

(བྱང་མཚོ་ ལས་སྒྱུ་རྩལ་ལྷན། གང་མཉམ་ཏེ་ཚོགས། རྩ་དཀར་གང་ལོང་ལས།)

རྩོམ་པ་པོ།

བསྐྱལ་པ་ཐ་མ་ ཏུས་ངན་སྒྲིགས་མ་དེང་སང་ཏུས་ཀྱི་འཕོ་རྒྱུར་ལུ་བརྟེན་ཏེ་འཇམ་གླིང་ནང་ལུ་མིའི་འགོ་ལྷགས་དང་སྟོན་ལྷགས་
 ཚུ་རིམ་གྱིས་རྒྱུར་དང་རྒྱུར་བཞིན་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། མིའི་མཁས་རིག་དང་མཐུ་ཙལ་ལས་བརྟེན་ལུ་གཅི་རང་འབད་རུང་
 འཇམ་ཏོག་ཏོ་འབད་ཚུགས་པའི་འབྲུལ་ཆས་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲུབ་ལས་ དཔེར་ན་ ས་གནས་སྤང་ཀྱ་གཅིག་ལས་ཅིག་བརྒྱད་
 དེ་འགྲོ་དགོ་སྟེ་འབད་རུང་ ལྷུ་མ་འཁོར་ན་ འགྲོ་ཐ་ལ་སོགས་པ་ལུས་སེམས་སྒྲིད་ལྷག་པའི་རང་ལས་འབད་ཐ་ལས་ ལུས་ཀྱི་
 བད་ཚུ་ལ་ཆེན་པོ་འབད་མ་ཚུགས་པར་ལྷག་པར་ རོ་མངར་ལ་ ཏུས་པ་བསིལ་བའི་ཟས་རིགས་བསྟེན་དགས་ནི་དང་། ལུས་ཀྱི་
 ཡུང་པོ་གཡོག་བསྐོལ་མ་ཚུགས་པར་དལ་ཐ་བསྟན་དགས་པའི་སྟོན་ལམ་བསྟེན་དགས་ནི་དང་། མདོར་བསྟུ་བ་ཅིན་ ཟས་དང་
 སྟོན་ལམ་དམན་ལྷག་ཡོག་པའི་དབང་གིས་ ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཚུ་ནང་བད་ཀན་དང་ཆིལ་འཕེལ་ཏེ་ དེང་སང་ཕལ་ཆེར་གྱིས་གཅིན་
 སྟེའི་ནད་འདི་ཐོབ་ཡིན་མས། ནད་དེ་ བཀག་ཐབས་མ་གཏོགས་ ཙུ་བ་ལས་དྲག་ཐབས་མེད་པ་ལས་ ཏུས་མ་འོངས་པར་མི་ཆེ་
 འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གར་ལུ་ ནད་འདི་མི་ཐོབ་ནི་དང་སྟོན་འགོག་འབད་ནི་དང་གོ་སྒྲ་བའི་ཆེད་ཀྱན་གྱིས་སྤྲུགས་ལུ་མངའ་དགོ་པ་
 ལས་ སྤྲུགས་ཀྱི་དན་གསོ་བརྩམ་ཅིག་སྟེ་ གཅིན་སྟེའི་ནད་སྟོར་ལས་འབྲི་བྲིམ་ཡིན།

ལ་ཅིན་སྟེ་རི་ནད་གྱི་མོ་དོན།

གཅིན་སྒྲིའི་ནད་དམ་ མཁལ་མ་དངས་འཛེག་ ཟེར་མི་འདི་ མཁལ་མ་དང་ སྒྲང་པའི་རྟོད་དང་རུས་པ་ཤོར་མ་ལས་ ཐུར་
སེལ་རྒྱུ་གི་བྱེད་ལས་ ཉམས་ཏེ་ ངི་རྒྱ་ཨ་ཙི་རེ་ འོག་ཅི་འོག་ཅི་སྟེ་གྲངས་ཁ་མང་སུ་ཤོར་མི་ལུ་སྤྲུབ་ཡིན།

ནད་ཀྱི་རྒྱ། དངས་མ་མ་ཞུ་བ་དང་ ལུས་དལ་ཐ་བསྐྱད་པ་ལས་ ལུས་ཆེ་ལ་འཕེལ་ཏེ་ ཤ་ཉམས་རྒྱག་ཏེ་རིལ་རིལ་དང་
བད་ཀ་ན་གྱི་ནད་ཡོད་མི་རྒྱ་ལུ་ གཅིན་སྒྲིའི་ནད་འཕྱོར་ནི་ཉེན་ཁ་སྤྱོད་པ་ཡིན།

