

Name : Tenzin Namgang
Subject : Tibetan History

བོད་ཀྱི་ས་ཁམས་ཆགས་ཚུལ།

དགེ་ལོ་ལོ་རིམ་དང་པོ། ལྷོ་བོ་དུས་དང་པོ།

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

1. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་དབང་ཕྱུག་བདེ་ལྷན།
2. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྷན།
3. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྷན།
4. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྷན།
5. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྷན།
6. ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་དོན་རྒྱུས་རབས། ལྷན་སྐྱེས་པ་ལྷན།

ལྷོ་འཛམ་གླིང་གྲུང་བའི་དུས།

Geological Time Scale

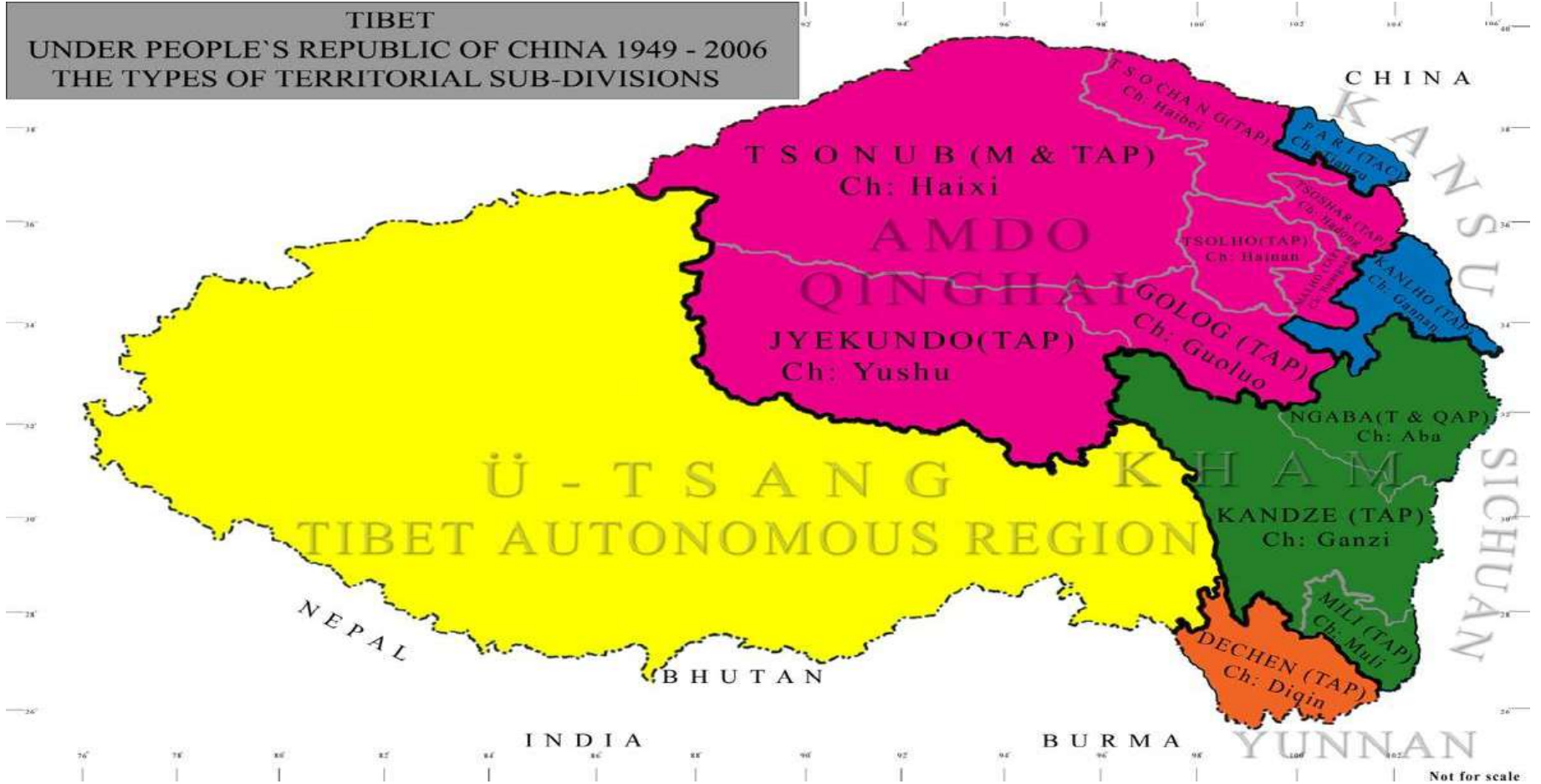
ERA	PERIOD	EPOCH / AGE	Million Years Ago	EVENTS
CENOZOIC <i>Age of Mammals</i> 65.5 mya – present day	<i>Quaternary</i>	<i>Holocene</i>	<i>Today</i>	Ice Age ends Humans are dominant
		<i>Pleistocene</i>	0.01	Earliest Humans appear Ice Age begins
	<i>Tertiary</i>	<i>Pliocene</i>	1.6	Hominids (human ancestors) appear
		<i>Miocene</i>	5.3	Grass becomes widespread
		<i>Oligocene</i>	23.7	Mammals are dominant
		<i>Eocene</i>	36.6	Eocene – Oligocene extinction event
		<i>Paleocene</i>	57.8	First large mammals appear
MESOZOIC <i>Age of Reptiles</i> 245 mya – 65.5 mya	<i>Cretaceous</i>	<i>Extinction of Dinosaurs</i>	65.5	K-T extinction event Earth looks closer to present-day Flowering plants appear
	<i>Jurassic</i>		144	First Birds appear Pangaea splits into Laurasia, Gondwana Dinosaurs are dominant
	<i>Triassic</i>	<i>First Dinosaurs</i>	208	Pangaea cracks First mammals appear Reptiles are dominant
PALEOZOIC 570 mya – 245 mya	<i>Permian</i>	<i>Age of Amphibians</i>	245	Permian – Triassic extinction event Pangaea forms
	<i>Carboniferous</i>		286	First reptiles appear First large cartilaginous fishes appear
	<i>Devonian</i>	<i>Age of Fishes</i>	360	Late Devonian extinction event First land animals appear First amphibians appear
	<i>Silurian</i>		408	First land plants appear First jawed fishes appear First insects appear
	<i>Ordovician</i>		438	Ordovician – Silurian extinction event First vertebrates appear
	<i>Cambrian</i>	<i>Age of Invertebrates</i>	505	End Botomian extinction event First fungi appear Trilobites are dominant
PRECAMBRIAN 4600 mya – 570 mya	<i>Proterozoic Eon</i>		570	First soft-bodied animals appear First multicellular life appear
	<i>Achean Eon</i>		2500	Photosynthesizing cyanobacteria appear First unicellular life appear
	<i>Hadean Eon</i>	<i>Priscoan Period</i>	3800	Atmosphere and oceans form Oldest rocks form as Earth cools
Formation of Earth				
4600				

