



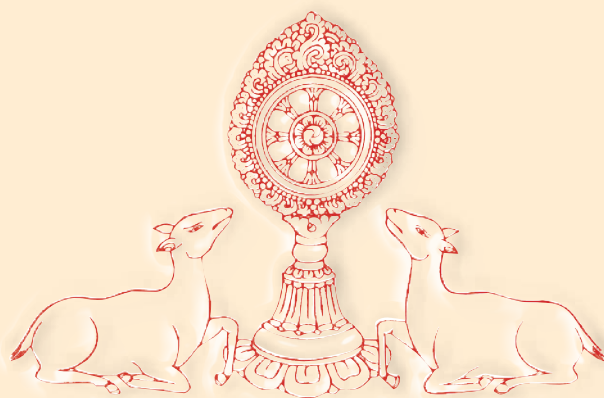
གཞི་རིམ་པར་མའི་ཆ་ན་རིག་

༡༡། །རིགས་ལམ་བརྒྱད་ནས་ཆ་ན་རིག་ འབྲིད་ཐབས་ཀྱི་ལག་དེབ།

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་དཔར་འཁྲུགས་བྱས།

— གཞི་རིམ་བར་མའི་ཚན་རིག་

རིག་ས་ལ་མ་བརྒྱད་ནས་ཚན་རིག་
འབྲིད་ཐབས་ཀྱི་ལག་དེབ།



ཤེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ཀྱིས་དཔར་འགྲེམས་བྱས།

ཚཱ་མྲིག་འགན་ཁུར་བ།

ཆེ་རིང་བསམ་གྲུབ།

ཚཱ་མྲིག་པ།

སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། (རྩན་ཏར་དགེ་འཕེལ་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆེན།)

དེབ་གཞུགས་རྩལ་འགོད་པ།

བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་། དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

རྒྱབ་ཤ་རྩལ་འགོད་པ།

ཤེས་ཚང་མཁྱེན་རབ་རྒྱ་མཚོ།

ཁུ་དག་པ།

སོ་རུ་དར་རྒྱས། (ཀི་རྟི་བྱེས་པ་གྲུ་ཆང་གི་སློབ་སྦྱོར།)

དཔར་ཐེངས་དང་ལོ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ། དཔར་གངས། ༣༠༠༠

གཏན་འབེབས་ཚོགས་རྒྱུད་གི་ཚོགས་མི།

ཆེ་རིང་བསམ་གྲུབ།

ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན།

དགེ་བཤེས་དག་དབང་བཙུན་འབྲུས།

དཔེ་སྟན་སློབ་གྲུའི་ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆེན།

དགེ་བཤེས་སློབ་ཟུང་མཁས་གྲུབ།

གོ་པལ་ལུང་བོད་ཁྱིམ་གྱི་ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆེན།

ཆེན་སློབ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།

རྩན་ཏར་དགེ་འཕེལ་མཚོ་སློབ་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆེན།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་སློབ།

དཔེ་སྟན་སློབ་གྲུའི་སློབ་སྦྱོར།

བསྟན་འཛིན་དངོས་གྲུབ།

རྟ་སྟེང་བོད་ཁྱིམ་གྱི་ཆོན་རིག་དགེ་ཆེན།

དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

ཤེས་ལྷན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཆོན་པའི་འགན་འཛིན།

བྱ་གཞུང་དཔལ་ལྷན་དོན་ཤེ།

བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་ཚཱ་མྲིག་པ།

དཀར་གཞུང་བཟུ་ཤིས་དོན་ཤེ།

བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་ཚཱ་མྲིག་པ།

འཕྲིན་ལས་དབང་འདུས།

ཆོན་རིག་སློབ་དེབ་ཚཱ་མྲིག་པ།

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཞིབ་དང་གཏན་འབེབས་བྱས།

Special Acknowledgement

Funded by DANIDA through CICED

Department of Education, CTA
Gangchen Kyishong, Dharamsala – 176215
Distt Kangra, H.P.
India



Cable: sherig
Phone: +91-1892-222572, 222721
Fax: 01892-222481
E-mail: education@tibet.net
Web: www.sherig.org,
www.bodyiglobjong.com

ཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་།

ཆེད་བརྗོད་།

༡༣། ཁྱིམ་འགྲོ་ལ་ལྟུང་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་སྤྱི་བར་གསུམ་དུ་དང་རབས་
ཆོན་རིག་མཉམ་སྦྲེལ་ཆོན་མཉམ་གྱི་སྦྲེལ་སྦྲུང་སྦྲོད་སྤངས་དེ་རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་སྦྲོད་
སྦྲེལ་དཔྱད་པ་བྱ་རྒྱུར་ནམ་དཔྱད་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་འཛམ་གླིང་གྱི་ལ་
སྦྲེལ་སྦྲུང་སྦྲོད་ཐབས་གྱི་རིག་པ་དང་ལམ་ལྟོན་གསར་པ་ཞིག་ང་ཚོས་སྟོན་སྤྱད་པའི་ཤུགས་
རིག་ནང་བཞིན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རིགས་ལམ་ནི་རང་རེ་བོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
སྦྲེལ་གསལ་ཐབས་ལམ་མཆོག་དུ་རྒྱུར་པ་དང་། རང་སྟོབས་ཀྱིས་བརྟག་དཔྱད་དང་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་པའི་རུས་པ་རིགས་ལམ་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལེགས་ཉེས་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་སྒོ་སྒོ་འབྱེད་
སྤྱད་པའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། སྦྲེལ་གྲུ་ཁག་ནང་རིགས་ལམ་ལ་བྱུང་བའི་སྦྲེལ་
མའི་བྱ་པ་སྦྱོར་ཞིང་། ཇི་བའདོན་པ། དོགས་སྦྲོང་བྱེད་པ་སོགས་སྦྲེལ་མ་གཞན་ལས་ལྷག་
པ་མངོན་གསལ་ལགས་ན། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་སྦྲེལ་གྲུ་ཁག་གི་རིགས་ལམ་སྦྲེལ་བྱེད་
ཆོག་སྟེ་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་རིགས་ལམ་འདུ་འཛོམས་གོ་སློག་དང་། འཛིན་རིམ་བྱུག་
པ་ནས་བརྒྱ་གཉིས་བར་གྱི་རིགས་ལམ་སྦྲེལ་དེ་བའི་སོགས་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ཚོམ་སློག་གནང་
ཞིང་། གཞན་ཡང་སྦྲེལ་ཆོན་གཞན་རིགས་ལམ་བརྒྱུད་ནས་འཁྲིད་ཐབས་སྤྱད་ཐོག་མར་རྩ་ས་
བོད་ཁྱིམ་ཆོན་རིག་སྦྲེལ་དགེ་བསྟན་འཛིན་དངོས་གྲུབ་དང་། ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆོན་ཟུར་པ་ལྷག་པ་
ཆེ་རིང་གཉིས་ལ་བསྐྱེད་པ་ལྷར་གཞི་རིམ་བར་མའི་བརྗོད་གཞི་འགའ་ཤས་ཐོག་རིགས་ལམ་
གྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པའི་སྦྲེལ་ཆོན་འཆར་འགོད་ཀྱིས་བྱེད་པ་ ༡༠༡༩ ལོར་ལྷ་གྲུབ་དགེ་ཆོན་
ནམས་ལ་གཞི་རིམ་འོག་མའི་ཆོན་རིག་གི་མང་གཞིའི་འགྲོ་སྤངས་ངོ་སྦྲོད་ཟབ་སྦྲུང་གོ་སློག་

གིས་རིགས་ལམ་ཁྲིད་སྐབས་ཚུད་གཞི་དང་། དཔེ་མཆོན་སོགས་ཚན་རིག་སློབ་དེབ་ནང་ཡོད་
བརྗོད་གཞི་ཁག་གི་ཐོག་ནས་འཁྲིད་ཐབས་འབད་བཙོན་ཞུས། དེའི་རྗེས་སུ་དགེ་འདུན་པའི་
ཚན་རིག་ཟབ་སྦྱོང་ཆ་ཚང་ལ་བཅར་སྦྱོང་བ་ཀ་སྟུག་གཏན་སློབ་ཀྱི་ལྟ་སྟུག་དགེ་ཆན་སློབ་ཟུང་
རྒྱ་མཚོ་ལགས་འདི་གའི་ལག་དེབ་ཚོམ་སྒྲིག་པར་བསྐོ་བཞག་གིས་གཏན་སློབ་ཁག་ལ་སྐོར་
བསྐྱོད་དང་འབྲེལ། གཞི་རིམ་བར་མའི་ཚན་རིག་སློབ་ཚན་རིགས་ལམ་བརྒྱད་ནས་འཁྲིད་
ཐབས་ཀྱི་ལག་དེབ་རགས་ཟིན་གྲུབ་རྗེས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལྷ་ ༡༩ རང་སེར་བྲེས་མཁས་སྟན་གྲུ་
ཆང་དང་། སེར་སྤྲད་ཐོས་བསམ་ལོར་གླིང་གྲུ་ཆང་གི་ཚན་རིག་སྤེ་ཚན་གྱི་ཚན་རིག་དང་ནང་
ཆོས་གཉིས་ཀར་མཁྱེན་ཡོན་ལྷན་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་གོ་བསྐྱར་དང་སློབ་
སྟོན་ཞུས། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལྷ་ ༡ རང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གཞི་རིམ་བར་མའི་ཚན་རིག་
དགེ་ཆན་ཉི་ཤུ་ཅམ་ལ་ལྟོ་སྟུགས་སེར་བྲེས་གྲུ་ཆང་དུ་ཉིན་བཅོ་ལྔ་ཅམ་གྱི་རིང་དེབ་འདིའི་
བརྗོད་གཞི་ཁག་ལ་ཟབ་སྦྱོང་དང་། ཚུད་སྤྱོད་། དགོངས་ཚུལ་བསྐྱེད་བྱས་པ་སོགས་གཞིར་
བཟུང་སྟེ། ཆོག་སྦྱོར་དང་བརྗོད་གཞི་སོགས་ཀྱི་ཐད་བསྐྱར་བཅོས་གང་དགོས་དང་འབྲེལ་
སློབ་གྲུ་ཁག་ལ་སྐོར་བསྐྱོད་ཆོད་ལྟ་གནང་བ་དང་། གཏན་འབེབས་ཆོགས་རྒྱུད་གིས་ཚན་
རིག་གི་ནང་དོན་དང་མཐུན་མིན་སོགས་ཞིབ་བསྐྱར་གྱིས་མཐའ་མའི་གཏན་འབེབས་ཞུས་
ཏེ། དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་ཡིག་ཆང་ལ་ལྷ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་བཞེད་ལྟར་བྱང་ཡོད་མེད་ལམ་སྟོན་
ཞུས་པ་ལྟར། སྟུགས་འཁྲུང་ཆེ་བཞེས་ཀྱིས་ཞིབ་གཟིགས་གནང་སྟེ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་བཀའ་
རིན་སྟོང་བཅངས་དང་། ལམ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ལག་
དེབ་འདི་བེད་སྤྱད་ནས་ཚན་རིག་གི་ནང་དོན་ཞིབ་རྟོགས་དང་། རིགས་པའི་དབྱུང་པ་བྱ་རྒྱུའི་
གོམས་འདིས་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐབས་ལ་དམིགས་ཡོད་པས་འབྲེལ་ཡོད་ལྟ་སྟུག་དགེ་ཆན་
དང་། ཚན་རིག་དགེ་ཆན། གཞན་ཡང་སྟུགས་སྤྲང་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་སྤེལ་ཉིས་འགོག་
གི་དགོངས་འཆར་གནང་སྟོང་ཡོང་བ་ཞུ་རྒྱ་བཅས། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༥
ལྷ་ ༡༩ ཆོས་ ༡༠ ལ།

རིགས་ལམ་བརྒྱད་ནས་ཆོན་རིག་འབྲིད་ཐབས་ཀྱི་ལན་དེབ་ འདི་ཚུམ་སྒྲིག་དི་ལྟར་བྱས་ཚུལ།

༡	ཐོག་མར་རིགས་ལམ་སྤྱི་འགྲོས་དང་བསྟན་ནས་ཚོད་གཞི་རྟགས་བསལ་དང་། ལན་བཞི་དེ་ལྟར་འདེབས་ཚུལ་སོགས་ངོ་སྤྲོད་གོ་བདེ་དང་ཆོག་ཉུང་གང་སྤུབ་བྱས་ ཡོད།
༢	དེ་བཞིན་སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་བཞི་དང་། འགལ་བ་དོན་གཅིག་སོགས་ཀྱི་ཚོད་པ་དེ་ལྟར་ བྱེད་ཚུལ་གྱི་དཔེ་མཆོན་རིམ་པར་བཀོད་ཡོད།
༣	དེབ་འདིའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ནི། འཛིན་རིམ་དྲུག་པ་ནས་བརྒྱད་པ་བར་གྱི་ཆོན་ རིག་སློབ་དེབ་ཁག་གི་སློབ་ཆོན་གལ་ཆེ་བ་བརྒྱ་བཞི་ཙམ་ལ། ཐོག་མར་སློབ་ཆོན་ གང་ཡིན་གྱི་ནང་དོན་ངོ་སྤྲོད་ཐུང་ཅུ་རེ་དང་། དེའི་རྗེས་སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་བཞི་དང་། འགལ་བ་དོན་གཅིག་བཅས་ཡོད།
༤	གལ་གནད་ཆེ་བའི་བརྗོད་གཞི་ཁ་ཤས་ཐོག ཁ་ཅིག་གམ་གཞན་གྱི་འདོད་ཚུལ་ བཀོད་ནས་དེ་ལ་ཚོད་ལན་བྱེད་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་དང་། ཚོད་པའི་སྐབས་སུ་ཆོན་རིག་ གི་སློབ་དེབ་ཁག་གི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་བཟུང་དང་། དེ་དྲུག་གྱི་ཆོན་རིག་གི་བཤད་ ཚུལ་ལ་བསྟན་གང་སྤུབ་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་སྐབས་བབས་ཀྱི་སློབ་ཐུག་དང་། ཡང་ན། བེད་སྤྱོད་གནང་མཁན་གྱི་སློབ་ཆོན་གཞན་དག་གི་དགོ་ཆུང་ནམ་པའི་ཆེད་དུ་འང་ ཡིན།
༥	སྤྱི་གསུམ་སྤྱི་བཞི་བཅི་ཚུལ་སོགས་ཚོད་པ་ཚོད་ལན་གྱི་སྐབས་སུ་བརྗོད་གཞི་ཁ་ཤས་ ཐོག བྱེད་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དོགས་གཞི་འགའ་ཁ་ཆོན་གཙོ་བོ་དཀའ་བར་འདུག་ན། སློབ་ཆོན་གང་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དགོ་ཆུང་ནམ་པས་དག་བཅོས་གནང་སྦྱོང་ཡོང་ བ་བྱ་རྒྱ།

དཀར་ཆག

ཆེད་བརྗོད།.....	c
རིགས་ལམ་གྱི་ངོ་སྤྲོད་རགས་ཙམ་བརྗོད་པ།	1
ཚོད་གཞི་དང་། བསལ་བ། རྟགས་བཅས་གྱི་ངོ་སྤྲོད་.....	2
རགས་ཙམ་བཤད་པ།.....	2
མུ་གསུམ་མུ་བཞི་དང་འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་	9
སྐོར་རགས་ཙམ་བཤད་པ།.....	9
མུ་གསུམ་གྱི་ཚོད་པ་བྱེད་ཚུལ།.....	14
དཀར་མོ་དང་ཁ་དོག་	15
མུ་བཞི་འེ་ཚོད་པ་བྱེད་ཚུལ།	19
མུ་དང་མོ།	20
མུ་གཉིས་པ།	22
མུ་གསུམ་པ།	23
མུ་བཞི་པ།	25
འགལ་བའི་ཚོད་པ་བྱེད་ཚུལ།.....	27
དོན་གཅིག་གི་ཚོད་པ་བྱེད་ཚུལ།.....	29

མཚན་མཆོན་བྱང་པ་སྒོ་བརྒྱད།.....	32
--------------------------------	----

སྒོ་བ་ཆེན་དང་པོ།

ཅི་ཤིང་།.....	36
ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་དང་དབྱེ་བ།	36
ཅི་ཤིང་དང་ངོ།	41
ཤིང་སྒོང་དང་རྒྱང་ལུང་།	43
ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས།	44
ཅི་ཤིང་དང་སྒོ་བ་ཆགས་ཐུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་དང་། ཅི་ཤིང་།	44
སྒོ་བ་ཐུན་དང་ཅི་ཤིང་ཐུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས།	50
སྒོ་བ་ཐུན་དང་ཅི་ཤིང་།	50
དོགས་དཔྱོད།	55

སྒོ་བ་ཆེན་གཉིས་པ།

སྒོ་བ་ཆགས།.....	61
སྒོ་བ་ཆགས་དང་། ཅུ་གནས་སྒོ་བ་ཆགས།	62
སྐམ་གནས་སྒོ་བ་ཆགས་དང་། ཅུ་གནས་སྒོ་བ་ཆགས།	67
སྒོ་བ་ཆགས་དང་། ཅི་ཤིང་།	74
དོགས་དཔྱོད།	75

སྒྲོབ་ཆེན་གསུམ་པ།

ང་ཆེད་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ།.....	77
དངོས་པོ་དང་། སྤྱི་གཞུགས།	78
སྤྱི་གཞུགས་དང་། རྒྱུ་གཞུགས།	82
དོགས་དཔྱད།	84

སྒྲོབ་ཆེན་བཞི་པ།

ས་དང་། སའི་ཕན་ཡོན།.....	86
ས་དང་། གཤེན་ས།	87
དོགས་དཔྱད།	92

སྒྲོབ་ཆེན་ལྔ་པ།

ལྷ།.....	93
ལྷ་གཙང་མ་དང་། ལྷ།	94
ལྷ་དང་། མིས་བརྒྱུང་རྒྱུ་བ།	98
དོགས་དཔྱད།	104

སྒྲོབ་ཆེན་དྲུག་པ།

ལྷ།.....	105
----------	-----

སྒྲ་དང་། མེས་ཐོས་རྒྱུ་གི་སྒྲ།	106
སྒྲ་དང་། སྒྲ་གཞུགས།	109
དོགས་དཔྱད།	109

སྒྲོབ་ཆེན་བརྟན་པ།

རྒྱུ་དང་།	111
རྒྱུ་དང་། གང་ལོ།	112
དོགས་དཔྱད།	117

སྒྲོབ་ཆེན་བརྟུན་པ།

ཤུགས་དང་། ཚེལ་བ།	119
ཤུགས་དང་། རེག་ཤུགས།	120
དོགས་དཔྱད།	124

སྒྲོབ་ཆེན་དགུ་པ།

འོད་དང་། གྲིབ་གཞུགས།	127
རྒྱུ་ལ་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ།	128
ཞེལ་སྒྲོ་དང་། བྱེད་རྒྱུ་ལ་གསལ་གྱི་དངོས་པོ།	130
དོགས་དཔྱད།	134

སྒྲོབ་ཆེན་བརྒྱུ་བ།

ཉི་མའི་བྱིམ་རྒྱུ།.....	136
རྒྱ་སྐར་དང་། ཟླ་བ།	138
དོགས་དཔྱོད།	140

སྒྲོབ་ཆེན་བརྒྱ་གཅིག་བ།

སྒྱེ་ལྗན།	142
མི་དང་། སྒྱེ་ལྗན།	143
ཅི་ཤིང་དང་། ལྷང་མདོག་ཅན།	145
དོགས་དཔྱོད།	148

སྒྲོབ་ཆེན་བརྒྱ་གསུམ་བ།

སྒོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར།.....	150
སྐུམ་གནས་སྒོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱུང་ཆོས་དང་། འདྲིས་འགྱུར་བྱུང་ཆོས།	150
དོགས་དཔྱོད།	154

སྒྲོབ་ཆེན་བརྒྱ་བཞི་བ།

བརྗོད་གཞི་སྒྲ་ཆོགས་པའི་དོགས་དབྱེད།	156
ང་ཆོའི་ཉེ་ལའོར་གྱི་དངོས་པོ།	156
ཁབ་ལེན་དོ།	158
སྒྲོག་དང་། བདར་སྒྲོག་	160
སྒྲ་སྤང་དང་། དབང་ཅའི་སྒྲ་སྤང་།	161
གནས་གཤེས།	163
སྒྲོག་ཆགས་དང་། ཅི་ཤིང་།	165
གཤམ་གྱི་བརྗོད་གཞི་ཁག་གི་བྱང་པར་ལ་ཅོད།	169



རིགས་ལམ་གྱི་དོ་སྤྱོད་རགས་ཅམ་བརྗོད་པ།

སྐབས་འདིར་རིགས་ལམ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱུག་ཕྱུ་པ་ཚོས་སེང་
(༡༩༠༩-༡༩༤༩)སོགས་ཀྱིས་བྱེ་བྲག་སྤྱི་བ་དང་། བཏོ་སྤེ་པ་གཉིས་ཀྱི་རིགས་
པའི་འགོས་དང་སྦྱར་ནས་ཚད་མའི་གཞུང་གི་དོན་བསྐྱུས་པའི་བསྐྱུས་གྲུའི་
སློབ་བཏོད་པ་དེ་ཡིན།



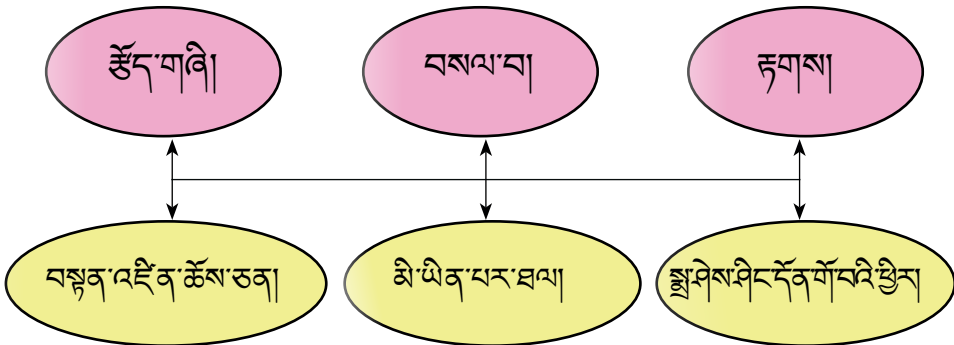
སློབ་ཚན་འདིའི་ཆར་གཞི་
གལ་ཆེ་ཤོས་ནི། རྩོད་གཞི་དང་།
བསལ་བ། རྟགས་གསུམ་སོ་སོའི་

ངོས་འཛིན་དང་། དེ་དག་ལ་འདོད་དང་། ཅིའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མ་བྱས་
བཅས་ལན་བཞི་དྲི་ལྟར་འདེབས་ཚུལ་སོགས་མ་འཁྲུལ་བར་ཤེས་པར་བྱེད་རྒྱ་དེ་
ཡིན་པར་མ་ཟད། རིགས་ལམ་སྤྱི་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་དང་། རྩོད་པའི་བརྟན་ཤ་
གཙོད་པར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དག་གི་དོ་སྤྱོད་རགས་ཅམ་བརྗོད་
ན་འདི་ལྟར།



ཚྱོད་གཞི་དང་། བསལ་བ། ཉགས་བཅས་ཀྱི་དོ་སྤྲོད་ རགས་ཅཱ་བཤད་པ།

ཐོག་མར་རིགས་ལམ་ཞེས་པ་ནི་བརྗོད་གཞི་གང་ཞིག་ལ་ངི་བ་དང་། ངིས་ལན་གྱི་
སྒོ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཐབས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཐབས་ཚུལ་འདིའི་
ནང་དུ་གཙོ་ཆེ་ཤོས་ནི། ཚྱོད་གཞི་གང་ཞིག་བསལ་བ་དེ་ཡིན་ན་ཡིན་པའི་རྒྱ་
མཚན་དང་། དེ་མིན་ན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན། ཡོད་ན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་སོགས་
ཁྲབ་པ་ཡོད་པའི་ཁྲུངས་སྒྲུལ་ཁ་གསལ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི། ཚད་མ་རིག་པའི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྲད་ཆོས་དང་ཕན་རུས་ཡིན།

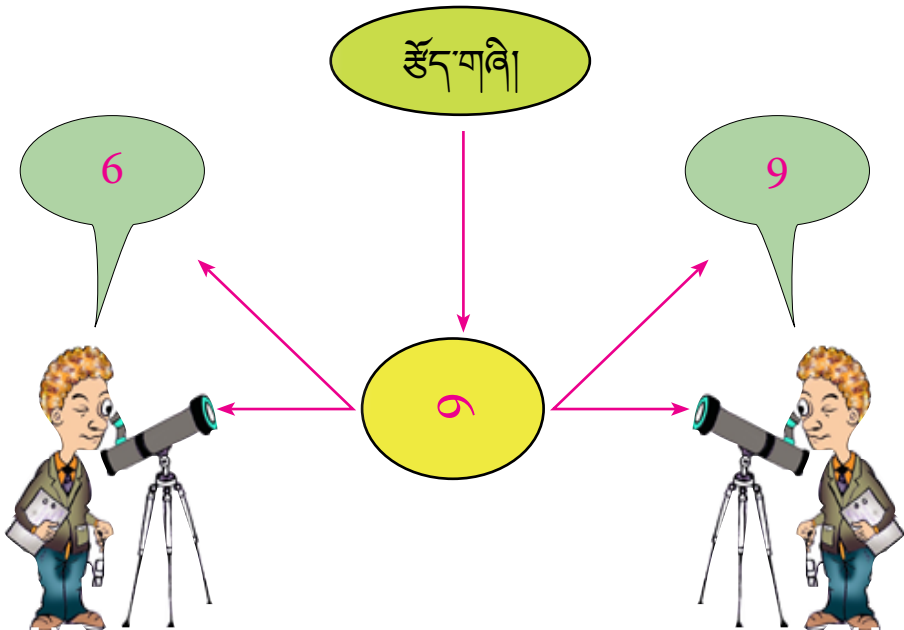




མི།གཞི།



ཚྱོད་གཞི་ཞེས་པ་ནི། གང་ཞིག་ཡིན་དང་མིན་ཚྱོད་པའི་གཞི་
ལ་ཟེར། དཔེར་ན། མི་ཚོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་པར་
ཐལ། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་མི་དེ་ནི་སློག་ཆགས་ཡིན་
དང་མིན་དེ་ཚྱོད་པའི་གཞི་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་འོ།





