིང་ཞི་མེ་རྟོག་སྤྲིང་།། མེ་རྟོག་འདྲི་
གི་མདངས་ནི་དཀར་པོའི་མདངས།། མེ་རྟོག་འདྲི་གི་མདངས་ནི་སེར་པོའི་མདངས།། མེ་རྟོག་ཕྱི་

³² ཤམ་རྒྱ་རུ་བཅུ་ ཟེར་བའི་ཚིག་གི་སྐབས་ འབྲུག་གི་སྐྱེ་མཛོད་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༡༥༦ བྱང་ ཤམ་རྒྱ་རུ་བཅུ་དང་ སྐད་ཤེབ་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༤༩ བྱང་
ཤམ་རྒྱ་རུ་བཅུ་ཟེར་གསལ། འགྲིམ་ཞིབ་འཇོལ་དང་ མཁའ་མཚོག་རྒྱ་གིས་བཤད་ཚུལ་ལྟ་བུ་བཅོམ་ ཤམ་རྒྱ་རུ་བཅུ་ཟེར་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ་
ད་ དེ་སྤྱི་འབྲི་དགོ་པའི་ར་ལུངས་ཡང་ ཤམ་བའི་སྤྲ་ཁ་ ཟེ་ནག་ཅིང་ དེལས་ ཕྱིན་ཕྱིས་དམར་བ་དང་རྒྱུད་ལག་སྤྲུག་བཞི་དང་སྡོང་དཀར་བ་ཕྱིན་
ཕྱིས་དཀར་བ་ཡོད་པ་དང་ ལྷག་པར་ ལ་སྤྲ་ཅུང་དཀར་ཞིང་ དེལས་རིམ་ཕྱིས་ལུས་གཞན་དམར་ནག་ཡོད་པ་ལས་དེ་ལྟ་རྒྱ་པོ་ཟེར་སྐབ་སྲོལ་ཡོད་མི་
འདི་ཡང་ དཔེར་ན་ ལྷི་སྤོགས་ལོ་ན་རྒྱས་དུས་ལ་སྤྲ་རིམ་ཕྱིས་དཀར་ཞིང་ལུས་གཞན་ནགས་ཡོད་མི་ལུ་ལྷི་རྒྱ་རྒྱ་པོ་ཟེར་སྐབ་དོ་བཟུམ་ཅིག་མས།
³³ སྲང་གཤོང་བདེ་མོའི་ཚིག་ཡང་ འབྲུག་གི་སྐྱེ་མཛོད་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༡༥ བྱང་ཚིག་ཚད། དེ་འབད་ཤང་ འབྲུག་གི་སྐྱེ་མཛོད་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༡༥༦
དང་ སྐད་ཤེབ་ཀྱི་ཤོག་གངས་ ༤༩ བྱང་ཚིག་ཚད།
³⁴ ལྟ་ཚིག་རྒྱ་ སྐད་ཤེབ་གཞོན་པའི་དགའ་སྡོན་གྱི་ཤོག་གངས་ ༡༤༦ བྱང་གསལ། རྒྱལ་གཞུང་འཚམ་དང་རྫོས་གར་སྐོབ་སྤྲོད་སྤྱི་བུ།
³⁵ ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིང་ ཟེར་ འབྲུག་གི་ཞབས་ལུ་ཕྱོགས་དེ་བཀྱི་ཤོག་གངས་ ༡༤ བྱང་གསལ། དེ་འབད་ཤང་ འགྲིམ་ཞིབ་འཇོལ་དང་ མཁའ་
མཚོག་རྒྱ་དང་འདྲི་བསྟན་འབད་བའི་སྐབས་ ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིང་ཟེར་མེན་པར་ ཤར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲིང་ཟེར་ འཐད་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། འདི་བཟུམ་
མེ་ སྐད་ཤེབ་ནང་ ཤར་དང་སྤྲོ་རྒྱུང་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་ ལུབ་དང་བྱང་གི་སྐོར་ལས་མ་བཀོད་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

ད་ལྟ་དེའི་ནང་ལུ་འཁོད་མེད་པའི་སྐྱོ་ཚིག་སྟག་ཅེ་གཡུས་སྒྲིའི་ནང་འཐེན་སྲོལ་ཡོད་མི་ཚུ་ལྟ་བུ་ཅིན།
 སྤྱིར་བཏང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ལུང་ཕྱོགས་དང་གཡུས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ནང་ དང་ཡོད་པའི་སྐྱོ་
 གཞས་བཟུམ་ གཤམ་འཁོད་ཀྱི་སྐྱོ་གཞས་ཚུ་ཡང་ སྟག་ཅེ་གཡུས་སྒྲིའི་ནང་ དང་ལུ་ཕ་མའི་
 སྐབས་ལས་ཡང་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་རྒྱབ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སྐྱོ་གཞས་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་ཡང་ དང་
 པ་གཞས་མོ་ཟེར་ཁོང་རའི་གཡུས་ཀྱི་མི་རྒྱལ་ཤོས་ཚུ་གིས་ཡུལ་ལྗོངས་ལུ་བསྟོན་པའི་ཚིག་བཅུགས་ཏེ་
 བཟུམས་ཡོད་པ་ད། ལ་ལུ་ཅིག་ཁོང་རའི་གཡུས་ཁའི་མི་སྲོལ་རིག་ཅན་ཚུ་གིས་རིག་པའི་ཕལ་གྱི་
 གསར་པ་བཟུམས་ཏེ་འཐེན་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པ་ཨིན་པས། འབྲེལ་ཡོད་སྐྱོ་གཞས་འདི་ཚུ་
 གི་སྐྱོར་ལས་ སར་ཚུར་འདྲི་བསྐྱུན་འབད་བལྟམ་ད་ འབྲུག་པའི་སྐྱོ་མཁན་ཚུ་གིས་སྤྱིར་བཏང་
 འབྲུག་པའི་སྐྱོ་གཞས་ཀྱི་གདངས་དབྱངས་འཐེན་ཤེས་པ་ཨིན་རུང་ རང་སོ་སོའི་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་
 ཚོས་དང་ལམ་སྲོལ་ ལ་སོགས་པའི་གོམས་གཤམ་དང་བསྐྱུན་སྐྱོ་གཞས་མ་འདྲ་མ་འདྲམ་སྟེ་
 ཡོད་པ་ལས་སྐྱོ་གཞས་མཁན་ཚུ་གིས་ཡང་སྟག་ཅེ་པའི་སྐྱོ་གཞས་ཚུ་འཐེན་ནི་དང་རྒྱབ་ནི་ཚུ་མི་
 ཤེས་པ་ཨིན་པའི་གནས་ཚུལ་གོམ་ལས་བརྟེན། ད་ལན་སྟག་ཅེ་པའི་སྐྱོ་གཞས་ཀྱི་སྐྱོར་ལས་ཞིབ་
 འཇོལ་འབད་ནི་གི་སྐྱོ་བ་ཐེབས་ཅིག་རང་བསྐྱེད་ཡི་ཟེར་ལྷུ་ནི་ཨིན། འདི་བཟུམ་སྟེ་གཤམ་འཁོད་
 ཀྱི་སྐྱོ་གཞས། བསྐྱེད་བཟུང་ནམ་འདྲེན་བཞི་པ། ཟེར་བའི་སྐྱོ་ཚིག་འདི་ སྐྱབས་རྗེ་མཁན་པོ་
 རིན་པོ་ཆེ་ཁྱི་རབས་བདུན་ཅུ་པ་འཇིགས་མེད་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་ཀྱོང་གསར་ཚོས་ཅེ་སི་རྟུ་སྟོན་
 ལམ་ཆེན་མོ་ཐེངས་༢ པ་གནང་སྐབས། སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་མཚོད་ཇ་གི་བར་སེང་ལུ་སྐྱོ་དབྱངས་
 ཀྱི་མཚོད་པ་ལུ་བའི་དོན་དུ་མཇོང་གནང་ཡོད་པ་ད། འདི་རྫོང་ཁག་གཞན་ནང་ལས་སར་འཐེན་
 སྲོལ་མེད་པ་ཨིན་པས། གཞན་ཡང་ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་གནས་པའི་གཞི་བདག་ཚོགས། ཟེར་
 མིའི་སྐྱོ་གཞས་ཡང་སྐྱབས་རྗེ་མཚོག་གི་གསུང་ཚུམ་ཨིན་པས་ཟེར་ལྷུ་ནི་ཨིན།

༡༽ སྟག་ཅེ་པའི་གཞས་མོ།

གསུང་མཚོད་པ་འབྲུལ་ལོ་དཀོན་མཚོག་གསུམ། དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལས་སྐྱོ་ལྷུ་གོ། དཀོན་
 མཚོག་གསུམ་ལས་གཡང་ལྷུ་གོ། ལུ་མང་སྟེ་ལུ་གི་རྟ་འགོ་ལུ། སྟག་ཅེ་དོ་རྗེ་དག་བཅོམ་

བལྟགས།། མངསྐུ་ལུང་པའི་སྐྱེས་ལྷ་ཡིན།། གཡུས་སྟག་ཅེ་དགོན་པའི་རི་འགོ་ལུ།། སྤང་སེར་
ཤོག་སྤང་གི་ཐོད་ཁ་ལུ།། འོད་ཟེར་བུམ་ཟེ་དོ་རྗེ³⁶་བལྟགས།། བསྟེན་ཡང་ཁྱེད་རང་བསྟེན་མ་
ཡིན།། ལུ་ཡང་ཁྱེད་རང་ལུ་དགོ་པས།། དུས་གཏན་འཇགས་མི་དགོ་ལུ་ནི་མེད།། ད་རེས་དགོ་པ་
ལག་ཆེ་བས།། དམག་ལུ་འགྱོ་ན་དམག་དཔོན་ཡིན།། ཚོང་ལུ་འགྱོ་ན་ཚོང་དཔོན་ཡིན།།

༡༽ བསྐྱེད་བཟང་རྣམ་འདྲན་བཞི་པ།

༡༽ བསྐྱེད་བཟང་རྣམ་འདྲན་བཞི་པ་ཤུ་ཉུ་ཡི་རྒྱལ་པོ།། སྟིགས་དུས་འགོ་བའི་ལྷ་གཅིག་ཨོ་
རྒྱལ་གྱི་པད་འབྲུང།། ཞིང་འདིར་ཐུགས་རྗེ་མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྷན་གྱི་འབྲུག་པ།། ཅ་གསུམ་
དམ་ཅན་ཚོགས་བཅས་སྤྱིང་དབུས་ནས་བྲལ་བྲུང།། དེད་ཅག་ལས་སྟོན་མཐུན་པའི་དོ་རྗེ་ཡི་སྐྱེན་
གོགས།། འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཚོད་སྤྲིན།། མི་ཕྱེད་དད་པས་གདུང་བའི་
སྐྱུ་དབྲངས་བཅས་འབྲུལ་ལོ།། མཚོག་མཐུན་དངོས་ཀྱབ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རང་སྟོབས་
ཤིག། ལྷི་ལྷར་དགའ་སྦྱིད་འཛོམས་པའི་སྐྱུ་གཞས་གྱི་དོ་རྗེ།། ལྷང་ལྷར་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་
མཚོད་སྤྲིན་གྱི་ཁང་བཟང།། གནས་མཚོག་འདི་རུ་འཛོམས་པའི་སྐྱེད་ལྷན་གྱི་པོ་མོ།། ཚོམ་བུ་
གཅིག་ཏུ་གོལ་བའི་སྟོན་ལམ་ཞིག་ལུ་འོ།། ཞེས་པའི་གསུང་རྩོམ་འདི་ཡང་སྐྱབས་རྗེ་མཁའ་པོ་
རིན་པོ་ཆེ་ལྷོ་རབས་བདུན་ཅུ་པ་འཇིགས་མེད་ཚོས་གྱི་གྲགས་པས་ཀྱོང་གསར་ཚོས་ཅེ་སི་རྟི་སྟོན་
ལམ་ཆེན་མོ་ཐེངས་༩ པ་གནང་སྐྱབས་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོའི་མཚོད་རྗེ་གི་བར་མེད་སྐྱབས་སྐྱུ་
དབྲངས་གྱི་མཚོད་པ་སྐྱུལ་བའི་དོན་ཏུ་མཇུག་གནང་བ་ལགས་སོ།།

༢༽ ཡམ་སྦྱིད་དར་བཟང་མོའི་སྤྱང་སྟོང་མོ།

ཡམ་སྦྱིད་དར་བཟང་མོའི་སྤྱང་སྟོང་མོ³⁷།། མར་སྦྱིད་དར་བཟང་མོའི་སྤྱང་སྟོང་མོ།། སྤྱང་སྟོང་མོ་
དབུ་ལ་བཞེས་པའི་དབུ་ལྷ་འདི།། མར་སྦྱིད་དར་བཟང་པར་བཞག་ད་ལུག། ལམ་ཨོ་ཞེ་ཨོ་ཞེ་
ནང།། ལམ་ཨོ་ཞེ་ལ་མོ་ཨོ་ཞེ་ནང།། སྤྱང་སྟོང་མོ་རྣ་བར་བཅུགས་པའི་ཀོང་ར་འདི།། མར་སྦྱིད་

³⁶ སྟག་ཅེ་དང་གཡུས་གསར། བཀྱིས་ལྷེད་ཁའི་སྐྱེས་ལྷ་ཡིན་པས།

³⁷ སྤྱང་སྟོང་འདི་ལུ་བདག་སྐྱའི་ཕྱད་མ་ཡིག་སྐྱར་ལ་ལས་ སྤྱང་སྟོང་མ་ཟེར་ཡིན་ཏུང་ རྗོང་ཁའི་ནང་མིང་མཐའ་ཡར་ཚོག་མེད་པར་སྐྱར་ཏེ་ སྟག་པ་དད་ང་
འཕྱིམ་དང་ མོ་ཟེར་བའི་བརྗོད་སྐྱུ་འཐོན་ནི་འདི་གིས་ སྤྱང་སྟོང་མོ་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་པས།

དར་ཟམ་པར་བཞག་ད་རུག ལམ་ཨོ་ཞེ་ཨོ་ཞེ་ནང། ལམ་ཨོ་ཞེ་ལ་མོ་ཨོ་ཞེ་ནང། སྤྱང་
 སློང་མོ་སློང་མ་ལ་བཏགས་པའི་གཟི་རྩུང་འདི། མར་སྦྱིད་དར་ཟམ་པར་བཞག་ད་རུག། ལམ་ཨོ་
 ཞེ་ཨོ་ཞེ་ནང། ལམ་ཨོ་ཞེ་ལ་མོ་ཨོ་ཞེ་ནང། སྤྱང་སློང་མོ་གཟུགས་ལ་ཕྱོན་པའི་ན་བཟའ་འདི།
 མར་སྦྱིད་དར་ཟམ་པར་བཞག་ད་རུག ལམ་ཨོ་ཞེ་ཨོ་ཞེ་ནང། ལམ་ཨོ་ཞེ་ལ་མོ་ཨོ་ཞེ་ནང།
སྤྱ་གཞས་འདི་གི་རྒྱབ་ཁུངས་ལོ་རྒྱུས་ཅིག་ལུ་བ་ཅིན། མ་གཞི་ཨམ་སྦྱིད་དར་བཟང་མོའི་སྤྱང་
 སློང་མོ་ཟེར་མི་འདི་ མོ་ར་ཨ་ཞེ་ཅིག་འབད་ སྤྱེ་སའི་གཡུས་འབད་བ་ཅིན་ ཐིམ་ཕུ་སྦྱིད་དར་
 གོང་མ་ལས་ཨིན་ཟེར་ཨིན་མ་ད་ མོ་རང་འཚོ་བ་ཟེར་རུང་ བསོད་སྤྱོམས་རེ་ལྟང་ བར་ཚུར་འཕྲོ་
 འགྲུལ་འབད་ཡི་རང་གོང་གསར་སྤྱག་ཚེ་ལུ་སྤོད་པ་ད་ མོ་ར་སྤྱང་སློང་མོ་ཨིན་ཟེར་བའི་བད་
 མཚོན་ལུ་ སྤྱ་ཚིག་ཡང་སྤྱང་སློང་མོ་དབུ་ལ་བཞེས་པའི་དབུ་ལྟ། རྩ་བར་བཅུགས་པའི་གོང་ར།
 སློང་མ་ལ་བཏགས་པའི་གཟི་རྩུང་། གཟུགས་ཁར་ཕྱོན་པའི་ན་བཟའ་ཚུ་སྦྱིད་དར་ཟམ་པ་ལུ་
 བཞག་ད་རུག་ཟེར་མོ་རང་ལུ་འཚོ་བའི་མཐུན་ཕྱེན་ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་བའི་ཚིག་བཅུགས་ཏེ། སྤྱ་
 གཞས་ཡང་མོ་རང་གིས་འབྲེན་འབྲེན་ཨིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

༤། སློང་ར་གནས་ཚེན།

སློང་ར་གནས་ཚེན། སྤྱག་མའི་ར་བ་བསྐྱོར་ཡོད། སྤྱང་པའི་ལྷ་ཚོགས་བཞུགས་ས། སྤྱག་མའི་
 བད་རུ་བཞུགས་ཡོད། ཕྱིན་རྒྱབས་དམ་རྣམས་འཁྲུངས་ས། སྤྱག་མའི་ཚེ་ལས་འཁྲུངས་ཡོད།
 དད་པ་ཅན་གྱི་སློང་ར། བསྐྱོར་ས་འདི་ལ་བཟང་སོང། མོས་གྲུས་ཅན་གྱི་མར་མེ། སུལ་ས་
 འདི་ལ་བཟང་སོང། སློང་ར་གནས་ཚེན། ཚོས་འཁོར་ལྷ་ས་བསྐྱོར་ཡོད། ཡུ་ལུ་ལྷ་མོ་བཞུགས་
 ས། སྤྱག་མའི་བད་རུ་བཞུགས་ཡོད། ཕྱིན་རྒྱབས་དམ་རྣམས་འཁྲུངས་ས། སྤྱག་མའི་ཚེ་ལས་
 འཁྲུངས་ཡོད། དད་པ་ཅན་གྱི་སློང་ར། བསྐྱོར་ས་འདི་ལ་བཟང་སོང། མོས་གྲུས་ཅན་གྱི་མར་
 མེ། སུལ་ས་འདི་ལ་བཟང་སོང།

༥༽ རླུ་ལྷ་ཁང་རྒྱུ་རྒྱུ་

རླུ་ལྷ་ཁང་རྒྱུ་རྒྱུ་། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཤིས་པ་ལ་ནི་སེམས་པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་སྐྱུ་
 དབྱངས། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད། སེམས་པ་འཁོར་དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་གཞུང་
 ལ་འཁོར་ལ་ཡོད། རླུ་ལྷ་ཁང་སྐྱོ་ར་ལ། སྐྱོ་ར་དར་ལས་འཇམ་པ་ལ་ནི་སེམས་
 པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་སྐྱུ་དབྱངས། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད། སེམས་པ་འཁོར་
 དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་གཞུང་ལ་འཁོར་ལ་ཡོད། རླུ་ལྷ་ཁང་གདན་མི། གདན་མི་ཚོས་
 གྱི་པོ་ཉི་ལ་ནི་སེམས་པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་སྐྱུ་དབྱངས། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད།
 སེམས་པ་འཁོར་དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་གཞུང་ལ་འཁོར་ལ་ཡོད། རླུ་ལྷ་ཁང་བད་སྐྱས།
 བད་སྐྱས་ཚོས་གྱི་སྐྱེགས་ཤིང་ལ་ནི་སེམས་པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་སྐྱུ་དབྱངས། ལྷ་སའི་
 ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད། སེམས་པ་འཁོར་དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་གཞུང་ལ་འཁོར་ལ་ཡོད།
 རླུ་ལྷ་ཁང་རྩོ་གཅལ། རྩོ་གཅལ་གཡུ་ཡི་རྩོ་གཅལ་ལ་ནི་སེམས་པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་
 སྐྱུ་དབྱངས། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད། སེམས་པ་འཁོར་དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་
 གཞུང་ལ་འཁོར་ལ་ཡོད། གཡུ་ཡི་རྩོ་གཅལ་སྟེང་དུ། མ་བྱ་དུག་རེ་འབྱུངས་ཡོད་ལ་ནི་སེམས་
 པ། སེམས་པ་སྐྱུ་དབྱངས་སྐྱུ་དབྱངས། ལྷ་སའི་ཁྲོམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱངས་ཡོད། སེམས་པ་འཁོར་
 དང་འཁོར་དང་། ལྷ་སའི་གཞུང་ལ་འཁོར་ལ་ཡོད།

༦༽ ཨོ་ལོ་གསོན་དང་སྐྱུ་ཕིག་གཏང་།

ཨོ་ལོ་གསོན་དང་སྐྱུ་ཕིག་གཏང་། ཨོ་ལོ་དགའ་བའི་ཞབས་བྲོ་(ལ་ནི་)འབྲུབ་སེ་
 འབྲུབ། ལྷ་བ་དགུ་དགུ་ཨ་མའི་ཁོང་དུ་ལུས། ལྷ་བ་རྩོ་གས་ནས་སྐྱང་ལུ་ཐོན་ཚམ་ན། ལོ་ལ་
 གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱི་སོང་ཚམ་ན། ཨོ་ལོ་ཨ་མའི་ཕང་མར་དགའ་ཤེས་ཡོད། མ་དུ་མ་དུ་ཨ་
 མའི་གཅིས་སྐྱོ་གས་ཀྱང། ཞེས་པའི་འོ་མ་གཡས་གཡོན་(ལ་ནི་)མེད་པར་བཞེས། ལོ་ལ་
 གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོ་ཚམ་ན། ཨོ་ལོ་ཨ་མའི་ཕང་མར་དགའ་ཤེས་ཡོད། ལོ་ལ་ལྷ་དང་
 དུག་གི་འཕྲོ་ཚམ་ན། ཨོ་ལོ་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པར་འཕྲོ། ལྷོ་སྐྱོས་གསལ་བའི་སྐོབ་

དཔོན་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ཞེས་མ་ཤེས་ཨོ་ལོ་རང་རང་སྐྱོ། དཀའ་བ་དཀའ་ལས་སྤྱད་པའི་ཕ་མ་
གཉིས། དྲིན་ལན་མ་འཇལ་ཨོ་ལོ་རང་རང་སྐྱོ།



སྤྱག་རྩེ་པའི་ཨམ་ཚུ་ཞབས་ལྷ་རྒྱལ་པའི་མཐོང་སྣང།

༡། རྩེ་པའི་གནས།

རྩེ་པའི་གནས་ སྤྱག་མ་ལོགས་ལས་སྐྱེ་ཆོ་(ཡ་ལ)དགའ་ཡང་དགའ། རྩེ་(ལ) རིའི་གནས།
རྩེ་པའི་གནས་ སྤྱག་མ་ལོགས་ལས་གཅད་ཆོ་སྐྱོ་ཡང་སྐྱོ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་
མདའ་མོ་ང་ལ་སྐྱོ་གཅིག་སྐྱེས་ཅམ་ན། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ ལ་མོ་འདྲི་ལ་དར་
རྩེ་(ཡ་ལ)འཕྱར་བ་འདྲ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ མདའ་མོ་ང་ལ་སྐྱོ་གཉིས་(ཡ་ལ)
བཞོན་ཅམ་ན། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ ཐང་དཀར་རྒྱལ་པོའི་གཤོག་རྩལ་ལྷིང་པོ་
འདྲ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ མདའ་མོ་ང་ལ་སྐྱོ་གསུམ་བཞོན་ཅམ་ན། རྩེ་ལ་
རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ སྤྱགས་པ་ཐུགས་དམ་ཅན་གྱི་ཅོག་པོ་འདྲ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས།
རྩེ་པའི་གནས་ མདའ་མོ་ང་ལ་སྐྱོ་བཞི་བཞོན་ཅམ་ན། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་
དབང་ཆེན་དཔོན་པོའི་རྫོང་ཆེན་བཞེངས་པ་འདྲ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ མདའ་
མོ་ང་ལ་སྐྱོང་ཅིག་འཕང་ཅམ་ན། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ རྩེ་མོ་མཚོ་གསུམ་ཐང་ཅན་
གྱི་ལམ་འགོ་འདྲ། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ མདའ་མོ་ང་ལ་སྤང་ཅིག་བཀའ་ཅམ་
ན། རྩེ་ལ་རིའི་གནས། རྩེ་པའི་གནས་ བམ་མཁའི་དགུང་ལ་གཞའ་ཅིག་སྤུབ་པ་འདྲ། རྩེ་

ལ་རིའི་གནས། ལྷོ་རི་གནས་ མདའ་མོ་ང་ལ་ལྷགས་ཅིག་བཟུགས་ཅམ་ན། ལྷོ་ལ་རིའི་
གནས། ལྷོ་རིའི་གནས་ ཁམས་པ་ལྷ་ཚུགས་ཅན་གྱི་གིང་ཀ་འདྲ། ལྷོ་ལ་རིའི་གནས།

༡༽ ཡར་གྱི་དགུང་སྟོན་མཐོན་ལ།

ཡར་གྱི་དགུང་སྟོན་མཐོན་ལ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... ཨ་ཞེ་སྤང་ས་འདྲ་དོ་(ཡ་ལ་སོ)།
དགུང་དང་མི་གདུགས་ཉིམ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... ཉིམ་སྤྲིན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་(ཡ་ལ་སོ)།
ཡར་གྱི་གངས་སྟོན་མཐོན་ལ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... ཨ་ཞེ་སྤང་ས་འདྲ་དོ་(ཡ་ལ་སོ)།
གངས་དང་སངས་ཚེན་དཀར་མོ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... ལྷ་སྤྲུག་སྤྲུག་སོ་འདྲ་དོ་(ཡ་ལ་སོ)།
ཕར་གྱི་སྤང་སྟོན་མཐོན་ལ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... ཨ་ཞེ་སྤང་ས་འདྲ་དོ་(ཡ་ལ་སོ)།
སྤང་དང་ཤམ་རྒྱ་ར་བཅུ་(སོ་ཡ)། སོ་སོ་ཡ་ལ་... དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ཤོག་(ཡ་ལ་སོ)།

༢༽ ལྷ་ས་རྒྱང་ཕྱི་གཞུང་ལ།

སོ་ཡ་ལ་... ལྷ་ས་རྒྱང་ཕྱི་གཞུང་ལས། འཐོན་པའི་བྱ་མོ་སྤྲུལ་ཆུ་པོ། འགོ་བཟེན་ན་ཏེ་མིན་
འདུག། སྟོན་བཟེན་ན་མ་གཡོག་མིན་འདུག། སོ་ཡ་ལ་... ཕ་ཡུལ་བསྐྱེད་ཅན་ནི། ས་ཐག་བྱང་
ལས་རིང་སོང་། བྱང་ཐང་སྤྲུག་པའི་རིང་ལ། ལྷོ་མ་པའི་རྒྱ་ཡང་མིན་འདུག། སོ་ཡ་ལ་... བྱང་
ཐང་སྤྲུག་པའི་རིང་ལ། ལྷོ་མ་པའི་རྒྱ་ཡང་མེད་ན། གསུམ་ཆང་སེར་མོའི་བདུད་ཅི། ཕ་ཡི་
ཕྱོགས་ལ་ལུས་སོང་། སོ་ཡ་ལ་... ཁང་པ་ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱད། རང་ལ་དགོས་པ་མིན་འདུག།
ཅོག་བྱ་བྱུར་གསུམ་བྱུང་ན། དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ཤོག། སོ་ཡ་ལ་... དགོས་ཆེན་དར་ལས་
འཇམ་པ། རང་ལ་དགོས་པ་མིན་འདུག། རས་གོས་སྤྲུང་ཆས་བྱུང་ན། དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་
འགྲིམ་ཤོག། སོ་ཡ་ལ་... གཡུ་དང་བྱུ་རུ་སྤྲུ་ཉིག། རང་ལ་དགོས་པ་མིན་འདུག། ཅིལ་བྱ་ཀང་
གི་བྱུང་ན། དབེན་པའི་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ཤོག། སོ་ཡ་ལ་... རང་སེམས་འཁྲུལ་ག་མ་འཁྲུལ།
ཤིང་ཆེན་འདི་ལ་བལྟ་ཤོག། ཤིང་མོ་ཡར་མར་ཡོར་མར། རང་སེམས་འཁྲུལ་བར་འདུག།
གོ། སོ་ཡ་ལ་... ཕ་ཡུལ་རྒྱང་ནས་ཡོང་དུས། གསུང་ཡང་དྲན་པར་མ་བྱུང་། ལ་དང་ལ་མོ་
བརྒྱལ་ཚོ། སྤྲིད་པའི་ཡམ་ཡུམ་དྲན་སོང་།

༡༠༽ ས་རྒྱ་ཡི་ནོར་བུའི་སྐྱང་མོ་ཆེ།

ས་རྒྱ་ཡི་ནོར་བུའི་སྐྱང་མོ་ཆེ་འདི། སྐྱུ་འཁྲུངས་པ་རྒྱ་ནག་ས་མས་ལུ་འཁྲུངས། སྐྱུ་རྒྱ་ནག་ས་
 མས་ལུ་འཁྲུངས་འཁྲུངས་བར། སེམས་འགྲིམ་པ་རྒྱ་རོང་གནས་ལུ་འགྲིམ། སེམས་རྒྱ་རོང་
 གནས་ལུ་འགྲིམ་འགྲིམ་བར། ལྷ་བཅག་སྤྲོ་ཚར་འདམ་རུ་བཅག། ལྷ་སྤྲོ་ཚར་འདམ་རུ་བཅག་
 བཅག་བར། གསོལ་བཞེས་པ་སྤྲོ་ཚར་འདམ་རུ་བཞེས། གསོལ་སྤྲོ་ཚར་འདམ་རུ་བཞེས་
 བཞེས་བར། ལོག་རྒྱ་ནག་ས་མས་ལུ་ལོག་མི་འགོ། ལོག་མ་འགོ་བར་ལུ་བཀའ་ཞིག་གནང། ལོག་
 མ་འགོ་བར་ལུ་གསུང་ཅིག་སྟོ། དཔྱེ་མ་གཞི་འདི་དང་ཆ་འདྲ་ཅིག། རང་ཤར་གྱི་བ་མོ་
 གདོད་དཀར་ལུ། སྐྱུ་འཁྲུངས་པ་ཤར་ཕྱོགས་སེ་ལུ་འཁྲུངས། སྐྱུ་ཤར་ཕྱོགས་སེ་ལུ་འཁྲུངས་
 འཁྲུངས་བར། སེམས་འགྲིམ་པ་གངས་ཀྱི་གསེབ་ལུ་འགྲིམ། སེམས་གངས་ཀྱི་གསེབ་ལུ་
 འགྲིམ་འགྲིམ་བར། ལྷ་བཅག་པ་རྒྱ་དཀར་མེ་རྟོག་བཅག། ལྷ་རྒྱ་དཀར་མེ་རྟོག་བཅག་བཅག་
 བར། གསོལ་བཞེས་པ་རྒྱ་དཀར་མེ་རྟོག་བཞེས། གསོལ་རྒྱ་དཀར་མེ་རྟོག་བཞེས་བཞེས་
 བར། ལོག་ཤར་ཕྱོགས་སེ་ལུ་ལོག་མི་འགོ། ལོག་མ་འགོ་བར་ལུ་བཀའ་ཞིག་གནང། ལོག་
 མ་འགོ་བར་ལུ་གསུང་ཅིག་སྟོ།

༡༡༽ ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་གནས་པའི།

ཀྱེ། ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་གནས་པའི། གཞི་བདག་ཚོགས་རྣམས་གསོན་དང། མ་ཤེས་མ་རིག་
 དབང་གིས། རྱེད་ཀྱི་བྱ་གསུང་དང་འགལ་བའི། ལས་ནི་གང་དང་གང་བྱས། མཐོལ་བཤགས་
 བཟོད་པའི་གདུང་དབྱངས། སྐྱུ་སྤྲོ་བརྒྱུད་ནས་འབྱུང་ལོ། ཞི་ཞིང་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག། ཚོ་
 འདི་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི། མི་ཟད་གཏེར་གྱི་བྱ་མ་པ། ཕྱི་མ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི། དཀར་པོ་དག་
 བའི་ལོངས་སྟོན། བསང་དང་གསེར་སྐྱེམས་མཚོན་པ། རེད་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་འབྱུང་ལོ། རུང་
 ཕྱག་དོག་མ་མཛོད། དབྱེས་ཤིང་བྱ་མས་པའི་སེམས་ཀྱིས། སུལ་བའི་མཚོན་པ་བཞེས་ལ།
 ཕན་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛོད་ཅིག། རྱེད་རྣམས་གནས་ཀྱི་བདག་པོ། རེད་ཅག་རེ་བའི་མགོན་
 པོ། གནས་མགོན་དམ་ཚོག་འབྲེལ་བས། གཅིག་གིས་གཅིག་ཕན་ངང་ནས། འདི་དང་ཕྱི་མ་
 གཉིས་ཀར། བདེ་སྦྱིད་སྟོན་ལམ་ལུ་འོ། བདེན་པའི་ངག་ལ་མ་ཉན། བདག་ཅག་རྒྱུ་འབྱོར་

ནམས་ལ། གཞོན་ཅིང་འཚོ་བར་བྱེད་ན། རྒྱལ་པོའི་མངའ་རིས་ཡིན་པས། སྔོན་གནས་རྟེན་
དང་བྲལ་བའི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཚོང་དུ་འོང་གིས། དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་། རྒྱ་མའི་ལུང་ལ་
ཉོན་ཅིག། ལྷ་ཚོགས་འདི་ཡང་སྐྱབས་རྗེ་རྗེ་མཁའ་ལྷི་རབས་བདུན་ཅུ་པ་སྤྱལ་སྐྱེ་འཇིགས་མེད་ཚོས་
གྲགས་མཚོག་གིས་བརྩམས་གནང་བུག།

ཞབས་ལྷ་རྒྱ་དུས་ནམ་རང་རྒྱབ་སྐྱོལ་ཡོད་ག་གི་སྐོར།

- ༡༽ གྲོང་གསར་རྫོང་ཁག་གི་ཚེས་བཅུ་གི་སྐབས།
- ༢༽ སྤྱག་ཅེ་ལྷ་བོན་ཟེར་ ལོ་ལྷར་ལྷ་ལུ་བའི་གསོལ་མཚོན་སྐབས་ གྲོང་གསར་ཚེས་བཅུ་
བཟུམ་སྤེ་རང་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
- ༣༽ བཀའ་འགྱུར་ལྷག་པའི་སྐབས། ༤༽ ལྷིམ་གསར་སྐབས།
- ༥༽ མངའ་ཅེད་དོ་སྐོར་འབད་བའི་སྐབས། ༦༽ ལོ་མཚོན་དང་ ཚོག་གནང་སར།
- ༧༽ གཉེན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་བཅི་སྤྱང་ལུ་བའི་སྐབས་རྒྱབ་སྐྱོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

མཚུག་བསྐྱེད།

ང་གིས་འདི་བཟུམ་ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཡང་སྤྱིར་བཏང་དུས་རབས་^{༣༧} པའི་
ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྱུར་བ་ དཔེར་ན་ འཕུལ་རིག་གི་གོང་འཕེལ་དང་བསྐྱེད། མི་གི་བསམ་
སྤྱོད་ཡང་ རིམ་གྱིས་འགྱུར་བ་འགྲོ་ཞི་འདི་ ཚོས་ཉིད་ཡིན་མ་ལས་ མགོན་པོ་སྐུ་གྱུབ་ཀྱིས།
ལུགས་སྐོལ་རྫིང་བ་སྐོག་བཞེན་དུ། གཅེས་ཤིང་གོང་འཕེལ་མ་བཏང་ན། རྩ་བ་རུལ་པའི་སྐྱོན་
ཤིང་བཞེན། མི་འདོད་བཞེན་དུ་འགྲེལ་བར་འགྱུར།³⁸ ཟེར་གསུངས་པའི་དཔེ་དོན་བཟུམ།
དང་པར་དུ་ལམ་སྐོལ་མི་ཉམས་རྒྱུན་སྦྱོང་བཞག་ཐབས་དང་ ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་འབད་ནིའི་ལྷན་
ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ཡིན། གཉེས་པ་ལུ་ ང་རའི་སྐོབ་སྐོན་གྱི་ཚོས་ཚན་འདི་ཡང་ ལྷ་གཞས་
དང་སྐྱེན་ཚུ་ཡིན་མ་ལས་ ང་རའི་ལུ་སྤྱིར་མེད་པའི་རིག་པ་དང་ཡོན་ཏན་གསར་བ་ཐོབ་ཐབས་ལུ་

³⁸ མགོན་པོ་སྐུ་གྱུབ་ཀྱི་ཞལ་ལས་ཡིན་ཟེར་ ལྷ་དེབ་སྐོབ་གསར་ལམ་སྐོན་གྱི་ཤོག་གངས་⁴⁴ ནང་གསལ།

དམིགས་ཏེ་ཡིན། གསུམ་པ་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་མ་འོངས་པའི་ན་གཞོན་དང་དམིགས་བསལ་གྱིས་
 རིག་གཞུང་སློབ་གྲུབ་སློབ་སྦྱོར་གྱི་རིག་ཚུལ་གོང་འཕེལ་གཏང་བབས་ཀྱི་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་
 འབད་འབད་མ་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའམ་གྱི་རིམ་པ་ཡང་ དང་པ་
 གཡུས་སློབ་གྲུབ་གཞུང་ལྟུང་མི་དང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ཚེ་དཔོན་མོ། དེ་ལས་སྤྱི་གཞུང་ལྟུང་
 ཤེས་མི་གཞན་ཆས་ཤོས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་འབྲེལ་གི་སྤྱི་མཁའ་ཚུ་དང་ཞིབ་
 འཇོལ་མཁས་མཚོ་གུ་ལུ་ཡང་འདྲི་བསྟན་ཐོག་ལས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་དེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།
 འདྲི་བསྟན་སྤྱི་ སྤྱི་གཞུང་ལ་ལུ་ཅིག་གདངས་དབྱངས་འབྲེན་བའམ་དང་ སྐད་གྱི་མཉེན་ལུག་
 བཅུགས་བའམ་ཤེས་བབས་གྱི་དོན་ལུ་སྤྱི་བཟུང་ ལ་ལུ་ཅིག་ལེའུ་སྤྱིར་བའི་སྐབས་ལུས་གྱི་རྣམ་
 འགྲུར་དང་ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱ། དེ་ལས་ གདོང་གི་རྣམ་འགྲུར་བཏོན་བའམ་ཚུ་ཏ་གོ་ཚུགས་ནི་དེ་
 དོན་ལུ་པར་བཏབ་ཐོག་ལས་དངོས་མཐོང་སློག་བརྟན་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་ཞིབ་
 འཇོལ་འབད་ཚུགས་མི་འདྲི་ཡང་རིག་གཞུང་སློབ་གྲུབ་ལས་མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ སློབ་གྲུབ་
 མཐོང་ཐོས་སྟེ་ཚོན་གྱི་སློག་འཕུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མ་མ་ཚད། ཞིབ་འཇོལ་
 སློག་འཇོན་ལེགས་བཤད་པ་བསྟན་འཇོན་དོ་རྗེ་གིས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའམ་དང་འབྲི་བའམ་གྱི་
 ལས་ལུགས་སོགས་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་ཐོག་ལས་ལུན་དག་མཐིལ་ཕྱིན་ལེགས་པར་གནང་མི་
 ལུ་བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན་དང། དེ་བཟུམ་སྟེ་ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའི་སྐབས་
 སྤྱི་ཚོགས་ལུ་ཉེ་མ་སྤྱི་དེ་བའམ་བཀོད་བཀོད་པ་མེད་པ་དང་ ཡོད་མི་ཡང་རེ་གཉིས་ ཚོགས་འབྲི་
 བའམ་སོ་སོ་ དཔེར་ན་ ཤེས་རྒྱུན་རུ་བཟུ། ཤེས་རྒྱུན་རུ་བཟུ། ཟེར་མ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་གི་གོ་
 བ་སོ་སོ་ཡོད་མི་ཚུ་གི་གོ་བ་ལེགས་པར་བཀའ་གནང་མི་ ཞིབ་འཇོལ་མཁས་དབང་ སློབ་ཚོས་
 བསྟན་ཚེ་རིང་ལུ་ཡང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། གཞན་ཡང་ དངོས་མཐོང་སློག་བརྟན་བཟོ་
 བྱི་དང་ སྤྱི་བཟུང་འདྲི་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མི་མཐོང་ཐོས་སྟེ་ཚོན་གྱི་སློབ་འཇམ་དབྱངས་བསྟན་
 འཇོན། དེ་ལས་ཚེ་དཔོན་མོ་ཨམ་སྤྱི་ང་མོ་དང་ ཞིབ་འཇོལ་མཁས་དབང་སློབ་པ་སྤྱི་དོན་གྱི་
 རྒྱུ་འཚོ་ཤེས་རབ་དོ་རྗེ། ཞིབ་འཇོལ་འགོ་དཔོན་སློབ་ཀུན་བཟང་དོ་རྗེ། ཨམ་སྤྱི་མོ་ཚུ་ལུ་
 ཡང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མི་འདྲི་ལུ་ག་ཅི་དེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

