



༡༡། །ནང་ཆོས་ངོ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིང་མོལ་
གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

སྟོ་བཟང་ཐར་པ།

འབྲོག་རི་བོ་ཆེ་དག་ལྷན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་།

༡༡། རྒྱལ་ཆོས་འོ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་མོལ་གསལ་རིག་ སེམས་གྱི་ཞི་བདེ།	1
ལྷན་སྐྱེས་གྱི་འདུ་ཤེས།	4
དཔུང་པའི་ཁ་ཕྱོགས།	17
འགོ་བ་མའི་སྤྱི་ཆོགས།	38
ནང་ཆོས་གྱི་རིན་ཐང་།	47
ནང་ཆོས་གྱི་སྤྱི་པོ།	53
ནང་ཆོས་གྱི་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ།	62
སེམས་སེམས་ཤེས་པའི་འཛོག་ཚུལ།	70

ལས་རྒྱ་འབྲས།	80
བདེན་པ་བཞི།	92
དཀོན་མཆོག་གསུམ།	107
བུམས་སྒྲིང་རྩེ།	118
ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ།	130
ནང་པའི་ཉམས་ལེན།	139
ནང་པའི་ཚན་རིག།	153

- ༡ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཟེར་རམ། 166
- ༢ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
ཆ་ལྷགས་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་སྒྲིལ་སྤྱོད་སྒྲིལ་ཚོགས་པ་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་
པ་འདིས་ཅི་ཞིག་གསལ་བ་ཤད་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ། 167
- ༣ འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་ཞི་བདེ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་ཐབས་ཚུལ་ཇི་འདྲ་ཞིག་
ཡོད་དམ། 169
- ༤ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོས་ལྷགས་ཟེར་རམ། 170
- ༥ འོ་ན་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་བྱུང་བ་
ཡིན་ནམ། 172
- ༦ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་འདྲ་མིན་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་ཡོད་ན་
ཆོས་ལྷགས་དེ་དག་གི་དང་པོའི་རྩོམ་གཞི་འམ་དང་པོའི་གྲུབ་གཞི་དེ་
གང་ཡིན་ནམ། 176
- ༧ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་སྤོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་
དག་ཆང་མ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་པས་དེ་དག་ལ་
ཡག་སྤྱུག་གི་བྱུང་པར་བྱེ་ན་གང་འདྲ་ཞིག་གི་སྒྲིལ་སྤྱོད་དགོས་པ་
རེད་དམ། 177

༩ དེང་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་མི་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་དད་དང་ཚེངས་
དད་གཉིས་གཅིག་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་བྱེད་རང་གིས་
བྱས་ན་གཅིག་པ་རེད་དམ། 181

༧ ཆོས་ལྷགས་དང་ཆོས་དད་གཉིས་འདྲ་བ་རེད་དམ་མི་འདྲ་བ་རེད་
གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་ཚིགས་གནང་། 187

༡༠ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཟེར། 188

༡༡ ལྷས་ངག་གི་ཀྱན་སྤྱོད་གཙང་མ་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་
མཚན་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ། 190

༡༣ འོ་ན་ནང་པའི་ཆོས་ལྷགས་དེས་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་སྟངས་གང་
འདྲ་རེད་དམ། 192

༡༥ དེ་ལ་འོ་ན་མི་རྣམས་ཀྱི་ལྷས་ངག་གི་ཀྱན་སྤྱོད་གཙང་མ་ཞིག་
ཡོང་བར་བྲིམས་ལྷགས་ཞིག་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཁོ་ནས་འགྲིག་པ་
ཡིན་ནམ། 194

༡༧ རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་ནང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་གཞན་འདྲ་
མཉམ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟངས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ། 196

༡༥ བོད་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་དང་རྒྱ་ནག་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་
གཉིས་གཅིག་པ་རེད་དམ་ཡང་ན་བྱུང་པར་འདྲ་འདུག་གམ། 196

༡༦ འོ་ན་ནང་ཆོས་ལ་ཆོས་ལྷགས་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་
ཆོས་གང་ཞིག་ཡོད་དམ། 201

༡༧ ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་མིའི་དབྱས་སྤྱོད་བསྐྱར་བར་
འགྲོ་བ་དང་དཀར་ཟས་བཟའ་བ་ཁ་འདོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་
ཀྱི་བྱེད་ལྷགས་མང་པོ་ཞིག་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་པས་ཆོས་ཀྱི་གོ་
དོན་ངོ་མ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ། 203

༡༨ སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་རིག་གི་ས་བོན་ནམ་ཆང་གཞི་མཉམ་
པོར་ཡོད་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་དམ། 206

༡༩ འོ་ན་སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་བའི་ཡིན་ཏན་རང་ཆས་སྤྱོད་
པར་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་དམ། 207

༢༠ ཞི་བདེ་ངོ་མ་ཞིག་སྤྱོད་པར་ཕྱིའི་དངོས་པོ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་
དགོས་ཀྱང་གཙོ་ཆེར་ནང་གི་སེམས་ལ་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱར་བཅོས་
བྱེད་དགོས་ཟེར་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ། 208

༢༡ འཇིག་རྟེན་ལ་ཕྱི་དངོས་པོའི་འཇིག་རྟེན་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་འཇིག་

- རྟེན་གཉིས་སྤྱད་བྱེད་གོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ། 210
- ༣༣ སེམས་གཙོ་བོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞི་བདེའི་རྒྱ་
རྒྱུན་བཅུ་ལ་འཆོལ་བྱེད་ལྷགས་ཇི་འདྲ་རེད་དམ། 211
- ༣༣ སེམས་ཀྱི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་གོང་
འཕེལ་གཏོང་དགོས་སམ། 213
- ༣༤ འོ་ན་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ཞི་བདེ་ངོ་མ་ཞིག་བཅུ་ལ་རྟེན་བྱབ་བམ། 215
- ༣༥ རྒྱལ་བསྐྱེད་ཆོས་ལྷགས་དེ་དོན་ངོ་མའི་ཞི་བདེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་
པའི་གཞུང་ལྷགས་དངོས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་
བརྗེད་བྱེད་དམ། 217
- ༣༦ གྲུབ་མཐའ་ཞེས་པ་དེའི་གོ་དོན་གང་འདྲ་རེད་དམ། 219
- ༣༧ རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ། 221
- ༣༨ བྱ་དངོས་དེར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟ་བ་དེ་ལེགས་པོ་
ཞིག་མ་བྱུང་ན་དེ་ལ་སྦྱོན་གང་ཞིག་ཡོད་དམ། 222
- ༣༩ ལྟ་བ་རྟེན་འབྱུང་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྦྱོད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཞེས་པ་དེ་
གང་འདྲ་རེད་དམ། 224

༡༠ གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་པའམ་ཡང་ན་གནོད་པ་
བསྐྱལ་བ་ན་གོ་མེད་ཚར་མེད་དུ་སྡོད་པ་དེ་སྤྲོད་པ་འཆེ་མེད་གྱི་
དོན་ཡིན་ནམ། 226

༡༡ གནོད་པའི་ལན་གནོད་པས་འཇལ་ན་དེ་ལ་སྦྱོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་
པ་རེད་དམ། 228

༡༢ མི་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་སེམས་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་
པ་རོལ་པོས་རང་ལ་གནོད་པའི་རིགས་འགོག་ཆེད་དུ་འཆེ་བའི་
བསམ་སྒྲོག་ཏོང་མི་རིགས་པར་བཤད་པ་དེར་རྒྱ་མཚན་གང་
ཞིག་ཡོད་དམ། 230

༡༣ འབྲུག་རྩྱེད་ལ་སོགས་པའི་གནད་དོན་མི་ལེགས་པ་མང་དག་ཅིག་
གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དམ། 231

༡༤ གཞན་ལ་བརྟེན་བའི་བསམ་སྒྲོག་དང་དོན་ངོ་མ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་
གཉིས་ལས་དེད་དུས་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་གང་ཞིག་དགོས་གལ་ཆེ་བ་
ཡོད་དམ། 233

༡༥ གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་སེམས་པ་བཟང་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་
དགོས་ཀྱི་རེད་དམ། 235

༡༦ དེ་ལ་སྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་འདོད་པ་ཆེ་དྲགས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་
བར་བཤད་སོང་བས་འདོད་པ་ཆུང་བ་དང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་སྤངས་དེ་གང་
འདྲ་རེད་དམ། 236

༡༧ དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཆེ་དྲགས་པའི་
དབང་གིས་སྒྱུན་ཆ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ན་དེ་སེམས་ཀྱི་སྒྱུན་རེད་དམ་
རྒྱ་དངོས་པོའི་སྒྱུན་རེད། 238

༡༨ དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་ཤིག་བརྩམས་པ་ཡིན་ན་
ཆེས་རྩ་བའི་བསམ་ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པ་
རེད་དམ། 240

༡༩ དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་འདོད་པ་ཆེ་དྲགས་ན་མི་ལ་ལྷན་སྐྱེས་སུ་
ཡོད་པའི་བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གོང་འཕེལ་གཏོང་
མི་བྱུང་པར་བཤད་སོང་བས་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་
དེ་ཀ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། 242

༢༠ འགྲོ་བ་མི་དང་ཁོར་ཡུག་བར་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བར་བསམ་
སྒྲོའི་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་འདྲ་ཞི་ཡོད། 245

༢༡ འོན་ཆོས་ཆེ་ཆུང་དང་ཟབ་མི་ཟབ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱུང་པར་

འབྲེད་དགོས་པ་རེད་དམ། 248

༤༣ དཀར་ལ་འཕྲད་སྐབས་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་སྒྲུངས་
ཞིག་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་བས་དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ། 249

༤༣ འོ་ན་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་དུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དུ་ཡོད་
ལ་ལུས་ངག་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་དུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དུ་
མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་རེད་དམ། 252

༤༤ སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པས་ནང་ཆོས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གསར་གཏོད་
གནང་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་སྟོན་ཆགས་
བྱེ་བ་འབྱུང་ཐེར་མང་པོར་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་པ་དངོས་
ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད་འདུག འོ་ན་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པས་ཆོས་འདི་
གསར་གཏོད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མའི་དགོངས་པ་བཞེས་སའི་
རྒྱུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ། 255

༤༥ འོ་ན་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་རིགས་
རྩས་མཚོག་དམན་དབྱེ་བའི་གནད་དོན་དེར་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བ་
གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སུན་འབྲིན་གནང་བ་ཡིན་ནམ། 258

༤༦ སྐབས་དེའི་དཔོན་རིགས་ནམས་ཀྱིས་བསྟོན་བཅའ་གསུང་སྤྱི་ཚོགས་

བྱས་ཏེ་མང་ཆོགས་ལ་ཚད་ལས་འདས་པའི་བསྐྱུན་བཅོར་གཏོང་གི་
ཡོད་པ་དེར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་བླ་ཀྱ་བྱུང་པས་བཀག་སྡོམ་ཇི་ལྟར་
གནང་བ་ཡིན་ནམ། 261

༤༧ འོ་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་ཆོས་པའི་མགོ་བྲིད་ཅིག་བྱེད་པར་བྱད་ཆོས་
གང་དང་གང་ཆང་དགོས་པར་གསུངས་པ་འདྲ་ཞེ་ཡོད། 265

༤༨ སྟོན་པ་བླ་ཀྱ་བྱུང་པས་རང་གི་བདེ་བ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་དང་རྩ་པ་
རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེར་འགྲེལ་བཤད་གང་འདྲ་བྱེད་
དགོས་ཀྱི་རེད་དམ། 269

༤༩ འོ་ན་དད་པ་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ། 274

༥༠ དུད་འགྲོ་ལས་མི་ཤེས་རིག་བྱ་བ་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་བས་དེ་
གང་འདྲ་རེད་དམ། 278

༥༡ བྲིད་ཀྱིས་གསུངས་པ་ནམས་ངེད་ཀྱིས་གོ་བ་ལྟར་ན་ངེས་པར་དུ་
ཆོས་ཁས་ལེན་པ་ནས་དེ་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་མ་གཏོགས་དཀའ་ངལ་
སེལ་ཐབས་གཞན་མེད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་སོང་བས་དེ་འདྲ་རེད་དམ། 282

༥༢ འོ་ན་བྲིད་ཀྱིས་བྱས་ན་ངས་ཆོས་བྱས་ན་ཡག་གི་རེད་དམ་མ་བྱས་
ན་ཡག་གི་རེད། 287

༥༣ འདོད་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་གཉིས་ལ་སྦྱོན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་
དམ། དེ་གཅིག་གསུངས་རོགས་གནང་། 288

༥༤ ངའི་གོ་ཚུལ་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤང་གི་སྦྱེ་བོ་ཆང་མ་ང་རང་གི་
གོང་དུ་བཀྱར་རྒྱ་ཡིན་སྐུལ་དུ་བསམ་པ་ཡིན་ན་ངའི་སྦྱོབ་སྦྱོང་དང་ལས་
དོན་གང་རུང་ལ་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལའང་འདོད་
པ་ཁེངས་པའི་བསམ་སྦྱོར་གཏོང་མི་རེགས་པར་སེམས་ཁྱུ་ནས་སྡོད་
དགོས་པའི་སྦྱོན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བས་དེ་ལྟར་བསམ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་
གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་རོགས་གནང་། 291

༥༥ དུས་རྒྱུན་མི་ཆེའི་ནང་རྒྱུན་ངན་ཞིག་འཕྲད་པ་ན་སྤར་ཡོད་པའི་
སེམས་སྦྱོད་པོ་དེ་མེད་པར་འགོ་ཡི་འདུག་ན་དེ་བོར་བརྒྱག་མི་འགོ་བར་
བདག་པོ་བྱེད་བྱུང་པའི་ཐབས་ཤེས་ནང་ཆོས་ནང་ཨེ་ཡོད། ཡོད་ན་
གཅིག་གསུངས་རོགས་གནང་། 296

༥༦ བྱེད་ཀྱིས་བྱས་ན་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དང་ཆོས་མ་བྱེད་མཁན་
གྱི་མི་གཉིས་བར་ལ་བྱེད་པར་འདྲ་མཐོང་ངམ། མཐོང་ན་ག་རེ་མཐོང་
བྱུང་ངམ། 303

༥༧ ང་རང་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་མང་པོར་ཕྱིན་པ་ཡིན། བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་
གི་འདུ་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ཁང་པ་རྩིག་སྤངས་དེར་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་

པའི་བྱད་ཆོས་འདུག་སྐྱམ་པ་དྲན་སོང་། མ་ཟད་འདུ་ཁང་ཐམས་ཅད་
གྱི་ཐོག་ཁར་རི་དྲགས་ཆོས་འཁོར་དེ་འདྲ་མཐོང་རྒྱ་འདུག་པས་དེ་ཆོ་
བོད་པས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་རེད་དམ། སྒྲོན་པ་སངས་
རྒྱས་གྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་དོན་དག་ག་རེ་ཡོད་
པ་རེད་དམ། 311

༥༩ བོད་གྱི་ཆོས་དཔེ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མི་ཞིག་གྲོངས་ཁར་སེམས་ནང་ལྟ་
ལ་སོགས་པའི་འཆར་སྒྲུང་སྒྲ་ཆོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་འདུག
ངའི་བསམ་པར་དེ་བོད་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་དུས་ནས་ཆོས་གྱི་བག་ཆགས་ཡོད་
པ་ཞིག་ལ་ཡོངས་གྱི་རེད་མ་གཏོགས་ངེད་ཆོ་ལྟ་བུ་ཆོས་གྱི་བག་ཆགས་
གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ལ་དེ་འདྲ་ཡོངས་གྱི་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག་
པས་དེ་འདྲ་རེད་དམ། 317

༦༧ དཔེ་ཆ་བལྟ་མཁན་གྱི་གྲུ་པ་ཆོར་དཔེ་ཆ་བ་ཟེར་བའི་མིང་ཞིག་ཟེར་
དགོས་ཀྱང་མཚན་ཉིད་པ་ཟེར་བའི་མིང་ཞིག་བཏགས་གྱི་འདུག་པས་དེ་
ག་རེ་ཡིན་ནམ། 320

༦༠ ད་གིན་བྱེད་གྱིས་ལྷས་དེ་ཕ་མ་གཉིས་གྱི་བྲུ་བྲག་ལ་བརྟེན་ནས་
འབྱུང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་། འོ་ན་སེམས་འདི་གང་ནས་བྱུང་བ་
རེད་དམ། 325

༤༡ འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤང་ཆོས་ཤོད་མཁན་གྱི་སྒོན་པ་ཚང་མ་
 ཐུགས་སེམས་བཟང་པོ་ཤ་སྟག་ཡིན་རུང་ཆོས་ལུགས་ནམས་གྲུབ་
 མཐའ་མི་མཐུན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོང་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།
 བྱེད་གྱི་འདི་ལ་ཕན་པ་ཡོད་པ་མཐོང་གི་འདུག་གམ། ཡང་ན་གཞིན་པ་
 ཡོད་པ་མཐོང་གི་འདུག་.....328

༤༢ ངའི་གོ་ཐོས་ལ་ནང་ཆོས་གྱི་འདུལ་བྲིམས་དེ་ཏ་ཅང་གི་བཙན་པོ་
 ཞིག་དང་རྒྱས་པོ་ཞིག་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག བྲིམས་དེ་དང་བྲིམས་གཞན་
 གྱི་བར་ལ་མི་འདྲ་བ་ག་རེ་ཡོད་ནམ་སྙམ་གྱི་འདུག་པས་བྱེད་གྱིས་
 གསལ་བཤད་ཞིག་གནང་དང་། 334

༤༣ དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་འཁོར་བའི་སྟུག་བསྟུལ་འགྲེལ་བཤད་
 བྱེད་གྱི་འདུག་པས་འཁོར་བ་ཞེས་པ་དེ་འབྲུག་བྱིང་ཆེ་བའི་ལྷང་པ་ཞིག་
 ལ་གོ་བ་ལེན་དགོས་གྱི་རེད་དམ། 340

མཐའ་དོན། 342

དཔར་བྱང་སྒོན་ཆོག་.....348

༡༡། །ནང་ཆོས་ངོ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲེང་མོལ་
གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

གང་གིས་བྱུགས་བརྩེས་ཉེར་བཟུང་ནས། །

ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །

གོ་བྱ་ཏམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཆོས་ཀྱན་གྱི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད། །

རིགས་ཚུལ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་གིས་ནི། །

སྟོས་པ་ཉེར་བར་ཞི་ཉིད་དུ། །

སྐྱ་བའི་ཉི་མ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱལ། །

ངོ་མཚར་མཁྱེན་བརྩེ་རྒྱ་མཚོ་ལས། །

མདོ་རྒྱུད་ཀྱན་གྱི་དཀར་བའི་གནད། །

ལེགས་བཤད་གཏེར་ཆེན་ཙོང་ཁ་པ། །

སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པར་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །

བདག་གཞན་སྦྱེ་འཇིག་རྣམ་དབྱེ་དག །

རྣམ་པར་སྤངས་པའི་དབྱ་མའི་ལམ། །

སྦྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དུ། །

སྒྲོན་པའི་ཡོངས་འཇིག་སྤྱིང་ནས་བྲན། །

གང་ཞིག་བཟ་མའི་སྒྲོ་ཡིས་ནི། །

ལེགས་དང་ཉེས་པ་འབྱེད་བྱས་ནས། །

མི་ཡི་སང་གོ་གོ་བྱ་ཏམ་ལ། །

རབ་དད་དེ་དག་མཁས་པ་ཡིན། །

དཔལ་ལྡན་མི་ཡི་སང་གེ་དེས། །

ལེགས་བསྐྱེད་ནི་བསེལ་བདུད་ཅིའི་རོ། །

ཀུན་ལ་དགའ་སྟོན་འབྱེད་ལགས་ན། །

རང་རང་བགོ་སྐལ་ལོངས་ཤིག་གྱེ། །

འདོད་པ་བཅལ་ཀྱང་མི་རྟེན་ཅིང་། །

མི་འདོད་བཀག་ཀྱང་མི་ཁོག་པའི། །

དུས་ཀྱི་རྒྱད་མུན་ནི་བའི་ཕྱིར། །

འདི་ལ་སྙན་པ་མི་གཏོད་སྟ། །

འདི་སྒྲུང་འདུ་འཛིའི་ཡོ་ལང་གིས། །

རབ་རྒྱ་ངལ་བའི་སྐྱེ་བོའི་ཚོགས། །

སེམས་ཀྱི་ནི་བདེ་འཆོལ་བྱེད་པའི། །

སྐྱེང་མོལ་འདི་ཡིས་ངལ་གསོས་ཤིག །

ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས།

དེ་ཡང་ང་རང་མི་ཡུལ་འདིར་སྡོམ་ཐོག་འཕྲིན་པ་ནས་བཟུང་བགྲང་
བྱ་ནི་བྱ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་གི་ནང་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་དང་། རྣ་བས་གོ་རྒྱ་
སྡོམ་ཡིས་སྤྱོད་རྒྱ། ཡིད་ལ་བསམ་རྒྱ་སོགས་ཆང་མ་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་
ཐོག་གི་བྱ་དངོས་ཤེས་ལྷག་ཡིན་རུང་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ལ་དོན་ངོ་
མའི་ཞི་བདེ་ཞིག་ཐོབ་མ་བྱུང་ཞིང་ངས་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་ཤེས་རྟོགས་
ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ང་དང་འཇམ་སྒྲིང་དབར་གྱི་རྒྱུ་ཐང་ནི་ད་དུང་ཡང་
ལེ་དབར་སྒྲིང་ཕྱག་མང་པོས་ཆོད་ནས་འདུག

དེ་ལ་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་མའི་རིགས་ཀྱི་སྦྱོ་ཆོགས་འདི་ཐོག་མར་
ཆགས་པ་ནས་བཟུང་རང་རང་གྱི་བསམ་འབྲེར་དང་། སྐད་ལྷགས།
ཡུལ་གོམས། ཆོས་ལྷགས་སོགས་རིམ་གྱིས་ཆགས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་གྲུབ་
གཞི་སྒྲིང་ཆོགས་པ་ཞིག་གི་སྒྲིང་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཉུང་ཞིང་འདོད་པ་རྒྱུང་
བ་ནི་འཁོར་གྱི་ཕན་ཚུན་གང་ལའང་སྒྲིས་མེད་ཀྱིས་ལོག་འབྲེར་ལྟ་བུས་
མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་གི་ལམ་
བྱ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་ཡོང་ཡོད། འོན་ཏེ་འཇམ་སྒྲིང་གི་འབྲུག་ཚེ་ལ་དང་པོ་
དང་གཉིས་པའི་བདེ་བ་གསེག་འོག་ཆོ་པ་སོ་སོ་ལོགས་ལོགས་སུ་སྡོད་པ་

ནམས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ལྟོས་བྱུང་གི་འདྲ་ཤེས་ཤིག་རྟེན་ནས་མཉམ་འབྲེལ་
དང་མནའ་འབྲེལ་མཛའ་མཐུན་སོགས་མིང་འདོགས་སྣ་ཆོགས་བྱས་ཏེ་
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་འབྲེལ་ལམ་ཞིག་བརྒྱད་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་མི་
རབས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་འདི་བྱུང་བ་ཡིན། ད་ལྟའི་ཆར་འཛམ་གླིང་འདིའི་
སྒྲིང་ཆུན་རིག་གི་རོགས་རམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་དངོས་པའི་ཡར་རྒྱས་
ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པས་ཆོ་པ་དང་མི་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
གདོད་མའི་སྤྱི་ཆོགས་ལྟར་འཆོ་སྤྲོད་སྐབས་བདེའི་ཐོག་ནས་ལོགས་
ལོགས་སུ་སྤྲོད་ཐབས་གཏན་ནས་མེད་པར་སོང་། རིག་གནས་དང་
དཔལ་འབྱོར། ཆོང་དོན་དང་དམག་དོན་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་ཆོ་པ་
དེ་དང་མི་རིགས་དེ་གཅིག་བྱས་སེལ་མི་བྱུང་བ་ནི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་
སྐབས་འཛམ་གླིང་མི་དམངས་ཀྱི་དབྱས་སུ་རོགས་ཕན་སྐབས་འཇུག་ཞུ་
དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདིས་གསལ་ཤོས་ཤིག་མཆོན་གྱི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ལགས་ན་འཛམ་གླིང་གི་གར་རྒྱབ་དང་སྟོ་བྱང་། དབྱས་ཀྱི་
གླིང་ཆེན་སོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་འཆོ་སྤྲོད་བྱས་རུང་གཞན་གྱི་རོགས་
ཕན་མེད་ན་གཅིག་ཤོས་དེའི་ཡར་རྒྱས་དང་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་
མེད་པས་ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་གི་ཆགས་ཚུལ་ནི་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་

གཅིག་བརྟེན་དང་། སུ་ཚུ་ལྟོས་གྲུ་གི་ཐོག་ནས་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྟ་
བུའི་ལྟོས་གྲུ་གི་འཇམ་སྤྲིང་འདིར་དངོས་པོ་རྒྱ་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་པའི་
ཚན་རིག་གི་ལྟ་བ་ཤིན་ཏུ་དར་བའི་དབང་གིས་རྒྱུང་འཕྲིན་དང་བརྟན་
འཕྲིན། གསར་ཤོག་སོགས་སུ་ཚུ་འབྲེལ་མཐུད་བྱེད་པའི་ཡ་མཚན་
ཅན་གྱི་དངོས་ཆས་གཅིག་མཇུག་གཉིས་མཐུད་གྱིས་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་
པར་བརྟེན་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་དང་རྒྱུང་རྩར་ཕྱིན་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཡོད་པས་ད་ལྟའི་ཆར་འཇམ་སྤྲིང་འདི་གསང་བ་དང་སྒྲོག་འགྱུར་གང་
ཡང་མ་ཡིན་མོད། གང་ལྟར་འཇམ་སྤྲིང་འདིར་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་པའི་མིའི་
དབར་གྱི་རྒྱུང་ཐག་ནི་བརྗོད་དཀའ་ཞིང་བརྗོད་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་འདུ་
ཤེས་ཤིག་གིས་རྗེ་རིང་ནས་རྗེ་རིང་དུ་སོང་སྟེ་དོན་ངོ་མའི་སེམས་མཐུན་
ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ནས་འབྲུག་ཚེད་མེད་པའི་འཆམ་མཐུན་མཉམ་གནས་གྱི་
ཞི་བདེ་ལྡན་པའི་འཇམ་སྤྲིང་ཞིག་ད་དུང་ཡང་ཆགས་བྱུང་མེད།

ང་རང་གི་སྐྱེ་བ་སྤྲོན་མ་གང་འདྲ་ཞིག་ནས་ཡོང་མིན་དང་། ལྷག་པོ་
ཞིག་ཡིན་དང་དབུལ་པོ་ཞིག་ཡིན། ཡང་ཕྱི་མ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འགྲོ་
མིན་སོགས་སྒྲ་མས་ང་ལ་གསུངས་མ་སྤྲོད་ལ་ང་རང་གིས་ཀྱང་གསལ་
པོ་ཞིག་མ་ཤེས། འོན་ཏེ་སྐྱེས་དུས་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ནི་སེམས་

ཀྱི་གཏིང་ནས་ཞི་བདེ་དང་སྐྱེད་འཇགས་ཀྱི་མི་ཆོ་ཞིག་སྐྱེལ་འདོད་པ་དེ་
ཡིན། འདྲུ་ཤེས་དེ་ནི་ཆེན་པོའི་བྲིམས་ཀྱིས་བསྐྱེལ་བ་མིན་ལ་དགོ་ཅན་
དང་པ་མས་བཟོས་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ང་ལ་སྤྱི་གཙུག་ནས་རྒྱང་
མཐིལ་བར་བྱབ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཤིག་ཡོད་པས་ཡིན་པར་འདུག འཇམ་
སྐྱེད་འདིའི་སྐྱེད་གི་བསམ་སྒྲོ་བ་ཆོས་དད་མོས་ཀྱི་ཆད་གཞི་དང་། བསམ་
འབྱེར་གྱི་ཁ་ཕྱོགས། འཇིག་རྟེན་ངོས་འཇིན་ཚུལ་གྱི་ལྟ་གྲུབ། དྲང་
བདེན་གྱི་ཆད་གཞི་སོགས་མདོར་ན་སོ་སོའི་བསམ་གཞིགས་དང་མདོན་
རྒྱུས་ཀྱི་སྒྲོ་རྒྱས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་མ་བཅོས་སྤྱན་གྲུབ་ཏུ་ཡོད་པའི་
ཞི་བདེ་འདོད་པའི་སེམ་སེམ་གྱི་འདྲུ་ཤེས་འདིར་དྲིས་ལན་དང་སྡོམ་
ཆོག་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་བྲས་ཡོད་མོད། གཞི་རྩར་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་
སེམ་སེམ་གྱི་ཆོར་སྒྲུང་དེས་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་
འདིའི་ནང་ཀྱན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ལྟ་བུའི་རྒྱས་པ་ཞིག་བཏོན་དང་འདོན་
བཞིན་ཡང་ང་ཆོས་དོ་སྒྲུང་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ཁོ་རང་གི་མེད་ཆོར་མེད་
དུ་ལྷས་ཏེ། འབྲུག་ཅོད་དང་། ནད་ཡམས། ལྷ་གོ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་
ངལ་རྣམས་ད་དུང་ཡང་རྒྱན་མི་ཆད་པར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་འདི་ངོ་མ་ཡིད་
ལྷག་སྤྱི་གཞི་ཞིག་རེད་ཨང་། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་ང་ཆོའི་འཆོ་བའི་
ཁྲོད་དུ་བསམ་ཤེས་ཅན་རྣམས་ལ་བསམ་ཚུལ་དང་དྲི་བ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་

བྱུང་བ་སྟེ། རྒྱལ་བསྐྱེལ་ནི་བདེ་སྦྱིད་དང་ཁ་གཏད་དུ་ཡངས་ཀྱི་ཡོད་པས་
མིའི་སྦྱི་ཚོགས་འདིར་རྒྱལ་བསྐྱེལ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཨེ་
བྱུང་བེད་བ་དང་། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྦྱི་ཚོགས་འདི་དངོས་པོའི་རྩོལ་སྦྱབ་
ལ་བརྟེན་དགོས་པར་སྤང་གཤེས་དཀའ་ངལ་རྒྱུ་མི་ཆད་པར་བྱུང་བ་
ཡིན་པས་སྦྱི་དངོས་པོའི་རྩོལ་སྦྱབ་ལ་བརྟེན་མི་དགོས་པའི་ཆུ་ཆད་ཅིག་
ལ་སྦྱབས་ཨེ་བྱུང་བེད་བ་དང་། བདེ་སྦྱིད་ནི་སེམས་ཀྱི་སྦྱང་ནས་བཅལ་
དགོས་ན་སྦྱི་དངོས་པོའི་རྩོལ་སྦྱབ་དེས་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྦྱི་
ཚོགས་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བདེ་སྦྱིད་ཞིག་བསྐྱུན་ཨེ་བྱུང་བེད་བ་དང་།
ཡང་སྦྱི་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་སྦྱིན་པ་དང་
ཆབས་ཅིག་དཀའ་ངལ་གསར་པ་ཡང་མང་དུ་འགོ་བ་དེ་ང་ཚོའི་མཐོང་
ཚོས་སྦྱ་ཡོད་པས་མ་བཅོས་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ཏེ། བདེ་
སྦྱིད་ཅེས་པ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བཅལ་འཆོལ་བྱེད་དགོས་ཟེར་བ་ལ་
སློགས་པའི་དྲི་བ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་བྱུང་ཞིང་། འདྲི་བ་དེ་དག་གི་ལན་
སྐབས་བདེ་ཞིག་བྱས་པས་གཏན་ནས་ཡོངས་ཐབས་མེད་ལ་བསམ་
གཞིགས་ནན་ཏན་བྱས་ཏེ་གནད་ལ་ཐིགས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ཀྱང་ག་
མདོག་དང་། ཆས་གོས་མི་འདྲ་བ་དེའི་འོག་ནས་བསམ་སྒྲེའི་འཆར་རྩོལ་
མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་སྦྱོས་ནས་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ལན་

འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རང་རང་སོ་སོས་ལས་མཐའ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་
ཞིག་བརྩམས་ནས་མི་ཆེ་གང་པོར་བརྩོན་པ་ལྟར་ལེན་བྱས་ཀྱང་ཡིད་
ཆོམས་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་མཁན་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ལ་
གཞན་ལ་ཕན་བདེ་བླ་ན་མེད་པ་བསྐྱབ་བྱབ་པའི་མི་ཆེ་ཞིག་ནི་སྤིད་
མཐའ་མ་འགགས་ཅོམ་དུ་བྱད། ང་རང་ཡང་མི་རྣམས་དང་འདྲ་བར་
སྤྲིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་ཡོད་པར་བརྟེན་དཀའ་ངལ་
གྱི་མལ་ལས་མི་ལངས་རང་ལངས་སུ་འགྱུར་ཏེ། མི་གསལ་བའི་ཤེས་
རབ་ཀྱི་མིག་གིས་བེམ་བེམ་དུ་བལྟ་ཞིང་རྐང་ལག་བཞི་བརྩྭགས་ཀྱི་གོག་
བགྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་དགོས་པ་ཆུང་ཞིང་ཆར་དུས་མེད་པའི་ལས་མཐའ་
ཞིག་བརྩམས་ནས་དྲི་བ་དེ་དག་གི་ལན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྙམ་པ་
དང་། ཡང་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཏུ་རེད་སྙམ་པ་སོགས་ཐེ་ཆོམ་དང་
རྗེས་དཔག་ རེ་བ་ལ་སོགས་པས་སེམས་ནང་མི་མཐུན་པའི་འཆར་སྣང་
སྣ་ཆོགས་ཤིག་བྱུང་ནས་སེམས་པ་ཞི་ལྟོད་དུ་གནས་པའི་གོ་སྐབས་ནི་
ནམ་ཡང་ཕྱ།

འཆར་སྣང་དེ་དག་གི་སྐབས་འགའ་ཞིག་ལ་འཇམ་སྡིང་འདིའི་སྡིང་
གི་བྱ་དངོས་ཡོངས་རྗེགས་ང་རང་དང་མི་འཆམས་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་

མ་ཟད་ཐ་ན་མིའི་བྱ་ནས་ཀྱང་བྱད་དེ་ང་རང་ཁེར་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པའི་
ཆོར་སྒྲང་ཞིག་གིས་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཟད་ནས་
སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་ཞིང་མི་ཐོས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོད་
འདོད། ཡང་སྐབས་རེ་མི་རྣམས་ལྟ་ཅི་བྱ་རི་དགས་དང་སྤང་ལམ་
དབྱས་སྤྱི་ཡིད་པའི་བྱི་རྣམས་དང་ཡང་ཕན་ཚུན་སེམས་མཐུན་ཚུ་ལ་ཚུ་
འདྲེས་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ་མཛའ་མཐུན་དང་ཡིད་ཆེས་བྱམས་བརྩེ་
སོགས་ཀྱིས་སེམས་ནང་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་མི་ཆར་བའི་བདེ་སྒྲང་ཞིག་
སྤྱོད་ནས་གསོན་པོར་སྒྲོད་རྒྱ་དེར་རིན་ཐང་བསམ་བརྗོད་ལས་འདས་
པ་ཞིག་མཐོང་།

འོན་ཀྱང་། ངའི་སེམས་ལ་ཤིན་ཏུ་མཐུག་པའི་བག་ཆགས་ཤིག་
གིས་ལན་པ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ང་རང་སྐྱེས་པའི་ཉིན་དང་པོ་དེར་ཅི་
ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་གང་ལྟར་བཅོས་དཀའ་བའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་འདུ་ཤེས་
དེས་ངའི་སེམས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དེ་འཛམ་གླིང་འདིའི་མི་རྣམས་དང་བར་
ཐག་རིང་བའི་མི་འདོད་པ་དང་། ཉམ་ཐག་པོ། ཡུད་ཡུད་པོའི་ས་ཆ་ཞིག་
ལ་འབྱིད་ཀྱིན་གདའ། ངས་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་པ་པོའི་འདུ་
ཤེས་དེ་གང་ནས་བྱུང་སྐྱམ་དུ་བརྟག་པ་ན་ཁ་སང་དང་། ཡང་ན་དེ་

རིང་སྒྲིབ་ཕྱར་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ། ཁ་བས་དང་སྒྲིན་བསྒྲིན་སྤྱོད་ས་ལྟ་
བྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ང་རང་འཇིག་རྟེན་
འདིར་ཐོག་མར་སྒྲིབས་པའི་རྟེན་དང་པོ་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་རང་ཆས་སུ་
མཉམ་དུ་སྒྲིབས་ནས་འདུག དེ་ཡང་ཕ་མ་གཉིས་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྒྲིན་མེད་ཀྱི་ཁྱ་ཁྱག་དེར་ངའི་ཆེ་འདིའི་ཐོག་མའི་
ནམ་ཤེས་དེ་བཞུགས་ཤིང་། དེ་ནས་ཁྱ་ཁྱག་གི་འཕྲེལ་རིམ་ལས་ངའི་ག་
རུས་བཟག་ཁྱག་གི་ལུས་འདི་གྲུབ་ལ་མཐར་ཁྱ་བ་དགྲ་ཙམ་ནས་ང་རང་
མི་ཡུལ་འདིར་ཐོག་མར་བཙས་པའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཚུགས་འདུག

དེ་ནི་ང་རང་གང་ཡང་མི་ཤེས་ཅི་ཡང་མི་རུས་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་
བྱས་ན་མི་ཆེ་འདིའི་རྟོག་དཔྱད་སྒྲིབ་དང་པོ་དེ་སྤྱི་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཡང་ལུས་
རྟེན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ནམ་ཤེས་འདི་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ལ་ཡང་དག་པའི་
འབྲིད་སྒྲིན་ཞིག་བྱུང་ན་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བསྐྱབ་མ་བྱུབ་པའི་རང་
གཞན་ཡོངས་ལ་སྒྲིན་པའི་ཀྱན་སྒྲིམས་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་ཕན་བདེའི་སྒྲིབ་བ་
ཆེན་པོའི་འོད་ཟེར་ཐོག་མར་འཕྲོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

ང་རང་མའི་མངལ་ལས་ཐོན་ཏེ་སྟེ་ཁྱག་ས་ལ་འཕྲོ་བའི་རུས་དེར་
རུས་པ་གང་ཡོད་ཀྱིས་སྐད་ཐོན་ཐབས་བྱས་པར་ངའི་མི་ཆེ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཚུགས་

པའི་སྐད་ཀྱི་དང་པོ་སྒྲེ། སྤུ་ལ་བྱང་ཞིང་སྤིང་ལ་གཟན་པའི་སྐད་སྤྱི་ཞིག་
གིས་ཨ་མས་གཙོས་པའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་རྒྱུ་མས་ལ་དུ་མ་དགོད་ཀྱི་
འཇུ་མ་མདངས་ཞིག་སྤྱིན། དུས་དེར་ངའི་ལུས་པོ་དེ་ཞིན་དུ་ནས་ཉམ་
ཆུང་བའི་དབང་གིས་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་བྱག་རྩ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས་མི་
སྐད་མ་ཞེས་ཀྱང་མ་རེག་ཅེས་པའི་བད་སྒོན་སྤྱིར་སྐད་བྱགས་ཇི་ཡོད་
གྱིས་དུས་པས་དེར་ཡོད་ཀྱི་མི་རྒྱུ་མས་འཆབ་ཤ་ལངས་དགོས་པ་ཞིག་
བཟོས། དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་ངའི་ངོ་ཞེས་པ་ཨ་མ་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ལ་
སེམས་ནང་ཉེ་ཞོས་དང་དགའ་ཞོས་ཀྱང་ཨ་མ་གཅིག་ཕུ་ཡིན་སྐབས་ཨ་
མ་ནི་ངའི་སེམས་ནང་དྲངས་གཙང་སྟོད་མེད་ཀྱི་ཞེལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་
ཞིག་དང་། བསམ་རྒྱ་དང་དྲན་རྒྱ་གཉིས་ཀ་ཨ་མ་གཅིག་ཕུ་ཡིན་ལ་ཞོད་
ཞེས་པ་ཡང་ཨ་མ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་གཉིས་རང་ཡིན། དུས་དེར་ངའི་
སེམས་ནང་མ་སྦྱིད་པ་ཕྱན་བྱ་བྱང་ན་ཨ་མ་དྲན་ལ་རེ་བ་དང་འདྲོད་པ་
ཕྱན་བྱ་བྱང་ན་ཡང་ཨ་མ་དྲན་པས་ཨ་མ་ནི་ངའི་མ་སྦྱིད་པ་སྤྱིང་བ་དང་
སྦྱིད་པ་སྦྱབ་པའི་ཆགས་ས་དང་རྟེན་ས་ཡོངས་རྫོགས་དེ་ཆགས་ནས་ཨ་
མ་ཁོ་ནའི་བྱམས་བརྩེའི་གཟིགས་སྤྱིང་ལ་སྟོས་པའི་འོག་ང་རང་གསོན་
པོར་གནས་པ་ལས་ང་རང་ཁེར་རྒྱང་ངམ་ཡང་ན་ཚུ་ལ་གཞན་པའི་འཆོ་
ཐབས་གཉིས་པ་ཞིག་ནི་གཏན་ནས་མིན་འདུག དུས་དེ་དག་ལ་ང་རང་

གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ཆོ་སྟོན་རྒྱུད་དུ་ཞིག་ཡིན་རུང་ང་ལ་བདེ་སྤྱད་གི་
ཆོར་བ་ཡོད་ལ་དགའ་ཕྱོགས་དང་། འདོད་ཕྱོགས། སེམས་ཀྱི་རེ་བ་
མདོར་ན་མ་བཅོས་སྤྱན་གྲུབ་ཏུ་ཡོད་པའི་སེམ་སེམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ཏེ།
རང་ཉིད་ནི་བདེ་འདོད་པའི་འདུ་ཤེས་དེས་ངའི་ཆི་ལམ་ཡན་གྱི་འཆོ་བའི་
ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ནས་ཡོད།

དེ་ལྟར་ང་རང་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་ད་ལྟ་བར་བྱ་བ་དང་གཏམ་
བརྗོད་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་འདུ་ཤེས་དེའི་འཁོར་
རྒྱུ་ལས་ནམ་ཡང་བྲལ་སྟོང་མེད་ལ་ད་དུང་ཡང་འབྲལ་གིན་ཏུ་ནས་
དགའ་བ་ཞིག་རེད་འདུག། འདུ་ཤེས་དེ་ནི་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་སྒྲུང་
འགྲུལ་སྟོན་བྱས་རུང་ང་དང་འབྲེལ་ཏེ་བྱེད་པས་དོན་དམ་པའི་ཁེར་
རྒྱུད་ཞིག་ཡིན་ལ། ང་རང་མི་རྣམས་དང་སྤྱི་ཉི་འདོད་དང་ནང་ཉི་བོར་
འགྱུར་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སྟོན་སྟོན་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱིས་ཁ་བྲལ་གྱི་
ཕྱོགས་སུ་འབྲིད་མཁན་དེ་ཡང་ཡིན། འདུ་ཤེས་དེ་ནི་མིས་གཙོས་པའི་
སྟོན་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་ཡོངས་ལ་དགོད་སྒྲུབ་དང་། འཇུ་མ་མདངས། རང་
དབང་སོགས་ནི་བདེའི་ཉི་མ་འདྲེན་པའི་སྐྱེ་རངས་ཤིག་ཡིན་ལ། ང་རང་
སྐྱེད་འདོད་དང་ང་རང་གྲགས་འདོད་སོགས་དུས་ནམ་ཡང་ང་དང་བྲལ་

མེད་དུ་འཇུག་པས་མི་འདོད་པའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་མུན་པ་སྦྱིན་པའི་ཐན་
ལྷས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཡང་འདུ་ཤེས་དེ་ནི་ང་དང་བྱེད་རང་ཁོང་བཅས་
ཀྱི་བར་ལ་དམངས་གཙོ་དང་འདྲ་མཉམ། ཡིད་ཆེས་དང་མཛའ་གྲོགས་
ཀྱི་བཅའ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་ངེད་ཚོ་གསུམ་གྱི་བར་ལ་དུས་ནམ་ཡང་བསུབ་
ཐབས་བྲལ་བའི་མ་ཁ་སྦྱིན་བྱེད་ཀྱི་རལ་གྱི་ཚོན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེ་ལྟ་
བུའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་འདུ་ཤེས་དེ་བྱེད་རང་དང་ང་བགྲང་གིས་མི་ལང་པའི་
སྒོག་ལྷན་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱི་བྱུ་བ་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་
། རི་ར་བ་ཁང་བྱིམ་སོགས་སེམས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཀྱན་ལས་བྱེད་པར་
འབྱེད་བྱེད་མཐར་ཐུག་པ་དེ་ཡིན།

ང་རང་ཞོགས་པ་ཡར་ལངས་ཏེ་ཁ་ངོ་བཀྱ་བ་དང་བ་བཏུང་བྱས་
རྗེས་ལས་ཀར་བསྐྱོད་རྒྱ་དང་། མི་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་རྒྱ། དཔལ་འབྱོར་
འདུ་འགོད་ཀྱི་དཀའ་རྙོག་ནང་འཇུག་རྒྱ་སོགས་གཞན་གྱི་མཐོང་ཆུང་
དང་བརྟམས་གཙོ་ར་སྣ་ཚོགས་ལ་བཟོད་བསྐྱོམ་གྱིས་མི་ཆེ་སྦྱེལ་བ་འདི་
ཡང་ཡོངས་སུ་འདུ་ཤེས་འདིས་བསྐྱེད་ནས་མ་བྱེད་མཐུ་མེད་དུ་འགྱུར་
བ་ཞིག་ཆགས་ནས་འདུག གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་དེ་ངའི་རྒྱུད་ལ་
མེད་ན་ང་རང་བདེ་རྒྱལ་གི་ཚོར་བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་བུམ་པ་ལྟ་བུར་

འགྱུར་རྒྱུ་ཡིན་ལ་ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་གནས་བཟོད་བདེ་ཤོས་
ཀྱི་མི་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རྒྱུ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་ནི་ངའི་རེ་སྤོན་ཙམ་ལས་དོན་ངོ་
མར་ང་རང་གནས་བབས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡང་འདྲ་ཤེས་དེའི་
བཀོད་སྒྲིག་འོག་བྲེལ་བེད་དང་། ཏུ་སྒྲ། ཡིད་ཆད། སྒོ་ཕམ་སོགས་
ཀྱིས་ངའི་འཆོ་སྤྲོད་ལ་ཕྱག་དོག་གིས་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་ནས་གདའ།
ངའི་ཉི་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱང་ང་དང་འདྲ་བར་ཁེར་རྒྱུ་གི་
འདྲ་ཤེས་དེས་དམ་པོར་བཅིངས་ཡོད་པས་ནི་བདེ་དང་། མཛེས་མཐུན།
བརྩེ་དུང་ཞེས་ཇི་ལྟར་སྒྲས་ཀྱང་ནད་ལ་ཕྱག་ཆེ་འགན་སྲུང་བུ་རྒྱ་ནི་རང་
རང་གཅིག་ཕུ་རེད་འདུག

བྱེད་རང་གི་ཆེས་རྩ་ཆེར་བརྩེ་བའི་གནས་མཆོག་ནི་བྱེད་རང་
གནས་སའི་སྐྱེད་དེ་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱེད་རང་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་སའི་
ལྷང་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། ང་རང་གིས་ཆེས་རྩ་ཆེར་བརྩེ་བའི་གནས་
མཆོག་ནི་འཛམ་སྐྱིད་གི་ཐོག་ནས་བྱས་ན་ཨེ་ཤེ་ཡ་དང་ཨེ་ཤེ་ཡའི་ནང་
ནས་བྱས་ན་ཐོད་ཡུལ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ང་རང་
གནས་སའི་དབྱས་ཀྱི་ཞིང་ས་ལྟ་ལྟར་འདི་ཉིད་ཡིན། ང་རང་གཉིས་ཀྱི་
སེམས་ནང་གལ་ཆེ་ཤོས་དང་རྩ་བ་ཆེ་ཤོས་དེ་རང་རང་སོ་སོ་ཡིན་པས་

ན་ང་གཉིས་གནས་སྡོད་བྱེད་སའི་ལུང་པ་དེ་ཡང་ང་གཉིས་སོ་སོར་
གནས་མཆོག་དང་དབྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་ཆགས་པ་རེད། དེར་
བཞེན་ངའི་ངོས་ནས་བྱས་ན་སྤོང་གསུམ་གྱི་སྤོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་ཏེན་གྱི་
བདག་པོ་དེ་ང་རང་ཡིན་ལ་བྱེད་རང་གི་ངོས་ནས་བྱས་ན་དེའི་བདག་པོ་
བྱེད་རང་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་ང་གཉིས་དེ་དང་དེའི་བདག་པོར་
བསྐྱོ་གཞག་བྱས་པ་ཞིག་མིན་རུང་བྱེད་རང་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཆོར་སྒྲུང་ལ་
བྱེད་རང་དོག་ལ་ཆེ་ཤོས་དང་ངའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཆོར་སྒྲུང་ལ་ང་རང་དོ་
ང་ལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པས་རེད་འདུག རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་ངས་
རང་རང་སོ་སོ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་བཙལ་འཆོལ་བྱས་པ་ན་
ངེད་གཉིས་སོ་སོར་ཆོར་བའི་བདེ་སྤྱད་སྤྱོད་བ་པོའི་ངའམ་བདག་དེ་
གཞན་སྤྱི་ལའང་སྤོས་མེད་ཀྱི་རང་རྒྱ་བ་ཞིག་དང་སྤྱད་མེད་དྲུངས་གཙང་
གི་ཡིད་དུ་འོངས་བའི་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་ཏུ་འཆར་གྱིན་ཡོད་པ་དེ་སྤོང་
གནས་མཐུན་པའི་ཏྲ་ག་བཏན་བདེན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་འདི་གཅིག་
ཤུ་ལས་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་ཡང་མིན་འདུག

དེ་ལྟར་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲོབས་ཀྱིས་དབང་
མེད་དུ་ཤར་ཡོང་གི་ཡོད་པར་སོང་བདག་དེའི་ཉེར་མཁོ་བསྐྱབ་པའི་

མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་ཉེ་བའི་གཉེན་གྱི་འདུ་
ཤེས་ཤིག་དང་། བདག་དེའི་ཉེར་མཁོ་བསྐྱབ་པ་ལ་འགལ་རྒྱུན་བཟོ་
མཁན་གྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་མི་དགའ་
བའི་དགའི་འདུ་ཤེས་ཤིག་བྱགས་མ་བུ་བ་ཀྱིས་ལས་སྒྲ་པོའི་སྒྲོ་ནས་
སྒྲེབས་ཡོང་གི་འདུག་ན་བདག་དང་གཞན། དག་དང་གཉེན་གྱི་ས་
མཚམས་དེའང་འདི་འདྲ་བུས་སྟེ་ཕྱེ་ནས་འདུག

དབྱེད་པའི་ཁ་ཕྱོགས།

དེ་ལ་འོ་ན། རང་ཅག་སློག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་སྦྱིད་པ་ཞིག་
བྱུང་ན་སྙམ་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་དུས་ཇི་ཙམ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན།
དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་སྦྱེ་བ་ཇུ་ཕྱིའི་རྣམ་གཞག་ཁས་ལེན་མཁན་
ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་ལ་དགག་པ་བྱས་ཏེ་དེ་དག་མེད་པར་སྦྱོ་མཁན་
ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱས་ན་གནས་པའི་སྦྱེ་བོ་ཞིག་
ཡིན་ནའང་འདྲ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་སྦྱིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ་དུ་
སེམས་པ་དེ་ནི་རང་ཅག་སློག་ལྡན་གྱི་དངོས་པོའི་བཙུན་མིན་གྱི་རང་

བཞིན་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་མའི་མངལ་དུ་ཉིང་མཆམས་སྐྱར་བའི་དུས་
དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ནས་འདུག

དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ང་རང་ཆོ་འགྲོ་བ་མིས་གཙོས་
པའི་སློག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཅི་ཤིང་ལོ་ཏྲོག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་
དངོས་པོ་ཕལ་བ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བདེ་སྤྱག་གི་སྤྱོད་ཆོར་མངོན་
གསལ་དོད་པོ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་བྱུང་པར་བ་ཞིག་ཡིན་པས་
རེད། ཅི་ཤིང་ལོ་ཏྲོག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་རང་དགའ་བ་
ལས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་དེ་ཡང་ལུས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
ཤོད་དགོས་བྱུང་ན་ཤོད་བྱུང་གྱི་མ་རེད། དེར་བརྟེན་ཤེས་པ་དང་སྤྱོད་
བ་ཆོར་བ་ཞེས་པ་འདིའི་སྟངས་ནས་འགྲེལ་བ་ཤད་བྱ་དགོས་པ་ཆགས་པ་
རེད།

དེ་ཡང་རྟག་མི་རྟག་བཟང་ངན་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་གཞན་ཞིག་ལ་སྟོས་ཏེ་བྱུང་དགོས་ཤིང་། སྟོས་སའི་གཞན་དེ་
ཡང་གཞན་ཞིག་ལ་སྟོས་ནས་བྱུང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་གཞན་ལ་
མ་སྟོས་པའི་བྱུང་ཚུལ་ཞིག་ནི་གཏན་ནས་མེད་པར་སོང་རང་ཅག་མི་ལ་
སོགས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཅི་ཙམ་གསོན་པོར་སྟོད་པའི་

རིང་ལ་བས་གོས་ལ་སོགས་པའི་སློག་འཆོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་བ་
ནམས་ལ་ལྟོས་པའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་མ་བྱེད་མཐུ་མེད་ཆགས་ཡོད། དེ་ལ་
ཆོར་ཤེས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་དེས་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ནམས་
ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་འབྲེལ་བ་བྱེད་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་
ཅིང་གཅིག་ནི་ལྷས་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་བྱེད་པ་དེ་དང་།
གཞན་དེ་ནི་ལྷས་དང་མ་འབྲེལ་པར་སེམས་རྒྱུང་པའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་
བ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་སྤྲ་མ་ལ་དབང་ཤེས་དང་སྤྱི་མ་ལ་ཡིད་ཤེས་
ཟེར་ཞིང་འདི་གཉིས་ཀྱིས་བདེ་སྤྱག་སྐྱ་ཆོགས་ཤིག་མྱངས་དང་སྤྱོད་
བཞིན་པ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱག་བསྐྱལ་རང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་
ཐབས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མེད་པ་བཟོ་
དགོས་པ་ལས་རང་དབང་གིས་སེམས་དང་ཁ་མི་བྲལ་ཞིང་། སེམས་
ལས་རྒྱུང་ཐག་རིང་པོར་རྒྱགས་ཤིག་ཅེས་སྒྲས་པས་ཀྱང་མི་འགྲོ་བ་ལྟར་
སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སེམས་ལ་རང་དབང་
གིས་ཡོང་ཐབས་མེད་ལ་ཤོག་ཅིག་ཅེས་སྒྲས་པས་ཀྱང་མི་ཡོང་བར་དེ་
བསྐྱབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ཞིག་བཙལ་འཆོལ་བྱེད་དགོས་པས་སེམས་ཀྱི་
སྤྱོད་པ་བསྐྱབ་པ་དང་མི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་
ཆོས་ནམས་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ལྟོས་ཚུལ་དེ་ནི་ལྟོས་

ནའང་འགྲིག་ལ་མ་ལྟོས་ནའང་འགྲིག་པའི་ལྟོས་ཚུ་ལ་སྦྱར་བཏང་བ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་མ་ལྟོས་ན་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་འང་འཛོག་མི་བྱུང་པར་གཏན་
བརྒྱག་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཡོད་པའི་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་གྱི་ལྟོས་ཚུ་ལ་ཞིག་
ཡིན། དེར་བརྟེན་མ་ལྟོས་མཐུ་མེད་གྱི་ལྟོས་ཆབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་
ཆགས་ནས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་
ནམས་ཀྱང་ཁོ་རང་ཆོ་ནང་ཕན་ཚུན་ནམ་ཡང་ན་གཞན་ཞིག་ལ་ལྟོས་
པའི་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིས་གཙོས་པའི་
སློག་ལྗན་གྱི་འགྲོ་བ་ནམས་ཀྱང་ཅི་ཙམ་གསོན་པོར་སྤྱོད་པའི་རིང་ལ་
ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་སོགས་གྱི་ཆོས་ལ་མ་ལྟོས་ཐབས་མེད་
གྱི་གཞི་རྩའི་ཡོད་སྤངས་སམ་རང་བཞིན་ཞིག་ཆགས་ནས་ཡོད་པ་རེད།
དེ་འདྲ་སོང་ཙང་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ནམས་ལ་འབྲེལ་བ་
བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་མི་སྦྱར་བཏང་ཕལ་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་གཟུགས་སོགས་ཀྱན་
ཚོབ་པའི་ཆོས་ནམས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་ལ་སེམས་ལ་རང་དབང་
ཐོབ་པའི་ནུ་ལ་འཁྱོར་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཀྱན་
ཚོབ་པའི་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལས་ལྷག་པའི་སངས་

ཀྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་
བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་མཆན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཞན་ལ་སྟོས་
ནས་རང་ཡོད་པའམ་གཞན་ལ་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་རང་ཡོད་པ་དེ་
ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆེས་རྩ་བའི་ཡོད་སྤངས་ཤིག་ཆགས་ནས་ཡོད་པ་གསལ་
པོ་གསལ་ཀྱང་ཡིན། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཡོད་ལྷགས་དེ་གཞན་ལ་
སྟོས་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་པའི་ཐོག་རང་ཅག་སྟོག་ལྡན་གྱི་
འགོ་བ་རྣམས་ལ་ས་དོ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཕལ་བ་རྣམས་
དང་ཡེ་མི་འདྲ་བའི་བདེ་སྤྱད་ཆོར་ཤེས་བྱབ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་པ་ཞིག་
ཡོད་པ་ཡིན། རྩལ་དེ་ལ་ང་རང་ཆོས་དེ་འདྲའི་སྤྱིང་ཆོར་ཅན་གྱི་རྣམ་
ཤེས་དེའི་ཁ་སྟོགས་ལ་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ག་དུས་ཡིན་
ནའང་བདེ་བ་བྱུང་ན་སྙམ་དུ་རང་གི་ངང་གིས་སེམས་པ་དང་སྤྱད་བསྡུལ་
མ་བྱུང་ན་སྙམ་དུ་རང་གི་ངང་གིས་སེམས་པ་དེ་ཡིན། བདེ་བ་འདོད་པ་
དང་སྤྱད་བསྡུལ་མི་འདོད་པའི་བསམ་རྩལ་ལྷགས་ཆེན་ཞིག་བཅོས་མིན་
ངང་གིས་སྐྱེས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་འདིས་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་སྤྱད་བསྡུལ་བྱད་
པའི་སྤྱིར་བཙས་གོས་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། ཆོར་ཤེས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་འདིས་གཟུགས་སྐྱ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཆོར་སྤང་མི་འདྲ་བ་

གསུམ་བྱང་སྒྲེ། བདེ་བ་དང་། རླུག་བསྐྱེལ། བདེ་རླུག་གང་ཡང་མ་ཡིན་
པའི་བཏང་སྒྲིམས་དང་གསུམ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སེམས་ཀྱི་ཞེ་ཕྱག་
རང་ནས་ཞི་བདེ་འདོད་ཅིང་རླུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་གཅིག་ དེ་འདྲ་
དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་མེད་པར་རང་དབང་གི་ཡོང་ཐབས་མེད་པར་ངེས་པར་
དུ་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ཞིག་ལ་ལྟོས་ནས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་བཟོ་དགོས་ཀྱི་
ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དེར་བསམ་ཞིབ་བྱ་རྒྱ་ནི་དཔུང་པའི་ཁ་སྤྲོགས་མ་
ནོར་བ་ཞིག་རེད་སྙམ་དུ་གྱི་འདུག

དེ་ལ་རང་རེ་འགྲོ་བ་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དཔལ་འབྱོར་དང་། དུས་
ཚོད། བསམ་སྒྲུའི་རྒྱས་པ་སོགས་ཕངས་མེད་དུ་བཏང་ནས་གནད་དོན་
མང་པོ་ཞིག་ལ་དོ་གལ་ཆེན་པོས་བརྟག་དཔུང་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་ལས་
ཕལ་ཆེར་ནི་བདེ་རླུག་གི་ཚོར་བ་དངོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཁ་སྤྲོར་
བརྟམས་ཀྱི་བརྟག་དཔུང་བྱེད་སྒྲུངས་ཤིག་ཡིན། དེ་ཇི་སྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཡ་
གཤིག་གསེར་བྲི་གཞོན་པའི་རྒྱལ་པོ་ནས་མ་གཤིག་སྤང་ལམ་དབུས་སུ་སྤྲང་
འབྲམས་བྱེད་པའི་སྐྱེ་པོའི་བར་དང་། ཐ་ན་སྤྲང་བྱ་ཞིག་ཡན་གྱི་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་བདེ་བ་ཞིག་བྱང་ན་ཨང་སྙམ་པའི་སེམས་དེས་
མ་བཞག་པར་འགྲུལ་སྒྲོད་བྱེད་དགོས་བྱུང་བ་དེ་གཅིག་གྱུར་དུ་ཡོད་

པར་བརྟེན་སྟོར་ཆོར་ཅན་གྱི་སེམས་དེའི་འདོད་སྟོབས་སམ་ཁ་སྟོབས་
དང་མཐུན་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ལ་བརྟེན་དཔུང་བྱ་རྒྱ་དེ་འགྲོ་བ་གཞན་
བ་ལང་སོགས་ལས་ཤེས་རིག་བཀྲ་བའི་ནམ་དཔྱད་ཅན་གྱི་འགྲོ་བ་མིའི་
འགན་ལུས་གཅིག་ཕྱ་དེ་རེད་སྟེ། དེར་བརྟེན་མཆར་མཆར་པོའི་གནད་
དོན་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་ཆེར་ཁ་སྟོབས་དེར་བསམ་གཞིགས་བྱ་
དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

དེ་ཡང་རྩི་ཤིང་ལོ་དྲོག་སོགས་སེམས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཕལ་པ་
ནམས་ཀྱིས་གཞན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་སེམས་ནང་སྦྱིད་མ་སྦྱིད་ཀྱི་
ཆོར་བ་འདི་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཤོད་མི་ཤེས་ཀྱང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ལྟ་
བུས་གཞན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་སེམས་ནང་བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་
ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ནི་སྟོང་བ་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁ་གྲགས་ཡོང་གི་
ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་བདེ་སྤྱག་གི་སྟོང་ཆོར་དེ་འདྲ་ཡོང་དགོས་པ་རྒྱ་
མཆན་གང་ཡིན་སྟེ་ནམ་ན་གནད་དོན་ཐ་དད་ཡིན་ཞིང་ཇི་ལྟར་བུས་ཏེ་བདེ་
སྤྱག་གི་སྟོང་ཆོར་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་སྟེ་ན། དེ་ལ་ལན་འདེབས་
ཀྱི་ཚུལ་དུ་མི་རིགས་དང་། གོམས་གཤིས། ཆོས་ལུགས། ལྷ་གྲུབ་སོགས་
མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་

ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་རྒྱ་བྱབ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཙོ་
ཆེ་བ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ནས་བཤད་ཆོག་གི་འདུག་སྙམ།

དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོའི་ལྟ་བུ་སྒྲ་མཁན་གྱི་སྒྲིབ་པོ་ཆོས་འབྲེལ་
གཏུགས་བྱེད་སའི་ཡུལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིང་ཆོར་དེ་བྱུང་བ་མིན་ལ་
འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་ནམ་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་བདེ་སྤྱད་གི་སྒྲིང་
ཆོར་དེ་བྱུང་བ་མིན་པར་དེ་ནི་གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་གྱི་
བྱེད་པ་པོ་དགོན་མཆོག་གིས་བསྐྱན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། དེ་
ཡང་དགོན་མཆོག་གུགས་མཉེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟེངས་བསྟོད་དུ་
བདེ་སྤྱོད་གྱི་ཆོར་བ་གནང་བ་དང་དགོན་མཆོག་གུགས་མ་མཉེས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཉེས་ཆད་དུ་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་ཆོར་བ་གནང་བར་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པ་ཡིན། འདི་ངོས་འཛིན་བྱེད་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་རིགས་གཅིག་
ཡིན་ཞིང་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱད་ལ་ལྡན་པའི་སྒྲིབ་པོ་འབྲུམ་ཐེར་མང་པོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

ཡང་དེང་དུས་མིའི་སྒྲིབ་ཆོགས་ནང་ཁྱད་པ་བྱུང་ཤོས་སུ་ཁས་འཆེ་
བའི་སྒྲིབ་དངོས་པོའི་རྒྱ་བསྐྱོད་གྱི་ལྟ་བུ་འཕམ་དུ་ལ་ཕྱན་གྱི་ལྟ་བ་སྒྲིབ་པའི་ཆོན་
རིག་པ་ནམས་ཀྱིས་གང་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་སའི་ཡུལ་དེ་བཟང་

པོའམ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་
ཡུལ་དེ་ངན་པའམ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་
བསྐྱེལ་གྱི་ཆོར་བ་ཞིག་བྱུང་བ་ཁོ་ན་ལས་དཀོན་མཆོག་གིས་བཟོས་པ་མ་
ཡིན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་ཡུལ་ཅན་གྱིས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་བྱུང་
བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ངོས་འཛིན་བྱེད་
སྒྲུངས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆེས་རྩ་བའི་གྲུབ་མཐར་བཟུང་ནས་རང་ཅག་འགྲོ་བ་
མི་ལ་ཆེས་ལྷན་མེད་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཅིག་སྦྱབ་དགོས་ན་གང་ལ་འབྲེལ་བ་
བྱེད་སའི་ཡུལ་དེའི་མདོག་དབྱིབས་སོགས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་མཐར་ཕྱིན་
པ་བྱས་ཏེ་སྤར་ལས་བཟང་བ་དང་སྤར་ལས་མང་བའི་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་
བསྐྱེད་བྱ་རྒྱ་དེ་གྲུབ་དོན་གྱི་སྤྲིང་པོར་བཟུང་གི་ཡོད་པ་རེད། ས་ཚུ་གིང་
སོགས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོར་བསྐྱུར་བཅོས་དགོས་པ་བདེ་བའི་རྒྱར་
ངོས་འཛིན་པ་དེར་འཐད་འཛིན་བྱགས་ཆེར་བྱས་ཏེ་ཆོན་རིག་གི་ལྷ་
བའམ་དངོས་པོའི་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་བ་སའི་གོ་ལ་རྩིལ་པོར་བྱབ་བརྟེན་
གཏོང་གི་ཡོད་ཅིང་ལྷ་གྲུབ་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་མཁན་ཡང་སྦྱོ་བོ་
ཐེར་འབྲུམ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྒྲུངས་རིགས་
གཉིས་པ་དེ་ཡིན།

ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་བའམ་རྟེན་འབྲུང་གི་ལྷ་གྲུབ་སྒྲ་བའི་ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་སྤྱད་བཟང་ངན་ལ་
སོགས་པའི་གནས་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་རྣམས་དཀོན་མཆོག་བྱགས་མཉེས་
མ་མཉེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ་གང་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་
བྱ་སའི་ཡུལ་དེ་རྩལ་ཕྱན་ཚུན་ཆད་ནས་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་མ་བྱས་ལ་
བརྟེན་ནས་ཀྱང་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གང་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་སའི་ཡུལ་
དང་། གང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་གཉིས་ཕན་ཚུན་
ལྟོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྤྱད་བཟང་ངན་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་གཞག་
རྣམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་ཆོས་དེ་
ལ་ལྟོས་ནས་སྐྱེ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་ནའང་གང་ལ་འཁྲུག་མ་ལྟོས་པའི་
རང་དབང་བ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་མེད་སྐབས་རང་གང་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་
པའམ་སྐྱེས་ཡོང་སའི་གཞི་དེ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆགས་པ་རེད། ཆོས་གང་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ཐོག་མར་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་
པར་ལ་སོགས་པའི་ལྟོས་ས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་ལྟར་རང་
གིས་གཞན་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་ནའང་རང་ཉིད་གཅིག་པུས་མ་འགྲིག་
པར་རང་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱ་རྒྱུ་ཆུ་ཆུ་མང་པོ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་རང་
ཉིད་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆུ་ཆུ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་གི་ཆ་གས་ཤིག་ཆགས་ནས་ཡོད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཞན་སྟེ་ལའང་སྟོས་མི་དགོས་པར་རང་གཅིག་ཕྱས་
བདེ་སྟུག་ཐམས་ཅད་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་གྱི་དཀོན་མཆོག་ཅིག་མེད་
ལ་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱིས་བདེ་སྟུག་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ལ་བད་
གཏོང་མཁན་གྱི་ཉིན་ཉིགས་པ་ལྟ་བུའི་ཁྱད་པའི་རྩ་དུལ་ཕྱ་མོ་ཞིག་ཀྱང་
མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་འདུས་བྱས་ཅེས་པའི་ཆོག་དེ་དང་ཉིན་
འབྲེལ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་གཉིས་ནང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་ཞིན་ཏུ་
མཁས་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་
ཆགས་པ་རེད།

དེ་ལྟར་ལྟ་བུ་བཅི་འདྲ་བ་བབྱང་གིས་མི་ལང་པ་ཡོད་པ་རྣམས་
གཙོ་ཆེ་བ་གསུམ་དུ་བསྟུས་ཤིང་དེ་དག་ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་དང་ཐབས་
ལམ་དགོས་པ་གསུམ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་ནའང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་
སྤྱིང་དུ་ཡོད་པའི་ལས་ཉིན་གཉིས་ཀྱིས་འདུ་བྱས་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱར་
པོ་དེ་མེད་པ་བཟོ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་ཆགས་ནས་ཡོད།
འདིས་གང་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། ང་རང་ཆོ་ལ་གཟུགས་ཆོར་
ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་འདི་རྣམས་ཡོད་པའི་དབང་གིས་བདེ་སྟུག་གི་སྤྱིང་
ཆོར་སྣ་ཆོགས་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཆོ་དུས་ཡུན་རིང་ཕྱང་དང་ཆེ་

ཆུང་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ང་རང་ཆོའི་བཏང་འཇིན་གྱི་འོག་ལ་མེད་
པ་དེ་གསལ་པོ་བྱས་ནས་བསྟན་གྱི་ཡོད། ང་ཆོས་བསམ་སྒྲེའི་བ་ཆགས་
མ་བཏང་པར་བདེ་སྤྱད་གི་གནད་དོན་རགས་པ་རགས་ཆུང་ཞིག་གི་ཐོག་
ནས་སོ་སོའི་བདེ་སྤྱད་གདམ་ག་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་སོ་སོའི་ལག་པར་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མངོན་ནའང་དོན་དངོས་ཐོག་དོན་དག་ཁ་ཅིག་ང་རང་
ཆོ་སོ་སོའི་འདོད་པ་ནང་བཞིན་ཡོང་གི་མེད་པ་དང་། ཡང་གནད་དོན་
ཁག་ཅིག་ང་ཆོས་མི་འདོད་ནའང་ཡོང་གི་ཡོད་པའི་དངོས་ཡོད་བདེན་
པའི་གནས་ཚུལ་འདིས་རང་གི་བདེ་སྤྱད་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་
རང་གི་ལག་པར་མེད་པར་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ཞིག་ནས་བཙལ་
འཛོལ་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་ནས་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མེ་ཏོག་དང་ཆུ་
ཤིང་སོགས་སེམས་མེད་བཅའ་པོའི་རིགས་ལ་བརྟག་དཔུང་བྱས་ཏེ་
མཚར་མཚར་པོ་དང་སྙན་སྙན་པོའི་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་སྤྱོད་
ཆོར་དངོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ཀྱི་བརྟག་དཔུང་བྱེད་
སྤངས་ཤིག་ཡིན་སྟབས་དེས་རང་ཉིད་ཚུད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་མི་འདོད་
རྒྱུའི་དཀའ་ངལ་དང་འདོད་རྒྱུའི་བདེ་བ་ལ་ལན་འདེབས་དང་འགན་
ལེན་གང་ཡང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་སྙམ། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་ཅག་
ནམས་ཕྱི་རོལ་དུ་ལ་ཇུས་ལས་གྲུབ་པའི་སེམས་མེད་པའི་སྒྲེ་ལྟན་གྱི་

དངོས་པོ་སྤྱིར་བཏང་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བདེ་སྤྱག་གི་སྤྱིང་ཆོར་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོད་པའི་སེམས་ཡོད་སྤྱི་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་བྱད་པར་བ་ཞིག་ཡིན་དུས་དེས་བརྟག་དཔུང་དང་བཙལ་འཆོལ་བྱ་རྒྱུའི་ཁ་ཕྱོགས་དེའང་སྤྱིར་བཏང་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བྱད་པར་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ང་རང་ཆོ་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་གཟུགས་ཕུང་འདི་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ཟས་གོས་གནས་མལ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཉེར་མཁོ་རྣམས་དགོས་མཁོ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་ང་རང་ཆོའི་འདོད་པ་སྐྱོང་མི་ཐུབ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བདེ་སྤྱག་སྤྱིང་བའི་སྒྲི་དེ་ལ་ཕྱི་ལུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱིང་བ་གཅིག་དང་ནང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱིང་བ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། ཟས་གོས་གནས་མལ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ཅི་ཙམ་པའི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ནང་སེམས་ལ་ནི་བདེ་མེད་ན་སེམས་བྱང་བྱིང་དུ་འགྱུར་ནས་དལ་སྟོད་ངང་གནས་མི་ཐུབ་པ་བཟོ་གི་ཡོད་པ་ང་རང་ཆོ་ལ་ཉམས་སྤྱིང་ཆད་མས་ར་སྤྱོད་ཡོང་དང་ཡོང་བ་ཞིན་པ་ཡིན་པར་སོང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཕྱི་མ་འདི་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་རེད།

དེར་བཏེན་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་བཙལ་ནས་བཏེན་བྱུང་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ང་རང་
ཆོ་རྒྱལ་ད་ཕྱོད་ལྡན་པའི་འགྲོ་བ་མེད་པ་བཙལ་འཆོལ་བྱ་རྒྱ་བྱུང་པར་བ་
གཅིག་རང་ཡོད་པ་དེ་རེད་སྙམ།

དེ་ཡང་ལྷས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་བློ་གྲོས་མནན་
ནས་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་བསྐྱེད་མི་བྱུང་པ་ལྟར་ལྷས་ཀྱི་བདེ་བས་
སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་བློ་གྲོས་མནན་ནས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་མི་
བྱུང་། འོན་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་གྱིས་ལྷས་ཀྱི་བདེ་བ་བློ་གྲོས་
མནན་ནས་ལྷས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་སྐྱེ་བྱུང་པ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་བདེ་བས་ལྷས་
ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་ལ་དབང་བསྐྱུར་ནས་ལྷས་ལ་བདེ་སྐྱེད་སྐྱོད་བྱུང་། དེར་
བཏེན་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱེད་སྐྱུ་བ་ཚུ་ལ་ལ་མཁས་དགོས། དེ་ལ་མཁས་ན་
སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་ལན་འདེབས་གདོང་ལེན་བྱ་
བྱུང་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལྷས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སྤྱུང་དེ་
དབང་བསྐྱུར་བྱས་ནས་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུར་ཡན་པ་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་ལ་རེ་ཐོག་གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་
ཞིག་གི་ངོས་ནས་བྱས་ན་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ང་རང་ཆོ་སྙམ་བྱ་
བྱམས་སྤིང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ལ་གོམས་པ་དེ་

ཅམ་རང་མེད་པའི་ལས་དང་པོ་བཞི་ག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སྤྱི་ལུས་ཀྱི་
བདེ་སྤྱོད་བསྐྱབ་པར་དངོས་པོ་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་པའི་ཆུ་རིག་དགོས་
ལ་ནང་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་བསྐྱབ་པར་ནམ་ཤེས་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་
པའི་ཆོས་ལྷགས་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལ་ཆུ་རིག་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་སྤྱིན་པའི་འབྲས་
ཉགས་ཉག་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་འཇམ་སྒྲིང་སྤྱི་ལ་ཁབ་ཁག་ཏུ་ས་
ཁབ་དོ་ཁབ་ཏུ་སྤྱིན་ཡོད་ན་འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་སྤྱོད་སྐྱབ་པར་ཆོས་ལྷགས་
ཅང་ཨེ་དགོས་སྟུམ་ན། སྤྱི་ལ་ཡིན་ན་སྤྱོད་ཆ་འདི་ལེགས་སྤྱི་ལ་ཞིག་ལ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱང་ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱོད་ཆ་འདི་རྗེས་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་
ཞིག་ཡིན། ང་ཆོས་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཤིག་བྱས་
པ་ཡིན་ན་སྤྱི་ལ་ཆུ་རིག་གི་ལྷ་གྲུབ་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་སྒྲིང་གསར་དུ་དར་
ཡོང་བའི་སྐབས་མི་མང་པོའི་བསམ་པར་ཆུ་རིག་གཅིག་ཕུས་འགྲོ་བ་
མིའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆང་མར་ཁ་གཏད་སྤྱོད་གྲུབ་ཀྱི་རེད་
སྟུམ་ནས་ཡོད་ཆེས་ལྷགས་ཆེན་བྱས་ཏེ་རང་གི་ཕ་མེས་ཀྱི་སྐབས་ནས་
དར་བའི་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ལྷགས་ལ་རེ་
ཞིག་དད་པ་བརྒྱག་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་ན་ཡང་ད་ལྟའི་

ཆར་ཆོན་རིག་དར་བ་ཙམ་དུ་མ་བད་ཆོན་རིག་ལག་རྩ་ལ་ལ་བཏེན་ནས་
ས་ཐོག་གི་མི་ནམས་ལྷ་བའི་གོ་ལར་བགྲོད་པ་དང་། སྐབས་བདེ་བའི་
འཕྱལ་ཆས་ཆུང་དུ་ཞིག་གིས་ཡུན་ཆད་ཆེས་བྱང་དུ་ཞིག་གི་ནང་གཤམ་
རྟོགས་དཀའ་བའི་གསང་བ་མང་པོ་ཞིག་མིག་གི་མདུན་དུ་སྤྱངས་པ་ལ་
སོགས་པའི་ཡ་མཚན་པའི་གནས་ཚུལ་སྤྲོ་ཆོགས་ང་རང་ཆོའི་མཐོང་
ཐོས་གཉིས་ཀར་ཡོང་གི་ཡོད་ནའང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་
ཆོགས་ནང་ཆོག་མི་གཤམ་པའི་བསམ་སྦྱོང་དང་། སྤྱག་དོག་དང་འགྲན་
སེམས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་ནམས་སྤར་ལས་ཀྱང་མཐུ་ཆེ་རུ་
སོང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་འབྲུག་ཅེད་སོགས་ཀྱིས་ཞི་བདེ་གཏན་བརྒྱག་དུ་
སྤྱོད་པའི་དཀའ་རྟོག་ནམས་ནི་ཆོན་རིག་གིས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱས་པའི་སྤྱི་
དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཀྱིས་སེལ་ཐབས་མེད་པ་མ་བད། ཆོན་རིག་གི་
རོགས་རམ་ལ་བཏེན་ནས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱས་པའི་ཉིན་ཆ་བས་ཤིན་དུ་ཆེ་
བའི་མཆོན་ཆ་ནམས་སྤང་སེམས་ཀྱིས་བཅད་སྦྱོད་ལས་འཇམ་གླིང་ཉིལ་
པོ་སྐད་ཅིག་གཅིག་གི་ཡུན་ལ་རྩ་བརྒྱག་དུ་གཏོང་བའི་འཇིག་དངངས་སྤྲོ་
ན་མ་གྲགས་པ་ཞིག་གི་འོག་རང་རེ་གནས་དགོས་པ་རང་རེའི་ལྷང་པ་
འཇམ་གླིང་འདྲིའི་དངོས་ཡོད་ཉམས་སྤྱོད་གིས་ཁ་གྲགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་
ལྟར་རེད། སྤྱི་དངོས་པོ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་ལ་བཏེན་པའི་ཆོན་རིག་

ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་དེས་འགྲོ་བ་མིའི་འཆོ་གནས་ཀྱི་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ་
སྐབས་བདེ་རུ་དང་འབྲེལ་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་ཡིན་ནའང་སྟོགས་
གཞན་འགྲོ་བ་མི་སྐམས་ཤོལ་འཛིང་བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བཤད་པ་ཡིན་ན་ཐོག་མར་ལག་འཛིང་དང་། དེ་རྗེས་དོ་དང་དབྱུག་པ་
སོགས་བཅད་སྟོན་བྱེད་པ། དེ་རྗེས་མདའ་དང་མདུང་གི་སོགས། དེ་རྗེས་
མེ་མདའ། དེ་རྗེས་མེ་སྟོགས་དང་ད་ཆ་སྟོར་བརྒྱག་གི་རྒྱས་པ་ཆེས་ཤིན་
ཏུ་ཆེ་བའི་མཆོན་ཆ་མང་པོ་བཅད་སྟོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ལྟར་ལག་འཛིང་བྱེད་པ་ནས་ད་ལྟ་མདེའུ་གཅིག་གིས་དུས་ཡུན་
ཐུང་དུ་ཞིག་གི་ནང་ཕ་རོལ་པོ་གང་མང་མང་གསལ་ཆས་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་
ཐབས་ལ་དང་དོད་དང་འབད་བརྩོན་བྱེད་པའི་བར་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་པ་
འདིར་བསམ་སྒྲུབ་ཞིབ་ཚགས་ཤིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་
སྦྱིད་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་རྟགས་ཤིག་མ་
ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མིའི་ཡུལ་ལྗང་དང་བཅས་པ་གཏན་བརྒྱག་གཏོང་བྱེད་
ཀྱི་ཐབས་ཤིག་སྟེ་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲུབ་བསྐྱེད་བཏང་པའི་དན་རྟགས་
ཤིག་རེད་འདུག ཕན་ཚུན་སྟོགས་གཉིས་ཀར་ཕྱི་འཆོན་ཆ་སྟོབས་ཆེ་
ཞིང་ནང་གི་སྤང་སེམས་དེ་བས་ཀྱང་སྟོབས་ཆེ་བ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་

སུ་མྱོང་འངགས་ཀྱི་མི་ཆོ་ཞིག་ཡོང་བཅས་ཨེ་འདུག་ཁྱེད་ཀྱིས་དགོངས་
པ་ཞིག་བཞེས་དང་།

གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་མི་ཞེས་པ་འདི་རང་རེས་བཅད་སྦྱོད་བྱེད་
བཞིན་པའི་ཚུ་ཆོད་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུའི་སེམས་མེད་འཕྱལ་ཆས་ཀྱི་ཟོག་
དངོས་རང་དགའ་བའམ་རྩི་གིང་ལོ་ཏྲོག་ལྟ་བུའི་རྩལ་རྩལ་ལས་གྲུབ་པའི་
སེམས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྦྱར་བཏང་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར་
བདེ་རྒྱལ་གི་སྦྱང་ཆོར་ཡོད་པའི་སེམས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་བྱད་པར་བ་
ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་ཆོན་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་གཅིག་ཤུས་འགྲོ་བ་མིའི་
དགའ་ངལ་ཆང་མར་ལན་འདེབས་གདོང་ལེན་བྱུང་ནས་བདེ་སྦྱོད་ཆ་
ཆང་སྦྱབ་བྱུང་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ནི་ནོར་འབྱུལ་གྱི་བསམ་སྒྲེ་ཞིག་
ཡིན། དེང་དུས་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་
རྒྱས་ཆད་མཐོར་ཕྱིན་པའི་སྦྱོ་ཆོགས་མང་པོའི་ནང་ང་རྩལ་དང་འགྲན་
སེམས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་ནམས་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྐྱོན་
པའི་བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས་གོ་ཡུལ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་
སྤར་མེད་པའི་དགའ་ངལ་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་
དགོས་པའི་སྦྱོ་གནས་ཤིག་ཤད་དང་འཕྱད་བཞིན་ཡོད་སྟབས། དངོས་པོ་

ཚུལ་སྦྱབ་ཀྱི་དེང་དུས་ཚན་རིག་གི་ཡར་རྒྱས་གཅིག་པུས་འགོ་བ་མི་ལ་
བདེ་སྦྱིད་སྦྱོད་པའི་ནུས་པ་འདྲང་གི་མེད་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་བྱང་ནས་
སྦྱར་ཡང་ཡ་རབས་བཟང་སྦྱོད་ཀྱི་བསྦྱབ་བྱ་སྟོན་པའི་གནའ་བོའི་ཆོས་
ལུགས་ལ་ཕྱི་མིག་བཏྲ་དགོས་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་གི་ཐོག་སྦྱབས་བཞིན་
ཡོད་པ་རེད།

