

བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཚེ་བཀྲ་ཤིས་སྒང་དང་ཚེ་རང་རྫོང་ཁག་གི་ཚུས་སྤྱད་དང་
གནས་བདག་གཞི་བདག།

GUARDIAN DEITIES OF TASHIYANGTSE TASHIGANG &
TSIRANG DZONGKHAG

སྒྲེགས་བཅ་དགུ་པ། VOLUME IX



མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་འཁྲུངས་སྐར་ལུ་གུས་བཅུད།
དམིགས་བསལ་དཔེ་སྐྱེན་ཐེངས་དང་པ།

LIMITED FIRST EDITION

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་། སྤ་རོ།

NATIONAL MUSEUM OF BHUTAN, PARO

སྔོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས།

ནང་སྤྱི་དང་སྔོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག།

Foreword

Bhutan has had an age-old tradition of worshipping Protective and Guardian Deities. People worship and seek protection from deities who are unique to their villages and localities. Thus far, the tradition has been transmitted orally through generations, and rarely recorded in writing. Proper record-keeping and documentation is a must, to ensure that the sacred practices do not die out and is preserved for future generations.

The National Museum of Bhutan, Paro, led by their Officiating Director Phendey Lekshey Wangchuk has taken the initiative of researching and documenting the principal and universally known Protective and Guardian Deities of the twenty Dzongkhags. They have compiled them into 11 volumes of books, as well as 11 *potis* or volumes of *Soekha* texts.

The initiative has been undertaken to preserve and promote the spiritual and historical values of Bhutan. The books are designed in such a manner that it is easily accessible by a wide range of readers and would encourage interest in the sacred deities of Bhutan, especially those of their locality.

This publication is timely as part of an effort in preserving and promoting our historical, cultural, spiritual and traditional values which makes Bhutan, truly unique in the world.

A handwritten signature in dark ink, featuring a large, stylized 'S' and 'W' that are interconnected. The signature is written in a cursive style.

﴿ **HRH Princess Sonam Dechan Wangchuck** ﴾

སྒྲིབ་བརྗོད།

༣ ང་བཅས་རའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ག་རྟེ་ལུ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་ལུང་ཚྱོགས་རེ་རེ་ལུ་དབང་བའི་གནས་བདག་
དང་གཞི་བདག་རེ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ལུ་མིང་གི་རྣམ་གངས་མ་འདྲཱ་གནས་བདག་ གཞི་བདག་ ཡུལ་ལྷ་
སྒྲིབ་ལྷ་ ལྷ་དང་བཅན་ལ་སོགས་པ་མིང་བཏགས་ཚུལ་མ་འདྲཱ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ཡིན། མིང་དེ་སྒྲིབ་
བཏགས་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ས་གནས་དེ་གི་བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གནས་བདག་དང་ ས་གཞི་དེ་ཚུ་གི་
བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གཞི་བདག་ཟེར་ལུ་ཨིན། དེ་ཡང་ སྤྱོད་འཇུག་བསྐྱོ་བའི་ལེའུ་ལས། དགོན་
སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། བྱིས་པ་ཀུན་པོ་མགོན་མེད་པ། གཉིད་ལོག་སྤྱོད་ཤིང་རབ་སྤྱོད་རྣམས། ལྷ་
དག་སྤྱང་བ་བྱེད་པར་ཤོག། ཁྱེད་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤྱེ་ཡུལ་མི་ཚུ་ལུ་དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་བའི་ལྷ་བཟུམ་སྤྱེ་མགོན་
སྤྱབས་མཛད་ནི་དང་ ཡུལ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ སྤྱབས་མཛད་པའི་ལྷ་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་ནི་འདི་གིས་ཡུལ་
ལྷ། མི་ག་ར་ཨིན་རུང་ རང་ག་རྟེ་སྤྱོད་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་དེ་རང་གི་སྤྱོད་ལྷ། བྲག་རི་དང་གངས་རི་ཚུ་ལུ་
གནས་པའི་གཞི་བདག་ལྷ་ལྷ་བདུད་ཚུ་མཉམ་དུ་འབྲེལ་པ་ལས་སྤྱོད་བས་དང་རུས་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིན་མ་ལས་
དཀར་ཕྱོགས་ལུ་སྤྱང་སྤྱོད་མཛད་མི་ལུ་བཅན། འདི་ལུ་ཡང་ ལྷ་བཅན། ལྷ་བཅན། བདུད་བཅན། ཟེར་དབྱེ་བ་
མ་འདྲཱ་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་ཤིང་དང་ཚུ་མིག་མཚོ་མིང་ཚུ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་སྤྱོད་ལྷ། བྲག་
དང་ཤིང་ཆེན་རྩོ་ཕུང་བཟུམ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་བདུད་ཟེར་གཞི་བདག་ཨིན་མ་ ཅིག་རང་འཐད་རུང་
ནང་གསེས་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞི་བདག་གི་གོ་དོན་ཡང་རྟེ་མ་རྒྱ་གར་གཡུས་ལུ་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱིང་པོའི་སྤྱབས་གོད་སྤྱོད་འཕྲོག་
མའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་དུས་ལུ་ སྤྱོད་པོ་གཅིག་ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་གོད་སྤྱོད་ལུ་སྤྱོད་རྟེ་
གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ལུ་ཆོ་འཕུལ་མ་རུངས་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱབས་ སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་དམ་ལུ་བཏགས་པའི་
ཤུལ་མར་ ཡུལ་ལྷ་ར་བསྐྱོས་རྟེ་ ཡུལ་དེ་གི་མི་ཚུ་གིས་གནས་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བཟུང་དོ་བཟུམ་དང་། སྤྱོད་ཕུང་
ར་སྤྱོད་པོའི་གོང་ཁྱེད་ལུ་དགོ་སྤྱོད་གཅིག་སྤྱོད་གནང་བཞུགས་པའི་སྤྱབས་རྒྱུན་དན་ལུ་བརྟེན་རྟེ་ རྒྱལ་པོ་གིས་
བསད་ནིའི་དཔའ་བཅའ་ལས་ དགོ་སྤྱོད་གིས་སྤྱོད་ལམ་ལོག་པ་བཏབ་སྤྱོད་ ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་ བཅན་རྒྱལ་
ཅིའུ་དམར་པོ་བྲག་པོ་སྤྱོད་བདུན་ལུ་འཁྲུངས་རྟེ་ རྒྱལ་རིགས་ཚུ་གི་སྤྱོད་དབྱགས་ལེན་མི་དང་། འཇིག་རྟེན་ག་
ར་ཕུང་དགོགས་ཀྱི་གཞི་ལུ་གྱུར་མི་དེ་ དབང་བྲག་པ་ལྷ་དབང་ཆེན་གྱིས་དམ་བཞག་གནང་སྤྱོད་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་
བསྐྱེད་པ་སྤྱང་བར་ཁས་བྲལ་ཚུལ་དེ་ཡང་ ཅིའུ་དམར་གསོལ་མཚོད་ལས། དང་པོ་འདུལ་ཁྲིམས་བསྤྱངས་
པའི་དགོ་སྤྱོད་ཆེ། བར་དུ་ཆངས་སྤྱོད་ཉམས་པའི་གཏུག་པ་ཅན། ཐམ་སྤྱོད་གསུམ་ཕུང་བ་སྤྱོད་གི་གཤེད།
དྲ་ལྷ་བསྐྱེད་པ་བསྤྱང་བའི་མཐུ་ཕུལ་ཅན། ཁྱེད་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤྱེ་ ང་བཅས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ས་
གནས་ཁག་མ་འདྲཱ་སོ་སོ་ཡོད་མི་ཚུ་ནང་ཡང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ བཅན་ལ་སོགས་པ་མང་རབས་
ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་དང་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒྲིམ་ཡོད་པ་མ་
ཚད་མཐའ་སྐྱོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྒྲིམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ལས་ མི་སྡེ་འོན་
དར་ཏེ་ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་སྒོམ་ཚུ་གི་འབྱུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡང་ཡིན། དེ་ཡང་། དཔེར་ན་གནས་བདག་
གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཆོད་རེ་ཕུལ་ཏེ་ འཕྲིན་བཙུག་འབད་བ་ཅིན་ ཕྱི་ལས་བརྒྱུཌག་འཕྲོག་གསུམ་དང་
ནང་ན་ནང་དང་ཕུ་གེ་ཚུ་ལས་སྲུང་བུབ་ནི་དང་ ལྷ་དང་བཙན་ རྒྱལ་པོ་ཚུ་གནས་པའི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ནང་ ཤིང་
བཙན་ནི་དང་བཙོག་པ་བཏང་ནི་ལུ་འཛུམས་གཟུང་འབད་དེ་བདག་འཛིན་འབད་ཕེ་ལས་ མཐའ་འཁོར་གནས་
སྲུངས་སྲུང་སྒྲིབ་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྒྲིམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་ ལྷ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་དང་
དུས་སྟོན་བཙུང་ཁྱེ་ནི་ ཨ་ལུ་གསར་སྐྱེས་བཙུག་ནི་བཟུམ་ རང་གི་གོམས་གཤེས་ལུ་ཡོད་པའི་ལམ་སྒོམ་ལེ་
ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྒོམ་གྱི་སྒོག་ཤིང་བཟུམ་ཡང་ཡིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ལཱ་བཟང་པོ་བྱུན་
མོང་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཡང་ཡིན།

དེ་ཡང་གཏམ་དཔེ་ལས། ལྷ་འབྲེམ་གསུམ་སྤྱོད་ལམ་གཅིག། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་ ཆོས་སྲུང་དང་གནས་
བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བ་ཅིན་སྤོང་གོགས་མཛད་ནི་དང་གཞི་དང་པ་བཀལ་བ་ཅིན་ ཚར་
གཙོད་ཚུགས་པའི་ལུས་པ་ཡང་ཡོད་པ་ལས་དད་གུས་བསྐྱེད་དེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོཔ་ཡིན།
ལྷག་པར་དུ་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ གནས་བདག་དང་གཞི་བདག་ཚུ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ སྐབས་དང་མགོན་མཛད་གནང་སྟེ་ མི་སྡེ་འོན་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒྲིམ་བྱུང་མི་དེ་
འབྲལ་དང་ལྷུང་དུ་རང་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་ནི་དང་ འགལ་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་ནི་ཚུ་ཡིན་པས།

དེ་ལུ་དགོངས་ཏེ་ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མཐུན་བསོད་ནམས་བདེ་ཆེན་དབང་ཕྱུག་མཆོག་གིས་ འབྲུག་གི་གནས་
བདག་གཞི་བདག་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྲུང་ཚུ་ ལུས་མཐུ་ཅན་དང་ སྐབས་ཀྱི་སྤོང་གོགས་སྡེ་ འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་ནང་ཇི་སྟོན་བསྐྱེད་པ་མ་སྟོང་བར་དུ་གནས་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྦྱིད་ འབྱུང་ནི་ལུ་
ཐུགས་བཞེད་རྒྱ་ཆེས་ལས་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ནང་གནས་ཏེ་ཡོད་པའི་གནས་བདག་
དང་གཞི་བདག་ཚུ་གི་སྐྱོར་ལས་ ཞིབ་འཇོལ་དང་གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ཚུ་ཞུན་དག་འབད་དེ་ དུས་སྟོན་ཁྱེད་
པར་ཅན་གྱི་ཉིན་མ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཆོག་གི་འཁུངས་སྐར་དུས་ཆེན་བཙུང་ཁྱེ་དང་གཅིག་
ཁར་ གུས་བཏུང་ཞུ་ནི་ལུ་དམིགས་ཏེ་ དཔེ་སྐྱེན་འབད་ཕེ་ཡིན།

དེ་ལུ་ དདུལ་ཅོམ་ལྷན་ཁག་དང་ སྒོམ་འཛིན་ལས་ཁུངས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ སྤྱི་རྒྱལ་ཡོངས་
འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཁས་མཆོག་ ༡༤ དེ་ཅིག་གིས་ རྫོང་ཁག་ ༣༠
གི་འབྲུག་གི་ཆོས་སྐྱོང་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཙུམ་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལས་ཕར་གསོལ་

མཆོད་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་པའི་ འབྲུག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཡོངས་བསྐྱེམས་ ༡༠༩༩ དེ་
ཅིག་ཞིབ་འཆོལ་འབད་དེ་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་ ཞིབ་འཆོལ་འདི་ མཐར་འཁྱུལ་ཅན་ཅིག་སྟེ་བྱུང་ཚུགས་མི་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་རང་ མི་དབང་རྒྱལ་
པོའི་སྲས་མོ་མཆོག་གིས་ ཐུགས་སློན་དང་མགོན་སྐྱབས་མཛད་གནང་མི་དང་ དབུལ་ཕྱིས་སློན་པོ་དང་ སྒོལ་
འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདོ་ཆེན་ དེ་ལས་རྫོང་ཁག་ ༣༠ གི་རྫོང་བདག་དང་ སྒོལ་འཛིན་འགོ་དཔོན་༣༠ གོད་
འོག་ ༣༠༥ འི་ཀློང་དང་ དམངས་མི་དང་ཚོགས་པ་ གོས་བསྐྱུན་འབད་སའི་མཁས་མཆོག་ཉམས་ཚུང་ཅན་ཚུ་
གིས་ ཞིབ་འཆོལ་པ་རྩ་བ་ལྟར་ག་དེ་དག་དྲག་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ཞིབ་འཆོལ་པ་རྩ་བ་ལྟར་ རང་སོའི་ཉམས་ཚུང་དང་ཕྱོགས་གྲུབ་དང་འཁྲུལ་བའི་ འགན་
ཁུར་རྩ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཐུགས་ཁར་བསྐྱེམས་ཏེ་ མཉམ་འབྲེལ་གང་དྲག་མཛད་དེ་ ཕྱག་ལུ་གནང་མ་ལས་བརྟེན་
ད་རེས་གྲུབ་འབྲས་སྒོམ་བྱུང་མི་ལུ་ འགོ་འདྲེན་པ་རང་འི་ཁ་ཐུག་ལས་ ཉིང་ལས་རང་བཀའ་བློན་ཆེ་བེར་ལྷ་ནི།

ད་རེས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ནང་ལུ་ རྫོང་ཁག་ ༣༠ གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དཔེ་དེབ་སྒྲིགས་བཅ་ ༡༡ དང་ ད་
རུང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་བསྐྱུ་སྒྲིག་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ དཔེ་ཆ་ པོ་ཏི་གངས་
༡༡ ཡོད་མི་རྩ་ ད་རེས་ ལུན་དག་ཐེངས་གཉིས་པ་འབད་དེ་ དམིགས་བསལ་ཀྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཐེངས་དང་པ་འབད་
དེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ལུ་ཁོར་བ་དང་འཛོལ་བ་ཡོད་སྲིད་ནི་ཨིན་མ་ལས་ དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་བེར་ལྷ་ནི་ཨིན།



ཕན་བདེ་ལེགས་བཤད་དབང་ཕྱགས།
ཞིབ་འཆོལ་འགོ་འདྲེན་པ།
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་། སྤ་རོ།

དཀར་ཆག

ཨང་།	དོན་ཚན་	ཤོག་གྲངས།
༡	ཁམས་དྲངས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༡
	༡ ཡུན་ཕྱིགས་བཅན།	༡
	༢ བཅན་མཁར་བྲག་བཅན་དམར་པོ།	༤
	༣ ཤ་རང་བཅན།	༧
	༤ ལྷུས་བཏང་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ།	༡༠
༢	གཡང་ཅེ་ཆེད་འོག། (༡༢)	༡༤
	༡ ར་བྲག་པ།	༡༤
	༢ རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཅན་དཀར་པོ།	༢༠
	༣ ཕན་ཏྲོང་བྲག་བཅན།	༢༧
	༤ བཅན་ཆེད་དགའ་རབ་དབང་ཕུག།	༣༣
	༥ བྲག་དམར་བཅན་ཆེན་དོ་རྩེ་གཤགས་པ།	༣༧
	༦ ཤམ་བྲང་བཅན་ཆེན་དོ་རྩེ་གཤགས་པ།	༤༤
	༧ མོང་གླིང་ལྷ་བཅན་ལ་མཁར་བཅན།	༥༡
	༨ ཡོངས་ལ་ལྷ་བཅན་དཀར་པོ་དང་མཁར་ས་རྒྱལ་པོ་བཅན་གྱི་མིང། མིར་སྒོ་བྲག་བཅན་དམར་མོ་དང་གཙང་ཆེན་གནས་སྤྱང།	༥༧
	༩ རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཅན་ཆེད་ཕུག་བྲག་བཅན་མིར་གོ་བྲག་བཅན།	༦༣
	༡༠ སྐྱོན་བཅན་ཆེན་མོ་དང་ཆེད་ཕུ་བྲག་བཅན་མཆེད་གསུམ་སྒོར།	༦༤
	༡༡ ཡོངས་ལ་ལྷ་བཅན་དཀར་པོ་འམ་གཙང་ཆེན་གནས་སྤྱང་མཚོ་སྐྱོན་མ།	༧༣
	༡༢ སྤང་རྒྱུན་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ།	༧༧
༣	འཇམ་མཁར་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)	༩༠
	༡ གསེར་ཕུག་བཅན།	༩༠
	༢ རེ་མ་ཏི།	༩༤
	༣ རྒྱལ་པོ་པེ་དཀར།	༩༩
༤	འབྲུམ་ཕྱེ་གླིང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༡)	༩༩
	༡ ལྷ་སྐྱོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ།	༩༩

	༡ གཞི་བདག་རྩྱུ་ཀྲ་ལ།	༩༤
	༣ ཐང་དཀར་བྲག་བཙན། དགའ་བ་དབང་ལྷུག།	༡༠༠
	༤ དག་བསྟེན་པན་བྲ།	༡༠༣
	༥ སྤང་བདེ་མཚོ་སྟན་རྒྱལ་མོ།	༡༡༠
	༦ གཞི་བདག་ བསྟན་སྲུང་ ཀྲ་ཀྲ་རྩ་ཇ།	༡༡༥
	༧ རྒྱང་ཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ།	༡༢༠
	༨ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ།	༡༢༥
	༩ རྩོམ་གྲགས་པ་དང་ ཡེ་ཤེས་ལོ་རྒྱུ།	༡༣༡
	༡༠ སྤྱང་ལྷ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ།	༡༣༥
	༡༡ མཁར་སྤང་ རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ།	༡༤༠
༤	ཡ་ལང་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)	༡༤༣
	༡ བསྟོར་ཕུ་བ།	༡༤༣
	༢ སྤྱག་སྟི་རུང་རུང་།	༡༤༤
	༣ གསེར་ཕུ།	༡༥༣
	༤ ཇིས་ཕུའམ། དགྲེས་ཕུ།	༡༥༤
	༥ མཁར་བཟའ།	༡༥༠
	༦ ཆོང་ཆོང་མ།	༡༥༤
	༧ རྩོམ་བཙན། ཕུ་ཡངས།	༡༥༩
	༨ རྟེན་ཕུ།	༡༦༣
༥	རམ་སྤྱར་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༢)	༡༦༦
	༡ སྤྱང་ལ། སྤྱན་ལ།	༡༦༦
	༢ རུང་ཕུ་ཨ་མ།	༡༧༠
	༣ རུང་ཕུ་ལ་བ་ཅ་ མེས་མེས་པོ་ལྷ།	༡༧༤
༦	སྤྱང་ཞང་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)	༡༧༩
	༡ སྤྱང་མའི་ཞང་ཆན། ཡུལ་བཙན་ ཐུམ་བྲང་།	༡༧༩
	༢ མགོན་པོ་མ་ཉིང་ནག་པོ།	༡༨༣

	༣ མ་གཟའ་དམ་གསུམ།	༡༩༧
	༤ མགོན་པོ་ཕུག་བཞི་པ།	༢༠༡
	༥ དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོ་དམག་ཚོར་རྒྱལ་མོ།	༢༠༧
	༦ དགེ་བསྟན་སྟོན་ལ་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ།	༢༡༤
༡	སྟོད་ཆོགས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༢༢༣
	༡ རིན་ཆེན་སྒྲུང་པ།	༢༢༣
	༢ བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲག་པ་/ཞི་བདེའི་དགེ་སྟོང་།	༢༢༤
	༣ ཤ་རང་བཙན་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ།	༢༢༥
	༤ གསེར་ཕུག་བཙན་ཆེན་བྲག་པོ།	༢༢༦
	བགྲིས་སྒྲུང་རྫོང་ཁག།	༢༢༩
༡	བར་མཚམས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༢)	༢༤༡
	༡ སན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་བཙན།	༢༤༡
	༢ མོང་ལེན་གཞི་བདག་བཙན་ཆོད་ཆེན་པོ།	༢༤༢
༢	སྤྱིས་དྲུང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)	༢༤༤
	༡ གནས་བདག་སྟོ་སྒྲུང་།	༢༤༥
	༢ གཞི་བདག་མི་བྱ་ལ།	༢༤༧
༣	རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)	༢༤༨
	༡ རྩལ་འཕྲུག་ཆེན་པོ་གཟའ་རྩ་བ།	༢༤༨
	༢ གཏུང་ཕུ།	༢༥༠
	༣ རོ་མོ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ།	༢༥༢
	༤ དྲངས་ལིང་།	༢༥༤
	༥ སྤང་བཅུ་པ།	༢༥༧
	༦ མོ་ལྟ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ།	༢༥༩
	༧ མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར།	༢༦༩
	༨ གཞི་བདག་ཆོ་ཕུ་བཙན།	༢༧༡

༤	བཀའ་ལྷན་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (ཡ)	༣༥
	༡ ལྷ་བདུད།	༣༥
	༢ རྡོ་མ་མཁར་མ་ནི།	༣༥
	༣ རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་བཅན།	༣༠
	༤ དགའ་རབ་དོ་མེ།	༣༣
	༥ གནས་ཤིང་པ།	༣༥
	༦ མཁས་ར་མ།	༣༠
	༧ གཞི་བདག་ས་མཁར་པ།	༣༥
	༨ ཡུལ་བཅན་དོ་མེ་གསལ་པ།	༣༠
༥	མེ་རག་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)	༣༡
	༡ ཨ་མ་ཐོ་མོ།	༣༡
༦	ཁྲིམས་ཤིང་རྒྱུ་ཁག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༢)	༣༢
	༡ སྤུང་མོ་བྱང་རྒྱུ་མ།	༣༢
	༢ ཡུལ་བཅན་ཨ་དབང་རྒྱལ།	༣༣
༧	ཡང་གཉེར་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)	༣༣
	༡ རྩ་རྩུང་ཨ་བི་མེ་མི།	༣༣
༨	བསམ་མཁར་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༣)	༣༣
	༡ ཡུ་བཅན་གཞི་བདག་མོར་ཕུ་པ།	༣༣
	༢ ཨོ་ལ་བདུད།	༣༣
	༣ དགའ་རབ་དབང་རྒྱལ།	༣༣
༩	ར་རྩི་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)	༣༤
	༡ ཀོ་ལ་བཅན།	༣༤
	༢ ལུ་ར་ཕུ་བཅན།	༣༤
	༣ ཅོས་ཕུ་བཅན།/ཅེ་ཕུག་བྲག་བཅན།	༣༥
	༤ གནས་བདག་ཨ་མ་ཐོ་མོ།	༣༥

༡༠	སུག་སྤྱང་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)	༣༥༤
	༡ རྩོམ།	༣༥༤
	༢ ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ།	༣༤༤
	༣ མདའ་འཆམ་པ།	༣༤༩
	༤ མདའ་བྱང་དཀར་མོ།	༣༧༣
	༥ ཡུལ་བཅན་སྤྱུགས་པ།	༣༧༥
	༦ ཡུལ་བཅན་སྤྱུ་སེར་མོ།	༣༧༤
༡༡	མཁ་རོང་བྱང་ཁག་གི་གཞི་བདག། (༡༡)	༣༤༣
	༡ དགའ་རབ་དབང་ཕུག།	༣༤༣
	༢ བུམ་ཐུ་སྤྱོད་མ།	༣༤༤
	༣ ཁ་བྱང་བཅན་སྤྱོད་ས་ལྷན།	༣༩༠
	༤ ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག།	༣༩༤
	༥ རྩོམ།	༣༩༧
	༦ འདོད་ཡོན་བཟང་པོ།	༤༠༠
	༧ ཡེ་ཤེས་རྣམ་རྒྱལ།	༤༠༣
	༨ ལྷ་མང་གསེར།	༤༠༥
	༩ ཤར་བཅན།	༤༠༤
	༡༠ རི་མུང་ཤིང།	༤༡༡
	༡༡ སོ་ལྷ་ཡིད་བཞིན་འོར་བ།	༤༡༤
	ཁ་གླིང་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)	༤༡༧
	དྲངས་གླིང།	༤༡༧
	གཤོང་ཕུ་ ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)	༤༢༥
	༡ མཐོང་ཕུ་བཅན།	༤༢༥
	༢ མཐུ་ར་ཇ།	༤༢༩

	༣ བི་ན་བྲག་བཙན་དམར་པོ།	༤༣༥
	༤ དྲིགས་པ་དབང་འདུས།	༤༣༩
	ཕོངས་མེད་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)	༤༣༩
	༡ མེ་མེ་ར་ལང་ ངམ་ རོ་རྒྱང་།	༤༣༩
	ཕྱི་རང་ཚྲོང་ཁག།	༤༤༩
༡	ཕྱི་རང་ཚྲོང་ཁག་གི་གཞི་བདག། (༡)	༤༤༧
	༡ གཟའ་བཙན།	༤༤༧

འབྲུག་གི་ཆོས་སྐྱོང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཞིབ་འཇོལ་འབད་ཚར་བའི་ཐོ་བཅུད་བསྟུལ་

ཨང	རྫོང་ཁག	ཞིབ་འཇོལ་པ།	ཞིབ་འཇོལ་འབད་ཚར་བའི་ཁ་ གྲངས།	བཞག་གསོ།
༡	ཐིམ་ཕུག་	དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན།	༥༤	
༢	དར་དཀར་ན	ཆོ་རིང་ཕུན་ཆོག་ས།	༡༩	
༣	སྤ་རོ་	འཆི་མེད་རིག་འཛིན།	༢༥	
༤	ཧུ་	རྒྱལ་པོ་ཆོ་རིང།	༢༢	
༥	སྤུ་ན་ཁ་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༤༢	
༦	མགར་ས་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༡༤	
༧	མོང་སྐར་	པལ།	༥༣	
༨	ལྷན་ཅེ་	བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས།	༡༢༠	
༩	བསམ་གྲུབ་སྟོངས་ མཁར་	ཆོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༢༧	
༡༠	བཀྲིས་སྐར་	དོ་རྩེ་ཆོ་རིང།	༥༣	
༡༡	བཀྲིས་གཡང་ཅེ་	དོ་རྩེ་ཆོ་རིང།	༥༡	
༡༢	གྲོང་གསར་	བསྟན་འཛིན་དོ་རྩེ།	༤༤	
༡༣	བུམ་ཐང་	བསམ་གཏན་དབང་ཕྱུག	༤༥	
༡༤	དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་	ཀམ་དབང་འདུས་	༡༣༢	
༡༥	ཁུ་ཁ་	ཀམ་ཆོ་དབང།	༤༡	
༡༦	བསམ་ཅེ་	ཀམ་ཆོ་དབང།	༣	
༡༧	པལྒ་དགའ་ཆལ་	རིན་ཆེན་དོ་རྩེ།	༣༢	
༡༨	གཞལ་མ་སྐར་	རིན་ཆེན་དོ་རྩེ།	༢༢	
༡༩	གསར་སྤང་	ཆོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༢	
༢༠	ཕྱི་རང་	དོ་རྩེ་ཆོ་རིང།	༡	
		ཡོངས་བསྟོམས་	༡༠༤༢	

དགའ་འབྲས་དབང་ལྷན།



ཁམས་དྲངས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ ཕུད་ཕྱོགས་བཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཕུད་ཕྱོགས་བཅན།

ལྟ་ཁང་། འགྲེལ་ལྟ་ཁང་།

ས་གནས། འགྲེལ།

ཆེད་འོག། ཁམས་དྲངས།

བསྐྱེད་མི། ཁམས་དྲངས་གཡུས་ཚན་གྱི་ནང་གསལ་ འགྲེལ་པའི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
སྐྱེས་ལྟ་ ཡུལ་ལྟ་སྐྱེ་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྤོང་ཡོད་པའི་
ཡུལ་བཅན་ཅིག་ཡིན་རུང་ འདི་གི་ སྐྱོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་མཚན་ཤེས་མི་ག་ཡང་མིན་
འདུག།

སྐྱབས་ཁུ་ཚུལ། མགོན་སྐྱབས་མཛད་ཚུལ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བའི་སྐྱབས་ སྤྱོད་འདེབས་རྒྱབ་མི་
ལས་བརྟེན་ རྟེན་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཤིང་ ནད་ཡམས་ཟུ་གེ་མེད་
པར་ དགའ་སྦྱིད་གྱི་རང་ལུ་གནས་ནི་འདི་ཡིན། གཙོ་འཛིན་གྱིས་བཤད་དོ་བཟུམ་
འབད་བ་ཅིན་ ཡུལ་ལྟ་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཟེར་མི་འདི་ སྤྱོད་བྱོན་གོང་མས་
འགོ་བ་མི་དང་སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་གཞོད་པའི་ བསམ་པ་སྤངས་ཏེ་ ཕན་པའི་གྲོགས་
སྐྱེ་བསྐྱོས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ ཕན་པའི་
སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྐྱེ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུད་ཕྱོགས་བཅན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པ་སྐྱེ་བཤད་ཚུགས་མི་ཅིག་ག་ཡང་ཕུད་མ་ཚུགས། ཡིན་རུང་ གཙོ་
འཛིན་དང་ཀློང་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཡུལ་བཅན་དེ་ སྤྱོད་དང་ཕུ་ལས་རང་ དེ་སྐྱེ་མཆོད་སྤོང་
འདུག་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་སྐྱེ་འབད་རུང་ཕུད་ཕྱོགས་ བཅན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

ག་ཅི་སླེ་བེར་བ་ཅིན་ སྟོན་དང་ཕུ་ལས་རང་ ས་གནས་འདི་ཁར་ ཡུལ་བཙན་ཕུད་ཕྱོགས་བཙན་བེར་མི་འདི་
འདི་ཁར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ ཁ་ལས་སྤྲོ་བ་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ སྐྱེ་མདོག་ནུམ་པ་དེ་སླེ་ཡོད་ཟེར་མ་གོ་བས།
འདི་གི་སྐྱེ་འབྲས་དང་ལྷེབས་རིས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག།



སྐྱེ་མདོག་ཕུག་མཚན་གྱི་ནུམ་པ།

གོང་གི་གནས་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། བཙན་འདི་གི་ སྐྱེ་འབྲས་དང་ ལྷེབས་རིས་སོགས་
གང་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ སྐྱེ་མདོག་ཕུག་མཚན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས།

དམ་བཞག།

སྟོན་ཕྱོག་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ གཡུས་རེ་ལུ་མགོན་སྐྱབས་མཛད་མི་ཡུལ་བཙན་རེ་ ས་གནས་ག་ཏེ་ལུ་ཡང་
བསྐྱོས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཤ་ལུས་ཕུད་ཕྱོགས་བཙན་ཡང་ སྟོན་ཕྱོག་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གིས་
དངོས་དང་ཉམས་སྦྱང་ དེ་ལས་ དག་པའི་སྦྱང་བ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ ཡུལ་བཙན་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་
པས།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ། སྟོན་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་རྒྱན་མ་ཆད་པར་
གསོལ་ཏེ་ར་འདུག། དེ་ཡང་ རང་བློ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ནང་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་སྟེ་ མི་སེར་དམངས་
ལས་བསྐྱེ་བྱེད་འབད་ཞིན་ན་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་ མི་སེར་ཚུ་ཡང་ རང་རང་སོ་སོ་གིས་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་སྟེ་
ལོ་ཕུགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ཤིང་ཆར་ཚུ་ ཅུས་སུ་འབབ་ ནད་ཡམས་མུ་གུ་བྱུང་མ་བཅུག་ཟེར་ དེ་བསྐྱེམ་རྒྱབ་
དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་ཁ་ཕུལ་ཚར་བའི་ཕྱིན་ཆད་ མི་ག་ཡང་ དེ་ཁར་འབྱོར་མི་ཆོག་པ་ཡིན།

ང་བཅས་ར་མི་བཟུམ་སྟེ་ ཁོ་ལུ་དུས་ཨ་རྟག་ར་སྤུལ་སྒོལ་ཡོད་པའི་ གསོལ་མཆོད་དེ་མ་སྤུལ་བ་ཅིན་ ཐུགས་མ་
མཉེས་པར་ ཉན་ནི་དང་ཆ་ནི་ དེ་ལས་ གཡུས་ཁ་ལུ་ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ རྒྱ་རུད་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པ་
འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ལས་ གསོལ་མཆོད་དེ་ཨ་རྟག་ར་སྤུལ་སྒོལ་ཡོད་མི་འདི་ བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དོན་ལས་ ལོ་
ཨ་རྟག་ར་འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གོས་འབྲུལ།

ཤ་ལི་ཡུལ་བཙན་གྱི་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ས་དེ་ སྟོན་དང་སྤུལ་ས་རང་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ ད་རེས་ནངས་པ་
ཡང་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་གནས་ཁང་གཅིག་ཡང་མེད་པར་དེ་སྟེ་རང་འདུག་ གནམ་བླུང་ཆར་པ་རྒྱབ་ད་
བླམ་ཆོས་པ་རྩ་དང་ དད་ལྷན་སྤྱིན་བདག་རྩ་ཡང་ གནམ་མེད་ས་མེད་ལ་ཁག་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གཡུས་
ཁའི་མི་སྟེའི་ཀཔོ་གིས་འབད་རུང་ སྟོལ་འཛིན་གྱིས་འབད་རུང་ ས་གནས་འདི་ཁར་ལོ་ལྷར་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་
སའི་ གནས་ཁང་ཅིག་ངེས་པར་དུ་དགོཔ་སྟེ་ གཡུས་ཁའི་གཙོ་འཛིན་བླམ་གིས་བཤད་ཡོད་པའི་ཁར་ ཞིབ་
འཕྲིམ་པ་གིས་འབད་རུང་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ་པའི་འོས་འབབ་ ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཡོད་པ་ལས་ མི་སྟེའི་འགོ་
འབྲིད་པ་ཀཔོ་གིས་ཐབས་ཤེས་སྟོན་དགོཔ་འདུག།

དན་གསོ།

ཕུད་ཕྱོགས་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་སྟེ་མེད་པ་ཨིན། གསོལ་ཁ་དང་གསེར་སྐྱེམས་རྩ་ ཕུལ་ཆར་
ཞིན་ན་མཇུག་ལུ་ འདོད་གསོལ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ ཆོག་གི་འདོན་པ་འདོན་སྟོལ་ཡོད་མི་ལུ་ ཕུལ་མཇུག་བཙན་
ཟེར་སྐབ་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ ཕུད་ཕྱོགས་བཙན་ཟེར་ ཟུར་ཉམས་སྟེ་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ ཁམས་དྭངས་བླམ་ཡེ་
ཤེས་དོ་རྩེ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

གཙོ་འཛིན་བླམ་ ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ། ཤ་ལི་ ཀཔོ།

༡ བཅན་མཁར་བྲག་བཅན་དམར་པོ།



རྫོང་ལུལ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེ།

གཞི་བདག་མཚན། བཅན་མཁར་བྲག་བཅན་དམར་པོ།

ས་གནས། ལམས་དྲངས།

ལྷ་ཁང་། ཤ་ལི་ལྷ་ཁང་།

གེད་འོག་ ལམས་དྲངས།

བསྐྱེན་མི། ལམས་དྲངས་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་དང་ རྫོང་ར་བའི་གཡུས་སྤྱིའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
ལོ་ཐོག་བཏབ་ རན་མ་ད་དང་ ཆར་ཚུ་རེ་དགོ་པའི་སྐབས་ ཆར་པ་བཅད་དགོ་པ་རེ་
ཐོན་འབད་མ་ད་ རྫོང་གི་ར་བ་དེ་ཁར་ འགྱུ་ཞིན་ན་ མཚོད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ གསོལ་མཚོད་ཕུལ་བའི་སྐབས་སྤོན་འདེབས་
རྒྱབ་མི་ལས་བརྟེན་ རྒྱན་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཏེ་ ནད་ཡམས་མུ་གེ་
མེད་པར་ དགའ་སྦྱིད་གྱི་རང་ལུ་གནས་ནི་འདི་ཡིན། གཙོ་འཛིན་གྱིས་བཤད་དོ་བཟུམ་
འབད་བ་ཅིན་ ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཟེར་མི་འདི་ སྤོན་བྱོན་གོང་མས་
འགོ་བ་མི་དང་སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་གཞོད་པའི་ བསམ་པ་སྤངས་ཏེ་ ཕན་པའི་གོགས་
སྤེ་བསྐྱོས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཅུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ ཕན་པའི་
སྐབས་ མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྤེ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

བཙན་ཁར་བྲག་བཙན་དམར་པོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་གཙོ་བོ་ རྫོང་ར་བ་ཟེར་སྔོན་དང་ཕུའི་ཁྱིམ་ཤུལ་ཅིག་
ཡོད་པ་ཡིན། མ་གཞི་འདི་ནང་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ སྔོན་དང་ཕུ་གཡུས་ཁའི་མི་ཕུགས་པོ་དང་ གོ་ཤེས་ཉན་
ཤེས་ཅིག་གི་ ཁྱིམ་ཤུལ་ཡིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག། འདི་གི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མི་ག་ཡང་མིན་འདུག། སྔོན་
དང་ཕུའི་རྫོང་ར་བ་ཡིན་ཟེར་ སྤྲེའི་ནི་ཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་ལོ་རྒྱུས་ ཉ་གོ་མི་ག་ཡང་མིན་འདུག། གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་ཤ་ད་ ས་གནས་འདི་ཁར་འགྱུ་ཞིན་ན་ མཆོད་དོ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་འདི་ཁར་བཙན་
ཆགས་ཏེ་ ཡོད་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



བཙན་མཁར་བྲག་བཙན་དམར་པོའི་ཕོ་བྲང་གི་ཆགས་གནས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོད།

བྲག་བཙན་ཟེར་དེ་སྤེལ་བྲག་ས་བཞག་ཡོད་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ སྐྱུ་འབྲ་དང་ལྷེབས་ངེས་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་
མེད་པ་མ་ཆད་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་ ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་
འདི་བྲག་བཙན་ཡོད་ཟེར་ རྣམ་ཏྟག་བཙུགས་བཞག་ནི་ཅིག་ལས་ གཞན་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གི་སྒོར་ལས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། སྔོན་དང་ཕུ་ལས་རང་མཆོད་སྔོན་འདུག་ཟེར་བ་
ཅམ་མ་གཏོགས་སྒྲམ་དེ་གིས་གཞི་བཙུགས་ཅུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
དམ་བཞག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་ སྔོན་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྔོན་ཡོད་མི་འདི་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་རྒྱན་མ་ཆད་པར་
གསོལ་ཏེ་རང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ རང་ལྷ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ནང་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་སྟེ་ མི་
སེར་དམངས་ལས་ བསྐྱ་སྒྲང་འབད་ཞིན་ན་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་མི་སེར་ཚུ་ཡང་ རང་རང་སོ་སོ་གིས་སྔོན་
འདེབས་རྒྱབ་སྟེ་ ལོ་ཕུགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ཤིང་ཆར་ཚུ་ ཅུས་སུ་འབབ་ བད་ཡམས་མུ་གེ་ཚུ་འབྱུང་མ་བཙུག་
ཟེར་ རི་བསྐྱམས་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་ཁ་ཕུལ་ཆར་བའི་ཕྱིན་ཆད་མི་ག་ཡང་རི་ཁར་འགྱུ་མི་ཆོག་པ་ཡིན།
ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ ཁོ་ལུ་ཨ་རྟག་ར་ཕུལ་སྔོན་ཡོད་པའི་ གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ཐུགས་མ་མཉེས་པར་ ན་
ནི་དང་ཆ་ནི་དེ་ལས་ གཡུས་ཁ་ལུ་ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ ཚུ་རུད་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཡིན་མ་ལས་
གསོལ་མཆོད་དེ་ ལྷ་བུ་རང་ཕུལ་སྔོན་ཡོད་མི་འདི་ བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དེ་དོན་ལས་ ལོ་ཨ་རྟག་རང་འབད་
དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྤྱིར་བཏང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཁམས་དྲངས་ སྒྲམ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ།

ཁམས་དྲངས་ བཞོ།

༡ ཤ་རང་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་མཚན། བཙན་མཁར་བྲག་བཙན་དམར་པོ།

ས་གནས། ལམས་དྲངས།

ལྷ་ཁང་། ཤ་ལི་ལྷ་ཁང་།

ཆེད་འོག ལམས་དྲངས།

བསྐྱེན་མི། ལམས་དྲངས་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་དང་ རྫོང་ར་བའི་གཡུས་སྒྲིའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
ལོ་ཐོག་བཏབ་ རན་མ་ད་དང་ ཆར་ཚུ་རེ་དགོ་པའི་སྐབས་ ཆར་པ་བཙན་དགོ་པ་རེ་
ཐོན་འབད་མ་ད་ རྫོང་ར་བ་དེ་ཁར་འགྱུ་ཞིན་ན་ མཚན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ།

མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་བའི་སྐབས་སྒྲོན་འདེབས་
རྒྱབ་མི་ལས་བརྟེན་ རྒྱན་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཏེ་ ནད་ཡམས་ལུ་གེ་
མེད་པར་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་གནས་ནི་འདི་ཡིན། གཙོ་འཛིན་གྱིས་བཤད་དོ་བཟུམ་
འབད་བ་ཅིན་ ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཟེར་མི་འདི་ སྔོན་ཕྱོན་གོང་མས་
འགོ་བ་མི་དང་སེམས་ཅན་ག་ར་ལུ་གཞོད་པའི་ བསམ་པ་སྤངས་ཏེ་ སན་པའི་གོགས་
སྤེལ་སྒྲོས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ སན་པའི་
སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྤེལ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལམས་དྲངས་ཆེད་འོག་གཡུས་ཚན་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ལུ་ ཤ་རང་
བཙན་ཟེར་མི་ཅིག་ལུ་བསྐྱེན་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་
འདུག། དེ་ཡང་ ཤ་རང་བཙན་དེ་ལུ་ དམིགས་གསལ་གྱིས་
མཚན་སྒོལ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ སྤྱིར་བཏང་



འབད་སྲོལ་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིག་ཐོག་ལུ་མདོར་བསྡུས་སྟེ་བཀོད་པ་ཅིན།
 ཁམས་དངས་གཡུས་ཚན་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཐོག་བཟབ་ རན་མ་ད་དང་ ཆར་ཚུ་རེ་དགོ་པའི་སྐབས་དང་
 ཆར་པ་བཅད་དགོ་པ་རེ་ཐོན་འབདཝ་ད་ སྤྱོད་དང་ཕུ་ལས་བསྟེན་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ཡུལ་བཅན་ཅིག་ཨིན་པས།
 བཅན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་བཤད་ནི་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ སྤྱིར་བཏང་
 གི་ལོ་རྒྱུས་འབད་བ་ཅིན་ ཁམས་དངས་གཡུས་ཚན་གྱི་གུ་ལུ་ཕུ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ཡུལ་བཅན་དེ་གནས་ཏེ་
 ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཕུ་འདི་གིས་དབང་བའི་ཁམས་དངས་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་ལོ་ལྟར་
 ཨ་རྟག་ར་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ལཱ་ ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཤ་རང་བཅན་དེ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་
 ཨིན། དེ་ལས་ ཨ་ལོ་གསར་སྤྱོད་ཚུ་ཡང་ གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ལྟ་ཁང་དེ་ནང་ ཤ་རང་བཅན་ལུ་གསོལ་
 མཆོད་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། སྐྱུ་མདོག་ཕུག་མཆོན་གྱི་སྒོར་ལས་ ངག་ཐོག་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་
 མ་ཆད་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་འབད་རུང་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་
 བཀོད་དེ་མེད་པ་ཨིན།



ཤ་རང་བཅན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ཀྱི་པར་རིས།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བའི་སྐབས་ སྟེ་བརྒྱད་གསེར་སྤྱོད་མས་དང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཚུ་འདོན་ཞིན་ན་ གནང་དོ་
 ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་གྱི་ནུམ་པ།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྤྲོན་དང་ཕུ་ལས་རང་ ས་གནས་
འདི་ཁར་ ཡུལ་བཙན་དེ་སྤེལ་གསལ་སྤྱོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་མ་གཏོགས་ སྐྱུ་འབྲ་དང་ལྷེབས་རིས་སོགས་ག་ནི་
ཡང་མིན་འདུག།

དམ་བཞག་

དམ་བཞག་དམིགས་གསལ་སྤེལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ སྤྲོན་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་མང་ཤོས་རང་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་བའི་སྐབས་ བཙན་དེ་ཚུ་ཡང་
བཀའ་དབང་ལུ་བསྐྱུ་ཡོད་པ་སྤེལ་བཤད་ནི་འདུག།

བཙན་གསོ།

ཤ་རང་བཙན་དེ་ ཁམས་དངས་གཡུས་ཚན་ལུ་བསྐྱེན་ནི་འདུག། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ལུ་ སྤྲོད་ཆོགས་ཆེད་
འོག་དང་ ཁམས་དངས་ཆེད་འོག་གི་ མ་འབྲམ་ཙམ་མ་གཏོགས་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་གཅིག་མ་གཏོགས་
སོ་སོ་མིན་འདུག་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན།

འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

གྲུ་མ་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེ་དང་ ཡ་ལང་ཆེད་འོག་གི་ཆ་པོ།

༤ ལྷ་བཏང་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ།



སངས་རྒྱལ་སྤྲོད་དགོན་པ།

གནས་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལྷ་བཏང་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ།

ས་གནས། སྐང་མཁར།

ལྷ་ཁང་། སངས་རྒྱལ་སྤྲོད་དགོན་པ།

ཆེད་འོག་། གཡང་ཅེ།

བསྐྱོན་མི། སྐང་མཁར་དང་ སྤྱི་ཅན་གྱི་གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ གནས་སྐབས་ཀྱི་བར་ཆད་སེལ་
བའི་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ ག་ར་གིས་ལོ་ཆོག་དང་རིམ་གྱོ་འབད་བའི་
ནམ་དུས་ལུ་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་བསྐྱོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ རྒྱུན་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འགྲོ་བཅུག་
ཟེར་བའི་སྐྱབས་ལུ་ནི་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ཆར་ཆུ་དུས་སུ་བབས་སྟེ་ ལོ་ལྷུགས་ལེགས་
ཤིང་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་རང་ལུ་གནས་བཅུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་སྟེ་ སྐྱབས་ལུ་ཕ་
ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཁྱུ་བཏང་མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ་དེ་ སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ ས་གནས་སྤང་མཁར་གྱི་ཡུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་རུང་ རྩལ་
མ་ལས་ སྤང་མཁར་ལས་ འབྲོག་འགྲོ་འགྲོ་ཕ་ཡིན་མེ་བཤད་ནི་འདུག། གནས་སྤངས་ ག་ཅི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
དེ་སྟེ་འབྲོག་དགོས་ཐོན་ཅུག་ག་ ཟེར་བ་ཅིན་ སྤང་མཁར་གྱི་གནས་བདག་གཙོ་བོ་ཤམ་བྲང་བཙན་ཆེན་དང་
གཡག་ལམ་ཞོར་བུ་རྒྱལ་མོ་དང་ ཉེ་ལམ་ཁྱུ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ་ལ་སོགས་པ་རྩ་དང་ འགྲིག་མ་ཚུགས་པར་བྱུང་ཏེ་ ས་
གནས་གཞན་ཁར་བྲོག་འགྲོ་འགྲོ་ཕ་ཡིན་ཟེར་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་དེ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། ཐུམ་བྲང་བཙན་ཆེན་
གྱི་གསང་ཡུམ་ཡིན་མེ་བཤད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། མ་གཞི་སྤྱིར་བཏང་ འཇིག་རྟེན་གཏམ་དཔེ་ལས་ ལྷ་འབྲེ་མི་
གསུམ་སྦྱོད་ལམ་གཅིག་ ཟེར་སྤྲེལ་སྟོན་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཐུམ་བྲང་བཙན་ཆེན་དེ་ ས་གནས་སྤང་ཞང་གི་ཡུལ་
བཙན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ སྤང་ཞང་ཡུལ་བཙན་ཐུམ་བྲང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལུ་ཡང་དུམ་ག་རེ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁྱུ་བཏང་མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ་དེ་ ས་གནས་གཞན་ལུ་དབང་མི་གི་བཙན་ཆེན་གྱི་ གསང་ཡུམ་
ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤང་མཁར་གྱི་བཙན་གཞན་རྩ་དང་མ་འགྲིག་མི་འདི་ རྒྱུ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་འོང་
ནི་བཟུམ་ཅིག་འདུག།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ་དེ་གི་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ ལོགས་སུ་སྟེ་བཤད་ནི་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་
བྲམ་ཆོ་དབང་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཐད་ཁར་ སོ་སོ་ཅིག་མི་འོང་ནི་
བཟུམ་ཅིག་འདུག་ ག་ཅི་འབད་ཟེར་བ་ཅིན་ གསོལ་ཁ་ཐུལ་བའི་གནས་སྐབས་ ཆོག་ཁ་བསྐྱར་སྟེ་གཏང་ནི་
ཅིག་མ་གཏོགས་ གསོལ་མཚན་གྱི་གཞུང་ དཔེ་ཆ་གཅིག་རང་འབད་ནི་འདི་གིས་ སོ་སོ་ཅིག་མེད་པ་སྟེ་
བཤད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གི་འབྲུག་ཀླུལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་ ཡུལ་བཅན་མང་ཤོས་ཅིག་རང་ སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་ཚུན་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་འོག་ལུ་ གནས་མི་ཙང་ཙང་ཡིན་མ་ཚད་ ལྷག་པར་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གི་ས་གནས་ཁ་ལུ་ ཀྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ ལོ་གངས་སྤེམ་བཞུགས་རུང་ ཟླ་བ་གསུམ་དེ་རེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ཡིག་ཆ་ཚུའི་ནང་ལས་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གི་ ལྷ་སྤྱན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ ག་ར་དམ་ལུ་བཏགས་ཏེ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་སྤེམ་མང་ཤོས་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྤེམ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གྲུ་བཏང་མཚོ་སྤན་རྒྱལ་མོ་ཡང་ དེ་སྤེམ་ཡིན་མ་ལས་ ཐེ་ཚོམ་ཆགས་དགོཔ་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ཚུན་རིན་པོ་ཆེའི་ནམ་འཕྲུལ་ གཏེར་སྟོན་རྩྭ་གླིང་པ་དང་ སངས་རྒྱུས་གླིང་པ་ བད་མ་གླིང་པ་སོགས་ཀྱིས་ སྤྱིར་ཡང་ གཡང་ཅེ་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཡུལ་བཅན་ཚུ་ དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ལས་ ཡུལ་བཅན་དེ་ཡང་ འདི་གི་གས་ཁར་རྒྱུད་ནི་ཨིན་པས་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཚན།

མ་གཞི་ཡུལ་བཅན་དེ་ སྤྱང་མཁར་ལས་འབྲོག་ཡར་སོང་པ་ཨིན་རུང་ གྲུ་བཏང་མཚོ་སྤན་རྒྱལ་མོའི་གསོལ་ཁ་དེ་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་སྤེམ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཁོ་རའི་ནང་ དོག་ལུ་ག་དེ་སྤེམ་ཨིན་རུང་ གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ངོ་བོ་ལུ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་མཛད་ནི་ལུ་ བན་ཐོགས་སྟོམ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྟོན་མ་མོ་རང་ས་གནས་འདི་ཁའི་ ཡུལ་བཅན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་ནི་འདི་ བཀོ་མ་བཞག་པར་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ ལོ་ཚོག་རིམ་གྲོ་ག་ཅི་བཏང་རུང་ མཚོ་སྤན་རྒྱལ་མོ་དེ་ཡང་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

དན་གསོ།

སྤྱང་མཁར་སངས་རྒྱུས་སྟེང་ དགོན་པ་ལུ་ཡུལ་བཅན་གནས་བདག་གཞི་བདག་ ལཱ་དེ་ཅིག་གི་གསོལ་མཚན་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ ཨིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ག་ཅིག་མ་གཏོགས་ སོ་སོ་མེད་པ་ཨིན།

རྒྱལ་རྒྱུ་ཡིག་ཆ།

ཡིག་ཆའི་རྒྱལ་ཁྲུང་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་མེད་པ་ཡིན།

བཀ་ཤིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་ཁག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ལོ་རྒྱུས།

གཞི་བདག་རྒྱལ་ཕུའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྐང་མཁར་སངས་རྒྱས་སྟེང་ སྐམ་ཆོ་དབང་དང་འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ཡོད་པ་ཡིན།

གཡང་ཅེ་ཆེད་ལོག། (༡༩)
 ༡ ར་བྲག་པ།



ཁུ་སྒོམ་དགོན་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ར་བྲག་པ།

ས་གནས། སྐས་གླིང་།

ལྷ་ཁང་། སྐས་གླིང་ཁུ་སྒོམ་དགོན་པ་དང་ རིན་ཆེན་སྒང་།

བསྟེན་མི། སྐས་གླིང་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་ལོག་གྲང་གངས་བརྒྱུ་ལྷག་ཙམ་དང་། སྐམ་མཁར་སྤྱི་ལོག་
 ལས་ གྲང་གངས་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཙམ་དང་། ཁྲོམ་སྤེ་གི་མི་སེར་གྲང་གངས་སུམ་རྒྱ་
 ལྷག་ཙམ་ གནད་ཡང་ སྐན་ཁང་ནང་སྐམ་མཁར་མིའི་ཨ་ལུ་ཚུ་ སྐམ་བཙན་དེ་ལུ་བསྟེན་
 དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། རིན་ཆེན་སྒང་ལྷ་ཁང་། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་གསར་པ་
 དང་། སྐས་གླིང་ཁུ་སྒོམ་དགོན་སྤེ། སྐམ་མཁར་མདོ་སྤགས་ཆོས་གླིང་དགོན་སྤེ་ ཚུ་
 རང་གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་བདུབ་བདུབ་སྤེ་སྤེ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ལ།

སྤྱིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ཡུན་དུ་གནས་ཤིང་ནད་ཡམས་ཟུ་གེ་ནི་ནིང་
ཆར་ཚུ་དུས་སུ་བབས་ཅིང་ ལོ་ལྷུགས་རྟག་དུ་ལེགས་ཤིང་ ཡུལ་ཁམས་འདི་ནང་
ནམ་ཚམས་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་གནས་ཐབས་སུ་ དགོན་
སྐབས་ལུ་ཨིན།



ར་བླ་པ།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

འིན་ཆེན་སྐར་གྲོང་ངམ་བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ རྫོང་གི་གཡོན་ངོས་ན་ ཤིང་ནགས་དང་ས་བྲག་སྒྲིན་ཆལ་མཆོའུ་
བརྩེད་ལ་རམ་པའི་ནང་དུ་ བདུད་བཙན་གཉེན་པོ་ སྐུ་མདོག་ནག་པོ་རྒྱ་གར་ཨ་ཙ་འའི་ཆས་ཅན་ དབུ་ལ་དར་
གྱི་ལ་ཐོད་དཀར་པོར་བཅིངས་པ་ཕྱིན་ལས་ གང་འདུལ་གྱི་གཟུགས་སྟོན་ནས་ཕྱག་མཆན་རྟོ་བའི་མཆོན་ཆ་སྐྱ་
ཆོགས་འཛིན་པ། དབྱེས་ཆེ་འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་ཀྱང་སྟེར་བའི་ཞོར་ལྟ་དང་། ཁྲོས་ཆེ་མི་ནག་ར་མགོ་ཅན་
དང་ སྲིན་བྱ་འུག་པའི་མགོ་སོགས་མི་སྐྱུག་པའི་གཟུགས་སྐྱ་ཆོགས་སྐུལ་ནས་ རྒྱུང་ནག་གསེབ་ནས་ཉམས་པའི་
སྲོག་དབུགས་ལེན་ཅིང་ བདུད་གཉེན་རིགས་བསྐྱར་ནས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། བྲག་དེའི་སྟེང་དུ་འམ་འོག་ལུ་
གཞུང་ལམ་ལས་མི་གཅིག་ཕྱར་མཆན་མོར་སྐྱག་ནས་འགོ་མི་ཕོད་པ་དང་། གལ་ཏེ་ འགོ་དགོས་ན་འང་ མཆན་
མ་ངན་པ་མཐོང་བ་དང་། ར་སྐད་བཏོན་པ་དང་། སྲིན་བྱ་འུག་པའི་སྐད་དང་། རྒྱགས་སྐུ་འབོད་པ་དང་། རྒྱུང་
ནག་གསེབ་ན་ རྟོར་སྐུ་འབོད་པ་དང་། བྲག་དེའི་ཤིང་སོགས་གཙོད་མི་རུང་ཞིང་ མི་འགའ་ཞིག་གི་དགོས་
མཁའི་དབང་གིས་ཤིང་སོགས་བཙད་ན་ རང་ཉིད་ལ་མཆོན་ཆ་ཕོག་ནས་མནར་བ་དང་། མི་ལམ་ནང་དུ་རྟགས་
སོགས་ ངན་པ་མཐོང་བ་དང་། ཡང་ལུང་པ་ལ་ལྟས་ངན་པ་དང་ མཆན་མ་ངན་པ་རེ་བྱུང་བའི་ཆེ་ ས་སྟོལ་བ་
དང་ བྲག་ཞིག་པ་དང་། རང་ཐག་ཆེ་བ་ལ་བྱེ་ནས་མཐོང་བ་དང་། སྐུལ་ནག་པོ་མཐོང་བ་དང་། སྒྲ་གཟུང་ནས་
གཉིད་མི་སྟེར་བ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སྐས་གྲིང་སྟོབ་གྲའི་ལམ་སེལ་སྐབས་སུ་ (རྒྱ་གར་༡༩༥༥ལ་
ལས་འགུལ) གྱི་ལཱ་འབད་མི་རྣམས་ཀྱང་ འདི་སྐར་གཞི་བཙགས་ཏེ་སྟོད་པའི་སྐབས་སྟོད་སྐར་རྣམས་མེ་རྒྱེན་
ཤོར་ཏེ་ ཐམས་ཅད་འཆོག་སོང་བས་ དེའི་འགྲམ་དུ་ སྟོད་མི་སྟེར་བར་རྒྱ་གར་རེ་རེ་གཉིས་སྟོན་པ་ཡང་འགྱུར་
ཏེ་ ས་གནས་གཞན་ཁར་སྟོ་སྟེ་སོང་དགོས་པར་མཐོན་ཡོད་པ་ཡིན། བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་གསར་བཞེངས་
པའི་སྐབས་སུ་ མི་རིགས་རྣམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་སྟོད་དེ་ མི་དམངས་ཀྱི་གསང་སྟོད་ཡོད་ཀྱང་ བྲག་དེའི་ཐོག་དུ་
བཅོས་ནས་ མཐའ་འཁོར་གྱི་ཤིང་སོགས་ཀྱང་བཙད་ཡོད་པས། ད་ལྟ་ཁྲོམ་སྟེ་ནས་རྒྱའི་གཡུང་བ་ ནངས་ཆེ་
བྲག་དེའི་འོག་ནས་ ས་བྲག་འཛུབས་ཅན་རྣམས་སེལ་ཀྱང་ སྟོན་མ་ལྟར་ལྟས་ངན་པ་དང་འཛུབས་ཅན་དེ་ཙམ་
ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མིན་འདུག། ད་རེས་ ཨ་རྟག་ར་སྟོད་མི་རྒྱ་ལུ་དབང་ཁྱད་རྒྱུད་པའི་མི་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ལུ་
བར་ཆད་འོང་སྟོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། ར་བྲག་གནས་པའི་བྱ་དང་ སྐྱི་ཅན་བྲག་དམར་ལའི་གནས་པའི་བྱ་མོ་
གཉིས་གཉིན་རྒྱབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ གཞི་བདག་གསོལ་མཆོད་སྐབས་སུ་ སྔོན་མའི་ལུགས་སྒོལ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ གཞི་བདག་ལུ་སྤུལ་རྒྱའི་ཡུད་ཆང་རེ་ དེས་པར་དུ་བཙོ་དགོཔ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ ལོ་རེར་ཆོས་སྤྱང་གསོལ་སྐབས་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་ཡུད་ཆང་ བཙོ་མ་དགོ་པར་བསངས་དང་གསེར་སྦྱིམས་དར་ཤིང་གསུམ་ སྟོང་བྲག་ཕྱོགས་སུ་མ་གཏོགས་ ཁག་སོ་སོར་འབུལ་མི་དགོས་ཤིང་ དམར་མཆོད་སོགས་སྤར་ནས་སྤུལ་བའི་ལུགས་སྒོལ་མེད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་སྤུལ་བ་ཅིན་གཞོན་པ་བྱུང་བའི་སྐོར།

སྤར་ནས་ད་བར་དུ་ཡང་ སྤམ་གླིང་དྲུང་དཀར་ཆོས་གླིང་གཡུས་ཚན་ལུ་ ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱིས་རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ཆོས་༡༥ལུ་ ཏྲག་པར་མི་མང་ནས་བསྐྱ་བྱ་ཐབས་ཏེ་ ལོ་ཐོག་གི་རིམ་གོ་ལུ་དམིགས་ཏེ་ གཡུས་མཚུག་ལས་ཡར་ ལོ་རེ་ལུ་སྦྱིན་བདག་ཙུ་བ་རེ་ཁྱིམ་བཟུང་སྟེ་ གཡུས་སྐོ་བར་དམིགས་བསལ་དུ་ རྒྱ་གླིང་ཐུགས་སྐབ་ཡང་སྟིང་འདུས་པའི་ལས་བྱང་དང་། བཀའ་སྤྱང་དམ་ཅན་སྟེ་བདུན་གྱི་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ། འཛམ་གླིང་གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁ་ཟེར་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ མ་ཉམས་སྤར་སྒོལ་བཞིན་སྤུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་ཁ་མ་སྤུལ་བ་ཅིན་གཞོན་པའི་ལོ་རྒྱུས། སྔོན་མ་སྟོབ་དཔོན་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱུ་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བའི་སྟོབ་དཔོན་ཞིག་གིས་ རྟ་གླིང་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ་དང་གཞི་བདག་ གསོལ་ཁ་གནང་སྐབས་སུ་ ཆོ་ག་འགོ་བཙུགས་ནས་ཉིན་མ་ཆང་གིས་ར་ཟི་ནས་ཉལ་སྟོད་ཡོད་པ་ལས་ ཉིམ་རུབ་རན་ཁར་གཏོར་མ་ཚུ་ ཁྱིམ་ཐོག་ཁར་བཞགས་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ འ་ནི་གི་ཆོ་རུབ་མོ་ ས་གནས་གན་ཞིང་ཟེར་ས་ལས་མར་ རྒྱ་རུད་འོང་ཏེ་ ལོ་ཐོག་ག་ར་རྒྱ་རུད་གྱིས་འབག་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྤུལ་ཤ་ལས་བརྟེན་ དེ་གི་ཆོ་འཕུལ་ཨིན་མ་འོང་ནི་མས་ཟེར་བའི་དོགས་པ་ཆགས་ཏེ་ དེ་གི་ནངས་པར་ ཆོ་ག་སྤྱར་ལོག་ནས་གནང་དགོཔ་ཐོན་པ་ལས་ འ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་པ་ཅིག་གི་གོང་ལས་ཨིན་པ་ལས་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ བསྐྱང་གསོ་དང་གཞི་བདག་གསོལ་ཁ་མ་སྤུལ་བ་ཅིན་ མི་ལུ་ན་ཚ་དང་བར་ཆད་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལོ་ཐོག་ལུ་ཡང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་གཞོན་པ་བཀའ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལས། མི་ཚུ་ཡར་སྤུ་ལུ་འགྱུ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་ལུ་སད་དང་སེར་བའི་ཉེས་སྦྱོན་ཆེན་པོར་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མི་ཚུ་འགྱུ་མི་ཆོག་དོ་ཡོད་པ་ད་ ག་དེམ་སྟེ་འགྱུ་ས་མཐོང་པ་ཅིན་ ཁ་ཉེས་དང་ཉེས་ཆད་ཚུ་བཀའ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

འབྲེལ་ཡོད་ལོ་རྒྱུས།

བྲག་ཅུ་གསལ་སྤྲུགས་ཆོས་གླིང་ངམ་ ཡོངས་གྲགས་སུ་རྒྱ་སྐོམ་དགོན་སྡེ་ དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་བདག་བྲག་བཙན་
ཆེན་པོ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་ཟེར་ཡོད་རུང་ དམིགས་གསལ་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ གསེར་
སྐྱེམས་དཔེ་ཆའི་ནང་ལུ་ བྲག་ཅུ་དོར་རྒྱལ་ཟེར་ཆོག་དེ་རྒྱུད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ལོགས་སུ་ག་
ནི་ཡང་བཤད་དེ་མེད་པ་ཡིན། གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ རྒྱ་སྐོམ་དགོན་སྡེའི་ཨ་ཁི་འཁོར་དཔོན་
ཞིང་གཤེགས་ཐུགས་རྟེན་ལྷ་མོ་ དགུང་གངས་དགུ་ཅུ་གོ་བདུན་བཞེས་མིའི་ཞལ་རྒྱུད་དང་། ཡུལ་མི་རྒན་ཤོས་
ལས་གཏམ་རྒྱུ་རྒྱ་ཆུ་ཞིབ་པར་དཔུང་དེ་ སྤུས་གླིང་གཙོ་འཛིན་ ཆོ་རིད་དོ་རྩེ་ནས་ ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་ཏེ་བེན་བྲིས་
སུ་བཏབ་པ་དེ་ སྤར་ཡང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལོ་ལོར་ སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག་སྤེལ་ཡོངས་འབྲེལ་སྤོལ་ཁང་གི་
མདོ་ཆེན་གྱི་བཀའ་བཞེན་ཞིབ་འཛུལ་པ་ དོ་རྩེ་ཆོ་རིད་གིས་འབྲེལ་བཤུས་ཏེ་ཁྱེད་དག་འབད་དེ་བྲིས་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་བདག་འགོ་བའི་ལྷ་སྤུང་ནམས་ཇི་ལྟར་བྱུང་རྒྱལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

སྤྱེས་པ་མེད་པ་རྒྱ་མཚོའི་གློང་ལས་འཁྱུངས། སྤྱེ་འཆི་རྒྱུ་ཆད་གཞོམ་མེད་དོ་རྩེའི་སྤྱ། །རིག་ཅུལ་དབང་ཐོབ་
འགོ་བའི་རེ་འདོད་བསྐྱང་། །བདེ་གཤེགས་ཀུན་འདུས་སྤྱེལ་བྱུག་འཛུལ་ལོ། །མངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་སྤོབ་དཔོན་
ཆེན་པོས་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ འཛམ་གླིང་ས་གཞི་རྟ་མིག་ཙམ་ཡང་མ་ལུས་པར་ཞབས་ཀྱིས་བཙག་སྟེ་ ལྷག་
པར་རྒྱ་གར་བལ་ཡུལ་ཁ་ཆེ་རྒྱ་ནག་ལྷོ་མོན་སོགས་ཀྱི་འབྲེ་སྤོབ་ནམས་བདུལ་ཞིང་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་
བསྐྱུངས་ཤིང་འགོ་ཁམས་བདེ་ལ་བཀོད་པས་ཁ་བ་ཙན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཆངས་པ་ལྷའི་མེ་ཏྲོག་གིས་སྤྱན་དངས་ནས་
ལྷ་སྤོབ་གཏུག་པ་ཙན་རྒྱུ་བདུལ་ཞིང་ བོད་ཡུལ་ལྷན་པའི་སྤྱུག་ཏུ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་
གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོར་ རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཙས་པ་བཞེངས་ཤིང་ བོད་ཀྱི་བྲིས་པ་ནམས་འཕགས་ཡུལ་ཏུ་
མཛངས་ཤིང་མཁས་གྲུབ་ཏུ་མའི་ཞབས་ལུ་གཏུགས་ཅིང་ ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྒྱ་གཞི་རྒྱ་ཆོས་གར་བོད་ཏུ་གདན་
དངས་ཏེ་ བོད་རྒྱུད་ལུ་བསྐྱུར་ཏེ་ སྤོབ་པའི་བསྟན་པ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་དོ་བཟུམ་སྟེ་མཛད་ཞིན་ན་ ལུ་
རུའི་ཐུགས་སྤུས་གངས་ཙན་གྱི་ལྷོངས་ལུ་ ཉི་ཟླ་ལྟར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྷ་དང་གྲུབ་ཐོབ་རྒྱུ་
རང་རང་སོ་སོའི་བཀའ་བབ་དང་ལྷན་པའི་དབང་བསྐྱུར་ཞིང་ སྤོབ་རྟུགས་བརྟེས་ནས་ མ་འོངས་གཏུལ་བྱར་
དགོངས་ཏེ་ ཆོས་ལོར་གཏེར་རིགས་བཙོ་བརྒྱུད་སྤོབ་ལམ་གཏད་རྒྱ་དང་བཙས་ གཏེར་ལུ་སྤུས་ཏེ་ གཏེར་སྤུང་
གཞི་བདག་རྒྱུ་ལུ་གཏད་དེ་ མཐར་སྤོབ་པའི་གཏུལ་བྱར་དགོངས་ཏེ་སྤོབ་རྒྱུ་ལམ་གླིང་ལུ་བྱོན་ཡོད་པ་ཡིན།

སྔོན་ཆོ་སློབ་དཔོན་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པལ་ཐོད་ཕྱེད་ཅུལ་གྱིས་ མ་འོངས་པའི་གདུལ་བྱར་དགོངས་ཏེ་ ཆོས་ནོར་
 གཏེར་རིགས་བཙུ་བརྒྱུད་རྣམས་གཏེར་དུ་སྤྲུལ་ཏེ་ གཏེར་སྤྱང་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་གཏེར་དུ་གཏད་པ་རྣམས་
 སྔོན་གྱི་ལུང་བསྟན་དང་སྔོན་ལམ་འབྲེལ་བའི་གཏེར་སྔོན་རྣམས་རིམ་པར་བྱོན་ནས་ གཏན་ལ་འབེབས་སྐབས་སུ་
 གཏེར་སྤྱང་གཞི་བདག་ཚུ་གིས་ཡང་ སྔོན་གྱི་ཐ་ཆོག་དཔྱད་ཏེ་གོགས་མཛད་ཅིང་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལུ་བར་
 དུ་གཙོད་པ་རྣམས་མིང་མེད་དུ་བསྒྲུལ་ཞིང་ བསྟན་པ་སྤྱང་བར་ཁས་སྤྲངས་དམ་དུ་བཞག་པ་དང་། གཏེར་སྔོན་
 ཆེན་པོ་རྩ་གྲིང་པ་དང་། ལས་འཕྲོ་གྲིང་པ། ཤེས་རབ་མེ་འབར། པལ་གྲིང་པ་སོགས་ལ་ཡང་ གྲུབ་པའི་བར་
 ཆད་སྤྱང་བ་དང་། ཁྱད་པར་གྲུབ་དབང་བྱང་རྒྱབ་རྒྱལ་མཚན་ནམ་(བོ་རྟི་རྟི་ཇ་)ལུ་ཡང་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་
 བསྟན་ནས་ མཆོག་ཐུན་སྦྱབ་པ་ལུ་ བར་ཆད་སྤྱང་ཤིང་རྒྱབ་རྟེན་སྤོང་གོགས་གཡེལ་བར་མེད་པར་འབདཿ་ལས་
 དཔེ་ཆ་ཡང་མཛད་གནང་ཡོད་པ་ལས། ཡུལ་ཁམས་སྤྱི་དང་ ལྷག་པར་ བདག་ཅག་སྦྱབ་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་
 ཉེར་འཆོ་ཞི་ཞིང་ ཐིན་ལས་རྣམ་པ་བཞི་གང་ལ་ཡང་ཐོགས་པ་མེད་པར་ ནམ་མཁའི་སློག་ལྷར་ ལྷུང་ཞིང་
 འབད་པ་མེད་པར་རང་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་ ནག་ཚུགས་བདུད་རིགས་རྣམས་བཙུག་ཞིང་ དཀར་ཚུགས་
 སྤྱང་ཞིང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ མགོན་དང་དཔུང་གཉེན་དུ་མཛད་དེ་གནས་འདི་གི་གཞི་བདག་སྤེ་བསྐྱོས་
 གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཇོ་བོ་རྒྱལ་མཁའ་བཙུན་དཀར་པོའི་འཇམ་ལ་ཐིན་ལས་ལྷུང་སྦྱབ་མ།
 སྤེལ་གྲིང་གཙོ་འཛིན་ཆོ་རིང་རྗེས་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་བྲིས།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤེལ་གྲིང་གཙོ་འཛིན་སྤྲུལ་ ཆོ་རིང་རྗེ་ཤེ།

¹ དཔལ་རི་དགོན་གྱི་སྤྲུལ་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་བྱང་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་ཟེར་ཞུ་མི་དེ་ལུ་ བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚན་ཟེར་སྤྲུལ་མེད་ཅུང་ འདི་ནང་བྱང་རྒྱལ་མཚན་ཟེར་བྲིས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་དཔྱད་དགོ་པ་འདྲེལ། བཟུ་ཤེས་གཡང་ཆེ་
 ཚུགས་ཀྱི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་ བཙན་དང་དགེ་བསྟན་ཚུ་མང་ཤོས་ར་ ཁོང་གི་ མཉམ་ལམ་དང་ཉམས་སྦྱང་ནང་ལུ་གཟུགས་ཏེ་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གནས་བདག་དེ་ཚུ་གི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ཚུ་ཡང་མཛད་
 རྟེན་གནང་བཅས་པ་ལྷན་བསྐྱེད་གནང་ཡོད།

༡ རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

ས་གནས།

ཆེད་འོག

བསྟན་མི།

མགོན་སྐྱབས།

རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ། རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན།

རྒྱ་སྒྲིམ་དགོན་པ།

སྐུ་སྒྲིང་། འོ་མའི་ནང་།

གཡང་ཆེ།

སྐུ་སྒྲིང་། སྐུ་མ་ཁར། རིན་ཆེན་སྒྲིང་། མཚན་རྟེན་སྒྲིང་རའི་ཁྲོམ་སྟེ་རྒྱ་གིས་
བསྟན་མ་ཡིན།

ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་ཀྱི་སྐབས་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆ་ལས་གསོལ་མཚན་
རྒྱ་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ དེ་མ་ཡིན་པའི་ས་གནས་གཞན་
ཁར་འགྲུལ་ད་ བྱ་བ་ལས་འགྲོ་རྒྱ་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་ནིའི་དོན་ལུ་ མགོན་སྐྱབས་
མཚན་ནིའི་དོན་ལས་ སྐྱབས་འཛོལ་བའི་ཁར་ ལྷ་ག་ཅི་རང་འགོ་བཅུགས་རུང་ ལོ་
ཐོག་བཏབ་རུང་ བྱ་སྟོ་དེ་རྒྱ་འབད་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཤིང་ ནམ་
ཡམས་ལུ་ག་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འགྲོ་ནིའི་དོན་ལས་ སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཡིན་པ།

གནས་ཁང་།



རྒྱལ་ཕུའི་ཕོ་བྲང་དང་ ཆོ་རིང་མཆོད་ལྷ་སོགས་གནས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་།

རྒྱལ་ཕུའི་གནས་ཀྱི་བཀོད་པ།

བཀྲ་ཤིས་ཤིང་གཡང་ཆགས་པའི་རི་བོ་མཐོ་ལག་བྱེངས་པ། རྩ་རི་དང་གཡའ་རི་མང་པོས་སྒོར་བ། གནས་རི་དང་
སྤང་རི་བཟིང་ལ་ལྷན་སྐྱེས་པ། མཁའ་ལ་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོས་ངར་སྒྲིབ་ལྡིང་བ། སྤང་ན་སྤྲིན་ནག་འཁྲིགས་པའི་
ལྡིང་གུར་གཡོ་བ། བར་ན་སྒྲོག་ཕྱེང་དུ་མས་སྒྲོས་གར་ཅེན་པ། གནས་ན་འདབ་བྱ་དང་རི་དྲགས་གཅན་བཅན་གྱི་
རིགས་སྒྲ་ཁྱུ་འདུ་ཞིང་སྒྲིབ་སྒྲ་འབྱེན་པ། འོག་ཏུ་མཆོ་དང་མཆོའུ་མཛེས་ཤིང་མདངས་བཀྲ་བས་བསྒྲོར་བ། ཕྱི་
ལྷར་རོ་བོ་ལྷན་ཆགས་མཛེས་ཤིང་བལྟ་ན་སྐྱེས་པ་དོ་རྩེའི་བྲག་རི་འབར་བ་རི་མོ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་གཟུགས་བརྟན་ཡོད་
པ། བྲག་དེའི་རྒྱུ་པར་མཆོད་པའི་ལྷ་མོའི་ཞལ་རང་བྱོན་ཡོད་པ། བྲག་གཡམས་ཕྱོགས་ནས་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་
གཉིས་དང་། སང་གོ་དཀར་མོ་ཁ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཁ་གདངས་ནས་འཛོངས་བའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་མི་འདི་ བྱང་དམག་
སྒྲོག་པའི་བདེ་མཆོན་ཏེ། དེའི་འོག་ཏུ་ རྩང་དཀར་གཡམས་འབྲིལ་རང་བྱོན་གསལ་བར་ཡོད་པ། རྒྱལ་ཕུའི་ལྷ་

བཅན་དཀར་པོའི་ཆེབ་ས་རྟའི་སྤེང་ནས་སྐྱ་གཟུགས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ ཞལ་ལྷོ་ལུ་འགོར་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ལྷོ་
 དམག་ལྗོག་པའི་བདེ་སྟོན་པ་དང་། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ དེ་ལུ་རྟ་དཀར་མི་དཀར་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
 ཐག་རིང་ས་ལས་ཀྱན་གྱིས་མཇལ་ཚུགས་པ་ཡིན། རང་ན་བསོད་ནམས་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ནང་ལུ་ དག་སྟོང་
 བརྒྱ་དང་ཙ་བརྒྱད་གྲུབ་པ་གནང་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལས། ཏུས་བཟང་སྐབས་སུ་མཆོད་པའི་སྐྱ་
 ལ་སོགས་པ་ཡང་གོ་ནི་ཡོད་ཟེར་སྐབ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ ཏུས་བཟང་སྐབས་སུ་སྤྱིན་པའི་
 གཡའ་དང་བྲལ་ནས་ཉི་མ་ཤར་ཏེ་ཡོད་རུང་ ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་གྲུབ་ཚུ་བརྒྱ་དང་ཙ་བརྒྱད་ཀྱུ་རུ་འབབ་ནི་ཡོད་
 ཟེར་སྐབ་རུང་ ད་ལྟོ་ཀྱན་གྱིས་མཇལ་ཚུགས་པའི་ཉི་ཤུ་ལྷག་པ་ཅིག་ལས་མིན་འདུག། ཚུ་འདི་ཡན་ལག་བརྒྱད་
 དང་ལྷན་པའི་ཚུ་འདི་བདུད་ཅི་བྱི་བཟང་གི་མདོག་སེར་པོ་སྤེལ་བའམ་ཡོད་པས་ ཚུ་ཡི་མིང་ཡང་གསེར་བཀང་ཚུ་
 ཟེར་སྐབ་ཡོད་པ་ལས། རྒྱལ་ཕུའི་ནང་ལས་གྲུབ་ཚུ་འབབས་ཏེ་ མར་འཁོར་ལོ་ཕུགས་ལུ་བསྐྱེམས་སྐབས་ གོང་
 གི་གྲུབ་ཚུ་འགོ་འདི་བཅད་བཞག་འོང་ཟེར་སྐབ་སྤེལ་ཡོད་པ་ཡིན།
 སྟོན་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཅིག་གིས་གཏེར་བཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ མ་འོངས་ཏུས་ཀྱི་སྤྱི་གས་མར་འགོ་བ་
 རྣམས་ ཉམ་ཐག་སྟེ་བཀའ་སྐྱོམ་གྱི་མནར་བའི་སྐབས་ སྤུས་པའི་གནས་མཆོག་འདི་ནང་ལུ་གཏེར་སྟོན་ཞིག་
 གིས་ཆོས་ནོར་ གཏེར་རིགས་ཚུ་བཏོན་ཏེ་ འགོ་བ་ཀྱན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་ཚུགས་པའི་ལུང་བསྟན་ཡོད་ཟེར་
 སྐབ་སྤེལ་ཡོད། གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས། སྟོན་ཆེ་པ་སྤྱོད་ཐོང་ཕྱིང་གིས། བོད་ལུལ་ཀུན་ཀྱང་
 ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། བྱིན་རྒྱབས་བྱུང་པར་སྟན་སྟོངས་འདིར། སྤུས་གནས་མ་འོངས་ལུང་བསྟན་འོང་། ཟེར་
 གསུངས་ཡོད་པ་ལས། རྒྱལ་ཕུའམ་ཆོད་ཕུའི་གདོང་ཕྱོགས་ལུ་ཤ་ཁང་ལྷ་བཅན་དཀར་པོ། གཡོན་ཕྱོགས་ལུ་
 གྲིབ་ལ། མིར་ཆོད་ལ་གསུམ་ གཡས་ཕྱོགས་ལུ་ མ་གནམ་ལ་གྲུས་པའི་ཚུལ་དུ་ ཁ་ནང་ན་ལུ་སྟོར་ཡོད་པ་དང་།
 གཞན་ཡང་ བཞུགས་གནས་བྱུར་ཕུ་ སྟོང་བྲག་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱལ་ཕུའི་འོག་ལུ་ བྲག་འཛིགས་ལ་རུམ་པ་ཞིག་
 ཡོད་པ། སྟོང་ཕུག་འཛོལ་མ་ཐོབ། བཀའ་འགྱུར་ཕུག་སོགས་མང་པོར་ཡོད་ཀྱང་ དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་འཛོལ་
 མ་ཐོབ།

བླ་མཆོའི་སྐོར།

རྒྱལ་ཕུའི་གཡལ་སྒྲིག་ལས་མར་ སྤངས་ཐང་ཉམས་དགའ་བ་ཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་(མཆོ་གནས་མ) ཟེར་ས་ལུ་ ལོ་
ལུ་བཅུའི་སྤྱོད་ལ་རྒྱལ་ཕུའི་ལྷ་བཙན་གྱི་བླ་མཆོ་མ་བསྐྱམ་པར་ཡོད་རུང་ གསོལ་མཆོད་དང་བདག་འཛིན་འཐབ་
མི་མེད་པར་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྐམ་ནི་ཉེན་ལག་གྱུར་སྟོད་པ་ལས་བརྟེན་ མི་ཚུ་གིས་སྤང་གིབ་དང་མི་གཙང་བ་
ཚུ་ རྒྱ་འབྲུ་ནི་འདི་གིས་གིབ་ཐོག་ཏེ་ སྐམ་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་བཤད་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་རེས་མཆོ་ཡོད་ས་ལུ་
འདམ་རྩལ་ཉལ་ཉལ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་མ་ལས་ བླ་མ་ཆོས་སྤྱིང་འཛིན་འགོ་དཔོན་ལས་ གསོལ་མཆོད་དང་
བདག་འཛིན་ལེགས་ཤོས་འཐབ་པ་ཅིན་ ལོག་སྟེ་རང་ འཆོ་ཆགས་ནི་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་མཉམས་སྟེ། ད་རེས་
བླ་མ་ཆོས་སྤྱིང་འཛིན་ འགོ་དཔོན་གྱིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཏེ་ མཐའ་སྐོར་ཚུ་གཙང་སེལ་བཟོ་སྟེ་ ད་རེས་
ནངས་པར་ ལོག་སྟེ་རང་མཆོ་རྒྱུ་ཅིག་འབྱེད་ཏེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།



རྒྱལ་ཕུའི་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་ནལ་འབྱོར་པ། །མ་རུངས་བྲེགས་པའི་གཙོ་བོར་མདོན་བཞེངས་པ། །མཐུ་སྟོབས་
དཔག་ཡས་རྒྱལ་ཕྱི་ལྷ་ཆེན་པོ། །གར་དགུའི་ཉམས་ཀྱིས་ནམ་པར་འགྱིང་ལ་བསྟོད། །ཟེར་རྒྱལ་ཕྱི་ལྷ་བཙན་
དཀར་པོ་ནི། ཕྱི་ལྷ་སྐྱུ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་ སྐྱུ་ལ་ཁབ་ཚོག་བེར་ཆེན་དང་
ཞབས་ལ་སག་ལྷམ་གསོལ་ཞིང་ སྐྱུ་རྩམ་བཟིན་འོད་དུ་འབར་བ། ཕྱག་གཤམ་པ་ལུ་ མི་མཐུན་འགལ་སྐྱེན་སེལ་
བའི་བདར་ མདུང་རིང་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཞིང་ གཤམ་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན་སྐྱུ་ཚོགས་གཏྲགས་པ།
གཡོན་ན་ཉམས་པའི་དག་བོ་ནམས་བཅིངས་པའི་ཞགས་ནག་ལྷགས་ཀྱི་མཚན་པ་བསྐྱམས་པ། ཕྱིན་ལས་ཐོགས་
མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་ཆིབས་ཏྲ་དཀར་པོའི་སྟེང་ན་འགྱིངས་ནས་བཞུགས་པ། འཁོར་དུ་ལུས་སྐྱུ་སྟོན་འབངས་དང་
ལྷ་འདྲེ་རྒྱ་མཚོའི་དུ་མས་བསྐྱོར་ཞིང་ བསྟེན་པའི་མི་ལ་སྟོང་གོགས་ཀྱི་ལས་ ཐོགས་མེད་དུ་མཛད་པ་དང་། ནང་
ལྷ་དག་བསྟེན་གྱི་བསྐྱབ་པ་བཟུང་ནས་འགོ་བའི་དོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག

དམ་བཞག་གི་སྟོར་ལས་ གོང་གི་གནས་བདག་ ར་བྲག་གི་སྐབས་ གནས་བདག་འགོ་བའི་ལྷ་སྲུང་ནམས་ཇི་
ལྷ་རྩུང་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། དེ་ཡང་ དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་
ལྷ་སྟོན་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་བརྟལ་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་བའི་སྐབས་ ར་བཙས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་བདག་
གཞི་བདག་དང་ ལུལ་ལྷ་ཚུ་ཡང་ དེ་བསྐྱང་དམ་འོག་ལུ་བསྐྱུ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག

གསོལ་མཚན།

ལུལ་མི་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུང་གསུམ་ནམས་ཀྱིས་ གཞི་བདག་གསོལ་མཚན་སྐབས་སུ་ སྟོན་མའི་ལུགས་སྟོལ་ལྷར་
འབད་བ་ཅིན་ གཞི་བདག་ལུ་ཕུལ་རྒྱུའི་ཕུད་ཆང་རེ་ དེས་པར་དུ་གཙོ་དགོཔ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པར་ ལོ་
རེར་ཆོས་སྲུང་གསོལ་སྐབས་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གཞི་བདག་ནམས་ལ་ཕུད་ཆང་ བཙོ་མ་དགོ་པར་
བསངས་དང་གསེར་སྟེམས་དར་ཤིང་གསུམ་ སྟོང་བྲག་ཚུགས་སུ་མ་གཏོགས་ ཁག་སོ་སོར་འབུལ་མི་དགོས་
ཤིང་ དམར་མཚན་སོགས་སྤར་ནས་ཕུལ་བའི་ལུགས་སྟོལ་མེད་པ་ཡིན།

སྒྲུབ་ནས་ད་བར་དུ་ཡང་ སྒྲུབ་གྲིང་དུང་དཀར་ཆོས་གྲིང་གཡུས་ཚན་ལུ་ ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱིས་རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ཆོས་
 ༡༥ལུ་ ཉུག་པར་མི་མང་ནས་ བསྐྱུ་བྱ་ཐབས་ཏེ་ ལོ་ཐོག་གི་རིམ་འགོ་ལུ་དམིགས་ཏེ་ གཡུས་མཚུག་ལས་ཡར་
 ལོ་རེ་ལུ་སྒྱུན་བདག་ཅུ་བ་རེ་བྱིམ་བཟུང་སྟེ་ གཡུས་སྒོ་བར་དམིགས་བསལ་དུ་ རྟ་གྲིང་ཐུགས་སྐྱབ་ཡང་སྟོང་
 འདུས་པའི་ལས་བྱང་དང་། བཀའ་སྲུང་དམ་ཅན་སྟེ་བདུན་གྱི་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ། འཛམ་གླིང་གཞི་བདག་གི་
 གསོལ་ཁ་ཟེར་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ མ་ཉམས་སྒྲུབ་སྟོལ་བཞིན་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་ཁ་མ་ཕུལ་བའི་གནོད་ཁྱེན་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས།

སྟོན་མ་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱུས་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བའི་སྟོབ་དཔོན་ཞིག་གིས་ རྟ་གྲིང་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ་དང་
 གཞི་བདག་ གསོལ་ཁ་གནང་སྐབས་སུ་ ཆོ་ག་འགོ་བཙུགས་ནས་ཉིན་མ་ཆང་གིས་ར་བེ་ནས་ ཉལ་སྟོང་ཡོད་པ་
 ལས་ ཉིམ་ལུ་རན་ཁར་གཏོར་མ་ཚུ་ བྱིམ་ཐོག་ཁར་བཤུགས་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ འ་ནི་གི་ཆོ་རུབ་མོ་ ས་
 གནས་གན་ཞིང་ཟེར་ས་ལས་མར་ རྒྱ་རུད་འོང་ཏེ་ ལོ་ཐོག་ག་ར་རྒྱ་རུད་གྱིས་འབག་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་
 ཡང་ གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་མ་ཕུལ་ཕྱ་ལས་བརྟེན་ དེ་གི་ཆོ་འཕུལ་ཡིན་མ་འོང་ནི་མས་ཟེར་བའི་
 དོགས་པ་ཆགས་ཏེ་ དེ་གི་ནངས་པར་ཆོ་ག་ ལོག་སྟེ་གནང་དགོཔ་ཐོན་མ་ལས་ འ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་མི་ལོ་བརྒྱ་
 ལྷག་པ་ཅིག་གི་གོང་ལས་ཡིན་མ་ལས་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ བསྐྱང་གསོ་དང་གཞི་བདག་གསོལ་ཁ་མ་ཕུལ་བ་
 ཅིན་ མི་ལུ་ན་ཚ་དང་བར་ཆད་འོང་དོ་ཡོད་པ་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་ཡང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ གནོད་པ་
 བསྐྱུལ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལས། མི་ཚུ་ ཡར་ཕུ་ལུ་འགྱུར་ཅིན་ ལོ་ཐོག་ལུ་སང་དང་སེར་བའི་
 ཉེས་སྒྱུན་ཆེན་པོར་འོང་ཞིང་ མི་ཚུ་འགྱུར་མི་ཆོག་དོ་ཡོད་པ་ད་ ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་འགྱུར་མ་ཐོང་པ་ཅིན་ ཁ་ཉེས་དང་
 ཉེས་ཆད་ཚུ་བསྐྱུལ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

འབྲེལ་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་གཞན།

བྲག་ཅུ་གསང་སྐྱགས་ཆོས་གླིང་ངམ་ ཡོངས་གྲགས་སུ་རྒྱ་སྒྲིམ་དགོན་སྟེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ གནས་བདག་བྲག་བཙན་
 ཆེན་པོ་དོ་རྟེན་ཀྱལ་ མཚན་ཟེར་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་
 གསེར་སྐྱེམས་དཔེ་ཆའི་ནང་ལུ་ བྲག་ཅུའི་དོར་རྒྱལ་ཟེར་ཆོག་དེ་ཚུད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
 ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་བཤད་དེ་མེད་པ་ཡིན། གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ རྒྱ་སྒྲིམ་དགོན་སྟེ་ཡོང་ཡོད་པ་ཡིན།

ནིའི་སློབ་དཔོན་ ཞིང་གཤེགས་བྱུགས་བསྟན་ལྷ་མོ་ དགྲུང་གངས་དགུ་ཅུ་གོ་བདུན་བཞེས་མིའི་ཞལ་རྒྱན་དང་།
 དུལ་མི་རྒན་ཤོས་ལས་གཏམ་རྒྱན་ཅུ་ཞིབ་པར་དབྱད་དེ་ སྤུང་གྲིང་གཙུག་ལྷན་ ཆོ་རིང་དོ་རྩེ་ནས་ ཡིག་ཐོག་ཏུ་
 སེལ་ཏེ་བེན་བྲིས་སུ་བཏབ་པ་དེ་ སྤུང་ཡང་ སྤྱི་ལོ་༡༠༡༡ གི་ལོར་ སྤོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག་སྤྲོ་རྩུལ་ཡོངས་
 འགེམ་སྟོན་ཁང་གི་མདོ་ཆེན་གྱི་བཀའ་བཞེན་ ཞིབ་འཆོལ་པ་ དོ་རྩེ་ཆོ་རིང་གིས་འདྲ་བཤུས་ཏེ་ ལུན་དག་འབད་
 དེ་བྲིས་ཡོད་པ་ཡིན།

མཆོད་རྟེན་གྱི་ལྷག་ལུ་ཡོད་མི་ རྟོག་སེར་པོ་འདི་
 མཆོད་རྟེན་གྱི་འགོ་དང་པའི་སེར་རྟོག་ དོ་རང་བྱུང་
 ཟངས་ཀྱི་སེར་རྟོག་བཀའ་ཉིའི་འབདམ་ད་ གནམ་
 ལུབ་མོ་ མཁའ་འགྲོ་མ་རྒྱ་གིས་ ཅུ་བར་སེབ་བཞག་
 ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ཡིན།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རོ་བོ་རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོའི་གསོལ་ཁ་ཕྲིན་
 ལས་རྒྱུར་སྤྱབ་མ།

སྤུང་གྲིང་གཙུག་ལྷན་ཆོ་རིང་དོ་རྩེ་གིས་མཛད་པའི་ ལོ་རྒྱུས་བེན་བྲིས།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤུང་གྲིང་གཙུག་ལྷན་ ཆོ་རིང་དོ་རྩེ།



༣ སན་རྟོང་བྲག་བཙན།

གནད་དོན་བརྩད་བསྟུམ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

ས་གནས།

བསྟན་མི།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

སན་རྟོང་བྲག་བཙན།

མཚན་རྟོན་སྟོར་ར།

གཡང་ཅེ་མཚན་རྟོན་བསྟོར་ར། འདྲ་རང་མཚན་རྟོན།

གཡང་ཅེ་མཚན་རྟོན་བསྟོར་རའི་ཁྲོམ་དང་ གཞན་ཡང་ ཉེ་འདབ་ཀྱི་གཡུས་

ཚན་ཚུ་ནང་ སན་རྟོང་བྲག་བཙན་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས་ལྷ་ཚུལ་ལུ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གཞན་དང་ཁྱད་པར་

མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ མཚན་རྟོན་བསྟོར་ར་ལུ་ སྟོན་དང་ཕུ་ ཉིན་ལུ་མེད་

པར་ འདྲེ་སྟོན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་གིས་ འགོ་བ་མི་དང་དྲུད་འགོ་ལུ་ གངས་

སུ་སྟེ་གཞོན་པ་བསྐུལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ད་རིས་ནངས་པར་འབད་རུང་ སྟོན་མ་

དམ་ལུ་བཞག་མི་ འདྲེ་སྟོན་འདི་ལོག་མ་བཅུག་ཟེར་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་ནི་དང་

ཡུལ་ཁམས་འདི་ནང་ ད་ལྟོ་བཟུམ་སྟེ་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་རང་ལུ་གནས་ཐབས་ཀྱི་

སྟོན་འདེབས་དང་ ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཤིང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་

ཡུན་རིང་དུ་གནས་ཐབས་སུ་དམིགས་ཏེ་ སྐབས་ལྷ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།
གནས་ཁང་།



ཕན་ཏོང་བྲག་བཙན་གྱི་ཕོ་བྲང་།

གནས་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ ཕན་ཏོང་བྲག་བཙན་གྱི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ མཆོད་རྟེན་སྐོར་རའི་ རྫོང་དཔོན་
སྟོབ་རིན་ཆེན་རྟོ་རྩེ་གིས་བཀོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ གནས་ཡིག་ཀུན་ཕན་ལམ་སྟོན་ནང་ལུ་ འཁོད་དེ་ཡོད་མི་གྱ་
གཞི་བཞག་སྟེ་བཀོད་ནི་ཨིན། དེ་ཡང་ གནས་ཡིག་ཀུན་ཕན་ལམ་སྟོན་ ཤོག་གངས་ (༡༢༤-༡༣༠) བྲག་
བཙན་ཕན་ཏོང་དེ་ སྟོན་མ་ བཟླ་ཤིས་གཡང་ཅེའི་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་གཞོན་པ་བཀལ་མི་ ད་ལྟོ་
མཆོད་རྟེན་ཆེན་མོ་ཡོད་སའི་ས་གནས་འདི་ཁར་ བདུད་འཚུབས་ཆེན་གཅིག་ལུ་གནས་ཏེ་སྟོན་ཅུག། འདི་ནང་
ལས་ཕར་ མི་མ་ཡིན་ཤ་བཅས་འགྲོ་མ་དང་ འབྲེ་སྲིན་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་དངོས་སུ་རྒྱ་སྟེ་ ཕྱི་རུ་མ་ཆད་ ཉིན་
མ་ཡང་མི་དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་ཆོ་སྲོག་བཅད་དེ་ ཟ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་འབད་མ་རྒྱུགས་པ་ལས་
གཡང་ཅེ་ཁོ་ཁོང་སྟོན་སྟོན་བར་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཆ་ཁབ་གཅིག་མཐུན་ཐོག་ལས་ ས་གནས་འདི་ཁར་ བདུད་
འཚུབས་བྲགས་ཡོད་མི་ཚུ་ དམ་ལུ་བཏགས་ནིའི་དོན་ལས་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་བླ་རབས་གསུམ་པ་ བླ་
མ་རག་དབང་བློ་གྲོས་ལུ་ འབྲེ་སྲིན་གྱི་ཁ་གཞོན་ཅིག་མཛད་གནང་དགོ་པའི་སྐྱབས་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ བླ་མ་གིས་
ཡང་ མ་རུངས་འབྲེ་སྲིན་ཚུ་གི་ཁ་གཞོན་དང་ དམ་ལུ་བཞག་ནིའི་དོན་ལས་ བལ་ཡུལ་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་གྱི་མཆོད་
རྟེན་ལས་དཔེ་ལེན་ཏེ་ རབ་བྱུང་ ༡༣ པའམ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༥ ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ལོ་ངོ་ ༡༢ ཀྱི་རིང་
བླ་མ་དེ་གིས་བྱགས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྐོར་ལས་ འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
ཡོངས་ལུ་ གཞོན་པའི་འབྲེ་སྲིན་བྱུང་པོའི་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཚུ་ཞི་སྟེ་ སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་དང་ སངས་
རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཡུན་རིང་གནས་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ མཆོད་རྟེན་ཆེན་མོ་བཞེངས་ཏེ་ མཆོད་རྟེན་གྱི་རབ་
གནས་དེ་ཡང་ རྩེ་མཁན་ཁྲི་རབས་ ༡༣ པ་ རྩེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ བདེ་མཆོག་དཔའ་བོ་གཅིག་པའི་
སྐོར་ལས་མཛད་གནང་ཡོད་པ་ད་ དེ་ལས་ཚུར་ འབྲེ་སྲིན་བྱུང་པོ་དེ་ཚུ་གིས་ གཞོན་པ་བཀལ་མ་རྒྱུགས་པ་སྟེ་
དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ད་རེས་ནངས་པར་ཡང་ མཆོད་རྟེན་སྐོར་རའདི་ཁར་ བཟླ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གྲ་ཆང་གིས་
རྩིས་ལེན་ཞིན་ན་ ཨ་རྟག་ར་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ནིའི་དོན་ལས་ རྫོང་དཔོན་གཅིག་དང་ དགོ་
སྟོན་དག་པ་ཅིག་གིས་ རུས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ཨ་རྟག་ར་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནུས་པ།

ཕན་ཏྟག་བཅན་དེ་གི་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས། དེ་ཡང་ སྐྱུ་འབྲ་དང་
ལྷེབས་རིས་ཚུ་ག་ནི་བཀོད་དེ་མེད་པ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ ངག་
རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མདོག་མ་ངེས་པ་ནུས་པ་སྣ་ཚོགས་སྟེ་སྣང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་
འདི་གིས་ སྐྱུ་མདོག་མ་ངེས་པ་སྣ་ཚོགས་ཡིན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི།

དམ་བཞག

ས་གནས་འདི་ཁར་ བདུད་འཚུབས་དྲགས་ཡོད་མི་ཚུ་ དམ་ལུ་བཞགས་ནི་འདོན་ལས་ རིགས་གསུམ་དགོན་
པའི་སླ་རབས་གསུམ་པ་ སླ་མ་ངག་དབང་སྟོ་གོས་ལུ་ འདྲེ་སློན་གྱི་ཁ་གཞོན་ཅིག་མཛད་གནང་དགོ་པའི་སྐྱབས་
ཁུམ་བཞིན་དུ་ སླུ་གིས་ཡང་ མ་རུངས་འདྲེ་སློན་ཚུ་གི་ཁ་གཞོན་དང་ དམ་ལུ་བཞག་ནི་འདོན་ལས་ བལ་
ཡུལ་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་གྱི་མཚན་རྟེན་ལས་དཔེ་ལེན་ཏེ་ རབ་བྱུང་ ༡༣ པའམ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༥ ལས་འགོ་
བཙུགས་ཏེ་ ལོ་ངོ་ ༡༢ གྱི་རིང་ སླུ་གིས་བྱགས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྟོ་ལས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་དང་
ལྷག་པར་དུ་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལུ་ གཞོད་པའི་འདྲེ་སློན་བྱུང་པའི་བདུད་གྱི་བར་ཆད་ཚུ་ཞི་སྟེ་ སེམས་
ཅན་གྱི་བདེ་སྐྱིད་དང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ མཚན་རྟེན་ཆེན་མོ་
བཞེངས་ཏེ་ མཚན་རྟེན་གྱི་རབ་གནས་དེ་ཡང་ རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་ ༡༣ པ་ རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ལས་ཀྱིས་
བདེ་མཆོག་དཔའ་བོ་གཅིག་པའི་སྟོ་ལས་མཛད་གནང་ཡོད་པ་ད་ དེ་ལས་ཚུར་ འདྲེ་སློན་བྱུང་པོ་དེ་ཚུ་གིས་
གཞོད་པ་བཀལ་མ་ཚུགས་པ་སྟེ་ དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཚན།

མཚན་རྟེན་སྟོར་ར་འདི་ཁར་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གྲ་ཚང་གིས་ ཨ་རྟག་ར་ གསོལ་མཚན་ཚུ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་
ནི་འདོན་ལས་ རྗེ་དཔོན་གཅིག་དང་ དགོ་སྟོང་དག་པ་ཅིག་གིས་ དུས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ཨ་རྟག་ར་ གསོལ་
མཚན་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་མ་ཆད་ ལྷམ་དང་པའི་གནམ་གང་ལུ་དག་པ་བསྟོར་ར་ཟེར་ མོན་རྟ་མཐའ་ཕྱོགས་ལས་ མོན་པའམ་དག་པ་ཚུ་
གིས་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་མཐའ་འབྲེལ་ མཚན་རྟེན་འདི་ནང་ མཚན་རྟེན་ནང་ན་ མོན་རྟ་མཐའ་ལས་ རིགས་

བཟང་གི་མཁའ་འགོ་མ་ ཡ་ཞེ་མཚོད་རྟེན་བཟང་མོ་བཞུགས་ཡོད་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དེ་བརྩི་སྲུང་ཁྱེད་ལོད་པ་
ཡིན། ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པ་ གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་སྤངས་འགྱུར་བ།

ཚོང་དཔོན་ རིན་ཆེན་དོ་རྗེ་གིས་ མཚོད་རྟེན་སྟོར་ར་འདི་ སྟོན་མ་བཟ་གིས་གཡང་ཅེ་གྲ་ཚང་གཞི་བཙུགས་མ་
འབད་ཚུན་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་དགོན་སྡེ་གིས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གཡང་ཅེ་གྲ་ཚང་ཡང་
གསར་པ་གཞི་བཙུགས་འབད་ཞིན་མ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་ བསངས་དང་
གསེར་སྐྱེམས་གཏྲོར་མ་ཚུ་ཡང་ གྲ་ཚང་གིས་ཚོང་དཔོན་ཅིག་དང་ དགེ་སྟོང་ཞལ་གངས་བདུན་དེ་ཅིག་ཡོད་མི་
ཚུ་གིས་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

པན་ཏྲོག་བྲག་བཙན་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཚོང་དཔོན་ རིན་ཆེན་དོ་རྗེ།

༤ བཙན་མོད་དགའ་རབ་དབང་ལུག།



བག་ཤིས་གཡང་ཅེ། རྫོང་རྟིང་མ་ གདོང་སྟེར་རྫོང་།

གནད་དོན་བརྩམ་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི་གཡུས་ཚན།

བཙན་མོད་དགའ་རབ་དབང་ལུག།

གདོང་སྟེར་རྫོང་། (རྫོང་རྟིང་མ)

རྫོང་རྟིང་མ་གི་ལྷ་ཁང་།

བཙན་མོད་དགའ་རབ་དབང་ལུག་དེ་ གཡང་ཅེ་ཆེད་འོག་གི་ སྤྱི་ཅན་དང་
ཞག་དུས་ གཡུས་ཚན་མང་རབས་ཅིག་ལུ་དབང་བའི་ལུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་
པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡང་ཅེ་ཆེད་འོག་སྤྱིར་བཏང་ལུ་རང་ གཞི་
བདག་བཙན་མོད་དགའ་རབ་དབང་ལུག་དེ་ སྤྱིས་ལྷ་ལུ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་
བསྟེན་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་བརྩམས་ཏེ་འབད་རུང་
གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ཁར་ ཕྱེད་མ་ཅིག་ལས་མ་ཅེ་རུང་གསོལ་བ་བཏབ་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཁུ་ཚུལ།

མགོན་སྐབས་ཁུ་ཚུལ། སྤྱིར་བཏང་བཟུམ་སྟེ་ནམ་ཚཱ་ལ་སོགས་པ་མི་བྱུང་ནིར་ རྫོང་
གཞི་འདི་གི་ས་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ བར་ཆད་ཚུ་

སྤྱང་ཉྩེ་ཡུན་བཏན་དུ་གནས་ཐབས་སུ་ གསེལ་བ་བཏབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སངས་
 རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ གྲ་ཚང་ཡོད་པ་ལས་འདི་ནང་གི་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་
 དམ་པ་ཚུ་སྤྱང་ཞིང་སྤྱོད་བའི་མགོན་སྤྱབས་སྤེ་ཞུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



བཙན་མོད་དགའ་རབ་དབང་ཕུག།

གནདོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

ས་གནས་ཀྱི་སྐྱབས་ལེན་སའི་གནས་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕུག་ལུ་ མིང་གཞན་ཉི་མ་བསམ་གྱུ་བ་ཟེར་ཡང་སྐབ་
ཡིན་པས། གནས་པོ་དེ་རྫོང་གི་འོག་གི་གཙང་རྒྱུ་ཉེ་ཡོད་པའི་ བྱག་གཟར་དག་ནང་བཞུགས་པ་ཡིན་ཟེར་
ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས། གནས་པོ་དེ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ པད་མ་གླིང་པ་རྩ་གིས་དམ་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་
པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

སྐྱེ་མདོག་སྐྱག་ནག་ཞལ་བགྲང་ཅིང་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་མདའ་དར་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་དགོས་
འདོད་སྟེར་བའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཤིང་ སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་བར་ཆད་སྤྱང་ཞིང་ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་
བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱང་བའི་ དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་སྤྱང་ཅིག་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

གནས་པོ་དེ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ པད་མ་གླིང་པ་རྩ་གིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ གྱི། སྟོན་ཆེ་སྟོབ་
དཔོན་པད་མ་ཡིས། བོད་ཀྱི་ལྷ་འདྲེ་མ་ལུས་པ། བཀའ་སྟོད་པོ་ཉར་ཅིས་ལ་ལབ། ཁས་བླངས་དམ་ལས་མ་
འདའ་ཞིག། རྫོང་རིག་འཛིན་པད་གླིང་གིས། ཏིང་འཛིན་སྐྱགས་རྒྱུ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། རང་གཟུགས་བསྟན་
ནས་སྟོག་སྟེང་ཕུལ། ཁས་བླངས་དམ་ལས་མ་མདའ་ཞིག རྩ་ལྷ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཡི། གདན་ས་སྐྱོང་བའི་
གནས་པོ་སྟེ། མཐུ་ཅལ་སྐྱོང་བའི་དབང་ཕུག་ཁྱོད། མ་གཡེལ་བཙུང་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། ཟེར་གསུངས་པ་
བཞིན་དམ་བཅས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་རྒྱུ།

རྫོང་རྩིང་མ་གི་མགོན་ངན་ལུ་ ལྷ་བུ་རང་དུས་རྒྱུན་བསྐྱང་བརྒྱུན་གྱི་གསོལ་ཁ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གནས་
བདག་དགའ་རབ་དབང་ཕུག་ཡང་ གནས་ཀྱི་བདག་པོ་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་མཆོད་རྒྱ་བུ་
རང་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསལ་མཆོད་ཕུལ་མི་ལུ་ཐོབ་ལས། སྤྲོད་དང་ཕུའི་སྒྲིལ།

བགྱིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་རྩིང་མ་ཆགས་རབས་ལས། བསྐྱང་གསེའི་དོན་ལུ་ཡོ་བྱད་རྩེ་ སྤྲུམ་གྱིང་གི་གཙོ་འཛིན་ཕུར་
པ་ཆེ་རིང་གིས་ སྤྲུམ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཤ་དང་རྩུམ་ མར་དེ་རྩེ་རྫོང་ལས་ཐོབ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས། ལྷ་
མོའི་བསྐྱང་གསལ་ལོ་རེ་ལུ་ཆར་རེ་གཏང་ནིའི་དོན་ལས་ གཙོ་འཛིན་ལུ་བྱིན་མ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས། གསལ་ཁ་
ཕུལ་ནིའི་འགན་ཁུར་དེ་ བསྐྱང་རྩུན་པ་ལུ་ཤོག་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༡ ལས་ ༡༩༩༧ རྩུན་
བསྐྱང་རྩུན་པ་སྤེ་ཡུན་རིང་མོ་སྤེ་སྤོད་མི་དེ་ ཆོ་འདས་ཡོན་ཏན་རྣམ་རྒྱལ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་རྩུན་གྱི་རིང་ལུ་
གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྤེ་ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༧ ལུ་ ཕྱིས་ལེན་ཞེན་མ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ མི་སེར་ལས་
བསྐྱུ་བྱང་ག་ནི་ཡང་འབད་མ་དགོ་པར་ གཞུང་གྲ་ཆང་གིས་སྤེ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
སྤོབ་དཔོན་སང་གོ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ ཞིབ་འཆོལ་འབད་དེ་ཡོད་མི་ བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་གཞི་ཆགས་རབས་
ནང་ལས། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གི་རྫོང་རྩིང་མ་དེ་ ལྷ་སྤྲུམ་གཙང་མའི་བརྒྱུད་པ་དང་ གཏེར་སྤོན་བསྐྱེད་མིང་པ་
སོགས་གྱིས་བཞེངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ཐོར་བྱ་ཙམ་མ་གཏོགས་ གཏན་ཁེལ་སྤེ་བཤད་དེ་མིན་འདུག། ཡིན་
རུང་ ཞིབ་འཆོལ་འབད་དེ་ཡོད་མིའི་དེབ་ ལ་ལུ་གཅིག་གི་ནང་ལུ་ སྤེ་སྤོད་གསུམ་པའི་ངོ་བསྐྱང་ བཟ་ཤིས་
གཡང་ཅེ་རྫོང་དེ་ བཞེངས་ཡོད་པ་འོང་ནི་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། རྫོང་དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༥ ལུ་ བཞེངས་
བཞེངས་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

ཨམ་སྤུ་རྩེ་གནས་ཁང་ནང་ལུ་འཇུལ་ཆོག་ག་མི་ཆོག།

དགའ་རབ་དབང་བཙན་དེ་ རྫོང་གཞི་དབང་བའི་བཙན་ཆེན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྫོང་གཞི་གཞན་བཟུམ་སྤེ་
རང་ མགོན་ཁང་ནང་ལུ་ ཐོ་སྤྱོད་ནང་ན་འཇུལ་ཆོག་པ་ཡིན་རུང་ ཨམ་སྤུའི་རིགས་རྩེ་ མགོན་ཁང་ནང་ལུ་
འཇུལ་མི་ཆོག་པ་ཡིན་པས།

མ་གཞི་སྤོ་སྤུང་དེ་ བཙན་དང་ཆ་འདྲམ་སྤེ་ཡིན་རུང་ གཡང་ཅེ་རྫོང་གི་སྤོབ་བསྐྱང་རྩུན་པ་ ཀམ་གྲུབ་ཐོབ་གྱིས་
སྤོ་སྤུང་ཟེར་མི་འདི་ ཕྱི་ཁར་ལས་ རྫོང་གཞིས་ལུ་གཞོད་པའི་དགྲ་བྱང་མ་ཕུད་བཟུམ་དང་ ནང་ནིའི་དངོས་གྲུབ་
གྱི་རིགས་ ཕྱི་ཁར་མི་བཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ འཇུལ་སྤོ་སྤུང་མི་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ མཚན་ཡང་སྤོ་སྤུང་ཟེར་
སྤོབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ཚོང་ཁག་སྤྱིར་བཏང་ལུ་ གནོད་པ་བྱུང་དོ་ཡོད་
པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ ཚོང་གཞིས་འདི་ནང་ལུ་ བྱ་ལྷབས་མ་བདཱེ་ཚུ་ ཐོན་ནིའི་ཉེན་ག་སྒྲུལ་ཡོད་པ་ལས་
བརྟེན་ གསོལ་ཁ་ཚུ་ཡང་དུས་རྒྱུན་ ཨ་རྟག་ར་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

འགྱུར་བ།

བསྐྱང་རྒྱུན་པ་ ཀམ་གྱུ་བ་ཐོབ་ཀྱིས། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ཚོང་ཁག་དེ་ སྤོན་མ་བཟ་ཤིས་སྐྱང་གི་ཆ་འོག་ལུ་ཨིན་
པའི་སྐབས་ ད་རེས་ཀྱི་ཚོང་ རྟིང་མ་དེ་ཁར་ གྲ་ཚང་ཡང་ཆགས་ཏེ་མེད་པ་ཨིན། འདི་ནང་འབད་དགོཔ་བཅའ་
དགོཔ་ཚུ་ཡང་ བཟ་ཤིས་སྐྱང་གི་གྲ་ཚང་གིས་འགོ་འདྲེན་མཛད་དེ་བཞུགས་ཅུག། ཨིན་རུང་ བུལ་ལས་ བཟ་
ཤིས་གཡང་ཅེའི་ཚོང་ཁག་གསར་པ་ཆགས་ཞིན་ན་ འདི་ནང་གྲ་ཚང་ཡང་གསར་པ་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ ད་
རེས་ནངས་པ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་ བསངས་དང་གསེར་སྤྲེམས་གཏོར་མ་ཚུ་ཡང་ ཚུལ་དང་ལྷན་
ཏོག་ཏོ་སྤེལ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤེལ་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གར་དབང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

ཚོང་གཞིས་ཆགས་རབས། སང་གེ་ནམ་རྒྱལ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བསྐྱང་རྒྱུན་པ་ ཀམ་གྱུ་བ་ཐོབ།

༥ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་རྗེ་གྲགས་པ།



གཏེར་སྟོན་རྒྱ་གྲིང་པའི་སྐྱབ་ཁང་རྩིང་པའི་བྱལ་ཁང་ སྐྱབ་ཁང་གསར་བཞེངས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

ས་གནས།

ཆེད་འོག

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་རྗེ་གྲགས་པ།

སྐྱབ་ཁང་། གླི་ཙན་ ལྷ་ཁང་།

གླི་ཙན་དགོན་སྡེ།

གཡང་ཅེ།

གླི་ཙན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ནམ་ཆམ་མི་བྱུང་ནིང་ ཆར་ཚུ་དུས་སྐབས་ཅིང་ ལོ་ལྷུགས་རྟག་དུ་ལེགས་

པའི་དོན་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐབས་ལྷ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཡིན་པ།

གནས་ཁང་།

གླི་ཅན་གྱི་གཡུ་མཚན་འདི་ནང་ སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ལྷ་སྤྱོད་གདུག་པ་ཅན་དེ་ཚུ་ བཀའ་དང་
དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ ཁོང་ལུ་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་མི་བླམ་ཡང་ སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་མང་རབས་ཅིག་བྱོན་
ཡོད་པ་འོང་ནི་ཨིན་རུང་ ད་སྟོན་མི་ཚུ་གི་སེམས་ཁར་དཔྱད་ཚུགས་མི་འདི་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གི་རྣམ་འབྱུལ་ གཏེར་
སྟོན་རྩྭ་གླིང་པ་དང་པ་བླ་གླིང་པ་ཚུ་བྱོན་ཡོད་པ་ཨིན། ད་རེས་གདན་ས་འདི་ནང་ལུ་ སྔོན་གྱི་ལྷ་ཁང་དང་སྐྱབ་
ཁང་ཚུ་ཞིག་རལ་སོང་བའི་བྱུལ་ལས་ ད་རེས་བླམ་ཆེ་དབང་གིས་ སྐྱབ་ཁང་ཅིག་རྒྱབ་པའི་བསྐྱང་འདུག། བླམ་
རྩྭ་གླིང་པ་དང་ པ་བླ་གླིང་པའི་གདན་ས་ཨིན་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་ཡང་ བླམ་ཁོ་རའི་སྐྱབ་ཁང་ཡོད་པའི་
ཁར་ གཏེ་བྱོན་རུང་ ཕུག་འཁར་ལེ་ ས་ཁར་བཟབས་ཏེ་ཕུག་མཆོད་སྤུལ་སའི་དད་རྟེན་སྟེ་ བཞག་གནང་ཡོད་
པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ཅན་དན་གྱི་ཤིང་ཅིག་ཡང་འདུག། སྐྱབ་ཁང་དེ་ཚོང་རྩིང་མ་གི་ལྷག་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན།



གཏེར་སྟོན་རྩྭ་གླིང་པའི་མཚན་མ་ཁང་གི་བྱུལ།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པའི་སྐོར་ལས་ གོང་ལུ་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། སྟོན་མའི་ལྷ་ཁང་དང་རྒྱལ་
ཁང་ཚུ་ཡང་ཞིག་རལ་སོང་སྟེ་མེད་པ་ལས་ བཙན་གྱི་སྐྱ་འབྲ་དང་ ལྷེབས་རིས་ཚུ་གནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱ་
མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཁ་གསལ་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས།

དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཕྱོན་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ལྷ་སྟོན་གདུག་པ་
ཅན་ཚུ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཏེ་ འགོ་བ་མི་དང་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྲུང་བའི་ཡུལ་བཙན་
གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཡུན་རིང་མོ་སོང་བའི་ཤུལ་ལས་ སྐར་ཡང་ས་གནས་
འདི་ཁར་གདན་ས་བཏབ་གནང་མི་ གཏེར་ཆེན་རྩ་གླིང་པས་ བཀའ་དམར་བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་ ལྷ་
བཙན་དཀར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་སྐམ་རིན་པོ་ཆེ་ ས་གནས་འདི་ཁར་ཐེབས་ད་ ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་སྟོན་ཏེ་ གཞོད་
པ་བཀའ་ཞིའི་རྩིས་རྒྱབ་ད་ སྐམ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་མཁུན་ཏེ་ཡུལ་བཙན་དེ་ཚུ་ སྟོན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དང་
དམ་འོག་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རུང་ལོག་སྟེ་ མི་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པ་བཀའ་ཞིའི་རྩིས་རྒྱབ་ཡིན་
མས་ཟེར་མཁུན་ཏེ་ དམ་ལུ་བཏགས་ཏེ་ གནས་བདག་རྩ་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྐམ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་
ས་གནས་ཞག་དུས་ཟེར་སར་ལས་ལུང་བསྟན་དང་འབྲེལ་ མཁའ་འགྲོའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་བུམ་ཅིག་ཡང་
གསང་ཡུམ་སྟེ་བསྟེན་ཏེ་འབྲེལ་བསྐྱམས་ཕྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།



གཏེར་སྟོན་རྒྱ་སྒྲིང་པའི་ཕྱག་འཁར།

སྤང་རྒྱན་མཚོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ།

སྤང་རྒྱན་མཚོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་གྱི་ཡུམ་མམ་གསང་ཡུམ་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
 དཔེ་ཆ་ཡང་ ལོགས་སུ་སྤྲོ་མིན་འདུག། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་ སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་མི་འདི་ར་
 གཏང་དོ་ཡོད་པ་སྤྲོ་ཡིན་པས། བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་དེ་ གླི་ཅན་གྱི་གཡུས་ཁར་ཡིན་མ་དུ་ སྤང་རྒྱན་མཚོ་སྤྲན་
 རྒྱལ་མོ་དེ་ སྟོང་སང་གཡུས་ཚན་གྱི་མཚུག་ལུ་ཡིན་པས། སྤང་རྒྱན་མཚོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་ གནམ་བུར་དགུན་སྤྲོ་

ཡར་དང་མར་ སློ་ཡི་ར་བཞུགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། མོ་ཡར་དང་མར་སློ་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་ལུ་ མི་དང་
 སེམས་ཅན་ལུ་གཞིན་པ་བཀའ་དོ་ཡོད་པ་སྒྲམ་གིས་མཁུན་ཏེ་ རྒྱལ་ལས་ གཏེར་སྟོན་པ་སྒྲིང་པ་དང་སངས་
 རྒྱུ་སྒྲིང་པ་ཚུ་གིས་ སྤང་རྒྱན་མཚོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་ སྤྲང་སེང་གཡུས་ཀྱི་གྲུ་ལུ་འགྲོ་མི་ཆོག་ སྤྱིར་བཏང་ སྤྱི་
 ཅན་གཡུས་ཚན་གྱི་ མི་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སྟོག་སྤྱང་ཞིང་ མགོན་སྐབས་མཛད་མི་ཡུལ་བཅན་ཅིག་སྟེ་
 གནས་དགོ་པའི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ད་རེས་ནངས་པ་ སྤང་རྒྱན་མཚོ་
 སྤྲན་རྒྱལ་མོ་སློ་འགྲོ་འགྲོ་མ་ཡིན་ཟེར་ ས་གོའི་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་གཏན་གཏན་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ལས་
 སྤྲན་མ་མོ་ཡར་དང་མར་འགྲོ་སའི་ལམ་བདའ་སྟེ་ ངལ་འཛོ་སའི་གནས་དང་བཞུགས་ཁྱི དེ་ལས་ ཞག་
 བཞུགས་ས་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲིལ་ གནས་ཡང་དག་པ་ཅིག་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནུམ་པ་ ཤམ་བྱང་བཅན་ཆེན་དོ་རྗེ་གཤགས་པ་དང་ཅོག་ར་ཅིག་པ་ཡིན་མ་ལས་ ལོགས་སུ་
 མ་བཀོད།

གསོལ་མཚན།

འདི་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་འདི་ སློབ་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་གནང་ཅུག། དེ་ལས་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་ནིའི་ལམ་
 ལུགས་དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་ གཡུས་ཁའི་སྤྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལོ་ལྟར་རིམ་གྱོ་འབད་བའི་
 སྐབས་དང་ཁག་ཆེ་ནང་དོགས་པའི་སྐབས་ སྐབས་དང་མགོན་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ གསོལ་མཚན་ཚུ་
 ཨ་རྟག་ར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ དམང་གི་རིམ་འགྲོ་རོ་མ་དེ་ རང་སྒྲིབ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་དགུ་དང་བཅུ་ཐམ་ལུ་
 ཆོས་བཅུ་དང་ སྒྲིབ་དགུ་པའི་ནང་ ༩ ལུ་གཏོར་སྒྲོག་ཟེར་ གཏོར་སྒྲོག་རིམ་འགྲོ་ཚུ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ ཡུལ་
 བཅན་འདི་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ རྒྱུས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡུལ་ལྟ་
 གསོལ་མཚན་ཕུལ་སའི་ལྟ་ཁང་དེ་ནང་ གསོལ་བ་བཏབ་ནི་དང་མགོན་སྐབས་ལྷ་ནིའི་དོན་ལས་ ཐོ་མོ་དབྱེ་
 བམེད་པར་འཇུལ་ཆོག་པ་ཡིན།



སྤང་ཅུང་དེ་ཁར་ གཏེར་སྟོན་པར་གླིང་པའི་མཚམས་ཁང་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག

མགོན་སྐབས།

ལོ་ལྷགས་ཏྲག་རྩ་ལེགས་ཤིང་ མི་ལོར་ལྷགས་གསུམ་ག་ར་གི་བར་ཆད་སེལ་རྒྱགས་པའི་ མཐུ་དང་རུས་པ་
བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་ ཡོད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་ བཅན་ཆེན་དེ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ རང་གི་བར་ཆད་
སེལ་ཞིང་ ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་རུང་ རྒྱབ་སྐྱོར་གི་མགོན་སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་སྟེ་
སྤང་ཁར་བྲམ་
ཆོ་དབང་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། མ་གཞི་ དུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚུ་ སྟོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གི་བཀའ་
འོག་ལུ་ མགོན་སྐབས་འབད་དགོ་པའི་ བཀའི་ཁས་བླངས་ཡོད་པ་ལས་ སྐབས་མ་མཛད་པ་མི་སྲིད་ཟེར་བྲམ་ཆོ་
དབང་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

འབྱུར་བ།

འབྱུར་བ་གི་ཐད་ཁར་ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་དང་གཅིག། བྱངས་དོན་ཡང་ དེ་གཉིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་
ས་གནས་གཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ཨིན། ད་རེས་ནངས་པ་ གྲམ་ཆེ་དབང་གིས་ཕ་འགོངས་ཏེ་ མ་འོངས་
སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རྒྱ་གནས་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྤྱབ་ཁང་ཅིག་གསར་བཞེངས་མཛད་དོ་
ཡོད་པའི་བསྐང་འདུག། དེ་ཡང་ སྟོན་མ་ རྩ་གླིང་པའི་གདན་ས་འདི་ཁར་ མ་ནི་གྲམ་ཟེར་མི་ཅིག་བྱོན་ཏེ་
ལྷ་ཁང་རྒྱང་ཀུ་ཅིག་རྒྱབ་གནད་སྟེ་འདུག། དེ་ལས་ བྱལ་མ་ཅིག་ཁར་ལས་ ལྷ་ཁང་དེ་ཉམས་སོང་ཡོད་པ་ལས་
ད་རེས་ནངས་པར་ གྲམ་ཆེ་དབང་གིས་ གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་རུང་ ཁོ་ར་གིས་བསྟན་
པའི་དོན་ལུ་བྱགས་བཞེད་གནད་སྟེ་ གཞན་ཁར་དད་ལྡན་སྤྱིན་བདག་ཚུ་ལས་ ཞལ་འདེབས་ཨ་ཅི་རེ་བསྟུ་གྲང་
འབད་དེ་ སྤྱབ་ཁང་ཅིག་རྒྱབ་པའི་བསྐང་ར་འདུག་ཟེར་བྱ་ནི། ས་གནས་གྱི་མིང་ཡང་ སྟོན་མ་རྩ་གླིང་པ་གིས་
གླི་ཅན་གལ་སྟོད་མང་ཟེར་ བཏགས་གནད་ཡོད་རུང་། བྱལ་ལས་ མ་ནི་གྲམ་དང་ པད་རྒྱལ་གླིང་པ་ དེ་ལས་
སྟོབ་དཔོན་གསུམ་གྱི་ངོ་བསྐང་ལུ་ འབྲུག་སྤྱོད་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་ཟེར་བཏགས་གནད་ཅུག། དེ་ལས་ད་རེས་
ནངས་པ་ སྤྱབས་རྗེ་སྐང་སྟེང་སྤུལ་སྤྱོད་པོ་ཆེ་གི་བཀའ་བཞེན་ ཞོན་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་ཟེར་ བཏགས་
གནད་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཡུལ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ། སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་མི།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

གྲམ་ཆེ་དབང་། སྐང་ཁར་སངས་རྒྱལ་སྟེང་དགོན་པ།

༤ ཤམ་བྲང་བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གྲགས་པ།



སངས་རྒྱལ་སྤྲེང་དགོན་པ།

གནས་རྡོ་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཤམ་བྲང་བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གྲགས་པ།

