

སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་དབྱེད་པ་གནད་བསྟུན།

ཕྱི་ལོ་ཉི་མའ་ ༢༠༢༠/༠༡/༡༠ ཉིན།

སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་དབྱུང་བ་གནད་བསྐྱུས།

༥ ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བྱག་འཛུལ་ལོ།།
 དེ་ཡང་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྲོ་ལ་འཆར་བ་ལ་དེའི་དགག་བྱ་སྒྲོ་
 ལ་ཤར་བ་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དེ་ཉིད་སྒྲོ་ལ་རི་ལྟར་ཤར་ཚུལ་ནི། ལམ་
 རིམ་ཆེན་མོ་ལས། བྱད་བཞིན་དུ་སྒྲོང་བའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་ཉིད་རང་
 གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་ཡོད་པར་འཇིན་བ་ནི་བདེན་འཇིན་ཡིན་ལ། དེ་
 ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པར་སྒྲོང་བས་འགྲུབ་ལོ།། དེ་ལྟ་ཡིན་ནའང་རང་
 བཞིན་མེད་པའི་དཔེར་རུང་ལུགས་ནི་གང་དུ་སྒྲོང་བ་དེའི་ངོ་བོས་སྒྲོང་
 བས། གང་དུ་སྒྲོང་བ་དེའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་
 བས་དེ་ཉིད་དཔེར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།། གང་དུ་སྒྲོང་བ་དེའི་རང་བཞིན་
 གྱིས་སྒྲོང་བ་དེ་སྒྱུ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོང་དུ་ཆད་མས་གྲུབ་ན་ནི། སྒྱུ་
 གྲུའི་རང་བཞིན་མེད་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་གཟུགས་བརྟན་སོགས་དང་
 མི་འདྲའོ།། ཞེས་གསུངས་པས་གོའོ་སྟུམ།

དེ་ཡང་གཟུགས་བརྟན་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་ཡོད་པར་འཇིན་

བ་དེ་ཉིད་རང་རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་སྤྱོད་བས་འགྲུབ་པར་གསུངས་པ་དེ་
 བཞིན་སྟུག་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གཞན་ལ་འདྲ་བས། དེའི་ཚུལ་ཞིན་ཏུ་
 འཆར་བ་དེ་བ་ཞིག་ནི། ཅུ་ཤེ་རྒྱུ་ཆེན་རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པར། འདི་
 བེ་པན་ཚུན་བརྟེན་དགོས་པས་ན་རང་ལ་ཚུགས་སྟབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོད་
 བ་མི་བདེན་པའི་དོན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པར་སྒྲུང་ལ། དེ་
 ཡང་དེ་འབྲའི་དགག་བྱ་དེ་འགོག་པའི་ཉགས་དང་དཔེ་བཀོད་པ་ན་རང་
 ཅག་རྣམས་ལ་ཆོས་དང་གང་ཟག་རི་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་། དཔེར་ན་རང་
 ཚུགས་སྟབས་པ་མིན་ཡང་འཇའ་ཆོན་དང་བྱེ་མའི་སྤང་པོ་སོགས་རང་
 ཚུགས་སྟབས་པ་སྒྲུང་བ་ལྟར་རང་ཚུགས་སྟབས་པ་སྒྲུང་བ་འདི་བཞིན་རང་
 རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་དོ་འཕྲོད་སྟབས་སྤྱོད་བས་འགྲུབ་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་
 པར་སྒྲུང་དོ།།

དེ་ལྟ་བུ་དེ་འགོག་པའི་ཆེ་བཏགས་དོན་བཅའ་ནས་འགོག་ཚུལ་
 དེ་རི་ལྟར་ཡིན་སྟུམ་ན། དེ་ཡང་བཏགས་དོན་བཅའ་ཞེས་པའི་བཏགས་
 དོན་དང་དེ་བཅའ་ཚུལ་ནི།། ཅུ་ཤེ་རྒྱུ་ཆེན་རབ་བྱེད་དང་པོར། རྒྱ་
 འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡང་མིང་དུ་བཏགས་པ་ཅམ་མིན་པར་ཐ་སྙད་བཏགས་
 པའི་བཏགས་སའི་དོན་དེ་རང་གི་དོ་བོས་བྱུབ་པའི་བསྐྱེད་བྱ་དང་སྐྱེད་