ནད་སློང་པའི་རྒྱུ། ཟ་འབྲུང་གི་རིགས་ རོ་མངར་མོ་དང་ ལན་ཚུ་བ་དང་ སྒྱུར་པོ་དང་། དེ་ཚུ་ཡང་ ཅུས་པ་
ལྷི་ལ་བསིལ་བའི་རིགས་ཚུ་བཟའ་ནི་མང་དྲགས་པ་ལས་གཅིན་སྟེ་ནད་འདི་འཕྱོར་ཡིན། སྟོན་ལམ། གནས་བསིལ་སར་དང་
ལྷན་ཤས་ཆེ་སར་བསྐྱད་ནི་མང་དྲགས་ནི་དང་ ལུས་ཚུ་ལ་བཅག་མ་འབད་བར་དཔལ་བསྐྱད་དྲགས་པ་ལས་གཅིན་སྟེ་ནད་འདི་
འཕྱོར་ཡིན།

འགྱུར་ཚུ་ལ།

གོང་གི་སློང་རྒྱུན་གྱི་ ཟས་སྟོན་རིགས་ བད་ཀན་མཉམ་བུ་ལྟེན་གྱིས་མཉམ་གྱི་ (ཕྱེ་ཐགས་) མ་ཚུགས་ མཁྲིས་པ་འཇུ་བྱེད་གྱིས་བཞུ་
མ་ཚུགས་ མེ་མཉམ་སྒྲུང་གིས་དངས་མ་དང་ སྟིགས་མ་སོ་སོར་ཁ་བྱེ་མ་ཚུགས་པ་ལས། དངས་སྟིགས་སྤྱོད་བསྐྱེས་བའི་ཟས་སྟོན་
རིགས་གྱི་བཅུད་དེ་ཙོ་བ་ལས་བརྒྱད་དེ་ མཆིན་པར་བབས། མཆིན་པ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བརྒྱད་དེ་ མཁལ་མར་བབས།
མཁལ་མ་གྱི་དངས་མ་དང་སྟིགས་མ་བྱེ་མ་ཚུགས་པར་ དངས་མ་དང་སྟིགས་མ་སྤྱོད་བསྐྱེས་བའི་བུ་ལྷ་དེ་ལྷང་པར་བབས། དེ་ལས་
རིམ་པ་བཞིན་དེ་ཚུ་འམ་ ཆབ་གསང་བསྐྱུས་པ་ནང་ལུ་སྤྱོད་བཏོན་བཏང་མ་ཡིན།

གཅིན་སྟེ་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ།

༡- བད་ཀན་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ། ༢- མཁྲིས་པ་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ། ༣- རྒྱང་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ།
རྒྱས་པར་དབྱེ་ན། ༡- བད་ཀན་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནི་རྣམ་གངས་བཅུ་ཐམ། ༢- མཁྲིས་པ་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནི་རྣམ་
གངས་དུག། ༣- རྒྱང་ལས་གྱུར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནི་རྣམ་གངས་བཞི། བསྐྱེས་ཏེ་རྣམ་གངས་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་ཡོད། ཚུར་བསྐྱེ་བ་
ཅིན། ཆ་བ་ཤས་ཆེ་མི་ཚུ་ཆ་བ་དང་། གང་བ་ཤས་ཆེ་མི་ལུ་གང་བ་ཟེར་ གཅིན་སྟེ་ནད་ཆ་གང་གཉིས་ལུ་བསྐྱེས་ཡིན། གལ་
སྟེད་ གཅིན་སྟེ་ནད་རིགས་འདི་ ཡུན་རིང་མོ་ མ་འགྱོལ་ལས་བཅོས་ཐབས་མ་འབད་བཅིན་ འདི་ལས་བརྟེན་པའི་ཐོར་བུ་འི་
ནད་བཅུ་འབྱུང་མ་ཡིན། **འདི་ཡང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ལས།** ཁམ་ཕོར་རུས་སྤལ་བ་ཅན། སྒྱུར་པོ་མེད་བལ་ལྷ་མོ་དང་།
ཁྲན་རྒྱང་འབྲ་དང་ཡུངས་དཀར་འབྲ། ལྷ་བཅས་འབྱུང་དང་བེད་ཅི། ཁོང་འབྲས་ཞེས་རྒྱའི་འབྲས་འབྱུང་བཅུ། གཅིན་སྟེ་མ་
བཅོས་པ་ལས་འབྱུང་། ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཡིན། །