ས་གནས། སྐང་ཁར་ སངས་རྒྱལ་སྤྲེང་དགོན་པ།

ལྷ་ཁང་། སངས་རྒྱལ་སྤྲེང་དགོན་པ།

བསྐྱེད་མི། སྐང་ཁར་ཤམ་བྲང་སངས་རྒྱལ་སྤྲེང་གི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

མགོན་སྐུབས།

ལོ་ལྷགས་ཏྲག་རྩ་ལེགས་ཤིང་ མི་རྣམས་ལྷགས་གསུམ་ག་ར་གི་བར་ཆད་སེལ་ཚུགས་པའི་མཐུ་དང་རྣམ་པ་བསམ་
གྱིས་ མི་ཁྱབ་པར་ ཡོད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་ བཙན་ཆེན་དེ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ རང་གི་གང་ལ་གང་
འདོད་གྱི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་རུང་ ལྷགས་རྗེ་ངེས་པར་དུ་གཟིགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ སྐང་ཁར་སྐུ་ཆོ་དབང་གིས་ གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལོ་ཕྱགས་མི་ལེགས་ཤིང་ཐོག་བསྐྱ་རནམ་ད་ སེརཕ་རྒྱབ་ནི་དང་ ཉ་མོར་ག་ར་
 ལུ་གཞོད་པ་བཀལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ སེམས་ཅན་སྟག་དང་ཡརཕལ་སོགས་པ་གིས་ གཞོད་པ་བཀལ་ས་
 མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ གྲམ་ཁོ་རའི་ཉ་མོར་ ༡༥-༡༥ དེ་ཅིག་ཡོད་མི་ལུ་ ད་ལྟོ་
 ཚུན་ཆོད་ཀྱི་བར་ན་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ཚུལ་མཐུན་ཕུལ་ཡོད་མི་བརྟེན་ གཞོད་པ་ག་ནི་ཡང་མ་
 བྱུང་བར་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་ གྲམ་ཆོད་བར་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་དང་། གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཆད་སོང་མི་དང་ མ་
 ཕུལ་བ་བཞག་མི་ཚུ་གི་ ཉ་མོར་སོགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ མངོན་སུམ་ཆད་མ་སྟེ་གཞོད་པ་བཀལ་ཡོད་པ་སྟེ་
 བཤད་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ད་རེས་ནངས་པར་ མི་ཚུ་གིས་གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་ ཡ་ཉག་
 གི་དུས་ཆོད་ལས་མ་གཤེལ་བར་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཤམ་བྱང་ལྷ་ཁང་དེ་ སྟོན་མ་གཏེར་སྟོན་སངས་རྒྱུས་གྲིང་པ་གིས་གདན་ས་བཏབ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ལས་ དེ་གི་
 བྱལ་མ་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲེས་ཆེན་དམ་པ་གྲྲ་མ་མང་རབས་ཅིག་བྱོན་པའི་བྱལ་ལས་ གྲྲ་མ་ཀམ་འཇམ་དབྱངས་
 གྱིས་བདག་འཛིན་མཛད་བཞུགས་ཞུག། དེའི་བྱལ་མར་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་ཟེར་མཚན་རོ་མ་
 ཀྱུ་བཟང་དོར་དབང་ཡེ་ཤེས་རང་གོལ་དང་ དེའི་རྗེས་སུ་ སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོའི་སྲས་ གྲམ་ཆོད་བར་གིས་
 བདག་འཛིན་མཛད་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ གྲམ་ཆོད་བར་ཁོ་རང་ རྒྱ་གཞུགས་ལུ་
 རྒྱུན་གཞི་ཐེབས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དགོངས་ཞུས་མཛད་དེ་ སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོའི་བརྒྱུད་པ་ གྲམ་ཆོད་བར་གི་ལོ་ཙུ་
 གིས་བདག་འཛིན་མཛད་དེ་བཞུགས་ཞུག། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲེས་ཆེན་དེ་ཚུ་གིས་རིམ་པ་བཞིན་ སངས་རྒྱུས་གྱི་
 བསྟན་པ་རིན་པོ་མི་ཉམས་ཡུན་དུ་གནས་ཐབས་ལུ་ ཉམས་མ་བཅུག་པར་བདག་འཛིན་མཛད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལྷ་ཁང་དང་ས་གནས་གྱི་གནས་བདག་གམ་ཡུལ་བཙན།

སྟོབ་འཛིན་ལས་གནང་བའི་ཐོ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ རྒྱང་ཁར་བཙན། ཤམ་བྱང་བཙན་ཆེན་དོ་རྗེ་གྲགས་པ་དང་
 ཉ་ལམ་ཁྲུ་སྟན་རྒྱལ་མོ། དེ་ལས་གཡག་ལམ་མོར་བུ་རྒྱལ་མོ་ཚུ་ ཡབ་ཡུམ་དང་སྲས་དང་གསང་ཡུམ་ཨིནམ་
 ལས་ ལོ་རྒྱུས་ལོགས་སུ་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་སོ་སོ་སྟེ་མེད་པ་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས་ཐོན་ཡོད་པ་ལྟར་ ཤམ་བྱང་བཅན་ཆེན་གྱི་སྐྱུ་མདོག་འབད་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་
སྟེ་དབུ་ལུ་ རྟོག་ཞུ་དང་ཕྱག་ས་ཚྭ་གསོལ་ཏེ་ཕྱག་ས་གྱི་གོ་ཁབ་དང་ ཆིབས་སུ་བཅན་ཏེ་དམར་པོ་ལུ་ཆིབས་སྟེ་
དམག་དཔོན་གྱི་ཆས་སྟེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། སྐྱག་དོང་གཡས་སུ་བཏགས་ཅན། །སྐྱག་མོ་ཚང་ལས་ཐོན་པ་
འདྲ། །གཟིག་ལྷབས་གཡོན་དུ་བཏགས་ཅན། །གཟིག་མོའི་ཚང་ལས་ཐོན་པ་འདྲ། །ཕྱག་གཡས་མདུང་དམར་
ནམ་མཁར་འཕྱར། །སྤང་བའི་དག་ལ་འདེགས་སེ་འདེགས། །ཕྱག་གཡོན་ལོ་ར་བུ་ཐུགས་ཁར་འཛིན། །སྐྱབ་པ་པོ་
ལ་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །སྤྲད་ཅིག་ཡུད་ལ་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར། །སྤང་བའི་དག་ནམས་རྩལ་དུ་བཟླ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་ བཅན་ཆེན་འདི་གི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་ སེམས་ཅན་སྐྱག་གི་གདོང་དང་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་
གཟིགས་གྱི་གདོང་སྟེ་བཏགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་པོ་བསྐྱལ་བའི་མདུང་དམར་
པོ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ སྐྱབ་པ་པོ་ལུ་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་རྩལ་དུ་དགོས་འདོད་ཀྱི་ལོ་ར་
བུ་ ཐུགས་ཀར་བསྐྱམས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

གཏེར་སྟོན་སངས་རྒྱུ་གླིང་པ་དང་ སྐྱམ་ཀམ་འཇམ་དབྱངས་ནས་ སྤང་ཁར་སངས་རྒྱུ་སྟེང་དགོན་པའི་
གནས་བདག་དུ་བཀོད་གནང་ཅུག། དེ་ཡང་ ཁྱོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་གི་ལུང་བསྟན་དུས་ལུ་འབབ་སྟེ་ གཏེར་ཆེན་
སངས་རྒྱུ་གླིང་པ་གིས་བདེ་ཆེན་པོ་བྱང་གི་གནས་སྟོ་ཕྱེ་ཞིན་ན་ མོང་སྤང་ཨ་རྒྱའི་གནས་སྟོ་ཕྱེ་ནི་ཡང་ ལུང་བསྟན་
དུས་ལུ་འབབ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཨ་རྒྱའི་གནས་ལུ་ཕྱོན་ནིའི་འབདམ་ད་ ལམ་བར་ན་ སྤང་རྒྱན་མཚོ་དང་
བྲག་དམར་གི་འོག་ལུ་བཅན་ཆེན་བྲག་པོ་གིས་བར་ཆད་རྒྱབ་སྟེ་ ལམ་ཁར་སེམས་ཅན་སྐྱག་དང་བྱི་ལི་ལུ་སྐྱལ་
ཞིན་ན་བར་ཆད་རྒྱབ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་གི་སྐྱབས་སུ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་
སྤང་ཐངས་དང་ ཞིམ་བྱང་ལ་ཟེར་སྐྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ནས། (ཤམ་བྱང་ལ) ཟེར་བྱར་ཉམས་སྟེ་སྐྱབ་དོ་ཡོད་པའི་
དོགས་པ་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ལོ་རྒྱུ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ གཡང་ཅེ་པའི་ཁ་སྤྲད་དམ་ ཀྱར་སྟོད་པའི་ཁ་སྤྲད་ནང་
ལས་ བྱི་ལི་ལུ་ཞིམ་བྱ་ལ་ཟེར་སྐྱབ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཞིམ་བྱ་ལའི་སྐྱ་ཉམས་སྟེ་ཤམ་བྱང་ལ་ཟེར་སྐྱབ་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན་པས། དེ་ལས་ སངས་རྒྱུ་གླིང་པ་མཚོག་ བཅན་ཆེན་དམ་ལུ་བཞག་ཞིན་ན་ ཨ་རྒྱའི་གནས་ལུ་ཕྱོན་ནི་
འབདམ་ད་ས་གནས་འདི་ནང་ མི་གཡང་མེད་པ་མ་ཆད་ བྲགས་དང་ལུང་སྟོང་སྟོམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ཅིག་

འབད་ནི་འདི་གིས་ ཐུགས་དོགས་སྟེ་དོ་སྟོམ་ཅིག་ཡོད་པའི་གྲུང་བཟུགས་པའི་སྐབས་ དོ་དེ་སྟུག་ལས་གག་སོང་
 པའི་ཤུལ་ འདི་ནང་ལས་ཉི་ཆོ་བའི་སེམས་ཅན་སྟེག་པ་ར་ཙ་ཅིག་ཐོན་འོང་སྟེ་ ས་གནས་ཨེ་ཁུ་ལུ་བྱོན་ནིའི་ལམ་
 ཡང་སྟེག་པ་ར་ཙ་གིས་བད་སྟོན་གནང་ཅུག། ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ སྟུག་ཀག་འབྱུ་མི་དོ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།
 སེམས་ཅན་འདི་གིས་ གནས་ཨེ་ཁུའི་ཕྱོགས་ལུ་བད་སྟོན་ཡོད་རུང་ ལུང་བསྟན་གྱི་དུས་ཆོད་མ་རན་པས་ཟེར་
 བའི་ཐུགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ སངས་རྒྱས་སྟེང་དགོན་པའི་རྩ་བར་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་མཚམས་ལུ་
 བཟུགས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྐྱེ་མཚམས་ལུ་བཟུགས་ཏེ་ ལོ་གཉིས་དེ་ཅིག་འབྱུང་ད་ ལྷ་མོ་སྟག་གདོང་མ་
 གྲམ་འབད་སར་ ཨེ་ཁུའི་གནས་ལུ་གནས་སྟོན་ཕྱི་ནིའི་དོན་ལས་ གདན་འདྲེན་ཁུ་བར་བཅར་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་
 རུང་གྲམ་སྐྱེ་མཚམས་ལུ་མ་གྲོལ་ཚུན་ མ་བྱོན་པར་བཟུགས་ཡོད་པ་ད་ ལྷ་མོ་སྟག་གདོང་མ་ཡང་ སངས་རྒྱས་
 སྟེང་དགོན་པ་དང་ ཉེ་འདབས་གྱི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ལས་ཕར་ དེ་སྟེ་རང་ཅད་མ་ཅེ་སྟེ་བཟུགས་ཡོད་པ་ལས་
 སྟག་གདོང་མའི་ཞབས་རྩེ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ གྲམ་སྐྱེ་མཚམས་ལས་གྲོལ་
 ཞིན་ན་ སྟག་དེ་གིས་འབྱིད་དེ་ ཨེ་ཁུ་ལུ་བྱོན་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྟག་དེ་མིག་གིས་མ་མཐོང་མ་ཅིག་ཁར་
 གྲམ་ལས་ཨ་ཙི་ཏེ་མ་མཚམས་ཅིག་ཁ་ལས་སྐད་རྒྱབ་ཅི་ར་འབྱུང་སྟེ་ ཨེ་ཁུའི་གནས་ལུ་གདན་འདྲེན་ཁུ་སྟེ་ ཉི་
 མའི་ཐང་དང་ཁླ་བའི་ཐང་ལས་སྟེ་སྟག་མའི་ཐང་ལུ་ལྷོད་དེ་ གནས་སྤང་ལྷ་མོ་སྟག་གདོང་མ་ཡང་གནམ་མེད་ས་
 མེད་ སེམས་དགའ་སྟེ་ དགའ་སྟོའི་སྟོ་ལས་བསུ་བ་དང་བཅས་ཏེ་ གདན་འདྲེན་ཁུ་བའི་ཤུལ་ལས་ ཨེ་ཁུའི་
 གནས་ཡང་ གྲམ་དེ་གིས་སྟོན་ཕྱི་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གཞན་ཡང་ གཏེར་སྟོན་སངས་རྒྱས་གླིང་པ་མཆོག་ སྐྱེ་མཚམས་ལུ་བཟུགས་པའི་སྐབས་ ཤམ་བྱང་བཙན་ཆེན་
 དོ་རྩེ་གཤམ་པ་གིས་སེམས་ཅན་སྟེག་ལུ་སྟུལ་ཏེ་ ཆོ་འཕུལ་སྟོན་ནི་དང་གནམ་ཁ་ལས་སེར་ཕ་དང་གནམ་ལྷགས་
 ལ་སོགས་པ་ཕབ་སྟེ་གནམ་མེད་ས་མེད་གཞོད་པ་བཀལ་ཡོད་པ་དང་ ཉ་ལམ་ལྷ་སྟན་རྒྱལ་མོ་གིས་ ས་གནས་ཉ་
 ལམ་ལས་འོང་ཞིན་ན་སེམས་ཅན་ སྟུལ་ལུ་སྟུལ་སྟེ་ ཆོ་འཕུལ་སྟོན་ཏེ་གཞོད་པ་བཀལ་ཡོད་པ་ལས་ གཏེར་སྟོན་
 སངས་རྒྱས་གླིང་པ་གིས་ འདྲེ་སྟོན་གདུག་པ་ཅན་དེ་ཚུ་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ལྷོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ བཀའི་དམ་འོག་
 ལུ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རུང་ལོག་སྟེ་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པ་བཀལ་ནི་ཙུམ་རྒྱབ་སྟེ་
 བདུད་ཁ་དར་ནི་ཡིན་མ་མཁྱེན་ཞིན་ན་ བཀའ་བསྟོན་ཤིང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་སྟེ་ སྐང་ཁར་ལུང་པའི་གནས་
 བདག་སྟེ་བསྟོས་གནང་ཅུག།

བཙན་ཆེན་དེ་ཚུ་ཡུམ་སྐུ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ལུངས།

སྐར་ཁར་བཙན་ ཉ་ལམ་ཁྱུ་སྐྱེན་རྒྱལ་མོ་ བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པའི་ཡུམ་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དེ་ ཤམ་བྱང་བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ ཁོ་གི་གསང་ཡུམ་དེ་ གཡག་ལམ་ རོར་བྱ་རྒྱལ་མོ་ཡིན་པས། ཤམ་བྱང་བཙན་ཆེན་དང་ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་གཉིས་པོ་ཡབ་སྐུ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་གཅིག་ཡིན་པས། སྐར་ཁར་སྐུ་མཆོག་གི་ཞལ་རྒྱུན་ལྟར་བཀོད་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཡང་ རང་སྐྱེ་གཉིས་པའི་ཆོས་༡༧ཡུ་ གོང་གི་བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་ ཉ་ལམ་ ཁྱུ་སྐྱེན་རྒྱལ་མོ་ གཡག་ལམ་ རོར་བྱ་རྒྱལ་མོ་ལ་སོགས་པའི་གསོལ་མཆོད་དང་ བསངས་དང་གཏོར་མ་ལ་ སོགས་པ་ཚུ་དམངས་ཀྱི་རིམ་འགོ་སྟེ་རྒྱུ་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་འདི་ སྐུ་འདི་གི་ཡབ་སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་གནང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྐུ་ཁོ་རང་ སྐུ་ན་རྒྱུང་ཀྱའི་བསྐང་ལུ་ བོད་ལུ་དཔེ་ཆ་ལྟ་བུར་འགྱུ་བའི་སྐབས་ གསོལ་མཆོད་ལ་སོགས་པ་ ཕུལ་མི་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་ཁ་ལུ་སྟག་དང་གཟིག་ དོམ་ལ་སོགས་པ་གིས་གཞོད་པ་སྟོམ་སྟེ་བཀལ་ ཡོད་པ་ཡིན་མ་ མངོན་སུ་མཛད་མ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་ལས་ཤུལ་ལས་ སྐུ་ཁོ་ར་འབྱུག་ལུ་ཕེབས་ཞིན་ན་ གསོལ་བསྐྱེད་དཔེ་ཆ་ལ་སོགས་པ་མང་རབས་ཅིག་ བརྩམས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བའི་ནམ་ དུས་ལུ་ ལྟ་ཁང་དེ་ནང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ཕོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་ག་ར་ འཇུལ་ཆོག་པ་མ་གཏོགས་ འཇུལ་མ་ཆོག་ པའི་ནམ་གཞག་མིན་འདུག།



སྒང་ཁར་ སངས་ཀྱིས་སྤང་དགོན་པའི་ནང་ཉེན།

གོས་འབུལ།

སྒྲིང་ཁར་སངས་རྒྱུས་སྟེང་གི་ལྟ་ཁང་དེ་ གཡང་ཅེ་ཆེད་འོག་གི་ལྟ་ཁང་རྩིང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ སྟོན་མ་
སྟོབ་དཔོན་ རྒྱལ་པོའི་སྐབས་ཚར་ཅིག་ཉམས་གསོ་ལྷུ་ཡོད་པ་དང་ ལེ་ངོ་ ༡༠ ལྷག་ཙམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ སྒྲུ་མ་ཆེ་
དབང་གིས་ཚར་ཅིག་ཉམས་གསོ་ ལྷུ་ཡོད་རུང་ ལྟ་ཁང་དེ་ གནམ་མེད་ས་མེད་རྩིང་མ་ཐལ་ཡོད་པ་ལས་ གཞུང་
ཞབས་ལས་ བཙན་ཆེན་དེ་ཚུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྟ་ཁང་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཉམས་བཙོས་གྱི་
དོན་ལས་དང་ཡུལ་བཙན་གྱི་དོན་ལས་ གནམ་ཁང་ཅིག་ཡང་དགོཔ་ངེས་བདེན་ཡོད་པ་ལས་ ནང་སྤྱིད་དང་སྟོལ་
འཛིན་ལས་ཁུངས་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ སངས་རྒྱུས་སྟེང་སྒྲུ་མ་ཆེ་དབང་གིས་ལྷུ་བ་ཕུལ་ཕ་
ཡིན་མས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཡུལ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྒྲུ་མ་ཆེ་དབང་ སངས་རྒྱུས་སྟེང་དགོན་པའི་སྒྲ་རབས།

༡ མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་ཞ་མཁར་བཙན།



རབ་སྟེ་ཐུམ་བྲང་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མོང་གླིང་ལྷ་བཙན། ཞ་མཁར་ལྷ་བཙན།

ས་གནས། རབ་སྟེ།

ལྷ་ཁང་། ཐུམ་བྲང་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། རབ་སྟེ་ གཡུས་མཚན་གྱི་སྤྱི་འག་དང་སྤྱུལ། སྟོང་ཞང་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
ཡང་ མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ རབ་སྟེ་དང་སྟོང་
ཞང་གི་ཕུ་གཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཡུལ་ལྷ་ཡང་ རབ་སྟེ་དང་སྟོང་ཞང་གཉིས་ཆ་ར་
གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ གཡུལ་ཅེ་འཚམས་པ་སྟོབ་དཔོན་ འཇིགས་མེད་ཀྱིས་
བཤད་ཡོད་པ་ཨིན།

མགོན་སྐུབས།

མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་དེ་ རབ་སྟེ་དང་སྟོང་ཞང་གཉིས་ཆ་ར་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ནང་ཡོད་པའི་གཡུས་
ཚན་གྱི་མི་ཚུ་གིས་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་དང་ དེ་ལས་ལོ་ཐོག་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ བར་ཚུར་འགྲོལ་ད་ བྱ་བ་
ལས་འགྲོ་ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་དོན་ལས་ མགོན་སྐུབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ག་དེ་མ་ཅིག་སྟེ་གནས་སྤངས་

འདི་ཚུའི་སྐབས་ གསེལ་མཆོད་དང་སློན་འདེབས་མ་རྒྱུ་པ་ཅིན་ བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་མ་འགྱུ་བའི་ཁར་ ལོ་འདི་
ནང་རྒྱན་བར་ཆད་ཡང་ མང་སུ་ཅིག་ཐོན་དོ་ཡོད་པའི་ནམ་རྟེན་གྱི་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
གསེལ་མཆོད་ཚུ་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྤུལ་ སློན་འདེབས་རྒྱུ་ དེ་ལས་ སྐབས་དང་མགོན་ཟེར་རུང་ ཁྱེད་རང་
ར་ཨིན་ནོ་ཟེར་བའི་མགོན་སྐབས་ཁྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་དེ་ དང་ཕུ་ཕམ་ཚུ་གི་ངོ་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེན་ཏེ་ཡོད་པའི་ སྐྱེས་བཙན་ཅིག་ཨིན་མས། དེ་ཡང་
སྐྱེས་བཙན་དེ་བླམ་འདི་གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་
བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་བཙན་མང་ཤོས་ཅིག་ སངས་རྒྱུས་
གཉིས་པ་ཚུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ འདི་གི་ཤུལ་ལས་དཔལ་རི་དགོན་པའི་བླམ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་བཟང་གིས་བཀའ་དང་
དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཡུལ་བཙན་གྱི་མཚན་ཐོ་ནང་ལུ་ མོང་གླིང་ལྷ་བཙན། ཞ་མཁར་ལྷ་བཙན་ཟེར་
ཁག་གཉིས་སྤེ་འཁོད་དེ་ཡོད་རུང་ གསེལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་གཅིག་ལས་ སོ་སོ་མིན་འདུག། གསེལ་ཁ་ཕུལ་བའི་
སྐབས་ ཆོག་ཁ་བསྐྱར་བཏང་ནི་ཅིག་ར་ཨིན་པས། ས་གོ་དེ་ནང་ཡང་ མཆོད་རྟེན་གཅིག་མ་གཏོགས་ གཞན་
ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། འདི་ལུ་ཞ་ཁར་ལྷ་བཙན་གསེལ་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བཙན་དེ་གི་ སྐྱེ་འབྲས་དང་ལྷེབས་རིས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཚུགས་མི་ཅིག་ཡང་ཕུད་མ་
ཚུགས་པ་ཨིན། དེ་འབད་ ནི་འདི་གིས་ ཡུལ་བཙན་ཞ་ཁར་ལྷ་བཙན་གྱི་གནས་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྤེ་ཡོད་རུང་
བཙན་ཁོ་རའི་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ ཁ་གསལ་བཤད་པ་བཀོད་མ་ཚུགས། སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཁ་
གསལ་ ཤུལ་ལས་ཏ་གོ་མི་ཡོད་པ་ཅིན་ ཁ་སྐོང་བཀལ་ནི་ སྤེ་བཞག་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

བཟ་ཤེས་གཡང་ཅེ་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་བཙན་མང་ཤོས་ཅིག་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ འདི་གི་ཤུལ་ལས་དཔལ་རི་དགོན་པའི་སྐྱམ་བུང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་གིས་བཀའ་དང་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ ལྷ་བཙན་དེ་ཡང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



གསོལ་མཆོད་ཤུལ་སའི་བཙན་ཁང་།

གསོལ་མཆོད།

སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཆོད་ཤུལ་སྤེལ་ཅིག་དང་ དམངས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ཤུལ་སྤེལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཆོད་ཤུལ་བའི་སྐབས་ལུ་ མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་ཡང་མཆོད་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ ཆར་བཞི་དང་ལྷ་དམ་ཅིག་གསོལ་མཆོད་ཤུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་གི་སྐབས་ལུ་ བདུན་པའི་ཆོས་བརྩུ་ཆོས་སྒོར་དང་། བརྒྱད་པ་ཆོས་བརྩུ། རྩལ་པ་ས་གཉན། དགུ་པ་དགུ་གཏོར་རྩུ་བཏང་པའི་སྐབས་ མོང་གླིང་བཙན་དང་རྒྱལ་པོ་ གནས་པོ་ཟེར་གསུམ་ཆ་རང་ལུ་ གསོལ་ཁ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེལ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་ མོང་གླིང་ལྷ་བཙན་སོ་སོ་སྤེལ་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཤུལ་བའི་སྐབས་པོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་ ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་འཛུལ་ཏེ་ སྐབས་དང་མགོན་ཞུ་ནིའི་དོན་ལས་ ག་ར་གཡལ་ཁར་གཏོགས་ཏེ་ ཕྱག་འཆལ་སྤོན་འདེབས་རྩུ་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བཟ་ཆམ་རེ་བྱུང་ཏེ་ བདེ་ལུ་

ཁག་ཡོད་པ་ཅིན་ ལོ་ཚྭ་ཡང་ཚར་གཉིས་གཉིས་དེ་རང་བཏང་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ གསོལ་ཁ་ཡང་
 སྒྱར་བཏང་འབདཝ་ད་ བར་ན་བམ་འགོལ་ནི་དང་གསོལ་ཇ་བཞེས་ནི་ཚུ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ནད་པ་ལཱ་ཁག་ ཡོད་
 པའི་སྐབས་ བྱར་ཚྭ་ཟེར་གནམ་བྱར་གྱི་ལོ་ཚྭ་ བར་མཚམས་མེད་པར་གནང་ཏེ་ མཚུག་བསྐྱམ་སྟེ་གནང་
 ཞིན་ན་གོལ་དགོ་དོ་ཡིན་པས།



བཅན་གྱི་སྒོའི་བསྐྱམ་སྟེ་གནང་སྟངས།

གསོལ་མཚོད་མ་ཕུལ་བའི་བཀའ་ཆད།

ག་དམ་ཅིག་སྤེལ་གསོལ་མཚོད་ཚུ་མ་ཕུལ། དེ་ལས་ རང་གི་སྤྱིས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་དེ་ལུ་ གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ནིའི་མཉམ་
བསམ་ར་མེད་པར་ དེ་སྤེལ་བཞག་པ་ཅིན་ ཡུན་མ་རིང་མ་ཅིག་ལས་རང་ རྒྱ་ཆམ་ཚུ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ཞིབ་
འཚོལ་པ་ར་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དོན་ལས་ འབྲེལ་བ་འཐབ་ད་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཚུའི་རབ་སྤྱིའི་སྒྲུལ་འཇིགས་
མེད་ ཡུལ་བཙན་ལས་བརྟེན་པའི་ནད་པ་འབད་སར་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་བའི་བསྐྱར་སྤྱོད་ཡི།



བཙན་ལུ་གསེར་སྤྱིམས་ཕུལ་སའི་སྤྱིགས་ཁྲི།



བཙན་གྱི་དམར་གཏོར། བཙན་གྱི་བཞུགས་ཁྲི།

ཀྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།
གཡང་ཅེ་རབ་སྒྲེའི་བླམ་འཇིགས་མེད།

༡ ཡོངས་ལ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ་དང་ཁར་ས་རྒྱལ་པོ་བཙན་གྱི་མིང་།
མིར་སློ་བྲག་བཙན་དམར་མོ་དང་གཙང་ཆེན་གནས་སྤང་།



གཡང་ཕེ་སྤུས་གནས་དགོན་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། མིར་སློ་བྲག་བཙན་དམར་མོ་དང་གཙང་ཆེན་གནས་སྤང་།

ས་གནས། ཁར་ས་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། སྤུས་གནས་སྤྱི་འོག་དང་ སྤུས་གནས་སུ་སྤུས་གནས་འདི་ལས་གྲུས་ཏེ་འགྲོ་
མི་གཡང་ཕེ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ར་སྤུས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཙན་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

མགོན་སྐྱབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་ སྤྱིར་གནས་བདག་བཟུང་མི་འདི་ ཉེ་འདབས་ཀྱི་གནས་བྱིན་ཅན་ཚུ་
སྤང་མི་སྤྱོད་ཡིན་པས་ གནས་བདག་བཟུང་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་གནས་བདག་དེ་གིས་གནས་རྒྱུང་ཅིག་སྤང་ནི་
མེན་པར་ གནན་ཡང་འགྲོ་བ་མི་དང་དུད་འགྲོ་ག་ར་ལུ་སྐྱབས་མཛད་པའི་ཁར་ ཁོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་བ་ཅིན་

རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ནིར་ ལོ་ལྷན་ལྷན་ཏུ་ལེགས་ ནད་ཡམས་ལུ་གཞུག་ཆད་དེ་མགོན་སྐྱབས་མཛད་པ་ཨིན་
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

སྤྱིར་བཏང་བཟ་གིས་གཡང་ཅེ་དེ་ གནས་གཞན་ལས་བྱུང་བའམ་གས་པ་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་ཀྱིས་དངོས་སུ་
བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་ ཆོས་ལོར་ཟབ་གཏེར་ཐམས་ཅད་ གཏེར་ལུ་སྤྲས་ཏེ་ ལྷ་སྤྱིན་གདུག་པ་ཅན་
ག་ར་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་བའི་ས་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྲས་གནས་ཟེར་སྤྲུབ་ཨིན་
པས། སྤྱི་འོག་གི་ཡུལ་བཙན་དེ་ཚུ་ཡང་ སྤྱིན་གྱི་དུས་ལུ་ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྤྱི་
ཨིན་པས། ད་རེས་ནངས་པ་ སྤྲས་གནས་ལུ་ བཟ་གིས་གཡང་ཅེ་གྲ་ཚང་གིས་སྤྱི་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཞུན་པ་
རིན་པོ་ཆེའི་རྩ་བ་སྤྲུབ་པའི་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེ་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་འདུག།



གནས་སྤང་མེད་སྒྲོ་བྲག་བཙན་དམར་པོ།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པའི་སྐོར་ལས་ལོགས་སུ་སྤྱོད་ཅི་མེད་པ་ཡིན་རུང་
སྐྱུ་འདྲ་འདི་མཇལ་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མདོག་དམར་བའི་མདངས་དང་ལྗན་ཞིང་ གཟི་བུ་ཆེ་ཆེ་བའི་དམ་ཉམས་པའི་
དག་ལས་ནམ་པར་ རྒྱལ་བའི་ཕྱག་གཡས་ལུ་ལྟ་དར་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་དག་སྤྱིང་འཛིན་ཞིང་
སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་བ་དང་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་བར་ཆད་སྤྱང་ཞིང་དགོས་འདོད་ སྤྱོད་བའི་ཡུལ་ལྟ་ཅིག་སྤྱོད་
བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

སྤྱི་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཙན་ནམ་ གནས་བདག་དེ་ སྤྱོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བསྐྱོས་ཤིང་
དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ནམ་འཕྲུལ་ གཏེར་སྤྱོན་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ལས་
གཏེར་སྤྱོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷའི་ཡ་རྒྱལ་ གཏེར་སྤྱོན་པ་སྤྱིང་པ་གིས་གདན་ས་བཅགས་ཏེ་ མི་ལོ་ ༣༠༠ ཅམ་སོང་
བའི་རྒྱལ་ལས་ གྲམ་བྱང་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་གིས་གདན་ས་བཅགས་སྤྱོད་མི་ལོ་ ༡༥༠ དེ་ཅིག་སོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ཚུ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྱི་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ཡང་ སྤྱོན་གྱི་དུས་ལུ་
ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཕྱིས་སུ་གཏེར་སྤྱོན་པ་སྤྱིང་པ་དང་ གྲམ་བྱང་རྒྱལ་དཔལ་
བཟང་གིས་ སྤྱིར་ཡང་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ལུ་གཞོན་པ་བཅུ་མས་པའི་ ལྷ་སྤྱོན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་དམ་ལུ་
བཏགས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཚན།

གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཚུལ་དེ་ཡང་ སྤྱོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོའི་
སྐབས་དང་ རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ལོ་ཚོག་རེ་བཏང་ དེ་ལས་ནམ་ཚམ་རེ་བྱུང་མ་ད་ མ་གཏོགས་གསོལ་མཚན་
ཕུལ་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ རྒྱབ་སྤྱོད་བཅུགས་ཞིན་ན་ གསོལ་མཚན་ཚུ་དུས་རྒྱུན་ ལ་ཏྲག་ར་
གནང་དོ་ཡོད་པ་སྤྱོད་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གཞོན་པ་ སྤྱིར་བཏང་ང་བཅས་མི་རང་འབད་རུང་ བཟའ་ནི་འཐུང་ནི་དང་དགའ་ཉླ་
 ཉོ་དང་ སྤྱིད་ཉོང་ཉོ་སྤོང་ནི་ཡོད་པ་ཅིན་ སེམས་དགའ་ནི་དང་ བདེ་སྤྱིད་མེད་པ་ཅིན་ སེམས་མི་དགའ་དོ་
 བཟུམ་སྟེ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ཚུ་ཡང་ དེ་སྟེ་རང་ཡིན་པས། གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་དང་ ཕྱིས་སོང་
 པ་ཅིན་ ཡུལ་ཁམས་ལུ་བདེ་སྤྱིད་བདེ་སྤྱིད་མི་འབྱུང་བའི་ཁར་ འོ་ཐོག་ཡང་མ་ལེགས་པར་ རྟག་པར་ནད་
 ཡམས་ཕུ་གེ་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ དགའ་ངལ་ཚད་མེད་པ་སྟེ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ གནས་བདག་དེ་དང་
 འབྲེལ་བའི་གཞོན་པ་ དེ་སྟེ་བྱུང་ཏེ་མེད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་ཅིན་ འོ་ཕུགས་མ་ལེགས་ཤིང་ ཅམ་
 ཚམ་སོགས་བྱུང་པ་ཅིན་ ཡུལ་ལྟ་ལུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་སྦྱོན་དང་ དེ་ལས་ཚུ་རུད་ལ་སོགས་པ་ཐོན་དོ་
 ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས། དེ་འབདཅུ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།



སྐྱབ་སྟེ་པའི་མཚམས་ཁང་།

གནས་སྤངས་འཇུར་བ།

གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་འཇུར་བ་དེ་ཡང་ གོང་འཕེལ་འགྱོ་སྟེ་འདུག། དགོན་པ་དེ་ མི་སེར་གྱིས་སྟེ་
 སྐྱབས་ཆེ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ཕུལ་བའི་སྐྱབས་ དགོན་པ་ཅིག་ལས་བཟུལ་མེད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྐྱབས་
 ཆེ་ཆེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་གི་བྱུགས་ཆེ་དང་ གཡང་ཅེའི་སྒྲམ་གནས་བརྟན་བསོད་ནམས་དབང་འདུས་གྱིས་འགོ་
 འདྲན་ཐོག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཕ་བ་སྐྱབ་པའི་སྟེ་ཡང་གཞི་བཙུགས་གནང་སྟེ་འདུག།

མ་གཞི་སྐྱབ་སྡེ་དེ་ སྡོན་རྒྱལ་མཚན་སྐྱལ་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ གཞི་བཙུགས་མཛད་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་
སྐབས་ཅིག་ལས་ ཉམས་ཆག་ཤོར་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་གྲུ་ཚང་གིས་ཉམས་གསོ་ལྷ་སྟེ་ ཐུགས་དམ་གནང་མི་
ཚུ་ལུ་ བྱ་སྐབས་བདེ་ཉླ་ཉླ་འགྱུ་སྟེ་འདུག།

རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་སྤང་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡང་ཅེ་བླམ་གནས་བརྟན་དང་རབ་སྡེའི་སྐྱེ་རུང་།

༧ རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན་མོད་ཕུག་བྲག་བཙན་མིར་གོ་བྲག་བཙན།



མདོ་སྤྲལ་ས་ཆོས་སྤིང་དགོན་པ། ཉེ་མ་ལྷ་ཁང་ཡོད་སའི་ཤུལ་ཁར་མཆོད་རྟེན།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྒྱལ་ཕུ་ལྷ་བཙན། མོད་ཕུ་བྲག་བཙན། མི་མོད་བྲག་བཙན།

ས་གནས། སྤེམ་མཁར།

ལྷ་ཁང་། མདོ་སྤྲལ་ས་ཆོས་སྤིང་དགོན་པ།

བསྟེན་མི། སྤེམ་མཁར། མཆོད་རྟེན་སྟོར་རཔ། སྤེམ་མཁར། སྟོང་མཁར། གི་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་

ཚུ་གིས་སྤེམ་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྐབས་དང་མགོན་སྤེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ སྤྱིར་བཏང་ སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་སྲུང་བའི་སྲུང་མ་སྟེ་ བཀའ་དང་
དམ་ལུ་གནས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ ཏུས་ན་མ་འབད་རུང་ སེམས་ཅན་ལུ་གཞི་དུ་འཆོ་སྤང་སྟེ་ཕན་པའི་སྟོངས་གོགས་
འབད་མི་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ མགོན་སྐབས་མཛད་ཐངས་ལུ་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་དང་ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་དང་བསྟུ་ནི་
དེ་ལས་ ཨ་ལོ་གསར་སྦྱེས་བསྟུན་ནི་དང་ ལཱ་ག་ཅི་རང་ འབད་རུང་ མགོན་སྐབས་མཛད་ནི་ལུ་གསོལ་བ་
བཏབ་པའི་ངོ་བོ་ལུ་ མགོན་སྐབས་མཛད་དང་མཛད་ཞིན་པ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས་
ལོ་ཕུགས་རྟག་ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབེབ་བས། །འབྲུ་མོར་བང་མཛོད་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ། །ནད་
ལུག་འབྲུག་ཚུད་ནི་བར་མཛོད་ལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཅེས་དང་ གཉེར་ཁ་བགྱིད་ལ་བདག་ཅག་བྱ་བ་བཞིན་
སྦྱངས། །འཁོར་སྲུང་རྒྱུན་བརྒྱུག་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་ཞིང་། །བསམ་དོན་ཇི་བཞིན་འབྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་
མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ མི་མོར་ཕུགས་གསུམ་ག་ར་དང་ ལོ་ཐོག་ལེགས་པའི་སྐབས་དང་མགོན་
མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



གནད་དོན་རྒྱུ་ལ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་གི་ཆགས་རབས་མདོ་བསྟུན། མ་གཞི་ལྷ་ཁང་འདི་གི་མིང་ལུ་ སྟོན་མ་འབད་
བ་ཅིན་ (ཆེ་ལི་དགོན་པ་) ཟེར་སྟེང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ སྟོན་མ་ཁར་གཙོ་འཛིན་འཕྲིན་ལས་དབང་ཕྱག་གིས་བཤད་ནི་
འདུག། ཨིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ ལྷ་ཁང་ཉམས་བཅས་འབད་ཞིན་ན་ མཚན་ཡང་འགྱུར་བཅས་འབད་དེ་ མདོ་
སྟེགས་ཆོས་གླིང་དགོན་པ་ཟེར་བཏགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གདན་ས་འདི་ཡང་ ཁྱོན་པརྟའི་རྒྱལ་ཆབ་ལས་འབྲོ་
གླིང་པ་ རིག་འཛིན་གྱི་གཏེར་ཆེན་གླིང་པ་བརྒྱུད་ལས་བྱོན་ཤིང་ སྟེགས་པའི་གཏེར་སྟོན་ཆེན་པོ་ལས་འབྲེལ་
མཚན་གྱི་སྐྱེ་ཕྱགས་ཀུན་ལ་བྱབ་པར་སྟེགས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ རྟེན་འབྲེལ་ཕུན་སྟེན་ཆོགས་ཤིང་ཕྱག་བཏབ་པའི་
གདན་ས་ མདོ་སྟེགས་ཆོས་གླིང་དགོན་པ་འདི་གི་རྒྱབ་ལུ་ རྒྱལ་ཕུ་བྲག་རི་དང་དེའི་མདུན་ལུ་འདོད་ཡོན་ལཱའི་
མཆོད་པ་ཕུལ་བ་དང་འབྲས་སྟེ་ཆགས་ཏེ་འདུག།

མདོ་སྟེགས་ཆོས་གླིང་གི་སྟེན་ལྷ་གཅིག་ལུ་ མིང་གསུམ་སྟབས་ཅིག་ཁར་བཀོད་མི་འདི་གི་བསམ་འཆར་མདོར་
བསྟུན།

རྒྱལ་ཕྱག་ལྷ་བཅན། རྟོན་ཕྱག་བྲག་བཅན། མི་རྟོན་བྲག་བཅན། གསུམ་པོའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་གཅིག་མ་
གཏོགས་ལོགས་སུ་མེད་པ་ཨིན། ཨིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ རྟོན་ཕྱག་བཅན་མཆོད་གསུམ་
གཏུམ་ཞིང་རམ། རྩོམ་ཐབས་གི་མདུང་དམགས་གོས་ཆས། ཁྱེད་ལང་བསྐྱམས་ནས་རྒྱུང་འགྲོས་རྟེན་ཆིབས་
པའི། མཐུ་སྟོབས་བྲག་བཅན་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད། ཟེར་གསུངས་པའི་དོན་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ བཅན་
གསུམ་པོ་སྟེན་ཆའམ་ འཁོར་གཡོག་གི་རྒྱལ་སྟེ་ཨིན་མ་བཟུམ་ཅིག་གི་སྟངས་བཤད་ཡོད། འདི་གི་སྟོར་ལས་
ཆོས་པ་དང་གཡུས་ཁའི་མི་རྩེ་གིས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་གཅིག་ལས་མེད་པ་ལས་ ལོགས་སུ་སྟེ་བཤད་ནི་མིན་
འདུག།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱལ་ཕུ་བཅན་གྱི་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་ རྒྱལ་བཅན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ལྷ་བཅན་ཆེན་པོ་ཨོ་
པོ་རྒྱལ་ཕུ་ནི། སྐྱེ་མདོག་དཀར་དམར་རམ་རམ་འཛིན་འོད་དུ་འབར། ཕྱག་གཡས་མདུང་དང་གཡོན་པ་ཞགས་པ་

བསྐྱམས། །ཡིད་ལྷུང་རྟ་སྟངས་འབྱིང་བ་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །ཟེར་གསུངས་པའི་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་
གཟི་བརྗིད་ཀྱི་མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་འོད་དུ་འབར་བ་ རྒྱག་གཡམས་པ་ལུ་མདུང་བསྐྱམས་ཤིང་ རྒྱག་གཡོན་པ་
ལུ་ཞགས་པ་ནག་པོ་བསྐྱམས་ཏེ་ ལྷུང་ཞིང་མགྲོགས་པའི་ཆིབས་རྟ་ལ་ཆིབས་ཏེ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། དགོ་
སྟོར་དཔོན་གྱི་ཆོས་གོས་མཛེས་པས་བརྒྱན། །ཞེས་གསུངས་པས་ ཆོས་གོས་ཡང་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་གྱི་སྟོར་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་ནི་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ གཙོ་
འཛིན་འཕྱིན་ལས་དབང་རྒྱག་གིས་གསུངས་དོ་བརྩམ་འབད་བ་ཅིན་ ཆེ་ལི་དགོན་པའམ་ མདོ་སྐྱེས་ཆོས་གླིང་
དགོན་པའི་གདན་ས་བཏབ་གནང་མི་ གླམ་གཏེར་སྟོན་ལས་འཕྲོ་གླིང་པ་གིས་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་བརྩམ་ཅིག་
འདུག་ཟེར་གསུངས་ཡི། དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཁ་གསལ་མེད་པ་ཡིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་སྤྱིར་
བཏང་སྟེ་བཀོད་དོ་བརྩམ་འབད་བ་ཅིན། རྒྱལ་བའི་སྤྱན་སྦར་ཁས་གླངས་དམ་བཅས་པའི། །དམར་མཚོད་སྟོངས་
ལ་དཀར་མཚོད་བ་དན་འཕྱར། །ཆོས་སྟེ་སྟོང་བའི་རྒྱལ་མཚན་སྤྱིད་ཅེར་བསྟེངས། །དམ་ཅན་སྦྱང་མ་ཁྱོད་ལ་
བདག་གིས་བསྟོད། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཆོག་དོན་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ སྟོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་བཀའ་བཞིན་
དམ་ལུ་གནས་ཅིང་དམར་མཚོད་སྦངས་ཏེ་ དཀར་མཚོད་ལུ་ཁས་གླངས་ཤིང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་
འགོ་བ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པ་བསམ་པ་སྦངས་ཏེ་ གོགས་དང་འཕྱིན་ལས་མཛད་མི་ཅིག་སྟེ་བསྐྱོས་ཏེ་འདུག།

གསོལ་མཚོད།

སྤྱིར་བཏང་ ལྷ་རིམ་བཞིན་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ཚུལ་མང་རབས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གཙོ་བོ་ ལྷ་ ༤ ཆོས་
༡༩ ལས་ ༡༧ ཚུན་གྱི་རིང་ ཆོས་འབྱམ་ལྷག་ནི་དང་ ཆོས་སྟོངས་སྦྱང་མ་གསོལ་ནི་ དེ་ལས་ ཐོད་ཕྱེང་
རིགས་ལུ་ལོགས་པའི་སྟོན་ས་གསོལ་མཚོད་ཚུ་རྒྱས་པར་ཕུལ་དོ་མ་ཚད་ འདིའི་སྐབས་སྟེས་ལྷ་ལུ་ལྷའི་
བཅན་ཚུ་ཡང་ དམིགས་སུ་བཀའ་ཏེ་རྒྱས་པ་སྟེ་གསོལ་ཁ་ཕུལ་ཏེ་ ཉིན་མཇུག་གི་ཆེ་སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་ཀྱང་
གོལ་ཟེར་ སྟོན་པ་བྱིན་ཅན་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ མི་དམངས་ལུ་མཇལ་ཁ་གནང་ཐོག་ལས་
མཇུག་བསྐྱེད་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གནོད་པ།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་མི་ལོགས་ནི་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་ གནོད་པ་བཀལ་མི་སེམས་ཅན་མང་སུ་སྤྱོད་
ཐོན་ནི་ དེ་ལས་ ཆར་ཕྱུག་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་ལས་བརྟེན་ སྤྱོན་མ་ཡང་ ཕྱུ་རུད་
ཐོན་ཏེ་འགྲོ་བ་མི་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གནམ་མེད་ས་མེད་གནོད་པ་བྱུང་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ་འདྲ་ལོ་ ལྷ་ཁང་
འདི་ནང་ གཡུད་ཚན་བདའ་སྟེ་ ཆོས་འཁོར་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོར་ར་རྒྱབ་སྟེ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་ རྒྱབ་ནི་ཡོད་པའི་
འཆམ་གྱི་ཞལ་འབག་གཅིག་ལས་མེད་པ་ཨིན་པས། སྤྱོན་མ་ཆར་ཅིག་ ཞལ་འབག་སོ་སོ་གཅིག་ཡང་ གསར་
བཞེངས་འབད་དེ་ འཆམ་རྒྱབ་འབད་མ་ད་ ནགས་ཚང་ཡོད་སའི་ས་གོ་ནང་ལས་མར་ ཕྱུ་རུད་ཐོན་ཡོད་པ་ལ་
སོགས་པའི་ གནོད་སྐྱོན་མང་རབས་ཅིག་བྱུང་ཡོད་མི་ཚུ་ གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པའི་སྐྱོན་ཨིན་མ་སྤྱོད་པ་འདྲ་
འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གནོད་པ་དེ་སྤྱོད་པ་ཤེས་ཡར་ ཡུལ་ལྷ་
གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་ཀུན་གྲོལ་གྱི་ལོ་རྒྱས་མདོར་བསྟུན།

སྤྱོན་མ་ལྷ་ཁང་མེ་མཆོད་བཞེས་པའི་སྐྱབས་ སྤྱོན་པ་སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་ཀུན་གྲོལ་དེ་ ག་ནི་ཡང་མ་འབད་བར་
ལྷ་ཁང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་མི་ ཅན་དན་གྱི་ཤིང་གུར་བཅུགས་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ་འདྲ་ལོ་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མདོ་སྔགས་ཆོས་གྲིང་དགོན་པའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤྱི་མ་མཁར་གཙུག་ལྷན་ འཕྲིན་ལས་དབང་ཕྱུག་

གཡུང་ཕུའི་ཀློ།

༡༠ སྤྲེལ་བཅུན་ཆེན་མོ་དང་ཁོད་ཕུ་བླ་མ་བཅུན་མཆོད་གསུམ་སྟོན།



སྤྲེལ་གླིང་ཆུ་སྟོམ་དགོན་པ། གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་གཙོ་བོའི་ལྷ་ཁང་ངམ་
དགོན་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆོན།

ས་གནས།

ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི།

སྤྲེལ་བཅུན་ཆེན་མོ།

སྤྲེལ་གླིང་།

སྤྲེལ་གླིང་ཆུ་སྟོམ་དགོན་པ་དང་ རིན་ཆེན་སྤྲེལ་།

སྤྲེལ་གླིང་གཡུས་ཆོན་གྱི་སྤྱི་ལོག་གྲུང་གངས་བརྒྱུ་ཙམ་དང་། སྤྲེལ་མཁར་
བཅུ་ལོག་ལས་ གྲུང་གངས་བདུན་ཅུ་ལྷག་ཙམ་དང་། ཁྲོམ་སྤེ་གི་མི་སེར་གྲུང་
གངས་སུམ་རྒྱ་ལྷག་ཙམ་ གཞན་ཡང་ སྤྲེལ་ཁང་ལུ་སྤྲེལ་པའི་ མི་རིགས་ཡོད་
ཆད་ སྤྲེལ་བཅུན་དེ་ལུ་བསྟེན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། རིན་ཆེན་སྤྲེལ་ལྷ་
ཁང་། བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་རྫོང་གསར་པ་དང་། སྤྲེལ་གླིང་ཆུ་སྟོམ་དགོན་སྤེ།

སྤྱིམ་མཁར་མདོ་སྤྲལ་ཚས་སྒྲིང་དགོན་སྤེ། ཚུའི་ནང་ལུ་གསལ་མཚད་ཚུ་མ་
བརྟབ་བརྟབ་སྤེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།



སྤྲན་བཙུན་ཆེན་མོ།

སྟོང་བྲག་གཡས་ཕྱོགས་སུ་དམར་བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་འཁོད་སྟོམས་པ་ནགས་རི་དང་སྤང་རི་བཟིང་ལ་ལྷན་སྐྱུག་
 པའི་(ས་གནས་སྟན་མོ་ཅེ) སྤང་དུ་མཛེས་སྐྱུག་སྟན་བཙུན་ཆེན་མོ་ནི་ཁྱུ་བཙན་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་ཤིང་སྐྱུ་
 མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་ ཞལ་རས་ཞི་ཞིང་འཇུག་ལ་སྒྲེག་པའི་ཉམས་དང་ལྷན་ཞིང་ སྐྱུ་
 ལ་དར་དཀར་ལྷ་བ་གསོལ་ཞིང་ རིན་པོ་ཆེའི་ཅེ་ཕན་དང་བརྒྱན་དུ་མས་སྤྲས་ཤིང་ དར་སྒྲ་ཚོགས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་གྱི་
 ན་བཟའ་གསོལ་ཞིང་ ཕྱག་གཡས་ན་ སྤིད་གསུམ་དབང་དུ་འགྲུགས་པའི་སྐྱུག་མ་ཚོགས་གསུམ་ལ་རྟོག་སྟོ་གིས་
 བརྒྱན་ཅིང་ དར་མཚོན་སྒྲ་ལྟ་དང་མེ་ལོང་གཏགས་པ། གཡོན་ན་སྤིད་གསུམ་གསལ་བའི་དདུལ་དཀར་ མེ་ལོང་
 བསྐྱམས་པ། རབ་དཀར་ལྷང་ཤེས་མགྲོགས་པོའི་སྤང་དུ་ཆིབས་ཤིང་ ཀྱན་གྱི་མཛེས་ཤིང་བཟླ་ན་སྐྱུག་པ་ཡིད་
 དབང་མེད་དུ་ འཕྲོག་པར་ལྟ་མོའི་ཚུལ་ཅན་ལ་ མཛེས་སྐྱུག་ལྟ་མོ་སྒྲ་ཚོགས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ། ཁྲོས་ཆེ་སྐྱུ་
 མདོག་དམར་སྐྱུག་ཞལ་གནས་ས་ཅམ་དུ་ གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་བཞི་གཅིགས་པ། ལུ་མ་འབྱར་བ། དབྱ་སྒྲ་
 བཀོལ་ཞིང་ལྟག་མ་ སྐྱུ་རྒྱབ་ནས་འཆང་ཞིང་ས་ལ་དུད་པས་དམ་ཉམས་གྱི་དབྱགས་ལེན་ཅིང་ སྟན་མོ་ཁྲོས་པའི་
 ཆ་ལུགས་ཅན་དུ་སྤྲུལ་ཏེ་འཁོར་ཁྱུ་བཙན་སྤེ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱ་སྟོམ་དགོན་པའི་
 བྱང་ཕྱོགས་སུ་ སྤང་ཐང་ཉམས་དགའ་བ་འབྱར་དུ་འཕྱོན་པ་(སྟན་མོ་ཅེ་ཆེ་བ) དང་ (སྟན་མོ་ཅེ་རྒྱུང་བ་གཉིས)
 ཡོད་པས་མི་མང་པོས་བསངས་གཏང་ས་དང་ དར་འཕྱར་ས་གཞན་ཡང་ མི་མང་བྱུགས་སྤྱོད་འབྱུགས་ས་ཡང་
 འདིར་ཡིན། དགོན་པའི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ སྟན་མོའི་བཞུགས་གནས་ གཞན་ཡང་སྟོང་བྲག་འོག་དུ་ས་གནས་
 (ཕག་ཆང་)ཟེར་སར་ ཁྱུ་རྟོ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ འོག་དུ་མི་བཅུ་ཐམ་དེ་ཅིག་ཤོང་སའི་ བྲག་ཕྱག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 འདུག།

རྟོག་ཕུའི་བྲག་བཙན་མཆེད་གསུམ་གྱི་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ།

རྒྱལ་ཕུའི་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་རྟོག་ཕུའི་བྲག་བཙན་མཆེད་གསུམ་ནི། སྐྱུ་མདོག་དཀར་ལ་གཏུམ་ཞིང་རམ་པ་དོ་རྩེའི་
 གོ་ཁབ་སྐྱུ་ལ་གསོལ་ཞིང་དམག་དཔོན་གྱི་ཆས་ཅན་ ཕྱག་མཚན་མདུང་དར་དང་རལ་གྱི་ཐོགས་པ་ གཞན་ཡང་
 མ་རེས་པ་ཕྱིན་ལས་སོ་སོའི་ཕྱག་ མཚན་སོགས་བསྐྱམས་ནས་ གསུམ་ཀ་ཏ་མཚོག་བ་ནག་རྒྱུང་གོས་ལ་ཆིབས་
 བས་ གསུམ་ཀ་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོའི་བཀའ་ཉན་ སྟོན་པོའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ནས་ འཁོར་དུ་བཙན་བདུད་སྐྱུ་
 དམག་གིས་བསྐྱོར་ཞིང་བཞུགས་པའོ།

གསོལ་མཆོད་སྒྲོལ།

ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་གཞི་བདག་གསོལ་མཆོད་སྐབས་སུ་ སྔོན་མའི་ལུགས་སྒོལ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ གཞི་བདག་
ལུ་སྤུལ་རྒྱའི་ཕུད་ཆང་རེ་ དེས་པར་དུ་བཙོ་དགོཔ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པར་ ལོ་རེར་ཆོས་སྤྱང་གསོལ་
སྐབས་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་ཕུད་ཆང་ གཙོ་མ་དགོ་པར་བསངས་དང་ གསེར་
སྒྱེམས་དར་ཤིང་གསུམ་ སྟོང་བྲག་ཕྱོགས་སུ་མ་གཏོགས་ ཁག་སོ་སོར་འབུལ་མི་དགོས་ཤིང་ དམར་མཆོད་
སོགས་སྤར་ནས་སྤུལ་བའི་ལུགས་སྒོལ་མེད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་གཞོད་པ་བྱུང་བའི་སྒྲོལ།

སྤར་ནས་ད་བར་དུ་ཡང་སྤུལ་གྱིང་དུང་དཀར་ཆོས་གླིང་གཡུས་ཚན་ལུ་ ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱིས་རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ཆོས་
༥༥ལུ་ཉལ་པར་མི་མང་ནས་ བསྐྱ་བྱ་ཐབས་ཏེ་ ལོ་ཐོག་གི་རིམ་འགོ་ལུ་དམིགས་ཏེ་གཡུས་མཚུག་ལས་ཡར་ ལོ་
རེ་ལུ་སྤྱིན་བདག་ཙ་བ་རེ་བྱིམ་གཟུང་སྟེ་ གཡུས་སྒོ་བར་དམིགས་བསལ་དུ་ ༣༥གྱིང་བྲགས་སྐྱབ་ཡང་སྟིང་
འདུས་པའི་ལས་བྱང་དང་། བཀའ་སྤྱང་དམ་ཅན་སྟེ་བདུན་གྱི་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ། འཇམ་གླིང་གཞི་བདག་གི་
གསོལ་ཁ་ཟེར་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་མ་ཉམས་སྤར་སྒོལ་བཞིན་སྤུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མ་ཕུལ་བར་གཞོད་རྒྱུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས།

སྔོན་མ་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱུས་བསྟན་འཛིན་ཟེར་བའི་སློབ་དཔོན་ཞིག་གིས་ ༣༥གྱིང་བསྐྱང་གསོ་ཆེན་མོ་དང་
གཞི་བདག་ གསོལ་ཁ་གནང་སྐབས་སུ་ ཆོ་ག་འགོ་བཙུགས་ནས་ཉིན་མ་ཆང་གིས་ར་ཟི་ནས་ ཉལ་སྟོང་ཡོད་པ་
ལས་ ཉིམ་རུབ་རན་ཁར་གཏོར་མ་རྩུ་ བྱིམ་ཐོག་ཁར་བཤུགས་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ འ་ནི་གི་ཆོ་རུབ་མོ་ ས་
གནས་གན་ཞིང་ཟེར་ས་ལས་མར་ རྒྱ་རུད་འོང་ཏེ་ ལོ་ཐོག་གི་ར་རྒྱ་རུད་ཀྱིས་འབག་ གཡུས་ཁའི་མི་རྩུ་གིས་
ཡང་ གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་མ་སྤུལ་ཕ་ལས་བཞེན་ དེ་གི་ཆོ་འཕྲུལ་ཨིན་མ་འོང་ནི་མས་ཟེར་བའི་
དོགས་པ་ཆགས་ཏེ་ དེ་གི་ནངས་པར་ཆོ་ག་ སྤར་ལོགས་ནས་གནང་དགོཔ་ཐོན་མ་ལས་ འ་ནི་ལོ་རྒྱུས་རྩུ་མི་ལོ་
བརྒྱ་ལྷག་པ་ཅིག་གི་གོང་ལས་ཨིན་མ་ལས་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ བསྐྱང་གསོ་དང་གཞི་བདག་གསོལ་ཁ་མ་ཕུལ་
བ་ཅིན་ མི་ལུ་ན་ཆ་དང་བར་ཆད་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལོ་ཐོག་ལུ་ཡང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་རྩུ་གིས་ གཞོད་པ་
བསྐྱུལ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལས། མི་རྩུ་ཡར་སྤུ་ལུ་འགྱོ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་ལུ་སང་དང་སེར་བའི་ཉེས་

སྒྲིན་ཆེན་པོར་འོང་ཞིང་ མི་ཚུ་འགྲོ་མི་ཆོག་དོ་ཡོད་པ་ད་ ག་དེམ་སྟེ་འགྲོ་ས་མཐོང་པ་ཅིན་ ཁ་ཉེས་དང་ཉེས་ཆད་
ཚུ་བཀལ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

ངག་རྒྱན།

བྲག་ཅུ་གསང་སྤྲགས་ཆོས་གླིང་ངམ་ ཡོངས་གྲགས་སུ་རྒྱ་སྒྲིམ་དགོན་སྟེ་ དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་བདག་བྲག་བཙན་
ཆེན་པོ་དོན་རྒྱལ་མཆན་ཟེར་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ གསེར་
སྒྲེམས་དཔེ་ཆའི་ནང་ལུ་ བྲག་ཅུ་འོ་དོར་རྒྱལ་ཟེར་ཆོག་དེ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལོགས་སུ་
ག་ནི་ཡང་བཤད་དེ་མེད་པ་ཡིན། གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ རྒྱ་སྒྲིམ་དགོན་སྟེ་ཨ་ནེ་འོ་སྟོབ་
དཔོན་ཞིང་ག་ཤེགས་ཐུགས་རྟེན་ལྷ་མོ་ དགྲུང་གངས་དགྲུ་ཅུ་གོ་བདུན་བཞེས་མིའི་ཞལ་རྒྱུན་དང་། དུལ་མི་ཀན་
ཤོས་ལས་གཏམ་རྒྱུན་ཚུ་ཞིབ་པར་དབྱད་དེ་ སྤྲས་གླིང་གཙུག་ལྷན་ཆེ་རིང་དོན་རྒྱལ་སྟེ་ ཡིག་ཐོག་ཏུ་པབ་སྟེ་ ཟིན་
བྲིས་སུ་བཏབ་པ་དེ་ སྤྲར་ཡང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ གི་ལོར་ སོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག་སྤྲོ་རོ་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་
ཁང་གི་མདོ་ཆེན་གྱི་བཀའ་བཞེན་ཞིབ་འཇོལ་པ་ དོན་རྒྱལ་ཆེ་རིང་འབྲུག་ཏེ་ཁྱེད་དག་འབད་དེ་བྲིས་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཇོ་བོ་རྒྱལ་སྤྱ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོའི་འུ་གསོལ་ཁ་ཕྱིན་ལས་རྒྱུར་སྒྲུབ་མ།

སྤྲས་གླིང་གཙུག་ལྷན་ ཆེ་རིང་དོན་རྒྱལ་ལོ་རྒྱུས་ཟིན་བྲིས།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྤྲས་གླིང་གཙུག་ལྷན་ ཆེ་རིང་དོན་རྒྱལ།

༡༡ ཡོངས་ལ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོའམ་ གཙང་ཆེན་གནས་སྤང་མཆོ་སྤྲན་མ།



གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་ གཡང་ཕྱེ་སྤྲས་གནས་དགོན་པ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱས།

གཞི་བདག་གི་མིང་། གཙང་ཆེན་གནས་སྤང་མཆོ་སྤྲན།

ས་གནས། ཁང་ས་ལྷ་ཁང་།

ལྷ་ཁང་། སྤྲས་གནས་དགོན་པ།

བསྟེན་མི། སྤྲས་གནས་སྤྱི་འོག་དང་ སྤྲས་གནས་སམ་སྤྲ་ གནས་ས་གནས་འདི་ལས་གྲེ་ཏེ་འབྱོ་
མི་ གཡང་ཕྱེ་པ་ མང་ཤོས་ཅིག་གིས་རང་སྤྲས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཙན་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་
ཞིན།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་། སྤྱིར་གནས་བདག་ཟེར་མི་འདི་ ཉེ་འདབས་གྱི་གནས་བྱིན་ཅན་ཚུ་
སྤྱང་མི་སྤྱེ་ཡིན་ལས་ གནས་བདག་ཟེར་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་གནས་བདག་དེ་གིས་གནས་རྒྱུང་མ་ཅིག་ སྤྱང་
ནི་མེན་པར་གཞན་ཡང་འགོ་བ་མི་དང་དྲུད་འགོ་ག་ར་ལུ་སྐབས་མཛད་པའི་ཁར་ ཁོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་བ་ཅིན་
རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ ལོ་ཕྱགས་རྟག་ཏུ་ལེགས། ཅན་ཡམས་སུ་གེ་རྒྱན་ཆད་པའི་ མགོན་སྐབས་མཛད་
པའི་ཁར་ ལྷག་པར་སྐབས་སྤེ་རིན་པོ་ཆེ་བཅུགས་ཏེ་ཡོད་པས་ལས་ མི་ཉམས་སྤྱང་སྐབས་གྱི་མགོན་སྐབས་ ག་ར་
གནས་བདག་གནས་སྤྱང་དེ་ལུ་ སྐབས་བཙལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།



གཙང་ཆེན་གནས་སྤྱང་མཆོ་སྤྲོད།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་གྱི་རྣམ་པའི་སྐོར་ལས་ ལོགས་སུ་སྤྱེ་ཐོན་ནི་མེད་པ་ཡིན་རུང་
སྐྱུ་འབྲེལ་འདི་ལུ་མཇལ་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་བའི་མདངས་ལྡན་ཞིང་ གཟི་བུ་ཆེ་བའི་དམ་ཉམས་པའི་དགྲ་

བོ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱག་གཡས་པ་མདའ་དར་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་འཛིན་ཏེ་
སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་སྒྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ལ་དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་
ཡིན།

དམ་བཞག།

སྤྲུལ་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཙན་ནམ་ གནས་བདག་དེ་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བསྐྱོས་ཤིང་
དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ནམ་འཕྲུལ་ གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ལས་
གཏེར་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷའི་ཡ་རྒྱལ་ གཏེར་སྟོན་པ་སྒྲིག་པ་གིས་གདན་ས་བཅག་སྟེ་མི་ལོ་ ༣༠༠ ཅམ་སོང་བའི་
རྒྱལ་ལས་ སྤྲུལ་བྱང་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་གི་གདན་ས་བཅག་སྟེ་མི་ལོ་ ༡༥༠ དེ་ཅིག་སོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་
བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་སྤྲུལ་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ཡང་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་
རིན་པོ་ཆེ་གིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཕྱིས་སུ་གཏེར་སྟོན་པ་སྒྲིག་པ་གིས་ སྤྲུལ་ཡང་སངས་རྒྱུ་གྱི་
བསྟན་པ་ལུ་གཞོན་པར་བཅུམས་ལྟ་སྟེན་གདུག་པ་ཅན་རྒྱ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་དེ་ཡང་ སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོའི་
སྐུལ་དང་ རང་སོའི་བྱིམ་ནང་ལོ་ཆོག་རེ་བཏང་ དེ་ལས་ བཟ་ཆམ་རེ་བྱུང་མ་དམ་གཏོགས་གསོལ་མཆོད་
ཕུལ་སྟོལ་མེད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པར་ སྤྲུལ་སྟེ་བཅུགས་ཞིན་ན་ གསོལ་མཆོད་རྒྱ་དམ་རྒྱུན་ ཨ་ཏྲག་
རང་གནང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གཞོན་པ།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གཞོན་པ་ སྤྱིར་བཏང་ང་བཅས་མི་རང་འབད་རུང་ བཟའ་ནི་འཐུང་ནི་དང་དགའ་ཏྲོག་
ཏོ་དང་སྦྱིད་ ཏོང་ཏོ་སྟོན་ནི་ཡོད་པ་ཅིན་སེམས་དགའ་ནི་དང་ བདེ་སྦྱིད་མེད་པ་ཅིན་སེམས་མི་དགའ་དོ་བཟུམ་
སྟེ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་རྒྱ་ཡང་ དེ་སྟེ་རང་ཡིན་པས། གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་དང་ ཕྱིས་སོང་བ་ཅིན་
ཡུལ་ཁམས་ལུ་བདེ་སྦྱིད་བདེ་སྦྱིད་མི་འབྱུང་བའི་ཁར་ ལོ་ཐོག་ཡང་མ་ལེགས་པར་ ཏྲག་པར་ནད་ཡམས་ལུ་གོ་

ཚུ་ཐོན་ཏེ་ དཀའ་ངལ་ཚད་མེད་པ་སྟེ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ གནས་བདག་དེ་དང་འབྲལ་བའི་
གཞོན་པ་དེ་སྟེ་བྱུང་ཏེ་མེད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་ཅིན་ ལོ་ཕྱགས་མ་ལེགས་ཤིང་ བཟ་ཚལ་སོགས་
བྱུང་པ་ཅིན་ཡུལ་ལྷ་ལུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་སྒྲིན་དང་ དེ་ལས་ཚུ་རུད་ལ་སོགས་པ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་
པས། དེ་འབད་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཚུལ་མཐུན་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་སྤངས་འགྱུར་བ།

གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་ གོང་འཕེལ་འགྱུ་སྟེ་འདུག། དགོན་པ་དེ་ མི་སེར་གིས་སྟེ་
སྐབས་མེ་ དེན་པོ་ཆེ་ལུ་ཕུལ་བའི་སྐབས་ དགོན་པ་ཅིག་ལས་བརྒལ་མེད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་
སྐབས་མེ་མེ་མཁན་དེན་པོ་ཆེ་གི་ཕྱགས་ མེ་དང་ གཡང་ཅེའི་བླམ་གནས་བརྟན་བསོད་ནམས་དབང་འདུས་གི་
འགོ་འབྲེན་ཐོག་ སངས་རྒྱས་གི་བསྟན་པའི་ཅ་བ་སྐྱབ་པའི་ སྟེ་ཡང་གཞི་བཙུགས་གནང་སྟེ་འདུག། སྐབས་སྟེ་དེ་
ཏེ་མ་ རྒྱལ་མཚན་སྐུལ་སྐྱེ་དེན་པོ་ཆེ་གིས་གཞི་བཙུགས་མཛད་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྐབས་ཅིག་ལས་
ཉམས་ཆགས་ཤོར་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་གྲ་ཚང་གིས་ཉམས་གསོ་ཞུ་སྟེ་ ཐུགས་དམ་གནང་མི་ཚུ་ལུ་ བྱ་ལྟབས་
བདེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་འགྱུ་སྟེ་འདུག།

བན་གསོ། སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གི་རྣམ་པའི་བྱུང་པར་ཅམ་ལས་ གཞན་རྣམས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་
སོགས་ག་ར་ བྲག་བཙན་དམར་པོ་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གནས་སྤང་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

གོས་བསྟན་འབད་ས།

གཡང་ཅེ་བླམ་གནས་བརྟན་དང་རབ་སྟེའི་སྐྱེ་བྱུང་།

༡༩ སྤང་རྒྱལ་མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ།



གསོལ་མཚོད་ཡུལ་ས་ སངས་རྒྱལ་སྤྲོད་དགོན་པ།

གནས་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། སྤང་རྒྱལ་མཚོ་སྤྲོན་རྒྱལ་མོ།

ས་གནས། སྤང་ཁར།

རྩ་ཁར། སངས་རྒྱལ་སྤྲོད་རྩ་ཁར།

བསྐྱུས་མི། གྲི་ཅན། སྤྲོད་སངས་གི་མི་སངས་ཚུ་གིས་ རྒྱལ་བཙན་ནམ་ རྒྱལ་རྩ་ཡུལ་རྩ་ཅིག་སྤྲོད་
བསྐྱུས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

སྤང་རྒྱན་མཆོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་གྱི་ཡུམ་མམ་གསང་ཡུམ་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་
གིས་ དཔེ་ཆ་ཡང་ ལོགས་སུ་སྤྲེམ་ནི་འདུག་གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་ སྤྲོལ་དཔོན་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་མི་འདི་
རང་བཏང་དོ་ཡོད་པ་སྤྲེམ་ཡིན་པས། བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་དེ་ སྤྲི་ཙན་གྱི་གཡུས་ཁར་ཡིན་མ་དུ་ སྤང་རྒྱན་མཆོ་
སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་སྤྲོང་སང་གཡུས་ཆེན་གྱི་ མཚུག་ལུ་ ཡིན་པས། སྤང་རྒྱན་མཆོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་གནམ་བུར་
དགུན་སྤྲེལ་དང་མར་སྤྲེལ་ཡི་རང་བཞུགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། མོ་ཡར་དང་ མར་སྤྲོ་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་ལུ་
མི་དང་སེམས་ཙན་ལུ་གཞོན་པ་བཀལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་སྤྲེམ་གིས་མཁུན་ཏེ་ཤུལ་ལས་གཏེར་སྤྲོན་ བསྐྱ་སྤྲིང་པ་
དང་སངས་རྒྱུ་སྤྲིང་པ་ཚུ་གིས་ སྤང་རྒྱན་མཆོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་དེ་ སྤྲོང་སང་གཡུས་ཀྱི་གུ་ལུ་འགྲོ་མི་ཆོག་ སྤྲིང་
བཏང་ སྤྲི་ཙན་གཡུས་ཆེན་གྱི་ མི་དང་སེམས་ཙན་གྱི་ཆོ་སྤྲེལ་སྤྲུང་ཞིང་ མགོན་སྐབས་མཛད་མི་ཡུལ་བཙན་
ཅིག་སྤྲེམ་གནས་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ད་རིས་ནངས་པར་ སྤང་རྒྱན་མཆོ་སྤྲན་རྒྱལ་མོ་སྤྲོ་འགྲོ་འགྲོལ་ཡིན་ཟེར་ ས་གོའི་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་གཏན་ག་
ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ སྤྲན་མ་ཁོ་ཡར་དང་མར་འགྲོ་སའི་ལམ་འདུག་སྟེ་ ངལ་འཆོ་སའི་གནས་དང་
བཞུགས་ཁྱི་ དེ་ལས་ ཞག་བཞུགས་ས་ ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ གནས་ཡང་དག་པ་ཅིག་ཡོད་པ་སྤྲེམ་
བཤད་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱུ་པ་དང་སྤྲེལ་ཕྱག་མཆན།

སྤྲེལ་ཕྱག་ཕྱག་མཆན་གྱི་རྒྱུ་པ་ ཤམ་བྲང་བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་ཅོག་རང་ཅིག་པ་ཡིན་མ་ལས་ ལོགས་
སུ་མ་བཀོད། གོང་གི་ཤམ་བྲང་བཙན་ཆེན་དང་ གཡལ་ལམ་ནོར་བུ་རྒྱལ་མོ་སོགས་ཚུ་དང་ ཅོག་རང་ཅིག་པ་
ཡིན་པས། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་ ཆོག་ཁ་བསྐྱར་དེ་བཏང་ནི་ཅིག་ལས་སོ་སོ་སྤྲེམ་ནི་འདུག།

དམ་བཞག།

སྤྲན་གྱི་རྒྱུ་པ་ སངས་རྒྱུ་གཉིས་པ་ཚུ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ལྷ་སྤྲན་གཏུག་པ་
ཙན་ཚུ་ བཀའ་དང་ དམ་ལུ་བཞག་ཏེ་ འགོ་བམི་དང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྐྱན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུང་བའི་ཡུལ་བཙན་

གནས་བདག་གཞི་བདག་སྤྱོད་བསྐྱོད་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ཡུན་རིང་མོ་སོང་བའི་ཤུལ་ལས་ སྤར་ཡང་ ས་
 གནས་འདི་ཁར་གདན་ས་བཏབ་གནང་མི་ གཏེར་ཆེན་རྩ་གླིང་པས་ བྲག་དམར་བཙན་ཆེན་དོ་རྩི་གཤམ་པ་
 དང་ ལྷ་བཙན་དཀར་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བླམ་རིན་པོ་ཆེ་ས་གནས་འདི་ཁར་ཐེབས་ད་ ཆོ་འཕྲུལ་སྤྱོད་ཆོག་སྟོན་ཏེ་
 གཞོད་པ་བཀལ་ནིའི་ཕྱིས་རྒྱབ་ད་ བླམ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་མཁུན་ཏེ་ ཡུལ་བཙན་དེ་ཚུ་ སྟོན་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་
 བཀའ་དམ་འོག་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ད་རུང་ལོག་སྟེ་ མི་དང་སེམས་ཙན་ལུ་གཞོད་པ་ བཀལ་ནིའི་ཕྱིས་
 རྒྱབ་ཡིན་མས་ཟེར་མཁུན་ཏེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཏགས་ཏེ་ གནས་བདག་ཏུ་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
 བླམ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ས་གནས་ཞག་དུས་ཟེར་ས་ལས་ ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་མཁའ་འགྲོའི་མཆོན་ཉིད་དང་
 ལྷན་པའི་བུམ་ཅིག་ཡང་ གསང་ཡུམ་སྤྱོད་བསྟེན་ཏེ་འཁྱེད་ཕྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

འདི་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་འདི་ སྟོབ་རྒྱལ་པོ་གིས་མཛད་གནང་ཅུག། དེ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་ལམ་
 ལུགས་དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལོ་ལྷར་རིམ་གྲོ་འབད་བའི་
 སྐབས་དང་ ཁག་ཆེ་ནང་དོག་པའི་སྐབས་ སྐབས་དང་མགོན་སྤྱོད་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་
 ཏྲག་བྱ་རང་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་རོ་མ་དེ་ རང་ལྷ་གཉིས་པའི་ཆོས་༡༥ལུ་ རྒྱས་ཤིང་
 རྒྱས་པ་སྤྱོད་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་སྐྱང་ཡུལ་བཙན་འདི་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་དོ་
 ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡུལ་ལྷ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ གསོལ་བ་བཏབ་ནི་དང་ མགོན་ སྐབས་ལུ་
 བཞུགས་པའི་དོན་ལས་ ཐོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཇུག་ཆོག་པ་ཡིན།

རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

ཡུལ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བླ་མ་ཆེ་དབང་། སྐྱང་ཁར་སངས་རྒྱས་སྟེང་དགོན་པ།

འཇམ་མཁར་རྗེ་དོག་གི་གཞི་བདག། (༩)
 ༡ གསེར་ཕུ་བཙན།



གསེར་ཕུ་བཙན་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་ ལྷག་ཕྱེ་མ།

གནས་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆོན། གསེར་ཕུ་བཙན།

ས་གནས། འཇམ་མཁར།

ལྷ་ཁང་། འཇམ་ཁར་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། འཇམ་མཁར་ ལའི་ཤུལ་ལར་རྒྱབ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྐྱེས་བཙན་ནམ་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་
 ལྷ་ཅིག་སྟེ་ བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ཐུབ་བསྟན་སྤྱི་དང་བྱད་པར་གསང་ཆེན་གྱི། །རིང་ལུགས་མི་ཉམས་སྤྱིད་མཐར་རྒྱས་པ་
 དང་། །འཇིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་པའི་ལོ་བསྟར་གྱི་རིམ་གྱོ་འབད་བའི་
 སྐབས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་སྟོན་འདེབས་ཡང་

རང་རང་སེའི་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ནད་ཡམས་མུ་གེ་འབྲུགས་ཚུད་ལ་སོགས་པ་ག་ར་
 ཞི་ནིའི་དོན་ལུ་མཉོ་བསམ་བཏང་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་བཞིན་ཕུལ་
 བ་ཅིན་ མགོན་སྐྱབས་ཚུ་ཡང་རང་གིས་མཉོ་དོ་བབྱམ་ཅིག་མཛད་དེ་ཡོད་པའི་ཚར་སྤང་བྱང་མ་ཨིན། བཟ་ཆམ་
 རེ་བྱང་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་འདི་ལྟ་ཞིན་ན་ སེམས་ནང་ན་ལས་རང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ ནད་པ་ཡང་
 དྲག་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

གསེར་ཕུ་བཅན་གྱི་སྐོར་ལས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་གྱི་ཁ་གསལ་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁ་གསལ་
 བཀོད་མ་ཚུགས། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ དམ་བཞག་གི་སྐོར་ལས་མདོར་བསྐྱུས་ཅམ་ མ་
 གཏོགས་ གཞན་ཁ་གསལ་མིན་འདུག།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་དེ་ཡང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་
 ལས། གྲི། སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་སྤྱང་བར་དམ་བཅས་
 པའི། །བཅན་ཚོད་སེར་ཕུ་འཁོར་བཅས་སྤྱན་འབྲེན་
 གཤེགས། །ཞེས་དང་ རིག་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་གྱིས་
 བཀའ་བསྐྱོད་པ་བཞག་ ལྟར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
 བཅན་ཚོད་སེར་ཕུ་དེ་ སྤོན་གྱི་དུས་སུ་ རིག་འཛིན་བརྒྱད་
 པའི་བྲམ་ཚུ་གིས་བཀའ་བསྐྱོད་པ་བཞག་ གནད་ཡོད་པ་མ་
 ཆད་ ཕྱིས་སུ་པད་སྤིང་དང་ པད་རྒྱལ་སྤིང་པ་མཆོག་གིས་
 གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་འདི་མཛད་གནང་ཡོད་ཨིན་པས།



གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་རང་རང་སོ་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ ལོ་ཚྭ་ག་གཏང་མ་ད་ མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལོ་
ལྟར་དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ བསྐྱ་བྱང་འབད་ཞིན་ན་ རང་ལྷོ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ནང་ གསོལ་
མཆོད་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གཞོན་པ།

ནད་ཡམས་སྤྱ་གེ་ཚུ་བྱུང་ནམ་ཚམ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པའི་ཁར་ འདི་ནང་གཞོན་པ་བཀལ་
མི་ སེམས་ཅན་ཡང་ལེ་ཤ་ཐོན་པའི་ཁར་ འབྱུང་བ་བཞིའི་རྒྱུ་དན་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་བྱ་སྐབས་མ་བདེ་
བའི་གནས་སྟངས་ལེ་ཤ་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། སེར་ཕུ་ཟེར་ བཅན་འདི་ཕུ་བཅན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཆར་
ཚུ་རུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་ནི་དང་ དེ་ལས་ ཚུ་རུད་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་
ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་མ་འགྱུ་བ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྱུ་བའི་སྟོན་
ཨིན་མ་སྟེ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་སྐྱོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས།

འཇམ་མཁར་གྱི་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ སྟོན་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ ལྷ་ཁང་ར་བ་ཟེར་ ས་གནས་འདི་
ཁར་ སྟོན་དང་ ཕུ་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཆགས་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཟུམ་ཅིག་སྐབ་ནི་འདུག། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་
ཡུལ་བཅན་གྱི་དོན་ལས་ ག་ཅི་མཆོད་རུང་ མཆོད་རྟེན་འདི་གི་རྩ་བ་ལུ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ སྐབས་ཅིག་
ལས་ དཀར་མེ་ཕུལ་ས་འདི་སོ་སོ་བཟོ་ཞིན་ན་ མཆོད་རྟེན་འདི་གི་རྩ་བར་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་མཆོད་སྟོལ་
མེད་པ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པར་ གཡུས་ཕྱོགས་འདི་ལས་གུས་ཏེ་འགྱུ་མི་ཚུ་གིས་ ལྷ་ཁང་ར་བ་
ཟེར་ས་གནས་འདི་ནང་ལུ་ར་ མཆོད་པར་འོང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གཡུས་ཁའི་མི་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་
མཆོད་རྟེན་གྱི་རྩ་བར་འོང་ཞིན་ན་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

ལྷལ་ལས་རྒྱུ་མི་གསོལ་མཚོད་ལུལ་ས།



ལྷལ་ལས་གསོལ་མཚོད་ལུལ་ས་དེ་ ཉམས་གསོ་བྱ་སྟེ་ མི་ཚུ་གིས་མཚོད་རྟེན་ཅུ་བར་མེན་པར་ གསར་པ་རྒྱུ་
མི་འདི་ནང་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ པད་རྒྱལ་གླིང་པ་གིས་མཛད་ཡོད་པ།

འདི་བསྟན་འབད་ས།

མེས་མེས་ཕྱིས་པ་སངས་རྒྱས་དོ་རྗེ་དང་ ཚོགས་པ་ བསོད་ནམས་ལྷན་ཚོགས།

༡ རེ་མ་ཉི།



གསོལ་མཚན་གཙོ་སྟོན་ཏེ་སྤུལ་སའི་སྟག་ཕྱེ་མའི་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི།

རེ་མ་ཉི།

སྟག་ཕྱེ་མ།

འཇམ་ཁར་སྟག་ཕྱེ་མ་ལྷ་ཁང་།

འཇམ་མཁར་སྟག་ཕྱེ་མའི་སྤྱི་འོག་གི་མི་མེར་གར་དང་ ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་འདི་

བཀྲ་ཤིས་སྦང་གི་མི་མེར་མང་ཤོས་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མཚན་ རེ་

མ་ཉི་འདི་ དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དངོས་གྲུབ་ལྟུང་བ་སྟེ་གནང་མི་ ས་ལ་གནས་

པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱོད་ཡང་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ལས་ དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོའི་
ངོ་ཤོ་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་ ཤར་ཕྱོགས་པ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་ལུ་
གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཇུག་ནིའི་དོན་ལུ་ལོ་ལྷར་གྱི་རིམ་གྱོ་འབད་བའི་སྐབས་ ཆེད་འོག་ནང་འཁོད་གི་ གྲུང་པ་
༧༥%ལྷག་ཅིམ་གྱིས་ རང་རང་སའི་བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ བད་ཡམས་མུ་གེ་
འབྲུགས་ཚུད་ལ་སོགས་པ་ ག་ར་ནི་ནིའི་དོན་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་
བཞིན་སྤུལ་བ་ཅིན་ མགོན་སྐབས་དེ་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་མ་ཆད་རེ་མ་ཉི་འདི་ ཤར་ཕྱོགས་ཁ་བྱག་
མང་ཤོས་ཅིག་གིས་གསོལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཤར་ཕྱོགས་སྤྱི་ལུ་དབང་བའི་སྤྱང་མ་ཡིན་པ་མ་ཆད་ དཔལ་ལྷན་ལྷ་
མོ་ཡང་ཡིན་པ་ལས་ ས་ཐོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱོད་ཡང་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ག་གིས་མགོན་སྐབས་འཆོལ་
རུང་ སྐབས་མཇུག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རེ་མ་ཉི་གི་ལོ་རྒྱུས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་དེ་སྤྱོད་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཤད་ནི་མིན་འདུག། དེ་
འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་བྱག་ལུ་གནད་སྤོལ་ཡོད་པའི་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་གཞུང་ལྷར་
མདོར་བསྟུན་ཏེ་ཞུ་ནི་ཡིན། དེ་ཡང་ གསོལ་ཁའི་མདོན་རྟོགས་ལས། སྤྱོད་པའི་རང་ལས་མདུན་དུ་བྱིཅ་གསིང་
སྤང་མོ་སྤྱོད་ལུ་གིས་བརྒྱན་པའི་དབྱས་སུ། རྒྱ་མཚོ་དངས་ཤིང་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པ། ཟེར་བ་ལ་སོགས་པ་
གསུངས་ཏེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྱོད། སྤང་གནམ་མེད་ས་མེད་དགའ་ཉྱག་ཉྱོན་ལྷ་གཡུའི་རྒྱན་ཆ་བཟུམ་བཞག་ཡོད་དོ་
བཟུམ་གྱི་སྤྱག་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་ལུ་ཉྱག་མ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ཉིང་སངས་ཡོད་པའི་ནང་ན་ དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་
འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་དུ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ སྤྱོད་བཞིན་ཏེ་བབ་ལ་སོགས་པ་མཚན་ཉིད་
ག་ར་མ་ཆད་བ་མེད་པར་ ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་ཕོ་བྲང་ནང་ལུ་ དེའུ་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་འཁོར་
དང་བཅས་ཏེ་ མ་གཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་བཞུགས་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མ་ཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཏི་འདི་ འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་བཅས་པའི་སྐྱག་ལུ་ སྐྱ་མདོག་སྤྱོད་
བསངས་ཞི་ཁྲོའི་གར་ལྷན་ ཐོད་སྐྱམ་རིགས་ལྷ་དབུ་ལུ་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་གདུབ་ཞབས་གདུབ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་
ཆེ་སྤྲུའི་ཕ་ཆོམ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་པོའི་རྟེན་གྱི་གཙོད་པའི་རལ་གྱི་དང་ཕྱག་
གཡོན་པ་ལུ་ སྤྱིན་པོའི་ཐོད་པ་རིན་ཆེན་མང་པོའི་ཕ་སྤྲུ་ཆོགས་བདེབ་པའི་ནང་ན་ ཕྱིའི་རྩམ་དམ་ཉམས་དག་པོ་
སྤྱོད་པའི་ཤ་ཁྲག་དང་ནང་གི་རྩམ་འདོད་ཡོན་སྤྲུ་ལ། གསང་རྩམ་བདུད་ཅི་ལྷ་བཅས་དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱུན་ཏུ་
ཞལ་ལུ་གསོལ་ཏེ་ ཞབས་གཉིས་བཅན་འབྱུང་བུ་ཟླ་འཁྱེད་པའི་སྤྲུབས་ཀྱིས་ འཇའ་འོད་ཁ་དོག་ལྷ་ལྷན་གྱི་
གུར་ཕུབ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུས་ཤིང་ སྤིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་གཡས་སུ་
ཡབ་སྐུ་ཁྲ་གྱིང་དང་ གཡོན་དུ་དངས་ང་ལིང་ལ་སོགས་པ་དང་ ཡུམ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་མ་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་མ་ལ་
སོགས་པ་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ཡང་ལྷ་སྐྱ་གཞོན་སྤྱིན་སོགས་ ག་ར་ཕྱག་མཚན་ནམ་
པ་སྤྲུ་ཆོགས་པས་འཛིན་ཅིང་ ཆིབས་གཞོན་ཏེ་དང་ དེའུ་ལ་སོགས་པ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ང་ནི་པདྨ་ཐོད་ཐེང་རྩལ། །ཀྱུན་གྱི་སྟོག་དབུགས་ང་ལ་
ཡོད། །ང་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། །དོན་སྤྱིང་ཆལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། །དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་
བར། །སྤྱིན་བདག་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་སྤྲུབས། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྤྱིན་གྱི་དུས་སུ་ གོང་ལུ་བཀོད་
དོ་བཟུམ་སྟེ་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བསྒྲོས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་ཞིང་ དེ་
འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པའི་གྲོགས་དང་ འགོ་བ་མི་ནོར་ཕྱགས་གསུམ་ག་ར་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་དམ་ལུ་བཞག་
ཡོད་པ་ཨིན། དེ་སྟེ་ཨིན་རུང་ སྤྱར་ཡང་ རྩམ་སུ་འཇུག་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་ནམས་ཀྱིས་ཡང་
ཁ་གཞོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ ལེ་ཤ་ཅིག་རང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ རགས་རིམ་ཙམ་རེ་བཤད་ནི་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད།

དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ། དེ་ཡང་ དམངས་ཀྱི་སྐྱ་རིམ་
དང་རིམ་གྱོ་ག་ཅི་རང་ཨིན་རུང་ ཡར་ངོ་མར་ངོ་འཛིན་བརྩུ་དང་ དེ་ལས་ ཟླ་མ་ ༣ དང་ ༤ པའི་ནང་ལུ་ ལོ་
ཐོག་ལུ་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ལས་སྤང་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་དང་ ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབ་སྟེ་ལོ་ཕུགས་ཉག་ཏུ་
ལེགས་པའི་དོན་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྱོ་ གསོལ་མཆོད་ཆེ་ག་ཚུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ཡུལ་གྱི་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ བད་ཡམས་སུ་གེ་དང་
ནམ་ཚམ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པའི་ཁར་ འདི་ནང་གཞོད་པ་བཀལ་མི་ སེམས་ཅན་ཡང་ལེ་
ཤ་ཐོན་པའི་ཁར་ འབྲུང་བ་བཞིའི་རྒྱུ་རན་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་བྱ་སྒྲབས་མ་བདེ་བའི་གནས་སྤངས་ལེ་ཤ་
འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་ཡང་ ཆར་ཚུ་དུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ ཚུ་རུད་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་
ཤོམ་མ་འགྱོ་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྱོ་བའི་སྦྱོན་ཨིན་མ་སྟེ་བཙུ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ནམ་ཚམ་རེ་བྱུང་
པ་ཅིན་ མོ་བཏབ་ཕྱིས་བཏབ་ འབད་བའི་སྐབས་ལུ་སྦྱིས་ལྷ་ལུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་སྟེ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་
གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གཞོད་པ་ལེ་ཤ་རང་འབྲུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་གཞོད་པ་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཤེས་ཏེ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་
ཨིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཆོས་སྤང་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་ རེ་མ་ཉི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

དག་ཐོག་བྲི་བ་སྒྲན་འབད་ས།

འཇམ་མཁར་ ཀུ་པོ།

མེ་མེ་ཕྱིས་པ་ བསོད་ནམས།

སྤྱི་འོག་ཆོགས་པ།

སྤྱག་ཕྱེ་མའི་ སྤྱི་འོག་ཆོགས་པ།

༡ རྒྱལ་པོ་པེ་ཏར།



འཇམ་མཁར་ སྟག་ཕྱེ་མའི་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། རྒྱལ་པོ་པེ་ཏར།

ས་གནས། འཇམ་མཁར།

ལྷ་ཁང་། འཇམ་ཁར་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། འཇམ་མཁར་ ཕྱེ་མ་སྟག་ཕྱེ་མ་གྱི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ག་ར་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཛད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལོ་བསྟར་གྱི་རིམ་འགོ་འབད་བའི་སྐབས་ རང་རང་སེའི་བྱ་བ་ལམ་འགོ་
ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ བད་ཡམས་སུ་གེ་འབྲུགས་ཚུད་ལ་སོགས་པ་ག་ར་ནི་ནིའི་དོན་ལུ་ གསོལ་
མཛོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ལས་ གསོལ་མཛོད་ཚུལ་བཞིན་ཕུལ་བ་ཅིན་ མགོན་སྐབས་དེ་སྤེལ་མཛད་དོ་ཡོད་པ་
ཨིན་པས། དེ་མ་ཚད་པེ་ཏར་རྒྱལ་པོ་དེ་ ག་ཏེ་ཡང་གསོལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ སྤྱིར་བཏང་ ཁོ་རང་དབང་ཐང་ཆེ་
བའི་ གཞི་བདག་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ག་གིས་མགོན་སྐབས་འཛོལ་རུང་ སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

སྐྱེ་མདོག་ཕྲག་མཚན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྲག་མཚན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ ལོ་རྒྱས་ག་ནི་ཡང་ཐོབ་མ་ཚུགས། ཨིན་རུང་ གཡུས་སྐྱོ་འདི་ནང་ རྒྱལ་པོ་
ལུ་གསེར་སྐྱེམས་ལ་སོགས་གསོལ་མཛོད་ཕུལ་མ་ད་ གསོལ་མཛོད་གྱི་སྐབས་འཁོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ སྤྱིར་
བཏང་གསེར་སྐྱེམས་མ་གཏོགས་ གཞན་འབད་སྤོལ་མེད་པ་ལས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྲག་མཚན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ ཡིག་ཆ་
ནང་ལས་ཡང་ཐོབ་མ་ཚུགས།

མ་གཞི་ རྒྱལ་པོ་པེ་ཏར་ སྤྱིར་བཏང་གི་སྐྱེ་མདོག་བཟུམ་སྤེལ་རང་འོང་དགོ་ནི་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ལགས། རྒྱལ་པོ་
ལུ་ མཚན་ཡང་ པེ་ཏར་ཟེར་དེ་སྤེལ་ཞུ་སྤོལ་འདུག།

གསོལ་མཛོད།

རྒྱལ་པོ་དེ་ལུ་ གསོལ་མཛོད་ཕུལ་ནིའི་དོན་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། གསོལ་
མཛོད་ཕུལ་བའི་སྐབས་ སྤྱིར་བཏང་ཆོགས་དང་གཏོར་མ་ཕུལ་སྤོལ་ཡོད་རུང་ འདི་ནང་གཙོ་བོ་སྤེལ་བརྒྱུད་གསེར་
སྐྱེམས་དང་ གསེར་སྐྱེམས་གྱི་ཁ་བསྐྱར་ཞིན་ན་ ཡུལ་ལྷ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཟེར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གསོལ་
ཁའི་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་མིན་འདུག། དམངས་ཀྱིས་གསོལ་མཛོད་ཕུལ་མ་ད་ དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ ཡུལ་མི་ག་ར་
ལྷ་ཁང་ར་བའི་རྩ་བར་སྤྱངས་ཞིན་ན་ གསོལ་མཛོད་ཕུལ་སྤོལ་འདེབས་རྒྱལ་སྤེལ་ཕུལ་སྤོལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་། ད་
རེས་ནངས་པ་ མི་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་མ་གཏོགས་ མང་ཤོས་ཀྱིས་དཀར་མེ་དང་གསོལ་ཁ་ཕུལ་ས་གསེར་བཟོ་
འབད་དེ་ཡོད་མི་དེ་ཁར་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། འཇམ་མཁར་མེས་མེས་ ཕྱིས་པའི་བསམ་འཆར་ལས་འབད་བ་

ཅིན་ གློན་དང་ཕུ་ལས་རང་ ལྷ་ཁང་ར་བ་ཟེར་མཆོད་རྟེན་ཡོད་སའི་ ས་ཁོངས་ནང་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པ་ལས་
འདི་ཁར་རང་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་ཡིན་མ་གྱིས་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གཞོན་པ།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་མ་བཟུམ་དང་ གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་བ་ཅིན་ ནད་ཡམས་ཕུ་གེ་ཚུ་བྱང་ནམ་ཚམ་ཐོན་དོ་
ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པའི་ཁར་ འདི་ནང་གཞོན་པ་བཀལ་མི་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཡང་ལེ་ཤ་ཐོན་
ཏེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་བྱ་སྐབས་མ་བདེ་བའི་གནས་སྐབས་ལེ་ཤ་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཆར་ཚུ་དུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་
ཚུ་རུད་ཐོན་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་མ་འགྱུ་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་
མཐུན་མ་འགྱུ་བའི་སྦྱོན་ཡིན་མ་གྱིས་བཤད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ནམ་ཚམ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ མོ་བཏབ་ཕྱིས་བཏབ་འབད་
བའི་སྐབས་ལུ་ སྦྱོས་ལྷ་ལུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་མ་གྱིས་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་བ་
ཅིན་ གཞོན་པ་ལེ་ཤ་རང་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་
གཞོན་པ་དེ་སྦྱོ་ཡོད་པ་ཤེས་སྟེ་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་དཔེ་ཏར་རྒྱལ་པོ་དེ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གནས་སྐབས་འགྱུར་བ།

འཇམ་མཁར་གྱི་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ གློན་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ལྷ་ཁང་ར་བ་ཟེར་ ས་གནས་འདི་
ཁར་ གློན་དང་ཕུ་ལས་ཁང་ཅིག་ཆགས་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཟུམ་ཅིག་སྤྲོད་ནི་འདུག། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་
ཡུལ་བཅན་གྱི་དོན་ལས་ ག་ཅི་མཆོད་རུང་ མཆོད་རྟེན་འདི་གི་རྩ་བ་ལུ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྐབས་ཅིག་
ལས་ དཀར་མེ་ཕུལ་ས་འདི་ སོ་སོ་བཟོ་ཞིན་ན་ མཆོད་རྟེན་འདི་གི་རྩ་བར་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་མཆོད་
སྲོལ་མེད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཡུས་ཚུགས་འདི་ལས་གྲུས་ཏེ་འགྱུ་མི་ཚུ་གིས་ ལྷ་ཁང་
ར་བ་ཟེར་ས་གནས་འདི་ནང་ལུ་རང་མཆོད་པར་འོང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གཡུས་ཁའི་མི་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་གྱིས་
མཆོད་རྟེན་གྱི་རྩ་བར་འོང་ཞིན་ན་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



ལྷུ་ལས་རྒྱུ་མི་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ས།

ལྷུ་ལས་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ས་དེ་ ཉམས་གསོ་བྱ་སྟེ་ མི་ཚུ་གིས་མཚན་རྟེན་ཅ་བར་མེན་པར་ གསར་པ་རྒྱུ་
མི་འདི་ནང་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སློབ་དཔོན་ ཕྱིས་པ་བསོད་ནམས་རྒྱུ་མཚན།

འབུམ་སྡེ་གླིང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༡)
 ༡ ལྷ་སྐྱོན་དོ་ཇེ་རྒྱལ་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལྷ་སྐྱོན་དོ་ཇེ་རྒྱལ་མོ།

ལྷ་ཁང་། བྱི་ཉལ་དགོན་པ།

ས་གནས། བྱི་ཉལ།

བསྐྱོན་མི། བྱི་ཉལ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ག་ར་གིས་བསྐྱོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཆེད་འོག་ འབུམ་སྡེ་གླིང་།

མགོན་སྐྱབས།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་གཞི་བདག་ཅིག་འབདཱ་ལས་
 གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ཏེ་ བཅ་ར་འབད་རུང་
 མགོན་སྐྱབས་ཞུ་བའི་ཁར་ ལྷག་པར་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་
 རེ་བཏབ་རན་པ་ད་ མགོན་སྐྱབས་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་མ་
 ཆད་ ལྷག་པར་དུ་ ཆར་རྒྱུ་མ་ལེགས་པའི་སྐྱབས་ དེས་པར་
 དུ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གང་
 འདོད་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཆར་ལྷར་འབེབས། །ཞེས་གསུངས་
 ཞིང་ མཐུན་རྒྱུན་སྤོན་པའི་ལེགས་ཆོག་མ་ཐམས་ཅད་ གོང་
 དུ་འཕེལ་ཞིང་སྐྱབས་སྡེ་དབྱར་གྱི་ལང་མཆོ་ལྷར་དར་ཞིང་རྒྱས་
 པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྤོང་གོགས་དམ་པར་མཛད་དུ་
 གསོལ། །ཟེར་གསུངས་པ་ལྷར་མགོན་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་
 ཡོད་པ་ཡིན་པས།



གནད་དོན་རྒྱུ་ལ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་སྐྱོན་དོ་མེ་རྒྱལ་མོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་དེ་གི་མཆོན་ལུ་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་ཁུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
མཆོན་དེ་སྟེ་ཁུ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ འོག་མ་ནང་གི་ཆོགས་པ་ པདྨ་དོ་མེ་ གིས་སྐབ་དོ་བཟུམ་ཡིན་པ་ཅིན་ ཏུས་
རབས་༡༥ པའི་ནང་ རྒྱལ་བ་ཤུ་རིན་ཆེན་གྱི་སྟོབ་མ་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་བླམ་དང་པ་ རྒྱལ་འབྱོར་པ་
བླ་མ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་གིས་ གནད་ས་བཅགས་པའི་སྐབས་ལས་རང་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་
རྒྱུས་དང་ དེ་སྟེ་ཁུ་དགོ་མི་འདི་ ས་གནས་དེ་ཁར་ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོའི་ གཟིམ་གྱི་ཡིན་ཟེར་ རོ་
ཁྱི་གནག་པོ་ཅིག་ཨ་རྟག་ར་ ས་གནས་དེ་ཁར་ཉལ་སྟོད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ བླ་མའི་ཉམས་སྦང་ལུ་ གཟིགས་པ་ལས་
བརྟེན་གནས་དེ་གི་མིང་ཡང་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

ལྷ་སྐྱོན་ དོ་མེ་རྒྱལ་མོའི་སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་སྟེ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་ནིའི་དོན་ལས་
འོར་བུ་བསྐྱམས་ རྟེ་ བརྒྱུད་གཉིས་བཅུ་དྲུག་པའི་ལང་ཆོ་དང་ལུན་པའི་ཚུལ་ལུ་སྟེ་ ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་བའི་
སྤང་དང་ བགས་ཀྱི་སྒྲུག་ལུ་ ལྷ་ལྷ་མའི་གཡུས་སུ་ རྟོགས་རི་དྲགས་དང་འབྲོགས་ཏེ་ གཞི་བདག་གསོལ་ཁའི་
དཔེ་ཆ་ལས། ལྷ་སྐྱོན་དོ་རྒྱལ་མོ་ཡིད་འོང་གཟུགས། ཁུ་བུར་དོ་བཤལ་ཕྱག་ཞབས་གདུ་བུས་སྤྱུལ། ལྷ་ལྷ་མི་ཡི་
དབུས་ན་མཆར་སྒྲུག་ཅན། ཀྲུམ་ཡིད་འཕྲོག་མ་ཁྱོད་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། ཁེས་དང་ འོ་མའི་ནང་གི་གཡུས་
ཆོན་གྱི་མི་དང་ ཏུད་འགྲོ་སེམས་ཅན་ལུ་སྤྱང་སྟོབ་འབད་མི་ གཞི་བདག་ཅིག་སྟེ་བཞུགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

ལྷ་སྐྱོན་དོ་མེ་རྒྱལ་མོ་ས་གནས་འདི་ཁའི་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་པའི་ལོ་རྒྱུས།

ཁྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ མཆོད་ནི་ཡོད་པའི་ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་དང་ ལྷ་སྐྱོན་དོ་མེ་རྒྱལ་མོ་
དེ་ལས་ བསྐྱེད་སྤང་ཀྱ་ཀྱ་རྩ་ཚུ་ སྟོན་མ་ལས་དམ་ལུ་གནང་ཡོད་པའི་ཁར་ཤལ་ལས་ རིག་གསུམ་དགོན་
པའི་བླམ་དང་པ་ རྒྱལ་འབྱོར་པ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་གིས་ཡང་ གཡུས་སྟོན་དེ་ནང་གི་བཙན་སྟེ་ཨ་རྟག་ར་ གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་དགོ་པ་སྟེ་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ལས། ཏེ་བུ་ཀ་དང་གསང་བའི་
བདག་ པདྨ་ཐོད་འཕྲེང་སྤྱན་སྔ་སྤྱ། ཁྱོག་སྟིང་ཕུལ་བས་འབངས་སུ་ བཞག་ ཁངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱང་མར་

མངགས། །ད་ལྟ་སྤྲུགས་འཆང་བདག་ཅག་གིས། །བསངས་བསྐྱར་དར་གྱིས་མཆོད་སྤུལ་ཏེ། །དབང་ལྡན་གཉན་པོར་
མངའ་གསོལ་ན། །མ་གཤམ་བཅོལ་བའི་འཕྱིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་གཞི་བདག་དཔེ་ཆའི་
གཏོར་བསྟོལས། །སྤང་སྤང་ཕྱོགས་ལ་གནས་པའི་ལྟ་བཅན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་ བཀའ་སྔོན་དྲེགས་པའི་ཆོགས་
དང་ བྱེ་བྲག་བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་གཞི་བདག་ ལྷ་སྤྲོད་རྟོ་རྟེ་རྒྱལ་མོ་དང་ བསྟན་སྤྱད་ཀྱུ་ཀྱུ་ར་རྩོ། གཞན་ཡང་
གཏོར་འབུམ་གཙང་སྤྲུལ་མཁར་སྤྱང་སོགས་ལ་གནས་པའི་ལྟ་སྤྲོད་བཅན་བདུད་ སྤྲོད་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་
ལ་འབུལ་ལོ། །ཞེས་དང་། དེ་ལྟ་བུརྟེན་ ད་ཅེས་ནངས་པར་ཡང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ཏེ་
རང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

ལྟ་བཅན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ས་ བྱི་ཉལ་དགོན་པ་ལུ་ ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་བྱུན་མཚམས་བཅད་
གནང་མི་ མཚམས་པ་ཞལ་གངས་ ༣༠ ལྟག་ཙམ་ཡོད་རུང་ སྤྱི་འཁོར་ལམ་མ་སྟོན་པར་འདུག། འདི་ནང་
ཡོད་པའི་ དག་སྟོང་དང་ མཚམས་བཅད་གནང་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་འཁོར་ལམ་དགོ་པའི་སྟོར་ལས་ ལུ་བ་
སྤུལ་ཏེ་ཡོད་རུང་དགོན་པ་དེ་ དང་སྤྱི་ལྟ་ཁང་རྩིང་མ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གནས་ཉམས་པའི་ཉེན་ཁ་ལ་
སོགས་པ་ཡོད་པ་ལས་ སྐབས་ཅིག་སྤྱི་འཁོར་ལམ་སྟོན་མ་ཚུགས་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་ འཁོར་དེ་
ཡོད་པ་སྟེ་ཆོགས་པ་གིས་སྤྱབ་ཡོད་པ་ཡིན། ཀྱང་ཐང་སྟེ་འགྲེམ་ད་ ཚུ་ཆོད་ཀྱང་སྐར་མ་ ༣༠ ལྟག་ཙམ་འགོར་
དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ག་ར་གིས་ལྟ་བཅན་ཆེན་པོ་དེ་བསྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ འདི་ཁར་ཡོད་
པའི་མི་ག་ར་གིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དགོ་ནི་དང་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གོ་ཡང་འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྟེ་
གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་བ་ཅིན་ ལྷག་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ རང་ག་ཏེ་འགྲོ་རུང་ དཀའ་ངལ་ག་
ནི་ཡང་མེད་པར་ རང་བཞིན་སྤྲོད་གྱིས་གྲུབ་སྟེ་འག་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཐོགས་
ཆགས་མེད་པ་སྟེ་ འབད་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལུ་ཆོགས་པ་འབད་དེ་ ལོ་ལྷ་ལངས་མི་ པདྨ་
རྟོ་རྟེ་ཁོ་རའི་ཉམས་ཕྱིང་ཡིན་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་ཚུ་བབས་མ་མཁུ་བ་པའི་
སྟོན་དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་བསྐྱར་རན་མ་ད་ དུས་ཚོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་དང་ རྒྱ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་

སོགས་ དམངས་དང་ སྐར་ལུ་གནོད་པ་ལེ་ཤ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། དེ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ གནས་བདག་དེ་
ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྱུ་བའི་སྐྱོན་ཨིནམ་སྟེ་བརྩེ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱ་དང་རྒྱུས་སྟོན་བརྒྱ་སྟེ་སྟེ།

ཁྱིཉ་ལ་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ གླམ་༡༠པའི་ཡར་ཆོས་༡༠ལུ་ ཁྱོན་གུ་རུའི་དུས་བབ་དང་འབྲེལ་ ལོ་ལྟར་མི་དམངས་གི་
 གསོལ་མཆོད་བཟེང་རུང་ ཆོས་བརྒྱ་བཟེང་རུང་ ཚར་གཅིག་བཙི་སྤང་ཁུ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ གཞུང་གི་ཁ་
 ཐོག་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཁྱིཉ་ལ་དགོན་པའི་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་
 བྱིའི་དོན་ལུ་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་དམངས་ལས་བསྐྱུ་གླང་འབད་དེ་ ཆོས་བརྒྱ་བཟེང་དོ་ཡོད་པ་
 ཨིན། གནས་བདག་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཁང་ངམ་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ ཕོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཛུལ་ཆོག་དོ་
 ཡོད་པ་ཨིན།

༡ གཞི་བདག་རྩྱུ་ཀླ་ལ།



གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལྷ་སྐྱེན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ།

གཡུས། དག་ས། ང་ལི་མང་དང་ སན་སྟེང་།

རྩྱ་ཁང་། ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ།

སྟེང་འོག། འབྲུམ་སྟེ་གླིང་།

བསྟན་མི། ཁྱི་ཉལ་སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་དང་ འབྲུམ་སྟེ་གླིང་གི་མི་སེར་ལ་ལུ།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཡིག་ལ།

གནས་ཁང་།

གཞི་བདག་རྒྱ་ཁྲི་ལ་དེ་ དག་ས་དང་ཕན་སྟངས་ དེ་ལས་ ང་ལི་མང་གི་མི་སེར་ག་ར་གིས་གཡུས་ཁའི་གཞི་བདག་
སྟེ་ བསྟན་པ་ ཡོད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་གཙོ་བོ་དེ་ དག་སའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ཨོན་པ་ས། ལྷ་ཁང་དེ་
སྟོན་མ་རྒྱུ་ཀྱི་ཅིག་ལས་མེད་རུང་ རྒྱལ་ལས་ གླུ་དགོན་པོ་(གཡུས་ཁའི་གཙོ་འཛིན་གླུ་མ་)གཡུས་དེ་ཁར་སྟོད་
ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གི་རྒྱུང་བདག་ལུ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱུ་དང་སྦྱང་ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་
རུང་ གླུ་ཁོར་གིས་ སར་དང་རྒྱུར་ལས་དད་ལྷན་ སྦྱོན་བདག་རྒྱུ་ལས་ལྷང་སྟེ་ ད་རེས་ནངས་པར་རྒྱ་བསྟེད་
འབད་དེ་ ཉེ་མ་དང་ཕྱད་པ་ད་ ཨ་ཅི་ཅིག་སྟོན་སུ་སྟེ་རྒྱབ་ཏེ་འདུག།

གནས་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

གཞི་བདག་རྒྱ་ཁྲི་ལ་དེ་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ གཞི་བདག་རྒྱ་ཁྲི་ལའི་གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆའི་སྦྱོན་འབྲེན་ནང་ལས།
རི་སྟེའི་དབུ་འདབས་ནགས་ཚལ་སྦྱག་པོར་ཁྲིགས། །གཡུ་ལོ་མེ་ཏོག་སྦྱོས་པའི་སྤང་ལོག་ནས། །སྟོབས་ལྷན་
དེག་པོ་བདུད་བཙན་རྒྱ་ཁྲི་ལ། །ཡིད་འཕྲོག་སྦྱོན་མོ་འཁོར་བཙས་གནས་འདིར་གཤེགས། །ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར་
བདུད་བཙན་དེ་སྟོན་མ་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པའི་བདུད་ཅིག་སྟེ་ གནས་སྟེ་སྟོད་ཡོད་པ་ཨོན་རུང་ རྒྱལ་
ལས་ དུས་རབས་བཙོ་བརྒྱད་པའི་ནང་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ རིག་གསུམ་དགོན་པའི་གླུ་རབས་གསུམ་པ་ གླུ་
མ་ངག་དབང་གློ་གྲོས་ཀྱིས་གཡུས་ཁའི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ གསོལ་བ་བཏབ་སའི་གཞི་བདག་སྟེ་བསྟོན་གནང་
ཅུག། གཞི་བདག་ཆགས་སའི་གནས་དེ་ཡང་ ཕན་སྟངས་དགོན་པའི་གཙོ་འཛིན་གླུ་མ་ མགོན་པོ་ལགས་ཀྱིས་
འབད་བ་ཅིན་ གཞི་བདག་རྒྱ་ཁྲི་ལ་གི་བཙན་ཁང་ངོ་མ་དེ་ མཁར་ཆེན་བྲག་ཟེར་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ཞབས་
བཙགས་གནང་བའི་ གནས་ཆེན་གྱི་རྒྱབ་ཁར་ ལྷ་བཙན་གྱི་བཙན་ཁང་ཟེར་ཆགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཨོན། གསོལ་ཁའི་
དཔེ་ཆ་ནང་ལས། ས་འཛིན་ལྷན་ཆགས་ཅེ་མོ་དགུངས་ལ་རེགས། །བྱ་སྦྱོབས་ཉམས་དགའ་ལྷ་རྒྱུའི་འབབས་རྒྱུན་
ཅན། །ཕུན་ཚོགས་དཔལ་གྱི་ཕུ་ནི་ཡེང་སྟེ་བཞེས། །རྩ་མཚར་རི་ངོས་གཡུས་ན་མཁར་ཆེན་བྲག་ །ཀྱུ་རུའི་བྱིན་
རྒྱབས་སྦྱས་གནས་དབུ་པའི་རི། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག། གཞི་བདག་རྒྱ་ཁྲི་ལ་དེ་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་དང་
འབྲེལ་བ་ཅིན་ མཁར་ཆེན་བྲག་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་ཅིག་ཨོན་རུང་ ཕན་སྟངས་གི་གྲང་པ་ ༡༤ དེ་ཅིག་གིས་
གཡུས་སྦྱི་ལ་དབང་བའི་གཞི་བདག་སྟེ་བསྟན་པ་ཡོད་པ་ཨོན།

གནས་བདག་སྒྲེ་བསྐྱོས་ཚུལ།

དུས་རབས་བཙེ་བ་རྒྱུད་པའི་ནང་། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ རིག་གསུམ་དགོན་པའི་བླ་རབས་གསུམ་པ་ བླ་མ་དག་
དབང་བློ་གྲོས་ཀྱིས་གཡུས་ཁའི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་། གསོལ་བ་བཏབ་སའི་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཅུག། དེ་
ཡང་། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེའི་གནས་ཡིག་ ཀྱན་ཕན་ལམ་སྟོན་ལས་ བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེའི་ས་གནས་དེ་ནང་ ད་
རེས་མཆོད་རྟེན་ཡོད་སའི་ས་གནས་འདི་ཁར་ བདུད་རླུང་མཆོད་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་གིས་ ཉི་ཅུབ་མེད་པར་འགྲོ་
བ་སེམས་ཅན་རྩ་གི་ཆེ་སྟོག་བཅད་དེ་ ཟ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་འབད་རང་མ་རྩ་གསལ་ལས་ གཡང་ཅེ་འཁོར་
ལོ་སྟོད་སྤྲད་བར་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཆ་བྱབ་གཅིག་མཐུན་ཐོག་ལས་ རིག་གསུམ་དགོན་པའི་བླ་མ་ དག་དབང་བློ་
གྲོས་ལུ་ འདྲེ་སྤྱོད་གྱི་ཁ་གཏོན་མཛད་གནང་དགོ་པའི་སྤྱབས་ཞུས་བཞིན་ བླ་མ་གིས་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ་
འདྲེ་སྤྱོད་དུག་པ་ཅན་རྩ་བདུལ་ཞིའི་དོན་ལས་ ད་རེས་མཆོད་རྟེན་ཡོད་སའི་སྤྱག་ལུ་ སྤྱི་མཆོམས་ལུ་བཞུགས་ཏེ་
འདྲེ་སྤྱོད་རྩ་བ་ལུ་བཏགས་ཏེ་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་ཞིང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་རྩ་བུ་ ཕན་སྟོགས་འབད་
མི་སྟེ་ གཡུས་ཁའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེ་ བསྐྱོས་གནང་པའི་སྐབས་ རྩི་ཀླུ་ཡང་དེ་གི་གྲས་ཁར་
ཡོད་མ་སྟེ་ ཕན་སྟེང་གཙོ་འཛིན་བླ་མ་མགོན་པོ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

[illegible]

གསལ་མཆོད།

གནས་བདག་ལུ་གསེལ་མཆོད་སྤུལ་ནི་འི་གི་ཐད་ཁར་ སྤྱིར་བཏང་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ཨ་རྟག་ར་སྤུལ་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་
རུང་ དམིགས་བསལ་ རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ ཡོ་ཆོག་གཏང་མ་ད་ དེས་པར་དུ་གསེལ་མཆོད་སྤུལ་དགོ་དེ་ཡོད་པ་
ཨིན་མ་སྟེ་ གཙོ་འཛིན་ གླམ་མགོན་པོ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན། ཕན་གཞོན་གྱི་བྱུང་པར། གཡུམ་ཁ་ལུ་ ལཱ་

དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འགོ་བཙུགས་རུང་། གཞི་བདག་རྩྱི་ཀླ་ལ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་
 གིས་ དཔེར་ན་ མདའ་རྒྱབ་ནི་བཟུམ་དང་གཡུས་ཁའི་ལོ་ཐོག་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ སར་ཚུར་འགྱུ་ནི་གི་དོན་
 ལས་ གསོལ་བ་བཏབ་ནི་གི་དོན་ལས་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་པས།
 གཞོད་པའི་ཐད་ཁར་ གཞོད་པ་དེ་ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པ་དང་ ལོ་ཐོག་ལེགས་རུང་རི་དྲགས་སོགས་གྱི་བཟའ་ནི།
 ལམ་འགྲོ་མི་འབྱུང་ནི་ལ་སོགས་པ་རྩུ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ དེ་བཟུམ་གྱི་བྱ་སྒྲུབས་མ་བདེས་ཐོན་མ་ད་ མོ་བཏབ་
 རྩིས་བཏབ་རེ་འབདས་ད་ཡང་ སྒྲིས་བཙན་མ་གསོལ་སྒྲིས་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་
 བས་ཟེར་ དེ་སྒྲེ་ར་ཐོན་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མ་པ་ལས་བཀོ་མ་བཞག་པར་ གསོལ་མཆོད་རྩུ་ཕུལ་
 དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

༣ ཐང་དཀར་བྲག་བཙན། དགའ་འཕེལ་དབང་ཕྱུག།



ཐང་དཀར་བྲག་བཙན་གྱི་ཕོ་བྲང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཐང་དཀར་བྲག་བཙན། དགའ་འཕེལ་དབང་ཕྱུག།

གཡུས། ཁྱི་ཉལ་ འོ་མའི་ནང་།

རྩྭ་ཁང་། ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་དང་ ཁྱི་ཉལ་རྩྭ་ཁང་།

ཆེད་འོག འབུམ་སྡེ་གླིང་།

བསྐྱེན་མི། ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱིས་གཙོས་པའི་གཡུས་ཚན་དག་པ་ཅིག་གིས་བསྐྱེན་དོ་ཡོད་པ་

ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

ཐང་དཀར་བྲག་བཙན་དེ་ འོག་མ་ནང་ལས་ལྷ་མ་ད་ རྒྱ་མར་ཁའི་ལོགས་ལུ་ བྱག་ཅིག་མཐོང་མི་འདི་ཡིན་མེ་
སྤྲེལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བྲག་སྤོང་ནམ་བྲག་བཙན་ཟེར་བཏགས་བཞག་ཡོད་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ ལོགས་སུ་སྤྲེལ་
རྒྱུ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ བསྐྱོད་ཅི་གིས་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

ཐང་དཀར་བྲག་བཙན་དེ་ དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ འོག་མ་ནང་གི་འོག་གི་མི་ག་ར་གིས་ གསོལ་མཚོད་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པ་སྤྲེལ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ འོག་མ་ནང་གཡུས་ཚན་ག་གིས་ཡང་ ཐང་དཀར་བྲག་བཙན་ལུ་བསྟེན་
ནི་མིན་འདུག་ཟེར་ ཚོགས་པ་གིས་སྤྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྤྲེལ་བསྟེན་མི་འདི་ ག་ཅི་སྤྲེལ་ཡིན་ན་ཉ་གོ་མ་རྒྱལ་པ་
ཡིན། དེ་སྤྲེལ་བསྟེན་མི་འདི་ མི་རྒྱ་གི་རྒྱལ་ཁྲོལ་པ་བཞེན་ མགོན་སྤྲེལ་མི་མཚོ་དོ་བཟུམ་སྤྲེལ་ཚོར་ཉ་ མ་
བསྟེན་པ་བཞག་ཡོད་པ་མིན་ནམ་ཟེར་ ཞིབ་འཚོལ་པ་ར་འདི་དོགས་པ་སྤྲེལ་བཀོད་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན། བུལ་ལས་
འདི་གི་སྒྲོང་ལས་ བྱངས་དང་དགོས་པ་ལེགས་ཤོམ་སྤྲེལ་ ཉ་གོ་རྒྱལ་པ་ཅིན་ ཁ་སྒྲོང་བཀལ་ནི་སྤྲེལ་ཤོམ་མཐུད་
བཞག་ཡོད་པ་ཡིན།

ཡིན་རུང་ རྒྱ་མར་ཁ་ལུ་ བྱིམ་གྲུང་པ་ག་ཅིག་འབད་མི་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་གིས་ བསྟེན་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅིག་
ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ འོ་མའི་ནང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་རྒྱ་གིས་བསྟེན་ནི་
མེད་པ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕུག་མཚན།

ཐག་དཀར་བྲག་བཙན་དཀར་པ་དང་ཕུག་གི་གསོལ་མཚོད་གྱི་
བསྟོན་པ་ལས། སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ཁྲག་རལ་ཅན། །ཞལ་གདངས་
མཆེ་གཅིགས་སྤང་མིག་རྒྱས། །ཕུག་གཡུས་གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་
ཡིས། །དབྱ་སྟགས་དུམ་བྱར་གཅོད་ལ་བསྟོན། ། གཡོན་པ་འདོད་
ཡོན་ཞགས་པ་བརྒྱམས། །སྤྲེལ་གྱོན་ཡིད་འཚོམས་ཤིང་
འགྲུགས། །ལྷགས་ཚོགས་རུ་དར་དབུ་ལ་གསོལ། །གོ་ཁབ་དམག་ཆས་



ཐང་དཀར་བྲག་བཙན།

རྫོགས་ལ་བསྟོད། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བཀ་བཙན་དེ་ སྐྱ་མདོག་དམར་པོ་སྟེ་ཞལ་བརྒྱངས་ཞིན་ན་
ཞལ་གྱི་མཆེ་བ་གཙོགས་ཏེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱུན་གཉིས་ཡང་ཁོ་བའི་ལྟ་སྟངས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་བཞུགས་ཤིང་ ཕྱག་
གཡས་པ་ལུ་ བསྟན་དང་འགོ་ལ་གཞོད་པའི་དམ་ཉམས་པའི་ དག་བོ་ཚུ་ཐལ་བ་བརྒྱག་པའི་ཚུལ་ལུ་ གནམ་
ལྷགས་ཀྱི་རལ་གྱི་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་འཛིན་པའི་ཚུལ་ལུ་ ཞགས་པ་
བསྐྱམས་ཏེ་ དབུ་ལ་ལྷགས་ཞུ་གསོལ་ཏེ་ དམག་ཆས་ཀྱི་གོ་ཁབ་གསོལ་ཏེ་བཞུགས་ཤིང་ འཁོར་གཡོག་ཡུམ་
ཆེན་སྐྱུན་མོ་བགྱིས་ཆོས་སྟོན་དང་ ཕྱི་ནང་སྟེ་བཞིའི་བློན་པོ་དཔུང་དང་བཙས་ཏེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ ངག་རྒྱུན་
ཡང་དག་ཅིག་ ཐོབ་མ་ཚུགས་པ་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་གཞུང་ལྟར་བྲིས་བཞག་ཡོད།

གསོལ་མཆོད།

གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ འོག་མ་ནང་གི་གཡུས་ཚན་གཅིག་གིས་མ་གཏོགས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་མེད་པ་
སྟེ་བཤད་དོ་ བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་ཡང་ལོགས་སུ་སྟེ་ མི་དམངས་ཀྱིས་ཕུལ་ཚུལ་མིན་འདུག།
འདི་གི་སྐོར་ལས་ ང་ལི་མང་གི་ གཙོ་འཛིན་བླམ་ མགོན་པོ་དང་ཅིག་ཁར་འབྲེལ་བ་འཐབ་རུང་ལོ་རྒྱས་ཚུ་
ཐོབ་མ་ཚུགས།

༤ དགེ་བསྟན་འཕེན་པོ།



གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དགེ་བསྟན་འཕེན་པོ།

ས་གནས། རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་།

ཆེད་འོག འབུམ་སྡེ་གླིང་།

བསྟན་མི། རིགས་གསུམ་དགོན་པ། བདེ་ཆེན་པོ་བླ་མ་འོ་འཕྲུལ་། འོ་མའི་ནང་། བེ་ཙ་མང་། ང་ལི་མང་།

ལམ་བྱང་འོག བཞག་སྤང་གི་སྤྱི་འོག་ཚུ་གིས་ དགེ་བསྟན་འཕེན་པོ་དེ་ བཅ་རང་འབད་རུང་ ལྷ་ག་ཅི་རང་

འབད་རུང་ ཐ་ན་ལྷ་བསངས་ཅིག་ལས་བཞུལ་ མ་བཏང་རུང་ གཞི་བདག་དགེ་བསྟན་འཕེན་པོ་གཙོ་བོར་སྟོན་

ཏེ་གནད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དགེ་བསྟན་འཕེན་པོ་དེ་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་གཞི་བདག་ཅིག་ཡིན་པའི་

ཁར་ གནས་པསྐྱ་གླིང་དང་རིན་ཆེན་གླིང་ལུ་ཡོད་པའི་གནས་ཀྱི་བདག་པོ་ཡང་ཡིན་མ་ལས་ གནས་བདག་དགེ་

བསྟན་ཡང་ཡིན་པས།

མགོན་སྐུ་བས།

དགེ་བསྐྱེན་འཕན་པོ་དེ་ རྩོན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པ་བཞིན་ ད་ལྟོ་ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་ཁོ་
ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་མི་ཚུ་ག་ར་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་བསམ་དོན་འགྲུབ་ཅིང་ བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་
ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སློབ་དཔོན་ཆེ་རིང་རྩོམ་གིས་ རིགས་གསུམ་
དགོན་པའི་གནས་བདག་དགེ་བསྐྱེན་འཕན་པོ་དེ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་གནས་བདག་ཅིག་སྟེ་ཆོ་རམ་མས་ཟེར་
གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན། ད་ཚུན་གྱི་རིང་ལུ་ཁོ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་མ་འགྱུ་མ་པ་ལས་རང་
མི་སྲིད་པས་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ དགེ་བསྐྱེན་འཕན་པོ་དེ་གིས་ སྤྱིར་བཏང་སྐྱེས་ལྟ་
ཡུལ་ལྟ་ཟེར་རུང་ སྐྱེས་བཙན་ཟེར་རུང་ཁོ་རང་ཨིན་མ་ལས་ གནད་དོན་འདི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་མགོན་སྐུ་བས་ལུ་
བ་ཅིན་ ཐད་ཁར་དུ་མགོན་སྐུ་བས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