༤༥༢(༤)



བསལ་བ་ཞེས་པ་ནི། རྩོད་གཞི་དེའི་སྟེང་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་
བའི་ཚུལ་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། བོད་མི་ཚོས་ཅན། གངས་
ཅན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ་གངས་
ཅན་པ་ནི་སྐབས་འདིའི་བསལ་བ་ཡིན།



བོད་མི་ཚོས་ཅན། གངས་ཅན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད།



བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ན་ཚོས་ཅན། གངས་རི་མང་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད།





རྟགས་

རྟགས་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་མཚན་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་ལ་རྟགས་བཀོད་
པ་ཟེར། དཔེར་ན། བྱ་བཀྲ་ཤིས་ནི་མི་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་མིའི་མཚན་
ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུའོ།

རིགས་ལམ་གྱི་ནང་དུ་འདི་ལྟར་ཏེ།



བྱ་བཀྲ་ཤིས་ཚས་ཅན། མི་ཡིན་པར་ཐལ། →

མིའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་བྱིས། (ཞེས་མིའི་མཚན་ཉིད་དང་

ལྡན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་ཡིན་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ།)



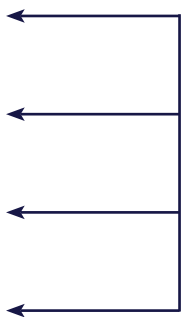
རྟགས་བསལ་གཏོང་བའི་སྐབས་སུ་ལན་བཞི་ནི།

འདོད།

ཅིའི་ཕྱིར།

རྟགས་མ་གྲུབ།

མ་ཁྱབ།



འདོད་ཅེས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཁས་
སྐྱེས་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། དྲུང་གི་ཁ་དོག་ཆོས་
ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ་ཟེར་ན། འདོད་ཟེར་
དགོས། འདི་ནི་དྲུང་གི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡིན་ནམ་ཞེས་
འདྲི་བཞིན་ཡོད་པས་དེའི་ལན་དུ་འདོད་ཟེར་དགོས།

འདོད་ལན་ཅིས་ཟེར་ན།

དྲུང་གི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡིན་པར་འདོད་ཟེར་དགོས།



ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་

ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་མཚན་ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་ཞེས་
 སའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན། སེངས་ཚུ་ཆོས་ཅན། མི་
 ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་ངོ་མ་བཤད་ཆོ། སེངས་དེ་མི་
 ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་ཟེར་དགོས་པ་ཡིན།
 ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་ལན་ཅིས་ཟེར་ན།



སེངས་མི་ཡིན་པ་ཅི་འདྲ་ཅི་འདྲ་ཟེར་དགོས།

རྟགས་མ་གྲུབ་



རྟགས་མ་གྲུབ་ཅེས་པ་ནི། རྩོད་གཞི་དེ་རྟགས་དེ་མ་ཡིན་
 བཤུགས་ཀྱི་རྟགས་མ་གྲུབ་ཅེས་ཟེར་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན།
 རྩོད་ཆོས་ཅན། ཚ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་ཡིན་པའི་ཅི་འདྲ་
 ཟེར་ན། རྟགས་མ་གྲུབ་ཟེར་དགོས།

རྟགས་ལན་ཅིས་ཟེར་ན།

རྩོད་མི་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ་ཟེར་དགོས།



ལུགས་ལྔ།

མ་ཁྱབ་ཅེས་པ་ནི། རྟགས་དེ་ཡིན་ན། བསལ་བ་དེ་ཡིན་ པ་ས་
ཁྱབ་པ་མེད་ན། མ་ཁྱབ་ཟེར་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན།
རྒྱ་སེ་མེ་རྟོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། མེ་རྟོག་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྱབ་ཟེར་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།



ཁྱབ་པ་སྒྲོང་ཟེར་ན།

མེ་རྟོག་ཡིན་ན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་ཟེར་དགོས།





ཕུ་གསུམ་ཕུ་བཞི་དང་འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་ སྒྲོར་རགས་ཅུ་མ་བཤད་པ།

ཕུ་གསུམ་ཕུ་བཞི་དང་། འགལ་བ་དོན་གཅིག་བཅས་བཞི་པོ་འདི་ནི་རིགས་ལམ་
གྱི་སྒྲོ་འབྱེད་པའི་ལྷ་མིག་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། རིགས་ལམ་ལ་ཐོག་མར་ཞུགས་མཁན་
ནམས་ཀྱིས་བཞེད་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་གཉིས་ཀྱི་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་དེ་ཕུ་
གསུམ་དང་ཕུ་བཞི། འགལ་བ་དང་དོན་གཅིག་གང་ཡིན་གྱི་སྒྲོར་ལ་ཚོད་པ་བྱེད་
དགོས་པ་ཡིན།

ཕུ་གསུམ་ཕུ་བཞི་



ཕུ་གསུམ་ཕུ་བཞི་དང་། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་ཚོད་
པ་བྱེད་པ་ལ་ངས་པར་དུ་ཚོད་པ་བྱེད་སའི་གཞི་ལ་
བཞེད་གཞི་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སམ་དངོས་པོ་མི་འདྲ་བ་
གཉིས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་
ཡང་ན། མི་དང་བོད་མི་ལྟ་བུའི་མིང་ཐ་དད་པ་འམ་མིང་
ལོགས་ཀ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཡིན་དགོས།



དེ་མིན་དངོས་པོ་གཅིག་རང་གཅིག་དཔེར་ན།
འབྲི་དབ་ལྟ་བུ་ནི། དངོས་པོ་གཅིག་ཡིན་པས་དེ་གཅིག་
སུ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཞི་སོགས་ཀྱི་ཚྭ་པ་བྱེད་ཚུལ་མེད།



འོན་ཀྱང་། འབྲི་དབ་ཀྱི་སྐྱར་ལ་ཚྭ་པ་བྱེད་རྒྱ་
མེད་པ་མིན། དཔེར་ན། འབྲི་དབ་ཚོས་ཅན། ཐོག་སུ་
ཡིན་པར་ཐལ། ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་མོད་དེའི་སྐབས་སུ་སྤྲུལ་
གསུམ་སྤྲུལ་བཞི་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ཚྭ་པ་བྱེད་ཀྱི་མེད།

ཕྱག་ལུང་ལྟ་བུ་འདྲི།



སྤྱིར་སྤྲུལ་ཞེས་པ་ནི་མཚམས་དང་མཐའི་དོན་ཡིན། སྤྲུལ་
གསུམ་དང་སྤྲུལ་བཞི་ཞེས་པ་ནི། དངོས་པོ་གཉིས་བར་
ཀྱི་འབྲེལ་བར་དབྱེད་པ་གཏོང་བའི་ཐབས་ཚུལ་ལམ་
རིགས་པའི་འགྲོས་བྱེད་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན།



དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ལ་མཚོན་ན།

༡ དཀར་པོ་ཡིན་ལ་ཁ་དོག་མ་
ཡིན་པའི་སྟེ།



སྤྲེལ་དཀར་

༢ ཁ་དོག་ཡིན་ལ་དཀར་པོ་མ་
ཡིན་པའི་སྟེ།



དཀར་པོ་

༣ དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་
གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པའི་སྟེ།



དཀར་པོ་

༤ དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་
གཉིས་ཀྱི་མ་ཡིན་པའི་སྟེ།



དབྱིབས།

༡༢༣༤༥༦༧༨༩༠༡༢༣༤༥༦༧༨༩༠

སྤྲེལ་དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་མེད་པའི་སྟེ། དཀར་པོ་དང་ཁ་
དོག་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་དེ་སྟེ། དཀར་པོ་ཡིན་ལ་ཁ་དོག་མེད་པའི་སྟེ།



མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཀར་པོ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱ་བ་པའམ་ངེས་པའི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན། བོང་གི་དཔེ་རིས་ལས་གསུམ་ཚང་ན་སྤྱ་གསུམ་དང་། བཞི་
ཀ་ཚང་ན་སྤྱ་བཞི་ཡིན་ཚུལ་སོགས་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་ངེས་པར་བྱེད་
དགོས།



འགལ་བ།



འགལ་བ་ཞེས་པ་ནི། མི་མཐུན་པའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན།
མེ་དང་རྩ་གཉིས་མི་མཐུན་པ་ཡིན་པས་འགལ་བ་ཡིན་པ་ལྟ་
བུའོ། དེ་བཞིན་ཆ་པོ་དང་གང་མོ་གཉིས་ཀྱང་མི་མཐུན་པ་
ཡིན་པས་འགལ་བ་ཡིན།

འགལ་བའི་མཚན་ཉིད། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་
མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས། དཔེར་ན། མེ་དང་རྩ་གཉིས་ནི་མིང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པ་
དང་། མེ་དང་རྩ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་པས་དེ་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན།

ཐ་དད་གང་ཞིག་ཅེས་པ་ནི། འགལ་བ་ཡིན་པ་ལ་ཆ་རྒྱུན་དང་པོ། དངོས་པོ་
སོ་སོ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

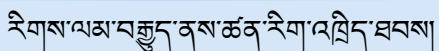


གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཚོས་ཞེས་པ་ནི། འགལ་བ་ཡིན་པ་ལ་ཆ་རྒྱུན་
གཉིས་པ་ནི། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་དགོས་པའི་དོན་ཡིན།

ཉེ་གཅིག་།

དོན་གཅིག་ཅེས་པ་ནི། མིང་མི་འདྲ་ཡང་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་པ། དཔེར་ན། ལུ་
གཏེར་དང་། ལྷ་མོ་ལྷ་བྱ། ལུ་གཏེར་ཞེས་པ་ནི་ལྷ་མོ་ལྷ་བྱ་
མིང་ཡིན། དེ་བཞིན་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་
མིང་མི་འདྲ་ཡང་དོན་གཅིག་པ་ཡིན། ང་ཚོའི་ཉེ་
འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱུ་གུ་དང་འབྲི་དེབ། རྒྱུ་བ་བཟླ།
དང་། ཚུག་ཅེ་སོགས་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན།





དཔེར་ན། དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་ལྟ་བུ། དེས་ན་དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ཀྱི་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་དེ་ཡང་སྤྱ་གསུམ་དང་སྤྱ་བཞི། འགལ་བ་དང་དོན་གཅིག་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པས་དེ་དག་གང་ཡིན་ང་ཚོས་རྩོད་པའི་ལམ་ནས་ཤེས་དགོས།



དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག

རྩི་བ། སྤྱི་ཅི་ལྟར་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ལ་
ཟུ་གསུམ་ཟུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་
འདྲ་བའི་བྱད་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།



ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཟུ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། ཟུ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱས།

ལན། ༡) དཀར་པོ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱས།

རྩི་བ། ༡) ཁ་དོག་ཡིན་ན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཁ་དོག་ཡིན་ན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རས་དམར་པོའི་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན།





རྩི་བ། རས་དམར་པོའི་ཁ་དོག་ཚེས་ཅན། ཁ་དོག་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རས་དམར་པོའི་ཁ་དོག་ཚེས་ཅན། ཁ་དོག་ཡིན་ཏེ།

ལན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རས་དམར་པོའི་ཁ་དོག་ཚེས་ཅན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རས་དམར་པོའི་ཁ་དོག་ཚེས་ཅན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དཀར་པོའི་མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དཀར་པོའི་མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱབ་
པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) དཀར་པོ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། དཀར་པོ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་མ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག



ལན། རས་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཚུལ་ཅན།

རྩི་བ། རས་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཚུལ་ཅན། ཁ་དོག་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རས་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཚུལ་ཅན། ཁ་དོག་ཡིན་ཏེ།

ལན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རས་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཚུལ་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རས་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཚུལ་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དཀར་པོའི་མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དཀར་པོའི་མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་ན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༦) དཀར་པོ་མ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། དཀར་པོ་མ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།



རྩི་བ། ཞོག

ལན། སུ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། སུ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། སུ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དཀར་པོ་འཛིན་མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དཀར་པོ་འཛིན་མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། སུ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཆོས་ཅན། ལ་དོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། སུ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཆོས་ཅན། ལ་དོག་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ན། ལ་དོག་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

(འདི་ལྟར་བརྗོད་གཞི་འདྲ་མིན་གྱི་སྒྲུང་ནས་ཚོད་པ་གང་མང་མང་བྱེད་དགོས།)



ཕྱ་བཞི་འི་ཕྱོད་པ་བྱེད་ཚུལ། ཀ་བ་དང་ཤིང་།



ཀ་བ་ཡིན་ལ་ཤིང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱ།

ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན།

ཤིང་ཡིན་ལ་ཀ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱ།

ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན།

ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱ།

ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན།

ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱ།

རི་བོང་སློ་ལྡན་ཆོས་ཅན།

གོང་གི་འདི་དག་ལས་གསུམ་ཚང་ན་ཕྱ་གསུམ་དང་།
བཞི་ཀ་ཚང་ན་ཕྱ་བཞི་ཡིན།





དྲི་བ། རྫོང་རི་ལྷ་ར་ཚས་ཅན། ཀ་བ་དང་ཤིང་
གཉིས་ལ་སྟུ་གསུམ་སྟུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་
གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་
པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

དྲི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

དྲི་བ། ཞོག།

ལན། སྟུ་བཞི་ཡོད་པར་འདོད།



སྟུ་དང་པོ།

ཀ་བ་ཡིན་ལ་ཤིང་མ་ཡིན་པའི་སྟུ།

དྲི་བ། སྟུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ༡) ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་
ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

དྲི་བ། ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཚོས་ཅན། ཀ་བ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཚོས་ཅན། ཀ་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། ཀ་བ་ཡིན་པས་བྱིར་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཚོས་ཅན། ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཚོས་ཅན། ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ན། ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱིར་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།



1) ཁང་པའི་གདུང་མ་ཡར་འདེགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་ལ་ཟེར།

2) ཤིང་གི་ཡལ་ག་དང་། ལོ་མ། འདབ་མ་བཅས་ཀྱི་བསྐྱུས་ཚིག།



མུ་གཉིས་པ།

ཤིང་ཡིན་ལ་ཀ་བ་མ་ཡིན་པའི་མུ།

རྩི་བ། ༡) ཤིང་ཡིན་ན། ཀ་བ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཤིང་ཡིན་ན། ཀ་བ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཀུ་ཤུའི་སྤྱང་པོ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཀུ་ཤུའི་སྤྱང་པོ་ཆོས་ཅན། ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཀུ་ཤུའི་སྤྱང་པོ་ཆོས་ཅན། ཤིང་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཀུ་ཤུའི་སྤྱང་པོ་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





རྩི་བ། ཀྱུ་ཤུའི་སྤྱོད་པོ་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ན། ཀ་བ་མ་ཡིན་པས་
བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



མུ་གསུམ་པ།

ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་མུ།

རྩི་བ། ༡) ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་མ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན། ཤིང་ཡིན་
པར་ཐལ།





ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན། ཤིང་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཤིང་ལས་གྲུབ་པའི་ཀ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཤིང་ལས་གྲུབ་པའི་ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཤིང་གི་ཀ་བ་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། ཀ་བ་ཡིན་པས་ཁྱབ་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





མུ་བཞི་པ།

ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མུ།

རྩི་བ། ༤) ཀ་བ་མ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་མུར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཀ་བ་མ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རི་བོང་སློ་ལྷན་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། རི་བོང་སློ་ལྷན་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་བོང་སློ་ལྷན་ཆོས་ཅན། ཀ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་མུར།

རྩི་བ། གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ན། ཀ་བ་མ་ཡིན་པས་



1) རི་བོང་སློ་ལྷན་ཟེར་བ་ནི། ཏྲ་ཅང་སྤྱང་གྲུང་ལྷན་པའི་རི་བོང་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་
འདིའི་སྐོར་གྱི་སྤྱང་སྟོན་པོ་ཏྲ་ཅང་མང་པོ་ཡོད།



བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རི་བོང་སློ་ལྡན་ཚེས་ཅན། ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རི་བོང་སློ་ལྡན་ཚེས་ཅན། ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ན། ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





འགལ་བའི་སྒྱུ་ལ་བྱེད་སྒྲུལ།

མེ་དང་སྒྱུ་

རྩི་བ། རྒྱུ་འི་ལྷ་རྩེ་ཆོས་ཅན། མེ་དང་སྒྱུ་གཉིས་ལ་སྤྱོད་གསུམ་སྤྱོད་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་འཛོག་སྒྱུ་མེད་པའི་བྱེད་པ།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་སྒྱུ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འགལ་བ་ཡིན་པར་འདོད།

རྩི་བ། མེ་དང་སྒྱུ་གཉིས་ཆོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཐ་དད་གང་ཞིག གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱེད་པ།

རྩི་བ། ཐ་དད་གང་ཞིག གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། འགལ་བ་



ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མེ་དང་ཚུག་ཉིས་ཆོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མེ་དང་ཚུག་ཉིས་ཆོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་ཏེ།

ལན། སོ་སོ་བའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། སོ་སོ་བའི་ཆོས་ཡིན་ན། ཐ་དད་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མེ་དང་ཚུག་ཉིས་ཆོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མེ་དང་ཚུག་ཉིས་ཆོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་ཏེ།

ལན། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པ་ཡིན་
པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





དོན་གཅིག་གི་སྒྲིང་པ་བྱེད་སྒྲུལ།

ཚུ་གཏེར་དང་རྒྱ་མཚོ།

རྩི་བ། རྒྱེ་ རི་ལྷ་ར་ཚོས་ཅན། ཚུ་གཏེར་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་ལ་སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་
བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲིང་ས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་འདོག་
རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འདོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག།

ལན། དོན་གཅིག་ཡིན་པར་འདོད།

རྩི་བ། ཚུ་གཏེར་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དོན་གཅིག་ཡིན་ཏེ།

ལན། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག སན་ཚུན་པར་བྱས་ཚུར་བྱས་ཀྱི་
ཚོས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག སན་ཚུན་པར་བྱས་ཚུར་བྱས་ཀྱི་
ཚོས་ཡིན་ན། དོན་གཅིག་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།





འདི་ལྟར་བརྗོད་གཞི་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་བཞི་དང་།
འགལ་བ་དོན་གཅིག་གང་ཡིན་ཀྱི་ཚྛོད་པ་བྱེད་དགོས། བོད་དུ་
བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་བཞི་དང་འགལ་བ་དོན་གཅིག་
སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཚྛོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་དངོས་པོ་མི་
འདྲ་བ་གཉིས་ཡིན་དགོས།

གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡོད་པ་དང་། སར་བྱབ་ཀྱང་ཚུར་མ་བྱབ་པའི་དངོས་པོའི་
རིགས་ཚང་མ་སྤྱ་གསུམ་ཡིན།

དཔེར་ན། དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ལྟ་བུ་ཡིན། དཀར་པོ་དང་ཁ་དོག་གཉིས་
ཀ་ཡིན་པ་ཡོད་པ་དང་། དཀར་པོ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་སར་བྱབ་ཀྱང་།
ཁ་དོག་ཡིན་ན། དཀར་པོ་ཡིན་པས་ཚུར་མ་བྱབ་པས་སྤྱ་གསུམ་ཡིན།

གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡོད་པ་དང་། སར་མ་བྱབ་ཚུར་མ་བྱབ་པའི་དངོས་
པོའི་རིགས་ཚང་མ་སྤྱ་བཞི་ཡིན།

དཔེར་ན། ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ལྟ་བུ་ཡིན། ཀ་བ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་
པ་ཡོད། ཀ་བ་ཡིན་ན། ཤིང་ཡིན་པས་སར་མ་བྱབ། ཤིང་ཡིན་ན། ཀ་བ་
ཡིན་པས་ཚུར་མ་བྱབ་པས་ན་སྤྱ་བཞི་ཡིན།



གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་དངོས་པོའི་རིགས་ཚང་མ་འགལ་བ་ཡིན།

དཔེར་ན། མེ་དང་ཚུ་ལྟ་བུའོ།



གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡོད། སར་བྱ་བ་དང་ཚུར་བྱ་བ་པའི་དངོས་པོའི་རིགས་
ཚང་མ་དོན་གཅིག་ཡིན།

དཔེར་ན། ཚུ་གཏེར་དང་ཚུ་མཚོ་ལྟ་བུ། ཚུ་གཏེར་དང་ཚུ་མཚོ་ནི་དོན་
གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན།



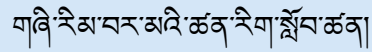


མཚན་མཚོན་བྱ་བ་པ་སྒོ་བརྒྱད།

མཚན་མཚོན་བྱ་བ་པ་སྒོ་བརྒྱད།	ཡོད་བྱ་བ་གཉིས།
	མེད་བྱ་བ་གཉིས།
	ཡིན་བྱ་བ་གཉིས།
	མིན་བྱ་བ་གཉིས།

མཚན་ཉིད།

མཚན་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། མཚོན་བྱ་གང་ཞིག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་གོ་བྱེད་ཅིག་ལ་
 ཟེར། དཔེར་ན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཞེས་པས། མཚོན་བྱ་ཁ་དོག་གི་ངོ་བོ་མཚོན་གྱི་
 ཡོད་པ་དང་། གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་ཞེས་པས། མཚོན་བྱ་ཀ་བའི་ངོ་
 བོ་མཚོན་གྱི་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ།





ཡིན་བྱུང་གཉིས།

དཔེར་ན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་ཡིན་པས་བྱུང་། ཁ་དོག་ཡིན་ན།
མདོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་གཉིས་ལྟ་བུ།

མིན་བྱུང་གཉིས།

དཔེར་ན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་མ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཁ་དོག་མ་
ཡིན་ན། མདོག་ཏུ་རུང་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་གཉིས་ལྟ་བུ།

མཚན་ཉིད་དང་མཚན་བྱ་ཡིན་ཕྱིན། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་མཚན་མཚན་
བྱུང་བ་སྒོ་བརྒྱད་ངེས་དགོས་པ་དེ་ངེས་པར་དུ་སེམས་ལ་ཉར་དགོས།



"ང་ཆོ་ཚང་མས་ནང་པའི་གཞུང་ཆེན་
པོར་སློབ་སྦྱང་བྱས་ནས་ཤེས་པ་བྱ་རྒྱ་

ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དད་པ་བྱས་པ་ཡག་པོ་རེད་དེ།
དེ་ཙམ་གྱིས་མ་ཆོམས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་
པ་ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ཡོང་བར་རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་
དེ་ཞེ་དྲག་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ངས་དྲག་ཅུ་ཙམ་གྱངས་ནས་སློབ་གྲ་
ཁག་ལ་རིགས་ལམ་སློབ་དགོས་སྐོར་མང་པོ་བཤད་ཡོད་ཀྱང་དེ་
ཙམ་ལག་ལེན་འཁེལ་མེད། དེ་དྲིས་འགོ་ཡག་པོ་བརྩམས་ཡོད་
ན་ད་ཆོད་གང་འཆམ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་ཀྱི་རེད། དེ་མ་
བྱུང་བ་རེད། བྱ་ཐབས་བྲལ།"

བྱི་ལོ་ ༡༠༠༡ ལོའི་དབྱིད་ཆོས་ཆེན་མོའི་སྐུ་འཁོར་ལ་
ལྷུ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གསུངས།

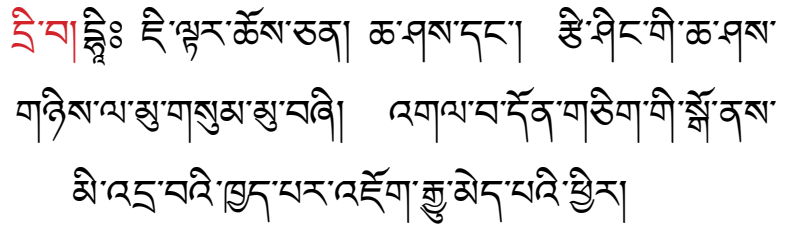


སྤྱོད་ཚན་དང་པོ།

ཕྱི་ཤིང་།

ཕྱི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་དང་དབྱེ་བ།

ཕྱི་ཤིང་ཞེས་པ་ནི། རྫོང་པོ་དང་། ལོ་མ། རྩ་བ་སོགས་ལས་གྲུབ་པའི་སའི་
 རྫོང་དུ་སྐྱེས་པའི་རིགས་ཚང་མ་ལ་ཟེར་ཞིང་། ཤིང་རྫོང་དང་། མེ་ཏོག་ཚལ། རྩ་
 སོགས་ཚང་མ་ཕྱི་ཤིང་ཡིན། དེ་དག་ལ་སའི་རྫོང་དུ་ཡོད་པའི་ཆ་ཤས་རྫོང་པོ་དང་།
 ལོ་མ། སའི་འོག་དུ་ཡོད་པའི་ཆ་ཤས་རྩ་བ་བཅས་གཉིས་སུ་བྱས་ཡོད། སའི་རྫོང་
 དུ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ལ་ཡང་རྫོང་པོ་སྤྱོད་པོ་དང་ཕྱ་བོ། ལོ་མ་ཆེན་པོ་
 དང་ཆུང་ཆུང་། དེ་བཞིན་སའི་འོག་གི་ཆ་ཤས་ལ་ཡང་རྩ་བ་རིང་པོ་དང་ཐུང་ཐུང་།
 ཕྱ་བོ་དང་སྤྱོད་པོ་སོགས་སྣ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད།