བཟོད་གསོལ།

མ་གཞི་ང་འདི་འབད་ཐངས་འདི་ ཞིབ་འཇོལ་ཟེར་བའི་ཐ་སྟོན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་འབད་འབད་མ་
ཡིན་རུང་ འདི་ནང་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་དང། ཡིག་སྟེབ་འཛོལ་བ། ལ་ལུ་སྐྱུ་གཞས་ཀྱི་ཚིག་ཏེ་མ་
ལས་ཡོད་རུང་ ང་རང་སྐྱུངས་པ་རྒྱུང་བར་བརྟེན་དཔེ་དེབ་གཞན་ནང་འཇོལ་མ་ཐོབ། ལ་ལུ་ཁ་
ལས་འཐེན་མི་འདི་ཡིག་ཐོ་ལུ་བྲིམ་ད་གོ་དོན་སོ་སོ་སྟེ་འབྲིམ་ལ་སོགས་པ་ག་གིས་གཟིགས་རུང་
བཟོད་པ་བཞེས་ཏེ་ལུན་དག་འབད་ནི་ལུ་ཆ་རོགས་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ཉུགས་མཛད་གནང་ཟེར་
གསོལ་འདེབས་ལུ་ནི་ཡིན།

རྒྱབ་སྐྱོར་དཔེ་དེབ།

- ༡༽ འབྲུག་གི་སྐྱུ་དེབ། ཚིང་མ། ཤེས་རིག་ལྷན་ཁག ༡༩༥༥ |
- ༢༽ འབྲུག་གི་སྐྱུ་དེབ། གསར་པ། ཀེ་ཨེ་མ་གྱི་དཔེ་སྐྱོན་ཁང། ༢༠༡༠ |
- ༣༽ འབྲུག་གི་སྐྱུ་མཛོད། རྒྱལ་ཡོངས་དཔེ་མཛོད། ༡༩༩༩ |
- ༤༽ རྒྱ་དེབ་གཞན་པའི་དགའ་སྟོན། རྒྱལ་གཞུང་ཚོམས་གར་སློབ་སྦྱང་ལྟེ་བ། ༢༠༡༣ |
- ༥༽ འབྲུག་གི་ཞབས་ཞུའི་ཕྱོགས་དེབ། སློབ་བགྲེས་པ་འབྲེན་སྡེ། ༢༠༠༥ |
- ༦༽ རྒྱ་དེབ། རྒྱལ་གཞུང་ཚོམས་གར་སློབ་སྦྱང་ལྟེ་བ།
- ༧༽ ཞབས་དུང་གི་ནམ་ཐང། རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ རྒྱུང་ཆེན་སངས་རྒྱལ་དབང་འཕུལ། ༡༩༩༩ |
- ༨༽ འབྲུག་གི་གཞས་རབས། རྒྱལ་གཞུང་འཆམ་དང་ཚོམས་གར་སློབ་སྦྱང་ལྟེ་བ།
- ༩༽ འབྲུག་གི་སྐྱུ་མཛོད། ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས།
- ༡༠༽ རྫོང་ཁའི་ཚོགས་མཛོད་ཆེན་མོ། ཀེ་ཨེ་མ་གྱི་དཔེ་སྐྱོན་ཁང།

གྲོས་བསྟུན་འབད་ཡོད་པའི་མཁས་མཚོག་ཚུ་གི་ཐོ།

- ༡༽ ཨམ་སྤྲེལ་མོ། ལྷག་ཚུ། རྫོང་གསར།
- ༢༽ སློབ་པ་དུ་བསམ་གྲུབ། རྒྱལ་གཞུང་འཆམ་དང་ཚོམས་གར་སློབ་སྦྱང་ལྟེ་བ།
- ༣༽ ཨམ་སྤྲེལ་མོ། ལུབ་སྤྲིས། རྫོང་གསར།
- ༤༽ ཚོས་བསྟུན་ཚེ་རིང། ཞིབ་རོགས་མཁས་དབང། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
- ༥༽ རྒྱུང་ཆེན་ཤེས་རབ་དོ་རྗེ། བླ་པའི་གསོ་རིག་སྟེལ་ཁང། ཀེ་ཨེ་མ་གྱི་དཔེ་སྐྱོན་ཁང།
- ༦༽ སློབ་བསྟུན་འཛིན་དོ་རྗེ། ཞིབ་འཇོལ་གཙུག་ལག་སྤྲིག་འཛིན། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
- ༧༽ བསམ་གཏུན། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
- ༨༽ སློབ་ཀུན་བཟང་དོ་རྗེ། ཞིབ་འཇོལ་འགོ་དཔོན། རྒྱལ་གཞུང་འཆམ་དང་ཚོམས་གར་སློབ་སྦྱང་ལྟེ་བ།
- ༩༽ བསྟུན་འཛིན། ལྷོ་བགྲེས་པ། ཐུག་སྟེང་རྒྱུང་ལོག

སྤྲུང་བྱུང་ཐགས་རས་ཀྱི་སྒྲོན།

སྒྲོབ་དཔོན་ནམ་མཁའ་དབང་ལོ།

དོ་སྒྲོན།

༑ སྒོན་བསྐལ་པ་རྫོགས་ལྡན་གྱི་སྐབས་ལུ་ གོ་ལ་ཟེར་མ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ག་ར་རྩུ་འཕུལ་
 གྱི་ཐོག་ལས་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད་རུང་ བྱུལ་ལས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷ་ལུ་བརྟེན་ མིའི་
 བསོད་ནམས་ཟད་ གཟུགས་ཁ་ལས་ལོད་དང་རྩུ་འཕུལ་ཚུ་ཉམས་ དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སོ་
 མོའི་མཚན་མ་ཚུ་བྱུང་སྟེ་ ལེལ་དང་ངོ་ཚ་བག་ཡོད་གསུམ་བསྐྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ གོ་ལ་གྱོན་སོལ་
 མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་འབྱུང་སྟེ་འདུག། དེ་ཡང་ དུས་དང་བསྐྱུན་པའི་མིའི་རིག་རྩལ་དང་
 བསམ་སྤྱོད་ཀྱན་སྤོང་ལས་བརྟེན་ གཟུགས་མིལ་པོ་མ་བཀའ་པར་ ཁོད་སྤོད་ཁོད་སྤོད་ཚུ་ཤིང་
 གི་འདབ་མ་དང་རུ་ཤིང་ སེམས་ཅན་གྱི་པགས་ཀོ་ལས་བཟོ་བའི་གོས་ཀྱི་རིགས་དང་ དེ་མ་ཚད་
 རང་སོའི་ལུང་པའི་གནས་སྤངས་དང་འཐོན་ཁུངས་ལས་བརྟེན་ གོ་ལའི་རིགས་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་
 ཅིག་རང་འཐག་སྟེ་གྱོན་སྤོད་ལུག། ཨིན་རུང་ད་རེས་ནངས་པ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན།
 ཐགས་འཐག་ནིའི་རྒྱ་ཚུ་དཀའ་སྤྱུག་སྤྱོད་མ་དགོ་པར་ འབོར་ཆེ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ཐོབ་ཚུགས་པ་ལས་
 རང་ལུགས་ཀྱི་ཐགས་བཟོ་ཉམས་བསྐྱུང་འབད་ནི་ལུ་པན་ཐོགས་སྒོམ་སྟེ་རང་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་
 ཚད་ འབྲུག་མི་ཚུ་ཐགས་ལས་བརྟེན་ དེལ་གྱི་འོང་འབབ་བཟོ་སྟེ་ རང་མགོ་རང་འབྲོངས་སྟེ་
 སྤོད་ཚུགས་པ་བཟོ་པའི་རྒྱ་ངོ་མ་ཅིག་ཨིན་མས། སྤྱིར་འཇམ་གླིང་ནང་ལུ་རང་སོའི་ལུང་པའི་
 གནས་སྤངས་དང་འཐོན་ཁུངས་ ལམ་དང་ལུགས་སོལ་མ་འདྲམ་ལས་བརྟེན་ གྱོན་ཆས་གྱོན་
 ཐངས་དང་ཐོབ་རིམ་པ་མ་འདྲམ་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱུང་
 ཚོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གྱོན་ཆས་ གོ་དང་དཀྱི་ར་འདི་འབྲུག་མི་རེ་རེ་གིས་བཟུ་བཀྱར་འབད་
 དེ་གྱོན་ཡོད་པ་ད་ གོ་དང་དཀྱི་ར་འདི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ གྱོན་ཆས་ཨིན་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ངོ་
 རྟགས་ཡང་ འདི་གིས་སྒོན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་རང་བཙན་གནས་ཐབས་ལུ་གྱོན་ཆས་
 གོ་དང་དཀྱི་ར་གྱོན་ནི་ལུ་སེམས་བྱུགས་བསྐྱེད་བཅུག་དགོ་པ་ཨིན། ལྷག་པར་དུ་འབྲུག་པའི་

ཨམ་སྐྱུ་ཚུ་གིས་དཀྱི་བའི་དཀྱི་ར་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ག་དང་ཡང་མ་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་བསྐྱེད་ནི་ལུ་སྣོན་ཐབས་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན།
 འབྲུག་པའི་ཨམ་སྐྱུ་ཚུ་གི་དཀྱི་བའི་དཀྱི་ར་ནང་ལུ་ ཐགས་མཁན་སློ་རིག་ཅན་ཚུ་གིས་ མེ་རྟོག་
 གི་བཟོ་ནཱ་སྣ་ཚོ་གས་བསྐྱེད་ཏེ་འཐག་པའི་གོ་ལ་ཚུ་ལས་བཏེན། འཛམ་གླིང་ནང་ལུ་འབྲུག་པའི་
 ཐགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་མ་འདྲཱ་ཨིན་པའི་མངོན་གསལ་འབྱུང་སྟེ་འདུག། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
 རང་ གོ་ལའི་རིགས་མ་འདྲཱ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ མེ་རྟོག་ཅན་ཨའི་ཀ་སྐྱར་གྱི་རིགས་
 ཚུ་ སོ་མོ་གཉིས་ཆར་གིས་ཚོན་བཏུབ་རུང་ སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་འདི་ཨམ་སྐྱུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་གིས་
 དཀྱི་བཏུབ་པའི་རིགས་ཅིག་ཨིན་མས། ཚོན་དང་ཕུགས་དཀྱི་གཞུང་དང་ཤིང་ཀ་ཟེར་མ་
 གཏོགས་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཟེར་བའི་མིང་གི་ཐ་སྐྱད་མེད་རུང་ ལུལ་ལས་མཐུ་ཚེ་ཚོས་ཀྱི་
 རྒྱལ་པོ་ ཞབས་རུང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཚོས་སྣོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྟེ་གཞི་བཅུགས་གནང་པའི་
 དུས་ལས་འགོ་བཟུང་ འབྲུག་མི་ག་ར་གོ་དང་དཀྱི་ར་ཚོན་དགོཔ་བཟོ་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་
 ལྷག་པར་དུ་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་ འཛིག་མེད་དོ་རྗེ་དབང་ཕུག་མཚོག་གིས་གོ་དང་
 དཀྱི་ར་གཉིས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚོན་ཚས་སྟེ་བཟོ་གནང་པའི་ལུལ་ལས་འབྲུག་པའི་ཐགས་བཟོ་ལུ་
 འགྱུར་བ་སློམ་སྟེ་ར་འོང་ལུག། དེ་གི་ནང་ལས་ སོ་ཁྱེས་ཚུ་གིས་ཚོན་པའི་གོ་ལུ་འགྱུར་བ་འཕྱོ་
 ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གི་སྐོར་ལས་སྐབ་མ་ཤེས་རུང་ ཨམ་སྐྱུ་ཚུ་གིས་དཀྱི་བའི་དཀྱི་ར་ལུ་འགྱུར་བ་
 སློམ་སྟེ་རང་འབྱུང་སྟེ་འདུག། སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་འདི་དཀྱི་གཞུང་འདི་ལས་ དཔེ་ལེན་ཏེ་
 འཐག་ཡོད་རུང་ དཀྱི་ར་དཀྱི་ཐངས་དང་བཟོ་ནཱ་ དེ་མ་ཚད་མེ་རྟོག་གི་བཀོད་རིས་མ་
 འདྲཱ་ ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ཨིན། ད་ལྟོ་དཀྱི་ནི་ཡོད་པའི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་འདི་དུས་
 རབས་༣༠ པའི་ནང་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་འཐག་སྟེ་ཚོན་ཡོད་པ་མ་ཚད་དཀྱི་ར་འདི་ལུ་ཐགས་ཀྱི་
 ཁྱད་ཚོས་ག་ར་ཚང་ནི་འདི་གིས་ ཐགས་བཟོ་ལུ་སློ་བ་དང་དོ་སྣང་བསྐྱེད་མི་ཚུ་གིས་ འབྲུག་པའི་
 ཐགས་རིགས་འདི་ལུ་བཟོ་སྟེ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་འོང་
 འབབ་ལུ་ཕན་ཐོགས་པ་མ་ཚད་ སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ཉམས་བསྐྱེད་འབད་ནི་ལུ་ཕན་པ་སློམ་སྟེ་རང་
 འབྱུང་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན།

སྤྲོད་པུང་ཐགས་རས་ཀྱི་རྒྱུ་ལུངས།

སྤྲོད་པུང་རྒྱུ་ལུང་དང་གཅིག་ཁར་ཚོང་གི་འབྲེལ་བ་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོང་ལམ་ལ་དང་ལུང་
 རང་ལས་འགོ་འགྲུལ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ད་ ལ་བཟུལ་ཏེ་འགྲོ་དགོ་པ་ཅིན་སེང་གེ་རྫོང་ལས་འབད་
 དང་ ལུང་བཟུལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ཀུར་སྤྲོད་ལས་ཟམ་པ་༣༠དེ་ཅིག་དང་ ཡར་ལས་མར་བོད་པ་རྒྱ་
 གིས་ཟམ་པ་༣༠དེ་ཅིག་རྒྱུ་ཏེ་ཟམ་པ་བསྐྱེམས་ཀྱི་༤༠ཅམ་རྒྱུ་ཐོག་ལས་ རྒྱུ་ལུང་གཉིས་ཀྱི་
 བར་ན་ཚོང་འབྲེལ་འཐབ་སྟེ་སྤྲོད་ལུག། དེ་བསྐྱར་མང་ཤོས་རང་བོད་ལས་རྒྱ་དང་སྐྱམ་བུ་ལ་
 སོགས་པའི་ མཁོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་རིགས་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་མས། སྤྲོད་པུང་སྤྲོད་
 སར་རྒྱུར་འགོ་འགྲུལ་འབད་བའི་སྐབས་དཀའ་སྤྲུག་དང་ཐག་རིང་ནི་འདྲི་གིས་ རྒྱ་ལུ་གནམ་མེད་
 ས་མེད་ཅིག་འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་མེད་རུང་ བོད་རྒྱུ་ལུང་རང་འགྲོ་རྒྱུ་གས་མི་གིས་ཁྱིམ་ནང་ལུ་
 ཉེ་བར་མཁོ་བའི་བཅའ་དངོས་ཀྱི་རིགས་རྒྱ་ལེན་པར་ཚར་གཉིས་འདེ་རེ་ འགྲོ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་
 རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། བཤད་སྟོན་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན། སྤྲོད་པུང་རྒྱུ་ལུང་ལ་ པའི་ནང་
 བོད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱུ་སྤོང་བཅའ་སྐབས་པའི་བཅུ་མོ་ཨ་ཞེ་རྒྱ་བཟའ་བོད་ལུ་འབྲོན་པའི་སྐབས་ ཚོང་
 དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ་ལུ་གོ་ལ་ལྟམ་པ་མ་འབྲུག་ དཀྱི་གཞུང་ བུན་འདྲིལ་ ཁྱི་ལུར་གསུམ་
 ཁྱིམ་སྟེ་ལུ་ལུག་ཟེར་ཨིན་མས། ཚོང་དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ་འདྲི་ རྒྱུ་ལུང་མཐའ་དབུས་
 མེད་པ་ཚོང་བཤུལ་རྒྱུ་ཏེ་བྱོན་པའི་སྐབས་ལུ་ཀུར་སྤྲོད་མཁོ་མའི་གཡུས་ཚན་འདྲི་ནང་ཡང་
 ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པའི་སྐབས་ གཡུས་ཚན་འདྲི་ནང་མཁའ་འགོ་མའི་མཚན་ཉིད་དང་ལུན་པའི་
 བུམོ་ འོད་ཟེར་སྟོན་མ་དང་མཇལ་ལུག་ཟེར་ཨིན་མས། ལུ་ལས་འོད་ཟེར་ སྟོན་མ་བོད་ལུ་
 འགྲོ་བའི་སྐབས་ལུ་ ཚོང་དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ་གིས་ཨ་ཞེ་རྒྱ་བཟའ་གིས་བྱིན་མི་དཀྱི་གཞུང་
 འདྲི་མོ་ལུ་ གསོལ་རས་སྟེ་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དོ་རུང་ཡང་ལོ་གཅིག་གི་ལུ་ལས་
 ཚོང་དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ་ལོག་སྟེ་མཁོ་མའི་གཡུས་ཚན་ནང་འབྲོན་པའི་སྐབས་ ཉེ་མ་ཨ་ཞེ་རྒྱ་
 བཟའ་གིས་གནང་མི་ བུན་འགྲིལ་དང་ཁྱི་ལུར་ཚིབས་དང་སྤྲུགས་ཏེ་ཚོང་བཤུལ་གནང་པར་
 འབྲོན་ཏེ་ཚོང་བཀའ་སའི་ས་ཆ་དང་ཚིབས་རྟ་བཏགས་སའི་དོ་ལེབ་སྟོན་སྟེ་ཡོད་མི་འདྲི་ད་ལྟོ་བར་
 བ་ཡང་མཇལ་ནི་འདུག། དེ་བསྐྱར་ཚོང་དཔོན་ཞོར་བཟང་གིས་གཡུས་འདྲི་ནང་ཚོང་རྒྱུ་མ་ཆད་

བར་འབྲུང་ནི་དང་ ཡང་ན་ཉིན་མ་རེ་ནང་ཚོང་བཙོང་མི་དང་ཉོ་མི་རེ་ལས་ཀྱིས་འཕྲོད་འོང་བཟེ་བའི་
 ལུང་བསྟན་གནང་བཞག་ཅུག་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། ཚོང་དཔོན་ཞོར་བཟང་ལོག་འབྱོན་པའི་
 སྐབས་ལུ་འོད་ཟེར་སྒྲོལ་མ་གིས་དཔེ་གཞི་དཀྱི་གཞུང་འདི་ལུ་བཞག་སྟེ་བུན་འགྲིལ་དང་ཕད་རྩུང་
 ལུ་འབྲུང་བཙོང་འབད་དེ་འཐག་ཞིན་ན་ལམ་འཇུག་རྒྱབ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ལས་འགོ་བཟུང་
 སྟེ་མོ་གིས་ དཀྱི་གཞུང་ལས་དཔེ་སྤངས་ཏེ་ཐགས་འཐག་ནི་གི་རིག་རྩལ་འདི་འབྲུག་ལུ་དར་
 རྒྱབ་བཏང་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། དུས་ཚོད་དེམ་ཅིག་གི་བར་ན་ རྒྱལ་པོ་ཉར་ཀ་གིས་
 ཚོང་དཔོན་ཞོར་བཟང་དང་འོད་ཟེར་སྒྲོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ དགའ་མཐུན་གྱི་སྟོར་ལས་གསལ་
 པའི་ལུ་ དེ་ལུ་བཟོད་མ་རྩུགས་པར་བུ་མོ་འོད་ཟེར་སྒྲོལ་མ་ གཟུགས་ཁའི་གོ་ལ་ག་ར་ལུ་བས་
 ཞིན་མ་ལས་སྟེན་མོ་སྟེ་ཁང་མིག་གཞག་དུང་ག་ཅིག་ནང་བཀའ་ཁྲིམས་དམ་དམ་གནང་། འདི་གི་
 བཅས་པ་ བུ་མོ་འོད་ཟེར་སྒྲོལ་མ་ཡང་ ཚོ་སྟོན་གྱི་ལས་སྟོན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ སྐུ་འཇའ་ལུས་གྲུབ་
 འབྱོ་འབྱོལ་ཨིན་ཟེར་བའི་ལུ། མོ་རའི་བླ་ག་དོ་ལེབ་གྲུ་ཡོད་མི་འདི་ད་ལྟོ་གི་བར་ན་ཡང་མཁོ་
 མའི་གལུས་ཚན་ནང་མཇལ་ནི་འདུག། ལོ་རྒྱུས་སོ་སོ་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན། ཀྱར་སྟོད་ལུ་
 ཐགས་འཐག་ནི་འདི་སྟོན་མ་ ཨ་ཞེ་རྒྱ་བཟང་པོད་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ཀྱར་སྟོད་མཁོ་མ་ལས་
 ཨ་ལུ་མཚོ་བརྒྱུད་དེ་བྱོན་པའི་བྱོན་ལམ་ཁར་ཀྱར་སྟོད་པ་རྩུ་གིས་ཨ་ཞེ་ལུ་དགའ་བསུ་འབད་བའི་
 ཚབ་ལུ་ཨ་ཞེ་ལུ་ ཡོད་པའི་ཐགས་ཀྱི་རིག་རྩལ་འདི་སྟོན་གནང་གནང་མ་ཨིན་ཟེར་ ཐགས་སྟུན་
 པའི་ཐགས་གིང་རྩུ་ ད་ལྟོ་ས་གནས་ཨ་ལུ་མཚོ་ལུ་ མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་ཅུག།³⁹
 འདི་གི་ལུ་ལས་ཐགས་འཐག་ཐངས་རྩུ་ག་དེ་སྟེ་འབྲུང་བ་འོང་ཡི་ག་ ག་གིས་ཡང་ཏན་ཏན་སྟེ་
 བཤད་མི་ཅིག་མེད་རུང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་དབུ་བརྟེས་ཞིན་ན་ ཁོད་
 མ་ལུག་པོའི་བུ་མོ་ཨ་ཞེ་བཙོན་འགྲུས་ལྟ་མོ་ བརྩུན་མོ་སྟེ་བཞེས་པའི་ལུ་ སྟོན་ཐགས་སྟེ་ཨ་
 བེམ་རྩུ་གིས་འཐག་སྟེ་སྟོན་ཅུག། དེ་སྟེ་འཐག་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་ སྟོན་མ་ཨ་ཞེ་བཙོན་
 འགྲུས་ལྟ་མོ་འདི་ སྤྱི་མཚོས་ཉིད་རང་གོ་ལ་གྱི་སྟུན་བདག་མཇེད་དེ་བཞུགས་སྐབས་ དེམ་ཅིག་
 གི་བར་ན་འབྲུག་རྒྱལ་དང་པོའི་ རྒྱལ་ལུ་སྟེ་བཞེས་པའི་ལུ་ལས། དཔོན་ཁོ་ར་ཡང་ཐུགས་

³⁹ The Land of Thunder Dragon. Textile Arts of Bhutan. Page 83-84

མཉེས་གྲུ་མ་ལུ་དང་པ་མོས་གྲུས་བསྐྱེད་དེ་ཕྱག་ཕྱིད་གང་དྲག་ལུ་རུག། ཡིན་རུང་དེ་བསྐྱང་གོ་ལ་
 འཐག་ཞིའི་རྒྱ་གར་ཨ་ཞེ་མཚོག་གིས་གནང་སྟེ་ གྲུ་མའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཨ་ཞེ་མ་རྩ་གིས་དཔོན་
 དང་ཨ་ཞེ་གཉིས་ལུ་ དམིགས་གསལ་གྱི་ན་བཟའ་རྩ་སྟོན་ཐགས་སྟེ་འཐག་སྟེ་སྟོན་རུག། སྟོན་
 དང་སྟེ་འབད་བ་ཅིན་ གཞུང་ལུ་ཁལ་བཏབ་ཞི་དང་ ཡང་ན་དཔོན་སྐུ་འཁོར་རྩ་གི་དོན་ལུ་འཐག་
 ཞི་མ་གཏོགས་ ད་སྟོ་བཟུམ་སྟེ་ཐགས་མཁམ་ཁོར་དང་བཟའ་ཚང་ དེ་ལས་ཚོང་བསྐྱར་གྱི་དོན་
 ལུ་གཙོ་བོར་བསྟེན་ཏེ་འཐག་སྟོན་མེད་པ་ཡིན་མས། ཡིན་རུང་ཐགས་འཐག་ཞི་གི་རིག་ཅུལ་དང་
 ཡོངས་གྲགས་མིང་གཏམ་ཡོད་པའི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་རྩ་གར་ཀྱང་སྟོན་མཁོ་མ་ལས་འཐོན་
 ཡིན་མ་གཞུང་གིས་མཁུམ་ཞེན་ན་ སྟོ་ལོ་༡༩༥༠ནང་འཁོད་རྒྱལ་ཡོངས་ཨམ་སྲུའི་ལས་སྟེའི་དབུ་
 སྟོན་ཨ་ཞེ་བསོད་ནམས་ཚོས་སྟོན་མཚོག་གིས་མཁོ་མའི་གཡུས་ཚན་གིས་མ་དོ་བར་གཞན་གྱི་
 འོག་༡༩༩༩་སྟོན་མཚོ་ སྟོན་སྟེའི་ སྟོན་སྟེའི་ གངས་ཟུར་ ཀྱང་སྟོན་ རྒྱ་རས་དང་བཅོན་
 མཁམ་ །ཆ་མཉམ་ནང་ཐགས་འཐག་ཞི་རྒྱ་རས་རྩ་གར་ཨ་ཞེ་མཚོག་གིས་གནང་པའི་ལུལ་ལས་
 གཡུས་འདི་ནང་སྟོན་མ་བ་ལྷག་སྟེ་ འཇུར་བ་སྟོན་སྟེ་རང་འོང་ཡི་ཟེར་བཤད་ཞི་འདུག། དེ་
 བསྐྱང་གྱི་རྒྱལ་ལས་ནང་འབྲེན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་སྐྱད་པ་ཀྱང་ཀྱང་ཡི་དང་མེ་ཏོག་གི་སྐྱད་པ་གསེར་
 ཤོས་གནང་སྟེ་ཐགས་འཐག་ཞི་གི་རིག་ཅུལ་འདི་ རྒྱན་མ་ཉམས་པར་བཞག་ཐབས་ལུ་ ཨ་ཞེ་
 མཚོག་གིས་འཐག་ཞི་གི་རྒྱ་རས་རྩ་གར་གསོལ་རས་སྟེ་གནང་པའི་ལུལ་ལས་ཀྱང་སྟོན་མཁོ་
 མའི་གཡུས་ཚན་ནང་ཨམ་སྲུ་རྩ་གི་མི་སྟེའི་དཔལ་འབྱོར་ལུ་འཇུར་བ་སྟོན་སྟེ་རང་བྱུང་རུག།

སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཟེར་བའི་ཐ་སྟོན།

སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཟེར་བའི་མིང་གི་ཐ་སྟོན་འདི་ཡང་སྟོན་མའི་དཀྱི་གཞུང་ཡང་ན་དཀྱི་གཞུང་
 ཐགས་རས་ལས་དཔེ་བྱངས་ཏེ་འཐག་འཐག་པ་ཅིག་དང་ ལ་ལུ་ཅིག་གིས་འབད་བ་ཅིན།
 ཐགས་འཐག་ཞིའི་རིག་ཅུལ་གསར་བཙུགས་འབད་བའི་སྐབས། སྐྱད་པ་གི་རྒྱ་རྩ་ཆ་ལག་ལེན་
 འཐབ་ཏེ་འཐག་ཞི་འདི་གིས་འདི་ལས་རྟ་དངས་ཏེ་མིང་ཡང་དེ་སྟེ་དར་བྱབ་འབྱོར་འབྱོར་ཡིན་མས་
 ཟེར་བཤད་ཞི་འདུག། ཏེ་མ་སུམོ་འོད་ཟེར་སྟོན་མ་ལུ་བྱིན་མི་དཀྱི་གཞུང་གི་བཟོ་ནམ་དང་མེ་ཏོག་

ཚུ་ག་དེ་སྤྲོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སྐབས་མ་ཤེས་རུང་། དུས་རབས་༡༧ ལས་༡༨ ཚུན་གྱི་དཀྱི་གཞུང་ཚུ་
 ལུ་བལྟ་བ་ཅིན། ད་ལྟོ་སྤྱད་ལྱུང་ཐགས་རས་འཐག་དོ་བཟུམ་རང་འཐག་སྤྲོ་ཡོད་རུང་། སྤྱོན་ནི་
 དང་བཅོམ་ཐངས་ལུ་བྱུང་པར་སློམ་སྤྲོ་རང་འདུག། འདི་ཡང་ད་ལྟོ་མཐོང་ནི་ཡོད་པའི་མེ་རག་
 སག་སྤྲོང་གི་ཨམ་སྤུ་ཚུ་གིས་སྤྱོན་པའི་ཤིང་ཀ་གི་ནམ་པ་འདྲ་སྤྲོ་ཡོད་རུང་། ད་ཀྱི་གཞུང་འདི་
 བང་ལུ་ཐགས་མཁན་གྱིས་མཚོན་རྗེས་དང་རང་བཞིན་གནས་སྤངས་གྱི་རི་མོ་དཔེར་ན་ཚུ། རི་
 ཤིང་། མི་དང་སེམས་ཅན་སྤྲོ་ཚོགས་གྱི་དཔེ་རིས་ཚུ་བཙུགས་ཏེ་འཐག་ཞིན་ན་སྤྱོན་སྤྲོད་
 ལུག། སྤྱོན་གྱི་དུས་ལུ་ད་ཀྱི་གཞུང་དང་ཤིང་ཀ་ཟེར་བའི་གོ་ལའི་རིགས་ཚུ་ཡོངས་གྲགས་སྤྲོ་རང་
 སྤྱོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་གཉིས་ལུ་སྤྱོན་ཐངས་དང་བཟོ་ནམ་ཚུ་འདྲ་རུང་། མེ་ཏོག་ཡོད་པ་
 དང་མེད་པ་གི་བྱུང་པར་འདུག། ཤིང་ཀ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་མང་ཤོས་རང་དཀར་རྒྱང་སྤྲོ་
 འཐག་སྤྲོ་བཅོམ་ནི་དང་། ཡང་ན་ བོད་ལས་ནང་འདྲེན་འབད་བའི་སྤྲོམ་བྱ་དང་གོས་ཆེན་དུམ་
 ཚུ་ལས་བཀོད་རིས་མ་འདྲམ་བཟོ་སྤྲོ་སྤྱོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ད་ཀྱི་གཞུང་འདི་ཡང་ བརྒྱུངས་
 ཐགས་གཉིས་འཐག་ཞིན་ན་རལ་པ་དང་སྤྲོགས་ཏེ་ འདི་ནང་ལུ་མེ་ཏོག་ཚུ་ཡང་ག་ནི་བ་རྟིག་
 རྟིག་སྤྲོ་འབྲུ་སྤྲོ་བཅོམ་ཞིན་ན་སྤྱོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ཡིན་རུང་ད་ཀྱི་གཞུང་འདི་མི་མང་
 འཛོལས་ས་ནང་ལས་པར་སྤྱོན་ནི་ཚུ་བཀག་ཆ་འབད་བའི་དུས་སྐབས་ལས་ ད་ཀྱི་གཞུང་སྤྱོན་མི་
 རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་མ་གཏོགས་གནམ་མེད་ས་མེད་སྤྱོན་མི་ཅིག་མེད་པ་ཡིན་མས། དེ་མ་ཚད་
 ད་ཀྱི་གཞུང་འདི་གཡུས་སྤྲོ་རང་སོ་སོའི་ལྷ་གསོལ་བོན་གསོལ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ལག་ལེན་
 འཐབ་ནི་དོན་ལུ་བདག་འཛིན་འཐབ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ད་རེས་ནངས་པ་འདི་བཟུམ་མའི་གོ་
 ལ་ཚུ་མི་མཐོང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ད་ཀྱི་གཞུང་དང་ཤིང་ཀའི་རིགས་ཚུ་སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྲོ་སྤྱོན་མི་འདི་
 དུས་ཚོད་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་བཅོམ་འབད་དེ། ད་ལྟོ་ང་བཅས་འབྲུག་པའི་ཨམ་སྤུ་ཚུ་གིས་ད་ཀྱི་
 བའི་ད་ཀྱི་རའི་བཟོ་ནམ་ལུ་སྤྲོད་པའི་དུས་ཚོད་ལས་འགོ་བཟུང་སྤྲོ་ད་ཀྱི་གཞུང་དང་ཤིང་ཀའི་
 རིགས་ཚུ་སྤྱོན་ནི་ཉམས་སོང་ལུག།

སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཀྱི་དབྱེ་བ།

སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ལུ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་། ཐགས་ཀྱི་མ་གཞི་དང་སྐྱད་པ་གི་
 ཁ་དོག་སོ་སོར་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་གོ་ལའི་མིང་ཚུ་ཡང་འདྲི་དང་བསྟུན་དར་བྱུང་བ་འགྲོ་བུ་གཤམ་ མ་
 གཞི་དཀར་པོ་གུ་མེ་ཉོག་༼འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་མེ་ཉོག༽ རིག་རིག་མ་སྟེ་འཐག་པའི་རིགས་
 ལུ་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་དང་། མ་གཞི་ཉོན་མ་གུ་མེ་ཉོག་རིག་རིག་མ་སྟེ་འཐག་པའི་རིགས་ལུ་སྟོ་
 ག་ཤམ་དང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་རང་མ་གཞི་ལྗང་ལུ་ཡང་ན་ ལྗང་ནག་གི་རིགས་གུ་མེ་ཉོག་རིག་
 རིག་མ་སྟེ་འཐག་པའི་རིགས་ལུ་ལྗང་ག་ཤམ་ཟེར་སྟོན་དང་སྟུ་ལས་རང་འཐག་སྟེ་ཡོངས་གཤམ་སྟེ་
 སྟོན་སྟོལ་འབྱུང་བུ་གཤམ་ མ་གཞི་དཀར་པོ་གུ་མེ་ཉོག་རིག་རིག་མ་སྟེ་འཐག་སྟེ་ཡོད་པའི་རིགས་ཆ་
 མཉམ་ལུ་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཟེར་བརྩི་སྟོལ་ཡོད་རུང་ དེང་སང་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལས་
 བརྟེན་ དཔེ་གསར་ཀྱི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་འཐག་ནི་འདུག། དེ་ཡང་
 མ་གཞི་དམར་པོ་ལུ་དམར་ག་ཤམ་དང་མ་གཞི་གནག་པོ་ལུ་གནག་ག་ཤམ་དེ་ལས་ཐགས་མཁལ་
 རང་སོ་སོའི་སྟོ་འདོད་དང་ཚོས་གཞི་ལེགས་ཉིང་བཟླ་སྟེ་དཔེ་གསར་ཀྱི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་སྟེ་
 ཚོགས་པ་ཅིག་འཐག་དང་འཐག་ཞིན་པ་འདུག།

སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཀྱི་མེ་ཉོག་དང་བཟོ་རྩམ།

སྟོན་ཐགས་འཐག་ནིའི་རིག་ཅུལ་འགོ་བརྩམས་པའི་སྐབས་ལུ་ འབྲུག་པའི་གོ་ལ་ཚུ་མེ་ཉོག་
 མེད་པར་སྐྱད་པ་གི་རང་བཞིན་ ཡང་ན་ སྐྱད་པ་ཁ་དོག་ག་ཅིག་གིས་དཀར་རྒྱུང་སྟེ་འཐག་སྟོལ་
 འབྱུང་ཡོད་རུང་དུས་དང་བསྟུན་མིའི་མཉོ་བསམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཏང་ཤེས་པའི་དུས་ལས་འགོ་
 བཟུང་སྟེ་ཐགས་བཟོའི་རིག་གནས་ལུ་སྟོ་བ་བསྐྱེད་མི་ཚུ་དང་ཚོས་གཞི་སྟེ་ལག་མ་འདྲམ་སྟེ་རྒྱབ་
 མི་ཚུ་གིས་དེང་སང་དུས་འགྱུར་ལས་བརྟེན་གོ་ལ་འཐག་ནིའི་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ འཐག་ནི་
 འགོ་བརྩམས་བུ་གཤམ་ མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ཉེ་མ་ཐགས་མཁལ་
 ག་ཅིག་ཐགས་འཐག་པའི་སྐབས་མེ་ཉོག་འཐག་མ་ཤེས་པར་མགོ་ཚོངས་སྟོན་པའི་བར་ན་ བྱ་
 ག་ཅིག་འོང་སྟེ་བྱ་འདྲི་གིས་སྐད་གཉིས་འཐག་ག་ཅིག་བཞག་ཟེར་སྐད་རྒྱབ་མི་ལྟར་དུ་འཐག་འགྲོ་བའི་