འོ་མའི་ནང་གི་གཞི་བདག་དགེ་བསྐྱེན་འཕན་པོ་གསོལ་མཛད་གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་སྤུལ་ས་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་
ལྟ་ཁང་འདི་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་དབུ་མཛད་བགྲེས་པ་ སྤྲུལ་ཆེ་རིང་རྩོམ་གིས་སྤྲུལ་ཡོངས་འཛིན་ཆེ་རིང་རྒྱ་
མཚོ་གིས་ གདན་ས་བཅགས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན། སྤྲུལ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་དེ་ སྤྲུངས་ཐིམ་གྲུ་ཆང་ལྟེ་བ་ལས་ཨིན་
པས། དེ་ཡང་ རྩོམ་འདི་ལྟ་རིན་ཆེན་གྱི་དངོས་སློབ་ ཡོངས་འཛིན་སྤྲུལ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་དེ་ རང་གི་རྩ་བའི་སྤྲུལ་ རྩོམ་
འདི་ ལྟ་རིན་ཆེན་གྱིས་ རྩོད་རའི་གདུལ་བྱ་དང་ལུང་བསྟན་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་ཡོད་ ཤར་ཕྱོགས་སུ་སོང་ཟེར་
བའི་ གདམས་ངག་གནང་སྟེ་ སྤྲུངས་ཐང་གྲུ་ཆང་ལྟེ་བ་ལས་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ལུ་ཕེབས་ཞིན་ན་ ད་རེས་ཀྱི་
རྫོང་ལྷག་གི་རིན་ཆེན་སྤང་ལུ་ ཐུགས་དམ་གནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཉམས་སྦྱང་ལུ་ གཞི་བདག་འཕན་པོ་དེ་
དགེ་སློང་གི་རྣམ་པ་སྟེ་ ལོག་ཅི་རང་རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ཕྱོགས་ལུ་འབྱོན་དགོཔ་སྟེ་ དགེ་སློང་འདི་གིས་
འབྱོན་བཞུགས་ས་ གདན་ས་འདི་ན་ལུ་མེན་ རིན་ཆེན་གྲིང་ལུ་ཨིན་ ཡར་འབྱོན་ཟེར་བའི་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་སྤུལ་མ་
བཞིན་དུ་ སྤྲུལ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་ཁོ་རང་གིས་ ད་རེ་ཡོད་པའི་རིགས་གསུམ་དགོན་པ་ལུ་ གདན་ས་བཏབ་གནང་
ཡོད་པ་ཨིན་པས། སློབ་དཔོན་དབུ་མཛད་ ཆེ་རིང་རྩོམ་འདི་ངག་བཞིན་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན། དགེ་བསྐྱེན་འཕན་པོ་དེ་
གནས་མཁར་འོ་མའི་ནང་གི་བསྟོན་བདེ་ཆེན་པོ་བྲང་གི་རི་མགོ་ལུ་གངས་དང་གཡའ་འབྲེལ་བའི་བྲག་དམར་

གཏོར་སྒྲོང་ཡོད་པ་བཟུམ་ཤིན་ཏུ་གཟུང་བྱས་མཐོ་བ་སྟེ་མཇུག་ཡིན་པས། དེའི་ཐོག་ལུ་མཁའ་གཡང་སྤང་ན་
 ཟེར་སྤང་རྒྱུ་ཏེ་མ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་གཟུགས་གསལ་རི་རི་སྟེ་མཇུག་ནི་ཡོད་མི་འདི་དག་བསྟེན་འཕན་པོའི་ཆིབས་ཡིན་
 པས། སྤང་ན་དེ་མཇུག་ས་སྟོ་ལོག་ཁ་ལས་པར་རྒྱུར་སེམས་ཅན་ཏེ་རིགས་འོང་རུང་ཕྱི་ངོ་བཞག་ཉལ་སྟེ་བཞག་
 མི་ཆོག་དོ་ཡིན་པས། དེ་སྟེ་ཏེ་རིགས་ཁུར་ཆ་འབག་སྟེ་འོང་དགོ་རུང་ཕྱི་ངོ་ལོག་སྟེ་སྤང་ན་མ་མཐོང་ས་རྒྱུན་ལོག་
 སྟེ་ལ་དགོ་པ་ཡིན། དེ་སྟེ་མ་སྟེ་ལ་བ་ཅིན་ཏེ་ལུ་ཉེས་སྟོན་འབྱུང་དོ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ དག་བསྟེན་འཕན་པོའི་སྐྱུ་མདོག་འདི་ དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་ ཏེ་
 དཀར་ལ་ཆིབས་པ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ འགྲོ་བའི་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་དུ་བསྐྱོང་བའི་ དགོས་འདོད་ཀྱི་དངེས་གྲུབ་
 གནང་བའི་རྒྱལ་དུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་མཚན་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་དུར་སྦྱིག་ དག་སྦྱོང་གི་ནམ་པ་གཅིག་སྟེ་བཞགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་
 རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་གཞི་བདག་དག་བསྟེན་འཕན་པོའི་གསོལ་ཁ་ལས། དག་བསྟེན་འཕན་པོ་དོ་རྩེ་དྲག་
 ཅུལ་ནི། །སྐྱུ་མདོག་དཀར་དམར་རྩེད་འོད་དང་ལྗན། །བྱུང་གསུང་སྟེ་པའི་ཆས་ཀྱིས་ནམ་པར་
 མཛེས། །སྟེ་འགྲོའི་རེ་སྐྱོང་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ལ་བསྟོད། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།



ཡུམ་ སྒྲུབ་བྱ་ཨ་ཁྱེ་མི་སྟོན།



འཁོར་ཤ་ཕང་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ།

དམ་བཞག།

དགེ་བསྟེན་འཕན་པོ་དེ་ སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་ལྷོ་འབྲུག་ལུ་མ་བྱོན་པའི་སྟོན་མ་ མི་མ་ཡིན་པ་ལྷ་
 སྟོན་གདུག་པ་ཅན་ ཅིག་སྟེ་ འགྲོ་བ་མི་དང་མི་མིན་དུད་འགྲོ་སེམས་ཅན་ག་ལུ་ཡང་ གཞོད་ཅིང་འཆེ་བར་
 བཀའ་མི་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཅིག་སྟེ་སྟོད་ཡོད་པ་ཨིན་པས། རྒྱལ་ལས་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ལུ་
 ཁྱོན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་བྱོན་ཞིན་ན་ བླ་སྟོན་གདུག་པ་ཅན་ལྷོ་ ག་ར་བཀའ་བསྟོ་
 གནང་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་པའི་སྐབས་ དགེ་བསྟེན་འཕན་པོ་ཡང་དེ་གི་སྐབས་ལུ་དམ་བཞག་ གནང་ཅུག་ ཁྱོན་
 རིན་པོ་ཆེ་ གནས་འགོ་པདྨ་ཆོས་གླིང་ལས་གནས་མཚུག་རིན་ཆེན་གླིང་ཟེར་རིགས་གསུམ་དགོན་པ་ཚུན་ མ་
 རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་དམ་ལུ་བཞག་པའི་སྐབས་ དགེ་བསྟེན་འཕན་པོ་གིས་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གི་བཀའ་ལུ་
 གནས་ནི་ཨིན་ ཕྱིན་ཆད་ན་ལས་ཕར་སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ག་ལུ་ཡང་གཞོད་པ་མི་བཀའ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་
 པ་སྤང་བའི་དགེ་བསྟེན་གྱི་ཚུལ་སྟེ་ ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ནི་ཨིན་ཟེར་ཁས་སྤངས་འབད་དེ་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ སྐྱེས་
 ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་སྤལ་སྤལ་རང་ས་གནས་འདི་ནང་ བཞུགས་པ་ད་ དགེ་བསྟེན་གྱི་རྣམ་པ་སྟེ་ ཉམས་སྤང་ལུ་

མཇལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རིགས་གསུམ་དགོན་པ་དང་བདེ་ཆེན་པོ་བྲང་གི་གཞི་བདག་དག་བསྟེན་འཕན་པོའི་གསོལ་ཁ་ལས། གྱི། སྟོན་ཆེ་པ་སྤྱོད་འཕྲེང་གིས། །གདོང་དམར་ཀྱན་ཀྱང་ཞབས་ཀྱིས་བཅག། །བྱད་པར་གནས་མཆོག་འདི་ཉིད་བྱ། །ཟླ་གཅིག་བཞུགས་ནས་ལྷ་སྟོན་བཅུ་ལ། །དེ་དུས་གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ཁྱེད། །བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞག་པ་བཞིན། །ད་ལྟ་ནལ་འཕྲོར་བདག་བསྐྱལ་གྱིས། །མ་གཡེལ་བཙེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

དག་བསྟེན་འཕན་པོ་དེ་ ཁོ་རང་དག་སྟོང་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་ཆས་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྐྱེ་འབྲས་དང་ལྷེབས་རིས་གྲར་ཡོད་པའི་སྐྱེ་པར་ཚུ་མཇལ་བ་ཙམ་གྱིས་ ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་གནས་བདག་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཙོ་བོ་འབྱམས་སྟེ་གླིང་གི་ཆེད་འོག་དང་ སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ས་གནས་འདི་ཁ་ལས་གཞན་ གཡང་ཅེ་དང་གཞན་དང་གཞན་ལས་པར་འབྲེལ་ཏེ་ གཡུས་ཆཅན་སོ་སོ་ལས་པར་སྟོན་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ དག་བསྟེན་འཕན་པོ་དེ་ དངོས་གྲུབ་སྐྱུར་བའི་ལྷ་བཙེན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཀོ་མ་བཞག་པར་གསོལ་མཆོད་ལུ་ཏེ་ར་ཡོད་པ་ཡིན་མ་སྟེ་ གླམ་ཆེ་རིང་དོ་རྗེ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

ཨམ་སྐུ་ཚུ་གནས་ཁང་ནང་ལུ་འཇུལ་ཆོག་ག་མི་ཆོག།

རིག་གསུམ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ལྷ་ཁང་རྙིང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མ་མ་ཆད་ བྱིན་རྒྱབས་ཅན་གྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ འབད་ནི་འདི་གིས་ འདི་ནང་གི་སྐུ་རྟེན་གསུང་རྟེན་ཚུ་ཡང་ གཞན་ལས་བྱད་དུ་འཕགས་པ་སྟེ་ ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ མགོན་ཁང་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཨོང་གཞི་སྤྱིར་བཏང་བཟུམ་སྟེ་ ལོགས་སུ་སྟེ་རྒྱབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ གཞི་བདག་འཕན་པོ་ཁོ་ར་ རབ་བྱུང་གི་ཆས་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ མགོན་ཁང་ལུ་ཨམ་སྐུའི་རིགས་འཇུལ་མཆོག་སྟེ་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

དགོན་ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཐངས་ཚུ་ཡང་ ཉམ་བརྒྱན་ཨ་རྟག་ར་བསྐང་བརྒྱན་སྤེ་ གསོལ་ཁ་བཏང་
དགོན་སྤེ་ཡོད་པའི་ཁར་ བཅན་གཞན་གྱི་རིགས་གཏོར་བསྡེ་སྤེ་བཏང་མ་ད་ བཅན་གཟའ་རྒྱལ་གནས་གསུམ་
ཟེར་ གཟའ་བཅན་དང་ བེ་ཏར་རྒྱལ་པོ་དེ་ལས་ དགོ་བསྟེན་འཕན་པོ་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་གཞན་བཟུམ་སྤེ་མེན་
པར་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེ་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་སྤུལ་བའི་གནོད་པ།

ལྷ་བཅན་དེ་ལུ་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་མི་ཚུ་གིས་ གསོལ་མ་སྤུལ་བ་དེ་སྤེ་བཞག་ནི་མེད་པ་མ་ཆད་ ག་དེམ་
ཅིག་ དུས་ཚོད་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་བརྟེན་ ཨ་ཅི་རེ་ཆད་སོང་པ་ཅིན་ རྒྱང་འཛུབས་དང་ ཆར་རྒྱ་རྒྱ་རུད་ཐོན་ཏེ་
གནོད་པ་འོང་བའི་ཁར་ འདི་ནང་ཡོད་པའི་མི་ཚུ་ཡང་སེམས་དགྲ་གས་དོ་བཟུམ་སྤེ་རྟགས་མཆན་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་
སྤེ་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ལྷ་ས་པར་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མགོན་
སྤྱབས་ལྷ་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་དུས་ཚོད་ཁར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནས་སྤངས་འགྱུར་བ།

རིགས་གསུམ་དགོན་པ་དེ་ གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྤེ་བྱིན་ཅན་ཨིན་མ་ལས་ མི་དབང་ཡབ་སྲས་དང་སྤྱབས་མེ་
མེ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་བྱོན་ཏེ་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་དེ་ངེས་པར་དུ་བཀོད་འཛིན་དང་ ཉམས་
བཅོས་འབད་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་གནང་ཏེ་ རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་གཞུང་ཞབས་ལས་གནང་ཏེ་ དགོ་བསྟེན་ཕན་བྱའམ་
ལྷ་བཅན་ཆེན་པོ་དེ་གི་གནས་ཁང་ཟེར་རུང་ དགོན་པ་དེ་ སྟོན་མ་དང་ཐུད་པ་ད་ ལེགས་བཅོས་གྱི་འགྱུར་བ་
སྟོན་སྤེ་འགྱུར་ཏེ་འདུག།

དགོ་བསྟེན་འཕན་པོ་དོ་མེ་གྲགས་རྩལ་གྱི་འཁོར་གཞན་ཡང་། དོ་མེ་ལམ་འཕྲང་། སྤང་སྟོང་ལྷ་བཅན། མཁར་
ཆེན་དངས་ཆེན། བྲག་བཅན། ལྷ་བདུད། འཁོར་སོ་སོ་སྤེ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ལོ་རྒྱུས་དང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་
ལོགས་སུ་སྤེ་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ འཕྲོ་འཕྱད་དེ་ ངན་གསོའི་རྒྱལ་དུ་བཀོད་བཞག་ཡོད་པ་ཨིན།

ཀྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

དགེ་བསྟེན་པན་བྱའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གནས་ཡིག་ ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གྲོས་བསྟུན་འབད་ས།

དབྱ་མཛད་བགེས་པ་ སྟོབ་ཆེ་རིང་ནོ་ཇ།

རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་བྲམ་ པདྨ་ཀྱལ་མཚན།

༥ སྤང་འདུས་མཚོ་སྐོན་རྒྱལ་མོ།



སྤང་འདུས་ ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བརྩམས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། སྤང་འདུས་མཚོ་སྐོན་རྒྱལ་མོ།

ལྷ་ཁང་། སྤང་འདུས་ ལྷ་ཁང་།

གཡུས། འོ་མའི་ནང་།

བསྐྱེད་མི། འོ་མ་ནང་གི་ མི་སེར་ཁ་ཤས་ཅིག་གིས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

སྤང་འདུས་མཚོ་སྐྱོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ་དང་ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་ མཁར་སྤང་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་གསུམ་
གཡུས་ཚན་གཅིག་གི་ སྟོད་སྤང་བར་གསུམ་གྱི་ བཙན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ མགོན་སྐབས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ རྒྱལ་
པོའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་དང་ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་ལུ་ཁྱེད་བཟུམ་ཅིག་མ་གཏོགས་ ལོགས་སུ་མགོན་
སྐབས་ལྷ་ཐངས་ཀྱི་བྱད་པར་མིན་འདུག།

དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་ཕུ་བཙན་འབད་ནི་འདི་གིས་ དུས་རྒྱུན་ནམ་རང་འབད་རུང་ མགོན་སྐབས་ལུ་
བའི་ཁར་ ལྷག་པར་ གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་རེ་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ དེ་ལས་གཡུས་སྤྱིའི་ནང་ལུ་ ནད་ཡམས་
སུ་གེ་རེ་ཐོན་འབད་མ་ད་ སྐབས་འཚོལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལྷག་པར་དུ་ ཆར་རྒྱུ་མ་ལེགས་པའི་སྐབས་ དེས་
པར་དུ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ལས་ ཆོང་ལཱ་རེ་འགོ་བཙུག་ནི་དོན་ལས་དང་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་དང་ ལཱ་གཡོག་འཚོལ་ནི་ལ་སོགས་པ་
ག་ཅི་རང་ཡིན་རུང་ ལྷ་བཙན་དང་ མཚོ་སྐྱོན་དེ་རྩེ་ལུ་སྐབས་འཚོལ་བ་ཅིན་ ཐད་རི་བར་རི་རྒྱབ་སྤྱོར་མཛད་
དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ འོ་མའི་ནང་གི་ཆོགས་པ་པར་དོ་རྩེ་གིས་ཁོ་རའི་ཉམས་ཚུང་སྟེ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤང་འདུས་མཚོ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་དེ་ བྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་མཇུག་ལུ་ གཙང་རྒྱུ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ཁར་བརྩི་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན། སྤང་འདུས་མཚོ་སྐྱོན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མ་ད་ བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ གཅིག་ཁར་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་སྟེ་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ བྱི་ཉལ་འོ་མའི་ནང་གི་སྟོད་བཙན་
བར་བཙན་ སྤང་བཙན་གསུམ་ལས་ སྤང་བཙན་ ཡིན་མ་སྟེ་སྤྱབ་སོལ་འདུག།

བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྐབས་སུ་ཐོན་པའི་ ལྷ་སྐྱོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ་དང་སྤང་འདུས་སམ་དཔང་འདུས་ ལྷ་སྐྱོན་
གཉིས་པོ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་བྱད་པར་ཙམ་ལས་ ཁོང་གཉིས་གཞི་གཅིག་ཡིན་པས་ཟེར་
ཁྱེད་ཀྱི་ཡིན། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་ བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་འདི་རང་ཡིན་མ་ལས་
ལོགས་སུ་མེད་པ་ཡིན་མས།



མཚོ་སྐན་རྩེ་རྒྱལ་མོ།

ནུམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མཚོ་སྐན་རྩེ་རྒྱལ་མོ་དེ་ སྐུ་མདོག་དཀར་པོ་སྟེ་ དབུ་ལུ་མེ་ཉླ་གི་རྒྱན་དང་ སྐུ་ལུ་དར་དང་ཅོད་དཔན་
 གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་དང་ ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ཚུ་ལུ་ དགོས་འདོད་གྱི་ དངོས་
 གྲུབ་གནང་བའི་ཚུལ་ལུ་ ཕྱག་གཡུས་པ་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་སྟེ་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་
 གྱི་མཚོ་སྐན་མ་སྟེ་བཞུགས་སྟེ་ ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག

ཁྱོན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྟོན་གྱི་བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་
དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལྷ་སྟན་རྩོམ་རྒྱུ་མོ་ ས་གནས་འདི་ཁའི་མཆོ་སྟན་སྤྱོད་དགོ་པའི་ལོ་རྒྱུས།

མ་གཞི་སྦྱར་བཏང་ གཡུས་སྒོ་གཏེ་འབད་རུང་ གནས་བདག་གམ་ བཙན་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཕུ་བཙན་འདི་གི་
མཆོ་སྟན་མ་རེ་ངས་པར་དུ་འོང་དགོ་པ་སྤྱོད་ཨིན་པས། དཔེར་ན་ བདེ་ཆེན་སྤྱལ་གི་ལྷ་བཙན་དང་ སྤང་རི་ཟམ་གྱི་
མཆོ་སྟན་མ་བཟུམ་སྤྱོད་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ ཀེ་ཨེམ་གྱི་ ཚུམ་སྤྱིག་ཁང་གི་ མཁས་དབང་ ཀུན་བཟང་འཕྱིན་
ལས་ཀྱིས་ སྦྱར་བཏང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཞིབ་འཆོལ་གྱི་དོན་ལས་ འི་བ་འིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས་ ང་
རང་ལུ་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན།

མཆོ་སྟན་རྩོམ་རྒྱུ་མོ་ལུ་གསོལ་མཆོད།

མཆོ་སྟན་རྩོམ་རྒྱུ་མོ་དང་ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་ ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་ཚུ་གི་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ས་ ཁྱི་
ཉལ་དགོན་པ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་དང་ཆོས་བཙུ་ དེ་ལས་ དགོན་པ་གོང་འཕེལ་གྱི་ལཱ་སོགས་འབད་བར་འགྱུལ་
ད་ ལྷ་མ་འཁོར་ལམ་མེད་པར་ ལཱ་ཁག་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷ་མ་འཁོར་ལམ་དགོ་པའི་སྒྲོར་ལས་ ཆོགས་པ་
གིས་ལུ་བ་སྤུལ་ཏེ་ཡོད་རུང་ དགོན་པ་དེ་ དང་སྤུའི་ལྷ་ཁང་རྩིང་མ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གནས་ཉམས་པའི་
ཉེན་ཁག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ལས་ སྐབས་ཅིག་ལྷ་མ་འཁོར་ལམ་སྟོན་མ་ཚུགས་པའི་བཀའ་བྱ་གནང་སྟེ་ཡོད་པ་
སྤྱོད་ འཁོད་དེ་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་གིས་སྤུལ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་སྤུལ་བའི་ཕན་ཡོན་དང་ ཆད་ལྷག་ཞུགས་པ་ཅིན་ གཞོད་པ་ཡོད་པའི་སྒྲོར།

འོ་མའི་ནང་གི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་གར་གིས་ མཆོ་སྟན་རྩོམ་རྒྱུ་མོ་དང་ ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་
ལས། འདི་ཁར་ཡོད་པའི་མི་གར་གིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དགོ་ནི་དང་ དམངས་གི་རིམ་འགོ་ཡང་འབད་དགོ་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན། རང་ག་སྟེ་འགྱུར་དང་ དཀའ་ངལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ རང་བཞིན་སྟོན་གྱིས་གྲུབ་སྟེ་འོང་དོ་བཟུམ་
སྤྱོད་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཐོག་ཆག་མེད་པ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་པདྨ་རྩོམ་གིས་

བཤད་ཡོད་པ་ཡིན། གསལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་ཅིན། སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་རྟོག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་ཚུ་
བབས་མ་བཏབ་པའི་སྐྱོན་དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་བསྐྱར་རན་མ་ད་ ཏུས་ཆོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་
དང་ ཚུ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་ དམངས་དང་ སྐར་ལུ་གནོད་པ་ལེ་ག་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་སྤེལ་ཡིན་པས། དེ་སྤེལ་ཐོན་པ་
ཅིན་ གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསལ་མཆོད་ཚུ་ལ་མཐུན་ མ་འགྱུར་བའི་སྐྱོན་ཡིན་མ་སྤེལ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟོན་ཡིག་ཆ།

འོ་མའི་ནང་གི་ ཆོགས་པ། པར་རྒྱུ་རྩི།

༤ གཞི་བདག་ བསྟན་སྲུང་ ཀྲ་ཀྲ་རྩ་ཇ།



གནས་བདག་ཀྲ་ཀྲ་རྩ་ཇ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟན་མི།

གནས་བདག་ཀྲ་ཀྲ་རྩ་ཇ།

ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ།

ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ།

ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན།

འབྲུམ་སྡེ་གླིང་ ཆེད་འོག་ ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ག་ར་གིས་
བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་གཞི་བདག་ཅིག་འབདཱ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱལ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ཏེ་ བཅ་རང་
འབད་རུང་ མགོན་སྐབས་ཉུ་བའི་ཁར་ ལྷག་པར་གཡུས་ཁ་ལུ་ འོ་ཐོག་རེ་བཏབ་རལ་ད་ མགོན་སྐབས་
སྐབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ལྷག་པར་དུ་ ཆར་རྒྱུ་མ་ལེགས་པའི་སྐབས་རེས་པར་དུ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གང་འདོད་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་ཆར་ལྟར་འབེབས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་ མཐུན་ཆུན་
སྟོན་པའི་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་སྐབས་སྟེ་དབྱར་གྱི་ལང་ཆོ་ལྟར་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་འཕྱིན་
ལས་དང་ སྟོང་གོགས་དམ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར་ མགོན་སྐབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། བྱི་མོ་ལག་དཀར་ཁྲ་སྟན་ཁྱོད་མཆོན་ཏེ། །ཆ་ལུགས་མཛེས་ཀྱང་བྱི་ཡི་
གཡང་གཞི་གསོལ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བྱི་ཡི་ཆས་ཀྱིས་སྦྱོང། །ཀུ་ཀུ་ར་རྩེ་ཡིན་ཞེས་བདག་གིས་
བསྟོད། །ཟེར་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བསྟན་སྲུང་ཀུ་ཀུ་ར་རྩེ་ཡི་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་ལྷ་ཁང་དེ་གི་མཆོན་ལུ་ བྱི་
ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་བྱ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། མཆོན་དེ་སྟེ་བྱ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ འོ་མའི་ནང་གི་ཆོགས་པ་ པདྨ་དོ་རྩེ་གིས་
སྤུལ་དོ་བཟུམ་ཨིན་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁའི་མི་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་ སྤུལ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ དུས་རབས་༡༥པའི་
ནང་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་སྤྱོད་དང་པ་ རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་གྱི་སྟོབ་མ་ནལ་འབྱོར་པ་ སྤྱོད་ཆེ་རིང་རྒྱ་
མཆོག་གིས་ གདན་ས་བཅགས་པའི་སྐབས་ལས་རང་ བྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་ སྤུལ་ནི་
འདུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་སྟེ་བྱ་དགོ་མི་འདི་ས་གནས་དེ་ཁར་ ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་འདོད་ཡོན་བཟང་པོའི་གཟིམ་བྱི་
ཨིན་ཟེར་ (ཀུ་ཀུ་ར་རྩེ་) རོ་བྱི་གནག་པོ་ཅིག་ལྷ་བྱ་རང་ ས་གནས་དེ་ཁར་ཉལ་སྟོད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ སྤྱོད་ཆེ་རིང་ལས་
སྤུང་ལུ་གཟིགས་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་དེ་གི་མིང་ཡང་ བྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་ཨིན་པས།
གཟིམ་བྱི་དེ་བསྟན་སྲུང་ ཀུ་ཀུ་ར་རྩེ་དེ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བསྟན་སྲུང་ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་སྐྱུ་མདོག་ལོགས་སུ་སྟེ་གཞི་བཤད་ནི་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ ཁོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་
སྟེ་ གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། བྱི་མོ་ལག་དཀར་ཁྲུ་སྟོན་ཁྱོད་མཚན་ཏེ། ཁྱེད་ལྷགས་མཛེས་ཀྱང་བྱི་
ཡི་གཡང་གཞི་གསོལ། ཁྱེད་ཐོན་དོ་ བཟུམ་སྟེ་ བསྟན་སྲུང་ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་ བྱི་གཟུགས་སུ་གནས་ཤིང་རྒྱང་
ལག་དཀར་པོ་སྟེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ བསྟན་པ་སྲུང་མི་ཅིག་སྟེ་ གནས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཁོང་གི་ཆོག་གི་
འཕྲོར། སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བྱི་ཡི་ཆས་ཀྱིས་སྦྱོང། ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་ཡིན་ཞེས་བདག་ གིས་བསྟོད། ཁྱེད་གསུངས་
ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག

བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ མཚན་ནི་ཡོད་པའི་བསྟན་སྲུང་ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་དང་རྒྱལ་པོའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་ དེ་
ལས་ཁྲུ་སྟོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ་ཚུ་ སྟོན་མ་ལས་དམ་ལུ་གནང་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒྱལ་ལས་རིག་གསུམ་དགོན་པའི་སྐྱམ་
དང་པ་ རྒྱལ་འབྲུང་པ་ཆེ་རིང་ རྒྱ་མཚོ་གིས་ཡང་ གཡུམ་སྒོ་དེ་ནང་གི་བསྟན་པ་སྲུང་བའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོའི་
གཟིམ་བྱི་དང་ ཡང་ཅིན་རྒྱལ་པོའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོའི་ འཁོར་གཡོག་སྟེ་དམ་ལུ་གནང་སྟེ་ ཡ་རྒྱག་ར་གསོལ་
མཚན་ཕུལ་དགོས་སྟེ་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། བསྟན་སྲུང་ ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་ནམ་པ་སྟེ་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ བྱི་
ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ དོ་གནས་པོ་སྟེ་ རོ་བྱི་ཉལ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་བཟུམ་འབད་མི་ཅིག་ མཐོང་
ནི་ཡོད་མི་འདི་ བསྟན་སྲུང་ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་དམ་ལུ་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་ དེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ལས། ཉེ་རུ་ཀ་དང་གསང་བའི་བདག་ བསྟོན་ཐོད་འཕྲུང་སྟོན་སྟེ་སྟེ། སྟོན་སྟེ་ཕུལ་བས་
འབངས་སུ་ བཞག་ སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་སྲུང་མར་མངགས། ཏེ་ལྷ་སྟགས་འཆང་བདག་ཅག་
གིས། བསངས་བསྐྱེད་དར་གྱིས་མཚན་ཕུལ་ཏེ། ཏེ་ལྷ་སྟགས་ཉན་པོར་མངའ་གསོལ་ན། ཁ་གཡེས་བཙུག་བའི་
འཕྲིན་ལས་མཛོད།

བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་གཞི་བདག་དཔེ་ཆའི་གཏོར་བསྟོན་ལས། སྟོང་སྤང་ཕྱོགས་ལ་གནས་པའི་ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་
བཟང་པོ་ བཀའ་སྟོད་དེགས་པའི་ཆོགས་དང་ བྱེ་བྲག་བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་གཞི་བདག་ ཁྲུ་སྟོན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ་
དང་ བསྟན་སྲུང་ཀྲ་ཀྲ་རྩེ་དང་ གཞན་ཡང་གཏོར་བུམ་གཙང་སྟེ་མཁར་སྟོང་སོགས་ལ་གནས་པའི་ལྷ་སྟེ་

བཙན་བཅུད་སྒྲན་མོ་འཁོར་དང་བཙས་པ་རྣམས་ལ་འབྲུལ་ལོ། ཞེས་དང་། དེ་ལུ་བརྟེན་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་
གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ཏེ་རང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་།

སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཉལ་དགོན་པ་ལུ་ ཅུས་རྒྱན་ཨ་རྟག་ར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཀྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་
ནང་ལུ་ རང་སེའི་ལོ་མཆོད་རིམ་འགོ་འབད་མ་ད་ རྟག་བྱ་རང་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཆད་
འོག་མ་ནང་ གཡུས་ཚན་སྤྱིར་བཏང་ག་ར་གི་ ལྟ་བཙན་ཚུ་ལུ་ཡང་ དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་དེ་ སློན་འདེབས་
རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ གཞི་བདག་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གཞན་ཡང་གཏེར་འབྲུག་གཙང་སྒྲ་མཁར་
སྟངས་སོགས། །ས་ཆར་གནས་པའི་ལྟ་རྒྱ་བཙན་བཅུད་སྒྲན། །ཞི་དང་ཁོ་བོའི་རྩ་འཕྲུལ་བསམ་མི་བྱབ། །ལྟ་སྤྱི་
དེགས་པའི་ཚོགས་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། །སོ་སེའི་ཕྱག་ན་མཆོན་ཆ་སྒྲ་ཚོགས་འཛིན། །རང་རང་བཞོན་པ་རྟའི་
སྟངས་ན་འགྱིང་། །མཐུ་ཅུལ་རུས་པའི་དབང་ཕྱག་ཁྱེད་རྣམས་ལ། །མཆོད་བསྟོད་འབྲུལ་ལོ་རུང་ང་མ་མཛད་
ཅིག །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་སྤུལ་བའི་ཕན་ཡོན་དང་ ཆད་པའི་གཞོད་པ།

གཞི་བདག་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ཞི་ཆེ་ལྟ་བུ་དཀར་མའི་ཆ་ལུགས་འཛིན། །བསྟན་དང་དེ་འཛིན་སྟེང་ཞིང་
དངོས་གྲུབ་སྟེར། །ཁྲོས་ཆེ་བྱི་ནག་གཞན་གྱི་རུར་སྒྲ་འབྱིན། །ཉམས་པ་དམིགས་སུ་སྟོལ་མཛད་མ་ལ་
བསྟོད། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཀྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ག་ར་གིས་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོ་དང་ བསྟན་སྤྱིར་གྱ་
གྱ་ར་རྩ་དེ་ལས་ ལྟ་སྟན་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མོ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ཁར་ཡོད་པའི་མི་ག་ར་གིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་
དགོ་ནི་དང་ དམངས་གྱི་རིམ་གོ་ཡང་འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་
སྤུལ་བ་ཅིན་ ལྟག་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། ག་སྟེ་འགྱེ་རུང་ སྤབས་མ་བདེམ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་ མེད་པར་ རང་
བཞིན་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་སྟེ་འོང་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཐོགས་ཆགས་མེད་པ་སྟེ་འབད་
རྒྱགས་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་ཚོགས་པ་ བསྐྱོད་རྩེ་ཁོ་བོའི་ཉམས་སྟོང་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་
མཆོད་ཆད་སོང་པ་ཅིན། སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་རྟོག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་རྒྱ་བབས་མ་བཏབ་པའི་སྟོན་
དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་བསྐྱར་ནམ་ད་ཅུས་ཆོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་དང་རྒྱ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་

པ་ གནོད་པ་ལེ་ག་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པ་སམ། དེ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཚན་ཚུལ་
མཐུན་ མ་འགོ་བའི་སྟོན་ཡིན་མ་སྟེ་བཟི་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་སམ།

ལོ་དུས་ཀྱི་ཆོས་བཅུ་དང་ དུས་སྟོན་བཅི་སྟོལ།

ཁྱི་ཉལ་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ ལྷམ་༡༠པའི་ཡར་ཆོས་༡༠ལུ་ ཞུན་གུ་རུའི་དུས་བབ་དང་འཁྲིལ་ ལོ་ལྟར་མི་དམངས་
ཀྱི་གསོལ་མཚན་ཟེར་རུང་ ཆོས་བཅུ་ཟེར་རུང་ ཚར་གཅིག་བཅི་སྟུང་ཁྱེ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ གཞུང་གི་ཁ་
ཐོག་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཁྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ གསོལ་མཚན་ལུ་
ནིའི་དོན་ལུ་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་དམངས་ལས་ བསྐྱུ་སྒྲུང་འབད་དེ་ཆོས་བཅུ་བབུང་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན། གནས་བདག་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཁང་ངམ་ ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ མོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཇུལ་ཆོག་
དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ལ ལྷུང་ཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ།



ལྷུང་ཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལྷང་མཁར་རྒྱལ་མཚན

གཡུས། འོ་མའི་ནང་།

ལྷ་ཁང་། ཁྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་འོག་མ་ནང་།

བསྟན་མི། འོག་མ་ནང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་མང་ཤོས་ཅིག་དང་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བསྟན་ནི་མེད་པ་ཡིན།

ཆེད་འོག་ འབུམ་སྡེ་གླིང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷང་མཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་དེ་ གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱུག་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ས་ཆའི་དབྱིབས་ཡང་ གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱུག་ལུ་སྡེ་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ལུ་དགོས་འདོད་གྱི་དངོས་སྤྱོད་གནད་གནང་མ་བཟུམ་སྡེ་ མཐུལ་ཕུལ་ཕུལ་མ་བཟུམ་སྡེ་ གཡུས་དང་གཡོན་ལུ་ གཡུས་ཚན་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྤྱུག་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུའི་དབྱིབས་བཟུམ་སྡེ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཅན་དན་ཤིང་རྒྱས་པ་དང་ སི་སི་ཤིང་རྒྱས་པ་སྡེ་འགྲོ་དེས་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ སྤྱོན་དང་ཕུའི་སྐབས་ལས་རང་ཤིང་དེ་ཚུ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ ཤིང་དེ་ཚུ་བཅན་འདི་གི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ མ་ཉམས་པར་དེ་སྡེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྤྱི་གཏོག་གྲུར་བུམ་པ་ཟེར་ གནས་མཁར་རྒྱུ་ཅིག་ཡང་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་མཁར་དེ་ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ཅེད་མ་ཅེ་ནི་བཟུམ་ཅིག་ལས་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ཤུལ་ལས་ སྤྱི་ལོ་༡༠༠༥དང་ ༡༠༠༩ ལུ་སྤོབ་གྲའི་ཁ་ཐུག་ལས་ཉམས་གསོ་བྱ་བྱེ་ གནས་མཁར་མཚོད་རྟེན་དེ་ ཀ་ར་ཡང་དམར་པོ་སྡེ་བཏང་བྱེ་ མིང་ཡང་བཅན་གྱི་མཚོད་རྟེན་ཟེར་སྤྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོན་འདེབས་རྒྱབ་ད་ཡང་ ལྷང་མཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་ཟེར་ ངག་ལས་ལྷང་མཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོའི་ འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་པ་ལུ་ སྤྱོན་མཚོད་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞི་བདག་སྒྲེ་བསྒྲོས་པའི་ལོ་རྒྱུས།

དང་ཕུ་ ལུང་མར་གཡུས་ཚན་གྱི་ ལུང་མར་གཙོ་རྒྱུ་ཟེར་ ཚོང་དཔོན་ཅིག་གིས་ སར་རྒྱུ་ཚོང་རྒྱུ་པའི་
སྐབས་ གཡུས་བཙན་དེ་ བུ་ཐང་ལས་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རྒྱུང་མཁར་རྒྱུ་མཚན་ཆེན་པོའི་
འཁོར་གཡོག་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱུ་པོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་ གསང་ཡུམ་ སྤུན་མོ་གཡང་འཛོམས་རྒྱུ་མོ་ སྤུས་
འཕྲིན་ལས་རབ་རྒྱས་ སྤུས་མོ་སྤྱུ་ཆེན་ཀམ་འབྱོར་ལྷན་ གཞན་ཡང་སྤོན་འབངས་འཁོར་དང་བཙས་པ་ཟེར་།
ཡབ་ཡུམ་སྤུས་དང་བཙས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གསོལ་མཚན་ཕུལ་བའི་སྐབས་ལུ་འབད་རུང་ དག་ལས་དེ་
སྤྱེ་སྤྱབ་ཞིན་ན་མཚན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ཡང་ དེ་སྤྱེ་རང་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
རྒྱུང་མཁར་རྒྱུ་མཚན་ཆེན་པོའི་བཙན་དེ་ རྒྱུང་མཁར་གཙོ་རྒྱུ་ཟེར་མི་འདི་ དང་ཕུའི་དུས་ལུ་ གཡུས་ཁའི་
ཚོང་བདག་བཟུམ་སྤྱེ་ བྱགས་ཡོད་མི་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁོ་ར་རྒྱུང་མ་ཅིག་གི་དོན་ལས་ གཙོ་རྒྱུ་གྱི་
བཙན་ཟེར་ དམིགས་བསལ་གྱིས་སྤྱེ་བུ་ཐང་ལས་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཡོད་པ་སྤྱེ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ད་རེས་ནངས་
པ་འབད་བ་ཅིན་ གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ག་ར་གིས་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ནམ་པ་དང་སྤྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱུང་མཁར་རྒྱུ་མཚན་ཆེན་པོའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ བསྟོད་པའི་ཆོག་ལས། རྒྱུ་པོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་
ཆེ། དམར་ཞིང་སྤྱག་ལ་སྤུས་པའི་མདངས། རྣམ་ཐོས་བྱ་ཡི་གཟི་བུ་རྒྱུང་། སྤྱེ་ཞོལ་ར་ཡི་སྤྱེང་དུ་
སྦྱིང་། ཕྱག་གཡུས་སྤུན་པའི་བ་དན་ཕྱར། སྤྱེ་ཆོགས་རོ་ལྷན་ལྷུང་བཟེད་གཡོན། འཛོལ་འབེར་ལྷབ་ལྷབ་ལྷ་
གོས་དང་། ཁ་ཚང་མེད་པ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། བཙན་ཆོད་འཕྲིན་ལས་རབ་རྒྱས་ནི། ཆེ་ཞིང་འབར་བ་དམར་
བའི་མདོག་ རུ་མཚོན་སྤུལ་ཞགས་དམག་གི་ཆས། སྤྱོག་ལྷར་ལྷུང་བའི་རྩ་ལ་བཟེ། སྤྱུ་ཆེན་དཀར་པོ་འབྱོར་པ་
ལྷན། རིན་ཆེན་སྟོད་དང་འཕེལ་བར་མཛོད། གཞན་ཡང་ཡུམ་སྤུས་སྤོན་འབངས་བཙས། རྒྱན་གོས་དཀོར་
མོར་འདོད་ཡོན་ལ། ཀྱན་རུ་དབྱེས་པ་རོལ་མཛོད་པའི། དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་མཚོ་ཁྱེད་ལ་སྟོད། ཟེར་ཐོན་དོ་
བཟུམ་སྤྱེ་ རྒྱུང་མཁར་རྒྱུ་མཚན་ཆེན་པོ་ཟེར་སྤྱེ་བ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ མཚན་རོལ་དེ་ རྒྱུ་པོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་
སྤུན་མོ་གཡང་ འཛོམས་སོགས་གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་
ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ རྒྱུ་མཚན་ཆེན་པོ་ཟེར་རུང་ རྒྱུ་པོ་ཆོས་དབང་ཕྱུག་ཟེར་རུང་ ལོགས་སུ་ཅིག་

མེད་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ཚོར་ཡི། ཡང་ན་ཚིག་འདི་ལུ་ རྒྱལ་མཚན་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཆེ། ཟེར་ཚིག་ལུ་དག་
བཅོས་དུམ་གྱི་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་དང་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་གཉིས་གཅིག་ཁར་བསྐྱབས་ཚུགས་
ནི་ཡིན་པས། གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ རྒྱལ་པོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་གི་ སྐུ་མདོག་དེ་དམར་སྐྱུག་གི་མདངས་དང་ལྗན་
པ་ སྐུའི་གཟི་བརྟན་ནུམ་ཐོས་སྤྲུམ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་སྐུའི་བ་དན་དར་དཀར་འཕྱར་
ཞིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ལྷང་བཟེད་བསྐྱམས་སྟེ་ ཡུམ་སྤྲུམ་འཁོར་དང་བཅས་པ་བཞུགས་ཤིང་ མི་ནོར་ཐམས་
ཅད་སྤྱང་ཞིང་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་གཞི་བདག་ཅིག་སྟེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཅན་དེ་ གཞན་ཁ་ལས་གདན་འདྲེན་ཞུ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མ་གཏོགས་ གྲམ་དེ་གིས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་
ལོ་རྒྱུས་མེད་རུང་ སྤོན་བྱོན་ཞུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ གཞན་ཡང་བསྐྱན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྒྱ་གིས་བཞག་
གནང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

སྤྱིར་བཏང་ སར་ཚུར་ག་ཏེ་འགྲོ་རུང་ ས་གནས་དེ་ཁར་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རང་སེའི་བྱིམ་ནང་
ལོ་ཆོག་རེ་གཏང་མ་ད་ཡང་ མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ལྷ་ཁག་ཆེས་ག་ཅི་བཟུམ་ཐོན་རུང་ ལུ་བཅན་དེ་ལུ་
གསོལ་མཆོད་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

ཕན་ཡོན་དང་གཞོད་པ།

གཡུས་ཚན་གྱི་མི་གར་གིས་རྒྱང་མཁར་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་དེ་ལུ་ མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱན་
མ་ཆད་པར་སྤུལ་བ་ཅིན་ ཆོང་རྒྱབ་པར་འགྲོ་བ་ཅིན་ ཆོང་ལམ་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་རི་དྲགས་
ཚུ་གིས་ གཞོད་པ་མ་བཀལ་བ་ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་ལ་སོགས་པ་ གཞན་ཡང་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་བ་ཅིན་ རྒྱན་
བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ ལེགས་པའི་རྟགས་དེ་སྟེ་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་
ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་རྒྱ་བབས་མ་བཏབ་པའི་སྟོན་དང་ ཡང་ཅིན་

ཐོག་བསྐྱ་རནམ་ད་ ཏུས་ཚོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་སེར་མ་རྒྱབ་ནི་དང་ རྩ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་པ་ དེ་སྤེལ་ཐོན་པ་
ཅིན་ གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཚན་ཚུལ་མཐུན་ མ་འགྲོ་བའི་སྦྱོན་ཡིན་མ་སྤེལ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
དྲན་གསོ། ཡན་གཞོད་ཀྱི་ཐད་ཁར་ མང་ཤོས་ཅིག་རང་འདོད་པ་སོ་སོ་ཡིན་འདུག་ ཅིག་ར་འཐད་པ་སྤེལ་བཤད་ནི་
འདུག།

རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱ་ན་འབད་ས།
ཚོགས་པ་ པདྨ་དོ་ཨ།

༡ ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ།



ཁྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བརྒྱད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ལྷ་བཙན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོའམ་གོད་ཕུ་ལྷ་བཙན།

ལྷ་ཁང་། ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ།

གཡུས། འོ་མའི་ནང་། ཤིས་གླིང་། རབ་ལྗེང་།

བསྟེན་མི། འོག་མིན་གྱི་མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་།

མགོན་སྐབས།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་སྤྱ་བཙན་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཅུས་རྒྱན་ནམ་ར་འབད་རུང་ མགོན་སྐབས་ཉུ་བའི་ཁར་ ལྷག་པར་ གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་རེ་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ དེ་ལས་ གཡུས་སྤྱིའི་ནང་ལུ་ ནད་ཡམས་སྤྱ་གེ་རེ་ ཐོན་འབད་མ་ད་ སྐབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་དུ་ ཆར་རྒྱུ་མ་ལེགས་པའི་སྐབས་ངེས་པར་དུ་ མཚན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་ལས་ ཚོང་ལཱ་རེ་འགོ་བཙུག་ནི་དོན་ལས་དང་ འགོ་འགྲུལ་འབད་ནི་དང་ ལཱ་གཡོག་འཛོལ་ནི་ལ་སོགས་པ་ ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ ལྷ་བཙན་དེ་ལུ་སྐབས་འཛོལ་བ་ཅིན་ ཐད་རི་བར་རི་རྒྱབ་སྤྱོར་མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ འོག་མ་ ནང་གི་ཚོགས་པ་པདྨ་དོ་རྩེ་གིས་ཁོ་རའི་ཉམས་ཐྱིང་སྟེ་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་བདག་འདོད་ཡོན་བཟང་པོའི་གསོལ་མཚན་སྤུལ་སའི་ལྷ་ཁང་དེ་གི་མཚན་ལུ་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་ཞུ་དོ་ ཡོད་པ་ཨིན། མཚན་དེ་སྟེ་ཁྱུ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ འོ་མའི་ནང་གི་ཚོགས་པ་ པདྨ་དོ་རྩེ་གིས་སྤྱབ་དོ་བཟུམ་ཨིན་པ་ ཅིན་ ཅུས་རབས་༡༥ པའི་ནང་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་བླམ་དང་པ་ རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་གྱི་སྟོབ་མ་ རྣལ་འབྱོར་པ་བླ་མ་ཡོངས་འཛིན་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོ་གིས་ གནད་ས་བཅགས་པའི་སྐབས་ལས་རང་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་ པ་ཟེར་སྤྱབ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ དེ་སྟེ་ཁྱུ་དགོ་མི་འདི་ས་གནས་ དེ་ཁར་ལྷ་བཙན་འབད་དོ་ཡོན་བཟང་པོའི་ གཟིམ་ཁྱི་ཨིན་ཟེར་ རོ་ཁྱི་ནག་པ་ཅིག་ལྷ་བྱ་རང་ ས་གནས་དེ་ཁར་ཉལ་སྟོད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ བླ་མའི་ཉམས་སྤྲང་ ལུ་ གཟིགས་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་དེ་གི་མིང་ཡང་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་སྤྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་ ཚོགས་པ་ ཁོ་རའི་ཨ་ཁྱས་སྟེ་ལོ་༥༠ ལང་ཡོད་མི་ལས་གོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ད་ངེས་ ནངས་པ་ཡང་ སྟོལ་མ་ཉམས་པར་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པ་ཟེར་ ཡོངས་གྲགས་སྟེ་སྤྱབ་སྟེ་ར་ཡོད་པ་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་དང་ཕྱག་མཚན།

སྐོད་ཕུ་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་དེ་ སྐྱ་
མདོག་དཀར་པོ་སྟེ་ ཆིབས་རྒྱ་ཡང་དཀར་པོ་ལུ་བཞོན་
ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་རལ་གྱི་གནམ་ལུ་ཕྱར་ཞིང་ ཕྱག་
གཡོན་པ་སྟེག་མཚུབ་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་སྟེ་ རྒྱལ་པོའི་ཚུལ་སྟེ་
ཡོད་པ་ཡིན། ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་ཁོ་རའི་འཁོར་གཡོག་
ཡང་ ལྷ་སྐྱོན་དོ་ཐེ་རྒྱལ་མོ་དང་ བསྟན་སྲུང་ཀྱ་ཀྱ་རྩ་
ཇ་ཟེར་ མཚོ་སྐྱོན་མ་དང་ གཟིམ་བྱི་བཙས་པ་སྟེ་
བཞུགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་ བྱི་ཉལ་
ལྷ་ཁང་གི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་བྱིམ་གྲང་གངས་༥༠ ལྷག་
ཙམ་གྱིས་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།





འཁོར་བསྐྱོན་སྤང་ཁྱུ་ཁྱུ་རྩ་ཇ།

དམ་བཞག

མོད་ཕུ་ལྟ་བཅན་དེ་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་བླ་མ་དང་པ་ རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེ་རིང་རྒྱ་མཚོའི་ དག་སྤང་ལུ་
གཟིགས་ཏེ་ གཡུས་སློང་དེ་ནང་གི་ བཅན་སྤེལ་ཏྲག་ར་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་དགོས་བཅོས་ལྟོ་ཡོད་པ་ལུ་བརྟེན་ ད་
རེས་ནངས་པ་ཡང་ གསོལ་མཚོད་རྩ་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་ཏེ་རང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ཁྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ བཅན་གསུམ་དང་ གཞི་བདག་གཅིག་བཅས་བསྐྱོམས་ གསོལ་མཚོད་ཕུལ་
དགོས་ བཅན་བཞི་ཡོད་ས་ལས་ འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་དེ་ མོད་ཕུ་ལྟ་བཅན་ཟེར་ གཡུས་སློང་དེ་ནང་གི་གནས་
བདག་གཙོ་བོ་སྤེལ་ཆ་བཞག་སྟེ་ གསོལ་མཚོད་རྩ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

བླ་མ་དེ་གིས་ གཡུས་སློང་འདི་ནང་གི་ སྤང་བའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་སྤེལ་ཆ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལོ་དུས་གྱི་ཆོས་བརྩ་དང་ གསེལ་མཆོད།

ཕུ་བཙན་འདི་གསེལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ བྱི་ཉལ་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ ཟླ་མ་༡༠པའི་ཡར་ཆོས་༡༠ལུ་ ཚུན་གུ་རུའི་དུས་
བཟང་དང་འཁྲིལ་ ལོ་ལྷར་མི་དམངས་གྱི་གསེལ་མཆོད་ཟེར་རུང་ ཆོས་བརྩ་ཟེར་རུང་ ཆར་གཅིག་བཅི་སྤང་ཞུ་
དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ གཞུང་གི་ཁ་ཐོག་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ ས་གནས་དེ་
ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་གྱི་རིང་ལུ་ བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ གསེལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་
དོན་ལུ་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ གྲུང་པ་རེ་ལས་ རྒྱུ་དང་ མ་དངུལ་སོགས་(གྲངས་ཁ) བསྟར་སྤྲོད་འབད་དེ་ཆོས་བརྩ་
བཟུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། གནས་བདག་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཁང་ངམ་ ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ མོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་
འཛུལ་ཆོག་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསེལ་མཆོད་གྱི་ཕན་ཡོན་དང་ ཆད་ལྷག་གི་གནོད་པ།

བྱི་ཉལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ག་ར་གིས་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ འདི་ཁར་ཡོད་པའི་མི་ག་ར་གིས་
གསེལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་ནི་དང་ དམངས་གྱི་རིམ་གྲོ་ཡང་འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་གསེལ་མཆོད་ཚུ་
རྒྱུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལྷག་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཨིན། རང་ག་སྟེ་འགྱུ་རུང་ དཀའ་ངལ་ག་ནི་ཡང་མེད་
པར་ རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་སྟེ་འོང་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཐོགས་ཆགས་མེད་པ་
སྟེ་འབད་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལུ་ཚོགས་པ་འབད་དེ་ལོ་ལྷ་ལངས་མི་ པདྨ་རྗེ་རྗེ་ཁོ་རའི་
ཉམས་ཐུང་ཨིན་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་རྟག་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ ཆར་ཚུ་བབས་མ་བཏབ་པའི་སྐྱོན་དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་
བསྟར་རན་མ་ད་ དུས་ཚོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་དང་ ཚུ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་དམངས་དང་ སྤེར་
ལུ་གཞོད་པ་ལེ་ཤ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསེལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་
མ་འགྱུར་པའི་སྐྱོན་ཨིན་མ་སྟེ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནས་ཁང་ཚུན་སྤྱུམ་འཁོར་ལམ་ཡོད་མེད།

ལྟ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསེལ་མཆོད་ཕུལ་ས་ བྱི་ཉལ་དགོན་པ་ལུ་ ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་ཐུན་མཚམས་བཅད་
གནང་མི་ མཚམས་པ་ ཞལ་གངས་ ༣༠ ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ལས་ དགོན་པ་འདི་གི་དོན་ལུ་ དགོ་སྤོང་དང་

མཚམས་བཅད་གནང་མི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ རྒྱགས་སྐལ་བཀལ་ནི་འདོན་ལས་ ལཱ་ཁག་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ སྤྱི་མ་
 འཁོར་ལམ་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ ཟུ་བ་ཡུལ་ཏེ་ཡོད་རུང་ དགོན་པ་དེ་ དང་ཕུའི་ལྷ་ཁང་རྙིང་མ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་
 གིས་ གནས་ཉམས་པའི་ཉེན་ཁག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ལས་ སྐབས་ཅིག་ སྤྱི་མ་འཁོར་ལམ་སྟོན་མ་ཚུགས་པའི་
 བཀའ་རྒྱ་གནང་སྟེ་ ཡོད་པ་སྟེ་ཚོགས་པ་གིས་སྤྱི་བ་ཡོད་པ་ལས་ ཀང་ཐང་སྟེ་ཚུ་ཚོད་༡༥༥་སྐར་མ་༣༠ལྷག་ཙམ་
 ཅིག་འགོར་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

༩ རྡོ་རྗེ་གྲགས་པ་དང་ ཡེ་ཤེས་ལོ་རྒྱུ་

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྡོ་རྗེ་གྲགས་པ་དང་ ཡེ་ཤེས་ལོ་རྒྱུ་

ལྟ་ཁང་། སྒྲུང་ཁང་དུང་དམངས་ཀྱི་ལྟ་ཁང་།

གཡུས། སྒྲུང་ཁང་དུང་དང་ ཉལ་ས།

བསྟེན་མི། སྒྲུང་ཁང་དུང་དང་ ཉལ་སའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བར་ཆད་རྒྱུ་དན་བསལ་ཏེ་ བད་

ཡམས་འཁྲུག་ཚུད་མེད་པའི་དོན་ལུ་སྦྱབས་ཞུམ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ས་སྤོངས་ ལྟ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཏེ་ཞུ་བ་ཅིན་ ཡུལ་བཙན་རྡོ་རྗེ་གྲགས་སའི་
གཡུས་སྒྲུང་ཁང་དུང་ ལུ་ སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ ལྟ་ཁང་ལོགས་སུ་སྟེ་མིན་འདུག། བུལ་ལས་ གཡུས་ཁའི་
ཆོས་པ་ གྲུམ་པརྟ་དབང་ཕུག་ཞིང་ལུ་ བེབས་པའི་རྗེས་སུ་ ཁོ་གི་གཞི་མ་རྩུང་དེ་ དམངས་ཀྱི་ལྟ་ཁང་སྟེ་བཟོ་
ཞིན་ན་ ད་རེས་ནངས་པར་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྟ་ཁང་ དེ་འཁོར་བྱིམ་དེ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ གྲུམ་ཁོར་
ལུ་བྱ་གཞི་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ ཁོར་མ་གཤགས་པའི་གོང་ལས་ ང་ མེད་པའི་བུལ་མ་ དེ་གི་བྱིམ་
འདི་ སྒྲུང་ཁང་དུང་གི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྟ་ཁང་བཟོ་ད་སྟེ་མེད་ཅེར་ཞལ་ཆེམས་དང་འབྲམ་སྟེ་ གསུངས་
བཞག་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ སྒྲུང་ཁང་དུང་ལུ་ མི་གི་སྟེ་འཆི་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ལྟ་ཁང་ཅིག་མེད་ཐབས་
མེད་པ་ལས་ ཆོས་པ་པརྟ་དབང་ཕུག་གི་བྱིམ་དེ་ ལྟ་ཁང་བཟོ་སྟེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་དང་དགེ་
ཅུའི་ལཱ་ག་ཅི་ འབད་དགོཔ་ཐོན་རུང་འདི་ནང་འབད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ སྒྲུང་ཁང་དུང་གི་སྟེ་འག་ཆོགས་པ་གིས་
བཞད་ཡོད་པ་ཨིན།

ཡུལ་བཙན་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

ཡུལ་བཙན་དེ་ སྤོན་མ་སྐྱམ་ནག་སེང་ཟེར་མི་ཅིག་ སྐད་ཁར་དྲུང་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
སྐྱམ་དེ་གིས་སྤྱེ་ ཡུལ་བཙན་སྤྱོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲེ། དེ་ཡང་ སྐྱམ་ནག་སེང་གིས་ ཚ་ལིང་གཡུས་ཚན་
གི་ལྷ་ཁང་ཡང་སྐྱམ་ཁོར་གིས་ གདན་ས་བཟུམ་ཅིག་སྤྱེ་བཙགས་ཞིན་ན་ ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་
ཡེ་ཤེས་ལོར་བྱ་ཟེར་གཉིས་སྤྱེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ སྤྱེ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ སྤྱིས་ལྷ་
ཡུལ་ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་ ཡུལ་བཙན་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱམ་ འདི་གིས་ ཉལ་ས་དང་ སྐད་ཁར་
དྲུང་དེ་ལས་ཚ་སྤྱིང་པ་ཚུ་གི་ཡུལ་བཙན་དེ་ དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་ ཡེ་ཤེས་ལོར་བྱ་གཉིས་ ཡིན་སྐྱོར་དེ། ཕྱིན་
ཆད་ཁོང་གཉིས་ལུ་མཚན་དགོ་སྐྱོར་དེ་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་སྤྱེ་ ཚོགས་པ་གིས་གཡུས་ཁའི་ཕམ་ཆུན་ཤོས་ ཚུ་
ལས་གོ་ཡོད་པ་སྤྱེ་སྐྱབ་ཡོད་པ་ཡིན།



དོ་རྩེ་གྲགས་པ་དང་ ཡེ་ཤེས་ལོར་བྱ་

སྐྱུ་མདྲོ་གཞུག་མཚན་གྱི་ནུས་པ།

སྐྱུ་མདྲོ་གཞུག་མཚན་གྱི་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ལུ་ཡང་
ལྷེབས་རིས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མེད་པ་ལས་ ཁ་གསལ་བཀོད་མ་ཚུགས།



གསོལ་མཚན།

གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཚུལ་ག་དེ་སྟེ་རང་ཡོད་པ་སྟོ་ཟེར་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་རང་རང་སོ་སོ་གི་ཁྱིམ་ནང་ ལོ་མཚན་
དང་བསྐྱེད་གསོ་ཚུ་ བཏང་མ་ད་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དམངས་ཀྱི་སྐྱུ་རིམ་ཟེར་ དམངས་ཀྱི་རིམ་
འགོ་ལྷན་གསུམ་པའི་ཆེས་༡༠ ལུ་ སྐྱེད་ ཁར་དྲུང་གི་མི་སེར་དམངས་ལས་ མ་དངུལ་དང་ ཚུམ་ལ་སོགས་པ་
བསྐྱུ་བྱངས་འབད་དེ་ གསོལ་མཚན་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ ཡིན་པས། འདི་གི་སྐྱེད་པ་ལུ་ གསོལ་མཚན་དེ་
སྐྱེད་ཁར་དྲུང་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་སྟེ་མཚན་ཞིན་ན་ ཕྱི་རུ་གཏོར་མ་བཤགས་པ་ད་ མོ་བྲང་གི་ཙ་བར་
བཀལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ མོ་བཙན་དང་མོ་བཙན་ཟེར་ གཏོར་མ་སོ་སོ་སྟེ་བཞེངས་ཞིན་ན་བཀལ་
དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ འདི་ཁར་ཡོད་པའི་ བཀལ་ཞེན་བྲུ་དང་བྲུ་མོ་ ཞབས་ཁྲ་ཐེན་ཤེས་མི་དང་རྒྱབ་ཤེས་
མི་ཚུ་གིས་ ཞབས་ཁྲའི་ལས་རིམ་འགྲིག་སྟེ་ཞབས་ཁྲ་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཆེས་བཟུ་འདི་བཏང་ཆར་

ཞིན་མ་ལས་ རི་བསྐྱམས་ཟེར་ ཡར་རི་ཁ་ལུ་ལྷ་འབད་ནི་ལ་སོགས་པ་མི་ག་ཡང་འགྲོ་མི་ཚུ་ག་ནི་ཨིན་པས། ག་
དེ་མ་ཅིག་སྟེ་ རི་ཁ་ལུ་མི་འགྲོ་མ་ཨིན་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པ་དང་ ན་ནི་ཚ་ནི་ལ་
སོགས་པ་འབྱུང་པ་ཅིན་ ཉེན་ཁ་ག་ར་མི་དེ་ལུ་ བཀའ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་པན་གནོད།

པན་ཐོགས་མགོན་སྐུ་བས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ གཙོ་བོ་རང་གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ལོ་ཐོག་གི་དོན་ལས་ཨིན་མ་ལས་
ཟླ་མ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཅུ་བཏང་ཆར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ཡུལ་བཙན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྤུལ་ཆར་
སྟོན་འདེབས་ཚུ་རྒྱབ་ཆར་བའི་དབང་དུ་བཏང་ཏེ་ ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་འགོ་བཙུགས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

དེ་ཡང་མང་ཤོས་རང་ ལོ་ཐོག་དེ་ཚུ་བཏབ་རན་མ་ད་ དགོན་སྐུ་བས་གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ལས་
ཐོག་བསྐྱེད་ནི་ལུ་ལེགས་ཤོམ་འོང་པ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་བའི་རྟགས་མཚན་ཨིན་མ་མས། དེ་མ་
ཆད་གསོལ་མཆོད་དེ་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྤུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་ཁའི་ལོ་ཐོག་དེ་ཚུ་ཡང་ལེགས་པའི་ཁར་ ནད་
ཡམས་ཡང་ཞི་སྟེ་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་ཡང་བྱ་སྤྱབས་མ་བདེ་མ་ག་ནི་ཡང་མི་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།
ག་དེ་མ་ཅིག་སྟེ་གནས་བདག་དེ་ལུ་གསོལ་ཁ་དང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ལ་མཐུན་མ་སྤུལ་མ་བཟུམ་དང་ ཨ་རྟག་སྤུལ་
སྟོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཆད་སོང་པ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱུང་འཛུབ་དང་རྒྱ་རུད་ལ་སོགས་པའི་གནོད་
རྐྱེན་བྱུང་སྟེ་ ལོ་ཐོག་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མ་ཐོབ་པའི་ཁར་ མི་ལུ་ཡང་བར་ཆད་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདྲུག་ དེ་
འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་འདི་ཚུ་གིས་ སྟོན་མ་ལས་འབད་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པར་རྒྱན་
མ་ཆད་པར་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ད་ རྒྱ་རུད་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྐྱེན་ངན་མ་ཐོན་རུང་ རི་དྲགས་ལ་
སོགས་པ་ཐོན་ཏེ་གཡུས་ཁ་ལུ་ གནོད་པ་བསྐྱུལ་བ་ཅིན་ འ་ནི་རྐྱེན་ངན་ཚུ་ག་ར་ ཡུལ་བཙན་ལུ་གསོལ་མཆོད་
མ་སྤུལ་བའི་རྟགས་ཨིན་མ་མས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་མཆོད་ དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྒྲིང་མཁར་དུང་ ཚོགས་པ།

༡༠ སྟོང་ལ་ལྟ་བཅན་དཀར་པོ།



གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། སྟོང་ལ་ལྟ་བཅན་དཀར་པོ།

ལྟ་ཁང་།

སྒྲུང་ཤར་ལྟ་ཁང་།

གཡུས།

སྒྲུང་འཕེལ།

བསྟེན་མི།

སྒྱིར་བཏང་གཡུང་ཕྱེ་ཚོང་ཁག་དང་ ཁྱད་པར་ འབྲུམ་སྟེ་སྒྲིང་དང་ གཡུང་ཕྱེ་འཛིན་
འོག་སྒྲུང་འཕེལ་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་སྒྲིས་ལྟ་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་བཙུང་འབད་དེ་ བཅ་
ཚམ་ག་ཅི་རང་འབྱུང་རུང་ སྟོང་ལ་ལྟ་བཅན་དེ་ལུ་ མགོན་སྐྱབས་ཁུ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

མགོན་སྐྱབས།

ལྟ་བཅན་ཆེན་པོ་དེ་ལུ་ ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་རུང་མགོན་སྐྱབས་ཁུ་བའི་ཁར་ ལྟག་པར་རུ་ བཅ་ཚམ་རེ་
བྱུང་མ་ད་ དམིགས་ མསལ་གྱི་ལྟ་བཅན་ཆེན་པོ་དེ་ལུ་ སྐྱབས་དང་མགོན་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་དང་ ཨ་ལོ་
གསར་སྒྲིས་གྱི་སྐྱབས་ལུ་སྒྲིས་བཅན་སྟེ་ བསྟེན་ནི་འདི་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན་པས། དེ་ལས་ལཱ་ག་ཅི་
རང་འབད་རུང་ སྟོང་ལའི་ལྟ་བཅན་ཆེན་པོ་དེ་ལུ་ གསོལ་བ་བཏབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཡིག་ལ།

གནས་ཁང་།

གོང་ལུ་གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ འཁོད་དེ་ཡོད་པའི་གཡུས་མི་ཚུ་གི་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལོ་ གཞི་བདག་
སྟོང་ལྟ་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་ གཡལ་ཅེ་ཡུལ་མི་སྤྱི་ལུ་དབང་བའི་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བསྐྱོས་པའི་
དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་ལྟ་བཙན་ཡབ་རྒྱུ་ལ་ཅིག་མེན་པར་ ཡུམ་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལོ་འབངས་འཁོར་དང་བཙས་ཏེ་
བཞུགས་ཡོད་པའི་ལྟ་བཙན་ཅིག་ཡིན། ཡུལ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ངམ་ ལྟ་ལང་དང་ ས་གནས་གྱི་ལོ་རྒྱུས། དེ་
ཡང་ སྟོང་ལྟ་གཙོ་བོ་བསྟེན་མི་ས་གནས་སྤར་འཕེལ་གྱི་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ སྤྱོད་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་
གསོལ་མཆོད་དང་མགོན་སྐབས་ལྷ་ནི་དེ་དོན་ལས་ ལྟ་ལང་དང་ གནས་ཁང་ དེ་ལས་ མ་ནི་མཆོད་རྟེན་ལ་
སོགས་པ་གཞི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། རྒྱལ་མ་དེ་ཅིག་ཁ་ལས་ ལྟ་ལང་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ དེ་ལས་
ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ ས་གནས་གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་སྟེ་ཕྱག་འཆོལ་ས་དང་ སྐབས་བསྟེན་ས་ ལྟ་
ལང་གི་མཆོན་ཡང་སྤར་ཤར་ལྟ་ལང་ཟེར་ ལྟ་ལང་ཅིག་བཞེངས་ཏེ་འདུག། སྟོང་ལྟ་དེ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་དེ་ཚུ་
གིས་ གཡུས་ཁའི་བཙན་ཅིག་སྤྱོད་ཆ་བཞག་སྟེ་འདུག།

ནུ་པ་དང་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལོ་ཕྱག་མཆོན།

སྟོང་ལྟ་ལྟ་བཙན་དཀར་པོ་དེ་ སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལོ་དཀར་ལ་རྟ་དཀར་ལ་ཆིབས་པ་ ཕྱག་གཡལས་པ་ལུ་ ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་
བའི་ལྟ་དང་དཀར་པོ་གནས་ལུ་འཕུར་ཞིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་པོ་སྤྱོད་པའི་མདའ་གཞུ་
བསྐྱེམས་ཏེ་དཔའ་བོ་འམ་ དམག་དཔོན་གྱི་ཆས་སྤྱོད་མཆོར་སྤྱོད་དང་ལྟ་ལྟ་པའི་ན་གཞོན་གྱི་ལང་ཆོས་བརྒྱན་པ་ ན་
རྒྱུང་ཀྱན་གྱི་ཡིད་དབང་མེད་དུ་འཕྱོག་ཚུགས་པའི་ སོ་རབས་གཅིག་སྤྱོད་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྟོང་
ལའི་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་འདོད་འཛིན་འབྲུམ་བཟང་གི་བསྟོད་པ་ལས། རབ་དཀར་གཞིན་རས་
འཇུག་པའི་ཉམས། མཛེས་སྤྱོད་ལང་འཛོའི་དཔལ་ལྷོགས་པ། གཞི་བཞེད་འབར་བའི་ནུ་པ་འཕྲུལ་གྱིས། ན་
རྒྱུང་ཀྱན་ཡིད་འཕྱོག་ལ་བསྟོད། ཕྱག་གཡལས་རུ་མཆོན་གདངས་ཅམ་གྱིས། དྲུག་སོགས་དུམ་བྱར་གཅོད་བྱེད་
ཅིང་། གཡོན་པ་མཆོག་དཀར་གཞུ་མོ་ཡིས། ཉམས་པ་དམིགས་སྤྱོད་ལ་བསྟོད། ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་
ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱུ་པར་གཞིགས་འདོད་ཡོད་པ་ཅིན་ སྟོང་ལའི་ལྟ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་འདོད་འཛིན་
འབྲུམ་བཟང་། ནང་ལུ་གཞིགས་གནང་ལྟ།

དམ་བཞག།

ལྷ་བཙན་སྟོང་ལ་དེ་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
ཡང་ སྟོང་ལའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་འདོད་འཇོའི་འབྲུམ་བཟང་གི་དམ་བཞག་ལས། གྱི། སྟོན་ཆེ་
དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་སུ། །འཆི་མེད་དབང་པོའི་པད་འབྱུང་གིས། །ལྷ་འདྲེ་གཟིལ་གཞོན་བཀར་བཏགས་
ཆོ། །སྟོན་སྟོང་ཕུལ་ནས་འབངས་སུ་བཞག། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་
དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྤར་ཡང་ རྒྱལ་ལས་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་གཏུལ་བྱའི་ཁ་རྩེ་
དང་ལུང་བསྟན་དུས་ལུ་བབས་སྟེ་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ ཁྱོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལས་
ཡར་སྟེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་གཞོན་པའི་ནགས་ཕྱོགས་ལུ་དགའ་བའི་ མ་རུངས་པའི་དག་པོ་ཚུ་དམ་ལུ་བཏགས་
པའི་སྐབས་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་ བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཅེ་སྤྲས་ཡུལ་པད་མ་གླིང་མཁའ་འགོ་གསང་བའི་བྲག་ཐུག་ལུ་
བཞུགས་ཏེ་མ་རུངས་བདུད་ཚུ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་སྐབས་སྟོང་ལའི་ལྷ་བཙན་སྤར་ཡང་དམ་ལུ་ བཞག་
གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ལས། བར་དུ་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། །སྟོ་
སྟོངས་མངའ་དབང་འབྱུར་བའི་དུས། །རང་གཟུགས་དངོས་བསྟན་བཀའ་བསྟོན་ཉན། །བསྟན་པ་སྤང་བའི་བདག་
པོར་བསྟོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དམ་བཞག་གནང་སྟེ་ སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྤང་བའི་ཡུལ་བཙན་སྟེ་བསྟོས་
གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

སྟོང་ལུ་ སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་གཉིས་གཉིས་གྱི་བར་ན་ བོན་ལུགས་གྱི་གསོལ་མཆོད་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་
ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ (རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ དབུ་མཛད་བགེས་པ་ སྟོབ་དཔོན་ ཆེ་རིང་དོ་རྩེ་
གིས་) གསོལ་མཆོད་གཙོ་བོ་ཕུལ་མི་འདི་ སྤར་འཕེལ་གྱི་གཡུས་ཆན་གྱི་མི་སེར་གྲང་གངས་༡༠དེ་ཅིག་གིས་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། བོན་ལུགས་མཆོད་སྟོལ་ (ཤིང་བཏོག་སྟེ་ཤིང་གི་སྡི་རྟོག་ལུ་དར་སྟེ་ལྷ་
བཏགས།) དེ་ལས་ ར་ཆང་དང་ཆོགས་གསེར་སྐྱེམས་ཚུ་ཕུལ་བའི་ཚུལ་ཅིག་སྟེ་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
ཡིན་རུང་ ད་རིས་ནངས་པར་ དང་ཕུ་ཡོད་མི་བོན་ཆོས་གྱི་སྤྲུལ་དེ་བཤགས་ཞིན་མ་ལས་ བོན་ལུགས་གྱི་མཆོད་
སྟོལ་ཡང་ཉམས་སྦང་ལས་བརྟེན་ སྤྲུལ་དེ་གི་བརྒྱུད་པ་འཛིན་མི་མེད་ནི་འདི་གིས་ ད་རིས་ནངས་པ་འབད་བ་
ཅིན་ བཅའ་དམ་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོལ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དབུ་མཛད་བགེས་

པ་ཆེ་རིང་དོན་ཤིག་ལ། བོན་གྱི་ལུགས་སྒོལ་སྤྱོད་གསལ་ནི་འདི་ དབུ་མཛད་ཁོ་ར་གིས་ལོ་རྒྱུས་ཅམ་གོ་ཡོད་པ་མ་
གཏོགས་ མཆོད་སྒོལ་མ་མཐོང་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ གཡུས་ཁ་ལས་པར་ལོ་ཚྭ་རེ་བཏང་མ་དུ་
ལྟ་བཅན་ཆེན་པོའི་མཆོད་གཤམས་ཟེར་ མཆོད་ཁྱི་ཅིག་བསྐྱེགས་ དེ་ལས་མི་གཅིག་གིས་མཆོད་སྒོལ་ཅིག་
འདུག་ ཟེར་སློབ་དཔོན་དབུ་མཛད་བགྲམ་པ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།
སྟོང་ལའི་ལྟ་བཅན་དེ་ སྤྱིར་བཏང་ གཡལ་རྩེ་པ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གཙོ་བོ་སྟར་
འཕེལ་གྱི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ཚུ་གིས་ ལྟ་བསངས་ཅིག་ལས་བརྒྱལ་མ་བཏང་རུང་ སྟོང་ལྟ་དེ་གཙོ་བོ་བསྟན་ཞིན་
ན་འབད་དོ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་དེ་རེས་ནངས་པ་ ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་རུང་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ་འགྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་
ལམ་སྒོལ་གྱི་ འགྱུར་བ་དེ་ཤུགས་ཆེ་དྲག་སྤྱོད་མི་འགྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ལམ་སྒོལ་གྱི་འགྱུར་བ་དེ་ སྟར་སྒོལ་
བཟང་པོའི་ལམ་སྒོལ་དེ་ མར་ཉམས་ཏེ་ དངས་པ་ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དེ་ཤུགས་ཆེ་སྤྱོད་ཅིག་སྤྱོད་དར་
བྱུང་འགྱོ་བའི་བསྐྱང་ལས་ གནས་བདག་ གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུ་ཡང་ མར་ཉམས་འགྱོ་
དོ་བཟུམ་ཅིག་ཆོར་མ་མས་ ཟེར་རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་དབུ་མཛད་བགྲམ་པ་གིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
འབད་ནི་འདི་གིས་ རིགས་གསུམ་དགོན་པའི་ ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱས་
པར་སྤྱོད་ ཉམས་ཨ་རྟག་ར་གནང་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ དམིགས་གསལ་གཡུས་ཁ་ལས་པར་ གནས་བདག་
གཞི་བདག་ལུ་བཅན་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྱོ་ འབད་ནི་ཚུ་ ཨ་ཙོ་ཉམས་སྤྱོད་འགྱོད་
ཡོད་པ་ལས་ གཞུང་དང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལམ་སྒོལ་ཚུ་ ཉམས་སྤྱོད་འབད་དགོཔ་འདུག་ཟེར་ དབུ་མཛད་
བགྲམ་པ་གིས་ ཐུགས་ཀྱི་ཆ་གུང་ཡོད་ལུགས་གསུངས་མས།

གྲོས་འབུལ།

སྤྱིར་བཏང་བཟུ་ཤིས་གཡལ་རྩེ་འདི་ འབུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་མཐའ་རྒྱུར་ཅིག་ཡིན་མ་མཆོད་ སྟོང་ལྟ་འི་
ལྟ་བཅན་ཆེན་པོ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་གཙོ་བོ་ཕུལ་སའི་གཡུས་ སྟར་འཕེལ་གཡུས་ཚན་འདི་ཡིན། སྟར་འཕེལ་གྱི་
གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ དེ་རེས་ནངས་པ་ ཁྱིམ་གུང་གུངས་ཁ་༤༠ དང་ ༥༠ གི་བར་ན་ཡོད་པ་ཡིན། སྟོང་ལྟ་ལྟ་
བཅན་དཀར་པོ་ སྤྱིར་བཏང་འབུག་གི་བསྟན་པ་སྤྱིར་བའི་མངའ་བདག་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ ལྟག་པར་ཞུན་རིན་

པོ་ཆེས་ བཀ་གིས་གཡང་ཅེའི་སྤང་མ་གཙོ་བོ་ཅིག་བསྐྱོས་གནང་ནི་འདི་གིས་ སྤར་འཕེལ་ལུ་ སྤྱང་ལྷ་ལྷ་བཙན་
དཀར་པོ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ ཅིའི་དོན་ལས་ གནས་ཁང་ཅིག་ལོགས་སུ་སྤེ་ རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་ཚུགས་པ་
ཅིན་ ཡན་ཐོགས་སྤོམ་སྤེ་རང་འོང་ནི་མས་ཟེར་ ཟུ་བ་ཕུལ་ཤ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གཡང་ཅེའི་གནས་ཡིག་ཀྱན་ཡན་ལམ་སྟོན།
སྤྱང་ལའི་ལྷ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་འདོད་འཇོའི་བུམ་བཟང་།

འདི་བསྐྱུན་འབད་ས།

འབུམ་སྤེ་གླིང་ དབུ་མཛད་བགེས་པ་ ཆོ་རིང་རྩོ་རྩེ།

༡༡ མཁར་སྟེང་ རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་

གཡུས། ཁྱི་ཉལ།

ལྷ་ཁང་། འོག་མ་ནང་།

བསྟེན་མི། འོག་མ་ནང་གི་ མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མཁར་སྟེང་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་གནས་ཁང་དང་ ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལྷ་བཙན་འདོད་
ཡོན་བཟང་པོ་དང་ སོ་སོ་ག་ནི་ལོགས་སུ་སྟེ་མིན་འདུག། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་གཅིག་ར་ཡིན་མ་ལས་
ལོགས་སུ་སྟེ་བྱི་དགོཔ་མ་མཐོང་།

གནས་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

ས་གནས་འདི་གི་ གནས་བདག་མཁར་སྟེང་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོ་དེ་གི་ ཕོ་བྲང་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།
ཡིན་རུང་ ཁྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ཨ་ཙི་འོག་ལུ་སྟེ་ ལྷ་ན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ གཟི་བུ་ཆེ་བའི་ རོ་རུ་སྤྱངས་བཞག་
བཞག་པ་བཟུམ་སྟེ་ སྟོག་ཏུ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ གནས་དེ་ཁར་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ བཤད་པ་
ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་ཡང་ མི་ཚུ་གིས་ ལྷ་བཙན་ཡིན་ཟེར་ རེས་ཤེས་བསྐྱེད་དེ་ གསོལ་མཆོད་དང་
འདྲ་བར་ སྤར་སྟོལ་གྱི་ལམ་ལུགས་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ དག་ཐོག་ལས་ རང་གི་འདོད་པ་ཚུ་སྤྲོ་བ་ཐོག་གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་ འོ་མའི་ནང་ཚོགས་པ་གིས་སྤྲོ་བ་ཡིན་པས།

གནས་བདག་སྤྲེལ་སྒྲོལ་ཚུལ།

མཁར་བཙན་དེ་ གྲུམ་འཁོར་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་ ལོ་རྒྱུས་ག་གིས་ཡང་བཤད་མི་མིན་
འདུག། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ ཉེ་མ་ལས་དེ་སྤྲེལ་གསོལ་སྒོལ་འདུག་ཟེར་ བཀ་ཐོག་དེ་སྤྲེལ་བ་བཞག་ནི་རྒྱུ་མ་
ཅིག་མ་གཏོགས་ ཁ་གསལ་སྤྲེལ་ག་གིས་ཡང་མི་ཤེས་པས། ཡིན་རུང་ བཀ་ཤིས་གཡང་ཅེ་གིས་གནས་འདི་
ཚུན་གྱི་སྤྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་དམ་བཞག་གནང་བའི་ས་
གནས་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གནས་བདག་གཞི་བདག་དེ་ཚུ་ཡང་ མང་ཤོས་རང་ ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་
བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱིས་སུ་དཔལ་རི་གྲུམ་བྱང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་
གིས་བཀའ་དམ་འོག་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ མ་ཚད་གཞི་བདག་ཚུ་གི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ཚུ་ཡང་ མང་ཤོས་ཁོང་གིས་
མཇོང་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ནུམ་པ་དང་སྤྲེལ་ཕྱག་མཚན།

མཁར་བཙན་འདི་གི་ སྤྲེལ་ཕྱག་དང་ཕྱག་མཚན་ཚུ་ཡང་ བྱི་ཉལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་
ཆ་མཛོད་བསྐྱས་ཅམ་ཡོད་མི་ནང་ ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་དེ་ལག་ཏུ་མ་བྱུང་།

དམ་བཞག།

དམ་བཞག་གི་སྒྲོར་ལས་ གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྤྲེལ་ཡིན། ཁ་གསལ་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ གཞན་མཚུངས་
ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྤྲེལ་བ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་ཐད་ཁར་ སྤྱིར་བཏང་ ལྷ་བཙན་རྒྱལ་མཚན་ཆེན་པོའི་སྐུ་བས་བྲིས་
ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྲེལ་ དམངས་ཀྱི་སྤྲེལ་རིམ་སྐུ་བས་ མི་དམངས་ལས་བསྐྱུ་བྱུང་འབད་ཞིན་ན་ ཆེས་བཅུ་ཚར་ཅིག་
བཏང་དོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་མེན་པའི་གསོལ་མཆོད་དེ་ རང་སའི་ལོ་ཆོག་དང་ ཁག་ཆེ་བའི་སྐུ་བས་ནམ་རང་འབད་
རུང་ གསོལ་མཆོད་དེ་སྤྲེལ་བ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་པན་པ།

ཕན་ཐོགས་མགོན་སྐྱབས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ མཁར་བཙན་དེ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ གསོལ་བ་ག་ཅིག་བཏབ་མི་
འདི་ སྤལ་དང་མུར་དུ་སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཡང་མང་ཤོས་རང་ ལོ་ཐོག་དེ་ཚུ་བཏབ་
རན་མ་ད་ དགོན་སྐྱབས་གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གསོལ་མཆོད་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྤལ་བ་
ཅིན་ གཡུས་ཁའི་ལོ་ཐོག་དེ་ཚུ་ཡང་ལེགས་པའི་ཁར་ ནད་ཡམས་ཡང་ཞི་ཚུགས་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

ག་དམ་ཅིག་སྟེ་གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ལ་མཐུན་མ་སྤལ་ཕྱ་བཟུམ་དང་ ཨ་རྟག་སྤལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་
གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཆད་ སོང་བ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱང་འཛུབ་དང་རྒྱ་རུད་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་རྒྱུན་བྱང་དོ་
ཡོད་པ་མ་ཚད་ མི་ལུ་ཡང་བར་ཆད་བྱང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་
འདི་ཚུ་གིས་ རྒྱུན་མ་ལས་འབད་སྟོལ་ཡོད་མི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ཡ་ལང་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༥)
 རྟོན་ཕུ་པ།



གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྟོན་ཕུ་པ།

ས་གནས། རོ་ལམ་དང་ གནམ་ཐིག

ལྷ་ཁང་། བཀྲ་ཤིས་ཚེས་སྤྱིང་ལྷ་ཁང་།

བསྟན་མི།

གནམ་ཐིག་གཡུས་ཚན་དང་རོ་ལམ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྐྱེས་ལྟ་ལྟ་ཟེར་རུང་གནམ་
བདག་གཞི་ཟེར་རུང་ སྒོར་ཕུ་པ་དེ་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་སྟེ་ཡིན་དགོ་མི་འདི་
ཡང་ བགྲིས་གཡང་ཅེ་འདི་ཡོན་རིན་པོ་ ས་ཆ་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་
གཡུས་ཚན་མང་ཤོས་ནང་ལུ་ གཡུས་ཚན་རེ་ལུ་ཡུལ་བཙན་ནམ་གཞི་བདག་རེ་ ཡོན་
རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ རོ་ལམ་ ནམ་ཐིག་གི་ཡུལ་
བཙན་ཡང་དེ་སྟེ་ཡིན་མ་སྟེ་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

མགོན་སྐྱབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ སྤྱིར་བཏང་སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱད་བའི་སྤྱད་མ་སྟེ་ བཀའ་དང་དམ་
ལུ་གནས་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ དུས་ནམ་འབད་རུང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་འཆོ་སྤྱད་སྟེ་ སན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྲགས་
འབད་མི་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ མགོན་སྐྱབས་ མཛད་ཐངས་ལུ་བྱ་བ་ལམ་གོ་དང་ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་དང་བསྟུ་ནི་ དེ་
ལས་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་བསྟན་ནི་དང་ ལཱ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ མགོན་སྐྱབས་མཛད་ནི་ལུ་ གསོལ་བ་བཏབ་
པའི་རོན་ལུ་ མགོན་སྐྱབས་མཛད་དང་མཛད་ཞིན་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ གཏོར་བསྟེན་ཆོག་ལས། སྤྱིར་
སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱད་སྟེ། དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་སྤྱོད། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་སྤྱོད་ཆེ་སྤྱོད་སྟེ། མི་ནོར་འཁོར་དང་
བཙས་པ། ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་། མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་མཛོད། ཅེས་དང་ ཕུ་མདའ་བར་གསུམ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་
བདག་མཐུ་བོ་ཆེ་ནམས་གྱིས་རྟག་ཏུ་བྱ་ར་མཛད་ནས། པ་རོལ་མི་མཐུན་པའི་གདོན་བགེགས་འཁྲུགས་ཅོད་དག་
ཇག་ཆོམ་རྒྱན་བར་དུ་གཙོན་པ་ཐམས་ཅད་བསྤྱད་བ་དང་། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། མགོན་སྐྱབས་མཛད་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

གནམ་ཐིག་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་སྤྱིང་གི་ལྷ་ཁང་དེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༧ ལུ་བཞེངས་ཏེ་འདུག། དེ་ཡང་ སྟོན་མ་གཡུས་
ཚན་འདི་ནང་ ཤི་གསོན་གྱི་དགོ་ཅ་སྤྱོད་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡང་ མེད་པ་སྟེ་སྟོན་པའི་བསྐྱར་ གཡུས་
ཚན་འདི་ནང་ལས་ཡིན་མི་ མཚམས་པ་དོ་རྩེ་ནམ་རྒྱལ་གྱི་བྲགས་སྟོན་དང་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གི་ལ་རྩེ་
བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པ་ མཐུན་རྒྱུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་ཁའི་རྒན་ཤོས་དག་པ་ཅིག་གིས་

འགོ་འཁྲིད་འབད་དེ་ ལྷ་ཁང་དེ་གསར་བཞེངས་འབད་དེ་ ལོ་ངོ་^{༥༩} ལྷག་ཙམ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ད་རེས་
ནངས་པ་ ཤི་གསོན་གྱི་དགེ་ཅ་སྐབ་རུང་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གོ་འབད་དགོ་རུང་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་འབད་དོ་ཡོད་པ་
ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ ཡུལ་བཙན་སྐོར་ཕུ་པ་དེ་མཚོད་པའི་སྐབས་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ཨིནམ་ལས་ སྐོར་ཕུ་པའི་སྐྱེ་
འབྲུ་ཡང་ གསར་བཞེངས་འབད་དེ་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་གདན་འདྲེན་བྱ་སྡེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ནམ་ཐིག་དང་རོ་ལམ་གཡུས་ཚན་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ གཞི་བདག་སྐོར་ཕུ་པའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་བསྟོད་ཚིག་
ལས། སྐྱེ་མདོག་དཀར་དམར་འཛུམ་བག་ཅན། སྤྲུལ་ཁྲུགས་གོ་ཁབ་སྐྱེ་ལ་གསོལ། ཕྱག་གཡུས་རལ་གྱི་ཕྱག་
པར་བཀལ། གཞུལ་པ་དུང་དམར་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེམས། མཛེས་པའི་རྒྱུ་གྱི་ན་བཟའ་གསོལ། ལྷ་ལ་
མཁྱེགས་པའི་རྟ་དཀར་ཆིབས། གསེར་དང་གཡུ་རྒྱུ་སྤྲུལ་མོ་འཕྲུལ། སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་མ་ངེས་པར། ལྷ་
བཙན་ལྷ་བཙན་བདུད་བཙན་དང་། སྤྲུལ་བཙན་ལ་བཙན་ལ་སོགས་པར། བསྟོད་དོ་ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་
གིས། བཙོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྡེ་ ཡུལ་བཙན་སྐོར་ཕུ་དེ་ སྐྱེ་
མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་འཛུམ་མདངས་དང་ལྷན་པ་ ཕྱག་གཡུས་པ་ལུ་རལ་གྱི་དང་ཕྱག་གཞུལ་པ་ལུ་དུང་
དམར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེམས་ཏེ་ རྟ་དཀར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ཡུལ་མི་ཚུ་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ སྤོང་གོགས་མཛོད་
པའི་ལྷ་སྐལ་ཅིག་སྡེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

གཞི་བདག་སྐོར་ཕུ་པ་དེ་ གཡུས་ཁའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་སྡེ་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་མི་སྐྱེམ་དེ་
སྤོན་གྱི་དུས་ལུ་ རྩོན་པ་སྤྲའི་བཀའ་བཞིན་དམ་ལུ་གནས་ཡོད་པ་སྡེ་བསྐྱོས་ཏེ་འདུག གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས།
ཀྱི་ སྤོན་ཆེ་རྩོན་པ་སྤྲའི་སྤོན་ཕུ་རུ། ཇི་ལྟར་ཁས་སྤངས་དམ་བཅས་ཇི་བཞིན་དུ། སྐྱེ་པའི་རྗེས་འཇུག་ནལ་
འབྱོར་བདག་ཅག་གིས། རང་གསལ་དོན་གྱི་སེམས་ལ་ངོ་སྟོན་པས། གཉན་པོ་དམ་ཚིག་ཅན་གྱི་མདུན་བདར་
ནས། བསམ་སྦྱོར་གདུག་རྒྱབ་ངན་པ་ཞི་ནས་ཀྱང་། ཞག་ཕྱོགས་བདུལ་ནས་དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བ་ཡི། འཕྲིན་
ལས་གཉན་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ སྤོན་ཆེ་རྩོན་པ་སྤྲའི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་
གནས་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་ལས་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་བླ་མ་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ཇི་ལྟར་སྤོན་གྱི་ཞལ་བཞེས་

བཞིན་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་སྤང་བའི་གཞི་བདག་དང་ སྟེ་འགྲོ་སེམས་
ཅན་ཚུ་ལུ་མགོན་སྐྱབས་མཛད་མི་ཡུལ་ལྷ་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་བྱུག།

གསོལ་མཆོད།

གཞི་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ ཡ་ལང་ཆེད་འོག་གཅིག་གི་སྤྱི་འོག་མང་ཤོས་རང་
ཅོག་འཐད་པ་མཚམས་ཅིག་འདུག། དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ རང་སེའི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་གསོ་ཁ་དང་
སེར་ཁའི་བསྐྱང་གསོའི་སྐབས་ དམིགས་གསལ་གྱིས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གླུ་བཞི་པའི་
ཆོས་ ༡༠ ལུ་ལས་འགོ་བཟུང་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་འབྱུམ་ལྷག་ནི་དང་། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ནི་ལ་སོགས་པ་
གནང་ཞིན་མ་ལས་ མི་ག་ཡང་གཞི་བདག་འདི་གིས་ དབང་བའི་ཕུ་ལུ་ ལཱ་འབད་བར་དང་ཤིང་དང་སྤྱོད་ཆར་ལ་
སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་འབག་འོང་མ་ཆོག་པའི་ རི་བསྐྱམ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རི་བསྐྱམ་དེ་ག་དེ་འབད་རུང་
གླུ་བཞི་པའི་ནང་ལུ་འབད་ཚུགས་པ་སྟེ་ མ་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་བཏབ་རན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ རང་གླུ་བཞི་པའི་
གླེ་མཚུག་ལུ་ རི་བསྐྱམ་འབད་ཆར་སྟེ་འབད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། གལ་སྤྱིད་རི་བསྐྱམ་དང་ འགལ་བའི་ལཱ་རེ་
འབད་བར་འགྲོ་མ་ཨིན་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ནད་ཡམས་ཟུ་གེ་ལ་སོགས་པ་ འབྱུང་བ་ཅིན་ཟེར་ཉེས་ཆད་
བཀལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་ གནོད་པ་བཀལ་མི་སེམས་ཅན་མང་སུ་སྟེ་
ཐོན་ནི་དང་། དེ་ལས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ ཚུ་རུད་ཐོན་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལམ་
འགྲོ་ལེགས་ཤོམ་མ་འགྱུ་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་ མ་འགྱུ་བའི་སྦྱོན་ཨིན་པ་སྟེ་ བརྩི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་
ནཱ་ཆཱ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ མོ་བཏབ་ཅིས་བཏབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་སྐྱེས་ལྷ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་སྟེ་ཐོན་
དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གནོད་པ་ལེ་ཤ་ར་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་ནི་
འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གནོད་པ་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཤེས་ཏེ་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་
མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གོས་འབུལ།

སྤྱིར་བཏང་ལྟ་ཁང་དེ་ཉམས་བཅས་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་། གཞི་བདག་བཞུགས་སའི་གནས་ཁང་སོ་སོ་ཅིག་
མེད་པ་ལས་བརྟེན་ ཆེད་འོག་དང་སློལ་འཛིན་ལས་ ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་འབད་རུང་།
གནས་ཁང་འབད་རུང་ སོ་སོ་སྤྱི་རྒྱུ་ཞིའི་དོན་ལས་ མ་དངུལ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཅིག་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ བཀའ་
དྲིན་ཆེ་ནི་ཟེར་ཞུ་བ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཞིབ་འཇོལ་པ་རང་གི་བསམ་འཆར། ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་དེ་ གནས་
སྐབས་གྱི་མགོན་སྐབས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ གནས་ཁང་ ལོགས་སུ་སྤྱི་རྒྱུ་ཚུགས་པ་ཅིན་
གནས་མེད་ས་མེད་ལེགས་ཤོམ་ཡིན་མ་ལས་ གཡུས་ཁའི་གཙོ་འཛིན་གྱིས་ཞུ་བ་ཕུལ་མི་དེ་ལུ་ ཆེད་འོག་དང་
སློལ་འཛིན་ལས་ མ་དངུལ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་གནང་ཚུགས་པའི་རྒྱུ་སྤྱོད་གྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཕུལ་མ་ཡིན།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རོ་ལམ་དང་ གནས་ཐིག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།
རབ་གསལ་མེ་ལོང་། བསྟན་འཛིན་ལོ་རྒྱུས་ཚུམ་སྤྲིག།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཡ་ལང་ཆེད་འོག་གི་ཆ་པོ།
རོ་ལམ་གཙོ་འཛིན། ཡར་འཕེལ་གཙོ་འཛིན།

༡ སྤྱུག་ཉྱི་ཅུང་ཅུང་།



སྤྱུག་ཉྱི་པ་རྒྱ་ཚེས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཅུང་ཅུང་བཅན།

ལྷ་ཁང་། སྤྱུག་ཉྱི་པ་རྒྱ་ཚེས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

ས་གནས། སྤྱུག་ཉྱི།

བཅན་ཅུང་ཅུང་བསྐྱུས་མི་འདི་ སྤྱུག་ཉྱི་ཕྱི་འོག་གི་མི་མེར་ག་ར་གིས་སྤྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྤེ་
བསྐྱུས་དོ་ ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱུག་ཉྱི་གཡུས་ཚན་དེ་ བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་འི་རྫོང་ཁག་གི་
མཐའ་བྱར་གྱི་གཡུས་ཚན་ཅིག་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་ མོན་ཏྲ་
དབང་(ཨ་རུ་རྒྱ་རྒྱལ་པར་དྲེལ) གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཆགས་སྤེ་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་
གིས་ གཞུང་ཞབས་ལས་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ ཞབས་ཏྲིག་སྤོམ་ཅིག་ག་ནི་ཡང་སྤོད་
མ་ཚུགས་པར་འདུག་ ཡིན་ཅུང་ས་གནས་འདི་ཁའི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་དག་པ་ཅིག་
དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཉེ་མ་དང་ཕྱད་པ་ད་ ད་རེས་ཨ་ཙི་ཅིག་ཡར་རྒྱས་
འབྱུང་པའི་རྩིས་ཡིན་ཟེར་ཡིན་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱག་སྟི་གཡུས་ཚན་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཤར་ཕྱོགས་བཟ་གིས་གཡང་ཅེའི་རྫོང་ཁག་གི་གཡུས་ཚན་ མཐའ་
བྱུར་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཆོས་དང་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞབས་ཏྲུག་ཚུ་ཡང་ སྲོམ་སྟེ་མ་སྟོད་པར་
འདུག། ཨིན་རུང་ དམངས་གཙའི་གཞུང་ འགོ་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་འགོ་འཁྲིད་པ་ཚུ་གིས་
རང་སེའི་ཁས་བླངས་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་གྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ ཞབས་ཏྲུག་ཨ་ཙཱ་རེ་སྟོད་དེ་ཡོད་པ་སྟེ་ གཙུ་འཛུགས་
གྱིས་བཤད་ནི་འདུག།

གཞི་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་དོན་ལས་ སྤྱག་སྟི་ལུ་སྲོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ གཞིན་སྲོན་གྱི་
རིམ་འགོ་དང་ དཀར་ཕྱོགས་དགེ་བའི་ལུ་སྤྱབ་ནི་དོན་ལས་ལྷ་ཁང་བཟུང་རུང་ དུས་རབས་ ༡༩ པའི་ནང་ ཆོང་
ཆོང་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཞེངས་གནང་མི་ ལྷ་ཁང་རྒྱུང་ཀྱི་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འདུག།
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལུ་ ས་གནས་གཞུང་གི་ཆུ་ཕོ་གིས་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལས་མ་དདུལ་གནང་སྟེ་ ཏེ་མ་ཡོད་མི་ལྷ་
ཁང་དེ་རྒྱ་བསྐྱེད་འབད་དེ་སྲོམ་སྟེ་རྒྱབ་སྟེ་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྤྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

སྤྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་གྱི་ནམ་པ་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་
བཀོད་དེ་མེད་པའི་ཁར་ གཡུས་ཁའི་སྲུང་ཆོས་པ་ཚུ་གིས་ཡང་
ཁ་གསལ་ཅིག་མེད་པ་ལས་ ད་སྟོ་མ་བཀོད་པར་བཞག་ཡོད་པ་
ཨིན། མ་གཞི་ སྲོན་མ་ལྷ་ཁང་རྟེང་མ་གི་ནང་ལུ་ལྷེབས་རིས་སྟེ་
ཡོད་རུང་ ད་རེས་གསར་པ་གི་ལྷེབས་རིས་རྒྱབ་མ་རྒྱགས་པར་
ཡོད་པ་ལས་ སྤྱུ་པར་ཐོབ་མ་རྒྱགས་པ་ལས་ ག་ནི་ཡང་བཀོད་
མ་རྒྱགས།

དམ་བཞག།

སྤྱག་སྟི་རུང་རུང་གི་བཙན་དེ་ སྲོན་མ་དུས་རབས་ ༡༩ པའི་
སྐར་ཆ་ལུ་བྱོན་མི་ཆོང་ཆོང་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ལུལ་ལྷ་སྟེ་



བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྤྱག་སྟི་གཙུག་ལྷན་ (པདྨ་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་) ཆོང་ཆོང་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་རང་ (ཞབས་པལ་སློབ་མེ) ཉིས་གསེས་ཟེར་བའི་ས་གནས་འདི་ཁར་སྟོད་པ་དྲ་ སྤྱག་སྟི་གཞུག་ཆོན་འདི་ནང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སོ་སོ་ཅིག་དགོ་པའི་བྱ་གསུམ་བཞེད་གནང་སྟེ་ བྲམ་ཁོ་རའི་དག་སྒྲུང་ལུ་སྟེ་ཕར་གྱི་ལོགས་ལུ་ཡོད་པའི་ བྲག་རི་དེ་ལུ་གཟིགས་ཞིན་ན་ རུང་རུང་གི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་དེ་ཡང་བཅུམས་སྟེ་ སྤྱག་སྟི་གི་གཞུག་མི་ཚུ་ ལུ་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འོ་སྟོད་དང་བཅས་པ་སྟེ་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་སྟེ་སྤྱིར་བཏང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྟེ་ ཡུལ་མི་ཚུ་གིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དགོ་པ་སྟེ་བཀའ་གནང་སྟེ་ཡོད་རུང་ རུང་རུང་བཙན་དེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་ བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། བྲམ་ཁོ་རང་གིས་མཛད་གནང་མི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ འབད་རུང་ སྤྱིར་བཏང་ས་གནས་གྱི་ཆེ་བསྟོད་དང་ དངོས་གྲུབ་ལུ་བའི་ཆོག་དང་ མགོན་སྐྱབས་མཛད་དགོ་པའི་ ཆོག་དོན་ཅམ་ལས་ དམ་བཞག་གི་ཆོག་ལོགས་སུ་སྟེ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མིན་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

གཞི་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཚུ་གིས་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཚུ་གི་ཁྱད་པར་སྟོན་ མ་དང་ཕྱད་པ་དྲ་ ད་རེས་ནངས་པ་གོང་འཕེལ་འགྱུ་སྟེ་འདུག། དེ་ཡང་ གཙུག་ལྷན་གྱིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་ བ་ཅིན་ སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ གཞུག་ཁ་ལུ་ནད་ཡམས་ལ་སོགས་ པ་ཞི་ནིའི་དོན་ལུ་ རང་རྒྱུ་པའི་ཆོས་^{༥༠} ལུ་ དམངས་གྱི་རིམ་གྱོ་རྒྱས་པར་གནང་སྟེ་ ས་གནས་གྱི་ལ་དེ་ཁར་ མི་ག་ཡང་འགྱུ་མ་ཆོག་པ་སྟེ་ རི་བསྐྱམ་། ལ་བསྐྱམ་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཟུམ་སྟེ་ སྤྱིར་བཏང་དམངས་གྱི་ རིམ་གྱོ་ གཏོར་མ་འབྱུམ་བཏང་ནི་དང་ གཏོར་འཆམ་མེ་ལྷ་གཏོར་རྒྱུག། ཆོས་སྐྱོར་བསྐྱོར་ནི། ཡར་ངོ་མར་ངོ་འེ་ ཆོས་བཅུ་ཚུ་དུས་ཨ་རྟག་ར་འབད་སྟོལ་ཡོད་མི་ཚུ་འབད་བཞིན་པ་ཡོད་པ་སྟེ་ གཞུག་ཁའི་ཆོས་པ་ཚུ་གིས་བཤད་ པའི་ཁར་ ཞིབ་འཆོལ་པ་ བསྟན་འཛིན་ཞོར་བྱ་གིས་ ཚུམ་སྤྱིག་འབད་ཡོད་པའི་ ཡ་ལང་ཆེད་འོག་གི་སྐྱོར་ ལས་ རབ་གསལ་མེ་ལོང་ནང་ལུ་ཡང་འཁོད་དེ་འདུག།

གསོལ་མཆོད་མ་སྤུལ་བའི་གཞོན་པ།

རུང་རུང་བཙན་དེ་ལུ་གཞུག་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་གསོལ་མཆོད་མ་སྤུལ་བར་ དེ་སྟེ་བཞག་ནི་རང་མེད་ཟེར་ཡིན་པས། ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ ཨ་རྟག་རང་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་མཆོད་དེ་ མ་སྤུལ་བ་ཕྱིས་སོང་རུང་ བཤམ་ཆམ་རེ་

འབྱུང་ དེ་ལས་བྱ་བ་ལས་འགོ་ ལེགས་ཤོམ་འགྲོ་མ་བརྟུབ་པ་ཅིན་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་
ལེགས་ཤོམ་མ་ཕུལ་བའི་དོགས་པ་ཆགས་དོ་ ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་
རིམ་གྲོ་ག་ཅི་འབད་རུང་ གཞི་བདག་བཙན་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་སྤེལ་ནཱ་ཤོས་ཚུ་གིས་བཤད་ནི་
འདུག།

གྲོས་འབྲུལ།

སྤྱག་སྟི་གཡུས་ཚན་དེ་ སྤོན་དང་ཕུ་དང་ཕུད་པ་ད་ ཡར་རྒྱས་འགྲོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གཡུས་ཚན་དེ་ཁར་
སྤྱུམ་འཁོར་ལམ་མ་སྟོད་པ་ལས་བརྟེན་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་མི་དང་སྤྱུམ་ཆོས་པ་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གཡུས་
ཁ་ལུ་སྟོད་མ་བརྟུབ་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ལས་ མི་ཚུ་གཡུས་ཁར་སྟོད་མ་བརྟུབ་པ་ཅིན་ རང་གི་ལམ་སྟོལ་
བདག་འཛིན་འབད་མི་མེད་པར་ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ གཞོད་པ་སྤོམ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྤྱག་སྟི་
གཡུས་ཚན་དེ་ རྒྱ་འབྲུག་གི་ས་མཚམས་ཁར་འབད་ནི་འདི་གིས་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལས་སྤྲུལ་ ག་དེ་བྲག་བྲག་
གནང་སྟེ་ མི་ཚུ་རང་གི་གཡུས་ཁར་སྟོད་ཐབས་ཅིག་ ཆོས་སྟེ་གི་ཁ་ཐོག་ལས་འབད་རུང་ སྟིད་གྱི་ཁ་ཐུག་ལས་
འབད་རུང་མཛོད་གནང་ དགོ་པའི་ལུ་བ་འབད་མ་ཨིན་པས།

ཞིབ་འཆོལ་པའི་བསམ་འཆར།

སྤྱག་སྟི་གི་མི་དམངས་ཀྱིས་ལུ་བ་འབད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྤྱག་སྟི་གཡུས་ཚན་དེ་ འཇིག་རྟེན་སོ་ནམས་གྱི་ལཱ་ལུ་
བརྟེན་ འཆོ་བ་སྦྱང་སྟེ་ སྟོད་མི་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ གོང་ལུ་ལུ་བ་འབད་མི་འདི་ལུ་རྒྱབ་སྦྱོར་ཡོད་པའི་ཁར་
གཡུས་ཁ་ལུ་བཟུབ་པ་ཅིན་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱུམ་ཆོས་པ་ཡང་ རྩང་སྤྱ་ཅིག་ལས་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ དེ་ཚུ་
ལས་བརྟེན་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱབ་སྦྱོར་གནང་དགོ་པའི་རྒྱབ་སྦྱོར་ཕུལ་མ་ཨིན།

ཀྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

རབ་གསལ་མེ་ལོང་། ཚུམ་སྒྲིག་པ་ བསྟན་འཛིན་ཞོར་བྱ།

ཚོང་ཚོང་སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་མཛད་པའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྟག་སྟེ་གཙོ་འཛིན་པ་རྣམས་འཕེལ།

ཡ་ལང་ཀཔོ། ཚོས་སྤང་དབང་འདུས།

༣ གསེར་ཕུ།



ཡ་ལང་རྟེན་འོག་ འབྲོ་མ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། གསེར་ཕུ།

ས་གནས། འབྲོ་མ།

ལྷ་ཁང་། ལྷ་མའི་ལྷ་ཁང་།

བསྟན་མི། འབྲོ་མ་གཡུས་ཚན་དང་ རོ་ལམ་ ནམ་ཐིག། གཡུས་ཚན་ཚུ་ཡུལ་ལྷ་སྐྱེས་བཙན་

མང་ཤོས་རང་གཅིག་མཆམས་ཅིག་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

ཁ་སྐོམ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ལོགས་སུ་སྤྱི་མིན་འདུག གཡུས་ཚན་ཚུ་གི་ཡུལ་ལྷ་སྐྱེས་བཙན་ མང་
ཤོས་རང་གཅིག་མཚམས་ཅིག་ཡོད་པ་སྤྱི་བཤད་ནི་འདུག། ཁ་སྐོམ་ལུ་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ཟེར་རུང་ སྐྱེས་བཙན་གྱི་
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཨིན་ཟེར་ཕ་ཙམ་ཅིག་མ་གཏོགས་ ལོ་རྒྱུས་ ཁུངས་དང་དགོས་པ་བཤད་མི་ཅིག་ག་ཡང་མིན་
འདུག། དཔེ་ཆ་ནང་ལས་འབད་རུང་ སྐྱེས་བུ་སྐྱུ་ཙན་ཟེར་མང་ཤོས་ཅིག་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གསེར་ཕུ་
བཙན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ ཆོག་གཅིག་ཙམ་མ་གཏོགས་ཐོན་ནི་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདྲི་གིས་ གསེར་ཕུའི་
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ སྐྱེས་བུ་སྐྱུ་བཙན་གྱི་སྐྱོར་ལས་ཐོན་ཡོད་པ་ལས་
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་བཟུམ་གནང་མི་གི་སྐྱོར་ལས་ཁ་གསལ་མིན་འདུག། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ཡུལ་ཅིག་
དགེ་བཅུ་ཚང་བ་ཡི། འདྲོད་རྒྱའི་ཡུལ་ནི་ཁ་སྐོམ་ཡུལ། བྱུགས་བཞིར་དཔལ་འབྱོར་འདུ་བའི་ས། རྟེ་འབྲའི་
གནས་མཆོག་ཉམས་རེ་དགའ། སྤྱི་བཙན་མེས་པོ་གསེར་ཕུ་བཞུགས། མདའ་ན་གནས་མཆོག་བྱང་འཕགས་
ཀྱི། གཏེར་བདག་གནས་སྤང་མ་ལུས་བཞུགས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ གསེར་ཕུ་ཟེར་ ཕུ་དང་མདའ་ཟེར་
བཙི་བའི་ ཕུ་དེ་གི་མིང་ལུ་ཕུ་གསེར་ཕུ་ཟེར་ཞུ་མི་འདྲི་ཨིན་མ་སྤྱི་བཤད་ནི་འདུག། ཕུ་དང་མདའ་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བའི་
ཕུ་དེ་ལུ་བཙན་སྤྱི་བཟུང་ཞིན་ན་ བསྟོད་ཆོག་བཟུམས་གནང་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་ཆོར་ཡི། དེ་ལས་ བར་ན་སྐྱུ་
བཙན་ཡོད་པ་སྤྱི་བཤད་དེ་འདུག། དེ་ཡང་ བར་ན་སྐྱེས་བུ་སྐྱུ་བཙན་བྱོད། སྐྱུ་མདོག་དཀར་ལ་འོད་ཟེར་
འཕྲོ། བྱུག་གཡས་མདུང་དམར་བ་དན་ཐོགས། རྟུ་ལ་དར་ཐོད་དཀར་པོ་བཅིངས། སྐྱུ་ལ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་
བརྒྱན། ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སེར་ཕུའི་བཙན་དེ་ སྐྱུ་བཙན་ཨིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག།
ཨིན་རུང་ གཡུས་ཁའི་ཆོས་པ་རྩུ་གིས་འདྲི་གི་སྐྱོར་ལས་ དེས་ཤེས་བསྐྱེད་རྒྱུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཤད་
ནི་མེད་པའི་ཁར་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཟེར་རུང་ སྐྱོར་ཕུ་པ་བཙན་དེ་ཨིན་མ་སྤྱི་བཤད་ནི་འདུག། ཨིན་རུང་ ཁོང་ལུ་
བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྱི་ ཡ་ལང་རྒྱུ་ ཆོས་སྤང་དབང་འདུས་ཀྱིས་ ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱེས་སྤྱི་བཤད་དོ་བཟུམ་
འབད་བ་ཅིན་ སེར་ཕུ་གི་སྤྱི་མཆོ་ཨིན་ཟེར་ སྤང་རུང་རྒྱ་གཅིག་ནང་ མཆོ་རྒྱུང་གྱ་གཅིག་ཡང་ཆགས་ཏེ་
ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ཕམ་རྒན་ཤོས་རྩུ་ལས་གོ་ཡོད་པ་སྤྱི་བཤད་ནི་འདུག། སྤང་རིགས་ཐོབ་མ་རྩུགས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནུས་པ།

དེ་ཡང་ བར་ན་སྐྱེས་བུ་སྐྱུ་བཙན་ཁྱོད། །སྐྱུ་མདོག་དཀར་ལ་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །ཕྱག་གཡས་མདུང་དམར་བ་དན་
ཐོགས། །དབུ་ལ་དར་ཐོད་དཀར་པོ་བཅིངས། །སྐྱུ་ལ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ཡོད་མི་དང་
འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སེར་ཕུའི་བཙན་དེ་ སྐྱུ་བཙན་ཨིནམ་བབྱམ་ཅིག་འདུག།

ཨིན་རུང་ གཡུས་ཁའི་ཆོས་པ་རྩ་གིས་འདི་གི་སྐོར་ལས་ དེས་ཤེས་བསྐྱེད་རྩྭ་གས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཤད་
ནི་མེད་པའི་ཁར་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཟེར་རུང་ སྐོར་ཕུ་བ་བཙན་དེ་ཨིནམ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། ཨིན་རུང་ གོང་ལུ་
བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བབྱམ་སྟེ་ ཡ་ལང་རྒལོ་ ཆོས་སྤང་དབང་འདུས་གྱིས་ ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱེས་སྟེ་བཤད་དོ་བབྱམ་
འབད་བ་ཅིན་ སེར་ཕུ་གི་སྤྲེའ་མཚོ་ཨིན་ཟེར་ སྤང་རུང་རྒྱ་གཅིག་ནང་ མཚོ་རྒྱ་གཅིག་ཡང་ཆགས་ཏེ་
ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ བམ་རྒན་ཤོས་རྩ་ལས་གོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། སྤར་རིགས་ཐོབ་མ་རྩྭ་གས།

དམ་བཞག་

དམ་བཞག་ཡང་ ཁ་གསལ་མེད་པ་ཨིན་རུང་ ཡུལ་ཁམས་ལུ་ཕན་པའི་ ཡུལ་ལྷ་གཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་
སྟོན་ཐོན་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྩ་གིས་ དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཚན།

ལོ་ལྷར་དུས་ཀྱི་ལོ་མཚན་རེ་བཏང་མ་ད་ རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ལུ་གསོལ་མཚན་སྤུལ་ཕྱ་ད་ མཚན་ནི་དང་ དམང་
གི་རིམ་གོ་འབད་བའི་སྐབས་གསོལ་མཚན་རྩ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྐྱེན་འབད་ས།

རོ་ལམ་གཙོ་འཛིན། ཡ་ལང་གི་རྒལོ་ཆོས་སྤང་དབང་འདུས།

༤ ཇིསི་སྤུའམ། དགེས་སྤྱ།



བསམ་གཏན་ཚེས་གླིང་ལྷ་ཁང་།



གཞི་བདག་ཇིསི་སྤུའམ་ དགེས་སྤྱ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཇིསི་སྤུའམ་ དགེས་སྤྱ།

ས་གནས། མེ་ལོང་མཁར།

ལྷ་ཁང་། བསམ་གཏན་ཚེས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

བསྐྱེན་མི། གཞི་བདག་དགེས་སྤྱ་བསྐྱེན་མི་འདི་ བྱེ་མའི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་དང་ མེ་ལོང་
མཁར་གྱི་མི་སེར་དམངས་ཡིན། གཞི་བདག་ཇིསི་སྤུའམ་དགེས་སྤྱ་དེ་ སྤྱིར་བཏང་
གཡུས་ཁའི་ཡུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་ཨ་ལོ་ གསར་སྤྱི་ཚུ་གིས་
སྤྱི་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་སྤྱོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མེ་ལོང་ཁར་གྱི་
སྤྱི་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འདི་ ལྷ་འབྱོར་པའི་ཆ་ལུགས་ཅིག་སྤྱོད་པའི་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས། མགོན་སྐབས་མཛད་ཐངས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡང་ གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ལྷ་བཙན་གྱི་
གསུམ་ཐེགས་པའི་དཔུང་དང་བཅས། །འཁོར་བཅས་མ་ལུས་འདིར་བྱོན་གདན་ལ་བཞུགས། །ཁྱེད་ལ་མཆོད་པ་
དམ་པ་འབུལ་བ་འདི། །སྤྲོད་དང་རྟ་རྟ་ལིང་གཏོར་མཆོད་འབུལ། །གཙང་མའི་གསེར་སྐྱེམས་མཆོད་པ་འདི་
བཞེས་ལ། །ཆར་རྒྱ་འབབས་ཤིང་ལོ་ཕྱགས་ལེགས་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ འགྲོ་བ་མི་དང་དྲུང་
འགྲོའི་ཆོ་སློག་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ མཐུན་སྦྲེན་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཕྱིར་མགོན་སྐབས་དང་ ཆར་རྒྱ་དཀོན་
པའི་དུས་སྤྱི་ཆར་རྒྱ་འབབ་ཅིང་ ལོ་ཕྱགས་ལེགས་པའི་མགོན་སྐབས་དང་ ལྷག་པར་ཨ་ལོ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐབས་མགོན་
དང་དཔུང་གར་སྐབས་དང་རེ་ས་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཇིས་ཕུའམ་ དེས་ཕུའམ་གསལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ མེ་ལོང་མཁར་གྱི་ལྷ་ཁང་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལུ་ གཡུས་
ཆན་འདི་ནང་ལས་ ཨིན་མི་ གཙོ་འཛིན་ཉི་མ་གིས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་དམང་གིས་
བཞེངས་ཡོད་པ་བཤད་དེ་འདུག། ཨིན་རུང་ ད་རིས་སྤར་རི་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ སྤོན་མ་ལས་ཡོད་
མི་ལྷ་ཁང་དེ་གུར་ གཞུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་ཐོག་ ཉམས་བཙུག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་གྱི་ནམ་པ་འབད་བ་ཅིན་ གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྐྱེ་མདོག་དམར་སེར་ནལ་འབྱོར་ཆས་
ཀྱིས་བརྒྱན། ། ལུས་ལ་སྒོམ་ཐག་དབུ་ལ་པད་ལྷ་གསལ། །ཕྱག་གཡལ་རྒྱ་རུ་གཡོན་པ་དེལ་བུ་གསལ། །ཞབས་
གཉིས་བརྒྱང་སྐྱེ་མཆོད་པའི་རོལ་པའི་སྐབས། །གཡལ་སུ་བཙན་ཆོད་བརྒྱེ་སྐྱེ་མདོག་དམར། །གཡོན་རུ་དུག་
བཙན་བརྒྱེ་སྐྱེ་མདོག་སྤྱག་ །རྒྱབ་རུ་གཤམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་མདའ་གཞུ་འཛིན། །མདུན་རུ་གསང་ཡུམ་མཛེས་མ་མོན་
མོའི་ཆས། །སྤྱ་ཆོགས་རྒྱན་གྱིས་ཕྱག་ཞབས་གདུ་བུ་མཛེས། །ཟེར་གསུངས་པ་ལྷར་ སྐྱེ་མདོག་དམར་སེར་གྱི་
མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་ ནལ་འབྱོར་པའི་ཆ་ལུགས་སྟེ་ ཕྱག་གཡལ་པ་ལུ་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཆོན་པའི་བདར་རྒྱ་
མ་རུ་དང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ཤེས་རབ་སྟོང་ཉིད་ཆོན་པའི་བདར་ དེལ་བུ་འཛིན་ཏེ་ འཁོར་ཡུམ་དང་བཙན་ཆོད་
བརྒྱེ་དང་བཅས་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དམ་བཞག།

གཞི་བདག་དེ་ གཡུས་ཁའི་ཚས་པ་ཚུ་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ སྐབས་ཇེ་བདུད་འཛུམས་རིན་པོ་ཆེ་
འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་ཉམས་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེ་
བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། ཡིན་རུང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་ཅིག་
འབད་བ་ཅིན་ གྲུ་མཁུམ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་དང་། རིག་འཛིན་པ་སྒྲིང་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས། བཀའ་
བསྐྱོས་དམ་ཚིག་གཉན་ལས་མ་འདའ་བར། འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་བསལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། ཁྱེད་གསུངས་
དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གྲུ་མཁུམ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་དང་། རིག་འཛིན་པ་སྒྲིང་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་
བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་འདྲེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྟེ་
བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

སྤྱིར་བཏང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རང་སའི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ སོ་ཁ་དང་སེར་ཁའི་བསྐྱང་གསའི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་
གྱིས་ གསོལ་མཆོད་སྤེལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ལྷན་གསུམ་པའི་ཆོས་^{༡༠} ལུ་དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་གནང་ཞིན་མ་
ལས་ མི་ག་ཡང་གཞི་བདག་འདི་གིས་ དབང་བའི་ཕུ་ལུ་ ལཱ་འབད་བར་དང་ ཤིང་དང་སྤུངས་ ཚར་ལ་
སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་འབག་འོང་མ་ཆོག་པའི་ རི་བསྐྱམ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གལ་སྲིད་ རི་བསྐྱམ་དང་བརྒལ་
བའི་ལཱ་རེ་འབད་བར་འགྱུར་ཡིན་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ནད་ཡམས་ ལུ་གེ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཡིན་
ལས་ཉེས་ཆད་བཀའ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་སྤེལ་བ་ཅིན་ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོད་པ་བཀའ་མི་སེམས་ཅན་མང་སུ་སྟེ་ཐོན་
ནི་ དེ་ལས་ ཆར་རྒྱུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ རྒྱ་རུད་ཐོན་ལ་སོགས་པ་སྦྱོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་
ལེགས་ཤོམ་མ་འགྲོ་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྲོ་བའི་སྦྱོན་ཡིན་མ་སྟེ་ བརྩི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཅམ་
ཆམ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ མོ་བཏབ་ཕྱིས་བཏབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་སྦྱེས་ལྷ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་མ་སྤེལ་སྟེ་ཐོན་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་སྤེལ་བ་ཅིན་ གཞོད་པ་ལེ་ཤ་རང་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་
འདི་གིས་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གཞོད་པ་ད་སྟེ་ཡོད་པ་ཤེས་སྟེ་ལྷ་ལྷ་གཞི་བདག་ལུ་གསོལ་
མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་སྤེལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

འགྱུར་བ།

གནས་བདག་གཞི་བདག་ལས་བརྟེན་པའི་འགྱུར་བ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། སྔོན་གོང་ལས་སྐྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་མཆོད་
སྟོལ་ཡོད་མི་རྩ་གིས་དེ་སྟེ་རང་ སྟོལ་མ་ཉམས་པར་གསོལ་མཆོད་རྩ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཡར་རྒྱས་ཀྱི་འགྱུར་
བ་དང་གཡུས་ཁའི་ གསོལ་ མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྟ་ཁང་ཡང་ སྔོན་མ་དང་ཕྱད་པ་ད་ལེགས་བཅས་ཀྱི་འགྱུར་བ་
འགྲོ་སྟེ་འདུག།

བླན་གསོ། ཆེ་མ་དང་མེ་ལོང་མཁར་ལུ་ མདའ་ཁུང་པ། ཟེར་མི་ཡང་གསོལ་ནི་འདུག། ལོ་རྒྱས་ག་ནི་ཡང་མིན་
འདུག། བཅན་གྱི་མཚན་དང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ མོང་སྐར་གྱི་གཞི་བདག་གམ་ བཅན་ཅིག་
ཨིན་པའི་ཆོར་སྐར་བྱང་ཡི། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལོགས་སུ་སྟེ་འབྲི་དགོང་ཅིག་མ་མཐོང་།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མེ་ལོང་མཁར་དང་ཆེ་མ་གཡུས་ཚན་གཉིས་ཀྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།
སྟོབ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་ལོར་བྱ་གིས་ ཕྱི་སྐྱིག་འབད་བའི་རབ་གསལ་མེ་ལོང་།

འདི་བསྟན་འབད་ས། མེ་ལོང་མཁར་གྱི་གཙོ་འཛིན། ཡ་ལང་ཀཔོ།

༥ མཁར་བཟའ།



ནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཆོན། མཁར་བཟའ།

ས་གནས། ཡ་ལངས།

ལྷ་ཁང་། བཟ་ཤིས་མཐོང་རྒྱ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། ཡ་ལང་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྟོན་དང་སྤྱུ་ལས་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་
 པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་ བདག་ཅིག་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གི་ མགོན་སྐྱབས་
 མཛད་མི་ལྷ་སྐལ་ཅིག་སྟེ་བཙེ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ ལྷག་པར་དུ་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་
 དང་ འོ་ཐོག་ལ་སོགས་བཏབ་རན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དགོ་པའི་
 ཡུལ་བཙན་གཙོ་ཅན་ མཁར་བཟའ་འདི་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གི་ཐད་ཁར་ རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་སྦྱིན་བདག་འཁོར་བཅས་ལ། །མཐུ་དང་རུས་པ་
མ་གཤེལ་དཔུང་གཉིས་དང་། །མཐུན་རྒྱུ་མ་ལུས་མུར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཅེས་དང་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ལ་ནད་
ཡམས་སྤྱ་གེ་དང་། །རྒྱ་སྐར་གཟའ་དང་རིམས་ནད་མ་ལུས་ནི། །བཙའ་ཐན་སད་སེར་ཇག་རྒྱན་བསྐྱེད་བ་
དང་། །བྱ་ལོ་ལོངས་སྦྱོད་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་ལྟ། །ཞེས་གསུང་པ་བཞིན་ལེགས་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུ་དང་
ནད་ཡམས་སྤྱ་གེ་ཞི་ཞིང་བྱ་ལོ་ལོངས་སྦྱོད་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

ཡ་ལང་གི་ཡུལ་བཙན་ གསོལ་མཚོད་གཙོ་བོ་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་དེ་ བཟ་ཤིས་མཐོང་རྒྱ་སྒྲིང་གི་དགོན་པ་དེ་ ག་
ནི་བ་མཛེས་ཆ་དང་ལྷན་པའི་ས་ཆ་གཅིག་གྲུ་ཆགས་ཏེ་འདུག། དེ་ཡང་ སློབ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་ལོ་རྒྱུས་ཅོམ་
སྒྲིག་འབད་ཡོད་པའི་ རབ་གསལ་མེ་ལོང་ནང་ལས། གླ་མ་དྲགས་ཀོང་གི་བརྒྱུད་འཛིན་ མཚམས་པ་སློ་གསལ་
རྒྱ་མཚོ་འམ་ སོད་ནམས་དོ་རྩེ་གིས་ མི་རབས་ཀྱི་དག་རྒྱུན་བཤད་པའི་ནང་གསལ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ ད་རེས་
ལྷ་ཁང་ཡོད་སའི་ས་གོ་དེ་ སློན་མ་སྤང་ཉམས་དག་འཁྱོད་ཏེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ འཕམ་འཕམ་རང་ ས་
གནས་འདི་ཁར་ བྱ་ཚོད་རྒྱ་འཕུར་ལོང་ཞིན་ན་ཆགས་ཏེ་སློད་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་དེ་འདུག། ལོ་རྒྱུས་འདི་
རྒྱས་པ་ རབ་གསལ་མེ་ལོང་ ཤོག་གངས་༡༡༧ ལས་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མཁར་བཟའ་འདི་གི་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གི་སྟོར་ལས་ཁ་གསལ་ཐོབ་མ་ཚུགས། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་ནང་
ལས་ཡང་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ ལོ་རྒྱུས་ལས་འབད་རུང་དེ་སླེ་ཡིན་ཟེར་ཤེས་མི་ག་ཡང་མིན་འདུག།
ཡིན་རུང་སྐྱ་གཞུགས་སླེ་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྐྱ་འབྲང་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལྷ་བ་ཅིན་ སྐྱ་མདོག་སློན་པོ་སྦྱོན་གསུམ་ཁོ་
བའི་ཉམས་དང་ལྷན་ཞིང་ཕྱག་གཤམ་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་བོ་བསྐྱལ་བའི་མཚན་བྱེད་ ཁ་རྒྱ་གི་མཁུང་དང་
གཡོན་པ་ལུ་དམ་ཉམས་བསྐྱལ་བའི་ སྤྱིང་འཛིན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཡང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྤྱོད་ཆེ་རྒྱལ་བའི་སྤྱན་སྲར་ཞལ་བཞེས་པའི། །ཐེ་བཙུན་མཁར་བཟའ་སྤྱོད་མ་ལུས་པ། །འཁོར་དུ་གཞོད་སྤྱོད་དེ་བཞག་ས་བཅས་ཀྱིས། །གསེར་སྤྱོད་མས་འདི་བཞེས་མགོན་སྤྱོད་སྤྱོད་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ མཁར་བཟའ་དེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་མི་སྤྱོད་ག་ཡིན་ན་ ཁ་གསལ་སྤྱོད་བཤད་མི་མེད་རུང་ ཡ་ལང་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཅིག་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ སྤྱོད་ཐེ་བཙུན་འཛམས་རིན་པོ་ཆེའི་དག་པའི་ཉམས་སྤངས་ལུ་སྤྱོད་ཤར་ཏེ་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་སྤྱོད་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྤྱོད་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་སྤྱོད་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་ བཤད་སྤོལ་མ་འབྲམ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ འདི་ནང་མ་བཀོད་པར་བཞག་ཡོད།