བོད་གྱི་ས་ཁམས་དེ་ཚུའི་འོག་ཡོད་པ་སློན་གྱི་བོད་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་དང། དེང་གི་ཚན་རིག་ གཉིས་ཀའི་མོས་མཐུན་ཡིན

- མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། སྟོན་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་རྗེ་གི་ཚུལ། །བར་དབུས་གཙང་ཅུ་བཞི་ཡུར་བ་འདྲ། །སྤང་དུ་མདོ་ཁམས་སྐང་གསུམ་
ཞིང་ལྷ་བྲ། །ཀུན་ཀྱང་རྒྱ་ཡི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར་པའི་ནང། །ཞེས་གསུངས།
- གཡུ་ཡི་སྤེང་བ། བོད་གི་འདོད་པ་དང་མཐུན།
- ཡུལ་གྱི་བྱུང་ཚུལ་གཙོ་བོ་ནི། ལྷ་སའི་དོ་རིང་ལས། “གངས་རི་མཐོན་པོའི་ནི་དབུས། རྒྱ་བོ་ཚེན་པོའི་ནི་མགོ། ཡུལ་མཐོ་ས་གཙང་བ་ལ་”
ཞེས་གསུངས།
- དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བ། ཚོས་བྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་(སྤྱི་ལོ་ ༡༥༦༩ ལོར་བཅུ་མས།) བཟར་བཱི་དཔེ་མཛོད་ཁང། ༢༠༠༢
ཤོག ༡༤༩-༡༥༠
- “འདི་སློན་ཆད་རྒྱ་མཚོ་ཚེན་པོའི་ཡུལ་དམའ་ཞིང་དོ་བ་ཞིག་ཡིན་” ཆབ་སྲིད་ཚོ་རྟེན་ལུན་ཚོགས་དང། འོར་བུ་ཚོ་རྒྱ། གཡུ་ཡི་སྤེང་
བ།
- ལྷ་སའི་གཙུག་ལག་ཁག་གི་དོ་རིང་ཡི་གེའི་ཤར་ངོས་ཀྱི་ཡིག་སྤེང་ ༦ པ་ནས་ ༩ པའི་བར་དུ་གསལ།