སྐབས། སློན་ལས་མེད་པའི་རིམ་མ་འདྲམ་འཐོན་ཡོད་པ་ལས་དེ་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ཐགས་ནང་
 མེ་རྟོག་མ་འདྲམ་བརྩུགས་ཏེ་འཐག་ནི་ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ཅུག་ཟེར་སྐབ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་
 མས། ཡིན་རུང་གོ་ལ་འཐག་ནི་དང་ལྟོན་ནི་ལུ་ལེགས་པའི་འགྱུར་བ་འཐོན་འོང་པའི་བསྐྱེད་ལས་
 ཐགས་མཁའ་རང་རང་སོ་སོའི་རིག་ཅུལ་དང་སྤར་མེད་པའི་མེ་རྟོག་ཚུ་གསར་བསྐྱུན་འབད་དེ་
 ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་སྐྱུད་ལྱུང་ཐགས་རས་འདི་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་བཙུ་མཐོང་སློམ་བསྐྱེད་དེ་
 ལྟོན་ནི་འདུག། འབྲུག་པའི་གོ་དང་དགྱི་ར་གཉིས་ལུ་འཐག་ཐངས་དང་བཟོ་རྣམ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་
 ཡོད་པའི་ནང་ལས་དཀར་རྒྱུང་དང་མེ་རྟོག་ཅན་གྱི་རིགས་ཕོ་མོ་གཉིས་ཆ་ར་གིས་ཁྱོན་སྟོལ་ཡོད་
 རུང་སྐྱུད་ལྱུང་ཐགས་རས་འདི་ཨམ་སྤུ་རྒྱུང་མ་གཅིག་གིས་དགྱི་བརྟུབ་པའི་གོ་ལ་ཅིག་ཡིན། སྐྱུད་
 ལྱུང་ཐགས་རས་ནང་ལུ་མེ་རྟོག་གི་རིགས་ཚུ་ཏེ་མ་དགྱི་གཞུང་འདི་ལས་དཔེ་ལེན་ཏེ་འབྲུ་ཡོད་
 རུང་ དེང་སང་མང་ཆེ་བ་ཐགས་མཁའ་ཁོང་ར་གིས་གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་མེ་རྟོག་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་
 འབྲུ་སྟེ་ སྐྱུད་ལྱུང་ཐགས་རས་མ་འདྲམ་སྤྲོ་ཚོགས་མཐོང་རྒྱགས་པ་ཡིན། ཐགས་མཁའ་ནི་ལག་
 ཅུལ་དང་ཉམས་ཚུང་རང་ཡོད་པ་ཅིན་ དཔེ་གཞི་དང་རང་གི་རྣམ་རྟོག་ ཡང་ན་ སློ་རིག་དང་
 བསྐྱུན་མེ་རྟོག་གི་རིགས་ག་ཅི་བཟུམ་ཡིན་རུང་འབྲུ་བརྟུབ་པའི་ཐགས་རིགས་ཅིག་ཡིན་མས།
 སྐྱུད་ལྱུང་ཐགས་རས་ནང་ལུ་འབྲུ་ནི་ཡོད་པའི་མེ་རྟོག་ རྗེ་རྗེ་དང་རྗེ་རྗེ་རྒྱ་གམ་ རྩ་མིག་ གཡུང་
 རུང་ རྒྱ་ནག་ལྷགས་རི་ ཡང་ན་ཐེང་པ་ཅི་ འཁོར་ལོ་ཐག་པ་ རྟ་མིག་མ་ བེ་ཀང་ རུམ་པ་
 ཀང་ག་ གཤོག་པ་སྤིང་ གཡུ་རིག་པ་ རྗེ་རྗེ་རང་གོང་རྒྱས་བསྐྱུ་གསུམ་ཁྲོ་བཟུང་རང་གོང་
 བཀའ་ཤིང་སྤིང་། ས་སྤྱང་དང་ས་སྤྱང་དགྱི་མ་ ཚོ་དབང་རྒྱས་མོ་དང་ཚོ་དབང་རྒྱས་མོ་དགྱི་མ་
 འཕེན་འཕེན་མ་ གབ་ཚུ་ ལེམ་གྱི་བསྐྱོར་མ་ རུར་པ་རྩ་མིག་ པ་རི་བ་མིག་ ཉིན་གཤུགས་
 ཅན་ རྩ་མིག་ཟེར་བ་ རྩ་མིག་ སྤྱི་ལོ་མོ་དང་དཔེ་གསར་གྱི་རིགས་ཚུ་འབྲུ་སྟེ་ ག་ནི་བ་
 གཟུབ་པ་དང་རིག་རིགས་སྟེ་འཐག་ནི་འདུག།



མཁོ་མའི་ཨམ་སྐུ་ཚུ་སྤང་ནང་ཐགས་འཐག་སྡོད་པའི་མཐོང་སྣང།

མེ་རྟོག་འཐུ་ཐངས་གྱི་དབྱེ་བ།

སྐྱེད་ལྱུང་ཐགས་རས་གྱི་མེ་རྟོག་ཚུ་འཐུ་བའི་སྐབས། བསབ་མ་དང་དགྱི་མ་གང་རུང་ལག་ལེན་
 འཐབ་ཐོག་ཐག་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཐགས་མཁན་རང་སོ་སོའི་བློ་རིག་དང་བསྐྱེད་སྐྱེད་ལྱུང་
 ཐགས་རས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་རྟོར་གྱི་མེ་རྟོག་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་འཐག་ནིའི་སྒོལ་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན་
 མས། བསབ་མ་ཟེར་བའི་དོན་འདི་མེ་རྟོག་གི་སྐྱེད་པ་ཚུ་མ་སྐྱེད་པ་དཔེ་ཤིང་ལས་ལེན་པའི་། ཞི་
 སྤོ་ནང་ལུ་མེ་རྟོག་གི་བཟོ་རྒྱུ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བཅུགས། ཡང་ན་བསབ་བཞག་མི་ཅིག་ལུ་གོ་ནི་
 དང། དགྱི་མ་ཟེར་མི་འདི་མེ་རྟོག་སྐྱེད་པ་ཚུ་མ་སྐྱེད་པ་ལས་དགྱི་ཡི་དགྱི་ཡི་འཐག་པའི་དོན་ལུ་གོ་
 བྱི་ཨིན། ཨིན་རུང་བསབ་མ་དགྱི་མ་གཉིས་ལས་འཐུ་བའི་མེ་རྟོག་གི་བཟོ་འཐོན་ནི་ལུ་བྱུང་པར་
 ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་དགྱི་མའི་ཐོག་ལས་འཐུ་བའི་མེ་རྟོག་གི་རིགས་ཚུ་ཚེམས་འདྲུབ་འཐུ་འཐུམ་
 བཟུམ་མཐོང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་བསབ་མ་ཐོག་ལས་འཐུ་བའི་མེ་རྟོག་ཚུ་དཔེ་ཤིང་གཉིས་ཆ་རང་
 ལག་ལེན་འཐབ་ཏེ་འཐག་ནི་དང། དགྱི་མ་ཨིན་པ་ཅིན། མ་སྐྱེད་པ་ལྷག་ལས་ལེན་པའི་དཔེ་
 ཤིང་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྡེ་འཐག་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རྟོར་ཐགས་མེ་རྟོག་ཅན་འདི་མེ་རྟོག་སྐྱེད་པ་
 ཚུ་ལོགས་སུ་སྡེ་བཅུགས་མ་དགོ་པར་ཐགས་སྐྱེན་པའི་བསྐྱང་ལས་རང་མེ་རྟོག་འཐོན་ནིའི་དོན་ལུ་
 མ་དང་སྐྱགས་ཏེ། སྐྱེན་མི་ཚུ་ལས་མེ་རྟོག་གི་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ལས་རྟོར་རྐང་དང་འཁྲིལ་དཔེ་ཤིང་ཚུ་
 ལག་ལེན་འཐབ་ཏེ་འཐོན་བཏུབ་ཨིན།

ཉེ་མ་དང་ད་རེས་ནངས་པའི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཀྱི་ཁྱད་པར།

སྐྱེར་བཏང་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་འཐག་ཞི་དང་མེ་ཉོག་འཐུ་ཞི་ཚུ་ག་ར་ཙོག་འཐད་པ་ཡོད་རུང་།
 ཐགས་ཀྱི་རྒྱ་དང་མེ་ཉོག་དང་མེ་ཉོག་གི་སྐྱད་པ་ཚུ་ལུང་པའི་གནས་སྤངས་དང་རང་སོའི་འཐོན་
 ཁུངས་དང་བརྟུན་ཐགས་རིགས་ཚུ་ཡང་དེ་སྟེ་འཐག་སྟོད་ལུག། སྟོན་མ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་
 ཅིན་ཐགས་ཀྱི་རྒྱ་གཙོ་བོ་བྱ་ཆ་དང་མེ་ཉོག་གི་སྐྱད་པ་ཀ་བལ་ཡང་ན་བལ་སྐྱད་པ་ཚུ་ཐགས་མཁན་
 རང་སོམ་རེ་འདོད་ལྟར་དུ་ཁ་དོག་བརྒྱུར་ཞིན་ན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟོད་ལུག།
 བར་སྐྱབས་ཅིག་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རྒྱ་དང་བོད་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་དང་གཅིག་ཁར་ཚོང་གི་
 འབྲེལ་བ་སྟོན་སྟེ་ར་བྱུང་སྟེ་སྟེ་རྒྱལ་ལས་ནང་འདེན་འབད་བའི་སྐྱད་པ་ཇ་ལུ་སྐྱད་པ་ གྲུ་གྲུ་ལི་
 ལ་གྲུ་རྒྱུང་(acrylic yarn) དང་གསེར་སྐྱད་དེལ་སྐྱད་(metallic yarn)ཀྱི་
 རིགས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ཚུ་འཐག་སྟོན་འབྲུང་ལུག། དེ་བསྐྱར་དེ་ཀྱི་
 རའི་རྒྱ་གཙོ་བོ་གྲུ་གྲུ་ལི་དང་མེ་ཉོག་གི་སྐྱད་པ་ཚུ་རྒྱུང་དང་གསེར་སྐྱད་དེལ་སྐྱད་ཚུ་ལས་སྐྱད་
 ལྷན་ཐགས་རས་མ་གཞི་དཀར་པོ་དང་སྟོ་གཤམ་ལྗང་གཤམ་གྱི་རིགས་འཐག་སྟོད་ལུག། ཨིན་
 རུང་སྟོན་མ་དང་ད་རེས་ནངས་པའི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་གཉིས་ལུ་ཁྱད་པར་ལེ་ག་རང་འདུག།
 དེ་ཡང་ཉེ་མའི་སྐྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ནང་འབད་བ་ཅིན་རྒྱབ་སྤང་ནང་ལུ་མ་ལས་ལྷག་པའི་མེ་ཉོག་
 རིགས་སྟེ་འཐག་ཞི་ཡོད་པ་ད། ཁ་འཇགས་ནང་ལུ་མང་ཆེ་བ་དཀར་རྒྱང་སྟེ་འཐག་ཞི་དང་ཡང་ན་
 མེ་ཉོག་འཇམ་སངས་རེ་བརྟུགས་ཉེ་འཐག་ཞི་ཡོད་པ་མ་ཚད། བརྒྱུངས་ཐགས་སྐྱག་ལས་མེ་ཉོག་
 མེད་པར་སྟོང་པ་སྟེ་ཡང་འཐག་སྟོན་ཡོད། དེ་གིས་མ་ཚད་མེ་ཉོག་གི་སྐྱད་པ་གི་ཁ་དོག་ཚུ་ཡང་
 ཚོས་རྩིང་དང་ཚོས་གསར་གང་རུང་ལས་རྒྱབ་ཉེ་འཐུ་ཞི་ཡོད་རུང་། དེ་ལྟམ་བསལ་གྱི་མེ་ཉོག་
 འཐུ་བའི་སྐྱབས་སུ་ཚོན་ནངས་བཟེར་ཚོས་གཞི་བོབ་ཐངས་དང་འཁྲིལ་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན།

དཀྱི་རའི་བཤད་པ།



ད་རེས་ནངས་པ་དུས་དང་བསྐྱོན་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱེད་ཐགས་རས་རྣམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་མཐོང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཐགས་ནིའི་རྒྱ་ཚུ་འབོར་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྒྲེ་ཐོབ་ཚུགས་པ་མ་ཚད། ཐགས་མཁའ་རང་སོ་སོའི་དང་འདོད་ལྟར་ཐགས་འཐག་ནིའི་དུས་སྐབས་བཟང་པོ་ཅིག་ཡིན། ཡིན་ཅུང་དེང་སང་གི་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱེད་ཐགས་རས་ནང་ལུ་མེ་ཏོག་མང་ཆེ་བ་ཉེ་མའི་དཀྱི་ར་ཚུ་ལས་དཔེ་ལེན་ཏེ་འཐུ་ནི་ཡོད་ཅུང་། ལྷན་ལས་ལྷག་པའི་མེ་ཏོག་ཚུ་གསར་བསྐྱོན་འབད་དེ་འཐུ་ཡོད་པའི་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱེད་ཐགས་རས་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་མཐོང་ནི་འདུག། དེ་གིས་ཡང་མ་དོ་བར་དཔེ་གསར་གྱི་སྐྱོད་ལྷན་སྐྱེད་ཐགས་རས་

ནང་ལུ་གོ་ལ་གི་མ་དང་མེ་རྟོག་གི་ཚོས་གཞི་རྩུ་ཡང་རང་གི་དང་འདོད་དང་ཁ་འཇགས་ལུ་མེ་རྟོག་
ལྷོ་ལྷོ་བཅུགས་ཏེ་འཐགས་མ་ཚད། རྒྱ་ལེགས་ཏིང་དང་འཁྲིལ་དགྲི་རའི་རལ་པ་རྩུ་མ་བཏོག་
པར་ཐོན་ནི་འདུག། གོ་ལའི་རྒྱ་རྩུ་ཡང་སྲོན་མ་ལག་ལེན་འཐབ་མི་རྒྱ་རྩུ་ལས་མང་ཆེ་བ་ད་རེས་
ནངས་པ་རང་སོའི་འབྲོར་པ་དང་བསྐྱུན་ཀེ་རི་ཀོ་ཀུན་དང་གསེར་ཤོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་རྩུ་
ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་སྲོན་མ་གོ་ལ་བརྒྱུད་ས་གསུམ་སྤེ་འཐག་མི་འདི་ད་རེས་ནངས་
པ་འགྱུར་བཅོས་འབད་དེ་ གོ་ལ་བརྒྱུད་ས་ཐགས་གཉིས་འཐག་ཞིན་ན་དགྲི་ར་ཕྱེད་ཀ་ཟེར་དར་
བྱབ་སོང་སྤྲོ་ཡོད་པ་ཨིན།



དགྲི་ར་ལ་ལུ་སྐྱུག་ལས་མེ་རྟོག་མེད་པ་འཐག་ནི་ཡོད་པའི་དཔེ། (Textile Arts of Bhutan)



མཁོ་མའི་གཡུས་ཚན།

མཁོ་མ་དང་སྐྱད་ལུང་ཐགས་རས་ཀྱི་འབྲེལ་བ།

མཁོ་མ་གཡུས་ཚན་འདི་ ལྷན་ཅེ་རྫོང་ལས་ཀི་ལོ་མི་ཀྱར་བརྒྱད་དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ སའི་ཆགས་
 ཚུལ་ཡང་སྐྱར་པོ་ཆེའི་ལྷ་པ་བཟུམ་ཅིག་གུ་ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་ཉོག་ཉོ་ཅིག་ནང་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་
 ཡིན། གཡུས་འདི་ནང་བྱིམ་གྱང་༣༥ དང་མི་རྫོགས་༢༧༥༥ ཡོད་མི་ནང་ལས་ཕོ་ཀས་༡༤༠༩
 དང་ཨམ་སྲུ་༡༣༥༤དེ་ཅིག་ ཡོད་པ་ཡིན་མས། འདི་ནང་སྡོད་པའི་མི་སེར་མང་ཤོས་རང་ གཙོ་བོ་
 ཐགས་ལས་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མི་ཚེ་སྤོང་སྟེ་རང་མགོ་རང་འདྲོངས་སྟེ་སྡོད་ཚུགས་པའི་མི་རིགས་ཅིག་
 འབད་བཅིམ་ཡིན་མས། མཁོ་མའི་གཡུས་འདི་ནང་སྤྱེས་པའི་ཕོ་ཀས་ཚུ་ཡང་སྐལ་བ་དང་ལྷན་
 པས་ཟེར་བཤད་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་བཟའ་ཚང་གི་དོན་ལུ་སོ་ནམ་གྱི་ལྷ་དུམ་གྱ་རེ་འབད་ནི་མ་
 གཏོགས་ གཡུས་གཞན་གྱི་ཕོ་ཀས་བཟུམ་སྟེ་དཀའ་མ་སྤྱད་ཏུ་སྤྱད་ཐང་ཆད་ཀྱི་ལྷ་ཚུ་འབད་མ་
 དགོ་པའི་ཁར། རྒྱ་དེལ་གྱི་འབབ་ཁུངས་ཚུ་ག་ར་ཨམ་སྲུ་ཚུ་གིས་འཐག་ཐགས་མི་ལས་བརྟེན་
 འོང་བབས་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གཡུས་འདི་ནང་གི་སྐམ་དང་ཀས་ཤོས་ཚུ་གིས་འབད་བ་
 ཅིན་ ས་གནས་འདི་ཀྱར་སྟོད་སེང་གེ་རྫོང་གི་གནས་མཚུགས་སྟེ་བཅིམ་ཡིན་མས། མཁོ་མ་ཟེར་
 བའི་མིང་གི་སྟངས་དེ་ཡང་དུས་རབས་༥ པའི་ནང་ཨོ་རྒྱན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཀྱར་སྟོད་སེང་གེ་རྫོང་ལུ་
 འབྲོན་ཏེ་ས་གནས་ག་ར་བྱིན་གྱིས་བཟུངས་གནང་པའི་སྐབས། མཚོ་དཀར་མཚོ་ནག་གི་གནས་
 བདག་གཉིས་ཀྱིས་ཡང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པ་བསྟུང་ནིའི་ཁས་བླངས་དམ་
 བཅའ་སྲུལ་ཡོད་རུང་ མཚོ་ནག་གི་གནས་བདག་གིས་ ཉེ་མ་སུལ་ཡོད་པའི་དམ་བཅའ་ལུ་མ་
 གནས་པར་སྲུལ་སྟོམ་ཅིག་ལུ་སྲུལ་ཏེ་འོང་སྟེ། བདུད་འདི་མཁོ་མའི་ཚུ་ནང་ཨིབ་སྡོད་ཡོད་པ་གུ་རུ་
 གིས་མཁུན་ཏེ་ བདུད་དེ་བདུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ མཁོ་མ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་
 དག་པ་ཅིག་གི་ས་ཁར་བྲག་སྤྱག་གཅིག་གི་ནང་ ལྷམ་༤ གི་རིང་ལུ་གསང་བའི་ཐོག་ལས་སྐྱ་
 མཚམས་གནང་བཞུགས་ཏེ་ བདུད་དེ་བདུལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ད་རེས་ནངས་པ་སངས་རྒྱས་ལོ་
 དུག་གི་གནས་ཟེར་མཇུག་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ ཉེ་མ་གསང་བའི་ལྷ་དུག་གི་གནས་ཟེར་སྐབས་མི་འདི་
 ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་སྡོན་མ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་བྲག་སྤྱག་ནང་སྐྱ་མཚམས་གནང་སྟེ་བཞུགས་པའི་
 སྐབས་ལུ་ མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ཡང་ཨོན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐབས་ཁང་གི་འོག་ལུ་ཚོ་དཔག་

མེད་གྱི་སྐྱབ་པ་གནང་བ་ཞུགས་པའི་སྐྱབ་ཁང་ཅིག་ཡང་མཇལ་ནི་འདུག། དེ་བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་ཉར་ཀ་
 གིས་གུ་རུའི་སྦྱོན་བདག་མཛད་དེ་བཞུགས་པའི་དུས་ལུ་རྒྱལ་པོ་ཉར་ཀ་འི་སྐྱེས་མོ་བཟུ་ཤིས་མཁན་
 གྲུབ་མོ་འདི་ རོར་འཚོ་བར་བཟུང་པ་རང་དང་ཅང་ལྷི་ཡོག་ཟེར་སའི་ས་གནས་ནང་རྒྱུར་བདའ་འོང་
 པའི་སྐྱབས་ལུ་མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ལུ་ཨོམ་གྱི་དམ་སྦྱིས་རེ་སྦུལ་མི་གི་ཨོམ་གྱི་སྦུད་འདི་
 གུ་རུ་ལུ་སྦུལ་ལུག། ཚར་གཅིག་འབདམ་ད་གུ་རུ་གིས་མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་ལུ་ཨོམ་འདི་
 ག་ཏེ་ལས་འབག་འོང་པའི་སྐྱོར་བྱིས་པའི་ལན་ལུ་མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་རོར་རྗེལ་
 བུམོ་འཇའ་རིས་མོ་ཅིག་གིས་སྦུལ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལུ་སྦྱེ་བུམོ་འདི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་རིགས་
 བཟང་གི་མཁའ་འགོ་མ་ཨོམ་གུ་རུ་གིས་མཁའ་ཏེ་བུམོ་འདི་ནི་ ང་ལ་མཁོ་བའི་མཁོ་མོ་ཡིན།།
 ཟེར་གསུངས་ཏེ་ མཁའ་འགོ་མ་སྦྱེ་བཞེས་ལུག་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། རྒྱ་མཚན་འདི་ལས་བརྟེན་
 གཡུས་དེ་གི་མིང་ཡང་མཁོ་མོ་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་ཡོད་རུང་ དེང་སང་སྐྱེ་བུར་ཉམས་ཏེ་མཁོ་མ་ཟེར་
 སྐབ་སྐོལ་འདུག། གཡུས་ཚན་འདི་ནང་མཁའ་འགོ་མའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་བུམོ་རྒྱུན་མ་
 ཚད་པར་འོང་ནི་དང་། ཐགས་བཟོའི་རིག་གནས་ལུ་མཁས་མི་རྒྱ་འབྱུང་བའི་ལུང་བསྟན་གནང་མ་
 ལས་བརྟེན། ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་གཡུས་དེ་ནང་ལུ་སྦྱེས་པའི་བུམོ་རྒྱ་བྱད་དོ་རིས་ལེགས་པའི་གུ་
 ཐགས་འཐག་ནི་ལུ་མཁས་དྲག་ཡོད་ཟེར་གཡུས་ཁའི་མི་རྒྱ་གིས་ད་སྟོན་བར་ན་ཡང་ཡིད་ཆེས་
 བསྐྱེད་ནི་འདུག། འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་ད་སྟོན་བར་ན་ཡང་སྦྱད་ཤུད་ཐགས་རས་འཐག་ནི་འི་
 རྒྱན་མ་ཉམས་པར་མི་རབས་ལས་མི་རབས་བརྒྱད་དེ་འོང་བའི་རིག་ཅུལ་འདི་བདག་འཛིན་འཐབ་
 རྟེ། ལྷུ་བ་ལྷག་པའི་གོང་འཕེལ་སོང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ང་བཅས་ག་ར་གིས་མཐོང་སར་ཨིན་མས།

ཐགས་རིགས་གཞན།

ཀུར་སྟོན་མཁོ་མ་ལུ་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་སྦྱད་ཤུད་ཐགས་རས་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེན་པར་རང་གི་
 དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་ཏེ་གཞན་དཀར་རྒྱུང་གི་རིགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་འཐག་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་
 མས། དེ་རྒྱུ་རང་དང་རང་གི་བཟང་ཚང་གི་དོན་ལུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེན་པར་ གཞན་ཚོང་བརྗེ་སོར་
 འབད་ནི་དོན་ལུ་ཡང་ཐགས་འདི་གཙོ་བོར་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་
 དཀྱི་ར་སྦྱད་ཤུད་ཐགས་རས་འདི་ སྦོན་གྱི་དུས་ལུ་མི་ཚེན་དཔོན་ཚེན་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་དང་ གཞུང་

ལུ་ཁྲལ་བཏབ་ནིའི་དོན་ལུ་འབྲལ་ནི་མ་གཏོགས་རང་གི་དོན་ལས་འབྲལ་ནི་མེད་པ་ཡིན་མས། ད་
 རེས་ནངས་པ་ཐགས་འདི་སྔོན་མ་བཟུམ་སྟེ་ཚོང་བརྗེ་སོར་འབད་བའི་སྔོན་མེད་རུང་། རང་སོ་སོའི་
 མི་ཚོའི་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་ ཚོང་བརྗེ་གི་དོན་ལུ་འབྲལ་སྟེ་རང་མགོ་རང་འབྲོངས་སྟེ་སྔོན་
 ཚུགས་པ་མ་ཚད་ལྷག་པར་དུ་སྔོན་ལས་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་གི་ལམ་ལུགས་སྔོན་མ་ཉམས་པར་
 བདག་འཛིན་འབབ་ནི་ལུ་ཡང་ སུ་ཐོགས་སྔོན་སྟེ་རང་བྱུང་སྟེ་འདུག། དཀར་རྒྱུ་གི་རིགས་ཚུ་
 ཡང་ ཐགས་ནི་གི་རྒྱ་གཙོ་བོ་བྱ་ཆ་ཡིན་རུང་ དུས་རིམ་བཞིན་ལེགས་པའི་འགྲུབ་བ་འཐོན། རྒྱ་
 ཚུ་ཡང་སྤྱི་ཚད་ལྷན་པའི་རིགས་ཚུ་ལག་ལེན་འབབ་ཏེ་འབྲལ་ནི་འདུག། ཡིན་རུང་སྤྱི་རྒྱལ་གི་
 སྤྱད་པ་ནང་འབྲེན་མ་འབད་པའི་དུས་ལུ་ དཀར་རྒྱུ་འབྲལ་ནིའི་དོན་ལུ་ག་བལ་དང་བལ་སྤྱད་པ་
 འདི་རང་ལག་ལེན་འབབ་སྔོན་ལྷག། གོ་ལ་དཀར་རྒྱུ་གཅིག་པ་ཐགས་རས་དམར་ལྷ་དང་
 གཡུས་ཐགས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་མེ་ཏོག་ཏོར་གི་རིགས་མོན་ཐགས་ཚུ་དུས་སྔོན་དགའ་
 སྔོན་བརྩི་སྤྱད་འབད་ས་དང་ཚོས་བཅུ་སྤྱད་མཚོན་ཚུ་ནང་ཕྱོན་ནིའི་དོན་ལས་འབྲལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
 མས། གཞན་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཅ་ཆས་བུན་འགྲིལ་དང་ སད་ཅུང་ཚུ་སྔོན་གི་དུས་ལུ་མེད་ཐབས་
 མེད་པ་ཅིག་སྟེ་ལག་ལེན་འབབ་སྔོན་ལྷག། བུན་འགྲིལ་ལུ་ཡང་ རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་སྟེ་འབྲལ་
 བའི་ཡོད་པའི་ནང་ལས་སྤྱད་ལྷན་བུན་འགྲིལ་ཟེར་སྤྱད་ལྷན་ཐགས་རས་ནང་འཇུ་ནི་ཡོད་པའི་མེ་ཏོག་
 ཚུ་བཅུགས་ཏེ་ག་ནི་བ་གཟབ་གཟབ་དེག་དེག་སྟེ་འབྲལ་སྟེ་སྔོན་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་མས། བུན་
 འགྲིལ་འདི་བརྒྱུད་ཐགས་གཅིག་ རང་འབྲལ་ཡོད་རུང་དུམ་བུ་གསུམ་རྒྱབ་ཏེ་བུན་འགྲིལ་གི་རྒྱ་
 ཚད་འཐོན་ནིའི་དོན་ལུ་ཐགས་རས་གི་ཚད་གཉིས་དེ་ཅིག་གིས་བུན་འགྲིལ་བཟོ་རྣམ་བཟོ་ཞིན་ན་
 བཟོམ་ཡིན་མས། སྤྱད་ལྷན་བུན་འདྲིལ་གི་སྤྱི་ལུ་གཡུང་རུང་སྔོན་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ བུན་འགྲིལ་
 གི་ལྷན་ཚོས་མ་འདྲམ་ཅིག་ཡིན་མས། ལ་ལུ་ཅིག་ནང་མེ་ཏོག་འཇམ་སངས་རེ་བཅུགས་ཏེ་འབྲལ་
 བའི་དང་ཡང་ན་དཀར་རྒྱུ་འབྲལ་ཡང་ལག་ལེན་འབབ་བཏུབ་ཡིན་མས། བུན་འགྲིལ་འདི་སྔོན་གི་
 དུས་ལུ་ཁྲུ་ཆ་འབྲལ་ནིའི་དོན་ལུ་ལག་ལེན་འབབ་ནི་དང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་སད་ཅུང་འདི་ཡང་ཅ་ལ་
 འདེགས་སའི་ཏོན་དང་ སད་ཅུང་གཞན་མི་འདི་རྒྱ་རྒྱུང་ཀུ་རང་གི་གཉའ་བ་ལས་བརྒྱུད་སྟེ་ རྟོ་
 མཛེས་པ་དང་ཅ་ལ་རྒྱུང་ཀུའི་རིགས་ཚུ་བཅུགས་ཏེ་སྔོན་ནི་ཡོད་རུང་ མེ་ཏོག་གི་བཀོད་རིས་དང་

བཟོ་ནམ་དང་རྒྱ་ཆེ་རྒྱ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་འདུག། སད་རྩུང་གྲུ་བཞི་(square bag)སྟེ་ཡོད་མི་འདི
བརྒྱུད་ས་ཐགས་གཅིག་གི་དུམ་བུ་གཉིས་ཀ་རྒྱབ། སད་རྩུང་གི་མེ་ཏོག་ཐོབ་ཐངས་དང་འབྲེལ་
འཐག་ནི་དང་ སྟེང་མ་གཡུང་དུང་ཟེར་སད་རྩུང་གི་གཤམ་ལུ་ཡོད་པའི་མེ་ཏོག་སྟོམ་སྟེ་འཐག་ཞིན་
ན་བཙུག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། སད་རྩུང་འདི་ཚེ་འཛེམ་གྱི་ཤུབས་སྟེ་ཡང་ལག་ལེན་འཐབ་སྟོལ་
ཡོད་པ་ཡིན་མས། འདི་གིས་མ་དོ་བར་གོ་ལ་གཞན་ པང་ཁེབས། རག་རྩུང་། སྟེང་རགས་ལ་
སོགས་པའི་རིགས་ཚུ་རང་གི་དོན་ལས་མ་གཏོགས་གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་འཐག་ནི་མེད་པ་ཡིན་
མས། རུན་འབྲེལ་དང་སད་རྩུང་གཉིས་ཆ་རའི་རྒྱ་ཀ་བལ་དང་མེ་ཏོག་སྟེང་པ་ཚུ་ཕྱི་རྒྱལ་ལས་ནང་
འདྲན་འབད་མི་རྒྱ་ཕྱིར་རྒྱ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འཐག་སྟེ་ ཡོངས་གྲགས་སྟེ་རང་སྟོན་སྟོལ་འདུག།

ཚོང་གི་བརྗེ་སོར།

སྟོན་དང་སྟེ་གོ་ལ་འཐག་སྟེ་ རང་ལུ་དགོ་པའི་ཅལ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་བརྗེ་སོར་འབད་ནི་ཡོད་པ་
ཡིན་མས། ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་འཐག་པའི་གོ་ལ་དང་བསགས་ཡོད་པའི་གོ་ལ་དཔེར་ན་ སྟེང་
ཤུད་ཐགས་རས་ཀྱི་རིགས་ཚུ་ཉོ་བཙོང་འཐབ་ས་ རྒྱ་གར་ཨ་སམ་གུ་དུ་མ་ལུ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
མས། ཐགས་རས་འདི་མང་ཤོས་རང་ སྟེ་ལོང་པ་དང་བསེ་སྟེ་གིས་ཉོ་དོ་ཡོད་པ་དང་ འདི་
ལས་ཐོབ་པའི་ཉི་རུབ་ ཡང་ན་ ཅལ་གཞན་ག་ཅི་རང་ཡིན་རུང་ལོག་སྟེ་འབག་འོང་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན་མས། ཚོང་བརྗེ་སོར་འབད་ཡོད་པའི་ཉི་རུབ་འདི་གིས་ གཙོ་བོ་ཐགས་འཐག་ནི་སྟེ་
དར་དང་ཁ་ཤ་གི་རིགས་དང་ ཚུ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཚུ་ ཉོ་འབག་འོང་སྟེ་རང་གི་ཁྱིམ་ནང་
བསགས་བཞག་བཞག་པ་ཡོད་པ་ཅིན་མིང་གཏམ་དང་མི་ཚང་སྟེ་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།
སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ཁ་ཤ་འདི་གི་ལག་ལེན་དོ་མ་རང་ གོ་གི་ནང་གཤམ་ ཤིང་ཀ་
སྟེང་གཡོག་དང་ མི་ཤི་བའི་སྐབས་ལུ་དར་རས་བཀའ་ཟེར་མིའི་སྤང་པོ་དར་གྱི་སྟེང་སྟོལ་
ཡོད་པ་ལས་ དར་ཁ་ཤ་འདི་འབྲུག་པའི་མི་ཚུ་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་མས། སྟོན་གྱི་
དུས་ལུ་འབྲུག་པའི་མི་ཚུ་རྒྱ་པོད་གཉིས་དང་གཅིག་ཁར་ཚོང་གི་འབྲེལ་བ་སྟོམ་སྟེ་རང་སྟོན་ལུ་
བོད་རྒྱལ་ཁབ་བརྩམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ ཐགས་རས་ཀྱི་རིགས་ཚུ་གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་ཉོ་ནི་

ཁ་དོག་བསྐྱར་ཏེ་གོ་ལའི་རིགས་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་སྒྲིབ་ལས་རང་འཐག་སྒོལ་སྒོད་ཅུག། ཏེ་མ་
 ཚོས་རྒྱལ་མཁན་ཚུ་གིས་ཚོན་གྱི་ཁ་དོག་ལྷ་དཀར་སེར་དམར་ལྷང་ཉོན་མ་ལས་ལྷག་སྟེ་ཁ་དོག་
 བསྐྱར་ནི་མེད་རུང་ འུལ་ལས་ཚོས་གསར་འཐོན་པའི་དུས་ལས་འགོ་བཟུང་ སྐྱད་པ་གི་ཁ་དོག་
 མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་བསྐྱར་ཞིན་ན་ འབྲུག་པའི་གོ་དང་དཀྱི་ར་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་ར་འཐག་སྟེ་སྒྲིབ་
 སྒོལ་དར་ཅུག། དེ་ཡང་ཚོས་གཞི་དམར་པོ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱ་ཚོས་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་
 མས། རྒྱ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་དོ་མ་འདི་སེམས་ཅན་འབྲུལ་སྒྲིག་མོ་གིས་བཟོ་བའི་ཚང་ཡིན་མ་ད་ དེ་མང་
 བོས་རང་ས་ཁ་དམར་ས་ལས་ཐོབ་ཡིན་མས། ཤིང་གུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཚོས་འདི་སྒྲིག་པའི་འུལ་ལས་
 ཉིམ་ནང་སྐྱམ་སྟེ་ནམ་དང་ནམ་རང་འབད་རུང་ལག་ལེན་འཐབ་བརྟུབ་ཡིན། སྐྱད་པ་ཁ་དོག་
 དམར་པོ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོས་ལྷམ་པ་གཉིས་སྟེ་རྒྱལ་མི་འདི་ལུ་སྤང་ཚོས་དང་སྐྱུར་ཚོས་ཟེར་
 སྤེལ་ཡིན་མས། དང་པ་སྐྱུར་ཚོས་ཀྱི་རིམ་པ་ལུ་ རྒྱ་ཚོས་ཚུ་ནང་སྐྱུགས་ཏེ་བཙོ་མི་འདི་འཕྲལ་
 འཕྲལ་རང་ དཀྱུགས་ཏེ་དཀྱུགས་ཤིང་གིས་བསྐྱད་དེ་ རྒྱ་ཚོས་ཀྱི་ཚོན་ག་ར་འཐོན་བཅུག་དགོ།
 དེ་ལས་རྒྱ་ཚོས་ལས་འཐོན་པའི་རག་རོག་ཚུ་བཏོན་བཀོག་སྟེ་ རྒྱ་བཙག་བཞག་དགོ། ཟིམ་གྱི་
 འདབ་མ་ལས་འཐོན་པའི་རྒྱ་འདི་ ཚོས་གཞི་རྒྱལ་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་མས། ཟིམ་
 གྱི་འདབ་མ་སྒོན་མ་ཡང་ན་སྐྱམ་གང་རུང་ཅིག་འབད་རུང་ རྒྱ་ནང་བཙོ་མི་ཟིམ་རྒྱ་འདི་ རྒྱ་ཚོས་
 དང་གཅིག་ཁར་སྐྱུགས་ཏེ་ བཙོ་མི་འུལ་ལས་ སྐྱད་པ་འདི་གྱིབ་མ་ནང་སྐྱམ་དགོཔ་ཡིན་མས།
 གཉིས་པ་སྤང་ཚོས་ནང་སྐྱད་པ་བཙོ་མ་དགོ་པར་རྒྱ་ཚོས་དང་སྐྱུར་པ་སྤྲོ་བ་སྟེ་རྒྱལ་མིའི་ནང་བརྟུན་
 སྤེལ་༢ ཡང་ན་༣ གྱི་རིང་ལུ་སྤང་བརྟུབ་པའི་འུལ་ལས་ སྐྱད་པ་ལུ་སྐྱུར་ཡོད་པའི་རག་རོག་ཚུ་
 བཀོག་ཞིན་མ་ལས་ སྐྱད་པ་གྱིབ་མ་ནང་སྐྱམ་བཞག་དགོཔ་ཡིན། ཚོས་གཞི་ཉོན་མ་བཟོ་ཐངས་
 དེ་ཡང་དང་པ་རང་ཅང་ཇ་ཟེར་ཤར་སྒྲིགས་པའི་ཁ་སྐྱད་ནང་འབད་བ་ཅིན་གཡང་ཤ་བ་ཟེར་མི་འདི་
 ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། ཅང་ཇ་འདི་ལུ་ཁག་སྟེ་ཚལ་མ་ནང་འཚོལ་བར་འགྲོ་མ་དགོ་པར་ རང་
 གི་བྱིམ་མཐའ་འཁོར་ལུ་བཅུགས་ཏེ་སྟེམ་བརྟུབ་པའི་ཤིང་རིགས་ཅིག་ཡིན་མས། ཅང་ཇ་འདི་
 དང་པ་རང་རྒྱུ་སྟེ་བཏོག་ཞིན་ན་དེ་ལས་གོ་ཐལ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཏོག་ཏོ་སྐྱུགས་ཏེ་སྤྲོ་བ་སྟེ་རྒྱལ་མིའི་
 འུལ་ལས་སྤང་མ་ཐལ་ས་མེད་པའི་རྒྱ་ཤོག་ ཡང་ན་ གྱིབ་དམ་ནང་བསྐྱམ་བཞག་དགོ། བརྟུན་