ཡང་འགའ་ཞིག་ནི་དོན་གྱི་ཤེས་ཡོན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་ཚན་རིག་
ཅས་པའི་ཆོག་ཙམ་ཞིག་ལ་འཆེལ་ནས་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྒྱག་པ་དང་
ལོ་དང་ལོ་འབྲེལ་ནས་མི་ཆེ་སྦྱེལ་བའི་སྐབས་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཚན་
རིག་གིས་སྒྲོང་མི་བྱབ་པར་བརྟེན་ཚན་རིག་ལའང་ཡིད་ཆེས་བརྒྱག་ནས་
མཐར་གང་ཡང་མེད་པ་ཆགས་མཁན་དེ་འདྲའང་མཐོང་རྒྱ་འདུག དེ་
ནི་ཆོད་ལྡན་གྱི་དགོ་ཀན་ལས་ཡང་དག་པའི་སྦྱོབ་གསོ་མ་ཐོབ་པར་བརྟེན་
ཚུལ་དང་ཚུལ་མེན་འབྱེད་པའི་ནམ་དུའདྲེད་མེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཁ་སྦྱ་
གཞར་པའི་ཞོར་ལ་མིག་སྦྱ་ཡང་གཞར་ཞེས་པ་ལྟར་ཐལ་ཆ་ཆེན་པོར་
ཞོར་བས་ངོ་མ་ཡང་དགོས་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།

དེ་ལྟར་མི་ཆེའི་ཉམས་སྦྱོང་དངོས་སོགས་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་
བརྟེན་ནས་རང་ཅག་སྦྱེ་བོ་སྦྱར་བཏང་པ་ནམས་ལ་ཕྱི་རོལ་དུལ་རྩས་

ལས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན་ཡང་དེ་
གཅིག་པུས་མི་ཆོག་པར་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེལ་སེལ་བ་དང་འདྲོད་པ་
ཁེངས་པའི་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་གྲུབ་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་དགོས་པ་དེ་རེད།
དེ་འདྲའི་ཐབས་ལམ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱོད་དང་ཁྱད་པར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
པའི་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱེལ་བྱ་ལས་རྒྱ་ཆེ་གཏོང་བཟང་གསུང་པ་དེ་ལྟར་རེད། རྒྱ་
མཚན་དེ་འདྲར་སོང་འདས་པའི་དངོས་ཡོད་ཉམས་སྤྱོད་གི་ལམ་ནས་
འཇམ་སྤོང་འདྲིའི་སྤོང་གི་མི་ཉམས་ཀྱི་བསམ་རྒྱལ་ལ་འཕོ་འགྱུར་རྒྱབས་
ཆེན་བྱུང་སྟེ། ད་ལྟའི་ཆར་ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད་སྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱེལ་
བྱ་དང་དངོས་པོ་རྒྱ་བསྤྱོད་ཀྱི་ཆོན་རིག་གཉིས་གོམ་པ་མཉམ་བསྤྱོད་ཀྱི་
ཐབས་ལམ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་
དགོས་པའི་བསམ་རྒྱལ་འཛིན་མཁན་མངོན་གསལ་ཇི་ཆེ་ཇི་མང་དུ་
འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད་ཆོན་རིག་མཁས་པའི་ཡང་རྩེར་སོན་པ་དག་
ནས་ཀྱང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་ཆོན་རིག་གི་ལྟ་རྒྱལ་གཉིས་མཐུན་པའི་
སྐོར་གྱི་ཚོམ་དེབ་ཁྱབ་སྤེལ་བྱེད་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་རེད།
གཞི་རྒྱ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་པའི་ཆོས་འདི་
ཡུལ་དུས་གྲུབ་མཐའ་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་རང་རང་སོ་སོ་དང་
འཆམས་པའི་ལེགས་ཆ་རེ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་

དང་ཐག་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བས་ཡིན་ལ་སྐབས་འགའ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་སྤྱིད་
ཀྱང་སྐབས་འགའ་ཞིག་ལ་ཕན་མེད་རོ་ལྟར་འགྱུར་བ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་
མ་ཡིན་པར་དུས་དང་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་
ཆོག་པའི་གསོན་པོ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་ན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་
འདས་དེ་གཟུགས་སེམས་གཉིས་ཀའི་དངོས་ཡོད་བདེན་པའི་གནས་
ཚུལ་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་སྟོན་ནས་འབྲེལ་བ་ཤད་གནང་སྟངས་ལ་ཤིན་ཏུ་
མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཚུལ་དེ་ལ་ཆོད་རིག་པ་ཆོའང་ཆེས་ཆེར་རྗེས་
སྤྱོད་ལྟས་ནས་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་བདེན་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ནས་ར་
སྤྱོད་ཡོང་དང་ཡོང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་། ཆོད་རིག་པ་
ཆོས་གཟུགས་དངོས་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པའི་སྐབས་རང་གི་བསམ་
ཚུལ་དང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་གནང་སྟངས་གཉིས་
མཐུན་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོང་དུས་ཏེ་ལས་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་
སྟོན་པའི་ཆོས་ལ་རིན་ཐང་ཞིག་དང་། དང་པོ་ཉིད་ནས་འདི་ལ་སྤྱངས་
ཡོད་ན་སྟམ་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་ནས་འདི་ཆོས་ལྷགས་ཙམ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་དོན་ངོ་མའི་ཆོད་རིག་ཞིག་རེད་ཅེས་བསྟོན་བཞུགས་ཡང་
ཡང་བྱས་པའི་བྲིས་རྩོམ་དེ་འདྲའང་མང་པོ་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་ཅག་ནམས་ཀྱི་དཔྱད་པའི་ཁ་ཕྱོགས་དེ་བཟའ་བཏུང་

གི་སྐྱོར་རང་དགའ་བ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་ཅེས་པ་
འདི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་སྐྱུར་དགོས་པ་ནི་འདོད་པ་ཁེངས་ངེས་ཀྱི་བདེ་
སྦྱིད་ཅིག་སྐྱབ་པའི་ལམ་བུ་མ་ཞོར་བ་དེ་རེད་སྙམ།

དེས་ན་ངོས་ནས་དེ་གཉིས་ངོ་སྟོན་མདོར་བསྡུས་ཙམ་ཞིག་ཞུ་གི་
ཡིན། རྒྱས་པོ་ངས་ཀྱང་མི་ཤེས་ལ་བྱེད་རང་ནམ་པར་ཡང་མགོ་སྟོགས་
ཡོང་གི་རེད། དེ་ལ་སྟོན་དུ་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོར་དང་དེ་རྗེས་ཆོན་རིག་གི་
སྐྱོར་ཕྱན་བུ་ཞུས་ན་སྙམ་པ་དྲན་སོང་། དེ་ཡང་སྟོན་ལ་ངས་ངོ་སྟོན་ཞུ་
རྒྱ་དང་དེ་རྗེས་བྱེད་ནམས་པས་འདྲི་བ་འདོན་རོགས་གནང་།

འགྲོ་བ་མིའི་སྦྱི་ཆོག་ས།

དེ་ལ་འོ་ན་རག་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ་
ཟེར་ན། སྦྱིར་ན་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་སྦྱེ་ལྗན་གྱི་དངོས་པོ་མང་པོ་ཡོད་
ཅིང་དེ་དག་གི་རྒྱ་དང་དབྱིབས་སོགས་ལ་མི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་
ཡོད་པས་དེའི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་བཤད་ན་ཤོད་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་
ཀྱི་རེད། འོན་ཏེ་ནམ་ཤེས་ཡོད་དང་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་བཤད་
ན་སྦྱབས་བདེ་པོ་ཞིག་ཡོད།

དེར་བརྟེན་ཀ་བ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་སྤྱོང་ཆོར་དངོས་དང་
མ་འབྲེལ་བའམ་ནམ་ཤེས་མེད་པའི་སྐྱེ་ལྔ་ཀྱི་དངོས་པོའི་རིགས་དང་།
རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ནམས་སྤྱོང་ཆོར་ལྔ་ཀྱི་དངོས་པོའི་སྐྱེ་
ལྔ་ཀྱི་དངོས་པོའི་རིགས་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྩལ་རྩལ་ལས་གྲུབ་
པའི་ཕྱིའི་ལྷས་འདི་གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན་པར་ནང་གི་སེམས་ནམ་ཤེས་དེ་
ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་བདེ་བ་དང་རྩལ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་
ཞིང་། དེ་ནི་སེམས་མེད་སྐྱེ་ལྔ་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་མེད་པའི་སེམས་ཡོད་སྐྱེ་
ལྔ་ཀྱི་དངོས་པོའི་བྱུང་ཆོས་གཅིག་རང་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་རྟ་
བ་སྐྱང་དང་བྱ་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱམ་སར་འཆོ་བ་དང་། ཉ་དང་
རུས་སྐྱལ་ལ་སོགས་པ་ཁྱུ་ནང་དུ་འཆོ་བའི་བདེ་རྩལ་གི་སྤྱོང་ཆོར་ལྔ་
པའི་སེམས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་ང་རང་ཆོ་འགྲོ་བ་མི་
ཞེས་པ་དེ་མི་འདྲ་ས་ནི་སེམས་ལ་ནམ་རྟོག་གི་འཆར་སྤྱང་གངས་མང་
ཞིང་སྐྱེ་སྐྱ་བ་གཏིང་བྱབ་པ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།

ནང་སེམས་ལ་ནམ་རྟོག་གི་འཆར་སྤྱང་བྱ་རི་དྲགས་ལ་སོགས་
པའི་དུད་འགྲོ་ལས་མང་བའི་དབང་གིས་འཆོ་བ་སྐྱེལ་སྤྱངས་ཀྱང་དུད་
འགྲོ་ལྟར་སྤྱངས་བདེ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་ཞིང་ལས་དང་ཆོང་ལས། སྐྱོབ་

གསོ་དང་ཆོན་རིག་དམག་དོན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་སོགས་སྡེ་ཆོན་མང་པོ་
ཞིག་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་ཆགས་ཤིང་སྐབས་རེ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྒྲོ་ཡིད་
ཆོམས་པའི་བདེ་སྐྱིད་སྒྲོད་བྱབ་རྒྱ་ལྟ་ཞིག་གསོན་པོར་གནས་པའི་འགལ་
རྒྱུན་དུ་སོང་སྟེ་དེ་དག་གིས་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ཁ་བྲལ་དུ་བཏང་བའང་
མང་དག་ཅིག་ཡོད། དེ་ལྟར་འཆོ་སྒྲོད་བྱེད་པ་ལ་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་
ལྟོས་དགོས་པའི་ཆེ་སྟོག་དེའང་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལྟར་སྤྲིང་བརྟན་པ་དེ་
འདྲ་མ་ཡིན་པར་རྒྱུན་རྒྱུང་དུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་འཇིག་སྤྱི་བའི་ཉམས་རྒྱུང་
ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་པའི་ཐོག་འབྱུང་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལྷས་
འདི་ལ་ལྟོས་ཆབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བརྟེན་ན་ཆ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་
ངལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད།

ང་རང་ཆོ་འགྲོ་བ་མིས་གང་ལ་ལྟོས་སའི་བས་གོས་གནས་མལ་ལ་
སོགས་པ་དེ་དག་དང་། ང་རང་ཆོ་དང་པོ་སྐྱེས་ཡོང་དུས་ནས་མཉམ་དུ་
འོང་མཁན་གྱི་གདགས་གཞི་ལྷུང་པོ་དེ་ཆད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
སོང་ང་རང་ཆོའི་མི་ཆེ་དེའང་མཐའ་དང་ཆད་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་པ་
རེད། རྒྱ་མཆོན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱ་རྒྱུན་འཛོམས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་
བ་དང་། ན་ཆོད་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འགྱུར་པའི་ན་བ་དང་། འབྱུང་བ་

ཆ་མི་སྟོམས་པའི་ན་བ། སྟོག་གི་དབང་པོ་འགག་པའི་འཆི་བ་སྟེ་ལྷགས་
སྟོག་འདི་བཞིས་ང་རང་ཆོའི་ཆེ་སྟོག་དེ་དམ་པོར་བཅིངས་ཡོད་པར་
བཏེན་སྟེ་ཀ་ན་འཆིའི་རྩྱག་བསྐྱལ་དེ་དག་ང་རང་ཆོས་གཡོལ་མི་བྱུང་
པའི་རང་བཞིན་ལྟ་བུར་འགྱུར་པ་རེད།

དང་པོ་སྟེ་བའི་རྩྱག་བསྐྱལ་གྱིས་མི་ཆེ་འགོ་བརྩྱགས་ཤིང་མཐར་
འཆི་བའི་རྩྱག་བསྐྱལ་གྱིས་མི་ཆེ་མཇུག་བསྐྱལ་གྱི་ཡོད་ཅིང་དེ་གཉིས་ཀྱི་
བར་ན་ཀ་བ་དང་ན་བའི་རྩྱག་བསྐྱལ་གྱིས་མནར་གཅོད་མང་པོ་སྤྱོད་
དགོས་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་ཀ་བ་དང་ན་ཆ་མངོན་འགྱུར་བའི་དཀའ་ངལ་
མེད་ནའང་ཕན་ཚུན་མ་འཆམ་པ་དང་སེམས་མ་སྦྱོད་པ་འཆོ་བའི་
མཐུན་ཉེན་མ་ཆང་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཁ་
གཏད་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན་རང་ཅག་མིའི་
འཆོ་སྤོད་བྱེད་སྐྱེད་ས་དེ་རྩྱག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་རང་ཡིན།
འོ་ན་དཀའ་ངལ་དེ་དག་སྤངས་ནས་དགོས་པ་ག་རེ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།
དཀའ་ངལ་དེ་དག་སྤྱོད་འདོད་སྟེས་ནས་སྤངས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པས་
སྤངས་མི་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ལྟ་རབས་ཡིན་ཡང་དྲ་བ་ལང་ལྟར་རྩ་ཁྱུ་
ཅམ་ཞིག་གིས་འདོད་པ་ཁེངས་ནས་འཆོ་བྱུང་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བྲན་

རྒྱུ་པའི་རྣམ་རྟོག་གཡེར་པོ་འདི་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ཆ་རྒྱུ་ཞིན་ཏུ་མང་པོ་
ཞིག་ལ་སྒྲོས་དགོས་པར་བརྟེན་བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་དུད་འགྲོ་ལ་མེད་
པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྒྲོན་པ་མང་པོ་ཞིག་རང་ཅག་མིས་སྤངས་དགོས་པ་
ཆགས་པ་རེད། མི་དགོས་རྒྱུ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ངོས་ནས་བསམ་ན་དུད་
འགྲོ་ལ་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བ་མི་ལ་ཡོད་པ་དང་སྤྱག་
བསྐྱལ་སེལ་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བསམ་ན་འང་དུད་འགྲོས་བྱ་མི་
ཤེས་པ་མང་པོ་ཞིག་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིས་བྱ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། འདི་ལ་
བལྟས་ན་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་དེ་སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཁེ་
གྲོང་གཉིས་ཀ་སྒྲོབས་ཆེ་ཤོས་སུ་འགྱུར་ནས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ཞེས་པ་དེ་ལྷས་ཀྱི་བྱ་བ་སྤངས་དང་མི་
ཆེའི་བརྒྱུད་རིམ་གང་ནས་བསམ་ན་འང་གཞི་རྩའི་གནས་སྤངས་ལ་སྤྱག་
བསྐྱལ་ཆེས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་པ་ཡིན་ནའང་དྲན་རྒྱུ་པའི་རྣམ་
རྟོག་གཡེར་པོ་འདི་འདྲི་དབང་གིས་བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་བ་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོར་
འགྱུར་ཏེ་དམག་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཆད་ལས་འདས་པ་
ཡོང་དང་ཡོང་བཞིན་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཆ་གང་བཀྲས་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་
མེད་པ་ཙམ་གྱིས་དུད་འགྲོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོངས་

བྱབ་ཀྱང་རང་ཅག་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འདོད་པ་སྐྱོང་བྱབ་ཀྱི་མེད། དེ་ནི་
དུད་འགྲོ་ལས་མི་འདོད་པ་ཆེ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རེད།

དེ་ཡང་ཁང་པ་དང་། ཟས་གོས། གླ་ཕྱོགས། ཐོབ་གོ་ས། འཕུལ་
འཁོར། ཇ་ཁང་། ཆང་ཁང་། རོལ་རྩེད་ཁང་ལ་སོགས་པ་གྲངས་མང་
ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ་འདི་དག་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོད་པ་ལས་
དུད་འགྲོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རྩ་བ་ནས་མེད། དེ་ནི་སྤྱིང་ཆོར་ཡོད་པའི་
སློག་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་འགྲོ་བ་མི་དེ་ཤེས་རིག་
བྱ་གོས་དང་། དུན་པ་སྤྱོད་གོས། སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒྲིམ་མང་གོས་དེ་
ཡིན་པར་བརྟེན་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཁེངས་པའི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ཀ་
ཆས་མང་པོ་ཞིག་མ་བརྩམས་རང་བརྩམས་ཆགས་པ་རེད། སློག་ལྡན་
གཞན་གྱིས་བསམ་མི་བྱབ་པའི་བྱབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གནས་ཚུལ་མང་
པོ་ཞིག་ལ་འགྲོ་བ་མིས་བསམ་བྱབ་ནས་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཕན་བདེ་ལྗང་མེད་པ་སྐྱབ་བྱབ་མཁན་གྱི་
སྤྱི་བོ་དམ་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མཇུག་དུ་ཡོད་པ་འདི་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་
ཁོ་ནས་དགའ་འོས་པའི་གཟི་བརྗེད་ཞིག་ཡིན་ནའང་འཆར་སྒྲིམ་གིན་ཏུ་
མང་བའི་སེམས་དེར་ཆོད་འཛིན་མ་བྱབ་པའི་དབང་གིས་འབྲུ་སྤྱོད་ཕྱ་མོ་

གཅིག་ཡན་ཆད་གྱི་སྒོག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་བཟོད་མི་བདེ་བའི་བདེ་བ་
གསེག་ཆད་ལས་འདས་པ་ཕོག་དང་འཕོག་བཞིན་པ་འདིའང་འགྲོ་བ་མི་
ཁོ་ནས་བསགས་པའི་སྒོ་ཕམ་དགོས་པའི་ཉེས་ཆབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་
ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ས་གཡོ་བ་དང་རྒྱ་མཚོ་ལྷད་པ་རྒྱུ་པོ་
ཆེན་པོ་ལྡང་བ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་འབྱུང་བའི་དཀའ་ངལ་ནམས་
སྤྱི་རོལ་གྱི་འབྱུང་བ་འབྲུག་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་གནས་
སྐབས་བྱ་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་དམག་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་
དཀའ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པའི་དྲན་
སྤྱོད་པའི་སེམས་དེས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དཀའ་ངལ་དེ་རིགས་ནི་
སྤྱོད་དགོས་ཅུ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་སྤྱངས་པ་རང་ཡིན།

དེ་ཡང་ད་ལྟའི་མི་ཐོག་འདི་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཆད་མཐོར་
སྤྱོད་ནས་ཆ་རྒྱུན་བཟང་བའི་དུས་སྐབས་སུ་འཆོ་བའི་མི་ཐོག་ཅིག་ཡིན་
ཞིང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྲ་ན་མ་གྲགས་པའི་དཀའ་ངལ་གསར་པ་
མང་པོ་ཞིག་ལ་ཁ་གཏད་གདོང་ལེན་བྱ་དགོས་པའི་དཀའ་ཆོགས་ཆེ་
བའི་དུས་སྐབས་སུ་འཆོ་བཞིན་པའི་མི་ཐོག་ཅིག་ཀྱང་ཡིན། ཟས་གོས་ལ་
སོགས་པ་འགྲོ་བ་མིའི་ཉིན་རེའི་འཆོ་ཐབས་ཐད་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་སྤྱོད་

ཏེ་ལྷས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་རིགས་གཅིག་སྟེང་མི་དགོས་པར་གྱུར་ཡོད་མོད།
སྒྲུང་སེམས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་རྣམས་གོང་འཕེལ་ཆད་
མཐོར་ཕྱིན་ཏེ་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་འཇར་མི་ཆད་པ་སྟེང་དགོས་པའི་
ཉག་ཕྱ་བའི་དུས་སྐབས་ཞིག་ད་ལྟ་ང་ཆོའི་མི་ཐོག་འདིས་འགྲིམ་བཞིན་
ཡོད།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཕྱི་རི་རྣམ་གཞག་ཁས་སྒྲུངས་ནས་
བདེ་སྐྱིད་ནང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ནས་འཆོལ་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ།
ཡང་དེ་དག་ཁས་མ་སྒྲུངས་པར་བདེ་སྐྱིད་ཕྱི་རོལ་དུལ་ཇུས་ཁོ་ནའི་སྒྲུང་
ནས་འཆོལ་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་
ལ་མཐའ་མེད་པ་རང་རང་སོ་སོར་ཉམས་སྟེང་ཆད་མས་ར་སྟོན་ཡོང་
དང་ཡོང་བཞིན་པར་སོང་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཁེངས་ངེས་ཀྱི་ཐབས་
ལམ་ཞིག་རྟོན་པའི་ཕྱིར་ལས་མཐའ་ཆད་མེད་པ་དེ་དག་བརྩམས་མཁས་
སྟེ་ཡོད་པ་མཐོང་ཆོས་ལྟར་ཡིན།

འོ་ན་འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཁེངས་ངེས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་སྟོན་
བྱབ་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བཙལ་རྟོན་བྱབ་བམ་སྙམ་ན།
དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལས་རང་ཅག་འགྲོ་

བ་མི་ལ་ཡིད་ཀྱི་བྱ་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟར་སྒྱུར་ན་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་
བུམ་ལྟ་བུའི་དངོས་པ་རང་དགའ་བ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བདེ་སྤྱད་གི་
སྒྲོང་ཆོར་ལྡན་པའི་སྒྲོག་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་བྱད་པར་བ་ཞིག་དང་། སྒྲོག་
ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་སེམས་ལ་རྣམ་ཤིག་གི་འཆར་སྒྲོ་
མང་ཞོས་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་བཙལ་དཔྱོད་
བྱས་ཡོང་དུས་སྤྱི་རེལ་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱུ་ཙམ་ཞིག་ལས་རྒྱུའི་
གཙོ་བོ་ནང་སེམས་ལ་བྱག་ཡོད་པ་རང་རེལ་ཉམས་སྒྲོང་ཆད་མས་ཁ་
གྲགས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཙོ་བོ་སེམས་ལ་སྒྲོང་
བརྟེན་སྒྲོད་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་རིགས་ལ་དང་དོད་བྱས་ན་ད་གཟོད་སེམས་
ཀྱི་འདོད་པ་ཁེངས་ངེས་ཀྱི་བདེ་སྒྱུད་ཞིག་སྒྲོད་བྱབ་ཀྱི་རེད་སྙམ་དཔྱད་གྱི་
འདུག

དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལེགས་པར་གསུངས་
པའི་ཡ་རབས་བཟང་སྒྲོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྒྲོན་པའི་ནང་ཆོས་འདི་རེད།

ནང་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་།

འོ་ན་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ནང་ཆོས་ལ་རིན་ཐང་ཇི་ཙམ་
ཡོད་དམ་སྙམ་ན། དེ་ཡང་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་རྣམ་འདྲེན་ཤུག་སེང་གེ་
དེས་ལོ་ངོ་ཉི་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་གི་སྟོན་དུ་ནི་བསེལ་དམ་པའི་ཆོས་ལུགས་
འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བཀའ་བསྩལ་ཞིང་། དེ་ཡང་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་སྤྱི་
དང་སྟོས་སུ་འགྲོ་བ་མིའི་བདེ་སྤྱད་གཉིས་གཞི་རྩར་བཞག་པའི་ཐོག་སྤང་
སྤང་གི་བསྐྱབ་བུ་གནང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་བར་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་
པོའི་རིང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆམ་མཐུན་དང་། བདེ་འཇགས་ཡར་
རྒྱས་སྟོབ་གསོ་ཁོར་ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་སོགས་ལ་བསྐྱབ་ཐབས་མེད་པའི་
ལག་རྒྱུ་མཛོན་གསལ་དོད་པོ་བཞག་ཡོད་པར་བརྟེན་ཀྱན་གྱིས་ཁས་
ལེན་ཆ་འཛིག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་རེད།

འདི་གསལ་པོར་བཤད་ན། དེ་ལ་ནང་ཆོས་ཀྱི་བཤད་གཞི་གཙོ་བོ་
ནི་འགྲོ་བ་མི་ལ་རང་ཆས་སུ་ལྡན་པའི་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་དང་བཟོད་བསྙན་
ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་། བ་མ་དང་
དགེ་ལྡན་ལ་གྱས་ཞབས། རྒྱལ་པ་ཉམ་ཐག་ལ་སྤྱིང་རྗེ། སྟོབ་སྟོང་དང་
གཙང་སྒྲ་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་དང་དོད་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་

གི་ཡ་རབས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་ནམས་ཡིན་ལ་དེ་ནམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིང་
བཏགས་ཏེ་གཏན་ཆོག་རིགས་པའི་མཐའ་བརྒྱན་ནས་གོང་འཕེལ་གཏོང་
ཐབས་དང་། དེ་དག་གི་ཕྱོག་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པའི་འཆེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་
དང་། ཟུན་མིངས། ང་ཀྱལ། སྦྱིད་ལྷག་བྱེད་པ། ཀྱུ་མ་དང་གྲོད་ཀྱག་
རེས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱི་ཆོགས་ཐོག་གི་སྒྲིང་ཚུལ་ཡང་མ་དག་པ་ནམས་
ལ་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་མིང་བཏགས་ཏེ་ཀྱུ་མཆན་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་སྒྲོ་
ནས་འགོག་གང་ཐུབ་བྱེད་པ་དེ་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཤོད་སྒྲུངས་ཤིག་ཡིན།

དེ་ལྟར་བཤད་གཞི་བཟའ་བཏུང་གི་སྒྲོར་རང་དགའ་བ་ཙམ་ཞིག་མ་
ཡིན་པར་འགོ་བ་མའི་སྦྱི་ཆོགས་ཐོག་དངོས་ཡོད་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་
པའི་དགོ་སྒྲོན་གཉིས་དང་། ཤོད་སྒྲུངས་བཀའ་བཏང་པ་དང་སྒྲོལ་
བསྐྱངས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་གནད་དོན་དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་བདེན་
པའི་སྒྲོ་བས་བྱགས་ལ་བརྟེན་པའི་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་
དྲངས་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་ཆོགས་པ་གཅིག་ཙམ་དང་རང་སྒྲེར་གྱི་
བདེ་སྤྱག་གཞི་རྩར་བཞག་པའི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་པས་ཀྱན་
ནས་སྒྲུངས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་སེམས་དང་ལྡན་པ་མཆིས་སོ་ཙོག་གི་
བདེ་བ་བསྐྱབ་ན་དང་། རྟུག་བསྐྱལ་སེལ་ན་སྙམ་པའི་གཞན་གཅེས་

འཛིན་གྱི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་གང་ཕན་ཅི་ཕན་གནང་བ་དེ་
འདྲ་ཡིན་པ་དང་། དགོས་པ་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིའི་ནིན་རེའི་འཆོ་བའི་
ནང་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་མིག་
མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་རེད།

འོ་ན་ནང་ཆོས་དབྱ་ཚུགས་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་ཕྱིན་
ཡོད་ཀྱང་རྒྱན་ ཡོལ་དུ་མ་སོང་བར་ད་དུང་ཡང་ལང་ཆོ་དར་ལ་བབས་
པའི་ངང་ནས་འཆོ་གནས་བྱུབ་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རང་ཅག་
འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཀྱི་ནང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གང་བསམ་པའི་རེ་
བ་སྐྱབ་ཐབས་དང་གང་འཕྲད་པའི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་རྩལ་སྟོན་བྱས་
ནས་བརྟན་པས་རེད། འདི་རྩེ་ཤིང་ལོ་ཏྲོག་སོགས་སེམས་མེད་བཅའ་པོའི་
རིགས་ལ་མེད་པའི་རང་ཅག་སྟོག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བའི་གཞི་རྩའི་བྱད་ཆོས་
ཤིག་ཡིན་ཏེ། རང་རེ་རྣམས་ལའང་སེམས་ཀྱི་རེ་བ་སྐྱབ་མཁན་དང་
དཀའ་ངལ་སེལ་མཁན་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་དཀའ་བ་བསྐྱེད་པ་མངོན་སྲུང་
ཆོད་མས་བསྐྱབས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་
ཀྱིས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་གི་མི་ཆང་མས་བཟང་སྤྱོད་དུ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པའི་ཡ་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྣམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་གང་བྱུབ་དང་།

ངན་སྒྱུད་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་མ་རབས་ཀྱི་སྒྱུད་པ་ནམས་འགོག་གང་
བྱབ་གནང་བ་དེས་མིའི་སེམས་ལ་བབས་པོ་དང་འབྲད་པོ་བྱུང་སྟེ་ད་བར་
གསོན་བྱགས་ལྡན་པའི་ངང་ནས་གནས་བྱབ་པ་བྱུང་བ་དང་ད་དུང་ཡང་
ཡུན་རིང་གནས་རྒྱ་རེད།

དེ་ཡང་སློག་གཙོད་པ་དང་། རྒྱ་མ་བརྒྱ་བ། གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ལ་
ལོག་གཡེམ་བྱེད་པ། རྩལ་ཤོད་པ། མི་ཕན་ཚུན་དབར་དཀྱག་གིང་རྒྱག་
པའི་ཕྱ་མ་བྱེད་པ། སྐད་ཆ་རྩུབ་པོ་ཤོད་པ། དོན་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་
ཤོད་པ། གཞན་གྱི་ནོར་ལ་ཆགས་སྟེད་བྱེད་པ། གཞན་ལ་གནོད་སེམས་
བྱེད་པ། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་བསམ་ཚུལ་
འཛིན་པ་བཅས་ཀྱི་བརྒྱ་པོ་འདི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྦྱོན་བརྒྱ་ཡིན་
ཞིང་། འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྲུག་ཅོད་ལ་
སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པས་དེ་ནམས་རང་རེས་
ལག་ལེན་དུ་བྱ་མི་རིགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིད་དུ་མི་འོངས་པ་འབྲིན་
མཁན་གྱི་མི་དགོ་བ་དང་། བརྒྱ་པོ་དེ་དག་ལས་ལྡོག་པའི་སློག་མི་གཙོད་
པ་ལ་སོགས་པའི་བརྒྱ་པོ་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཞིང་དེ་
ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འཆམ་མཐུན་ལ་སོགས་

པའི་བཀྲ་ཤིས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་དེ་རྣམས་རང་རེས་
ལག་ལེན་དུ་བྱ་དགོས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡོད་དུ་འོངས་པ་འབྲིན་བྱེད་ཀྱི་དགོ་
བ་ཡིན་ཞེས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་གིན་ཡོད། གསུངས་
ལྷགས་ཀྱང་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་དངོས་ཡོད་ལ་གནས་པའི་སྟོན་ཡོན་གཉིས་ཀྱི་
ངོ་བོ་དང་། འབྲས་བྱ་བསྐྱབ་ཚུལ། དེས་འགྲོ་བ་མིའི་ལུང་པ་དང་བཅས་
པར་ཕན་གཞིར་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་བ་གཏན་ཆོགས་རིགས་པས་ལེགས་པར་
བརྟགས་ཏེ་མཐར་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་གིས་མི་གཞིར་ཅིང་བསྐྱབ་པའི་
ཚུལ་དེར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པའམ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་
པའི་མིང་འདོགས་མཛད་དེ་ག་རྒྱས་སུ་བཏང་བ་རེད།

དེ་ཡང་སྒྲུབས་བདེ་པོ་དང་ཁ་གསལ་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པ་དང་མ་རན་པ་ཞིག་གསར་པ་བཟོས་
ནས་འབྲེལ་བཤད་བྱས་པ་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཡོད་ལ་གང་ཡོད་པ་དེ་
ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དེ་མེད་པ་རེད་ཅེས་ཤོད་རྒྱ་དེ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་
འདྲ་ཡིན་དུས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་
སྟོས་ནས་གསུངས་པ་གནང་བ་རེད། དེ་ལ་རང་རེ་འགྲོ་བ་མི་ལ་ལྡན་པའི་
འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲོལ་སོགས་པའི་སྟོན་རྣམས་ལ་སྟོན་རེད་ཅེས་གསུངས་

པ་གནང་དུས་དེའི་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་
ནམས་ལ་ཡོན་ཏན་རེད་ཅེས་གོ་བ་བཞིན་སྒྲིན་ལ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་ལ་
ཡོན་ཏན་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་རེད། དྲང་པོ་དྲང་བཞག་གི་གསུངས་
སྤངས་འདིས་རང་གི་ཁེ་ཕན་ཞེ་ལ་བཞག་ནས་གསུངས་ལྷགས་མེད་པར་
རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་ཙུ་གཞི་རྩར་བབྱང་ནས་གསུངས་པར་བརྟེན་
མི་ཐེར་འབྲུམ་མང་པོའི་འཆོ་བའི་ནང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་མི་
ནམས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པ་དང་དད་པ་བྱེད་པ་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པ་བཅས་སུ་
གྱུར་པ་རེད།

དེ་ཡང་འཆོ་བ་ལ་ཕྱིའི་ལྷས་པོ་འཆོ་བ་དང་ནང་གི་སེམས་པ་འཆོ་བ་
གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་ཕྱི་ལྷས་པོ་བས་གོས་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བྱུང་གྲང་
ནང་གི་སེམས་པ་ནང་ཆོས་ཁོ་ནས་མ་གཏོགས་འཆོ་མ་བྱུང་སྟབས་སེམས་
ཀྱི་དཀའ་རྙོག་སེལ་བའི་ཕྱིར་ནང་ཆོས་ལ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་བརྩེ་ཞིང་ནང་
ཆོས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ནམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་རྙོག་སེལ་རོགས་བྱེད་དང་
བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། རྒྱ་
མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཚན་རིག་པ་ནམས་ཀྱིས་ནང་ཆོས་ལ་བྱུང་ཆོས་
ཆེན་པོ་ལྡུ་ལྡན་ཡོད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་དག་ནི་མང་ཆོགས་ཀྱི་ནང་

མང་གཞི་གཏིང་བཟུང་ཡོད་པ། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་
ཆང་ཡོད་པ། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པ། རྒྱ་ཁྱབ་ཆེ་བའི་འཛམ་གླིང་
རང་བཞིན་ལྡན་པ། དུས་རིང་གནས་ཐུབ་པའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་བཅས་
རེད།

རང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ།

འོ་ན་རང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པོ་དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ་ཞེ་ན། འདི་ཤོད་
སྒྲུངས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་སྒྲགས་མ་ཆེ་ཡི་
གོ་དུག་པོ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་འབྲེལ་བ་ཤད་ཁྱུས་ན་བྱེད་རང་
ནམས་པར་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཡོང་གི་རེད་སྟུམ་པ་དྲན་སོང་།

དེ་ལ་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་
དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ཡང་ཐུན་མོང་བ་རང་ཅག་
གདུལ་བུའི་སྒྲུང་ཆོད་ལ་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་སྤྲུལ་ཀྱི་ཐུ་བོའི་ཚུལ་
དུ་བྱོན་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་དེ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་
ཞིང་གི་བདག་པོ་ཡིན་ཞིང་བདེ་བ་ཅན་དེ་རང་ཅག་ནམས་ཀྱིས་སྒྲོལ་ཡུལ་
གྱི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་ཡིན། འོ་ན་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྦྱེ་བ་ལ་རྒྱལ་བ་འོད་

དཔག་མེད་གྱི་གཟུངས་སྒྲགས་བགྲང་གོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཕྱིར་
འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་གྱི་གཟུངས་སྒྲགས་བགྲང་དགོས་པ་ཡིན་
ཞེ་ན། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལྷགས་གྱི་འགྲོ་སྤངས་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་
ལྟ་བུའི་མི་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་བཅར་བར་བྱེད་པ་ལ། སྔོན་དུ་དེ་དང་
ཉི་བའི་གཡོག་པོ་འཕ་དུང་ཡིག་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་བཙུགས་ནས་དེ་
བརྒྱུད་དེ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱུ་མདུན་དུ་སླེབས་པར་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར་བདེ་བ་
ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སླེས་ནས་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་སྐྱུ་མདུན་དུ་སླེབས་
པར་བྱེད་པ་ལ་སྔོན་དུ་དེའི་རྒྱལ་ཆ་བ་ལྟ་བུའི་སྤྲས་གྱི་མཐུ་པོ་འཕགས་
མཆོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་འབྲེལ་བ་བཏགས་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་
མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་རང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་འཕགས་མཆོག་སྐྱུན་རས་
གཟིགས་གྱི་གཟུངས་སྒྲགས། ཨོམ་ཁིཔ་རྩྭ་ཏྲོ། ཞེས་པའི་ཡི་གེ་དུག་པོ་དེ་
བགྲང་གི་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ལམ་ཡག་ཤོས་
ཤིག་ཡིན།

དེ་ཡང་མ་ཁིཔ་ཡིག་དུག་གི་དོན་དཔེ་མི་སྤྲིད་པའི་ཟབ་པོ་དང་རྒྱས་པོ་
ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་བགྲང་བའི་སྐབས་སུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བྱ་བ་ན་དེ་བས་
ཀྱང་ཡག་པོ་ཡོད། དེ་ལ་དང་པོ། ཨོ། ཞེས་པ་དེ་དབྱེར་མི་བྱེད་པ་ཞེས་

པའི་དོན་ཡིན། དེ་ལ་ཨ་དང་། ལྷ། མ་གསུམ་གྱི་ཡིག་འབྲུ་གསུམ་བརྒྱས་
ཡོད་ཅིང་དེ་གསུམ་ནི་ལྷས་ངག་ཡིད་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ཡིག་འབྲུ་
གསུམ་པོ་དེ་མཉམ་དུ་བརྒྱས་ནས་ངི་ལྟར་བྲས་ཏེ་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པར་
འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ད་ལྟ་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་
མགོ་འཕང་འཕྲོབ་འདོད་ནས་དེའི་གཟུངས་སྒྲགས་བགྲང་བར་བྱེད་
མཁན་གྱི་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་དེ་དང་སྤྱན་
རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསུང་བྲགས་གསུམ་པོ་དེ་དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་
བྲས་ན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་མཉམ་པ་དབྱེར་མེད་རོ་
གཅིག་དུ་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྫོབ་པའི་དབང་དུ་བྲས་ན་རང་གི་
ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་དེ་འཆིང་བ་ཀྱན་ལྡན་གྱི་སོ་སོའི་སྤྱོད་པོ་ཐ་མལ་
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ཞིག་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསུང་བྲགས་
གསུམ་པོ་དེ་འཆིང་བ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་
ཆོས་ཞིག་ཆགས་ནས་ཡོད་སྟབས་དབྱེར་མེད་དུ་ཡོང་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་
ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་མ་དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་དབྱེར་མེད་པ་དེ་འཕྲོབ་བྱེད་དུ་
བྲས་ནས་བསྒྲིམ་ན་ཕྱི་མ་ཀྱན་རྫོབ་པའི་དབང་དུ་དབྱེར་མེད་པ་དེ་ཡོང་གི་
ཡོད་པར་བརྟེན། ཨོ་ཞེས་པ་དེས་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་
བཤད་པ་ཡིན། དེས་ན། ཨོ་ཞེས་པ་དེས་འཕྲོབ་བྲུ་ཕྲོབ་བྱེད་གཉིས་ཀ་

བསྟན་པ་ཡིན།

འོ་ན་རང་རེ་ནམས་ཀྱི་སྒོ་གསུམ་པོ་དེ་དང་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྟུ་
གསུང་བྱགས་གསུམ་དངོས་གནས་དབྱེར་མེད་དུ་འགྲོ་བྱུང་བམ། དེ་
གཉིས་ཙུ་བ་ནས་ཐ་དད་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་
ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྟོན་ཡེ་ནས་མི་ལྡན་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་
མེད་ཅེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱང་སྟོན་
སྐབས་ཤིག་ལ་ང་རང་ཆོ་དང་འདྲ་བར་འཆིང་བ་ཀྱན་ལྡན་ཡིན་རུང་ལམ་
བསྒྲེམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་རིམ་གྱིས་དག་ཏེ་མཐར་སྟོན་ཀྱན་བཟང་
ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་གྱི་ད་ལྟའི་སངས་རྒྱས་འདི་འདྲར་འགྱུར་བ་རེད་ཅེས་
ཤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

འོ་ན་ལམ་ཇི་འདྲ་ཞིག་བསྒྲེམ་ནས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།
ཚུ་ལ་དེ་མ་ཆེ་པ་རྩེ་ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་བཞི་པོ་དེས་བསྟན་གྱི་ཡོད། དེ་
ཡང་། མ་ཆེ་ཞེས་པས་སྟོན་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་སྟེ་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཚུབ་གྱི་
སེམས་དང་། སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ། དུམས་པ་སོགས་རྒྱ་ཆེ་བ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་
ནམས་བསྟན་གྱི་ཡོད། པར་ཞེས་པས་ལྟ་བ་རྟེན་འབྲུང་སྟེ་སྟོང་ཉིད་
དང་བདེན་བཞི། ཆོ་སྤྱི་ཕྱི་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་བཟང་པ་དོན་དམ་

པའི་རང་བཞིན་རྣམས་སྟོན་གྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་འདི་འདྲ་ཡིན་ཏེ། མ་ཁི་ཞེས་པ་ནོར་བུ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་
ཞིང་དེ་ནི་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་སྤྱིང་རྗེ་སྟག་བསམ་
ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་
ཅག་ཕལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ནོར་བུར་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་ལ་ཟས་གོས་ཐང་གྱི་དབུལ་པོའི་སྟག་བསྟུལ་
རིགས་འགའ་ཞིག་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་མ་གཏོགས་དབུལ་པོངས་ཀྱི་སྟག་
བསྟུལ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་མེད། ང་ཆོའི་འཆོ་བའི་ནང་མཐོང་
ཆོས་སྤྱི་མི་འགའ་ཞིག་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་རྒྱུན་སྤྱི་མ་ཆོགས་
པོ་ཡོད་ཀྱང་སེམས་མ་སྦྱིད་པ་དང་ལྷུས་ཀྱི་ན་ཆས་གདུངས་ཏེ་སྤྱི་དང་
འཕྱད་ཀྱང་སྟག་སྐད་ཤ་སྟག་རྒྱག་མཁན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད། དེས་ནི་ང་
རང་ཆོ་འཁྱུལ་པའི་དབང་གིས་དངུལ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་ལ་
ནོར་བུར་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས་དེའི་དོན་དུ་ཤ་ཐང་ཐང་གིས་འབད་
བརྩོན་བྱས་པ་རེད་མ་གཏོགས་དེ་དག་ལ་དཀའ་ངལ་མཐའ་དག་སེལ་
བའི་རྒྱས་པ་དང་པོ་ནས་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཡིན།

འོ་ན་དཀའ་ངལ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་སྤྱི་ལ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།

ཆེ་འདི་ཙམ་དང་རང་ཁོ་ན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དང་
རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་ཞིའི་རྒྱུ་པ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་
དེ་བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། མྱིང་ཇེ། ལྷག་བསམ་ལ་
ཡོད་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་ཆ་ནས་
ནོར་བྱ་དངོས་གནས་དེ་སེམས་པ་བཟང་པོ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་
ཡིན། ཡང་རང་རེ་ རྣམས་ཀྱིས་གསེར་དབུལ་སོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་རེ་བ་
སྐྱོང་བའི་རྒྱས་པ་ལྡན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་ནོར་བྱ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་
ཀྱང་འཇམ་སྐྱིང་འདིའི་སྐྱོང་རང་གི་རྒྱག་མཁན་གྱི་སྤྱུག་པོ་མང་པོ་ཡོད་པ་
འདིས་གསེར་དབུལ་སོགས་སེམས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་སྤྱན་ཚོགས་ལ་
སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཆ་ཆང་བ་སྐྱོང་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཤེས་བྱབ་པ་ཡིན།
རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སེམས་ཀྱི་རེ་འདོད་སྐྱོང་བའི་ཆ་ནས་ཀྱང་
ནོར་བྱ་དངོས་གནས་དེ་བྱམས་སྤྱིང་ཇེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་གོ་དགོས་པ་
ཡིན། དེས་ན། མ་ཁི་ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུག་གིས་པོ་དེས་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་
པོ་གཞན་ལ་གང་བྱབ་བྱབ་ཀྱིས་ཕན་པ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ཕན་
པ་བསྐྱབ་མ་བྱབ་ནའང་གཞོད་འཆེ་ནམ་ཡང་བྱ་མི་རིགས་པའི་སྤྱོད་པ་
བྱད་པར་ཅན་འཆེ་བ་མེད་པ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད། དེ་ནས། པརྩ་ཞེས་པའི་
ཡིག་འབྲུག་གིས་པོ་དེ་མེ་ཏོག་པད་མ་ལ་བེར་བ་ཡིན་ཞིང་དེས་ཚུལ་དང་

ཚུལ་མིན་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་མེ་ཏོག་པད་མ་དེ་འདམ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་འདམ་གྱིས་སྐྱོན་མ་
གོས་པ་དང་། ཇི་མ་ཞིམ་པོ་དང་ལྡན་པ། དབྱར་དུས་སྐྱ་ཆ་བའི་རིག་པས་
གདུང་མ་རྒྱས་པར་བསིལ་ལ་གྱུང་པོར་གནས་པའི་བྱད་ཆོས་ལྡན་པ་
བཞིན་དུ་རང་རེ་ལ་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཞིག་ཡོད་ན་འགལ་
འདུའི་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་པ་དང་། ལེགས་བཤད་ཀྱི་དྲི་ངད་ལྷན་སྐྱུམ་
ཆོགས་པོ་དང་ལྡན་པ། རྒྱུན་ངན་གྱིས་རུ་འཛིང་པའི་དབྱས་སྐྱ་ཡང་
སེམས་མ་རྟོགས་པར་ནི་བདེའི་ངང་ཚུགས་བྱབ་པོར་གནས་བྱབ་པ་ཞིག་
ཡོང་གི་རེད། དེར་བརྟེན་ཤེས་རབ་ལྷན་སྐྱུམ་ཆོགས་པོ་ཞིག་རྒྱད་ལ་མ་
སྐྱེས་ན་ཆོས་འཛིག་རྟེན་གང་ལའང་བྱངས་འབྱོལ་ཐབས་མེད་པ་ཆགས་
ཡོད། ཤེས་རབ་ལ་བདེན་བཞི་དང་། ལས་འབྲས། ཆོ་སྤྱི། གཟུང་
འཛིན་གཉིས་སྟོང་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་ཆོག་ཀྱང་
གཙོ་བོ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་གོ་དགོས། དེས་ན། པརྙེས་
པའི་ཡིག་འབྲུ་གཉིས་པོ་དེས་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པོ་གནད་དོན་ཕྱ་རགས་
གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་འབྱེད་པ་བཟོ་
མ་ནོར་བ་བྱེད་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་བསམ་པ་བཟང་པོ་གཅིག་ཕྱས་མི་འགྲིག་ལ་ཤེས་རབ་གཅིག་
ཕྱས་ཀྱང་མི་འགྲིག་པར་དེ་གཉིས་བཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་
དགོས་པར་གསུང་གི་ཡོད། བསམ་པ་བཟང་པོ་དེ་རྒྱ་མཆན་མཐའ་ཡས་
པའི་སྒྲོ་བས་བྱགས་པ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པ་དང་།
ཤེས་རབ་དེ་བསམ་པ་བཟང་པོའི་བཏང་འཛིན་གྱི་འོག་ལ་འགྲོ་བྱབ་པ་
ཞིག་བྱང་ན་ད་ལྟ་ང་ཆོས་ཡོང་ལྷགས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་ཆོད་དུ་ངོས་འཛིན་
པའི་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱ་གསུང་བྱགས་གསུམ་པོ་དེ་
དང་ང་རང་ཆོའི་སྒྲོ་གསུམ་པོ་དེ་ནམ་པ་ཀྱན་ནས་མཚུངས་པ་ཞིག་ཡོང་
རྒྱ་ཡོད་པ་ཡིན། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་ད་ལྟ་ང་ཆོ་འཆོ་སྤོད་
བྱེད་སའི་ལྷང་པ་འདི་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་གོང་དུ་ཞུས་མ་
ཐག་པའི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་པོ་དེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བྱབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ཀ་རང་
བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། འབྲུག་ཅོད་ལ་སོགས་
པའི་དཀའ་ངལ་ཐམས་ཅད་ཉིན་མ་དེ་ནས་མེད་པར་གྱུར་ཟིན་པ་རེད།
དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱི་ཆོགས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་འཆོ་སྤོད་བྱེད་ཀྱང་རང་
གི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོགས་དེར་ཕར་མི་གནོད་པ་བྱ་དགོས་པ་དེ། མ་ཉི་
ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཉིས་པོ་དེས་བསྟན་པ་དང་། སྤྱི་ཆོགས་དེའི་སྤྱོན་
ནམས་རང་ལ་ཚུར་མ་འགོས་པ་བྱེད་དགོས་པ་དེ། པརྒྱ་ཞེས་པའི་ཡིག་

འབྲུ་གཉིས་པོ་དེས་བསྟན་གྱི་ཡོད། དེ་གཉིས་ནི་གསོན་པོར་གནས་པའི་
ཐབས་ཟེར་ནའང་འདྲ། མི་ཆད་ལྡན་ཞིག་ཆགས་པ་བྱེད་ལྷགས་ཟེར་
ནའང་འདྲ། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ཟེར་ནའང་འདྲ། ནང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོབ་
གསོ་བྱ་ཐབས་ནི་དེ་འདྲ་ཞིག་རང་རེད། དེ་ནས་ཡིག་འབྲུ་ཐ་མ་རྒྱུ་ཞེས་
པ་དེས་གོང་དུ་ཞུས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ལམ་གཉིས་པོ་དེ་བསྟོམ་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་འཕགས་མཆོག་སྟུན་རས་གཟིགས་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་
འགྲོ་བྱུ་ཡོད་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོའི་ངང་ནས་ཞིང་གི་མཐུ་སྟབས་
ཡུལ་གྱི་སྟུན་རས་གཟིགས་ལ་རེ་བ་ཆེན་པོས་སྟབས་སུ་འགྲོ་བ་དེ་བསྟན་
གྱི་ཡོད།

བརྟེན་བ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སྒྲོབ་གསོ་དང་བརྟེན་འགྲུས་ཀྱི་བྱེད་
པར་ལས་སྒྲོབས་ཆེ་ཆུང་གི་བྱེད་པར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་རྒྱས་པ་དང་ས་
བོན་ནི་སྟོག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་དང་པོ་ནས་ཡོད་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡིན།
དེར་བརྟེན་སྟོན་པ་བཀའ་ངོན་ཅན་གྱིས་ཀྱང་སྒྲོབས་པ་མཐོ་པོས་ནང་ཆོས་
གསུངས་པོད་པའི་གཞི་རྩའི་བྱགས་བསྐྱེད་དེའང་འདི་གཉིས་ལ་བརྟེན་
ནས་བྱུང་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བྱས་ན། ཨོ་མ་ཁེ་པ་རྩེ་རྒྱུ། ཞེས་པའི་ཡི་གེ་དུག་པོ་འདིས་ནང་

པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་སྐབས་དེའི་དོན་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་
བགྲང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ།

དེ་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ལ་དད་པ་བྱས་ཏེ་ཆོས་
ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་བསམ་ན་སྟོན་པའི་གསུང་ལ་སྟོབ་སྟོང་
བྱས་ནས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་འདོམས་པར་མཛད་པའི་བླང་
དོར་གྱི་གནས་ལྷགས་ཟབ་མོ་རྣམས་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་
ཆགས་ཡོད།

སྟོབ་སྟོང་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱལ་དེའང་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ལས། གང་
ཟག་ལ་མི་རྟོན་ཆོས་ལ་རྟོན། ཆོས་དེའང་ཆོག་ལ་མི་རྟོན་དོན་ལ་རྟོན།
དོན་དེའང་བྲང་དོན་ལ་མི་རྟོན་ངེས་དོན་ལ་རྟོན། ངེས་དོན་དེའང་རྣམ་
ཤེས་ལ་མི་རྟོན་ཡེ་ཤེས་ལ་རྟོན། ཞེས་ཇི་སྐད་བཀའ་བསྩལ་བ་ལྟར་རང་
ཅག་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་ལ་ཐོས་བསམ་
སྟོབ་སྟོང་བྱེད་སྐབས་གསུང་པ་པོ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་

ཅམ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་ཡིད་ཏྟོན་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་དང་། ཡང་དེས་
གསུངས་པའི་ཆོག་དེ་སྟོན་པོ་དང་སྡེབ་སྦྱར་ལེགས་པ་ཅམ་རྒྱ་མཆན་དུ་
བྱས་ནས་ཡིན་ཏྟོན་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཆོག་གི་ངོ་གདོང་ཅམ་ལ་གང་
བསྟན་པ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་ཡིད་ཏྟོན་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། རང་གི་རྣམ་
ཤེས་འབྱུང་བ་བཅས་ལ་གང་འཆར་ཆོད་ཅམ་ཞིག་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་
ཡིད་ཏྟོན་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་བཞི་པོ་འདི་གཏན་ནས་མི་བྱ་བར་དོན་དེ་ལ་སྦྱབ་
བྱེད་ཡང་དག་འདུག་གམ་གཞིན་བྱེད་ཡང་དག་འདུག་ཞིབ་མོར་བསམ་
པའི་རང་གི་རྣམ་དཔྱོད་བཅུ་སྦྱོད་ཡག་པོ་བཏང་སྟེ། གཙོ་བོར་སངས་
རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཁོ་རང་གི་ཕུགས་ཀྱི་དགོངས་པའི་འགངས་གང་
ཡིན་པ་དེ་རང་གི་སྒྲོ་ཆད་མ་ཞིག་གིས་རྟེན་བྱབ་པ་བྱེད་དགོས་པར་
གསུངས་ཡོད།

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་
གསུང་རབ་རྣམས་ལས་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་བསྒྲུབ་བྱ་བམ་མོ་ཇི་
སྐད་ཅིག་བཀའ་བསྩལ་བ་རྣམས་རང་རེས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་ལ་
མདོ་སྒྲགས་ཆ་ཆད་བའི་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོར་ལོ་དང་ལོ་སྟེལ་ནས་སྦྱོབ་
སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་ནའང་ཆང་གཞིའི་ཤེས་

བྱ་ཁག་གསུམ་ཡོད་པས་དེ་དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བྱེད་
དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིས་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ཐག་གཅོད་ལེགས་པོ་
ཞིག་ཡོང་བའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་བས་གོས་གནས་མལ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་
ལ་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
སེམས་ནང་བདེ་མི་བདེའི་ཆོར་བ་ཞིག་སྦྱབས་པ་དང་། དེ་རྗེས་གང་ལ་
འབྲེལ་བ་བྱ་ཡུལ་གྱི་བྱ་དངོས་དེ་བཟང་དང་ངན་གྱི་ཐག་གཅོད་གཏོང་གི་
ཡོད་པ་རེད། འདི་གསུམ་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་གི་གཞི་རྩའི་ཡོད་སྤངས་ཤིག་
ཡིན་པས་འདི་གསུམ་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་ཆང་ན་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་
ཆགས་བྱུང་གྱི་མ་རེད། ཚུལ་དེ་ལ་དགོངས་ནས་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཡབ་སྲས་
ལ་སོགས་པའི་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་
འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་དོག་ལ་འབྲེལ་བའི་ཆེ་གང་ལ་
འབྲེལ་བ་བྱ་སའི་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་ལ་བརྟུས་བྱ་
དང་། གང་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲིམ་ཆོར་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་རྣམ་
གཞག་བསྟན་པ་ལ་སྒྲིའིག་དང་། འབྲེལ་བ་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་བཟང་དང་
ངན་དུ་ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་གཏན་ཆོགས་རིག་པའི་རྣམ་གཞག་

བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རྟགས་རིག་ཅེས་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་གསུངས།
འདི་གསུམ་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཤོད་སྣངས་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་
མིའི་འཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་སྤྲོམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་
ཡང་ང་ཆོའི་འཆོ་བའི་ནང་བྱ་དངོས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གང་དྲན་དྲན་ལྟ་བུའི་
རང་དགའ་བའི་བསམ་ཚུལ་གྱི་ཐོག་ནས་ངོས་འཛིན་ཞིག་བྱས་ཡོང་དུས་
བྱ་དངོས་དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནའང་
འདྲ་ལ་མི་འདྲ་བ་སྤྲོ་ཆོགས་ཤིག་ཐོན་ནས་རང་ཉིད་འགལ་འདུའི་དཀྱིལ་
འཁོར་དུ་ཚུད་དེ་བསམ་འབྱེད་དང་གཏམ་བརྗོད་ལས་ཀ་སོགས་གང་
ནས་ཀྱང་མི་གཞན་གྱིས་ཡོད་ཆེས་བརྒྱག་པ་དང་། འབྱུག་ཡོང་གི་གཞིར་
འགྱུར་པ། སྤྱོད་གི་བར་གཅོད་དུ་འགྱུར་བའི་གནས་ཚུལ་ཐབས་སྤྱད་དེ་
འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་བྱ་དངོས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་
བརྟག་དཔྱད་མ་བྱས་པར་དེ་མུར་བཟླས་པས་མཐོང་ཚུལ་གཅིག་དང་།
ཞིབ་ཆགས་པོའི་དཔྱད་པ་བྱས་ནས་བཟླས་པས་མཐོང་ཚུལ་གཅིག་སྟེ་
གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཤེས་པའམ་ཡང་ན་མཐོང་ཚུལ་སྤྱི་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་
བ་ཐོན་པའི་སྐབས་ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་འདང་ངེས་ཤིག་
མེད་པས་ཡིན།

འོ་ན་རང་ཉིད་ལ་འགལ་འདུའི་ཁུར་པོ་ཕྱི་མོ་དེ་འདྲ་མ་བབས་པར་
བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཡག་ཤོས་དང་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྟུ་ལ་ཡོད་དམ་ཞེ་
ན། དེ་ནི་ཤེས་རབ་ལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བརྟུས་གྲུའི་སྦྱོབ་
ཚན་གྱི་ནང་རང་རེ་ལ་རང་ཆས་སྟུ་ལྡན་པའི་ཡང་དག་པའི་བསམ་སྦྱོར་
ངོས་འཛིན་ནམ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱས་པ་གོང་དུ་སྟེལ་བའི་ཕྱིར་གོམ་པ་རིམ་
འཛེགས་ཀྱི་ཆར་གཞིའི་ཤེས་བྱ་བརྟུས་གྲུའི་རིག་པའམ་མཚན་ཉིད་རིག་
པའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཞིབ་ཚགས་པོའི་དབྱད་པ་བྱས་ཏེ། བྱ་དངོས་
དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་སྣ་ཆོགས་ཡོད་པ་རྣམས་
སྡེ་ཆེན་སྡེ་ཆེན་དུ་འགྲེལ་ནས་སྦྱོབ་འབྲིད་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
དེ་ཡང་བྱམ་པ་ལྟ་བུར་ཆ་མཚོན་ན་དེའི་གཞི་རྩའི་དོན་དངོས་ལས་འགལ་
དུ་མི་རུང་བའི་བྲིམས་གཞི་ལྟ་བུའི་བདེན་པའི་རང་བཞིན་ལ་ཁ་དོག་
དཀར་དམར་དང་། རྡོག་པ་ངོས་འཛིན། གཅིག་ཐ་དད། བདག་གཅིག་
འབྲེལ་དང་དེ་འབྱུང་འབྲེལ། མཚན་མཚོན། སྦྱི་དང་བྲེ་བྲག་གི་འགྲོ་
ལྷགས། ཐལ་འགྱུར་གྱི་སྐྱོར་སོགས་མང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་སོ་སོར་
མིང་འདོགས་དང་བཅས་དམིགས་སྟུ་བཀར་ནས་དགེ་ཅན་དང་དགེ་ཕྱག་
རྣམས་ཕན་ཚུན་རྒྱ་མཚན་ཤོད་རེས་བྱེད་པའི་བགྲོ་སྦྱང་གི་རྣམ་པའི་ཐོག་
ནས་སྦྱོབ་བྲིད་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་དུས་སྦྱོབ་མའི་སྦྱོ་སྦྱོ་འབྱེད་རྒྱར་ཏ་ལས་

དགོས་པའི་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད། འདི་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན།
གཞི་རྒྱ་ནས་དགོན་སྡེའི་མཆན་ཉིད་རིག་པའི་སློབ་གསོའི་འགྲོ་སྤངས་དེ་
སློབ་དེབ་དང་དགོ་ཆུན་གྱིས་གང་བཤད་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་སྤྲོད་དགོས་
པའི་རྗེས་བསྐྱོས་སློབ་གསོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སློབ་མ་ལའང་གང་འབྲིད་
བྱའི་སློབ་ཆུན་གྱི་ནང་དོན་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་
པའི་ཐོབ་ཐང་སློབ་དེབ་དང་དགོ་ཆུན་ལྟར་གཅིག་མཚུངས་སུ་སྤྲད་པ་
དེས་སློབ་མ་རང་སློབས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཤེས་རབ་འཕེལ་རྒྱར་སློབ་འབྲིད་བྱ་
ཐབས་གཞན་ལ་མེད་པའི་རྒྱས་པ་དེ་ཐོན་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། སློབ་
དེབ་བརྩམས་མཁན་དེ་སངས་རྒྱས་བྱིན་པ་ཞིག་མིན་སྟབས་དེས་བརྩམས་
པའི་སློབ་དེབ་ཀྱི་ནང་དོན་ལ་ཡིན་དང་མིན་གྱི་སྤྲད་ཆ་བཤད་ཆོག་ཅིང་།
དགོ་ཆུན་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ན་ཆོད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་
པར་སློབ་ཆུན་འབྲིད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་རང་ཉིད་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་རང་གི་སློབ་ཆུན་འབྲིད་པ་དེར་སློབ་མས་
བསམ་འཆར་བཏོན་ཆོག་པ་ཡིན། དེས་ན་སློབ་ཆུན་འབྲིད་པའི་སྟབས་
སློམ་མ་ལ་བསམ་ཚུལ་ཤོད་པའི་གོ་སྟབས་མ་སྤྲད་ན་དེ་ནི་སློབ་མ་དང་
དགོ་ཆུན་རང་ཉིད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་བཀག་དྲི་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བརྟུས་གྲུའི་སྒྲོབ་ཆེན་འབྲིད་སྐབས་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་
ཚུལ་ལ་གཅིགས་ཆེན་པོས་སྒྲོང་སྒྲོང་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
ལྟར་བྱུང་ན་རྗེས་སུ་གཞུང་ཆེན་མོའི་སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་དངོས་པོའི་
གནས་ལྷགས་ཆེས་ཕྱ་མོ་ནས་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཀྱང་གཞི་རྩ་སྒྲོན་
བརྟུས་གྲུའི་སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་སྦྱངས་བྲིན་པའི་དངོས་ཡོད་གྱི་གནས་
ཚུལ་ལམ་འགྲོ་ལྷགས་དེ་ཀ་རང་ཡིན་པས་མགོ་རྒྱུ་མི་འཕྲད་པར་བྱེད་
པ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེ་ལྟར་བརྟུས་གྲུའི་ནང་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་འགྲེལ་བརྗོད་
བྱེད་གྱི་ཡོད་ན་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་འདི་དག་ཡོད་པར་སྦྱས་ཐག་
གཅོད་དམ་སྙམ་ན། དེ་ནི་རྒྱ་དབང་དང་དྲན་རྒྱ་མང་ཉུང་གིས་ཐག་
གཅོད་མི་བྱེད་པར་གཙོ་བོར་སྒྲོའམ་ཤེས་པ་ཆོད་མ་གཅིག་གིས་ཐག་
གཅོད་གཏོང་དགོས་ཤིང་གཏོང་བྱབ་པའང་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཤེས་
པའི་ནམ་གཞག་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱ་དེ་གཞི་རྩའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཆགས་པར་
བརྟེན་མང་གཞིའི་སྒྲོབ་ཆེན་

གཉིས་པ་སྒྲོ་རིག་ནང་རང་རའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲོང་ཆོར་ཅན་གྱི་
ཤེས་པ་འདིས་ཡུལ་ལ་རྗེ་ལྟར་འདུག་ཚུལ་དང་། ཤེས་པ་འདི་ལ་ནམ་

གངས་ཇི་སྐད་ཡོད་མེད། ཤེས་པ་འདིས་རང་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་བྱེད་
ལས་དང་རྒྱས་པ་ཅི་འདྲ་བཏོན་གྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ལ་སློབ་བྲིད་ཞིབ་ཅིང་
རྒྱས་པ་བྱེད་གྱི་ཡོད། སྒྲིའི་ག་གི་སློབ་ཆུན་འདི་དེང་དུས་སེམས་ཁམས་
རིག་པའི་ནང་ནས་གྲུ་རྒྱས་ཤོས་དང་སྤྱུས་དག་ཤོས་དེ་ཆགས་ཡོད། འོ་ན་
ཤེས་པ་ཆད་མ་དེས་ཡུལ་དེ་བཟང་ངན་དང་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སྤྱ་ཐག་
གཅོད་གཏོང་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཤེས་པ་དེ་ལ་ཡུལ་དེ་
འཆར་བ་ཙམ་གྱིས་མ་འགྲིག་པར་གཙོ་བོར་རྒྱ་མཆུན་རིགས་པའམ་
རྟགས་ཡང་དག་ལ་རྒྱབ་རྟེན་བཙེལ་ནས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཐག་གཅོད་གཏོང་
དགོས་པ་ཡིན་པས་ཤེས་པ་ཆད་མའི་སྤྱབས་རྟེན་བཙེལ་ཡུལ་གྱི་རྟགས་ཀྱི་
ནམ་གཞག་དེ་སློབ་ཆུན་གསུམ་པ་རྟག་རིག་ནང་འབྲིད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།
རྟགས་རིག་གི་སློབ་ཆུན་འདིའི་ནང་རྟགས་ཆོས་དོན་གསུམ་དང་མཐུན་
ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ངོས་འཛིན། རྟགས་ཡང་དག་དང་ལྟར་
སྤང་སོ་སོའི་མཆུན་ཉིད་དང་རབ་དབྱེ། རྟགས་དཔེ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་
སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་བཅས་ལ་དམིགས་བཀར་གྱིས་ཞིབ་འབྲིད་བྱེད་གྱི་
ཡོད། དེས་ན་བསྤྱས་གྲུའི་ནང་གང་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུའི་ཤེས་བྱ་ཡུལ་དང་།
སྒྲིའི་ག་གི་ནང་གང་གིས་ཤེས་པར་བྱེད་མཁན་གྱི་ཤེས་བྱེད་སྒྲིའི་དང་།
རྟགས་རིག་གི་ནང་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་གསུམ་སློབ་བྲིད་

བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེས་ན་ནང་ཆོས་ནི་སྤྲ་མའི་སྒྲོལ་སྒྲོང་རྒྱ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་
བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་སོང་
ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་པར་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ་བརྒྱས་གྲུ་དང་སྒྲོ་
རིག་རྟགས་རིག་གསུམ་པོ་འདི་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས་པ་
ཡིན། འདི་གསུམ་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་ནས་མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་འགྲོ་སྣངས་
ཤིག་ཆགས་བྱུང་ན་མི་དེའི་བསམ་སྒྲོ་དང་གཏམ་བཟོད་ལ་གཞན་དང་མི་
འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོན་བྱུང་གྱི་ཡོད། རྒྱ་མཆོན་དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་སེར་འབྲས་དགོ་གསུམ་སོགས་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་
ཡོད་པའི་དགོན་པ་ཁག་གི་ནང་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ་གསུམ་པོ་འདི་ལ་རིག་
པའི་བང་མཛོད་སྒྲོ་འབྱེད་པའི་ལྷ་མིག་ཅེས་བཟོད་གྱི་ཡོད།

སེམས་སམ་ཤེས་པའི་འཛོག་ཚུལ།

ཡང་སྦྱར་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་མང་གཞི་འདིང་བ་ལ་རིག་
ལམ་གསུམ་ཀ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་གཅིག་འགྱུར་ཡིན་རུང་སྒྲོ་རིག་གི་

ནང་སེམས་སམ་ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་རྩ་ལ་སྒྲིན་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི་
ཡོད་པས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡོད་དང་མེད། དེའི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་ཇི་
འདྲ་ཡིན་སོགས་ལེགས་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་སྒྲེ་རིག་ལ་སྒྲོབ་སྒྱུར་ཞིབ་
ནན་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

གང་ཡིན་ཞེ་ན། བདེན་བཞི་དང་། ཆོ་སྤྲུལ། སྐྱབས་གསུམ། ལས་
འབྲས། སྐྱབ་ཞི་ལ་སོགས་པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་
ཐམས་ཅད་སེམས་སམ་ཤེས་པ་ཞེས་པ་འདིའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་
སྤོང་ལྷགས་ལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་གཞི་རྩར་བབུང་ནས་འབྲེལ་བཟྃ་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་རྒྱབ་རྟེན་དེ་སེམས་ཀྱི་དངོས་
ཡོད་གནས་རྩུལ་དེ་ཆགས་ཡོད། འཇིག་རྟེན་བྱེད་པ་པོའི་བདག་དང་ལྟ་
པ་མོ་པ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བཅོལ་བ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་
གནས་རྩུལ་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་སེམས་པ་བཟང་པོ་མཐའ་མེད་དུ་འཕྲེལ་
རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། སེམས་པ་ངན་པ་གཏན་མེད་བཟོ་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་པའི་ཤོད་
སྤངས་འདི་ནི་ཆོས་ལྷགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་
པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་
ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པ་ཞེས་པ་འདྲ་ནང་སེམས་ཀྱི་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོ་ལ་

བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་མཁན་
ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པར་སོང་རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་སམ་གཤེས་པའི་
རྣམ་གཞག་ལ་མཁས་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལ་གཤེས་པ་ཞེས་པ་ནི་རང་རེའི་ཁྱད་པའི་རྩ་ཕྱན་གཅིག་ནས་རྐང་
མཐིལ་བར་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཕྱ་རགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ནས་
སྤྱོད་ཚོར་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་སྤྱོད་བྱབ་ཀྱང་ཁོ་རང་རྟུལ་རྒྱས་ལས་གྲུབ་པའི་
གཟུགས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གཟུགས་དངོས་ལས་འདས་པའི་
ཡུལ་སྤང་ཅི་ཡང་འཆར་བྱབ་པའི་གསལ་ལ་དང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་
དངོས་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། ཡུལ་གྱི་སྤང་བ་ཅི་ཡང་འཆར་
བྱབ་པ་དེའང་མེ་ལོང་དུ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་ལྟ་བུ་སྤྱི་རོལ་གྱི་རྟུལ་
རྒྱས་འཕྲད་འདུས་ལ་སྒྲོས་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་གཤེས་པ་ཁོ་རང་
དང་པོ་གྲུབ་ཡོང་དུས་ནས་ཡུལ་གསལ་ལ་རིག་ཅིང་སྤྱོད་བའི་བྱེད་ལས་
སམ་རྣམ་པ་རང་ཆས་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་ཡིན། རྒྱ་
མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསལ་ཞིང་རིག་པ་གཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་
གསུངས་པ་རེད། དེ་ཡང་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་
པོ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་འཕྲད་པའི་འོད་

རྒྱབས་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར་རང་སྒྲེར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པས་དྲན་
པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཉར་བྱུང་པ་དེ་མེ་ལོང་དང་སྒྲིག་ཁྱད་སོགས་ལ་
མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་རེད།

གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་གཅིག་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་གཞན་ཞིག་
འཆར་ཚུལ་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་སོགས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་ཤོད་དུ་མེད་ལ་
གཟུགས་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཐོགས་རེག་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་གཅིག་
ལ་ཐོགས་རེག་ཅན་གྱི་གཟུགས་གཅིག་འཆར་པའི་སྐབས་ཕྱི་རོལ་འོད་
རྒྱབས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་ཤོད་དུ་མེད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་གསལ་ཞིང་རིག་པ་
ཞེས་པ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རང་ཆས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་གོ་དགོས།

དེ་ཡང་ཁོ་བོའི་འདྲན་པ་དམ་པ་དཔལ་ལྷན་ལམ་རིམ་པའི་ཞལ་སྒྲ་
ནས་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཞེས་པའི་གསལ་བ་དེ་ལ་ཐོགས་རེག་ཅན་གྱི་
བཅའ་པོའི་རང་བཞིན་ལས་འདས་པས་ངོ་བོ་གསལ་བ། ཡུལ་བཟང་ངན་
བདེ་སྐྱུག་ཉག་མི་ཉག་སོགས་ཅི་ཡང་འཆར་དུ་རུང་བས་བྱེད་ལས་གསལ་
བ། རང་གི་སྤྱོད་ལུགས་ལ་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མས་བསྐྱད་
པ་མ་ཞུགས་པས་གཤིས་གསལ་བ་གསུམ་དུ་ཡོད་ཅེས་ངི་སྐྱད་གསུངས་
པ་ལྟར་སེམས་པའམ་ཤེས་པ་སྤྱོད་བ་ཆོར་བ་ཞེས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་

ཆོས་འདིའི་གོ་རྟོགས་རགས་པ་ནས་ཕྱ་མོའི་བར་སྤེལ་བྱ་བ་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་
གཞི་རྩ་ཚུགས་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡིད།

དེ་ལྟར་སེམས་སམ་གཤམ་པ་ཞེས་པ་དེ་ཁོ་རང་གི་ངོ་བོ་གཟུགས་མ་
ཡིན་པའི་གསལ་རིག་གི་ཆ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཁོ་གང་དུ་གནས་པའི་གཞི་ནི་
གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱུང་ཁམས་ཕྱ་མོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ཡིད། བརྟེན་
ཚུལ་དེའང་བརྟེན་ཚུལ་སྤྱིར་བཏང་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་པ་གཤམ་པ་
དེ་དང་རྟེན་རྒྱུང་གཉིས་དུས་ནམ་ཡང་འབྲལ་བ་མེད་པར་ལྷན་ཅིག་ཏུ་
གནས་པའི་ཚུལ་གྱི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པ་ཡིན། ཕྱ་
ཞིབ་ཀྱིས་བཤད་ན་ཡུལ་ལ་གཡོ་བའི་ཆ་ནས་རྒྱུང་དང་། ཡུལ་འཛིན་པའི་
ཆ་ནས་གཤམ་པ་ཞེས་བྱེད་ལས་མི་འདྲ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་དེ་གཉིས་ལ་
བྱེད་པར་མེད་པར་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡིད།

འོ་ན་གཤམ་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ནང་གི་རྒྱུང་ཁམས་ཕྱ་མོ་དེ་གང་དུ་
གནས་ཡིད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རང་རེའི་སྤྱི་ཚུགས་ནས་རྟེན་མཐིལ་བར་
གྱི་ལུས་ཀྱི་སྒོད་སྦྲད་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་བ་ནས་གནས་ཡིད་པ་སྟེ།
རང་རེའི་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྩ་རོ་རྒྱུང་དབྱ་གསུམ་དང་དེ་དག་ལས་
བྱེས་པའི་རྩ་ཕན་ཕྱ་མོ་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་རྒྱ་བཞིན་གནས་ཡིད་པ་དེ་ལྟར་

རེད། འདིའི་སྐྱོར་རྒྱས་པར་མཁྱེན་འདོད་ན་པོད་ཀྱི་ཆོས་གཞུང་དང་སྒྲིན་གཞུང་གཉིས་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་རྩ་རྒྱུད་གི་སྐྱོར་ལ་གཏིང་བླབ་པོ་དང་། ཁ་གསལ་པོ། གནད་ལ་འཁེལ་བ་བཅས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་གནང་ཡོད། དེ་བཞིན་དེང་དུས་ཀྱི་ཆོན་རིག་པ་ནམས་ནས་ཀྱང་རང་རེའི་བྱས་ལ་གནས་པའི་རྩ་དང་རྩ་འདབ་སྐྱོར་ལ་འབྲེལ་བ་ཤད་མང་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ལྟར་ད་ལྟ་རང་རེའི་རྒྱུད་ལ་བདེ་སྤྱག་གི་སྒྲོང་ཆོར་སྤྱད་དང་སྤྱོད་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་འདི་རང་རེའི་བྱས་རགས་པ་འདི་ལ་བཞེན་ཏེ་གནས་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་ཕ་མའི་ཁུ་ཁྱག་གིས་ཉེར་ལེན་བྱས་པ་ལས་ཆེ་འདིའི་བྱས་རགས་པ་འདི་གསར་དུ་བསྐྱབ་ཡོང་པའི་སྐབས་ཤེས་པ་དེའང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ལ་བཞེན་ནས་སྤར་མེད་གསར་དུ་བསྐྱབ་པ་དེ་འདྲ་མ་རེད་ལ། ནམ་ཞིག་ན་ཆེ་འདིའི་བྱས་རགས་པ་འདི་ཞིག་ནས་མེད་པར་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཤེས་པ་དེའང་རྒྱན་ཆད་ནས་མེད་པར་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་མ་རེད། ཤེས་པ་ལ་ཁུ་ཁྱག་གིས་ཉེར་ལེན་བྱར་མེད་པར་རང་གི་ཉེར་ལེན་གྱི་རིགས་འདྲ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་གསལ་རིག་

གི་ཆ་སྒྲ་མ་རྣམས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་དེ་འོང་པ་དང་། རྣམ་ཞིག་
འཆི་བའི་ཆོའང་རྒྱན་ཆད་དེ་མི་འགྲོ་བར་གསལ་རིག་ནས་གསལ་རིག་
ཏུ་བརྒྱད་དེ་སྤྱི་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདི་
ལ་བཏེན་ནས་རང་རེའི་ཆོ་འདིའི་ལྷས་རགས་པ་འདི་འགགས་ནས་མེད་
པ་ཆགས་རྒྱ་ཡོད་ནའང་ཤེས་པའི་རྒྱན་འགག་ནས་མེད་པ་ཆགས་རྒྱ་
མེད་པར་ཇི་སྲིད་ནས་ཇི་སྲིད་བར་གནས་པར་བཏེན་ཤེས་པ་དེ་ལ་བཏེན་
ནས་བཏགས་པའི་བདག་གམ་ང་དེའང་འདི་དུས་འགོ་བཙུགས་པའི་སྒོན་
མཐའ་དང་། འདི་དུས་ཟད་པའི་སྤྱི་མཐའ་བཤད་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་
པ་རེད།

ཤེས་པ་དང་བདག་གི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་སྒྲ་སྤྱི་གཉིས་ཀའི་
མཐའ་ལས་འདས་པ་ཡིན་པ་འདིའི་སྤྱི་མཐའ་རང་རེའི་སྒོན་པ་མཉམ་
མེད་ལྷ་ཀྱ་སེང་གེ་དང་དེའི་རྗེས་འཇུག་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་
སྒྲ་མ་ནས་ཆོ་འདིར་འོངས་པ་དང་། འདི་ནས་སྤྱི་མ་ལ་འགྲོ་བའི་སྤྱི་བ་སྒྲ་
སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་འགྲེལ་བཤད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་པ་
དེ་ལ་རྣམ་རྟོག་གིས་གཡོ་བ་མེད་པར་རྒྱན་གཏན་ཆགས་སུ་གནས་པའི་
གཏུག་མ་ལྟན་ཅིག་སྤྱིས་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་ཤེས་པ་ཕྱ་མོ་ཞིག་དང་།

ནང་གི་ཤེས་པ་རང་ཉིད་གང་ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱུ་དང་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་སྤང་གི་
སྤྱོད་པ་གཉིས་ཆོགས་པ་ལས་རྣམ་རྟོག་གི་གཡོ་བ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིབ་ར་
བའི་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་ཤེས་པ་རགས་པ་གཉིས་སྟུ་ཡོད་ཅིང་། ད་ལྟ་ང་
ཆོས་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཤེས་པ་ནི་རགས་པའི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་
པ་ལས་ཕྱ་མོའི་ཤེས་པ་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་བྱུང་གི་མེད། གལ་ཏེ་ཤེས་པ་ཕྱ་མོ་
དེ་བཅད་སྤྱོད་བྱེད་བྱུང་ན་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་
རའི་ཤེས་རབ་གཅིག་གི་ནང་དུ་རྩིལ་གྱིས་བརྟུ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་ནའང་
སྡོན་དུ་རང་གི་ཤེས་པ་དེ་ལ་གསལ་ཆ་དང་ངར་ཆ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་
ཆོས་མང་པོ་ཞིག་ཆང་བར་བྱས་ནས་དམིགས་རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་
གོམས་འདྲིས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་སྒྲིམ་རྒྱག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྡོན་དུ་
ཤེས་པའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན།

འོ་ན་ལྗང་པའི་རྩ་རྟུལ་ཕྱ་མོ་ལས་ལོགས་སྟུ་འགྱུར་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་
པ་ཞིག་ཡོད་དམ་སྙམ་ན། འདིའི་སྐྱོར་ལ་ཆན་རིག་པ་ཆོ་ལ་སྤྱི་འཕོ་
འགྱུར་མི་འདྲ་བ་ཁག་གསུམ་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ། རང་རེ་ལ་བདེ་སྤྱིག་གི་
སྤྱོང་ཆོར་དངོས་སྟུ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སྤྱོང་བས་ཁ་
བྲགས་པས་གཏན་འཁེལ་ནས་བཤད་ཆོག་ལ། འོ་ན་ཏེ་དེ་ཇི་འདྲ་ཡིན་

བརྟག་དཔུང་བྱས་ནས་བཙལ་པ་ན་དང་པོ་ཁྱད་ཁམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱལ་
པའི་རྩ་དུལ་ཕྱ་མོ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་གོང་
མཐོར་ཕྱིན་པ་དང་བརྟག་དཔུང་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡང་ཞིབ་ཆགས་སུ་ཕྱིན་པས་
ཁྱད་ཁམས་ཀྱི་རྩ་དུལ་ཕྱ་མོ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་རྙེད་དེ་ཁྱད་
ཁམས་ཀྱི་རྩ་དུལ་ཕྱ་མོ་ལས་བྱུང་བའི་བད་རྒྱབས་ཤིག་ལ་ཤེས་པར་ངོས་
འཛིན་བྱས། ད་ཆ་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ཆད་མཐོར་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་པས་
དེ་འདྲའི་བད་རྒྱབས་དེའང་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་རྙེད་དེ་སངས་
རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ལས་བཤད་པ་ལྟར་ཁྱད་པའི་རྩ་དུལ་ཕྱ་མོ་ལས་ལོགས་
སུ་འགྱུར་པའི་རིག་ཐོགས་དང་བྲལ་བའི་རྒྱས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་ཤིག་ལ་
ཤེས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་འདྲ་ཅེས་བཤད་བཞིན་ཡོད།

དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༤ལོར་ནོར་ཕྱེའི་གསོ་རིག་བྱ་དགའ་ཐོབ་སྦྱང་
ཡོད་པའི་ཁྱད་ཁམས་དང་དབང་རྩའི་ཆེད་ལས་ཆོན་རིག་མཁས་ཅན་
ཨོན་ཀེ་སི་ཞེས་པས། ངས་ལོ་མང་རིང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་
ཁྱད་ཆེན་ལས་ལོགས་སུ་འགྱུར་པའི་རང་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ཞིག་
ཡོད་པ་གསལ་པོར་ཤེས་སོང་། ཁྱད་ཆེན་ནི་དེའི་ལག་ཆ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་
པ་དང་། རང་རེ་མི་སུ་ཡིན་ཡང་མངལ་དུ་གནས་པ་ནས་བཟུང་བེམ་

རྩལ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཤིག་དང་། རང་རྟོགས་ཀྱིས་གསལ་ཞིང་རིག་
པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་འདྲའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ང་ཆོ་མའི་རིགས་
ཀྱི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་པས་ཆགས་སྤང་དང་འཇིག་སྤང་
སོགས་ཀྱང་འདིའི་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ཡིན། ང་ཆོ་མའི་མིག་གིས་མཐོང་མི་
བྱབ་པའི་བདག་ཅེས་པ་དེ་བཅུ་རྩ་ལྔ་ཆེན་ཤི་བེན་པའི་རྩལ་སུ་ད་དུང་
གསོན་པོར་གནས་བྱབ་ཅེས་བཤད་པ་རེད། འདི་ལ་བལྟས་ན་རང་རེའི་
སྟོན་པས་ལོ་ངོ་ཉི་སྟོང་ལྔ་བརྒྱའི་སྤྱི་རོལ་ནས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཁྱད་པའི་
ནང་གི་རྩ་དུལ་ཤུ་མའི་རྩལ་ལ་འཕྲོ་འགྱུར་དང་། ཤྱི་རོལ་ནས་ཡུལ་སྤང་
སྤྱི་ཆོགས་འཕྲད་པ་སོགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་དག་ནི་ཤེས་པའི་
གནས་སྐབས་ཀྱི་སྟོང་རྒྱུན་ཙམ་ཡིན་པ་ལས་གཙོ་བོ་ཤེས་པའི་གསལ་རིག་
གི་རྒྱུན་སྤྱི་མའི་སྟོང་དུ་ཡུལ་སྤང་སོ་སོར་གོམས་འདྲིས་སུ་སོང་བ་ལས་
བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་སྒྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་རིག་ཐོགས་བྲལ་
བའི་གསལ་རིག་གི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེ་ངོ་མཆར་ཤིན་ཏུ་
ཆེ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

དེ་ཡང་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་ཁྱད་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་
ལུས་གཉིས་ལ་ཕན་ཚུན་བྱགས་རྒྱུན་སྤྱོད་རེས་བྱེད་པའི་འབྲེལ་བ་གཞན་

དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་ནི་སེམས་བག་ཐེབས་སུ་གནས་མི་
གནས་ཀྱི་སྤང་ནས་ལྷད་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་ལྷས་ལ་ཕར་བྱགས་རྒྱུ་
སྤོད་ཀྱི་ཡོད་པར་དེང་དུས་སྤེལ་བྱགས་ཀྱི་སྒྲན་པ་མཁའ་ཅན་ཆོས་འབྲེལ་
བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེས་ཀྱང་ལྷད་རྩ་ལས་ལོགས་སུ་འགྱུར་པའི་ཤེས་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

ལས་རྒྱ་འབྲས།

དེ་ལ་འོ་ན་ཤེས་པ་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སྦྱོ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་
ན། ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་སྦྱོ་བའི་ཚུལ་ལ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་བདག་རྒྱུ་དང་།
དམིགས་རྒྱུ་། དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཏེ་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་ཀྱི་
ཡོད།

དེ་ཡང་ཤེས་པ་ལ་དབང་ཤེས་དང་ཡོད་ཤེས་གཉིས་སུ་སྦྱོ་ནས་
དབང་ཤེས་རྣམས་སྦྱོ་བ་ལ་ནང་དུ་གང་ཟག་སོ་སོའི་རྒྱུ་ལ་བདག་རྒྱུ་
མིག་སོགས་དབང་པོ་སྦྱོན་མེད་ཡོད་པ་དང་། སྤེལ་རོལ་ནས་གཟུགས་སྒྲ་
སོགས་ཀྱི་དམིགས་རྒྱུ་ཏེ་བར་གནས་པ། ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་དེ་ལ་འབྲིད་

པར་བྱེད་པའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་ཤེས་པ་སྤྲ་མ་ཆང་བ་སྟེ་རྒྱུན་གསུམ་
འཛོམས་ནས་སྐྱེ་དགོས་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་རྣམས་ནང་དུ་ཡིད་ཀྱི་དབང་
པོ་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་དེ་ལ་འབྲིད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་སྤྲ་
མའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གཉིས་ཆང་ན་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞིང་ཕྱི་རོལ་ནས་དམིགས་
རྒྱུན་ཉི་བར་གནས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད།

རྒྱུན་དེ་དག་སོ་སོར་བྱེད་ལས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེ། བདག་རྒྱུན་གྱིས་
ཤེས་པ་དེ་དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་མ་
གཏོགས་ཀྱི་རིགས་འབྲེད་པ་ལ་རྣམས་པ་གཙོ་བོར་འདོན། དམིགས་རྒྱུན་
གྱིས་ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་གང་གི་རྣམ་ལྡན་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་རྣམས་པ་གཙོ་བོར་འདོན།
དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱིས་ཤེས་པ་དེ་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོར་སྐྱེ་བ་ལ་རྣམས་པ་
གཙོ་བོར་འདོན་གྱི་ཡོད། འདི་གསུམ་གྱི་སྐྱོར་ལ་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྟེ་
བ་བཞི་པོས་རྩོད་ལན་གཏིང་ཟབ་གནང་སྟེ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་
འཛོག་ཚུལ་ངོ་མཆར་བ་གཞུང་ཆེན་མོ་ཁག་གི་ནང་མཇལ་རྒྱ་ཡོད། དེ་
ལྟར་རྒྱུན་གསུམ་ལས་ཤེས་པ་ལ་གསལ་རིག་གི་ཆ་སྤྲ་མས་བཞག་པའི་
བག་ཆགས་སམ་རྣམས་པས་ད་ལྟའི་ཤེས་པ་འདི་སྐྱེ་བ་དང་། ད་ལྟའི་གསལ་
རིག་གིས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ལས་ཕྱི་མའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་གསལ་

རིག་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་དེ་འོང་བ་དང་འགྲོ་བའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་
དེ་གཙོ་བོར་བཞད་ཀྱི་ཡོད།

འོ་ན་གསལ་རིག་སྤྲུལ་མས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གསལ་རིག་སྤྲུལ་མས་བཞག་པའི་བྱལ་ལམ་
རྒྱས་པ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་འདིས་གསལ་རིག་སྤྲུལ་མ་སྒྲེ་སྒྲ་བ་
དང་སྒྲོབས་ཆེ་བ་ཡོང་བའི་རྒྱ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ཕོར་པའི་ནང་གི་
སྒྲོག་པ་དེ་སྒྲོད་གཞན་ཞིག་ཏུ་བཏོན་པ་ན་ཕོར་པའི་ནང་སྒྲོག་པ་མེད་ཀྱང་
དེའི་བྱལ་ལམ་རྒྱས་པ་ཞིག་ལྷག་ནས་ཡོད་པ་དེས་བས་ལ་བྱགས་རྒྱུན་
ཞིག་སྒྲོད་པ་ལྟར་རང་རེ་ལ་སྐབས་རེ་སེམས་པ་བཟང་པོ་དང་སྐབས་རེ་
སེམས་པ་ངན་པ་སྒྲེས་ཏེ་གང་མཆམས་ནས་དེ་གཉིས་འགག་ནས་མེད་
པར་འགྱུར་ནའང་དེའི་བྱལ་ལམ་བག་ཆགས་ཞིག་ལྷག་ནས་དེས་སེམས་
སྤྲུལ་མ་ནམས་ལ་བྱགས་རྒྱུན་ཞིག་སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ད་ལྟོ་ང་
ཆོའི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་དུ་མིང་གྲགས་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ལ་དགའ་
སྤང་དང་། རང་ལ་གཞོད་པ་སྒྲེལ་མཁན་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་ཁོང་གྲོ་ རྒྱ་
མིང་གང་གི་ཐད་ནས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་མི་བཟོད་
པའི་ཕྲག་དོག་ཅིག་སྒྲེ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་སྒྲེས་པ་དེའང་གཞན་གྱིས་བསྐྱབ་

མི་དགོས་པར་རང་གི་ངང་གིས་སྐྱེ་བ་དེས་སེམས་ཀྱི་ཆ་སྒྲ་མ་ནམས་
ཡུལ་སྒྲང་དེ་དག་ལ་གོམས་འདྲིས་སྒྲ་སོང་བའི་བག་ཆགས་སམ་བྱགས་
ཀྱིས་ཡིན་ལ། ད་ལྟའི་སྐྱེ་ཚུལ་འདིས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཆ་སྐྱེ་མ་ནམས་ཀྱི་
སྒྲིབ་དུ་ཡུལ་སྒྲང་དེ་དག་ལ་དཀའ་ཆོགས་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་སྐྱེ་བའི་བག་
ཆགས་སམ་བྱལ་ལམ་བྱགས་ཤིག་འཛོག་གི་ཡོད། ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་དེའི་
ནམ་ཅན་དུ་གཅིག་སྐྱེས་གཉིས་སྐྱེས་གསུམ་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་
ནས་ཡང་ཡང་གོམས་ན་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་མ་ནམས་སྐྱེ་སྒྲ་བ་དང་
སྒྲོབས་ཆེ་བ་ཆང་རག་འབྱུང་མཁན་ཆོ་ལ་བལྟས་པས་གསལ་པོར་ཤེས་
བྱུང་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཤེས་པ་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་ཡུལ་དེ་དང་དེའི་ནམ་ཅན་དུ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་དེའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་
ཤེས་པ་སྐྱེ་མ་ནམས་ཡུལ་དེ་དང་དེའི་ནམ་ཅན་དུ་རྩིས་མེད་རང་བཞིན་
ལྟ་བུར་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟན་
འདས་ཀྱིས་སྒྲོ་བཟང་པོ་ཆད་མཐོར་འཕེལ་བའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་
དང་། སྒྲོ་ངན་པ་ཆད་མཐོར་འཕེལ་བའི་འབྲས་བུ་དཔུལ་བ་གཉིས་འབྲེལ་
བཤད་གནང་གི་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ལ་ཤེས་པ་ལ་གཟུགས་
དང་མི་འདྲ་བར་ཡུལ་སྒྲང་གི་བག་ཆགས་སྒྲ་ཆོགས་འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པ་
འདིའི་སྒྲིབ་ནས་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པའི་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་རང་

བཞིན་ཅན་གྱི་བཀའ་མོལ་དེ་གསུངས་གནང་བ་རེད།

དེ་ཡང་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་དོད་དུ་ཀམ་ཞེས་པ་དེ་ཐོད་སྐད་དུ་བྱས་ན་ལས་ལ་གོ་ཞིང་དེ་གསལ་པོར་བཤད་ན་ལས་ཀ་ཡག་པོ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་རྒྱ་དང་ལས་ཀ་སྤྱག་པོ་བྱས་ན་སྤྱག་པོ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་པ་འདི་རེད།

དེ་འདྲའི་ལས་སམ་རྒྱ་དེ་གང་གིས་བསགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་བསགས་པའམ་བསྐྱབ་གྱི་ཡིད་ཅིང་། གང་བསགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་ལྷང་མ་བསྟན་གསུམ་གསོག་གི་ཡིད། འདི་གསུམ་གྱིས་རང་ཅག་རྣམས་ལ་དགོས་རྒྱུའི་བདེ་བ་དང་མི་དགོས་རྒྱུའི་སྤྱག་བསྐྱེལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་མ་བཏང་སྟེ་མས་གསུམ་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་བྱེད་གྱི་ཡིད། དུས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན་བྱ་བ་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་འདུག་རུང་དང་པོ་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་མིན་སོགས་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷས་ངག་གཉིས་བྱ་བའི་ཐོག་ལ་འབྲིད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་པའི་ལས་དང་། སེམས་པ་དེས་དེ་ལྟར་འབྲིད་པ་ལས་ལྷས་ངག་གཉིས་བྱ་བའི་ཐོག་ལ་དངོས་སུ་ཐོན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བསམ་པའི་ལས་གཉིས་ཡིད། དང་པོས་བྱ་བ་དེ་གཞི་ནས་སྒྲོང་།

བར་བྱེད་པས་རྒྱུའི་ཀྱན་སྦྱང་དང་། གཉིས་པས་བྱ་བ་དེ་དང་དུས་མཉམ་
དུ་འགྲོ་བས་དུས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱང་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ལ་ལས་བསགས་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་བསྐྱབ་ཅེས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་
སྐད་ཆ་བཤད་པའམ་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་བ་རྒྱུ་ལག་གི་གཡོ་འགྲུལ་སོགས་
ལ་བརྟེན་ནས་གསོག་གི་ཡོད་པས་ལས་གསོག་པར་དཀའ་ཆོགས་གང་
ཡང་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། དཔེར་ན་རང་གིས་མི་གཞན་ཞིག་ལ་སྐད་ཆ་
ཞིག་བཤད་པ་ན་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེ་ཀས་ངག་གི་ལས་གསོག་པ་དང་།
དེའི་ཆེ་གཏོང་དང་ལག་པའི་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷས་ཀྱི་ལས་
གསོག་པ་དང་། བསམ་སྒྲོག་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ཀས་ཡོད་ཀྱི་ལས་
གསོག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ལས་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་གསོག་བཞིན་པ་
ཡིན།

དེ་ལྟར་ལྷས་ངག་ཡོད་གསུམ་གྱི་འགྲུལ་བསྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་
ཞིག་གསོག་གི་ཡོད་པ་དེ་བཟང་ངན་གང་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་ནི་རྩ་བ་
དང་པོའི་ཀྱན་སྦྱང་ངམ་སེམས་པའི་ལས་དེར་རག་ལས་ཡོད། དེ་ཡང་
སྐད་ཆ་དེ་གཞན་ལ་གྲུས་ཞབས་དང་། བརྟེན་བ། ལྷག་བསམ་བཅས་ཀྱི་
ཀྱན་སྦྱང་བཟང་པོའི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་སྐབས་དེའི་ལྷས་ངག་ཡོད་

གསུམ་ཀའི་ལས་ནམས་བཟང་པོ་དང་དགོ་བ་གསོག་གི་ཡོད། ཡང་ང་
ཀྱལ་དང་། སྤང་སེམས། གཞན་ལ་སྒྱུན་བརྗོད་སོགས་ཀྱི་ཀྱན་སྒྲོང་ངན་
པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་སྐབས་དེའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་
ཀའི་ལས་ནམས་ངན་པ་དང་མི་དགོ་བ་གསོག་གི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་
ཡིན་དུས་ལས་ཀ་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དང་པོ་འགོ་མ་
བརྩུགས་པའི་སྤྱོད་ལ་ནས་གཞན་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོའི་ཀྱན་
སྒྲོང་ཞིག་བཅང་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད། དེ་ལ་ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་
པོའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཡིན་ན་འཕྲལ་དུ་སྐད་ཆ་ཤོད་སའི་མི་
ནམས་དང་མཛའ་བཤེ་མཐུན་ལམ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་བརྩུགས་ཐུབ་ཅིང་།
ཕུགས་སུ་སྐད་ཆ་བཤད་པའི་ངག་གི་ལས་དེས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་
བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་བཞག་ནས་དེས་མ་འོངས་པར་བདེ་བ་འབྱེན་
པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ་གལ་ཏེ་གཞན་ལ་སྒྱུན་བརྗོད་ལ་སོགས་པའི་ཀྱན་སྒྲོང་
ངན་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་སྐད་ཆ་ཤོད་སའི་མི་ནམས་དང་
མི་མཛའ་བའི་དབྱེ་ཁ་གཏད་ཆགས་རྒྱ་དང་། སྐད་ཆ་དེས་རང་གི་སེམས་
སྒྲིང་དུ་བག་ཆགས་ངན་པ་བཞག་ནས་མ་འོངས་པར་སྤྱུག་བསྡུལ་འབྱེན་
གྱི་ཡོད་པ་རེད།

ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་གཡོ་འགྲུལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་དེས་
རང་གི་སེམས་སྤྱོད་དུ་བག་ཆགས་བཟང་ངན་སྣ་ཆོགས་བཞག་ནས་དེ་
དག་གིས་མ་འོངས་པར་འབྲས་བུ་བདེ་སྤྱུག་སྣ་ཆོགས་འབྲིན་པ་འདི་ནང་
ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཅས་པའི་སྐྱད་ཆ་དེ་ཆགས་པ་རེད། འདི་
ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་གལ་ཆེན་པོར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་དོན་ནི་འཇམ་
སྐྱོང་འདིའི་སྤྱོད་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཆོགས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྟོག་དྲ་
ཉུང་ཙམ་དང་། ཞི་བདེ་མང་ཙམ་ཡོང་བའི་ཕྱིར་མི་རང་ཉིད་དང་འཁོར་
ལྷག་སོགས་ཀྱི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བྲིམས་གཞི་གཏན་འབེབས་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ཕལ་ཆེར་ནི་གཞན་ཞིག་གིས་གཞན་ཞིག་བརྒྱན་
སྒྲིམ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིའི་བྲིམས་ལྷགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ནའང་
ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བྲིམས་གཞི་འདི་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ཀྱིས་རང་
རེ་ལ་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རང་གིས་རང་ཉིད་བརྒྱན་སྒྲིམ་བྱེད་
དགོས་པའི་ནང་གི་བྲིམས་ཤིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དངོས་ཡོད་གནས་
རྒྱལ་དང་མི་མཐུན་ན་ལས་དོན་ཐམས་ཅད་འཕྱུག་གི་ཡོད་པར་བརྟེན་
ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བྲིམས་གཞི་འདི་ནན་པོ་ཞིག་དང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཆགས་པ་རེད།

དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་ཀྱི་བྲིམས་གཞི་འདིས་མི་རྣམས་ལ་བདེ་བ་དང་
སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་སྤྱི་རྩོལ་ནས་གཞན་ཞིག་གིས་བཟོས་པ་མ་
ཡིན་པར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བཟང་པོ་དང་ངན་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱུང་བར་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་གསལ་བཤད་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་
བྲས་པར་བརྟེན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་པ་ལྟར་ལྟོས་ཀྱིས་ཀྱང་བདག་
ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་ལ་རག་ལས་
ཡོད་པར་གསུངས་པ་རེད།

དངོས་ཡོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་འགལ་དུ་མི་རུང་བའི་བྲིམས་
གཞི་འམ་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདི་ང་ཆོའི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་བེད་
སྤྱོད་བྱེད་བྱུང་ན་སྤྱི་ཆོགས་བྱིན་ཡོངས་ལ་རྟོག་དུ་མི་ཡོང་བ་ལ་ཕན་ཐོག་
ཆེན་པོ་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟ་བ་འདི་མི་སྤྱི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་དུ་ཡོད་
པ་ཡིན་ཕྱིན་ཕྱིའི་ཉིན་སྤྱང་བ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་དུས་ཉག་ཏུ་སྒོ་
བསྐྱེལ་ནས་རང་གིས་རང་ཉིད་བརྩམས་སྤྱོད་ཀྱི་དག་གཏོང་གི་རེད།
ག་དུས་ཡིན་ནའང་རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཡིག་ཆ་བཏང་ནས་ཇི་བཟང་
ནས་ཇི་བཟང་དུ་གཏོང་གང་བྱུང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་འདྲིའི་མི་
དེས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རྟོག་དུ་བཟོ་གི་མ་རེད། གལ་ཏེ་ལས་འབྲས་ལ་ཡོད་

ཆེས་ཀྱི་ནང་གི་ལྟ་བ་འདི་མེད་ན་རང་གི་མ་འོངས་པའི་མི་ཆོ་ལ་འགན་
ཁུར་བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་གཞན་གྱི་བདེ་དོན་ལ་ཕན་སེམས་བྱེད་པའི་
བསམ་སྒྲོ་གཉིས་ཡོང་བུ་བ་ཀྱི་མ་རེད། བསམ་སྒྲོ་འདི་གཉིས་གང་ཡང་
མེད་པའི་མི་དེས་ཕྱི་འཁྱེད་སྤྱང་གི་ལག་རྩ་ལ་དང་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ཅི་
ཙམ་པའི་ཆད་མཐོ་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་རྟོག་དྲ་བཅོ་བའི་གོ་སྐབས་བཙལ་
སྲིད། དེ་ནི་ནང་བསམ་སྒྲོའི་ཐོག་ལ་འདི་བྱེད་རིགས་དང་འདི་བྱེད་མི་
རིགས་པའི་ཆད་གཞི་དང་གྲ་སྒྲིག་གང་ཡང་མེད་པས་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་
དུས་རང་གི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་ལ་འགན་ཁུར་དང་། སྤྱི་ཆོགས་
ནང་དཀར་རྟོག་མི་བཅོ་བའི་ཐབས་དུས་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་ནི་རང་གི་
རང་ལ་བཏང་འཛིན་བྱེད་པའི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདི་ཡིན།

འདི་གང་འདྲ་རེད་དམ་ཟེར་བ་ཡིན་ན། སེམས་ཀྱི་ནང་ངས་ལས་ཀ་
འདི་འདྲ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་འབྲས་བུ་གཏན་མེད་མ་ཡིན་པར་དེའི་
བག་ཆགས་སེམས་ཀྱི་སྒྲེང་དུ་བཞག་ནས་མ་འོངས་པ་ན་ང་རང་རྟུག་པོ་
སྤྱང་གི་རེད་སྟུམ་པ་དང་། ཡང་ངས་ལས་ཀ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་
དེས་མ་འོངས་པ་ན་ང་རང་སྤྱིད་པོ་ཡོང་གི་རེད་སྟུམ་པའི་བསམ་སྒྲོའི་ཆད་
གཞི་འམ་གྲ་སྒྲིག་ཅིག་གཞན་གྱིས་བསྐྱུལ་མི་དགོས་པར་རང་སྒྲོབས་ཀྱིས་

ཡོང་གི་རེད། དེ་བྱུང་ན་ཡ་རབས་ཀྱི་སྒྲི་དེ་རང་ནས་ཚུགས་པ་དང་།
རང་ཉིད་ལ་ཁྱུ་དག་བྱེད་པ། རང་ཉིད་ཀྱི་འགན་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཁུར་བ།
རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ལ་བརྟག་དཔྱད་དང་
བཏང་འཛིན་ཚུ་ལ་བཞིན་བྱེད་བྱབ་ཀྱི་རེད།

རང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རང་གི་ཉེན་རྟོག་པ་རང་གིས་བྱེད་མཁན་
གྱི་མི་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད་ན་དཀའ་རྟོག་གང་ཡང་འཕྱད་སྲིད་ཀྱི་མ་རེད།
དེ་ལྟ་བུའི་ལས་དེ་ལ་བདག་པོའི་འབྲས་བུ། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ། རྣམ་
སྒྲིལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་
གསུངས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་དག་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མ་བརྒྱ་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་མཚོན་ནས་
བཤད་ན་བརྒྱས་པའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་དེ་ཀ་རང་ལ་གཞན་གྱིས་ཤེས་
མེད་དམ་སྙམ་དུ་ཡིད་མི་བདེ་བ་ལྟར་གི་ཡོང་བ་དེ་བདག་འབྲས་དང་།
འདི་འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐག་ཉེ་ཤོས་དེ་ཡིན། རྒྱ་མཐུན་གྱི་
འབྲས་བུ་ལ་སྤྱོད་བ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་
འབྲས་བུ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན། དེ་ལ་རྒྱ་མ་བརྒྱས་པའི་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་
རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་མ་བརྒྱས་པའི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ངན་

འགྲོར་སྒྲེས་པའི་རྗེས་སུ་མི་ལུས་ཐོབ་ནའང་ཟས་གོས་ཀྱི་ཐད་ལ་དབུལ་
ཕོངས་ཀྱི་དཀའ་སྤྱད་ལྷག་ལྷགས་ཆེན་པོ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། འདི་ནི་
རྒྱུ་ལྡན་གང་ཟག་གཞན་ཟས་གོས་སོགས་འཆོ་བའི་ཉེར་མཁོ་དང་ཁ་བྲལ་
བཏང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན། རྒྱ་མ་བརྒྱས་པའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་རྒྱ་
མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་མ་བརྒྱ་བའི་ལས་ལ་འརྒྱལ་པ་ལ་རང་བཞིན་
གྱིས་དཀའ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱུ་ལྡན་རྒྱ་མ་བརྒྱ་བའི་ལས་ཤིག་བསགས་པ་
དེས་སེམས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་བག་ཆགས་བཞག་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན།
རྒྱ་མ་བརྒྱས་པའི་ལས་ཀྱི་ནམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་མ་བརྒྱས་པའི་
དབང་གིས་ངན་སོང་དུ་སྒྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ལས་ལ་ཆེ་འདི་ལ་ལས་བསགས་ནས་ཆེ་འདི་ལ་འབྲས་
བུ་སྒྲིན་པའི་མཐོང་ཆོས་སྤྲོད་འགྱུར་གྱི་ལས་དང་། ཆེ་འདི་ལ་ལས་
བསགས་ནས་ཆེ་གཉིས་པ་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་སྒྱེ་ནས་སྤྲོད་འགྱུར་གྱི་
ལས། ཆེ་འདི་ལ་ལས་བསགས་ནས་ཆེ་གསུམ་པ་ཕན་ཆད་དུ་འབྲས་བུ་
སྒྲིན་པའི་ལན་གྲངས་གཞན་ལ་སྤྲོད་འགྱུར་གྱི་ལས། ནམ་སྒྲིན་སྤྲོད་བར་
མ་ངེས་པའི་མ་ངེས་པའི་ལས་སྟེ་བཞིར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད། ཡང་ལས་ངེས་
པ། ལས་འཕྲེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ། ལས་བྱས་པ་

ཆུད་མི་བ་བ་དང་བཞི་དང་། སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་དང་སོ་སོའི་ལས་སོགས་
མང་པོ་གསུངས་གྱི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་ཞེས་པའི་སྤྱོད་གཙང་རང་སྒོམ་བྱེད་དགོས་པའི་
སྐོར་གྱི་བསྒྲུབ་བྱ་འདིས་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལེགས་སྤེལ་ཉེས་
འགོག་གྱི་སྒོ་བ་གསོའི་རྒྱས་པ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཐོན་གྱི་ཡོད་པར་བརྟེན་ནང་
ཚོས་གྱི་གཞི་རྩ་ཞིག་ལ་བཞག་པ་ཡིན།

བདེན་པ་བཞི།

དེ་ལྟར་སེམས་གྱི་སྤོང་དུ་སེམས་སྡུ་མས་བག་ཆགས་བཞག་ནས་དེས་
འབྲས་བྱ་སྡུ་ཚོགས་བསྒྲུབ་ཚུལ་དེང་དུས་གསོ་རིག་གི་ཐོག་ནས་ཀྱང་
འགྲེལ་བརྗོད་གནང་བཞིན་ཡོད།

དེ་ཡང་མི་ཞིག་གི་ཆུད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་དང་། འགན་སེམས། དངངས་
སྒྲག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་ཉོག་ངན་པ་རྣམས་སྦྱེས་ནས་ཡོད་ན་སེམས་པ་
བག་ཐེབས་སུ་གནས་མི་བྱུང་པར་བཟང་བཟང་ཆགས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་
གྱིས་ལུས་གྱི་འབྱུང་ཁམས་འབྱུགས་ཏེ་ཁྲག་གཤེད་མཐོ་རུ་ཕྱིན་པ་དང་།
ལུས་གྱི་རྩ་ཁམས་གཡོ་འབྱུགས་བྱེད་པ། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་འཕེལ་བ་

བཅས་ཀྱིས་ལྟས་ལ་ནད་རིགས་སྣ་ཆོགས་འདྲེན་པ་དང་། ཡང་མི་ཞིག་གི་རྒྱུད་ལ་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་མཁན་ལ་བཟོད་བསྐྱུ་དང་། གཞན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཡི་རངས། འདོད་ཆུང་ཆོག་གེས་ལ་སོགས་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོ་རྣམས་སྐྱེས་ནས་ཡོད་ན་སེམས་ནི་དུལ་བག་ཐེབས་སུ་གནས་ཐུབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད། སེམས་པ་ཇི་ཙམ་བག་ཐེབས་སུ་གནས་པ་དེས་ལྟས་ཀྱི་འབྲུང་བ་ཆ་སྣོམས་སུ་གནས་ནས་ལྟས་ལ་བདེ་བ་འཕྲེལ་བ་དང་། དེས་ནད་རྫིང་པ་སེལ་བ་དང་ནད་གསར་པ་སྐྱེ་བ་ལ་སྡོམ་འགོག་བྱེད་ཐུབ་ཚུལ་སྣུན་པ་ཆོའི་ངག་ནས་ཡང་ཡང་ཐོས་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱད་འབྲུང་ཚུལ་རག་པ་ཙམ་ཞུས་ན་དེ་ལྟར་རེད། ཡང་སྒོ་གསུམ་གི་འགྲུལ་སྤྱོད་ལས་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་བག་ཆགས་ངན་པ་ཞིག་བཞག་ནས་དེས་སྤྱད་བསྐྱེལ་འབྲུང་ཚུལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་བཞག་ནས་དེས་བདེ་བ་འབྲུང་ཚུལ་གྱི་བདེ་བ་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་གཉིས་ཞིབ་ཕྱ་གེས་པ་ལ་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ངོ་ཆ་ཡག་པོ་འཕྲོད་དགོས་པ་ཡིན།

གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ང་ཆོའི་གཟུགས་ཕུང་འདི་ན་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། ཀ་རྒྱ་ཡོད་པ། མེད་པ་ཆགས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་དེ་ཡང་དང་པོ་གྲུབ་པའི་

དུས་ནས་དེ་ཀ་རང་ཡིན་པ་ལས་དང་པོ་དེ་འདྲ་མིན་ཡང་མི་ཆོ་སྒྲུལ་བའི་
རིང་རྒྱུན་གསར་པ་ཞིག་འཕྲད་ནས་དེ་ལྟར་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་མ་རེད། རྒྱ་
མཚན་དེར་བརྟེན་ནད་ན་ཆ་བྱུང་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་པ་དང་། ན་ཆ་
མངོན་འབྱུང་པ་རང་མེད་ན་བདེ་བ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་
མ་ཡིན་པར་གཞི་རྒྱུ་ནས་ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲ་ཆོགས་
ཡོང་རྒྱུར་ངེས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་དགོས།
བཙོན་ཁང་དུ་སྦྱིད་སྤང་ཤར་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་མི་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་
རྒྱུར་འབད་བཙོན་མི་བྱེད་པ་ལྟར་བདེ་སྤྱག་གཉིས་ངོ་ཡག་པོ་མི་ཤེས་
མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་མ་
རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙོམ་ལྡན་འདས་
ཀྱིས་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒོམ་ཆེན་པོ་བདེན་བཞི་བཀའ་བསྩལ་གནང་བ་རེད།

དེ་ལ་བདེན་པ་བཞི་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་
པ། འགོག་པའི་བདེན་པ། ལམ་གྱི་བདེན་པ་བཞི་ཡིན། བཞི་པོ་འདི་ལ་
སྤྱག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་དང་དེའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་
འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཚན་པ་གཅིག་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པའི་འགོག་
པ་དང་འགོག་པ་དེ་དངོས་སུ་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་བདེ་བ་

འབྲུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཆེན་པ་གཅིག་བཅས་རྒྱ་འབྲས་ཆེན་པ་གཉིས་སུ་
ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་བདེན་པ་ནི་ནད་ལྟ་བུ་དང་། ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་
ནི་ནད་དེ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་ལྟ་བུ་དང་། འགོག་
བདེན་ནི་ནད་དེ་ནི་བའི་བདེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། ལམ་བདེན་ནི་ནད་དེ་བཙོས་
པར་བྱེད་པའི་སྒྲན་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས། བདེན་པ་བཞིའི་གོ་རིམས་འདི་
ལྟར་བཤད་པ་ནི་དཔེར་ན་ནད་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན། ཐོག་མར་རང་
ཉིད་ཀྱི་ནད་དེ་མཁྲིས་པ་དང་འཕྲོ་བའི་ནད་སོགས་གང་ཡིན་གསལ་པོ་
ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ཆ་
མཆོན་ན་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་མཐའ་དག་འགོག་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བསྐྱེད་
ངོ་ཆ་འཕྲོད་པོ་དགོས་པར་བརྟེན་རིམ་པ་དང་པོར་རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་
གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ནད་དེ་ངོས་འཛིན་བྱལ་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་
པར་ནད་དེ་གང་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་དེ་ཤེས་དགོས་པ་ལྟར་རིམ་པ་གཉིས་
པར་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་
ནད་དང་ནད་ཀྱི་རྒྱ་ངོས་འཛིན་བྱལ་པ་ཙམ་གྱིས་ནད་དེ་མེད་པ་ཆགས་
མ་བྱལ་པར་ནད་དེ་བཙོས་ཐབས་ཡོད་མེད་བལྟས་ནས་བཙོས་ཐབས་

ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་པ་ལྟར་རིམ་པ་གསུམ་པར་སྟུག་བསྐྱེལ་དང་། དེའི་
རྒྱ་འགོག་པའི་འགོག་བདེན་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ནད་དང་། དེའི་
རྒྱ། དེ་བཅོས་ཐབས་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་ནད་དེ་དྲག་
བསྐྱེད་ཡོང་བ་ལ་སྦྱོན་བསྦྱོན་དགོས་པ་ལྟར་མི་འདོད་པའི་སྟུག་བསྐྱེལ་
དང་། དེའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་། དེ་འགོག་པའི་འགོག་པ་གསུམ་ཤེས་པ་ཙམ་
གྱིས་སྟུག་བསྐྱེལ་གཏན་ཟད་དུ་མི་འགྲོ་བར་སྟུག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་བ་ལ་
ལམ་བདེན་བསྦྱོན་དགོས་པས་རིམ་པ་བཞི་པར་ལམ་བདེན་གསུངས་
གནང་བ་རེད།

དེ་ཡང་ལས་ཉོན་གཉིས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་པའི་ཟག་བཙས་
ཀྱི་ཕུང་པོ་ཞིག་ལ་སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་ཟེར། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྟུག་བསྐྱེལ་
ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེལ། འགྱུར་བའི་སྟུག་བསྐྱེལ། བྱལ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེལ་
དང་གསུམ་ཡོད།

དེ་ལ་སྦྱོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་པའི་ལྟ་འདས་ཀྱིས་རིམ་པ་དང་པོར་
སྟུག་བསྐྱེལ་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེལ་གསུངས་གནང་བ་རེད། དེ་ནི་མཁྱིས་པའི་ནད་
དང་སེམས་མ་སྦྱིད་པ་ལ་སོགས་པ་ང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་སྟུག་བསྐྱེལ་དུ་ངོས་
འཛིན་ཐུབ་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ན་ཆ་ནམས་ཡིན། སྟུག་བསྐྱེལ་འདིའི་

རིགས་ལས་གྲོལ་འདོད་ནི་ང་ཆོ་མི་ཙམ་དུ་མ་བཟད་དུད་འགྲོལ་ཡང་ཡོད་
ཅིང་། རྟུག་བསྐལ་འདིའི་རིགས་ཁ་ཅིག་སྒྲུན་བསྒྲུན་པ་དང་། ཟས་གོས་
ཀྱི་རིགས་འབེལ་དུ་སྦྱིན་པ་སོགས་ཀྱིས་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་
བཞེན་རྟུག་བསྐལ་དང་པོ་དེ་ནི་དུད་འགྲོ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་རྟུག་བསྐལ་
དུ་ངོ་ཆ་འཕྲོད་བྱུང་པའི་རགས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ནས་རིམ་པ་གཉིས་པར་འགྱུར་པའི་རྟུག་བསྐལ་གསུངས་གནང་
གི་ཡོད། དེ་ནི་སྦྱི་ཚུལ་ལམ་དང་པོར་མཐོང་བའི་སྐབས་བདེ་བར་མངོན་
ཀྱང་དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་རྟུག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་
འདས་པར་སོང་འགྱུར་བ་སྦྱིན་པའམ་འདྲིས་པ་ན་རྟུག་བསྐལ་ཡིན་པར་
མངོན་གསལ་ཇེ་གསལ་ཇེ་དོད་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བཟུང་བ་ཡིན།
དཔེར་ན་རྒྱུང་འཁོར་གསར་པ་ཞིག་ཉོས་པ་ན་ཐོག་མའི་དུས་སུ་དགའ་པོ་
དང་འདོད་པ་ཆོམ་པོ་སྐབས་བདེ་པོ་བཅས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཞིག་འཆར་གྱི་ཡོད་
ཀྱང་དེ་ཉིད་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཆེ་འཛོགས་ས་དང་། རྩམ། འབྲིམ་འབྲུལ།
འཕྱལ་འཁོར་གས་ཆག་སོགས་ཀྱི་འགྲོ་སོང་ལ་དངུལ་ལོར་མི་ཉུང་བ་
ཞིག་གཏོང་དགོས་པའི་དགའ་ངལ་རྣམས་རིམ་པས་སྒྲི་ཚུགས་ཡོང་གི་
ཡོད་ཅིང་། འཆབ་ཆེ་བར་རྒྱུང་འཁོར་གཅིག་གིས་མི་མང་པོ་གེ་མས་

བྱུང་བའི་འགྲིམ་འགྲུལ་ལས་འཛོལ་ཐབས་སྟུག་དེ་འདྲ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད།
གལ་ཏེ་སྟུམ་འཁོར་དེ་ཉིད་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པར་དོན་
དམ་པའི་བདེ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། རྒྱུ་འཁོར་དེ་ལ་ཇི་ཅམ་སྟུང་པ་དེ་ཅམ་
གྱིས་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་འདོད་པ་ཆོམ་པོ་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་
འཕེལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེ་ལྟར་མི་འཕེལ་བར་བཅད་སྟོང་ཇི་ཅམ་
མང་དུ་བཏང་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་རྟོག་དྲ་ཆེ་རུ་ཆེ་རུ་སྦྱོར་ནས་མཐར་དང་
པོའི་འདོད་པ་ཆོམས་པའི་དགའ་སྐྱང་དེ་ཡལ་ནས་རྒྱུ་འཁོར་དེ་ཉིད་
གཞན་ལ་བཙོང་བ་སོགས་མེད་པ་བཟོ་བའི་ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།
རྒྱུ་འཁོར་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཐོག་མའི་བསམ་ཚུལ་དང་མཐའ་མའི་
བསམ་ཚུལ་གཉིས་སྟུང་དེ་ཁག་ཁག་ཆགས་དགོས་པ་དེ་འདྲ་གང་ཡིན་
ནམ་སྟུམ་ན། དེ་ནི་རྒྱུ་འཁོར་དེ་ཉིད་གྱི་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་དེ་སྟུག་
བསྐལ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནའང་ང་རང་ཆོ་འཁྱུལ་བའི་དབང་གིས་བདེ་
བར་ངོས་འཛིན་བྱས་པའི་རྒྱུ་འཁོར་གྱིས་རེད།

དེ་ལྟར་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རིགས་གཉིས་པ་འདིས་ང་ཆོའི་འཆོ་བའི་ཆ་
གས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བདེ་བ་སྦྱོར་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱང་བ་ཞིག་བསྐྱེད་ནས་མགོ་
བསྐྱོར་གཏོང་བཞིན་ཡོད་སྟབས་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རིགས་དང་པོ་ལས་ཀྱང་

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་པར་ངོ་ཆ་འཕྲོད་དཀའ་བར་གསུངས་པ་རེད།

དེ་ནས་རིམ་པ་གསུམ་པར་བྱབ་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གསུངས་གནང་བ་རེད། དེ་ནི་འཁོར་བ་པའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ཅིང་ད་ལྟའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་གཞི་དང་མ་འོངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འདྲ་བྱེད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།

བྱབ་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བ་བྱེད་ཅིང་། རང་རེ་རྣམས་ལ་འང་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྦྱོར་བ་གང་འདྲ་ཞིག་སྒྲུངས་པ་དང་ཡུལ་ལྷང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གནས་ཀྱང་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་ཁྲར་གྱིས་མཚན་ནས་སྤྱོད་དགོས་པ་འདི་ཕུང་ཞིང་འཁོར་བའི་སྦྱོར་བ་རྒྱུ་ཆད་ན་མ་གཏོགས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འདི་ལས་ནམ་ཡང་གཡོལ་ཐབས་མེད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འདི་མ་བཞྱོག་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གཞན་གཉིས་ཀྱང་གཏན་ནས་བཞྱོག་པ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་མེད་པར་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་གཏན་ནས་བཞྱོག་པའི་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་འདི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་པར་ངོ་ཆ་འཕྲོད་ནས་བཞྱོག་ཐབས་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་
རྒྱལ་བསྐྱལ་གྱི་རིགས་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་རྒྱལ་བསྐྱལ་འདིའི་རང་བཞིན་
ཤེས་ནས་བསྒྲིག་པའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་གསལ་ཆགས་ནས་ཡོད། དེ་
འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱལ་བསྐྱལ་འདི་རྒྱལ་བསྐྱལ་དུ་ཤེས་པའི་ཡིད་འགྱུར་གྱི་
སྤྱོད་བ་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་སྦྱེས་པ་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་
སྦྱེས་པར་འཛོག་ཅིང་རྒྱལ་བསྐྱལ་དང་པོ་གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་སྦྱེས་ཀྱང་ལམ་
གྱི་རྟོགས་པ་སྦྱེས་པར་འཛོག་གི་མེད། རྒྱལ་བསྐྱལ་འདི་རྒྱལ་བསྐྱལ་དང་པོ་
གཉིས་ལས་ངོ་ཆ་འཕྲོད་པ་ཞིན་ཏུ་དཀའ་བས་གསུམ་པར་གསུངས་པ་དེ་
འདྲ་ཡིན་ནའང་འདི་ངོ་ཆ་མ་འཕྲོད་པར་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་གོ་
འཕང་ཁྱད་པར་ཅན་གང་ཡང་ཐོབ་ཐབས་མེད་པར་བརྟེན་འདི་རྒྱལ་
བསྐྱལ་དུ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། དེ་ལྟར་རྒྱལ་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
མཐར་ཐུག་པ་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་འདི་ལ་ལས་ཉོན་གཉིས་
ཀྱིས་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་མི་རྟག་པ་དང་། ལས་ཉོན་
གཉིས་ཀྱིས་གང་དགར་བྱེད་པའི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་པའི་རྒྱལ་བསྐྱལ་
བ། མི་གཙང་བའི་ཡུང་པོ་རང་ཉིད་ལས་ངོན་གཞན་པའི་གཙང་བའི་
བདག་གིས་སྤོང་པའི་སྤོང་པ། ཡུང་པོ་རང་ཉིད་ལ་དབང་སྐྱུར་བྱེད་ཀྱི་
རང་དབང་བའི་བདག་མེད་པའི་བདག་མེད་བཅས་ཁྱད་ཆོས་བཞི་ཡོད།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་དང་པོར་ནད་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བྱུང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དེ་
གསུངས་ནས་འོ་ན་ད་ལྟ་གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་
བསྐྱེལ་དེ་དག་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དམ་སྙམ་ན། རིམ་པ་
གཉིས་པར་ནད་ཀྱི་བྱ་བྱུང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་བྱ་བ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་
ཀྱན་བྱུང་བདེན་པ་གསུངས་གནང་བ་རེད།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་འདོད་མི་དགོས་པའི་
སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་བྱུང་བས་ན་དེ་གཉིས་ལ་ཀྱན་འབྱུང་
བདེན་པ་ཞེས་བཤད་པ་རེད། ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་ལ་དགོ་བའི་ལས་དང་།
མི་དགོ་བའི་ལས། ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་ལས་དང་གསུམ་ཡོད། འབྲས་བུ་
བདེ་བ་སྟེ་བཟང་པོ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ལས་ནི་དགོ་བའི་ལས་དང་།
འབྲས་བུ་མི་དགོ་བ་སྟེ་ངན་པ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ལས་ནི་མི་དགོ་བའི་
ལས་དང་། འབྲས་བུ་ལྷང་དུ་མ་བསྟན་པ་སྟེ་བདེ་སྤྱུག་གང་ཡང་མ་ཡིན་པ་
འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ལས་ནི་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་ལས་ཡིན། ལས་ཀྱི་སྐྱོར་
རགས་ཙམ་ཞིག་གོང་དུ་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཉོན་མོངས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་བཙས་
གཙོ་བོ་གསུམ་དང་དེ་དག་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱ་དོག་དང་འཁོན་འཛིན་ལྟ་

བྱ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡིད། དེ་
དག་ནི་སྦྱོ་བོ་སྦྱ་འདྲ་ཞིག་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཀྱང་སེམས་རྒྱུད་སྒོ་དུ་མ་ནས་
མ་ཞི་བར་བྱེད་པས་ན་ཉོན་མོངས་ཅས་བཏགས་པ་རེད།

དེ་ཡང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གྱི་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་
གྱི་རྩ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡང་ཡང་བསྦྱེད་པའི་ཀྱན་འབྱུང་།
སྤྱག་བསྐྱེལ་བྱགས་དྲགས་པོ་བསྦྱེད་པའི་རབ་སྦྱོ། སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ལྷན་ཅིག་
བྱེད་རྒྱུན་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་བཅས་བྱུང་ཆོས་བཞི་ཡིད། དེ་ལྟར་
སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཡིད་ཀྱང་ལས་དེ་ཉོན་
མོངས་པའི་དབང་གིས་གསོག་གི་ཡིད་སྟབས་གཙོ་བོ་ཉོན་མོངས་ཡིན།

དེས་ན་ཉོན་མོངས་འགོག་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། འོ་ན་ཉོན་མོངས་
རྣམས་འགོག་བྱབ་བམ་མི་བྱབ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུམ་པ་ན་རིམ་པ་གསུམ་པར་
ནད་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པའི་འགོག་བདེན་གསུངས་
གནང་བ་རེད།

དེ་ཡང་ང་རང་ཆོའི་རྒྱུད་གྱི་སེམས་སམ་རྣམ་ཤེས་གྱི་རྩ་བའི་རང་
བཞིན་དེ་འདྲོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མས་མ་བསྐྱེད་
པའི་འོད་གསལ་གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ང་ཆོར་ཉམས་སྤྱོད་

དངོས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་ར་འཕྲོད་གསལ་པོ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ང་རང་ཆོའི་
རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་ཞིག་སྒྲིས་པ་ན་སེམས་ཁོ་རང་ཡང་
ཁོང་ཁྱོད་དང་རྣམ་པ་མཚུངས་པར་བསྐྱེད་ནས་མ་སྐྱེད་པར་བཟང་བཟང་
ཆགས་པ་དང་། ཡང་དད་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་སེམས་ཞིག་སྒྲིས་པ་ན་རྩ་བའི་
སེམས་ཁོ་རང་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་བསྐྱེད་ནས་དགའ་སྤངས་གིས་
བག་ཐེབས་སུ་གནས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སེམས་དེ་ཉིད་མཚུངས་ལྡན་
གྲོགས་ཀྱི་དབང་གིས་བཟང་ངན་སྒྲ་ཆོགས་སུ་སྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེས་སེམས་
ཀྱི་རྩ་བའི་གཞིས་ཀ་དེ་ངན་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན་ཞིང་།
སེམས་བཟང་ངན་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲིས་ཡོང་བའི་སྐབས་དེ་ཀྱི་གང་ཟག་ལ་
སྐྱེད་མ་སྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རང་རེ་ལ་ཉམས་
སྟོང་ཆད་མས་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་སེམས་བཟང་ངན་གཉིས་
འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་ཡིན་པའང་གསལ་པོ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་
དུས་བུམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བཟང་པོ་རྣམས་ཡང་ཡང་གོམས་ན་
རྩ་བའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་བག་ཆགས་བཞག་ནས་དེས་དགེ་སེམས་སྤྲ་
མ་ལས་ཀྱང་སྤྱི་མ་སྒྱེ་སྒྱེ་བ་དང་སྒྲོབས་ཆེ་བ་ཡོང་བའི་རྒྱ་བུས་ཏེ། མཐར་
སེམས་བཟང་པོ་རྣམས་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ་དང་ཞེ་སྤངས་ལ་སོགས་
པའི་སེམས་ངན་པ་རྣམས་གཏན་མེད་བཟོ་བྱུང། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་

རྒྱལ་བསྐལ་དང་དེའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བཀའ་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་བྱབ་པ་
ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་འགོག་བདེན་དེ་ལ་རྒྱལ་བསྐལ་འགོག་པའི་འགོག་པ་དང་།
ཉོན་མོགས་བཀའ་པའི་ནི་བ། སན་བདེའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་གྲ་ཚོས་པ།
རྒྱལ་བསྐལ་སྦྱར་མི་འབྱུང་བའི་ངེས་འབྱུང་བཅས་ཁྱད་ཆོས་བཞི་ཡོད།

འོ་ན་འགོག་པ་འདི་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལ་བསྟེན་དགོས་སམ་
ཞེ་ན། དེས་པ་བཞི་པར་ནད་བཅས་པའི་ཐབས་སུ་སྦྱོན་བསྟེན་དགོས་པ་ལྟ་
བུའི་རྒྱལ་བསྐལ་འགོག་པའི་ཐབས་སུ་ལམ་བདེན་གསུངས་གནང་བ་རེད།
ལམ་འདི་རྟེན་པ་འགོ་སའི་ལམ་དེ་མ་ཡིན་པར་འཁོར་འདས་ཡོངས་
རྒྱུགས་ཀྱི་གཞི་མ་སེམས་ཡིན་པར་བརྟེན་སེམས་འགོ་སའི་ལམ་དེ་ཡིན་
དགོས་ཀྱི་རེད། དེར་བརྟེན་རྒྱལ་ཀྱན་གྱི་གཉེན་པོ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་
མཐར་ཐུག་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་བཅུ་དཔྱད་གཏོང་བ་ནས་སྒོ་བཙུམས་ཏེ་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་དགོས།

དེ་ཡང་ད་ལྟ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕུང་པོ་དེ་ཉིད་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚུལ་དུ་
བབྱང་ནས་དེའི་སྦྱང་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་འབྱུང་གང་ཟག་གི་བདག་
འཛིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བབྱང་བ་ལྟར་ཡོད་མེད་བཟུང་དགོས། དེ་ནས་དེས་
བབྱང་བ་ལྟར་མེད་པ་དང་པོར་རྟོགས་པའི་ཆེ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་

བསམ་བྱུང་འམ་རྗེས་དཔག་བཟུང་། དེ་ནས་རྗེས་དཔག་དེའི་འཛིན་སྐྱོང་ས་
བདག་མེད་ལ་སེམས་དེ་ཉིད་གོམས་འདྲིས་ཡང་ཡང་བསྟེན་པ་ན་སེམས་
དེ་བདག་མེད་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་འཛོག་ཅུས་པའི་ལས་རུང་དུ་
འགྱུར་བའི་ཆེ་བདག་མེད་འོགས་པའི་ནི་གནས་སྐྱེས་པ་ཡིན། སྐབས་
འདིར་བདག་མེད་ལ་ལོ་དང་བསྐྱལ་བ་སོགས་སྲུ་མཉམ་པར་འཛོག་བྱུང་
པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱེས་ཡོད་ཀྱང་སེམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བཟོས་པའི་སྐྱོང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་མེད་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་སྐབས་
བདེ་ཆེན་ཅན་གྱི་འོག་པའི་ངོ་བོ་ལས་འཕྲོས་བྱུང་མེད། དེ་ནས་བདག་
མེད་ལ་སྤར་བཞིན་གོམས་འདྲིས་བསྟེན་པ་ན་སྤར་སེམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བཟོས་པའི་སྐྱོང་བ་ཐམས་ཅད་བདེ་ནས་སེམས་དང་བདག་མེད་ཀྱི་བར་
ལ་གང་ཡང་མེད་པར་སེམས་དེ་ཉིད་བདག་མེད་རྗེས་པ་རང་ལ་འཇུག་
བྱུང་པའི་ཆེ་བདག་མེད་མངོན་སྲུལ་དུ་འོགས་པ་དང་བདག་མེད་འོགས་
པའི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ཡིན། འདིའི་སྐབས་སྲུ་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྐྱོང་ལ་
བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་བདག་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ནམས་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་།
དེ་ནས་མངོན་སྲུལ་དེས་བདག་མེད་ལ་གོམས་འདྲིས་རིམ་བཞིན་བསྟེན་
པ་ན་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་དགྲུ་པ་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་པའི་བར་སྒྲིམ་ལམ་
ཡིན། དེ་ནས་སྤར་བཞིན་བསྒྲིམས་ནས་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་བརྒྱུ་པ་

སྤངས་བྱལ་པ་དེའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་ཟད་པའི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་
ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་བདེན་དེ་ལ་ཐར་པར་བགྱོད་པར་
བྱེད་པའི་ལམ་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་ངེས་པའི་རིགས་པ་
དང་། སེམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་སྐྱབ་པ་
དང་། ལྷག་ཀྱང་གཉིས་རྩ་བ་ནས་ཟད་བྱེད་ཀྱི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་བཅས་ཁྱད་
ཆོས་བཞི་ཡོད།

དེ་ལ་བདེན་བཞིའི་ཁྱད་ཆོས་བརྩ་དྲུག་པོ་རྣམས་ནི་ཐར་ལམ་ཕྱིན་ཅི་
ལོག་ཏུ་འཛིན་པའི་བསམ་སྒྲོའི་འབྱེར་སོ་རྩ་བའི་ལྟ་བུ་བྱུང་བྱས་ནས་དེ་
ལྟར་དུ་ལག་ལེན་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གསུངས་པ་ཞིག་
ཡིན་པས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་བཞི་ལ་གོ་རྟོགས་སྡེལ་བྱ་དེ་ཐར་
ལམ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བྱེད་པའི་འགག་རྩ་དེ་རེད་སྙམ། འདི་རྣམས་ནི་
ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་རྩ་བའི་སྒྲོམ་གཞི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་
ཞེས་པ་དེ་འོ། །

དཀོན་མཆོག་གསུམ།

དེ་ལྟར་རང་རེ་ནམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤང་དུ་བྱམས་པ་དང་ཤེས་རབ་
ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོམས་
འདྲིས་བྱས་ན་ནམ་ཞིག་ན་རྩ་བའི་སེམས་ཁོ་རང་ཆད་མཐོ་བའི་བྱམས་
པ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ངང་ཅན་དུ་བསྐྱེད་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་འགལ་ཟླར་
འགྱུར་པའི་མི་ཤེས་པ་དང་འཆེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་སོགས་བསམ་ཚུལ་ངན་
པའི་རིགས་ནམས་གཏན་མེད་དུ་འགྲོ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་
སེམས་སམ་ནམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆད་མཐོ་ཤོས་སུ་འཕེལ་བའི་སྐབས་
ཤིག་ཡོད་ཅིང་། གནས་སྐབས་དེར་སྐབས་པ་ན་སྒྲིན་ཀྱན་བཟང་ཡོན་ཏན་
ཀྱན་ལྡན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན།

བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་དེ་གཉིས་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བའི་སངས་རྒྱས་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོང་
ཆོག་ན་སངས་རྒྱས་དེ་བརྩེ་བའི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་ནས་རང་ལ་
འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་ཚུལ་ཉམས་སྦྱང་གི་ཐོག་ནས་གསུངས་
པའི་དམ་ཆོས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་ཆོག་གི་རེད། བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་།
འཇོན་ཐང་། ཉམས་སྦྱང་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྒྲིན་པ་ཞིག་གིས་བཟང་

པོའི་བསྐྱབ་བྱ་གནང་བའི་དམ་ཚེས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་ཚེ་ག་ན་རང་ལ་
འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་དམ་ཚེས་དེ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་
བསྐྱབ་པའི་དགོ་འདུན་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་ཚེ་ག་གི་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་
འདྲར་སོང་ནང་ཚེས་ནང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་
གནང་གི་ཡོད།

དེ་ཡང་སློབ་མ་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་གང་སྤངས་རྒྱའི་སློབ་ཚན་གྱི་
ནང་དོན་རྣམས་དང་པོ་ནས་ཤེས་ཟིན་པ་དེ་འདྲ་དང་། གཞན་སྤྱ་ལའང་
སྟོས་མི་དགོས་པར་རང་སློབས་ཀྱིས་ཤེས་རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་
བཞེན་སློབ་ཚན་རྣམས་འདི་ལྟར་ཡིན་ནི་ཞེས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་མཁན་
གྱི་དགོ་ཆུང་ཞིག་བསྟེན་དགོས་པ་དང་། ཡང་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་རྣམས་
རང་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དགོ་ཆུང་མཁས་པ་ཞིག་གིས་
སློབ་ཚན་ཡག་པོ་ཞིག་འབྲིད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་རང་གི་མ་འོངས་པའི་
མདུན་ལམ་འགན་ལེན་བྱེད་མི་བྱུང་པར་སློབ་ཚན་འབྲིད་ཟིན་པའི་རྗེས་
ལ་རང་གིས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས། ཡང་གདེང་ཚོད་འཕེར་
བའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཐོབ་དགོས་ན་དགོ་ཆུང་དང་རང་གི་བརྩོན་འགྲུས་
གཅིག་ཕུས་མི་འགྲིག་པར་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཐད་བཀོ་སྐྱོང་བྱ་སའི་

སྒྲིབ་གྲོགས་དགོས་པ་ལྟར། རང་རེ་ནམས་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་
བདེ་བ་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་ཐབས་དང་བདེ་བ་བསྐྱེལ་
ཐབས་རང་སྒྲིབས་ཀྱིས་མི་ཤེས་སྐབས་དེ་གཉིས་སྟོན་མཁན་གྱི་སངས་
རྒྱལ་ཤིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་པར་རང་ལ་བླང་དོར་སྟོན་
མཁན་གྱི་དགོས་ཀྱི་རེད།

དེར་བརྟེན་རང་ཅག་ནམས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་སྟོན་
མཁན་ཞིག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དང་པོ་སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་
སྐབས་སུ་ནམ་པར་གཞན་པ་ཡིན། ཡང་བླ་མ་ཆོད་ལྡན་ཞིག་གིས་བསྐྱེལ་
བྱ་དཔེ་མི་སྤྱོད་པའི་ཡག་པོ་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ནའང་བསྐྱེལ་བྱའི་ནང་
དོན་ནམས་རང་གི་སེམས་སྤྱོད་དུ་སྒྲིབས་པ་བྱས་ནས་གོམས་འདྲིས་མ་
བསྟེན་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་དངོས་སུ་སེལ་བ་དང་བདེ་བ་དངོས་སུ་བསྐྱེལ་མི་
རྒྱས་པས་བདེ་སྤྱག་དངོས་སུ་བསྐྱེལ་པ་དང་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་
བྱམས་བརྩེ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོའི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་དགོན་
མཆོག་ཞིག་རང་གི་སེམས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྐབས་
སྟོན་མཁན་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་འགྲིག་པར་སྐབས་དངོས་ཤིག་དགོས་པ་
ཡིན་སྐབས་གཉིས་པ་ཆོས་དགོན་མཆོག་སྐབས་སུ་ནམ་གཞན་བྱས་པ་

ཡིན། ཡང་སྐབས་སྟོན་པ་པོ་སངས་རྒྱལ་དེས་སྐབས་དངོས་བརྟེན་བ་དང་
ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཡང་དེ་ཆོད་ལྡན་ཞིག་རང་རྒྱུད་དུ་
བསྐྱེད་པ་ལ་དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་ལ་སོགས་པའི་འགལ་ཁྱེན་ནམས་སེལ་
བའི་ཆོད་དུ་ཕན་ཚུན་བཟོ་སྦྱང་བྱེད་སའི་ནང་ནི་བའི་གོགས་པོ་ཞིག་
དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་སྐབས་བསྐྱབ་པའི་ཆེ་གོགས་སུ་
གསུམ་པ་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་སྐབས་སུ་ནམ་པར་གཞག་པ་ཡིན།
ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་སྐབས་གསུམ་འཛིན་ཚུལ་དེ་འདྲ་རེད།

དེ་ལ་ལམ་སྟོན་པ་པོ་སངས་རྒྱལ་དང་། ལམ་དངོས་ཆོས། དེ་བསྐྱབ་
མཁན་དགོ་འདུན་ཡིན་ཞེས་པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་སྟངས་འདིས་རང་རེ་
ནམས་ཀྱིས་སྐབས་འགྲོ་བྱེད་སྐབས་རང་དོས་ནས་ཉམས་ལེན་གང་ཡང་
བྱེད་མི་དགོས་པར་ཕར་དོས་ནས་དགོན་མཆོག་གིས་གསོལ་རས་གནང་
གི་ཡོད་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་འབྱེད་ནས་སྐབས་འགྲོ་བྱེད་སྟངས་དེ་
འགྲིག་གི་མེད་ཅེས་གསལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་
ཡིན་ནམ་སྟུམ་ན། ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་བདེ་སྤྱད་གཉིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱ་ཁྱེན་
སྟོན་ཆོགས་དང་གཙོ་བོ་ནང་གི་སེམས་བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུར་
དོས་འཛིན་བྱེད་པ་ལས་བདེ་སྤྱད་ཆོད་མ་བཞེད་སྤྱིག་གནང་མཁན་གྱི་

འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོའི་དཀོན་མཆོག་ཅིག་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེར་
བརྟེན་ང་ཆོས་གང་བསམ་ཡང་དེ་ལྟར་གནང་མཁན་གྱི་དཀོན་མཆོག་
ཅིག་རྩ་བ་ནས་ཡོང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད། གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་
ན་དཀོན་མཆོག་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་གྱི་མ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྐབས་
རེ་ང་ཆོའི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་དཔེ་མི་སྲིད་པའི་ཐབས་སྟུག་དེ་འདྲ་དཔེ་གྱི་
ཡོད་པ་སྤྱིང་བས་ཁ་གྲགས་ཀྱི་ཡོད།

སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ཞེས་པ་དེ་རེ་བ་བཅོལ་བའི་དོན་ཡིན་ཡང་རེ་བ་
བཅོལ་སྦངས་དེ་འདྲ་མ་རེད། འོ་ན་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། ཐོག་མར་
སྐབས་སུ་འགྲོ་སའི་ཡུལ་དེ་རང་ཉིད་འཇིག་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ཟིན་
པ་དང་། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་
པ་དང་། ཀྱན་ལ་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་འཇུག་པ་དང་། ཡན་
བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐབས་མཛད་པ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་
བཞི་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། རང་རེ་ནམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་ལ་
སྐབས་འགྲོ་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་སྟུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པའི་ཆེད་དུ་
ཡིན། གལ་ཏེ་བྱེད་ཆོས་དང་པོ་མ་ཆང་ན་འགྲེལ་བ་འགྲེལ་བ་ལ་བརྟེན་
པ་ལྟར་གཞན་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱོབ་མི་རྒྱས་པ་

དང་། གཉིས་པ་མ་ཆང་ན་མི་འོས་མི་འཆམས་པའི་ཐབས་བསྟན་ནས་
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་དགོས་པ་མི་བསྐྱབ་པ་དང་། གསུམ་པ་མ་ཆང་ན་
སྐྱབས་ཀྱི་རེ་བ་བཅོལ་ཡང་མི་སྐྱོབ་པ་དང་། བཞི་པ་མ་ཆང་ན་བྱང་བྱིང་
གི་འབྲུལ་བ་མང་ཉུང་ལ་བལྟས་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱབས་མི་བྱེད་པ་
ཡིན། དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་ཁྱད་ཆོས་བཞི་པོ་དེ་རང་གི་སྐྱབས་ཡུལ་
དེ་ལ་ཆང་མ་ཆང་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་ཆང་བར་གཤམ་པ་ན་ད་
གཟོད་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པ་ཡིན།

 དེ་ལ་ཇི་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཚུལ་ནི་ཆོ་འདི་ཇི་ལྟར་རིང་ཡང་
མཐར་འཁེ་རྒྱ་ལས་མ་འདས། ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ཡང་གཏན་མེད་དུ་མི་འགོ་
བར་སྐྱེ་བ་ཞིག་སྐྱབས་དགོས། སྐྱེ་བ་བཟང་ངན་དེའང་གདམ་ཁ་རང་
ལག་ཏུ་མེད་པར་ལས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་འགོ། ལས་དེའང་ད་ལྟའི་
བསམ་སྒྲུབ་རང་བབས་ལ་བལྟས་ན་སྤར་ཡང་ལས་བཟང་པོ་ཞིག་
བསགས་མི་ཆོད་དང་ད་ལྟའང་བཟང་པོ་ཞིག་བསགས་མ་བྱུབ། ད་ནི་མ་
འོངས་པ་ན་ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ནས་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒྲོང་
དགོས་བྱུང་ན་ཅི་རང་དཀའ་སྤྱམ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་མི་འདོད་ཅིང་
འཇིགས་ཤིང་སྤྱག་པའི་སྒྲོ་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་དག་

ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་ཤིག་འཆོལ་དགོས།

སྐྱབས་དེ་སྤུ་ལ་འོས་སྟམ་ན། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་
ཁོ་ན་ལ་འོས་སྟམ་དུ་གོང་དུ་ཁྱུས་པའི་བྱང་ཆོས་བཞི་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་
ཅིག་ལ་སྤྱད་བསྡུལ་དེ་དག་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་
དད་པ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྐྱབས་དགོས། དེ་ལྟར་རང་ཉིད་ངན་སྤོང་དུ་སྐྱེ་
བའི་འཇིག་པ་དང་། ད་ཀོན་མཆོག་ལ་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་
ཡིད་ཆེས་པ་གཉིས་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱར་ངེས་པར་དུ་ཆང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་འཇིག་དད་གཉིས་ཆང་བའི་ཐོག་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་
ཚུལ་དེ་ལ་ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། ཐེག་ཆེན་བྱན་མོང་མ་ཡིན་
པའི་སྐྱབས་འགྲོ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གོང་དུ་ཁྱུས་པ་ལྟར་རང་
ཉིད་ངན་འགྲོ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་ད་ཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་ན་
རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པས་བློ་ལས་ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱབས་འགྲོ་
དང་། རང་ཉིད་ལྡར་ཁྱུས་པ་ལྟར་གྱི་གནས་སྤངས་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་
ཐོག་ལ་གནས་ཡོད་ཀྱང་དེ་སྒྲོས་གཏང་ནས་སྟོན་ལ་སེམས་ཅན་གཞན་
ནམས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ད་ཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་ན་གཞན་དོན་
ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པས་བློ་ལས་ཐེག་ཆེན་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱབས་

འགྲོ་ཡིན། འདི་གཉིས་ནི་སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་ཆ་ནས་སྤེ་བ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབས་
འགྲོ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཀྱན་སྤྲོད་གི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱེད་པར་ལས་སྤེ་
བ་ཡིན་པར་སོང་ང་རང་ཆོ་སྤྲུལ་བྱས་ཀྱང་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་བྱས་
ན་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ནད་ལ་འཇིགས་
ཏེ་དེ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་བྱགས་དྲག་ཡོད་པ་དང་། སྤྲོ་བ་ལ་
ཡོད་ཆེས་པའི་བསམ་སྤྲོ་ཡོད་པའི་ནད་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་སྤྲོ་བ་ལས་
གང་ཟེར་གྱི་ངག་ལ་ཉན་ནས་ལག་ལེན་དུ་འགོལ་བ་ལྟར་རང་ཉིད་སྤྱག་
བསྐྱེལ་ལ་འཇིགས་པ་དང་། ད་ཀོན་མཆོག་ལ་དེ་ལས་སྤྲོ་བ་པའི་རྣམས་པ་
ཡོད་པར་ཡོད་ཆེས་པའི་དད་པ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་ད་ཀོན་མཆོག་དེས་
བསྤྲོ་བ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཆོས་ད་ཀོན་མཆོག་ལ་
ཡོད་ཆེས་བདུན་པོ་འོངས་ཤིང་དེ་ཡོད་ན་ཆོས་ད་ཀོན་མཆོག་རྣམས་རང་
རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འབད་བཅོམ་བྱེད་པ་དེ་ཡོང་གི་རེད། སྐྱབས་
སྤོན་པ་པོ་སྤོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་རང་
རྒྱུད་ལ་སྤྲོ་བ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་བཅོམ་བྱས་ན། ཆང་ལ་སོགས་པ་སྤྲོ་བ་ཅིག་
སྤངས་པ་ནས་བཟུང་སྤོ་སྤངས་པ་ཕུན་ཆོག་གས་ཀྱི་གཞི་ཚུགས་ཤིང་ཆོས་ཀྱི་
ནང་དོན་སྤྲོ་བ་ཅིག་ཤེས་པ་ནས་བཟུང་སྤོ་སྤངས་པ་ཕུན་ཆོག་གས་ཀྱི་གཞི་
ཚུགས་ཡོང་གི་ཡོད། ཆང་སྤངས་ཞེས་པ་དེ་འཇམ་བུ་སྤྲིང་གི་ཆང་ཐམས་

ཅད་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན་པར་རང་གི་སེམས་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཆང་
ལ་ཆགས་པའི་སྤོད་པ་སྤངས་དགོས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ནང་དོན་ཤེས་པ་
དེའང་རང་གི་སེམས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་སྟབས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་འགོག་
ལམ་གཉིས་པོ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤོང་དུ་བསྐྱབ་དགོས། ཚུ་ལ་དེ་ལ་
སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཐབས་བསྟན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་གནང་དུ་
མེད་པ་དང་། ཐབས་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་མ་བྱས་ན་སྤྱད་བསྐྱེལ་
སྤངས་པ་དངོས་དེ་ཡོང་སྤངས་མེད་པ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། དེས་ན་
འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་གོ་ས་འཕྲོག་པར་འདོད་པའི་མི་
ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་སྡོན་ལ་རྒྱལ་པོའི་གོ་ས་ཕྲོག་ན་དགོ་མཆོད་གང་ཞིག་ཡོད་
པ་དང་རྒྱལ་པོའི་གོ་ས་མ་ཕྲོག་ན་སྡོན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་གཉིས་ལ་བསམ་
སྒྲོལ་ག་པོ་གཏོང་དགོས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་གོ་ས་ལ་དགོ་མཆོད་མཐོང་
ནས་དེ་ངེས་པར་དུ་འཕྲོག་པར་བྱ་རྒྱུའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་བྱུང་ན་རྒྱལ་པོ་
འདིས་གོ་ས་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཕྲོག་པ་ཡིན་ནམ། ངོས་ནས་རྒྱལ་པོའི་
གོ་ས་ཕྲོག་པའི་ཐབས་ལམ་དེ་ཀ་རང་བསྟེན་ནམ་གཞན་ཞིག་བསྟེན་སྟམ་
དུ་ཐབས་ལམ་ལ་ཉོག་དཔྱོད་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་གོ་ས་ཕྲོག་པ་
ལ་སྡོན་དུ་ལས་ཀ་འདི་དང་དེ་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟམ་ནས་ལས་དོན་
མང་པོ་ཞིག་ལ་འདུག་པ་ལྟར་རང་རེ་ནམས་ཀྱིས་དང་པོར་སྤྱད་བསྐྱེལ་

སྤངས་པའི་ཐར་པའམ་འགོག་བདེན་དེ་ཐོབ་ན་དགོ་མཆན་ཅི་ཡོད་དང་
མ་ཐོབ་ན་སྒྲིན་ཆ་ཅི་ཡོད་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་སྒྲིན་པ་
སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་དང་སྒྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཐར་པ་དེ་
ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནམ། རོས་ནས་ཀྱང་ཐབས་དེ་ཀ་རང་
བསྒྲིན་ནམ་གཞན་ཞིག་བསྒྲིན་སྟམ་དུ་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་བཙལ་དཔྱད་
གཏོང་དགོས། དེ་ནས་ཐབས་དེ་ཉམས་སྦྱང་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
གསུངས་པ་དེ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པ་ན་ཐར་པ་ཐོབ་
པའི་ཐབས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ངེས་འབྱུང་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས།
ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གསུམ་ལ་འདྲུག་དགོས་པ་ཡིན། རིམ་པ་འདི་ནང་
ཆོས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་གང་ཙམ་ཡོད་པ་ཞིག་གི་སྐབས་འགོ་བྱེད་སྤངས་ཡིན།
གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་ནའང་སྐབས་གསུམ་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་སྡེ་རེ་དྲན་
པ་དགོས་ཤིང་མ་མཐར་སངས་རྒྱས་ཡག་པོ་ཡིན་སྟམ་པ་ཞིག་མེད་ན་
སྐབས་འགོ་བྱ་ཐབས་མེད་པ་ཡིན།

འོ་ན་སྐབས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཙམ་ཡོད་སྟམ་ན། སྐབས་
གསུམ་སོ་སོར་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པ་རྣམས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་
མགོན་གྱིས་བརྒྱད་བརྒྱད་དུ་བསྡུས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན། དང་པོ་སངས་

ཀྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་
ནམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ལྷན་གྱིས་བྱལ་པ་སྒྲིབ་རྩལ་ནམ་དག་གི་ཡོན་ཏན།
ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་སྒྲ་རྟོག་གི་རྟོགས་ཚུལ་རྫོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་མི་
རྒྱས་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱ་ལ་བརྟེ་
བའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱའི་ཉེས་སྦྱོན་སེལ་བའི་ཡོན་ཏན། རང་དོན་གྱི་
ཡོན་ཏན། གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅས་བརྒྱད་ཡིད།

གཉིས་པ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། རྒྱ་རྟོག་གིས་སྤྱ་
བཞིར་བཏགས་པར་མི་རྒྱས་པས་བསམ་དུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། ལས་ཉོན་
ཅི་རིགས་དང་བྲལ་བས་གཉིས་སྤྱ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། རྣམ་རྟོག་ཅི་
རིགས་མེད་པས་རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དྲི་མ་མེད་
པས་དག་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་གསལ་བས་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན།
སྤངས་བྱ་འཇོམས་པར་རྒྱས་པས་གཉིན་པོའི་ཡོན་ཏན། འགོག་བདེན་གྱི་
ཡོན་ཏན། ལམ་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅས་བརྒྱད་ཡིད།

གསུམ་པ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། ཇི་ལྟ་བ་
རིག་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་སྟེད་པ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་
ལ་བདེ་གཤེགས་སྟོང་པོ་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་དག་པའི་

ཡོན་ཏན། ཆགས་པ་ཉོན་སྒྲིབ་ཅི་རིགས་དང་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན། ཐོགས་
པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཅི་རིགས་དང་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་
དམན་སྒྲིབ་དང་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན། རིག་པའི་ཡོན་ཏན། གྲོལ་བའི་ཡོན་
ཏན་བཅས་བརྒྱད་ཡིད། གཞན་ཡང་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་
མང་དུ་གསུངས་ཡིད།

བུམས་སྤྱིང་རྗེ།

དེ་ལྟར་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་
དང་། དེས་གསུངས་པའི་བརྟེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་དམ་ཆོས་
གཉིས་ལ་ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་སྟོན་ས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཡག་པོ་ཞིག་
བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་ནས་བུམས་
བརྟེ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམས་ཐུགས་
རྒྱད་ལ་མངའ་བའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལའང་དད་པ་ཡག་པོ་ཞིག་
བསྐྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན།

འོ་ན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དེ་ཇི་ལྟར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་
ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། རང་ལ་ཆོས་གསུངས་མཁན་གྱི་བླ་མ་དང་སྟོན་པའི་

འདྲ་སྐྱུ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུ་བརྟན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་
དང་། སྒྲ་མས་གསུངས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་གཞན་ཡང་རང་གི་ཁ་འདོན་
བྱེད་པའི་དཔེ་ཆ་ཡན་ཆད་ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཆོས་དཀོན་མཆོག་
དང་། དགེ་ཚུལ་སྦྱོང་གི་སྒྲིམ་པ་སྒྲངས་ནས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་ཐོས་
བསམ་བྱེད་མཁན་གྱི་གྲ་བརྩུན་ཐམས་ཅད་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཏུ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་ཞུས་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབས་
གསུམ་རྣམ་གཞག་བྱེད་སྒྲངས་ལ་བསམ་སྒྲེ་ཞིབ་ཕྲ་བཏང་བ་ཡིན་ན་དུས་
རྒྱུན་སེམས་བབ་པའི་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་གོ་ཡོང་བ་ཡིན། གང་
ཡིན་ཞེ་ན། དུམས་སྙིང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བབ་པའི་ཆད་མཐོ་ཤོས་
སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་དེ་སངས་རྒྱས་དང་། ཆད་མཐོ་ཤོས་སྐྱེས་པའི་
མེད་ཀྱང་སེམས་བབ་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་གང་
ཟག་དེ་དགེ་འདུན་དང་། སེམས་ཀྱི་བབ་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ཆོས་
དཀོན་མཆོག་ཅེས་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཚུལ་དེ་ལ་རྒྱལ་
ཁོངས་དང་། མི་རིགས། ཕོ་མོ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་གང་ཡང་མེད་
པར་མི་ཆང་མར་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་བའི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་ལ་བྱུང་བའི་འབྲེལ་
བ་ཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གོང་དུ་ཞུས་པའི་སེམས་
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྩ་བའི་རང་བཞིན་དང་། དེའི་སྦྱང་དུ་བགས་ཆགས་འཛིག་

ཚུ་ལ་བཅས་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་བཏང་བ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ལ་བྱམས་པ་དང་
སྤྱི་ཚེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བཟང་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་
མ་རྩ་དང་རེ་བ་གཏན་གཏན་ཡིད། དེར་བརྟེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་
སོགས་པའི་སེམས་བཟང་པོ་རྣམས་སྐྱེས་པ་དགོས་པ་ཡིན།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་པའི་ཚུ་ལ་ལ་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་ཆེན་
པོ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ག་ནས་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་དང་།
རྒྱ་ལ་སྤྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟའི་གཞུང་ནས་བྱང་བའི་བདག་གཞན་མཉམ་
བརྟེན་སྒྲོ་ནས་སྐྱོང་ཚུ་ལ་གཉིས་ཡིད་པ་ལས་ད་ལན་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་
བདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱོང་ཚུ་ལ་དེ་ལྟར་ན། དེ་ལ་རྒྱ་
འབྲས་བདུན་ནི་མར་ཤེས་པ། དྲིན་དྲན་པ། དྲིན་གཞོ་བ། ཡིད་འོང་གི་
བྱམས་པ། སྤྱི་ཚེ་ཆེན་པོ། ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་
བཅས་བདུན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་རྒྱ་དུག་དང་འབྲས་བྱ་གཅིག་ཏུ་ཡིད།

དེ་ལ་དང་པོ་མར་ཤེས་ཞེས་པ་ནི་ཆོ་འདིའི་ཨ་མ་ཨ་མར་ཤེས་པར་
བྱ་རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོ་འདིའི་ཨ་མ་ལྟར་གྱི་
ག་ཆ་བརྟེན་དུང་སྤྲོ་བས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་ཡིང་བར་སྒྲོན་དུ་
གཉེན་གྱི་དྲངས་མ་རང་གི་ཆོ་འདིའི་ཨ་མའི་རྣམ་པ་ཇི་ཡིད་རྣམས་

གསལ་པོར་གསལ་བཏབ་ནས་འདིས་ད་ལྟར་དུ་མ་བཟད་འཁོར་བ་ཐོག་མ་
མེད་པ་ནས་ངའི་ཨ་མ་བགྲང་ལས་འདས་པ་བྱེད་བྱེད་པ་ཡིན་སྟེ་དུ་
བསམ། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་བསམ་པ་ལས་ཆེ་འདིའི་ཨ་མས་ཡན་གྲངས་
དུ་མར་མ་བྱས་པ་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ན། དེ་ནས་རང་གི་སྐྱེ་བ་ལ་
ཐོག་མ་མེད་པ་དང་སྐྱེ་བ་རེ་རེར་ཡང་ཨ་མ་རེ་རེ་དགོས་པའི་ཚུལ་
ནམས་བསམ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་གི་མ་བྱས་པ་ལ་
ངེས་པ་བརྟན་པོ་བཙལ་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཆེ་འདི་ཨ་མ་ལྟར་
གྱི་སྤྱིང་ཉི་བའི་བསམ་ཚུལ་བྱུང་པར་ཅན་རྒྱུན་བརྟན་ལ་བྱགས་བྲགས་པ་
ཞིག་སྐྱེས་པ་ན་དང་པོ་མར་ཤེས་གྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་དྲིན་བྱན་སྦྱང་དགོས། དེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་ཨ་མ་ལ་སྡོན་དུ་
བསྐྱོམ་ན་སྐྱེ་སྐྱབས་བས་ཐོག་མར་མདུན་དུ་ཆེ་འདིའི་མའི་རྣམ་པ་གསལ་པོ་
ཞིག་བསམ་ནས་འདིས་ཆེ་རབས་མང་པོར་བདག་བཀའ་དྲིན་གྱིས་
བསྦྱངས་པ་ལ་མཐའ་མེད་ལ་བྱུང་པར་ཆེ་འདིར་ཡང་ཐོག་མར་མང་ལ་
དུ་འཁོར་བའི་སྐྱབས་རང་གི་དགའ་བའི་རྩེད་མོ་དང་། ཁ་བས། གཉིད་
ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱོས་བཏང་། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་རང་ལ་མི་བདེ་
བ་ཅི་ཅུམ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐའ་གོམ་པ་དོར་བྱགས་ཡན་ཆད་ཀྱིས་བྱ་ལ་

གཞོན་དོགས་ཀྱིས་ཟོན་བྱས། དེ་ལྟར་དུས་ཡུན་ཟླ་བ་དགའའི་རིང་དཀའ་
རྒྱལ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་སྐྱུང་ནས་བཅས་པའི་སྐབས་ཤི་ལ་ཁད་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐལ་
ཞིག་སྐྱུང་ས། བཅས་པའི་རྗེས་གང་ཡང་མི་ཤེས་ཅི་ཡང་མི་འཛོན་མཁན་
གྱི་ཤ་རྟོག་གཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་བརྟེ་བ་ཆེན་པོས་ཁ་ལྷུད་སྣ་ལྷུད་ཁས་
འཕྱིས་ཤིང་མི་གཙང་བ་ལག་པས་འཕྱིས་པ་སོགས་ཐབས་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་
སྐྱོང་ལ་མེད་པར་གསོས། དེ་ལྟར་སྤྲིག་རྒྱལ་གཏམ་ངན་ཐམས་ཅད་ཁྱད་
དུ་བསད་ནས་ཤ་ཐང་ཐང་དུ་བསགས་པའི་རང་གིས་སྐྱུང་མི་རྒྱས་པའི་
ཚོར་རྣམས་བྱིན་པ་སོགས་དཀའ་སྐྱུང་ཆད་ལས་འདས་པ་མི་ཆེ་ཉི་ལ་པོར་
སྐྱོང་དགོས་པའི་ཚུ་ལ་རྣམས་བསམ་ན་ཨ་ཅི་ངའི་ཨ་མ་འདི་བཀའ་ངོན་
ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྙམ་པའི་བཀའ་ངོན་ཚོར་ཤེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲེའི་ཞིག་སྐྱེ་བྱུང་།

དེ་ལྟར་ཆེ་འདིའི་ཨ་མའི་སྤྲོད་དུ་བཀའ་ངོན་ངན་པའི་བསམ་སྒྲེ་སྐྱེས་
པ་ན་དེ་ནས་དམིགས་པ་ཁ་སྒྲོས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་
བཀའ་ངོན་ངན་པའི་བསམ་སྒྲེ་སྐྱུང་། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་བསྒྲེམས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཆེ་འདིའི་ཨ་མ་ལྟར་གྱི་བཀའ་ངོན་
ཚོར་བའི་བསམ་སྒྲེ་ཤུགས་དྲག་པོ་དང་རྒྱུན་བརྟན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ན་
གཉིས་པ་ངོན་ངན་གྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་དྲིན་གཞོ་སྦྱང་དགོས། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་སྦྱོ་གི་འཕྲོས་པས་ངོ་མ་
ཤེས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་སེམས་ཙན་ཐམས་ཙད་ཀྱིས་རང་གི་མ་བྱས་པ་
ལ་བྱད་པར་མེད་ཅིང་། མ་བྱེད་པའི་སྐབས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོས་བསྦྱངས་
པ་ལའང་བྱད་པར་མེད་པས་ད་ནི་ཕན་ལན་ངེས་པར་དུ་བསྦྱབ་སྙམ་དུ་
ཡང་ཡང་བསམ། འོ་ན་ཕན་ལན་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྦྱབ་སྙམ་ན། ངའི་དྲིན་
ཆེན་གྱི་མ་འདི་དག་གིས་སྤྱིད་པ་འཁོར་བའི་བདེ་འབྱོར་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཐོབ་
ཀྱང་མཇུག་བསྦྱབ་ལས་མ་བྱུང་། དེས་ན་ངས་ཀྱང་མ་འདི་ནམས་སྤྱིད་
པའི་བདེ་འབྱོར་ལ་འགོད་ན་མཐར་བསྦྱབ་ལས་མ་འདས། ལྷ་མཆོན་
དའི་ཕྱིར་ངས་ཨ་མ་དྲིན་ཆེན་འདི་ནམས་སྦྱག་བསྐྱེལ་མིང་ཙམ་དྲི་ཙམ་
ཡང་མེད་པའི་ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་
པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བསམ། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་བསྒྲིམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
སེམས་ཙན་ཐམས་ཙད་ལ་སྦྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་ལས་འདོན་
པའི་བཀའ་དྲིན་གཞོ་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་བརྟན་ལ་བྱགས་དྲགས་པ་སྦྱེས་
པ་ན་གསུམ་པ་དྲིན་གཞོའི་ཏོགས་པ་སྦྱེས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྦྱངས་དགོས། དེ་ཡང་བདེ་བ་དང་
ལྷན་འདོད་བྱམས་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་རང་གི་ཆེ་འདིའི་

ཨ་མའི་ནམ་པ་ཇི་ཡོད་གསལ་ལེགས་པར་བཏབ་ནས་འདི་སྙམ་དུ་ངའི་
མ་འདི་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བས་ཐོངས་པས་ཅི་དྲག ད་ནི་བདེ་བ་
མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྙམ་དུ་ཡང་ཡང་བསམ།
དེ་ལྟར་བདེ་བ་སྒྲ་ཆོགས་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་རང་གི་ཆོ་འདིའི་ཨ་མ་དེ་དག་
དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་བྱགས་གང་ཙམ་བྱུང་བ་ན་དམིགས་པ་ཁ་
སྒོས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བས་ཐོངས་ལྷགས་ནམས་བསམ་
ནས་བདེ་བ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་བསྒྲུམ། དེ་ལྟར་བསྒྲུམ་
པ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་
བསམ་སྒྲོ་བཏན་ལ་དྲགས་པ་བསྐྱེད་པ་ན་བཞི་པ་ཡིད་འོངས་ཀྱི་བྱམས་
པའི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྦྱངས་དགོས། དེ་ཡང་རྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་
འདོད་སྙིང་རྩེ། ཞེས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་རང་གི་ཆོ་འདིའི་ཨ་མ་སྐྱེ་ག་ན་
འཆི་ལ་སོགས་པའི་རྟུག་བསྐྱེད་ནམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་མནར་ཚུལ་ཡང་
ཡང་བསམ་པ་ན་རྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ངང་གིས་སྐྱེས་འོང་།
དེ་ལྟར་རང་གི་ཆོ་འདིའི་མ་རྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་བྲལ་བར་
བྱུར་ཅིག་སྙམ་པའི་བསམ་སྒྲོའི་བྱགས་གང་ཙམ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ན་