དེ་ལ། འཛོག་ཆུ་ཡོད་པར་བྲལ།

དེ་ལ། བོག

དྲི་བ། ལྷ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱ།

2) ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིང་།

རྟེན་གཞི་ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་མ་ཁྱེད་པར་ཐལ།

དེ་ལ། འོ་ལ།

དྲི་བ། མིའི་ལག་པ་ཆོས་ཅན། ཆ་ཤས་ཡིན་པར་བཤད།

37



- རྩི་བ། མིའི་ལག་པ་ཆོས་ཅན། ཆ་ཤས་ཡིན་ཏེ།
- ལན། མིའི་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
- རྩི་བ། མིའི་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཆ་ཤས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།
- ལན། འདྲོད།
- རྩི་བ། མིའི་ལག་པ་ཆོས་ཅན། ཅེ་གིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།
- ལན། འདྲོད།
- རྩི་བ། མིའི་ལག་པ་ཆོས་ཅན། ཅེ་གིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་ཏེ།
- ལན། ཅེ་གིང་ལ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
- རྩི་བ། ཅེ་གིང་ལ་མེད་པ་ཡིན་ན། ཅེ་གིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།
- ལན། འདྲོད།
- རྩི་བ། ༡) ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཅེ་གིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།
- ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།
- རྩི་བ། ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཅེ་གིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།
- ལན། འདྲོད།
- རྩི་བ། ཞོག
- ལན། བྱང་སྡོང་གི་ཡལ་ག་ཆོས་ཅན།
- རྩི་བ། བྱང་སྡོང་གི་ཡལ་ག་ཆོས་ཅན། ཆ་ཤས་ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་སྤྲོད་གི་ཡལ་ག་ཆོས་ཅན། ཆ་ཤས་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཆ་ཤས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་སྤྲོད་གི་ཡལ་ག་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་སྤྲོད་གི་ཡལ་ག་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་ཏེ།

ལན། ལྷང་སྤྲོད་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ལྷང་སྤྲོད་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༦) ཆ་ཤས་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཆ་ཤས་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། དེ་བོང་གི་རྒྱ་ཆོས་ཅན།



རྩི་བ། རི་བོང་གི་རུ་ཚོས་ཅན། ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་བོང་གི་རུ་ཚོས་ཅན། ཆ་ཤས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། མེད་པ་ཡིན་ན། ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་བོང་གི་རུ་ཚོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་བོང་གི་རུ་ཚོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅི་ཤིང་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་ལ་མེད་ན། ཅི་ཤིང་གི་ཆ་ཤས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

1] གླུ་བས་འདིར་སློབ་མའི་གནས་ཚད་ལ་གཞི་བཅོལ་ཡོད།
དཔྱད་དགོས།

ཁྱེད་འདི་ལ་བྱུང་པ་ཡོད་མེད་ཞིབ་ཏུ་



ཅི་ཤིང་དང་རྟོ།

རྟོ་བ། རྒྱུ་རྩེ་ལྷ་རྩེ་ཚོས་ཅན། ཅི་ཤིང་དང་རྟོ་གཉིས་ལ་མུ་གསུམ་
མུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་
འདྲི་བ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།



ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།

རྟོ་བ། འདྲི་བ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྟོ་བ། ཞོག

ལན། འགལ་བ་ཡིན་པར་འདོད།

རྟོ་བ། ཅི་ཤིང་དང་རྟོ་གཉིས་ཚོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་གང་ཞིག་
གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྟོ་བ། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཚོས་ཡིན་ན། འགལ་བ་
ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྟོ་བ། ཅི་ཤིང་དང་རྟོ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



རྩི་བ། ཕྱི་ཤིང་དང་རྩོག་ཉིས་ཆོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་ཏེ།

ལན། སོ་སོ་བའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། སོ་སོ་བའི་ཆོས་ཡིན་ན། ཐ་དད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཕྱི་ཤིང་དང་རྩོག་ཉིས་ཆོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཕྱི་ཤིང་དང་རྩོག་ཉིས་ཆོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་
ཡིན་ཏེ།

ལན། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་
ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





ཤིང་སྡོང་དང་རྒྱང་འཕྲང་¹⁾



རྩི་བ། རྒྱུ་རྩི་ལྷན་ཆོས་ཅན། ཤིང་སྡོང་དང་རྒྱང་འཕྲང་
གཉིས་ལ་སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སློ་
ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། དོན་གཅིག་ཡིན་པར་འདོད།

རྩི་བ། དོན་གཅིག་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཐ་དད་གང་ཞིག་ སར་བྱབ་ཚུར་བྱབ་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཐ་དད་གང་ཞིག་ སར་བྱབ་ཚུར་བྱབ་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་ན། དོན་གཅིག་
ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



1) ཤིང་སྡོང་གི་མིང་ཡིན།



ཅི་ཤིང་གི་བྱད་ཆོས།

སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། སློག་ཡོད་པ། འཕེལ་རྒྱས་འགོ་ཐུབ་པ། ཕྱི་ས་འདྲོར་
བ། ཆོར་རྒྱན་ལ་ཆོར་ལན་སློད་པ། ཟས་བཅུད་ལེན་པ། དབུགས་གཏོང་ལེན་
བྱེད་པ། ཉི་འོད་ཟས་སྦྱར་ཐུབ་པ། དཔ་ཕུང་ལ་ཕྱི་སྐྱོགས་ལྡན་པ།

ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་ཐུན་མོང་གི་བྱད་ཆོས་དང་། ཅི་ཤིང་།



དྲི་བ། རྒྱུ་ ཇི་ལྟར་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་ཐུན་མོང་
གི་བྱད་ཆོས་དང་། ཅི་ཤིང་གི་བྱད་ཆོས་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་
པར་འདྲིལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

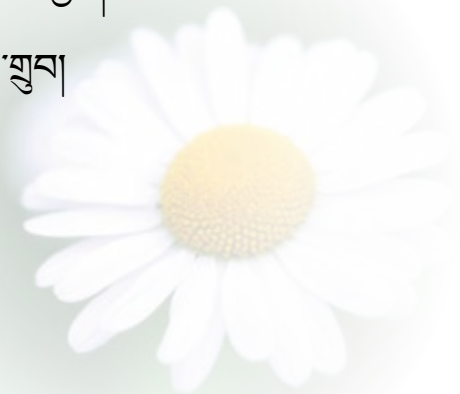
ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

དྲི་བ། འདྲིལ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

དྲི་བ། ཞོག

ལན། ཐུ་གསུམ་ཡོད་པར་འདྲོད།



1) ཐུན་མོང་གི་བྱད་ཆོས་ཞེས་པ་ནི། ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཡོད་པའི་བྱད་ཆོས་ལ་ཟེར་བ་
ཡིན། དཔེར་ན། དབུགས་གཏོང་ལེན་བྱེད་པ་ནི། སློག་ཆགས་དང་ཅི་ཤིང་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཡོད་པས་དེ་
གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་བྱད་ཆོས་ཡིན།



རྩི་བ། ལུ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱས།

ལན། ༡) དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་པས་བྱས།

རྩི་བ། ༡) ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅི་ཤིང་གི་རྒྱས་པ་བྱང་པར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་གི་རྒྱས་པ་བྱང་པར་བ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཚྭ་ཡིན་པས་



བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཅན།
ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་སྤྱན་མོང་གི་བྱུང་ཚོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པ་དེ་ཚོས་ཅན།
དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱུང་ཚོས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་བཞིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་བཞིག་མ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་
སྤྱན་མོང་གི་བྱུང་ཚོས་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) ཅི་ཤིང་གི་བྱུང་ཚོས་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱུང་ཚོས་མ་
ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་གི་བྱུང་ཚོས་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤྱན་མོང་གི་བྱུང་ཚོས་མ་ཡིན་
པས་མ་བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག



ལན། ཚེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། ཚེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅེ་མེད་གི་ཁྱད་ཚུལ་
ཡིན་པར་ཐུག།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཚེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅེ་མེད་གི་ཁྱད་ཚུལ་
ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅེ་མེད་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པར་བཞག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅེ་མེད་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པར་བཞག་ཡིན་ན། ཅེ་མེད་གི་ཁྱད་ཚུལ་
ཡིན་པས་ཁྱད་ཚུལ་ཐུག།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཚེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅེ་མེད་དང་སློབ་ཚན་གྱི་
ཐུན་མོང་གི་ཁྱད་ཚུལ་ཡིན་པར་ཐུག།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཚེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཚོས་ཅན། ཅེ་མེད་དང་སློབ་ཚན་གྱི་
ཐུན་མོང་གི་ཁྱད་ཚུལ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དེ་གཉིས་ཐུན་མོང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པར་བཞག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དེ་གཉིས་ཐུན་མོང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཕྱིན་པར་བཞག་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་
ཐུན་མོང་གི་ཁྱད་ཚུལ་ཡིན་པས་ཁྱད་ཚུལ་ཐུག།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༤) ཅེ་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་
ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཅེ་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སྤུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་ཡིན་
པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཅོག་ཅེ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཅོག་ཅེ་ཆོས་ཅན། ཅེ་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཅོག་ཅེ་ཆོས་ཅན། ཅེ་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅེ་ཤིང་གི་རྒྱས་པ་བྱང་པར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅེ་ཤིང་གི་རྒྱས་པ་བྱང་པར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ན། ཅེ་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་
མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཅོག་ཅེ་ཆོས་ཅན། ཅེ་ཤིང་དང་སྟོག་ཆགས་སྤུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་མ་
ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། དེ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་སྤུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་མ་
ཡིན་ཏེ།

ལན། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་
སྤུན་མོང་གི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་བཤམ།

ལན། འདྲོད།





སློག་ལྷན་དང་ཅི་ཤིང་བྱན་མོང་གི་བྱད་ཆོས།

སླེ་འཕེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། སློག་ཡོད་པ། འཕེལ་རྒྱས་འགོ་ཐུབ་པ། ཕྱི་ས་
འདོར་བ། ཚོར་རྒྱན་ལ་ཚོར་ལན་སློང་པ། ཟས་བཅུད་ལེན་པ། དབུགས་གཏོང་
ལེན་བྱེད་པ།

སློག་ལྷན་དང་ཅི་ཤིང་།

རྩི་བ། རྒྱུ་ ཇི་ལྟར་ཆོས་ཅན། སློག་ལྷན་དང་ཅི་ཤིང་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་
བྱད་པར་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འདོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལུ་བཞི་ཡོད་པར་འདོད། (ལུ་གསུམ་ལུ་བཞི་གང་ཡོད་མེད་དཔྱད་པར་བྱའོ། །)

རྩི་བ། ལུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ༡) སློག་ལྷན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱད་
པའི་བྱིར།



ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། སློག་ལྡན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་མ་ཁྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཞི་མི་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཞི་མི་ཆོས་ཅན། སློག་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞི་མི་ཆོས་ཅན། སློག་ལྡན་ཡིན་ཏེ།

ལན། རིགས་རྒྱུད་སྤེལ་བའི་བྱིས།

རྩི་བ། རིགས་རྒྱུད་སྤེལ་ན། སློག་ལྡན་ཡིན་པས་ཁྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞི་མི་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞི་མི་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཟས་རང་འཚོ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱིས།

རྩི་བ། ཟས་རང་འཚོ་ཅན་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་ཁྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

1] ཟས་རང་འཚོ་ཅན་ཞེས་པ་ནི། ཁ་ཟས་བྱི་ལོགས་ནས་ལེན་མི་དགོས་པར་རང་གིས་བཟོ་བྱས་མཁན་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ཤིང་སྡོང་ལྟ་བུ།



རྩ་བ། ༡) ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། རྟོག་ལྡན་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩ་བ། ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། རྟོག་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩ་བ། ཞོག

ལན། ཅི་ཤིང་སྐམ་པོ་ཆོས་ཅན།

རྩ་བ། ཅི་ཤིང་སྐམ་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩ་བ། ཅི་ཤིང་སྐམ་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་ཏེ།

ལན། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སྟོགས་ལྡན་པའི་བྱིར། (ཚྭ་གཞི་དང་བྱབ་པ་ལ་དབྱེད་དགོས་)

རྩ་བ། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སྟོགས་ལྡན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩ་བ། ཅི་ཤིང་སྐམ་པོ་ཆོས་ཅན། རྟོག་ལྡན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩ་བ། ཅི་ཤིང་སྐམ་པོ་ཆོས་ཅན། རྟོག་ལྡན་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་མི་བྱེད་པའི་བྱིར།

རྩ་བ། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་མི་བྱེད་ན། རྟོག་ལྡན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) སློག་ལྡན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། སློག་ལྡན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན། སློག་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན། སློག་ལྡན་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་བྱེད་ན། སློག་ལྡན་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཀྱ་ཤུའི་སྤྲོད་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཉེ་འོད་ཟས་སྦྱར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།



རྩི་བ། ཉི་འོད་ཟས་སྦྱོར་བྱེད་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༤) སློག་ལྷན་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་བྱིར།

ལན། ཏགས་མ་བྱུབ།

རྩི་བ། སློག་ལྷན་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལྷགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ལྷགས་ཆོས་ཅན། སློག་ལྷན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཆོས་ཅན། སློག་ལྷན་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་མི་བྱེད་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། རྒྱུ་འཕེལ་དང་འཆར་ལོངས་མི་བྱེད་ན། སློག་ལྷན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་
པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ།



ལན། ཟས་རང་འཆོ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཟས་རང་འཆོ་ཅན་མ་ཡིན་ན། ཅི་གིང་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

དོགས་དཔྱད།



དོགས་དཔྱད་ཅེས་པ་ནི། རང་ཉིད་ལ་དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་ཡོད་སའི་བརྗོད་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་རིགས་པས་དཔྱད་པ་བྱས་ནས་དོགས་པ་སྟོང་བའམ། དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བཟོས་པའམ་སེལ་བར་བྱས་པའི་དོན་ཡིན།

ང་ཆོས་རིགས་ལམ་སྟོང་དགོས་པའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་དེ་ཡིན། རང་ཉིད་ལ་དོགས་གཞི་ཡོད་པའི་གཞི་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་དེའི་བརྗོད་ཚུལ་དང་། ཡང་ན་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་ལུང་དང་རིགས་པའི་འགོ་སྟངས་དང་མཐུན་གྱི་འདུག་གམ་མི་འདུག གལ་སྲིད་མཐུན་གྱི་མི་འདུག་ན་དེ་ལ་ལུང་དང་རིགས་པའི་གཞོན་ཕྱེད་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

ལུང་ཞེས་པ་ནི། མཁས་པ་སྤྲུལ་པ་དག་གི་གཞུང་ལུགས་དང་། དཔེ་ཆ་དེ་



དག་ཡིན། དཔེར་ན། སློབ་དེབ་ནང་དུ་གང་བཤད་ཡོད་པ་དེ་དག་ལྟར་ཡིན།
 དག་ཅེན་གྱིས་སློབ་བྲིད་སྐབས་སུ་གསུངས་པ་དེ་དག་ཀྱང་ལྟར་ཡིན། བྲིད་གྱིས་
 བ་རོལ་པོ་ལ་དོགས་གཅོད་དང་། ཡང་ན་ཚྭ་པ་བྲེད་པའི་སྐབས་སུ། བ་རོལ་
 པོ་ལ། བྲིད་གྱིས་བཤད་པ་དེ་ནོར་འདུག སློབ་དེབ་དང་དཔེ་དེབ་ནང་དུ་འདི་
 ལྟར་གསུངས་འདུག ཅེན་ལགས་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་སོང་། མཁས་པ་སྤྲུལ་
 ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་གསུངས་འདུག ཅེས་དཔེ་དེབ་དང་སློབ་དེབ་ནང་དུ་ཡོད་
 པའི་གསུང་ཚུལ་དེ་དག་རང་གི་རྒྱབ་རྟེན་དུ་བྱངས་ནས་བ་རོལ་པོ་ལ་ཚྭ་པ་བྲེད་
 དགོས། འདི་ལྟར་བྱས་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་སློབ་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་འགོ་བར་མ་
 ཟད། སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ཡང་ཁ་གསལ་དང་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ལེན་ཐུབ། དེས་
 ན་འདིར་དོགས་དཔྱད་གྱི་ས་བོན་ནམ་དཔྱད་གཞིའི་ཚུལ་དུ་དཔེ་མཚོན་འགའ་
 ཞིག་བཀོད་ན། ཐོག་མར་མི་གཞན་ཞིག་གི་འདོད་ཚུལ་བཀོད་ནས་དེ་ལ་ཚྭ་པ་
 བྲེད་དགོས།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། (ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཞེས་པ་ནི། མི་གཞན་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་ཟེར་ན། ཞེས་པའི་
 དོན་ཡིན།) སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་
 རྒྱབ་པར་ཐལ། འདྲིན་རིམ་དུག་པའི་ཚན་རིག་སློབ་དེབ་ (ཤོག་གྲངས་ ༡༥) ལས།
 སྐྱེ་ལྡན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཕྱེ་ན་ཅི་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་གཉིས་སུ་འདུ། ཞེས་
 བཤད་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། སྤྲ་བྱང་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་
 ཆགས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར།



ཁྱབ་པ་ཁས། (ཁྱབ་པ་ཁས། ཞེས་པ་ནི། ས་རོལ་པོ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་ཁྱབ་པ་ཁས་སྒྲངས་ཟིན།
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྐབས་འདིར་ས་རོལ་པོས་གོང་དུ། སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་
 བཤུན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་ཁས་སྒྲངས་ཟིན་པས་དེ་ལ་ཁྱབ་པ་ཁས་ཟེར་བཞིན་ཡོད།) ཉགས་མ་གྲུབ་
 བཤུན། སྤྱང་ཆོས་ཅན། སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།
 སྐབས་འདིར་སྟོག་ཆགས་ཞེས་པ་ནི་མཐོ་རིམ་སྟོག་ཆགས་ལ་གོ་དགོས་པ་གང་ཞིག
 སྤྱང་མཐོ་རིམ་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཚ་བར་འདོད་ན། (ཚ་བར་འདོད་ན། ཞེས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐོག་དང་པོར་བཀོད་པའི་
 ཐལ་འགྱུར་དེ་ལ་འདོད་ཟེར་ན། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྐབས་འདིར་གོང་དུ། འོ་ན། སྤྱང་ཆོས་ཅན། ཅི་
 ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་པའི་ཐལ་འགྱུར་དེ་ལ་འདོད་ཟེར་ན། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འདིས་གཞན་དང་
 གཞན་དུ་རིགས་འགྲེ་གཏོང་དགོས།) སྤྱང་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟས་
 རང་འཆོ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ་ན། སྤྱང་ཆོས་ཅན། ཟས་རང་
 འཆོ་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུགས་པོའི་ཕྱི་ནས་སྟེབས་པའི་ཟས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ལ་
 བརྟེན་ནས་འཆོ་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོག་དང་མི་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྐྱེ་དངོས་མ་ཡིན་
 པས་ཁྱབ་སྟེ། སྐྱེ་དངོས་ཡིན་ན། སྟོག་དང་ལྡན་པ་སོགས་ཁྱད་ཆོས་ནམས་ཆང་
 དགོས་པར་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།

འོ་ན། སྟོག་དང་མི་ལྡན་ན་སྐྱེ་དངོས་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། སྐྱེ་དངོས་
 ཡིན་ན། སྟོག་དང་ལྡན་པ་སོགས་ཁྱད་ཆོས་ནམས་ཆང་དགོས་པའི་ཕྱིར།



རྟགས་ཁས། (རྟགས་ཁས། ཞེས་པ་ནི། ས་རོལ་པོ་ལ། ངས་བཀོད་པའི་རྟགས་སམ་རྒྱ་མཚན་
 དེ་བྱེད་ཀྱིས་ཁས་སྒྲངས་ཟིན་པ་རེད། ཅས་པའི་དོན་ཡིན། སྐབས་འདིར་གོང་དུ། འོ་ན། སྟོག་དང་མི་ལྟན་
 ན་སྟེ་དངོས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། སྟེ་དངོས་ཡིན་ན། སྟོག་དང་ལྟན་པ་སྟགས་བྱང་ཆོས་རྣམས་ཚང་
 དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་རྟགས་སམ་རྒྱ་མཚན་དེ་བྱེད་ཀྱིས་ཁས་སྒྲངས་ཟིན་པ་རེད། ཅས་པའི་དོན་རེད།
 འདིས་གཞན་དང་གཞན་དུ་འང་རིགས་འབྲེ་གཏོང་དགོས།) འདོད་ན། སྟོག་དང་མི་ལྟན་ན། ཅི་
 བྱིང་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། སྟོག་དང་མི་ལྟན་ན། སྟེ་དངོས་མ་ཡིན་པས་
 བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། བྱིང་གིས་བཟོས་པའི་ཅོག་ཅེ་དང་། ཅི་
 བྱིང་སྐྱམ་པོའི་རིགས་ཆོས་ཅན། ཅི་བྱིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོག་དང་མི་ལྟན་པའི་
 ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། བྱིང་གིས་བཟོས་པའི་ཅོག་ཅེ་དང་། ཅི་
 བྱིང་སྐྱམ་པོའི་རིགས་ཆོས་ཅན། ཅི་བྱིང་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོག་དང་མི་ལྟན་པའི་
 ཅི་བྱིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། བྱིང་གིས་བཟོས་པའི་ཅོག་ཅེ་དང་། ཅི་
 བྱིང་སྐྱམ་པོའི་རིགས་ཆོས་ཅན། སྟོག་དང་མི་ལྟན་པའི་ཅི་བྱིང་ཡིན་པར་ཐལ།
 སྟོབ་དེབ་ལས། དེ་དག་སྟོག་མེད་ཅི་བྱིང་གི་མཚན་གཞི་རུ་བཞག་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱིང་སྟོང་ཡིན་ན། ཚ་བ་རིང་པོ་དང་མཐེགས་པོ་ཡོད་པས་
 བྱུང་པར་ཐལ། སྟོབ་དེབ་ལས། བྱིང་སྟོང་ནི་ཚ་བ་རིང་པོ་དང་མཐེགས་པོ་ཡོད།
 ཅས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱིང་སྟོང་ཡིན་ན། ཚ་བ་ཡོད་པས་བྱུང་པར་
 ཐལ། བྱིང་སྟོང་ཡིན་ན། ཚ་བ་རིང་པོ་དང་མཐེགས་པོ་ཡོད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།
 རྟགས་ཁས། འདོད་ན། ཚ་བ་གཏུབ་ཚར་བའི་བྱིང་སྟོང་དེ་ཆོས་ཅན། བྱིང་ལ་ཚ་



བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཤིང་སྒྲིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ་ན། སླ་གཏུབ་ཚར་བའི་
 མི་དེ་མི་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། འདྲོད་ན། སླ་གཏུབ་ཚར་བའི་མི་དེ་ཚོས་ཅན། སླ་
 ཡོད་པར་ཐལ། ཚ་བ་གཏུབ་ཚར་བའི་ཤིང་སྒྲིང་དེ་ལ་ཚ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་
 ཁས། འདྲོད་ན། མགོ་རིལ་རིལ་ཅན་གྱི་གྲུ་པའི་མགོ་ལ་སླ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་དང་མི་ལྡན་པའི་ཆེ་ཤིང་ཡིན་ན། ཆེ་ཤིང་མ་ཡིན་པས་
 བྱ་བེར་ན། འོ་ན། སློག་དང་མི་ལྡན་པའི་སྲ་སྲུང་ཡིན་ན། སྲ་སྲུང་མ་ཡིན་པས་
 བྱ་བེར་པར་ཐལ། སློག་དང་མི་ལྡན་པའི་ཆེ་ཤིང་ཡིན་ན། ཆེ་ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱ་
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདྲོད་ན། སླ་དང་སེན་མོའི་སྲ་སྲུང་ཚོས་ཅན། སྲ་སྲུང་
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་དང་མི་ལྡན་པའི་སྲ་སྲུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བེར་པ་ཁས། མ་
 གྲུབ་ན། སླ་དང་སེན་མོའི་སྲ་སྲུང་ཚོས་ཅན། སློག་དང་མི་ལྡན་པའི་སྲ་སྲུང་ཡིན་
 པར་ཐལ། ཤི་ཚར་བའི་སྲ་སྲུང་གི་མཚན་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆེ་ཤིང་ཡིན་ན། ཚ་བ་ཡོད་པས་མ་བྱ་བ་ལྟེ། ཤ་མོ་ལ་ཚ་བ་
 མེད་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར་བེར་ན། འོ་ན། ཤ་མོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཆེ་
 མོ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལ་ཚ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། མ་བྱ་བ་ན། བྱ་བེར་པ་
 ཡོད་པར་ཐལ། ཆེ་མོ་ཡོད་ན། ཚ་བ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཆེ་མོ་ཡོད་
 བ་ན། ཚ་བ་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། ཚ་བ་དང་ཆེ་མོ་གཉིས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་
 ལྟོས་ནས་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདྲོད་ན། ཤ་མོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ཆེ་མོ་



ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་ཚེ་མོ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉི་འོད་དང་། ལྷང་། ལུ་སྟགས་དང་རྩམ་སྦྱར་བྱས་ནས་ཚེ་
 ཤིང་ལ་ཟས་བཟོ་སྐྱུན་བྱ་རྒྱུ་དེ། ཚེ་ཤིང་གི་ལོ་མའི་ལས་ཀ་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ།
 སློབ་དེབ་ལས། ལོ་མའི་ལས་ཀ་གཙོ་བོ་ནི་ཉི་འོད་དང་ལྷང་། ལུ་དང་རྩམ་སྦྱར་
 བྱས་ནས་ཚེ་ཤིང་ལ་ཟས་བཟོ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན།
 ལོ་མ་སྐྱམ་པོ་ཆོས་ཅན། ཉི་འོད་དང་ལྷང་། ལུ་དང་རྩམ་སྦྱར་བྱས་ནས་ཚེ་ཤིང་ལ་
 ཟས་བཟོ་སྐྱུན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ། ལོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། ལོ་
 མ་སྐྱམ་པོ་ཆོས་ཅན། ལོ་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ན། ཤིང་སྐྱམ་པོ་ཆོས་ཅན།
 ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ན། ཤིང་སྐྱམ་པོ་བརྟུས་ན། ཤིང་བརྟུས་པས་མ་
 བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ན། ཤིང་སྐྱམ་པོ་བརྟུས་ན། ཤིང་བརྟུས་པའི་ཉེས་པ་མེད་
 པར་ཐལ་ལོ།



སློབ་ཚན་གཉིས་པ།

སློབ་ཆགས།

སློབ་ཆགས་ནི། ཟས་གཞན་བཞེན་ཅན་གྱི་སྐྱེ་དངོས་ལ་ཟེར། དེ་ལ་བདག་ཡོད་
 སློབ་ཆགས་དང་། བདག་མེད་སློབ་ཆགས། སྐམ་གནས་སློབ་ཆགས་དང་། ལྷ་
 གནས་སློབ་ཆགས། ལྷ་ཟན་སློབ་ཆགས་དང་། ཤ་ཟན་སློབ་ཆགས་སོགས་སྣ་
 ཆོགས་ཤིག་ཡོད།

མིས་བདག་པོ་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་སློབ་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ལ་བདག་ཡོད་སློབ་
 ཆགས་ཟེར། དཔེར་ན། གཡལ་དང་། ལྷག་ བྱི། ཞི་མི་སོགས་ནི་བདག་ཡོད་སློབ་
 ཆགས་ཡིན།

མིས་བདག་པོ་བརྒྱབ་མེད་པའི་རིགས་ཀྱི་སློབ་ཆགས་ལ་བདག་མེད་སློབ་
 ཆགས་ཟེར། དཔེར་ན། ལྷག་དང་། སེང་། སྤང་གི། སྐ་མོ་སོགས་ནི་བདག་མེད་
 སློབ་ཆགས་ཡིན།



སྐམ་སར་འཆོ་སྡོད་བྱེད་མཁན་གྱི་སྲོག་ཆགས་ལ་སྐམ་གནས་སྲོག་ཆགས་
ཟེར། དཔེར་ན། མི་དང་། རྟ་ བ་ཕྱགས། གཡག་སྲོགས་ནི་སྐམ་གནས་སྲོག་
ཆགས་ཡིན།

ཚུ་ནང་དུ་འཆོ་སྡོད་བྱེད་མཁན་གྱི་སྲོག་ཆགས་རིགས་ལ་ཚུ་གནས་སྲོག་
ཆགས་ཟེར། དཔེར་ན། ཉ་དང་། ཚུ་སྲིན། དུང་ཕྱགས་སྲོགས་ནི་ཚུ་གནས་སྲོག་
ཆགས་ཡིན།

ཤ་རྒྱུང་པ་བ་ཟ་མཁན་གྱི་རིགས་ལ་ཤ་བ་ཟ་སྲོག་ཆགས་ཟེར། དཔེར་ན། ལྷག་
དང་། སེངྒེ། སྦྱལ། སྤྱང་གི་སྲོགས་ནི་ཤ་བ་ཟ་སྲོག་ཆགས་ཡིན།

རྩ་རྒྱུང་པ་བ་ཟ་མཁན་གྱི་རིགས་ལ་རྩ་བ་ཟ་སྲོག་ཆགས་ཟེར། དཔེར་ན།
གཡག་དང་། ལུག བ་ཕྱགས། ར་མོང་སྲོགས་ནི་རྩ་བ་ཟ་སྲོག་ཆགས་ཡིན།

སྲོག་ཆགས་དང་། ཚུ་གནས་སྲོག་ཆགས།

དི་བ། རྒྱུ་ རི་ལྷར་ཆོས་ཅན། སྲོག་ཆགས་དང་། ཚུ་གནས་སྲོག་ཆགས་
གཉིས་ལ་སྦྲ་གསུམ། སྦྲ་བཞི། འགལ་བ། འོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་
འདྲ་བའི་བྱེད་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།



རྩི་བ། འདྲི་བ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལྷ་གསུམ་ཡོད་པར་འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱས།

ལན། ༡) ལྷ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱས།

རྩི་བ། ༡) སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ལྷ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱས་པའི་
བྱིས།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ལྷ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཏྲ་དང་། གཡག་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཏྲ་དང་། གཡག་སོགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཏྲ་དང་། གཡག་སོགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། སྤ་སྤུང་ལ་བྱི་སྐྱོགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་ཡིན་པའི་བྱིས།



རྩི་བ། སྤྲ་སྤྱང་ལ་ཕྱི་སྒྲོགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་ཡིན་ན། སྒོག་ཆགས་ཡིན་
པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། གཡག་སོགས་ཆོས་ཅན། རྩ་གནས་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་
ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། གཡག་སོགས་ཆོས་ཅན། རྩ་གནས་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩའི་ནང་རྩུན་དུ་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར།

རྩི་བ། རྩའི་ནང་རྩུན་དུ་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་ན།
རྩ་གནས་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) སྒོག་ཆགས་ཡིན་ན། རྩ་གནས་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་
ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། སྒོག་ཆགས་ཡིན་ན། རྩ་གནས་སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་
ཐལ།

ལན། འདོད།



རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཉ་དང་། ཚུ་སྐུལ་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྐུལ་སོགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྐུལ་སོགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སློགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སློགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྐུལ་སོགས་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་ཚུ་སྐུལ་སོགས་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཚུའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། ཚུའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



རྩི་བ། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་རྟོག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱ་བ་པའི་
ཕྱིར།

ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་རྟོག་ཆགས་ཡིན་པས་མ་བྱ་བ་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། བམ་མཁའི་སྐར་མ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། བམ་མཁའི་སྐར་མ་ཆོས་ཅན། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། བམ་མཁའི་སྐར་མ་ཆོས་ཅན། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སྟོགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། སྤ་སྤང་ལ་བྱི་སྟོགས་མེད་པའི་སྐྱེ་དངོས་མ་ཡིན་ན། རྟོག་ཆགས་མ་
ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། བམ་མཁའི་སྐར་མ་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།



- རྩི་བ།** བཅ་མཁའི་སྐར་མ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ།
- ལན།** རྒྱའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར།
- རྩི་བ།** རྒྱའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན།
རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།
- ལན།** འདྲོད།

སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་དང་། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས།



- རྩི་བ།** རྒྱེ་རི་ལྟར་ཆོས་ཅན། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་
དང་། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་གཉིས་ལ་སྐྱ་གསུམ་སྐྱ་བཞི།
འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སློ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་
འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

- ལན།** ཉགས་མ་གྲུབ།
- རྩི་བ།** འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།
- ལན།** འདྲོད།
- རྩི་བ།** ཞོག
- ལན།** སྐྱ་བཞི་ཡོད་པར་འདྲོད། (སྐྱ་བཞི་དང་འགལ་བ་གང་ཡིན་དུས་དགོས།)



རྩི་བ། ཟུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ༡) གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། མི་དང་། བ་ཕྱགས་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། མི་དང་། བ་ཕྱགས་སོགས་ཆོས་ཅན། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མི་དང་། བ་ཕྱགས་སོགས་ཆོས་ཅན། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། གླམ་ས་ཁོ་ནར་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གླམ་ས་ཁོ་ནར་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མི་དང་། བ་ཕྱགས་སོགས་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། མི་དང་། བ་སྐྱུགས་སོགས་ཆོས་ཅན། རྩ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་
ཏེ།

ལན། རྩའི་ནང་རྩུན་དུ་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། རྩའི་ནང་རྩུན་དུ་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན།
རྩ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱིར་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) རྩ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། རྒྱུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་
བྱིར་པའི་བྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྩ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། རྒྱུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་མ་
བྱིར་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཉ་དང་། རྩ་སྐྱུ་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ཉ་དང་། རྩ་སྐྱུ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྩ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།



རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྤྱལ་སྟོགས་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཡིན་ཏེ།
ལན། ཚུའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྟོག་ཆགས་ཡིན་པའི་
བྱིར།

རྩི་བ། ཚུའི་ནང་རྒྱན་དུ་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་
གནས་སྟོག་ཆགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྤྱལ་སྟོགས་ཆོས་ཅན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཉ་དང་། ཚུ་སྤྱལ་སྟོགས་ཆོས་ཅན།

ལན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ། སྐམ་ས་ཁོ་ནར་འཛོལ་གནས་བྱེད་
མཁན་གྱི་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། སྐམ་ས་ཁོ་ནར་འཛོལ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ན།
སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་
པས་ཁྱབ་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།



རྩི་བ། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་
མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རྒྱ་གནས་དང་། སྤལ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། རྒྱ་གནས་དང་། སྤལ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་
ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གནས་དང་། སྤལ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། གླམ་གནས་སློག་ཆགས་
ཡིན་ཏེ།

ལན། གླམ་སར་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། གླམ་སར་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་ན་གླམ་གནས་
སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གནས་དང་། སྤལ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་
པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གནས་དང་། སྤལ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་གནས་སློག་ཆགས་



ཡིན་ཏེ།

ལན། ཚུའི་ནང་དུའང་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་
བྱིར།

རྩི་བ། ཚུའི་ནང་དུའང་འཆོ་གནས་བྱེད་མཁན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ཚུ་
གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༤) སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་
པས་བྱུང་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་བྱུབ།

རྩི་བ། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་
མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རྩོམས་ཅན།

རྩི་བ། རྩོམས་ཅན། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྩོམས་ཅན། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།



རྩི་བ། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། སྐམ་གནས་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་
བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྡོ་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྡོ་ཆོས་ཅན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། ཚུ་གནས་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་
ཐལ།

ལན། འདྲོད།





སྟོག་ཆགས་དང་། ཟེ་ཤིང་།

རྩི་བ། རྒྱུ་རི་ལྟར་ཆོས་ཅན། སྟོག་ཆགས་དང་། ཟེ་ཤིང་གཉིས་ལ་མུ་གསུམ་
མུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྟོན་སྟེ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་
འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འདོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འགལ་བ་ཡིན་པར་འདོད།

རྩི་བ། སྟོག་ཆགས་དང་། ཟེ་ཤིང་གཉིས་ཆོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། འགལ་བ་
ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



དོགས་དབྱེད།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཆགས་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་བྱབ་
 ཟེར་ན། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་དེ་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་
 ན། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་པར་
 ཐལ། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་
 གྲུབ་ན། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །འདྲོད་ན།
 འཛམ་གླིང་བྱུང་ནས་སློག་ཆགས་མ་བྱུང་བའི་དུས་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །

ཚུ་བར་འདྲོད་ན། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་ཆོས་ཅན།
 ཁྱོད་འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སློག་
 ཆགས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཉགས་ཁས། འདྲོད་མི་རུས་ཏེ། ཁྱོད་འཛམ་
 གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།
 འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་ཐོག་མའི་སློག་ཆགས་ཡོད་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡོད་
 པར་ཐལ། འཛམ་གླིང་བྱུང་ནས་སློག་ཆགས་མ་བྱུང་བའི་དུས་ཡོད་པའི་བྱིར།
 མ་གྲུབ་ན། འཛམ་གླིང་བྱུང་ནས་ལོ་ངོ་ས་ཡ་མང་པོའི་རྗེས་སུ་སློག་ཆགས་བྱུང་
 བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །



ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་དང་། སློག་ཆགས་གཉིས་ལ་སྟེ་
བཞི་ཡོད་དེ། སློག་ཆགས་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་ལས་བྱུང་བས་མ་བྱལ། ཆེས་ཐོག་
མའི་སློག་ཆགས་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་ལས་མ་བྱུང་བས་
མ་བྱལ། དེ་རིང་བཅས་མ་ཐག་པའི་བྱིས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་ཆོས་ཅན་ཟེར་ན། དེ་མི་
འཐད་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ལས་མ་བྱུང་བའི་སློག་ཆགས་མེད་པའི་བྱིས་པ་
མ་བྱལ་ན། སློག་ཆགས་ལས་མ་བྱུང་བའི་སློག་ཆགས་མེད་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་
གང་དང་གང་ཡིན་ན། ད་ལྟ་རང་ཉིད་ལ་བྱུང་ཆོས་དང་བྱེད་ལས་གང་ཡོད་པ་དེ།
རང་གི་རིགས་འདྲའི་སློག་ཆགས་སྟེ་མའི་རིགས་རྣམས་འདྲ་བཤུས་བྱེད་དགོས་
པའི་བྱིས་པ་མ་བྱལ་ན། རིགས་རྣམས་མེད་པའི་རྫོང་དང་ལྷགས་སོགས་ལས་སློག་
ཆགས་འབྱུང་ཆོག་པར་ཐལ་ལོ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྟག་ཆོས་ཅན། ཤ་ཟན་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤ་ཟ་
བའི་བྱིས་ཟེར་ན། འོ་ན། ཤ་ཟ་ན། ཤ་ཟན་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ།
བྱེད་གྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིས་པ་འདོད་ན། བྱལ་འཐུང་ན། བྱལ་འཐུང་སློག་
ཆགས་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། རིགས་པ་རྣམས་པ་ཀྱན་ཏུ་མཆུངས་པའི་བྱིས་པ་
འདོད་ན། འབྲུ་སློག་གྱི་བྱལ་འཐུང་མཁན་རིགས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ཆོས་ཅན། བྱལ་
འཐུང་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། བྱལ་འཐུང་བའི་བྱིས་པ་བྱལ་པ་ལས། འདོད་
མི་རྣམས་ཏེ། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་བྱིས་པ་གཞན་ཡང་། དམ་བཅའ་བའི་ཁ་ཆོས་
ཅན། ཤ་ཟན་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤ་ཟ་བའི་བྱིས་པ་བྱལ་པ་ལས།



སློབ་ཚན་གསུམ་པ།

ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ།

ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་དུ་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་མི་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།
 དེ་དག་ལ་ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་ཟེར་གྱི་ཡོད། དེ་དག་སླ་གཞུགས་དང་།
 གཤེར་གཞུགས། རླུང་གཞུགས་བཅས་སྡེ་ཚན་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུས་ཡོད།

- ༡) དངོས་རྒྱུ་གང་གིས་སློང་ངེས་ཅན་འཛིན་ཅིང་། གང་ལ་དབྱིབས་
 ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དེ་སླ་གཞུགས་ཡིན།
- ༢) དངོས་རྒྱུ་གང་གིས་བར་སློང་ངེས་པ་རེ་འཛིན་ཀྱང་། དབྱིབས་ངེས་
 ཅན་མེད་པ་དེ་གཤེར་གཞུགས་ཡིན།
- ༣) དངོས་རྒྱུ་གང་གིས་སློང་ཆ་དང་། དབྱིབས་གཉིས་ཀ་ངེས་ཅན་མེད་
 པ་དེ་རླུང་གཞུགས་ཡིན།



དངོས་པོ་དང་། སྒ་གཞུགས།

རྩི་བ། རྒྱུ་རི་ལྟར་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་དང་སྒ་གཞུགས་གཉིས་ལ་སྒ་གསུམ་
སྒ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་
འདྲིལ་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འདྲིལ་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། སྒ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། སྒ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང།

ལན། ༡) སྒ་གཞུགས་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང།

རྩི་བ། ༢) དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྒ་གཞུགས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྒ་གཞུགས་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག



ལན། ལྷ་མོ་ཅན།

རྩི་བ། ལྷ་མོ་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷ་མོ་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩེ་མེ་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྩེ་མེ་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷ་མོ་ཅན། སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷ་མོ་ཅན། སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། བཟོ་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། བཟོ་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་ན། སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྤྲུལ་གྱི་ལྷ་མོ་ཅན་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག



ལན། རྡོ་རྒྱུར་གསུམ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། རྡོ་རྒྱུར་གསུམ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྡོ་རྒྱུར་གསུམ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྣམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྣམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྡོ་རྒྱུར་གསུམ་ཆོས་ཅན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྡོ་རྒྱུར་གསུམ་ཆོས་ཅན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་རྣམ་གང་གིས་སྟོང་ཆ་ངེས་ཅན་འདྲིན་ཅིང་། གང་ལ་དབྱིབས་
ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དངོས་རྣམ་གང་གིས་སྟོང་ཆ་ངེས་ཅན་འདྲིན་ཅིང་། གང་ལ་དབྱིབས་
ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།



ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རྒྱགས་དང་། རྒྱས་པ་སོགས་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། རྒྱགས་དང་། རྒྱས་པ་སོགས་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྒྱགས་དང་། རྒྱས་པ་སོགས་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྣམ་གྱིས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྣམ་གྱིས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྒྱས་པ་དང་། རྒྱགས་སོགས་ཚོས་ཅན། སྲ་གཟུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རྒྱས་པ་དང་། རྒྱགས་སོགས་ཚོས་ཅན། སྲ་གཟུགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་རྣམས་གང་གིས་སྟོང་ཆ་ངེས་ཅན་འདྲིན་ཅིང་། གང་ལ་དབྱིབས་
ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དངོས་རྣམས་གང་གིས་སྟོང་ཆ་ངེས་ཅན་འདྲིན་ཅིང་། གང་ལ་དབྱིབས་
ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དེ་མ་ཡིན་ན། སྲ་གཟུགས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་
ཐལ།

ལན། འདོད།



སྲ་གཞུགས་དང་། རླང་གཞུགས།

རྩི་བ། རྩི་ལྟ་ཆོས་ཅན། སྲ་གཞུགས་དང་། རླང་གཞུགས་གཉིས་ལ་
མུ་གསུམ་མུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་
པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འགལ་བ་ཡིན་པར་འདོད།

རྩི་བ། སྲ་གཞུགས་དང་རླང་གཞུགས་གཉིས་ཆོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཐ་དད་གང་ཞིག་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། འགལ་བ་
ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། སྲ་གཞུགས་དང་རླང་གཞུགས་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་པར་
ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། སླ་གཟུགས་དང་རླུང་གཟུགས་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་ཏེ།

ལན། སོ་སོ་བའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། སོ་སོ་བའི་ཚོས་ཡིན་ན། ཐ་དད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། སླ་གཟུགས་དང་རླུང་གཟུགས་གཉིས་ཚོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་
པའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། སླ་གཟུགས་དང་རླུང་གཟུགས་གཉིས་ཚོས་ཅན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་
པའི་ཚོས་ཡིན་ཏེ།

ལན། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཚོས་ཡིན་ན། གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་
ཚོས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





རྟགས་དབྱེད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དང་། རྩིང་ཚད་ཡོད་པ། གོ་ས་འདྲིན་
 ཐུབ་པ་སོགས་ཡིན་ན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་སྲ་གཟུགས་ཀྱི་
 གོ་དོན་ཡིན་པར་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་
 ཚོས་ཅན། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་ཡོད་པ་དང་། རྩིང་ཚད་
 ཡོད་པ། གོ་ས་འདྲིན་ཐུབ་པ་སོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། ཉགས་དང་པོ་
 མ་གྲུབ་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་ཚོས་ཅན། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ། མིའི་
 བཟོ་ལྷ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་གྲུབ་ལྟེ། མི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་གཉིས་
 པ་མ་གྲུབ་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་ཚོས་ཅན། རྩིང་ཚད་ཡོད་པར་ཐལ། མི་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་ཚོས་ཅན། གོ་ས་འདྲིན་
 ཐུབ་པར་ཐལ། རང་གི་གོ་སར་གཟུགས་ཅན་གཞན་འབྱུང་བ་ལ་གེགས་བྱེད་པའི་
 ཕྱིར། ཚུ་བར་འདོད་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་ཚོས་ཅན། གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ།
 སྲ་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ལས། འདོད་ན། སློབ་བྱ་བཟླ་ཤིས་ཚོས་ཅན།
 བཅ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ལས། འདོད་མི་རུས་ཏེ།

1] བཅ་པོ་ཞེས་པ་ནི་རྩལ་གྱིས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཟེར།



གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་ན། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་མེད་པས་བྱབ་པར་ཐལ། སློབ་དེབ་ལས། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་མེད་པ་ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། ཤེལ་སྒྲམ་གྱ་བཞིའི་ནང་གི་གཤེར་གཟུགས་དེ་ཆོས་ཅན། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་མེད་པར་ཐལ། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། རྟགས་མ་གྱུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩ་བར་འདོད་ན། ཤེལ་སྒྲམ་གྱ་བཞིའི་ནང་གི་གཤེར་གཟུགས་དེ་ཆོས་ཅན། བཟོ་ལྷ་ངེས་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ། བཟོ་ལྷ་གྱ་བཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། (འདི་ལ་དབྱད་དགོས།)

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ས་ཡིན་ན། སླ་གཟུགས་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སའི་ནང་སློང་ཆོས་ཅན། སླ་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྱུབ་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སའི་དགྲིལ་དུ་ཆ་དོད་ཆེ་དགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཅ་དངོས་གང་ཡང་སླ་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གནས་མི་ཐུབ་པའི་ཕྱིར།

1) གང་ཟག་ཅེས་པ་ནི་རྩལ་དང་བེམ་པོ་སོགས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སློག་ཆགས་ཤིག་ལ་ཟེར།



སྒྲིབ་ཆན་བཞི་པ།

ས་དང་། སའི་ཕན་ཡོན།

འབྲུང་བའི་འགྲུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་པ་ལས་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ལ་ས་ཟེར། ས་ནི་ཅི་ཤིང་སྣ་ཚོགས་སྒྲིབ་འཁྱེད་ཡིན་པས་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ། དེས་ན་ང་ཚོས་ས་དང་ཁོར་ཡུག་ལ་གཙང་ཉར་དང་། བདག་གཅེས་བྱེད་དགོས། ས་ལ་སྟེང་ས་དང་། འོག་ས། གཤེན་ས་སོགས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད། **སྟེང་ས**འི་ནང་དུ་དོ་སྟོན་ཞིབ་ཞིབ་དང་། ཐལ་བ། ཅི་ཤིང་རུལ་བ། རྩ་དང་རྩུང་སོགས་རྩ་རིགས་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་ཁེངས་ཡོད། **འོག་ས**འི་ནང་དུ་བྲག་དོ་མང་པོས་ཁེངས་ཡོད། **གཤེན་ས**འི་ནང་དུ་ཅི་ཤིང་རིགས་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཚོགས་དང་། རྩ་དང་རྩུང་སོགས་ཡོད། ད་དུང་སའི་ནང་དུ་འབྲུ་སྲིན་མང་པོས་ས་སོབ་སོབ་བཟོ་བ་དང་། ས་དང་ཅི་ཤིང་རུལ་བ་སོགས་བསྐྱེད་སྐྱུར་གྱིས་ཞིང་ཁ་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་ལས་ཀ་སྣ་ཚོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད།



ས་དང་། གཤིན་ས།

རྩི་བ། རྩི་ལྟར་ཆོས་ཅན། ས་དང་གཤིན་ས་གཉིས་ལ་སྤྱ་གསུམ་སྤྱ་བཞི།
འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་
པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། སྤྱ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། སྤྱ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱས།

ལན། ༡) གཤིན་ས་ཡིན་ན། ས་ཡིན་པས་བྱས།

རྩི་བ། ༢) ས་ཡིན་ན། གཤིན་ས་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ས་ཡིན་ན། གཤིན་ས་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག



ལན། ས་ཡོལ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ས་ཡོལ་ཆོས་ཅན། ས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ས་ཡོལ་ཆོས་ཅན། ས་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྱུང་བའི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོམ་གསལ་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་བ་ལས་
བྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། འབྱུང་བའི་འགྱུར་བ་བརྟེན་ནས་རྩོམ་གསལ་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་བ་ལས་བྱུང་
བའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ས་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ས་ཡོལ་ཆོས་ཅན། གཤེན་ས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ས་ཡོལ་ཆོས་ཅན། གཤེན་ས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅི་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཆོགས་དང་། ཅུ་དང་རྒྱུ་སོགས་
མི་ལྡན་པའི་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཅི་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཆོགས་དང་། ཅུ་དང་རྒྱུ་སོགས་
མི་ལྡན་པའི་ས་ཡིན་ན། གཤེན་ས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) ས་ཡིན་ན། གཤེན་ས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།