སྤྲུལ་དག་པ་ཅིག་གི་རྒྱབ་ལས་གནས་དགུལ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ བདུན་༡ དང་༡ གྱི་རྒྱབ་ལས་
 ཅིམ་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་ད་ གནས་བྱུང་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ཞག་༡ དང་༡ གྱི་ནང་འཁོད་ནང་ལག་
 ལེན་འཐབ་བདུབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དུས་ཚོད་དང་འཁྲིལ་ཅིམ་འདི་འཛོལ་པའི་སྐབས་ཁ་སྤེ་
 ཞིན་ན་ ཚོས་རྒྱབ་ནི་དང་ལྷག་མ་ཚུ་སློང་ཉོ་རིལ་རི་རྒྱུད་ཀྱང་བཟོ་སྟེ་ ལུལ་ལས་ལག་ལེན་འཐབ་
 བའི་དོན་ལུ་སྐྱམ་བཞག་དགོ། གོ་ཐལ་དང་ཙང་ཇ་སྤྲོ་བཟེ་རྒྱབ་པའི་རྣམས་སྤྱོད་ནང་ རྒྱུད་པ་
 བདུན་སྤྲུལ་༡ དང་༡ གྱི་རིང་ལུ་སྤྲང་བཏབ་པའི་སྤྲད་པ་ཚུ་བཏོན་ཏེ་ཚུ་འཕྲུ་བའི་ལུལ་ལུ་གྱིབ་མ་
 བ་སྐྱམ་བཞག་དགོ་པ་ཨིན་མས། ཙང་ཇ་ནང་སྤྲང་བཏབ་པའི་སྤྲད་པ་འདི་གིས་སྤྲད་པ་གི་ཁ་དོག་
 ཉོན་མ་ སྤོ་དཀར་ ལྷང་སྤྲུག་དང་ལྷང་ཁུའི་རིགས་ཚུ་བཟོ་བདུབ་ཨིན་མས། ཚོས་གཞི་ཉོན་མ་
 བཟོ་ཐངས་གཞན་ཡང་ ཙང་ཇ་ནང་སྤྲང་བཏབ་པའི་སྤྲད་པ་གྱི་ ལྷང་ཁུའི་ཚོས་གཞི་མང་སྤུ་ཅིག་
 དང་མི་ལིང་འདི་ཉུང་སྤུ་ཅིག་སྤྲུགས་ཏེ་བཙོ་བ་ཅིན་ཚོས་གཞི་ཉོན་མ་འཛོལ་བདུབ་ཨིན། ཚོས་
 གཞི་ལྷང་ཁུ་བཟོ་ཐངས་དེ་ཡང་ཙང་ཇ་ནང་སྤྲང་བཏབ་པའི་སྤྲད་པ་འདི་གྱུར་ཟིམ་རྒྱ་དང་ལྷང་ཁུའི་
 ཚོས་གསར་སྤྲུགས་ཏེ་བཙོ་དགོ། ཚོས་གཞི་ལྷང་མེར་བཟོ་ཐངས་དེ་ཡང་ ལུང་ཀ་བཏོག་མི་དང་
 ཟིམ་རྒྱ་དང་ལྷང་ཁུ་ཚོས་གསར་དུམ་གྱི་ཅིག་སྤྲུགས་ཏེ་ རྒྱ་ནང་དུས་ལུན་སྐར་མ་༡༠ གྱི་རིང་ལུ་
 བཙོ་དགོ་པ་ཨིན་མས། ཚོས་གཞི་མེར་པོ་བཟོ་ཐངས་ལུ་ཡང་ཡུང་ཀ་སྤོན་མ་ ཡང་ན་སྐྱམ་གང་
 རུང་ཅིག་ལག་ལེན་འཐབ་རུང་བདུབ་ཨིན་མས། ལུང་ཀའི་སྤེ་དང་ཚོས་ཁ་ཚོན་ ལི་ཐང་དང་རྩོ་
 རྒྱུར་ཡང་ན་རྒྱུར་པ་གང་རུང་ཅིག་ནང་དུས་ལུན་༡༠ གྱི་རིང་ལུ་བཙོ་དགོ་པ་ཨིན་མས། ཚོས་གཞི་
 ལྷང་སྤྲུག་བཟོ་ཐངས་ནི་ཙང་ཇ་ནང་སྤྲང་བའི་སྤྲད་པ་གྱི་ ལྷང་ཁུའི་ཚོས་གསར་ཉུང་སྤུ་ཅིག་དང་
 མི་ལིང་མང་སྤུ་སྤྲུགས་པ་ཅིན་ ཚོས་གཞི་འདི་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཚོས་གཞི་གནག་པོ་
 བཟོ་ཐངས་འདི་ཙང་ཇ་ནང་སྤྲང་བཏབ་པའི་སྤྲད་པ་གྱུར་ལྷང་ཁུའི་ཚོས་གསར་དང་ མི་ལིང་གཉིས་
 མང་སྤུ་སྤྲུགས་པ་ཅིན་རང་བཞིན་གྱིས་ ཁ་དོག་གནག་པོ་ལུ་འགྱུར་འོང་བེར་ཨིན་མས། ཡང་ན་
 ལ་ལུ་ཅིག་གིས་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱར་གོ་གི་ཕྱིའི་པགས་ཀོ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་
 མས། འདི་གི་ཡང་མ་དོ་བར་སྤྲད་པ་ཁ་དོག་འགྱུར་བའི་སྐབས་ལུ་འདི་ནང་ལུ་དགོ་པའི་རྒྱུར་པོ་གི་
 རིགས་ དཔེར་ན་ རྒྱུར་རུ་ སྤྱོ་ཀའི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་རྩོ་རྒྱུར་ཟིམ་འདབ་དང་དང་ཁོ་མང་ལ་སོགས་

པའི་རིགས་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན་རུང་། དེར་སང་ཕྱི་རྒྱལ་ལས་འཕྲོད་པའི་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུར་པོ་གི་
 རིགས་ཡང་ལག་ལེན་ཏེ་ཚོས་གཞི་མ་འདྲམ་བསྐྱུར་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཚོས་འཕྲོད་པའི་བསྐྱེད་ལས་
 ཐགས་མཁན་གྱིས་དེ་འདོད་ལྟར་དུ་ ཚོས་གཞི་ཚུ་ཡང་རིག་གསར་གྱི་ཐོག་ལུ་ ཚོས་འདྲ་མིན་
 ལྷ་ཚོགས་བསྐྱུར་ཏེ་ གོ་ལའི་རིགས་ཡང་ སྲོན་མ་བ་ལྟག་པ་སྟེ་ ཡར་རྒྱས་དང་འགྱུར་བ་སྟོན་
 སྟེ་རང་སོང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ད་སྟོང་བཅས་རའི་མིག་མཐོང་དང་ ལག་བབྱུང་ཐོག་ལུ་ ཏུས་
 རྒྱན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བབྱུང་སྟེ་ར་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ལུང་སྟོགས་
 སོ་སོའི་ནང་ལས་པར་བྱུང་ཚོས་སྐྱོན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ལས་འཕྲོད་པའི་
 རྒྱ་དངོས་འདྲ་མིན་སྐྱོན་ཚོགས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་གོ་ལ་འཐག་ནིའི་སྟོན་དར་ཏེ་ ཡུལ་གོང་མ་ཚུ་
 ལུ་ཡང་རྒྱ་དངོས་སྤངས་གསུམ་གྱི་ཐོག་ལུ་ཞབས་ཏོག་ལུ་སྟེ་སྟོན་ལུག། ད་རེས་ནངས་པ་ ཏུས་
 གྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་བསྐྱུར་ཏེ་གོ་ལའི་རིགས་ཚུ་ཡང་སྲོན་མ་བ་ལྟམ་སྟེ་ཚོས་གཞི་རྒྱལ་སྟེ་བཟོ་མ་
 དགོ་པར་ ཕྱི་རྒྱལ་ལས་འཕྲོད་པའི་སྐྱུར་པ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གོ་ལའི་རིགས་ག་ཅི་བབྱུམ་
 ཡིན་རུང་འཐག་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་སྲོན་ལས་དར་ཡོད་པའི་ཚོས་གཞི་བསྐྱུར་
 བྱི་དང་ སྐྱུར་བ་བཟོ་ནིའི་སྟོན་འདི་རྒྱན་སྟོང་མ་འབད་བར་བཞག་པ་ཅིན་ མ་འོངས་ལུ་བརྒྱད་ཚུ་
 གིས་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་པར་རང་བཞག་མིང་ཅམ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནིའི་ཉེན་ཁ་སྟོན་འདུག།
 དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ སྲོན་ལས་དར་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོན་བཟང་པོ་འདི་ མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་
 གཏང་ནི་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་འབད་ནི་འདི་ འགྲུག་མི་ག་ར་གི་འགན་ཁུར་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་
 ཡིན།

མཚུག་བསྐྱུ

ཐགས་བཟོ་འདི་འགྲུག་པའི་བཟོ་རིགས་བཅུ་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་ཅིག་ཡིན་མ་དུ་ བཟོ་རིགས་
 རྩིང་ཤོས་ཅིག་སྟེ་བཙུམ་ཡིན། དེ་ཡང་ཐགས་འཐག་ནི་རིག་རྩལ་འདི་མི་རབས་ལས་མི་རབས་
 བརྒྱད་དེ་འོང་པའི་ལམ་སྟོན་དང་ ཐགས་བཟོ་འདི་འགྲུག་མི་ཚུ་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན།
 ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ ཐགས་བཟོ་འདི་ལས་བརྟེན་རང་ལུགས་ཀྱི་གྲོན་ཆས་གོ་དང་དཀྱི་ར་
 འབྱུང་མ་གཏོགས་ གཞན་ལས་འབྱུང་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། གལ་སྲིད་ཐགས་བཟོ་རིག་པ་འདི་

མ་བྱུང་འབྲུལ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ རྩོན་མ་རི་དང་བྲག་ཕྱག་ཚུ་ནང་སྡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་རས་གོས་ཚུ་
 ག་ནི་ཡང་མེད་པར་སྐྱེན་མོ་སྟེ་སྡོད་དེ་བཞོ་དང་དཀྱི་ར་ཟེར་བའི་མིང་གི་ཐ་སྟེན་ཚུ་ཡང་མ་འབྱུང་
 འོང། ཨིན་རུང་རྩལ་ཚོད་དང་བསྐྱེན་ཐགས་ཀྱི་རིག་ཕུལ་འདི་ཡང་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་འབྱུར་བ་
 འོང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བྱེ་བྲག་ཏུ་མི་དབང་རིམ་འབྱོན་དང་སྐྱེ་འཁོར་ཚུ་གིས་མཛད་ཤུལ་བཟང་པོ་
 ཚུ་ལས་བརྟེན་ཐགས་བཟོ་ལུ་ཡར་རྒྱས་སྟོན་སྟེ་རང་འགྲོ་སྟེ་འདུག། ལྷག་པར་དུ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༠
 ནང་མི་དབང་ཨ་ཞེ་བསོད་ནམས་ཚོས་སྟོན་མཚོག་གི་དབུ་ཁྲིད་བཟང་པོའི་ཐོག་ གཡུས་ཚན་
 མཐའ་དབུས་མེད་པར་ཐགས་འཐག་ནིའི་རྒྱ་ཚུ་རིན་མེད་སྟོང་པ་གནང་སྟེ་འབྲུག་པའི་ཨམ་སྤྱི་
 ཐགས་འཐག་ནིའི་རིག་ཕུལ་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་སེམས་ལྷགས་བསྐྱེད་བཅུག་པ་མ་ཚད། མི་སེར་མང་
 ཤོས་ཅིག་ལུ་གཡོག་གི་གོ་སྐབས་བཟོ་གནང་སྟེ་རང་མགོ་རང་འདྲོངས་སྟེ་སྡོད་ཚུགས་པ་བཟོ་
 ཡོད་པ་མ་ཚད་ལམ་སྟོལ་བསྐྱུང་ནི་ལུ་སན་པ་སྟོན་སྟེ་རང་འབྱུང་སྟེ་འདུག། དེ་མ་ཚད་སྤྱི་ལོ་
 ༡༠༠༥ ལོར་རྒྱལ་ལུ་མ་སངས་རྒྱས་ཚོས་སྟོན་དབང་ཕྱག་མཚོག་གིས་དབུ་ཁྲིད་ཐོག་འབྲུག་རྒྱལ་
 འཛིན་ཐགས་རིགས་སྟོན་སྟེ་གཞི་བཅུགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད། དཔོན་སྐྱེ་འཁོར་ཚུ་གིས་སྟེར་
 ཀྱི་ཐགས་བཟོ་ཁང་ལོགས་སུ་སྟེ་བཟོ་གནང་སྟེ་འབྲུག་པའི་ཐགས་བཟོ་ཉམས་བསྐྱུང་མཛད་དང་
 མཛད་ཞིན་པ་ཡོད་མི་འདི་གར་གིས་མཁུན་སར་ཨིན་མས། དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་སྤྱིར་བཏང་ད་རེས་
 ནངས་པ་ཐགས་འཐག་ཐངས་ཚུ་ལུ་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་འགྲོ་སྟེ་རང་འབད་རུང་ རང་ལུགས་ཀྱི་
 སྐྱེད་པ་བཟོ་ཐངས་དང་ཚོས་གཞི་སྐྱུར་ཐངས་ཚུ་འབད་སྟོལ་མེད་པ་ལས་ ཉེ་མའི་རྒྱ་ཚུ་བཟོ་
 ཐངས་དང་ཚོས་གཞི་སྐྱུར་ཐངས་ཀྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་རིམ་གྱིས་ཡལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མ་འོངས་ན་
 གཞོན་ཚུ་ལུ་གོ་བདེ་སྟོན་ནི་དང་དེ་ཚུ་ཉམས་སུང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་འབྲུག་མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གིས་
 འགན་འཁུར་འབག་སྟེ་ཕྱག་ལུ་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན། རང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོལ་བདག་འཛིན་
 འབད་དེ་ གཞུང་སྟེར་གཉིས་ཆར་ལུ་སན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཨིན་མས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན། མཇུག་རང་
 རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སྟོན་གྲའི་ཁ་བྱག་ལས་ཞིབ་འཇོལ་དང་དངོས་མཐོང་སྟོག་བརྟན་བཟོ་ནི་གི་
 མ་དདུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བའི་ཁར། ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའི་སྐབས་དངོས་བརྒྱད་གཉིས་ཀའི་
 ཐོག་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་དུགས་མཛད་གནང་བའི་མི་ངོམ་ཡོངས་ལུ་སྤྲིང་གི་དཀྱིལ་ལས་རང་

བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་དང་། ཚད་ལྷག་དང་ རོར་འཇོལ་གྱི་སྐྱོན་རེ་མཆིས་ན་
མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་རོར་བཙོས་གྱི་བཀའ་སློབ་ལྷུག་པོར་གནང་བར་ལུ།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

- ༡ མཁན་པོ་ལུན་ཚོགས་བཀྲིས། འབྲུག་གི་སྐར་སྲོལ་དང་འབྲུང་རབས། ཞིབ་འཇོལ་གོ་རིམ་གཉིས་པ།
ཤོག་གྲངས་ ༤༩-༤༡། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང། པར་བསྐྱབ་གཉིས་པ། ༡༠༠༧།
- ༢ མངའ་བདག་རྒྱལ་པོའི་གཟིམ་དཔོན། སྤྱིགས་ལམ་རྣམ་གཞག་གི་དེབ་ཐེར་རོར་བྱའི་འཕྲེང་བ།
གནམ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་པར་དུ་བསྐྱབ་པ།
- ༣ Druk Thagzo-The Bhutanese Art of Weaving(APIC)Agency for Promotion
of Indigenous Crafts, MOEA. First edition: May 2014. Page 24-35
- ༤ David K. Barker, Grace of the Kira- Bhutanese Textile Heritage,
First edition: 2/21/13
- ༥ Diana K. Myer and Susan S. Bean, Textile Arts of Bhutan-
First edition: 1999

འདྲི་བསྐྱབ་འབད་སའི་མི་རོམ།

- ༤ ཨང་ཀས་སྲིད་མཐར། སྐྱེས་ལོ་ ༢༡། གཡུས་མཁོ་མ་ལས།
- ༡༡ ཀཔོ་བཟེས་པ་ཁམས་དགུགས། སྐྱེས་ལོ་ ༤༤། མཁོ་མ་བསྐྱུ་འཇོམས་ལས།

མཁམ་སྐྱད་ལུ་གཉེན་སྦྱོར་འབད་ལུགས་གསལ་བར་སྟོན་པ་དམ་ཚིག་མདུད་པོད།

བཟ་ཤིས་བསྟན་འཛིན། སྐད་ཡིག་དང་ཚུམ་རིག་ལོ་ངོ་གསུམ་པ།

༣ མཁམ་རིགས་རྣམ་གསུམ་འདི་ རྫོང་ཁག་ཁལ་གཅིག་གི་ནང་ལས་གཞལ་མ་སྐྱད་རྫོང་ཁག་
 བཟ་ཚགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། རྫོང་ཁག་འདི་ནང་སྐར་ཕ་མ་བཟུང་པོ་ཚུ་གིས་མཛོད་བཞག་པའི་
 ལུགས་སྟོལ་རྟིང་མ་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ང་གིས་སྟོ་བ་དང་འདོད་བསྐྱེད་དེ། སྦྱིར་བཏང་
 མཁམ་རིགས་རྣམ་གསུམ་དང་ལྷག་པར་དུ་མཁམ་སྐྱད་སྐྱབ་སྐྱད་བྱུང་ཁག་ནང་། ཉེ་མ་དང་ད་
 དེས་ནངས་པའི་གཉེན་སྦྱོར་འབད་ཐངས་ལུ་འགྱུར་བ་འགྱུ་ཡོད་མིའི་སྐོར་ལས་ཕམ་ཆུན་ཤོས་ཚུ་
 དང་མཉམ་གྱོས་བསྟུན་གྱི་ཐོག་ལས་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན། སྦྱིར་བཏང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
 བཟ་ གཉེན་ཟེར་མི་འདི་ཕོ་མོ་དགའ་མཐུན་གྱི་སྟོ་ལས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ཐང་དམ་ཚིག་བཏོན་
 ཏེ། ཚེ་རྩེ་མའི་གནམ་བསྐོས་དང་འཁྲིལ་ དཔེར་ན་མགར་ས་བླ་མའི་སེང་གེ་དང་ལུང་ཡུལ་བྱ་མོ་
 དགའ་ལེགས་མོ་བཟུམ་རང་སོའི་ལས་འཕྲོ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་གཉེན་སྦྱོར་བསྟོན་པ་ཤོས་ཨིན་
 རུང་། མཁམ་གྱི་གཡུས་ཁར་འབད་བ་ཅིན། དེ་སྟེ་མེན་པར་ཉེ་མ་ར་ཕམ་དང་སྐྱབ་ཆ་ཚུ་བསྟུན་
 གོས་རྒྱལ། བྱ་མོ་འདི་བཟུ་སྟེ་བུཚ་དང་མཉམ་ཁ་སྦྱིག་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན། དེངསང་གི་དུས་ལུ་བྱ་
 གཞི་མང་ཤོས་ར་ཤེས་བྱའི་གནས་ལུ་སྐྱུང་བཙུན་འབད་དེ་ལམ་སྟོལ་ཚུ་བདག་འཛིན་མ་འབད་
 བར་ཡལ་འགྱུ་མི་ལས་བཞེན། ཕམ་ཆུན་ཤོས་ཚུ་ཚ་བྱང་ལངས་ཏེ་འདུག།

དོན་ཚན་དང་པ། གཉེན་མ་རྒྱབ་པའི་རྩེ་མར་གསུང་སྐྱེད་བཏགས་ནི།

གསུང་སྐྱེད་བཏགས་ནི་ཟེར་མི་འདི་ གཉེན་མ་རྒྱབ་པའི་རྩེ་མར་བུཚ་གི་ཕམ་རྟོངས་ལས་བར་མི་
 དཔང་པོ་བཙུགས་ཏེ། བྱ་མོའི་ཕམ་གི་བྱིམ་ནང་གཞན་ག་གིས་ཡང་ཁ་མ་བཟུང་པར་ཡོད་པ་ཅིན་
 བུཚ་དང་བུམོ་གཉིས་གཉེན་རྒྱབ་བྱིན་ནི་ཨིན་ཟེར་བུམོ་འདི་བུཚ་འདི་གི་མ་འོངས་པའི་མནའམ་སྟེ་
 རོ་རྟུགས་བཀལ་མི་འདི་ལུ་སྐྱབ་ཨིན། དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གཉེན་རྒྱབ་ནི་
 འདི་དགའ་མཐུན་གྱི་སྟོ་ལས་མེན་པར་གཙོ་བོར་གཉེན་གྲོགས་གཉིས་གྱི་ཕམ་གཉིས་རང་ཁ་
 མཐུན་པ་ཅིན། ག་མཚོ་སར་མཐུན་སྦྱིག་འབད་དོ་ཡོད་པ་མས། དེ་བསྐྱང་གཉེན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་

འདི་བཅི་སྤང་མ་ལུ་བའི་རྟེ་མར་བུཚ་གི་ཨ་པ་འདི་ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་ རྫོང་རྟོག་ཚོས་
 ཚོས་པ་དགུ་འབག་སྟེ་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་ཅིག་ཡིན་མི་འབད་སར་བུཚ་གི་
 ལ་སྤྱུག་ལས་བར་ན་སྟོ་སྤྱབ་མིའི་དཔང་པོ་འབད་གནང་ཟེར་རེ་བ་ལུ་བར་འགྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།
 དེ་ལས་དཔང་པོ་འདི་གིས་གསན་བལུབ་པ་ཅིན་ དཔང་པོ་འདི་བུཚ་འདི་གི་ཁྱིམ་ནང་འགྱུ་སྟེ་
 བུམོ་དང་མཉམ་བསྐྱུན་གྲོས་རྒྱབ་སྟེ་བུམོ་འདི་གིས་ཉན་བལུབ་པ་ཅིན་ དེ་འཕྲོ་ལས་བུཚ་འདི་གི་
 སམ་ལུ་ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་ རྫོང་རྟོག་ཚོས་ཚོས་པ་དགུ་བཅའ་སྤྱི་ག་རྒྱབ་བལུག་སྟེ་
 གཡུས་ཚན་ཐག་རིང་ག་དེམ་ཅིག་ར་ཡོད་རུང་བུམོ་གི་གནས་ཚན་གྱི་ཁྱིམ་ནང་ཁོ་རང་རྒྱང་མ་ཅིག་
 བསྐྱུན་གྲོས་འབད་བར་འགྱུ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ག་དེམ་ཅིག་འབད་བསྐྱུན་གྲོས་འདི་འཆམ་མོང་
 པ་ཅིན་ དེ་འཕྲོ་ལས་བུཚ་གི་སམ་འབད་སར་འགྱུ་སྟེ་བར་ལན་སྟེ་ལ། དེ་ལས་བུཚ་གི་སམ་དང་
 སྤྱན་ཚུ་གི་རྟོང་ས་ལས་ ཆང་དང་སྤྱགས་ཚུ་བཅའ་སྤྱི་ག་རྒྱབ་ཞིའི་དོན་ལས་ ད་རུང་དཔང་པོ་འདི་
 བུམོ་འི་སམ་སྤྱན་ག་དེམ་ཅིག་ཡོད་ག་འདི་ཞིའི་དོན་ལུ། ཉིན་མ་གཅིག་གི་ཤུལ་ལས་ཨ་ར་ པ་
 ལང་གཅིག་དང་རྫོང་རྟོག་ཚོས་ཚོས་པ་དགུ་འབག་སྟེ་བུམོ་འི་སམ་བཞུགས་སར་བཅར། དེ་ལས་
 བུམོ་འི་སམ་གིས་ཡང་དཔང་པོ་མ་སྟོང་པ་ལས་བུམོ་འི་སམ་སྤྱན་གྲངས་ལ་རྒྱབ་སྟེ་བཞག་དོ་
 ཡོད་པ་ལས། དེ་འཕྲོ་ལས་དཔང་པོ་འདི་གིས་འབག་མི་ཁྱོམས་འདི་བསྐྱུལ་སྟེ་བུམོ་འི་སམ་སྤྱན་
 གྱི་གྲངས་ལ་འདི་གོ་ཟེའི་དཔེ་ཐོག་ལུ་གྲངས་ལ་བྱིན་མི་འདི་དཔང་པོ་གིས་ཡང་ དཔེ་གཅིག་རང་
 མ་བྱང་བར་བུཚ་གི་སམ་འི་ལག་པར་སྟོན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། འདི་གི་ཤུལ་ལས་གོ་ཟེའི་
 གྲངས་ལ་དང་འཁྲིལ་ བུཚ་གི་ཁྱིམ་ནང་བུམོ་གི་སམ་སྤྱན་ག་ར་འབོ་སྟེ། བུཚ་གི་སམ་འི་གཞན་
 སྤྱན་ཚུ་ལུ་ ལཱ་འབད་ནི་ག་བཟུམ་རང་ཡོད་རུང་། བགོ་བཟུམ་གི་ཐོག་ལས་འབད་དོ་ཡོད་པ་
 ཡིན། བུཚ་འདི་གོ་ཟེའི་གྲངས་ལ་དང་འཁྲིལ་ཨ་ར་གི་སམ་ལང་འཚོལ་བར་ཁོ་རང་རྒྱང་མ་ཅིག་ འགྱུ་
 དགོ་མི་འདི་ལས་སོལ་འབད་བཅི་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ཡང་ བུཚ་འདི་བུམོ་འི་ཁྱིམ་ནང་ལཱ་ག་
 བཟུམ་འབད་རུང་ རང་མགོ་རང་འདྲོངས་སྟེ་ འབད་ཚུགས་ཟེར་བའི་རྟོགས་མཚན་ལུ་ཡིན་
 མས། དེ་མ་ཚད་བུཚ་གི་སམ་གཞན་ཚུ་ལ་ལུ་གིས་ཨ་ར་བསྟོལ། ལ་ལུ་གིས་ཤིང་གི་འདབ་མ་
 འཚོལ་ཏེ་བཅའ་སྤྱི་ག་རྒྱབ་ཡིན། ཁོང་སམ་སྤྱན་ཚུ་དེ་སྟེ་བཅའ་སྤྱི་ག་རྒྱབ་ད་ བར་མི་དཔང་པོ་

འདི་ཨ་ར་དང་སྒྲོང་རྩོག་ཚོས་ཚོས་པ་དགུ་འབག་སྟེ་བྱ་མོའི་པ་མ་བཞུགས་སར་གཉེན་ནམ་རྒྱབ་ནི་
ཡིན་ནའི་མོ་བཏབ་ནི་གི་དོན་ལས་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་བར་འགྲོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་གི་ལྷུ་ལ་
ལས་དཔང་པོ་འདི་ཕྱིས་པ་འབད་སར་བཅར་ཏེ་མོ་བཏབ་ཕྱིས་བཏབ་ཚུ་ག་ར་འབད། བུ་ཚ་གིས་
པམ་སྐྱུན་འབོ་སྟེ་གཉེན་རྒྱབ་ནིའི་དོན་ལས་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ། བྱ་མོའི་པ་མ་ལུ་ཡང་ཚོས་གངས་
དང་དུས་ཚོད་ཚུ་བརྟེན་ལན་སྐྱེལ་མ་ཡིན་མས།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། རྣམས་བཏོན།

བུ་ཚ་གི་པ་མའི་དོངས་ལས་གཉེན་རྒྱབ་ནི་གི་བཅའ་སྒྲིག་ཚུ་ག་ར་ཚུད་ཚར་ཞིན་མ་ལས། བུ་ཚ་གི་
ཨ་པ་འདི་ ད་རུང་ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་ སྒྲོང་རྩོག་ཚོས་ཚོས་པ་དགུ་འབག་སྟེ། བར་མི་དཔང་
པོ་གི་བྱིམ་ནང་འགྲོ་ཞིན་མ་ལས། གཉེན་རྒྱབ་ནི་གི་བཅའ་སྒྲིག་ཚུད་པའི་སྐོར་ལས་བརྟེན་འབད་མ་
ཡིན་མས། དེ་ལས་དཔང་པོ་གིས་ཡང་བྱ་མོའི་པ་མ་ལུ་མོ་ཕྱིས་དང་འཁྲིལ་བརྟེན་ལན་བསྐྱེལ་
ཏེ་ རྣམས་བཏོན་གྱི་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ་ཡིན། གཉེན་གྱི་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་ནི་འདི་ཉི་མ་དོ་ཚམ་
ལས་ཕྱི་རུ་འབད་དགོ་པ་ཡོད་ནི་འདི་གིས། བྱ་མོའི་བྱིམ་འདི་ཐག་རིང་སར་ཡོད་པ་ཅིན་ རྩོ་པ་བྱ་
པོད་སྐད་འབོམ་ཅིག་འགྲོ་དགོ་པ་དང་། དེ་མེན་བྱ་མོའི་བྱིམ་འདི་སྐོ་ལོགས་ཁར་ཡིན་པ་ཅིན་ ཕྱི་
རུ་བྱ་པོད་འབོམ་ད་འགྲོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། འཕུད་པར་འགྲོ་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ཏེ་མ་རང་
བར་མི་དཔང་པོ་འདི་གིས་འབྲིད་ཞིན་མ་ལས་རྣམས་གསར་པ་འདི་འགྲོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་མ་
ཚད། གཞོང་ཆང་སྟེ་ བསྐྱེལ་ནིའི་ཨ་ར་པ་ལང་འདི་ཡང་རྣམས་གསར་པ་གིས་འབག་སྟེ། འགོ་
ཐོག་རང་བྱ་མོའི་བྱིམ་ནང་དཔང་པོ་དང་རྣམས་གསར་པ་འཇུག་ཡིན་ཡིན་མས། འདི་གི་སྐབས་ལུ་
བུ་ཚ་གི་པམ་དང་སྐྱུན་ཚུ་ཚལ་མའི་ནང་གཡིབ་ཏེ་སྟོད་པ་ཡིན། བྱ་མོའི་པམ་སྐྱུན་གྱིས་བུ་ཚ་གི་
སྐྱུན་ཚུ་བྱིམ་ནང་ན་འབོ་ཟེར་དཔང་པོ་དང་རྣམས་གསར་པ་གཉིས་ལུ་མ་སྐྱབ་ཚུན་གཡིབ་སྟེ་རང་
སྟོད་པ་ཡིན། ག་དེམ་ཅིག་འབད་འབོ་བ་ཅིན་ བསྐྱུན་གྲོས་འབད་བར་འཇམ་ནི་ཡིན་མ་དང་།
རང་མོའི་ལམ་སྟོལ་ལུ་སྟོད་དགོ་པའི་ལམ་ལུགས་དང་བསྐྱུན། ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་སྒྲོང་རྩོག་
ཚོས་ཚོས་པ་བཏུ་གཉིས། སྐང་ཆང་དོ་སྟོམ་གཅིག་དང་བྱ་ལ་ས་སྐྱག་དང་སྐྱ་བསྐྱེལ་སྟེ། གྲིག་གྲི་

བྱ་མོའི་ཕམ་སྐྱུན་གྱི་གདོང་ཁར་བསྐྱལ་ཏེ་ གཉེན་རྒྱུ་འགྲུབ་མི་གི་བསྐྱུན་གྲོས་འདི་བར་མི་དཔང་པོ་
 གིས་འབད་ནི་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ལོག་ཅིག་ར་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དགོ་མི་འདི་ཡང་ ཉེ་མའི་དུས་
 ལུ་གཉེན་གི་སྐོར་ལས་བར་ན་དགོགས་མི་འདི་ཁྱབ་ཆེ་དགས་འབད་ཡོད་པ་ལས། བུ་ཚ་དང་བུ་མོ་
 གཉིས་གཅིག་ཁར་མ་སྡོད་ཚུན་ ལོག་ཅིག་ར་འདྲི་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་ལས་བསྐྱུན་
 གྲོས་འདི་སྐྱུག་ལུ་སྒྲིག་ཚར་ཞེན་པ་ལས། བར་མི་དཔང་པོ་དང་བཅས་ཕམ་གཉིས། དེ་ལས་བུ་ཚ་
 དང་བུ་མོ་ཚུ་གི་བར་ན་གན་རྒྱ་འདི་བཟོ་ཞེན་པ་ལས། བྱ་མོའི་ཕམ་འདི་ཕྱུག་པོ་ཨིན་པ་ཅིན་ བུ་ཚ་
 གི་ཕམ་སྐྱུན་ཚུ་བྱ་མོའི་ཁྱིམ་ནང་ ཉལ་བཅུག་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་མེན་ལམ་ཐག་ག་དེམ་ཅིག་
 རང་རིང་རུང། བུ་ཚ་གི་ཕམ་སྐྱུན་ཚུ་ལོག་སྟེ་རང་སོ་སོའི་ཁྱིམ་ནང་འགྲོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།
 ཨིན་རུང་ བར་མི་དཔང་པོ་འདི་བྱ་མོའི་ཁྱིམ་ནང་ཉལ་དགོ་དོ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་། ལུ་བཟོ་གཅིག་
 ཉལ་ཕམ་ད་ བུ་ཚ་དང་བུ་མོ་གཉིས་འཆམ་མཐུན་ཡོད་མེད་དང་། རྩོ་པ་ལོང་མ་ད་ཡང་ བུ་ཚ་དང་
 བུ་མོ་གཉིས་ཁ་སྐྱབ་མ་སྐྱབ་གྱི་བྱ་བལྟ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་མས། ཕྱིན་ཆད་དེ་ལས་ཕར་འཆམ་སོང་
 པ་ཅིན་ བུ་ཚ་འདི་བུ་མོ་འདི་གི་ཁྱིམ་ནང་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་བྱ་མོའི་ཕམ་གི་ཞབས་ཏྲོག་དང་ལཱ་
 གཡོག་ཚུ་འབད་དེ། ཅི་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་གྱི་ཐོག་ལས་ཕྱག་ལུ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཨིན་
 རུང་ གལ་སྲིད་བུ་ཚ་འདི་གིས་ལཱ་གཡོག་ཚུ་བྱ་མོའི་ཕམ་གི་རེ་དོན་ལྟར་ཕྱག་ལུ་མ་ཚུགས་པ་
 ཅིན། བར་མི་དཔང་པོ་ལུ་སྐྱབ་ཏེ་མགས་བརྒྱུན་ཟེར་མགས་འདི་དང་མནའ་མ་གཉིས་བུ་ཚ་གི་
 ཁྱིམ་ནང་གཏང་མི་འདི་ཕམ་དང་ བུ་ཚ་གཉིས་ཆར་དང་ ལྷོགས་གྲུབ་མེད་པའི་གངས་སུ་བརྩམ་
 ཨིན་མས།

དོན་ཚན་གསུམ་པ། གཉེན་གྱི་དགའ་སྟོན་ཤ་ཤོར།

བུ་ཚ་འདི་བྱ་མོའི་ཁྱིམ་ནང་ལོ་གསུམ་ཅི་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་གྱི་ཐོག་ལས་ཕྱག་ལུ་ཚར་བའི་ཤུལ་
 ལས། གཉེན་གྱི་དགའ་སྟོན་གྱི་ཚུལ་ལུ་བར་མི་དཔང་པོ་འདི་གིས་བུ་ཚ་གི་ཕམ་གཉིས་ལུ་རྟེན་
 འབྲེལ་བརྩེ་ནིའི་དོན་ལས། བཅའ་སྒྲིག་ཚུ་ཚུད་ཡི་ག་མ་ཚུད་གྱི་སྐོར་ལས་འདྲི་སྟེ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་
 ཅིན། བྱ་མོའི་ཕམ་གཉིས་ལུ་གྲོས་བསྐྱུན་དང་ གཟའ་སྐར་བལྟ་ནིའི་དོན་ལས་ཨ་ར་པ་ལང་
 གཅིག་དང་སྐོང་དོག་ཚོས་ཚོས་པ་བཅུ་གཉིས། དེ་ལས་སྤང་ཆད་དོ་སྐྱོམ་གཅིག་འབག་སྟེ་བུ་ཚ་གི་

ཕ་མ་དང་དཔང་པོ་གཉིས་འཕྱོད་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནང་ཕམ་དང་བྱ་གཞི་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་འཆམ་
 པ་ཅིན། བར་མི་དཔང་པོ་གིས་གཟུང་སྐར་བཟང་རན་ཚུ་བལྟ་སྟེ། ཕམ་བྱ་གཞི་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་
 བར་ལན་སྟོན་དེ་བྱ་གཞི་ཟེར་བུཚ་གི་ཕམ་ཚུ་བཅའ་སྒྲིག་འབད། དེ་ལས་གཟུང་སྐར་བཟང་པོ་འི་
 ཉིན་མ་འདི་ལུ། སྟོན་མ་རང་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ་ཡོད་མི་འདི་ཕ་མ་འི་བྱ་གས་ཁར་བབ་ཅི་ག་མ་བབ་
 བལྟ་ནི་འདི་དོན་ལུ། བུ་མོ་འི་ཕམ་སྐྱུན་ཚུ་བྱ་གཞི་འི་ཁྱིམ་ནང་འབོམ་ཡིན། དེ་བསྐྱང་ཕ་མ་འི་ལ་བྱ་ག་
 ལས་པོ་སྐྱེས་ཁེ་ཚོན་ཅན་དང་རྟོན་པས་ཅན་ཚུ་བྱིད་དེ་འོང་མི་འདི་ཡང་། འབག་ནི་བཅའ་ནི་ལེ་ཤ་
 ཡོད་ནི་འདི་གིས་དང་། གཅིག་འབབ་མོ་འཚོལ་ནི་འདི་དོན་ལས་ཡིན་མས། དག་འ་སྟོན་གྱི་སྐབས་
 བུཚ་གི་ཕ་མ་འི་ལ་བྱ་ག་ལས་སྤང་གཅིག་དང་ཕག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཤ་ཀ་ལ་རྣམ་གཅིག་སྟོང་དོག་
 ཚོས་ཚོས་པ་བརྟུ་གཉིས། སྤང་ཆང་དོ་སྟོམ་དགུ། བྱ་ཤ་སྟོན་མ་གསུམ་དང་། ཆང་སྤྲུགས་བྱ་ཤ་
 ས་སྤྲུག་དང་སྤྲུ་བསྐྱེས་འབད་ བང་རུང་གསུམ། ཨ་ར་འདི་ཉེ་མ་བུ་ཚུ་ཁོ་ར་མག་པ་འབད་མ་
 འཕྱོ་བའི་ཉེ་མར་བསྐྱུ་བས་བཞག་ཡོད་པའི་པ་ལང་གེ་ཟེའི་གྲུངས་ཁ་དང་འཁྲིལ། བུམོ་གི་ཕམ་
 སྐྱུན་ག་ར་ལུ། ཚང་མ་སྟེ་འབག་དགོཔ་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་བུ་མོ་འི་ཕམ་གིས་རིམ་པ་བཞིན་
 དུ། ཞིབ་དབྱུང་འབད་མ་ད། སྤང་ཤ་གི་སྐབས་སྤང་གི་རུམ་བཏོན་དགོཔ་མ་ཚད་ཕག་པ་ཤ་གི་
 སྐབས་ཕག་པ་གཉིས་ཆ་རའི་རྐང་མ་བཏོན་ནི། དེ་ལས་བྱ་བོད་ཤའི་སྐབས་ བྱ་བོད་ཀྱི་རྐང་མ་
 བཏོན་ནི་དང་། ཨ་ར་པ་ལང་གི་ཚད་གཞི་ཚུ་ག་ར་བཏོན་ཉེ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཆང་གི་བྱོ་སོགས་
 བལྟ་བའི་སྐབས། གལ་སྲིད་ཕག་པ་ཤ་མེ་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་མེ་བྲགས་ཉེ་མ་དག་པ་འེ་ཡོད་པ་
 ཅིན་ འདི་ལུ་འབབ་མོ་འཚོལ། འདི་བཟུམ་སྟེ་ལེགས་ཤོམ་ཡོད་རུང་མ་བཏུབ། མེད་རུང་མ་
 བཏུབ་པར་ག་བཟུམ་ཡོད་རུང་། འདི་ལུ་འབབ་མོ་འཚོལ་ཉེ་བར་མི་དཔང་པོ་དང་ བུཚ་གི་ཕམ་
 ལུ་གཏུག་རྩུབ་ཆེ་ཉོག་ཉོ་རང་འབད་མ་མ་ཚད། འཕྲལ་འཕྲལ་བ་འཛིང་ཡང་འབྱུང་མ་
 ཡིན། རུབ་མོ་གཅིག་བུ་མོ་འི་ཕམ་འདི་བུཚ་གི་ཁྱིམ་ནང་ སྟོན་པའི་སྐབས། བུཚ་གི་ཕམ་གཉིས་
 ཀྱིས་ཆང་དང་ལྟོ་སྤྲུགས་སོགས་ག་དག་འ་སར་བྱིན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ཁོང་གིས་ག་སྤྲུབ་མི་
 འདི་ཉན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ལྷི་རུ་ག་དེམ་ཅིག་ར་མ་འཆམ་རུང་། རྫོ་པ་བུཚ་གི་ཕམ་
 གཉིས་ཀྱིས་འཆམ་ཁའི་ཆང་གཅིག་བྲངས་པའི་བསྐྱང་ལས་ལོག་སྟེ་རང་འཆམ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