མངོན་རྟགས།

ཉལ་དགོ་མོན་ནི། ལུས་རྩལ་ནག་འཕྱོན་ནི། སྒྱུད་སེན་མོ་རིང་མོ་འགྱུ་ནི། ཁ་ལུ་རོ་མངར་མོ་ཆོར་ནི། ཁ་སྒྲམ་སྟེ་བསིལ་བའི་

ཟས་སྒོམ་བསྟན་དགོ་མཁོ་ནི། མཐེལ་བཞི་ཚ་ཤར་རྒྱབ་ནི། སྤྱི་དྲི་མན་མ་ནི་ (དི་རྒྱུ་དྲི་དེམ་) དི་རྒྱུ་ལ་དོག་ལུ་ངེས་པ་མེད་རུང་
གར་སྤྱི་ རྟོག་ཅན་འབྱུང་ནི། དི་རྒྱུ་བཏང་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་སྤྱང་མ་སྤྱང་ནི་རྒྱུ་འབྱུང་མ་ཡིན་མཚན། ལ་ཟས་བཟུ་མི་རྒྱགས་ནི།
ཟ་ཁམས་བཀག་ནི། མཁལ་དོག་དང་ རྟེན་པ་དང་ རྒྱང་པ་ནི་དང་ལུས་སྤྲད་ཀྱི་དོད་ཚད་ཤོར་ནི། དི་རྒྱུ་ལོག་ལོག་བཏང་རུང་
མ་བཏང་མ་བཟུ་མའི་སྤྲང་བ་ཤར་ནི། འཕྲལ་འཕྲལ་རང་ དི་རྒྱུ་བཀག་མ་རྒྱགས་པར་མལ་ཆ་ནང་ཤོར་ནི། འཕར་རྩའི་རྒྱུ་བ་
བྱིང་དལ་ཞིང་། ལྷག་པར་ཆག་རྩ་ཞན་པ། ལུས་ཀྱི་ཤ་མདོག་སེར་སྤྱུ་ཆགས་ནི། སོ་མཚན་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཉམས་ནི། མོ་མཚན་
ཁམས་ལོག་སི་སི་ ལ་སོགས་པའི་ནད་རྟགས་ཐོན་མ་ཡིན།

བད་ཀན་ལས་ལྟར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནད་རྟགས།

ལ་ཟས་ཟ་དགོ་མ་མཁོ་བར་ ཟ་ཁམས་བཀག་ནི། ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ཉལ་དགོ་མཁོ་ནི། སྒོ་ཆོལ་མངམ་བྱུང་ནི། སྤྱུག་ནི་རྒྱུ་ཡིན།

མཐིས་པ་ལས་ལྟར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནད་རྟགས།

སོ་མའི་མཚན་མ་དང་རྒྱང་ཕྱག་རྒྱ་ན་བྱུག་རྒྱབ་ནི། ལ་སྤྲམ་ནི། རྩོད་འབར་བརྒྱབ་ནི། ཨ་བ་བཤལ་སྤྱེ་ཚད་རིམས་ཤོག་ནི་རྒྱུ་ཡིན།

རྒྱང་ལས་ལྟར་པའི་གཅིན་སྟེ་ནད་རྟགས།

དོན་ཉིང་སྤར་ནི། གཉིད་ལོག་མ་བཏུབ་འབད་ནི། དབུགས་མི་བདེ་ནི། ལུས་འདར་ཏེ་ན་བྱུག་རྒྱབ་ནི། ཟས་སྒོམ་ (བཞེས་སྒོ་)
ལེ་ལཱ་བཟའ་དགོ་མཁོ་ནི། སྒོ་ཆོལ་ལེ་ཤ་འཐོན་ནི་རྒྱུ་ཡིན།