ལན། ཉམས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ས་ཡིན་ན། གཤིན་ས་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འབྲས་ཞིང་གི་ས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། འབྲས་ཞིང་གི་ས་ཆོས་ཅན། ས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འབྲས་ཞིང་གི་ས་ཆོས་ཅན། ས་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྲུང་བའི་འགྲུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྡོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྲུར་པ་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། འབྲུང་བའི་འགྲུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྡོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྲུར་པ་ལས་
བྱུང་བ་ཡིན་ན། ས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འབྲས་ཞིང་གི་ས་ཆོས་ཅན། གཤིན་ས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འབྲས་ཞིང་གི་ས་ཆོས་ཅན། གཤིན་ས་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཆེ་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཆོགས་དང་། རྩ་དང་རྩུང་སོགས་
ལྡན་པའི་ས་ཡིན་པའི་བྱིར།



རྩི་བ། ཕྱི་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཟུད་སྒྲ་ཚོགས་དང་། ཚུ་དང་རྒྱུང་སོགས་
ལྡན་པའི་ས་ཡིན་ན། གཤིན་ས་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༤) ས་མ་ཡིན་ན། གཤིན་ས་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ས་མ་ཡིན་ན། གཤིན་ས་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འཐེན་ལྷགས་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། འཐེན་ལྷགས་ཚོས་ཅན། ས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། འཐེན་ལྷགས་ཚོས་ཅན། ས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྱུང་བའི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་པ་ལས་
བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། འབྱུང་བའི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་པ་ལས་
བྱུང་བ་མ་ཡིན་ན། ས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། འཐེན་ལྷགས་ཚོས་ཅན། གཤིན་ས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

དྲི་བ། འཐེན་ཤུགས་ཚོས་ཅན། གཤིན་ས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཅི་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཚོགས་དང་། ཅུ་དང་སྤྱང་སོགས་
ལྡན་པའི་ས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དྲི་བ། ཅི་ཤིང་ལ་དགོས་པའི་ཟས་བཅུད་སྣ་ཚོགས་དང་། ཅུ་དང་སྤྱང་སོགས་
ལྡན་པའི་ས་མ་ཡིན་ན། གཤིན་ས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།





རྟགས་དཔྱད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ས་ཡིན་ན། སྲ་ཞིང་འཐས་པ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སའི་གོ་ལའི་ས་སྟོང་ཆོས་ཅན། སྲ་ཞིང་འཐས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ཉགས་མ་གྲུབ་ན། སའི་གོ་ལའི་ས་སྟོང་ཆོས་ཅན། ས་ཡིན་པར་ཐལ། འབྱུང་བའི་འབྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོ་སོགས་ཞིབ་ཞིབ་གྱུར་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། སའི་གོ་ལའི་ས་སྟོང་ཆོས་ཅན། སྲ་ཞིང་འཐས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྲ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་འཐས་པའང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་རེ་རེ་ནས་གྲུབ་སྟེ། སྲ་གཞུགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སའི་གོ་ལའི་ས་སྟོང་ཆོས་ཅན། སྲ་གཞུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཤེར་གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སའི་གོ་ལའི་ས་སྟོང་ཆོས་ཅན། གཤེར་གཞུགས་ཡིན་པར་ཐལ། དེང་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་དང་། ས་ཁམས་རིག་པ་བ་ཆང་མས་དེ་སྲ་གཞུགས་ཡིན་པར་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར།



སློབ་ཚན་གྲྭ་བ།

ཕྱི

ཕྱི་ཁོང་ལ་དོག་སྟགས་མེད་པའི་གཤེར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན།
 ང་ཚོའི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ། སློག་ཆགས་དང་། ཅི་ཤིང་། བཟའ་བཏུང་
 བཟོ་བྱེད། ཞིང་ཁ། བཟོ་བྱ། སློབ་བྱ་སྟགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་
 གྱི་ཡོད། ད་ལྟའི་དུས་རབས་འདིར་འཛམ་གླིང་ལ་ཕྱི་ཁྱུང་དུ་འགོ་བཞུགས་པའི་
 དཀའ་ངལ་འཕྲད་གྱི་ཡོད་པས་ང་ཚོས་བག་མེད་ཚུད་ཟོས་སུ་གཏོང་མི་རུང་། ཕྱི་
 ལ་གཙང་ཕྱི་དང་བཅོག་ཕྱི་གཉིས་ཡོད། ཕྱི་གཙང་མ་བཏུང་ན་ང་ཚོའི་གཟུགས་
 བོ་ལ་ཕན་གྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། ང་ཚོའི་གཟུགས་བོའི་བརྒྱུ་ཆ་བདུན་ཅུ་ཡས་མས་
 ཤིག་ཚུས་གྲུབ་ཡོད། དེ་ལས་ལྷོག་ལྟེ་ཕྱི་བཅོག་པ་བཏུང་ན་ང་ཚོའི་གཟུགས་བོ་
 ལ་གཞོན་གྱི་ཡོད། ཕྱི་མཚན་ཕྱི་བཅོག་པའི་ནང་དུ་བཟོ་བྱ་སྟགས་ནས་ཐོན་པའི་
 དངོས་རྒྱས་བཅོག་པའི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་པར་མ་ཟད། འབྲུ་སློན་ཕྱི་མའི་རིགས་
 ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་པས་ཡིན། ཕྱི་མེད་ན་སློག་ཆགས་དང་ཅི་ཤིང་མང་མ་གསོན་



པོར་གནས་ཐབས་མེད། དེས་ན་ཚུ་ནི་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྲང་རིན་ཐང་ཆེ་ཤོས་
དང་། ཚུ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།

ཚུ་གཙང་མ་དང་། ཚུ་

རྩི་བ། རྩི་ལྷ་རྩི་ཆོས་ཅན། ཚུ་གཙང་མ་དང་ཚུ་གཉིས་ལ་ལྷ་གསུམ་ལྷ་
བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་འཛོག་
ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྩི་གསུམ་ལྷ་གསུམ་

རྩི་བ། འཛོག་ཚུ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལྷ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། ལྷ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང།

ལན། ༡) ཚུ་གཙང་མ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱུང།

རྩི་བ། ༡) ཚུ་ཡིན་ན། ཚུ་གཙང་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྩི་གསུམ་ལྷ་གསུམ་

རྩི་བ། ཚུ་ཡིན་ན། ཚུ་གཙང་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།





ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལུ་བཅོག་པ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ལུ་བཅོག་པ་ཆོས་ཅན། ལུ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལུ་བཅོག་པ་ཆོས་ཅན། ལུ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་ན། ལུ་ཡིན་པས་བྱིར་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལུ་བཅོག་པ་ཆོས་ཅན། ལུ་གཙང་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལུ་བཅོག་པ་ཆོས་ཅན། ལུ་གཙང་མ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྲུ་སྲིན་དང་རྩི་རིགས་བཅོག་པས་ཁེངས་པའི་ལུ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། འབྲུ་སྲིན་དང་རྩི་རིགས་བཅོག་པས་ཁེངས་པའི་ལུ་ཡིན་ན། ལུ་
གཙང་མ་མ་ཡིན་པས་བྱིར་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།



རྩི་བ། ༡) རྒྱ་ཡིན་ན། རྒྱ་གཙང་མ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྒྱ་གས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྒྱ་ཡིན་ན། རྒྱ་གཙང་མ་མ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། རི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ན། རྒྱ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་གཙང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། རི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་གཙང་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྲུ་སྤྱོད་དང་རྒྱ་རིགས་བཅོམ་པ་མེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



རྩི་བ། འབྲུ་སྲིན་དང་རྩལ་རིགས་བཅོག་པ་མེད་པའི་ཚུ་ཡིན་ན། ཚུ་གཅེང་
མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༧) ཚུ་གཅེང་མ་མ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་བྱིར།

ལན། ཏགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཚུ་གཅེང་མ་མ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རྩོམ་ཅན།

རྩི་བ། རྩོམ་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྩོམ་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
མ་ཡིན་ན། ཚུ་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྩོམ་ཅན། བཅོག་ཚུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྡོ་ཚུ་ཅན། བཙེག་ཚུ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། འབྲུ་སྲིན་དང་རྩ་རིགས་བཙེག་པས་ཁེངས་པའི་ཚུ་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར།

རྩི་བ། འབྲུ་སྲིན་དང་རྩ་རིགས་བཙེག་པས་ཁེངས་པའི་ཚུ་མ་ཡིན་ན།
བཙེག་ཚུ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

ཚུ་དང་། མིས་བཟུང་བུང་བ།

རྩི་བ། རྒྱུ་རྩི་རྩ་རྩ་ཚུ་ཅན། ཚུ་དང་། མིས་བཟུང་བུང་བ་གཉིས་ལ་སྦྱ་
གསུམ་སྦྱ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་
པར་འཛོག་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་ཚུ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག།

ལན། སྦྱ་བཞི་ཡོད་པར་འདྲོད།





རྩི་བ། ལུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ༡) ལུ་ཡིན་ན། མིས་བཏུང་རུང་བ་ཡིན་པས་
ཁྱེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ལུ་ཡིན་ན། མིས་བཏུང་རུང་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྱེད་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག།

ལན། རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་མཚམས་ཅན།

རྩི་བ། རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་མཚམས་ཅན། ལུ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་མཚམས་ཅན། ལུ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྷན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྷན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་ན། ལུ་ཡིན་པས་ཁྱེད་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་མཚམས་ཅན། མིས་བཏུང་རུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་མཚོའི་ལྷོ་མཚམས་ཅན། མིས་བཏུང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།



ལན། ཚུ་ཁྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཚུ་ཁྱ་ཡིན་ན། མིས་བརྟུང་རུང་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད། (བྱུང་པ་ཡོད་མེད་དཔྱད་དགོས།)

རྩི་བ། ༡) མིས་བརྟུང་རུང་བ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། མིས་བརྟུང་རུང་བ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། འོ་མ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། འོ་མ་ཆོས་ཅན། མིས་བརྟུང་རུང་བ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འོ་མ་ཆོས་ཅན། མིས་བརྟུང་རུང་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། བརྟུང་ན་པན་ཐོགས་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། བརྟུང་ན་པན་ཐོགས་ན། མིས་བརྟུང་རུང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འོ་མ་ཆོས་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། འོ་མ་ཆོས་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་ཏེ།



ལན། ཇི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

དྲི་བ། ཇི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
མ་ཡིན་ན། ཚུ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

དྲི་བ། ༡) ཚུ་ཡིན་ན། མིས་བཏུང་རུང་བ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

དྲི་བ། ཚུ་ཡིན་ན། མིས་བཏུང་རུང་བ་མ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

དྲི་བ། ཞོག

ལན། གངས་ཚུ་ཆོས་ཅན།

དྲི་བ། གངས་ཚུ་ཆོས་ཅན། ཚུ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

དྲི་བ། གངས་ཚུ་ཆོས་ཅན། ཚུ་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཇི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་པའི་བྱིར།

དྲི་བ། ཇི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། གངས་ཚུ་ཚོས་ཅན། མིས་བརྟུང་རྟུང་བ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། གངས་ཚུ་ཚོས་ཅན། མིས་བརྟུང་རྟུང་བ་ཡིན་ཏེ།

ལན། བརྟུང་ན་པན་ཐོགས་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། བརྟུང་ན་པན་ཐོགས་ན། མིས་བརྟུང་རྟུང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༤) ཚུ་མ་ཡིན་ན། མིས་བརྟུང་རྟུང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཚུ་མ་ཡིན་ན། མིས་བརྟུང་རྟུང་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཏྲག་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། ཏྲག་ཚོས་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཏྲག་ཚོས་ཅན། ཚུ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



རྩི་བ། རྩི་རོ་ཁ་དོག་སོགས་དང་མི་ལྡན་པའི་གཤེར་གཟུགས་ཀྱི་རིགས་
ཤིག་མ་ཡིན་ན། རྩི་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། དུག་ཚེས་ཅན། མིས་བརྟང་རྟང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། དུག་ཚེས་ཅན། མིས་བརྟང་རྟང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

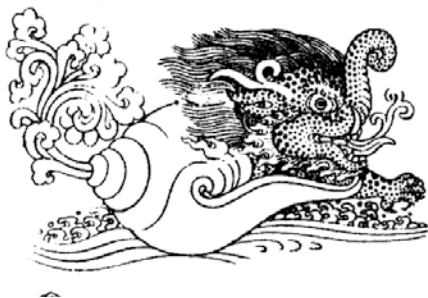
ལན། བརྟང་ན་སློག་གཙོད་པའི་ཕྱིར།





རིགས་དབྱིད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཚུ་ཡིན་ན། གཤེར་གཞུགས་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། འབྲུགས་པ་
 ཚོས་ཅན། གཤེར་གཞུགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཚུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། མ་
 གུབ་ན། འབྲུགས་པ་ཚོས་ཅན། ཚུ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚུ་འི་ཆ་རྩལ་(H₂O) གྱིས་གུབ་
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱ་བ་ན། བྱ་བ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚུ་འི་ཆ་རྩལ་གྱིས་གུབ་པ་
 ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པའི་ཕྱིར། མ་གུབ་ན། དེ་བྱ་བ་པར་ཐལ། གངས་ཚུ་
 ཚོས་ཅན། ཚུ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟེར་ན། ཚུ་འི་ཆ་རྩལ་གྱིས་གུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
 ཟེར་རྒྱུ་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་དབྱེད་དགོས།





སྒྲུབ་ཚན་བྱུག་པ།

ལ།



སྒྲུབ་ཞེས་པ་ནི། དངོས་པོ་ཞིག་གི་འདར་འགྲུལ་ལ་
 བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྒྲུབ་སྒྲིལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན། ཅ་
 བས་ཐོས་རུང་གི་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། འདར་འགྲུལ་
 ཞེས་པ་ནི། དངོས་པོ་ཞིག་ཕར་ཚུར་ཡང་ཡང་འགྲུལ་
 བསྐྱོད་བྱས་པ་ལ་ཟེར། སྒྲུབ་ཁ་ཤས་སྒྲོམ་པོ་དང་། ཁ་ཤས་ཕྱ་པོ། ཁ་ཤས་སྒྲན་མོ་
 དང་། ཁ་ཤས་མི་སྒྲན་པ་སོགས་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད། ད་དུང་སྒྲུབ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་
 བརྟེན་བྱ་སྒྲན་པ། དཔེར་ན། བཟླ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་།
 ཁ་ཤས་ཀྱིས་བརྟེན་བྱ་མི་སྒྲན་པ་པི་མང་དང་། རྩེ་སྒྲུབ་ལྟ་བུ།

སྒྲུབ་ཡི་སྒྲོམ་ཕྱོད་མ་འདྲ་བའི་དབང་གིས་སྒྲོག་ཆགས་རང་རང་གི་རྒྱས་

1] དུས་ཚོད་དེས་ཅན་སྐར་ཆ་གཅིག་གི་ནང་དངོས་པོ་ཞིག་ཕར་ཕྱུལ་ཚུར་ཕྱུལ་ལམ། འཁོར་སྐྱོད་དམ་
 བསྐྱར་ལྟ་ཡང་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་ཁ་གངས།



པ་ལ་བཞེན་ནས་གོ་སླབ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད། དཔེར་ན། འགྲོ་བ་མིས་ཐོས་སླབ་
པའི་སྒྲ་ནི་སྒྲོས་ཕྱིད་ཏར་ངི་¹⁾ ༡༠ ནས་ ༡༠༠༠༠ བར་ཡིན། སྒྲོས་ཕྱིད་དེ་ལས་དམའ་
བ་དང་མཐོ་བའི་སྒྲ་རྣམས་འགྲོ་བ་མིས་ཐོས་སླབ་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་། རོག་ཆགས་
ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཐོས་སླབ།

སྒྲ་ནི། རྒྱང་དང་། ཤིང་། ལྷགས། རྒྱད་པ་སོགས་བརྒྱད་ནས་འགྲོ་སླབ་ཀྱི་
ཡོད། འོན་ཀྱང་། བརྒྱད་ལམ་མེད་པར་འགྲོ་མི་སླབ། ཟླ་བའི་སྤྲོད་ནས་སྒྲ་ཐོས་མི་
སླབ་པ་ཡང་དེར་རྒྱང་སོགས་བརྒྱད་ལམ་གང་ཡང་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱིས་ཡིན།

སྒྲ་དང་། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྒྲ།



རྒྱེ་ ཇི་ལྟར་ཆོས་ཅན། སྒྲ་དང་མིས་ཐོས་རུང་གི་སྒྲ་གཉིས་ལ་ལུ་
གསུམ་ལུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་
བྱང་པར་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་བྱུང་། འདོག་རྒྱ་
ཡོད་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག ལུ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད། ལུ་
གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང་། ༡) མིས་ཐོས་རུང་གི་སྒྲ་ཡིན་ན།
སྒྲ་ཡིན་པས་བྱུང་།

༡) སྒྲ་ཡིན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྒྲ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་

1) ཏར་ངི་ཞེས་པ་ནི་སྒྲོས་ཕྱིད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཡིན།

१) སྐྱལ་ཡོན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱེ་མ་ཡོན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་
 མ་གྲུབ། སྐྱལ་ཡོན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱེ་མ་ཡོན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད།
 ཞོག། སྐྱོས་ཕྱོད་ཏར་ངེ་ ༩༠ ཅན་གྱི་སྐྱེ་དེ་ཆོས་ཅན། སྐྱོས་ཕྱོད་ཏར་ངེ་ ༩༠ ཅན་
 གྱི་སྐྱེ་དེ་ཆོས་ཅན། སྐྱལ་ཡོན་པར་ཐལ། འདོད། སྐྱོས་ཕྱོད་ཏར་ངེ་ ༩༠ ཅན་གྱི་སྐྱེ་
 དེ་ཆོས་ཅན། སྐྱལ་ཡོན་ཏེ། དངོས་པོ་ཞིག་གི་འདར་འགྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་
 རྒྱབས་གྱི་རང་བཞིན་ཅན། རྒྱ་བས་ཐོས་རུང་གི་རྣམ་པ་ཡོན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་



ཞིག་གི་འདར་འགྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། རྩ་བས་
 ཐོས་རུང་གི་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། སྐྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད། སྒྲོས་ཕྱོད་ཏར་
 ཇི་ ༡༠ ཅན་གྱི་སྐྱ་དེ་ཆོས་ཅན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། སྒྲོས་
 ཕྱོད་ཏར་ཇི་ ༡༠ ཅན་གྱི་སྐྱ་དེ་ཆོས་ཅན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོས་ཕྱོད་
 ཏར་ཇི་ ༡༠ ཅན་ ༡༠༠༠༠ བར་གྱི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲོས་ཕྱོད་ཏར་ཇི་ ༡༠ ཅན་
 ༡༠༠༠༠ བར་གྱི་སྐྱ་ཡིན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད།

༥) སྐྱ་མ་ཡིན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་
 གྲུབ། སྐྱ་མ་ཡིན་ན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད། ཞོག
 དཔེ་དཔེ་ཆོས་ཅན། དཔེ་དཔེ་ཆོས་ཅན། སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། དཔེ་དཔེ་
 ཆོས་ཅན། སྐྱ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཞིག་གི་འདར་འགྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་
 སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། རྩ་བས་ཐོས་རུང་གི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་
 པོ་ཞིག་གི་འདར་འགྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། རྩ་
 བས་ཐོས་རུང་གི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ན། སྐྱ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད། དཔེ་
 དཔེ་ཆོས་ཅན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། དཔེ་དཔེ་ཆོས་
 ཅན། མིས་ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་མ་ཡིན་ན། མིས་
 ཐོས་རུང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད།



སྐྱོད་དང་། སྒྲ་གཞུགས།

རྒྱུ་རི་ལྟར་ཆོས་ཅན། སྐྱོད་དང་སྒྲ་གཞུགས་གཉིས་ལ་སྒྲ་གསུམ་སྒྲ་བཞི། འགལ་བ་
དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར།

རྟགས་མ་གྲུབ། འདོག་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག འགལ་བ་ཡིན་
པར་འདོད། སྐྱོད་དང་སྒྲ་གཞུགས་གཉིས་ཆོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་གང་
ཞིག གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཐ་དད་གང་ཞིག གཞི་མཐུན་
མི་སྲིད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། འགལ་བ་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདོད།

དོན་སྒྲུབ་དཔྱད་བཞུགས།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྐྱའི་བརྒྱུད་ལམ་ཡིན་ན། སྒྲ་གཞུགས་ཡིན་པས་བྱང་ཐེར་ན། རྒྱ་
ཆོས་ཅན། སྒྲ་གཞུགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱའི་བརྒྱུད་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱང་པ་
ཁས། མ་གྲུབ་ན། རྒྱ་ཆོས་ཅན། སྐྱའི་བརྒྱུད་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་རྒྱ་བརྒྱུད་
ནས་འགྲོ་བྱུང་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྐྱ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་བྱུང་པར་
ཐལ། ཉ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོག་ཆགས་མང་པོས་རྒྱའི་ནང་ནས་སྐྱ་སྐྱོས་པའི་བྱིར། རྒྱ་
བར་འདོད་ན། རྒྱ་ཆོས་ཅན། སྒྲ་གཞུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཤེར་གཞུགས་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཚུ་ཚྭ་ཅན། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཚུ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲའི་བརྒྱད་ལམ་ཡིན་ན། ཚུ་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། རླང་
དང་། ས། ལྷགས། སྒྱུད་པ་སོགས་ཚྭ་ཅན། ཚུ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲའི་བརྒྱད་ལམ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། རླང་དང་། ས། ལྷགས། སྒྱུད་པ་སོགས་
ཚྭ་ཅན། སྒྲའི་བརྒྱད་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་སྒྲའི་བརྒྱད་ལམ་ཡིན་པ་སྟོབ་
དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཚུ་བར་འདོད་མི་རུས་སྟེ། དེ་དག་གཤེར་གཟུགས་མ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་ལ་འདར་འགྲུལ་ཡོད་ན། དེ་ལ་སྒྲ་ཡོད་པས་བྱུང་བེར་
ན། རླང་བའི་སྟེང་དུ་ལྷགས་ཀྱི་གཟེར་ཁ་ལ་ཐོ་བས་རྒྱང་བ་ཚྭ་ཅན། རྟོད་ལ་སྒྲ་
ཡོད་པར་ཐལ། འདར་འགྲུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། འདོད་ན། རླང་བའི་
སྟེང་དུ་ལྷགས་ཀྱི་གཟེར་ཁ་ལ་ཐོ་བས་རྒྱང་བ་ཚྭ་ཅན། རྟོད་ལ་དངོས་པོ་ཞིག་གི་
འདར་འགྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱང་བའི་རྒྱབས་ཀྱི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་ཚྭ་གང་ཞིག་ན་
བས་ཐོས་རྒྱང་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ།
གལ་སྲིད་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་འདྲ་སྟོག་ཆགས་སུ་ཞིག་གིས་ཐོས་རྒྱང་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རླང་བའི་སྟེང་དུ་སྒྲ་བརྒྱད་ལམ་གྱི་རླང་
ཁམས་མེད་པས་སྟོག་ཆགས་སུ་ཞིག་གིས་ཐོས་མི་བྱུང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



སློབ་ཚན་བདུན་པ།

རྒྱུད་ཀྱི་

རྒྱུད་ཞེས་པ་ནི། རྒྱུད་སྐྱུག་ལྟ་བུ་མེད་པ་དང་། སྐྱུ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་བྱེ་
རྒྱུད་དང་འཆོ་རྒྱུད་གཉིས་ཡིན།

རྒྱུད་ལ་ཁ་དོག་མེད་པ་དང་། ལྷིད་ཚད་ཡོད་པ། མིག་གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་
པ། ས་ཆ་འདྲིན་ཐུབ་པ། གཞོན་ཕྱག་ལོད་པ། ཆ་པོ་ཆགས་ན་རྒྱ་རྩེ་ཆེ་རུ་འགོ་
བ་དང་། གང་མོ་ཆགས་ན་རྒྱ་ཁྱོན་རྒྱུད་རུ་འགོ་བ། བར་སྒྲུང་རུ་བསྐྱོད་ཐུབ་པ། ད་
རྒྱུད་མེ་སྐྱར་བ་དང་གསོད་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་མ་ཟད། རྒྱུད་དོས་ཅི་ཤིང་དང་
སློག་ཆགས་ཚང་མ་གསོན་གནས་ཐུབ་པ་ལ་མེད་རུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན། རྒྱུད་ཁམས་འབག་བཅོག་ཆགས་པས་ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་འདིར་
རྒྱུད་གཙང་མ་ཉུང་ནས་ཉུང་རུ་འགོ་བཞིན་ཡོད།

- 1] ཁ་དོག་དང་དྲི་རོ་བཅས་མེད་པའི་གོ་ལར་བྱུང་པའི་རྒྱུད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་ལྟར་བཞི་ཙམ་ཞིག
- 2] ཁ་དོག་དྲི་རོ་བྲལ་ཞིང་སློག་འཆོ་བ་དང་། མེ་འབར་བར་མེད་རུ་མི་རུང་བའི་རྒྱུད་སྐྱུག་ཁམས་ཇུས་
ཤིག་འདི་ནི་རྒྱུད་ཁམས་ནང་རང་རྒྱུད་ལ་དེའི་ལྷ་ཆ་གཅིག་ཟིན་གྱི་ཡོད། རྩལ་གྲངས། 8 མཚོན་
རྟགས། 0