བདེན་རྒྱུན་གཤམ་ཡོད་ཅུང་ འཆམ་ཆང་འདི་བྱུང་གི་ཕམ་ལུ་རང་ཕོག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ཆང་
 དང་རྩོ་མཛར་རྩུ་ཟ་སྟེ་ཅ་ལ་འབག་མི་རྩུ་གིས་ཅ་ལ་འབག། དེ་ལས་ཕམ་སྟུན་རྩུ་འབྱོ་བའི་
 སྐབས། ཉེ་འདབས་ཀྱི་མི་རྩུ་འབག་མོ་ཕོག་འོང་ཟེར་མཛོ། ཅ་ལག་འབག་མི་དང་འདི་གི་མི་རྩུ་
 ལུ་མིག་གིས་རང་བལྟ་མི་ཚོག་དོ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་། འབག་མོ་འདི་ཕོག་པ་ཅིན་མི་འདི་ཤི་ནི་ཡིན་
 ཟེར་བའི་ཡིད་ཆེས་ཅིག་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་ལས་བྱུ་མོའི་ཁྱིམ་ནང་སྟོད་དེ་རྟེན་འབྲེལ་
 འདི་མ་བརྩེ་བའི་ཉེ་མར་ བྱུང་གི་ཕམ་གཉིས་དང་དཔང་པོ་ལུ་ཡང་གདན་ཤངས་ཏེ། བྱུ་མོའི་
 ཕམ་གི་ཁ་བྲུག་ལས་ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་། སྤང་ཆང་དོ་སྟོམ་གཅིག་ དེ་ལས་ཆང་སྟགས་
 བང་ཅུང་གང་བཏོན་ཐོག་ལས་བསྟུན་ཤོས་སྟོག་སྟེ། གཅིག་ཁར་ཟ་ནི་དང་འཕྲང་ནིའི་དོན་ལས་
 བཅའ་སྟོག་རྒྱབ་ཡིན། དེ་གི་བྱུལ་ལས་དག་འཕྱོན་བརྩེ་སྤྱང་ལུ་ནིའི་དོན་ལས་ཕྱི་ཁར་གྱར་སྟུབ་
 བྱི་དང་། ལྟོ་བཟོ་ནི། དེ་ལས་ཕམ་ལུ་ནི་ཟེར་བྱུ་མོའི་ཨ་པ་གི་སྟུན་ཆ་སྟོམ་ཤོས་ལུ་ནི་སོགས་ཀྱི་ལུ་
 འབད་དེ། གཉེན་སོགས་གཉིས་ཀྱི་ཕམ་རྩུ་ དལ་ཁོམ་རང་མེད་པར་ཡར་རྒྱག་མར་རྒྱག་འབད་
 སྟོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཚེ་ཕྱི་བྱུ་བྱུ་མོའི་ཕམ་གི་ཕམ་རྩུ་སྟོད་བཞིན་ལས། བྱུང་ཁ་བྲུག་ལས་
 འབག་མིའི་ག་དང་ལོར་སོགས་བྱུ་མོའི་ཕམ་དང་སྟུན་རྩུ་གིས་བརྩེ་ལེན་སྟེ། ཕམ་སྟུན་གེ་ར་བརྩེ་
 རྒྱབ་སྟེ་སྟོད་སྟགས། ཆང་སོགས་སྟོག་སྟེ། བརྩེ་སྤྱང་ལུ་ནི་གི་བཅའ་སྟོག་རྒྱབ་ཚར་བའི་བྱུལ་
 ལས། ཕམ་སྟུན་རྩུ་ཉིན་མར་ལུ་འབད་མི་དང་ ཆང་གིས་ཤངས་མི་རྩུ་གི་ནང་དོག་འབབ་འཛིང་
 འབད། དེ་རྩུ་གི་བར་ན་འཆམ་ཁ་བསྟོགས་ཏེ་བྱུང་གི་ཕམ་ཁ་བྲུག་ལས་རྩོགས་ནི་མེད་པའི་
 འཆམ་ཆང་སྟོག་དགོ་དོ་ཡོད་པ་མས། རྩོ་པ་ནམ་མ་ལངས་མ་ཅིག་ཁ་ལས་ཐབ་ཚང་པའི་བསྟོལ་
 ཆང་ཟེར་ཉིན་མ་ཅིག་གི་ཐབ་ཚང་པ་ལུ། ཆང་ཨ་ར་པ་ལང་གཅིག་དང་ཆང་སྟགས་དམ་འབའ་ཟེར་
 ཤིང་གི་འདབ་མའི་ནང་ སྤྱང་མི་གཅིག་གི་ཐོག་ལས་གསོལ་ཕ་བཏབ་སྟེ་སྟེལ། དེ་ལས་ཐབ་
 ཚང་གིས་རྩོ་མཛར་བཟོ་ནིའི་འགོ་བཙུགས་ཐོག་ལས་བྱུ་མོའི་ཕམ་སྟུན་ལུ་ནིའི་དོན་ལས་བྱུང་གི་
 ཕམ་འདི་ཨ་ར་དང་ཆང་སྟགས་སོགས་བསྟོགས་ཏེ་བྱུ་མོའི་ཕམ་ཉལ་སར་སྟེལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་
 ཡིན། དེ་ལས་བྱུ་མོའི་ཕམ་ཡང་བཞེངས་ཏེ་བར་མི་དཔང་པོ་དང་ བྱུང་བྱུ་མོ་གསུམ་ཡང་ཕྱིས་
 པའི་དུས་ཚོད་དང་བསྟུན་བརྩེ་སྤྱང་ལུ་སའི་གྱར་ནང་མ་འགྲོམ་ཅིག་ཁ་ལས། བྱུང་གི་ཕམ་མའི་ཁ་

ཐུག་ལས་ཀ་ལ་རྗེས་ཅིག་ནང་རྒྱ་དང་མེ་ཏོག་སྐྱ་བཟེས་མི་འདི་འབག་དེ་ལས་ཨལ་གིས་ལག་
 པར་བགྱིས་རྟགས་བརྒྱད་ཀྱི་ཁ་དར་བསྐྱམས་ཏེ་བྱ་དང་མནའམ། བར་མི་དཔང་པོ་གསུམ་ཉལ་
 སའི་ཁང་མིག་གི་རྩ་བར་སོང་སྟེ་བསྐྱེད་ལེན་འབད་བར་འགྱུ་དགོཔ་ཨིན། དེ་ཡང་ཉེ་མ་བར་མི་
 དཔང་པོ་གིས་གོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་ཕྱིར་འཐོན་མ་ད། བུཚ་གི་ཨའི་གིས་མེ་ཏོག་གི་རྒྱ་གཏོར། ཨ་
 པ་གིས་ཁ་དར་སྟོན་དེ་བྱིམ་ནང་ལས་འཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་སྟེ་འབད་དགོ་མི་འདི་ཡང་གཉེན་
 རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་མི་གཙུག་བའི་སྟེག་སྐྱིབ་དག་ནིའི་དོན་ལས་ཨིན་མས། དེ་བསྐྱར་གཉེན་རྟོགས་
 ཀྱི་ཕམ་སྐྱེན་རྩལ་བསྐྱིགས་ཏེ་ཁ་དར་སྐྱེད་མི་རྩལ་ལ་དར་སྐྱེད། མེད་མི་རྩལ་གིས་བགྱིས་
 ལེགས་པའི་གདངས་དབྱངས་འཐོན་དང་བཅས་པ་གུར་ནང་འགྱོམ་ཨིན། དེ་ལས་གཉེན་
 རྟོགས་གཉིས་བར་མི་དཔང་པོའི་གཡས་དང་གཡོན་ལས་སྟོན་དེ། བུཚ་གི་ཕམ་གིས་བྱ་མའི་
 ཕམ་སྐྱེན་རྩལ་ཨ་ར་པ་ལང་རེ་རེ་མཐའ་ན་ཨ་ལུ་རྒྱུ་ལས་འགོ་བཙུགས་སྟོན་དགོཔ་ཨིན། དེ་
 བསྐྱར་ཨ་ར་པ་ལང་མ་ལང་མ་འདྲམ། ཡང་ན་ ཨ་རའི་བྲོམ་གུར་སོང་པ་འདྲམ་འབད་བ་ཅིན།
 ཕམ་རྩལ་གིས་འདི་ནང་ འཐབམོ་འཚོལ་ནི་གི་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད། མནའ་མའི་ཕམ་འབད་ནི་མི་
 རྟོགས་པས་ཟེར་ཡང་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་བུཚ་གི་ཕ་མའི་ཁ་ཐུག་ལས་བར་མི་དཔང་
 པོ་འཐོན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ཚེ་ཉིམ་ཅིག་ར་དཔང་པོ་འདི་ལག་པ་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་གསོལ་མ་
 བཏབ་བཏབ་སར་སྟོན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རིམ་པ་གཉིས་པ་འདི་ ཆང་སྐྱགས་བྲང་མ་ད་ རིམ་
 ཚོར་ཚོར་མ་རེ་ཡོད་པ་ཅིན། ཡང་ན་ བཟའམ་ད་སྐྱར་མ་རྩལ་པ་རེ་ཡོད་པ་ཅིན། འདི་ནང་ཡང་
 ཉད་བཏགས་འཚོལ། མཐའ་ན་ ཨ་ཙཱི་ཅིག་ར་མཐུས་ཤོར་འགན་ཤོར་རེ་ཡོད་པ་ཅིན། ཉད་
 བཏགས་ཚད་མེད་པ་འཚོལ་མ་ལས་བརྟེན། དཔེ་གཏམ་ལས་ཡང་། དྲགས་རང་དྲགས་ན་ཨའི་
 གི་ཨོམ་ཡང་དུག་ཟེར་བའི་དཔེ་བཟུམ་སྟེ། བྱ་མའི་ཕམ་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ འཐབམོ་འཚོལ་ནི་
 དྲགས་པ་ད། བུཚ་གི་ཕ་མའི་ཁ་ཐུག་ལས་ ལོག་སྟེ་འཐབ་འཛིང་འབད་བའི་སྟོལ་ཡང་འདུག།
 ཨིན་རུང་ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་བསྐྱེན་གོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་
 འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས། ད་ལྟོ་འཐབ་སྟེ་ ད་ལྟོ་རང་འཆམ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རིམ་པ་
 གསུམ་པའི་ནང་ ཆང་དང་སྐྱགས་ག་དེ་ཅིག་ཚགས་ཁར་རྒྱུད་པ་ཅིག་བྲང་། དེ་ལས་ལ་ལུ་ཆང་

གིས་དངས་མི་ཚུ་ཞབས་ཁྲའི་ལེའུ་འཁྲབ། ལ་ལུ་འབབ་འཇིང་འབད། ལ་ལུ་སྐྱ་སྐྱེ་བཙེ་སྐྱང་གི་
ལྷད་མོ་ངོ་མ་འདི་དུས་ཚོད་འ་ཞེས་ཅིག་ཁར་སྟོན་མ་ཡིན། དེ་བསྐྱང་དང་དགོ་མའི་རིམ་པ་ཚུ་གོ་
རིམ་བཞིན་དུ་དངས། དེ་ལས་ཉི་མའི་སྟོ་ཟླེ་རང་རང་སོ་སོའི་བྱིམ་ནང་མ་འགྱུ་བའི་ཉེ་མ་ལུ་
རྒྱབ་ཟེར་བྱིམ་ནང་གི་ཨམ་དང་ལཱ་གཡོག་རྒྱུག་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ལག་སྟོན་མེན་པར་ག་གིས་ཡང་
མ་མཐོང་པར་རང་སོ་སོའི་གདན་གི་འོག་ལུ། ཉི་རུབ་མང་ཉུང་གང་ཅམ་ཅིག་བཙུགས་བཞག་
ནི་གི་ལུགས་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དོན་ཚན་བཞི་པ། མནའ་མ་གཏོང་ལེན།

ཤོན་གི་ལས་རིམ་ག་ར་རྫོགས་པའི་ལུ་ལས། རྒྱལ་པ་འདི་ཨམ་སྐྱའི་བྱིམ་ནང་ལོ་གསུམ་རིང་
ཞབས་ཏོག་ལུ་སྐྱེ་མཁའ་འདི་སྟོགས་སྐྱབ་ཡོད་པ་ངེས་བདེན་སོང་ཞིན་མ་ལས། བུ་ཚ་གི་བྱིམ་ནང་
མནའ་མ་སྐྱེ་གཏང་ནིའི་དོན་ལས་བཅའ་སྒྲིག་ཚུ་བུ་མོའི་ཕམ་གིས་སྒྲིག་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
མས། དེ་བསྐྱང་བུ་ཚ་གི་ཕ་མའི་ཏོངས་ལས་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ་དགོ་པ་ཡོད་དུང་མེད་དུང་ཕག་ཤ་
ཅིག་དང་སྤང་ཆང་དོ་སྒྲོམ་གང་ལས་བརྒྱལ་མི་ཕོག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གལ་སྲིད་ཕམ་སེམས་བཟང་
པོ་ཡོད་པ་ཅིན། འདི་ནང་ཆང་སྤྲུགས་དང་ཨ་ར་ཚུ་འབག་ནི་གི་སྟོལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་མས། འདི་
གི་ཉེ་མ་བར་མི་དཔང་པོ་གིས་དུས་རྒྱུན་གྱི་ཕྱིས་པ་འབད་སར་བཅར་ཏེ། གཟུང་སྐར་བཟང་དན་
དང་བསྐྱུན་བག་མ་འབག་མི་ཚུ་གི་ལོ་སོགས་ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་བལྟ་སྐྱེ་ཕམ་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་བརྟ་
ལན་འབད་ཤ་ཡིན་མས། དེ་ལས་བུ་མོའི་ཕ་མ་འབད་སར་གཟུང་སྐར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་མནའ་མ་སྐྱེ་
གཏང་ཚུགས་མིན་གྱི་སྐྱར་འདྲི་བར་བཅར་ཏེ་དུས་ཚོད་གཏན་འཁེལ་ཅིག་བཟོ་ཞིན་མ་ལས།
དཔང་པོ་འདི་བུ་མོའི་ལོ་དང་མཉམ་མི་བུ་ཚ་དང་བུ་ཚ་གི་ལོ་དང་མཉམ་མི་བུ་ཚོ་ཚུ་གཏོང་ཁར་
བཙུགས་ཏེ་བུ་མོའི་བྱིམ་ནང་མནའ་མ་བསུ་བར་འགྱུ་བའི་སྟོལ་ཡོད། དེ་ལས་ཕ་མའི་གཡུས་
ཁར་སོང་སྟེ་བྱིམ་ནང་མ་སྟོད་པའི་ཉེ་མ་དཔང་པོ་འདི་སོང་སྟེ། ལོ་རྒྱུས་ཚུ་སྐབས་སྐྱེ་ནང་ན་
བཙུགས་ཏེ་དེ་བསྐྱང་མནའ་མའི་ཕམ་གིས་གདན་དང་གཏོང་ཆང་ཚུ་བཅའ་སྒྲིག་རྒྱབ་ཡོད་མའི་
གཏོང་ཆང་འདི་འཐུང་ཞིན་མ་ལས། ད་སྟོན་ཚུ་ཚོད་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ཚུ་དཔང་པོ་གིས་ལུ་སྐྱེ་མནའ་མ་

གཏང་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱན་ལུ་འབད་ཚར་བའི་བྱུལ་ལས། མནའམ་
 འདི་རྩིས་པ་གིས་བལྟ་ཡོད་པའི་གཟའ་སྐར་དང་དུས་ལུན་བཟང་ཤོས་ནང་། མནའམ་འདི་ཁྱིམ་
 ནང་ལས་མ་འཐོབ་པའི་རྟེ་མ་ཕམ་གིས་བུ་མོ་མོ་རའི་སྐལ་ཕུ་བགོ་བཤའ་ཚུ་སྦྱིན་པའི་སྐབས་ལུ།
 བུ་མོ་འདི་བུ་མོ་སྦྱོམ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། སྤྱན་ཆ་ནང་ལས་བུ་ཚ་སྦྱོམ་ཤོས་འདི་གིས་ཨ་ཞེ་མོ་
 ལུ་མོ་རའི་སྦྱོ་འདོད་ལྟར་དུ་འབག་བཅུག་དགོ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ས་མའི་བྱུལ་བཞག་ཅ་ལ་རྩིང་
 ཤོས་ག་བཟུམ་རང་ཡོད་རུང་། ཨ་ཞེ་མོ་སྦྱོམ་ཤོས་ཀྱིས་ཐོབ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་བུ་མོ་འདི་རྒྱང་
 ཤོས་ ཡང་ན་བར་མ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། ཅ་ལ་འདི་བུ་ཚ་སྦྱོམ་ཤོས་འདི་གིས་བགོ་བཤའ་རྒྱབ་དོ་
 ཡོད་པ་ལས། ཅ་ལ་རྩིང་ཤོས་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་ར་མི་ཐོབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། རྒྱ་
 མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ བུ་ཚ་གི་ཕམ་གིས་མཁུ་པ་སྦྲེ་མ་བཏང་པའི་རྟེ་མ་མནའམ་འདི་བུ་མོ་སྦྱོམ་
 ཤོས་ལུ་རང་འབྱེལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། བུ་མོ་འདི་སྐལ་ཕུ་བགོ་བཤའ་ཚུ་བགོ་ཞེན་ལས། བུ་
 མོ་འདི་ཅ་ལ་འབག་མི་འདི་ མོ་རའི་ལོ་དང་འཁྲིལ་བའི་བུ་ཚ་ག་ཞེན་ཚུ་ལུ་སོག་དོ་ཡོད་པ་
 ད། བུ་ཚ་གི་ཅ་ལ་འབག་མི་འདི་ཁོ་རའི་ལོ་དང་འཁྲིལ་བའི་བུ་ཚ་ཚུ་ལུ་བཀོལ་ནི་གི་ལུགས་སོལ་
 ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བསྐྱང་བུ་ཚ་གི་ཕམ་འདི་བཟང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། བུ་མོ་འདི་ཕམ་ཡང་བྱིད་དེ་
 ག་ཅིག་ཁར་འབྱོ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ཁྱིམ་ནང་ཡང་ཁོང་རའི་སྦྱོ་འདོད་ལྟར་དུ་སྦྱོད་བཅུག་དོ་
 ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མེན་པར་བུ་ཚ་གི་ཕམ་འདི་རང་རྒྱ་པ་ཅིན། བུ་མོ་འདི་ཕམ་འདི་མ་བྱིད་པར་བུ་
 མོ་འདི་ཕམ་སྤྱན་ཚུ་འཁྲུལ་སྤང་ལངས། སྦྱོ་གཞས་འཐེན་ཁ་དར་གཡུག་ནི་ལ་སོགས་པ་འབད་དེ་
 གཡུས་ཚན་གྱི་མཇུག་ཚུན་བུ་ཚ་གི་ཕམ་དང་ མནའམ་མཁུ་པ་ཚུ་ཞབས་སྦྱེལ་འབད་བར་འབྱོམ་
 ད་ཡང་། བུ་མོ་འདི་ཕམ་གིས་ཆང་སྤྲུགས་སོགས་བསྐྱེགས་ཏེ་འབྱོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དུས་
 འདི་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་བུ་མོ་འདི་ཁྱིམ་ནང་ལོག་མི་སྦྱོད་ནི་ཡིན་མ་ལས། དེ་བསྐྱང་ཕམ་འདི་
 ཕུགས་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། འོ་ར་དང་ས་སོགས་ཡང་མོ་ར་ལུ་བཅུ་སྦྱོད་དེ་འབའ་གན་འདི་ཚུ་ཡང་
 དཔལ་ལོ་དཔལ་ལོ་བཅུགས་ཏེ་བཟོམ་ཡིན་མས། དེ་ལས་བུ་ཚ་གི་ཕམ་སྤྱན་དང་བུ་ཚ་མནའམ་
 དཔལ་ལོ། དེ་ལས་ཅ་ལ་འབག་མི་ཚུ་ག་དོང་ཁར་བཅུགས་ཏེ་ཁོང་ར་རྩིང་བྱུལ་བདའ་འབྱོ་སྦྱོ་...

ཁྱིམ་ན་མ་སྟོང་པ་ཅིག་ལ་ལས་མནའ་མ་དང་བུ་ཚ་འདི་ཉེ་མ་འཕྱོ་སྟེ། ཁྱིམ་ནང་བསང་གཏང་ནི་
དང། གདོང་ཆང་སོགས་སྒྲིག་དགོ་པའི་ལུགས་སྟོལ་འདི་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མས།
མཇུག་ར་བུ་མོ་འདི་དགའ་རུང་མ་དགའ་རུང། ཨ་ལོ་དང་པ་མ་སྐྱེས་ཚུན་བུ་ཚ་གི་ཁྱིམ་ནང་རང་
སྟོང་དེ། ཨ་ལོ་དང་པ་འདི་སྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་ མོ་རའི་པ་མ་འཕྱད་པར་གཏང་པའི་ཆེ་ཆུག་པ་འདི་
དགའ་བ་ཅིན། བུ་མོ་འི་ཆ་རོགས་སྟེ་འཕྱོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང། མང་ཤོས་ཀྱིས་རང་མི་འཕྱོ་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་བསྐྱང་བུ་ཚ་གི་པ་མ་དང་ བུ་མོ་རྒྱུང་མ་ཅིག་འཕྱོ་སྟེ། ཨ་ལུ་འདི་པ་མ་ལུ་
བཏོན་ཚར་སྟེ་མནའ་མ་གི་མི་རྩིས་འདི་ཡང་བུ་ཚ་གི་ཁྱིམ་ནང་སྟོ་སྟེ་ལོག་ཁྱིམ་ནང་འཕྱོ་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན། དེ་བསྐྱང་ལོག་འཕྱོ་བའི་སྐབས་ལུ། འཕྱོ་མས་ཡང་ག་ཅི་ཆགས་ཁར་རྒྱུད་པ་ཅིག་གིས་
བཏུབ་དོ་ཡོད་པའི་ལུགས་སྟོལ་དེ་རྙིང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མས།

དོན་ཚན་ལྗང་པ། ལུགས་སྟོལ་ཉམས་སོང་པའི་སྐོར།

མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ཞལ་ལས། ལུགས་སྟོལ་སྤིང་པོ་སྟོག་གིང་དུ། །གཅེས་ཞིང་གོང་འཕེལ་མ་
བཏང་ན། །ཚ་བ་རུལ་བའི་སྟོང་པོ་བཞིན།།

མི་གནས་བཞིན་དུ་འབྱེལ་བར་འགྱུར། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ། གཞལ་མ་སྐྱང་མཁན་སྤྲང་
ལུ་ལས་ལུགས་དང་ལྷན་པའི་གཉེན་རྒྱུ་ལུགས་འདི་ཉེ་མ་སང་སྐྱབ་གི་རྒྱུ་ལུ་འཇུལ་དོ་བཟུམ་
ཡལ་བའི་བསྐྱང་ལས། མཐའ་ན་ཉེ་མ་རང་གི་པ་མའི་སྐབས་ལུ། ལུགས་སྟོལ་འདི་འ་ཞེས་ཅིག་
སྟོང་ལུག་ཟེར་ཁྲུངས་བཀལ་ཚུགས་མི་འཐོན་པ་ཡང་ལུ་ཁག་འོང་ནི་ཡིན་མས། དེ་བུ་འབད་བ་
ཅིན། དེང་སང་གི་དུས་ལུ་མཇུག་ལུ་གཉེན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་བ་རྩི་སྲུང་ལུ་ནི་རྒྱུང་མ་ཅིག་མ་གཏོགས།
བར་མི་དཔང་པོ་བཅུགས་ཏེ་གཉེན་རྒྱུ་ལུ་འདི་རོ་ཚ་བའི་གཞི་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་མ་ཚད། གཉེན་
རྒྱུ་ལུ་པར་འཕྱོ་བའི་སྐབས་ལུ་རང་གི་པ་མ་འཕྱིད་ནི། དེ་ལས་བུ་མོ་འི་པ་མ་གི་ཁྱིམ་ནང་ལོ་གསུམ་
ཕྱག་ལུ་འདི་སྟོང་ནི། བུ་མོ་བུ་རྒྱུ་འི་ཁྱིམ་ནང་མི་རྩིས་སྟོ་ནི་གི་རིམ་པ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་
ཕང་ཕང་གཉེན་རྒྱུ་ལུ་ཡིན་ཟེར་བུ་ཚ་དང་བུ་མོ་རྒྱ་རང་སོ་སོའི་སྟོ་འདོད་ལྟར། ག་དགའ་སར་འབད་

ནི་གུ་ཐུག་ཡོད་པ་མ་ཚད། གཉེན་ཟེར་མ་དེ་རང་གི་ཕམ་ལུ་དབང་ཚད་ཨ་ཅི་ཅིག་ཡང་མེད་པའི་
དུས་ཚོད་ལུ་ལྷོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། ལྷགས་སྲོལ་རྙིང་མ་དེ་ཉམས་སོང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

དོན་ཚན་དུག་པ། ཕམ་རྒན་ཤོས་ཀྱི་ཚ་གྲང།

དེང་སང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་འཁྲིལ་མ་དུ། ཉེ་མ་འབད་བའི་ལྷགས་སྲོལ་རྙིང་མ་ཚུ་གི་
འབད་ལྷགས་བཅའ་ལྷགས་ཚུ་དང་མ་དག་སྟེ་ལས་རང་སྤྱི་ག་མི་ཚུགས་ཟེར་སྟེ་མི་ཐོན་མས།
ཡིན་རུང་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ང་བཅས་ཡང་ལམ་ལྷགས་འདི་ལུ་རང་གནས་ཉེ་འོང་མ་
དུ། གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་སྟབས་མ་བདེ་མ་མཐོང། སྟབས་མ་བདེ་མ་འབྱུང་མས་ཟེར་སྟེ་མི་
མི་འདི་རྒྱ་ཐན་ཞིབ་དཔུང་འབད་བཟླ་བ་ཅིན། ང་བཅས་རའི་མི་ཚུ་གིས་སློ་རྒྱུང་གུ་ཅིག་ལུ་སྲོམ་
བཟོ་བའི་རྒྱུན་ལུ་ཐུག་པ་ཡིན་ཟེར་ རང་རྒྱུང་གི་བསམ་འཆར་ཡིན། ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་
རྒྱུང་གུ་ཅིག་འབད་རུང། ལམ་སྲོལ་ཐུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་འབད་མ་ལས། དག་འཁྲིད་ལྡན་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་ལམ་སྲོལ་ལུ་གཙོ་བོར་བཏོན་དགོས་འདི་གལ་ཆེ་ཟེར་
མནོམ་མས། ང་བཅས་འདི་ཤི་རན་ཆི། ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་གནས་སྟངས་ག་བཟུམ་འོང་
རུང། རོར་བུ་འབྲེ་བའི་ལམ་སྲོལ་ལུ་ལག་པ་མ་རྒྱབ་པར་ལེགས་པའི་ཆ་ལས་འགྲུར་བཅོས་ཨ་ཅི་
རེ་འབད་དེ་བུ་གཞི་ཚུ་ལུ་ཚུམ་སྲོད་ཚུགས་མི་འདི་ང་བཅས་རའི་འཁྲོམས་ཡིན། ད་ལས་ཕར་
ལམ་སྲོལ་འདི་ ཁ་སྤྱོད་གས་ག་བཟུམ་ལུ་འགྲོ་འོང་ག་ང་བཅས་ཀྱིས་ཤེས་མི་ཚུགས་པས། ཡིན་
རུང་ཕ་མ་བཟུང་པའི་སྐབས་ལས་ར་བརྒྱུད་དེ་འོང་མའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་བདག་འཛིན་འབད་ཚུགས་
པ་ཅིན། དུས་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་འཁྲིལ་ ལམ་སྲོལ་འདི་གིས་གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་ཕན་མ་
ཐོགས་རུང། གནོད་པ་ཅིག་འདི་རྩ་ལས་ར་མེད། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ང་བཅས་བ་ལྷག་
པའི་ ར་གཞོན་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཚུ་གིས་འབྲུག་རང་གི་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་སྲོལ་ལུ་སྲོ་བ་
བརྒྱུད་དེ་བདག་འཛིན་འབད་ཚུགས་པ་ཅིན། གསོན་པའི་བསྟོན་བྱ་དང་འཆི་ཁའི་ཁ་ཆེམས་ཟེར་
རུང་འདི་རང་ཡིན་ཟེར་ཨལ་དཔལ་ཅོག་གིས་བཤད་པ་མས།

མཇུག་བསྟུན།

ད་ལྟོ་ནངས་པར་གཉེན་ཟེར་མི་འདི་ བུམ་དང་བུམོ་གི་བར་ན་ སྤང་བ་གང་ཤར་གྱི་ཐོག་ལས་
 གཉེན་རྒྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ཉེ་མའི་དུས་ལུ་འབད་བ་ཅིན། གཉེན་ཟེར་བའི་བསྐྱང་ལས།
 བམ་ལྷུག་པོ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན། བུམ་གི་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པར་ཐོབ་དོ་ཡོད་པ་ད། བམ་སྤྱང་ཀ་
 ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ བུམ་ཁོ་རའི་ མཚོ་བསམ་དང་བསྐྱུན་ཐོབ་ཚུགས་པར་ལྷ་ཁག་ཡོད་པ་ལས།
 ལྷུག་པོ་དང་ སྤྱང་ཀའི་དབྱེ་བ་ལྟེ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། དེང་སང་གི་དུས་ལུ་འབད་བ་ཅིན། དེ་བཟུམ་
 མའི་ལྷུག་པོ་དང་སྤྱང་ཀའི་སྤང་བ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་གཉེན་དང་གྲོགས་གྱི་བར་ན་ཚེ་ཉེ་མའི་ལས་
 དང་གནམ་བསྐྱོས་རང་ཡོད་པ་ཅིན། གཡུས་སྐྱོ་གཅིག་རྒྱུང་མ་ཅིག་ལས་མེན་པར་ས་ཚྭ་གས་ག་ཉེ་
 ལུ་རང་ཡིན་རུང་། སྤྱོད་ནི་དང་ལེན་ནི་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་དགའ་ཉོག་ཉོ་གི་ཐོག་ལས་གཉེན་
 འཆམ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་འབད་ནི་འདི་གིས་ཚྭ་གས་གཅིག་ལས་བལྟ་བ་ཅིན། ཉེ་མའི་
 ལས་ལུགས་བ་དེང་སང་གི་ལས་ལུགས་འདི་འཇམ་ཉོང་ཉོང་དང་དགའ་ཉོག་ཉོ་གི་སྤྱོད་ཚེ་རུང་།
 འདི་ལུ་གོ་རིམ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ག་དགའ་སར་འབད་དེ་ འདི་གི་སྤྱོད་འབྲས་ཡང་ཡ་བྲལ་
 འཕྱོ་ནི་མང་བ་སོགས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཆེས་ལས། ཉེ་མའི་ལས་ལུགས་འདི་རང་བཟོན་མས་ཟེར་
 མཚོ་མས། དེ་འབད་མ་ད། ངགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདི་ལེགས་དང་འདི་མི་ལེགས་པའི་སྐྱོར་
 ལས་མ་ལུ་བར། ལྷུག་མི་ཆ་བྱུང་ལུ་ཞིབ་དབྱུང་དང་ཐག་གཅོད་འབད་ནི་གི་གོ་སྐབས་ཅིག་སྤུལ་
 གོ་ལགས།

ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའི་སྐབས། ཆ་རོགས་འབད་མི་ཨ་ཞང་འཇམས་དབྱུངས་དང་ཨ་རྒྱས་དཔལ་
 ཅོག་གཉིས་ལུ་བགྱིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་དང་། འདི་བཟུམ་སྤྱོད་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མ་འབད་
 བར་ ཞིབ་འཇོལ་ལེགས་ཤོམ་འབད་བཟུག་མི་ཡབ་ཡུམ་དང་ཨམ་སྤུ་ལུ་ཡང་སེམས་གྱི་ལྗིང་
 ལས་རང་བགྱིན་ཆེ། མཇུག་ར་ལྷུག་བསམ་གནམ་དག་གི་ཐོག་ལས་ལས་སྤོན་དང་གནང་མི་
 སྤོབ་དཔོན་བསྐྱུན་འཛིན་དོ་རྗེ་མཚོག་ལུ་བཀའ་འདྲིན་དགའ་ཚོར་ཡོད་ལགས། ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་
 ཅིན། ང་རང་ཉེ་མ་ལས་ཞིབ་འཇོལ་འབད་ནི་གི་རེ་བ་ཡོད་རུང་། ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་གྱི་བར་ན་དངོས་

སྤྱ་ལམ་སྟོན་འབད་མི་ཅིག་ ག་ཡང་མ་བྱུང་མ་ལས་ལུས་སོང་ཡི། ད་ལན་སྟོབ་དཔོན་ཁོང་གིས་
ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ་པའི་ལམ་སྟོན་དང་ལྷན་དག་ག་དེ་འགྲམ་འགྲམ་གནང་མ་ལས་
བརྟེན། ཞིབ་འཇོལ་འབད་ནི་ལུ་སྟོབ་བ་ཐེབས་ཅིག་རང་བསྐྱེད་ཡི། ད་ལས་ཕར་རང་འབད་
རུང་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་ནི་ལུ་སྟོབ་བསྐྱེད་དེ་རང་སྟོན་འོང། གཞན་ཡང་ཞིབ་འཇོལ་དང་འབྲེལ་
བའི་ཆ་རོགས་མཛད་གནང་མི་ག་ར་ལུ་བགྱིན་ཆེ་ཟེར་ལྷ་ནི་ཨིན་ལགས།

གོས་བསྟན་འབད་སའི་མི་ངོམ།

༡༽ ཨ་ཁྲམ་དཔལ་ཅོག།

༢༽ ཨ་ཞང་འཇམས་དབྱངས།

ཤར་རི་ཐང་གི་སློབ་སྐྱོར་།

མ་ཉི་དོ་ཟེ། སྐད་ཡིག་དང་ཚུམ་རིག་ལོ་ངོ་གསུམ་པ།

༣ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི། སློན་དང་ཕུ་ཕམ་ཚུ་གི་སྐབས་ལས་རང་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ཕུག་
 པའི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ཕམ་ལས། འཇིག་རྟེན་པའི་དཔྱེ་གཏམ་ལུ་ཡང། ལྷམ་རེ་ལུ་
 ཚོས་ལུགས་རེ། ལུང་པ་རེ་ལུ་ལུགས་སྲོལ་རེ། ཟེར་སྐབ་དོ་བཟུམ་སྟེ། གཡུས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་
 བླ་ལས་ཕར། རང་རང་སོ་སོ་གི་ལུགས་སྲོལ་མ་འདྲམ་རེ་དར་ཏེ་འདུག། འདི་ཚུ་གི་བླ་ལས།
 ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ག་ཅི་ལས་མིང་གཏམ་ཆེ་བའི་ཤར་གི་སློབ་སྐྱོར་ཟེར་རྒྱབ་སྲོལ་འདུག།
 སློབ་སྐྱོར་འདི་དབང་འདུས་ཆ་འོག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ གཡུས་ཚན་བཀའ་གཞི། ཀོ་མ་ཁང། ལེམ་
 སྦྱིས། ཀུན་བཟང་གླིང། དགོ་ལེགས་ལ། ཉི་ཤོ་ལ། རི་ཐང། ལྷ་སར། དེ་ལས་རུ་ཀུ་སྦྱིས་ཚུ་
 བླ་ལས་ཡང་ཕར་རྒྱབ་སྲོལ་འདུག།

འདི་ཚུ་གི་གཤམ་ལས་ཤར་རི་ཐང་གཡུས་ཁ་ལུ་རྒྱབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་སློབ་སྐྱོར་གི་སྐོར་ལས་ལུ་བ་ཅིན།
 རི་ཐང་གཡུས་འདི་ དབང་འདུས་ཆ་འོག་ དྲངས་ཚུ་ཆེད་འོག་ནང་ཡོད་པའི་སྦྱི་འོག་ཅིག་ཡིན།
 གཡུས་འདི་དབང་འདུས་ལས་གོང་གསར་འགྱུ་སའི་ལམ་ཁར་ས་གནས་ལོ་རུ་སྦྱང་ལས་ཀི་ལོ་
 མི་ཉར་༡༥ དེམ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། གཡུས་འདི་ནང་ལུ་གུང་པ་ ༡༡ དང་མི་
 སློབ་ས་ ༥༠༠ ལྷག་ཙམ་ཅིག་ཡོད་པའི་མི་སེར་ཚུ་འཚོ་བ་སོ་ནམ་དང་སློ་ལོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སློད་པ་
 ལས། གཡུས་འདི་ནང་ལུ་ལོ་ཐོག་གི་རིགས་གོ་ར་འཚོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལུ།
 ཉེ་མ་ཕམ་ཚུ་གི་སྐབས་ལས་རྒྱབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ལེ་ཤ་ཅིག་ཡོད་པའི་བླ་ལས། སློ་
 སྐྱོར་འདི་ཡོངས་གཤགས་ཅན་ཅིག་ཡིན་པས། སློབ་སྐྱོར་འདི་ལོ་གསུམ་གྱི་བར་ན་ཚར་རེ་རྒྱབ་དོ་
 ཡོད་པ་དང། འདི་ཡང་གནམ་དགུན་ལྷམ་བཟུ་གཅིག་པ་དང་ བཟུ་གཉིས་པ་གི་བར་ན་ཉི་མ་
 གཉིས་གྱི་རིང་ལུ་རྒྱབ་ཡིན་པས། སློབ་སྐྱོར་འདི་གཡུས་ཁར་ཡོད་པའི་གུང་པ་རེ་རེ་ལུ་འགན་ཁུར་
 ཕོག་པ་ཡིན་མ་ལས། འདི་གི་དོན་ལས་གཉེར་ཚང་ག་དེམ་ཅིག་དགོ་རུང། ལཱ་ག་བཟུམ་ཅིག་
 འབད་དགོ་རུང་བྱུང་མི་གོ་ར་གིས་འདྲན་འདྲ་སློན་དགོ་པ་དང། དེ་ལས་གུང་པ་རེ་ལས་དཔའ་