དམིགས་པ་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟུག་བསྐལ་གྱིས་
མནར་ཚུལ་བསམ་ནས་རྟུག་བསྐལ་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་ཡིད་འགྱུར་གྱི་
སྤྱོད་བ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་སྦྱོས་པ་ན་ལྟ་པ་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་པ་
སྦྱོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་མ་དེ་ལ་བྱ་གཅིག་ལས་མེད་ཅིང་བྱ་དེའང་སྒོ་
རིག་བཟུལ་བྱུང་གཟུགས་ལེགས་པ་ངག་ལ་ཉན་ཞིང་མ་ལ་བརྟེ་བ་ཞིག་
ན་བའི་རྟུག་བསྐལ་གྱིས་ཟིན་ན། མ་དེ་བྱ་དེ་ལ་སྟིང་རྗེ་རིམ་སྦྱོས་པ་དེ་
ཅམ་པའི་སྒོའི་ཆོད་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟིང་རྗེ་རང་གི་ངང་
གིས་སྦྱོས་པ་ན་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་ཡིན་གསུངས།

དེ་ནས་རྟུག་བསམ་ནམ་དག་སྦྱངས་དགོས། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་། རྟུག་བསྐལ་དང་
བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟིང་རྗེ་གཉིས་ཡང་ཡང་བསྒྲིམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དག་རིམ་
ལྟར་བདེ་བ་དང་འཕྲད་པ་དང་། རྟུག་བསྐལ་དང་བྲལ་བ་གཞན་སྦྱ་ལའང་
རགས་མ་ལས་པར་ང་རང་གཅིག་ཕུས་བྱའི་སྒྲིམ་དུ་དེ་དག་སྒྲོལ་བའི་
ཁུར་འབྱེར་བའི་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་ལྷགས་དགས་བསྦྱེད་པ་ན་དུག་པ་
རྟུག་བསམ་ནམ་དག་གི་རྟོགས་པ་སྦྱོས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྦྱེད་སྦྱངས་དགོས། དེ་ལྟར་བྱམས་པ་

དང་སྒྲིང་རྗེ་ལྷག་བསམ་ནམས་བསྒྲིམ་པའི་འོག་ཏུ་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བའི་
ཁྲར་འབྱེར་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་བསྐྱབ་མི་ནུས་
པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པ་རྟེན་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་
མད་དུ་བྱུང་བ་བཙུགས་མ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད་པ་ན་བདུན་པ་ཐེག་ཆེན་སེམས་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཉོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སམ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ལ་
གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པས་རྒྱ་བྱས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དོན་
གཉེར་གྱི་འདུན་པས་གྲོགས་བྱས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ལ་རང་དོན་དུ་
སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་བྱུགས་དུགས་བསྐྱེད་པ་ནི་དགོ་བ་
རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་བསགས་པ་ཡིན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་མིན།
འདི་ལ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་བཙུགས་མ་མ་
ཡིན་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་རྒྱངས་ཏེ་ཐར་
ཕྱིན་དུག་གི་སྒྲིང་པ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་སེམས་
བསྐྱེད་དང་། དེ་འདྲའི་སེམས་བཙུགས་མ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད་པ་མ་ཟད་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་སྦངས་ཏེ་སྦྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་ཏུག་གི་སྦྱོད་པ་
ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཀྱི་འཇུག་སེམས་དང་གཉིས་ཡོད། འདི་
གཉིས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བ་ཡིན། ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་ལ་ཐོག་མར་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ནས་དེ་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་འདོད་པ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་
བསྐྱེད་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་བཀོད་ནས་དེ་
རྗེས་རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པ་ལྷུགས་རྗེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད།
རང་གཞན་ཐམས་ཅད་དུས་མཉམ་དུ་སངས་རྒྱ་བར་འདོད་པ་མཉམ་པ་
ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་གསུམ་ཡོད། འདི་གསུམ་ནི་ཐོག་མར་སེམས་
བསྐྱེད་སྦྱངས་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཟག་སོ་སོའི་སྤྱིང་རྗེ་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་ལས་
སེམས་བསྐྱེད་བསྒྲོམ་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་ལ་བྱུང་པར་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི།
སེམས་བསྐྱེད་དངོས་གཞི་སྦྱོས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་
བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གཞན་ལྷུགས་རྗེ་དང་མཉམ་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་
གཉིས་ཡོད་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད།

དེ་ལྟར་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བྱུང་པར་ཅན་ཐེག་
ཆེན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་འདི་རང་རེ་ནམས་ཀྱི་དངོས་སུ་སྦྱེ་བྱུང་བ་ཞིག་

བྱུང་ན་ཡག་ཤོས་དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ན་འང་འདི་ལ་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཀྱིས་
ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་ཉམས་ལེན་ཡོངས་ཚྡོགས་ཀྱི་གཞི་རྩར་
བཟུང་དགོས་པ་ཡིན། རང་རེ་ནམས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཞིག་གི་ཐོག་
ནས་དེ་རིང་འདིར་འཇོམས་པ་ཡིན་དུས་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་སྤྱིང་པོ་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རང་ཆུད་ལ་སྦྱེ་བུབ་པ་ཞིག་དང་མ་མཐར་ཤེས་
དགོས་པ་ཡིན། སྟོན་པ་སངས་ཀྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་
ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་བསམ་པ་དང་། དེ་མིན་འཇོམ་བྱ་སྤྱིང་གི་སྦྱི་འབངས་
ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་བསམ་ན་བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་
སྦྱོབ་སྦྱོང་མ་བྱས་ན་ཆོས་པ་ཆད་ལྡན་ཞིག་དང་སྦྱི་འབངས་ཆད་ལྡན་ཞིག་
ཡོང་བུབ་ཀྱི་མ་རེད། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ལྷགས་
ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་ཡོང་དུས་སྐྱ་བྲེགས་ལྷས་བསྐྱར་ནས་ཆོས་ལ་བཞུགས་
དགོས་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། རང་ཉིད་སྦྱི་ཆོགས་སྤྱིང་གི་
ལས་གནས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་གནས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཀའི་སྤྱིང་ནས་རང་
གཅེས་འཇོན་ཆུང་དུ་དང་གཞན་གཅེས་འཇོན་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ། ལས་
གནས་དེ་དང་དེའི་དགོ་མཆོན་ནམས་འདོན་སྟེལ་བྱེད་དགོས་པའི་སྐོར་ཀྱི་
སྐད་ཆ་ཞིག་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་གི་ཆོས་གོགས།
བཟའ་ཟླ། བྱིམ་མཆོས། ལས་རོགས་ལ་སོགས་པའི་གཞན་ནམས་བཀའ་

དྲིན་ཆེན་པོར་བསམ་དགོས་པ་ཡིན། འདི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་སྙམ་
ན། ད་ལྟ་རང་ལ་ཅི་ཙམ་པའི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་
ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་བྱུང་བ་ག་སྟག་ཡིན།

དེ་ཡང་དང་པོ་མངལ་ན་གནས་པའི་སྐབས་ཕ་མ་དང་སྦྱན་པ་སོགས་
ལ་ལྟོས་དགོས་ཤིང་བཙས་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཕ་མ་དང་སྦྱན་པ་ནད་
གཡོག་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྟོས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་འཆར་ལོངས་
བྱེད་པའི་རིང་ཕ་མ་དང་བྱ་རྩི་དགེ་ཆུན་དང་སྦྲོབ་གྲོགས་སོགས་ལ་ལྟོས་
ཤིང་། ལས་ཀར་བསྐྱོད་སྐབས་འགོ་བྱིད་དང་ལས་རོགས། བཟའ་ཟླ།
འབྲེལ་བ་བྱེད་སའི་མི་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་དང་། མཐར་
ཆས་པའི་སྐབས་སུ་མི་གཞན་གྱི་ལྟ་སྦྱོང་ལ་ལྟོས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
གང་ལྟར་ང་ཆོས་ད་ལྟ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་མུ་ཟི་རྒྱུ་གཅིག་ཡན་
ཆད་ནས་བཟོ་གཉི་ལས་མི་དང་། རྒྱུལ་འདྲེན་བྱེད་མཁན། ཆོང་པ་
སོགས་མི་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྟོས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་
དང་དྲུད་འགྲོ་སོགས་གཞན་སུ་ལའང་ལྟོས་མི་དགོས་ན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་
པའི་སྐད་ཆ་ལྟ་ཞིག་གསོན་པོར་གནས་པ་དེའང་ཡོང་གི་མ་རེད། དེར་
བརྟེན་གཞན་ནམས་དངོས་གནས་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད།

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སམ་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་སྒོ་
དེ་དཔེར་ན་མི་གཞན་ལ་ལམ་ཞིག་བསྟན་པ་ཡན་ཆད་ནས་བབྱང་ང་ཆོ་
མི་རེ་ངོ་རེས་ཉིན་རེའི་ལས་ཀའི་ནང་ཉམས་ལེན་བྱེད་བྱུང་པ་ཞིག་
དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གོང་དུ་ངོ་སྟོན་ཞུས་པ་འདི་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཙུག་པོ་
ཁག་མདོར་བསྟུས་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་དེས་གཞི་རྩ་བྱས་ནས་གོ་རྟོགས་
ཀྱ་ཆེ་རུ་གཏོང་བྱུང་ན་ཡག་པོ་ཡོང་གི་རེད་སྟེ་མ་དུ་དྲན་གྱི་འདུག གང་
ལྟར་རང་རྣམས་ཀྱིས་སྟོགས་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་ཀྱང་དེ་གཏོང་
ཟབ་པོ་ཞིག་དང་སྡེ་ཁ་འཛོམས་པོ་ཞིག་ཡོད།

ནང་པའི་ལྟ་བུ།

ཡང་ནང་ཆོས་དེ་ནང་པའི་ལྟ་བུ་དང་། ནང་པའི་ཉམས་ལེན། ནང་
པའི་ཆོན་རིག་བཅས་སྡེ་ཆོན་གསུམ་དུ་བསྟུས་ནས་ངོ་སྟོན་ཞུས་ནའང་
ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད་སྟེ་མ་དུ་དྲན་གྱི་འདུག

དེ་ལ་ནང་པའི་ལྟ་བུ་ནི་གོང་དུ་ཕྱན་བྱ་ཞུས་པ་བཞིན་དེ་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་

ལྟ་བའམ་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་དེ་ཡིན། དེའི་དོན་ནི་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་དེའི་དངོས་ཡོད་བདེན་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་གཞི་
རྩར་བཞག་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་བསམ་སྒྲུའི་འབྲེར་སོ་ཞིག་བབྱང་བའི་
དོན་ཡིན། དེ་ཡང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་སྐྱེ་ཤ་ན་འཆི་
ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བཅས་ཅད་ཡུལ་དངོས་པོའི་སྒྲིན་མ་ཡིན་པར་
ཡུལ་ཅན་ཤེས་པས་དངོས་པོ་དེ་ལ་ལྟ་སྟངས་ལོག་པར་འཛིན་པའི་དབང་
གིས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལས་འདས་པའི་ཐར་པའི་གོ་འཕང་
དང་བདེ་འགོ་ལྷས་བདེ་སེམས་སྐྱིད་པ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་བཅས་ཅད་
ཡུལ་དངོས་པོའི་དགེ་མཚན་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པས་ཡུལ་
དེའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་དོན་དེ་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་སྟངས་ཞིག་
འཛིན་བྱུང་བའི་དབང་གིས་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
དེར་བརྟེན་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་གང་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་པའམ་
ཤེས་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཚུགས་བྱུང་བའི་བསམ་སྒྲུའི་འབྲེར་སོ་ཞིག་བྱུང་བ་
ཡིན་ན་དེ་ལ་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་བཟེར་ཞིང་། དེ་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་
སློལ་དང་ཤོད་སློལ་སོགས་ཀྱིས་བཀག་རྒྱ་མ་ཐོག་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལ་འོན་ཏང་བདེན་གྱི་ལྟ་བའམ་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་དེ་མི་རིགས་

སྤྱ་འདྲ་ཞིག་དང་སྤྱ་སེར་སྤྱ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱ་ཆོག་
ཅིང་སྤྱ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ནང་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་དོན་གང་
ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། དེ་ནི་སྒོན་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་
ཐོག་མར་གསུངས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་སྤྱ་ཆོ་ནམ་འབྲོལ་གྱི་རིང་ལ་
རྗེས་འདྲུག་ནམས་ལ་བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་བ་དེ་དངོས་ཡིད་བདེན་པ་འཆོལ་
བའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ལྷགས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་
གསུངས་པས་ན་ནང་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་བཤད་པ་རེད། ཡང་ལྟ་བ་འདིས་བདེ་
སྤྱག་ཐམས་ཅད་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་
བ་མ་ཡིན་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་འབྲེར་སོ་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་
བར་དོས་འཇིན་བྱེད་པས་ན་ནང་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་བཤད་པ་རེད། ལྟ་བ་
འདི་འདྲ་ཞིག་གལ་ཆེན་པོས་གཏན་ལ་ཤབ་པའི་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ་
སྟམ་ན། རང་རེ་ནམས་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ནམས་ལས་དང་
ཉོན་མོངས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་གི་ཡིད་ཅིང་། ལས་ཀྱང་ཉོན་
མོངས་ལ་བརྟེན་ནས་གསོག་གི་ཡིད་པས་ན་ཁ་གཏད་བཅོག་སའི་དགྲ་
པོའི་གཙོ་བོ་དེ་ཉོན་མོངས་ཆགས་ནས་ཡིད། ཁོང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་
མོངས་ནམས་ཀྱང་ཚུལ་མེན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་རྟོག་སྟེ། ཡུལ་དངོས་པོའི་
གནས་ཆོད་དང་མི་མཐུན་པའི་ལྟ་སྒྲུངས་འཇིན་མཁན་གྱི་བསམ་ཚུལ་

ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་། མཐར་ཐུག་ནས་བཤད་ན་བདེན་
འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། ལྷ་མཆོན་དེ་འདྲར་སོང་བྱ་དངོས་
དེའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་སྒྲིལ་འདོགས་མི་བྱེད་པར་དངོས་ཡོད་
གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་བསམ་སྒྲུའི་ལྷ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ཉོན་མོངས་
བརྒྱུག་ཐུབ་ཅིང་། དེ་བརྒྱུག་ན་ལས་ངན་པ་མི་གསོག་ལ་ལས་ངན་མ་
བསགས་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་མི་གཉིས་བར་གྱི་ཁ་ཚུད་ཡན་ཆད་ནས་བབྱང་སྟེ་སྤྱི་ཚོགས་
ཐིལ་པོ་ཡོ་འབྱུང་འགྲོ་བའི་བར་གྱི་གནས་ཚུལ་མི་ལེགས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་བྱ་དངོས་དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུའི་ལྷ་ཚུལ་ཐལ་ཆ་ཆེན་པོར་ཤོར་བའི་དབང་གིས་བྱུང་
བ་ཡིན་པ་ཐག་གཅོང་མར་བཅད་ཆོག་ཅིང་། ཡང་ལེགས་པའི་གནས་
ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་བྱ་དངོས་དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་རང་
བཞིན་ལ་ཐལ་ཆ་མ་ཤོར་བའི་དབང་ཚུགས་ཐུབ་པའི་བསམ་སྒྲུའི་ལྷ་བ་ལ་
བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་
བརྟེན་བྱ་དངོས་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་བྱ་དངོས་དེ་ལ་ངོས་
འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུའི་ལྷ་བ་ཐལ་མ་དྲགས་པ་བྱ་ལྷ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་

ཡིན། གལ་ཏེ་དང་པོ་བསམ་སྒོ་བཏང་ཡོང་དུས་ནས་གནས་ཚུལ་དངོས་
དང་འཆམས་པོ་རན་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་སྒོ་བཏགས་ནས་ཐལ་ཆེ་དྲགས་
ན་གཉིས་པ་ལག་ལེན་ཐོག་ཐལ་ཆེས་ནས་ནོར་འབྲལ་ཡོང་ཞིང་། དེ་བྱུང་
ན་གསུམ་པ་འབྲས་བུའི་ཐད་དང་པོའི་རེ་བ་ལས་གོ་ལྡོག་སྟེ་སྒྲིན་རྒྱ་རེད།
རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རང་རེ་
ནམས་ལ་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་རེ་བ་བྱས་ན་ལག་ལེན་མ་ནོར་བ་ཞིག་
དགོས་པ་དང་། དེ་ཡོང་བར་ཐོག་མར་བསམ་སྒོའི་ལྟ་བ་དེ་མ་ནོར་བ་
ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ནང་བྱ་དངོས་དེར་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པའི་སྐབས་བྱ་དངོས་དེ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཚུལ་ཐལ་ཆེ་དྲགས་ན་རྟག་
མཐར་ལྷུང་བ་ཞེས་དང་། ཡང་ཇི་ལྟར་མེད་ཚུལ་ཐལ་ཆེ་དྲགས་ན་ཆད་
མཐར་ལྷུང་བ་ཞེས་ནོར་འབྲལ་ཆབས་ཆེན་ཤོར་བར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་
གསུངས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཉེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བའམ་བསམ་
སྒོའི་འབྲེལ་སོ་མ་ནོར་བ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན། འདིར་ངེས་
པར་དུ་མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་ནི་སྦྱིར་བཏང་ང་རང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་
བསམ་སྒོའི་ལྟ་བ་གསར་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་རང་གི་ལག་ལེན་དུ་འགལ་མི་

དགོས་པར་མི་མང་པོའི་དབྱས་སྤྱ་ལེགས་སྤྱར་སྤེལ་བྱབ་ན། དེས་རང་གི་
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབས་དང་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཡག་ཏུ་འགོ་བར་ཕན་
ཐོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བ་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དགོས་པ་དེ་
ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་བདེ་
བ་བསྐྱབ་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་འབྲས་བུ་དང་ལག་ལེན་
གནིས་མ་ནོར་བར་བྲིད་བྲེད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲུབ་ཆ་ཤོད་
ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་མཁྱེན་དགོས།

དེ་ལྟ་བུའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལྟ་བ་དེ་ལ་གང་ཟག་སོ་
སོའི་གོ་བ་ཟབ་བྱུང་གིས་ཡུལ་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཕྱ་རགས་ལ་འཇུག་
པའི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་རྟེན་པ་ཆེ་རྒྱུང་གིས་ཕྱ་རགས་གསུང་ཡོང་གི་ཡོད་པས་
འདིར་མདོར་བསྡུས་ཞིག་ཞུས་ན། དེ་ཡང་རྟེན་འབྱུང་ངམ་རྟེན་འབྲེལ་དེ་
རྒྱ་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་འབྱུང་བ་ཞེས་པར་གོ་བ་ལེན་ན་
རྒྱ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྟེན་
འབྲེལ་ལ་གོ་ཞིང་དེ་ལ་མེ་དང་བྱུད་ཤིང་དང་། ས་བོན་དང་མྱ་གུ་སོགས་
སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་དང་། སེམས་ནམ་ཤེས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལས་
འབྲས་བུ་དེ་དང་དེ་འབྱུང་བའི་ནང་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་གནིས་སྤྱི་ཡོད།

དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་སྤྲུལ་སྤྱི་རོལ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་དཔེར་བྱས་ནས་རྟེན་
 འབྲེལ་སྤྱི་མ་སེམས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་སྟབས་
 རྟེན་འབྲེལ་དེ་གཉིས་ལ་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་
 གསུངས་གྱི་ཡོད། དེ་ལ་འོན་མེ་ལས་དུ་བ་སྐྱེ་བ་སོགས་མི་ཕལ་ཆེར་
 གྱིས་ཤེས་པས་དེ་ནང་པའི་ལྟ་བར་ངེ་ལྟར་འགྲོ་སྟུང་ན། མེ་ལས་དུ་བ་སྐྱེ་
 བ་སོགས་སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཙམ་ནང་པའི་ལྟ་བ་མིན་ཡང་དེ་
 དཔེར་འབྲེར་རྟེ་དེ་ལས་ཀྱང་ནང་སེམས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་འཕེལ་ཆེ་བ་དང་།
 མྱོང་ཆོར་དངོས་དང་འབྲེལ་བ། ཡུན་རིང་བའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཉམས་
 ལེན་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་རྩར་ཤེས་དགོས་པར་གསུངས་པས་སྤྱི་མ་ནང་
 སེམས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་དེ་ནང་པའི་ལྟ་བ་ཆགས་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་
 ཡིན་དུས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་ནང་སེམས་གྱི་རྒྱ་
 འབྲས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་རྟེ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་གོ་དགོས། འདིའི་སྐོར་རགས་
 བརྒྱས་ཤིག་སྤྲུལ་ཞུས་ཟིན་པ་ཡིན། ཡང་བུམ་པའི་ནང་འགྲོ་བ་དང་བུམ་
 པའི་ནང་འོངས་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་པ་ལྟར་རྟེན་ཞེས་པ་དེ་འགྲོ་བ་དང་
 འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་འོངས་པ་ལ་གོ་བ་ལེན་ན་སྤྲུལ་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་
 ནས་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྤྱི་མ་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོའི་ཡུལ་
 དུ་འོངས་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་བས་པ་ལ་བྱ་བས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གོ་བ་མཐར་བུག་པ་དེ་

འགྲོ་འོང་གི་སྒྲུང་ནས་ལེན་དགོས།

དེ་ལ་འོ་ན་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་དེ་
གདགས་ཆོས་ཡིན་ལ་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་སྒྲེབས་པ་
དེའང་གདགས་ཆོས་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེས་གདགས་
ཆོས་མ་གཏོགས་གདགས་གཞི་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། གདགས་
གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གདགས་ཆོས་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྒྲེབས་པ་ཡིན་
པ་ལྟར་གདགས་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་གདགས་གཞི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་
བ་དང་འོངས་པ་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་པ་དེ་གདགས་གཞི་གདགས་
ཆོས་གཉིས་ཀར་གོ་དགོས།

དེ་ཡང་མེ་ལ་བརྟེན་ནས་དུ་བ་སྐྱེས་པའམ་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལྟར་ཕྱང་
པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའམ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་རྟེན་
འབྲེལ་གྱི་གོ་བ་ཕྱི་མ་གདགས་གཞི་གདགས་ཆོས་ཀྱི་དོན་དེ་རྟེན་འབྲེལ་
གྱི་གོ་བ་ཇུ་མ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་འདྲ་པོ་ཞིག་ལེན་ཆོག་པ་ཡིན།
དེ་ལྟར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། ལས་འབྲས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་
པ། ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་པ་
ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་བཏང་བ་ཡིན་ན་རང་གི་སྒྲོ་

གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་རང་གིས་བཏང་འཛིན་བྱེད་བྱུང་ཅིང་དེ་བྱུང་ན་སྤྱོད་
ཆོག་སྤྱོད་ལ་རྟོག་དྲ་བཟོ་གི་མ་རེད་ལ་རང་ལའང་རྟོག་དྲ་འཕྲད་གྱི་མ་
རེད། དེར་བཞེན་རྒྱ་འབྲས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་རྟོག་ས་པའི་ལྟ་བུ་རྒྱ་ལ་བསྐྱེད་
པ་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ནས་ཡོད། ཡང་གདགས་གཞི་
གདགས་ཆོས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་དང་། རྟོག་བྱུང་གྱི་ཉེན་འབྲེལ། དབྱ་མའི་
ལྟ་བུ་ནམས་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་
བཏང་བ་ཡིན་ན་ད་ལྟ་ང་རང་ཆོའི་རྒྱ་ལ་ཡོད་པའི་རང་ཤེད་ཆེ་བའི་
བསམ་སྒྲོ་དེར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་བྱུང་པ་ཡོང་གི་རེད། དེ་བྱུང་ན་སྤྱོད་ཆོག་ས་
སྤྱོད་ལ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་གྱི་ཐོག་ནས་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་མཁན་ཞིག་ཆགས་
གྱི་རེད། དེར་བཞེན་ལྟ་བུ་སྤྱོད་མ་འདི་ཡང་དཔེ་མི་སྤྱོད་པའི་གལ་ཆེན་པོ་
ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་མི་གཞན་ལ་སྒྲོ་བ་སྒྲོན་བྱེད་པར་སྒྲོན་དུ་རང་ཉིད་
ལེགས་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ལྟར་སྒྲོན་དུ་རང་ཉིད་ཆོད་འཛིན་བྱེད་ཆེད་གྱི་
ལས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་དང་། དེ་རྗེས་གཞན་ལ་ལམ་སྒྲོན་བྱེད་ཆེད་
གྱི་དབྱ་མའི་ལྟ་བུ་རྒྱ་ལ་སྐྱེད་གོས་པ་ཡིན། འབྲེལ་བཤད་བྱེད་སྒྲུངས་
འདིས་ལས་འབྲས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་བ་རྟོག་ས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གཞན་ལ་
བསམ་ཤེས་བྱེད་པའི་བརྟེན་བུ་གཉིས་ཆ་མཉམ་དགོས་ཚུ་ལ་གསལ་བཤད་
བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བརྟེན་བུ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཆ་

མཉམ་པོ་དགོས་པ་དེ་ནང་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་པ་མེད།
ད་ལྟ་ངོས་ནས་ལྟ་བའི་སྐོར་ངོ་སྤྱོད་ཞུས་པ་འདི་ཞིན་ཏུ་ནས་མདོར་བསྡུས་
པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་རྒྱས་པར་ནི་གཞུང་ཆེན་མོ་ཁག་ལ་བལྟ་བུ་བ་ན་ཡག་པོ་
ཡོང་གི་རེད།

ནང་པའི་ཉམས་ལེན།

དེ་ནས་ནང་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐོར་ངོ་སྤྱོད་ཞུས་ན། དེ་ཡང་
ཉམས་ལེན་ཞེས་པ་ནི་གཞན་གྱི་ལད་མོ་བྱས་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་
སྤར་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཞུས་པ་བཞིན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་
ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལམ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཕྱག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་ནམས་ལ་རྗེས་སྒྲིས་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན།

དེ་ལ་གོང་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་ཚུལ་ཞུས་པ་བཞིན་ཉམས་
ལེན་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་
ལེན་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་པ་བཟང་པོ་ངོ་མཆར་
མཛད་དུ་བྱུང་བ་འདི་ཉམས་ལེན་བྱས་ནས་ལག་ལེན་ལ་འགེལ་བུ་བ་པ་ཡིན་
ན་སྦྱིན་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས། བཟོད་པ། བརྩོན་འགྲུས། བསམ་གཏན།

ཤེས་རབ་བཅས་ཕར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་འཇུག་གི་ཡོད། འདི་
གང་འདྲ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། དེ་ལ་རང་རེ་ནམས་གནས་སྐབས་ཀྱི་བསམ་
སྒྲོ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་གིས་རང་ལ་ལྷུགས་རྒྱུ་རིང་པོའི་འགན་འཁུར་
ནས་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་ཕྱ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་
གྱུར་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོའི་ཁུར་གྱིས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ནོན་པ་
འདི་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ཞིག་ངས་པར་དུ་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། སྐྱེ་
རན་ཆོད་དུ་སྐྱེ་བས་པ་ཡིན་ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་
བསམ་སྒྲོ་ཆོད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་སྐྱེ་བྱུང་གྱི་མེད། འོན་དེ་ལྟར་མི་སྐྱེ་བར་
བྱེད་པ་སྤྱུས་ལན་པ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། ས་མ་དང་གྲོགས་པོ་སྣ་ལྷ་སྣུ་སྣུ་གས་
གཞན་གང་གིས་ཀྱང་ལན་པ་མ་ཡིན་པར་ང་རང་ཆོའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་
ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱེད་པ་དང་། བྱིས་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱེད་པ་
གཉིས་ཀྱིས་ལན་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་ཉིད་ཐར་པ་དང་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པའི་ས་ལ་མི་གཏོང་བར་བཀག་ནས་སྤོང་མཁན་དེ་རང་ཉིད་
ཀྱིས་བྱས་ནས་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ནའང་འཇར་མི་ཆད་
པར་སྤྱོད་དགོས་པ་དེ་མི་འདོད་ན་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱེད་པ་
གཉིས་པོ་དེ་ལྷོག་ཐབས་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་ཡང་བྱ་ཐབས་གཞན་མེད་
པར་སྤྱེད་པ་གཉིས་པོ་དེ་ལྷོག་རྒྱས་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་

ཤིང་། གཉིན་པོ་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ལོངས་
སྤྱོད་ལ་མ་ཆགས་པའི་སྟོན་པ་དང་བྱིས་ལ་མ་ཆགས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་
གཉིས་བཀའ་བསྟུན་པ་ཡིན།

དེ་ནས་འཁོར་བ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་སྟེས་ཏེ་སྟོན་པ་དང་
ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཞུགས་པའི་སྐབས་སེམས་ཅན་གྱི་ལོག་
སྟབས་དང་སྟག་བསྟུན་མི་བཟོད་པའི་ཁོང་སྟོང་དང་། དག་ཕྱོགས་ལ་ཡུན་
རིང་པོ་སྟུར་བས་སྟོང་ལ་གྱི་ལེ་ལོ་གཉིས་སྟེ་ཡོང་ཞིང་། དེ་གཉིས་ནི་
ཉམས་ལེན་མཐར་མ་ཕྱིན་པར་སྟར་གྱི་དེ་ཀར་ཕྱིར་ལོག་བྱེད་པའི་རྒྱ་
གཉིས་ཡིན། དེ་གཉིས་ཕྱོག་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྟེ་མ་བྱུང་ན་
སྟོན་པ་དང་ཚུལ་བྲིམས་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ལ་དྲོད་ཕྱན་བྱ་སྐྱབས་ནས་ཡོད་
པ་དེ་གང་སངས་བཏང་ནས་སྟར་བཞིན་རེ་དོགས་ལྷ་གྲ་བརྒྱད་ཀྱིས་
བཅིངས་ཏེ་དོན་འབྲས་རྒྱུད་བའི་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་
སྟོད་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེས་ན་ཉམས་ལེན་ཞིག་འགོ་བཙུགས་
པ་ཙམ་དུ་མ་བཟད་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡོང་འདོད་ན་ཁོང་སྟོང་དང་ལེ་ལོ་
གཉིས་ཕྱོག་དགོས་ཤིང་དེ་གཉིས་ཕྱོག་པར་བྱེད་པའི་བཅའ་སྟེ་སྟོན་པ་
སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཟོད་པ་དང་བརྩོན་འགྲུས་གཉིས་

བཀའ་བསྩལ་གནང་བ་རེད།

དེ་ནས་སྤར་གྱི་དེ་གར་མ་ལོག་པར་འཕྲོ་བསྐྱངས་ནས་ཉམས་ལེན་
བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐབས་སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལ་མི་གནས་
པར་གཞན་དུ་གཡེང་བ་དང་། བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཤེས་
འཆལ་གཉིས་སྒྲེ་ཡོང་ཞིང་དེ་གཉིས་ནི་རང་གི་ཉམས་ལེན་ཚུད་ཟོས་སུ་
གཏོང་བའི་རྒྱ་གཉིས་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་གི་ཉམས་
ལེན་ལ་འབད་བཅོན་བྱས་པ་དེ་འབྲས་མེད་དུ་མི་འགྲོ་བར་འབྲས་བྱ་ཡོད་
པ་དང་། འབྲས་བྱ་དེའང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་སྒྲོན་པ་སངས་
རྒྱས་བཙུ་མ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་
གནས་པར་བྱེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་
རབ་གཉིས་བཀའ་བསྩལ་གནང་བ་རེད། སྒྲིན་སོགས་ཕར་བྱིན་དུག་
ནང་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་འགྲོ་སྐྱངས་དེ་ལྟར་རེད།

དེ་ལ་དང་པོ་སྒྲིན་སོགས་ཕར་བྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ་
གོང་དུ་སྐད་ཆ་བྱང་བ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དེ་གལ་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནི་ཉམས་ལེན་ཡོངས་
རྫོགས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ཞིང་གལ་ཏེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མེད་པ་

ཡིན་ན་དགོ་སྟོར་གང་བྱས་ཀྱང་རང་གཅེས་འཛིན་དང་འདྲེས་ནས་
སྟོབས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་བྱུང་གི་མ་རེད། དཔེར་ན་གཞན་ཞིག་ལ་
དངུལ་སྲོགས་ཀྱིས་སྦྱིན་པའི་རོགས་རམ་བྱས་པ་ན་དེའི་ལན་ལ་རེ་བའི་
བསམ་པ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་རེད།

འོ་ན་སྦྱིན་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། རང་གི་ལུས་དང་ལོངས་
སྟོན་དགོ་ཅུ་དང་བཅས་པ་ལ་མ་ཆགས་པར་གཏོང་བའི་སེམས་པ་དགོ་བ་
དང་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ངག་གི་ལས་རྒྱུ་སྦྱིན་པ་ཡིན་
པར་གསུངས། དེ་ཡང་སྦྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་དངོས་ནི་རྗེས་གཞན་ལ་
གཏོང་བ་མེད་ཀྱང་གཏོང་བའི་སེམས་པ་ཡང་ཡང་སྐྱངས་ནས་རྗེ་འབྲེལ་
དུ་གཏོང་བ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་མ་ཆགས་པའི་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྟོབས་རྗེ་
ཅམ་ཆེ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཡོ་བྱད་སྲོགས་ལ་ཆགས་པའི་སེར་སྒྲ་སྟོབས་རྗེ་
ཆུང་དུ་སོང་སྟེ་གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དེ་ཡོང་
ཞིང་། དེ་བྱུང་ན་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུའང་གཞན་ལ་གཏོང་བ་ལ་དགའ་
སྟོས་འདུག་པ་དེ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་དང་པོ་ནས་གཏོང་མེད་ཆེན་པོ་དེ་
འདྲ་ཁག་པོ་ཡིན་ཡང་ཁབ་སྐྱད་གཞན་ལ་གཏོང་བ་ཡན་ཆད་ནས་གོམས་
ན་ནམ་ཞིག་ན་དེ་འདྲ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱིན་པ་དེ་ལ་ཟས་གོས་ཡོ་

བྱད་ལ་སོགས་པའི་འཆོ་བའི་ཉེར་མཁོ་ནམས་ལན་དང་སྐད་གྲགས་དང་
ནམ་སྒྲིན་ལ་རེ་བ་མ་བྱས་པར་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་ན་སྙམ་པའི་བསམ་
པ་བཟང་པོས་གཏོང་བའི་བྱང་ཟིང་གི་སྒྲིན་པ་དང་། ཡི་གེ་ན་གཅིག་
བསྐྱབ་པ་ཡན་ཆད་ནས་བཟུང་སྟེ། དམ་པའི་ཆོས་དང་བཟོ་དང་གསོ་བ་
ལ་སོགས་པའི་འཛིག་ཉེན་ལྷགས་ཀྱི་རིག་པ་བསྐྱབ་པའི་བར་ཐམས་ཅད་
ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་དང་། ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་མིའི་འཛིགས་པ་དང་། སྒྱལ་
ལ་སོགས་པ་མི་མ་ཡིན་གྱི་འཛིགས་པ་དང་། རྒྱ་དང་མེ་ལ་སོགས་པ་
འབྱུང་བའི་འཛིགས་པ་ལས་གཞན་ཡོངས་སུ་སྒྲོབ་པའི་མི་འཛིགས་པའི་
སྒྲིན་པ་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན་གསུངས།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་དང་པོ་ཡོངས་སྒྲོད་ལ་མི་བལྟ་ཞིང་མ་ཆགས་པའི་
གཏོང་བའི་སེམས་པ་ཞིག་རང་རྒྱད་ལ་སྒྲེས་ནས་ཡོད་ན་རང་ངོས་ནས་
ཉེས་སྒྲོད་ལེགས་པར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལེན་པར་བྱེད་པས་དེའི་རྗེས་
སུ་རིམ་པ་གཉིས་པར་སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཚུལ་
བྲིམས་གསུངས་པ་ཡིན།

འོ་ན་ཚུལ་བྲིམས་དེ་གང་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་
བཅས་ལས་ཡོད་ཕྱིར་ལོག་པའི་སྤྱོད་བའི་སེམས་པ་དགེ་བ་དང་དེས་ཀྱན་

ནས་བསྐྱངས་པའི་ལྷས་ངག་གི་ལས་ནམས་ཚུལ་བྲིམས་ཡིན་པར་
གསུངས། དེ་ཡང་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དངོས་ནི་སྤྱི་རེལ་དུ་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་གཞིན་འཆེ་ལས་བྲལ་ལམ་མ་བྲལ་ཡང་རུང་རང་ངོས་
ནས་དེ་དག་ལ་ཕར་གཞིན་འཆེ་ནམ་ཡང་མི་བྱེད་སྙམ་པའི་སྒྲིམ་སེམས་
ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྟེན་པ་དེ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལ་རང་ངོས་ནས་དེ་དག་
ལ་གཞིན་པ་ནམ་ཡང་མི་བྱེད་ཨང་སྙམ་པའི་གཞན་ལ་གཞིན་འཆེ་སྤོང་
བའི་སེམས་པ་ཡང་ཡང་གོམས་ཏེ་ཇི་ཙམ་གྱིས་སྟོབས་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་
ལྷས་ངག་གཉིས་གཞན་ལ་གཞིན་པའི་བྱ་བ་ལས་ཚུར་བསྐྱང་རྒྱར་རང་
འགྲུལ་ཆེ་བ་ཡོང་ཞིང་དེ་བྱུང་ན་ལྷས་ངག་གཉིས་གཞན་ལ་གཞིན་པའི་
གཞི་ལས་ཀྱང་བསྐྱང་བྱབ་པ་དེ་ཡོང་གི་རེད། རང་རེ་ནམས་མིའི་སྤྱི་
ཆོགས་ནང་བསྐྱད་ནས་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་གང་ཡིན་ཡང་གཞན་
ལ་གཞིན་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་རང་འགྲུལ་གྱིས་བསྐྱང་བའི་སྒྲོ་ནས་
མི་ཆེ་ཞིག་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་ན། དེ་ནི་མི་ཆེ་སྤྱིལ་སྤངས་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན་
ཞིང་དེས་འཇམ་བུ་སྐྱོང་གི་སྤྱི་འབངས་ཡག་ཤོ་ཞིག་དང་མི་ཆད་ལྡན་ཞིག་
བྱས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་གཞན་ཞིག་གིས་བརྟུན་དགོས་པ་དེ་འདྲ་མ་
ཡིན་པར་རང་གིས་རང་འགྲུལ་གྱི་ཐོག་ནས་རང་བརྟུན་རང་སྤོམ་གྱི་
ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཞིག་སེམས་ནང་སྟོབས་པ་བྱ་རྒྱ་དེ་གལ་ཆེན་

པོ་ཆགས་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་དེ་ལ་ཉེས་སྦྱོད་སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་།
དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས་
བཅས་གསུམ་ཡོད། དེ་ལ་དང་པོ་ནི་སྤང་བྱ་ལྡ་ཙམ་སྤོང་བའི་དགོ་བསྟེན་
ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དང་། སྤང་བྱ་ཉེས་བརྒྱ་སྤུམ་ཅུ་སྟོ་ལྡ་དང་བྱེད་སྤོང་བའི་དགོ་
ཚུ་ལ་ཀྱི་སྒྲོམ་པ། སྤང་བྱ་ཉི་བརྒྱ་ལྡ་བརྒྱ་ཙ་གསུམ་སྤོང་བའི་དགོ་སྤོང་གི་
སྒྲོམ་པ་ནམས་ཉེས་སྦྱོད་སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡིན་ཞིང་། དགོ་བསྟེན་ཀྱི་
སྒྲོམ་པ་བྲིམ་པའི་དང་གཞན་གཉིས་རབ་བྱུང་གི་སྒྲོམ་པ་ཡིན་གསུངས།
གཉིས་པ་ནི་སྤང་པོ་ལ་སྐར་མ་གཅིག་སྦྱོན་པ་དང་ཆང་རག་སྤོང་བ་ལ་
སྟོགས་པའི་ཤར་བྱིན་དུག་གི་དགོ་བ་ནམས་རང་རྒྱུད་ལ་མ་སྦྱེས་པ་
བསྦྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་སྦྱེས་ཟིན་མི་ཉམས་པར་འབད་པ་ཐམས་ཅད་དགོ་
བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡིན། གསུམ་པ་ནི་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་ཡོང་
ཁུངས་ཞན་པའི་སྒྲོབ་མ་ལ་སྒྲོབ་ཡོན་དང་། ལོ་ན་མཐོ་བའི་ཀན་གོག་ལ་
བས་གོས་སྦྱོན་པ་དང་གཡོག་བྱེད་པ་ལ་སྟོགས་པའི་གཞན་ལ་ཤན་པའི་བྱ་
བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཡིན།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་གཉིས་པ་རང་ངོས་ནས་ཉེས་སྦྱོད་ལེགས་པར་སྒྲོམ་

པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཡོད་ན་དཀའ་སྤྱད་ལ་མི་སྤྱོད་བར་སྤྱག་བསྡུལ་དང་དུ་ལེན་
 པའི་བཟོད་པ་བྱུང་པས་དེའི་རྗེས་སུ་རིམས་པ་གསུམ་པར་བཟོད་པ་
 གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལ་རང་ལ་གཞིད་པ་བྱེད་མཁན་བྱུང་པ་དང་། སྒྲོབ་
 སྤྱོད་དང་ལས་ཀ་སོགས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སེམས་མི་ཉུམ་
 པར་ཐམས་ཅད་ཐེག་བྱུབ་པའི་དགོ་བའི་སེམས་དང་དེས་ཀྱན་ནས་སྦངས་
 པའི་ལུས་ངག་གི་ལས་ནམས་བཟོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བཟོད་པའི་ཉམས་
 ལེན་དངོས་ནི་ཕྱི་རོལ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་གཞིད་པ་མི་
 བྱེད་མཁན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་ཅི་ལྟར་ཡང་རང་ངོས་ནས་ཁྱོ་བ་
 དང་ཉུམ་པ་འགོག་པའི་སེམས་ཀྱི་རྩ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོམས་པར་
 བྱེད་པ་དེ་ཡིན་གསུངས། དཀའ་ངལ་ཐེག་བྱུབ་པའི་བཟོད་པ་ཞིག་ཡོད་
 པ་ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་གྱི་མདུན་དུ་དཔའ་མི་ཉུམ་པ་དང་། དཀའ་ངལ་གྱི་
 རྩ་བ་ལ་གཞི་ལེན་བྱེད་པའི་སེམས་ཤུགས་ཤིག་ཕྱི་ནས་བསྐྱུལ་མི་
 དགོས་པར་རང་གི་ངོས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ལས་དོན་
 ཐམས་ཅད་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དེར་བརྟེན་བཟོད་པའི་
 ཉམས་ལེན་དེ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིའི་ལས་དོན་བསྐྱབ་མཁན་གྱི་མི་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཡིན་ནའང་འདྲ། བྲིམ་ཆང་གཅིག་གི་དོན་བསྐྱབ་མཁན་གྱི་པ་ཕ་ཞིག་
 ཡིན་ནའང་འདྲ། ཐ་ན་སྒྲོབ་གྲུར་བསྐྱོད་བཞིན་པའི་བྱིས་པ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་

ཡིན་ནའང་འདྲ་ཆང་མར་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་བཟོད་པ་དེ་ལ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྤྱད་བསྡུལ་བྱུང་བ་ནམས་
དང་དུ་ཡེན་པའི་བཟོད་པ་དང་། རང་ལ་གཞིན་པ་བྱེད་མཁན་ནམས་ལ་
ཇི་མི་སྒྱུ་མ་པར་བསམ་པའི་བཟོད་པ་དང་། ཆོས་དོན་ངེས་པར་སེམས་པ་
ལ་མིས་པ་གིན་ཏུ་བརྟན་པའི་བཟོད་པ་དང་གསུམ་ཡོད།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་གསུམ་པ་དཀའ་ངལ་ལ་མི་སྒྲོ་བའི་བཟོད་པ་ཡོད་ན་
སྤྱད་བསྡུལ་བསྒྲིག་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྒྲོ་བས་འཇུག་པའི་བརྩོན་འགྲུས་
ཡོང་བས་དེའི་རྗེས་སུ་རིམ་པ་བཞི་པར་བརྩོན་འགྲུས་གསུངས་པ་གནང་
བ་རེད།

དེ་ཡང་དགེ་བ་བྱེད་པ་ལ་མངོན་པར་སྒྲོ་བའི་སེམས་ཐམས་ཅད་
བརྩོན་འགྲུས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་
ཀྱི་བརྩོན་འགྲུས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བརྩོན་འགྲུས་དང་གསུམ་
ཡོད། དང་པོ་ནི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱོད་ལ་འདི་ལ་དུས་ཡུན་
ཇི་ཙམ་འགོར་བ་དང་དཀའ་སྤྱད་ཅི་ཙམ་འཕྲད་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་
ནམ་ཡང་མ་ཉམས་པར་བྱེད་ཨང་སྒྱུ་དུ་བསམ་པའི་གོ་ཆ་གྱོན་པ་
ནམས་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས་ཡིན་ཞིང་། འདིས་དང་པོ་ནས་འདོད་ཐག་

ཉེ་བོ་མ་བྱས་པར་དུས་ཡུན་དང་དཀའ་ངལ་རྣམས་ཤེས་པས་རྒྱན་
བསྐྱེདས་བྱབ་རྒྱར་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་ཡོད། གཉིས་པ་ནི་དེ་ལྟར་དགོ་
བའི་བྱ་བ་དེ་ལ་འདུག་པའི་སྤྱོད་རྣམས་དུ་སྤྱོད་རྒྱུ་བྱེད་མཁུན་གང་ཐད་ནས་
བསམ་སྒྲོལ་བྱེད་བ་ན་དཀའ་ཆོགས་ངེ་ཡོད་རྣམས་ཤེས་པ་ཡིན་ནའང་དེ་
ལ་འདུག་པའི་སྤྱོད་བ་མ་ཉམས་པའི་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས་ཤིག་ཡོད་ན་སྤྱོད་
པ་ལ་སོགས་པའི་ཕར་ཕྱིན་དུག་ལག་ལེན་དུ་འགོལ་བ་ལ་སྤྱོད་བ་ཆེས་ཆེར་
འབྱུང་བས་དེ་ནི་དགོ་བ་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་བརྩོན་འགྲུས་ཡིན། གསུམ་པ་ནི་
ནད་པ་ཉམ་ཐག་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལ་ཕན་པའི་
བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྤྱོད་བའི་བསམ་པ་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་
བརྩོན་འགྲུས་ཡིན།

དེ་ཡང་ལས་དོན་དེར་འདུག་འདོད་ཀྱི་བརྩོན་འགྲུས་སྤྱོད་བ་ལ་འགལ་
རྒྱུ་ལེ་ལོ་སེལ་དགོས་ཤིང་ལེ་ལོ་ལ་ལས་མེད་སྤྱོད་དལ་དང་རྒྱན་ཅིང་
ལ་དཀའ་བ་སོགས་བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ། ལས་དོན་ཞིག་བརྩམས་པ་
ན་དུས་ཡུན་གང་མཆོམས་ནས་ཐང་ཆད་དེ་ད་ངས་ཡོང་བ་མི་འདུག་
སྙམ་དུ་སེམས་པ་སྤྱོད་ལྷག་པའི་ལེ་ལོ། དང་པོ་ནས་ང་ལ་འཇོན་ཐང་དང་
རྒྱས་སྒྲོབས་གང་ཡང་མེད་པས་ལས་དོན་དེ་བསྐྱབ་མི་བྱབ་སྙམ་དུ་སེམས་

པ་བདག་ཉིད་ལ་བརྟམས་པའི་ལེ་ལོ་དང་གསུམ་ཡོད། དེ་ལྟར་ལེ་ལོ་གསུམ་
པོ་དེའི་ནང་ནས་རང་གིས་རང་ལ་དམའ་འབེབས་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་
ལ་བརྟམས་པའི་ལེ་ལོ་དེ་ལས་དོན་མི་བསྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྩ་བ་དེ་ཡིན་
པས་དེའི་གཉེན་པོར་ངས་བསྐྱབ་བྱུང་སྙམ་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་སྐྱེ་དགོས་
ཤིང་དེའང་རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ངས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
ནི་ད་ལྟ་ཁྱས་མ་ཐག་པའི་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་བཞི་པ་དགེ་བའི་ལས་དོན་ཁག་ལ་སྒྲོ་བས་འདུག་པའི་
བརྩོན་འགྲུས་ཐང་སྟོད་རན་པོ་ཞིག་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་བརྩམས་པ་ཡིན་
ན་སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ངེ་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་བཀོལ་བ་ལ་
ལས་སྤྱ་རུང་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་འབྱུང་བས་དེའི་རྗེས་སྤྱ་རིམ་པ་ལྔ་པར་
བསམ་གཏན་གསུངས་གནང་བ་རེད།

དེ་ཡང་སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་གཡེང་བར་
གནས་པའི་རྩེ་གཅིག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་ཡིན་
ཞིང་། འདིས་སེམས་དགེ་བ་ལ་འབྲིད་པ་ལ་རྒྱས་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་མ་
ཟད་ལྷས་ངག་གཉིས་ཀྱང་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་འབྲིད་པ་ལ་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་
སྟོན་ནས་སྒོ་གསུམ་ཀ་དོན་མེད་དུ་མི་གཏོང་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་

བསམ་གཏན་དེ་ལ་ཆེ་འདིའི་ལྷས་ཀྱི་ཆོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་འབྲུང་བ་ཆ་
མཉམ་པར་བྱས་ཏེ། ལྷས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་པའི་མཐོང་
ཆོས་བདེ་གནས་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་། སྤྱན་དང་མངོན་ཤེས་དང་ཟད་
པར་བེལ་གཞོན་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མངོན་པར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་
བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གཞན་བསམ་གཏན་ལ་འགོད་པའི་བསམ་
གཏན་གྱི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་
དང་གསུམ་ཡོད།

དེ་ཡང་བསམ་གཏན་གྱི་འགལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ནི་སེམས་གང་སར་འཕྲོ་
ནས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་དེ་ལྟ་བུའི་འཕྲོ་བ་དེས་སེམས་གསལ་རིག་གི་
རྣམ་པ་རྣམས་ཡུལ་སྡེ་ཆོགས་སུ་བྲམ་ནས་སྤྱོད་གསལ་གཅིག་ཏུ་འགྲིལ་རྒྱར་
འགོག་རྒྱུ་བཟོ་གིན་ཡོད། གལ་ཏེ་སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནང་དུ་བསྐྱུས་
ནས་དམིགས་ཏེན་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་འགོ་བྱབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་
སེམས་ཁོ་རང་གི་རྩ་བའི་རང་བཞིན་ལ་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་ཇི་ཡོད་རྣམས་
འདོན་སྤེལ་བྱེད་བྱབ་ནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞེས་པ་དེ་བསྦྱབ་བྱབ་པ་
ཡིན། དེ་ལ་སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཞེས་པ་དེ་སེམས་ནང་གང་
ཡང་མི་བསམ་པ་དེ་འདྲ་ལ་བཟེར་བ་མ་རེད་ལ་གཤག་བཅོས་བྱེད་པ་ལ་

སོགས་པ་ཕྱི་འཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་ཡོང་ཐབས་མེད་པར་དམིགས་
རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ངར་ཆ་དང་། གསལ་ཆ། དང་ཆ། གྲིམ་ཆ་
བཅས་ཁྱད་ཆོས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་བསམ་གཏན་བསྒྲུལ་པ་ལ་
ཟེར་བ་ཡིན། འདི་འོ་སྒོར་རྒྱས་པར་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་བཟླ་
དགོས།

དེ་ལྟར་རིམ་པ་ལྡུ་པ་དམིགས་རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་ལ་སེམས་
ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམས་ཕྱོག་གཅིག་ཏུ་འགྲེལ་བྱུང་པའི་བསམ་གཏན་ཡག་པོ་
ཞིག་ཡོད་ན། ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འབྱུང་
བས་དེའི་རྗེས་སུ་རིམ་པ་དུག་པར་ཤེས་རབ་བཀའ་བསྩལ་གནང་བ་རེད།
དེ་ཡང་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པའི་སྒོ་རྣམས་ཤེས་
རབ་ཡིན་ཞིང་དེ་ནི་མི་ཤེས་སྤངས་པའི་འགལ་ཁྲ་ཡིན།

ཤེས་རབ་དེ་ལ་དོན་དམ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ། ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པའི་
ཤེས་རབ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་
ཡོད། དང་པོ་ནི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།
གཉིས་པ་ནི་རིག་པའི་གནས་ལྡུ་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། གསུམ་པ་
ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་དོན་ཇི་ལྟར་བསྒྲུབ་པའི་ཚུལ་

ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ཡར་ཕྱིན་དུག་ནང་པའི་
ཉམས་ལེན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་དེ་ལྟར་རེད།

ནང་པའི་ཆོན་རིག

ད་ནི་ནང་པའི་ཆོན་རིག་གི་སྐོར་ངོ་སྤྱོད་ཞུ་བ་ལ་སྡོན་དུ་ཆོན་རིག་པ་
ཆོས་ཆོན་རིག་གི་གོ་དོན་དང་། ཆོན་རིག་གི་ལྟ་བུ། ཆོན་རིག་གི་ཐབས་
ལམ། ཆོན་རིག་གི་འབྲས་བུ་བཅས་བཞི་པོ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ངོས་
འཛིན་བྱེད་པའི་སྐོར་དེབ་མང་པོའི་ལྷང་འདྲེན་མི་དགོས་པ་བྱས་ནས་
འདིར་མདོར་བསྡུས་ཙམ་ཞིག་བརྗོད་ན། དེ་ལ་འོ་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་
ཆོན་རིག་བཟུང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཕྱི་རོལ་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་།
བྱེད་ལས། རུས་པ། རྒྱ་རྒྱུ་ན། མདོག་དབྱིབས་སོགས་ལ་བདུག་སྟེ་དངོས་
པོ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་
ཤིག་ལ་ས་ཡན་སེའམ་ཆོན་རིག་བཟུང་བ་ཡིན།

ཆོན་རིག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་དེར་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་
ན་ཆོན་པ་སོ་སོར་རིག་པ་ཞེས་སྡུར་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཤེས་བྱ་ངོ་སྤྱོད་
བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་བྱ་དངོས་དེ་དང་དེའི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་

ཆོས་སྒྲ་ཆོགས་པ་ནམས་སྒྲ་ཆོན་སྒྲ་ཆོན་དུ་འགྲིལ་ནས་སྒོབ་སྒྲོང་སྒོད་པའི་
བརྒྱས་གྲ་ཞེས་པ་དང་ཐག་ཉི་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་བརྒྱས་གྲ་ནས་ངོ་སྒྲོད་
བྱེད་པའི་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་དང་དེང་དུས་ཆོན་རིག་པས་
གསལ་བཤད་བྱེད་པའི་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་གཉིས་ལ་རྒྱ་ཆེ་
ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་ལ་དེ་བཞིན་ལྟ་བ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་མང་པོ་
ཞིག་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད། འདི་ལ་མཁས་དབང་འགའ་ཞིག་གིས་རིག་
གསར་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་ཡོད།

དེ་ལྟར་སྤྱི་རྒྱུ་གྲ་གཟུགས་དངོས་ལ་ཐོག་མའི་རྩལ་རྒྱས་འཕྲད་
འདུས་ཇི་ལྟར་བྱས་ལྷགས་ཡན་ཆད་ནས་བཏག་དཔྱད་བྱས་ཏེ་གཟུགས་
ཀྱི་རང་བཞིན་ངོ་མ་དེ་ཞེས་པར་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དེ་ལ་ལྟ་བ་ཇི་
འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་
ཆོགས་ལ་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཞིག་དགོས་ན་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་
དངོས་པོ་རྒྱ་བསྐྱེད་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན་ཞིང་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་
རྒྱ་བསྐྱེད་ཇི་ལྟར་གཏོང་བའི་ཚུལ་དེ་ཆོགས་པ་དང་སྒྲེར་པ་གང་གི་འང་
སྤྱད་དབང་གི་དོན་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་དང་། ཆོས་
ལྷགས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ། ཆབ་སྤྱད་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་གང་དང་ཡང་མ་འདྲེས་པའི་ལྟ་

བ་དང་བདེན་ཞིག་དགོས་པར་འདོད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་སློལ་རྒྱུན་གྱི་ལྷ་
ཚུ་ལ་སོགས་དང་འདྲེས་པ་ཡིན་ན་དངོས་ཐོག་བདེན་འཆོལ་གྱི་སྐད་ཆ་
དང་པོ་ཞིག་ཤོད་མི་ཐུབ་པར་བརྟེན་ཆུན་རིག་གི་ལྷ་བ་ནི་ཕྱོགས་རེ་བའི་
ལྷ་ཚུ་ལ་ལས་འདས་པ་མ་ཟད། ཐ་ན་རྒྱལ་ཁོངས་ལས་ཀྱང་འདས་པའི་
དཔེ་མི་སྤྱད་པའི་དང་བདེན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དེ་ཡང་རྒྱ་
མཆན་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་བུམ་པ་མི་རྟག་པ་ཡིན་སྟུང་པའི་བསམ་བློར་
ཞིག་བྱུང་བ་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མཆན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་
དང་བདེན་གྱི་ལྷ་བ་དང་ཆུན་རིག་གི་ལྷ་བ་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཆན་
ལ་ངེས་པ་མ་རྟེན་པར་ཡིན་མིན་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་ལྷ་བ་ནམས་ཆུན་
རིག་གི་ལྷ་བ་མིན་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱ་
ཕྱིའི་ནམ་གཞག་ལ་སོགས་པ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཆུན་རིག་
པས་ཡོད་པར་ཁས་མི་ལེན་ལ་མེད་པར་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན། གང་
ཡིན་ཞེ་ན། ཡོད་མེད་གང་གི་འང་རྒྱ་མཆན་ཆུན་རིག་པས་མཐོང་མེད་
པས་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་གིས་བྱ་དངོས་དེ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་
མཐོང་ན་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ལ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་མཐོང་ན་མེད་པར་
ཁས་ལེན་ཞིང་། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཆན་གང་ཡང་མཐོང་མེད་ན་ཐེ་ཆོམ་གྱི་
ངང་ལ་བཞག་རྒྱ་དེ་ཆུན་རིག་གི་ལྷ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ཤོད་སློལ་དང་

བཅན་བཀའ་བཏང་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་
གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་
འབེབས་པ་འདི་ཚན་རིག་གི་ལྟ་བ་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ནང་པའི་ལྟ་བ་
ཡང་ཡིན་ཞིང་། ལྟ་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་ཚན་རིག་པ་དང་ནང་པ་གཉིས་
ནང་ཉེ་པོས་གོ་བསྐྱར་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཡངས་པོར་བྱེ་བ་དང་ཆང་གཞི་
བཏན་པོ་གཏིང་ཡོད་པས་ཚན་རིག་པ་ཆོས་ནང་པའི་ཆོས་དེ་སེམས་ཀྱི་
ཚན་རིག་རེད། ཅེས་དང་། ཚན་རིག་དང་ལག་བཏང་དཔུང་འབྲེལ་གྱིས་
བསྐྱོད་བྱབ་པ་ནི་ནང་ཆོས་རེད། ཅེས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་དེ་བྱུང་བ་རེད།
།

འོ་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྒྱ་བསྐྱེད་བྱེད་པ་དེ་མའི་རིགས་ཀྱི་
སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤིང་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་
ལ་ཐབས་ལམ་ཇི་འདྲ་ཞིག་བརྒྱད་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་འཆོལ་
ཞིབ་དང་། བཏག་དཔུད། ཆོད་ལྟ། ཉམས་ཞིབ། གཏན་འབེབས་བཅས་
ཁག་ལྔ་བརྒྱད་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར།

དེ་ཡང་དེ་རིང་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་ཡིན་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ན་
ཡིན་ཞེས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སང་ཉིན་ཞིབ་འཇུག་བྱས་

ནས་མིན་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ན་མིན་ཞེས་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་སྟེ་
བསམ་ཞིབ་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་ལ་ཡིན་མིན་ཐག་གཅོད་ཀྱི་གཏན་འབེབས་བྱེད་
པ་ལས་སྒྲིབ་ཐག་ཆོད་པའི་དཔྱད་པ་བྱས་པའི་རྗེས་སྒྲིབ་ལ་ཡིན་མིན་ཐག་གཅོད་
ཀྱི་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་མ་རེད། དེ་ལྟར་དཔལ་འབྱོར་
དང་། དུས་ཆོད། མའི་རྒྱས་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡངས་མེད་དུ་བཏང་
ནས་གཟུགས་དངོས་ལ་འཆོལ་ཞིབ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ལམ་དེ་འདྲ་
ཞིག་བསྟེན་པ་ལ་དགོས་པའམ་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ་སྙམ་ན།
འགྲིམ་འགྲུལ་དང་། སྒྲིབ་བཅོས། སྒྲིབ་གསོ། འཆོ་བའི་ཉེར་མཁོ་སོགས་
སྤར་ལས་སྟབས་བདེ་བ་དང་འབེལ་དུ་བྱེན་ཡོད་པ་འདི་རྣམས་ཆོན་རིག་
གི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞེས་ཟེར།

དེ་ལྟར་ཆོན་རིག་གི་ངོ་བོ་དང་། ལྟ་བུ། དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་
རྒྱས་པར་བཤད་ན་བརྗོད་རྒྱ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ན་དེ་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་འདི་དང་སྤྱོད་སེམས་མཐུན་གྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་
སྤངས་རྣམས་ལ་ནང་པའི་ཆོན་རིག་དུ་བྱས་ནས་ངོ་སྤྱོད་ཞུས་ན། དེ་ཡང་
ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་དུ་གཟུགས་སྒྲིབ་རུང་བ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་
གསུངས་ཤིང་། གཟུགས་སྒྲིབ་རུང་རྩ་ལ་ལ་རིག་ཐོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལྟན་པའི་

སྒོ་ནས་གཟུངས་སུ་རུང་བ་དང་། བཅད་ནས་དུམ་བྱར་གཏོང་བྱ་ཡོད་
པའི་སྒོ་ནས་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ཞེས་གོ་བ་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་གསུངས་
པ་རེད།

གཟུགས་ལ་དབྱེ་ན་མིག་གི་དབང་པོ་ནས་ལྷས་ཀྱི་དབང་པོའི་བར་ལྔ་
ནང་གི་གཟུགས་དང་། མིག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་ནས་ལྷས་
ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་བར་ལྔ་ནི་སྤྱིའི་གཟུགས་དང་། ཡིད་
ཤེས་ཁོ་ནའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་དང་བརྒྱ་
གཅིག་གསུངས་ཡོད་ཅིང་། སྤྱི་མ་འདི་དང་དུས་ཚན་རིག་པས་འགྲེལ་
བཤད་བྱ་བྱབ་ཀྱི་མེད།

འོ་ན་གཟུགས་དེ་དག་རྩལ་ཕྱན་འདུས་ཏེ་ཇི་ལྟར་གྱུབ་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་
ན། དེ་ནི་དེང་དུས་དངོས་ཁམས་ཚན་རིག་པ་ཆོས་བཤད་པ་ལྟར་ནང་
པའི་གཞུང་ནས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེང་དུས་ཚན་རིག་
པས་གཟུགས་ཇི་ལྟར་ཚིམ་ཚུལ་ལ་ཨ་ཁོམ་གྱི་རྩལ་ཕྱན་དང་། དེ་དག་
ཉུང་ཤས་འདུས་པའི་སྤྱ་གཟུགས་གཉིས་བཤད་པ་ལྟར་ནང་པའི་གཞུང་
ནས་ཀྱང་གཟུགས་ཇི་ལྟར་ཚིམ་ཚུལ་ལ་རྫས་རྩལ་དང་། བསགས་རྩལ་
གཉིས་གསུངས་ནས་དེ་ལ་རྫས་རྩལ་ནི་ཆ་ཤས་འབྱེད་དུ་མེད་པའི་རྩལ་

ཕྱན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་རེ་རེ་བ་ལ་བཟུང་ཞིང་དེ་ནི་དེང་དུས་ཆོན་རིག་པས་
གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུང་མཐར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་རྩ་རྩམ་ཨ་ཁོམ་ཞེས་པ་
དང་དོན་འདྲ་པོ་ཡིན། བསགས་རྩལ་ནི་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུང་སྟེ་འབྱུང་བ་བཞི་
དང་། གཟུགས་དྲི་རོ་རིག་བྱ་སྟེ་འབྱུང་འགྱུར་བཞིའི་རྩམ་རྩལ་ཆ་མེད་
བརྒྱད་ཙམ་འདུས་པའི་ཕྱ་གཟུགས་ཞིག་ལ་བཟུང་བ་ཡིན། འདི་ནི་རྩམ་
རྩལ་ལས་ཆེ་བ་ཡིན་ཞིང་དེ་ནི་ཆོན་རིག་པས་ཨ་ཁོམ་དུ་མ་འདུས་པ་
ལས་འདུས་གཟུགས་སམ་ཕྱ་གཟུགས་གྲུབ་པས་ཕྱ་གཟུགས་ཨ་ཁོམ་ལས་
ཆེ་བར་བཤད་པ་དང་མཐུན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྩལ་ཕྱ་རབ་དུ་མ་འདུས་ཏེ་
ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྩོམ་པ་ན་རྩོམ་
བྱེད་གྱི་རྩལ་ཕྱན་རེ་རེ་བ་རྣམས་ཕན་ཚུན་ཐག་ཉེར་གནས་པ་ཡིན་ཡང་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མ་རིག་པར་བར་དུ་སྒྲིང་པར་གནས་པ་ཡིན། འོ་ན་
གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རགས་པ་བརྩམ་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། རྩོམ་བྱེད་གྱི་
རྩལ་ཕྱན་རྣམས་བར་དུ་སྒྲིང་པར་གནས་པས་ཕན་ཚུན་སོ་སོར་ཕྱིན་ནས་
ཞིག་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། དེ་དག་ཕན་ཚུན་མ་རིག་པར་གནས་པ་ཡིན་
ཡང་སོ་སོར་ཐོར་མི་འགོ་བ་ནི་དེ་དག་གི་བར་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱུང་གིས་རྒྱས་
པས་འཛིན་པ་ཡིན། དེ་ནི་དེང་དུས་ཆོན་རིག་པས་རྩལ་ཕྱན་ཕན་ཚུན་
ཁད་ཉེར་གྱུར་བ་ན་བར་དུ་རྒྱས་པ་ཞིག་གསར་དུ་གྲུབ་ཏེ་དེས་ཆོགས་སྟེ་

གཅིག་དུ་འཛིན་ཚུལ་བཤད་པ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་ཅན་
གྱི་དངོས་པོ་ཚུམ་བུ་དང་གྱི་ཨ་ཁོམ་མམ་རྩ་བའི་རྩལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེ་བ་
ནམས་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་དྲག་པར་དོས་འཛིན་བུ་དང་མཁན་དེ་
འདྲ་ཡོད་ཀྱང་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ནས་སྐྱེ་འཛིན་བུ་དང་
པའི་མི་དྲག་པའི་རང་བཞིན་དུ་གསུངས་གནང་གི་ཡོད། དེ་ནི་དེང་དུས་
དངོས་ཁམས་ཆན་རིག་སྒྲིབ་ནམས་ཀྱིས་རྩལ་ཕྱ་རབ་ནམས་ཕན་ཚུན་
གདོང་ཐུག་གིས་སྒོ་བྱར་འཛིན་པ་དང་། ཡང་སྒོ་བྱར་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་སྒེ་
ཡང་ཡང་སྐྱེ་འཛིན་བུ་དང་པ་ཡིན་ཞེས་ཤོད་པ་དང་མཐུན་པོ་ཡོད། ཡང་
གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ཆ་བསལ་ནས་སྐྱེ་བ་
ན་གང་མཆོམས་ནས་རང་རེའི་མིག་དབང་གིས་བཟུང་མི་ཐུབ་པའི་རྩལ་
རྩལ་སྒྲོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་དུ་འགྱུར་ཡང་དོན་དངོས་ཁོ་ལ་ཆ་ཤས་མང་དུ་སྐྱེ་
རྒྱ་ཡོད་པ་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་དེང་དུས་
ཆན་རིག་པས་བུམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཆ་ཤས་བསལ་ནས་སྐྱེ་བ་ན་མཐར་ཨ་
ཁོམ་ཞེས་པའི་རྩ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་བར་དུ་འགྲོ་ཞིང་དེ་ཡང་ཁབ་ཕྱ་མོ་ཞིག་
གི་རྩ་མོ་ལའང་ཨ་ཁོམ་གྱི་རྩལ་ཕྱ་རབ་དུང་ཕྱུར་བཀྲལ་བ་ཡོད་པས་ཨ་
ཁོམ་གྱི་རྩལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེ་བ་ང་ཚོའི་མིག་གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་ཟེར་བ་དང་
མཐུན།

དེ་ལྟར་རྫས་རྩལ་དང་བསགས་རྩལ་སྤྲོ་མོ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་
 ཅན་གྱི་དངོས་པོ་རྩྱུ་ལྟུང་ཐད་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་གཟུགས་ཀྱི་ཆུང་
 བའི་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྫས་རྩལ་བརྟེན་ཅམ་འདུས་པའི་རྩལ་
 རྫས་བརྟེན་འདུས་ཀྱི་གོང་བྱ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཤིང་དེ་ཡང་རྫས་རྩལ་སྤྲོ་
 མོ་རིགས་མི་མཐུན་མང་དུ་ཆོགས་ཀྱང་གཟུགས་ཆེ་རུ་མི་འགྲོ་བ་དང་
 རིགས་མཐུན་ཆོགས་པ་ན་གཟུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་མཐར་ང་ཆོའི་
 མིག་གིས་མཐོང་བྱུང་པའི་རགས་པ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པར་གསུངས་
 གནང་གི་ཡོད། དེ་ནི་དེང་དུས་ཚན་རིག་པས་གཟུགས་ཀྱི་ཆུང་མཐའ་ཨ་
 རོམ་གྱི་རྩལ་སྤྲན་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཕོ་སྒྲིག་གི་རྒྱས་བྱགས་ལྡན་པའི་ཕོ་རྩལ་
 དང་། མོ་སྒྲིག་གི་རྒྱས་བྱགས་ལྡན་པའི་མོ་རྩལ་། རྒྱས་བྱགས་དེ་གཉིས་
 གང་ཡང་མི་ལྡན་པའི་མཚན་མེད་ཀྱི་རྩལ་དང་གསུམ་ཡོད་ཅིང་རྩལ་སྤྲོ་
 མོ་དེ་དག་རྩལ་སྤྲོ་མོ་གཞན་དང་འབྲེལ་གཏུགས་མ་བྱས་པར་རང་ཉིད་
 ཁེར་རྒྱང་དུ་མི་སྤྱོད་ལ་རྩ་རྫས་ཨ་རོམ་ཁོ་རང་ཡང་ཨ་རོམ་གཞན་དང་
 འབྲེལ་གཏུགས་མ་བྱས་པར་ཁེར་རྒྱང་དུ་མི་གནས་པས་ཨ་རོམ་མང་དུ་
 ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲོ་གཟུགས་བྱུང་ཅིང་སྤྲོ་གཟུགས་མང་དུ་ཆོགས་
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་རགས་པ་བྱུང་ཆུང་བཤད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དང་

འདྲ་པོ་རེད། ཡང་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་རང་རེའི་མིག་གི་ཤེས་པས་
མཐོང་མ་བྱུང་པའི་ཅི་ཙམ་པའི་གཟུགས་སྤྲ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྩ་བའི་
གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཁོ་རང་ལ་རྩལ་རྩལ་བརྒྱད་གྱི་ཆ་ཤས་ཆང་
དགོས་ཤིང་གལ་ཏེ་རྩལ་རྩལ་བརྒྱད་མ་ཆང་ན་དེ་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་
པོ་མ་ཡིན་པར་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པ་དང་རྩལ་རྩལ་བརྒྱད་པོ་དེའང་
རིགས་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ཡང་ཆོགས་པ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ནི་རྒྱུད་གི་
རྣམས་པས་ཡིན་པར་འགྲེལ་བཤད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་དེང་རྒྱས་
ཆོན་རིག་པས་རྩ་རྩལ་ཨ་ཁོམ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་
ཡོད་པ་དང་དེ་དག་སོ་སོར་ཡང་ཆ་རྩལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་པ་
ནམས་རང་རེའི་མིག་གིས་ཤེས་པས་མཐོང་མི་བྱུང་པ་མ་ཟད་ཆེ་ཤེལ་
སྤྲད་ཀྱང་མཐོང་དཀའ་བ་ཡིན་ཞིང་ཨ་ཁོམ་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཕོ་རྩལ་
གྱིས་ཕོ་རྩལ་སྤྱིར་འབྲུད་ཅིང་མོ་རྩལ་ཚུར་འཐེན་པ་དང་མོ་རྩལ་གྱིས་མོ་
རྩལ་སྤྱིར་འབྲུད་ཅིང་ཕོ་རྩལ་ཚུར་འཐེན་ཏེ་བྱེད་ལས་རིགས་མི་མཐུན་པ་
ཡིན་ཡང་ཆོགས་སྡེ་གཅིག་ཏུ་གནས་བྱུང་པ་ནི་གསར་དུ་བྱུང་པའི་རྣམས་
པས་ཡིན་ཞེས་ཟེར་པ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད།

ཡང་ནང་པའི་གཞུང་ལས་འདུས་བྲས་གྱི་ཆོས་ནམས་ལ་སྦྱེ་འཇིག་

གི་རྣམ་གཞག་གསུང་གི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་གྲུབ་པའི་དུས་དེ་ཉིད་
ནས་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པའི་སྐྱད་ཅིག་མའི་སྐྱེ་འཇིག་གི་རྣམ་གཞག་གསུངས་
གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་ཆུ་གོག་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་མགོའི་སྒྲ་
དཀར་པོ་དང་། གདོང་གི་གཉེར་མ། ལྷས་གོག་པོ། དྲན་པ་མི་གསལ་བ་
བཅས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དེ་ད་ལྟ་སྟོན་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་སྐྱེ་བའི་
སྐྱད་ཅིག་དེ་ཉིད་ནས་འགྱུར་བ་འགྲོ་བའི་འགོ་ཚུགས་པ་ནང་བཞིན་རེད།
དེ་ནི་དེང་དུས་དངོས་ཁམས་ཆུན་རིག་པས་མེ་ཏྲོག་ལ་ཉི་མ་རེ་རེ་དང་ཚུ་
ཚོད་རེ་རེ་སྐར་མ་རེ་རེ་ནས་དཔར་སྐྱངས་ཏེ་འགྱུར་བ་ཡོད་མེད་བཟླ་ག་
དཔུད་བྱས་པ་ན་འགྱུར་བ་སྤྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་ཏྲོགས་བྱུང་བ་དང་། ཅུ་ཇུས་
ཨ་ཁོམ་གྱི་རྩལ་ཕྱན་རྣམས་སྐྱུར་ཆོད་ཏེ་ཅང་མགྲོག་པོའི་ཐོག་ནས་
གདོང་བྱག་བྱེད་པས་དེ་དག་སྐར་ཆ་གཅིག་ཀྱང་མ་བེན་པའི་དུས་ཡུན་
བྱུང་དུ་ཞིག་གི་ནང་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད། ཡང་
ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་སྤྲི་ཞིང་འཐད་པའི་གཟུགས། བརྒན་ཞིང་ག་ཤེར་
བའི་གཟུགས། ཡང་ཤིང་ག་ཡོ་བའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་

མང་པོ་ཞིག་གསུང་གནང་གི་ཡོད། དེ་ནི་དེང་དུས་ཆུན་རིག་པས་ཅུ་
ཇུས་ཨ་ཁོམ་དུ་མ་འདུས་པ་ལས་ཕྱ་གཟུགས་གྲུབ་ཅིང་འདུས་ཇུས་ཕྱ་

གཟུགས་རྣམས་ཚགས་དམ་པོར་གནས་པ་ན་མཁྱེག་གཟུགས་སུ་གྱུར་བ་
དང་། སྤྱ་གཟུགས་རྣམས་ཕན་ཚུན་ཚགས་སྟོད་པོར་གནས་པ་ན་བརྒྱན་
གཟུགས་སུ་གྱུར་བ་དང་། ཚགས་ཏེ་ཅང་སྟོད་པོར་སོང་སྟེ་བར་སྤང་སྟོང་
པར་འཕྱེ་ལྗོང་བྱེད་པ་ན་རྒྱངས་གཟུགས་སུ་གྱུར་བ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་འདྲ་
པོ་ཡོད་པ་རེད། སྐད་ཆ་འདི་དག་ནི་ནང་པའི་གཞུང་གི་ནང་གཟུགས་ཅན་
གྱི་དངོས་པོ་དང་དེ་ཚེ་མ་བྱེད་གྱི་རྩལ་རྩལ་འགྲེལ་བཤད་གནང་སྤངས་
དང་དེང་རྩལ་ཚན་རིག་པས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་སྤངས་འདྲ་བའི་ཆ་
རྣམས་ངོ་སྟོན་ཞུས་པ་ཡིན་ཞིང་། མི་འདྲ་བའི་ཆ་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་
དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་སྤྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྩལ་ཕྱན་ཁོ་ནའི་སྟངས་
གྲུབ་པ་ཡིན་པར་དེང་རྩལ་ཚན་རིག་པས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱང་ནང་
པས་ནི་དེ་ལ་ལོངས་སྟོན་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དེའི་ནང་རྣམ་ཤེས་གྱི་སྟངས་
ནས་ཀྱང་གྲུབ་ཚུལ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་ལ་ཟབ་པ་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་།
སྤྱི་རོལ་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ནང་རྣམ་ཤེས་ལ་འཆོལ་ཞིབ་དང་།
བཏག་དཔྱད། ཚོད་ལྷ། ཉམས་ཞིབ། གཏན་འབེབས་བཅས་གྱི་སྒྲོར་ལ་
དེང་རྩལ་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ནང་པའི་རྗེས་སུ་ལེ་དབར་ཐེར་འབྲུམ་མང་
པོས་ལྷས་ནས་ཡོད་པ་བྱིད་རྣམས་པས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད།

དེ་ལྟར་རྩལ་ཕྱན་གྱི་སྒྲོར་ངོ་སྟོན་རགས་ཙམ་ཁྱས་པ་འདི་ནང་པའི་
གྲུབ་མཐའ་བཞིའི་ནང་གི་དམའ་ཤོས་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་འབྲེལ་བཟོད་བྱེད་
སྒྲངས་ཡིན་ཞིང་དེ་མིན་མདོ་སྡེ་པ་དང་། སེམས་ཙམ་པ། དབྱ་མ་པ་
ནམས་ཀྱིས་ཡུལ་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་སྒྲངས་ངོ་
མཚར་བ་ནམས་གཞུང་ཆེན་མོ་ཁག་གི་ནང་མངལ་རྒྱ་ཡོད་པས་རིམ་
པས་གཟིགས་བྱུང་ན་བྱེད་རང་ནམ་པར་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་སྒོ་
བསྐྱེད་ཞིག་ལོན་ངེས་རེད།

དེ་ནས་སེམས་སམ་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོར་དང་། གྲུང་པའི་ཆགས་ཚུལ་
གྱི་སྒྲོར། མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར། ལུས་ཀྱི་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར།
དེ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་སོགས་ལ་ནང་ཆོས་དང་ཆོན་
རིག་གཉིས་མཉམ་བསྐྱར་བྱས་ནས་ངོ་སྟོན་ཁྱས་ན་རང་རེ་ཆང་མར་ཕན་
ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་རྒྱ་རེད་འདུག་ཀྱང་དུས་ཆོད་ཟིན་སྲིང་བས་རྗེས་སུ་
ཞུ་འཆར་དང་གཤམ་ལ་དྲི་བ་འདོན་རོགས་གནང་།

༡ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བདེ་སྤྱད་ཟེར་རམ།

ལན། རང་ཅག་མི་ལྟར་ལྷན་འདྲི་ཐོག་མར་གྲུབ་པའི་སྐབས་སུ་ཕ་
མའི་ཁྲ་ཁྲག་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་འདྲའི་ལྷན་དེ་འབྱུང་བ་
བཞིའི་རྩལ་ཕྱན་བསགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། འབྱུང་བ་
བཞིའི་རྩལ་ཕྱན་དེ་དག་ཐོག་མར་ཕྱ་མོ་ཆུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་ཀྱང་རིམ་
བཞིན་རིགས་མཐུན་དང་རིགས་མི་མཐུན་མང་དུ་ཆོགས་ཤིང་འཕེལ་བ་
ལས་ད་ལྟའི་ཤ་རུས་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལྷན་རགས་པ་འདི་གྲུབ་པ་ཞིག་
རེད། ལྷན་གྱི་རྒྱ་ལ་འགོ་བའི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཀྱང་ཕན་ཚུན་
འཆམ་མཐུན་ཡོངས་ཐབས་མེད་པའི་འགལ་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ལྷན་གྱི་ཆོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་ཤས་ཆེ་ཆུང་མ་ཤོར་བར་ཆ་
མཉམ་པར་གནས་པ་ལ་ལྷན་བདེ་བ་ཟེར་བ་ལས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གི་རྩ་
རྒྱན་གཅིག་ཤོས་དེས་འཛིན་ནས་ཕན་འདོགས་རེས་བྱེད་པ་ཞིག་མ་རེད།
དཔེར་ན་སློག་ཆགས་འཆམ་ཐབས་མེད་པ་བཞི་ལྷན་དྲ་གཅིག་གི་ནང་
དུ་བཅུག་པའི་ཆེ་ཕན་ཚུན་འབྲུག་པ་མ་བྱུང་བར་སོ་སོར་གནས་པ་ཙམ་
ལ་འཆམ་པོ་དང་མཐུན་པོ་ཟེར་རྒྱ་ལས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
སེམས་འབྲུར་དང་རོགས་རམ་བྱས་ནས་སེམས་མཐུན་ཞིག་ཏུ་ནམ་ཡང་

འགྱུར་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ལྷན་གྱི་ཆོགས་པ་ན་
ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་མ་འབྲུག་པར་གནས་པ་ལ་ལྷན་ནད་མེད་བདེ་
ཐང་ཟེར་བ་དང་། སེམས་ལ་རེ་དོགས་གྱི་ཁྱར་པེ་མེད་པའི་གྲ་ཡངས་
ཤིང་སློ་སྤང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་སེམས་པ་སྦྱིད་པ་ཟེར་བས་བདེ་བ་དེ་ལྷན་
དང་སྦྱིད་པ་དེ་སེམས་གྱི་སྤང་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ན་འགྲེལ་བརྗོད་
བྱེད་སྤངས་དེ་ལྟར་རེད།

༣ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྦྱོ་ཆོགས་
ནང་ཆ་ལྷགས་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་སློ་སྦྱིད་སློ་སྤང་ཆོགས་པ་མཐོང་ཆོས་
སྦྱ་ཡོད་པ་འདིས་ཅི་ཞིག་གསལ་བ་ཤད་བྱེད་གྱི་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤང་ང་ཆོས་མཐོང་ཆོས་སྦྱ་ཡོད་
པའི་སློག་ལྡན་འབྲུ་གཅིག་ཕྱར་མཆོན་ནའང་རིགས་མི་འདྲ་བ་བགྲང་
གིས་མི་ལང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། རིགས་རེ་རེར་ཡང་སྦྱ་མཐའ་མེད་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་དག་སོ་སོས་སྟོ་ཆས་བཙལ་འཆོལ་གྱིས་ལོ་ཟླ་
སྦྱེལ་སྤངས་ལ་ཕར་གཅིག་བལྟས་ན་སྐབས་རེ་དགོད་བྲོ་ལ་སྐབས་རེ་ཏུ་
བྲོ་བ་ཞིག་ཡོད།

དཀའ་ཆོགས་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཡང་ཐམས་ཅད་བྱུང་བས་ད་གྱིས་མ་

བསྐྱེལ་དང་ལེན་བྱེད་པ་དེ་བདེ་སྦྱིད་དང་ལྡན་པའི་ངང་ནས་འཆོ་གནས་
བྱབ་པའི་སྦྱིར་དུ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་མིའི་སྦྱི་ཆོགས་འདིར་ཡང་
ཆོས་ལུགས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་ཞུགས་ནས་དེ་དང་དེའི་ཆ་ལུགས་
བཟུང་སྟེ་དཀར་ཟས་བཟའ་བ་དང་། ཁ་འདོན་བྱེད་པ། སྐྱོར་བ་སོགས་
ལ་བསྦྱོད་ནས་མི་ཆེ་སྦྱེལ་བ་དང་། ཡང་བྱིམ་ཆང་བཟུང་ནས་ཆར་དུས་
མེད་པའི་ཐོབ་ཤོར་གྱི་ལས་ལ་མི་ཆེ་གང་པོར་འབད་པ། ཡང་ཆོས་དང་
འཇིག་རྟེན་གང་གི་འང་སྦྱོང་ཆོར་དང་བསམ་ཤེས་མེད་པར་གོ་མེད་
ཆོར་མེད་ངང་མི་ཆེ་སྦྱེལ་བ་སོགས་ལ་བཞུས་ན། ཆེ་བ་འཇམ་སྒྲིང་ལ་
སྐད་གྲགས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ནས་རྒྱུང་བ་འབྱ་སྲིན་གཅིག་ཡན་ཆད་
བར་གྱི་སྒོག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱེས་དུས་ནས་རང་བཞིན་ལྡན་སྦྱེས་སུ་
ཡོད་པའི་ཞི་བདེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གཅིག་གྱུར་དུ་ཡོད་པ་དེས་
ལས་མཐའ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་བརྩམས་དགོས་པ་དེ་བྱུང་བས་ན། ཕྱིའི་
ནམ་པ་དང་སྦྱོད་རྩྭ་ལ་མི་འདྲ་ན་འང་ནང་སེམས་སུ་ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་
དོན་དུ་བརྩོན་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲག་ཡིན་པ་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་
ཡོད།