གསོལ་མཛོད།

མཁར་བཟའི་གསོལ་མཛོད་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་བླ་བ་བཞི་པའི་ནང་ལུ་ གསོལ་མཛོད་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤྱོད་ཕུལ་ཞིན་ན་ རི་བསྐྱམས་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། རི་བསྐྱམས་རྒྱབ་ཆར་ཞིན་ན་མི་སྤྱོད་ཅིག་ཡང་ མཁར་བཟའ་འདི་གིས་དབང་བའི་ལི་ཁར་འགྱུ་ མི་ཆོག་པ་ཡིན། ག་དམ་ཅིག་སྤྱོད་ལ་ཁར་འགྱུ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པའི་རྟགས་མཚན་དང་ མི་རྒྱལ་གོད་ཁ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཉེན་ཁག་ག་རང་མི་དེ་ལུ་བཀའ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ གཞན་ཡང་པད་སྤྱིང་སྤྱོད་ཆེན་དང་ཆོས་འབྱུམ་ལྷག་ནི་ དེ་ལས་ གཏོར་ལྷོག་དང་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་གནས་ཚུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་རྟོག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་ཚུ་བབས་མ་བཏབ་པའི་སྤྱོད་དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་བསྐྱུ་རན་མ་ད་ རུས་ ཆོད་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་དང་ཚུ་རུད་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་ལེ་ཤ་ཐོན་ནི་དང་ དེ་ལས་ནད་ཡམས་ལ་སོགས་པ་བྱུང་རུང་ གསོལ་མཛོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྱུ་བའི་སྤྱོད་ཡིན་མ་སྤྱོད་བཅི་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོད་དེ་ཚུ་བྱུང་པ་ཅིན་སྤྱོད་ཡང་ཡུལ་བཅན་དེ་ལུ་གསོལ་མཛོད་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཐུབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།
ཡ་ལང་ཚོགས་སློབ་བམ་ གཙོ་འཛིན་གྲམ།

ཇ ཚོང་ཚོང་མ།



སྤྱག་སྤྱི་པ་རྒྱ་ཚོས་སྤྱིང་ལྟ་ཁང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཚོང་ཚོང་མ།

ས་གནས། སྤྱག་སྤྱི།

ལྟ་ཁང་། པ་རྒྱ་ཚོས་སྤྱིང་ལྟ་ཁང་།

བསྐྱེད་མི།

སྤྱིར་བཏང་ ཚོང་ཚོང་མའི་ཡབ་འདི་ གཡང་ཅེ་སྤྱག་སྤྱི་དང་བཟླ་ཤིས་སྤྱང་ཕོངས་མེད་
 གྱི་གཡུས་ཚན་འགྲུ་ལས་མར་ཆགས་ཡོད་པ་ལས་ བཟླ་ཤིས་སྤྱང་དང་གཡང་ཅེ་ལུ་གཙོ་
 བོ་བཏོན་ཏེ་གསོལ་མཚོད་ཚུ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བྱུང་ཚད་ལས་འབད་བ་ཅིན་
 བོད་ལྟ་ས་བསམ་ཡས་དང་ རྒྱ་གར་ལས་ཡན་ཆད་ག་ར་ཚོང་ཚོང་རྒྱུལ་པོ་གིས་དབང་དོ་
 ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤེ་ ཞིབ་འཆོལ་བ་ ང་རང་རྒྱུ་སྤེ་སྤོད་པའི་སྐབས་ཀན་ཤོས་ཚུ་
 གིས་ལོ་རྒྱུས་དེ་སྤེ་བཤད་ས་གོ་ཡི། དེ་སྤེ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྤེ་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཡང་དེ་
 སྤེ་ཐོན་ནི་འདུག དེ་ཡང་ ཚོང་ཚོང་མའི་བཙན་གྱི་དཔེ་ཆ་ལས། གྱི། སྤོས་ངད་ལྷན་
 པའི་རི་བོའི་ལྟོ་འདབས་སུ། ཁྱུར་གསུམ་མཐོ་བའི་རི་རྒྱུལ་དགུང་ལ་སྤྱེགས། ། རབ་

བཟིན་སྐྱུག་ནག་འབྲུགས་པའི་ཕོ་བྲང་ནས། །ལྟ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་གཙོ་བོ་
 མཆོག་ །རྒྱ་བོད་མཆོམས་ལ་དབང་བསྐྱར་གཞི་ཡི་བདག་ །བཀའ་ཡི་སྤྱང་མ་ཆོང་ཆོང་
 བཅན་ཆོད་ཁྱོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོང་ཆོང་མའི་རི་དེ་ དབྱིབས་བྱུར་གསུམ་པ་
 མར་རྩ་བ་ལས་བལྟ་བ་ཅིན་ སྤྱི་ཏོག་གི་དབྱ་ཡར་གནམ་ཁ་ལུ་བྱུག་སྟེ་ ཡོད་པ་བཟུམ་
 སྟེ་མཇལ་ནི་དང་ ཡར་ཕོ་བྲང་གི་མགུ་ལས་མར་བལྟ་བ་ཅིན་ རྒྱ་དང་བོད་ཡང་མཐོང་
 རྒྱུགས་པའི་ རི་བོ་ཆེན་པོ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ ཆོང་ཆོང་མ་དང་དྲང་གླིང་དེ་
 ལས་ རྩོ་མོ་རེ་མ་ཏི་གསུམ་པོ་ ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ ཡུལ་ལྟ་
 གཞི་བདག་ཅིག་སྟེ་བརྩི་སྟེ་ བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།

མགོན་སྐྱབས།

མགོན་སྐྱབས་མཛད་ཐངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡང་ གཏོར་བསྟོལ་ས། བདག་ཅག་དཔོན་སྟོབ་སྟོབ་པའི་བདག་པོ་ མི་
 རྣམས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ ཀྱུ་རེ་ཀྱལ་ཀྱུ་དང་རྩ་དང་ཕྱག་དོག་མ་མཛད་པར་ ཆོས་དང་མཐུན་པའི་སྟོང་
 གོགས་དམ་པ་མཛད་དུ་གསོལ། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ མི་རྣམས་འཁོར་དང་བཅས་པ་གར་ལུ་ འགལ་རྒྱུན་
 བར་ཆད་ལས་སྤྱང་བའི་མགོན་སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ཁྱེད་ལ་མཆོད་པ་དམ་
 པ་འབྲུལ་བ་འདི། །སྤྱོད་དང་རྩ་རྩ་ལིང་གཏོར་མཆོད་འབྲུལ། །གཙང་མའི་གསེར་སྤྱོད་མས་མཆོད་པ་འདི་བཞེས་
 ལ། །ཆར་རྩ་འབབ་ཅིང་ལོ་ཕྱགས་ལེགས་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞེན་ འགྲོ་བ་མི་དང་དྲུད་འགྲེའི་ཆེ་
 སྟོག་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ མཐུན་རྒྱུན་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཕྱིར་མགོན་སྐྱབས་དང་ ཆར་རྩ་དཀོན་པའི་དུས་
 སུ་ ཆར་རྩ་འབབ་ཅིང་ ལོ་ཕྱགས་ལེགས་པའི་མགོན་སྐྱབས་དང་ ལྷག་པར་ ཨ་ལོ་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་
 མགོན་སྐྱབས་དང་རེ་ས་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བཅན་ཆོད་ཆེན་པོ་ཆོང་ཆོང་མ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་ལྟ་ཁང་ཟེར་རུང་ སྤྱོད་མ་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་
 སྤུལ་ས་དེ་ དུས་རབས་ ༡༩ པའི་ནང་ ཆོང་ཆོང་སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཞེངས་གནང་མི་ ལྟ་ཁང་རྒྱུད་ཀྱི་
 ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འདུག། ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༢༠ ལུ་ ས་གནས་གཞུང་གི་ཁྲོམ་ཆོས་སྤྱང་

དབང་འདུས་ཀྱིས་ གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལས་མ་དངུལ་གནང་སྟེ་ ཉེ་མ་ཡོད་མི་ལྟ་ཁང་དེ་རྒྱ་བསྐྱེད་འབད་དེ་སྤོམ་
སྟེ་རྒྱབ་སྟེ་འདུག།



ཆོང་ཆོང་མའི་ཕོ་བྲང་།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཐད་ཁར་ སྐྱ་གྲི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་ནང་ལས་ ཁ་གསལ་ཏྲོག་ཏྲོ་སྟེ་ཐོན་ནི་མེད་པ་
ཡིན་རུང་ ཆོས་སྤྱང་ཡོངས་རྫོགས་ཆོང་ཆོང་མའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས། དམར་ནག་མེ་དཔུང་འཁྲུག་པའི་ཞལ། སྤྱ་
མཁའ་གསལ་གོ་ཁབ་སྐྱ་ལ་གསོལ། ཕྱག་གཡས་རལ་གྱི་ཁྲད་ལ་བསྐྱོར། གཤམ་པ་རུ་མཚོན་ཕྱག་པར་
བཀལ། རབ་བཀྲའི་རྒྱན་དང་ན་བཟའ་གསོལ། ལྷུང་ལ་མགྱོགས་པའི་རྟ་དམར་ཆིབས། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་
གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱ་མདོག་དམར་ནག་ཁོ་བའི་ཞལ་ལ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་རལ་གྱི་དང་ཕྱག་གཤམ་པ་ལུ་རུ་
མཚོན་ཕྱག་པ་ལུ་བཀལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ གནམ་མེད་ས་མེད་བཀྲག་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཆ་དང་ན་བཟའ་གསོལ་
ཏེ་ ལྷུང་ལ་མགྱོགས་པའི་རྟ་དམར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁད་དཔེ་ཆ་ལས། གསང་བའི་བདག་པོ་པདྨ་ཀ་ར་དང་། །སྒྲུབ་པའི་རྗེས་འཇུག་དཔོན་སྤུས་ལ་སོགས་
པས། །རང་གསལ་དོན་གྱིས་སེམས་ལ་ངོ་སྤྲོད་ཅིང་། །དམ་ཚིག་གཉན་པོའི་མཆོད་སྤྱོད་མཛུགས་བདར་
ནས། །གཞི་དང་གནས་ཀྱི་སྤྱང་མར་ཁྱོད་བཀོད་ན། །གདུག་རྩུབ་དན་པའི་བསམ་སྦྱོར་ཞི་ནས་ཀྱང་། །དཀར་
ཕྱོགས་སྦྱོངས་དང་ནག་ཕྱོགས་འདུལ་བ་ཡིས། །ཕྱིན་ལས་གཉན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུབ་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་དོ་
བཟུམ་སྟེ་ གཞི་བདག་དེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པའི་ཚུལ་དག་རྒྱུན་ལུ་དེ་སྟེ་ཨིན་ཟེར་བཤད་སྟོལ་མིན་
འདུག། ཨིན་རུང་ གསོལ་ཁད་དཔེ་ཆ་གཞུང་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་ཨོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་
བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པའི་ཤུལ་མ་ དེ་གི་རྗེས་འཇུག་རྒྱ་གིས་ སྤར་ཡང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས་
ཟེར་ཅུ་ནི། གསོལ་ཁད་གཏོར་བསྟེན་ཆོག་ལས། སྟོབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ལ་སོགས་པ་ གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱད་
པའི་བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འདའ་བར། ཟེར་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གཙོ་བོ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་
ཨིན་པའི་ཁར་ སྤྱུག་སྟེ་གི་ཆོང་ཆོང་མ་དང་རུང་རུང་གི་གསོལ་ཁད་དཔེ་ཆ་ལས་ ཀྱན་མཁུན་གྲོང་ཆེན་རབ་
འབྱམས་དང་། །རིག་འཛིན་པདྨ་གླིང་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས། །བཀའ་བསྒྲོས་དམ་ཚིག་གཉན་ལ་མ་འདའ་
བར། །འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་བསལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཀྱན་མཁུན་
གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་དང་ རིག་འཛིན་པདྨ་གླིང་པ་སོགས་ཀྱིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ སྤྱིར་ སངས་
རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ རྩེ་བྲག་ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲིའི་སྟེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྟེ་ བསྐྱེས་གནང་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་
ཨིན།

གསོལ་མཆོད།

སྤྱིར་བཏང་ གསོལ་མཆོད་རྒྱ་རང་སའི་བྱིས་ནང་ལུ་ གསོལ་ཁ་དང་སའི་བསྐྱང་གསའི་སྐབས་དམིགས་
གསལ་གྱིས་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ལྷན་ ༣པའི་ཆོས་ ༡༠ ལུ་ མང་གི་རིམ་འགོ་གནང་
ཞིན་མ་ལས་ མི་ག་ཡང་གཞི་བདག་འདི་གིས་ དབང་བའི་སྤུ་ལུ་ལྷ་འབད་བར་དང་ ཤིང་དང་སྤྱ་ཚར་ལ་སོགས་
པ་ག་ནི་ཡང་འབག་འོང་མ་ཆོག་པའི་རི་བསྐྱམ་འབད་དོ་ ཡོད་པ་ཨིན། གལ་སྲིད་ རི་བསྐྱམས་དང་འགལ་བའི་
ལྷ་རེ་འབད་བར་འགྱུར་ཨིན་མ་ཤེས་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ནད་ཡམས་ སྤྱ་གེ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་པ་ཅིན་ཟེར་
ཉེས་ཆད་བཀའ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་གནོད་པ།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་ གནོད་པ་བཀལ་མི་སེམས་ཅན་མང་སུ་སྤེ་
ཐོན་ནི་ དེ་ལས་ ཆར་ཕུས་སུ་མི་འབབ་ཅིང་ ཕུ་རུད་ཐོན་ལ་སོགས་པ་སྐྱོན་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལས་འགོ་
ལེགས་ཤོམ་མ་འགྱུ་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་འགྱུ་བའི་སྐྱོན་ཡིན་མ་སྤེ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རྩ་ཚཱ་
རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ མོ་བཏབ་ཅིས་བཏབ་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་སྤྱིས་ལྟ་ལྟ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་ཕྱ་སྤེ་ཐོན་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གནོད་པ་ལེ་ག་རང་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིས་ལྟ་ལྟ་ལུ་ལཱ་འཁུལ་ཁའི་དཔེ་ཆ། ཆོང་ཆོང་མའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།
རབ་གསལ་མེ་ལོང་། སྒོ་བ་དཔོན་ བསྟན་འཛིན་ཞོར་བྱས་ཅོམ་སྤྱིག།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤྱི་གཉིས་གཙོ་འཛིན།

ཡ་ལང་རྒྱལོ།

ལྷ་མང་བཙན། ལུ་ཡངས།



གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལུ་ཡངས་ལྷ་བཙན་མདའ་དབང་ཆེན་པོ།

ས་གནས། ལུ་ཡངས་།

རྣལ་འབྱེད་། ལུ་ཡངས་རྒྱུ་ལོ་ཅན་ རྣལ་འབྱེད་།

བསྐྱེད་མི། ལུ་ཡངས་གཡུ་མཚན་དང་རམ་སྐྱེད་གཡུ་མཚན་གྱི་ཡང་ མདའ་དབང་བཙན་བསྐྱེད་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན། མདའ་དབང་བཙན་དེ་ལོ་རྒྱུ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ རྒྱུ་བས་ཐེ་བདུད་
འཛེམས་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། ཡིན་རུང་
ཆོས་པ་ལ་ལུ་གིས་ ཞིང་གཤེགས་སྒྲུ་ཀུན་བཟང་དབང་འདུས་ཀྱིས་ཉམས་སྒྲུང་ལུ་
གཟིགས་པ་ཡིན་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། གང་ལྟར་ཡང་ སྒྲུ་གཤེགས་ བསྐྱེད་གནད་
རུང་ གཡུ་ལ་ཁད་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་རྣམས་ཀྱིས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཡང་ མ་ཆད་པར་སྐུལ་
དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

མགོན་སྐྱབས་མཛད་ཐངས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ སྤྱིར་བཏང་ སྤང་མ་གར་པན་པའི་གོགས་མཛད་ནི་ཅིག་མ་གཏོགས་
དེ་ལས་ གཞན་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་རང་གཞུང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན། རིན་ཆེན་
གསེར་སྐྱེམས་འདི་བཞེས་བར་ཆད་སྤངས། །མི་ནོར་ཕུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་བར་མཛོད། །ཅེས་དང་ནད་
ལྷག་འབྲུགས་ཅོད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་། །ཆར་ཚུ་དུས་འབེབས་ལོ་ཕུགས་ཏྟག་ཏུ་ལེགས། །གསེར་སྐྱེམས་འདི་
བཞེས་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི། །མཐུན་རྒྱུན་བསམ་
དོན་ཆོས་བཞིན་གྲུབ་པ་ཡི། །མགོན་སྐྱབས་སྤངས་གོགས་མ་གཡེལ་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས། །ཡིད་ལ་ཅི་འདོད་ལྷུང་དུ་
འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ ཐུགས་དགེས་པའི་བསངས་དང་གསེར་སྐྱེམས་གཏོར་མ་ལ་སོགས་
པ་ཕུལ་བ་ལས་བརྟེན་ མི་ནོར་ཕུགས་གསུམ་སྤང་བའི་མགོན་སྐྱབས་དང་ ནད་ཡམས་སྤྱུ་གེ་ཞི་ཞིང་ཆར་ཚུ་དུས་
སྤྱུ་འབབ་ཏེ་ ལོ་ཕུགས་ཏྟག་ཏུ་ལེགས་ཏེ་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་སྟེ་ ཡིད་ལ་ཅི་བསམ་པའི་དོན་
ཐམས་ཅད་བགོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་རྒྱུགས་པའི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁད།

སྤྱིན་མ་འབད་བ་ཅིན་ གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་མེད་པ་ཨིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་༢༠༠༧ལུ་ མདོ་གསུམ་ཆོང་
པ་ ཨམ་བསོད་ ནམས་རྒྱལ་མོ་གིས་ས་ཆ་ཕུལ་ཕྱ་བཞིན་དུ་ མདོ་གསུམ་སྤྱིན་བདག་དོ་རྩེ་དབང་འདུས་བཟའ་
ཆང་རྒྱ་གིས་ འགོ་འདྲེན་ཐོག་ མི་སེར་དམངས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་སྟེ་ ཡ་ལང་རྒྱེད་འོག་གི་གནས་ཀྱི་ཁ་གསལ་ རབ་
གསལ་མེ་ལང་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་འདུག། ལྷ་ཁང་དེ་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་ ཞི་གསོན་གྱི་རིམ་འགོ་ག་ཅི་འབད་ནི་
ཡོད་རུང་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་འབད་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གསོལ་མཆོད་ཡང་བདེ་ཏྲག་ཏྲ་སྟེ་མཆོད་ནི་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་
ནི་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཆོན་གྱི་ནམ་པ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་རྒྱལ་ཅམ་ལས་ ཁ་གསལ་
ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ ལྷེབས་རིས་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་སྤྱི་པར་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཁུ་བ་ཅིན་ སྤྱི་

མདོག་དམར་ལ་ཞལ་གདངས་ཤིང་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ཐབས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་གཞུ་མོ་འཛིན་ཅིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་
ལུ་ཤེས་རབ་མཚན་པའི་བདར་མདའ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་འདྲེན་ཅིང་ དམག་དཔོན་ཆ་ལུགས་སྡེ་
བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཡང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། རིམ་སྤངས་སྤྲོངས་འཁྲིག་པའི་སྤང་འདབས་
སྟ། སྡོན་ཆེ་བསྐྱའི་སྤྱན་སྤར་དམ་མཉོས་པའི། བཀའི་སྤང་མ་མདའ་དབང་བཅན་ཚོད་ཆེ། ཅུ་བརྒྱད་སྤྲོང་སྤྱར་
གསེར་སྐྱམས་ཕུད་ཀྱིས་མཚོད། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ སྡོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆའི་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་
གནས་ཤིང་ སྤར་ཡང་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཤིང་ བསྟན་
འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་སྐྱེ་ཆེ་སྤངས། མི་ནོར་ཕུགས་གསུམ་མཐའ་དག་སྤང་བའི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་
པའི་ ལྷ་བཅན་མདའ་དབང་བཅན་ཟེར་བྱ་ནི་འདུག།

གསོལ་མཚོད།

གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ཚུལ་ལུ་ ཡ་ལང་ཆེད་འོག་གི་སྤྱི་འོག་ག་རའི་ནང་ལུ་ དུས་ཚོད་དང་གསོལ་ཁ་ཕུལ་ཚུལ་
དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་ཚུ་ཅོག་འཐད་པ་མཚམས་ཅིག་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལོགས་སུ་ཁ་གསལ་ཏེ་བྱི་
དགོས་ཅིག་མ་ཐོང་། ཡིན་རུང་ མདོར་བསྐྱམས་ཅམ་ཅིག་ཞུ་བ་ཅིན་ ཆོས་འབུམ་ལྷག་ནི་དང་ སྤྱང་གནས་སྤང་
ནི། དེ་ལས་ ལྷ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཆོས་བརྒྱ་བཏང་ནི་དང་ བཛྲ་གུ་རུ་བཟུངས་ནི་ དམངས་ཀྱི་རིམ་
གྲོ་ཚུ་ག་ར་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ རི་བསྐྱམ་ཟེར་རི་ཁ་ལུ་ལཱ་འབད་བར་འབྱོ་མི་ཚོག་ཡིན་པས།
གསོལ་མཚོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་གཞོད་པའི་ཐད་ཁར་འབད་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་འཛིག་རྟེན་གཏམ་དཔེ་ལས་ ལྷ་
འདྲེ་མི་གསུམ་སྤྱོད་ལམ་ཅིག། ཟེར་སྤྱབ་དོ་བཟུམ་སྡེ་ ང་བཅས་རང་མི་ལུ་འབད་རུང་ ལེགས་ཤོམ་མ་འབད་བ་
ཅིན་སེམས་མི་དགའ་ནི་དང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བ་ཅིན་ སེམས་དགའ་སྟེ་གསོལ་རས་གནང་དོ་བཟུམ་སྡེ་
སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཚུ་ལུ་ཡང་དེ་སྡེ་རང་ཡིན་ཟེར་བྱ་ནི། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་ཕུལ་མཐུན་སྡེ་
ཕུལ་བ་ཅིན་ དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་ནི་དང་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ བ་ནི་ཆ་ནི་དང་ལོ་
ཕུགས་མ་ལེགས་པའི་རྟགས་མཚན་ཚུ་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཐུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མདའ་དབང་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

རབ་གསལ་མེ་ལོང་། ཡ་ལང་གི་གནས་དང་ལྷ་ཁང་གི་ངོ་སྤྲོད། བསྟན་འཛིན་ལོ་རྒྱུ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཡ་ལང་གཙུག་ལྷན་པུ་ལོ་རྒྱུ།

ཡ་ལང་གཙུག་ལྷན་པུ་ལོ་རྒྱུ།

སྤྲོད་དཔེན་བསྟན་འཛིན་ལོ་རྒྱུ།

༡ སྒྲེན་ཕྱ།



གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། སྒྲེན་ཕྱ།

ས་གནས། ཡར་འཕེལ།

ལྷ་ཁང་། བཀྲ་ཤིས་མཐོང་རྒྱ་གླིང་དགོན་པ།

བསྐྱེན་མི། ཡ་ལངས་གཡུས་ཚན་དང་ ཡར་འཕེལ་སྤྱི་འོག་མི་སེར་ག་ར་གིས་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་
བདག་དང་ སྐྱེས་བཙན་ སྐྱབས་དང་མགོན་མཛད་མི་ཅིག་སྟེ་ གཙོ་བོ་བཏོན་ཏེ་
བསྐྱེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྤྱོན་དང་ཕུ་ལས་མཆོད་སྟོན་ཡོད་པའི་ཡུལ་ བཙན་
ཅིག་འབད་ཡིན་རུང་ འདི་གི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་སྟེ་ཤེས་མི་ག་ཡང་མིན་
འདུག ཡིན་རུང་ ཨ་ཙོ་རེ་ཤེས་མི་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་འོག་ལས་
བཀོད་དེ་ཡོད།

མགོན་སྐྱབས།

མགོན་སྐྱབས་ མཛད་ཐངས་ལུ་བྱ་བ་ལམ་འགོ་དང་ ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་དང་བསྐྱུ་ནི་ དེ་ལས་ ཡལ་གསར་སྐྱེས་
བསྐྱེན་ནི་དང་ལུ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ མགོན་སྐྱབས་མཛད་ནི་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ངོ་ལུ་ མགོན་སྐྱབས་
མཛད་དང་མཛད་ཞིན་པ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ གཏོར་བསྡེའི་ཆོག་ལས། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་
སྤྱངས། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་སྦྱངས། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་སྐྱ་ཆེ་སྤྱངས། མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ། ཉིན་གྱི་བྱ་ར་
དང་། མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་མཛོད། ཅེས་དང་ སྤུ་མདའ་བར་གསུམ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་
ཀྱིས་རྟག་རྒྱ་བྱ་ར་མཛད་ནས། བ་རོལ་མི་མཐུན་པའི་གཏོན་བགེགས་འབྲུགས་ཚུད་དབང་ལྷོ་ཆོམ་རྒྱན་བར་དུ་
གཙུག་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུང་བ་དང་། ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། མགོན་སྐྱབས་མཛད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།



གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱེན་ཕུ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྐྱ་མདོག་སྐྱུག་ནག་རྩ་མཚོག་ངང་དཀར་ཆིབས། །ང་རྒྱལ་རལ་གྱི་ཕྱག་དོག་
དུག་སྐྱུལ་ འཛིན། སྐྱེན་ཕུ་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་མཚན་ཡང་གསོལ། །གཡས་སུ་སྐྱས་མཚོག་སྐྱ་མདོག་སྡེ་
དམར་དང་། །གཡོན་དུ་ཡུམ་མཚོག་སྐྱ་མདོག་སྡེ་མཐིང་མ། །མདུན་རྒྱབ་ཐམས་ཅད་ལྷུ་བདུད་བཙན་སྐྱ་
ཆོགས། །ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན་ སྐྱེན་ཕུ་གི་བཙན་དེ་ སྐྱ་མདོག་སྐྱུག་ནག་སྡེ་ ཆིབས་རྩ་ལུ་ཆིབས་རྩ་ཡོད་པའི་

ཁར་ ཕྱག་མཚན་དྲག་སྒྲུལ་འཛིན་ཏེ་ཁོ་རའི་མཚན་ཡང་ དག་འདུན་ཚོས་ འཕེལ་ཟེར་གསོལ་ཏེ་ འཁོར་ཡུམ་
སྤུང་དང་བཅས་ཏེ་ ལྷ་བདུད་བཙན་བདུད་རྩེ་ཡང་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞགས་ཚུལ་ཡང་། སྔོན་ཆོ་ཀུན་བཟང་སྒྲུང་མཐའ་འོད་མགོན་དང་། འཛིན་པ་ད་འབྱུང་
པ་ད་གླིང་དཔལ་འབྱུག་པ། བཀའ་བསྐྱོད་མ་ཆོག་གཉན་ལས་མ་འདའ་བར། བཙེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་གཉན་པོ་
བསྐྱུང་བར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ ལྷ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་སྐབས་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་ཅིག་འབད་བ་
ཅིན་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བཞིན་དམ་ལུ་གནས་པའི་ གཏེར་བདག་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

གཞི་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་གསོལ་མཆོད་དེ་ཡང་ རང་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་ཆོགས་འཁོར་བསྐྱོར་ནི་དང་ རང་ལྷ་
དྲག་པའི་ནང་ལུ་ ཆོས་འབྱུང་ལྷག་ནི་དེ་ལས་ ཆོས་ལྷག་ཚར་ཞིན་ན་ མཇུག་ལུ་སྔོན་དང་ཕྱ་ལས་ཐོན་སྔོལ་ཡོད་
པའི་གཏེར་འཆམ་དང་བཅས་ མཇུག་བསྐྱུལ་ཡིན་རུང་ སྤྱིར་བཏང་ལོ་ཕྱུགས་ལེགས་ཤིང་ནད་ཡམས་ཞི་ཐབས་
ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྐྱུང་གནས་ཡང་གནད་སྔོལ་ ཡོད་པ་ཡིན་མ། རང་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་ལུ་ གནས་བདག་དེ་ལུ་
གསོལ་མཆོད་དང་ཆོགས་འཁོར་རྩེ་ཕུལ་ཞིན་ན་ རང་ལྷ་བཞི་པ་དང་དགུ་པ་རྩེ་ན་ མི་ག་ཡང་ གནས་བདག་
གཞི་བདག་གིས་དབང་བའི་ཕུ་ལུ་འབྱོར་མ་ཆོགས་པ་སྤྲེལ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་དེ་ཡང་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྱི་སྐབས་ དེ་སྤྲེལ་ཕུལ་ནི་དང་རང་རང་སོ་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ ལོ་མཆོད་
དང་རིམ་གྱི་སྐབས་ དམིགས་གསལ་གྱི་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཆོད་དང་ཆོགས་འཁོར་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཕྱོགས་ལཱ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ལྷ་ཁང་དང་དགོན་
སྡེ་དེ་ནང་ གནས་ཁང་སོ་སོ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ མོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཇུལ་ཆོག་པ་ཡིན།

རང་བཅས་རང་མི་ལུ་འབད་རུང་ ལེགས་ཤོམ་མ་འབད་བ་ཅིན་ སེམས་མི་དགའ་ནི་དང་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བ་
ཅིན་ སེམས་དགའ་སྟེ་ གསོལ་རས་གནད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་རྩེ་ལུ་ཡང་དེ་སྟེ་རང་ཡིན་ཟེར་ཞུ་ནི།
དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་མཆོད་རྩེ་ རྩེ་མཐུན་སྤྲེལ་བ་ཅིན་ དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནད་ནི་དང་

གསལ་མཆོད་ཚུ་མ་སྤལ་བ་ཅིན་ ན་ནི་ཚ་ནི་དང་ལོ་ཕྱགས་ མ་ལེགས་པའི་རྟགས་མཆན་ངན་པ་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།
གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྐྱུན་འབད་ས།
གཙོ་འཛིན་ དཀོན་མཆོག་ཨོཅ་བྲ།

རམ་སྐྱར་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ ལྷོང་ལ། ལྷོན་ལ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དགེ་བསྟན་ལྷོང་ལ།

ས་གནས། རམ་སྐྱར།

ལྷ་ཁང་། དགོན་པ།

བསྟན་མི། རམ་སྐྱར་རྟེན་འོག་གི་མི་མེར་ག་ར་གིས་དགེ་བསྟན་ལྷོང་ལ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས། གསོལ་མཚན་སྤུལ་མི་བརྟེན་ རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ལྷ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཅི་བསམ་པའི་དོན་གྲུབ་པའི་ཁར་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་ཡིན་པ་ཅིན་ དེས་པར་དུ་ཁོ་ལུ་བསྟན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཚན་བརྟུན་མ་ཆད་པར་རང་སྤུལ་བ་ཅིན་ བཟ་ཚམ་ཚུ་ཡང་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་མ་ཆད་ ཡུལ་བཅན་དེ་ལུ་ བསྟན་པའི་མི་ས་ཚུ་གས་གཞན་ཁར་ལས་པར་ འགྱུ་སྟེ་ཡོད་རུང་ བཟ་ཚམ་རེ་བྱང་མོ་བཏབ་ ཅིས་བཏབ་རེ་འབདམ་ད་ ཡུལ་བཅན་གསོལ་དགོ་པ་སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཡིན་ཅིག་མེན་ཅིག་རམ་སྐྱར་གྱི་གཡུས་ སྒྲིའི་ནང་ལུ་འོང་དགོ་པ་མེད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ ཁོ་ལུ་སྟོན་འདེབས་ཅིག་རྒྱབས་ ཁོ་རའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ དེ་ལྟག་ རུས་ཡུན་མ་རིང་པར་ སྤུལ་མགྱོགས་རང་དག་ཚུ་གས་པའི་རུས་ཡོད་པ་སྟེ་ ཚོས་སྟེ་གི་དོར་སྟོབ་ཀྱིས་ གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དགེ་བསྟན་ལྷོང་ལ་གི་སྐྱོར་ལས་ ལོ་རྒྱས་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། རམ་སྐྱར་གྱི་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ མི་ཁྲངས་ཚུ་ རྩལ་མ་དེ་ཅིག་ཁར་ལས་ཆགས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལོ་ངོ་ལུ་བརྒྱ་དེ་ཅིག་གི་ཏེ་མ་ རམ་སྐྱར་གྱི་ གཡུས་ཚན་དེ་ འབྲེག་པ་དང་མོན་པ་འམ་ རྣམས་པ་ཟེར་ འཚོ་བ་ལ་ཁོར་ལུ་བརྟེན་ཏེ་སྟོན་མི་ མི་ཁྲངས་ཚུ་ ཆགས་ཏེ་སྟོན་རུག་ཟེར་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཡུས་ཁའི་རྒྱ་མོ་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་དེ་སྤེལ་བའི་ལོ་
རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ རམ་སྦྱར་པ་ཚུ་གིས་སྦྱོར་ལྟ་ཡུལ་
ལྟ་སྤྱོད་བསྟན་མི་ཉོངས་མཁར་ བཅན་ཟེར་མི་འདི་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ སྦྱོར་ཕྱག་སྒྲོར་རའི་
གནས་བདག་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་ཡང་ སྦྱོར་ཁ་དེ་རང་ཡིན་པས། གསེར་སྦྱོར་དཔེ་ཆ་ལས། མཚོ་ནག་མེ་
རྒྱང་འབྲུགས་པའི་གྲོང་དཀྱིལ་ནས། །དམ་ཉམས་གཤེད་མའི་སྦྱོར་ཁ་ཉི་པ་ཙ། །ཟེར་གསུངས་པ་བཞེན་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྤེ་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་སྒྲམ་འདི་གིས་བཞག་ཅུག་
ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ རམ་སྦྱར་གྱི་དོ་མེས་ལྟོ་དཔོན་གྱིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་
བ་ཅིན་ རམ་སྦྱར་རིན་པོ་ཆེ་ཟེར་མཁས་གྲུབ་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་སྒྲམ་ཅིག་སྤོང་ཡོད་མི་འདི་གིས་ རམ་སྦྱར་གྱི་
གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཚུ་ཡང་ ཁོ་གི་སྐབས་ལུ་བཅམ་གནང་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཡུལ་
བཅན་དེ་ སྒྲམ་དེ་གིས་དམ་བཞག་མཛད་ཅུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་
སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་སྐབས་བཤད་དོ་བཟུམ་སྤེ་ཡིན། སྦྱོར་ཕྱག་བསྒྲོར་རའི་གནས་བདག་དེ་ཡིན་པའི་པོ་ཆེ་
གིས་བཀའ་བསྒྲོ་བཞེན་ཡིན་མཁས་ རམ་སྦྱར་ལུ་མཚན་སྤོང་ཡོད་མི་ཡང་ སྦྱོར་ཕྱག་སྒྲོར་རའི་གནས་བདག་
ཡིན་སྤེ་མཁུན་དགོཔ་འདུག།

གསོལ་མཚན།

གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཚུལ་ མི་མེར་དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་འདི་ སྦྱིར་བཏང་ ཆོས་སྦྱང་ག་ཅི་རང་བཏང་རུང་ ཡུལ་
བཅན་གྱི་སྐབས་གྲངས་ཁ་ག་དེ་མང་མང་བསགས་དགོ་མི་འདི་ ཐོ་ལྟ་དང་དྲུང་ཕྱི་བཅན་ཅིག་འཐད་པ་ཡིན་
པས། དེ་ལས་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་དོན་ལུ་ མི་མེར་དམངས་ལས་བསྐྱེད་འབད་དེ་གནང་ནི་དང་ རང་རང་སོ་
སོ་གིས་ ཆོགས་དང་དཀར་མེ་ཚུ་ཡང་ག་དེ་མང་མང་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཚན་གྱི་སྐབས་ དམིགས་
བསལ་ ག་ཅི་འབད་ནི་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཟེར་བ་ཅིན་ མདའ་ཚད་ཅམ་འབད་མི་ དར་ཤིང་བདུན་འཕུར་ནི་དང་ དེ་
དང་གཅིག་ཁར་ ཁ་ཤ་སྒྲུ་ལྟ་འཕུར་དགོཔ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ བསངས་དང་གསེར་སྦྱོར་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་

ཆའི་ནང་ལས་ཐོན་མི་འདོན་པ་ཚུ་འདོན་ཞིན་ན་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མ་ད་
མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་ག་འབད་རུང་ གཤམ་གཏོགས་འབད་མཆོག་པ་མེད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མོ་མོ་དབྱེ་
བ་མེད་པ་སྤྱིར་བཏང་གཤམ་ཁར་གཏོགས་ཆོག་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཆད་པ་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གི་ནམ་ཚམས་ག་དེ་སྤྱིར་བཏང་རུང་ ཡུལ་བཙན་གྱི་སྤྱིན་ཡིན་པ་ཅིན་
གུངས་ཤུག་རྒྱབ་ནི་དང་ མགུ་རྟོན་ནི་དང་ ཀླང་ཆོགས་ལག་ཆོགས་ན་ནི་ཚུ་བྱང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་
སྤྱིར་བཏང་ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་འགྱུ་མི་བདུབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། འོ་ཐོག་མི་
ལེགས་ནི་དང་ ཆར་ཚུ་དུས་སྤུ་མ་བབས་པར་ ལྷས་ངན་པ་ཚུ་བྱང་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་
འདི་གིས་ གཞོད་པ་དེ་ཚུ་མི་འབྱུང་ནི་གི་དོན་ལུ་ མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གསོལ་མཆོད་དེ་ མ་ཆད་པར་ཨ་
རྟག་རང་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ངན་གསོ།

སློམ་ཕུག་སློར་རའི་གནས་པོ་ སྟོན་ཁ་དང་ གཅིག་ཡིན་པའི་ཚོར་སྣང་། རྒྱ་མཚན་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་གཅིག་
ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ མིང་བྱར་ཉམས་སྟེ་ སྟོང་ཁ་བཟེན་སྤྱབ་ནི་འདུག། པར་རིས་མེད། གཤམ་སྤྱིང་མཇུག་དགོ་
པ་ཅིན་ སློམ་ཕུག་སློར་རའི་གནས་པོ་གི་སྤྱི་འདྲ་མཇུག་བ་ཅིན་བདུབ་སྟེ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟོན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཆོས་སྤེའི་དོར་སློབ་བསམ་གཏན་དབང་ཕུག།

༡ རྩང་སྤྱ་ཨ་མ།



རམ་སྦྱར་རྩང་སྤྱ་ཨ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་ལྟ་ཁང་།

གནད་དོན་བརྩམས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། རྩང་སྤྱ།

ས་གནས། རམ་སྦྱར།

ལྟ་ཁང་། དགོན་པ།

བསྟན་མི། རམ་སྦྱར་རྒྱུ་ལོག་གི་མི་སེར་ག་ར་གྱིས་རྩང་སྤེའི་ཡུལ་བཙན་འདི་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

མགོན་སྦྱབས།

གསལ་མཆོད་སྤུལ་མི་བརྟན་ རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ལྷ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཅི་
བསམ་པའི་དོན་གྱུ་བའི་ཁར་ ཨ་ལོ་གསར་སྦྱེས་ཡིན་པ་ཅིན་ རེས་པར་དུ་ཁོ་ལུ་
བསྟན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསལ་མཆོད་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་རང་སྤུལ་བ་ཅིན་ བཟ་
ཆམ་ཚུ་ཡང་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་མ་ཆད་ ཡུལ་བཙན་དེ་ལུ་བསྟན་པའི་མི་

ས་ཚོགས་གཞན་ཁར་ལས་པར་ འགྱུ་སྟེ་ཡོད་རུང་ ཅུ་ཆུ་རེ་བྱུང་མོ་བཏབ་ཅིས་
 བཏབ་རེ་འབདམ་ད་ ཡུལ་བཙན་གསོལ་དགོཔ་ སྟེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ར་
 རམ་སྦྱར་གྱི་གཡུས་སྒྲིའི་ནང་ལུ་འོང་དགོཔ་མེད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ ཁོ་ལུ་སྟོན་
 འདེབས་ཅིག་རྒྱབས་ ཁོ་རའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དེ་ལྟག་ དེ་ལས་ ར་ཡུད་དང་ ཆང་
 ཡུད་གཙང་མ་རྩ་གསེར་སྦྱེམས་སྟེ་ སྟོན་ཉིང་སངས་ཡོད་མི་ནང་བཀའ་སྟེ་ གསོལ་
 ཁའི་དཔེ་ཆ་དེ་ལྟག་ དེ་ལས་ དར་ཤིང་བདུན་འབད་མི་འཕྱར་འབད་བ་ཅིན་ ཅུས་
 ཡུན་མ་རིང་པར་ སྤལ་མགྱོགས་རང་དག་རྩ་གསེར་ཡོད་པ་སྟེ་ རོར་སྟོབ་ཀྱིས་
 གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དུང་ཕུའི་བཙན་གྱི་སྟོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་ཤིང་
 རྒྱས་པ་སྟེ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་བཙན་
 དོན་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་པ་ཅིན་ དུང་ཕུ་ཟེར་བའི་
 བཙན་དེ་ དགོ་སྟོང་ཅིག་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།
 དེ་འབདམ་ད་ ཡུལ་བཙན་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་
 པའི་དོའི་བཞུགས་ཁྲི་ཅིག་འདུག། འདི་ལུ་མི་རྩ་
 གིས་དུང་ཕུ་ཨ་མའི་བཞུགས་ཁྲི་ཟེར་ མའི་མིང་
 བཏོན་ཏེ་སྟེབ་སྟོལ་འདུག། འདི་གི་སྟོར་ལས་
 ཁུངས་ཡང་དག་བཀའ་མི་ཅིག་ག་ཡང་ཕུད་མ་
 རྩུགས།



དུང་ཕུ་ཨ་མའི་བཞུགས་ཁྲི།

ནུ་མ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནུ་མ་པ་དེ་ ཅུང་ཕུ་བཙན་དེ་ཁོ་རའི་སྐྱེ་མདོག་ནུ་མ་པ་འབད་བ་ཅིན་ དགེ་སློང་གི་ནུ་མ་པ་
ཅིག་སྟེ་ཡོད་པ་ ཡིན་ཟེར་ རམ་སྐྱུར་གྱི་ཚོས་སྤེའི་རྩོམ་དཔོན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྟོན་མ་
རམ་སྐྱུར་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ རྩོམ་སྟོན་ཁོ་རང་ རམ་སྐྱུར་སྐྱེ་མའི་དངོས་སྟོན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་
གིས་ སྐྱེ་མའི་ཞལ་ལས་བརྒྱད་དེ་གོ་ཡི་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཅུང་ཕུ་བཙན་དེ་
འདུལ་བ་འཛིན་པའི་ཚོས་གོས་བཞེས་ཏེ་དགེ་སློང་གི་ནུ་མ་པ་ཅིག་སྟེ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་མདུང་དམར་དང་ ཕྱག་
ཡོན་པ་ལུ་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཤིང་ ཆིབས་ཏེ་དམར་པོ་ལུ་ ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།



བུང་ཕུ་ཨ་མའི་བཀའ་དམ་མཆོད་རྟེན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་སྒྲམ་འདི་གིས་བཞག་ཐུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་
ལས་འབད་རུང་ སྤྱིར་བཏང་བརྒྱད་བསྐྱལ་ཙམ་མ་གཏོགས་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ རམ་སྤྱར་གྱི་དོ་ཚུལ་
དཔོན་གྱིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ རམ་སྤྱར་རིན་པོ་ཆེ་ཟེར་མི་གིས་ རམ་སྤྱར་གྱི་གནས་བདག་གཞི་

བདག་གི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཚུ་ཡང་ ཁོ་གི་སྐབས་ལུ་བཙམས་གནང་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཡུལ་བཙན་དེ་ སྐམ་
 དེ་གིས་དམ་བཞག་མཛད་ཅུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས།



དུང་ཕུ་ཨ་མ་ལུ་མར་ཆང་ཕུལ་བའི་ཁོ།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་ མི་སེར་དམངས་ཀྱི་རིམ་འགོ་འདི་ རང་ཁྱེད་ཀྱི་པའི་ཆོས་, ལུ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།
 སྤྱིར་བཏང་ཆོས་སྲུང་ག་ཅི་རང་བཏང་རུང་ ཡུལ་བཙན་གྱི་སྐབས་གྲངས་ཁ་ག་དེ་མང་མང་བསགས་དོ་ཡོད་པ་

ཡིན། དེ་ལས་ རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ མི་སེར་དམངས་ལས་བསྐྱེད་འབད་དེ་གནང་ནི་དང་ རང་རང་སོ་སོ་གིས་
ཚོགས་དང་དཀར་མེ་ཚུ་ཡང་ ག་དེ་མང་མང་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཆོད་ཀྱི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་
དྲུང་ཕུ་བཙན་ལུ་ ཆང་ཕུད་གཙང་མ་ལོགས་སུ་སྤེལ་ནི་དང་ དེ་ལས་ ཇུ་ཕུད་གཙང་མ་ དེ་དང་གཅིག་ཁར་
མདའ་ཚད་ཙམ་འབད་མི་དར་ཤིང་བདུན་འཕྱར་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ བསངས་དང་གསེར་སྒྲིམས་
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་ནང་ལས་ཐོན་མི་འདོན་པ་ཚུ་འདོན་ཞིན་ན་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་
མཆོད་སྤུལ་ཕ་ད་ མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་ག་འབད་རུང་གལ་གཏོགས་ འབད་ཚོགས་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་བཟུམ་དང་ གསོལ་ཁ་མ་སྤུལ་ཕ་བཟུམ་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གི་ནམ་ཚམ་ག་དེ་སྤེ་
བྱུང་རུང་ ཡུལ་བཙན་གྱི་སྒྲོན་ཡིན་པ་ཅིན་ མགྱུ་ཉོན་ནི་དང་ ཀླང་ཆོགས་ལག་ཆོགས་ན་ནི་ དེ་ལས་མགྱུ་ཡི་
འཁོར་ནི་ཚུ་ བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ ལོ་ཐོག་མི་ལོགས་ནི་དང་ ཆར་ཚུ་དྲུས་སུ་མ་འབབས་པར་
ལྷས་ངན་པ་ཚུ་བྱུང་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཀྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

དྲུང་ཕུའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

རམ་སྐྱར་ཆོས་སྤེའི་དོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་བསམ་གཏན་དབང་ཕུག་

༡ ལྷ་བ་ལབ་ཙ་ མེས་མེས་པོ་ལྷ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ལྷ་བ་ལབ་ཙ་ མེས་མེས་པོ་ལྷ།

ས་གནས། རམ་སྐྱར།

ལྷ་ཁང་། དགོན་པ།

བསྐྱེན་མི། རམ་སྐྱར་ཆེད་འོག་གི་མི་མེར་ག་ར་གིས་ལྷ་བ་ལབ་ཙ་འི་མེས་མེས་པོ་ལྷ་དེ་ཡུལ་བཙན་
སྤེ་བསྐྱེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

གསོལ་མཚན་ཕུལ་མི་ལས་བརྟེན་ རང་གི་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་ལྷ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་ ཅི་བསམ་པའི་དོན་གྲུབ་
པའི་ཁར་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་ཡིན་པ་ཅིན་ དེས་པར་དུ་ཁོ་ལུ་བསྐྱེན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཚན་རྒྱུ་མ་
ཆད་པར་རང་ཕུལ་བ་ཅིན་ བཟ་ཚམ་ཚུ་ཡང་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་མ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ ཡུལ་བཙན་དེ་ལུ་བསྐྱེན་
པའི་མི་ ས་ཕྱོགས་གཞན་ཁར་ལས་པར་ འགྱུ་སྤྱོད་རུང་ བཟ་ཚམ་རེ་བྱུང་མོ་བཟུ་ཕྱིས་བཟུ་བེ་འབད་མ་
ད་ ཡུལ་བཙན་གསོལ་དགོ་པ་སྤེ་ཐོན་པ་ཅིན་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ར་ རམ་སྐྱར་གྱི་གཡུས་སྤྱིའི་ནང་ལུ་འོང་དགོ་པ་
མེད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ ཁོ་ལུ་སྤྱོན་འདེབས་ཅིག་རྒྱབ་ ཁོ་རའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དེ་ལྷ་ག་ ཏུ་ཡུན་མ་རིང་
པར་ཕུལ་མགོགས་རང་ དྲག་ཚུ་གས་པའི་ལུས་ཡོད་པ་སྤེ་ ཆས་སྤེའི་དོར་སྤོབ་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་བ་ལབ་ཙ་ མེས་མེས་པོ་ལྷ་གི་སྤོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་སྤོན་
མ་ རམ་སྐྱར་སྐྱེས་གིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་ཅིན་ ལྷ་བ་ལབ་ཙ་ཟེར་མི་བཙན་དེ་ ད་ལྟོ་ཡོད་མི་རམ་སྐྱར་
པ་ཚུ་གི་ཡུལ་བཙན་མེན་པར་ འབྲོག་པ་འམ་ འབྲོག་པ་ཚུ་གི་ ཡུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་ཟེར་བཤད་ཡོད་པའི་ལོ་
རྒྱུས་འདུག། དེ་ཡང་ རམ་སྐྱར་གྱི་ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་མི་ཁྱུངས་ཚུ་ རུལ་མ་དེ་ཅིག་ཁར་ལས་ཆགས་ཡོད་པ་མ་

མཉེགས་ ལོང་ལྷ་བརྒྱུད་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ རམ་སྤྱར་གྱི་གཡུས་ཚན་དེ་ འབྲོག་པ་ཟེར་ འཚོ་བ་ལ་ནོར་ལུ་བརྟེན་
ཏེ་སྤོང་མི་ མི་ཁྲུངས་ཚུ་ཆགས་ཏེ་བསྐྱད་ཡི་ཟེར་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལུང་བ་ལ་བ་ཅུ་མེས་མེས་པོ་ལྟ་དེ་ སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྤོ་
ནག་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། ཕྱག་ན་མཚོན་ཆ་སྐྱ་ཚོགས་བསྐྱམས། ཁྱེར་གསུངས་པ་ལྟར་ སྐྱ་མདོག་སྤོ་
ནག་སྤེལ་ཡོད་པའི་ར་ ཕྱག་ལུ་དམ་ཉམས་དག་པོ་བསྐྱལ་ཞིང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་ མཚོན་ཆ་
ནམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་སྤེལ་འཛིན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བླམ་འདི་གིས་བཞག་ཅུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས།
སྤོན་ཆེ་བླའི་སྤྱན་ལྷ་རྒྱ། ཁྲི་ལྟར་ཁས་བླངས་དམ་བཅས་བཞིན། ཁྱེར་གསུངས་ཡོད་པའི་དཔེ་ཆ་དང་འབྲེལ་བ་
ཅིན་ སྤོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྤེལ་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཚན།

ཟླ་གངས་བཞིན་ཆེས་ ༣༠ ལུངས་ གནམ་སྐང་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དགོདོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ མི་སེར་
དམངས་ཀྱི་རིམ་འགོ་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ ཆོས་སྤྱང་ག་ཅི་རང་བཏང་རུང་ ཡུལ་བཅོན་གྱི་སྐྱབས་གུངས་ཁ་ག་དེ་
མང་མང་གསག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྱི་དོན་ལུ་ མི་སེར་དམངས་ལས་བསྐྱུ་བྱུང་འབད་དེ་
གནང་ནི་དང་ རང་རང་སོ་སོ་གིས་ ཆོགས་དང་དཀར་མེ་ཚུ་ཡང་ག་དེ་མང་མང་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བསྐྱུ་
བྱུངས་འབད་ཚུལ་དེ་ཡང་ སྤྱི་འོག་ལྷཔོ་ ཟླ་རིམ་བཞིན་སྐྱོར་བྱུང་འབད་དེ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
གསོལ་མཚན་གྱི་སྐྱབས་ དམིགས་བསལ་ ག་ཅི་འབད་ནི་ཡོད་པ་སྤོ་ཟེར་བ་ཅིན་ ཕོ་གོས་དང་མོ་གོས་ཚུ་དཔུང་
ཞིན་ན་ དཔའ་རྟགས་དང་དེ་ལས་ འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཅ་ཆས་ མང་རབས་ཅིག་བསྐྱལ་སྤོལ་ཡོད་པ་
ཡིན་པས། དེ་ལས་ བསངས་དང་གསེར་སྤྱུམས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་ནང་ལས་ཐོན་མི་འདོན་པ་ཚུ་འདོན་ཞིན་
ན་ གསོལ་མཚན་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་མཚན་ཕུལ་མ་ད་ མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་ག་འབད་རུང་ གལ་

གཏོགས་འབད་མ་ཆོག་པ་མེད་པ་ཨིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མོ་མོ་དབྱེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ སྤྱིར་བཏང་གྲལ་ཁར་
གཏོགས་ཆོག་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད་ཆད་སོང་པ་བཟུམ་དང་ གསོལ་ཁ་མ་ཕུལ་མ་བཟུམ་ཨིན་པ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གི་ནཱ་ཆཱ་ག་དེ་སྟེ་
བྱང་རུང་ ཡུལ་བཅན་གྱི་སྦྱོན་ཨིན་པ་ཅིན་ གཟུགས་ཁར་སྤྲོ་ཐོན་ནི་དང་ མགུ་རྟོན་ནི་དང་ ཀང་ཆོགས་ལག་
ཆོགས་ན་ནི་ དེ་ལས་མགུ་ཡི་འཁོར་ནི་ཚུ་བྱང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ལས་ན་སྤྱིར་བཏང་ལཱ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ བྱ་
བ་ལམ་འགོ་ལེགས་སྟེ་འགྱུ་མི་བདུབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སོ་ནམ་ཞིང་ལས་ལུ་བསྟེན་མི་གཡུས་སྟོ་ཅིག་འབད་མ་
ལས་ ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ ཆར་ཚུ་དུས་སུ་མ་འབབས་པར་ ལྷས་ངན་པ་ཚུ་བྱང་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁ་འདི་དབེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཆོས་སྒྲེའི་དོར་སྟོབ་བསམ་གཏན་དབང་ཕུག

སྟོང་ཁང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (ཡ)
 ༡ སྟོང་མའི་ཁང་ཚན། ཡུལ་བཙན་ ཐུམ་བྲང་།



གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཐུམ་བྲང་བཙན།

གཡུས། སྟོང་མའི་ཁང་ཚན།

ལྷ་ཁང་། ཐུམ་བྲང་ ལྷ་ཁང་།

ཆེད་འོག་ སྟོང་ཁང་།

བསྟེན་མི། སྟོང་ཁང་ཆེད་འོག་གི་ མི་སེར་སྤྱིར་བཏང་ག་ར་གིས་ ཡུལ་ལྷ་དང་ རྒྱུས་ལྷ་ གཞི་
 བདག་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨོན།

མགོན་སྐྱབས། སྤྱིར་བཏང་ གཡུས་ཁའི་ཕུ་བཙན་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཕུ་བཙན་འདི་གི་ཉེ་འབད་བས་

ཀྱི་གཡུས་ཚན་ག་ར་གིས་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་ བར་ ཏུས་རྒྱུན་ནམ་རང་འབད་རུང་ ལཱ་ག་ཅི་ར་འབད་རུང་
 གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་ ཡུལ་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་ཏེ་ མགོན་སྐྱབས་ཁྱེ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་ གཡུས་ཁ་

ལུ་ ལོ་ཐོག་རེ་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ དེ་ལས་ གཡུས་སྒྲིའི་ནང་ལུ་ ནད་ཡམས་སྤྱི་ལོ་ཐོན་འབད་མ་ད་
སྐྱབས་འཛོལ་ནི་དང་དེ་ལས་ ཆར་ཚུ་མ་ལེགས་པའི་སྐྱབས་ངེས་པར་དུ་ མཛོད་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།
སྤོན་མ་དང་སྤུ་འབད་བ་ཅིན་ གཡུས་འདི་ཁའི་མི་ག་ཨིན་རུང་ ཡུལ་བཙན་དེ་ལུ་ སྐྱབས་འཛོལ་བ་ཅིན་
དམག་མི་ལ་སོགས་པ་ དང་སྤུ་དཀའ་སྤྱད་གི་ལཱ་ག་ཅི་ནང་ལུ་ཡང་ཚུད་མ་བཅུག་པ་སྤེམ་གོན་སྐྱབས་མཛད་དོ་
ཡོད་པ་སྤེམ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ལས་ གཡུས་ཕྱོགས་གཞན་གྱི་མི་ཚུ་གིས་ རི་འདི་ཁར་འོང་སྟེ་ རི་དྲགས་
སེམས་ཅན་གསལ་དེ་ནིའི་དོན་ལས་ ཉིན་གངས་གསུམ་དང་བཞི་བཞི་དེ་རེ་ཤ་བདའ་རུང་ ཤ་གཅིག་ཡང་མ་ཐོབ་
པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ཚུ་ག་ར་ ཡུལ་བཙན་བྱམ་བྱང་འདི་གི་མཐུ་དང་རུས་པ་ཨིན་མ་སྤེམ་ སྟོང་ཞང་
ཆགས་རབས་ནང་ལུ་བཤད་དེ་འདུག།

བྱམ་བྱང་བཙན་གྱི་རི་དེ་གི་སྤོ་ལོགས་ཁར་མཛམས་ཅིག་སྤེམ་ སྤང་དང་ནགས་ཚལ་གྱི་སྤྱག་ལུ་ མཛོ་ཚུང་ཀྱུ་ཅིག་
ཆགས་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ བྱམ་བྱང་གི་སྤྱ་མཛོ་ཨིན་མ་སྤེམ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ཡང་ ངག་རྒྱུན་ལས་འབད་བ་ཅིན་
སྟོང་ཞང་གཡུས་གྱི་མཇུག་གི་མན་དུང་མཛོ་སྤྱ་ཏིག་མཛོ་བེར་མི་དེ་ལུ་ མི་ཆ་བྱབ་གིས་བཙོག་གིབ་བཏང་ནི་འདི་
གིས་ སྤྱ་མཛོ་དེ་ འབྲོག་འབྲོ་ཞིན་ན་ ས་གནས་དེ་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་སྤེམ་ སྟོང་ཞང་ཆགས་རབ་ནང་ལུ་བཀོད་
དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྟོང་ཞང་བཙན་གྱི་ཕུ་དེ་ལུ་ བྱམ་བྱང་ལ་བེར་སྤྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། བྱམ་བྱང་ལ་དེ་ མཐོ་ཚད་མི་ཉར་རྒྱ་
མཛོ་ལས་ ༣༥༤ ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། བྱམ་བྱང་བཙན་གྱི་རི་དེ་ དེ་སྤེམ་བཟླ་བ་ཅིན་ ཡིད་དུ་འོང་བ་ག་
ནི་བ་གཟི་བརྒྱུད་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྤེམ་ཡོད་པའི་ ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་བཞུགས་པའི་ཕོ་བྱང་ཅིག་ཨིན་མ་སྤེམ་ཆ་བཞག་ཏེ་འདུག།
ལྷ་བཙན་དེ་ ཞོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྤྱ་མ་དམ་པ་རྩེ་གི་བཀའ་འོག་ལུ་གནས་ཤིང་ མཐུ་དང་རུས་པ་བསམ་གྱིས་
མི་བྱབ་པ་སྤེམ་ཡོད་པའི་ལྷ་བཙན་ མི་ཁོར་ཕུག་གསུམ་ལུ་ སན་པའི་རྒྱབ་སྐྱོར་སྤོམ་སྤེམ་ མཛད་མི་ལྷ་བཙན་ཅིག་
ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་ཐུམ་བླང་གི་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་སོགས་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ མཁས་དབང་སློབ་དཔོན་ ཀྲན་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་ ཐུམ་བླང་བཙན་དེ་ དགེ་སློང་གི་ནམ་པ་ཅིག་སྟེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་ སློབ་དཔོན་ཁོ་ར་ མཐུན་རེ་བཏང་གསལ་མཚན་སྟེ་ གསལ་བ་ཏུ་བཤེས་བས་ ཉམས་སྦང་བཟུམ་ཅིག་ལུ་ དེ་སྟེ་ཤར་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་ ས་གནས་འདི་ནང་གི་ ཡུལ་བཙན་སྟེ་ བླམ་དེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ རྟོང་ཕུ་ཞང་ཚན་གྱི་སྟོན་བཅུད་ཆགས་རབས་ རོ་མཚར་པ་ལྟའི་འཇུག་མདངས་ལས། ལྷ་བཙན་དེ་ནི་ཁྱེན་རིན་པོ་ཆེ་དང་བླ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འོག་ཏུ་གནས་ཤིང་། ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར་ཏུ་འབད་བ་ཅིན་ སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཁྱེན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག།

གསོལ་མཚན།

གསོལ་མཚན་སྟེ་ཕུལ་ཚུལ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ རྒྱུ་དུ་གསོལ་མཚན་ཚུ་སྟེ་ རོ་ཡོད་པ་ ཡིན་རུང་ ལྷག་པར་དུ་ རང་ལྷ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཅུ་ཐམ་ལུ་ དམངས་ཀྱི་ཆེས་བཅུ་སྟེ་གསོལ་མཚན་སྟེ་ཞུ་ནི་ རང་ལྷ་གསུམ་པ་ ལས་ལྷ་དགུ་པ་ཚུ་གྱི་རིང་ ཐུམ་བླང་ལ་ལུ་ རྟག་བྱ་རང་སྟོན་མི་ ཕྱགས་རྩི་པའམ་ རོར་རྩི་པ་ཚུ་མ་གཏོགས་ མི་གཞན་ག་ཡང་ ལ་དེ་ཁར་འཇུག་ནི་མེད་པ་སྟེ་ཡིན་པས། (དེ་ཡང་ རི་བསྐྱམས་ཟེར་ ཕུ་བཙན་གྱི་རི་དེ་ཁར་ འགྲོ་ཐག་མ་ཚོགས་སྟེ་ཡིན་པས།) རྒྱུ་མཚན། ལྷ་བཙན་ཆེན་པོ་དེ་ གནམ་མེད་ས་མེད་གཙང་སྤྱང་ལུ་ཡོད་པའི་ ཡུལ་བཙན་ཅིག་སྟེ་ཡིན་པ་སྟེ་ རེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ ཡོད་པ་ལས་ བཙོག་པའི་རིགས་མ་བཏང་པར་བཞག་ནི་དོན་ལས་ མི་ག་ཡང་མི་བཏང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ སློབ་དཔོན་ ཀྲན་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཤད་པའི་ཁར་ རྟོང་ཞང་ཆགས་རབས་ནང་ལུ་ཡང་དེ་སྟེ་འཁོད་དེ་འདུག། ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ གསོལ་མཚན་མ་སྟེ་ཕུལ་བ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་ག་ཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་རྟག་བཏབ་རན་མ་ད་ ཆར་ཆུ་བབས་མ་བཏབ་པའི་སྟོན་དང་ ཡང་ཅིན་ ཐོག་བསྐྱེད་རན་མ་ད་ ཏུ་མཚན་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་ སེར་མ་རྒྱུ་ནི་

དང་ རྒྱ་རྩ་ཐོན་ནི་ལ་སོགས་ དམངས་དང་ སྐར་ལུ་གཞོད་པ་ལེ་ག་ཐོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། དེ་སྟེ་ཐོན་པ་
ཅིན་ གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་ མ་འགྱུ་བའི་སྟོན་ཨིན་མ་སྟེ་བཙི་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལོ་དུས་ཀྱི་ཆོས་བཙུང་དང་ དུས་སྟོན་བཙི་སྟེ་ལ།

ཡུལ་བཙན་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས། རྒྱལ་གསུམ་པའི་ཆོས་བཙུ་ཐམ་གྱི་ཤུལ་ལས་ ལྷང་ཕྱོགས་འདི་ཁར་མི་རེ་
ཤི་རུང་ མི་ཤི་བའི་ཕྱང་པོ་ཡང་ སྟོན་སྟེ་འབད་མ་ཆོག་པའི་རི་ཅིག་ཨིན་པས། གལ་སྲིད་ ལྷང་པའི་ལུགས་
སྟེལ་ལས་ རྒྱལ་གསུམ་པའི་རི་བསྐྱམས་གྱི་ཤུལ་ལས་ འབད་མ་ཆོག་པའི་རིགས་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་བཙན་ཁྲོས་
ཏེ་སེར་མ་ རྒྱང་འཛུབ་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱབ་སྟེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་གཞོད་པ་སྟོན་སྟེ་རང་གཞོད་པ་བཀལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་
ཞིབ་འཆོལ་དང་ ཅོམ་སྒྲིག་པ་ སྟོབ་དཔོན་ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་གསུངས་མས།

གྲོས་འབུལ།

ད་ལྟོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་རིང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་མི་སྟེ་དང་འབྲེལ་བའི་གསོལ་མཆོད་དང་ ཆོས་བཙུ་ག་ཅི་བཏང་རུང་ མི་
སེར་དམངས་ལས་བསྐྱུ་བྱེད་མ་འབད་ཞིན་ན་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ཕྱིན་ཆད་གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྟོར་རེ་
གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གོ་དང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ ཡུལ་བཙན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མ་ད་
རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་ཚུགས་ནི་མས་ཟེར་བའི་གྲོས་འབུལ་བཀོད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གཤམ་པ་དོན་ལྟན། སྟོང་ཕུ་ཞང་ཆོན་གྱི་སྟོན་བཙུད་ཆགས་རབས།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མཁས་དབང་ སྟོབ་དཔོན་ ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས། ཀེ་ཨིམ་གྱི།

༡ མགོན་པོ་མ་ནིང་ནག་པོ།



གནད་དོན་བརྩད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

རྩ་ཁང་།

བསྟན་མི།

ཆོས་སྤང་མགོན་པོ་མ་ནིང་།

སྟོང་ཁང་།

གྲ་མའི་དགོན་པ།

གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཆོས་སྤང་མགོན་པོ་མ་ནིང་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གི་

ཆོས་སྤང་གཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྟོང་ཁང་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ག་རའི་

ཁྱིམ་ནང་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། ཆོས་སྤྱོད་རྟོགས་བརྗོད་ཚུ་ སོ་སོ་སྟེ་

བོས་བཤད་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་ཨིན་མ་ལས་ སྤྱིར་བཏང་ཚམ་མཛོར་བསྟུས་སྟེ་

བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

དཔལ་ཆེན་མ་ཉིང་ནག་པོའི་ཆོ་ག་བསྐྱུས་པ་འདོད་འཛིན་བྱམ་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་ལས། ཆོས་འབྱུང་དམར་ནག་
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དུ། པལྗེ་ཉི་ལྷའི་སྤྲོང་སྤྱོད་གཉིས་བདུད་བཞིའི་གདན་ལ་ རྒྱའི་རིག་པ་རྩྱུ་མཐིང་ནག་
ལས་འོད་འཕྲོས། འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས། དབྱ་བཞེགས་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆར་
བཅད། རྩེ་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་བྱུགས་སྤྱུལ་ དཔལ་མགོན་ཆོས་རྒྱུད་བའི་སྤང་མ་
ལྷ་མཆོག་མཐུ་གཤམ་མ་ཉིང་དྲེགས་པའི་གཙོ་མཆོག་ རྒྱ་མདོག་མཐིང་ནག་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་གཡས་རྩོ་
རྩེ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་རྩིལ་བྱ་དཀྱར་བརྟེན་པ། ཞལ་མདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པ། ལྷགས་
བསྐྱེལ་ཞིང་ཁོ་གཉེར་ཅན། ལྷན་གསུམ་དམར་ལ་འཁྱུག་པ། སྤྲིན་མ་དང་སྤྲིན་ར་ཨག་ཆོམ་མེར་འབར་བ། དབུ་སྒྲ་
དམར་སེར་གྱེན་དུ་གཟིངས་པ། ཐོད་སྐྱམ་གྱི་ཅོད་པན་དང་། ཐོད་ལྗོན་གྱི་དོ་ཤལ་ཅན། གླང་པོ་ཆེའི་པགས་པས་
སྟོད་གཡོགས་ཤིང་། ལྷག་གི་སྤྲེགས་པས་སྤྲད་དཀྱིས་པ། ཞབས་གཉིས་གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱུམས་པས་ ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བའི་དབུས་ན་བཞུགས་པར་གྱུར། ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན་ རྒྱ་མདོག་མཐིང་ནག་སྤེ་
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཡོད་པའི་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ རྩོ་རྩེ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་། ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ རྩིལ་
བྱ་དཀྱར་བརྟེན་ཅིང་། ཞལ་མདངས་ཤིང་ མཆེ་བ་གཅིགས་ཏེ་ཡོད་ཅིང་ ཞལ་ལྷགས་ཡང་སྐྱེལ་ཞིང་ ཞལ་ཁོ་
གཉེར་ཅན་སྤེ་འབད་ཞིན་ན་ ལྷན་གསུམ་དམར་པོ་སྤེ་འཁྱུག་ཏེ་ཡོད་ཅིང་ ལྷན་གྱི་སྤྲིན་མ་དང་ ཞལ་གྱི་སྤྲིན་ར་
ལས་ཨག་ཆོམ་གྱི་མེ་རིས་འབར་བ། དབུ་སྒྲ་ཡང་དམར་པོ་དང་སེར་པོ་སྤེ་འབད་ཞིན་ན་ ཡར་གྱེན་དུ་གཟིངས་ཏེ་
ཡོད་པའི་ཁར་ དབུ་ལུ་ཐོད་སྐྱམ་གྱི་ཅོད་པན་དང་ ཐོད་པ་ལྗོན་གྱི་དོ་ཤལ་ཅན་དང་། གླང་མོ་ཆེ་གི་པགས་ཀོ་
གིས་སྤྲོད་གཡོགས་ཤིང་ རྒྱ་སྤྲད་ལུ་ ལྷག་གི་སྤྲེགས་པས་དཀྱིས་ཏེ་ ཞབས་གཉིས་ལས་ ཞབས་གཡས་
བརྒྱུད་དེ་བཞུགས་ཤིང་ཞབས་གཡོན་པ་བསྐྱུམས་ཏེ་གིས་སྤེ་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དབུང་འབར་བའི་སྤྲེག་ལུ་བཞུགས་ཏེ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྲུང་བའི་མངའ་བདག་སྤེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་རྒྱ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

དཔལ་མགོན་ཆོས་རྒྱུད་བའི་སྤང་མ་ ལྷ་མཆོག་མཐུ་གཤམ་མ་ཉིང་དྲེགས་པའི་གཙོ་མཆོག་ རྒྱ་མདོག་མཐིང་ནག་
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་གཡས་རྩོ་རྩེ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་རྩིལ་བྱ་དཀྱར་བརྟེན་པ། ཞལ་མདངས་

ཤིང་མཆེ་བ་གཙོགས་པ། ལྷགས་བསྐྱེལ་ཞིང་ཁོ་གཉེར་ཅན། སྤྱན་གསུམ་དམར་ལ་འཁྱུག་པ། སྤྱན་མ་དང་སྤྱར་
 ཨག་ཚོམ་མེར་འབར་བ། དབུ་སྒྲ་དམར་མེར་གྱེན་དུ་གཟིངས་པ། ཐོད་སྐྱམ་གྱི་ཙོད་པན་དང་། ཐོད་ཚློན་གྱི་དོ་
 ཤལ་ཅན། སྒྲ་པོ་ཆེའི་པགས་པས་སྟོད་གཡོགས་ཤིང་། ལྷག་གི་སྤྲགས་པས་སྒྲ་དུ་གྱིས་པ། འབས་གཉིས་
 གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱམས་པས་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་རབ་དུ་འབར་བའི་དབུས་ན་བཞུགས་པར་གྱུར། ཟེར་
 གསུངས་པ་བཞེན་ སྤྱི་མདོག་མཐིང་ནག་སྟེ་ འལ་གཙོག་ཕྱག་གཉིས་ཡོད་པའི་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ རྩོམ་མ་
 མཁར་འཕྱར་ཞིང་། ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ སྤིལ་བུ་དཀྱར་བརྟེན་ཅིང་། འལ་མདངས་ཤིང་ མཆེ་བ་གཙོགས་ཏེ་
 ཡོད་ཅིང་ འལ་ལྷགས་ཡང་སྤིལ་ཞིང་ འལ་ཁོ་གཉེར་ཅན་སྟེ་འབད་ཞེན་ན་ སྤྱན་གསུམ་དམར་པོ་སྟེ་འཁྱུག་ཏེ་
 ཡོད་ཅིང་ སྤྱན་གྱི་སྤྱན་མ་དང་ འལ་གྱི་སྤྱར་ལས་ཨག་ཚོམ་གྱི་མེ་རིས་འབར་བ། དབུ་སྒྲ་ཡང་དམར་པོ་དང་
 མེར་པོ་སྟེ་འབད་ཞེན་ན་ ཡར་གྱེན་དུ་གཟིངས་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ དབུ་ལུ་ཐོད་སྐྱམ་གྱི་ཙོད་པན་དང་ ཐོད་པ་
 ཚློན་གྱི་དོ་ཤལ་ཅན་དང་། སྒྲ་མོ་ཆེ་གི་པགས་ཀོ་གིས་སྤྱི་སྟོད་གཡོགས་ཤིང་ སྤྱི་སྒྲ་དུ་ ལྷག་གི་སྤྲགས་
 པས་དུ་གྱིས་ཏེ་ འབས་གཉིས་ལས་ འབས་གཡས་བརྒྱུད་དེ་བཞུགས་ཤིང་འབས་གཡོན་པ་བསྐྱམས་ཏེ་གིས་སྟེ་
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དབུང་འབར་བའི་སྤྱག་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་མངའ་བདག་སྟེ་བཞུགས་
 ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དམ་བཞག།

སྤྱན་ཆེ་བཙམ་ལྷན་འདས་དང་ རྩོན་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ལས་ རྩེས་འཇུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་ཞིང་དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོདས་བའི་ ཆོས་སྤྱོདས་སྤྱང་མ་ཅིག་སྟེ་བསྐྱོས་ཅིང་འལ་བཞེད་
 མཛད་དེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད།

ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ཉུས་རྒྱན་ནམ་རང་ཨིན་རུང་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བཙུའི་སྐབས་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པའི་ཁར་ རང་སོའི་བྱིམ་ནང་ལུ་ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་སྤྱང་སྤྱེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཆོས་སྤྱངས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་སྤྱེ་ཤེས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དཔལ་ཆེན་མ་
ཞིང་ནག་པོའི་ཆོག་བསྐྱུས་པ་འདོད་འཛའི་བྱམ་བཟང་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལས་བཏུད་ཡོད་པ་ཨིན།

མ་གཟའ་དམ་གསུམ།



མ་གཟའ་དམ་གསུམ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི།

ཆོས་སྤྱང་མ་གཟའ་དམ་གསུམ།

སྟོང་ཁང་།

ཁྱུང་ཆུ་དགོན་པ།

དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་མའི་སྐབས་སུ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། མ་མོ་ཨེ་

ཀུ་ལྷ་འི་དང་ གཟའ་བདུད་རྩ་ལ། དམ་ཅན་དོ་རྩེ་ལེགས་པ་གསུམ་པོ་ཡང་

སྟོང་ཁང་ཆེད་འོག་གི་ཆོས་སྤྱང་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ག་རའི་

ཁྱིམ་ནང་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།



གནད་དོན་རྒྱུ་པ་ལོ་རྒྱུ་ལོགས་སུ་བཤད་ཚུགས་མི་ཅིག་ ག་
ཡང་མ་ཐོན་མ་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་བ་སྤྲོས་
ཅིག་ཡོད་མི་ལྟར་ མདོར་བསྟུན་ཅན་བཀོད་པ་ཅིན་ རྒྱུ་པས་ཇེ་
འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཅོད་ཇེ་གིས། སྤྲོས་སྤྲོད་ཨེ་ཀ་ལྟོ་ཤི། རྩོ་
ཚྱོ། ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་དབྱིངས་ཀྱི་ཡུམ། །སྤྲོས་སྤྲོད་ཆེན་མོ་
རལ་གཅིག་མ། །སྤྲོད་སྤྲོད་མ་མོ་འབྱུང་སྤེ་བཅས། །འདིར་
གཤེགས་དམ་ཇུས་མཆོད་གཏོར་བཞེས། །གསང་སྤྲོས་
ཇོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི། །བསྟན་པའི་གཏོར་ལ་སྦྱོང་བ་
ལ། །བྱུགས་ཇེ་བྱུགས་དམ་མེད་ལ་བར། །དུས་འདིར་ཕྱིན་
ལས་སྦྱོབ་པར་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ དཔལ་ལྷན་

སྤྲོས་སྤྲོད་མ་ཨེ་ཀ་ལྟོ་ཤི་འདི་ ཇོགས་ཆེན་སྤྲོད་མའི་ཆོས་སྤྲོད་གཅོ་བོ་ཅིག་ཡིན་ཞིང་ མཆེ་བ་གཅིག་དང་ སྤྲོད་
གཅིག་ རལ་པ་གཅིག་སྤེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཉིས་པ། གཟའ་བདུད་རྩ་ཏུ་ལ།

རྩོ། འཇིགས་བྱེད་གཟའ་བདུད་རྩ་ཏུ་ལ། །སྤྲོལ་པའི་གཟའ་བརྟུན་གདོང་མོ་བཞི། །རྒྱ་སྐར་སྤེ་བརྟུན་དམག་
ཆོགས་བཅས། །འདིར་བྱོན་ཤ་བྲག་གཏོར་མར་རོལ། །མ་ཡེལ་ཕྱིན་ལས་རྩལ་ལྷུངས་ལ། །བསྟན་དག་དམ་
ཉམས་སྤྲོད་དུ་སྦྱོལ། །སྦྱོབ་མཆོད་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བཞིན་སྦྱོང་། །དམ་ལས་མ་འདད་ལས་མཛོད་ཅིག་ ཅེས་
གསུངས་པ་བཞིན་ རྒྱ་མདོག་དམར་ལ་ རྩལ་གཡས་ལུ་དམ་ཉམས་དག་བོ་སྦྱོལ་བའི་རལ་གྱི་དང་ རྩལ་གཡོན་
པ་ལུ་ སྤྲོལ་གྱི་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཤིང་ མགོ་ལུས་ཐམས་ཅད་ མིག་གིས་གང་སྤེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་གཟའ་
བཅན་དེ་ལུ་ ཆོགས་དང་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤྲོལ་བའི་ཆོགས་རྣམས་བཞེས་ཞིན་ན་ དུས་ལས་མ་ཡོལ་བར་
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གནོད་པའི་ དམ་ཉམས་པའི་དག་བོ་རྩལ་བར་རྒྱགས་ཅིང་ དེ་འཛིན་གྱི་སྤྲོས་ཆེན་
དམ་པ་རྣམས་སྤྲོད་ཞིང་སྦྱོང་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད་ཅིག། །ཟེར་གསོལ་འདེབས་དང་བཅས་པའི་སྦྱོལ་སྦྱོན་
འདེབས་རྒྱུ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསུམ་པ། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དམ་ཅན་དོ་རྩེ་ལེགས་པ། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དོ་རྩེ་ལེགས་པ། །དབྱེས་སྡེ་གོང་བཙུན་བརྟན་



མའི་ཚོགས། །སྤྱལ་འཁོར་བྱེ་བ་འབྱུང་ཕྱག་བཅས། །འདྲིར་
བྱོན་མཐུན་རྩལ་མཚན་གཏོར་བཞེས། །གསང་ཆེན་བསྟན་དང་
བསྟན་འཛིན་གྱི། །མངའ་ཐང་སྤེལ་ལ་མཐུ་མ་རྒྱུང་། །ཉག་ཏུ་
སྤོང་གོགས་མ་ཡེལ་བར། །ལས་བཞིའི་ཕྱིན་ལས་ལྷུང་འགྲུབ་
མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་
སྤང་ཕྱིར་དམག་དཔོན་ནམ་རྒྱལ་པོའི་ཆ་ལུགས་སྡེ་ མེ་ཤིས་
འབར་བའི་སྤྱག་ལུ་ སང་གོ་དཀར་མོ་ལུ་ཆེབས་སྟེ་ དམ་
ཉམས་པའི་དག་པོ་སྤྱལ་ཞིང་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་
རྣམས་སྤང་ཞིང་ སྤོང་གོགས་མཛོད་པའི་རྩལ་ཏུ་བཞུགས་
ཡོད་པ་ཡིན།

ཆོས་སྤང་དེ་རྩེ་ ང་བཅས་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་གདུལ་བྱའི་ངོར་ སྤོང་
གོགས་མཛོད་པའི་རྩལ་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ངོར་ གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་
གནང་ཞིང་ བར་ཆད་སྤང་བའི་བཀའ་སྤང་གི་རྩལ་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཚན་མ་ཆད་པར་ཕུལ་ཏེ་
རང་གི་བྱ་བ་ལམ་འགོ་ལུ་འགལ་རྒྱུ་སེལ་ཞིང་ མཐུན་པའི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ ཡོད་བཞིན་ཏུ་སྟེར་བའི་མཐུ་དང་
ཉམས་པ་ཡོད་པ་ལས་ བཅོས་མིན་སྟོང་གི་སྐྱོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་དགོས་ཡིན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ག་ར་གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་ནང་ལུ་ ཆང་མ་སྤེ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་
ནང་ལོགས་སྡེ་མ་བྲི།

དམ་བཞག།

སྤོན་ཆོ་བཙམ་ལྟན་འདས་དང་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ལས་ རྩེས་འཇུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྩེ་གིས་
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོངས་བའི་ ཆོས་སྐྱོངས་སྤང་མ་ཅིག་སྤེ་བསྐྱོས་ཅིང་ཞལ་བཞེད་
མཛོད་དེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

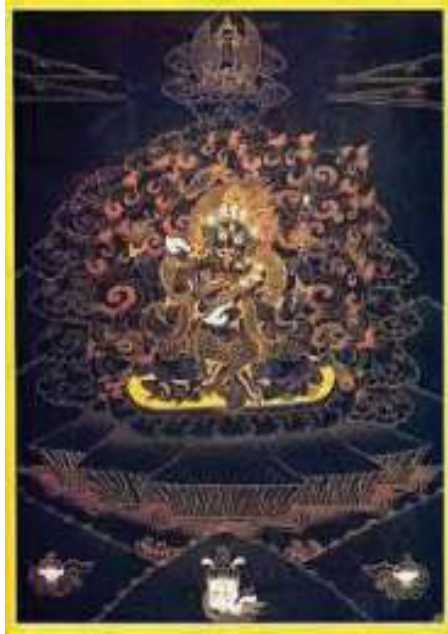
ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ཅུས་རྒྱན་ནམ་རང་ཨིན་རུང་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བརྩའི་སྐབས་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པའི་ཁར་ རང་སོའི་བྱིས་ནང་ལུ་ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་སྤང་སྤེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ། རྒྱབས་རྗེ་ བདུད་འཛོམས་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེས་མཛད།

ཆོས་རྒྱུང་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་སྤེ་ཤེས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆདང་ ཡོངས་
འབྲེལ་ཐོག་ལས་བདུད་ཡོད་པ་ཨིན།

༤ མགོན་པོ་ཕྱག་བཞི་པ།



གནད་དོན་བརྩད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཆོས་སྤང་མགོན་པོ་ཕྱག་བཞི་པ།

ས་གནས། བྱང་ཕྱག་ཅེ།

རྩ་ཁང་། རྟོགས་དཀའ་ཕུ་ མི་དམངས་རྩ་ཁང་།

བསྟེན་མི། དཔལ་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་ཕྱག་བཞི་པ་དེ་ སྟོང་ཁང་ཆེད་འོག་གི་ཆོས་སྤང་ཅིག་
 ཡིན་མ་ལས་ ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ག་པའི་བྱིས་ནང་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས། དེ་
 ཡང་ སྤྱིར་བཏང་རྩ་ཁང་དགོན་སྟེ་ཁག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་བདུབ་སྟེ་སྤུལ་དོ་ཡོད་
 པའི་ཁར་ རང་སའི་བྱིས་ནང་ལུ་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་ལུ་ ཨ་
 རྟག་ར་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཆོས་སྟོང་ག་ཅོ་བོ་ག་ཅིག་ཡིན། ཆོས་སྟོང་དེ་ཚུ་ ས་ཐོབ་ཀྱི་
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་སྟོང་གི་ཚུལ་ལུ་བཞུགས་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་ སྤྱིར་བཏང་
 འཇིག་རྟེན་པའི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་བརྩམ་མེན་པ་ལས་བརྟེན་ ཁོང་གི་རྟོགས་
 བརྟེན་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་ཚུགས་པར་ལཱ་ཁག་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་ འདོན་ཆའི་
 མཛོད་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པ་ཅམ་འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

པའི་གཟུགས་ཅན་མིའུ་ཐུང་གི་ནམ་པ་དོ་རྩེ་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་དང་ལྷན་པའི་བྱ་རོག་གི་གདོང་ཁྱོ་གཉེར་བསྐྱས་
 ཤིང་སྒྱུན་གསུམ་པ། གཡས་གི་གྲག་འཕྱར་བ། གཡོན་ཐོད་ཁྲག་ཐུགས་ཀར་འཛིན་ཅིང་ཞལ་དུ་རྩལ་པ། ཞབས་
 བརྒྱུང་བསྐྱུམ་གྱིས་དོར་སྤྱབས་ཅན། དུག་སྒྱུལ་ནག་པོས་བརྒྱན་ཅིང་། སྐྱ་མཚམས་ནས་དོ་རྩེ་བྱ་ཁྲུང་སྒྲོ་བ། ལྷག་
 ལྷགས་ཀྱི་ཤམ་ཐབས་ཅན་གསུམ་དུ་གྱུར། གཙོ་བོའི་གཡས་སུ་ཀླ་ལས་ལེགས་ལྷན་ནག་པོ། ལྷག་གཡས་ཚུན་
 གྱི་བིང་ཆེན་དང་། གཡོན་པས་ལྷགས་ཀྱི་པར་བྱ་བདུད་རྩིས་གང་བ་འཛིན་པ། དར་ནག་གི་འཛེལ་བེར་ཅན།
 ཞབས་ལ་སག་ལྷམ་ཡུ་རིང་གསོལ་ཞིང་། གཡོན་བརྒྱུང་བ། གསེར་གྱི་སྐར་ལགས་ཅན། གཙོ་བོའི་གཡོན་དུ་
 རྩྭ་ལས་ཚུལ་ཀ་དམར་མོ་ཞལ་གཅིག་ལྷག་བཞིའི་གཡས་གཉིས་རལ་གྱི་དང་ཐོད་ཁྲག་། གཡོན་གཉིས་མི་མགོ་
 དང་མདའ་གཞུ་འཛིན་པ། གཅེར་བྱ་ཁྱོ་ཞིང་སྒྲིག་པ་རུས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བརྒྱན་པ། གཡས་བསྐྱུམ་གཡོན་བརྒྱུང་
 པའི་སྤྱབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ། གཙོ་བོའི་མདུན་དུ་རྩྭ་ལས་ཤ་བཟུང་པོ་སེང་གའི་གདོང་པ་ཅན་རལ་གྱི་དང་ཐོད་
 ཁྲག་འཛིན་པ། གཡོན་བརྒྱུང་བའི་གར་སྤྱབས་ཅན། དར་ནག་གི་ན་བཟའ་དཀྱིས་པའོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་སྒྲོ་
 མཚམས་བརྒྱུད་དུ་ཡི་གེ་མ་བརྒྱུད་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། ཤར་དུ་མཁའ་འགོ་མ་བྱ་ཤོད་ཀྱི་གདོང་པ་ཅན། བྱང་
 དུ་ཁྲུང་གི་གདོང་པ་ཅན། ལུབ་རྩ་ལ་ཏའི་གདོང་པ་ཅན། རྩྭ་རྩྭ་པའི་གདོང་། ཤར་རྩྭ་པའི་གདོང་། རྩྭ་ལུབ་རྩ་
 རྩྭ་ལུབ་བྱང་དུ་སྒྱུར་གྱི་ལུང་། བྱང་ཤར་དུ་སྤྱག་གི་གདོང་པ་ཅན། བརྒྱུད་ཀྱི་འཁར་གཅེར་བྱ་ཞལ་གཅིག་ལྷག་
 གཉིས་གི་གྲག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་བཞེངས་པའི་སྤྱང་སྤྱབས་སྐྱ་ཆོགས་པས་གནས་པ། འཁོར་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་
 དབུ་སྐྱ་ཁྱེན་དུ་བཞེས་ཤིང་སྒྱུན་གསུམ་པ། མི་མགོའི་དབུ་རྒྱུན་དང་དོ་ཤལ་ཅན། མི་རོའི་གདན་ལ་ནམ་པར་
 འགྱུངས་པ་མེད་ཐུང་འབར་བའི་དབུས་ན་བཞུགས་པའོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་དུ་ནག་པོ་སྒྲོང་། ཤ་བཟུང་ལ། མ་མོ་བྱེ་བ།
 ལྷ་སྤྱན་སྤྱེ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་པར་གྱུར། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྭ་དང་། མགོན་
 པའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འོག་མིན་དང་། དུར་ཁྱོད་ཆེན་པོ་བསེལ་བའི་ཆལ། ལྷ་ལེན། དཔལ་གྱི་རི་
 ལ་སོགས་པ་ནས། མགོན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ། ཟེར་ཞེས་ གསུངས་པའི་ དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་མ་རྒྱ་
 ཀླ་ལ་ཆེན་པོ་སྐྱ་མདོག་མཐིང་ནག་སྤྱེ་ ལྷག་བཞི་ལས་ ལྷག་གཡས་ཀྱི་དང་པོ་གིས་དོ་རྩེ་གི་གྲག་དང་། ལྷག་
 གཡོན་གྱི་དང་པོ་གིས་ ཀ་ལྷ་ལ་ཁྲག་གིས་གང་སྤྱེ་ རྩྭ་གི་སྤྱགས་ཀར་སྤྱེང་འོག་རྩྭ་འཛིན་ཏེ་ ལྷག་གཡས་འོག་
 མ་གིས་ རལ་གྱི་འབར་བ་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་འོག་མ་གིས་ ཏི་ཤུ་ལས་མཚན་པའི་ལྷ་གི་དར་དབྱངས་དང་
 བཅས་པ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱམས་ཏེ། མི་གི་མགྱུར་སྐྱམ་པོ་ལྷ་གིས་དབུའི་རྒྱུན་ཆ་དང་། མི་
 མགོ་སྒོན་པ་ཁྲག་འཛིན་པ་ལྷ་བརྩ་ཅ་གཅིག་གིས་དོ་ཤལ་སྤྱེ་གོན་ཏེ། རུས་པའི་རྒྱུན་དང་ སེམས་ཅན་སྤྱག་གི་

སྤྲུགས་པའི་གཤམ་ཐབས་གསོལ་ཏེ་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་འབར་བའི་གྲོང་ན་ ཞིང་ཆེན་བསྐོལ་བའི་གདན་ལ་དཔའ་བོ་
རོལ་པའི་འདུག་སྒྲངས་ཀྱིས་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་གསོལ་ཕྱ་བྱང་དགོཔ་ཡིན་པས། ཆོས་སྐྱོང་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་
དང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་རྒྱུད་སྟེ་ཚུ་ནང་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་མ་རྒྱ་ལ་དཔའ་བོ་ཆེན་པོ་སྐྱ་མདོག་མཐིང་ནག་དུས་མཐའི་སྤྱིན་དང་མཚུངས་པ།
དམར་ལ་རྒྱུ་པའི་སྤྱན་གསུམ་སྒྲང་མིག་དུ་གཟིགས་པ། ཞལ་གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པ། ལྷགས་འབྲིལ་
ཞིང་། ཏ་ཏ་དང་རྩྱ་རྩྱ་དང་པཌ་པཌ་ཀྱི་གད་རྒྱུངས་སྒྲོག་པ། སྤར་སྤྱིན་མ་དབུ་སྤྱ་སེར་པོ་མེ་ལྷར་འབར་བ། ཕྱག་
བཞིའི་གཡས་ཀྱི་དང་པོས་རྩྱ་ཐོག་གི་གྲུག་དང་། གཡོན་ཀྱི་དང་པོས་ཀ་ལྷ་ལྷག་གིས་གང་བ་སྤྲུགས་ཀར་སྟེང་འོག་
དུ་འཛིན་པ། གཡས་འོག་མས་རལ་གི་འབར་བ་འདེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་འོག་མས་ཁྱི་ལྷ་ལས་
མཆོན་པའི་ཁ་རྒྱ་ག་དར་དབྱངས་དང་བཅས་པ་འཕྱར་སྟབས་སུ་བསྐྱམས་པ། མི་མགོ་སྐྱ་པོ་ལྷས་དབུ་རྒྱན་དང་།
སྒོན་པ་ལྷག་འཛིག་པ་ལྷ་བཅུ་ཅ་གཅིག་གིས་དོ་ཤལ་བྱས་པ། རིན་པོ་ཆེའི་ཅེ་ཕན་དང་། སྤྱལ་རིགས་བཞི་དང་།
རུས་པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། སྤྲུག་གི་པགས་པའི་ཤམ་ཐབས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དཔུང་འབར་བའི་
གྲོང་དཀྱིལ་ན་ཞིང་ཆེན་བསྐོལ་བའི་གདན་ལ་དཔའ་བོ་རོལ་པའི་འདུག་སྒྲངས་ཀྱིས་བཞུགས་པའོ། །དེའི་སྤྲུགས་
ཀ་ནས་རྩྱ་གསུམ་སྟོས་ཏེ། གཙོ་བོའི་གཡས་གཡོན་དང་། མདུན་གཡལ་འཁོད་པ་ནི། ལས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྐྱ་མདོག་
མཐིང་ནག །ཁོ་གདུམ་འཛིགས་པའི་གཟུགས་ཅན་མིའུ་ཐུང་གི་ནམ་པ་རྩྱ་ཐོག་གཉིས་ཀྱི་མཚུ་དང་ལྷན་པའི་
བྱ་རིག་གི་གདོང་ཁོ་གཉིས་བསྐྱུས་ཤིང་སྤྱན་གསུམ་པ། གཡས་ཀྱི་གྲུག་འཕྱར་བ། གཡོན་ཐོད་ལྷག་སྤྲུགས་ཀར་
འཛིན་ཅིང་ཞལ་དུ་རྩལ་པ། ཞབས་བརྒྱུ་བསྐྱུས་ཀྱིས་དོར་སྟབས་ཅན། དུག་སྤྱལ་ནག་པོས་བརྒྱན་ཅིང་། སྤྱ་
མཆོམས་ནས་རྩྱ་ཐོག་ལྷ་ལྷ་སྤྱུང་སྟོ་བ། སྤྲུག་སྤྲུགས་ཀྱི་ཤམ་ཐབས་ཅན་གསུམ་དུ་ཐུང་། གཙོ་བོའི་གཡས་སུ་ཀྲ་ལས་
ལེགས་ལྷན་ནག་པོ། ཕྱག་གཡས་ཅན་ཀྱི་བིང་ཆེན་དང་། གཡོན་པས་ལྷགས་ཀྱི་པར་བྱ་བདུད་ཅིས་གང་བ་
འཛིན་པ། དར་ནག་གི་འཛོལ་བེར་ཅན། ཞབས་ལ་སག་ལྷམ་ཡུ་རིང་གསོལ་ཞིང་། གཡོན་བརྒྱུང་བ། གསེར་གྱི་
སྤྱ་རགས་ཅན། གཙོ་བོའི་གཡོན་དུ་རྩྱ་ལས་ཅན་ཀ་དམར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞིའི་གཡས་གཉིས་རལ་གི་དང་
ཐོད་ལྷག །གཡོན་གཉིས་མི་མགོ་དང་མདའ་གཞུ་འཛིན་པ། གཙེར་བྱ་ཁོ་ཞིང་སྟེག་པ་རུས་པའི་རྒྱན་ཀྱིས་བརྒྱན་
པ། གཡས་བསྐྱུས་གཡོན་བརྒྱུང་པའི་སྟབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ། གཙོ་བོའི་མདུན་དུ་རྩྱ་ལས་ཤ་བཟ་ནག་པོ་སེང་གའི་

གདོང་པ་ཅན་རལ་གི་དང་ཐོད་ཁྲག་འཛིན་པ། གཡོན་བརྒྱུད་བའི་གར་སྟབས་ཅན། དར་ནག་གི་ན་བཟའ་དགེས་
 པའོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་སྒོ་མཚམས་བརྒྱུད་དུ་ཡི་གེ་མ་བརྒྱུད་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། ཤར་དུ་མཁའ་འགོ་མ་བྱ་ཤོད་
 གྱི་གདོང་པ་ཅན། བྱང་དུ་ཁྲུང་གི་གདོང་པ་ཅན། ལུབ་དུ་ཁྱ་ཏའི་གདོང་པ་ཅན། ལྷོར་ལྷག་པའི་གདོང་ཅེ། ཤར་
 ལྷོར་ཕག་གི་ཅེ། ལྷོ་ལུབ་དུ་ཁྱའི་ཅེ། ལུབ་བྱང་དུ་སྤྱང་གི་ཅེ། བྱང་ཤར་དུ་སྟག་གི་གདོང་པ་ཅན། བརྒྱུད་ཀྱི་འདྲ་
 གཅེར་བྱ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གི་གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་བཞེངས་པའི་སྤང་སྟབས་སྟོ་ཚྭ་གས་པས་གནས་པ།
 འཁོར་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབུ་སྐྱ་གྱེན་དུ་བཟུངས་ཤིང་སྤྱན་གསུམ་པ། མི་མགོའི་དབུ་རྒྱ་དང་དོ་ཤལ་ཅན། མི་
 རོའི་གདན་ལ་རྒྱུ་པར་འགྱུངས་པ་མེད་པུང་འབར་བའི་དབུས་ན་བཞུགས་པའོ། །དེའི་ཕྱི་རོལ་དུ་ནག་པོ་སྟོང་།
 ཤར་འབྲུམ། མ་མོ་བྱེ་བ། ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་གྱི་ཚྭ་གས་ཐམས་ཅད་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་བཞུགས་པར་གྱུར། རང་གི་
 ཐུགས་ཀྱི་རྩྭ་དང་། མགོན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འོག་མིན་དང་། དུར་ཁྲོད་ཆེན་པོ་བསིལ་བའི་
 ཚལ། ན་ལེན། དཔལ་གྱི་རི་ལ་སོགས་པ་ནས། མགོན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ། ཟེར་ཞེས་ གསུངས་པའི་
 དཔལ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མགོན་པོ་མ་རྒྱ་ཀླ་ལ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་མདོག་མཐིང་ནག་སྟེ། ཕྱག་བཞེ་ལས་ ཕྱག་གཡས་གྱི་དང་པོ་
 གིས་དོ་རྩེ་གི་གྲུག་དང་། ཕྱག་གཡོན་གྱི་དང་པོ་གིས་ ཀ་པ་ལ་ཁྲག་གིས་གང་སྟེ། སྤྱིང་གི་ཐུགས་ཀར་སྟེང་འོག་
 དུ་འཛིན་ཏེ། ཕྱག་གཡས་འོག་མ་གིས་ རལ་གྱི་འབར་བ་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་འོག་མ་གིས་ ཅི་ཤུལ་ས་མཚན་
 པའི་ཁ་རྒྱ་ག་དར་དབྱངས་དང་བཅས་པ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་བའི་རྩལ་གྱིས་བསྐྱམས་ཏེ། མི་གི་མགུ་ཏོ་སྐམ་པོ་ལྷ་
 གིས་དབུའི་རྒྱ་ཆ་དང་། མི་མགོ་ཚྭ་པ་ཁྲག་འཛིན་པ་ལྷ་བཙུ་ཙ་གཅིག་གིས་དོ་ཤལ་སྟེ་གོན་ཏེ། རུས་པའི་རྒྱ་
 དང་ སེམས་ཅན་སྟག་གི་སྟགས་པའི་གཤམ་ཐབས་གསོལ་ཏེ། ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་འབར་བའི་གྲོང་ན་ ཞིང་ཆེན་
 བསྟོལ་བའི་གདན་ལ་དཔའ་པོ་རོལ་བའི་འདུག་སྤངས་གྱིས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

སྟོན་ཆེ་བཙམ་ལྷན་འདས་དང་ རྟོན་རིན་པོ་ཆེ་ དེ་ལས་ རྩེས་འཇུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྟེས་ཆེན་དམ་པ་རྩ་གིས་
 སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་ ཆོས་སྟོང་སྤང་མ་ཅིག་སྟེ་བསྟོས་ཅིང་ཞལ་བཞེས་
 མཛད་དེ། བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ཏུས་རྒྱན་ནམ་རང་ཡིན་རུང་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བརྒྱའི་སྐབས་གསོལ་མཆོད་ཚུ་སྤུལ་དོ་
ཡོད་པའི་ཁར་ རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་སྤྱོད་སྤྱང་སྤྱེ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཆོས་སྦྱངས་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་སྤྱེ་ཤེས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ལས།

མགོན་པོའི་གསོལ་ཁའི་འདོན་ཆ་དཔེ་ཆ་དང་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་གི་ཡིག་ཆ་ལུ་ཁྱེད་ཀྱིས་གསུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

འབྲེལ་ཡོད་ སློབ་དཔོན་ཆེན་ཤོས་ཚུ་གི་ཞལ་རྒྱན་ལུ་གཞི་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན།

༥ དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་རྒྱལ་མོ།



དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་མ།

གནད་དོན་བརྩམས་པ།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཆོས་སྤྱང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་རྒྱལ་མོ།

ས་གནས། ལྷོ་ཁང་།

ལྷ་ཁང་། བླ་མའི་དགོན་པ།

བསྟེན་མི། ལྷོ་ཁང་གི་ཆོས་སྤྱང་གི་མེས་དཔལ་གི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤྱལ་དོ་ཡོད་པ་ལས་

ལྷོ་ཁང་གི་ཆོས་སྤྱང་གཙོ་བོའི་གྲུ་ཁང་ལྷ་ཁང་ལྷ་མོ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུ་ལ།

དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་མའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་ལ།

དཔལ་ལྷན་དམག་ཐོར་གྱི་རྒྱལ་མོ་རེ་མ་ཏི་ནི། མེ་ལྷེ་འབར་བའི་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ཡང་ཡང་
འབྱུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འདི་ལྟར་གྲགས་ཏེ། སྤོན་གྱི་བསྐལ་བའི་དུས་སུ་བསྐལ་བཟང་ནམ་འབྲེན་དང་པོ་འཁོར་
བ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ ལྷ་མོ་འོད་ཟེར་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་བ་བྱངས། དགེ་བཅུའི་སྦྱོད་པ་འབའ་ཞིག་
ལྷར་བྱངས། རྣམ་འབྲེན་གཉིས་པ་གསེར་སྐབ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ འདི་ཉིད་ལྷ་མོ་དཔལ་ལྷན་མ་ཞེས་
པའི་སྐྱེ་བ་བྱངས་ནས་ཞེ་སྤང་རང་ག་བར་སྦྱོད། །བསྐལ་བཟང་གསུམ་པ་འོད་སྤྱང་གི་སྐབས་ ལྷ་མོ་མཁྱེད་ ༤
ཞེས་པའི་སྐྱེ་བ་བྱངས་པ་དང་། སྐབས་དེར་ སྤོན་པ་ཤུག་སྐབ་པ་དགེ་སྦྱོང་དབང་ཕྱག་དཔལ་བའི་སྐྱེ་བ་བཞེས་
ནས། སངས་རྒྱུས་གསེར་སྐབ་ཀྱི་འཁོར་དུ་འདུས་པ་ལས་སྤོན་ལམ་མཉམ་དུ་བཏབ་པའི་མཐུ་ལས། རྣམ་འབྲེན་
བཞི་པ་ སྤོན་པ་ཤུག་སྐབ་པའི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་ཚུལ་བཞིན་སྤྱང་བའི་བསྟན་སྤྱང་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོར་གྱུར་པ་ཡིན་
ལ། དེ་ཡང་ ཆོ་སྤོན་དགེ་བཅུར་སྦྱོད་པས་མ་རྒྱ་དེ་བའི་སྤྱས་མོ་དང་། ཞེ་སྤང་རང་གར་སྦྱོད་པས་སྤོན་པོ་ལྟ་
མཁྱེན་བཅུའི་རྒྱུང་མར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་འདི་ལ་དགོངས་ནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས།
འོད་སྤྱང་བསྟན་པའི་མཐུག་དུ་ལྷ་མོ་ཁྱེད། ཉི་མའི་གཉེན་དང་སྤོན་ལམ་ལྷན་ཅིག་དུ། ཞིང་འདི་སྐབ་བསྟན་སྤྱང་
དང་སྤེལ་མཛད་པའི། བསྟན་སྤྱང་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོར་མངའ་གསོལ་ལོ། ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་དང་པོ་ལྷ་ཆེན་མ་
རྒྱ་དེ་བའི་སྤྱས་མོ་གྱུར་ཚུལ་དང་། དེ་ནས་སྤོན་པོ་ལྟ་མཁྱེན་བཅུའི་རྒྱུང་མ་གྱུར་པའི་ཚུལ་ནི། སྤོན་གྱི་བསྐལ་
པའི་དུས་སུ་འདོད་པའི་ཁམས་འདིར་རི་རབ་ལྷན་པོའི་བྱང་ཤར་མཚམས་འདོད་འཛོད་པག་བསམ་གྱི་ཤིང་། ལོ་
མ་ལས་འདོད་ཡོན་ལྷ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་པའི་ལོ་རྟོག་ལྟར་སྤོན་པ། ཡལ་གའི་རྩེ་མོ་རྣམས་སུ་ཉི་
ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱི་རྒྱན་ཞིང་། རྩེ་མོར་བྱ་ཁྲུང་ག་རུ་ཏྲ་གནས་པ། རྩེ་བར་ཁྲུས་ཀྱི་རྒྱུང་བྱ་དང་ཅན་དན་གོ་རྒྱུ་ཤིང་།
སོགས་པའི་ལོངས་སྦྱོད་ཀྱི་རྩེར་སོན་པ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་གྲུབ་པར་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་
རྣམས་ཀྱིས་ཅི་དགར་སྦྱོད། དེ་ལ་རི་རབ་ཀྱི་རྩེ་བར་གནས་པའི་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སུམ་རྩེགས་དང་། ཐགས་
བཟང་རིས་དང་། ཉེ་རན་ཀེའུ་ཤུན་ལ་སོགས་པའི་གཙོ་འཁོར་བྱེ་བ་དྲུང་ཕུར་གནས་པ་དེ་དག་གིས་དཔག་བསམ་
ཤིང་གི་རྩེ་བ་ལ་ཇི་ཅམ་གཅེས་སྦྱོང་བྱེད་ནའང་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སྦྱོད་པའི་སྐལ་བ་མ་བྱུང་བས། ཞེ་སྤང་གིས་
ཁྲོས་ཏེ། རི་རབ་ཀྱི་རྩེ་མོ་ཆོས་བཟང་ལྷའི་མདུན་སར་ལྷགས་ནས། འདོད་རྒྱུ་ཡིད་བཞིན་འཛོལ་བའི་གཏེར། ཤིང་
འདིའི་རྩེ་བ་སྤྱང་བྱས་པས། །འབྲས་བུའི་བགོ་སྐལ་ལྷ་དང་ནི། །ལྷ་མིན་མཉམ་པར་དགོས་ཞེས་སྤྱོད། དེ་ལ་ལྷ་

३०९

ཅམ་སྒྲིལ་བས། གཡུལ་ངོ་བོ་སྒྲོག་ ལྷ་དམག་ནམས་ཀྱིས་མཛོན་ཆ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ་ ལྷ་མིན་གྱི་ཕྱག་
 མང་པོ་བསད། ལྷ་མོས་རལ་གྱི་མེ་ལྷེ་བྲང་བས་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དམག་དཔོན་ཏེ་རན་གེའུ་ཤུན་མགོ་བོ་བཅད་པའི་
 ཐོད་པར་ལྷ་མིན་གྱི་ཁྱག་འཐུང་བས། ཁྱག་ཐིགས་ཀྱི་སྤྱུལ་པའི་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དམག་གི་འཕེལ་ཁ་ཆད། ལྷ་མོ་ཙ་
 ལུན་འི་འོ་ལྷོ་བར་ལྷ་ནམས་ཀྱིས་ཚྲང་བཅས་ནས་འཐབ་པས་ ལྷ་མིན་ནམས་ཤིན་ཏུ་ཕམ། ལྷ་ནམས་གཡུལ་ལས་
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དང་། དཔག་བསམ་ཤིང་གི་བདག་པོ་བྱས་པས། དེའི་ཆོ་ཚས་བཟང་ལྷའི་མདུན་སར་རྣམ་པར་
 རྒྱལ་བའི་པོ་བྲང་ཡང་རང་བྱུང་ལྷན་གྱིས་སྤྱབ་པ་དང་། ལྷ་མོ་འདིའི་མིང་ལ་དྲུང་མཁར་ཚྲང་མ་ཞེས་གསོལ། དོན་
 འདི་ལ་དགོངས་ནས་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཡུལ་འཐབ་ཆོ། །ལྷ་མོ་ཁྱེད་
 ཀྱི་ལྷེ་བ་ལ། །ལྷ་ནམས་ཀྱན་གྱིས་ཚྲང་བཅས་ནས། །ལྷ་མིན་ནམས་ཀྱི་གཡུལ་ངོ་བོ་སྒྲོག་ །དེས་ཕྱིར་དྲུང་མཁར་
 ཚྲང་མ་གྲགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། དེ་ནས་ ལྷ་མོ་དུས་ནམ་ཞིག་ན་སྤྱུ་དྲུང་གི་འཛོར་པ་ཅན་བྱ་བའི་བྲང་རྒྱབ་
 སེམས་དཔའ་ཞིག་ བྱ་ཁྱེད་ག་རུ་ཏེས་གཅོས་པ་དང་། དེ་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར་ བྱ་ཁྱེད་བདུལ་བས་དཀར་མོ་དྲུང་སྦྱོང་
 དུ་གྲགས། ལྷ་མོ་དྲུང་སྦྱོང་མ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་པོ་བྲང་འདིའི་བྲང་ཤར་མཚམས་སུ་ གཞལ་མེད་ཁང་དུ་
 ལྷ་དང་ལྷ་མོ་མང་པོས་མཛོད་དེ་བཞུགས་སོ། །དེས་ཆོ་ ལྷ་དང་སྤྲོ་པོ་གཡུལ་བཀྱས་ཏེ་ སྤྲོ་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་
 འཕུམ་ཕྱག་བདུན་བརྒྱགས་པའི་ལྷག་མ་སྤྲོ་པོ་དེ་ཤ་གྱི་བ་དང་སྤྲོ་མོ་ན་ལ་ཙེ་གཉིས་ལུས་པ་ལ། སྤྲོ་པོ་རྩལ་གྱི་
 བ་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་མི་ཀུན་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་དུ། སྤྲོ་མོ་ན་ལ་ཙེ་ལྷ་ཆེན་མ་རྒྱ་དེ་བ་ལ་རྒྱུང་མ་སྟེར། མའི་སྤྲོ་ན་
 ལམ་མཐུ་བཅན་པས་བྱ་མོ་ཞིག་སྤྱེས་པར་ཡབ་ལྷ་ཆེན་པོ་མ་མགུ་ནས་ཁྲོས་ཏེ་ ཐལ་ཁྱེད་དུ་སྤྱས་པ་ལས་སྤྱས་པ་
 ཐལ་མདོག་ཅེས་བཏགས། ཡུམ་གྱིས་མི་ཕམ་ཁོ་གཉེར་མ་ཞེས་གསོལ། དཔལ་ཆེན་ཕྱག་ན་དོ་རྩེས་བསྟན་པ་སྤྱང་
 བའི་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ གནོད་སྦྱིན་བཤན་པ་ནག་རེ་མ་ཏི་ཞེས་གསོལ། བར་སྤྲང་གི་ལྷ་ཐམས་ཅད་བར་དུ་འཁོལ།
 དྲུང་སྦྱོང་མས་སྤྲོ་མོ་དམར་འདབ་ཕྱར་བའི་ལྷ་ཞེས་གསོལ། དུས་ནམ་ཞིག་ན་སྤྲོ་པོ་རྩལ་གྱི་བ་ འཆི་བ་
 བཅུམས་པ་ན་སྤྲོ་མོ་རྒྱ་ལ་ཙེས་ཅི་ཉེས་དྲིས་པར། ལྷ་མོ་དྲུང་སྦྱོང་མ་ཆོ་འབྲང་དུ་འདོད་པར་བཤད། སྤྲོ་མོས་
 དེའི་ཆེད་དུ་ རང་གི་བྱ་མོ་རེ་མ་ཏི་ཁོལ་མོར་ཕུལ་བ་ལྟར་ ལྷ་མོ་དྲུང་སྦྱོང་མས་བཞེས། རྩེ་ཁོལ་ཕན་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་
 གཤིན་པས་ཕན་རྒྱུན་ དེའི་ཆོ་ ལང་ཀ་ཕུ་རིར་སྤྱེའུའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་ལེན་དང་། མཁྱིན་བཟང་གཉིས་རྒྱལ་སར་ཙོད་
 དེ་ དམག་བྱེད་པར་ནམ་མཁའི་ལྷ་ཐམས་ཅད་ལྷ་དམོར་ཆས་པའི་ཤུལ་དུ། སྤྲོ་པོ་རྩལ་གྱི་བས་ གཟུགས་
 བཟང་ཞིང་མཛོས་པའི་མིར་སྤྱུལ་ཏེ་ ལྷ་ཡུལ་དུ་བསྟེགས། སྤྱུ་དང་རོལ་མོའི་འཇུར་ཁྱག་སྟན་པར་སྦྱོག་པས་ལྷ་མོ་
 སྤྱུ་ལ་ཆགས་ཏེ་འཇུར་བསྟན། སྤྲོ་པོས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྦྱོག་བཀོལ་ཏེ་ དྲུང་སྦྱོང་མར་ཕུལ་ནས། གཟུགས་

۳۲۲

བདུགས། བྱི་བྱས་པའི་མངལ་ཡུག་གཞན་གྱིས་མཐོང་བ་ལ་འཆོར་ཏེ་ ཐོད་པའི་སྐྱ་མཁར་ནང་མི་རོ་འབྱམ་གྱི་ཁྲི་
 ལ་བཞག་སྟེ་སྟོ་བཅད། སྤང་བས་སྟོར་ནས་བཞག་དེའི་ཆེ་ལྷ་མོ་དྲུང་སྟོང་མས་ སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་ལས་
 ཁོལ་མོ་རེ་མ་ཏི་བླ་ཞིང་ དེ་བཀྲག་པའི་ཕྱིར་དུ། དཔལ་ཕྱག་ན་དོ་མེའི་གསང་སྤྲུགས་བྱེ་བ་ཕྲག་བཅོ་བརྒྱད་
 བཟུམ་སོ། དེའི་མཐུ་ལས་མཁའ་འགོ་མ་ལག་ཏུ་པརྟ་ཏེ་རུ་ཀ་ཐོགས་པ་ཞིག་ རང་བྱུང་གི་བདུད་གྱི་ཡུལ་ཁམས་
 ལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པས་བདུད་སྟེ་ཀུན་བླ་པ་ཉམས། བདུད་མོ་རེ་མ་ཏིས་ཀྱང་མེ་དྲུང་སྟོང་མ་བླ་ནས། ཡབ་
 གྱི་མཚོན་ཆ་བདུད་གྱི་ཁྲི་བམ་ནག་པོ་དང་། ཡུམ་བདུད་མོ་དབང་མེད་གྱི་མཚོན་ཆ་མཚོན་གྱི་གྲུ་གྲུ་སྟོ་དམར་
 གཉིས་བསྐྱམས་ཏེ་བློས། ལམ་དུ་བ་མེ་མོ་དམངས་རིགས་བྱ་ཏུ་ཁེས་བྱ་བ་དང་ཐུག་པ་དང་དེ་བསད་དེ་ཤ་མེན་
 བོས། ཐུགས་པ་ཆེད་པར་དགིས། དེའི་ཐོན་པ་རེ་ལྟེ་ནག་པོ་དེ་ཉིད་སྐྱ་སྟོང་དུ་ཐོན། དེ་ནས་སོང་སོང་བའི་ལམ་
 ཁར་ སྟོན་པོ་བྱམ་སྐྱ་གི་བའི་ཁྲག་ནད་གྱི་མིང་བྱར་གྱུར་ཏེ་ འབྲེལ་བ་ལ་སྐྱམ་ནས་འཐུང་བས་ཁ་རྒྱང་ཐམས་ཅད་
 བླ་དུ་གྱུར། དེ་ལ་ཡ་མཚན་ཏེ་སྤར་གྱི་བ་མེ་མོའི་མི་ཐུགས་ཆེད་པ་ནས་བཀྲོལ་ཏེ། བླ་མིང་གིས་བཀའ་ནས་
 སྐྱུལ་གྱིས་ཁ་བཅིངས། དེ་ནས་ སོང་བ་དང་བཅོན་སྐྱོད་མེ་ལྷ་བ་དང་ཕྱད་པ་ལ་ དགའ་མཁུ་སྤྱད་པའི་རིན་དུ།
 གང་དུ་བོར་བ་དེ་འཐུང་བར་འགྱུར་བའི་ཤོ་རྟེན་དཀར་ནག་གཉིས་བྱངས། ཁོང་ཁྲེར་སྤང་ལྷ་དུ་སྟེབས་པ་དང་
 རྟོགས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་སངས་ཀྱི་ཕལ་ལ་ བསོད་སྟོམས་སྟོང་བས་ སྤང་ཅི་ལྷུང་གཟེད་གང་ཕུལ་བར་མཛད་པའི་ཉལ་
 སྤྱིད་ཐེབས་པའི་མཆིལ་མ་འཐོར་དེ་བོས་པ་དང་ བར་སྤང་ནས་ལྷ་རྟམས་གྱིས། །བདུད་མོ་ཆེན་མོ་རྒྱལ་པོའི་བླ་
 ཁོལ་གྱི་ཁ་འཕྲོ་འཐུང་ངམ། ཁྱེད་གྱི་ཆེ་བ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ངམ། ཞེས་པའི་སྐྱ་བྱུང་། དེ་ལ་ བདུད་མོ་རེ་མ་
 ཏི་ཁོས་ཏེ་ བླ་གྱི་རྒྱལ་པ་ཁ་བྱེས་པས་རིམས་ནད་སྤྲོ་ཆོགས་གྱིས་བྱབ། རྒྱལ་པོས་འགྱོད་བཤགས་སུ་དཀོར་
 རོར་མང་པོ་ཕུལ་བས་ གཞི་ནས་ནད་རིམས་གྱི་འཕྲོ་བཅད། དེ་ནས་སོང་སོང་བས་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ དུར་ཁོད་
 ཆེན་པོ་རོ་ཡི་ཆལ་དུ་མོ་མོ་དྲུང་སྟོང་མ་དང་འཕྱད། མོའི་བཞེན་པ་སྟོན་པོའི་བོང་བུ་གྱ་དམར་དང་། ཆོད་མ་རྒྱང་
 གི་གཤོག་པ་ཅན་གཉིས་ཕྱད་པ་ལས་ བྱུང་བའི་བྲེལ་རྒྱང་གཤོག་ཅན་ལ་རྒྱ་མཐུར་དང་བཅས་སྐྱ་སྤྱི་ཏེ་ཁོལ་མོའི་
 བཞེན་པ་བྱས། མེ་ཁོལ་གཉིས་གྱི་རྒྱ་འཕྲུལ་དང་ཆོ་འཕྲུལ་ཡ་མ་བྱུང་གིས་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་བླ་ཅིང་
 སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་བར་དུ་ བསད་ཅིང་ཤ་ཁྲག་རྩས་པར་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བ་བདུང་བ་བྱས། མེ་ཁོལ་གཉིས་ཀར་
 ལྷ་ཡི་སྐུལ་པ་དང་། བདུད་གྱི་ཆོ་འཕྲུལ། ཐུགས་གྱི་རུས་མཐུ། བཞེན་པའི་བང་ཤུགས། མཚོན་གྱི་ཕྱོད་བལ།
 སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མངའ་བས་ ལྷ་ལྷུ་མཐུ་བོ་ཆེ་སུས་ཀྱང་འགྲན་དུ་མི་བཟོད་པར།
 འཇིག་རྟེན་གྱི་མཁའ་འགོ་མ་དང་། ཤུགས་འགོ་མ། བདུད་མོ་དང་སྟོན་མོ་སོགས་ འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐུ་བོ་ཆེ་ཀུན་

བཅད་དུ་མཆི་བར་ཁས་བླངས། རྩོམས་ར་རུ་ལ། སློན་པོ་སྤྲུལ་ན། གཤེན་རྩི་མུ་རུ་ཅེ། བདུད་འཆར་ཁ་ནག་པོ།
 ལྷ་ཀུན་རྩ་ཁྱོ་བོ་བསྟེན། ཁོལ་མོས་འབྱུང་པོ་དགོ་བ་དང་། བགལས་བེན་ཡ་ཀ། གཞོད་སྤྱིན་ཡ་ཀྲ་ཀྲ་ལ། རྒྱང་
 བ་ཡེ་བྷེ་བཞི་ཁྱོ་བོར་བསྟེན་ནས་ཉིན་མོར་མཆན་བྲངས་སུ་སྤྲུལ་ཞིང་། མཆན་མོར་དུར་ཁྲོད་ནམས་སུ་འཁྱུད་དེ་
 སྤྱོད། དེའི་ཆེ་བསྐལ་བཟང་ནམ་འབྲེན་བཞི་པ་ཤུ་ཐུབ་པ་ འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་ཏེ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་
 རྒྱུ་པའི་ཚུལ་བསྟན། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱར་བ་ན་ ལྷ་མོ་དུང་སྤྱོད་མ་སྤྱོན་གྱི་སྤོན་ལམ་གྱི་མཐུ་བརྟན་
 ཏེ་ རྩོམས་གཉིས་སྤོན་པའི་སྤྱན་སྤར་འཁོད་དེ་བསྟན་པ་སྤྱང་བར་ཁས་བླངས་སྟོག་གི་སྤྱིང་པོ་ཕུལ་ནས་ བྱང་
 རྒྱབ་མཆོག་དུ་ཐུགས་བསྟེད། ཨ་སུ་རའི་བྲག་ཐུག་དུ་བཅུ་བེ་མཆོག་སྟེད་དང་མཉམ་དུ་ཨེ་ཀ་ཇ་ཏེ་རལ་གཅིག་མ་
 བསྐྱབས་པས་འགྲུབ་སྟེ་ཞལ་གཟིགས། རྩོམ་ལ་མ་རྒྱ་ཀ་ལི་དང་། ཁོལ་མོ་ལ་ཡ་ཀྲ་རེ་མ་ཏི་ཞེས་གསལ། བསྟན་
 པའི་སྟེ་དང་། ད་རི་སྟེ་ཞེས་པའི་དགོ་སྤྱོད་པ་མ་གཉིས་ སྤོན་ཁྲིམས་ཉམས་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པས་བསད་པ་
 ལས། སྤོན་ལམ་ལོག་སྟེ་བདུད་པོ་གཏུ་རི་དང་། བདུད་མོ་རོ་ཤ་ཁ་འདར་གཉིས་སུ་སྤྱེས་ནས་ ཡུལ་གྱི་མི་རྣམས་
 རྫོགས་ལ་ཉེ་བར་བོས་པ་དེ་གཉིས་བསྐྱལ། ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མས་ནམ་གྱུ་མཆེད་བརྒྱུད་འབངས་སུ་ཕུལ། དེ་
 བས་ སློན་ཡུལ་དུ་དམག་བྲངས་ཏེ་ སློན་པོ་ཡ་ཀྲ་ཤོ་ར་བསྐྱལ་ཏེ་ དེའི་མགོ་ཡི་སྤྱོད་དང་ཐུགས་པས་ཁེབས་བྱས།
 དེ་ནས་ ཁྲོ་བོ་རྩ་མགོན་བསྐྱབས་པས་འགྲུབ་སྟེ་ ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་། ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་ཏེ་
 ལས་གྱི་ལྷར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས། རྩོམ་ལ་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ནག་མོ་དང་། ཁོལ་མོ་ལ་སྟོག་དམར་སྤོན་ལྷན་དུ་
 བཏགས། འདི་ལ་དགོངས་ནས་ ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཆོས། རྩ་མགོན་རྒྱལ་པོས་མཆན་
 བཏགས་པ། སྟོག་དམར་སྤོན་ལྷན་གཤེགས་སུ་གསལ། ཞེས་གསུངས། ལྷ་མོ་རྩོམ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོག་གི་
 སྤྱིང་པོ་ཕུལ་ཏེ་བསྟན་པ་སྤྱང་པ་ཁས་བླངས། དེའི་ཆེ་ སྤོན་ཡུམ་ཨུ་མ་དང་ན་ལ་ཅེ་གཉིས་ཀྱིས་ རང་རང་གི་བྱ་
 མོ་བྲན་ཏེ་སྤོན་ལག་གི་ཅེ་ལ་རུ་ཞོ་བསྐྱུས་ནས་གཏོར་ཏེ་བོས་པས་རིན་པོ་ཆའི་མ་བྱ་དང་། བྱ་དེ་ནག་མོ་ཞོར་སྐལ་
 དུ་བརྒྱངས། དེ་ནས་རྩོམ་གཉིས་ཀྱིས་དུར་ཁྲོད་རོ་ཁང་ནག་པོའི་དབུས་སུ་ དཔལ་ཕྱག་ན་དོ་རྩོམ་བསྐྱབ་པས་
 གྲུབ་སྟེ་ ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས། དཔལ་རྩ་མགོན་གསང་འདུས་པ་དང་ ཐུག་འཐུང་ཏེ་རུ་ཀ་ལ་སོགས་
 པའི་དབང་དགྲ་བསྐྱར་བ་དང་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ས་རྣམ་པར་རྒྱག་དུ་གཡོས། དཔལ་ཕྱག་ན་དོ་རྩོམ་
 དཔལ་མ་རྒྱ་ཀ་ལི་དང་། ཁོལ་མོ་ལ་གཞོད་སྤྱིན་གཤེན་པ་ནག་མོ་ཞེས་སུ་བཏགས། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྩོམ་གྱི་
 འདུན་རྒྱ་མཆོས། ཐུག་ན་དོ་རྩོམ་མཆན་བཏགས་པ། གཞོད་སྤྱིན་གཤེན་པ་རེ་མ་ཏི། ཞེས་གསུངས་སོ། རྩོམ་
 ཁོལ་གཉིས་ཀས་སྟོག་སྤྱིང་ཕུལ་ཏེ་ བསྟན་པ་སྤྱང་པ་ཁས་བླངས་དང་དམ་བསྐྱགས་བྱས། མཐུ་སྟོབས་དང་རྩོམ་

འབྲུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མངའ་བས་ འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་ཏུ་གྱུར་བ་དང་། ཚངས་པས་མ་བྱའི་
 གཙུག་ཕྱད་ཕྱལ་བ་དབྱ་གདུགས་ཏུ་མཛད། བྱབ་འཇུག་གིས་ཉི་མ་དང་ལྷ་བ་ཕྱལ་བ་ ཉེ་བ་དང་དབྱེ་ལ་རྒྱུ་
 རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་གྱིས་སེང་གེ་ཕྱལ་བ་ ལྷན་གཤམས་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་བྱས། ལྷ་རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་ཡིས་སྤྲུལ་གྱི་
 གདངས་ཀ་ཕྱལ་བ་ལྷན་གཤམས་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་འཆང་། སིན་པོ་དང་ཤ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲག་ཞག་དང་ ཐལ་ཆེན་ཕྱལ་བ་
 སྤྲུལ་རྒྱུ་ དུས་བཞིའི་ལྷ་མོ་དང་། མ་མོ་དང་། བདུད་དང་། གཤིན་མེད་སིན་པོ་དང་། གཟའ་དང་། རྒྱ་
 སྐར་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་སིན་སྤེ་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་ དབང་དུ་འདུས་ཏེ་སྤྲུལ་པ་གསུམ་ན་འབྲུག་པའི་ལྷ་དང་བྲལ་
 བར་གྱུར། དེའི་ཆེ་ ཁོལ་མོ་རེ་མ་ཏི་ནི་ མ་གཅིག་དཔལ་ལྷན་དམག་ཐོར་གྱི་རྒྱལ་མོ་རེ་མ་ཏི་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ།
 རྗེ་ཁོལ་འདི་ཉིད་ རྣམ་པར་སྤྲུལ་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་སྤྲུལ་པའི་དོན་ཆེ་མཚན་བརྒྱད་འབྲེལ་བ་ལས། གཅིག་ཕུ་
 ཉིད་ཀྱིས་དུ་མའི་གར་ཤར་བ། ཞེས་གསུང་པ་དང་མཐུན་པ་དོ་བོ་གཅིག་པ་སྤྲུང་ཞིང་ངེས་པའི་དོན་དུ་ནི་ རྒྱལ་
 ཀྱན་གསུང་གི་དབང་ཕྱུག་དབྱངས་ཅན་མ་དག་ཏུ་ཁྲོས་པའི་རྣམ་པར་གསུངས་ཏེ། རྗེ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས། དུས་
 གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གཅིག་དབྱངས་ཅན་མ། གདུག་པ་འདུལ་ཕྱིར་དག་མོ་སྤྲུར་བསྟན་ཁྱད་། ཁ་བཅུའི་དབང་
 ཕྱུག་མཁུན་བཅུའི་གཏེར་ཆེན་དུ། ཡིད་ཆེས་གསོལ་འདེབས་སྒྲ་མེད་བསྟན་ཆོག་འདིས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།
 དེ་ཡང་རྒྱུད་སྤེ་པན་ཚུན་གྲང་བསྒྲིག་ན། དོན་ཆེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་མ་དང་། དོན་ཆེ་ཕག་མོ། གསང་བ་ཡེ་ཤེས་
 མཁའ་འགྲོ། རྗེ་བཅུན་སྒྲོལ་མ། དབྱངས་ཅན་མ་ལ་སོགས་པའི་རབ་འབྲམས་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོ་སྤོ་བ་དང་
 རྒྱུད་པའི་བྱེད་པོ་དམ་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་དོན་ལ་དོ་བོ་གཅིག་ཅིང་། གདུག་པ་འདུལ་བ་དང་འཕྲིན་ལས་སྒྲོལ་བའི་
 སྤྲུལ་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲུང་མ་ཨེ་ཀ་ཇེ་ཏི་དང་། དུད་སོལ་མ། དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ནག་མོ་ཁྲོས་མ། མ་མོ་སྤྲུལ་པའི་རྒྱལ་
 མོ། དུང་སྒྲོང་རྒྱལ་མོ། ཅ་སྟན་ཏི། དུས་མཚན་མ། པར་ཤ་བ་རི། ཡུལ་ནག་མོ་རེ་མ་ཏི། ཁོལ་མོ་རེ་མ་ཏི་ལ་
 སོགས་པ་ མིང་བརྒྱད་དང་མཚན་སྟོང་གིས་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་ དོན་ལ་སྤྲུལ་གཞི་གཅིག་གི་སྤྲུལ་པའི་སྤོ་
 བསྟུ་ཅམ་དུ་ངེས་ཏེ། འདིའི་ཁྲུངས་ནི་མེ་བྲེ་ཕྱིང་བའི་རྒྱུད་དང་། ཁྲོས་མ་ནག་པོའི་གསང་བའི་སྤྲིང་རྒྱུད་དང་།
 གཤམས་པ་ནག་པོའི་རྒྱུད་སོགས་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་དགེ་འདུན་
 རྒྱ་མཚོ་དང་། བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ། རྗེ་དབྱང་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་སོགས་ཀྱི་གསུང་ཙོན་རྣམས་སུ་ མདོ་རྒྱུད་
 བས་གསུང་པའི་དོན་གྱི་སྤྲིང་པོ་བསྟུས་ནས་བཀོད་སྤྲོད་དོ། བསྟན་སྤྲུང་བྱུང་པར་ཅན་འདི་ཉིད་དོན་ཆེ་འཆང་གིས་
 བྱབ་ཆེན་ས་ར་ཏུ་ལ་གནང་ཞིང་དེས་སྤྲུབ་སྐྱོར་དང་ལས་ཆོགས་མཛད། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ སྤྲུལ་པ་སངས་
 རྒྱས་ཀྱིས་བོད་དུ་ ལྷན་དབང་པའི་ཆོས་སྐྱོར་ཞིག་དང་། ཡང་རྒྱལ་བ་དོན་ཆེ་འཆང་གིས་ཨ་ཙྰ་བྱ་དམར་པོར་

གསུངས་པ་དང་། དེས་ལྟེ་འབྱུང་གནས་བཟང་པོ་དང་། དེ་ནས་རིམ་པར་བཞིན་སྐྱབས་ རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་སོགས་
ལ་བརྟུན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

བཅུ་གསུལ་།

ལྷ་མོ་དམག་ཐོར་མའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ ཆོས་སྐྱོང་གི་སྐོར་ཡིན་པ་ལས་ ཡོངས་འབྲེལ་ཐོག་ལུ་མཁས་པ་ཚུ་གིས་བཀོད་
དེ་ཡོད་མི་འདི་ ལྷ་ལུ་འབྲེལ་བའད་དེ་བཅུ་གསུལ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན།

མཁས་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ལུ་ རྒྱུས་པར་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ནང་
ལོགས་སུ་སྡེ་བྱི་སྡེ་མེད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

སྤྱི་ཆེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་ རྩོན་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ལས་ རྗེས་འབྲུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོངས་བའི་ ཆོས་སྐྱོངས་སྤང་མ་ཅིག་སྡེ་བསྐོས་ཅིང་ཞལ་བཞེད་
མཛད་དེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ རུས་རྒྱན་ནམ་རང་ཡིན་རུང་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྐྱབས་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པའི་ཁར་ རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ལུ་ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐྱབས་སུ་ཆོས་སྤང་སྡེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱུ་རྩེན་ཡིག་ཆ།

ཆོས་སྐྱོང་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་ཁ་གསལ་སྡེ་ཤེས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆདང་ ཡོངས་
འབྲེལ་ཐོག་ལས་བརྟུན་ཡོད་པ་ཡིན།

༤ དག་བསྟེན་སྟོན་ཁ་དག་འདུན་ཚུལ་འཕེལ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དག་བསྟེན་སྟོན་ཁ་དག་འདུན་ཚུལ་འཕེལ།

གཡུས། འཇམ་ཁར་ སྒྲོམ་ཕུ་སྦྱིད་པའི་གླིང་།

ལྷ་ཁང་། སྒྲོམ་ཕུག་སྦྱིད་པའི་གླིང་ ལྷ་ཁང་།

གཤེད་འོག། སྟོང་ཁང་།

བསྟེན་མི། བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་ཚྲོང་ཁག་གི་མི་སེར་ཁ་ཤས་དང་ སྟོང་ཁང་གཤེད་འོག་གི་མི་སེར་
དེ་ལས་ གཞན་ཡང་བཟ་ཤིས་སྒྲུང་དང་ མོང་སྒྲུང་གི་མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ཡང་
བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

ལྷ་ཁང་དང་ས་གོའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས།

སྟོན་རྒྱུ་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་

ཁྱོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སྒྲོམ་ཕུག་

སྒྲོར་རའི་བདུད་ སྟོན་ཁ་བདུལ་ཞིའི་

དོན་ལུ་ བཟ་ཕུག་ ཅིག་ནང་ སྒྲོམ་

གནང་བཞུགས་པ་ལས་སྒྲོམ་ཕུག་དང་

ཤུལ་ལས་དད་མོས་ཅན་གྱི་མི་ཚུ་

གིས་བཟ་ཕུག་དེ་ སྒྲོར་ར་རྒྱབ་ནི་

འདི་ གིས་ དད་མོས་ཅན་གྱི་དོ་ལུ་སྒྲོར་ར་རྒྱབ་སའི་གནས་བུད་པར་ཅན་ཅིག་ལུ་ སྒྱུར་ཕྱ་ལས་ ཡོངས་གྲགས་
ལུ་ གནས་དེ་གི་མིང་ ཡང་ སྒྲོམ་ཕུག་སྒྲོར་ར་ཟེར་དར་བུ་འགྲོ་བུག།



ཡིན་རུང་ སློམ་ཕུག་སྟོར་རའི་སྟོབ་དཔོན་ དབུ་འཛིན་ བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ སྐབས་མེ་རིན་པོ་ཆེ་ ཁྱི་
རབས་^{༡༠} པས་ སློམ་ཕུག་སྟོར་རའི་ཕྱིས་གཞུང་སྟོབ་གྲ་གཞི་བཙུགས་འབད་བའི་སྐབས་ སློམ་ཕུག་བསྟོར་ར་
མེན་པར་ སློམ་ཕུག་སྟིད་པའི་གླིང་ ཡིན་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ལས་ གནས་དེའི་མིང་ལུ་ སློམ་ཕུག་སྟིད་པའི་
གླིང་ཟེར་ཞུ་ཡིན་པས།

གནས་ཁང་།

བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེའི་ཆ་འདུས་ ཞུན་གུ་རུའི་གནས་མཚན་ག་ ཡོངས་གཤམ་ལུ་ སློམ་ཕུག་སྟོར་ར་དང་ གནས་
ཀྱི་མིང་ རོ་མ (སློམ་ཕུག་སྟིད་པའི་གླིང་) གི་གནས་བདག་ དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཁ་དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ཟེར་
ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་གི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་ཏེ་ སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤུང་བའི་མངའ་བདག་དང་ བླ་
གསེས་བཟ་ཤིས་གཡང་ཅེ་སྟོང་མི་བྱང་སའི་ཆེད་འོག་ གཡུས་འཇམ་ཁར་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ འགལ་རྒྱུན་བར་
ཆད་སེལ་ཞིང་ སྐབས་རེ་སའི་གནས་བདག་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

གནས་བདག་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ སློམ་ཕུག་སྟིད་པའི་གླིང་གི་དབུ་འཛིན་ བསྟན་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་
གནས་བདག་དེ་ ད་རིས་སྤྱིར་བཏང་སྤྲེལ་སྟེ་ལུ་ སྟོན་ཁ་དང་ དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ཟེར་སྤྲེལ་ཡིན་རུང་ ཁོ་
ར་རོ་མ་དེ་ བདུད་པོ་ཏི་པ་ར་ཇ་ ཟེར་མི་འདི་ཡིན་མ་དེ་ ཏི་པ་ར་ཇ་དེ་ སློམ་ཕུག་སྟོར་རར་རྒྱུང་ཅིག་མེན་པར་
ས་གནས་གཞན་མང་རབས་ཅིག་ལུ་བྱབ་སྟེ་ ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ གནས་བདག་གི་
གསོལ་ཁ་ མཐུ་ཅུལ་དག་འདུལ་ལས། གྱི། ཡང་ཅིག་བདུད་པོ་ཏི་པ་ར་ཇ་ལྟོད། །བྱང་གི་ཕྱོགས་སུ་གཉན་
ཆེན་ཐང་ལྟ་དང་། སྟིད་ཤོད་ལུང་དུ་གཉན་ཆེན་མཁར་རྒྱ་དང་། །པོ་ཇའི་རི་ར་ལྟ་བུད་བྱང་དཀར་དང་། །ལྟོ་
སྟོད་ཀྱི་རིའི་སྐྱུ་ལ་ཁ་རི་ཞེས། །སང་གེ་རྫོང་དུ་ཟོ་ར་ར་སྟེས་དང་། །སྐ་རྒྱལ་རྒྱལ་བདུད་པོ་ལྷ་བ་དང་། །མོན་ཁའི་
རགས་མོར་བདུད་པོ་སྤྲེལ་ཆེན་དང་། །གནས་མཚན་ཕྱོ་རིར་ཀུན་དགའ་གཞོན་ཅུ་དང་། །ལྟོ་བྲག་མཁར་རྒྱར་
དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཁ་གནས། །ལྟོ་མོན་སློམ་ཕུག་སྟིད་པའི་ལུང་དུ་ནི། །གཏེར་བདག་དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་ཞེས་
གཤམ་པའི། །ཞེས་གསོལ་ཁའི་མཚན་པའི་ཆོག་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བདུད་པོ་སྟོན་ཁ་དེ་ བོད་ལུ་ཞུན་
རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ལྷ་སྟོན་མང་རབས་ཤིག་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་བཙུག་པའི་སྐབས་ བདུད་པོ་དེ་དམ་ལུ་

གནས་མ་བདུབ་པར་ བྱུགས་སོ་སོ་ལས་མར་བྱུག་ཐལ་ཏེ་འབད་རུང་ ཁོ་ག་ཏེ་འབྱོ་ས་ལུ་ ཚྱུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་
བདའ་བྱོན་ཏེ་ དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ གནས་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



གནས་བདག་ དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་དག་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་སྐྱུ་མདོག་
 ཕྱག་མཚན་ཚུ་གི་ཐད་ཁར་ ཁ་གསལ་སྟེ་ལོ་རྒྱུས་
 སྤྱོད་མི་ཅིག་འཚོལ་མ་ཐོབ། ཡིན་རུང་ སྐྱོམ་ཕྱག་
 སྐོར་རའི་དབུ་འཛིན་བགྲམས་པ་ ཐུབ་བསྟན་བཟ་
 ཤིས་ཀྱིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་
 བདག་གི་ གསོལ་ཁ་ཁྱུན་འབྲེན་ནང་ལུ་ཐོན་དོ་
 བཟུམ་སྟེ་ སྐྱུ་མདོག་ལུ་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་རུང་
 གཙོ་བོ་བདུད་ཁ་མཐིང་ནག་སྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།
 དེ་ཡང་ གསོལ་ཁ་མཐུ་ཚུལ་དག་འདུལ་ལས། རྒྱ་
 མཚོ་བདག་པོ་བ་རྒྱབས་འཁྲུག་པའི་གྲོང་། །རོལ་
 མཚོ་བདུད་ཀྱི་པོ་བྲང་ཆེན་པོ་ནས། །བསྟན་སྲུང་
 མངའ་བདག་གཏེར་སྲུང་མཐུ་བོ་ཆེ། །པ་ནི་བདུད་
 དང་མ་སྐྱུ་བཞོས་པའི་བྲ། །སྟོག་བདག་འཛིགས་ཕྱེད་
 ཆེན་པོ་བྲག་ཤུལ་ཅན། སྐྱུ་མདོག་སྐྱ་ཚོགས་བསྐྱར་བའི་རྩུ་འཕུལ་ལྟན།



མཚོ་སྐྱབ་མོ།

ཁ་ཐིང་ནག་བདུད་ཁ་དམར་ནག་སྟོན་པའི་གདོང་། །ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རབ་རྩ་ཁྲོས་པའི་གཟུགས། སྐྱུ་
 སྟོད་མི་ལ་སྐྱུ་སྐྱད་སྐྱུལ་དུ་འབྱེལ། །མགོ་ལུས་མེད་པར་ཐམས་ཅད་མིག་གིས་གང་། །ཕྱག་གཡས་གསེར་གྱི་
 འཁོར་ལོ་བསྐོར་ཞིང་བརྟེན། །གཡོན་ན་སྐྱུལ་ནག་ཞགས་པ་ཐོགས་ཤིང་འཕེན། །བདུད་རྩྭ་ཆིབས་ནས་འཛམ་གླིང་
 ལུད་ཀྱིས་བསྐོར། །ཟེར་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱུ་མདོག་བདུད་ཁ་མཐིང་ནག། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་ གཉིས་སྟེ་འབད་
 ཞིན་ན་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཁོ་བའི་ཞལ་སྟེ་ ཆིབས་རྩུ་གཞོན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚོད།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་ཡང་ ཉིན་ལྟར་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་
 སྐབས་ལུ་གནས་བདག་གཙོ་བོ་སྟོན་ཞིན་ན་ སྐྱུ་རྒྱུང་ལོགས་སུ་སྟེ་གནང་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་ རང་

ཟླ་གཉིས་པའི་ཆེས་ ༥/༧/༡༠ ཉིན་མ་ གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ ཆོས་བཙུ་ཆེན་མོའི་སྐབས་གནས་བདག་གཙོ་བོ་བཏོན་
ཏེ་རྒྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ སྐྱེ་རྒྱུ་གནང་ཐོག་གསོལ་མཆོད་ ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་ སློམ་ཕུག་སྒྲོར་རའི་དབུ་
འཛིན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བའི་ཡན་པ།

ཕན་ཐོགས་མགོན་སྐྱབས་ཀྱི་ཐང་ཁར་ དུས་ནམ་རང་འབད་རུང་ གནས་བདག་དེ་ལུ་གསོལ་བ་མ་བཏབ་ན་མ་
ཤེས་མཐའ་ཅིག་ཏུ་ཁོ་ལུ་བཙུག་མི་ན་སྤྱི་གི་སློལ་ས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ གསོལ་བ་ག་ཅིག་བཏབ་མི་འདི་
ཕུལ་དང་ཕྱར་དུ་སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ དབུ་འཛིན་བསྟན་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ལས་ ཡམ་སྤུ་ ཡེ་ལོ་སྐྱེས་མ་བཏབ་མི་རྒྱ་གིས་ ཡེ་ལོའི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ཞི་འདོད་ལས་མགོན་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ རང་ལུ་བུ་དགོ་མི་བུའི་དངོས་གྲུབ་དང་ བུ་མོ་འདོད་མི་ལུ་བུ་མ་ དེ་ལས་ གཞན་ཡང་ཅི་བསམ་
པའི་དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཡང་འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་ཏེ་འོང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་
ལོ་ཐོག་བཏབ་མ་རན་པའི་གོང་ལས་ ཐོག་ལེགས་ནི་དོན་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་སྟེ་
བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ག་དམ་ཅིག་སྟེ་གནས་བདག་དེ་ལུ་གསོལ་ཁ་དང་ གསོལ་མཆོད་ཚུལ་མཐུན་མ་ཕུལ་མ་བཟུམ་དང་ གསོལ་
མཆོད་ཆད་ སོང་པ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་གཞི་རྒྱ་བུ་དོ་ཡོད་པ་མ་
ཆད་ མི་ལུ་ཡང་བར་ཆད་བུ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ སློམ་ཕུག་སྒྲོར་རའི་མཆོད་ཞིང་བདག་འཛིན་འབད་མི་ དགོ་སྟོང་
བགྲམས་ སྟོབ་དཔོན་ཕྱིན་ལས་གྱིས་བཤད་ཡོད་པ་སྟེ་ དབུ་འཛིན་བསྟན་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་
ཡིན།

དག་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུས།

གཏེར་སྤྱང་གནས་བདག་འདི་གི་ ལྷ་ཁང་དང་གནས་ཁང་མཇལ་ཁ་ལུ་ཞི་འདོད་ལས་ ཡམ་སྤུ་དང་ཕོ་སྐྱེས་
གཉིས་ཆ་རང་ལྷ་ཁང་ དང་གནས་ཁང་ནང་ལུ་ འཇུག་ཆོག་པ་སྟེ་ སློམ་ཕུག་སྒྲོར་རའི་སྐབས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་
མཚན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན། ཏེ་མ་ལས་ད་རེས་ནངས་པར་ གནས་སྤངས་འབད་བ་ཅིན་སློམ་ཕུག་སྐྱིད་

པའི་གླིང་ལུ་ སྟོན་མ་ལས་གཞི་རིམ་སྟོབ་བྱ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྐབས་ཅིག་ལས་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐོག་གི་ཕྱིས་གཞུང་
 རྩེ་བའི་སྟོབ་བྱ་ཅིག་ཡང་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་པ་སྟེ་ དབུ་འཛིན་གྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་ཨིན།
 དེང་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལས་བརྟེན་ གནས་བདག་དེ་ བསྟེན་མི་དང་མ་བསྟེན་མི་ཁྱད་པར་འབད་བ་ཅིན། ཉེ་
 མ་དང་ད་རེས་ནངས་པར་ ཏུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལས་བརྟེན་ག་དེ་སྟེ་འགྱོ་དོ་ཡོད་པ་སྟོ་ཟེར་བ་ཅིན་ སྟོམ་ཕུག་གླིང་
 པའི་གླིང་གི་གནས་བདག་ལུ་བསྟེན་མི་འདི་ ཉེ་མ་དང་ཕུད་པ་ད་ ད་རེས་ནངས་པ་ མི་མངམ་གིས་རང་ རང་
 གི་ལམ་འགོ་ལེགས་ཤོམ་འགྱོ་ནི་དོན་ལུ་ གནས་བདག་ལུ་གཙོ་བོ་བརྟན་ཉེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟོམ་ཕུག་གླིང་
 པའི་གླིང་གི་ སྟོབ་དབུ་འཛིན་གྱིས་བཤད་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གནས་བདག་དེ་
 སྤལ་དང་མུར་ཏུ་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་མི་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚུ་གིས་ཏ་གོ་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



ཨྱོན་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་རྩེས།



ལྷ་བདུད་ཏི་པ་ར་ཇའི་ ལོག་སྒོད་པའི་སྤར་རིས།



ཁྱེན་རིན་པོ་ཆེ་གི་ཕྱག་བཅས།

སྟོན་ཆོག་སྐད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ རིན་ཆེན་སྐད་པ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རིན་ཆེན་སྐད་པ།

ས་གནས། བྱང་ཕུ་ཅེ།

ལྷ་ཁང་། གཤམ་ཕུ་ལ།

བསྟན་མི། གཤམ་ཕུ་ཅེ། མ་ནམ་ཆེས་མཁར་གྱི་སྤྱི་འོག་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ གནས་སྐབས་ཀྱི་
མགོན་སྐབས་མཛད་མི་དང་ བར་ཆད་སེལ་ཞིང་རང་གི་འདོད་པ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་བཙན་
ཅིག་སྟེ་ བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་གསེར་སྐྱེས་ཅིག་ཕུལ་ དེ་ལས་སྟོན་དང་ཕུའི་ལུགས་སྟོལ་
ལྟར་ ཨ་རྒྱས་དང་ཨང་རྒྱས་ཅིག་གི་སྟོར་ལས་ལོ་རྒྱས་དང་འབྲེལ་འབད་སྟོལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་གི་སྟོར་
ལས་ ཞི་བའི་གཙོ་འཛིན་སྒྲུལ་དང་འབྲེལ་བ་འབབ་ཡོད་རུང་ ཁ་གསལ་སྟེ་ཐོབ་མ་ཚུགས་པ་ཡིན། རིན་ཆེན་
སྐད་པའི་ལོ་རྒྱས་ ཞི་བའི་གནས་ཀྱི་སྒྲུལ་གིས་གསུངས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
ཡང་ རིན་ཆེན་སྐད་པ་དེ་ལུ་སྟུན་ཆ་དགུ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྟོན་དང་ཕུ་མོན་ཏྲ་མང་ སྟོར་
ཟམ་ལས་འོང་པའི་ལོ་རྒྱ་ཡིན་པས། ཐོ་རྒྱལ་སྟོན་ཤོས་དེ་ བུ་དི་རི་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཐོ་རྒྱལ་དེ་
སྟོར་ཟམ་མ་ལྟོད་ཅིག་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡར་ལས་མར་ཚུ་གནམ་མེད་ས་མེད་སྟོན་སྟེ་འབབ་སྟེ་ཡོད་པ་
ཡིན། ཚུ་འདི་འི་རྩ་བ་ལས་ཡར་མི་གཅིག་གཉིས་སྟེ་འཁྱོ་མ་རུམ་པའི་རྩ་ཆེན་ ཡར་ལས་མར་ཚུ་འོང་ས་མ་མཐོང་
རུང་ མར་འོག་ལས་མར་ཐོན་འཁྱོ་ས་མཐོང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། མར་ཐོན་འཁྱོ་སའི་ས་གནས་ཁར་ལས་ ཏུ་པ་དང་
བཙས་ཏེ་ཐོན་འཁྱོ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། སྟུན་ཆ་གཅིག་དེ་ གོང་ཟ་གནས་གྲུ་ལུང་ཤོད་ཟེར་ས་ལུ་
ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་ གཞན་མི་ཚུ་ གནས་པོ་དོར་སེལ། རིན་ཆེན་སྐད་པ། དར་སང་ལ་སོགས་པ་ཚུ་

སྤྱན་མཆོད་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ སྤྱན་ཆ་གཞན་མི་ཚུ་དྲི་བསྤྱན་འབདཝ་ད་ སེམས་ཁར་དུན་མ་ཚུ་གསལ་ལས་
ཡིག་ཐོག་ལུ་བཞོད་མ་ཚུ་གསལ།

དེ་ན་ཆེན་སྐང་པ་དེ་ དམར་མཆོད་སྤྱེ་གསོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྤྱན་དང་ཕུའི་ལུགས་སྤོལ་ ཆར་པ་རེ་
རྒྱབ་མ་བརྟབ་པ་ཅིན་ ཁོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་དང་ ཆར་པ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་བཏང་ནི་མེད་པ་ཡིན།
སྤྱན་དང་ཕུ་ ལོ་ལྷར་བཞིན་དུ་དམར་མཆོད་སྤྱེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པའི་སྐྱོར་ལས་ ད་རེས་ཨོ་བ་གནས་
ཀྱི་གཙུག་ཏུ་འཛིན་གྱིས་དངོས་སུ་མཐོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས་ནི་འདུག། སྤྱན་མ་དེ་ཆེན་སྐང་པ་དེ་ལུ་ ལྷམ་
༤དང་༥ དེ་ཅིག་ར་ དམར་མཆོད་ཀྱི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྤོལ་པའི་བར་ན་ དེ་ཆེན་སྐང་པ་དང་ལས་ ཨ་ཁས་
དང་ཨང་ཁས་གཉིས་ ད་རེས་གནས་པོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ལོ་ ག་དེ་སྤྱེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཟེར་བལྟ་
བར་འོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དེ་ལས་ དམར་མཆོད་ཀྱི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སར་སྤྱོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བསྐང་བྱི་ཉལ་གྱི་མི་གཉིས་གསུམ་
ཅིག་རབ་མཁར་ཟེར་སར་ལུ་ ཤིང་འཕུ་བར་སོང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཁོང་ཆ་རྒྱབ་རབ་མཁར་ལུ་ངལ་གསོ་སྟེ་
སྤོལ་པའི་སྐབས་ ཨ་ཁས་དང་ཨང་ཁས་གཉིས་འོང་འོང་མ་ཡིན་པས། ཨ་ཁས་མགྲོ་ཏོ་ཁར་ཆར་གྱི་ཞུམ་ཅིག་
བཙུགས་ དེ་ལས་ཨང་ཁས་ཀྱིས་ མོན་ཏྲ་མང་གི་ཞུམ་ཅིག་བཙུགས་སྤྱེ་འོང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྤྱོ་སྤྱབ་དེ་འོང་
སར་མཐོང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ལོ་རྒྱུས་དེ་ཡང་ མོན་ཏྲ་མང་གི་ཁ་སྐད་སྤྱེ་ ཁོང་ཆ་རྒྱབ་གྱིས་གནས་པོ་གསོལ་དོ་
ལོ་ག་དེ་གསོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཟེར་བལྟ་བར་འགྲུབ་ད་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་བརྟབ་བརྟབ་སྤྱེ་གསོལ་དེས་ ད་
རེས་ཟ་ནི་འཕུང་ནི་ཚུ་ཚོ་བཟོ་ཡིན་པས་སེམས་དགའ་ཡི། རྒྱངས་པར་ལས་ཁོར་ཆར་པ་དགོ་པའི་སྐབས་ཆར་པ་
མ་ཆད་པར་རང་རྒྱབ་ནི་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱབ་སྤྱེ་འགྲོ་སར་མཐོང་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དེ་ལས་ཨང་ཁས་དེ་ སྤྱན་མ་སྤྱེ་ཨ་ཁས་དེ་བརྟེན་ལས་སྤྱེ་འགྲོ་སྤོལ་པའི་བར་ན་ ཨ་ཁས་ལམ་འོག་ལས་མར་
ཚོབ་རིལ་ཡར་སོང་པ་ཡིན་པས། ཚོབ་རིལ་འགྲོ་མི་ཨ་ཁས་ཀྱི་ཞུམ་ཕུད་དེ་ལུས་མི་འདི་ བྱི་ཉལ་ཤིང་འཕུ་བར་
འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་འཕུ་འབག་འོང་སྟེ་ བྱི་ཉལ་གཡུས་ཆན་ནང་ལུ་བཞག་ཡོད་མི་འདི་ གནས་པོ་གསོལ་མཆོད་
ཕུལཝ་ད་ ཨ་ཁས་དང་ཨང་ཁས་གཉིས་དངོས་སུ་བཟོ་སྤྱེ་ཐོན་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཨ་ཁས་ཐོན་མི་འདི་གིས་
འདི་བསྐང་ཨ་ཁས་ཀྱི་ཞུམ་དེ་བཙུགས་ རྒྱབ་ཁར་དཔའ་ཏྲགས་ཅིག་བཏགས་སྤྱེ་གཏོར་མ་ཡང་དེ་སྤྱེ་གནས་པོའི་
ཕོ་བྲང་ཁ་ཐུག་ལུ་བཞགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཕ་དར་གྱི་གནས་པོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཤ་ད་ ཕ་དར་གྱི་ཕ་བར་སོང་ཞིན་ན་ གསེར་སྐྱེམས་ཅིག་ཕུལ་ཏེ་ དར་
ཤིང་བདུན་འབད་མི་ཅིག་བཅད་ཞིན་ན་ཕུལ་ཏེ་ ག་དེ་སྤེ་སྤྲུབ་ནི་ཡོད་པ་སྟོ་བེར་བ་ཅིན་ ཡུ་ད་ ད་རིས་ང་བཅས་
ཀྱིས་ཁྱེད་ལུ་གསོལ་མཆོད་འདི་རྒྱ་ཡང་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྤེ་ཕུལ་ཡི་གོ། ཁྱེད་ཀྱིས་འབད་རུང་ ང་བཅས་ལུ་རྒྱུན་
དང་བར་ཆད་རྒྱ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་ ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ཤིང་
ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་འབེབས་གནང་དགོ་པའི་ཁྱེད་ལུ་བུ་ཕུལ། ད་ང་བཅས་ཀྱིས་ཨ་ན་ཁར་ཕུལ་བཟག་ཡོད་མི་འདི་ཁྱེད་
ར་གིས་ལེན་འབག་སྤྲེལ་དེ་སྤྲུབ་ཞིན་ན་ དེ་སྤེ་ཕུལ་བཞག་པ་ད་ དུས་ཚོད་འ་ནེམ་ཅིག་ཁར་ འདབ་རུ་ངོ་མེན་
པར་ འདབ་རུ་ཨ་ཞ་སྤྲེལ་ཏེ་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་གི་སྤྱུག་ལས་ཡར་མི་འགྱུ་འགྱུ་མ་བཟུམ་སྤེ་ སྤྱུག་ཤག་སྤེ་
ལམ་འགྱུ་ཡོད་པ་སྤེ་ཐོན་ནི་འདུག་ཟེར་ སྤྲོན་དང་ཕུ་པ་མའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ གཙོ་འཛིན་གྲམ་གིས་དེ་སྤེ་གསུངས་
ཡོད་པ་ཨིན། ཡིད་ཆེས་ཏྲག་ཏྲ་སྤེ་རྟགས་དང་མཚན་མ་དེ་རྒྱ་ཡང་སྤྲོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མི་གཅིག་དང་གཉིས་སྤེ་
འགྱུ་རྒྱགས་པར་ཡང་ལཱ་ལག་བཟང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་བཤད་ནི་འདུག།

གནས་པོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་དེ་ཁར་ ཐུག་ཕུག་དང་དོའི་ཨེ་ཁྱེད་རྒྱ་ཡང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། གནས་
པོའི་ཕོ་བྲང་དེ་ད་ལྟོ་བར་ན་ཉམས་ཆགས་ཤོར་བ་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

གསོལ་མཆོད་དེ་ཡང་ གཡུས་ཁ་ལུ་ཆར་པ་རྒྱབ་མ་བརྟུབ་པའི་སྐབས་ལུ་མ་གཏོགས་ གཞན་མཆོད་སྲོལ་མིན་
འདུག། གསོལ་མཆོད་དེ་ཡང་ རྒྱུ་འོག་ལུ་གནང་བ་ཁྱེད་ཞིན་ན་ མི་རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་ཕུད་ཏེ་དེ་དང་ཆར་དམ་སྤྲེལ་དེ་
ཏི་རུ་ལྷ་ལྷ་དེ་དེ་བསྐྱེ་ཞིན་ན་མི་ ༡༠ དེ་ཅིག་འགྱུ་ཞིན་ན་ དེ་སྤེ་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ད་རིས་ནངས་པར་
འབད་བ་ཅིན་བསྐྱེ་སྤྲེལ་དེ་རྒྱ་གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྤེ་ཨིན་རུང་མི་གངས་ ༡-༥ གང་རུང་ཅིག་འགྱུ་ཞིན་ན་
མཆོད་མི་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ཨ་རྒྱས་གྱི་ཞུམ་དེ་ ན་ཉིང་ཞེ་ཉིང་དེ་ཅིག་ཁར་རྒྱ་ཚོད་ གཡུས་ཚན་གྱི་མི་གཅིག་གི་བྱིམ་ནང་བསྐད་ཡོད་པ་
ཨིན་རུང་ ད་རིས་མེད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ གཙོ་འཛིན་གྲམ་མཆོག་ བྱིམ་འདི་ནང་ཆར་གཉིས་དེ་ཅིག་རང་བྱི་
བཀོད་འབད་བར་སྤྲོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བྱིམ་གྱི་རྩོ་བདག་འདི་གིས་ ཞུམ་དེ་མིན་འདུག། ག་ཏེ་བཞག་དཔ་
ཨིན་ན་མ་ཤེས་ འབྲུམ་གིས་བཟའ་སྤེ་བདག་འཛིན་ཡང་འབད་མ་རྒྱགས་ ག་ཏེ་ཡོད་ག་རང་མིན་འདུག་ཟེར་
ཨིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཞུམ་གི་པར་རིས་ཡང་ཐོབ་མ་རྒྱགས་ཟེར་ཁྱེད་ནི། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སར་སྤྲོད་
ཞིན་ན་ སྤྲོན་མའི་ལུགས་སྲོལ་བཟུམ་སྤེ་དམར་མཆོད་སྤེ་མེན་པར་དཀར་མཆོད་སྤེ་ ཆོགས་དང་གཏྲར་མ་རྒྱ་
ཕུལ་ཞིན་ན་ཨ་རྒྱས་དང་ཨང་རྒྱས་གྱི་ཆས་བཟོ་སྤྲོད་མི་གཉིས་འབོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ ཡར་ལས་

མར་ལན་འཇལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཨ་ཁྲ་དང་ཨང་ཁྲ་མར་ལྟོད་ཞིན་ན་ ཁོང་ལུ་ཆར་ཚུ་གནང་དགོ་པའི་
ཞུ་བ་དེ་ཚུ་ཡང་ཕུལ་ཏེ་འབད་མ་ད་ ཨ་ཁྲ་གིས་ཆར་བ་བྱིན་ནི་དང་ཨང་ཁྲ་གིས་མི་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ཚུ་ལེ་ག་སྤྲུབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཚུ་ག་ར་འབད་ཆར་ཞིན་ན་ སྤོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ ཁོང་གིས་སྤྲུབ་དོ་
བཟུམ་སྟེ་རང་ ཆར་པ་ཡང་དུས་ཚོད་དེ་ཁར་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

གསལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་དུས་ཚོད་དེ་ ལྷན་པའི་ནང་ལུ་ལོ་ཐོག་ལུ་ཆར་ཚུ་དགོ་པའི་སྐབས་ལུ་ གསལ་མཆོད་
ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཨོ་བ་གནས་གི་གཙོ་འཛིན་ལྷན་གིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཆར་ཅིག་
གཙོ་འཛིན་ཁོ་རང་ཡང་གསལ་མཆོད་ཕུལ་སར་ཡོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ཟུ་ཤིང་ལས་འབད་མི་ རིན་ཆེན་སྐང་པ་
མེ་མེ་ཐོན་མི་འདི་གིས་ ཆར་བ་བྱིན་ནི་ཟེར་ ཁ་བཟེད་རུང་ ཨང་ཁྲ་གིས་ ཆར་བ་བྱིན་མི་ཚུ་གས་ཟེར་བའི་ སྒོ་
ཕར་སྤྲུབ་ཚུར་སྤྲུབ་འབད་དེ་ མཇུག་ལུ་འབད་མ་ད་ གཞན་མི་བྱིན་ནི་སྟེ་ཡིན། ཡིན་རུང་ མེས་མེས་གིས་ཉན་
རང་མི་བདུབ་པས་ དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གནངས་ཆེ་ཞེ་ཆེ་དེ་ཅིག་ཁར་བྱིན་ནི་འོང་ཟེར་ སྤྲུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་
འདུག། ཁོང་གཉིས་གིས་སྤྲུབ་དོ་མ་བཟུམ་སྟེ་རང་ ཆར་པ་ཡང་རྒྱབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། མ་
གཞི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ཏེ་འབད་བ་ཅིན་ ཁོང་གཉིས་སྤོན་མ་ མི་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་
ཤུལ་ལས་ས་གནས་འདི་ཁར་ གནས་བདག་སྟེ་སྟེས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཟེར་བྱ་ནི། ས་གནས་དེ་ཡང་ཡ་མཚན་
ཆེ་རྒྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་ལས་ ཉམས་སྤྱང་འབད་དགོ་པ་ཡང་ཁག་ཆེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐོར།

གནས་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་མ་གཏོགས་ བཙན་དེ་གི་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐོར་
ལས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

སྟོན་འབྲུལ།

རིན་ཆེན་སྐང་པ་དེ་ མཐར་ཐུག་གི་སྐབས་གནས་མེན་རུང་ གནས་སྐབས་གི་སྐབས་འབད་ནི་ལུ་ གནས་མེད་
ས་མེད་ ཕན་ཐོགས་ཅན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ བཤམ་ཆམ་རེ་བྱུང་རུང་ གཡུས་ཁ་ལུ་ ལོ་ཐོག་གི་གནས་སྤངས་
འབྲེལ་བའི་སྐབས་རེ་ས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ གཞུང་ཞབས་ལས་འབད་རུང་ ས་གནས་གཞུང་
ལས་འབད་རུང་ ལམ་སྟོན་བདག་འཛིན་མཛོད་གནང་མི་ ལྷན་ཁག་སྟོན་འཛིན་ལྷན་ཁག་ལས་ རིན་ཆེན་སྐང་

པའི་གནས་འདི་ཁར་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་ཅིག་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་མེར་ ག་ར་
ལུ་ཕན་ཐོགས་ནི་ཨིནམ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་དགོ་པའི་ཁྱེ་བ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ སྤྲོན་དང་ཕུ་ལས་
རང་ཡོད་པའི་ ཡུལ་བཙན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཐོ་བྲང་ཡང་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཡོད་པ་ལས་ གོང་འཕེལ་
གྱི་གཞི་བཟུ་བཤལ་པ་འོང་ནི་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྤོམ་འོང་ནི་ཨིནམ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་དགོ་པའི་ཁྱེ་བ་ཕུལ་
ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

བཅའ་གསལ། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ སྤྲོན་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ དམར་མཆོད་གྱི་
མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ད་རིས་ནངས་པར་ དཀར་མཆོད་སྟེ་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་
ལོགས་སུ་མིན་འདུག། སྤྱིར་བཏང་སྟེ་བརྒྱད་གསེར་སྐྱེམས་བཏང་ཞིན་ན་ ཆོགས་ཕུལ་སྟེ་སྤྲོན་འདེབས་རྒྱབ་སྟེ་
མགོན་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ངག་ཐོག་ལས་རང་གི་འདོད་པ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

ཨོ་བ་གནས་གྱི་གཙོ་འཛིན་ ཁྱེ་ཚེ་རིང་།

༡ བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་/ཞི་བདེའི་དགོ་སྤྱོད་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་། གཤམ་ཕུ།

ས་གནས། བྱང་ཕུ་རྩེ།

ལྷ་ཁང་། ཤང་ཕུ་ལ།

བསྐྱེན་མི། ཤང་ཕུ་རྩེ། མ་ནམ་ཆེམ་མཁར་གྱི་སྤྱི་

འོག་གསུམ། གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ གནས་སྐབས་གྱི་མགོན་སྐབས་མཛད་མི་

དང་ བར་ཆད་སེལ་བའི་ཡུལ་བཙན་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པས། བྱང་ཕུ་རྩེ་གི་

བཙན་ལུ་ ཤང་ཕུ་རྩེ་བཙན་ཟེར་ བཙན་སྡེ་ལུ་སྡེ་བཙུག་སྡེ་ལུ་འདུག། དེ་

ཡང་ རྒྱལ་པ་བཞི་རེ་རེ་ལུ་ཤང་ཕུ་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་།

སྡོ་རུ་རིན་ཆེན་རྒྱལ་པ་། རུབ་རུ་པ་སྒྲ་རྒྱལ་པ་། བྱང་རུ་ ལས་གྱི་

རྒྱལ་པ་ཟེར་ ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྤྱིར་བཏང་ཕུ་ཕུ་བཙན་དེ་

སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་པ་ཡིན་རུང་ བཙན་འཁོར་བཞི་གི་རྒྱལ་ལས་གཙོ་བོ་

འདི་ རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་ ཡིན་མ་ལས་ བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་ཟེར་ལུ་

སྡེ་ལུ་ཡོད་མི་འདི་གཙོ་བོ་སྡོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



མགོན་སྐབས།

བཙན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པ་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་བ་ལས་བརྟེན་ དམག་རྒྱབ་པར་འགྱོ་བ་ཅིན་ དམག་ལས་རྒྱལ་

ཁ་ཐོབ་ནི་དང་ ཚོང་རྒྱབ་པར་འགྱོ་བ་ཅིན་ ཚོང་ལམ་ལེགས་ཤོམ་འོང་ནི་ལ་སོགས་པ་མཐུ་དང་རུས་པ་བསམ་

གྱིས་མི་ཁྱབ་པར་ཡོད་པ་སྡེ་བཤད་ནི་འདུག། འདི་གིས་མ་ཚད་ བྱང་ཕུ་རྩེ་སྤྱི་འོག་དང་ མ་ནམ་ཆེམ་མཁར་སྤྱི་

འོག་གསུམ་ལུ་ ཆར་རྒྱུས་སུ་མ་བབས་པ་ཅིན་ བཙན་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་བ་ཅིན་ ཆར་རྒྱུ་འབབ་ནི་དང་

ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པ་ཅིན་ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཁར་སྐྱེས་བཙན་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཨ་ལོ་

གསར་སྐྱེས་སྐབས་ཨ་ལུ་འི་མིང་ལུ་ནི་དང་ ཨ་ལུ་རྒྱུང་ཀུའི་སྐབས་ནམ་ཚམ་ག་ཅི་རང་འབྱུང་རུང་ སྐྱེས་བཙན་ལུ་

བསྐྱེན་དགོདོ་ཡོད་པ་ལས་ ཡུལ་བཙན་འདི་གིས་མགོན་སྐྱབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་
 ལས། མི་ལ་ན་ཚ་མ་བཏང་ཅིག །ཕྱགས་ལ་རྒྱུ་ལ་མ་བཏང་ཅིག །ཞིང་ལ་སད་སེར་མ་བཏང་ཅིག །ཅ་དང་མུ་
 གེ་མ་བཏང་ཅིག །རྒྱལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཙས་ལ། །ཕྱོགས་ནི་གར་འགྲོ་གར་སྔོན་ཀྱང་། །མདུན་ནས་
 བསུ་ལ་རྒྱབ་ནས་སྒྲོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ མི་ནོར་ཕྱགས་གསུམ་གར་གི་མགོན་སྐྱབས་མཛད་ནི་ལུ་མེད་
 ཐབས་མེད་པ་ཡིན་པས།



གསོལ་མཛོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཞལ་ཡས་འདི་ནི་ཉམས་རེ་དགའ། །ནང་དུ་འདི་ནི་སྤྱུ་བཞུགས་པ། །ཕུ་ནི་ཤང་སྤྱུ་ཤང་མའི་བདག་པོ་
 བཞུགས། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཁྲི་ཐོག་ལ། །བཙན་ཆེན་སྐྱེས་སྤྱུ་བཞུགས་པ་ནི། །པ་ནི་བཙན་ལ་མ་ནི་སྐྱེ། །སྐྱེ་
 བཙན་བཞོས་པའི་སྐྱེས་སྤྱུ་ནི། །གཡས་སྤྱུ་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་བཞུགས། །ཅེས་དང་ དབུ་ལ་ཐོད་དམར་ལྗེས་སྤྱུ་

གསོལ། རྒྱལ་ན་བཟའ་དམར་པོ་གསོལ། རྩལ་ན་ཟངས་ཀྱི་མདུང་ དམར་བསྐྱམས། ཞེས་དང་ འོག་ཏུ་དེ་
ནི་རྟ་དམར་བཞོན། རོལ་དུ་དེ་ནི་ཁྱི་དམར་འཁྲིད། རྒྱུངས་པ་བཞིན་ ཤང་ཕུའི་བཙན་ཆེན་འདི་གཞན་དང་
མ་འདྲ་བའི་བཙན་ཆེན་ཅིག་ཡིན་མ་སྟེ་ཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་ ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཆ་རའི་ གནས་སྐབས་
འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་བའི་ལྷ་སྐལ་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པས། བཙན་ཆེན་འདི་ ཐོ་བཙན་ཡིན་པ་ལ་ མ་སྟེའི་བྱ་
ཡིན་མ་ལས་ མཐུ་དང་རུས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བར་ཡོད་པ་ཡིན། རྩལ་ལུ་ཕྱག་མཚན་ ཟངས་ཀྱི་མདུང་
དམར་བསྐྱམས་ཤིང་ རྟ་དམར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ བཙན་ཆེན་སྟེ་ཕུའི་དབུས་སུ་ག་ནི་བ་གཟི་བཞིན་ཆེས་སྟེ་ བཞུགས་
ཡོད་པ་ཡིན། ཆིབས་རྟ་དམར་ལུ་བཞོན་ཏེ་གཡང་ཅེའི་གཡུས་ཚན་གྱིས་མ་དོ་བར་ གླིང་གཞན་ལུ་ཡང་ རྒྱབས་
དང་མགོན་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་བཞག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་ལས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ དམ་བཞག་ལོགས་སུ་ཐོན་ནི་མིན་
འདུག། ཡིན་རུང་ སྤྱིར་བཏང་བཀའ་ཤིས་གཡང་ཅེའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་ ཡུལ་བཙན་མང་ཤོས་ཅིག་
ཚུན་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་ཡོད་མི་ཅིག་ཡིན་མ་ཚད་ ལྷག་པར་ཤང་ཕུ་བཙན་ཆེན་དོ་རྩེ་གྲགས་
པ་ཡང་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཤུགས་ཀྱིས་ཤེས་ཚུགས་པས། དེ་ཡང་
བཙན་ཆེན་འདི་གི་གསོལ་ཁའི་ནང་ལས་འབད་རུང་བཙན་ཆེན་འདི་གི་མཐུ་སྟོབས་རུས་པ་འདི་གཞན་དང་མ་
འདྲམ་སྟེ་ཐོན་མི་འདི་གིས་ཡང་ཏ་གོ་ཚུགས་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚན།

གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ ཉིན་ལྟར་མ་ཆད་པར་གསོལ་ཁ་ཕུལ་དགོ་པའི་བཙན་ཆེན་ཅིག་ཡིན་མ་
ཚད་ ལོ་ལྟར་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་ཡང་ལོགས་སུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ དམང་གི་རིམ་འགྲོའི་སྐབས་བཙན་
ཆེན་འདི་གི་ གསོལ་ཁ་འདི་ དམིགས་བསལ་སྟེ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ངག་རྒྱན་ལོ་རྒྱུས།

སྔོན་དང་ཕུ་ཕན་པ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས། སྔོན་དང་ཕུ་རྒྱ་གར་ཨ་སམ་གྱི་མངའ་སྡེ་ལུ་ འབྲུམ་ནད་ཐོན་པའི་སྐབས་
བྱང་ཕུ་ཅེ་གི་མི་སེར་ཚུ་ ལྷ་བོད་ན་ས་དང་ ཉེ་བཅོང་འཐབ་ས་ ས་གནས་བསམ་གྲུབ་ལྗོངས་ཁར་ གྲུ་ད་མ་ཟེར་
མི་ འདི་ཁར་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ མི་ལུ་ཤི་རྒྱུན་བྱུང་ནི་འདི་པར་བཞག་ མི་གཅིག་ལུ་ཡང་ ནད་གཞི་མ་ཐོབ་
ལས་ བཅན་ཆེན་རྩོ་རྩེ་གྲགས་པའི་མཐུ་དང་རུས་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་
མི་རྒན་ཤོས་ཚུ་གི་ བཤད་ནི་ཡོད་པ་སྟེ་ སྟོད་ཆོགས་རྒྱལ་གིས་བསྟུ་སྦྱིག་འབད་མི་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་འདུག།

གསོལ་མཆོད་ཆད་པའི་བཀའ་ཆད།

གནོད་པ་ཡང་ ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ གཡུས་ཁ་ལུ་རྒྱུང་ཚུབས་འོང་ནི་ སེར་མ་རྒྱབ་ནི་ དེ་ལས་ བཤ་
ཆར་མ་རེ་འབྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ བཅན་ཆེན་དེ་ པ་བཅན་དང་མ་ལྷོ་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཅོག་
གྲིབ་ལ་སོགས་པ་རེག་ས་མེད་པའི་ཁར་ གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་དང་ རྟག་བྱ་ར་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་
མཆོད་ཆད་སོང་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ མ་ལེགས་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་ཚུ་ཐོན་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་རང་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཅན་ཆེན་རྩོ་རྩེ་གྲགས་པའི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟུན་འབད་ས།

གཙོ་འཛིན་ པརྫ་རྒྱལ་རྒྱལ། སྟོད་ཆོགས་རྒྱལ།

༣ ཤ་རང་བཙན་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ།



བཙན་ཆེན་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ་འཇགས་ཀྱི་ཚུ་བར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཆོན།

ས་གནས།

ལྷ་ཁང་།

ཤ་རང་བཙན་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ།

གསེབ་སྤྱི་འོག

སྤང་མཁར་དགོན་པ།

བསྟེན་མི།

གསེབ། ཚོག་ལབ་ཟ། གསེར་མཚོ། བྲག་ཟ། སྤང་མཁར་དང་
སྤང་ཐང་གཡུས་ཚན་ཚུ་གི་གཡུས་ཚན་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པས། དེ་མ་ཆད་
ཁམས་དྲངས་གཡུས་ཚན་ནང་ཡང་ ཤ་རང་བཙན་ཟེར་མི་ཅིག་གསོལ་ནི་ཡོད་
མི་དེ་ཡང་ ཤ་རང་བཙན་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ་དེ་རང་ ཡིན་པས།

མགོན་སྐབས།

མ་གཞི་ཡུལ་བཙན་དེ་ལུ་མགོན་སྐབས་མཛད་དང་མ་མཛད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མེད་རུང་ མི་སེར་རང་རང་སོ་སོ་གིས་
རང་གི་འདོད་པ་འགྱུབ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་ཏེ་མགོན་སྐབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གཙོ་བོ་གསོལ་མཚན་
ཕུལ་བའི་སྐབས་ ལོ་ཐོག་ ལེགས་ནི་དོན་ལུ་དང་ དེ་ལས་ དར་སྟེ་ལྷ་གིས་ རང་གི་ཆེ་སྟོག་ལུ་བར་མི་བྱུང་ནི་
དོན་ལས་ཡིན་མ་ལས་ མི་ཞོར་ཕྱགས་གསུམ་ལུ་ བར་ཆད་ལས་བསྐྱོག་པའི་མགོན་སྐབས་དང་ ཆར་ཚུ་དུས་སུ་
འབབ་ ལོ་ཐོག་ལེགས་པའི་མགོན་སྐབས་ལུ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྐྱེས་བཙན་ཡང་ཁོ་ར་ཡིན་མ་ལས་ ཨ་ལོ་གསར་
སྐྱེས་སྐབས་ལུ་ཡང་ མགོན་སྐབས་རེ་ས་ ཁོ་ར་ལས་གཞན་མེད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྐྱེ་མདོག་དམར་ལ་འོད་ཟེར་འཕྱོ། སྐྱེ་ལ་བསེ་ཁབ་དམར་པོ་གསོལ། མགོ་ལ་
ལྷགས་ཀྱི་ཚོག་ཁབ་གསོལ། ཕྱག་ན་དར་མདུང་དམར་པོ་བསྐྱམས། སྐྱག་རལ་གཡས་ལ་གཟིགས་ལུབ་
གཡོན། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལྟར། སྐྱེ་མདོག་དམར་བའི་མདངས་དང་ ལྷན་ཞིང་གོས་དམར་གསོལ་ཞིང་
དབུ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཚོག་ཁབ་གསོལ་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་དར་དང་མདུང་དམར་པོ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་ལུ་སྐྱག་རལ་
གཡས་དང་གཟིགས་ལུབ་གཡོན་ལུ་གསོལ་ཏེ་ དམ་ཉམས་དགྲ་བོ་བསྐྱལ་བའི་ ཁྲོ་བའི་ཉམས་དང་ལྷན་ཞིང་
འགོ་ལ་བརྩེ་བའི་ཕྱགས་ཀྱི་སྐྱན་གྱིས་གཟིགས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཡང་ སྤྱིར་བཏང་གཡུས་ཁའི་མི་གིས་ དེས་ཤེས་བསྐྱེད་ཚུལ་ལུ་བཟླ་བ་ཅིན་
སྟོན་མ་ལས་ད་ལྟོ་ཚུན་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཏེ་རང་སྟོན་མི་ གླམ་མེས་མེས་ལྟུ་པོ་དང་། མེས་མེས་རྟོ་རྟེ། མེས་

མེས་ཆོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས། དེ་ལས་ མེས་མེས་བླ་མ་དེ་ཚུ་གི་སྟོན་མ་ལས་བྱོན་མི་གོང་མ་ཚུ་གིས་ དམང་གི་རིམ་
འགྲོའི་སྐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མི་འདི་ ད་ཉོ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་རིང་ལུ་ གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་ བླ་བརྒྱད་ཚུ་
གིས་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དེ་ཡོད་པ་ལས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་མི་ཡང་ བླ་མ་དེ་ཚུ་གི་བརྒྱད་པ་གོང་མ་ཚུ་
གིས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་སྐབ་ནི་འདུག། དུལ་བཙན་མ་བསྐྱོས་པའི་ སྟོན་མའི་གནས་སྤངས་
ག་བཟུམ་ཅིག་ལུ་སྟོན་ཅི་ག་ ག་གིས་ཡང་བཤད་ནི་མིན་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཡང་སྟོན་མ་ལས་ད་ཉོ་ཚུན་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་རང་སྟོན་མི་ བླ་མ་མེས་མེས་ལྟ་བུ་པོ་དང་།
མེས་མེས་རྟོ་རྟེ། མེས་མེས་ཆོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས་ཚུ་གིས་ ད་ཉོ་ཚུན་ཆོད་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཡོད་པ་ད་ དུལ་
བཙན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་ཡང་ སྟོན་དང་སྤྱོད་འབད་བ་ཅིན་ རང་བློ་^༣ པའི་ཆོས་ ^{༡༥} ལུ་མཆོད་ཚུལ་
ཡོད་པ་ཨིན་རུང་། སྐབས་ཅིག་ལས་ གནས་སྤངས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལས་བརྟེན་ རང་བློ་^༤ པའི་ཆོས་ ^{༡༥} ལུ་
བཞག་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ མི་སེར་དམངས་ལས་བསྐྱུ་བྱུང་འབད་དེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ཡང་ སྟོན་མ་
འབད་བ་ཅིན་ ཤིང་སྟོམ་ཅིག་གི་ཙ་བ་ལུ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་མཆོད་ཚུལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་
རྟོ་སྤང་སྟོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་གི་ཙ་བ་ལུ་སྟེ་དར་ཁ་ཤ་ དཀར་པོ་ཅིག་གིས་རྟོ་གུར་སྤྱར་ཞིན་ན་ མི་རེ་གིས་ཤིང་
ལྷག་གུ་ཡོད་མི་རེ་འབག་སྟེ་ འདི་གུ་ལུ་རང་རང་སོ་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ མི་ག་དམ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཁྱངས་ཁ་
དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱད་པ་སྤྲ་ལྷ་བཏགས་ཏེ་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་སྟེ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོའམ་
བཙན་དེ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་ རི་བསྐྱམ་འབད་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ མི་ག་ཡང་སྤྱོད་འབྱེད་མཆོག་པ་ཨིན་པས།

དག་རྒྱུ།

སྟོན་དང་སྤྱོད་འབད་བ་ཅིན་ ཁེགས་པ་ཟེར་ མི་ཨརལ་བརྒྱ་མི་ཐོན་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱས་འདུག། དེ་ཡང་ ས་སྤྱག་
སྤྱབ་ནི་དང་ ཆར་པ་རྒྱབ་ནི་ དེ་ལས་ རྒྱང་འཛུབ་འཕུ་ནི་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་མཚན་ཚུ་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

གསོལ་མཆོད་ཆད་པའི་བཀའ་ཆད།

གནོད་པ་ཡང་ ལོ་ཐོག་མི་ལེགས་ནི་དང་ གཡུས་ཁ་ལུ་རྒྱང་ཚུབས་འོང་ནི་ དེ་ལས་ བཟ་ཚར་ཕ་རེ་བྱང་པ་ཅིན་
ཡུལ་བཙན་ལུ་གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་འགྱུ་བའི་རྟགས་རྟགས་མཚན་ཨིན་མ་སྟེ་བྲུ་འོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

བླ་གསོ། ཤ་རང་བཙན་དེ་ ཁམས་དྲངས་གཡུས་ཚན་ལུ་བསྟན་ནི་འདུག། གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ལུ་ སྟོད་
ཆོགས་ཆེད་འོག་གི་དང་ ཁམས་དྲངས་ཆེད་འོག་གི་ མ་འབྲལ་ཙམ་མ་གཏོགས་ གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་གཅིག་
ཨིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཤ་རང་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

གསེབ་ཆོགས་པ་ རིག་འཛིན་དོ་རྩེ་དང་ ཁམས་དྲངས་ གྲམ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ།

༤ གསེར་ཕུ་བཙན་ཆེན་དྲག་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གསེར་ཕུ་བཙན་ཆེན་དྲག་པོ།

བསྟེན་མི།

གསེར་ཕུ་སྤྱི་ལོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ གསེར་ཕུ་བཙན་དེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་
གཡུས་ཁའི་ མི་རྒན་ཤོས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་ བཙན་ཆེན་འདི་གི་
གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་དང་ ལོ་རྒྱུས་གཞན་ག་ནི་ཡང་འདུག། གསེར་ཕུ་བཙན་བསྟེན་
ཚུལ་དེ་ཡང་ རྒྱ་ཆམ་རེ་བྱུང་ དེ་ལས་མོ་བྱབ་རྩིས་བྱབ་རེ་ འབད་བའི་ནམ་དུས་
ལུ་ སྤྱི་བཙན་མཆོད་དགོས་རེ་ཐོན་འབདམ་ད་ གསེར་ཕུ་བཙན་ཟེར་མོས་པ་བསྐྱེད་
ཞིན་ན་གསེར་སྤྱི་མས་དེ་ སྤྱིར་བྱང་གི་གསེར་སྤྱི་མས་ཡོངས་ཚོགས་དང་ སྤེ་བརྒྱད་
གསེར་སྤྱི་མས་ཚུ་གནད་བའི་སྐབས་ གསེར་ཕུ་བཙན་ཆེན་འཁོར་དང་བཙས་པ་ཟེར་ཁ་
བསྐྱར་ཞིན་ན་ མོས་པ་བསྐྱེད་བཞག་ནི་ཅིག་མ་གཏོགས་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་
ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་འདྲེབས་རིས་སོགས་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག།

གཡུས།

གསེར་ཕུ་གཡུས་ཚན།

ལྷ་ཁང་།

ལྷ་ཁང་ལོགས་སུ་མེད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐྱབས།

གསེར་ཕུ་འེ་བཙན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་པའི་དགོས་པ་ཡང་ གཡུས་ཁའི་རི་བཙན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་
ཁོ་གིས་དབང་བའི་ས་གོ་ནང་ལུ་སྤོད་དགོ་ནི་འདི་གིས་ དམིགས་གཏ་བསྐྱེད་ཞིན་ན་ རྒྱ་ཆམ་འབྱུང་མ་བཅུག་
འཕལ་ལུ་གཞོད་པའི་དོན་བཞགས་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་ ལུས་ལུ་ན་ཚ་དང་ སེམས་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མ་
བཅུག་པར་ དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་གནས་བཅུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདེབས་རྒྱབ་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་དང་དམ་བཞག་

ས་གནས་འདི་ཁར་ སེར་ཕུ་བཙན་ཟེར་བཞག་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་སྟོར་ལས་ཁ་གསལ་ག་
ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

ཡིན་རུང་ གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན། སྟོན་གྱི་དུས་སུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་
དམ་པ་རྩ་གིས་ རྒྱ་ཕྱོགས་ཀྱི་འདྲེ་སྲིན་གདུག་པ་ཅན་རྩ་ག་ར་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ལས་
རིགས་འབྲེས་ཏེ་གོ་བ་ལེན་ཏེ་གསལ་མཚན་རྩ་དེ་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐྱབས་ལུ་དགོཔ་འདུག།

གསལ་མཚན།

གསེར་ཕུ་དེ་གིས་དབང་བའི་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ ཨ་ལོ་གསར་སྐྱེས་དང་ རྣམ་ཚལ་རེ་བྱང་པ་ཅིན་ ཕུ་དེ་ལུ་མ་
མཚན་པ་ཅིན་ མི་དྲག་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལོགས་སུ་སྟེ་མེད་རུང་
སྟེ་བརྒྱད་གསེར་སྐྱེམས་སོགས་ཕུལ་ཏེ་མཚན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྟོན་ཚོགས་ ཚོགས་པ་ སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།

བགྲིས་སྒང་ཆེན་།



བར་མཚམས་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)

༡ ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་བཙན།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་བཙན།

ས་གནས། ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་།

གཡུས། བར་མཚམས།

བསྟེན་མི། བགྲིས་སྤང་རྫོང་ཁག་ བར་མཚམས་པ་རྩ་གིས་ ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་གི་བཙན་འདི་ལུ་
སྤྱིས་ལྟ་ལུ་སྤྱི་སྤྱི་བསྟེན་མི་གང་ཡང་མེད་རུང་ གདོན་གྱི་གཞོན་པ་རེ་བྱུང་པའི་
སྐབས་གསུང་ གཏང་ནི་དང་ཚོགས་དང་ཆང་སོགས་ཁ་སྤྲོད་བོན་ཚོས་གྱི་ལུགས་སྟོལ་
གསོལ་མཚོན་བཏང་ནི་རེ་ཡོད་པ་ མ་གཏོགས་ ཏུས་རྒྱན་ཏུ་བསྟེན་མི་གང་ཡང་མིན་
འདུག།

སྐབས་ལུ་རྩུལ། གཡུས་ཁའི་མི་སེར་རྩུལ་ ན་ཚ་གིས་ན་སྟེ་བར་ཆད་བྱུང་སྟེ་ དགའ་ཕྱ་སྤྱིད་པ་མེད་
པར་མོ་བཏབ་ཕྱིས་བཏབ་འབད་ཕྱང་ ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་མཚོན་རྟེན་ཡོད་ས་ལས་ནད་གདོན་འཐོན་པའི་ཤུལ་
ལས་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་རྩུལ་ཚོགས་དང་གསེར་སྤྱིམས་རེ་ཕུལ་ནིའི་སྟོལ་རྒྱུན་འགོ་བརྩུགས་ཏུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་ཟེར་རུང་ དང་ཕུའི་མཚོན་རྟེན་ཆགས་ཤུག་གཅིག་མ་གཏོགས་ གནས་ཁང་དང་ ལྟ་ཁང་ལ་སོགས་
པ་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་ཟེར་གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ཐོ་བཀོད་ནང་རྩུང་དེ་ཡོད་རུང་ ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་ཟེར་མི་
འདི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གང་ཡང་མེན་པས་ ཡིན་རུང་ཕན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་ཟེར་མི་ས་གནས་གྱི་མིང་

གཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ ས་གནས་འདི་ནང་མཆོད་རྟེན་ཕྱག་ཤུལ་གཅིག་མཇུག་ནི་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ སན་ཐོགས་
ལྟ་ཁང་བཙན་གྱི་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནོད་པ་བྱུང་སྟེ་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

སན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་བྱུང་བའོ་ཚུ་ལ།

སྟོན་མ་མེ་རག་གཡུས་ཚན་ལས་ཡིན་མི་ གྲུ་སྟོ་གོས་རྒྱ་མཚོ་ཟེར་མི་ས་གནས་འདི་ཁར་བྱོན་ཏེ་ ལྟ་ཁང་
གཅིག་བཞེངས་ནི་འབད་བའི་སྐབས་ གྲུ་གྱི་ཆིབས་རྟ་འདི་གིས་འབྲུག་ཅི་རང་ས་གནས་རྟ་དབང་ཟེར་ས་ལུ་
ཚར་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡར་སོང་མ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་འདི་ཁར་གདན་ས་བཏབ་སྟེ་ལྟ་ཁང་བཞེངས་ནི་འུ་
བརྟན་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་མི་སེར་ཚུ་ལུ་སན་ཐོགས་ནི་འུ་རྒྱ་སྟོ་གོས་རྒྱ་མཚོ་གིས་མཆོད་རྟེན་གཅིག་
བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་ལས་ཚུར་ ས་གནས་འདི་ཁར་ཡོད་པའི་མཆོད་རྟེན་གྱི་མཚན་ལུ་སན་ཐོག་ལྟ་ཁང་ཟེར་
དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་ཡིན།

སྟེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཅག་གི་སྐོར།

གོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཞོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཡུལ་བཙན་གནས་བདག་གཞི་བདག་ངོ་མ་མེན་མ་ལས་ སྟེ་མདོག་དང་
ཕྱག་མཚན་གྱི་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

སན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་གི་བཙན་ལུ་ ལོ་ལྷར་གསོལ་མཆོད་གྱི་སྟོན་རྒྱུན་ལོགས་སུ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ རུས་
རྒྱུན་རུ་གསོལ་མཆོད་སྟེ་སྟོན་གང་ཡང་མེད།

ཡུལ་བཙན་ གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་རུང་ གསོལ་མཆོད་མ་འབད་བ་ཅིན་གནོད་པ།

སན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་གི་མཆོད་རྟེན་འདི་བདག་འཛིན་འཐབ་མི་གང་ཡང་མེད་པར་ ཚལ་མ་གིས་སྤར་ཏེ་མཆོད་
རྟེན་འདི་ཉམས་ཆགས་ཤོར་བའི་སྐབས་ མཆོད་རྟེན་འདི་ལུ་རྒྱལ་འགོང་ལ་སོགས་པ་ཞུགས་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་
མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ར་ཚ་གིས་བརྟུངས་ཏེ་བར་ཆད་བྱུང་སྟེ་ དགའ་མ་སྦྱིད་པ་མེད་པར་ མོ་བཏབ་ཅིས་བཏབ་འབད་མ་
ད་ སན་ཐོགས་ལྟ་ཁང་མཆོད་རྟེན་ཡོད་ས་ལས་ རན་གདོན་འཐོན་པའི་ཤུལ་ལས་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་
ཚོགས་དང་གསེར་སྐྱེམས་རེ་ སྟེ་མི་སྟོན་རྒྱུན་འགོ་བཙུགས་ཅུག་ཟེར་བྱུ་ནི་ཡིན།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བར་མཚམས་དགོན་སྡེའི་ ཞིང་གཤེགས་ མཚམས་པ་ལྟ་ལ།

བར་མཚམས་དགོན་སྡེའི་རྗེ་སློབ་དཔོན་བགེས་པ་ བསོད་ནམས་བཟང་པོ།

༡ མིང་ལེན་གཞི་བདག་བཙན་ཤོད་ཆེན་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མིང་ལེན་གཞི་བདག་བཙན་ཤོད་ཆེན་པོ།

ས་གནས། ཕུག་དོར་ལྷ་ཁང་།

གཡུས། བར་མཚམས།

བསྟན་མི། བགྲིས་སྒྲིང་ཁྲག་བར་མཚམས་ཤེད་འོག་ བར་མཚམས་ཤེད་འོག་ སྤྱི་འོག་
ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་བྱབ་ཚུགས་པའི་སྤྱིས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ མཚན་ཡོངས་གྲགས་
ལུ་མིང་ལེན་གཞི་བདག་བཙན་ཤོད་ཟེར་ཞུས་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྱི་འོག་
ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་བསྟན་སྟོན་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

སྐབས་ཁྱུ་ཚུལ། ལོ་གཅིག་གི་རིང་ རྒྱུ་བར་ཆད་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འོང་ནི་
དོན་ལས་ སྟོན་འདེབས་ཚུ་རྒྱབ་སྟེ་ སྐབས་ཁྱུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་ཟེར་རུང་ བར་མཚམས་ལྷ་ཁང་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ དགོ་དགུ་ཚང་བའི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་ཤུག་ཐུབ་པ་ཕུག་
གཉིས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་དབྱིབས་ལྷན་གྱི་སྟེང་དུ་གཟེར་སྒྲིང་ཐང་ལ་བཀྲམ་པ་ལྷ་བྱའི་ཡུལ་སྤྱོད་ས་ཀྱི་བཀོད་
པ་ཕུན་སུམ་ཚྩགས་པ་ བཙམ་ལྷན་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་སངས་རྒྱུས་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱིས་མཚོག་དཔལ་
ཆེན་གསང་བའི་བདག་པོ་མཛོད་པར་དབྱེས་པའི་གནས་མཚོག་བར་མཚམས་ཟེར་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་གཏེར་ལས་
བྱོན་པའི་ཕུག་ན་དོ་རྗེའི་སྤྱོད་མཇུག་བ་ཙམ་གྱི་ཆོ་འདིའི་བར་ཆད་ལྷག་མ་མེད་པར་འཛོམས་ཅུས་པ་དང་ ཆོ་
ཕྱི་མ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་འགོད་ཅུས་པ་ཡོད་པའི་གནས་མཚོག་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཕུག་དོར་ལྷ་ཁང་ཟེར་ཞུས་
ཡིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་གཞོད་པ་བསྐྱེལ་མི་ དམ་ཉམས་པའི་དག་བོ་ཚུ་བསྐྱེལ་ཏེ་བཞུགས་པའི་བད་
མཚན་ལུ་ སྐྱུ་མདོག་མི་སྤྱག་པ་ཟེར་ནག་པོ་ཁོ་བའི་ཞལ་དང་ལྷན་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱག་གཡས་པ་དམ་ཉམས་
ནམས་ཀྱིས་སྟོག་རྩ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དུ་རལ་གྱི་ཁྲད་ལ་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་དང་། ཕྱག་གཡོན་དམ་ཉམས་པའི་དོན་
ཉིང་ཞལ་དུ་གསོལ་ཏེ་ བདུད་རྩ་ནག་པོ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ག་ནི་བ་གཟི་བཞིན་ཆེས་སྟེ་བཙན་གྱི་དམག་སྟེ་འཁོར་
ཆོགས་འབྱུང་དང་བཙས་སྟོར་ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ལོངས་སྟོད་མངའ་ཐང་རྒྱས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།
གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཆོག་ལས། དམ་ཉམས་དག་བོ་བསྐྱེལ་བའི་ཆོ། །སྐྱུ་མདོག་མི་སྤྱག་གཟུགས་འཆང་
ཞིང་། །ཕྱག་གཡས་རལ་གྱི་ཁྲད་ལ་བསྐྱོར། །གཡོན་པས་མི་སྟིང་ཞལ་དུ་གསོལ། །བདུད་རྩ་ཆིབས་ཤིང་ཉིན་
མཚན་ཉུལ། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།



དམ་བཞག།

སྒོན་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་ རང་རེའི་སྒོན་སྒྲིངས་འདིར་ས་གཞི་རྟ་
མིག་ཅམ་ཡང་མ་ལུས་པར་ཞབས་ཀྱི་བཅགས་ནས་ ས་འདུལ་མཛད་པ་དང་དུས་མཚུངས་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་
བསྟན་སྲུང་དག་ལྷའི་གཙོ་བོ་མོང་ལེན་ཟེར་ སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་དང་ མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་
དབང་མའི་བཀའ་དང་དམ་ལ་གནས་ཏེ་ རང་གི་སྒོ་བ་སྤྱིང་སྤུལ་ཏེ་བར་མཚོ་གསུམ་ཟེར་བ་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་
བར་མཚམས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་འབད་མངའ་གསོལ་མཛད་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཚོད་ཀྱི་ཆོག་ལས་ གྱི་མི་
འགྲུར་དོ་རྩེ་པོ་བྱང་དུ། སྒོ་བ་དཔོན་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་ཀྱི། ཁྱོད་ཀྱི་གདུག་པའི་ང་རྒྱལ་བཙམ། བསྟན་སྲུང་
ཆེན་པོའི་དབང་ཡང་བསྐྱར། དབེན་གནས་སྒྲོམ་བཀའ་ཅེ་མོ་སུ། ཡེ་ཤེས་དབང་མའི་སྤྱན་སྔ་སུ། ཁས་བླངས་
སྒྲིམ་འགྲོ་བའི་བར་ཆད་སྲུང་། ཅི་བསྐྱེད་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་ཏེ་བཀའ་དང་དམ་ལུ་
གནས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་ལྟོ་བར་ཡང་མོང་ལེན་ཟེར་བའི་ས་གནས་འདི་ནང་གཞི་བདག་མོང་ལེན་པའི་བླ་མཚོ་
དང་བཅས་མཇལ་ནི་ཡོད།

གསོལ་མཚོད།

ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་མོང་ལེན་བཙན་གྲོད་ལུ་བསྟེན་མི་ བར་མཚམས་ཆེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་
སེར་ཚུ་རང་གསོལ་བྱིམ་ནང་ལོ་དུས་ཀྱི་ལོ་མཚོད་སྐབས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ཕྱག་
དོར་ལྷ་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་གནས་ཁང་ནང་ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་སྐབས་ལུ་མི་སེར་ཚུ་ཆོགས་དང་གསེར་སྒྲིམས་
དཀར་མེ་སོགས་སྤུལ་ཏེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ ཉིན་ལྷར་བཞིན་དུ་གསང་བདག་དགུམ་པའི་གྲིང་
གི་སྒོ་སྤེའི་བླ་སྒོ་བ་ཚུ་གིས་གསོལ་མཚོད་རྒྱན་མ་ཆད་པར་སྤུལ་དང་སྤུལ་བཞིན་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

ཕན་གཞོད།

ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་མོང་ལེན་པ་འདི་ཉིད་ མཐུ་དང་རྩ་འཕུལ་སྒོམ་ཡོད་པ་ལས་ གནས་སྐབས་ཡུལ་ཕྱོགས་
འདི་ནང་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ལོ་ཕྱག་རྟག་དུ་ལེགས་ཆར་རྒྱུ་སྲུ་འབབས་ ནད་ཡམས་སུ་གོ་སོགས་
འཛམས་རྒྱལ་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་གི་མ་ཆད་ མཐར་ཐུག་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་ལམ་སྐྱབ་པའི་གོ་སོགས་དང་དཔུང་གཉིན་
མཛད་རྒྱལ་པའི་རུས་པ་ཡོད་ཟེར་བའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་ འབྱུང་བཞི་འབྲུགས་ཏེ་ལོ་ཐོག་ལེགས་ཤོམ་བསྟུ་མ་ཚུགས་པའི་ཁར་
མི་ནད་ ཕྱུགས་ནད་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་ངན་འབྱུང་སྟེ་ ནད་ཡམས་ཟུ་གེ་ ཏུས་མ་ཡིན་པ་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་
རྒྱུན་ངན་པ་བྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཆ།

མཁའ་འགོ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་ མཛད་པའི་མོང་ལེན་པའི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ་ཕྱོགས་སྒྲིགས།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བར་མཚམས་གསང་བདག་དགེས་པའི་གླིང་སྒྲོམ་སྡེའི་ རྟོར་སྒྲོབ་སྐྱུ་བགེས་བསོད་ནམས་བཟང་པོ་དང་ སྒྲོབ་
དཔོན་ཕྱག་རྟོར་ཕུན་ཚོགས།

ཕྱི་གཙུང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ གནས་བདག་སྒོ་སྤང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྒྲུབ།

གཞི་བདག་གི་མཆན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུང་།

ཆེད་འོག

བསྟེན་མི།

གནས་ཁང་།

སྐྱུ་བས་ཉུ་ཚུ་ལ།

གནས་བདག་གློ་ལྷང་།

གསེལ་མཆོད་དགོན་པ།

སོ་ལོ་དགོན་པ།

པམ་ཅུང་།

མེ་གཏུང་ཆེད་འོག་ ས་གླིང་སྤྱི་འོག་དང་ སྤྱི་འོག་གཞན་ཡོད་རིགས་མི་མེར་
ཚུ་གིས་བསྟུན་སློལ་ཡོད།

བགྲིས་སྒྲུང་རྒྱུང་ལག་ སྤྱི་གདུང་མེད་འོག་ ས་སྤྱིང་སྤྱི་འོག་ནང་ཡོད་མི་ལྟ་
ཁང་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཆོག་གི་བརྒྱུད་སྤྱི་ལུང་ཉམས་ཏེ་གསལ་ལོ་དགོན་པ་ཟེར་
དོན་ལུ་འབད་བ་ཅིན་གསལ་མཆོད་དགོན་པ་ཟེར་ལྷམ་ཨིན།

ཡུལ་ཕྱོགས་ས་གྲིང་སྤྱི་འོག་གིས་གཙོས་པའི་ སྤི་གཏུང་ཆེད་འོག་མི་སེར་ཚུ་
གིས་ གནས་བདག་སློ་སྤྱང་འདི་ཉིད་ བཀའ་སྤྱང་སྤྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་ སོ་ལྟ་
གཅིག་ཡང་འབདམ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ནད་ལྷག་འབྱུགས་ཚེད་ལ་
སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་ངན་པ་ལས་སྤྱང་སྤྱེ་ བསམ་པའི་དོན་ཐམས་
ཅད་ ཆོས་དང་མཐུན་སྤྱེ་ཡིད་བཞིན་ཏུ་འགྱུབ་ཏེ་དགའ་སྤྱིད་སྤུན་སྤུམ་
ཆོགས་སྤྱོད་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐྱབས་ལུ་ཨོལ་ཨོན་མས།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཡིག་ལ།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛད་གྱི་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་སྒྲོ་སྤྱང་གི་སྐྱེ་འབྲས་གསོལ་མཚན་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་བཞུགས་གནང་སྟེ་ཡོད་རུང་ གསོལ་མཚན་
དཔེ་ཆ་མགོན་པོ་མ་ཉིང་ནག་པོའི་གསོལ་མཚན་གྱི་ཆོག་ཡིན་མ་ལས་ སྐྱེ་མཛད་གྱི་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་ལོགས་སུ་
འབད་བྱིས་ཐབས་མིན་འདུག་ དེ་ཡང་ གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ་ནང་ཆོག་གི་མ་བེན་པས།

དམ་བཞག།

གསོལ་མཚན་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་དུས་རབས་༡༧
པའི་ནང་ ཁྱེན་པ་རྒྱ་གྲིང་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་མི་
བླ་མ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་པ་རྒྱ་ལྷོ་གོས་མཚོག་གངས་
ཅན་ཁ་བའི་ལྷོངས་ལས་ ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ལུང་
བསྟན་དང་འཁྲིལ་ མོན་རྟ་དབང་བཅེས་ས་ལས་
བརྒྱུད་དེ་ བཀྲིས་གཡང་ཕྱེ་ཆ་འོག་ ལ་སྒྲོམ་
གཡུས་ཚན་དང་ སྤྱག་སྟེ་གཡུས་ཚན་གཉིས་ནང་
ཞབས་གྱིས་བཅགས་ བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་འགོ་
དོན་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆེན་པོར་མཛད་པའི་མཐར་
བྲམ་ཁོ་རའི་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་
འཁྲིལ་ བཀྲིས་སྒྲང་ཚོང་ཁག་ སྤྱི་གདུང་གེད་འོག་
ད་ལྟོ་གསོལ་མཚན་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་ཆགས་ཡོད་
སའི་ས་གནས་འདི་ཁར་ཡེབས་པའི་སྐབས་ ཡུལ་



ཕྱགས་འདི་ནང་ལྷ་ཁང་དགོན་སྟེ་ཆོས་སྟེ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་པ་རྒྱ་ལྷོ་གོས་
མཚོག་གི་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ལུང་བསྟན་པའི་ས་གནས་འདི་ཁར་ཡིན་མ་གཟིགས་ཏེ་ ས་གནས་འདི་ནང་ལུ་
གདན་ས་བཅགས་ཏེ་ མི་སེར་ཚུ་ཕྱག་དང་མཚན་པ་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་བཞུགས་གནང་སྟེ་ས་གནས་འདི་གི་མིང་
ལུ་ གསོལ་མཚན་དགོན་པ་བཅེས་གཏགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ཆོ་འདི་བྱི་གཉིས་ལུ་ཕན་པའི་

སྐྱབས་རྟེན་ སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ནང་རྟེན་བྱིན་ཅན་སོགས་ བཞེངས་གནང་པ་མ་ཆད་ འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་སྐྱོང་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོའི་འཁོར་གཙོ་བོ་ མགོན་པོ་མ་ནིང་ གཤིན་ཇེ་གཤེད་ ལྷ་མོ་ཅེ་
མ་རྟི་དང་བཅས་ གནས་བདག་སྒོ་སྤྱང་ཡང་ བཀའ་བསྐྱོད་མ་བཞག་མཛད་དེ་ དུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་
གནས་བདག་སྒྲེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

གསོལ་མཆོད།

དུས་རྒྱུན་དུ་དུ་གསོལ་མཆོད་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ བསྐྱང་རྒྱུན་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོས་པའི་ཁར་ ལྷ་ག་
པར་དུ་ཆར་རྒྱུ་ཀོན་པའི་དུས་ཆོད་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་ཆོས་སྐྱོང་རྒྱ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་སྟེན་ཡོད་པ་
མ་ཆད་ ཆེད་འོག་དེ་ནང་རང་སེའི་བྱིས་ནང་ལོ་བསྐྱར་ལོ་མཆོད་ཕུལ་བའི་སྐབས་ལུ་ མགོན་པོ་མ་ནིང་གིས་
གཙོས་པའི་ གནས་བདག་སྒོ་སྤྱང་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟེན་ཡོད།

རྒྱལ་རྟེན་དཔེ་ཆ།

དུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་གསོལ་མཆོད་ཕྱོགས་སྤྱི་ག་གི་དཔེ་ཆའི་ཐོག་ལུ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མི་སྤེའི་འགོ་འཁྲིད་པ་ ཆུ་པོ་ བསོད་ནམས་ཕུན་ཚོགས་དང་ སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

༣ གཞི་བདག་མྱ་བྱ་ལ།

གནད་དོན་བརྒྱད་བསྟུན།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ཨྱ་མུ་ལའམ་ དག་སྒྲོང་རྩུལ་ཁྲིམས་དོ་ཨ།

ས་གནས། ལེམ་པངས་སྤྱི་འོག་ ས་གནས་ཨོ་ཕུ་ལ།

གཡུ་ས། སོ་ལོ་དགོན་པ།

ཆེད་ལོག་ སྤྱི་གཙུང་།

བསྟན་མི། སློ་གཏུང་གེད་འོག་ ལེམ་ཡངས་སྤྱི་འོག་མི་སེར་རྩ་གིས་སྤྲོས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་འབད་བསྟན་
སྟོལ་ཡོད་ཨིན།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ། ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་མོ་བྱ་ལ་འདི་ཉིད་ སྤེལ་གདུང་རྟེན་འོག་ ལེས་པངས་སྤྱི་འོག་
མི་སེར་ཚུ་གི་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་བར་མཚམས་མོང་ལེན་བཅན་གྱི་འཁོར་གཅིག་ཡིན་
པའི་ཁར་ སོ་ལྷ་གཅིག་ཡང་འབདམ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ནད་ལྷག་འབྱུགས་
ཚུན་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྟེན་ལས་སྤང་སྟེ་ བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་
ཆོས་དང་མཐུན་སྟེ་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐྱབས་ལུ་མིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྟོན་གཏུང་གཤེད་འོག་ ལེམས་པངས་སྤྱི་འོག་ནང་ སྨོ་བྱ་ལ་ཟེར་བའི་ས་གནས་འདི་ཁང་ གནས་ཁང་ཟེར་རུང་
ཁང་བཟང་མཆོད་རྟེན་དང་འདུལ་གཅིག་ནང་ན་ལུ་ རྒྱུས་ལྟ་ལུལ་བཅོམ་སྨོ་བྱ་ལའི་སྤྱི་འདུ་བཞུགས་སུ་གསེལ་ཏེ་
མཇལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ལྟ་ཁང་དང་གནས་ཁང་སོགས་སྐྱ་ཆེས་དང་སྤང་མཐོ་གང་ཡང་མིན་འདུག།



ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་མི་བུ་ལ།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

སྐྱ་མདོག་དཀར་བའི་མདངས་ལུ་ཞལ་ཞི་མ་ཐོ་འབད་ བཙན་རྟ་དམར་པོ་གཅིག་གྲུ་ཆིབས་ཏེ་ མཛེས་པའི་དར་
སྒྲིའི་སྐྱ་གཟུགས་གསོལ་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་རལ་གི་དང་ གཡོན་པ་བུམ་པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྟོག་ ག་ཅི་དགོཔ་
ཅིག་དངོས་གྲུབ་གནང་ཚུགས་པའི་ ཕྱག་མཆན་བསྐྱམས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཆོད་གི་
བསྟོད་ཆོག་ནང་ལས། སྐྱ་མདོག་དཀར་མདངས་ཞི་མ་ཐོ། ཕྱག་གཡས་རལ་གི་དགའ་ལ་གདངས། གཡོན་པ་
བུམ་པའི་རིན་ཆེན་རྟོག་ ཁྱེད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྐྱོང་ལ་བསྟོད། རྒྱུར་མགྲོགས་བཙན་རྟ་དམར་པོའི་
སྟེང་། ཞབས་གཉིས་རེལ་པའི་གཟི་བུ་ཅན། མཛེས་པའི་དར་སྐྱ་སྐྱ་ལ་གསོལ། ཟེར་བ་བཞིན་ནོ།

དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོད་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་གྱི་སྤྱན་ལྔར་ ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་མི་བུ་ལའི་
སྟོག་དང་དོན་ཉིང་ཁྱོད་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་ལུ་ཕུལ་བཞིན་ན་ ཁས་བླངས་དམ་བཙའ་ཕུལ་
ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཁྱོད་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོས་ དམ་ཆོག་དོ་མེསྤྱི་བོར་བཞག་ནས་ ཁས་བླངས་དམ་བཙའ་
ལས་མ་ཡལ་བར་ ཡུལ་ཕྱོགས་སྤངས་ལྗོངས་འདི་ནང་ བསྟན་པ་སྤང་བའི་བདག་པོ་སྤྲེ་བསྟོས་གནང་ཡོད་པ་

ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཚིག་དམ་བཅུག་ལས། གྱི་ ཞུན་པ་སྒྲིའི་སྒྲིལ་ལྟུ། །ལས་སྒྲངས་དམ་བཅས་
མ་ནོར་བར། །རི་ལྟར་སྒྲིག་གི་སྒྲིང་པོ་ཕུལ། །དམ་ཚིག་དོ་རྩེ་སྒྲི་བོར་བཅུག། །ལྟོ་མོན་སྒྲངས་ལྟོངས་རི་བོའི་
སུལ། །བསྟན་པ་སྒྲུང་བའི་གཉེར་ཁ་གཏད། །ད་ལྟ་ནལ་འབྱོར་རྩེས་བསྒྲུལ་གྱིས། །གང་གཡེལ་བཅོལ་བའི་
འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་དེ་ཡང་ སྟེ་གདུང་ཆེད་འོག་ ལེམ་པངས་སྒྲིའོག་གི་མི་སེར་ཚུ་ རང་སེའི་
ཁྱིམ་ནང་ལོ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ལོ་མཆོད་བཏང་པའི་སྐབས་ ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་མི་བྱ་ལ་ལུ་ གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ འོགས་སུ་སྟེ་བཅན་གསོལ་གྱི་རིམ་པ་ཚུ་གང་ཡང་མིན་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཆ།

གསོལ་མཆོད་ཕྱོགས་སྒྲིག་གི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཀླུ་བསོད་ནམས་ཕུན་ཚོགས།

སྒྲིའོག་གི་ཚོགས་པ།

ཀླང་པར་སྐད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༥)

༡ བྱ་འཇུག་ཆེན་པོ་གཟའ་རྒྱ་ལ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཆོད། ཟུབ་འཇུག་ཆོད་པོ་གཟུང་རྒྱ་ལ།

ས་གནས། ཀང་པར་བླ་མའི་དགོན་པའམ་ ལྷན་གྲུབ་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་དགོན་སྡེ།

གཡུས། གང་པར།

བསྟན་མི། ཀང་པར་གྲོད་འོག་ མེར་མདའ་སྤྱི་འོག་ བསམ་གཏན་ཚེས་གླིང་དགོན་སྡེ་སོགས་
 ཀང་པར་མི་སེར་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ਸ਼ੁੱਧ'ਰੁ'ਕੁੰਘ।

དེ་ཡང་ ཉི་འོག་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐྱུ་ཀུན་གྱི་ཕུལ་དུ་རྒྱུར་པའི་ལྟེ་བ་བཟུ་གིས་སྤང་རྫོང་ལག་ ཀང་པ་ར་ཆེད་
འོག་ ཡུལ་བབང་མེར་མདའ་སྤྱི་འོག་གི་མི་མེར་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱབས་གནས་གཙོ་བོ་གཅིག་ སྤུས་མཆོག་གཟའ་
བདུད་ཆེན་པོ་རྩ་རྒྱལ་འདི་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ཕྱོན་པ་སྒྲུའི་གཏེར་གཞུང་ལས། ཀུན་རྒྱུ་བབང་པོའི་སྤུལ་པ་
སྟེ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་པའི་གྲོས་བབྱམ་ ལྟ་ཆེན་བྱབ་འཇུག་གས་དང་སྤོང་ཆེན་པོ་འདི་ འཕགས་པ་ཀུན་རྒྱུ་
བབང་པོའི་རྣམ་སྤྱུལ་ངོ་མ་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ ང་བཅས་ར་ག་ར་འབད་རུང་ སྐབས་ལུ་བ་ཅིན་ གནས་སྐབས་ལྟ་
དང་མིའི་བདེ་བ་ཐོབ་ནི་དང་ མཐར་ཐུག་ལུ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལུ་ བར་དུ་
གཙོད་པའི་བགཏགས་འདི་ཚུ་ དམིགས་མེད་དུ་ཞི་ཚུགས་པའི་ཆོས་སྦྱོང་མཐུ་སྟོབས་འགུན་ལྷན་དང་བྲལ་བ་ཅིག་
ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་། ལྷ་ཆེན་ཁྱབ་འཕྲུག་རྒྱ་རྩ་ལ་བྲང་སྤོང་དེ་ཉིད་སྤྱིར་གྱི་ཀང་པ་ར་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱིས་བསྟན་སྟོལ་
ཡོད་པ་མ་ཆད་དེ་འི་ནང་ལས་ཡང་མེར་མདའ་གཡུས་ཆོན་པ་ཚུ་གིས་སྐྱབས་ཁུ་ས་ངོ་མ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་

ས་གནས་འདི་ཁར་གནས་བདག་སྟེན་ལས་བསྟན་ཡི་ག་ཟེར་བ་ཅིན། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༢༤
 ལོར་རྟོགས་ལྷན་གྲུ་གྱི་འདི་དངོས་སྟོབ་ མཁས་གྲུབ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་མཆོག་གིས་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ལྷན་གྲུབ་
 བསམ་གཏན་ཆོས་སྒྲིང་དགོན་པར་ གདན་ས་བཏབ་གནང་མ་དང་འབྲེལ་ གླ་མའི་ཞལ་ལས་ ང་བཅས་རའི་
 བཅག་འཇུ་རྒྱལ་དོ་བཟུམ་ གླམ་འདི་གིས་ཡང་ ཁོང་རའི་རྗེས་འཇུག་ཚུ་ལུ་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་གླ་
 མའི་དགོན་པ་འདི་ཁར་ བསྟན་པའི་སྤྱི་སྤྱང་འདི་བཀའ་འབབ་ག་ལུ་འདུག་ག་ཟེར་བྲགས་དམ་གྱི་སྟག་ལྷག་
 ག་ཟིག་ལྷག་དང་ ལྷ་ཆེན་ཁྱབ་འཇུག་བྱང་སྤྱོད་འབབ་ཡོད་པ་ལས་ གླ་མའི་བྲགས་བཞེད་ལུ་བྱང་སྤྱོད་འདི་བཀའ་
 ག་ཉན་བྲགས་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་འོང་ག་མནོ་ ལོག་ད་རུང་བྲགས་རྟགས་ག་ཟིགས་པ་ད་ ལོག་
 རྟེ་ར་བྱང་སྤྱོད་འདི་རང་འབབ་མཆོམ་ལས་ དགོན་པ་འདི་ཁར་ དུས་དེ་ལས་བཟུང་བསྟན་པའི་སྤྱང་མ་སྟེ་
 བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་བརྟེན་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྤྱབས་ཁུ་སའི་སྤྱོ་ཆོས་
 སྤྱོད་སྤྱང་མ་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན།

དེ་ཡང་གོང་ལས་བཀོད་ཡོད་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་པརྟ་དཀར་པོའི་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་
 པའི་ མགོན་པོའི་མངོན་རྟོགས་གཞིར་བཞག་ཐོག་ལས་ ད་རུང་ཡིད་ཆེས་བའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཅིག་ཁྱུ་
 དགོ་པས། དེ་ཡང་ མཁས་པ་ལ་ལུ་གིས་ རྟོ་རྗེ་འཆང་དབང་སྤྱུལ་པ་ལས། ཡང་སྤྱུལ་མི་བཟང་འབར་བའི་
 སྤྱིར། ཁེས་དང་། ལ་ལུ་ག་ཅིག་ནང་ ཉེ་རུ་ཀ་ཡི་སྤྱུལ་པར་གྲགས། ཁེ་ཀ་རྩེ་འའི་པོ་ཉ་བ། ཟེར་བའི་གདུལ་
 བའི་ཁམས་དང་བསྟན་ཏེ་ སྤྱུལ་ཚུལ་ག་དེ་སྟེ་ཡོད་རུང་དོན་ལུ་འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྤྱོ་བའི་བརྒྱུད་དང་བསྟན་
 པ་ཅིན། སྟོན་བསྐལ་པ་མང་པོའི་སྤྱང་ལས་ར་ སྤྱས་མཆོག་ག་ཟེར་བདུད་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ དག་སྤོང་བྱང་སྤྱོད་གི་
 སྤྱོ་བ་བཞེས་སྟེ་བཞུགས་པའི་སྤྱབས་ལུ་ ཚུལ་ཁེམས་དང་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཕུང་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཏེ་ཡོད་པ་
 ལས་ སྤྱོ་བོ་མཆོག་དམན་ཀུན་གྱིས་ཞབས་རྟོག་བསྟོན་བཀའ་ཁུ་སྟེ་སྤོང་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་
 གི་རྒྱལ་པོ་ཡང་དག་སྤོང་བྱང་སྤྱོད་དེ་ལུ་མཆོད་གནས་པོ་སྟེ་བསྟོན་མ་ཚད་ བཅུན་མོ་དང་འཁོར་ཆ་ཁྱབ་ཡང་
 དད་པ་དང་མོས་གུས་སྤྱོད་དེ་ ཞབས་རྟོག་ཁུ་བཞེན་མ་ལས་ཆོས་ཉན་སྤོང་པ་ད་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་རྒྱལ་པོ་
 ཁོ་ཡིན་རུང་ ཕྱག་དང་བསྟན་བཀའ་ཁུ་ས་དག་སྤོང་འདི་ལུ་ཡིན་པས་ཟེར་ རྒྱལ་པོ་འདི་གིས་མིག་སེར་དང་ཕྱག་
 དོག་སྤྱོ་བཞེན་མ་ལས་དག་སྤོང་འདི་ཉེས་པ་གང་ཡང་མེད་རུང་ཁེམས་ནང་བཅུགས་ཏེ་ཉེས་ཁེམས་བཀའ་ཅུག་
 རུག་ དག་སྤོང་འདི་གིས་ཁོ་ལུ་ཁེམས་འབག་དགོ་པའི་ཉེས་པ་གང་ཡང་མེད་མནོ་བཞེན་ན་སྟོན་ལམ་ལོག་པ་
 བཏབ་སྟེ་ཡུན་མ་རིང་མོ་ཅིག་གི་རྒྱལ་ལས་ འཇིག་རྟེན་ཕུང་བར་བྱེད་པའི་གཟའ་བདུད་དུག་གི་སྤྱོ་གི་ཟེར་མི་

གཅིག་ལུ་གྱུར་སོཔ་མ་ཚད་ ཆོས་ཉན་མིའི་བརྩམས་བཞི་ཡང་སྤངས་གི་ཚུལ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་བ་བྲལ་སྟེ་ བདུད་
 བགཟམས་མ་རུངས་པ་ལུ་དབང་སྒྱུར་བཞིན་མ་ལས་ དེའི་ཆོ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་བསད་པའི་ཁར་ ག་དང་
 ཁག་ལུ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་གི་མ་ཚད་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་མི་གཞན་ཚུ་ཡང་ཉ་ལམ་ཟ་ཆར་ནི་འབད་རན་མ་ཅིག་
 ཁར་ རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་སྙིང་པོ་ཟེར་མི་བྱོན་བཞིན་ན་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ གཟའ་བདུད་དེ་ཡང་སངས་
 རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ལུ་ཞུགས་བརྩམས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རིམ་པར་བཞིན་ལམ་རིམ་ཚུ་ལུ་ཡང་ཞུགས་མཆིལ་ལས་
 བརྟེན་ དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་ཆེན་བྱབ་འཇུག་གཟའ་བྲང་སྤྱོད་དེ་ཉིད་ རྒྱལ་བ་སྟོང་ཅ་བྱོན་པའི་ནང་ལས་སྐལ་བཟང་
 འཛམ་གླིང་འདི་ནང་ལངས་བྱ་རིའི་ཟེར་བའི་གཡུས་ཁར་ ཡབ་སློན་པོ་སྟོག་འཕྲེང་ཅན་དང་ ཡུམ་སྐལ་མགོ་ཁག་
 མིག་མའི་སྐས་ལུ་སྒྱུ་འབྲུངས་འབྲུངས་ཡོད་པ་ཨིན། མདོར་ན་སྤང་ཞིང་སྤྱོད་པའི་ལྷ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱུད་གར་ཟེལ་
 གྱིས་གཞོན་ཏེ་ སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་དཔོན་མཛད་པའི་ཤུལ་ལུ་ ལྷ་མ་ཡིན་ཆ་བྱབ་གྱིས་བསྐལ་བའི་དོར་ ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་
 དམག་དཔོན་མཛད་དེ་བཞུགས་པའི་རིང་ ཕྱོགས་གཏེ་ལུ་ཡང་ ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན་རུ་
 དར་འཕྱར་ཏེ་ རྒྱ་རྒྱལ་ཟེར་བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ནང་ གཏམ་དང་སྟན་གྲགས་གྱིས་བྱབ་སོཔ་ཨིན།

རྣམ་པར་དང་སྒྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བྱབ་འཇུག་བྲང་སྤྱོད་འདི་ཉིད་སྒྱུ་ལུས་ སྟོང་ལུ་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་ཅན་དང་ དབུ་དགའི་སྟེང་ལུ་བྱ་ལོ་གི་
 གཞོང་ཅན་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྒྱུ་སྤྱོད་ལུ་སྐལ་གྱིས་མཇུག་མ་ཆེན་པོས་འབྲེལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ཁར་ སྒྱུ་མདོག་དུང་ཁ་
 ལུ་མིག་གིས་གང་བ་དང་ མཁྱིན་པ་དང་ལྟེ་བའི་ཐད་ལུ་ཡང་ ག་ནི་བ་གཟེབ་ཆེད་ཆེད་ཏྲིག་ཏྲིག་སྤྱོད་པ་ཨིན།
 དེ་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་པ་རྣམ་དཀར་པོས། སྒྱུ་སྤྱོད་འདུས་པའི་མཐུ་བོ་ཆེ། །ལུས་པོ་གཅིག་ལ་མགོ་བོ་དགུ། །མགོ་
 ལུས་ཐབས་ཅད་མིག་གིས་གང་། །སྒྱུ་མདོག་འཛིན་པའི་དུང་ཁོ། །ཕྱག་གཡམས་ཚུ་སྤྱོད་ཞགས་པ་སྟེ། །གཡོན་
 པ་རུ་ཡས་མདའ་གཞུ་བསྐྱམས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ཨིན།

དམ་བཞག།

དང་པ་རང་ཡིད་ཆེས་པའི་རྒྱལ་རྟེན་གྱི་ལུང་དང་སྤྱོད་བསྟེན་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་རིམ་པར་བཞིན་དུ་ཁ་
 གསལ་སྤྱོད་བཀོད་པ་ཅིན། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཀུན་མཁྱེན་མི་ཐམ་པ་རྣམ་དཀར་པོ་ ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་
 ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་གང་དེ་ཉིད་གྱིས་མགོན་པོ་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་རྒྱུད་དང་མཐུན་སྤྱོད་ སྤྱིར་སངས་

རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་སྒོས་སུ་ དཔལ་འབྱུག་པའི་བསྟན་པ་ལུ་དབུ་འཕངས་སྤྲད་པའི་གཞོན་ཕྱེད་དག་བགེགས་
གཏུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ ལྷ་དུ་སྒྲོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་ནུས་པའི་སྤྲང་མ་ཅིག་ཡིན་པའི་ཚུལ་ དེ་ཡང་།
རྗེ་ ལྷ་འབྱུག་ཆེན་པོ་འཛིན་ཕྱེད་རྩ་ལ། །མི་བསྟན་ལས་ལ་ལྷ་མཛད་གཏུག་པ་ཅན། །ཐུབ་པའི་སྤྲོན་སྲར་
དམ་བཅས་མ་གཤེལ་བར། །རྣལ་འབྱོར་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ལྷ་དུ་སྤྲུབས། །ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་
ཡིན་ནོ།



རྒྱལ་པར་སྤྲ་མའི་དགོན་པ་འཕམ་ (ལྷ་མ་གྲུབ་བསམ་གཏུན་ཆོས་གླིང་དགོན་པ།)

གསོལ་མཆོད།

བགྲིས་སྤང་རྫོང་ལག་ རྒྱལ་པར་རྒྱུ་འོག་ མེར་མདའ་གཡུས་ཚན་ནང་གི་དགོན་བཟང་ལྷ་མ་གྲུབ་བསམ་གཏུན་
ཆོས་གླིང་ལྷ་ཁང་ནང་གི་སྤྲང་མའི་གནས་ཁང་ཆགས་སྤངས་དེ་ཡང་ གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་དམ་པ་སྤྲམ་སྒོན་ལས་
རབ་བཟང་མཆོག་ བགྲིས་སྤང་རྫོང་གཡུས་ཚན་གྱི་གུ་ལུ་མོང་ལིང་དགོན་པ་ལས་ སྤྲང་མཁར་དགོན་པ་

ཟེར་མི་འདི་ཁར་ ཟླ་ངོ་རྒྱལ་ལྷ་ག་ཙམ་གྱི་རིང་བཞུགས་པ་ཡོད་པ་དང་ དེ་ལས་ཡུལ་དྲངས་དགོན་པ་ཟེར་མི་འདི་
 ཁར་བྱོན་བཞིན་མ་ལས་ཞག་དག་པ་ཅིག་གི་རིང་བཞུགས་པའི་ཤུལ་གཡུས་ཚན་འདི་ཁའི་ལུང་པ་ཆོ་ཟུ་ཟེར་མི་
 འདི་ནང་ཕྱག་ཐེབས་ཅིག་རྟོགས་ལྡན་ཤུ་བྱི་ཤི་མཆོག་གིས་བྱུགས་ཉམས་སྒྲུང་ལུ་ཞལ་གཟིགས་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་
 དང་འབྲེལ་ འདི་གི་ནངས་པ་ལས་སྒྲམ་གིས་ང་བཅས་ར་ས་གོ་ཅིག་ནང་རྒྱུ་ལྷ་མོས་བཏོན་པའི་གྲུབ་རྒྱུ་ཡོད་ས་
 བྱོན་གོ་ཟེར་གསུངས་ཏེ་ལམ་བསེལ་ཡི་སེལ་ཡི་རང་བྱོན་མ་ད། ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སྒྲམ་མའི་གཟིམ་རྩུང་གི་ས་ཁོངས་
 ནང་ཐེབས་རྒྱལ། དེ་ལས་སྒྲམ་གིས་ཁོ་རའི་མཆོམས་ཁང་རྒྱུ་ཅིག་བཞེངས་པའི་རྒྱལ་སྤེ་བཞེངས་ཏེ་བཞུགས་
 པའི་སྐབས་ ལྷ་ག་པར་དུ་ཡང་གནས་བདག་གཟའི་བཞུགས་ཁང་འདི་ཉིད་ བཀོད་པ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་
 བྱུང་ཆོས་སོ་སོ་ཅིག་པོ་འདི་ ལྷ་ཁང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱུ་བཞིའི་ནང་ལུ་གིག་གིག་རྒྱུད་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ཁར་
 སྒྲམ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་མཆོག་གིས་ རྟོ་བཟོ་དང་བྱིམ་བཟོ་རྒྱུ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་ཚད་ཟེར་མི་འདི་ འ་
 བི་སྤེ་བཀོད་དགོ་ཟེར་གསུངས་གནང་སྟེ་ རོན་ལུ་གནས་བདག་གཟའ་དྲང་སྟོང་བཞུགས་ཁང་འདི་མཆོམས་ཁང་
 སྤེ་བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་མ་ལས་ འདི་ཁའི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་ དེ་བ་ཡང་རྒྱ་སྟོན་སྤེ་ཡར་སེང་ཐོག་ལུ་ ད་ལྟོ་
 ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་རྒྱབ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ ད་ལྟོ་རྒྱུ་པར་དགོན་སྤེ་འཛིན་སྟོང་པ་ སྒྲམ་བསྟན་འཛིན་
 འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱུན་ལས་སོ།།

སྤྱིར་བཏང་ལྷ་ཆོས་སྟོང་སྟུང་མ་རྒྱུ་མ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ལུལ་སྟངས་གོ་ར་ཅོག་ཐད་པ་ཡིན་རུང་ དྲང་སྟོང་ཆེན་
 པོའི་གསོལ་མཆོད་ལུལ་བའི་སྐབས་སྤར་སྟོལ་ལམ་ལུགས་དང་མཐུན་སྤེ་ རྒྱུ་པར་སྒྲམ་མའི་དགོན་པ་ལྷན་གྲུབ་
 བསམ་གཏན་ཆོས་སྤྱིང་ལྷ་ཁང་ནང་ གཡུས་སྐད་ལས་འབདམ་ད་ དགྲུ་སྟོང་ཟེར་སྒྲུབ་ཡིན་མས། ལོ་གཅིག་
 ནང་ལྷམ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་ད་ ལྷམ་རེ་ཕྱིས་བའི་ཉེར་དགུའི་ཆོ་ ཡ་རྟག་རང་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་མི་སེར་
 རྒྱ་སྟོང་རྒྱབ་ཀྱི་ཐོག་ལུ་གཙོ་བོ་བཟུང་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཀྱི་རྒྱུན་ཉམས་པར་གནང་དང་གནང་བཞིན་ཡོད་པའི་
 ཁར་ དུས་རྒྱུན་དུ་དགོན་སྤེ་དེ་ནང་གི་སྒྲམ་ཆོས་པ་རྒྱ་གི་ བསྐྱང་རྒྱུན་གསོལ་མཆོད་གནང་བཞིན་ཡོད།



བཀྲིས་སྒང་རྫོང་ལག་རྒྱལ་པོ་ཆེ་དེ་ལོག་མེར་མདའ་སྤྱི་ལོག་ཆེ་ཕུག་གཡུས་ཆན།

རྒྱལ་པོ་ཆེ་གི་ཡིག་ཆ།

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཕམ་དཀར་པོས་མཛད་པའི་མགོན་པོ་ཆེ་གའི་གཞུང་།
 བཀྲིས་སྒང་གྲ་ཚང་ནང་གི་སྒྲེར་གསལ་དཔེ་ཆ་ཕྱགས་སྤྲིག།
 མཁས་དབང་དག་ཅིན་པས་མཛད་པའི་ལྟོ་འབྲུག་ཆོས་འབྱུང་།
 ལྷག་པར་དུ་དྲེད་ལྷན་གྲུབ་བསམ་གཏན་ཆོས་སྤྱིང་དགོན་པར་ཡོད་པའི་མ་དཔེ་རྟེན་པ་བཅས་སོ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

རྒྱལ་པོ་སྤྱི་མའི་དགོན་པའི་བླམ་ བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་དང་ གཡུས་ཁའི་དམངས་མི་ ཆོགས་པ་ཚུ་དང་
 མཉམ་

༡ གཏུང་ཕྱ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡུལ་བཙན་གཏུང་ཕྱ།

ལྷ་ཁང་།.

