

༣ གསོ་རིག་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས།



ནང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོ་གས།
སྐྱེན་སྲུངས་གསོ་རིག་ཁམས་བཟང་དུས་མུང་སློང་བདད།

དཔེ་བསྐྱུན་པ།

ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོལ་བ་རིག་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

ཡིག་སློམ་ཨང་། ༢༧༧། ཀ་མང་སྐྱུང་ས། འབྲུག་ཐིམ་ཕུག།

བརྒྱུད་འཕྲིན་ཨང་། +༧༧༥ ༩ ༩༢༡༧༧༩/༩༩༧༩༧༡

པར་དབང་། © ༢༠༢༢

ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

གེ་སར་རྒྱལ་པོ་གསོལ་བ་རིག་གཞུག་ལག་སློབ་སྡེ།

འབྲུག་ཐིམ་ཕུག།

པར་ཐངས་དང་པ། སྤྱི་ལོ་དང་པ། ༢༠༢༢

First edition: January, 2022

སྤྱི་ག་བཀོད།

རྒྱུད་འཕྲིན་འཇམ་དབྱེངས་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ། ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

རྒྱུད་འཕྲིན་གསང་སྤྱུགས་ཚོས་འཕེལ། ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

པར་བསྐྱུན་བདག་དབང་།

པར་དབང་རྩིལ་པོ་ནང་པའི་གསོལ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་གནང་བ་མེད་པར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཆ

ཤས་ཚམ་ཡང་ པར་ལོག་བཏབ་ནི་ཚུ་འབད་མི་ཚོག

ཕྱོམ་སྒྲིག་པ།

བྱུང་འཚོ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།



ལྷན་དག་པ།

བྱུང་འཚོ་སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་རྟེན་འབྲེལ་དབང་འདུས། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་ལྷ་བ་བཀའ་ཤིས། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་རྩོ་ཕུག། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་སྐལ་བཟང་ཚེ་རིང། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་ཀམ་ཨོ་རྒྱལ། རྒྱལ་ཡོངས་ལྷན་སྐྱེས་ལྟེ་བ།

བྱུང་འཚོ་འངམ་དབྱངས་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྗེ། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་ཤེས་རབ་རྩོ་རྗེ། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་འཕེལ། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

བྱུང་འཚོ་ཚེ་དབང་རྒྱལ་མཚན། རྣང་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་ཚོགས།

དཀར་ཆག

ཡང་།	ནང་དོན།	ཤོག་གྲངས།
	དོན་ལྡན།	༡
༡	འབྲུང་བ་ལྷ་ལས་ལུས་གྲུབ་ཚུལ།	༡-༢
༢	ལྷ་མཚན་འབྲུང་བའི་དུས།	༢
༣	མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་ཕོ་མོའི་འགྱུར་ཚུལ།	༣
༤	རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེས་ཚུལ།	༤
༥	མངལ་གནས་འཕེལ་བའི་རྒྱུ།	༤-༡༠
༦	བཙའ་བའི་དུས།	༡༠-༡༡
༧	ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས།	༡༡-༡༣
༨	འབྲེལ་བ་རྩའི་གནས་ལུགས།	༡༣-༢༠
༩	གཉན་པ་གནད་ཀྱི་གནས་ལུགས།	༢༠-༢༢
༡༠	ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།	༢༢-༢༤
༡༡	དོན་སྣོད་ཀྱི་གནས་ལུགས།	༢༤-༢༧
༡༢	མི་ལམ་བརྟག་ཚུལ།	༢༧-༢༩
	རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ་ཐོ།	༣༡



དུས་དཔྱད།

༤ སྲིད་ཞིའི་ཕུན་ཚོགས་གར་རྒྱུ་བ་པའི་རྒྱུ་ལོ་གཙོ་བོ་གསོ་བ་རིག་པའི་དོན་དེ་ཚུ་ ཆ་མཉམ་མདོར་རྩིས་གྱིས་
 བསྐྱེད་ཏེ་རྒྱུ་བ་བསྐྱེད་པ་ཅིན། གསོ་བ་རིག་པ་གཞུང་ལས། **།གསོ་བ་རིག་པའི་དོན་རྣམས་མདོར་བསྐྱེད། །གསོ་བ་གསོ་**
བྱེད་ཇི་ལྟར་གསོ་བ་དང། །གསོ་བ་པོ་དང་རྣམ་པ་བཞི་བྱེད་པ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་གསོ་བྱའི་ཡུལ་དང།
 གསོ་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་དང། ཇི་ལྟར་གསོ་བར་བྱ་བའི་རྒྱུ་ལ་དང། གསོ་བ་པོ་སྐྱེན་པའམ་དུང་འཚོ་དང་རྣམ་པ་
 བཞིའི་ནང་ལུ་བསྐྱེད་ཡིན། དེ་སྐྱེ་གསོ་བ་རིག་པའི་དོན་ཆ་མཉམ་རྣམ་པ་བཞིའི་ནང་བཤད་པའི་དང་པོ་གསོ་བར་བྱ་
 བའི་ཡུལ་བསྐྱེད་པ་ལུ་གཉེན་ཡོད། གང་གི་ཟེར་ཚེ་རིང་ཚོས་ལོ་རེ་བཤད་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ལུ་གྱི་སྐྱོ་དེ་ཚུ་བསྐྱེད་འི་
 དོན་ལུ་གསོ་བ་ལུས་འདི་དང། གང་གསོ་བར་བྱ་བའི་ལུས་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ནད་གཞི་དང་རྣམ་པ་གཉེན་སྐྱེ་བསྐྱེད་པ་
 ཡིན། གཉེན་པ་ནད་དེ་ལུ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་གཞུང་ལས། **།ནད་ལ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་ནི། སྤྱོད་**
ལམ་ཟུང་དང་སྐྱོན་དང་དཔུང་རྣམས་སོ། །ཟེར་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་མི་དེ་ཡང། སྤྱོད་ལམ་དང། ཟུང་སྐྱོན། དཔུང་
 བཞི་ཡིན། གསུམ་པ་ནད་དེ་བཟུམ་ལུ་གཉེན་པོ་བཞི་གིས་རྒྱུ་ལ་ཇི་ལྟར་གསོ་བར་བྱ་བ་ལུ་གཉེན་ཡོད་མི་དེ་ཡང། ལུས་
 ནད་མེད་ཐ་མལ་དུ་གནས་ཏེ་ལུ་རིང་མོ་སྐྱེ་འཚོ་བར་བྱ་བའི་རྒྱུ་ལ་དང། རྣམ་པར་གྱུར་ཏེ་མི་དེ་གསོ་བར་བྱ་བའི་
 ཐབས་བཅས་ཡིན། འདི་གི་ལུ་མམ་རྣམ་པར་གྱུར་ཏེ་མི་དེ་ལུ་ཡང་སོ་སོར་ངོས་བཟུང་བ་བརྟུག་པའི་ཐབས་དང།
 འབྲུལ་མེད་དུ་ཉོགས་ཏེ་ཇི་ལྟར་གསོ་བར་བྱ་བའི་གསོ་རྒྱུ་ལ་དང། གཉེན་པོ་གང་གིས་གསོ་བའི་གསོ་ཐབས་དང་རྣམ་
 པ་གསུམ་ཡོད། བཞི་པ་ནད་དེ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་གསོ་བ་པོ་སྐྱེན་པའི་ཀྱན་སྤྱོད་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་དང་བཅས་གསོ་
 བ་རིག་པའི་བརྒྱུད་དོན་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ས་བཅད་རྣམ་པ་བཞི་ནང་བསྐྱེད་ཡིན།

༡ འབྲུང་བ་ལྷ་གིས་ལུས་གྲུབ་རྒྱུ་ལ།

༤ གཞུང་ལས། **།དང་པོ་པ་མའི་ཁྲ་ཁྲག་སྐྱོན་མེད་པ། །རྣམ་ཤེས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས།**
།འབྲུང་ལྷ་ཚོགས་པ་མངལ་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱ་འདི་པའི་ཁྲ་བ་དང་
 མའི་ཁྲག་ལུ་རྒྱུང་མཁྲིས་བད་ཀན་ལྟར་འདུས་ལ་སོགས་པ་འཕེལ་ཟད་འབྲུགས་པའི་སྐྱོན་མེད་པའི་ཁར། བར་དོ་ལུ་
 འབྲུགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་སྐྱེ་བའི་གནས་འཚོལ་བའི་དུས་དང། ཡང་ཅིན་འདུ་འཕྲོད་ལུ་ཞུགས་པའི་ས་
 མ་གཉེས་ཀྱི་བྱ་གཞི་ལུ་སྐྱེ་འི་ལས་འཕྲོ་ཡོད་པ་ལས་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་གང་རུང་གི་ལས་དང་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་
 པ་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུ་གིས་བསྐྱེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ལུ་འདྲོག་སྐྱེ་སྐྱེ་བས་འཚོལ་བའི་ཞོར་ཁ་དང། ལ་ལུ་སྐྱོ་བའི་
 སྐྱོ་ལས་ཕམ་གཉེས་ཉལ་པོ་འམ་འཁྲིག་པ་སྤྱོད་པའི་སྐྱེ་བས་མའི་མངལ་ལུ་འཇུག་པ་ལས་བརྟེན་བྱ་ཆགས་པ་ཡིན། ཁྲ་
 ཁྲག་སེམས་གསུམ་ལུ་རང་བཞིན་གྱི་ཡོད་པའི་འབྲུང་བ་ལྷ་པོ་སྐྱེན་ཅིག་ཚོགས་ཤིང་འཛོམས་མི་དེ་ཚུ་མའི་མངལ་ལུ་བྱ་
 ཆགས་པའི་རྒྱ་ཡིན།

ཡིན་རུང་བྱ་གཞི་འདོད་པའི་པོ་མོ་གཉེས་ཀྱི་ཁྲ་བ་དང་ཁྲག་ལུ་གལ་སྲིད་ནད་ཡོད་པ་ཅིན་འབྲུང་ལྷ་ཚོགས་
 རུང་མངལ་ཆགས་མ་རྒྱུགས་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྐྱེ་བར་དོ་ལུ་འབྲུགས་པའི་སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུད་ལུ་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་

རྒྱ་དགོ་བའི་ལས་བསགས་པ། སམ་གཉིས་ཀྱི་ལས་དང་མཐུན་པའི་ཁར་རིགས་མཐུན་པ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་མངལ་ལུ་
ཆགས་ཚུགས་ནི་དང་། དེ་སླེ་མིན་པར་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་དང་འདྲ་འཕྲོད་ལུ་ཞུགས་པའི་སམ་གཉིས་ཀྱི་ལས་དང་
རིགས་སོགས་མ་མཐུན་པ་ཅིན། གཞུང་ལས། ལས་མ་འཛོམས་ན་རྣམ་ཤེས་མི་འཇུག་སྟེ། ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་
ལྟར་ལས་མ་འཛོམས་པ་ཟེར་བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་མའི་མངལ་ལུ་འཇུག་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན།

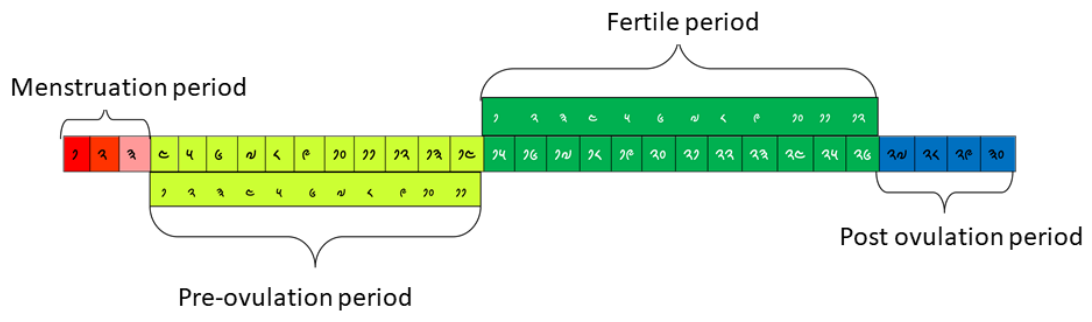
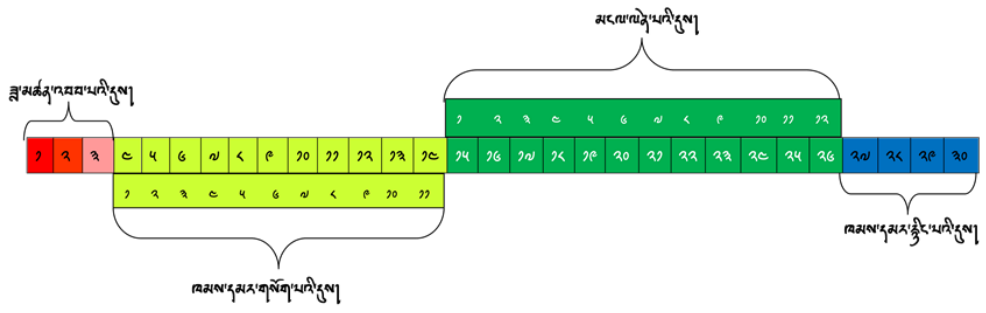
དེ་བརྒྱུ་སྟེ་ལུས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཁྱེད་ལྟ་བུ་སེམས་གསུམ་པོ་གཅིག་ཁར་འདྲུས་ཚར་རུང་། འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་ས་རྒྱ་
མེ་རླུང་ནམ་མཁའ་བཅས་པ་ལྡ་མ་འཛོམས་པ་ཅིན་མངལ་ཆགས་པའི་རྒྱུར་མི་རུང་། དེ་ཡང་གཞུང་ལས། །སམ་མེད་
མི་འགྲུབ་རྒྱུ་མེད་སྟེད་མི་རུས། །མེ་མེད་མི་སློན་རླུང་མེད་འཕེལ་མི་འགྲུར། །ནམ་མཁའ་མེད་པར་འཕེལ་བའི་གོ་མི་
ཕྱེད། ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བརྒྱུ་ལུས་འདྲིའི་སྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་སེམས་ཆེར་ས་ལས་གྲུབ་པ་ལུ་བརྟེན་
འབྲུང་བ་སའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅིན་འབྲུང་བ་གཞན་རྒྱ་ཡོད་རུང་ལུས་འདྲི་ཕྱེད་པོ་སྟེ་འགྲུབ་མི་ཚུགས། དེ་བརྒྱུ་
སྟེ་འབྲུང་བ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅིན་ གཞན་ཡོད་རུང་གཅིག་ཁར་བསྟུ་སྟེ་གོར་གོར་མེར་མེར་པོ་ལ་སོགས་པ་མི་
འབྲུང་། འབྲུང་བ་གཞན་རྒྱ་ཡོད་རུང་མེའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅིན་རུལ་ཞིང་སྟུགས་ཏེ་རིམ་པ་བཞིན་སློན་མི་ཚུགས།
འབྲུང་བ་གཞན་རྒྱ་ཡོད་རུང་རླུང་གི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅིན་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་མི་ཚུགས། འབྲུང་བ་ག་ར་ཡོད་རུང་ནམ་
མཁའ་སྟེ་རྟོང་པའི་ཆ་ཤས་མེད་པ་ཅིན་འཕེལ་ཞིའི་ས་སྟོོ་གི་གོ་སྐབས་མེད་པ་ལས་འཕེལ་མི་ཚུགས།

༢ ལྷ་མཚན་འབྲུང་བའི་དུས།

ལྷ་མཚན་འབྲུང་བའི་དུས་འདི་ཡང་། གཞུང་ལས། བྱད་མེད་བརྟུ་གཉིས་ལོན་ནས་ལྷ་བརྟུའི་བར། །དངས་མ་ལས་
བྱུང་ལྷ་རེར་བསགས་པའི་ཞལ། །རྩ་ཆེན་གཉིས་ནས་ནག་ཅིང་བྱི་བལ་བ། །རླུང་གིས་མངལ་གྱི་སྒོར་འབྲིན་ཞག་གསུམ་
འཛོག། ཟེར་གསུངས་དོ་བརྒྱུ་སྟུམ་མ་མ་གཏོགས་པའི་ཨམ་སྲུ་སྦྱིར་བཏང་ལུ་གཞི་བཞག་པ་ཅིན་སྟེས་ལོ་བརྟུ་གཉིས་
སམ་བྱེ་བལ་ཨམ་སྲུ་རེ་རེ་བཞིན་དུའི་རྩ་རླུང་གི་སྟོབས་ནམ་རྩོགས་མཚམས་ལས་ལྷ་བརྟུ་འམ་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཉམས་
ནི་འགོ་མ་བརྟུ་ཚུན་གྱི་བར། ཟེར་སྟོོམ་གྱི་དྲངས་མ་ལས་རིམ་བཞིན་བྱུང་བའི་ཐ་མ་ཁམས་དམར་དེ་བསམ་སེའུ་
ལས་བུ་སྟོོད་གཡས་གཡོན་ལུ་འབྲེལ་བའི་རྩ་ཆེན་གཉིས་བརྒྱུད་དེ་ལྷཱ་མེ་རེ་བཞིན་མངལ་ནང་བསགས་སྟེ་ཞག་བུམ་ལུ་
འགྲུར་ཏེ་སྟོོད་པ་ཡིན། དེ་སྟོོབས་པ་སོན་ཁམས་དཀར་པོ་དང་འཕྱད་པ་ཅིན་མངལ་ལེན་ཏེ་ཨ་ལོ་ཆགས་དོ་ཡོད་པ་
དང་ཡིན་རུང་ཁམས་དཀར་ལུ་བ་དང་ལས། འབྲུང་བ་ལྷ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་མ་འཛོམས་པ་ཅིན་ཞལ་སྟུགས་ལུ་གྲུར་ཏེ་
མངལ་ནང་ལས་རྣམ་ཞུག་ཞུག་པ་བརྒྱུ་སྟེ་དོལ་ཏེ་ཐོག་མར་ཁ་དོག་ཡང་གཞན་གཤས་ཆེས་སུ་དང་བྱི་མ་དང་བལ་བའི་
ཞལ་འདི་སྦྱར་སེལ་རླུང་གིས་མངལ་སྟོོར་འཕུལ་ཏེ་ཞག་གསུམ་མམ་ལྷའི་རིང་ལུ་འཛོག་པ་ཡིན། དེ་སྟེ་ཁམས་དམར་གྱི་
ཆ་འདི་ལྷཱ་མེ་རེ་བཞིན་གྱི་དུས་ཚིགས་ལུ་འཛོག་པ་ལས་བརྟེན་ལྷ་མཚན་ཟེར་སྟེ་བ་ཡིན། ལྷ་མཚན་དེ་ཡང་བུ་མོ་ལོ་
བརྟུ་གཉིས་མ་ལོན་པའི་གོང་ལུ་དྲངས་མ་རྣམས་རང་རང་གི་གསོ་བསྟེན་གྱི་བྱ་བ་མ་རྩོགས་པ་ལས་མངལ་ནང་བསགས་
མི་ཚུགས་ནི་དང་། ལོ་ལྷ་བརྟུ་ཐལ་བའི་ཤུལ་ལུ་འབྲུང་བ་ཉམས་པའི་དབང་གིས་ཞལ་གསོག་པའི་རྒྱ་མེད་པ་ལུ་བརྟེན་
ལྷ་མཚན་མ་འཛོག་པ་ཡིན།

3 མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་ཕོ་མོའི་འགྲུང་ཚུལ།

ལྷ་མཚན་ཞག་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་འབབ་པའི་སྐབས་ མངལ་མི་ཆགས་པའི་ཁར་ལུས་འབྲེལ་ཡང་འབད་མ་བརྟུབ་ ཡིན། ལྷ་མཚན་འཛག་ཚར་བའི་ཉིམ་ལས་བརྩིས་པའི་ཞག་བརྩུག་ཅིག་གི་རིང་ལུ་ཡང་ ཁམས་དམར་པོ་གསོག་པའི་ དུས་འབད་ནི་དེ་གིས་མངལ་མི་ཆགས་ནི་དང་། ཁམས་དམར་བསགས་ཚར་བའི་དུས་དེ་ལས་ཞག་གྲངས་བརྩུག་ཉིམ་ གྱི་རིང་ལུ་འབད་བ་ཅིན་མངལ་ལེན་པ་ཟེར་ལུས་འབྲེལ་འབད་བ་ཅིན་ རན་མེད་པའི་མའི་ཁམས་དམར་པོ་དང་ཕོའི་ ཁམས་དམར་པོ་གཉིས་ཚོགས་པའི་ཁར་ས་རྒྱ་མཚན་རྒྱུང་ནམ་མཁའ་བཅས་པའི་འབྲུང་བ་ལྟེ། ལས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ ག་ར་ཚོགས་པ་ཅིན་མངལ་ཆགས་ནི་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ལྷ་མཚན་ཆད་དེ་ཉིན་མ་བརྩུག་ཅིག་གི་རྒྱབ་ལས། **གཅིག་ གསུམ་ལྷ་བདུན་དགུ་ལ་བྱུར་འགྲུང་ཏེ། གཉིས་དང་བཞི་དུག་བརྒྱད་པ་བྱུ་མར་འགྲུང།** ཟེར་གསུངས་དོ་བརྩམ་ཞག་ གཅིག་ གསུམ། ལྷ། བདུན། དགུ། བརྩུག་ཅིག་ཟེར་ཞག་ཡ་རྒྱ་ལུ་ལུས་འབྲེལ་འབད་བ་ཅིན་ཨ་ལོ་བྱུ་ཆགས་ནི་དང་། ཞག་གཉིས། བཞི། དུག་ བརྒྱད། བརྩུག་ཅིག་ཟེར་ཞག་རྩུང་རྒྱུ་ལུ་ལུས་འབྲེལ་འབད་བ་ཅིན་ཨ་ལོ་བྱུ་མོ་ ཆགས་ནི་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཞག་བརྩུག་ཉིམ་གྱི་ཤུལ་ལས་ལུས་འབྲེལ་འབད་དེ་འབད་རུང་ཨ་ལོ་མི་ཆགས། དེ་ཡང་ ཁམས་དམར་རྩིང་མ་ཐལ་ཏེ་ཞག་སྟེགས་ལུ་གྲུང་ཏེ་ལྷ་མཚན་སྟེ་འཛག་ནིའི་དུས་ཚོད་རན་མ་ལས་བརྟེན་ཡིན། དེ་མ་ ཚད་མངལ་གྱི་ཁ་ཡང་དཔེར་ན་ཉིམ་ལུ་བརྟེན་ཤར་བའི་མེ་ཏྲག་པདྨ་འདྲིམ་ཐུབ་པའི་ཤུལ་ལུ་ཁ་བརྩུམ་འགྲོ་དོ་བརྩམ་ མངལ་ཁ་འདི་ཡང་ཁམས་དམར་བསགས་ཚར་ཏེ་ཞག་བརྩུག་ཉིམ་གྱི་ཤུལ་ལས་ཁ་བརྩུམ་འགྲོ་ལས་ཁམས་དམར་ ལུ་བ་འདི་མངལ་རན་མི་སྟོད་ནི་ཡིན་པས།



