གཞི་རིམ་བར་མའི་བསླབ་གཞིའི་རྒྱ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྟར་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་སློབ་དེབ།

སྐད་ཡིག

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་རྩོམ་སྒྲིག་དང་གཏན་འབེབས་བྱས།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ ལོར་བཀའ་ཤག་གིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་གཞི་རིམ་བར་མའི་བོད་ཡིག་
བསླབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་བཞིན་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་སློབ་དེབ།

སྐད་ཡིག

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་དང་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན།	དྲུང་འཕར་ཚེ་རིང་བསམ་གྲུབ།
ཚོམ་སྒྲིག་འགན་ཁུར་བ།	དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།
ཚོམ་སྒྲིག་པ།	དཀར་གཞུང་བཀྲ་ཤིས་རྡོ་རྗེ།
དེབ་གཟུགས་རྩིས་འགོད་པ།	དཀར་གཞུང་བཀྲ་ཤིས་རྡོ་རྗེ།
རྒྱབ་ཤ་རྩིས་འགོད་པ།	དགེ་འདུན་དོན་ཡོད། དཀར་གཞུང་བཀྲ་ཤིས་རྡོ་རྗེ།
ཞུ་དག་པ།	འཇམ་དབྱངས། དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

མིང་རྟགས།	ཧྣ་སྙིང་བོད་ཁྱིམ་གྱི་བོད་ཡིག་རྒྱུས་སྟོན་པ།
ཨ་འཛམ།	ས་རཱ་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ཆོས་རིག་ཞིབ་འཇུག་དགེ་རྒན།
བཟང་པོ།	མ་སུ་རི་བོད་ཁྱིམ་གྱི་བོད་ཡིག་རྒྱུས་སྟོན་པ།
དག་དབང་སྨིན་པ།	ཧྣ་ཤོད་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭའི་དགེ་རྒན།
བྱམས་པ་བཀྲ་ཤིས།	ཚོན་དྷ་ར་སམ་བྷོ་ཊའི་དགེ་རྒན།

ཚོམ་སྒྲིག་ཐེངས་དང་པོ།	ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ ཟླ་༠༤
First Edition	April 2017
དཔར་ཐེངས་དང་པོ།	ཕྱི་ལོ་༢༠༡༨ ཟླ་༠༧
First Printing	July 2018
དཔར་གྲངས། ༤༠༠༠།	4000 Copies

མངགས་ཉོའི་ཁ་བྱང་།
Printed and Distributed by:
Sherig Parkhang
R-27 & 28, Ramesh Park
Laxmi Nagar, New Delhi-110092
Ph: +91-11-2245 3672
Fax: +91-11-2245 5634
Email: shepardelhi@gmail.com
Web: www.sherigparkhang.com

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་དྲ་ཚིགས། www.www.sherig.org or www.bodyiglobjong.com
ནས་ལྟ་ཀློག་དང་ཕབ་ལེན་བྱེད་ཐུབ།

© Department of Education, CTA

ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་སྤྲོད་པའི་དམིགས་ཡུལ།

༡ སློབ་ཕྲུག་རྣམས་རང་རང་གི་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་སད་དེ་བླང་དོར་གྱི་གནས་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་ནུས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ནུས་པའི་བསམ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་དབང་དང་། འཚོ་བ་དགོས་མཁོ་དང་འཚམས་པའི་ཐོག་གཞན་ཁོ་ནར་བརྟེན་པའམ་གཞན་ལ་བ་ལྟ་གཞིག་བྱེད་མ་དགོས་པར། རང་གི་འབད་རྩོལ་གྱིས་བསྒྲུབས་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡང་དག་པར་འཚོ་ནུས་པའི་འཚོ་བའི་རང་དབང་། འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་དང་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་དབང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ནུས་པའི་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་རང་དབང་བཅས་རང་དབང་དང་།

༢ རང་ལས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་རང་ཉིད་བློས་བཏང་ནས་སྤྱི་ཞུ་སྒྲུབ་ནུས་པའི་གཞན་ཕན།

༣ འབྱུང་འགྱུར་མི་རབས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་ཁོར་ཡུག་དང་ཐོན་ཁུངས་ལ་གནོད་སྐྱོན་མི་གཏོང་བར་ས་ཡི་གོང་བུ་འདི་ཞི་བདེ་རྒྱུན་གནས་ཐུབ་པ་དང་། རང་གི་ཕ་མེས་ནས་བྱུང་བའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་རྣམས་བརྒྱུད་འཛིན་བྱེད་ནུས་པའི་རྒྱུན་འཛིན།'

༤ འཛིག་རྟེན་སྤྱིའི་ཕན་བདེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཚམས་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་ལམ་ལུགས། དངོས་པོ། ལས་འགུལ་སོགས་གསར་གཏོད་བྱེད་ནུས་པའི་གསར་གཏོད་བཅས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཡུལ་མི་བསྐྲུན་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

FUNDED BY: DANIDA THROUGH CICED

ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས།
DEPARTMENT OF EDUCATION
Central Tibetan Administration

Cable: SHERIG
Phone: +91-1892-222572/222721
Fax: +91-1892-223481
Email: education@tibet.net
Web: www.tcewf.org
www.sherig.org

GANGCHEN KYISHONG
DHARAMSALA - 176215
DISTT. KANGRA H.P
INDIA

ཆེད་བརྗོད།

༄༅། །ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་ནས་སློབ་དེབ་ཁག་ལོ་ལྟར་རེའི་མཚམས་སུ་བསྐྱར་ཞིབ་གནང་རྒྱུའི་དམིགས་ཚད་ཡོད་པ་ལྟར། གཞི་རིམ་བར་མ་འཛིན་རིམ་དྲུག་པ་དང་། བདུན་པ། བརྒྱད་པ་བཅས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འདི་ནི། བཙན་བྱོལ་བོད་མིའི་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་སྲིད་བྱུས་ཀྱི་དགོངས་དོན་བཞིན་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ ལོར་བཀའ་ཤག་གིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་གཞི་རིམ་བར་མའི་སྐད་ཡིག་བསླབ་གཞིའི་ཚ་འཛིན་གཞིར་བཟུང་། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༣ ལོར་རྩོམ་སྒྲིག་དང་གཏན་འབེབས་ཟིན་ཏེ། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ བར་ལོ་དྲུག་རིང་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་ལག་བསྟར་ཞུས་པའི་བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་རྨང་གཞིའི་སྟེང་། ད་ཡོད་གཞི་རིམ་བར་མའི་བོད་དགེ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་འཆར་བསྡུ་ལེན་དང་། ཉམས་མྱོང་ཕྱོགས་བསྡོམས། བཙན་བྱོལ་ནང་གི་བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་དང་བོད་ནས་ཐོན་པའི་བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་བཅས་སྣ་ཀུན་ནས་ལེགས་ཆ་བླངས་སྟེ། གཙོ་བོ་བོད་མིའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ད་ལྟའི་སློབ་སྦྱོང་དང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་དགོས་མཁོར་དམིགས་ཏེ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

གཞི་རིམ་བར་མའི་བསླབ་གཞིའི་ཚ་འཛིན་ནང་གསལ་ལྟར་རྒྱལ་རབས་ཆོས་འབྱུང་གི་ནང་དོན་རྣམས་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་ཆ་ཤས་སུ་བསྒྲིལ་བ་དང་། སྐད་ཡིག་དང་། རིགས་ལམ་ནང་ཆོས་བཅས་ཆ་ཤས་གཉིས་སུ་བགོས་ནས་སློབ་དེབ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ། སྐད་ཡིག་གི་སློབ་དེབ་བོད་ཡིག་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་གནང་དགོས་པ་དང་། རིགས་ལམ་ནང་ཆོས་ཀྱི་སློབ་དེབ་དེ་ལྟ་བྲུབ་དགེ་རྒན་གྱིས་གཙོ་འགན་བཞེས་རྒྱུ། ཉིན་རེར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཚོགས་ཐུན་༡ ལས་མ་ཉུང་བ་དང་། རིགས་ལམ་ནང་ཆོས་བདུན་རེར་ཚོགས་ཐུན་༣ ལས་མི་ཉུང་བའི་ཐོག སྔ་དགོང་གི་དུས་ཚོད་གང་འོས་སུ་ལྟ་གྲུབ་དགེ་རྒན་བརྒྱུད་འཁྲིད་སྦྱོང་གི་ལས་རིམ་གོ་སྒྲིག་བྱ་དགོས་པའི་གཏན་འབེབས་ཡོད་པ་ལྟར་གནང་གལ་ཆེ།

སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འདི་ཉིད་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྐབས་ཐུགས་སྣང་གནང་དགོས་པའི་དོན་གནད་ཆེ་ཁག་གཉིས་ནི། སློབ་དེབ་རྩ་བར་འཛིན་པའི་རྒྱུན་སྲོལ་དང་། ཡིག་རྒྱུགས་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དངོས་ཡོད་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ལག་ལེན་ཁྲིད་དགེ་རྣམ་རྣམ་པས་གཞི་རིམ་བར་མའི་སྐད་ཡིག་བསླབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གྱི་གཙོ་གནད་གཙིགས་འཛིན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དང་། གཙོ་ཕལ་གྱི་དབྱེ་བ། གཞི་རྩའི་ལྷ་གྲུབ། ལག་ལེན་གྱི་གོ་རིམ། གདེང་འཇོག་གི་ཐབས་ལམ་བཅས་ཀྱི་གལ་གནད་དམ་འཛིན་བྱས་ཏེ་སྐད་ཡིག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྤུས་ཚད་མཐོར་འདེགས་བྱ་དགོས།

སློབ་དེབ་འདི་ནི་འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་བསླབ་གཞིའི་རྩ་འཛིན་གྱི་དགོངས་དོན་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་དང་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་གཞི་རྩའི་དམིགས་ཡུལ་སྒྲུབ་ཐབས་ཀྱི་དཔེ་མཚོན་བཀོད་པ་ཙམ་ལས། འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་བོད་ཡིག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་རྩ་འཛིན་མིན་པ་དང་། སློབ་ཚན་གྱི་ཨང་རིམ་བཀོད་པ་རྣམས་ལས་གཞན་རྣམས་དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་མ་ཡིན།

སློབ་གྲྭ་སོ་སོར་ས་གནས་དང་། སློབ་མ། ཁོར་ཡུག ཚ་རྐྱེན། ཤེས་ཡོན་ལམ་སྲོལ་མི་འདྲ་བའི་གནས་སྟངས་འོག་དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་ལའང་ནང་དོན་དང་། གོ་རིམ། ཐབས་ལམ། ཟབ་ཚད་བཅས་ལ་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་གཞིགས་ཏེ། སྐབས་བསྟུན་དགེ་རྒན་གྱིས་སྣོན་འཕྲི་བཟོ་བསྒྱུར་གང་ཡང་བྱས་ཏེ་སྐད་ཡིག་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་སྤུས་ཚད་གཙོ་བོར་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས།

ང་ཚོའི་སློབ་ཁྲིད་དང་སློབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ་ནི་སློབ་ཚན་བྱེ་བྲག་པ་དང་། སློབ་དེབ་བྱེ་བྲག་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར། སློབ་མའི་བོད་ཡིག་གི་གནས་ཚད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཡིན་སྟབས། སྤྱི་སྒོམས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ཞིབ་(Uniform System of Assessment)ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་མའི་སྐད་ཡིག་གི་གནས་ཚད་ལ་གདེང་འཇོག་བྱ་དགོས།

སློབ་དེབ་ནི་ལག་ཆ་དང་ཤེས་ཡོན་ནི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པར་བརྟེན། སློབ་དེབ་འདི་ཉིད་བེད་སྤྱད་ནས་གཞི་རིམ་བར་མའི་སློབ་ཕྲུག་གི་བོད་ཡིག་ཤེས་ཚད་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཐབས་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་འབྲི་ཀློག་བཤད་གསུམ་དང་། གོ་སྟོབས་ནུས་རྩལ་བཅས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་རེ་འདུན་བཅས། ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༨ ཟླ་༠༨ ཚེས་༠༨ ཉིན།

དཀར་ཆག

བསླབ་བྱའི་སྡེ་ཚན།

༡. བོད་མིའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ། 2

༢. ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད། 6

བརྡ་སྤྲོད་སྡེ་ཚན།

༣. དག་ཡིག་མཁས་པ་དགའ་སྐྱེད། (སྟོད་ཆ།) 12

༤. རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་སླར་བསྡུ། 17

༥. ལ་དོན། 22

༦. ཨི་ལྷན། 28

༧. རྒྱན་སྡུད། 33

༨. ལྷག་བཅས། 38

༩. འབྱེད་སྡུད། 43

༡༠. འབྱུང་ཁུངས་དང་འབོད་སྒྲ། 48

རྩོམ་རིག་སྡེ་ཚན།

ཀ) རྩོམ་འབྲིའི་ཤེས་བྱ།

༡༡. རྩོམ་ཡིག་ཇི་ལྟར་ཀློག་དགོས་པ། 54

༡༢. རྩོམ་ཡིག་ཇི་ལྟར་འབྲི་དགོས་པ། 59

༡༣. རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས་དང་མཇུག་སྡུད་སྟངས། 63

ཁ) ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག

༡༤. བོད་ཀྱི་དཔའ་བོ། 72

༡༥. ཞག་ཤ་འཚོང་བ། 78

༡༦. བདག་གི་དགེ་རྒན། 83

༡༧. ས་ཕྱུག་ཁ་བྱང་ལྷ། 87

༡༨. མོ་ཏ་ཆུང་ཆུང་། 91

ག) སྣན་དག་སྔོན་འགྲོའི་སྦྱོང་བརྡར།
༡༩. ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་དང་པོ། 98
༢༠. ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་གཉིས་པ། 104

ལག་ལེན་སྡེ་ཚན།

ཀ) རྒྱུན་སྤྱོད་ཡིག་རིགས།
༢༡. དགོངས་ཤོག་དང་ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ 112
༢༢. འཛིན་ཡིག 117
༢༣. ཉིན་ཐོ་འབྲི་ཚུལ། 121

ཁ)མཚར་གཏམ།
༢༤. མཚར་གཏམ་ཁག་གཉིས། 127
༢༥. མཚར་གཏམ་ཁག་གཉིས། 130

གཞོགས་འདེགས་སྡེ་ཚན།

- ཨ་མའི་སེམས། 135
- པི་པི། 140
- མཆོད་མཇལ་འགྲོ་བ། 143
- ཚར་པར་གཡོལ་བ། 147
- བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན། 150
- ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ། 152
- མཆོད་མཇལ་འགྲོ་བ། 154
- རྡོའི་སེ་ དྲེ་ཁ་གདངས་པ། 157
- ཕ་སེམས་བུ་ཐོག བུ་སེམས་རྡོ་ཐོག 162
- རྒྱལ་ཁ་དང་ཕམ་ཁ། 166
- ང་དང་ཚགས་པར་དབར་གྱི་གཏམ་རྒྱུད། 168
- ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས། 170

རྟགས་འཇུག་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། 173

བསླབ་བྱའི་སྡེ་ཚན།

སྐད་ཡིག་ཅིག་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ནུས་རྩལ་མི་འདྲ་བ་དྲུག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས།

❶ ཀློག་རྩལ། ❷ འབྲི་རྩལ། ❸ འཆད་རྩལ། ❹ ཉན་རྩལ། ❺ དག་ཆ། ❻ ཡིག་གཟུགས་བཅས་ཡིན་ལ་ལྷག་དོན་འབྲི་ཀློག་གཉིས་ནི་སྐད་ཡིག་ཤེས་མིན་གྱི་ཚད་འཛིན་ས་ཡང་དེ་ཡིན།

དེ་ཡང་ཨ་ལག་ཤ་ངག་དབང་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པས།

མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་འཆད་ལ་མི་མཁས་ན། །
སྨན་གྱིས་དབུལ་བའི་སྨན་པ་མཁས་པ་བཞིན། །
རྩོད་ལ་མཁས་ཀྱང་རྩོམ་ཚུལ་མི་ཤེས་ན། །
ལྕེ་བརྒྱ་སྤྲུལ་ནས་སྨྲས་ཀྱང་ལྐུགས་པ་ཡིན། །
རྩོམ་པ་ལེགས་ཀྱང་སུག་བྲིས་མི་འགྲོར་ན། །
དཔའ་རྩལ་ཆེ་བའི་དཔའ་བོ་ལག་རྡུམ་འདྲ། །

ཞེས་མཐའ་སྨོམ་དཔེ་དང་བཅས་འབྲི་རྩལ་གལ་ཆེ་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།

ཡང་དཀོན་མཆོག་འཇིགས་མེད་དབང་པོས།

རིགས་པས་བརྡར་ཤ་མ་བཅད་གཞུང་དོན་ལ། །
ཚིག་སྦྱོར་གོ་བ་ལམ་ཙམ་ཡོད་ན་ཡང་། །
བརྐྱལ་ཞིང་བརྟགས་ཚེ་བྱེ་མའི་ཆངས་བུ་ལྟར། །
འགྱུར་ཕྱིར་རིགས་པའི་གསང་ཚིག་ཞིབ་ཏུ་སློབས། །

ཞེས་གཞུང་དོན་ལ་རིགས་པས་བརྡར་ཤ་གཅོད་དགོས་པ་གལ་ཆེ་ཚུལ་གསུངས་ཡོད།

༡. བོད་མིའི་སློབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་ཡུལ།

ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བ་ཆགས་པའི་ཉིན་དང་པོ་དེར་མ་འོངས་པའི་བོད་སྤྱི་དོན་ནས། བོད་མི་སྙིར་སོ་སོའི་གནས་སྟངས་གང་ཡིན་ནའང་། གལ་ཆེ་ཤོས་ཤེས་ཡོན་ལ་རག་ལས་ཡོད་པས། བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོར་བརྩིས་ཏེ་དང་པོ་སློབ་གྲྭ་ཁག་བཙུགས་པ་རེད། ཤེས་ཡོན་དེ་ཡང་བོད་པའི་ཐུན་མོང་གི་ཤེས་ཡོན་ཡིན་པས། བོད་ཐུག་བོད་མིའི་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་ངེས་པར་དུ་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་དགོས།

— ༧གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོས།

བོད་ཡིག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་འདི་བོད་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གསལ་པོ་ཆགས་མི་འདུག་གམ། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་དང་བེད་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུའི་གནད་དོན་འདི་ནི་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གཏན་ནས་མིན།

— ༧པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་པ་ཆེན་པོས།

དེང་དུས་འཛམ་གླིང་གི་ཤེས་ཡོན་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། བོད་པའི་དྲི་མ་མ་ཡལ་བ་ཞིག་དང་། བོད་པའི་རྣམ་པ་མ་ཡལ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། བོད་པའི་རྣམ་པ་མ་ཡལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་བོད་ལུང་པ་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། བོད་པའི་རྣམ་པ་ཟིན་མ་ཐུབ་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་སོ་སྐྱེར་པ་ཞིག་ལ་འཕྲུལ་དུ་དཀའ་ངལ་ཡོང་མདོག་ཁ་པོ་མིན་ནའང་། མི་ཚེ་རིང་པོ་ཞིག་ནང་བོད་པ་ཞིག་ལ་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་གང་ལྟར་རང་ཉིད་སེམས་སྐྱིད་པ་ཞིག་དང་། ཧན་ཧན་བག་ཕེབས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད།

— ༄ གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོས།

ང་རང་གིས་རྒྱ་སྐད་བཤད་ཤེས་པ་འདི་ང་རང་གི་འཛོན་ཐང་དང་ཡོན་ཏན་རེད། གལ་སྲིད་ངས་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ནའང་ངོ་ཚ་དགོས་དོན་མེད། འོན་ཀྱང་གལ་སྲིད་ང་རང་གིས་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ང་རང་གི་ཞབས་འདྲེན་ཡིན་པས་ངོ་ཚ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

— ༄ པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་པ་ཆེན་པོས།

བོད་ཀྱི་ཕལ་སྐད་ཤེས་པ་གཞིར་བཞག་གིས་སྐད་རིགས་གཞན་ཤེས་ན་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཀྱི་བོད་མིས་བོད་སྐད་མི་ཤེས་བཞིན་སྐད་རིགས་གཞན་ཞིག་སྦྲ་ཚུལ་བྱས་ན་ཁྲེལ་དགོད་བྱེད་མཁན་མ་གཏོགས་བསྟོད་བརྗོད་བྱེད་མཁན་ཞིག་འཛམ་གླིང་ཕྱོན་ན་ཡོད་ཚོད་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

— མཁན་ཆེན་འཇིགས་མེད་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས།

བོད་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་མེད་ན། གང་འཚམ་ནས་ཕོ་རོག་དཀར་པོ་ལྟ་བུར་ཆགས་ཏེ། སྤྱི་ཚོགས་གང་དུ་བསྡད་ཀྱང་བོད་པའི་ཤ་ཁྲག་ནས་གྲུབ་པའི་ལུས་ནི་བརྗེ་ཐབས་མེད། ནམ་ཞིག་སོ་སོའི་སེམས་ནང་ང་གང་ནས་ཡིན་ནམ། ངའི་ཕ་མ་ཚོ་གང་ནས་ཡིན་ནམ་སྙམ་པའི་བསམ་བློ་འཁོར་ཡོང་དུས། རང་ཉིད་བོད་པ་ཡིན་ནའང་། རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་ལྟ་སྐབས་བོད་པའི་དྲི་མ་མེད་པ་ཆགས་པ་མཐོང་ཡོང་དུས། རང་ཉིད་སྐྱིད་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད།

— ༧གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོས།

ཁྱོད་ཚོས་བོད་སྐད་བཤད་པར་ངོ་ཚ་ན་མ་བཤད་ན་ཆོག་ལ། ཁྱོད་ཚོས་བོད་ལུ་གྱོན་པར་ངོ་ཚ་ན་དེ་ཡང་མ་གྱོན་ན་ཆོག འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཚོའི་ཤ་དང་རུས་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

— ༧པཎ་ཆེན་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་པ་ཆེན་པོས།

སྤྱོད་ཚན། 📖→

དང་པོ། མིང་ཚིག་བེད་སྤྱོད་དེ་བསླབ་བྱའི་ཚིགས་བཅད་གཉིས་བྲིས།

བཙན་བྱོལ། མཚན་ཉིད། གནད་དོན། བག་ཕེབས། འཛིན་ཐང་། ཁྲིལ་དགོད། བརྟགས་བརྗོད། སྤྱོད་ཚུལ།

གཉིས་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

༡། ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་བ་ཆགས་པའི་ཉིན་དང་པོ་དེ་ནས་གང་ཞིག་གལ་ཆེན་པོར་བརྩིས་ཡོད་དམ།
༢། བོད་ཕྲུག་ཚོར་བོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཅི་ཞིག་དགོས་སམ།
༣། བོད་མིས་བོད་སྐད་མི་ཤེས་བཞིན་སྐད་རིགས་གཞན་ཞིག་སྨྲ་ཁུལ་བྱས་ན་ཇི་ལྟར་འགྱུར་རམ།

གསུམ་པ། མི་གང་ཞིག་ཤ་ཁྲག་རུས་གསུམ་མི་རིགས་དེར་གྲུབ་ཟིན་པའི་རྗེས་ལ་བརྗེ་ཐབས་མེད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡིན་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བཞིན་བྲིས།

བཞི་པ། རང་ཉིད་བོད་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཤེས་ན་ཕན་ཐོགས་ཇི་ཡོད་སློབ་ཚན་ནས་ཟུར་འདོན་བྱོས།

༡. ས་སྐྱ་ལེགས་བཤད།

ས་སྐྱ་པཎྜི་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན། (༡༡༨༢ - ༡༢༥༡)

སྤྱིར་ལེགས་བཤད་ཅེས་པ་ནི་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྣང་དོར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པའི་བསླབ་བྱའི་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བསྟན་པས་ན་ལེགས་བཤད་ཅེས་བྱ། ལེགས་བཤད་ནི་བསླབ་བྱའི་རང་བཞིན་གཏིང་ཟབ་པ་དང་། བརྗོད་གཞིའི་ཐད་དུ་གནས་ལུགས་ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་དཔེ་དག་བཀོལ་ནས་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྣ་མང་རྟོག་འཛིན་ཆེ་བའི་བྱ་བར་སྣང་དོར་འཇུག་ལྡོག་ཚུལ་བཞིན་འདོམས་པར་བྱེད་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་རིགས་ཤིག་ཡིན།

མཁས་པ་ཡོན་ཏན་མཛོད་འཛིན་པ། །དེ་དག་ལེགས་བཤད་རིན་ཆེན་སྡུད། །
རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཆུ་བོའི་གཏེར། །ཡིན་ཕྱིར་ཆུ་བོ་ཐམས་ཅད་འབབ། །

ལྗོན་ཤིང་དུད་པ་འབྲས་བུ་མང་། །རྨ་བྱ་དུལ་བ་མཇུག་སྒྲོ་བཟང་། །
རྟ་མཆོག་དུལ་བ་འགྲོས་མགྱོགས་ཏེ། །དམ་པ་དུལ་བ་མཁས་པའི་རྟགས། །

སྐྱེ་བོ་ངན་པ་འབྱོར་ཐོབ་ཀྱང་། །ལྷག་པར་སྤྱོད་པ་ངན་པར་འགྱུར། །
འབབ་ཆུ་ཇི་ལྟར་ལྡོག་གྱུར་ཀྱང་། །ཐུར་དུ་འབབ་པ་ཁོ་ནར་འདོད། །

ཡོན་ཏན་ཆུང་ནམས་ང་རྒྱལ་ཆེ། །མཁས་པར་གྱུར་ན་དུལ་བར་གནས། །
ཆུ་ཕྲན་རྟག་ཏུ་ཀུ་ཅོ་ཆེ། །རྒྱ་མཚོ་ཅ་ཅོ་ག་ལ་སྒྲོག །

ཏ་ཙང་གཡོ་སྒྱུ་ཆེ་དྲགས་ན། །རེ་ཞིག་གྲུབ་ཀྱང་ཐ་མར་བརླག །
གཟིག་ལྤགས་བཀབ་པའི་བོང་བུ་ཡིས། །ལོ་ཏོག་ཟོས་མཐར་གཞན་གྱིས་བསད། །

བདག་ཉིད་དཔོན་དུ་བསྐོས་གྱུར་ན། །དེ་ཡི་བྱ་བ་ཤེས་པ་དགོན། །
གཞན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ཡོད་ཀྱང་། །རང་ཉིད་ལྟ་ན་མེ་ལོང་དགོས། །

གང་ཞིག་མཁས་པ་ཡོད་བཞིན་དུ། །དེ་ལས་ཡོན་ཏན་མི་ལེན་ན། །
མི་དེ་གདོན་གྱིས་བཏབ་པའམ། །ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་མནར་བ་ཡིན། །

འཇམ་པོས་འཇམ་པོ་འཇོམས་བྱེད་ཅིང་། །འཇམ་པོས་རྩུབ་པོའང་འཇོམས་པར་བྱེད། །
འཇམ་པོས་ཀུན་འགྲུབ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འཇམ་ཉིད་རྣོ་ཞེས་མཁས་རྣམས་སྨྲ། །

རང་ལ་དགོས་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས། །ཉི་མ་རེ་ལ་ཚིག་རེ་ཟུངས། །
གྲོག་མཁར་དང་ནི་སྦྲང་རྩི་ལྟར། །རིང་པོར་མི་ཐོགས་མཁས་པར་འགྱུར། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། དཔོད་ཕྲིས་ཐོངས།

དུལ་བ། མདུག་སྒྲོ། ཁོ་ན། གཡོ་སྒྱུ། རེ་ཞིག ཀུ་ཅོ། གྲོག་མཁར། སྦྲང་རྩི། ཡོན་ཏན། གཟིག་ལྤགས།

གཉིས་པ། དྲི་བར་ལན་ཐུང་ངུ་རེ་བྲིས།

༡། མི་མཁས་པ་ཞིག་ལ་ཁྱད་ཆོས་གང་འདུག་གམ།

༢། ཀ་ཅང་གཡོ་སྒྱུ་ཆེ་དྲགས་ན་ཅི་ཞིག་ཡོང་ངམ།

༣། སྐྱེ་བོ་ངན་པ་འཁོར་ཐོབ་ན་ཅི་ཇི་ལྟར་འགྱུར་སྲིད་དམ།

༤། རང་ལ་དགོས་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་སྲུང་དགོས་སམ།

༥། སུ་ཞིག་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན། མི་དེ་ཁེངས་སྐྱུངས་ཡིན་ཚུལ་ཤོ་ལོ་ཀ་གང་གིས་བསྟན་ཏམ།

གསུམ་པ། ལེགས་བཤད་ཤོ་ལོ་ཀ་འདིའི་བསྟན་དོན་གང་ཡིན་རྒྱུན་གཏན་སྐད་ཆའི་ལམ་ནས་སློབ་ཕྲུག་ཁག་བགོས་ཀྱིས་བགྲོ་གླེང་བྱེད་དགོས།

འཇམ་པོས་འཇམ་པོ་འཇོམས་བྱེད་ཅིང༌། །

འཇམ་པོས་རྩུབ་པོའང་འཇོམས་པར་བྱེད། །

འཇམ་པོས་ཀུན་འགྲུབ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

འཇམ་ཉིད་རྣོ་ཞེས་མཁས་རྣམས་སྨྲ། །

བཞི་པ། བྱེད་སྒོ།

རང་ཉིད་ལ་ལོ་སྔ་མའི་ནང་སྐྱོན་གང་བྱུང་ཡོད་པ་དང༌། ལོ་འདིའི་ནང་སྡེ་ཚན་གསུམ་ནས་གཅིག་རེ་ལ་དམ་བཅའ་འཇོག་དགོས།

ཀ༡) ཉིན་རེར་མ་ཎི་ཕྲེང་སྐོར་གསུམ་བགྲང་བ།
ཀ༢) ལྷག་སྐར་ལ་དམར་ཟས་སྤངས་པ།
ཀ༣) སྔ་དགོང་གཉིས་ལ་ཕྱག་བཅུ་རེ་འཚལ་བ།
ཀ༤) གཟུངས་སྔགས་གང་རུང་ཞིག་གསོག་པ།

ཁ༡) ཕ་མ་ལ་གུས་བཀུར་བྱེད་པ།
ཁ༢) བཀའ་དྲིན་ལ་བསམ་ཤེས་བྱེད་པ།
ཁ༣) གཞན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པ།
ཁ༤) ཁོར་ཡུག་ལ་གཙང་སྦྲ་བྱེད་པ།

ག༡) སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་པ།
ག༢) སློབ་གྲྭའི་སྒྲིག་ལམ་སྲུང་བ།
ག༣) དགེ་ལས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཉན་པ།
ག༤) སློབ་ཁྲིད་ལ་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉན་པ།

ཀ	ཁ	ག

བརྡ་སྤྲོད་སྡེ་ཚན།

འཛིན་རིམ་དྲུག་པའི་བརྡ་སྤྲོད་སློབ་ཚན་ནི། དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་རྡོ་རྗེས་བརྩམས་པའི་ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས་ཕྲད་གཞན་དབང་ཅན་སྐར་བསྡུ་དང་། ལ་དོན། ཨི་ལྡན། རྒྱན་སྡུད། ལྷག་བཅས། འབྱེད་སྡུད། འབྱུང་ཁུངས། འབོད་སྒྲ་བཅས་བསླབ་གཞིར་བཞག་ཡོད།

ཚིག་ཕྲད་ཅེས་པ་ནི། མིང་ཚིག་གཅིག་གམ་དུ་མའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཅི་རིགས་ཀྱི་གནས་སུ་ཕྲད་ཀྱི་སྒྲ་དེ་སྦྱར་བ་ན་དོན་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་སྟོན་པ་ལ་ཟེར། ཚིག་ཕྲད་ཀྱི་དགོས་པ་ནི་དོན་སྟོན་པ་དང་། དོན་གསལ་བ། ཚིག་མཛེས་པ། ཚིག་སྦྱོར་སྒྲིག་པ་བཅས་ཡིན།

༡་ ཚིག་ཕྲད་ཀྱིས་དོན་སྟོན་པ།

དཔེར་ན། དོན་གྲུབ་ཤ་བཟས་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ཟ་མཁན་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁ་ལག་ཤ་བཟས་པའམ། དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཤ་དེ་ཟ་མཁན་གཞན་ཞིག་གིས་བཟས་པ་བཅས་གང་དུའང་བརྡ་མི་འཕྲོད་པ་ཡིན། དེས་ན་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཤ་བཟས་ཞེས་པས་དོན་གྲུབ་ཤ་ཟ་མཁན་ཡིན་པ་དང་། བཟའ་རྒྱུ་ཤ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས། དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཤ་བཟས་ཞེས་པས་ཟ་མཁན་གཞན་ཞིག་གིས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཤ་བཟས་པ་བདེ་བླག་ངང་གོ་ཐུབ་པ་དེས་ཚིག་ཕྲད་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དང་། ཚིག་ཕྲད་ཀྱི་དོན་སྟོན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཚོག

༢་ དོན་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་སླད་དུ་ཚིག་ཕྲད་དེ་ཚིག་གྲོགས་ལ་སྦྱོར་བ།

དཔེར་ན། སྟོན་ཀའི་གནམ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཙང་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། ནི་སྒྲ་དང་ཏུ་སྒྲ་གཉིས་དོན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའོ། །

༣་ ཚིག་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་སླད་དུ་ཚིག་རྒྱན་ལ་སྦྱོར་བ།

དཔེར་ན། འཇའ་ཚོན་རྣམ་པར་བཀྲ་ཡང་བཀྲ། ཐ་ཤལ་ང་ཉིད་ཀྱང་བདེ་བར་བདོག་ལྟ་བུ་ཡང་དང་ཀྱང་གཉིས་ཚིག་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྲད་ཡིན།

༩་ ཚིག་སྦྱོར་འགྲིག་པའི་དོན་དུ་ཁ་སྐོང་ལ་སྦྱོར་བ། དཔེ་ར་ན།

མཁས་མང་ཚོགས་པའི་དབུས་སུ་ནི། །
ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱི་དགའ་སྟོན་འགྱེད། །

དཔྱིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ཤར་བའི་དུས་དག་ཏུ། །
རིག་པའི་གཞུང་ལ་བརྩོན་པ་བརྒྱ་ཕྲག་བསྐྱེད། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་དང་དག་གཉིས་ཚིགས་བཅད་དེ་ཁ་སྐོང་བའི་ཆེད་དུ་སྦྱར་བའོ། །

དག་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་དང་བརྡ་སྤྲོད་སློབ་ཁྲིད་གཉིས་ཁ་མ་བྲལ་བར་ཕན་ཚུན་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་ཡོང་ཐབས་བྱ་དགོས་པར་བརྟེན་དག་ཡིག་སློབ་ཚན་ཡང་སྣེ་ཚན་འདིར་བཞག་ཡོད།

ཀ) དག་ཡིག

མིང་བརྡ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྒྲ་འདྲ་ལ། དོན་མི་འདྲ་བ་དང་། དོན་འདྲ་ལ་སྒྲ་མི་འདྲ་བ། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་། མིང་གཅིག་དོན་མང་ལ་འཇུག་པ་བཅས་དུ་མ་ཞིག་ཡོད།

དཔེར་ན། སྒྲ་འདྲ་ལ་དོན་མི་འདྲ་བ། ཀླ། གླ། རླ། བརླ། སླ། དོན་འདྲ་ལ་སྒྲ་མི་འདྲ་བ། འགྲོ། སྐྱོད། འདོང་། ཆས། བཞུད། དེངས། འཆག། གཤེགས་ལྟ་བུ།

མདོར་ན། ཡི་གེའི་དག་ཆ་ནོར་ན་གོ་བརྡ་མི་འཕྲོད་པར་མ་ཟད། ཕ་རོལ་པོས་འགལ་བ་ལྟག་སྤྲོད་དུ་གོ་བ་བཅས་ནོར་འཚབས་ཆེ་བས་སྐད་ཡིག་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དག་ཆ་སྲོང་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།

༡. དག་ཡིག་མཁས་པ་དགའ་སྐྱེད།

དབྱངས་ཅན་རོལ་བའི་ལོ་མཚོ།

སྒྲ་འདྲ་ལ་དོན་མི་འདྲ་བ།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ས་བསྟན་ལ། །
མི་འགྱུར་བརྟན་པ་ར་བརྟན་ཡིན། །
རང་གིས་བསྟེན་པ་ས་བསྟེན་ལ། །
གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ར་བརྟེན་ཡིན། །

གནོད་པའི་དགྲ་ནི་ད་དགྲ་ལ། །
སྙན་པའི་སྒྲ་ནི་ས་སྒྲ་ཡིན། །

ལུས་ཀྱི་མགོ་ནི་མ་མགོ་ལ། །
ནད་སོགས་འགོ་བ་འ་འགོ་ཡིན། །

རིན་ཆེན་དངུལ་ནི་ད་དངུལ་ལ། །
ལུས་ཀྱི་རྔུལ་ནི་ར་རྔུལ་ཡིན། །

མགྲིན་པའི་མགུལ་ནི་མ་མགུལ་ལ། །
གཡོ་བའི་འགུལ་ནི་འ་འགུལ་ཡིན། །

ཕན་པའི་དྲིན་ནི་ད་དྲིན་ལ། །
ཉོ་ཚོང་བྲིན་པ་བ་བྲིན་ཡིན། །

གཞན་ལ་སྐུལ་བ་ས་སྐུལ་ལ། །
ལུས་ཀྱི་རྩལ་ནི་ར་རྩལ་ཡིན། །

ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པ་ག་འགྲོགས་ལ། །
བྲེད་ནས་འདྲོགས་པ་ད་འདྲོགས་ཡིན། །

འགུགས་པའི་དགུག་ནི་ད་དགུག་ལ། །
གྲོགས་པོས་སྐྲུག་པ་ས་སྐྲུག་ཡིན། །

ཡི་གེ་ཀློག་པ་ཀ་ཀློག་ལ། །
ཕྱི་ནང་སློག་པ་ས་སློག་ཡིན། །

ས་མཐོའི་སྒང་ནི་ས་སྒང་ལ། །
ཆུ་སྣོད་དགང་བ་ད་དགང་ཡིན། །

བློ་རིག་གྲུང་བ་ག་གྲུང་ལ། །
མདུན་གྱི་དྲུང་ནི་ད་དྲུང་ཡིན། །

རི་དྭགས་གླ་བ་ག་གླ་ལ། །
ཚེགས་ཆུང་སླ་བ་ས་སླ་ཡིན། །

སྙིང་གི་ནླ་ནི་བ་ནླ་ལ། །
ལུས་ཀྱི་བཀླ་ནི་ར་བཀླ་ཡིན། །

གཙོད་པའི་སྙེའུ་ས་སྙེའུ་ལ། །
རྒོད་མའི་ཧེའུ་ར་ཧེའུ་ཡིན། །

ནང་ཁྲོལ་རྒྱུ་མ་ར་རྒྱུ་ལ། །
མི་བདེན་སྒྲུ་མ་ས་སྒྲུ་ཡིན། །

ཚུ་ལ་རྒལ་བ་ར་རྒལ་ལ། །
ལུས་ཀྱི་སྒལ་བ་ས་སྒལ་ཡིན། །

ས་བདག་གླུ་ནི་ཀ་གླུ་ལ། །
སྙན་པའི་གླུ་ནི་ག་གླུ་ཡིན། །

དུས་ཀྱི་དབྱར་ནི་ད་དབྱར་ལ། །
དངོས་པོ་གཡར་བ་ག་གཡར་ཡིན། །

གནམ་གྱི་སྐར་མ་ས་སྐར་ལ། །
ཁ་དོག་དཀར་བ་ད་དཀར་ཡིན། །

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། སྒྲ་དོན་བསྡུར་ཏེ་ཚིག་གྲོགས་རེ་ཚོལ།

༡། བསྟན།	བརྟན།	བསྟེན།	བརྟེན།
༢། སྒང་།	དགང་།	ལྒང་།	
༣། ཟླ།	ཀླ།	སླ།	བཟླ།
༤། རྐལ།	སྐལ།	དགལ།	
༥། ཟླུ།	ཀླུ།	བསླུ།	
༦། སྐར།	དཀར།	བཀར།	

གཉིས་པ། བར་སྟོང་རྣམས་སུ་ཀྱག་རྟགས་ནང་ནས་འདེམས་སྒྲོང་གྱིས།

རི་མགོ་ནས་------------ བོའི་ཡི་མེ་སྒྲོགས་ཀྱི་------------ གྲགས། (སྒྲ། དགྲ།)

གླ་མའི་------------ ལ་ཕྲེང་བ་གཡོ་------------ ཤིག་ཤིག (མགུལ། འགུལ།)

མི་------------ ཅན་ག་བར་ཡིན་ནའང་------------ ། (ཁྲིན། ཐྲིན།)

ཕ་ཡིས་བུ་------------ པར་ཁུར་ནས་ཚུ་------------ བ་རེད། (སྐལ། རྐལ།)

ལུས་པོ་------------ ནའང་རྟ་ལ་------------ བརྒྱབ་ནས་བཞོན། (སྐ རྐ)

གསུམ་པ། ཚིགས་བཅད་གཉིས་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྱོས།

མཛའ་བའི་གྲོགས་ནི་ག་གྲོགས་ལ། །
ཁུར་བའི་ཐོགས་ནི་ད་ཐོགས་ཡིན། །
ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པ་ག་འགྲོགས་ལ། །
བྲེད་ནས་འཐོགས་པ་ད་འཐོགས་ཡིན། །

ར་རྟག་ས་སྟག་ལ་ལྟག་རྣམས། །
མི་འགྱུར་གཅན་གཟན་མགོ་བོའི་རྒྱབ། །
ར་རྟང་ས་སྟང་ལ་ལྟང་རྣམས། །
འདོགས་ཐག་གཞི་དང་སྟན་ལས་ལངས། །

བཞི་པ། དག་ཡིག་འདི་ནས་མིང་ཚིག་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་དཔོད་འབྲི་ཐོངས།

(ཁ) སུམ་ཅུ་པའི་ཕྲད་གཞན་དབང་ཅན།

སྤྱིར་སུམ་ཅུ་པའི་ཕྲད་ལ་དབྱེ་ན་ཕྲད་གཞན་དབང་ཅན་དང་རང་དབང་ཅན་གཉིས་ཡོད། འདིར་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཕྲད་གཞན་དབང་ཅན་བཤད་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དག་གོམ་སྟབས་གསུམ་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྟངས་བཀོད་ཡོད། དཔེར་ན། **ཕྲད་ངོས་འཛིན་དང་། སྦྲ་སྦྱོར། དོན་སྦྱོར་བཅས་ཡིན།** དེར་བརྟེན་ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་དུ་གསལ་བའི་ཕྲད་གཞན་དབང་ཅན་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་། སྦྱོར་ཚུལ། འཇུག་ཡུལ་གཙོ་བོ་བཅས་ཐབས་ལམ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་སློབ་ཁྲིད་དང་སྦྱོང་བརྡར་བྱས་ཏེ། སློབ་ཕྲུག་ཚོས་ཡི་གེ་འབྲི་ཀློག་སྐབས་ལག་ལེན་ཚུལ་བཞིན་བཀོལ་སྤྱོད་ཡོང་ཐབས་གནད་ཀྱི་དམ་པར་འཛིན་དགོས།

༩. རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་སྐར་བསྡུ།

༄ རྣམ་དབྱེ་དང་པོ།

གང་ཞིག་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ། །

བརྗོད་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཡིན། །

ཆོས་གང་ཞིག་རང་གི་ངོ་བོ་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་མིང་དུ་གྲུབ་པ་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཡིན། དཔེར་ན།

མི། མིག གཟུགས། སྒྲ། ཕྱེ་མ་ལེབ། སྦྲང་མ། གླང་ཆེན། ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཆོས་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ནི་གླང་ཆེན་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཚེ་སྦྲང་མ་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་མ་འབྲེལ་བར་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྤྱིར་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ནི་མིང་ལས་ལོགས་སུ་མེད།

༈ སྐར་བསྡུ།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

> གོ་ང་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ། །
> རོ་ལོ་སོ་ཧོ་སྐར་བསྡུ་སྟེ། །
> ཛོགས་ཚིག་ཟླ་སྡུད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །
> དྲག་ཡོད་ཧོ་དང་མཐའ་མེད་འོ། །
> གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་སྦྱར། །

ཞེས་པ་ལྟར་སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་གོ་ངོ་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་ཏོ་བཅས་བཅུ་གཅིག་པོ་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་རང་རང་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་བ་བཅུ་དང་། ད་དྲག་གམ་ད་ཡང་འཇུག་ཡོད་པ་ལ་ཏོ་དང་། མཐའ་མེད་དམ་རྗེས་འཇུག་མེད་པའི་མཐར་འོ་སྦྱར་དགོས། རྫོགས་ཚིག་དང་། ཟླ་སྡུད་བཅས་ནི་སྐར་བསྡུའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། དེ་ལ་སྦྲ་བཤད་ཙམ་དབྱེ་ན།

༡། རྫོགས་ཚིག་ནི་སྐབས་བབ་ཀྱི་དོན་དེ་རེ་ཞིག་རྫོགས་པར་བསྟན་པ་ལ་རྫོགས་ཚིག་ཟེར་བ་ལས་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྟོན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད།

༢། སྐར་བསྡུ་ནི་སྐར་ཡོང་རྒྱུའི་དོན་དེ་རེ་ཞིག་སྡུད་པའམ་མི་འབྱུང་བར་བསྟན་པས་སྐར་བསྡུ།

༣། ཚིག་རང་གི་ཟླ་བོའམ་གྲོགས་པོ་སྡུད་པའམ་མི་འབྱུང་བར་བསྟན་པས་ཟླ་སྡུད་ཟེར་བ་ཡིན།

སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་དེ་དག་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་དང་མཐུན་པར་སྦྱོར་ཚུལ་ནི།

དཔེར་ན། (དབུ་ཅན་འབྲི་སྐབས་རྫོགས་ཚིག་གི་རྗེས་སུ་ཉིས་ཤད་ངེས་པར་དུ་འབྲི་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་བྱེད་དགོས།)

ག)	ཚུ་བཀག་གོ །

ང)	ཤིན་ཏུ་བཟང་ངོ་། །

ད)	ང་ལ་ཧྲན་པ་ཡོད་དོ། །

ན)	ཁ་ཟས་སྨིན་ནོ། །

བ)	ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་བོ། །

མ)	འདི་ནི་གཞུང་ལམ་མོ། །

འ)	ང་ཇ་ལ་དགའ་འོ། །

ར)	འཁོར་ལོ་དེ་འཁོར་རོ། །

ལ)	གསོལ་ཇ་འབུལ་ལོ། །

ས)	སློབ་སྦྱོང་ལ་མཁས་སོ། །

མཐའ་མེད། དགེ་བ་བྱའོ། །

ད་དྲག

ན)	སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིནད་ཏོ། །

ར)	བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པར་གྱུརད་ཏོ། །

ལ)	དེ་ལྟར་བཀའ་སྩལད་ཏོ། །ལྷ་ཞུའོ། །

གཞན་ཡང་། སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་མ་ཡིན་པའི་གོ་སོགས་ཀྱང་ཡོད། དཔེར་ན།

ཏ་གོ	གོ་ས།	སྐུ་ངོ་།	ངོ་གདོང་།
བར་དོ།	དོ་སྣང་།	ངོ་བོ།	བོ་དོང་།
ཆེན་མོ།	མོ་བཏབ།	ཇ་འོ།	འོ་སྐོལ།
ནད་རོ།	རོ་མངར།	ཚོ་ལོ།	ལོ་མ།
བ་སོ།	སོ་ནམ།		

སྦྱོང་ཚན། →

དང་པོ། སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་གང་ཐོབ་སྦྱོར།

མདུན་དུ་བཞག་ ....།

དེ་ནི་དེབ་ཡིན་ ....།

ཕྱུག་གིས་བཟུང་ ....།

ཕྱི་མར་འབྱུལ་ ....།

གསོལ་ཇ་བཞེས་ ....།

ཀུན་ལ་དགའ་ ....།

འཁོར་ལོ་འཁོར་ ....།

ཞབས་བྲོ་འཁྲབ་ ....།

སྐྱིད་པོ་ཡིན་སྣམ་ ....།

ཡང་ཡང་མཆོད་ ....།

ངའི་ཕ་མ་ ....།

བཀའ་སྩལད་ ....།

གཉིས་པ། མིང་ཚིག་རྣམས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པ་སོ་སོར་འབྱེད་དགོས།

རྐང་པ། དུང་དཀར། ཚར་པ་བབས། གཡག་གི་རྭ་ཅོ། ལུག རྟ་ལ་བཞོན། བདུགས། རྫོགས་ཚིག

གསུམ་པ། དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་བྲིས།

༡། ཅི་ཞིག་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཟེར་རམ།

༢། སྐར་བསྡུའི་ཚིག་ཕྲད་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

༣། སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་སྦྱོར་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

༤། སྐར་བསྡུ་དང་། ཟླ་སྡུད། རྫོགས་ཚིག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་གང་ཡིན་ནམ།

བཞི་པ། གཤམ་གསལ་བརྗོད་པ་རྣམས་ལས་སྐར་བསྡུའི་ཕྲད་རྣམས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས།

གཏམ་པད་མའི་ཚལ་གྱི་ཟློས་གར་ལས།

རྩོངས་རྩོངས་བློ་སེམས་རྩོངས་སོ། །འཁྲུག་འཁྲུག་རང་སེམས་འཁྲུག་གོ །འདར་འདར་ལུས་སེམས་འདར་རོ། །

སློ་བུར་འཆི་བདག་བདུད་ཡོ། །

གཞོན་ནུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས།

སྡིག་པ་སྤོང་ངོ་། །དགེ་བ་སྒྲུབ་བོ། །ཚུལ་མིན་སྤོང་ངོ་། །བག་ཡོད་པར་བགྱིད་དོ། །

ལྔ་པ། རང་ངོས་ནས་འབྲི་རྒྱུ།

- སྐར་བསྡུ་བསྟན་པའི་ལེགས་བཤད་ལྔོན་དབང་གི་རྩ་ཚིག་བྲིས།
- སྐར་བསྡུའི་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་རྣམས་བྲིས།
- སྐར་བསྡུར་མི་འཇུག་པའི་གོ་ངོ་སོགས་རེ་རེ་ནས་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་རེ་བྲིས།

༥. ལ་དོན།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

སུ་ར་རུ་དུ་ན་ལ་ཏུ། །
ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་ཡིན་ཏེ། །
རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། །
དེ་ཉིད་ཚེ་སྐབས་རྣམས་ལ་འཇུག །
ས་སུ་ག་བ་དྲག་མཐར་ཏུ། །
ང་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །
འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་རུ། །

ཞེས་པ་ལྟར་སུ་ར་རུ་དུ་ན་ལ་ཏུ་བཅས་ལ་དོན་གྱི་སྒྲ་བདུན་པོ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། བཞི་པ་དགོས་ཆེད། བདུན་པ་རྟེན་གནས། གཉིས་པའི་ནང་ཚན་དེ་ཉིད། བདུན་པའི་ནང་ཚན་ཚེ་སྐབས་བཅས་ལྟར་འཇུག་གོ །

སྒྲ་བཤད་ནི། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་དབྱེར་སྦྱོར་བ་ན་ལ་སྒྲའི་འཇུག་པ་དང་ཕལ་ཆེར་མཐུན་པ་དང་། མཐའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་པས་ལ་སྒྲ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད།

ལ་དོན་གྱི་ཕད་དེ་དག་སྔའི་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་རེའུ་མིག་ནང་དུ་བསྟན་ཡོད།

རྗེས་འཇུག	ལ་དོན་གྱི་ཕད།
ས།	སུ།
ག་བ་དང་། ད་དྲག	ཏུ།
ང་ད་ན་མ་ར་ལ།	དུ།
འ་དང་། མཐའ་མེད།	ར། རུ།
ན་ལ་གཉིས་རྗེས་འཇུག་ཁྱད་མེད་གང་བདེར་སྦྱར་ཆོག	

༧། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།

བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ཟེར། དཔེར་ན།

དཔེར་བརྗོད།	བྱ་བའི་ཡུལ།	ལ་དོན་གྱི་ཕད།	བྱ་བ།
གཟིམ་ཤག་ཏུ་ཐེབས།	གཟིམ་ཤག	ཏུ་	ཐེབས།
ནང་དུ་གཟིགས།	ནང་	དུ་	གཟིགས།

༧། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད།

བྱ་བ་བྱེད་པའི་དགོས་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཟེར། དཔེར་ན།

དཔེར་བརྗོད།	དགོས་དོན།	ལ་དོན་གྱི་སྒྲ།	བྱ་བ།
ནད་དྲག་ཏུ་སྨན་བཟས།	ནད་དྲག་	ཏུ་	སྨན་ཟ་བ།
ཚེ་རིང་དུ་ལུས་རྩལ་སྦྱངས།	ཚེ་རིང་	དུ་	ལུས་རྩལ་སྦྱོང་བ།

༨། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས།

དངོས་པོ་གང་ཞིག་གཞི་གང་ཞིག་ན་གནས་པའམ་ཡོད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ། བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཟེར། དཔེར་ན།

དཔེར་བརྗོད།	རྟེན་གཞི།	ལ་དོན་གྱི་སྒྲ།	རྟེན་མཁན།
ཅོད་ཕང་དུ་སློབ་ཕྲུག་མང་།	ཅོད་ཕང་	དུ་	སློབ་ཕྲུག
རི་རྒྱབ་ཏུ་ནོར་ལུག་ཡོད།	རི་རྒྱབ་	ཏུ་	ནོར་ལུག

༤། དེ་ཉིད།

བྱ་བའི་ཡུལ་དང་བྱ་བ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་བརྗོད་པ་ལ། དེ་ཉིད་ཟེར། དཔེར་ན།

དཔེར་བརྗོད།	བྱ་བའི་ཡུལ།	ཐུན་ཚིག	ལ་དོན་གྱི་སྒྲ།	བྱ་བ།
གཟུགས་རིང་དུ་ཕྱིན།	གཟུགས་	རིང་	དུ་	ཕྱིན།
མིག་གསལ་དུ་སོང་།	མིག་	གསལ་	དུ་	སོང་།