༡ འཇམ་གླིང་འདྲིའི་སྒྲིང་ནི་བདེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཚུལ་ཇི་འདྲ་
ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདྲིའི་སྒྲིང་མི་ནམས་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ་
བའི་ནི་བདེ་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ལ་
ཆེས་གནའ་སྔ་མོ་ཞིག་ནས་བསམ་གཞིགས་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཤིང་ངོས་
འཛིན་ཡང་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ། འགའ་ཞིག་གིས་
ལྷས་དལ་སྟོད་དུ་བཞག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བས་ལྷས་
འདྲི་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་ན་ནི་བདེ་འབྱུང་བར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་ལྷས་
ལ་གོས་མི་གྲོན་པ་དང་། ཟས་ངན་པ་དང་ཉུང་དུ་ལས་མི་བཟའ་བ།
ལྷས་ལ་མེ་སྐར་བ་སོགས་ལྷས་ཐོག་དུ་ཆ་གང་གི་དཀའ་སྤྱད་སྒྲ་ཆོགས་
ལ་བཟོད་བསྐྱོམ་གྱིས་དོན་དམ་པའི་ནི་བདེ་ཞིག་ཡོང་རེ་བྱེད་པ་དང་།
འགའ་རེས་ངག་སྒྲས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་དང་། ངག་
མ་སྒྲས་ན་ནི་བདེ་འབྱུང་བར་ཡོད་ཆེས་བྱས་ཏེ་མི་སྒྲ་བའི་བརྟུལ་ཞུགས་
བབྱང་ནས་ནི་བདེ་ཡོང་རེ་བྱེད། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་ངག་མ་སྒྲས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་དང་། ངག་སྒྲས་ན་ནི་བདེ་འབྱུང་བར་
ཡོད་ཆེས་བྱས་ནས་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པའི་དོན་དུ་བསམས་ནས་

དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་མཐོན་པོར་བྱས་ཏེ་ནི་བདེ་ཡོང་རེ་བྱེད། ཡང་ལ་ལས་
རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱ་
དངོས་ཡོད་ན་ནི་བདེ་འབྱུང་བར་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་མི་ཆོ་གང་པོར་
དཔལ་འབྱོར་བཙལ་སྐྱབ་ཀྱི་ལས་ལ་དཀའ་སྤྱད་བྱེད་པ་སོགས་མཐའ་
ཡས་པ་ཞིག་ཡིད།

དེ་ལྟར་ངོས་འཛིན་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་བདེ་འཆོལ་བའི་
ཐབས་ལམ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་ཤིག་ལ་འབད་ཀྱང་དེ་དག་ལ་དགའ་
སྒྲོམ་ཡིད་ཆོམ་བྱབ་པའི་ནི་བདེ་ཞིག་ད་དུང་ཡང་རྟེན་བྱབ་མེད།

༤ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོས་ལྷགས་ཟེར་རམ།

ལན། དྲི་བ་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་བཏོན་སོང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་གི་
ནང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་པ་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དུ་བཤད་ཡོད། དེའི་
གོ་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱེའི་
རྣམ་གཞག་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་དེ་འདྲའི་རྣམ་
གཞག་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན་
དེ་ལ་དད་པ་བྱས་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་དཀའ་ངལ་གྱི་
གནས་ལ་མི་སྤྱང་བར་འཛིན་བྱབ་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་

གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ཆོས་ཤིག་ཁས་ཁྱེད་ཀྱི་ནུས་དེ་ལ་ཉམས་
ལེན་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་སྦྱོང་པའི་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལ་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁོངས། བྱུང་མཐའི་བྱུང་པར་མེད་པར་
འཇམ་སྐྱེད་འདྲིའི་ཐོག་གི་ཆོས་དད་པ་ཆང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། རྒྱ་
མཚན་དེ་འདྲར་སོང་མ་སྦྱོང་པ་སྦྱོང་བ་དང་སྦྱོང་པ་བསྐྱབ་པ་དེ་ཆོས་
ལྷགས་ཀྱི་གོ་དོན་ནམ་ཉིད་དགོས་ཡིན་དགོས་ཀྱི་རེད། ཡིན་ནའང་ཆོས་
ལྷགས་སོ་སོའི་སྟོན་པ་དེ་དང་། དེའི་ཤེས་ཚད་དང་ལྟ་བ་མི་འདྲ་བའི་
དབང་གིས་རང་གི་རྗེས་འདུག་གི་དད་ལྡན་ནམས་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་ལ་མི་སྦྱང་
བར་འཇོན་ཐབས་དང་བདེ་བ་ལ་སྦྱོར་ཐབས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་སྣ་ཆོགས་
ཤིག་བྱས་ཡོད། དེར་བརྟེན་འཇམ་སྐྱེད་འདྲིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་སྣ་
ཆོགས་དར་བ་རེད། དཔེར་ན་འཇམ་སྐྱེད་འདྲིའི་སྟོང་གི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་
སོས་རང་གི་སྦྱི་འབངས་ནམས་བདེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་འབྱིད་ཐབས་སྣ་
ཆོགས་ཡོད་པ་ལྟར་རེད།

དེ་ལྟར་ཆོས་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་ཚུར་བསྐྱས་
པ་ཡིན་ན། གསུམ་དུ་བསྐྱེད་ཆོག་གི་འདུག་སྟུང་། དང་པོ་ནི་དད་པ་རྒྱུད་
པའི་ཐོག་ནས་བྱེད་པ་ལས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་སའི་གནས་གཏན་ནས་

མེད་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི་བརྟག་དཔུང་བྱེད་མའི་གནས་ཕྱན་བྱ་ཡོད་
ཀྱང་གཙོ་བོར་དད་པ་བྱས་ནས་བྱེད་དགོས་པ། གསུམ་པ་ནི་དད་པ་དང་
བརྟག་དཔུང་གཉིས་ལས་བརྟག་དཔུང་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བྱེད་དགོས་
པ་དང་གསུམ་ཡོད། གསུམ་པ་དེ་ནང་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཡིན།

༥ འོན་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་བྱུང་བ་
ཡིན་ནམ།

ལན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཆོས་ལྷགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་
དེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ཐོག་མའི་བྱུང་རིམ་
དང་། བར་གྱི་འཕེལ་རིམ། མཐའ་མའི་འཇིག་རིམ་རྣམས་ཆོས་ལྷགས་
སོ་སོར་དད་པ་བྱེད་མཁན་རང་སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ནང་དངོས་ཡོད་དང་།
ཤོད་སྟོལ་ཅི་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་རྒྱུ་པར་བཀོད་པའི་དེབ་མང་པོ་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་བྱེད་རྣམ་པས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། དེར་བརྟེན་
ངོས་ནས་འདིར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐོར་མ་ཞུས་པར་ད་ལྟ་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་
བཞིན་སེམས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་རྒྱག་བསྟུལ་
མི་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་དུ་ཡོད་པ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་
འདིའི་ཐོག་ནས་ངོ་སྟོན་ཞུས་པ་ཡིན་ན་ང་རང་ཆོར་བདེ་རྒྱག་གི་ཉམས་

མྱོང་གསལ་པོ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་བདེ་འཕྲོད་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་
གི་འདུག

དེར་བརྟེན་ངོས་རང་གི་བསམ་འཆར་འདྲ་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་
འདོད་རྒྱུའི་བདེ་བ་དེ་དང་མི་འདོད་རྒྱུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་
ཡོང་གི་ཡོད་མེད་བརྟག་དཔྱད་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཆོར་ཞེས་
པའམ་མྱོང་བའམ་ཆོར་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་བདེ་སྤྱག་གཉིས་
ཡོང་གི་ཡོད་པ་གསལ་པོ་གསལ་བྱུང་ཡིན། དེ་འདྲ་དེ་ཡང་ལྷས་ཀྱིས་
མྱོང་བ་དང་སེམས་ཀྱིས་མྱོང་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ལྷས་ཀྱི་
བདེ་བ་དང་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་གཉིས་ཏེ་བདེ་བ་གཉིས་དང་། ལྷས་ཀྱི་སྤྱག་
བསྐྱེད་དང་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་སུ་དབྱེ་
དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད།

གྲོད་པ་ལྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཀྲེས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིག་ཡོང་གི་
ཡོད་པ་དེ་ལྟོ་བཟས་པས་སེལ་བྱུང་པ་དང་། ཀླང་ལག་སྟོགས་ན་བ་ལ་
བརྟེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་སྦྲན་བསྦྲན་པས་སེལ་བྱུང་
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆ་གང་དང་གཟུགས་མི་མངོས་པ་དང་སྐྱ་མི་སྟན་
པ་ལ་སྟོགས་པའི་འཕྲལ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་མས་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་ཅིག་

བྱུང་བ་དང་། དེ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་འཕལ་གྱི་རྒྱུ་ཡང་དེ་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་
ཐམས་ཅད་ནི་གཙོ་བོར་སྒྲིང་པའི་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་
བསྐྱེད་དང་དེ་བསལ་བའི་ལྷན་གྱི་བདེ་བ་ཡིན།

འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷན་གྱི་བདེ་རྒྱུ་རྩ་དེ་ཆོད་ནས་སྤངས་ཆང་ཤེས་པ་
ཅམ་གྱིས་འགྲིག་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལྷན་གྱི་རྒྱུ་བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་
ལྷན་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ནི་དུད་འགྲོ་ལའང་ཡོད་པས་དེ་ཅམ་གྱིས་
རང་ཅག་མིའི་འདོད་པ་སྒྲིང་མི་བྱུང་བ་ནི་རང་ཅག་མི་ལ་དུད་འགྲོ་དང་
མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཞིག་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ཡིན། དེ་གང་ཡིན་ཟེར་
ན་ཤིན་ཏུ་གྲུང་ཞིང་ཆོར་བ་རྣེས་པའི་ཡིད་སྒྲིང་ཤིག་པ་འདི་ཡིན་ལ་འདི་ཡོད་
པའི་རྒྱུ་གྱིས་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་ཆབས་ཆེ་ཞིང་ཡུན་རིང་བའི་
སེམས་གྱི་རྒྱུ་བསྐྱེད་ཞེས་པ་ཞིག་སྟེན་པ་རེད།

དེ་ལ་མིའི་ཡིད་སྒྲིང་ཤིག་པར་འཆར་ཚུལ་དང་དུད་འགྲོའི་ཡིད་སྒྲིང་
ཤིག་པར་འཆར་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་ཆུང་དང་གཏིང་ཟབ་མི་ཟབ་གནམ་
ས་ལྟ་བུའི་བྱུང་པར་ཡོད་པས་དུད་འགྲོ་ལ་མེད་པའི་སེམས་གྱི་བདེ་རྒྱུ་
མང་པོ་ཞིག་མི་ལ་ཡོད་པར་སོང་གཤིས་ཤུགས་ཀྱི་རིང་པའི་བསམ་སྒྲིང་
ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན། གཙོ་ཆེར་སེམས་གྱི་བདེ་རྒྱུ་སྒྲིང་ལ་ཞིབ་འཇུག་

དང་སྐད་ཆ་ཤོད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་མིའི་
 རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་ནང་བསམ་སྒྲོམ་དུན་གྲུལ་དུ་སྒྲེབས་པའི་མི་
 རྣམས་པོ་ཞིག་གིས་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱབ་ལྷགས་དང་
 ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ་སེལ་ལྷགས་ལ་བརྟག་དཔྱད་
 བྱེད་པའི་སྒྲིམ་ཆོས་གནའ་སྡེ་མོ་ཞིག་ནས་ཚུགས་ཟིན་འདུག

མི་རྣམས་དེ་དག་གིས་ཞིབ་ཚགས་པོ་དང་ཡུན་རིང་པོའི་བརྟག་དཔྱད་
 བྱས་པའི་འབྲས་བུར་སྤྱིའི་བཟའ་བུ་དང་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིམ་ཆོས་དབང་
 ཤེས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚོར་བ་དེ་དག་གིས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་འདོད་
 པ་ཁེངས་ངེས་ཀྱི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ་སེལ་བའི་རྒྱལ་བ་
 འདོན་སྤེལ་བྱེད་མི་བྱུང་པ་དེ་ཐག་སྐྱད་དེ་ཆོད་ནས་ཡོད་པ་ལ་ངེས་ཤེས་
 བརྟན་པོ་ཞིག་རྟེན་པར་བརྟེན་བདེ་བ་ལུན་སྤྲུལ་ཚོགས་པ་ཞིག་དགོས་པ་
 དང་རྒྱལ་བསྐྱེད་མིང་ཅམ་ཡང་མི་དགོས་པ་དེ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
 ཡིན་པ་དང་གཅིག་ རྟོག་ཤིང་འཛོམས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་དེ་འདྲ་ཡོང་
 རྒྱུ་མེད་པ་དེ་འདྲ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་དང་གཉིས་ལ་
 བརྟེན་ནས་སེམས་རང་གི་ཐོག་ནས་དེ་གཉིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བསམ་
 ཚུལ་ལྷགས་ཆེན་ཞིག་བྱུང་བའི་སྐབས་སེམས་བཞག་སའི་ཆོས་ལྷགས་

ཞེས་པ་འདི་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་སྒྲེབས་པ་རེད།

༦ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལྷགས་འདྲ་མིན་སྣ་ཆོགས་ཞིག་ཡོད་
ན་ཆོས་ལྷགས་དེ་དག་གི་དང་པོའི་རྩོམ་གཞི་འམ་དང་པོའི་གྲུབ་གཞི་
དེ་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྒྲེང་གི་སེམས་དང་ལྡན་པ་མཆིས་
སོ་ཙམ་ལ་ཕར་བརྟག་དཔུད་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡ་གེའི་སྒྲ་ཡི་དབང་པོ་
བརྒྱ་བྱིན་ནས་མ་གེའི་འབྲུ་སྒྲིན་ཕྱ་མོ་ཞིག་གི་བར་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་
ཀྱང་མི་སྡོད་པར་འགྲུལ་སྡོད་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་
མ་རུང་སྒྲམ་པ་དང་། རླུག་བསྐལ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དགའ་བ་ལ་ཨང་སྒྲམ་
པའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གིས་ཡིན་པ་ཐག་གཙང་མར་གཙོད་ཆོག་པ་ཞིག་
ཡིན།

བསམ་འབྱེར་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཡིན་པར་ང་རང་ཆོར་ཉམས་སྦྱོང་
དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ལུང་གིས་སྦྱབ་དགོས་ཀྱི་
མ་རེད་ལ་རིགས་པས་ཀྱང་སྦྱབ་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། སེམས་ལྡན་སྤྱ་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ཡང་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་རླུག་བསྐལ་མི་འདོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་
བཟང་ཆོག་ལ་གཏོང་འོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། བསམ་འབྱེར་འདི་ང་རང་

ཆོར་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་གཞི་རྩའི་ཁེ་དབང་ཞིག་ཡིན་སྟབས་དེ་ལ་
རྒྱལ་ཁོངས་དང་། མི་རིགས། ཆོས་ལུགས། ཚན་པ་གང་གི་འང་ཁྱད་
པར་མེད།

དེར་བརྟེན་ཆོས་ལུགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་བསམ་སྟོང་འདིའི་ཐོག་
ནས་འགོ་བརྩུགས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་བསམ་སྟོང་འདི་ཆོས་ལུགས་ཚང་
མའི་དང་པོའི་སྐབ་གཞི་དེ་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆོས་ལུགས་
སོ་སོ་གསར་གཏོད་གནང་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་དེ་དང་། དེའི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་
རྩ་ལ་དང་བྱམས་བརྟེན་སྟབས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་དེས་འགྲེལ་བཤད་
བྱས་པ་དེ་ཡང་དག་མ་དག་དང་གཏིང་ཟབ་མི་ཟབ་ཡོང་ཆོག་ནའང་
རང་གི་རྗེས་འདྲུག་རྣམས་བདེ་བ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཤ་སྟག་
ཡིན་པས་གཞི་རྩའི་སྐབ་གཞི་ནི་ཁྱད་སྟངས་ལྱང་རྒྱ་མཚན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་
རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

པ འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་
དག་ཚང་མ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་པས་དེ་དག་ལ་
ཡག་སྟག་གི་ཁྱད་པར་སྤྱེ་ན་གང་འདྲ་ཞིག་གི་སྟོན་སྟངས་དབྱེ་དགོས་པ་
རེད་དམ།

ལན། འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། ཆོས་ལྷགས་ནང་ཕན་ཚུན་གྲུས་
བརྩེའི་འདུ་ཤེས་མ་འདང་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ང་རང་ཆོ་འགྲོ་བ་མི་དང་།
འཁོར་ཡུག་འབྱ་སྤོམ་ཚུན་ཆད་གྱིས་དཀའ་ངལ་བསྐྱེན་མ་ཞིག་ལ་གདོང་
ལེན་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ཡང་ཆོས་ལྷགས་སོ་སོར་སྟོན་པ་དང་ལྟ་བུ། ཆས་གོས་སོགས་
མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་ནའང་གཞི་རྩའི་ཆ་ནས་ཆང་མ་ཡག་པོ་ཤ་སྟག་ཡིན།
དེ་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ཆོས་ལྷགས་ཆང་མའི་དམིག་
ཡུལ་ནི་རང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་ནམས་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁ་
ཏ་བསྐྱབ་བྱ་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་གི་ཕ་མེས་ནས་བྱུང་བའི་
ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་ཙམ་ལོ་རྒྱས་རིང་པོ་རང་མེད་
པའི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་ལྟར་ལོ་རྒྱས་རིང་བྱུང་དེ་
གནད་འགག་ཅིག་མ་ཡིན་པར་གཙོ་ཆེར་རང་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་
མི་དམངས་ལ་མི་ཆེའི་ནང་དཀའ་ངལ་སེལ་རོགས་དང་བདེ་བ་སྐྱབ་
རོགས་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་ན་ཡོངས་སུ་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་དེ་ནི་ཆོས་
ལྷགས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན། ང་རང་གི་ངོས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནའང་
ཆོས་ལྷགས་ཁག་གིས་ད་བར་འཇམ་སྤིང་འདིའི་ཐོག་གི་མི་ས་ཡ་མང་

པོར་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་མ་འོངས་པ་ལའང་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཡིན་
 པར་སོང་ཆོས་ལྷགས་ཆང་མར་གྲུས་བཀྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་བྱེད་འོས་པ་
 ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་འདུག དཔེར་ན་སྒྲུན་འགའ་ཞིག་རིན་གོང་གིན་ཏུ་མཐོ་
 པོ་ཡིན་རུང་ནད་ལ་ཕན་གྱི་མེད་པ་དང་། ཡང་སྒྲུན་འགའ་ཞིག་རིན་
 གོང་དེ་ཙམ་རང་མཐོ་པོ་མིན་རུང་ནད་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་པ་ང་ཆོའི་འཆོ་བ་
 དངོས་ནང་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད། ནད་པ་རང་ཉིད་ལ་འཕྲོད་ཅིང་འཆམ་
 ལ་ནད་ལ་ཕན་པའི་སྒྲུན་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ནད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་
 ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། དད་ལྡན་པ་རང་ཉིད་ལ་འཕྲོད་ཅིང་འཆམ་ལ་
 རན་པའི་ཆོས་ལྷགས་གིག་བྱུང་ན་དེ་དད་ལྡན་པ་རང་ཉིད་ངོས་ནས་
 ཡག་པོ་དང་བཟང་པོ་ཡིན།

དེར་བརྟེན་ཆོས་ལྷགས་ལ་བཟང་ཆུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་ཆོག་ཀྱང་
 བཟང་ངན་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་བྱུང་གྱི་མ་རེད་ལ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་
 རེད། གལ་ཏེ་ཆོས་ལྷགས་ཕན་ཚུན་བར་ཡག་སྤྱད་གི་འདུ་གཤེས་འཛིན་
 པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་།
 རིག་གནས། གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་བཅས་ལ་བཙན་གཞོད་བྱས་པ་ཞིག་
 རང་ཡིན། སྒོན་པ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་བྱུ་པས་ཀྱང་། ལྷ་ཡི་ཐེག་དང་ཆངས་པའི་ཐེག་

།ཅེས་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་སྤྲོད་ཆོག་པ་ཡིང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་
ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་བཟང་ངན་གྱི་འདྲ་ཤེས་འཛིན་པ་ཡིན་ན་
ཆོས་སྤོང་གི་ལས་ཞེས་སྤྲིན་པ་ཆོས་ཆེན་གསོག་པར་གསུངས་ཡོད།
ལྟག་པར་ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་དབར་མཇུག་བརྟེན་མཐུན་ལམ་གྱི་གྲུས་
བརྟེན་འདྲ་ཤེས་ཤིག་ཆོས་བྱེད་མི་སྤྲོད་མི་རེ་དོ་རེར་ལྟན་དགོས་པ་ནི་དེང་
དུས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་། མི་གཙོ་
པོར་གྱུར་བའི་སློབ་ལྟན་གྱི་སྤྱི་ཆོག་པ་ཡིང་ས་ལ་འགན་འབྲེར་བ་ཞིག་
ཀྱང་ཡིན་སྟེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ཕན་ཐོགས་དགོས་མཁན་གྱི་ལྟ་དེ་གཞི་
བྱེད་མཁན་གྱི་བདུད་དུ་འགྱུར་བ་ལྟར་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིར་ཕན་ཐོགས་
པའི་ཆེད་དུ་ཁས་ལེན་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་ཐན་འབྲེར་གྱི་ལྟ་བའི་དབང་
གིས་དམག་འབྲུག་དང་ནད་ཡམས་བརྒྱུས་སྤོགས་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་
ངལ་ཆེད་ལས་འདས་པ་སྟེར་མཁན་གྱི་ལག་ཆ་ཞིག་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་
དེ་ནི་ལེགས་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད།

ངས་འདིར་ང་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཆོས་པ་ཆེད་བྱབ་དཔལ་ལྟན་
ལམ་རིམ་པའི་ཆོས་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་མཁའ་གཞི་དོ་མཆར་བ་ཞིག་
ཡོད་པ་དེ་བྱེད་ནམ་པར་གཅིག་ཞུས་ན་བསམ་བྱུང་། དེ་ཡང་ནམ་རྒྱུན་

དུ་ང་རང་ལས་དམན་པའམ་ང་རང་གི་འོག་ཏུ་ས་དང་ཆུ་མ་གཏོགས་
གཞན་གང་ཟག་སྲུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་གཟུགས་ལང་ཆོ་དང་སེམས་ཀྱི་
ཡོན་ཏན་གང་གི་ཆ་ནས་ང་རང་ལས་སྟག་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་ང་རང་གི་
གོང་དུ་བཀྱར་རྒྱུ་ཡིན་སྟེ་ཕ་དེ་ཡིན། འདི་འདྲ་བའི་ཆད་དུ་བྱུང་བའི་
བསམ་ཚུལ་བྱད་པར་ཅན་འདི་ང་ཆོས་ཡོང་གི་ཨེ་འདུག་ཆོད་ལྟ་ཞིག་
བྱེས་དང་།

༩ དེང་དུས་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་མི་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་དད་དང་ཚིངས་
དད་གཉིས་གཅིག་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་བྱེད་རང་གིས་
བྱས་ན་གཅིག་པ་རེད་དམ།

ལན། འདྲི་བ་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་བཏོན་སོང་། ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་
གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གསལ་བཤད་ཅིག་ཞུ་དགོས་བསམ་བྱུང་།

སྤྱིར་བཏང་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་
ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སོ་སོར་དགའ་མོས་ཀྱི་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཡང་
གངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་ལ་དད་པ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་
རང་སོ་སོར་ཡ་རབས་བཟང་སྟོན་དང་། མ་མཐར་ཡང་གནས་སྐབས་
སྟོབ་དེ་བ་ཅུ་ཀྱི་དགོས་པ་སྐྱབ་བྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་

ཞིག་ཡིན་སྐབས་འདི་ལེགས་འདི་ཉེས་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་པས་
དགོས་པ་མི་འདུག་སྟེ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། རང་ཅག་མི་སྲུ་འདྲ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་མཐར་ཐུག་དེ་སེམས་སྦྱིད་
པ་ཞིག་དང་ལྷན་བདེ་བ་ཞིག་གི་དོན་དུ་ཡིན་པས་སེམས་སྦྱིད་པ་ཞིག་
བྱུང་ན་དེ་ནི་དགོས་སྒྱུ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཡོངས་སྲུ་འགྲིག་པ་རེད་སྟེ།
ཡིན་ནའང་གནས་སྐབས་སྒྲོ་བཟང་པོ་ཅམ་དེ་དགོས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ལ་
བརྩིས་ནས་རྒྱ་ཆེ་ས་དང་ཡུན་རིང་ས་ནས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་བཏང་སྟེ།
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་གང་ཡིན་པ་དང་ཡོད་པ་དེ་བཙལ་འཆོལ་
ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྐྱར་ལ་དངོས་རང་གི་བསམ་འཆར་
ཞིག་མི་ཞུ་ཐབས་མེད་ཆགས་ཡོད།

དེ་ལ་རང་ཅག་ནམས་ཀྱི་འཆོ་བའི་འཕྲོད་ཚེངས་པའི་གོ་དོན་ལེན་
ལྷགས་ལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སྲུ་བཤད་ཀྱི་ཡོད།

གཅིག རང་གིས་དད་པ་བྱེད་སའི་ཡུལ་ལམ་དོན་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་
ཁྲུངས་སྦྱེལ་ར་སྤྲོད་རང་གིས་བྱེད་མི་བྱབ་པ་ཅམ་དུ་མ་བཟད་སྦྱི་བཏང་
ནས་དོན་དེ་ལ་ཁྲུངས་སྦྱེལ་ར་སྤྲོད་བྱེད་མི་བྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་
འདྲའི་ཁྲུངས་ལྷུང་མེད་པའི་དོན་དེར་དགའ་དད་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་

དོན་དེ་ལ་ཚྲངས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི་སྤྱིར་བཏང་
ནས་དོན་དེ་ལ་རིགས་པས་ཁྲུངས་སྐྱེལ་ར་སྒྲོད་ཡང་དག་པར་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་
ཀྱང་རང་གི་ཤེས་ཚད་འདང་ངེས་ཞིག་མེད་པའི་དབང་གིས་རང་གི་
དད་པ་བྱེད་ས་དེར་རང་གིས་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཤོད་རྒྱ་མེད་ན་མི་
དེ་དོན་དེ་ལ་ཚྲངས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ལྟར་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོས་དད་དང་
ཚྲངས་དད་གཉིས་སྤྱད་དེ་ཁག་ཁག་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་ལ་སྒྲོབ་
སྒྲོང་བྱེད་སྒྲོང་མེད་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་ཆོས་ཀྱི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་
ལ་ཁྲུངས་སྐྱེལ་མི་བྱུང་པ་ལ་ལེ་ཁག་མེད་ཀྱང་ཆོས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་
སྒྲོང་བ་དང་། དེ་ལས་བྱོ་བ་རྙེད་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་རིགས་པས་ཁྲུངས་
སྐྱེལ་ངོ་མཆར་བ་མང་པོ་བྱ་རྒྱུ་ཡོད། དཔེར་ན་སྤྱང་རྩི་བཟའ་མ་སྒྲོང་བ་
ཞིག་གིས་སྤྱང་རྩི་འོ་སྐྱར་པོ་རེད་ཅེས་བཤད་པར་ཡ་མཚན་དང་ཏ་
ལས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་སྤྱང་རྩི་འོ་
མངར་མོ་ཡིན་པ་སྤྱང་རྩི་བཟའ་སྒྲོང་བ་ཆོའི་སེམས་ནང་གསལ་པོར་
ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ངོས་ནས་འདིར་ཆོས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅུང་
ཟད་ཞིག་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ཡང་ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ་ཆོས་ཁས་མི་
ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྟོག་པོས་འཛོམས་པ་ཙམ་གྱིས་རང་
ཅག་འགྲོ་བ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་སྐྱོང་མི་བྱུང་
པར་ངེས་པར་དུ་སེམས་ཀྱི་བཞག་ས་ཞིག་དགོས་པ་ནི་ཆོས་ཡོད་དགོས་
པའི་རྩ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་པོ་དེ་ཡིན། ལུས་ཀྱི་རྩུག་བསྐྱེད་གྱིས་སེམས་
ལ་མི་བདེ་བ་སྦྱིན་ནིང་ལུས་ཀྱི་བདེ་བའམ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ལུས་ཀྱི་རྩུག་
བསྐྱེད་སེལ་བྱུང་སེམས་ཀྱི་རྩུག་བསྐྱེད་སེལ་མི་བྱུང་པ་དང་། སེམས་
ཀྱི་རྩུག་བསྐྱེད་གྱིས་ལུས་ལ་མི་བདེ་བ་སྦྱིན་ནིང་སེམས་ཀྱི་བདེ་བའམ་
ཡོན་ཏན་གྱིས་སེམས་ཀྱི་རྩུག་བསྐྱེད་སེལ་བྱུང་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལུས་ཀྱི་
རྩུག་བསྐྱེད་ཡང་སེལ་བྱུང་པ་དེ་ཆོས་ཡོད་པའི་རྩ་མཚན་གཉིས་པ་དེ་
ཡིན། བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ་རབ་བྱུང་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ།
གང་ལྟར་སྦྱོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རང་གི་སེམས་ནང་ཁོང་ཁྱོད་དང་། དངངས་
སྒྲག་དོགས་པ། ཐེ་ཆོམ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་ཤེས་གི་ཆ་ཇི་ཙམ་ཉུང་བ་
དེའི་ཆོད་གྱིས་མི་ཆེའི་ནང་ནི་བདེ་མང་བ་ཡོད་པ་དེ་ཆོས་ཡོད་པའི་རྩ་
མཚན་གསུམ་པ་དེ་ཡིན། ང་རང་ཆོ་སོ་སོའི་མི་ཆེའི་ནང་དོན་བཟང་པོ་
དེ་འདྲ་འཕྲད་པའི་ཆེ་ལམ་འགྲོ་རྒྱལ་པ་དང་། རྒྱུ་རྩ་རྒྱལ་པ་ཞེས་
སྟེས་དབང་སྟབས་ལེགས་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དེ་དོན་དངོས་ཐོག་

ཆོས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་བཞི་པ་དེ་ཡིན། ཞིང་པའི་བྲིམ་ཆང་གཉིས་ལ་
ཆ་མཚོན་ན་ས་ཞིང་འདེབས་ལས་ལ་སོགས་པའི་སོ་ནམ་གྱི་ལས་ཀ་
འབྲུས་ཤོར་མེད་པར་བྱས་པ་འདྲ་ན་ཡང་སྐྱེ་བཟང་ངན་དང་འབབ་ཆེ་
ཆུང་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་ཆོས་སྤྲུལ་ཡོད། ཕྱི་
ནས་དགའ་བ་སྤྱད་པ་དེ་གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་
ཆོས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྔ་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་དད་པ་བྱེད་སའི་ཆོས་ཀྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་ནང་ཆོས་ལ་
ཚྡངས་དད་ཀྱི་དྲི་མ་ཙམ་ཡང་མེད་ཅེས་གདེང་ཚོད་དང་ལྡན་པའི་ངང་
ནས་མགྱིན་པ་གཟེངས་སྤྲུབ་ཏེ་གསུང་བཤད་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན།

གོ་དོན་གཉིས་པ་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་ངོས་ནས་ཆོས་ཡོད་
པའི་བྲུངས་སྐྱེལ་མཐིལ་ཕྱིན་པ་ཞིག་གཏོང་མི་བྱབ་པ་ནི་ཆོས་དད་པ་
རང་གི་ཤེས་ཚད་ཀྱིས་མ་བྱུང་བའི་སྒྲིན་ཡིན་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་ག་ལ་
ཡིན། ཆོས་དད་པ་ཁག་གཅིག་གི་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཚད་ལྡང་ངེས་ཤིག་མེད་
པ་འདིས་སྦྱར་ཆོས་དད་དེ་ཚྡངས་དད་ལ་བརྩེ་དགོས་ན། ཆོན་རིག་པ་
ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་ལ་ཆོན་རིག་ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཚད་ལྡང་ངེས་ཤིག་ཡོད་
པའི་ངེས་པ་མེད་པས་སྦྱར་ཆོན་རིག་ལ་དགའ་ཞིན་བྱེད་པ་དེ་འང་ཚྡངས་

དད་ལ་བརྩི་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་ལྟར་གོ་དོན་དང་གཉིས་གང་
གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་ཆོས་དད་དེ་མྱོངས་དད་ལ་འགྲོ་ལྷགས་གཏན་
ནས་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་ཁས་ལེན་མི་
ལེན་དང་སྐྱ་སེར་གྱི་བྱད་པར་མེད་པར་བཟའ་བཏུང་ལ་སོགས་པ་ཕྱན་
ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོར་མ་གཏོགས་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་དང་འབྲེལ་བའི་
སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་ཆེ་རང་གི་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཡང་དག་པའི་
རིགས་པས་ཁྲུངས་སྐྱེལ་དགོས་ཤིང་། གཞན་དུ་ན་རང་གི་སྒྲོ་དང་མི་
འཆ་མ་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་ལ་སྒྲོ་ཅི་བྱུང་བྱེད་པ་ལས་ཐབས་གཞན་ཅི་
ཡང་མེད་པར་གྱུ་དོག་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་གིས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་
སེམས་མ་སྐྱེད་པར་སྒྲོ་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་རེད། དེ་འདྲ་དེ་གྱོང་གྱན་
ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཆེན་རིག་པ་དང་དེང་དུས་བསམ་སྒྲོ་བ་ཞིག་
གཏན་ནས་མ་རེད།

ངོས་ནས་འདིར་གསལ་བཤད་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་གནད་དོན་
རིགས་གཅིག་ང་ཚོའི་སྒྲོར་འཐད་ཀྱང་གནད་དོན་རིགས་གཅིག་ང་ཚོའི་
སྒྲོ་ངོར་མི་གཞོང་པའི་སྐབས་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་པར་ལེགས་ཉེས་
ཀྱི་ཐག་གཅོད་མ་བཏང་པར་དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ངང་ལ་གཞག་རྒྱ་

དེ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཟླ་སྟོན་དེ་ཡིན་པ་མཁྱེན་དགོས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་ཟླ་སྟོན་
དེ་གནས་པའི་རྒྱུ་གཅིག་རང་ཡོད་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་དེ་ཡིན་
པའང་མཁྱེན་དགོས། དེར་བརྟེན་ཆོས་དད་དང་སྤྲོད་དད་ཀྱི་བྱུང་པར་
ངེས་པར་དུ་སྤྱེ་དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

༥ ཆོས་ལྷགས་དང་ཆོས་དད་གཉིས་འདྲ་བ་རེད་དམ་མི་འདྲ་བ་རེད་
གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་རོགས་གནང་།

ལན། དེ་གཉིས་ལ་འདྲ་བའི་ཕྱོགས་ཡོད་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཕྱོགས་ཀྱང་
ཡོད། དེ་ལ་དང་པོ་འདྲ་བའི་ཕྱོགས་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་དད་མེས་ཀྱི་རང་
བཞིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་གཅིག་གྱུར་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།
མི་འདྲ་བའི་ཕྱོགས་ནི། ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན་ཡང་དག་མིན་དང་
གཏིང་ཟབ་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་དེ་ལ་མང་ཆོགས་སམ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་
རྒྱབ་སྤྲོད་ས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་དད་ནི་སྤྱི་བོ་སྤྱིར་པ་སོསའི་
གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་འདི་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུགས་སེང་གེ་དེས་རང་ཅག་
ནམས་ལ་སྟོབ་སྟོན་ཐོག་མར་གནང་བའི་སྐབས་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་

མཁུན་ཅིང་གཟིགས་པའི་ཆད་ཇི་ཡོད་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་མི་གསུངས་
པར་གཙོ་བོར་གདུལ་བྱའི་ཤེས་ཆད་ལ་བསྟུན་ཏེ་ཕྱ་རགས་རིམ་པ་མང་
པོ་ཞིག་གསུངས་པ་དང་། གསུངས་ཚུལ་ལའང་ཆོས་ལུགས་སྤྱིའི་དབང་
དུ་བྱས་པའི་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་གསུངས་ཚུལ་ཞིག་དང་། ཆོས་དད་པ་
སྒྲེར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པའི་གསུངས་ཚུལ་
ཞིག་སྟེ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ཆོས་ལུགས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་
པའི་ཆོགས་བཤད་དང་། ཆོས་དད་པ་སྒྲེར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྟོབ་
བཤད་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ཆོས་ལུགས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་
བསྟུན་པ་སྤྱི་མཆན་དང་། ཆོས་དད་པ་སྒྲེར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གང་
ཟག་སྟོས་མཆན་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་རེད། ཆོས་ལུགས་དང་ཆོས་དད་ཀྱི་
ཁྱད་པར་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། འདི་གསལ་པོ་མཁུན་སྤོང་ངམ།

༡༠ གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཟེར།

ལན། མིའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་གཞན་འདྲ་མཉམ་གྱི་ཐོག་
ནས་སྟོག་ཟུན་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་དུས་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་བརྟེན་བ་དང་
ཤེས་རབ་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཐབས་ལམ་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་གོང་འཕེལ་
བཏང་སྟེ། ལུས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་གཙང་མར་བྱས་ནས་དོན་ངོ་མའི་ཞི་

བདེ་ཞིག་སྐྱབ་ཐབས་བསྟན་པའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཞིག་ལ་ནང་
 པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཟེར། ཡང་ན་སྤྱི་དངོས་པོའི་འཇིག་རྟེན་
 དང་ནང་སེམས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ལས་སྤྱི་དངོས་པོའི་འཇིག་རྟེན་ལ་
 བསྐྱར་བཅོས་དེ་ཙམ་རང་མི་བྱེད་པར་གཙོ་ཆེར་ནང་སེམས་ཀྱི་འཇིག་
 རྟེན་ལ་རྒྱ་མཚན་སྣ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་ཏེ་ཞི་བདེ་
 སྐྱབ་ཐབས་བསྟན་པའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཞིག་ལ་ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཟེར། ཡང་ན་སྤྱིའི་རབ་བྱུང་གི་ཆས་གོས་དང་
 དཀར་ཟས་བཟའ་བ་བསྐྱོར་བ་ལ་འགྲོ་བ་ཁོ་ནས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་
 མི་ཟེར་བར་གཙོ་བོ་ནང་སེམས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་ལ་ཡོད་པའི་རང་རྒྱ་བྱབ་
 པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱི་བདག་རྒྱ་མཚན་སྣ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་མེད་པར་སྐྱ་
 བའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཞིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་
 ལྷགས་ཟེར། ཡང་ན་རང་གི་འདོད་རྒྱུའི་བདེ་བ་དང་མི་འདོད་རྒྱུའི་སྤྱད་
 བསྐྱལ་དེ་གཉིས་རང་དང་རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་ཤར་ངོས་སམ་སྤྱི་རོལ་གྱི་
 དཀོན་མཆོག་གམ་སྟ་སྟ་སྟ་གང་གིས་ཀྱང་བཅོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་
 གང་ཟག་རང་རང་གི་ནང་གི་བསམ་སྒྲོལ་གཏོང་ལེགས་ཉེས་དང་བྱེད་
 སྣངས་ལེགས་ཉེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་སྐྱ་བའི་རིགས་པའི་གཞུང་
 ལྷགས་ཞིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཟེར།

མདོར་ན་རྒྱ་མཚན་མཐའ་ཡས་པའི་སློན་ས་རང་གི་བདེ་བ་དེ་རང་གིས་སྐྱབ་བྱས་ཤིང་སྐྱབ་དགོས་པར་བསྟན་པའི་ཡང་དག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཟེར། དེ་ལ་ཆ་ཆང་ཞིང་ཡང་དག་པའི་སྒྲིག་གཞི་འབྲས་ཆང་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༡ ལུས་ངག་གི་ཀླན་སྦྱོད་གཙང་མ་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་སྐྱབ་སྐྱབས་བྱ་བ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སློག་ཆགས་ཅི་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་མ་བྱུང་ནའང་གཞོད་འཆེ་ནམ་ཡང་བྱ་མི་རིགས་པར་གསུངས་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རང་གི་སྐད་ཆ་ཤོད་སྟངས་དང་ལས་ཀ་བྱེད་སྟངས་གང་ཐད་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་རིགས་བྱུང་ན་བྱ་བ་དེས་གནས་སྐྱབས་གཞན་ལ་མི་བདེ་བ་ཞིག་བཅོས་ཡོད་རུང་ལུགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་བསམ་སློབ་བྟངས་ན་རང་ལ་བྱེད་མི་བདེ་བ་ཞིག་བཅོས་པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་གྱིས་རང་ལ་མཐོང་དང་ཆ་འཇོག་བརྒྱག་པ་དང་རང་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཡང་མང་དུ་འགོ་བ་ཡིན། རང་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཇི་ཙམ་མང་དུ་ཕྱིན་

པ་དེ་ཙམ་གྱིས་རང་མ་སྦྱིད་པ་མང་དུ་འགོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཤིག་རེད། དེ་
འདྲ་ཡིན་དུས་རང་ལ་གཙོ་ཆ་ནས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་སྦྱེལ་བ་ནི་ལྷགས་
པའི་གཙོ་བྱེད་ལྷགས་ཤིག་རང་ཡིན།

སྦྱིར་ན་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གའི་ཀྱན་སྦྱོད་ལེགས་པོ་ཞིག་དགོས་
ངེས་ཅན་ཡིན་ཡང་གཞན་གྱི་མཐོང་ཐོས་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ལྷས་ངག་
གཉིས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོད་ལེགས་པོ་ཞིག་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་
མ་བྱུང་ན་གཞན་དེར་མི་བདེ་བ་བཟོ་བ་རང་གི་མི་ཆེད་ཉམས་སྦྱོང་ལ་
བསམ་སྒྲོ་བ་ཏང་ན་གསལ་པོར་ཤེས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
ལྷས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོད་གཙང་མ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཡིན།

དེ་ལ་མི་ཉམས་ཀྱི་ལྷས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོད་གཙང་མ་ཞིག་ཡོང་བའི་
ཐབས་སུ་འཇམ་གླིང་འདྲིར་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོས་སྒྲོབ་གྲ་དང་། བྲིམས་
སྒོལ། བྲིམས་ཁང་། ཉེན་རྟོག་པ་འཇུགས་གཉིས་སོགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྣ་
ཆོགས་ཤིག་སྦྱད་དང་སྦྱོད་བཞིན་པ་ནི་ཀྱན་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་དང་།
ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་
འདས་ཀྱིས་རང་གི་རྗེས་འཇུག་ཉམས་ཀྱི་ལྷས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོད་གཙང་
མ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཕྱིར་དུ་བྲིམས་སྒོལ་སྣ་ཆོགས་ཤིག་གཏན་ལ་ཐབ་པ་

བཀའ་འགྱུར་ཕྱོད་འདུལ་བ་པོ་ཏི་བཙུ་གསུམ་ཙམ་མངལ་རྒྱ་ཡོད།

༡༣ འོན་ནང་པའི་ཆོས་ལྷགས་དེས་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་སྤངས་གང་
འདྲ་རེད་དམ།

ལན། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་ཆོས་ལྷགས་ཆང་མར་རང་གི་སྟོན་
པ་དང་སྟ་ཁང་ཆ་ལྷགས་སོགས་ཡོད་ཅིང་། འགའ་ཞིག་ལ་རང་གི་སྟ་བ་
སྟོན་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ནམ་
གཞག་ག་རྒྱས་ཤོས་ནི་ནང་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་ནས་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོན་གཏན་ཟད་
དུ་བྱས་ཏེ་རྟག་བརྟན་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ནི་བདེ་སྦྱབ་པའི་ཆོས་ལྷགས་
ནི་ནང་ཆོས་ཉག་གཅིག་ཕྱ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས། ནང་པའི་ཆོས་
ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་རྒྱ་འབྲས་ཏེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་ལྷགས་དེ་གཞི་
རྩར་བཞག་ནས་རྒྱ་བཟང་ཤོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྒྱལ་བཤལ་མིང་ཙམ་དྲི་
ཙམ་ཡང་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དང་། རྒྱ་རྒྱལ་ཤོས་ཀྱི་
འབྲས་བུ་རྒྱལ་བཤལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་མནར་བའི་དཔྱལ་བ། རྒྱ་བཟང་ངན་
འདྲེས་མའི་འབྲས་བུ་བདེ་རྒྱལ་འདྲེས་མའི་མི་ལྷས་སོགས་འབྲེལ་བཤད་
བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་ཆོས་ཚུང་ཤོས་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་
 ངན་སོང་གསུམ་དུ་མི་ལྟོང་བར་བདེ་འགྱོར་འཛིན་བྱབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་
 དང་། ཆོས་འབྲིང་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་པ་པོ་རང་ཉིད་ངན་སོང་
 གསུམ་དུ་མ་ཟད་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་མཐའ་དག་ལས་ཚུར་འཛིན་ཏེ་
 སྐྱག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ་སྦྱར་བྱབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་
 དང་། ཆོས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དཀའ་
 ངལ་སྤོང་མཁན་གྱི་སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ལ་བཀོད་རྒྱས་པ་ཞིག་
 དགོས་པ་ཡིན། འདི་གསུམ་ལ་སྦྱེས་བྱ་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་གྱི་ཆོས་
 ཟེར། འདི་གསུམ་ནི་རྣམ་འདྲེན་ཤུག་སང་གས་རང་གི་རྗེས་འཇུག་
 རྣམས་ལ་གསུངས་པའི་ཆོས་ཟེར་ནའང་འདྲ། བཙེལ་བའི་རེ་བ་ཟེར་
 ནའང་འདྲ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་རང་དོན་རང་གཅེས་ཟེར་ནའང་
 འདྲ། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་ལྷགས་ཡིན་པས་ནང་ཆོས་
 ལ་དད་པ་བྱས་ནས་དེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོས་བྱས་ན་
 དེས་པར་དུ་འདི་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད།

༡༣ དེ་ལ་འོ་ན་མི་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་གཙང་མ་ཞིག་
ཡོང་བར་བྲིམས་ལྷགས་ཤིག་གཏན་ལ་ཤབ་པ་ཁོ་ནས་འགྲིག་པ་ཡིན་
ནམ།

ལན། དེ་ལ་རྒྱ་དབང་མེད་པའི་རྒྱས་མེད་རྣམས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་
འགན་བསྐྱང་དང་རྒྱ་དབང་ཡོད་པའི་རྒྱས་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ལ་
བཏང་འཛིན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་བཙན་ཤེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བྲིམས་
ཤིག་ངེས་པར་དགོས་ལ་དེ་ཡང་ཆ་ཆང་ལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་དགོས་པ་
ཡིན། རྒྱ་མཆན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ལ་ཁབ་སོ་སོས་བྲིམས་གཞི་མང་པོ་
གཏན་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དགོས་ངེས་ཤིག་རེད། འོན་ཏེ་དེ་ཡོད་
པ་གཅིག་ཕྱས་མི་འགྲིག་པར་གཙོ་ཆེར་རྒྱུ་དུ་ཉིད་ནས་བྱམས་བརྩེ་
དང་ཤེས་རབ་གཉིས་མང་གཞིར་བྱས་ནས་ཡང་དག་པའི་འབྲིད་སྟོན་
ཞིག་མེད་ཐབས་རང་མེད་པ་ཡིན།

དེང་དུས་འཇམ་གླིང་སྤྱི་དང་ང་རང་ཆོ་གནས་སའི་ལྷང་པ་འདིའི་
ནང་མཐོང་ཆོས་སྤྱ་ཡོད་པའི་བྱ་སྦྱོང་ངན་པ་དེའི་རིགས་ཚོ་མ་མཁན་གྱི་
མི་དེ་དག་ལ་ཤར་བརྟག་དཔུད་ཞིག་བྱས་ན་མི་རིགས་གཉིས་ཏེ། གཅིག་
ནི་སྒྲོབ་གསལ་གོ་སྐབས་གཏན་ནས་མ་འཕྲད་པའམ་ཆད་དང་ལྡན་པའི་

སྒྲོབ་གསོའི་ཞིག་མ་བྱུང་བར་བརྟེན་བྱ་བ་དེ་རིགས་ལ་འཇུག་ན་དག་སྒྲོན་གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་རིགས་གཅིག་དང་། གཞན་དེ་ནི་སྒྲོབ་གསོའི་གོ་སྐབས་འཕྲད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆད་མཐོ་པོར་སོན་ཏེ་དག་གན་ཆེན་མོ་དང་ཞིབ་འཇུག་སྒྲོབ་མ་སོགས་ཀྱི་གོ་མིང་ཡོད་པའི་མི་རིགས་གཅིག་སྟེ། མི་དེ་དག་གིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་མི་བདེ་བ་བཟོ་བའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་རིགས་ཀྱི་རྒྱབ་མཐུན་གཡས་གཡོན་གང་ཐད་ནས་དག་སྒྲོན་ཅི་ཡོད་གསལ་པོར་ཤེས་ཀྱང་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་སྒྲེར་པ་རང་ཉིད་ལ་འགན་འཁུར་བའི་བྱམས་བརྩེ་མེད་པའི་དབང་གིས་འཇམ་སྤིང་བྱིལ་པོ་ཡོ་འབྲུམ་འགྲོ་བའི་གཞི་རྒྱུན་བྱེད་པའི་བྱ་བ་དེ་རིགས་བརྩམས་ནས་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་ཆད་ལས་འདས་པའི་བདེ་བ་གསེག་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་ཡུལ་ལྷང་དང་། ཚོགས་པ། མི་སྒྲེར་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཞི་བདེ་སྤྱིང་འཇགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་དང་མི་ཆེ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཁ་ནས་བཤད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ནང་སྒྲེབས་པ་ཞིག་ངས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་འདུག

༡༤ ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་བ་དང་འགྲོ་བ་གཞན་འདྲ་
མཉམ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྒྲུབ་པའི་ལུས་ལྟར་ཞུ་།

ལན། ནང་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ནང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་
བ་དང་འགྲོ་བ་གཞན་ན་བ་ལང་སོགས་འདྲ་མཉམ་དུ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་
ནི། སློག་ལྟར་གྱི་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་ལ་ཆེན་པོའི་བྲིམས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། ས་མ་དང་དགེ་ལྡན་གྱིས་ཀྱང་བཟོས་པ་མ་ཡིན་
པར་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་རང་བཞིན་ལྟར་སྐྱེས་ཀྱིས་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་
འདུ་ཤེས་ཡོད་པ་འདྲ་བ་དང་གཅིག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་བདེ་ཚུར་
སྐྱེན་པའི་བྱ་བ་ལ་སྤངས་སྤངས་འདུག་ལྟར་གྱི་ཆོག་པ་འདྲ་བ་དང་གཉིས།
སྐྱེས་དུས་ནས་བྱམས་བཅེ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་བོན་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་
འདྲ་བ་དང་གསུམ་བཅས་རེད།

༡༥ བོད་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་དང་རྒྱ་ནག་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་
གཉིས་གཅིག་པ་རེད་དམ་ཡང་ན་ཁྱད་པར་འདྲ་འདུག་གམ།

ལན། སྤྱིར་ན་ངོས་རང་རྒྱ་རྒྱད་ནང་བསྐྱེད་གྱི་སྐྱོར་ལ་ཤེས་རྟོགས་
གང་ཡང་མེད་པས་དེའི་སྐྱོར་གྱི་ཆོམ་དུ་གང་ཡང་ཁྱ་མི་ཤེས་ཀྱང་
གྲོགས་པོ་ཏེ་ཤང་འགའ་ཞིག་གི་ངག་ལམ་ལ་དཔག་ན་འདི་འདྲ་རེད་

བསམ་གྱི་འདུག དེ་གཉིས་རྩ་བ་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུག་ཐུབ་པ་གཅིག་
ཕུ་དེ་ལས་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པ་གཅིག་གུར་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཟབ་
ཀྱས་གྱི་བྱད་པར་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་སྟེ།

དེ་ཡང་སྤྱིར་ན་ནང་ཆོས་ལ་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་བཞི་དང་ཐེག་པ་
ཆེ་ཆུང་གཉིས་མདོ་སྡུག་གཉིས་སོགས་ཀྱི་ཆེར་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སོ་
སོར་ནང་གསལ་གྱིས་དབྱེ་ན་ཆད་དང་མཐའ་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཞིག་
ཡོད། ཡིན་ནའང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནག་ཏུ་དར་ཐུབ་མེད། ཀྱི་ནག་
ཏུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་དེ་དག་ཚུར་བསྐྱས་པ་ཡིན་ན་བསམ་གཏན་པ་དང་
དག་ཞིང་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱས་ཤིང་། ཐ་སྙད་དེ་གཉིས་ཀྱང་ཀྱི་ནག་རང་
ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སྟེ། དེ་ལ་བསམ་གཏན་པ་ནི་སྒྲིམ་པ་གཙོ་
བོར་བྱེད་པ་ལས་ཐོས་བསམ་གཉིས་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་
ཡང་སེམས་སྤྱོད་རྒྱལ་ཡུལ་ལ་གཡོ་བ་ལས་ཚུར་བསྐྱས་ཏེ་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་
མི་བྱེད་པ་ལྟ་བུས་སྟོན་ལ་བབས་པ་ན་སྤར་སེམས་ལ་འཆར་བའི་ནམ་
རྟོག་ཟང་ཟིང་ནམས་ཆེ་རིམ་ནས་དགག་པས་བདེ་བའི་སྤང་བ་ཞིག་
སྤེབས་འོངས་པ་དེ་ཙམ་ལ་སྟོབ་ཞེས་སེམས་མི་གཡེང་བའི་ཏིང་ངེ་
འཛིན་ལ་གཙོ་བོར་འབད་བཅོམ་བྱེད་པ་ཞིག་རེད། འདི་ལ་སྒྲིམ་མཚན་

ཉིད་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ཕུ་ཐག་ཆོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་
མཐའ་ཡས་པའི་སྒོ་བས་བྱགས་ལ་བརྟེན་པའི་བརྩེ་བ་དང་ཉེས་རབ་
གཉིས་ནི་མེད་པ་ལྟ་བུར་མངོན། དག་ཞིང་པ་ནི་བརྟག་དཔུང་གྱི་སྒྲོས་པ་
མང་པོའི་རྒྱ་མ་བསྐྱེད་པར་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད་གྱི་མདོ་ལྟ་བུ་ནས་
གསུངས་པའི་ཕན་ཡོན་ནམས་ལ་ཡོད་ཆེས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་དེའི་
མདོ་ལ་སོགས་པ་གངས་གང་མང་འདོན་ཅི་བྱབ་བྱས་ཏེ། ཐུ་མ་བདེ་བ་
ཅན་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་གནས་བཟང་ས་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ལེན་བྱབ་པ་བྱེད་པ་
རེད། དཔེར་ན་ཨ་མི་ཏ་ལ་གང་མང་གངས་གསོག་བྱེད་པ་ལས་ཐོས་
བསམ་སྒོ་བ་གཉེར་ལ་དེ་ཙམ་རང་མི་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། འདི་གཉིས་ཀ་
ལ་ཐོས་བསམ་སྒོ་མ་གསུམ་དང་འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་མེད།

བོད་དུ་དར་པའི་ནང་ཆོས་ནི་གྲུ་མཐའ་བཞི་ཀ་དང་རྒྱ་དྲེ་བཞི་
ཀ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་
ཞིག་ཡོད་པར་བརྟེན་སྒོ་བ་གཉེར་མི་ཆེ་འབྲེལ་ནས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་
ཡིན།

དེ་ཡང་རང་ཅག་མིའི་ནམ་ཉེས་འདི་ལས་མེད་སྐྱིད་དལ་དུ་མ་
བཞག་པར་བཟང་དང་ངན། ཚུ་ལ་དང་ཚུ་ལ་མིན། གནས་སྐབས་དང་

མཐར་ཐུག་གི་དོན་རྣམས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ལས་ཞིག་ལ་བཀོལ་
སྤྱོད་བྱས་པ་ཡིན་ན་དོན་ཕྱ་རགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཤེས་ཆོར་
བྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་རྣམ་ཤེས་འདིའི་མིང་དུ་ཤེས་པ་དང་སྤྱོད་བ་
ཆོར་བ་ཞེས་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀའི་དོན་དངོས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་བ་སྟེད་
བྱས་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བདེན་བཞི་དང་ལས་འབྲས་སོགས་ལ་
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཞིག་དགོས་ངེས་ཅན་ཡིན་ཡང་གོང་དུ་ཁྱས་ཟིན་པ་
ལྟར་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་ཞེས་གསུངས་པས་སྟོན་དུ་
སྟོགས་སུ་མི་ལྟུང་པའི་ཤེས་རབ་གཅིག་གིས་གང་ལ་དད་པ་བྱེད་སའི་
དོན་རགས་པ་ནས་ཕྱ་བའི་བར་དང་། རྩོན་པ་ནས་བདེན་པའི་བར།
གནས་སྐབས་ནས་མཐར་ཐུག་གི་བར་རྣམས་ལ་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པ་མི་
འདྲ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་སྟོན་ནས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་
རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་པས་ཡང་ཡང་བརྟག་དཔྱད་བྱས་པའི་མཐར་དོན་
དེའི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་མཐོང་བ་ན་དོན་དེ་དང་དེ་སྟོན་
མཁན་གྱི་བླ་མ། དེ་སྐབས་པའི་གོགས་བཅས་ལ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་
གཡོས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། འདི་ལྟ་བུའི་དད་པ་
འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཆོས་པ་ཆོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཉམས་རྟོགས་སྐྱེ་བའི་
ཐོག་མའི་ས་བོན་ལྟར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ནས་དངོས་ཡོད་

བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་ལ་མཐོང་བའི་ནས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོམས་པ་
བསྟེན་པ་ལས་དེའི་འགལ་ཟླ་དོན་དེའི་བདེན་པའི་གནས་ཚུལ་ལས་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་དུ་སོང་བའི་ཕྱོགས་སྤྱང་ཅན་གྱི་བསམ་སྒྲོལ་ཆགས་སྤང་དང་མ་
རིག་པ་ལ་སོགས་པ་སྤངས་ཐུབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཕྱན་སྒྲུབ་ཆོགས་པ་དེ་
ཡོང་གི་ཡོད། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཆོས་པ་ཆོས་ཆོས་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཆེ་བའི་
གྲུབ་འབྲས་ཤིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་དུ་དར་བའི་ནང་
ཆོས་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་སྒྲོལ་གསུམ་དང་། འཆད་ཚིད་ཚིམ་གསུམ།
མཁས་བརྩན་བཟང་གསུམ་ཆང་མ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པ་ལས་དེ་དག་ལ་གཙོ་ཕལ་གྱི་བྱེད་པར་གང་ཡང་ཕྱེ་བ་མིན་ཞིང་
ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་དག་ཆང་མ་ཉམས་སྤྱེལ་ན་དགོས་པར་ངོས་
འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་དག་གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།
བོད་དུ་དར་བའི་ནང་ཆོས་དེ་ལ་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་
བ་དང་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་སྤྱགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པའི་ཐོག་
བོད་རང་ལ་དར་བའི་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་བཞི་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་
ཆང་མའི་ཡོང་བྱུངས་ནི་རྒྱ་གར་ནུ་ལེན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱག་སྤྲོལ་ལ་

ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ཡ་མ་བུལ་བའི་ཐོག་ལ་གཙོ་བོར་སྒྲིབ་གཉེར་བུ་
རྒྱ་དེ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་དགོངས་ནས་རྩོམ་བཞག་ལ་གདམས་པ་རྣམས་
ཀྱིས། ང་ཐོས་པའི་ཆོ་ན་བསམ་སྒོམས་བདོ། །ང་བསམ་པའི་ཆོ་ན་ཐོས་
སྒོམས་བདོ། །ང་སྒོམས་པའི་ཆོ་ན་ཐོས་བསམ་བདོ། །ང་བཞག་
གདམས་སྤྱོད་མཐར་མ་ཐུན་པ། །ཞེས་དང་། རྩེ་སྒྲ་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་
པོས། དང་པོར་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་མང་དུ་བཅུལ། །བར་དུ་གཞུང་ལུགས་
ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར། །ཐ་མར་ཉིན་མཚན་ཀྱན་ཏུ་ཉམས་སྲུ་
སྒྲུངས། །ཀྱན་ཀྱང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བསྒྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
རེད།

༡༦ འོ་ན་ནང་ཆོས་ལ་ཆོས་ལུགས་གཞན་དག་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་
ཆོས་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སྟོང་ཕྲག་མང་
པོ་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་སོ་སོར་ལྟ་བུ་བ་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་
རུང་ཆང་མའི་དམིགས་ལུལ་ནི་ཞི་བདེ་ཡོང་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་
ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་མི་ས་ཡ་དང་ས་ཡ་
མང་པོར་སྐར་ཕན་བཏགས་གིང་ད་ལྟ་ཕན་ཐོགས་ལ་མ་འོངས་པ་ལའང་

ཕན་ཐོགས་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆོས་ལྷགས་ཆང་
མར་གྲུས་བཀྱར་བྱེད་དགོས་ཤིང་བྱེད་འོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཡིན་
ནའང་སེམས་པ་སྟོད་ལ་བབས་ནས་ཞིབ་ཆགས་པོའི་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་
བྱས་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ལྷགས་གཞན་དག་དང་ཆོས་རིག་པས་འགྲེལ་
བཤད་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་ཤེས་བྱའི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ནང་ཆོས་ཀྱིས་
འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་དེའང་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ཡང་ང་རང་ཆོའི་འཆོ་བ་དངོས་ནང་གནད་དོན་རིགས་གཅིག་
མིག་གིས་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།
དཔེར་ན་རྟ་སྐྱང་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རེད། རིགས་གཅིག་མིག་གིས་
མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཤེས་མི་ཐུབ་པར་དེ་ཤེས་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་བསམ་
སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་སྒྲེ་བ་སྒྲ་ཐྱི་དང་ལས་འབྲས་
ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རེད། གནད་དོན་རིགས་གཅིག་བསམ་སྒྲོ་ཅི་ཙམ་
བཏང་རུང་ཤེས་མི་ཐུབ་པར་ཉམས་སྦྱང་ལྡན་པའི་མི་ཆད་ལྡན་ཞིག་གི་
འདི་འདྲ་རེད་ཅེས་པའི་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་གཏོང་དགོས་པ་
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ང་རང་ཆོ་སོ་སོའི་སྒྲེས་སྐར་ལྟ་བུ་རེད། འདི་

གསུམ་ལ་ནང་ཆོས་ནང་མངོན་གྱུར་སྒྲིག་གྱུར་གཤིན་སྒྲིག་གསུམ་གྱི་ཐ་
སྟོང་བྱས་ནས་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་བྱས་ཡོད། འདི་དང་འདི་
འདྲ་བའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་ཐུན་མེད་མ་ཡིན་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་
ཀྱང་ཆོས་ལྷགས་གཞན་ལ་མེད་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་གཙོ་བོ་ནི་
རང་ཅག་སྒྲིག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་བརྟེ་བ་དང་ཤེས་
རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་མཐའ་མེད་དུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱ་བ་པ་དེ་
ཡིན། དེ་གཉིས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ནང་འཁོར་ཡུག་
གི་སྐྱོར་དང་། མི་དང་མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བའི་སྐྱོར། ཀྱན་སྦྱོང་སྦྱོབ་
གསའི་སྐྱོར། སྦྱོ་ཆོགས་བདེ་འཇགས་ཀྱི་སྐྱོར། ཤེས་རིག་གི་སྐྱོར། རང་
བྱུང་ཆོན་རིག་གི་སྐྱོར། བྲིམས་ཀྱི་སྐྱོར་སོགས་གནད་དོན་སྤྲོ་ཆོགས་ཤིག་
ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཁག་ཏུ་གཞན་ལ་མེད་པའི་འགྲེལ་བཤད་དོ་མཆར་
བ་དང་གནད་ལ་འཁེལ་བ་བྱས་ཡོད།

༡༥ ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་གྱི་མིའི་དབྱས་སུ་བསྐྱོར་
བར་འགྲོ་བ་དང་དཀར་ཟས་བཟའ་བ་ཁ་འདོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་
ཆོས་ཀྱི་བྱེད་ལྷགས་མང་པོ་ཞིག་ང་ཚོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པས་
ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དོ་མ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ།

ལན། འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤང་གི་ཆོས་ལྷགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
 དེའི་སྒྲོན་པ་དེས་རང་གི་རྗེས་འདྲུག་ནམས་བསམ་སྦྱོད་ལེགས་པོ་ཞིག་
 ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ལྷགས་དེ་དང་དེ་གསར་གཏོད་གནང་བ་ཞིག་
 ཡིན་པས་ཆོས་ལྷགས་ཆང་མར་བཟང་པོའི་གོ་དོན་རེ་ཡོད་པ་ཡིན།

ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་བཤད་པ་ཡིན་ན། སྦྱར་བཏང་ཆོས་ཞེས་
 པའི་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོལ་ལ་བཞི་ཙམ་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་ཆོས་དང་།
 འཆོས། ཆོད། བཅོས་དང་བཞི་ཡིན། དང་པོ་ནི་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་པས་
 དེ་ལ་གོ་དོན་བྱུང་པར་ཅན་གང་ཡང་མེད་པར་བདེ་སྦྱག་བཟང་ངན་ཏྲག་
 མི་ཏྲག་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་ཆོག་གཉིས་པ་ནི་ཚུལ་འཆོས་ཏེ་ངན་པ་ཞིག་
 བཟང་པོར་བརྟུ་བའི་དོན་ཡིན་པས་འཆོས་འདི་ལག་ཏུ་བླངས་མི་རིགས་
 པར་ངེས་པར་དུ་དོར་དགོས་པར་བཤད་ཡོད། གསུམ་པ་ནི་བརྟེ་བ་དང་
 ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་ལ་དང་དོད་བྱས་
 ཏེ་ཡར་རྒྱས་བཏང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོངས་པ་དང་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲོ་
 ལ་སོགས་པའི་བསམ་སྒྲོ་ངན་པའི་རིགས་རྒྱན་ཆོད་གང་ཐུབ་བྱེད་པའི་
 དོན་ཡིན་པས་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དེ་ཆོད་འདིའི་སྤང་ནས་ལེན་
 དགོས་པ་ཡིན། བཞི་པ་ནི་མི་ཞིག་གི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་དང་སྐད་ཆ་

ཤོད་སྒྲངས་ལས་ཀ་བྱེད་སྒྲངས་ཚང་མ་ཡང་མ་དག་པའི་ཕྱོགས་ནས་
 ཡང་དག་པའི་ཕྱོགས་ལ་བརྒྱུར་བཅོས་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་པས་
 ནང་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དེ་བརྒྱུར་བཅོས་བཏང་བ་ལ་གོ་དགོས། དེ་ཡང་
 ལྷས་ངག་གཉིས་ཀྱིས་ལས་བཟང་ངན་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དང་མི་བྱེད་
 དེ་གཙོ་བོ་སེམས་ལ་རག་ལྷས་པས་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་མཐར་ཐུག་དེ་ལྷས་
 ངག་ཡིད་གསུམ་ལས་གཙོ་བོ་སེམས་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་བརྒྱུར་བཅོས་
 བྱེད་དགོས་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

སེམས་པ་བཟང་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་བ་གཏོང་སྒྲངས་དེར་ཁག་གཉིས་
 སུ་དབྱེ་ཆོག་གི་འདུག གཅིག་ནི་སློབ་གཉེར་བྱས་ཏེ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་
 སྤང་དུ་ཡོན་ཏན་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེས་པ་བྱས། དེ་ལ་གོམས་འདྲིས་བསྟན་
 ནས་བསམ་སློང་ན་པའི་རིགས་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་དེ་ཡིན། གཞན་དེ་ནི་
 རང་གི་བསམ་སློང་ཀྱང་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་གཏོང་མི་ཐུབ་པའི་སྐབས་སུ་བསྐྱོར་
 བར་འགྲོ་བ་དང་ཁ་འདོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཙོ་བོ་ལྷས་ངག་གི་
 འགྲུལ་བརྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་བསོད་ནམས་བསགས་ཏེ་སེམས་པ་བཟང་
 པོ་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། དེ་གཉིས་ལས་ཆོས་བྱེད་ལྷགས་སྡུ་མ་དེ་
 གཙོ་བོ་དང་བྱེད་ལྷགས་སྡེ་མ་དེ་ཕལ་བ་ཡིན་པ་རེད།

ཀྱི་མཆན་དེ་འདྲར་སྤོང་ནང་ཆོས་ཉམས་སྤྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་
ཕྱིན་ཆོས་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་བྱུང་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཆོས་ཇི་
ཅམ་མང་དུ་བྱས་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་སེམས་པ་བཟང་དུ་བཟང་དུ་འགྲོ་བ་
ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན།

༡༤ སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་ལ་ཞུས་ཤིང་གི་ས་པོན་ནམ་མཐར་གཞི་
མཉམ་པོར་ཡོད་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་དམ།

ལན། འབྲས་ལྔ་པ་གྱི་ཤིང་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་
སྐྱེས་པ་འཕེལ་བའི་ཐབས་སྤྱེད་ཆུ་ལྟར་དང་སྐྱེན་ལ་སོགས་པ་སྤྱད་ན།
ཡལ་ག་དང་། ལོ་མ། འབྲས་བྱ་སོགས་ལ་དེ་དག་མ་སྤྱད་པ་ལས་བྱུང་
པར་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དང་རང་ཆོའི་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ལ་ཡོད་པ་རེད།
ཡང་སྐྱེ་མགྱོགས་ན་ཆུ་དང་སྐྱེན་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་སྤྱེད་
ཆོག་སྤྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱས་པའི་འབྲས་བྱར་
ཤིང་ངེས་འདི་ཞེས་པ་རེད་ཟེར་བྱུ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་
ནི་ཤིང་དེ་ལ་ནམ་ཞེས་མེད་པས་རེད། དེར་བརྟེན་གང་ཞིག་ནམ་ཞེས་
ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་དེ་ལ་ངེས་པར་དུ་གང་ཡང་མ་ཞེས་པ་ནས་
ཐམས་ཅད་ཞེས་པའི་བར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན་

ང་ཆོའི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ནས་ཀ་ཁ་ཤེས་
པ་དང་། སྙན་དངགས་སྐྱམ་ཏྟགས་ཤེས་པ། ཆོས་ཀྱི་ནང་དོན་ཤེས་པ།
སྐད་ཡིག་གཞན་ཤེས་པ། མཐར་ཅི་ཡང་ཤེས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཏུ་
འགྱུར་རྒྱུ་ཡོད་པ་མིག་མཐོང་ལག་བེན་དུ་ཡོད་པ་འདིས་གསལ་པོར་
ཤེས་བྱུང་།

༡༩ འོན་ཤ່ིག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེ་བའི་ཡིན་ཏན་རང་ཆས་སུ་
ཡོད་པར་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་དམ།

ལན། ཤིག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་པ་
སྟག་གཟིག་སོགས་ལའང་རང་གི་བྱ་ལྗུག་དང་ནང་ཆགས་ལ་བརྟེ་བ་
ཡོད་པ་ང་ཆོས་རྒྱན་ལྡན་མཐོང་གསལ་ཡིན་པ་ལྟར་དང་། རང་ཅག་
མའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་མི་ཤལ་ཆེར་བྱིས་སྟོད་པའི་སྒྲེར་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་
བའི་མི་ཞིག་ཡིན་རུང་ཁོ་རང་གི་བྱ་ལྗུག་དང་དགའ་ཉེ་ལ་བརྟེ་བ་དང་
སྤང་ཉེ་པོ་ཡོད་པའང་མཐོང་ཆོས་ཡིན་པས་བྱམས་བརྟེ་ཞེས་པ་འདི་སྟོབ་
གསོ་དང་གོམས་པའི་དབང་གིས་ཆེ་ཆུང་ཙམ་མ་གཏོགས་ཤིག་ལྡན་
ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་དུས་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་རེད།

༣༠ ཞི་བདེ་ངོ་མ་ཞིག་སྐྱབ་པར་ཕྱི་འདོད་པོ་བསྐྱར་བཅས་བྱེད་
དགོས་ཀྱང་གཙོ་ཆེར་ནང་གི་སེམས་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་བསྐྱར་
བཅས་བྱེད་དགོས་ཟེར་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

ལན། འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་ལས་ཀྱི་མཐའ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་
ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ་དཔེ་མཆོན་ཅམ་ཞིག་ཁྱས་ན། འགའ་ཞིག་གིས་དགེ་ཆུན་
ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཉེ་ཆོང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་པ།
འགའ་ཞིག་གིས་བྱ་རི་དྲགས་དང་ཉ་ལ་སོགས་པའི་སློག་ཆགས་གསོ་
ཉར་བྱེད་པ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་རི་དང་ཆུ་སོགས་ལས་གཏེར་འདོན་
པ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཁང་པ་བརྟེགས་པའི་ལས་བྱས་ཏེ་ས་བཞོ་དོ་
བསྐྱོགས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚུལ་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་པ་ཡོད་པ་
དེ་དག་བྱ་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པའི་གཞན་ཞིག་ལ་ཕན་ན་སྙམ་ནས་བྱས་
པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར་སྦྱར་འགོ་བ་མི་དང་ཡང་སྒྲོས་རང་སྦྱོང་
པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ་ནས་རང་ལ་གཙོ་ཆུང་བྱས་པ་གསུག་ཡིན། འོན་
ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་འདོད་པ་ཇེ་ཆེར་སོང་བ་
དང་ཆབས་ཅིག་རང་གི་འདོད་པ་སྐྱབ་པ་ལ་འགོག་རྒྱུ་བཟོ་མཁན་
ནམས་ལ་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲོ་ཡང་ཇེ་ཆེ་དང་ཇེ་མང་དུ་སོང་ནས་ཆེ་ས་

རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་འབར་གཏོར་གྱི་རྒྱས་པ་གིན་ཏུ་ཆེ་བའི་
 མཆོན་ཆའི་རིགས་བཟོ་བསྐྱུན་བྱེད་པ་དང་། རྒྱུང་ས་མི་སྒྲེར་གྱི་ངོས་
 ནས་བྱས་ན་གྱི་དང་མེ་མདའི་རིགས་ལ་རྩེ་ལ་སྐྱབ་གྱིས་རང་གཞན་
 གཉིས་ཀ་དོགས་པ་དང་དངངས་སྐྱག་ངང་ལ་གནས་ནས་སྦྱིད་པ་ཞིག་
 གཏན་ནས་ཡོང་གི་མེད། དཔེར་ན་མི་འགའ་ཞིག་སྡོན་དཔལ་འབྱོར་
 སྦྱིར་བཏང་ཞིག་ཡིན་སྐབས་བསམ་སྦྱོད་གང་ཐད་ནས་གཞན་གྱི་ཆ་
 འཛོག་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྗེས་སུ་མིང་དང་དཔལ་འབྱོར་ལྡན་པ་
 ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཆེ་རྒྱུན་ཤོད་མཁས་པ་དང་། གཞན་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་
 མཁས་པ། རང་གཅིག་ཕུ་མ་གཏོགས་མི་བསམ་མཁན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
 ནས་གཞན་ལ་ཕན་བདེ་སྐྱབ་རྒྱ་ལྡན་ཅི་ཁོ་རང་ཡང་སྦྱིད་པོ་མེད་པ་ང་ཆོས་
 མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། དེའི་རྒྱ་མཆོན་གཙོ་བོ་ནི་ཕྱིའི་དཔལ་
 འབྱོར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་ལ་དང་དོད་བྱས་པ་ཙམ་ཞིག་ནང་གི་
 བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོའི་རིགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་ལ་དང་དོད་མ་
 བྱས་པས་ལན་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཇི་སྟེན་བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོའི་
 རིགས་བྱམས་བརྩེ་དང་། ལྷག་བསམ། ཤེས་རབ་སོགས་ལ་རིན་ཐང་
 ཞིག་མ་བརྩེ་བ་དེ་སྟེན་དུ་སྤྲི་ཞིང་བརྟན་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཞིག་ཡོང་བཅས་
 མེད།

༣༡ འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་
འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་

ལན། དེ་ཡང་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཁོ་དང་པོ་གྲུབ་པ་
དང་བར་དུ་འཕེལ་བ་མཐར་དགག་པའི་རིམ་པ་ཚང་མར་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་
ཚོགས་དགོས་པས་སྐད་ཅིག་གིས་འཇམ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་པའམ་
སྐད་ཅིག་ལ་འཇམ་པའི་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་པ་ལ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་
ལ། དེ་ལ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྤྱད་མཆོང་པའི་ལོངས་སྤྱད་བྱའི་ཕྱི་
དངོས་པོ་དང་། གང་གིས་བདེ་སྤྱད་མཆོང་བར་བྱེད་པའི་ལོངས་སྤྱད་བྱེད་
ཀྱི་ནང་སེམས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག ཡང་ན་ཤེས་པ་དང་མཆོང་བ་ཚོར་བ་
གསུམ་དོན་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་གང་གིས་ཚོར་བའམ་ཤེས་ན་ནང་
སེམས་ཀྱིས་མཆོང་བའམ་ཤེས་པ་དང་། གང་ཞིག་ཚོར་བའམ་ཤེས་ན་
སེམས་ལས་གཞན་པའི་ཕྱི་དངོས་པོ་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པས་
འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་
ཏེ་ཕྱི་དངོས་པོ་གཞུགས་སྐྱ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྤྱད་གི་མཆོང་
ཚོར་བྱུང་བ་དང་། ཕྱི་གཞུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་མེད་
པར་ནང་སེམས་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྤྱད་གི་ཚོར་བ་བྱུང་བ་

གཉིས་སུ་ཡོད་པས་ན་འཇིག་རྟེན་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག

གང་ལྟར་ཡང་ང་རང་ཆོ་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་ཐབས་ཤེས་
ཡོད་ཀྱི་བཙལ་ནས་སྐྱབ་ཀྱི་དེ་བདེ་བ་དང་། མི་ལམ་དུ་འང་མི་དགོས་ཀྱི་
དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་པས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཇིག་རྟེན་ལ་
གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན། འདི་གཉིས་ལ་ཕྱི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་ནང་
བཙུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཞེས་ཀྱང་བེད།

༡༡ སེམས་གཙོ་བོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞི་བདེའི་
ཀྱི་རྒྱུ་བཙལ་འཆོལ་བྱེད་ལྷགས་ཇི་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་བྱིམ་ཆང་ལྟ་བུ་འཇུག་མྱོང་དང་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་
ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདག་པོ་ཡང་སེམས་གཙོག་ཕྱེ་ཡིན། དེ་འདྲའི་
སེམས་ཁོ་རང་བདེ་སྤྱག་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བཏང་སྟོམས་པ་ཞིག་
ཡིན་ཡང་དེའི་གསལ་ཞིང་རིག་པའི་ཆ་ལ་རང་ཅག་ནམས་ལ་སྤྱག་
བསྐྱེད་འབྱེན་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ཤིག་དང་བདེ་བ་འབྱེན་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
སྟེ་གཉིས་སུ་ཡོད།

དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱེན་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ནི་ཡིན་ལྷགས་མིན་ལྷགས་

ངོ་མ་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོངས་པ་དང་། གཞན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་མི་བཟོད་
པའི་ཕྱག་དོག་འཆོ་བའི་བསམ་སྒྲོ། ཚོག་ཤེས་མེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་སོགས་
ཡིན། ཡང་བདེ་བ་འབྱེན་བྱེད་གྱི་བསམ་སྒྲོའི་རིགས་ནི་འཆོ་བ་མེད་པའི་
བྱམས་བརྩེ་དང་། གཞན་ཕན་གྱི་ལྷག་བསམ། ཚོག་ཤེས་གྱི་བསམ་སྒྲོ།
ཡིན་ལྷགས་མིན་ལྷགས་ཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་ཡིན།
བསམ་སྒྲོ་ངན་པའི་རིགས་དེ་དག་ལ་གོམས་པའི་བྱགས་ལ་བརྟེན་པ་མ་
གཏོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྟོབས་བྱགས་གང་ཡང་མེད་པས་ན་མེད་པ་
བཟོད་གོས་ཤིང་བཟོད་ཅུས་པ་ཡང་ཡིན་ལ། བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོའི་རིགས་
ནི་དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་རྒྱ་མཚན་མཐའ་ཡས་པའི་སྟོབས་བྱགས་ལ་བརྟེན་
པས་ན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ཤིང་གཏོང་ཅུས་པའང་ཡིན།

དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་བའི་ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་རུང་གོམས་ན་
དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟར་གོང་གསལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོའི་
རིགས་དེ་དག་ལ་དང་དོད་བྱས་ནས་གོམས་འདྲིས་བསྟེན་ན་ཞི་བདེའི་
ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་འགོ་ཚུགས་པ་ཙམ་དུ་མ་བཟད་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་
ཞི་བདེ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་རེད།

༣༣ སེམས་ཀྱི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ་དག་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་གོང་
འཕེལ་གཏོང་དགོས་སམ།

ལན། དེ་ཡང་བྱ་བ་དེ་ལ་འཇུག་པ་ལ་བྱ་བ་དེའི་དགོ་མཆན་མཐོང་
བ་སྟེན་དུ་འགོ་དགོས་པ་ལྟར་བཟང་པོའི་བསམ་སྒྲེའི་དག་གོམས་འདྲིས་
བསྟེན་པ་ལ་སྟེན་དུ་དེ་དག་གི་དགོ་མཆན་མཐོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལ་ཁ་ཟས་ཀྱིས་གོད་པ་འགྲངས་ཙམ་དང་གོས་ཀྱིས་ལུས་པོ་མ་
འབྲུགས་ཙམ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་ན་ནི་དམིགས་ཡུལ་ཆེན་པོ་གང་ཡང་
མ་ཡིན་པས་བསྐྱབ་དཀའ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་མོད། དེ་ཙམ་གྱིས་རང་ཅག་
མིའི་འདོད་པ་མི་རྫོགས་པ་ནི་ད་བར་མི་ཡུལ་འདིར་འཆོ་བ་བསྐྱུལ་བའི་
ཉམས་སྤོང་ལ་བལྟས་པས་ཤེས་རྒྱས་པས་ཟས་གོས་འཛོམས་པ་ཙམ་
ཞིག་ལས་ལྷག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི་རང་ཅག་
འགོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཆེས་རྩ་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་དང་ཆེས་རྩ་བའི་
ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས།
ནམ་འགེལ་རྩ་བར། ནམ་ཤེས་མིན་པ་ནམ་ཤེས་ཀྱི། །ཉེར་ལེན་མིན་
པའི་ཕྱིར་ཡང་གྲུབ། །ཅེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་

ཞིག་ཡིན་རུང་རང་གི་ངོ་པོའི་ལག་རྒྱུ་འཛིག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་རང་དང་
 རིགས་མཐུན་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་ནི་
 བདེ་དེ་ཡང་སྤྱི་དངོས་པོའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོངས་ཐབས་མེད་པ་
 ཞིག་ཡིན་པས་ན། སེམས་ཀྱི་ནི་བདེ་སེམས་ཀྱི་སྤང་ནས་བཙལ་དགོས་
 པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁོང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པའི་བསམ་
 སྒྲོང་ན་པའི་རིགས་དེ་དག་ལ་སྦྱོན་དང་ནོར་འབྱུལ་ཅི་ཡོད་དང་། བཟོད་
 པ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོའི་རིགས་དེ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་དང་
 རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་ནི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
 དེ་དག་ཡར་རྒྱས་དང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བའི་ཐབས་ཤེས་ཉག་གཅིག་ཕུ་
 དེ་ཡིན། དེ་འདྲ་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་བསམ་དགོས་པ་སྟེ་འདིར་དཔེ་
 མཆོན་ཙམ་ཞིག་ཁྱུས་ན། དེ་ཡང་ཆེ་ས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགོ་བྱིད་དང་ཚུང་
 ས་མི་སྟེར་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་པོ་ཞིག་བྱུང་
 ནའང་དེས་རྒྱ་བྱས་ནས་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་བདེ་བའི་ཁོང་ཁྱོདའི་རིགས་
 མ་བྱུང་ན་གནས་ཚུལ་གང་ཡང་ལྟག་གི་མེད་པ་དང་། ཡང་མི་མཐུན་
 པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སྤྱི་མེད་རུང་དེ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་ཁོང་
 ཁྱོད་ཞིག་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྟོབས་པ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་བར་ལ་ཆེ་བ་དམག་
 འབྱུག་དང་ཚུང་བ་ཁ་རྩོད་ལ་སོགས་པའི་གནས་ཚུལ་ཐབས་སྟུག་ཞིག་

ཡོང་རྒྱ་ངེས་གཏན་ཡིན། དེར་བརྟེན་འབྲུག་ཚུང་གི་གཞི་རྒྱུན་ངོ་མ་དེ་
ཐུའི་ས་ཁང་ལ་སོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་དང་ཐོབ་གོ་ས་ལ་སོགས་པའི་
མིང་གྲགས་མ་ཡིན་པར་ནང་གི་ཁོང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པའི་བསམ་སྒྲོལ་དུ་
པའི་རིགས་དེ་དག་ཡིན་པར་རྒྱ་མཚན་མང་པོའི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་
ཅིག་བྱུང་ན་བསམ་སྒྲོལ་བཟང་པོ་དེ་དག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུར་དང་དོད་
ཞིག་གཏན་གཏན་སྦྲེབས་ཀྱི་རེད།

གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ཡར་བསྐྱེད་གཏོང་བབས་སུ་
བབས་ཚུལ་གཞན་ཞིག་བརྒྱུད་ཆོག་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་
དེ་དག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་སྒྲུངས་དེ་འདྲ་ཞིག་རང་རེད།

༡༤ འོ་ན་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ཞི་བ་དེ་ངོ་མ་ཞིག་བཙལ་རྟེན་བྱུང་བམ།

ལན། དེ་ཡང་རང་ཅག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ཡུན་གྱི་འགྲོ་བ་ཞིག་
ཡིན་ཐུན་ལྷས་བདེ་བ་དང་སེམས་སྦྱིད་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་འབད་
འབྱུངས་བྱེད་མཁན་གཞན་ཡིན་པ་ནི་གཏན་འཁེལ་ནས་བཤད་ཆོག་པ་
ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཞི་བ་དེ་སེམས་དང་བདེ་བ་དེ་ལྷས་ཀྱི་ཐོག་
ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད།

འབྲུག་ཚེད་ལ་སོགས་པའི་དཀལ་ངལ་མང་དག་ཅིག་ནི་ལྷས་ངག་
གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་མངོན་ཡང་དོན་དམ་དུ་
སེམས་མ་ཞི་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སེམས་ནང་གཞན་
གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་ཕྲག་དོག་དང་། འཆེ་བའི་བསམ་སྒྲོ།
ཚོག་ཤེས་མེད་པ། འགྲན་སེམས་སོགས་བྱང་བྱང་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཁེངས་
ནས་མ་ཞི་བར་ཡོད་ན་དེ་ཕྱ་འཁོལ་ནས་ལྷ་པ་ལྟར་ལྷས་ངག་གཉིས་ཀྱི་
ཐོག་ཐོན་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་མ་སྦྱིད་པའི་གནད་དོན་ངན་པ་མང་
དག་ཅིག་ལྟག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ལྷས་ངག་གཉིས་མ་ཞི་
བའི་རྒྱ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་དེ་དག་སེམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐད་དེ་དོར་བ་ཡིན་ན་
དོར་བའི་ཉིན་མོ་དེ་ནས་བཟུང་རང་གཞན་ཆང་མ་དོན་ངོ་མའི་སྦྱིད་འགོ་
ཚུགས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་ལྷས་ངག་གཉིས་ནི་སེམས་ཀྱི་བཀོད་པར་ཉན་མཁན་གྱི་
གཡོག་པོ་ལྟ་བུ་དང་སེམས་ནི་ལྷས་ངག་གཉིས་བཀོལ་སྦྱོད་བྱེད་མཁན་
གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ཡང་ལྷས་ངག་གཉིས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཐབས་
རྒྱས་འོག་ལ་གདོང་མཆོང་བྱེད་མཁན་དང་། སེམས་དེ་ལྷས་ངག་གཉིས་
ལ་རྒྱབ་ནས་རྒྱས་འགོད་བྱེད་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཆན་དེ་འདྲར་

སོང་ནི་བདེ་ངོ་མ་དེ་སེམས་ཀྱི་སྤང་ནས་བཙལ་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
བ་རེད།

དེ་ཡང་བརྒྱ་ཆ་བགོས་ན་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱད་བརྒྱ་ཆ་
བརྒྱད་ཅུ་དང་ལུས་ངག་གཉིས་ལས་བདེ་སྤྱད་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་བཅུ་ཡོང་གི་
ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན།

༣༥ ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་དེ་དོན་ངོ་མའི་ནི་བདེ་སྤྱད་བྱེད་ཀྱི་
རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དངོས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་
འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་དམ།

ལན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་
ལ་གྲ་རྒྱས་མིན་དང་གཏིང་ཟབ་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་རང་གི་སྐད་
ཡིག་དང་ཡུལ་སྲོལ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་རིགས་གནས་
ཤིག་ཐམས་ཅད་ལ་བསྟན་རྒྱུ་ཡོད། འོན་ཏེ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་
ཤིག་ཆགས་པར་དེ་ལ་རིགས་པའི་ཐོག་ནས་ཁྲུངས་སྤྱེལ་བྱུང་པའི་ཡང་
དག་པའི་ལྟ་བུ་ཅིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་རེད་དམ་ཟེར་ན། ང་རང་ཆོར་

གནད་དོན་ཁ་ཅིག་མི་འདོད་ནའང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་ཡང་དོན་དག་ཁ་
ཅིག་འདོད་ནས་བཅལ་ཡང་ཐོབ་ཀྱི་མེད་པ་རེད། དེ་གཉིས་ཀ་གནད་
དོན་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ངོས་འཛིན་མ་ཚོར་བར་བྱེད་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་
བཞིག་མ་བྱུང་བས་ལན་པ་ཡིན།

གནད་དོན་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེའི་ཐོག་མའི་འབྱུང་
རྒྱུན་དང་བར་གྱི་འཕེལ་རིམ་མཐའ་མའི་མཇུག་བཅས་ལ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུའི་ལྟ་བ་ཡང་དག་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དེ་ཐག་
གཅོད་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཕྱོགས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་དེ་ཡག་པོ་
ཞིག་ཡོང་རྒྱ་མ་རེད། དེ་ལྷགས་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་གནས་
ཚུལ་ཐབས་སྟུག་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ང་ཚོས་མཐོང་ཚོས་སུ་ཡོད། དེ་
འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཡང་དག་པའི་སྦྱོད་པ་ཞིག་འོངས་ཤིང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་སྦྱོད་
ཅིག་བྱུང་ན་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ལྟ་ཅི་བྱ་རི་དྲགས་ནམས་ཀྱང་ཞི་བདེའི་
ཁོར་ཡུག་གཅིག་གི་ནང་འཆོ་གནས་བྱེད་བྱབ་པ་ཡོང་གི་རེད།

དེར་བརྟེན་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་
བསམ་སྒྲུའི་ལྟ་བའམ་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་པ་དེ་ཉིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་

ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲར་སོང་རིགས་པའམ་རྒྱ་མཚན་ཡང་
 དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱེད་ལ་བྱུང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ལྡན་པའི་གཞུང་ལྷགས་
 ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེ་ལ་གསར་རྟོང་དང་། མི་རིགས། རྒྱལ་ཁོངས་སོགས་
 གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཞིག་རང་ཡིན་པ་རེད།
 དེ་བཞིན་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལྷགས་དེ་ཡང་ཡང་དག་པའི་
 ལྷ་གྲུབ་ཅིག་ལྡན་པས་ན་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་
 ལྡན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ནི་བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེའི་
 རྒྱུ་མཐུན་དང་གཡས་གཡོན་གང་ཐད་ནས་ནོར་འཇོལ་མེད་པར་
 འདུག་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྷ་བ་དང་། དེ་ལ་ལྡན་པའི་ཡང་དག་པའི་སྦྱོད་
 པ་ནི་ལྷ་བ་དེ་གཞི་རྩར་བྱས་པའི་མི་འཆེ་བའི་སྦྱོད་པ་དེ་ཡིན།

༡༦ གྲུབ་མཐའ་ཞེས་པ་དེའི་གོ་དོན་གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། ཆོས་ཁས་ལེན་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཆོས་ཁས་
 མི་ལེན་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་ནའང་འདྲ། བྱ་དངོས་དེར་དོས་འཇིན་
 བྱེད་སྐབས་རྒྱ་མཚན་གང་རུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་རེད་སྙམ་པའི་
 བསམ་སྒྲུབ་འབྱེད་བཞེས་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་གྲུབ་མཐའ་བཟུང་བ་རེད།

དེ་ལ་མི་སོ་སོའི་ཚུ་ཚད་མཐོ་དམན་དང་བསམ་སྒྲུབ་དང་མིན་གྱིས་

ཡང་དག་དང་མ་དག་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད། དཔེར་ན་ཁང་པ་ཞིག་གི་རྒྱ་
ཁྱོན་འཇལ་སྐབས་འགའ་ཞིག་གིས་མདུན་ངོས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོན་དེ་ཀ་ཁང་པ་
དེ་ཁྱིལ་པོའི་རྒྱ་ཁྱོན་རེད་ཅེས་སྒྲ་བ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་མདུན་
ངོས་དང་གཡས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོན་ཇི་ཡོད་དེ་ཁང་པ་དེ་ཀའི་རྒྱ་ཁྱོན་རེད་ཅེས་
སྒྲ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱ་བ་མདུན་གཡས་གཡོན་སྟངས་འོག་ཚང་མར་
འཇལ་ཏེ་ཁང་པ་དེའི་རྒྱ་ཁྱོན་འདི་ཙམ་ཞིག་འདུག་ཅེས་སྒྲ་བ་ལྟ་བུ་རེད།
དེ་ལྟར་གྲུ་བ་མཐའ་ལ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་པ་དེ་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་
ལ་བཅངས་པའི་ཞེན་ཁོག་གི་ཐོག་ནས་རྣམ་པར་དག་དང་མ་དག་གི་
ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་གཙོ་ཆེར་མི་ནང་ཕན་ཚུན་གྱི་མཐུན་
ལམ་དང་བདེ་ཙུ། ཡང་མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་དང་དེར་འཆོ་གནས་
བྱེད་བཞིན་པའི་བྱ་རི་དྲགས་སོགས་ཀྱི་དབར་འབྲེལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་
ཡོང་བ་ལ་ཕན་དང་མི་ཕན་བཟླ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱི་
ཚོགས་སྤྱི་ལ་ལྟ་ཅི་རང་སྐྱེར་གྱི་བདེ་བ་སྐྱབ་པ་ལའང་ཕན་མི་ཐོགས་པའི་
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཕྱོགས་སམ་གྲུ་བ་མཐའ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རང་སར་མི་
ཞོག་རང་ཞོག་རེད།

༣༥ རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ།

ལན། བྱ་དངོས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ཐོག་མར་གྲུབ་པའི་སྐབས་གཞན་སྤུ་ལའང་མ་ལྟོས་པར་ཁོ་རང་རྒྱང་རྒྱང་གི་ཐོག་ནས་གྲུབ་ཚུལ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པར་ངེས་པར་དུ་གཞན་ཞིག་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་དགོས་པའམ་གཞན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ལྟོས་སའི་གཞན་དེ་ལའང་སྣ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མྱ་གྲུ་ལྟ་བུ་གཅིག་སྟེ་བ་ལ་ས་དང་ས་བོན་ཆུ་ལྱད་དྲོད་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་དེ་དག་གཅིག་མ་ཆང་ནའང་མི་སྟེ་བ་ལྟ་བུ་རེད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཡོད་པའམ་གཞན་གྱི་དབང་གིས་རང་འབྱུང་བ་དེ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་ཚུལ་དེ་ཡིན་པས་ཡོད་པ་ཡིན་ཕྱིན་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་པ་ལས་འོས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་དེ་འདྲི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་གཞིར་བཅས་ལ་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲེའི་ལྟ་བ་ཡང་དེ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་རྟེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ཆོས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་འབྲས་བུ་བྱུང་ཆོས་ལ་སོགས་

པ་མང་དག་ཅིག་གི་ནང་ནས་གཅིག་ཙམ་ཞིག་ངོས་འཛིན་ཏེ་འདི་ལ་
འདི་ཟེར་གྱི་ནམ་གཞག་བྱས་ཀྱང་དོན་དུ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ཅིག་མ་
བྱུང་བ་ཡིན། དཔེར་ན་ནད་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་རང་གི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་
རྒྱུ་དེ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། འོན་ཏེ་སྒྲོན་ཁང་བསྟེན་པའི་སྐབས་སུ་
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ངོས་འཛིན་མ་བྱུང་པར་དེ་དག་གི་ནང་ནས་གཅིག་
ཙམ་ཞིག་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་ཁོ་ནའི་སྒྲོན་བསྟེན་ན་ནད་གཞི་དྲག་སྦྱེས་
ཡོང་གི་མེད་པ་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་རེད།

དེ་འདྲ་སོང་ཙང་བྱ་དངོས་དེའི་དགེ་སྒྲོན་དང་རྒྱབ་མདུན་ལ་སོགས་
པའི་སྦྱོགས་གང་ཐད་ནས་བལྟས་ཏེ་དུས་ནམ་ཡང་བྱ་དངོས་དེའི་རང་
བཞིན་ངོ་མ་རྩ་ཆེར་འཛིན་པའི་ཏེན་འབྱུང་གི་ལྟ་བུ་ཟེར་བ་དེ་གལ་ཤིན་
ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད།

༣༩ བྱ་དངོས་དེར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་བུ་དེ་ལོགས་
པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དེ་ལ་སྒྲོན་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིས་གཙོས་པའི་སྦྱོགས་ལྡན་གྱི་འགྲོ་
བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེའི་རྩ་བའི་གྲུབ་ཆ་ཟེར་ནའང་འདྲ། དེས་ཡུལ་ལ་
འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་པའི་སྒྲི་ཟེར་ནའང་འདྲ། ཡང་དེ་རང་ཉིད་ལ་བདེ་

སྤྱག་འབྲུང་བའི་སྒྲིབ་ནའང་འདྲ། བདེ་སྤྱག་སྤྱབ་པ་པོ་དང་བདེ་སྤྱག་
 མྱོང་བ་པོ་བཟུང་ནའང་འདྲ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་ནི་ལྷས་ངག་
 ཡིད་གསུམ་རེད། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ནི་ཡིད་ཡིན་ཞིང་ཡིད་
 དམ་བསམ་སྒྲོའི་ངོས་འཛིན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཟེ་དེ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་དེའི་
 རྒྱགས་ཀྱིས་ལྷས་ངག་གཉིས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་དེ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།
 ཡང་བསམ་སྒྲོའི་ངོས་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་དེ་ལེགས་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དེའི་
 རྒྱགས་ཀྱིས་ལྷས་ངག་གི་སྦྱོད་པ་དེའང་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོང་གི་མེད་པ་ང་
 ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད།

ང་ཆོས་བརྟན་འཕྱིན་དང་རྒྱུང་འཕྱིན་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཕྱེ་ནས་བསམ་
 གཞིག་ཞིག་བྱོས་དང་། འཇམ་སྒྲིང་འདིར་གནས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་
 ཆོགས་པ་མི་སྒྲེར་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་ཆེ་
 འདིས་བཟོས་སོང་དང་དེས་བཟོས་སོང་ཞེས་མཇུག་མོ་གཞན་ཞིག་ལ་
 བརྩལ་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱས་པའི་འབྲས་བྱར་རང་ལ་གཞོད་
 བྱེད་གྱི་དབྱ་བོ་མང་དུ་སྤྱིན་ནས་ད་ལྟ་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་གྱི་
 སྤོང་དུ་དཀའ་ངལ་བསྒྲོན་མ་མང་པོ་ཞིག་ལ་སློག་དང་དཔལ་འབྱོར་གང་
 ཐད་ནས་དུས་ལྡན་རིང་པོར་གཤོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་མཐོང་།

ཆོས་ལྟར་རེད། འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་མི་ཆེ་སྐྱེལ་དགོས་པ་ཞིག་
ཆགས་པ་ཡིན་ན་མི་ཡུལ་འདིར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་དཀའ་ངལ་སྤོང་བའི་
ཆེད་དུ་སྐྱེབས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆེ་བ་འཇམ་སྒྲིང་
གི་དམག་འབྲུག་དང་ཆུང་བ་མི་གཉིས་དབར་གྱི་ཁ་རྩྱེད་ལ་སོགས་པའི་
གནད་དོན་མི་ལེགས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཕར་བརྟག་དཔུང་
ཅིག་བྱས་ན་འབྲུང་རྩ་དོ་མ་དེ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་ལེགས་པའི་ཞིག་མ་
བྱུང་བ་ལ་བྱུག་ཡོད།

དེ་འདྲ་སྤོང་ཙང་རང་གཞན་ཆང་མ་དོགས་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ།
དངངས་སྐྱག་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་ཁོ་ནའི་ནང་མི་ཆེ་བ་སྐྱེལ་མི་
དགོས་པའི་ཆེད་དུ་བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་བ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ཅེས་
བཤད་གྱི་ཡོད།

༡༧ ལྟ་བ་ཉེན་འབྲུང་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྤྱོད་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་ཞེས་པ་
དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་སློག་ལྡན་གྱི་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་དེས་གཟུགས་
སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་པའི་ཆེ་འབྲེལ་བ་བྱེད་
སའི་ཡུལ་བཟང་ངན་གྱི་དབང་གིས་བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་ཞིག་ངེས་པར་

དུ་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཡོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། དེ་ནི་ལྟ་
 གྲུ་ལ་སོགས་པ་གཞན་སྲུ་གང་གིས་བཟོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་གཙུག་
 ནས་རྐང་མཐིལ་བར་བྱབ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཤིག་ཡོད་པས་ཡིན། གལ་ཏེ་
 དེ་འདྲའི་རྣམ་ཤེས་ཤིག་མེད་ན་ས་འོ་ལྟར་ཅི་ཆོར་འདི་ཆོར་མེད་པར་
 འགྱུར་གྱི་རེད། དེ་ལྟར་འགྱུར་ཆེ་གང་ཡང་སྤངས་མེད་པ་ཞིག་
 ཡིན་རུང་བདེ་སྤྱད་གི་སྤྱོད་ཆོར་ཞིག་ནི་རང་ཅག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་
 ལུན་མཐའ་དག་ལ་སྤྱོད་བའི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་ཡོང་དང་ཡོང་བཞིན་པ་
 ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་ཅག་སློག་ལུན་རྣམས་ལ་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བ་ཞིག་
 ཇེས་པར་དུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་འགྲོ་བ་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལུན་ཐམས་
 ཅད་ལ་སྤྱི་བྱབ་ནས་བདེ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་རྩོད་དབང་ཡོད་པའི་གཞི་
 རྩའི་རྒྱ་མཚན་བསྟོན་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་
 རང་གི་དོན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་སྦྱབ་པའི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་འབྲེལ་བ་
 བྱེད་པའི་ཆེ་གཞན་གྱི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཉིད་ལ་ཆ་འཛོག་བྱས་ནས་
 སུན་བདེ་སྦྱབ་གང་བྱབ་བྱེད་པ་ལས་དེ་རྩིས་མེད་དུ་བཏང་ནས་འཆེ་བའི་
 རིགས་མི་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་བཟུང་བ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་

མཚན་ནི་གཞན་གྱི་བདེ་བ་སྐྱབ་ཆོག་པའི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དེ་རང་གིས་སྤང་མེད་དུ་བཏང་བ་ཡིན་ན་རང་གི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཉིད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་སྤང་མེད་དུ་བཏང་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡོང་གི་མ་རེད། དཔེར་ན་སྤང་ནོར་བྱས་མེ་ཏོག་ལས་བཅུད་ལེན་པའི་ཆེ་མེ་ཏོག་གི་ལོ་མ་དང་ཡལ་ག་འབྲས་བྱ་གང་ལའང་གཞོད་པ་གཏན་ནས་མེད་པར་རང་ལ་གང་དགོས་རྒྱུའི་བཅུད་ཆ་ཆང་ལེན་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་སྤང་ནོར་བྱ་དེས་མེ་ཏོག་ལས་བཅུད་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་ཞིམ་པོ་ཞིག་བཟའ་འབྲུང་བྱེད་རྒྱ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བཅུད་ལེན་སའི་མེ་ཏོག་དེར་གཞོད་པ་སྦྱེལ་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་རང་ཉིད་འཆོ་གནས་བྱེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་གལ་ཆེན་ཞིག་མེད་པར་བཟོས་པ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་རེད།

དེ་འདྲ་སོང་ཙང་སྦྱོད་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་དེ་ཆེ་བ་འཇམ་སྒྲིང་དང་ཆུང་བ་རང་སྒྲེར་གྱི་ཞི་བདེའི་ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ནས་ཡོད།

༡༠ གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཕན་ཐོགས་པའམ་ཡང་ན་གཞོད་པ་བསྐྱལ་བ་ན་གོ་མེད་ཆོར་མེད་དུ་སྤྱོད་པ་དེ་སྦྱོད་པ་འཆོ་མེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ནམ།

ལན། བྱ་དངོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་རང་

ངོས་ནས་འབྱུང་ཐབས་གཏན་ནས་མེད་ལ་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་རང་
 ཚུགས་བྱུང་ནས་གནས་ཐབས་ཀྱང་གཏན་ནས་མེད་སྐབས་གཞི་རྩའི་
 རང་བཞིན་དེ་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་དབང་ཁོ་ནས་སྐྱེ་འཇིག་གནས་གསུམ་
 གྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་འབྲེལ་བརྗེད་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་
 སོང་ཙང་རང་ཅག་མེད་སྐྱེ་ཆོགས་ནང་བསམ་སྒྲེའིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་
 བཟའ་ཚང་དང་ཕ་མ་བུ་ཕྱག་གོགས་པོ་ནང་ཕན་ཚུན། རྒྱལ་ཁབ་དང་
 རྒྱལ་ཁབ་དབར་སོགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་
 བརྟེན་ཏེ་འཆོ་གནས་བྱེད་པ་ལས་གཞན་སྤུ་ལའང་མ་ལྟོས་པར་རང་ཉིད་
 ཁེར་རྒྱུང་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ནི་གཏན་ནས་
 ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཞན་དེ་ལ་ལྟོས་པའམ་འབྲེལ་བ་བྱེད་
 པའི་སྐབས་སྤུ་ལྟོས་སའི་གཞན་དེའི་རྣམ་འགྱུར་ལེགས་ཉེས་སམ་ཡང་ན་
 རང་གི་བསམ་ཚུལ་ཡང་མ་དག་པའི་དབང་གིས་བདེ་སྤྱག་གི་སྤྱིང་ཆོར་
 ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡོང་པའི་སྐབས་སྤུ་ཅི་ཆོར་འདི་ཆོར་མེད་པར་
 གནས་ཐབས་གཏན་ནས་མེད། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་གནས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་
 གླེན་པ་མདོ་མེད་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་འཆོ་བ་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་གནས་
 པའི་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱི་མཁས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད།

འོ་ན་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་ན། རང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་བ་འདོད་པ་
གཅིག་འགྱུར་དུ་ཡོད་པ་དང་སྤྱག་བསྡེལ་མི་འདོད་པ་གཅིག་འགྱུར་དུ་
ཡོད་པ་འདི་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་གཞིད་ལན་གཞིད་པས་མ་འཇལ་བ་
ཞིག་ལ་སྒྲིད་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་ཟེར་བ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་གཞན་གྱི་བདེ་བ་སྤྱབ་ཆོག་པའི་ཐོབ་ཐང་
ལ་བརྩེ་འཇོག་བྱེད་པ་དེ་རང་གི་བདེ་བ་སྤྱབ་པ་དང་བསྐྱུང་པའི་ལག་ཆ་
ལག་ཤོས་ཤིག་ཡིན།

༡༡ གཞིད་པའི་ལན་གཞིད་པས་འཇལ་ན་དེ་ལ་སྒྲིན་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡོད་པ་རེད་དམ།

ལན། ང་རང་ཆོས་དེབ་དང་བརྟན་འཕྲིན་སོགས་ལ་བལྟས་ནས་
འཇམ་སྒྲིང་འདིར་འཆོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤར་སོང་
གི་ལོ་རྒྱས་དང་ད་ལྟའི་གནས་ཚུལ་ལ་བསམ་གཞིགས་ནན་ཏན་ཞིག་
བྱས་པ་ཡིན་ན་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་འཆོ་གནས་བྱེད་བཞིན་པའི་སློག་
ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་འདོད་རྣམས་ཆེ་ཤོས་དང་བྱེད་རྒྱ་མང་
ཤོས་ཤིག་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཟེར་བ་དེ་ཆགས་ནས་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་བ་མིས་
གཞིད་ལན་གཞིད་པས་འཇལ་བའི་བསམ་ཚུལ་ལག་ལེན་ལ་བསྐྱེལ་བའི་

དབང་གིས་མི་རང་ཉིད་ལྟ་ཅི་བྱ་རི་དྲགས་ཡན་ཆད་ཀྱི་སློག་ཆགས་
 ཐམས་ཅད་གནས་བཟོད་མི་བདེ་བར་འཇམ་སྐྱིང་སྤྲིལ་པོ་ཆགས་འཇིག་
 གི་གནས་ཚུལ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་མང་པོ་ཞིག་བཟོས་ནས་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱས་
 དེབ་ཐེར་ཐོག་གསལ་པོ་ཡོད།

དེ་ཡང་གྲོང་གསེབ་ལྷང་ཁྲག་གཅིག་ལ་འབྱུག་པ་ཤོར་བ་ལྟ་བུ་མ་
 ཡིན་པར་འཇམ་སྐྱིང་ཡོངས་ལ་ཡོ་འབྱོམ་འགྲོ་བའི་དམག་ཆེན་ཐེངས་
 གཉིས་འགྲོ་བ་མི་ནང་པན་ཚུན་མི་འཆམ་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་མ་
 གཏོགས་པ་འགྲོ་བ་གཞན་ཏྟ་བ་སྐྱང་ལ་སློགས་པའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་
 གཞོད་ལན་གཞོད་པས་འཇལ་བའི་བསམ་ཚུལ་བྱགས་ཆེ་བའི་རྒྱུ་བྱིས་
 བྱུང་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། འབྱུག་པ་དེ་དག་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་
 ལ་གང་ཞིག་བྱུང་ཡོད་མེད་བལྟས་པ་ཡིན་ན་རིག་གནས་དང་དཔལ་
 འབྱོར་ལ་ཉམས་ཉེས་ཚབས་ཆེན་བཟོས་ཡོད་ལ་དེ་བཞིན་མི་གཙོ་བོར་
 བྱུར་བའི་སློག་ཆགས་འབྲུམ་ཐེར་མང་པོའི་ཆེ་སློག་ལ་གྲོང་མ་གཏོགས་
 ཞེ་ཞིག་གཏན་ནས་བྱུང་མེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ད་ལྟའི་ཆར་ཡང་རྒྱལ་
 ཁབ་དང་ཆོགས་པ་མི་སྐྱེར་མང་པོ་ཞིག་གིས་མཆོན་ཆའི་རིགས་ལ་དང་
 རོད་བྱགས་ཆེན་བྱེད་པ་དེ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། བྱེད་སྤངས་དེ་

རིགས་ཀྱིས་རང་གཞན་ཆང་མ་དཀའ་ངལ་ཆད་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་
གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཡང་བ་ཞིག་གི་ཕྱོགས་སུ་
བྱིད་དང་འབྱིད་བཞིན་ཡོད།

རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་གཞིན་ལན་གཞིན་པས་འཇལ་དགོས་པར་
སེམས་པའི་བསམ་སྒྲུའི་འབྱེད་བཟོ་དེར་སྒྲིན་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནི་
ཆེ་བ་འཇམ་སྤིང་གི་ཞི་བདེ་དང་རྒྱུད་བ་རང་སྒྲེར་གྱི་ཞི་བདེའི་དབྱ་བོ་
མཐར་ཐུག་པ་དེ་ཆགས་ནས་ཡོད།

༡༣ མི་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་སེམས་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་པ་
རོལ་པོས་རང་ལ་གཞིན་པའི་རིགས་འགོག་ཆེད་དུ་འཆོ་བའི་བསམ་
སྒྲིག་དོང་མི་རིགས་པར་བཤད་པ་དེར་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་ང་རང་ཆོ་འགྲོ་བ་མི་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་སྒྲིག་ལྡན་གྱི་
སྒྲི་ཆོགས་ནང་སྐད་ཆ་མང་པོས་ཤིག་ནི་གནད་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ལ་
ཡོང་གིན་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྤྱིད་སྤྱུག་གི་སྐོར་ཤོད་རྒྱ་དེ་ཡིན།

དེ་འདྲ་དེ་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས། ཆོས་ལུགས། གོམས་
གཤེས་སོགས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྐྱེས་

པའི་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ནས་བཟུང་སྟེ་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་
འདོད་པའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་རང་ཆས་སྟེ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་
ཞིག་རེད། དེ་ནི་མི་ལ་སོགས་པའི་སྟོག་ལྡན་གྱི་འགྲོ་བ་ཡིན་ནི་ཅིག་གི་
ཆེས་ཆུ་བའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་གཞན་ཞིག་གིས་རང་གི་དེ་
འདྲའི་ཐོབ་ཐང་དེ་ཕྱིས་མེད་དུ་བཏང་ནས་མི་སྦྱིད་པ་ཞིག་བཟོས་པའི་ཆེ་
དེའི་ལན་དུ་ཕ་རོལ་པོར་གཞོན་འཆེའི་བསམ་སྟེ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་དེ་
ནི་སྐྱག་ས་ཏྲག་ས་བསྟན་པ་ཞིག་རང་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། དེས་ནི་རང་ལ་གཞོན་
བྱེད་གྱི་དབང་པོ་མང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཚོགས་
འཕེལ་ནས་རྒྱ་སྟོག་གཉིས་ཀར་བརྟུན་གསེག་ཆ་བས་ཆེན་འཕྲོག་པ་དང་།
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དོགས་པ་དང་དངགས་སྐྱག་ས་ངང་གནས་དགོས་
པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོན་ཆ་མང་དག་ཞིག་ཡོད། འདིའི་དཔེ་གསལ་ཤོས་
ཤིག་ནི་དང་དུས་འཇམ་སྤིང་གི་གནད་དོན་ཁ་ཅིག་ལ་བསམ་ཞིབ་ནན་
ཏན་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཤེས་གྱི་རེད།

༩༩ འབྲུག་ཅོད་ལ་སོགས་པའི་གནད་དོན་མི་ལེགས་པ་མང་དག་
ཅིག་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདིར་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་
ཐོག་མར་ཆགས་པ་ནས་བཟུང་དགའ་སྤྱད་གི་ལམ་བུ་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱད་
ད་ཆ་ཚན་རིག་དང་གེས་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་སོགས་གང་ཐད་ནས་ཡར་
ཐོན་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་གོང་འཕེལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་དགའ་འོས་པའི་
གནས་སུ་ཡོད་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་གིས་མཚོན་ཆའི་རིགས་ལ་དང་དོད་
ཤུགས་ཆེན་བྱེད་པ་དེ་སྒྲོ་པམ་སྤྱི་དགོས་པ་ཞིག་འདུག

དེ་གནད་དོན་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། གཅིག་ནི་འདོད་
པ་ཆེ་དྲགས་པ་དང་གཞན་དེ་ནི་བརྩེ་བ་མེད་པ་དེ་ཡིན། འདོད་པ་ཆེ་
བའི་དབང་གིས་ཕ་རོལ་པོའི་རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་ལ་རྩིས་མེད་གཞོད་སྤྱེལ་
བྱེད་པ་དང་། བརྩེ་བ་མེད་པའི་དབང་གིས་ཕ་རོལ་པོའི་སློག་ལ་གཞོད་
པ་བྱེད་པ་དེ་ཡོང་གི་ཡོད། རང་གཞན་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཕ་རོལ་
པོས་རང་གི་རྒྱ་སློག་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བ་ན་དེ་ལ་བཟོད་སྒྲོམ་གྱིས་སྤྱད་
རུས་བྱུང་མཁན་དེ་ཆེས་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལས་མེད་པར་སོང་ཆེ་བ་འཇམ་
གླིང་གི་དམག་འབྲུག་དང་ཆུང་བ་མི་གཉིས་བར་གྱི་འབྲུག་པ་དེ་བྱུང་བ་
རེད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འཇམ་གླིང་ནང་མཐུན་སྤྱིལ་ལེགས་པོ་མི་ཡོང་

པའི་རྒྱ་རྒྱུ་གྱི་གཙུག་པོ་བཟུང་ནས་འདྲ་རྒྱ་རྒྱུ་གྱི་དང་པོ་བཟུང་ནས་འདྲ་འདྲོད་པ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་ཕ་རོལ་པོ་ལ་བརྩེ་བ་མེད་པ་དེ་གཉིས་ཆགས་ཡོད།

༡༤ གཞན་ལ་བརྩེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་དོན་ངོ་མ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་ལས་དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་གང་ཞིག་དགོས་གལ་ཆེ་བ་ཡོད་དམ།

ལན། དེ་གཉིས་ཀ་དགོས་གལ་ཆེན་པོ་ཡོད། ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་དོན་ངོ་མ་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་དོན་ངོ་མ་གང་ཡིན་པ་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འོན་ཏེ་ཤེས་རབ་དེ་ལ་བཏང་འཛིན་བྱེད་མཁན་གྱི་བརྩེ་བ་ཞིག་མེད་ན་ཤེས་རྒྱ་ཇི་ཙམ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་འཇམ་སྒྲིང་བྱེད་པོར་བརྟུང་གསུམ་བསམ་མི་ཤོད་པ་དེ་འདྲ་བཟོ་བྱུང་གྱི་ཡོད་པ་ང་ཚོའི་མཐོང་ཆོས་སྤྱི་ཡོད་པ་ལྟར་རེད། དེར་བརྟེན་བརྩེ་བ་དེའང་གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་རེད།

དེ་ཡང་ང་ཚོའི་ལྷང་པ་མི་ཡུལ་འདིར་གནས་ཚུལ་ཆབས་ཆེན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་བཟོ་མཁན་དེ་ཚོར་བརྟུང་དཔུང་ཅིག་

བྱས་པ་ཡིན་ན་ཁོ་ཚོ་མང་ཆེ་བར་སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་ཚུ་ཆད་ཡོད་པ་དང་ཞིབ་
འཇུག་པ། དགེ་ཆེན་ཆེན་མོ་སོགས་ཡིན་པ་རེད། བརྟེ་བ་དང་མ་འབྲེལ་
བའི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་པ་ཇི་ཙམ་སྒྲོབས་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་འཇམ་སྒྲིང་
འདིར་ཉེན་ཁ་དང་དཀའ་ངལ་ཡང་སྒྲོབས་ཇི་ཆེ་དང་ཇི་མང་དུ་འགྲོ་
བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་སྲིང་ཙང་བརྟེ་བ་དེ་ཡང་གལ་ཆེན་ནང་གི་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དཔེར་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན་ཆབ་
སྲིད་དང་དམག་དོན། དཔལ་འབྱོར། རིག་གནས། ཚོང་དོན་སོགས་
དོན་འགངས་ཆེའི་རིགས་ལ་སྤྱི་ཁྱབ་མདུན་གང་ཐད་ནས་བསམ་
ཤེས་བྱུང་མཁན་གྱི་སྒྲོན་པོ་ནམ་དུ་ཕྱོད་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ལས་
དོན་དེ་དག་འཇུག་མེད་ཅིག་ཡོང་བ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྒྲོན་པོ་དེའི་བྱ་བ་
ཁག་ཐལ་ཆ་ཆེ་བར་མི་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་དེའི་མགོ་ལ་སྒྲོད་མཁན་གྱི་
རྒྱལ་པོ་དེ་འབངས་མི་སེར་གྱི་དོན་དག་ལ་རང་སློག་གཏོང་བྱས་མཁན་
གྱི་ལྷག་བསམ་ཅན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། འབངས་མི་དམངས་ཀྱི་དོན་ལ་
སྒྲོ་གཅིག་སེམས་གཅིག་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སེམས་བཟང་ཅན་ཞིག་
དང་། དེའི་བཏང་འཇོན་གྱི་འོག་ཏུ་དོན་ཆེ་ཚུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
ལེགས་ཉེས་འབྱེད་ཤེས་མཁན་གྱི་སྒྲོན་པོ་ཤེས་རབ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་
ཡིན་ན་རྒྱལ་ཁབ་དེ་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བྱུ་རེད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བརྟེ་བ་དང་ཤེས་རབ་དེ་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཚུང་
བ་མི་སྒྲེར་ཆང་མར་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱབ་པ་ལ་དགོས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཆགས་པ་རེད། དེང་དུས་འཛམ་གླིང་འདིར་འདི་གཉིས་ལ་དང་དོད་
བྱེད་རྒྱ་མ་འདང་པའི་དབང་གིས་དཀའ་ངལ་སྤྲོ་ཆོགས་ཤིག་ཕྱད་དང་
འཕྱད་བཞིན་ཡོད།

༣༥ གང་འདྲ་བྱས་ཏེ་སེམས་པ་བཟང་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་
དགོས་ཀྱི་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་དང་ལེགས་ཤོས་ནི་
སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་ལྟར་སྦྱོན་གྱི་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་དང་རྒྱག་ཤོས་
ཀྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་ཡིན་པ་རེད།

སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་དེ་དག་ལ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་ཀྱང་བསྐྱུ་ན་གསུམ་དུ་
བསྐྱུ་ཆོག་པ་ཡིན།

དེ་ལ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་གསུམ་ནི་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ལ་ཆོད་མེད་
པའི་འདོད་རྩམས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དང་གཅིག གཞན་གྱི་སློག་ལ་ལག་
ཅེད་བྱེད་པོད་པའི་བརྟེ་བ་མེད་པ་དང་གཉིས། གནས་ཚུལ་ཆེ་ཚུང་གང་

འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེ་ལ་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་ཐོག་ནས་དགེ་སྒྲོན་
བརྟགས་དཔྱད་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་སྒྲོངས་པ་དང་གསུམ་རེད། འདི་གསུམ་
པོ་དེ་ཐོག་མར་སེམས་ཀྱི་ནང་ནས་འགོ་བརྩུགས་ཏེ་མཐར་ལུས་ངག་གི་
ཐོག་ལ་ཐོན་ནས་གནས་ཚུལ་ཐབས་སྤྱད་མང་པོ་ཞིག་ལྟག་ཡོང་གི་ཡོད།
དེ་ལྟོག་པའི་ཐབས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་ཤེས་ནས་
གོམས་འདྲིས་བསྟེན་རྒྱ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་དཔེར་ན་མཆོད་མེ་གཅིག་སྤར་ན་
མུན་པ་གཅིག་སེལ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་མཆོད་མེ་གཉིས་དང་གསུམ། བརྒྱ་
ལ་སོགས་པ་སྤར་ན་མུན་པ་སེལ་བ་ལའང་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལྟར་ཆོག་
ཤེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་བརྩེ་བ་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་དེ་དག་ལ་དང་དོད་བྱས་ཏེ་ཇི་ཙམ་མང་དུ་སེམས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་
སེམས་པ་བཟང་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཞིག་འགྲོ་བ་རེད།

དེ་ནི་ཕན་ཚུན་འགལ་ཆུང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཆེ་གཅིག་སྟོབས་འཕེལ་
བ་ན་གཞན་དེ་རྒྱས་པ་ཇི་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་པས་
རེད།

༡༦ དེ་ལ་སྒྲོན་མང་པོ་ཞིག་འདོད་པ་ཆེ་དྲགས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་
བར་བཤད་སོང་བས་འདོད་པ་རྒྱུང་བ་དང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་སྒྲངས་དེ་

གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ནི་རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་སྤར་ཡོད་ནམས་མེད་པ་བཟོས་ཏེ་གང་
ཡང་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་མེད་པའི་སྤང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་མ་
ཡིན་ལ་ཕྱིས་གསར་པ་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱ་མི་རིགས་པའི་དོན་ཡང་མ་
རེད།

འོ་ན་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་ན། རང་ཅག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་
གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་ལམ་ཡན་ཆད་དུ་འང་དགོས་རྒྱུའི་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་
དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་སེམས་ཁོ་ནའི་སྤང་ནས་བཙལ་དགོས་པ་དང་བརྒྱ་
ཆ་ཉི་ཤུ་སེམས་ལས་གཞན་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལ་སློགས་པའི་ཐོག་ནས་
འཆོལ་དགོས་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་ཆོག་ཤེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཞེས་པ་དེ་དངོས་
པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆད་ལས་འདས་པའི་དགའ་སྤང་
དང་རྩ་ཆེར་འཛིན་མི་རིགས་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་པ་
རེད། མི་ཞིག་གི་རིན་ཐང་དང་བཟང་ངན་འཛིན་ཐང་ལ་སློགས་པ་ཆད་
འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་གིང་ལྟ་བུ་དེ་དཔལ་འབྱོར་ལ་བརྩིས་པ་ཡིན་ན་
དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་དགོས་

པ་དེ་གོ་ལྟོག་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཞབས་
འདེགས་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད། ཤེས་རིག་གི་ཆད་མཐོ་པོར་
སླེབས་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྲན་གཡོག་
ཏུ་འགྱུར་ནས་སྒྲོར་མོ་རེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལའང་ཕན་ཚུན་འབྲུག་ཅོད་བྱེད་
མཁན་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན་སྤང་བ་སྤྱོད་པོ་དང་གྲ་ཡངས་པོ་འདྲ་
མཉམ་ལ་སོགས་པའི་བཀའ་ཤེས་པའི་སྐད་ཆ་ནམས་སྐྱེད་ཐབས་མེད་པར་
འགྱུར་གྱི་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་སྒྲོ་ཕམ་པོ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་ང་རང་ཚོས་འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་ཞེས་པ་དེར་གྲ་དོག་
པའི་བསམ་སྒྲོ་མ་བཏང་བར་དེ་ལ་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་གོ་དོན་
གཏིང་ཟབ་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས།

ཉལ དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཆེ་དགས་པའི་
དབང་གིས་སྦྱོན་ཆ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ན་དེ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་རེད་
དམ་ཁྱུ་དངོས་པོའི་སྦྱོན་རེད།

ལན། རང་ཅག་མིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་འགོ་བ་ལ་དགོས་ཁྱུ་
དེ་བདེ་བ་དང་མི་དགོས་ཁྱུ་དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྦྱོན་
དང་ཡོན་ཏན་གྱི་དོན་དེའང་དེ་གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་གོ་བ་ལེན་

དགོས་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བདེ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་མཁན་གང་
 ཡིན་པ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་མཁན་གང་
 ཡིན་པ་དེ་ལ་སྦྱོན་ཞེས་བཤད་དགོས་པ་ཡིན། བསམ་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་
 གི་ཐོག་ནས་སེམས་དང་དངོས་པོ་སྤྱི་སྦྱོན་ཡིན་མིན་ལན་འདེབས་བྱ་
 དགོས་ཀྱི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

དེ་ལ་མི་ཞིག་གིས་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་
 དགོ་སྦྱོན་གང་ཞིག་བྱུང་མིན་དེ་འབྲེལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་སེམས་དེ་ལ་
 རག་ལས་པ་ལས་འབྲེལ་བ་བྱེད་སའི་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་དེར་རག་
 གཏན་ནས་ལས་ཀྱི་མེད། དེ་ཡང་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་དེར་སེམས་
 ཀྱི་མཐོང་ཚུལ་ལ་སྦྱོན་བྱུང་བའི་དབང་གིས་དེ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྤངས་
 ལ་སྦྱོན་བྱུང་ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་ལག་ལེན་ཐོག་སྦྱོན་བྱུང་ནས་རང་
 གཞན་ཆང་མ་མི་སྦྱོད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྦྱོན་ཆ་དེ་དག་
 སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་མི་ཞིག་ལས་དོན་
 གང་རུང་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཞོགས་པ་སྤྲེལ་ལག་རིས་གསལ་ལ་མི་གསལ་
 ཀྱི་སྐབས་སུ་བསྦྱོད་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། དེའི་ཆེ་ལམ་གྱི་དབུས་
 སུ་ཐག་པ་བྲ་བྲ་ཞིག་པོར་ནས་ཡོད་པ་ལ་ཁོས་དེ་མཐོང་སྐབས་འདི་ན་

སྐུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་སྐུལ་ནས་དཔེ་མི་སྤྱིད་པའི་འཇིགས་སྐྱག་ཅིག་
བྱང་བ་རེད། བྱིད་རང་གིས་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཐོངས་དང་། དཔེ་འདི་དང་
འདི་འདྲ་བ་ང་ཚོའི་འཆོ་བའི་ནང་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། འཇིགས་སྐྱང་
ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་ཡོང་དགོས་པ་ཐག་པས་ནོར་བ་རེད་དམ། ཡང་ན་མི་ཁོ་
རང་གི་བསམ་སྒོའི་མཐོང་ཚུལ་གྱིས་ནོར་བ་རེད།

༡༤ དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་ཞིག་བརྩམས་པ་ཡིན་ན་ཆེས་རྩ་
བའི་བསམ་ཚུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་སློག་ལྡན་ཅི་
འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཇི་ཅུམ་གསོན་པོར་སྤྱོད་པའི་རིང་ལ་ཁ་བས་ལ་
སོགས་པའི་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་མ་བརྟེན་ཐབས་མེད་ཞིག་ཆགས་
ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ང་རང་ཚོ་སོ་སོར་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པའི་
ཤེས་པ་འདི་ཡི་ཚྭ་བའི་ཐོག་ནས་ཚུར་ཁ་གྲགས་ཡོང་པ་ཞིག་ལས་དེ་
ལ་ཕར་ཁུངས་སྐྱེལ་གྱི་ལུང་རིགས་གང་ཡང་དགོས་ཀྱི་མ་རེད། ཡིན་
ནའང་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ཚུལ་དེ་མི་རང་ཉིད་ལ་ལྷས་
སེམས་གཉིས་ལ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་བདེ་བ་ཞིག་མཁོ་གལ་ཆེ་བར་
མཐོང་ནས་དེ་སྐབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་དཔལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་པ་དེ་ཆེས་

རྩ་བའི་རྩ་བར་ཤེས་པ་བྱ་དགོས།

འདྲུགས་བསྐྱེད་གྱི་ལས་ཆར་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་བརྩམས་ཀྱང་བྱ་
 རི་དྲགས་ལ་སོགས་པའི་དུད་འགོ་ཚུན་ཆད་གྱི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་
 དང་། སློས་སྤྱི་རང་སྤེར་གྱི་བདེ་སྤྱིད་སྤྱོད་པའི་ཆེད་དུ་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་
 ཚུར་ཕན་བཏགས་དགོས་པ་དང་ཚུར་ཞབས་འདེགས་ཁྱུ་དགོས་པ་ཞིག་
 ཆེས་རྩ་བའི་རྩ་དོན་དུ་བཞག་དགོས། རྩ་དོན་དེ་བརྒྱགས་པ་ཡིན་ན་མིས་
 དཔལ་འབྱོར་ལ་ཕར་ཁ་ལོ་བསྐྱར་གྱི་ཡོད་པར་བཤད་ཀྱང་དོན་དུ་
 བསམ་སྒྲོག་ཏོང་ཤེས་མཁན་གྱི་མི་དེ་བསམ་རྒྱ་དྲན་རྒྱ་མེད་པའི་དཔལ་
 འབྱོར་གྱིས་ཚུར་ཁ་ལོ་བསྐྱར་ས་ཞིག་ཆགས་ནས་མི་ལ་ལྡན་སྤྱིས་སྤྱི་
 ཡོད་པའི་བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་འདོན་སྤེལ་གང་
 ཡང་བྱེད་མི་བྱུང་པར་ཕྱག་དོག་དང་འགྲན་སེམས་ལ་སོགས་པའི་
 སེམས་གྱི་སྦྱོན་དེ་དག་དབྱར་གྱི་ཚུ་བོ་ལྟར་རྒྱས་ཡོང་གི་རེད། དེར་
 བརྟེན་མིས་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཕར་དབང་བསྐྱར་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དང་།
 དེའང་མིའི་བདེ་ཐབས་སྤྱི་ཡོན་པ་དང་མ་མཐར་ཡང་རང་བདེ་བའི་
 ཐབས་སྤྱི་ཡོན་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས།

རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་བསྐྱེད་གྱི་ལས་གཞི་ཅི་

འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་འགོ་འཇུག་སྤྱད་པ་དང་སའི་གོ་ལ་རྩིས་པོའི་བདེ་
ཅུར་ཕན་ཚུ་ཕར་བཞག་རང་སྒྲེར་གྱི་འཕྲུལ་ཕྱག་སྤྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་གང་
ལའང་ཕན་མི་ཐོག་ས་ན་རང་གིས་རང་ལ་སྤྱོད་པོ་སྒྲེར་བ་ཞིག་རང་རེད་
བསམ་གྱི་འདུག།

༡༧ དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་འདོད་པ་ཆེ་བྱས་ན་མི་ལ་ལྷན་སྦྲེས་
སྤྱོད་པའི་བརྟེན་བ་དང་ཞེས་རབ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གོང་འཕེལ་
གཏོང་མི་བྱའོ་པར་བཤད་སོང་བས་དངོས་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཡར་
རྒྱས་ཕྱིན་པ་དེ་ཀ་ཞེས་རབ་གྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ཡང་རང་ཅག་སློག་ལྷན་གྱི་འགོ་བཤེན་ཡིན་ཕྱིན་ལྷན་གྱི་
ཐོག་ནས་བྱམ་པ་སོགས་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་
པར་བཤད་དུ་མེད་ཀྱང་སེམས་གྱི་རྣམས་པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་དཔེ་མི་
སྤྱོད་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་བཤད་དུ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ང་རང་
ཆོ་འགོ་བཤེན་མི་ཞེས་པ་འདི་འགོ་བཤེན་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་ཆེས་མཆོག་ཏུ་
འགྱུར་བ་དེ་ཡིན། དེའི་ཚུ་མཆོན་ནི་སློག་ལྷན་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་
འགོ་བཤེན་གཟུགས་ཆེ་ཤོས་དང་སྐད་སྙན་ཤོས་ཡིན་པའི་ཚུ་མཆོན་གྱིས་
མ་རེད།

འོ་ན་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། དེ་གསལ་པོ་ཡིན། འགྲོ་བ་
གཞན་རྟ་བ་སྒྲུང་སོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་མ་བྱབ་པའི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་འགྲོ་བ་
མིས་སྐྱབ་བྱབ་པ་དང་འགྲོ་བ་གཞན་གྱིས་བསམ་མ་བྱབ་པའི་སྒྲོག་
འགྱུར་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་འགྲོ་བ་མིས་བསམ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་
གྱིས་ཡིན།

དེ་ལྟར་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསམ་བརྗོད་
ལས་འདས་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་རྣམ་པ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷས་ཏེན་དེ་
ལ་མི་ལྷས་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྷས་ཏེན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་བ་དེ་འགྲོ་བ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཏོག་ལྟ་བུར་བཤད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འགྲོ་བ་
གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་དོན་དུ་
གཉེར་བྱ་དེ་ཡང་འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ལས་བྱད་པར་དུ་
འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

དེ་ཡང་དངོས་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་དང་ཆབས་ཅིག་
སྤར་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་གསར་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་
པ་དེས་བས་གོས་འཛོམས་པ་ཙམ་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་སྐྱོང་མི་བྱབ་པ་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་དང་། ཚུལ་འདི་ད་

བར་འཆོ་བ་བསྐྱལ་བའི་ཉམས་སྦྱང་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་བ།

དེར་བརྟེན་རྒྱ་དངོས་མང་པོ་བཟོ་ཤེས་པ་དེ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་
རུང་དེ་ཙམ་གྱིས་འགོ་བ་མའི་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པར་ངོས་འཛིན་
བྱ་བྱབ་རྒྱ་ཁག་པོ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན་སྤྱང་རྩི་བེར་བའི་བཙུད་ཆེན་དེ་
སྤྱང་ཞོར་བྱས་བཟོ་ཤེས་ཀྱང་མིས་བཟོ་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། གལ་སྲིད་
བཟོས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ཡང་སྤྱང་ཞོར་བྱས་བཟོས་པ་བཞིན་ཡོང་གི་
མེད་པ་དེ་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་སྤྱང་ཞོར་བྱར་ཁེ་ལས་མཁས་ཅན་དང་དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་
མཁས་ཅན་ཞེས་པའི་མིང་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏགས་ཀྱི་མེད། དེ་བཞིན་དུ་
ངང་པས་རྒྱའི་ནང་ཡོ་བྱད་གང་ལའང་མ་བརྟེན་པར་དུས་ཡུན་རིང་
པོར་སྔོན་བྱབ་ཀྱང་མིས་དེ་ལྟར་སྔོན་བྱབ་ཀྱི་མེད། མི་ལ་མེད་པའི་བྱད་
ཆོས་ཞིག་ངང་པར་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངང་པ་དེ་འཇམ་སྐྱིང་གི་
གཟེངས་བསྟོན་ཐོབ་མཁན་ཞིག་ཆགས་སྲིད་ཀྱི་རེད་དམ། བྱེད་ཀྱི་
དགོངས་པ་གཅིག་བཞེས་གནང་དང་།

༤༠ འགྲོ་བ་མི་དང་ཁོར་ཡུག་བར་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོང་བར་བསམ་
སྒྲེའི་ཐོག་ནས་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་འདྲ་ཨེ་ཡོད།

ལན། དེ་གཏན་གཏན་ཡོད། དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ང་
ཆོས་འཆོ་བ་དངོས་ནང་སྤྱིང་བའི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་ང་རང་ཆོ་སྤྱ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཡུལ་སྤྱོད་ས་སྤྱིད་པོ་
ཞིག་མཐོང་ན་སེམས་ལ་དགའ་བ་མི་སྤྱེ་མཁན་ཞིག་དྲ་ལམ་མེད་ལ།
དེར་བཟླ་བའི་ཆེད་དུ་ཐག་རིང་བྱུང་དང་འགྲོ་གྲོན་ཆེ་ཆུང་གང་ལའང་
འཛེམས་མེད་དུ་བསྒྲིད་ཀྱི་ཡོད་པ་ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སྤྱ་ཡོད་པ་མ་ཟད་
གྲོང་ཁྱེར་ནང་བཟའ་ཁང་ཁག་གཅིག་སྤྱེ་སྤྱིང་གི་རྒྱུ་པའི་ཐོག་ནས་
བསྐྱུན་གྱི་ཡོད་པ་དང་། བྱིམ་དུ་འང་སྤང་དང་མེ་ཏོག་ཤིང་སྤྲ་སོགས་
འདེབས་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སྤང་དང་མེ་ཏོག་
ཤིང་སྤྲ་སོགས་མཐོང་ན་སེམས་པ་སྤྱོད་ལ་བབས་ནས་སྤྱིད་པོ་ཞིག་ཡོང་
གི་ཡོད་པས་ཡིན། གཞི་རྒྱུ་སའི་གོ་ལའི་སྤྱོད་བཅུད་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་
གིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱུན་དང་སྐྱུན་བཞིན་པའི་དངོས་
ཡོད་གནས་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆེས་སྒྲོ་ཕམ་པ་ཞིག་ལ་རང་
ཅག་འགྲོ་བ་མིས་དེ་དག་གི་བཀའ་དྲིན་ལ་བསམ་ཤེས་གཏན་ནས་མེད་

གེས་རང་ཅག་འགྲོ་
ཏུ་ཡོད་པ་རེད།

གྲོ་བ་མི་རང་ཉིད་
 ཏུ་བརྩིས་ནས་རང་
 ལ་འདི་ངོ་མ་ཏམ་པ་
 ཀྱང་རང་གི་ཁེ་ཕན་
 ལ་ལ་བརྩིས་མེད་དུ་
 འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
 ལ་ནས་བསམ་སྒྲོ་དེ་
 ལ་དང་བསམ་སྒྲོ་དེ་
 མེད་ཞིག་ཏུ་ངོས་

རང་ལ་ཚུར་ཕན་
ན་ཆེ་བ་ཡིན་ཤག་
ས་བཏང་བར་དུ་མི་
། དཔེར་ན་སློག་

ཆགས་ར་བ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན། འདྲུགས་གཉེར་བྱེད་མཁན་སྦྱིན་
བདག་གི་དམིགས་ཡུལ་དེ་སློག་ཆགས་དེ་དག་ལ་ག་ཆ་བརྟེ་དུང་གིས་མ་
བཟོད་ནས་ལས་མེད་སྦྱིད་དལ་དུ་བཞག་རྒྱ་དེ་མ་ཡིན་པར་དེ་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་དདུལ་ལོར་གང་མང་བསྐྱུ་ལེན་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་
དག་རང་གི་ཅ་ལག་ལྟ་བུའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ལས་འཆོ་བའི་རྟེན་གཞི་
ཡིན་པས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་སྙམ་པ་དྲ་ལམ་མེད། འདི་ནམ་དཔྱེད་
ཅན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་པོ་ཞིག་རེད་དམ། རོ་ཆ་རྒྱ་མེད་པའི་བསམ་ཚུལ་
འཁྱོག་པོ་ཞིག་རེད།

བྱེད་ཀྱིས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་དང་། ངའི་བསམ་ཚུལ་ལ་བསམ་
སྒྲོའི་འབྱེད་བཟོ་དེར་འགྱུར་བ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་གཏོང་དགོས་པར་
འདུག་སྙམ། སྦྱིར་བཏང་ཆོན་པ་དང་མི་སྒྲེར་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆང་རག་
གི་གཞོད་པ་ཡོད་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་དེ་ལེགས་པའི་ལེགས་རབས་ཀྱི་བརྒྱ་
ཁབ་བྱེད་པ་ལྟར། རང་ཅག་འགྲོ་བ་མིས་རང་གི་ཉེ་འཁོར་ལ་འབྲེལ་བ་
བཟང་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་གཞོད་པ་ཡོད་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་
རང་ཤེད་ཆ་བའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཟུ་ཚུགས་ཀྱིས་བཅངས་ཀྱི་ཡོད་པ་
དེར་མགོ་ན་གི་འདུག

༤༡ འོ་ན་ཆོས་ཆེ་ཆུང་དང་ཟབ་མི་ཟབ་དེ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་བྱད་
པར་འབྱེད་དགོས་པ་རེད་དམ།

ལན། སྤྱིར་བཏང་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་སྤྱིས་བྱ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ནས་
ཆོས་ལ་ཆེ་ཆུང་དང་ཟབ་བྱད་བཤད་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཆོས་ཆེ་ཆུང་དང་ཟབ་
བྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་མཐར་ཐུག་པ་དེ་ཆོས་བྱེད་མཁན་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་
བཤད་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། བྱེད་རྒྱུའི་ཆོས་དེ་སྐད་གྲགས་ཆེ་
ཆུང་མ་ཡིན་པར་དེ་རང་ལ་རན་མི་རན་དང་འཆ་མས་མི་འཆ་མས་བརྟ་
དགོས་པ་ཡིན། རང་ལ་འོས་པ་དང་རང་གིས་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཆོས་ཞིག་
ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་ཆོས་དེ་རང་གི་ངོས་ནས་ཟབ་པོ་དང་ཆེན་པོ་ཆགས་པ་
རེད། དཔེར་ན་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་ལས་རིགས་མང་པོ་དང་དེ་དག་སོ་སོར་
དགེ་མཚན་རེ་ཡོད་མོད་ཆང་མ་མི་གཅིག་གིས་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡོང་མི་
ཤེས་ཀྱང་རང་གིས་གང་འཛོན་པ་དང་། རང་ཉིད་ལས་རིགས་གང་ལ་
འོས་ཤིང་འཆ་མས་པ་དེ་བྱས་ན་གྲུབ་འབྲས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཐོབ་
པས་དེ་འདྲའི་ལས་རིགས་དེ་རང་གི་ངོས་ནས་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་
ལྟར། ནམ་རྒྱུན་མི་ཆེ་སྤྱིལ་བའི་ནང་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རང་གི་

བྱེད་རྒྱུ་འི་ཆོས་དེས་གདོང་ལེན་བྱས་ཏེ་རང་གཞན་ཆང་མར་མི་སྦྱིད་པ་
བཟོ་མི་དགོས་པ་གཙོ་བོརྟོན་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཆོས་དེས་རང་ལ་གྲུབ་
འབྲས་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་ཆོས་དེ་རང་གི་ངོས་ནས་ཟབ་པོ་དང་
རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད།

མདོར་ན་ཆོས་ཆེ་ཆུང་དང་ཟབ་མི་ཟབ་དེ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་ལ་བཟུང་བྱ་
མ་ཡིན་པར་རང་གི་རྒྱུད་ཆོད་ལ་བཟུང་དགོས་པ་ཡིན།

༤༣ དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གདོང་ལེན་བྱེད་
སྤངས་ཞིག་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་བས་དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། འདི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་རྒྱ་རྩུང་དཀའ་ཙམ་ཞིག་འདུག་སྟེ།
དཔེར་ན་བྱ་རམ་གྱི་རོ་མངར་མོ་ཇི་འདྲ་ཡོད་ལྷགས་དེ་བྱ་རམ་བཟའ་
སྤྱོད་བ་ནམས་ཀྱིས་གསལ་པོ་གཤམ་པ་ལྟར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་ཆོས་
ཀྱི་ཕན་ཐོགས་ཇི་འདྲ་ཡོད་པ་ཆོས་ལག་ལེན་དུ་སྦྱེལ་མཁན་ནམས་ལ་
གསལ་པོ་ཡོད།

དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་གི་མི་ཆང་མར་རང་གི་མི་ཆེའི་ནང་
དཀའ་ཆོར་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོད་གི་ཡོད་ལ་ཡང་ཆད་

ལས་འདས་པའི་སེམས་སྤྱག་བྱེད་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཐབས་སྤྱག་དེ་
འདྲའང་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་དགའ་ཚོར་བྱེད་འོས་པའི་ལམ་འགྲོ་
ཚུགས་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ན་སེམས་པ་ཚུགས་མི་བྱབ་པར་སྒྲོ་བ་ལྟ་བུའི་ཕུལ་
ཆེན་པོ་ཆགས་ཏེ། རང་ལས་མཐོང་བ་ནམས་ལ་ཕྱག་དྲིག་དང་མཉམ་པ་
ནམས་ལ་འགྲན་སེམས་དམན་པ་ནམས་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད་པ་ལ་
སོགས་པའི་རང་ཉིད་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བའི་སྒྲིན་ནམས་འགོ་ཚུགས་
ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཡང་དགའ་ངལ་ཞིག་འཕྱད་པ་ན་ཏ་ལམ་བཅོས་
སུ་མེད་པ་ལྟ་བུའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་འབྱེད་ཏེ་མི་ཆེ་ལ་རེ་བ་སྤྱད་དེ་བད་
ནས་ཉི་མ་གང་འབྱོལ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་བཟད། ཐ་ན་
རང་གི་ཚུགས་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ང་ཚོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་
ཡོད་པ་རེད། གནས་ཚུལ་འདི་གཉིས་མི་ཅི་འདྲའི་རིགས་ལ་ཡོང་དང་
མི་ཡོང་ཕར་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ཡོང་དུས་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
ཡོད་པའི་མི་ལས་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་མེད་པའི་མིའི་ནང་མང་བ་ཡོང་གི་
འདུག་སྟེ།

དེ་ཚུ་མཆན་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་ང་རང་ཚོ་
མི་ཞེས་པ་འདིར་མ་འབྲག་མ་ལྟོགས་ཙམ་གྱིས་མ་འབྲིག་པར་སེམས་ཀྱི་

བཞག་ས་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ད་བར་མི་ཡུལ་འདིར་འཆོ་
 བ་བསྐྱུལ་བའི་ནང་སྤྱོད་བ་ད་ངོས་ལས་ར་འཕྲོད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།
 སེམས་ཀྱི་བཞག་ས་དེའང་བསྐྱུས་ན་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་སུ་ཡོད་
 ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་མེད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་སེམས་བཞག་ས་དེ་
 འཇིག་རྟེན་གཅིག་ཕུ་ཡིན་དུས་དེ་འགལ་རྒྱུ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་
 འཕྲད་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྐབས་སེམས་ཀྱི་རྟེན་གཉིས་པ་ཞིག་
 མེད་པས་མི་ཆེ་ལ་ཡིད་ཐང་ཆད་པ་དང་འཆི་ལམ་དུ་བསྐྱོད་དགོས་པ་
 ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་
 ཡིན་ན་འཇིག་རྟེན་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཏམ་དོན་རྣམས་གཏན་བཟག་ཏུ་
 འགྱུར་ཡང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རེ་བ་དང་འདོད་པ་རྣམས་བྱུང་མེད་དུ་མ་
 སོང་བར་མུ་མཐུད་འཆོ་གནས་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུགས་ཤིག་ཉམས་
 མེད་དུ་གནས་བྱུང་བ་ཀྱི་ཡོད། འདི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པ་
 ལས་ང་རང་དགེ་སྤྱོད་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་རང་ཕྱོགས་ལ་
 བསྐྱོད་པ་བྱས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། ཡང་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཡོད་པའི་
 ནང་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་དེའི་སྐད་ཆ་ཤོད་
 སྤངས་དང་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་སྤངས་ལས་ཀ་བྱེད་སྤངས་སོགས་གང་ཐད་
 ནས་མི་སྦྱིར་བཏང་དང་མི་འདྲ་བར་བྱེད་པར་ཆེ་ཐག་ཆོད་ཅིག་ཡོད་པ་

དང་། དགའ་ངལ་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་རུང་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
དགའ་ཆོར་ཆེན་པོས་དཔལ་དང་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་བྱབ་ཀྱི་
ཡིད།

མདོར་ན་བདེ་སྤྱད་གི་གནས་ཚུལ་ཞིག་འཕྲད་པའི་སྐབས་དགའ་
ཆོག་ཆོག་དང་སྤྱད་ཆོག་ཆོག་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་སེམས་པ་ནི་སྟོད་དུ་
གནས་ཏེ་རང་གཞན་གཉིས་ཀར་མི་གཞོད་པ་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
བྱེད་ཐབས་གཏན་གཏན་ཡིད།

༤༩ འོ་ན་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་དུ་གོང་འཕེལ་གཏོང་དུ་
ཡོད་ལ་ལྷས་ངག་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་དུ་གོང་འཕེལ་
གཏོང་དུ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། འདི་བསམ་སྒྲུབ་ཞིབ་ཚགས་ཤིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་སྟོང་བ་
དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁ་གྲགས་བྱབ་པ་ཞིག་ཡིན། གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་
ཡིན་ན། ལྷས་ངག་གི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཙམ་པའི་ཆེན་པོ་དང་ལེགས་པོ་ཞིག་
ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་ཆད་ཞིག་ཡོད་ལ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཆད་མེད་པས་
རེད།

དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྩ་ཁྲི་ལྟར་ཆ་ཡང་དེའི་ཆ་བ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་
 ཏེ་མཐར་དེ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་འདྲ་ཡོང་མི་ཤེས་པ་ལྟར་བྱས་ཀྱི་
 ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ཤར་སྒྲོད་པ་དང་། མཆོང་པ། ཤེད་བྱགས། དངོས་པོ་
 འདེགས་འཛིག་ལ་སོགས་པ་སྦྱོང་བརྟེན་གྱིས་ཏེ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོར་
 ཡོད་ཀྱང་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གང་ལ་བརྟེན་སའི་གཞིའི་བྱས་དེ་ཆད་ཅན་
 ཞིག་ཡིན་པར་སོང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཀྱང་ཆད་ཅན་
 ཞིག་ཡིན་པ་ལས་དེ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་ཏེ་བྱུང་པ་གཅིག་ནས་བྱུང་པ་
 གཞན་ཞིག་ལ་མཆོངས་པ་དང་རི་བོ་འདེགས་བྱུང་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་
 མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ངག་གི་ཡོན་ཏན་ཡང་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཆད་ཅན་
 གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཡིན་ནའང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི་
 བྱས་ངག་གི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་མི་འདྲ་བར་ཁོ་རང་གང་ལ་བརྟེན་
 སའི་གཞིའི་སེམས་དེ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་བརྟེན་པའི་མཐའ་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་
 ཡིན་པ་ལྟར་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་དེའང་གོམས་ན་མཐའ་མེད་དུ་
 འཕེལ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལ་ང་རང་ཆོས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་བསམ་སྒྲོལ་དང་རང་གི་བསམ་
 སྒྲོལ་ཁྱབ་ཁོངས་ལ་ཕར་བརྟག་དཔྱད་ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱས་ངག་

གཉིས་ཀྱིས་མ་ཁྱབ་པའམ་བཟུང་མ་བྱུང་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་
སེམས་ཀྱིས་ཁྱབ་ཅིང་བཟུང་བྱུང་པ་གསལ་པོ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་རྩུག་ས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་འཇམ་སྒྲིང་འདི་ང་གཅིག་
ཡུར་དབང་བ་བྱེད་སྙམ་པ་དང་། ངས་འཇམ་སྒྲིང་ལ་དམག་འབྲུག་ཅིག་
བསྐྱང་ནས་ཐམས་ཅད་མི་བདེ་བ་ཞིག་བཟོ་སྙམ་པ། ཡང་ཡག་ས་ཞིག་
ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་ཇོ་བོ་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་གཞན་སྤྱུ་ལའང་རག་མ་ལས་པར་ང་རང་གཅིག་ཡུས་
རྩུག་བསྐྱེལ་མིང་ཙམ་ངྷི་ཙམ་མེད་པའི་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་ལ་སྦྱོད་རྒྱ་
ཡོང་བ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་སྙམ་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིན་བདེ་བ་
འདོད་ཅིང་རྩུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངས་རིས་སྤྱུ་
མ་ཕྱེ་བར་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཀྱན་སྙོམས་ཉི་མ་ལྟ་བུར་ཕན་བདེ་ཞིག་སྐྱབ་
ཡང་སྙམ་པ་སོགས་སེམས་ལ་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་ཆད་དང་
མཐའ་བཤད་དུ་མེད་པ་དེ་འདྲ་ལྟས་ངག་གཉིས་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱ་
ཐབས་གཏན་ནས་མེད། ཡང་རྒྱན་གྱི་ཆ་ནས་ངག་ནི་ལྟས་ལ་བརྟེན་ཅིང་
ལྟས་དེ་ཆོ་གཅིག་གིས་བརྒྱས་པའི་ཆད་ངེས་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ། སེམས་
ནི་དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་ནམ་མཁའ་མ་བཟང་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ལས་བཟང་ངན་སྣ་

ཆོག་པ་པའི་དེ་ན་གཞི་བྱས་ནས་འགྲོ་བས་ན་མཐའ་དང་མུ་བཤད་དུ་མེད་
པ་ཞིག་རེད་སྟེ།

རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་དཔལ་རྒྱ་ལེར་འཁྲུངས་པའི་དོག་དྲུ་གྱུར་པ་
དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཆད་མའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམ་འགྲེལ་དུ།
གོམས་ལས་བྱུང་པར་འགྱུར་ན་ཡང་། །མཆོང་དང་ཚུ་ཡི་དོད་བཞིན་
དུ། །རང་བཞིན་ལས་འདས་མིན་ཞེ་ན། །ཞེས་སོགས་རྒྱས་གིང་རྒྱས་
པར་གསུངས་ཡོད་པས་གཞུང་དེར་སློབ་སྦྱོང་གནང་བྱུང་ན་གནད་དོན་
མང་པོ་ཞིག་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་སློབ་སྦྱོང་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཀྱི་རེད་
སྟེ།

༤༤ སྟོན་པ་བྲུག་བྱུང་པས་ནང་ཆོས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གསར་གཏོད་
གནང་ནས་ད་བར་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱི་རིང་སྟོན་
ཆགས་བྱེ་བ་འབྱུང་བེད་མང་པོར་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་ཕན་ཐོགས་པ་
དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་རེད་འདྲུག འོ་ན་སྟོན་པ་བྲུག་བྱུང་པས་
ཆོས་འདི་གསར་གཏོད་གནང་བའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མའི་དགོངས་པ་
བཞེས་སའི་རྒྱུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ཡང་འདི་ནས་ཡར་བརྒྱས་པའི་ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་

ཅམ་གྱི་སྒྲོན་ལ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་རང་རེའི་སྒྲོན་པ་རྣམ་འདྲེན་
ཤུག་སེང་གི་འབྲུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་རྒྱ་དངོས་རྣམས་
གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུའི་ཤིན་ཏུ་ཕྱག་པའི་རྒྱལ་པོ་བས་གཙང་གི་སྤྲུལ་
སྤྲུལ་འབྲུངས་པ་རེད།

ཁོང་འབྲུངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལྷགས་མཐུན་
དང་བཞག་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ལྷགས་ངན་པ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་
ཆེས་ཆ་བས་ཆེ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ། གཅིག་འགྲོ་བ་མིའི་ནང་རིགས་རྩས་
ཀྱི་མཆོག་དམན་སྟེ་ནས་རིགས་བཟང་བ་རྣམས་སྦྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་མིའི་
སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཐོབ་ཐང་མཐོ་པོ་ཡོད་པ་དང་། རིགས་དམན་པ་རྣམས་ནི་
ཡོན་ཏན་དང་རྒྱས་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་རིགས་མཐོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀོལ་
སྤྱོད་བྱེད་ཆེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ། ཁོ་ཚོའི་ཕ་ཆ་བྱ་རྒྱུད་དང་
བཅས་པ་ཉིན་རེའི་བས་ཀྱང་རྟེན་དཀའ་བའི་མི་ཆེ་ཞིག་སྦྱེལ་དགོས་ཀྱང་
དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་སྤྲུ་གང་གིས་སྐད་ཆ་ཤོད་མཁན་མེད་པ་དང་། གཉིས་
པ། རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ལ་སྦྱེས་དུས་ནས་རང་ཆས་སྤྱོད་པའི་བརྟེ་བ་
དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱས་པ་དེ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ནས་དམན་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་
གི་བདེ་བ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་དང་རྒྱས་པ་རང་གི་ལག་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཤེས་

པར་ཐམས་ཅད་ལྟ་པ་དང་མི་པའི་ལག་ཏུ་སྤྱད་ནས་ཆེ་ས་སྤྱི་ཆོགས་ནས་
 རྒྱུང་ས་མི་སྒྲེར་བར་ཚང་མར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཆག་སྒྲོ་སྒྲ་
 ཆོགས་ཤིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། གསུམ་པ། མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཡིད་
 ཆེས་བྱས་ཏེ་ཡར་གོང་མར་བཞག་པའི་དཔོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེའི་མི་
 དམངས་ལ་ཁག་དགྱི་བརྒྱས་འདོགས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བཞེས་བཅུ་གསེག་
 ཚད་ལས་འདས་པ་གཏོང་གི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མི་དམངས་ཚང་མ་
 རང་གི་གཞུང་ལ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་སྤྱད་དེ་བརྒྱག་ནས་ཡོད་པ་དེ་རེད།

ཁོང་གིས་པའི་དུས་པོ་བྱང་ནང་བཞུགས་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་འབྲེལ་བ་
 གང་ཡང་མེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་དག་མ་མཐུན་པ་སྟེ་བྱར་
 ཡོད་ཀྱང་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་རྩ་གངས་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་གནས་ཚུལ་དེ་
 དག་གསལ་པོར་མཐུན་པས་དེ་དག་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་མི་གཏོང་ཐབས་
 མེད་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་བྱགས་ཆེན་ཞིག་བྱང་བ་གནང་འདུག དེ་དག་གི་
 སྐབས་སུ་ཐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བ་གཏོང་སྟམ་དུ་
 དགོངས་པ་བཞེས་པ་ན་དྲག་པོ་དང་ཡེ་མ་འབྲེལ་བའི་ཞི་བ་འབའ་ཞིག་གི་
 ལམ་ནས་རིགས་པའམ་རྒྱ་མཆོན་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྲུངས་སྤྱིལ་ར་
 སྤྱོད་བྱུང་བའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་གསར་གཏོད་གནང་ན་མི་གཙོ་བོར་

འགྱུར་བའི་སློག་ལྡན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་ལ་ཕན་པ་འདུག་སྙམ་དུ་
དགོངས་ནས་ནང་ཚོས་འདི་གསར་གཏོད་གནང་བ་ཞིག་རེད།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བྱེད་རང་གིས་བསམ་གཞིག་ཅིག་གནང་དང་།
སློན་པ་ཤུག་བྱབ་པས་ནང་ཚོས་གསར་གཏོད་གནང་སྒྲུངས་འདི་སློན་པ་
འདྲ་འདྲའི་དཀྱིལ་ནས་མི་འདྲ་བའི་གསར་བརྗེ་གསར་རྒྱུད་ཞིག་ཆགས་
ཡོད། དེ་ལྟར་ན་སློན་པ་བཀའ་ངོན་ཅན་ལ་ཐོག་མའི་དགོངས་པ་བཞེས་
སའི་རྒྱུན་དེ་འདྲ་བྱུང་འདུག

༤༥ འོ་ན་སློན་པ་ཤུག་བྱབ་པས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་རིགས་
རྩས་མཆོག་དམན་དབྱེ་བའི་གནད་དོན་དེར་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བ་
གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་གནང་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ཡང་རང་ཅག་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མཆོག་དམན་གྱི་བྱུང་
པར་ཞིག་ཡོད་ངེས་གཏན་ཡིན་ནའང་དེ་རིགས་རྩས་སོགས་ལ་བརྟེན་
ནས་དབྱེ་རྒྱ་མེད། འོ་ན་གང་འདྲ་བྱས་ནས་དབྱེ་དགོས་སམ་སྙམ་ན།
ཡོན་ཏན་མཆོག་དམན་གྱི་དབང་གིས་མའི་མཆོག་དམན་གྱི་བྱུང་པར་
དབྱེ་དགོས།

དེ་ལ་མི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ལ་ཤེས་ཀྱི་ཆེ་བ་
 ཞིག་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་པས་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་
 བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སུ་བརྟུན་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་དགོངས་
 ནས་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུ་བྱུ་བ་པས་ཆོས་གསུངས་པའི་ཐོག་མར། ང་ཡི་བསྟན་
 པར་རིགས་མི་གཙོ། རུས་མི་གཙོ། སྐྱབ་པ་གཙོ་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་
 ནས་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོའི་ནང་དུ་འང་གནས་བཞུན་ཉི་བར་འཁོར་ཞེས་པ་
 སྐབས་དེའི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཆེས་དམན་པར་བརྩེ་བའི་སྤྱི་བྲེགས་
 མཁན་གྱི་རིགས་དེ་འདྲའང་ཡོད་པ་རེད།

ཐེངས་ཤིག་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོས་གནས་བཞུན་ཉི་བར་འཁོར་ལ་མཐོང་
 རྒྱུ་གིས་མ་གུས་པ་བྱས་པར་བཞུན་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོར་
 ཁོང་ཡོན་ཏན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ཁོང་གི་
 ཞབས་ལ་མགོ་བོ་བརྟུད་དགོས་ཞེས་གསུངས་གནང་ཡོད། མི་ཞིག་གི་
 རིན་ཐང་ག་ཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཆད་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་ཤིང་ལྟ་བུ་དེ་
 རིགས་རུས་ལ་བརྩེ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་མི་དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་བལྟ་དགོས་ཞེས་
 པ་དེ་སྐབས་དེར་སྟོན་པས་གསུངས་པའི་བཀའ་མོལ་གསར་པ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད། སྟོན་པའི་གསུང་ལ་བཞག་ཐབས་འཕེར་པའི་ངེས་ཤེས་

རྟེན་པའི་རྒྱ་ལེན་འཁུམ་པའི་ཡང་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་
ཀྱང་བསྟན་བཅོས་ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་དུ། རིག་བྱེད་ཆད་མ་དང་ནི་
འགས་བྱེད་སྟེ། །བྱས་ལས་ཆོས་འདོད་དང་ནི་རིགས་སྟེས་དྲིགས། །སྤྲིག་
པ་གཞིམ་ཕྱིར་གདུང་བ་རྩོམ་ཞེས་པ། །སྟུན་པོ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་
རྟགས་ལྡེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཆོག་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ནི་འཇིག་
རྟེན་འདིའི་ཐོག་གི་གནས་ལུས་ལོངས་སྟོང་རྣམས་གང་ལས་འབྱུང་མེན་
ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཁྱད་ས་བཅུ་ལ་འཆོལ་བྱས་པ་ན་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་
དཔྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་རྒྱ་འཕེར་པོས་ཁྱད་ས་སྟེལ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་
སྐབས་སུ་རིག་བྱེད་ཅེས་པའི་ངག་ཆད་མ་ཞིག་ཁས་ཁྱད་ས་ནས་ཐམས་
ཅད་དེ་ལ་མགོ་བཏགས་ཏེ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པ་དང་། རང་ཅག་རྣམས་
ལ་བདེ་སྤྱད་གི་འགྱུར་བ་སྟེར་བྱུང་བའི་བཟང་དང་ངན་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་
སའི་ཆོས་འདི་རྣམས་བདག་རྟག་པ་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་སོགས་པ་
འགའ་ཞིག་གིས་བསྟན་པར་སྟོབ། གཞུ་ལ་སོགས་པའི་ཁུས་བྱས་བྱས་ན་
སྤྲིག་པ་དག་པ་དང་དག་བ་འཕེལ་བར་འདོད་པ། ཡོན་ཏན་རྩུང་ཟད་མེད་
ཀྱང་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཤེས་ཏུ་དྲིགས་པ། སེམས་ཀྱི་སྤྲིག་པ་གཞིམ་པའི་
ཕྱིར་དུ་མེར་མཆོང་པ་ལ་སོགས་པའི་གདུང་བ་དུ་མ་རྩོམ་པ་རྣམས་ཤེས་
རབ་འཆལ་བའི་སྟུན་པོའི་བྱེད་སྒྲུངས་ཤིག་ཡིན་པར་གསུངས།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་གཞི་རྒྱ་ནང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་རུས་ལ་
 འཛིན་པའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལྟ་གྲུབ་ནི་སྤར་ལོ་ངོ་ནི་སྤོང་ལྟ་བུ་ལྟག་ཅམ་གྱི་
 སྤོན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་རིག་གནས་དང་འགྲོ་བ་མེད་ཐོབ་
 ཐང་ཆེས་རྩ་ཆེར་བརྩི་བའི་སྐབས་འདིར་ཡང་ཆེས་སྤོན་ཐོན་དང་གཤམ་
 རིག་བཀྲ་བའི་ལྟ་གྲུབ་ཅིག་ཆགས་ཡོད་པ་ནི་དགའ་བ་སྦྱེ་འོས་པ་ཞིག་མི་
 འདུག་གམ། བྱིད་ཀྱིས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་དང་། འདི་དཔེ་མཆོན་
 ཅམ་ཞིག་རང་ཡིན། རྒྱས་པར་མཁྱེན་འདོད་ན་ནང་ཆོས་ལ་སྦྱོབ་སྦྱོང་
 ཞིག་གནང་ན་གཞུང་ཁག་ན་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཡོད།

༤༦ སྐབས་དེའི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོད་པ་གསུམ་སྟོང་གསུམ་
 བྱས་ཏེ་མང་ཆོག་ལ་ཆད་ལས་འདས་པའི་བསུན་བཙེར་གཏོང་གི་
 ཡོད་པ་དེར་སྤོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་པས་བཀག་སྡོམ་ཇི་ལྟར་
 གནང་བ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེའི་སྐོར་ལ་དཔེ་མི་སྤྲིད་པའི་རྒྱས་པོ་ཞིག་དང་ནན་པོ་ཞིག་
 གསུངས་ཡོད།

དེ་ཡང་སྤོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས། ངའི་ཇེས་འདུག་
 རྣམས་འཆོ་བས་ཐོངས་ནས་རང་གི་ལུས་ལས་ཤ་བཙད་དེ་བཟུང་གོས་པར་

འགྱུར་ཡང་ལོག་པའི་འཆོ་བ་ནམ་ཡང་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་
ཤིང་། ལོག་འཆོ་ལ་ཚུལ་འཆོས། ཁ་གསལ་ག་གཞིགས་སྤོང་། རྟེན་པས་
རྟེན་པ་འཆོལ་བ། ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ་དང་ལྷ་ཡོད་པར་གསུངས། དེ་ལ་
ལྷགས་མཐུན་དང་བཞག་མ་ཡིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་འཆོ་བའི་ཉིར་མཁོ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ལོག་འཆོ་ཟེར་ཞིང་དེ་ནི་དེང་དུས་སྒྲིག་ཟ་རུལ་སྤངས་
ཞེས་པ་དེ་རེད།

དེ་ལ་དང་པོ་ཚུལ་འཆོས་ནི་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ནང་གང་ཡང་མེད་
ཀྱང་ཕྱི་ཚུལ་འདྲ་ཆགས་གང་ཡོད་སྟོན་ནས་རྒྱ་དབང་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པ་
སྟེ་མ་ཡིན་ཡིན་མདོག་བྱེད་པ་དང་། གཉིས་པ་ཁ་གསལ་ནི་རྒྱ་དབང་ཞིག་
འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་སྐད་ཆ་གང་སྟོན་སྟོན་བཤད་དེ་སྤྱེལ་ལད་འབྲབ་ནས་
གཞན་འབྲིད་པ་དང་དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་ནའང་གཞན་ངོ་དང་
བསྟུན་གང་བྱུང་བྱེད་པ་དང་། གསུམ་པ་གཞིགས་སྤོང་ནི་རྒྱར་རྒྱ་དབང་
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཐོབ་པ་ན་དེ་ལེགས་པའི་ལེགས་རབས་མང་དག་
བཤད་ནས་ད་དུང་ཡང་དེ་ལས་ཆེ་བ་དང་མང་བ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་
གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་བསྟུ་བྱིད་གཏོང་བ་དང་། བཞི་པ་རྟེན་པས་རྟེན་པ་
འཆོལ་བ་ནི་རང་གི་ཉུང་དུ་དང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ལས་མེད་པའི་རྒྱ་དབང་

ནམས་པར་བཏང་ནས་དེ་ལས་མང་བ་དང་ཆེ་བའི་རྒྱ་དབང་ཚུར་ཡོང་
ཐབས་བྱེད་པ་དང་། ལྡེ་པ་ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ་ནི་རང་གི་ཐོབ་གོ་ས་བེད་
སྤྱད་ནས་བཙན་པོ་དབང་ཡོད་བཏང་སྟེ་གཞན་གྱི་རྒྱ་དབང་བཙན་འཕྲོག་
བྱེད་པ་དེ་ཡིན། བྱེད་སྤངས་འདི་ནམས་དེང་དུས་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་གི་མི་
ཁག་གཅིག་གིས་གྲུང་པོ་དང་འཛིན་པོ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འགོ་སྤངས་ཞིག་ཏུ་
ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་དོན་དངོས་སུ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་སྦྱོན་ཞིག་ཡིན།

སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་ལ་ཡིན་ནའང་འདྲ། དགོན་སྡེའི་ནང་དུ་ཡིན་ནའང་
འདྲ། གང་ལྟར་འགན་དབང་ཡོད་པའི་མིའི་ནང་སྤྱར་བཤད་པའི་ལོག་
འཆོ་ལྡེ་པོ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་འགོ་བཟུང་དང་ཆོགས་པ་གཏན་འབེབས་ཇི་
འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆ་མེད་པའི་བས་བཞིན་བྲོ་བ་ཅང་
ཅང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ནས་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཆགས་པ་
ཡིན་ན་སྦྱོན་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ཡོད་པ་སྟེ་གཅིག འོག་གི་མི་ནམས་རང་གི་
འགོ་བཟུང་དང་རང་གི་ཆོགས་པར་ཡོད་ཆེས་བརྒྱག་པ་ཙམ་དུ་མ་བཟད་འགོ་
བཟུང་རང་ཉིད་ལའང་དུས་ཆོད་དམ་འཛིན་གྱིས་འབྲལ་སྦྱོན་བྱེད་པའི་སྤང་
བ་ཞིག་མ་གཏོགས་མང་ཆོགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཡིན་སྐྱམ་པ་ཏ་ལམ་ཡོང་གི་མ་
རེད། དེ་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་ལག་ལེན་དངོས་ནང་ཆོགས་པ་དེ་དང་

དེའི་སྒྲིག་གཞི་ཁག་མཆིལ་སྒྲུབས་ལྟར་དོར་ནས་དོན་དག་མཐོ་གང་།
ཤོད་རྒྱ་འདོམས་གང་ཞེས་པ་དེ་ལག་ལེན་གྱི་མཐིལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ལས་ཀ་ཅི་
བྱས་ཀྱང་ཕྱི་ཚུལ་འདྲ་ཆགས་ཆགས་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི་རེད། གནས་
ཚུལ་དེ་འདྲའི་འོག་སྒྱི་པའི་བསམ་སྒྲོ་དང་། རང་འགྲུལ་གྱི་བསམ་སྒྲོ་
ཡར་རྒྱས་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞེས་པ་སྐྱེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད།
གཉིས་པ། ཁ་མར་སྒྲོག་ནས་བཤད་མཁན་དེ་དང་དེ་ལ་ཁ་ཡར་སྒྲོག་ནས་
ཉན་མཁན་གཉིས་ཀྱི་བར་འབྲེལ་ལམ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལས་མེད་པ་ཡིན་ན་
ཤོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིག་གཞི་དང་གཏན་འབེབས་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་
ཞིག་བཟོས་པ་དེ་སྤྱིད་ཀྱིས་ཉན་མཁན་རྣམས་ལ་བསྟན་སྒྲུང་དུ་འགྱུར་
ནས་གནས་ཚུལ་ཐབས་སྟུག་དེ་འདྲ་སྟུག་གི་ཡོད་པ་ལོ་རྒྱས་ཐོག་མང་པོ་
ཡོད་པ་མ་ཟད་བྲིམ་ཆང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ནའང་
གསལ་པོར་ཤེས་བྱུང་པ་ཡིན། འདི་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ལ་བརྟེན་
ནས་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས་རང་གི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ལ་ལོག་འཆོ་
ནམ་ཡང་སྤྱད་མི་རིགས་པར་གསུངས་ཤིང་། རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་
ལོག་འཆོ་ལྟ་པོ་དེར་རིག་པ་གཏན་གཏན་ཞིག་མ་སྒྲིམ་ན་བསྟན་པ་ཕྱི་ནས་
མ་ཡིན་པར་ནང་ནས་འཇིག་པའི་ཉེན་ཡོད་ཚུལ་ཡང་གསུངས་ཡོད་པ་
རེད།

དེ་ལྟར་ལོག་འཆོ་ལྔ་པོ་དེ་ཡང་ཚུར་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ན་གནད་དོན་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་སྟེ། གཞན་ལ་ཕན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་ཕྱེའི་བསམ་སྒྲུབ་མེད་པ་དེ་དང་། དཔལ་འབྱོར་ལ་ཆད་ལས་འདས་པའི་འདོད་རྣམས་བྱེད་པ་དེ་ཡིན།

༤༥ འོ་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་ཆོས་པའི་མགོ་བྱིད་ཅིག་བྱེད་པར་བྱད་ཆོས་གང་དང་གང་ཆང་དགོས་པར་གསུངས་པ་འདྲ་ཨེ་ཡོད།

ལན། དེ་གཏན་གཏན་ཡོད། འོ་ན་ཀྱང་ངས་འདིར་དཔེ་མཆོན་ཙམ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཁྱ་རྒྱ་མིན། གང་ཡིན་ཞེ་ན། མང་པོ་ཁྱས་པ་ཡིན་ན་ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་མགོ་རྟོག་ཡོང་རྒྱ་ལས་མེད།

དེ་ཡང་འཇམ་སྒྲིང་ཐོག་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཆོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མགོ་བྱིད་མི་སྐྱས་སྦྱོད་གཙང་རང་སྡོམ་ཞིག་ཡོང་བར་འབོད་སྐྱལ་དང་བསྐྱོགས་གཞི་མང་པོ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་དང་འགལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་འགའ་ཞིག་བྲིམས་སྲུ་ཚུད་པ་དང་འགའ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མའི་ལྔ་ལམ་དུ་བསྦྱོད་དགོས་པ་ཡང་བརྟན་འཕྲིན་དང་གསར་ཤོག་ལས་མཐོང་ཐོས་ཡོང་གི་ཡོད། མགོ་བྱིད་མཁན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དེ་མང་ཆོགས་ཀྱི་སེམས་ནང་ལྟད་མེད་དྲངས་གཙང་ཞིག་བྱུང་བ་

ཡིན་ན་ཆོག་པ་ལྟར་དང་མི་སྒྲིག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕན་ཐོག་ལྟར་པ་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་
རེད། འདི་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ཟུར་བཞི་ནས་འདེགས་དགོས་
པའི་མྱེད་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་གཅིག་གི་སྒྲིབས་ཤུགས་ཀྱིས་བྱ་
ཐབས་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་མི་བཞི་འུ་ལྟ་པ་ཤུགས་གཅིག་ཏུ་འགྲེལ་ན་
དཀའ་ཆོག་པ་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟར། མང་ཆོག་པ་གི་ཁེ་ཕན་སྐྱབ་པ་ལ་
མི་རེ་གཉིས་ལས་ཆོག་པ་ལྟ་པ་ཆེ་བ་ཡོད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་
ཚུལ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་བ་རྒྱལ་ཁབ་དང་རྒྱུ་རྩུ་བའི་མི་བཞི་ལྟ་ཅམ་གྱི་
ཆོག་པ་ལྟར་སྐྱོད་སྐྱོད་དེ་འདྲ་འདྲུགས་གཉིས་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱ་མཆོན་དེ་འདྲར་སོང་མི་མང་གི་མགོ་བེད་བྱེད་མཁན་གྱི་དཔོན་
པོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་མང་ཆོག་པ་ལ་བཀའ་གཏོང་རྒྱུ་འཛིན་པ་ལྟར་མ་
གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་མང་ཆོག་པ་གི་ཁེ་
ཕན་སྐྱབ་དགོས་པའི་འགན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས།
མང་ཆོག་པ་གི་ཁེ་ཕན་རང་གི་ཤུགས་སྒྲིབ་དུ་བབས་པའི་མི་ཞིག་གི་ངོས་
ནས་བཤད་ན་མང་ཆོག་པ་དང་ཕན་ཚུན་ཡོད་ཆེས་འཕེར་བའི་འབྲེལ་བ་
ཞིག་མེད་ཐབས་མེད་པ་རང་ཡིན། དེ་ཡོང་བ་ལ་ཆེས་རྩ་བའི་རྩ་བར་
འགྱུར་བ་རང་གི་སྐྱོད་པ་གཙང་མ་ཡོངས་དགོས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ལ་ངོས་ཀྱིས་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་དངོས་པའི་ཡོངས་སྟོན་ལ་
 འདོད་པ་ཆེ་བླགས་པའི་དབང་གིས་སྟོན་གཙང་ཞིག་བྱེད་དགོས་སྐུམ་
 ཡང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱ་དཔལ་འབྱོར་ལ་
 སེམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཆེ་བླགས་ན་སྟོན་ངི་ཡོད་ནམས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་
 དགོས། དེར་བརྟེན་གཞན་ལ་འགན་འཁུར་བའི་བརྟེན་བ་དང་བྱ་བ་དེར་
 ཞུགས་ན་དག་སྟོན་ཅི་ཡོད་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་སྦྱར་མི་ཞིག་དང་
 ཡང་སྒྲོས་མགོ་བྲིད་ཅིག་ལ་མ་མཐར་ཆང་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་
 ཆགས་པ་རེད། འདི་གཉིས་བྱུང་ན་མང་ཆོགས་སྦྱི་པའི་ཁེ་ཕན་མཆོན་
 ཐུབ་པའམ་སྦྱབ་ཐུབ་མཁན་གྱི་སྦྱི་མི་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་པས་གཞན་གྱིས་
 ཀྱང་རང་ལ་མཐོང་ཆ་འཛིན་བྱེད་ལ་རང་གི་སེམས་ལའང་གནོང་འགྱོད་
 མེད་པའི་དགའ་སྒྲོམས་ཡོད་ཆོམ་གྱི་བདེ་བའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ངེས་པར་དུ་
 ཡོང་གི་རེད། དེ་ལྟར་མིན་ན་མིང་མང་ཆོགས་ཀྱི་མགོ་བྲིད་དུ་བླགས་
 ཀྱང་དོན་དུ་རང་གི་བྲིམ་ཆང་རྩུང་རྩུང་དེའི་དགོས་མཁོ་སྦྱབ་མཁན་གྱི་
 ས་ཀླན་ཙམ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བ་རེད།

ང་ཆོས་རྒྱུན་དུ་འཆོ་བའི་ཕྱོད་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་
 བསམ་གཞིག་ཅིག་གནང་དང་། མི་འགའ་ཞིག་ལས་ཁྲུངས་གཞན་དང་

ཡུལ་གཞན་དུ་ཕྱིན་པའམ་ཡང་ན་རྒྱུན་ལམ་དུ་འགྱུར་ཆེ་མི་མང་པོ་ཞིག་
གི་སེམས་སྲུ་དེ་འདྲའི་མི་ཡག་པོ་དེ་ངེད་ཆོ་དང་ཁ་བྲལ་བ་རེད་ཨང་སྙམ་
དུ་ཕངས་སྒྲུང་བྱེད་ལ། ཡང་མི་འགའ་ཞིག་དེ་སྟར་འགྱུར་ཆེ་མི་མང་པོ་
ཞིག་གི་སེམས་སྲུ་སྒྲུབས་ལེགས་སོང་སྙམ་དུ་དགའ་སྒྲུང་བྱེད་པ་དེའི་རྩ་བ་
གང་ལ་བྱུག་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སེམས་ནང་
བྱམས་བརྩེ་ཡོད་ན་གཞན་ལ་འགན་འཁུར་བ་དེ་ཡོང་ལ་ནམ་དཔྱད་ཡོད་
ན་འཛོན་ཐང་འོང་པས་དེ་གཉིས་ནི་མི་ཡིན་ཕྱིན་དང་ལྷག་པར་འགོ་བྱིད་
བྱེད་མཁན་ལ་ཆང་དགོས་ངེས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་སམ་མཆན་ཉིད་ཞིག་
ཆགས་ཡོད།

དེ་ཡང་འཇམ་སྒྲིང་འདྲིའི་ཐོག་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཡུལ་ལུང་། དགོན་
སྡེ། ཆོགས་པ་མང་པོར་འགོ་བྱིད་བྱེད་མཁན་སྤྱི་རིམ་པ་མང་པོ་བྱུང་
ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་ནི་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁོངས་ལས་
ཀྱང་བཀལ་ཏེ་རྒྱ་བྱུང་གི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ངང་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་
སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་གྱུས་བརྩེ་བྱེད་ལ་འགོ་བྱིད་དེ་དག་འཇིག་རྟེན་འདི་
ནས་ཁ་བྲལ་ནས་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཕྱིན་ཟིན་ནའང་འདས་ཆོས་ད་ལྟའི་
བར་བསྐྱེད་སྒྲུབ་ཆེས་དྲུག་བྱེད་ཀྱི་བཞིན་པ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་

འགའ་ཞིག་ནི་དེ་ལམ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཐོག་བྱང་སྤྱོད་མེད་པ་ལྟ་བུར་
འགྱུར་ཡོད།

མདོར་བསྡུས་ན་འགོ་བྲིད་ཅིག་བྱེད་མཁན་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱ་
བྱུང་གི་ཁས་ལེན་ཆ་འཇོག་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ན་འང་རང་འགོ་བྲིད་བྱེད་
སའི་མང་ཆོག་ས་དེ་དག་གི་ཁས་ལེན་ཆ་འཇོག་བྱེད་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་
དགོས་པ་ཡིན། དེ་འོང་བ་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཅིག་
གཞི་རྒྱར་ཡོད་དགོས།

དེ་ལྟར་གཞན་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་པ་ལ་རང་ལ་བྱུང་ཆོས་མང་པོ་ཆང་
དགོས་པའི་ཚུལ་དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས་བཀའ་
འགྱུར་ནང་མཁན་པོར་འོས་པའི་འོས་ཆོས་བརྩུ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་
བཀའ་གནང་བ་དང་། འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་
ཙོང་ཁ་པས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་རང་མ་དུལ་བས་གཞན་འདུལ་བའི་
གནས་མེད་པར་གསུངས་པས་གཞན་འདུལ་བའི་སྒྲ་མ་དེས་ཐོག་མར་
རང་རྒྱུད་བརྟུལ་བ་ཞིག་དགོས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།

༤༩ སྟོན་པ་གྲུག་བྱུང་པས་རང་གི་བདེ་བ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་དང་རྣམ་པ་
རང་ལག་དུ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེར་འབྲེལ་བ་ཤད་གང་འདྲ་བྱེད་

དགོས་ཀྱི་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་ང་རང་ཆོ་མི་ཆོ་སྐྱེལ་བའི་སྐབས་
སུ་གནད་དོན་ཁག་གཅིག་རང་གིས་ཆ་ཆང་རྒྱས་མངའ་ལོན་པའི་ཐོག་
ནས་བྱེད་རྒྱས་པ་དང་། ཁག་གཅིག་རང་གིས་རྒྱས་མངའ་ལོན་ཡང་
གཞན་གྱི་རོགས་རམ་མེད་ན་དེ་སྐྱབ་མི་བྱུང་པ་དང་། ཡང་ཁག་གཅིག་
རང་གིས་བྱེད་རྒྱས་པ་ལྟ་ཞོག ཁོ་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་གཤམ་པ་ཅམ་ཡང་
ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་བརྟེན་ངེས་པར་དུ་གཞན་གྱི་སྒྲོབ་སྒྲོན་ལ་སྟོས་དགོས་
པ་དང་གསུམ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་དགའ་སྒྲོམས་ཡིད་ཆེ་མ་བྱུང་པའི་བདེ་བ་
ཞིག་སྐྱབ་པ་ལའང་བདེ་བ་སྐྱབ་མཁན་གྱི་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་གཤམ་ཆད་
དང་སྐྱབ་རྒྱུའི་བདེ་བ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་དེ་གསུམ་དུ་གཞག་ཆོག་
ཅིང་། ངེས་པར་དུ་བཞག་དགོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

རྒྱ་མཆན་དེ་འདྲར་སོང་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཁག་གི་ནང་རང་ཅག་
ནམས་རྟུག་བསྐྱེལ་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བའམ་སྐྱབས་པར་བྱེད་མཁན་དེ་
ཆོས་དཀོན་མཆོག་དང་། རྟུག་བསྐྱེལ་དེ་ལས་གྲོལ་བ་ལ་རོགས་རམ་
གནང་མཁན་དེ་དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་དང་། ཇི་ལྟར་གྲོལ་རྒྱལ་སྒྲོབ་
སྒྲོན་གནང་མཁན་དེ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་གསུམ་དུ་བཞག་པ་

ཡིན།

དེ་ལ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི་བརྟེ་བ་དང་། ཤེས་རབ། བཟོད་པ།
འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས། ཕན་སེམས་ལ་སོགས་པའི་བསམ་སྒྲེལ་གསུང་པའི་
ཕྱོགས་དེ་དག་ཡིན་ལ། དག་འདུན་ནི་བསམ་སྒྲེལ་དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་སྐྱེལ་
བྱུང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་གང་ཡིན་དང་། སངས་རྒྱས་ནི་བསམ་སྒྲེལ་དེ་དག་
གི་ན་ཆོད་ཆ་ཆང་རྫོགས་ནས་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་ཏེ་རང་གི་ཉམས་
སྤྲོད་ཕྱོགས་སྒྲིམ་གནང་ནས་རང་ཅག་རྣམས་ལ་གསུང་མཁན་གྱི་གང་
ཟག་སྒྲིམ་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱུ་བྱུང་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཡིན། ང་
རང་ཆོས་འདི་ལ་བསམ་གཞིག་ནན་ཏན་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ན་འགྲེལ་
བཤད་བྱེད་སྤངས་འདི་འཆོ་བ་དངོས་དང་ཉམས་སྤྲོད་དངོས་གནས་ཚུལ་
དངོས་དང་མཐུན་པའི་བདེན་པ་བདེན་བྱུང་གི་རྣམ་གཞག་ཞིག་ཆགས་
ཡོད། སྒྲོབ་གྲུ་བ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན། སྒྲོབ་གྲུ་དང་དག་ཅན་སྒྲོབ་གྲོགས་
བྲིམ་ཆང་ལ་སོགས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པོ་ཡོད་ཀྱང་རང་གི་
བསམ་སྒྲེལ་ནང་བརྟག་ཐབས་འཕེར་ལ་སྤྲོ་བརྟན་པའི་ཡོན་ཆད་ཞིག་
མ་བྱུང་ན་མ་འོངས་པའི་མི་ཆོ་གནས་བཟོད་བདེ་པོའི་ངང་ནས་སྐྱེལ་བྱུང་
པར་འགན་ལེན་བྱེད་བྱུང་གི་མ་རེད། དེ་མ་བྱུང་ན་ཕ་མའི་ངོས་ནས་འགྲོ་

གྲོན་མང་པོ་བཏང་བ་དང་དག་ཀྱང་དང་རང་གི་ངོས་ནས་དཀའ་བ་མང་
པོ་སྤྱད་དེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱས་པ་ན་མས་དོན་ཚུང་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། རྒྱ་
མཚན་དེ་འདྲར་སོང་ང་རང་ཆོ་བོད་པའི་ཁ་རྒྱན་དུ། གྲོས་གཞན་ལ་ངོས་
ཐག་རང་གིས་གཅོད་ཅེས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་ཁམས་ཀྱི་ལུང་པ་ནས་ལྷ་ས་
ལ་ཆོས་མངལ་དུ་འགྲོ་སྐྱམ་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་བཟང་
དང་ངན་གྱི་སྐད་ཆ་ཤོད་སྤྱད་ཀྱང་རྩ་བའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་
ཆང་མ་རང་ལ་ཡོད་པ་ལྟར་བདེ་བ་སྤྱད་ཚུ་ལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་བཅའ་འཆོལ་
བྱས་པ་ན། དེ་ལ་དཔེ་ཆ་དང་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས་ལ་སོགས་པ་མང་
དག་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་རྩ་བ་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བྱམས་བརྩེ་དང་འབྲེལ་བའི་
ཚུ་ལ་དང་ཚུ་ལ་མིན་འབྲེལ་པའི་ནམ་དུས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཅིག་སྤྱེས་ནས་
དེའི་ཐོག་རྒྱུད་པ་བརྩུགས་ཏེ་བསྒྲིབ་དགོས་པས་རང་ཐག་རང་གཅོད་
བྱེད་དགོས་པ་གསལ་པོ་གསལ་ཀྱང་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། གཞི་རྩའི་
གནས་ཚུ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་ཚུ་ལ་དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྒྲོན་པ་
བཀའ་ངོན་ཅན་གྱིས་ཇི་སྐད་དུ། བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་གྱི། །
གཞན་ནི་སྤྱི་ཞིག་མགོན་དུ་འགྱུར། །སེམས་དུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། །
སེམས་དུལ་བས་ནི་བདེ་བ་འདྲེན། །ཞེས་དང་། ངས་ནི་ཁྱོད་ལ་ཐར་བའི་
ལམ་བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་དང་།

བདག་ཉིད་བདག་གི་དབང་ཡིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་བདག་གི་གཉེན་ཡང་
ཡིན། །ལེགས་དང་ཉེས་པ་བྱས་པ་ལ། །བདག་ཉིད་བདག་གི་དཔང་པོ་
ཡིན། །ཞེས་སོགས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་བཀའ་མོལ་
གསུངས་པ་རེད།

ངོས་ཀྱི་འདྲེན་པ་དམ་པ་དཔལ་ལྷན་ལམ་རིམ་པའི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་ཀྱང་
རང་ལ་སྤང་བླངས་འབྱེད་པའི་ནམ་དུའང་ཀྱི་རྩ་ལ་ཞིག་མེད་པར་གཞན་
ཀྱི་གཡམ་ལ་རྒྱགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོས་འཛིན་ཏེན་གང་ལ་ལྟོས་
ཀྱང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྲད་རྒྱ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་དོན་གྱི་
གནད་མཁྱེན་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་མོལ་ཞིག་རེད་འདུག་སྟེ།
དེ་འདྲ་རེད་འདུག་གམ་སྟེ་ཞབས་བྱེད་ཀྱིས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་དང་།

མཐར་གཏུགས་ནས་བཤད་ན་ང་རང་ཆོ་མི་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
གཞན་ལ་བཏེན་ཏེ་གསོན་པོར་འཛོད་གོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་མི་ཆེའི་ནང་
གཞན་གྱི་སྒྲོབ་སྒྲོན་སོགས་ལ་ལྟོས་ཆབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་མོད།
སེམས་ཀྱི་ནང་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བ་ཞིག་སྒྲེབས་པ་ན་དེ་གཞན་ལ་བགོ་
འགྲོམ་བྱེད་ཐབས་མེད་ལ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་ཆབ་བྱས་ནས་རང་གི་སྤྱོད་
མི་དགོས་པ་དེ་འདྲ་དེ་བས་བྱེད་ཐབས་མེད་པས་ན་རང་གི་བདེ་བ་སྤྱོད་

པ་འི་ཐབས་རྒྱས་རང་གི་ལག་ཏུ་ཡོད་ཅེས་མ་གསུངས་རང་གསུངས་
ཆགས་པ་རེད།

འདི་ཡང་གསུངས་ལྷགས་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
གསུངས་མི་མཆིན་ནས་དེ་ལྟར་མི་གསུངས་རང་གསུངས་ཆགས་པ་དེ་
འདྲ་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པའམ་འགལ་བ་
ཞིག་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ལྷགས་མེད་པས་ན་དངོས་ཡོད་ལ་
གང་ཡིན་པ་དང་ཡོད་པ་དེ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་དགོས་པ་འི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས་རེད།

༤༩ འོ་ན་དད་པ་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ཁག་གི་ནང་དུ། ཡོན་ཏན་
མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་དང་། བཀའ་ངོན་དྲན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
གྲུས་པ། ཞེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་ཡང་དག་པ་འི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་
རུང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་དེ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་སྟེ་ཡུལ་དེ་
ལ་དགའ་སྤངས་བྱེད་པ་འི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་དད་པ་བྱེད་ཀྱི་རེད། འདི་
དང་ཆགས་ཞེན་གཉིས་འདྲ་པོ་ཡོད་ཀྱང་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བ་དེ་གེས་
དགོས།

དེ་ལ་ཆགས་ཞེན་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ཚུལ་ནི་གང་ལ་ཞེན་ཅིང་
 ཆགས་སའི་ཡུལ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟ་བུ་མེད་ཀྱང་རང་གི་སྒྲོས་པར་ཡོན་
 ཏན་དེ་དག་ཡོད་པར་བཟོས་ནས་སྒྲོའི་ཁ་སྤྱོད་གས་དེ་དོས་སུ་བསྟན་ཅིང་
 དམ་དུ་འཇིན་པ་ཡིན་པས་ད་དོས་ཡོད་ལ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་ལ།
 དད་པ་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ཚུལ་ནི་གང་ལ་དད་པ་བྱེད་སའི་ཡུལ་དེ་ལ་
 ད་དོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་ནས་སྒྲོ་དེ་
 སྤྱོད་གས་སུ་སོང་བ་སྟེ། ད་དོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་
 པས་མི་འདྲའོ། །གསལ་ཙམ་བཤད་ན་དད་པ་ནི་སྒྲོ་བྱང་པོ་ཞིག་དང་
 ཆགས་ཞེན་ནི་སྒྲོ་གྲོག་གྲོག་ཞིག་ཡིན། དད་པ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ་དུ་བཤད་
 གྱི་ཡོད། དེ་གསུམ་ནི་དང་བའི་དད་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ། མངོན་
 འདོད་གྱི་དད་པ་གསུམ་ཡིན།

དེ་ལ་དང་པོ་དང་བའི་དད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་
 ནས་སྒྲོས་ཤིང་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་དེ་རྒྱད་ལ་ལྟན་
 པའི་གང་ཟག་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་དང་པའམ་དགའ་བའི་བསམ་པ་
 རྟེན་ཅི་དེ་འདྲའི་ལེགས་པ་ལ་ཨང་སྟམ་པ་དང་། གཉིས་པ་མངོན་འདོད་
 གྱི་དད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་

ཡོན་ཏན་ནམས་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་ཅན་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་བདག་ལ་
འདི་དག་འཐོབ་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་དུ་སེམས་པའི་སློབ་ཞིག་དང་། གསུམ་པ་
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་བཞི་
དང་ལས་འབྲས་སོགས་ལ་དེ་ཀ་རང་རེད། འདི་ཕན་ཆད་དུ་འགྲོ་ས་མི་
འདུག་ཡང་སྙམ་དུ་ཡིད་འོན་པའི་བསམ་སློབ་ཞིག་ལ་བཟུང་གི་རེད།

དེ་ལྟར་ན་སློན་པ་བཀའ་ངོན་ཅན་དང་ཁོང་གི་རྗེས་འབྲངས་རྒྱ་
ལེན་འཁུའི་མཁས་པ་ནམས་དང་། དེ་དག་གི་གཞུང་ལ་བརྟེན་ནས་མཁས་པ་
དང་གྲུབ་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་པོར་གསེགས་པའི་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་
རིས་མེད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ནམས་ཀྱིས་མགྱིན་གཙུག་དང་དབྱངས་གཙུག་
ཏུ་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་ལྷགས་འདི་གསུམ་རང་གསུངས་པས་ན་ནང་
ཆོས་ལ་དད་པ་བྱས་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་པ་རེད།
དད་པ་གསུམ་པོ་འདིའི་རྩ་བའི་གྲུབ་ཆ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡིན་
པས་ན་དྲང་པོ་དྲང་བཞག་དང་། དངོས་ཐོག་བདེན་འཆོལ། ཆན་རིག་གི་
ལྟ་བའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་ཡང་
དག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་དད་པ་རྒྱུད་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་
ནང་ཆོས་དེ་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་དགོས་ན། ཉམས་སྦྱང་བདེ་ཡི་ཆེག་རྒྱུད་

དེ། །ཕན་འགའ་སྤིང་ཀྱང་གོལ་བ་མང་། །ཞེས་པ་ལྟར་ནང་ཆོས་བྱེད་
ལྷགས་དེའང་ལྷགས་པ་ལྷ་ཚུགས་ཁོ་ནའི་ཐོག་ནས་བྱེད་དགོས་པ་ཆགས་
པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ནང་ཆོས་ལ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡིན་ཏེ་ལྷན་
ལྷགས་བཤད་ས་མེད་པར་འགྱུར་བ་རེད།

དེར་བརྟེན་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་དད་པ་ཞིག་
 རང་ཆོས་བྱེད་འདོད་པ་ཞིག་ལ་སྡོམ་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་དགོས་པ་ཡིན།
 གང་ཡིན་ཞེ་ན། རང་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་སེམས་བཟང་
 ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུར་བཅོས་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། སེམས་བཟང་པོའི་ཕྱོགས་
 སུ་བསྐྱུར་བཅོས་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་གཅིག་ལ་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བའི་
 སེམས་རབ་དང་འབྲེལ་བའི་དད་པའི་སྒྲོབས་ཤུགས་འདྲ་བ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་
 ཏན་གཞན་རྣམས་ལ་འོང་དཀའ་བ་ཡིན། དེ་འདྲ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་སེམས་
 ཀྱི་གཏོང་ནས་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཅིག་འཐེབ་ཀྱི་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་དགོངས་
 རས་ན་ལ་འགྱོར་གྱི་དབང་ཤུག་རྗེ་མི་ལ་བཞད་པའི་དོ་རྗེའི་ཞལ་སྤུ་ནས།
 བྱ་སྤྱིང་ནས་ལྟ་ཆོས་བྱེད་བསམ་ན། དད་པ་ཞིག་གཏོང་ནས་སྐྱེས་པ་ན།
 ཆོ་འདི་ལ་ཕྱི་མིག་མི་བལྟ་ན། བདེན་པར་ང་ཕྱིར་འབྲངས་པ་ན། གཉེན་
 མདུན་བདུད་ཀྱི་གཤོལ་འདེབས་ཡིན། བདེན་ནོ་མ་སྙམ་འབྲི་བ་ཆོད།

ཟས་ནོར་བདུད་ཀྱི་སྲི་པ་ཡིན། འདྲིས་ཤིང་ངན་ནོ་འཛིན་ཆགས་སྤྲོངས།
འདོད་ཡོན་བདུད་ཀྱི་ཞགས་པ་ཡིན། འཆིང་བར་ངེས་སོ་ཞིན་པ་ཐོངས།
གཞིན་གྲོགས་བདུད་ཀྱི་བྱ་མོ་ཡིན། བསྐྱ་བར་ངེས་སོ་ཁོང་བོན་གྱིས། ས་
ཡུལ་བདུད་ཀྱི་བཙོན་ར་ཡིན། ཐར་བར་དཀའ་ཡི་སྦྱར་དུ་བྱོས། ལར་
ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ་དགོས་ན། དུས་ད་ལྟ་བཞག་ན་དོན་ཆེན་
ལགས། མི་ང་བེར་དེ་ཆོ་ཉན་སྤྲོད་ན། བྱ་བྱོད་ལ་ལྟ་ཆོས་ཀྱི་སྐལ་བ་ཡོད།
ཞེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། རོ་མཆར་བ་ཞིག་མི་འདུག་གམ།

༥༠ དུད་འགྲོ་ལས་མི་ཤེས་རིག་བཀྲ་བ་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་བས་
དེ་གང་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། འདི་གསལ་པོ་ཞིག་ཡིན། སྦྱར་བཏང་བྱམས་བརྩེ་དང་ཤེས་
རབ་ཀྱི་ས་བོན་དང་མི་ལྡན་པའི་སེམས་ལྡན་ཞིག་གཏན་ནས་མེད། དུད་
འགྲོ་ཞིག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་རང་གི་ཕྱ་གྲུ་དང་རང་རིགས་ལ་བརྩེ་བ་ཡོད་པ་
དང་། རང་དང་རང་གི་ཕྱོགས་གཏོགས་ལ་ཉེན་ཁ་འཕྲད་པའི་སྐབས་
འགོག་བསྐྱང་བྱ་ཐབས་ལ་སོགས་པའི་གནད་ཕྱན་བྱ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་ང་
ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་དེ་རེད།

བ་མོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བེའུ་ལ་བརྩེ་བ་ཇི་ལྟར་བསྐྱངས་པའི་བརྒྱུད་

རིམ་ལ་བསམ་གཞིག་ནན་ཏན་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཁོ་གཉིས་བར་གྱི་
 བརྟེ་དྲུང་གི་དུས་ཆོས་དེ་ཇི་སྲིད་བེད་དེ་འཆར་ལོངས་མ་བྱུང་བའི་བར་
 གྱི་ཟླ་བ་གཉིས་གསུམ་གྱི་དུས་ཆོད་ནང་དུ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རིང་བ་མོ་
 དེས་བེད་དེ་བརྟེ་བས་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་ལྷགས་ཀྱང་འོ་མ་སྟེར་རྒྱ་དང་ཉེན་ཁའི་
 རིགས་འགའ་ཞིག་ལས་བསྐྱུང་རྒྱ་དེ་ཙམ་ཞིག་རང་ཡིན། བེད་དེ་འཆར་
 ལོངས་བྱུང་ཇིས་ཁོ་གཉིས་བར་གྱི་མཛའ་མཐུན་དེ་འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་
 སོང་ནས་སྤར་བརྟེ་དྲུང་དེ་འདྲ་བྱུང་སྐྱོང་མེད་པ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་མེད་ཞིག་
 ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་གི་ཡོད། ཡང་ཁོ་ཆོར་ཆགས་ཞེན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུན་
 རིང་བའི་བརྟེ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་རུང་དེ་ནི་རང་རིགས་ལ་དམིགས་
 པའི་བརྟེ་བ་ཞིག་ལས་འགྲོ་བ་རིགས་གཞན་ལ་དམིགས་པའི་ཀྱན་སྟོམས་
 ཉི་མ་ལྟ་བུའི་བརྟེ་བ་ཞིག་གཏན་ནས་སྐྱེ་མི་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན། དུད་འགྲོའི་
 རིགས་ལ་བརྟེ་བའི་བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལྷགས་ཆེན་པོ་མེད་པའི་རྒྱ་
 མཚན་དེ་ལྟར་རེད།

དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གངས་མང་པོ་རྣམ་པར་འབྲེད་པའི་ཤེས་
 རབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་དུད་འགྲོའི་རིགས་ལ་ཏ་ལམ་མེད་ཅེས་ཐག་
 བཅད་ཆོག་པ་ཡིན། ཤེས་རབ་དང་དྲན་པ་བརྟེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་

སྒྲོའི་རྒྱས་པ་གིན་ཏུ་དམན་པོ་ཡིན་ནའང་ཡིད་ཆེས་པའི་ཚོར་བ་སེམ་པ་
 ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་ནས་འབད་བརྩོན་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་དུད་འགྲོ་ནི་
 གཅིག་ཀྱང་མེད། འོན་ཏེ་རང་ཅག་མི་ལ་འགྲོ་བ་གཞན་སྐྱུ་ལའང་མེད་
 པའི་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་གཏོང་བྱུང་བའི་རྒྱས་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཡིད་པའི་
 རྒྱུན་གྱིས་བརྩེ་བ་དང་གཤེས་རབ་དྲན་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་
 ཏན་གྱི་རིགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་དང་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིད་གི་ཡིད་ཅིང་།
 དེའི་ཚོད་ཀྱིས་བདེ་བ་སྐྱུང་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཡང་
 མང་བ་དང་ལེགས་པ་ཡིད་གི་ཡིད།

[illegible]

ནས། ཇི་སྲིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་དེ་སྲིད་གནས་འགྱུར་
 པ། །དེ་སྲིད་བདག་ནི་གནས་འགྱུར་ནས། །འགྲོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་
 བར་ཤོག །ཅེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་བཞིན་རེད། ཤེས་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
 འཆོལ་བའི་ནམ་དཔྱིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འགྲོ་བ་འདྲ་འདྲའི་ནང་ནས་
 མི་ཞེས་པ་འདི་ཤེས་བྱའི་གནད་དོན་ཕྱ་རགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་བརྟག་
 དཔུང་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲེའི་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དང་དྲན་པ་རྒྱུན་ཤོས་
 ཤིག་ཡིན།

དེ་ལ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་ཐོག་མར་སྐད་དེ་བྱུང་ཞིང་།
 དེ་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཡི་གེ་འབྱུང་ལ་དེ་ནས་མི་རང་ཉིད་འཆོ་སྡོད་
 བྱེད་སའི་སྡོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་དང་བཅུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་མི་རང་ཉིད་
 ཇི་ལྟར་འབྱུང་ལུགས་སྐྱོར་ལ་བརྟག་དཔུང་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཏེ། ལྷ་ངོ་
 སྟོང་ཕྱག་མང་པོའི་སྡོན་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དག་ཀྱང་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ནས་
 དེབ་ཐེར་ཐོག་འཁོད་པ་ང་ཆོའི་མིག་ལམ་དུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་འདྲ་
 བ་དུད་འགྲོའི་རིགས་ལ་གཏན་ནས་མེད། དེ་བཞིན་དུ་རྟག་མི་རྟག་པ་
 དང་། བདེ་སྐྱུག་བཟང་ངན། བདེན་རྩོན་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱའི་རིགས་
 ཕྱ་མོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མིའི་ཡིད་སྒྲེ་རྟོག་པས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་དངོས་

ཡོད་པ་དེ་ན་པའི་གནས་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་ཐག་གཅོད་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།
ཡིན་ནའང་དུད་འགྲོའི་ཡིད་སྒྲོལ་ཉིག་པས་དོན་ཕྱ་མོ་དེ་འདྲའི་རིགས་ལ་
བསམ་སྒྲོག་ཏོང་བྱུང་གི་མ་རེད་ལ་བཏང་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའང་
མཐོང་རྒྱ་མེད།

མདོར་བསྡུས་ན་བརྟེ་བ་དང་ཤེས་རབ་གྱི་བག་ཆགས་ཙམ་ཞིག་འགྲོ་
བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་མཐའ་མེད་དུ་འཕྲེལ་བའི་རྟེན་དུ་མི་
མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། དེར་བརྟེན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་
ནང་ནས་མི་ཤེས་རིག་བྱ་ལོས་དེ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་རེད།

༥༡ བྱེད་གྱིས་གསུངས་པ་རྣམས་ངེད་གྱིས་གོ་བ་ལྟར་ན་ངེས་པར་དུ་
ཆོས་ཁས་སྒྲུངས་ནས་དེ་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་མ་གཏོགས་དཀའ་ངལ་
སེལ་ཐབས་གཞན་མེད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་སོང་བས་དེ་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ཡང་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་དེས། ངས་ནི་བྱེད་
ལ་ཐར་པའི་ལམ་བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། །
ཞེས་ངི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱུག་བསྡུལ་ནི་བའི་ཐར་པ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་
ཐབས་ཤིག་སྟོན་པས་བསྟན་ནའང་དེ་ཐོབ་མི་ཐོབ་དང་། དེ་ཐོབ་པའི་
ཐབས་བྱས་དང་མ་བྱས་དེ་སྐྱེ་བོ་སོ་སོ་ལ་རག་ལས་པ་ལྟར་ཆོས་ཁས་

ལེན་དང་མི་ལེན་དང་དེ་ཉམས་སྲུ་ལེན་དང་མི་ལེན་དེ་གཙོ་ཆེར་གང་
 ཟག་སྒྲེར་པ་སོ་སོས་ཟག་གཙོད་བྱེད་དགོས་པའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན་
 སྟབས་དེ་ལ་གཞན་སྲུ་གང་གིས་ཀྱང་ཨྱ་ཚུགས་བཙན་འགལ་བྱེད་མི་
 རིགས་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་ནི་སེམས་ལ་ནམ་
 རྟོག་གི་དབང་གིས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་མེད་པ་
 བཟོ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་དེ་ཡང་ཁང་པའི་ནང་གི་རྒྱ་
 དངོས་སྒྲིག་སྦྱོར་བྱས་པ་དང་གིང་བཟོ་བ་དང་རྩོམ་བས་གིང་དང་རྩོམ་
 བཟོ་བཙོས་བྱས་པ་ལྟར་སྟབས་བདེ་པོ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་མེད། དེ་འདྲ་
 ཡིན་དུས་སེམས་ལ་བཟོ་བཙོས་བྱ་འདོད་ཀྱི་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ཞིག་
 སྐྱེ་བོ་སོ་སོ་ལ་ནང་ནས་རང་འགྲུལ་གྱིས་སྟབས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཆང་གཞིར་
 བབྱང་ནས་ཆོས་བྱ་དགོས་པ་མ་གཏོགས་ནང་ནས་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་
 མེད་པར་སྦྱི་ནས་མི་གཞན་ཞིག་གིས་བཀོལ་སྦྱོད་ཁོ་ནའི་འོག་ནས་བྱེད་
 དགོས་ན་དེ་ལ་ཆོས་ཟེར་བ་མ་རེད། ཚུ་ལ་དེ་ལ་དགོངས་ནས་རྒྱ་ལུ་རྩེ་
 མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱན་རྩོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤའི་ཆོས་
 བརྒྱད་འཛིན་པའི་བཀའ་གདམས་པའི་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་གསུང་སྒྲོས་སྲུ།
 དག་ཅུ་ནང་ནས་བསྟེན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་ཁས་ལེན་དང་མི་
 ལེན་དང་། ཆོས་བྱེད་དང་མི་བྱེད་ཆང་མ་གང་ཟག་སྒྲེར་པ་སོ་སོས་

བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་རང་ཐག་རང་གཙོད་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་
ཞིག་ཡིན་པར་སོང་གཤིས་ངོས་ནས་འདིར་ངེས་པར་དུ་ཆོས་བྱ་དགོས་
བཤད་ཀྱི་མེད་ལ་བཤད་བསམ་པའང་མེད་ཅིང་བཤད་པས་ཡོངས་
ཐབས་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག་རེད། སྤྱོད་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ན་
ཆོས་ཁས་ལེན་པ་དང་ཆོས་བྱེད་པར་རབ་བྱུང་སྐབས་དགོས་པ་དང་། རྒྱུ་
བཟའ་མི་ཆོག་པ། གོས་གྲོན་མི་ཆོག་པ། ལས་ཀ་བྱེད་མི་ཆོག་པ། དཔལ་
འབྱོར་བདག་ཉར་བྱེད་མི་ཆོག་པ་དེ་འདྲ་དགོས་ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་
མ་རེད།

འོ་ན་གང་འདྲ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཟེར་ན། རང་ཅག་མིས་གཙོས་
པའི་སེམས་ལྡན་སྐྱུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རེ་བ་ཉག་
གཅིག་ཕུ་དེ་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་སྙམ་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་
སྙམ་དུ་སེམས་པ་དེ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཐག་གཙོད་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོང་
བའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོར་གྱི་སྐྱོད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ཡང་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་ལ་འགྲོ་བ་གཞན་སྐྱུ་དང་ཡང་མི་འདྲ་
བའི་སེམས་སྙམ་ཉོག་ལ་བཟང་དང་ངན་གྱི་འཆར་སྒྲིམ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་
བདེ་བའི་ཆོར་བ་གྲངས་མང་བ་དང་ཤུག་ས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྐྱུག་

བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བའང་གྲངས་མང་བ་དང་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་རེད། དེའི་
 ཕྱིར་ཁེ་གྱོང་གཉིས་ཀ་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་མང་བ་ཡོད་པ་རེད། གཞི་རྩའི་
 གནས་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པའི་འོག་ང་ཆོས་ད་བར་མི་ཡུལ་འདིར་
 འཆོ་སྟོད་བྱས་པའི་རིང་བདེ་སྤྱག་སྡེ་ཆོག་མེད་ཀྱི་ཆོར་ཤེས་བྱུང་ནས་དེ་
 ལ་འདྲོར་ལེན་བྱས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ལ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ཕྱིའི་གཟུགས་
 གླ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་དབང་ཤེས་འཁོར་གྱི་ཆོར་བ་སེམ་
 པའམ་བདེ་བ་དེས་ནང་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པ་བཟོ་བྱབ་རྒྱ་ལྟ་ཞིག་
 མངོན་འགྱུར་བ་མགོ་མཚོན་པ་ཙམ་ཡང་བྱ་མི་བྱབ་པ་དང་། ནང་སེམས་
 ལས་བྱུང་བའི་ཡིད་ཆེམ་པའི་ཆོར་བ་སེམ་པའམ་བདེ་བ་དེས་ཕྱིའི་
 གཟུགས་སྒྲ་སོགས་ལས་སྦྱེས་པའི་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་བྱིས་གྱིས་མཚོན་
 ཅིང་མེད་པ་བཟོ་བྱབ་པ་དེ་ར་འཕྲོད་གསལ་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་
 ཏུས་ཕྱིའི་གཟུགས་མངོན་པ་དང་། གླ་སྟན་པ། དྲི་ཞིམ་པ། རོ་མངར་བ།
 རེག་བྱ་འཇམ་པ་ཁོ་ན་ལ་སྟོབས་ཞེ་དེ་དག་ཁོ་ན་ལས་བདེ་བ་འབྱུང་
 བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དེ་ནོར་འབྱུལ་ཞིག་དང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཆགས་པ་རེད།

འདི་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན།

བདེ་སྤྱག་གང་ཡིན་ཡང་གཙོ་

ཆེར་རང་གི་བསམ་སྒྲིག་བྱུང་ལེགས་ཉེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་རེད།
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་གཟུགས་སོགས་དེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་གི་
སྐབས་གནས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་དོས་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་ལ་འགལ་
ཏུན་འཕྲད་པའི་སྐབས་སྤར་ཡོད་པའི་སེམས་ཀྱི་བཞག་ས་གཅིག་རང་
ཡོད་པ་དེ་ནི་བརྒྱུག་དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཀྱི་བཞག་ས་གཉིས་པ་
ཞིག་མེད་པས་བཅོས་སྤྱ་མེད་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞིག་གིས་འཆི་ལམ་དུ་
བསྐྱོད་དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་སྤྱིའི་གཟུགས་སོགས་ལས་བདེ་སྤྱད་གི་འགྱུར་བ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་ཆེར་ནང་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒྲིག་ལས་བདེ་སྤྱད་གི་
ཆོར་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་རང་ཅག་ནམས་ལ་སྤྱོད་ཆོར་དངོས་ཀྱིས་ར་
འཕྲོད་བྱུང་བ་འདི་མཐུན་ན་ནང་སེམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སྤྱ་འགྱུར་བའི་
བྱམས་བརྟེན་དང་། ཤེས་རབ། བཟོད་པ་སོགས་ལ་སྒྲིག་བཞག་ནས་བདེ་བ་
བསྐྱེད་ཆུ་ལ་ལ་དང་དོད་ཅིག་གཞན་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་མི་དགོས་པར་རང་
གི་ངང་གིས་སྐྱེ་བས་ཀྱི་རེད། དེ་བྱུང་ན་ཆོས་བྱ་འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲིག་
སྐྱེ་བས་ཀྱི་རེད།

དེ་ཡང་ཆོས་དངོས་ནི་སེམས་གསལ་རིག་གི་ཆ་ཤས་སྤྱ་འགྱུར་བའི་

བརྩེ་བ་དང་། ཤེས་རབ། བཟོད་པ། གཞན་ཕན། མྱིང་སྒྲོབས་ལ་སོགས་
པའི་བསམ་སྒྲུབ་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་དེ་དག་ཡིན་ལ་དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་
བསྐྱར་བ་ནི་ཆོས་བྱས་པ་དང་དེ་ཡིང་བའི་ཆེད་དུ་ཁ་འདོན་བྱེད་པ་སོགས་
ནི་ཆོས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཙམ་ཞིག་ཡིན།

༥༣ འོ་ན་བྱེད་ཀྱིས་བྱས་ན་ངས་ཆོས་བྱས་ན་ཡག་གི་རེད་དམ་མ་
བྱས་ན་ཡག་གི་རེད།

ལན། མྱིར་བཏང་བྱས་ན་དོན་འདི་གཞན་སྤྱད་གང་གིས་ཀྱང་ཆ་བ་
བྱེད་ཐབས་བྲལ་བའི་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱི་བདེ་ཙུ་ལ་བྱུག་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་
སྐབས་བྱེད་རང་གིས་ཐག་གཅོད་བཏང་ན་འཆམ་ཤོས་དང་ལེགས་ཤོས་
རེད། ཡིན་ནའང་ངོས་ནས་བྱེད་ལ་གསལ་འདེབས་ཁྱུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་
ལས་ཀ་གལ་ཆེན་ཞིག་འགོ་བརྩུགས་པའི་སྐབས་ཡིན་ཤིང་ཤིང་གི་ཐོག་
ནས་མ་ཕྱིན་པར་གཟུ་བོར་གནས་པའི་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་བའི་
དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འགོ་བརྩུགས་ན་རྗེས་སུ་འགྲོད་པ་
བྱེད་མི་དགོས་པའི་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེ་འདྲ་
ཡིན་དུས་སྡོམ་ལ་བྱེད་རང་གིས་བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་
བསམ་སྒྲུབ་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་དེ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་དང་། དེ་དག་

ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལ་འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་ཅི་ཡོད། ཡང་འདྲོད་ཆགས་དང་།
ཁོང་ཁྱོད་ ང་རྒྱལ། སྤང་གོ།འདྲོད་རྩམས། འཆེ་བའི་བསམ་སྒྲོ། མི་ཤེས་
པ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་སྒྲོ་ངན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དེ་དག་ལ་སྒྲིན་ཅི་ཡོད་དང་།
དེ་དག་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལ་འབྲས་བྱ་ངན་པ་ཅི་ཡོད་བརྟག་དཔྱད་ལེགས་
པོ་ཞིག་བྱོས་དང་། དེ་རྩིས་ཐག་གཅོད་ཡོང་གི་རེད། ང་ཆོ་བོད་པའི་ཁ་
རྒྱན་དུ་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད། བསམ་སྒྲོ་སྒྲིན་ལ་བཏང་། ལས་ཀ་
རྩིས་སྲུ་བྱས། ཞེས་པ་འདི་ཡིན། ཐག་སྒྲིན་ལ་བཅད་བརྟག་དཔྱད་རྩིས་
སྲུ་བྱས་ན་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་དང་། སྒྲིན་ལ་བརྟག་དཔྱད་བྱས་དེ་རྩིས་
ཐག་བཅད་ན་མཁས་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། མཁྱེན་སོང་ངམ།

༥༣ འདྲོད་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་གཉིས་ལ་སྒྲིན་གང་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་
དམ། དེ་གཅིག་གསུངས་རོགས་གནང་།

ལན། འདི་གོང་དུ་ཁྱུས་ཟིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གལ་ཆེ་བས་
ཅུང་ཟད་ཁྱུས་ན། ཐོག་མར་འདྲོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་སྒྲི་ཚུ་ལ་གྱི་ཐོག་
ནས་བརྟག་དཔྱད་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་སྤྱིའི་གཟུགས་སོགས་
ལ་བརྟེན་ནས་དེ་གཉིས་སྒྲིས་པ་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་མངོན་ཡང་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་
ཆགས་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་གཟུགས་སོགས་དེའང་ང་རང་ཆོ་

སོ་སོའི་ལྷས་ལ་ཕན་གནོད་ཀྱི་བྱ་བྱེད་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཟུགས་སྐྱ་ལ་
 སོགས་པའི་ཆོས་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་བདེ་སྤྱད་མྱོང་ཆོར་གྱི་འབྲེལ་བ་གང་
 ཡང་མེད་པའི་ཆོས་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ་ལྷགས་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་
 ཐག་གཅོང་མར་བཅད་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལྷས་ལ་ཕན་
 འདོགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོས་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་
 ཆགས་དང་། ལྷས་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོས་ཞིག་ལ་
 དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོའམ་ཞེ་སྤང་སྐྱེ་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་མཐར་གཏྱགས་
 ནས་བཤད་ན་དེ་གཉིས་ཀ་ལྷས་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེས་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

དེ་ནས་བསམ་སྒྲེལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་བརྟག་དཔྱད་ཞིག་བྱས་
 པ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་ཀ་ལྷས་ལ་གཙོ་བོ་རྒྱུ་ལྡན་པ་སྐྱབ་མཁན་
 ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ་པོ་ཡོད། དེ་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་ལྷས་ལ་ཕན་པའི་བཟའ་
 བཏུང་ལ་སོགས་པའི་ཉེར་མཁོ་སྐྱབ་མཁན་ནམ་འདྲུ་མཁན་དེ་འདོད་
 ཆགས་དང་། ལྷས་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་ཞིག་འཕྲད་པའི་ཆེ་ཨང་དང་པོར་
 གདོང་མཆོང་བྱས་ནས་དེ་སེལ་མཁན་དེ་ཁོང་ཁྱོའམ་ཞེ་སྤང་ཡིན། དེར་
 བརྟེན་འདི་གཉིས་ཀ་ང་རང་ཆོའི་སྣང་ཉེ་བའི་གྲོགས་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་
 ཡོད། ཡང་བསམ་སྒྲེལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་སྣངས་ཀྱི་ངོས་ནས་བརྟག་དཔྱད་

ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་ཡིད་དུ་འོང་པའི་ཆོས་ཞིག་དང་ཡིད་དུ་
མི་འོང་པའི་ཆོས་ཞིག་བྱས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀ་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་ལ་
ཡིད་པས་དེ་འདྲ་ཙམ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་སྦྱོས་པའི་སྒྲིག་ཅིག་ལ་འདོད་
ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ཅི་ལ་བཟུང་ཏེ་བཟུང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད།

འོན་ཀྱང་འདྲ་རེད་བཟུང་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་བཏང་ཡིད་དུ་
འོང་པའི་ཕན་ཐོགས་པའི་ཆ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་པའི་གནོད་པའི་ཆ་
གཉིས་ཀ་ལྡན་པ་ཡིན་རུང་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་དེ་ལ་དམིགས་པའམ་
འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཡུལ་ཕ་གཤིལ་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པའི་
བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་ཡན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་བཏགས་ནས་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཟང་པོར་དངོས་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ཞེ་སྤང་གིས་
དེ་འདྲའི་བཟང་ངན་འདྲེས་མའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཡུལ་
དེའི་དངོས་ཡིད་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པའི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་ཡན་གྱི་སྒྲིག་
གྱི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིག་བཏགས་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངན་པའམ་སྒྲིག་ཅན་
ཞིག་ལ་དངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྒྲིག་
དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱོད་པའི་ཚན་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ཁོ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆེ་
ཤོས་ཆད་ལས་འདས་པའི་སྒྲིག་བཏགས་བྱས་པ་འདི་རེད། རྣམ་ཤིག་མང་

པོས་སྒྲོ་བཏགས་པའི་ཕྱོགས་ལྷུང་ཅན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་འཁོར་བ་ཡིན་ན་
དེའི་དབང་གིས་སྐད་ཆ་དང་པོ་ཞིག་ཤོད་བྱུང་གྱི་མ་རེད་ལ་ལས་ཀ་ཡང་
དང་པོ་ཞིག་བྱེད་བྱུང་གྱི་མ་རེད། འདྲོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སྒྲིན་ཡོད་
ལྷགས་དེ་ལྟར་རེད། འདི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན་དུས་རྒྱུན་མི་ཆེའི་ནང་རང་
གཞན་ཆང་མར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག

༥༩ ངའི་གོ་ཚུལ་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤང་གི་སྒྲེ་བོ་ཆང་མར་རང་རང་གི་
གོང་དུ་བཀྱར་རྒྱུ་ཡིན་སྙམ་དུ་བསམ་པ་ཡིན་ན་ངའི་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་དང་
ལས་དོན་གང་རུང་ལ་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལའང་
འདྲོད་པ་ཁེངས་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མི་རིགས་པར་སེམས་ཁྱུ་ནས་
སྤོད་དགོས་པའི་སྒྲིན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བས་དེ་ལྟར་བསམ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཚན་གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་རོགས་གནང་།

ལན། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤང་གི་སྒྲེ་བོ་ཆང་མར་རང་རང་སོ་
སོར་ཆོར་ཤེས་བྱུང་བའི་ང་དེ་སྒྲིན་ཡེ་ནས་མེད་པ་ཞིག་དང་། གཞན་སྲ་
ལའང་མི་སྟོས་པའི་རང་དབང་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཤིག་ཤིག་ཏུ་འཆར་གྱི་ཡོད་
སྟབས་རང་གི་དགོ་མཚན་སོགས་ལ་མཐོང་ཆ་འཇོག་བྱེད་པའི་སྒྲོ་མོས་
ཁེངས་པའི་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཤིག་གནས་སྟབས་ཀྱན་ཏུ་

ཡོད་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཡིན་ནའང་དེ་འདྲི་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་
སེམས་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཞིག་
དང་རྒྱ་མཚན་མི་ལྡན་པའི་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཞིག་སྟེ་གཉིས་
སུ་ཡོད།

དེ་ལ་རང་གི་སྒྲོབ་སྒྲོང་དང་ལས་དོན་སོགས་ལ་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོ་
ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱོགས་སུ་མི་སྤྱང་པའི་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་ཞིག་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྒྲོབས་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པས་བྱ་
འོས་པ་དང་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་བྱ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྐྱབ་པར་དང་པོར་
དགོས་པའི་གདེང་ཆོད་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ་མཐའ་མར་བྱུང་བའི་འདོད་པ་
ཁེངས་པ་ཞེས་པ་དེ་འང་ཡིན། དེ་ནི་བྱ་བ་དེའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་
བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཆང་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོ་བས་འདུག་
པའི་གཟེངས་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཞིག་ཡིན་སྟབས་སེམས་
ཁྱུ་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཅིང་། ཁྱུ་པ་ནི་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་ཆོངས་ཏེ་
དེ་འདྲི་བྱ་བ་ངས་སྐྱབ་མི་བྱུང་སྟེ་སེམས་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་
པམ་ཉེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་པོ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཁྱུ་པ་ནས་ཡང་བྱ་རྒྱ་མེད།

ཡང་སེམས་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་མི་ལྡན་པའི་

འབྲུལ་བའི་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་མི་འོས་མི་
 དགོས་པའི་ང་རྒྱལ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་འདྲའི་སེམས་མཐོ་བའི་རྣམ་པ་
 ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་དེ་ལ་སྐྱོན་ཆེན་པོ་གཉིས་ཡོད། གཅིག རང་གི་སྐྱོན་
 མཐོང་བའི་རྣམ་པ་ཕྱོད་གྱི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་བཙམ་ནས་རང་བཟང་
 བསྐྱེད་དུ་གཏན་ནས་འགྲོར་མི་འདུག་པ་དེ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་དེ་ནི་
 གཞན་གྱི་ཁེ་ཕན་ལ་རྩིས་མེད་སྤང་ཆུང་དུ་གཏོང་བ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རང་གིས་རང་ལ་མཐོང་ཆ་འཛིག་བྱེད་ཅིང་གཞན་གྱི་བསམ་
 འབྲེལ་དང་། སྒྲ་བརྗོད། བདེ་སྤྱད་སོགས་ལ་སྤང་ཆུང་བྱེད་གསོད་བྱེད་
 རྒྱུ་བྱེད་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཇི་ཙམ་ཤུགས་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་
 རྟོན་དང་ཕྱ་མ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་རྣམས་ལག་ལེན་དུ་སྦྱེལ་ཤུགས་ཀྱང་
 ཆེ་བ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ཆོད་གྱིས་རང་གནས་སའི་མི་སྤེའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་
 འབྲུག་རྩོད་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་བ་དང་ཆེ་བ་ཡོད་པ་འདི་
 དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རང་ལ་མི་
 ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ལ་དམིགས་ནས་ངེས་ཤེས་ལྟར་སྤང་འདྲེན་པའི་
 ང་རྒྱལ་དེ་ལ་ང་ཆོས་པར་བརྟག་དཔུང་ཞིག་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཁོའི་ངོ་བོ་
 དང་སྐྱེ་ཚུལ། འབྲས་བུ་གང་ལ་བསམས་ཀྱང་འབྲུལ་བའི་ནང་གི་ཡང་

འབྲུལ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ཤེས་བྱ་བ།

དེ་ཡང་དཔེར་ན་བྱིས་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཚན་ན་ངོ་བསྟོན་ཕྱན་བྱ་ཞིག་
བྱས་ན་སེམས་ཤིན་ཏུ་འཕང་མཐོ་བ་དང་། ཡང་སྡིག་སྡིག་ཕྱན་བྱ་ཞིག་
བྱས་ན་དེ་མ་ཐག་སེམས་ཀྱི་དཔའ་ཁྱུ་ནས་འགྲོ་བ་ལྟར་ང་རང་ཆོ་ཡང་
ལོ་གསར་མང་པོ་བཏང་སྟེ་ལོ་ངོ་གང་ཙམ་ལ་སྟེབས་པ་གསུག་ཡིན་རུང་
སེམས་ཀྱི་འཆར་སྟོན་ན་སོ་མ་སྟེབས་པའི་བྱིས་པ་རང་གི་གནས་བབས་
ལ་བསྟུན་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། སྤྱིར་
བཏང་སང་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་བོ་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་སྐྱོན་འབའ་ཞིག་
ཕྱན་པ་ཞིག་དང་ཡང་ན་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་ཕྱན་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་
སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་འདྲེས་མ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་དུས་རྒྱུན་འཆོ་བའི་
འཕྲོད་རང་གི་དོན་དུ་གཉེར་བའམ་སྟོར་བབས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་
འཕྲད་པ་ན་སེམས་ཐོག་མའི་རང་བབས་རང་ལ་ཚུགས་ཟིན་མ་བྱུང་པར་
འགྱུར་ཏེ། ཡང་དག་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་ངེས་ཤེས་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་
འཕང་མཐོ་པོར་འགྱུར་བའི་སྐབས་ང་རྒྱལ་སྐྱེས་པ་ཡིན། དེའི་ཆོ་སེམས་
ངེས་ཡུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་དམིགས་པ་དང་ཡུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་མ་
དམིགས་པ་བརྟག་དཔྱད་ཞིག་བྱས་ཡོང་དུས་རང་ལ་སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་

གཉིས་ཀ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་འབའ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེ་
 དེའི་སྒྲིང་རང་ལ་མི་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་སྒྲིབ་བཏགས་བྱས་ནས་རང་
 ཡོན་ཏན་ཅན་འབའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བའི་ངེས་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འདྲེན་
 པ་ཞིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དང་བདེན་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་
 བརྟེན་ནས་རང་གི་འཛིན་སྟངས་གཡས་གཡོན་གང་རུང་ཞིག་ལ་ཐལ་ཆ་
 ཆེན་པོ་ཤོར་ཏེ་བདེན་པའི་དབྱས་སུ་གནས་མི་བྱུང་བའི་ཕྱོགས་སྟུང་ཅན་
 གྱི་བསམ་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་སྒྲིས་ཡོང་དུས་ང་རང་ཉམས་དམས་སུ་
 འགྱུར་བའི་དོགས་པས་གཞན་གྱི་ལེགས་ཆ་ལ་ཁས་ལེན་ཆ་འཇོག་གཏན་
 ནས་བྱེད་འདོད་མེད་པ་ཆགས་པ་རེད། རང་ལ་མི་ལྡན་བཞིན་དུ་ལེགས་
 ཆ་མང་པོ་ལྡན་ལུགས་དང་གཞན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་བདེན་དོན་ལ་ནག་
 བསྟུབ་གཏོང་རྒྱུ་དང་བྱས་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་རང་ཡང་སྒྲིད་པོ་ཞིག་ཡོངས་
 ཐབས་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རྒྱལ་
 བྱ་མི་རིགས་པར་གསུངས་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་རྒྱལ་གྱི་གཉིན་
 པོར་རང་ལ་སྒྲིན་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་གཞན་ལ་དག་མཚན་མང་པོ་ཡོད་
 པ་གཉིས་བརྒྱུར་ནས་གཞན་ཉམས་རང་གི་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་འབྱེད་བའི་
 བསམ་ཚུལ་ཞིག་བསྒྲིམ་དགོས་པར་གསུང་བ་ཡིན།

དེ་འདྲ་དེ་ཡང་རང་དཔའ་ཞུམ་ནས་གཞན་རྣམས་གོང་དུ་བཀྱར་བ་
 མ་ཡིན་པར་སྤར་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཀྲོག་ཀྲོག་དེ་འདྲ་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་
 ཡིན། འདི་ལ་བྱེད་རྣམས་པས་དགོངས་པ་ཡག་པོ་ཞིག་བཞེས་དང་། འདི་
 ཆོས་ལྷགས་ཞིག་གི་ཤོད་སྟངས་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དངོས་ཡོད་གནས་
 ཚུལ་ལ་ཕྱོགས་སྟུང་དང་བྲལ་བའི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་སྟངས་ཞིག་ཡིན་
 སྟབས་དངོས་གནས་བྱོ་བ་ཞིག་སྟོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོད་རིག་རང་
 ཆགས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་
 བའི་བཞེས་གཉིན་ཆེན་པོ་སྤང་ཐང་པ་དོ་རྗེ་སེང་གེས་སྒོ་སྟོང་ཆོགས་
 བརྒྱད་མར། གང་དུ་སྟུ་དང་འགྲོགས་པའི་ཆོ། །བདག་ཉིད་ཀྱན་ལས་
 དམན་བལྟ་ཞིང་། །གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས་། །མཆོག་ཏུ་གཅེས་
 པར་འཇོན་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་རེད།

༥༥ དུས་རྒྱུན་མི་ཆེའི་ནང་རྒྱུན་ངན་ཞིག་འཕྲད་པ་ན་སྤར་ཡོད་པའི་
 སེམས་སྦྱིད་པོ་དེ་མེད་པར་འགྲོ་ཡི་འདུག་ན་དེ་པོར་བརྒྱག་མི་འགྲོ་
 བར་བདག་པོ་བྱེད་བྱུང་བའི་ཐབས་ཞེས་ནང་ཆོས་ནང་ཨེ་ཡོད། ཡོད་
 ན་གཅིག་གསུངས་རོགས་གནང་།

ལན། དེ་གཏན་གཏན་ཡོད། དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། རེ་བ་

ཡག་ས་ནས་བྱེད་པ་དང་། ག་སྒྲིག་སྤྱད་ས་ནས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུག་རྒྱལ་པོ་དེས་རང་ཅག་རྗེས་འཇུག་
ནམས་ལ་རེ་བའམ་དམིགས་ཡུལ་སྤྱད་བསྐྱེད་མིང་ཙམ་དྲི་ཙམ་ཡང་མེད་
པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འགོ་འཕང་དེ་ལ་བྱེད་དགོས་ཀྱང་ག་སྒྲིག་མ་འོངས་
པ་ན་འབྱུང་ངེས་ཀྱི་འཆི་བ་མི་དྲག་པ་ལ་བྱེད་དགོས་པས་ཉིན་རེའི་
ཉམས་ལེན་ལ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་འཆི་བའི་རིམ་པ་ནམས་ཐེངས་དུག་
ཡན་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་དགོས་པར་གསུངས་ཡོད།

དེ་ལ་འོ་ན་ད་ལྟ་གསོན་པོ་ཡིན་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་རིམ་པ་བསམ་སྒྲོ་
བཏང་ནས་དགོས་པ་ག་རེ་ཡོད་དམ་སྙམ་ན། དཔེར་ན་གཞན་ཞིག་ནས་
རང་ལ་འཐབ་ཆོལ་བྱེད་མཁན་གྱི་དག་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་གཏན་འཁེལ་ཡིན་
ཀྱང་དུས་ཚོད་ངེས་མེད་ཡིན་ན་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་དྲོགས་ཆོན་བྱེད་རྒྱ་
དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལྟར། དཀའ་ངལ་གྱི་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་དེ་འཆི་བ་
དེ་ཡིན་ཞིང་དེ་ག་དུས་ཡོང་མིན་ཡང་ངེས་གཏན་མེད་སྟབས་ཉིན་ཞག་རེ་
རེ་ལ་འཆི་རིམ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་འཆི་བ་དངོས་སུ་སྟེབས་པའི་ཆེ་ག་
སྒྲིག་ཨང་སར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་ཆེ་
ཆུང་གང་འདྲ་ཞིག་བརྩམས་རུང་དང་པོ་ནས་བསམ་སྒྲོའི་ནང་འདི་མ་

བྱུང་ན་དེ་བྱེད། དེ་མ་བྱུང་ན་འདི་བྱེད་སྙམ་པའི་གྲ་སྒྲིག་རིམ་པ་ཁ་གས་
 ཞིག་ཡོད་ན་ལས་དོན་དེ་རེ་བ་དང་པོ་ལྟར་གོགས་མེད་བདེ་སྒྲིག་བྱུང་ན་
 ཡག་ཤོས་དང་དེ་མིན་མ་བྱུང་ན་འདྲ་སྒྲིག་མེད་དེ་དང་དེ་བྱེད་སྙམ་པའི་
 བསམ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ན་སེམས་ལ་ཕྱོག་ཕྱག་གི་
 སེམས་ཁྲལ་དང་སྒྲོ་བག་མི་ཐེབས་པའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་གི་མ་རེད་ལ་
 བྱུང་ན་འདྲ་ཚུང་དུ་ཞིག་ལས་ཡོད་གི་མ་རེད། དེ་ལྟར་མིན་པར་དོན་དག་
 དེར་ཡག་ས་འབའ་ཞིག་ནས་མ་གཏོགས་སྤྱག་ས་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏན་
 ནས་མ་བཏང་བར་སྐྱབ་ཤག་ཤག་གི་ངང་ལ་སྤྱིན་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་རྒྱུན་སྒྲི་
 ཚོགས་ཀྱིས་འགལ་ཟླ་འཕྲད་ནས་མ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་གོམ་གང་སྤྱི་གཤོལ་
 བྱས་ནས་ཡང་ཏིག་བསྒྲིག་པ་ལྟ་བུའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ས་གཏན་ནས་མེད་
 སྐབས་སེམས་ལ་ཕྱོག་ཕྱག་ལྷགས་ཆེན་ཐེབས་ནས་རང་གི་རྒྱག་པ་དང་
 སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ངན་ནམས་ཡོད་གི་ཡོད། དཔེར་ན་སྒྲོ་བ་གྲ་ཆེན་
 མོར་ཡིག་ཆ་དག་གཏོང་མཁན་གྱི་སྒྲོ་བ་མ་ཞིག་དང་། དེའི་བྱིམ་བདག་ཞིག་
 ཡིན་ན་ཡིག་ཆ་དེ་མ་བཏང་བའི་སྒྲོ་བ་ནས་སེམས་ནང་རེ་བ་དེ་སྒྲོ་བ་གྲ་
 ཡག་ཤོས་ཞིག་ལ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དང་ཆབས་གཅིག་ལ་དེ་མ་བྱུང་ན་སྒྲོ་བ་གྲ་
 འབྲིང་ཞིག་དང་དེ་མ་བྱུང་ན་སྒྲོ་བ་གྲ་ཐ་མ་ཞིག་དང་། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་མ་
 བྱུང་ན་སྤྱི་ཚོགས་སྤེང་ལས་ཀ་དེ་དང་དེ་བྱེད་ཨང་སྙམ་པའི་གྲ་སྒྲིག་ཞིག་

བྱུང་ན་ཕྱིས་ཡིག་ཆ་ད་ལོན་པ་ཡིན་ན་སེམས་ནང་རེ་བའི་དབང་གིས་
 དགའ་ཆོར་ཆེན་པོ་ཡོང་ལ། ཡང་ཡིག་ཆ་ད་མ་ལོན་པ་ཡིན་ན་འང་གྲ་
 གྲིག་གི་དབང་གིས་སེམས་ནང་ཡོད་པའི་སྒྲུང་བ་སྦྱིད་པོ་དེ་བོར་བརྒྱག་
 འགྲོ་གི་མ་རེད། དེ་མིན་ཡིག་ཆ་ད་ལོན་ཤག་ཤག་གི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་
 འབྱེར་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་ཕྱིས་ཡིག་ཆ་ད་མ་ལོན་པའི་གནས་ཚུལ་
 འཕྱད་པའི་སྐབས་ཡིད་ཆད་ཆད་ལས་འདས་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མཐོང་
 ཆོས་སྤྱོད་པ་ལྟར་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བྱ་བ་དེར་མ་
 འདུག་པའི་སྤྱོད་ལ་དུ་བྱ་བ་དེའི་རྒྱབ་མཐུན་གང་ཐད་ནས་བསམ་སྒྲོག་
 ཡང་མ་བཏང་བའི་དབང་གིས་བྱ་བ་དེར་འགལ་ལྷ་ཇི་ཡོད་མ་གཤམ་སྐབས་
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་སྦྱིད་པའི་སྒྲུང་བ་ཞིག་ཤར་ཡང་དེ་ནི་འགོག་རྒྱུ་
 ཞིག་འཕྱད་པ་ན། དེ་མ་ཐག་ནམ་མཁའི་འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་གར་སོང་ཆ་
 མེད་དུ་འགྲོ་བས་གནས་སྐབས་ཙམ་ཞིག་ལས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་སྒྲུང་
 བ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད།

དེར་བརྟེན་རྒྱུ་བརྟེན་པའི་སྒྲུང་བ་སྦྱིད་པོ་ཞིག་འཆོལ་དགོས། དེ་
 གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། སྦྱིར་བཏང་གཟུགས་ཙན་གྱི་དངོས་པོ་
 ཞིག་ཡིན་ན་རང་གི་ཆོག་པ་པ་ན་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་བར་ཕན་

ཚུན་མཐུན་ཐབས་མེད་པའི་འགའ་ཟླ་དང་། ཡང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་
 པའི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཤེས་པ་གཞན་དང་ཕན་ཚུན་འཛིན་སྦངས་
 འགལ་བའི་སྒྲོ་ནས་འགལ་ཟླ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་དབྱས་སྤྱ་གནས་པའི་
 བརྒྱད་རིམ་ཞིག་རྟེན་ནས་ཡར་རྒྱས་སྤྱ་འགྲོ་དགོས་སྟབས་བྱ་བ་ཆེ་ཆུང་
 ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་འདུག་པར་སྒྲོན་དུ་བྱ་བ་དེའི་བཟང་ཕྱོགས་ངན་ཕྱོགས་
 གཉིས་ཀ་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་སྟེ། དེའི་འགལ་ཟླའི་བྲོད་ནས་ཡང་དག་
 པའི་རྒྱ་མཆན་ལྡན་པའི་སྦྱང་བ་སྦྱིད་པའི་སེམས་པ་ཞིག་འཆོལ་བྱབ་ན་
 རྒྱུན་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་སྦྱང་བ་སྦྱིད་པོ་རང་དུ་གནས་བྱབ་ཀྱི་
 རེད། ཡང་ན་ལེན་ཏེ་པར་བྱ་བ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ཞི་བ་ལྟས་སྦྱིད་འདུག་
 ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར། གལ་ཏེ་བཙོས་སྤྱ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱ་ཅི་
 དགོས། །གལ་ཏེ་བཙོས་སྤྱ་མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་ཕན།
 །ཞེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་བཞིན་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་རྒྱུན་ངན་ཞིག་འཕྲད་
 པ་ཡིན་ན་རང་རང་གི་སྦྱང་བ་སྦྱིད་པའི་སེམས་པ་དེ་བོར་བརྒྱག་མི་འགྲོ་
 བར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། ཡང་པར་ཆེན་ལྷ་ཀྱ་གྲུས། སྦྱིད་ན་
 བདེ་བ་ཆོགས་སྤྱ་བཞི། །ཕན་བདེས་ན་མ་མཁའ་གང་བ་ཤོག །རྟུག་ན་
 ཀྱན་གྱི་རྟུག་བསྐལ་འཁྲུང་། །རྟུག་བསྐལ་རྒྱ་མཆོ་སྐྱེམ་པ་ཤོག །ཅེས་
 གསུངས་པ་ལྟར། ང་རང་ལ་དགའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱང་མི་རྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན་

པས་སྒྲིན་ཆེར་མེད། དེ་བས་ད་ལྟ་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྒྲིང་དུ་མི་ཆེས་
གངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་སྒྲོབ་གསོ་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱན་
མཐུན་ལམ་སོགས་ལ་དཀའ་ངལ་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཕྱད་
དང་འཕྱད་བཞིན་ཡོད་ན་སེམས་འཆབ་བྱས་ན་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བྱེད་
འོས། ད་ལྟ་ང་རང་གིས་སྒྲིང་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་འདིས་རྒྱ་ཆེ་བའི་
སློག་ལྡན་གྱི་སྒྲི་ཆོགས་སྒྲིའི་དཀའ་ངལ་གི་ཆབ་བྱས་ནས་ང་རང་བཟང་
པོ་ལྟ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ་ ངན་པ་འདྲེ་འདྲ་བ་
ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ནའང་འདྲ་གང་ལྟར་ཀྱང་སློག་ལྡན་གཞན་པས་
དཀའ་ངལ་གང་ཡང་སྒྲིང་མི་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་དུ་
སེམས་པ་ཡིན་ན། དཀའ་ངལ་ལ་གཏོང་ལེན་བྱེད་པོད་པའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་
ཤིག་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་སྒྲིས་ཡོང་གི་རེད། དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་
ན་དུས་རྒྱན་ལས་དཀའ་ངལ་འཕྱད་པའི་སྐབས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་
སྐབས་བཟང་བ་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོ་ཤིས་ཐུབ།

དེ་ཡང་ནང་པའི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ཆོས་པ་ཆད་ལྡན་ཞིག་
ཡིན་ན་དཀའ་ངལ་འཕྱད་སྐབས་གཏོར་རྗེད་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ཆོར་ཡོང་
གི་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་འདི་འདྲའི་རིགས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ནས་མི་

ཆེ་མི་རྟག་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་དཀའ་རྟོག་མི་རྟག་པ། འཁོར་བའི་རང་
བཞིན། འགྲོ་ལོང་གི་རྟོན་འབྲེལ་སོགས་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་ཕན་ཐོག་
ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད། སྦྱར་བཏང་བྱས་ན་རང་ཅག་མིའི་སྦྱི་ཚོགས་འདི་
དུད་འགྲོའི་སྦྱི་ཚོགས་དང་མི་འདྲ་བར་ནམ་རྟོག་ལ་འཆར་ཚུལ་གིན་ཏུ་
མང་བའི་དབང་གིས་དུད་འགྲོ་ལ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསྒྲོན་
མ་མང་པོ་ཞིག་སྦྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་འདི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་
ཡིན་པ་ལྟར། དཀའ་རྟོག་འཕྲད་སྐབས་ཡོད་སྒྲོ་རྟོག་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལ་
གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡང་དུད་འགྲོ་ལས་གིན་ཏུ་མང་བ་ཡོད་
པ་དེའང་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་དགོས།

དེ་ཡང་དཔེར་ན་དྲག་པོའི་རྩ་ལ་ལ་གོམས་འདྲིས་མེད་པའི་དམག་མི་
ཞིག་ལ་ཆ་མཚོན་ན། དག་པོ་དང་འཕྲད་པའི་སྐབས་རང་ཉིད་ལ་སྤྱང་
སྦྱོབ་དང་ཕ་རོལ་པོ་གཏོར་བརྒྱག་གཏོང་བའི་བྱ་ཐབས་འཕྲལ་མར་ལག་
བསྟར་བྱེད་ཆུ་དེ་ཁག་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་ཆོ་སེམས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་བྱམས་བརྩེ་དང་ཤེས་རབ་ལ་གོམས་འདྲིས་མེད་པའི་དབང་
གིས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་སེམས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཆུ་དཔལ་
འབྱོར་ལ་མགོ་བཏགས་ཏེ། དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་དང་ཞི་བདེ་སྤྱང་

ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཀྱང་དེས་དཀའ་སྤྱད་སེལ་མི་བྱལ་པ་དང་ཞི་བདེ་
བསྐྱེད་མི་བྱལ་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་དུས་སེམས་འཚབ་
བྱེད་ཚུ་ལས་བྱ་ཐབས་གཞན་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད།

ཚུ་མཆོན་དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བྱ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་མ་
འདྲུག་པའི་སྤྱོད་ལུ་ནས་བཟང་ངན་ཚུ་བ་མདུན་གཡས་གཡོན་གང་ཐད་
ནས་བརྟག་དཔྱད་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་ཚུ་མཆོན་ཡག་པོ་ཤེས་པ་བྱ་ཚུ་དེ་
སེམས་སྦྱིད་པོ་ཐོག་མར་སྐྱབ་པ་དང་། བར་དུ་བསྐྱེད་བ། ཐ་མར་སྤེལ་
བའི་ཐབས་ཤེས་ཉག་གཅིག་ཕུ་དེ་རེད་སྙམ་དཔྱད་གྱི་འདུག

༥༦ བྱེད་གྱིས་བྱས་ན་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དང་ཆོས་མ་བྱེད་མཁན་
གྱི་མི་གཉིས་བར་ལ་བྱུད་པར་འདྲ་མཐོང་ངམ། མཐོང་ན་ག་རེ་མཐོང་
བྱུང་ངམ།

ལན། དེ་གཉིས་གྱི་བར་ལ་བྱུད་པར་དཔེ་མི་སྦྱིད་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡོད། དེ་གང་འདྲ་རེད་ཟེར་བ་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བཞུས་
ཏེ་དེ་དང་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལ་སྦྱོན་དུ་བཞུས་ཏེ་དེ་དང་ལེན་
མི་བྱེད་པའི་བྱུད་པར་དེ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་ཆ་ནས་བཤད་ན་ཆོས་བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་མི་གཉིས་ཀས་ངེ་
 ཙམ་གསོན་པོར་སྤོང་པའི་རིང་ལ་བས་གོས་གནས་མལ་ལ་སོགས་པའི་
 སྤྱི་གཞི་འཛིན་པའི་ཆ་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་ཤིང་།
 དེ་དག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་འབྲེལ་བ་བྱེད་སའི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་
 ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་ཆགས་དང་། ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
 ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་མི་འོང་བ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བར་
 མ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏི་མུག་སྟེ། སྤྱི་གཞི་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་བར་འགྱུར་པའི་ཉོན་
 མོངས་གསུམ་པོ་འདི་སེམས་ནང་སྦྱེས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་གཅིག་མཚུངས་
 ཡིན། ཉོན་མོངས་པའི་སྦྱེ་ཚུལ་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་སྦྱང་དུ་ཡོད་པའི་སྦྱེ་བ་
 མང་པོའི་གོམས་ལྟགས་དང་ཆེ་འདོད་པའི་ཕྱལ་རྒྱུ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་
 བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་གཉིས་པོ་འདི་ཆོས་བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་མི་
 གཉིས་ཀར་གཅིག་འགྱུར་དུ་ཡོད་པས་ཐོག་མར་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་པའི་
 སྟབས་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཤོད་བྱུང་གི་མ་རེད། ཡིན་ནའང་ཉོན་
 མོངས་སྦྱེས་ཅིན་པའི་རྗེས་ལ་ཆོས་བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་བར་ལ་ཁྱད་པར་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཐོན་ཡོང་གི་འདུག

དེ་ཡང་ཆོས་ལ་ཆ་རྒྱུས་མེད་ཅིང་ཆོས་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་

ཡིན་ན་དཔལ་འབྱོར་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་པའི་འདོད་རྩམས་དང་། གཞན་
 གྱི་ཁེ་ཕན་ཅི་ཙམ་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཅིས་མེད་གཞོད་སྐྱེལ་བྱེད་
 འདོད་ཀྱི་གཞོད་སེམས། རང་གི་ཁེ་ཕན་ཚུང་དུ་ཞིག་ལའང་གཞན་གྱིས་
 བར་གཙོད་བྱས་ན་སེམས་གཞོན་མི་བྱབ་པའི་ཁོང་ཁྱོད་ལ་སྐྱེད་པའི་ཉོན་
 མོངས་པའི་བསམ་ཚུལ་ངན་པའི་རིགས་སྐྱེས་པའི་ཆོ་འཛོན་ཐང་དུ་ཅིས་
 ནས་འགྲིག་པར་ངོས་འཛོན་བྱས་ཏེ་བསམ་ཚུལ་དེ་དག་ཆ་ཆང་ཞིང་རྒྱན་
 རིང་བའི་སྒོ་ནས་དང་ལེན་བྱེད་རྒྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སེམས་རྒྱད་གང་ས་
 ཅི་ཐད་ནས་མ་ཞི་ཞིང་མ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བསམ་
 ཚུལ་དེ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བཟུངས་ཏེ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་རྒྱན་གྱིས་
 དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ལྷས་ངག་གི་སྒྲིད་པ་མ་ཞི་ཞིང་མ་དུལ་
 བའི་རིགས་དེ་དག་ལའང་ཡོན་ཏན་དུ་བཟུང་བའི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་རང་
 རྒྱགས་གྱིས་ཡོང་གི་ཡོད། སྐབས་དེར་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བསམ་ཚུལ་
 ཞིག་སྐྱེས་ནས་གནད་དོན་ངོས་འཛོན་བྱེད་པའི་བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་བ་དེ་རང་
 གཞན་ཆང་མར་མི་སྐྱེད་པ་བཟོ་མཁན་གྱི་ཐལ་ཆ་ཆེན་པོར་ཁོར་བེན་
 ནའང་ངས་ཉོར་མེད་སྙམ་པའི་བསམ་སྒྲོ་མཁྲེགས་པོ་ཞིག་སྙིང་གི་དབྱས་
 ནས་སྐྱེས་ཡོང་གི་ཡོད། བྱེད་གྱིས་དགོངས་པ་ཞིག་བཞེས་དང་། བསམ་
 སྒྲོ་གཏོང་སྦངས་འདི་འདྲ་ཞིག་དང་། སྒྲིད་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྱེད་ནས་