༤ རྒྱལ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེས་ཚུལ།

སྤྱིར་བཏང་དང་ཁྲག་སེམས་སམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་ཆར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུར་གྱུ་བ་སྟེ་ཡོད་ཅུང་། གཞུང་ལས། །པ་ཡི་ལྷ་བས་རུས་པ་ལྷན་གཞུང་སྟེང་། །མ་ཡི་རྒྱ་མཚན་ཤ་ཁྲག་དོན་སྟོང་སྟེང་། རང་གི་སེམས་ལས་དབང་པོ་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་། །ས་ལས་ཤ་དང་རུས་པ་སྣ་ཅི་སྟེང་། །རྒྱལ་ལས་ཁྲག་དང་ལྷེ་རོ་རྒྱན་པ་སྟེང་། །མེ་ལས་ཉོད་དང་མདོག་གསལ་མིག་གཟུགས་སྟེང་། །རྒྱུང་ལས་དབུགས་དང་པགས་པ་རེག་བྱ་སྟེང་། །མཁའ་ལས་བྱ་ག་ན་བ་སྣ་སྟེང་འགྲུལ། ཟེར་གསུངས་དོ་བརྩམ་ཁྱད་པར་དུ་པའི་ལྷ་བའི་ཆ་ཤས་ལུ་བརྟེན་མངལ་གནས་ཀྱི་རུས་པ། ལྷན་པ། གཞུང་པ་བཅས་གྱུ་བ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། མ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མངལ་གནས་ཀྱི་ཤ་དང་ཁྲག་དང་དོན་ལྡན་དང་སྟོང་དུག་བཅས་སྟེང་པ་ཡིན། མངལ་གནས་རང་གི་སེམས་ལས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྡན་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྡོམ་འབྱུངས་ཡིན། རྒྱལ་དེ་དང་འབྲས་སྟེ་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ལས་སའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་ལུས་ཀྱི་ཤ་དང་རུས་པ་ལ་སོགས་པ་སྣ་བའི་ཆ་ཤས་ཚུ་འབྱུང་ཞིང་། ལྱད་པར་དུ་སྣའི་དབང་པོ་ཟངས་ཁབ་གཞིབས་བཞག་བཞག་པ་དང་འབྲ་བའི་གཟུགས་ཅན་འདི་དང་། དེའི་ཡུལ་དྲིའི་རང་བཞིན་ཚུ་སྟེང་པ་ཡིན། རྒྱུང་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་ཁྲག་དང་ལྱད་པར་དུ་སྟེ་འདི་དབང་པོ་དབྱིབས་རྒྱ་གམ་འབྲ་བའི་གཟུགས་ཅན་འདི་དང་། དེའི་ཡུལ་རོ་དུག་གི་རང་བཞིན་ལ་སོགས་པའི་བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་བའི་རྣམ་པ་རྣམས་སྟེང་པ་ཡིན། མའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་ཉོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀུན་དང་ལུས་ཀྱི་མདོག་གསལ་ཉོག་ཉོ་ཚུ་འབྱུང་ཞིང་། ལྱད་པར་དུ་མིག་གི་དབང་པོ་ཟར་མའི་མེ་ཉོག་འབྲ་བའི་གཟུགས་ཅན་འདི་དང་། དེའི་ཡུལ་གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཐོང་བའི་རུས་པ་ཚུ་སྟེང་པ་ཡིན། རྒྱུང་གི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་སྤྱི་ནང་རྒྱ་བའི་དབུགས་དང་དེའི་ཆ་ཤས་ཚུ་འབྱུངས་ཡིན། ལྱད་པར་དུ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་རེག་བྱ་འཇམ་རྩུབ་གྱི་ཚོར་སྣང་འཛིན་མི་ལུས་ཀྱི་པགས་པ་དང་། དེའི་ཡུལ་རེག་བྱའི་རང་བཞིན་ཚུ་སྟེང་པ་ཡིན། བམ་མཁའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་སོགས་ལུས་ཀྱི་བྱ་གའི་སྟོང་པའི་ཆ་ཚུ་དང་། ལྱད་པར་དུ་ན་བའི་དབང་པོ་ཤིང་སྟོ་གའི་མཛོར་བུ་གཟུས་པ་འབྲ་བ་འདི་དང་། དེའི་ཡུལ་སྐྱའི་རང་བཞིན་ཚུ་བསྟེང་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྒྱ་དང་བྱེད་ལས་ཚུ་མདོར་བསྡུ་བ་ཅིན་ མའི་མངལ་ལུ་གནས་པའི་རུས་ལས་རང་སྐྱེ་བ་གཞན་ལུ་གོམས་ཤིང་འདྲིས་པའི་དབང་གིས་དེ་དང་དེ་འབྲ་བའི་བྱ་བ་ལུ་ རང་བཞིན་གྱིས་འཇུག་པའི་སྣང་བ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ལུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཕེལ་ཉེ་འགྲོམ་ཡིན། དེ་སྟེ་ལྷ་ཁྲག་སེམས་གསུམ་གཅིག་ཁར་ཚོགས་པའི་རྒྱ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་དབང་ལས་འགོ་བ་མའི་གཟུགས་ཟེར་གྱུ་བ་ཡིན།

༥ མངལ་གནས་འཕེལ་བའི་རྒྱུ།

གོང་ལུ་བཤད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཚུ་ག་ར་ཕྱོགས་གཅིག་ལུ་འཛོམས་ཤིང་འདུས་པ་ལས་ལུས་འདི་མངལ་ནང་འགྲུབ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་གཞུང་ལས། །དེ་ལྟར་ཆགས་ནས་འཕེལ་བའི་རྒྱལ་བསྟན་པ། །མངལ་ཆགས་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ལྷོ་བ་སྟེ། །བྱ་སྟོང་གཡས་གཡོན་རྩ་དང་ལྷེ་བ་འབྲེལ། །རྩ་གཉིས་བསམ་སེ་བཅུད་ཀྱི་རྟེན་དང་འབྲེལ། །དེ་ཕྱིར་མ་ཡི་ཁ་ཟས་དངས་མ་ཡིས། །རིམ་གྱིས་མངལ་དུ་རྣམ་པར་འཕེལ་འགྲུར་ཉེ། །དཔེར་ན་རྩིང་ཡུར་རྒྱུ་ལས་ཞིང་སྟེང་འདྲ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་ལྟར་མངལ་ལུ་ཆགས་པའི་ལུས་དེ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་འདི་མངལ་གནས་

གི་ལྟེ་བ་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་མངལ་གནས་གི་ལྟེ་བ་འདི་མའི་བུ་སྣོད་གཡམས་གཡོན་གི་ཚ་ཁམས་འདྲེན་བུ་ག་དང་འབྲེལ།
བུ་སྣོད་གི་ཚ་གཉིས་པོ་འདི་དེའི་གྲོན་ཕྱོགས་ལུ་ཡོད་པའི་བསམ་སེའུ་ཟེར་བཅུད་གི་རྟེན་འདི་དང་འབྲེལ། བསམ་སེའུ་
འདི་ནང་མའི་ཁ་ཟས་གི་དྲངས་མ་ཚུ་རྒྱུན་མི་ཚད་པར་འབྱུང་བའི་ཐ་མ་བཅུད་ཆེན་པོ་དེ་བསམ་སེའུ་ལས་ཚ་གཉིས་ལས་
བརྒྱུད་དེ་མངལ་ལུ་གནས་པའི་ལྟེ་བར་བྱུག་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་མངལ་གནས་གི་ལུས་རྣམ་པར་འཕེལ་ཏེ་
འགྲོམ་ཡིན། དཔེ་འབད་བ་ཅིན་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཚུ་བསགས་པའི་མིང་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་སེའུ་ལས། རྒྱུད་འབྲེལ་
བའི་མའི་ཁ་ཟས་གི་དྲངས་མ་ཚུ། རྒྱལ་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་མངལ་གནས་གི་ལྟེ་བ་བརྒྱུད་དེ་ཞིང་སའི་ལོ་ཐོག་དང་འབྲེལ་
བའི་མངལ་གནས་གི་གཞུགས་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་མངལ་དང་ལྷན་པའི་ཨམ་
སྤྱུ་སྤྱུམ་མ་ཚུ་ཨ་ལོ་མ་སྤྱུམ་རྒྱུན་ཚོད་ལྷ་མཚན་མི་འབབ་མི་འདི་ཡང་། བསམ་སེའུ་ལས་འབྱུང་བའི་བཅུད་གི་ཁྲག་འདི་
མངལ་གནས་གསེར་གྱི་དོན་ལུ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

༥.༡ ལྷ་བ་དང་པོའི་འཕེལ་རྒྱལ།

མངལ་ལུ་ལུ་ཁྲག་སེམས་གསུམ་རྣམ་ཅིག་ཏུ་ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་དེ་ལས་མགོ་བཅུགས་པའི་ལྷ་བ་དང་པོ་
ལུ་ཞག་བདུན་སྟག་བཞི་ལྟག་ཅམ་ཡོད་པའི་བདུན་སྟག་དང་པོའི་དུས་ལུ་ ལས་གི་དབང་གིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ལས་སྟོག་གི་རྒྱུད་ཟེར་མི་གཅིག་འཕྲོས་ཏེ། དེའི་བྱེད་ལས་གིས་ཞོ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ཨོམ་བསྐོལ་བསྐོལ་བའི་
ནང་རུམ་ཟེར་སྐྱུར་ཅི་སྟུགས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ལུ་ཁྲག་གཉིས་པམ་རྒྱུན་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ལུ་སྤྱོད་བསེམས་ཡིན་པས། དེ་
བཟུམ་སྟེ་བདུན་སྟག་གཉིས་པ་ལུ་ལས་གི་རྒྱུད་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་པ་ཟེར་མི་ཅིག་འཕྲོས་ཏེ། ཏེ་མའི་རྣམ་པ་ལས་ཨ་ཅི་བསྐྱོ་
བའི་རྣམ་པ་རུར་རུར་པ་ལུ་འགྱུར་འོང། བདུན་སྟག་གསུམ་པ་ལུ་ལས་གི་རྒྱུད་མཚོན་ཀ་ཟེར་མི་ཅིག་འཕྲོས་ཏེ་ཞོ་
ཆགས་ཆགས་པ་བཟུམ་བསྐྱོ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ལུ་འགྱུར་པ་ཡིན།

༥.༢ ལྷེ་བསྐྱུར་གི་ཐབས་བསྟན་པ།

མངལ་ལུ་ཆགས་ཚར་བའི་ཨ་ལོ་འདི་བུ་དགོ་འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ཞག་བདུན་སྟག་གསུམ་པ་དང་ བཞི་པའི་དུས་
འདི་ཁར་ལྟེ་བ་བསྐྱུར་བའི་ཐབས་བསྟན་དགོ། འདིའི་རྒྱུ་མཚན་འདི་དུས་ཚོད་འདི་ནང་ཕོ་མོའི་མཚན་མ་མ་གསལ་
བར་ཡོད་པ་ལས་ཕོ་མོའི་མཚན་མ་སོ་སོར་མ་གསལ་བའི་སྤྲོ་གོང་ལས་ རང་ལྟེ་བསྐྱུར་གི་ཐབས་མ་བསྟན་པ་ཅིན་དུས་
འདི་ལས་འདས་པའི་བྱུལ་ལུ་ལྟེ་བ་བསྐྱུར་ནིའི་རང་དབང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན། འོག་ལས་བཤད་ནི་ཡིན་པའི་ལྟེ་
བ་བསྐྱུར་བའི་ཐབས་འདི་རྒྱ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འབྲབ་པ་ཅིན་ བུམོ་སྟེ་སྟེ་ནིའི་ལས་རྒྱུང་ཅིག་བསགས་ཡོད་
རུང་ཐབས་འདིའི་རྒྱུན་གི་སྟོབས་གིས་བུམོ་སྟེ་སྟེ་ནིའི་ལས་ཟིལ་གིས་གཞོན་ཏེ་བུ་ལུ་བསྐྱུར་ནིའི་རུས་པ་ཡོད་པ་ཡིན།
དེ་ཡང་གཞུང་ལས། **འདི་སྟོབས་ལྷན་པས་ལས་ཀྱང་ཟིལ་གཞོན་རུས།** ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་རིགས་བརྒྱུད་
དོན་དུ་གཉེར་མི་ཚུ་གིས་ལྟེ་བ་བསྐྱུར་གི་ཐབས་དེ་སྟེ་བསྟན་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན།

༥.༣ རྟོན་འབྲེལ་དང་རྫས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ།

རབ་འབྱུང་པ་ཅིན་སྐར་མ་རྒྱལ་དང་རེ་གཟའ་ཕྱར་པ་འཛོམ་པ་འམ་མ་བྱུང་ཡང་སྐར་མ་རྒྱལ་འཆར་བའི་ཉི་མར་མགར་མ་
མཁམ་པ་ཅིག་གིས་སྐྱེས་པ་མེད་མཚན་མ་དང་ ལྷན་པའི་བྱའི་གཟུགས་སོར་བཞི་ཅན་མ་དོད་རིལ་རི་ཅིག་མོ་ལྷགས་
གནག་པོ་ཉལ་རྒྱུང་ ཡང་ན་མོ་ལྷགས་གི་རིགས་མ་འདྲཱ་ཁ་ཡར་ཟེར་གསུམ་ལྷ་སོགས་གྲངས་ཡ་ལས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་
བརྟུངས་ཞིན་ན་ལོག་སྟེ་རང་སྐར་མ་རྒྱལ་ལུ་བབས་པའི་ཉི་མར་མོ་ཤིང་གི་སོལ་མེད་ནང་མདོག་འཇུར་ཅམ་བཞེགས་ཏེ།
བ་བོའུ་རྩུང་མོ་འཆར་ཡོད་པའི་ཨོམ་སྟིམ་པ་དོད་ནང་ གོང་གི་ལྷགས་སྐྱའི་གྲངས་ཁ་དང་མཉམ་པའི་གྲངས་དང་འབྲེལ་
གསུར་སྐྱ་ཐོན་ཅམ་བཅུག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཁུ་བ་དེ་ལས་སྟིམ་པ་གང་མཁམ་པ་འདི་གིས་ཨ་ལོ་ཆགས་ཡོད་པའི་ཨོམ་སྟིམ་
འདིའི་ཁར་ལྷགས་དགོཔ་ཨིན།

༥.༤ ལྷན་དང་སྐྱུང་བས་བསྐྱར་བ།

ཉི་མའི་དྲངས་མ་ཟེར་གྲོང་པའི་ཆོས་ཀྱིས་མ་གོས་པའི་བྱ་མོའི་ཁམས་དམར་དང་ ལྷ་བའི་དྲངས་མ་ཟེར་དེ་དང་འདྲ་བའི་
བྱའི་ཁམས་དཀར་ཆ་གཉིས་བྱ་རམ་དང་སྐྱ་བསྐྱེས་ཏེ་ཟེ་ནི་དང་། ཡང་ཅིན་ཉི་མའི་དྲངས་མ་དོ་ལྷང་ཆོར་དམར་པོ་དང་
ལྷ་བའི་དྲངས་མ་དུལ་རྒྱ་བཅོ་བཏུ་སྐྱུངས་གསུམ་འབད་འབདཱ་གཉིས་ མང་ཉུང་འདྲན་འདྲ་ལག་ཉི་གིས་བརྟུང་
ཏེ་བྱ་རམ་དང་སྐྱ་བསྐྱེས་ཏེ་བཟའ་ནི་དང་། བཅིངས་དང་གདགས་པའི་རྟོན་འབྲེལ་ཟེར་མི་འདི་ལུག་མོ་གསུམ་མམ་ལྷ་
ལ་སོགས་པ་གི་སོག་པ་གཡས་ཀྱི་བལ་ལས་མོ་རྒྱ་རྒྱལ་ལྷིམས་དང་ལྷན་མི་ཅིག་གིས་བྱི་གུ་སུམ་སྐྱིལ་སྟེ་འཁལ་བའི་
བལ་སྐྱུང་འདི་གུ་ལུག་གི་གྲངས་ཁ་དང་མཉམ་པའི་མདུད་མོད་བཏབ་སྟེ་སྐྱུམ་མ་དེའི་རྟོན་པར་བཅིངས་ནི་དང་། དེའི་
མཐའམ་གཉིས་སྟེ་བའི་འོག་ཏུ་དཔུང་བཞག་ཞིན་ན་གོང་གི་བྱའི་གཟུགས་བཟོ་ཡོད་མི་འདི་ ལུག་གི་ལྷག་གུ་མོའི་
པགས་པར་གིལ་ཏེ་མགོ་མཇུག་མ་ལོག་པར་བཏགས་ཟེར་བའི་དོན་ཨིན་པས། འདི་བཟུམ་མའི་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་རྒྱ་
རྒྱལ་བཞིན་བྱེད་པ་ཅིན་དེས་པར་བྱེད་བ་བསྐྱར་རྒྱུགས་པ་ཨིན།

༥.༥ མངལ་བསྐྱུང་བའི་ཐབས།

སྐྱུར་སྐྱུམ་མ་ཡོངས་དང་ལྷན་པར་བྱེད་བསྐྱར་གི་ཐབས་བསྟེན་ཡོད་པའི་སྐྱུམ་མ་རྒྱ་གིས་མངལ་གནས་ཀྱི་ལུས་བསྐྱུང་
ནིའི་དོན་ལུ་ཟུམ་སྟོད་ཡང་གཤམ་གསལ་ལྟར་སྐྱུང་སྐྱུངས་འབད་དགོ། དེ་ཡང་ཉལ་མོ་སྐྱུང་ནི་དང་ཚོལ་བ་དྲག་པོའི་སྟོ་
ལས་ལུས་སྟོང་དང་ཐང་ཆད་པའི་ལུ་འབད་ནི། ལུབ་མོ་གཉིད་མི་ལོག་ནི་དང་ཉི་མར་གཉིད་ལོག་ནི། བཤང་གཅིའི་
ལུགས་བཀག་པའམ་བཅོམ་གས་ཆེས་བ། ཚ་བ་དང་རྫོ་བ་སྦྱི་བའི་ཁ་ཟས། བཤང་གཅི་བགག་པའི་ཁ་ཟས་རྒྱ་དང་།
རྫོན་ལྷས་མས་བཏང་ཟེར་སྐྱུགས་དང་བཤལ་ནི་རུ་ཏུ་ལ་སོགས་པ། དེ་མ་ཚད་གཏར་ག་ལ་སོགས་རྒྱ་མངལ་གནས་
མ་དང་བཅས་པ་ལུ་གཞོད་པའི་རིགས་རྒྱ་སྐྱུང་དུས་ལས་བཟུང་ཨ་ལོ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་སྐྱུང་དགོ། མ་གཞི་ཨ་ལོ་མ་
སྐྱེས་རྒྱུན་ཚོད་གོང་གི་སྐྱུང་བུ་རྒྱ་སྐྱུང་དགོཔ་མ་ཚད་ལྷག་པར་བྱེད་སྐྱུང་བརྒྱུད་རྒྱུན་སྐྱུང་དགོཔ་དེས་ཏིག་ཨིན། དེ་སྟེ་
སྐྱུང་དགོཔ་འཚན་ཡང་ཟུམ་སྟོད་དེ་རྒྱ་གིས་མའི་རྒྱངས་ལུ་ལྷག་པར་གཞོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན། མའི་རྒྱངས་ཟད་
པ་ཅིན་བྱའི་ལུས་བསྐྱུང་པའི་རྒྱ་མེད་པ་ལས་མངལ་འཇིག་པ་ཟེར་སྐྱུམ་མ་ཚངམ་ལས་ཨ་ལོ་མོར་ནི་དང་ཡང་ཅིན་མངལ་

ནང་རང་གི་ཞི་འཕྲིན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་ན་རྒྱུད་གི་དབང་གིས་དཀྱིལ་ཟེར་མངའ་ནང་རང་སྐྱེས་འགྲོམ་ཡིན་ཟེར་བའི་
དོན་ཡིན།