༥། ཚེ་སྐབས།

དུས་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཅན་གྱི་བརྗོད་པ་ལ། ཚེ་སྐབས་ཟེར།

དཔེར་ན།

དཔེར་བརྗོད།	དུས་ཚོད།	ལ་དོན་གྱི་སྒྲ།	བྱ་བ།
ཆུ་ཚོད་དྲུག་པར་ཡི་གེ་བྲིས།	ཆུ་ཚོད་དྲུག་པ་	ར་	བྲིས།
ཞོགས་པར་ཇ་འཐུང་།	ཞོགས་པ་	ར་	འཐུང་།

ཡང་ལ་དོན་དུ་མི་འགྲོ་བའི་སུ་རུ་དུ་སོགས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན།

ཨ་སུ་ར།	སུ་ལུ།	ཁྲི་ར།	ར་འཕྲོད།
བྱུ་རུ།	རུ་ཁག	ལ་དུ།	དུ་བ།
ཐ་ན།	ན་ཀྲ།	ཀ་ལ།	ལ་ཕྱུག
ཀ་ཤོག་ཤི་ཏུ།	ཏུ་རུ་ཀ		

སྦྱོར་ཚན།

དང་པོ། མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

དཔེར་བརྗོད།		དོན་གྱི་འཇུག་ཡུལ།
གྲོང་ཁྱེར་དུ་བཟོ་གྲྭ་བརྩུགས།		གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།
ཞིང་གཙོད་དུ་སྣ་རེ་གཡར།		
རང་ཡུལ་དུ་ཆུ་གླང་མང་།		བཞི་པ་དགོས་ཆེད།
ཕྱེད་ཡོལ་དུ་ཇ་འཐུང་།		
ལག་རྟགས་སུ་ཕུལ།		བདུན་པ་རྟེན་གནས།
གདོང་དཀར་དུ་ཕྱིན།		
བཞུགས་སྒར་དུ་མཇལ་ཁ་ཞུས།		དེ་ཉིད།
དོན་གོ་ནུ་རྒྱུ་མཚན་དྲིས།		
མགྲོན་ཁང་དུ་སྐུ་མགྲོན་བཞུགས།		ཚེ་སྐབས།
བག་ལེབ་ཇེ་སྲབ་ཏུ་བཏང་།		
མཚན་ཕྱེད་དུ་ཕར་རྐྱོལ་བྱས།		

གཉིས་པ། དཔེར་བརྗོད་ཁག་གི་འཇུག་ཡུལ་ངོས་ཟུངས།

དཔེར་ན། (མདུན་དུ་འགྲོ། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།)

དེབ་ཏུ་བལྟ། ------------------------------------།

དེབ་ཏུ་ཡོད། ------------------------------------།

དེབ་ཏུ་བཟོས། ------------------------------------།

དེབ་ཀློག་ཏུ་འགྲོ། ------------------------------------།

དགོང་མོར་དེབ་ཀློག ------------------------------------།

ལག་ཏུ་དེབ་བཟུང་། ------------------------------------།

དེབ་ལག་ཏུ་ཡོད། ------------------------------------།

ཉིན་གུང་དེབ་ཉོ་རུ་སོང་། ------------------------------------།

གནམ་སྟོན་པོར་མཐོང་། ------------------------------------།

མཚན་ལ་རྣྱི་ལམ་བཏང་། ------------------------------------།

ཡུར་བུར་ཆུ་དྲངས། ------------------------------------།

ཁ་ཟས་མ་ཞུ་དུག་ཏུ་འགྱུར། ------------------------------------།

རྟ་ཐང་དུ་ལུག་ཁྱུ་མང་། ------------------------------------།

ནམ་མཁར་གནམ་གྲུ་བཏང་། ------------------------------------།

གསུམ་པ། ལ་དོན་གྱི་ཚིག་ཕྲད་གང་འཐོབ་བསྐངས་ཏེ་འཇུག་ཡུལ་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་གྱིས།

༡། ཚལ་ཉོ་............འགྲོ།	(	)
༢། ཚལ་............འཐུ་འདུག	(	)
༣། ཞིང་ཁ་............ཚལ་བཏབ།	(	)
༤། དགོང་མོ་............ཚལ་མི་རྙེད།	(	)
༥། ཚལ་སེར་............ཕྱིན།	(	)
༦། སློབ་སྦྱོང་དོན་............ཚལ་བཟས།	(	)

བཞི་པ། གཤམ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་བྲིས།

རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཉ་མོ་མང་། ངུས་རྟག་ཏུ་སློབ་གྲྭར་ཕྱིན། ཁྱིམ་དུ་ནང་སྦྱོང་བྲིས། ཤིང་སེ་རུ་འབབ། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུ་ཕྱིན།

ལྔ་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

༡། ལ་དོན་གྱི་ཕྲད་བདུན་པོ་གང་དག་ཡིན་ནམ།
༢། ལ་དོན་ཕྲད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་ལྔ་གང་དག་ཡིན་ནམ།
༣། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་གོ་དོན་བྲིས།
༤། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
༥། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
༦། དེ་ཉིད་དང་ཚེ་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

དྲུག་པ། དཔེར་བརྗོད་འབྲི་རྒྱུ།

- རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དཔེར་བརྗོད་ལྔ་བྲིས།
- རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ལྔ་བྲིས།
- རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ལྔ་བྲིས།
- དེ་ཉིད་དང་ཚེ་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་གསུམ་རེ་བྲིས།
- ལ་དོན་དུ་མི་འགྲོ་བའི་སུ་རུ་དུ་སོགས་བདུན་བྲིས།

༦. ཨི་ལྡན།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

གི་ཀྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྔ་པོ། །
རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། །
དེ་རྣམས་ས་མཐའ་ཅན་ལྔ་ནི། །
རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་སྟེ། །
སྦྱོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །
ད་བ་ས་ཀྱི་ག་ང་གི །
འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི། །

ཞེས་པ་ལྟར་གི་ཀྱི་གྱི་འི་ཡི་བཅས་ལྔ་པོ་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲའི་ཐད་དང་།   དེ་དག་རེ་རེའི་རྗེས་སུ་ས་མཐའ་ཞུགས་པ་ན་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲའི་ཐད་ཡིན་ཞེས་པའོ། །

སྒྲ་བཤད། ཚིག་ཕྲད་ལྔ་པོར་དབྱངས་ཡིག་ཨི་དང་ལྡན་པས་ཨི་ལྡན་ཞེས་ཟེར།

དེ་དག་གི་སྒྲའི་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་རེའུ་མིག་ལྟར་ཡིན།

རྗེས་འཇུག	སྒྲ།
ན་མ་ར་ལ།	གྱི།

ད་བ་ས།	ཀྱི།
ག་ང་།	གི
འ་དང་། མཐའ་མེད།	འི། ཡི།

༡། ཆོས་གཉིས་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཞིག་ལ། རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་ཟེར། དཔེར་ན། ང་ཡི་དེབ་ལྟ་བུའོ། །

༢། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་བྱེད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཞིག་ལ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་ཟེར། དཔེར་ན། ངས་དེབ་ཀློག ལྟ་བུའོ། །

རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོར་བྱེད་འབྲེལ་གྱི་ཕྲད་སྦྱོར་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད།

རྗེས་འཇུག	འབྲེལ་སྒྲའི་དཔེར་བརྗོད།	བྱེད་སྒྲའི་དཔེར་བརྗོད།
ག	བདག་གི་ཡི་གེ	བདག་གིས་བྲིས།
ང	རང་གི་དོན།	རང་གིས་བྱས།
ད	ཁྱོད་ཀྱི་ལས་ཀ	ཁྱོད་ཀྱིས་སླབ།
ན	གཞན་གྱི་རྣ།	སྨན་གྱིས་གསོ།
བ	དེབ་ཀྱི་རྒྱབ་ཤ	ཁབ་ཀྱིས་འཚེམ།
མ	ལམ་གྱི་རྗོ།	ཚེ་རྣམ་གྱིས་བསལ།
འ	མི་མདའི་མདེའུ།	ཀུན་དགས་བརྟན།
ར	རྒྱལ་དར་གྱི་འགྲེལ་བཤད།	ཆོས་དར་གྱིས་བརྒྱབ།
ལ	བལ་གྱི་སྐུད་པ།	རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཀལ།
ས	གོས་ཀྱི་མདོག	ཆོས་ཀྱིས་བསྒྱུར།
མཐའ་མེད།	པོ་ཡི་དེབ།	མོ་ཡིས་ཀློག

ཡང་བྱེད་འབྲེལ་གྱི་ཕྲད་མ་ཡིན་པའི་གི་སོགས་ཡོད་དེ།

དཔེར་ན།

ན་གི	གི་གུ།		ཀྱི་རྟུད།
གྱི་ལིང་།	གྱི་ན་བ།	ཨ་ཡི་ལ	ཡི་དྭགས།
ཁྲུས་གྱིས།	རོགས་རམ་གྱིས།		

འདི་དག་བྱེད་སྒྲ་དང་། འབྲེལ་སྒྲ་གང་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

(ཨི་ལྷུན་མ་ཡིན་པའི་གིས་དང་། ཀྱིས། འི། འིས། ཡིས་རྣམས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་མ་རྙེད།)

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། བར་སྟོང་དུ་བྱེད་འབྲེལ་གྱི་ཕྲད་གང་འཚབ་སྐོངས།

ལུག་	སྐྱུ།	ལུག་	བརྔུང་།
འབྲོང་	རྭ་ཅོ།	འབྲོང་	བཟས།
གཞན་	ལུགས།	གཞན་	སྤྲེལ།
ཐབ་	མེ།	སྲབ་	གཙུན།

གཉིས་པ། བྱེད་འབྲེལ་གྱི་ཕྲད་ལ་ནོར་བཅོས་བྱོས།

ཀ) བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྨྱུ་གུའི་ཡི་གེ་བྲིས།

ཁ) ངའི་ཁའི་སྐད་ཆ་བཤད།

ག) ངས་ལག་པ་གཡས་པས་སྣ་རིས་ཡུ་བ་འཇུས།

ང) ངས་ཁས་སྦུག་གིས་སོ་དེ་སྨན་པས་བགོག

ཅ) གངས་རིས་རྣ་བས་བསྐོར་བས་བོད་ཀྱིས་ཡུལ།

གསུམ་པ། འབྲིག་ནོར་གྱི་རྟགས་རྒྱོབས།

ངས་ལག་པ། ( )

ངས་མཐོང་བྱུང་། ( )

ངས་མེ་ཏོག ( )

ངས་ཡི་གེ་བྲིས། ( )

ངས་ཡི་གེ ( )

ངས་ལས་ཀ ( )

ངས་སློབ་གྲྭར་འགྲོ། ( )

ངས་གཉིད་ཉལ། ( )

བཞི་པ། དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དབྱེ་འབྱེད་དང་འགྲེལ་བཤད་དགོས།

ཁྱིས་ཞ་བཟས། ཁྱིའི་ཞ་བཟས།

ལྔ་པ། རྟགས་ཡོད་པ་རྣམས་བྱེད་འབྲེལ་གཉིས་གང་ཡིན་རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་དག་ཐོག་ནས་ཕོད་དགོས།

གཞོན་ནུ་དྲུག་གི་རྟོགས་བརྗོད་ལས།

སྨན་གྱི་ཞིང་དང་དུག་གི་ནགས་ཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་མཉམ་དུ་སྐྱེ་ཡང་ཕན་དང་གནོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ནུས་པ་སོ་སོར་སྨིན་པར་མཐོང་།

ནོར་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་ལས།

ཇོན་པས་མི་གསང་ཁྲོད་ལ་བྲང་པོར་ཞུ། །ཁྱེད་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་བླང་དོར་བསྟན་དུ་གསོལ། །

དྲུག་པ། དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་བྲིས།

༡། ཨི་ལྷུན་གྱི་ཕྲད་ལྔ་གང་དག་ཡིན་ནམ།

༢། འབྲེལ་སྒྲའི་གོ་དོན་བྲིས།

༣། བྱེད་སྒྲའི་གོ་དོན་བྲིས།

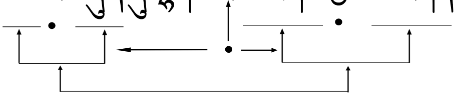
༤། འབྲེལ་སྒྲ་དང་བྱེད་སྒྲའི་ཕྲད་ལ་ཁྱད་པར་གང་ཡོད་དམ།

༥། ད་དྲག་ཡོད་སར་ཨི་ལྷུན་གྱི་ཕྲད་གང་འཐོབ་བམ།

༦། གི་སོགས་བྱེད་འབྲེལ་གྱི་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་གང་དག་ཡོད་དམ།

རིམ་བཞིན་བརྩེགས་པའི་འབྲེལ་གཞི།

ང་ཚོའི་མདུན་དུ་ལྷག་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་ལས་འགན།



༥. རྒྱན་སྡུད།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྡུད་དེ། །
ག་ད་བ་ས་དྲག་མཐར་ཀྱང་། །
ང་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། །
འ་དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། །

ཞེས་པ་ལྟར་ཀྱང་ཡང་འང་བཅས་སྒྲ་གསུམ་པོ་ལས་རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་། ད་དྲག་གི་མཐར་ཀྱང་དང་། རྗེས་འཇུག་ང་ན་མ་ར་ལ་ལྔ་ཡི་རྗེས་སུ་ཡང་དང་། རྗེས་འཇུག་འ་དང་མཐའ་མེད་དེ་རྗེས་འཇུག་མེད་པའི་མཐར་འང་དང་ཡང་གཉིས་གང་བདེར་སྦྱར་དགོས།

སྒྲ་བཤད་ནི། ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་ཚིག་རྒྱན་གཉིས་དང་སྡུད་པ་ལ་འཇུག་པས་ན། རྒྱན་སྡུད་ཟེར།

རྒྱན་སྡུད་ཀྱི་སྦྱད་རྗེས་འཇུག་བཅུ་དང་སྦྱོར་ཚུལ། དཔེར་ན།

ག	ཐུག་ཀྱང་ངོ་མ་ཤེས།
ང	མཐོང་ཡང་མ་ཤེས།
ད	ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་མ་ཤེས།
ན	གཞན་ཡང་མང་པོ་ཡོད།

བ	ལས་ཀ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་མ་བྱས།
མ	འགྲོ་བསམ་ཡང་དུས་ཚོད་མེད།
འ	ཀུན་དགའ་ཡང་སླེབས།
ར	སྤྱིར་ཡང་མཐོང་སྒྲོང་།
ལ	སྨྱུལ་ཡང་མཐོང་།
ས	ཞལ་བཞེས་ཀྱང་གནང་སོང་།
མཐའ་མེད།	མི་ཡང་འབབས། ལྟ་བུའོ། །

༡། རྒྱན་ནི་ཚིག་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཏེ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད། ཚིག་སྔ་ཕྱི་གཉིས་མཐུན་པའི་རྒྱན་དང་། ཚིག་སྔ་ཕྱི་གཉིས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་བཅས་སོ། །

མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་ནི།

དཔེར་ན། བཞིན་མཛེས་ཀྱང་མཛེས།

གོང་ཡང་མཐོ་ལ་འོས་ཀྱང་འོས། ལྟ་བུ་དང་།

མི་མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན་ནི།

དཔེར་ན། ཐུགས་སེམས་བཟང་ཡང་ཐབས་ཤུས་ཞན།

སེར་སྣ་ཆེ་ཡང་གཉེན་ལ་སྟེར། ལྟ་བུའོ། །

༢། སྡུད་པ་ནི། སྡུད་པ་ལ་གོང་མས་འོག་མ་སྡུད་པ། འོག་མས་གོང་མ་སྡུད་པ། གཞི་མཐུན་སྡུད་པ་སོགས་དབྱེ་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་སྤྲོ་བར་མི་བྱའོ། །

དཔེར་ན།

ལྷས་ཀྱང་ཆར་འབེབས་ན་ཀླུ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྨོས།

དགེ་རྒན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་ལ་བརྩོན་ན་སློབ་མ་ལྟ་ཅི་སྨོས།

ཁོང་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་ན་ང་ཡང་འགྲོ། ལྟ་བུའོ། །

གཞན་ཡང་། རྒྱུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྲད་མ་ཡིན་པའི་ཀྱང་སོགས་ཡོད་དེ།

དཔེར་ན།

ཀྱང་དེ་གྱོང་དེ་།	འང་གྱུ།	ཏ་ཡང་། ཡང་དག

ལྟ་བུའོ། །

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། དཔེར་བརྗོད་ངོས་ཟུངས།

༡། མཛེས་ཀྱང་མཛེས། (མཐུན་པའི་ཚིག་རྒྱན།) ལྟ་བུ།

༢། ཕྱུག་ཀྱང་སེར་སྣ་ཆེ། (   )

༣། མཛེས་པའང་ཡིན་ལ་མདོག་ཀྱང་དཀར། (   )

༤། གོ་དོན་ཚང་མ་བཤད་ཀྱང་བཤད། (   )

༥། ཤར་ནས་ཉི་མ་ཤར་ཡང་ཉི་འོད་མི་ཐོག (   )

༦། ལག་པ་ཡང་བཙག (   )

གཉིས་པ། རྒྱན་སྦྱད་ཀྱི་ཐད་ཐོབ་ཐང་ལྷར་སྒྲོངས།

ཀ། ངོ་གདོང་མཛེས་ལ་གཟུགས་............ལེགས། །དཔལ་............འབར་ལ་ཡིད་............འཕྲོག །

ཁ། ཞུགྲུལ་............ཡིན་ལ་སྙོན་པོ་............ཡིན།

ག། དྲང་གཏམ་བཤད་............ཡིད་མ་ཆེས།

ང་། གར་............འཁྲབ་ཅིང་གླུ་............ལེན།

གསུམ་པ། མཐུན་སྦྱོར་བཀྲིས་ཏེ་འཇུག་ཡུལ་ངོས་ཟུངས།

གདོང་མཛེས་		སྤྱོད་པ་ངན།
ལུས་སྟོབས་ཞན་		བརྩོན་འགྲུས་ཆེ།
མཁས་	ཀྱང་	སྒོམ།
གཟུགས་ཆུང་	ཡང་	བྲིས་པ་ཡིན།
རིག་པ་དམན་	འང་	སེམས་ནག
ཁ་སྒོམ་		ཡོན་ཏན་ཆེ།
ང་		བློ་རིག་གསལ།

བཞི་པ། ཚིགས་བཅད་ནང་གི་རྒྱན་སྡུད་ཀྱི་ཕྲད་དང་། ནང་གསེས་གང་ཡིན་མཚན་ཁོད་ཅིག

དམངས་གཞས་ལས།

བལྟས་ཀྱང་མིག་གིས་མི་མཐོང་། །རི་མགོ་སྨུག་པས་གཡོགས་སོང་། །བོས་ཀྱང་རྣ་བས་མི་ཚོར། །སྐད་སྒྲ་ རླུང་པོས་ཁྱེར་སོང་། །

མདོ་མཛངས་བླུན་ལས།

བུ་ཉུས་པའི་སྐད་ཀྱིས་ཕོ་མོ་ཡང་ཕྱིར་སངས་ནས། བུ་ཆེ་བ་ནི་ཁུར་དུ་ཐོགས། བུ་ཆུང་བ་ནི་པང་པར་ཁྱེར་ཏེ་ ཉ་ཞིང་སོང་བ་ལས་ལམ་ཡང་དབེན་པ་ཞིག་སྟེ། མི་འགའ་ཡང་མ་འགྲུལ་བས་གྲོགས་ཀྱང་མ་རྙེད་དོ། །

ལྔ་པ། དྲི་བར་ལན་རེ་ཐོབ།

༡། རྒྱན་སྡུད་ཀྱི་ཕྲད་གསུམ་པོ་གང་དག་ཡིན་ནམ།

༢། རྒྱན་སྡུད་ཀྱི་ཕྲད་སྦྱོར་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

༣། ཚིག་རྒྱན་ལ་དབྱེ་ན་གང་དག་ཡོད་དམ།

༤. ལྷག་བཅས།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

> ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཏེ། །
> ན་ར་ལ་ས་དྲག་མཐར་ཏེ། །
> ད་དེ་ག་ང་བ་མ་འ། །
> མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཐོབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཕྲད་གསུམ་ཡིན། སྦྲའི་སྦྱོར་ཚུལ་ནི། མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་ས་དང་། ད་དྲག་བཅས་ཀྱི་མཐར་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཕྲད་ཏེ་དང་། རྗེས་འཇུག་ད་ཡི་རྗེས་སུ་དེ། རྗེས་འཇུག་ག་ང་བ་མ་འ་དང་། མཐའ་མེད་དེ་རྗེས་འཇུག་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་མཐར་སྟེ་བཅས་འཐོབ་བོ། །

སྦྲ་བཤད་ནི། ཕྲད་དེ་དག་སྦྱར་བས་བསྟན་བྱ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་གོ་བར་བྱེད་པས་ན། ལྷག་བཅས་ཞེས་བརྗོད།

དེ་ཡང་དཔེར་བརྗོད་དང་སྦྱར་ཏེ་རེའུ་མིག་ཏུ་བཀོད་པ་གཤམ་གསལ།

རྗེས་འཇུག	ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲ།	དཔེ་ར་བརྗོད།
ག	སྟེ	ཚུ་བཀག་སྟེ་བསྐྱིལ།
ང	སྟེ	མཐོང་སྟེ་བྲོས།
ད	དེ	བཤད་དེ་གོ
ན	ཏེ	གསན་ཏེ་བཞུགས།
བ	སྟེ	ཐོབ་སྟེ་དགའ།
མ	སྟེ	བཀྲམ་སྟེ་སྐམ།
འ	སྟེ	དགའ་སྟེ་ལོག
ར	ཏེ	སྦྱར་ཏེ་ཕྱིན།
ལ	ཏེ	འགྱུལ་ཏེ་འགྲོ།
ས	ཏེ	གནས་ཏེ་འཚོ། ।
མཐའ་མེད།	སྟེ	མགུ་སྟེ་གླུ་བླངས།

ལྷག་བཅས་ལ་དབྱེ་ན། ༡ མཚམས་སྦྱོར་བའི་ལྷག་བཅས་དང་། ༢ དམ་བཅའ་བའི་ལྷག་བཅས། ༣ གཞན་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་བཅས་གསུམ་ཡོད།

༡། མཚམས་སྦྱོར་བའི་ལྷག་བཅས་ནི། བྱ་བ་གཉིས་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲད་ཏེ་སྟེ་དེ་གསུམ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན།

རྟ་འཕངས་ཏེ་ཐོག ཇ་བསྐོལ་ཏེ་འཐུང་། གཞོག་པ་བརྒྱངས་ཏེ་འཕུར། ལྟ་བུ།

༢། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ནི། གང་ཞིག་དམ་བཅའ་བའི་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ལྷག་མ་ཡོད་པ་བསྟན་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན།

དཀོན་མཆོག་ལ་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ནོ། །

མེ་ཡོད་དེ། དུ་བ་མཐོང་བས་སོ། །

སངས་རྒྱས་ཏེ། མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་སངས་ཤིང་ཤེས་བྱར་བློ་གྲོས་རྒྱས་པས་སོ། །ལྟ་བུ།

༣། གཞན་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་ནི། མཚམས་སྦྱོར་བ་དང་། དམ་བཅའ་བ་ལས་གཞན་པའི་བསྟན་བྱ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ཙམ་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན།

སྟེང་ན་ལྷ་སྟེ། འོག་ན་ཀླུ་གནས་སོ། །ལྟ་བུའོ། །

གཞན་ཡང་ལྷག་བཅས་མ་ཡིན་པའི་ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ཡང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན།

ཏེ་ཏེ། ཏེ་སེ།	སྟེ་ཡུ།	བྱ་དེ། དེ་ཕོ་ལྟ་བུའོ། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཐད་གང་འཐབ་སྦྲོངས།

ཀ) སྐད་ཆ་ལབ་------------------------------------བསྡད།

ཁ) ས་ལ་བསྡད་------------------------------------བཟས།

ག) ཁ་ལག་བཟས་------------------------------------ལག་པ་བཀྲུས།

ང) ཆུས་སྟོད་གང་------------------------------------ས་ལ་འཁྱོ།

ཅ) ཡར་ལངས་------------------------------------སློན་ལམ་བཏབ།

ཆ) ལག་པ་བརྐྱངས་------------------------------------བཟུང་།

ཇ) བརྣས་བཙོས་སྤངས་------------------------------------ཕན་ཐོགས་སྒྲུབ།

ཉ) གཉིད་ཤོར་------------------------------------སྣང་མེད་ལུས།

ཏ) ཡིད་དགའ་------------------------------------འཛུམ་བསྟན།

ཐ) ཡ་ང་------------------------------------སྐྲུབས་འཛུག་ཞུས།

གཉིས་པ། དཔེར་བརྗོད་རྣམས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ནང་གསེས་གང་ཡིན་ངོས་བཟུང་ནས་ཀུག་རྟགས་སུ་ཐྲིས།

བགད་དེ་སོ་བསྟན། (　　　　　)

ཆུ་སྐྱེས་ཏེ་ཆུ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། ། (　　　　　)

རླུང་ནི་ཡང་སྟེ་མེ་ནི་ཚ། (　　　　　)

གསུམ་པ། རྟགས་ཡོད་པའི་ཐད་རྣམས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་ནང་གསེས་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་གྱིས།

དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་ལས།

མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། འཇིག་རྟེན་བླང་དོར་གྱི་ཚུལ་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བླང་དོར་གྱི་ཚུལ་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་གསུངས།

རྗེ་མི་ལ་རས་པའི་རྣམ་ཐར་ལས།

དེར་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་ཞལ་འཛུམ་པ་དང་བཅས་ཏེ། རས་ཆུང་བ། ཕོ་བོར་ཆ་རྒྱུས་ཁྱོད་ཆེ་ནའང་འདྲི་ན་ལན་བཏབ་པར་བྱ་སྟེ། ངའི་དུས་ཁྱུང་པོ། རིགས་རྗེ་སྲས། ང་རང་མི་ལ་རས་པ་ཡིན།

བཞི་པ། འདྲི་རྒྱུ།

༡། ལྷག་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་བྲིས།

༢། ལྷག་བཅས་ལ་ཕྲད་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།

༣། ལྷག་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སོ་སོར་དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༤། ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཕྲད་རྣམས་རྗེས་འཇུག་བཅུ་དང་སྦྱར་བའི་དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༥། ལྷག་བཅས་སུ་མི་འཇུག་པའི་ཧེ་དེ་སྟེ་གསུམ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༦། ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ནས་ལྷག་བཅས་བསྟན་པའི་རྩ་ཚིག་བྲིས།

༩. འབྱེད་སྡུད།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

> གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ། །
> རམ་ལམ་སམ་ཏམ་འབྱེད་སྡུད་དེ། །
> སྦྱོར་ཚུལ་སླར་བསྡུའི་སྐབས་དང་མཚུངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ་རམ་ལམ་སམ་ཏམ་བཅས་ཕྲད་བཅུ་གཅིག་ལ་འབྱེད་སྡུད་ཀྱི་ཕྲད་ཟེར་ཞིང་། དེའི་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་སླར་བསྡུའི་སྐབས་དང་འདྲ་སྟེ། ཐག་ཡོད་ཏམ་དང་མཐའ་མེད་འམ། གཞན་རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན།

སྦྲ་བཤད་ནི། དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་དབྱེ་བ་དུ་མ་སོ་སོར་འབྱེད་པ་དང་། དབྱེ་བ་དུ་མ་དབྱེ་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྡུད་པས་ན་འབྱེད་སྡུད་ཟེར།

རྗེས་འཇུག་དང་སྦྱར་ན།

ག)　ཏག་གམ༷་མི་ཏག

ང)　མཐོང་ངམ༷་མི་མཐོང་།

ད)　ཡོད་དམ༷་མེད།

ན) ཡིན་ནམ་མ་ཡིན།

པ) ཐུབ་བམ་མི་ཐུབ།

མ) དམ་མམ་ལྷོད།

འ) དཀའ་འམ་སླ།

ར) དཀར་རམ་ནག

ལ) གསལ་ལམ་མི་གསལ།

ས) བྱས་སམ་མ་བྱས།

མཐའ་མེད།

སའམ་ཆུ།

ད་དྲག

ན) ཕྱིནད་ཏམ།

ར) གྱུརད་ཏམ།

ལ) བསལད་ཏམ། ལྟ་བུའོ། །

༡། འབྱེད་པ་ནི། དེ་ཡང་དབྱེ་གཞི་སྟོན་དང་དབྱེ་བ་རྗེས་སུ་དྲངས་པ་ལ་འབྱེད་པ་ཡིན

དཔེར་ན། ཕུང་པོ་ལྔ་ནི། གཟུགས་སམ། ཚོར་བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །ལྟ་བུའོ། །

༢། སྡུད་པ་ནི། དབྱེ་བ་སྟོན་དུ་བཀོད་དེ་དབྱེ་གཞི་རྗེས་སུ་དྲངས་ན་སྡུད་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། གཟུགས་སམ། ཚོར་བའམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཕུང་པོ་ལྔའོ། །ལྟ་བུའོ། །

༣། གཞན་ཡང་། འབྱེད་སྡུད་ཀྱི་ཕྲད་དྲི་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། ཅི་ཡིན་ནམ། ཡོད་དམ། བྱས་སམ། ལྟ་བུའོ། །

༤། ཐེ་ཚོམ་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། ཡིན་ནམ་མིན། ཡོད་དམ་མེད། ལྟ་བུའོ། །

༥། གདམ་ང་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། གངས་ཅན་ནམ་བོད། མཁས་པའམ་བླུན་པོ་གང་ཡིན་ཡང་། ལྟ་བུའོ། །

༦། འབྱེད་སྡུད་ལ་མི་འཇུག་པའི་གམ་སོགས་ཀྱང་ཡོད་དེ།

དཔེར་ན།

བ་གམ།	གམ་པ་ལ།	ངམ་ངམ།	ངམ་གནག
སོ་ནམ།	ནམ་མཁའ།	གཡར་དམ།	དམ་བཅའ།
གླིགས་བམ།	བམ་པོ།	བུ་རམ།	རམ་འདེགས།
རྒྱ་ལམ།	ལམ་ལུགས།	སྒོ་སམ།	སམ་ཏ།
གཽ་ཏམ།	ཏམ་བུ་ར།		

འདི་དག་འབྱེད་སྡུད་ཀྱི་སྒྲ་མིན།

(འབྱེད་སྡུད་ཕྲད་མ་ཡིན་པའི་འམ་མ་རྐྱེན།)

སྦྱོང་ཚན།

དང་པོ། འབྲེད་སྦྱད་ཀྱི་ཕྲད་གང་འཛོབ་པ་ཁ་སྐོངས།

ཆུ་བཀག་……མ་བཀག

དཀར་ཡོལ་ལ་ཆུ་……ཇ་བླུགས་པ་གང་ལྷར།

སྟག་གི་ཁ་ནས་ཐར་……མི་ཐར།

རྩ་བའི་ཁ་དོག་བཞི་ནི། དཀར་པོ་……། སེར་པོ་……། དམར་པོ་……། སྔོན་པོ་བཅས་སོ། །

འདི་ནི་མི་……ཅི་ཡིན།

ལོ་གཅིག་ལ་ཉིན་གྲངས་ག་ཚོད་ཡོད་……།

གཉིས་པ། འབྲེད་སྦྱད་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་དོན་གང་ལ་འཇུག་པར་ངོས་འཛིན་གྱིས།

ཀ) སྙིང་ངམ། སློ་བའམ། མཆིན་པའམ། མཚེར་བའམ། མཁལ་མ་ནི་དོན་ལྔའོ། ། ( )

ཁ) མི་འགྱུར་བའི་བདེན་དོན་ཡོད་དམ་མེད། ( )

ག) འཁྲིག་གམ་མི་འཁྲིག་བརྟར་ཤ་མི་ཚོད། ( )

ང) རི་མགོན་མཚོ་ཞིག་འདུག་ཟེར་བ་ཤེས་སམ། ( )

ཅ) བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དེ། གདུགས་སམ། གསེར་ཉའམ། བུམ་པའམ། དུང་དཀར་རམ། པད་མའམ། དཔལ་བེའུའམ། རྒྱལ་མཚན་ནམ། འཁོར་ལོ་བཅས་སོ། ། ( )

གསུམ་པ། འབྲེད་སྦྱད་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་བྱོས།

གཞོན་ནུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས།

སྲིད་པ་གཞོན་ནུ་འོང་བ་ལེགས་སོ། །འཚོ་བ་བདེ་འམ༵། བསྐྱོད་པ་ཡང་ངམ༵། ངལ་ཞིང་དུབ་པར་མ་གྱུར་ཏམ༵། དེ་ནི་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བརྗོད།

དུང་དཀར་གྱི་སུམ་འགྲེལ་ལས།

རྒྱ་ཤུག་གམ༵། ཆུ་ཤིང་ངམ༵། ཙན་དན་ནམ༵། ཤུ་དན་མེད་དམ༵། སེ་ཡབ་བམ༵། སྦྱར་བ་ལ་སོགས་པ་ཤིང་གི་རིགས་མང་དུ་ཡོད་དོ། །

བཞི་པ། དྲི་བར་ལན་ཐོབ།

༡། ལེགས་བཤད་སྡོན་དབང་ལས་འཕྲེད་སྟུད་སྟོན་པའི་རྩ་ཚིག་གང་ཡིན་ནམ།

༢། འཕྲེད་སྟུད་ཀྱི་ཐབ་སྦྱོར་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།

༣། རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་སོ་སོའི་མཐར་འཕྲེད་སྟུད་ཀྱི་ཐབ་འཇུག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

༤། འཕྲེད་པ་དང་སྟུད་པའི་ཁྱད་པར་གང་ཡིན་ནམ།

རིག་པ་ཁ་སྐོང་།

ཅི་ཅི་དང་གླང་ཆེན།

ཁྱེད་ཀྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར། སྔོན་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སློབ་ཚན་ནང་ཅི་ཅིས་གླང་ཆེན་བསླངས་ནས་ཁོང་གཉིས་གྲོགས་པོ་ཆགས་པ་ཡིན་མོད། ཡང་ཉིན་ཞིག་ཅི་ཅིས་ནག་ནག་བཏང་ནས་གླང་ཆེན་རྒྱབ་ཏུ་བཞོན་ཏེ་ཨ་མལ་ཀྲིག་སེའི་Amartexཚོང་ཁང་དུ་བཟའ་ཆས་ཉོ་བར་ཕྱིན། སྐབས་མ་ལེགས་པར་ལམ་བར་དུ་ཞིང་སྡོང་གཅིག་ལ་རྡུང་ཁ་ཤོར་བ་རེད།

གླང་ཆེན་རྒྱབ་ཏུ་བཞོན་ཡོད་ཀྱང་དྲན་མེད་བརྒྱལ་བ་དང་ཅི་ཅི་ནག་ནག་གཏོང་མཁན་ཡིན་པས་མདུན་དུ་ཡོད་ཀྱང་དྲན་པ་འཁོར་མེད། དེའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ། ཅི་སྐྱེ་ལན་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་ཤེས་ན་ཤོག་གྲངས། 61 ལ་གཟིགས། ☛

༡༠. འབྱུང་ཁུངས་དང་འགོད་སྒྲ།

༈ རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས།

སྒྲ་བཤད་ནི། གང་ཞིག་གང་ལས་བྱུང་བའམ་བྲལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཟེར།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

> ནས་ལས་འབྱུང་ཁུངས་དགར་སྡུད་དེ། །
> འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ་གང་སྦྱར་འཐུས། །
> རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། །
> སྡུད་ལ་ནས་སྒྲ་ཁོ་ན་འཇུག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ནས་ལས་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དང་། དགར་བ། སྡུད་པ་བཅས་དོན་གསུམ་ལ་འཇུག འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ཡིན་ན་ནས་ལས་གཉིས་གང་བདེར་སྦྱར་ཆོག་པ་དང་། རིགས་མཐུན་པ་དགར་བ་ལ་ནས་དང་། རིགས་མི་མཐུན་པ་དགར་བ་ལ་ལས་སྦྱོར་དགོས། སྡུད་པ་ལ་ནས་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ལས་སྒྲ་མི་འཇུག་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །

༡། འབྱུང་ཁུངས་ལ་དངོས་དང་ཆ་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ནི། རྒྱ་མཚོ་

ནས་ནོར་བུ་དང་། བ་ལས་འོམ་ལྟ་བུ་ཡིན། འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ་ནི། རྟ་ནས་ལྷུང་དང་། འོམ་ལས་ཞོ་ལྟ་བུ་ཡིན།

༢། **དཔར་བ་ནི།** དཔར་གཞི་གང་ཞིག་ལས་དཔར་ཆོས་གང་ཞིག་ལོགས་སུ་བཀར་བ་ལ་དཔར་བ་ཟེར། དཔར་བ་ལ་རིགས་མཐུན་པ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་པ། ཐ་དད་ཙམ་དུ་དཔར་བ་བཅས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། རིགས་མཐུན་དཔར་བ་ནི། མི་ཡི་ནང་ནས་གེ་སར་མཆོག་ལྟ་བུ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་དཔར་བ་ནི། མི་ལས་ལྷ་མཛེས་ལྟ་བུ་ཡིན། ཐ་དད་ཙམ་དུ་དཔར་བ་ནི། ཁ་དོག་ལས་གཟུགས་ནི་གཞན་ལྟ་བུའོ། །

༣། **སྡུད་པ་ནི།** དུས་སོགས་ཚད་འཛིན་ཅིང་སྡུད་པ་ཞིག་ཡིན། སྡུད་པ་ལ་ཡུལ་སྡུད་པ་དང་། དུས་སྡུད་པ། གྲངས་སྡུད་པ། དངོས་པོ་སྡུད་པ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། ཡུལ་སྡུད་པ་ནི། གཞིས་རྩེ་ནས་ལྷ་ས་བར་ལྟ་བུ་དང་། དུས་སྡུད་པ་ནི། དེ་རིང་ནས་སང་ཉིན་བར་ལྟ་བུ། གྲངས་སྡུད་པ་ནི། བཅུ་ནས་བརྒྱ་བར་ལྟ་བུ། དངོས་པོ་སྡུད་པ་ནི། མགོ་ནས་རྐང་པ་བར་ལྟ་བུའོ། །

རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པའི་ཚིག་ཕྲད་མ་ཡིན་པའི་ནས་ལས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན།

གྲོ་ནས། ནས་རྩམ།	ཕྱུག་ལས། ལས་ཀ།

༄༅ རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འབོད་སྒྲ།

ལེགས་བཤད་ལྗོན་དབང་ལས།

ཀྱེ་དང་ཀྭ་ཡེ་བོད་སྒྲ་སྟེ། །

ཐལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་སྦྱོར། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། ཀྱེ་དང་། ཀྭ་ཡེ། གཞན་ཡང་ཤུགས་སུ་བསྟན་པའི་ཨྭ་ཡེ་གསུམ་ནི་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འབོད་པའི་སྒྲ་ཡིན་པ་དང་། མང་ཆེ་བ་འབོད་སའི་ཡུལ་གྱི་ཐོག་མར་སྦྱར་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །

དེ་ཡང་རང་ལས་ཆེ་བ་ལ་ཀྱེ་སྦྱར་དགོས་པ། དཔེར་ན། ཀྱེ་དྲིན་ཆེན་ཕ་མ་ལྷ་བུ་དང་། རང་དང་མཉམ་པ་ལ་ཀྭ་ཡེ་སྦྱར་དགོས་པ། དཔེར་ན། ཀྭ་ཡེ་གྲོགས་པོ་ལྷ་བུ། རང་ལས་ཆུང་བ་ལ་ཨྭ་ཡེ་སྦྱར་དགོས་པ། དཔེར་ན། ཨྭ་ཡེ་བུ་ཆུང་ལྷ་བུའོ། །

སྦྱོར་ཚན།

༢ འབྲུ་ཁུངས།

དང་པོ། མཐུན་སྦྱོར་གྱིས།

འབྱུང་ཁུངས་དངོས།	—	གཅིག་ནས་བཅུ་བར།
འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་བ།	—	ས་ནས་རྡུ་སྐྱེ།
རིགས་མཐུན་དགར་བ།	—	ཁབ་རྩེ་ནས་ཁབ་མིག་བར།
རིགས་མི་མཐུན་དགར་བ།	—	རྟ་ཡི་ནང་ནས་རྒྱང་པོ་ལེགས།
དུས་སྡུད་པ།	—	རྒྱ་གར་ནས་བོད་བར།
ཡུལ་སྡུད་པ།	—	རྟ་ལས་ལྷུང་།
གྲངས་སྡུད་པ།	—	དེ་རིང་ནས་སང་ཉིན་བར།
དངོས་པོ་སྡུད་པ།	—	མི་ལས་ལྷ་མཛེས།

གཉིས་པ། རྒྱ་ཚིག་ལ་འགྲེལ་བཤད་བྲིས།

རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། །སྡུད་ལ་ནས་སྦྲ་ཕྱིན་འདུག །

གསུམ་པ། ནས་ལས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་ངོས་འཛིན་གྱིས།

ཀ། ས་བོན་ལས་མྱུ་གུ་འབྱུས། ( )

ཁ། བྲག་ནས་ལྷུང་། ( )

ག། ལོ་མགོ་ནས་ལོ་མཇུག་བར། ( )

ང་། སྣ་ཁུང་ནས་དབུགས་བཏང་། ( )

ཅ། བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཡི་གེ་སློབ་པའོ། ། ( )

བཞི་པ། ནས་ལས་གཉིས་གང་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་ཏེ་ངོས་འཛིན་བྱོས།

དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་ལས།

ཕྱུགས་ཀྱི་ནང་ནས་གླང་པོ་ཆེ་མཆོག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་གི་གླང་ཆེན་འཕྱུན་པ་ནི་གླང་པོ་ཆེ་སྟོང་ལ་རེ་རེ་ལས་མི་འབྱུང་།

བྱ་སྤྲེལ་གཏམ་རྒྱུད་ལས།

ངུས་ད་ལན་བློ་ལྡན་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱིས། །ཚིག་སྙན་པོ་མགྲིན་པའི་ལམ་ནུས་བཤད། །ཐབས་མཁས་པ་རྒྱ་མཚོའི་མཐའ་ནུས་བསྐོར། །དོན་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་ནུས་བླངས། །

༢༩ འབོད་སྒྲ།

དང་པོ། འབོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་སྦྱར་དགོས།

༡། ---------------- བྱམས་བརྩེ་ལྡན་པའི་ཕ་མ་མཆོག

༢། ---------------- སློབ་གྲོགས་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་ལགས།

༣། ---------------- བུ་མོ་ཆོས་བཟང་སྒྲོལ་མ།

༤། ---------------- བུ་ཆུང་ཁྱོད་རང་གང་དུ་འགྲོ།

གཉིས་པ། དཔེར་བརྗོད་རེ་འབྲི་དགོས།

༡། རང་ལས་ཆེ་བ། ---------------- ༢། རང་དང་མཉམ་པ། ---------------- ༣། རང་ལས་ཆུང་བ། ----------------

གསུམ་པ། འབྲི་རྩོམ།

༡། ལེགས་བཤད་ལྷོན་དབང་ལས་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་སྟོན་པའི་རྩ་ཚིག་བྲིས།

༢། ནས་ལས་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་གང་དག་ཡིན་ནམ།

༣། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་གོ་དོན་བྲིས།

༤། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་དང་། ཆ་འདྲའི་དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༥། དགར་བའི་གོ་དོན་དང་། དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༦། སྤུད་པའི་གོ་དོན་དང་། དཔེར་བརྗོད་རེ་བྲིས།

༧། འབོད་སྒྲ་སྟོན་པའི་ལེགས་བཤད་ལྷོན་དབང་གི་རྩ་ཚིག་གང་ཡིན་ནམ།

༨། འབོད་སྒྲར་ཚིག་ཕྲད་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

རྩོམ་རིག་སྡེ་ཚན།

སྡེ་ཚན་འདིར་རྩོམ་རིག་ཤེས་བྱ་དང་། ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་དཔེ་ཁག་ཅིག ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་ཁག་ཅིག་བཅས་སྦྱོང་བྱ་ལ་བཞག་ཡོད།

སྤྱིར་རྩོམ་ཡིག་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ནས་མྱོང་ཚོར་བྱུང་བ་དག་སྣར་ཡང་དཔྱད་ཞིབ་དང་འདོར་ལེན་བྱས་པ་བརྒྱུད་གཅིག་བསྡུས་ཀྱི་ལམ་ནས་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།

རྩོམ་ཡིག་ཀློག་སྐབས་གནད་དོན་གང་ཡིན་ཡང་དོ་སྣང་བྱས་ནས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྐབས་འབྱུང་སླ་བའི་སྐྱོན་དང་། དེ་སྤོང་ཐུལ་བཅས་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་བཀོད་ཡོད།

ཀ) རྩོམ་འབྲིའི་ཤེས་བྱ།

རྩོམ་ཡིག་ཀློག་སྐབས་ རྩ་དོན་གང་ཞིག་འཛིན་དགོས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་ཀློག་དགོས་པའི་ཚུལ་ཁ་གསལ་པོ་བདེར་ཕྱེ་སྟེ། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྐབས་དཀའ་ངལ་དང་། སྐྱོན་གང་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་སེལ་དགོས་པའི་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་བཞིན་རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས་དང་མཇུག་སྡུད་སྟངས་ཀྱང་གལ་གནད་ཆེ་བས་ཤེས་དགོས།

༡༡. རྩོམ་ཡིག་དེ་ལྟར་གློག་དགོས།

རྩོམ་ཡིག་གློག་སྐབས་ནན་ཏན་དང་ཞིབ་ཚགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས་འཛུགས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པས་གཤམ་གསལ་དོན་ཚན་བཞི་སེམས་ལ་ངེས་དགོས།

༡། སྒྲ་དོན་བློ་ངེས་ཡོང་བ་བྱེད་པ།

རྩོམ་ཡིག་ཁྲོད་ཀྱི་ཚིག་རེ་རེ་དང་དོན་རེ་རེ་བཞིན་མ་ནོར་བར་རྟོགས་པ།

༢། དུམ་མཚམས་སྙིང་བསྡུས་བྱེད་པ།

རྩོམ་ཡིག་གི་དུམ་མཚམས་སོ་སོའི་ནང་དོན་མདོར་བསྡུས་སུ་སེམས་ལ་ངེས་ཐུབ་པ།

༣། བསྟན་བྱ་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱེད་པ།

རྩོམ་ཡིག་ཧྲིལ་པོའི་ནང་དོན་སྙིང་པོའམ་བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱ་ཐུབ་པ།

༤། ཟིན་ཐོའམ་ཐོ་ཡིག་འགོད་པ།

གོང་གསལ་དོན་ཚན་གསུམ་གྱི་གཙོ་གནད་མིང་ཚིག་དང་། དུམ་མཚམས་རེ་རེའི་བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ། བརྗོད་བྱའི་སྙིང་དོན་བཅས་ཤེས་རྟོགས་དང་བགོལ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཟིན་ཐོ་འགོད་དགོས་པ་བཅས་ཡིན།

དང་པོ། སྤྱི་དོན་རིས་ཐབས།

རྩོམ་ཡིག་ཐོག་མར་སློག་སྐབས། མིང་ཚིག་གསར་པར་འཕྲད་རིམ་བཞིན་ཞ་སྨྱུག་གིས་རྟགས་སམ་ཟིན་ཐོར་བཀོད་རྗེས། ཚིག་མཛོད་སློག་པའམ། གཞན་ལ་འདྲི་བ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ཏེ༏ རྩོམ་ཡིག་ཏུ་མིང་ཚིག་གསར་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་། སྒྲ་གདངས་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་བསླབ་ཐུབ་པ་དགོས་པ་མ་ཟད། ཚིག་སྒྲུབ་རེ་རེའི་བསྟན་དོན་གསལ་རྟོགས་ཡོང་བར་བྱེད་དགོས། ཅི་སྟེ་གོ་བ་མ་ལོན་ཚེ་ཚིག་སྒྲུབ་གོང་འོག་གི་དོན་ལ་བལྟས་ནས་གོ་བ་རོབ་ཙམ་ལོན་ཐབས་བྱེད་པའམ་འབྲེལ་ཡོད་དགེ་རྒན་དང་སློབ་གྲོགས་སོགས་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ནས་གོ་བ་ལེན་དགོས། འདི་ལྟར་མིང་ཚིག་གསར་པའི་ནང་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་ནི་རྩོམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་གོ་བ་ལོན་ཐབས་བྱེད་པའི་ཆ་རྐྱེན་ཐོག་མ་དེ་ཡིན།

གཉིས་པ། དུམ་མཚམས་སྙིང་བསྡུས་བྱེད་ཐབས།

སློབ་ཕྲུག་ཁག་ཅིག་གིས་རྩོམ་ཡིག་སློག་སྐབས་འ་རེ་ཞུར་རེར་ཐེངས་གཅིག་བལྟགས་པ་ཙམ་ལས། རྩོམ་ཡིག་གི་དུམ་མཚམས་སོ་སོའི་ནང་དོན་ལ་བསམ་གཞིག་མི་བྱེད་སྐབས། རྩོམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་ལ་གོ་བ་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཆགས་མི་ཐུབ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྩོམ་ཡིག་གི་དུམ་མཚམས་རེ་རེར་རང་རྒྱུ་འཕེར་བའི་བརྗོད་དོན་རེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་དུམ་མཚམས་གོང་འོག་དང་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། མདོར་ན་དུམ་མཚམས་དེ་དག་རྩོམ་ཡིག་ཧྲིལ་པོའི་བརྗོད་བྱ་མཚོན་པར་ཕན་ནུས་ལྡན་པ་ཞེ་གཅིག་ཡིན་པས། ང་ཚོས་རྩོམ་ཡིག་སློག་སྐབས། ཐ་སྙད་གདམ་གསེས་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཚིག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྡེབ་བསྒྲིགས་པའི་ཁྲོད་དུ་གོ་གནས་དང་ཕན་ནུས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས།

རྩོམ་ཡིག་ཅིག་དང་པོར་སློག་སྐབས་ཚོར་བའི་མྱོང་བ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་སོང་ནས་ནང་དོན་རགས་པའི་གོ་བ་ཙམ་ལས་ཆགས་མེད་སྐབས། རིམ་བཞིན་ཐེངས་གཉིས་པ་སོགས་སློག་སྐབས་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་ཐབས་སུ་འགྲོ་ངེས་པས། གོ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དུམ་མཚམས་སོ་སོའི་ནང་དོན་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་ཀྱིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡང་ཡང་བསླབ་ན། རྩོམ་ཡིག་ཧྲིལ་པོའི་ནང་དོན་ལ་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་ཐུབ། རྩོམ་ཡིག་གི་གོ་དོན་ནམ་བསྟན་དོན་ངེས་པ་ལས་བརྒལ་ཏེ། རང་ཉིད་ལའང་ལྟ་བ་དང་བསམ་བློའི་ཁ་ཕྱོགས་ཡོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བར་ཤུགས་རྐྱེན་ཡོང་བར་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ། བསྟན་བྱ་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱེད་ཐབས།

རྩོམ་ཡིག་ཀློག་སྐབས་ནང་དོན་གཙོ་བོ་འཛིན་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། རྩོམ་ཡིག་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ཀློག་པའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི། རྩོམ་ཡིག་དེའི་བརྗོད་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་བསྡུས་ཀྱིས་ཀློག་མཁན་གྱི་ཡིད་ལ་ངེས་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པས། བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ་ངེས་ཐབས་ལ་འབད་དགོས།

ང་ཚོས་རྩོམ་ཡིག་སློབ་ཚན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས། ངེས་པར་དུ་བློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ་གྱིས་ཀློག་གིན་ཀློག་གིན་བསམ་བློ་མང་ཙམ་བཏང་སྟེ། སློབ་ཚན་གྱི་མིང་ཚིག་གི་སྒྲ་དོན་ལ་ཐད་རྟོགས་དང་རིགས་འགྲེས་ཀྱིས་གོ་བ་རེ་རེ་གཅིག་ཏུ་དྲིལ་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཚིག་སྦྲུབ་ཀྱི་ངོ་བོར་འཛོམས་པའི་དོན་གྱི་འགྱུར་ལྡོག་དང་། ཁྱབ་ཚད་སོགས་ཀྱི་ཚིག་དུམ་གྱི་ནུས་པ་གྲུབ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་དུ་གྱུར་བས། དུམ་མཚམས་རེ་རེའི་དབྱེ་བ་དང་། བརྗོད་དོན་གྱི་རྩོམ་ཡིག་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་སྙིང་པོ་མཚོན་ཚུལ་གསལ་བོར་མངོན་གྱིས་ཡོད་པས། གོང་གསལ་ལྟར་དབྱེ་ཞིབ་ཀྱིས་བརྗོད་དོན་སྙིང་པོ་ཕྱོགས་བསྡུས་བྱེད་པ་ལ་འབད་དགོས།

བཞི་པ། ཟིན་ཐོ་འཐམ་ཐོ་ཡིག་འགོད་ཐབས།

ཟིན་ཐོ་འགོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་རང་གིས་རྩོམ་ཡིག་ཀློག་སྐབས་རྩོམ་ཡིག་དེ་གསལ་རྟོགས་ཡོང་བའི་དགོས་མཁོ་ལ་གཞིགས་ཏེ་འགོད་དགོས། དཔེར་ན། འོག་ཏུ《ཆར་པར་གཡོལ་བ་》ཞེས་པ་ཟིན་ཐོར་བཀོད་ན།

༡། མིང་ཚིག་གསར་པ་དང་གལ་ཆེའི་མིང་ཚིག

(མིང་ཚིག་གསར་པ་ཞེས་པ་འདི་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་ཤེས་པ་ཅི་ཡོད་དང་། གལ་ཆེའི་མིང་ཚིག་ནི་བརྗོད་དོན་མཚོན་བྱེད་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་གོ་དགོས།)