སྐབ་ཁང་དགོན་པ།

གཡུས།

ཁལ་ཕྱག

བསྟེན་མི།

རྒྱ་པར་གྲོད་འོག་ རྒྱ་པར་གཡུས་ཚན་དང་ ལམ་ཡོངས་གཡུས་ཚན་པ་ཚུ་གིས་
ཡུལ་བཙན་སྟེ་བསྟེན་སྟོལ་ཡོད།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ།

གནས་སྐབས་འགལ་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ལོ་ལྷུག་རྟག་རྟ་ལེགས་ཆར་ཚུ་རྟས་སུ་
བབས་ མཐུན་རྒྱུ་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་རྟ་འཕེལ་སྟེ་ བད་
ཡམས་སུ་གོ་སོགས་འཛུལ་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་གི་མ་ཚད་ ཐར་ཐུག་བྱང་རྒྱབ་
ཀྱི་ལམ་སྐབ་པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན།

ཡུལ་བཙན་རྟ་ཕྱ།



ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

སྐྱ་མདོག་དཀར་ལ་ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆན་འཕྱར་ཏེ་ ཏྲ་དཀར་ལ་
ཆིབས་ཏེ་ ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བུ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གནི་ཡང་མིན་འདུག། དེ་ཡང་ ལོ་རྒྱུས་ལྟར་གཏུང་ཕྱག་བཅན་འདི་ལུ་ ཀྱང་
པར་ཆེད་འོག་ནང་ སྐྱབ་ཁང་དང་དགོན་སྡེའི་སྐྱམ་ཆོས་པ་དང་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་སྲོལ་ཡོད་རུང་ གཏུང་ཕྱ་
བཅན་འདི་དམ་ལུ་གནས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ སྐྱམ་གྱིས་འཕྲིན་བཅོལ་མཛད་ཚུལ་ གསོལ་མཆོད་ཀྱི་དཔེ་ཆ་
སོགས་གང་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་སྟོན་ཡམ་ཆུན་ཤོས་ཚུ་གི་ན་རྒྱུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འཁྲིལ་ ཀྱང་པར་ཆེད་
འོག་ཡིག་ཚང་གི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ བཟོ་བཀོད་ཕྱི་ལྷ་ཁང་ནང་མཆོད་རྟེན་སྟེ་ཡོད་མི་ དམངས་ཀྱི་ཏུང་འགྱུར་
ཟེར་ས་ནང་ལུ་ གཏུང་ཕྱ་བཅན་གྱི་ལྷེབས་རིས་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པ་མཇུག་ནི་ཡོད།

གསོལ་མཆོད།

དེ་ཡང་ཡུལ་བཅན་གཏུང་ཕྱ་པ་ལུ་བསྟེན་མི་ ཀྱང་པར་ཆེད་འོག་ ལམ་ཡོངས་གཡུས་ཆན་རང་སེའི་ཁྱིམ་ནང་
ན་ཆ་གིས་གཏུང་པའི་སྐྱབས་ ཆོགས་དང་གསེར་སྦྱེམས་བཤམས་ཏེ་ སྟེ་བརྒྱུད་གསེར་སྦྱེམས་རེ་ཕུལ་སྲོལ་
ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཏུས་རྒྱུན་ཏུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྲོལ་མིན་འདུག།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྐྱམ་བསྐྱུན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

ཆེད་འོག་གི་དམངས་མི་སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

ཞིབ་འཆོལ་པ་བདེ་སྤངས་པར་རྒྱལ་མཆན།

༡ རྩོམ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྩོམ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ།

ས་གནས། མེར་མདའ་སྤྱི་འོག་ ཆེ་ཕུ་རེ།

གཡུས། ཁལ་ཕུ།

བསྟན་མི། ཀར་པར་གློད་འོག་ ཁལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་གི་སེར་ཚུ་གིས་ སྟོན་དང་ཕུ་ལས་ ད་ཚུན་གྱི་
བར་ སྤར་ག་ཨིནམ་སྟེ་བསྟན་སྟོན་ཡོད་པ་ཨིན།

སྐབས་ཁུ་ཚུལ། དེ་བཅན་རྩོམ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ་འདི་ཉིད་དངོས་གྲུབ་སྟོན་བའི་ནོར་ལྷ་ཨིནམ་ལས་
གནས་སྐབས་འགལ་ཆེན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ལོ་ཕུག་རྟག་རྟ་ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་
འབབས་ མཐུན་ཆེན་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་སྟེ་ བད་
ཡམས་སྤྱ་གེ་སོགས་འཛམས་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་གི་མ་ཚད་ ཐར་ཐུག་བྱང་ཚུབ་
གྱི་ལམ་སྟུབ་པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གྲུབ་པའི་དབང་པོ་རྟོགས་ལྡན་ཤུག་གི་མཆོག་གིས་ རྒྱ་བོད་མཐའ་མཚམས་སུ་ ལྷ་ཁང་བཞེངས་དགོས་པའི་
ལུང་བསྟན་བཞིན་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་པའི་དངོས་སྟོན་ སྤྱི་མ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་
མཆོག་གིས་ རང་ལུགས་གནས་ལོ་ས་པོ་འབྲུག་ལོ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༥༤ལུ་ བོད་རྩྭ་རི་རོང་བསྐོར་གྱི་རི་མཚུག་ ས་
གནས་ཆེ་ཕུ་ཟེར་དབྱིབས་དྲུང་དཀར་གཞོང་འབྲུ་བའི་བར་ན་ལུ་གདན་ས་བཏབ་ནས་ ཀར་པར་སྤྱ་མའི་དགོན་
པ་(ལྷན་གྲུབ་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་) ལྷ་ཁང་བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྱི་གསུང་ཐུགས་གྱི་ནང་རྟེན་བྱིན་
ཅན་སོགས་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་ རྩོམ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ་སྤྱི་མ་སྟོན་ལམ་རབ་གི་དག་སྦྲང་ལུ་བྱོན་ཚུལ་ལྟར་
ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ཐེབས་རིས་གྲར་བཞེངས་ཡོད་པའི་ཁར་ དུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཆོད་མཛད་བཞག་ཡོད་མི་ད་ལྟོ་
བར་ཕུལ་སྟོན་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན།



རྩོམ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ།

ནུམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐུ་མདོག་སེར་མོ་ནི་བའི་མདངས་དང་ལྗན་པ་ ཕྱག་གཡས་མེ་ལོང་དང་ ཕྱག་གཡོན་ཆེ་དར་དཀར་པོ་བསྐྱམས་
 ཏེ་ འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྐབ་པའི་དབང་པོ་སྐུ་མ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་མཚན་
 རྩེ་སྐུ་མ་རྟོགས་ལྗན་ལྡན་གྱི་ལྷ་པོ་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་ ཀླུ་པར་སྐུ་མའི་དགོན་པ་ (ལྗན་སྐབ་བསམ་གཏན་ཚུལ་
 སྐྱིད་) གཏན་ས་བཏབ་པ་བྱོན་པའི་ལམ་ཁར་བྱི་ལི་གཅིག་འོང་བཞིན་ན་ལམ་སྟོན་འབད་དེ་ཆེ་ཕུ་རིའི་རྟེན་པར་
 ད་ལྟོ་སྐུ་མའི་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ཆགས་ཡོད་སར་སྟོན་པའི་སྐབས་ བྱི་ལི་འདི་གིས་རྐྱབ་ས་ཁར་དབྱར་ཏེ་འགྲོ་མ་

བདུབ་ལས་བརྟེན་ གྲམ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་མཆོག་ གོང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་བསྟན་ གདན་ས་ཆགས་ས་
ས་གོ་འདི་ཁར་ཨིན་མ་མཁུན་ཏེ་བཞུགས་པའི་བར་ གཉིད་ལམ་གྱི་དག་སྒྲུང་ནང་ལུ་ ལམ་སྟོན་འབད་འོང་མི་བྱི་
ལི་འདི་ མ་ཅིག་ཇོ་མོ་རེ་མ་ཉིདེ་ནམ་སྤུལ་ལེགས་བྱ་སེར་མོ་ཨིན་མ་གཟིགས་ཏེ་ སྐྱ་མདོག་དང་ནམ་པ་ཚུ་ གྲམ་
ཁོ་རའི་དག་སྒྲུང་ལུ་གཟིགས་ཡོད་པ་བཞིན་ གདན་ས་སྤུན་གྲུབ་བསམ་གཏན་གླིང་ལྷ་ཁང་སྤུབ་པའི་སྐབས་
ལྷེབས་རིས་ཐོག་ལུ་བཞེངས་ཡོད་པ་ད་ལྟོ་བར་ཡང་མཇལ་ནི་ཡོད།

དམ་བཞག།

ཇོ་མོ་རེ་མ་ཉིདེ་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ལས། ང་ནི་པདྨ་ཐོད་འཕྲེང་ཙུལ། ཀྱུན་གྱི་སྟོག་དབུགས་ང་ལ་ཡོད། ང་ལི་
བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། ཉོན་སྦྱིང་ཚལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། ཉེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་བར། སྦྱིན་བདག་
བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་སྤྱབས། ཟེས་གསུངས་པ་བཞིན་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་
ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

རྒྱུ་པར་ཆེད་འོག་ ལལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་ བུ་ཆེ་ལ་གཡུས་ཚན་ཚུ་གི་ ཇོ་མོ་རེ་ག་ས་ཟེར་བའི་ས་གནས་ནང་ སྟོན་
བོན་གྱི་ལུགས་སོལ་ལྟར་ ཁ་དམར་བྱུགས་ལུ་དཀྱིལ་མགུ་ཉོ་གུར་རིགས་ལྷ་རྒྱན་ ལྟོ་རས་ཀྱིས་བསྐྱམས་ཏེ་
ནལ་འབྱོར་མོ་ཆ་ལུགས་བཟོ་སྟེ་ ལོ་ལྟར་རང་ལྷ་དཔའི་ཆོས་ ༡༠ལུ་ གཡུས་མཚན་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ག་ར་
འཛོམས་ཏེ་ ཇོ་མོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཆེ་སྤུ་གཡུས་ཀྱི་ རྒྱུ་པར་གྲ་མའི་དགོན་པ་
སྤུན་གྲུབ་བསམ་གཏན་གླིང་ལྷ་ཁང་ནང་ལྷ་རིམ་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་སྐབས་ལུ་ཡང་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དང་སྤུལ་
བཞིན་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

བྱམ་སྒྲོན་ལམ་རབ་བཟང་གིས་མཛད་ཡོད་པའི་གསལ་མཆོད་ཚུགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆའི་ཐོག་ལྟ།

འདི་བསྟན་འབད་ས།

བྱམ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་དང་ མེད་འོག་གི་དམངས་མི་སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

༤ ཏུངས་ལིང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གནས་བདག་ཏུངས་ལིང་།

ལྷ་ཁང་། ཀླང་པར་ སྤྲ་མའི་དགོན་པ།

གཡུས། ཁྲལ་ཕུ།

བསྟེན་མི། འབྲུག་ཤར་ཕྱོགས་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་དུ་གྲགས་པའི་ནང་གསེས་ ཤར་ཕྱོགས་
བགྱིས་སྒྲང་གི་ཆ་འོག་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་མཁའ་གླིང་གེད་འོག་ འཇམ་པའི་གཉེན་
དང་བཟོང་བའི་བཤེས་སུ་གྱུར་པ་པ་མས་རིགས་ལས་བསྟེན་ཡོད་པའི་གནས་བདག་གི་
མཚན་ལུ་ མེས་མེས་ཏུངས་ལིང་ཟེར་བྱུང་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་གནས་བདག་ཏུངས་
ལིང་འདི་ཉིད་ བགྱིས་སྒྲང་རྫོང་ཁག་ཡོད་རིགས་ལུ་བྱབ་ཚུགས་པའི་གནས་བདག་ཨ་
མ་ཇོ་མོ་ལུ་བསྟེན་ཡོད་ལུགས་ལས་ལྷ་ཏུངས་ཏེ་ འཁོར་ཏུངས་ལིང་འདི་ལུ་ཡང་
ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་ མང་ཤོས་ནང་རང་ བསྟེན་སྒོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཀླང་པར་
གེད་འོག་ནང་ཁྲལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་ཟོར་གདུང་སྤྱི་འོག་གཉིས་ཀྱི་ནང་བསྟེན་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱབས་ཁུ་ཚུལ། གནས་སྐྱབས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ལོ་ཕུག་རྟག་རྟ་ལེགས་ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་
བབས་ མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་ ནད་
ཡམས་ལུ་གཤེགས་འཛོམས་རྒྱགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་གིས་མ་ཆད་ ཐར་བྱག་བྱང་
རྒྱབ་ཀྱི་ལམ་སྐྱབ་པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་རྒྱགས་པའི་ཕན་པ་ཡང་ཡོད་པ་
ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་ཟེར་རུང་ ལ་གྲིང་གི་གཡུས་ཚན་མགུ་ལུ་ མེས་མེ་དྲངས་ལིང་གི་སྤྲ་མཚོ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ཡིན།
དྲངས་གྲིང་པོ་བྲང་ངམ་ སྤྲ་མཚོ་ཆགས་གནས་གཙོ་བོ་ ལ་གྲིང་ལུ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ལ་གྲིང་རྗེད་འོག་གི་
ཡུལ་བཙན་གྱི་སྐབས་རྒྱས་པར་བཤད་ན་ལེགས།



བཙན་རྗེད་དྲངས་ལིང།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྲུང་ཆེན་པོ་མེས་མེས་དྲངས་ལིང་འདི་སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོའི་གྱར་ མར་པོའི་འཇུག་
བག་དང་ལྷན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་། གྱེ་ སྤོང་གསུམ་ཀུན་ལ་དབང་སྐྱུར་བྲེགས་པའི་རྒྱལ། འིན་ཆེན་
གཏེར་གྱི་མངའ་བདག་དྲངས་ང་ལིང་། སྤྱན་རྒྱ་ཏུར་ལ་དབྱ་སྐྱེ་ཙེད་པན་བཅིངས། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་
སྤྱན་གྱིས་གཟིགས་སྤངས་ཡང་ བད་རི་སྤྱ་རི་གཟིགས་ཡོད་པའི་ཁར་ དབྱ་སྐྱེ་རྒྱ་ཡང་སྤྱི་བོར་ཙེད་པན་ལུ་
བཅིངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ཕྱག་མཚན་ཡང་ བསྟོད་ཆོག་ལས། ཕྱག་གཡས་དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་
བྱ་བསྐྱུམ། གཡོན་པས་ཞལ་བས་གང་བའི་གཞོང་པ་འཛིན། ཞེས་དང་། ཕྱག་གཉིས་རུ་དར་རྒྱུང་བཞག་
འཁོར་ལོར་འཛིན། ལ་རོལ་དག་དཔུང་འཛོམས་པར་བྱོད་ལ་བསྟོད། ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གྱེ་ མི་འགྱུར་བསམ་ཡས་པོ་བྱང་དུ། སློབ་དཔོན་པདྨ་བཟླ་ཡིས། སྤྱན་སྲར་
བཀྲུག་ནས་དམ་ལ་བཏགས། གཏེར་བདག་བསྟན་པའི་གཏེར་ཁ་གཏད། བྲང་བྲུང་རི་བོའི་དབེན་གནས་
སྤྱ། སྤྱབ་དབང་གཤམ་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། ཕྱག་རྒྱ་གཉན་པོའི་ཟིལ་འོག་ནན། བཀའ་སྲུང་ཆེན་པོའི་དབང་
ཡང་བསྐྱར། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ སྤྱན་གྱི་དུས་ སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ པདྨ་འབྲུང་གནས་གྱིས་དམ་ལུ་
བཞག་ཡོད་རུང་ སྤྱར་ཡང་ སྤྱབ་པའི་དབང་པོ་ གཤམ་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཡང་ ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་དམ་ལུ་
བཞག་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚན།

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ ལྷག་པར་དུ་དཔལ་ལྷུག་པའི་བཀའ་སྲུང་གི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པའི་མེས་
མེས་དྲངས་ལིང་དེ་གི་ འཕྲིན་བཅོལ་མཛད་ཚུལ་ ཁག་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡོད་རུང་ གཙོ་བོ་དེ་བཀྲིས་སྤང་གྲ་ཚང་
གི་ཆོས་སྲུང་དཔེ་ཆ་ཕྱོགས་སྤྱིགས་འབད་ཡོད་མི་ནང་ལས་བཏོན་ཏེ་བཏང་སྟོལ་འདུག་ དེ་ཡང་ཞིབ་འཛོལ་དང་
འབྲེལ་ཕྱང་ གཡུས་ཁའི་མི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་སྟེ་ལྷུ་ཕྱང་ གནས་བདག་འདི་གི་དཔེ་ཆ་
ད་ལྟོ་གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ རྩོད་ནང་བཏང་སྟོལ་ཡོད་མི་ལས་སོ་སོར་མིན་འདུག།

སྤྱི་ལོ་འདི་གཉིས་ནང་ ལོ་ལྟར་རང་སེའི་བྱིས་ནང་ལོ་མཆོད་བཏང་པའི་སྐབས་ དྲངས་ལིང་བཙན་ལུ་གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ དམིགས་བསལ་མི་དམངས་འཛོམས་ཏེ་ བཙན་གསོལ་རིམ་པ་སོགས་
གང་ཡང་མིན་འདུག། གསོལ་མཆོད་དུས་ཆོད་ཁར་ མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་
ལོ་ཐོག་རིན་གས་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་གཞོད་པ་བསྐྱེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རན་འབྱུང་ནི་དང་ མེས་མེས་དྲངས་
ལིང་གི་ ཐོ་བྲང་དོ་ གྲྲ་མཆོ་ཡང་མར་གིབ་ཏེ་ འདི་ལུ་བསྟེན་པའི་མི་ནོར་ཚུ་གར་ལུ་ རྟ་ཡམས་ཐུ་གེ་ དུས་
མ་ཡིན་པ་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རན་པ་བྱུང་ནི་གཞོད་ཉན་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
ན་རྟིང་གཞེས་རྟིང་ཅིག་ཁར་ གྲྲ་མཆོ་སྐམ་སོང་སྟེ་ བཟླ་ཤིས་སྐང་གྲ་ཚང་དང་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ ལོག་
སྟེ་གསོལ་མཆོད་རྒྱས་པར་ཕུལ་ཏེ་སོར་ཚུད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གཤའ་ནི་འདུག།

དག་རྒྱུན།

དེ་ཡང་ སྟོན་དང་ཕུ་མེས་མེས་དྲངས་ལིང་མཆོག་ འགོ་ཐོག་བཞུགས་ས་ གནམ་བླར་རྒྱ་གར་ཨ་སམ་ལུ་
དང་ དགུན་མཁའ་གླིང་དང་ གཏུང་བསམ་ལུ་ཨིན་མ་མཆོད་ དགུན་བཞུགས་ཀྱི་དུས་ཆོད་ཡང་ ལྷན་བཅུ་
གཅིག་པ་ལས་ལྷན་གཉིས་པ་ཚུན་བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། དེ་མ་ཆད་དེ་སྟོན་མཁའ་གླིང་གཡུས་ཚན་གྱི་རི་
གར་ མཆོ་ཆགས་སའི་ས་གོ་ནང་ ས་དང་རྩོ་ནགས་ཆལ་གྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ ཆར་གཅིག་འབདཝ་ད་
སྟོན་ས་བྱིས་མེད་པ་སྤྱང་འབྱམས་སྟོན་མི་གཅིག་གིས་ རི་མགུ་ལུ་སྟོན་ས་གཅིག་བཟོ་སྟེ་སྟོན་པའི་སྐབས་ རུབ་
མའི་མི་ལམ་ནང་ལུ་མཆོ་འདི་ཁའི་གནས་བདག་དྲངས་ལིང་དེ་བྱོན་ཞིན་ན་ ཁྱོད་ར་གནས་འདི་ཁར་མ་སྟོན་ས་
གནས་གཞན་ཁར་སྟོ་ཡར་སོང་སྟབས་ ཁོ་གིས་ཉན་ཁྲག་མ་བཏབ་པར་ཁུ་སིམ་སིམ་འབད་ཉལ་བཅུག་ཟེར་
སྟབས་ཉལ་སྟོན་དཔ་ལས་ རོ་པ་གཉིད་ཆོར་ལྷན་ད་མཐའ་འཁོར་ལུ་གར་མཆོ་གི་སྐང་སྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཆེན་
ཨིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་དུས་ད་སྟོན་གི་བར་ནང་ཡང་ ག་ནི་བ་ཡ་མཚན་ཆེ་རྟོག་རྟོ་འབད་མཆོ་འདི་
མངལ་རྒྱགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ཀྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསལ་མཆོད་ཕྱགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བླམ་བསྐྱུན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

རྫོ་རྩེ་ཆོ་རིང་། ལེགས་སྦྱར་བ།

གཤེད་འོག་གི་དམངས་མི།

སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

༥ སྤང་བཅས་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡུལ་བཅན་ སྤང་བཅས་དོ་ཇེ་གཤམ་པ།

ལྟ་ཁང་། བླ་མའི་དགོན་པ།

ས་གནས། ཁྲིམས་ཤིང་རྗེད་འོག་ བྱང་མཁར་སྤང་བཅས།

གཡུས། དངུལ་གླིང་གཡུས་ཚན་ ཀང་པར་གཡུས་སྤང།

བསྟེན་མི། ཀང་པར་རྗེད་འོག་ དངུལ་གླིང་གཡུས་ཚན་དང་ བྱང་མཁར་སྤྱི་འོག་གཡུས་ཚུ་གིས་
ཡུལ་བཅན་འབད་བསྟེན་ཨིན་པས།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། ཀང་པར་རྗེད་འོག་ དངུལ་གླིང་གཡུས་ཚན་དང་ ཁྲིམས་ཤིང་བྱང་མཁར་ཚུ་ ཅ་ཚ་
གིས་གཏུང་པའི་སྐབས་ ཚོགས་དང་གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་
ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ལྟར་ལོ་མཆོད་སྐབས་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བཟ་ཤིས་སྤང་ཆ་འོག་ ཀང་པར་རྗེད་འོག་གི་ མེས་མེས་སྤང་བཅས་པའི་གནས་ཁང་བེར་རུང་ ཀང་སྤར་བླ་མའི་
དགོན་པའི་ནང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་གསོལ་ཁ་དང་ཅིག་ཁར་ གསེར་སྐྱེམས་མདོར་བསྟུས་ཅམ་བཏང་ནིའི་ ས་
གནས་འདི་ཁྲིམས་ཤིང་རྗེད་འོག་ བྱང་མཁར་སྤང་བཅས་པ་བེར་མི་འདི་ཁར་ཨིན་པས།



སྤྱི་མཐོང་དགོན་མཐོང་མཐོང་སྤྱང་ཟམ་པ།

ནམ་པ་དང་སྤྱི་མཐོང་ཕྱག་མཚན།

སྤྱི་མཐོང་དཀར་པོའི་མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་
བྱ་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་དམ་ཉམས་འཛིན་པའི་སྤྱུལ་གྱི་ཞགས་པ་འཛིན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

དམ་བཞག་གི་ཁ་གསལ་ལོགས་སུ་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ རག་རྒྱན་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ རྒྱན་པ་སྒྲ་
འབྲུང་གནས་ཀྱིས་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རག་རྒྱན།

སྤང་བཅན་འདི་ རྒྱན་གྱི་དུས་ལུ་རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྤར་ རྒྱུས་ཆང་རྩ་བ་ཉིད་ནས་ལོངས་སྤྱོད་མི་
འབད་བཟེ་བའི་ཁས་སྤངས་སྤུལ་ཡོད་པའི་གང་བཟག་གཅིག་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་སྤང་བཅན་པ་བོད་ལས་མར་འོང་
པའི་ས་ཚུགས་ཐུང་མཁར་སྤང་བཅན་ཟེར་ས་སྟོན་པའི་སྐབས་ ཡང་རྒྱས་གཅིག་གི་ཆང་བཞེས་བཟེ་དངས་ཏེ་ སྤ་
བཅན་པ་ཡང་རྒྱས་འདི་ལུ་སེམས་ཤོར་བའི་རྒྱན་གྱི་ རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྤར་ ཆང་མི་འབྲུང་ནིའི་ཁས་
སྤངས་སྤུལ་ཡོད་མི་ སེམས་ཁར་མ་དྲན་པ་ཆང་བཞེས་ཡོད་པའི་གནད་ལས་ རྒྱལ་ལས་ཡང་རྒྱས་འདི་དང་
གཅིག་ཁར་ཡུལ་ཚུགས་འདི་ལུ་སྟོན་དེ་ མི་ཆེ་ཆོགས་ཏེ་ ལོག་སྤྱེས་བ་ལེན་པའི་སྐབས་ རྒྱན་རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་
ཆེའི་བཀའ་དང་དམ་ལས་བཀལ་བའི་ཉེས་པ་ལས་བརྟེན་ ཡུལ་ཚུགས་འདི་ནང་གྲུ་བདུད་བཅན་སྤེ་སྤྱེས་ཡོད་པ་
ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ རྒྱང་པར་གཡུས་སྟོན་ལུ་ སོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་བའི་ཡུལ་ཚུགས་ཀྱི་གཞི་བདག་
འབད་བྱབ་རྒྱགས་པ་ཡིན་མ་དང་ གཡུས་སྤྱོད་ལས་མར་ མེས་མེས་སྤང་བཅན་པ་གིས་བྱབ་རྒྱགས་བཟེ་ཡིད་
ཆེས་སྤྱོད་ཐོག་ལས་ ཡུལ་བཅན་འབད་བསྟེན་སྟོལ་ཡོད་མ་ཆད་ རྒྱང་པར་སྤྱོད་མེས་ལྷ་ཁང་ནང་མེས་མེ་
ས་སྤང་བཅན་པའི་ རྟེན་པས་རིས་ སྤྱེས་སྟོན་ལས་རབ་བཟང་གི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་ བཞེངས་སྟེ་ཡོད་པའི་གྲུར་
གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ཡང་ཡོད།

གསོལ་མཆོད།

དེ་ཡང་ ཡུལ་བཅན་མེས་མེས་སྤང་བཅན་པ་ལུ་བསྟེན་མི་ རྒྱང་པར་ཆེད་འོག་ དདུལ་གྱིང་གཡུས་ཆན་པ་དང་
ཁྱིམས་ཤིང་ཐུང་མཁར་པ་རྩ་ རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ བཅོམ་གིས་གདུང་པའི་སྐབས་ ཆོགས་དང་གསེར་སྤྱེམས་
སྤུལ་ཏེ་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ལྷར་ལོ་མཆོད་སྐབས་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད།

མེས་མེས་སྤང་བཅན་པ་འདི་ རྒྱ་བདུད་ཡིན་མ་ལས་ མཐུ་དང་རྩ་སྤུལ་བསམ་གྱི་མི་བྱབ་བཟེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་
དང་འབྲེལ་ གསོལ་མཆོད་གསེར་སྤྱེམས་སོགས་དུས་ཆོད་ཁར་སྤུལ་མ་རྒྱགས་པ་ཅིན་ ཡུལ་ཚུགས་འདི་ནང་

ནད་ཡམས་འཁྲུགས་རྩོད་སོགས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འཐོན་མ་ཆད་ ལོ་ཐོག་ལུ་ཡང་གཞོན་རྒྱུ་བྱང་ནི་ཡོད་པ་
ཡིན། མེས་མེས་སྤང་བམ་པ་ལུ་སྐྱབས་ཀྱི་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་དུས་ཆོད་ཁར་སྤུལ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཡུལ་ཕྱོགས་
འདི་ནང་དགའ་སྦྱིད་སྤུན་སུམ་ཆོགས་ཏེ་ ལོ་ཕུགས་ཏྲག་ཏུ་ལེགས། མི་ནད་ཕུགས་ནད་སོགས་གང་ཡང་མེད་
པར་གནས་ཏེ་སྟོད་ཚུགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྤམ་ བསྐྱུན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

༤ ཕོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ།

གནད་དོན་བརྩམ་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཕོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོའམ་ ཕོག་པ་ལྷ།

ས་གནས། ཁལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་ རི་བའི་རྩེ་མོ་ཕོ་བྲང་།

གཡུས། ཟོར་གཏུང་།

བསྟན་མི། སྤྱིར་བཏང་རྒྱུ་པར་རྟེན་འོག་ ཁལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་ ལམ་ཡོངས་སྤྱི་འོག་ ཟོར་གཏུང་
སྤྱི་འོག་གསུམ་གྱི་བསྟན་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ཁལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་མི་སེར་རྩེ་གིས་
བསྟན་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རྒྱུ་པར་བྲ་མའི་དགོན་པའི་མགོན་ཁང་ནང་བསྐྱང་རྒྱུན་
གྱི་གསོལ་མཚན་མ་ཆད་པར་ཕུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ལུ་རྒྱུལ། གཞི་བདག་ཕོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོའི་ཉིད་ རྒྱུ་པར་རྟེན་འོག་ ཁལ་ཕུ་སྤྱི་འོག་
ལམ་ཡོངས་སྤྱི་འོག་ ཟོར་གཏུང་སྤྱི་འོག་མི་སེར་རྩེ་གིས་ སྤྱི་སྤྱོད་ལུ་ལྷ་གཅིག་ཡིན་
པའི་ཁར་ ཕོ་ལྷ་གཅིག་ཡང་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་རྩེ་ལུ་ནད་ཕྱག་འབྲུགས་
རྩྱུང་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྟེན་ཅན་པ་ལས་སྤང་སྟེ་ བསམ་པའི་དོན་ཐམས་
ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་རྒྱུགས་པའི་རེ་བ་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐབས་ལུ་ཕྱ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

གྲུབ་པའི་དབང་པོ་རྟོགས་ལྡན་གྲུ་ཤིའི་མཚོག་གིས་ རྒྱ་བོད་མཐའ་མཚམས་སུ་ ལྷ་ཁང་བཞེངས་དགོ་པའི་
ལུང་བསྟན་བཞིན་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་པའི་དངོས་སྟོབ་ བྲ་མ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་
མཚོག་གིས་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ས་པོ་འབྲུག་ལོ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ བོད་རྩི་རིའང་བསྐྱར་གྱི་རི་མཇུག་ ས་
གནས་ཆེ་ཕུ་ཟེར་དབྱིབས་དྲུང་དཀར་གཤོང་འབྲུ་བའི་བར་ན་ལུ་ གནད་ས་བཏབ་ནས་ རྒྱུ་པར་བྲ་མའི་དགོན་
པ་(ལྷན་གྲུབ་བསམ་གཏན་ཆོས་སྤྱིང་) ལྷ་ཁང་བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྤྱི་གསུང་ཐུགས་གྱི་ནང་རྟེན་བྱིན་

ཅན་སོགས་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་ བོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྐམ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་གི་
 དག་སྒྲུང་ལུ་བྱོན་ཚུལ་ལྟར་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ལྷེབས་རིས་བཞེངས་ཡོད་པའི་ཁར་ ཏུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཚན་
 མཛད་བཞག་ཡོད་མི་ ད་ལྟོ་བར་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨོན།



བོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་ བོགཔ་ལྷ།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཞལ་ཞི་ཁྲོ་གར་གི་རོལ་པ་སྟེ་ སྐྱུ་མདོག་སྟོ་བསངས་ཟེར་རྟོན་མ་འབད་ ཏྲ་དམར་པོའི་སྟེང་ལུ་གཟི་མེད་དང་
 ལྷན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཁར་ ཕྱག་གཡས་རལ་གི་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ལུ་ཕྱར་ཡོད་པ་དང་ ཕྱག་གཡོན་དུང་
 དམར་དམ་ཉམས་པའི་སྟིང་ཁར་མནན་ཏེ་ གཡས་ཕྱོགས་ལུ་འཁོར་ ཀམ་རྒྱལ་པོ་བཙན་ཏྲ་དམར་པོ་གུ་ཆིབས་
 ཏེ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་རུ་མཚོན་ཕྱར་ཏེ་ ཕྱག་གཡོན་ཏྲའི་ཕྱར་ཐག་བཟུང་སྟེ་བཞུགས་པ་དང་ གཡོན་ཕྱོགས་ལུ་
 འཁོར་ རྟོར་བུ་རྒྱལ་པོ་དཔོན་པོའི་ཚུལ་དུ་ཏྲ་གུ་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་དུང་དམར་ཁྲད་ལ་སྟོར་ཏེ་ ཕྱག་

གཡོན་རྟེན་ཐུང་ཐུང་སྟེ་བཞུགས་པ་དང་ རྒྱུ་ཕྱགས་ལུ་འཁོར་སྤྲོན་མོ་མཛེས་པའི་རྒྱན་དང་བཅས་ཏེ་
ཕུག་གཡས་ལུ་ད་དར་དང་ གཡོན་ལུ་བྱམ་པ་བཟུང་ནས་བཞུགས་པ་དང་ མདུན་ཕྱགས་ལུ་འཁོར་ བསམ་པ་
གྲུབ་པ་ ཕུག་ལུ་བྲེ་སྒང་བསྐྱམས་ཏེ་ ལ་སྟོ་ལུང་སྟེའི་ནོར་རྒྱལ་སྤོངས་གྲུབ་གནང་བཞིན་བཞུགས་པ་དང་
བྱུང་ཕྱགས་ལུ་རི་བཙོང་བཙན་ཆོད་ ཕོ་ལྷ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་དང་འབྲས་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་རུང་
འཁོར་ལྷ་སྟིན་སྟེ་བརྒྱད་སོགས་ རང་རང་སོའི་ཕུག་མཚན་འཛིན་ཏེ་ ཏྲ་དང་དེལ་མ་ཏེ་གཡག་ལ་སོགས་པ་ལུ་
ཆིབས་ཏེ་ རྒྱན་ཆ་དར་སྤྲོ་ཆོགས་གཡོག་ཞིན་ན་ རྟོང་གསུམ་ལུ་སྟོར་ར་རྒྱལ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ གྲམ་སྟོན་
ལམ་རབ་བཟང་གི་དག་སྤང་ལུ་བྱོན་ཚུལ་ལྟར་ གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཆོག་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལྷེབས་རིས་
ཐོག་ལུ་གསལ་ཏྲོག་ཏྲོ་འབད་བྲིས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

ཕོ་ལྷ་དོན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་འདི་ ལོག་པའི་ལམ་ལུ་བཞུགས་ཏེ་འབད་རུང་ སྟོན་ཆེ་གུ་རུ་པ་སྒྲའི་བཀའ་དང་དམ་
ལས་མ་འདྲའ་བར་གནས་དགོ་པའི་ཁར་ རྣལ་འབྱོར་པ་གྲམ་སྟོན་རབ་བཟང་མཆོག་གི་ བཀའ་འོག་ལུ་བེལ་
གྱིས་མནན་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཆོག་དམ་བཞག་ལས། ཀྱི་ སྟོན་ཆེ་བདེན་གཉིས་མཐའ་
བཙན་པ། ལོག་པའི་ལམ་ལུ་བཞུགས་འགྱུར་ཁྱད་ཀྱང་། ཡན་གནོད་འབྲས་བྱ་རྒྱལ་བའི་བཀའ། རྟོང་ཁྱད་མདྲའ་
བར་མ་བྱེད་པར། དུག་རྩལ་བསམ་སྦྱོར་ཞི་བར་མཛོད། ཞེས་དང་ རྣལ་འབྱོར་བདག་གི་བཀའ་མ་
བཙག་ ཁྱེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་སྟེ་བསྟོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

རྒྱུ་ཕྱགས་ཆེད་འོག་ ལལ་སྤྱི་འོག་ ལམ་ཡོངས་སྤྱི་འོག་ ཟོར་གདུང་སྤྱི་འོག་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ ལྷ་རིམ་
ཆོས་ཉིར་དགུ་ལུ་སྟོར་རྒྱལ་ཐོག་ལུ་ མར་ངོའི་གསོལ་མཆོད་སྤལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ལྷར་བཞིན་རང་སོའི་
བྱིས་ནང་ ལོ་མཆོད་སྐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤལ་སྟོལ་ཡང་ཡོད། དེ་མ་ཆད་གྲམ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་གི་
གདན་ས་རྒྱུ་ཕྱགས་ལུ་འཁོར་དགོན་པ་ལུ་ཡང་ དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཆོད་སྤལ་དང་སྤལ་བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱུ་ལྟོང་།

ཕོ་ལྟོང་གྲུབ་རྒྱུ་པོ་འདི་ཉིད་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་སྐྱབ་པའི་ཆ་རོགས་འབད་མ་
ལས་ ཆོས་བབ་རྟམ་བབ་སྐབས་ལུ་ཆོགས་དང་ གསེར་སྐྱེམས་སོགས་ཕུལ་བའི་ཁར་ ཡར་ངོ་མར་ངོའི་
གསོལ་མཆོད་ཡང་སྟོན་དང་ཕུ་ལས་ཕུལ་སྟོལ་བཞིན་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ རྒྱུ་ལྟོང་ཐོག་ལུ་ཕུལ་དང་ཕུལ་བཞིན་
ཡོད།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བྲམ་སྟོན་ལམ་རབ་བབ་གིས་མཛད་ཡོད་པའི་གསོལ་མཆོད་ཕྱོགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བྲམ་ བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

གཤེད་འོག་འདི་ནང་གི་དམངས་མི་སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

ལྷ་མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར།

ས་གནས། མཐོང་རོང་ལབ་ཙ།

གཡུས། སྤ་ས་ཕུ་དཔལ་གདུང་།

བསྟན་མི། ཀང་པར་གླེད་འོག་ སྤ་ས་ཕུ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་སྟོན་དང་ཕུ་ལས་ ད་ཚུན་གྱི་
བར་ སྤར་ག་ཨིནམ་སྟེ་བསྟན་སྟོལ་ཡོདཔ་ཨིན།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར་འདི་ དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བའི་ནོར་ལྷ་ཨིནམ་ལས་ གནས་སྐབས་
འགལ་རྒྱུན་ བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ ལོ་ཕུགས་ཏྲག་ཏུ་ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་བབས་
མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་ ཚོགས་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་ ནད་ཡམས་ལུ་གོ་
སོགས་འཛམས་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོདཔ་གི་མ་ཆད་ མཐར་ཐུག་བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་
སྐབ་པའི་གོགས་དང་ དཔུང་གཉེན་མཛད་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡང་ཡོདཔ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར་ ཟེར་མི་འདི་ཡུལ་བཙན་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེན་པས། ས་གནས་གྱི་མིང་ཅིག་ཨིན་རུང་
ལབ་ཚུ་འདི་ཁར་ དུས་བབས་གི་སྐབས་ལུ་ གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ་སྟོལ་ཡོདཔ་ལས་ ཐོ་བཀོད་ཚུད་སོངམ་བཟུམ་
ཅིག་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ འདི་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

འག་ཕྱོད།

མཐོང་རོང་ཟིག་སྟེར་འདི་ཉིད་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འབད་བསྟེན་སྒྲིལ་མེད་རུང་ མཐོང་
རོང་ཟིག་སྟེར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་མི་སྐོར་ལས་ལྷ་བ་ཅིན། རྩོན་དང་ཕུ་ ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་
ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཁར་ ཆོང་ལཱ་དང་ཚུ་བཏོན་པར་འབྱོ་བའི་སྒྲིལ་འདུག་ཟེར་ལྟ་
ནི་ཨིན་ དེའི་སྐབས་ ཀང་པར་སྤྲ་ས་ཕུ་དཔལ་གདུང་གཡུས་ཚན་ལས་ ཨའི་གཅིག་དང་ཨ་ལུ་སྤྲེ་ཁོང་གཉིས་
རྒྱ་གར་ས་མཆོམས་ལུ་འབྱོ་བའི་ལམ་ཁར་དོ་སྤོམ་གཅིག་གུ་ངལ་འཆོ་ཉལ་སྟོད་པའི་སྐབས་ ཆོལ་མ་ནང་གི་མི་
ཆོད་གཅིག་ ཀང་པ་ལུ་རྩང་སོབ་སྟེ་འོང་ས་མཐོང་མ་ལས་ ཨ་ལུ་འདི་གི་མི་ཆོད་ཀྱི་ཀང་པ་ལས་རྩང་བཏོན་བྱིན་
པའི་དགའ་འཆོར་ལུ་ ས་གནས་འདི་ཁར་ལས་འབྱོལ་ད་ཨའི་དང་ཨ་ལོ་འདི་གི་ཁུར་ཆ་མི་ཆོད་འདི་གི་འབག་སྟེ་
མཐོང་རོང་ལབ་ཅ་གུར་སྐྱེལ་བྱིན་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་ལས་ས་གནས་འདི་གི་མིང་ལུ་མཐོང་རོང་གཟིགས་སྟེར་ཟེར་
བཏགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རང་ལྷོ་བཞི་པའི་ཆོས་ ༡༥ལུ་ མཐོང་རོང་ལབ་ཅ་འདི་ཁར་གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ་ནིའི་
སྒྲིལ་ད་སྟོ་བར་ཡང་འདུག།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་ དམ་བཅག་གི་སྒོར།

སྐྱུ་མདོག་དང་ཕྱག་མཚན་ དེ་ལས་དམ་བཞག་གི་སྒོར་ལས་ག་ནི་ཡང་ཁ་གསལ་མེད་པ་ཡིན། འདི་གི་ལོ་རྒྱུས་
གོང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན།

གསལ་མཆོད།

གསེལ་མཆོད་སེ་སེ་སྤེ་ཕུལ་སྒོལ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ རང་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་ གཤུ་ལོ་སྟོག་ལུ་
སད་སེར་སྟགས་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་མི་བཀལ་ནིའི་དོན་ལས་ མཐོང་རོང་ལབ་ཅ་འདི་
ཁར་གསེར་སྤྱེམས་ཕུལ་ནིའི་སྒོལ་འདི་ སྟོན་དང་ཕུ་ལས་ ད་ལྟོ་བར་ཡང་མ་ཉམས་པར་ཕུལ་ཏེ་འདུག།

འདྲི་བསྐྱོན་འབད་ས།

ལྷ་མ་ བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

ཆེད་འོག་གི་དམངས་མི། སྤྱི་འོག་གི་ཆོག་པ་པ།

༡ གཞི་བདག་ཆོ་སྤྱ་བཙན།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གཞི་བདག་ཆོ་སྤྱ་བཙན།

ས་གནས། ཆོ་སྤྱ་རི་ཡི་རྩེ་མོ།

གཡུས། ཀང་པར།

བསྟན་མི། སྤྱིར་བཏང་རྒྱུ་པར་རྟེན་འོག་མི་སེར་ག་ར་གི་བསྟན་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་མེ་མདའ་
སྤྱི་འོག་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟན་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཀང་པར་གླ་མའི་དགོན་པའི་
མགོན་ཁང་ནང་བསྐྱང་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཁུ་ཚུལ། གཞི་བདག་ཆོ་སྤྱ་བཙན་འདི་ཉིད་ ཀང་པར་རྟེན་འོག་ མེ་མདའ་སྤྱི་འོག་མི་སེར་ཚུ་
གིས་ རྒྱུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ སོ་ལྷ་གཅིག་ཡང་འབད་མ་ལས་བརྟེན་
མི་སེར་ཚུ་ལུ་ནད་ཟུག་འབྱུགས་རྩོད་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྩ་ལས་
སྤྱང་སྟེ་ བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལྷན་ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུབ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་
ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐབས་ཁུ་མི་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གྲུབ་པའི་དབང་པོ་རྟོགས་ལྷན་ཤྲུག་ཤྲིའི་མཆོག་གིས་ རྒྱ་འབོད་མཐའ་མཚམས་སུ་ལྷ་ཁང་བཞེང་དགོ་པའི་ལུང་
བསྟན་བཞིན་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་པའི་དངོས་སྟོབ་ གླ་མ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་མཆོག་
གིས་ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ས་པོ་འབྲུག་ལོ་ སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལུ་ བོད་རྒྱ་རི་རོང་བསྐྱོར་གྱི་རི་མཚུག་ ས་གནས་ཆོ་
སྤྱ་ཟེར་དབྱིབས་དྲུང་དཀར་གཤོང་འབྲུ་བའི་བར་མཚན་ལུ་གདན་ས་བཏབ་ནས་ ཀང་པར་གླ་མའི་དགོན་པ་
(ལྷན་གྲུབ་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་) ལྷ་ཁང་བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་ནང་རྟེན་བྱིན་
ཅན་སོགས་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་ ཆོ་སྤྱ་རིའི་བཙན་ཡང་གླ་མ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་གི་དག་སྤྱང་ལུ་བྱོན་ཚུལ་
ལྟར་ ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ཐེབ་རིས་བཞེངས་ཡོད་པའི་ཁར་ དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སྲོལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན།



གཞི་བདག་ཆོ་ཕུ་བཙན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཞལ་གཅིག་སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་དམར་པོའི་མདངས་དང་ལྗན་པ་ ཞི་མ་ཁྲོ་བའི་ནམ་པ་འབད་རྟ་དམར་པོ་ཅང་
ཤེས་ཀྱི་སྟེང་ལུ་གཟི་བརྗིད་དང་ལྗན་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་དར་དམར་པོ་འགོ་བ་ཀྱན་ཀྱི་ཆོ་སྟོག་
སྟེལ་ནིའི་ཕྱིར་དུ་ཡོད་པ་དང་ ཕྱག་གཡོན་ལུ་དགོས་པའི་འདོད་པ་མ་ལུས་པར་སྟོལ་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་
བསྐྱམས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ གསོལ་མཚོད་ཀྱི་ཆོག་ལས་ ཞལ་གཅིག་སྐྱུ་མདོག་དཀར་དམར་ཞི་
མ་ཁྲོ། ཕྱག་གཡམས་འགོ་བ་ཀྱན་གྱི་ཆོ་སྟེང་ཕྱིར། །དར་དམར་ཕྱར་ཞིང་གཡོན་པས་སྐྱབ་པ་པོར། །དགོས་
འདོད་ཡིད་བཞིན་སྟོལ་ཕྱིར་ནོར་བུ་བསྐྱམས། །ཞེས་དང་ རྟ་དམར་ཅང་ཤེས་སྟེང་ན་རོལ་པས་བཞུགས། །ཟེར་
བྲམ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་གིས་གསུངས་ཏེ་འདུག།

དམ་བཞག།

སྔན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་ཀྱི་སྤྱན་ལྷན་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་བཞུགས་
དུ་སྦྱང་ནིའི་ཁས་སྒྲུངས་འབད་ཡོད་པ་བཞུགས་ གླེན་སློན་ལམ་རབ་བཟང་མཆོག་གིས་ཡང་བསྐྱར་བཅན་འདི་ལུ་
བློན་གསོ་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་འབྱོར་པ་གླེན་ཁོ་རའི་ལྷ་དང་བྱ་བ་ག་བྱུམ་བཀོལ་རུང་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་གྲོགས་ལུ་ཆེ་
ཕུ་རའི་བཅན་གཞི་བདག་འབད་ཡང་བསྐྱོས་བཞག་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་དམ་བཞག་ལས།
ཀྱི། སྔན་ཆེ་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྲུང་སྤྱན་ལྷན་ལུ། རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་དེ་འཛིན་བུ་བཞུགས་དུ། སྦྱང་བའི་གཡར་དམ་
བཅས་པ་བློན་མཛོད་ལ། རྒྱལ་འབྱོར་བདག་གི་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། ཁྱེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡུལ་
བཅན་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད།

རྒྱལ་བའི་ཆེད་འོག་ མེ་མདའ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལྷ་རིམ་ཆེས་ཉེར་དགུ་ལུ་སྒྲོར་རྒྱབ་ཀྱི་ཐོག་ལུ་མར་
ངོའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལོ་ལྟར་བཞུགས་རང་སོའི་བྱིས་ནང་ལོ་མཆོད་བཏང་པའི་སྐབས་ལུ་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡང་ཡོད་ དེ་མ་ཆད་གླེན་སློན་ལམ་རབ་བཟང་གི་གདན་ས་རྒྱལ་བའི་དགོན་པ་
ལུ་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་ནར་ཕུལ་དང་ཕུལ་བཞུགས་ཡོད།

རྒྱབ་སྦྱོར།

གཞི་བདག་ཆེས་ཕུ་པ་འདི་ཉིད་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ ཕན་པ་དང་བདེ་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་གཅིག་
འབད་མ་ལས་བརྟེན་ ཆེས་བཟང་དུས་བཟང་སྐབས་ལུ་ ཆོགས་དང་གསེར་སྦྱེམས་སོགས་ཕུལ་བའི་ཁར་ ཡར་
ངོ་མར་ངོའི་གསོལ་མཆོད་ཡང་སྔན་མ་ལས་ཕུལ་སྟོལ་བཞུགས་ མི་སེར་ཚུ་གི་རྒྱབ་སྦྱོར་གྱི་ཐོག་ལུ་ཕུལ་བཞུགས་
ཡོད།

ཐུབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གྲམ་སྒོན་ལམ་རབ་བཟང་གིས་མཛད་ཡོད་པའི་གསལ་མཆོད་ཚུགས་སྒྲིག་དཔེ་ཆའི་ཐོག་ལྟ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

གྲམ་ བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།

གཤེད་འོག་འདི་ནང་གི་དམངས་མི་སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ ལྷ་བདུད།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། བར་ཆོ་ལྷ་བདུད།

ས་གནས། ཡོན་ཕུ་ལ།

གཡུས། ཡོན་ཕུ་ལ།

བསྟེན་མི། བགྲིས་སྒང་རྫོང་ཁག་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ ས་གནས་ཁྱ་སྒྲོམ་སྤྱི་འོག་ནང་ ཆགས་
ཡོད་པའི་བར་ཆོ་འདི་ ས་གནས་འདི་ནང་གི་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་
ཡང་ ཡུལ་བཙན་ག་ནི་མེན་རུང་ ལོ་རྒྱུས་དང་འཁྲིལ་གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས་ཏེ་
འབད་ཁྱ་ནི་ཡིན།

བླ་གསོ། བར་ཆོ་འདི་ཡང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་པས་ཟེར་ཁྱ་ནི། དེ་ཡང་ ས་གནས་
ཀྱི་མིང་དང་ གཏེར་སྐྱ་གཅིག་གི་མཚན་ཡིན་མ་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་ སྐྱ་མདག་
རྣམ་པ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ གཡུས་མི་ཚུ་གིས་ ལོ་རྒྱུས་བཤད་དེ་ཡོད་མི་
འདི་ ཁྱ་བ་ཅིན།

སྐྱབས་ཁུ་ཚུ་ལ། ཁྱ་སྒྲོམ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་ཉེ་འདབ་ཀྱི་ཆོང་པ་ཚུ་ལུ་ན་ཚམ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ ལྷ་
ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

བར་ཆོ་ཟེར་མི་འདི་ས་སྒྲོ་གཅིག་གི་མིང་གནས་ཡིན་རུང་ ལོ་རྒྱུས་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ལྷ་བདུད་ཆགས་ཡོད་པའི་
ས་ཁོངས་གཅིག་ཡིན་མ་ཚད་ ཡོན་ཕུ་ཆོས་རྒྱུ་གི་སྤོན་མ་དགའ་རབ་རྒྱུ་འདྲ་གཏེར་བཞེས་སའི་ས་
ཁོངས་གཅིག་ཡིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

བར་ཚེ་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པའི་སྐྱེ་འདི་ལུ་དུས་རྒྱུན་དུ་མི་སེར་ཚུ་གི་བསྐྱེན་སྲོལ་གང་ཡང་མེད་རུང་ ལོ་ལྷར་
བཞིན་སྐྱེ་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་རྩ་བར་རི་བོ་བསངས་མཚོད་ལྷོ་བ་དུག་པའི་ཚེས་གངས་ནང་མི་སེར་ཚུ་འཛོམས་
བཞིན་མ་ལས་བསངས་མཚོད་རྒྱས་པ་འབད་གཏང་ནི་ཡོད་ཟེར་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པ་མ་གཏོགས་ལོ་རྒྱུ་གཞན་བཤད་
སྲོལ་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་བཅུད་བསྐྱེས་འབད་ལུ་ཨིན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐོར།

གོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཨིན་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་སྐོར་ལས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་
ཨིན།

འདི་བསྐྱེན་འབད་ས།

ཞིབ་འཚོལ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་དཀར་ཆགས་ཚུ་གང་ཡང་ཐོབ་མ་ཚུགས་རུང་ བཀའ་
ལུང་ཆེད་འོག་ ཁ་སྐྱོམ་སྤྱི་འོག་ཚོགས་པ་ བསམ་གྲུབ་དང་ ཡོན་ཕུ་ལྷ་ཁང་བདག་གཉེར་གནང་མཁན་ ཡོན་
ཕུ་ཚོས་ཇེ་གི་མི་རྒྱུད་ སྤྱིས་ལོ་ ༡༩༩༩ ལངས་མི་ ཆེ་རིང་དོ་ཇེ་ཟེར་མི་ ཁོང་དང་མཉམ་འབྲེལ་བ་འབབ་པའི་
སྐབས་གོང་འཁོད་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བཤད་ནི་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

༡ རོམ་མཁར་མ་ནི།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་མཚན། རོམ་མཁར་མ་ནི།

ས་གནས། སྤན་ཐུང་།

གཡུས། སྤན་ཐུང་།

བསྟེན་མི། བགེམ་སྒང་རྫོང་ལག་ བཀའ་ལུང་རྟེན་འོག་ སྤན་ཐུང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་ག་ར་
གིས་ བཤ་ཚམ་རེ་བྱུང་མ་ད་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ། སྤན་ཐུང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་ཉེ་འདབ་གྱི་ཚོང་པ་ཚུ་ལུ་ན་ཚམ་ཕོག་སྟེ་ མོ་བཏབ་
ཕྱིས་བཏབ་འབད་མ་ད་ མཚོད་རྟེན་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ལུ་ རྒྱལ་པོ་མཚོད་དགོ་པའི་
གདོན་འཐོན་མ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ཚོགས་དང་ཆང་ཕུད་གཏོར་ནི་ལུ་གས་
སྟོལ་དར་བྱབ་སོང་མི་ལས་ཚུར་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གངས་སུ་བབྱམ་
གཅིག་སྟེ་བཙུ་སྟོལ་ཡོད་པ་ལས་ བཤ་ཚམ་རེ་བྱུང་མ་ད་ མགོན་སྐབས་འཚོལ་དོ་སྟེ་
ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་། གནས་ཁང་
ཟེར་རུང་ གོང་ལུ་བཀོད་དེ་
ཡོད་པའི་ མཚོད་རྟེན་གྱི་པར་
དེས་དེ་ཡིན།

མཚོད་རྟེན་དེ་ སྤན་ཐུང་སྤྱི་
འོག་ནང་རོམ་མཁར་མ་ནི་



ཟེར་ཡོད་མི་འདི་གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་རུང་། གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ཐོ་བཀོད་གངས་སུ་ག་དེ་སྟེ་
བརྩི་སྟོན་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ཁུ་བ་ཅིན་ སྟོན་དང་ཕུ་ལས་དོམ་མཁར་མ་ནི་ཟེར་མི་བཀའ་ལུང་ཤེས་རབ་ཅེ་
མཐོ་རིམ་སྟོབ་གཱའི་འཇུལ་སྟེའི་ཉེ་འདབས་ལུ་ གཞུང་ལམ་འོག་ལས་མར་མི་ཁར་ ༣༠ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་
མཆོད་རྟེན་གཅིག་ཡོད་མི་ བར་སྐབས་མཆོད་རྟེན་འདི་མི་ངན་ཚུ་གིས་སྟོང་འབག་སྟེ་ ཉམས་བཅོས་འབད་མ་
ཚུགས་པར་ལུས་པའི་བར་ མཆོད་རྟེན་འདི་ལུ་རྒྱུ་གོང་བལྟགས་ཏེ་ སྟོན་ཐུང་སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་ཉེ་
འདབ་གྱི་ཆོང་པ་ཚུ་ལུ་ན་ཆམ་ཐོག་སྟེ་ མོ་བཏབ་ཅིས་བཏབ་འབད་མ་ད་ མཆོད་རྟེན་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ལུ་
རྒྱལ་པོ་མཆོད་དགོ་པའི་གདོན་འཐོན་མ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ཆོགས་དང་ཆང་ཕུད་གཏོར་ནི། ལུགས་
སྟོན་དར་བྱབ་སོང་མི་ལས་ཚུར་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གངས་སུ་བབྱམ་གཅིག་སྟེ་ཅིས་སྟོན་ཡར་སོང་ཡི་
ཟེར་ སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་དག་པ་ཅིག་གིས་བཤད་ནི་འདུག།

ཨིན་རུང་སྟེ་ལོ་༢༠༡༩ ལུ་ མཆོད་རྟེན་འདི་ སྟོན་ཐུང་སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་
སྟོན་མི་ཚུ་གིས་མཉམ་རུབ་ཐོག་ཉམས་བཅོས་འབད་དེ་ རབ་གནས་དེ་ཡང་ ཡོན་ཕུ་ལ་བླམ་འཇིགས་མེད་
བསྟན་འཛིན་མཆོག་གིས་མཛད་དེ་ སྟོན་མའི་ལུགས་སྟོན་ལྟར་ ཕྱག་དང་མཆོད་པ་ཕུལ་ནི་མ་གཏོགས་ རྒྱལ་
གོང་ལུ་བརྟན་ནི་མེད་པའི་བཀའ་སྟོབ་གནང་ཡོད་པ་ལས་ཚུར་ རྒྱལ་གོང་ལས་བརྟེན་བར་ཆད་ཡང་མ་བྱུང་ཟེར་
སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་བཤད་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་ མཆོད་རྟེན་ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་ནང་ཆོགས་དང་གསེར་སྟེམས་
སྟེལ་ནི་མེད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

གཞི་བདག་མེན་པའི་ཁྲུངས།

དོམ་མཁར་མ་ནིའི་རྒྱལ་འགོང་འདི་ལུ་ ཡུལ་འདིའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་སྟེ་ བསྟན་མི་
གང་མེད་པ་མ་ཆད་ སྟོན་ཐུང་སྟེ་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་འབད་ རོ་བོ་
གནམ་ཤིང་པ་ལུ་བསྟན་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཞིབ་འཛོལ་འབད་བའི་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཚུ་གང་ཡང་མེད་རུང་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཚུ་ བཀའ་ལུང་གི་འོག་
སྤྲོད་ཐུང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་གྲས་གཞོན་བར་གསུམ་རེ་རེ་གཉིས་ཀྱི་བཤད་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ སྤྱིས་ལོ་
༤༧ ལངས་མི་ ལྷ་རྒྱ་ཟེ་ཟེར་མི་སྤྲོད་མ་ལས་སྤྱི་འོག་འདི་ནང་སྤོད་མི་ཨིནམ་ལས་ སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་
ལྷག་བཞག་དང་ཡིད་ཆེ་ཡོད་པ་ལས་ ཁོ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་གོང་འཁོད་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བཤད་
ཡོད་པ་ཨིན།

༡ རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་།

ས་གནས། རོང་ཐུང་།

གཡུས། རོང་ཐུང་།

བསྟན་མི། བགྲིས་སྒྲང་རྫོང་ཁག་ བཀའ་ལུང་གི་འོག་ རོང་ཐུང་གླི་འོག་གི་མི་ཆོར་ཚུ་ཨིན་
རུང་ ས་གནས་རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་མི་འདི་ གསོལ་འཛིན་གྱི་ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་ཚུད་
དེ་ཡོད་རུང་ ཡུལ་བཙན་རོམ་མེན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི་ ཨིན་རུང་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་
རྒྱུས་གཤམ་འཁོད་ལྟར་ཞུ་ནི་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

ལོ་རྒྱུས།

རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་ཐོ་བཀོད་ནང་ཚུད་དེ་ཡོད་རུང་ རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་མི་འདི་
གནས་བདག་གཞི་བདག་གང་ཡང་མེན་པས་ ཨིན་རུང་རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་མི་ས་གནས་གྱི་མིང་གཅིག་ཨིན་
པའི་ཁར་ ས་གནས་འདི་ནང་སྤོན་མའི་རྫོང་གཞི་པོ་བྲང་ཕྱག་ཤུལ་གཅིག་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ པོ་བྲང་
འདི་ནང་རྒྱལ་འགོང་ཆགས་ཡོད་པའི་གནད་ལས་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་གཞོན་པ་བྱུང་སྟེ་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་
འདུག།

རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་འདི་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྟེ་བཙུ་ཁུངས་འབད་དེ་བསྟན་མི་གང་ཡང་མེད་རུང་ རྒྱལ་འགོང་གི་གཞོན་
པ་བྱུང་པའི་སྐབས་གསུར་གཏང་ནི་དང་ ཆོགས་དང་ཆང་ཕུད་སོགས་ཁ་སྟོང་བོན་སྟོལ་ལྟར་མཆོད་བཏང་ནི་རེ་
ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཅུས་རྒྱུན་ཅུ་བསྟན་མི་གང་ཡང་མེན་འདུག།

རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་སར་ལུ་ རྒྱལ་འགོང་ཆགས་ཡོད་པའི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ཞུ་བ་ཅིན། རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་ཡོད་
སའི་ས་གནས་འདི་ཁར་ རྫོང་ཤུལ་པོ་བྲང་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་སྤོན་མ་རྫོང་གཞིས་ལྷ་ཁང་གཅིག་འབད་མ་ལས་བརྟེན་

བཤུལ་ལས་ཚྲོང་གཞིས་ལྷ་ཁང་འདི་རལ་ཉམས་བཅོས་གང་ཡང་མེད་པར་ལུས་པའི་སྤང་ལས་ འདི་ནང་ལུ་
རྒྱལ་འགོང་ཆགས་ཏེ་ རོང་བྱང་གི་མི་མེར་ཚུ་ལུ་གཞོད་པ་སྦྱེལ་ཏེ་དགའ་མ་སྦྱིད་པ་མེད་པ་ལས་ མི་མེར་ཚུ་བོན་
པའི་ལུགས་སྟོལ་ལྟར་ཆང་དང་ ཚོགས་ཡིན་ཟེར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་མི་དགོས་པར་ གསུར་དང་སྤྲུགས་གཏོར་
ཞིན་མ་ལས་ གནས་སྤྲུགས་ཀྱི་བར་ཆད་རེ་སེལ་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཚྲོང་
ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་མི་འདི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་བཞག་འབད་བའི་ལོ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཁར་
གསལ་མཚན་ལུ་ནི་དོན་ལུ་དཔེ་ཆ་སོགས་གང་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཡིན།

ཚྲོང་ཀ་ཨ་རིང་པོ་བྱང་གི་ལོ་རྒྱུས།

ད་ལྟོ་བགྱིས་སྤང་ཚྲོང་ཆེན་མ་ཆགས་པའི་སྤྲོན་མ་ བགྱིས་སྤང་ཚྲོང་འདི་ ཚྲོང་ཀ་ཨ་རིང་ཟེར་ ད་ལྟོ་རྒྱལ་འགོང་
གི་པོ་བྱང་ཚྲོང་ལུ་ཡོད་མི་གྲུང་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ གཡུས་སྤྱོད་མི་མེར་ཚུ་གིས་བཤད་པའི་ཁར་ ད་རེས་ནངས་
པའི་དུས་ཚོད་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ཚྲོང་ལུ་པོ་བྱང་འདི་ར་ བོ་བལ་དབྱིབས་གྲུ་བཞི་ཁྱིམ་ཐོག་ཚད་, ཅན་མ་པོ་
བྱང་ནང་ལས་ཤིང་སྤོམ་གཅིག་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ནི་འདུག་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཡིན།

ཚྲོང་ཀ་ཨ་རིང་གི་རྒྱལ་འགོང་འདི་ལུ་མཐུ་དང་རྩ་ལུ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ད་ལྟོ་རྒྱལ་འགོང་ཆགས་སའི་པོ་བྱང་
དང་ ཨ་རིང་གི་ཉེ་འབད་ལས་ཡར་རྒྱུར་ སྤུལ་ནགཔ་སྤོམ་གཅིག་ཕུད་ནི་ཡོད་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་
འདི་ཕུད་པའི་ལུ་ལས་ དབང་རྟ་རྒྱུང་རྟ་སོགས་ཉམས་ཏེ་ གཟུགས་ཁར་རྩ་བུར་འཐོན་ ཕྱི་ན་བ་ལ་སོགས་
པ་འབྱུང་བ་བཞི་ལུ་བརྟེན་ ལྷབས་མ་བདེ་བའི་གནད་ལས་མིའི་ཆེ་སྟོག་ལུ་བར་ཆད་འབྱུང་ནིའི་གཞོན་ཉེན་ཡོད་
པའི་སྐྱོར་ལས་བཤད་ནི་འདུག།

སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་དམ་བཞག་གི་སྐྱོར་ལས།

སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐྱོར་ལས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ ལོ་རྒྱུས་གོང་
ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

ལོ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུན་སྒོར་ལས་ཁྱབ་ཅིན། རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ཆོས་ ༡༡ལུ་ རོང་ཐུང་སྤྱི་འག་ནང་
ཡོད་པའི་སྤྱིས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་ག་ར་ལུ་གསེར་སྤྱིམས་ཡོངས་རྫོགས་སྤྱི་ གཡུས་སྤྱིའི་མི་སེར་ཚུ་འཛོམས་ཏེ་ཕུལ་ནི་
ཡོད་ཟེར་ཨིན་མ་དང་ འདི་གང་རྒྱལ་འགོང་འདི་ལུ་གསེར་སྤྱིམས་ཕུལ་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས་ གལ་སྲིད་དུས་
ཆོད་འདི་ཁར་གསེར་སྤྱིམས་ཡོངས་རྫོགས་འབད་ཕུལ་མ་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ ལྷང་འཚུབ་ལས་བརྟེན་ལོ་གཅིག་གི་ལོ་
ཐོག་བསྟུ་ནི་ལུ་བར་ཆད་བྱུང་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱབ་ནི་འདུག།

འདྲི་བསྟུན་འབད་ས།

སྤྱིས་ལོ་ ༢༣ ལངས་མི་ མས་མས་བྱི་པོ་གིས་བཤད་མི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བཀོད་ཡོད་པ་ཨིན།

༤ དགའ་རབ་དོ་ཨྲེ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དགའ་རབ་དོ་ཨྲེ།

ལྷ་ཁང་། ཡོན་ཕུ་ ལྷ་ཁང་།

ས་གནས། ཡོན་ཕུ་ལ།

གཡུས། ཡོན་ཕུ་ལ།

བསྟན་མི། བགྲིས་སྒྲུང་ཚོང་ཁག་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ ཡོན་ཕུ་ལ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་ག་ར་
གིས་ བཟ་ཚམ་རེ་བྱུང་མ་ད་ བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་
ཆ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

བླ་གསོ། དགའ་རབ་དོ་ཨྲེ་དང་ རབ་མཁར་ཟེར་མི་འདི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་པས་
ཟེར་ཞུ་ནི། དེ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་དང་ གཏེར་སྐྱ་གཅིག་གི་མཚན་ཡིན་མ་དུ།
གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་ སྐྱ་མདོག་རྣམ་པ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ གཡུས་མི་
ཚུ་གིས་ ལོ་རྒྱུས་བཤད་དེ་ཡོད་མི་ལྟར་ཞུ་ནི་ཡིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ། ཡོན་ཕུ་ལ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་ཉེ་འདབ་ཀྱི་ཚོང་པ་ཚུ་ལུ་བཟ་ཚམ་རེ་བྱུང་པ་ཅིན་
ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐབས་འཛུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



ལྷ་ཁང་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

དགའ་རབ་དྭེ་རྩེ་འདི་གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་རུང་། གནས་གཞི་བདག་པོ་གི་ཞིབ་འཛེལ་ཐོ་བཀོད་ནང་
 རྒྱུད་དེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ཡོན་ཕུ་ལ་སྤྱི་འོག་ ཡོན་ཕུ་ལྷ་ཁང་ཟེར་བའི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུ་ལུ་བ་ཅིན་ གཏེར་སྟོན་
 པདྨ་གྲིང་པའི་གདུང་རྒྱུད་གཙོ་བོ་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་ཡོན་ཕུ་ཚོས་རྩེ་གི་གདན་ས་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཡོན་ཕུ་ལྷ་
 ཁང་ཟེར་མི་འདི་ཡིན་པས།

དགའ་རབ་དྭེ་རྩེ་ཟེར་མི་འདི་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ ཡོན་ཕུ་ལ་སྤྱི་འོག་ནང་ལུ་ སྟོན་དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་
 སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་རྒྱ་གི་ཡོན་ཕུ་ཚོས་རྩེ་ལུ་ད་ལྟོ་ལྷ་ཁང་ཆགས་སའི་ས་གཞི་འདི་ཡོན་སྤེལ་ཕུལ་སྟེ་གདན་ས་ཕྱག་
 བཏབ་གནང་པའི་སྐབས་ གདན་ས་འདི་ནང་ལས་མར་གཡུས་མཚུག་ཁ་ཐུག་ ད་རེས་ལྷ་སྟོན་སྤྱི་འོག་ཡོད་སའི་
 ས་ཁོངས་བར་ཆེ་ཟེར་ས་ལུ་ ཡོན་ཕུ་ཚོས་རྩེ་མར་གཟིགས་ཏེ་བཞུགས་པ་ད་ བར་ཆེ་ས་ཁོངས་ནང་མེ་རྒྱུད་ཀྱི་
 ཅིག་འབར་ཡོད་པ་འབད་མཐོང་པའི་ཤུལ་ ཚར་གཅིག་འབད་མ་ད་བར་ཆེ་ཟེར་ས་ལུ་བྱོན་ བར་ཆེ་ཟེར་མི་འདི་
 ས་སྟོན་འདི་འདམ་གཙང་སྤེལ་དང་མེ་འབར་སའི་ས་ཁོངས་ལས་ དགའ་རབ་དྭེ་རྩེ་འདི་སྐྱུ་འབྲེལ་རིང་ཚད་མེད་
 ཏེ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ དགའ་རབ་དྭེ་རྩེ་ཟེར་མི་འདི་གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི་ དགའ་རབ་

དོ་ཨྲཱི་གི་སྐྱེ་འདྲ་སྤྱད་ཅིས་ཐོག་ལུ་ཞིབ་འཛོལ་དང་འཁྲིལ་མཇལ་ཁ་སྤུལ་ནི་འབད་སྟོན་ཡོད་རུང་ ཅུས་རྒྱུན་ཅུ་
མཇལ་ཁ་མེད་པ་ལས་མཇལ་ཁ་ཞུ་མ་རྒྱུགས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

གཏེར་ལས་བཞེས་པའི་སྐྱེ་འདྲ་དགའ་རབ་དོ་ཨྲཱི་ བསྟེན་སྟོལ་ག་དེ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་གི་སྐྱོར་ལས་ཞུ་བ་
ཅིན། གནས་བདག་གཞི་བདག་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཡུ་བསྟེན་སྟོལ་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་བསྟེན་ནི་མེད་རུང་ བཀའ་ལུང་
ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་རྩ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ཡོན་ལྷན་གྱི་འོག་གི་མི་སེར་རྩ་ ཨ་ལུ་གསོ་མ་རྒྱུགས་པ་བར་ཆད་
བྱུང་པའི་སྐྱབས་དགའ་རབ་དོ་ཨྲཱི་ཕྱག་འཛོལ་གསོལ་བ་བཏབ་བསྟེན་མ་དེ་ཨ་ལུ་གསོ་མ་རྒྱུགས་ཟེར་ཡིད་ཆེ་
བསྟེན་དེ་འདུག།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐྱོར་ལས་ ག་ནི་ཡང་གསལ་ཁ་མེད་པ་ལས་ འདི་ནང་བཀོད་དེ་
མེད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཚན།

ཡོན་ལྷན་ཁང་འདི་ ཅུ་ཅན་དང་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཅན་གཅིག་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མགོན་ཁང་ནང་བཀའི་སྤྱང་མ་
མགོན་པོ་མ་ནིང་ནག་པོ་ཕྱིན་ལས་སྤྱད་འགྲུབ་མ་ སྟོན་མ་ཡོན་ལྷན་ཆོས་རྒྱུ་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐྱབས་ལས་འཕྲིན་
བཅོལ་མཛད་རྩལ་བཞིན་ཅུས་རྒྱུན་ཅུ་གསོལ་མཚན་ལུ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ དགའ་རབ་དོ་ཨྲཱི་ཉིད་ལུ་
བཀའ་སྤྱང་གནས་བདག་གཞི་བདག་འབད་བཅི་སྟོལ་མིན་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

རབ་མཁར་གྱི་ ཡོ་རྒྱུས།

བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ ས་གནས་ཡོན་ལྷན་ལ་རབ་མཁར་གྱི་སྐྱོར་ལས་ཡོ་རྒྱུས་བཅུད་བསྐྱུས་ཏེ་ཞུ་ནི་ཨིན།
རབ་མཁར་འདི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་མེན་པར་ ཡོན་ལྷན་གི་ས་གནས་གཅིག་གི་མིང་ཨིན་པས་ཟེར་
ཞུ་ནི་ཨིན། ཨིན་རུང་ རབ་མཁར་ཟེར་མི་གནས་བདག་གཞི་བདག་གང་ཡང་མེན་རུང་ ད་ལྟོ་རབ་མཁར་ཟེར་
ཡོད་སའི་ས་ཁོངས་འདི་བཅོན་ཡར་མར་རྒྱགས་སའི་ས་ཁོངས་གཅིག་ཨིན་ཟེར་ རབ་མཁར་ས་གནས་གྱི་ཉེ་
འདབས་ལུ་སྟོན་མི་རྩ་དང་ཡོན་ལྷན་ལའི་མི་སེར་རྩ་གི་ཡིད་ཆེ་སྦྱེད་པ་ལས་བརྟེན་ ས་གནས་འདི་ནང་སྟོན་མི་རྩ་
ཕལ་ཕལ་སྐྱབས་གདོན་རེ་བྱུང་སྟེ་ མི་ནད་ཕྱག་ནད་རེ་འབྱུང་པའི་སྐྱབས་ ཁ་ལས་བོན་གསོལ་གྱི་ལུགས་ལྷར་
འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོག་སྐྱམ་དང་ཅིག་ཁར་ ལྟོ་ལྟག་ཆོད་ལྷག་ ཆང་སྤྱད་རེ་གཏོར་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས། མ་གཞི་

བཅན་ཟེར་བའི་སྐབས་འདི་ལུང་སྒྲིད་དང་ ནམ་པ་ཚུ་ཡོད་དགོ་ནི་ཡིན་རུང་ འདི་འོ་སྒྲོར་ལས་ཁ་གསལ་ཤེས་
མི་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་ཞིབ་འཆོལ་འདི་བཀོད་དང་འཁྲིལ་གང་ཡང་བྲིས་ཐབས་མ་བྱུང་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་དམ་བཞག།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྒྲོར་ལས་ གསལ་ཁ་ག་ནི་ཡང་མདེཔ་ཡིན། དེ་ཡང་ བཅན་དེ་
གཉིས་པོ་དེ་ གཉིས་ཆ་རང་ ལོ་རྒྱུས་ཅམ་མ་གཏོགས་ ཡུལ་བཅན་ངོ་མ་མེན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི།

གསོལ་མཆོད།

ས་གནས་འདི་ནང་སྔོན་མི་ཚུ་ཕྱལ་ཕྱལ་སྐབས་ནམ་ཚམ་རེ་ཕོགས་སྟེ་ མི་ནད་ཕྱག་ནད་རེ་འབྱུང་པའི་སྐབས་
ཁ་ལས་བོན་གསོལ་གྱི་ལུགས་ལྟར་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོག་སྐྱམ་དང་ཅིག་ཁར་ སྟོ་སྟག་ཆོད་སྟག་ ཆང་ཕུད་རེ་
གཏོར་གཏོར་ཞིན་ན་མཆོད་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས།

འདི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྔོན་མ་ཡོན་ཕུ་ལྷ་ཁང་གི་དཀར་ཆགས་དང་བྱུང་རབས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཡོད་རུང་ ལྷ་ཁང་མེ་མཆོད་བཞེས་པའི་
ལོ་རྒྱུ་ལས་བརྟེན་ ཞིབ་འཆོལ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་དཀར་ཆགས་ཚུ་གང་ཡང་ཐོབ་མ་
ཚུགས་རུང་ བཀའ་ལུང་རྟེན་འོག་ ཡོན་ཕུ་ལྷ་ཁང་བདག་གཉེར་གནང་མཁན་ ཡོན་ཕུ་ཆོས་རྗེ་གི་མི་རྒྱུད་
སྐྱེས་ལོ་ ༡༩༩༩ ལངས་མི་ ཆོ་རིང་རྟོ་རྗེ་ཟེར་མི་ ཁོ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བ་འཐབ་པའི་སྐབས་གོང་འཁོད་ལོ་རྒྱུ་ཚུ་
འབག་གསང་མེད་པར་བཤད་ནི་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

༥ གནམ་ཤིང་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གནམ་ཤིང་པ།

ལྷ་ཁང་། རོང་ཐུང་ མོང་གླིང་ལྷ་ཁང་།

ས་གནས། རོང་ཐུང་།

གཡུས། རོང་ཐུང་།

བསྟེན་མི། བགེམ་སྒྲང་རྫོང་ཁག་ བཀང་ལུང་རྟེན་འོག་ རོང་ཐུང་སྤྱི་འོག་དང་ སྤུན་ཐུང་སྤྱི་འོག་
ཁ་སྒོམ་སྤྱི་འོག་ ཡོན་ཕུལ་སྤྱི་འོག་བཞི་དང་ རི་གཙང་དུང་བསྟོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་གཞི་
བདག་གནམ་ཤིང་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཅུད་བསྐྱུས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རོང་ཐུང་གཡུས་ཚན་གྱི་ གཡོན་ཕྱོགས་རིའི་གྲུ་ གནམ་ཤིང་གང་ཟེར་ས་ལུ་ ཡུལ་བཙན་གནམ་ཤིང་པའི་ སོ་
བྲང་ཆགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།



གཞི་བདག་གནམ་ཤིང་པ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ལྷ་ཁང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

དེ་ཡང་ སྤོན་གྱི་དུས་སུ་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཁྱོན་གྱི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ མཁས་གྲུབ་སྤྱི་མ་མང་རབས་ཤིག་གི་
 ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་གནང་བའི་གནམ་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་ཨིན་པའི་ཁར་ འབྲུག་མི་ཡོངས་
 གྱི་ཡབ་ཨེ་དམ་པ་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་འཛིགས་མེད་རྡོ་རྗེ་དབང་ཕུག་མཆོག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲུང་
 བ་བཞིའི་རྒྱུ་རྩ་བཞེས་པའི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ བསྐྱའི་རྒྱལ་ཚབ་རྒྱབས་ཨེ་འགོ་འདུལ་གླིང་པའམ་
 བདུད་འཛམས་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལུ་འཕྲལ་ཕུག་གཉིས་ཀར་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ བཀའ་ལུང་རྩ་ཡབ་བཅས་མདོག་
 དཔལ་རི་ཐོག་གསུམ་མ་བཞེངས་ཕུལ་སའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཉེ་འདབས་ དགེ་བསྙེན་གྱི་གནམ་ཁང་ནང་ལུ་ གཞི་
 བདག་གནམ་ཤིང་པའི་ཀ་ཁབ་མཇལ་ནི་ཡོད་མི་འདི་ཡང་ རྒྱབས་ཨེ་བདུད་འཛམས་ཀྱི་མཛོད་པའི་གཞི་བདག་
 གནམ་ཤིང་གི་སྤྱན་འབྲེན་ནང་ལུ་ གྱི་ ཡུལ་ནི་གངས་ཅན་ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས། བཀྲ་ཤིས་རི་བོ་བརྟེན་པའི་
 མགུལ། རྩུན་ཆོགས་གཡང་གི་ར་བའི་སྒང་། འཆི་མེད་ལྷོན་བཟང་དཀྱིགས་པའི་རྩུལ། དབྱེས་པར་བསྟི་བའི་
 མོ་བྲང་ནས། རྩོ་བོ་གནམ་ཤིང་བཅན་གྱི་ཨེ། ཞེས་གསུངས་པར་ལྟར་ ད་ལྟ་ཞལ་བཞུགས་པའི་གཞུང་གྲ་ཚང་
 གི་གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་ ཀམ་རང་གོལ་མཆོག་གིས་འགོ་འབྲེན་ཐོག་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ གི་ལོར་གནམ་ཁང་དང་
 རྒྱ་འབྲེལ་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པ་དང་ དེ་དང་འབྲམ་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ གི་ལོར་རྩོད་ཐུག་སྤྱི་འག་གི་མི་སེར་རྩུ་གསོན་
 ཤིན་གྱི་དགེ་ཅ་རྒྱབ་སའི་ལྷ་ཁང་ འབྲུག་གཞུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལུ་བཞེངས་ཡོད་མི་ཁྱོན་མདོ་སྤྲུགས་གླིང་ལྷ་
 ཁང་ནང་ལུ་ཡང་ གཞི་བདག་གནམ་ཤིང་པའི་རྒྱ་འབྲེལ་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ གི་ལོར་བཞེངས་ཏེ་དུས་རྒྱུན་དུ་ ཡུལ་

བྱུགས་འདི་ནང་གི་གཞི་བདག་འབད་བཞུགས་དགོས་པའི་གསེལ་བ་བཏབ་གསེལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།
 དེ་ཡང་ གྱེ་ དམ་ཚིག་གཙང་མའི་གནས་མཆོག་འདིར། །བཞུགས་པའི་གནས་སུ་དངས་རེ་སྟོ། །གཞི་བདག་
 ཆེན་པོ་འཁོར་དང་བཅས། །མཐུན་པའི་སྟན་ལ་བག་པོག་ཅིག །ཅེས་ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ།།



ཡུལ་བཙན་གནམ་ཤིང་པ།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱེ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་པོའི་མདངས་དང་ལྗན་པའི་ཁར་ བ་བཟའ་ཡང་དར་དམར་རལ་ཁ་གོ་ཁབ་བཞེས་ཏེ་
ཆིབས་ཏྲ་སྟོན་པོ་གཅིག་གྱ་བཞོན་ཏེ་ཡོད་པ་དང་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ཕྱག་མཚན་མདུང་དར་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་
ཕྱག་གཡོན་ལུ་ཁོར་བྱ་དང་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། སྐབས་རྗེ་བདུད་འཛམས་ཀྱིས་གནམ་ཤིང་པའི་
བསྟོད་ཚུལ་ནང་ལྟ། དཀར་དམར་ཡིད་འོང་འཛུམ་པའི་ཞལ། ཁོར་བྱ་དང་ནི་ལྷགས་ཀྱི་འཛིན། སྐྱེ་ལ་དར་
དཀར་རས་དཀར་གསོལ། རིན་ཆེན་སྐར་གསལ་དོ་ཤལ་སྤྲུལ། འདར་དཀར་ཐོད་བཅིངས་མེ་རྟོག་བརྒྱན། ཏྲ་
སྟོན་རྒྱན་ལྗན་བཅིབས་ལ་བསྟོད། ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། །

དམ་བཞག

དཔལ་ལྗན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདི་ ཏྲ་མིག་ཅམ་ཡང་མ་ལུས་པར་སྤྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་གཅིག་འབད་
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཞབས་ཀྱི་བཅགས་གནང་མི་ སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཁྱོན་མ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་
བོད་གངས་ཅན་སྤྲོངས་དང་འབྲུག་ཡུལ་འདི་ནང་ལྷ་ཁྱེ་བདུད་བཙན་སྤྲོན་མོ་སོགས་དམ་ལུ་བཞག་པའི་སྐབས་
གཞི་བདག་གནམ་ཤིང་པ་ཡང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ གནམ་ཤིང་པའི་འདྲོད་གསོལ་ནང་ལས་ཡང་ སྟོན་ཆེ་
བྲག་དམར་ཀུ་ཆང་དུ། སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཐོད་ཐོང་གིས། འཛམ་གླིང་བོད་ཁམས་ལྷ་འདྲེ་ཀྱན། འདབ་འདུས་
ཐ་ཆོག་པོག་པའི་ཆོ། ཁྱེད་ཀྱང་དམ་ལ་བཞག་པ་བཞིན། ཟེར་གསུངས་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རྒྱལ་
ལས་གྲུབ་ཐོབ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་དང་སྐབས་བདུད་འཛམས་ གྲུབ་དབང་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་ལ་སོགས་
པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ལུང་དང་རོང་བྱང་གི་ས་གནས་ནང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་སྐྱབ་པ་ཉམས་
ལེན་ལུ་བརྩོན་བཞུགས་པའི་སྐབས་གནམ་ཤིང་པ་བེལ་གྱིས་མནན་ཏེ་ གཞན་ལ་གཞོད་འཆོ་སོགས་སྤངས་ཏེ་
རྣལ་འབྱོར་པ་དང་མི་སེར་ཚུ་ལུ་རོགས་རམ་འབད་དེ་ ཕན་གཏགས་དགོ་པའི་བཀའ་འོག་ལུ་བཞག་ཐུག་ཟེར་ཞུ་
ནི་ཡིན།

གསོལ་མཚན།

གཞི་བདག་གནམ་ཤིང་པ་ལུ་བསྟོན་མི་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་དང་ སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ལོ་
དུས་ཀྱི་ལོ་མཚན་སྐབས་གསོལ་མཚན་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་ བཀའ་ལུང་བཤད་གྲུའི་ས་ཁོངས་ནང་ཡོད་པའི་

གནས་ཁང་དང་ རོང་ཐུང་སྤྱི་འོག་ནང་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ཡང་ ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་སྐབས་ལུ་མི་སེར་
ཚུ་ཆོགས་དང་གསེར་སྤྲེམས་དཀར་མེ་སོགས་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ལུ་ ཉིན་ལྟར་བཞིན་
དུ་བཀའ་ལུང་བཤད་བྲལ་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་བླ་སྟོན་ཚུ་གིས་གསོལ་མཆོད་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དང་ཕུལ་བཞིན་
ཡོད།

རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།

གནམ་ཤིང་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།

བླ་སྟོན་ལམ་རབ་བཟང་གིས་མཛད་པའི་གནམ་ཤིང་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཐིམ་ཕུག་འབྲུག་ར་ལུང་བཤད་རྒྱལ་གྲིང་གི་དབུ་འཛིན་ རོར་བུ་དབང་འདུས།

སྤྲེམ་ལོ་༥༣ལངས་ཡོད་མི་ རོམ་བྱི་བོ།

༤ མཁས་ར་མ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མཁས་ར་མ།

ས་གནས། རོང་ཐུང་།

གཡུས། རོང་ཐུང་།

བསྟེན་མི། བགིས་སྒང་ཚོང་ལག་ བཀང་ལུང་ཆེད་འོག་ རོང་ཐུང་སྤྱི་འོག་ ས་གནས་ཚོང་ཀ་ཨ་
ཇིང་གི་ཉེ་འདབ་ལུ་ཡོད་པའི་ གླུ་མོ་མཁས་ར་མ་འདི་ རོང་ཐུང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་
ཨིན་རུང་ མཁས་ར་མ་ཟེར་མི་འདི་ གསལ་འཛིན་གྱི་ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་ཚུད་དེ་ཡོད་
རུང་ ཡུལ་བཅན་ངོ་མ་མེན་པས་ཟེར་བྱ་ནི་ ཨིན་རུང་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ལོ་རྒྱུས་
གཤམ་འཁོད་ལྟར་བྱ་ནི་ཨིན།



མཁས་ར་མའི་གནས་ཁང་ངམ་ཆགས་གནས།

དན་གསོ། རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་བཟུམ་སྤེ། ཞིབ་འཛོལ་གྱི་བཀོད་རིས་ལྟར་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་
དམ་བཞག་ཚུ་གི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྤྱིར་བཏང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་བཀོད་ནི་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་མོ་མཁས་ར་མ་ཡོད་སའི་གནས་ཁང་ངམ་ ས་གནས་ཀྱི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུད་བཤད་པ་ཅིན། རྫོང་ཀ་ཨ་རིང་གི་
ཉེ་འདབ་ལུ་ སྤྱི་ལོ་བོ་བྲང་གོང་འོག་འབད་མཐོང་ནི་ཡོད་པ་དང་ འདི་མཐའ་སྐོར་ལུ་རྒྱ་དང་འདམ་ཚང་སྤེ་
འཇིགས་སྤྱང་ཡོད་པའི་ས་གནས་ག་ཅིག་འབད་འདུག།

དག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས།

མཁས་ར་མ་ཟེར་གནས་བདག་ག་ཞི་བདག་གི་གངས་སུ་ཞིབ་འཛོལ་ཐོ་བཀོད་ནང་རྒྱུད་དེ་ཡོད་རུང་ མཁས་ར་
མ་ཟེར་མི་འདི་ གནས་བདག་ག་ཞི་བདག་གང་ཡང་མེན་པས་ ཡིན་རུང་མཁས་ར་མ་ཟེར་མི་རོང་བྱུང་སྤྱི་ལོ་ག་
ནང་ཡོད་པའི་སྤྱི་གཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ སྤྱི་འདི་གིས་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ཕན་གཞོད་ཀྱི་སྐོར་ལས་ཞིབ་
འཛོལ་ལྟར། རྒྱུས་ལྟ་ལུ་ལྟ་བུ་བཟུམ་སྤེ་དུས་རྒྱུན་གསོལ་མཚོད་ལུ་སྤེ་བསྤེན་མི་གང་ཡང་མེན་འདུག། ཡིན་
རུང་སྤྱི་མོ་འདི་ལས་བརྟེན་གཞོད་པ་དུམ་ག་རེ་བྱུང་པའི་སྐབས་ གཟའ་སྐར་དང་འབྲེལ་སྤྱི་མོ་འདི་མཚོད་ནི་ཡོད་
ཟེར་ཡིན་པས།

གསོལ་མཚོད་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།

སྤོན་མི་རབས་༤་དེ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ མི་སེར་ཚུ་ཆོས་བརྩ་མཇལ་བ་འབྱོ་ནི་འབད་གཟབ་སྤྱོད་གོ་ལ་མེད་པ་ད་ མི་
སེར་ཚུ་རང་སའི་བྱིམ་ནང་ལས་གཟུགས་འབྲུ་བསངས་བདུག་རྒྱབ་སྤྱི་མོ་མཁས་ར་མའི་ཕོ་བྲང་ཚུ་བར་སོང་བཞིན་
ན་ཕྱག་འཆལ་གསོལ་བཏབ་ཏེ་ ད་རེས་ཆོས་བརྩ་མཇལ་བ་འབྱོ་ནི་དོན་ལུ་གཟབ་སྤྱོད་གོ་ལ་བརྟེན་གནང་ཟེར་
སྤྱབ་སྤེ་ རྒྱབ་བསྐྱིར་སྤོད་དེ་ལོག་ལྟམ་ད་ གོ་ལ་ཆ་ཚང་སྤེ་བརྟེན་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུད་དང་ རྩམ་རྩམ་ཚུ་
ཡང་བརྟེན་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས་ ཆར་གཅིག་འབད་མ་ད་ རྩམ་བརྟེན་འབག་མི་གཅིག་གི་རྩམ་ཚུ་མ་འབྲུ་

བར་གཤམ་ཆོག་སྟེ་སྟོད་ཡོད་པ་ལས་ཚུར་ གླུ་མོ་འདི་གི་ཅ་ཆས་གཉའ་སྦྱི་བྱིན་ནི་ཕར་ར་བཞག་ གཡུས་ཁད་མི་
སེར་ཚུ་ལུ་ན་ཆ་ཐོབ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ ལོ་ཐོག་ནང་ལུ་གླུ་མོ་འདི་གིས་ མཚོ་གླང་གཏང་སྟེ་ལོ་ཐོག་ལེགས་
ཤོམ་བསྟུ་མ་ཚུགས་པའི་གཞོད་པ་བྱུང་ཡི་ཟེར་ལོ་རྒྱུ་བཞད་ནི་ཡོད་རུང་ ད་ལྟོ་བར་སྦྱི་འོག་གི་མི་སེར་ལ་ལུ་
བྱུང་ཚུའི་རྒྱ་མོ་མཁས་ར་མའི་གླུ་བྱམ་ཡོད་སའི་འོག་ལས་འཐོན་མི་ བྱུང་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་འདུག་ཟེར་ཞུ་
ནི་ཡིན།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཞིབ་འཆོལ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཆ་ཚུ་གང་ཡང་མེད་རུང་ལོ་རྒྱུ་དེ་ཚུ་ རོང་བྱུང་སྦྱི་འོག་གི་མི་སེར་
ཀས་གཞོན་བར་གསུམ་རེ་རེ་གཉིས་ཀྱི་བཞད་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ སྦྱེས་ལོ་^{༢༣}ལངས་མི་ མེས་མེས་ཁྱི་པོ་
ཟེར་མི་གིས་སྟོན་མའི་ན་རྒྱན་ལས་ངངས་ཏེ་བཞད་ནི་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

ལྷ་གཞི་བདག་ས་མཁར་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གཞི་བདག་ས་མཁར་པ།
ལྷ་ཁང་། བཀའ་ལུང་བཟང་མདོག་དཔལ་རི།
ས་གནས། རི་གཙང་གཏུང་སྤྲད།
གཡུས། རི་གཙང་གཏུང་སྤྲད།
བསྟན་མི། བགྱིས་སྤང་རྒྱུ་ལག་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ རི་གཙང་གཏུང་སྤྲད་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་དང་
ལུ་ཇ་རོང་ཆེད་འོག་འཛུམས་གཙང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ཡང་བསྟན་པའི་ཁར་
བགྱིས་སྤང་རབ་སྤེ་གྲ་ཚང་གི་མགོན་ཁང་ཆེན་མོའི་ནང་དུས་རྒྱུན་དུ་ཆོས་སྦྱོང་སྤྲོད་མའི་
གྲལ་ཁར་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་བཀའ་ལུང་བཤད་གྲུའི་མཁན་སྟོབ་
ཡོངས་ཀྱིས་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ། ཡོན་སྤྱི་ལྷོག་གི་མི་སེར་ཚུ་དང་ཉེ་འདབ་ཀྱི་ཆོང་པ་ཚུ་ལུ་ནམ་ཚམ་རེ་བྱུང་པ་ཅིན་
ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ཏེ་ མགོན་སྐབས་འཛུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ་དེ་ཡང་།

གཞི་བདག་ས་མཁར་པ་འདི་ བཀའ་ལུང་ཆེད་འོག་ རི་གཙང་གཏུང་སྤྲད་ལུ་སྤྲོད་མི་མི་སེར་དག་པ་གཅིག་དང་
ལུ་ཇ་རོང་ཆེད་འོག་ སྤྱི་ལྷོག་འཛུམས་གཙང་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་བསྟན་པའི་ཕོ་ལྷ་ སྐྱེས་ལྷ་གཅིག་འབད་མ་ལས་
བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ལོ་ལྷན་ཉམ་ཏུ་ལེགས་ནི་དང་ ནད་ཡམས་འབྱུང་བཞིའི་རྒྱུ་དན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་
ཞེ་སྟེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་དགའ་སྤྲོད་སྤུན་སྤུམ་ཆོག་ཏེ་ཏེ་འབད་བདེ་ཐབས་དང་གནས་ཐབས་ལུ་
དམིགས་ཏེ་སྐབས་ཞུ་མེན་མས།



གཞི་བདག་ས་མཁར་པ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བཀའ་ལུང་རི་གཙང་དུང་ཡུལ་གྱི་གཞི་བདག་ས་མཁར་པ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་གནས་ཁང་དེ་ཡང་ སྤོན་གྱི་དུས་ལུ་སངས་རྒྱུས་གཉིས་པ་ཁྱོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ མཁས་གྲུབ་སྤྱོད་མ་མང་རབས་ཤིག་གིས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ བྱིན་གྱིས་སྤྲོས་གནང་བའི་གནས་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་ཨིན་པའི་ཁ་ལུ་ འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་ཡབ་ཚེ་དམ་པ་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་འཛིགས་མེད་དོ་མེད་དབང་ཕུག་མཆོག་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲུང་གཞི་རྒྱུན་དཔ་བསྐྱོག་པའི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྤྱོད་རྒྱལ་ཚབ་སྤྲོས་མེད་འགོ་འདུལ་གླིང་པ་ཞེས་དང་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་སྤྲོས་མེད་བདུན་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་འཕྲལ་སྤྲུག་གཉིས་ཀར་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་ བཀའ་ལུང་རི་ཡབ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རི་ཐོག་གསུམ་འབད་མི་བཞེངས་སྤུལ་སའི་ས་ཁོངས་ཀྱི་ཉེ་འདབ་ གཞུང་གྲུ་ཚང་གི་གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་ཀམ་རང་གོལ་མཆོག་ སྤོན་མ་བཀའ་ལུང་བཤད་གྲུ་འཛིན་མཛོད་དེ་བཞུགས་པའི་

སྐབས་ དག་བསྟེན་གྱི་གནས་ཁང་གསར་པ་བཞེངས་གནང་མི་ནང་ལུ་ བཀའ་ལུང་རི་གཙང་གཏུང་གི་གཞི་
བདག་ས་མཁར་པའི་སྐུ་འདྲ་མཇལ་ནི་འདུག་ མ་གཞི་ས་མཁར་བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཁོ་རའི་ཕོ་བྲང་འདི་བཀའ་
ལུང་རི་གཙང་གཏུང་ཟེར་བའི་གཡུས་ཚན་གྱི་མཇུག་ལུ་དོན་གསལ་བྱུང་གསུམ་ཅན་མ་གཅིག་མཇལ་ནི་ཡོད་
ཟེར་ཨིན་རུང་ ཕོ་བྲང་དོན་གསལ་ཡོད་སའི་ནགས་ཚལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱི་གཡའ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་
བརྟེན་ ས་གོ་འདི་ནང་འགྲོ་མ་རྒྱལ་ས་པར་ ཕོ་བྲང་གི་པར་རིས་ཐོབ་མ་རྒྱལ་ས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཞི་བདག་གི་བསྟོན་ཚིག་ལས་ ཞི་བའི་དུས་སུ་དཀར་ལ་འཇུག་པའི་ཞལ། །དར་ཟབ་འཇམ་པའི་ན་བཟའ་སྐུ་
ལ་གསོལ། ཕྱག་མཚན་བགྱིས་བུམ་པ་ལོར་བུ་བསྐྱམས། ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ ཞལ་དཀར་པོ་འཇུག་མདངས་
ལྷན་ཏེ་དར་ཟབ་འཇམ་པའི་ན་བཟའ་སྐུ་ལ་གསོལ་ཏེ་ ཕྱག་མཚན་བགྱིས་བུམ་པ་དང་ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་
པའི་ཁར་ ད་རུང་ གནས་ཡུལ་མི་ལོར་ཡོངས་ལ་སྐྱབ་པའི་ཆོ། །སྐུ་མདོག་སེར་ལ་བཟོག་བེར་ཆེན་
གསོལ། ཕྱག་མཚན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུས་སྐྱེ་དགའི་ཆོགས། །དཔལ་འབྱོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་པར་མཛད་ལ་
བསྟོད། ཟེར་སྐབས་སྐུ་མདོག་སེར་པ་སྟེ་ རྒྱ་དར་དང་སྐྱད་ཀྱི་གདན་གྱར་ ལྷ་གས་གསོལ་བཞུགས་པའི་ཁར་
ཕྱག་མཚན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་མངའ་ཐང་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་
གནང་སྟེ་ འཁོར་ཁྲུ་བདུད་ཕྱེ་བའི་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་སྐྱག་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདི་ རྟའི་མིག་པ་ཙམ་ཡང་མ་ལུས་པར་སྤྲས་གནས་ཁུད་པར་ཅན་གཅིག་
འབད་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཞབས་ཀྱི་བཅགས་གནང་མི་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཁྱོན་མ་རྒྱ་རུ་པར་འབྱུང་གནས་
གྱིས་ བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་དང་འབྲུག་ཡུལ་འདི་ནང་ལྷ་ཁྲུ་བདུད་བཙན་སྤྲོད་མོ་སོགས་དམ་ལུ་བཞག་པའི་
སྐབས་གཞི་བདག་ས་མཁར་པ་ཡང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ ས་མཁར་པའི་དམ་བཞག་ནང་ལས་ བདེ་བར་
གཤེགས་པ་ཀུན་གྱི་སྤྲུལ། ཁྲག་འབྱུང་ཁོ་བོ་འདུས་པའི་སྐུ། །རིག་འཛིན་པར་ཐོད་འཕྲེང་གི་ སྟོན་ཆེ་ལྷ་སྟོན་སྟེ་
བརྒྱད་ནམས། །དམ་ཆོག་གཉན་པོས་རྒྱུད་སྟོན་ནས། །བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་པར་རྩིས་ལ་པལ། །གཞན་ལ་འཆོ་

བའི་སེམས་སྤངས་ནས། །ཕན་པའི་བྱ་བ་ཅི་ཡང་བསྐྱབས། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ གནས་བདག་སྤེལ་སྒྲོལ་ཡོད་པ་
མ་ཆད་ རྒྱལ་ལས་སྤྱོད་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ བཀའ་འོག་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

དུས་རྒྱུན་དུ་བགྱིས་སྤང་རྒྱུ་ཆོད་ཆེན་ཁྱ་མོའི་མགོན་ཁང་ནང་ཆོས་སྦྱང་གི་གྲལ་ཁར་གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་ཕུལ་
ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ བཀའ་ལུང་བཤད་གྲགས་ལུ་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དང་ཕུལ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་
གཞི་བདག་འདི་ལུ་བསྟེན་མི་རྩུ་གི་འབད་བ་ཅིན་ རང་སའི་ཁྱིམ་ནང་ ནད་དང་འབྱུང་བཞི་རྒྱུ་དེ་འབྱུང་
པའི་སྐབས་ ཆོགས་དང་གསེར་སྤྱོད་མས་རེ་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

བགྱིས་སྤང་རྒྱུ་ཆོད་གཞི་ནང་དུས་རྒྱུན་གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་སྤེར་གསོལ་གྱི་ཕྱོགས་བསྟེན་དང་
བཀའ་ལུང་བཤད་གྲགས་དུས་རྒྱུན་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ ཕྱོགས་སྤྱོད་ཐོག་ལུ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བཀའ་ལུང་བཤད་གྲགས་ཁམན་སྒོལ་དང་ རི་གཙང་གཏུང་སྤྱི་འོག་ཆོགས་པ་ བགྱིས་རྣམ་རྒྱལ།

༡ ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་ལ།

ལྷ་ཁང་། ལྷ་ཁང་སོ་སོ་ག་ནི་ཡང་མདེཔ་ཡིན།

ས་གནས། བར་མཚམས།

ཆེད་འོག བར་མཚམས།

བསྟན་མི། ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གྲགས་པ་འདི་ལུ་ བར་མཚམས་ཆེད་འོག་ རྫོང་མཐོང་གཡུས་
སྤང་དང་ ང་ལུང་གཡུས་ཚན་ ཀྱ་ལུང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་སྤྱི་ལྷ་ཡུལ་
ལྷ་སྤེ་ཅིས་ཁྱུངས་འབད་དེ་བསྟན་སྲོལ་འདུག་ཟེར་འདུག་ཡོད་ཟེར་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་དང་ ལྷ་ཁང་ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ རང་རང་སོ་
སོའི་ སེམས་ཀྱི་ནམ་རྟོག་གིས་སྤེ་ ས་གནས་དེ་ཁར་ གསོལ་མཆོད་སྤུལ་བའི་ཚུ་ཅིག་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
པས།

ནམ་པ་དང་སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན་སོགས་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། སྤོན་མ་ལས་ དེ་སྤེ་མིང་བཏགས་བཞག་སྟེ་
མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ དམིགས་བསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གཤམ་པ་འདི་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པར་འབྱུང་གནས་གྱི་བཀའ་དང་
དམ་འོག་ལུ་གནས་མི་ཡུལ་བཙན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ རྒྱལ་ལས་གསོལ་མཆོད་གྱི་དཔེ་ཆ་མཛད་གནང་མི་ བར་
མཆམས་སྒྲམ་ཞིང་གཤེགས་ཀྱན་བཟང་དབང་འདུས་ཀྱིས་ཡང་ གཟིལ་གྱི་མནན་ཏེ་ ཡུལ་ཚུགས་འདི་ནང་དག་
ཇག་ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་འཆོ་བ་སོགས་སྤྱང་སྟོབ་འབད་མི་སྟེ་བསྟོས་གནང་ཅུག།

གསོལ་མཆོད།

ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གཤམ་པ་འདི་ལུ་ བར་མཆམས་ཆོད་འོག་ རྫོང་མཐོང་གཡུས་སྤྲད་དང་ ང་ལུང་གཡུས་ཚན་
ཀྱ་མུང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་སྦྱིས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་སྟེ་ཅིས་ཁྲུངས་འབད་དེ་ མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད་སོགས་མ་ལུལ་བ་ཅིན་ གནོད་པ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ།

ཡུལ་བཙན་དོ་རྩེ་གཤམ་པའི་གནས་ཁང་དང་ ལྷ་ཁང་སོགས་གང་ཡང་མེད་རུང་ སན་ཐོག་ལྷ་ཁང་གི་མཆོད་
རྟེན་འདི་བདག་འཛིན་འཐབ་མི་གང་ཡང་མེད་པར་ ཚལ་མ་གིས་སྤྱབས་ཏེ་མཆོད་རྟེན་འདི་ཉམས་ཆགས་ཤོར་
བའི་སྤང་ལས་ མཆོད་རྟེན་འདི་ལུ་རྒྱལ་འགོང་ལ་སོགས་པ་བཞུགས་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ན་ཚ་གིས་
གདུང་སྟེ་བར་ཆད་བྱུང་སྟེ་ དགའ་མ་སྦྱིད་པ་མེད་པར་ མོ་བཏབ་ཅིས་བཏབ་འབད་མ་ད་ སན་ཐོག་ལྷ་ཁང་
མཆོད་རྟེན་ཡོད་ས་ལས་གདོན་འཐོན་པའི་རྒྱལ་ལས་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ཆོགས་དང་གསེར་སྦྱིམས་རེ་ལུ་
ནིའི་སྟོལ་རྒྱན་འགོ་བཙུགས་ཅུག་ཟེར་ཁྱེ་ཞིན།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཞིབ་འཆོལ་འབད་བའི་སྐབས་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཆ་ཚུ་གང་ཡང་མེད་རུང་གོང་འཁོད་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཚུ་ སྟོན་མ་བར་
མཆམས་དགོན་སྟེའི་ ཞིང་གཤེགས་ མཆམས་པ་ལྟ་ལུ་ཟེར་མི་གི་སྟོན་མ་གསུངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ལས་རྒྱད་
དེ་ བར་མཆམས་དགོན་སྟེའི་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་བཞུགས་པ་ བསོད་ནམས་བཟང་པོ་དང་མཉམ་འདྲི་བསྟན་འབད་
བའི་སྐབས་བཤད་ནི་འདུག་ཟེར་ཁྱེ་ཞིན།

མེ་རག་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)

༡ ཨ་མ་ཇོ་མོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཨ་མ་ཇོ་མོ།

ལྷ་ཁང་། མེ་རག་ལྷ་ཁང་དང་ འགོངས་འགོ་ལྷ་ཁང་།

ས་གནས། མེ་རག་

གཡུས། མེ་རག་གཡུས་ཚན་ག་ར།

བསྟེན་མི། སྤྱིར་བཏང་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ མ་ཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་
མོ་རེ་མ་ཉིའི་རྣམ་འཕྲུལ་ཨ་མ་ཇོ་མོ་མ་བསྟེན་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་
མེ་རག་དང་སག་སྟང་འདི་ ཇོ་མོ་རེ་མ་ཉིའི་གདན་ས་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་
མེ་རག་དང་སག་སྟང་ག་ར་གིས་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་འདི་ སྤལ་ཕྲུག་གཉིས་ཆ་རའི་ ལྷ་སྐལ་
གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་བཙུ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ། མེ་རག་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཁ་མཐོ་ས་ འཆོ་བ་ལ་འོར་ལུ་བསྟེན་ཏེ་སྟོང་མི་
གཡུས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་མགོན་སྐྱབས་ཆེ་འདི་དང་བྱི་
མའི་སྐྱབས་གནས་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ མང་ཤོས་སག་སྟང་གི་མི་ཁྲངས་འདི་
ཨ་མ་ཇོ་མོ་གིས་ འབོད་ལས་མར་འབྱིད་དེ་འོང་པའི་མི་བརྒྱུད་ཅིག་སྟེ་བཙུ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་
མ་ཆད་ འཆོ་བ་ཡང་ ལ་འོར་གཡལ་དང་ཕྱགས་ མཇོ་དང་མཇོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལུ་
བསྟེན་ཏེ་སྟོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལ་འོར་དང་མཐའ་འོར་ཚུ་ས་གནས་གཅིག་ལུ་གཏན་
འཇག་སྟེ་བཞག་ནི་མེད་པ་ལས་ སར་ཚུར་དང་ཡར་མར་སྟོན་ཏེ་འགྲོ་བའི་ནམ་དུས་ལུ་
ལམ་ཁར་དཀའ་ངལ་དང་ རྒྱུན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ སེམས་ཀྱི་གདིང་

ལས་རང་ ངག་ལས་མཚན་བརྟན་ཏེ་ ཨ་མ་ཛོ་མོ་བྱུགས་ཇེ་གཟིགས་ཤིག་ ཟེར་བ་
ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ལས་ སྐྱབས་ཁུམ་ཡིན།



མེ་རག་ཛོ་མོ་སྐྱུ་མཁར། ཛོ་མོ་ཕོ་བྲང་།

གནད་དོན་ཀླས་པ།

གནས་ཁང་།

ཛོ་མོ་ཕོ་བྲང་འདི་ སྐྱུ་མཚོ་ལས་འབད་བ་ཅིན་ མི་ཏར་ ༤,༣༠༠/-བཞི་སྟོང་གསུམ་སྐྱའི་ས་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་
ཡིན།ཕོ་བྲང་གྲུ་འགྱུ་ལྟ་ཡིན་ཨ་མ་སྐྱུ་འབད་བ་ཅིན་ལོ་བརྒྱུད་མན་ཆད་མ་གཏོགས་འགྱུ་སྒོ་ལ་མེད་མི་དེ་ཡང་སྤྱིར་
གཏང་བུད་མེད་ཀྱི་རིགས་ལས་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱི་མས་མ་གོས་ཀྱང་ཨ་མ་སྐྱུ་འི་སྒྲ་ཁྲག་འདི་ངོ་མ་འབད་བ་ཅིན་ལོ་

བརྒྱད་ལས་ཡར་ཅད་འོང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ཇོ་མོ་ཤོ་བྱང་དེ་ཁར་འབག་གི་བ་ལ་སོགས་བཀལ་བ་ཅིན་མི་ནོར་གྱི་
 རིགས་གར་ལུ་གཞོན་རྒྱུན་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ལས་ཨམ་སྤྱོ་ལོ་བརྒྱད་ཡན་ཆད་ལུ་འགྱོ་སྤོལ་མེད་པ་ཨིན་པས།



ཨ་མ་ཇོ་མོ།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མ་གཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་འདི་ འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་དང་བཅས་པའི་སྐྱུ་གཤམ་སྐྱུ་
 བསངས་ཞི་ཁྲོའི་གར་ལུན་ ཐོད་སྐྱམ་རིགས་ལུ་དབུ་ལུ་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་གཏུབ་ཞབས་གཏུབ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་
 ཆེ་སྤྱོད་པའི་ཕྱ་ཚོམ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་ གཡས་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་བའི་རྟེན་གཅོད་པའི་སྐྱུ་གི་འམ་
 རལ་གྱི་དང་ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ སྤྱིན་པོའི་ཐོད་པ་ རིན་ཆེན་ མང་བའི་ཕྱ་སྤྱོད་གས་བཏབ་པའི་ནང་ན་ ཕྱིའི་
 རྩམ་དམ་ཉམས་དག་བའི་སྤྱོད་པའི་ཤ་ཁྲག་དང་ནང་ནའི་རྩམ་འདོད་ཡོན་སྤྱོད། གསང་རྩམ་བདུད་རྩི་ལུ་བཅས་
 དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་རྩ་ཞལ་ལུ་གསོལ་ཏེ་ ཞབས་གཉིས་བཅན་འབྱེལ། ཟུང་ཟད་འགྱིང་བའི་ སྐྱབས་གྱིས་

འཇའ་འོད་ཁ་དོག་ལྷ་ལྷན་གྱི་གྲར་ཕུབ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུས་ཤིང་ སྤྱིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་
བཞུགས་ཡོད་པའི་གཡས་སུ་ ཡབ་ཕུ་ཁྱ་གྲིང་དང་ གཡོན་ལུ་དྲངས་ལིང་ལ་སོགས་པ་དང་ ཡུམ་ཡེ་ཤེས་སྟོལ་
མ་དང་ སངས་རྒྱས་སྟོལ་མ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ཡང་ལྷ་ཁྱ་གཞོན་སྤྱིན་
སོགས་ ག་ར་ཕུག་མཚན་ནམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ་འཛིན་ཅིང་ ཆིབས་གཞོན་ཏེ་དང་ དེའུ་ལ་སོགས་པ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་
བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨོན།



དམ་བཞག་ཚུལ།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ང་ནི་པདྨ་ཐོད་ཐེང་ཙལ། །ཀྱན་གྱི་སྟོན་དབུགས་ང་ལ་
ཡོད། །ང་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། །དོན་སྤིང་ཚལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། །དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་
བར། །སྤྱིན་བདག་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་གྲུབ། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྟོན་གྱི་དུས་སུ་ གོང་ལུ་བཀོད་
དོ་བཟུམ་སྟེ་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཚུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བསྟོན་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་ཤིང་
དེ་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པའི་གོགས་དང་ འགོ་བ་མི་ནོར་ཕུགས་གསུམ་ག་ར་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་དམ་ལུ་བཞག་

ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྤྱི་ཡོད་རྩལ་མེ་རག་དང་སག་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ལྷ་སྤྱི་ཡོད་ མ་ཅིག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་དེ་ མིའི་གཞུགས་སྤྱི་ཡོད་
 མེ་རག་དང་སག་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་མི་ཚུ་ལུ་ རང་གི་བཅེ་བའི་བྱ་བཞིན་དུ་གཅེས་ཤིང་སྤྱི་ཡོད་ལུ་ཆེན་མོ་འདི་ ལྷ་མ་
 བྱ་རས་པ་ལ་སོགས་པའི་ རྩལ་འཇུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ཡོད་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ ཇོ་མོ་མོ་རའི་ཞལ་
 བཞེས་བཞིན་འཕྲིན་བཅོལ་ཚུ་སྤྱི་ཡོད་ དེ་སྤྱི་ཡོད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།



གསོལ་མཆོད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་རིམ་པ།

སྤྱི་ཡོད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་མི་འདི་ ལྷ་བྱ་ སྤྱི་ཡོད་དཀར་མོ་ ཡོད་པས། དེ་ཡང་ སྤྱི་ཡོད་(མེ་རག་ལས་ ལྷ་མ་)
 སྤྱི་ཡོད་དཀར་མོ་དེ་ སྤྱི་ཡོད་ལས་མར་ མ་ཅིག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་དང་ ཅིག་ཁར་ཕྱག་ལྷོ་འོང་སྤྱི་ མོ་བྱང་འདི་ལ་
 ལས་ ལོག་བོད་ལུ་འགྱུ་ཞི་ཡོད་ཟེར་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་ལུ་ དགོངས་སྤྱི་ཡོད་ལྷ་མ་ད་ ཨ་མ་ཇོ་མོས་ ལོག་འགྱུ་མ་
 དགོངས་སྤྱི་ཡོད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཞིན་ན་ ལྷ་བྱ་དེ་ཡང་ གནས་དེ་ཁར་ལུས་སོང་མ་ཡོད་པས། སྤྱི་ཡོད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་མི་འདི་
 ཨ་མ་ཇོ་མོའི་བཞུགས་གདན་ཡོད་པས།

ལས་རིམ་དངོས་གཞི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

དོ་པ་ཉ་སག་ལས་ཕོ་སྤྱོད་ཚུ་ག་ར་ཡར་ཕོ་བྲང་གུ་འགྱུ་ཞིན་ན་ཕོ་བྲང་གུ་སྟོད་སྤེལ་ཕོ་རྒྱས་ཚུ་གིས་ཚོགས་ཕུལ་ཤ་ད་
མར་ཐང་ནང་སྟོད་མི་ཨམ་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ཡང་གྲིང་བཞི་གི་ཚོགས་དང་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི་ཚོགས་ཚུ་འགྲིག་
ཚར་ཤ་སྤེལ་འབད་དགོཔ་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཡར་ཕོ་བྲང་གུ་ཚོགས་ཕུལ་ཤ་ད་ཨམ་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ཡང་ཐང་ནང་ལས་སྤེལ་
ཕུལ་དགོཔ་ཨིན།

ཕོ་བྲང་གུ་ལུ་ག་ཅི་རང་མཆོད་ནི་ཡོད་ག་ཟེར་བ་ཅིན། གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཆོད་པའི་རྩལ་རྒྱ་བས་བོད་
བས་ལ་སོགས་ཤིང་འབྲས་རྣམ་པ་སྤྱོད་ཚོགས་ཕུལ་ནི་དང་ཆེ་སྟོག་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱུང་དར་དང་
བསངས་གསེར་སྤྱོད་ཤ་དང་འོ་མའི་ཕུད་སོགས་ཉིང་སངས་སྤེལ་ཕུལ་དགོཔ་ཨིན་པས།



མེ་རག་གཡུས་ཚན།

མེ་རག་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ཤུག་པའི་ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་བསངས་ཤིང་སྤྱོད་མེ་ཟེར་མི་འདི་ཉེ་མ་མེ་རག་གི་གཡུས་སྤོ་དེ་
ནང་ལུ་ལེ་ཤ་སྤེལ་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ དེ་བསྐྱང་གཡུས་ཚན་སྤེལ་ཆགས་པ་ད་ཤིང་འདི་ཚུ་མེ་བྲང་ཞིན་ན་གཡུས་

ཚན་སྒྲིལ་ཆགས་ཆགས་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་མེར་སག་གི་ཁ་སྐད་ལས་འབད་བ་ཅིན་(རྒྱག) ཟེར་མི་
འདི་མེན་པ་བཏང་ཞིན་ན་ ཆོག་མི་ཅིག་ལུ་གོ་དོ་ཡོད་པ་ལས་མེད་པ་རྒྱག་གཉིས་ཤན་སྐར་བའི་སྐབས་མེད་པ་
ཟེར་སྐབ་མི་འདི་ཡོངས་གྲགས་ལུ་མེར་ག་ཟེར་དར་བྱབ་འགྱུ་འགྱུ་ཡིན་པས། (མེར་ག་གི་གཡུས་ཚན་དེ་རྒྱ་
མཚོའི་ཐོ་ཚད་ལས་འབད་བ་ཅིན་མི་ཉར་ ༣,༧༠༠༠གསུམ་སྟོང་དགུ་བརྒྱའི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།)

མེར་ག་གཡུས་ལྷེ་བ་ལས་ཨ་ཙི་ཕར་འགྱུ་ད་རྟ་ཕར་ཐང་ཟེར་ ཏེ་མ་དུས་རབས་ ༡༤པའི་ནང་ མེར་ག་སྐམ་སྐོ་
གོས་རྒྱ་མཚོ་གིས་གདན་ས་བཏང་ནི་ཅིས་རྒྱབ་ཡོད་པའི་རྟ་ཕར་ཐང་ཟེར་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གནས་
བྱུར་གྱི་དུས་ལུ་ མེ་ཏོག་རྣམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་ཤར་ཏེ་མི་རྣམས་ གྲུན་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཐང་དག་འཏོག་ཏོ་ཅིག་
ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བགྲིས་སྐང་རྫོང་གི་ཆགས་རབས།

ཨ་མ་ རྫོ་མེའི་རྣམ་ཐར།

རྫོ་མོ་ དེ་མ་ཏིའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

མེར་ག་སག་སྟང་གི་ཆགས་རབས་ གཤོག་བཟང་ འདབ་བཟང་ ཟེར་བའི་དེབ་རྒྱུང་།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མེར་ག་རྒཔོ་ སྐམ་རིན་ཆེན།

དམངས་མི་བགྲེས་པ་ འགྱུར་མེད།

མེར་ག་ ཉི་མ། ལྷ་བ། ཡུལ། རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་འཐབ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཁྲིམས་ཤིང་རྩུང་ཁག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)

༡ སྤྲོལ་མོ་བྱང་རྩུབ་སྒྲོལ་མ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། སྤྲོལ་མོ་ བྱང་རྩུབ་སྒྲོལ་མ།

ས་གནས། གཙང་པོ།

གཡུས། གཙང་པོ།

བསྟེན་མི། ཁྲིམས་ཤིང་གཙང་པོ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་འོག་གི་ མི་སེར་ག་ར་གིས་ སྒྲིས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་
སྤྱི་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བྱང་པར་དུ་ ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་ལོ་གཅིག་གི་རིང་
ལུ་རྒྱུན་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མ་འབྱུང་བར་འོང་བཅུག་ཟེར་བའི་སྤྲོལ་འདེབས་ཚུ་རྒྱབ་སྟེ་
པར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་འཐབ་རུང་ ལོ་ཐོག་གི་ལཱ་འགོ་བཙུགས་རུང་ ག་ཅི་འབད་རུང་
སྤྲོལ་མོ་བྱང་རྩུབ་སྒྲོལ་མ་ལུ་ སྐབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་སྤྱི་ཡོད་པས།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། རང་སའི་བཟའ་ཚང་ནང་མི་ཚུ་ཁྲིམ་གཅིག་ནང་འཛོམས་ཏེ་ སྒྲིས་ལྟ་གསོལ་ནི་ཡིན་
ཟེར་སྐབས་སྟེ་ཆོགས་དང་གསེར་སྒྲིམས་སོགས་བཤམས་བཞིན་ན་ བྱང་རྩུབ་སྒྲོལ་མ་ལུ་
གསོལ་བ་བཏབ་ཐངས་དེ་ཡང་ ལོ་གཅིག་རིང་རྒྱུན་དན་བར་ཆད་གང་ཡང་འོང་ནི་
མེད་པའི་སྐབས་ལུ་ཚུལ་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

ངག་རྒྱུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས།

བགྲིས་སྤང་རྒྱང་ཁག་ ཁྲིམས་ཤིང་ཆེད་འོག་ ཁྲིམས་ཤིང་སྤྱི་འོག་དང་བྲེ་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་ས་མཆོམས་ཁར་
ཡོད་པའི་པོ་རྩ་ཟེར་ས་ལུ་སྤྲོལ་མའི་དུས་ཚོད་ནང་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ལཱ་འབད་སྟོན་པའི་སྐབས་
བཅོ་བྱང་རྩུབ་སྒྲོལ་མ་ཟེར་མི་འདི་ ས་གནས་འདི་ཁར་ཆོ་ལས་འདས་པའི་རྒྱུན་ལས་ རྒྱལ་ལས་མི་སེར་ཚུ་ས་
གནས་འདི་ནང་པར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་འཐབ་པའི་སྐབས་ པོ་རྩ་འདི་ནང་ལས་མི་སྤྱི་བའི་སྤྲོལ་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་

པས། བྱམ་བྱང་རྒྱལ་མ་འོང་ནི་མས་ཟེར་ ས་གནས་འདི་གི་མིང་བྱང་རྒྱལ་མ་ཟེར་གཏགས་ཡོད་པ་མ་
གཏོགས་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཡུལ་བཅན་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱད་སྤངས་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་
ཁར་ བྱང་རྒྱལ་སྐྱེལ་མ་གི་གཞོན་པ་སྐྱེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་མིན་འདུག་ ཕན་པ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་མིན་འདུག་
གསལ་མཆོད་ཕུལ་སྒོལ་སོགས་གང་ཡང་མིན་འདུག།

ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས་ཏེ་ཞུ་བ་ཅིན་ ཁྲིམས་ཤིང་ཆེད་འགན་ནང་ སྔན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྒྱ་གི་བཀའ་དང་དམ་
ལུ་གནས་པའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་གང་ཡང་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་བརྟེན་ ཞིབ་འཇོལ་ལམ་སྟོན་དང་
འཁྲིལ་ལོ་རྒྱུས་ མདོར་བསྟུས་ཅམ་མ་གཏོགས་ རྒྱས་པར་ཤེས་མི་ག་ཡང་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
ད་རིས་ཀྱི་ཞིབ་འཇོལ་འདི་གིས་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་མི་རྒྱ་གི་རྒྱུད་ལུ་ ལོ་རྒྱུས་ཤེས་དགོཔ་ཁག་ཆེ་བའི་ཆོར་
སྐར་ཐོབ་སྟེ་ བྱུལ་ལས་ ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་པར་བཤད་ཚུགས་མི་ཐོན་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱེམ་འདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྒྲོར་ལས།

སྐྱེམ་འདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྒྲོར་ལས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ གོང་ལུ་བཀོད་དོ་
བཟུམ་སྟེ་ སྤྱིར་བཏང་ རང་རང་སོ་སོའི་ཁྲིམ་ན་ ལོ་ཆོག་རེ་བཏང་མ་ད་ མགོན་པོ་ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་ ཆོས་
སྲུང་རྒྱ་གནད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གཡུས་ཁ་ལུ་ཡོངས་གྲགས་སྟེ་གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་སྒྲོར་ལས་
གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་སྐབ་མི་ཅིག་ག་ཡང་ཐོབ་མ་ཚུགས།

གསལ་མཆོད།

ཨ་ལོ་རྒྱ་ལུ་ནམ་ཚམ་རེ་བྱུང་བ་ཅིན་ བྱང་རྒྱལ་སྐྱེལ་མ་ལུ་གསལ་མཆོད་རྒྱ་ཕུལ་དོ་མ་གཏོགས་ སྤྱིར་བཏང་ག་
ནི་ཡང་འབད་སྒྲོལ་མིན་འདུག།

རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཅེ།

ཁྱད་སྤངས་གཏུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། དམངས་མི་ སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།

༡ ཡུལ་བཅན་ཨ་དབང་རྒྱལ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡུལ་བཅན་ཨ་དབང་རྒྱལ།

ལྷ་ཁང་། གཙང་པོ་ལྷ་ཁང་།

ས་གནས། གཙང་པོ།

གཡུས། གཙང་པོ།

བསྟེན་མི། བྱིས་ཤིང་གཙང་པོ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱོད་གཞི་ མི་མེར་གར་གིས་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་
སྤེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷ་པར་དུ་ ལོ་ཚོག་བཏང་པའི་སྐབས་ལོ་གཅིག་གི་རིང་
ལུ་རྟེན་བར་ཆད་གཞི་ཡང་མ་འབྱུང་བར་འོང་བཅུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདེབས་ཚུ་རྒྱབ་སྟེ་
ཕར་ཚུར་འགྲོ་འགྲུལ་འཐབ་རུང་ ལོ་ཐོག་གི་ལཱ་འགོ་བཙུགས་རུང་ ག་ཅི་འབད་རུང་
ཨ་དབང་རྒྱལ་ལུ་སྐྱབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དེ་ཡང་ ཡུལ་བཅན་ཨ་དབང་རྒྱལ་འདི་ གླ་མ་གོང་མ་བརྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་པའི་
གནས་བདག་གཞི་བདག་མེན་ཟེར་ཡིན་རུང་། ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་སྐྱེས་ལྷ་འབད་བསྟེན་དགོ་མི་དེ་ཡང་
གཙང་པོ་གཡུས་ཚན་ཆགས་པའི་སྐབས་སྐབས་ཁུ་སའི་ཡུལ་རྟེན་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ སྐྱེས་ལྷ་འབད་
བསྟེན་ཚུལ་ཡིན་གཅིག་མེན་གཅིག་དགོ་ཟེར་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ཕམ་རྒན་ཤོས་ཚུ་གི་ས་དོ་རི་བྲག་ལུ་བསྟེན་
ནི་འབད་ ད་ལྟོ་ཨ་དབང་རྒྱལ་ཟེར་མི་ས་གནས་འདི་སྐྱེས་ལྷ་འབད་བསྟེན་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཨ་དབང་རྒྱལ་གྱི་གནས་ཁང་སོ་སོ་སྟེ་གཞི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ སྟོན་དང་སྤུལ་ས་རང་ ས་དོ་རི་བྲག་
ལུ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་མ་གཏོགས་གཞན་མེན་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བཙན་དེ་ ལོ་རྒྱུས་ཙམ་བཤད་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ དེ་སྤྱི་ཡོད་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ལས་བཏེན་
སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་ཡང་ བྱངས་བཀལ་ཚུགས་མི་ག་ཡང་ཐོབ་མ་ཚུགས་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་ཡང་ གོང་གི་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་སྐབས་ལུ་ཁྱེད་བཟུམ་ཅིག་རང་ཡིན། ར་
བྱངས་སྐྱག་ཚུགས་མི་ག་ཡང་མིན་འདུག།

གསོལ་མཚན།

རང་སེའི་བཟའ་ཚང་ནང་མི་ཚུ་ཁྱིམ་གཅིག་ནང་འཛོམས་ཏེ་ སྐྱེས་ལྟ་གསོལ་ནི་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ཏེ་ཚོགས་དང་
གསེར་སྐྱེམས་སོགས་བཤམས་བཞིན་ན་ སྐྱེས་ལྟ་ཨ་དབང་རྒྱལ་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་ ལོ་གཅིག་རིང་རྒྱན་དན་
བར་ཆད་གང་ཡང་འོང་ནི་མེད་པའི་སྐབས་ཁྱེད་ཚུལ་འདུག།

ཕན་གཞོན།

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ན་ཚ་གིས་གཏུང་སྟོད་པའི་སྐབས་ སྐྱེས་ལྟ་ཨ་དབང་རྒྱལ་ལུ་གསེར་སྐྱེམས་
ཕུལ་འབད་བཅིན་ གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་པ་ ན་ཚ་ལས་སྐབས་ཚུགས་ཟེར་ཡིན་པ་དང་ ཕྱི་འབྱུང་བ་བཞིའི་
བར་ཆད་བསྐྱོག་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ན་ཚ་ཕ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འཐོན་སྟེ་ དགའ་ཕ་སྐྱིད་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ དུས་མ་
ཡིན་པའི་འཆི་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

དམངས་མི་ སངས་རྒྱས་བསྐྱུན་འཛིན།

ཡངས་གཉེར་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)

༡ དུ་རུང་ཨ་བི་མེས་མེས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱས།

གནས་བདག་གི་མཚན། དུ་རུང་ ཨ་བི་མེས་མེས།

ས་གནས། ཕུན་ཚོགས་གླིང་།

གཡུས། དུ་རུང་ གཡུས་ཚན།

བསྟན་མི། དུ་རུང་ཨ་བི་མེས་མེས་ བསྟན་མི་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་ག་ཏེ་གུ་ཏེ་ལས་
ཡང་འོང་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། དུ་རུང་ བླམ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་
གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ དུ་རུང་ཨ་བི་མེས་མེས་འདི་ རྒྱ་གར་དོ་རྩེ་གདན་
དང་ བོད་རྒྱ་ས་བསམ་ཡས་ལས་འགོ་བཟུང་ག་ར་ཁོ་གིས་ རྩལ་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ མོ་
བྲང་འདི་ཁར་ བསྟན་མི་ཡང་ ག་ཏེ་གི་མི་ཡང་འོང་ནི་འདུག་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།
རྒྱ་གར་གྱི་མི་ཁུངས་ཚུ་གིས་ཡང་ རྒྱ་གར་ལས་ སྤང་མ་ཚུ་མཁོ་མངགས་འབད་དོ་
ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། མགོན་སྐབས་ལུ་ནིའི་ཟེར་རུང་ མང་ཤོས་རང་ ཨ་ལུ་མ་ཐོབ་པར་སྟོད་མི་དང་ ཨ་
ལུ་ན་སྟེ་དག་རང་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ དེས་པར་དུ་ས་གནས་འདི་ཁའི་ ཨ་
བི་མེས་མེས་ལུ་མཚོད་དེ་ ན་མ་བཅུག་ ཤི་མ་བཅུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདེབས་ཚུ་རྒྱབ་
སྟེ་མགོན་སྐབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ ལོ་ཐོག་བཏབ་པའི་སྐབས་ ཆར་པ་རྒྱབ་
མ་བཏབ་པ་ཅིན་ ཁོ་ལུ་ལུ་བ་ཅིན་ དེ་འབྲལ་ལས་རང་ སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
པས།

གྲམ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས། བཟ་ཚམ་རེ་བྱུང་པའི་སྐབས་ མོ་བཏབ་རྩིས་བཏབ་འབདཝ་ད་ གཞི་བདག་ཅག་པོ་
 འདུག་ཟེར་ཐོན་ནི་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན། ཁོ་ལུ་ལྟ་བུར་ལུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་མཚོད་ཚུ་ཆད་པ་ཅིན་ ཐད་རི་སྐྱ་རི་
 བཟ་ཚམ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ད་རིས་ སྐུ་འབྲུ་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་མི་ཡང་ གྲམ་ཁོ་རའི་སྐས་གྲམ་ཀྱམ་དཔལ་
 འབྱོར་མཚོག་ སྐུ་བསྐྱུངས་སྟེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ གྲམ་མའི་ཉམས་སྤང་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ སྐུ་འབྲུ་དེ་སྟེ་བཞེངས་
 དགོང་སྟེ་གཟིགས་པ་ལས་ ཨ་བི་མེས་མེས་ཀྱི་སྐུ་འབྲུ་བཞེངས་ཡོད་པ་ཨིན།



གནས་ཁང་ངམ་ཕོ་བྲང།

གནད་དོན་རྒྱུ་ཕ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་འདི་ ཏུ་རུང་གི་གཡུས་ཚན་ཚལ་མ་ནང་མཚམས་ཅིག་ཁར་ཡོད་པ་ཡིན། སྤོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ རྩོམ་རིང་མོ་སྤྱོད་པ་ཅིག་མ་གཏོགས་ དཀར་མེ་ཕུལ་ས་དང་ཚོགས་ཕུལ་ས་ག་ནི་ཡང་མེན་འདུག། ཡིན་རུང་ འུལ་ལས་ ཏུ་རུང་གླམ་ རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་ ཚོགས་དང་དཀར་མེ་རྩལ་ས་ རྩལ་ཀྱི་ གཅིག་རྒྱབ་སྟེ་འདུག། གནས་ཁང་འདི་གི་རྩ་བ་ལས་ གནང་བ་མེད་པར་ ཕྱང་མ་ཕྱང་སར་ རྩོམ་ལ་སོགས་ པ་ག་ནི་ཡང་འབག་ནི་མེད་པ་ཡིན་པས། ཤིང་རྩལ་ཀྱི་ཅིག་ལས་ མ་འབག་རུང་ གནོད་དོ་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས། ཁོང་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཏེ་ གནང་བ་ལྷུ་བའི་རྩལ་ཏུ་འབད་བ་ཅིན་ ཅ་ཆས་རྩལ་དངོས་གྲུབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ ཚད་ ཐ་ན་རང་གི་ཨ་ལུ་བཟླ་མི་མེད་པ་ཅིན་ ཨ་ལུ་ཡང་ལྟ་རྟོག་འབད་བྱིན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



ཏུ་རུང་ ཨ་བི་མེས་མེས།

སྐྱུ་མདོག་དང་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ།

དུ་རུང་ཨ་བི་མེས་མེས་ཟེར་མི་འདི་ སྤྲོན་དང་ཕུ་ག་དེ་སྤྲོ་བྱུང་རུག་ཟེར་བ་ཅིན་ བོད་ཁང་ཁྱུང་ལས་སྤྲོ་འོང་པའི་
ལོ་རྒྱུས་སྤྲོ་བཤད་ནི་འདུག། ཁོང་གཉིས་པོ་ས་གནས་དེ་ནང་ལུ་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཤུགས་ཅན་ཅིག་ཨིན་པས།
བོད་གཞུང་ལུ་ངོ་རྒྱུ་འབད་དེ་ བོད་ལས་འབྱོག་འོང་སྟེ་ དུ་རུང་ལུ་གནས་ཆགས་སྤྲོད་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སྤྲོན་
གྱི་དུས་སུ་ མི་ངོ་མ་འབད་རུང་སྤྲོད་རུག། དུ་རུང་ལུ་ཆགས་ཏེ་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ མཁའ་ལོང་ཚུ་གིས་ཕྱག་
འབག་སྟེ་གཞི་བདག་སྤྲོས་ཏེ་ཡོད་པ་སྤྲོ་ཨིན་པས།

པར་རིས་ནང་ལུ་མཇལ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གཟུགས་ཁའི་གོ་ལ་རྩ་ཡང་ བོད་པའི་ལུགས་སྤོལ་སྤྲོ་ཡོད་པ་ཨིན། སྐྱུ་
འབྲེ་དེ་སྤྲོ་བཞེངས་མི་ཡང་ དུ་རུང་ གྲམ་རྩལ་ཁྲིམས་ཁོ་རང་གི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་ འཛིམ་བཅོ་པ་གིས་བཞེངས་
ཡོད་པ་སྤྲོ་ཨིན་པས། གྲམ་དེ་གིས་ ཨ་བི་བསོད་ནམས་ལྷ་མོ་དངོས་སུ་སྤྲོ་མཐོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་
འདུག། དེ་ཡང་ གྲམ་ཨ་རྒྱ་གནས་ལུ་བྱོན་པའི་ལམ་ཁར་ཞག་བཞུགས་པའི་སྐབས་ རུབ་མོ་གྲམ་ཁོ་རང་
མནལ་མ་གཟིམ་པར་བཞུགས་པ་ད་ ཨ་བི་བསོད་ནམས་ལྷ་མོ་དེ་ གཟུགས་རིང་མོ་སྤྲོ་ ལག་པ་ལུ་ ཕྱག་
མཚན་ གཡལ་གི་མཇུག་མ་འབག་སྟེ་འོང་ཞིན་ན་ གྲམ་གི་ཆ་རོགས་གཉིད་ཐལ་མི་རྩལ་ལུ་ གཡལ་གི་མཇུག་མ་
གིས་སྤྲོ་ དབང་བསྐྱར་འབད་དེ་ གྲམ་ཁོ་རང་ལུ་ག་ནི་ཡང་འབད་ནི་མིན་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་གི་ནངས་པར་
བཟུམ་ཅིག་ཁར་ གྲམ་གི་ཆ་རོགས་རྩལ་ ཤུགས་སྤྲོ་རང་ན་སྟེ་རིམ་གོ་སྤྲོ་སྤྲོ་ འབད་དེ་གཞི་བདག་དེ་ལུ་
གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་ཤུལ་མ་ དྲག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྲོ་བཤད་ནི་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་དང་། སྐྱུ་གཟུགས་གྱི་རྣམ་
པ་དང་ ཆིབས་དེ་རྩལ་ག་ར་ ཁོ་རང་མ་ག་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྲོ་ཡོད་ཟེར་ གྲམ་རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད་པ་
ཨིན།

དམ་བཞག།

ཨ་བི་མེས་མེས་གཉིས་པོ་ས་གནས་འདི་ཁར་ ཆགས་ཏེ་སྤྲོད་པའི་སྐབས་རྩལ་ཆགས་འབག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
མ་གཏོགས་ དམ་ལུ་བཞག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཤད་ནི་མིན་འདུག།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་ལུ་ ཉང་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་གསེར་སྐྱེམས་དང་ ཆོགས་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་
ཆོད་ འཇིག་རྟེན་པའི་ལུགས་སྟོལ་ ངག་ཐོག་ལས་ སློ་སླབ་དོ་བཟུམ་སླབ་ཞིན་ན་ མཆོད་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས།
ད་རིས་མི་ཚུ་གིས་ གོ་ལ་དང་བཟའ་བྱང་གི་རིགས་ཚུ་འབག་འོང་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གོས་འབུལ།

གཞི་བདག་འདི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ག་ར་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སའི་ གནས་ཁང་
སློམ་སྟེ་རྒྱབ་ནི་དང་ སྐྱེ་འབྲེལ་ལང་ རྒྱ་བསྐྱེད་འབད་དགོ་པའི་ཞུ་བ་ཕུལ་ཐ་མ་ཆོད་ གཞི་བདག་གི་ས་ཁོངས་
ཡང་ རྒྱ་ཆེན་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ གཞི་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ བསངས་ཁང་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ གཞུང་གིས་
རྒྱབ་སྐྱོར་མཛུགས་གནང་བུབ་པའི་ཞུ་བ་ཕུལ་ཐ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཡིག་ཆའི་རྒྱབ་ཁྲངས་ ཏུ་རུང་གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྟུན་འབད་ས།

ཏུ་རུང་ སླ་མ་ཚུལ་ཁྲིམས།

བསམ་མཁར་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྟ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༣)

༡ ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་མོར་ཕུ་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྩོ་བོ་མོར་ཕུ་པའམ་ དག་ལྟ་བུ་བདེ་ཆེན་ལོར་བཟང་།

ལྟ་ཁང་། བསམ་མཁར་ལྟ་ཁང་དང་ རྩོང་ནང་ལུ་གནད་དོ་ཡོད་པ།

ས་གནས། བསམ་མཁར།

གཡུས། བསམ་མཁར།

བསྟན་མི། སྤྱིར་བཏང་ལུ་བསམ་མཁར་ཆེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟན་
སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བཀྲིས་སྐྱང་རྩོང་ཆེན་ཁྲ་མོའི་མགོན་ཁང་ནང་བསྐྱང་རྒྱུན་གྱི་
གསོལ་མཚོད་མ་ཆད་པར་ཕུལ་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཚད། གཡུས་ཚན་ཁབ་སྟེ་སྤྱི་འོག་ སྤྱི་
མཁར་གཡུས་ཚན་ བསམ་མཁར་སྤྱི་འོག་ རང་གཤེས་མཁར་སྤྱི་འོག་ སྤམ་སྤྱི་འོག་
ནང་འཁོད་ལུ་བྱབ་རྒྱུགས་པའི་ཡུལ་བཅན་ཚུ་གིས་ གཙོ་བོ་གཞི་བདག་མོར་ཕུ་པ་
བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

སྐབས་ལྷུ་ཚུལ། ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་མོར་ཕུ་པ་འདི་ཉིད་ བསམ་མཁར་ཆེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་
རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྐྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་གཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ མོ་ལྟ་གཅིག་ཡང་
འབདམ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ནད་ཐུག་འབྱུགས་ཚུད་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་
པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལས་སྐྱུང་སྟེ་ བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་མཐུན་སྟེ་འགྲུབ་
རྒྱུགས་པའི་རེ་བ་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐབས་ལྷུ་ཚུ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཁབ་སྟེ་སྟེ་མཁར་གཡུས་ཚན་དང་ བསམ་ཚུལ་གྱི་དགོན་པའི་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་རི་གཅིག་གྱར་ རོ་ནག་
སྟོམ་གཅིག་གཅིང་ཞིང་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པ་སྟེ་ཡུལ་བཙན་མོར་སྤུ་པའི་ཕོ་བྲང་ཡིན་ཟེར་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་
ཡིན།



རྩོ་བོ་མོར་སྤུག་པའམ་ དག་ལྟ་བུ་དེ་ཆེན་མོར་བཟང་ཟེར་ཡང་ཞུས་ཡིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆོད།

ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་མོར་ཕུ་པ་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་གནམ་མེད་ས་མེད་ཁོ་བོའི་གཟུགས་ཅན་ ཉ་དམར་ པོ་གཅིག་གྱར་ཆིབས་ཏེ་ དར་གྱི་ན་བཟའ་གསོལ་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆས་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་དྲུང་ དམར་དམ་ཉམས་གྱི་དོན་ཉིང་གུ་བྱུག་ཏེ་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལེགས་པར་གཟུང་སྟེ་ མོར་ ཕུ་པ་ལུ་སྐྱབས་འཛོལ་པ་རྒྱ་ལུ་དངོས་གྲུབ་གནང་དང་གནང་བཞིན་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཁར་ མཐའ་འཁོར་ལུ་ བཅན་འཁོར་སྐྱེ་བརྒྱ་གཉི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱིས་སྐྱོར་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་ མཆོད་གྱི་བསྟོད་ཆོག་ནང་ལས། རབ་ཁྲོས་བཅན་ཆོད་སྐྱར་སྟོན་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །པད་རག་ལྷན་པོ་ཉིན་གྱི་དྲུང་ འཁྱུང་འབྲེལ་སྐྱར། །དཔལ་ཆས་དར་གོས་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་བསྐྱབས། །རྩུ་འཕུལ་མཐུ་ལྷན་ཉ་དམར་ལ་ཆིབས་ བས། །ཞེས་དང་ ཕྱག་གཡས་མདྲུང་དམར་ཉམས་པའི་སྤྲིང་ལ་བསྐྱུན། །གཡོན་པ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལེགས་ འཛིན་ནས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཡོད།

དམ་བཞག

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ཁྱོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་དང་རིག་འཛིན་རྒྱུད་པའི་བླ་མ་རྣམས་གྱི་སྐྱེན་སྲར་ བསྟན་པ་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་གྱི་སྤྱང་སྐྱོབས་འབད་ནིའི་ཁས་བླངས་འབད་ཡོད་པ་བཞིན་ དཔལ་ལྷན་ འབྲུག་པ་རག་གི་དབང་པོ་དང་སྐྱབ་རྒྱུད་བསྟན་པ་འཛིན་པའི་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་དང་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་གྲུབ་ཐོབ་ ཁྱི་རྩེ་བེར་མི་གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་འབད་རུང་ཆོས་དང་མཐུན་པ་སྟེ་གཞན་ལུ་ ཡན་པའི་བྱང་རྒྱུབ་གྱི་སེམས་ལས་འདས་ནི་མེད་པའི་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གསོལ་མཆོད་དམ་ བཞག་ལས། རྩྭ་ དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་གཟུགས་མཆོག་ །འཆི་མེད་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཀཱ་ར་ དང་། །རིག་འཛིན་རྒྱུད་པའི་སྐྱེན་སྲར་ཁས་བླངས་བཞིན། །བསྟན་དང་དེ་འཛིན་སྤྱང་སྐྱོབས་འཕྲིན་ལས་ མཛོད། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་རག་གི་དབང་པོ་དང་། །སྐྱབ་རྒྱུད་བསྟན་འཛིན་ཡོངས་གྱི་བཀའ་པོ་ཉར། །ཞལ་ བཞེས་བྱུགས་དམ་གཉན་པོ་རྩེས་བྲན་ནས། །གང་བཅོལ་ལས་རྣམས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་པར་མཛོད། །ཅེས་ གསུངས་པ་ལྷན་ཡུལ་བཅན་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