བོད་ཀྱི་ས་ཁག

TIBET
UNDER PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA 1949 - 2006
THE TYPES OF TERRITORIAL SUB-DIVISIONS



བོད་ཀྱི་རིའི་སྐོར།

བོད་སྟོ་རུབ་ཀྱི་རི་གྲགས་ཅན།

༡། རྩོ་མོ་སྐང་མ།

- གོ་དོན། རྩོ་མོ་སྐང་མ་ཞེས་འབོད་པ་ནི་རྩོ་མོ་སྟོ་ལྷ་མ་ཞེས་པའི་བོད་སྐད་ཀྱི་སྐྱ་དེ་ལུས་ཀྱི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་རྩོ་མོ་སྐང་མར་གྱུར།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (རྩོ་མོ་སྐང་མ་རི། རྩོ་མོ་གངས་རི། རྩོ་མོ་གངས་དཀར། གངས་རྒྱལ་མོ་མཐོན་མཐོང་། མཁར་རྟའི་རྩོ་མོ་སྐང་མ། ལ་ཕྱི་གངས་ཀྱི་ར་བ། **Mount Everest, Sagarmāthā, Peak XV**)
- ས་གནས། བོད་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་ས་མཚམས། ཞི་ཀ་རྩེའི་ཞིང་ཆེན། དིང་རིའི་རྫོང་ཁོངས།
- རྩོ་མོ་ 8848.5 m
- ལོ་རྒྱུས། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང། རྩོ་མོ་སྐང་མ་ལ་རས་པ། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེད་མ་གཙོ་བོ་ཡིན།
- གངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་མཐོན་མཐོང་དང་མཁར་རྟའི་རྩོ་མོ་སྐང་མ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་བའི་གཏམ། ཤོག ༡༤
- ༡། དབུས་སུ་རྩོ་མོ་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྗང་ལྷན་པོ་བཀའ་ཤེས་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྗང་ལྷན་པོ་བཀའ་ཤེས་ཆེ་རིང་མ་དང། ༢། མཐོང་སྐོར་དུ་རིམ་བཞིན་རྩོ་མོ་མཐོང་གི་ཞལ་བཟང་མ་དང། ༣། མི་གཡོ་སྐྱོ་(སྐང་)བཟང་མ། ༤། རྩོ་མོ་ལྷན་པོ་བཟང་མ། ༥། གཏུང་དཀར་འགྲོ་བཟང་མ་བཟས་མཆོད་རྟོག་དབྱིབས་ཅན་དུ་ཡོད།
<http://ragshul.blogspot.com/2012/09/blog-post.html>

༢། གངས་དཀར་ཉི་མེ་དང།

- ལོ་ངོམ། ཉི་མེ་ཞེས་པ་དེ་ཞང་ཞུང་གི་སྐད་ཡིན་ལ། དེའི་ངོན་ནི་རྒྱ་རྩ་ཞེས་བྱ།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (རི་རབ་རྒྱན་པོ། ཀའ་ལྷ་ཤ། གང་རིན་པོ་ཆེ། ཀའ་ལོང། གཡུང་རྒྱུང་དགུ་བརྟེན་གྱི་རི་བོ། གངས་ཡ་ཕག་ཤ་ར།)
- ས་གནས། རྟོང་མངའ་རིས་ས་ཁུལ། རྒྱ་རྩེང་རྫོང་གི་ལོངས་སུ་ཡོད།
- ཕོ་ཚད། 6638 m
- ལོ་རྒྱུས། བོན། བང་པ། ཉིན་རྒྱ། **(Hindu)** གཅེར་བུ་པ། **(Jain)**