༥.༤ ལྷོ་བ་གཞན་གྱི་འཕེལ་རྒྱུ་བཤད་པ།

བདུན་ཕྱག་བཞི་པའི་སྐབས་སུ། རབ་རྩ་འབྱེད་པ་ཟེར་བའི་རྒྱུད་གི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་ལྷོ་བ་གཞན་གཉིས་ལོ་ཆགས་ཆགས་པ་
བཟུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལས་ཀྱང་ཉེ་གོར་གོར་པོ་ཟེར་རུང་བཤད་ཀྱི་ཞིང་འདྲིལ་བའི་རྣམ་པ་དང་མེར་མེར་པོ་ཟེར་སྐྱོ་བའི་རྣམ་
པ། ཡང་ན་དབྱེད་པ་ནང་ནང་པོ་ཟེར་དཀྱིལ་རིང་གི་རྣམ་པ་གང་རུང་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཕྱེ་ཡིན་པས། དེ་ལས་དང་པ་གོར་
གོར་པོ་ལུ་འགྱུར་བ་ཅིན་པོ་དང་། གཉིས་པ་མེར་མེར་པོ་ལུ་འགྱུར་བ་ཅིན་མོ། གསུམ་པ་ནང་ནང་པོ་ལུ་འགྱུར་བ་
ཅིན་མ་ནིང་ལུ་འགྱུར་ཕྱེ་ཡིན། དེ་སྤྱི་གང་རུང་ཅིག་ལུ་གྱུར་བའི་ཆེ་སྐྱུམ་མ་རང་གིས་ཤེས་རྟོགས་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
པས། དེ་གི་རྟོགས་མཚན་རྒྱུ་ཡང་དཀྱིལ་ཟེར་མངའ་དང་ཚང་ར་ལྷོ་བ་སྤྱི་ཚོར་ནི། ལུས་སྒོ་བུར་དུ་རིད་ཟེར་ཉམ་ཤོར་
ནི། ཡི་ག་འགགས་ཏེ་ལ་ཟས་ཟ་དགོ་མི་མཚོ་ནི། ཉེ་ལེ་ཤ་འཕྱར་ནི། བྱ་རྒྱུད་ཟེར་གཟུགས་དཀྱིངས་དགོ་མཚོ་
ནི། ལུག་བསྐྱུ་ཐང་ཆད་ཆད་པ་བཟུམ་སྤྱི་བྱེད་ཐག་སྐྱུར་ནི། ཡོ་མ་སྒོ་སྐྱུ་འགྲོ་ནི། ལ་ཟས་ཀྱི་རོ་སྐྱུར་བ་རྒྱ་ལུ་དགའ་བ་ནི་
དང་མདོར་བསྐྱུ་བ་ཅིན་འདྲ་མིན་སྐྱོ་ཚོགས་ཟ་དགོ་མཚོ་ནི་རྒྱུ་མངའ་ནང་ཡོད་པའི་ཨ་ལོ་འདྲི་དབང་གིས་འབྱུང་མ་ཡིན།
དེ་སྐབས་ལ་ཟས་དེ་རྒྱུ་མ་བྱིན་པར་བཀག་བཞག་པ་ཅིན་ ཨ་ལོ་འདྲི་མངའ་ལས་ཕྱིར་འཇིག་པའམ་ནང་ནང་བའི་ཞི་འཕྲི
ཉེན་ལ་ཡོད། མ་གྱི་བར་གནས་རྒྱུགས་རུང་དམུས་ལོང་ཟེར་སྤྱི་བའི་སྐྱང་ལས་མིག་རྟོ་མ་མཐོང་མི་དང་ལ་བོ་དང་སྐྱུར་པོ་
ལ་སོགས་གཟུགས་མི་སྐྱུག་པ་སྤྱི་སྤྱི་འོང། དེ་འབད་ཕ་ལས་སྐྱུམ་འདྲི་ནད་གཞི་ལུ་གཞོན་པའི་ལ་ཟས་ཅིག་ཟ་འདོད་
སྤྱི་དུང་མ་བུ་གཉིས་ཆུ་ཕན་པའི་ལ་ཟས་གང་རུང་དང་ཅིག་ལར་སྐྱོ་བསྐྱེས་ཏེ་དུམ་ག་རེ་བྱིན་དགོ་པ་ཡིན།

༥.༥ དུས་རིམ་དང་པོའི་འཕེལ་རྒྱུ་བ།

བདུན་ཕྱག་ལྷ་པ་ལུ། ཉེ་མ་གོར་གོར་མེར་མེར་ནང་ནང་སོགས་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལས་སྐྱུར་ཏེ་སྐྱོ་བའི་རྣམ་པ་
མཁུགས་ཤིང་མཁུང་འགྱུར་གྱི་ཞག་ཟེར་བའི་རྣམ་པ་ལུ་འགྱུར་ཕྱེ་ཡིན། དེ་གི་སྐབས་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེ་ག་ར་བསྐྱེད་པའི་
རྩ་བ་ལྷོ་བུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་བའི་རྩ་འདབ་དང་སྤོག་པ་རྩ་རྒྱུ་རིམ་པ་བཞིན་ཆགས་པ་ཡིན། མངའ་ལུ་ཨ་ལོ་ཆགས་པའི་སྤྱི་
བ་གཉིས་པ་ལུ་སྤྱི་མའི་ལྷག་དང་བཅས་པའི་བདུན་ཕྱག་ལྷ་མ་ལངས་ཚམ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་བདུན་ཕྱག་ཉེ་མའི་སྤྱི་
ལུ་བཅེགས་པའི་ལྷ་པ་མཁུང་འགྱུར་གྱི་ཞག་གི་སྐབས་ ཡང་དག་པར་སྐྱེད་པའི་རྒྱུད་གི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་མངའ་ན་གནས་
པའི་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་ཀྱི་ཆུ་ཤས་རྒྱུ་ལས་དང་པ་སྤྱི་བ་སྐྱུམ་པའི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་བཞིན་རྣམ་པ་ཚམ་ཚོགས་པ་
བརྒྱ་དུག་པའི་ཐད་ལུ་ཆགས་པ་ཡིན།

བདུན་ཕྱག་དུག་པ་ལུ། ཟས་ཟེར་བའི་རྒྱུད་གི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་སྤྱི་བའི་རྩ་འདབ་ཀྱི་དབུས་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་དབུ་
མའམ་སྤོག་པ་རྩ་ཟེར་ཀུན་གཞིའི་སྤོག་གི་རྒྱུད་དང་བཅས་པའི་རྟེན་ མངའ་གནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སོར་བརྒྱ་དུག་གི་ཚད་
བྱེན་ལུ་སོང་སྤྱི། ཡར་སྐྱོ་ལུ་སྤྱི་དག་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་བཞིན་རྣམ་པ་དང་བཅས་ཚོགས་པ་བརྒྱད་པའི་ཐད་ལུ་
ཆགས་པ་ཡིན།

བརྟན་ཕྱག་བརྟན་པ་ལུ། འབྲིལ་བར་བྱེད་པ་ཟེར་བའི་རླུང་གི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་སྤིང་ག་ལས་སྐར་ཡང་རང་སོར་
བརྟུ་བཞི་སློག་ཅུ་གྱེན་ལུ་སོང་སྟེ་དངོས་སུ་མ་གསུངས་རུང་། མགྱིན་པ་ལོངས་སྟོན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཨན་སྟོང་ཚོགས་པ་
དང་པོའི་ཐད་ལུ་ཆགས། ད་རུང་ཡང་དེ་ལས་རང་སོར་བརྟུ་རྟུག་སློག་ཅུ་གྱེན་ལུ་སོང་སྟེ་སྟེ་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་མིག་
གི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་དབྱིབས་དོད་པ་ཡིན།

བརྟན་ཕྱག་བརྟུད་པའི་ནང་བསྐྱོག་ཅིང་བསྐྱར་བ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་མིག་གི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་འཁོར་
ལོ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་མགྱིན་ཏེ་དབྱིབས་ཅམ་ཅིག་ཆགས་པ་ཡིན། ཤོང་ལུ་མགྱིན་པའི་ཅུ་ཆགས་པ་དང་གཅིག་ཁར་སྟེ་བ་
ལས་སློག་ཅུ་ཐུར་དུ་རང་སོར་བརྟུ་བཞིའི་སར་སོང་སྟེ་མས་སྐ་ལུ་གསང་གནས་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ་ཆགས་པ་ཡིན།

བརྟན་ཕྱག་དགུ་པའི་ནང་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་ལུས་ཀྱི་དབྱིབས་ཁོག་པ་སྟོང་སྟོང་གྱི་རྣམ་པ་
ཕལ་ཆེར་ཆགས་པ་ཡིན་རུང་ཡན་ལག་བཞིའི་དབྱིབས་ཚུ་མི་ཆགས། དེ་སྟེ་བཤད་པའི་འཕེལ་བའི་ཚུལ་འདི་ཚུ་གཙོ་
བོར་སློག་གི་རླུང་ཁོ་ནའི་བྱེད་ལས་ལུ་བརྟེན་ཡིན། དེ་གི་སྐབས་སློག་པ་ཅུ་འམ་དབུ་མའི་རུས་པས་ལུས་དཀྲུས་གཅིག་
ཏུ་ཆགས་ཏེ་ཉ་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་ལུ་གྲུབ་པ་ལས་ཉའི་གནས་སྐབས་ཟེར་སྟེ་བ་ཡིན།

༥.༥ དུས་རིམ་གཉིས་པའི་འཕེལ་ཚུལ།

ཟླ་བ་གསུམ་པ་ལུ་ཞག་གསུམ་གོང་དུ་བཅད་པའི་བརྟན་ཕྱག་བཞི་ཡོད་མི་ལས་ ཤོང་གི་སྟེང་དུ་བཅུགས་པའི་བརྟན་
ཕྱག་བརྟུ་པར་སྐ་བར་བྱེད་པ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་ཉའི་རྣམ་པ་དེ་ལས་དབུང་པ་གཉིས་དང་ དབྱི་རུས་གཉིས་འབྱར་དུ་
དོད་པ་ཡིན། བརྟན་ཕྱག་བརྟུ་གཅིག་པ་ལུ་རྗེ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་མིག་ཏེ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་སྟོང་དང་བཅས་
པའི་བྱ་ག་དགུའི་གཟུགས་དབྱིབས་དོད་པ་ཡིན། བརྟུ་གཉིས་པ་ལུ་ཡོན་པོའི་སྟོང་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་དོན་ལྡེའི་གཟུགས་
དབྱིབས་དང་བརྟུ་གསུམ་པ་ལུ་བཀའ་ཤིང་སྟོམ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་སྟོན་རྟུག་གི་གཟུགས་དབྱིབས་དོད་པ་ཡིན། དེ་
བརྟུ་སྟེ་ཟླ་བ་བཞི་པ་ལུ་བརྟན་ཕྱག་བཞི་ལྟག་ཅམ་ཡོད་མི་ལས་ཤོང་གི་སྟེང་དུ་བཅུགས་པའི་བརྟན་ཕྱག་བརྟུ་བཞི་པ་
ལུ་སྐྱེད་པའི་སྟོང་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་དབུང་པའི་རྟེན་གཉིས་དང་ བརྟུའི་རྟེན་གཉིས་ཏེ་བཞི་པོའི་གཟུགས་དབྱིབས་དོད།
བརྟན་ཕྱག་བཙོ་ལུ་པ་ལུ་པད་མ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་རྟེན་པ་དང་ལག་པའི་རྗེ་རར་བཞིའི་གཟུགས་དབྱིབས་དོད་པ་ཡིན།
བརྟུ་རྟུག་པ་ལུ་བརྟུ་རྟེ་འགྲོ་བ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་རྗེ་རར་རྣམས་ལས་སོར་མོ་ལུ་སྟེ་ཉེ་ཤིང་གཟུགས་དབྱིབས་དོད།
བརྟུ་བརྟན་པ་ལུ་ སྟེ་གདོང་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་དུ་འབྲེལ་ནས་མངོན་པའི་ཅུ་བརྟུ་རྟུག་དང་མི་མངོན་པའི་
ཅུ་ཁངས་མེད་པ་ཚུ་ཆགས་པ་ཡིན། འདིའི་གཟུགས་དབྱིབས་ཟེར་མི་དེ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅམ་ཆགས་པའི་དོན་མ་
གཏོགས་གཟུགས་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཆགས་པའི་དོན་མེན། སྐབས་འདིར་ཡན་ལག་ལུ་པོ་ཆགས་པའི་དུས་ཡིན་མ་ལས་
རུས་སྟེལ་གྱི་གཟུགས་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་རུས་སྟེལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཟེར་སྟེ་བ་ཡིན།

༥.༦ དུས་རིམ་གསུམ་པའི་འཕེལ་ཚུལ་བཤད་པ།

ཟླ་བ་ལྔ་པ་ལུ་བརྟན་ཕྱག་བཞི་ལྟག་ཅམ་ཡོད་ས་ལས། ཤོང་གི་སྟེང་ལུ་བཅུགས་པའི་བརྟན་ཕྱག་བཙོ་བརྟུད་པ་ལུ་
བརྟུ་པར་འབྱུར་བ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་ཤ་དང་ཚོལ་གྱི་ཆ་ཤས་ཕལ་ཆེར་ཆགས། བརྟུ་དགུ་པ་ལུ་ཤོང་གི་རླུང་གི་བྱེད་

ལས་ཀྱིས་ཚུ་བ་ཆེ་ཚུ་དང་རྒྱུས་པའི་རང་བཞིན་ཚུ་ཆགས། ཉི་ཤུ་པ་ལུ་ཤིན་ཏུ་སྲ་བ་ཟེར་བའི་རླུང་འཕྲོས་ཏེ་རུས་པའི་
བྱེ་བྲག་ཚུ་དང་རྐང་མར་གྱི་དབྱིབས་ཚུ་ཆགས་པ་ཡིན། ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་པ་ལུ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པ་ཟེར་བའི་རླུང་
འཕྲོས་ཏེ་ཕྱིའི་པགས་ཀོ་ཨོམ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་མ་གྱི་སྤྱི་མ་བཟུམ་གྱིས་གཡོགས་པར་འགྲུང།

དེ་ལས་ཟླ་བ་དྲུག་པ་ལུ་སྲ་མའི་ཞག་གཉིས་དང་ ཅི་མའི་ཞག་གསུམ་བསྐྱེད་ཏེ་བདུན་ཕྱག་ལྟ་བུ་དང་བ་
ལས་གོང་དུ་བཅུགས་པའི་བདུན་ཕྱག་ཙ་གཉིས་པ་ལུ་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཟེར་བའི་རླུང་གིས་དབང་པོ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་སྐོ་
དགའི་བྱ་ག་ཚུ་རང་རང་སོ་སོར་རྣམ་པར་ཕྱེས་ཏེ་བཏང་མ་ཡིན། ཙ་གསུམ་པ་ལུ་ཡོངས་སུ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་ཟེར་
བའི་རླུང་བྱུང་སྟེ་སྐྱེ་དང་བ་སྐྱེ་དང་སེན་མོའི་དབྱིབས་ཚུ་སྐྱེ་མ་ཡིན། ཙ་བཞི་པ་ལུ་འཕྲོ་བའམ་སྤྱིན་འཛིན་ཟེར་བའི་རླུང་
བྱུང་སྟེ་ཉེ་མ་ཆགས་ཚར་བའི་དོན་ལྟ་སྟོན་དུག་པོ་ཚུ་གསལ་ཏེ་གཏོ་སྟེ་སྤྱིན། དེའི་དུས་ལུ་ཚོར་བ་ཉམས་སུ་ཕྱོང་བའི་
དོན་གྱིས་བདེ་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཡང་ཚོར་མ་ཡིན། ཙ་ལྔ་པ་ལུ་གོང་ཁྱེར་འཛིན་པ་ཟེར་བའི་རླུང་འཕྲོས་
ཏེ་བྱ་ག་ཚུ་ལས་རླུང་གི་རྒྱ་བ་འབྱུང་མ་ཡིན། ཙ་དྲུག་པ་ལུ་སྐྱེ་བ་མངོན་པར་གྲུབ་པ་ཟེར་བའི་རླུང་འཕྲོས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་
བྲན་པ་ཡང་ཉེ་མ་བས་གསལ་མཐ་སྟེ་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་དུས་སྤོན་གྱི་ཚོར་བས་ཡང་རྗེས་སུ་བྲན་མ་ཡིན།

དེ་ལས་ཟླ་བ་བདུན་པ་ལུ་བདུན་ཕྱག་བཞི་ཡོད་པ་ལས་གོང་དུ་བཅུགས་པའི་ བདུན་ཕྱག་ཙ་བདུན་ལུ་རླུང་
སྐྱེན་ཡོན་ཆེན་པོ། ཙ་བརྒྱད་པ་ལུ་རླུང་མེ་ཏོག་འཛིན། ཙ་དགུ་པ་ལུ་མེ་ཏོག་སྟེང་བ། སུམ་ཙུ་པ་ལུ་ལྷགས་ཀྱི་སྐོ་ཟེར་
མི་ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཕྲོས་ཏེ་ཉེ་མ་ཆགས་ཡོད་པའི་ལུས་ཀྱི་ཆུ་ཤེས་ཚུ་མངོན་པར་གསལ་ཞིང་ཆུ་ཤེས་སྐོ་ཚུ་ཡང་
གྲུབ་སྟེ་ཡོངས་སུ་རྗེས་སུ་འགྱུར་ཡིན།

ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ལུ་ཕྱི་མའི་ཞག་ལྔ་བསྐྱེད་པས་བདུན་ཕྱག་སོ་གཅིག་ལས་སོ་ལྟ་བུ་པའི་བར་མེ་ཏོག་སྐྱེད་པ་ཟེར་
བའི་རླུང་གཅིག་གིས་ཆགས་ཚར་བའི་ཆུ་ཤེས་ཚུ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་མ་ཡིན། དེའི་ཚེ་ཁ་ཟས་བཅུད་ཆེ་
ཚུང་གི་དབང་གིས་ མ་དང་བྱ་གཉིས་ཐངས་རེ་མོས་ཀྱི་གཟི་མདངས་འཕོ་སྟེ་འགྱུར་ལས་ཕྱལ་ཕྱལ་མ་གཟི་མདངས་
ཆེན་དུ་རྒྱུང་བ་དང་། ཕྱལ་ཕྱལ་བྱ་གཟི་མདངས་ཆེན་དུ་མ་རྒྱུང་བ་སྟེ་འགྱུར་ཡིན། དུས་ཚོད་འདི་ནང་ཨ་ལོ་སྐྱེ་ཞིའི་
དུས་ཚོད་མེན་དེ་འབད་རུང་རྒྱུན་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱེ་བ་ཡང་སྤིད་པ་ཡིན། གལ་སྤིད་མ་གཟི་མདངས་ཆེ་བའི་སྐྱབས་
ལུ་སྐྱེས་བ་ཚིན་མ་འཚོ་ཡང་བྱ་ཤི་ནི་དང་། བྱ་གཟི་མདངས་ཆེ་བའི་སྐྱབས་ལུ་སྐྱེས་བ་ཚིན་བྱ་འཚོ་ཡང་མ་ཤི་བའི་ཉེན་
ལ་ཡོད་པ་ཡིན། དུས་ཚོད་འདི་སྐྱབས་མངལ་གྱི་ཨ་ལོ་དེའི་དབང་གིས་མ་ལུ་ལྷན་སྐྱོ་ཚོགས་འབྱུང་མ་ལས་དེའི་གསོ་
ཐབས་དང་བཅས་མན་རྒྱུད་མོ་ནད་གསོ་བའི་སྐྱབས་དང་བརྒྱད་པ་ཙ་འགྲེལ་ཚུ་ནང་བཤད་ཡོད། འཕེལ་ཚུལ་འདིའི་
སྐྱབས་ལུ་མངལ་ལུ་གནས་པའི་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་རིམ་པར་དོད་དེ་མི་གཙང་བའི་རོ་ཟ་བའི་དབང་གིས་ཕག་གི་
གནས་སྐྱབས་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན།

༥.༡༠ རྗེས་པའི་དུས་བཤད་པ།

ཟླ་བ་དགུ་པ་ལུ་ཞག་ལྔ་གོང་དུ་བཅད་པའི་རྗེས་སུ་བདུན་ཕྱག་གསུམ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ལས་ གོང་གི་བདུན་ཕྱག་ལུ་
བཅུགས་པའི་བདུན་ཕྱག་སོ་དྲུག་པའི་ཉིན་ཞག་དང་པོ་ལས་འགོ་བཟུང་སྟེ་ རང་གི་གནས་ལུ་མི་གཙང་བ་དང་དྲི་མི་
ཞིམ་པ་དང་། བཙོན་ར་ལྷ་བྱ་དང་། ལྷན་ཞག་དང་། མངོན་པར་མི་དགའ་བ་སྟེ་སྐྱོ་བའི་འདུ་ཤེས་ལྟ་སེམས་ལུ་ཤར་

ཏེ་གནས་གཞན་ཁར་སྡོམ་སྡེ་འགྲོ་དགོ་མཁོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སོ་བརྒྱན་པ་ལུ་གནས་གཞན་ལུ་སྡོམ་འདོད་ཀྱིས་མགོ་
 མཚུག་ལོག་པ་འཇམ་ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས་ཡིན། སོ་བརྒྱན་པ་ལུ་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ཟེར་བའི་རྒྱུ་འཕྲོས་ཏེ་མགོ་
 འཚུག་ལོག་སྡོམ་མངལ་གྱི་ཕྱགས་ལས་མངལ་གྱི་སྐྱོར་འབྲིན་ཞིང་སྐྱེ་སགས་སྡེ་སྔོན་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ཨ་ལོ་རྟུམ་ཚོང་
 ཁར་གྱིག་གི་སྡེ་སྐྱེས་མི་རྒྱལ་ས་པའི་རྒྱ་གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་དང་པར་ཨའི་གི་གཞུགས་ལས་ཁྲག་ལེ་ཤ་ཤོར་སོང་བ་
 ཅིན་མངལ་གནས་གྱི་ལུས་འཕེལ་མ་རྒྱལ་ས་ལས་སྐྱེས་མི་རྒྱལ། གཉིས་པ་མངལ་གནས་གྱི་ཨ་ལོ་དེའི་གཞུགས་
 ཚོ་ཚེས་དྲུགས་རུང་ལྷ་བ་དགྲ་ཚང་རུང་སྐྱེ་མི་རྒྱལ། གསུམ་པ་ཐུར་སེལ་རྒྱུ་ལོག་པའི་དབང་གིས་དཀྱིས་མངལ་གྱི་
 སྐྱོ་བཀའ་ཏེ་ལྷ་བ་ཚང་རུང་ཨ་ལོ་སྐྱེ་མི་རྒྱལ་ས་ཡིན།