སྤྱིར་བཏང་བསམ་མཁར་རྟེན་འོག་ནང་འཁོད་ལུ་ཡོད་པའི་ ལྷ་ཁང་ཡོད་རིགས་ནང་གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་ལུ་
གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སྲོལ་སྤྱོད་མ་ལས་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྤྱི་འདྲ་དང་ཀ་ཁབ་ལྷེབས་རིས་སོགས་སྤྱོད་མ་ལས་
བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག ཡིན་རུང་དེང་སང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བརྒྱུར་བ་དང་བསྐྱུན་ སྤྱི་ལོ་༢༠༡༧ལུ་ སྤྱི་མཁར་ཨོན་
ཆོས་གླིང་དགོན་པ་ཟེར་ ཤར་ཕྱོགས་བཀྲིས་སྒྲིང་ཁ་བྲུག་ལུ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གྲུབ་ཐོབ་ཀྱན་བཟང་ཆོས་
འཕེལ་གྱི་དངོས་སྤོབ་ ལར་རྒྱབ་གྲུབ་ཐོབ་ཐོག་མེད་དོ་རྗེ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་གནང་པའི་ལྷ་
ཁང་འདི་ནང་ གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པའི་སྤྱི་འདྲ་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ད། གཞན་ཡང་ཁབ་སྤྱི་དགོན་པ་འཛིགས་མེད་
གེ་སར་རྣམ་རྒྱལ་ཆོས་གླིང་ལྷ་ཁང་ནང་གི་ ལྷེབས་རིས་གྲུར་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བསམ་ཆོས་གླིང་དགོན་
པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ཡང་ལྷེབས་རིས་ཐོག་ལུ་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པ་སྤྱི་མཇལ་ནི་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

བསམ་མཁར་རྟེན་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་རང་སེའི་བྱིས་ནང་ ལོ་ལྷར་གསོལ་མཆོད་ལོ་མཆོད་
བཏང་པའི་སྐབས་ལུ་ལབ་ཅན་གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལོགས་སུ་
འབད་བཅན་གསོལ་གྱི་རིམ་པ་ཚུ་གང་ཡང་མིན་འདུག ཡིན་རུང་ལུ་ཕྱོགས་དེ་ནང་ དུས་མ་ཡིན་པའི་ནང་
མུག་འབྲུགས་ཚུ་ད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་རྗེ་དན་པ་འཐོན་ཏེ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་ཟེར་བྱིས་གྲུང་རེ་རེ་ལས་གསོལ་
མཆོད་ཀྱི་སྤུང་དུམ་ག་རེ་བསྐྱེད་ལེན་འབད་དེ་ཆོས་སྦྱང་སྤྱང་མ་ཚུ་ལུ་ཆོགས་དང་གཏོར་མ་སོགས་སྤུལ་བའི་སྐབས་
གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སྲོལ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་དང་འབྲེལ་ བསམ་མཁར་རྟེན་འོག་ནང་དགེ་
འདུན་པའི་སྤྱི་འོག་སེའི་ལྷ་ཁང་ཡོད་རིགས་ལུ་གསོལ་མཆོད་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་སྤུལ་ཏེ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

ངག་རྒྱན་ ལོ་རྒྱུས།

དེ་ཡང་ གཞི་བདག་མ་བསྐྱོས་པའི་སྤྱོད་གོང་ གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་ཁོར་བླམ་ཆོས་པ་གཅིག་ཡིན་མ་ཞིན་དུ་
མ་རུངས་པའི་བྱ་སྤྱོད་དགེ་སྤྱོད་གི་སྤོམ་པ་ཉམས་ཏེ་ གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་མ་བྱིན་པ་ལེན་པའི་རྒྱུ་ལས་ སྤྱོད་རྒྱལ་
ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ཉམས་ཁྲིམས་སྲོག་ཐོག་བསྐྱེད་ནི་འབད་ཅང་ མོར་སྤྱི་པའི་སྤྱོད་ལས་བཏབ་ནི་ཡོད་ཟེར་
སྤྱོད་ཏེ་ སྤྱོད་ལམ་དེ་ཡང་ཆོ་འདིའི་བྱི་མ་ལུ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་དཔོན་དང་བླམ་ཆོས་པ་ཚུ་ལུ་གཞོན་པ་སྤྱེལ་
རྒྱུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་མི་གཅིག་ལུ་ལོག་སྤྱོད་པ་ལེན་བཅུག་ཟེར་ སྤྱོད་ལམ་ལོག་པ་བཏབ་ཡོད་པ་ལས་བཞེན་
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་ངག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྤྱོད་ཆོས་

དང་མཐུན་པ་སྟེ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་ གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ སྤྱིར་གྱི་དཔལ་ལྷན་
འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁམས་དང་སྐོས་སུ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ལུ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་ནད་མཉམ་འབྲུག་ཙུང་མི་མཐུན་
པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་གཞི་ཐབས་ མཐར་ཐུག་བསྟན་པ་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་ལུ་ ཤ་ཞེན་ཆེ་
བའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་པའི་ཕྱིར་དུ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་གཞི་
བའི་བདག་པོ་སྟེ་ཡང་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་འདི་ མཐུ་དང་རྩ་འབྲུལ་ཡོད་པའི་ཁར་ནོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བའི་གཞི་བདག་གཅིག་
ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་ལུ་བརྟེན་པ་ཅིན་གནས་སྐབས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ ལོ་
ཕུགས་ཏྲག་ཏུ་ལེགས། ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་འབབས་ མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་
སྟེ་ ནད་ཡམས་མཉམ་ཐུ་གེ་སོགས་འཛུལ་རྒྱུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཐར་ཐུག་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་ལམ་སྐྱབ་པའི་
གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་རྒྱུགས་པའི་ཕན་པ་ཡང་ཡོད།

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་ རྒྱང་འཛུབ་ཀྱི་འཛིགས་པ་ལས་བརྟེན་ལོ་ཐོག་ལེགས་ཤོམ་བསྐྱུ་མ་
རྒྱུགས་པ་ ལོ་ཐོག་རྒྱང་དང་སེར་མ་གིས་བཅོམ་ནི་དང་ རྒྱུ་འཛིགས་པ་དང་རྒྱ་རྒྱུད་འཐོན་པ་ ལོ་ཐོག་རི་
དུགས་སེམས་ཅན་རྒྱ་གིས་གཞོད་པ་བསྟེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་དན་འབྱུང་ནི་དང་ ནད་ཡམས་མཉམ་ཐུ་གེ་ དུས་
མ་ཡིན་པ་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་དན་པ་བྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

གྲོས་འབྲུལ།

གཞི་བདག་མོར་སྤྱི་པ་འདི་ མི་སེར་རྒྱ་ལུ་ཕན་པ་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་གཅིག་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མོར་སྤྱི་པའི་ཕོ་
བང་གི་ཉེ་འདབ་ལུ་ གནས་ཁང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆོས་དང་མཐུན་མ་སྟེ་ གཞི་བདག་བདེ་
ཆེན་ནོར་བཟང་གི་སྤྱི་འབྲུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་བཞེངས་གནང་སྟེ་དུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ལུ་མི་ལུ་ཡང་
གཞུང་ལས་གསོལ་ཕོགས་ཀྱི་འབྲུས་དུམ་ག་རེ་གནང་རྒྱུགས་པ་ཅིན་ཆེད་འོག་འདི་ནང་སྤར་བ་དག་འཁྱིད་ཕུན་
སུམ་ཚོགས་ཏེ་བར་ཆད་མེད་པར་གནས་རྒྱུགས་ནི་ཡིན་པའི་ཟེར་གཞུང་ལས་གནང་དགོས་པའི་མི་སེར་ལས་
གྲོས་འབྲུལ་ཞུམ་ཡིན་པས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

བཀྲིས་སྒྲུང་གྲ་ཚང་ནང་དུས་རྒྱུན་གསོལ་མཆོད་ཕྱོགས་སྒྲིག།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བཀྲིས་སྒྲུང་རབ་སྒྲེའི་དབུ་མཛད་བགེས་པ་ འཛིགས་མེད་དབང་ཕུག།

ཆེད་འོག་འདི་ནང་གི་གཙོ་འཛིན་ སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

༡ ཨ་ལ་བདུད།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ཨ་ལ་བདུད།

ས་གནས། བདེ་ལོང་དགོན་པ་ཟེར་ཆུ་ཐོར་ཡོད་ས་ལུ།

གཡུས། བསམ་མཁའ་ལ།

བསྐྱེན་མི། བསམ་མཁའ་སྤྱི་འོག་ གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཆུ་གིས་ ལོ་ཆོག་བཏང་པའི་སྐབས་
དམ་ཡིག་ལྷག་དགོད་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ལ། སྤྱིར་བཏང་མི་ནད་ལུགས་ནད་སོགས་མི་བྱང་ཞིང་ ལོ་ཆུ་ཏྲག་ཏུ་ལེགས་ཤིང་ མི་སེར་
ཆུ་ལུ་ནད་ལུག་འཁྲུགས་ཚུད་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་དན་ལས་སྤང་སྟེ་
བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་མཐུན་སྟེ་འགྲུབ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་ལུ་དམིགས་ཏེ་
སྐབས་ལུ་ཕ་ཡོད་མས།



ཨ་ལ་བདུད་ཀྱི་ཐོ་བྲང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བསམ་མཁར་གཡུས་ཚན་ལས་ སྤེམ་ཁར་གཡུས་ཚན་ནང་འགྲོ་སའི་ མི་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་བདེ་ལོང་དགོན་པ་
ཟེར་སར་ ལུ་ཐོར་སྤེམ་འབབ་སྟེ་ཡོད་ས་ལུ་ཕོ་བྲང་ཨོན་མ་སྤེམ་སྤྲེལ་ནི་འདུག།



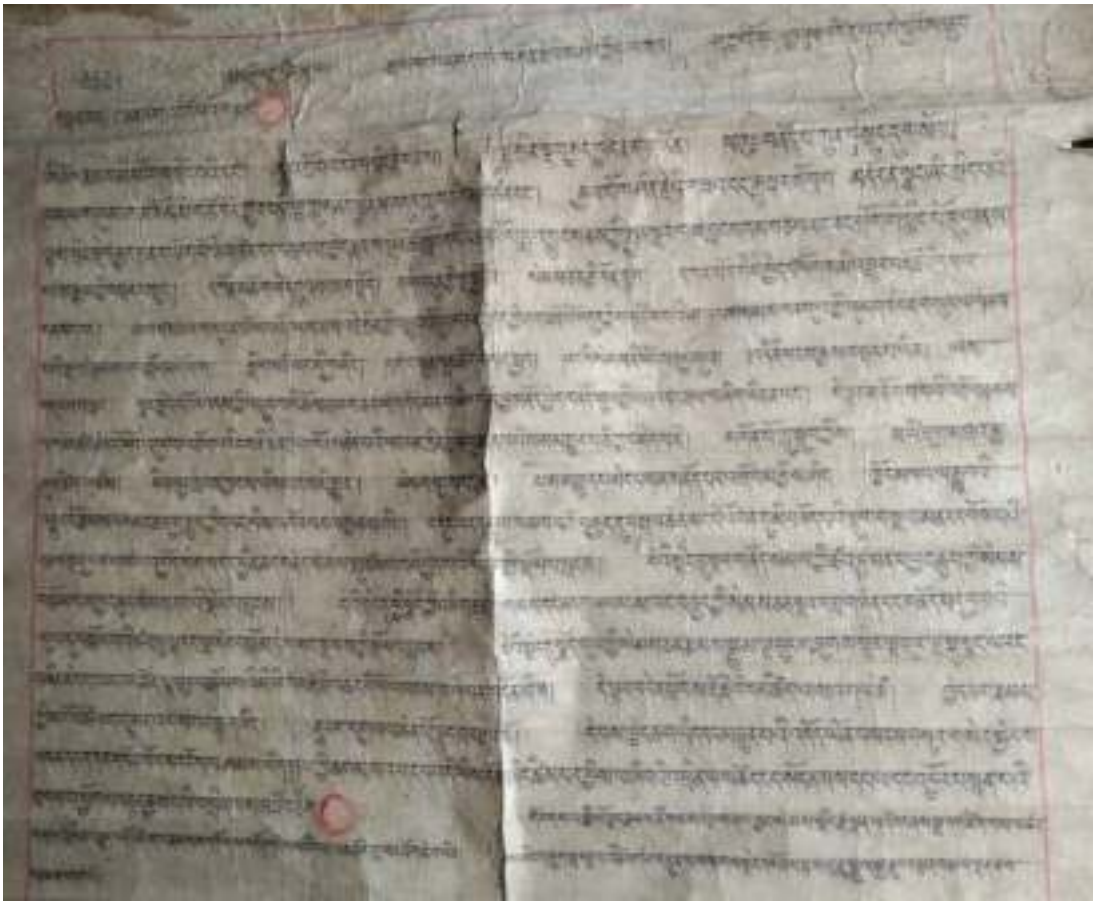
བཀའ་དམ་མཚན་རྟེན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ནམ་པ་དང་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཁ་གསལ་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་མི་འདི་འོག་
ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

དམ་བཞག་།

བསམ་མཁར་གཡུས་ཚན་གྱི་མཇུག་ལུ་ ཨོ་ལ་བདུད་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་བཀའ་དམ་མཚན་རྟེན་མཇུག་ནི་
ཡོད་མི་འདི་ སྡོན་གྱི་དུས་ལུ་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ཉི་མ་རང་གི་ཞིང་ཁར་ལཱ་འབད་མ་ཚུགས་
པར་ ཨོ་ལ་བདུད་གྱི་གཞོན་པ་སྦྱེལ་ཏེ་སྡོད་པའི་སྐབས་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ཕྱི་རུ་གྲུང་གི་རུ་བོ་གྱུར་མེ་ཆག་
བཏེག་སྟེ་ལཱ་འབད་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མ་དང་ དེའི་སྐབས་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ གླིང་གོ་སར་གྱི་སྤྱུལ་པ་གཅིག་
ཨིན་མི་རྒྱལ་པོ་ཅི་བ་ལ་ཟེར་མི་གི་གནས་ཚང་ཡང་ ཨོ་ལ་བདུད་གྱི་ཚེ་ཕུལ་གྱིས་ཚེ་ལས་འདས་པའི་གནད་
ལས་ ཚར་གཅིག་འབད་མ་ད་རྒྱལ་པོ་ཅི་བ་ལ་གིས་ཐབས་དང་གནས་སྐབས་ཐོག་ལས་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་
ལས་ཚུ་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཏེ་ བདེ་ལོང་དགོན་པ་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཚུ་ཐོར་ཡོད་སའི་ས་གནས་ནང་ཨོ་ལ་བདུད་དམ་ལུ་
བཞག་ཡོད་པ་ལས་འགོ་བཟུང་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་སེམས་དགའ་སྟེ་སྡོད་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བྱལ་
ལས་ད་རུང་ཨོ་ལ་བདུད་གྱི་སྤྱི་ཁ་སྤོང་སྟེ་བསམ་མཁར་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལས་བདེ་ལོང་དགོན་པ་དང་ སྤྱི་
མཁར་གཡུས་ཚན་ཚུ་ནང་པར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་འཐབ་པའི་སྐབས་ ཨོ་ལ་བདུད་འདི་གིས་ལམ་མཐའ་གཞོན་པ་
སྦྱེལ་ཏེ་དགའ་ཕྱིད་པ་མེད་པ་ལས་བཏེན་ སྤྱོད་གྲུ་རུ་སྤྱོད་བཅུ་གཅིག་པ་ ཐུབ་བསྟན་སྐལ་ལཱ་མཚན་ག་
ས་གནས་བསམ་མཁར་གཡུས་ཚན་ནང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཨོ་ལ་
བདུད་འདི་གིས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་གཞོན་པ་སྦྱེལ་ཕྱིན་མཚུགས་ཏེ་ ད་ལྟོ་བཀའ་དམ་མཚན་རྟེན་ཡོད་སའི་གནས་
འདི་ཁར་ལས་མཐུ་དང་རྩ་འཁྲུལ་གྱིས་ ཨོ་ལ་བདུད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཚུར་བཀྲུག་སྟེ་ས་གནས་འདི་ཁར་དམ་ལུ་
བཞག་སྟེ་ དམ་ལུ་གནས་དགོས་པའི་དམ་ཡིག་མཇུག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ས་གནས་འདི་ནང་བཀའ་དམ་མཚན་
རྟེན་གཅིག་བཞེངས་ཡོད་མི་ད་ལྟོ་བར་ཡང་མཇུག་ནི་ཡོད།



དམ་ཡིག།

གསོལ་མཆོད།

ཨོལ་བདུད་དམ་ལུ་བསྐྱེས་གནང་པའི་སྐབས་ སྐྱེལ་གྱི་རུ་སྐྱེ་ཕྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་ ཐུབ་བསྟན་སྐལ་ལུན་གྱི་
 མཇེད་ཡོད་པའི་དམ་ཡིག་འདི་ཉིད་ ལོ་ལྷར་བཞུགས་རང་ལྷ་།།པའི་ཆོས་ལུ་ སྐྱེལ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ས་གནས་
 འདི་ཁར་འཛོམས་ཏེ་ མཆོད་རྟེན་འདི་གི་གདོང་ཁར་ལུ་ཆོག་ས་དང་གསེར་སྐྱེམས་སོགས་བཞུགས་ཏེ་ དམ་
 ཡིག་ལྷག་བཞུགས་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བའི་ཚུལ་གྱི་སློལ་རྒྱན་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཨོལ་བདུད་འདི་ལུ་ཕྱོགས་
 འདི་ནང་གི་སྐྱེས་ལྷ་ལུ་སྐྱེ་བཅི་སློལ་འབད་དེ་རུས་རྒྱན་རུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སློལ་མེད་པ་ཨིན།

ཕན་ཐོགས།

སྔོན་མ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ ཨོ་ལ་བདུད་དམ་ལུ་མ་བཞག་པའི་གནས་སྐབས་ནང་ དགའམ་
སྐྱིད་པ་ཉི་མའི་སྐར་མ་བཟུམ་མེད་པ་ཨིན་རུང་ ཨོ་ལ་བདུད་དམ་ལུ་བཞག་པའི་ཉིན་མ་ལས་ཚུར་ ཏུས་དང་
བསྟན་ཏེ་ལོ་ཐོག་བཏབ་ནི་དང་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་དགའ་སྐྱིད་སྟན་སུམ་ཚོགས་ཏེ་ ནད་ཡམ་ཟུ་གེ་མ་བུང་
པར་སྔོན་ཚུགས་ཅི་ཟེར་ཀན་ཤོས་ཚུ་གིས་བཤད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྐུ་ཞོག་གུ་རུ་སྐུ་ཕྱེང་བཅུ་གཅིག་པ་ ཐུབ་བསྟན་སྐལ་ལྷན་མཆོག་གིས་མཛད་ཡོད་པའི་དམ་ཡིག་ཕྱོགས་སྒྲིག།

འདི་བསྟན་འབད་ས།

བསམ་མཁར་རྗེད་འོག་ བསམ་མཁར་སྤྱི་འོག་གི་སྔོན་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མི་ ཡིས་བཟང་མོ་དང་མཉམ་ འགྲུལ་
འཕྲིན་ཐོག་ལཱ།

༡ དགའ་རབ་དབང་ཕུག།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དགའ་རབ་དབང་ཕུག།

སྟ་ཁང་། བཟ་ཤིས་སྐང་ རྫོང་ནང་།

ས་གནས། བཟ་ཤིས་སྐང་།

གཡུས། བཟ་ཤིས་སྐང་ཁྲོམ།

བསྟན་མི། བགྲིས་སྐང་རྫོང་གི་གནས་བདག་གཙོ་བོ་ གནས་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕུག་ཟེར་
གནམ་མེད་ས་མེད་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་གནས་པོ་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་
གཡུས་ཚུགས་གཞན་དང་གཞན་གྲིས་ཡང་བསྟན་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ གཡུས་ཚན་ཁབ་
སྟི་སྟི་འོག་ སྤྱི་མཁར། བསམ་མཁར། རང་བཞིན་མཁར། སྤམ་སྟི་འོག་ཚུ་གིས་
བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཁུ་ཚུལ། མགོན་སྐབས་ཁུ་ནི་གི་ཐད་ཁར་ ཆོས་སྟེ་དང་ འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཆ་ར་གི་ཁ་ཐུག་
ལས་ གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་འཆོལ་ས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན། གནས་པོ་
དགའ་རབ་དབང་ཕུག་ལུ་སྐབས་འཆོལ་ཏེ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ རང་གི་བསམ་དོན་
མ་གྲུབ་མེད་པ་ཡིན་ཟེར་ བཟ་ཤིས་རྫོང་ནང་གི་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་བཤད་ནི་འདུག། དེ་
མ་ཚད་ གོ་ས་གོ་གནས་ཀྱི་དོན་ལས་ དགའ་རབ་དབང་ཕུག་ལུ་གསོལ་མ་བཏབ་པ་
ཅིན་ བཀག་ཆ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་སྟེ་དོན་གྲུབ་ཚུགས་པ་
ཡིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

བཀྲ་ཤིས་སྒྲུང་ཚོང་།



འབྲུག་གི་ཚོང་གཞིས་ཆགས་རབས། ཤོག་གང་། ༡༩༩༩ (སློབ་དཔོན་གཏུང་དོ་ཇེ) གིས་འབྲི་མི། མདོ་མང་དཀར་
ཆགས་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ལས། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་པོ་བྲང་འདི། །སློང་གསུམ་འཁོར་ལོ་བསྐྱུར་
བའི་སྤྲ་ལྷས་སུ། །ཚོང་ཆེན་གླིང་བཞིའི་དབུས་ན་རི་རྒྱལ་ལྷོན། །ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ན་གླིང་གླིང་དག་འདུལ་
ཚོང་། །སོགས་ གླིང་བཞིའི་དབུས་ན་རི་རྒྱལ་ལྷོན་པོ་ལྷན། །ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་འཕེས་པ་
འདྲ། །ཟེར་འཕྱོན་དོ་བཟུམ་སྟེ། །ལྷ་སྐྱུ་གཙང་མའི་གཏུང་བརྒྱུད་རིམ་པར་མཆེད་མི་ལས་ །ཕང་སེང་ཀྲང་པའི་
རྒྱལ་རིགས་ལས་ རྒྱལ་པོ་གསེར་གཏུང་ཟེར་མི་དེ་གིས་ ད་ལྟོ་ཆགས་ཡོད་པའི་ བཀྲ་ཤིས་སྒྲུང་ཚོང་ །ཕང་
མཁར་ཟེར་མི་འདི་འགོ་ཐོག་བརྒྱབས་ཏེ་བཞུགས་ཅུག། །ཨིན་རུང་ ཚོང་དེ་ རྒྱལ་པོ་གསེར་གཏུང་གི་བྱ་བརྒྱུད་
ལས་མཆེད་མི་ རྒྱལ་པོ་སྤྲ་དང་ རྒྱལ་པོ་ཆོ་དབང་གཉིས་ཀྱིས་ མཐུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་
རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ མགུ་བཏགས་ཏེ་ ཕུལ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ ཞབས་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་གི་ལུང་བཏུན་དང་ སྤྱི་སྒྲ་མི་
འགྱུར་བཏུན་པའི་བཀའ་བཞིན་རུ་ སྤྱི་རྒྱུད་པད་དཀར་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ཐུགས་འཆར་གྱི་བཟོ་བཀོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་

པད་དཀར་ཚོས་འཕེལ་ཁོ་རང་དང་ དབུ་མཛད་དམ་ཚོས་རབ་རྒྱས་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་ ཤར་ཕྱོགས་ལུ་ སྤྱིད་
སྤྱིད་དག་འདུལ་རྒྱུ་ ལྷོ་ཕྱོགས་ལུ་ མཐོང་མཁར་ལྟ་རྒྱུ་ ལུ་ཕྱོགས་ལུ་སྤྱོད་ཕུད་བུ་རྒྱུ་ བྱང་ཕྱོགས་
ལུ་ རྒྱུ་སྤྱད་ཏེ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས་ སྤྱིད་བཞི་བསྐྱོར་བའི་ལྷོ་བ་ལུ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་
རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་དེ་ བཅན་པ་བྱུག་གི་རི་འདི་ རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ལྷན་པོ་བཟུམ་མའི་སྤྱང་ཆེན་གྱི་ ལྷོ་ལས་ལྷ་
བ་ཅིན་ གསེར་གྱི་མན་ཏལ་གྱར་གཡུའི་ཚོམ་བྱ་བྱུར་བཞག་ཡོད་པ་བཟུམ། ལུ་ལས་བལྟ་བ་ཅིན་ འོ་རབ་
དགོས་འདོད་དཔུང་འཛུམས་ ཁ་ཡར་སྤྱོད་བཞག་ཡོད་པ་བཟུམ། བྱང་ལས་བལྟ་བ་ཅིན་ སྤྱང་ཆེན་ཉལ་བའི་
མགྲ་ཏྲོག་བཟུམ། གཡང་ཅེ་དང་གོང་རི་ལས་སྤྱང་སྤྱང་དལ་གྱིས་བབས་པའི་རྒྱ་ཆེན་པོ་མོ་གཉིས་འཛུམས་པའི་
གང་མེད་གཙང་རྒྱ་འདི་ ཉིན་མཚན་མེད་པར་ མར་ལས་ཡར་ཡོན་ཆབ་ཀྱི་རྒྱལ་ལུ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་མི་ སྤྱང་ཆེན་
དེ་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ ཞབས་བྱང་རིན་པོ་ཆེ་གི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁ་བཞི་དབང་ལུ་བསྟུ་
བའི་སྐབས་ རྒྱུ་ཆེན་དེ་བརྒྱབས་ཚར་ཞིན་ན་ལས་རྒྱུར་ ཤར་ཕྱོགས་འཁོར་ལོ་ཕྱིབས་བརྒྱད་ཆ་མཉམ་
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་མངའ་འོག་ལུ་བསྟུས་ཚར་ཏེ་ བཟ་གིས་པའི་རྒྱུ་ཆེན་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྒྱུ་ཆེན་
འདི་གི་མིང་ཡང་བཟ་གིས་སྤྱང་ཟེར་བཏགས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྒྱུ་ཆེན་འདི་ནང་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ཚོས་སྤྱང་མང་རབས་གིག་ལུ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གནས་
བདག་གཞི་བདག་གཙོ་པོ་ གནས་པོ་དག་འར་བ་དབང་ཕུག་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱོན་དང་ཕུ་ལས་ཡོད་པའི་གནས་ཁང་གཅིག་དང་ ཕུལ་ལས་གཞུང་གྲུ་ཚང་གི་གཙུག་ལགས་སློབ་དཔོན་ ཀམ་
རང་གོལ་གྱིས་ གནས་ཁང་གསར་པ་ཅིག་ཡང་གཞི་བཙུགས་གནང་ཏེ་འདུག། སྤྱོན་དང་ཕུ་གི་འབད་བ་ཅིན་
བཟ་གིས་རྒྱུ་ཆེན་ལས་མར་ལྷོ་འགྲུལ་ད་ བྱུག་གྱུ་ཡོད་མི་འདི་ཨིན་མ་ད་ ད་རེས་གསར་པ་དེ་ རྒྱུ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་
ཁར་གཞི་བཙུགས་གནང་ཏེ་འདུག།



གནས་བདག་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག།

རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱ་མདོག་ནག་པོ་དབུ་སྐྱ་རལ་
 པའི་ཐོར་ཅོག་གྱེན་དུ་བཅིངས་པ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ སྐྱ་གསུམ་བར་སྒྲང་ལ་གཟིགས་པ། ཕྱག་གཡས་
 དམ་ཉམས་དག་པོའི་དཔུང་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟགས་སུ་ རུ་དར་དམར་པོ་གནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕྱར་བ།

གཡོན་ཆས་བཞེན་སྟོད་ལ་ཅི་འདོད་ཡིད་བཞེན་སྟེར་བའི་ཞོར་བུ་བཀའ་བའི་གཞོང་པ་ཐོགས་པ། ཆིབས་སུ་རབ་
 ཏུ་འཇིགས་པའི་ར་ནག་ལ་གཞོན་ནས་ སྟོང་གསུམ་རྒྱུད་ལྷགས་དྲག་པོའི་ཏུར་སྐྱ་དང་བཅས་པས་ ཡུད་ཀྱིས་
 བསྐྱོར་བ། སྐུ་ལ་བཅན་ཁབ་དང་ལྷགས་ཆོག་གསོལ་ནས་ དཔའ་བོའི་རྟགས་ཆས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བརྒྱན་ཏེ་སྟོབས་
 ཟིལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་ཉམས་དང་ལྷན་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



དགའ་རབ་དབང་ཕུག་གི་སྐུ་བཞེན་ལེགས་གཞོན་ལྷ།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སྒོམ་བྲག་གཏེར་གྱི་ཕོ་བྲང་དུ། རིག་འཛིན་པ་སྒྲ་བཟླ་ཡི། རྒྱན་སྒྲར་ཁས་བྲངས་དམ་
བཅས་པས། གནས་སྤྱང་བདག་པོ་མངའ་ཡང་གསོལ། གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་ན་རིམ་གྱིས། སངས་རྒྱུས་བསྟན་པ་
སྤྱང་བའི་ཕྱིར། རྩོམ་གསུང་གིས་བཀའ་བསྒྲོས་པས། རྩུས་ལས་མ་འདའ་འཕྱིན་ལས་མཛོད། ཅེས་
གསུངས་པ་བཞིན་ སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་ རྩོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་རིས་
རིག་འཛིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པས་བཀའ་བསྒྲོས་གིང་དམ་ལུ་བཞག་ཏེ་ སངས་རྒྱུས་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་གནས་
བདག་གཞི་བདག་སྟེ་བསྒྲོས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཛོད།

གསོལ་མཛོད་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ བཀའ་གིས་སྒྲུང་གྲ་ཚང་གི་མགོན་ཁང་ནང་ལུ་ དུས་རྒྱུན་ཨ་རྟག་ར་
གསོལ་མཛོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཆོས་བརྩ་ཆེན་མོའི་སྐབས་དམིགས་བསལ་ ཞལ་འབག་
བརྩུགས་ཏེ་སྐྱེ་འཆམ་ཡང་མཇལ་ཁ་གནང་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ དུས་མཛོད་འབྲུམ་སྟེ་གི་སྐབས་ལུ་ གསོལ་མཛོད་
ཚུ་ རྒྱུས་གིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཀྲིས་སྒྲུང་གྲ་ཚང་ནང་དུས་རྒྱུན་གསོལ་མཛོད་ཚུ་གསལ་སྟེ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བཀྲིས་སྒྲུང་རབ་སྟེའི་དབུ་མཛད་བགེས་པ་ འཛིགས་མེད་དབང་ཕུག།

སྟོ་དཔོན་སངས་རྒྱུས་དོན་གྲུབ།

སྐུ་རྩུང་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག།

ར་རྩི་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྗང་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)

༡ ཀོ་ལ་བཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཀོ་ལ་བཅན།

ས་གནས། བདེ་སྦྱིད་གླིང་།

གཡུས། བདེ་སྦྱིད་གླིང་གི་གཡུས་ཚན་སོགས།

བསྟེན་མི། བདེ་སྦྱིད་གླིང་གི་འོག་གཙང་མཁར་གཡུས་ཚན་ སྤུང་གཙང་གཡུས་ཚན་ ཕྱོན་ལ་
གཡུས་ཚན་ ར་རྩི་སྤང་ཐང་གཡུས་ཚན་ གླང་སྟེང་གཡུས་ཚན་ མེ་ལོང་མཁར་
གཡུས་ཚན་ ཆེ་མ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ཀོ་ལ་བཅན་ལུ་བསྟེན་དང་བསྟེན་བཞིན་
འདུག་ཟེར་བྱ་ནི་ཨིན།

སྐྱབས་ཁུ་ཚུལ། ཀོ་ལ་བཅན་འདི་ར་རྩི་ཆེད་འོག་གི་སྦྱི་འོག་ཡོད་རིགས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྐྱེས་ལྗང་
ཡུལ་ལྗང་གཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ ཨ་མ་ཇོ་མོའི་འཁོར་ཡང་འབདཱ་ལས་བཏེན་ མི་
སེར་ཚུ་ལུ་ལོ་ཕུགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ ཆར་ཚུ་དུས་སུ་བབས་ནི་དང་ ཆེད་འོག་འདི་
ནང་དགའ་སྦྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་ ནད་ཡམས་འབྱུང་བཞིན་ཆུན་ངན་བར་ཆད་བསྐྱོག་
པའི་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ སྐྱབས་ཁུ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཀོ་ལ་བཅན་ཟེར་བསྟེན་སྒོལ་ཡོད་རུང་ བཅན་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་གནས་ཁང་དང་ ལྷ་ཁང་སྐྱུ་འབྲུ་ག་
ཐབ་ཐེབས་རིས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག་ ཨིན་རུང་ མེ་ལོང་མཁར་གཡུས་ཚན་དང་
ཕྱོན་ལ་གཡུས་ཚན་ ར་རྩི་སྤང་ཐང་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཀོ་ལ་ཟེར་ས་གནས་རི་གཅིག་མགུ་ལུ་ ཤིང་སྒོམ་
གསུམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ ཀོ་ལའི་གནས་ཁང་ངམ་བཅན་ཤིང་ཨིན་མ་སྟེ་བཙུན་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གོ་ལ་བཅན་ཁོ་ར་ལོགས་སུ་སྡེ་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་མེན་པར་ རྩོམ་རེ་མ་ཉིད་འཁོར་འབད་བ་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་
ཚུན་ར་རྩི་རྟེན་ལོག་ གཙང་མཁར་གཡུས་ཚན་ སྤན་གཙང་གཡུས་ཚན་ ཐོན་ལ་གཡུས་ཚན་ ར་རྩི་སྤང་བར་
གཡུས་ཚན་ གྲང་སྟང་གཡུས་ཚན་ མེ་ལོང་མཁར་གཡུས་ཚན་ ཆེ་མ་གཡུས་ཚན་མི་སེར་ཚུ་ གསོལ་མཚན་
ཕུལ་སྟོལ་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་ བཅན་ཁོ་རའི་སྐྱུ་འབྲ་ ཀ་ཁྲབ་ལྷེབས་རིས་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱུ་མདོག་
ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་ཁྱུ་ཐབས་མེད་རུང་ གོ་ལ་བཅན་ཁོ་རང་མ་ཅིག་རྩོམ་རེ་མ་ཉིད་འཁོར་འབྲེལ་ཏིག་ཡིན་མ་
གོང་ལུ་འཕྱིན་བཅོལ་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཆོག་ནང་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་ཟེར་ཁྱུ་ནི་ཡིན་མ་མ་ཚད་ གོ་ལ་ཟེར་བའི་གནས་
འདི་ཡང་ ཡ་མཚན་ཆེ་བླགས་སྟེ་ གཡུས་ཚན་ཚུ་མགྲུ་ལུ་ ཤིང་སྤྲན་གསུམ་སྟེ་འཇིགས་སྤང་ཅན་གཅིག་སྟེ་
མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

རྩོམ་རེ་མ་ཉིད་ལས་ དམ་བཞག་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ མ་ཅིག་འདོད་པའི་དབང་མོ་
དཔལ་ལྷན་དུད་སོལ་ལྟ་མེད་ འཁོར་གཙོ་བོ་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་རྩོམ་རེ་མ་ཉིད་གཙོས་པའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་
ནམས་ལ་ སྟོ་ དམ་ཆོག་རྩོམ་རྟགས་ཀྱིས་ཉེར་སྤྲུལ་ཤིང་། དབང་ཕྱག་ཁམས་གསུམ་ཀྱན་གྱི་མཚན་པའི་
ཡུལ། མ་ཅིག་འདོད་དབང་དུད་སོལ་རེ་མ་ཉི། འཁོར་དང་བཅས་པ་དབྱེས་པའི་གནས་འདིར་
གཤེགས། ཞེས་ཞུན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་ཀྱི་སྤྲན་སྤར་བཀྲག་ནས་དམ་ལ་བཞག་ཚུལ་ དེ་
ཡང་ གསོལ་མཚན་ཆོག་གི་ཟིན་པ་ལྟར། རྩི། ངན་པདྨ་ཐོད་ཐོང་ཙུལ། ཀྱན་གྱི་སྟོག་དབྱགས་ང་ལ་
ཡོད། ང་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། རྟོན་སྤྲིང་ཆལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། རྟེན་པས་དམ་ལས་མ་འདའ་
བར། སྤྲིན་བདག་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་གྲུབ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུལ་ལས་
སྐྱབས་རྩེ་བདུད་འཛམས་ཀྱི་དངོས་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་དབང་ཆེན་གྱིས་ཡང་ གྱུ། ཆོས་དབྱིངས་སྐྱེ་མེད་གྲོངས་
ཡངས་ནས། འགག་མེད་ཙུལ་མདངས་ཙུ་གསུམ་ལྟ། རོལ་ཙུལ་ཆོས་སྦྱང་སྤང་མའི་ཆོགས། འཁོར་དུ་ལྟ་
སིན་སྟེ་བརྒྱུད་དང་། ལུལ་ལྟ་གོ་ལ་ལྟའི་དགེ་བསྟེན། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་ཀ་ཕྱེད་དང་དགྲ་མཛད་ཡོད་མི་
དང་། གཤུང་འཛིན་དགའ་རབ་རྩོམ་གསུམ་མཛད་པའི་གསོལ་མཚན་ཆོག་ལས་ གྱུ། ལུལ་ཕྱོགས་སྤང་བའི་ཅོས་
ཕུ་ལུལ་ལྟ་དང་། སམ་འཛིན་གཞི་བདག་གོ་ལྟ་འཁོར་དང་བཅས། ཕྱོགས་སྦྱང་མགོན་པོ་ཁྱུར་ཕུ་ལྟ་ཆོགས་

ནམས། །གསེར་སྐྱེམས་འདི་བཞེས་འདོན་དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱིན་བཅོལ་མཛད་པ་ཡིན་
ནོ།།

གསོལ་མཛོད།

ཀོ་ལ་བཅན་འདི་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྤེལ་བཞུན་མི་ མི་སེར་རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ ན་ཚ་རེ་ཕོག་ འབྱུང་བཞིའི་རྒྱུ་
རན་རེ་འཕྱོར་ ལག་ཆེའི་ལས་སྒྲ་རེ་མགོ་བརྩམ་འབདལ་ད་ གཡུས་ཁའི་བླམ་ཆོས་པ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ལྷ་སྤེ་
གསེར་སྐྱེམས་དང་ཆོགས་རེ་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཛོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལོ་ལྟར་བཅན་གསོལ་ལ་སོགས་
པའི་གསོལ་མཛོད་ཀྱི་རིམ་པ་གཞན་གང་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་བྱ་ནི་ཡིན།

གྲོས་འབུལ།

ཀོ་ལ་བཅན་འདི་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འབད་བཞུན་པའི་ཁར་ ས་གནས་གི་མིང་གཅིག་ཡང་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་
མི་སེར་ཚུ་ཆོགས་དང་གཏོར་མ་གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ་ཏེ་ སྐྱབས་ལྷ་སའི་བཅན་གྱི་གནས་ཁང་དང་ སྐྱེ་འབྲུ་ཀ་
ཁབ་སོགས་ གཞུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལུ་བཞེངས་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཀོ་ལ་བཅན་ལུ་སྐྱབས་ལྷ་སྤེལ་མི་ མི་
སེར་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་འབད་འབྱུང་ཚུགས་ཟེར་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་དགོ་པའི་གྲོས་འབུལ་ལྷམ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་སྐྱོར་ཡིག་ཆ།

བཀྲིས་སྤང་གྲ་ཚང་ནང་དུས་རྒྱུན་གྱི་ གསོལ་མཛོད་དཔེ་ཆ་ཆོས་སྤྱང་ཡོངས་རྫོགས་ཚུགས་སྤྱི་གཞི།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

བླམ་བསྐྱེད་པ་ལྷན་སྐྱབ་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་བཞིན།

ར་རྟེ་རྟེད་འོག་གི་དམངས་མི་དང་ སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

༢ ལྷུང་ཕུ་བཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུལ།

གཞིབ་དག་གི་མཆན། ཟུར་ཕུ་བཅན།

ས་གནས། ལྷུང་ཕྱ།

གཡུས། བདེ་སྐྱིད་སྤྱིང་གི་གཡུས་ཚན་སོགས།

བསྟེན་མི། བདེ་སྲིད་གླིང་གྱི་འོག་ ཏྲག་ཤིང་དམངས་གྱི་འོག་ ལྷག་ཚང་གཡུས་ཚན་ བ་ཀ་གླིང་
 གྱི་འོག་ ས་ཇོ་དགོན་པ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ཁྱུང་ཕུ་བཙན་ལུ་སྐྱེས་བཙན་སྡེ་
 བསྟེན་དང་བསྟེན་བཞིན་འདུག་ཟེར་ཁྱེ་ཞིན།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ། ཟུར་སྤེའི་བཅན་འདི་ ར་རྟེ་མེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ སྐྱེས་
ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ ཨ་མ་ཇོ་མོའི་འཁོར་ཡང་འབད་ཕ་ལས་བརྟེན་ མི་
སེར་ཚུ་ལུ་ ལོ་ལྷགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ཆར་ཚུ་རྟུས་སུ་འབབས་ནི་དང་ མེད་འོག་འདི་
ནང་དག་འ་སྦྱིད་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་ ནད་ཡམས་འབྱུང་བཞིའི་རྒྱུན་རན་བར་ཆད་བཞོག་
པའི་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐྱབས་ལུ་ཕ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཡུར་སྤུ་བཅན་ཟེར་བསྟེན་སྒོལ་ཡོད་རུང་། བཅན་ལུ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་སའི་གནས་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་སྤྱི་འབྲུག་
ཐབས་ལྟེ་བས་རིས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་། ཡུར་སྤུ་བཅན་ཁོ་རང་མ་ཅིག་ངོ་མོ་
རེ་མ་ཏིའི་འཁོར་རེས་ཏིག་ཡིན་མ་གཞི། གོང་ལུ་འཕྲིན་བཅོལ་མཛད་རྒྱལ་གྱི་ཆོག་ནང་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་ཟེར་བྱ་ནི་
ཡིན་མ་མཛད་། ཡུར་སྤུ་ཟེར་བའི་གནས་འདི་ཡང་། ཡ་མཚན་ཆེ་བྲགས་སྟེ། གཤམས་ཚན་རྒྱ་ལུ་རི་སྟོལ་སྟེ།
འཛིགས་སྤྱང་ཅན་གཅིག་སྟེ་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཡུར་ཕུ་བཙན་ཁོར་ལོགས་སུ་འབད་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་མེན་པར་ རྩོམ་རེ་མ་ཉིའི་འཁོར་འབད་བ་ལས་བཏྲན་
ད་ལྟོ་ཚུན་ར་དི་ཆེད་འོག་ ཉོག་ཤིང་དམངས་སྤྱི་འོག་ པ་ཀ་གྲིང་སྤྱི་འོག་ སྐྱག་ཚང་གཡུས་ཚན་དང་ བ་ཇོ་
དགོན་པ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་སྲིལ་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་ བཙན་ཁོར་འེ་སྐྱ་འབྲ་ཀ་ཁྲབ་
ལྷེབས་རིས་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་ལུ་ཐབས་མིན་འདུག།

དམ་བཞག།

རྩོམ་རེ་མ་ཉིའི་ལས་ དམ་བཞག་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ མ་ཅིག་འདོད་པའི་དབང་མོ་
དཔལ་ལྷན་དུད་སོལ་ལྟ་མོའི་ འཁོར་གཙོ་བོ་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་རྩོམ་རེ་མ་ཉིའི་གཙོས་པའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་
ནམས་ལ་ སྤྱོད་ དམ་ཚིག་དོ་རྩོགས་ཀྱིས་ཉེར་སྤྲས་ཤིང་། །དབང་ཕུག་ཁམས་གསུམ་ཀྱན་གྱི་མཚན་པའི་
ཡུལ། །མ་ཅིག་འདོད་དབང་དུད་སོལ་རེ་མ་ཉི། །འཁོར་དང་བཅས་པ་དགྱེས་པའི་གནས་འདིར་
གཤེགས། །ཞེས་ཁྱོན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཀྱན་གསུམ་གྱི་སྤྱན་སྦྲར་བཀྲུག་ནས་དམ་ལ་བཞག་ཚུལ་ དེ་
ཡང་ གསོལ་མཚན་ཚིག་ལྟར། རྩོད་ ངན་པ་སྤྲུ་ཐོད་ཐོང་ཅུལ། །ཀྱན་གྱི་སློག་དབུགས་ང་ལ་ཡོད། །ང་ཡི་
བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། །དོན་སྤྱིང་ཚལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། །དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་བར། །སྦྱིན་བདག་
བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་གྲུབ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེ་ཡང་ གྱི། ཡུལ་ཕྱོགས་སུང་
བའི་ཅོས་ཕུ་ཡུལ་ལྟ་དང་། །ས་འཛིན་གཞི་བདག་གོ་ལྟ་འཁོར་དང་བཅས། །ཕྱོགས་སྦྱིང་མགོན་པོ་ཡུར་ཕུ་ལྟ་
ཚོགས་ནམས། །གསེར་སྦྱེམས་འདི་བཞེས་འདོན་དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱིན་བཅོལ་
མཛད་པ་ཡིན་ནོ།།

གསོལ་མཚན།

ཡུར་ཕུ་བཙན་འདི་སྤྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་སྟེ་བསྟེན་མི་ མི་སེར་རང་སའི་ཁྱིམ་ནང་ ན་ཚ་རེ་ཕོག་ འབྱུང་བཞིའི་རྒྱུན་
ངན་རེ་འཐོན་ ཁག་ཆེའི་ལས་སྐྱ་རེ་མགོ་བཙུམ་འབད་ཤ་ད་ གཡུས་ཁའི་སྤྲུམ་ཚོས་པ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ལུ་སྟེ་
ལྟ་གསོལ་ཟེར་གསེར་སྦྱེམས་དང་ཚོགས་རེ་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལོ་ལྟར་བཙན་
གསོལ་ལ་སོགས་པའི་གསོལ་མཚན་གྱི་རིམ་པ་གཞན་གང་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཐུབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

བཀྲིས་སྒྲུང་གྲ་ཚང་ནང་དུས་རྒྱུན་གྱི་ གསལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ཆོས་སྤྱང་ཡོངས་རྫོགས་ཕྱོགས་སྒྲིག།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ར་རྩི་ བྲམ་བསྟན་པ་སྟུན་གྱུབ་ཀྱི་ངག་རྒྱན་བཞིན།

ར་རྩི་ཆེད་འོག་གི་དམངས་མི་དང་ སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

༡ ཅེས་ཕུག་བཅན་ཅེ་ཕུག་བྲག་བཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཅེ་ཕུག་བྲག་བཅན།

ས་གནས། རྟོང་གླིང་།

གཡུས། རྟོང་གླིང་།

བསྟེན་མི། རྟོང་གླིང་སྤྱི་ལོ་ག་ ༡༨་པ་ར་ བ་ལམ་ རྩུང་དོན་ ར་རྟི་ཁ་རྟོད་ བཀའ་དམ་གཡུས་
ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ཅེ་ཕུག་བྲག་བཅན་ལུ་བསྟེན་དང་བསྟེན་བཞིན་འདུག་ཟེར་བྱ་ནི་
ཡིན།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ལ། ཅེ་ཕུག་བྲག་བཅན་འདི་ཉིད་ར་རྟི་ཞེད་ལོག་ སྤྱི་ལོ་ག་ཡོད་རིགས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
སྟེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་ བཀའ་སྲུང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཁར་ ཡ་མ་རྩོམ་འཁོར་གཅིག་ཡང་
འབདམ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབས་
ནི་དང་ ཞེད་ལོག་འདི་ནང་དགའ་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ ནད་ཡམས་འབྱུང་བཞིན་
ཀྱེན་ངན་བར་ཆད་བསྐྱོག་པའི་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐབས་ལུ་ཕྱུག་ཡིན་མས།

གནད་དོན་གྱི་སྐབས་པ།

གནས་ཁང་།

རྟོང་གླིང་སྤྱི་ལོ་ག་གི་ བཀའ་དམ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྟག་ལུ་ ཅེས་ཕུ་ཟེར་རི་གཅིག་མཐོང་ནི་ཡོད་པ་དང་འདི་ཁར་
ཅེས་ཕུ་བཅན་གྱི་མཚོ་ཡང་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཅེས་ཕུའི་བཅན་ཟེར་བསྟེན་སྐོལ་ཡོད་རུང་ བཅན་ལུ་གསོལ་

མཚན་ཕུལ་སའི་གནས་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་སྐྱེ་འདྲ་ཀ་ཁབ་སྒྲེབ་རིས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་བཞེངས་ཏེ་མེད་པ་ལས་
བརྟེན་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུ་གང་ཡང་བྲིས་ཐབས་མ་བྱུང་།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཅས་ཕྱག་བཅན་ཁོ་ར་ལོགས་སུ་འབད་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་མེན་པར་ རྩོམ་རེ་མ་ཏིའི་འཁོར་འབདཱ་ལས་བརྟེན་
ད་ལྟོ་ཚུན་ར་དི་ཆེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཚུ་ནང་ ཅས་ཕྱ་བཅན་གྱི་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་སྟེ་ལྷ་དཔེ་ཆ་དང་ བཅན་
ཁོ་རའི་སྐྱེ་འདྲ་ ཀ་ཁབ་སྒྲེབས་རིས་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ལས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནམ་པ་ལུ་ཐབས་
མེད་རུང་ ཅས་ཕྱ་བཅན་ཁོ་རང་མ་ཅིག་རྩོམ་རེ་མ་ཏིའི་འཁོར་རེས་ཏིག་ཨིནམ་ གོང་ལུ་འཕྲིན་བཅོལ་མཛད་
ཚུལ་གྱི་ཆོག་ནང་ལུ་འཁོད་དེ་ཡོད་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིནམ་མ་ཚད་ ཅས་ཕྱ་ཟེར་བའི་གནས་འདི་ཡང་ ཡ་མཚན་ཆེ་
དགས་སྟེ་ མཚོ་ཆགས་ཏེ་འཛིགས་སྤྲང་ཅན་གཅིག་སྟེ་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

རྩོམ་རེ་མ་ཏིའི་ལས་ དམ་བཞག་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ མ་ཅིག་འདོད་པའི་དབང་མོ་
དཔལ་ལྷན་དུད་སོལ་ལྷ་མོའི་ འཁོར་གཙོ་བོ་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་རྩོམ་རེ་མ་ཏིས་གཙོས་པའི་འཁོར་དང་བཅས་
པ་ནམས་ལ་ སྟོེ་ དམ་ཆོག་དོ་རྩེ་ཏྲགས་ཀྱིས་ཉེར་སྤྲེས་ཤིང་། །དབང་ཕྱག་ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱི་མཚན་པའི་
ཡུལ། །མ་ཅིག་འདོད་དབང་དུད་སོལ་རེ་མ་ཏི། །འཁོར་དང་བཅས་པ་དབྱེས་པའི་གནས་འདིར་
གཤེགས། །ཞེས་ཨོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་གྱི་སྤྱན་མངར་བཀྲག་ནས་དམ་ལ་བཞག་ཚུལ་
དེ་ཡང་ གསོལ་མཚན་ཆོག་གི་ཟེན་པ་ལྟར། རྩྱི་ ང་ནི་པརྟ་ཐོད་ཐེང་རྩལ། །ཀུན་གྱི་སྟོག་དབྱགས་ང་ལ་
ཡོད། །ང་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། །དོན་སྦྱིང་ཆལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། །དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་
བར། །སྤྱིན་བདག་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུལ་
ལས་སྐྱབས་རྩེ་བདུད་འཛུམས་གྱི་དངོས་སྟོབ་དཔོན་པརྟ་དབང་ཆེན་གྱིས་ཡང་ གྱི། ཆོས་དབྱིངས་སྤྱེ་མེད་གློངས་
ཡངས་ནས། །འགག་མེད་རྩལ་ལྷང་རྩ་གསུམ་ལྟ། །རོལ་རྩལ་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ཆོགས། །འཁོར་དུ་ལྷ་སྤྱིན་སྟེ་

བརྒྱད་དང་། ཡུལ་ལྷ་གོ་ལ་ལྷ་འི་དགེ་བསྟེན། ཁེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ཀ་ཕྱིད་དང་དགུ་མཛད་ཡོད་མི་དང་།
གཏུང་འཛིན་དགའ་རབ་རྩོམ་གསོལ་མཆོད་ལས་ཡང་ གྱེ། ཡུལ་ཕྱོགས་སྤང་བའི་ཅེས་ཕུ་ཡུལ་ལྷ་དང་། ས་
འཛིན་གཞི་བདག་གོ་ལྷ་འཁོར་དང་བཅས། ཕྱོགས་སྤྱོད་མགོན་པོ་ཡུར་ཕུ་ལྷ་ཆོགས་ནམས། གསེར་སྦྱེམས་
འདི་བཞེས་འདོན་དོན་སྒྲུབ་ཏུ་གསོལ། ཁེས་གསུངས་པ་ལྷར་ཕྱིན་བཅོལ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

ཅེས་ཕུ་བཅན་འདི་ སྦྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྦྱེ་བསྟེན་མི་ མི་སེར་རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ བུ་ཆ་རེ་ཕོག་ འབྱུང་བཞིའི་
རྒྱུན་དན་རེ་འཕྱོན་ ཁག་ཆེའི་ལས་སྤྱོ་རེ་མགོ་བརྩམ་འབདལ་ད་ གཡུས་ཁའི་སྒྲུམ་ཆོས་པ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ལུ་
སྦྱེ་ གསེར་སྦྱེམས་དང་ཆོགས་རེ་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ལོ་ལྷར་བཅན་གསོལ་ལ་
སོགས་པའི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་གཞན་གང་ཡང་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

གྲོས་འབུལ།

ཅེས་ཕུ་བཅན་འདི་ སྦྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འབད་བསྟེན་པའི་ཁར་ ས་གནས་གི་མིང་གཅིག་ཡང་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་
མི་སེར་ཚུ་ཆོགས་དང་གཏོར་མ་གསེར་སྦྱེམས་ཕུལ་ཏེ་ སྦྱབས་ལུ་སའི་བཅན་གྱི་གནས་ཁང་དང་ སྦྱ་འབྲུག་
ཁབ་སོགས་ གཞུང་གི་རྒྱབ་སྦྱོར་ཐོག་ལུ་བཞེངས་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ ཅེས་ཕུ་བཅན་ལུ་སྦྱབས་ལུ་སྟོད་མི་
མི་སེར་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོག་སྦྱོར་འབད་འབྱུང་ཚུགས་ཟེར་བའི་རྒྱབ་སྦྱོར་དགོ་པའི་གྲོས་འབུལ་ལུ་ཕྱུ་ཡིན་པས།

ཀྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བགྱིས་སྒྲང་གྲ་ཚང་ནང་དུས་རྒྱན་གྱི་ གསལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ཆོས་སྤྱང་ཡོངས་རྫོགས་ཕྱོགས་སྒྲིག།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བླམ་ཞིང་ག་ཤེགས་ཆོས་གྲགས་ལས་རྒྱད་པའི་ངག་རྒྱན།

ར་རྟེ་ཆེད་འོག་གི་དམངས་མི་དང་ སྤྱི་འོག་གི་ཆོགས་པ།

༤ གནས་བདག་ཨ་མ་ཛོ་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཨ་མ་ཛོ་མོ།

ས་གནས། སྤོང་མན། གཙང་མཁར།

གཡུས། བསམ་མཁར།

བསྟན་མི། སྤྱིར་བཏང་ར་རྟེ་ཆེད་འོག་གི་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་བསྟན་སྒོལ་ཡོད་
རུང་ ཟུང་པར་ད་རེས་ནངས་པའི་དུས་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ནམ་གྲོལ་ཚས་སྤྱིང་ལྟ་ཁང་
གི་ཉེ་འདབས་ སྤོང་མན་སྤྱི་འོག་དང་གཙང་མཁར་སྤྱི་འོག་གཉིས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
ཆེ་བབས་དུས་བབས་སྐབས་ལུ་ཆོགས་དང་གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ་ཏེ་བསྟན་སྒོལ་འདུག་
ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ། གནས་བདག་ཨ་མ་ཛོ་མོ་འདི་ཉིད་ ར་རྟེ་ཆེད་འོག་ སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་
གིས་ གནས་བདག་ཨ་མ་ཛོ་མོ་འདི་ཉིད་ སྐྱེས་ལྟ་ལུ་ལྟ་བུ་འཕྲུང་གཅིག་ཨིན་
པའི་ཁར་ མོ་ལྟ་གཅིག་ཡང་འབདཱ་ལས་བརྟེན་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ལོ་ཕྱགས་ཏྲག་ཏུ་
ལེགས་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབས་ནི་དང་ ཆེད་འོག་ འདི་ནང་དགའ་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་
ཆོགས་ ནད་ཡམས་འབྱུང་བཞིའི་རྒྱུ་རྒྱུ་བར་ཆད་བསྐྱོག་པའི་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་
སྐབས་ཞུ་ཨིན་མས། གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མེ་རག་ཆེད་འོག་གི་ནང་ལུ་ཞུ་མི་དང་ཅོག་འབདཱ་ལས་འདི་ནང་ལོགས་སྡེ་བཀོད་དགོཔ་ཨིན་འདུག། མཁུན་
འདོད་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ མེ་རག་ཆེད་འོག་གི་སྐབས་ལུ་བྲིས་མི་ཡོད་ལུ་གཟིགས་གནང་།

ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་གནས་བདག་ཨ་མ་ཨོ་མོ་གི་སྐྱེ་མདོག་འབད་བ་ཅིན་སྲོ་སངས་ཟེར་ཉོན་མ་འབད་ འཇའ་
འོད་ལ་དོག་སྐྱེ་ལྷ་གིས་གུར་སྐབ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུས་སྲིད་པ་གསུམ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་ ཕྱག་
གཡས་པ་ལུ་སྐྱེ་གི་ཚེ་བའི་མཆོན་ཆ་མ་རུངས་པའི་དག་བོ་ཚུ་ཞེ་སྟོག་གཙོན་ཞིའི་དོན་ལུ་དང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་
སྲིན་པོའི་ཐེང་པའི་ནང་དུ་བྱི་ཇས་དག་བོ་ཚུ་གི་ཤ་ཁྲག་ནང་ལྷར་དུ་འདོད་ཡོན་ལཱའི་གསང་ཇས་བདུད་ཅི་ལྷ་ལ་
སོགས་པ་ཞལ་དུ་གསོལ་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཆད་ གཡས་གཡོན་རྒྱབ་མདུན་ལུ་འཁོར་ཆོགས་བསམ་གྱི་བྱབ་
པ་སྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཆོག་ལས་ ཕྱག་གཡས་སྐྱེ་གི་ངར་མས་སྟོག་རྩ་
གཙོན། ཕྱག་གཡོན་རིན་ཆེན་ཐོད་པ་ཁྲག་བཀང་འཛིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་ གཡས་སུ་ ཡབ་སྐུ་ཁྱེའི་
བཙན་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་ཞིང་འཇིགས་པའི་གཟུགས་ཅན། གཡོན་དུ་དངས་ལིང་བཙན་དཔའ་ཞིང་སྟེག་པ། མདུན་
དུ་ཅེས་སྐུའི་བཙན་སྐྱེན་གསུམ་དཔའ་བའི་སྟག་ཆས་ཅན། འཁོར་གསུམ་མདོང་དུག་གིས་བརྒྱན་པ། རྒྱབ་དུ་ཕོ་
ལྷ་ཆེན་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་པག་ལུ་ཆིབས་ཤིང་ཕྱག་གཉིས་བདུད་ཞགས་བསྐྱམས་པ། ལ་སོགས་པའི་
ཕྱོགས་མཆོམས་སུ་ཆོང་ཆོང་བཙན་དང་ལྷ་སྐྱེ་གཞོད་སྐྱེན་ཆོགས་ཀྱིས་སྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ བཞུགས་ཕྱོགས་
མ་རུང་པ་ནུམ་པ་ཆར་བཅད། དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་བརྒྱད་འཛིན་བུ་སྟོབ་ནུམ་པ་ལ་ཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་
བསྐྱབ་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

དེ་ཡང་ མ་ཅིག་འདོད་པའི་དབང་མོ་དཔལ་ལྷན་དུད་སོལ་ལྷ་མོའི་ འཁོར་གཙོ་བོ་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་ཨོ་མོ་རེ་
མ་ཏིའི་གཙོས་པའི་འཁོར་དང་བཙས་པ་ནུམ་པ་ རྩོེ་ དམ་ཆོག་རྩི་རྩགས་ཀྱིས་ཉེར་སྐྱེས་ཤིང་། དབང་
ཕྱག་ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱི་མཆོད་པའི་ཡུལ། །མ་ཅིག་འདོད་དབང་དུད་སོལ་རེ་མ་ཏི། །འཁོར་དང་བཙས་པ་
དཀྱེས་པའི་གནས་འདིར་གཤེགས། །ཞེས་ཞུན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་ཀྱི་སྐྱེན་མངར་བཀྲག་
ནས་དམ་ལ་བཞག་ཚུལ་ དེ་ཡང་ གསོལ་མཆོད་ཆོག་གི་ཟིན་པ་ལྟར། རྩོེ་ ང་ནི་པདྨ་ཐོད་ཐེང་རྩལ། །ཀུན་
གྱི་སྟོག་དབྱགས་ངལ་ཡོད། །ང་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། །དོན་སྦྱང་ཆལ་པར་གསུང་ཏེ་འཆི། །དེ་བས་དམ་
ལས་མ་འདའ་བར། །སྐྱེན་བདག་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་
ཆད་ རྩལ་ལས་སྐྱབས་རྩེ་བདུད་འཛོམས་ཀྱི་དངོས་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་དབང་ཆེན་གྱིས་ཡང་ གྱི། ཆོས་དབྱིངས་སྐྱེ་

མེད་གྲོངས་ཡངས་ནས། །འགག་མེད་རྩལ་ལྡང་རྩ་གསུམ་ལྟ། །རོལ་རྩལ་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མའི་ཆོགས། །འཁོར་
དུ་ལྷ་མིན་སྟེ་བརྒྱད་དང་། །ཡུལ་ལྷ་གོ་ལ་ལྷ་འི་དགེ་བསྟན། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིག་ཕྱེད་དང་དགུ་མཛད་
ཡོད་མི་དང་། གཏུང་འཛིན་དགའ་རབ་རྩྱེད་ཀྱི་གསོལ་མཆོད་ལས་ཡང་ གྱེ། ཡུལ་ཕྱོགས་སྤང་བའི་ཅེས་ཕུ་ཡུལ་
ལྷ་དང་། །ས་འཛིན་གཞི་བདག་གོ་ལྷ་འཁོར་དང་བཅས། །ཕྱོགས་སྐྱོང་མགོན་པོ་ཡུར་ཕུ་ལྷ་ཆོགས་
ནམས། །གསེར་སྐྱེམས་འདི་བཞེས་འདོན་དོན་སྤྱབ་དུ་གསོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མིན་བཅོལ་མཛད་པ་ཡིན་
ནོ།

གསོལ་མཆོད།

སྒོན་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ལྷན་བཞུགས་གསོལ་གྱི་ལུགས་སྒོལ་ལྟར་(ཨ་ཁུ་ལ་) ཟེར་ གེ་བཟ་གི་ལྷོ་འབད་ཆོགས་ཤ་གི་རྩལ་
ལུ་ ག་ཀྱར་བཅོ་སྟེ་ཤ་གི་རིགས་སྤྱོད་བསྐྱེད་གང་ཡང་མེད་པ་ རང་ལྷ་བདུན་པའི་ཆོས་ལུ་ ཉིན་གངས་གསུམ་གྱི་
རིང་ གནས་བདག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ ལས་ཚུར་འབད་བ་ཅིན་
རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་མིང་དང་དོན་མཐུན་སྟེ་ བཅོལ་གྱི་ལྷ་བ་རྩལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཇོ་མོ་སྤྱོད་ཆེན་
ཟེར་གཞི་བཅུགས་གནང་སྟེ་ རང་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་ཉིན་གངས་བདུན་གྱི་རིང་ལུ་ ར་དི་ཆོས་དམངས་འགོ་
འབྱེད་ཐོག་ལུ་ ར་དི་ཆེད་འོག་ནང་འཁོད་ཀྱི་སྤྱི་འོག་ཡོད་རིགས་ཀྱི་མི་སེར་རྩྱེད་རྒྱབ་ཐོག་སྤྱངས་འཛོམས་
འབད་དེ་གནས་བདག་(ཨ་མ་ཇོ་མོ་)ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མ་དུ། དེ་གི་སྐབས་ཨ་མ་ཇོ་མོ་ལུ་
རྩོལ་བསངས་མཆོད་ཀྱི་རིགས་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་པ་དང་ ཉིན་མ་གསོལ་ཁ་གསེར་སྐྱེམས་ཡོངས་ཇོགས་འབད་ཕུལ་
ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ ཉིན་ལྷར་བཞིན་དུ་རྩལ་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཡང་ནམ་གྲོལ་ཆོས་སྤྱིང་ལྟ་ཁང་དགོན་གཉེར་
གྱི་མ་ཆད་པར་ཕུལ་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

ཕན་པ།

གནས་བདག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་འདི་ ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་བསྐྱེད་སྤྱོད་གསུམ་གཟིལ་གྱི་མགོན་ཚུགས་པའི་རུས་པ་
ཡོད་པ་ལས་ གནས་སྐབས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ལོ་ལྷུག་ཏུ་ག་ལེགས་ཆར་རྒྱུས་སུ་འབབས་ བད་
ཡམས་སུ་གེ་སོགས་འཛོམས་རྒྱུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་གི་མ་ཆད་ བར་ཐུག་བྱང་རྒྱབ་ལམ་སྤྱོད་པའི་གོགས་
དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་རྒྱུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་ཟེར་ཡིད་ཆེ་འདུག།

དག་རྒྱུ།

དེ་ཡང་ སྔོན་སྤྱི་ལོ་༡༩༠༧ལུ་ འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་གོང་ས་ཚུན་དབང་ཕྱུག་གི་སྐབས་ སྤངས་ཐང་ཚོང་དཔོན་
ཕུན་ཚོགས་དོ་ཨེ་དང་ དབང་འདུས་ཚོང་དཔོན་ ཤ་ཀྱ་ དེ་ལས་ ཐིམ་ཕུག་ཚོང་དཔོན་ ཨ་ཀས་དོ་ཨེ་གསུམ་
གྱིས་ འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་གོང་ས་ཚུན་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གོང་གསར་དཔོན་སློབ་འབད་བཞུགས་པའི་སྐབས་
ཁོང་ཚོང་དཔོན་གསུམ་གོ་གནས་ཡར་སང་དགོ་པའི་སྐོར་ལས་ངོ་ཚོལ་འབད་དེ་ ནང་འབྲུགས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་
བྱུང་ཡོད་མི་ལུ་བརྟེན་ ཆར་གཅིག་འབདཝ་ད་ཁོང་ཚོང་དཔོན་གསུམ་དང་ གོང་གསར་དཔོན་སློབ་གོང་ས་ཚུན་
དབང་ཕྱུག་མཚོག་ནང་འབྲུགས་འཆམ་ཁ་འགྲིགས་ནི་འབད་བསྐྱུན་གྲོས་འབད་དེ་མཛར་ཅུམ་བཞེས་པར་ཐིམ་ཕུ་
ལྷང་གླིང་མེད་ཐང་ནང་བྱོན་ མཛར་ཅུམ་བཞེས་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ད་རུང་ སྤངས་ཐང་ཚོང་དཔོན་ཕུན་
ཚོགས་དོ་ཨེ་གིས་གོ་གནས་ཡར་སང་གི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུ་སླབ་སྟེ་མཛར་ཅུམ་དགའམ་གླིང་པ་བཞེས་མ་སྟེར་བ་
ད་རུང་ནང་འབྲུགས་ལངས་པའི་རྒྱུན་ལས་བརྟེན་ སྤངས་ཐང་ཚོང་དཔོན་ཕུན་ཚོགས་དོ་ཨེ་ཆོ་ལས་འདས་ཡོད་
པའི་བཤགས་པ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་དང་པ་གོང་ས་ཚུན་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གི་བཀའ་བཞེན་
མགོན་གཉེར་ཚུན་དོ་ཨེ་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་ར་རྩི་མི་སེར་རྩི་གིས་ སྤྱི་ལོ་༡༩༠༥ལུ་བཀྲིས་སྤང་ཚོང་ཁག་ ར་དི་
ཆེད་འོག་ སྤང་མན་སྤྱི་འོག་ནང་རྩི་གོལ་ཆོས་གླིང་ལྷ་ཁང་བཞེངས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཆད་ བྱུལ་ལས་བོད་
གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉིའི་རྩི་སྤུལ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ཨམ་ཇོ་མོ་ཟེར་ཞུ་མི་ས་གནས་འདི་
ཁར་བྱོན་ཏེ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་གནང་མ་ལས་རྩུར་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ཇོ་མོ་དོག་ས་ཟེར་སྤྱབ་སོལ་འདུག་
ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཀུ།

བཀྲིས་སྤང་གྲ་ཆང་ནང་དུས་རྒྱུན་གྱི་ གསལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་ཆོས་སྤང་ཡོངས་ཚོགས་ཕྱོགས་སྤྱིག།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྤམ་བསྐྱུན་པ་ལྟུན་གྲུབ་ཀྱི་དག་རྒྱུན་བཞིན།

ར་རྩི་ཆེད་འོག་གི་དམངས་མི་དང་ སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

སག་སྟང་ཆེད་འོག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)

༡ རྩོམ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡ་མ་ཐོ་མོ།

ས་གནས། སག་སྟང་ཆེད་འོག།

གཡུས། སག་སྟང་།

བསྟན་མི། སྤྱིར་བཏང་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་བྱག་ལུ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ མ་ཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་
མོ་རེ་མ་ཉིད་རྣམ་འཕྲུལ་ ཡ་མ་ཐོ་མོ་མ་བསྟན་མི་ག་ཡང་མེད། ལྷག་པར་དུ་མེ་རག་
དང་སག་སྟང་འདི་ རྩོམ་རེ་མ་ཉིད་གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཡ་
མ་ཐོ་མོ་འདི་ སྤལ་སྤྲུག་གཉིས་ཆ་རའི་ ལྷ་སྐལ་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་བཙུ་སྟེ་ བསྟན་
དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། སག་སྟང་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་ཁ་མཐོ་ས་ འཛོ་བ་ལ་ཞོར་ལུ་བསྟན་ཏེ་སྟོད་མི་
གཡུས་ཅིག་ཡིན། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྤྱིར་བཏང་མགོན་སྐབས་ཆེ་འདི་དང་
ཕྱི་མའི་སྐབས་གནས་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ མང་ཤོས་ཅིག་ སག་སྟང་འདི་
ཡ་མ་ཐོ་མོ་གིས་ འབོད་ལས་མར་འབྱེད་དེ་འོང་པའི་མི་བརྒྱད་ཅིག་སྟེ་བཙུ་སྟེ་དོ་ཡོད་པ་
མ་ཆད་ འཛོ་བ་ཡང་ ལ་ཞོར་གཡལ་དང་ཕྱགས་ མཛོ་དང་མཛོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལུ་
བསྟན་ཏེ་སྟོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལ་ཞོར་དང་ མཐའ་ཞོར་རྩ་ས་གནས་གཅིག་ལུ་གཏན་
འཇག་སྟེ་བཞག་ནི་མེད་པ་ལས་ སར་རྩ་དང་ཡར་མར་སྟོ་སྟེ་འགྱུ་བའི་ནམ་དུས་ལུ་
ལམ་ཁར་ དཀའ་ངལ་དང་ རྒྱུ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དོན་ལུ་ སེམས་ཀྱི་
གདིང་ལས་རང་ དག་ལས་མཚན་བཏོན་ཏེ་ ཡ་མ་ཐོ་མོ་བྱགས་ཇེ་གཟིགས་ཤིག་
ཟེར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་ལས་ སྐབས་ལུ་ཚུལ་ཡིན།



སག་སྤྱང་ རྩོམ་མེད་གནས་ཁང་དང་ བཅོམ་ཁང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སག་སྤྱང་ལུ་ཨ་མ་རྩོམ་མེད་གནས་ཁང་དེ་ སག་སྤྱང་གཡུས་མཚུག་གི་གཡས་ཁ་ཐུག་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།
 འདི་གི་སྐོར་ལས་ (སླ་མ་རྩོམ་མེད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་) ཨ་མ་རྩོམ་མེད་གནད་ས་འདི་ མེ་རག་དང་སག་སྤྱང་གཉིས་
 ལས་ དང་པ་སག་སྤྱང་ལུ་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན། སག་སྤྱང་ལུ་གནད་ས་འཕེལ་གཡུས་ཚན་ཆགས་ནི་དོན་ལས་
 ལུང་བསྟན་གཟིགས་མི་ཨ་མ་རྩོམ་མེད་དང་ སླ་མ་བྱ་རས་པའི་ཕྱག་མཁར་ བཅོམ་ཁང་ལྟ་ཁང་གི་རྩ་བར་ བྱག་
 པའི་ཤིང་སློམ་གཉིས་ད་རེས་ནངས་པར་ཡང་མཇུག་ནི་ཡོད། དེ་ལས་ ཨ་མ་རྩོམ་མེད་དང་ སླ་མ་བྱ་རས་པའི་
 ཞབས་ལྷམ་ཡིན་ཟེར་ རྩོམ་མེད་གི་དབྱིབས་འབད་མི་གཉིས་མཇུག་ནི་ཡོད། ཨ་མ་རྩོམ་མེད་དང་ སླ་མ་བྱ་རས་པའི་
 ཏྲ་བཏགས་སའི་རྩོམ་མེད་ཕྱག་མཁར་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ ཕྱག་མཁར་གི་རྩ་བར་ ཨ་མ་རྩོམ་མེད་ལ་ཞོར་

མཛོ་དང་མཛོ་མོ་ཚུ་གནས་ནོ་ལུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་བཞགཔ་ཨིན་ཟེར་ གནས་ནོའི་དབྱིབས་མ་འདྲམ་སྤྱེ་མཇལ་
ནི་ཡོདཔ་ཨིན།



ཨ་མ་ཛོ་མོ།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མ་གཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རེ་མ་ཉི་འདི་ འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་དང་བཅས་པའི་སྐྱག་ལུ་ སྐྱ་མདོག་སྔོ་
བསངས་ཞི་ཁྲོའི་གར་ལྟན་ ཐོད་སྐམ་རིགས་ལྷ་དབུ་ལུ་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་གཏུབ་ཞབས་གཏུབ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་
ཆེ་སྐྱ་ལྷའི་སྤྲ་ཆོས་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཕྱག་ གཡས་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་པོའི་ཆེ་སྔོག་གཅོད་པའི་སྐྱ་གྱི་འམ་
རལ་གྱི་དང་ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ སྤེན་པོའི་ཐོད་པ་ རིན་ཆེན་ མང་པོའི་སྤྲ་སྐྱ་ཆོགས་བཏབ་པའི་ནང་ན་ ཕྱིའི་
རྩམ་དམ་ཉམས་དག་པོ་སྔོལ་བའི་ཤ་བྲག་དང་ནང་ནའི་རྩམ་འདོད་ཡོན་སྐྱ་ལ། གསང་རྩམ་བདུད་རྩི་ལྷ་བཅས་
དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཞལ་ལུ་གསོལ་ཏེ་ ཞབས་གཉིས་བཅན་འབྲེལ་ཅུང་ཟད་འགྱིང་བའི་ སྐབས་གྱིས་
འཇའ་འོད་ལ་དོག་ལྷ་ལྟན་གྱི་གུར་ཕུབ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུས་ཤིང་ སྤིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་
བཞུགས་ཡོད་པའི་གཡས་སུ་ ཡབ་སྐུ་བྱ་གླིང་དང་ གཡོན་དུ་དངས་ལིང་ལ་སོགས་པ་དང་ ཡུམ་ཡེ་ཤེས་སྔོལ་
མ་དང་ སངས་རྒྱས་སྔོལ་མ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཁར་ གཞན་ཡང་ལྷ་སྐྱ་གཞོན་སྤྱིན་
སོགས་ གར་ཕྱག་མཚན་ ནམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་པ་འཛིན་ཅིང་ ཆིབས་བཞོན་ཏེ་དང་ དེའུ་ལ་སོགས་པ་ལུ་ཆིབས་
ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་རྒྱལ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ང་ནི་པདྨ་ཐོད་ཐེང་ཅལ། ཀྱུན་གྱི་སྔོག་དབུག་ང་ལ་
ཡོད། ཁ་ཡི་བཀའ་ལས་འདས་པ་ན། རྟོན་སྤྲིང་ཚལ་པར་གས་ཏེ་འཆི། རྟེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་
བར། སྤྱིན་བདག་བསམ་དོན་ཡིན་བཞེན་སྐྱབས། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྔོན་གྱི་དུས་སུ་ ཞོང་ལུ་
བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཨོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་བསྒྲོས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྐྱང་
ཤིང་ དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་གོགས་དང་ འགོ་བ་མི་ཞོར་ཕྱགས་གསུམ་གར་སྐྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་དམ་ལུ་
བཞག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྟེ་ཡིན་རུང་མེ་རག་དང་སག་སྟང་གི་ལྷ་སྐལ་མ་ཅིག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་དེ་ མིའི་གཟུགས་སུ་
སྐྱལ་ཏེ་ མེ་རག་དང་སག་སྟང་གི་མི་རྩུ་ལུ་ རང་གི་བཙེ་བའི་བུ་བཞེན་དུ་གཅེས་ཤིང་སྐྱངས་པའི་ཡུམ་ཆེན་མོ་
འདི་ སྤྱ་མ་བྱ་རས་པ་ལ་སོགས་པའི་ རྩམ་འཇུག་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ནམས་ཀྱིས་ཡང་ ཇོ་མོ་རེ་
མ་ཉི་ཞལ་བཞེས་བཞེན་འཕྲིན་བཅོལ་རྒྱུ་ལྟེ་ དེ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚན།

སག་སྟང་ལུ་ ཨ་མ་ཇོ་མེད་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཡང་ ལོ་རེ་ལུ་ཚར་གསུམ་གསུམ་རེ་མཚན་ནི་འདུག དེ་
 ཡང་ སོ་ཁ་ནོར་ཚུ་ དགུན་གྱི་ཚ་འབྲོག་ལས་ ཡར་གནམ་བུར་གྱི་ཚ་འབྲོག་ཁར་སྟོད་རནམ་ད་ གླམ་^༣ པའི་
 ཚེས་^{༡༣/༡༤/༡༥} ཉིམ་གསུམ་གྱི་རིང་ ཇོ་མེད་གནམ་ཁང་ནང་ལུ་སྟེ་ ཇོ་མོ་རེ་མ་ཉི་དང་རྒྱགས་བརན་ལྟ་
 བསངས་སོགས་གྱི་སྟོ་ལས་གསོལ་ཁ་ཚུ་རྒྱས་བར་ཕུལ་ཞིན་ན་ ཚེས་^{༡༥}ལུ་ཚས་འཁོར་བསྟོར་ནི་ཡོད་པ་ཨིན།
 འདི་དང་འབྲམ་སྟེ་ གནམ་སེར་ཁ་ ནོར་ཚུ་དགུན་གྱི་ཚ་འབྲོག་ཁར་ལོག་འགྲོ་རནམ་ད་ གླམ་^༧ པའི་ཚེས་
^{༡༩/༡༩/༡༩}གྱི་རིང་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ཞིན་ན་ ཚེས་^{༡༥} ལུ་ ཚས་འཁོར་བསྟོར་སྟེ་མཇུག་བསྟུལ་ཨིན་པས་
 ཟེར་བྱ་ནི།





མ་ཅིག་ཨ་མ་ཇོ་མོ་དང་སྒྲུལ་བྱ་རས་པའི་ བཞོན་ཏྲ་བཏགས་ནིའི་དོན་ལས་ ཅོག་ཕུར་དང་ བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབས་པའི་གསོལ་བམ་ དེ་ལས་ རྗེའི་བཞུགས་ཁྲི་ཚུ་གི་སྤར་ཡིན།



སག་སྟེང་།

ངག་རྒྱལ།

སག་སྟེང་འདི་གནས་མཆོག་རྩ་རི་གཉིས་པ་ ལྷ་ག་བྱང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་ བྱང་སྤྱན་གསུམ་མཆོ་ལས་འབབ་པའི་
བསེལ་ཞིང་འངམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚུ་ རྒྱ་མཚོའི་བ་རྒྱབས་གཡོ་དོ་བཟུམ་གཡོ་ཞིང་ ལྷང་ལྷང་དལ་གྱིས་

འབབས་ཏེ་ བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པའི་འགྲོ་བ་ཚུ་ལུ་སྒྲིམ་པའི་གདུང་བ་ཚུ་སེལ་བཞིན་ཡོད་པའི་ས་སྒོ་དེ་ནང་
གཡུས་ཚན་གྱི་ཁ་བྱག་ལུ་ སག་སྟེང་སྤྱོད་ཞོག་གུ་རུའི་བྲ་བྲང་ བསམ་གཏན་ཚུ་གླིང་དགོན་པ་དང་ དེ་གི་
གཡོན་ཁ་བྱོག་ལུ་ གླམ་བསྟན་པའི་སྒོན་མེའི་གསལ་དཔོན་གྱི་གདན་ས་ སྟོ་རང་ཅེ་ཟེར་ ག་ནི་བ་མཛེས་ཆ་
དང་ལྷན་པའི་ རྣམ་རྒྱལ་ཚུ་གླིང་དགོན་པ་དང་། གཡུས་མཚུག་ལུ་ སྟོན་རྟུ་རབས་ ༡༩ པའི་ནང་ གླམ་
བསྟན་པའི་སྒོན་མེ་གིས་ གྲུ་བདུད་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་བའི་ བགྲིས་ཚུ་གླིང་ལྷ་ཁང་ཚུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་
ཡིན།



ས་གནས་གྱི་མིང་སག་སྟེང་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ཁྲངས་ཡང་ (སག་སྟེང་ལས་ཡིན་མི་ མེ་རག་དམངས་ཨུཔ་
བགྲེས་པ་འགྱུར་མེད། སྤྱི་ལོ་༥༧) གིས་སྐབ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཁམས་གསུམ་ཨ་མ་ཇོ་མོ་དང་ གླམ་
བྱ་རས་པ་གཉིས་གྱིས་སྤྱ་འཁྲིད་འབད་དེ་འོང་མི་ མེར་སག་གི་མི་ཆ་བྱལ་གཡུས་ཚན་སྟེ་ཆགས་ནི་དོན་ལས་
ས་གོ་འཛོལ་ཏེ་ (རང་གཞུང་)ཟེར་ ཡོངས་གྲག་ལུ་ རང་བྱུང་ཟེར་མི་ ས་གནས་ལས་སྟེ་ སྤྱ་ལིང་ཤོང་ཕྱག་
ལ་སོགས་པ་ལས་བརྒྱད་དེ་མཐའན་འཇུག་ཁར་གྟོད་པ་ད་ ལུང་བསྟན་ལས་བཀོད་པའི་ མེ་རག་དང་སག་སྟེང་
ལུ་ཆགས་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག (སག) ཟེར་མི་འདི་ མེ་རག་སག་སྟེང་ (འབྲོག་སྐད) འབྲོག་པའི་ཁ་
སྐད་ནང་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ཚར་གྱི་རིགས་ (རིག་ཅུ) ལུ་གོ་ནི་དང་། སྟེང་ཟེར་མི་འདི་ ཐང་ལུ་གོ་ནི་ཡིན་
པས། ཚེག་འདི་གཉིས་ཤན་སྐར་བ་ཅིན་ སག་སྟེང་ཟེར་ ཚར་རིག་ཅུ་ལེ་ཤ་སྟེ་ཡོད་པའི་ས་གོ་ཅིག་འབད་ནི་
འདི་གིས་ སག་སྟེང་ཟེར་དར་བྱལ་འགྲོ་ཅུག། (སག་སྟེང་འདི་ རྒྱ་མཚོ་ལས་འབད་བ་ཅིན་ མི་ཧྲར་ ༣,༩༠༠/-
གསུམ་སྟོང་གསུམ་རྒྱའི་ས་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན།)

ཀྱུང་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཀྲིསྒྲུང་རྫོང་གི་ཆགས་རབས།

ཨ་མ་ རྩོམ་ཁྲིམ་ཐར།

རྩོམ་ རེ་མ་ཉིད་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

མེ་རག་སག་སྒྲུང་གི་ཆགས་རབས་ གཤོག་བཟང་ འདབ་བཟང་ ཟེར་བའི་དེབ་རྒྱུང་།

༡ ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ།

ས་གནས། གསེར་དམ་དགོན་པ།

གཡུས། རྫོན་མཁར།

བསྟན་མི། རྫོན་མཁར་སྤྱི་འོག་གི་ གཡུས་ཚན་ག་ར་གིས་ ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ་ལུ་བསྟན་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། མ་གཞི་ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ་དེ་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་ལྷོ་མོ་ཡིན་མ་སྤྱེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་
འབད་ནི་འདི་གིས་ སག་སྟང་དང་མེ་རག་གི་གཡུས་ཚན་ལུག་ཅོ་བོ་བཏོན་དོ་བཟུམ་སྤྱེ་
རྫོན་མཁར་ལུ་ཡང་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་ལུ་དགོན་སྐབས་འཆོལ་བའི་ཁར་ གཅོ་བོ་ཨམ་ཡུམ་
བཟང་མོ་ལུ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཨམ་ཡུམ་བཟང་མོ་འི་ཕོ་བྲང་དེ་ རྫོན་མཁར་གྱི་རི་མགོ་ལས་ཡར་འགྱོ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གསོལ་མཆོད་
ཕུལ་སའི་གནས་ཁང་ངམ་དགོན་པ་དེ་ རྫོན་མཁར་གསེར་དམ་དགོན་པ་ལུ་ཡིན་པས།



ཕྱོན་མཁར་གྱི་ཡུལ་ལྷ་ ཡམ་ཡུམ་བཟང་མོ།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ཐད་ཁར་ པར་རིས་ནང་ལུ་མཇལ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོའི་མདངས་དང་
ལྷན་ནིང་ ཕྱག་གཡམས་པ་ལུ་ མདའ་དར་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ དགོས་འདོད་སྟོལ་བའི་ཡིད་
བཞིན་གྱི་ཚོར་བྱ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་གི་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་རྒྱལ་དེ་ ཡམ་ཇོ་མོ་དང་འབྲ་རུང་ ཕྱོན་མཁར་སེར་དམ་དགོན་པའི་ལྷེབས་རིས་དེ་
ཚོང་ཚོང་སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག་ ཡུལ་བཙན་ཡང་ ཚོང་ཚོང་སྟོབ་དཔོན་
རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མཉམ་ནམ་ཟེར་བའི་ ལོ་རྒྱུས་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག།

གསལ་མཆོད།

གསལ་མཆོད་ཀྱི་ཐད་ཁར་ ལྷ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྐབས་ཨ་རྟག་རང་ཕུལ་སྟོན་ཡོད་པའི་
ཁར་ ལོ་ལྟར་དམངས་ཀྱི་རིམ་འགྲོའི་སྐབས་ གསལ་མཆོད་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
ལས་རང་སེའི་བྱིམ་ནང་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསལ་མཆོད་ཕུལ་ཕྱི་དུ་ ལོགས་སུ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ།

རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་གཞན་གཞི་ཡང་ཁྱེད་མེད་རུང་ རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་དེ་ གཙང་སྤྱད་ལྟ་ལྟ་སྟེ་བཞག་ནི་གི་
དོན་ལས་ གཞུང་ཞབས་ལས་ ཕུ་བཙན་མདའ་བཙན་ཚུ་གི་བཞུགས་ཁང་ གནས་ཁང་རེ་རྒྱལ་གནང་པ་ཅིན་
གཞན་མེད་ས་མེད་བཀའ་ངེད་ཆེན་མོ་ཡིན་པ་ལས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཕུལ་ཕྱི་ཡིན་ལགས།

རྒྱལ་སྤྱིའི་ཡིག་ཆ།

རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ཀྱི་གསལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ལྷོན་མཁར་ གཙོ་འཛིན་ པདྨ་བཀྲ་ཤིས།

དགོན་གཉེར་ བསྐྱེད་འཛིན་ཆོས་འཕེལ།

སྟོན་དཔོན་ པདྨ་ཆོས་འཕེལ།

३ མདའ་འཆམ་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མདའ་འཆམ་པ།

ས་གནས། སྒོ་རང་ཅེ་དང་ སྒོ་རང་མང་།

གཡུས། སྒོ་རང་ཅེ་དང་ སྒོ་རང་མང་།

བསྟན་མི། སག་སྟང་ཆེད་འོག་གི་ སྒོ་རང་མང་དང་ སྒོ་རང་ཅེ་སྤྱི་འོག་དེ་ལས་ མ་ནི་དྲུང་ཕུར་
གྱི་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྤེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ཡ། སྤྱིར་བཏང་མགོན་སྐབས་ཚེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་སྐབས་གནས་སྤེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་
མང་ཤོས་ཅིག་ སག་སྟང་འདི་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་གིས་ འབོད་ལས་མར་འབྱིད་དེ་འོང་པའི་



མི་བརྒྱད་ཅིག་སྤེ་བཅི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ འཆོ་བ་ཡང་ ལ་
འོར་གཡལ་དང་ཕུགས་ མཇོ་དང་མཇོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལུ་
བསྟན་ཏེ་ སྤྱད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལ་འོར་དང་ མཐའ་
འོར་ཚུ་ས་གནས་གཅིག་ལུ་གཏན་འཇགས་སྤེ་བཞག་ནི་
མེད་པ་ལས་ སར་ཚུར་དང་ཡར་མར་སྒོ་སྤེ་འགྱོ་
བའི་ནམ་དུས་ལུ་ རྒྱན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དོན་ལུ་ སུ་
བཅོན་མདའ་བཅོན་དེ་ཚུ་ལས་མགོན་སྐབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་
ཡིན།

མདའ་འཆམ་པའི་ཕོ་བྲང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མདའ་འཆམ་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་གསོལ་མཚན་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་བའི་སྐབས་ སློ་རང་ཅེ་དགོན་པའི་ནང་ལུ་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གནས་ཁང་ངམ་ མོ་བྲང་དེ་ ས་གནས་ཉག་ཐོར་སྟེང་ཟེར་སའི་ ལམ་གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་
པའི་ཤིང་ཆེན་མཐོང་སར་ཡིན།



མདའ་འཆམ་པ།

སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། མདའ་ནི་འཆམ་པ་མཚན་གསོལ་བ། སྐུ་མདོག་དཀར་མོ་དྲུང་གི་མདོག་ ཆེབས་སུ་
ལྷ་རྟ་ངང་དཀར་ཆེབས། ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཞོར་གཞོང་བསྐྱམས། སྐྱབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་
སྟེར། ཟེར་དོ་བབྱམ་སྟེ་ སྐུ་མདོག་དཀར་ལ་དྲུང་དཀར་པོའི་མདངས་དང་ལྷན་པ་ ལྷ་རྟ་ངང་དཀར་ལུ་ཆེབས་

པ་ ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་གི་ཚུལ་དུ་ དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་བུའི་
གཞོང་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

ངག་རྒྱན་དང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆའི་ནང་ལས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་ཐོན་ནི་མིན་འདུག།
སྟོན་བྱོན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ཉམས་སྒྲུང་ལུ་གཟིགས་པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྤེ་བསྐྱོས་
ཏེ་ སྐྱེ་འགོ་སྤང་བའི་ཕུ་བཙན་སྤེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ཐད་ཁར་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྐབས་ཨ་རྟག་རང་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་
ཁར་ ལོ་ལྷར་ཟླ་ཡའི་ནང་ལུ་སྟེལ་ཟླ་ཆོས་བཅུ་དང་ ལོ་གསུམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ དམང་གི་སྐྱེ་རིམ་གཏེར་འཆམ་
ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ།

རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ་གཞན་ག་ནི་ཡང་ཞུ་ནི་མེད་རུང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་དེ་ གཙང་སྤང་དང་ལྷན་སྤེ་བཞག་ནི་གི་
དོན་ལས་ གཞུང་ཞབས་ལས་ ཕུ་བཙན་མདའ་བཙན་ཚུ་གི་བཞུགས་ཁང་ གནས་ཁང་རེ་རྒྱབ་གནང་བ་ཅིན་
གནམ་མེད་ས་མེད་བཀའ་ངོན་ཆེན་མོ་ཡིན་པ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ་ཕུལ་ཨ་ཡིན་ལགས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྟན་འབད་ས།

སྟོ་རང་སྤྱི་མའི་གཏུང་བརྒྱད་ སྤྱི་མ་སངས་རྒྱས་མོར་བུ།

༤ མདའ་བྱང་དཀར་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མདའ་བྱང་དཀར་མོ།

ས་གནས། སག་སྟེང་།

གཡུས། སག་སྟེང་དབུས་གཞུང་།

བསྟན་མི། སག་སྟེང་རྟེན་འོག་གི་ སག་སྟེང་ཡུལ་དབུས་དང་ སྟེང་དམང་ སྤུ་སོ་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་
འོག་གི་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ སྤྱི་སྟེང་ཡུལ་སྟེང་སྟེང་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཞུ་ཚུལ། སྤྱིར་བཏང་མགོན་སྐབས་ཚེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་སྐབས་གནས་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
བྱང་ མང་ཤོས་ཅིག་ སག་སྟེང་འདི་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་གིས་ འབོད་ལས་མར་འབྱིད་དེ་
འོང་པའི་མི་བརྒྱད་ཅིག་སྟེ་བཅུ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ འཆོ་བ་ཡང་ ལ་ནོར་གཡུག་དང་
ཕུགས་ མཇོ་དང་མཇོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལུ་བསྟན་ཏེ་ སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལ་ནོར་དང་
མཐའ་ནོར་ཚུ་ས་གནས་གཅིག་ལུ་གཏན་འཇག་སྟེ་བཞག་ནི་མེད་པ་ལས་ སར་ཚུར་
དང་ཡར་མར་སྟོ་སྟེ་འགྲོ་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ རྟེན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དེ་ནོར་ལུ་སྤྱི་
བཅན་མདའ་བཅན་དེ་ཚུ་ལས་མགོན་སྐབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མདའ་བྱང་དཀར་མོ་ སྤྱི་ཞོག་དགོན་པ་ལས་ དུས་ཡུན་ ཚུ་ཚོད་ ༣ དང་ ༤ གི་རིང་ལུ་འགྲོ་དགོདོ་ཡོད་པ་
ཡིན། ཡིན་བྱང་ གཙོ་བོ་གསོལ་མཆོད་སྤུལ་ས་དེ་ སྤྱི་ཞོག་དགོན་པ་དང་ ཡུལ་མཇུག་སྟེ་ཁང་ཚུ་ནང་ལུ་
གསོལ་མཆོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



མདའ་བྱང་དཀར་མོ།

སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནཱ་པ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གྱི་ མདའ་རྩེ་མོ་བྱང་དཀར་མོ། ཆིབས་སྤྱི་རི་དྲགས་ཤ་བ་གཞོན། ཕྱག་མདའ་
 དར་གཡོན་ཞོར་གཞོང་། ཕྱ་མདའ་བར་གསུམ་སྤྱང་བའི་ལྷ། ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན་ སྐུ་མདོག་དཀར་མོའི་
 མདངས་དང་ལྷན་ཞིང་ ཆིབས་སྤྱི་རི་དྲགས་ཤ་བ་ལྷ་བཞོན་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལྷ་ མདའ་དར་དང་ གཡོན་པ་
 ལྷ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བྱའི་གཞོང་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། སློབ་དཔོན་མཚོ་སྤྱོད་དོན་དང་། བསྟན་པའི་སློན་མེ་བཀའ་སྒྱུ་བ་པའི། ཁེས་དང་
ཞི་རྒྱས་དབང་དང་དྲག་པོའི་ལས། དྲན་པའི་མོད་ལ་བསྒྱུ་བས་མཛད་པའི། ཟེར་གསུངས་བཞིན་ ཞུན་རིན་པོ་
ཆེ་དང་ སག་སྟེང་སྒྱུ་ཞོག་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆའི་སྒྱུ་གོང་མ་ གླ་མ་བསྟན་པའི་སློན་མེ་གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་
བཞག་པའམ་ སྤོན་བྱོན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ཉམས་སྤང་ལུ་གཟིགས་པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་
བདག་སྤེལ་བསྟོས་ཏེ་ སྤྱོད་འགོ་སྤྱང་བའི་ཕུ་བཙན་སྤེལ་དམ་བཙའ་མཛད་དེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚོད།

གསོལ་མཚོད་གྱི་ཐད་ཁར་ གླ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྒྲུབས་ཨ་རྟག་རང་ཕུལ་སྤོལ་ཡོད་པའི་
ཁར་ ལོ་བསྟར་གླ་པའི་ནང་ལུ་སྤོལ་གླ་ཆོས་བཅུ་དང་ ལོ་གསུམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ དམང་གི་སྒྱུ་རིམ་གཏེར་
འཆམ་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།དེ་ལས་ རང་གླ་དྲུག་པའམ་ བཞི་
པའི་ནང་ལུ་ སྤྱང་གནས་དཀར་པོ་ཆ་བརྒྱད་ཚུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཁུ་བ།

རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཁུ་བ་གཞན་གཞི་ཡང་ཁུ་མི་མེད་རུང་ སྤྱོད་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་དེ་ གཙང་སྤྱད་ལྷན་སྤེལ་བཞག་ནི་གི་
དོན་ལས་ གཞུང་ཞབས་ལས་ ཕུ་བཙན་མདའ་བཙན་ཚུ་གི་བཞུགས་ཁར་ གནས་ཁར་རེ་རྒྱབ་གནང་པ་ཅིན་
གནས་མེད་ས་མེད་བཀའ་བློན་ཆེན་མོ་ཡིན་པ་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཁུ་བ་ཕུལ་མ་ཡིན་ལགས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྤྱོད་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤོ་རང་གླ་མའི་གཞུང་བརྒྱད་ གླ་མ་སངས་རྒྱས་ཞོར་བུ་

༥ ཡུལ་བཅན་ཕུ་བྱགས་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡུལ་བཅན་ཕུ་བྱགས་པ།

ས་གནས། སློ་རང་ཅེ་དང་ སློ་རང་མང་།

གཡུས། སློ་རང་ ཅེ་དང་ སློ་རང་མང་།

བསྟན་མི། སག་སྟང་ཆེད་འོག་གི་ སློ་རང་མང་དང་ སློ་རང་ཅེ་སྟེ་འོག་དེ་ལས་མ་ནི་དྲུང་ཕྱར་གྱི་
གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ སྟེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། སྟེར་བཏང་མགོན་སྐབས་ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་སྐབས་གནས་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་
རུང་ མང་ཤོས་ཅིག་ སག་སྟང་འདི་ ཨ་མ་ཇོ་མོ་གིས་ འབོད་ལས་མར་འབྱིད་དེ་
འོང་བའི་མི་བརྒྱད་ཅིག་སྟེ་བཅུ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ འཆོ་བ་ཡང་ ལ་ནོར་གཡག་དང་
ཕུགས་ མཇོ་དང་མཇོ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལུ་བསྟན་ཏེ་ སྟོད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལ་ནོར་དང་
མཐའ་ནོར་ཚུ་ས་གནས་གཅིག་ལུ་གཏན་འཇག་སྟེ་བཞག་ནི་མེད་པ་ལས་ སར་ཚུར་
དང་ཡར་མར་སྟོ་སྟེ་འགྱོ་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ རྒྱུན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་འདི་དོན་ལུ་ ཕུ་
བཅན་མདའ་བཅན་དེ་ཚུ་ལས་མགོན་སྐབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུ་བྱགས་པ་དེ་སྟེར་བཏང་གསོལ་མཆོད་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་བའི་སྐབས་ སློ་རང་ཅེ་དགོན་པའི་ནང་ལུ་ཕུལ་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གནས་ཁང་ངམ་ སོ་བྲང་དེ་ སློ་རང་ཅེ་དགོན་པ་ལས་ དུས་ལུན་ཚུ་ཆོད་ ༡ དང་ ༣ གི་
ས་ཁང་འགྱོ་དགོས་ཡིན།



ཕུ་འཁོག་པ་།

སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་ནུས་པ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། ཕུ་འཁོག་པ་མཚན་གསོལ་བ། །སྐུ་མདོག་དཀར་དམར་རྒྱན་གྱིས་སྤྲུམ། །ཆིབས་སུ་རྟ་ནག་རྩིང་དཀར་ཆིབས། །ཕྱག་གཡམས་ཐུགས་ཁར་ཞོར་བུ་བསྐྱམས། །ཅི་འདོད་ཞོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ཕྱག་གཡོན་རིན་ཆེན་གཏེར་བུམ་འཛིན། །འཆི་མེད་ཆའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ཟེར་དོ་བཟུམ་སྟེ་སྐུ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་དང་ལྗན་པ་ རིན་པོ་སྤྲེལ་གྱི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ རྟ་ནག་རྩིང་དཀར་ལུ་ཆིབས་པ་ ཕྱག་གཡམས་པ་ལུ་ དགོས་འདོད་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ རིན་པོ་ཆའི་གཏེར་གྱི་བུམ་པ་བསྐྱམས་འཆི་བ་མེད་པ་ཆའི་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཚུལ་དུ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

ངག་རྒྱན་དང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་གཞི་ཡང་ཐོན་ནི་མིན་འདུག། སྔོན་
བྱོན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ཉམས་སྤང་ལུ་གཟིགས་པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་ཏེ་
སྐྱེ་འགྲོ་སྤང་བའི་ཕུ་བཙན་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་གྱི་ཐད་ཁར་ ལྷ་རིམ་བཞིན་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྐབས་ཨ་རྟག་རང་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་
ཁར་ ལོ་བསྟར་ལྷ་པའི་ནང་ལུ་སྟེལ་ལྷ་ཆོས་བཅུ་དང་ ལོ་གསུམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ དམངས་གྱི་སྐྱེ་རིམ་གཏེར་
འཆམ་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ།

རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ་གཞན་གཞི་ཡང་ཞུ་ནི་མེད་རུང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་དེ་ གཙང་སྤྱད་ལུ་ནམ་སྟེ་བཞག་ནི་གི་
དོན་ལས་ གཞུང་ཞབས་ལས་ ཕུ་བཙན་མདའ་བཙན་ཚུ་གི་བཞུགས་ཁང་ གནས་ཁང་རེ་རྒྱབ་གནང་བ་ཅིན་
གནམ་མེད་ས་མེད་བཀའ་ངོན་ཆེ་ནི་ཨིནས་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་ཞུ་བ་ཕུལ་མ་ཨིན་ལགས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་འི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྟོ་རང་སྤྱ་མའི་གཏུང་རྒྱུད་ སྤྱ་མ་སངས་རྒྱས་ནོར་བུ།

༤ ཡུལ་བཅན་ཕུ་སེར་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞིབ་དག་གི་མཚན། ཡུལ་བཅན་ཕུ་སེར་མོ་

ས་གནས། སག་སྟང་།

གཡུས། སག་སྟང་དབུས་གཞུང་།

བསྟན་མི། སག་སྟང་གེད་འོག་གི་ སག་སྟང་ཡུལ་དབུས་དང་ སྟང་དམང་ སྤུ་སོ་བཅས་ཀྱི་སྤྱི་
འོག་གི་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ སྤྱི་སྤྱི་ཡུལ་ལྷ་སྤྱི་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ཁྱུ་ཚུལ། ཆོ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་སྐབས་གནས་སྤྱི་བསྟན་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལ་ནོར་དང་མཐའ་ནོར་
ཚུ་ རྒྱུ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ སྐབས་འཛོལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུ་སེར་མོ་ སྤྱི་ཞོག་དགོན་པ་ལས་ ཏུས་ཡུན་ ཚུ་ཆོད་པ་ དང་ ལ་ གི་རིང་ལུ་འགྱུར་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་
རུང་ གཙོ་བོ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ས་དེ་ སྤྱི་ཞོག་དགོན་པ་དང་ ཡུལ་མཚུགས་ལང་ཚུ་ནང་ལུ་གསོལ་མཆོད་
ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།



ཕུ་སེར་མོ།

སྐུ་མདོག་ཕུག་མཚན་གྱི་ནུམ་པ། གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གྱི། སློབ་དཔོན་མཚོ་སྐུས་དོ་ཐེ་དང་། །བསྟན་
 པའི་སློན་མེ་བཀའ་སྐྱབ་པའི། །དག་བསྟན་ཇོ་བོ་སེར་མོ་བཞེས། །སྐུ་མདོག་དཀར་དམར་རྟ་དཀར་
 ཆེབས། །ཕུག་གཡས་རིན་ཆེན་འབར་བ་བསྐྱམས། །ཟས་ཞོར་དངོས་གྲུབ་ཆར་ལྟར་འབེབས། །ཕུག་གཡོན་བུམ་
 པ་བདུད་ཅི་བཀར། །ཆོ་སློག་རྒྱས་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ཟེར་གསུངས་པ་བཞིན། སྐུ་མདོག་དཀར་བའི་
 མདངས་དང་ལྷན་པ་ རིན་པོ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ རྟ་དཀར་ལུ་ཆེབས་པ་ ཕུག་གཡས་པ་ལུ་
 དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཕུག་གཡོན་པ་ལུ་ རིན་པོ་ཆེའི་
 གཏེར་གྱི་བུམ་པ་བསྐྱམས་འཆི་བ་མེད་པ་ཆོ་སློག་རྒྱས་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁད་དཔེ་ཆ་ལས། སློབ་དཔོན་མཚོ་སྤྱོད་དེ་དང་། །བསྟན་པའི་སློན་མེ་བཀའ་སྒྱུབ་པའི། །ཟེར་
གསུངས་བཞིན་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སག་སྟངས་སྤྱོད་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱོད་མེ་ གྲུ་མ་བསྟན་པའི་སློན་མེ་
གིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པའམ་ སློན་སྟོན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ ཉམས་སྦྱང་ལུ་
གཟིགས་པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྤེལ་སྟོན་ཏེ་ སྤྱོད་འགྲོ་སྤྱང་བའི་ཕུ་བཅན་སྤེལ་དམ་བཅའ་མཛད་དེ་བཞུགས་
ཡོད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཚན།

གསོལ་མཚན་གྱི་ཐད་ཁར་ སྤྱོད་རིམ་བཞིན་ཡར་རོམ་རོའི་ཆེས་བཅུའི་སྤྱོད་མེ་ཨ་ཏག་རང་ཕུལ་སྤོལ་ཡོད་པའི་
ཁར་ ལོ་བསྟར་སྤྱོད་པའི་ནང་ལུ་སྤོལ་སྤྱོད་ཆེས་བཅུ་དང་ ལོ་གསུམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ དམངས་གྱི་སྤྱོད་རིམ་གཏེར་
འཆམ་ཚུ་ཐོན་ཏེ་ གསོལ་མཚན་ཚུ་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ རང་སྤྱོད་ཕུག་པའམ་
བཞི་པའི་ནང་ལུ་ སྤྱོད་གནས་དཀར་པོ་ཆ་བརྒྱད་ཚུ་གནད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་བ།

རྒྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་བ་གཞན་གཞི་ཡང་ལུ་ནི་མེད་རུང་ སྤྱོད་མེ་ལུ་ལུ་ལྷ་དེ་ གཙང་སྤྱོད་དང་ལུ་ནི་སྤོལ་སྤོལ་གྱི་
དོན་ལས་ གཞུངས་ཞབས་ལས་ ཕུ་བཅན་མདའ་བཅན་ཚུ་གི་བཞུགས་ཁར་ གནས་ཁར་རེ་རྒྱབ་གནད་པ་ཅིན་
གནམ་མེད་ས་མེད་བཀའ་ངེན་ཆེན་ཅི་ཡིན་མེ་ལས་ རྒྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་བ་ཕུལ་མ་ཡིན་ལགས།

ཀྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྐྱེས་ལྟ་ཡུལ་ལྟའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྒོ་རང་བླ་མའི་གདུང་རྒྱུད་ བླ་མ་སངས་རྒྱས་ལོར་བྱ།

ཕམ་རོང་རྩུང་ཁག་གི་གཞི་བདག། (༡༡)

༡ དགའ་རབ་དབང་ཕུག།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། དགའ་རབ་དབང་ཕུག།

ས་གནས། ལྷ་མང་གནས་པོའི་པོ་བྱང་། མགོན་ཁང་།

གཡུས། ལྷ་མང་།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ མི་ཞོར་ལོངས་སྤྱོད་མངའ་ཐང་དར་ཞིང་རྒྱས་ནི་དང་ ནད་རིམས་
ལུ་གེ་ མི་སྡེ་འབྲུགས་ཚུད་ ཡར་ཇག་ཆོམ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་འགལ་རྒྱུ་ངན་པའི་
རིགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུང་ཞིང་སྐྱོབ་པའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོར་མཇེད་པའི་སྐབས་དང་
སྤོང་གོགས་ལུ་མ་ཡིན་པས།



གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

བགྲིས་པའི་རྟགས་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་ ཀ་བཞི་གདུང་གི་བརྒྱན་པའི་ རྒྱུ་མེད་ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་
གནས་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་པ་སྒྲུ་མང་གཡུས་སྒྲོ་ནང་ལུ་ གཟི་བརྩིད་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་གསེར་དདུལ་ས་དོ་ཤིང་ལས་
གྲུབ་པའི་པོ་བྲང་ནང་ལུ་ གནས་བདག་ཆེན་པོ་དགའ་རབ་དབང་ལྷུག་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་
པས།

བཅན་ཤོད་ཁོ་གི་དབང་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ས་བཀོ་དོ་སྒྲོག་ཤིང་གཅོད་དོ་བཀྲམ་ལ་སོགས་པ་དང་ ས་
ཁོངས་འདི་ནང་སྐད་རྒྱུ་མི་བཅོག་གི་བ་ལ་སོགས་པ་ཤོར་བའི་སྐབས་ གཡུས་སྒྲོ་འདི་ནང་དང་མི་སྡེ་ལུ་གཞོད་
ཁ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། གནས་བདག་མཆོག་གི་མི་དང་སྒྲོ་ལྷུགས་སེམས་ཅན་ལུ་
གཞོད་པའི་སྐབས་དམིགས་བསལ་གནས་ཁང་རྩ་བར་དང་ སོ་སོའི་སྤོད་གནས་ལས་གནས་བདག་མཆོག་ལུ་
གསོལ་མཆོད་ལུ་དགོ་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། གསོལ་མཆོད་འདི་ལུ་བརྟེན་ སྤྱིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་
པོ་བསྐྱུང་ནི་དང་ དཀོན་མཆོག་གི་དབུ་པངས་བསྟོད་ནི་དང་སྒྲུ་མའི་སྒྲུ་ཆོ་བཤིང་ནི། འཕགས་ཆོགས་དགོ་
འདུན་འདུས་པའི་སྡེ་སྒྲོང་ནི་དང་། ལྷན་པར་དུ་མི་སྡེ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལུ་ ནད་ཡམས་འཁྲུག་ཅོད་
སེལ་བ་ནི་དང་ སྒྲོ་ལྷུགས་ལུ་ཤོད་ཁ་གཏོར་བཞུག་མ་བཏང་བ་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་སད་སེར་ཐམས་ཅད་ལས་
བསྐྱུང་བ་ནི་འགལ་རྒྱུ་སེལ་ནི། མཐུན་རྒྱུ་སྐྱབས་ནི་རེ་བ་སྒྲོང་ནི་ གཡུས་མི་ལུ་མདུན་ནས་བསྐྱུ་ནི་རྒྱུ་ནས་
སྒྲུར་ནི། འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་ནི་གིས་སྤོང་གོགས་མཛད་ནི་དང་། ལྷག་པར་དུ་གཏན་དུ་སྤོད་པའི་གནས་
པོ་དང་ཕྱི་ལས་བྱོན་པའི་མགོན་པོ་ལུ་ཡང་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་ནི། གཡུས་ཕྱོགས་འདི་ནང་གིས་སྒྲོ་བ་དཔོན་དང་སྒྲོ་བ་
མའི་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིགས་ཏེ་ ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་པར་ཆད་ཐམས་ཅད་ནི་བའི་སྤོང་གོགས་མཛད་པ་ཨིན། ལྷག་
པར་དུ་གཡུས་སྒྲོ་འདི་ནང་གི་མི་སེར་རྩ་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྐྱབས་དང་མགོན་མཛད་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།
དག་རྒྱུན་བཤད་མི་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ བགྲིས་སྐར་རྫོང་ནང་གི་གནས་བདག་དགའ་རབ་དབང་ལྷུག་ཡང་ རྒྱ་
མང་ཤོད་འོག་ནང་ལས་སྡེ་ སྒྲུ་མ་གནས་བརྟན་ཀམ་རང་གོལ་མཆོག་བཞུགས་པའི་སྐབས་ གནད་འབྲེལ་ལུ་
ལུ་ཨིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལྷ་ཆེན་ས་གནི་འདི་ཡི་བདག་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་མཚན་ནི་ ལུས་པའི་མཐུ་ཕྱལ་དང་ལྡན་པ་ སྐྱ་མདོག་
ནག་པོའི་མདངས་དང་ལྡན་པ་ འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བ་ སྐྱ་ལ་ན་བཟའ་དར་ཟབ་སྐྱ་ཚོགས་དང་ རིན་པོ་
ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་བརྒྱན་གྱིས་སྤྲས་པ་ སེམས་ཅན་ཀྱན་ལུ་བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་གྲུབ་པའི་ ཁོར་བུ་དགོས་འདོད་
ཕྱག་ལུ་བསྐྱམས་པ་ མ་རུང་སྤང་བའི་དགྲ་དང་བསྟན་ལ་གཞོད་པའི་དགྲ་ནམས་དམ་ལུ་བཏགས་ཕྱིར་ ཆིབས་
ནི་མུར་ཞིང་མགྲོགས་པའི་ར་དཀར་ལ་དམར་པོའི་མདངས་དང་ལྡན་པའི་གྲར་བཞོན་ཏེ་ འཁོར་དུ་ལྷ་སྤྲིན་སྤྲོང་
དང་དུག་བརྒྱའི་བསྐྱོར་ཏེ་ སེམས་ཀྱན་ཕན་བདེ་སྟེར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་བྱིན་རྒྱ་བས་ཆེ་བའི་སྐྱ་འབྲ་ ལྷ་མང་
གློད་འོག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་གནས་པོའི་པོ་བྲང་ནང་ལུ་མཇལ་ཚུགས།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་། རྒྱུ་། སྒོམ་བྲག་གཏེར་གྱི་པོ་བྲང་དུ། །རིག་འཛིན་བདེ་བཟང་ཡིས། །ཁྱེད་ཀྱི་གདུག་པའི་
ང་རྒྱལ་བཅོམ། །མ་འོངས་བསྟན་པ་བསྐྱང་བར་དམ། །ཟེར་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བདེ་འབྱུང་གནས་
ཞབས་དང་ རིག་འཛིན་རྒྱུད་པའི་ལྷ་མ་ནམས་ཀྱིས་ ལུས་པའི་མཐུའི་ཕྱལ་དང་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་
ལྷ་སྤྲིན་སྟེ་བརྒྱད་དེགས་པའི་སྟེ་དཔུང་མ་ལུས་པ་ དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ སེམས་ཅན་ཀྱན་ལུ་ཕན་བདེ་
སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་བསྐྱང་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ལུག།



གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བཅི་བསྐྱེད་ལུ་སྒྲ་རིམ་ཆོས་ལུ་གསོལ་མཆོད་རྒྱས་པ་
 སྒྲེ་སྒྲུབ་ཁང་གི་དགོ་འདུན་དམངས་འཛོམས་ཐོག་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རྒྲ་རིམ་ཡར་ངོ་མར་ངོ་
 དང་ ལོ་ལྷར་གཡུས་སྒྲོ་འདི་ནང་ ལོ་མཆོད་སྐབས་མ་ཆད་པར་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་སྒོལ་འདུག། དེ་སྒྲེ་
 གསོལ་མཆོད་འཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ནི་དང་ ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་བབས་ནི་མི་ནད་
 ཕུགས་ནད་ལ་སོགས་པ་ནི་བའི་ཐབས་ལུ་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་ཤ་ཡིན་པས། ལྷག་པར་དུ་གསོལ་མཆོད་མ་
 ཕུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྒྲོ་འདི་ནང་ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་མི་ལེགས་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྲུ་སྲིན་གྱི་གནོད་པ་འབྱུང་ནི་
 དང་ རི་དྭགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་ ཡང་ན་རླུང་འཛུབ་གྱི་གནོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། འདི་
 མ་ཆད་གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སྒྲོ་ཕུགས་སེམས་ཅན་གཡུས་སྒྲོ་དང་མི་སྒྲེ་ལུ་གནོད་ཁ་འབྱུང་པའི་
 སྐབས་ དམིགས་བསལ་དུ་གནས་པའི་གནས་ཁང་དང་ གནས་པའི་ས་ཁོངས་དང་ ཡང་ན་སོ་སོའི་སྟོན་
 གནས་ལས་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་འདུག།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྐྱེད་འབད་ས།

མཁན་སྤུལ། བསོད་ནམས་བཀྲིས།

༡ བུམ་ཚུ་སྒྲོལ་མ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། བུམ་ཚུ་སྒྲོལ་མ།

ས་གནས། ཀོས་ཕུ་གནས་པོ་པོ་བྱང་།

གཡུས། མོ་ཤི།

བསྟན་མི། མོ་ཤི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ། གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱུངས་ནི་དང་ ཟུང་པར་དུ་རང་
ཕྱོགས་ལ་གོ་ལུང་སྒོ་མི་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་མངའ་ཐང་ཐམས་ཅད་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།
ལུང་ཕྱོགས་འདི་ནང་ལུ་ ནད་རིམས་ལུ་གོ་ འབྲུག་ཅོད་ཨར་ཇག་ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་
པའི་ འགལ་རྒྱུན་ངན་པའི་རིགས་ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་རྒྱབ་པའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེན་
པོར་མཇད་པའི་གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་རྒྱུ་བའི་རྒྱུས་བཅན་སྟེ་ རྒྱབས་
དང་སྤོང་གོགས་ལུ་ཨ་ཨ་ཨ་ཨ་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ནགས་ཆལ་སྤྱག་པོའི་སྒོག་ལྟར་འཁྲིགས་པའི་སྤྱིང་མཆོག་རྩ་འགྲུར་པ་ འི་ཞིམ་མེ་རྟོག་ས་སྤྱོད་ཆོགས་ཤར་
རྟེ་ཡོད་པའི་གནས་མཆོག་བཀྲ་ཤིས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ དཔལ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲུར་པ་ལྟན་པའི་ གཡུས་
སྒོ་འདི་གི་སྤོད་ལུ་གཟི་བརྩིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རང་བཞིན་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ རི་བྲག་ཆེན་པོ་ལྟའི་པོ་བྱང་

དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ གནས་ཁང་གོས་ཕུ་མཐོན་པོ་གནས་གྱི་ཀ་བ་ཆེན་པོའི་ནང་ལུ་སྤྱལ་པའི་ལྟ་མཆོག་ བཅན་
 རྟོན་བུམ་ཆུ་སྒྲོལ་མ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



ནམ་པ་དང་སྤྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

གནས་བདག་བུམ་ཆུ་སྒྲོལ་མ་འདི་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་སྤྱེས་བཅན་མོ་ལྟ་ཡིན་ཟེར་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ནི་འདུག་
 གནས་བདག་ཡང་ ཞལ་དགྱིལ་དམར་བ་ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ རྩོགས་བཞི་མཚམས་བཞི་ལྟ་སྤྱོད་སྤེ་བརྒྱད་ལས་
 རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་
 བསྐྱམས་ཏེ་ ན་བཟའ་དར་ཟབ་གོས་ཆེན་སྤྲོ་ཆོགས་བཞེས་ཏེ་ ཆེབས་ནི་རྒྱུད་ལྟར་མཐོགས་པའི་རྟ་དམར་པོའི་
 རྟེན་ཏུ་ བཞེན་ཏེ་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག

སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་ཞབས་ནས་ རུས་པའི་མཐུའི་ཅུལ་དང་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པའི་
སྟོབས་ཀྱིས་ ལྷ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་དེ་གས་པའི་སྟེ་དཔུང་མ་ལུས་པ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ སེམས་ཅན་ཀྱུན་
ལུ་ཕན་བདེ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་ སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་སྤྱང་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཅུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་འདི་ལུ་ དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བཅི་བསྐྱུང་ཁྱེ་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་ནི་མེད་རུང་ ཁྱེ་རིམ་
ཡར་རོ་མར་རོ་དང་ལོ་ལྟར་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ ལོ་མཆོད་སྐབས་མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་འཕུལ་ནི་འདུག། དེ་
སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ནི་དང་ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་བབས་ནི། མི་ནད་
ཕུག་ནད་ལ་སོགས་པ་ནི་བའི་ཐབས་ལུ་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་མ་ཞུས་པས། ལྷག་པར་དུ་གསོལ་མཆོད་མ་
ཕུལ་བ་ཅིན་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་མི་ལེགས་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱུང་སྟོན་གཞོན་པ་འབྱུང་ནི་
དང་ རི་དུགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོན་པ་ ཡང་ན་རྒྱུང་འཛུབ་ཀྱི་གཞོན་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། འདི་
མ་ཆད་བཅན་ཆོད་འདི་གིས་ མི་དང་སྟོ་ཕུགས་སེམས་ཅན་གཡུས་སྟོ་དང་ མི་སྟེ་ལུ་གཞོན་ཁ་བྱུང་པའི་སྐབས་
དམིགས་བསལ་དུ་གནས་པའི་གནས་ཁང་དང་ གནས་པའི་ས་ཁོངས་དང་ ཡང་ན་སོ་སོའི་སྟོན་གནས་ལས་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་འདུག།

བཅན་ཆོད་མཆོག་ལུ་ལོ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ཆད་ནི་དང་ གནས་བདག་ཁོ་གི་དབང་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ས་
བཀོ་རྟོ་སྟོག་ཤིང་གཅོད་རྟོ་བཀྱམ་ལ་སོགས་པ་དང་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་སྐད་རྒྱལ་ནི་བཅོག་གི་བ་ལ་སོགས་པ་
ཤོར་བའི་སྐབས་ གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་དང་མི་སྟེ་ལུ་གཞོན་ཁ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
གནས་བདག་མཆོག་གིས་ མི་དང་སྟོ་ཕུགས་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་གནས་ཁང་རྩ་
བར་དང་ སོ་སོའི་སྟོན་གནས་ལས་གནས་བདག་མཆོག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
གསོལ་མཆོད་འདི་ལས་བཏྟན་སྟེར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་བསྐྱུང་ནི་དང་ དཀོན་མཆོག་གི་དབྱ་པངས་

བསྟོད་ནི་དང་ བླ་མའི་སྐྱ་ཆེ་བསྐང་ནི། འཕགས་ཚོགས་དགེ་འདུན་འདུས་པའི་སྡེ་སྟོང་ནི་དང་ ཟུང་པར་དུ་མི་
སྡེ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནམས་ལུ་ནད་ཡམས་འབྲུག་ཚུད་བསལ་ནི་དང་སྒོ་ཕུགས་ལུ་ གོད་ཁ་མ་བཏང་བ་དང་
ལོ་ཐོག་ལུ་ སད་སེར་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱང་ནི་ འགལ་རྒྱུན་སེལ་ མཐུན་རྒྱུན་སྒྲུབས། རེ་བ་སྒོང་ གཡུས་
མི་ལུ་མདུན་ནས་བསྟ། རྒྱབ་ནས་སྟོར། འཁོར་དང་ལོངས་སྟོད་རྒྱས་ནིའི་སྟོང་གོགས་མཛད་ནི་དང་། ལྷག་པར་
དུ་གཏན་དུ་སྟོད་པའི་གནས་པོ་དང་། ཕྱི་ལས་བྱོན་པའི་མགོན་པོ་ལུ་ཡང་དམ་ཚིག་བསྐྱང་ནི། གཡུས་ཕྱོགས་
འདི་ནང་གིས་སྟོབ་དཔོན་དང་སྟོབ་མའི་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིགས་ཏེ་ ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་པར་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ནི་བའི་
གཞོན་གོགས་མཛད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲུབས་དང་
མགོན་མཛད་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མི་གི་བླ་མ། རྟོན་དབང་འདུས།

༡ ཁ་རུང་བཙན་སྟོབས་ལྡན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཁ་རུང་བཙན་སྟོབས་ལྡན།

ས་གནས། ཁ་རུང་པོ་བྱང་།

གཡུས། མཁར་ཕུ།

བསྟེན་མི། མཁར་ཕུ་སྤྱི་འག་གི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤངས། ས་ཕྱོགས་འདི་ལུ་ནད་རིམས་དང་། སྤྱ་གེ་
འབྲུགས་ཚུན་ཨར་ཇག་ཚེ་རྒྱན་ལ་ སོགས་པའི་འགལ་རྒྱུ་དན་པའི་རིགས་
ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་སྐྱབ་པའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོར་མཛད་པའི་སྐབས་དང་སྟོང་
གོགས་ལུ་ཨན་པས།

གནས་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་ཁ་ནང་ལུ་ ཀྱི་ བཀ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་སྟོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མོན་མཚམས། རི་རྒྱལ་མཁའ་སྟོན་གནས་མཚོག་
ཁ་རུང་བཀ། ། གསེར་གྱི་རི་བོ་ལྷན་པོ་བཟོད་ལྡན་པ། འཇིགས་རུང་བྲག་རི་རྩེགས་པའི་དགུང་ལ་སྟེགས། རི་
གསུམ་འཛོམས་པའི་ཁ་རུང་རི་བོའི་རྩེར། རུད་སྤྱོན་ཁག་སྣ་འབྱུང་རྒྱངས་འབྱེལ་བའི་གྲོང་། རྒྱ་འཛིན་སྟེགས་
ནག་འཁྲིག་པའི་གྲར་ཁང་ན། རོ་བྱང་ཆེན་པོ་གསེར་གྱི་སྤྱོ་མཁར་ནས། བཀྲིས་པའི་རྟགས་བརྒྱད་དང་ལྡན་
པའི་ རྒྱ་མོན་ལོངས་སྟོན་དཔལ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱ་དང་ རྟོ་མོན་གྱི་མཚམས་ལུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་གནས་མཚོག་ཏུ་
འབྱུང་པ་ ཁ་རུང་ཕུ་ཆེན་བཀ་བའི་གསེར་གྱི་རི་བོ་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཟི་བཟོད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱི་
ལས་མཛལ་ན་འཇིགས་སུ་རུང་བ་བྲག་རི་བཙན་པའི་སྟེང་ནས་མཁའི་དགུང་ལ་སྟེགས་པ་དང་འབྲེལ་ རི་

གསུམ་འཛོམས་པའི་ཁ་རུང་རི་བོའི་རྩེ་ལུ་རྒྱ་ཆུ་འཛིན་སྤྲིན་ནག་འཁྲིག་པའི་གྲར་ཁང་ རྒྱ་གསེར་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་
བང་ནང་ལུ་ ཁ་རུང་བཙན་འཁོར་དང་བཙས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



ཁ་རུང་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་དུ། བད་མ་འབྱུང་གནས་དཀར་རྒྱུད་བླ་མ་དང་། །གྲུབ་ཐོབ་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་སྤྱན་ལྔ་
རུ། །རང་གཟུགས་སྤིང་པོ་སྟོག་གི་མདོང་ཕུལ་ནས། །དམ་བཙའ་བཞིན་དུ་མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་
སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཞབས་དང་འབྲུག་པ་དཀར་རྒྱུད་བླ་མ་ནམས་ཀྱིས་ །ལྷ་སྤྲིན་
སྟེ་བརྒྱུད་དེགས་པའི་སྟེ་དཔུང་མ་ལུས་པ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ །གནས་བདག་ཡང་ །སེམས་ཅན་ཀྱུན་
ལུ་ཕན་བདེ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་ །སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་སྲུང་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་བྱུག།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྲག་མཚན།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལས། གྱི། །ལྷ་ཆེན་གཞི་བདག་སྟོབས་ལྡན་མཐུ་ཅལ་ཅན། །སྐྱུ་མདོག་དམར་ནག་འོད་
ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ། །དར་སྒྲ་རིན་ཆེན་བརྒྱན་གྱི་འཁྲིང་ཐོད་སྤྲས། །བཙན་རྟོག་ཆེན་པོ་འཁོར་དང་བཙས་ལ་
བསྟོད། །ཁྲོ་འཇུག་མདངས་ལྡན་དར་སྒྲ་གོས་སུ་གྱོན། །བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་ཕྲག་ན་བསྐྱམས། །གང་