གྲེད་དུ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་དགག་བྱ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་དང་།
 ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་ལས། འོ་ན་མིང་གི་ཐ་སྟད་ཀྱི་དབང་གིས་མ་
 བཞག་པ་རིམ་འབྲེལ་གཞི་གཙོད་སྟུང་ན། གང་ཟག་གི་ཐ་སྟད་བཏགས་སའི་
 རོན་དེ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་རོན་ཁོ་རང་གི་རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་
 ཀྱིས་ཡོད་པར་སོང་གི་ཡུལ་ཅན་ཐ་སྟད་དེའི་དབང་གིས་ཡོད་པར་མ་
 སོང་བས་དེ་གཙོད་དོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས། དཔེར་ན་བྱམ་པ་
 བཏགས་རོན་བཅའ་ཞེས་པའི་བཏགས་རོན་བྱམ་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་
 གྲུབ་པ་བཅའ་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། བྱམ་པ་ལ་བྱམ་པ་བཅའ་བ་མིན་ནིང་
 མི་རིགས་པ་ནི། འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་དུ། དེ་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་
 དཔྱེད་པའི་རིགས་པས་ཀྱན་རྫོབ་པ་རྣམས་ལ་དཔྱེད་ན་ནི། འཇིག་རྟེན་
 པའི་ཐ་སྟད་ཐམས་ཅད་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་ཤེས་པར་བྱའོ།། ཞེས་
 དང་། ཐ་སྟད་པའི་རོན་ལ་རོན་དམ་པའི་དབྱེད་པ་བྱར་མི་རུང་བར་ལན་
 དུ་མར་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་གོའོ།།

འོ་ན། གྲེ་སྤྲས་བྱམ་པ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་འཛིག་ཚུལ་དང་མི་འབྲ་
 པའི་བྱེད་པར་རིམ་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ནི་བྱམ་པ་དེ་ཉིད་རང་ཚུགས་
 གྲུབ་པའི་བྱམ་པ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་མེད་བཅའ་བ་མིན་གྱི། དེའི་ཆ་ཤས་

བསལ་བའི་རྩལ་སྤྲོད་ནམས་བྱམ་པ་ཡིན་མིན་བརྟགས་ནས་མིན་པར་
གོ་བ་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་པས་གཏན་ནས་མི་
འདྲའོ།།

འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རང་ཚུགས་སྤྱབ་པ་དེ་འགོག་པ་ལ་གཙོ་བོ་བྱུང་
བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་འགོག་ཚུལ་ནི། མང་བས་བདག་དེ་
དག་གྲང་མང་པོར་འགྱུར།། ཞེས་པའི་ཐད་དུ་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད་
ལས། འདི་ནི་མང་པོ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པར་འདོད་པ་ཅམ་ལ་འཕེན་དུ་མི་
རུང་བས། བདག་དང་སྤང་པོ་གཉིས་ཐ་དད་གཏན་མེད་གཅིག་ཏུ་འདོད་
པ་ལ་འཕེན་པའོ།། དེ་ཡང་དང་པོ་ནས་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་ཁས་མ་
ལྷངས་པས། ངོ་བོ་གཅིག་པ་དང་ཐ་དད་ཅམ་ཡིན་པ་རྟུན་པ་ལ་སློན་
མེད་ཀྱང་། བདག་སྤང་གཉིས་བདེན་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་
ན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་སྤུལ་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་བདག་མང་པོ་དང་
སྤང་པོ་ལྟ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བ་འཕང་ངོ་།། ཞེས་གསུངས་པས་བསྟན་ཏོ།།

དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ལྟ་བུ་མེད་མཁྱེན་སེལ་
སློན་མེད། ང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་དང་སྟོད་སྦྱང་
བར་གསུམ་གང་རུང་ན་ཡོད་དགོས་པ་ལ་དེ་དག་ན་མི་འདུག་པས་ང་

རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ་སྙམ་དུ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ།
 ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་གྲུབ་ཚུལ་ཇི་སྟར་ཡོད་ཅེས་དཔྱེད་པ་ནི།
 ཡོད་པ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མར་ཁ་ཆོན་ཆོད་པས་བདེན་པར་ཡོད་ན་ཡང་
 བདེན་པའི་གཅིག་དང་བདེན་པའི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པའི་
 ཕྱིར། དེ་གཉིས་གང་དུའང་མེད་ན་བདེན་པར་མེད་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་
 གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་ཉགས་གྱིས་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་སྟར།
 གྲུབ་ན་གྲུབ་ཚུལ་འདི་དང་འདི་གང་རུང་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་དགོས་ཞེས་ཁ་
 ཆོན་ཆོད་པ་ཞིག་གིས་བརྟག་པ་བྱས་ནས། གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་གང་
 དུའང་མ་རྟོག་ན་མེད་པའི་ངེས་པ་སྐྱེ་བར་རིགས་གྱི། རང་བཞིན་གྱིས་
 གྲུབ་ཀྱང་གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་ཏུ་ཡོད་མི་དགོས་པ་ལ། གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་ཏུ་
 མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ངེས་ཤེས་འདྲན་མི་རུས་ལ། ང་
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་ང་ལུས་གྱི་ཕྱི་ནང་དང་སྟོད་སྦྱད་བར་གསུམ་
 གང་རུང་ན་ཡོད་མི་དགོས་ཏེ། ང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་ང་རང་གི་
 ལུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་ལ།
 ལུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་ན་དེ་དང་ཐ་དད་གཏན་མེད་གྱི་
 གཅིག་ཏུ་ཡོད་དགོས་ཤིང་ལུས་དང་གཅིག་ཡིན་ན་དེའི་ཡོད་པ་ལུས་གྱི་

ཆ་གང་ན་ཡོད་ཅེས་དཔྱད་པ་འབྲེལ་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། ལུས་
 དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ཡིན་ནའང་ལུས་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་
 ཡིན་དགོས་ལ། ལུས་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཡིན་ན་དེའི་ཡོད་པ་
 ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་ན་ཡོད་ཅེས་དཔྱད་པ་འབྲེལ་མེད་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་
 སྤྱིར་རོ།། ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་འདི་ལས་ལེགས་པར་གོ་བར་རྒྱས་
 སོ་སྟུམ་མོ།།

དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ལ་དབྱུང་ཚུལ་དེ་འབྲེལ་བ་ནི་ཤིང་རྟ་ལ་ཤིང་རྟ་
 བཅོལ་ན་མི་རྟེན་པར་ལྟ་ཚུལ་ལྟར་སྤང་སྟེ། དེ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་བཤེགས་
 པའི་ཆད་སྟོང་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས་པ་མ་ཟད། ཤིང་རྟ་རང་བཞིན་
 གྱིས་གྲུབ་ན་ཤིང་རྟ་དེ་ཉིད་དེའི་ཡན་ལག་སོགས་ལས་གང་འཛོག་
 དབྱུང་པ་ཡང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དཔྱད་པའི་རིགས་པས་ཐ་སྙད་པའི་དོན་
 ལ་དབྱུང་པར་འགོ་བས་དེ་ཡང་མི་འཐད་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན་པར་སྤང་
 རོ།།

འོ་ན། དབྱུ་མ་རིན་ཆེན་ཐེང་བར། སྤྱིས་བྱ་ས་མིན་ཚུ་མ་ཡིན།།
 ཞེས་སོགས་དང་། སྤྱིད་འཇུག་ལེའུ་དགྲ་པར། ལུས་ནི་རྐང་པ་བྱིན་པ་
 མིན།། ཞེས་སོགས་དང་། དབྱུ་མ་འཇུག་པར། རྣམ་བདུན་གྱིས་མེད་