༤ བཙའ་བའི་དུས།

བཙའ་བའི་དུས་འདི་ཡང་གཞུང་ལས། དེ་ལྟར་མངལ་དུ་འཕེལ་ཞིང་སྤྲོད་པའི་ཚོ། ལྷ་དགུ་འདས་ནས་བཙའ་བའི་དུས་
 ཡིན་ཏེ། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་མངལ་ལུ་ལུས་འཕེལ་ཞིང་སྤྲོད་པའི་ཚོ་ལྷ་བ་དགུ་པའི་མཚུག་གི་ཞག་ལྷ་ཡང་ན་དོ་
 བརྒྱལ་བའི་ཚོ་མངལ་ལས་སྐྱེས་ནིའི་དུས་ཡིན། སྤྱིར་ལྷ་མ་དགུ་འདས་ཞིན་མ་ལས་སྐྱེས་ནིའི་དུས་ལུ་བབས་ཡིན་རུང་
 དམིགས་བསལ་དུ་ ཨམ་སྤུ་རང་སོའི་ལུས་ཁམས་དང་ཟས་སྤོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལུ་བརྟེན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དུས་འདི་ཁར་
 སྐྱེས་འོང་ཟེར་བའི་ངེས་པ་མེད། ལྷ་མ་དེ་ཙམ་ཡར་མར་སྤུ་ཤོར་ཏེ་སྐྱེས་རུང་དུས་སུ་སྐྱེས་བའི་གངས་སུ་བཙུགས་ཡིན།

༤.༡ བཙའ་བའི་རྟུགས་དངོས་བསྟན་པ།

མའི་གཡམས་ལོགས་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་གིས་དཀྱིས་སྡོམ་མངལ་གྱི་གཡམས་ཕྱོགས་རུང་ཟད་མཐོ་བའི་ཁར་ལུས་རང་བཞིན་
 གྱི་ཡང་བ་དང། མི་ལམ་ན་ཡང་སོ་རྒྱ་མང་སུ་ཅིག་མཐོང་ནི་དང་འཁྲིག་སྤོད་ཀྱི་ཆགས་པ་མི་སྐྱེ་ནི། སྤུམ་མའི་རུ་ཞོ་
 ཟེར་ཨོམ་གཡམས་ཏེ་མ་འཇག་ནི་རྒྱ་ཨ་ལོ་བུ་སྐྱེ་ནིའི་རྟུགས་ཡིན། དེ་ཡང་ཐབས་ཀྱི་ཆུ་ཤས་སམ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་
 གྱི་རྟུགས་མཚན་རྒྱ་ཐོན་མ་ལས་བརྟེན་ཡིན། སོ་རྒྱ་དང་འཕྲད་དགོ་མཁོ་ནི་དང། སྤུ་གར་ཟེར་ཞབས་ཁྲའི་རིགས་དང་
 ལྷ་མ་ཆ་བརྟགས་ནི་རྒྱ་ལུ་རྟུག་པར་དགའ་བ། མངལ་ལམ་ལྷོ་བ་གཡོན་ཕྱོགས་མཐོ་བ། ལུས་ལྷུ་བའི་ཚོར་སྤང་དང་
 མི་ལམ་ན་ཡང་ཨམ་སྤུའི་རིགས་མང་སུ་མཐོང་ནི་ལ་སོགས་པ་གོང་གི་རྟུགས་རྒྱ་ལས་ཕལ་ཆེར་གོ་སྟོན་སྡེ་འབྲུང་མི་རྒྱ་
 ཨ་ལོ་བུ་སྐྱེ་ནིའི་རྟུགས་ཡིན། དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆའམ་བྱུང་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟུགས་མཚན་རྒྱ་ཐོན་མ་ལས་
 བརྟེན་ཡིན། འདི་བཟུམ་གྱི་རྟུགས་རྒྱ་ཕལ་ཆེར་འདྲེས་པའི་ཁར་རྟུག་པར་དུ་མངལ་ལམ་ལྷོ་བའི་དུས་མཐོ་བ་སྡེ་
 འབྲུང་བ་ཅིན་ཨ་ལོ་མ་ཞིང་སྐྱེ་ནིའི་རྟུགས་ཡིན། དེ་ཡང་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའམ་འདྲེས་པའི་རྟུགས་དང་
 ལྷ་མ་པའི་དབང་གིས་ཡིན། དེ་ལས་རྟུགས་གཞན་མི་ག་དེ་སྡེ་རང་ཐོན་རུང་རྒྱ་བའི་དུས་དམའ་ཞིང་མཐའ་གཉིས་མཐོ་
 བ་སྡེ་ཡོད་པ་ཅིན་ཨ་ལོ་མཚོ་མ་སྐྱེ་ནིའི་རྟུགས་ཡིན།

༤.༢ བཙའ་བའི་ཐབས།

བཙའ་བའི་ཐབས་འདི་ཡང་གཞུང་ལས། བྱུང་མེད་བཙའ་ཕྱོང་གིས་བསྐྱོར་བཙའ་བར་བྱ། སྤོག་འབྲལ་འདྲ་བའི་ནད་

སོས་ཚས་ཀྱིས་གསོ། །ཟེང་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་གོང་གི་ལྷུང་དུ་སྐྱེ་ནི་ཡིན་པའི་རྟལ་མཚན་ཚུ་འབྱུང་པའི་ཚེ་
མ་དང་བྱ་གཉིས་ཚར་འཚོ་ཞིང་བདེ་བའི་དོན་ལུ་ རྐྱང་སེལ་བའི་དུད་པ་གིས་བདུག་ནི་དང་ཉེ་མ་ཨ་ལོ་སྐྱེས་བའི་སྐྱུག་
བསྐལ་ཉམས་སུ་ཕྱོད་ཡོད་པའི་ཨམ་སུ་ཚུ་གིས་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ་ཉལ་ལུགས་དང་བཙུང་ལུགས་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱབ་
བྱ་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་བཅུག་དགོ། དེ་སྐྱེ་ཤ་གཟུགས་རྒྱལ་ཏེ་སྲོག་དང་བྱལ་སགས་གི་ན་ཟུག་གི་སྐྱུག་བསྐལ་དང་
བཅས་པའི་ཨ་ལོ་སྐྱེ་བའི་ནད་ལས་སོས་ཟེར་སྐྱེ་ཚར་བའི་རྗེས་སུ་ ཨའི་གི་ལུས་སྟོབས་ཉམས་ཡོད་མི་དེ་ཚས་ཟེར་ལ་
ཟས་འོ་ཞིང་བཅུད་ཆེ་བའི་རིགས་ཀྱིས་སྐྱར་གསོ་དགོ་པ་ཡིན་ཅོ།

༡ ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ།

ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་འདི་ལུ་ནམ་པ་བཞི་འོ་སྐྱོ་ལས་སྟོན་མ་ཡིན། ལྷང་ཚད་ལུས་བྱུངས་ཀྱི་གནས་ལུགས།
འབྲེལ་པ་ཅུ་འི་གནས་ལུགས། གཉན་པ་གནད་ཀྱི་གནས་ལུགས། རྐྱུ་ལམ་བུ་གའི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་བཅས་
བཞི་ཡོད་པ་ཡིན། དང་པ་ལྷང་ཚད་ལུས་བྱུངས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་ལུ། གཞོད་བྱེད་ཉེས་པའི་ལྷང་ཚད་དང།
གཞོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་ལྷང་ཚད་བསྟན་པ། སྤྱི་ལྷང་ཚད་བསྟན་པ་བཅས་གསུམ་ཡོད་མི་ལས།

༡.༡ གཞོད་བྱེད་ཉེས་པའི་ལྷང་ཚད་བསྟན་པ་འདི།

ལྷང་ཚད་ཟེར་མི་འདི་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དང། ཆན་གཞོན་ལ་སོགས་པ་ག་དེ་སྐྱེ་ཡིན་ཅུང་རང་གི་ནད་དང་ལུས་བྱུངས་
འི་མ་དེ་ཚུ་ཚད་གཞི་གུ་ལངས་སྐྱེ་ཡོད་པའི་དར་མ་ཚུ་གི་དབང་ལུ་བཏང་སྟེ་བཙུག་ཡིན། དར་མ་དེ་ལས་བཟུལ་བའི་
ཆན་ཆས་ལུ་རྐྱང་ལ་སོགས་པ་ཚད་ལས་འབེལ་ཏེ་བྱུངས་གཞན་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ཟད་དོ་ཡོད་པ་དང། གཞོན་པའི་བྱིས་
པ་ཚུ་ལུ་ཞི་སོ་དང་ལུ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལུ་ཅིག་ཚད་གཞི་གུ་མེད་པ་མ་ཚད་ལུས་ན་བའི་སྐབས་ལུ་འབེལ་ཟད་འཇུགས་
གསུམ་གང་ཅུང་ཅིག་ལུ་རྐྱང་ནི་དེ་གིས་ལྷང་ཚད་འཇུག་བའི་ཚད་སྟེ་བཙུག་མི་བཏུབ། རྐྱང་བྱུངས་འི་མ་ཚུ་གི་ནད་ལས་
འགོ་དང་པར་བཤད་པའི་རྐྱང་གི་ལྷང་ཚད་དེ་རང་རང་གི་ལྷང་སྐྱུག་གང་ཅམ་གྱི་ཚད་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་མཁྲིས་
པའི་ལྷང་ཚད་དེ་སྐྱེས་པ་རང་གི་གསང་གནས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་གང་ཡོད་པ་དང་ བྱུད་མེད་ཀྱི་མཁྲིས་པའི་ལྷང་ཚད་ཡང་རང་
དང་མཉམ་པའི་སྐྱེས་པའི་གསང་སྐྱོ་གང་ཅམ་ཡོད་པ་སྟེ་རིག་པ་གིས་དཔུད་དེ་ཤེས་དགོ། བད་ཀན་གྱི་ལྷང་ཚད་དེ་
རང་གི་སྐྱིམ་པ་གསུམ་གྱི་ཚད་ཡོད་པ་ཡིན།

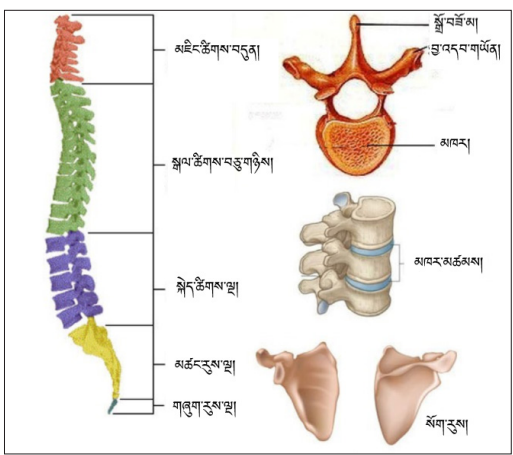
༡.༢ ལུས་བྱུངས་འི་ལྷང་ཚད།

ལྷག་དང་བྱིས་གཉིས་ཀྱི་ལྷང་ཚད་འདི་རང་གི་སྐྱིམ་པ་བདུན་གྱི་ཕྱིས་ཡོད་པ་དང། གཅིན་དང་རྐྱེས་པའི་གཉིས་ཀྱི་ལྷང་
ཚད་འདི་རང་རང་སོ་སོའི་སྐྱིམ་པ་བཞི་བཞི་གི་ཕྱིས་དང། ཞག་དང་ཚེལ་བུའི་ལྷང་ཚད་འདི་རང་གི་སྐྱིམ་པ་དོ་དོ་དང།
སོ་སོ་གཉིས་ཀའི་ལུས་ཀྱི་མདངས་དང། སྐྱེས་པའི་ལུ་བ་དཀར་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷང་ཚད་འདི་རང་རང་གི་ཁྱུང་བ་ལེ་ལེ་
དང། ལྷན་པའི་ལྷང་ཚད་འདི་རང་གི་སྐྱིམ་པ་གང་གི་ཕྱིས་དང། ཤའི་ལྷང་ཚད་འདི་རང་གི་སྐྱར་ཚད་ལྟ་སྐྱེས་པ་ལུ་
ཡོད་དགོ་པ་དང། བྱུད་མེད་ལུ་དེའི་གུ་བཟུ་ལུ་བཅུ་ཐམ་དང་ཅུ་མ་ལུ་བཅུ་བཅས་སྐྱར་ཚད་ཉི་ཤུ་གིས་ལྷག་པ་ཡིན། དེ་

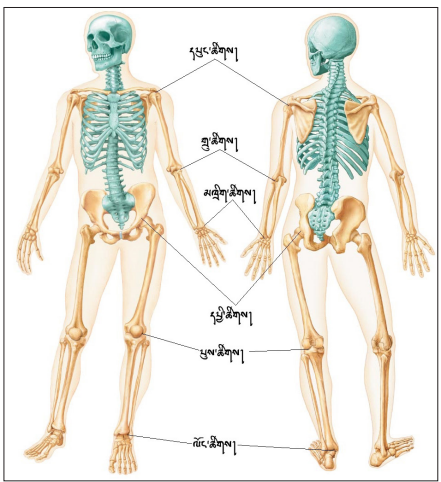
སྐྱེ་བཤད་མི་དེ་ཚུ་ན་ཚོར་ཆུན་གཞིན་དང་ གཟུགས་ཆེ་ཆུང་ཚོ་དེ་དུ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིར་བཏང་གི་དབང་ ལུ་གསུངས་ལུགས། རྩུས་པའི་ལྷང་ཚད་གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་ལུ་བཏང་པ་ཅིན་མགུ་ཏྲོག་ལུ་ལྷ། ལུས་སྤྱི་ལུ་ དགུ། ལམག་ལུ་གསུམ། ཀང་མ་ལུ་ལྷ། ཀང་ལག་གཉིས་ཀའི་སེན་མོ་དང་བཙས་པའི་ཡན་ལག་ལུ་ དགུ་བཙས་རུས་པའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་ཡོད།



གོང་ལུ་བཤད་པའི་རུས་པའི་རིགས་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་ ཆེན་མང་སུ་འབད་མི་ཚུ་ དུམ་ག་ཅིག་ཕྱེ་བ་ཅིན། རྒྱུད་དང་མཐུན་སྐྱེ་ཐོད་པ་དུམ་བུ་བཞི་པ་སྐྱེ་བཅུས་པའི་རུས་པའི་དུམ་བུ་ ལུ་སྐྱེ་བ་བརྒྱ་དུག་ཚུ་འདྲེན་ཚུ་ལ་ཉི་འགྲམ་པ་གཉིས་སོ་སུམ་ཙུ་ཙ་གཉིས་དང་། དེའི་ཙ་བ་སོ་གཉིས། ཅ་ བའི་རུས་པ་ལས་མིན་པའི་རུས་པའི་བར་ན་རུས་པའི་རིགས་ཉི་ཤུ། མིག་རུས་གཉིས་གཉིས་བཙས་བཞི། སོར་མོ་དང་བཙས་པའི་ལག་པར་ཉི་ཤུ་ཙ་ལྷ་ལྷག་གཉིས་བཙས་ལྷ་བཟུ། ལྷག་པ་དང་མཇེད་པ་ལུ་ གཉིས་གཉིས་བཙས་བཞི། ལྷག་རྒྱབ་ལུ་བརྒྱད་དང་། སྐལ་ཚོགས་པ་སུམ་ཙུ་སོ་གཉིས། དེའི་གངས་བཞི་གིས་ བསྐྱར་མ་ད་ སོ་གཉིས་ཚན་པ་བཞི་བཙས་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙ་ བརྒྱད་ཚུབ་ལོགས་གཉིས་ལུ་ ཚུབ་ཆུང་ལེ་བཙས་བཟུ་གསུམ་ བཟུ་གསུམ་བཙས་ཉེར་དུག། ཀང་མ་ལུ་སོར་མོ་དང་བཙས་ པ་ལུ་ལྷ་བཟུ་བཙས་བསྐྱེམས་པས་རུས་པའི་དུམ་བུ་སུམ་ བརྒྱ་དང་དུག་ཚུ་ཡོད་པ་སྐྱེ་གསུངས་ལུགས། ཚོགས་ཀྱི་ཐད་ ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཞི་པོ་ལུ་ཚོགས་ཆེན་ཅུ་མ་པ་བཟུ་གཉིས་ ཡོད་མི་དེ་ཡང་ལག་པར་ལུ་དཔུང་ཚོགས་དང་། ལྷ་མོའི་ཚོགས་ དང་། མཁྲིག་མའི་ཚོགས་གཉིས་བཙས་དུག། ཀང་མ་ལུ་ དཔྱིའི་ཚོགས་དང་། ལུས་མོའི་ཚོགས་དང་། སྤེལ་བའི་ཚོགས་



གཉིས་བཙས་དུག་ཡིན། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོགས་ལྷན་བུ་དེ་ཡང་ལག་པར་སོར་མོ་ལྷ་ལུ་གསུམ་ལེ་དང་། ལྷ་མོ་དང་ མཁྲིག་མ་གཉིས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ལོགས་ཚོགས་ཆུང་ལེ་བཙས་སོ་བཞི། དེ་བཟུམ་སྐྱེ་ཀང་པའི་སོར་མོ་ཚུ་ལུ་གསུམ་ལེ། ལུས་མོ་དང་ལོང་བུ་གཉིས་ལུ་ཚོགས་ལྷན་ལེ་བཙས་སོ་བཞི་བཙས་ ཡན་ལག་བསྐྱེམས་པས་དུག་ཚུ་ལེ་བརྒྱད། ལུས་ལུ་ཚུབ་མ་ཉེར་དུག། སྐལ་ཚོགས་ལུ་ཉེར་བརྒྱད། ལྷག་པ་དང་མཇེད་པ་ལུ་གཉིས་གཉིས་ བཙས་བཞི། ལྷག་རུས་ལུ་གཅིག་བཙས་དུག། མགུ་ཏྲོག་ལུ་ འགྲམ་པ་ལས་མས་གཉིས་བཙས་བཞི། སོ་ཙ་བར་སོ་གཉིས། མིག་ རུས་ལུ་བཞི། མཁྲུང་ཚོས་ལུ་ལེ་ལེ་དང་མིག་སྐྱེ་བས་ལུ་གཅིག། ཅུ་ ཙ་ཚོ་ལས་མིག་ཏྲོག་བར་ན་རུས་པའི་རིགས་ཉི་ཤུ་ཡོད་པར་ཚོགས་ལོག་ པོ་འཚོ་དགོང་ལས་བཞི་བཟུ་བཙས་མགོ་ཚོགས་ཀྱི་གསུམ་འགྲིག། བསྐྱེམས་བསྐྱེལ་བས་ཉིས་བརྒྱ་དང་ཉི་ཙ་བཟུ་ཡོད་པ་ཡིན།



༡.༣ སྤྲོད་ཚུ་རྒྱུ་གི་ལྡང་ཚད།

ཚུ་བ་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་རྒྱུ་རྒྱུ་གཉིས། རྟོང་ཚུ་གཉིས། ལག་པར་གྲུ་མོ་གཉིས། མཁུ་མའི་གཉིས་བཅས་རྒྱུ་
ལག་བསྐྱེམས་པས་བརྒྱུ། སྤྲོད་པར་བཞི་ཡོད་མི་དེ་ཡང་སྤྲོད་ཚུ་ཚུགས་པའི་ཕན་ཚུན་གྱི་ཚུ་བ་གཉིས། སྤྲོད་པའི་ནང་ལུ་
གཉིས་བཅས་བཞི། མཛེང་པ་ལུ་ཚུ་ལེབ་གཉིས། མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་ནང་མགོན་ཚུ་བཟེང་བཤད་ཡོད་རུང་གཞན་ལས་མ་
ཐོན་ནི་དེ་གིས་ཕྱི་རྒྱུད་བསྐྱེད་གི་ལེའུའི་ནང། **ཕོ་མཚན་མི་ལྡང་ས་བོན་ལུག་པ་ལ།** རྒྱུ་ལོང་ཐང་དྲངས་གཏོང་གི་རྒྱུ་
བར་བསྐྱེད། ཟེང་བ་གཉིས་བཅས་བཅུ་དྲུག རྒྱུ་པ་འདི་ནམ་ཚོང་ཡན་ཚད་ལུ་སྤྲོད་བརྒྱ། ཡན་ལག་བཞི་ལུ་དོན་
ལྡན་ལེ་བཅས་སྤྲོད་བརྒྱ། ལུས་བྱིངས་ཟེང་གཟུགས་རོ་མ་ལུ་སྤྲོད་བརྒྱ་བཅས་དགུ་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང། སྤྲོད་ཉལ་མ་རེ་
རེ་སྤྲོད་གྲངས་ཁ་བརྒྱུ་བཅས་པ་ཅིན་ཉིས་ཁྲི་ཚེག་སྤྲོད། བ་སྤྲོད་བྱ་ག་ནམ་ཚོང་ཡན་ཚད་ལུ་ས་ཡ་བདུན། ལུས་བྱིངས་ལུ་
བྱེ་བ་གཅིག་དང་ས་ཡ་བཞི། ཡན་ལག་རེ་རེ་ལུ་ས་ཡ་གསུམ་རེ་དང་འབྲུམ་ལྡན་ལེ་བཅས་བྱེ་བ་གསུམ་དང་ས་ཡ་ལྡེའི་
གྲངས་ཡོད་པ་ཨིན།

༡.༤ དོན་སྤོང་བྱ་གའི་ལྡང་ཚད་བསྟན་པ།

དོན་ལྡན་འདི་སྤོང་། སྤོང་བ། མཚན་པ། མཚེང་པ། མཁུ་མ་བཅས་ལྡན་དང། སྤོང་དྲུག་འདི་ཕོ་བ་དང། རྒྱུ་མ། ལོང་ག།
མཁུ་མ་པ། སྤྲོད་པ། བསམ་སེའམ་མངལ། དབང་པོའི་བྱ་གའི་སྤོང་འདི་སྤོང་བྱ་གཉིས་དང། རྒྱ་བའི་བྱ་གཉིས། མིག་
རྟོ་གཉིས། ལ་གཅིག་བཤད་ལམ་གཅིག་ཕོ་མཚན་གྱི་བྱ་གཉིས་བཅས་དགུ་ཡོད། བྱུང་མེད་ལུ་བཅུ་གཉིས་ཡོད།