གིས་ན་རང་གཞན་
རང་ཉིད་སྐྱོན་ཡེ་ནས་
བསམ་སྒྲེའི་འབྲེར་
ནད་མི་འབྲོག་པའི་
དེར་ཕར་རྒྱལ་བྱེད་
མི་གཉིས་འབྲུག་པ་
སོང་སྐྱམ་དུ་སེམས་
ས་འབྲུག་པ་ནི་ནས་
།བཅད་ནས་བཤད་

ག་ལ་ཆ་མཆོན་ན་
དང་། དེ་ལས་མང་
ར་མེད་ཅེས་བརྗོད་
ཡིན་ཞིང་སྟབས་མི་
པ་ལྟར་མི་སོགས་བྱ་
བརྟེན་ནས་ཤིན་ཏུ་

འབྲུག་པའི་སེམས་དེ་ནི་ཐབས་ལ་མ་འབད་པར་ཉེས་ཁག་ཐམས་ཅད་
གཞན་ལ་གཡོགས་ཏེ་གཞན་དེ་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་ལ་འབད་ན་དོགས་པ་
དང་། ཐེ་ཆོས། འཛིགས་སྒྲུང་དང་ངས་སྒྲག་སོགས་ཉེས་སྦྱོན་རྒྱུ་མི་
ཆད་པ་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་ངང་མི་ཆེ་སྦྱེལ་དགོས་
པ་མཐོང་ཆོས་ལ་ཡོད་པ་འདི་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་བྱི་རོལ་
ཡུལ་ལམ་ཤར་ངོས་དེར་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ལས་སེམས་སྤར་གྱི་རང་
བབས་ལ་མི་གནས་པར་གྱིན་ཏུ་འབྲུག་སྟེ། རང་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་
ཟག་དེ་བཟོད་མི་བདེ་བ་ཆགས་པའི་སྐབས་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་པ་ཡིན་ནིང་།
དེའི་ཆེ་དེ་དག་ལ་སྦྱོན་དུ་བལྟས་ཏེ་ནི་ཐབས་ལ་མ་འབད་པར་ཡོན་ཏན་
དུ་བལྟས་ཏེ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རྟོག་གའི་ནང་འཇུག་སྟེ་
མཁན་དེ་ཆོས་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་མིའི་བྱད་ཆོས་ལྟ་བུ་ཡིན།

སེམས་གྱིན་ཏུ་འབྲུག་སྟེ་བདེ་བའི་སྐབས་བརྒྱག་པའི་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་
པ་ཆོས་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དང་འདྲ་ནའང་སྦྱེས་ཟེན་པའི་འོག་ལ་ཉོན་
མོངས་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་མི་འབྲངས་པར་སྦྱོན་དུ་བལྟས་ཏེ་དེ་དག་སྟོང་
ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་དེ་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་མིའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་ནིང་། དེ་
ལ་དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་གཉིས་ཡོད། གཅིག་སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་

དུ་འགྱུར་བའི་དབང་གིས་ལུས་ངག་གི་ཐོག་ཏུ་ཐོན་པའི་ཉེས་སྦྱོང་དེ་དག་
གཞན་ལ་ལེ་ཁག་མ་དགྱིས་པར་རང་གི་སེམས་འབྲུག་པའི་སྦྱོན་ཡིན་
པར་ངོས་འཛིན་བྱས་པས་གནད་དོན་ཐམས་ཅད་ནི་འཇམ་དུ་སྦྱིན་ཏེ་
རང་གཞན་ཆང་མ་བདེ་སྟོང་ངང་གནས་པ་དང་། གཉིས་པ་དུག་ཁོག་
པར་སོང་བ་ན་ག་རེ་དུག་དེ་ཤིང་སྟོང་ལ་བཏེན་ནས་སྦྱེས་སམ། མེ་ཏོག་
སོགས་ལ་བཏེན་ནས་སྦྱེས་ཞེས་ཏོག་དཔྱོད་བཏང་ནས་ཤིང་སྟོང་སྟ་བུ་
དུག་གི་རྒྱར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། དེ་མེད་པ་བཟོ་བའི་ལས་ལ་བཙོན་པ་ནི་
སྦྱེ་བོ་ཤིན་ཏུ་སྒྱུན་པོ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ལ་དུག་དེ་ནི་
བའི་སྦྱན་བཙལ་འཆོལ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར་སེམས་ཤིན་ཏུ་འབྲུག་པའི་
སྐབས་པར་ངོས་ཀྱི་མེ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་དངོས་དེ་དག་མེད་པ་བཟོ་བའི་
ལ་མ་འབད་པར་འབྲུག་སྟེ། ཡུལ་ཆེན་པོར་འགྱུར་ནས་སོ་སོ་རང་ཉིད་མི་
བདེ་བ་བཟོས་ཡོང་མཁན་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་དེ་སྟོང་བའི་ལ་
བཙོན་པས་ད་ལྟ་དཀའ་ངལ་ཐག་ཆོད་པ་ཙམ་དུ་མ་བཟད་པར་དེང་སྦྱིན་
ཆད་སེམས་འབྲུག་སྟེ་རང་དང་གཞན་གྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀར་མི་བདེ་
བ་སྦྱིན་པའི་གཞི་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་རེད།

རྒྱ་མཆན་དེ་འདྲར་སོང་སེམས་ངན་པའམ་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་པའི་ཆེ་

དེ་ལ་མགོ་བཏགས་ཁྱས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། དེས་བསྟན་པའི་
 ཐུན་ཅི་ལོག་པའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མཐའ་དག་ལ་དང་ལེན་བྱས་ནས་
 ཁ་ཡར་སློག་སྟེ་ཡར་ངོས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་དེར་ཁོ་ལ་འཛིང་ཅི་བྱབ་བྱས་ནས་མི་
 རྩེའི་སྐྱེ་ཆོགས་ནང་རང་གཞན་ཆང་མ་གནས་བཟོད་མི་བདེ་བ་ཆགས་
 ནས་སྡོད་མཁན་དེ་ཆོས་མི་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དང་། ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པའི་
 ཆེ་དེ་ལ་མགོ་མ་བཏགས་པར་དེས་བསྟན་པའི་ཐལ་ཆེ་བའི་ལོག་པའི་བསྐྱབ་
 བྱ་རྣམས་ལ་སྐྱོན་དུ་བལྟས་ཏེ་ཁ་ཚུར་སློག་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་
 ལ་འགོག་ཁོ་ལ་ཅི་བྱབ་བྱས་ཏེ་མི་ཆེའི་ནང་རང་གཞན་ཆང་མ་གནས་
 བཟོད་བདེ་པོར་སྡོད་མཁན་དེ་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་རེད་འདུག། ཆོས་
 བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་ལ་འང་སྟོའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩ་ལ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་
 གིས་སྐྱེ་བོ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་དུ་བཤད་ཆོག་གི་འདུག་སྟེ།

དེ་ཡང་དུས་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ཁྲོད་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་
 མོངས་མངོན་དུ་འགྱུར་པའི་སྐབས་སུ་འཕྲལ་མར་དེ་དང་དེའི་གཉེན་པོ་
 བསྟེན་ནས་མེད་པ་བཟོ་མི་བྱབ་ཀྱང་སྐྱེས་ཟིན་པ་དེ་ཉིད་རྒྱུན་མི་གནས་
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་སྐྱོན་དུ་བལྟས་ནས་ཕྱིས་དེ་འདྲ་
 རྣམ་ཡང་མི་སྐྱེ་བ་བྱེད་ཨང་སྟེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སེམས་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་

ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཐ་མ་དང་། ཐོག་མར་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་ཡོང་
དུས་ནས་འདི་ཉོན་མོངས་ཡིན་ཡང་། འདིས་ད་བར་ལུང་དུ་བརྟུག་པ་
ཡིན་པས་གཉིན་པོ་བསྟེན་པའི་དུས་ལ་བབས་སོང་སྐྱམ་དུ་འཕྲལ་མར་
མེད་པ་བཟོ་ཐབས་ལ་འབད་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུན་མེད་པ་བཟོ་བ་ཙམ་
དུ་མ་ཟད་དེ་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་བྱེད་བྱབ་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་
ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྐྱེ་བོ་འབྲིང་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་བསམ་སྒོ་མངོན་
དུ་འགྱུར་བ་ན་དེ་མ་ཐག་མེད་པ་བཟོ་ཐབས་མ་བྱས་པར་དེ་བེད་སྟོན་
བྱས་ནས་མིའི་སྐྱེ་ཆོགས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་
ཕན་བདེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་བྱབ་པའི་སྒོ་རྒྱ་ནམ་མཁའ་ལྟར་ཡངས་པའི་སྐྱེ་བོ་
དེ་ཆོས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྐྱེ་བོ་མཆོག་དེ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་སེམས་རྒྱུད་སྒོ་
དུ་མ་ནས་མ་ཞི་བ་སྟེ་མ་སྐྱིད་པ་བཟོ་མཁན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཉོན་མོངས་
ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་ནའང་ཉོན་མོངས་པས་རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་མ་
སྐྱིད་པ་བཟོ་བྱབ་པ་དང་དེ་ལྟར་བཟོ་མི་བྱབ་པའི་སྐབས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་།
སྐབས་ཁྲ་མ་ལ་ལྟོས་ནས་སྐྱེ་བོ་ཐ་མ་བང་འབྲིང་གཉིས་དང་། སྐབས་ཕྱི་
མ་ལ་ལྟོས་ནས་སྐྱེ་བོ་ཆེན་པོ་ནམ་གཞག་བྱས་པ་རེད།

འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཟུགས་མངོས་མི་མངོས་དང་དཔལ་

འབྱོར་ལེགས་ཉེས། མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁོངས་ཀྱི་བྱུང་པར་སོགས་ལས་
སྤྱེ་བ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་ཆེ་འབྱིང་ཚུང་གསུམ་ལས་སྤྱེ་བ་
ཞིག་ཡིན། ངོས་ནས་ཆོས་བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་དེ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་
སོང་།

༥༥ ང་རང་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་མང་པོར་བྱིན་པ་ཡིན། བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་
ཁག་གི་འདུ་ཁང་ལ་སོགས་པའི་ཁང་པ་ཅིག་སྤངས་དེར་བྱུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་འདུག་སྟུམ་པ་དྲན་སོང་། མ་ཟད་འདུ་ཁང་བམས་
ཅད་ཀྱི་ཐོག་ཁར་རི་དྲགས་ཆོས་འཁོར་དེ་འདྲ་མཐོང་རྒྱ་འདུག་པས་
དེ་ཆོ་བོད་པས་བསམ་སྒྲོལ་བཏང་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་རེད་དམ། སྟོན་པ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་དོན་དག་ག་
རེ་ཡོད་པ་རེད་དམ།

ལན། དེ་ལ་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་རིགས་སྤྲ་ཆོགས་ཤིག་ཆགས་
ནས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱ་མང་པོ་བྱིན་ཡོད་སྟབས་མི་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་
ཀྱང་རང་རང་གི་མེས་པོའི་རྒྱུན་དང་བསམ་སྒྲོའི་རྒྱས་པ་ཅི་རིགས་ལས་
སྐད་གཅི་བོར་འགྱུར་པའི་བས་གོས་སྔོན་སོགས་ལ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
བྱུང་ཆོས་རེ་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་དག་གི་ནང་ནས་བོད་པ་

འདི་མི་རིགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱ་མོངས་མ་ཡིན་པའི་བྱ་ཆོས་
མང་ཞོས་ཀྱི་གས་ཞིག་ཡིན། བོད་པའི་བྱ་ཆོས་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་
ནས་འབྱར་མཐོན་ལྟ་བུར་མངོན་གསལ་དོད་ཞོས་ཞིག་ནི་ནང་སེམས་ཀྱི་
ཡོན་ཏན་ལ་རྩ་ཆེར་འཛིན་ནས་དངས་དོད་བྱས་ཏེ་སེམས་པ་བཟང་པོ་
ཡོངས་ཐབས་བྱེད་པ་འདི་ཡིན།

འོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཡོན་ཏན་ཟེར་རམ་སྙམ་ན། རང་གི་གང་
ཤེས་པ་རྣམས་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་འབྱེར་བྱ་བ་པ་ལ་
ཡོན་ཏན་ཟེར་བ་ཡིན་ནིང་སྒྲིན་ལ་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་གསུམ་
དང་དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་དེ་རྩལ་ཞོས་ཡིན་སྟབས་དེ་
འགོག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་དངས་དོད་བྱ་རྒྱ་དེ་བོད་པས་གལ་ཆེན་
པོར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡིན། བསམ་འབྱེར་འདི་བོད་པའི་རིག་གཞུང་
དང་འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་ཞིག་ཡིད། ད་ལྟ་བྱེད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་
ཁག་གི་ཨ་ར་ལས་བྱེད་སྣངས་དེ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་
མཐུན་མིན་སྒྲིར་བཀའ་འདྲི་གནང་སོང་བས་དེ་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་
དགོངས་པ་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་འབྱུང་ནང་འདུལ་བ་ཕུ་ཏི་བརྩ་

གསུམ་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་གི་ནང་འདྲུ་ཁང་སོགས་ཐོག་མར་གང་དུ་ཕྱིག་
 སའི་ས་ཆ་བཙལ་སྤངས་དང་། ཇི་ཆོམ་ཞིག་ཕྱིག་པའི་ཁང་པའི་ཆད། ཇི་
 ལྟར་ཕྱིག་སྤངས། ཕྱིག་ཟིན་ནས་མཆོན་ཕྱི་བྱུགས་སྤངས་སོགས་རྒྱས་
 ཤིང་རྒྱས་པར་བཀའ་བསྩལ་ཡོད་པ་རྣམས་ད་ལྟ་བྱིད་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་
 གདན་ས་གསུམ་གཙོ་བོར་འགྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ཨར་ལས་
 བྱེད་སྤངས་དེ་ཡིན། རོས་ནས་འདིར་ལུང་འདྲེན་རུང་བཅད་ཞིག་ཞུས་ན།
 དེ་ཡང་འདྲུལ་བ་ལུང་ལས། མི་རུང་བ་ཉིད་དང་། རྩོད་པ་དང་བཙས་པ་
 ཉིད་དང་། བརྩམ་དུ་མི་རུང་བ་ཉིད་ནི་མ་དག་པའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་
 དང་པོ་དང་། ཆད་དང་ལྡན་པའི་བྱ་བྱེད་དང་དེ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་
 པའི་མཐོ་གང་སྟེ་ནང་རོལ་ནས་དེ་བརྒྱ་གཉིས་དང་བདུན་གྱི་ཆད་དོ། །
 དགོ་འདུན་ལ་ནི་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཉིས་པ་དང་། སྤྱོད་
 ཁང་ཕྱིག་པར་བྱའོ། །མི་ཤོང་ན་སྤོང་དུ་ཁང་མི་ཆེ་བྱའོ། །ཕྱི་རོལ་དུ་སྤོང་
 ཁང་ཆེན་པོ་འཕགས་ཁང་གི་ཆར་དག་ཀྱང་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་
 གསུམ་པ་དང་། ཆོན་གསར་པ་ནི་གསར་པ་དག་ལ་སྒྲུགས་ན་བཟང་
 དོ། །ཁྲ་ཁྲ་བོ་མི་རུང་དོ། །ཆོན་ཕྱི་ནི་རྣམ་པ་ལྡེའོ།ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བཞི་
 པ་བསྟན་གྱི་ཡོད།

དེ་ནས་འདྲུ་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་ཏུ་རི་དྲགས་ཚོས་འཁོར་མཐོང་རྒྱ་
 ཡོད་པ་འདིའི་གོ་དོན་ག་རེ་རེད་དམ་ཟེར་བ་ཡིན་ན། དེའི་སྒྲོར་ངག་རྒྱུན་
 ལྟ་བུར་ཤོད་སློལ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་ཁྲངས་དག་ཤོས་ནི་ཁོ་བོའི་
 འདྲེན་པ་དམ་པ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་ལམ་རིམ་པའི་ཞལ་སྒྲ་ནས། འདི་སྒྲར་
 རྒྱ་གར་རྒྱ་ལེནྱའི་ཐམ་གའི་སྒྲེང་བཀོས་ཡོད་གསུངས་པ་འདི་ཡིན་ཏེ།
 འདྲུལ་བ་ལྷུང་ལས། རྒྱ་བཅངས་བར་བྱའོ། །དྲགས་ནི་དག་འདྲུན་གྱི་ལ་
 ནི་དབྱས་སུ་འཁོར་ལོ་ངོས་གཉིས་སུ་རི་དྲགས་འོག་ཏུ་གཙུག་ལག་ཁང་
 གི་བདག་པོའི་མིང་བྱའོ། །གང་ཟག་གི་ལ་ནི་རུས་པའི་ཀེང་རུས་སམ་
 མགོའི་ཐོད་པའོ། །ཞེས་དག་འདྲུན་སྒྱུའི་རྒྱ་སྒྲེ་དགོན་པའི་ཐམ་གའི་སྒྲེང་
 བཀོ་དགོས་པར་སྒོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ངི་སྐད་བཀའ་བསྩལ་བ་ལྟར་
 སྒྲར་རྒྱ་གར་རྒྱ་ལེནྱའི་པཎ་གྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་པ་དེའི་ཐམ་གའི་སྒྲེང་
 བཀོས་ཡོད་པ་ལ་དཔེ་བལྟས་ཏེ་འདྲུ་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་ཏུ་གཙུག་པ་ཞིག་
 ཡིན་པ་གསལ་པོ་ཡིན།

དེའི་གོ་དོན་ག་རེ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ན། དང་པོ་དབྱས་ཀྱི་ཚོས་འཁོར་
 དེའི་མཚོན་དོན་བཤད་ན། དཔེར་ན་འཁོར་ལོ་འཁོར་བའི་ཆེ་གཅིག་ནས་
 གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་ཡུལ་གཞན་ནས་གཞན་དུ་སྒྲིབས་པ་ལྟར་སྒོན་པ་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་འདི་ཡང་སྐྱེ་བོ་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་བརྒྱད་དེ་
 སྐྱེ་བོ་གཞན་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་སྤྱི་འཕྲོ་བའམ་སྤྱི་ཡོད་པ་དེ་
 མཆོན་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་མི་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཆོས་ཚུལ་འདི་ལ་
 བརྩོན་འགྲུས་བྱས་ན་ཞི་བམིལ་ཆོས་ཀྱི་རོ་མངར་པོ་དེ་སྤྱིང་བྱུང་པ་
 གཅིག་འགྱུར་ཡིན་པ་ལས་དེ་ལ་མི་རིགས་དང་རིགས་རྩས་མཐོ་དམན་
 དཔལ་འབྱོར་མང་ཉུང་གོ་ས་མཐོ་དམན་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཏན་ནས་
 མེད་ཅེས་བད་བསྟན་གྱི་ཡོད།

དེ་ལ་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་ཆོས་ལྷགས་སྤྲེལ་གས་ཤིག་ཡོད་ཅིང་དེ་
 དག་ལས་འགའ་ཞིག་ནི་རིགས་རྩས་གཅིག་པར་མ་གཏོགས་ཆོས་ཀྱི་རྟོག་
 པ་འཕྲོ་མ་བྱུང་པའི་རིགས་རྩས་ཀྱི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་དང་། ཡང་འགའ་
 ཞིག་ནི་འབྱོར་ལྡན་དང་ཐོབ་གོ་ས་ཆེ་བའི་མི་ལ་མ་གཏོགས་ཆོས་ཀྱི་རྟོག་
 པ་འཕྲོ་མ་བྱུང་པའི་མི་དྲག་གི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཆགས་ནས་ཡོད་ཀྱང་
 སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལྷགས་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་
 འདྲ་ཞིག་གིས་ཉམས་ལེན་བྱས་ན་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོས་ཀྱི་རྟོག་པ་སྐྱེ་རྒྱུ་ཡོད་
 པའི་འགྲོ་བ་མི་སྤྱིས་ལོངས་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ཆོས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པ་
 མཆོན་པའི་བདར་དབྱས་སྤྱི་འཕྲོ་ལོ་བཞེད་པ་ཡིན། བོད་པའི་ཁ་རྒྱུན་

དུ། ཨ་མའི་བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་དགེ་ལྡན་གྱི་ལ་བདག་པོ་མེད་ཟེར་བ་
ནང་བཞིན་རེད། འདི་དམངས་གཙོ་ངོ་མ་ཞིག་རེད་སྙམ་དྲན་གྱི་འདུག །

གཉིས་པ་ངོས་གཉིས་སུ་རི་དྲགས་བཀོད་པ་འདིའི་དོན་གང་ཡིན་
ནམ་སྙམ་ན། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚུ་ལ་འདི་ཐོག་མར་གསུངས་
པའི་སྐབས་འགོ་བ་མི་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རིས་སུ་
མ་ཆད་པའི་སློག་ལྡན་གྱི་འགོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་
པར་སོང་ཆོས་ལྷགས་འདིའི་དགའ་སྟོན་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་རྒྱ་དེའང་འགོ་བ་
མི་ཁོ་ན་ལ་བདག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རི་དྲགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་འགོ་བ་
མི་ལས་གཞན་པའི་སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་བདག་དབང་ཡོད་པ་མཆོན་
བྱེད་དུ་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་རི་དྲགས་གཉིས་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་
བྱས་ན་མཆོན་བྱེད་གཉིས་པ་འདིས་རིས་མེད་སློག་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་
ཆོས་ལྷགས་འདིའི་བགོ་སྐལ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་ཆོག་པར་བཤད་པས་
དམིགས་ཡུལ་དང་ཐབས་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་སྟར་ལས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་
སྤྱོན་པ་རེད།

གསུམ་པ་འོག་ཏུ་གཙུག་ལག་ཁང་བཀོད་པ་འདིའི་དོན་གང་ཡིན་
ནམ་སྙམ་ན། དཔེར་ན་ཁང་པ་རྩིག་སྐབས་ཐོག་མར་འོག་གཞིའི་རྩིག་

མང་གི་དོ་ནམས་བདུན་པོ་དང་མཉམ་པོར་འགྲེམས་དགོས་ཤིང་དེ་ནས་
 དེའི་སྒྲིང་ཐོག་ཕྱི་གས་ནམས་རིམ་གྱིས་ཕྱི་ག་དགོས་པ་ལྟར་སྒྲིན་པ་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་འདི་ཡང་གང་བྱུང་བྱུང་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པས་མི་
 འགྲིག་པར་ཐོག་མར་ཉམས་ལེན་གྱི་རྩ་བའམ་འོག་གཞིར་སྐྱབས་འགོ་
 དང་ལས་འབྲས་བཞེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་བདུན་པོ་ཞིག་དགོས་པ་
 དང་དེ་ནས་དེའི་སྒྲིང་དུ་བདེན་བཞི་དང་། སེམས་བསྐྱེད། སྒྲིང་པ་ཉིད།
 རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་ཉམས་ལེན་ནམས་རིམ་གྱིས་བགོད་དགོས་པ་ལས་མཐོ་
 རྟེན་གས་བྱ་མི་རུང་བ་མཆོན་གྱི་ཡོད། མཁྱེན་སོང་སམ།

ཡང་ཁང་པ་ཕྱི་ག་སྒྲིངས་དང་། ཆོན་རྩི་བྱག་སྒྲིངས། ཡང་ཐོག་ཏུ་རི་
 དྲགས་ཆོས་འཁོར་དང་གསེར་བྲངས་ཀྱི་རྒྱ་ཐིབས་ལ་སོགས་པ་གཙུག་སྟེ་
 གང་ནས་ཀྱང་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འཇུགས་སྐྱུན་བྱེད་སྒྲིངས་འདིས་
 ཁང་པ་དེར་ལོངས་སྤྱོད་མཁན་གྱི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་དེ་ཕྱིའི་སྐལ་ལྷན་
 དྲངས་བ་འདྲེན་པའི་ཤིང་ཏྲ་ཞིག་དང་། ནང་འབྱོར་ལྷན་བསོད་ནམས་
 གསོག་པའི་ཞིང་ས་ཞིག་ཡིན་པ་བསྟན་གྱི་ཡོད།

༥༩ བོད་ཀྱི་ཆོས་དཔེ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མི་ཞིག་གོངས་ཁར་སེམས་ནང་
 ལྟ་ལ་སོགས་པའི་འཆར་སྒྲིང་སྒྲ་ཆོགས་ཡོང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་

འདུག ངའི་བསམ་པར་དེ་པོད་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་དུས་ནས་ཚས་ཀྱི་བག་
ཆགས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ཡོངས་ཀྱི་རེད་མ་གཏོགས་ངེད་ཚོ་ལྟ་བུ་ཚས་ཀྱི་
བག་ཆགས་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ལ་དེ་འདྲ་ཡོངས་ཀྱི་མ་རེད་
བསམ་ཀྱི་འདུག་པས་དེ་འདྲ་རེད་དམ།

ལན། སྤྱིར་བཏང་རང་ཅག་ལྟ་བུ་འཇམ་བུ་གླིང་གི་མི་མང་ལ་སྤྱིས་
ཁམས་དུག་ལྡན་ཞིག་ཐོག་མ་རྩུར་སྤྱིས་ཡོང་དུས་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲ་ཁྲག་
གི་འདུ་འཕྲོད་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བཞིའི་ལྷས་འདི་སྐྱབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ་
ཞིག་ཡོད་པ་ལྟར་མཐའ་མ་ཕར་འགག་པའི་སྐབས་སུ་འང་ཁྲ་ཁྲག་གི་
འགག་རིམ་ལས་འབྱུང་བཞིའི་བརྒྱ་རིམ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བརྒྱུད་དགོས་
པ་ཡིན།

མི་ཞིག་གྲོངས་ཁར་ལྷས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་ས་ཁུ་ལ་ཐིམ་པ་
དང་། ཁུ་མེ་ལ་ཐིམ་པ། མེ་རྒྱུང་ལ་ཐིམ་པ། རྒྱུང་སྒྲང་བ་ལ་ཐིམ་པའི་
འབྱུང་བཞིའི་ཐིམ་རིམ་མམ་བརྒྱ་རིམ་དེ་ངེས་པར་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་ཅིང་
ཐིམ་པ་ཟེར་བའི་དོན་འབྱུང་བ་དེ་དང་དེས་རང་རང་གི་ལས་ཀ་བྱེད་
མཚམས་བཞག་པའི་དོན་ཡིན། ཐིམ་རིམ་འདི་དག་བརྒྱུད་ཡོང་བའི་
སྐབས་སེམས་ནང་འཆར་སྒྲང་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཚོ་ནི་

འབྱུང་བ་ཐིམ་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་ལས་ཆོས་ལ་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་
 དབང་གིས་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་འཆར་སྤང་དེ་དག་མི་
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡོང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་ཡོད། མི་ཁག་གཅིག་གྲོངས་
 ཁར་ཡོད་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་པ་
 ནི་གསོན་པོར་སྤོད་པའི་གནས་སྐབས་ནས་ལྷ་དེ་དག་ལ་གོམས་འདྲིས་
 ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་སྒྲོམ་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་བཟང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་འཆི་ཁར་
 ཡང་རྩེ་ལ་མེད་ལྷ་བྱར་ཡོང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་
 ཡོང་བར་བྱེད་པ་ལ་ད་ལྟ་བྱེད་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྷར་སྦྱར་ཆོས་ཀྱི་བག་
 ཆགས་ཤིག་དང་ཡང་སྒྲོམ་ཡོད་དམ་གྱི་ལྷ་དེ་དང་དེའི་བག་ཆགས་མཐུག་
 པོ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ངེད་ཚོ་ལྷ་བྱ་གསོན་པོར་སྤོད་པའི་རིང་དེ་འདྲའི་
 བག་ཆགས་མེད་པ་ནམས་ལ་གྲོང་ཁར་སྤྱི་སྤང་བ་ཡོང་གི་མ་རེད། ཡིན་
 ནའང་འདི་སྦྱེ་བ་སྦྱེ་མ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་དང་མི་ཡོང་གི་དགག་རྩ་ཞིག་
 ཡིན་པར་བརྟེན་གསོན་པོར་སྤོད་པའི་སྐབས་ནས་འཆི་རིམས་ནམས་
 བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་བཏང་སྟེ་འཆི་བ་དངོས་སུ་སྦྱབས་པའི་སྐབས་གྲ་སྒྲིག་
 ཡང་གསར་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་ཆེ་འདི་རྫོགས་ཟེན་

ནའང་ཆེ་ཕྱི་མ་ཡོད་སྟབས་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

༥༩ དཔེ་ཆ་བཟུ་མཁན་གྱི་གྲ་པ་ཚོར་དཔེ་ཆ་བ་ཟེར་བའི་མིང་ཞིག་
ཟེར་དགོས་ཀྱང་མཆན་ཉིད་པ་ཟེར་བའི་མིང་ཞིག་བཏགས་གྱི་འདུག་
པས་དེ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་གཉིས་ཀ་ཟེར་གྱི་རེད། དཔེ་ཆ་བ་ཟེར་བ་ནི་ད་ལྟ་བུའི་གྱིས་
གསུངས་པ་ལྟར་དཔེ་ཆ་བཟུ་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་པས་དཔེ་ཆ་བ་ཟེར་
བ་རེད། དེ་ནི་དཔེ་ཆ་བ་ཟེར་བའི་བ་དེ་བཏགས་སྒྲ་ཡིན་པས་རེད། མཆན་
ཉིད་པ་ཟེར་བ་དེར་གོ་དོན་གཏིང་ཟབ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་
གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ལྟ་བུ་བ་རྣམས་རང་གི་ཁྱད་པའི་ནང་སྟེབས་པའི་མི་
ཞིག་ལ་ཟེར་གྱི་རེད།

དེ་སེམས་ཀྱི་ནང་སྟེབས་སྟངས་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ཡང་རང་
ཅག་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་
སྟབས་ཆོས་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ངོས་འཛིན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་ལྟར་བ་དེ་བཟང་པོ་
བཟང་ཐལ་ཤོར་བ་དང་ངན་པ་ངན་ཐལ་ཤོར་བའི་སྒྲོ་སྒྱར་གྱི་མཐའ་
གཉིས་ལ་སྦྱང་ཏེ་བྱ་དངོས་དེ་དང་དེའི་གནས་ལུགས་ངོ་མ་མི་ཤེས་པའི་
དབང་གིས་སེམས་ནང་རྣམ་ཏོག་གི་དཀའ་ངལ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་བྱུང་བས་

དཀའ་ངལ་དེ་དག་ནི་བའི་ཕྱིར་ཆོས་དེའི་གནས་ལྷགས་ངོ་མ་ཤེས་པ་བྱ་
རྒྱུ་དེ་དཔེ་མི་སྤྲོད་པའི་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་དེ་ལ་སྒྲིལ་ལཱ་དབང་ཤེས་ཀྱིས་
འབྲེལ་བ་བྱས་ན་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་སླེབས་ཐུབ་པའི་
རིགས་གཅིག་དང་། དབང་ཤེས་ཀྱིས་གཏན་ནས་ཤེས་མི་ཐུབ་པར་ངེས་
པར་དུ་ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་ལས་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོའི་
ཡུལ་དུ་སླེབས་དགོས་པའི་རིགས་གཅིག་ཏེ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་སྤྲ་མ་ནི་
བརྟག་དཔུང་བྱེད་མི་དགོས་པར་ལས་སྤྲ་ཙམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་ཐུབ་པའི་
མངོན་འགྱུར་དང་། ཕྱི་མ་ནི་ངེས་པར་དུ་བརྟག་དཔུང་བྱས་པ་ལས་
རྟོགས་དགོས་པའི་སྒྲོག་འགྱུར་བཟུང་བ་དེ་ཡིན། འདི་གཉིས་གསལ་ཙམ་
བཤད་ན་སྟོ་ཞིམ་པོ་བཟས་ན་སེམས་སྤྲོད་པོ་ཡོང་པ་དང་། སྟོ་གང་མོ་
བཟས་ན་ལུས་ལ་ནད་འབྱུང་བ།གཏམ་སྙན་པོ་གོ་ན་སེམས་སྤྲོད་པོ་ཡོང་
པ། གཡང་ལ་མཆོང་ན་རྐང་ལག་ལ་སྒྲོན་ཡོང་བ་སོགས་ནི་མངོན་འགྱུར་
ཡིན་པས་དེ་དག་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་བརྟག་དཔུང་བྱེད་དགོས་ཀྱི་མ་
རེད།དེ་ནི་མི་ཆང་མས་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

འོ་ན་ག་རེ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་བརྟག་དཔུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་སྙམ་ན།

འཆོལ་ཡང་ཡང་བྱས་སྟེ་མཐར་འགྲུལ་པ་འཕྲུལ་ཆུ་མཆན་ཡང་དག་གིས་
གཞོད་པ་མེད་ཅིང་རྒྱབ་བརྟེན་ཡོད་པའི་གནས་བབས་ཤིག་ལ་སྟེབས་སོང་
ན་དེ་ལ་གཏན་འཁེལ་གྱིས་ཐག་གཅོད་ཀྱི་ཡོད།

སྟོག་འགྱུར་གྱི་ཆོས་ནམས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་བཅུ་གཉིད་འདྲ།
སྟོག་འགྱུར་གྱི་ཆོས་ནམས་རང་གི་སྟོང་འཆར་པ་བཅུ་གཉིད་འདྲ།
ཐབས་ཤེས་ནི་འདི་འདྲ་རང་ཡིན་པ་ལས་འདི་ལས་ཚུལ་གཞན་པའི་
ཐབས་ནི་གཏན་ནས་མེད།འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་ཡོད་དང་མེད། ཡིན་
དང་མིན། བཟང་དང་ངན། ཏྲ་མི་ཏྲ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་ཐག་
གཅོད་གཏོང་བའི་གཞི་ནི་དབང་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་མི་བྱུང་ཀྱང་ཕན་
གཞོད་ཀྱི་བྱ་བྱེད་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ནམས་ཡིན་ལ། གང་དུ་ཐག་གཅོད་
གཏོང་བའི་མཐའ་ནི་སྟུག་བསྐྱེད་སྟེང་ཐབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་བདེ་བ་སྦྱབ་
ཐབས་སུ་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་ཐག་གཅོད་བྱེད་ལུགས་ནི་
རྒྱ་མཆན་ཡང་དག་ཡོད་མེད་ལ་བྱུག་པ་ཡིན་ལ་དགོས་པ་ནི་སེམས་སྦྱིད་
པ་དང་ལུས་བདེ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཡང་དག་པའི་
རྒྱ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ནམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དམ་གནས་ཚུལ་
ནམས་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་བསམ་ཇོའི་ལྟ་སྟངས་ཤིག་སེམས་ནང་

ཡ་མཚན་ཉིད་པ་ཟེར་
ཡ་བཤད་བྱེད་ལྷགས་
པ་ཡིན་དགོས་ཀྱི་མ་
འཁྱུ་མཚན་ཡང་དག་
པ་ཡིན་པ་ཆགས་པ་
། གཏན་ཆོགས་པ་
འཁྱུ་ས་འཆང་སའི་ཁྱུ་
དང་དེ་འགྲེལ་བཤད་
པར་རང་གིས་རང་
གཞུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་

བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་
དགོས་ཀྱི་མ་རེད་ལ་
བྱས་པའི་ཆོས་དཔེ་
གོ་དོན་དེ་ལྟར་རེད་

༤༠ ད་གིན་བྱེད་གྱིས་ལྷས་དེ་པ་མ་གཉིས་གྱི་བྱ་བྱག་ལ་བརྟེན་ནས་
འབྱུང་གི་ཡོད་པར་གསུངས་སོང་། འོ་ན་སེམས་འདི་གང་ནས་བྱུང་
བ་རེད་དམ།

ལན། སྦྱིར་ན་འདུས་བྱས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་དེ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་དེ་ལ་
གཟུགས་ཡིན་ན་གཟུགས་དང་སེམས་ཡིན་ན་སེམས་སོགས་སུ་སྦྱེ་བའི་ངོ་
བོའི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཞིག་དང་། གཟུགས་གྱི་བྱུང་
པར་ཆེ་ཆུང་དང་སེམས་གྱི་བྱུང་པར་བཟང་ངན་སོགས་སུ་སྦྱེ་བའི་བྱུང་
པར་གྱི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་གྱི་ལྷན་གཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གཉིས་སུ་ཡོད། དེ་
གཉིས་གྱི་ནང་ནས་ངོ་བོའི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་
གང་སྦྱེ་རྒྱུའི་འབྲས་བུ་རང་ཉིད་དང་རིགས་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལས་
རིགས་མི་མཐུན་གྱིས་འབྲས་བུ་དེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་བྱེད་བྱུང་གི་མ་རེད།
དཔེར་ན་འབྲུ་སྦྱེ་བར་འབྲུ་རང་ཉིད་དང་རིགས་མཐུན་པའི་འབྲུའི་ས་
བོན་ཞིག་བཏབ་དགོས་པ་ལས་འབྲུ་སྦྱེ་འདྲོད་ནས་གྲོ་དང་སྒན་མ་ལ་
སོགས་པའི་ས་བོན་བཏབ་ན་མི་ཡོང་བ་ནང་བཞིན་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་
འདྲ་ཡིན་དུས་སྦྱེ་དགག་གི་རྣམ་གཞག་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཆོས་
ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་མའི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་

དགོས་ཤིང་རིགས་འདྲ་སྒྲུ་མ་དེའང་ཡར་བཙལ་འཆོལ་བྱས་ན་ཡ་མཐའ་
ཐུག་མེད་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་སྟབས་འདུས་བྱས་ཡིན་ན་ཁོ་ལ་ཐོག་མའི་
མཐའ་མེད་པས་བྱབ་པ་བཟུང་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཁོའི་རྒྱའི་ཐོག་མ་འདི་
ནས་སྒྲོ་བཙུགས་པ་རེད་ཅེས་ཁ་མཆོན་གཙོ་བོ་མི་བྱབ་པས་ཡིན། དཔེར་
ན་ད་ལྟ་སྒྲུ་ཞབས་བྱེད་ཀྱི་ཐུག་དུ་བཟུང་བའི་ཞོག་བྱ་དེ་ལ་ཆ་མཆོན་ན་དེ་
རྒྱུ་རྒྱུ་མེད་པར་འབྱུང་ཐབས་མེད་པའི་གནད་དོན་གཅིག་དང་། རྒྱུ་
དེའང་ཞོག་བྱ་བཟོས་ན་རུང་བའི་ཁོ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ཞིག་
དགོས་པ་ལས་གང་ཡིན་ཡིན་གྱིས་མི་འགྲིག་པ་གཉིས་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་
བརྟེན་ཁོ་ལ་རིགས་འདྲ་སྒྲུ་མའི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་དང་། རིགས་འདྲ་
སྒྲུ་མ་དེ་ལའང་རིགས་འདྲ་སྒྲུ་མའི་རྒྱ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་དུས་འདས་ཟིན་
པའི་ལོ་ཁྲི་ཕྱག་མང་པོའི་སྒྲུ་རོལ་ནས་ཁོའི་རིགས་འདྲའི་རྒྱ་གྲུབ་ཟིན་པ་
ཆགས་པ་རེད། འདི་གསལ་བཤད་ཞུས་ན་ཞོག་བྱ་དེ་ཤིང་ལས་བཟོས་པ་
ཞིག་ཡིན་ན་ཞོག་བྱ་དེའི་སྒྲུ་རོལ་དུ་དེ་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད་པ་
དང་། ཤིང་དེའང་ཤིང་གི་ཆ་སྒྲུ་མ་ལས་སྐྱེ་དགོས་པ་དང་། ཤིང་གི་ཆ་སྒྲུ་
མ་དེའང་རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་སྒྲུ་མ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་དགོས་པར་
སོང་རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལ་ཕྱན་སྒྲུ་མ་ལས་སྐྱེ་དགོས་པ་སོགས་
རེད། དེ་ནི་ཉིན་འབྱུང་གི་སྒྲུ་བ་སྒྲུ་བའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་དཔུང་པ་

བྱེད་ལྷགས་ཞིག་ཡིན་ལ་རྩལ་ཕྱན་གྱི་ལྷ་བ་སྦྱ་བའི་ཚན་རིག་པའི་དབྱེད་
 པ་བྱེད་ལྷགས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཞོག་བྱ་ལ་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་
 སེམས་དེའང་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྡེ་མ་ལས་སྦྱེད་གོས་པར་བརྟེན་སྦྱིའི་ཆ་
 ཅས་སེམས་སེམས་ལས་སྦྱེད་བར་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་གཟུགས་སྦྱ་ལ་
 སོགས་པའི་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོའི་ལག་
 རྒྱུ་འཇོག་བྱེད་ཀྱི་ཉིར་ལེན་གྱི་རྒྱ་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་སོང་སེམས་ནི་ངེས་
 པར་དུ་སེམས་ཞིག་ལས་སྦྱེད་གོས་པ་ཆགས་པ་རེད། སེམས་འདི་
 གཟུགས་སྦྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་དང་ཡེ་མི་འདྲ་བར་ཡུལ་གསལ་ཞིང་
 རིག་ཐུབ་ལ་བདེ་སྤྱད་གི་སྤྱོད་ཚོར་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་བྱེད་པར་བ་ཞིག་
 ཡིན། ཡུལ་རིག་པའི་རྣམ་པ་དེའང་སེམས་ཐོག་མར་སྦྱབ་པའི་སྐབས་
 ཅས་རང་ཆས་སུ་གྱུབ་པ་ལས་སེམས་ཀྱི་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱེན་གཞན་
 ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དེ་འདྲ་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སེམས་ཡིན་
 ན་ཁོ་དང་པོ་གྱུབ་ཡོང་དུས་ནས་གསལ་ཞིང་རིག་པར་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་
 ཡོད་དགོས་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཡོད་ན་རྒྱ་རང་ཉིད་ལ་ཡུལ་གསལ་རིག་གི་
 རྣམ་པ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་རྒྱ་དེ་ལ་གསལ་རིག་གི་རྣམ་པ་མེད་
 ཀྱང་ཁོས་འབྲས་བུ་གསལ་ཞིང་རིག་པར་ངོ་བོའི་ལག་རྒྱུ་འཇོག་ནས་སྦྱེད་
 ཐུབ་པ་ཡོད་སྲིད་སྙམ་ན། ཚན་རིག་པས་དཀའ་བ་དུ་མ་སྦྱད་ནས་བཅོས་

པའི་འཕྱལ་མིར་མིའི་བྱད་གཟུགས་བཟོ་བྱལ་ཀྱང་སེམས་བཟོ་མི་བྱལ་པ་
ག་རེ་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་ཆོན་རིག་པར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་མ་འདིང་
པས་མ་ཡིན་པར་རྟལ་ཕྱན་ལ་སེམས་བཟོ་བའི་རྣམ་པ་མེད་པས་ཡིན་པ་
རེད།

དེ་ལྟར་སེམས་ནི་སེམས་སྒྲུ་མས་རྒྱ་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ནས་མ་
གཏོགས་འཛིན་མི་ཤེས་པས་སེམས་ནི་སེམས་ལས་སྦྱེ་བར་བཤད་ན་བཟང་
ཤོས་དང་རྒྱ་མཚན་ལེགས་ཤོས་དེ་ཡིན། འགྲེལ་བཤད་བྱེད་སྤངས་འདི་
ལྟར་བྱས་པ་ཡིན་ན་མང་པོ་ཞིག་གིས་གསང་བ་དང་ཤིན་ཏྲོག་ཏུ་ངོས་
འཛིན་བྱེད་པའི་སྦྱེ་བ་སྒྲུ་ཕྱིའི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་འཛིན་བྱལ་ཅིང་དེས་
མཆོན་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་བྱལ་པ་ཡིན།

༦༡ འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤང་ཆོས་ཤོད་མཁན་གྱི་སྒྲིང་པ་ཆང་མ་བྱུགས་
སེམས་བཟང་པོ་གསལ་ཡིན་རུང་ཆོས་ལྷགས་རྣམས་གྲུབ་མཐའ་མི་
མཐུན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོང་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ། བྱེད་གྱི་འདི་ལ་ཕན་
པ་ཡོད་པ་མཐོང་གི་འདུག་གམ། ཡང་ན་གཞིན་པ་ཡོད་པ་མཐོང་གི་
འདུག་

ལན། དེ་ཡང་འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤང་གི་ཆོས་དད་པ་ཆང་མས་ཆོས་

ཁས་བྲངས་པའི་གྲུབ་དོན་སྤྱིང་པོ་རང་རང་སོ་སོར་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་
 ལྷམ་པ་དེ་ཡིན། རྩལ་དེ་ལ་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་པར་གང་ཡང་ཤོད་
 བྱུང་གི་མ་རེད། རྩུ་མཆན་དེ་ལ་བཞེན་ནས་འཇམ་སྤིང་འདིའི་སྤྱིང་བྱུང་
 ཟློང་བའི་ཆོས་ཤོད་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་ཆང་མ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་བྱ་ཡུལ་གྱི་
 རྗེས་འབྲངས་ནམས་ལ་མི་ཆེ་སྤྱིད་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཁ་བདུན་བསྐྱབ་
 བྱ་སྟོན་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མི་ཆང་མར་རང་ལ་མི་
 དགོས་རྩུ་དེ་རྩུག་བསྐྱེད་དང་དགོས་རྩུ་དེ་བདེ་བ་ཡིན་པ་རང་གི་ཆོར་བ་
 དངོས་ཀྱི་ཉམས་ཟློང་གི་ཐོག་ནས་ར་འཕྲོད་གསལ་པོ་ཡོང་གི་ཡོད་པར་
 བཞེན་རྩུག་བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་བདེ་བ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་རང་གི་ངང་གི་
 འཇུག་པ་ལས་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་དེད་གཏོང་དགོས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། དེ་
 ལ་མི་དགོས་རྩུ་དེ་རྩུག་བསྐྱེད་དེ་ལ་འབྲུག་རྟོག་ལ་སོགས་པའི་བྱས་ཀྱི་
 རྩུག་བསྐྱེད་གྱི་རིགས་ཤིག་དང་། ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྩུག་
 བསྐྱེད་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་བྱས་ཀྱི་རྩུག་བསྐྱེད་འཕྲད་
 པའི་སྐབས་སྟོ་བཟས་པ་དང་གོས་གྱོན་པ་སྦྲུལ་བསྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་
 ཐབས་ཤེས་ལ་བཞེན་ནས་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་

སེམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སྤར་གྱི་ཐབས་ཤེས་དེ་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་སེལ་མི་བྱུང་ལ་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་ཤེས་མི་རྟོག་
པར་བྱ་དཀའ་བྱེད་གཏད་གྱི་གནས་སུ་འགྱུར་གྱི་ཡོད། དེ་དག་གི་སྐབས་
སུ་རེ་བ་བཅོལ་ས་དེ་སྟོན་པ་ཉག་གཅིག་ཡིན་ནའང་སྟོན་པ་ལ་སེམས་ཀྱི་
སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་སྟོན་རྒྱ་མེད་པར་བསྐྱབ་བྱའི་སྐད་ཆ་གཅིག་
རང་ཡོད་པ་ནི་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་མ་གཏོང་ཞེས་པ་དེ་རང་ཡིན། བསམ་སྒྲོ་
མང་པོ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་དྲུག་འགྲོ་སོགས་ལས་བྱུང་བཞུགས་པའི་འགྲོ་
བ་མི་ལ་རང་ཆས་སུ་ལྡན་པའི་གཞི་རྩའི་བྱུང་ཆོས་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡིན་མོད་
དེས་འགྲོ་བ་མི་ལ་དཀའ་ངལ་སྒྲོད་གྱི་ཡོད་ན་བྱིས་པའི་སྐབས་ནས་འཕྱུལ་
རིགས་ལག་རྩ་ལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོར་ཤེས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ལྡན་པའི་གློད་པའི་རྩ་
རྒྱལ་ཕྱ་མོ་རྣམས་བསྒྲོར་བསྐྱག་བཏང་ཏེ་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་གཏོང་བའི་
རྒྱས་པ་མེད་པའི་གློན་པ་ཞིག་བཟོས་བཞག་ན་ད་གཟོད་སེམས་ཀྱི་སྤྱག་
བསྐྱེལ་གཏན་ནས་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡོང་མཛོག་ཁ་པོ་རེད། ཅི་
བསམ་འདི་དྲན་མེད་པ་ཞིག་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་གི་སྒྲོར་གླེང་ཐབས་
ཡོང་མི་ཤེས་པར་སོང་སྟོན་པའི་སྐད་ཆ་དེའང་ཐབས་ཤེས་མེད་པར་བྱ་
བྱག་ནས་བཤད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱི་གཏམ་ཞིག་
གཏན་ནས་མ་རེད།

དེ་ལྟར་ཆ་རྒྱུན་གཞན་ཅི་ཙམ་པའི་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་ཞིག་ཡོད་
 ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ནད་གཞི་སེལ་མི་བྱུང་པའི་སྐབས་སེམས་ནད་སེལ་བའི་རེ་
 བ་བྱེད་སའི་ཆོས་ཞིག་སེམས་ནད་སྦྱབས་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་ཆེ་ན་སེམས་
 ནད་སྦྱབས་པའི་ཆོས་དེ་ལ་སྟོང་བཞག་ནས་མི་ཆེའི་ནད་དཀའ་ངལ་ཉུང་
 ཉུང་ཞིག་དང་བདེ་སྐྱིད་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་བྱུང་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་དེ་སྟོན་
 མཁན་གྱི་སྟོན་པར་སྟོབ་སྟོན་ཁུས་སྟེ་དེས་བསྟན་པའི་བསྟན་བུ་རྣམས་ལག་
 ལེན་ལ་བསྟེལ་གང་བྱུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བུ་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་པར་དེའི་སྒྲ་
 ཕྱིའི་བརྒྱུད་རིམས་རྣམས་རང་གི་མི་ཤེས་པའི་སྐབས་གཞན་ལ་འདྲི་བའི་
 ཐོག་ནས་སྐྱབ་པ་འདི་ནི་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་གི་རང་གི་སེམས་ལ་བསམ་པའི་
 རེ་བ་སྐྱབ་ཐབས་བྱེད་པའི་གཞི་རྩའི་མཁའ་དབང་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཡ་
 མཚན་པའི་གནད་དོན་གང་ཡང་མ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲར་སོང་
 འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་སྒྲིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མ་གྲུབ་དོན་ནམ་བསྐྱབ་བུའི་
 དམིགས་ཡུལ་གི་ཐོག་ནས་གཅིག་འགྱུར་ཆགས་པ་རེད།

དེ་ལ་ཆོས་ཤོད་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་ཡུལ་ལམ་
 བསྐྱབ་བུ་རང་གི་རྗེས་འདུག་རྣམས་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་ཞིག་
 ཐོབ་བྱུང་པ་བུ་རྒྱ་དེ་གཅིག་འགྱུར་ཡིན་ནའང་གང་འདྲ་བུས་སྟེ་བདེ་སྐྱིད་

ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་སྟོན་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་འཇམ་
མིང་འདིའི་སྒྲིང་གི་ཆོས་ལྷགས་ནམས་ལྟ་གྲུབ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་སྟོང་བ་
རེད། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་མི་གཅིག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བྱེད་མི་གཅིག་པའི་
དབང་གིས་ཆོས་ལྷགས་ནམས་ལྟ་གྲུབ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བ་དེའང་འགྲོ་བ་
མི་དེ་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་ལྷགས་ཆེ་བ་ཡོད་
པ་དེ་སྤྱིར་མངོན་པའི་རྟགས་ཤིག་དང་འགྲོ་བ་མིའི་ཤེས་རིག་ཡར་རྒྱས་
སྤྱིན་པའི་རྟགས་ཤིག་ལས་ཡོང་མི་ཆོག་པ་དེ་འདྲ་ག་ལ་ཡིན། ཁྲོང་བྱིར་
ཞིག་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་བགྲོད་བྱའི་ལམ་དེ་ལ་སྤྱོད་གས་གཅིག་རང་ནས་མ་
ཡིན་པར་སྤྱོད་གས་བཞི་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་ཁྲོང་བྱིར་དེར་འགྲོ་བའི་
མི་ནམས་ལ་སྐབས་བདེ་བའི་དག་མཆོན་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་སྤྱོན་མ་ཡིན་
པ་ལྟར་ཆོས་ལྷགས་གྲུབ་མཐའ་སྤྲ་ཆོགས་ཡོད་པ་འདི་ཡང་མི་ནམས་ཀྱི་
སེམས་ཀྱི་རེ་བ་བསྐྱོང་བའི་དག་མཆོན་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བག་
ཡངས་པོ་གཏོང་དགོས་པ་ལས་གྲུ་དོགས་པོ་གཏོང་མི་རུང་། སྐབས་རེ་
ཆོས་ལྷགས་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་ནམས་ལྟ་བའི་ཐན་འབྱེར་གྱི་དབང་
གིས་སྤྱོད་ལ་བྱུག་པའི་རྟོལ་འཇིང་བྱས་སྟེ་མི་སྤེའི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་ཡོང་
མི་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་བཟོན་པ་ཞིག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་
སྒོ་ཕམ་པའི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་ཡིན་ནའང་དེ་

ནི་ལྟ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པར་
 རང་གི་དད་པ་བྱེད་སའི་ཆོས་ལྷགས་དེ་ལ་དད་པ་དང་ཞེན་འགོག་གཉིས་
 དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་མི་བྱུང་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཆོས་ལྷགས་པ་ནམས་ཕན་ཚུན་
 གྲས་བརྩེའི་བསམ་ཚུལ་མ་འདང་པར་འགྱུར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་དེ་
 ནི་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་དམིགས་ཡུལ་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་
 བརྟེན་དད་པ་བྱས་པ་དེ་མི་འགྲིག་པ་མིན་ཀྱང་ཞེན་འགོག་བྱས་པ་དེ་མི་
 འགྲིག་པ་ཡིན།

ཡང་དད་པ་དེའང་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་པའི་དད་པ་ཞིག་
 ཡིན་ན་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བྲལ་བའི་དད་པ་དེ་
 ཉིན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་དེ་མཐར་གཏུགས་ནས་བཤད་ན་དད་པ་མ་ཡིན་
 པར་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་དགའ་སྡང་ཙམ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་མེད་
 པའི་དགའ་སྡང་དེ་ལ་སྦྱོན་ཆེན་པོ་གཉིས་ཡོད། གཅིག་ནི་རང་གི་དགའ་
 སྡང་བྱེད་ས་དེར་དགའ་སྡང་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མི་ཤེས་པའི་
 དབང་གིས་གཞན་ཞིག་གིས་དེ་ལ་སྦྱོན་འཇུགས་ཤིག་བྱས་པ་ན་དེ་མ་
 ཐག་དགའ་སྡང་དེ་མཇུག་ཡལ་བ་ལྟར་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་འགྱུར་ནས་དེ་
 ལ་སྦྱོན་མཐོང་བའི་སྒྲིབ་ལས་བསྐྱེད་པོར་སྦྱོས་ཏེ་དགའ་སྡང་བྱེད་ས་དེར་

ཞེ་འགྲམ་སྤྱི་འགྲུལ་གྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡག་པོ་མི་ཤེས་ན་
བསམ་སྒྲོའི་འབྲེལ་བའི་བརྟན་པོ་མི་ཡོང་བའི་སྒྲིལ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། གཉིས་
པ་ནི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མ་མཐོང་བའི་དགའ་སྐྱོད་ཅུང་ཙམ་དེས་རང་གི་
སྒྲིལ་མཐོང་བ་དང་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་མིག་བསྐྱེད་སྒྲིག་སྒྲུབ་
པ་ལྟ་བུ་གསུང་གི་ཐོག་ནས་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་འབྲུག་རྒྱུ་སྒྲིལ་ཆོག་སྒྲུབ་
ཤིག་བཟོ་གི་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེ

‘འདྲ་ཡིན་དུས་ལྟ་བུ་དུ་བབས་པ་ཟེར་བ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་བརྟག་
དཔྱད་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཐོག་ལངས་པའི་དད་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཁས་ཁྲུངས་
པའི་ཆོས་དེར་ལོངས་སྤྱོད་བྱུང་ན་ལྟ་བུ་སྒྲིང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་ནའང་
སྒྲིལ་ཡོད་པ་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །འདིས་བྱེད་གྱི་འདྲི་བར་ལན་
ཐེབས་སོང་ངམ།

༦༣ ངའི་གོ་ཐོས་ལ་ནང་ཆོས་ཀྱི་འདུལ་བྲིམས་དེ་ཏུ་ཅང་གི་བཙན་པོ་
ཞིག་དང་རྒྱལ་པོ་ཞིག་རེད་ཟེར་གྱི་འདུག བྲིམས་དེ་དང་བྲིམས་
གཞན་གྱི་བར་ལ་མི་འདྲ་བ་ག་རེ་ཡོད་ནམ་མཁམ་གྱི་འདུག་པས་བྱེད་
གྱིས་གསལ་བཤད་ཞིག་གནང་དང་།

ལན། བྱེད་གྱི་གསུངས་པ་ལྟར་ནང་ཆོས་ཀྱི་འདུལ་བྲིམས་དེ་དཔེ་མི་

སྲིད་པའི་ནན་པོ་ཞིག་དང་རྒྱས་པོ་ཞིག་ཡིད། འདྲུལ་བྲིམས་དེར་འགག་
 དགོས་ཀྱི་ཆ་རྒྱས་དེ་ཙམ་རང་མེད་པའི་ན་བ་གསར་པ་ཞིག་གིས་གོ་ཡོང་
 པའི་སྐབས་ཟག་པ་འདྲོར་ལྷགས་ཡན་ཆད་ནས་བྲིམས་ཤིག་བཟོས་ཡོང་
 དུས་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱེད་ས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ཞིག་གར་སྲིད་ལྷག་པར་
 བྱེད་རང་ལྟ་བུ་ཀྱན་སྐྱོད་ལྷག་པོར་གནས་པའི་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་པའི་མི་ཞིག་གི་
 རོས་ནས་བཤད་ན་རང་དབང་བསྐྱུག་པའི་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཡོང་སྲིད།
 དེ་ནི་འདྲུལ་བྲིམས་དེར་བཞུགས་པའི་གང་ཟག་སོ་སོའི་འདྲོད་པས་དང་
 དུ་སྤངས་པའི་བསམ་ཚུལ་ལ་གཙོ་བོར་གཞི་བཙུག་ཏེ་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་
 པས་དོན་དཔོན་ཐོག་རང་དབང་ལྡན་པའི་བྲིམས་ལྷགས་ཤིག་ཆགས་
 ཡོད།

དེར་བརྟེན་རང་རང་སོ་སོར་སེམས་ནང་འདྲོད་པ་ཡོད་ན་འདྲུལ་
 བྲིམས་ནན་པོ་དང་རྒྱས་པོ་བྲས་པ་དེ་དག་མཚན་ཡིན་པ་ལས་སྐྱོན་མ་
 ཡིན། གལ་ཏེ་རང་ལ་སེམས་ཀྱི་འདྲོད་པ་མེད་ན་བྲིམས་ཉུང་ཉུང་ཞིག་
 དང་ལྷག་ལྷག་ཞིག་བཟོས་ཀྱང་དེར་བསྐྱུན་སྤང་སྐྱེ་སྲིད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་
 རང་དབང་ཡོད་དང་མེད་ཞེས་པ་དེ་སེམས་ལ་འདྲོད་པ་ཡོད་མེད་ལ་བརྟེན་
 དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་མིན་ན་མི་དེ་རང་དབང་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་སྐབས་

མི་དེ་སྒྲོན་པར་འགྱུར་བེན་གྱི་རེད། དེ་ནས་བྲིམས་དེ་དང་བྲིམས་གཞན་
གྱི་བར་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ག་རེ་ཡོད་དམ་བེད་ན། མི་འདྲ་བའི་
བྱད་པར་མང་པོ་ཡོད། དང་པོ་བྲིམས་བཟོ་མཁན་འདྲ་གི་མེད། བྲིམས་
གཞན་ནམས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་དབང་བསྐྱུར་པའི་ཚོགས་པའམ་
བསྒྲིགས་འཇུགས་ཤིག་གིས་བཟོས་པ་དང་། འདྲུལ་བྲིམས་དེ་ཐབས་
མཁས་བྱགས་བཅེ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོན་པ་སངས་རྒྱས་གཅིག་ཡུས་བཟོས་
གནང་བ་རེད། གཉིས་པ་གང་གི་ཆེད་དུ་བྲིམས་བཟོ་བའི་དགོས་པའམ་
དམིགས་ཡུལ་འདྲ་གི་མེད། བྲིམས་གཞན་ནམས་བྲིམས་དེའི་བྱབ་ཁོངས་
སུ་ཚུད་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས་ཀྱི་མཁེ་ཤན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཀྱང་གཙོ་
བོར་བྲིམས་བཟོ་མཁན་གྱི་དབང་བསྐྱུར་གྲལ་རིམ་གྱི་འདོད་སྒྲོ་དང་མཁེ་
ཤན་མཚོན་པའི་ཆེད་དུ་བཟོས་པ་དང་། འདྲུལ་བྲིམས་དེ་བྲིམས་བཟོ་
མཁན་གྱི་སྒྲོན་པ་ཁོ་རང་གི་ཁེ་ཤན་སྐྱབ་ཆེད་མ་ཡིན་པར་མཐའ་གཅིག་
དུ་བྲིམས་གང་ལས་བསྐྱུང་སའི་གཞི་དང་བྲིམས་དེར་ཚུད་པའི་སྐྱེ་བོ་
ནམས་ཀྱི་ཁེ་ཤན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བཟོས་གནང་བ་རེད། གསུམ་པ་
བྲིམས་བཟོ་བའི་རྒྱ་མཚན་འདྲ་གི་མེད། བྲིམས་གཞན་ནམས་ཀྱི་རྒྱབ་
སྒྲོངས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་སྒྲོབས་བྱགས་ཡིན། དེ་ལ་མིའི་སྒྲོབས་བྱགས་
དང་དཔའ་འཁྱོར་གྱི་སྒྲོབས་བྱགས་གཉིས་ཡོད། འདྲུལ་བྲིམས་ཀྱི་རྒྱབ་

ཁྲོངས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་དེ་བྱམས་བརྟེ་ཡིན། དེ་ལ་བྱ་བ་དེས་ཕ་རོལ་
 ཕོར་གཞོད་པ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་བྱེད་མི་རིགས་པར་
 གསུངས་པའི་དགག་པའི་བྲིམས་ཤིག་དང་། བྱ་བ་དེས་ཕར་རོལ་ཕོར་
 ཕན་པ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངེས་པར་དུ་བྱེད་རིགས་པར་གསུངས་
 པའི་སྐྱབ་པའི་བྲིམས་ཤིག། བྱ་བ་དེས་ཕ་རོལ་ཕོར་ཕན་གཞོད་གང་ཡང་
 མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྐྱབ་མི་སྐྱབ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཆོག་པར་གསུངས་
 པའི་གནང་བའི་བྲིམས་ཤིག་དང་གསུམ་ཡོད། བཞི་པ་བྲིམས་ཀྱི་བྲུབ་
 ཁོངས་འདྲ་གི་མེད། བྲིམས་གཞན་རྣམས་མི་གསད་ན་འགན་འབྲི་བརྩད་
 གཙོད་བྱེད་ཀྱང་ར་ལྷག་ལ་སོགས་པའི་སློག་ཆགས་གཞན་ཞིག་གསད་ན་
 ཉེས་པ་མེད་པ་མ་ཟད་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱུང་སྐྱོབ་ཀྱང་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་
 བཏུས་པ་ཡིན་ན་མི་ནང་ཕན་ཚུན་ཁོ་ན་ལ་བསྐྱུང་རྒྱུའི་བྲིམས་ཤིག་
 ཆགས་པ་ལྟ་བུ་རེད། འདུལ་བྲིམས་དེ་མི་གཙོ་བོར་འགྱུར་བའི་སློག་ལྡན་
 ཡོད་དེ་ཅོག་གི་ལྷས་སློག་གིས་མཆོན་པའི་བདེ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགོ་བ་
 མཐའ་དག་བྲིམས་ཀྱི་བྲུབ་ཁོངས་སུ་ཚུད་པར་བྱས་པས་ད་ལས་པའི་རྒྱ་
 ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་པ་རེད། ལྷ་པ་བྲིམས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་འདྲ་གི་མེད།

བྲིམས་གཞན་ནི་ཉེས་པ་བསག་པའི་སྐྱེང་གཞི་མ་བྱུང་གོང་ནས་

རིགས་མི་རིགས་གཏན་འབེབས་བྱས་ཟིན་པ་ཡིན། དེ་ལ་དགེ་མཚན་
ཞིག་ཡོད་ལ་སྒྲིན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དང་པོ་དགེ་མཚན་ནི་བྲིམས་ཤེས་
མཁན་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བྱས་ན་བྲིམས་ཤེས་ཟིན་པ་ཡིན་ཅང་ཉེས་བསོག་
གི་བྱ་བར་འཇུག་པ་ལ་སྒྲིན་འགོག་དང་ཉེས་མེད་ཀྱི་བྱ་བར་འཇུག་པ་ལ་
བསྐྱེད་དེ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། གཉིས་པ་སྒྲིན་ནི་བྲིམས་དེ་མ་བཟོས་ན་སྒྲིན་
ཅི་ཡོད་དང་བཟོས་ན་དགེ་མཚན་ཅི་ཡོད་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་མ་ཤེས་
སྐབས་དང་པོ་ནས་རིགས་མི་རིགས་མང་པོ་བཤད་ཡོང་དུས་སྒྲོར་མི་
གཤོང་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཏེ་དངས་ལེན་བྱེད་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད་
པ་དེ་དང་ཉེས་བསོག་གི་གནས་ཚུལ་ཁག་གཅིག་ཐག་གཅོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་
དགོས་ལུགས་བྲིམས་ནང་ཁ་གསལ་མེད་པ་དེ་རེད། གནད་དོན་འདིས་
བྲིམས་ལག་བསྟར་བྱེད་མཁན་དང་ཉེས་གསོག་པ་གཉིས་ཀར་མགོ་བདེ་
པོ་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ཤིག་རྟེན་ནས་སྤྱི་བྲིམས་རྒྱ་རལ་དུ་འགོ་བའི་རྒྱུ་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདུལ་བྲིམས་བཟོ་བའི་གོ་རིམ་ནི་ཡུལ་གང་དུ་གང་བྱ་
གང་གིས་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་བྱ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་བཞུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་བཟང་ངན་གྱི་སྐྱོང་སྤྱོད་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ནམས་མི་
མང་ཆེ་བའི་མཐོང་ཐོས་གཉིས་ཀར་འགྱུར་ཟིན་པ་ན་དགག་བྱ་དང་
དགོས་པ་དགག་དགོས་གང་ཡང་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱིས་འདུལ་

བྱིས་པ་དེ་བཟོས་གནང་བ་རེད། བྱུང་རིམ་འདི་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་ཁག་གཅིག་གི་བཅའ་བྱིས་པ་གཏན་འབེབས་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་དང་འདྲ་པོ་ཡིད། དུག་པ་བྱིས་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་དགག་བྱ་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཡིད། བྱིས་པ་གཏན་ནི་ལྷས་སློག་ལ་གཞིན་པ་ཡིད་མེད་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གྲོང་གུན་ཆེ་ཆུང་ལ་དཔག་པའི་དབང་གིས་བྱིས་པ་དེ་འགན་སྲུ་ལོས་གྱི་བྱུང་པར་སྤྱོད་གི་ཡིད། འདྲུལ་བྱིས་པ་དེ་དེ་དག་གིས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོང་དུ་སེམས་གྱི་ཉེས་པ་འདྲོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་འཆབ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་ཀྱང་བྱིས་པ་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱེད་གྱི་ཡིད། སྤྱིར་བཏང་ལྷས་ངག་གཉིས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སེམས་གྱི་ཐོག་ལའང་བྱིས་པ་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་ནི་འཇམ་སྤྱིང་འདྲིའི་སྤྱོང་གི་ཆོས་ལྷགས་པལ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་སློལ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནི་མི་ཆེའི་ནང་སེམས་ལ་ནམ་ཉིག་སྒྲ་ཆོགས་ཤར་བའི་དབང་གིས་བདེ་སྤྱག་གི་སྤྱོང་ཆོར་ཕུལ་སྤྱོད་ཡོང་གི་ཡིད་པ་དེ་རང་ཅག་ནམས་ལ་ཉམས་སྤྱོང་གསལ་པོ་ཡིད་པར་བརྟེན་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་གྱི་སྒྲ་ཆེ་ཤོས་དེ་སེམས་ལ་བྱུག་ཡིད་པར་སྤོང་སེམས་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ཆོས་བྱིས་པ་གཏན་འབེབས་བྱེད་གྱི་ཡིད་པ་རེད། ངས་བྱེད་ལ་བྱས་པ་འདི་རག་རིམ་ཞིག་ཡིན་མང་པོ་བྱས་ན་མགོ་རྟོག་ཡོང་གི་རེད།

༤༩ དཔེ་ཆ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་འཁོར་བའི་རྒྱག་བསྟེན་འགྲེལ་བཤད་
བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་འཁོར་བ་ཞེས་པ་དེ་འབྲུག་ཟིང་ཆེ་བའི་ལྷང་པ་
ཞིག་ལ་གོ་བ་ལེན་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ།

ལན། ད་ལྟ་བྱེད་ཀྱིས་གསུང་པའི་འབྲུག་ཟིང་ཆེ་བའི་ལུང་པ་ཞེས་པ་
 དེ་ནི་འཁོར་བའི་གནས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན། འཁོར་བ་དངོས་ནི་ལུང་པ་
 སོགས་ཕྱི་རོལ་ལ་ཤར་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་
 བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི་ལ་ཚུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་
 གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཟག་བཅས་ཉིར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་དེ་ལས་ཉོན་གཉིས་
 ཀྱིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཤན་གདགས་བྱ་ཡིན་པས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་པ་
 དང་། ལས་ཉོན་གཉིས་ཀྱིས་འདུ་བྱས་པའི་རྒྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོའི་ཁྲར་
 ཡིན་པས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་པ་དང་། རྒྱུ་འཆི་གཉིས་གོ་རིམ་ངེས་མེད་
 བཞིན་དུ་འཁོར་བས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་པ་དང་། ཡང་མ་རིག་པ་ནས་སྐ་
 ཞེའི་བར་དང་སྐ་ཞི་ནས་མ་རིག་པའི་བར་འཁོར་བས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་
 གསུངས་ཀྱི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་གཟུགས། ཆོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་
བྱེད། རྣམ་ཤེས་བཅས་སྟུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལྔ་ལ་འཁོར་བ་དང་། དེ་

ཐུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་འཁོར་བ་པ་དང་། དེ་འཆོ་སྡོད་བྱེད་སའི་
ལུང་པ་དེ་ལ་འཁོར་བའི་གནས་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཐུ་མཆོན་དེ་འདྲ་
ཡིན་དུས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་སྤྱིན་ཆད་རང་
ཉིད་སྤྱི་ཆོགས་སྤང་གནས་བབས་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེབས་ཡོད་
ཀྱང་འཁོར་བ་པ་ཡིན་ལ་ཡུལ་ལུང་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འཆོ་སྡོད་
བྱེད་ཀྱང་འཁོར་བ་ན་གནས་པ་རང་ཡིན།

རང་རེ་རྣམས་སྤྱད་བསྡུལ་མི་འདོད་ནའང་གཅིག་མཇུག་གཅིག་
གིས་མཐུད་ནས་ཐུན་མི་ཆད་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་དེ་
བཙལ་ནའང་རྗེད་དཀའ་བར་འགྱུར་བ་འདི་འཁོར་བར་གནས་པའི་
རྟགས་མཆོན་མཐར་ཐུག་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

མཐའ་དོན།

ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ད་ལན་ངོས་ནས་ནང་ཆོས་དང་ཆོས་རིག་གི་སྐོར་དོ་
སློང་ཕྱན་བྱ་བ་ལྟར་བྱུང་བ་འདི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཡིན་སྙམ་དུ་བཞུགས་
ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེང་དུས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིའི་གོམ་འགོས་ལ་
བཟུངས་ན་སྤྱི་ལུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐོང་བའི་དངོས་པོ་ཀྱང་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོས་
རིག་དང་། ནང་རྒྱུ་ཤེས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་སྐོང་བའི་རྒྱུ་ཤེས་ཀྱང་བསྐྱེད་ཀྱི་
ནང་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ལ་རྩོམས་དེབ་མང་ཙམ་སྤེལ་བྱུང་ན་མིའི་སྤྱི་
ཚོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་མཆམས་མཐུན་དང་ཡར་རྒྱས། བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་
རིག་གཞུང་། དེ་བཞིན་སྤྱི་པོ་མི་རེ་དང་རེའི་ཉིན་རེའི་མི་ཆེའི་ནང་ཕན་
ཐོགས་ཆེ་བར་འདུག་སྙམ། དེར་བརྟེན་ལས་འགན་དེ་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་
དཔེ་ཆ་བ་ཆོ་ལ་འདུག་སྙམ་ནས་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྲི་ཁུལ་བྱས་པ་ཡིན།

རི་ལྟར་འབྲི་བའི་ཚུལ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་
དང་རྩོམ་པ་པོ་ལ་སོགས་པའི་གྲོགས་པོ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་དང་པོར་དོ་
སློང་དང་། དེ་རྗེས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ཐོག་ནས་བྲིས་ན་ལྟོག་པ་པོ་རྩོམས་
རང་ཉིད་བཀོད་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་དབྱས་སུ་དངོས་སུ་སྤེབས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲུང་
བ་ཞིག་འཆར་ནས་སེམས་ལ་དོན་གཉེར་དང་ངེས་ཆ་ཆེ་བ་ཡོང་གི་རེད་

ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་སྡེབ་སྦྱོར་གཙོ་བོར་མ་བུས་པར་གང་ཕན་ཕན་གྱི་
བསམ་ཚུལ་ཞིག་འབྱེད་ནས་གོ་བདེ་བར་བྲིས་ཁྲལ་བུས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་སྤྱི་ཆེད་དུ་བྲིས་པའི་གང་ལ་བཤད་སའི་གཞི་ནི་ནང་ཆོས་
ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མྱོང་མེད་ཀྱང་དོན་གཉེར་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་གི་མི་
ནམས་ཡིན་ཅིང་། དེ་དག་ལ་ནང་ཉེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ནང་ཆོས་ངོ་སྟོན་དང་
འབྲེལ་བའི་སྐྱོང་མོལ་བུས་ཏེ་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་གང་ཐུབ་ཐུབ་གྱིས་
ཕན་པ་སྐྱབ་རྒྱ་དེ་ཡིན་གྱི་སློབ་གཉེར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་བཟང་བའི་གྲ་ས་ཁག་གི་
དཔེ་ཆ་བ་ཆོ་ནི་མིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྒྱལ་བའི་གསུངས་རབས་དང་དེའི་
དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ངོ་མཆར་བ་ནམས་ཀྱི་དོན་ལ་འདྲིས་ཆ་
ཆེ་ཞིང་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་གསང་གནད་ལ་མཁྱེན་པ་མཆོག་ཏུ་
རྒྱས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མགོན་དང་བཅས་ཏེ་ཉིན་མཆོན་ཀྱན་
ཏུ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ལོངས་སྦྱོང་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་ནས་ཡོད་པས་དེབ་
ཆུང་འདིས་ཉེ་བར་མི་མཁོ་བ་ཡིན།

ཡང་དེབ་ཆུང་འདི་འབྲི་བའི་སྐབས་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་
གཞུང་ཆེན་ཁག་གི་རྩོམ་ལུགས་དེ་སྦྱད་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་གཞུང་ཆེན་
མོར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་མྱོང་མེད་པས་མི་གོ་བ་དང་། ཕལ་སྐད་རྒྱུང་པའི་ཐོག་

ནས་འབྲི་བའི་དང་དུས་ཀྱི་ཚུལ་ལྷགས་དེ་སྤྱད་ན་བྱམས་བརྩེ་དང་འབྲེལ་
བའི་རིག་གཞུང་དོ་མཆར་ཆད་དུ་བྱུང་བ་འདིའི་གཟེ་བརྩེད་དང་གྲོ་བ་
ཤོར་ནས་ཆོ་མེད་དུ་འགྱུར་འགྲོ་བ་དེ་ཡིན། དེས་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་རིན་
ཐང་དང་གཟེ་བརྩེད་མ་བརྒྱག་པ་དང་དེ་ཡང་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གོ་བྱུང་
པ་གཉིས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་གང་བྱུང་དང་། དེ་འདྲ་དེ་ཡང་ནང་ཆོས་
དང་ཆོན་རིག་གཉིས་ཀའི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བའི་ཆེད་དུ་མཉམ་བསྐྱར་གྱིས་
འབྲི་བྱུང་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་ཆོན་རིག་པས་མ་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བཤད་བྱ་བ་ཐབས་བྲལ་
བའི་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས། ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ། འབྲས་
བྱའི་ཡོན་ཏན་སོགས་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་ནང་པའི་མཁས་པ་ཆོས་
གནས་ལ་ཐིགས་པའི་འབྲེལ་བཤད་གནང་སྟེ། ལག་ལེན་དུ་བཀལ་ནས་
འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་བྱུང་ཡོད་པར་བརྟེན་ནང་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་གཉིས་
དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་མཉམ་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡོང་སྟེ། རྒྱ་མཆོན་
དེའི་ཕྱིར་དང་དུས་ཆོན་རིག་པས་གཟུགས་དངོས་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱས་
ནས་འབྲེལ་བཤད་མང་དུ་བྱས་པ་རྣམས་ནང་ཆོས་ལ་བརྒྱད་མངའ་ཡོད་
པ་རྣམས་ཀྱི་དོས་ནས་བྱས་ན་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆུང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་སྟེ། བསྐྱེད་

གྲའི་ཆ་ཤས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ཙམ་ཞིག་ལས་
རང་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲིན་གྱི་གཉིན་པོ་ལ་འབྱེད་བྱུང་པའི་ཡིན་ཏན་གང་ཡང་མ་
ཡིན་པས་ཏ་ལས་པ་དང་ཡིད་སྒྲིན་ཤོར་དགོས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩ་ལ་
གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཆོད་རིག་ཆད་མར་བྱས་ནས་ནང་ཆོས་དེ་
དང་ཨེ་མཐུན་སྐྱབ་པ་དེ་དེབ་རྒྱང་འདིའི་ཉིང་དགོས་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་
སྲིད་ཀྱི་མ་རེད།

འོན་འདི་འདྲ་བྲིས་ནས་ཅི་བྱེད་སྙམ་ན། མ་ལ་ཕན་ན་བྱི་ཆོལ་ཡིན་
ཡང་ཆོག་ཅེས་པ་ལྟར་འཇམ་སྐྱིང་སྐྱེས་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་བདེ་རྩ་དང་འབྲེལ་
བའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་མ་ཉམས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་
མ་རུང་སྙམ་ནས་དེང་དུས་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་ངོ་མཆར་དུ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་པའི་ཆོད་རིག་དང་ནང་ཆོས་གཉིས་མཉམ་བསྐྱར་གྱིས་བྲིས་པ་ཞིག་
ཡིན། འོན་ཏེ་དེ་གཉིས་སྐྱོར་དེབ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྲི་བར་ཆོས་དང་ཆོད་
རིག་གཉིས་ཀའི་ཐོག་ལ་ཤེས་ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་
ངོས་རང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐད་མདོ་སྔགས་གསུང་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལ་ནང་བྱན་
རྒྱུད་དེ་ཉམས་བཞེས་སུ་མཛད་ནས་ས་མཐོན་པོ་ལ་གཤེགས་གིང་རྒྱལ་
བའི་བསྟན་པའི་དོན་ལ་བརྩོན་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོད་པ། གཅིག་ཏུ་ཕན་

པའི་བྱུགས་བསྐྱེད་བཟང་པོས་འཆད་ཉན་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞི་ལ་བའི་
གཞལ་མེད་བཀའ་དྲིན་གྱི་བདག་ཉིད། ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་དཔལ་
ལྡན་ལམ་རིམ་པ་དང་འབྲེག་མའི་མཆན་ཅན་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་སྤྲ་ནས་
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་པའི་སྐལ་བཟང་གི་དགའ་སྟོན་
ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་ཤེས་རྒྱ་དང་ཉམས་སྦྱང་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་དང་། ཆོན་
རིག་གི་ཐད་དེབ་རེ་གཉིས་སྟོག་པ་ཙམ་ཞིག་ལས་སྒྲོབ་བྲིད་གང་ཡང་བྱེད་
སྦྱང་མེད་པ་དང་། བཟའ་བརྟུང་ཐད་ཀྱི་སྒྲན་སྒྲུའི་སྐྱོར་ཕྱན་བྱ་ཞིག་ཆོན་
རིག་ཡིན་པའི་སྐྱོར་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པ་མཐོང་ཐོས་སུ་ཡོད་པ་ལས་
དངོས་གནས་ཆོན་རིག་པས་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལ་རིགས་པའི་
གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་ཇི་ལྟར་བྱེད་པའི་སྐྱོར་གྱི་སྒྲོབ་
དེབ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནས་རྟེན་དཀའ་བ་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་མཆན་གསུམ་པོ་དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་ད་ལན་གྱི་དེབ་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་མ་སོང་སྙམ་དུ་བྲན་
བཞིན་ཡོད་པས་བཤད་ནོར་ཤོར་བ་རྣམས་ལ་དགོངས་དག་ཞུ་ཅིས་ཀྱི་
འདུན་པ་སྟིང་བཅངས་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

གཞི་རྒྱུ་དེབ་རྒྱུ་འདི་དོན་དམ་པའི་ཞི་བདེ་ཞིག་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པར་
བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱལ་ལ་ཕན་རྒྱུན་བསམ་རྒྱལ་བརྗོད་ལེན་བྱས་པ་ཙམ་

མཐའ་དཔྱིད་པའི་རིགས་པའི་འབྲེལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཐད་མི་
འཐད་གྱི་དགག་སྐྱབ་གྱི་སྒྲོས་པ་བྱས་པ་ཞིག་མིན་སྐབས་འགག་པ་དང་
སྒྲོན་བརྗོད་གྱི་འཐབ་བརྗོད་ལ་མངའ་བརྟེས་པའི་སྐྱུག་འཛིན་གྱི་དཔའ་
རྟུལ་ནམས་སེམས་ལས་ཆུང་དུར་བཞུགས་རོགས་མཛོད།

གང་ལྟར་དེབ་ཆུང་འདིས་སྒྲོག་པ་པོ་བྱིད་རང་གི་ཉིན་རེའི་ལས་ཀའི་
ནང་དོན་ངོ་མ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་དེ་ལ་བཏང་འཛིན་བྱེད་པའི་
བྱམས་བརྟེ་གཉིས་གྱི་རིན་ཐང་འདོན་སྤེལ་བྱེད་གང་བྱབ་དང་། བྱིམ་
ཆང་དང་གྲོགས་པོའི་བར་གྱི་འཆམ་མཐུན། བྱམས་བརྟེ་དང་ཤེས་རབ་
གཉིས་ཆང་གཞིར་བྱས་པའི་བོད་གྱི་རིགས་གཞུང་སྒྲ་ན་མ་མཆིས་པ་འདི་
དང་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དབར་གྱི་ཆུང་ཐག་ཁད་ཉེར་གཏོང་བ་བཅས་ལ་
སྤྱི་ཁྱུ་ཕུན་བྱ་ཞིག་བསྐྱབ་བྱབ་ན་ངའི་སྒྲིལ་དེ་ཀས་ཆེམས་སོང་།

ཞེས་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤངས་ཆོས་གྱི་སྡེ་ཆེན་པོའི་གྲ་རིགས་སྒྲོ་བཟང་ཐར་
པའམ་དགེ་ལྷན་སྟན་གྲགས་གྱིས་རང་ཤག་ལྟ་དབང་སྦྱང་གི་ཡང་སྦྱང་དུ་ཉིས་
སྦྱོང་བརྩུ་ལོའི་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་གྱི་ཆོས་མཆམས་སྐབས་སུ་བྲིས་པ་ཀྱན་ལ་
དགེ་བར་གྱུར་ཅིག། །།བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།

དཔར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ནི་པའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །

གཞིལ་པའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྩལ་དལ་འབབ་སྤང་། །

ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །

དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །

དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །

ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྒྲིང་ཕྱག་བརྒྱ། །

གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །

ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག །

ཅེས་འཇམ་སྒྲིང་ཡངས་པའི་སྟོན་ལ་འཆེ་མེད་ནི་པའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འདྲན་གྲུ་སེང་གའི་
རིང་ལུགས་སྒྲིག་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་
བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལ་ཡང་སྦྱར་
ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་སྦྱར་བའོ། ། དགའོ། །



༼ ཅེ་ཕྱིན་པ་ཞེ་ལ་དེ་ལ་ཞེ་གཞུག་པ་ལ་ཡལ།༽

འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་གྱུར་པ་ནི་
སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་སྟེ་དེ་ནི་དུག་གི་སྤོང་པོ་སྟེ་བྱའོ་ཞེས་དང་།

ཉོན་མོངས་རྒྱལ་སྤྲིན་ཀྱི་གཞི་གཅིག་ནི། །

ལེ་ལོ་ཡིན་ཏེ་གང་ལ་ཡོད། །

གང་ལ་ལེ་ལོ་གཅིག་ཡོད་པ། །

དེ་ལ་ཆོས་ཀྱན་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།