མཛེས་སུ་⁴⁰རེ་དང། ཤོ་སྐྱིག་མི་བུམོ་རེ་ཐོན་དགོས་ཡིན་པས། གལ་སྲིད་འདི་ཚུ་འཐོན་མི་མེད་
པ་ཅིན། གྲུང་པ་འདི་གིས་དམངས་ཁར་ཆད་འབྲུས་ཉིན་མ་རེ་ལུ་དངུལ་རྒྱང་ ༡༥༠༠ རེ་བཏབ་
དགོས་ཡིན་པས།

ཉིན་མ་དང་པའི་ལས་རིམ།

ཉིན་མ་དང་པའི་ལས་རིམ་འདི་ལུ་གྲ་སྐྱིག་ཟེར་སྐབ་ཡིན་པས། ཉིན་མ་འདི་ཁར་ས་གནས་ལ་བ་ཚེ་
ཁ་ཟེར་ས་ལུ། གཡུས་ཁའི་ཡུལ་ལྷ་ཕོ་ལྷ་གཡུང་རྒྱུ་དོ་རྗེ་ལུ་བར་འགྲོ་མ་ཡིན་པས། གཡུས་
ཁའི་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན། ཉེ་མ་དང་ད་རེས་ཀྱི་བར་ན་འགྱུར་བ་ལེ་ཤ་སོང་ཡོད་ཟེར་
ཡིན་པས། དེ་ཡང་ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན། ཡུལ་ལྷ་འདི་ལུ་བར་རྟ་དཀར་པོ་ཅིག་གུ་སྐྱབ་བརྒྱབ། དར་
གྲིས་བརྒྱན་ཉེ་ས་གནས་ནོར་བུ་ལྷོང་ལུ་འགྲོ་དགོ་ཟེར་ཡིན་རུང། ད་རེས་ནངས་པ་དེ་སྐྱེ་འགྱུར་
བཅོས་འགྲོ་དགོ་མི་འདི། ས་གནས་ནོར་བུ་ལྷོང་ལུ་ཉེ་མ་གནས་པོ་ལུ་སའི་ས་ཁོངས་འདི་ནང་མི་
ཚུ་གིས་ཁམས་ལོག་སི་སི་བཟོ་བ་ལས་བརྟེན་ཉེ། ཐབས་རང་མེད་པར་ས་གནས་ལ་བ་ཚེ་ཁར་སྐྱོ་
ལྷུ་འབད་དགོས་ཐོན་སོང་ཡི་ཟེར་ཡིན་པས། ད་རེས་ནངས་པ་བརྒྱམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན།
གཡུས་ཁའི་སྤྱི་དཔོན་གསར་པ་བསྐྱེས་པ་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་གཅིག་གིས་མཚོད་པ་ཅིག་འབྱིད་དེ།
ས་གནས་ལ་བ་ཚེ་ཁར་རྫོ་པ་གནས་པོ་ཀྱི་ཚོ་གུ་གཏང་མ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཉེ་ལམ་མཇུག་ལུ་
ལྷོད་པ་ད། གཡུས་ཁའི་དཔའ་མཛེས་པ་ཚུ་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཉེ ས་གནས་འདི་ཁར་འོང་མ་
ཡིན་པས། ས་གནས་འདི་ཁར་ལྷོད་པ་ད། དང་པ་རང་མཚོད་པ་འདི་གིས་ཁོང་དཔའ་མཛེས་པ་
ཚུ་ལུ་ལྷུས་གསོལ་གནང། དེ་ལས་དཔའ་མཛེས་པ་ཚུ་གིས་ཡང་ཕྱག་འཆའ་སྟེ། ཁོ་རང་ཚུ་
གིས་གནས་པོའི་ཕྱག་མཇུག་འབད་འབག་འོང་མི་དར་རྒྱུ་ཚུ་ས་གནས་འདི་ཁར་ཡོད་པའི་ཤིང་
ཅིག་གུ་བཏགས་ཉེ་སྟོན་དར་སྐུལ་མ་ཡིན་པས། འདི་གི་ལྷུ་ལས་མར་ཆང་སྐྱད་གཏོར། ཕུ་ད་རྟ་
ཚར་གསུམ་རྒྱབ་སྟེ་དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་གིས་དཔའ་མཛེས་པ་དམངས་ཀྱི་གཞོན་ལས་
གནས་པོའི་དར་ཤིང་འབག་མཚོད་པ་འདི་གིས་རོལ་མོ་བརྟུང། དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་གིས་རྩ་

⁴⁰ དཔའ་གཟུང་པ། དཔའ་རྩལ་པ། ཟེར་འབྲི་སྟོལ་མ་འདྲཱ་དར་ཉེ་ཡོད་རུང། དཔའ་མཛེས་ཟེར་མི་འདི་ སྤྱིང་སྟོབས་ཆེལ་ཐབས་མཁས་པའམ་ཡ་
རབས་པའི་དོན་ཟེར་ཚོག་མཛོད་ནང་གསལ་པོ་བརྒྱམ་སྟེ་དཔའ་མཛེས་པ་ཟེར་བའི་ཡིག་སྟེབ་འདི་རང་འོས་འབབ་མཐོང་མས།

རྒྱུ་དེ་ལས་དཔའ་མཛངས་པ་དམངས་ཀྱིས་ལེགས་པས་འཐེན་སྲེ། གཡུས་ཁ་སྲུག་བལྟ་བུའི་
 བསྐྱར་ཏེ་འགྲོམ་ཨིན་པས། དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གནས་པོ་ལྷ་སྲེ་འོངས་ད། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་
 གིས་དགའ་ཚོར་དང་བཅས་པ་སྲེ་བསང་གཏང་མ་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་
 གིས་ལྷ་ཁང་གི་སྲོ་ལོགས་ཁར་ལྷོད་པ་ད། ཅུ་བརྒྱབ་སྲེ་ ཁོང་ཚུ་འོང་དོ་ཟེར་བའི་བདེ་སྟོན་མ་
 ལས། དབྱངས་དཔོན་གཉིས་དང་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་བསང་གཏང་སྲེ། ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་
 ཁར་གནས་པོ་ལྷ་སྲེ་གིས་མེབས་བསུ་ལུ་ཞི་སྲེ་སྟོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་
 ཚུ་ལྷ་ཁང་སྲོ་ལོགས་ཁར་ལྷོད་པ་ད། དབྱངས་དཔོན་དང་ བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གིས་ཕྱག་དབང་
 བཅར་མ་ཨིན་པས། དེ་ལས་དབྱངས་དཔོན་དང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་རང་རང་སོ་སོའི་གྱི་དེ་
 རྒྱབས་ནང་ལས་སྟོན་སྲེ་ལེགས་སོའི་ལེའུ་བསྐྱར། དབྱངས་དཔོན་གཉིས་ཀྱིས་ལེགས་སོ་འཐེན།
 བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་འཆམ་བརྒྱབ་སྲེ་ལྷ་ཁང་གཡུས་སྐོར་སྲེ་གནས་པོ་དང་ དཔའ་
 མཛངས་པ་ཚུ་ལྷ་ཁང་ནང་ལྷུ་ཨིན་པས། ལྷ་ཁང་ནང་ལྷོད་པ་ད། ལེགས་སོ་བསྐོར་ཞིན་མ་ལས་
 བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་མར་ཆང་ཕྱག་དབང་བཅར་མ་ཨིན་པས། དེ་ལས་དོ་རྩུང་མར་ཆང་
 རྩུང་གཏོར། ཅུ་ཚར་གསུམ་རྒྱུ། གནས་པོའི་དར་འདི་ལྷ་ཁང་ནང་ན་བཞག་སྲེ། ཁོང་བཅའ་
 མར་གཏོགས་མི་གོ་ར་གྲུའི་བསྐྱར་ཏེ་ཐང་ན་འགྲོམ་ཨིན་པས། ཐང་ན་ལྷོད་པ་ད། ཁོང་བྱིས་པའི་
 དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་ཐང་ར་བདེ་བར་བསྐོར། དབྱངས་དཔོན་དང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་
 ལེགས་སོ་བསྐོར་ཞིན་མ་ལས་ བར་མཚམས་ལེན་མ་ཨིན་པས། བར་མཚམས་ཀྱི་སྐབས་ལྷ།
 ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་ གྲུའི་གཡུས་གྲུའི་གཡོན་གྲུའི་བཅད་དེ་སྟོན་སྲེ། དཔའ་མཛངས་པ་ཁ་
 བཤད་མཁས་མི་ཚུ་གིས་གོག་གསོལ་རྒྱབ་ཨིན་པས།

གོག་གསོལ་གྱི་ཚིག་ཡིང།

༣ ས་བོད་ཀྱི་ཁམས་པའི་རྟ་རར། ཅུས་གཏན་དུ་དོན་གྲུབ་བང་མི་རྒྱུག། ཅུས་གཏན་དུ་དོན་
 གྲུབ་བང་བརྒྱུགས་ན། ལྷ་དགེས་པའི་སྲུབ་ཐག་གནས་ལུ་ལྷིང། ལྷ་དགེས་པའི་མིག་ལྷུགས་
 ས་ཁར་བཀམ། བཅོན་རྒྱུས་པའི་སྐྱ་སྲུབ་རྩུར་ལས་སྐོར། རྟ་རྒྱུགས་ཅིང་རྒྱུགས་ཅིང་བྱེད་དུ་
 ཡིན། མར་རྒྱ་ནག་གསེར་ལྷིའི་གྲུའི་ཁར། ཅུས་གཏན་དུ་མ་བྱ་བོ་མི་འཆམ། ཅུས་གཏན་དུ་མ་

བྱ་བོ་འཆམ་ན། ལྷ་དགེས་པའི་གཙུག་ལྷན་གནམ་ལུ་ལྷིང་། ལྷ་དགེས་པའི་སྤེལ་ཞར་ས་ལུ་
བཀམ། བཙན་དགེས་པའི་གཤོག་སྐྱོ་བར་ལས་འབྲེལ། འགྲོ་འཆམ་པའི་མ་བྱ་བྱེད་དུ་ཡིན།
དཔེ་མ་གཞི་འདི་དང་ཆ་འདྲམ་ཅིག། ཉིན་མོ་ད་རེས་དཔལ་གྱི་ཉིན་མར། གསུང་སྐྱུར་བའི་སྐྱུར་
སྐྱོར་རང་མི་ཕོག། གསུང་སྐྱུར་བའི་སྐྱུར་སྐྱོར་རང་ཕོག་ན། ལྷ་དགེས་པའི་སྐད་གཞི་གནམ་ལས་
ལྷིང་། ལྷ་དགེས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ས་ལས་བསྐྱུར། བཙན་དགེས་པའི་ཚིག་གཞི་བར་ལས་
བཙུགས། གསུང་སྐྱུར་ཡི་སྐྱུར་ཡི་ཇེ་མང་ཡོད།

གོག་གསོལ་གྱི་ཚིག་ཐུང་ཀྱང་འདི་འབད་བ་ཅིན།

༣ ཡར་གང་བར་གཡུ་ཡི་མཚོ་ཁར། ཤམ་བུ་བྱུང་གཅིག་སྐྱེས་ལུག་ལོ། ཤམ་བུ་བྱུང་གཅིག་
སྐྱེས་མི་འདི། ཁོ་ཡར་འགྲོ་སྐྱི་བསེར་རྒྱང་རང་ཡིན། སོན་སྐྱི་བསེར་རྒྱང་གིས་བཀམ་བཀམ་ལམ་
འོང། མར་རྒྱ་ན་པད་མའི་མཚོ་ཁར། གངས་རྒྱལ་བྱུང་གཅིག་སྐྱེས་ལུག་ལོ། གངས་རྒྱལ་
བྱུང་གཅིག་སྐྱེས་མི་འདི། མར་འགྲོ་ཅང་ཆབ་རྒྱུར་རང་ཡིན། སོན་ཅང་ཆབ་རྒྱུ་གིས་བཀམ་
བཀམ་ལམ་འོང། ཟེར་ལུམ་མས་ལགས་ཟེར་ཕྱག་དབང་ལུ་སྤེ་རྒྱབ་བཤུད་རྒྱབ་སྤེ་ཕོན་འགྲོམ་
ཡིན་པས། གོག་གསོལ་གྱི་ཚིག་འདི་མི་སློ་རིགས་ཅན་རྒྱུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ རང་གི་སློ་རིག་
ལས་ཚིག་བཟོ་སྤེ་རྒྱབ་ཡིན་རུང་། མང་ཤོས་ཀྱི་རློ་ཟེ་གི་ཚིག་བཙུགས་ཏེ་རྒྱབ་ཡིན་པས།

སྐྱུང་མ་གིས་རྒྱབ་སྤོལ་ཡོད་པའི་གོག་གསོལ་རྒྱ་གཤམ་གསལ།

སློ་སྐྱོར་སྐྱབས་སྐྱུང་མ་འདི་གིས་གོག་གསོལ་རྒྱབ་ཅི་རང་ལྷན་མོ་བལྟ་བར་འོང་མི་རྒྱ་ལས་ཏི་རུ་
ལྷང་སྤོད་པ་ཡིན། གོག་གསོལ་གྱི་ཚིག་ཡང་མང་ཆེ་བ་མིའི་གདོང་ཁར་སྤོད་པ་ད་མི་གི་སྐྱོར་ལས་
བསྤོད་པ་རྒྱབ་སྤེ་འབྲེལ་ཡིན་རུང་སྤོལ་བཤུག་བརྒྱབ་སྤེ་ཏི་རུ་ལྷང་པར་མ་འགྲོ་བའི་ཏེ་མ་ཐང་
ནང་འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་གོག་གསོལ་རྒྱ་རྒྱབ་ཡིན་པས།

གདོང་བཤད།

གདོང་བཤད་ཟེར་མི་འདི་སྐྱུང་མ་ཁོ་ར་གིས་འབག་ནི་ཡོད་པའི་སོ་རེ་གུ་གཡམ་མཚུག་བཏགས་མི་
འདི་ལུ་གདོང་མཚུག་ཟེར་སྐྱབ་ལས་འདི་གི་སྐྱོར་ལས་བཤད་པ་རྒྱབ་ཡིན་པས། གདོང་མགོ་

གདོང་བཤད་རྒྱབ་མི་དགོ། གདོང་མགོ་གདོང་བཤད་རྒྱབ་དགོ་ན། གདོང་མགོ་ཐོ་རངས་སྐར་
ཆེན་ཡིན། གདོང་མཇུག་ཕྱི་རུ་སྟོང་འཕྲེ་འདྲ། གདོང་ཐག་བྱུ་རུ་ཤོན་ཐག་འདྲ།

ཇ་བཤད། ཟེར་ཡོགས་སུ་ཅིག་འཐེན་སྒོལ་ཡོད་རུང་། འདི་གི་སྐོར་ལས་འདྲི་བསྐྱེད་འབད་མ་ད།
མཐེལ་ཕྱིན་སྐྱེ་ཤེས་མི་ཅིག་ད་སྟོང་ཚུན་མ་ཐོབ་ལས། འདི་ནང་བཀོད་མ་ཚུགས་མི་འདི་ལུ་བཟོད་
གསོལ་ལྟ། ལུལ་ལས་ཐོབ་པ་ཅིན་བཀོད་ནི་དང་། གཞན་མཁས་མཚོག་ཚུ་གིས་ཐོབ་རུང་
འབྲེལ་བ་གནང་སྟེ་བཀའ་དྲིན་བསྐྱུང་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན་ལགས།

གཡུས་བཤད།

གཡུས་ལུ་གཡུས་བསྟོད་རྒྱབ་མི་དགོ། གཡུས་ལུ་གཡུས་བསྟོད་རྒྱབ་དགོ་ན། རྩོད་ས་སྟོད་
གསེར་གྱི་པད་ཐང་འདྲ། རྩོད་ས་སྐྱད་དུལ་གྱི་གཤོང་མ་དང་འདྲ། རྩོད་ས་བར་རྒྱལ་པོའི་སོ་
བང་འདྲ། རྩོད་ས་སྟོད་གསེར་གྱི་པད་ཐང་ནང་། ཉ་ཁ་དཀར་ཅན་གྱི་རྒྱུག་ས་ཡིན། རྩོད་ས་
སྐྱད་དུལ་གྱི་གཤོང་སྐྱད་ནང་། རྩེས་པ་དཔའ་རྩལ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་ས་ཡིན། རྩོད་ས་བར་རྒྱལ་
པོའི་སོ་བང་ནང་། ཟམ་བུད་མེད་ཅན་གྱི་འབྲེལ་ས་ས་ཡིན།

དེ་སྟེ་གོག་གསོལ་རྒྱབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་། ཐང་སྟོང་མ་མ་ལུས་པར་བཞག་ནི་དང་། དེ་ལས་
ལྷད་མོ་ལྷ་མི་ཚུ་སྐྱུགས་དབང་པོ་དལ་མ་བཅུག་པར་བཞག་ནི་དེ་དོན་ལུ་ཡིན་པས། བར་མཚམས་
གྱི་ཤུལ་ལས། རོ་རུང་ཡོག་སྟེ་ཁོང་དཔའ་པོ་དང་དཔའ་མཛེངས་པ་ཚུ་འཆམ་སྐྱ་བསྐྱེས་རྒྱབ་ཡིན་
པས། སྐྱ་བསྐྱེས་མ་བརྒྱབ་པའི་ཉེ་མ་དཔའ་པོ་གིས་གསོལ་ལྷ་ལུ་སྟེ། དཔའ་པོ་དང་རྣལ་
འབྱོར་མ་གཉིས་གྱིས་ལྷ་ལྷིམ་གྱི་ནང་ན་ནང་འཆམ་རྒྱབ་དང་སྟེལ། དབྱངས་དཔོན་གཉིས་
དང་ ལྷིས་པའི་དཔའ་པོ། དེ་ལས་དཔའ་མཛེངས་པ་ཚུ་གིས་ཐང་ནང་ལེགས་སོ་འཐེན་ཉེ་པད་
སྐོར་སྐྱིར་སྟོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་དཔའ་པོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གཉིས་གྱིས་ནང་འཆམ་རྒྱབ་ཚར་
བའི་ཤུལ་ལུ་བརྟེན་སྟོན་པ་ད། དབྱངས་དཔོན་གཉིས་གྱིས་དཔའ་པོ་གི་གདོང་ལེན་འབད་དེ་སྐུལ་
མཇུག། ལྷིས་པའི་དཔའ་པོ་གཉིས་གྱིས་རྣལ་འབྱོར་མ་གི་གདོང་ལེན་འབད་དེ་སྐུལ་མཇུག་
སྟེ། དཔའ་པོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གཉིས་དེ་དཔའ་མཛེངས་པ་དམངས་གྱི་ སྐུག་ལུ་ཐང་ན་ལུ་
སྟེ། དཔའ་པོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་དེ་ལས་དབྱངས་དཔོན་གཉིས་དང་ལྷིས་པའི་དཔའ་པོ་གཉིས་

བཅས་ཁོང་མི་དོམ་དུག་པ་འདི་སྐྱུག་ལུ་བཅུགས། ཕྱི་ལས་དཔའ་མཛེངས་པ་དམངས་གྲིས་བསྐྱོར་
ཉེ་འཆམ་རྒྱབ་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཐང་ན་འཆམ་མང་རབས་ཅིག་བརྒྱབ་པའི་ལུལ་ལས། སྤལ་
འབྱོ་སྐྱུལ་འབྱོ་བརྒྱབ་སྟེ། དཔའ་པོ་དང་དབྱངས་དཔོན་དེ་ལས་དཔའ་མཛེངས་པ་རྩེ་འདྲེ་བདའ་
སྟེ་བསྐྱུལ་བ་འབྱོལ་དང་དུས་ཅིག་ལུ། ཁོང་གིས་པའི་དཔའ་པོ་གཉིས་པོ་འདི་གིས་རྣལ་འབྱོར་མ་
འདི་ལོག་སྟེ་སྟེ་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ཨིན་པས། དེ་སྟེ་འདྲེ་བདའ་སྐྱུལ་དགོ་པའི་གནད་དོན་
ཡང། གཡུས་ཁ་ལུ་གཞོན་པའི་འདྲེ་བགོགས་འབྱུང་པོ་འདི་རྩེ་རྒྱ་མཚོའི་ཕར་ཁར་བསྐྱོག་པའི་
རྩེ་ཨིན་ཟེར་གཡུས་ཁའི་རྒན་ཤོས་རྩེ་གིས་བཤད་པ་ཨིན་པས། འདྲེ་བགོགས་འབྱུང་པོ་འདི་རྩེ་
རྒྱ་མཚོ་ཕར་ཁར་བསྐྱོག་ཚར་ཞེན་མ་ལས། དཔའ་མཛེངས་པ་ཅིག་གིས་ལག་གཡོན་པར་བཅོན་
དར་འབག ལག་གཡས་པར་དཔའ་རྟགས་འབག་སྟེ་བད་རྒྱབ་ཨིན་པས།

བད་རྒྱབ་པའི་སྐབས་གྱི་ཚིག་ཡང།

སྟོན་ཀེལ། (ཚར་༢) ལུ་ཡས་ལ་སྐར་སང་གུངས་མང་རུང།། ང་གཡུ་རུ་རྒྱལ་མོའི་གྱི་ཐངས་
གཅིག། རྩེ་མས་ལ་རྒྱ་མཚོ་གཉིང་ཆེ་རུང།། ང་རྟ་གདོང་མེ་ཆེ་འབར་བའི་རྩེ་བཅངས་གཅིག།
ཕར་རྩུར་གྱི་དག་པོ་གུངས་མང་རུང།། ང་སྟོབས་ལྡན་དཔའ་པོའི་ལག་ཐངས་གཅིག། སྟོན་
ཀེལ།

ཡང་ན། འོག་གི་ཚིག་ཡང་འཐེན་སྟོལ་ཡོད་པ་ལས། དུས་གཅིག་ལུ་གཉིས་ཆར་ངམེན་པར་གང་
རུང་གཅིག་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་སྟེ་འཐེན་མ་ཨིན་པས།

སྟོན་ཀེལ། དཔལ་སྟོ་ལུ་ཐང་ཡབ་སྲིན་ཡུལ་ནས།། མགོན་ཨོ་རྒྱལ་པར་མཐུ་སྟོབས་ཅན།། སྐྱུན་
གཟིགས་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལ་གཟིགས།། གཟིགས་པ་ཅམ་གྱིས་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་བར་བཀོད།།
ཐུགས་གཏད་པ་དགའི་སྟེང་རུ་གཏད།། གཏད་པ་ཅམ་གྱིས་དག་རྣམས་ཐལ་བར་
བརྒྱགས།། ཕར་རྩུར་གྱི་དག་པོ་གུངས་མང་རུང།། ང་སྟོབས་ལྡན་དཔའ་པོའི་ལག་ཐངས་
གཅིག། སྟོན་ཀེལ།

དེ་སྟེ་བད་རྒྱབ་དགོ་མིའི་གནད་དོན་ཡང། རྒྱ་མཚོའི་ཕར་ཁར་བསྐྱོག་ཡོད་པའི་འདྲེ་རྩེ་ལོག་
གཡུས་ཁར་ལོག་ནི་མེད་པའི་བཀའ་ཐམ་བརྒྱབ་པའི་རྩེ་དང། གཡུ་སྟོན་ལོག་པ་ཅིན་འདྲེ་

གོགས་འདི་ཚུ་འདྲོག་བཅུག་ནིའི་དོན་ལས། གཡུས་ཁ་ལུ་ཕོ་དཔའ་བོ་གི་འཇིགས་སྐྱེག་ག་
 བཟུམ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དོམ་པའི་བད་ཡིན་ཟེར་བཤད་ཚུལ་འདུག འདྲེ་བདའ་བསྐྱལ་ས་ལས་
 དཔའ་བོ་འདི་ཁོང་དབྱངས་དཔོན་དང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་དང་འབྲིལ་མ་དགོ་པར། ཉེ་མ་ལས་
 ལྷ་བྱིས་ནང་འོང་སྡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ཁོང་དབྱངས་དཔོན་དང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་འདྲེ་
 བདའ་བསྐྱལ་ས་ལས་ལེགས་སོ་འཐེན་ཉེ་ལོག་འོང་མ་དུ། ལམ་ཕྱེད་ལས་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་
 གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་སྟེ་ཐང་ན་སྐྱེལ། ཐང་ན་སྟོད་པ་དུ། སྐོར་ར་བརྐབ་སྟེ་ལེགས་སོ་འཐེན་སྟེ་བར་
 མཚམས་ལེན་མ་ཡིན་པས། དོ་རུང་བར་མཚམས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་གོག་
 གསོལ་རྐྱབ་ཡིན་པས། དེ་གི་ལུ་ལས། དཔའ་བོ་དང་དབྱངས་དཔོན་གཅིག་བྱིས་པའི་དཔའ་
 བོ་གཅིག་དེ་ལས་དཔའ་མཛངས་པ་ཕྱེད་ཀ་གཡས་ལས་སྟེ། རྣམ་འབྱོར་མ་དང་དབྱངས་དཔོན་
 གཅིག་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཅིག་དེ་ལས་དཔའ་མཛངས་པ་ཕྱེད་ཀ་གཡོན་ལས་སྟེ། གདོང་
 སྐོར་བརྐབ་སྟེ་ཟུར་མཚོངས་སྟེ་གར་འཆམ་རྐྱབ་ཡིན་པས། དེ་སྟེ་གར་འཆམ་རྐྱབ་དགོ་མི་འདི།
 གཙོ་བོ་གཡུས་ཀྱི་བཤད་པ་བརྐབ། དེ་ལས་སྟེང་ལྷ། བར་གཙམ་ལ། འོག་སྐྱུ་ཚུ་དང་དོས་སྐྱུ་
 མངལ་ཉེ། གཡུས་ཁ་ལུ་ཚུ་ལོངས་སྟོད་ཀྱི་དོས་སྐྱུ་ལུ་བའི་བད་མཚོན་ཅིག་ཡིན་ཟེར་
 གཡུས་ཁའི་དཔའ་བོ་དཔལ་འབྱོར་བྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

གར་འཆམ་གྱི་ཚིག་ཡང་།

ཐང་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་ཆགས་པ། ཐང་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་ པད་མའི་ཐང་། ཐང་
 ར་པད་མའི་ཐང་གི་ནང་ཤེད་ན། གཡུས་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་ཆགས་པ། གཡུས་ར་
 ཆགས་པ་ལེགས་སོ་ ཡར་སྐྱུང་མཚོ་ལ། མི་ར་འཁོར་བ་ལེགས་སོ་སོ་འཁོར་འཁོར་རོ། མི་
 ར་འཁོར་བ་ལེགས་གདུང་རྐྱབ་ཅིད་པོ། ཉ་ར་རྐྱགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་རྐྱགས་པོ། ཉ་ར་
 རྐྱགས་པ་ལེགས་སོ། ཅང་མེད་ཀྱི་རྐྱབ་དུ། ལུར་འབབ་པ་ལེགས་སོ་སོ་འབབ་པོ། ལུར་
 འབབ་པ་ལེགས་སོ་ ལུལ་ལྷ་གི་རྐྱབ་དུ། བྲག་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་ཆགས་པོ། བྲག་
 ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་ རོ་རྗེའི་བྲག། བྲག་ར་རོ་རྗེ་བྲག་གི་ནང་ཤེད་ན། ཤིང་ར་སྐྱེས་པ་ལེགས་
 སོ་སོ་སྐྱེས་པོ། ཤིང་ར་སྐྱེས་པ་ལེགས་སོ། སྟོས་དཀར་གྱི་བསང་ཤིང་། ཤིང་ར་སྟོས་དཀར་

ཤིང་གི་ཕྱེ་མོ་ལྟ། བྱ་ར་འཁོར་བ་ལེགས་སོ་སོ་འཁོར་རོ། བྱ་ར་འཁོར་བ་ལེགས་སོ་ ལྷ་བྱ་
 གོང་མོ། བྱ་ར་ལྷ་ཤིང་ཕྱེ་ལས་ཡར་བལྟ་ཚོ། ཡར་སྤེང་ཕྱོགས་ལྷ་འི་གཡུས་མཐོང་མས། ལྷ་འི་
 དབང་པོའི་རྒྱལ་མཚན་དངོས་སུ་མཇུག། བྱ་ར་ལྷ་ཤིང་ཕྱེ་ལས་མར་བལྟ་ཚོ། མར་འོག་ཕྱོགས་
 ལྷ་འི་གཡུས་མཐོང་མས། ལྷ་ཡི་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་དངོས་སུ་མཇུག། བྱ་ར་ལྷ་ཤིང་ཕྱེ་ལས་
 ཡར་བལྟ་ཚོ། ཡར་བར་ཕྱོགས་བཙན་གྱི་གཡུས་མཐོང་མས། བཙན་གྱི་ཡ་བ་སྐྱོན་བདུན་
 དངོས་སུ་མཇུག། བྲག་ར་དོ་རྗེ་བྲག་གི་ནང་ཤེད་ན། གནས་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་
 ཆགས་པོ། གནས་ར་ཆགས་པ་ལེགས་སོ་ ཟངས་མདོག་དཔལ་རི། གནས་ལ་ཟངས་མདོག་
 དཔལ་རིའི་ནང་ཤེད་ན། ལྷ་མ་ལྷགས་པ་ལེགས་སོ་སོ་ལྷགས་སོ། ལྷ་མ་ལྷགས་པ་ལེགས་
 སོ་ ཨོ་རྒྱན་པར། ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་ལྷགས་སའི་གཡུས་ཕྱོགས་སུ། མཁའ་འགོ་ལྷ་ལྷུ་མ་མན་ད་ར་
 བ་བལྷགས། ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་བལྷགས་སའི་གཡུས་ཕྱོགས་སུ། མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་
 བལྷགས་པ་ལེགས། ཤར་ཕྱོགས་དུང་སྒོར་ནང་ལས་ཉན་བལྟ་ཚོ། ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་པར་ཚོས་
 གནང་དེས། ཚོ་གཅིག་ལུས་གཅིག་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཅིག་ཨིན་པར་འདུག་གོ། མཁའ་
 འགོ་རང་ཡང་མི་སྤོད་ཚོས་ཅིག་ལུ་བར་འགྲོ་ལོ། སངས་རྒྱས་པའི་ལམ་ཅིག་ཨིན་པར་འདུག་གོ།
 ད་རེས་གཡུས་སྒོར་ཤོག་ཅིག། ལྷིག་ཅིག་དག་པའི་ལམ་ཅིག་ཨིན་པར་འདུག་གོ། ད་རེས་
 གཡུས་སྒོར་ཤོག་ཅིག། ཉན་ལས་འགོལ་བའི་གནས་ཅིག་ཨིན་པར་འདུག་གོ། ད་རེས་ཡར་ཡར་
 ཤོག་ཅིག།

གར་འཆམ་གྱི་ལུས་ལས་མཇུག་རང་། ཁོང་དཔའ་བོ་དང་དབྱངས་དཔོན། དེ་ལས་རྣལ་འབྱོར་མ་
 དང་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་རྩ་སྤྲོ་བསྐྱེ་ལྷུ་འཆམ་བརྒྱབ་སྤྱེ། ཉིན་མ་དང་པའི་འཆམ་གྱི་ལས་
 རིམ་འདི་ འཇུག་བསྐྱེ་ཨིན་པས། དཔའ་བོ་གིས་ཉིན་མ་གཉིས་པའི་དོན་ལས་ལྷ་ལྷི་ནང་
 གཏོར་མ་བཞེངས། དཔའ་མཇུག་ལ་རྩ་གོ་ར་རང་སོ་སོའི་ལྷི་ནང་འགྲོ་སྤྱེ་དངོས་གཞི་གི་
 དོན་ལས་བཙའ་སྤྱི་གྲུབ་ཨིན་པས།

ཉིན་མ་གཉིས་པའི་ལས་རིམ།

ཉིན་མ་གཉིས་པ་གི་ལས་རིམ་འདི་དངོས་གཞི་གི་ལས་རིམ་ཨིན་པས། ལས་རིམ་འདི་ནང་ལུ་རྩོ་
 པ་ཉ་སྟག་རང་ ཁོང་དབྱངས་དཔོན་གཉིས་དང་ བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས། དེ་ལས་དཔའ་
 མཛེངས་པ་དམངས་གཟབ་ཆས་བསྐྱིགས་ཏེ། སློ་སློར་རྒྱབ་ས་ལས་ཀི་ལོ་མི་ཏར་, དེ་ཅིག་གི་ས་
 སློ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པའི་རྣམ་རྒྱལ་སྐྱང་གི་བྱིམ་ནང་བཙན་དར་ལུ་བར་འགྲོམ་ཨིན་པ་དང་། བྱིམ་
 འདི་ནི་དུས་དང་སྤུ་ལས་ར་སྤུར་པ་གི་བཙན་དར་ལུ་ས་ཅིག་ཨིན་མས། ཁོང་ཚུ་བྱིམ་འདི་ནང་གི་
 མཛོད་བཤམ་ནང་སྟོད་པ་ད་ལྷུག་འཚལ་སྟུན་དར་སྤུལ། དེ་ལས་ཁྲུས་ཚུ་འབྱུང་སྟེ་དུ་ཚར་གསུམ་
 བརྒྱབ་སྟེ། དཔའ་མཛེངས་པ་ཚུ་གི་གྲལ་ལས་གཅིག་གིས་མཛོད་བཤམ་ནང་ལས་བཙན་དར་
 ལུམ་ཨིན་པས།



གནམ་རྒྱལ་སྐྱང་ལས་བཙན་དར་ལུ་བའི་མཛོད་སྤུལ།



དཔའ་བོ་གིས་དམངས་མོ་བཏབ་པའི་སྐྱང།

དེ་ལས་ཚོས་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སྤྱིང་འཕུ། དཔའ་མཛེངས་པ་གི་ར་གིས་གྱི་ཤུབས་ནང་ལས་བཏོན་
 ཏེ། གནམ་ཁར་སྟོང་ལེགས་སོ་འབྲེན་སྟེ་པད་སྟོར་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱི་ཁར་འབྲེན་འགྲོམ་ཨིན་པས།
 ཁོང་ཚུ་བྱིམ་གྱི་ཕྱི་ཁར་སྟོད་པ་ད། བྱིམ་གྱི་སྤྱིན་བདག་གིས་ཕྱི་ཁར་བཙན་སྐྱིག་བརྒྱབ་སྟེ་ མར་
 ཆང་བཀལ་བཞག་པ་ཨིན་པས། དེ་ལས་མར་ཆང་གི་རྩ་བར་སྟོད་པ་ད། ཁོང་དཔའ་མཛེངས་པ་ཚུ་
 གིས་ལེགས་སོ་འབྲེན་སྟེ་མར་ཆང་གཡས་སྟོར་རྒྱབ། དེ་ལས་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་

མར་ཆང་ཕྱ་བར་འཆམ་རྒྱལ་པའི་ཤུལ་ལས་ མར་ཆང་ཕྱག་དབང་བཅར། མར་ཆང་གི་སྤྱད་
 གཏོར་སྤེ་ དཔའ་མཛངས་པ་གཅིག་གིས་དཀོན་མཆོག་གི་ཐད་རྒྱལ་ཡིན་པས།
 ད་རུང་གེ་ར་གྲུལ་བསྐྱར་ཏེ། བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་འཆམ་རྒྱལ། དབྱངས་དཔོན་གཉིས་
 དང། དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་ལེགས་སོ་འཐེན་ཏེ། བཙན་དར་ལུ་སྤེ་ལྟ་ཁང་ནང་འགྱུ་ལྟ་ཡིན་
 པས། ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་དམངས་བཙན་དར་ལུ་བར་འགྱུ་ལྟ་དང་དུས་གཅིག་ལྟ། དཔའ་བོ་
 འདི་གིས་ལྟ་ཁང་གི་སྤོ་ལོགས་ཁར་ སྤོ་སྤོར་བརྒྱལ་སའི་ཐང་ནང་དམངས་སོ་བཏབ། དེ་ལས་
 ཚོས་པ་གཅིག་གིས་ལྟ་ཁང་ནང་གནས་པོ་དང། ལྟ་བསང་གཏང་སྤོད་པ་ཡིན་པས། ཁོ་དཔའ་
 མཛངས་པ་ཚུ་ལྟ་ཁང་ནང་འོང་མ་ད། ལྟ་ཁང་ནང་བཙའ་སྤྱི་ག་ཚུ་མ་བཏུབ་བཏུབ་སྤེ་བརྒྱལ་སྤེ་
 མར་ཆང་བཀའ་བཞག་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་ལྟ་ཁང་ནང་སྤོད་པ་ཅིག
 དང་པ་རང་བཙན་དར་འདི་ལྟ་ཁང་ནང་ལྷུལ། དེ་ལས་ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་ལེགས་སོ་
 འཐེན། བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་མར་ཆང་ཕྱག་དབང་བཅར་སྤེ་མར་ཆང་སྤྱད་གཏོར་མ་
 ཡིན་པས། དེ་གི་ཤུལ་ལས་ཚོས་པ་འདི་གིས་ཁོང་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་ལུ་ལྷུས་གསོལ་གནང་མ་
 ཡིན་པས། དེ་ལས་དོ་རུང་ཚོས་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སྤྱིང་འཕུ། ཞམ་སྤུ་ཚུ་གིས་ལེགས་པས་འཐེན།
 བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་འཆམ་རྒྱལ། དབྱངས་དཔོན་དང་ དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་
 ལེགས་སོ་འཐེན། དེ་ལས་ཨ་ལོ་བཞི་དེ་ཅིག་གིས་དབང་ཕྱུག་ཆེན་མ་ཟེར་གིང་གིས་བཅོས་པའི་
 སོ་མཚན་གྱུ་ཚོན་དམར་བོ་བཏང་ཡོད་མི་ལུ་ཁ་དར་དང་ སྤོན་ཅི་གིས་བརྒྱན་ཡོད་མི་འདི་འབག
 འདི་གི་རྟིང་བདའ་སྤེ་ཨ་ལོ་དག་པ་ཅིག་འོང་མི་ཚུ་གིས་ཅལ་གཏམ་ཟེར་སོ་མོའི་མཚན་མའི་སྤོར་
 ལས་རོ་ཚ་སི་སི་གི་ཚིག་ཚུ་སྤོབ་ཡི་རང་འགྱུ། ཆིབས་གུལ་བཙན་ཏེ་ལྟ་ཁང་གུལ་སྤོར་ཚར་
 གསུམ་བརྒྱལ་སྤེ་བཙན་དར་དང་དབང་ཕྱུག་ཆེན་མ་གཉིས་ལྟ་ཁང་ནང་ལས་བྱི་ཁར་འཆམ་བརྒྱལ་
 སའི་ཐང་ནང་ཕེབས་བསུ་ལྟ་ཡིན་པས། ཁོང་བཙན་དར་དང་དབང་ཕྱུག་ཆེན་མ་ལུ་མི་ཚུ་ཐང་ན་
 འོང་མ་ད། བུམོ་ཚུ་གིས་གཟབ་ཆས་བསྐྱིགས། ལག་པར་འཛེར་མ་བ་བྲེ་གང་གང་འབག་སྤེ་གུལ་
 རང་ཤོ་བསྐྱིགས། དེ་ལས་ཁོང་ཚུ་གི་གདོང་ཁ་ལུ་མར་ཆང་བཀའ་བཞག་པ་ཡིན་པས། ཁོང་བུམོ་
 ཚུ་ཤོ་སྐྱིག་སྤོད་ད། ལྟ་ཁོ་ལྟ་མི་ཚུ་གིས་བུམོ་ག་ལེགས་པ་བལྟ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དབང་