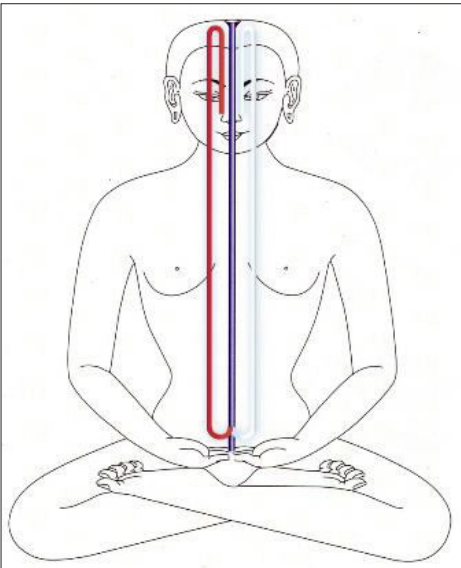
སྤྲོད་ལྡང་ཚད་བསྟན་པ། འཛེམ་གྱིང་ལུ་གནས་པའི་མི་རྒྱུ་གི་ལུས་ཀྱི་ཚད་འདི་རང་རང་སོ་སོའི་འདོམ་གང་གྲུ་བཞི་སྤོང་
འོང་དགོ། དེ་ལས་གཞན་གཟུགས་ངན་པ་རྒྱུ་ལུ་རང་གི་བྱུ་བྱེད་དང་བཞི་ཡོད་པ་ཨིན། །

༢ འབྲེལ་པ་རྩ་ཡི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ།

དེ་ཡང་སྤྲོད་ཚུ་ལུ་འབྲེལ་བའི་ལུ་ལམས་ཀྱི་དབང་གིས་རྣམ་པ་གསུམ་ལུ་འགྲུར་ནི་དང། གྲངས་ཀྱི་སྤོང་ལས་སྤོང་ཕྱག་བདུན་
རྩ་རྩ་གཉིས་སམ་བདུན་ཁྲི་ཉིས་སྤོང་དང། དེ་ལས་ཡང་མང་ཆེ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བྱེད་དང་བཞི་ལུ་བྱེ་བ་ཡོད་པ་སྤོང་གསུངས་
ལུགས། མཏོང་བསྐྱེད་པ་ཅིན་ལུས་འདི་གོང་བྱེ་བ་གཅིག་སྤོང་མེན་པར་རྩའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བྱེ་བའམ་དུ་བྱེ་བ་འཛེངས་
འཛེངས་མ་བཟུམ་སྤོང་གནས་ཏེ་ཡོད། དོ་རྩེ་སྤོང་བ་ལས། **སྤོང་ཕྱག་ཉི་ལུ་རྩ་བཞི་ནི།** ལྷོ་བ་འབབ་པ་རྒྱུ་མའི་རིགས།
སྤོང་ཕྱག་ཉི་ལུ་རྩ་བཞི་ནི། ཉི་མ་འབབ་པ་རོ་མའི་རིགས། **སྤོང་ཕྱག་ཉི་ལུ་རྩ་བཞི་ནི།** ལྷོ་རྒྱུ་དུ་མའི་རིགས་སུ་
བརྗོད། ཟེང་གསུངས་ཡོད་པ་དང། **དེ་ལྷོ་རྩ་ཡི་མཚན་ཉིད་ཤེས།** ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཤེས་པར་འགྲུར། ཟེང་ཕ་
ལ་སོགས་པ་གལ་ཆེ་བ་དང་གྲངས་ཁ་ལ་སོགས་པ་བསམ་ལས་འདས་པ་ཡོད་རུང་གསོ་བ་རིག་པ་འདི་ནང་ཐོག་མར་
ཆགས་པའི་རྩ་དང། སྤོང་པའི་རྩ་དང། འབྲེལ་བའི་རྩ་དང། ཚོ་གནས་པའི་རྩ་དང་རྣམ་པ་བཞིའི་སྤོང་ལས་བསྟན་ནི་
ཨིན།

༤.༡ དབྱ་རྒྱུ་རོ་གསུམ།

ཕྱ་བའི་གནད་དང་བཅས་པ་སྟེ་བཤད་ནི་ཨིན་མི་དེ་ཡང་ སོག་རྩལ་དབྱ་མ་དེ་ནི་ག་ར་གི་ཉེ་མར་ཆགས་དོ་ཡོད་པ་ལས་
བརྟེན་ཏེ་ཆགས་པའི་རྩ་འདི་ལྟེ་བ་ལས་གསུམ་སྟེ་གྲུས་ཏེ་ཡོད། ལྟེ་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི་དབྱ་མ་ཆགས་ཚུལ་སོར་ཚད་ལ་
སོགས་པ་གོང་ལུ་ལེའུ་གཉིས་པའི་ནང་བཤད་དོ་བརྩམ་ཨིན་མ་དང། དེ་ཡང་བད་ཀན་ལ་སོགས་པ་སྟེད་པའི་རྩ་དེ་རྩའི་
ལམས་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་མ་དང། མཁྲིས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེད་པར་བྱེད་པའི་རྩ་དེ་རྩའི་ལམས་རྒྱ་བའི་རོ་མ་དང། རྒྱུ་
ལ་སོགས་པ་སྟེད་པའི་རྒྱུ་གི་ལམས་དང་ལྷན་པའི་རྩ་དེ་ལྟེ་འོག་མན་ཆད་ཀྱི་དབྱ་མའི་ཆད་ཚུ་ཨིན། རོ་རྒྱུ་གི་མར་སྟེ་
གཉིས་པོ་ལྷགས་ལས་བསྟན་ནི་དེ་གིས་ལྟེ་བའི་གོང་འོག་གཉིས་ཀར་རྩའི་རྩེ་མོ་གསུམ་སྟེ་འབྲུང་མི་འདི་ནི་དཔལ་དུས་
ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་མ་ཨིན།



རྩའི་རིགས་ཆ་མཉམ་བསྟུ་བ་ཅིན་རྒྱུ་རྩ་དང། ལྷག་ཅུ། རྩུ་རྩ་
གསུམ་གྱི་ནང་ལུ་འདུལ་ཨིན། དེ་ཡང་རྒྱུ་རྩ་ཆ་མཉམ་དབྱ་མ་དང།
ལྷག་རྩ་ཆ་མཉམ་རོ་མ་དང། རྩུ་རྩ་ཆ་མཉམ་རྒྱུ་མ་ལས་གྲུས་པ་ཁོ་
ན་ཨིན་མ་ལས་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྟོལ་ལས་འཐད་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཡོད།
རྒྱུ་ལྷག་འདེས་པའི་རྩ་དེ་རྩུ་ག་ཏེ་ལས་གྲུས་པ་ཨིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་
དེ་ནི་འཕར་རྩ་དེ་རོ་མ་དང་ རྒྱུ་མ་དབྱ་མ་གསུམ་ཆར་སྟེད་གི་རྩ་
བར་འདུ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་རྒྱུ་བའི་བྱ་གའི་དབང་
གིས་སྟེད་འཕར་མ་ཨིན། དེ་གིས་འབད་སྟེད་དང་གཙོ་བོར་འབྲེལ་
བའི་རྩ་གོ་ར་རྒྱུ་ལྷག་འདེས་པར་རྒྱུ་ལས་རྩ་ཡང་འཕར་མ་ཨིན།
རྩ་དེ་རྩུ་གཉམ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

༤.༢ ཆགས་པའི་རྩ་བཤད་པ།

ལུས་འདི་མའི་མངལ་ནང་ཆགས་པའི་སྐབས་ལུ་
དེ་ལས་རྩེ་མོ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་གྲུས་པ་ཨིན།
ལུས་ཀྱི་གཞུང་ལྷོགས་ལས་བརྒྱུད་དེ་སྟེད་ག་དང།
ཨིན། གཞན་ལ་ལུ་གྲུས་པའི་རྩུ་ལ་གྲུས་གྲེན་ལྷོགས་ལུ་སོང་བའི་རྩ་དཀར་པོ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
དང། ལྷད་པ་འདི་གཏི་སྟག་དང་བད་ཀན་གཉིས་ཆར་ཉེ་ལེན་དང། ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་འབད་ནི་དེ་གིས་གཏི་
སྟག་དེ་ཡང་ལྷད་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གནས་ཡོད་པའི་ཁྲུངས་དེ་ཡང་ མོངས་ཤིང་ལྷི་འཐིབས་ལ་སོགས་པ་མགྱུ་ཏྲིག་ལས་
འབྲུང་མ་མང་ཤོས་ཅིག་མཐོང་རྒྱུ་གས་ནི་དེ་གིས་ཨིན། གཏི་སྟག་དེ་ལས་བད་ཀན་བསྟེད་ནི་དེ་གིས་རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་བུ་
གསུམ་ཆར་ལུས་སྟོད་ལུ་གནས་པ་སྟེ་གྲུབ་ཨིན།

རྩ་གར་གི་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་ཆགས་པའི་རྩ་འདི་ལྟེ་བའི་དབྱ་མ་གྱི་རྩ་
དེ་སྟེ་གྲུས་པའི་རྩ་དེ་རྩུ་ལས་རྒྱུ་ལམ་རྒྱ་ལེ་ལམས་རྒྱ་བའི་རྩ་གཅིག་
མགྲིན་པ་དང་སྟེ་བོའི་འཁོར་ལོའི་ལྟེ་བ་རྩུ་ནང་འདུ་དོ་ཡོད་པ་
ཨིན། ལྷད་པ་འདི་གཏི་སྟག་དང་བད་ཀན་གཉིས་ཆར་ཉེ་ལེན་དང། ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་འབད་ནི་དེ་གིས་གཏི་
སྟག་དེ་ཡང་ལྷད་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གནས་ཡོད་པའི་ཁྲུངས་དེ་ཡང་ མོངས་ཤིང་ལྷི་འཐིབས་ལ་སོགས་པ་མགྱུ་ཏྲིག་ལས་
འབྲུང་མ་མང་ཤོས་ཅིག་མཐོང་རྒྱུ་གས་ནི་དེ་གིས་ཨིན། གཏི་སྟག་དེ་ལས་བད་ཀན་བསྟེད་ནི་དེ་གིས་རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་བུ་
གསུམ་ཆར་ལུས་སྟོད་ལུ་གནས་པ་སྟེ་གྲུབ་ཨིན།

དེ་བརྩམ་སྟེ་རྩ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་གཅིག་དེ་ནི་ ལྷག་གམ་མའི་ལམས་རྒྱ་བ་ཞིག་ལུས་ཀྱི་བར་མཚན་པའི་ལུང་
ཚེན་ལུ་དངས་མ་ལེན་པའི་རྩ་གྲུ་རྩུག་སྟེ། དེའི་ཡལ་ག་ཚོགས་པ་བཅུ་པར་འགྲུལ་ལས་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཞེ་སྤང་དང་

མཁུས་པ་གཉིས་ཀའི་ཉེར་ལེན་དང་ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་འབད་ནི་དེ་གིས་ཞེ་སྤང་ཡང་སོག་ཅ་ནག་པོ་དང་ལྷག་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ཡོད། ཞེ་སྤང་དེ་ལས་མཁུས་པ་བསྐྱེད་ནི་དེ་གིས་རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་བུ་གསུམ་ཆར་བར་ན་
གནས་པར་གྱུ་བ་ཨིན། ཞེ་སྤང་གྲོ་བུར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ལུ་ལུས་ཀྱི་བར་ན་ལས་འབྲུགས་ཏེ་སྐྱེ་སར་མཐོང་མ་ཨིན།
བར་དུ་ལྷག་པའི་ཅ་དམར་པོ་དེ་དངོས་འདྲི་ལྷིང་ག་དང་། མགོན་པ་དང་། སྤྱི་བོའི་འཁོར་ལོ་ཚུ་གི་ལྷོ་བར་འདུམ་
ལས་གཞན་ཁར་གྲུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འགྲོམ་ཨིན།

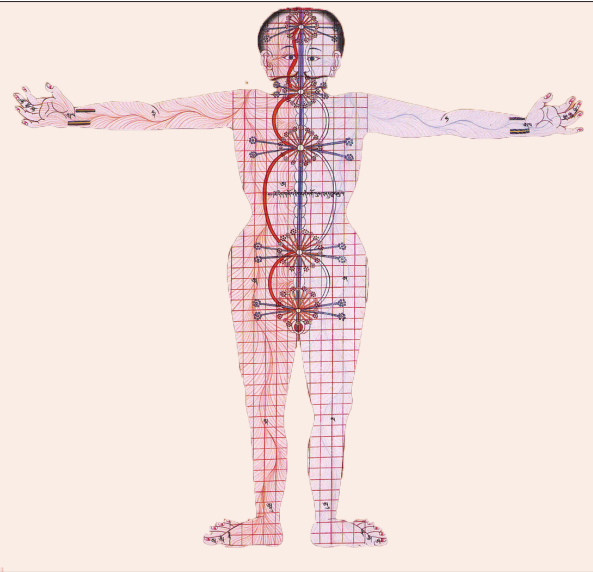
ཡང་བསྐྱར་ཅ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་རླུང་ངམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་རྒྱ་མི་ཅིག་ལུས་ཀྱི་དབྱུགས་ངང་ཐད་ལས་གྲུ་
ལུ་སོང་བའི་ཚུལ་གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་ཨིན། དེ་གི་ཅེ་མོ་གཅིག་འོག་ལས་བུར་དུ་ལྷག་པ་དེ་ལས་བདེ་བའི་ཁམས་
རྒྱུམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་གསང་བའི་གནས་ཆགས་པ་ཨིན། ལུ་བ་འདྲི་འདྲོད་ཆགས་དང་རླུང་གཉིས་ཀའི་ཉེར་ལེན་དང་
ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འདྲོད་ཆགས་འདྲི་ལོ་མོ་གཉིས་ཀའི་གསང་བ་ལུ་གནས་པའི་ཚུལ་སྤྱོད་མཐོང་
ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་དང་དེ་ལས་རླུང་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱ་རྒྱུ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་གསུམ་ཆར་ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ལུ་
གནས་པ་ཨིན། དོན་འདྲི་གནས་དང་བྱེད་པའི་དབང་ཁོ་ན་བཙན་པ་ལས་བུར་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཚུགས་ཚུགས་པ་ཨིན།

༤.༩ སྤྱིང་པའི་ཅ་བཤད་པ།

དེ་ཡང་སྤྱིང་ཟེར་མི་འདྲི་དངོས་པོ་གང་རུང་ཅིག་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གནས་པའི་དོན་ཨིན་མི་དེ་ཡང་དབེར་ན་རྒྱལ་པོ་རྟག་པར་
གནས་པའི་གཞི་དེ་ལུ་རྒྱལ་སྤྱིང་ཟེར་དོ་བཟུམ་སྤྱོད། ལཱ་ལུ་ཡང་དབང་པོ་ཚུ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་རྒྱལ་དང་།
ལུས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་དང་། མོ་མོའི་དབང་པོ་ཚུ་བསྐྱེད་པའི་ཅ་ཆ་མཉམ་རྟེན་སའི་གནས་བཤད་པའི་སྐབས་འབད་ནི་དེ་གིས་
ཨིན། སྤྱོད་ཚུ་བཞི་སྤྱོད་པའི་ཅ་བོ་ཆེ་དེ་ཚུ་ཀླད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ལུ་བརྟེན་ཅིང་གནས་ཟེར་བའི་དོན་ཨིན། དེ་གིས་
སྤྱོད་འཁོར་ཆ་མཉམ་དབྱུ་རྒྱུང་རོ་གསུམ་ལུ་འདུམ་ལས་གནས་དེ་གིས་ལྷོ་བ་འབད་དེ་འཁོར་ལོའི་རྩི་བས་དང་མཚུངས་མ་
སྤྱོད་ཚུ་གསུམ་བཞི་ལུ་དབྱུ་མ་ལས་གྲུས་པའི་ཅ་འདབ་བཞི་དང་། སྤྱོད་འོག་ལུ་རོ་རྒྱུང་ལས་གྲུས་པའི་ཅ་འདབ་བཅུ་བཅས་
འཁོར་ལོ་རེ་རེ་ལུ་ཅ་འདབ་ཆེ་བ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་རེ་གནས་ཡོད། ད་རུང་ཡང་རོ་རྒྱུང་གཉིས་ལས་གྲུས་པའི་ཉི་ཤུ་པོ་རེ་
ལུ་ཉི་ཤུ་རེ་དང་དབྱུ་མ་ལས་གྲུས་པའི་བཞི་པོ་ལུ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་རེ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པས་འཁོར་ལོ་རེ་རེ་ལུ་ཅ་ཐུན་ལྔ་
བརྒྱ་རེ་དང་བཅས་ཀྱིས་རང་རང་གི་སྤྱོད་དང་འོག་དང་ཐད་ཀ་ལུ་ལུས་སྤྱང་གསོ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་འབད་ནི་དེ་གིས་རྗེས་སུ་
འཛིན་པ་ཟེར་སྤྱོད་ཨིན། དེ་ཡང་དོ་རྗེ་སྤོང་བ་ལས། དབྱུ་ཅུ་ཅ་བཞིར་བརྒྱུད་འདབ་བྱ། སྤྱོད་དང་འོག་ཏུ་ཁ་བཟུམ་
ནས། སྤྱོད་ཡང་ཁ་སྤྱོད་ཚུལ་དུ་གནས། ཟེར་དངོས་བསྟན་སྤྱིང་ག་དང་། ལྷགས་ལས་འཁོར་ལོ་གཞན་ཚུ་ཡང་
བསྟན་ནི་དེ་གིས་འདྲི་གསང་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤྱོད་ཚུ་ལས་འབྱུང་བའི་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་། ཡང་ན་དབྱུ་གི་རྣམ་པར་གཞན་
པ་དང་དོན་གཅིག་ཨིན་རུང་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསུངས་གསུངས་མ་ཨིན།

ལུས་འདྲི་ལུ་སྤྱིང་པའི་ཅ་བོ་ཆེ་ཟེར་མིང་བཏགས་པའི་དོན་དག་རྣམ་པ་བཞི་འམ་ལྔ་ཡོད། དེ་ཡང་ག་དེ་སྤྱོད་ཨིན་ན་ཟེར་
བ་ཅིན་མིག་ཏེ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དེ་ཚུ་ རང་རང་གི་ལུ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལུ་འཆར་བར་བྱེད་པའི་ཅ་ཉི་
ཤུ་ཅ་བཞི་འདྲི་ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་ལྷོ་རྟེན་ལུ་ཀླད་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཅ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་བཟུམ་སྤྱོད་སྤྱིང་ཟེར་གནས་
ཏེ་འཁོར་ཅ་ཐུན་ལྔ་བརྒྱ་གིས་བསྐྱར་ཏེ་གནས་ཡོད་པ་ཨིན། གཞུང་ལས། དབང་པོ་ལུ་ཡང་འཆར་བར་བྱེད་པའི་ཅ།

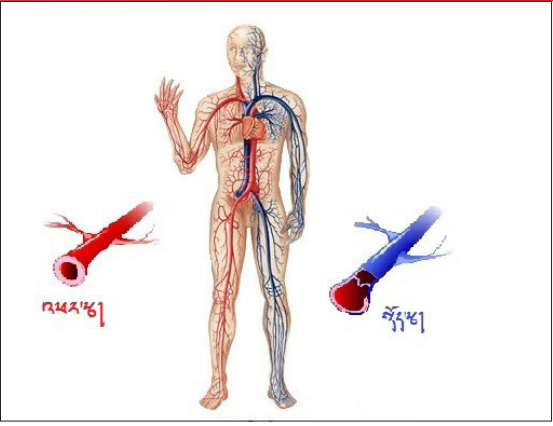
ལྷན་པ་ལ་སྲིད་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་ལྟར་དང། འཁོར་ལོ་དྲུག་བཀྲངས་པའི་སྐབས་
 མགྲིན་པ་དང་གཙུག་ཏྲར་གྱི་འཁོར་ལོ་ག་དེ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན། གཙུག་ཏྲར་གྱི་འཁོར་ལོ་དེ་སངས་རྒྱལ་
 ཀྱི་གཙུག་ཏྲར་གྱི་རྒྱ་ལུ་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་དོན་སློན་མཚམས་སུ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ལས་སྤྱི་བོ་
 བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་འོ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན།
 མགྲིན་པ་ལོངས་སྟོན་འཁོར་ལོ་གིས་རོ་དྲུག་ལུ་
 ལོངས་སྟོན་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ལུས་ཀྱི་བྱངས་སྟེང་
 པའི་ལུ་འབད་ནི་ཉུང་ནི་དེ་གིས་དངོས་སུ་མ་བཤད་
 རུང་ལྷགས་བསྟན་སྟེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང། **བཟང་**
བཏང་རོ་ལ་ལོངས་སྟོན་བྱེད་པའི་ཅ། །མགྲིན་པ་
 ལ་སྲིད་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད། །ཟེར་དོན་གྱིས་
 ཐོབ་ནི་དང་གོ་རྒྱུ་གསལ་ཡིན། །**དབྱེད་པའི་དབང་པོ་**
གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཅ། །སྤྱིང་ལ་སྲིད་ཅིང་ཅ་ཕན་
ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་
 སྟེ་བདག་འཛིན་དང་དབྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་