དཔྱིད་ཀྱི་ཆར་པ། སྤྲིལ་བུ། གྲིབ་སྐྱམ། ལང་ཚོ་མ། ཤ་ཆུ་འཕྲད། ཁ་ཁྱུ་སིམ་མེར་ལངས་ནས་བསྡད། ད་དུང་ཆར་པ་འབབ་ཀྱི་རེད། འཚང་ཁ་མ་བརྒྱབ། སོར་མོ་བཞི་ཙམ་ཚོས་པ། དམིགས་བཀར་གྱིས་དྲི་བ་བཏོན་པ། ལན་ཐོགས་པ་མེད་པ།

༢། ཚན་པའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་གནད་བསྡུས་བྱེད་པ།

མི་རྣམས་ལམ་ལ་འགྲོ་སྐབས་ཆར་པ་བབས་པས་ཆར་གཡོལ་གྱི་དོན་རྐྱེན་དེའི་འོག་ལང་ཚོ་མ་དེའི་རང་གཤིས་བཟང་པོ་དེ་མངོན་པར་བྱས་ཡོད།

དེ་ནས་ཆར་ཐག་ཆོད་ནས་སླར་ཡང་དྲག་ཆར་བབས་པའི་དོན་རྐྱེན་དང་སྦྱར་ནས་ལང་ཚོ་མ་དེས་གནམ་གཞིས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་མངོན་ཐབས་བྱས་ཡོད།

དེ་ནས་མི་རྣམས་ལང་ཚོ་མ་དེར་དོ་སྣང་བྱུང་ནས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་ལམ་ནས་ལང་ཚོ་མ་དེ་གནམ་གཞིས་བརྟག་དཔྱད་མ་མཁས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་སུ་བཅུག་ནས་རྩོམ་མཇུག་བསྡུས་ཡོད།

༡། བྱ་བའི་འཕེལ་རིམ་གནད་བསྡུས་བྱེད་པ།

དོན་རྐྱེན་འཕེལ་རིམ་ནི་བྱ་བའི་འཕེལ་རིམ་དུ་གོ་ཆོག་པས། དོན་རྐྱེན་འགོ་འཛུགས་པ་དང་། འཕེལ་བ། ཇ་དྲག མཇུག་བསྡུ་བའི་གོ་རིམ་གྱི་གནད་འགག་གང་དུ་ཡོད་པ་རྟོགས་རྒྱུ་གལ་ཆེ།

ཆར་པ་བབས་ནས་མི་རྣམས་ཆར་གཡོལ་དུ་ཕྱིན་པ། ཆར་ཐག་ཆོད་ནས་མི་རྣམས་ཕྱི་ལ་ཐོན་ཏེ་གོམ་པ་ཉིས་བརྒྱ་ཙམ་ལས་མ་ཕྱིན་པར་སླར་ཡང་དྲག་ཆར་བབས་ནས་ཆར་གཡོལ་བྱེད་དུ་ཕྱིར་ལོག་པ། ལང་ཚོ་མ་ལ་དོ་སྣང་བྱུང་ནས་གཏམ་གླེང་མང་ཙམ་བྱས་པ།

༢། མི་སྣ་གནད་བསྡུས་བྱེད་པ།

སྐབས་འདིར་མི་སྣ་གཙོ་བོ་དང་ཕལ་བ། དྲང་ཕྱོགས་དང་ལོག་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྣར་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་ཐོབ་དགོས་ཏེ། ལང་ཚོ་མ་མི་སྣ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་རྣམས་ནི་མི་སྣ་ཕལ་བ་ཡིན།

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། སློབ་ཚན་བཀླགས་ཏེ་ལན་ཐོབ།

༡། རྩོམ་ཡིག་ཀློག་པའི་རྩ་དོན་བཞི་གང་དང་གང་ཡིན་ནམ།

༢། རྩོམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་ངེས་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་སམ།

༣། སློབ་ཚན་འ་རེ་ཙམ་རེར་བཀླགས་ཏེ། རྩོམ་ཡིག་གི་དུམ་མཚམས་སོ་སོའི་ནང་དོན་ལ་དོ་སྣང་མ་བྱས་ན་སྐྱོན་གང་ཡོང་ངམ།

༤། ནང་དོན་རགས་ཙམ་ཤེས་པས་འདོད་བློ་ཁེངས་ཐབས་བྱེད་པའི་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱོན་གང་ཡོང་ངམ།

༥། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་རྩོམ་ཡིག་སློབ་ཚན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་དམིགས་ཡུལ་ལེགས་འགྲུབ་འབྱུང་ཐུབ་བམ།

གཉིས་པ། གནམ་དུ་བོད་ཀྱི་དཔའ་བོ་ཞེས་པ་དེར་དུམ་མཚམས་ཇི་ཙམ་འདུག་དབྱེ་ཞིབ་གྱིས།

གསུམ་པ། གནམ་གྱི་བོད་ཀྱི་དཔའ་བོ་དང་ཕག་ཤ་འཚོང་པ་གཉིས་གང་ཅང་ཞིག་ལ་ཟིན་ཐོ་ཁོད།

༡༣. རྩོམ་ཡིག་ཇི་ལྟར་འབྲི་དགོས་པ།

རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བའི་ནུས་རྩལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱུ་ནི་ཧ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུའི་སྦྱོང་བརྡར་བྱས་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་དང་། དག་ཆ། ཚིག་ཕྲད་སྦྱོར་ཚུལ། བརྗོད་བྱ་འགོད་སྟངས་སོགས་ཕྱོགས་ཀུན་ནས་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བར་མ་ཟད། རྒྱུན་གཏན་རང་གི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ལ་དོ་སྣང་དང་བསམ་གཞིག་བྱེད་པའི་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་ཞིག་ཀྱང་འཛུགས་ཐུབ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི། རང་ཉིད་ཆུ་ནང་དུ་འཛུལ་ནས་རྐྱལ་མ་སྦྱངས་ན་ཆུར་རྐྱལ་མི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ། རང་ཉིད་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བའི་ལག་ལེན་དུ་མ་ཞུགས་ན་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་མི་ཤེས་པ་ཡིན།

རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུ་ནི། རང་གི་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་ཡི་གེར་ལེགས་པར་འགོད་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཡོང་བ་ལ་རྒྱུན་དུ་འབྲི་ཀློག་མང་པོ་བྱ་དགོས། ཀློག་པ་ཁོ་ན་ལས་མ་བྲིས་ན། འབྲི་བའི་རྩལ་ཐོན་མི་ཐུབ། ཐེངས་གཅིག་བྲིས་པས་མི་ཆོག་པར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབྲི་དགོས། དེ་ནི་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བའི་སྦྱོང་བརྡར་ལེགས་ཤོས་ཡིན་པར་གསུངས།

དུས་ཚོད་ཐུང་ངུའི་ནང་གྲུབ་འབྲས་ཆེན་པོ་ཡོང་བའི་རེ་བ་བྱས་ཏེ། ཐེངས་རེ་གཉིས་བྲིས་ཏེ་ཡག་པོ་མ་ཆགས་ན། ལམ་སང་སེམས་ཞུགས་ཆག་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་མི་ཉན།

ཐོག་མར་རྩོམ་ཡིག་སྦྱོང་སྐབས།

༡། ཡིག་གཟུགས་ཡག་པོ་མི་ཡོང་བ།

༢། དག་ཆ་ནོར་བ།

༣། མིང་ཚིག་གིས་མི་འདང་བ།

༤། ཚིག་ཕྲད་སྦྱོར་སྟངས་མི་ཤེས་པ།

༥། བརྗོད་དོན་གོ་རིམ་འཁྲུག་པ།

༦། སྔ་ཕྱི་འབྲེལ་མ་ཆགས་པ། (བརྗོད་དོན་སྔ་མ་དྲན་གསོ་དང་བསྟུན་ནས་ཚིག་བརྗོད་ཕྱི་མ་སྤེལ་དགོས།)

ཁྱད་ཆོས་དེ་དག་ཡོངས་སུ་མ་ཆང་ནའང་རྩོམ་ཡིག་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་མི་ཐུབ་པ་མིན་ལ། ཉིན་ནས་ཉིན་བསྟུད། ཟླ་ནས་ཟླ་བསྟུད་དེ་སྦྱང་བརྩོན་སྔ་མཐུད་བྱས་ན། དཀའ་ངལ་དེ་དག་ཀུང་རིམ་གྱིས་སེལ་ཐུབ།

དེ་ཡང་ཚིག་དུམ་ནས་ཚིག་ཚུང་རིང་བ་དང་། དེ་ནས་ཚིག་མང་ཙམ་ཚོགས་པའི་བརྗོད་པ་ཐུང་ཐུང་འབྲི་བ་བཅས་བྱ་དགོས། རྩོམ་གཞི་ཡང་གང་ལས་སླ་བ་ཞིག་ནས་འགོ་འཛུགས་དགོས། བརྗོད་དོན་ཡང་གཉིང་ཟབ་པོ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་གང་གོ་བདེ་བ་དང་འབྲི་སླ་བའི་རིགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྦྱང་བརྩོན་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་ཚིག་དེ་ལས་ཏོག་ཙམ་རིང་བ་སོགས་རང་གི་ཤེས་ཚད་ལ་དཔག་སྟེ་ག་ལེར་ཉམས་མྱོང་གསོག་གིན་གསོག་གིན་འབད་བརྩོན་རྒྱུན་བསྲིངས་ཏེ་སྦྱངས་པ་ཡིན་ན། གང་འཚམ་ཞིག་ནས་གོམས་འདྲིས་བྱུང་སྟེ། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུར་དགའ་སྣང་སྐྱེ་བ་དང་། འབྲི་བའི་སྐབས་དཀའ་ངལ་དེ་ཙམ་མེད་པའི་ཐོག་བརྗོད་དོན་རྣམས་རང་བློར་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སླེབས་ཡོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ།

དེ་ཡང་། དཔེ་དེབ་ཁྲི་ཕྲག་བསླགས་གྱུར་ན། །སྨྱུག་རྩེ་ལྷ་ཡིས་སྒྲུལ་བ་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྟངས་ཡག་པོ་ཤེས་པར་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི། སྔོན་དང་ད་ལྟའི་མཁས་པ་ཚོས་བརྩམས་པའི་དཔེ་དེབ་རིགས་ཡང་ཡང་ལྟ་ཀློག་བྱེད་རྒྱུ་དེ་རེད། རྩོམ་འབྲི་རྒྱུ་དཀའ་ན་བསླག་རྒྱུ་ཡང་དཀའ་འོས། དེ་གཉིས་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན། རྩོམ་ཡིག་ཞུལ་བྱུང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྙིང་བཅུད་སྟུད་ལེན་ཐུབ་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་ནུས་རྩལ་དང་བློ་རྒྱ་གོང་མཐོར་གཏོང་ཐུབ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་དཔེ་དེབ་དེ་རིགས་ཀློག་པའི་སྐབས་

སུ་དེ་ཚོའི་ནང་གི་བརྗོད་དོན་རྣམས་ཚིག་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་བསམ་བློ་བཏང་སྟེ་གོ་དོན་རྟོགས་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་པ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན། དེ་ལྟར་བཀླགས་ཟིན་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་ཚིག་དོན་ལེགས་པོ་དག་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩོམ་འབྲིའི་དགོས་མཁོ་ལྟར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་དགོས།

རྩོམ་ཡིག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་བྲིས་ཚར་རྗེས་ཉུང་མཐར་ཐེངས་འགར་ཀློག་དགོས། ཀློག་པའི་སྐབས་སུ་བརྗོད་བྱའི་དོན་དག་རེ་རེ་བཞིན་འགྲིག་ཡོད་མེད་རྟོག་ཞིབ་བྱས་ཏེ། ཀློག་མི་བདེ་བ་དང་། ཚིག་ཕྲད་དང་དག་ཆ་སོགས་ནོར་ཡོད་ན་སྐབས་འཕྲལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ད་དུང་ཉིན་ཤས་རྗེས་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཚོར་བ་མེད་པས། ཡང་བསྐྱར་བསམ་གཞིག་གིས་ཞུ་དག་བྱས་ན་སྔར་ལྷག་ལེགས་བཅོས་བྱེད་ཐུབ།

རང་གིས་ཀློག་དུས་ཐམས་ཅད་འགྲིག་པ་ལྟར་མཐོང་ཡང་གཞན་གྱིས་བཀླགས་ན་ནོར་འཁྲུལ་མཐོང་སྲིད་པས། གཞན་ལའང་ཀློག་ཏུ་འཇུག་དགོས།

☛ 47 ལན། ཅི་ཅིས་ཉེན་སྲུང་ཞྭ་མོ་helmetགྱོན་ཡོད་པ་དང་། གླང་ཆེན་གྱིས་དེ་གྱོན་མེད་པས་རེད།

དེ་ནས་གླང་ཆེན་སྨན་ཁང་དུ་བསྐྱལ་ནས་དུས་ཡུན་གང་འཚམ་སོང་རྗེས་དྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་བ་ལས་སངས་པ་དང་། གླང་ཆེན་གྱིས་ཅི་ཅི་ལ་མིག་གཅིག་བལྟས་ནས་ཡང་བསྐྱར་དབང་པོ་ཤོར་བ་རེད། རྒྱུ་མཚན་ཅི། ཅི་སྟེ་ལན་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་ཤེས་ན་ཤོག་གྲངས། 71 ལ་གཟིགས། ☛

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། ཚིག་སྦྱང་བཟོས།

ནུས་རྩལ། རྒྱུན་གཏན། སྦྱོང་ཚོར། བརྗར་ཤ་གཙོད་པ།

གཉིས་པ། སློབ་ཚན་བཀླགས་ཏེ་ལན་ཐྲིས།

ཀ) གང་འདྲ་བྱས་ན་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུར་དགའ་པོ་ཡོང་ཐུབ་བམ།

ཁ) རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བའི་སྐབས་ཅི་འབྲི་འདི་འབྲི་མེད་པ་ཡོང་དོན་ཅི་ཡིན།

ག) གང་འདྲ་བྱས་ན་ཁོར་ཡུག་གི་བྱ་དངོས་ལ་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་ཞིག་ཐེབས་ཐུབ་བམ།

ང) རྩོམ་ཡིག་འབྲི་རྒྱུའི་སྦྱོང་བརྡར་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད།

ཅ) རང་ཉིད་རྩོམ་པ་པོ་ཚད་ལྡན་ཞིག་ཡོང་བར་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས།

ཆ) རྩོམ་འབྲིའི་སྦྱོང་བརྡར་བྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་དཀའ་ངལ་གང་དང་གང་འཕྲད་ཀྱི་ཡོད།

ཇ) རྩོམ་ཡིག་ཐོག་མར་འབྲི་སྦྱོང་བྱེད་སྟངས་ཇི་ལྟར་ཡིན།

ཉ) དཔེ་དེབ་མང་པོ་ལྟ་ཀློག་བྱས་ན་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད།

གསུམ་པ། བྱེད་སྒོ།

རྩོམ་ཡིག་ཐུང་ངུ་ཞིག་བྲིས་ཏེ། དེའི་ནང་གོང་གི་ཁན་ཆ་དབྱུག་གང་དག་ཡོད་པ་སློབ་མ་ཕན་ཚུན་གོ་སྟུར་བྱས་ན་ལེགས།

(གསལ་བཤད། འོག་གི་རྩོམ་དཔེ་ཁག་སློབ་སྐབས་རྩོམ་ཡིག་ཇི་ལྟར་ཀློག་དགོས་པ་དང་ཇི་ལྟར་འབྲི་དགོས་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་འགྲོ་ཐུབ་ན་ལེགས།)

༡༣. རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས་དང་མཇུག་སྡུད་སྟངས།

༄ རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུན་དུ་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར་པ་ཁག་ཉི།

༡། མི་སྣ་གཙོ་གྲས་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《ཨ་མའི་སེམས》ཞེས་པར། "ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་མིག་ཟུང་རང་གིས་བཏགས་པའི་ཏ་ལེན་གསར་པ་དེར་ལྟ་བཞིན་སེམས་སུ་བཤད་དཀའ་བའི་དགའ་སྣང་ཞིག་གིས་ཁེངས་འདུག"ཅེས་རྩོམ་ཡིག་གི་མི་སྣ་གཙོ་བོ་ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཐད་ཀར་བཀོད་དེ་འགོ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་གཤམ་གྱི་སློབ་ཚན《བདག་གི་དགེ་རྒན》ཞེས་པར། "བདག་གི་དགེ་རྒན་ནི་གཟུགས་རིང་ཞིང་ཤ་རིད་པ་དང་། དབུ་སྐྲ་ཅུང་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁོང་གི་གདོང་ན་ཡོད་པའི་སྤྱན་ཟུང་ལས་དུས་ནམ་ཡང་ལྷག་བསམ་དཀར་པོའི་བརྩེ་མདངས་ཤིག་འཚེར་བཞིན་ཡོད།" ཅེས་རྩོམ་ཡིག་ནང་གི་མི་སྣ་གཙོ་གྲས་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

༢། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཐད་ཀར་བཀོད་པའི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《པི་པི》ཞེས་པ་ལས། "པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་གཏོང་མི་ཉན།" ཞེས་འགོ་བཙུགས་འདུག་པ་ལྟ་བུའོ། །

༣། བྱ་བ་འབྱུང་ཡུལ་ངོ་སྤྲོད་དམ། ཡང་ན་ཡུལ་ལྗོངས་བཀོད་འབྲིའི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《 མཚོད་མདུལ་འགྲོ་བ་》ཞེས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཏུ། "ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་དེ་ནི་ལྷ་ཡུལ་ས་ལ་འཕོས་པ་ལྟར་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྡུག་པར་མ་ཟད། ཆོས་ཀྱི་དྲི་བཟང་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་འཕྲུལ་བའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན།" ཞེས་མཚོད་མདུལ་ཞུ་ཡུལ་ལྷ་སའི་ཡུལ་ལྗོངས་བཀོད་འབྲིའི་ལམ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

༤། བྱ་བའི་འབྱུང་རྐྱེན་གླེང་བའི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《ཆར་པར་གཡོལ་བ་》ཞེས་པར། "འདི་ལོའི་དཔྱིད་ཀར་ང་གྲོ་མོར་སྐྱོད་སྐབས་ལམ་དུ་ཆར་པ་འབབ་བཞིན་འདུག དཔྱིད་ཀྱི་ཆར་པ་གསེར་ལས་དཀོན་ཞེས་ཟེར་སྲོལ་ཡོད།" ཅེས་བྱ་བའི་འབྱུང་རྐྱེན་གཙོ་བོ་ཆར་པའི་སྐོར་གླེང་བསླངས་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༥། བྱ་བ་བྱུང་དུས་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《 བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན་ 》 ཞེས་པ་ལས་དགའ་ལྡན་ལྔ་མཆོད་ཅེས་པར། "བོད་ཟླ་༡༠ ཚེས་༢༥ ཉིན་ནི་དགའ་ལྡན་ལྔ་མཆོད་ཅེས། དགེ་ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་སྲོལ་གཏོད་མཛད་པོ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་བློ་བཟང་གྲགས་པ་མཆོག་དགའ་ལྡན་ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་དུ་གཤེགས་པའི་རྗེས་དྲན་གྱི་དུས་མཆོད་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།" ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༦། གཏམ་གླེང་གི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན།《ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་》ཞེས་པར། "དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོངས་རྫོགས་འདོན་པར་ཤེས་རིག་གི་སྒོ་ཐེམ་བརྒལ་ནས་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད་བསྒོགས་ཏེ། བཙུ་ཕྲག་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་གནའ་དེང་གི་མཁས་དབང་ཚོའི་གདམས་ངག་གི་གནད་དམ་པར་བསྟན་པར་ངས་བརྗོད་མི་དགོས་པར་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་རེད། འོ་ན་མཚམས་འདིར་གུས་པས་སྨྱུག་རྩེ་ཤོག་བུའི་སྟེང་དུ་ཕབ་ནས་དམར་ཚུང་སྙིང་ནས་བཞུར་བའི་བཙོས་མིན་གྱི་སེམས་གཏམ་སྟེ《ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་》ཞེས་པའི་རྩོམ་ཐུང་ཞིག་ཁྱེད་ཅག་གི་སྤྱན་ལམ་དུ་འབུལ་བར་སྤྲོའོ། །"ཞེས་འགོ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༥། སྨོན་ཚིག་དང་། ཤིས་བརྗོད་སོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།

དཔེར་ན། 《མཆོད་མདངལ་འགྲོ་བ་》ཞེས་པར།

ཁྲག་རྣག་ཁེངས་པའི་ས་གཞི་ཞིག །
སྔར་ཡང་མི་ཡོང་གསོལ་བ་འདེབས། །
བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་མེད་ན་ཡང་། །
ལས་དང་རྒྱུ་འབྲས་བརྩི་བར་སྨོན། །

ཞེས་སྨོན་འདུན་གྱི་སྒོ་ནས་རྩོམ་འགོ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༤ རྩོམ་ཡིག་གི་མཇུག་སྡུད་སྐབས་ཀྱི་འདྲ་བ་ཡོད་པ། དཔེར་ན།

༡། བྱ་བའི་མཇུག་འབྲས་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།

དཔེར་ན། 《རྡོའི་སེང་གེའི་ཁ་གདངས་པ་》ཞེས་པར། ཁོས“ངའི་ལག་པ། ལག་པ། ཨ་ཚ”ཞེས་འོ་དོད་ཆེན་པོས་བོས་ན་ཡང་། རྡོའི་སེང་གེའི་ཁ་ཟུམ་སོང་བས་ཁོའི་ལག་པ་ཕྱིར་འཐེན་ཐབས་མ་བྱུང་ངོ་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

ཡང་། 《ཕ་སེམས་བུ་ཐོག་དང་། བུ་སེམས་རྡོ་ཐོག་》ཅེས་པར། “ཁོས་ཤིན་ཏུ་ཕངས་པའི་ངང་ནས། ཨོ་… ད་འཕྱིས་སོང་། ཁྱོད་ཚོས་ཕ་རྒན་ལ་སེམས་གཉིང་ནས་གཅེས་འདོད་མེད་པར། ཁོང་གི་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནར་སེམས་ཞེན་བ་ཡིན་པས། རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁྱོད་ཚོ་སྤུན་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཡི་མུག་ནས་རྡོ་རུ་གྱུར་པ་རེད་ཅེས་ཤུགས་རིང་ནར་ནར་དུ་འདོན་བཞིན་བཤད་པས། སྤུན་གསུམ་པོ་ཡང་མགོ་བོ་སྨད། ཕྲག་པ་གླེད། སེམས་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་འདུག་གོ །”ཞེས་བྱ་བའི་མཇུག་འབྲས་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་མཇུག་བསྡུས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༢། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་བསྡོམས་ཀྱི་ལམ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།

དཔེར་ན། 《རྒྱལ་ཁ་དང་ཕམ་ཁ་》ཞེས་པར། “གང་ལྟར་ཀྱང་ཕུགས་བསམ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་རྒྱལ་ཁར་ཡིད་ཚིམ་དང་ཕམ་ཁར་ཡིད་ཕམ་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུགས་བསམ་མངོན་འགྱུར་བྱེད་ཐུབ་བོ། །”ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

ཡང་། 《ང་དང་ཚགས་པར་དབར་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་》ཅེས་པའི་མདུག་ཏུ། "ད་ལྟ་ཕྱིར་སློབ་འབྲིང་རྐྱབས་ཀྱི་དོན་དག་དེར་བསམ་བློ་རེ་བཏང་ཆོ། དངོས་གནས་ཕྱོགས་གཅིག་མཐོང་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་མི་མཐོང་བ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་བཟུང་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་མ་བཟུང་ན་མི་འགྲིག་པའི་གནས་ལུགས་དེ་རྟོགས་སོང་།" ཞེས་ཕྱོགས་བསྒོམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་མདུག་བསྡུས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༣། དྭངས་སེམས་མཚོན་པའི་སྒོ་ནས་མདུག་སྡུད་པ།

དཔེར་ན། 《བདག་གི་དགེ་རྒན་》ཞེས་པར། "རེད་ཡ། རང་གཤིས་དར་དཀར་ལས་འཇམ་ཞིང་བྱམས་བརྩེ་འོ་མཚོ་ལས་དཀར་བའི་དགེ་རྒན་གྱིས་ཀུན་སྤྱོད་དེ་བདག་གིས་ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད།" ཅེས་དགེ་རྒན་ཐོག་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཚོར་ཤུགས་དྲག་མཚོན་པའི་སྒོ་ནས་རྫོམ་མདུག་བསྡུས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༤། གློག་པ་པོར་དྲི་བའི་སྒོ་ནས་མདུག་སྡུད་པ།

དཔེར་ན། 《ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་》ཞེས་པར། "འོ་ན། ལྷག་བསམ་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཡངས་པའི་གྲོགས་པོ་ཚོ། ཁྱེད་ཚོའི་ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་ནི་དཔྱིད་ཀ་ཡིན་ནམ།" ཞེས་གློག་པ་པོ་ལ་དྲི་བ་འདོན་པའི་སྒོ་ནས་མདུག་བསྡུས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། ཚིག་གྲོགས་གཉིས་རེ་ཚོལ།

འཕྲུལ། གཡོལ། ཚོམ། སྐྱལ།

གཉིས་པ། ཚིག་སྦྱོར་བཟོས།

སྣ་ཚོགས། མཐོང་ཚོས། སྐུག་གསར། དཔལ་འབྱོར། གནའ་དེང་། ཐག་པ།

གསུམ་པ། དཔེ་བསྟན་པ་བཞིན་རེའུ་མིག་ཁ་སྐོངས།

1	མི་སྣ་གཙོ་གྲས་ངོ་སྤྲོད་ཀྱི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	མཚོ་མོ་ཉི་ད་ལོ་རང་ལོ་ ༡༣རེད།
2	བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཐད་ཀར་བཀོད་པའི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	བོད་རང་བཙན་གྱི་ཆེད་དུ་ རང་སྲོག་བློས་བཏང་།
3	བྱ་བ་འབྱུང་ཡུལ་ངོ་སྤྲོད་དམ། ཡང་ན་ཡུལ་ལྗོངས་བཀོད་འབྲིའི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	
4	བྱ་བའི་འབྱུང་རྐྱེན་གླེང་བའི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	
5	བྱ་བ་བྱུང་དུས་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	
6	གཏམ་གླེང་གི་སྒོ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	
7	སྔོན་ཚིག་དང་། ཞེས་བརྗོད་སོགས་ཀྱི་ལམ་ནས་འགོ་འཛུགས་པ།	
8	བྱ་བའི་མཇུག་འབྲས་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།	
9	བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་བསྡོམས་ཀྱི་ལམ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།	མདོར་ན་ཁོའི་ཚོང་ཟེངས་དེ་ ཡོངས་སུ་ཐམ་པ་རེད།
10	དྭངས་སེམས་མཚོན་པའི་སྒོ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།	
11	ཀློག་པ་པོར་དྲི་བའི་སྒོ་ནས་མཇུག་སྡུད་པ།	

བཞི་པ། དྲི་བར་ལན་འདེབས་དགོས།

༡ སློབ་ཚན་འདིར་རྩོམ་འགོ་འཛུགས་སྟངས་མི་འདྲ་བ་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།

༢ སློབ་ཚན་འདིར་རྩོམ་མཇུག་སྡུད་སྟངས་མི་འདྲ་བ་ཇི་ཙམ་ཡོད་དམ།

ལྔ་པ། དཔེ་མཚོན་རེ་བྲིས།

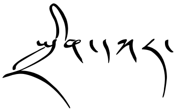
༡ མི་སྣ་གཙོ་བོ་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས།

༢ བྱ་བ་གཙོ་བོ་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས།

༣ ཡུལ་ལྗོངས་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས་རྩོམ་ཡིག་འགོ་འཛུགས་སྟངས།

དྲུག་པ། བྱེད་སྒོ།

དགེ་རྒན་གྱི་ལམ་སྟོན་འོག་སློབ་ཕྲུག་སྡེ་ཚན་ཁག་བགོས་ཀྱིས་རྩོམ་ཐུང་གཉིས་ཀྱི་འགོ་འཛུགས་སྟངས་དང་། མཇུག་སྡུད་སྟངས་ཅི་འདྲ་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས།



ཚུ་སྐྱེས་སྒྲོལ་མ།

ང་ནི་ཡུལ་ཕྱོགས་ངེས་མེད་དུ་འཁྱམས་པའི་སྤྲིན་པ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡིན། ངས་དཔྱིད་དུས་ཀྱི་གླང་ཆེན་ཇི་བཞིན་ཞི་དུལ་གྱི་གོམ་འགྲོས་བསྒྱུར་ཏེ། ཚ་བས་མནར་བའི་ལྗོན་ཤིང་ལ་ཚེ་སྲོག་གསར་པ་བྱིན། ཞོགས་པར། ཉི་མའི་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བྱམས་བརྩེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ང་ལ་འཇའ་ཚོན་ལྷ་བུའི་མཛེས་སྡུག་གི་བཀྲག་མདངས་གནང་ཞིང་། ཉིན་གུང་། ངས་ཚ་གདུང་གིས་གས་པའི་ས་གཞིའི་སྙིང་དུ་སིམ་སིམ་གྱི་ཆར་པའི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱལ། མཚན་མོ། ངས་ཤར་རིའི་རྩེ་ནས་ཟླ་བའི་ཞལ་རས་གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའི་མཐོངས་སུ་བསུས།

ང་ནི་ནམ་མཁའི་ཕ་མཐའ་འཇལ་བའི་ཐང་དཀར་རྐོད་པོ་ཞིག་ཡིན། ངས་གློག་ལྟར་མྱུར་བའི་གཤོག་རྩལ་ངོམ་བཞིན། མཐོ་བའི་གངས་རི་བརྒལ་ཞིང་། ཡངས་པའི་ནགས་ཀླུང་བསྐོར། ཆར་རླུང་དང་སྤྲིན་སྨུག་མདུན་ནས་བསུས་ཏེ་བསིལ་ལྡན་ཁ་བའི་ལྗོངས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་པའི་གནམ་བཟང་དེ་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་སྒྲོག་པས། ང་ནི་མིག་གི་དགའ་སྟོན་འདྲེན་པའི་རྨ་བྱ་དང་། རྣ་བའི་བདུད་རྩི་འཛེར་བའི་ཁུ་བྱུག་ཡིན་པས། ང་རང་གང་དུ་འཕུར་བའི་ས་དེར། ཡིད་སྨོན་དང་། དགའ་འསོད། གླུ་སྒྲས་གང་ཞིང་། ང་རང་གང་དུ་འཕུར་བའི་ཡུལ་

ཕྱོགས་དེར། ཆ་བྱས་སྒྲོ་གུར་ཕུབ་ཅིང༌། ཞུ་བྱུག་གིས་གསུང་སྐན་སྒྲོག ང་ནི་ཕྲག་དོག་གི་ཀླད་པ་འགེམས་པའི་སེནྡྷེ་དང༌། མཛའ་བརྩེ་ཡི་རླབས་ཕྲེང་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཡིན། ང་རང་གང་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཡུལ་དེར། མཛའ་བརྩེའི་སྟོང་པའི་སྟེང་དུ་རང་དབང་གི་ལོ་འབྲས་རྒྱས་ཤིང༌། ཞི་བདེའི་ཡལ་གའི་སྟེང་དུ་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་རྣམ་པར་བཞད་པས། ང་རང་གང་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཡུལ་དེར། བཀྲ་ཤིས་པའི་དགེ་མཚན་ཀུན་ཏུ་རྒྱས།

ཨ་རིར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར།

ས་སྐྱ་མཐོ་སློབ་པ་བྲི་ཚོ་འགྱུར་མེད་རྡོ་རྗེ།

བལ་ཡུལ་དུ་གནས་སྡོད་བོད་མི་ཞིག་གིས་ཨ་རིར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་རྫུན་མ་ཞིག་བཟོས་ཏེ། ཨ་རིའི་གཞུང་ཚབ་ལ་ཕྱིན་ནས་ལག་ཁྱེར་དེ་བསྟན་ནས། ལོ་གཅིག་གི་ཐོངས་མཆན་(visa)སྦྲོད་རོགས་ལབ་པར་གཞུང་ཚབ་ཀྱི་མི་དེས། ཁྱེད་རང་གི་ལག་ཁྱེར་འདི་ཨ་རིར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་རེད་མི་འདུག་ཅེས་ལབ། ལག་ཁྱེར་བདག་པོ་དེས་ད་དུང་ཨ་རིར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་ཡིན། ཞེས་ཐེངས་མང་ལབ་ཀྱང་ཨ་རིའི་གཞུང་ཚབ་པས་སླར་ཡང་རེད་མི་འདུག་ཅེས་ལབ་པ་རེད། མཐར་ལག་ཁྱེར་རྫུན་མ་བཟོས་ཏེ་ཁྱེར་མཁན་དེ་ཞུ་ཐུག་སྟེ། འོ་ན་འདི་ཨ་རིར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་མིན་ན་ག་པར་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་རེད་དམ། ཞེས་དྲིས་པར་ཨ་རིའི་གཞུང་ཚབ་པ་དེས། འདི་བཙོན་ཁང་ལ་འགྲོ་རྒྱུའི་ལག་ཁྱེར་རེད། ཅེས་ལབ་ནས་ལག་ཁྱེར་རྫུན་མ་དེའི་སྟེང་ཐམ་ག་དམར་པོ་ཞིག་བརྒྱབས་ནས། ད་ཁྱེད་རང་བཙོན་ཁང་ལ་ལོ་གཉིས་བསྡད་ཆོག་པ་ཡོད། ཅེས་ལབ་རྗེས་ཉེན་རྟོག་པས་ཁོ་པ་འཛིན་བཟུང་བྱས་པ་རེད།

(ཁ) ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག

གོ་རིམ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ནི། མི་དང་བྱ་བ་གང་རུང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡིག་ངོར་བཀོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཕན་ནུས་ཆེ་ཞིང་སྤྱོད་སྒོ་ཡངས་པ་ཞིག་སྟེ། གསར་འགྱུར་དང་། ལོ་རྒྱུས། རྟོགས་བརྗོད། རྣམ་ཐར། གཏམ་རྒྱུད། སྒྲུང་། ཟིན་ཐོ། ཉིན་ཐོ། སྣན་ཞུའི་རྩོམ་ཡིག འཕྲིན་ཡིག་སོགས་ལ་ཁྱབ་ཡོད་པས་དེ་ནི་རྩོམ་ཡིག་སྦྱོང་བའི་རྨང་གཞི་ལྟ་བུ་དང་རྒྱུན་མཐོང་ཆེ་བའི་རྩོམ་རིགས་ཤིག་ཡིན།

སྤྱིར་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ལ་གྲུབ་ཆ་དྲུག་དང་བརྒྱུད་རིམ་གཉིས་ཡོད།

གྲུབ་ཆ་དྲུག་ནི། མི་སྣ་དང་། ཡུལ། དུས། འབྱུང་རྐྱེན། བྱུང་རིམ། མཇུག་འབྲས་བཅས་ལ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་གྲུབ་ཆ་དྲུག་ཅེས་ཟེར། གཞན་དུ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་བྱ་ནི་མི་དང་བྱ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དེ་ནི་ཡུལ་དུས་མི་སྣ་གསུམ་མཉམ་པར་གནས་པའི་དབང་གིས་ཡུལ་དུས་གཉིས་མི་སྣ་ལ་བསྡུས་པ་དང་། འབྱུང་རྐྱེན་དང་། འཕེལ་རིམ། མཇུག་འབྲས་གསུམ་ནི་བྱ་བ་ལ་བསྡུས་པས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ཡིན།

བརྒྱུད་རིམ་གཉིས་ནི། མི་སྣའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཡིན།

བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྩོམ་འཛིན་ཆེ་ཆུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་བྱུང་བ་དང་། འཕེལ་བ། མཇུག་འབྲས་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་དང་བྱ་བ་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་འབྲལ་དུ་མེད་པར་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་ཚུལ་དུ་གནས་ཡོད་སྟབས། ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་བྱའང་མི་དང་བྱ་བ་གཉིས་ལས་མ་འདས།

ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྐབས། རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མི་དང་བྱ་བ་གཉིས་ལས་འཕྲོས་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་གི་ནང་རྒྱུ་ཆ་དེ་དག་ཁ་གསལ་དང་རྒྱས་བསྡུས་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་མིན་ནི། གཙོ་བོ་རྩོམ་ཡིག་གི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་མཚོན་པའི་དགོས་མཁོ་ལ་བལྟ་དགོས་པ་ཡིན།

ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་འགའ་ཞིག་ཏུ་བརྗོད་བྱ་མི་དང་། བྱ་བ། གནས་དུས་སོགས་གཅིག་རང་ལ་མ་ངེས་པར་སྣེ་ཁ་མང་ཙམ་འདྲེས་མར་འབྱུང་བའང་ཡོད་པས། དེ་འདྲའི་སྐབས་སུ་གོང་གསལ་གནད་དོན་འདི་དག་དེ་

བས་གསལ་བར་བརྗོད་དགོས་པ་ཡིན། ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་སྐབས་བརྗོད་དོན་སྙིང་པོའི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ། བྲི་བྱའི་ནང་དོན་ལ་གཙོ་ཕལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་སྟེ། ནང་དོན་གང་ཞིག་རྒྱས་པར་འབྲི་དགོས་པ་དང་། གང་ཞིག་མདོར་བསྡུས་ཙམ་འབྲི་དགོས་པ། གང་ཞིག་ཟད་ཀར་འབྲི་དགོས་པ་དང་། གང་ཞིག་ཕྱོགས་གཞན་བརྒྱུད་ནས་བྲིས་ན་ལེགས་པ་སོགས་འདི་དག་ཚང་མ་རྩོམ་ཡིག་ཧྲིལ་པོའི་བརྗོད་དོན་སྙིང་པོ་མཚོན་པའི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ་བླང་དོར་བྱེད་དགོས་སོ། །

☛61 ལན། སྐབས་དེར་ཅི་ཅི་ཚུང་ཚུང་དེས་གླང་ཆེན་ལ་ཁྲག་ལྤག་བཞིན་པ་མཐོང་བས་རེད།

སླན་པས་དབུག་སྔོན་བརྒྱབ་པར་བརྟེན་གླང་ཆེན་དབང་པོ་སོས་པ་དང་། ཡང་ཅི་ཅི་ལ་གཅིག་བལྟས་ནས་བསྐྱུར་དུ་འཁམས་པ་རེད། གང་ཡྱས་ནས། ཅི་སྟེ་ལན་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་ཤེས་ན་ཤོག་གྲངས། 82 གཟིགས།☛

༡༩. བོད་ཀྱི་དཔའ་བོ།

(རྩོམ་ཡིག་འདི་ནི། བྱ་བ་བྱུང་དུས་བཀོད་པའི་སློ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་དང་། མི་སྣ་གཙོ་བོར་བརྗོད་པའི་ཇི་བཞིན་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ཡིན།)

ཕྱི་ལོ་༡༩༨༧ ཟླ་༩ ཚེས་༢༧ ཉིན། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཞིས་ལུས་བོད་མི་ཁྲི་ཕྲག་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་དམར་གྱི་དབང་སྒྱུར་དང་། གཞའ་གནོན་མ་བཟོད་པར་ཚང་མས་རང་སྲོག་བློས་བཏང་གིས་ཇམ་སྟོན་ཁྲིམ་སྐོར་གྱིས་ངོ་རྒོལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ། "བོད་རང་བཙན་གཙང་མ་ཡིན། ༧རྒྱལ་བ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་སྐུ་ཚེ་ཁྲི་ལོར་བརྟན་པར་ཤོག རྒྱ་དམར་བོད་ནས་ཕར་རྒྱུགས་ཤིག བོད་ཀྱི་བདག་པོ་བོད་མི་ཡིན།" ཞེས་པའི་འབོད་སྒྲ་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་ཁྱབ།

དེའི་ཁྲོད་དུ་དཔའ་མཛངས་རྟུལ་ཕོད་ཅན་གྱི་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་སྲོག་ལོངས་སྤྱོད་གང་དུའང་མ་འཛེམས་པར། རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གི་སྣེ་ཁྲིད་པ་དང་། འཚེ་བ་མེད་པའི་སྤྲོབས་པ་ཆེས་ཆེར་བསྐྱེད་དེ། ཇོག་མར་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་སྐོར་བ་ལན་གསུམ་བརྒྱབ་ནས།

བོད་སྟོད་རྒྱ་གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་ཆེ་ཁག་དག་གི་སྒོ་འགྲམ་དུ་བརྒྱུགས་ནས་བདེན་པའི་འབོད་ཚིག་བར་མེད་དུ་བསྒྲགས།

དྲག་པོའི་མཚོན་ཆས་སྒྲས་པའི་རྒྱ་དམར་གྱི་དམག་དཔུང་གིས་མངོན་

སུམ་འཛོམས་མེད་ཀྱིས་མི་མང་ཁྲོད་དུ་མེ་མདའ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བརྒྱབ་པས། བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་རྣམས་ཀྱི་སྐད་འབོད་དང་རྒྱ་དམག་གི་མེ་མདའི་སྒྲ་གཉིས་དོ་མཉམ་པའི་སྒོ་ནས་ཡུད་ཙམ་ལ་གནམ་ས་མགོ་རྗེང་སློག་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར། སྐབས་དེ་ར་གྲོང་ཁྱེར་ཉེ་འདབས་ཀྱི་བྱ་བྱིའུ་རྣམས་ཀྱང་འཇིགས་སྣྲག་གིས་ཕྱོགས་བཞིར་དགྲོགས།

དྲག་ཆས་རབ་ཏུ་སྤྲས་པའི་རྒྱ་དམག་གིས་བཙན་གནོན་ཅི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་། རྒྱལ་གཅེས་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་ད་དུང་སྣ་མཐུད་དེ་མི་མང་གི་ཁྲོད་ནས་མགྲིན་པ་གཟེངས་སུ་བཏེགས་ཏེ༑ བདེན་པའི་འབོད་ཚིག་ལྷང་ལྷང་དུ་བསྒྲགས། ཀླ་ཀློའི་དཔུང་ཚོགས་ཀྱིས་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་འཛིན་བཟུང་བྱས་ནས། བཙན་ཤེད་ཀྱིས་མེ་འབར་བཞིན་པའི་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཐེངས་གཉིས་གཡུགས་ནའང་། དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱི་རྒྱལ་གཅེས་ལྷག་བསམ་གྱི་སྟོབས་པ་སྟེར་ལྷག་རྒྱས་ནས། ཁོང་གི་སྐུ་གཟུགས་ཡོངས་རྫོགས་མེ་ཡིས་ཚིག་སྐྱེ་གྲི་སྟོང་དུས་གཅིག་ཏུ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུའི་ན་ཟུག་བཟོད་སླགས་མེད་ཀྱང་ཅི་ཡང་མི་སྙམ་པར། ད་དུང་སྣ་མཐུད་དུ་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་དར་ལག་ཏུ་ཁྱེར་ནས། སྙིང་སྟོབས་ཞུམ་མེད་དང་རྒྱ་དམར་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱས།

དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་རང་ཉིད་ཤི་གསོན་གྱི་དབྱེ་ཐག་མ་ཆོད་པའི་སྐབས་དེར་ཡང་། ཁོང་གིས་ད་དུང་ཚོལ་གསུམ་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་རྣམས་ཀྱི་སྣེ་ཁྲིད་མཛད་དེ་རྡོག་རྩ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་སྒོ་ནས་འཆི་མེད་ཞི་བའི་ལམ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་ནས་འཐབ་རྩོད་བྱས། ཕ་རོལ་དགྲ་བོའི་དཔུང་གིས་ཁོང་ཚོར་རྡེ་བའི་མཚོན་གྱིས་བསྣུན་ཏེ་གདུག་རྩུབ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཡང་། དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་དང་། རང་སྲོག་བློས་བཏང་བའི་བོད་རིགས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པའི་སྐད་འབོད་དང་བཅས་མདུན་ནས་མདུན་དུ་བསྐྱོད་དེ། རང་

ཅག་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་འཐབ་རྩོད་ཀྱི་མདོང་རྗེས་བཞག་པའི་དཔེ་བཟང་ཟླ་ན་མེད་པ་ཞིག་བཏོད།

ཉིན་མོ་དེ་ནི། གཞིས་ལུས་བོད་ཀྱི་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་དག་གིས་ཞུམ་པ་མེད་པའི་རྒྱལ་གཅེས་ལྷག་བསམ་གྱི་སྤོབས་པ་ངོམ་སྟེ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ནང་ནམ་ཡང་བསུབ་ཐབས་མེད་པའི་བྱུས་རྗེས་བཞག་པའི་དུས་དྲན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

རྩོམ་ཡིག་འདི་མཇུག་སྡུད་སྐབས་ནི། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཕྱོགས་བསྡོམས་ཀྱི་ལམ་ནས་མཇུག་བསྡུས་ཏེ། ནམ་ཡང་དྲན་གསོ་བྱ་རིན་ཡོད་པ་བསྟན་ཡོད།

གཏམ་དཔེ།

ཡུལ་གྲུ་བཞི་དགྲ་ལག་ཤོར་ཟེར་ན། ཕོ་མི་ཚེ་རིང་ཡང་དགའ་རྒྱུ་མེད། །

དགྲ་བྱུང་ན་གྲི་ཁ་མཉམ་ལེན་དང་།
གྲོགས་བྱུང་ན་ཕོར་པ་མཉམ་འཛུགས་བྱེད།

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། སྒྲ་དོན་བསྡུར་ནས་ཚིག་གྲོགས་ཚོལ།

ཀ)	ཞུམ།	ཤུམ།	ཞུན།
ཁ)	སྲོག	ཟློག	སོག
ག)	འཐབ།	ཐབ།	ཐབས།
ང)	སྣག	ལྷག	ཧག

གཉིས་པ། དག་ཆ་དང་ཚིག་དོན་ངེས་པར་བྱས་ནས་བཟློད་པ་ཁྱུང་ཁྲས་ཤིག་བྲིས།

ཞུམ་པ་མེད་པ།	ཇམ་སྟོན་ཁྲོམ་སྐོར།	དཔའ་མཛངས་རྒྱལ་པོད།	བླ་སློའི་དཔྱུང་ཚོགས།
སྙིང་སྟོབས་ཆེན་པོ།	རྒྱལ་གཅེས་ལྷག་བསམ།	ཇོག་རྩ་གཅིག་སྒྲིལ།	རང་སྲོག་བློས་བཏང་།
སྲོབས་པ་ཆེར་བསྐྱེད།	བཟོད་སྒྲགས་མེད་པ།	མངོན་སུམ་འཇོམས་མེད།	བླ་ན་མེད་པ།

གསུམ་པ། ཡིག་བླ་བྲིས།

ཞི་བ། དཔའ་བོ། གདུག་རྩུབ། གཅིག་སྒྲིལ། མངོན་སུམ། དགྲ་བོ། བདེན་པ། གཉའ་གནོན། ངོ་རྒོལ། དཔེ་བཟང་། ཇོ་བ། ཕ་རོལ། མདུན་སྐྱོད།

བཞི་པ། སློབ་ཚན་བསླགས་ཏེ་ལན་བྲིས།

ཀ) དོན་རྐྱེན་འདི་བྱུང་སའི་ཡུལ་དང་དུས་ནམ་ཞིག་ཡིན།

ཁ) གཞིས་ལུས་སྤྱན་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་དམར་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་དོན་ཅི།

ག) དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་རྒྱ་དམར་ལ་ངོ་རྒོལ་ཇི་ལྟར་བྱས་སམ།

ང) གཞིས་བཞུགས་སྤྱན་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཇམ་སྟོན་ཁྲོམ་སྐོར་བྱས་པ་དེས་ཅི་ཞིག་མཚོན་ནམ།

ལྔ་པ། བརྗོད་གཞི་རྣམས་ལས་གང་རུང་ཞིག་གི་ཐོག་གོ་རིམ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

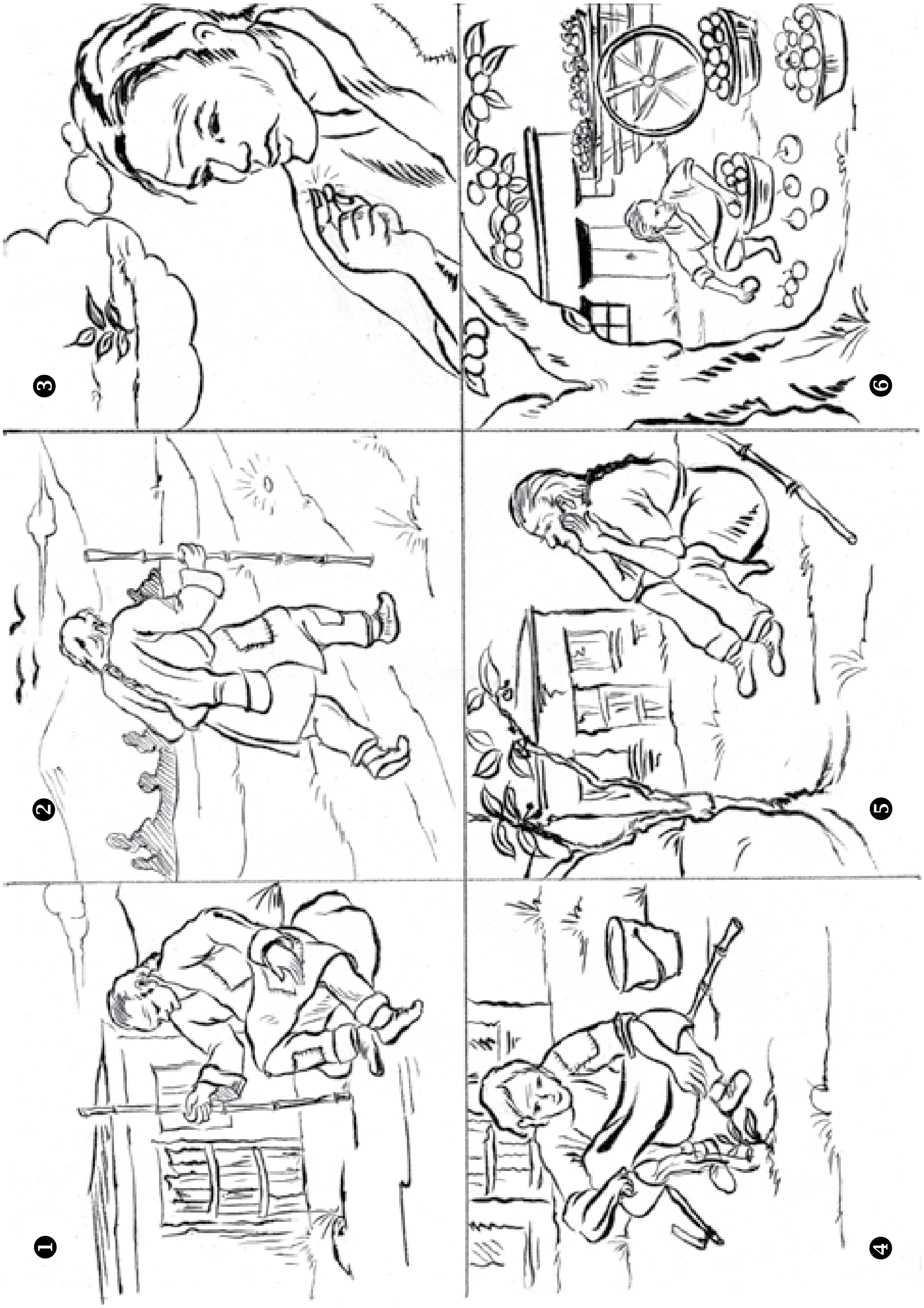
ཀ) གངས་རིའི་ལྷག་བསམ།

ཁ) རྒྱལ་གཅེས་དཔའ་བོ།

ག) རང་ལས་གཞན་གཅེས།

ང) ཞི་བདེའི་ས་བོན།

དྲུག་པ། རི་མོར་བལྟས་ནས་སྒྲུག་ཐུང་བྲིས།



རྩོམ་ཡིག་དབྱེ་ཞིབ།

གོང་གི་རྩོམ་ཡིག་འདིར་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་གྲུབ་ཆ་དྲུག་ཚང་ཡོད་དེ།

དང་པོ་**ཡུལ་ནི་**རྒྱལ་ས་ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱེར་དང་།

གཉིས་པ་**དུས་ཚོད་**ནི་ཕྱི་ལོ་༡༩༤༨ ཟླ་༩ ཚེས་༢༨ ཉིན།

གསུམ་པ་**མི་སྣ་**གཙོ་བོ་ནི་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་དང་། ཕལ་བ་གཞིས་བཞུགས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་རྣམས་དང་རྒྱ་དམག་རྣམས་ཡིན།

བཞི་པ་**བྱ་བའི་འབྱུང་རྐྱེན་**ནི་བོད་གཞིས་ལུས་མི་མང་གིས་རྒྱ་དམར་གྱི་དབང་སྒྱུར་དང་བཙན་ཤེད་མ་བཟོད་པ།

ལྔ་པ་**བྱ་བའི་བྱུང་རིམ་**ནི་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་བོད་གཞིས་ལུས་མི་མང་གིས་དཔའ་ངར་ཞུམ་མེད་དང་བཙན་འཛུལ་བ་རྒྱ་དམར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་སྟོན་ཁྲིམ་སྐོར་བྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

དྲུག་པ་**བྱ་བའི་མཇུག་འབྲས་**ནི་རྒྱ་དམར་གྱིས་བོད་མི་རྣམས་ལ་དྲག་པོའི་བཙན་གནོན་བྱས་པ་དང་། བོད་གཞིས་ལུས་མི་མང་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ནམ་ཡང་བསྙུབ་ཐབས་མེད་པའི་རྣབས་ཆེན་གྱི་བྱས་རྗེས་བཞག་པའོ། །

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་ཡུལ་དང་། དུས། མི་སྣ། བྱ་བའི་འབྱུང་རྐྱེན། བརྒྱུད་རིམ། མཇུག་འབྲས་བཅས་གསལ་བར་བཀོད་པའི་སྒོ་ནས།