ཕྱག་ཆེན་མ་དང་བཅན་དར་ལུ་མི་ཚུ་ལྟ་ཁང་གི་སྤོ་ལོགས་ཁར་སློ་སྐྱོར་བརྒྱབ་སའི་ཐང་ན་ལྟོད་པ་
ད། དབྱངས་དཔོན་དང་དཔལ་མཛེས་པ་ཚུ་གིས་ཐང་ན་ལོགས་སོ་འཐེན་ཏེ་ལེའུ་བསྐྱུར།



ཨ་ལོ་ཚུ་དབང་ཕྱག་ཆེན་མ་འབག་འཇོ་བའི་མཐོང་སྐྱེད།



དཔལ་ལོ་དང་དཔལ་མཛེས་པ་ཚུ་ཐང་ན་འཆམ་རྒྱབ་སའི་མཐོང་སྐྱེད།

དེ་ལས་བྱིས་པའི་དཔལ་ལོ་གཉིས་ཀྱིས་ཐང་ར་བདེ་བར་བསྐྱོར། མར་ཆང་ཕྱག་དབང་བཅར་སྤེ་
མར་ཆང་ཕྱད་གཏོར་མ་ཨིན་པས། སྤྱིར་བཏང་མར་ཆང་གི་སྐབས་མར་ཆང་ཚིག་ཡང་ང་བཅས་
པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་མི་འདི་རང་ཨིན་རུང་། ད་ལྟོ་གི་སྐབས་ལུ་མར་ཆང་རྒྱས་
པ་ཟེར་ཚིག་ཡང་མ་དྲམ་སྤེ་འདུག།

མར་ཆང་གི་ཚིག་ཡང་།

༡༡། །འོ་ དེ་རིང་གཟའ་སྐར་གྱུ་བ་སྤྱོད། དཔལ་གཉིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཉིམ། དམག་
མི་མང་པོ་འཛོམས་ནས། དག་ལྟོ་རྒྱལ་པོ་མཚོད་པའི་དུས་འདིར། གཙང་མའི་ཆང་ཕྱད་གཏོར་
དགོས་པས། དེ་ལ་ཆང་ཕྱད་བགྱིས་རྟགས་བརྒྱད། མགོ་ལ་བཟླ་ན་དུང་དཀར་འབྲ། ལ་ལ་བཟླ་
ན་འཁོར་ལོ་འབྲ། ནང་ལ་བཟླ་ན་བུམ་པ་འབྲ། སྐེ་ལ་བཟླ་ན་པ་ལྟོ་འབྲ། མདངས་ལ་བཟླ་ན་
རྒྱལ་མཚོད་འབྲ། ལུ་བ་བཟླ་ན་ཉ་འཛིན་འབྲ། ཡོན་ཏན་བཟླ་ན་དཔལ་ཡབ་འབྲ། སྤོད་བགྱིས་
རྟགས་བརྒྱད་ཚང་བའི་ནང་། ནང་བཟུང་བཟུང་ཕྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ། དཔལ་ལོ་མཉེས་པའི་ཚོགས་དུ།
ལ་དོག་བྱི་དང་ལོ་བཟུང། ལུས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཆང་ཕྱད་གཙང་མ་འདི། ལམ་མཁའ་
བས་དཔངས་མཐོ། ས་གཞི་བས་རྒྱ་ཆེ། སྐར་སང་བས་གངས་མང། ཉི་ཟླ་བས་འོད་གསལ།

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བརྟུན་ཅི་མཚོད། མཚོད། མཚོད། ལྷོགས་བརྟུན་ལྷོགས་གསུམ་བྱོན་པའི།
 རྒྱབས་གནས་བླ་མ་དགོན་མཚོག་ རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། རྒྱབས་
 གནས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ། མཉམ་མེད་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྟུན། བཀའ་བརྟུན་གསེར་རིའི་ཕྱིང་བ།
 ཚོས་སྐྱོན་ཅི་ལྟར་འཆང་ཆེན། ཉི་ལོ་ན་པོ། མར་པ་མི་ལ། ལྷ་འོད་གཞོན་ལྷ། རོ་རྗེ་གཤམ་པ། ས་
 འབྲུག་གླིང་རས། ལ་སོགས་པའི་རབ་དཀར་བརྟུན་པའི་བླ་མ་ཐམས་ཅད་མཚོད། ལྷ་པར་
 དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ། འཕྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས། ལྷོད་འབྲུག་གནས་ཀྱི་སྐར་མ། ལྷོད་
 འབྲུག་མ་ཡི་རྗེ་གསུམ་པ། བར་འབྲུག་དབྱར་གྱི་རྩ་བཞིན་རྒྱས་པའི་བྱ་ཆེན་གདུགས་ཐོགས་སྤོང་
 དང་ཉིས་བརྒྱ་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། མཉམ་མེད་སེའྲེའི་ཚོས་གཤམ་པ། རིགས་གསུམ་
 མགོན་པོའི་རྣམ་སྤྲུལ། ཚུངས་མེད་རྒྱལ་དབང་ཚོས་རྗེ། དག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ཡབ་སྲས།
 འཇམ་དབྱངས་ཚོས་ཀྱི་གཤམ་པ། མི་པམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། ཡབ་རྗེ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ལ་སོགས་
 པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། ཡང་སྐོས་ཁ་བཞི་རྒྱལ་ཁབ། ལྷོ་འཇམ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱལ། ཞབས་
 རྩུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ། རྒྱལ་སྐོབ་བརྟུན་པར་བཅས་པ། བྲ་ཚང་འཕགས་པའི་མཁན་ཆེན།
 གནས་བརྟན་རིམ་པར་བྱོན་པ། དེ་ཅན་ཅ་བའི་བླ་མ། དག་འདུན་རྒྱ་མཚོ་བཅས་པ་ཐམས་
 ཅད་མཚོད། གནས་ཆེན་ཟངས་མདོག་དཔལ་རི། འཆི་མེད་པརྟུང་འབྱུང་གནས། ལྷགས་རི་རྩོར་
 བཤུ་རྟ་མགོར། ས་རྗེ་འཕྲོ་བའི་མགོན་པོ། བྱ་རྩོད་ལྷུང་པོའི་རི་བོར། རྩུབ་དབང་གྲུ་རིན་ཆེན།
 དཔལ་རི་རྩོ་རྗེ་གདན་ལ། བསྟན་འཛིན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། ལྷོ་ཚོགས་བཀྲིས་སྐང་ལ། མཁས་
 རྩུབ་ཀུན་དགའ་རྒྱ་མཚོ། ཐེག་ཆེན་མདོ་སྤེ་བཤུ་ལ། དག་དབང་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས། མཐའ་
 རྩུག་རི་བོའི་རྩེ་མོར། ཡོངས་འཛིན་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་གླིང། བསེ་ལའི་རྣམ་རྒྱལ་རྩེ་མོར།
 འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་རོ་རྗེ། རྟ་ལོག་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་གླིང། དག་དབང་འཛིགས་མེད་གཤམ་
 པ། ལྷོད་སྤྲེང་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་གླིང། པད་གླིང་ཡབ་སྲས་གསུམ་པོ། ལྷོ་ཉོ་དཔལ་གྱི་དགོན་པ།
 བསྟན་འཛིན་ལེགས་པའི་དོན་རྒྱབ། ལྷོ་མ་བྱོན་གྱི་དགོན་པ། ཞབས་རྩུང་མཚོད་ལྷན་འདུལ་
 བ། འཕྲོ་མགོན་ཚོ་དབང་རིག་འཛིན། དུངས་རྒྱུའི་ཤེལ་དཀར་བཤུ་ལ། གཏེར་སྐོན་རོ་རྗེ་གླིང་
 པ། ལྷོ་མོའི་གདོང་དཀར་སྤྲུལ་སྤྲུ། རུས་བེ་ཉི་ཟེར་སྤྲུལ་སྤྲུ་ལ་སོགས་པའི་བླ་མ་ཐམས་ཅད་

མཚོད། ཡང་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོགས་བདེ་མཚོག་འཁོར་ལོ་སྡོམ་པ། སྤྱིང་པོ་དབྱེས་
 པ་དོ་རྗེ། དཔལ་ལྷན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། རོ་རྗེ་གདན་བཞི། གསང་བ་འདུས་པ། རོ་རྗེ་འཇིགས་
 བྱེད། རོ་རྗེ་ཕུར་པའི་ལྷ་ཚོགས། མ་རྒྱ་ལ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་དང། བྱ་བའི་
 རྒྱུད། སྤྱོད་པའི་རྒྱུད། རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད། བྲ་མེད་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་
 ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་མཚོད། གསང་སྤྲུགས་རྙིང་མའི་ལྷ་ཚོགས། འཇམ་དཔལ་སྐྱུ་ཡི་ལྷ་
 ཚོགས། པདྨ་གསུང་གི་ལྷ་ཚོགས། ཡང་དག་ཕྱུགས་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས། བདུད་ཅི་ཡོན་ཏན་གྱི་ལྷ་
 ཚོགས། ཕུར་པ་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས། མ་མོ་བོད་གཏོང་གི་ལྷ་ཚོགས། འཇིག་རྟེན་མཚོད་
 བསྟོད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས། དམོད་པ་དྲག་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ་སོགས་སྐབ་ཆེན་བཀའ་བརྒྱུད་ཞི་བ་
 བཞི་བཅུ་ཙུག་གཉིས། ལྷག་འབྲུང་ལྷ་བཅུ་ཙུག་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། མཁའ་འགོ་
 རོ་རྗེ་ཕག་མོ། མ་མོ་ཡིགས་ལྷའི་ལྷ་ཚོགས། རྒྱས་པའི་ལྷ་མོ་བཙོ་ལྷ། བསྐྱུས་པ་ལྷ་ཙུག་སྐྱེས་
 པ། རྗེ་བཅུན་རོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ། མཁའ་འགོ་སེརྗེའི་གདོང་ཅན། ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཙུ་
 བཞི། གནས་སྐྱུ་ཙུ་སོ་གཉིས། ས་གསུམ་གནས་པའི་ཕྱོགས་སྐྱོང་དང་ཞིང་སྐྱོང་གི་ དཔལ་པོ་
 དང་མཁའ་འགོའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་མཚོད། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྐྱེད་སྐྱུད། ཚོས་སྐྱོང་ཡེ་
 ཤེས་མགོན་པོ། ལས་མགོན་བྱ་རོག་གདོང་ཅན། དཔལ་ལྷན་དུད་གསོལ་ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པའི་
 མ་རྒྱ་ཀ་ལ་ལྷམ་དལ། སྐྱུའི་མགོན་པོ། གསུང་གི་མགོན་པོ། ཕྱུགས་ཀྱི་མགོན་པོ། ལ་སོགས་
 པའི་མགོན་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། ལྷའི་མགོན་པོ་དགུ་དང།
 དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ སྤྲེ་བརྒྱུད་ཀྱི་མགོན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ ཕྱོགས་བཅུའི་
 འཇིག་རྟེན་སྐྱོང་བ་རྒྱལ་ཆེན་སྤྲེ་བཞི་དཔུང་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོད། ཡང་ཚོས་ལོར་
 གཏོར་བདག་རྣམ་སྲས། དབྱངས་ཅན་ཇོ་མོ་ཚོ་རིང་མ། རོ་རྗེ་གཡུ་སྐྱོན་མ། འཇིགས་རུང་དུར་
 ལོད་བདག་མོ། མ་གཅིག་སྤྱིད་པའི་རྒྱལ་མོ། བོད་ཁམས་སྐྱོང་བའི་བསྐྱེད་མ་བཅུ་གཉིས་ལ་
 སོགས་པའི་སྐྱོ་བའི་རྗེ་བཅུན། དགོ་བསྐྱེད་རོ་རྗེ་དགའ་འདུལ། དམ་ཅན་སྐོ་བདུད་ལྷགས་ཀྱི་རལ་
 པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་མཐུ་ཙུལ་རུས་པ་ལྷན་པའི་པོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོས་སྐྱོང་ཐམས་ཅད་མཚོད། དཔལ་
 ལྷན་འབྲུག་དང་ར་ལུང་གཞི་བདག སྐྱངས་ཐང་ལུང་ཡུལ་དགོན་བླག ཐིམ་ཡུལ་རོ་རྗེ་བླག་ཙུལ།

དབང་འདུས་སྐང་མཇུག་བཅན། སྤྱ་ལྗོའི་རྩྭ་རལ་མགོན་པོ། ཚོས་ཅེའི་དགའ་རབ་དབང་ཕྱུག
 ལ་སོགས་པའི་གདན་སའི་སྤྱང་མ་ཐམས་ཅད་མཚོན། ཤར་གྱི་རྩ་བུ་གསུམ་གསུམ། མང་གི་
 གདོང་དཀར་བཅན་ཚེ། སྤྱ་ལྗོའི་དོ་རྩེ་ལྷུང་བུའོ། རྒྱར་བཅུག་དམག་དཔོན་ཚེན་པོ། སྤྱུག་
 བཅན་དོ་རྩེ་དག་འཛེམས། ལྷ་ཚེན་ཚོ་པོ་དུར་ཤིང། བུག་སངས་ལོ་གྱི་བདག་པོ། ལུང་གསུམ་
 དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོན། ཡང་ལྷུང་པར་ཉི་མ་དེ་རིང་མཚོན་ཅིང་བརྟེན་
 པའི་ངོ་བོ། གསོལ་ཞིང་སྤྱུབ་པའི་གཙོ་བོ། མཐུ་རྩལ་རྣམས་པའི་མངའ་བདག་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་
 གྱི་གཏེར་མཛོན། དག་ལྷ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱུ། ཤར་ལུ་དགོན་མོའི་ལྷ་སྐལ། ལུང་མཚོ་དག་
 ལྷའི་རྒྱལ་པོ། སྤིང་མོ་མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ། ཐུགས་སྤུས་དགོས་འདོད་ཀྱང་བྱུང། ལ་སོགས་པའི་
 སྤོན་འབངས་མངག་གཞུག་སྤེ་བརྒྱད་དེགས་པའི་ འཁོར་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་ལྷོ་བ་པ་དང་
 བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོན། སེམས་ཅན་ཏྲ་དཀར་མི་དཀར། ཞོལ་མདོ་དག་བསྟེན་དོར་
 ལེགས། གཞི་བདག་མདོན་པར་གྱུ་རི། སྤུགས་ར་རྣམ་རྒྱལ་བཟང་མོ། ལ་སོགས་པའི་མཚོ་
 གཉིས་ཤར་གྱི་ གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་མཚོན། གནས་བྱང་དཀར་ཅེ་ལས་ཕྱོན་པའི། མཐོ་བ་
 བྱ་པར་སྤོ་བཅུ། དམའ་མདངས་རྒྱས་འོད་ལུ་སྤོང་སྤུ་གཡུ་ཡི་རལ་བ། ཅན་མ་བྱའི་གདོང་སྤོ ཐང་
 སྤིད་པའི་ཐང་ཁར། བོད་རྒྱ་ནག་ཚོང་ཐོག་ཁར་བཞུགས་མི། དཔལ་བཟང་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱབ་སྤོར།
 རིགས་བཟང་དཔལ་བོའི་ལྷ་སྐལ། དག་ལྷའི་མ་སངས་སྤུན་དགུ་མཚོན། གཞན་ཡང་མངའ་
 རིས་སྤོར་གསུམ། དབུས་གཙང་ལུ་བཞི། བྱ་དུགས་ཀོང་གསུམ། ལྷོ་མོན་ཁ་བཞི་ལ་སོགས་
 པའི་ ས་རྩོ་རི་བྲག་ཤིང་དང་རྒྱལ་གནས་པའི་ གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་མཚོན། ཚོམས་ཤིང་
 དབྱེས་པར་མཛོན་ལ། འགལ་རྒྱུན་སེལ་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོན་ཅིག སར་
 སོང་དག་པོ་བུལ་མི། ལྷོ་འོང་བུམས་གཉེན་སྤོང་མི། མི་ངོ་ལྷ་དང་འབྲེ་བ། ཡང་རྩལ་སེལ་འབྲེ་
 བ། ལྷོ་བས་རྩལ་སྤང་ཚེན་འབྲེ་བ། རིག་རྩལ་སྤུར་པ་འབྲེ་བ། རན་ལྷ་ཕྱི་ལ་སྤོག་མི། ལྷ་གཡང་
 རང་ལ་ལུགས་མི། དག་ལྷའི་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འཇུག གོ་སར་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་འཇུག། དཔའ་
 རྩལ་སྤོབས་དང་ལྷན་པའི་དམག་མི་ཐམས་ཅད་མཚོན། དམག་མི་མང་པོའི་སྤོ་གཏད་སྤྲོན་རྒྱུང་

བྱ་མོའི་ཡིད་འོང། དཔའ་རྩལ་ཁྲོམ་ལ་དོགས་མི། དགོ་བཤེས་ཁོང་ལ་བརྟོན་མི། ལྷོ་བས་ལྷན་
 དཔའ་བོ་རོལ་དབྱངས་ དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མཚོད།། ཟེར་ལུ་བ་ཡིན་ནོ་ལགས། | 41
 དེ་ལས་མར་ཆང་སྤྱད་གཏོར་ཚར་ཞིན་མ་ལས། དབང་ལྷུག་ཆེན་མ་དང་བཙན་དར་གཉིས་གྲུལ་
 མགྲུ་བཀལ་བཞག་སྟེ། ཁོང་དཔའ་མཛེངས་པ་དམངས་དང་དབང་ལྷུག་ཆེན་མོ་འབག་མི་ཨ་ལོ་
 ཚུ། དེ་ལས་ཞབས་ཁ་རྒྱབ་མི་ཚུ་གོ་ར་ གྲུལ་གཡས་གྲུལ་གཡོན་གྲུལ་བཙན་དེ་ ས་ཁར་སྡོད་
 ཞིན་མ་ལས། ཁོང་ཤོ་སླིག་མི་ཚུ་གི་ལག་པར་ཡོད་པའི་འཛེར་ཕ་ བེ་གང་ལྷ་སྐལ་སྟེ་ལྷ་ཁྱིམ་
 བང་སྤུལ། གང་དབང་ལྷུག་ཆེན་མ་གི་སྐུ་སྐལ་སྟེ་སྤུལ། དེ་ལས་གང་བཙན་དར་གི་སྐུ་སྐལ་སྤུལ་
 ཞིན་མ་ལས། གཞན་མི་ཚུ་གོ་ར་སྐུག་ལུ་ཁ་ཤ་སྟོམ་གཅིག་འབེན་ཞིན་མ་ལས། འདི་ནང་གྲུགས་
 སྟེ་དཔའ་བོ་གིས་ལག་པར་ཡོད་པའི་དྲིལ་བུའི་ནང་འཛེར་ཕ་དཔོག་ཞིན་མ་ལས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་
 ཡུལ་ལྷ་ཚུ་ལུ་ཤོ་སྤྱད་སྤུལ་ཕ་ཨིན་པས། ཤོ་སྤྱད་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་ ལུ་དང་ལུ་རྒྱབ་སྟེ། དེ་ལས་
 གྲུལ་ནང་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་ལུ་ཁོང་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་དམངས་ཀྱིས་ཇ་དྲངས་ཨིན་པས། ཇ་དང་
 གཅིག་ཁར་ཇ་རྩལ་སྟེ་ཤོ་སྤྱད་སྤུལ་མི་འཛེར་ཕ་འདི་དྲངས་ཨིན་པས། དེ་ལས་དཔའ་བོ་གིས་ལྷ་
 ཁྱིམ་ཀྱི་སྟོ་ཁ་ལས་ཕྱོགས་བཞི་གི་རྒྱལ་པོ་དང། གཡུས་ཁའི་ཡུལ་ལྷ་ཚུ་ལུ་གཏོར་མ་དང་གསེར་
 སྐྱེམས་སྤུལ་ཕ་ཨིན་པས། དེ་གི་ཤུལ་ལས་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གིས་ལྷ་ཁྱིམ་ནང་ལྷ་རྒྱབ་
 ལུ། དེ་ལས་ནང་འཆམ་རྒྱབ་ད། ཁོང་དཔའ་མཛེངས་པ་དམངས་ཐང་ནང་ལེགས་སོ་འབེན་ཏེ་
 ལེའུ་བསྐྱར་སྟེ། དེ་ལས་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གིས་ཉེན་བརྟེན་འབད་ཕ་ད། དབྱངས་དཔོན་
 གཉིས་ཀྱིས་དཔའ་བོ་གི་ཞབས་སུ་བཙན་ཏེ་དཔའ་བོ་འདི་ཐང་ན་ལུ། འདི་བཟུམ་སྟེ་རང་བྱིས་
 པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་མ་ལུ་ཨིན་པས། དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གཉིས་ཐང་
 བ་ལུ་སྟེ་སྟོད་པ་ད་ལུ། ཁོང་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ། དབྱངས་དཔོན་དང་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ།
 དེ་ལས་དཔའ་མཛེངས་པ་ཚུ་གོ་ར་ཅིག་ཁར་སྟེ་འཆམ་རྒྱབ་ཨིན་པས། དུས་ཡུན་མང་རབས་ཅིག་
 འཆམ་རྒྱབ་པའི་ཤུལ་ལས་སྤུལ་འགྲོ་སྤུལ་འགྲོ་བརྒྱབ་སྟེ། དཔའ་བོ་དང་དབྱངས་དཔོན་དེ་ལས་

41 ་ རི་ཐང་སྟོ་སྟོའི་ཆང་མཚོད་རྒྱས་པ་འདི་ཨིན་པས།

དཔའ་མཛེས་པ་རྩེ་བདའ་སྟེ་ བསྐྱལ་བར་འགྲོམ་དང་གཅིག་ཁར། ཁོང་བྱིས་པའི་དཔའ་
 བོ་གཉིས་པོ་འདི་གིས་རྣལ་འབྱོར་མ་འདི་ལོག་སྟེ་ལྷ་བྱིས་ནང་ལྷུ་མ་ཡིན་པས། འདྲེ་བགེགས་
 འབྱུང་པོ་འདི་རྩེ་རྩེ་མཚོ་པར་ཁར་བསྐྱོག་ཚར་ཞིན་མ་ལས། དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་གིས་ལག་
 གཡོན་པར་བཅོན་དར་འབག ལག་གཡས་པར་དཔའ་རྟགས་འབག་སྟེ་ཐད་རྒྱབ་ཡིན་པས།
 འདྲེ་བདའ་བསྐྱལ་ས་ལས་དཔའ་བོ་འདི་ཁོང་དབྱངས་དཔོན་དང་དཔའ་མཛེས་པ་རྩེ་དང་འབྲེལ་
 མ་དགོ་པར་ཉེ་མ་ལས་ལྷ་བྱིས་ནང་འོང་སྟོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ཁོང་དབྱངས་དཔོན་དང་
 དཔའ་མཛེས་པ་རྩེ་བདའ་བསྐྱལ་ས་ལས་ལེགས་སོ་འཐེན་ཉེ་ལོག་འོང་མ་དུ། ལམ་ཕྱིད་
 ལས་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷ་སྟེ་ཐང་ན་བསྐྱལ། ཐང་ན་སྟོད་པ་ད་སྟོར་ར་བརྒྱབ་སྟེ་
 ལེགས་སོ་འཐེན་སྟེ། ད་རུང་ལོག་སྟེ་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མཛེས་པ་དམངས་འཆམ་རྒྱབ་ཡིན་...
 པས། འཆམ་མང་རབས་ཅིག་བརྒྱབ་པའི་ལྷལ་ལས། འདི་ཁར་ལྷ་དཔོན་བལྟ་བར་འཇོམས་པའི་
 མི་སེར་རྩེ་གིས་ཁོང་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མཛེས་པ་ལུ་དམངས་དར་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དར་
 བཏགས་པའི་སྐབས་ཡང་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གཉིས་སོ་སོ་སྟེ་བཏགས། དབྱངས་དཔོན་
 གཉིས་གཅིག་ཁར་བཏགས། བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཅིག་ཁར་བཏགས། དེ་ལས་དཔའ་
 མཛེས་པ་རྩེ་གེ་ར་གཅིག་ཁར་སྟེ་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དར་བཏགས་ཚར་ཞིན་མ་ལས། ཁོང་
 དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མཛེས་པ་དམངས་ཀྱིས་ཐང་ན་ལོག་སྟེ་ དར་འཆམ་རྒྱབ་པའི་སྐབས།
 དབྱངས་དཔོན་དང་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་ དེ་ལས་ རྣལ་འབྱོར་མ་གི་བཟའ་ཚང་རྩེ་གིས་འདི་ཁར་
 འཇོམས་པའི་མི་སེར་རྩེ་ལུ་དར་བཏགས་པའི་དགའ་ཚོར་ལུ་མཛེར་ཅུམ་ཡང་བྱིན་སྟོལ་འདུག་
 ཡིན་རུང་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མཛེས་པ་གཞན་རྩེ་གིས་བྱིན་པའི་སྟོལ་མི་འདུག ཉིན་མ་གཉིས་
 པ་དངོས་གཞི་གི་སྐབས་ལུ། འདྲེ་ཚར་གཉིས་བདའ་སྟེ་སྐྱལ་བར་འགྲོ་དགོས་ལས། ཤོ་ཐངས་
 གཉིས་པ་འདི་ལོ་པ་བདའ་བསྐྱལ་སར་མེན་པར། ཨ་ཙཱི་ཅིག་ལམ་ཐག་རིང་སར་བསྐྱལ་མ་ཡིན་
 པས། ཐངས་གཉིས་པ་གི་འདྲེ་བདའ་བསྐྱལ་མ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན། སྤྱད་མ་འདི་གིས་
 གཏོང་ལས་སྤྱད་འབག་འགྲོ། དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མཛེས་པ་ དེ་ལས་དབྱངས་དཔོན་རྩེ་གིས་
 རྩིང་ལས་འཇིགས་སྐྱག་དང་བཅས་པ་སྟེ་བདའ་འགྲོམ་ཡིན་པས། དེ་ལས་འདྲེ་བསྐྱལ་སའི་ས་

ཁོངས་ན་སྟོན་པ་ད། གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་རང་ འདྲེ་ཚུ་རྒྱ་མཚོ་མར་ཁར་བསྐྱོག་ཚར་
ཞིན་མ་ལས། མཁའ་འགོའི་རྒྱུ་ལམ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མདའ་ཅིག་ཡང་རྒྱབ་སྟོལ་འདུག དེ་ལས་
བད་བརྒྱབ་སྟེ་ལོག་སྟེ་ཐང་ན་འཐོམ་ཨིན་པས། ཁོང་དབྱངས་དཔོན་དང་ དཔའ་མཛེས་པ་རྒྱ་
འདྲེ་བདའ་བསྐྱལ་ས་ལས་ལེགས་སོ་འཐོན་ཏེ་ལོག་འོང་མ་ད། ལམ་སྟེད་ལས་བྱིས་པའི་དཔའ་པོ་
གཉིས་ཀྱིས་ལུ་སྟེ་ཐང་ན་བསྐྱལ། ཐང་ན་སྟོན་པ་ད་སྟོར་ར་བརྒྱབ་སྟེ་ལོགས་སོ་འཐོན་སྟེ་བར་
མཚམས་ལེན་མ་ཨིན་པས། དེ་གི་ལུ་ལས་ཉིན་ཏེ་མ་བཟུམ་འབད་རང་གུལ་བཅད་ཞིན་མ་
ལས་གར་འཆམ་རྒྱབ། དེ་ལས་དབྱངས་དཔོན་དང་བྱིས་པའི་དཔའ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་དཔའ་པོ་དང་
རྣལ་འབྱོར་མ་གཉིས་ལྟ་བུམ་ནང་ལུ་ཨིན་པས།

སྟོ་སྟོར་གྱི་སྐབས་ལུ། སྤྱི་དཔོན་གྱི་ཁྱིམ་ནང་ལས་དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་ཐོན་དགོ་པ་ད། ཁོ་
གི་མིང་ལུ་སྤྱད་མ་ཟེར་སྐབ་ཨིན་པས། ཁོ་ལུ་སྤྱད་མ་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་དོན་དག་གསལ་ཏོག་ཏོ་
ཅིག་མི་འདུག ཨིན་རུང་གཡུས་ཁའི་ཤར་ཤོས་རྒྱ་གིས་སྐབ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན། ཉིན་མ་
གཉིས་པ་གི་ཚེ་ཕྱི་རུ་འདྲེ་བདའ་བསྐྱལ་མ་ད། སྤྱད་འདི་སྤྱད་མ་འདི་གིས་འབག་དགོས་པ་ལས་ཁོ་
ལུ་སྤྱད་མ་ཟེར་སྐབ་ཨིན་ཟེར་ཨིན་པས། སྐབ་སྟོལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན། ཁོ་གིས་ལྟ་མོ་
རྩ་མི་རྒྱ་གི་སྐྱུག་ལས་མར་གོག་གསོལ་འཐོན་ཏེ་ཏི་རུ་ལྟང་སྟོན་པ་ལས་སྤྱད་མ་ཟེར་ཡང་སྐབ་ཨིན་
པས། དེ་འབད་མ་ད། གཡུས་ཁའི་མི་རྒྱ་གིས་སྤྱད་མ་ཟེར་འཕོ་བའི་རྫོང་སྐྱད་ཁོ་རའི་བྱེད་ལས་
ཀྱི་ཆ་ལས་ཡང་མིང་འདི་སྤྱད་མ་ཟེར་མི་རང་འཐད་པས་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན། སྟོ་སྟོར་རྒྱབ་པའི་སྐབས།
ཁོ་གཞན་དཔའ་མཛེས་པ་རྒྱ་བཟུམ་སྟེ་ གུལ་ཁར་འཆམ་རྒྱབ་མ་དགོ་པར་ཁོམ་བཤལ་རྒྱབ་
གོག་གསོལ་འཐོན་སྟེ་ཏི་རུ་ལྟང་སྟོན་པ་ཨིན་པས།

མཇུག་རང་དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་གིས་གནས་པོའི་དར་འབག ཨ་ལོ་རྒྱ་གིས་དབང་ཕུག་
ཚེན་མ་འབག ཨམ་སུ་རྒྱ་གིས་ལེགས་པས་འཐོན། ཚོས་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་སྤྱིང་འདུ། བྱིས་པའི་
དཔའ་པོ་གིས་འཆམ་རྒྱབ། དཔའ་མཛེས་པ་གཅིག་གིས་བཙན་དར་འབག དེ་ལས་དབྱངས་
དཔོན་དང་དཔའ་མཛེས་པ་གཞན་རྒྱ་གིས་ལེགས་སོ་འཐོན་ཏེ། སྤྱི་དཔོན་གྱི་ཁྱིམ་ནང་གནས་
པོའི་དར་དང། བཙན་དར། དེ་ལས་དབང་ཕུག་ཚེན་མ་རྒྱ་ཨིན་པས། སྤྱི་དཔོན་གྱི་ཁྱིམ་

ནང་སྟོན་པ་ད། སློ་ཁར་བསང་བཏང་། མར་ཆང་བཀལ། བུམོ་གཅིག་གིས་མར་དོ་འབག བུམོ་
 གཅིག་གིས་ཕྱེ་མར་འབག བུམོ་གཅིག་གིས་མར་ཆང་འབག དེ་ལས་བུམོ་གསུམ་གྱིས་ཚུ་བློ་མ་
 འབག་སྐྱེ་སྟོན་པ་ཡིན་པས། དངོས་གྲུབ་འབག་མི་ཚུ་སློ་ཁར་སྟོན་པ་ཅིག་ནང་གི་ཨམ་གཙོ་བོ་
 འདི་གིས་ཕྱག་འཚལ་ཏེ། དབང་ཕྱུག་ཆེན་མ་དང་བཙན་དར། དེ་ལས་གནས་པོའི་དར་ཚུ་ལས་
 དབང་ལྷམ་ཡིན་པས། གཡུས་ཁའི་ཆུ་ཤོས་ཚུ་གིས་སྐྱབ་མའི་ནང་། འདི་ཚུ་ལས་དབང་ལྷམ་
 ཅིན། རང་གི་བྱིམ་ནང་བྱ་གཞི་མ་དར་བར་ཡོད་པ་ཅིན། བྱ་གཞི་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་ཟེར་
 བཤད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་བྱིས་པའི་དཔའ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་མར་ཆང་གི་སྐྱེ་མཁུ་ལུ་ཐང་ར་བཏེ་
 བར་བསྐྱོར་ཞེན་ལས་མར་ཆང་ཕྱུད་གཏོར། དེ་ལས་གནས་པོའི་དར་དང་བཙན་དར། དབང་
 ཕྱུག་ཆེན་མ་ཚུ་མཚོད་བཤམ་ནང་ལྷམ་ཡིན་པས། མཚོད་བཤམ་ནང་སྟོན་པ་ད། གནས་པོའི་
 ལེགས་མོའི་བཤད་པ་རྒྱབ། མར་ཆང་ཕྱུད་གཏོར་མ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཁོ་དཔའ་མཛངས་པ་
 དམངས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་ཚུ་ཕྱུད་དེ། མཚོད་བཤམ་ནང་ཉེན་མ་གསུམ་དང་ཞག་གསུམ་གྱི་དོན་ལས་
 བཞག་པ་ཡིན་པས། དེ་སྟེ་བཞག་དགོ་མི་འདི་ཡང་། བྱིམ་ནང་ཐོབ་པའི་དངོས་གྲུབ་ཚུ་བྱི་ཁར་
 མི་འགྲོ་ཞིའི་དོན་ལུ་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས། འདི་ཚུ་གེ་ར་འབད་ཚར་མ་ད། སྤྱི་དཔོན་གི་
 ཁ་ཕྱག་ལས་འདི་ཁར་བྱོན་མི་གེ་ར་ལུ་ང་དང་བྱི་རུ་གི་ལྟོ་ངངས་སྟེ་ལུ་ཅིག་ཞབས་ཁྲ་བརྒྱབ་སྟེ།
 འདི་གི་ནངས་པ་རྩོ་བར་གནས་ལོང་མ་ད། བཀྲ་གིས་པབ་སྟེ་སྟོ་སྟོར་གྱི་ལས་རིམ་འདི་མཇུག་
 སྟུང་ཡིན་པས།

དབང་བོ་གི་ཆས།

དཔའ་བོ་གི་གཟུགས་ཁར་ཆས་ཚུ་ཡང་། གཟུགས་ཁར་གོ་བྱོན། གོ་གི་ཕྱི་ལས་ཁོད་སྤྲད་ལུ་
 མཁའ་དམར་དཀྱིས། དེ་ལས་མགུ་ལུ་རིགས་ལྡ་བཙུགས། ལག་པ་གཡས་པར་ཀྱང་གི་འབག
 གཡོན་མར་དྲིལ་བུ་བརྒྱང་མ་ཡིན་པས།

རྣལ་འབྱོར་མ་གྱི་ཆས།

རྣལ་འབྱོར་མ་འདི་ཐོ་རྒྱུ་གྱིས་ད་གྱི་ར་ད་གྱིས། མགྲུ་ལུ་རིགས་ལྡན་བཅུགས། རྒྱུ་ལས་མར་
དར་སྣ་ལྡན་དུང་། ལག་པ་གཡས་པར་ཀྱང་གྱི་འབག་གཡོན་མར་བྲིལ་བུ་བཤེད་སྟེ་རྒྱུ་ཡིན་
པས།

བྱིས་པའི་དཔའ་ལོ་གྱི་ཆས།

བྱིས་པའི་དཔའ་ལོ་གྱི་ཆས་འདི་འབད་བ་ཅིན། གཟུགས་ཁར་ལུང་མེར་མ་གྱི་གོ་ཚུན། མགྲུ་ལུ་
ཐོད་རྒྱུ་བཅུགས། རྒྱུ་ལས་མར་དར་སྣ་ལྡན་དུང་། ལྷན་ཚེ་བཀའ་ཞེ་བཀའ། དེ་ལས་སྐྱོད་
པར་དཔའ་རྟགས་སྐྱོད་སྐྱོད་སྟེ་བཏགས། ལག་པར་ཀྱང་གྱི་འབག་སྟེ་རྒྱུ་ཡིན་པས།

དབྱངས་དཔོན་གྱི་ཆས།

དབྱངས་དཔོན་གཉིས་འབད་བ་ཅིན། གཟུགས་ཁར་བཟང་གོ་ལྷིག་ལྷིམ་ཚུན། ལུག་ལྷག་
གཡས་པ་ལས་མཁའ་དམར་མེར་སྐྱོམ་རྒྱུ། ལག་པ་གཡོན་པའི་འོག་ལས་དཔའ་རྟགས་གཅིག་
སྐྱོད་སྐྱོད་སྟེ་བཏགས། དཔའ་རྟགས་གཅིག་དཔའ་མཛངས་པ་བཟུམ་སྟེ་བཏགས། ལྷན་ཚེ་
བཀའ་ཞེ་བཀའ། མགྲུ་ལུ་ཐོད་རྒྱུ་བཅུགས། རྒྱུ་ལས་མར་དར་སྣ་ལྡན་དུང་མ་ཡིན་པས།

དཔའ་མཛངས་པ་གྱི་ཆས།

གཟུགས་ཁར་བཟང་གོ་ལྷིག་ལྷིམ་ཚུན། ལྷན་ཚེ་བཀའ་ཞེ་བཀའ། དཔའ་རྟགས་བཏགས།
མགྲུ་ལུ་ཐོད་རྒྱུ་བཅུགས་པ་ཡིན་པས།

སྤྱད་མའི་ཆས།

སྤྱད་མ་འདི་འབད་བ་ཅིན། དཔའ་མཛངས་པ་བཟུམ་སྟེ་བཟང་གོ་ལྷིག་ལྷིམ་ཚུན། མགྲུ་ལུ་ཐོད་
རྒྱུ་བཅུགས། རྒྱུ་ལས་མར་དར་སྣ་ལྡན་དུང་། དེ་ལས་ལུག་ལྷག་གཡས་པ་མཛུགས་
བཏགས་བཏགས་པ་ཅིག་འབག་པ་ཡིན་པས།

མཚུག་བསྟུ།

ལམ་སྟོལ་འདི་བཟུམ་ཅིག་གི་སྐྱོར་ལས་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་དགོ་མི་དེ་ དང་པ་ང་བཅས་རའི་
རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ལམ་སྟོལ་ཚུ་ མར་ཉམས་པར་བཞག་ཐབས་དང་ གཉིས་པ་དོན་ཚན་འདི་གི་