དབང་པོ་དེ་རྒྱ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་དྲུག་སྟེང་པའི་ཅ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་དེ་སྤྱིང་གར་ཡིད་བཟང་
 མ་ཞེས་པའི་ཅ་ལུ་རྒྱལ་པོ་བཟུམ་སྟེ་སྲིད་ཅིང་འཁོར་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད་ཏེ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡིད་
 བཟང་མ་ཟེར་མི་དེ་ལས་སྟོ་ལྡའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་བའི་ཅ་དམར་པོ་གཅིག་མདུན་ཕྱོགས་སུ་བྱུག། །ཀྱུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་
 བའི་ཅ་སེར་པོ་གཅིག་གཡམས་ཕྱོགས་ལུ་བྱུག། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་བའི་ཅ་སྟོན་པོ་གཅིག་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་བྱུག། །ཉོན་
 མོངས་པའི་ཡིད་རྒྱ་བའི་ཅ་ལྗང་གུ་གཅིག་རྒྱལ་ཕྱོགས་ལུ་བྱུག་ཡོད་པ་སྟེ་གསུངས་རུག། །དེ་བཟུམ་སྟེ། **ལུས་ཀྱི་སྤྱང་**
པོ་ཆགས་པར་བྱེད་པའི་ཅ། །**ལྟེ་བ་ལ་སྲིད་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད།** །ཟེར་རང་རང་གི་ལུས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་འདི་ཐོག་མཐའ་
 བར་གསུམ་ལུ་ཆགས་པ་དང་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཅ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་འདི་ས་བོན་འཕེལ་འཛིན་བྱེད་པའི་རྟེན་སྟེ་སྟེ་བའི་
 དབུས་ཀྱི་བསྟེན་པ་ཟེར་བའི་ཅ་ལུ་རྒྱལ་པོ་བཟུམ་སྟེ་སྲིད་ཅིང་འཁོར་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད་ཏེ་གནས་ཡོད། དེ་མ་
 ཚད། **བྱ་ཚ་རིགས་རྒྱུད་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཅ།** །མཚན་མ་ལ་སྲིད་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད། །ཟེར་བྱ་ཚ་རིགས་བརྒྱུད་
 མི་ཉལ་མ་པར་སྟེང་ནི་དང་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཅ་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི་འདི་བདེ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རྟེན་སྟེ་མཚན་མ་ལུ་མཚན་ཉིད་
 ཅན་ཟེར་བའི་ཅ་ལུ་རྒྱལ་པོ་བཟུམ་སྟེ་སྲིད་ཅིང་འཁོར་ཅ་ཕན་ལྡ་བརྒྱས་བསྐྱོད་ཏེ་གནས་ཡོད། དེ་སྟེ་གསུངས་མི་
 དེ་རྒྱ་རགས་པའི་དབང་ལུ་ཡིན་མ་ལས་ཞིབ་ཅིང་ཕྱ་བ་རྩ་འདབ་ཀྱི་གངས་དང་མིང་དེ་རྒྱ་རྩུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་
 པའི་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་དང་མཐུན་སྟེ་བཤད་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྟེ་བཤད་པའི་འཁོར་ལོ་དང་མགྲིན་པ་དང་བཙས་པ་ལྡའི་ཅ་
 ཕྱ་རགས་རྒྱ་རང་རང་གི་ལྟེ་བའི་སྟེང་དང་འོག་དང་ཐད་ཀར་ཁམས་ཚམ་ཉལ་གྱི་བྱ་བ་རྒྱལ་བཞིན་ཏུ་འབད་དེ་ཡོངས་
 སུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ནད་བྱངས་ཅི་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཚད་ཅིག་ག་ར་དུས་མ་ཡིན་པར་
 མ་བཏང་བར་རྗེས་སུ་འཛིན་མ་ཡིན་ནོ། །

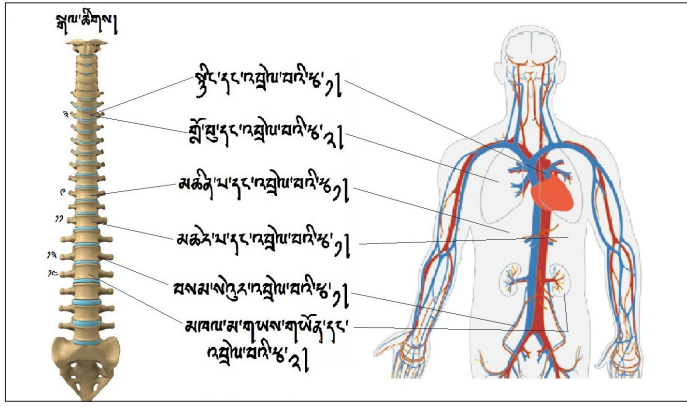
1.3 འབྲེལ་བའི་ཚ་བཤད་པ།

ཆགས་ཤིང་སྲིད་པའི་ཚ་དེལས་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་སྡོད་སྐད་ཆ་མཉམ་ལུ་འབྲེལ་བའི་ཚ་ལུ་ རྐང་ཤས་ཆེར་རྒྱ་བའི་སྲོག་ཚ་དཀར་པོ་དང། ལྷག་ཤས་ཆེར་རྒྱ་བ་སྲོག་ཚ་ནག་པོ་བཅས་ཚའི་རིགས་སྲོམ་གཉིས་ལུ་དབྱེ་བ་ཕྱེ་ཡོད།



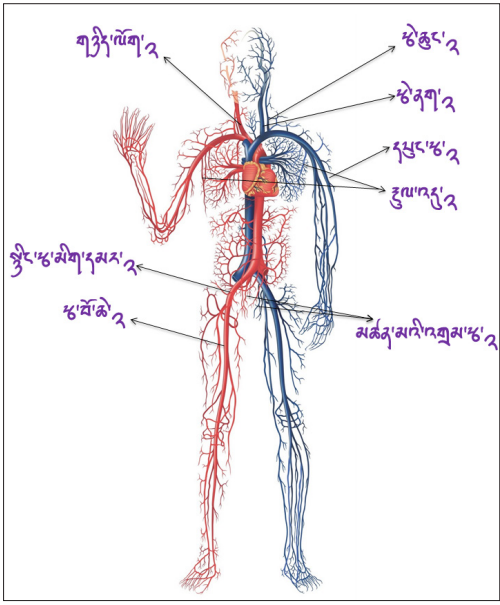
1.4 སྲོག་ཚ་ནག་པོའི་འབྲེལ་རྒྱུལ་བསྟན་པ།

དེ་ཡང་སྲོག་ཚ་ནག་པོ་ཟེར་མི་འདི་ ལྷག་ཚའི་ཡལ་ག་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པའི་གཞི་མཚིན་པའི་ཚ་ལས་རོ་མ་གིས་སྐྱེད་དེ་ག་ལྷག་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཚ་ཨིན་མ་ལས་བརྟེན་སྲོག་ཚ་ཟེར་སྐབ་ཨིན། རོ་བོ་དེ་ལྷག་ཅང་ཅང་གིས་གང་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང། ཁ་དོག་གནག་པོ་སྲོམ་རྒྱུང་མདའ་རྒྱུག་འབྲིང་པོ་ཅམ་ཡོད། ཚོགས་པ་བརྩུ་གསུམ་པ་ཡན་ཆད་



དང་སྐྱེ་སྡོད་མན་གྱི་སྐལ་པའི་ནང་གཞུང་ལུ་འབྱར་བའི་རྒྱལ་གྲིས་གནས་པའི་སྡོད་པོ་བརྩུམ་ཨིན། དེལས་རྐང་ལག་དང་མགྱིན་པ་ལུ་ཡལ་གའི་རྒྱལ་སྐྱེ་བྱེན་ལུ་གྲེས་པའི་ག་ལྷག་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཚ་ཆེན་ཉི་ཤུ་ཚ་བཞི་ཡོད་པ་ཨིན། དོན་སྡོད་དང་ནང་ན་འབྲེལ་བའི་སྐྱས་པ་ལྷ་བྱའི་ཚ་ཆེན་བརྒྱད་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ཚོགས་པ་གསུམ་པའི་ཐད་

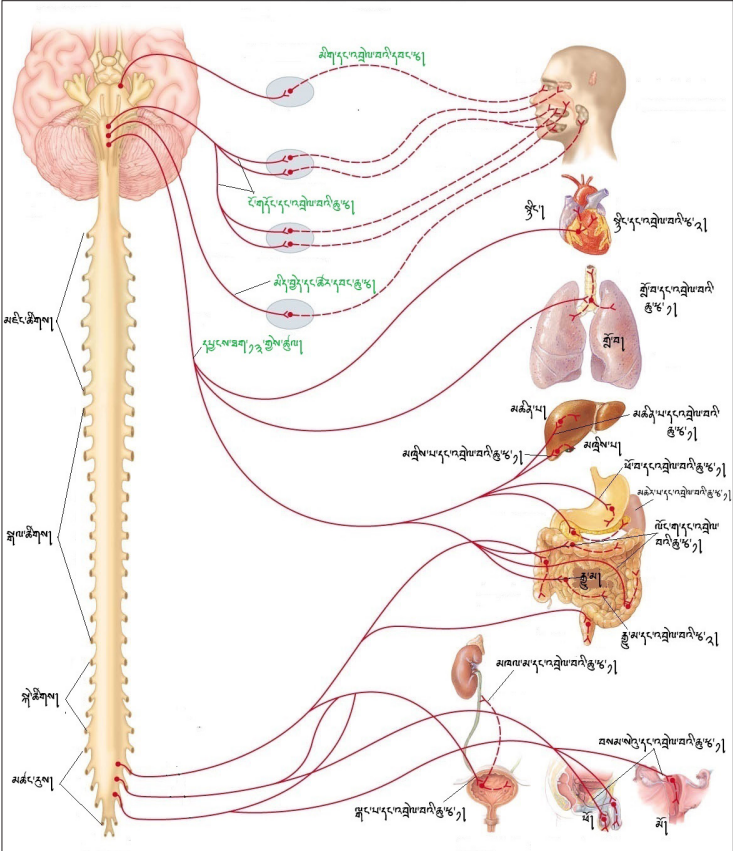
ཀྱི་སྲོག་ཚ་ནག་པོ་ལས་དོན་ཉིང་ལུ་འབྲེལ་བའི་ཚ་གཅིག་དང། སྲོ་བུ་གཉིས་ལུ་འབྲེལ་བ་གཉིས་དང། ཚོགས་པ་དགུ་པའི་ཐད་ལས་མཚིན་པ་ལུ་འབྲེལ་བ་གཅིག་དང། དེ་བརྩུམ་སྐྱེ་བརྩུ་གཅིག་པ་ལས་མཚེར་པ་ལུ་འབྲེལ་བ་གཅིག་དང། བརྩུ་གསུམ་པ་ལས་བསམ་སེ་ལུ་འབྲེལ་བ་གཅིག་དང། བརྩུ་བཞི་པ་ལས་མཁལ་མ་གཡས་གཡོན་ལུ་འབྲེལ་བ་གཉིས་བཅས་བརྒྱད་ཡོད་མི་འདི་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ལས་བཟླ་ད་མ་མཐོང་ནི་དེ་གིས་སྐྱས་པ་ལྷ་བྱའི་ཚ་ཟེར་བཏགས་བཏགས་པ་ཨིན། ཡན་ལག་ཕྱི་ཁ་ལུ་འབྲེལ་བའི་དངོས་སུ་གསལ་བའི་ཚ་བརྩུ་བུ་ཡོད་མི་དེ་ཡང། སྲོག་ཚའི་ཚེ་མོ་ཚེ་ནག་གཉིས། ལྷིང་ནས་བརྒྱུད་པའི་གཉིད་ལོག་གཉིས། ཁཚིན་པ་དང་འབྲེལ་ཚེ་འབྲ་



གཉིས། ཀྲང་ལག་བཞི་ལ་སློག་པ་ཅུའི། །ཡལ་ག་རྩ་ཆེན་རེ་རེ་དང། ལྷིང་ནས་འབྲེལ་བའི་འཕར་རྩ་རེ། །དེ་བཞིན་
མཚན་མར་འཕར་རྩ་གཉིས། །དེ་བཞིན་རགས་པའི་རྩ་བརྒྱུད། །བཅས་དོན་སྟོན་ནང་འབྲེལ་དང་བསྐྱེམས་པའི་རྩ་
ཆེན་ཉེར་བཞི་ཡིན། དེ་ཚུ་ལས་ཡང་གུས་པའི་གཏར་བར་རུང་བའི་རྩ་བདུན་ཅུ་རྩ་བདུན་ཡོད། དེ་བརྒྱུས་སླེ་གཏར་
མི་རུང་བར་གཉེན་པའི་རྩ་གནད་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད། གཉིས་ཀ་འདྲེས་པ་ཞེས་སམ་བསྐྱེམས་པའི་རྩ་ཕན་གྱི་
གངས་འདི་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་དུ་རྩ་བདུན་ཡོད། དེ་ཚུ་གི་ནང་ལས་ཕྱི་ཤ་པགས་དང་འབྲེལ་བ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། རང་དོན་སྟོན་
དང་འབྲེལ་བ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། བར་རུས་ཀྲང་དང་འབྲེལ་བ་གསུམ་ལུ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་བཅས་བསྐྱེམས་རྩ་ཕན་སུམ་བརྒྱ་དང་རྒྱ་
ཅུར་གུས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཡང་ཕྱི་ཤ་ལྷགས་ལུ་ཉིས་བརྒྱ་སོ་བཞི་དང། རང་དོན་སྟོན་དང་བར་རུས་པར་འབྲེལ་
བར་ཉིས་བརྒྱ་སོ་གསུམ་རེ་བཅས་རྩ་ཕན་བདུན་བརྒྱ་ཚུན་གུས་ཡོད། དེ་ཚུ་ལས་ད་རུང་ཡང་ཕན་སླེ་གུས་པའི་རྩ་འདི་
ལུས་ལུ་བརྒྱ་བ་བརྒྱུས་སླེ་སླེལ་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་གྲངས་ཁ་གི་ཐོག་ལས་བརྩི་མ་ཚུགས་པ་སླེ་ཡོད་པ་ཡིན་ལོ། །

༤.༥ སློག་རྩ་དཀར་པོའི་འབྲེལ་ཚུལ་བསྟན་པ།

རྒྱང་མའི་ཡར་སྐྱ་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཀྲང་པ་འདི་རྩ་དཀར་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་གཞི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུས་སླེ་ཡོད་མི་དེ་
ལས་རྩ་བ་བརྒྱུས་སླེ་ཁ་བྱར་དུ་བལྟ་སྟེ་ལུག་པའི་རྩ་རྒྱུངས་པ་འདི་སློག་རྩ་དཀར་པོ་ཟེར་གཙོ་བོ་ཡིན། དེ་ཡང་སློམ་
ཕྱ་མདའ་སྐྱུག་ཙམ་ཡོད་པ་དང། ཚུའི་རང་བཞིན་གྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ཁ་དོག་དཀར་པོ་སླེ་ཀྲང་པ་ལས་རྩ་བ་ལྟ་
བྱར་སྐྱལ་ཚོགས་ལས་འཇུག་ཏེ་ཇི་ཇི་སོང་སྟེ་གཞུག་གུ་རྒྱུ་ལུ་ཟད་པ་ཡིན། ལྷིང་ཏུ་གཉེན་པ་རྩ་དཀར་པོ་གེར་བསྐྱེད་
པའི་གཙོ་བོ་འབད་ནི་དེ་གིས་སློག་རྩ་ཟེར་
སྐབ་ཡིན། དེ་ལུ་རྒྱུའི་ཁམས་གསོ་སྐྱེད་
གྱི་ལུ་འབད་མི་རྩ་རྩ་རགས་པའི་དབང་
ལུ་བཏང་མི་བརྒྱུད་གུ་ཡོད། དེ་ཡང་
གནད་གྱི་དབང་གིས་རྒྱུད་སྐྱེད་པའི་རྩ་
བཞི་སྟོང་དང་རྒྱུ་མ་དང་འབྲེལ། མཁྲིས་
པ་བསྐྱེད་པའི་རྩ་བཞི་སྟོ་ཡོང་མཚེན་
མཁྲིས་དང་འབྲེལ། བད་ཀན་སྐྱེད་པའི་
རྩ་བཞི་པོ་མཚེར་མཁལ་སྐྱང་དང་འབྲེལ།
འདུས་པ་སྐྱེད་པའི་རྩ་གཅིག་བསམ་
སེའུ་ཀྲང་པའི་རྩ་ཞབས་ལས་མཁྲིན་པའི་
རང་བརྒྱུད་དེ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་དོན་
སྟོན་དང་ནང་ན་འབྲེལ་བའི་རྩ་རྩ་དར་གྱི་
དབྱངས་ཐག་བརྒྱ་གསུམ་ཟེར་སྐབ་མི་
འདི་སྐྱས་པ་ལྟ་བུའི་རྩ་ཡིན།



དར་མ་ཐ་མལ་ནད་མེད་པ་ཚུ་གི་ཕྱི་ནང་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་རེ་ལུ་ལན་ལྔ་རེ་འཕར་མ་ཨིན། གསུམ་པ་ལྷན་པ་ཚུ་འི་རྒྱ་
མཚོ་ཚེན་པོ་ལས་གྲུས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཚུ་དཀར་གྱི་སྤོང་པོ་ཨ་མ་འདི་དང་འདིའི་ཡན་ལག་ཚ་ལྔ་འདི་རྒྱ་ འཇིག་རྟེན་
ནང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྤྲ་དང་འབྲ་བའི་ཁར་ལུས་ག་ར་ལུ་འབྲུམས་པའི་རྒྱལ་ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད་མི་བཅས་གསུམ་ལུ་
ཚེའི་རྒྱ་ཟེར་སྤྲེལ་ཨིན།

༡.༧ ཚུའི་དོ་བོ་འམ་ངེས་ཚིག་བསྟན་པ།

ཚུའི་དོ་བོ་འམ་ངེས་ཚིག་འདི་ཡང་གཞུང་ལས། འབྲེལ་བྱས་ལུས་ནི་སྤྱི་ཅིང་གནས་པ་དང་། །སློག་གི་རྩ་བ་ཡིན་ཕྱིར་
རྩ་ཞེས་བྱ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་བཟུམ་དུངས་མ་དང་སྤྱི་གས་མ་རྒྱ་ག་ར་རྒྱ་བའི་བྱ་ག་མ་ར་གས་རྒྱ་གིས་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་
ནང་ཀུན་ལུ་རྒྱ་བ་དང་། ཕྱི་ནང་ཀུན་ལུ་རྩ་གསུམ་པོ་གིས་འབྲེལ་བའི་ལུ་འབད་དེ་དང་པ་ལུས་གྲུབ། རིམ་གྱིས་ཡར་
འཕེལ་ཏེ་བསྐྱེད། བར་དུ་ལུན་རིང་དུ་གནས་པ་ལུ་བརྟེན་ལུས་ཀྱི་རྩ་བ་བཟུམ་ཅིག་དང་། ལྷག་པར་དུ་སློག་གནས་པའི་
རྩ་བ་བཟུམ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་རྩ་ཟེར་བའི་མིང་བཏགས་ཡོད་པ་ཨིན།

༢ གཉན་པ་གནད་ཀྱི་གནས་ལུགས་བསྟན་པ་ལས་གནད་ཀྱི་དོ་བོ་མདོར་བསྟན་པ།

གཉན་པ་ཟེར་མི་འདི་དེ་འབྲེལ་ལས་གཞོན་པའི་མཐུ་དང་ལྡན་མི་ལུ་གཉན་པ་ཟེར་བའི་མིང་བཟོ་དེ་གི་ནི་དང་། སྤྱིར་
བ་ཟེར་ཞུ་ཐལ་ནི། གཉན་པོ་གིས་གསོ་དཀའ་བ་འབད་ནི་འདི་གིས་བྱེ་བྲག་གི་དམིགས་ལུ་གནད་ཟེར་བཏགས་ལུགས་
།དེ་ལུ་ཡང་ཤ་གནད་དང་ཚིལ། རུས་པ། རྒྱུ་བ། རྒྱུས་པ། དོན་སྤོང་དང་ཚུའི་གནད་བཅས་རྣམ་པ་བདུན་ཡོད།

༢.༡ གནད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན།

སྤྱིར་མདའ་དང་དོ་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་ཆ་ཤ་གནད་རྒྱ་ལུ་སོག་པ་ཅིན་སློག་ཐབས་སུ་སློ་ནི། རུས་པའི་གནད་རྒྱ་ལུ་
སོག་པ་ཅིན་སློག་པར་དུ་ཡང་ན་རྒྱུ་ཆེན་འབྱུང་ནི། རྒྱ་བ་དང་རྒྱུས་པའི་གནད་རྒྱ་ལུ་སོག་པ་ཅིན་ཡན་ལག་ལ་
སོགས་པ་འཇའ་བར་བྱེད་པ་ཟེར་ཞུ་ཐལ་ནི། རྩ་དང་ཚིལ་དང་དོན་སྤོང་གི་གནད་རྒྱ་ལུ་སོག་པ་ཅིན་དེ་གི་རྒྱུན་གྱིས་
འབད་སློག་འདོར་བར་བྱེད་ཟེར་གི་ནི། མདོར་བསྟན་པ་ཅིན་གོང་ལུ་བཤད་མི་དོན་ཚན་རྩ་ཚིལ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་། རྒྱ་
རྒྱུས་དང་ཤ་རུས་ཀྱི་གནད་གསུམ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་གཉན་པ་དང་། འབྲིང་དུ་གཉན་པ། ཐ་མར་གཉན་པ་
གསུམ་སྟེ་བརྩེ་དགོ། དེ་རྒྱ་ཡང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བྱུལ་མམ་གྱིས་གི་ནི། བར་མ་གིས་སྤྱིང་བར་བྱེད་པ་ཅམ། དང་བམ་
གིས་གསོ་བར་དཀའ་བར་འགྱུར་ནི་ཨིན། དེ་གིས་སྟེ་གསུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་དེ་རྒྱ་ལུ་གཉན་པའི་གནད་ཟེར་བའི་མིང་
བཏགས་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བཤད་པ། ཤའི་གནད་ག་ར་བསྟོམས་པ་ཅིན་བཞི་བརྒྱ་ཚ་ལྔ་དང་། དེ་བཞིན་ཚིལ་གྱི་གནད་
བརྒྱད། རུས་པའི་གནད་སུམ་རྩ་ཚ་གཉིས། རྒྱུས་གནད་བརྒྱ་བཞི། དོན་སྤོང་གི་གནད་བརྒྱ་གསུམ། རྩ་གནད་བརྒྱ་
དང་དགུ་བརྒྱ་ཐམ་པ་ཡོད་པ་ཨིན།

༧.༥ བྱ་ག་འཇུགས་པའི་རྒྱ་བསྟན་པ།

གལ་ཏེ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་ནད་གཞི་དང་མ་མཐུན་པ་རྒྱུ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ ཡང་རྒྱུ་བ་བསིལ་བའི་ཟས་སྦྱོང་བསྟན་པའི་
སྐབས་ལུ་རྒྱུ་མང་སུ་སྟེ་ལྷང་ནི་དང་བད་མཁྲིས་གཉིས་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན། རྒྱ་དེ་གིས་འབད་བྱ་གའི་རྒྱ་ལམ་ཚུ་ལུ་
གནོད་ནི་དེ་གིས་ནད་སྣ་ཚོ་གས་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