བཅོས་ཐབས།

- 1 ཟས་- ཟས་སྒོམ་ རོ་ཁ་ཚ་བསྐྱེ་བ་དང་ ཏུས་པ་ཡང་དྲོ་བའི་རིགས་བསྟན་དགོ།
- 2 རྟོན་ལམ་- མཁལ་མ་དང་ རྒྱང་པའི་དོད་ཚད་གསོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ ལུས་ཁམས་ཀྱང་མ་བཟུག་པར་དྲོ་
བཅོས་འབད་དགོ། ལུས་དལམ་མ་སྤྲོད་པར་རྩེ་ལ་བཅག་འབད་དགོ།
- 3 སྤྲམ་- རོ་པ་-སེ་འབྱུང་ངས་གནས། ཉི་མ་-ས་འཛིན་བཏུན་པ། རྩོད་ལུ་ -སྤྱི་རུ་འམ་ཡུང་བ་ལུ་པ། བྱི་རུ་-
ཚ་ཤས་ཆེན་ གཅིག་སྟེ་ཨ་རུ་ཏུ་དང་། གང་ཤས་ཆེ་བ་ཅིན། སེ་འབྱུང་ཉི་དཀྱིལ་དང་ སེ་འབྱུང་ཀྱན་བདེ་གང་རུང་།
གཞན་ཡང་ སེ་འབྱུང་པ། གོ་ཡུ་ཉེར་བརྒྱད་སོགས་ནད་རྟགས་དང་བསྟུན་ནས་གང་ལ་དེ་མཚམས་ཀྱི་སྒོ་ལས་བཏང་ནི།
- 4 དམུད་- ལག་པར་ཏུ་མ་དབུར་ཏེ་ མེ་བསྒོ་བཞིན་མ་ལས་ རྒྱ་སྤྲད་ལུ་ཏུགས་བརྒྱབ་ནི་ ཡང་ནི་ རྒྱ་དམ་གྱིས་ཆ་

དུགས་བརྒྱབ་ནི། རྒྱངས་དུགས་ རྒྱངས་ལུམས་ཚུ་ལུམས་དང་། མཇུག་བཅོས་ སྒྲལ་ཆོགས་ བཅོས་བརྒྱད་པ་
ལྔ་དང་ བཅུ་དགུ་པ་ལུ་བའི་གསང་ལུ་མེ་བཙའ་ཁ་གསུམ་བཙས་དང་། གཞན་ཡང་ཆོགས་པ་ ༡༢ ལོ་བའི་
གསང་། ཆོགས་པ་ ༡༤ མཁལ་མའི་གསང་ཚུ་ནང་ནང་ཉྱགས་དང་བསྐྱེན་གསེར་ཁབ་བརྒྱབ་དགོ།

མཇུག་བསྐྱེད་

གཅིན་སྟེའི་ནད་ཟེར་མི་འདི་འཇམ་གླིང་ནང་ལུ་ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ནད་གཞི་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ལཱ་ལས་ ནད་མ་འོང་མ་ལས་
རིམ་གོ་དང་། ཚུ་མ་འོང་མ་ལས་གཡུར་བ་ ཟེར་སྒྲབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ནད་དེ་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་བཅོས་ཁ་རྒྱབ་སྟེ་དག་ཚུ་གས་པ་ལྷ་
ཁག་ཡོད་པ་ལས་ ནད་འདི་མ་ཐོབ་པའི་ཉེ་མ་ལས་ བཀག་ཐབས་འབད་དེ་ སྟོན་འགོག་འབད་རུང་འབད་དགོས་པ་འདི་གལ་ཆེ།
གཅིན་སྟེའི་ནད་འདི་ཉེན་ཁག་ཚུང་རུང་ ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་དག་ཐབས་མེད་པ་ལས་ མི་ལ་ལུ་ ལོ་བཅུ་ཐམ་རེ་ ལ་ལུ་ཁལ་རེ་
ལ་ལུ་མི་ཆེ་གང་མ་ གཅིན་སྟེའི་ནད་ཀྱི་སྐྱེན་བཟའ་སྟེ་སྟོན་མི་ཡོད། དེ་སྟེ་ཨིན་རུང་ ཟས་འཇེམས་དགོ་པའི་རིགས་ཁ་སྐྱུང་
འབད་དེ་སྐྱེན་བཟའ་བ་ཅིན་ གནས་སྐབས་ཅིག་ ནད་དེ་ཞི་སྟེ་ ལུས་ཐམ་ལ་དུ་གནས་རུང་ གོང་གི་སྟོང་རྒྱུན་དང་འཕྲད་ཆེ་
སྒྲུབ་ནད་འདི་ལྷང་མ་ལས་གོང་གི་སྟོང་རྒྱུན་ཚུ་ལས་གང་དག་གཟབ་དགོ་པ་ཡིན།