གང་དེ་རི་ལྷ་བྱུང།། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་རི་ལྷ་རྩངས་ཞེ་ན། དེ་
 དག་ནི་འཇུག་པར། མང་བས་བདག་དེ་དག་གྲང་མང་པོར་འགྱུར།།
 ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུང་གོང་དུ་རྩངས་ཟེན་ལྷ་རྩང་། ལྷོད་
 འཇུག་རྣམ་བཤད་དུ་ཡང་། ཆོགས་གྲང་རང་གི་ཆ་དང་ཆར་སྤེ་བས་
 དཔྱད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ལ་ཆོགས་ཀྱི་ཆ་ཡང་རྩལ་སྤོར་དུ་
 སྤེ་སྤེ་དཔྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ།། ཞེས་དང་། འདིར་
 བསྟན་པ་འདི་དག་ནི་དབྱ་མ་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས་ཁམས་དྲུག་གང་
 ཟག་ཡིན་པ་བཀག་པ་དང་དོན་གཅིག་པས་སོ།། ཞེས་རང་བཞིན་གྱིས་
 གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་པའི་རིགས་པས་འཕུལ་མཆམས་མཛད་
 བར་གསལ་ལོ།།

དེར་མ་ཟད། ཅ་ཞེ་ལྷུ་ཀ་ཆེན་རབ་བྱེད་ཉེར་གཉིས་པར། ལྷས་བྱིན་
 གནག་དང་ལྷན་པ་དང་རྣ་བ་དང་ལྷན་པའི་ལྷན་ཚུལ་ལྷ་དེ་བཞིན་
 གཞེགས་པ་ལུང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཡང་ངོ་མོ་ཉིད་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཏེ།
 རིམ་པ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་
 སྤྱིར་རོ།། ལྷགས་ལྷག་མ་གསུམ་དང་པོ་གཉིས་སུ་ཅི་རིགས་པར་འདུ་
 བས་གཅིག་ཐ་དད་ཀྱི་ལྷགས་གཉིས་སུ་འདུ་མོད་གྲང་། འདིག་ལྷས་

འཛིན་ཚུལ་གྱི་འཇུག་པ་ལ་སྟོས་ནས་འདི་དང་བཅུ་པར་སྟོགས་ལྟ་
གསུངས་སོ་ཞེས་གསུངས་པས་ལེགས་པར་གོ་འོ་སྟེ།

དེ་ལྟར་གོང་གསལ་ནམས་ཀྱི་གནད་བསྟུན། ཅེ་ཤེ་རྒྱུ་ཆེན་རབ་
བྱེད་བཅོ་བརྒྱད་པར། དེ་ལྟར་བདག་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུང་ན་བདག་དང་
སྤང་བོ་གཉིས་རང་གི་མཆོད་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་
རུང་དུ་བྱུང་དགོས་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་རིགས་པས་གཞོད་
པར་མཐོང་བ་ན་བདག་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་
སྟེ། དུ་ངེས་པ་ཉིད་པ་ནི། འཛིག་ལྟ་སྟེས་ཀྱི་ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་
རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་ཉིད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་
པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གོང་གི་མཁས་བྱུང་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་
གསལ་ལྟར་ལ་མོས་བྱས་རབ་དུ་བརྟེན་ལགས་སོ། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༣༠ ལྷ་བ་ ༠༡ ཆེས་ ༡༠ ཉིན་རང་གི་བརྗེད་བྱང་
དང་རང་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་འགའ་རེ་ལའང་པན་སྲིད་དོ་སྟེ། ལྟ་ནས་དགོ་མིང་དཔལ་
གཤམ་པས་སྟོགས་བསྐྱེགས་བསྐྱེས་པ་དགོ་ལེགས་འཕེལ། །