༧.༦ བྱ་ག་འཇུགས་པའི་ངོ་བོ་བསྟན་པ།

གོང་ལུ་བཤད་པའི་ཟས་སྦྱོང་ལོག་པའི་རྒྱུ་དེ་གིས་རྒྱ་ལམ་བྱ་ག་འཇུགས་ཏེ་གནོད་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ དུངས་མ་ལ་
སོགས་པའི་ལུས་བྱུངས་ཚུ་དང་། སྲི་མ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་མངམ་སྟེ་འཕྱོར་ནི་དང་། ཡང་ན་བཀག་མི། ཡང་
ཅིན་རང་གནས་ལས་ལོག་པའི་ལམ་གཞན་ཁར་སོང་སྟེ་འཇུག་པ་ཡིན།

༧.༧ བྱ་ག་མ་འཇུགས་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

རྒྱ་མཚན་དེ་གིས་སྟེ་ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ་གྱི་ནད་གཞི་དང་ལུས་བྱུངས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་གནོད་པ་མེད་པའི་རང་རང་གི་
རྒྱ་ལམ་གྱི་བྱ་ག་རྣམ་པར་དག་པ་ཟེར་སྟབ་ཡིན། ལུས་འདི་གནས་སྐབས་སུ་བདེ་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཡིན་ལོ་
ཟེར་གསུངས་ཅུག་གོ།

༡༠ ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ།

ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལུ་ས་བཅད་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གནོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་དང་།
གནོད་བྱེད་ཉེས་པའི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན། དེ་གཉིས་ཅིག་ཁར་འདུས་པའི་སྤང་པོ་འདི་ལུ་ལུས་ཟེར་
སྟབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ག་ཅི་སྟེ་ཡིན་ན་མཐོ་བ་ཅིན། གཞུང་ལས། ནད་དང་ལུས་བྱུངས་སྲི་མ་རྣམ་གསུམ་པོ། །ཤན་
ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་རྟེན་གསུམ་པས། །ཆགས་གནས་འཇིག་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ཕྱིར་ལུས། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་དོ་
བཟུམ་རྣམ་པར་མ་གྱུར་པ་རང་བཞིན་ཐ་མལ་ལུ་གནས་ཡོད་པའི་ནད་ ཉེས་པ་རྒྱུ་མཁྲིས་བད་གཞན་གསུམ་དང་།
དངས་མ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་བྱུངས་བདུན། བཤད་གཅི་ལ་སོགས་པའི་སྲི་མ་རྣམ་པ་གསུམ་བཅས་ཅིག་ཁར་འདུས་
པ་ལས་གྲུབ་གྲུབ་ཅིག་ཡིན། དེ་ཚུ་ཤན་ཚུན་གཅིག་ལུ་གཅིག་རྟེན་ཏེ་གཅིག་གི་དོན་ལུ་གཅིག་རྟེན་གསུམ་པོ་འདི་གིས་
ལུས་ཟེར་སྟབ་ཡིན་མ་མཚན། གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་འདི་ཆགས་ཞིན་མ་ལས་འཇིག་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ནི་དེ་གིས་ཡང་ལུས་
ཟེར་སྟབ་ཡིན།

༡༠.༡ གནོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

གནོད་བྱ་དང་གནོད་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་དང་པ་གནོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གཞན་པ་ལུ་ནད་གསེས་ལྡེ་ཡོད། དེ་ཡང་གནོད་
བྱའི་དབྱེ་བ། གནོད་བྱ་སོ་སོའི་ལས། གནོད་བྱ་དེ་ཚུ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་མེ་རྟོད། མེ་རྟོད་དེ་གིས་གནོད་བྱ་
ཚུ་ཇི་ལྟར་འབྱུར་བའི་རྒྱུ། མཇུག་རང་དེ་ཚུ་གི་འབྲས་བུ་ཚོགས་པའི་དུས་བཤད་པ་ཚུ་ཡིན།

10.2 གཞོན་བྱའི་དབྱེ་བ།

ལུས་ཀྱི་གཞོན་བྱའི་དབྱེ་བ་ལུ་རྒྱུངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ངོ་མའི་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དང་པ་ལུས་རྒྱུངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འདི་ཟས་ཀྱི་དྲངས་མ། རྟག་ཤ་ ཚོལ། རུས་པ། ཀར་མར་དང་ལུ་བ་བཅས་ནམ་པ་བདུན། གཉིས་པ་ངོ་མའི་དབྱེ་བ་འདི། བཤད་བ། གཅིན། རུལ་དང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱས་སོ་སོཅ་དང་བྱ་ག་གཞན་ཚུ་ལས་འབྱུང་བའི་ངོ་མ་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཡིན། འང་ཟེར་མི་སྐྱ་འདི་གིས་ལུས་རྒྱུངས་ཚུ་གཞོན་བྱ་ཡིན་མ་མཚན་ངོ་མ་འདི་ཚུ་ཡང་གཞོན་བྱའི་ཁམས་ཀྱི་གངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན།

10.3 གཞོན་བྱའི་བྱེད་ལས།

གཞོན་བྱ་བརྩམ་པའི་ལས། དྲངས་མ་དེ་གིས་གཞོན་བྱ་གཞན་ལྟག་མ་དུག་པོ་ཚུ་དང་། ལྟག་པར་དུ་ལྷག་དེ་འཕེལ་བའི་ལཱ་འབད་མ་ཡིན། རྟག་གིས་ལུས་ཀྱི་བརྒྱན་ཆ་མང་ཆེ་བ་སྦྱེད་པ་མ་ཚད། ལྟག་པར་དུ་སྲོག་འཚོ་བ་སྡེ་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་སྲོག་གི་རྟེན་གཙོ་བོ་འབད་མ་ཡིན། ཤ་གིས་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་ལས་འདག་ཞལ་བཟུམ་སྡེ་གཡོགས་པའི་ལཱ་འབད་མ་ཡིན། ཚོལ་གི་ལཱ་འདི་ལུས་ཀྱི་ཆེའུ་ག་ར་སྐྱུམ་པའི་རང་བཞིན་ལུ་གནས་བརྩམ་པ་ཡིན། རུས་པ་གིས་འདི་ལུས་འདི་རྟེན་སའི་ལཱ་འབད་ནི་དང་། ཀར་མར་གྱིས་ལུས་སྐྱུམ་བརྩམ་དང་ལྡན་པ་བཟོ་ནི། ལུ་བ་གིས་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མདངས་དང་གཞན་མངལ་འཛིན་པའི་ལཱ་འབད་མ་ཡིན། དེ་ཚུ་ག་ར་ལུས་རྒྱུངས་བདུན་པོ་རང་རང་སོ་སོ་གི་བྱ་མིན་གྱི་ལཱ་གི་སྐོར་བཤད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྡེ་ངོ་མ་བཤད་གཅིག་གཉིས་ཀྱིས་དྲངས་སྡྲིགས་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་སྡྲིགས་མ་ཚུ་ཕྱི་ཁར་གཏང་མ་རན་ཚུ་བྱི་བར་ན་རྟེན་པའི་ལཱ་འབད་ནི། དེ་ཚུ་རུལ་གཏང་ནི། རུལ་མི་ཕྱི་ཁར་གཏང་རན་མི་ཚུ་ཕྱི་ཁར་གཏང་ནི་གི་ལཱ་འབད་མ་ཡིན། རུལ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་པགས་ཀོ་མཉེན་ཏོག་ཏོ་སྡེ་བཞག་ནི་དང་། བ་སྐྱ་ཚུ་བརྟན་པ་སྡེ་བཞག་སྡེ་བྱུང་མི་འབྱོ་ནི་གི་ལཱ་ཚུ་འབད་ནི་བཅས་ངོ་མ་གསུམ་སོ་སོ་གི་ལཱ་གི་སྐོར་བཤད་པ་ཡིན།

10.4 མེ་བྱོད་བསྟན་པ།

མེ་བྱོད་ཟེར་མི་འདི་ཡང་གཞུང་ལས། མེ་བྱོད་ཅེས་བྱ་འཇུ་བའི་གཞི་ཡིན་ཏེ། །འཇུ་བར་བྱེད་པའི་མཁུས་པ་དེལ་བཤད། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་བཟའ་བརྟུང་ཚུ་ག་ར་ལོག་པའི་ནང་ལུ་བཞུ་བཏང་མི་གཞི་མཁུ་རྩ་བ་འདི་ལུ་སྐབ་ཡིན། འཇུ་བར་བྱེད་པའི་མཁུས་པ་ཟེར་མཁུས་པ་རིགས་ལྡ་གི་དང་པ་འཇུ་བྱེད་འདི་ལུ་སྐབ་ཡིན། མཁུས་པ་འཇུ་བྱེད་འདི་མེ་བྱོད་ཚུ་གི་གཙོ་བོ་འམ་མཚོག་ཡིན་མ་མཚན་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་ནད་གསུམ་དང་། དྲངས་མ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་རྒྱུངས་བདུན། བཤད་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མ་གསུམ་སྡེ། དེ་ཚུ་རང་རང་གི་བྱོད་ཀྱི་ཆེའུ་ག་ཡང་མེ་བྱོད་ཡིན་མ་སྡེ་ཤེས་དགོ། དེ་སྡེ་བཤད་ཡོད་པའི་མེ་བྱོད་ག་ར་དང་ལྟག་པར་དུ་འཇུ་བྱེད་འདི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཅིན་དེའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ནད་མེད་པ། བྱ་བ་ལ་བརྩོན་པ། གཟེ་བརྗིད་དང་མདངས་དང་ཚོ་དང་དྲངས་མ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་རྒྱུངས་ཚུ་འཕེལ་མ་མཚན་མེ་བྱོད་གཞན་ཚུ་གི་སྟོབས་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་འཕེལ་མ་ཡིན། འཇུ་བྱེད་དེ་ལུ་བ་དང་མ་ལུ་བའི་མཚམས་པོ་བའི་ནང་ལུ་གནས་ཞིན་མ་ལས་བཟའ་བརྟུང་བསྟེན་ཡོད་མི་ཚུ་གི་དྲངས་མ་དང་སྡྲིགས་མ་ཚུ་དབྱེ་བ་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་བྱེ་ཞིན་མ་ལས་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ། ལུ་ཚར་བའི་སྡྲིགས་མ་ཚུ་ལུ་བའི་གནས་ཀྱི་སྐོར་ལས་བཏང་མ་མཚན་མ་ལུ་བའི་ལ་ཟས་དྲངས་མ་ཚུང་།

ཀྱ་ཅིག་ཡང་ལམ་དེ་ལས་འགོ་ནི་ལུ་བཀག་གླེ་སྐོ་གཏན་འབདམ་ཡིན། མཁུ་ལ་འཇུ་བྱེད་དེ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཅིན་ལ་ཟས་ཟ་མི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ལུ་ཞིན་མ་ལས་དངས་མ་ཚུ་ཕྱི་ཁར་མ་བཏང་པར་བརྟན་པ་སྟེ་བཞག་ནི་དང་སྟེགས་མ་ཚུ་ཐུར་ལུ་ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱུད་གིས་སྟེ་འོག་སྐོ་གཉིས་ལས་དུས་དང་དུས་ལུ་བདེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་བཏང་མ་ཡིན། གལ་སྲིད་མཁུ་ལ་འཇུ་བྱེད་དེ་སྟོབས་ཞན་པ་ཅིན་ལ་ཟས་ཟ་མི་ཚུ་ཐུག་ལུ་དངས་སྟེགས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་དབྱེ་བ་བྱེ་མ་ཚུགས་པར། ཉེ་མ་ཟ་མི་ལ་ཟས་དོ་བོ་མ་སྐྱེན་པ་ཡོད་མི་འདི་གྱེན་ཐུར་གྱི་ལམ་གང་རུང་ལས་ག་ཡིན་མ་སྟེ་བཤུལ་བཤུལ་ཡང་འབད་བརྟུགས་བཏང་མ་ཡིན། ཡང་ཅིན་འཇུ་བྱེད་སྟོབས་ཞན་པའི་དབང་གིས་ལུ་ཡང་མ་ཚུགས། བཤུལ་སྟུགས་ཡང་འབད་མ་ཚུགས་པར་ཕོམ་ནང་འགྱུར་ནི་དང་སྟོན་ནི་ཚུ་འབྱུང་མ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་སྟེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་དེ། ཟས་ཟ་མི་ཚུ་ཐུག་བཞུ་དངས་སྟེགས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བྱེ་ཞིན་མ་ལས་དངས་སྟེགས་རང་རང་སོ་སོ་འགྱུ་སའི་ལམ་ན་ལས་ཕར་བདེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་འགྱུ་བཟུག་མི་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན། འཇུ་བྱེད་དེ་ལུས་བྱུངས་དང་མདངས། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་རྒྱས་ཏེ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་གཅིག་ཡིན། གལ་སྲིད་མེ་དྲོད་དེ་སྟོབས་ཞན་ཏེ་ལ་ཟས་ལུ་མ་ཚུགས་པ་དང་། དངས་སྟེགས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་དབྱེ་བ་བྱེ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་སྟེགས་མ་དངས་མའི་གནས་ལུ་ཤོར་ནི་དང་། དངས་མ་སྟེགས་མའི་ནང་ཤོར་མ་ལས་རིམ་གྱིས་ནད་ལུ་འགྱུར་ཏེ་དངས་མ་སོགས་ལུས་བྱུངས་དང་མདངས་སྟོབས་ཚུ་རྒྱས་མི་ཚུགས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ལུས་བདེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་གནས་དགོ་མཚོ་མི་ཚུ་གིས་ཕྱི་བསེལ་ལ་སོགས་པ་མེ་དྲོད་ལུ་གཞོན་པའི་ཟས་སྟོན་ཚུ་སྤར་ཞིན་མ་ལས། ཟས་སྐོམ་དང་སྟོན་ལམ་ཡང་ལ་དྲོ་བ་མེ་དང་ཚོས་མཐུན་པ། མེ་འབྲུ་བཞི་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་ཚུ་གིས་མེ་དྲོད་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་ལུ་བསྟེན་པ་ཅིན་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་ཚོ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་ཚུགས་པ་ལས་དུས་ཨ་རྟག་ར་ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་བསྐྱུང་ནི་གི་ཐབས་ལུ་བཙོན་དགོ་པ་ཡིན་ནོ། |

10.4 སྟེན་འཇུ་ཚུལ།

གོང་ལུ་བཤུན་ཡོད་པའི་མེ་དྲོད་དེ་གིས་ལ་ཟས་ཟ་མི་ཚུ་འཇུ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་འདི། མི་གཅིག་གིས་ཟས་སྐོམ་ཟ་མི་འདི་མཐོན་པ་ནང་ཡོད་པའི་སྟོག་གི་རྒྱུད་གིས་མིན་པ་བརྒྱུད་དེ་ཕོམ་ནང་བཏང་ནི། ཟས་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་བར་ལུ་འཐུང་མི་སྐོམ་གྱིས་ཟས་དེ་བཤུག་བཏང་ནི། ཟས་དང་ཅིག་ཁར་བསྟེན་ཡོད་པའི་སྐྱེན་གྱིས་ལ་ཟས་བསྟེན་ཡོད་ཚུ་མཉེན་ཏོག་ཏོ་བཟོ་ནི། ལུ་བའི་གནས་ནང་ཡོད་པའི་མེ་མཉམ་གྱི་རྒྱུད་གིས་ལུ་མ་ལུའི་བར་ན་ཡོད་པའི་འཇུ་བྱེད་ཀྱི་མེ་དེ་འཕུམ་ལས་ཚ་བའི་རུས་པ་ཤུགས་སྟེ་འབར་ཏེ་ཟས་སྐོམ་ཚུ་ཕོ་བའི་ནང་ལུ་བཞུ་ཚུགས་པ་ཡིན། དཔྱེ་འབད་བ་ཅིན་སྐྱེན་པ་གིས་སྐྱེན་མར་ལ་སོགས་པ་བསྐོལ་དོ་བཟུམ་སྟེ་སྐོལ་མ་ཡིན།

10.6 ལྷན་བར་གྱི་འཇུ་ཚུལ།

ལ་ཟས་འཇུ་ཚུལ་དེ་ཡང་རགས་པའི་དབང་དུ་བཏང་བ་ཅིན་དང་པ་རོ་དུག་ལུ་གཏོགས་པའི་ཟས་སྐོམ་ག་ཅིར་བཟའ་རུང་དེ་ཚུ་ཕོ་བའི་གནས་ལུ་སྟོན་པའི་སྐབས། ཉེ་མ་བད་ཀན་ཐུག་བྱེད་དེ་གིས་ཞིབ་ཞིབ་སྟེ་ཐུག་བཏང་མ་ཡིན། དེ་གི་སྐབས་བད་ཀན་ས་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནི་འདི་གིས་རོ་ཡང་མངར་བ་ཤས་ཚེ་ནི་དང་། རོ་བོ་ལུ་བ་ཅན་བད་ཀན་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་མཐུན་མ་སྟེ་གྱུར་མ་ལས་བད་ཀན་ཐུག་བྱེད་དེ་གི་སྟོབས་སྐྱེད་ནི་དང་། བར་ན་ལུ་སྐྱུ་བ་ཅན་དེ་མཁུ་ལ་

པ་འཇུག་ཕྱི་དོན་གྱིས་བཟུ་བཏང་མ་ལས་མེད་ཀྱིས་པ་རྣམ་པར་ཚ་བ་དང། གོང་གི་སའི་ལྷག་མའི་ཕྱིད་པ་ལུ་བརྟེན་
རོ་ཡང་སྐྱུར་བ་ཤས་ཆེ་བར་གྱུར་མ་ལས་མཁྲིས་པ་འཇུག་ཕྱིད་དེ་གི་སྟོབས་སྐྱེད་ནི་དང། མཁྲིས་པ་འཇུག་ཕྱིད་གྱིས་བཟུས་
པའི་ལུ་བ་དེ་ཡང་ཐ་མཇུག་ལུ་མེད་དང་མཉམ་པའི་རྒྱུད་གིས་དྲངས་མ་དང་སྟིགས་མ་སོ་སོར་ཕྱེ་བཏང་པའི་སྐབས་རོ་ཡང་
ལ་བ་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན། རོ་ལ་བ་དེ་གིས་རྒྱུད་མེ་མཉམ་གྱི་སྟོབས་ཡང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། འདི་ཡང་འབྲས་བུའི་སྐབས་ལུ་
དགོངས་ཏེ་ཡིན། རྒྱུའི་དབང་དུ་འབད་བ་ཅིན་མེ་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བ་གིས་རོ་ཚ་བ་འབྱུང་དགོཔ་ཡིན་རུང། ཚ་བ་གིས་རྒྱུད་
མི་བསྐྱེད་ནི་དང། ལ་བ་གིས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་སྟེ་འདི་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ཙུ་འགྲེལ་ཚུ་མཐུན་པ་སྟེ་
ལ་བ་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༠.༡ ལུ་བའི་ཡོན་ཏན།

དེ་སྟེ་བཤད་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་ལྗ་དང་ལྗན་པའི་ཕྱིད་ཟས་སྐྱོམ་ཚུ་ཐོས་ཤིང་འབྲུང་མི་འདི་ ཐོ་བའི་མེ་དོད་གསུམ་གྱིས་
ལྷག་བཟུ་དྲངས་སྟིགས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཕྱེ་ཡོད་པའི་ལ་བས་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས། རང་ལུས་གྱི་འབྱུང་བ་ལྗ་པོ་འཕེལ་
ཞིང་རྒྱས་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་བདུད་ཚི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས། ས་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ལྗའི་ནང་ནས་འབྱུང་བ་སྟོབས་ཆེ་བ་
གང་དག་ལྗན་པའི་ཟས་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ལུས་གྱི་འབྱུང་བ་ལྗ་པོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་ཟས་གྱི་ཡོན་ཏན་
སའི་ཁམས་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་གྱིས་ལུས་གྱི་སྲ་བའི་ཆེ་ཤས་རྣམས་དང། རྒྱུའི་ཁམས་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་གྱིས་ལུས་གྱི་
རྒྱན་ཞིང་གཤེར་བའི་ཆ་རྣམས་དང། མེད་ཁམས་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་གྱིས་ལུས་གྱི་དོད་ཚ་བའི་ཆེ་ཤས་རྣམས་དང་རྒྱུད་
གི་ཁམས་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་གྱིས་ལུས་གྱི་ཡང་ཞིང་གཤོ་བའི་ཆེ་ཤས་རྣམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང། རྣམ་མཁས་ནི་བྱ་ག་
འགག་པ་རྣམས་སེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་མི་ལྟར་ཤེས་དགོཔ་ཡིན།