རྒྱལ་གཅེས་དཔའ་བོ་བློ་བཟང་ལགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་བདེན་མཐའ་སེལ་ཆེད་འཐབ་རྩོད་ཐབས་བྱེད་པའི་སྙིང་སྟོབས་མཚོན་ཡོད་པས། རྩོམ་ཡིག་འདིས་ཀློག་པ་པོ་ལ་སློབ་གསོ་དང་སེམས་འགུལ་ཐེབས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན།

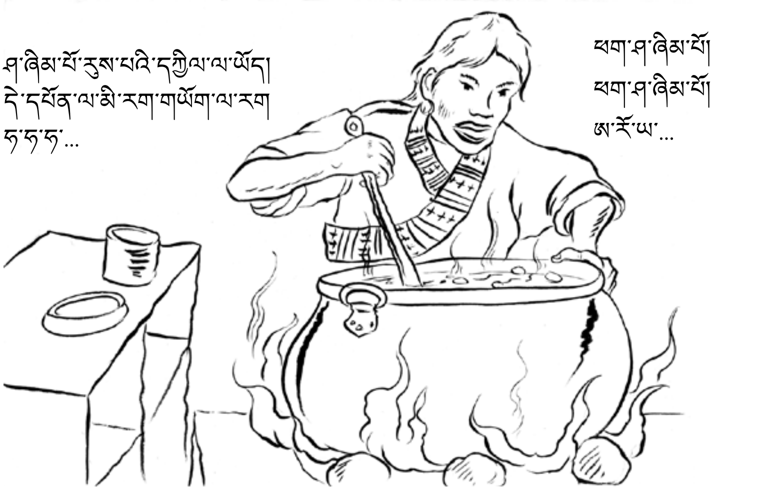
(རྩོམ་ཡིག་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་འདི་མཇུག་གི་རྩོམ་ཡིག་རྣམས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་མཚོན་ཙམ་ཡིན།)

༡༥. ཕག་ཤ་འཚོང་བ།

ཉིན་ཞིག་ལ། ཉི་ཆོས་བཟང་པོས་སྟེ་གདོང་རྒྱལ་པོའི་ཕག་པ་རྒྱགས་ཤོས་དེ་ཕྱོག་ཏུ་བསད་རྗེས། རྒྱལ་པོའི་དྲུང་དུ་སོང་ནས། “རྒྱལ་པོ་ལགས། ཁྱེད་ཚང་གི་ཕག་པ་རྒྱགས་ཤོས་དེར་ནད་ཕོག་སྟེ་ཤི་འདུག ད་རོ་གང་དུ་གཡུག་དགོས”ཞེས་ཞུས་པར། རྒྱལ་པོས“སྤུ་གཙང་མ་བཞར་ནས་ཤ་ཁྲོམ་ལ་འཚོང་དུ་སོང་། རིན་པ་ཆད་ལུས་མེད་པར་རྩིས་འབུལ་ཞུ་དགོས”ཞེས་བཤད།

དེ་ནས་ཉི་ཆོས་བཟང་པོས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་ཕག་ཤ་ཁུར་ནས་ཁྲོམ་ལ་སོང་སྟེ། "ཕག་ནད་ཕོག་པའི་ཕག་ཤ་ཉོ་མཁན་ཨེ་ཡོད།" ཅེས་འབོད་བཞིན་ཉིན་གང་ལ་བསྐྱོད་ཀྱང་། ཤ་སྐྱི་ག་གཅིག་ཀྱང་བཙོང་མ་ཐུབ་པ་རེད།

དེ་ནས་ཉི་ཆོས་བཟང་པོས་ཕག་ཤ་ཁུར་ཡོང་ནས་ཉོ་མཁན་མེད་ལུགས་རྒྱལ་པོར་ཞིབ་ཕྲ་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོས"ད་ཤ་བཙོས་ཏེ་ཟོས་ན་འགྲིག"ཅེས་ཟེར་བར། ཉི་ཆོས་བཟང་པོས། "རྒྱལ་པོ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱིས་གསོལ་ཟུམ་བཞེས་སམ། ཡང་ན་ཟུམ་ཁུ་བ་མཆོད"ཅེས་ཞུས་པ་དང་། རྒྱལ་པོས"ང་ནི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པས་ཤ་བཟའ་བ་ཡིན། ཁྱོད་ཚོ་འཁོར་གཡོག་རྣམས་ཀྱིས་ཤ་ཁུ་འཐུང་བ་ལས་འོས་མེད་པས། ད་དུང་འདྲི་དགོས་དོན་ཅི་ཡོད"ཅེས་གཤེ་གཤེ་བཏང་།



དེ་ནས་ཉི་ཆོས་བཟང་པོས་ཤ་དང་རུས་པ་ཞིབ་མོར་གཏུབས་ཏེ་ཡུན་རིང་བཙོས་པས། ཤ་ལྷུར་ཞིང་ཞུར་ནས་ཀོ་བ་དང་རུས་པ་ཙམ་ལས་ལྷག་མེད་པར་གྱུར། ཉི་ཆོས་བཟང་པོ་དང་གཡོག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རོ་བཅུད་ལྡན་པའི་ཤ་ཁུ་འཐུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོར་ཕག་ཀོ་དང་རུས་པ་ཕུལ་ནས། "རྒྱལ་པོ་ལགས། ཕག་ཀོ་དང་རུས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ཤ་ཚང་མ་ཞུར་ནས་ཤ་ཁུའི་ནང་དུ་

བཞུར་འདུག ཕག་ཀོ་བཙོས་མ་འདི་བཞེས་རོགས་གནང་”ཞེས་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོས“འོ་ན་ཤ་ཁུ་ཁྱེར་ཤོག”ཅེས་ཟེར་བར། ཉི་ཆོས་བཟང་པོས“ཤ་ཁུ་ང་ཚོས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བཞིན་བཏུང་ནས་ཚར་སོང་།” ཞེས་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོ་ཅི་བྱ་མེད་པར་གྱུར་ནས་ཕག་ཀོ་བཙོས་མ་དེ་མི་ཟ་ཀ་མེད་བྱུང་།

ཐེངས་རྗེས་མར། ཕག་ཤ་ཟ་སྐབས། རྒྱལ་པོས་ཐོག་མ་ནས་ཉི་ཆོས་བཟང་པོར“ད་རེས་ངས་ཤ་ཁུ་འཐུང་ཆོག ཁྱོད་ཚོས་ཤ་ཟོ་ཞིག”ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཉི་ཆོས་བཟང་པོས་ཤ་ཚོས་མ་ཐག་ཏུ་ཡར་བཏོན་ནས་ཚང་མར་བགོས་ཏེ་ཟོས་པ་དང་། རྒྱལ་པོར་ཤའི་བྲོ་བ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་ཤ་ཁུ་དེ་ཕུལ་བ་རེད།

གཏམ་དཔེ།

བཟང་པོའི་ཞོར་ལ་ཇ་ཚང་དང་། །
ངན་པའི་ཞོར་ལ་རྒྱུག་རྟུང་། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་རེ་འདེབས་དགོས།

ཀ) ཉིན་ཞིག་ལ་ཉི་ཚོས་བཟང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱས་སམ།

ཁ) ཕག་ནད་ཕོག་པའི་ཕག་ཤ་ཉོ་མཁན་ཨེ་ཡོད་ཅེས་འབོད་དོན་ཅི།

ག) རྒྱལ་པོ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱིས་གསོལ་ཀྱུམ་བཞེས་སམ། ཡང་ན་ཀྱུམ་ཁུ་བ་མཆོད་དམ་ཞེས་ཞུ་དགོས་དོན་ཅི།

ང) སྒྲུང་ཐུང་འདིའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་ནམ།

གཉིས་པ། ཚིག་གྲོགས་སྦྱར་ཏེ་ཚིག་སྒྲུབ་བཟོས།

དཔེར་ན། ཕྱོག་ཁྱུར། ཕྱོག་ཁྱུར་གྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་རྟགས་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་དགོས། ལྷ་བྱུ། ཕྱོག ཐུང་། བཞས། ཁུ། ལྷུས། ནུས། བཞུས། སོ།

གསུམ་པ། གོང་གི་སྒྲུང་ཐུང་འདི་བྱ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཆེན་པོ་ལྔ་ཡིས་གྲུབ་འདུག འོག་གི་རེའུ་མིག་ནང་བརྒྱུད་རིམ་ལྔ་འགེངས་དགོས།

༡་ ཕག་པ་བསད་ནས་རྒྱལ་པོར་ཞུས་པ།	༢་ ཁྲིམ་དུ་སོང་ནས་ཕག་ཤ་འཚོང་ཁུལ་བྱས་པ།	༣་	༤་	༥་

བཞི་པ། སྦྱོང་ཚན་ནང་ཁུལ་བྱེད་སྒོ།

ཀ) ཁྱོད་ཀྱིས་སྦྱོང་ཚན་དང་པོའི་དྲི་བ་ཀ་པའི་ལན་ཅི་འདྲ་ཞིག་བརྒྱབ་ཡོད་དམ། ཅི་སྟེ་ཁྱེད་ཀྱི་ལན་དེ་འཁྲིག་ཡོད་ན་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་གྱི་གྲུབ་ཆ་དུས་དང་། མི། བྱ་བ་གསུམ་འདུས་ཡོད།

ཁ) སྦྱོང་ཚན་དང་པོའི་དྲི་བ་ཁ་པ་ལན་འདེབས་སྐབས་ཅི་སྟེ་ཉི་ཚོས་བཟང་པོས"ཕག་ཤ་གཟིགས"ཞེས་བཤད་ན་གནས་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཡོང་སྲིད་པ་སྒྲུང་ཐུང་ཡང་ཡང་བཀླགས་ཏེ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས།

ག) རྒྱལ་པོ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱིས་གསོལ་ཀྱུམ་བཞེས་སམ། ཡང་ན་ཀྱུམ་ཁུ་བ་མཆོད་ཅེས་འདྲི་སྐབས་རྒྱལ་པོས་ཤ་ཟ་བས་མ་ཚད་ཤ་ཁུ་ཡང་འཐུང་གི་ཡིན་ཞེས་བཤད་ན་སྒྲུང་འདིའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ཡོང་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་སྒྲུང་ཡང་ཡང་བཀླགས་ཏེ་བསམ་གཞིག་བྱེད་དགོས།

ལྔ་པ། བརྗོད་གཞི་རྣམས་ལས་གང་རུང་ཞིག་གི་ཐོག་གོ་རིམ་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

- དོན་གྲུབ་ཚོང་ལ་ཕྱིན་པ།
- དོན་གྲུབ་ཀྱིས་མོ་ཊ་སྦྱངས་པ།
- དོན་གྲུབ་སློབ་གྲྭར་ཕྱིན་པ།
- དོན་གྲུབ་ར་བཟོ་བ།

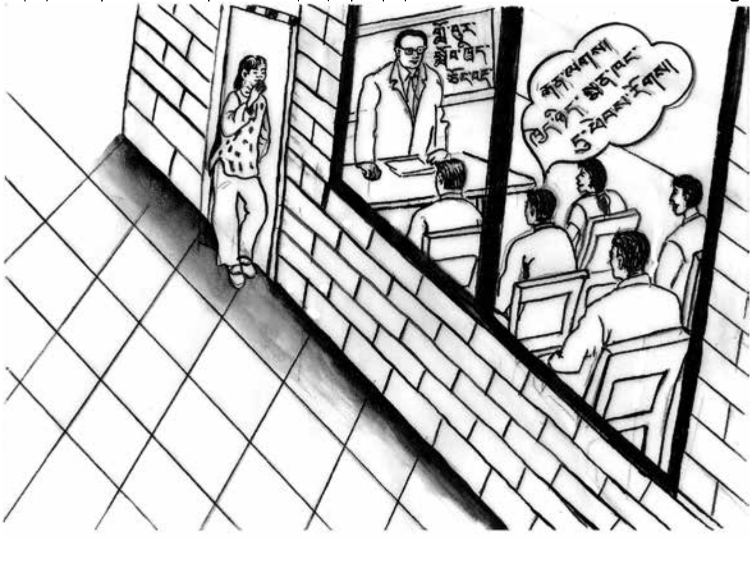
☛71 ལན། ཁྱི་ཁྱི་ཆུད་དྲགས་པ་དང་སྐད་ཆེན་ཆེ་དྲགས་ནས་ཁྱི་ཁྱིའི་ཁྲག་གིས་མ་འདང་བར་ཁྱི་ཁྱི་གྲོངས་ཚར་བ་མཐོང་བས་རེད།

དེ་ནས་སྐར་མ་ལྔའི་རྗེས་སུ་སྐད་ཆེན་འཁམས་པ་ལས་སངས་བ་ན་སྨན་པས་སྐད་ཆེན་གྱི་རྣ་རྩར་ཆིག་གཅིག་བཤད་པ་དང་། ཡང་བསྐྱར་སྐད་ཆེན་དྲན་པ་འཐོར་བ་རེད། རྒྱ་མཚན་གང་། ཅི་སྟེ་ལན་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་ཤེས་ན་ཤོག་གྲངས། 109གཟིགས།☛

༡༧. བདག་གི་དགེ་རྒན།

བདག་གི་དགེ་རྒན་ནི་གཟུགས་རིང་ཞིང་ཤ་རིད་པ་དང་། དབུ་སྐྲ་ཅུང་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁོང་གི་གདོང་ན་ཡོད་པའི་སྨྱུན་ཟུང་ལས་དུས་ནམ་ཡང་ལྷག་བསམ་དཀར་པོའི་བརྩེ་མདངས་ཤིག་འཚེར་བཞིན་ཡོད།

ཉིན་ཞིག་གི་སློབ་ཁྲིད་སྐབས་སུ། དགེ་རྒན་ལགས་ཀྱིས་སྐད་གདངས་སྙན་མོས་སློབ་ཚན་ཀློག་པ་དང་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་འཆད་བཞིན་ཡོད་ལ། སློབ་གྲོགས་ཚང་མས་ཀྱང་ཁོང་གི་བརྗོད་པའི་སློབ་ཚན་གྱི་ནང་དོན་ལ་རྣ་བ་བླགས་འདུག་པའི་སྐབས་དེར། སྒོ་བུར་དུ་སློབ་ཁང་གི་སྒོ་བརྡུངས་པའི་སྒྲ་ཞིག་གྲགས་བྱུང་། རྒན་ལགས་ཀྱིས་སྒོ་ཕྱེ་བ་ན་དགེ་རྒན་གྱི་ཆུང་མས"བྱིས་པ་གློ་བུར་དུ་ན་འདུག་པས་སྨན་ཁང་དུ་འཁྲིད་དགོས"ཞེས་བཤད་པ་ང་ཚོས་ཐོས་བྱུང་། རྒན་ལགས་ཀྱིས་བསམ་བློ་ཞིག་བཏང་རྗེས། "ཁྱོད་ཀྱིས་ཅུང་ཙམ་སྒུགས་དང་སློབ་ཁྲིད་གྲོལ་རྗེས་སྨན་ཁང་དུ་འགྲོ"ཞེས་བཤད་དེ་ཡང་བསྐྱར་སློབ་ཁྲིད་བྱས།



བདག་གིས་དགེ་རྒན་གྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་མ་ཐག་སེམས་ལ་སྦྲ་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ། དགེ་རྒན་ལགས། ཁྱེད་ཉིད་སླེབ་ཁང་དུ་ཕེབས་རོགས་ཞེས་བཤད་ན་འདོད་མོད། ཁོང་ནི་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཀྱང་སློབ་མའི་ལས་དོན་གཙོ་བོར་འཛིན་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། ངས་སྐད་ཆ་དེ་བཤད་ཀྱང་ཁོང་གིས་སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་མཚམས་མི་འཇོག་པོ་ཐག་ཡིན།

དགེ་རྒན་གྱིས་མུ་མཐུད་དུ་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན། གནས་ཚུལ་ཅི་ཡང་མ་ལྟོགས་པ་དང་འདྲ། བདག་གི་སེམས་སུ་སློབ་ཁྲིད་མྱུར་དུ་གྲོལ་སོང་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པའི་སྐབས་དེར"ཏིང་། ཏིང་། ཏིང་"ཞེས་སློབ་ཁྲིད་གྲོལ་བའི་ཅོང་བརྡ་གྲགས་བྱུང་། དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་གྲོལ་བའི་ཅོང་བརྡ་མ་ཐོས་པ་དང་མཚུངས་པར་ནན་ཏན་གྱིས་ནག་པང་ངོས་ལ་མིང་འགྲེལ་བྲིས་ཏེ་བསྟད་པས། བདག་གི་སེམས་ལ་སྔར་ཡང་སྦྲ་མི་ཤེས་པའི་བྲེལ་འཚུབ་ཅིག་ལངས་ནས་འདུག་མི་བཟོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་། རྒན་ལགས་ཀྱིས་སློབ་ཚན་ཁྲོད་ཀྱི་མིང་འགྲེལ་རེ་རེ་བཞིན་འགྲེལ་བ་བྱས་ཚར་རྗེས་ད་གཟོད་རང་གི་བུ་ཆུང་སླེབ་ཁང་ལ་བསྐྱལ་སོང་།

རང་གི་བུ་ལ་ནད་བྱུང་ཡང་སློབ་མར་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་པ་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་སྤྱོད་བཟང་ལས། དགེ་རྒན་ལ་འོ་མ་ལས་ཀྱང་དཀར་བའི་ཐུགས་སེམས་དང་། སློབ་མ་བུ་ལྟར་སྐྱོང་བའི་བྱམས་སེམས་ལྡན་པ་གསལ་པོར་ཤེས་ཐུབ།

རེད་ཡ། རང་གཤིས་དར་དཀར་ལས་འཇམ་ཞིང་བྱམས་བརྩེ་འོ་མཚོ་ལས་དཀར་བའི་དགེ་རྒན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་དེ་བདག་གིས་ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད།

མཆན། ཆུང་འབྲིང་སློབ་མའི་སྦྱངས་རྩོམ་ཅོ་ཀའི་དྲུག་འགྱུར་ལས་བདམས། བདེ་ཆེན་སྒྲོལ་མས་བྲིས།

གཏམ་དཔེ།

གོས་གོང་བ་མེད་ན་བཟོ་འགྲོ་རེད། །
གྲི་ཡུ་བ་མེད་ན་བརྡུང་འགྲོ་རེད། །
གཏམ་ཐ་མ་མེད་ན་བཤད་འགྲོ་རེད། །

ལྷག་བསམ་དུང་ལས་དཀར། །
གཤིས་རྒྱུད་དར་ལས་འཇམ། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། མིང་གསུམ་རེ་སྦྱུད་དེ་ཚིག་སྦྱུབ་ཅིག་བྲིས།

རིད་པ། ལྷག་བསམ། སྐད་གདངས། རྣ་བ་བླགས། སློ་བུར། ཚུང་མ། རྒུང་ཅམ།
ཁོ་ཐག ཅི་མ་ནུང་། ཅོང་བརྫ། དར་དཀར། སྦྱོད་བཟང་།

གཉིས་པ། རང་ཚིག་ཐོག་ནས་བྲིས།

ཀ) ཁྱེད་ཀྱི་དགེ་རྒན་གྱི་བྱད་གཟུགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་བྲིས།
ཁ) ནམ་རྒྱུན་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་བྲིས།
ག) དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་མའི་སློབ་སྦྱོང་ལ་བསམ་བློ་གཏོང་སྟངས་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་བྲིས།
ང) སློབ་ཁྲིད་མྱུར་དུ་གྲོལ་ན་ཅི་མ་ནུང་སྙམ་དོན་ཅི་ཡིན་པ་བྲིས།
ཅ) དགེ་རྒན་གྱིས་བྱ་བ་གང་ཞིག་གཙོ་བོར་འཛིན་གྱི་འདུག་པ་བྲིས།
ཆ) ཁྱེད་རང་གི་བརྗེད་ཐབས་མེད་པའི་འདས་དོན་གང་ཡིན་པ་བྲིས།

གསུམ་པ། བརྗོད་དུམ་རེ་རེ་ལ་ནུས་པ་ཅི་ཡོད་དགེ་སློབ་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་གོ་སྡུར་བྱེད་དགོས།

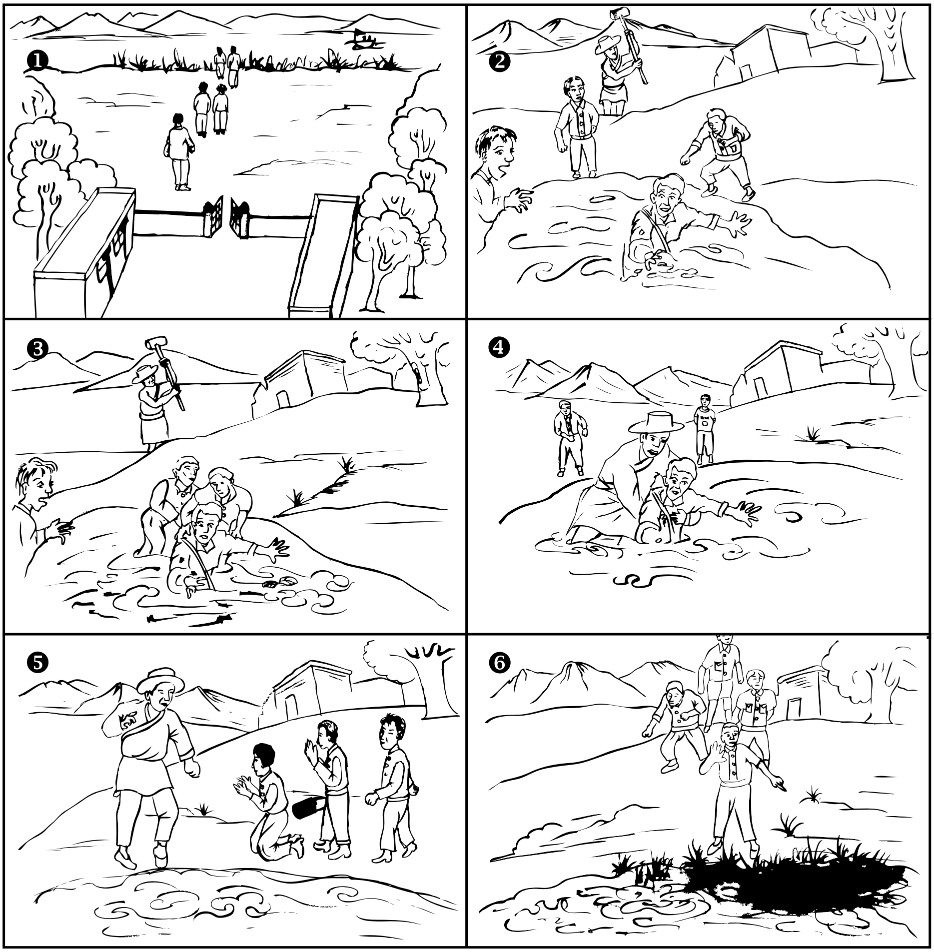
- ཁོང་གི་གདོང་ན་ཡོད་པའི་སྤྱན་ཟུང་ལས་དུས་ནམ་ཡང་ལྷག་བསམ་དཀར་པོའི་བརྩེ་མདངས་ཤིག་འཚེར་བཞིན་ཡོད།
- བདག་གིས་དགེ་རྒན་གྱིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་མ་ཐག་སེམས་ལ་སྣ་མི་ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ། དགེ་རྒན་ལགས། ཁྱེད་ཉིད་སྨན་ཁང་དུ་ཕེབས་རོགས་ཞེས་བཤད་ན་འདོད་མོད།
- ཧིང་། ཧིང་། ཧིང་ཞེས་སློབ་ཁྲིད་གྲོལ་བའི་ཅོང་བརྡ་གྲགས་བྱུང་། དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་གྲོལ་བའི་ཅོང་བརྡ་མ་ཐོས་པ་དང་མཚུངས་པར་ནན་ཏན་གྱིས་ནག་པང་ངོས་ལ་མིང་འགྲེལ་བྲིས་ཏེ་བསྟད།
- རང་གཤིས་དར་དཀར་ལས་འཇམ་ཞིང་། བྱམས་བརྩེ་འོ་མཚོ་ལས་དཀར་བའི་དགེ་རྒན་གྱི་ཀུན་སྤྱོད་དེ་བདག་གིས་ནམ་ཡང་བརྗེད་མི་སྲིད།

བཞི་པ། བྱེད་སྒོ་རྣམས་ལེགས་པར་སྒྲུབས།

༡) དགེ་རྒན་གྱིས་སྐད་ཆ་གང་བཤད་པ་དང་། བྱ་བ་གང་བྱས་པ་རྣམས་ཟུར་འདོན་གྱིས།
༢) སློབ་མའི་བསམ་བློར་གང་འཁོར་བ་རྣམས་ཟུར་འདོན་བྱོས།
༣) རྩོམ་ཡུང་འདིར་མི་སྣ་ག་ཚོད་ཡོད་པ་རྣམས་གསལ་འདོན་བྱེད་དགོས།

ལྔ་པ། མི་སྣ་གཙོ་བོར་བརྗོད་པའི་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

དྲུག་པ། རི་མོར་བལྟས་ནས་སྒྲུང་ཐུང་ཞིག་བྲིས།



༡༥. ས་ཕུག་ཁ་བྱང་ལྷོ།

སློབ་གྲོགས་ལྷ་དཀར་ནི་སློབ་སྦྱོང་ལ་སྤྲུངས་བརྩོན་གཏན་ནས་མི་བྱེད་མཁན་ཞིག་རེད། རྒྱུན་དུ་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྐབས་འཁྲིས་ཀྱི་སློབ་གྲོགས་ལ་སྐད་ཆ་ཤོད་པའམ་ཀུ་རེ་བརྩེ་རྒྱུར་དགའ་བ་དང་། འཛིན་གྲྭ་གྲོལ་རྗེས་ཕ་མའི་ནང་ནས་དངུལ་ཁྱེར་ཏེ་སློག་བརྙན་ལྟ་བའམ་ཡང་ན་ཁྲོམ་ལ་འཁྱམ་པ་སོགས་ཁ་གཡེང་མིག་གཡེང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དགེ་རྒན་གྱིས་ལྷ་དཀར་ལ་སློབ་ཁྲིད་ཡག་པོ་ཉན་དགོས་པའི་བསླབ་བྱ་ཡང་ཡང་གནང་བར་མ་ཟད། སློབ་ཚན་འཁྲིད་སྐབས་ལྷ་དཀར་ལ་དྲི་བ་ཡང་ཡང་འདྲི་གནང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལྷ་དཀར་གྱིས་ལན་འདེབས་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

ཐེངས་གཅིག་འཛིན་གྲྭའི་ཚོགས་འདུའི་ཐོག་དགེ་རྒན་གྱིས་ལྷ་དཀར་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོན་ཆ་ཡོ་བསྒྲང་བྱེད་དགོས་པའི་བསླབ་བྱ་གནང་ན་ཡང་། ལྷ་དཀར་གྱིས་རང་གི་སྤྲུངས་འབྲས་ཞན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྟངས་གསལ་པོ་མ་བྱུང་བར་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་ལས། རང་ངོས་ནས་སྤྲུངས་བརྩོན་མ་བྱས་པར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད། དོན་དུ་དེ་འདྲ་རེད་དམ་ཞེ་ན་རྩ་བ་ནས་མ་རེད། དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་ཁ་གསལ་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་སྤྲུངས་འབྲས་ཞན་པའི་སློབ་ཕྲུག་ལ་དེ་བས་རོགས་རམ་གནང་གི་འདུག

ཉིན་ཞིག ང་ཚོ་སློབ་གྲྭའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་ནས་གབ་རེས་ཡིབ་རེས་རྩེ་དུས།   བློ་དཀར་ས་ཕུག་ཁ་བྱང་ལྷ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གབ་ནས་དུས་ཚོད་རིང་པོར་རྙེད་མ་བྱུང་། མཐའ་མར་བློ་དཀར་ས་ཕུག་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཡོང་ནས“ཉི་མས་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་ཀྱི་འདུག ང་ས་ཕུག་ནང་དུ་འཁྱག་ཤི་ཐེབས་གྲབས་བྱས་བྱུང་”ཞེས་བཤད་པ་རེད། སྐབས་དེར་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་གད་མོ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་སོང་། དགེ་རྒན་གྱིས་བློ་དཀར་གྱི་སྐད་ཆ་དེ་གསན་འཕྲལ་ང་ཚོར་དྲི་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཏོན་གནང་བ་སྟེ། “ས་ཕུག་ཁ་བྱང་ལྟར་ཉི་འོད་མི་ཐོག་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ། དེ་ཉི་མས་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་བྱས་པ་རེད་དམ”ཞེས་གསུང་གི་འདུག དེར་ང་ཚོས་ལན་གང་ཡང་མ་ཐེབས་པར་འཇམ་ཐིང་ངེར་ལུས། རྒན་ལགས་ཀྱིས་ངང་རྒྱུད་རིང་པོའི་སྒོ་ནས“བློ་དཀར་གྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་ནོར་བ་རེད། ཉི་མས་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་མེད་པར་ས་གཞི་ཆེན་པོར་འཕྲོས་ཀྱང་། ས་ཕུག་དེ་ཁ་བྱང་ལྷ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཉི་འོད་མ་ཐོག་པ་རེད། དཔེར་ན། སློབ་ཁྲིད་ཡག་པོ་མི་ཉན་མཁན་གྱི་སློབ་ཕྲུག་གི་སྤྱངས་འབྲས་ཞན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་བྱེད་སྐབས་ཉེ་དགའ་ཕྱོགས་ཞེན་བྱས་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་ནི་སློབ་ཕྲུག་རང་ཉིད་ཀྱིས་སློབ་ཁྲིད་ཡག་པོ་མ་ཉན་པའི་སྐྱོན་རེད། ས་ཕུག་ཁ་བྱང་ལྷ་ལ་ཉི་འོད་ཐོག་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་དེ་ལྟར་རེད”ཅེས་གསུངས་སོ། །སྐབས་དེར་བློ་དཀར་གྱིས་མགོ་བོ་སྒུར་སྒུར་བྱས་ཏེ་བསམ་བློ་གཏོང་བཞིན་བསྡད་འདུག

དེ་ནས་བཟུང་བློ་དཀར་གྱིས་བློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ་གྱིས་སློབ་ཁྲིད་ལ་ཉན་པ་དང་། དུས་རྟག་ཏུ་སློབ་སྦྱོང་ལ་སྤྱངས་བརྩོན་ལྷོད་མེད་བྱས་པར་བརྟེན་ཡར་རྒྱས་མངོན་གསལ་དོད་པོ་བྱུང་ནས་ཀུན་གྱིས་བསྟོད་བསྔགས་བྱེད་སའི་སློབ་ཕྲུག་བཟང་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

གཏམ་དཔེ།

གཞན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ཡོད་ཀྱང་། །རང་ཉིད་ལྟ་ན་མེ་ལོང་དགོས། །

འགྲིག་སྦྱོ།

ཉིན་རི་རྡོད་དང་སྲིབ་རི་གྲང་། །རྡོད་གྲང་གཉིས་ཀྱི་དབང་ཁ་ལ། །
གླང་རྒན་སྦྱུ་མེད་འཁྱག་ཤི་ཐེབས། །སྦྱུ་རྩ་སྲབ་པའི་ལས་འབྲས་རེད། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། ཕ་མའི་སྐོར་ལ་རྩོམ་ཐུང་ཞིག་བྲིས།

ཀུ་རེ། ཕོ་བསྲང་། ཞན་པོ། གབ་རེས་ཡིབ་རེས། ཉེ་དགའ་གྲོགས་ཞེན། ངང་རྒྱུད་རིང་པོ། ས་གཞི་ཆེན་པོ། སློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ། མདོན་གསལ་དོད་པོ། བསྟོད་བསྔགས།

གཉིས་པ། བསམ་བྱས་ཏེ་དྲི་བར་ལན་བྲིས།

ཀ) ཁྱེད་ལ་སློབ་ཕྲུག་ཟླ་དཀར་གྱི་རང་གཤིས་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཡོད་དམ།

ཁ) “ཉེ་མས་ཉེ་དགའ་གྲོགས་ཞེན་བྱེད་ཀྱི་འདུག ང་ས་ཕྲུག་ནང་དུ་འཁྱག་ཤི་ཐེབས་གྲབས་བྱས་བྱུང”ཞེས་སུས་སུ་ལ་བཤད་པ་དང་། རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡིན།

ག) སློབ་མ་ཟླ་དཀར་གྱི་ལྟ་བ་ལ་ནོར་འཁྲུལ་གང་འདུག་གམ།

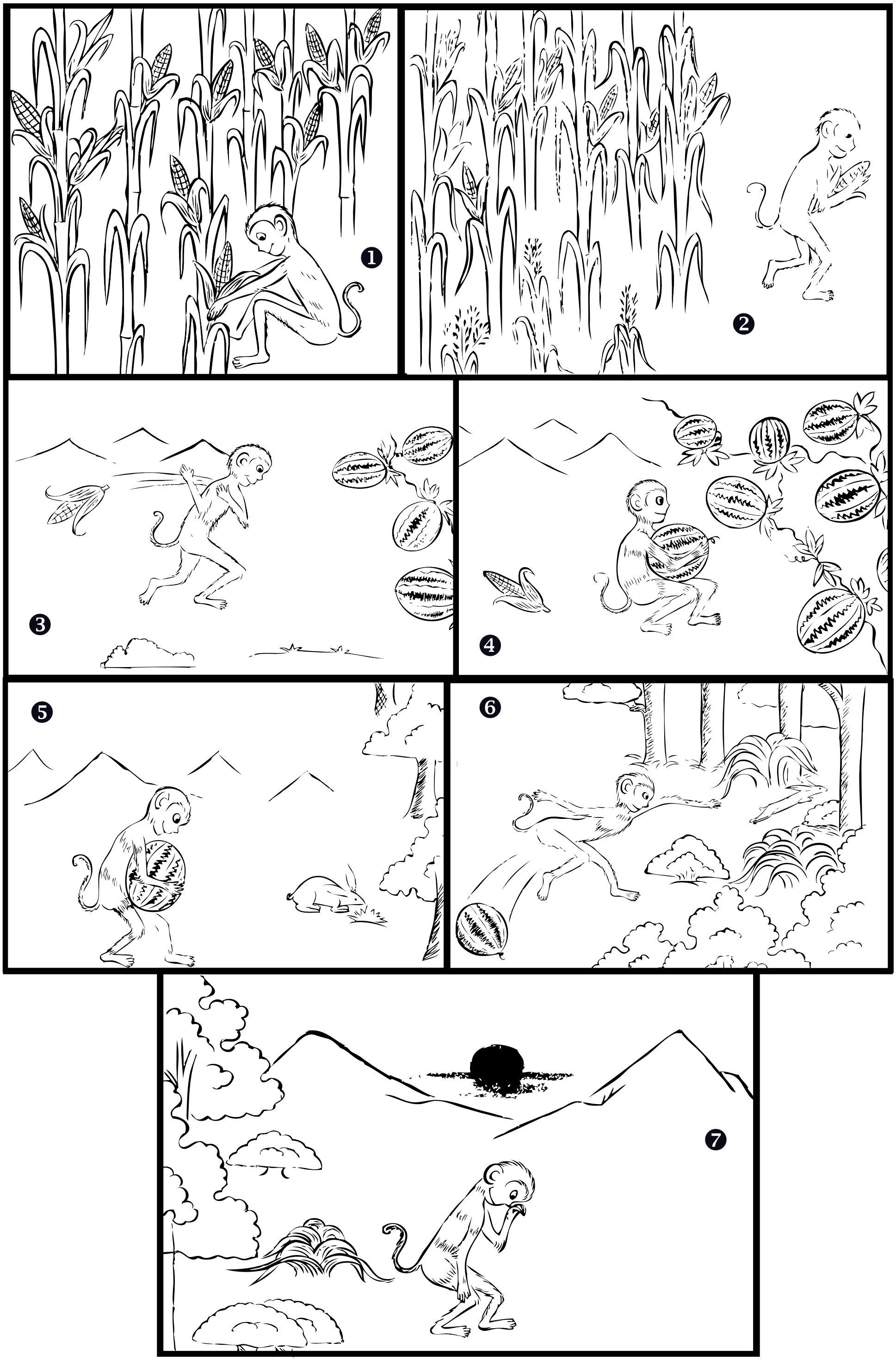
གསུམ་པ། ཟླ་དཀར་དང་ས་ཕྲུག་ཁ་བྱང་ལྟ་གཉིས་ལ་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་ཆ་གང་དག་ཡོད་པ་བསམ་གཞིག་བྱོས།

བཞི་པ། གཏམ་གསལ་ཚིག་དུམ་རྣམས། སུ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཏོག་གི་རེའུ་མིག་ནང་བྲིས།

ཟླ་དཀར་གྱི་བསམ་ཚུལ་དེ་ནོར་བ་རེད། སྐད་ཆ་ཤོད་པ། ཀུ་རེ་རྩེ། ཕྲོག་བརྙན་ལྟ་བ། དྲི་བ་ཡང་ཡང་གནང་། ཁྲིམ་ལ་འཁྲམ་པ། ས་གཞི་ཆེན་པོར་འཁྱོས། ཉི་འོད་མ་ཕོག་པ་རེད། སློ་རྩེ་གཅིག་སྒྲིམ། སློབ་ཁྲིད་ལ་ཞུན་ནས་སློབ་སྦྱོང་ལ་སྤྱངས་བརྩོན་ལྷོད་མེད་བྱས། བསླབ་བྱ་ཡང་ཡང་གནང་། སློབ་ཁྲིད་ཁ་གསལ་གནང་།

དགེ་རྒན།	ཟླ་དཀར།

ལྔ་པ། རི་མོར་བལྟས་ནས་སྒྲུང་ཐུང་ཞིག་བྲིས།



༡༤. མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་།

ཤིང་གིས་བཟོས་པའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་སྦྱུས་ལེགས་དེ་ངས་མཐོང་རིམ་བཞིན་ཕུན་ཚོགས་མིག་ལམ་དུ་འཆར་གྱི་འདུག ། འཛིན་རིམ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་ཕུན་ཚོགས་ངེད་གཉིས་འཛིན་གྲྭ་གཅིག་ཡིན་ལ་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱང་ཡིན། འཛིན་གྲྭ་ལྔ་པར་མ་སླེབས་བར་དུ་ངེད་གཉིས་རྒྱུན་དུ་སློབ་གྲྭར་མཉམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ནང་ལ་མཉམ་དུ་ལོག་པ། ནང་སྦྱོང་མཉམ་དུ་བྱེད་པ་བཅས་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པའི་གྲོགས་པོ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན།

ཉིན་ཞིག སེམས་པ་མི་སྐྱིད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་བྱུང་བ་སྟེ། གུང་གསེང་སྐབས་རང་རང་སོ་སོས་བཟོས་པའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་དེ་དག་བཏོན་ཏེ་རྩེད་མོ་རྩེས་པ་ཡིན། ངས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་སྤུས་དག་དེར་ཞིབ་མོར་ལྟ་སྐབས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པས་ས་ལ་ཟགས་ཏེ་ཆག་སོང་། ཁོས་དེ་མཐོང་ནས་ངུ་བཞིན་"སྐྱིན་ཚབ་སྤྲུབས་ཤོག"ཅེས་ཤོད་ཀྱི་འདུག "ངས་ཆེད་མངགས་བཅག་པ་མིན"ཞེས་བབས་གསེད་བྱས་ཀྱང་། ཁོ་ཁྲོས་ནས"ཁྱོད་ཀྱིས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པ་ཅི་ཡིན་ནམ། སྐྱིན་ཚབ་མ་སྤྲད་ན་མི་འགྲིག"ཅེས་ཤོད་བཞིན་ནུས་ཤུགས་ཅི་ཡོད་བཏོན་ནས་ང་ལ་འབུད་རྒྱག་བཏང་བྱུང་བས། མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་ལ་རྡོག་བརྫིས་ཐེབས་ཏེ་ཧྲུག་ཆག་ཏུ་སོང་བར་བརྟེན། ཁོ་དེ་བས་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་ཏེ་ཤུགས་ཅི་ཡོད་བཏོན་ནས་ངའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་ས་ལ་བརྡབས་པ་དང་། རྡོག་བརྫིས་བཏང་བ་བཅས་ཧྲུག་ཆག་ཏུ་བཏང་སྟེ། དཔེ་ཁུག་འཁྱེར་ནས་ཕྱི་བལྟས་ཙམ་ཡང་མི་སློག་པར་ཕྱིན་སོང་། ཧྲུག་ཆག་ཏུ་བཏང་བའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་དེ་མཐོང་ནས་ང་ཡང་ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས་སོང་། དེར་བརྟེན། ངེད་གཉིས་ཀྱི་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་གནས་སྐབས་རིང་ཆད་སོང་།

དེ་ནས་ཟླ་ཤས་རྗེས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག སློབ་གྲྭ་གྲོལ་ནས་ནང་དུ་ལོག་པའི་ལམ་བར་དུ་ཕུན་ཚོགས་ངའི་རྒྱབ་ཏུ་ཡོད་གི་འདུག ངས་ཕྲོག་ཏུ་ཕྱིར་བལྟས་པས་ཁོ་བའི་ལག་པ་གཡས་པ་གོས་ཐུང་ཁུག་མའི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་འབུར་དུ་ཐོན་འདུག་པ་དེ་ངས་གང་ཡིན་ནམ་བསམས་བྱུང་། ངའི་རྗེས་ཟིན་གྲབས་ཡོད་དུས་ཁོས་ཁུག་མའི་ནང་ནས་སྤུས་ཀ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པའི་ཤིང་གི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་གསར་པ་ཞིག་བཏོན་བྱུང་བས། ང་རེ་ཞིག་ཡ་མཚན་སྐྱེས་ནས་ཁོ་བར་བལྟས་ཏེ་བསྡད་པ་ཡིན། ཁོ་བའི་གདོང་པ་ཡང་དམར་པོར་གྱུར་ཅིང་འགྱོད་སེམས་ཆེན་པོས"ཁ་སྔོན་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་ལ་རྡོག་བརྫིས་བཏང་བ་དེ་ངའི་ནོར་འཁྲུལ་རེད། དགོངས་པ་མ་ཚོམས། སང་ཉིན་ང་ཚོའི་ཁྱིམ་ཚང་ས་གནས་གཞན་ལ་སྤོ་རྒྱུ་ཡིན་པས། མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་འདི་ཁྱོད་ལ་དྲན་རྟེན་དུ་བཟོས་པ་ཡིན"ཞེས་ཤོད་བཞིན་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་དེ་ངའི་ལག་ཏུ་སྤྲད་བྱུང་། ཁ་སྔོན་ངའི་བྱེད་སྟངས་མ་འགྲིག་པ་ཡིན་སྟབས། ངའི་སེམས་ལ་འགྱོད་པ་ཚད་མེད་སྐྱེས་ནས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ལག་གཉིས་དམ་པོར་འཛུས་ནས་གདོང་ལ་ལྟ་ཙམ་ལས་སྐད་ཆ་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་མ་བྱུང་།

ཕུན་ཚོགས་ཕ་མ་དང་མཉམ་དུ་ས་ཕྱོགས་གཞན་དུ་སོང་བ་ནས་བཟུང་ངེད་གཉིས་ཐུག་འཕྲད་མ་བྱུང་། དྲན་རྟེན་དུ་སྤྲད་པའི་མོ་ཊ་ཆུང་ཆུང་དེ་མཐོང་རིམ་བཞིན་ཕུན་ཚོགས་ང་ཡི་མདུན་དུ

ལངས་བསྡད་ཡོད་པ་ལྷ་བུའི་འཆར་སྣང་ཡོང་གིན་འདུག

གཏམ་དཔེ། (སློབ་ཚན་མཇུག་གི་གཏམ་དཔེ་དང་། དམངས་གཞས་ཀྱི་རིགས་འགྲེལ་བཤད་ངེས་པར་བསྐྱོན་དགོས།)

དགྲ་འཁྲུག་པ་ལྷ་ཡི་ཡུལ་ལའང་ཡོད། །
གཉེན་འགྲིག་པ་སྲིན་པོའི་ཡུལ་ལའང་ཡོད། །

བཟང་ལ་བཟང་ལན་འཇལ་བ་དང་།
ངན་ལ་ངན་ལན་མི་འཇལ་གཉིས།
ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ལུགས་སྲོལ་ཡིན།

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། བརྗོད་པ་རིང་དུ་བཏང་ནས་བྲིས།

དཔེར་ན། རྒྱ་གར་གྱི་མི་འཁོར་གསར་པ་དེའི་སྤུས་ཀ་མི་འཁོར་རྙིང་པ་ལས་བཟང་བ་ཡོད། ལྟ་བུའོ །

སྤུས་ཀ་བཟང་། གནས་སྐབས་སྐྱོ། ཐུག་ཆག་ཏུ་གྱུར། འགྱོད་སེམས་སྐྱེས། དྲན་རྟེན་དུ་ཉར། འཆར་སྣང་སྐྱེན་པོ། མཛའ་བཤེས་བཟང་པོ། འབུད་རྒྱག་བཏང་། ཐུག་འཕྲད་བྱུང་།

གཉིས་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

ཀ) མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་སྤུས་ལེགས་དེ་ཁོས་མཐོང་རིམ་བཞིན་མིག་ལམ་དུ་འཆར་བ་དེ་སུ་ཡིན།

ཁ) ཕུན་ཚོགས་དང་ཁོ་གཉིས་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆད་དོན་ཅི།

ག) མཛའ་བཤེས་འབྲེལ་བ་དེ་སླར་གསོ་བྱུང་ནའང་གནས་སྟངས་ག་འདྲ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་བྱུང་ངམ།

ང) རྩོམ་ཐུང་འདི་ཕྱོགས་བརྗོད་རྩོམ་ཡིག་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཅི།

གསུམ་པ། སྐད་ཆ་དང་བྱ་བ་རྣམས་སུ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་བཞིན་འོག་གི་རེའུ་མིག་ནང་འགོད་དགོས།

(རེའུ་མིག་ནང་ཨང་ཀི་གཅིག་པོ་བསྐང་ན་འགྲིག)

༡) མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་སྤུས་དག་དེར་ཞིབ་མོར་ལྟ་སྐབས་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་པས་ས་ལ་ཟགས་ཏེ་ཆག

༢) ད་བཞིན"སྐྱིན་ཚབ་སྤྲུབས་ཤོག"ཅེས་བཤད།

༣) "ངས་ཆེད་མངགས་བཅག་པ་མིན"ཞེས་བབས་གསེད་བྱས།

༤) "སྐྱིན་ཚབ་མ་སྤྲད་ན་མི་འགྲིག"ཅེས་ཤོད་བཞིན་ནུས་ཤུགས་ཅི་ཡོད་བཏོན་ནས་ང་ལ་འབུད་རྒྱག་བཏང་།

༥) ཤུགས་གང་ཡོད་ཀྱིས་ངའི་མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་ས་ལ་བརྡབས་པ་དང་། རྡོག་བརྡེགས་བཏང་བ་བཅས་ཐུག་ཆག་ཏུ་བཏང་།

༦) ཐུག་ཆག་ཏུ་བཏང་བའི་མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་དེ་མཐོང་ནས་ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས།

༧) ངས་ལྐོག་ཏུ་ཕྱིར་བལྟས་པས་ཁོ་བའི་ལག་པ་གཡས་པ་གོས་ཐུང་ཕྲུག་མའི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་འབུར་དུ་ཐོན་འདུག་པ་དེ་ངས་གང་ཡིན་ནམ་བསམས་བྱུང་།

༨) ཕྲུག་མའི་ནང་ནས་སྤུས་ཀ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པའི་ཤིང་གི་མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་གསར་པ་ཞིག་བཏོན།

༩) ཁ་སྟོན་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་ལ་རྡོག་བརྡེགས་བཏང་བ་དེ་ངའི་ནོར་འཁྲུལ་རེད།

༡༠) སང་ཉིན་ང་ཚོའི་ཁྱིམ་ཚང་ས་གནས་གཞན་ལ་སྤོ་རྒྱུ་ཡིན་པས། མོ་ཊ་འདི་ཁྱོད་ལ་དྲན་རྟེན་དུ་བཟོས་པ་

ཡིན་ཞེས་ཤོད་བཞིན་མོ་ཊ་ཚུང་ཚུང་དེ་ངའི་ལག་ཏུ་སྤྲད་བྱུང་།

༡༡) འགྲོད་པ་ཚད་མེད་སྐྱེས་ནས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ལག་གཉིས་དམ་པོར་འཇུས་ནས་གདོང་ལ་ལྟ་ཙམ་ལས་སྐད་ཆ་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་མ་བྱུང་།

<table>
<tr><th colspan="3">ཕུན་ཚོགས།</th><th colspan="3">གྲོགས་པོ།</th></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td colspan="2"></td><td></td></tr>
</table>

བཞི་པ། གོང་གི་རྩོམ་ཡིག་ལ་དཔེ་བལྟས་ཏེ་གཏམ་གྱི་བརྗོད་གཞི་གང་རུང་ཞིག་ལ་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས།

- ཕུན་ཚོགས་དང་ཡོའི་གྲོགས་པོ་གཉིས་ཀྱིས་སློབ་གྲྭར་དཔེ་བཟང་བསྟན་པ།
- ཕུན་ཚོགས་དང་ཡོའི་གྲོགས་པོ་གཉིས་ཀྱིས་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་བྱས་པ།
- ཕུན་ཚོགས་དང་ཡོའི་གྲོགས་པོ་གཉིས་འདི་ལོའི་ཡིག་རྒྱུགས་རྩེ་ཕུད་བྱུང་བ།
- ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་རྒྱུགས་གྲོགས་པོས་གཏོང་རོགས་བྱས་པ།
- ཕུན་ཚོགས་དང་ཡོའི་གྲོགས་པོ་གཉིས་འཛིན་གྲྭར་གཡོལ་བ།

གཏམ་དཔེ་སོགས།

ལ་མགོ་མཐོན་པོའི་དར་ལྕོག །གཡུག་གཡུག་ཉིད་ཀྱིས་ཟད་སོང་། །
བྱིས་པ་མི་གཡོག་རྒྱུག་མཁན། །རྒྱུག་རྒྱུག་ཉིད་ཀྱིས་ཟད་སོང་། །

མི་ལུས་ལེན་ཁར་ཁྲི་ལུས། །
དམྱལ་བ་སྨྱུག་ཁར་དཔོན་ལུས། །

རྣམ་རྟོག་མང་ན་ལྷ་འདྲེ་འཁོར། །
སེར་སྣ་ཆེ་ན་ཡི་དྭགས་འཁོར། །

ཐ་མག་ཨ་རག་བུ་མོ་གསུམ། །
ཡོད་ན་འདོད་པ་སུ་ཆེ་རེད། །
མེད་ན་སུ་གེས་ཤི་རབས་མེད། །

ཁ་ལ་བྲེ་གང་མེད་པར། །
ངོ་ལ་ཁལ་གང་བྲུག །

ར་ཆེ་ཟད་འཕར་བའི་སྒོ་ཁར་འགྲོར། །
མི་ཆེ་ཟད་སྲིན་པོའི་སྒོ་ཁར་འགྲོར། །

ག)

སྨན་དཔག་ཟིན་འགྲོའི་
སྔོང་བརྡར།

ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ།

བོད་ཡུལ་ནི་གླུ་གར་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བསྔགས་པའི་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཉམས་འགྱུར་དང་སྒྱུ་རྩལ་ཁྱད་ཆོས་ཀྱིས་ཕྱུག་པའི་གླུ་གཞས་དང་ཞབས་བྲོའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད། མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་དེའི་རིག་གནས་འཚོ་བ་འཕེལ་རྒྱས་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བསམས་ན་གླུ་གར་ནི་དར་སྤྱི་ཤོས་དང་། རིག་རྩལ་འཚོ་བའི་རྨང་གཞིར་གྱུར་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེས་ན་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་གླུ་གཞས་ལ་ཡང་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་གོང་རོལ་དུ་བྱུང་བའི་ད་ལྟ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མུས་ཀྱི་བོད་ཡིག་འདི་ཉིད་དར་བ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་སྙན་རྩོམ་ཚིགས་བཅད་ཇི་སྙེད་པ་དང་། དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་གཞས་ཚིག་མང་ཙུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་དང་། རྣམ་ཐར། ཟིན་བྲིང་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ལས་མཐོང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་དག་ཕལ་ཆེ་བ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོད། དེར་བརྟེན་འདིར་ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་དང་། གླུ་གཞས། ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་མགུར་གླུ། སྙན་ངག ཆང་གཞས། འབྲོག་གླུ། གཏམ་དཔེ། ལེའུ་བཅས་སྙན་འཛེབས་ལྡན་ལ་སྒྱུ་རྩལ་གྱིས་ཕྱུག་པ། གོ་བདེ་ལ་དོན་ཟབ་པ་མར་རྩམ་གྱི་དྲི་མ་མ་ཡལ་བའི་སྙན་ངག་རྩོམ་དཔེ་ཁག་ཅིག་གོ་སྒྲིག་བྱས་ཡོད། སྤྱིར་ཚིགས་བཅད་ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་ལ་ཚིག་རྐང་བཞི་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཚིགས་བཅད་ཡིན་ན་ཚིགས་རྐང་བཞི་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན།

༡༨. ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་དང་པོ།

༈ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ཚིག་བར་སྒྲིག་སྟངས།

ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ནི་ཚིག་རྐང་རེ་རེའི་ཚེག་བར་མང་ཉུང་དང་། ཆ་ཡའི་གཙོད་མཚམས་མཉམ་པར་བྱེད་དགོས་པ་ནི་གཞི་རྩའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ཡིན། སྔར་གྱི་མགུར་དབྱངས་སོགས་སུ་ཚིག་འགྲོས་ངག་གི་གདངས་འགྲོས་ལ་གཞོལ་བ་རེ་ཟུང་དེ་མི་མཉམ་པ་ཡོད་ཀྱང་། སྙིའི་ཆ་ནས་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ནི་ཚིག་རྐང་རིང་ཐུང་དང་ཚེག་བར་མང་ཉུང་། ངལ་གསོའི་གཙོད་མཚམས་སམ་ཆ་ཡའི་གཙོད་མཚམས་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཁེལ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད། ཚིག་རྐང་རེ་རེ་ལའང་ཆ་ཡའི་སྡེབ་སྟངས་འདྲ་མིན་ཡོད། ཡ་གྲངས་གཉིས་མཉམ་དུ་ཁེལ་བ་ནི་མེད་པ་མིན་ཡང་། འཛུམ་མདངས་ནི་ཡུག །གསུང་སྐད་ཀྱང་སྙན། །ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱང་བོད་སྐད་རྒྱལ་མར་བྱུང་ཆ་ཆེས་ཆེར་མེད་ན་ཙུང་དབྱེ་དཀའ་ཙམ་ཡོད་པས་རེ་ཞིག་བཞག