རྒྱང་དང་། གྲང་མོ།

རྩི་བ། རྒྱེ་རི་ལྟར་ཚོས་ཅན། རྒྱང་དང་། གྲང་མོ་གཉིས་ལ་མུ་གསུམ་མུ་བཞི།
འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་
པའི་བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། མུ་བཞི་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། མུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ༡) རྒྱང་ཡིན་ན། གྲང་མོ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་
བྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྒྱང་ཡིན་ན། གྲང་མོ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རྒྱང་ཚ་པོ་ཚོས་ཅན།



རྩི་བ། ལྷང་ཆ་པོ་ཚས་ཅན། ལྷང་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་ཆ་པོ་ཚས་ཅན། ལྷང་ཡིན་ཏེ།

ལན། ཆ་བའི་རེག་བྱ་ཅན་གྱི་ལྷང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། ཆ་བའི་རེག་བྱ་ཅན་གྱི་ལྷང་ཡིན་ན། ལྷང་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་ཆ་པོ་ཚས་ཅན། གང་མོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལྷང་ཆ་པོ་ཚས་ཅན། གང་མོ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གང་བའི་རེག་བྱ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གང་བའི་རེག་བྱ་ཅན་མ་ཡིན་ན། གང་མོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) གང་མོ་ཡིན་ན། ལྷང་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། གང་མོ་ཡིན་ན། ལྷང་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ཅུ་གང་མོ་ཚས་ཅན།



རྩི་བ། རྒྱ་གར་མོ་ཆོས་ཅན། གར་མོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གར་མོ་ཆོས་ཅན། གར་མོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གར་བའི་རིག་བྱ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གར་བའི་རིག་བྱ་ཅན་ཡིན་ན། གར་མོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གར་མོ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རྒྱ་གར་མོ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྒྱ་གར་གསལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྒྱ་གར་གསལ་མ་ཡིན་ན། རྒྱ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) རྒྱ་ཡིན་ན། གར་མོ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྒྱ་ཡིན་ན། གར་མོ་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། གངས་རིའི་ཆེ་མོའི་རྒྱ་ཆོས་ཅན།



རྩི་བ། གངས་རིའི་ཚེ་མོའི་རྒྱང་ཚོས་ཅན། རྒྱང་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། གངས་རིའི་ཚེ་མོའི་རྒྱང་ཚོས་ཅན། རྒྱང་ཡིན་ཏེ།

ལན། རྒྱངས་གཞུགས་འདྲ་མིན་འདུས་པ་དང་། སྤྱབ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་ཟེ་རྒྱང་
དང་འཆོ་རྒྱང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། རྒྱངས་གཞུགས་འདྲ་མིན་འདུས་པ་དང་། སྤྱབ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་ཟེ་རྒྱང་
དང་འཆོ་རྒྱང་གཉིས་ཡིན་ན། རྒྱང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། གངས་རིའི་ཚེ་མོའི་རྒྱང་ཚོས་ཅན། གང་མོ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། གངས་རིའི་ཚེ་མོའི་རྒྱང་ཚོས་ཅན། གང་མོ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གང་པའི་རིག་བྱ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གང་པའི་རིག་བྱ་ཅན་ཡིན་ན། གང་མོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) རྒྱང་མ་ཡིན་ན། གང་མོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཉགས་མ་གྱུབ།

རྩི་བ། རྒྱང་མ་ཡིན་ན། གང་མོ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།



རྩི་བ། རོག

ལན། ལྷགས་ཚ་པོ་ཆོས་ཅན།

རྩི་བ། ལྷགས་ཚ་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཚ་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། སྲ་གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། སྲ་གཞུགས་ཡིན་ན། ལྷང་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཚ་པོ་ཆོས་ཅན། གྲང་མོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ལྷགས་ཚ་པོ་ཆོས་ཅན། གྲང་མོ་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། གྲང་བའི་རིག་བྱ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། གྲང་བའི་རིག་བྱ་ཅན་མ་ཡིན་ན། གྲང་མོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།





དོགས་དབྱེད།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྷང་གི་བྱང་ཚུལ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་མེད་པ་དང་། ལྷིང་ཚད་ཡོད་པ་། བར་སྣང་དུ་སྐྱོད་ཐུབ་པ་གསུམ་པོ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། འོ་ན། ས་ཆ་འཛིན་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། ལྷང་གི་བྱང་ཚུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷང་གི་བྱང་ཚུལ་ཡིན་ན། ཁ་དོག་མེད་པ་དང་། ལྷིང་ཚད་ཡོད་པ། བར་སྣང་དུ་སྐྱོད་ཐུབ་པ་གསུམ་པོ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ས་ཆ་འཛིན་ཐུབ་པ་དང་། གཞོན་ཤུགས་ཡོད་པ། ཆེ་ཤིང་དང་སློག་ཆགས་སོགས་གསོན་གནས་ཐུབ་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་སོགས་ཀྱང་ལྷང་གི་བྱང་ཚུལ་ཡིན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡང་ཁིང་གཡོ་བ་དེ། ལྷང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། ལྷང་ཡིན་ན། ཡང་ཁིང་གཡོ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ཡང་ཁིང་གཡོ་བ་དེ་ལྷང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། ལྷང་ཡིན་ན། ཡང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ལྷང་ཡིན་ན། ཡང་ཁིང་གཡོ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། ལྷིང་ཚད་ཀི་ལོ་སྟ་རམ་༡༠༠ ཅན་གྱི་ལྷང་དེ་ཆོས་ཅན། ཡང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་



ཏེ། ཟླ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། རྒྱུ་ཚད་གི་ལོ་སྟ་རམ་༡༠༠ ཅན་གྱི་
རྒྱང་དེ་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟླ་ཚད་གི་ལོ་སྟ་རམ་༡༠༠ ཅན་གྱི་སྟགས་
དེ་ཟླ་བ་ཡིན་པ་གང་ཞིག མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱང་ཡིན་ན། རྒྱང་རྒྱན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རྒྱ་དང་
སའི་ནང་གི་རྒྱང་གཉིས་ཆོས་ཅན། རྒྱང་རྒྱན་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱང་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཞོན་ཤུགས་མཐོ་ས་ནས་དམའ་སར་རྒྱ་
བའི་རྒྱང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཁྱབ་ན། ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱང་རྒྱན་ཡིན་ན།
གཞོན་ཤུགས་མཐོ་ས་ནས་དམའ་སར་རྒྱ་བའི་རྒྱང་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པས་འདོད་
པའི་ཕྱིར།





སློབ་ཚན་བརྒྱད་པ།

ཤུགས་དང་། རྩོལ་བ།

དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་འཕུད་པའམ་འཐེན་པའི་རུས་པ་ཞིག་ལ་ཤུགས་
 ཟེར། ཤུགས་ནི་རྩལ་ཕྱན་གྱིས་བྱུང་བ་མིན་པས། སྤྱ་གཞུགས་དང་། གཤེར་
 གཞུགས། རྒྱངས་གཞུགས་སོགས་གང་ཡང་མིན། ཤུགས་ལ་ཁ་དོག་དང་རི་རོ་
 སོགས་ཀྱང་མེད། འགྲུལ་བཞིན་པའི་དངོས་པོ་འགོག་ཐུབ་པ། འགྲུལ་བཞིན་
 པའི་དངོས་པོའི་ཁ་རྩྱགས་བརྒྱུར་ཐུབ་པ། དངོས་པོའི་བཟོ་དབྱིབས་བརྒྱུར་ཐུབ་པ།
 འགྲོ་བཞིན་པའི་དངོས་པོའི་ཐུར་ཚད་བརྒྱུར་ཐུབ་པ་སོགས་ནི་ཤུགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་
 ཡིན། ཤུགས་ལ། རེག་ཤུགས་དང་། རེག་མེད་ཤུགས། འཐེན་ཤུགས། ཤ་གནད་
 ཀྱི་ཤུགས་སོགས་སྟ་ཆོགས་ཡོད།

རྩོལ་བ་ཞེས་པ་ནི། དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་སྤྱིང་དུ་ཤུགས་བེད་
 སྤྱོད་བྱས་ཏེ་དངོས་པོ་དེ། གནས་གཅིག་ནས་གཞན་དུ་སྤྲོས་པ་དེ་ལ་རྩོལ་བ་ཟེར་
 ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོས་རྩོལ་བ་ཞིག་བྱེད་པ་ལ། རྩོལ་བའི་ངོ་བོ་དང་འཆམ་པའི་རུས་



ཤུགས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཉི་མ་དང་སློག་གི་རུས་ཤུགས། རྩ་དང་རྩུང་གི་རུས་ཤུགས། རྩོད་ཀྱི་རུས་ཤུགས། རྟེན་ཐོབ་དང་འགྲུལ་སྤྱོད་ཀྱི་རུས་ཤུགས་སོགས་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཤུགས་དང་། རིག་ཤུགས།

རྩི་བ། རྒྱུ་རི་ལྟར་ཚོས་ཅན། ཤུགས་དང་། རིག་ཤུགས་གཉིས་ལ་སྒྲ་གསུམ་སྒྲ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སློ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། འདོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། སྒྲ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད།

རྩི་བ། སྒྲ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང།

ལན། ༡) རིག་ཤུགས་ཡིན་ན། ཤུགས་ཡིན་པས་བྱུང།

རྩི་བ། ༢) ཤུགས་ཡིན་ན། རིག་ཤུགས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྟགས་མ་གྲུབ།





རྩི་བ། རྒྱགས་ཡིན་ན། རེག་རྒྱགས་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། རེག་མེད་ཀྱི་རྒྱགས་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། རེག་མེད་ཀྱི་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རྒྱགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རེག་མེད་ཀྱི་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རྒྱགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་ན། རྒྱགས་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རེག་མེད་ཀྱི་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རེག་རྒྱགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། རེག་མེད་ཀྱི་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རེག་རྒྱགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རེག་ནས་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་པའི་བྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རེག་ནས་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་ན། རེག་རྒྱགས་མ་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ།



ལན། འདོད།

རྩི་བ། ༡) རྒྱགས་ཡིན་ན། རིག་རྒྱགས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། རྒྱགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། རྒྱགས་ཡིན་ན། རིག་རྒྱགས་མ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། བརྟར་རྒྱགས་ཚོས་ཅན།

རྩི་བ། བརྟར་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རྒྱགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། བརྟར་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རྒྱགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕྱད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕྱད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་ན། རྒྱགས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། བརྟར་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རིག་རྒྱགས་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདོད།

རྩི་བ། བརྟར་རྒྱགས་ཚོས་ཅན། རིག་རྒྱགས་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རིག་ནས་འཕྱད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་པའི་



ཕྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རེག་ནས་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་ན།
རེག་ཤྱགས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ༡) ཤྱགས་མ་ཡིན་ན། རེག་ཤྱགས་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར།

ལན། ཏྲགས་མ་གྲུབ།

རྩི་བ། ཤྱགས་མ་ཡིན་ན། རེག་ཤྱགས་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཞོག

ལན། ལ་དོག་ཚེས་ཅན།

རྩི་བ། ལ་དོག་ཚེས་ཅན། ཤྱགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལ་དོག་ཚེས་ཅན། ཤྱགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཕུད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་ན། ཤྱགས་
མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ལ་དོག་ཚེས་ཅན། རེག་ཤྱགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།



ལན། འདྲོད།

རྩི་བ། ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། རིག་ཤུགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ལན། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རིག་ནས་འཕུད་པ་འཕམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་
པའི་བྱིར།

རྩི་བ། དངོས་པོ་ཞིག་ལ་རིག་ནས་འཕུད་པ་འཕམ་འཐེན་པ་གང་རུང་མི་བྱེད་
ན། རིག་ཤུགས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ།

ལན། འདྲོད།



རྩི་བ་དཔྱད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཤུགས་ཡིན་ན། འཕུད་ཤུགས་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། འཐེན་
ཤུགས་ཆོས་ཅན། འཕུད་ཤུགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤུགས་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱབ་པ་
ཁས། མ་གྲུབ་ན། འཐེན་ཤུགས་ཆོས་ཅན། ཤུགས་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་
ཞིག་ལ་འཕུད་པ་འཕམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་པའི་བྱིར། བྱབ་ཏེ། དངོས་པོ་ཞིག་
ལ་འཕུད་པ་དང་འཐེན་པ་གང་རུང་དེ་ཤུགས་ཀྱི་གོ་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། རྩ་བར་
འདྲོད་ན། འཐེན་ཤུགས་ཆོས་ཅན། འཕུད་ཤུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་
ཞིག་པར་འཕུད་པ་མི་བྱེད་པར་ཚུར་འཐེན་པར་བྱེད་པའི་ཤུགས་ཡིན་པའི་བྱིར།



ཁྱབ་སྒྲི། དེ་ཡིན་ན། འཐེན་ཤྱགས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཤྱགས་ཡིན་ན། རེག་ཤྱགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཁབ་
ལེན་གྱི་ཤྱགས་ཆོས་ཅན། རེག་ཤྱགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤྱགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཁྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཤྱགས་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཞིག་
པར་འཕྱད་པའམ་འཐེན་པ་གང་རུང་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྒྲི། དེ་ཡིན་ན། ཤྱགས་
ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། ཁབ་ལེན་གྱི་ཤྱགས་ཆོས་ཅན། རེག་
ཤྱགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་གཉིས་པན་ཚུན་མ་རེག་པར་སྦྱོད་པའི་ཤྱགས་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྒྲི། དེ་ཡིན་ན། རེག་མེད་གྱི་ཤྱགས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱེད་ཡུལ་ཡིན་ན། རླང་ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་
བྱེད་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཤོག་བྱ་གཏོང་བ་དང་། དར་ལྗོག་གཏོང་བ་
སོགས་ཆོས་ཅན། རླང་ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱ་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤྱགས་བེད་
སྦྱོད་བྱ་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། ཤོག་བྱ་གཏོང་བ་དང་།
དར་ལྗོག་གཏོང་བ་སོགས་ཆོས་ཅན། ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱ་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་
དག་ལ་ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱས་ན་དགོས་མཁོ་སྒྲོང་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་
མི་རུས་ཏེ། རླང་ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱེད་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤོག་བྱ་
གཏོང་བ་དང་། དར་ལྗོག་གཏོང་བ་སོགས་ཆོས་ཅན། རླང་ཤྱགས་བེད་སྦྱོད་བྱ་
ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤོག་བྱ་གནམ་དུ་སྤྱར་བ་དང་། དར་ལྗོག་རླང་གིས་བསྦྱོད་



པ་སོགས་སྤང་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལས་ཀ་ཡིན་ན། སྤང་ཤུགས་དང་། སློག་ཤུགས་ཁོ་ན་བེད་
སྤྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཟས་གཡོ་བ་དང་། མེ་འཁོར་འགྲུལ་བཞུད་
བྱེད་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། སྤང་ཤུགས་དང་། སློག་ཤུགས་ཁོ་ན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་
ཡོད་པར་ཐལ། ལས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རྫོད་གྱི་
རྒྱས་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རྒྱུ་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་བྱ་བ་ལ་མ་ཡིན་
པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། རྒྱུ་ཤུགས་སློག་འདོན་བཟོ་བྱ་སོགས་ཆོས་ཅན།
རྒྱུ་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་བྱ་བ་ལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་
ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་དག་ལ་རྒྱུ་ཤུགས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།





སློབ་ཆན་དབྱ་བ།

འོད་དང་། གྲིབ་གཟུགས།

ང་ཆོས་ཉི་མའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་ཅ་དངོས་དང་འགྲོ་ལམ་སོགས་མཐོང་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད། དེས་ན་འོད་ཅེས་པ་ནི། དངོས་པོ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ལ་འོད་ཟེར་
ཀྱི་ཡོད། སྒྱུར་བཏང་འོད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ནི། ཉི་མ་དང་། མེ། སློག་སོགས་
ཡིན། འོད་ཀྱི་བྱང་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་ནམ་ཡང་ཐད་ཀར་འགྲོ་བ་དང་། དེའི་ཀྱི་
ནས་མི་འགྲོ་བ་དེ་ཡིན། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་ལ་དྲངས་གསལ་དང་། བྱེད་དྲངས་
གསལ་ཀྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ཡོད། དཔེར་ན། ཤེལ་དྲངས་གསལ་དང་། རྩ་དྲངས་
གསལ་སོགས་ནི་དྲངས་གསལ་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡིན། དེ་དག་དྲངས་གསལ་ཀྱི་དངོས་
པོ་ཡིན་པའི་རྩ་མཆན་ཡང་དེ་དག་བརྒྱུད་ནས་འོད་འགྲོ་ཐུབ་པ་དང་། རྩལ་མཐུན་
ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་རྩ་མཆན་གྱིས་ཡིན།

གྲིབ་གཟུགས་ཞེས་པ་ནི། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་ཅ་དངོས་ལ་



ཉི་འོད་སོགས་ཕོག་ན། དེའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་འདྲ་གཞུགས་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན།
 ཟླ་བས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་བཀག་པ་ན། དེའི་གྲིབ་གཞུགས་འཛམ་གླིང་དུ་ཕོག་ནས་
 ཉི་འཛིན་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་དག་
 ལ་འོད་ཕོག་ན་གྲིབ་གཞུགས་འབྱུང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། རྡོ་དང་། ལྕགས། ཤིང་
 སྤོང་སོགས་ལ་ཉི་འོད་ཕོག་ན་གྲིབ་གཞུགས་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གྲིབ་
 གཞུགས་ཤིག་འབྱུང་བ་ལ། འོད་དང་། དྲངས་གསལ་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ། གྲིབ་
 གཞུགས་ཆགས་སའི་གཞི་བཅས་ཆ་རྒྱུན་གསུམ་ཆང་དགོས།

གནའ་སྤྱ་མོའི་མི་ཆོས་གྲིབ་གཞུགས་ནི་དུས་ཚོད་ཚད་འཛིན་བྱེད་པར་
 བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ།

རྒྱུ་ཅི་ལྟར་ཆོས་ཅན། དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་གཉིས་ལ་སྤྱ་
 གསུམ་སྤྱ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་འཛོག་རྒྱ་
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་སྤྱ་
 གསུམ་ཡོད་པར་འདོད། སྤྱ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང་།

1) དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་།

2) དངོས་པོ་ཡིན་ན། དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།



རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་
 པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག རྫོང་དང་ལྷགས་ཆོས་ཅན། རྫོང་དང་ལྷགས་ཆོས་ཅན།
 དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད། རྫོང་དང་ལྷགས་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། སླ་
 གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སླ་གཞུགས་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ།
 འདྲོད། རྫོང་དང་ལྷགས་ཆོས་ཅན། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།
 འདྲོད། རྫོང་དང་ལྷགས་ཆོས་ཅན། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། འོད་ཀྱི་
 བརྒྱུད་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་མ་ཡིན་ན། གྲངས་གསལ་གྱི་
 དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདྲོད།

༡) གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་
 མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག ཤེལ་གྲངས་མ་དང་། ལྷ་གྲངས་མ་ཆོས་ཅན།
 ཤེལ་གྲངས་མ་དང་། ལྷ་གྲངས་མ་ཆོས་ཅན། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་
 ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་གྲངས་མ་དང་། ལྷ་གྲངས་མ་ཆོས་ཅན། གྲངས་གསལ་གྱི་
 དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་མ་
 ཡིན་ན། གྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་གྲངས་མ་
 དང་། ལྷ་གྲངས་མ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་གྲངས་
 མ་དང་། ལྷ་གྲངས་མ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་ཆད་ཡོད་པའི་དངོས་
 པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་ཆད་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་



པར་ཐལ། འདོད།

༤) དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར།
 ཏྲགས་མ་གྲུབ། དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་
 པར་ཐལ། འདོད། ཞོག རི་བོང་རྒྱ་ཚེས་ཅན། རི་བོང་རྒྱ་ཚེས་ཅན། དྲངས་
 གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། རི་བོང་རྒྱ་ཚེས་ཅན། དྲངས་གསལ་
 གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། དྲངས་
 གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། རི་བོང་རྒྱ་ཚེས་ཅན།
 དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། རི་བོང་རྒྱ་ཚེས་ཅན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ།
 གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཏན་ནས་མེད་པ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་
 པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད།

ཤེལ་སྒྲོ་དང་། བྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་

རྒྱུ་ རི་ལྟར་ཚེས་ཅན། ཤེལ་སྒྲོ་དང་། བྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་
 གཉིས་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་
 པར་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། ཏྲགས་མ་གྲུབ། འདོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད།
 ཞོག སྤྲུལ་བཞི་ཡོད་པར་འདོད། སྤྲུལ་བཞི་མེད་པར་ཐལ།

༡) ཤེལ་སྒྲོ་ཡིན་ན། བྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་



ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་ན། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་
 མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག ཤེལ་སྒོ་དྲངས་མ་ཆོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་དྲངས་མ་
 ཆོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་སྒོ་དྲངས་མ་ཆོས་ཅན། ཤེལ་
 སྒོ་ཡིན་ཏེ། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་ཡིན་ན།
 ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་སྒོ་དྲངས་མ་ཆོས་ཅན། ཕྱད་དྲངས་
 གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད། ཤེལ་སྒོ་དྲངས་མ་ཆོས་ཅན། ཕྱད་
 དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ་
 པའི་ཕྱིར། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གསལ་པོར་མཐོང་ཐུབ་ན། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་
 དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད།

༡) ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པས་
 མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག འབྲགས་པ་དང་སྒྱུ་མ་ཤོག་ཆོས་ཅན། འབྲགས་
 པ་དང་། སྒྱུ་མ་ཤོག་ཆོས་ཅན། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།
 འདྲོད། འབྲགས་པ་དང་། སྒྱུ་མ་ཤོག་ཆོས་ཅན། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་
 ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རབ་རིབ་ཅམ་ལས་གསལ་པོར་མཐོང་མི་ཐུབ་པའི་
 དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རབ་རིབ་ཅམ་ལས་གསལ་པོར་
 མཐོང་མི་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཕྱད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་
 ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད། འབྲགས་པ་དང་། སྒྱུ་མ་ཤོག་ཆོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་མ་ཡིན་



པར་ཐལ། འདོད། འབྲུགས་པ་དང་། ལྷམ་ཤོག་ཚོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་མ་ཡིན་ཏེ།
 ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་མ་ཡིན་ན། ཤེལ་
 སྒོ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།

༡) ཤེལ་སྒོ་ཡིན་ན། ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་
 ཕྱིར། ཏྲགས་མ་གྲུབ། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་ན། ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་
 པས་མ་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་ ཚོན་ལྡན་ཤེལ་སྒོ་ཚོས་ཅན། ཚོན་ལྡན་
 ཤེལ་སྒོ་ཚོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ཚོན་ལྡན་ཤེལ་སྒོ་ཚོས་ཅན།
 ཤེལ་སྒོ་ཡིན་ཏེ། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྒོ་
 ཡིན་ན། ཤེལ་སྒོ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཚོན་ལྡན་ཤེལ་སྒོ་ཚོས་ཅན།
 ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ཚོན་ལྡན་ཤེལ་སྒོ་ཚོས་
 ཅན། ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རབ་རིབ་ཅམ་
 ལས་གསལ་པོར་མཐོང་མི་བྱས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་
 རབ་རིབ་ཅམ་ལས་གསལ་པོར་མཐོང་མི་བྱས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཕྱིད་དྲངས་
 གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།

༢) ཤེལ་སྒོ་མ་ཡིན་ན། ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་
 ཕྱིར། ཏྲགས་མ་གྲུབ། ཤེལ་སྒོ་མ་ཡིན་ན། ཕྱིད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་
 པས་མ་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་ ཤིང་ཚོས་ཅན། ཤིང་ཚོས་ཅན། ཤེལ་སྒོ་



མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་ཚེས་ཅན། ཤེལ་སྟོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེལ་ལས་གྲུབ་
 པའི་སྟོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་སྟོ་མ་ཡིན་ན། ཤེལ་སྟོ་མ་ཡིན་པས་
 བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་ཚེས་ཅན། ཕྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་
 པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་ཚེས་ཅན། ཕྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་
 རྒྱུ་གི་དངོས་པོ་རབ་རིབ་ཅམ་ལས་གསལ་པོར་མཐོང་མི་སྟབ་པའི་དངོས་པོ་མ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་རྒྱུ་གི་དངོས་པོ་རབ་རིབ་ཅམ་ལས་གསལ་པོར་མཐོང་མི་སྟབ་
 པའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན། ཕྱེད་དྲངས་གསལ་གྱི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་
 ཐལ། འདོད།





རིགས་དབྱིད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྲ་གཟུགས་ཡིན་ན། གྲངས་གསལ་དང་། རྩེད་གྲངས་གསལ་གྱི་
དངོས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ས་དང་། བྲག་རྩོམས་ཅན། གྲངས་
གསལ་དང་། རྩེད་གྲངས་གསལ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། སྲ་གཟུགས་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། འདོད་མི་ལྷན་ཏེ། ས་དང་། རྩོམས་གྲངས་གསལ་དང་།
རྩེད་གྲངས་གསལ་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པ་སྤྱི་ཁྱད་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལུན་ནག་དང་གྲིབ་གཟུགས་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཟེར་ན།
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལུན་ནག་ཅེས་པ་ནི་འོད་མེད་པའི་གནས་ཤིག་ལ་ཟེར་གྱི་
ཡོད་ལ། གྲིབ་གཟུགས་ཞེས་པ་ནི་ཅ་དངོས་ཤིག་ལ་འོད་ཕྱོག་སྐབས། ཅ་དངོས་
དེས་འོད་བཀག་ནས་རང་གི་འདྲ་གཟུགས་གསལ་བར་མངོན་པ་ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་
པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྷ་འཛིན་བྱུང་དུས་ལ་ངེས་པ་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་
ཐལ། ལྷ་འཛིན་ནི་ངེས་པར་དུ་བོད་ཆོས་བཙུ་ལ་འབྱུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཆོས་བཙུ་མ་གཏོགས་ལྷ་བ་དང་ཉི་མ་སའི་གོ་ལ་
གསུམ་ཐད་ཀར་འཁེལ་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན། བྱ་བ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷ་