སྐྱོར་ལས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་བཀོད་པ་ཅིག་མ་ཐོང་མ་ལས་སྟོན་ཏེ་ཡིན། གསུམ་པ་ཟེར་ཕ་ད་
 འཕྲལ་ཁམས་ཅིག་ཁར་ ཁོང་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སློ་སྐྱོར་འདི་ཙམ་མེད་བཏང་ཞིན་མ་
 ལས་ འདི་གི་ཚབ་ལུ་ཚེས་བཅུ་བཅུགས་ནིའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ སྐབས་སར་གོ་བའི་བྱུང་ལས་ མ་
 འོངས་པའི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཞིབ་འཇོལ་འབད་འབད་ཕ་ཡིན། དོན་ཚན་འདི་གི་སྐྱོར་
 ལས་ལམ་སྟོན་དང་ལུན་དག་མཛད་གནང་མི་ རིག་གཞུང་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་གཙུག་ལག་
 གྲླིག་འཛིན་ སློབ་བསྟན་འཛིན་དོ་ཇེ་མཚོག་ལུ་ ཉིང་དྲངས་མའི་དགྲིལ་ལས་རང་ བགྲིན་ཆེ་
 ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེ་ལས་དབང་འདུས་ཆ་ལོག་དྲངས་ཚུ་མེད་ལོག་ རི་ཐང་གཡུས་ཁའི་ཚོགས་
 པ་གིས་དབུ་གཙོས་པའི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ཞིབ་འཇོལ་འབད་བའི་སྐབས་ ང་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་
 གནང་མི་ལུ་བགྲིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི་དང་ ལྷག་པར་དུ་ དབང་འདུས་ཆ་ལོག་ ཉི་ཤོ་མེད་ལོག་དགོན་
 སར་གཡུས་ཁ་ལས་ཡིན་པའི་སྤུ་རྒྱུལ་མཚན་ལུ་ སློ་སྐྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་ཚུ་འཚོལ་ཏེ་
 རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་གནང་མི་ལུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་བགྲིན་ཆེ་ ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། བྱང་རང་ཤེས་བྱ་
 རྒྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་ ཞིབ་འཇོལ་འདི་ནང་ནོར་བ་དང་འཁྲུལ་བ་རེ་འབྱུང་གིད། དེ་འབད་ཕ་ལས་
 རྩན་ལྷན་ཡོངས་ཀྱིས་ཐུགས་ཀྱི་བཟོན་པ་བཞེས་ཏེ་ལམ་སྟོན་ བཀའ་སློབ་བཟང་པོ་གནང་སྟེ་
 བགྲིན་བསྐྱུང་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། ད་རེས་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་འདི་ནང་ལུ་ རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ་མེད་པ་
 ལས་ མང་ཆེ་བ་ངག་ཐོག་གི་བཤད་རྒྱུན་དང་ དེ་ལས་ ལས་རིམ་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་རྒྱུང་མ་
 ཅིག་ བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། མ་འོངས་པ་ལུ་ དོན་ཚན་འདི་གི་ཐོག་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་ཐོབ་པ་
 ཅིན་ལོག་སྟེ་ལྷན་ཐབས་རྒྱབ་འོང་ཟེར་ལུ་ནི་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་འབྲུག་གི་ཙམ་བ་གསུམ་རྒྱུལ་གྱི་རྒྱུར་
 ཅིག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདུན་ཡང་སྤྱིང་གི་དགྲིལ་ལས་ལུ་དོ་ལགས། །

གནས་དོན་འདི་ལུ་གི་མཚན་ཐོ།

- ༡ སྤུ་རྒྱུལ་མཚན། དབང་འདུས་ཉི་ཤོ་མེད་ལོག། དགོན་སར་གཡུས་ཁ་ལས།
- ༢ རི་ཐང་གཡུས་ཁའི་ཚོགས་པ་དང་རྒྱན་ཤོས་ཚུ།

བཙན་ཚོང་ཚོང་མ་དང་བཙན་ཡུན་བདག་གླིང་གཉིས་ཀྱི་དམག་གི་སྐོར།

དག་དབང་དོ་མེ། སྐད་ཡིག་དང་ཚོམ་རིག་ལོ་རོགས་ལ།

༣ སྐོན་གྱི་དུས་རབས་མི་རབས་བདུན་ལྷག་ཙམ་གྱི་ཉེ་མ་ཤར་ཕྱོགས་བཀའ་ཤིས་སྐྱང་གི་མི་ཚུ་
 རྒྱ་གར་ལུ་ཉོ་ཚོང་གི་དོན་ལུ་འགྲོ་དགོ་པ་ཅིན། ལམ་འདི་ཡང་ཤིང་མཁར་ལའུ་རི་བརྒྱུད་དེ་འགྲོ་
 དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། རྒྱ་གར་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁར། གཡུས་པཌ་པ་ན་དང་འུང་བསྐྱེད་ཟེར་བའི་
 གཡུས་ཚན་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་བཙན་མེས་མེས་ཡུན་བདག་གླིང་ཟེར་ཞུ་མི་ཅིག་ཡོད་པ་ལས།
 ལམ་འདི་ཁ་ལས་འགོ་འགྲུལ་འབད་མི་གར་གིས་ཁོ་ལུ་རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ཐབས་ལུ་ད་མིགས་
 ཏེ། ལབ་རྩེ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་མཚོད་པ་བརྩམ་ཅིག་སྟེ། རང་ལུ་ག་ཅི་ཡོད་པ་ཅིག་ལུ་དོ་ཡོད་པ་
 དང་། ལབ་རྩེ་འདི་ད་ལྟོ་འི་བར་ན་ཡང་ མཚོང་ནི་ཡོད་པ་ཨིན། ཤིང་མཁར་ལའུ་རི་གི་གཡུས་
 ཚན་ནང་ཡོད་པའི་ཕྱོན་བསམ་གྲུབ་ཚོས་གླིང་དགོན་པའི་གཙོ་འཛིན་སྐྱམ་བོ་དེ་ནམས་ཚོས་རྒྱལ་
 གྲིས་གསུངས་མིའི་ནང་། དེ་བསྐྱང་བཀྲིས་སྐྱང་གི་མི་ལྷག་པར་དུ་བཀྲིས་བསྐྱང་བར་མཚམས་ཁ་
 ཐུག་གི་སྐྱེ་བཙན་དྲག་པོ་ཅིག་ཨིན་མི་བཙན་ཚོང་ཚོང་མ་ཟེར་མི་གི་སྐྱིན་བདག་དག་པ་ཅིག་རྒྱ་
 གར་བག་ཤ་དང་ཁེར་ཁེར་ལུ་སོང་འབད་ལོག་པའི་ལམ་ཁར། བཙན་མེས་མེས་ཡུན་བདག་གླིང་
 གི་ལབ་རྩེ་ལུ། ཁྱིམ་ཡང་རང་ལག་ནང་རྫས་འདི་ ཁོ་རང་ཚུ་གིས་བབའ་སྟེ་ཕྱིའི་པགས་ཀོ་འདི་
 ལུ་ཡོད་པ་ལས། ཡུན་བདག་གླིང་དགོངས་མ་ལེལ་ཏེ་ མི་ལ་ལུ་ཅིག་རྒྱུ་ཚོགས་དགུག་སྟེ།
 ཁྱིམ་ནང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྟོན་མ་ཚུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཡུན་བདག་གླིང་ཟེར་མི་
 འདི་ ཤིང་མཁར་ལའུ་རི་གཡུས་ཚན་གྱི་སྐྱེས་བཙན་དྲག་པོ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན། ལའུ་
 རི་ལས་རྒྱུ་ཐང་ཉིན་གྲངས་ག་ཅིག་གི་ས་ཁར། ལ་རྒྱབ་ཟེར་བའི་གཡུས་ཚན་ཡོད་པ་ཨིན་མ་
 དང་། འདི་ནང་ལ་རྒྱབ་རིན་པོ་ཆེ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ ཟེར་ཞུ་མི་ཁོ་གིས་བལ་ཡུལ་(ནེ་ལུལ་) ལུ་
 བཞུགས་ཡོད་པའི་སྐབས་རྗེ་ཅིག་ལུ་བཙན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་བཤད་པ་རྒྱབ་ཏེ་ཡི་གུ་ཅིག་ལུ་བའི་
 ལན་ལུ། ལའུ་རི་གི་བཙན་ཡུན་བདག་གླིང་འདི་ལུ་ མིང་ཡང་བཙན་ཚོན་དེགས་པ་དབང་འདུས་
 ཟེར་བཏགས་གནང་མ་ལས། ད་ལེ་ནངས་པ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་དེགས་པ་དབང་འདུས་ཟེར་ཞུ་དོ་

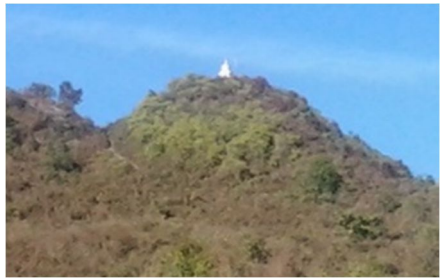
ཡོད་པ་ཡིན། ཤིང་མཁར་ལའུ་རི་འདི་ཉེ་མ་བགྱིས་སྐང་རྒྱང་ལག་གི་མངའ་འོག་ལུ་སྟོད་པ་ད།
 དོས་སྐྱེལ་བར་འགྲོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས། ལའུ་རི་ལས་མི་གཉིས་དོས་སྐྱེལ་བར་འགྲོ་ཕ་ད།
 བཅན་ཚོང་ཚོང་མ་གིས་རྒྱུན་འབད་དེ་བཅན་ཡུན་བདག་གྲིང་གི་མི་གཉིས་ཁམ་གིས་བསད་ཡོད་པ་
 ཡིན་མས། མི་ལ་ལུ་གིས་འབད་བ་ཅིན། བཅན་ཚོང་ཚོང་མ་གིས་རྒྱུན་འབད་དེ་བཅན་ཡུན་
 བདག་གྲིང་གི་མི་གཉིས་བསད་བསད་པ་མེན་པར་རྒྱུན་འབད་དེ་བྱང་སྟོར་ཤོར་རུག་ཟེར་སྐྱབ་མས།
 ག་དེ་སྤེ་ཡིན་ས་ཅི་རུང་། ཚར་གཅིག་འབད་ཕ་ད། བཅན་ཚོང་ཚོང་མ་གི་མི་རྒྱ་ཨ་ལྷེ་ལྷ་མོའི་
 གར་འཆམ་རྒྱབ་ཏེ། ཤིང་མཁར་ལའུ་རི་ལ་ཐུག་ལུ་འོང་ཡོད་པ་ལས། གཡུས་འདི་ལར་སྟོད་པ་ད།
 ལའུ་རི་པ་གཅིག་ལམ་སྟོན་པ་སྤེ་འབྱུང་འགྲོ་རུག། ཁོང་རྒྱ་གཡུས་པར་པ་ན་ཟེར་སའི་ས་ཁོངས་
 རང་མ་སྟོད་པ་ཅིག་ཁར་ནམ་སྟོད་པ་ལས། ལམ་འོག་ལུ་བྱག་ཐུག་ཅིག་ཡོད་མི་ནང་ཕྱི་རུ་ཞག་
 སྟོད་རུག དེ་ལས་འདི་གི་ནངས་པ་རྩོ་པ་ཉ་སག་ལས་རང་བྱག་ཐུག་གི་ཐོག་ཁ་ལས་བྱིའུ་རུང་
 གཅིག་གིས་ལའུ་རི་པ་ཀོ་ཏ་(ལའུ་རི་ལས་ཡིན་པའི་བྱ)ཟེར་ལོག་ཅི་རང་འབོ་ཡོད་པ་ལས། ལའུ་
 རི་པ་ཀོ་ཏ་གིས་ག་ཅི་འབད་རང་ང་འབོ་ཕ་ཡིན་ན་ཟེར་ཕྱི་ཁར་ཐོན་མ་ཅིག བྱག་ཐུག་འདི་ཉམ་
 འགྲོ་སྤེ་མི་རྒྱ་འདི་ནང་བསུབ་ཡོད་པ་ལས། ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ད་སྟོ་རྒྱ་མི་བསུབ་ས་ཟེར་
 དར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ལའུ་རི་པ་ཀོ་ཏ་ཟེར་འབོ་མི་འདི་བཅན་ཡུན་བདག་གྲིང་ཡིན་མ་སྤེ་བཤད་
 རྒྱལ་འདུག། ཁོང་རྒྱ་བྱག་ཐུག་གིས་ཨེབ་རུང་མ་གི་བར་བྱག་ཐུག་ནང་ལས་ཉིན་གངས་བདུན་
 ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་ལུ་ཨ་ལྷེ་ལྷ་མོའི་སྐྱེ་དང་རྩ་རྒྱ་བརྒྱུད་བའི་སྐྱེ་རྒྱ་མོ་ཡི་ཟེར་བའི་གཏམ་ཡང་ཡོད་པ་
 ཡིན། དེ་ལས་ཚོང་ཚོང་མ་གིས་ ཁོ་གི་མི་གསད་རུག་ཟེར་གོ་ཞིན་མ་ལས། ཡུན་བདག་གྲིང་
 ཁོང་གཉིས་དམག་རྒྱབ་ནི་སྤེ་ཐག་བཅད་རུག། ཨོ་རྒྱན་བསམ་གྲུབ་ཚོས་གྲིང་དགོན་པའི་གཙོ་
 འཛིན་གྲུམ་བསོད་ནམས་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་མིའི་ནང་། བཅན་ཡུན་བདག་གྲིང་གིས་
 ཕྱོགས་བཞི་གར་ལུ་ཁོ་ལུ་བད་སྟོད་མི་རེ་བསྐྱོས་བཞག་རུག་ཟེར་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ཤར་ཁ་ཐུག་
 ལུ་གདུང་ལེགས་རྒྱལ་པོ་དང་། བྱང་ཁ་ཐུག་ལུ་ཨ་ལྷེ་ལྷ་མོ་སྐྱེ་རུབ་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་མཁར་འདི་
 ཐུང་། དེ་ལས་ལྷོ་ལུ་ད་སྟོ་མོམ་རིང་ཟེར་བའི་གཡུས་ཀྱི་རྩེ་ལུ་ཡོད་པའི་བཅན་དར་རྒྱས་སྐྱེ་ཟེར་མི་
 རྒྱ་བཅན་ཡུན་བདག་གྲིང་གི་བད་སྟོད་མི་འབད་བསྐྱོས་བཞག་རུག། ཡིན་རུང་དར་རྒྱས་སྐྱེ་འདི་

གིས་བཅོམ་ཚོང་ཚོང་མ་ལས་ནང་སྤྱད་བཟའ་ཡོད་པ་ལས། ཡར་ལས་དམག་འོང་མ་དུ། བཅོམ་
 ཡུན་བདག་གླིང་ལུ་བརྟམ་སྤོད་པར་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་འབད་མ་དུ། བཅོམ་མེས་མེས་
 གཙང་སྤྱ་ཟེར་མི་འདི་ལཱ་རི་གཡུས་འདི་ཁའི་ལྷོགས་བཅོམ་ཅིག་དང། ཡུན་བདག་གླིང་གི་སྤོ་
 སྤྱང་པ་ཡང་ཡིན་མས། ལཱ་རི་ལས་ཡིན་མི་སྤོ་མ་ཆེན་སྐལ་བཟང་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཅོམ་
 གཙང་སྤྱ་འདི་དག་སྤོད་གི་རྣམ་པ་སྤོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་བཞད་པ་མས། བཅོམ་མེས་མེས་གཙང་སྤྱ་
 གིས་དམག་འོང་སར་མཐོང་སྟེ། ཡུན་བདག་གླིང་འབད་སར་འབྱོ་སྟེ་རོགས་ཡར་ལས་དམག་
 འོང་མ་དུ། རྩོད་དེ་སྟེ་རང་བཞུགས་ཅི་ཡིན་ན་ཟེར་ལུ་རུག། དེ་བསྐྱང་བཅོམ་ཡུན་བདག་གླིང་དེ་
 མིག་ཏུ་ཁར་མིག་ཤེལ་བཅུགས་ཏེ་ཐབ་གྱི་སྤོ་ལོགས་ཁར་གོ་ལ་ཆེན་རྒྱབ་སྤོད་ཡོད་པ་ཡིན་མས།
 གནས་རྒྱལ་འདི་གོ་མ་ཅིག་རང་། དེ་འབྱོ་ལས་ཐབ་གྱི་སྤོ་ལོགས་ཁར་ཡོད་པའི་དཔའ་རྟགས་བཟོ་
 རྩོ་ག་ནི་ཡང་མེད་མི་འདི་འབག་སྟེ། བཅོམ་ཡུན་བདག་གླིང་ཁོ་གི་དམག་དཔོན་གསུམ་དང་
 བཅས་པ་དམག་རྒྱབ་པར་འབྱོ་བའི་བསྐྱང་ལས། བཅོམ་ཚོང་ཚོང་མ་གི་དམག་རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་
 ཅོག་ཁར་སིན་རུང་བཏགས་ཏེ། འདྲོག་སི་སི་སྟེ་ལཱ་རི་གཡུས་ཚོན་གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡིན་
 མིའི་ས་གནས་མར་སྤྱང་། ཟེར་སར་སྤོད་རུག་ཟེར་ཡིན་མས། མར་སྤྱང་གི་ས་གནས་ནང་དམག་
 རྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ། བཅོམ་ཡུན་བདག་གླིང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་དོ་བཟུམ་འབད་མ་དུ། རྒྱ་མར་ཁའི་ས་
 གནས་རེ་མོང་ཟེར་མི་ལས་སྤོང་སྤྱ་ཤིང་རྒྱ་བཅགས་ཏེ་མར་སྤྱང་ལུ་བཅུགས་ཡོད་པ་དང། བཅོམ་
 ཚོང་ཚོང་མ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་དོ་བཟུམ་འབད་མ་དུ། ལ་མཐོ་ཁར་ཡོད་པའི་དབང་ཤིང་འདི་རྒྱ་
 བཅགས་ཏེ་ས་ཁར་བཅུགས་ཏེ་འཛིགས་པ་རྒྱ་སྤོན་ཡོད་པ་ཡིན་མས། མཐའ་མཚུག་ལུ་བཅོམ་
 ཚོང་ཚོང་མ་གི་དམག་རྒྱལ་ས་གནས་འདི་ཁ་ལས་ཨ་ཙི་ཅིག་བཀྱིས་སྐྱང་ཁ་ཐུག་འབྱོམ་ད་དམག་
 འཛོམས་ཡོད་པ་ལས་ས་གནས་གྱི་མིང་ལུ་ཡང་འཛོམས་པ་ཟེར་བཏགས་ཡོད་པ་དང། བཅོམ་
 ཚོང་ཚོང་མ་ཁོ་རང་མཐོགས་འབྱོ་སྟེ་ཨམ་ཇོ་ལོ་གི་མཚན་མ་ནང་ལུ་སྤོ་སྤོད་དེ་བདའ་མ་བཟུམ་
 ལས། དམག་དེ་བཅོམ་ཡུན་བདག་གླིང་གིས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་གིས་མ་ཚད་པར་
 བཅོམ་དར་རྒྱས་སུ་གིས་བརྟམ་མ་སྤོབ་མི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཁོ་གི་མགུ་ཏོ་འདི། བཅོམ་ཡུན་བདག་གླིང་
 གིས་གར་འཆམ་དང་བཅས་པ་སྟེ་སྤྱང་བྱོན་ཞིན་མ་ལས། དཔའ་རྟགས་གྱིས་བཅད་དེ་འབག་འོང་

བཞིན་མ་ལས་ལཱ་རི་ལུ་བསྐྱེལ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་། འ་ནི་མགུ་ཉོ་འདི་ལོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཡར་
 འཕེལ་འགྱོ་སར་མཐོང་སྟེ། བཀའ་ཤིས་སྐྱང་གོ་མང་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་གཡུས་ཚན་བསགས་སྟེང་
 ཟེར་མི་ནང་ལས་གུ་རུ་ཟེར་ལུ་མི་སྐྱམ་གིས་སྦྱིན་སྟེག་གནང་སྟེ་དམ་ལུ་བཏའ་ཉེ། ལཱ་རི་ལས་
 ཡིན་མི་སྦྱིས་ལང་ཟེར་མི་འདི་གིས་ས་གནས་འདི་ཁར་མཚོན་རྟེན་ཅིག་བཞེངས་ཡོད་པ་
 དང་། མཚོན་རྟེན་དང་ས་གནས་ཚུ་ད་ལྟོ་འདི་བར་ན་ཡང་མཇལ་ཚུགས་པ་ལས། གཡུས་འདི་
 ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ས་སྟོ་ཉོ་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་བཅན་ཡུན་
 བདག་གླིང་གིས་བཅན་ཚོང་ཚོང་མ་གི་གནས་ཁང་འདི་ལུ་མེ་མང་འུའ་ཉེ། དོང་སྟེན་བཏང་
 ཡོད་པ་ལས། ཤར་ཕྱོགས་བཀྲིས་སྐྱང་ལུ་ཡོད་པའི་ཚོང་ཚོང་མ་གི་གནས་ཁང་འདི་ དོང་སྟེན་དེ་
 ཡོད་པ་མཐོང་ཚུགས་ཟེར་བཤད་ཚུལ་འདུག། ཡིན་རུང་ལྷོ་ནུབ་སྐབ་ཚོས་གླིང་དགོན་པའི་
 གཙུ་འཛིན་གྲུབ་བསོད་ནམས་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་མིའི་ནང་། དེ་ནང་ཤིང་དང་ནགས་ཚལ་
 སྤྱག་པོ་སྦྱས་ཡོད་པ་ལས། དོང་འདི་ད་རེས་ནངས་པ་མཐོང་མི་ཚུགས་པས་ཟེར་ཡིན་མས། ཞོང་
 གི་དམག་ལུ་བརྟེན་ཉེ་བཅན་ཡུན་བདག་གླིང་ཟེར་ལུ་མི་འདི་བཅན་པ་ལོ་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ཤིང་
 མཁར་ལཱ་རི་གི་མི་གན་ཤོས་ཚུ་གིས་སྐབ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།



དམག་རྒྱབ་སའི་ས་གནས་མང་ཕུང་།



ལཱ་རི་ལུ་ཡོད་པའི་ས་སྟོ་ཉོ།

གནས་ཚུལ་གྲོས་བསྟན་འབད་སའི་མཚན་ཐོ།

- ༡༽ བསོད་ནམས་ཚོས་རྒྱལ། ལཱ་རི་གཙུ་འཛིན་གྲུབ།
- ༢༽ ཚོང་པ་ལུ་ལཱ་རི་གཡུས་ཀྱི་གན་ཤོས།
- ༣༽ ལཱ་རི་ལུ་བསྐྱེལ་ཚུགས་རྒྱལ། ཨ་ལྷོ་ལྷོ་མའི་འཆམ་གྱི་སྟོན་དཔོན།
- ༤༽ བསྐྱེལ་བཟང་དཔལ་འབྱོར། ལཱ་རི་དགོན་སྡེ་ཡི་སྟོན་ཚེ།
- ༥༽ དག་དར། ཨ་ལྷོ་ལྷོ་མའི་འཆམ་གྱི་སྟོན་དཔོན།

Mysterious Ruins in Tsangkhar: Invoking Evil Spirit Causes Death to Generations

Phurba, BHS, 3rd year

Bhutan is a small country squeezed between the two giants of the world, China in the north and India in the south, east and west respectively. Though the country is small, Bhutan is rich in its cultural diversity and history. While some histories and stories were documented, some are left without any documentation. One such left without any documentation is the Mysterious Ruins of Tsangkhar community under Drepong_Gewog in Mongar Dzongkhag. The Mysterious ruins of Tsangkhar community would also be one of the stories that many Bhutanese might not know about. This paper will provide some insight into the oral history of the Mysterious ruins of Tsangkhar community, while attempting to record this vanishing oral history, which once upon a time was believed to have caused deaths for generations in the community, and deliberate on their significance in the lives of community and resettlement that sprung up in the later years.

According to local history, the settlement of Tsangkhar community can be traced back to centuries. However, finding actual evidence is difficult owing to the lack of proper written records. Moreover, the local people are uncertain about the development and the disappearance of the settlement. Nevertheless, people believe that there were two men leading

Tsangkhar community called baideng⁴² Nagsing and Jamtsho, the two wealthiest people in the community, who had migrated from Tsang, Tibet and settled there; hence the place came to be known as Tsangkhar (Fortress of Tsang) (Karma, personal communication, January 15, 2015). There are some who believe that Tsangkhar literally means ‘clean house’ (Tsang=clean and Khar=house).

Whatever may be the case, Nagsing and Jamtsho are said to be very conscious about their wealth and they worked long days and nights; the two men ploughed their field lighting Mepchey⁴³ tied to the horns of oxen in the evening. They also woke up silently in the morning without the neighbors noticing. It happened so that the water channel for which the two men had worked so hard got blocked one day. In order to investigate the problem the duo went to the water source, a place called LaibariManang, and to their surprise they found a giant *frog* causing the blockage. The frog was instantly killed, which people believe bled not blood, but milk. On another occasion some days after the killing of the frog, the men are said to have killed a *snake* while ploughing the field. It is believed that the men thought their ploughshare got stuck in some sort of tree root and forcibly ploughed the soil, only to find the soil dark with blood.

⁴² Terminology for rich Tshangla dialect

⁴³ Lighting bark of pine tree in the olden days at night

Although there are no concrete evidences, people attribute the ensuing deaths of the people in the community to these killings of the frog and snake, because it is believed that the local people started getting possessed by local spirits or demons thereafter. They feel that the frog and the snake were evil spirits in disguise. Namgay stated that the first victim to be possessed by the evil spirit was a woman who died instantly. Since the Tsangkhar community lacked local practitioners or healers, people started dying on daily basis due to the spirit. Eventually, all the people of Tsangkhar community met with the same fate. The increasing number of deaths rendered people incapable of conducting proper cremation, as a result of which the ones who survived buried dead bodies at a hilltop beside the village (personal communication, January 17, 2015). Today that place is known as Shinangzor (Shinang ‘*dead body*’ and zor ‘*hill*’) (personal communication, January 17, 2015). Some informants assert that only some of the dead bodies might have been properly buried; rest were simply abandoned on the hill top, some might have been left at their residence because of the increasing number of deaths and only a couple of people left to collect those dead bodies.

It is believed that the last woman left fled to Tibet. Informants hold that a tree leaf was carried by wind and dropped it near her, and that she had picked it up in a surprise, recognizing the leaf to

be a leaf of Bakalingshing, a tree which grew in Tsangkhar. Informants assert that the leaf spoke to her stating that it had searched her for very long time, and it had worn out nine pairs of steel shoes searching for her. And thus saying, the leaf turned into a demon. People hold that the evil spirit of Tsangkhar community had transformed into a leaf and traveled all the way to Tibet in search of the lady who escaped, and captured her soul and killed her there. With this last killing in Tibet, the generation of the Tsangkhar community was put to an end. Eventually the Tsangkhar community was left devoid of human life and settlement. The local people said that even today, they refrain from chopping the trees at Lebarimanang for fear of being harmed. It is also said that if any tree is cut down the people would die suddenly without having time to perform rituals to appease the evil spirit.



Ruins of houses.



Remains of irrigation channel

Resettlement at Tsangkhar

Today there are 21 households with around 90 people in Tsangkhar. It is likely that their grand-parents might have migrated from Zunglen to their present location in Tsangkhar because of heavy taxation. Therefore the people in Tsangkhar today were called Zurpa⁴⁴ (personal communication, January 15, 2015). The people from Tsangkhar visited Zunglen Lhakhang (temple) during their sickness or to conduct prayer sessions in order to bring good luck and to avert misfortune. However, through volunteers, the people of Tsangkhar today have managed to construct a Lhakhang in the community as a sign of good luck and unity.

Today, people of Tsangkhar community grow varieties of crops such as maize, barley, wheat and millet. Fruits and vegetables such as mango, orange, papaya, cardamom, jackfruit, guava, cabbage, radish, potato and so on are grown. Though maize is the staple food, with improved living standard, people choose imported rice from India. People mix *kharang* (ground maize) with rice while preparing meals. Maize, wheat, and barley are mostly used for brewing alcohol. People generate income by selling grains, fruits, and *tengma* (beaten maize), which is heavily dependent on the seasons.

⁴⁴ In Shar chop, meaning escaping from paying taxes.

Conclusion

With the attacking of evil spirit, an entire generation of Tsangkhar community lost their lives. After some gap the community has been revived by the migration of people from another village called Zunglen. Today with much developmental activities taking place, people of Tsangkhar community are progressing well in terms of both life style and economy. One can find some archeological sites in Tsangkhar community to conduct further research.

Acknowledgement

I want to acknowledge the support of following people during my fieldwork and sharing the valued information. Without their support this paper would have ben incomplete.

1. Gyeltshen, Lay Practitioner, Labtsa, Drepong, Mongar
2. Karma, Farmer, Tsangkhar, Drepong, Mongar
3. Namgay, Farmer, Ngyamla, Drepong, Mongar
4. Kelzang, Farmer, Bainangri, Drepong, Mongar

I would like express my gratitude to all the people who helped me materialize this productive result: the Institute of Language and Culture Studies for giving me the opportunity to expose myself in the field of research; Mr. Choni Tshewang, Lecturer, ILCS for his support, guidance and inspiration to do research. I extend my gratitude to the people of Tsangkhar for their

hospitality and support during my field trip. There are many names that ought to be mentioned here but I respectfully oblige not to do so, as has been requested of me. Finally I would like to thank my mother, family, and friends for their time and support in doing this research. Therefore, this research paper is dedicated to you, my loving mother.

Lomba Festival in Shari, Haa District

Kiba Lhamo, BHS, 2nd year

Introduction

Bhutan has twenty *Dzongkhags* (districts), and each is reflective of its unique cultures and customs. Haa is one of the *Dzongkhags* (districts) which has a rich practice of cultures and customs in nature, with five gewogs in it: Katsho, Bji, Issu, Gakiling and Sombaykha. Each gewog has differing dialects and customs. This article will delve on the practice of *Lomba* in Shari, a small village in Sombaykha located 17 kilometers away from Haa town towards Chuzom. The village has 70 households which are almost densely clustered with a temple at its heart. Agriculture and trade are the main occupations of the people dwelling there, with some people living a nomadic life. People of this village have strong faith in animism; they worship mountains, trees, stones and believe in local deities. Therefore, every year people travel for days and hours to make offerings to their local deities. Of the many cultural practices *Lomba* is one common festival celebrated by all the *Haaps* (people of Haa). This research will provide an overview of the 3 day festival, *Lomba*; highlight its history and origin; and portray the current trend as is in the locality.

Background

Lomba is a festival shared by every household of the village. This practice has been inherited through generations. It is marked on the 28th day of the 10th month of the Bhutanese calendar and continues for three days till the 30th day (གནམ་གང་)

On these three days, one can witness preparations, feasting and chit-chats of all sorts. On the 27th day, the people are engaged in cleaning their houses. The families get together on the 28th day to mark the day because it is considered to be a new year for every single member of the family, a time to gather, share and build family bonds. A short ritual is performed in the evening of the first day with everyone inside the house. They do it in order ward off anything bad that maybe looming. The head of the family, either the father or any male adult from the family must perform the ritual. A dough effigy is also created during this ritual, which serves the purport of bearing all the misfortune and evil that are being chased away from the houses. Another reason for performing the ritual is to maintain peace and well-being in the family in the days to come. People keep themselves busy in preparing a famous food item called *Hoentoe* (ཉོན་ཉོད)



Hoentoe (ཧོེན་ཏོ)།

On the eve of the second day, children from each household visit every house singing a song *Lolay* (good year) and wishing good fortune of each host family they visit. The host families give *Hoentoe*, including some amount of money to the children following the belief that children bear the souls of god. According to Dorji, “In Lolay practicing society, special significance is given to the children even though elders also take part in this event. In the Bhutanese society, children are generally considered as a medium through which luck is brought to a household” (2005). There is a common belief among the people of Haa that, whatever asked by these children on this day will definitely be granted. For this reason, children in return always pray for good things to happen to the house owner. However, if anyone refuses these children and try to evade them, they would spell out bad omen such as, “let the house fall in ruins, let there

be no future generations in this house.” Hence, this day is regarded very sacred.

On the last day (30th), every one visits the nearest temple and offer butters for butter lamp, burns incense and some conduct a day long ritual solely for their wellbeing. These three days are followed by worshiping of local deities, which may happen in different locations.

The origin of the festival remains vague although some light have been shed on it in this section. 68 years old Ap Wangchuk states, “The origin of Lomba is still not known. When and how this practice came into existence in Bhutan and who instituted it are difficult to know. But, I feel that the history of the festival can be traced back to early civilization of people living in the village. This is because I can still remember my grandfather performing rituals on this occasion calling in all the family members home” (personal communication, January 26, 2015). Different people have different views; some would say that this practice had been practiced from the time of Zhabdrung’s arrival in Bhutan, because many other customs had been instituted by him in the seventeenth century. Zhabdrung unified Bhutan under one authoritative system whereby collective names were given to the nation and people in general. Many folk dances, mask dances, customs were started by Zhabdrung in accordance to the lifestyle people lived in various places. Nonetheless, the

informant believes that this practice was practiced thousands of years back from now, even before zhabdrung came to Bhutan. Local leaders such as Penlops, Dzongpons and Desis ruled Bhutan before Zhabdrung’s arrival (C. Lham, personal communication, January 28, 2015). People practiced nomadism in western part of the country and bonism was the religion practiced in several villages. Also, verses of *Lolay* (Gyeltshen, 2005) are purely vernacular in nature and they describe the prototypical traditional farm houses built of rammed mud which were already there before Zhabdrung’s arrival:

ལོ་ལེགས། ལོ་ལེགས། རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱ་གོས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། འོག་ཁང་ཚོར་
གྱིས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། བར་ཁང་རྒྱ་གོས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས།
གཟེབ་ཚོང་གོས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། ལྷོང་ཐོག་མི་གོས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་
ལེགས། གཟར་ཤིང་བེན་གྱིས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། མཚོད་བཤམ་སྐུ་རྟེན་གསུང་
རྟེན་གྱིས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། ཡང་ཐོག་ལྷིང་རིས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་
ལེགས། ལྷིང་རིས་ཁྱིམ་ཐོག་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། ཁྱིམ་ཐོག་དར་ཤིང་གང་བཅུག
ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། དར་ཤིང་འཁོར་ལོས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། འཁོར་ལོ་རལ་
གྱིས་གང་བཅུག ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས། དིག་དིག་ཟེར་དོ་གོ། བྱ་བསོད་ནམས་ཅན་ཅིག་འོང་དོ་
གོ། གསེར་གྱི་ཕུད་ཏ་འཕུ་དོ་གོ། དུལ་གྱི་བང་མོ་ཁ་ཕྱེ་དོ་གོ། ལྷུ་ཕུད་ཏ་གང་། སག་ཤ་
མགུ་སྐྱེལ་གཅིག། མར་སྤང་གང་བསྐྱར། ལོ་ལེགས་ཕུང་གང་། དོ་ཅིས་ང་མོད་ཚུན་ཚོད། ལུས་
ལུ་ན་ཚ་མེད། སེམས་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད། བྱ་གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་བཟུམ་ཅིག་སྐྱེ་བཅུག་ཅིག།
བུམོ་དུལ་གྱི་གཞོང་མོ་བཟུམ་ཅིག་སྐྱེ་བཅུག་ཅིག། ལོ་ལེགས་ལོ་ལེགས།

The verses sung during *Lolay* may be loosely translated as follows:

Wish you a good year, may the stable be filled with horses.

May the shed be filled with cattle.

May the pigsty be filled with pigs.

May the store be filled with grains.

May the ladder be filled with children.

May the rooms upstairs be filled with people.

May the cane basket be filled with treasures.

May the peg be filled with swords.

May altar be filled with statues.

May the top floor be filled with rafter.

May the rafter be filled with roof.

May the roof be filled with flags.

May the flags be filled flag-disk.

May the flag-disk be filled with ornamental sword.

I am a luck-boy coming at your house. I am opening your gold suitcase. Taking your silver basket. Give me a cup of rice, a kilo of butter, a slice of pork. Wish you a good year. May we meet next year without any illness and destruction in your family. May you give birth to a handsome boy and a beautiful girl.

As has been intimated earlier, with this rendition children go around the village, to every house, wishing them a good beginning of a good year. One may observe from the translated

verses that they reflect the kind of houses westerners (Bhutanese) had in the past and the associated lifestyle they lived, which can be witnessed even today.

Right after the 3 day festival, on the 1st day of the eleventh month, everyone in the family walks for about two hours to a place above the village, where they offer provisions including food items to appease the local deities. An astrologer from the village who knows how to spell out proper wordings to the deities and make the offering is employed to commune with the deities, who conveys to the villagers what the deities foretell about the days to come. The astrologer has to wake up as early as a rooster to prepare *totsho* (holy food) for the day before starting the journey. Villagers follow him to offer their share of food and listen to what the deities have to say. A short ritual is performed wherein the astrologer gets in a state of trance and people listen to him as he talks to the deities. It is believed that the deities occupy his body and spell out if there is anything they should do to prevent their family from evil spirits. Moreover, he would scream out in agony if people have not worshipped him properly; the deities call out people's age and symbol of their birth date in a family. "The particular person should prostrate in a place facing the astrologer and ask for forgiveness. He/she must promise to do everything he asks them to do. If any family member is not able to come for the offering, the parents need to

apologize and seek for his guidance, thanking him for keeping them safe and bringing them good luck,” (C. Lham, personal communication, January 28, 2015). If a person is unmarried and is relying upon the parents, the parents can substitute them in case he/she is unable to attend. But, any member who has started their marriage life must attend in person in order to seek his guidance for his new life and his/ her generations.

It is believed that people who try to escape this ceremony have to bear illness, sorrow and destruction in their life. The deity follows them wherever they stay and never let them recover unless they worship him in person. From there onwards, they must attend this ceremony in any circumstances and if they fail again, the deity will punish them bringing disastrous consequences in the family. Therefore, it does not matter how far a person stays from his village, it becomes compulsory for them. Nevertheless, if a person stays away from home in a foreign land, he/she should keep separate provisions to offer in the name of the deity. When the ritual is over, the astrologer has to be fed with water or local alcohol because he gets tired of performing this ceremony. Then, every family stays in circle, shares their food and eats together. The parents and elders of the village discuss about measures to be carried out to address the problems that the deity predicted will happen.

According to C. Lham, “Now, with the revolution of culture, we are losing the practices associated with Lomba. During my time, children were given rice, butter, salt, cheese, meat and grains. One cannot ignore this ceremony and it should be given in complete measure. If what is given is incomplete, it is inauspicious for the coming year. Children are not supposed to ask for more than what they are given, and they should ask after completely singing verses of Loday. And when foods are given, either the housewife must come out or the children should come in because it is improper to receive or give with the threshold in middle in the Bhutanese society. But, these days, most people casually ignore this tradition and its code of conduct. Only a few households stick to this social norm” (personal communication, January 28, 2015) Hence, the vibrant tradition seems to be fading in this village, which may be attributed to change of times and modernization, and a failure to take pride in ones culture and tradition.

CONCLUSION

The traditions like Lomba are the identity of any village or region. It reflects the living style, cultural background and moral values that a place conserves and lives by, that have been inherited by their forefathers through generations. This research is just an introductory attempt to explore the tradition of Lomba

and needs further studies on various topics such as the reasons for practicing it only on the eve of New Year, who started it and why it is not practiced in other regions of Bhutan.

References:

- 1 Dorji, J. (2005). Lomba- The new year in parop style. In *Preservation and continuity of bhutanese culture* (pp. 425-433). Paro: National Museum of Bhutan.
- 2 Dominick, J. (1983). *The Dynamics of Mass Communication*. North America: Von Hoffmann press.
- 3 Gyeltshen, K. (2009). *Unique tradition associated with new year* (2nd ed.). Paro: National Museum of Bhutan.

Informants:

1. Pawo Chencho, Shari village
2. Aum Chencho Lham, Shari village
3. Aap Wangchuk, Shari village