དེ་ལྟ་ན་ཚིག་རྐང་རེ་རེར་ཚེག་བར་སྒྲིག་སྟངས་ཀྱི་མང་ཉུང་ཡང་གཅིག་ནས་ཉེར་བདུན་བར་ཙུང་གྲགས་ཆེ་ཡང་། དེ་བས་མང་བར་བསྒྲིགས་པའི་སྲོལ་ཡང་སྔ་རབས་པའི་བསྟན་བཅོས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་འདི་དཔེར་མཚོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཚེག་བར་གསུམ་ནས་དྲུག་བར་བཞག་ཡོད།

༡) ཚེག་བར་གསུམ་པ།

དགྲ་ལ་ལན། །གཉེན་ལ་ཆང་། ། ⇨

ཀ།	ཡ།

༢) ཚིག་བར་བཞི་མ།

ནམ་མཁའ་གཡའ་དག །ས་གཞི་རྡུལ་དག ། ⇨ ཚ། ཚ།

ཁྲོད་དཔེ་སློག་སྒྲོ། །ང་འཁྲམ་ཅུལ་དགའ། ། ⇨ ཡ། ཚ། ཡ།
གྲོགས་ཅུ་གཉིས་ཀྱི། །ལམ་སོ་སོ་རེད། །

༣) ཚིག་བར་ལྔ་པ།

ཕ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་བཞུག །གཞན་ཡུལ་རྡོག་པས་མནན། ། ⇨ ཚ། ཚ། ཡ།
སྐྱིད་སྡུག་འདྲ་མིན་མྱངས། །ཕ་མ་དྲན་པས་མནར། །

བོད་སྐད་ཡིག་དག་མ། །གསེར་སེར་པོའི་ཡན་ཡིན། ། ⇨ ཡ། ཚ། ཚ།
བོད་བཙན་པོའི་རུས་པ། །དུང་དཀར་པོའི་ལྷག་ཡིན། །

ཉིན་ཐོ་ཡི་གསེང་ལ། །མིང་ཡིག་དེ་བཅུག་པས། ། ⇨ ཚ། ཡ། ཚ།
ཕྱིར་དྲན་གྱི་རྫི་ལམ། །མཚན་གཞུང་ལ་ཐེབས་སོང་། །

༤) ཚིག་བར་དྲུག་པ།

དབུ་ཞྭ་དབུ་ལ་བཞེས་སོང་། །དབུ་ལྕང་རྒྱབ་ལ་དབྱུགས་སོང་། ། ⇨ ཚ། ཚ། ཚ།
ག་ལེར་ཕེབས་དང་བྱས་པས། །ག་ལེར་བཞུགས་ཤིག་གསུངས་བྱུང་། །
ཐུགས་སེམས་སྐྱོ་ཡོང་བྱས་པས། །མགྱོགས་པོ་འཕྲད་ཡོང་གསུངས་བྱུང་། །

དཀྱུང་བྱ་རྒྱལ་རྒོད་པོའི་རྩལ། །སྤྲིན་དཀར་པོའི་བར་རིམ་བསྣད། ། ⇨ ཡ། ཚ། ཚ། ཡ།
རྒྱང་རིང་བའི་དྲིན་ཆེན་མར། །སེམས་དམར་པོའི་འཕྲིན་ཞིག་བསྐུར། །

མེ་ཏོག་གི་མགོ་ལྕོག་ལྡེམ། །གཡུ་སྔོན་གི་བླ་དབྱངས་ལེན། ། ⇨ ཚ། ཡ། ཚ། ཡ།
ཆར་བ་ནི་ཟམ་ཟིམ་ཁྲིད། །འཇའ་འོད་ཀྱི་གུར་ཁང་ཕུབ། །

ཤར་མཚམས་སྤྲིན་གྱི་འོག་ན། །གདོང་དམར་བ་ཡི་སློབ་ཕྲུག ། ⇨ ཡ། ཚ། ཡ། ཚ།

ངག་སྐྱོར་སྦྱོང་གི་ཞུར་སྒྲུས། །བརྟོན་ཏྲ་བོ་ཡི་བང་འགྲན། །

༄ ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ཚིག་རྐང་སྒྲིག་སྟངས།

སྤྱིར་ན་ཚིགས་བཅད་ཕལ་ཆེ་བ་ཚིག་རྐང་བཞིས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ང་ཚོའི་ལག་ལེན་ཁྲོད་དུའང་ཚིག་རྐང་བཞིས་གྲུབ་པར་ཤོ་ལོ་ཀ་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲི་སྲོལ་དར་བས། ཚིག་རྐང་བཞི་མ་ཚང་ན་སྐྱོན་ངག་མིན་པའི་འདོད་ཚུལ་ཡང་འབྱུང་སྲིད།

ད་ཆར་ལག་ལེན་ནང་ཚིག་རྐང་གཉིས་ནས་ཚིག་རྐང་དྲུག་བར་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན།

བརྗོད་བདེ་ཞིང་དོན་འདུས་པ། ཚིག་སྙན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ནི་ཚིག་རྐང་གཉིས་ནས་འགོ་འཛུགས་ཆོག་པར་མ་ཟད། དེ་ལྟར་ཚིག་རྐང་གཉིས་པོ་ནས་དོན་རྫོགས་པར་སྟོན་པ་དང་། ཚིག་རྐང་གཉིས་ཅན་དུ་མས་སྙན་ངག་ཅིག་ཏུ་གྲུབ་པ་བཅས་ཡོད། དེ་བཞིན་ཚིག་རྐང་གསུམ་ཅན་སོགས་རིགས་སྒྲེས།

དང་ཐོག་ཚིག་བར་ཞུང་ཞུང་དང་། ཚིག་རྐང་ཞུང་ཞུང་། བརྗོད་དོན་ཡང་ཟབ་པོ་མིན་པ་ལས་སྦྱངས་པ་བྱས་ཏེ། རིམ་གྱིས་ཚིག་བར་དང་། ཚིག་རྐང་མང་དུ་བཏང་ཞིང་། བརྗོད་དོན་ཡང་ཅུང་ཟབ་ཏུ་བཏང་ནས་སྦྱངས་ན་སྙན་ངག་གི་རྨང་གཞིའི་སྦྱོང་བརྡར་གྱི་གོ་རིམ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པ་མ་ཟད། བདེ་བླག་ངང་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་འབྲི་རྒྱུར་བྱང་ཆུབ་པར་འགྱུར་ངེས།

སྐབས་འདིར་གཙོ་བོ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ཕྱིའི་རྣམ་པ་ངོས་འཛིན་དང་སྒྲིག་སྟངས་ཙམ་གྱིས་འཕྲུས།

གཅིག ཀྲང་པ་གཉིས་ཅན།

༡) ཚིགས་བཅད་རྐང་པ་གཉིས་ཅན་གཅིག་གིས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

ར་ཤ་ཟ་དུས་ངོ་དཀར། །
ར་རིན་སྟེར་དུས་ངོ་ནག །

༢) ཚིགས་བཅད་རྐང་པ་གཉིས་ཅན་དུ་མས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

ངའི་མགོ་ན་ཞྭ་ཞྭ་དམར་པོ་ཡོད། །
ཕའི་གྲ་ཁ་གསེད་མི་ཅི་ལྟར་ཡོད། །

ངའི་སྙེ་ན་དར་དཀར་མདུད་པ་ཡོད། །
དར་མདུད་པ་བཀྲོལ་མི་ཅེ་ལྷར་བྱེད། །

ངའི་ཡིད་ན་ཚིག་ཆེན་དམ་པ་ཡོད། །
ཚིག་ལན་པ་རྒྱག་མི་ཅེ་ལྷར་ཡོད། །

གཉིས། ཀང་པ་གསུམ་ཅན།

༡) ཚིགས་བཅད་ཀང་པ་གསུམ་ཅན་གཅིག་གིས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

ལུས་འདར་བ་སྣང་ཁའི་དར་ལྕོག །
ངག་འདར་བ་ཞིང་ལོ་རླུང་འཁྱེར། །
ཡིད་འདར་བ་ཆུ་ནང་ཟླ་གཟུགས། །

༢) ཚིགས་བཅད་ཀང་པ་གསུམ་ཅན་དུ་མས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

ཕུ་ཡ་གིའི་གངས་རི་ཨ་གསར་ཅན། །
ནམ་མ་ལངས་གོང་ནས་ཉི་མ་ཤར། །
ནམ་ལངས་དུས་མགོ་ལ་སྤྲིན་ཞྭ་གོན། །

མདའ་མ་གིའི་སྤང་གཤོང་ཨ་གསར་ཅན། །
དབྱར་མ་ཤར་གོང་ནས་སྔོ་ལྡང་རྒྱས། །
དབྱར་ཤར་དུས་སྔོ་ལྡང་འདམ་གྱིས་མནན། །

བར་གྲལ་གྱི་གླུ་བ་ཨ་གསར་ཅན། །
ཤགས་མ་བླངས་གོང་ལ་སྨིད་པ་བཤད། །
ཤགས་ལེན་དུས་ཁ་ཤ་སྨུག་སྨུག་བྱེད། །

གསུམ། ཀང་པ་ལྔ་ཅན།

༡) ཚིགས་བཅད་ཀང་པ་ལྔ་ཅན་གཅིག་གིས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

དོན་གྱི་ཐན་པོ་ཚིག་གི་འཁར་བ་ལ། །

བརྟེན་ཕྱིར་གཞུང་ཚིག་བློ་འཛིན་མི་བྱེད་པར། །
དཔེ་ཀློག་ཙམ་དང་ངག་སྦྱོང་ཐན་ཐུན་གྱིས། །
ཉིན་རེ་འགྲོ་ཐབས་དེས་ཀྱང་མི་ཕན་པས། །
དཔེ་འཛིན་སྦྱོར་སྦྱངས་ཡུན་དུ་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

༣) ཚིགས་བཅད་ཀང་པ་ལྔ་ཅན་དུ་མས་བརྗོད་དོན་ཆ་ཚང་སྟོན་པ།

བྱ་ཁ་ལ་ཡུག་གིས་ཉོན་དང་། །
དགུང་ནམ་འཕང་དེ་འདྲ་མ་སྟོད། །
དགུང་ནམ་འཕང་སྟོད་གྲངས་མང་ན། །
རླུང་སྤུ་གྲིའི་ཁ་རྩ་དུག་རེད། །
སྒྲོ་རྩ་གཏོར་གཏོང་རྒྱུ་མི་འགོར། །

རོགས་འདང་ཅན་རྟེ་རོགས་ཉོན་དང་། །
ལབ་ལ་གཞས་དེ་འདྲ་མ་ལེན། །
ལབ་ལ་གཞས་ལེན་གྲངས་མང་ན། །
ངའི་གངས་དཀར་སེམས་པ་སྐྲུང་རེད། །
ལབ་ཡོན་པ་འདེབས་རྒྱུ་མི་འགོར། །

གཏམ་དཔེ།
གཏམ་དཔེ་མེད་མི་ཡིས་མི་གོ །
ཟས་ཚྭ་མེད་མི་ཡིས་མི་ཟ། །

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། ངལ་གསོའི་གཙོད་མཚམས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

བཟང་པོའི་ཞོར་ལ་ཇ་ཆང་། །

ངན་པའི་ཞོར་ལ་རྒྱུག་རྡུང་། །

ར་ཤ་ཟ་དུས་ངོ་དཀར། །

ར་རིན་སྤྲེར་དུས་ངོ་ནག །

གཉིས་པ། ཚིགས་བཅད་དག་ལ་དོན་འགྲེལ་ཞིག་བྲིས།

ལུས་འདྲར་བ་སྣང་ཁའི་དར་ལྕོག །

ངག་འདྲར་བ་ཤིང་ལོ་རླུང་འཕྱེར། །

ཡིད་འདྲར་བ་ཆུ་ནང་ཟླ་གཟུགས། །

གསེར་དང་ར་གན་བརྗེ་མི་སྙོན་པ་རེད། །

གཡུ་དང་དོ་ལོ་ནོར་ན་ལྐུགས་པ་རེད། །

གསུམ་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

༡. ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་གི་གཞི་རྩའི་ཆ་རྐྱེན་གང་དག་ཡིན་ནམ།

༢. སྙན་ངག་གི་ཐོག་མའི་སྨྲ་གོན་གང་ཡིན་ནམ།

བཞི་པ། ཚིག་བར་ལྷུ་པ་དང་། རྡུག་པ་གཉིས་སོ་སོར་ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་བྲིས།

ལྔ་པ། ཚིགས་བཅད་ཀྱི་མཇུག་རྣང་ཚིག་གིས་བྲིས།

༡. བོད་ཁ་བ་ཅན་ལ། ……………… ……………… ………………

༢. ཤེས་བྱ་ཡི་ལྡིང་ཁང་དུ། ……………… ……………… ………………

༡༠. ཚིགས་བཅད་རྩོམ་དཔེ་གཉིས་པ།

༄ ཉེར་རབས་གཞས།

བླ་མ་ལགས། སྐྱབས་སུ་མཆི།

གངས་དཀར་ཏི་སེ་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་རེད། །
མ་ཕམ་གཡུ་མཚོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་སྐྱེད་རེད། །
ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རེད། །
ཉི་མ་ཟླ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱན་ཟུང་རེད། །

བླ་མ་ལགས། སྐྱབས་སུ་མཆི། ཐུགས་རྗེས་གཟིགས།

ཧི་མ་ལ་ཡ་ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་བྱང་རེད། །
གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་གཉན་རེད། །
ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ཁྱེད་ཀྱི་སྙིང་ནོར་རེད། །
འགྲོ་དྲུག་སེམས་ཅན་ཁྱེད་ཀྱི་གཅེས་སྲོག་རེད། །

བླ་མ་ལགས། ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། རྗེས་སུ་ཟུངས།

ཤཱཀྱ་ཐུ་ནེ་ཁྱེད་ཀྱི་བླ་མ་རེད། །
འཆི་མེད་ཞི་བདེ་ཁྱེད་ཀྱི་རྟུལ་ཐིགས་རེད། །
གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ལྷ་གཅིག་ཁྱེད་ཉིད་རེད། །

འཛམ་གླིང་འདི་ན་ཁྱེད་ཉིད་རྒྱན་གཅིག་རེད། །

བླ་མ་ལགས། བཀའ་དྲིན་ཆེ། སྐུ་ཆེ་བརྟན།

༄ གླུ་གཞས།

ཤར་ཕྱོགས་སྤྲིན་པ་དཀར་པོ། །
འཛམ་པོའི་བལ་ལ་གྱུར་ན། །
རང་སེམས་དགའ་བའི་མི་ལ། །
གོས་སྣ་རེ་རེ་ཕུལ་ཆོག །

ཕ་རྒྱུད་ཅན་དན་སྔོང་པོ། །
མ་རྒྱུད་ལྷ་ཤིང་ཤུག་པ། །
སྤུན་མཆེད་ལོ་གསུམ་ཁམ་བུ། །
ང་རང་པད་མའི་མེ་ཏོག །

ཚུང་གྲོགས་ང་གཉིས་ལས་དེ། །
རྫ་མའི་རོང་གི་ཚུ་རེད། །
ཤང་ཤང་རྣ་བས་ཐོས་ཀྱང་། །
མཛལ་འཕྲད་གསེར་ལས་དཀོན་པ། །

གསེར་བྱ་དངང་པ་བཞིན་དུ། །
བརྩེ་དུང་ཁྱེད་ལ་ཡོད་ན། །
ཟ་རྒྱུ་འདམ་ལས་མེད་ཀྱང་། །
མཉམ་ཟ་མཉམ་འཐུང་ཞུས་ཆོག །

རི་མགོ་མཐོ་ལ་མ་བལྟས། །
རི་དཔྱིད་ཡག་ལ་བལྟས་ཡོད། །

ཆུང་འདྲིས་ཞལ་ལ་མ་བལྟས། །
གཤིས་རྒྱུད་འཛམ་ལ་བལྟས་ཡོད། །

མ་ཤི་དམྱལ་བའི་ལོ་རྒྱུས། །
ཁྲོད་ལ་ཤོད་རྒྱུ་ཡོད་ན། །
ཨ་ཞང་གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ། །
དགུང་ལོ་ག་ཚོད་རེད་དམ། །

སེམས་པ་སྤུ་སྐྱོ་ད་སྐྱོ། །
ད་ལོའི་ལོ་ལས་སྐྱོ་བ། །
ང་རང་སྐྱོ་བས་མ་ཚད། །
ནམ་མཁའི་བྱ་ཡང་སྐྱོ་སོང་། །

༄ འབྲོག་གླུ།

ང་ཚེ་སྡོད་བསམ་པ་རྣམ་གསུམ་ཡོད། །
གོས་ཚ་རྡུའི་འདབ་མ་ཆེ་ན་བསམ། །
རྟ་འདོད་བའི་གོམ་འགྲོས་བཟང་ན་བསམ། །
སྨན་བུ་མོའི་ཤ་རྩ་དཀར་ན་བསམ། །
དེ་ཚེ་སྡོད་བསམ་པ་རྣམ་གསུམ་རེད། །

ང་ཚེ་སྐྱིད་བསམ་པ་རྣམ་གསུམ་ཡོད། །
སྤྲ་མཐིང་སྨུག་ཁ་ཞེང་ཆེ་ན་བསམ། །
ཇ་འབྲུ་མར་རྟིག་པ་མཐོ་ན་བསམ། །
འབྲི་ཐུལ་མའི་རྡང་ཐག་རིང་ན་བསམ། །
དེ་ཚེ་སྐྱིད་བསམ་པ་རྣམ་གསུམ་རེད། །

ངའི་མགོ་བོ་ནག་ཆུང་རྫོག་ལ་དགའ། །
རྫོག་གྲོན་གིན་གྲོན་གིན་གྲོད་ལ་དགའ། །

ངའི་དུང་སོ་སུམ་ཅུ་ཤ་ལ་དགའ། །
ཤ་ཟ་གིན་ཟ་གིན་ཧྲང་ལ་དགའ། །

ངའི་མིད་ཐག་ཁྲ་མོ་གླུ་ལ་དགའ། །
གླུ་ལེན་གིན་ལེན་གིན་ཤགས་ལ་དགའ། །

༄ ཆང་གཞས།

ཆང་ཞིག་བཏུང་ནས་ཡོང་ཡོད། །
ར་ཞིག་བཟི་ནས་ཡོང་ཡོད། །
ར་བཟི་སྐྱུར་འགོང་མེད་པའི། །
དམ་བཅའ་བཞག་ནས་ཡོང་ཡོད། །

ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱད་ནང་ལ། །
ཕྱོགས་བཞིའི་མགྲོན་པོ་འཛོམས་སོང་། །
ཞིམ་པོའི་མཆོད་ཆང་མཆོད་སོང་། །
སྙན་པོའི་གླུ་གཞས་བཏང་སོང་། །

གཏམ་དཔེ།

ཚེ་འདི་ལས་ཕྱི་མ་ཕུ་ཐག་རིང་།

དགོན་འདི་ལས་ཆོས་རྒྱལ་འཇིགས་སྣྲག་ཆེ།

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། མིང་ཚིག་རྣམས་བེད་སྤྱད་དེ་ཚིགས་བཅད་གཉིས་བྲིས།

ཐུགས་སྐྱིད། འཕྲིན་ལས། བཀའ་གཉན། རྟུལ་ཕྱིགས། ཕ་རྒྱུད། མ་རྒྱུད། སྤྱན་མཆེད། ཡོ་གསུམ་ཁམ་བུ། རྫ་མའི་རོང་། ཚ་ཏུ། གོམ་འགྲོས། འཕྲི་ཐུལ་མ། རྫོག ཤགས། སྐྱུར་འགོང་།

གཉིས་པ། ཚིགས་བཅད་འདི་གཉིས་ཚིག་ལྷུག་ལ་ཕབས།

ཤར་ཕྱོགས་སྤྲིན་པ་དཀར་པོ། །
འཛམ་པོའི་བལ་ལ་གྱུར་ན། །
རང་སེམས་དགའ་བའི་མི་ལ། །
གོས་སྣ་རེ་རེ་ཕུལ་ཆོག །

ཆུ་མོ་ཕྱིན་སོང་མ་བསམ། །
ཟམ་པ་ལུས་སོང་མ་བསམ། །
ཆུ་མོས་གཡས་སྐོར་བརྒྱབས་ནས། །
ཟམ་པའི་འོག་ལ་སླེབས་ཡོང་། །

གསུམ་པ། ཚིག་ལྷུག་འདི་ཚིགས་བཅད་དུ་བྲིས།

ཤི་ཕ་རོལ་དམྱལ་བའི་ཡུལ་གྱི་གཤིན་རྗེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྡེ་ལས་ཀྱི་བྱེད་པོ་ཀྱེ། འཇིག་རྟེན་འཁོར་བ་འདིར་ཆོས་སྲིད་གང་ལའང་དྲང་བདེན་གྱི་ཧག་ཧག་ཁྲིག་ཁྲིག་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས་དེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཧག་ཧག་ཅིག་བཟོ་རོགས།

བཞི་པ། ངལ་གསོའི་གཅོད་མཚམས་ལ་རྟགས་རྒྱབས།

༡. ངའི་མགོ་བོ་ནག་ཆུང་རྫོག་ལ་དགའ། །
རྫོག་གྱོན་གིན་གྱོན་གིན་གྱོད་ལ་དགའ། །

ངའི་དུང་སོ་སུམ་ཅུ་ཤ་ལ་དགའ། །
ཤ་ཟ་གིན་ཟ་གིན་རྐང་ལ་དགའ། །
ངའི་མིད་ཐག་ཁྲ་མོ་གླུ་ལ་དགའ། །
གླུ་ལེན་གིན་ལེན་གིན་ཤགས་ལ་དགའ། །

༢. ཚང་ཞིག་བཏུང་ནས་ཡོང་ཡོད། །
ར་ཞིག་བཟི་ནས་ཡོང་ཡོད། །
ར་བཟི་སྐྱུར་འགོང་མེད་པའི། །
དམ་བཅའ་བཞག་ནས་ཡོང་ཡོད། །

༣. ང་འདྲ་ང་ངོ་མ་ཤེས་ན། །
བཀའ་སློན་འདུན་མ་བྱང་ཁྲ་ཡིན། །
གེ་སར་རྒྱལ་རབས་བཅོ་བརྒྱད་ལ། །
འདུན་མ་སློན་རབས་བཅུ་དགུ་ཤིད། །

ལྔ་པ། གླུ་གཞས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ལས་མི་ཆུང་བ་ཞིག་རྩོམས།

☛82 ལན། སྨན་པས་ཕྱི་ཕྱི་དེར་གཞན་ནང་
རིག་དུག་HIVགི་ནད་ཚ་འདུག་ལབ་པ་རེད།
ཀློགས།

ལག་ལེན་སྡེ་ཚན།

སྡེ་ཚན་འདིར་སྐད་ཡིག་བཀོལ་སྤྱོད་དང་ལག་ལེན་ཚུལ་བཞིན་ཡོངས་སླད་རྒྱུན་སྤྱོད་ཡིག་རིགས་ཁག་ཅིག་དང་། ཉིན་ཐོ། མཚར་གཏམ་ཁག་ཅིག་བཅས་གཙོ་བོ་ལག་ལེན་གྱི་དགོས་མཁོར་གཞིགས་ཏེ་གོ་སྒྲིག་བྱས་པས་དངོས་སུ་འབྲི་ཤློག་བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས།

ཀ) རྒྱུན་སྤྱོད་ཡིག་རིགས།

སྤྱིར་རྒྱུན་སྤྱོད་ཡི་གེ་ནི་ཆེད་རྩོམ་རིགས་མ་ཡིན་པར་རྒྱུན་དུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྐོར་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། གཏུག་ཡིག བརྡ་ཁྱབ། མགྲོན་བརྡའམ་མགྲོན་ཤོག གསལ་བརྡ། ལས་དོན་བརྡ་ཡིག བོར་དངོས་འཚོལ་ཡིག ཉིན་ཐོ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བའི་ཡི་གེ སྙན་ཞུ། རེ་ཞུའི་ཡི་གེ ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ འཚམས་འདྲིའི་ཡི་གེ ལན་འདེབས་ཡི་གེ སེམས་གསོའི་ཡི་གེ བརྡ་ཐོ། གཡོར་ཡིག ཆིངས་ཡིག རྒྱབ་གཉེར་ཡི་གེ དམ་བཅའི་ཡི་གེ གསལ་བསྒྲགས། བཀྲ་ཤིས་འཕྲིན་བཟང་། གཞན་ཡང་འཛིན་ཤོག་རིགས་མི་འདྲ་བ་དང་། དཔེ་ཤློག་ཟིན་ཐོ་སོགས་ཐོ་ཡིག་མི་འདྲ་བ། ཤོག་ཆག་གི་ཁ་ཡིག་རིགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ལ་གོ །

རྒྱུན་སྤྱོད་ཡིག་རིགས་ཡིན་ན་རྒྱུན་དུ་སྤྱོད་པའི་ཁྱབ་པ་མེད་པ་ཡིན།

༄ རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པས་བླ་མ་མར་པ་ཆོས་ཀྱི་བློ་གྲོས་ལ་དགོངས་པ་ཞུས་པའི་གསུང་མགུར་ཞིག་དགོངས་ཤོག་གི་དཔེ་མཚོན་དུ་བཀོད་ཡོད།

རྗེ་མི་བསྐྱོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །
སྤྱང་ལན་ཞིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་ཞུ། །
ཡུལ་སྐྱ་ཛ་རྩ་ཡི་ཀོ་རོན་ན། །
ནོར་ལུས་པའི་དངོས་པོ་མ་མཆིས་ཏེ། །
སེམས་འཁྲིད་བར་བྱ་བ་འདི་འདྲ་བདོག །
ཁང་པ་ཀ་བཞི་གདུང་བརྒྱད་དེ། །
དུས་ད་ལྟ་འགྲོལ་ལམ་མ་འགྲོལ་བལྟ། །
དམ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་བརྩེགས་པ་དེ། །
ད་ལྟ་ཟིགས་པས་ཨེ་གདུངས་བལྟ། །
བཤོས་ཞིང་འོར་མ་གྲུ་གསུམ་དེ། །
ད་ལྟ་འཛག་སྐྱ་ཨེ་འབྱུར་བལྟ། །
མ་ཏན་ལུས་ཀྱི་སྒྲོམ་བུ་དེ། །
ད་ལྟ་སྐྱུ་ཁམས་ཨེ་བཟང་བལྟ། །
སྲིང་མོ་པེ་ཏ་མགོན་སྐྱིད་དེ། །
ད་ལྟ་འཁྱུར་རམ་མ་འཁྱུར་བལྟ། །
ལས་ཀྱིས་བསྐོས་པའི་མཛེས་སེ་དེ། །
ད་ལྟ་འདུག་གམ་མི་འདུག་བལྟ། །
ཨ་ནེ་བདུད་མོ་སྟག་འགྲན་དེ། །
ད་ལྟ་ཤི་འམ་མ་ཤི་བལྟ། །
མཆོད་གནས་དཀོན་མཆོག་ལྷ་འབུམ་དེ། །
ད་ལྟ་བཞུགས་སམ་མི་བཞུགས་བལྟ། །
ཁྲིད་པར་ལུས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མ། །
དྲན་ནས་བཟོད་གླགས་མི་གདའ་བས། །
སྤྱང་ལན་གཅིག་ཡུལ་དུ་གཏོང་བར་ཞུ། །

༄ སྔོན་རབས་ཀྱི་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་སྟངས་ཁག་གཉིས་དཔེ་མཚོན་དུ་བཀོད་ཡོད།

ནོར་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་ལས།

ཀེཙུ་རིའི་བྲག་ཕུག་དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་ལ་ཆོས་རྒྱལ་ནོར་བཟང་གིས་རང་ཉིད་ངོ་སྤྲོད་འདི་ལྟར་བྱས་ཡོད། བདག་གི་ཡུལ་ལ་བྱང་ཕྱོགས་མངའ་ལྡན་ཟེར། །ཡབ་ཀྱི་མཚན་ལ་རྒྱལ་པོ་ནོར་ཆེན་ཞུ། །ཡུམ་གྱི་མཚན་ལ་རྒྱ་གར་ལྷ་མོ་ཞུ། །བདག་གི་མིང་ལ་ནོར་བུ་བཟང་པོ་ཟེར། །བྱང་ཕྱོགས་པ་ལ་རྒྱུད་འཛིན་བདག་ལས་མེད། །

ཡང་། གཏམ་པད་མའི་ཚལ་གྱི་ཟློས་གར་ལས།

གསེར་གྱི་སྦྲང་མ་དེ་ནི་ན་ཚོད་གཞོན་པ། ལང་ཚོ་དར་བ། ཤེས་རབ་གསལ་བ། བློ་ཁོག་ཡངས་པ། གསར་འགྲོགས་མེད་པ། རྒྱུ་བ་ལྷོད་པ། གཏོང་ལ་དགའ་བ་ཡིན་ནོ། །
གཡུ་སྦྲང་ཡང་གཏོང་ཕོད་ཆེ་བ། ཕན་སེམས་ལྡན་པ། ངང་རྒྱུད་འཛམ་པ། ཆོས་ལ་དཀར་བ། གཡོ་སྒྱུ་མེད་པ། ཐུག་དོག་དང་མིག་སེར་ཆུང་བ་ཡིན་ནོ། །

༣༡. དགོངས་ཤོག་དང་ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ

༄ དགོངས་ཤོག་འབྲི་ཚུལ།

དགོངས་ཤོག་ཅེས་པ་ནི་རང་ཉིད་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ངམ་བྱ་བར་ཞུགས་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་དང་འབྲེལ་དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་རིང་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཀ་དེར་ཞུགས་མི་ཐུབ་པའི་དགོངས་འགྲོལ་ཞུ་བའི་ཡི་གེ་ལ་ཟེར།

དེ་ལ་དོན་ཚན་བཞི་ཚང་དགོས།

❶ དགོངས་པ་ཞུ་ཡུལ།
❷ ཞུ་དོན།
❸ ཞུ་མཁན།
❹ དགོངས་ཞུས་དུས་ཚོད།

དགོངས་ཤོག་ལ་དབྱེ་ན། ནད་དགོངས་དང་དོན་དགོངས་གཉིས་ཡོད།

དགོངས་ཤོག་འབྲི་སྐབས་བརྗོད་བྱ་འགོད་སྟངས་དང་། ཤོག་བུའི་ཆ་ཚད་ལ་གཞིགས་པའི་འཕེབས་འཇོག་སྟངས་བཅས་ཀྱི་འབྲི་དཔེ་གཤམ་དུ་བཀོད་ཡོད།

དང་པོ། དོན་དགོངས་འབྲི་ཚུལ།

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༦ ཟླ་༦ ཚེས་༢༢ ཉིན།

[illegible]

གཉིས་པ། ནང་དགོངས་འབྲི་རྩལ།

ནང་དགོངས།

༄༅། །ཁགུར་འོས་མ་སུ་རེ་གཏན་སློབ་གྱི་སློབ་སྤྱི་མཆོག་ལ།

གུས་པས་སྙབས་གསོལ།

ཐུན་འཛིན་རིམ་དྲུག་པ་ཀ་སྡེའི་སློབ་བུ་རྣམ་རྒྱལ་རྡོ་རྗེ་ཚམ་ནད་གྱི་རྐྱེན་པས་སྨན་ཁང་དུ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པར་འགྲོ་དགོས་ངེས་ལ་བརྟེན། ཉིན་གཅིག་རིང་ནང་དགོངས་གནང་སྐྱོང་ཡོང་བར་ཞུ།

ཞེས་གོང་མིང་པས་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༨ ཟླ་༨ ཚེས་༢༢ ཉིན།

ཕུལ།

༢ ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ་འབྲི་རྩལ།

ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ་ནི། ངོ་སྤྲོད་བྱ་གང་ཞིག་ས་གནས་གཞན་དང་ཚན་པ་གཞན་ཞིག་ཏུ་སྤྱི་སྐེར་གྱི་ལས་དོན་གང་ཅུང་གི་ཆེད་མངགས་གཏོང་བྱེད་སྐབས་མི་དེའི་གནས་བབ་དང་། ཉེས་ཡོན། སྡོད་གནས། སྐྱེ་ཡུལ་སོགས་དང་། ཡང་ན། འབྲེལ་ཡོད་དོ་བདག་གི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ར་སྤྲོད་དཔང་པོ་བྱེད་པའི་ཡིག་རིགས་ཤིག་ཡིན།

ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ་ལ་དོན་ཚན་བཞི་ཚང་དགོས།

❶ ངོ་སྤྲོད་ཞུ་ཡུལ་དང་།
❷ ངོ་སྤྲོད་བྱེད་རྒྱུ།
❸ ངོ་སྤྲོད་མཁན།
❹ ངོ་སྤྲོད་བྱེད་དུས།

དཔེར་ན།

ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ

༄༅། །མཚུངས་མེད་འབྲས་ལྗོངས་བདེ་དོན་མཆོག་གི་དྲུང་དུ།

ཆེད་ཞུ།

འདི་གའི་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་སྨན་རྩིས་མཐོ་སློབ་ཁང་གི་སློབ་དགེ་བསོད་ནམས་ལགས་ཀྱིས་གཙོས་དགེ་སློབ་ཁག་ཅིག་ད་ལམ་འབྲས་ལྗོངས་ཁུལ་དུ་སྨན་འབྱུའི་ལས་དོན་དང་སྦྲགས། དེ་ཁུལ་མི་མང་ལ་རིན་མེད་སྨན་བཅོས་བྱ་འཆར་ཡོད་ན། ཁོང་རྣམས་ཕེབས་བཞུགས་རིང་དེ་ནས་མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གང་གཟབ་གནང་སྐྱོང་ཡོད་པའི་ངོ་སྤྲོད་དུ། དབུས་སྨན་རྩིས་ཁང་གྱི་ཁྲིབ་ཡིག་ཚང་ནས། བོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༤༦ ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་༡༠ ཚེས་༢༠ ཉིན།

ཕྱག།

སྦྱོར་ཚན། 🕮→

དང་པོ། ཚིག་གྲོགས་རེ་ཚོལ།

དགོངས། གསལ། སྙིང་། སྐབས། བརྟག སྐྱོང་། བཙན། སྲིད།

གཉིས་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

༡། ཅི་ཞིག་ལ་དགོངས་ཤོག་ཟེར་བ་དང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན་ག་ཚོད་ཡོད་དམ།
༢། དགོངས་ཤོག་ལ་དོན་ཚན་གང་དག་ཚང་དགོས་སམ།
༣། ཅི་ཞིག་ལ་ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ་ཟེར་རམ།
༤། ངོ་སྤྲོད་ཡི་གེ་ལ་དོན་ཚན་གང་དག་ཚང་དགོས་སམ།

གསུམ་པ། སློབ་གྲྭའི་དགེ་ཆེ་མཆོག་ལ་ཉིན་གཅིག་གི་དགོངས་ཤོག་ཅིག་བྲིས།

བཞི་པ། དཔེ་མཚོན་ལ་བལྟས་ནས་རང་ཉིད་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་ཤིག་བྲིས།

(དཔེ་མཚོན་འདི་དངོས་བྱུང་ཡིན་པས་མིང་སོགས་གང་ཡང་བཀོད་མེད།)

ངའི་མིང་ལ་ … ཟེར། ང་ཨིན་ཇི་མཐོ་སློབ་ཐོན་ཙམ་གྱི་ཤེས་ཚད་ལས་གཞན་སློབ་སྦྱོང་གང་ཡང་མེད། ལོ་ཡང་ཉི་ཤུ་ཡོལ་ཙམ་ཡིན། སྔོན་ང་སྒྲུང་ཐུང་གློག་རྒྱུ་དང་མཚར་གཏམ་འབྲི་རྒྱུ་དགའ་ནའང་ཕྱི་གླིང་ཨ་རིའི་ཡུལ་དུ་སླེབས་ནས་སྙོར་མོ་ལ་དགའ་པོ་ཆགས་སོང་། དེར་བརྟེན། ངས་ཉིན་རེར་ཆུ་ཚོད་བརྒྱད་ཙམ་ལ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། …

… ཡིན་ན་ཡང་ངས་ལས་ཀ་རྒྱུར་ཐག་བཅུས་ནས་སྙོར་མོ་མང་པོ་བསགས་ནས་ཕ་མ་གཉིས་སྐྱིད་པོ་གཏོང་བཅུག་གི་ཡིན། ཕྱི་གླིང་འདིར་བསྡད་ནས་ …ལས་ཀ་སྡུག་པ་གང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་མེད་པས་བོད་རིགས་སྤུན་ཟླ་ཚང་མས་ང་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་པའི་རེ་བ་ཡོད། … ཉིན་ཞིག་ལ་གུས་མོས་བྲིས།

2009.

༡༡. འཛིན་ཡིག

འཛིན་ཡིག་ཅེས་པ་ནི་དངུལ་དངོས་ཉོ་ཚོང་དང་སྤྲོད་ལེན་སྐབས་གཞི་འཛིན་ཡུལ་དུ་སྤྲད་པའི་དངོས་དཔང་ཡི་གེ་ཞིག་ཡིན། འཛིན་ཤོག་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། འཛིན་ཡིག་འབྲི་སྐབས་དོན་ཚན་བཞི་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།

① གང་འབྱུང་སའི་གཞི་རྩ་ལས་ཁུངས་དང་ཚོང་ཁང་སོགས་གང་ཡིན་ཁ་གསལ་འགོད་དགོས།

② དངུལ་དངོས་ཀྱི་ཁ་གྲངས་དང་། གསར་རྙིང་། གང་གི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ཁ་གསལ་འགོད་དགོས།

③ འཛིན་ཡིག་དེ་སུས་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་བྲིས་པའི་མཚན་རྟགས་དང་བཅས་པ་་ཁ་གསལ་འགོད་དགོས།

④ འཛིན་ཡིག་སྤྲད་པའི་དུས་ཚོད་ཁ་གསལ་འགོད་དགོས།

འདིར་གཡར་འཛིན་དང་བྱུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་མཚོན་བཀོད་ཡོད།

གཡར་འཛིན།

རྩེལ་གོའབ་ས་གནས་གཞིས་ཆགས་མཛོད་ཁང་ནས་འདི་ག་གཞིས་གྲོང་དང་པོའི་ས་ཞིང་འདེབས་ལས་ཆེད། འཇོར་ཆེ་བ་གྲངས་༡༠ དང་འཇོར་ཆུང་བ་གྲངས་༡༠། སྨྱུག་མ་གསར་པ་གྲངསམ་༣༠ བཅས་རླྭ་བ་གཅིག་རིང་གཡར་པོ་བྱུང་བའི་འཛིན་ཡིག་ཏུ། རྩེལ་གོའབ་གཞིས་གྲོང་དང་པོའི་བརྒྱ་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་ནས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ལོའི་ཟླ་༩ ཚེས་༩ ཉིན་བྲིས།

བྱུང་འཛིན།

བཙན་བྲོལ་བོད་མིའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་གནང་བའི་བྲིས་སྐྲུང་། 《 མཆེའུ་ནང་གི་ཉ》ཞེས་པའི་དེབ་གྲངས་ཉི་ཤུ་དང་། 《 བྲིའུ་ཆུང་ཆུང་།》དེབ་གྲངས་ཉི་ཤུ། ཨ་ཁུ་ཕག་པ་ཞེས་པའི་མཐེབ་སྟེར་གྲངས་བཅུ་བཅས་གྲངས་ཚང་ཉམས་མེད་འདི་གར་འབྱོར་སོན་བྱུང་བའི་འཛིན་དུ། སྒྲོང་བཙན་འབྲིང་སློབ་ཡིག་ཚང་ནས། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་༡༠ ཚེས་༡༩ ཉིན།

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། གཏམ་གྱི་མིང་ཚིག་བེད་སྤྱད་དེ་བྱང་འཛིན་ཞིག་བྲིས།

སྨྱུ་གུ། འབྲི་དེབ། གློག་དེབ། སྣག་སྨྱུག

གཉིས་པ། དཔེ་བསྟན་པ་བཞིན་སྦྲ་བཤད་བྲིས།

དཔེར་ན།⇨ ཚུར་འཁྱོར་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པ།

འཁྱོར་སོན། འཛིན་ཡིག དངུལ་དངོས། ཉོ་ཚོང་། སྤྲོད་ལེན། གསལ་འཁོད། གསར་རྙིང་། གཡར་འཛིན། བྱུང་འཛིན། ཡོ་ཆས།

གསུམ་པ། དྲི་བ་རྣམས་ལ་ལན་རེ་བྲིས།

༡། ཅི་ཞིག་ལ་འཛིན་ཡིག་ཟེར་རམ།

༢། སློབ་ཚན་འདིར་འཛིན་ཡིག་མི་འདྲ་བ་ག་ཚོད་བཀོད་ཡོད་དམ།

༣། འཛིན་ཤོག་འབྲི་སྐབས་དོན་ཚན་གང་དག་ལ་གཟབ་དགོས་སམ།

བཞི་པ། སློབ་ཕྲུག་རྣམས་གླིང་ཁ་གཏོང་བའི་ཆེད་དུ་སློབ་གྲྭའི་ཐབ་ཚང་ནས་ཐབ་ཆས་ཆ་ཚང་གཡར་བའི་འཛིན་ཤོག་ཅིག་བྲིས།

ལྔ་པ། རང་ཉིད་ལ་སྦྱིན་བདག་ཅིག་གིས་སློབ་ཡོན་བསྐུར་བ་ལག་ཏུ་སོན་པའི་བྱུང་འཛིན་ཞིག་བྲིས།

དྲུག་པ། བྱེད་སྒོ།

སློབ་ཕྲུག་སུ་ཡིས་གཞན་ལ་ཅ་དངོས་དང་དངུལ་སོགས་གཡར་བ་དང་། ཚུར་འཁྱོར་བའི་རིགས་བྱུང་ཡོད་ན། སློབ་མ་དེས་ངག་ནས་བཤད་རྗེས། སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཡར་འཛིན་དང་། བྱུང་འཛིན་ཡིག་སྲོལ་ལྟར་འབྲི་རྒྱུ།

ཉིན་ཐོ།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་བ་༡༢ ཚེས་༡༠

རེས་གཟའ་མིག་དམར། གནམ་གཤིས་གྲང་ངར་ཆེ།

དེ་རིང་ནི་༧གོང་ས་མཆོག་ལ་ནོ་བྷེལ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་རྟགས་

འབུལ་བཞེས་མཛད་པའི་དུས་ཆེན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཉིན་མོ་དེ་རེད།

ཉིན་འདིར་ངའི་གྲོགས་པོ་ཀ་པས་ཁོ་ཙུང་ཐག་རིང་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་

པས་ཟུག་ཟུག་གཡར་རོགས་ཞེས་ཁ་པར་འཕྲོར།

གྲོགས་པོ་ཁ་པས་ཀང་ར་རྫོང་ལ་འགྲོ་དགོས་པས་ཟུག་ཟུག་གཡར་རོགས་ཞེས་ཁ་པར་

འཕྲོར།

གྲོགས་པོ་ག་པས་ཤེས་རབ་དགའ་ཚལ་སློབ་གླིང་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་ཟུག་ཟུག་གཡར་རོགས་

ཞེས་ཁ་པར་འཕྲོར། སློབ་གྲོགས་རྣམ་པ། ཁོང་རྣམས་ལ་ངས་ལན་ཅི་ཞིག་སྤྲད་ཡོད་ཚོད་

འདུག་གམ།

ལན།

ཀ ས་ཆ་གཞན་ཞིག་ནས་མགྲོན་པོ་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་ཡོད་པས་ང་དེ་བསུ་བར་འགྲོ་དགོས་

པར་ཁ་གཡར།

ཁ། ངའི་ཟུག་ཟུག་ད་ལྟ་རང་གྲོགས་པོ་གཞན་ཞིག་གིས་གཡར་སོང་བར་ཁ་

གཡར།

ག ང་ཀང་རར་ཅ་ལག་ཉོ་བར་འགྲོ་དགོས་པར་ཁ་གཡར།

དོན་དོ་མ་ངའི་ཟུག་ཟུག་དེ་གཞན་ལ་གཡོར་མི་

འདོད་པ་ཡིན།

༢༣. ཉིན་ཐོ་འབྲི་ཚུལ།

ཉིན་ཐོ་ནི་ཉིན་གཅིག་གི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་བློའི་འཆར་སྣང་དང་། རང་གིས་བསྒྲུབས་པའི་ལས་དོན་ནམ་མཐོང་ཐོས་སུ་བྱུང་བའི་བྱ་བ་གཙོ་བོ་སོགས་དྲན་གསོ་བྱ་འོས་པའི་རིགས་དང་། དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་ཞིག་འབུར་དུ་བཏོན་ནས་བྲིས་པ་དེ་ལ་ཟེར།

དེ་ནི་མི་གཅིག་གི་འཚོ་བ་ཕྱོགས་བསྡོམས་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་བློའི་གོ་རྟོགས་མཐོར་འདེགས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་རྒྱུན་དུ་ནན་ཏན་གྱིས་ཉིན་ཐོ་ཞིབ་འབྲི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྱིར་བཏང་གི་བྱ་དངོས་ཀུན་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པའི་བསམ་བློའི་ནུས་རྩལ་སྤེལ་ཐུབ་པ་དང་། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བ་དང་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་གཞན་ལ་འཇུག་པར་ཕན་ཐོགས་ཏ་ཙང་ཆེན་པོ་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཉིན་ཐོ་ནི་ཆུང་དུས་ནས་འབྲི་རྒྱུ་ཏ་ཙང་གལ་ཆེ།

ཉིན་ཐོ་འབྲི་བ་ལ་གཞམ་གསལ་གྱི་དོན་ཚན་རྣམས་ངེས་པར་བྱེད་དགོས།

༡། ཐོག་མར་ཟླ་ཚེས་དང་གནམ་གཤིས་སོགས་གསལ་པོར་འབྲི་དགོས།

༢། ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་དང་ཚོར་སྣང་གང་བྱུང་བ་ཇི་བཞིན་འགོད་དགོས།

༣། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་བརྗོད་བྱ་རྣམས་གནད་བསྡུས་དང་གོ་རིམ་ལྡན་པར་འབྲི་དགོས།

༤། ཉིན་གཅིག་གི་ལས་དོན་གྲུབ་རྗེས་བྲིས་ན་འོས་འཚམ་ཡིན།

དཔེ་མཚོན།

ཉིན་ཐོ།

བོད་རྒྱལ་ལོ་༢༡༤༦ ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩ ཟླ་༡༠ ཚེས་༢༣ རེས་གཟའ་ལྷག་པ། གནམ་གཤིས་དྭངས།

དེ་རིང་ནི་རང་རེའི་སློབ་གྲྭ་བཙུགས་ནས་ལོ་ངོ་ང་དགུ་འཁོར་བའི་དགའ་སྟོན་གྱི་ཉིན་མོ་ཡིན། ང་ནམ་རྒྱུན་དང་མི་འདྲ་བར་སེམས་པ་ཤིན་ཏུ་སྐྱིད་པོ་བྱུང་། ཡངས་ཤིང་གཙང་བའི་སློབ་གྲྭའི་མདུན་ཐང་གི་སྒྲིགས་ཚའི་སྟེང་དུ། སློབ་གྲྭའི་དབུ་དགེ་རྣམས་དང་། སྐུ་མགྲོན་གྱི་ཁོངས་སུ་ས་གནས་འགོ་འཛིན་མཆོག་དང་། སློབ་ཕྲུག་གི་ཕ་མའི་འཐུས་ཚབ་བཅས་དབུ་བཞུགས་ཐོག སློབ་ཕྲུག་དང་ས་གནས་མི་མང་བཅས་མི་གྲངས་བརྒྱ་ཕྲག་དུ་མ་འདུ་འཛོམས་བྱུང་།

ཞོགས་པ་ཆུ་ཚོད་དགུ་པའི་ཐོག་མཛད་སྒོ་དབུ་བཙུགས་ཏེ། གཞས་དང་ཞབས་བྲོ་སྣ་ཚོགས་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པར་མ་ཟད། ཉེ་ཆར་ཡིག་ཚད་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་ཤོས་སུ་བྱུང་བའི་འཛིན་གྲྭ་སོ་སོའི་སློབ་ཕྲུག་རྣམས་ལ་བསྔོད་བསྟོད་དང་བྱ་དགའ་གནང་སོང་། དེ་རིང་གི་བྱེད་སྒོ་འདིའི་ཐོག་ནས་ང་ལ་བསམ་ཚུལ་འདི་འདྲ་བྱུང་། སྔོན་ཐོན་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་པོ་འཐོབ་འདོད་ན། དུས་རྒྱུན་དུ་རང་གིས་རང་ལ་བསླབ་བྱ་ནན་པོ་བཏབ་སྟེ་གང་ཅིའི་ཐད་འབད་བརྩོན་ལྷོད་མེད་བྱ་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྙམ།

འདིར་འཛམ་གླིང་དུ་སྐད་གྲགས་ཡོད་པའི་ཉིན་ཐོ་《བུ་མོ་ན་ཆུང་ཞིག་གི་ཉིན་ཐོ།》ཞེས་པ་དེའི་ཉིན་གཅིག་གི་ཉིན་ཐོ་བོད་བསྒྱུར་བྱས་ནས་ཉིན་ཐོའི་དཔེ་མཚོན་དུ་བཞག་ཡོད། རྩོམ་པ་པོ་ནི་ཨ་ནི་ཧྥེ་རེན་ཁེ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་༡༩༣༩ ལ་འཁྲུངས་པ་དང་༡༩༩༥ ལ་འདས། ཁོང་ནི་ཉིན་ཐོ་འབྲི་མཁན་

ལོ་ན་ཆུང་ཤོགས་ཤིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག ལེགས་བཀོད་བྱས་པའི་ཉིན་ཐོ་དེབ་ཆུང་ཞིག་འདུག་པ་དེའི་ནང་ཉིན་ཐོ་གྲངས་༡༧༠ ཙམ་འདུག ཁོང་རང་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཡོལ་ཙམ་གྱི་བུ་མོ་རྩོམ་པ་པོ་ཉེས་པ་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་འཇར་མན་གྱིས་ཧོ་ལེན་ཌར་བཙན་འཛུལ་གྱི་འཁྲུག་ཆེན་གཉིས་པའི་ནང་ཁོང་གི་སྐུ་སྲོག་ཤོར་འདུག་པས་བློ་ཕངས་པའི་གནས་ཤིག་རེད།

ཨ་ནི་ཕྲི་རེན་ཁེ། Anne frank

(༡༩༢༩-༡༩༤༥)

ཨ་ནི་ཕྲི་རེན་ཁེའི་ཉིན་ཐོ་ཞིག་བོད་སྒྱུར་བྱས་པ་གཤམ་གསལ།

ཕྱི་ལོ་༡༩༤༤ ༢ ༡༢ གཟའ་སྤེན་པ།

བརྩེ་བའི་ཀི་ཏི།

ཉི་འོད་ནི་རབ་ཏུ་གསལ། ནམ་མཁའ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྔོ། བསིལ་འཛམ་རླུང་བུ་དལ་བུས་ལྡང་། ངས་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་རེ་སྒུག་ཅི་ཡང་བྱས། སྐད་ཆ་བཤད་ཆོག་པའི་རེ་སྒུག་བྱས། རང་དབང་ཐོབ་པའི་རེ་སྒུག་བྱས། གྲོགས་པོ་དང་ཐུག་པའི་རེ་སྒུག་བྱས། ཁེར་རྐྱང་ཞུ་སེམས་སྡོད་རྒྱུར་རེ་སྒུག་བྱས། ངུ་བའི་ཆེད་དུ་རེ་སྒུག་དྲག་པོ་བྱས། ངའི་ལུས་ཡོངས་འབར་གས་སུ་འགྲོ་བར་སྙམ། ང་ཡིད་ཆེས་

པ་ཞིག་ཏུས་ན་འདོད་མོད། ཡིན་ནའང་ང་དུ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག ང་རང་སེམས་པ་གནས་མ་ཐུབ་པར་ཁང་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱས། སྒེའུ་ཁུང་གི་གས་སྲུབས་ནས་དབུགས་ཡང་ཡང་རྔུབ། ངའི་སྙིང་ཆུང་ལུ་གུ་ལྡིང་ལྡིང་བྱས་ནས"ད་དུང་ཡང་རེ་སྒུག་བྱ་རྒྱུར་ཚིམ་མ་སོང་ངམ"ཞེས་བརྗོད་པའི་སྣང་བ་སྐྱེར།

ང་རང་ལྷན་སྐྱེས་སུ་གནས་རྒྱུའི་འདུན་པ་ཞིག་འགོག་མེད་དང་འཆར་འོང་། འདུན་པ་དེ་ངའི་ལུས་སེམས་ཡོངས་ནས་ཤུགས་དྲག་གིས་སྐྱེ་འོང་། ང་མགོ་བོ་ཡོངས་སུ་རྫོངས་སོང་བས་གང་ཞིག་གློག་དགོས་པ་དང་། ཅི་ཞིག་འབྲི་དགོས་པ། གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའང་མ་ཤེས། གང་ལྟར་ཡང་ཤེས་པ་ནི་རེ་སྒུག་བྱེད་ཀྱིན་...