འདྲིན་འབྱུང་བ་ལ་སྒྲ་བ་དང་། ཉི་མ། སའི་གོ་ལ་གསུམ་ཐད་ཀར་ཁེལ་ནས་སའི་
 གོ་ལའི་གྲིབ་གཟུགས་སྒྲ་བར་ཕོག་པ་ན་སྒྲ་འདྲིན་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདི་
 ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། འོ་ན། བོད་ཆོས་བཙེ་ལྷ་ནམ་ཡིན་ལ་སྒྲ་འདྲིན་འབྱུང་དགོས་
 པར་ཐལ། བོད་ཆོས་བཙེ་ལྷ་ནམ་ཡིན་ལ་ཉི་མ་དང་སྒྲ་བ་སའི་གོ་ལ་གསུམ་ཐད་
 ཀར་ཁེལ་གྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཟུལ། སྒྲ་འདྲིན་བྱུང་བ་ནི་དེ་གསུམ་ཐད་
 ཀར་ཁེལ་བ་གཅིག་སྤྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཟུལ་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲ་
 འདྲིན་འབྱུང་བ་ལ། དེ་གསུམ་ཐད་ཀར་ཁེལ་དགོས་པར་མ་ཟད། མཐོ་དམའ་མེད་
 པར་དྲང་ཐིག་ཐོག་ངེས་པར་འཁེལ་དགོས་པའི་ཕྱིར།





སྒྲིབ་ཆན་བརྒྱུ་ལ།

ཉི་མའི་བྲིམ་རྒྱུད།

ཉི་མ་དཀྱིལ་དུ་གནས་ཤིང་གཟའ་ལྷག་པ་དང་། པ་སངས། སའི་གོ་ལ། ཟླ་བ།
མིག་དམར་སོགས་རྒྱ་སྐར་ཆེ་ཆུང་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་མཐའ་ནས་སྐོར་བ་ཞིག་ལ་ཉི་
མའི་བྲིམ་རྒྱུད་ཟེས། ཉི་མའི་བྲིམ་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་དུ་ཉི་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཟའ་
བརྒྱུད་དང་། དེ་དག་སོ་སོའི་སྐར་སྐར་དང་ཟླ་བ། སྐར་རྩྭ་དང་དུ་བ་མཇུག་རིང་
སོགས་ཡོད།

གཟའ་དང་སྐར་མ་གཉིས་ནི་མི་འདྲ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། སྐར་མ་ལས་ཆུང་
བ་དང་། ཉི་མར་སྐོར་བ་བྱེད་པ། རང་བྱུང་གི་འོད་མེད་པ། འོད་ཆེས་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་
མེད་པ་ནམས་ནི་གཟའ་ཡིན་ལ། གཟའ་ལས་ཆེ་བ་དང་། ཉི་མར་སྐོར་བ་བྱེད་ཀྱི་
མེད་པ། རང་བྱུང་གི་འོད་ཡོད་པ། འོད་ཆེས་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནམས་ནི་སྐར་
མ་ཡིན།



སྤྱིར་གཟུང་སྐར་དེ་དག་རང་རང་གི་ཆེ་ཆུང་དང་རྒྱ་མཚན་གི་དབང་གིས་
 ང་ཚོས་མཐོང་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་མང་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་། གཟུང་པ་སངས་ནི་ཐོ་
 རེངས་དང་། སྔོན་གྱི་དུས་སུ་འོད་མདངས་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་མཐོང་གི་ཡོད།
 དེ་ནི་ང་ཚོས་ཐོ་རེངས་སྐར་ཆེན་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། དེ་བཞིན་མཆན་མོའི་དུས་སུ་
 གཟུང་མིག་དམར་ཡང་འོད་མདངས་དམར་པོའི་རྣམ་པར་མཐོང་གི་ཡོད། གཟུང་
 འདི་གཉིས་ང་ཚོའི་མིག་གིས་མཐོང་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་ང་ཚོའི་འཛམ་གླིང་
 དང་བར་ཐག་ཉེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན། གཟུང་དང་རྒྱ་སྐར་དག་གིས་ཉི་མར་
 གཞན་སྒྲོར་རྒྱག་པའི་དུས་ལྟན་མི་འདྲ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། འཛམ་གླིང་གིས་ཉི་
 མར་གཞན་སྒྲོར་གཅིག་རྒྱག་པར་དུས་ལྟན་ཉིན་༡༥ ཡིན་མོད། གཟུང་ལྷག་པས་
 ཉི་མར་གཞན་སྒྲོར་གཅིག་རྒྱག་པར་ཉིན་༡༩ ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་དང་རྒྱ་
 སྐར་དེ་དག་ལ་རྒྱངས་གཟུགས་ཀྱིས་བྱུང་པའི་རིགས་གཅིག་དང་། འབྲེམ་རྩི་འི་
 རིགས་ཀྱིས་བྱུང་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་ཡོད། གཟུང་ལྷག་པ་དང་། པ་སངས། འཛམ་
 གླིང་། མིག་དམར་སོགས་ནི་སྤྱི་གཟུགས་ཀྱིས་བྱུང་པའི་རིགས་དང་། གཟུང་ཕུར་
 བུ་དང་། སྤེན་པ། གནམ་རྒྱལ། མཆོ་རྒྱལ་སོགས་ནི་རྒྱངས་གཟུགས་ཀྱིས་བྱུང་
 པར་འདོད། གཟུང་སྐར་དེ་དག་ལ་རང་རང་གི་འཁོར་ལམ་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད་པའི་
 རྒྱ་མཆན་གྱིས་བར་སྤྱང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་གཤོང་ཐུག་གི་མེད།

1] ཉི་མའི་བྱིས་རྒྱུད་ནང་ཉི་མ་དང་བར་ཐག་ཉེ་བའི་གཟུང་འག་གི་བྱུང་ཆ་ཞིག་ཡིན། འབྲེམ་རྩི་ལས་བྱུང་
 པའི་གཟུང་རྣམས་ནི་སྤྱི་གཟུགས་ཀྱི་འོས་དང་གཟུང་ཉི་མ་དུས་སུ་ལྷག་པ་ཀྱིས་བྱུང་ཡོད།



རྒྱ་སྐར་དང་། ཟླ་བ།

རྒྱུ་རི་ལྟར་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐར་དང་། ཟླ་བ་གཉིས་ལ་ལྷ་གསུམ་ལྷ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག ལྷ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད། ལྷ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང།

༡) ཟླ་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐར་ཡིན་པས་བྱུང།

༡) རྒྱ་སྐར་ཡིན་ན། ཟླ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་སྐར་ཡིན་ན། ཟླ་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག འཛམ་གླིང་ཆོས་ཅན། འཛམ་གླིང་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐར་ཡིན་ཏེ། ཉི་མར་སྐོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲིང་གི་རྒྱུ་གཟུགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉི་མར་སྐོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲིང་གི་རྒྱུ་གཟུགས་ཤིག་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐར་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་སྐར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་སྐར་ཡིན་ན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད།



༡) ཟླ་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། ཟླ་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག འཛམ་གླིང་གི་ཟླ་བ་ཆོས་ཅན། འཛམ་གླིང་གི་ཟླ་བ་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་གི་ཟླ་བ་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་ཡིན་ཏེ། འཛམ་གླིང་ལ་གཞན་སྐྱོར་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྐད་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཛམ་གླིང་ལ་གཞན་སྐྱོར་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྐད་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡིན་ན། ཟླ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་གི་ཟླ་བ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། འཛམ་གླིང་གི་ཟླ་བ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐད་ཡིན་ཏེ། ཉི་མར་སྐྱོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲུང་གི་རྟོག་གཞུགས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉི་མར་སྐྱོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲུང་གི་རྟོག་གཞུགས་ཤིག་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད།

༢) རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་ན། ཟླ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་ན། ཟླ་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག མི་ཆོས་ཅན། མི་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། མི་ཆོས་ཅན། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་ཏེ། ཉི་མར་སྐྱོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲུང་གི་རྟོག་གཞུགས་ཤིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉི་མར་སྐྱོར་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བར་སྒྲུང་གི་རྟོག་གཞུགས་མ་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། མི་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། མི་ཆོས་ཅན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་སྐད་མ་ཡིན་ན། ཟླ་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད།



རྟོགས་དབྱེད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཟའ་ཡིན་ན། ཉེ་མར་གཞན་སྐྱོར་གྱི་དུས་ཡུན་ཉིན་ ༡༥ ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། གཟའ་ལྷག་པ་ཆོས་ཅན། ཉེ་མར་གཞན་སྐྱོར་གྱི་དུས་ཡུན་ཉིན་ ༡༥ ཡིན་པར་ཐལ། གཟའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། འདོད་ན། གཟའ་ལྷག་པ་ཆོས་ཅན། ཉེ་མར་གཞན་སྐྱོར་གྱི་དུས་ཡུན་ཉིན་ ༡༥ མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉིན་ ༡༡ ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཟའ་ཡིན་ན། རྒྱུག་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། གཟའ་ལྷག་པ་དང་། པ་སངས། འཛམ་གླིང་། བྱི་དམར་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱུག་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྤྲོ་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཟའ་ཡིན་ན། རྒྱུག་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། གཟའ་ཕྱར་བྱ་དང་། སྤྲོ་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། རྒྱུག་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་རྒྱུག་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཟའ་ཡིན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཟའ་མིག་དམར་དང་། སུར་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཉི་མར་གཞན་
སྐྱོར་བྱེད་པའི་དུས་ལུན་གཅིག་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟའ་དེ་
གཉིས་ཀྱིས་ཉི་མར་གཞན་སྐྱོར་བྱེད་པའི་དུས་ལུན་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། གཟའ་མིག་དམར་གྱིས་ཉི་མར་གཞན་སྐྱོར་
བྱེད་པའི་དུས་ལུན་ཉིན་གངས་ ༥༥ ཡིན་པ་གང་ཞིག གཟའ་སུར་བྱས་ཉི་མར་
གཞན་སྐྱོར་བྱེད་པའི་དུས་ལུན་འཛམ་གླིང་གི་ལོ་ ༡༩ ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།
དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་བ་ཡིན་ན། འཛམ་གླིང་གི་རྒྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་
ན། གཟའ་མིག་དམར་གྱི་རྒྱ་བ་ ༡ དང་། གཟའ་ཆེན་སྟེན་པའི་རྒྱ་བ་ ༡༩ (༥༩)
སོགས་ཆོས་ཅན། འཛམ་གླིང་གི་རྒྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་
པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱ་བ་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པ་སྤྲོས་
ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར།



སློབ་ཚན་བརྒྱ་གཅིག་པ།

སླེ་ལྷན།

སླེ་ལྷན་ཞེས་པ་ནི། འཕྲོ་གནས་ཕྱ་ཕུང་གཅིག་གམ་དུ་མ་ལས་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་
སླེ་འཕེལ་འཛིག་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་ཆོས་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།

སླེ་ལྷན་གྱི་བྱད་ཆོས་ནི། འཆར་ལོངས་དང་། འགྲུལ་སློང་། ཆོར་རྒྱུན་ལ་
ཆོར་ལན་སློང་པ། ཟས་བརྒྱད་ལེན་པ། དབུགས་འབྱིན་རུབ། ཕྱི་ས་འདོར་བ།
རིགས་རྒྱུད་སྤེལ་བ། སླེ་འཕེལ་བྱེད་པ། ཐ་མར་འཛིག་པ་བཅས་ཡིན།

སླེ་ལྷན་ལ་ཟས་རང་འཕྲོ་ཅན་དང་། གཞན་འཕྲོ་ཅན་བཅས་གཉིས་སུ་
བྱས་ཡོད། དཔེར་ན། ཅི་ཤིང་རིགས་ཀྱིས་རང་གི་ལོ་མའི་ནང་གི་ལྗང་རྩལ་བརྒྱད་
ནས་ཉི་འོད་ཟས་སྦྱར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས། དེ་དག་ལ་ཟས་རང་འཕྲོ་ཅན་ཟེར།

དེ་བཞིན་ཅི་ཤིང་རིགས་ཀྱིས་རང་གི་གཞུང་རྩ་ཉི་འོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སླེ་
འཆར་བྱེད་པ་ནི། ཆོར་རྒྱུན་ལ་ཆོར་ལན་སློང་པའི་དཔེ་དང་། སླེ་ལྷན་ཆང་མ་ཅི་



ཤིང་དང་། སློག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་གཉིས་སུ་འདྲས་ཡོད། ཅི་ཤིང་ལ་ཡང་མེ་ཉླ་
ཡོད་པ་དང་མེད་པ། ཤིང་སྡོང་དང་། སྡོང་དུམ། སྡོ་ལྷུ་མ་སོགས་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་
དང་། སློག་ཆགས་ལ་འང་སྒལ་རུས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་རིགས། གཞན་གཟན་
སློག་ཆགས་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་སོགས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་པས་དེ་དག་སློབ་དེབ་
ལས་ཤེས་དགོས།

མི་དང་། རྒྱུ་ལྷན།



རྒྱུ་རི་ལྟར་ཆོས་ཅན། མི་དང་། རྒྱུ་ལྷན་གཉིས་ལ་ལྷ་གསུམ་ལྷ་བཞི། འགལ་བ་
དོན་གཅིག་གི་སློན་ས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་འདྲིལ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་
གྲུབ། འདྲིལ་རྒྱུ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག ལྷ་གསུམ་ཡོད་པར་འདྲོད། ལྷ་
གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང་།

༡) མི་ཡིན་ན། རྒྱུ་ལྷན་ཡིན་པས་བྱུང་།

༡) རྒྱུ་ལྷན་ཡིན་ན། མི་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱུ་ལྷན་
ཡིན་ན། མི་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲོད། ཞོག ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། ཅི་
ཤིང་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་ལྷན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད། ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་ལྷན་ཡིན་
ཏེ། རྒྱུ་ལྷན་གྱི་བྱང་ཆོས་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ལྷན་གྱི་བྱང་ཆོས་ཆང་ན། རྒྱུ་ལྷན་



ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད། ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད།
 ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་ཆགས་མ་
 ཡིན་ན། མི་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད།

༡) མི་ཡིན་ན། རྟེན་ལྡན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མི་
 ཡིན་ན། རྟེན་ལྡན་མ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག བུ་མོ་བསྟན་
 འཛིན་ཆོས་སྟོན་ཆོས་ཅན། བུ་མོ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་སྟོན་ཆོས་ཅན། མི་ཡིན་
 པར་ཐལ། འདོད། བུ་མོ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་སྟོན་ཆོས་ཅན། མི་ཡིན་ཏེ། མིའི་
 རིགས་སུ་གནས་པའི་རྟོག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་
 རྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། མི་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད། བུ་མོ་བསྟན་འཛིན་
 ཆོས་སྟོན་ཆོས་ཅན། རྟེན་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། བུ་མོ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་
 སྟོན་ཆོས་ཅན། རྟེན་ལྡན་ཡིན་ཏེ། རྟེན་ལྡན་གྱི་བྱང་ཆོས་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟེན་ལྡན་གྱི་
 བྱང་ཆོས་ཆང་ན། རྟེན་ལྡན་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད།

༢) མི་མ་ཡིན་ན། རྟེན་ལྡན་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མི་མ་
 ཡིན་ན། རྟེན་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག གསེར་ཆོས་ཅན།
 གསེར་ཆོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། གསེར་ཆོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་ཏེ།
 རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་ན། མི་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་
 ཐལ། འདོད། གསེར་ཆོས་ཅན། རྟེན་ལྡན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། གསེར་ཆོས་



ཅན། རྒྱ་ལྷན་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ལྷན་གྱི་བྱང་ཆོས་གང་ཡང་མི་ཚང་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་
ལྷན་གྱི་བྱང་ཆོས་གང་ཡང་མི་ཚང་ན། རྒྱ་ལྷན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད།

ཅི་ཤིང་དང་། ལྷང་མདོག་ཅན།

རྒྱུ་རི་ལྷར་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་དང་། ལྷང་མདོག་ཅན་གཉིས་ལ་སྤྱུ་གསུམ་སྤྱུ་བཞི།
འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།
རྟགས་མ་གྲུབ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་སྤྱུ་བཞི་ཡོད་པར་འདོད།
སྤྱུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ།

༡) ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་
གྲུབ། ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་
མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ།
འདོད། མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་ཏེ། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་ཚང་
བའི་ཕྱིར། ཅི་ཤིང་གི་བྱང་ཆོས་ཚང་ན་ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད།
མེ་ཏྲོག་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། མེ་ཏྲོག་
དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། དཀར་མདོག་ཅན་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། དཀར་མདོག་ཅན་ཡིན་ན། བྱང་ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་



ཐལ། འདོད།

༡) ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་
གྲུབ། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག
རས་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། རས་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། རས་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་ཏེ།
ལྷང་མདོག་དང་ལྷན་པའི་བྱིར། ལྷང་མདོག་དང་ལྷན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་
པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། རས་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། འདོད། རས་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ། སྟེ་ལྷན་
མ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྟེ་ལྷན་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།

༡) ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་བྱིར། རྟགས་
མ་གྲུབ། ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པས་མ་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།
ཞོག ཤིང་སྟོང་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ཤིང་སྟོང་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན།
ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་སྟོང་ལྷང་མདོག་ཅན་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་
ཏེ། ཅི་ཤིང་གི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཅི་ཤིང་གི་རིགས་སུ་གནས་པ་
ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་སྟོང་ལྷང་མདོག་ཅན་
ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ཤིང་སྟོང་ལྷང་མདོག་ཅན་
ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་ཏེ། ལྷང་མདོག་དང་ལྷན་པའི་བྱིར། ལྷང་མདོག་



དང་ལྷན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ། འདོད།

༤) ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ། ཏགས་
མ་གྲུབ། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་ཡིན་པས་མ་བྱ་བ་པར་ཐལ། འདོད།
ཞོག གངས་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། གངས་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། འདོད། གངས་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ལྷན་མ་
ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་ལྷན་མ་ཡིན་ན། ཅི་ཤིང་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ། འདོད།
གངས་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། གངས་
དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷང་མདོག་དང་མི་ལྷན་པར་
ཐལ། ལྷང་མདོག་དང་མི་ལྷན་ན། ལྷང་མདོག་ཅན་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ།
འདོད།





རིགས་དབྱེད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་པས་བྱས་ཟེར་ན། ཅི་ཤིང་རྒྱམ་པོ་
ཆོས་ཅན། རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅི་ཤིང་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱས་པ་ཁས། མ་
གྲུབ་ན། ཅི་ཤིང་རྒྱམ་པོ་ཆོས་ཅན། ཅི་ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ། ཅི་ཤིང་གི་རིགས་སུ་
གནས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། ཅི་ཤིང་རྒྱམ་པོ་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་ལྡན་མ་
ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་ལྡན་གྱི་བྱང་ཆོས་རྒྱུ་འཕེལ་བྱེད་པ་དང་། འཆར་ལོངས་བྱེད་
པ་སོགས་གང་ཡང་མི་ལྡན་པའི་བྱིར། (འདི་ལ་དབྱེད་དགོས།)

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆོར་རྒྱུན་ལ་ཆོར་ལན་སྤོང་གི་ཡོད་ན། མི་དང་སློག་ཆགས་
གང་རུང་ཡིན་པས་བྱས་ཟེར་ན། ཅི་ཤིང་གི་རིགས་སྤྲོ་ཆོགས་ཆོས་ཅན། མི་དང་
སློག་ཆགས་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོར་རྒྱུན་ལ་ཆོར་ལན་སྤོང་གི་ཡོད་པའི་
བྱིར། བྱས་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། ཅི་ཤིང་གི་རིགས་སྤྲོ་ཆོགས་ཆོས་ཅན། ཆོར་
རྒྱུན་ལ་ཆོར་ལན་སྤོང་གི་ཡོད་པར་ཐལ། ཅི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཚ་བ་རྒྱུ་ཕྱོགས་སུ་
རྒྱུ་འཆར་བྱེད་གི་ཡོད་པའི་བྱིར། བྱས་ཤི། ཅི་ཤིང་རིགས་ཀྱི་ཚ་བ་རྒྱུ་ཕྱོགས་སུ་
རྒྱུ་འཆར་བྱེད་པ་དེ་ཆོར་རྒྱུན་ལ་ཆོར་ལན་སྤོང་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཚ་བར་འདོད་
ན། ཅི་ཤིང་རིགས་སྤྲོ་ཆོགས་ཆོས་ཅན། མི་དང་སློག་ཆགས་གང་རུང་མ་ཡིན་



པར་ཐལ། ཟས་གཞན་འཆོ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱ་སྒྲེ། མི་དང་སློག་ཆགས་
གང་རུང་ཡིན་པ་ལ་ཟས་གཞན་འཆོ་ཅན་ཡིན་དགོས་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་
པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་ན། སྤ་སྤང་ས་ཡ་མང་པོས་གྲུབ་པས་བྱ་བ་ཟེར་
ན། ཨ་མི་ལྷ་ཆོས་ཅན། སྤ་སྤང་ས་ཡ་མང་པོས་གྲུབ་པར་ཐལ། རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་པའི་
བྱིར། བྱ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། ཨ་མི་ལྷ་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་
ལྡན་གྱི་བྱ་དྲུག་ཆོས་ཆང་བའི་བྱིར། རྩ་བར་འདོད་ན། ཨ་མི་ལྷ་ཆོས་ཅན། སྤ་སྤང་
ས་ཡ་མང་པོས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤ་སྤང་རྒྱུང་པ་གཅིག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་
པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་བྱིར།





སློབ་ཚན་བརྒྱ་གསུམ་པ།

སློབ་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར།

སློབ་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་ཞེས་པ་ནི། འཛོལ་གནས་བྱེད་པའི་སླེ་ལྷན་
གང་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྤོང་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་
འདྲིས་སྟབས་པའི་བྱད་ཆོས་དང་རྒྱས་པ་ལ་ཟེར། སླེ་དངོས་སློབ་ལྷན་གང་ཞིག་
སོ་སོའི་འཛོལ་གནས་ཀྱི་འགྱུར་ལྡོག་དང་བསྐྱུན་ནས་འདྲིས་འགྱུར་བྱེད་མ་སྟབས་ན།
རིགས་རྒྱུད་ཅ་སྟོང་དུ་འགོ་བཞུགས་ཡོད་པས། འདྲིས་འགྱུར་བྱེད་རྒྱ་ནི་སླེ་ལྷན་
ཆང་མར་གལ་ཆེན་ཡིན།



སྐམ་གནས་སློབ་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱད་ཆོས་དང་། འདྲིས་འགྱུར་བྱད་ཆོས།

རྒྱུ་ རི་ལྷན་ཆོས་ཅན། སྐམ་གནས་སློབ་ཆགས་
ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱད་ཆོས་དང་། འདྲིས་འགྱུར་བྱད་ཆོས་



གཉིས་ལ་མུ་གསུམ་མུ་བཞི། འགལ་བ་དོན་གཅིག་གི་སྟོན་ས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་
པར་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཛོག་རྒྱ་ཡོད་ཐལ། འདོད། ཞོག
མུ་གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། མུ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱུང།

༡) སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ན། འདྲིས་
འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང།

༡) འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་
འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་
ཆོས་ཡིན་ན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་མ་
བྱུང་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག འབྲམ་ལྷེབས་ཡོད་པ་དང་། ཉ་སག བྱུང་བྱིབས་
ཅན་ཡིན་པ་ཆོས་ཅན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། འདྲིས་འགྱུར་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཡིན་པར་
ཐལ། འདོད། དེ་དག་ཆོས་ཅན། འདྲིས་འགྱུར་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གནས་
སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་
འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ན། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།
འདོད།

༡) འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་
འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་
ཆོས་ཡིན་ན། སྐམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་མ་



ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག་ས་ངོས་སུ་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱེད་པར་རུས་ཤུགས་ལྷན་པའི་རྒྱུ་ལག་དང་། དབུགས་འབྱིན་རྩལ་ཆེད་དུ་སྒོ་བ། ལུས་པོའི་འགྲུལ་སྐྱོད་ལ་བགས་པའི་རྒྱུ་ལག་གི་དབྱིབས་བཀོད་སྣ་ཚོགས་པ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། དེ་དག་ཆོས་ཅན། འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་ལྷན་གང་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྣོད་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་འདྲིས་སྤྱབ་པའི་རུས་པ་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་ལྷན་གང་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་སྣོད་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་འདྲིས་སྤྱབ་པའི་རུས་པ་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་ན། འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་དེ་དག་རང་ཉིད་སྣོད་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་འདྲིས་སྤྱབ་པའི་རུས་པ་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་དེ་དག་རང་ཉིད་སྣོད་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་འདྲིས་སྤྱབ་པའི་རུས་པ་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་ན། རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད།

༥) རྣམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ན། འདྲིས་འཇུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་གནས་སྟོག་



ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ན། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་ཡིན་པས་
 མ་བྱས་པར་ཐལ། འདོད། ཞོག ལྷགས་ཆོས་ཅན། ལྷགས་ཆོས་ཅན། ལྷམ་
 གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ལྷགས་
 ཆོས་ཅན། ལྷམ་གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོག་
 ཆགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོག་ཆགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ན། ལྷམ་
 གནས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།
 ལྷགས་ཆོས་ཅན། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད། ལྷགས་
 ཆོས་ཅན། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོར་ལྷག་ལ་བསྐྱུན་འགྱུར་བྱེད་
 པའི་རྒྱས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོར་ལྷག་ལ་བསྐྱུན་འགྱུར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་
 ཅན་མ་ཡིན་ན། འདྲིས་འགྱུར་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་པས་བྱས་པར་ཐལ། འདོད།





དོན་སྤྱོད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་ནམས་ཀྱི་འདིས་འགྱུར་བྱུང་ཆོས་ཡིན་ན།
དབྱིབས་བཀོད་སྣ་ཆོགས་པའི་རྒྱུ་ལག་དང་སློབ་ཅམ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། འོ་
ན། ལུས་པོའི་སྤྱི་དུ་ཡོད་པའི་ཤུན་སློགས་སྤྱོད་མོ་དང་། ལུས་པོའི་སྤྱི་ པགས་
པའི་ནང་དོས་ཀྱི་ཆེ་ལ་ཞག་སོགས་ཆོས་ཅན། དབྱིབས་བཀོད་སྣ་ཆོགས་པའི་རྒྱུ་
ལག་དང་སློབ་ཅམ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐམ་གནས་སློག་ཆགས་ནམས་ཀྱི་འདིས་
འགྱུར་བྱུང་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལུས་པོའི་སྤྱི་
དུ་ཡོད་པའི་ཤུན་སློགས་སྤྱོད་མོ་སོགས་ཀྱང་དེ་དག་གི་འདིས་འགྱུར་བྱུང་ཆོས་
ཡིན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཆགས་ཡིན་ན། དགུན་ཉལ་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་
བྱུང་བའི་ན། དོམ་དང་། འབྱི་བ། རུས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པ་སོགས་ཆོས་ཅན། དགུན་
ཉལ་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས།
འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་དགུན་དུས་གང་ངར་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་ཉལ་གྱི་ཡོད་པ་
སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། བསྐྱེད་གཤེར་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་གྱི་ཕྱི་ཤིང་། ཏ་ལ་དང་། བེ་
 ཏའི་སྤྱོད་པོ་ནམས་ལོ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལ་དགོས་པ་དམིགས་བསལ་བ་མེད་ཟེར་
 ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་ལོ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ནི། བསྐྱེད་གཤེར་
 ནམས་ལོ་མ་བརྒྱད་ནས་སྟིགས་སྤངས་ཕྱིར་འདོན་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།





སྒྲོབ་ཆན་བརྩ་བཞི་པ།

བརྗོད་གཞི་སྣ་ཚོ་གས་པའི་དོན་ས་དབྱེད།

ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། གདོས་ཚད་ཡོད་པ་དང་། ས་ཆ་
འཛིན་ཐུབ་ན། དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།
དེ་དངོས་པོའི་གོ་དོན་ཡིན་པ་སྒྲོབ་དེ་ལས་བཤད་
པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མི་དང་སློག་ཆགས་ཚོས་ཅན།
དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། གདོས་ཚད་ཡོད་པ་དང་།

ས་ཆ་འཛིན་ཐུབ་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། འདོད་ན། ཆན་རིག་པས་དངོས་པོ་
ཞེས་པ་ནི་བཅས་པོ་ཞིག་ལ་འདོད་དམ་སྒྲུམ་པས་འདི་ལ་དབྱད་དགོས།

1] དངོས་གཞུགས་རགས་པ་ཞིག་གི་ཐུབ་བྱའི་རྣམས་སམ།
འཁོར་ཆད།

ཡང་ན་དངོས་གཞུགས་དེའི་ནང་གི་རྣམས་ཀྱི་



ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། མིག་གིས་མཐོང་ཐུབ་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན།
 རླང་ཆོས་ཅན། མིག་གིས་མཐོང་ཐུབ་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་
 པ་ཁས། ཉགས་མ་གྲུབ་ན། རླང་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། གདོས་ཚད་
 ཡོད་པ་དང་། ས་ཆ་འཛིན་ཐུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རླང་ཆོས་ཅན། གདོས་
 ཚད་ཡོད་པ་དང་། ས་ཆ་འཛིན་ཐུབ་པར་ཐལ། གདོས་ཚད་སྡིང་ཡང་འཇལ་རྒྱུ་ཡོད་
 པ་གང་ཞིག་ ཆ་དོད་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་ས་ཆ་མང་བ་འཛིན་པ་དང་། བྱང་ངར་ཆེ་
 བའི་སྐབས་སུ་ས་ཆ་ཉུང་བ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། རླང་ཆོས་ཅན།
 མིག་གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་པར་ཐལ། ཁ་དོག་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། མིག་གིས་
 མཐོང་བ་ལ་ཁ་དོག་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། དངོས་རྣམས་མང་ཉུང་གཅིག་པ་ཡིན་པས་
 བྱ་བ་ཟེར་ན། གདོས་ཚད་ཆེ་ཆུང་མི་འདྲ་བའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དངོས་
 རྣམས་མང་ཉུང་གཅིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས།
 འདོད་མི་ལྷན་ཏེ། གདོས་ཚད་ཆེ་བའི་ནང་དུ་དངོས་རྣམས་མང་བ་དང་། གདོས་
 ཚད་ཆུང་བའི་ནང་དུ་དངོས་རྣམས་ཉུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་གང་ཞིག་གི་དབྱིབས་དེ། ལྷགས་སའི་སྟོང་གི་
 དབྱིབས་ལྟར་ཡོད་ན། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། རྒྱངས་གཟུགས་
 ཆོས་ཅན། གཤེར་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ལྷགས་སའི་སྟོང་གི་དབྱིབས་ལྟར་



ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རྒྱུག་གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། དེའི་ནང་གི་རྩལ་ཕྲན་ནམས་གཞོན་
བཅོམ་བྱེད་ཐུབ་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། སྲ་གཞུགས་ཀྱི་ནང་གི་རྩལ་ཕྲན་ནམས་ཆོས་
ཅན། གཞོན་བཅོམ་བྱེད་ཐུབ་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ཁས།
འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྲ་གཞུགས་ཀྱི་ནང་གི་རྩལ་ཕྲན་ནམས་གོ་རིམ་འགྲིག་པོ་དང་
ཆགས་དམ་པོ་ཡོད་པས། གཞོན་བཅོམ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁབ་ལེན་དོ།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁབ་ལེན་དོའི་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། ཚུར་
འཐེན་པའི་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། དོ་ཁབ་ལེན་
ཀྱི་སྒྲེ་གཅིག་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་སྦྱོར་བའི་རྒྱས་པ་དེ་ཆོས་
ཅན། ཚུར་འཐེན་པའི་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁབ་ལེན་
དོའི་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་
ཏེ། སར་སྤྱད་པའི་རྒྱས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁབ་ལེན་དོ་གསར་དུ་བཟོ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་
ཐལ། ཁབ་ལེན་དོ་ཡི་སྟེང་དུ་སྒྲགས་རིགས་ཤིག་གིས་ཐེངས་མང་བཟར་ན། ཁབ་



ལེན་གྱི་རྒྱས་པ་གསར་དུ་བསྐྱུན་སྤྱབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁབ་ལེན་གྱི་ར་བ་ཡིན་ན། སན་ཐོགས་ཅན་མ་ཡིན་པས་
 བྱ་བེད་ན། འཛམ་གླིང་གི་ཁབ་ལེན་ར་བ་ཆོས་ཅན། སན་ཐོགས་ཅན་མ་ཡིན་
 པར་ཐལ། ཁབ་ལེན་གྱི་ར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ།
 འཛམ་གླིང་གི་ཁབ་ལེན་ར་བས་ང་ཆོའི་འཛམ་གླིང་དུ་གཞོན་ཆབས་ཆེ་བའི་འོད་
 ཟེར་ནམས་ཉག་དུ་འགོག་སྤང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁབ་ལེན་དྲོའི་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། སན་ཐོགས་ཅན་ཡིན་པས་
 བྱ་བེད་ན། ཁབ་ལེན་དྲོའི་རྒྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་འདྲིན་འཁོར་ཐག་ལས་སྐྱེ་
 བསྐྱུག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། སན་ཐོགས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། ཁབ་ལེན་དྲོའི་རྒྱས་པ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་གཞོན་ཆབས་ཅན་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར།





སློག་དང་། བརྒྱུད་སློག



ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཡིན་ན། དངོས་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་
པས་བྱུང་བའི་སློག་དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་
ཡིན་པར་ཐུག་སློག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། རྟགས་

མ་གྲུབ་ན། ཉ་ལེབ་རིང་ལས་བྱུང་བའི་སློག་དེ་ཆོས་ཅན། སློག་ཡིན་པར་ཐུག་
སློག་གི་བྱུང་ཆོས་ཆང་བའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། ཉ་ལེབ་རིང་ལས་བྱུང་བའི་
སློག་དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་སློག་མ་ཡིན་པར་ཐུག་སློག་ཆགས་
ལས་བྱུང་བའི་སློག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཟུང་ན། མ་བྱུང་།

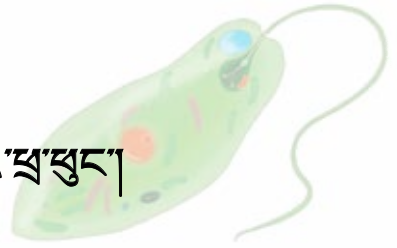
ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། སློག་བརྒྱུད་བྲིད་དངོས་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་
བའི་སློག་གི་ཕྱིར་དང་འགྲིག་སྟེངས་ཆོས་ཅན། སློག་བརྒྱུད་བྲིད་དངོས་པོ་ཡིན་པར་
ཐུག་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། ཕྱིར་དང་འགྲིག་
སྟེངས་ཀྱིས་སློག་བརྒྱུད་བྲིད་མི་ཐུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཁུར་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། སློག་ཁུར་ཅན་ལས་བྱུང་
བའི་སློག་ཁུར་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། སློག་ཁུར་
ཅན་གྱི་ཡོད་པར་ཐུག་སློག་ཁུར་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས།
འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། སློག་ཁུར་ཅན་གྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།



ལ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། སློག་བརྒྱད་བྲིད་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་
 བྱ་ཟེར་ན། ལྷགས་དང་ཟངས་སོགས་ཆོས་ཅན། སློག་བརྒྱད་བྲིད་དངོས་པོ་མ་
 ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ལས། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། སློག་
 བརྒྱད་བྲིད་སྐབ་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷགས་སྐབ་སྟེ། སློག་བརྒྱད་བྲིད་
 སྐབ་པའི་དངོས་པོ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

སྐ་སྐང་དང་། དབང་ཅའི་སྐ་སྐང་།



ལ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ལྡན་ཡིན་ན། སྐ་སྐང་དུ་མས་སྐབ་
 པ་ཡིན་པས་བྱ་ཟེར་ན། མིག་འབྲས་བཟང་(Euglena)
 དང་། འབྲ་ཚ་ལྷམ།(Paramecium) ཨ་མི་གླ། (Amoeba)
 སོགས་ཆོས་ཅན། སྐ་སྐང་དུ་མས་སྐབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ།
 སློག་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ལས། མ་སྐབ་ན། དེ་
 དག་ཆོས་ཅན། སློག་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་
 འདོད་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། སྐ་སྐང་དུ་མས་སྐབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐ་སྐང་
 རྒྱུ་པ་གཅིག་གིས་སྐབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་སྐབ་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་
 སྐ་སྐང་རྒྱུ་པ་ལྡན་པ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།





ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ལྡན་ཡིན་ན། དབང་པོ་གཅིག་གམ་དུ་མས་གྲུབ་པ་
ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། སློབ་དེབ་ལས། དབང་པོ་གཅིག་གམ་དུ་མས་གྲུབ་པའི་
དངོས་གཟུགས་ཤིག་ལ་སློག་ལྡན་ཟེར་ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཨ་མི་སྒྲ་ཆོས་
ཅན། དབང་པོ་གཅིག་གམ་དུ་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་ལྡན་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། སྤྲ་སྤྲང་རྒྱུད་པ་གཅིག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆང་མར་ཁྲག་བྱུང་འཇུག་མཁན་ཡིན་ན།
ཁྲག་ཆ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། སྟིང་གི་སྤྲ་མདའ་ཆོས་ཅན། ཁྲག་ཆ་ཡིན་པར་
ཐལ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆང་མར་ཁྲག་བྱུང་འཇུག་མཁན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་
པ་ལས། མ་གྲུབ་ན། སྟིང་གི་སྤྲ་མདའ་ཆོས་ཅན། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆང་མར་ཁྲག་
བྱུང་འཇུག་མཁན་ཡིན་པར་ཐལ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཆང་མར་ཁྲག་བྱུང་ཐུབ་པ་
དེ། སྟིང་གི་སྤྲ་མདའ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལུས་ལ་འགྲུལ་སྒྲིད་བྱེད་དུ་འཇུག་མཁན་དེ་ཆོས་ཅན། ཤ་
གནད་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལུས་ལ་འགྲུལ་སྒྲིད་བྱེད་དུ་འཇུག་མཁན་དེ་ལྷན་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུས་ཀྱི་འགྲུལ་སྒྲིད་ཆང་མ་ལྷན་པའི་
བཀོད་འདོམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་པའི་ཕྱིར།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། བླ་གྱི་བྱེད་ལས་ཡིན་ན། འཚོ་རྒྱུ་དང་། ཀར་བོན་
འཚོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་ཁོ་ན་དཔོན་འདེན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། དེ་མི་
འཐད་པར་ཐལ། བཅུད་རྣམས་དང་སྤྲིགས་རོ་སོགས་ཀྱང་དཔོན་འདེན་བྱེད་གྱི་
ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་སློབ་དེབ་ལས་
བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཟས་འདུ་བའི་རིམ་པ་ཡིན་ན། གཞུགས་འགྱུར་ཁོ་ན་
ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཟས་བཅུད་ཤ་གསེང་དུ་འཐིམ་པའི་རིམ་པ་དེ་ཆོས་ཅན།
གཞུགས་འགྱུར་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཐལ། ཟས་འདུ་བའི་རིམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་
པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཞུགས་འགྱུར་དང་། རྣམས་འགྱུར་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར་ཟེར་ན། (དཔལ་དགོས།)

གནམ་གཤིས།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། གནམ་གཤིས་གྱི་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། ཚུ་
རྒྱུ་འགྱུར་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། གནམ་གཤིས་
གྲང་བའི་སྐབས་སུ་ཚུའི་རྒྱུ་འགྱུར་པ་ནམས་གྲང་མོར་

- 1] ཇི་དང་ཁ་དོག་བྲལ་ཞིང་། རྒྱུ་ལས་སྤྱི། མེ་མི་འབར་བ། དངོས་པོ་མེར་སྲེག་སྐབས་དང་དབྱགས་གཏོང་
སྐབས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གཞུགས་ཤིག་མེ་གསོད་པའི་ཡོ་ཆས་ནང་སྤྱོད་སྒོ་ཆེ།



ཆགས། དེའི་རྗེས་ཚུ་ཐིགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་ནས་ཆར་འབབ་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཚུ་
 རྒྱངས་འགྱུར་ཡིན་པར་ཐལ། གནམ་གཤིས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་
 ཁས། འདོད་ན། གནམ་གཤིས་གྲང་བའི་སྐབས་སུ་ཚུའི་རྒྱངས་པ་ནམས་གྲང་མོར་
 ཆགས། དེའི་རྗེས་དེ་ཚུ་ཐིགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་ནས་ཆར་འབབ་པ་དེ་ཆོས་ཅན།
 ཚུ་རྒྱངས་འགྱུར་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱངས་པ་ཚུ་འགྱུར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱ་པ་ན།
 བྱ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚུ་རྒྱངས་འགྱུར་དང་། རྒྱངས་པ་ཚུ་འགྱུར་གཉིས་མི་འདྲ་
 བའི་ཕྱིར་ཏེ། སློབ་དེབ་ལས། ཚུའི་རྒྱངས་པ་གྲང་མོར་ཆགས་སྐབས་ཚུ་ཐིགས་
 ཀྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་བརྒྱད་རིམ་དེ་ལ་རྒྱངས་པ་ཚུར་འགྱུར་ཟེར།
 ཞེས་དང་། ཡང་། སློབ་དེབ་ལས། རྫོད་ཀྱིས་ཚུའི་ནམ་པ་རྒྱངས་པར་བསྐྱུར་བའི་
 བརྒྱད་རིམ་དེ་ལ་རྒྱངས་འགྱུར་ཟེར། ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱང་ཡིན་ན། སློག་ཆགས་གསོན་གནས་བྱེད་པ་ལ་ཕན་
 ཐོགས་ཡོད་པས་བྱ་ཟེར་ན། ཀར་བོན་འཆོ་རྒྱང་བྱང་ལྡན་ཆོས་ཅན། སློག་
 ཆགས་གསོན་གནས་བྱེད་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 བྱ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀར་བོན་འཆོ་རྒྱང་བྱང་ལྡན་དེ། ཅི་ཤིང་གསོན་
 གནས་བྱེད་པ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ཀྱང་། སློག་ཆགས་གསོན་གནས་བྱེད་པར་ཕན་
 ཐོགས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། (བརྒྱད་ནས་ཕན་ཐོགས་མིན་ལ་དབྱེད་གོས།)



སློག་ཆགས་དང་། ཅི་ཤིང་།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཆགས་ཤི་བའི་རོ་དང་། ཁ་ཟས་རུལ་
བ་ཟ་ན། འབྲུ་སྲིན་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཏམ་སྤྱ་དང་།
ཤ་མོ་ཆོས་ཅན། འབྲུ་སྲིན་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཤི་
བའི་རོ་དང་། ཁ་ཟས་རུལ་བ་ཟ་བའི་བྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས།
མ་གྲུབ་ན། ཏམ་སྤྱ་དང་། ཤ་མོ་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་
ཤི་བའི་རོ་དང་། ཁ་ཟས་རུལ་བ་ཟ་བར་ཐལ། ཅི་ཤིང་ཡིན་ན། ཟས་རང་འཆོ་
ཅན་ཡིན་པས་མ་བྱ་བ་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་གིས་སློག་
ཆགས་ཤི་བའི་རོ་དང་། ཁ་ཟས་རུལ་བ་ཟ་བ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་བྱིར།



ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཤ་ཟ་ན། སློག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། འབྲུ་ཟན་ཅི་
ཤིང་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤ་ཟ་བའི་བྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། མ་
གྲུབ་ན། འབྲུ་ཟན་ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། ཤ་ཟ་བར་ཐལ། འབྲུ་སྲིན་དང་། བྱེ་མ་ལེབ་
སློགས་ཀྱི་ཤ་ཟ་བའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ལྟར་ཟ་བ་སློབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་བྱིར།
ཚ་བར་འདོད་ན། འབྲུ་ཟན་ཅི་ཤིང་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅི་
ཤིང་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ས་བོན་ཤར་དུ་བྱུང་ན། འབྲས་བུ་ཤར་ནས་སློན་པས་བྱ་བ་

1] གཙོ་བོ་བློན་གཤེར་ལ་བཞེན་ནས་སྤྱི་ལུགས་གཞན་གྱི་སྤྱིང་ཆགས་པའི་སྡོ་ཏམ་ལྡང་བྱ།



ཟེར་ན། འོ་ན། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་ཁ་ཤས་ཚུ་དང་རྒྱང་གིས་སྟོ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེལ་
ནས་འབྲས་བུ་སློན་པ་མེད་པར་ཐལ། ས་བོན་ཤར་དུ་བྱུང་ན། འབྲས་བུ་ཤར་ནས་
སློན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ས་བོན་གྱི་རིགས་ཁ་
ཤས་ཚུ་དང་རྒྱང་། མི་དང་སྟོག་ཆགས་སྟོགས་ཀྱིས་གང་སར་བྱེར་ནས་འབྲས་བུ་
སློན་གྱི་ཡོད་པ་སྟོབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། ལྷ་ཟན་སྟོག་ཆགས་ཡིན་པས་བྱབ་
ཟེར་ན། ལྷག་དང་། དོམ་ཆོས་ཅན། ལྷ་ཟན་སྟོག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོག་
ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་ཤ་ཟན་སྟོག་
ཆགས་ཡིན་པ་སྟོབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། ལྷ་ཟན་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་
ཟེར་ན། ར་དང་ལུག ཤུ་བ་དང་དོམ་བྲ་སྟོགས་ཆོས་ཅན། ལྷ་ཟན་སྟོག་ཆགས་མ་
ཡིན་པར་ཐལ། སྟོག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་
དག་ལྷ་ཟན་སྟོག་ཆགས་ཡིན་པ་སྟོབ་དེབ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོག་ཆགས་ཡིན་ན། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སྟོག་ཆགས་ཡིན་
པས་བྱབ་ཟེར་ན། ལྷག་འབྲ་དང་། འབྲ་དམར་ཆོས་ཅན། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་
སྟོག་ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་
མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སྟོག་ཆགས་མ་ཡིན་པ་སྟོབ་དེབ་ལས་

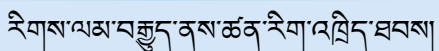


བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྐལ་རུས་ཡོད་ན། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པས་
 བྱུང་བའི་ན། ཤི་མ་ཐག་པའི་གཡག་གི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སློག་
 ཆགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐལ་རུས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། འདོད་ན། ཤི་
 མ་ཐག་པའི་གཡག་གི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། སྐལ་རུས་ཅན་གྱི་སློག་ཆགས་མ་ཡིན་
 པར་ཐལ། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤི་མ་ཐག་པའི་གཡག་གི་
 ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། སློག་ཆགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སློག་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན།
 བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སློག་ཆགས་ཡིན་པ་ལ་སློག་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། གོང་གི་
 མ་བྱུང་མཆམས་ལ་ཉགས་མ་གྲུབ་ཟེར་ན། ཤི་མ་ཐག་པའི་གཡག་གི་ཕུང་པོ་ཆོས་
 ཅན། སློག་མེད་པར་ཐལ། ཤི་ཆར་བའི་ཕུང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། མཆེ་བ་ཅན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་ན། ཤ་བཞན་སློག་ཆགས་
 ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། རི་དྲགས་སླ་བ་ཆོས་ཅན། ཤ་བཞན་སློག་ཆགས་ཡིན་
 པར་ཐལ། མཆེ་བ་ཅན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། ཉགས་
 མ་གྲུབ་ན། རི་དྲགས་སླ་བ་ཆོས་ཅན། མཆེ་བ་ཅན་གྱི་སློག་ཆགས་ཡིན་པར་
 ཐལ། མཆེ་བ་ཚོན་པོ་གཉིས་དང་ལྷན་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློག་ཆགས་ནམས་ཀྱི་བས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་དེ་ཅི་
 ཤིང་ཡིན་པར་ཐལ། སློབ་དེབ་ལས། ཅི་ཤིང་མེད་ན་རྩ་བའི་སློག་ཆགས་འཆོ་མི་



168



གཤམ་གྱི་བརྗོད་གཞི་ཁག་གི་བྱད་པར་ལ་ཚེད།

- ༡། ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢། གདོས་ཚད་ཆེན་པོ་ཅན་དང་། ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༣། ཁབ་ལེན་གྱི་རྒྱས་པ་ཅན་དང་། རྩོམ་ཁབ་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༤། ལྷགས་རིགས་དང་། ཁབ་ལེན་གྱི་རྒྱས་པ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༥། སློག་དང་། བརྗོད་སློག་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༦། སྤྲ་སྤྲང་དང་། དབང་ཆའི་སྤྲ་སྤྲང་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༧། ང་ཚོའི་གཞུགས་པོའི་ཆ་ཤས་དང་། སློག་ལྷན་སྤྲ་སྤྲང་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༨། རི་དྲགས་དང་། མཆེ་བ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༩། རྩོམ་ཁབ་དང་། ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༠། དངོས་རྒྱས་དང་། སློག་ལྷན་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༡། དུས་ལྡན་ངེས་ཅན་གྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་དང་། སློབ་ཐོག་འགྲུལ་སྐྱོད་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།



- ༡༣། གཞུང་ཏྲ་ཅན་གྱི་ཚ་བ་དང་། སྐྱད་པ་ཅན་གྱི་ཚ་བ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༩། ཚ་རྩས་དང་། རྡོ་རྩེ་པ་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༤། མེ་དང་། མེ་ལྷེ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༥། གཟུགས་འགྱུར་དང་། རྩས་འགྱུར་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༦། འགྱུར་བ་དང་། གཟུགས་འགྱུར་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༧། རྩོལ་བ་དང་། འགྲུལ་སྐྱོད་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༨། བརྒྱད་སྒྲན་དང་། ཟས་བརྒྱད་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༡༩། འཆར་ལོངས་ཀྱི་ཟས་དང་། ལྷན་པ་སྐྱོད་པའི་ཟས་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༠། ཟས་དང་། ལྷ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༡། ཟས་དང་། ལྷ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༢། མེ་ཏོག་དང་། རྩེ་ཤིང་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༣། བརྒྱད་རུང་ལྷ་དང་། རྩེ་མཚོའི་ལྷ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༤། སྤ་སྤུང་དང་། རྩོག་ཆགས་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།
- ༢༥། དཀར་པོ་དང་། ལ་དོག་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར།