༡༠.༢ འགྱུར་རྒྱུ་ལ།

ཟས་སྐྱོམ་བསྟེན་ཡོད་མི་ཚུ་དྲངས་སྟིགས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཞིན་མ་ལས་དྲངས་མ་ཚུ་རིམ་པ་བཞེན་དུ་ལུས་བྱུངས་ལུ་
འགྱུར་ནི་དང། སྟིགས་མ་ཚུ་རང་རང་གི་རྒྱ་བའི་ཁམས་ལས་ལུས་གྱི་ཕྱི་ཁར་ལུ་བརྟོན་བཏང་རྒྱལ་བཤད་པ་ཅིན། ཟས་
སྐྱོམ་བསྟེན་ཡོད་མི་ཚུ་ག་ར་དང་བ་བད་ཀན་ལྷག་བྱེད་གྱིས་ལྷག་ དེ་ལས་མཁྲིས་པ་འཇུག་ཕྱིད་གྱིས་བཟུ། མཐའ་མཇུག་
ལུ་རྒྱུད་མེ་མཉམ་གྱིས་དྲངས་སྟིགས་གཉིས་ལུ་ཕྱེ། སྟིགས་མ་ཚུ་རྒྱ་མའི་སྤང་ལས་རིམ་པ་བཞེན་དུ་སྐ་སྐ་གཉིས་ལུ་ཕྱེ་
ཞིན་མ་ལས། སྐ་བ་ཚུ་ཡོང་ག་ལས་སྟེ་བཤད་བ་ལུ་འགྱུར་ནི་དང། སྐ་བ་ཚུ་རྒྱ་མའི་ལྗེབས་གྱི་རྩ་ལམ་ཚུ་ལས་བརྒྱད་
དེ་མཁའ་མ་ནང་གཅིན་ལུ་འགྱུར་ནི་དང། དེ་ཡང་རིམ་པ་བཞེན་དུ་སྤང་བ་ནང་ལུ་བསག་ཞིན་མ་ལས་རྒྱ་ལམ་བརྒྱད་
དེ་ལུས་གྱི་ཕྱི་ཁར་བརྟོན་བཏང་མ་ཡིན། དྲངས་སྟིགས་གཉིས་ལུ་ཕྱེ་ཡོད་པའི་དྲངས་མ་ཚུ་ལྷག་ཤི་ཚེ་ལ་རུས་སོགས་
ལུས་བྱུངས་ལུ་འགྱུར་མ་ཡིན། དེ་ཡང་ལུས་བྱུང་རང་རང་གི་གནས་ནང་ཡོད་པའི་མེ་དོད་གྱི་ཆེ་ཤས་ཚུ་གིས་ལྷག་བཟུ་
དྲངས་སྟིགས་ཕྱེ་མ་ལས་སྐྱིན་མ་ཡིན། ཟས་སྐྱོམ་གྱི་དྲངས་མ་རོམ་འདི་ཐོ་བ་དང་རྒྱུ་མ་ལས་དྲངས་མ་ལེན་པའི་རྩ་
དགུ་ཟེར་རྩ་འདབ་ལེ་ཤི་ཅིག་ལས་མཚན་པའི་རྩ་ལམ་བརྒྱད་དེ་ལུས་བྱུངས་ལུ་འགྱུར་དགོཔ་ལས་དང་པ་དྲངས་མ་དེ་
མཚན་པའི་གནས་ལུ་སྟོད་པ་ད་ལྷག་ལུ་འགྱུར་ནི་དང། དེ་ལས་ཤ། ཤ་ལས་ཚེ་ལ། ཚེ་ལ་ལས་རུས་པ། རུས་པ་

ལས་ཀྱི་ཀྱང་ལས་ལྟ་བུ་དཀར་དམར་ལུ་འགྱུར་མེད་ཅིག་། མན་རྒྱུད་དུག་ནད་གསོ་བའི་སྐབས་ལྟ། རུས་ལས་ཀྱི་
གཞུང་ཀྱང་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་ཀྱང་པ་དང་རྒྱུངས་པ་ཡང་ཀྱང་ཡིན་མཁྱེ་བའདུག་ཡོད་པ་ཡིན། །ལྷག་དང་ཤ་རྩེ་
གི་སྒྲིགས་མ་འདི་ལོ་བའི་བད་ཀྱི་སྒྲོད་ཀྱི་མཁྱེས་ལྟ། བྱ་ག་རྣམས་ཀྱི་དྲི་མ། ལུས་ཕྱི་ནང་གི་ཞག་སོ་དང་སེན་མོ་
ལུས་ཀྱི་བ་སྟུ། བའདུང་བའདུང་ཡོད་པའི་སྟུ། མངལ་འཛིན་ཏེ་བུའི་ས་བོན་བཅས་ཡིན། ལུས་རྒྱུངས་རྩེ་གི་བཅུད་མཐར་
ཐུག་ས་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་གིས་ང་བཅས་རའི་ལུས་ཀྱི་གཟི་མདངས་རྒྱས་ནི་འདི་གིས་བཅུད་ཆེན་པོ་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་མ་
ད། མདངས་འདི་གཙོ་བོ་སྒྲིང་ལུ་གནས་ཡོད་རུང་དེ་གི་ཆ་ཤས་ལུས་སྒྲོད་སྒྲིང་ཕྱི་ནང་ཀྱང་ལུ་ལྷག་པའི་རྩེ་ལྱིས་གནས་
ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གི་རུས་པ་ཆོ་ལུ་རིང་སྟེ་གནས་ནི་དང་། ལུས་ཀྱི་གཟི་མདངས་དང་གདོང་གི་བཟླ་མདངས་རྩེ་རྒྱས་
ནི་འདི་གིས་ཆོ་རིང་སྟེ་སྒྲོད་དགོ་མཚོ་མི་རྩེ་གིས་མདངས་འདི་སྒྲིང་ནི་ལུ་བཙོན་དགོ་པ་ཡིན།

༡༠.༧ འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་དུས་བསྟན་པ།

ཟས་སྒོམ་གྱི་དྲངས་མ་དེ་རྩེ་གི་འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དུས་འདི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་
རུང་། རགས་པའི་དབང་དུ་འབད་བ་ཅིན་ཟས་ཟ་མི་དང་འབྲུང་མི་རྩེ་ལོ་བའི་གནས་ལུ་དབྱེ་བ་ཕྱེ་མི་ལས་འབྲུང་མི་
དྲངས་མ་དེ་རྩེ་ལུས་རྒྱུངས་ཀྱི་མཐུག་ལྟ་བུ་འགྱུར་བའི་དུས་འདི་ཞག་དུག་གི་བར་ན་ཡིན། ཞག་དང་པོ་ལུ་དྲངས་མ་
དེ་ལྷག་གཉིས་པ་ལུ་ལྷག་དེ་ཤ་དང་། དེ་བཟུམ་སྟེ་གསུམ་པ་ལུ་ཤ་དེ་ཆོ་ལ། བཞི་པ་ལུ་ཆོ་ལ་དེ་རུས་པ། ལྷ་པ་ལུ་རུས་
པ་དེ་རྫོང་དང་། དུག་པ་ལུ་རྫོང་དེ་ལྟ་བུ་འགྱུར་མེད་ཅིག་། ཡིན་རུང་དམིགས་བསམ་ལུ་རོ་ཅ་བ་བསྐྱེད་མི་རུས་པ་རྩོ་
ལྷུང་དང་ལྷན་པའི་ཟས་སྒོམ་རིགས་རྩེ་གིས་འཕྲལ་མཚོགས་ར་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་རྩེ་གས་མི་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མེན་པའི་
སྒྲིར་བཏང་སྒྲོན་མང་ཆེ་བའི་རུས་པ་ཐོན་ཞེན་ལས་རང་རང་གི་ཐན་པའི་ལུ་དང་འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་དུས་འདི་ལས་
ཆེར་ཞག་གཅིག་གི་ནང་འཁོད་ཡིན་ལོ། །

༡༡ དོན་སྒྲོད་ཀྱི་གནས་ལུགས།

མི་ལུས་སྟེ་སྒྲོད་མན་ཆད་དང་སྟེ་ས་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཆ་ཤས་འདི་ལུ་སྒྲིར་བྱང་ཁོག་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་རུང་། བྱེ་བྲག་བྱང་ཁོག་
སྒྲོད་སྒྲིང་ཟེར་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་སྟེ་ཕྱེ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ འབྲུང་ལྷ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་སྟེན་
སུམ་ཆོགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རྩེ་གི་ནང་ལས་གཙོ་ཆེ་ཤོས་དོན་ལྷ་དང་སྒྲོད་དུག་གིས་གང་སྟེ་ཡོད་པའི་
དོན་སྒྲོམ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན། བྱང་ཁོག་སྒྲོད་སྒྲིང་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་མི་མཆིན་དྲི་ཟེར་མི་འདི་བྱང་ཁོག་སྒྲོད་སྒྲིང་གྱི་བར་ན་ས་
མཚམས་ཀྱི་ཡོལ་བ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་མཆིན་དྲི་ཡར་བཅད་བྱང་ཁོག་སྒྲོད་དང་མཆིན་དྲི་མར་བཅད་ལུ་བྱང་ཁོག་
སྒྲིང་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན། མཆིན་དྲི་དེ་ལུ་ཡང་། མཆིན་དྲི་ནག་པོ་དང་། མཆིན་དྲི་དཀར་པོ། མཆིན་དྲི་ལྷ་བོ་བཅས་དབྱེ་བ་
གསུམ་སྟེ་ཕྱེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྒྲོད་སྒྲིང་དོན་སྒྲོད་རང་རང་སོ་སོའི་བགོ་སྐྱལ་གྱི་ས་མཚམས་ངོས་འཛིན་དེ་ལུ་ཡང་། བྱང་ཁོག་སྒྲོད་ཀྱི་གནས་ལུགས་
དང་། བྱང་ཁོག་སྒྲིང་གྱི་གནས་ལུགས་ཟེར་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༡.༡ བྱང་ལོག་སྟོན་ལུ།

སྟོ་བ་མ་བུ་དོན་ཉིང་དང་གསུམ་ལས་སྟོ་བ་མ་བུ་དང་དོན་ཉིང་དང་སྟོ་བུ་ཚུ་གདོང་ཁ་ཐུག་ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད་མི་ལས།
སྟོ་བ་མ། ལྷག་མགོ། སྐད་སྟོན། སྐད་སྟོན། ཅིབས། གཤམ། ཟགས་སྐྱ་ཟེར་ལྷ་དང། གདོང་ཁར་སྟོང་དང་སྟོ་བ་བྲ།
མཛོ་སྟ། བྱ་སྟོན། ཐུགས་ཁབ། ཉེ་མིག། །དག་ལྷེ་བཙམ་ལྷ་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༡.༢ བྱང་ལོག་སྟོན་ལུ།

ལྷེ་བ་དང་ལྷེན་སྟེ་བར་ན་ཟས་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལས་པོ་བའི་ཡུལ་དང། ལྷེན་རུས་ལས་གཤམ་ཁ་ཐུག་ལུ་མཚན་པའི་
ཡུལ། དེ་བཟུམ་སྟེ་ལྷེན་སྟེ་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལུ་མཚར་པ་ཡོད་པ་ཡིན། མཁྲིས་པ་འདི་ མཚན་པའི་མཚུག་ལུ་སོར་
གང་ལྷག་ཅམ་ཅིག་མཐོང་ཚུགས་པ་དང་ཡོང་ག་འདི་ལྷེ་བའི་གོང་འོག་ལུ་གནས་ཏེ་ཡོད། དེ་ཡང་ལྷག་ཡོང་གཤམ་
དང། སྟོན་ཡོང་གཡོན། དེ་ལས་ཅུམ་པ་ཟེར་ཟས་ཀྱི་ཡོང་ག་དེ་བར་ན་གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱ་མའི་ཡུལ་སྐལ་འདི།
ཡོང་གི་གཤམ་ཐིག་ལས་ཁ་མར་མཚོན་དོ་འཇལ་བའི་སར་ཡོད། རྒྱ་སྟོན་དང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་འོག་མཚན་མའི་ལྷག་ལུ་
མདུན་ངོས་འདི་སྐད་པའི་ཡུལ་དང་ རྒྱ་བ་ངོས་འདི་གཉེ་མའི་ཡུལ་ཡིན། རྒྱ་བ་ཚིགས་པ་༡༢ པའི་གཤམ་དང་གཡོན་
ལུ་མཁལ་མའི་ཡུལ་སྐལ་དང། བསམ་སེའུ་ཟེར་མི་འདི་མཁལ་མ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཚིགས་པ་༡༣ པའི་འོག་ལུ་གནས་
ཏེ་ཡོད། དེ་ལས་བུ་སྟོན་འདི་ཡང་བསམ་སེའུ་དང་སྟོན་སྟོན་འབྲེལ་ཏེ་ཚིགས་པ་༡༣པ་ལས་༡༤འི་བར་གྱི་ནང་ངོས་ལུ་
གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༢ མི་ལམ་བརྟག་པ།

མི་ལམ་བརྟག་པ་ལུ། མི་ལམ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན། བཟང་བའི་མི་ལམ། ངན་པའི་མི་ལམ་བཙམ་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན།

༡༢.༡ མི་ལམ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན།

དེ་ཡང་གཞུང་ལས། མཐོང་ཐོས་སྟོང་དང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དང། །སྐབ་པ་ནད་ལས་བྱུང་དང་རྣམ་པ་དྲུག། །ཟེར་
གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པ་དྲུག་གི་སྟོ་ལས་མཐོང་མ་ཡིན། དེ་ཡང་ཉེ་མར་མིག་གིས་མཐོང་མི་དང་རིགས་
མཐུན་སྟེ་མཐོང་ནི། རྣམ་ཅོ་གིས་གོ་བའི་སྐྱ་དང་མཚུངས་པར་མཐོང་ནི་དང། བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལུ་ཅིག་རང་
རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་མི་དང་མཐུན་སྟེ་མཐོང་ནི། ལྷ་ལུ་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་བཅུག་ཟེར་གསོལ་མ་
བཏབ་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་དེ་གི་ཤུལ་ལས་ཅོག་འབྲམ་པ་མཐོང་ནི་དང། ག་ཅི་མཐོང་མི་དེ་སེམས་ཁ་ལས་མ་བརྟེན་པར་
ཤུལ་ལས་ངེས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་མི་དང། ཡིད་འཇུག་པའི་བུ་ག་ནད་གྱིས་བཀག་པ་ལས་བྱུང་མི་བཙམ་རྣམ་པ་
དྲུག་ཡིན། དེ་ཚུ་ག་ར་སྟོན་གྱི་རུས་ལུ་མི་ལམ་མཐོང་པ་ཅིན་གཉིད་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པར་བརྟེན་ངས་ཅན་ལུ་
འགྱུར་མ་བརྟེན་བཟང་ངན་ག་ཅི་གི་འབྲས་བུ་ཡང་འབྱུང་ནི་མེད། ལུ་བམོ་ཕྱེད་ལུ་ཡང་དེ་དང་ཚམ་ཐུན་མ་ཡིན། ཐོ་རངས་
གྱི་མཚུག་ལུ་མི་ལམ་གང་རུང་མཐོང་ནི་དང། དེ་ལས་གཉིད་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་དང། རྗེས་སུ་མ་གྱུར་པར་ཡིད་ལ་
གསལ་བར་གནས་ན་མི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ངེས་པར་འབྱོན་མ་ཡིན་ནོ། །

༡༢.༢ བཟང་བའི་མི་ལམ།

མི་ལམ་ནང་ལུ་ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་དང། མ་ཉེ་བྱ་ཚུ་གི་ནང་ལས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་ལུ་གནས་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ། ལྷན་གྲགས་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཀྱན་བྱེད་པ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ། མེ་སྲོམ་སྲེ་འབར་འབར་ཤ། ཇི་མ་མེད་པའི་མཚོ་དང་གཟུགས་ལུ་ཞུག་དང་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་བྱུགས་ནི། གོས་དཀར་པོ་དྲི་མ་མེད་པ་ལྟོན་ནི། འཕན་དང་གཏུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་ནི། ཤིང་གི་འབྲས་བུ་ཁམ་དང་སྐར་ཀོ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་ནི། སྤོ་སྲོམ་དང་ཁང་བཟང་གི་ཚེ་དང་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཤིང་གུ་འཛོགས་ནི། སེང་གོ་དང་སྐང་ཚེན་དང་རྟ་དང་བ་སྐང་ལ་སོགས་པ་གུ་ཞོན་ནི། རྒྱ་སྲོམ་དང་རྒྱ་མཚོ་ལས་བརྒྱལ་ནི། བྱང་དང་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ལུ་འགྲོ་ནི། ཉམ་ང་བའི་ས་བཙོན་ར་ཟེར་བཙོན་ཁང་དང་ལྷན་པའི་གནས་ལས་ཐར་ནི། རང་གིས་དག་པོ་ཕམ་ནི། ལྷ་དང་ཕ་མ་ལ་སོགས་པ་གིས་བསྟོད་དེ་མཚོན་པ་ཚུ་བཀྲ་ཤིས་པའི་མི་ལམ་ཚུ་གི་ནང་ལས་གང་རུང་ཅིག་གཉིད་ལམ་ནང་མཐོང་རུང་མཐོང་མི་དེ་ཚོ་རིང་ནི་དང། ཉན་མེད་པར་གནས་ནི། འོར་དང་ལོངས་སྤོད་ལེ་ཤུ་ཅིག་ཐོབ་ནིའི་ལྷས་ཡིན་པའི་ཤེས་དགོ།

༡༢.༣ རན་པའི་མི་ལམ།

མི་ག་ར་ཡིན་རུང་ནད་ཀྱིས་ན་བའི་སྐབས་ལུ་མི་ལམ་ནང་བྱི་ལི་དང་སྤྲེའུ་དང་སྤྲེའུ་དང་ཤ། རོ་ལ་སོགས་པ་གུ་རང་ཞོན་པའི་མི་ལམ་མཐོང་པ་ཅིན་འཆི་བདག་གི་ཞགས་པས་ཟིན་པའི་རྟགས་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྲེ་མ་ཉེ་དང་རྟ་དང་ཕག་པ་དང་བོང་གུ་དང་རྩ་མོང་དེ་ཚུ་གུ་རང་སྐྱེན་མོ་སྲེ་ཞོན་ཏེ་གཤེན་རྩེ་གནས་པའི་ས་ལྗོངས་ཕྱོགས་ལུ་འགྲོ་སར་མཐོང་པ་ཅིན་ཤི་ནིའི་རྟགས་ཡིན་པ་དང། ཉན་པ་རང་གི་སྤྱི་བོར་འོང་མ་ཟེར་པག་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་ལྷུག་གུ་དང་ཡང་ན་སྤོང་བོའི་རིགས་སྐྱེས་ཏེ་དེ་གུ་བྱ་ཚང་བཅའ་ནི། རྒྱ་ལའི་སྤོང་བོ་དང་ཚེར་མ་ཅན་གྱི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་སྤྱིང་གར་སྐྱེས་སྐྱེས་ཤ། དོན་ཉིང་གུ་ལས་པསྐྱ་བྱི་རོལ་དུ་བཏོན་ནི། ཡང་ཅིན་གཡང་གུ་ལས་མར་བུད་ནི། རུར་ལོད་ལུ་ཉལ་ནི། མགུ་ཏོག་ཆག་ཆག་པ་མཐོང་ནི། བྱ་རོག་དང་ཡི་དུགས། སྤེལ་ཅན་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ནི། རྒྱ་ལམ་གི་པགས་ཀོས་ཁར་ལྷུང་ནི། སྐར་ལོག་མའི་མངལ་ནང་ཡར་འཇུག་ནི། རྒྱ་གི་འབག་ནི། འདམ་ནང་བྱིང་ནི་དང། ཉ་སྲོམ་གྱིས་བྱུར་མིད་བཏང་ནི། ལྷུགས་དང་གསེར་དུལ་ལེ་ཤུ་ཐོབ་ནི། ཚོང་དང་འཐབ་མོ་ཕམ་ནི། ཟས་དང་བྱུད་པར་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་བྱུལ་བསྐྱེད་ནི། བག་མ་ལེན་ནི། སྐྱེན་མོ་སྲེ་སྤོང་ནི། སྐྱ་དང་ཁ་སྐྱ་བཞུར་ནི། རང་གི་གཉེན་བཤེས་ཉེ་མ་ཤི་མི་གཤེན་པོ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ཆང་འཐུང་ནི། ཡང་ཅིན་དེ་ཚུ་གིས་ཁ་མར་བལྟ་འདུད་འབག་ནི། གཟུགས་ལུ་གོས་དམར་པོ་ལྟོན་ནི། འཕྲེང་བ་དམར་པོ་གིས་བརྒྱན་ནི། གཤེན་པོ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་འཆམ་དང་ཞབས་ཁྲ་བརྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་མི་ལམ་མཐོང་པ་ཅིན་ནད་པ་དེ་འཆི་བདག་གི་དབང་ལུ་སོང་བའི་ལྷས་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་མི་ལམ་ངན་པ་མཐོང་མི་འདི་ཡང་ཡིད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བརྒྱད་སྤྱིང་གར་འཇུག་ཅིང་གཞན་ཁར་རྒྱ་བའི་བུ་ག་ཡོད་མི་དེ་ཚུ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་ནད་ཀྱིས་བཀག་པ་ལས་བརྟེན་ཏེ་མ་རུང་པ་མཐོང་མ་ཡིན། དེ་བཟུམ་མའི་མི་ལམ་ངན་པ་དུས་རྒྱུན་དུ་མཐོང་བའི་ནད་པ་དེ་ཚུ་དུས་ལུན་རིང་མོ་མ་སྤོད་པར་ཤི་ནིའི་རྟགས་ཡིན། དེ་གིས་སྲེ་མི་ལམ་མ་བཟང་མི་དེ་བཟུམ་ནད་པ་དེ་ཚུ་འདི་ལོས། ཉན་མེད་ཚུ་གིས་མཐོང་རུང་མི་ཤིས་པ་ཟེར་མཚན་མ་ངན་པ་འབྱུང་ནི་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་དེ་

གི་རྒྱུ་ལས་དེ་འཕྲུལ་ལས་ར་མི་ལམ་བཟང་པོ་རེ་མཐོང་བ་ཅིན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངན་པ་ཨིན་པའི་ངེས་པ་མེད། དཀར་
ཕྱོགས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་དང་བསམ་གཏན་སྒྲིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ཉེས་པ་ལས་ཐར་ཚུགས་པ་ཨིན།

རྒྱལ་ཁོངས་དཔེ་དེབ་ཐོ།

- ༡ རྒྱལ་ཁོངས་དཔེ་དེབ་། བཤད་རྒྱུད་དང་མན་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཚུལ་ཁང་།
- ༢ རྒྱལ་ཁོངས་དཔེ་དེབ་རྒྱུ་མཚོ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་བཞུར་ཕྱོད་པོ་མ་ལི་ཀ་སྟོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཚུལ་ཁང་།
- ༣ རྒྱལ་ཁོངས་དཔེ་དེབ་འཕྲོད་ལྗོངས་འཕྲུལ་སྟོད་ཆ། སི་ཁོང་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་།
- ༤ རྒྱལ་ཁོངས་དཔེ་དེབ་འཕྲོད་ལྗོངས་འཕྲུལ་སྟོད་ཆ། བོད་གཞུང་སྐྱེན་ཚུལ་ཁང་།