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། གཏམ་གྱི་མིང་ཚིག་སྦྱར་དེ་གཟའ་ཉི་མའི་ཉིན་པོ་ཞིག་བྲིས།

གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁར། སྨུག་སྤྲིན་ལང་ལོང་དུ་འཕོར། དྲག་ཆར་ལྷུང་འཚུབ་ལྷང་།
དཀའ་སྤྱད་འབད་བརྩོན། གྲུབ་འབྲས་གཡུར་ཟ། ཕྱུགས་མཉེས་པོ།
ཆོར་སྣང་དྲག་པོ། དགའ་བ་འབུམ་གྱིས་སྐྱོས།

གཉིས་པ། དྲི་བར་ལན་བྲིས།

༡། ཅི་ཞིག་ལ་ཉིན་པོ་ཟེར་རམ།
༢། ཉིན་པོ་ལ་དོན་གནད་གང་དག་ཚང་དགོས་སམ།
༣། ཉིན་པོ་བྲིས་ན་ཕན་ཐོགས་གང་ཡོད་དམ།

གསུམ་པ། སློབ་ཚན་འདི་སློབ་པའི་ཉིན་གྱི་ཉིན་པོ་འབྲི་དགོས།

བཞི་པ། སློབ་ཚན་འདི་བསླབ་རྗེས་སློབ་མར་ཉིན་པོ་རེས་པར་དུ་འབྲི་དགོས་པར་བསྐུལ་ཏེ། བདུན་ཕྲག་རེར་དགེ་རྒན་ལ་མིག་སྟོན་བྱེད་དགོས།

ལྔ་པ། བྱེད་སྒོ།

སྐབས་རེར་སློབ་མ་ཁག་བགོས་ཀྱིས་ཉིན་པོ་འབྲི་སྐབས་དཀའ་ངལ་དང་། སེམས་ཚོར་བརྗོད་དུ་འཇུག་པ་དང་། དགེ་རྒན་གྱིས་དེ་བསྟུན་བརྗོད་བྱ་འདེམས་སྟངས་དང་། དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ལམ་སྟོན་གནང་དགོས།

(ཁ)

མཚར་གཏམ།

མཚར་གཏམ་ནི་རྩོམ་
ཡིག་འབྲི་ཐབས་བྱེ་བྲག་པ་
ཞིག་ཡིན། དེས་ལ་མཚན་གྱི་
དོན་ཞིག མཚར་སྣང་ཅན་གྱི་སྐད་
ཆའི་སྒྲུ་རྩལ་གྱི་ལམ་ནས་གཞན་གྱིས་གོ་
བ་ཙམ་གྱིས་མཚར་སྣང་འདྲེན་ཐུབ། དེ་ནི་
རྩོམ་ཡིག་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་ཆོས་གཅིག་
ཡོད་པ་ནི་ཏན་གཏོན་བྱེས་གསུམ་ཚང་མ་དགའ་མོས་
ཆེ་བར་མ་ཟད་ལྷག་དོན་དེང་སང་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་མ་ན་
གཞོན་རྣམས་དང་། གྲྭ་སའི་ སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་འབྲི་ཧྲིག་
ཕྱེད་རྒྱུར་ཤིན་ཏུ་དཀའ། དེར་ བརྟེན་སློབ་ཚན་གཉིས་ལ་
མཚར་གཏམ་བཞི་སྦྲུང་གཞི་ རུ་བཞག་ཡོད། མཚར་
གཏམ་དེ་དག་གི་དངོས་ ཤུགས་བརྒྱུད་གསུམ་གྱི་
ནང་དོན་མཚོན་སྟངས་ དང་། མཚར་བའི་དོན་
གང་ཞིག་ཡོད་པ། དེས་ བསླབ་བྱ་གང་ཞིག་
བསྟན་ཡོད་པ་བཅས་ ཤེས་པར་བྱེད་དགོས།

༣༩. མཚར་གཏམ་ཁག་གཉིས།

(དང་པོ།)

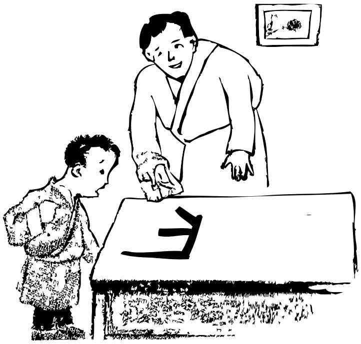
༄ ཁོར་ཡུག་དང་ཁུ་ཐིག་ཉོར་བ།

ལོ་ཤས་སྔོན་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་རྒྱུར་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་སླེབས་ཏེ༔ གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་གཞིས་འགོ་མང་ཆེ་བས་ཁོར་ཡུག་གི་སྐོར་མི་མང་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། ཉིན་ཞིག་མི་མང་ཚང་འཛོམས་ཀྱི་སྐབས་ཤིག་སྐུ་ངོ་ཞིག་གིས། “འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཉར་རྒྱུ་ནི་མི་ཚང་མའི་ལས་འགན་རེད། ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཉར་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་མི་ཚང་མའི་ལས་འགན་རེད། བྱས་ཙང་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་སྐྱོན་མ་གཏོང་རོགས།” ཞེས་གསུངས་པར། གཞིས་ཆགས་ཀྱི་སྤྲོ་བོ་ལགས་གཅིག་ཡར་ལངས་ཏེ། “སྐུ་ངོ་ལགས། ཁྱེད་ནས་ཁུ་ཐིག་གཙང་མ་ཉར་རོགས་གསུང་གི་འདུག ང་ཚོའི་བོད་ལ་ཡིན་ན་ཁུ་ཐིག་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། གཞིས་ཆགས་ལ་ཁུ་ཐིག་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ང་ཚོས་ཁུ་ཐིག་གཙང་མ་བཟོ་དགོས་ཨེ་ཡོད།” ཅེས་བཤད་པ་རེད།

༄ ཨི་ཀེ་ཆེ་ཏུ་ཡིན།

པ་ཕས་ཤོག་བུའི་ཐོག་‘ཀ’ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་ཞིག་བྲིས་ནས་ཕྲུ་གུར་བསླབས་པས། ཕྲུ་གུས་མགྱོགས་པོར་ཤེས་པ་རེད། ཉིན་གཉིས་པའི་ཞོགས་པར་ཕྲུ་གུ་དེ་ཅོག་ཙེའི་འགྲམ་དུ་ལངས་ནས་

སློབ་དུས། པ་ཕས་ཅོག་ཙེར་ཕྱི་བདར་བྱེད་བཞིན་ཕྱིས་རས་རློན་པ་དེས། ཅོག་ཙེའི་སྟེང་དུ‘ཀ’ ཞེས་ཡི་གེ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྲིས་ནས་ཕྲུ་གུས་ངོས་འཛིན་ཐུབ་མིན་རྒྱུགས་བླངས་པར་ཕྲུ་གུས་དེ་ངོ་མ་ཤེས་པ་རེད། པ་ཕས། “འདི་ནི་མདང་དགོང་ངས་བསླབས་པའི་ཡི་གེ‘ཀ’ཞེས་པ་དེ་རེད།” ཅེས་ཤོད་སྐབས། ཕྲུ་གུ་དེས་ཧང་སངས་ནས“ཨ་ཙི། མཚན་གཅིག་ལས་མ་ཕྱིན་པར་ཡི་གེ་འདི་འདྲའི་ཆེན་པོ་ཆགས་ཚར་འདུག”ཅེས་བཤད་པ་རེད།



གཏམ་དཔེ།

གཏམ་དང་མདའ་མོ་དྲང་ན་དགའ། །
ལམ་དང་གཞུ་མོ་ཀྱོག་ན་དགའ། །

སྦྱོང་ཚན། 🕮→

དང་པོ། མིང་ཚིག་རྣམས་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཐུང་ངུ་རེ་བྲིས།

ཁོར་ཡུག གནོད་སྐྱོན། ཁུ་ཐུག ཕྱི་བདར། མདང་དགོང་།

གཉིས་པ། མཚར་གཏམ་དང་པོ་སྔ་འགོད་བྱས་ནས་མཚར་བའི་ཉམས་མ་ཤོར་བ་བྱས་ཡོད། དེ་ལ་དཔེ་བལྟས་ནས་མཚར་གཏམ་གཉིས་པ་སྔ་འགོད་བྱས་ནས་མཚར་བའི་ཉམས་མ་ཤོར་བ་བྱེད་དགོས།

ལོ་ཤས་སྔོན་བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་སླེབས་ཏེ་གཞིས་ཆགས་ཁག་གི་གཞིས་འགོ་མང་ཆེ་བས་ཁོར་ཡུག་གི་སྐོར་མི་མང་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་འགོ་བཙུགས་པ་རེད། ཉིན་ཞིག་མི་མང་ཚང་འཛོམས་ཀྱི་སྐབས་ཤིག་སྐུ་ངོ་ཞིག་ནས། “འཛམ་གླིང་གི་ཁོར་ཡུག་གཙང་མར་ཉར་རྒྱུ་ནི་མི་ཚང་མའི་ལས་འགན་རེད། ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཙང་མར་ཉར་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོའི་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་མི་ཚང་མའི་ལས་འགན་རེད། བྱས་ཙང་ཁོར་ཡུག་ལ་གནོད་སྐྱོན་མ་གཏོང་རོགས།” ཞེས་གསུངས་པར། གཞིས་ཆགས་ཀྱི་སྤོ་བོ་ལག་གཅིག་ཡར་ལངས་ཏེ། “སྐུ་ངོ་ལགས། ཁྱེད་ནས་ཁུ་ཐུག་གཙང་མ་ཉར་རོགས་གསུང་གི་འདུག ང་ཚོའི་བོད་ལ་ཡིན་ན་ཁུ་ཐུག་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གཞིས་ཆགས་ལ་ཁུ་ཐུག་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ང་ཚོས་ཁུ་ཐུག་གཙང་མ་བཟོ་དགོས་ཤེ་ཡོད།” ཅེས་བཤད་པ་རེད།

སྐུ་ངོ་དེས། **“སྤོ་ལགས་ཁྱེད་རང་བོད་ལ་ཁུ་ཐུག་གཙང་མ་བཟོ་གིན་བསྡད་པས་ཁོར་ཡུག་བཙོག་པ་ཆགས་པ་རེད”ཅེས་བཤད།**

གསུམ་པ། མཚར་གཏམ་ཞིག་བྲིས།

༣༥. མཚར་གཏམ་ཁག་གཉིས།

(གཉིས་པ།)

༄ ལོ་བཅུ་མན་ཆད་ལ་ཕྱིད་བཅག

རྒྱ་གར་ནང་ཕྲུ་གུ་ལོ་བཅུ་མན་ཆད་ལ་མེ་འཁོར་གྱི་ལམ་གྲོན་ཕྱེད་བཅག་ཡོད་པ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན།

ཨ་མ་ལགས་ཤིག་དང་ཕོང་གི་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གནས་སྐོར་ལ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་བུ་མོ་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དེ་ཕྱེད་ཆག་གི་འཛིན་བྱང་བླངས་པ་རེད། མེ་འཁོར་ནང་འཇུལ་ཚར་བ་དང་ཨ་མ་ལགས་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་བུ་མོ་ལ། "གལ་སྲིད་འཛིན་བྱང་ལྟ་མཁན་སླེབས་ན་ཁྱེད་རང་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དགོས་རེད་དེ།" ཞེས་གསུངས་པར་བུ་མོས་མགོ་ལྡོག་ལྡོག་བྱས། དེ་ནས་མི་འགྱངས་པར་འཛིན་བྱང་ལྟ་མཁན་སླེབས་ཏེ་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་འཛིན་བྱང་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱས་ཚར་བའི་རྗེས། བུ་མོར་ལྟ་ཙམ་བྱས་ཏེ་དོགས་པ་ཟ་མདོག་གིས"ཁྱེད་རང་ཏན་ཏན་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་ཡིན་གྱི་རེད།" ཅེས་དྲིས་པར། བུ་མོ་དེས། "ལགས་ཡིན།" ཞེས་ལན་བཏབ་པ་རེད། མི་དེས"ཁྱེད་རང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ག་དུས་སླེབས་ཀྱི་རེད་དམ།" ཞེས་དྲིས་པར། བུ་མོ་དེས། "ང་མེ་འཁོར་ནས་མར་བབས་མ་ཐག་ལོ་བཅུ་གཅིག་སླེབས་ཀྱི་རེད།" ཅེས་ལན་བཏབ།

༢༧ ཨ་མའི་མིང་།

སློབ་གྲྭ་འགོ་ཚུགས་པའི་ཉིན་དང་པོར། བུ་བཙོལ་ཁང་གི་རྒན་ལགས་ཀྱིས་ཕྲུ་གུ་ཚོར་མིང་འདྲི་ཞོར་དུ། གལ་གནད་ཆེ་བའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་གནས་ཚུལ་འགའ་ཞིག་ཐབས་བྱུས། ཕོ་མོས་གྲལ་མདུན་གྱི་བུ་ཆུང་དེར་མཛུབ་མོ་བཙུགས་ནས“རང་གི་མིང་ལ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད”ཅེས་དྲིས། ཕོས“ཚེ་རིང་ཟེར་གྱི་ཡོད”ཅེས་བཤད། ཡང་བསྐྱར་རྒན་ལགས་ཀྱིས“བྱུས་ན་རང་གི་ཨ་མའི་མིང་ལ་ག་རེ་ཞུ་ཡི་ཡོད་དམ”ཞེས་དྲིས། ཕོས“ཨ་མ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་རེད”ཅེས་བཤད། རྒན་ལགས་ཕོང་དགོད་ཅིག་ཤོར་ནས“ངས་དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་མེད། རང་གི་པཱ་ལགས་ཀྱིས་ཕོང་ལ་ག་འདྲ་འབོད་ཀྱི་འདུག་གམ”ཞེས་དྲིས། ཚེ་རིང་གིས་ལམ་སང“སྙིང་སྡུག་ཟེར་གྱི་འདུག”ཅེས་བཤད།

སྦྱོང་ཚན། 📖→

དང་པོ། བརྗོད་པ་ཁྱབ་ཏུ་རི་བྲིས།

ཕྱེད་བཅག ཕོང་དགོད། འཁྱངས། གལ་གནད། སྙིང་སྡུག མི་འཁོར།

གཉིས་པ། མཚར་གདམ་གཉིས་ལས་མིང་ཚིག་དང་བྱ་ཚིག་བཙུ་རེ་ཚོལ།

མིང་ཚིག	བྱ་ཚིག

གསུམ་པ། འདིར་མཚར་གཏམ་དང་པོ་དེ་མཚར་བའི་དོན་གང་ཡང་མེད་པར་བཅོས་ཡོད། དེ་བཞིན་མཚར་གཏམ་གཉིས་པ་དེ་ཡང་མཚར་བའི་དོན་མེད་པར་ཆོས།

ལོ་བཅུ་མན་ཆད་ལ་ཕྱིད་བཅག

ཨ་མ་ལགས་ཞིག་དང་ཁོང་གི་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གནས་སྐོར་ལ་འགྲོ་པའི་སྐབས་སུ། ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་བུ་མོ་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དེ་ཕྱེད་བཅག་གི་འཛིན་བྱང་བླངས་པ་རེད། མི་འཁོར་ནང་འཛུལ་ཚར་བ་དང་ཨ་མ་ལགས་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་བུ་མོ་ལ། "གལ་སྲིད་འཛིན་བྱང་ལྟ་མཁན་སླེབས་ན་ཁྱེད་རང་ལོ་བཅུ་ཐམ་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དགོས་རེད་དེ།" ཞེས་གསུངས་པར་བུ་མོས་མགོ་ལྡོག་ལྡོག་བྱས། དེ་ནས་མི་འགྱངས་པར་འཛིན་བྱང་ལྟ་མཁན་སླེབས་ཏེ་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་འཛིན་བྱང་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱས་ཚར་བའི་རྗེས། བུ་མོར་བལྟ་ཙམ་བྱས་ཏེ"ཁྱེད་རང་ལོ་ཚོད་ཡིན་ནམ།" ཞེས་དྲིས་པར། བུ་མོ་དེས། "ང་ལོ་བཅུ་ཡིན།" ཞེས་ལན་བཏབ་པ་རེད། མི་དེས་ཁྱེད་རང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ལ་ག་དུས་སླེབས་ཀྱི་རེད་དམ། ཞེས་དྲིས་པར། **བུ་མོ་དེས། "ལོ་རྗེས་མར་སླེབས་ཀྱི་རེད"ཞེས་ལན་བཏབ།**

བཞི་པ། རང་གི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་བྱུང་བའི་མི་སྣ་གཉིས་ནས་གསུམ་ཡོད་པའི་མཚར་གཏམ་ཞིག་བྲིས།

གཞོགས་འདེགས་སྤྱི་ཚན།

སྤྱི་ཚན་འདིར་གཙོ་བོ་དཔེ་མཚོན་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སློབ་ཚན་ཁག་ཅིག་གོ་སྒྲིག་བྱས་ཡོད། དེ་དག་དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་དགེ་རྒན་གྱིས་སློབ་པ་དང་། སློབ་མས་སྦྱོང་བའི་སྐབས་ཟུར་བལྟ་དང་། ཁ་སྐོང་། དཔེ་མཚོན། དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་དང་བརྗེས་ཏེ་ཁྲིད་ཀྱང་ཆོག མདོར་ན་དངོས་གཞིའི་སློབ་ཚན་ལ་གཞོགས་འདེགས་ཡོང་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

ཨ་མའི་སེམས།

རྩོམ་འདི་བོད་ཀྱི་དེང་རབས་རྩོམ་རིག་དཔེ་ཚོགས་《གཙང་པོའི་ཕ་རོལ་》ལས་བདམས། སློབ་ཚན་དུ་འགོད་དུས་ཅུང་འཕྲི་དང་བཟོ་བཅོས་ཅུང་ཟད་བྱས་ཡོད། གོ་རིམ་ལྡོག་ནས་བརྗོད་པའི་འབྲི་ཐབས་དང་དོན་དག་བར་དུ་བཅུག་ནས་བརྗོད་པའི་འབྲི་ཐབས་ཡིན།

ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་མིག་ཟུང་རང་གིས་ཏ་ལེན་གསར་པ་དེར་ལྟ་བཞིན་སེམས་སུ་བཤད་དཀའ་བའི་དགའ་སྣང་ཞིག་གིས་ཁེངས་འདུག

མ་གཞི་ཨ་མ་འདིའི་དཔྲལ་བའི་མིག་དང་ཁོག་པའི་སྙིང་ལྟ་བུའི་བུ་ཕྲུར་ཁོ་ལོ་ལྷའི་སྔོན་དུ་གྲོང་ཁྱེར་དུ་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་ཁར། ཏ་ལེན་རྒྱལ་པོ་ནག་བཙོག་ཅིག་གི་ནང་དུ་དངོས་པོ་སྤྲད་སྐབས། ཁོས་ཡི་སྨུག་པའི་ངང་ནས“ཨ་མ་ལགས། ང་ལ་ཏ་ལེན་གསར་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཅི་མ་རུང་”ཞེས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེས། ཨ་མའི་སྙིང་མགོར་ཚེར་མས་བསྣུན་པ་ལྟར་ཟུག་རྔུ་ཚད་མེད་སྐྱེས་པའི་རྐྱེན་གྱིས། བུ་ལ་ཏ་ལེན་གསར་པ་ཞིག་འཐག་རྒྱུ་ནི་སྤྱི་ཕྱི་བར་གསུམ་དུ་ཁོ་མོའི་སེམས་དོན་གྱི་སྙིང་པོར་གྱུར།

“རེད་ཡ། ངའི་བུས་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ནས་རང་ལམ་རང་གིས་བཅལ་ཏེ། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡིད་སྨོན་བྱེད་སའི་གྲོང་ཁྱེར་ལ་དཔེ་ཆ་འདོན་དུ་འགྲོ་ཐུབ་སོང་། ཐབས་རྟགས་ཨ་མ་ང་ལ་རྒྱུ་ནོམ་པ་རྩ་ཆེན་ཞིག་སྟེར་རྒྱུ་ལྟ་ཅི། བུའི་གློར་འབབ་པའི་ཏ་ལེན་ཞིག་ཀྱང་སྟེར་

རྒྱུ་མེད། ཨ་ཤུ་རེ་ཁོ། རྗེས་སུ་ཨ་མས་ཁྱོད་ཀྱི་བློར་འབབ་པའི་ཏ་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་འཐག་ངེས་ཡིན། ཨ་མའི་གཅེས་ཕྲུག”ཅེས་ཡིད་སྐྱོ་བའི་ངང་ནས་ཕུར་ཁོའི་མགོ་བོར་བྱིལ་བྱིལ་འགའ་བྱས་ཏེ། ཚོལ་དྲིག་ཆགས་པའི་ཏ་ལེན་དེ་ཕྲག་ལ་འཕངས་ནས་ལམ་ལ་ཆས་སུ་བཅུག བུ་ཆུང་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་ཁའི་ངོ་ཚ་དང་སྐྱོ་བས་ཁེངས་པའི་གདོང་དེ་ཁོ་མོའི་སེམས་སུ་ནམ་ཡང་ཡལ་མེད་དུ་གནས།

ལོ་ལྔའི་རིང་ལ་བུ་ངོ་ཨ་མས་མ་མཐོང་། མ་ངོ་བུ་ཡིས་མ་མཇལ། སྔོ་པ་འདིའི་བགྲེས་པོ་འགས“ཨ་ཡེ་རྒན་མོ། བྱ་ངང་པར་གཤོག་རྩལ་རྒྱས་ན། །ཐྲག་དམར་པོ་བརྗེད་པ་མིན་ནམ། །ཁྱོད་ཀྱིས་ལོ་ལྔའི་རིང་ལ་ཏ་ལེན་ལྔ་བསྐུར་སོང་། ད་ལྟའི་ན་གཞོན་ལ་དེ་མགོ་རྒྱུ་ཨེ་རེད། ལན་ཆགས་རང་གིས་ཉོས་ན་མཐའ་མ་ངོ་ཚ་རེད་ཡ། དེ་བས་གོ་ཁ་དྲོན་པོ་སྐྱུངས་ལ་མ་ཙི་རེ་འདོན་ཨེ་ཐུབ་ལྟོས་ཡ”ཞེས་བཤད་པ་ལ། ཁོ་མོས་ཞུ་ཚུགས་ཀྱིས་དེ་འདྲ་ཞིག་གང་ནས་ཡིན། བྱ་ངང་པ་ཐྲག་ནས་སྐྱེས་ཀྱང་། རྒྱས་ས་མཚོ་ཡིན་པ་ནི་གནམ་བསྐོས་ལས་དབང་རེད། ངའི་བུ་ཕུར་ཁོ་ནི་ཨ་མ་བརྗེད་པའི་མི་མ་རུངས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད། ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་གྱུར་རྗེས་ང་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཁྲིད་ཐག་ཆོད་ཡིན། དེ་དུས་བུ་ཁེར་སྐྱེས་ཀྱི་ཨ་མའི་སྐྱིད་ལ་ལྟོས་ཟེར་བའི་གླེང་རྒྱུ་ཞིག་གནས་འདི་གར་ལོས་ཡོད་སྙམ།

ཉིན་ཞིག་ལ། ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་སྔར་ཡང་ཏ་ལེན་གསར་པ་དེ་བླངས་ནས་བསྐུར་ས་རེ་ཨེ་ཧྲེད་སྙམ་སྟེ་ཞིབ་ཏུ་ལྟ་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར། གྲོང་ཚོའི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་འོངས་ཏེ“ཨ་མ་རྒན་མོ་ལགས། ཁྱེད་ཀྱི་བུས་ང་ལ་ཁ་ལན་ཞིག་བསྐུར་བྱུང་། ཁོ་རང་མཐོ་སློབ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ལས་ཁུངས་ཤིག་ཏུ་ལས་ཀ་ཐོབ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་གཉེན་ཡང་བསྒྲིགས་ཟིན་པས། ཡོང་རོགས་རེ་སྐབས་འགྲིག་ན་ཁོ་ལ་བལྟ་བར་ཤོག་ཟེར། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་ང་རང་གྲོང་ཁྱེར་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་པས། འུ་གཉིས་ལྷན་དུ་འགྲོ”ཞེས་ཟེར། ཟ་བྱས་དབྱར་ཟ་ཐོས་པ་དང་། ཞུ་བྱུག་གིས་གནམ་ཆུ་རག་པ་ལྟར་ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་དགའ་མགུས་ཧབ་ཧབ་པོར་གྱུར་ཏེ“འོ་ཡ་ཡ་ཡ། སྐྱིད་ལ། ངའི་སྐྱིད་ལ”ཞེས་ཟེར།

ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་བུ་ལ་བལྟ་བར་ལམ་དུ་ཆས། གྲོང་ཚོའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་དང་ལྷན་དུ་བསྟུད་མར་ཉིན་གསུམ་རིང་རླངས་འཁོར་དུ་བསྡད་མཐར། སྲོད་དུས་ཤིག་ལ་ད་གཟོད་གྲོང་ཁྱེར་ལ་འབྱོར།

མི་ཚེའི་སུམ་ཆ་གཉིས་ཙམ་དབེན་པའི་འབྲོག་ཐང་དུ་མི་ཚེ་བསྐྱལ་བའི་ཨ་མ་བགྲེས་མོ་འདིས་རི་

རབ་ལྷར་ལྷུན་ཞིང་བརྗིད་པའི་ཁང་རྩེག་དང་། ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་ས་ལ་འཕོས་པ་ལྟ་བུའི་གློག་སྒྲོན་བཀྲང་ཡས་པ་མཐོང་སྐབས། མོ་རང་ནི་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་ལྷ་ཡུལ་ལ་སླེབས་པའི་སྣང་བ་ཞིག་ཤར།

"ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ལགས། ཁྱིམ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་ཡི་སྡོད་གནས་རེད།" ཕོ་མོས་ཡུན་རིང་མ་འཕྲད་པའི་བུ་ནི་དྲན་དྲགས་པ་དང་། མྱུར་མོར་མཐོང་འདོད་པའི་མནའ་མར་དུངས་ཆེ་བས། འཕར་ལྡིང་བྱེད་པའི་སྙིང་ནི་མིད་པའི་ཁར་འཕྱོ་བར་གྱུར་ཏེ"འོ་འོ། ཨ་སྐྱིད་པ་ལ"ཞེས་ཟེར། ལས་བྱེད་པ་དེས་ལག་པ་ཡང་ཡོས་སྒོ་ལན་འགའ་བརྡུངས་པ་ན། ཁྱིམ་ནས་བུད་མེད་ཅིག་ཐོན་ཏེ་ཡ་མཚན་པའི་ངང་ནས་ལས་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་པར་ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱི་ལུས་ལ་ཞིབ་ལྟ་ཞིག་བྱས་ཏེ། "ཁྱོད་གཉིས་ཀྱིས་སུ་འཚོལ་གྱིན་ཡོད"ཅེས་དྲིས། ལས་བྱེད་པས"འདི་ཕྲུར་ཕོ་ཚང་ཡིན་ནམ། ཕོ་མོ་ནི་ཕྲུར་ཕོའི་ཨ་མ་ལགས་རེད"ཅེས་ངོ་སྤྲོད་བྱས། བུད་མེད་དེས་ངོ་གཅིག་བསྒྲེར་ཏེ"འོ། ཕྲུར་ཕོ་ཚང་ཡིན། ཁྱིམ་ལ་ཤོག"ཅེས་ཟེར་བཞིན་མགྲོན་པོ་ཁྱིམ་ལ་མ་བསུས་པར་བདག་མོ་སྡོན་ལ་འཇུལ་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་བྱས། ཕྲུར་ཕོས་ཊང་ལ་བསིལ་ལྷམ་ཞིག་གྱོན་ཏེ་མྱུར་མོར་ཁྱིམ་ལས་ཐོན་ཏེ"ཨོ་ཙི། ཨ་མ་ལགས། ཁྱེད་ཕེབས་བྱུང་ངམ"ཞེས་དགའ་འདྲ་སྐྱོ་འདྲ་ཞིག་གི་ཚུལ་གྱིས་དེ་སྐད་ཟེར་བཞིན་ཨ་མའི་ཕྲག་ནས་ཏ་ལེན་བླངས་ཏེ་འགྲམ་དེར་བཞག ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་བུ་དང་འཕྲད་པས་དགའ་སྤྲོ་ཚད་མེད་སྐྱེས་ཏེ། "ཡོང་ཡིན། ལས་བྱེད་པ་འདིའི་བཀའ་དྲིན་ལས་ང་རྒན་མོ་བུའི་གམ་དུ་འཁྱོར་བྱུང"ཞེས་ཤོད་བཞིན་ཁྱིམ་དུ་ཡར་ལྟ་མར་ལྟ་བྱས་ནས། ཉིན་མཚན་ལྟོས་མེད་དུ་རེ་བའི་མནའ་མ་ཨེ་མཐོང་བལྟས། སྟར་སྒོ་འབྱེད་མཁན་བུད་མེད་དེས་གདོང་ལ་འཛུམ་བཅོས་མ་ཞིག་སྟོན་བཞིན"ཨ་ཡེ། འདི་གར་བཞུགས་དང"ཞེས་ནེམ་གྱིལ་ལེར་ཡོད་པའི་འཁོལ་ཁྲིའི་ཟུར་གྱི་ཤིང་གི་རྒྱབ་སྙེགས་དེ་བསྟན། ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་ཕོ་མོའི་གདོང་ལ་མིག་བཀྲད་བཞིན"ཁྱེད། ཁྱེད"…ཅེས་དྲིས་པ་ན། ཕྲུར་ཕོ་དགོད་བཞིན་དུ"ཨ་མ་ལགས། མོ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་མནའ་མ་རེད"ཅེས་མཚམས་སྦྱོར་བྱས། ཨ་མས་ད་གཟོད་བུད་མེད་དེའི་བྱད་གཟུགས་ལ་མིག་ཟེམ་ཟེམ་གྱི་སྒོ་ནས་བལྟས། འཛིལ་ལི་ཅན་གྱི་མགོ་སྐྲ་དང་། པིར་གྱིས་བྲིས་པའི་སྨིན་མ། མཚལ་གྱིས་བྱུགས་པའི་མཆུ་སྒྲོས། སྣོམ་བྱེད་ཀྱི་དབང་པོ་སྦྲིད་པར་བྱེད་པའི་ལུས་ཀྱི་དྲི་བསུང་། རྒྱབ་ཚོས་རྗེན་པར་དོད་པའི་སྨད་གོས་སོགས་མཐོང་འཕྲལ་ཨ་མ་རྒན་མོ་ཧ་ལས་སོང་། མནའ་མས་ཤེལ་ཕོར་གཡའ་དག་པ་ཞིག་ཏུ་ཇ་བླུགས་ཏེ་ཕོ་མོའི་མདུན་དུ་བཞག་སྟེ"ཨ་ཡེ། ཇ་ཐུངས"ཞེས་ཇ་དྲངས།

ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་ཐང་གི་ཏ་ལེན་དེ་བླངས་ནས་འཐོལ་ཁྲིའི་སྟེང་དུ་བཞག་རྗེས། བུ་དང་མནའ་མ་ལ་ལེགས་སྐྱེས་སུ་ཁྱེར་ཡོང་བའི་མར་དང་། ཕྱུར་བ། རྩམ་པ་བཅས་ལེན་གྲབས་བྱེད་པའི་དུས་དེར། མནའ་མ་བརྒྱུགས་ཡོང་སྟེ་ཏ་ལེན་འཐོལ་ཁྲིའི་སྟེང་ནས་སར་ལེན་བཞིན"འདི་མི་སྡོད་ས་ཡིན་པ་ལས་ཏ་ལེན་འཇོག་ས་མ་རེད"ཅེས་འཐོལ་ཁྲི་ལན་འགར་སྒྲུགས་པ་ན། ཕུར་ཚོས་ཚོ་མོར་མིག་བརྡ་ཞིག་བསྟན་ནས་ན་རེ"ཨ་མ་ལགས། ངེད་གཉིས་ལ་ཟ་རྒྱུ་འཐུང་རྒྱུའི་ཕྱོགས་ལ་དཀའ་ངལ་མེད་པས། ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་དག་ཁྱེར་ཡོང་ནས་ཅི་བྱེད"ཅེས་བཤད་པར། ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་ཀྱིས་ཞལ་འཛུམ་དང་"ཕུར་ཚོ། ཟས་ཞིམ་པོ་ཀ་ར་བུ་རམ་ཡིན་ཀྱང་། ཡུན་རིང་བ་སྲུང་དཀར་རྩམ་པ་རེད། མར་དང་རྩམ་པ་མ་ཟོས་པར་ལོ་མང་འགོར། ཁྱོད་ཚུང་དུས་ཨ་མའི'པ་པ'ཟ་རྒྱུར་དགའ་བ་མིན་ནམ"ཞེས་ཟེར། མནའ་མས་ཕུར་ཚོ་ལ་མཐོང་ཚུང་གིས་ཚོང་དགོད་ཅིག་བྱས། ཨ་མས་རྩམ་པ་དང་མར་ཕྱུར་ཕྱིར་ཕྱུངས་ཏེ་ཏ་ལེན་གསར་པ་དེ་བུ་ཡི་མདུན་དུ་ཕྲར་ནས"འདི་ནི་ཨ་མས་ཁྱོད་ལ་བཟོས་པའི་ཏ་ལེན་ལྷ་པ་ཡིན། སྔོར་ཨེ་འབབ་གི"ཅེས་བཤད་པར། ཕུར་ཚོས་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པའི་ངང་སྐྱོ་དགོད་ཅིག་བྱས་ཏེ་མགོ་བོ་ལྡོག་ཙམ་བྱས། ཚོ་མོས་སྐབས་ཡང"ཨ་མས་ཁྱོད་ལ་བསྐུར་བའི་ཏ་ལེན་དེ་དག་བེད་ཆོད་སོང་ངམ། རལ་མེད་དམ"ཞེས་དྲིས་པ་ན། ཕུར་ཚོས"མེད་མེད། ཐེད་མེད། ད་རུང་སོ་མ་ཡིན"ཞེས་ཟེར། ཨ་མ་དགའ་སྤྲོའི་ངང"ཨ་སྐྱིད་པ་ལ། ཁྱོད་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་ཁར་ཨ་མ་ལ་ཏ་ལེན་སོ་མ་ཞིག་ཀྱང་སྟེར་རྒྱུ་མེད། ད་སེམས་བདེ་སོང"ཟེར།

བུ་དང་འཕྲད་བྱུང་། མནའ་མ་མཐོང་སོང་། ཨ་མ་རྒན་མོ་འདིའི་ཡིད་ཀྱི་འདོད་པ་གྲུབ་སོང་། ཡིན་ནའང་། ཚོ་མོའི་སེམས་སུ་སྐྱོ་སྣང་ཞིག་ཀྱང་དབང་མེད་དུ་སྐྱེས། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ། ཧང་སངས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཨ་མ་རྒན་མོ་འདིའི་མིག་མདུན་དུ་བྱུང་བ་ནི། ཚོ་མོའི་སེམས་ལས་གྲུབ་པའི་ཏ་ལེན་དེ་དག་བུ་ཡི་དཔེ་ཆ་འཇུག་བྱེད་ག་ལ་བྱེད། བུ་དང་མནའ་མའི་མལ་ཁྲིའི་གདན་འོག་ཏུ་བཏིང་འདུག ཚོ་མོ་ཡིད་ཐང་ཆད་པའི་ངང"ཕུར་ཚོ། ཨ་མས་བསྐུར་བའི་ཏ་ལེན་འདི་དག་ཁྱོད་ལ་ཉལ་གདན་དུ་བྱིན་པ་མིན་ཡ"… ཞེས་ཟེར་བར། ཕུར་ཚོས་ཅི་མི་སྙམ་པའི་ངང་ནས"ཨ་མ། དེང་སྐབས་གྲོང་ཁྱེར་དུ་ཏ་ལེན་བཀོལ་མཁན་སུ་ཡོད། ཁྱེད་གླེན་མ་རེད། གོ་ཁུག་གང་ཡག་གང་མཛེས་མི་བཀོལ་བར། བལྟས་ན་མིག་ལ་བཙོག་པ། ཁུར་ན་དགོད་བྲོ་བའི་ཏ་ལེན་གྱིས་ཅི་བྱ། འོན་ཀྱང་ཨ་མ་ལགས། ཏ་ལེན་འདི་དག་ངེད་གཉིས་ཀྱི་གདན་ལ་ཏ་ཅང་འོས། དེང་ཕྱིན་ཆད་བལ་ཕྲུར་ཡག་པོ་རེ་འཐག་ཨེ་ཐུབ་ལྟོས"ཞེས་ཟེར།

གཏམ་ལ་སོ་མེད་ཀྱང་མི་སྙིང་དུམ་བུར་གཏོང་ཐུབ་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར། བུ་ལ་ཐོགས་པའི་མ་སེམས་དེ་ཇོ་ལ་ཐོགས་པའི་བུ་སེམས་ཀྱིས་བཅོམ།

བུ་ཕུར་པོའི་གམ་ནས་ཕྱིར་རང་ཡུལ་རྒྱ་ཐང་དུ་སླེབས་མ་ཐག་ཨ་མ་ཀུན་གྲུབ་མལ་སར་ལྷུང་སོང་།

ཟླ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ། ཨ་མ་བགྲེས་མོ་དེ་ཡར་ལངས་ཏེ། སླར་ཡང་བལ་སྐུད་ཀྱི་སྐལ་མ་བཀྲམ་ནས་ཐགས་འཐག་གིན་འདུག

ཚིག་འགྲེལ།

ཏ་ལེན། → རྟ་སྣའི་ཐོག་གཟར་རྒྱུའི་ལམ་ཆས་བླུག་སྣོད་སྒྲེ་མགོ་སྦྲེལ་ཞིག ཡུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་རྟ་སྒྲོ་དང་གན་མདའ་ཟེར་བ་ཡང་ཡོད།

ཨ་ཤི་རེ་ཧོ། → ཨ་ཁ་ཁ་ཞེས་པའི་དོན།

ཚོལ་དྲིག → སྨུམ་དྲིག་ལ་གོ

མཧོ་རྒྱུ་ཨེ་རེད། → དགོས་མཧོ་ཨེ་ཡོད་ན།

གོ་ཁ། → ཐབ་འཁྲམ་གྱི་གོ་ཐལ་འདོན་ས།

ཙུ་གཉིས། → ངེད་གཉིས་ལ་ཟེར།

ཨ་ཡེ། → ཨ་མདོའི་ཡུལ་སྐད། རྫ་མོ་ལ་གོ་དགོས།

གན། → ཕ་གི་དང་དེ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

པ་པ། → རྩམ་པའི་མིང་།

ཐལ། → ཨ་མདོའི་སྐད་དུ་ཚིག་གང་ཉུང་ཞིག་གི་མཐར་སྦྱར་ན་རེད་དང་འདུག་བཅས་ལ་གོ

ཐེད། → རལ།

སོ་མ། → གསར་པ།

ནེམ་གྱིལ་ལེར། → སྒྲིར་ནེམ་ནེ་གྱོང་བའི་ལྷོག་ཟླ་སྙི་ཞིང་འབོལ་བ། འདིར་འབོལ་སོབ་སོབ་ལ་གོ

སྣོམ་བྱེད་དབང་པོ། → སྣ་ལ་གོ

རྐུབ་ཚོས། → འཕོངས་ཤའམ་ཨོང་དོ་ཡིན།

པི་པི།

ཧྥུ་རན་ཁེ་ལིན་(༡༧༠༦—༡༧༩༠)ཨ་མེ་རི་ཀའི་འབྱོར་ལྡན་གྲལ་རིམ་གྱི་གསར་བརྗེའི་དུས་སྐབས་ཀྱི་མང་གཙོ་རིང་ལུགས་པ་དང་། ཚན་རིག་པ་ཞིག་ཡིན། མིང་གྲགས་ཆེ་བའི་རང་བཙན་བསྒྲགས་གཏམ་འབྲི་བར་ཞུགས་མྱོང་།

ཡང་དག་པའི་མི་ཚེའི་ལྟ་བ་དང་རིན་ཐང་གི་ལྟ་བ་འཛུགས་རྒྱུ་ནི། མི་ཚེ་དོན་ལྡན་ཡོང་བའི་རྩ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ཡིན། རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་རྩོམ་པ་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མྱོང་བ་དངོས་སྦྲུབ་བྱེད་དུ་བཀོད་ནས། འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་དོན་དངོས་མི་འདྲ་བ་དྲུག་བསྒྲུབ་བྱར་དྲངས་ཏེ། བྱ་དངོས་ཀྱི་རིན་ཐང་དཔག་མ་ཐུབ་ཚེ། ལུས་སེམས་ངལ་ཞིང་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་གནས་ལུགས་བསྟན་ཡོད། སློབ་ཚན་ཡང་ཡང་བཀླགས་ཏེ༑ གནས་ལུགས་དེ་རྟོགས་ཐུབ་པར་བྱེད་དགོས།

པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་གཏོང་མི་ཉན། ང་རང་ལོ་བདུན་ལ་སོན་པའི་སྐབས་སུ། དུས་ཆེན་ཞིག་ལ་གཉེན་ཉེ་སྤུན་མཆེད་ཚོས་ང་ལ་དོང་ཙེ་མང་པོ་གནང་བྱུང་། ངས་དོང་ཙེ་དེ་དག་ཁྱེར་ནས་བྱིས་པའི་རྩེད་ཆས་ཚོང་ཁང་གི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱུགས་པ་ཡིན། ལམ་བར་དུ་ངས་ལག་ཏུ་པི་པི་འཁྱེར་བའི་བྱིས་པ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། པི་པི་དེས་ངའི་སེམས་དབང་མེད་དུ་འཕྲོག་པས། དོང་ཙེ་ཡོད་ཚད་པི་པི་དེ་དང་བརྗེས་པ་ཡིན། ཁྱིམ་དུ་འབྱོར་སྐབས། ངས་དགའ་མགུ་ཡིད་ཆེམ་གྱིས་པི་པི་དེ་འབུད་ཀྱིན་ཁང་པ་གང་སར་སྐོར་བ་བརྒྱབ་པ་ན། ནང་མི་ཚོས་དེ་ལས་ལྷག་སྔེ་སྲུན་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ངའི་ཕུ་བོ་དང་ཨ་ཅེ་ཚོས་ངའི་ཉོ་ཚོང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཤེས་པའི་རྗེས་སུ། ཁྱོད་ཀྱིས་པི་པི་དེར་མ་གོང་ལས་ལྷག་བཞིས་མང་བའི་རིན་གོང་སྤྲད་པ

རེད་ཟེར། ཁོ་ཚོའི་ལབ་གླེང་ལས་ངས་རིན་གོང་འཕར་མ་སྨྲད་པའི་དངུལ་དེས་ཅ་ལག་གཞན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཉོ་ཐུབ་པ་ཤེས་བྱུང་། དེ་ལྟར་ཚང་མས་ངའི་གླེན་རྟགས་ལ་ཁྲེལ་དགོད་བྱས་པས། ངར་འགྱོད་གདུང་དྲག་པོས་རབ་ཏུ་མནར་ཏེ་ངུ་ཤོར་བྱུང་། ངས་བསམ་བློ་ཇི་ལྟར་བཏང་ནའང་། པི་པི་དེས་ང་ལ་བདེ་བ་ལས་སྡུག་བསྔལ་མང་པོ་ཁྱེར་ཡོང་འདུག

འོན་ཀྱང་རྗེས་སུ་དོན་དེས་ང་ལ་ཕན་མང་དུ་ཐོགས་བྱུང་བས། ངའི་དྲན་འཛིན་གྱི་མེ་ལོང་ལས་དོན་དེ་ནམ་ཡང་ཡལ་ཐབས་མེད། དེ་བས་ངས་ནམ་རྒྱུན་དགོས་མཁོ་དེ་འདྲ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཉོ་བའི་དུས་སུ། རང་གིས་རང་ལ་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་འགྲོ་སོང་མང་པོ་གཏོང་མི་རུང་ཞེས་ཡང་ཡང་དྲན་སྐུལ་བྱས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་དངུལ་མང་པོ་ཞིག་གྲོན་ཆུང་བྱེད་ཐུབ་སོང་།

ང་རང་ནར་སོན་ནས་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་བཤུལ་ལམ་རིང་མོ་བརྒྱུད་པའི་སྐབས་སུ། མི་ཆེའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བརྟགས་ཚེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ངོ་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་མི་མང་པོས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་གཏོང་གིན་ཡོད་པར་སྣམ།

༡) དེ་ཡང་མི་འགའ་རེས་གནང་སྦྱིན་གསོལ་རས་ཐོབ་ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཚེ་ཧྲིལ་པོ་བློས་བཏང་ནས་དབང་ཆེན་དཔོན་པོའི་རྐུབ་གཡོག་རྒྱུགས་པ་དང་། དཔོན་པོའི་གཟིགས་སྐྱོང་ཐོབ་ཐབས་བྱེད། འདི་འདྲའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་མི་དེ་ཚོས་རང་གི་རང་དབང་དང་ཀུན་སྤྱོད། ཐ་ན་གྲོགས་པོ་ཡང་རྩིས་མེད་དུ་གཏོང་བ་ཡིན། ངས་སྣང་ཚུལ་དེ་མཐོང་སྐབས། མི་དེས་ཀྱང་རང་གི་པི་པིའི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་རང་གིས་རང་ལ་བཤད།

༢) ཡང་གཅིག་གིས་སྙན་གྲགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རང་བསྒྲིམས་ཀྱི་ལས་འགན་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱུར་ཏེ། སྒྱུ་བ་ལྟར་དཔོན་ལམ་འཚོལ་བའི་སྣང་ཚུལ་དེ་མཐོང་དུས། ངས་སེམས་ནས་མི་དེས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

༣) ངས་མི་སེར་སྣ་ཅན་ཞིག་གིས་རྒྱུ་ནོར་གསོག་ཕྱིར་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པའི་འཚོ་བ་དང་། གཞན་ཕན་གྱི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྲོ་སྣང་། ཡུལ་མི་སྤྱུན་མཆེད་ཀྱི་བརྩེ་འཛོག དྭངས་གཙང་ལྷད་མེད་ཀྱི་མཛའ་བརྩེའི་ལ་རྒྱ་སོགས་རིང་དུ་དོར་བའི་གནས་ཚུལ་ཐོས་སྐབས། ངས་སྙིང་རྗེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མི་ལགས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

༤)　སྐྱིད་འདོད་ཆགས་སྲིད་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་མི་འགའ་རེས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣེད་དཀའི་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་དེར་ལེགས་བྱས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅི་ཡང་འཐོབ་འདོད་མེད་པར།　གཡེམ་གྱི་ལས་ལ་སྲིད་ཅིང་ཞེན་ཏེ་ཐ་ན་རང་གི་ལུས་རྟེན་དེ་ཡང་བརླག་པར་བྱེད། ངས་མི་དེ་འདྲ་མཐོང་སྐབས། ཀྱི་ཧུད་ལམ་ལོག་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མི་ལགས། ཁྱོད་ཀྱིས་དངོས་གནས་བདེ་བ་སྤངས་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་དང་དུ་བླངས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

༥) ཡང་མི་འགའ་རེས་བྱད་བཞིན་གྱི་ཉམས་མདངས་དང་། རྒྱན་གོས་ཀྱི་མཛེས་ཆ། སྡོད་ཁང་གི་བཀོད་པ། ཅ་ལག་གི་རྒྱུ་སྤུས། སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་མཛེས་ཆ་ལ་སོགས་ཕྱི་ཚུལ་ཙམ་ལ་ཆགས་ཞེན་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནི་རང་གི་ཡོང་འབབ་ལས་ཆེས་ཚད་བརྒལ་ལོ། །དེ་དག་ཐོབ་པར་བྱེད་ཆེད་དུ་བུ་ལོན་བླངས་པས་ན། མཐའ་མར་བུ་ལོན་འཇལ་མ་ཐུབ་པར་བཙོན་དུ་ལྷུང་བ་རེད། ངས་མི་དེ་འདྲ་མཐོང་སྐབས། དཀོན་མཆོག་གིས་མཁྱེན། མི་དེས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

༦)　གཉིས་རྒྱུད་འཛམ་པའི་བུད་མེད་མཛེས་མ་ཞིག་སྙིང་རྗེ་བྲལ་བའི་ཁྱོ་ག་གཏུམ་སྤྱོད་ཅན་ཞིག་དང་གཉེན་སྒྲིག་པ་མཐོང་སྐབས། ངས་ཅི་འདྲའི་ཡིད་ཕངས་པ་ལ་ཨང་། མོས་ཀྱང་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་སོང་ཞེས་བརྗོད།

མདོར་ན། ཕོ་བོའི་བསམ་པར་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཕལ་མོ་ཆེ་ནི། འགྲོ་བ་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་དངོས་ཀྱི་རིན་ཐང་མ་རྟོགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་ནི་པི་པི་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་འགྲོ་སོང་བཏང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་སྙམ།

མཆོད་མཇལ་འགྲོ་བ།

སངས་རྒྱས་དོན་འགྲུབ། གོ་བལ་བྱུར།

ལྷ་ས་ཞེས་འབོད་པ་དེ་ནི་ལྷ་ཡུལ་ས་ལ་འཕོས་པ་ལྟར་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྡུག་པར་མ་ཟད། ཆོས་ཀྱི་དྲི་བཟང་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་འཐུལ་བའི་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སྔོན་བོད་ཀྱི་བཙན་པོའི་སྐབས་བཞེངས་པའི་ལྷ་ཁང་དང་དགོན་པ། གཟི་འོད་རབ་ཏུ་འཕྲོ་ཞིང་འཁྱིང་ངེར་གནས་པའི་ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་སོགས་ཡོད་པ་བོད་མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་ཡོངས་སུ་འབྲུག་ལྟར་གྲགས་ཡོད།

ང་ཚོ་སོ་ནམ་པའི་མི་ཚང་ཕལ་བ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ལྷ་ས་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་ རྣ་བས་གོ་རྒྱུང་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་མིག་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་རྒྱུང་མེད་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་མཆོད་མཇལ་ཐེངས་གཅིག་འགྲོ་བའི་བསམ་པ་སྔ་ས་ནས་སྐྱེས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཨ་ཕས་ལོ་སྔོན་མ་ནས་བཟུང་དགུན་གྱི་གྲང་ངར་དང་དབྱར་གྱི་ཚ་གདུང་ལ་མ་འཛེམས་པར་ཞོར་ལས་ལ་སོང་བའི་གླ་ཕོགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་ནང་མི་ཚང་མ་འགྲོ་རྒྱུའི་ལམ་གླ་ཡང་མི་འདང་བས། ཐབས་བརྒྱ་ཇུས་སྟོང་གིས་ཤ་ཉེ་གཉེན་འབྲེལ་སོགས་ལ་གཡར་ནས་འདང་ཙམ་བྱུང་བར་བརྟེན། དུས་བཟང་ཚེས་བཟང་གི་ཉིན་མོ་ཞིག་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཁྱིམ་ནས་ཐོན་པ་ཡིན། ཟི་ལིང་ནས་མེ་འཁོར་ནང་བསྡད་དེ་ཆོས་ལྡན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལྷ་སའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། ལྷ་སར་མ་སླེབས་པའི་ལམ་བར་དུ་བསམ་བློ་དྲུག་གཉིས་

བཅུ་གཉིས་འཁོར་ཏེ་མཚན་ལ་གཉིད་ཀྱང་ཁུག་མ་བྱུང་།

ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པར་དངོས་སུ་ལྷ་སར་སླེབས་སོང་། ཐོག་མར་མཇལ་བ་ནི་རྩེ་ཕོ་བྲང་དམར་པོ་དེ་ཡིན་མོད། ཁྲོམ་ར་ཀུན་ཏུ་མི་ཚོགས་མང་པོ་གྲོག་ཚང་བརྫོལ་བ་ལྟར་ལག་གཡས་སུ་མ་ཎི་འཁོར་ལོ་དང་གཡོན་པར་ཕྲེང་བ་བཟུང་མེད་མཁན་ཞིག་ཕལ་ཆེར་མི་འདུག མི་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེས་ང་ལ་དངོས་གནས་ཆོས་ལྡན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་རེད་འདུག་བསམ་པའི་ཚོར་བ་ཤུགས་ཆེར་སྐྱེས་བྱུང་།

དེ་ནས་ང་ཚོས་རིན་གོང་རན་པའི་མགྲོན་ཁང་ཞིག་གླས་རྗེས་བློ་བདེ་བག་ཕེབས་ངང་རིམ་བཞིན་ཐོག་མར་ཕོ་བྲང་པོ་ཏ་ལར་མཆོད་མཇལ་དུ་སོང་བ་ཡིན། ཅི་འདྲའི་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་ཕྱིའི་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་མིག་གི་ལོངས་སྤྱོད་དུ་དངོས་སུ་ཐོབ་པ་ན། སྔ་མོའི་བོད་ཀྱི་རྫོ་བཟོའི་ལག་རྩལ་གང་འདྲ་ཡོད་མེད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་ལྷང་ངེར་འཁོར་བྱུང་། ནང་དུ་སོང་ནས་གསེར་གདུང་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་དང་༧གོང་ས་སྐུ་ཕྲེང་རིམ་བྱོན་གྱི་བཞུགས་ཁྲི། ཆོས་རྒྱལ་སྒྲུབ་ཕུག་སོགས་ལ་མཇལ་དུས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྗེས་ཤུལ་རང་བཞིན་གྱིས་རྟོགས་བྱུང་། དེར་མ་ཟད་ཨ་ཕས་ང་ལ་སྐད་མགོ་དམའ་མོས་༧རྒྱལ་མཆོག་སྐུ་ཕྲེང་བཅུ་བཞི་པའི་སྐོར་ཙུང་ཟད་ལབ་པ་ངའི་དྲན་པའི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་ད་ལྟ་ཡང་བརྗེད་མེད། དེ་ནས་ང་ཚོའི་དུས་ཚོད་དམ་འཛིན་གྱིས་ཕྱི་དྲོར་ར་མོ་ཆེ་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་ཞིབ་ཏུ་མཇལ་རྗེས་ཤིས་སྨོན་བཟང་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ཡིན། དེའི་རྗེས་དགོན་ཆེན་སེ་འབྲས་དགའ་གསུམ་ལ་མཇལ་ཞིང་། གྲྭ་པའི་གྲངས་འབོར་དང་དགོན་པའི་རྒྱ་ཁྱོན། ནང་གི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་སོགས་ཀྱིས་རང་རེ་ཁ་བ་ཅན་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཐོག་མ་མིན་ཡང་གཉིས་པ་ཡིན་བསམ་པའི་ཚོར་བ་དང་བཅས་སྤོབས་པ་ཡང་ཤུགས་ཆེར་སྐྱེས་བྱུང་།

བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ལྷ་ས་ནས་ལམ་ཐག་ཙུང་རིང་བས་ང་དང་ཨ་ཕ་གཅིག་པུ་སྐབས་བདེ་ལྡངས་འཁོར་ཞིག་གླས་ནས་སོང་བ་ཡིན། དངོས་སུ་སླེབས་རྗེས་དང་པོར་མཇལ་བ་ནི་རྒྱ་གར་དང་བོད་པ། རྒྱ་ནག་གསུམ་གྱི་ལུགས་སུ་བཞེངས་པའི་བཟོ་བཀོད་དེ་མཐོང་བྱུང་། དེ་ཡང་ཕ་ཡུལ་ནས་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་དུས་རྒྱའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནོན་ཤུགས་འོག་སློབ་དེབ་ཐོག་ནས་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་སྦྱངས་ཐུབ་མེད་ནའང་། ད་ལྟ་དངོས་སུ་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་མཐོང་དུས་བཙོས་མིན་གྱི་

དགའ་སྣང་ཞིག་ངང་གིས་སྐྱེས་ཡོང་།

བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་མཇལ་ཁ་ཞུས་རྗེས་སླར་མགྲོན་ཁང་དུ་ལོག་ནས་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་འཁྱམས་ནས་སྡོད་དུས། གློ་བུར་དུ་ཨ་ཕས་ང་ཚོ་མི་ཤེས་པའི་མི་ཞིག་འཁྲིད་ཡོང་སྟེ། ང་ལ་བསླབ་བྱ་གང་མང་ཞིག་བརྒྱབ་རྗེས་ཐ་མ་དེར། "གཅེས་ཕྲུག་རྒྱ་གར་དུ་སླེབས་རྗེས་ཁྱེད་རང་ལ་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད། དེ་ནི་ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་སློབ་སྦྱོང་ལ་ཧུར་ཐག་བྱེད་དགོས"ཞེས་གསུངས་བྱུང་། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་ང་ཚོ་མི་ཤེས་པའི་མི་དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སླེབས་ས་ནི་རྒྱ་གར་ཡིན་པ་ཤེས་སོང་། དེང་སྐབས་ཞིབ་འདང་ཞིག་རྒྱག་དུས་ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྟ་ས་ནས་མཆོད་མཇལ་ཕྱིན་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་ང་རང་འཕགས་ཡུལ་དུ་གཏོང་འདོད་ཀྱི་གྲ་སྒྲིག་ཡོད་པ་གཞི་ནས་རྟོགས་སོང་། ཡིན་ནའང་ངས་ཕ་མ་གཉིས་ལ་འཁང་ར་ཟེར་བ་དེ་དུས་ནམ་ཡང་མི་བྱེད། དེ་དག་ཚང་མ་ངའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ཤེས་ཡོད། ལྷ་སར་མཆོད་མཇལ་དུ་སོང་བ་དེ་ནི་ང་བཅོ་ལྔན་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དུས་ཤིག་ཡིན་པས་ངའི་དྲན་པའི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་རྗེ་ལ་རི་མོ་བཀོས་པ་ལྟར་བརྗེད་ག་ལ་སྲིད།

རྩོམ་ཡིག་དཔྱད་མཆན།

རྩོམ་ཡིག་འདི་ནི་བྱ་བ་གཙོ་བོར་བརྗོད་པའི་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ཡིན། བརྗོད་དོན་གྱི་ཆ་ནས་དུས་མཚམས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཆོག་སྟེ། དུས་མཚམས་དང་པོའི་ནང་མཆོད་མཇལ་བྱ་ཡུལ་མདོར་བསྡུས་ཀྱིས་མཚམས་སྦྱར་ཏེ་སྤྱི་ནས་བྱེ་བྲག་ལ་ཕྱོགས་པའི་འབྲི་ཐབས་སྤྱད་དེ་རྩོམ་འགོ་གླིང་ཡོད། དུས་མཚམས་གཉིས་པའི་ནང་རང་ཉིད་ཕ་ཡུལ་ནས་ལྷ་སར་ཇི་ལྟར་སོང་བའི་ལམ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་དང་དབུས་ཁུལ་གྱི་མཆོད་མཇལ་བྱ་ཡུལ་གཙོ་བོ་དག་སྟབས་བདེའི་མཚམས་སྦྱོར་དང་འབྲེལ་མཆོད་མཇལ་སྐབས་ཀྱི་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་བྲིས་ཡོད་པས་ཡུལ་སྐོར་ཐེན་པོ་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་ལྡན། དུས་མཚམས་གསུམ་པའི་ནང་ཨ་ཕས་རང་ཉིད་རྒྱ་གར་དུ་མངགས་ཤིང་དེ་ཡང་སློབ་སྦྱོང་གི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་བཟུང་རང་ཉིད་བྱམས་ལྡན་གྱི་ཕ་མར་ཁ་བྲལ་བས་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་མཆོད་མཇལ་ཐེངས་གཅིག་པོ་དེ་ནམ་ཡང་བརྗེད་དཀའི་འདས་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་འབྲེལ་བརྗོད་དང་བཅས་ཏེ་རྩོམ་ཡིག་གི་མཇུག་བསྡུས་ཡོད།

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་ཡུལ་གང་ཞིག་ཏུ་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་ཇི་ལྟར་བསྒྲུབས་ཏེ་མཐར་མཇུག་འབྲས་ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་སོགས་ཇི་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ལ་ཚང་དགོས་པའི་ཆ་རྐྱེན་དག་དགོས་མཐོ་ལྟར་ཉིད་བསྡུས་ཀྱིས་བཀོད་པ་འོས་ཤིང་འཚམ་ལ་དུམ་མཚམས་དབྱེ་སྟངས་དང་། ཪྩོམ་གྱི་འགོ་གླེང་སྟངས་དང་མཇུག་སྡུད་སྟངས། ཁོར་ཡུག་དང་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཚོར་མཚོན་ཐབས་སོགས་ཏ་ཅང་ལེགས།

ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བསམས་ན། རྩོམ་བྱང་ལ་ཡིད་འཇོག་ཆེན་པོ་བྱས་མེད་པ་འདྲ། གང་ལྟར་ལོ་ཆུང་སློབ་མ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་འདི་འདྲའི་རྩོམ་ཡིག་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲིངས་པ་ནི་ཅི་ནས་ཀྱང་བསྔོད་པར་འོས་པའི་ཡུལ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

ཆར་བར་གཡོལ་བ།

འདི་ལོའི་དབྱིད་ཀར་ང་གྲོ་མོར་སྐྱོད་སྐབས་ལམ་བར་དུ་ཆར་པ་འབབ་བཞིན་འདུག   དབྱིད་ཀྱི་ཆར་པ་གསེར་ལས་དཀོན་ཞེས་ཟེར་སྲོལ་ཡོད།   སྐབས་དེར་གྲོ་ཞིང་ལ་སོན་འདེབས་པའི་དུས་ཡིན་པས་དབྱིད་ཆར་ཟིམ་པོས་བཏང་པ་ནི་ལོ་ཡག་གི་རྩ་བ་ཚུགས་ཐུབ་པའི་རྟགས་མཚན་ཡིན།

མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆར་པ་ལ་གཡོལ་ཕྱིར་ལམ་བུའི་འཁྲིས་ཀྱི་སྤྱིལ་བུའི་འོག་ཏུ་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་འཛོམས་ཡོག དགོད་སྒྲའི་ཁྲོད་དུ་ཐེངས་འདིའི་ཆར་པའི་དགེ་མཚན་གླེང་བ་དང་། ལ་ལས་ཉི་གདུགས་ཡོག་གི་ཆར་ཆུ་དཀྲུགས་ཤིང་།   ལ་ལས་སྟོད་གོས་ཕུད་ནས་གྲིབ་སྐམ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པས། སྤྱིལ་བུ་དེ་དར་ཅིག་རིང་གུ་དོག་ལ་ཙ་ཅོའི་སྒྲས་ཁེངས་སོང་།

ཆར་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྐབས་དེར་ལོ་ན་བཅོ་བརྒྱད་བཅུ་དགུ་ཙམ་ལ་སོན་པའི་ལང་ཚོ་མ་ཞིག་སླེབས་སོང་བ་དེའི་གྱོན་པ་ཡང་ཆར་པས་སྦངས་ཏེ། ཤ་ཆ་འཕྲད་དེ་ཆ་ཐིགས་འཛད་མེད་དུ་ལྷུང་། དཔྲལ་བའི་ཐོག་གི་སྐྲ་རྣོན་གྱེན་དུ་དལ་བུའི་ངང་ནས་ཐྱིལ་ཐྱིལ་བྱེད་པ་ལས། གྱོན་པའི་ཆུ་དང་རྐང་པའི་འདམ་བག་རང་སོར་བཞག་སྟེ་ཆར་པས་མི་སྦངས་ཙམ་གྱི་སྨྱིལ་བུའི་ཟུར་ཞིག་ཏུ་ཁ་ཁུ་སིམ་མེར་ལངས་ནས་བསྡད། ལང་ཚོ་མ་དེའི་མིག་འབྲས་དྭངས་ཤིང་གསལ་ལ་སྒྱོད་བཟང་གི་ཉམས་འགྱུར་ཡང་མངོན་གྱི་འདུག

མཁའ་དབྱིངས་ནས་སྤྲིན་སེར་ཐོན་ཏེ་ཆར་ཐག་ཆོད་འཕྲལ་མི་རྣམས་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་ལམ་དུ་བཞུད། ལང་ཚོ་མ་དེས་ནམ་མཁའ་ལ་ལྟ་བཞིན་རང་སོར་བསྡད་དེ“གྲོགས་པོ་ཚོ། ད་དུང་ཆར་པ་འབབ་ཀྱི་རེད།” ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་མི་རྣམས་བྲེལ་འཚུབ་དང་སོང་སྟབས་མང་ཆེ་བས་མ་ཐོས། གོམ་པ་ཉིས་བརྒྱའི་སར་ཡང་མ་སླེབས་ཙམ་དུ་སླར་ཡང་དྲག་ཆར་བབས་སོང་།

ཚང་མ་གད་མོ་དགོད་བཞིན་སླར་ཡང་སྨྱིལ་བུའི་འོག་ཏུ་འདུས་ཤིང་། སྟོད་ས་གཏན་ཁེལ་མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་སྟེར་བས་འཚང་ཁ་ཆེ་སྟབས་ལང་ཚོ་མ་དེས་འཚང་ཁ་མ་བརྒྱབ་པར་ཐོག་མའི་སྟོད་ས་དེར་ཁ་ཁུ་སིམ་མེར་ལངས་ནས་བསྡད། མི་རྣམས་ཀྱིས་དེར་དོ་སྣང་བྱུང་སྟེ་གླེང་མོལ་འདི་ལྟར་བྱས།

“གཞོན་ནུ་མ་ཁྱོད་ད་གིན་ལམ་དུ་མི་བཞུད་པ་ཅི་ཡིན།” ཞེས་དྲིས་སོང་བར། དེས་ན་རེ། “ནམ་མཁའ་ལ་སྤྲིན་པ་སེར་པོ་ལེབ་མོ་གཉིས་ཐོན་པ་མཐོང་བྱུང་། དེ་ནི་དྲག་ཆར་འབབ་ཐུབས་ཡོད་པའི་རྟགས་རེད”ཅེས་སྨྲས།

ཡང་མི་ཞིག་གིས“འདི་རྒྱུད་ལ་དཔྱིད་དུས་སུ་ཆར་པ་མང་པོ་འབབ་ཀྱི་རེད”ཅེས་བརྗོད་པས། དེར་གཞོན་ནུ་མ་དེ་བློ་མོས་མ་བྱུང་བར“སྤྱིར་བཏང་ས་ཁུལ་འདིར་ཆར་པ་ཞུང་། ན་ནིང་ཟླ་བ་བཞི་པའི་ཚེས་གཅིག་ནས་བཅུ་གཉིས་བར་ཆར་པ་བབས་མེད། ཚེས་བཅུ་གསུམ་ཉིན་མོར་སོར་མོ་བཞི་ཙམ་ཚོས་པའི་ཆར་པ་ལས་བབས་མེད།” ཅེས་བརྗོད་པས་སྐབས་དེར་གཞོན་པ་ཞིག་གིས“དེ་འདྲ་ཡིན་ཚེ་ན་ནིང་ཟླ་བ་བཞི་པའི་ཚེས་བཅུ་བཞི་ཉིན་གྱི་གནམ་གཤིས་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།” ཞེས་དམིགས་བཀར་གྱིས་དྲི་བ་བཏོན་པའི་ལན་དུ། གཞོན་ནུ་མ་དེས“དེ་ཉིན་ཞོགས་པ་གནམ་དྭངས་པ་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྲིན་པ་ཇེ་མང་དུ་གྱུར་པ་རེད།” ཅེས་བཤད། ཡང་དེས་ན་

རེ༑ “ཆོས་བཅོ་ལྔ་ལ”ཞེས་དྲིས་པས། གཞོན་ནུ་མ་དེས“གནམ་འཕིབ་སྟེ་དགོང་དྲོ་ཕྱོ་ནུབ་ནས་ལྷགས་པ་རིམ་པ་དྲུག་བརྒྱབ”ཅེས་བཤད། ཡང་གཞོན་པ་དེས། “ཆོས་བཅུ་དྲུག་ཉིན་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ”ཞེས་མཐར་གཏུགས་ནས་དྲིས་པར། གཞོན་ནུ་མས། “དེ་ཉིན་ནས་གནམ་དྭངས་ཤིང་། ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆོས་བདུན་ལ་གཞི་ནས་ཆར་པ་འབབ་ཚད་སོར་མོ་བཅུ་ཟིན་འདུག”ཅེས་ལན་བཏབ།

གཞོན་ནུ་མ་དེ་དྲན་ཤེས་བརྟན་པ་ལ་ཨང་། སྔ་ལོའི་ཟླ་བ་རྣམས་མེ་ལོང་དུ་གསལ་བ་ཇི་བཞིན་ལན་ཐོགས་པ་མེད་པར་འདེབས་ཐུབ་སྟབས། མི་རྣམས་ཧ་ལས་ཤིང་ཡི་རངས་ནས་སྐད་ཆ་འདྲི་མཁན་ཡང་ཇེ་མང་དུ་སོང་། ལ་ལས“གཞོན་ནུ་མ་ཁྱེད་གནམ་གཤིས་བརྟག་དཔྱད་ཁང་གི་ལས་བྱེད་ཡིན་ནམ།” ཞེས་དྲིས་པས། དེས་ན་རེ། “ཡིན། ང་གནམ་གཤིས་བརྟག་དཔྱད་ཁང་གི་བརྟག་དཔྱད་པ་ཡིན།” ཞེས་སྨྲོང་པོར་བཤད་དོ། །

མཚན། བོད་ནང་གི་སློབ་ཆུང་དེབ་དགུ་པ་ལས་བདམས། འབྲི་མཁན་མི་གསལ།

སྣང་ས་འོད་འབུམ་གྱི་རྣམ་ཐར་ལས།

ཕ་བཟང་གི་བུ་མོ་རིགས་བཟང་མ། །མ་བཟང་གི་བུ་མོ་བཞིན་བཟང་མ། །
ཁྲིམ་ལྔ་མི་ཚོགས་པའི་རྒྱན་གཅིག་མ། །
འཇིག་རྟེན་འདི་ཡི་མཛེས་པའི་དངོས་པོ་ཀུན། །གཅིག་ཏུ་བསྡུས་ནས་ཁྱོད་ལ་རྒྱན་དུ་སྟེར། །
མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་མིག་ལ་དགའ་སྟེར་བའི། ། གཟུགས་མཛེས་ལྷ་མོའི་སྐུ་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། །
ཀ་ལ་པིང་ཀ་འཇོལ་མོ་ཁུ་བྱུག་སོགས། ། ཀུན་གྱིས་འཕྲན་ཟླ་མི་ནུས་ཚངས་པའི་དབྱངས། །
ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་རྣ་བར་དགའ་སྟེར་བའི། ། རབ་སྙན་སྣང་སའི་གསུང་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། །
བླ་མ་དཀོན་མཆོག་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལ་གུས། །ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ལྷག་པར་བྱམས། །
དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ལ་དགའ་སྟེར་བ། ། བུ་མོ་སྣང་སའི་ཐུགས་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། །

⅄ བོད་ཀྱི་དུས་ཆེན།

བོད་ཟླ་༡༠ ཚེས་༢༥ ཉིན་ནི་དགའ་ལྡན་ལྔ་མཆོད་ཅེས་དགེ་ལུགས་གྲུབ་མཐའི་སྲོལ་གཏོད་མཛད་མཁན། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་བློ་བཟང་གྲགས་པ་མཆོག་དགའ་ལྡན་ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་དུ་གཤེགས་པའི་རྗེས་དྲན་གྱི་དུས་ཆེན་ཡིན་ཞིང་། ཉིན་དེར་བོད་ཁམས་ཡོངས་དང་ལྷག་པར་དགེ་ལུགས་པ་ཚོས་མཆོད་འབུལ་རྒྱ་ཆེ་གནང་ལམ་ཡོད་པ་དང་། དགོང་དྲོ་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་། མི་ཚང་སོ་སོའི་ཐོག་ཁར་གླིང་མེ་ཞེས་མཆོད་མེ་གང་མང་ཕུལ་ཏེ་དབྱངས་རྟ་དང་བཅས་དམིགས་བརྩེ་མ་འདོན་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། བཞི་མཆོད་དང་ལྔ་མཆོད་ཀྱི་མཆོད་མེ་བཞེས་སྐབས་ཆེ་ཆུང་ལ་གཞིགས་པའི་རྗེས་ལོའི་ནང་ལོ་ཕྱུགས་དང་ནད་མུག་འབྱུང་མིན་གྱི་བརྟག་པ་བྱེད།

གཞན་ཡང་མང་ཚོགས་ཁྲོད་དུ། དགའ་ལྡན་ལྔ་མཆོད་ཐོག་ཁའི་རྩེ་ལ་ཡོད། །ཐུག་པ་བག་ཐུག་ཁོག་མའི་གཏིང་ལ་ཡོད། །ཅེས་ཡོངས་གྲགས་སུ་བརྗོད་སྲོལ་ཡོད་པ་ལྟར། ལྔ་མཆོད་ཀྱི་དགོང་དྲོ་ཁྱིམ་ཚང་སོ་སོའི་ནང་མྱུ་ངན་ནམ་རྗེས་དྲན་གྱི་ཟས་ལྟ་བུར་བག་ཐུག་སྐོལ་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༩ སྔོན་དུ་གཞུང་ཞབས་རྣམས་ཀྱིས་ལྔ་མཆོད་ཀྱི་ཉིན་ནས་བཟུང་དབྱར་ཆས་ཕུད་དེ་དགུན་ཆས་བཞེས་སྲོལ་ཡོད།

དེ་ཡང་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་མཆོག་ནི་ཕྱི་ལོ་༡༣༥༧ ལོར་མདོ་སྨད་ཙོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་སྐུ་འཁྲུངས་ཤིང་། དགུང་ལོ་གསུམ་པ་དང་བདུན་པ་སོ་སོར་རིམ་བཞིན་དགེ་བསྙེན་དང་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྡོམ་པ་བཞེས། དགུང་ལོ་བཅུ་བདུན་པར་དབུས་སུ་ཕེབས་ཏེ་ས་སྐྱའི་བླ་མ་རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་གཞོན་ནུ་བློ་གྲོས་སོགས་སློབ་དཔོན་དུ་བསྟེན་ནས་མདོ་སྔགས་རིག་གནས་དང་བཅས་པ་ལ་ལེགས་པར་

སྒྲུངས། དགུང་ལོ་ཉེར་བཞི་པར་དགེ་སློང་གི་སྡོམ་པ་བཞེས། དགུང་ལོ་སོ་དྲུག་པར་སྐྱོར་མོ་ལུང་ནས་འོལ་ཁར་ཕེབས་ཏེ་སྒྲུབ་པ་གཙོ་བོར་མཛད། དེ་ནས་མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་འཆད་པ་དང་། རྩོད་པ། རྩོམ་པ་བཅས་མཁས་པའི་བྱ་བ་རྣམ་གསུམ་གྱི་འཕྲིན་ལས་བསྐྱངས་པས་གངས་ཅན་མཁས་གྲུབ་ཀུན་གྱིས་གཙུག་ཏུ་བཀུར། དགུང་ལོ་སོ་བདུན་པར་འོལ་ཁའི་རྫིང་ཕྱིའི་བྱམས་པ་རྟེན་དང་བཅས་པ་བཞེངས། དགུང་ལོ་སོ་དགུ་པར་གཉལ་གྱི་ལུང་རར་རྒྱ་ནག་གོང་མ་ཡུང་ལོས་འཇའ་ས་གསེར་ཡིག་དང་སྲུག་རྟེན་བཅས་ཕུལ་ཏེ་ལན་གསུམ་བར་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཀྱང་མ་ཕེབས། དགུང་ལོ་ང་གཉིས་པར་ལྷ་སར་ཚོ་འཕྲུལ་སྨོན་ལམ་ཆེ་མོའི་སྲོལ་གསར་དུ་བཙུགས། དགུང་ལོ་ང་གསུམ་པར་དགའ་ལྡན་དགོན་པ་བཏབ། དགུང་ལོ་ང་དགུ་པར་དགའ་ལྡན་དུ་སྟག་རྩེའི་སྒྲུབ་མཆོད་སྩེལ་བ་བཅས་མཛད་ཆེན་རྣམ་བཞིས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་རྒྱ་ཆེ་བསྐྱངས། ཕྱི་ལོ་༡༩༧༨ ལོའི་བོད་ཟླ་༡༠ ཚེས་༣༥ ཉིན་སྐུ་གཤེགས།

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ།

ཉི་འོད།

དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་མཚོན་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ནུས་པ་ཡོངས་རྫོགས་འདོན་པར་ཤེས་རིག་གི་སྒོ་ཐེམ་བརྒལ་ནས་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད་བསྡོགས་ཏེ། བཅུ་ཕྲག་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་གནའ་དེང་གི་མཁས་དབང་ཚོའི་གདམས་ངག་གི་གནད་དམ་པར་ངས་བརྗོད་མི་དགོས་པར་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་རེད། འོ་ན་མཚམས་འདིར་གུས་པས་སྨྱུག་རྩེ་ཤོག་བུའི་སྟེང་དུ་ཕབ་ནས་དམར་ཚུང་སྙིང་ནས་བཞུར་བའི་བཙོས་མིན་གྱི་སེམས་གཏམ་སྟེ་'ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ'ཞེས་པའི་རྩོམ་ཐུང་ཞིག་ཁྱེད་ཅག་གི་སྤྱན་ལམ་དུ་འབུལ་བར་སྤྲོའོ། །

ཐོ་རེངས་ལྷ་མོའི་ཞོགས་བཏུས་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་སློབ་གཉེར་བའི་གཏེ་སྨུག་གི་ལྟུགས་སྒྲོག་འཕྲུལ་མར་གཏོར་ནས། མཁའ་དབུགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཕྱོགས་དང་བསྟུན་ནས་ལུས་སེམས་ལ་དྲི་མེད་ཀྱི་སྲོག་རླུང་འདྲེན་ཞིང་། མི་གཙང་བའི་དཔྱང་ཚོགས་རབ་ཏུ་འཛོམས། བློ་རིག་རྣམ་པར་བཀྲ་ཞིང་ལུས་སེམས་བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པས་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་བཅངས་པའི་དུངས་སྣང་ལས་ཕྱུགས་བསམ་བརྟན་པོ་ཞིག་དང་འདུན་མ་ཟབ་མོ་ཞིག་ངང་གིས་སྐྱེ་འོང་།

རྟ་བདུན་དབང་པོས་མཚམས་སྦྱིན་གྱི་གསེབ་ནས་གསེར་མདོག་གི་འོད་སྣང་ས་གཞིར་སྤྲོ་དུས། ལྗང་མདོག་གི་ནེའུ་གསིང་ལ་མཚར་སྡུག་གི་བཀྲག་མདངས་རྒྱས། སྐབས་རེར་སྦྲང་ཆར་ཟིམ་

ཟིམ་དུ་བབས་ཏེ་རྐང་འཕྱུང་ཚོགས་ཀྱི་སྙོམ་གདུང་སེལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཟད། སྣ་བརྒྱའི་མེ་ཏོག་གི་དྲི་བསུང་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྱུལ། མཛེས་ཤིང་སྡུག་པའི་སློབ་གླིང་འདི་ན། སློབ་ཕྲུག་ཚོས་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བ་དང་སྤྲོ་བ་འབུམ་གྱིས་བརྣས་པའི་ངང་རང་རང་ས་ན་སློབ་སྦྱོང་ལ་འབད་འབུངས་ཕྱོད་མེད་བྱེད་བཞིན་པ་ནི་བལྟས་ན་མིག་ལ་མཛེས་ཤིང་བསམ་ན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་རེད་ཨང་།

དུས་ཆོད་འཁོར་ལོའི་མདའ་ཕྱུང་ཨང་ཀི་བདུན་པར་སླེབས་པ་ན་ཅོང་བཏུས་སློབ་གླིང་གི་ལྟེང་འཇགས་ཡུད་ཙམ་དགོངས་པ་དང་སློབ་ཕྲུག་ཚོའི་དགའ་འཛུམ་གྱི་ཞལ་རས་པད་དཀར་བཞིན་རབ་ཏུ་གྲོལ་ནས་མི་ཚེ་ཡི་ལམ་ཕྱོགས་སྟོན་མཁན་གྱི་སློབ་དཔོན་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་བློ་བཙོལ་ཞིང་། དད་གུས་ཀྱི་མགོ་བོ་བསྒུར་ནས་འཚམས་འདྲིའི་མེ་ཏོག་གི་མཆོད་པ་ཕུལ། དགེ་རྒན་དང་སློབ་མའི་དམ་ཚིག་གི་མདུད་པ་གཙང་མས་དུས་འདི་ནས་མགོ་བཙུགས་ཏེ་ཉིན་གང་བོར་རིག་པ་སྟོང་གི་གནས་སུ་གོམ་ཁ་དལ་པོར་བསྒྱུར་ནས་རྩ་ཆེའི་མི་ལུས་འདི་ཆུད་ཟོས་སུ་མ་བཏང་བར་ཕུགས་བསམ་གྱི་དོན་བསྒྲུབ་པར་འབད་པའོ། །

རྩོམ་ཡིག་དཔྱད་མཆན།

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་བཀོད་འབྲི་དང་དུང་སེམས་མཚོན་པའི་ཐབས་རྩལ་སྤྱད་དེ། མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཞོགས་དུས་ཀྱི་སློབ་གྲྭའི་ཁོར་ཡུག་དང་སློབ་མ་རྣམས་སློབ་སྦྱོང་ལ་སྤྲོ་དགའི་ངང་འཇུག་ཅིང་། དགེ་རྒན་ལ་བརྩི་བཀུར། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་བཅངས་པའི་ཤ་ཞེན་ཟབ་མོ་སོགས་བཀོད་པ་བརྒྱུད། སློབ་གྲྭ་ནི་འདོད་པའི་རེ་བ་སྐྱིན་པའི་ཞིང་ས་དང་། ཞོགས་དུས་ནི་རེ་བ་ཀུན་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པས། ཞོགས་དུས་སུ་ཉི་མ་དང་སྣང་ཆར་གྱིས་རྩི་ཤིང་ལ་གསོན་ཤུགས་སྦྱོད་པ་བཞིན་དགེ་རྒན་ནི་སློབ་མ་ཚོའི་འཚོ་བའི་ལམ་སྟོན་དང་ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ཚིག་གི་སྦྱོར་བ་ཅུང་ལེགས་ཤིང་ཡིག་ནོར་ཅུང་ཙུང་། རྩོམ་ཡིག་གི་འགོ་འཛུགས་སྐབས་མི་ལུས་རྙེད་དཀའ་ནས་རིམ་གྱིས་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་འཁྲིད་ཐབས་བྱས་འདུག་ཀྱང་། དེ་ཙམ་རན་པོ་ཞིག་མི་འདུག དེ་རྗེས་ཀྱི་དུམ་ཚན་གསུམ་པོས་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་རམ་འདེགས་དམིགས་བསལ་ཐེབས་མི་འདུག དེར་བརྟེན། རྗེས་སུ་རྩོམ་འབྲིའི་རྒྱུ་ཆ་གདམ་གསེས་དང་བེད་སྤྱོད་འཚམ་པོ་བྱ་རྒྱུར་དམིགས་བསལ་ཐུགས་སྣང་ཡོང་བར་ཞུ།

མཆོད་མཇལ་འགྲོ་བ།

དཀོན་མཆོག་དཔལ་མོ།

ཁྲག་རྣག་ཁེངས་པའི་ས་གཞི་ཞིག །
སླར་ཡང་མི་ཡོང་གསོལ་བ་འདེབས། །
བྲམས་དང་སྙིང་རྗེ་མེད་ན་ཡང་། །
ལས་དང་རྒྱུ་འབྲས་བརྩི་བར་སྨོན། །

རང་དབང་དང་བདེ་སྐྱིད་དབེན་པའི་མི་ཡུལ་འདིར་ང་ནི་གཞོག་སྒྲོ་མེད་པའི་བྱེའུ་ཆུང་ཞིག་དང་མཚུངས་ལ། རང་དབང་མེད་པའི་ཉམ་ཆུང་མ་ཞིག་ཡིན། ངའི་དགའ་སྤྲོའི་འཛུམ་མདངས་རྒྱས་པའི་བྱིས་དུས་ཀྱི་འཚོ་བ་ནི་སྡོང་བསམ་དང་རེ་བས་ཁེངས་བཞིན་འདུས་ཤིང་། འགྲོ་རྒྱུ་ལྷག་པའི་བུ་མོ་ངའི་ལང་ཚོ་ཡང་སྡོང་བསམ་དང་རེ་སྨོན་འདེབས་བཞིན་ཡལ་ལ་ཉེ། གང་ལྟར་ཁྱེད་ཚོས་ངའི་ཤ་ རུས་ལས་ཐོན་པའི་རེ་གདུང་དེ་ཅི་ཡིན་པ་ཤེས་འདོད་ཡོད་སྲིད།

ཕྲན་ལ་སྨྲབ་ཐབས་མེད་པའི་བསམ་དོན་ཞིག་མེད་མོད། དོན་སྙིང་ལྡན་པའི་རྨི་ལམ་ཞིག་ཡོད།

ངའི་མིག་ལམ་དུ་རང་ཉིད་མཆོད་མཇལ་དུ་འགྲོ་འདོད་པའི་ཐུགས་བསམ་དེ་འཆར་ཡོང་དུས་ངའི་སེམས་ཁོང་དུ་ན་ཟུག་གིས་ཁེངས་བཞིན་འདུས་ཟིན་པའི་ཡིད་སྐྱོའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྲ་ལྷམ་མེར་འཆར་ཡོང་།

ཉིན་ཞིག་ང་དང་སྤུན་ཟླ་ཆོས་ལྷ་སར་མཆོད་མཇལ་འགྲོ་རྒྱུར་ཕྱོགས་གྲོས་བྱས། དེ་དུས་ཀླུ་གློ་ཆོས་བོད་མི་མང་པོ་བརྩོན་ལ་འཇུག་བཞིན་པའི་སྐབས་རེད། ང་ཚོ་ཉིན་མོ་རི་མགོར་གཉིད་ཉལ་བ་དང་མཚན་མོར་དཀའ་ཁག་ལ་བཟོད་བསྲན་བྱས་ཏེ་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། སོང་སོང་མཐར་ལྷ་ས་རུ་འབྱོར་བ་དང་ང་ཆོས་གཟབ་ནན་ངང་མཆོད་མཇལ་དུ་ཕྱིན་ནའང་། དེའི་སྐབས་རྒྱ་ཡི་དམག་དཔུང་གིས་ར་བསྐོར་བ་ལྟར་མཐའ་བསྐོར་འདུག ངའི་སེམས་ནང་ན་ཟུག་དྲག་པོ་ཞིག་བཏང་བྱུང་བ་དང་གཏན་ནས་ཐོས་མི་འདོད་པའི་མེ་མདའི་སྒྲ་བར་མེད་དུ་གྲག་གིན་འདུག བསམ་རྒྱུ་དྲན་རྒྱུ་མེད་པའི་སྐབས་དམག་མི་ཞིག་གིས་ང་བཟུང་ནས་ཁྲིད་སོང་། མཐའ་སྐོར་ཁྲག་རྣག་གི་རྒྱ་མཚོ་འཁྱིལ་བཞིན། པོ་ཏ་ལའི་མདུན་དུ་ར་ཡི་རྫིག་པ་རྫིག་བཞིན་པའི་དྲག་པོའི་དམག་དཔུང་གི་མེ་མདའི་ཁ་རུ་མི་རིགས་འདི་རྗོགས་ལ་ཉེ་མོད། རང་དབང་དང་ཞི་བདེའི་ཆེད་འཐབ་རྩོད་བྱེད་བཞིན་རང་རེའི་དར་ཚ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་ཁྲོམ་སྐོར་སྐད་འབོད་བྱེད། ཁོང་ཚོས་མིག་མཐར་མཆི་མ་འཁོར་བཞིན་མིག་ག་ལེར་ཟུམ་སོང་། གླིང་བཞི་ཧྲིལ་པོ་སྐྱོ་བའི་མཆི་མས་ཁེངས། ལུས་ཟྡོད་མ་ཡལ་བའི་མི་རོ་གཅལ་དུ་བཀྲམ། ཁྲག་ཟྡོན་དམར་པོའི་ལྡངས་པ་མཁའ་རུ་འཕྱུར། ངས་སྐྱོ་སྡུག་མ་བཟོད་པར་ངུ་བཞིན་དྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ། དྲན་པ་སོས་དུས་ང་བཙོན་རར་སླེབས་འདུག་ལ། བཙོན་ར་ནང་གི་ཁྲག་རྣག་གི་རྐང་རྗེས་དེ་ཚོ་ཆབ་སྲིད་བཙོན་པ་ཚོའི་ཟིན་ཐོ་རེད།

ད་ཆ་ང་ལ་བདེ་སྐྱིད་དང་རང་དབང་ཞིག་ཐོབ་ཚེ་མཆོད་མཇལ་ལ་སོང་ནས་པུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་ནས་ལག་ཟུང་ཐལ་མོ་སྦྱར། སེམས་ཁོང་ནས་སླར་ཡང་དེ་ལྟར་མི་ཡོང་བའི་གསོལ་བ་སྨོན་ལམ་འདེབས་པར་མ་ཟད། ང་མཆོད་མཇལ་དུ་འགྲོ་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་དྲན་གསོ་བྱེད་བཞིན། ཁོང་ཚོ་ལ་བར་ཆད་མི་ཡོང་བའི་སྨོན་ལམ་ནན་པོ་ཞིག་ཀྱང་འདེབས་ངེས་ལ་༄གོང་ས་མཆོག་ཀྱང་སྐུ་ཚེ་ཞབས་པད་བརྟན་པར་སྨོན།

ཟྡན་མི་འདོད་པའི་འདས་དོན་ཀུན། །
སླར་ཡང་མི་འབྱུང་སྨོན་ལམ་འདེབས། །
སེམས་ཀྱི་སྨོན་ཚིག་འདི་དག་ནི། །
མྱུར་ནས་མྱུར་དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

རྩོམ་ཡིག་དཔྱད་མཆན།

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་འགོ་ནི་རོལ་དབྱངས་ལྷ་བུའི་སྔོན་ཚིག་ཅིག་གིས་བྲངས་པའི་མུར། རང་ཉིད་ནི་ཉམ་ཆུང་ནུས་མེད་ཅིག་ཡིན་ནའང་དོན་ལྡན་གྱི་རྨི་ལམ་ཞིག་ཡོད་པ་གླེངས་རྗེས། འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ཟླ་གང་དྲུང་ཞིག་ཏུ་རང་ཉིད་དང་སྤུན་ཟླ་འགའ་ལྷ་སར་མཆོད་མཇལ་དུ་འགྲོ་དུས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབ་ཧ་ཅང་རྙོག་འཛིང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱའི་དམག་དཔུང་གིས་དམར་གསོད་བྱེད་བཞིན་པ་དང་བཙོན་ཁང་དུའང་མང་པོ་ཞིག་གིས་དཀའ་སྡུག་མྱོང་བཞིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོར་བའི་རླབས་རྒྱུན་དང་འགྲོགས་ཏེ་བཀོད་འབྲི་བྱས་འདུག མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་དུ་གྱུར་པའི་གནས་ཚུལ་དེའི་དབང་གིས་རྩོམ་ཡིག་འདིའི་འགོ་མཇུག་གཉིས་ཀར་སྔོན་ཚིག་ཅིག་གིས་བརྒྱན་ཅིང་དེ་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྡུག་ལ་སེམས་འཁུར་ཆེ་བའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད།

བྱ་བ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་བྲིས་པའི་རྗེ་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་འདིའི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་གི་སྦྱེབ་ལེགས་ལ་བཀོད་འབྲི་དང་དཔེ་འཛོག ཐད་ཀར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་ཀྱང་མི་སེམས་སྐྱུལ་བའི་ནུས་པ་ལྡན། དུས་མཚམས་དབྱེ་སྣང་དང་གོ་རིམ་སྒྲིག་སྣང་སོགས་སྒྲིག་གཞིར་ཡང་ལེགས་ཆ་དུ་མ་ལྡན།

འོན་ཀྱང་བརྗོད་བྱར་བསམ་བློ་བཏང་ན། རྩོམ་བྱུང་དང་ཅུང་ཟད་རིང་དུ་གྱེས་ཡོད་པའི་ཚོར་སྣང་སྐྱེར། གང་ལྟར་རྩོམ་ཡིག་གི་འགོ་མཇུག་བར་གསུམ་གང་དུ་བལྟས་ཀྱང་རྩོམ་པ་པོའི་ལོ་ཚོད་ལ་དཔག་པའི་བསམ་བློའི་ཕྱུག་ཚད་ལ་བསྔགས་བརྗོད་མི་ཞུ་ཐབས་མེད་རེད།

ཇོའི་སེནྡེ་ཁ་གདངས་པ།

རི་བོ་ཞིག་གི་རྩ་ན་ཁྱིམ་ཚང་གཉིས་ཡོད། ཁྱིམ་གཅིག་ནི་དབུལ་ཞིང་། གཞན་དེ་ཕྱུག་པོ་ཡིན། ཁྱིམ་བདག་དབུལ་པོ་དེ་ཉིན་རེ་བཞིན་རི་མགོར་སོང་ནས་བུད་ཤིང་བཏུས་ཏེ་འཚོ་བ་བསྐྱལ། ཁོ་རི་མགོར་འགྲོ་སྐབས་ཉིན་གུང་གི་ལྟོ་ལ་རྩམ་པ་ཙུང་ཟད་རེ་ཁྱེར་ཏེ་ཉིན་གུང་ནང་ལ་མི་ལོག་པར། བུད་ཤིང་བཙོངས་ནས་འཚོ་བ་བསྐྱལ་གྱི་ཡོད།

རི་མགོར་མི་མེད་པས། ཁོས་བུད་ཤིང་ཁུར་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏུས་རྗེས། དེར་ཇོའི་སེནྡེ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་གམ་དུ་ངལ་གསོ་བྱས་ནས་བྲོ་རྩམ་ཟོས། ཁོས་ལྟོ་ཟ་དུས་རྩམ་པ་དང་མར་ཕྱུར་ཇོའི་སེནྡེའི་ཇོ་སྙེགས་ཐོག་བཞག ཁོས་ལྟོ་ཚས་ཟ་ཁར་ད་དུང་། “ཨ་ཇོ་ཇོ་སེང་ལགས། མར་ཟན་ཙུང་ཟད་བཞེས་རོགས་གནང་”ཞེས་རྩམ་པ་ཙུང་ཟད་རེ་ཇོའི་སེནྡེ་ལ་མཆོད། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་ཉིན་མང་པོ་སོང་།

ཉིན་ཞིག་ཁོས་སྔར་བཞིན་བྱས་ཏེ། སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་པོ་དེ་བཤད་པའི་ཚེ། ཇོའི་སེནྡེས་སྨྲས་པ“ཐུགས་རྗེ་ཆེ། སྤུན་ཟླ་ལགས། ཁྱོད་ལ་སྙིང་རྗེའི་བསམ་པ་ཆེན་པོ་འདུག རང་ལ་བྲོ་རྩམ་ཙུང་ཟད་ལས་མེད་ནའང་ང་ལ་ཉིན་རེ་བཞིན་ཟས་ཀྱིས་བསྙེན་བཀུར་བྱས”ཞེས་བཤད་བྱུང་བས། མི་དབུལ་པོ་དེ་ཐོག་མར

འཇིགས་ཡེར་བ་ཞིག་བྱུང་ནའང་། རིམ་གྱིས་རྫོའི་སེངྒེས་ཁ་གྲག་པ་ཙམ་ལས་ཁོ་ལ་འཚེ་སེམས་མེད་པ་ཤེས་ནས་བག་ཕེབས་ཏེ། ཁོ་ན་རེ། “ཨ་ཇོ་སེངྒེ་ལགས། ཁྱོད་ལ་ཡང་བདག་སྐྱོང་བྱེད་མཁན་མེད་པས། ངས་ཁྱོད་ལ་རྩམ་པ་ཙུང་ཟད་ཕུལ་བ་ནི་འོས་པ་ཞིག་རེད། ཀྱེ་མ། ང་ཧ་ཅང་དབུལ་བས་འབུལ་རྒྱུ་གཞན་ནི་མེད”ཟེར་བར། རྫོའི་སེངྒེ་ན་རེ། “འོ། ཁྱོད་ནི་ངོ་མ་མི་གཞུང་དྲང་ཞིག་རེད། འོ་ན་སང་ཉིན་སྔ་མོ་ཉི་མ་མ་ཤར་གོང་འདིར་ཤོག་དང་། ངས་ཁྱོད་ལ་ཕན་ཞིག་འདོགས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁུག་མ་ཞིག་འཁྱེར་ཤོག་དང་། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ཁུག་མ་ཁེངས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་སྟེར”ཟེར། དབུལ་པོས་ཀྱང་“དེ་ལྟར་བྱེད”ཟེར་ནས་བུད་ཤིང་ཁུར་ཏེ་ཡུལ་ལ་ལོག

ཕྱི་ཉིན་ནམ་མ་ལངས་གོང་། ཁོས་ཁོ་རང་གིས་རྒྱུན་པར་ཁྱེར་བའི་རྩམ་ཁུག་དེ་ཁྱེར་ནས་རི་མགོར་བུད་ཤིང་འཐུ་རུ་ཕྱིན། རྫོའི་སེངྒེའི་འགྲམ་དུ་སླེབས་དུས། རྫོའི་སེངྒེས། “སྤུན་ཟླ། ཁྱོད་འོངས་སམ།” ཞེས་ཟེར་བར། ཁོས་དགའ་སྤྲོ་ཉིན་སེངྒེས་བཤད་པ་དྲན་ཏེ། “འོ་ལགས། ང་འོངས་པ་ཡིན།” ཞེས་ལན་བཏབ་པར། རྫོའི་སེངྒེ་ན་རེ། “ད་ངས་ཁ་གདངས་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་མིད་པར་ལག་པ་བསྙིངས་ནས་དྔུལ་དང་གསེར་འབྱུང་བས། ཅི་ཙམ་འདྲུ་ཐུབ་པ་དེ་ཙམ་དྔུལ་ནས་ཁུག་མར་ཆུགས། ཉི་མ་མ་ཤར་བའི་སྔོན་ལ་ལག་པ་ཕྱིར་ལེན་དགོས། ཉི་མ་ཤར་ཚེ་ངའི་ཁ་ཟུམ་པ་ཡིན་པས། དེ་ངེས་པར་སེམས་ལ་འཛིན་དགོས”ཞེས་བཤད། “ཁོས་ལགས་སོ། ལགས་སོ”ཞུས་པར། དེ་མ་ཐག་སེངྒེས་ཁ་གདངས་བྱུང་བས་དྔུས་ཆེ་དྔུས་འོང་ཚད་གསེར་ཡིན་པས། ཡུད་ཙམ་གྱིས་ཁུག་མ་གང་སོང་། ཁུག་མ་གང་བ་དང་ཁོས་སྨྲས་པ། “ཨ་ཇོ་སེངྒེ་ལགས་བཀའ་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ”ཞེས་ཞུས། རྫོའི་སེངྒེ་ན་རེ། “ཁྱོད་ཀྱི་ཁུག་མ་གང་སོང་ངམ། ཁུག་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁྱེར་འོངས་ན་གསེར་མང་པོ་བཙུག་ཆོག་པ

ལ”ཟེར་བར། ཕོས་སྨྲས་པ། “འདི་ངས་ཆེ་གང་ལ་སྨྱུད་ནའང་འདང་། ཁྱེད་ཀྱིས་ལྟོས་དང་། འདི་འདྲ་མང་བས་ད་དུང་མི་འདང་ངམ”ཟེར་བཞིན་ལྕུག་མ་ཡར་བཏེགས། དེའི་ཚེ་ཉི་མ་ཡང་ཤར་བྱུང་བས། ཕོས་བུད་ཤིང་བཏུས་ནས་སླར་ཡང་ཡུལ་ལ་ལོག་གོ །

དེ་ནས་བཟུང་ཕོ་རི་མགོར་བུད་ཤིང་བཏུ་བར་མ་སོང་ཡང་། གསེར་མང་པོ་ཡོད་པས། ལྟོ་གོས་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། རྟ་ནོར་ལུག་གསུམ་ཡང་ཡོད། ཁང་པ་ཡང་གསར་པ་བཟོས། ཟས་གོས་ལོངས་སྤྱོད་གང་འདོད་ལྟར་ཡོད་པས། ར་བ་ཕྱུགས་ཀྱིས་གང་། བང་མཛོད་འབྲུ་ཡིས་གང་ཟེར་བ་ལྟར་གྱུར།

ཕོའི་ཁྱིམ་གྱི་གནས་ཚུལ་ཁྱིམ་མཚེས་ཕྱུག་པོ་དེས་མཐོང་ནས་ཕོས་བསམ་བློ་སྣ་ཚོགས་འདི་ལྟར་བཏང་། དབུལ་པོ་འདི་ལ་སྔར་ཡིན་ན་བོང་རྐང་སྤུ་མེད་གཅིག་ལས་མེད། ད་ལྟ་གློ་བུར་དུ་ཁྱིམ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་པས། བརྐུས་པ་ཡིན་ནམ་ཕྲོགས་པ་ཡིན། གང་ལྟར་ཡང་གསལ་པོ་ཞིག་འདྲི་དགོས་སྙམ་ནས་ཏུ་སྒྱུལ་བྱེད་ཚུལ་བྱས་ནས་དབུལ་པོའི་ཁྱིམ་ལ་སླེབས་ཏེ། ཕོས་ཁ་སྣན་ཚིག་འཇམ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་པའི་མཐར་ནོར་འཕོབ་ཚུལ་དང་། ཁྱིམ་ཇི་ལྟར་ཕྱུག་ཏུ་སོང་བ་སོགས་དྲིས། དབུལ་པོ་དེ་ནི་བསམ་པ་དྲང་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། སྣ་གསང་མེད་པར་གསེར་བྱུང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཁྱིམ་མཚེས་ལ་དྲང་པོར་བཤད། ཕྱུག་པོས་ཐོས་འཕྲལ་སྙིང་ཞེན་གྱི་འགྲམ་ཆུ་ལྷུང་ཞིང་། འདོད་ཧམ་དྲག་པོས་བཟོད་གླགས་མེད་པར་གྱུར། རང་ཉིད་དེ་འདྲའི་ནོར་བཟང་པོ་དང་ཅིའི་ཕྱིར་མ་འཕྲད་སྙམ་ནས་ཤུགས་རིང་འབྱིན་བཞིན། ཇོའི་སེནྡྷེ་ཡོད་སའི་གནས་དང་། བུད་ཤིང་ཇི་ལྟར་བཏུས་པ་སོགས་གཏིང་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་དྲིས་ནས་ངེས་ངེས་ཏིག་ཏིག་བྱས་རྗེས་སླར་ཁྱིམ་དུ་ལོག ཕོ་ཁྱིམ་དུ་སླེབས་རྗེས་མཚན་མོ་གཉིད་ཀྱང་མ་ཁུག་པར་བསམ་བློ་མང་པོ་བཏང་ནས་བུད་ཤིང་འཐུ་རུ་སོང་ནས་ཇོའི་སེནྡྷེ་བཙལ་དགོས་སྙམ།

དེ་ནས་བཟུང་ཕོས་སློག་པ་རྟུལ་པོ་ཞིག་གྱོན་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་རི་མགོར་བུད་ཤིང་འཐུ་རུ་འགྲོ་ཚུལ་བྱས་ཏེ། གྲོའི་རྩམ་པ་ཅུང་ཟད་རེ་ཁྱེར་ནས་ཇོའི་སེནྡྷེའི་འགྲམ་དུ་བཟས། ཕོས་དབུལ་པོ་དེས་བཤད་

པ་ལྟར་ཁ་སྐྱོན་བཤད། དེ་ལྟར་ཉིན་འགའ་སོང་ན་ཡང་འབྲས་བུ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བས། ཁོར་སེམས་འཚབ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཏེ་དབུལ་པོས་ཁོ་ལ་རྫུན་བཤད་པའམ། ཡང་ན་ཇོའི་སེནྟྲིས་ཁོ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་ཡིན་ནམ་སྙམ། དེ་ལྟ་ནའང་གསེར་འཕོབ་ཆེད་སྐྱོ་ངལ་མེད་པར་བཟོད་སྒྲུག་བྱས་པ་རེད།

ཉིན་ཞིག་ཇོའི་སེནྟྲིས་གསུང་ཕྱོན་ཏེ། "བུད་ཤིང་འཐུ་བའི་ཟླ་བོ་ལགས། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་བསྙེན་བཀུར་བྱས་པས། ཁྱོད་ལ་ཡང་འོ་བརྒྱལ་བྱུང་མ་སོང་ངམ"ཟེར་བར། ཁོས་ཇོའི་སེནྟྲིས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་ཐོས་འཕྲལ་ཤིན་ཏུ་དགའ་ནས་སྨྲས་པ། "ཨ་ཙི། ཨ་ཙི། འོ་བརྒྱལ། ངའི་ཁྱིམ་ཅི་འདྲའི་དབུལ་བ་ཁྱེད་ཀྱིས་མཁྱེན་པ་ལྟར་ལགས"ཟེར་བར། ཇོའི་སེནྟྲིས། "བྲེལ་བ་མ་ལངས། སང་ཉིན་སྔ་མོ་ཁྱུག་མ་ཞིག་ཁྱེར་ཤོག་དང་། ངས་ཁྱོད་ལ་ཕན་ཞིག་འདོགས"ཟེར་བར། "ཁོས་ལགས་སོ། །ལགས་སོ། །"ཞུས་ཏེ་ཁྱིམ་དུ་ལོག

ཕྱི་ཉིན་སྔ་མོར་ཁོས་སྒྲོ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཁྱེར་ནས་རི་མགོར་ཇོའི་སེནྟྲི་ཡོད་སར་ཕྱིན་པས། ཇོའི་སེནྟྲིས་ཁ་གདངས་ནས་ཁོ་ལ་གསེར་འདྲུ་ཐུ་བཙུག་པ་དང་། ཉི་མ་མ་ཤར་སྔོན་ལག་པ་ཅིས་ཀྱང་ཕྱིར་ལེན་དགོས་པ་བརྗོད་མི་ཐུང་བར་བཤད། ཁོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་ཁས་བླངས་ནས་གསེར་དྲུས་ཏེ། ཁྱོར་བ་གང་རེ་གང་རེ་དང་། ཇོག་པོ་རེ་རེ་བཞིན་ཁུག་མར་བཙུག དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་འགོར་ནས་ཇོའི་སེནྟྲི་ན་རེ། "ད་ཚོག་གམ། ཉི་མ་འཆར་ལ་ཁད་འདུག"ཅེས་ཟེར་བར། ཁོས"ལགས་སོ། །ལགས་སོ། །ད་དུང་སྒྲོ་བའི་ཁ་གང་མི་འདུག་པས། ཁྱོར་བ་འགའ་དྲུས་ན་ཚོག"ཅེས་སྨུ་མཐུད་དུ་གསེར་དྲུས་ཏེ་གསེར་ཇོག་རེ་རེ་བཞིན་སྒྲོ་བར་བཙུག་ན་ཡང་། སྒྲོ་བ་ཧ་ཅང་ཆེ་སྟབས་ད་དུང་མ་གང་བར་འདུག ཇོའི་སེནྟྲིས་སླར་ཡང་སྨྲས་པ། "ད་དུང་འདང་མ་སོང་ངམ། ཉི་མ་འཆར་ལ་ཉེ་སོང་།" ཞེས་གསལ་བཤད་བྱས་ན་ཡང་། ཁོས་ད་དུང"ལགས་ལགས། ད་དུང་ཙུང་ཟད་གང་མ་སོང་བས་ཁྱོར་བ་འགའ་དྲུས་ན་ཚོག"ཅེས་སྨུ་མཐུད་དུ་དྲུས། ཁོས་ཇོའི་སེང་གེའི་མིད་པའི་ནང་ལག་པ་གཏོང་བཞིན་པའི་སྐབས། ཉི་མ་ཤར་རིའི་རྩེ་ནས་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བཞིན་འཆར་བྱུང་བས། ཇོའི་སེནྟྲིའི་ཁ་ཐག་ཅེས་ཟུམ་སོང་། ཁོས"ངའི་ལག་པ། ལག་པ། ཨ་ཚ"ཞེས་འོ་དོད་ཆེན་པོས་བོས་ན་ཡང་། ཇོའི་སེནྟྲིའི་ཁ་ཟུམ་སོང་བས་ཁོའི་ལག་པ་ཕྱིར་འཐེན་ཐབས་མ་བྱུང་ངོ། །