འདོད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་མཐུ་ཆེན་སྟེ། །སྟོབས་ཆེན་གཞི་བདག་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད། །སྤང་བའི་དགྲ་
 ཡི་གཤེད་མར་མངགས་པའི་ཆོ། །ལྷུང་ཞིང་མགྱོགས་པའི་རྟ་དམར་རྒྱུང་གཤོག་ཅན། །སྤང་བའི་གོ་ཁབ་སྤྱོད་ལ་
 ལེགས་གསོལ་ནས། །ཕྱག་གཡས་རལ་གྱི་གཡོན་པ་ནད་རྒྱལ་བསྐྱམས། །འཁོར་དུ་ལྷ་སྟོན་སྟོང་དང་དྲུག་བརྒྱའི་
 བསྐྱོར། །ཟེར་ལྷ་ཆེན་ས་གཞི་འདི་ཡི་བདག་པོ་སྟོབས་ལྡན་མཆོག་ནི་ །སྤྱོད་མཛོག་དམར་ལ་ནག་པོའི་མདངས་
 དང་ལྡན་པ་ །འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བ་སྤྱོད་ལ་ན་བཟའ་དར་ཟབ་སྤྱོད་ཆོགས་དང་ །རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱན་
 གྱིས་སྤྱས་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་ །བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བའི་ཞོར་བྱ་དགོས་འདོད་ཕྱག་ལུ་བསྐྱམས་པ་
 ཕྱག་ཡོན་པ་ལུ་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ནད་རིགས་འཛོམས་ཕྱིར་ནད་ཀྱི་རྒྱལ་པ་བསྐྱམས་པ། །མ་རུང་སྤང་བའི་དགྲ་དང་
 བསྐྱེད་ལ་གཞོད་པའི་དགྲ་རྣམས་དམ་ལུ་བཏགས་ཕྱིར་ །ལྷུང་ཞིང་མགྱོགས་པའི་རྟ་དམར་པོ་བཞོན་ཏེ་ །འཁོར་དུ་
 ལྷ་སྟོན་སྟོང་དང་དྲུག་བརྒྱས་བསྐྱོར་ཏེ་ །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་པན་བདེ་སྟེར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བཅི་བསྐྱུང་ཞུ་སྟེ་ །གསོལ་མཆོད་འཕུལ་ནི་མེད་རུང་ཁྱེ་རིམ་
 ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་ལོ་ལྷར་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ །ལོ་མཆོད་སྐབས་མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་འདུག། དེ་
 སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ །ལོ་ཕྱག་རྟག་རྟ་ལེགས་ནི་དང་ །ཆར་རྒྱུས་སུ་བབས་ནི་མི་ནད་
 ཕྱགས་ནད་ལ་སོགས་པ་ནི་བའི་ཐབས་ལུ་ །གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཨིན་པས། །ལྷག་པར་དུ་གསོལ་མཆོད་མ་
 ཕུལ་བ་ཅིན་ །གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་མི་ལེགས་ནི་དང་ །བཏབ་པའི་ལོ་ཐོག་ལུ་འབྲུ་སྟོན་གྱིས་
 གཞོད་པ་འབྱུང་ནི་དང་ །རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ་ །ཡང་ན་རྒྱུང་འཕྱུང་གི་གཞོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་
 བྱེད་པས། །འདི་མ་ཆད་གནས་བདག་འདི་གིས་ །མི་དང་ཞོར་ཕྱགས་སེམས་ཅན་གཡུས་སྟོ་དང་ །མི་སྟེ་ལུ་གཞོད་
 ཁ་འབྱུང་པའི་སྐབས་ །དམིགས་བསལ་དུ་གནས་པའི་གནས་ཁང་དང་གནས་པའི་ས་ཁོངས་དང་ཡང་ན་སོ་སོའི་
 སྟོན་གནས་ལས་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་འདུག།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་ལོ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ཆད་ནི་དང་། བཙན་ཆོད་ཁོ་གི་དབང་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ས་
བཞོན་སྟོག་གིང་གིང་གཅོད་ནོ་བཀྱམ་ལ་སོགས་པ་དང་ས་ཁོངས་འདི་ནང་སྐད་རྒྱབ་ནི་ བཙོག་གིབ་ལ་སོགས་
པ་ཤོར་བའི་སྐབས་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་དང་མི་སྡེ་ལུ་གཞོད་ཁ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
གནས་བདག་མཆོག་གི་མི་དང་སྟོ་ཕྱགས་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པའི་སྐབས་དམིགས་བསལ་གནས་ཁང་རྩ་བར་
དང་ སོ་སོའི་སྟོད་གནས་ལས་གནས་བདག་མཆོག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ལུ་དགོ་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མཁན་སྤྱུལ་བསོད་ནམས་བཀྲིས།

༤ ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག་།

ས་གནས། ལྷ་ཆེན་པོ་བྲང་།

གཡུས། གཏུང་མན་མ།

བསྟེན་མི། གཏུང་མན་མ་སྤྱི་འག་གི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་། དཀོན་མཆོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། སྤྱི་མའི་སྤྱི་ཆེ་
སྤང་། དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱེ་སྦྱོང་། མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ།
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་ཁ་ནང་ལུ་ ཀྱི་ ཡ་གི་རི་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྟེང་། །རིན་ཆེན་སྤྱི་ལྷའི་མཁར་པོ་ལ། །གསེར་གྱི་ཀ་
ཆུང་ཉེ་རེ་རེ། །གསེར་གྱི་སྒོ་ཆུང་ཁབས་སེ་ཁབས་། །བེར་ལྷོ་མོན་གངས་ཅན་ལྷོ་ཕྱགས་ །ནགས་ཆེལ་སྤྱུག་པོའི་
སྒོག་ལྷར་འཁྲིགས་པའི་སྤྱིང་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་པའི་ལུང་ཕྱགས་འདི་ནང་ལས་ཡར་རི་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྟེང་ཏུ་
རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ལྷའི་ལས་འགྲུབ་པའི་ཁང་བབས་ཆེན་པོ་ །གསེར་གྱི་ཀ་ཆེན་དང་ཀ་ཆུང་གིས་སྟེགས་པའི་སྒོ་ཡང་རྒྱ་
གསེར་ལས་འགྲུབ་པའི་སྒོ་ཆེན་དང་ །སྒོ་ཆུང་གི་བཙུགས་པའི་ནང་ལུ་གནས་བདག་ཆེན་པོ་ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག་
གཙོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱི་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



དབང་ཕུག་ཆེན་པོའི་ཕོ་བླང་།

ནམས་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕུག་མཚན།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ ཕུ་གཅིག་དབང་ཕུག་བདག་པོ་ནི། །ཕ་ནི་བཙན་ལ་མ་ནི་གྲུ། །ཁྱུ་བཙན་ཆོགས་པའི་
 སྐྱེས་བུ་ཡིན། །སྟག་རལ་དེ་ནི་གཡས་སུ་བཏགས། །གཟིག་ཤུབས་དེ་ནི་གཡོན་དུ་བཏགས། །རྒྱབ་རི་ཕུབ་རྒྱང་
 རྒྱབ་དུ་ཕུབ། །སྟག་རལ་གཡས་སུ་བཏགས་ཅན། །སྟག་མོ་ཚང་ནས་ཐོན་པ་འདྲ། །གཟིགས་ཤུབས་གཡོན་དུ་
 བཏགས་ཅན། །གཟིག་མོ་ཚང་ནས་ཐོན་པ་འདྲ། །མདའ་དོང་གཡས་ལ་གཞུ་མོ་གཡོན། །དེ་ཆོ་སྤང་བའི་དགྲ་
 ནམས་ཐུལ། །ཕུ་ནི་དབང་ཕུག་བདག་པོ་ནི། །དབུ་ལ་ཐོད་དམར་ལྗེས་བུ་གསོལ། །སྐྱུ་ལ་ན་བཟའ་དམར་པོ་
 གསོལ། །ཕུག་ན་བཟའ་ཀྱི་མདུང་རིང་བསྐྱམས། །ཞལ་ནས་ཀི་སྐྱ་སི་ལི་ལི། །འཇའ་དམར་འོད་དུ་འཁྱིལ་ལི་
 ལི། །སྤྲོད་དུ་དེ་ནི་བྱ་དམར་ལྗིང་། །འོག་དུ་དེ་ནི་རྟ་དམར་བཞོན། །རོལ་དུ་དེ་ནི་ཁྱི་དམར་ལྗིང་། །ཟེར་ཡབ་ནི་
 བཙན་དང་ཡུམ་ནི་གྲུ་བཙན་ཆོགས་པའི་སྐྱེས་བུ་གནས་བདག་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་མཚན་ག་ནི་ དབུ་ལ་དབུ་ཞུ་ཐོད་
 དམར་ལྗེས་བུ་གསོལ་བ་སྐྱུ་ལ་ན་བཟའ་དར་བཟའ་དམར་པོ་གསོལ་བ་ ཕུག་གཡས་པ་ལུ་རྒྱ་བཟའ་ལས་གྲུབ་པའི་
 མདའ་དོང་བསྐྱམས་པ། ཕུག་གཡོན་པ་ལུ་གཞུ་མོ་བསྐྱམས་ནས་ སྤང་བའི་དགྲ་ནམས་བདུལ་བར་མཛད་པ་

ཆེབས་ནི་རྒྱུད་ལྟར་མགྲོགས་པའི་རྟ་དམར་པོ་ལུ་བཞོན་ཏེ་ འཁོར་དུ་ལྷ་བྱ་དམར་པོ་དང་ཤ་ཁྱི་དམར་པོ་ཁྲིད་དེ་
སྐད་ཅིག་ལ་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར་ཏེ་ ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་འགྲོ་དོན་མཛད་དེ་བཞུགས་ཡོད་པ་
ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་ཞབས་ནས་ ལྷ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་དེགས་པའི་སྟེ་དཔུང་མ་ལུས་
པ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ གནས་བདག་ཡང་ཐུགས་བརྩེ་གཉེན་པོར་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ་ སེམས་ཅན་
ཀུན་ལུ་ཕན་བདེ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་ སངས་རྒྱུ་བསྟན་པའི་བསྐྱེད་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཅུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བརྩེ་སྲུང་ཞུ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་མེད་རུང་ ཟླ་རིམ་
ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་ ལོ་ཆོག་གཏང་པའི་སྐབས་ མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་འདུག། དེ་ཡང་ལོ་ཕྱགས་
རྟག་རྟ་ལེགས་ནི་དང་། ཆར་རྒྱུ་དུས་སུ་འབབ། མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ཚུ་ནི་ཐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཤ་ཡིན་
པས། གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་མི་ལེགས་ནི་དང་། ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱ་
སྟོན་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ། ཡང་ན་རྒྱུད་འཛུབ་གྱི་གནོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
འདི་མ་ཆད་གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སྟོ་ཞོར་སེམས་ཅན་ གཡུས་སྟོ་དང་མི་སྟེ་ལུ་གནོད་ཁ་འབྱུང་པའི་
སྐབས་ ཀྱང་བརྩུགས་སྟེ་གནས་ཁང་ནང་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བར་འགྲོ་དགོས་པ། དེ་མིན་རུང་རང་སྟོན་ས་ལས་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོས་ཡིན་པས།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འབྲི་བསྟན་འབད་ས། མཁན་སྤུལ་ སངས་རྒྱུ་བསྟན་འཛིན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རྩོམ་།
ལྟ་ཁང་། བདེ་ཆེན་ཚེས་གྲིང་ལྟ་ཁང་།
ས་གནས། རྩོམ་པོ་བྲང་།
གཡུས། མཁར་ཕུ།
བསྟན་མི། མཁར་ཕུ་སྤྱི་ལོ་གཞི་མི་སེར།
སྐབས་ལུ་ཚུལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་། དཀོན་མཆོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། ལྷ་མའི་སྤྱི་ཚེ་
སྤྱང་། དག་འདུན་གྱི་སྤྱེ་སྤྱང་། མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ།
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བགྲིས་པའི་ཉགས་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་ རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་དང་ ལྷོ་མོན་གྱི་མཚམས་
ལུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་གནས་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་པ་ཤར་གྱི་ཟོར་གྲགས་པའི་བཀྲ་བའི་གསེར་གྱི་རི་བོ་རང་བཞིན་སྤྱན་གྱི་
གྲུབ་པའི་གཟི་བརྗེད་དང་ལྷན་པའི་ཕྱི་ལས་མཇལ་ན་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ བྲག་རི་བརྩྭགས་པའི་རི་གསུམ་
འཛོམས་པའི་རྩོམ་པོ་གནས་ཁང་ རྒྱ་འཛིན་སྤྱི་ནག་པོ་འཁྲིག་པའི་གྲུང་ཁང་རྒྱ་གསེར་ལས་འགྲུབ་པའི་པོ་བྲང་
ནང་ལུ་ རྩོམ་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



བདེ་ཆེན་ཆོས་གླིང་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཨོ་མོ་བཙན་གྱི་ལྷེབས་རིས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ ལྷ་ཆེན་ས་གཞི་འདི་ཡི་བདག་པོ་སྟོབས་ལྡན་མཆོག་ནི་རུས་པའི་མཐུའི་རྩལ་དང་ལྡན་པ་ སྐྱུ་མདོག་དམར་པོའི་མདངས་དང་ལྡན་པ་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བརྩུར་འཕྲོ་བ། སྐྱུ་ལ་ན་བཟའ་དར་ཟབ་སྐྱ་ཆོགས་དང་ རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཆོགས་གྱི་བརྒྱན་གྱི་སྤྲུམ་པ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་རལ་གྱི་བསྐྱམས་པ་ཕྱག་ཡོན་པ་ལུ་ ཞགས་པ་བསྐྱམས་པ། མ་རུང་སྤང་བའི་དགྲ་དང་བསྟན་ལ་གཞོད་པའི་དགྲ་ནམས་དམ་ལུ་བཏགས་ཕྱིར་ ཆིབས་ནི་མུར་ཞིང་མགྱོགས་པའི་རྟ་དཀར་པོ་བཞོན་ཏེ་ འཁོར་བྱ་ལྷ་སྤོང་སྟོང་དང་བྱུག་བརྒྱའི་བསྐྱར་ཏེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་ཕན་བདེ་སྟེར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དམ་བཞག།

སྒོན་གྱི་རྩལ་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་ཞབས་ཀྱིས་ལྟ་སྒོན་སྤྱོད་བརྒྱད་དྲེགས་པའི་སྤྱོད་དབྱང་མ་ལུས་
པ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ དེ་བཞིན་རྩལ་གནས་བདག་ཡང་ཐུགས་བཙེ་གཉིན་པོར་རྗེས་སུ་བརྒྱང་སྤྱོད་
སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་ཕན་བདེ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་སྤྱང་མ་སྤྱོད་བསྐྱོས་རུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་དམིགས་བསལ་རྩལ་སྤྱོད་བཙེ་སྤྱང་ལུ་སྤྱོད་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་མེད་རུང་ ཁྱེ་རིམ་
ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་ ལོ་ཆོག་གཏང་པའི་སྐབས་ མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྤྱོད་འདུག། དེ་ཡང་ལོ་ཐུགས་
རྟག་རྟ་ལེགས་ནི་དང་། ཆར་ཚུ་རྩལ་སྤྱོད་འབབ། མི་ནད་ཐུགས་ནད་ཚུ་ནི་ཐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཤ་ཨིན་
པས། གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ལོ་ཐུགས་རྟག་རྟ་མི་ལེགས་ནི་དང་། ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱ་
སྤྱོད་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ། ཡང་ན་རྒྱང་འཛུབ་ཀྱི་གཞོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
འདི་མ་ཆད་གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སྒོ་ཁོར་སེམས་ཅན་ གཡུས་སྒོ་དང་མི་སྤྱོད་ལུ་གཞོད་ཁ་འབྱུང་པའི་
སྐབས་ ཀྱང་བཙུགས་སྤྱོད་གནས་ཁང་ནང་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བར་འགྱོད་གོཔ་ད། དེ་མིན་རུང་རང་སྤྱོད་ས་ལས་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོཔ་ཨིན་པས།

བྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྐྱུན་འབད་ས།

མཁན་སྤྱུལ། བསོད་ནམས་བཀྱིས།

༤ འདོད་ཡོན་བཟང་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

འདོད་ཡོན་བཟང་པོ།

ས་གནས།

འདོད་ཡོན་བཟང་པོའི་གནས་ཁང་།

གཡུས།

མོ་ཤི།

བསྟན་མི།

མོ་ཤི་སྤྱི་འག་གི་མི་སེར།

རྒྱབ་ས་ཁུ་ཚུལ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་། དཀོན་མཆོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། བླ་མའི་
སྐྱ་ཆེ་སྤིང་། དགེ་འདུན་གྱི་སྤེ་སྤྱོད་མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟན་མི་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་ཁ་ནང་དུ། གྱི་གངས་ཅན་ལྟོ་ལྟོགས་ནགས་ཚལ་འཁྲིགས་པའི་གླིང་། རྒྱ་བོད་འདུ་ལོང་མ་ལུས་
འཛོམས་པའི་གནས། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྷན་བདེ་བ་ཐང་སྟོད་ན། །གཟི་བརྗིད་ལྷན་ཆགས་གཉེན་དུ་འགྱུར་བའི་
རི། །ལྷའི་ཕོ་བྲང་གླི་མེ་རུ་ཞེས། །མཐོན་པོ་གནས་གྱི་ཀ་བ་ཆེན་པོ་ནས། །སྤུལ་པའི་ལྷ་མཆོག་དགེ་བསྟན་འདོད་
ཡོན་བཟང་། །ཟེར་ལྟོ་མོན་གངས་ཅན་ལྟོ་ལྟོགས་ནགས་ཚལ་སྤྱག་པའི་སྤྱོག་ལྷར་འཁྲིགས་པའི་གླིང་མཆོག་དུ་
འགྱུར་པ་ །གནས་མཆོག་བཀྲ་ཤིས་ལྷན་སྤུལ་ཆོགས་པ་ །དཔལ་དང་ལོངས་སྟོད་འབྱོར་པ་ལྷན་པའི་གདུང་
བསམ་བདེ་བའི་ཐང་གི་སྟོད་ལུ་ །གཟི་བརྗིད་ལྷན་སྤུལ་ཆོགས་པ་རང་བཞིན་ལྷན་གྱི་གྲུབ་པའི་རི་བྲག་ཆེན་པོ་
ལྷའི་ཕོ་བྲང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་གླི་མེ་རུ་ཞེས་པའི་མཐོན་པོ་གནས་གྱི་ཀ་བ་ཆེན་པོའི་ནང་ལུ་སྤུལ་པའི་ལྷ་མཆོག་
དགེ་བསྟན་འདོད་ཡོན་བཟང་པོ་ འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ ཞི་ཁོ་གར་གྱི་ནམ་རོལ་དུ། ཅིར་ཡང་སྟོན་པའི་སྐྱེ་མཆོག་ལ། དར་དམར་ན་བཟའི་
ཕང་ཕུང་གིས། ། བཟླ་པར་བརྒྱན་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བསྟོན། གསེར་དངུལ་ཕུ་ཏིག་ཕྱ་ཚོམ་གྱིས། ཆལ་ཆིལ་
སྤུལ་པའི་ཅང་ཤེས་རྟ། འབྲུག་གཟུགས་འགྱིང་བའི་སྐྱ་བཙས་པར། བཅིབས་ནས་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར་ལ་
བསྟོན། ཟེར་ཞལ་ཞི་བ་དང་ཁོ་བའི་ནམ་སྤུལ་སྐྱ་ཚོགས་སྟོན་ཏེ་ སྐྱེ་ལུ་ན་བཟའ་ཡང་དར་དམར་ཕང་ཕུང་གི་
བཟླ་པའི་རྒྱུ་ཆ་ཡང་གསེར་དང་དངུལ་ཕུ་ཏིག་ཕྱ་ཚོམ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཆིབས་ཡང་སྤུལ་པའི་རྟ་ཅང་ཤེས་
འབྲུག་གཟུགས་འགྱིང་བའི་སྐྱ་ཐོག་ལུ་བཞོན་ཏེ་ སྐད་ཅིག་ཡུན་ལ་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར་ཏེ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་
འགོ་དོན་མཛད་དེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ རྒྱུ་ སྟོན་ཚེ་སྟོན་དཔོན་པ་སྤྱང་། ཁུ་ཕུལ་གནས་པའི་བདེན་སྟོབས་
ཀྱིས། དྲེགས་པའི་སྟེ་དཔུང་དམ་ལ་བཏགས། དབང་བསྐྱར་བསྟན་པའི་གཉེར་ཁ་གཏང། ཟེར་སྟོན་གྱི་དུས་
སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་པ་སྤྱང་གནས་ཞབས་ནས་ ལྷ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་དྲེགས་པའི་སྟེ་དཔུང་མ་ལུས་པ་དམ་ལུ་
བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ གནས་བདག་དེ་ཡང་བྱགས་བཙེ་གཉེན་པོར་རྩེས་སུ་བཟུང་སྟེ་ སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་
ཕན་བདེ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་ སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་སྤྱང་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་བུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་ལུ་དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བཙེ་སྤྱང་ལུ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་མེད་རུང་ ཁྱེ་རིམ་ཡར་རོ་
མར་རོ་དང་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐྱབས་ མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་འདུག། དེ་ཡང་ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་
ལེགས་ནི་དང་། ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ། མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ཚུ་ཞི་ཐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མ་ཡིན་པས།
གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་མི་ལེགས་ནི་དང་། ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱ་སྟོན་དང་
རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ། ཡང་ན་རྒྱུང་འཛུབ་ཀྱི་གཞོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། འདི་མ་ཆད་
གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སྟོ་ཞོར་སེམས་ཅན་ གཡུས་སྟོ་དང་མི་སྟེ་ལུ་གཞོད་ཁ་འབྱུང་པའི་སྐྱབས་

བཙུགས་སྤེལ་གནས་ཁང་ནང་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བར་འགྱུར་གོང་དུ། དེ་མིན་རུང་རང་སྡོད་ས་ལས་ གསོལ་
མཆོད་ཕུལ་དགོས་ཡིན་པས།

རྒྱལ་ཁྲིམས་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ལྷ་མ་ཁྱེན་དབང་འདུས།

ཡེ་ཤེས་རྣམ་རྒྱལ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཡེ་ཤེས་རྣམ་རྒྱལ།

ས་གནས། མཚོ་དགུ་གནས་པོའི་ཕོ་བྲང་།

གཡུས། མཚོ་དགོན་པ།

བསྟན་མི། མཚོ་དགོན་པ་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་། དགོན་མཚོག་གི་དབྱ་འཕང་བསྟོད། བླ་མའི་སྐྱ་ཚེ་
སྤང་། དག་འདུན་གྱི་སྡེ་སྦྱོང་། མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ།
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱལ་པ།

གནས་ཁང་།

གཡུས་སྤོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་བཅན་ཤོད་ཡེ་ཤེས་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་གི་བཞུགས་གནས་ཕོ་བྲང་ ཡང་ཤིང་ནགས་
ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་སྡོ་ཆལ་མེ་རྟོག་སྤྲ་ཚོགས་ཤར་ཏེ་ བྱ་དང་བྱིའུ་ཅུང་སྤྱད་བྲངས་ལེན་སའི་གནས་མཚོག་འདི་
སྤང་དང་གཤོང་གི་སྤྱུག་ལུ་མཚོ་སྤྲ་དགུ་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་མཇལ་མི་
ཚུགས་པས་བཅན་ཤོད་མཚོག་གི་ཕོ་བྲང་འདི་ནང་ དུམ་སྤས་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པ།

སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་རྣམ་པའི་སྐྱོར་ལས་ཁྱད་གསུགས་ཏེ་བཤད་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ཡིན།དེ་མ་ཚད་ གསོལ་
ཁའི་དཔེ་ཆ་ཡང་མེད་པ་ལས་ ཁ་གསལ་གཞི་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས།

དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་ཞབས་ནས་ ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་དྲེགས་པའི་སྟེ་དབྱང་མ་ལུས་
པ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་པའི་ཆེ་ གནས་བདག་དེ་ཡང་ སེམས་ཅན་ཀུན་ལུ་ཕན་བདེ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དང་
སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་བསྐྱེད་མ་སྟེ་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཅུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་ལོ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་ཆད་ནི་དང་བཙན་ཤོད་ཁོ་གི་དབང་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ ས་བཞོ་
རྟོ་སྟོག་ཤིང་ཤིང་གཙོད་རྟོ་བཀྱམ་ལ་སོགས་པ་དང་ས་ཁོངས་འདི་ནང་སྐད་རྒྱབ་ནི་བཙོག་གི་བ་ལ་སོགས་པ་ཤོར་
བའི་སྐབས་ གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་དང་མི་སྟེ་ལུ་གཞོད་ཁ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། གནས་
བདག་མཆོག་གི་མི་དང་སྟོ་ལྷག་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པའི་སྐབས་དམིགས་གསལ་གནས་ཁང་རྩ་བར་དང་སོ་
སའི་སྟོད་གནས་ལས་གནས་བདག་མཆོག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་དགོ་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བསོད་ནམས་བཀྲ་ཤིས།

༡ ལྷ་མང་གསེར།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཆན། ལྷ་མང་གསེར།

ས་གནས། ལྷ་མང་གསེར་པོ་བྱང་།

གཡུས། ལྷ་མང་།

བསྟན་མི། ལྷ་མང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར།

རྒྱབས་ཁུ་ཚུལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་། དཀོན་མཆོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། བླ་མའི་སྤྱི་ཆེ་
སྤང་། དག་འདུན་གྱི་སྤྲེ་སྦྱོང་། མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ།
མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འབྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་མང་གཡུས་སློ་གི་སྤྱུག་ལུ་ལྷ་མང་སློབ་གྲུའི་ཉེ་འདབ་ལུ་ཤིང་རིགས་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་བསྟོར་རྟེ་ ཇི་ཞིམ་པའི་མེ་
རྟོག་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་དྲི་བཟང་པའི་མཆོད་པ་ཕུལ་རྟེ་ བྱ་བྱིའུ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྐད་སྟན་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་ག་ནི་བ་ཉམས་
དགའ་བའི་ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་ ལྷ་མང་གསེར་གྱི་པོ་བྱང་ཡང་དོ་
ཆེན་ཐོན་པོ་ནམ་མཁའི་ཀ་བ་དང་མཉམ་པ་སྟེ་ མཆོན་མདོག་
དཀར་སེར་དབུར་རྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་མཇལ་ནི་འདུག།



དག་རྒྱལ།

སྒྲིན་མ་གཡུས་སྒྲི་འདི་ནང་ བོད་ལྷ་རི་ལས་སྒྲུ་མ་རྟོགས་པ་དང་ལྷན་པ་གཉིས་བྱོན་ཅུག་ སྒྲུ་མ་གཉིས་གཡུས་སྒྲི་
འདི་ནང་ཕེབས་ཞིན་མ་ལས་ སྒྲུ་མ་གཅིག་ས་གནས་ངང་ཤིང་དང་ སྒྲུ་གཅིག་ས་གནས་སྐྱབ་ཁང་ལུ་སྒྲེ་ གདན་
ས་བཅགས་ཏེ་བཞུགས་ཅུག། འདི་གི་སྐྱབས་ལུ་སྐྱུ་མ་འཁོར་ལམ་ལ་སོགས་པའི་མཐུན་རྒྱུན་མ་འཛོམས་ནི་འདི་
གིས་ སྒྲུ་མ་རྟོགས་ལྷན་གཉིས་ཞལ་མཇལ་ནི་དོན་ལས་ བྱ་རྒྱུ་ལུ་སྐྱུ་མ་ཏེ་གདན་ས་སོ་སོ་ནང་བྱོན་ནི་ཡོད་པ་
ཡིན་པས། ཚར་གཅིག་ལུ་སྒྲུ་མ་རྟོགས་ལྷན་གཉིས་བྱ་རྒྱུ་ལུ་སྐྱུ་མ་ཏེ་བྱོན་པའི་སྐྱབས་ ད་ལྟོ་སྐྱུ་མང་གསེར་ཡོད་
པའི་ས་གནས་ནང་ཞལ་མཇལ་བའི་སྐྱབས་ ཕྱག་མཇལ་གསེར་མཐོ་གང་ཕུལ་མི་འདི་ ས་གནས་འདི་ནང་བྱུང་
སོང་ཅུག། དུས་ཚད་འདི་ལས་ཚུར་ ས་གནས་འདི་ནང་ སྐྱུ་དང་མཚོ་གཉིས་ཆགས་ཅུག་ཟེར་ ཨ་པ་དབང་
འདུས་ཀྱི་བཤད་ནི་འདུག།

གཡུས་སྒྲི་འདི་ནང་གི་མི་ཚུ་པར་ཚུར་འགྱུ་བའི་སྐྱབས་རྒྱུ་ལམ་གྱི་གཞུང་ལམ་འདི་ སྐྱུ་མང་གསེར་གྱི་ཕོ་བྲང་ཙ་
བ་ལས་ཡིན་པས་ལོ་རྒྱུས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ གཡུས་སྒྲི་འདི་ནང་ནང་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབས་
མ་བདེ་མ་ག་ཅི་བཟུམ་ཐོན་རུང་ གཡུས་སྒྲི་འདི་ནང་ལས་ཚུད་གཞི་ཕྱེ་བར་འགྱུ་བའི་སྐྱབས་ ཁོང་ཁྱོ་ལང་སྒྲེ་
ཡོད་རུང་ ས་གནས་སྐྱུ་མང་གསེར་གྱི་ཕོ་བྲང་ཙ་བར་སྒྲོད་པའི་སྐྱབས་རང་བཞིན་གྱིས་ཁྱོ་བའི་སེམས་ཞི་སྒྲེ་ ཙ་
པན་གཉིས་འཆམ་སྒྲེ་ གཡུས་ཁར་ལོག་འོང་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་བཤད་ནི་འདུག། འདི་མ་ཚད་གཡུས་སྒྲི་
འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལག་ཆེ་བའི་ལཱ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་བཟུམ་འབད་ནི་ཡོད་རུང་ སྐྱུ་མང་གསེར་འདི་ལས་
སྐྱབས་ཁུ་ནི་འདུག། འདི་མ་ཚད་སྒྲིན་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ སྐྱུ་མང་གསེར་གྱི་ཕོ་བྲང་ལས་ གཡུས་སྒྲི་འདི་ནང་
གི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ཅ་ལ་ག་ཅི་དགོ་མི་འདི་བརྟ་བར་བྱིན་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས། ཡིན་རུང་མི་གི་བསོད་ཉམས་
པའི་བྱགས་ཀྱིས་ ཅ་ལ་ག་བརྟ་བར་བྱིན་ནི་ཡང་ཆད་སོ་ཅུག།

སྐྱུ་མང་གསེར་ཟེར་ཁུ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ སྐྱུ་ཕོ་བྲང་འདི་གི་མང་གཞི་འདི་ སྒྲུ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་ལས་བྱུང་འོང་
པའི་ གསེར་མཐོ་གང་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ སྐྱུ་མང་གསེར་ཟེར་ཁུ་ཡིན་པས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་གྱི་ནམ་པ་དང་ དམ་བཞག།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན་དང་དམ་བཞག་གི་སྐྱོར་ལས་ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། གོང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ཅམ་མ་གཏོགས་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་མཆོག་ལུ་དམིགས་བསལ་དུས་སྟོན་བཙེ་སྲུང་ལུ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་མེད་རུང་ ལྷ་རིམ་
ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་ ལོ་ཆོག་གཏང་པའི་སྐྱབས་ མ་ཆད་པར་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་འདུག། དེ་ཡང་ལོ་ཕྱགས་
རྟག་རྟ་ལེགས་ནི་དང་། ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་འབབ། མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ཚུ་ནི་ཐབས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མ་ཡིན་
པས། གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྐྱོ་འདི་ནང་ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་མི་ལེགས་ནི་དང་། ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱ་
སྟོན་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ། ཡང་ན་རྒྱུང་འཚུབ་ཀྱི་གཞོད་ཉེན་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།
འདི་མ་ཆད་གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སྐྱོ་ཞོར་སེམས་ཅན་ གཡུས་སྐྱོ་དང་མི་སྡེ་ལུ་གཞོད་ཁ་འབྱུང་པའི་
སྐྱབས་ ཀང་བརྩམས་སྟེ་གནས་ཁང་ནང་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བར་འགྱོད་གོཔ་ད། དེ་མིན་རུང་རང་སྟོན་ས་ལས་
གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོཔ་ཡིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་པའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བླ་མ་བསོད་ནམས་བགྱིས།

༩ བར་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། བར་བཙན།

ས་གནས། བར་བཙན་གནས་ཁང་།

གཡུས། མོ་ཤི།

བསྟེན་མི། མོ་ཤི་སྤྱི་འག་གི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ལ། བར་བཙན་འདི་གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་བཙན་གཙོ་བོ་སྤེ་བསྟེན་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་གཡུས་སྒོ་
འདི་ནང་ཆར་ཚུ་དུས་སུ་བབས་ཏེ་ ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི། རྒྱ་ཇག་འཕྲོག་གསུམ་ལས་
སྤང་ནི། མི་དང་སྒོ་ ཁོར་སེམས་ཅན་ཚུ་གོད་ཁ་ལས་སྤང་ནི་ལུ་སྐབས་ལུ་ཨན་
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱིར་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་དང་ཕོ་བྲང་ཚུ་དམིགས་སལ་སྤེ་མཇལ་ནི་མེད་རུང་ བཙན་གསོལ་ནང་ལས་ཐོན་ནི་
ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྱེ། རི་དམའ་བ་དང་ཐོན་པོ། ཤིང་ཆེ་བ་དང་རྩུང་བ། མཁར་དང་བྲག་ཡོད་རེ་ཡོད་ཆེ་ བཙན་གྱི་
ཕོ་བྲང་དང་གནས་ཁང་ཨན་སྤེ་ཐོན་ནི་འདུག། འདི་བཟུམ་སྤེ་གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་བཙན་གྱི་ཕོ་བྲང་ཡང་
བྱིན་བཟུབས་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྤེ་ཤིང་ནགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་དྲི་བཟང་མེ་ཏོག་སྤྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་སྤྱོ་ལྷང་དང་
ལྷན་པའི་སྤྱང་གཤོང་གཅིག་མཇལ་ནི་འདུག།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

སྤྱིར་བཙན་གར་གི་མ་ནི་བྲག་བཙན་དམར་པོ་དང་། མ་ནི་བྲག་སྤྱིན་དམར་མོ་ཡིན་པས། བྲག་བཙན་དང་བྲག་
སྤྱིན་ལས་སྤས་ཕྱགས་བཞི་གྲིང་བཞི་བྱབ་སྟེ་འགྲོ་ལྷག། བཙན་ཚུ་གི་རྣམ་པ་དང་ན་བཟའ་རྒྱན་ཆས་ཆིབས་དང་
ཤ་བྲི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་བཞུགས་གནས་སོ་བྱང་ཚུ་ཡང་སོ་སོའི་ཕྱགས་དང་འབྲིལ་ཁ་མདོག་ཡང་དེ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།
དཔེར་ན་ཤར་རྩ་དཀར་པོ། རྩོ་རྩ་སེར་པོ། ལྷུང་རྩ་དམར་པོ། ལྷུང་རྩ་སྟོན་པོ་སྟེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
ཡིན་རྩུང་ཤར་བཙན་འབད་བ་ཅིན་ཞལ་དཀར་པོ་དང་ཆིབས་དང་ན་བཟའ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དཀར་པོའི་རིགས་
བཞེས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞུག།

རང་རེ་དཔལ་འབྱུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ས་རི་བྲག་རི་ཡོད་རེ་ཡོད་ཆེ་ལུ་ བཙན་ལ་སོགས་པའི་གནས་བདག་
གཞི་བདག་ཡོད་པ་སྟེ་ཆ་བཞག་ནི་ཡོད་པ་ཨིན། འདི་ནང་ལས་ཡང་བཙན་གྱི་རིགས་འབད་བ་ཅིན་ དཔལ་པ་སྟེ་
དབང་ཆེན་རྟ་མགིན་གྱིས་བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞག་གནང་ཅུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་འདི་ལུ་ སྤྱིར་བཏང་ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཆོད་མ་གཏོགས་ གཞན་དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་སྟོན་
བཅི་སྤང་ཞུ་ཐོག་གསོལ་མཆོད་ཡུལ་སྟོལ་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་བཅན་ཆོད་འདི་གིས་ ཡང་ན་མི་དང་སྟོ་ཕུགས་
སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་གཞོད་པ་དང་ ཡང་ན་ལོ་ཐོག་ཚུ་ལུ་གཞོད་ཁ་འབྱུང་པའི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་སྟེ་གསོལ་
མཆོད་ཡུལ་དགོད་ཨིན་པས། གསོལ་མཆོད་སྐབས་ལུ་ ཆོགས་དང་གསེར་བསྐྱེམས་དཀར་མེ། བཅན་དར་ཚུ་
ཁ་མདོག་སོ་སོར་སྟེ་ཕྱགས་བཞི་ལུ་འཕྱར་ནི་འདུག། དར་ཤིང་ཡང་དར་ཁ་སྟེ་མེད་རུང་ སྤྱད་པ་སྟེ་ཁ་གི་དར་
ཤིང་འཕྱར་སྟོལ་འདུག། རབ་བྱུང་པ་ཅིན་ཡུལ་བཅན་གྱི་གནས་ཁང་རྩ་བར་འབྱོ་སྟེ་ གསོལ་མཆོད་འཕུལ་ནི་
དང་། རང་གི་སྟབས་བདེ་སྟུག་དང་འཁྲིལ་ སོ་སའི་སྟོན་གནས་ཁྱིམ་ནང་ལས་ཡང་ཡུལ་སྟོལ་འདུག། ལྷག་
པར་དུ་ལོ་ལྟར་ལོ་མཆོག་སྐབས་ ཡུལ་བཅན་འདི་ལུ་གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་ཡུལ་དགོ་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

དམིགས་བསལ་གསལ་ཁ་དཔེ་ཆ་མེད་རུང་། གཞི་བདག་འདི་གི་མཚན་བཟོད་པའི་ཐོག་ལས་ གསེར་བསྐྱེམས་
བསྐྱེམས་པ་གནང་ནི་འདུག། གང་ཞིག་ཡིད་ལ་བློ་པ་ཅམ་གྱི་ཀྱང་། །འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྒྲེར་བར་བྱེད་པ་
ཡི། །བཅན་མོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཁྱེད་ནམས་ཀྱི། །བདག་ཅག་བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཡུལ་
འདི་གཞི་བདག་གཉན་པོ་འཁོར་བཅས་ལ། །ཇ་ཆང་མཉེས་པའི་མཚོད་པ་འདི་འབྲུལ་བས། །བདག་ཅག་དཔོན་
སློབ་བསམ་དོན་གྲུབ་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད།།

ཡུལ་བཅན་ཁོ་གི་དབང་བའི་ས་གཞི་མཐའ་འཁོར་རྩ་ལས་ཤིང་བརྟགས་ནི་དང་དོད་ཀྱུ་ནི། གནས་ཁང་གི་རྩ་
བ་ལས་ཕར་སྐད་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ་འབད་བ་ཅིན་ གཞོད་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གཞན་ཡང་རང་དབང་ཐང་
རྒྱང་རྟ་རྒྱད་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གཞོད་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཆེ་སྐབས་གཞི་བདག་གི་ས་ཁོངས་ནང་
སྟོད་པའི་གཉིད་ལམ་མཐོང་ནི་དང་ ཀྱང་ཆོགས་ལག་ཆོགས་ན་ནི་ མགྱུ་རྟ་ནི་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་མཚན་
འབྱུང་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལོ་ཐོག་ལུ་ཡང་གཞོད་ཉེན་འབྱུང་ནི་དང་། སློ་ཕུགས་ལུ་ཡང་གཞོད་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་
རྒྱུ་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདི་བསྐྱེད་འབད་ས།

བླ་མ་བསོད་ནམས་བཀྲིས།

༡༠ རི་མུང་གིང་།

གནད་དོན་བརྩད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རི་མུང་གིང་།

ས་གནས། རི་མུང་གནས་པོའི་ཕོ་བྲང་།

གཡུས། གྲུ་མང་།

བསྟེན་མི། གྲུ་མང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་།

སྐབས་ཉུ་ཚུལ། གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་བཙན་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་གཤམ་ལས་གཅིག་ གཞི་
བདག་རི་མུང་གིང་ཡིན་པས། གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་དུས་རྒྱུན་ ལཱ་
དང་བྱ་བ་ག་ཅིར་འབད་རུང་ཚུམ་པའི་བྱ་བ་ལུ་བར་ཆད་ནི་ནས་བསམ་དོན་འགྲུབ་
པའི་དོན་ལས་སྐབས་ཉུ་དོ་ཡོད་པ་ད་ ལྷག་པར་དུ་ གནས་སྐབས་མི་སྡེ་ནང་ནད་ཟུག་
འཁྲུག་ཅོད་ནི་ཐབས་ལུ་ དུས་རྒྱུན་སྐབས་ཀྱི་སྤོང་གོགས་ཉུམ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞི་བདག་སྤྱི་ལ་འགོ་བའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ རྒྱུ་། གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགོན་གནས་ཡུལ་འཁོར་
དང་། །ས་དང་རི་བོ་ཀྲན་ལ་གནས་པ་ཡི། །ལྷ་སྤོན་སྡེ་བརྒྱུད་དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད། །རང་རང་འཁོར་
དང་བཅས་པ་གནས་འདིར་བྱོན། །བརྗོད་ཨུ་ཤ་ཇ། ཞེས་གསལ་བར་ལྟར་སྤྱིར་བཏང་ས་གཞི་འདི་གི་བདག་
པོའི་ཕོ་བྲང་འདི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ དགོན་པའི་འཁོར་ཡུག་འདི་གི་མ་ཚད་ ས་གཞི་བཟང་པོ་སྤྲུག་དང་བྲག་
རི་རི་བོ་ཀྲན་ལུ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ད་བཅས་ར་མ་དག་པའི་སྤྲང་བ་ལུ་ ས་དང་བྲག་རི་སྡེ་
མཐོང་རུང་ གཞི་བདག་ཁོ་རའི་སྤྲང་བ་ལུ་ དྲི་ཞིམ་བཟང་པོའི་ཅན་དན་དང་མེ་ཏོག་སྤྲ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་

གཞི་བདག་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུལ་གྱིས་བསྐྱར་བའི་དག་པ་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་རང་ལུ་བཞུགས་ཡིན་པས།
གནས་ཁང་། གཙུག་ལག་ཁང་། དགོན་པའི་འཁོར་ཡུག། ཡུལ་གྲོང་། ས་གཞི། རི་བོ་ཚུ་ལུ་བཞུགས་དོ་ཡིན་
པས། འདི་བཟུམ་སྟེ་གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་ གནས་པོའི་ཕོ་བྲང་ཡང་ ཤིང་ནགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་རི་
བཟང་པོ་མེ་རྟོག་སྒྲ་ཚོགས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པ་སྟེ་མཇེལ་ཚུགས་པས།

ནུམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྤྱིར་གཞི་བདག་འདི་གི་ནུམ་པ་དང་ཕྱག་མཚན་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ མི་སྤྱུག་པའི་གཟུགས་འཆང་བའི་ཁར་ཁྲོ་བ་
དང་གཏུམ་པའི་ཞལ་རྩམ་པ། སོ་སེའི་དཔུང་ཚོགས་དང་རུས་པ་མཐུ་ཡི་རྩལ་བརྟན་ཏེ་ དཔེན་གནས་གངས་
ཁྲོད་རི་ཁྲོད་ཚུ་ལུ་བཞུགས་པའི་མི་མ་ཡིན་པའི་རིགས་ལས་ གཞི་བདག་དང་ལྷ་སྤྱིན་འཛིགས་བྱེད་ཚུ་ཡིན་པས།
ཞལ་གྱི་མདོག་འབད་བ་ཅིན་ལྷ་བཙན་གྱི་རིགས་ནི་ཞལ་དཀར་པོ་དང་། ལྷ་བཙན་ནི་ཞལ་དམར་པ། བདུད་
བཙན་ཞལ་ནག་པོ་རབ་རྩ་ཁྲོ་བའི་ཞལ་དང་ལྷན་པ། སྐྱ་ལ་དར་སྒྲ་ཚོགས་ལྷ་བ་ལྷ་བ་བཟུང་བའི་ཕྱག་རྩ་ཕྱག་
མཚན་སྒྲ་ཚོགས་བསྐྱམས་པ། སོ་སེའི་འཁོར་དང་བཙས་ཏེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

གཞི་བདག་སྤྱི་ལ་འགྲོ་བའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་ སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པཎྜ་
འབྲུང་གནས་དང་ རིག་པ་འཛིན་པའི་སྤྲ་མ་ལྟོ་གཏེར་གྱི་བདག་པོ་གཏེར་སྟོན་པད་མ་གླིང་པ་མཚན་དང་།
འབྲུག་པའི་ལྷ་སྐལ་ཞབས་རྒྱུ་དག་དབང་ནུམ་རྒྱལ་མཚན་དང་གཞན་ཡང་སྤྲ་མ་གྲུབ་ཐོབ་ནུམས་གྱི་སྤྱན་ལྷ་རུ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུང་བའི་དམ་བཙའ་དང་། མི་དང་དྲུད་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལུ་གཞོན་འཆོ་
ལས་སྤང་སྟེ་ བན་པ་འགྲུབ་པའི་ཁས་སྤང་དམ་བཙའ་ལས་མ་གཡེལ་བར་མ་འདའ་བར་དམ་པའི་ཆོས་ལུ་བརྩོན་
པའི་ནུལ་འཕྱོར་པ་ཡོངས་ལུ་ འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་འགྲུབ་པར་མཇེད་པའི་དམ་བཙའ་གནང་རུག།

གསོལ་མཆོད།

ལྷ་མང་མེད་འོག་ལྷ་མང་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྤྱི་གསོལ་མཆོད་
ཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ལོ་ཕུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ནི་དང་། ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབས། མི་ནད་ཕུགས་ནད་ལ་
སོགས་པ་ནི་བའི་ཐབས་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཤ་ཡིན་པས། རེ་ཆེ་སྐབས་གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ལོ་
ཕུགས་རྟག་ཏུ་མི་ལེགས་ནི་དང་། ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱ་སྤྱི་གཞོན་པ་འབྱུང་ནི་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་
ལོ་ཐོག་དང་ མི་ལུ་གཞོན་པ་ཡང་ན་རྒྱང་འཛུབ་ཀྱི་གཞོན་པ་འབྱུང་ནི་ཡོད་ཟེར་གཡུས་ཁའི་མི་ཁྱན་ཤོས་ཚུ་གིས་
ཁ་རྒྱན་སྤྱི་བཤད་ནི་འདུག། གནས་བདག་འདི་ལུ་སྦྱིར་བཏང་ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཆོད་མ་གཏོགས་གཞན་
དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་སྟོན་བཅི་སྤྱང་ཉུ་ཐོག་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་མི་དང་དྲུད་འགོ་
སེམས་ཅན་ ལ་ཁོར་ཚུ་ལུ་ གཞོན་པ་དང་ཡང་ན་ལོ་ཐོག་ཚུ་ལུ་ གཞོན་ཁ་འབྱུང་པའི་སྐབས་དམིགས་བསལ་
སྤྱི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་དོ་ཡིན་པས། གསོལ་མཆོད་སྐབས་ ཆོགས་དང་གསེར་སྤྱི་མས་དཀར་མེ་དང་ དར་
ཤིང་འཕྱར་ནི་འདུག། དར་ཤིང་ཡང་དར་ཁ་མེད་རུང་སྤྱད་པ་སྣ་ལྔ་གི་ དར་རུང་འཕྱར་སྟོལ་འདུག།
རབ་འབྱུང་པ་ཅིན་གཞི་བདག་གི་གནས་ཁང་རྩ་བར་འབྱོ་སྤྱི་ གསོལ་མཆོད་ལ་ནི་དང་། རབ་གི་སྐབས་བདེ་
སྤྱི་ག་དང་འཁྲིལ་སོ་སོའི་སྟོན་གནས་ཁྱིམ་ནང་ལས་ཡང་ཕུལ་སྟོལ་འདུག། ལྷག་པར་དུ་ལོ་ལྟར་ལོ་ཆོག་སྐབས་
གཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་མ་ཆད་པར་ཕུལ་ནི་འདུག།

རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བླ་མ་བསོད་ནམས་བཀྲིས།

ཆོགས་པ་ཆེ་དབང་སྟོལ་མ།

༡༡ ཐོ་ལྷ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེ།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཐོ་ལྷ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ།

ས་གནས། ཀོས་ཕུ་ཐོ་ལྷ་ཐོ་བྲང་།

གཡུས། མོ་ཤི།

བསྟེན་མི། མོ་ཤི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར།

སྐབས་ཁུ་ཚུལ། ཐོ་ལྷ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འདི་ ཐོ་གིས་བསྟེན་པའི་ཐོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ སྐྱེས་པ་
འདི་ཚུ་མདའ་ཅེད་དོས་སྒོར་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ལས་རིམ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་པའི་
སྐབས་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་གནས་བདག་དང་བཅན་ཚུ་ལུ་ཡང་གསོལ་ཕྱ་
བཏབ་པའི་ཁར་ གཙོ་ཐོ་ལྷ་ཁོ་ལུ་བསྟེན་ནི་འདུག། གཞན་ཡང་གཡུས་སྒོ་
འདི་ནང་གི་ཡུལ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ལོ་ཐོག་ལུ་ ཆར་ཚུ་དུས་
སྤྱ་བབས་ནི་དང་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ཡོད་པའི་རྒྱ་ནོར་སྤྱང་ནི་དང་། སྒོ་ཕྱགས་
སེམས་ ཅན་ཚུ་ལུ་གོད་ཁ་ལས་སྤྱང་ནི་ཚུ་སྐབས་ཁུ་ཕྱ་ཨིན་མ་མ་ཚད་ གནས་སྐབས་
མི་སྡེ་ནང་ནད་ཕྱག་འབྲུག་ཅོད་ནི་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་སྐབས་ཁུ་ཕྱ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞི་བདག་གི་ཕོ་བྲང་དང་ གནས་ཁང་ཡང་གཙུག་ལག་ཁང་། དགོན་པའི་འཁོར་ཡུག། ཡུལ་གྲོང་། ས་གནི།
རི་བོ། འདི་བཟུམ་སྟེ་གཞི་བདག་ཕོ་ལྷ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གི་ཕོ་བྲང་ཡང་ གཡུས་སྒོ་འདི་ནང་ཤིང་དང་ནགས་
ཚལ་གྱིས་བསྐོར་བའི་སྡོད་དང་ལྷན་པའི་གངས་རི་ཆེན་པོ་སྟེ་མཇལ་ནི་འདུག།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

སྦྱིར་བཏང་གཞི་བདག་མཆོད་པའི་གསོལ་ཁ་ནང་ལས་ གཞི་བདག་འདི་གི་རྣམ་པ་འབད་བ་ཅིན་ མི་སྐྱུག་པའི་
གཟུགས་འཆར་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ཞལ་འདི་ཁྲོ་བ་དང་གཏུམ་ཞིང་རུམ་པ། འཁོར་དཔུང་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་
མཐུ་ཡི་རུས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ཏེ་ དབེན་གནས་གངས་ཁྲོད་དང་རི་ཁྲོད་ཚུ་ལུ་བཞུགས་པའི་མི་མ་ཡིན་པའི་
རིགས་ལས་ གཅིག་གནས་བདག་དང་གཞི་བདག་ཚུ་ཨིན་པས། ལྷ་དང་བཙན་གྱི་ཞལ་གྱི་མདོག་ཡང་ལྷ་ཞལ་
དཀར་པོ་དང་། ལྷ་བཙན་དམར་བ། བདུད་བཙན་ནག་པོ་རབ་དུ་ཁྲོ་བའི་ཞལ་དང་ལྷན་སྟེ་ཡོད་པའི་ཁར་ ན་
བཟའ་ཡང་དར་སྤྲོ་ཆོགས་ལྷ་བ་ལྷུ་བ་སྟེ་གཡོག་ཏེ། ཕྱག་མཆན་སྤྲོ་ཆོགས་སྟེ་སོ་སོའི་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་
བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཕོ་ལྷ་ཁོ་ཡང་ཕོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁྲོ་བའི་སྐྱུར་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་
པས།

དམ་བཞག།

གཞི་བདག་སྦྱི་ལ་འགོ་བའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྟོན་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་
གནས་དང་ ལྷ་མ་གྲུབ་ཐོབ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱན་སྲར་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟུང་། མི་དང་དུད་འགོ་
སེམས་ཅན་ཡོངས་ལུ་ གནོད་འཆེ་ལས་སྤངས། མཐུན་རྐྱེད་པན་བདེ་འགྲུབ་ནི་ལུ་ཁས་ལྷང་དམ་བཅའ་ལུ་
ཉུག།

གསོལ་མཆོད།

གནས་བདག་འདི་ལུ་ ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཆོད་མ་གཏོགས་ གཞན་དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་སྟོན་བཙུང་ཞུ་
ཐོག་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྟོལ་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་གནས་བདག་འདི་གིས་ མི་དང་སློ་ཕུགས་སེམས་ཅན་ཚུ་
ལུ་གཞོད་པ་དང་ ལོ་ཐོག་ཚུ་ལུ་གཞོད་ཁ་འབྱུང་པའི་སྐབས་ དམིགས་བསལ་སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོཔ་ཡིན་
པས།

གཞོད་པ།

གཞི་བདག་ཁོ་གིས་དབང་བའི་ས་གཞི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ལས་ ཤིང་བཏོགས་ནི་དང་རྩོ་བཀྱམ་ནི་གནས་ཁང་གི་རྩ་
བ་ལས་ཡར་སྐྱད་རྒྱབ་ནི་ལ་སོགས་པ་འབད་བ་ཅིན་ གཞོད་ནི་ཡོདཔ་ཡིན་པས། གཞན་ཡང་ དབང་ཐང་རྒྱང་
རྟ་རྒྱད་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་གཞོད་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

བླ་མ་བསོད་ནམས་བཀྲིས།

ལ་གླིང་ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)

༡ དངས་གླིང་།

གནད་དོན་བརྩམས་པ།

གནས་བདག་གི་མཚན། གནས་བདག་གཞི་བདག་ དངས་གླིང་།

ས་གནས། ལ་གླིང་།

གཡུས། ལ་གླིང་།

བསྟན་མི། གཞི་བདག་དངས་གླིང་དེ་ ཤར་ཕྱོགས་ལ་བྱུག་གི་ མི་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་རང་
བསྟན་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ ལ་གླིང་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་
གཙོ་བོ་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ དངས་གླིང་གི་སྤྱི་མཚོ་དེ་ ལ་གླིང་
གཡུས་ཚན་གྱི་གུ་ལུ་ཆགས་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ལ་གླིང་གི་གཡུས་ཚན་ག་ར་
གིས་ ཇོ་མོ་དང་དངས་གླིང་དེ་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱབས་ཁུ་ཚུ་ལ། མགོན་སྐྱབས་ཁུ་ནི་གི་ཐད་ཁར་ ག་ཅི་གི་དོན་ལས་ཡང་ གཞི་བདག་དངས་གླིང་ལུ་སྐྱབས་
མ་འཛོལ་ཤ་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ བཟུངས་ཚུ་ལུ་ལྷན་ཅིང་ སར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་རེ་འབད་རུང་ བྱ་བའི་ལཱ་ག་ཅི་
རང་འགོ་བཙུགས་རུང་ གཞི་བདག་དངས་གླིང་ལུ་སྐྱབས་འཛོལ་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་ལོ་
ཐོག་བཏབ་རན་མ་ད་དང་ ཐོག་བཏབ་ཚར་ཞིན་ན་ མ་བསྐྱུ་ཚུན་གྱི་རིང་ མེ་མེ་དངས་གླིང་ལུ་ མགོན་སྐྱབས་
འཛོལ་ཤ་འཛོལ་ས་རང་སྟོན་དགོས་ཡིན་པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གནས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབས་བསྟན་ས་གཙོ་བོ་
ཅིག་ཡིན་མ།



མེ་མེ་དངས་སྒྲིང་སྒྲ་མཚོ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དངས་སྒྲིང་གསལ་ལའི་སྒྲིན་འཕྲུལ་ལས། དགའ་བའི་ནགས་ཚལ་མེ་ཏྲོག་སྤང་ལོ་བཟ། །རི་བོ་ཀུན་འདུས་
 ཕྱགས་པའི་ཕྱེ་མོ་ནས། །ཕྱ་མེན་མཐིང་ལའི་མཚོ་མོ་འབྱུང་བའི་དབུས། །རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷའི་ཕོ་བྲང་གཞལ་ཡས་
 ནས། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྤང་ཆེན་པོ་དངས་ང་སྒྲིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ གཞི་བདག་མེ་མེ་དངས་སྒྲིང་གི་
 གནས་ཁང་ངམ་ སྒྲ་མཚོ་དེ་ ལ་སྒྲིང་གཡུས་ཀྱི་རི་མགུ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། ལ་སྒྲིང་ན་རོ་མཁའ་སྤྱོད་སྒྲིང་
 གི་སྒྱབ་སྤེལ་ས་ དངས་སྒྲིང་སྒྲ་མཚོ་ཚུན་ ཀང་ཐངས་སྤེལ་འབྱོ་བ་ཅིན་ ཚུ་ཚོ་ད་ ཡ དེ་ཅིག་སྒྲིང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།
 དེ་ཡང་ སྤང་དང་ནགས་ཚལ་ མཛེས་པའི་མེ་ཏྲོག་གིས་རྒྱས་པའི་སྒྲིན་ལུ་ གཡུ་མཚོ་སྤོན་མོ་འབྱུང་བའི་དབུས་

སུ་ རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གསུམ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ དྲངས་ང་གླིང་གི་པོ་བྲང་གཞལ་མེད་ཁང་ཆེན་པོའི་ནང་ལུ་
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང་ཆེན་པོ་ དྲངས་ང་གླིང་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།



རྣམ་པ་དང་སྦྱ་མདོག་ཕྱག་མཆོན།

དྲངས་གླིང་གསོལ་ཁའི་བསྟོད་ཆོག་ལས། སྟོག་གསུམ་ཀུན་ལ་དབང་སྦྱར་བྲེགས་པའི་རྒྱལ། རིན་ཆེན་གཏེར་
 གྱི་མངའ་བདག་དྲངས་ང་གླིང་། སྦྱ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་མདངས་འཇུག་བག་ལྟན། སྦྱན་ཅ་ཏུར་ལ་དབུ་སྦྱ་
 ཅོད་པན་བཅིང་། སྦྱན་ཆ་མགུལ་རྒྱན་གསེར་གཡུའི་ཕ་ཚོམ་ཅན། ཕྱག་ཞབས་གདུབ་བྱ་རིན་ཆེན་དོ་ཤར་
 ཅན། སྦྱུ་ལ་ན་བཟའ་བེ་འོག་བེར་ཆེན་གསོལ། སུ་རི་སྦྱུ་གསོལ་གདོང་ལྟའི་སྟེང་ན་རོལ། ཕྱག་གཡམས་
 དགས་འདོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བསྟམས། གཡེན་པས་ཞལ་བས་གང་བའི་གཞོང་པ་འཛིན། འཁོར་བྱ་གཞོད་

སྒྲིན་ཞོར་ལྟ་ཡོངས་ཀྱིས་བསྐྱོར། །ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བར་མཛད་ལ་བསྟོད། །ཞེས་པ་བཞིན་ རྒྱལ་བའི་
བསྟན་སྲུང་ཆེན་པོ་དྲངས་ང་གིང་དེ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པའི་གྲུང་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་ ཕྱག་གཤམས་པ་
ལུ་དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཤིང་ ཕྱག་གཤམས་པ་ལུ་ རོ་བརྒྱ་དང་
ལྷན་པའི་ཞལ་བཟུངས་སྟེ་གང་བའི་གཞོངས་འཛིན་ཏེ་ གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་ཞིང་
རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་བའི་ལྟ་སྐལ་ཅིག་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། སྐྱེ་མདོག་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ངེས་པའི་ཚུལ་དུ་
བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ བཀ་ར་བ་སྐྱམས་བཟུངས་པ་ གཞུང་གྲ་ཚང་གི་གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་གྱིས།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་མ་ངེས་ཅིར་སྤང་ཡང་། །ཐམས་ཅད་བསྟན་སྐྱོང་འགོ་འདུལ་ཐབས་མཁས་སྟེ། །འཁོར་དུ་
ལྟ་སྒྲིན་སྟེ་དཔོན་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར། །བཅོལ་བའི་ལས་རྣམས་འགྲུབ་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། ། ཞེས་གསུངས་
པ་བཞིན་ མེ་མེ་དྲངས་གླིང་གི་སྐྱེ་མདོག་ཡང་ རྣམ་པ་སྤྲོ་ཚོགས་སྟེ་སྤང་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་གསུངས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག

གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ལས། གྱི་ མི་འགྱུར་བསམ་ཡས་པོ་བྱང་དུ། །སློབ་དཔོན་པདྨ་བཙུན་གྱིས། །སྒྲིན་སྲུང་
བཀྲུག་ནས་དམ་ལ་བཏགས། །གཏེར་བདག་བསྟན་པའི་གཏེར་ཁ་གཏད། །ཞེས་དང་། གསོལ་ཁའི་བསྐྱང་བ་
ལས། གསང་བའི་མངའ་བདག་ལག་ན་དོ་རྩེ་ཡི། །སྤྱལ་པའི་གཟུགས་འཆང་སྤང་སྟེ་དེགས་པའི་རྒྱལ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་ གསང་བདག་ཕྱག་ན་དོ་རྩེའི་སྤྱལ་པ་ གཏེར་བདག་ཆེན་པོ་ དྲངས་གླིང་དེ་ སྒྲིན་གྱི་དུས་ལུ་
ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྲུང་བའི་ཕྱིར་དུ་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་རུང་ སྤྱར་ཡང་
བྱང་བྱང་རི་བོ་དབེན་གནས་སུ། །སྒྲུབ་དབང་གཤམས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། །ཕྱག་རྒྱ་གཉན་པོའི་བེལ་འོག་
ནན། །བཀའ་སྲུང་ཆེན་པོ་དབང་ཡང་བསྐྱར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ རྒྱལ་ལས་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྟེས་ཆེན་
དམ་པ་ སྒྲུབ་དབང་གཤམས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ སྐྱེ་འགོ་མཐའ་དག་སྲུང་
བའི་ཕྱིར་དུ་ ཁ་གཏོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

གསོལ་མཆོད།



གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་དུས་ཚོད། རང་ཁྱེ་བཞི་པའི་ཆོས་^{༢༠} ལུ་ བགྱིས་སྒྲིང་གྲ་ཚང་ནང་ལས་སྟེ་ སྒྲ་མ་
 དང་ སྟོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་ དྲངས་སྒྲིང་སྒྲ་མཆོའི་ཙ་བར་བྱོན་ཞིན་ན་ གསོལ་ཁ་ བསངས་དང་གསེར་སྦྱེམས་
 དེ་ལས་ཆོགས་དང་གཏོར་མ་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་ཏེ་ མེ་མེ་དྲངས་སྒྲིང་ལུ་མཆོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན།



གསོལ་མཆོད་སྐབས་ རོ་མོ་དང་དྲངས་སྒྲིང་གི་སྦྱ་འབྲེལ་པ།



ཆོགས་བརྒྱ་དང་ཙ་བརྒྱད།

རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

ཇོ་མོ་དྲངས་གླིང་གི་གསོལ་མཆོད་བསྐྱུས་པ་དང་།

དྲངས་གླིང་གསོལ་མཆོད་དཔེ་ཆ་རྒྱས་པ།

གཙུག་ལག་སློབ་དཔོན་ ཀམ་རང་གོལ་གྱིས་མཛད་མི་ གསོལ་བསྐྱུས།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ལ་གླིང་ན་རོ་མཁའ་སྒྱུད་གླིང་སྐྱབ་དཔོན་སང་ག།

ལ་གླིང་ ཆུ་པོ་ བཀྲ་ཤིས་དོ་ཨ།

གཤོང་ཕུ་ ཆེད་འོག་གི་ཡུལ་ལྷ་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༤)

། མཐོང་ཕུ་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་མཆན། མཐོང་ཕུ་བཙན།

ལྷ་ཁང་། འོད་གསལ་བསམ་གཏན་ཆོས་གླིང་།

ས་གནས། དགའ་གླིང་།

གཡུས། མཐོང་ཕུ།

བསྐྱེན་མི། དགའ་གླིང་སྤྱི་འོག་ ཡོམ་བྲི་ནང་གི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ སྤྱིས་བཙན་སྤྱོད་བསྐྱེན་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་། མཐོང་ཕུ་དགོན་པ་དེ་ སྤོན་མ་རུབ་ཕྱོགས་ སྤྱང་ཐིམ་གྲུ་ཚང་ལས་ གྲུ་མ་རིག་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་
གིས་གདན་ས་བཅགས་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གྲུ་མ་དེ་ཁོ་ར་ གནད་དང་མ་འདྲ་བའི་བསྐྱེན་འཛིན་གྱི་སྤྱིས་
ཆེན་ མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྷན་གྱི་རྟོགས་ལྷན་ཅིག་ཡིན་མས། མཐོང་ཕུ་འི་བཙན་དེ་ གྲུ་མ་ཁོ་ར་གིས་བསྐྱེན་དེ་
ཡོད་པའི་ སྤྱང་མ་ཅིག་ཡིན་པ་ད་ ད་རིས་ནངས་པར་ཡང་ གཡུས་དེ་ནང་ སྤྱིས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་
བསྐྱེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

སྔན་མ་གྲམ་ཁོ་ར་ཞལ་བཞུགས་པའི་བསྐྱང་ལས་རང་ བསྐྱན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཐུགས་སློན་ཚུ་
གནང་སྟེ་མགོན་སྐབས་གྱི་དོན་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ད་རིས་ནངས་པར་འབད་རུང་
གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་ མགོན་སྐབས་ལྷམ་ལྷམ་རང་ཨིན།



མཐོང་ཕུ་བཅན།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

མཐོང་ཕུ་བཙན་དེ་ དགོསྟོང་ནམ་པ་ཅིག་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ ཕྱག་གཡས་པ་གནམ་ལུ་འཕྱར་
ཞིང་ དམ་ཉམས་དག་པོ་བསྐྱལ་བའི་ མདུང་གི་རལ་གྱི་བསྐྱམས་པ། ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་དགོས་འདོད་ཐམས་
ཅད་བསྟེར་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་བསྐྱམས་སྟེ་ ཆིབས་རྟ་གྱར་ཆིབས་རྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།

དམ་བཞག།

དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་སྟོར་ལས་ག་དེ་སྟེ་ཡིན་ན་ ག་གིས་ཡང་ཁ་གསལ་སྟེ་སྐབ་ནི་མིན་འདུག། གྲམ་ཁོ་ར་ཞལ་
བཞུགས་པའི་སྐབས་ བསྟན་དེ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ འདི་གི་སྟོར་ལས་ གྲམ་ལུ་ཡང་ཁྱུ་མི་ག་ཡང་མ་ཐོན་
འོང་ནི་མས་ ད་རིས་ནངས་པར་གིས་ཡང་ཁྱུངས་བསྐྱལ་ཚུགས་མི་མིན་འདུག་ཟེར་བཤད་ཡོད་པ་ཡིན།

ཡིན་རུང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་སྤང་མ་ག་ཅི་རང་ཡིན་རུང་ མང་ཤོ་རང་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་
བསྟན་འཛིན་གྱི་སྦྱིས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་ འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་གནང་
ཡོད་པ་ལས་ ཡུལ་བཙན་དེ་ཡང་ དེ་སྟེ་རང་བཞག་དགོས་འོང་ཟེར་ཁྱུ་ནི།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་ལུ་ དང་ཕུ་གདན་ས་བཏབ་མི་གྲམ་ཁོ་རང་ཞལ་བཞུགས་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཕུལ་མི་
ཚུ་མ་ཉམས་པར་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ད་རིས་ནངས་འབད་རུང་ ཡར་ངོའི་ཆོས་ཅུ་དང་
མར་ངོའི་ཆོས་ཅུ་ དེ་ལས་ རྒྱ་རིམ་བཞིན་བྱ་ ཉེར་དགུ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒྱམ་བཅུ་
པའི་ནང་ ལོ་ལྟར་གྱི་ཆོས་བཅུ་ཚུ་གནང་སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱས་པར་སྟེ་ཕུལ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱམ་༡༩ པའི་ ཆོས་༢༤་༢༩་༣༠ ལུ་ ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཆོད་རྒྱས་པ་ གཏོར་ཕངས་དང་མཚུག་བསྐྱའི་
གཏང་རག་བཅས་ཕུལ་རྟེ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཀྱུ་ཉིན་དཔེ་ཆ།

གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཤོང་ཕུའི་ཀཔོ་ མཚན་ཉིན།

ལྷམ་ འཆི་མེད་རྩོ་ཐེ།

༡ མནཱ་ར་ཇ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་མཚན། རྒྱལ་པོ་ མནཱ་ར་ཇ།

ས་གནས། འཆང་མི།

ལྷ་ཁང་། འཆང་མི་ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི། བསྟེན་མི་འཆང་མི་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་འོག་ནང་ཡོད་པའི་མི་སེར་ག་ར་གིས་ ལྷ་ག་ཅི་
རང་འབད་རུང་ ག་ཏེ་འགྱོ་རུང་ བཅོན་རྒྱལ་པོ་མནཱ་ར་ཇ་ལུ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྒྱལ་པོ་མནཱ་ར་ཇ་དེ་ སྟོན་རྒྱས་རབས་བཅུད་པའི་ནང་ལུ་ ཞོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཕྱག་ལུ་སྟེ་ རྒྱ་གར་ལས་འོང་
ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས། ཨིན་རིན་པོ་ཆེ་ རྒྱ་གར་ལས་བོད་ལུ་བྱོན་མ་དེ་ཨིན་ན། བོད་ལས་ལོག་འབྲུག་ལུ་བྱོན་མ་དེ་
ཨིན་ན་ གསལ་ཁ་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། ལོ་རྒྱུས་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བོད་ལས་མར་བྱོན་
ཡོད་པ་སྟེ་སྟོན་བ་ནི་འདུག། ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ རྒྱ་གར་ལས་འོང་ཡོད་པ་སྟེ་སྟོན་བ་ནི་འདུག། ཨིན་རུང་ ཆིབས་ཞོན་
ལུ་ལྷ་བ་ཅིན་ རྒྱ་གར་ཨིན་མ་སྟེ་བཞག་རུང་མ་བདུབ་མིན་འདུག།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

མགོན་སྐྱབས་ལུ་ནི་འདི་དོན་ལས་ རྒྱལ་པོ་མ་རྒྱ་ར་ཇ་དེ་ལུ་ རུས་རྒྱུན་ལྷ་བྱ་རང་གསོལ་མཆོད་ཚུ་སྤུལ་ཏེ་མགོན་
སྐྱབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། རྒྱལ་པོ་མ་རྒྱ་ར་ཇ་དེ་ གནམ་མེད་ས་མེད་བཀའ་ལྷུང་དྲག་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ ཁོ་ལུ་
མགོན་སྐྱབས་འཆོལ་རུང་སྐྱབས་ལྷུང་བ་སྤྱེ་མཛད་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ རྒྱལ་པོ་གི་མཐའ་འཁོར་དང་ ལྷ་ཁང་དང་
འབྲེལ་བའི་ཅ་ཆས་རེ་འབྲུ་འབག་རུང་ ལ་ཁག་བཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འཆང་མི་གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་
རྒྱལ་པོ་མ་རྒྱ་ར་ཇ་ལུ་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་བསྟན་ཏེ་ མགོན་སྐྱབས་འཆོལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།



སྐྱ་མདོག་ནམ་པ་ཕྱག་མཆོན།

རྒྱལ་པོ་མ་རྒྱ་ར་ཇ་འདི་སྐྱ་མདོག་དེ་ དཀར་པོ་སྤེ་ དབུ་ལུ་ཚོག་ཞུ་གསོལ་ཏེ་ ཕྱག་གཡུས་པ་ལུ་སྤུལ་གྱི་ཞགས་པ་
དང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་ དམ་ཉམས་དག་པོ་བསྐྱུལ་བའི་ རལ་གྱི་བསྐྱམས་སྟེ་ སྤངས་ཆེ་ལུ་ཞོན་ཏེ་ རྒྱལ་པོ་
ཆེན་པའི་ཆ་ལུགས་སྤེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

ཀྱལ་པོ་ཆེན་པོ་མཁུ་ར་ཇ་དེ་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཁྱོན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་སྟེ་ ཉགས་ཕྱོགས་
གྱི་མ་རུངས་པ་ནམས་བསྐྱལ་ཞིང་ དཀར་ཕྱོགས་སྦྱངས་བའི་ གཡུས་ཁའི་གནས་བདག་གཞི་གཞི་བདག་སྟེ་
བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

འཆང་མི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བཙུ་ཚུ་ལྷ་རིམ་བཞིན་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལྷམ་ལུ་པའི་
སྤེལ་ལྷ་ཆོས་བཙུ་ཚུ་གནང་སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་མ་ཆད་ ཉགས་ཆམ་རེ་བྱང་རུང་ ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་རང་གི་སྐྱེས་ལྷའི་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ རང་
སའི་བྱིམ་ན་འབད་རུང་ གཙོ་བོ་སྟོན་སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

༡ བྱ་ན་བྲག་བཙན་དམར་པོ།

བྱ་ན་བྲག་བཙན་དེ་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ག་ནི་ཡང་མེན་མ་ལས་ སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་
ལ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ཚམ་སྤྲེའི་ཡོད་མི་འདི་ འོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད།

ས་གནས་བྱ་ན་ལུ་ བྱ་ན་བྲག་བཙན་དམར་པོ་ཟེར་མི་ཅིག་ཡང་བཅི་ནི་ཡོད་མི་འདི་ གནས་བདག་གཞི་བདག་
ག་ནི་ཡང་མེན་པས། ཁོ་ར་རྒྱ་གར་ལས་ཡིན་མ་དུ་ ས་གནས་འདི་ཁར་གྱི་སྟེ་ བྱལ་ལས་བྲག་བཙན་ལུ་སྤྲེའི་
ཡོད་པ་སྤྲེའི་སྤྲེའི་འདུག།

ཁོ་ལུ་མཚན་དེ་གིས་སྤྲེའི་ ལེགས་ཤོམ་འབད་བ་ཅིན་ དོག་མ་དང་པ་ནི་རྒྱ་ཡང་ས་གནས་འདི་ནང་བསྐྱལ་བཞག་
དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ རང་དབང་ཐང་ ལྷུང་རྟ་རེ་རྒྱུད་པ་ཅིན་ བཀོ་ལ་དཀར་པོ་ཁྱོན་ཏེ་ རྒྱ་གར་གྱི་ཆ་
ལུགས་སྤྲེའི་ཕྱད་ནི་ཡོད་ཟེར་ཡིན་པས། ཁོ་དང་ཕྱད་པ་ཅིན་ བམ་ཚམ་རེ་བྱུང་སྟེ་ ཁོ་ལུ་མཚན་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

གཤོང་ཕུ་རྒྱལ་ མཚན་རྟེན།

ཨམ་ ཤེས་རབ་བཟང་མོ།

༤ དེགས་པ་དབང་འདུས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་མཚན། ཅུང་ཟུང་དེགས་པ་དབང་འདུས།

ལྟ་ཁང་། ལྷན་གྲུབ་ཚས་གླིང་།

ས་གནས། འཆང་མི།

གཡུས། འཆང་མི།

བསྟན་མི། འཆང་མི་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ག་ར་གིས་སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་སྤེ་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་མ་
ཚད་ དགའ་གླིང་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ཡང་ ཅུང་ཟུང་དེགས་པ་དབང་འདུས་བསྟན་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱབས་ཁྱུ་ཚུལ། ཡུལ་བཙན་དེགས་པ་དབང་འདུས་ལུ་སྐྱབས་ཁྱུ་ཚུལ་དང་གཞན་གྱི་གནས་བདག་
གཞི་བདག་ལུ་སྐྱབས་ཁྱུ་ཚུལ་དང་མ་འངས་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་
ནི་འདི་གིས་ ཨ་ལུ་འུ་ཆོ་སྟོག་གི་དོན་ལས་སྐྱབས་ཁྱུ་ནི་དང་ ཡོ་ཕུགས་ལེགས་ནི་འདི་དོན་ལས་ གསོལ་མཚན་
ཕུལ་ནི་ ལཱ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ལམ་གྲོས་ལེགས་ཤོམ་འགྱུ་ནི་འདི་དོན་ལས་ མགོན་སྐྱབས་ཁྱུ་ཨ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་ཁང་ཟེར་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། མ་གཞི་དེགས་པ་དབང་འདུས་ཁོ་རང་ སྟོན་མ་དག་སྟོང་
སྟོན་ལྷན་ཅིག་ཡིན་པས། བྱལ་ལས་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ཉམས་ཏེ་ཨམ་སུ་དང་བུ་གཞི་ཚུ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན།

ཉི་ ད་རིས་ནངས་པར་ ས་གནས་འདི་ཁར་ཡོད་པའི་ གནས་ཚུ་རྩེགས་པ་དབང་འདུས་དང་ཡུམ་སྤུལ་ཨིན་
པའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།

གནས་བདག་གི་མིང་རྟུང་ཕུ་རྩེགས་པ་དབང་འདུས་ཟེར་སྒྲུབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ ས་གནས་འདི་ཁར་ རྟུང་
དཀར་གཡས་འབྲིལ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་གཉིར་ལུ་སྤྲ་བཞག་ཡོད་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་འདི་གིས་ རྟུང་ཕུ་ཟེར་སྒྲུབ་དོ་ཡོད་པ་
ད་ འཆང་མི་གི་གནས་འདི་ མོན་ཏྲ་མང་མང་འབྲེ་གི་ གནས་རྩ་ག་བྱང་གི་ གནས་མཚུག་ཨིན་མ་སྤྱོད་བཞག་མི་
འདུག།



རྟུང་དཀར་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད།

སྐྱུ་མདོག་ནྐམ་པ་ཕྱག་མཆན།

སྐྱུ་མདོག་ནྐམ་པའི་སྐོར་ལས་ ངག་ཐོག་ཁ་གསལ་སྒྲིབ་མི་མེད་པའི་ཁར་ དཔེ་ཆའི་ནང་ལུ་ཡང་ ཉིང་སངས་
ས་ཅིག་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ དུང་ཕུའི་བཙན་དེ་ སྐྱུ་མདོག་དམར་
བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ་དབུ་ལུ་མོག་ཞུ་གསོལ་ཏེ་ དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་ཞིང་ནག་ཕྱོགས་ཚར་བཅད་པའི་ སྐྱེས་
བུ་ཆེན་པོ་བློགས་པ་དབང་འདུས་བཞུགས་སོ་གསོལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་བཞག་དེ་ཡང་ སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དུང་ཕུ་སྟེ། །པརྩ་འབྱུང་གནས་བཀའ་གཉན་པ། །དམ་ལ་
གནས་པའི་སྤྱང་མ་ནྐམས། །བཀའ་སྡོད་འབྲན་གཡོག་འཁོར་དང་བཅས། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ ཞུན་དིན་པོ་
ཆ་གི་བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ།

ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་ཚུ་ཁྱེད་ཅིམ་བཞིན་དུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལོ་ལྟར་ཆོས་བཅུ་ཡང་གནང་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན། དེ་ཡང་ ལྷམ་༡༠པའི་ཆོས་༡༩༧༩་༡༥ གསུམ་ལུ་ བཀའ་བརྒྱད་གཏོར་འཕངས་དང་བཅས་
གནང་སྟེ་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ལྷམ་༣པའི་ཆོས་༡༩༧༩་༡༥ ལུ་སྐྱུ་འཆམ་དང་བཅས་
ཏེ་ཆོས་བཅུ་ཚུ་གནང་སྟེ་ ཆོས་༡༩༧༩་ལུ་བཀའ་བསྐྱུར་འབྲམ་ཚུ་ལྟག་སྟེ་ ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་ཏེ་གསོལ་མཆོད་
ཚུ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན།



དུང་ཕུ་ བཀའ་དམ་མཆོད་རྟེན།

རྒྱལ་སྐྱོར་གནང་དགོ་པའི་གྲོས་འབུལ་ཞུ་བ།

དུང་ཕུའི་བཙན་དེ་ ཡུལ་བཙན་ཅ་ཆེ་ཞིང་ སྐྱེས་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ མཚམས་པ་ཆེ་
 དིང་ཕུན་ཆོག་ཁོ་ལོ་ར་ལྷག་བསམ་གྱི་ཐོག་ལས་ བཙན་ཁང་ངམ་ གནས་ཁང་གཅིག་རྒྱལ་ནི་རེ་བ་ཡོད་རུང་ མ་
 དངུལ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ལས་བརྟེན་ དེ་བ་རྒྱུ་ཐོས་བཟུམ་ཅིག་འགྱུར་ཡོད་པ་ལས་ ད་དུས་སྒོལ་འཛིན་
 ལྷན་ཁག་རྒྱལ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་ གནས་ཁང་རྒྱལ་ནི་དོན་ལས་ རྒྱལ་སྐྱོར་ཅིག་གནང་ཚུགས་པ་ཅིན་ དགའ་གླིང་
 འཆང་མི་ གཤོད་ཕུ་ཆེད་འོག་ནང་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྒོམ་འོང་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་སྐྱོར་མཛད་ཐུབ་པའི་ཞུ་བ་
 ཕུལ་ཤ་ཨིན།

ཀྱབ་རྟེན་དཔེ་ཆ།

དུང་ཕུ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

འཆང་མི་ མཚམས་པ་ཆེ་རིང་ཕུན་ཆོགས།

འཆང་མི་ ཤེས་རབ་བཟང་མོ།

པོངས་མེད་ཀྱི་འོག་གི་ཡུལ་ལྗང་གནས་བདག་གཞི་བདག། (༡)

༡ མེ་མེ་ར་ལང་ ངམ་ རོ་རྩུང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་མཚན། མེ་མེ་ར་ལང་།

ས་གནས། ར་ལང་།

གཡུས། བྱང་གཡུས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་ལོགས་སུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ མེ་མེ་ར་ལང་གི་སྤོ་ཏྲག་འདི་གྱར་ བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་
སྤྱི་ཆེན་ཚུ་བྱུགས་དམ་གནད་བཞུགས་སའི་མཚམས་ཁང་དང་ དེ་ལས་ ཆོགས་མཆོད་ཕུལ་སའི་གནས་ཁང་
བཟུམ་རེ་ཡོད་པ་ཡིན།



མེ་མེ་ར་ལང་།

མེ་མེ་ར་ལང་འདི་གནས་བདག་གཞི་བདག་ག་ནི་ཡང་མེན་མ་ལས་ མེ་མེ་ར་ལང་གི་སྐྱོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་ སྔོན་
པ་མེས་ཀྱི་སྐྱབས་ལས་སྐྱབ་རྒྱུ་དར་ཏེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅམ་ཡོད་མི་འདི་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་སྐྱོར།

ར་ལང་འདི་གནས་བདག་གཞི་བདག་ག་ནི་ཡང་མེན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི། གནས་ཀྱི་མཐོང་སྣང་དང་འབྲེལ་ལོ་རྒྱུས་
ཅམ་མ་གཏོགས་ ཡུལ་བཅན་ལ་སོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་ནམ་ལས་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ དམ་བཞག་གི་
སྐྱོར་ལས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མེད་པ་ཡིན། དག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ འོག་ལས་མར་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་
ཡིན།

གསོལ་མཆོད།

གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཚུལ་གྱི་སྐྱོར་ལས་ བཤ་ཚལ་རེ་བྱུང་མ་དུ་མེ་མེ་ར་ལང་ལུ་མཆོད་ནི་དང་ ཡར་ངོ་མར་མེའི་
སྐབས་ མེ་མེ་ར་ལང་ཟེར་ཚོགས་མཆོད་ཕུལ་མ་དང་འབྲེལ་ མཆོད་སྒོལ་ཡོད་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་ གཞན་
དམིགས་ ཁ་གསལ་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་ཡིན། མ་གཞི་ར་ལང་ཟེར་བའི་སྙན་གྲགས་དེ་ ར་དྲི་ཕོངས་མེད་ག་ཏེ་
ཡང་བྱབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

དག་རྒྱུན་ ལོ་རྒྱུས།

ར་ལང་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ སྔོན་མ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལུ་ དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐྱུ་སྐྱབ་དང་ རྒྱལ་པོ་
བདེ་སྟོན་བཟང་པོ་གཉིས་ མཆོད་གྲོགས་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁོང་གཉིས་གཉུལ་བྱའི་དོན་ལུ་ དཔེ་གཅིག་ལུ་
སྐྱར་ཞིན་ན་ གནང་གནང་མ་མས།

དེ་ཡང་ སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་ སྐྱེ་མ་སྐྱུན་བདུན་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྐྱེ་མ་སྐྱུན་བདུན་དེ་རིག་པ་གཞན་དང་མ་
འདྲམ་ཅིག་སྟེ་སྟོན་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོན་བཟང་པོ་གི་ཕོ་ཆུན་མ་དེ་ སྐྱེ་མ་སྐྱུན་བདུན་འབད་སར་
སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་པར་བཏང་ཡོད་པ་ད་ སྐྱེ་མ་མཁན་ཚུ་གིས་ སྐྱེ་མ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྟོན་མ་བྱིན་མ་ཡིན་པས། རྒྱལ་པོ་

བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་དེ་ སོ་ཆཀོམ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་སར་རྒྱགས་སྐལ་སྐལ་བར་འགྱུར་ད་ སྐྱུ་མ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྟོན་མི་
 ཕྱིན་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ལོགས་འབྱེད་འོང་ཅུག། ལོགས་འབྱེད་འོང་ཞིན་ན་ རྒྱལ་པོ་བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་དེ་ མི་
 གཞན་དང་མ་འདྲམ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ཤེས་ཏེ་ ད་ཀྱོང་ས་ནི་འདི་དོན་ལས་ སྐྱུ་མ་སྐྱུན་བདུན་གྱིས་ཉིང་བདེ་འཇུག་འོང་
 ཅུག། རྒྱལ་པོ་བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་ལུ་ སོ་ཆཀོམ་ལུ་རྒྱགས་སྐལ་སྐལ་ནི་འདི་དོན་ལས་ ཏྲ་དཀར་པོ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་
 པས། རྒྱལ་པོ་བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་གིས་སོ་ཆཀོམ་ལུ་ ཁྱོད་འབད་སར་སྐྱུ་མ་རྒྱབ་མི་ ཁོང་སྐྱུ་མ་མཁན་སྐྱུན་
 བདུན་ཐོན་འོང་། ཁོང་གིས་ཏྲ་བཙོང་གནང་ཟེར་སྐབ་འོང་། དེ་སྐྱང་སོ་ཆཀོམ་ཁྱོད་གྱིས་ ཏྲ་དེ་བཙོང་རུང་ ཏྲའི་
 ཐུར་དེ་མ་བཙོང་མ་སྐྱེ་རེད་ཟེར་སྐབ་ཅུག དེ་ལས་སྐྱུ་མ་རྒྱབ་མི་སྐྱུན་བདུན་ཉོད་དེ་ རྒྱལ་པོ་དེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་གིས་
 ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་འགྲིག་ནང་ལས་ལྟམ་ཅིག་ སྐྱུ་མ་རྒྱབ་ཐངས་གྱི་སྒོར་ལས་ག་ར་ཤེས་ཤེས་པ་ཨིན་པས། ཡ་ད་
 འབད་ན་ང་བཅས་གྱི་སྐྱུ་མ་རྒྱབ་ཐངས་གྱི་སྒོར་ལས་ཁོ་གིས་ཤེས་ཅིར་སྐྱེ་རེད། ད་ཁོ་བསད་དཔ་དྲག་ཟེར་འཆར་
 གཞི་བཙམས་ཅུག ཁོང་གི་འཆར་གཞི་དེ་སྟེ་ཨིན་མ་ རྒྱལ་པོ་དེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་གིས་ཤེས་ཏེ། སོ་ཆཀོམ་ཁྱོད་
 གྱིས་ ཏྲ་བཙོང་རུང་ཐུར་མ་བཙོང་སྐྱེ་རེད་ཟེར་སྐབ་སྟེ་ ཁོ་ཏྲ་ལུ་སྐྱུ་མ་སྤོད་ཅུག

ཏྲ་ལུ་སྐྱུ་མ་ཆར་བའི་ཨ་ཙི་ཅིག་ཁ་ལས་ སྐྱུ་མ་སྐྱུན་བདུན་ཏྲ་ཉོ་བར་སྤོད་ཅུག དེ་ལས་ སྐྱུ་མ་སྐྱུན་བདུན་གྱིས་
 སོ་ཆཀོམ་ལུ་ ཏྲ་བཙོང་གནང་ཟེར་སྐབ་ད་ ཏྲ་མི་བཙོང་ཟེར་སྐབ་ཅུག ད་དེ་སྟེ་མ་འབད་ གཙོང་གནང་ཟེར་
 སྐབ་སྐབ་སྟེ་ ཉན་རང་མ་བདུབ་པར་ ཏྲ་བཙོང་ནི་འབད་མ་ད་ ཨ་ཙི་དེ་ཙུ་ཆས་མཚམས་ཅིག་སྟེ་ གསལ་ཏྲིག་
 ཏྲ་མེད་མི་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཏྲ་བཙོང་མ་ད་ མོ་ཙུ་དེ་ཏྲ་ལུ་སྐྱུ་མ་ཏྲེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ཡ་ད་འབད་ན་སོ་
 ཆཀོམ་གིས་ག་དེ་སྟེ་འབད་འོང་ག་ཟེར་ མཐོ་བསམ་བཏང་སྤོད་པ་ད། སོ་ཆཀོམ་དེ་ མི་ཕྱང་མ་ཅིག་འབད་ནི་
 འདི་གིས་ ཐབས་རང་མེད་པར་ ཏྲའི་རིན་ཏོ་ལེན་ཞིན་ན་ ཏྲའི་ཐུར་ཡང་ཅིག་ཁར་སྤོད་བཏང་ཡི་ཟེར་ཨིན་
 པས།

དེ་ལས་སྐྱུ་མ་སྐྱུན་བདུན་གྱིས་ཏྲ་འབྱེད་འགྱུ་སྟེ་མཚོ་གཅིག་གི་མཐའ་མར་སྤོད་པ་ད་ སྐྱུ་མ་སྐྱུན་བདུན་གྱིས་ ཏྲ་
 དེ་བསད་ནི་འཆར་གཞི་བཙམས་ཏེ་ བསད་ནི་འབད་མ་ད་ རྒྱལ་པོ་དེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་མངོན་ཤེས་ཡོད་ནི་འདི་
 གིས་ མངོན་ཤེས་མཁྱེན་ཏེ་ ད་རིས་ང་བསད་རང་བསད་ནི་མས་ ད་རིས་འབད་ན་འབད་ཐབས་ཅིག་ག་ནི་

ཡང་མིན་འདུག་སྟེ་རེད་ཟེར་། མཐོ་སྒོད་པའི་བར་ན་ མཚོ་ནང་ལུ་ལྟམ་ད་ མཚོ་ནང་ལས་ཉ་གཅིག་ཆུའི་ཁར་
ཐོན་པ་ད་དང་ ཁ་བྲག་རྒྱབ་སྟེ་ རྣམ་ཤེས་ཉ་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་འབྱོམ་ད་ སྤྱུལ་སྤྱུལ་བདུན་གྱིས་ཡང་ཉ་གོ་སྟེ་ རྟའི་
རྣམ་ཤེས་བཀོ་བཞག་སྟེ་ཉ་བཟའ་མི་སྤྱུལ་བདུན་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་བདའ་འབྱོལ་ལྟེ། ཉ་དེ་གནམ་མེད་ས་མེད་མཚོགས་
འབྱོལ་འི་ཤུགས་གྱིས་ལུ་སྤྱུག་ ཐང་ཆད་དེ་ ག་དེ་འབད་ན་ན་མ་ཤེས་པར་ ཆུ་ནང་ལས་ཡར་འཛོང་སྟེ་ གནམ་
ཁར་ལྟམ་ཅིག་ གནམ་ཁ་ལས་བྱ་ཅིག་ཕྱར་འབྱོལ་མཐོང་ལྟེ། དེ་ལས་ ཉའི་རྣམ་ཤེས་བཀོ་བཞག་སྟེ་ བྱའི་
རྣམ་ཤེས་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་འབྱོལ་ལྟེ།

བྱ་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་འོང་རུང་ སྤྱུལ་སྤྱུལ་བདུན་གྱིས་ཡང་ བྱ་བཟའ་མི་བྱ་གཟིགས་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་བདའ་འོང་ཏེ་ གནམ་
མེད་ས་མེད་ནགས་ཚལ་གཞན་དང་མ་འདྲམ་ཅིག་ཡོད་སར་མཚོགས་ཏེ་ཕྱར་འབྱོལ་སྟེ་ སྤྱུ་གཅིག་ཡོད་སར་
སྒོད་པ་ད་ འདི་ནང་ལུ་ཁོར་གྱི་བྱང་ས་ཅིག་ཡོད་སར་སྒོད་ལྟེ། ཁོར་གྱི་བྱང་ས་བཟུམ་འབད་མི་ཁྱིམ་རྒྱང་ཀྱུ་
འདི་ནང་འབྱོམ་ད་ རྒྱལ་པོ་བདེ་སྒོད་བཟང་པོ་མི་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་ བདའ་ཏེ་འབྱོམ་ད་ འདི་ནང་ལུ་བྱང་སྒོང་ཅིག་
བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་མཇལ་ལྟེ།

བྱང་སྒོང་དེ་ལུ་ ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་གར་སྤྱབ་སྟེ་ སྟོག་སྤྱབས་འབད་དགོཔ་སྟེ་ཞུ་ལྟེ། བྱང་སྒོང་གིས་ ག་དེ་སྟེ་འབད་
དགོཔ་སྟེ་ཟེར་བྲིམ་ད་ གཞན་ག་ནི་ཡང་འབད་མི་དགོ། ད་གིས་ བྱང་སྒོང་གི་ཕྱང་མ་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་སྒོད་འོང་།
ཁོང་གིས་བྱང་སྒོང་གི་ཕྱང་མ་གནང་ཟེར་སྤྱབ་འོང་། འ་ནི་སྟེ་སྤྱབ་ད་ བྱང་སྒོང་གིས་ ཁོང་མི་བདུན་ལུ་ ཕྱང་མ་
འདི་གནང་རུང་ དོན་འཛིན་འདི་གནང་མ་ད་ མོ་གིས་སྤྱར་ཡི་སྤྱར་ཡི་རང་ ཁ་ནང་བཞག་སྟེ་རེད་ཟེར་ཞུ་སྟེ་
བྱང་སྒོང་གིས་ཡང་བདུབ་ཟེར་ ལོ་རྒྱུས་སྤྱབ་ ཚར་མ་ཅིག་རང་ ཁོང་མི་བདུན་ཡང་སྒོད་དེ་ བུ་ལུ་མི་ག་ཡང་མ་
འོང་ག་ཟེར་བྲིམ་ད་ བྱང་སྒོང་གིས་ག་ཡང་མ་འོང་ཟེར་ ཞལ་རྒྱུ་གསུངས་ཏེ་ ཨིན་ན་དེ་འབད་བ་ཅིན་ བྱང་
སྒོང་གི་མ་ཉི་ཕྱང་མ་འདི་ར་བཅས་ལུ་གནང་ཟེར་ཞུམ་ད་ མི་ཕྱིན་ཟེར་སྤྱབ་ལྟེ།

ད་དེ་སྟེ་མཇོང་མ་ད་ ག་དེ་འབད་རུང་གནང་ཟེར་གསོལ་མ་བཏབ་ལས་བརྟེན་ ཕྱང་མ་གནང་དགོཔ་ཐོན་ལྟེ།
ཕྱང་མ་གནང་མ་ད་ ཁོང་ལུ་ཞུ་དོམ་བཟུམ་སྟེ་ ཕྱང་མ་གི་དོན་འཛིན་དེ་ ཁ་ནང་བཅུགས་བཞག་སྟེ་ གཞན་རྒྱ་

བྱིན་ནི་འབདམ་ད་ བྱེངམ་ཐག་པ་དོག་ཡར་སོང་སྟེ་ བྱེངམ་ག་ར་སོ་སོ་སྟེ་བདལ་ཡར་སོང་ཅུག། བྱེངམ་ཕུད་དོ་
རེ་རེ་གིས་ སྤལ་པ་འམ་ཉག་ཉག་པ་། རེ་ལུ་འགྱུར་ཡར་སོང་ཏེ་ སྤལ་པ་ བརྒྱ་དང་ཙ་བརྒྱད་འགྱུར་ཡར་
སོང་ཅུག། སྤལ་པ་༡༠༥པོ་དེ་ སྤྱུ་མ་སྤྱུན་བདུན་གྱིས་ བྱ་པོད་ལུ་སྤྱུལ་ཞིན་ན་ ག་ར་བཟའ་ད་ཅུག། ཡུ། ད་
འབདན་ དེའི་ལཱ་དེ་འཛོལ་རང་འཛོལ་སི་སྤྱ་རེད་ ང་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་རིང་ལུ་ དགོན་པ་ལུ་སྟོན་དེ་ མ་ཉི་བྱང་
སྟོན་མི་གི་དགེ་བའི་ཙ་བ་ག་ར་རྒྱུད་བོད་ཡར་སི་ ཟེར་ཐུགས་མེ་གནང་ཏེ་ སྤལ་པ་བཟའ་མི་བྱ་པོད་འདི་ལུ་
རྟམ་ཐག་སྤྱུག་བྱིན་མ་ད་ བྱ་པོད་ཡང་ཤི་སོང་ཅུག། བྱ་པོད་ཤི་སྟེ་ རོ་དེ་མི་རོ་བདུན་ལུ་འགྱུར་ཡར་སོང་ཅུག།

དེ་ལས་ན་ངང་སྟོང་གིས་ ཁོ་རའི་ཞལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་བཞག་མི་ དོན་འཛིན་དེ་བཏོན་ཞིན་ན་ ད་འབདན་སྤལ་
ས་སྤལ་ཡི་སྤྱ་རེད་ གསུངམ་ད་ ངང་སྟོང་དགོངམ་མ་ཁྲེལ་ཟེར་ཞུམ་ཅུག། ཁྱོད་ཀྱིས་ང་མི་ཆོ་ག་ཅིག་གི་རིང་
སྤྱུབ་མི་དགེ་བ་ག་ར་རྒྱུད་ཟོས་བཏང་ད་ཡི་ཟེར་གསུངམ་ད་ ངང་སྟོང་ཁྱོད་སྟོ་འགྱོད་བསྐྱེད་མི་དགོ། ཁྱོད་ཀྱིས་
ག་ཅི་གསུངམ་ཅིག་ང་གིས་ཐུག་ཞུ་གེ་ཟེར་ཞུམ་ད།

དེ་འབད་བ་ཅིན་བརྟུབ་པས། རྒྱ་གར་ནོ་མེ་གནན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ བྱང་རྒྱལ་ཤིང་གི་གྲུར་ རོ་དངོས་གྲུབ་ཟེར་མི་
ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན། འ་ནི་འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་འབག་འོང་རྒྱལ་ས་པ་ཅིན་ ང་བཅས་གཉིས་ཆ་རང་སངས་རྒྱུས་ནི་ཨིན།
ཁྱོད་ཀྱིས་འབག་འོང་རྒྱལ་ས་པ་ཅིན་བཀྱིན་ཆེ་ནི་མས་ཟེར་གསུངས་ཅུག། དེ་ལས་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོན་བཟང་པོ་གིས་
རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་འབག་འོང་ནི་གི་དོན་ལས་ ཐབས་ཤེས་ག་དེ་སྟེ་སྟོན་ཅུག་ག་ཟེར་བ་ཅིན་ ལྟོ་མི་བཀྱེན་འི་
དོན་ལས་ ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཟས་དང་ཁ་སྒྲོམ་པ་ཅིན་ རྒྱའི་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་རྒྱར་གནང་སྟེ་ ལམ་བདའ་འགྱོམ་ད་
ལམ་གྱི་དཔག་ཚད་འ་ནེམ་ཅིག་ཁར་སྟོན་པ་ད་ མི་མ་འབྲམ་དང་ཕྱད་འོང་། གཞན་ཡང་མ་འབྲམ་མ་འབྲམ་སྟེ་
ནམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་དང་ཕྱད་འོང་ཟེར་གསུངས་ཏེ་ འ་ནི་དང་ཕྱད་པ་ད་ གཞུངས་སྤྱུགས་ག་ཅི་བྱང་དགོཔ་ཨིན་ན་
ག་ར་གསུངས་ཅུག།

སྒྲུབ་གིས་གསུངས་གནང་དོ་བཟུམ་སྟེ་རང་ ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་གིག་གིག་སྟེ་སྟེ་འབད་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་
ཡང་ ཅ་ཆས་ཚུ་བཙུགས་ནི་གི་དོན་ལས་ ཡང་ཅུང་གཅིག་དང་སྟེ་དེ་ལས་ ཐག་པ་གཅིག་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་
པས། ཡང་ཅུང་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ལ་གསུམ་ལུ་མིང་ སྟེ་རྩེ་བ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་ མིང་རེ་ཡོད་པ་ཡིན་
རུང་ ཅ་ཆས་གསུམ་ཚངས་སྟེ་མིང་ཐོབ་མ་ཚུགས། སྒྲུབ་གིས་ཅ་ལ་གསུམ་ལུ་ཡང་ གཞན་གྱིས་ག་ནི་ཡང་
འབད་མ་ཚུགས་པའི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་གནང་ཅུག། འདི་དང་ཅིག་ཁར་གཟུངས་སྟགས་འདི་ ༡༥་ཡིན་པ་ ཅུ་
རུ་ཅུ་ཟེར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟགས་འདི་གྲངས་པ་ཅིན་ ལམ་ཁར་བར་ཆད་མེད་པར་འདྲེ་གདོན་བྱུང་པོ་ཚུ་ ག་
ར་མཁྱོགས་འགྲོ་ཏེ་མི་འོང་། དེ་ལས་ རྒྱ་གར་རྩི་མེད་གདན་ལུ་འགྲོ་ཞིན་ན་ དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་ཐོག་ཁར་
རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱི་དབྱིབས་དེ་ ཞལ་དེ་མི་གི་གདོང་དང་། ཀང་ལག་ཚུ་ག་ར་ཚངས་སྟེ་ དགྲུ་ཏོ་དེ་རུང་
དཀར་གྱི་དབྱིབས་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

འ་ནི་རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་དེ་ དཔག་བསམ་གྱི་སྟོན་ཤིང་གུར་བཞུགས་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ཏེ། ད་ལྟོ་རོ་
དངོས་གྲུབ་ཅན་ལུ་བར་བྱོན་གནང་ ལྟོ་མ་འགྲོ་བ་ཅིན་ རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་ལུ་ནི་འདི་ཐབས་ཤེས་མིན་འདུག་
ང་གིས་གོང་ལུ་སྟབ་མི་ཚུ་གིག་གིག་སྟེ་འབད་ཞིན་ན་ དཔག་བསམ་ཤིང་གི་ཅ་བར་སྟོན་པ་ད་ རོ་དངོས་གྲུབ་
ཅན་དེ་ རང་དབང་མེད་པར་ཡང་ཅུང་ནང་འཛུལ་ཐོན་འོང་། དེ་ལས་འབད་ན་ ཁ་བསྐྱམས་སྟེ་འབག་ཤོག་ཟེར་
གསུངས་ཅུག།

རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་དེ་ ཡང་ཅུང་ནང་ཚུད་ཞིན་ན་ལས་ ཁོ་གིས་སྟོ་མ་འདྲམ་ལན་འཇལ་གོ་མཉོ་སི་སི་ དོན་རྒྱ་
ཆེ་བ། ཏིང་ཟབ་པ་ལེ་ཤ་རང་སྟབ་འོང་། ལྟོ་གྱིས་ལན་ག་ནི་ཡང་མ་འཇལ་བར་ ལྟོ་ར་ཁ་མ་སྟར་བར་ ཁོ་
གིས་ག་ཅི་སྟབ་མས་ག་ ༡༥་སྟེ་ཤོག་སྟེ་ཟེར་གསུངས་ཅུག། ཡིན་རུང་ རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱིས་ བམ་
ཡང་མ་གོ་བའི་སྟོ་ཏན་ཏོང་ཏོ། དོན་ཟབ་ཀྱག་ ལན་སྟབ་གོ་མཉོ་བའི་ཆོག་ལེ་ཤ་སྟབ་ཡོད་པ་ལས་ རྒྱལ་པོ་བདེ་
སྟོད་བཟང་པོ་རང་དབང་མེད་པར་ དག་ཤོར་སོང་ཅུག། དེ་ལས་ན་རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱིས་ སར་ང་ལ་མི་སྟོད་
ཟེར་གསུངས་ཏེ་ རྒྱང་ལུ་སྟུལ་ཞིན་ན་ ལོག་བྱོན་སི་ཟེར་ཡིན་པས། ལན་ཐངས་མང་རབས་ཅིག་གི་གི་རིང་
རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོད་བཟང་པོ་དཀའ་ཤ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅིད་སྟེ་པའི་ཤུལ་ལས་ རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་གདན་འདྲེན་ལུ་

བའི་ རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱི་འདྲ་སྟེ་ཅིག་ ལུས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ད་རིས་མཇུག་ནི་ཡོད་པའི་སྟོག་ཏོ་འཇ་ རི་དེ་
ཡིན་ཟེར་ཡིན་པས།

གནས་གྱི་མིང་ཡང་ ར་ལང་མེན་པར་ རོ་རླུང་ཟེར་ཡིན་པས། ར་ལང་ཟེར་བྱུང་ཉམས་མི་འདི་ རི་འདི་མར་ས་
ཁར་སྟོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ཆངས་ལྷའི་ཁ་སྐད་ནང་ལས་ ཅུ་བར་སྟོད་མི་ལུ་ ཁྱེད་ག་ལང་ཤོད་
ཟེར་སྟབས་དོ་ཡོད་པ་ལས་ འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྟེ་ ལུང་པའི་ཁ་སྐད་ལས་ དེ་སྟེ་བཏགས་བཞག་པ་ཅིག་མ་
གཏོགས་ རོ་མ་དེ་ རོ་རླུང་ཟེར་ཡིན་པས། རོ་དངོས་གྲུབ་ཅན་དང་པ་དེ་ རླུང་ལུ་སྟུལ་ཞིན་ན་མཁྱོགས་ཡར་
སོང་པའི་ལུལ་ལས་ དངོས་གྲུབ་ཅན་གྱི་འདྲ་སྟེ་ཅིག་ ས་གནས་འདི་ཁར་གཏེར་ལུ་སྟེ་བཞག་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་
པས། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ར་ལང་མེན་པར་ རོ་རླུང་ཟེར་ཡིན་པས། མ་གཞི་རོ་རླུང་དེ་ཁར་ གནས་
གཞན་ཡང་ ཞུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྟོན་བྱོན་སྟེ་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་གིས་བཞག་གནང་བའི་གནས་ལེ་ཤ་རང་ཡོད་
པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།

དན་གསོ།

ལོ་རྒྱུས་དེ་ རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོད་བཟང་པོ་དང་ སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྟུབ་གྱི་མཚན་ལས་སྟེ་འབད་ཞིན་ན་ བཤད་དོ་
ཡོད་པ་ལས་ སྟོན་སངས་རྒྱལ་སྟུ་མུ་དན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་ ལོ་བཞི་བརྒྱ་ན་ བྱོན་མི་ དཔལ་མགོན་
འཕགས་པ་ལྷ་སྟུབ་དང་ རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོད་བཟང་པོ་དེ་ཡིན་ན་ སོ་སོ་ཅིག་བསྐད་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ བྱེ་མ་རྒྱལ་པ་
ཡིན། ལུལ་ལས་དཔྱད་ལྟ་ཚུ་གིས་མཐའ་དཔྱད་མཇོང་གནང་དགོ་པའི་དན་གསོ་ཞུས་ཡིན།

ཕྱི་རང་ཁྲོད།



ཕྱི་རང་རྫོང་ཁག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ གཞུང་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། གཞུང་བཙན།

ས་གནས། ཕྱི་རང་འགྲམ་ཕུག།

ལྷ་ཁང་། གཤམ་ཕུག་ལ།

བསྐྱེན་མི། གཞུང་བཙན་སྟེན་མི་གཡུས་ཚན་སྦྱི་འོག་ སོན་བཏབ་ས་དང་། སྟོང་གིང་སྒང་། རོམ་
ཚངས་པ། སྟག་ཚང་གི་མི་ཆོར་ཚུ་གིས་ ལུ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་ ཨ་ལོ་གསར་སྦྱེས་
སྦྱི་བའི་སྐབས་འབད་རུང་ དེ་ལས་ ལོ་ཐོག་བཏབ་ད་དང་ སར་ཚུར་འགོ་འགྲུལ་
འབད་རུང་ ཐ་ན་ རྩེད་མ་མདའ་ཅིག་ལས་བཀྲལ་མ་རྩེད་རུང་ ཕྱི་རང་གི་གི་
གནས་པོ་དེ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་བ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ནི་དང་ རང་གི་རྒྱེན་བར་ཆད་
ཚུ་སེལ་ཞིང་ མཐུན་པའི་གོགས་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཡུལ་ལྷ་
གཞི་བདག་གཙོ་བོ་ཅིག་སྦྱེ་མཆོད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་ཐུས་པ།

གནས་ཁང་།

སྒོན་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ ད་རེས་ཡོད་པའི་ལྷན་གྲུབ་
ཅེ་ལྷ་ཁང་དེ་ མི་སྣ་མཉམ་སྦྲེན་གྱིས་ཨིན་པས། ཨིན་
རུང་ དང་ཕུ་འབད་རྒྱུ་མཉམ་དེ་ རྒྱལ་འཕྲོ་བའི་ཤུལ་
ལས་ གཞུང་བཙན་གྱི་ཀོ་སྒྲོམ་དང་ ཅ་ཆས་གཞན་མི་
ཚུ་ག་ར་གྱིས་འདི་ནང་བསྐྱལ་ཞིན་ན་ ལྷ་ཁང་སྤེ་བའོ་
ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལྷ་ཁང་དེ་ ཉམས་གསོ་ལུ་སྤེ་ ཡོ་
གངས་མ་སོང་ཏེ་འབད་རུང་ ཆར་པ་ཤུགས་བྲག་པའི་
ཁྱེན་ གྲང་ཚུ་ག་ར་མེད་པ་གཏང་དོ་ཡོད་པ་སྤེ་ཨིན་པས།



གཞུང་བཙན།



ལྷན་གྲུབ་ཅེ་ལྷ་ཁང་།



གཞུང་བཙན་གྱི་ཕོ་བྲང་ ཀོ་སྒྲོམ་བཞུགས་ཁང་།

འན་གོ་མ་གྱི་སྒྲིམ་དེ་ རྫོང་རྩེ་མ་ནང་ལུ་ རྩོན་དང་ཕུ་ལས་རང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པས། གོ་མ་གྱི་སྒྲིམ་འདི་
ནང་གཟུང་བཅན་ཁོ་རང་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྤྱང་བ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་བསྐྱེད་དེ་ མི་རྒྱ་གིས་ཡང་འདི་ལུ་ ཡིད་ཆེས་
དད་པ་བསྐྱེད་པ་མ་ཆད་ གོ་མ་སྒྲིམ་འདི་ ཁ་ཡང་ཕྱེ་རྒྱུགས་པ་སྟེ་ཡིན་པས། གླི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལུ་ ཉམས་གསོ་
ཞུ་བའི་སྐབས་ ད་རེས་ཆེད་འོག་གི་ གླུ་དེ་གིས་འབུ་བཟུ་བའི་སྐབས་ གཞི་༡༢ དེ་ཅིག་ཡོད་པ་འོང་ནི་མས་
ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། གོ་མ་གྱི་སྒྲིམ་དེ་ བཟུགས་སྟོར་ཤོར་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་ མེ་ཐུབ་
སྒྲིམ་ནང་ལུ་བཟུགས་ཏེ་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

ཕྱི་རང་ངམ་ཕྱི་རོང་ཟེར་ ས་གནས་གྱི་མིང་ལུ་ ཟུར་ཉམས་ཏེ་ ཕྱི་རོང་ཟེར་མི་འདི་ ཕྱི་རང་ཟེར་ཟུར་ཉམས་ཏེ་
སྤྲུལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པ་ས། གཟའ་བཙན་དེ་ བཙན་གཞན་དང་ཅ་ལས་ མ་འདྲ་བའི་གནས་པོ་ཅིག་ཨིན་མི་དེ་
ཡང་ གསོལ་ཕ་གང་བཏབ་གྱི་བཙན་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ གཟའ་བཙན་གྱི་ལྟ་ཁང་དེ་ནང་ལས་
ཅ་ཆས་རྒྱུང་ཀྱ་གཅིག་ལས་བཞུལ་འབྱུང་བག་མ་འོངས་རུང་ བཤམ་ཆམ་ཏེ་བྱུང་ཏེ་ མོ་བཏབ་ཚུམ་བཏབ་འབད་
བའི་སྐབས་ལུ་ གཟའ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ལས་ ཅ་ཆས་འབག་འོང་ཡོད་པ་སྟེ་ཐོན་མ་ལས་བརྟེན་ གཡུམ་སྒོ་
དེ་ནང་གི་མི་ ག་གིས་འབད་རུང་ སེམས་ཁར་དྲན་མ་ཐེབས་ཅིག་བཀལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པ་ས།

ནུམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆན།

གསལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། རྟེན་འཛིན་པའི་ནམ་སྤྱལ། རྒྱལ་བ་པ་ལྟའི་བཀའ་ཉན། དམ་ཅན་གཟའ་བདུད་བཙན་
ཚོད་ཆེན་པོ་སྐྱེ་མདོག་དམར་ནག་ཁྲོ་ཞིང་གཏུམ་པ། བསྟན་འགྲོ་ཡོངས་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་དབང་བཞགས་
ཐམས་ཅད་ལྷག་མེད་དུ་གསལ་བའི་ ཞལ་གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གཙོགས་པ། ལྷགས་དམར་སློག་གི་འཇུ་བ་
ལྟར་འཇུག་ཅིང་སྐྱེ་ལུས་དང་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ནས་ལྷང་མིག་དབང་ལ་གཟིགས་པའི་སྤྱན་སྟོང་མེ་ལྷག་ལྟར་
འཕྲོ་བ། ཕྱག་གཡས་གཡུལ་རོར་བསྐྱོག་པའི་རལ་གྱི་དང་གཡོན་མ་རྩངས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བའི་དྲང་དར་
དམར་པོ་སོགས་ཅིག་དུ་མ་ངས་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་སྐྱ་ཆོགས་སྟོན་ཏེ་ཅིང་ཡང་རྩུ་བའི་སྐྱེ་མདོག་དང་ཕྱག་མཆོན་སྐྱ་

ཚོགས་འཛིན་ཅིང་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པའི་སྐྱེལ་རང་བཞིན་ཁོ་བའི་རྟགས་ཆས་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་དང་དར་གོས་
དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱུ་གྱིས་ལེགས་པར་བསྟུབས་ཏེ་ཆིབས་སུ་རང་མདོག་དང་མཚུངས་པའི་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྟ་ལ་
བཅིབས་ནས་བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་སྟོང་གསུམ་སྟངས་ཅིག་ལ་ཉུལ་བ། ཟེར་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱི་རང་གི་གཟའ་
བཅན་དེ་ སྐྱེམ་དོག་མ་ངེས་པ་ སྐྱེམ་ཚོགས་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ རོ་མ་ལུ་ སྐྱེམ་དོག་དམར་ནག་ཁོ་ཞིང་
གཏུམ་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ད་ ཞལ་གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གངས་རི་ལྟར་གཅིགས་པ་ ཞལ་གྱི་ལྷགས་སྟོག་འབྱུག་པ་
ལྟར་འབྱུ་བ་ སྐྱེལ་སྤྱོད་དང་ཡན་ལག་ག་ར་ལྟར། མིག་དགུ་ལུ་གཟིགས་པའི་སྤྱན་སྟོང་མེ་སྟག་བཟུམ་སྟེ་འཕྲོ་བ།
ཕྱག་གཡས་པར་དགའི་གཡུལ་ངོར་བསྐྱོག་པའི་རལ་གྱི་དང་ ཕྱག་གཡོན་པར་ མ་རུངས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་
བའི་དྲུང་དར་དམར་པོ་སོགས་འཛིན་ཏེ་ མཐའ་ཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་རྣམ་པ་སྐྱེམ་ཚོགས་སྟོན་ཏེ་ དར་
དང་ཆོས་གོས་གྱིས་ལེགས་པར་བརྒྱན་ཏེ་ ཆིབས་རྟ་རང་མདོག་མཚུངས་པའི་ རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྟ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་སྟོང་
གསུམ་ལུ་བསྐྱོར་བ་རྒྱབ་དགོ་རུང་ སྟངས་ཅིག་ལྟར་ཅམ་གཅིག་ལུ་ སྟོར་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་སྟེ་བཞུགས་
ཡོད་པ་ཡིན།

སྟོན་དང་ཕུ་ ས་གནས་འདི་ཁ་ལས་ བྱ་ཕུ་ཀྱ་གཉིས་འབད་མི་ཅིག་ ཕུར་ཏེ་གིས་སྟེ་ཐང་ནང་ རྩེང་ཁ་ཐུག་ལུ་
ཕུར་འགྱོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་ འ་ནི་ཕུ་ཀྱ་འདི་ གཟའ་བཅན་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་
པས།

དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་ཚུལ་དེ་ཡང་ ཕྱི་རོང་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ལས། གྱི། སྟོན་ཆོ་ལྷན་ཐུབ་གསང་བདག་
ནོ་རྩེ་དང་། །པད་འབྱུང་ལ་སོགས་སྒྲ་མའི་སྤྱན་སྟེ་སྤྱོད་ལུ། །སངས་རྒྱུས་བསྟན་དང་དེ་འཛིན་སྤྱང་བ་དང་། །འགོ་ལ་
ཕན་བདེ་འགྲུབ་པའི་དམ་ཡང་བཅའ། །ད་ལྟ་རིག་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་གིས། །ཁྱོད་ནི་གཞི་བདག་ཆེན་
པོར་མངའ་གསོལ་བའི། །ཡུལ་འདི་སྟོང་ཞིང་མི་མཐུན་སྤྱང་བ་ལས། །འདོད་པའི་རེ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱོང་བར་
མཛོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སངས་རྒྱུས་ལྷན་ཐུབ་པ་དང་ གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་

རྗེ་ ཁྱོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་སོགས་ཀྱི་ སྤྱན་སྦར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་ དེ་འཛིན་པའི་ བསྟན་
 འཛིན་གྱི་སྐྱལ་སྤྱོད་ཆེན་དམ་པ་སྤྱང་སྟེ་ བསྟན་དང་འགོ་ལ་པན་པའི་ ཁས་བླངས་མཛད་དེ་ དམ་ལུ་གནས་
 ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ཡང་ རིག་འཛིན་གྱི་ནྤལ་འཕྱོར་པ་རྩ་གིས་ཡང་ ཡུལ་འདིའི་གཞི་བདག་བདག་སྟེ་
 མངའ་གསོལ་ཏེ་ ད་ལྟོའི་བར་ཡང་ མི་ཉམས་པར་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན།



ལོ་ཉིས་རྒྱ་གི་ཉེ་མ་ གཟའ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ངམ་ཕོ་བྲང་ རྫོང་ར་བ།

གསོལ་མཆོད།

ཕྱི་རང་གི་གནས་བདག་གཟའ་བཙན་དེ་ རྒྱ་དང་བོད་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཁར་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་དོ་ཡོད་པ་
 ཡིན། གནས་བདག་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཡང་ སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ དམངས་ཀྱི་སྐྱེ་རིམ་དེ་ རང་ལྷ་དགྲ་
 པའི་ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཕུལ་ནི་དང་ དེ་ལས་ རང་ལྷ་དགྲ་པའི་ཆེས་བཞི་ལུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་
 པས། ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ མི་སེར་རྩ་གིས་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་བེར་རུང་ ལོ་འཁོར་གཅིག་གི་དུས་
 ཆེན་ཁག་དྲུག་པོ་ཆ་ར་གི་སྐྱབས་སུ་ གནས་བདག་གཟའ་བཙན་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ གསོལ་མཆོད་
 ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

དེ་ལས་ ཏུ་ཆེན་དུག་པོ་མ་བཅི་བའི་ གཞན་ཡང་ལྷ་རིམ་བཞིན་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་སྐབས་ལུ་
ཡང་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ དེ་གི་སྐབས་སྤྱིན་བདག་གྲུམ་ཁོ་ར་གིས་ གཞན་ཁ་ལས་
འཆོལ་ཏེ་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གཟའ་བཙན་གྱི་གནས་ངོ་མ་ ཕྱི་རང་སྟོང་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་དེ་ཡང་
རྒྱབ་ལུ་བྲག་དང་ གདོང་ལུ་མཆོ་སྤྱོད་པའི་ཕྱེ་མོར་ ད་རེས་ནངས་པ་ མཆོད་རྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། མཆོད་
རྟེན་དེ་ཁར་ ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཏུས་བཟང་སྐབས་ལུ་ ཆམ་ཤོས་ཚུ་གིས་མཆོད་པ་རེ་ཕུལ་ ཆོགས་ཕུལ་ བསྐྱར་
ར་རྒྱབ་པར་འགྱུར་ད་ ཏུང་དང་རྒྱ་གླིང་ཕུ་བའི་སྐད་ གོ་ནི་ཡོད་པ་སྤྱོད་པའི་ཁར་ རང་ལྷ་དགུ་པའི་
ཆོས་^{༡༥} ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

མགོན་སྐབས།

མགོན་སྐབས་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཐད་ཁར་ ཕྱི་རང་གི་གནས་བདག་གཟའ་བཙན་དེ་ ཡུལ་བཙན་གཞན་དང་མ་
འང་བའི་ཕྱར་བའི་ཡུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་པས། གཟའ་བཙན་དེ་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཨ་ཏྲག་ར་
ཕུལ་བ་ཅིན་ རང་གིས་མཐོ་མི་ག་ཅི་ཡིན་མི་འདི་ མ་གྲུབ་མེད་པ་ལས་ ཕྱི་རང་གི་སྤྱོད་ག་གི་མེར་ཚུ་མ་ཆད་
ས་གནས་གཞན་ཁ་ལས་ཡང་ གཟའ་བཙན་མཆོད་པར་འོང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ གཟའ་བཙན་དེ་ལུ་
གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ བསམ་པའི་དོན་ཚུ་ ཡིད་བཞིན་དུ་གྲུབ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ལས་ཡིན་པས། གོང་ལུ་
བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ དོན་དག་སྟོམ་ཆོད་ནིའི་དོན་ལས་ གསོལ་བ་བཏབ་ཏེ་བསམ་པའི་དོན་ཚུ་གྲུབ་པའི་ཁར་
ཐ་ན་ མདའ་ཕྱེད་ཅིག་ལས་གལ་མ་ཕྱེད་རུང་ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་མགོན་སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་
བཤད་ནི་འདུག།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བའི་བཀའ་ཆད།

གསོལ་མཆོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ རང་གིས་བསམས་པའི་དོན་གྲུབ་མ་ཚུགས་པ་མ་ཆད་ བྱ་བ་ལམ་འགོ་ཚུ་ཡང་
ལེགས་ཤོམ་འགྱུར་བཏབ་ དེ་ལས་ བཤམ་ཆམ་ཚུ་ཡང་ མངམ་སྟེ་འོང་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཁོ་བྲུགས་མ་མཉེས་

པའི་རྒྱུན་གྱིས་ གཡུས་ཁ་ལུ་ ཆར་རྒྱ་དུས་ལུ་མ་བབས་ ལོ་ཐོག་མ་ལེགས་པར་ ལུ་གེ་བྱང་ནི་ལ་སོགས་པའི་
གཞོན་སྦྱོན་སྦྱོམ་བྱང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཕྱི་རོང་རྫོང་གི་ཡུལ་ལྷ་གཟའ་བཙན་ཆེན་པོའི་གསོལ་ཁ་འདོད་དགའི་དཔལ་སྟེར།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཕྱི་རང་རྟེན་འོག་བྲམ། སྦྱིས་ལོ་༡༡ ལངས་མི་ ཨཔ་ཀུན་ལེགས།

མཐུག་བསྐྱེད།

སྒྲིལ་ཆེ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཤིང་རྒྱུད་དུ། །བྱུང་པ་ཆེན་པོའི་སྤྱན་རླབས་ལས་སྒྲུངས་ཤིང། །
སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་སྤྱང་ལ་ཞལ་བཞེས་པའི། །ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ཆོག་ས་རྣམས་གངས་མེད་ཀྱང། །

དེང་འདིར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྐྱེད་པ་ལ། །ཕྱིན་ལས་སྤྱར་བའི་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་དང། །
དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལས་མགོན་བྱ་རོག་གསུམ། །འབྲུག་གི་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་གཙོ་བོར་མཛད། །

དེ་ཡི་འཁོར་དུ་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང། །ཡུལ་ལྷ་བཙན་དང་ལྷ་སྤྱུ་འཁོར་ཆོག་ས་ཀྱིས། །
འབྲུག་མི་ཡོངས་ལ་སྐྱབས་དང་དཔུང་གཉེན་གྱིས། །གནས་སྐབས་ནད་མེད་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། །

མཐར་ཐུག་རྫོགས་པའི་ས་ལ་བཀོད་མཛད་པའི། །ལྷ་ཆོག་ས་ཡོངས་ལ་དད་པའི་གཏང་རག་ཕུལ། །
དེ་ཡི་དགོ་བས་མི་དབང་སྐྱུ་འཁོར་གཙོས། །དད་ཅན་ཡོངས་ལ་དགའ་བདེའི་ཉི་མ་ཤར། །

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡུན་དུ་བརྟན། །མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་བརྟན་པར་ཤོག། །
སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག། །ཆོས་སྤྱི་ལུགས་གཉིས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། །

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།



དོ་ཨེ་ཆེ་རིང་།

ལེགས་བཤད་པ། ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་འཛིན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

བཀྲ་ཤིས་སྒྲིབ་མེད་ལག་གཡུས་སུ་སྤྲོད་ལས་ རོ་མིང་ དོ་ཨེ་ཆེ་རིང་ སྐྱེས་ལོ་ ༤ ལས་སུ་སྤྲོད་ སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་ལྡན་པ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་དེ་ སློབ་རིམ་དུག་པ་ཚུན་ ལྷ་བ་ཆར་བའི་ཤུལ་མ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལུ་ གྲྭ་ཆང་ལས་བརྒྱུད་དེ་ བཤད་གྲུ་ལྡན་པ་འཛུལ་ཞུགས་འབད་དེ་ རིམ་པ་བཞིན་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལུ་འབྲིང་རིམ་དབྱེ་མ་གོང་འོག་དང་ རིག་གནས་ཀྱི་འཛིན་གྲྭ་མཚུག་བསྟུ་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལུ་མདོན་པ་གོང་འོག་ཀྱི་ གཞུག་ལག་གཞི་རིམ་ མཐོ་རིམ་འོག་མའི་འཛིན་གྲྭ་བསྟན་བཅོས་མཁན་གྱི་རིམ་པ་ཡང་མཚུག་བསྟུ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ འཕྲོ་འབྱུད་དེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལུ་ འདུལ་བ་དང་ཆད་མ་ སར་ཕྱིན་སོགས་ཀྱི་ གཞུག་ལག་མཐོ་རིམ་གོང་མའི་འཛིན་གྲྭ་ རིག་གཞུང་སློབ་དཔོན་གྱི་རིམ་པ་ཡང་མཚུག་བསྟུ་སྟེ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ཚུན་ ལྷགས་རི་དོ་ཨེ་གདན་ལུ་ རིན་ཆེན་ཅ་བའི་བླ་མ་ སྐྱབས་ཆེ་ ཆེ་བཙུན་བསྟན་འཛིན་ དོན་གྲུབ་ཁྱེ་ལྷ་མོ་དེ་ལྷོ་པོ་ཆེ་འུ་ལས་ས་ལས་ ལྷ་རོ་ཆོས་དུག་ ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ ལོ་གངས་ཙམ་ མཚུག་བསྟུ་འུ་ལུ་ལས་ སྐྱབས་ཆེ་རིན་པོ་ཆེ་འུ་གཞུང་བཞིན་ གོ་ལུང་གསང་སྟགས་ཆོས་གྲིང་གི་སྐྱབ་སྟེ་ སྐྱབ་དཔོན་འབད་དེ་ལོ་རོ་གསུམ་གྱི་རིང་ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་ཡོད་པ་ཨིན།

དེ་ལས་ གྲྭ་ཆང་ལས་ དགོངས་ཞུས་འབད་དེ་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱུ་ལྡན་པ་འཛུལ་ རིན་ཆེན་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་གོང་མའི་ རྒྱུ་ལྡན་པ་སྟེ་ ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་བའི་ཤུལ་མ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལས་ ད་རིས་ ༢༠༢༡ ཚུན་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་འཛིན་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་འི་ ལེགས་བཤད་པ་སྟེ་ ཕྱག་ཕྱིད་ཞུ་བཞིན་ཡོད་པ་ཨིན།

བཀའ་རིན་ཆེ།