མཆན།

(སློབ་ཚན་འདི་ནི་བོད་ཡུལ་དུ་དར་ཁྱབ་ཆེ་བའི་མི་རོ་རྩེ་སྒྲུང་ལས་བདམས་སྒྲིག་ཞུས་པ་ཡིན། སྒྲུང་འདིའི་རྩོམ་པ་པོ་མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཡིན་པར་བཤད་པ་སོགས་མི་མཐུན་པ་མང་ངོ་། །)

གནམ་དཔེ།

དངོས་གྲུབ་མི་དགོས།
རྫོག་མགོ་སློད་རོགས་གནང་།

ཕོ་ཁྲམ་པས་དགོད་གིན་དགོད་གིན་བསླུ། །
མོ་ཁྲམ་མས་ངུ་གིན་ངུ་གིན་བསླུ། །

ཕ་སེམས་བུ་ཐོག བུ་སེམས་རྡོ་ཐོག

རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་བུ་གསུམ་གྱིས་རང་གི་ཕ་རྒན་ན་ཚོད་རྒས་ཤིང་དབང་པོ་ཉམས་ནས་འཚོ་གོས་ཀྱིས་ཕོངས་པའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་ལ་མནར་གཅོད་བཏང་སྟེ་སྒོའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་ཕུད་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཕ་རྒན་ལག་གི་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནར་དམིགས་ནས་ཕ་རྒན་སྐྱོར་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱུར་འཐོག་རྩོད་བྱས་པའི་སྐོར་བརྗོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན།

རྩོམ་ཡིག་འདིར་ཕ་སེམས་བུ་ཐོག་བསྟུས་ནས་བརྗོད་པ་དང་། བུ་སེམས་རྡོ་ཐོག་རྒྱས་པར་བརྗོད་པ་གཞིར་བྱས་ཏེ། གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་འབྱུང་རྐྱེན་དང་། འཕེལ་རིམ། མཇུག་འབྲས་བཅས་ཀྱི་རིམ་ལྟར་གསལ་པོར་བརྗོད་ཡོད་པས། ལྟ་ཀློག་བྱེད་སྐབས་ཉམས་སུ་མྱོང་དགོས།

སྔོན་ཆད་རྒད་པོ་ཞིག་ལ་བུ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཨ་མ་ཆུང་དུས་ནས་ཤི་བས། ཕ་རྒད་པོས་ནངས་སྔ་ལངས་དང་དགོང་འཕྱི་ཉལ་བྱས་ཏེ་སོ་ནམ་གྱི་ལས་ལ་བརྩོན་པ་མ་བཏང་བར་བུ་གསུམ་བསྐྱངས་ཤིང་ནར་སོན། དེ་ལྟར་བུ་རྣམས་གཉེན་སྒྲིག་གི་དུས་ལ་སླེབས་ཙ་ན་རེ་རེ་བཞིན་ཆུང་མ་བླངས་ཏེ་ཁྱིམ་གཞི་བཙུགས་སོང་། འོན་ཀྱང་བུ་གསུམ་གྱིས་ཕ་རྒན་ལོ་ན་བགྲེས་ཤིང་ལས་ཀ་ལས་མི་ཐུབ་པ་མཐོང་བས། གཅིག་གིས་ཀྱང་སྐྱོར་སྐྱོང་ལེགས་པོ་མི་བྱེད་པར་ཟ་འཕྲོ་དང་འཐུང་འཕྲོ་བླུད་དེ་ཕ་རྒན་ལ་མནར་གཅོད་བཏང་བ་རེད།

དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་སྡུག་སྡུངས་ཤིང་འཚོ་བཅུད་ཀྱིས་མ་འདང་བའི་དབང་གིས་རྒད་པོའི་ཕྱིན་པས་ལུས་པོ་མི་ཐེག་ཅིང་ལུས་ཀྱི་ནུས་ཟད་དེ། བྱ་ཐབས་མ་རྙེད་པར་གཟུ་པ་ཞིག་བོས་ཏེ་རྒྱུ་འབྲས་

བཤད་དུ་བཙུག གཟུ་པ་དེས་འཛིག་རྟེན་མི་ཆོས་ལ་སྤྲོ་དྲོ་ཕ་མའི་རེས། ཕྱི་དྲོ་བུ་ཡི་རེས་ཟེར་བའི་སྲོལ་ཡོད་པ་བཞིན། ད་ལྟ་ཁྱོད་ཚོའི་ཕ་རྒན་འདི་མི་བཟང་པོ་དྲུག་ཅུ་ལོ་ཡིས་ཐུབ། གོས་བཟང་པོ་དབྱར་གསུམ་ཆར་གྱིས་ཐུབ་ཅེས་པ་ལྟར་རྒ་བའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར་བའི་སྐབས་འདིར་ཁྱོད་ཚོས་རང་ལུས་སྐྱིད་པའི་ཕ་རྒན་ཡང་མི་སྐྱོར་བའི་དཔེ་ཞིག་ག་ལ་ཡོད་ཅེས་བསྒོས་པས་བུ་ཚོས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་དང་ལེན་བྱས། ཐོག་མར་བུ་རེས་ལོ་རེར་སྐྱོར་བའི་ཐག་བཅད། རྗེས་སུ་ཟླ་རེར་ལྷུང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཉིན་རེའི་བཟའ་བཏུང་གི་རེས་བསྐོར་བའི་དུས་ལ་བབས། ཕྱིས་སུ་དེ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མི་འདོད་པར་བཟའ་བཏུང་ཐུན་རེ་བཞིན་རེས་བསྐོར་བར་བྱས་པས། རྒད་པོས་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་པར་ཡང་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་མྱོང་དགོས་བྱུང་། དེ་ནས་མ་འཇུངས་པར་བུ་གསུམ་པོས་ཀྱང་ཕ་རྒན་གསོ་མ་འདོད་པར་སྒོའི་ཕྱིར་ཕུད་པས། རྒད་པོས་ཉིན་མོར་འཁར་བ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཟས་སློང་དུ་སོང་། མཚན་མོར་གད་སྐྱིབས་ཤིག་ཏུ་གནས་ཚང་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་བྱུང་།

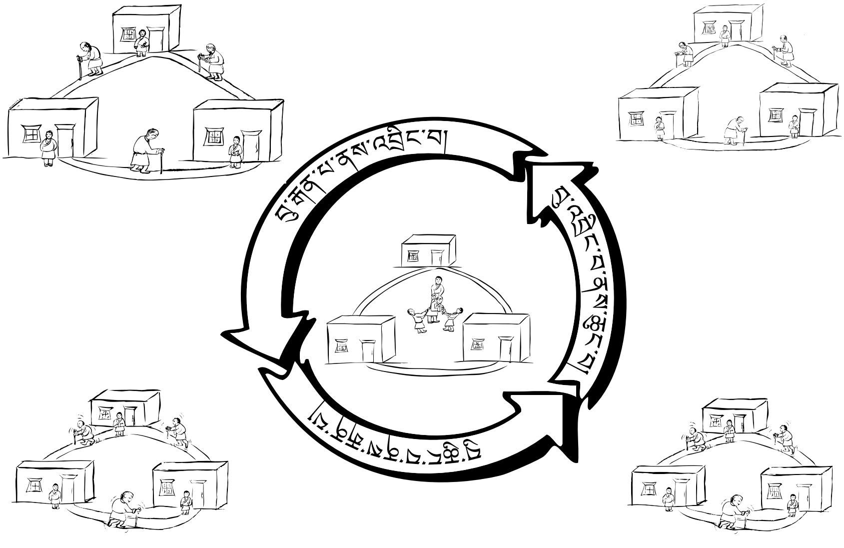
ལམ་འགྲོ་བ་ཞིག་གིས་རྒད་པོའི་གནས་སྟངས་དྲིས་པས། རྒད་པོས་རང་སེམས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཚང་མ་ལམ་འགྲོ་བ་ལ་བཤད། ལམ་འགྲོ་བས་ཉན་རྗེས་ཤིན་ཏུ་སྙིང་རྗེ་ནས་རྒད་པོའི་ན་ཙར་ཤབ་ཤུབ་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཚིག་འགའ་བཤད་པར་རྒད་པོས་ངས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཡིན་ཞེས་ལན་བཏབ།

ལམ་འགྲོ་བ་དེ་སོང་རྗེས་རྒད་པོས་ཁོས་བཤད་པ་ལྟར་བསྒྲུབས་ཤིང་། ཉིན་འགའ་འགོར་བ་ན། ལམ་འགྲོ་བ་དེ་ཡང་སྔོ་པའི་ནང་དུ་བསླེབས་ཏེ། སྐད་གསང་མཐོན་པོས་ད་ལྟ་དབུས་ཀྱི་དགོན་ཆེན་ཞིག་ཏུ་གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་ཞིག་བཞེང་གིན་ཡོད་པ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཕྲ་རྒྱན་མང་པོ་མཁོ། གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་ན་ཁྱེར་ཤོག་དང་། ངས་ཉོ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བསྒྲགས་པས། སྔོ་པའི་མི་རྣམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉོ་མཁན་གྱི་གམ་དུ་བརྒྱུགས་ནས་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་ལྟད་མོར་བལྟས། དེ་ནས་ལམ་འགྲོ་བ་དེས་རྒད་པོའི་བུ་གསུམ་པོ་ཡང་གཅིག་རྗེས་གཅིག་བསྙེགས་ཀྱིས་དེར་སླེབས་པ་མཐོང་རྗེས། སྔར་ནས་དེར་བསྡད་ཡོད་པའི་རྒད་པོའི་ལག་གི་སྣམ་ཚུང་ཁ་ཕྱེ་སྟེ༑ ཧ་ཅང་ཡ་མཚར་བའི་རྣམ་འགྱུར་དང་བཅས་ཏེ། ཨ་ཙི་ཙི། ང་སྐྱེས་པ་ནས་བཟུང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་འདྲ་ཐེངས་དང་པོར་མཐོང་བ་ཡིན། འདི་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ཀུན་ལས་ལྷག་པའི་མཆོད་ཟེར་བ་དེ་རེད། ཡ་རྒན་པོ། རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལ་དངུལ་སྒོར་ཁྲི་གཅིག་བྱིན་ན་ཅི་འདྲ་འདུག་ཅེས་དྲིས་པར། རྒད་པོས་ཁོང་དགོད་ཅིག་བྱས་ནས་འདི་ནི་ཕ་མེས་ཀྱི་རིང་ནས་བརྒྱུད་འོང་བའི་གཅེས་ནོར་ཡིན་

པས། ངའི་རིང་ལ་འཚོང་མི་འོས་མོད། འོན་ཀྱང་གྲང་བ་དགུན་གྱིས་དེད། ལྟོགས་པ་ཟས་ཀྱིས་དེད་ཟེར་བ་ལྟར་ད་ལྟ་མི་འཚོང་ཀ་མེད་བྱུང་ཙང་། རིན་གོང་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་འཚོང་འདོད་མེད་ཟེར་བཞིན་སྐམ་ཆུང་ཁྱེར་ནས་འགྲོ་རྩིས་བྱས་པར། ལམ་འགྲོ་བ་དེས་བློས་མ་ཐོངས་པ་ལྟར་རྒན་པོའི་ལག་པར་འཇུས་ཏེ། དེས་ན་ང་ཕྱིར་དངུལ་ལེན་དུ་འགྲོ། མི་འགྱངས་པར་དངུལ་ཁྱེར་ནས་ཉོ་ཙུ་འོང་ངེས་ཡིན་པས། རེ་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་འཚོང་མི་ཙུང་ཞེས་ལག་ཐོག་ལ་ལག་པ་བཞག་པས་རྒན་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཁས་བླངས།

སྨེ་པའི་ནང་གི་མི་ཚང་མས་གནས་ཚུལ་དེ་མཐོང་རྗེས་ཡ་མཚན་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཏེ། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཤད་ནས་ལྷུང་ལྟར་གྲགས་སོ། །དེ་ནས་བུ་གསུམ་པོས་རྒན་པོ་སྐྱོར་བར་རྩོད་རེས་བྱས་ཏེ་མ་མཐུན་པར། སྨེ་པའི་ནང་གི་མི་ཚང་མས་ཕོ་ཚོར་སྤྱར་ཀྱི་གྲོས་ཆོད་ལྟར་བུ་ཆེ་བ་ནས་འགོ་བཟུང་སྟེ་མི་རེས་ལོ་རེར་གསོས་ན་བཟང་ཞེས་བཤད་པས། མཇུག་མཐར་རྩོད་གཞི་སྨངས་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་གྲོས་འཆམས། དེ་ནས་བུ་ཆེ་བས་ཟས་གང་ཞིམ་དང་གོས་གང་འཇམ་ཕུལ་ནས་ལོ་གཅིག་སྐྱོར་སྐྱོང་བྱས་པར། ལོ་མཇུག་ལ་བུ་འབྲིང་བ་རང་འགྲུལ་གྱི་སྒོ་ནས་ཨ་ཕ་བསུ་བར་ཡོང་བ་མཐོང་ནས། བུ་ཆེ་བས་ཨ་ཕ། ཁྱེད་ད་དུང་ངའི་ཁྱིམ་དུ་བཞུགས་དང་། ཕྱོགས་གང་ལའང་ཐུགས་ཁྲལ་མཛད་མི་དགོས་ཞེས་བཤད་པས། བུ་འབྲིང་བ་བྲེལ་འཚུབ་ལངས་ནས་ཕ་རབ་ཚིག་ཐོག་དང་འཕར་བ་རྗེས་ཐོག་ཟེར་སློལ་ཡོད་པས། ང་ཚོས་སྤྱར་གྱི་འདུམ་ཁྲ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལས་སུས་ཀྱང་དེ་ལ་རྒྱབ་འགལ་བྱེད་མི་ཆོག་ཟེར་ནས་ཨ་ཕ་ཁྲིད་དེ་འགྲོ་བར་བརྩམས་པ་ན། བུ་ཆུང་བ་དེ་གར་ཡོང་ནས་ཕུ་བོའི་ལམ་བཀག་སྟེ་ལས་བཟའ་མང་སྐྱིད། ཟས་བཟའ་ཉུང་སྐྱིད་ཟེར་བ་ལྟར་ཕུ་བོ་འབྲིང་བ་ལ་བྱིས་པ་མང་ལ་ཁང་པ་ཡང་དོག་པས། ངེད་ཚང་ལ་འགྲོ་ཟེར་ནས་ཨ་ཕ་འཛིན་པའི་མོད་ལ་རྒན་པོའི་བུའི་མཐའ་མ་གསུམ་པོ་ཡང་ཡོང་ནས་སྐྱུག་པོ་སྐྱོར་བར་ཁ་རྩོད་བྱས། དེ་ལྟར་ཕོ་ཚོ་གཅིག་ལས་གཅིག་ལྷག་པའི་ངང་ནས་རྒན་པོ་སྐྱོར་ནས་ལོ་འགའ་འདས་པ་དང་། ལོ་གཅིག་རྒན་པོ་དུས་ཀྱི་མཐའ་མར་གྱུར་པས། བུ་གསུམ་པོས་ཕ་ཡི་འདས་མཆོད་ཀྱང་བྱེད་ཕོམ་མ་བྱུང་བར། སྐམ་ཆུང་འཕྲོག་རེས་བྱས་ཏེ། གཅིག་གིས་མི་གཏོང་ན་གཅིག་གིས་མི་གློད་ཅིང་ཆག་སྒོ་སློང་ཉེན་ཡོད་སྐབས། སྨེ་པའི་ནང་གི་མི་རྒན་པ་ཚོས་ཕོ་ཚོའི་བར་བཀག་སྟེ་ཁྱོད་ཚོས་ཕ་རྒན་གྱི་འདས་མཆོད་བཟང་པོར་བསྒྲུབས་རྗེས། ད་གཟོད་མི་རྣལ་མ་ཞིག་བདམས་ཏེ་རིན་པོ་ཆེ་བཙོངས་ནས་དངུལ་མང་ཉུང་མེད་པར་བགོས་ན་གང་འདྲ་འདུག་ཅེས་དྲིས་པར། ཕོ་ཚོས་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་གྲོས་འཆམས། དེ་ནས་ཕོ་ཚོས་མྱུར་བར་འདས་མཆོད་བསྒྲུབས་རྗེས་མི་བློས་ཁེལ་བ་ཞིག་བཙལ་ནས

སྐམ་ཁ་འཁྱིད་དུ་བཅུག་པར། སྐམ་ནང་དུ་ཡོད་པ་ནི་ལོ་མང་རབས་ལ་ཕ་རྒན་གྱིས་སྣ་ཐ་དབུར་བྱེད་ཀྱི་རྡོ་ལོག་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་དེར་རིན་པོ་ཆེ་ཉེ་མཁན་གྱི་མི་དེ་ཡང་སླེབས་འདུག་པས། ཁོས་ཤིན་ཏུ་ཕངས་པའི་ངང་ནས་ཨོ། ད་འཕྱིས་སོང་། ཁྱོད་ཚོས་ཕ་རྒན་ལ་སེམས་གཉིང་ནས་གཅེས་འཛིན་མེད་པར། ཁོང་གི་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནར་སེམས་ཤོར་བ་ཡིན་པས། རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁྱོད་ཚོ་སྤུན་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཡིད་སྨུག་ནས་རྡོ་རུ་གྱུར་པ་རེད་ཅེས་ཤུགས་རིང་ནར་ནར་དུ་འདོན་བཞིན་བཤད་པས་སྤུན་གསུམ་པོ་ཡང་མགོ་བོ་སྨད། ཕྲག་པ་སྒྲོད། སེམས་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་འདུག་གོ །



ཁ་ཆེ་བ་ཁུའི་འདྲེ་གཏེན་ལས་འབྲས་རྒྱུ་ཁུགས་ཀྱི་བསླབ་བྱ་ལས།
ཕ་མ་ཡོད་དུས་བཀའ་དྲིན་མ་བསམ་པར། །མེད་དུས་འཁྱོད་པ་སྐྱེས་པ་ཐ་མའི་ཐ། །
འཁྱོད་པ་དེ་ནི་ཕྱུགས་ནས་ཕྱུགས་སུ་འཁྱོད། །ད་ལྟ་ས་སྙིང་འཁྱོད་པ་དེ་ལས་མེད། །
ཁྱོན་པ་སྙིང་ན་གསར་པ་བཟོས་པས་ཚོག །མནའ་མ་མེད་ཀྱང་མནའ་མ་བསྒུས་པས་ཚོག །
འཚོལ་དགོས་བྱུང་ན་ཕ་མ་རྙེད་དོགས་མེད། །ཕ་མ་གཉིས་དང་མནའ་མ་བརྗེ་དོགས་མེད། །
འདྲ་འདྲའི་ཁྲོད་དུ་སྡོད་པ་ངོ་ཡང་ཚ། །

༄ རྒྱལ་ཁ་དང་ལམ་ཁ།

སློབ་བུ་པ་སངས་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བྲིས།

རྒྱལ་ཁ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ཁ་ཕྱོགས་ས་དང་ལམ་ཁ་ནི་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་འཛེམ་པའི་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་སྣང་། འོན་ཀྱང་ཕྲན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ལ། མི་ཞིག་གི་འཚོ་བའི་ནང་རྒྱལ་ཁ་ནི་ཕམ་ཁ་ཚབས་ཆེན་ཕོག་པ་ལས་ཐོབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ང་ཚོས་རྒྱལ་ཕམ་ལ་ལྟ་ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་འཛིན་དགོས།

དེ་ཡང་རང་ཉིད་ལ་མྱོང་ཚོར་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད། གཞི་རིམ་འོག་མའི་སྐབས་སུ་ངའི་རྩིས་རིག་གི་སྦྱངས་འབྲས་ནི་འཛིན་གྲྭའི་ནང་གི་ལེགས་ཤོས་ཤིག་ཡིན། སྐབས་དེ་དུས་ངའི་བསམ་པར། སློབ་གྲོགས་གཞན་གྱིས་ང་ལ་འགྲན་མི་ཐུབ་སྙམ་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་ཉིན་རེ་བཞིན་ལྷོད་གཡེང་ལ་བཏང་། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་ཚོའི་སྤྱོབས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཕམ་ཁའི་ས་བོན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས། ཐེངས་ཤིག་རྩིས་རིག་བློ་རྒྱུགས་ལེན་སྐབས་ང་རང་ཞན་གྲས་སུ་སླེབས་འདུག ང་དེར་ངོ་ཚ་སྟེ་སློབ་གྲོགས་གཞན་གྱི་མདུན་དུ་ངོ་གདོང་ཡང་སྟོན་མི་ནུས་པར་གྱུར། ཕྱིས་སུ་ངས་ང་རྒྱལ་ནི་ཕམ་ཁའི་རྩ་བ་ཡིན་པ་རྟོགས་བྱུང་། མི་སུ་ཡིན་ཡང་ཕམ་ཁ་ཁྱུར་འདོད་གཏན་ནས་མེད་ལ་དེར་ལྟ་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཛིན་དགོས་པ་ལ་མི་རེ་རེས་བསམ་བློ་ཟབ་མོ་ཞིག་གཏོང་དགོས།

སྤོབས་སེམས་ནི་རྒྱལ་ཁ་ཡི་ལམ་བུར་འཁྲིད་མཁན་ཡིན་ལ་ཕམ་ཁ་ཉེ་བའི་རྒྱུ་ཡང་ཡིན། ཕམ་ཁ་ནི་མི་ཚང་མའི་བློ་སྙོ་འབྱེད་མཁན་དང་རྒྱལ་ཁའི་ལམ་བུར་འཁྲིད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ཇེས།

བདག་གིས་རྩིས་རིག་ལ་ཧུར་ཐག་གིས་སྦྱངས་ཏེ་ལོ་མཇུག་སྐབས་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཐོབ་བྱུང་། ངས་ངག་ནས་རང་དབང་མེད་པར་རྩིས་རིག་གི་བློ་རྒྱུགས་ལས་ཐོབ་པའི་ཕམ་ཁ་དེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཁྱེད་ཀྱིས་ཁོ་བོར་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་བགྲོད་ལམ་བཟང་པོ་ཞིག་བསྟན་བྱུང་ཞེས་སྨྲས།

ལོ་ཆུང་བྱིས་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་སྦྱངས་འབྲས་ལེགས་པོ་ཐོབ་དུས་རང་སྙོམ་སྤྱུ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ད་དུང་རང་གིས་རང་ལ་སྐུལ་ལྕག་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཁ་ཆེན་པོ་འཐོབ་རྒྱུར་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱངས་འབྲས་ཞན་ནའང་སྐྱོ་སྣང་མི་སྐྱེ་ལ་དཔའ་ཡང་མི་ཞུམ་པར་མུ་མཐུད་དུ་སེམས་ཤུགས་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་གོམ་སྟབ་དེ་མཚམས་འཇོག་བྱེད་མི་ཉན། གང་ལྟར་ཀྱང་ཕུགས་བསམ་བརྟན་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་རྒྱལ་ཁར་ཡིད་ཆེམ་དང་ཕམ་ཁར་ཡིད་ཕམ་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུགས་བསམ་མངོན་འགྱུར་བྱེད་ཐུབ་བོ། །

སློབ་ཚན་འདིའི་ནང་དོན་སྙིང་བསྡུས།

རྒྱུན་གཏན་མི་ཚེའི་བྱ་གཞག་ཏུ་རྒྱལ་ཕམ་ཅི་ཞིག་བྱུང་ན་ཡང་། རྒྱལ་ཕམ་ལས་གལ་ཆེའི་བསླབ་བྱ་ལེན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་ཚུལ་འཛིན་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཡིན་པ་རང་ཉིད་སློབ་ཆུང་སྐབས་རྩིས་རིག་ཡིག་ཚད་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་རྐྱེན་གྱིས་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད།

༄ ང་དང་ཚིགས་པར་དབར་གྱི་གནམ་རྒྱུད།

ང་རང་གཞི་རིམ་བར་མའི་སློབ་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་རྗེས། དུས་རྒྱུན་དུ་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སྐབས་ཀྱི་གནམ་རྒྱུད་ཚུང་ཚུང་དེ་ཡིད་ལ་དྲན་གྱིན་འདུག

ང་རང་གཞི་རིམ་འོག་མར་སྦྱོད་པའི་དུས་དེར། གུང་གསེང་གི་དུས་ཚོད་ཐེད་སྤྱད་དེ་《ཕ་ཡུལ་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད།》དང་《སྙུག་གསར།》སྙིང་གི་སློབ་མའི་བྲིས་རྩོམ་ལ་བལྟ་རྒྱུ་ནི་ང་རང་གི་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་གོམས་སྲོལ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ཡིན་ན་ཡང་སྐབས་དེར་ང་རང་རྩོམ་ཡིག་ལ་བལྟ་རྒྱུར་དགའ་བ་ལས་འབྲི་རྒྱུར་མི་དགའ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་རྩོམ་ཡིག་ཡག་པོ་ཞིག་འབྲི་མ་ཐུབ།

ཉིན་ཞིག་ལ། སློབ་གྲྭས་རྩོམ་ཡིག་འགྲན་སྡུར་བྱེད་རྒྱུའི་བརྡ་ཐོ་སྦྱར་འདུག ང་ཚོའི་འཛིན་གྲྭའི་སློབ་གྲོགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ང་ལ“ཁྱོད་རྒྱུན་དུ《ཕ་ཡུལ་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད།》དང《 སྙུག་གསར།》ལ་ལྟ་རྒྱུར་དགའ་བས། ད་ཐེངས་བྱ་དགའ་ལེན་ཐུབ་རྒྱུ་རེད”ཅེས་བཤད་པ་ན། ངས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་དང་བཅས་ཏེ་མགོ་བོ་ནང་གུག་བྱས། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ། ངས་བསམ་བློ་ཞིབ་མོ་ཞིག་བཏང་ནས་རྩོམ་ཡིག་ཅིག་བྲིས་ཏེ་སློབ་གྲྭའི་ཤེས་ཡོན་ཚོགས་ཚུང་ལ་སྤྲད།

ཕྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པའི་ཚེས་བཅུ་བཞི་སྟེ་བྱེས་པའི་དུས་ཆེན་གྱི་ཉིན་དེར། སློབ་མའི་བྲིས་རྩོམ་ཡག་པོ་ཐམས་ཅད་སློབ་གྲྭའི་སྦྱར་པང་ངོས་ལ་སྦྱར་འདུག ངའི་སེམས་ལ་དགེ་སློབ་ཡོངས་ཀྱིས་ངའི་བྲིས་རྩོམ་ལ་བསྔགས་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཐག་ཡིན་སྙམ་སྟེ་སྦྱར་པང་ངོས་སུ་རང་གི་བྲིས་རྩོམ་དེ་བཙལ་མོད། འོན་ཀྱང་བྲིས་རྩོམ་དེ་གདན་ནས་མཐོང་རྒྱུ་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་ངས་སློབ་གྲོགས་གཞན་གྱི་བྲིས་རྩོམ་རེ་རེ་ལ་བལྟས་པ་ན། བྲིས་རྩོམ་དེ་དག་གི་རྗོད་བྱེད་ཚིག་དང་། བརྗོད་བྱ་མཚོན་སྟངས། མགོ་རྐང་སྒྲིག་སྟངས། བརྗོད་བྱའི་ནང་དོན་སོགས་ཕྱོགས་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་ཞིག་འདུག་པས། ངས་ད་གཟོད་རང་གི་བྲིས་རྩོམ་དེའི་ཞན་ཆ་རྟོགས་ཏེ་ངོ་མདངས་ཀྱང་དམར་པོར་གྱུར། དུས་དེ་ནས་བཟུང་། ངས་《ཕ་ཡུལ་ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད།》དང་《སྨྱུག་གསར།》ལ་ལྟ་སྐབས་སློབ་མའི་བྲིས་རྩོམ་ཁོ་ན་ལ་ལྟ་བའི་སྲོལ་དེ་བསྒྱུར་ཏེ། རྩོམ་ཡིག་ཇི་ལྟར་འབྲི་དགོས་པའི་ཤེས་བྱའི་སྐོར་ལའང་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་པས། ངའི་རྩོམ་རྒྱལ་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་སྟེ། ངའི་བྲིས་རྩོམ་ནི་ནམ་ཡིན་ཡང་དགེ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་བསྔགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཏོ། །

ད་ལྟ་ཕྱིར་གཞི་རིམ་འོག་མའི་སྐབས་ཀྱི་དོན་དག་དེར་བསམ་བློ་རེ་བཏང་ཚེ། དངོས་གནས་ཕྱོགས་གཅིག་མཐོང་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་མི་མཐོང་བ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་བཟུང་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་མ་བཟུང་ན་མི་འགྲིག་པའི་གནས་ལུགས་དེ་རྟོགས་སོང་།

མཆན།

སློབ་ཚན་འདི་《ཆུང་འབྲིང་སློབ་མའི་སྦྱངས་རྩོམ་ཙོ་ཀའི་དྲུག་འགྱུར།》ནས་བདམས་ཏེ་བཟོ་བཅོས་ཕྲན་བུ་བྱས་པ་ཡིན། ལྷུན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱིས་བྲིས།

⅄ ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས།

ཞི་བདེ་ཟླ་བ།

དེ་ཡང་སའི་གོ་ལའི་འཁོར་འགྲོས་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་ནི་ཚན་རིག་གི་མི་ལོང་ལས་འདས་ལ་མི་དགོས་པར། འཛམ་གླིང་ཁྱིམ་ཚང་འདིའི་ནང་འཚོ་སྡོད་བྱེད་བཞིན་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན། དུས་བཞིའི་ཟློ་རྒྱུན་བར་མཚམས་མེད་པར་འཁོར་བའི་དཔྱིད་ཀ་དང་། དབྱར་ཁ། སྟོན་ཁ། དགུན་ཁ་འདི་དག་གི་ནང་ནས་ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་ནི་དཔྱིད་ཀ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཚོག་ལ། ལྷག་པར་དུ་འཛམ་གླིང་གི་དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་བརྗོད་པའི་མཚན་ཉིད་སྨྲ་བ་དེ་ཚོས"ལོ་གཅིག་གི་འཆར་གཞི་ནི་དཔྱིད་ཀར་རག་ལས།" ཞེས་བཤད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔྱིད་ཀ་ནི་འཆར་གཞི་འདིང་ས་དང་། དཔྱིད་ཀ་ནི་ཕུགས་བསམ་གྱི་མྱུ་གུ་སྨིན་ས། དཔྱིད་ཀ་ནི་བྱ་བ་ཀུན་གྱི་འཇུག་སྒོ། དཔྱིད་ཀ་ནི་ཞི་བདེའི་ལམ་ལ་འཁྲིད་པའི་ལམ་འདྲེན། མདོར་ན་དཔྱིད་ཀ་ནི་ཕུན་ཚོགས་སྡེ་བཞིའི་དཔལ་ཡོན་སྟོལ་བའི་མ་མ་རེད། ད་དུང་ཞིང་པ་ཚོར་མཚོན་ན། དཔྱིད་ཀ་ནི་ཕོ་ཚོའི་རེ་སྨྲུག་གི་མིག་ཟུང་གཏོད་ཡུལ་དང་། འབྱུང་འགྱུར་ཚོད་སེམས་ཀྱི་ས་ཞིང་ལ་ལོ་ལེགས་ག་འདྲ་འབྱུང་མིན་ནི་དཔྱིད་ཀ་ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་འདི་གཉིས་ལ་རག་ལས།

གཞན་ཡང་འབྲོག་པ་ཚོར་མཚོན་ན། ཕོ་ཚོ་ནི་གདོད་མའི་འཚོ་བར་རོལ་བའི་དབང་གིས། རྩིས་རིག་པ་སྨྲ་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་སྨྲ་བ་ཚོས་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་སྐབས་ཕོ་ཚོའི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཡུལ་ནི་འབྲོག་པ་ཚགས་ཡོད་མོད། དེ་བས་འབྲོག་པ་དག་གིས་ཀྱང་རྟ་ནོར་ལུག་

གསུམ་གྱི་ཤ་ཤེད་རྒྱས་མིན་དང་བགྲང་བྱ་གཅིག་དང་ཡང་ན་མི་ཚེ་གཅིག་གི་རྣ་ཐང་གི་འཚོ་བ་ག་འདྲ་ཞིག་ལོངས་སུ་སྤྱོད་མིན་ནི་དཔྱིད་ཀའི་ཀུན་སློང་ཁོ་ནའོ། །

ད་དུང་འགྲོ་བ་མིའི་ཁྱིམ་གཞི་དེ་ཕར་ཞོག ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་ཚངས་པ། ཁྱབ་འཇུག་སོགས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་འཁོར་ཚོགས། ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་ལ་འཚོལ་ཞིབ་དང་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་གནང་བའི་ཚན་རིག་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་ནའང་། "ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་ནི་གང་རེད"ཅེས་དྲི་རྟགས་དམར་པོ་ཞིག་ཁོ་ཚོར་བཀོད་ཆེ། ཁོ་ཚོས་བློ་ཐག་ཐད་ཆོད་ཀྱིས"དཔྱིད་ཀ་རེད"ཅེས་བརྗོད་ཁོ་ཐག་རེད། རྒྱུ་མཚན་ནི་མཁས་པའི་དབང་པོའམ་ཆོས་ཀུན་མ་ལུས་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་མ་ཧཱ་པཎྜིཏ་ཆེན་མོ་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་འདི་ལྟར་གསུངས་མྱོང་སྟེ། "གྲོག་མ་མིག་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུག །ས་འབུ་རྐང་མེད་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུག །མདོར་ན་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བང་འགྲན་ནས། །གཅིག་ལས་གཅིག་ལྷག་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱུག །" ཅེས་ལེགས་བཤད་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་ཚོར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཚེ་ཁོ་ཚོའི་འཚོལ་སྙེག་དེའང་བདེ་བ་དང་མཛེས་སྡུག་འབའ་ཞིག་ལས་མ་འདས། དེ་ལྟ་བས་ན་བདེ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི་དགེ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འོ་ན་ཁོ་ཚོས་འཚོལ་སྙེག་དང་བདེ་བའི་མགོ་འཛུགས་ས་ནི་དཔྱིད་ཀ་དང་། ཐོག་མའི་འཆར་གཞི་དེ་ཡིན་པ་སྨོས་མེད་རེད།

ཡང་བསམ་བློ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་བཏང་ནས་བརྗོད་ན་ཐར་པ་དང་དོན་གྱིས་གྲུབ་ཡོད་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་གཉེར་བའི་ནང་པའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཚོར་མཚོན་ནའང་། དཔྱིད་ཀ་ནི་རྣམ་མཁྱེན་དང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་མི་བསླུ་བའི་ལམ་ལ་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་ཞིག་ཡིན་པ་ཁོ་ཚོས་དྲན་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཨ་ཅང་ཅང་། དངོས་པོ་དང་རང་བྱུང་གི་ཆོས་ཉིད་ལ་ཁུངས་བཙོལ་ནས་བརྗོད་ཆེ་དགུན་ཁ་འདས་མ་ཐག་ཏུ་དཔྱིད་ཀ་ཡིན། དེ་ཡིས་ཁོ་ཚོའི་བློ་ངོར་ཡང"ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི"ཡི་ནང་གི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཞེས་པའི་གཏན་ཚིགས་དེ་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་དྲན་འོང་ངེས་རེད། དེའི་རྐྱེན་གྱིས་ནང་པའི་རྗེས་འཇུག་པ་ཚོས་དཔྱིད་ཀ་ནི་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་བྱེད་པའི་ཅོང་སྒྲ་ཧ་ཏན་ཏན་ངོས་འཛིན་བྱེད་ངེས།

སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་དང་ཞུ་དག་གཏོང་བ་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་རེད། དཔེར་ན་སྐབས་འདིར་སྤྱོད་འཇུག་ལས། "སེམས་ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཤེས་ན། །བདེ་ཐོབ་སྡུག་བསྔལ་གཞོམ་འདོད་ཀྱང་། །དེ་དག་དོན་མེད་གྱི་ནར་འཁྱམས། །"ཞེས་པའི་འབེལ་གཏམ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་

སྡུག་བསྔལ་དང་བདེ་བ་གང་ཡིན་ནའང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་རེད། འོ་ན་དཔྱིད་ཀའི་ནམ་ཟླ་གཙང་མ་འདི་ཡིས་སེམས་ལ་གྲོགས་དང་ཕན་འདོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་བས་ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་ནི་དཔྱིད་ཀའི་ནམ་ཟླ་ཞག་གཅིག་ཡིན།

འོ་ན། ལྷག་བསམ་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཡངས་པའི་གྲོགས་པོ་ཚོ། ཁྱོད་ཚོའི་ནམ་དུས་སྐྱིད་ཤོས་ནི་དཔྱིད་ཀ་ཡིན་ནམ།

ཟུར་བཀོད།

རྟགས་འཇུག་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

ན་མོ་མཉྫུ་ཤྲི་ཡེ། །རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དབྱིངས། །གཞོན་ནུའི་གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་རོལ་པ། །རྗེ་བཙུན་བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་དང་། །དབྱེར་མེད་བླ་མའི་ཞབས་བཏུད་ནས། །མཁས་མཆོག་ཐོན་མིའི་ཐུགས་མཆོ་ལས། །བྱུང་བའི་བརྡ་སྤྲོད་ཕྱི་མོ་མཆོག །རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་སྙིང་པོའི་དོན། །མདོར་བསྡུས་ཚིག་གིས་གསལ་བར་བྱ། །སྤྱིར་ན་དབྱངས་མོ་གསལ་བྱེད་ཕོ། །དེ་ཕྱིར་ཀཱ་ལི་སུམ་ཅུ་པོ། །ཕོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། །ནང་གསེས་སྡེ་ཚན་ལྔར་དབྱེ་སྟེ། །ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཙ་རྣམས་ཕོ། །ཁ་ཆ་ཐ་ཕ་ཚ་མ་ནིང་། །ག་ཇ་ད་བ་ཛ་ཝ་ཞ། །ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་རྣམས་མོ། །ང་ཉ་ན་མ་ཤིན་ཏུ་མོ། །ར་ལ་ཧ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། །ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །

སྔོན་འཇུག་ལྔ་ཡི་བ་ཡིག་ཕོ། །ག་ད་མ་ནིང་འ་མོ་ཡིག །མ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། །དེ་རྣམས་གང་ལ་གང་འཇུག་ན། །ཕོ་ཡིག་བ་ནི་ཀ་ཅ་ཏ། །ཙ་ག་ང་ཇ་ཉ་ད་ན། །ཛ་ཞ་ཟ་ར་ཤ་སར་འཇུག །མ་ནིང་ག་ནི་ཅ་ཏ་ཙ། །ཉ་ད་ན་ཞ་ཟ་ཡ་ཤ །སར་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི། །ཀ་པ་ག་བ་ང་མར་འཇུག །མོ་ཡིག་འ་ནི་ག་ཇ་ད། །བ་ཛ་ཁ་ཆ་ཐ་ཕ་ཚར། །ཤིན་ཏུ་མོ་ཡི་མ་ཡིག་ནི། །ཁ་ཆ་ཐ་ཚ་ག་ཇ་ད། །ཛ་ང་ཉ་ན་རྣམས་ལ་འཇུག །

ཇི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །ཕོ་ནི་སྔ་རྗོལ་དྲག་པར་འཇུག །མ་ནིང་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན། །མོ་ནི་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། །ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་པས་སོ། །

ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །ཐོག་མར་འདི་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཏེ། །ལས་གང་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་པོ༑ ༑གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡི། །དབང་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་པོ་དང་། །དེ་ཡི་བྱེད་པ་གཉིས་པོ་ནི། །དངོས་པོ་བདག་ཡིན་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་བ་གཉིས་པོ་དངོས་པོ་གཞན། །དེ་བཞིན་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་། །དངོས་སུ་འབྲེལ་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་། །བྱ་བ་བྱས་ཟིན་འདས་པ་དང་། །བྱ་བ་བྱེད་འགྱུར་མ་འོངས་དང་། །བྱེད་བཞིན་པ་ནི་ད་ལྟ་བ། །དེ་ཕྱིར་དུས་གསུམ་དབྱེ་བས་ནི། །བྱེད་ལས

དང་འབྲེལ་ངག་གི་ནི། །སྦྱོར་བ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་ཡིན། །བདག་གཞན་དབྱེ་བས་དེ་ཙམ་དུ། །ཁྱབ་པ་མིན་ཡང་བྱེད་པོ་དང་། །བྱ་ཡུལ་བསྡུ་ཕྱིར་དབྱེ་བ་དེ། །མངོན་ནས་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི། །བྱ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་དེ་ཁོངས་བསྡུས། །

དེས་ན་དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། །བདག་གཞན་དབྱེ་བས་མ་ཁྱབ་པ། །བསྡུ་བའི་དོན་དུ་ཤེས་དགོས་པར། །གསུངས་ཀྱང་སྔོན་འཇུག་འ་ཡིག་སྐབས། །བྱེད་ལས་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི། །དངོས་པོ་བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་། །དེ་ལྟར་ངེས་ནས་ཕོ་ཡིག་བ། །བསྒྲུབས་སོ་ལྟ་བུ་འདས་པ་དང་། །བསྒྲུབ་བྱའི་ལྟ་དང་བསྒྲུབ་པར་བྱ། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག །མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་པོ་ནི། །གཅོད་པ་པོ་དང་གཅོད་པར་བྱེད། །གཅོད་པར་འགྱུར་དང་དགྲི་བ་པོ། །དགྲི་བར་བྱེད་དང་དགྲི་བར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དོན་དང་། །གཅད་བྱའི་ཤིང་དང་གཅད་པར་བྱ། །དགྲི་བྱའི་སྣལ་མ་དགྲི་བར་བྱ། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་དོན་དང་། །གཅོད་བཞིན་པ་དང་དགྲི་བཞིན་པ། །ཞེས་སོགས་ད་ལྟ་བསྒྲུབ་ཆེད་འཇུག །མོ་ཡིག་འ་ནི་འཆད་པ་པོ། །འཆད་པར་བྱེད་དང་འཆད་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དངོས་དང་། །འགྲོ་བ་པོ་དང་འགྲོ་བར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་བདག་དོན་ཕལ་པ་དང་། །འཁྱིལ་ལོ་ཞེས་སོགས་ད་ལྟ་དང་། །འཁྱིལ་བར་འགྱུར་སོགས་མ་འོངས་འཇུག །ཤིན་ཏུ་མོ་ཡི་མ་ཡིག་ནི། །བདག་གཞན་དུས་གསུམ་མཉམ་པར་འཇུག །

འོན་ཀྱང་བྱེད་པོ་གཞན་དངོས་དང་། །འབྲེལ་བའི་འདས་ལ་འའི་སྔོན་འཇུག །མེད་པར་ངེས་ཤིང་ག་ད་ཅུང་། །ད་ལྟ་བ་ལ་བའི་སྔོན་འཇུག །ཅུང་ཞིང་མགོ་ཅན་ད་ལྟ་བར། །བས་འཕུལ་མེད་པར་ངེས་པ་ཙམ། །གཞན་ཡང་བས་འཕུལ་ཅན་ཕལ་ཆེར། །བྱེད་པ་པོ་ནི་ད་ལྟ་དང་། །བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པར་བསྡུས་ནས། །འདས་ལ་བས་འཕུལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། །ད་ལྟ་བ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །མ་འོངས་འཕུལ་ཡོད་ཡང་འཇུག་མེད། །སྐུལ་ཚིག་འཕུལ་མེད་ཡང་འཇུག་ཡོད། །སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐུལ་ཚིག་ལ། །ས་རྐྱང་སྦྱར་བས་འཕྲུས་པའང་ཡོད། །

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ཡི། །ག་ད་བ་ས་བཞི་རྣམས་ཕོ། །ང་མ་འ་གསུམ་མོ་ཡིན་ཅིང་། །ན་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་སྟེ། །མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཀུན་ལ་འཇུག །ཇི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །དང་པོ་སྒྲ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ནི། །ཕོ་ཡི་ག་ཡིག་ཡང་འཇུག་ཅན། །སྐྱེས་བུ་རབ་དང་ཕོ་ཡིག་བ། །ཡང་འཇུག་ཅན་ནི་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་། །ག་བ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །ད་སའི་མཐའ་ཅན་ཐ་མ་སྟེ། །དྲག་པ་ཕོ་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱི། །དྲག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་དབྱེ། །དེ་བཞིན་ཞན་པ་མོ་ལ་ཡང་། །ནང

གསེས་དྲག་ཞན་གཉིས་དབྱེ་སྟེ། །ང་མ་ཡང་འཇུག་ཅན་མོ་དང་། །ང་མ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །འ་མཐའ་ཅན་རྣམས་ཤིན་ཏུ་མོ། །བར་མ་མ་ནིང་ན་ར་ལ། །ཡང་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་མཐར་ཡོད་དང་། །མིང་གཞི་མ་ནིང་རྗེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཞུགས་པ་ན། །དྲག་དང་འཕྲད་པས་དྲག་པར་འགྱུར། །མིང་གཞི་མོ་ཡིག་རྗེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན། །ཞན་དང་འཕྲད་པས་ཞན་པར་འགྱུར། །དེ་གཉིས་འགྱུར་བ་མ་ནིང་ཡིན། །མིང་གཞི་མོ་ཡིག་རྗེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཞུགས་པ་ན། །དྲག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཚ་ལྡན་ཕྱིར། །མཚན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་སུ་གྲགས། །མིང་གཞི་མ་ནིང་རྗེས་སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན། །དྲག་ཞན་གང་དུའང་མི་འགྱུར་བས། །མཚན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་སུ་འདོད། །

གཉིས་པ་དོན་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི། །སྔ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ནི། །རྗེས་འཇུག་གང་ལ་ཞུགས་པ་ཡི༑ ༑མིང་དེས་བདག་གཞན་སོགས་གང་སྟོན། །ཕལ་ཆེར་མིང་དེའི་སྔོན་འཇུག་གི །ནུས་པར་སྦྱར་ནས་རྟོགས་པར་བྱ། །

ཕྱི་མ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་ནི། །རྗེས་འཇུག་ཕོ་ཡིས་ཕོ་ཡིག་གི །མིང་མཐའ་གཞན་དྲངས་དེ་བཞིན་དུ། །མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་དང་། །མ་ནིང་གིས་ནི་མ་ནིང་དྲངས། །དེ་རྣམས་རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་ཏེ། །བརྗོད་བདེ་འདྲེན་པའང་ཤིན་ཏུ་མང་། །གཞན་ཡང་མིང་མཐའ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །རྟགས་མཚུངས་པའམ་སྒྲ་མཐུན་པའི། །རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་དང་སླར་བསྡུ་སོགས། །སྔ་མའི་ཤུགས་དང་མཐུན་པར་འདྲེན། །དེ་དག་ནང་གསེས་གང་འཇུག་ནི། །རྣམ་དབྱེའམ་ཕྲད་བཅས་མིང་ཚིག་དེའི། །མཐའ་སྦྱར་མིང་དོན་ལས་ཤེས་བྱ། །དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཙམ། །བརྗོད་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་སྟེ། །དཔེར་ན་བུམ་པ་ཀ་བ་བཞིན། །གསལ་བྱེད་བོད་ཀྱི་སྐད་ལ་ཉུང་། །ལས་དང་བྱ་ཡུལ་དོན་གཅིག་སྟེ། །དེ་ལྟའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ། །བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པ་ལ། །གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། །གཉིས་པའི་ནང་ཚན་དེ་ཉིད་དང་། །བཞི་པ་དགོས་ཆེད་གསུམ་འདྲ་ཡང་། །བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ། །དེ་འམ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ལ། །ཕན་ཕོགས་མེད་ན་གཉིས་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་ཤར་དུ་འགྲོ་ལྟ་བུ། །ཕན་ཕོགས་ཡོད་ན་བཞི་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་སློང་ལ་སྦྱིན་ལྟ་བུ། །ཕན་ཕོགས་མེད་ཀྱང་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་བ་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ན། །གཉིས་པའི་ནང་ཚན་དེ་ཉིད་དེ། །དཔེར་ན་ལྷ་རུ་གསལ་ལྟ་བུ། །གང་ཞིག་གང་ལ་བརྟེན་པའམ། །གནས་དང་ཡོད་པའི་དོན་ཙམ་ལས། །བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་ན། །རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞི་སྟེ། །དཔེར་ན་སྟེང་དུ་མི་ཡོད་ལྟར། །ཚེ་སྐབས་གཉིས

དང་དོན་འདྲ་ན། །བདུན་པའི་ནང་ཚན་ཆེ་སྐབས་ཏེ། །དཔེར་ན་མཆུ་ཟླ་ཤར་བ་ན། །ཆོ་འཕྲུལ་དུས་ཆེན་ཚུགས་ལྟ་བུ། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་གསལ་བྱེད་སྒྲ། །སུ་ར་ཙ་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ཡིན་ཞིང་ཕལ་ཆེར་ལ་སྒྲ་དང་། །མཐུན་པས་ལ་དོན་རྣམ་དབྱེའང་ཟེར། །འོན་ཀྱང་ན་ལ་དེ་ཉིད་ལ། །མི་འཇུག་སྨྲ་བའི་སྒོ་ལས་གསུངས། །

རྣམ་དབྱེ་གང་ལ་སྦྱོར་ཡུལ་དེས། །ཉེ་འགྱུར་གང་དུ་བྱ་བ་ཞིག །བྱས་ན་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་སྟེ༔ ༔དཔེར་ན་བདག་གིས་བཤད་ལྟ་བུ། །བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར། །ངོ་བོ་འབྲེལ་བྱེད་ཙམ་སྟོན་ན། །རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་སྟེ། །དཔེར་ན་བདག་གི་མིག་ལྟ་བུ། །རྣམ་དབྱེ་གསུམ་དྲུག་གསལ་བྱེད་སྒྲ། །ས་མཐའ་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡི། །གི་ཀྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྔ་ཡིན། །གང་ཞིག་གང་ལས་བྱུང་བ་འམ། །ཕྱི་དང་ལྷུང་བའི་དོན་ལྡན་ན། །རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཏེ། །དཔེར་ན་ཞལ་ནས་ཐོས་ལྟ་བུ། །གསལ་བྱེད་སྒྲ་ནི་ནས་ལས་ཏེ། །དགར་དང་སྡུད་པའང་ལྔ་པར་གཏོགས། །གཞན་ཡང་ཚིག་དོན་གོང་འོག་ཏུ། །བསྡུ་རྒྱུ་ཡོད་ན་སྡུད་པའི་སྒྲ། །ངང་དང་ཀྱང་ཡང་འང་སོགས་སྦྱོར། །རྣམ་གྲངས་དུ་མས་དོན་བསྒྱུར་ན། །འབྱེད་སྡུད་སྒྲ་འཇུག་དགག་པ་དང་། །བདག་དོན་ཡོད་ན་ཐོག་མཐའ་ཙ༔ ༔པ་སྟེའི་རྟགས་རྣམས་ཅི་རིགས་འཇུག །རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་ཚིག་ཕྲད་ཀྱང་། །དོན་ལ་བསྙེགས་ས་ཡོད་ན་སྦྱོར། །དེ་བཞིན་བསྟན་བྱ་ལྷག་ཡོད་ན། །ལྷག་བཅས་སྒྲ་སྦྱོར་ཚིག་དོན་ནི། །རྫོགས་ན་སླར་བསྡུའི་སྒྲ་རྣམས་སྦྱོར། །

དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་ཅེ་ན། །མོ་ཡིག་དབྱངས་དང་མི་ལྡན་ན། །ཕོ་ཡིག་གསལ་བྱེད་བརྗོད་མི་ནུས། །དེ་ཕྱིར་དབྱངས་ལྔར་བཞེད་པ་བདེ། །ཕོ་ཡིག་དབྱངས་ལྡན་དེ་དག་ལའང་། །རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། །དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི། །མིང་དང་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་རྣམས། །སྟོན་པའི་ཚིག་དང་དོན་ལྡན་པའི། །ངག་གི་བརྗོད་པ་ཡོད་མིན་ཏེ། །ཡི་གེའི་ཚོགས་ནས་མིང་དབྱུང་ཞིང་། །མིང་གི་ཚོགས་ནས་ཚིག་ཕྱུང་ནས། །ཚིག་གིས་དོན་རྣམས་སྟོན་པས་སོ། །མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་མེད་ན་ནི། །ཐུན་མོང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི། །ཤེས་བྱ་སྟོན་པའང་མེད་པར་འགྱུར། །

དེ་ཕྱིར་འཕགས་ཡུལ་མཁས་རྣམས་ཀྱི། །རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་གསུངས་པ་འདི། །སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་གྱུར་ཅིག །ཚིག་གི་སྒྲ་ཙམ་འདྲ་ན་ཡང་། །དོན་ལ་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །དེ་ཕྱིར་བརྡ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། །མ་ནོར་དོན་རྣམས་འཚོལ་བ་གཅེས། །དོན་ལ་མི་རྩོངས་རྩོངས་པ་ཡང་། །ལུགས་འདིར་མཁས་མིན་གྱིས་བྱེད་དེ། །སྒྲ་ཤེས་དོན་ལ་མི་རྩོངས་ཞེས། །མཁས་པའི་གསུང་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས། །འདི་ལ་མ་སྦྱངས་རྩོངས་ཚོད་ཀྱིས། །འཆད་རྩོད་རྩོམ་པའི་གྲྭར་འཇུག་པ། །ཕ་སྐྱེས

སེང་ལྷུགས་གྲོན་པ་བཞིན། །ནམ་ཞིག་རྫེས་ངན་གསལ་བར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་བློ་གསལ་དོན་གཉེར་རྣམས། །རྟགས་འཇུག་དཀའ་གནད་གཟུགས་བརྙན་ཀུན། །གསལ་བར་འཆར་བའི་མེ་ལོང་འདིར། །ཡ་ཞུར་གཟིགས་མོར་སྨྲོན་དང་ཀྱེ། །འདི་ལ་ནོངས་པའི་ཚོགས་མཆིས་ན། །གཟུར་གནས་མཁས་པའི་སྤྱན་སྔར་འཆགས། །ཚུང་ཟད་འབད་ལས་ཐོབ་པའི་དགེས། །ཀུན་གྱིས་འདི་དོན་རྟོགས་པར་ཤོག །