༤ ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ།

- ལོ་ངོན། མིང་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་ཆེན་དགའའི་གས་ལྷ་ཆེན་ཡར་ལུང་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
- ས་གནས། བོད་རྫོང་ས་ལྷོ་ཁ་ས་ཁུལ་གྱི་འཕྲོགས་རྒྱས་རྫོང་ཁོངས།
- སོ་ཚད། 6500m
- ལོ་རྒྱུས། མིང་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགའ་དང། སྲོང་བཙན་དང་ཁྲི་སྲོང་གི་སྲུང་མ་རྩེ་ཡི་མགུར་ལྷ་བཅུ་གསུམ་གྱི་གས་ཤིག་ཡིན། བོད་གྱི་མཇངས་མི་བདུན་གྱི་དང་པོ་རུ་ལས་སྐྱེས་གྱི་ཡབ་ཡིན།
- དག་རྒྱུན་དུ། ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་ནི་གཡག་དཀར་པོ་ཞིག་ཡིན། མི་དཀར་པའི་ལུས་སུ་སྐྱུལ། དེ་དགེས་ཁྲོས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སོ་སོ་ནས་བྱུང།

བོད་ཤར་གྱི་རོ་བོ་བྲག་པོ་ཅན།

༡། མ་རྒྱལ་སློམ་ར།

- གོ་དོན། སྤང་མའི་མིང་དེ་གནས་གྱི་མིང་དུ་གྱུར།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (མ་ཆེན་སློམ་ར། ཨ་ལྷོས་མ་ཆེན། མ་རྒྱལ་སློམ་ར། ཨ་ལྷོས་མ་རྒྱལ། མ་གཉན་སློམ་ར། མཚན་གྱི་རྣམས་གྲགས་སུ་མ་རྒྱལ་སློམ་ར།)
- ས་གནས། མཚོ་སློན་ལིང་ཆེན་མགོ་ལོག་བོད་རིགས་རང་སློང་ཁུལ་གྱི་མ་ཆེན་རྫོང་གི་ལོངས།
- རྩ་ཚད། 6285m
- ལོ་རྒྱུས། ཨིང་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དབྱུང་དང་རྗེའི་མགུར་ལྷ་བཅུ་གསུམ་གྱི་གྲས་ཡིན།
- དག་རྒྱུན་དུ། གངས་ཉི་མེས་མདོ་སྨད་སྤང་དུ་མངགས་པ་ཡིན་ལ། རྗེས་སུ་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་གནས་དྲན་ནས་སྤྱིར་འགོ་རྩིས་བྱས་པར། ཞང་པོ་བྲག་རིང་གིས་འགོ་ལམ་བཀག་སྟེ་འགོ་རྩིས་བཅུ་མ་བཅུག་ཟེར།

༡། རོང་བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ།

- གོ་དོན། སྤང་མའི་མིང་དེ་གནས་གྱི་མིང་དུ་གྱུར། (གཞི་བདག་དང་ཡུལ་སྤོ་གཙོ་པོ།)
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (རོང་ཆེན་ཁ་བ་དཀར་པོ། ཁ་བ་དཀར་པོ། གནས་མཚོག་ཁ་བ་དཀར་པོ།)
- ས་གནས། འདི་ནི་ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་བདེ་ཆེན་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ་དུ་ཡོད།
- སོ་ཚད། 6740m
- ལོ་རྒྱུས། མིང་པ་ཆགས་པའི་སྐད་དུ་དང་རྗེའི་མགུར་སྤོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་གས་ཡིན།
- དག་རྒྱན་དུ། རོང་བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ་དང་དེའི་ཉེ་འགུལ་གྱི་རི་རྩེ་ཞིག་ནི་པན་ཚུན་ལ་བརྩེ་འདང་ཆེ་བའི་བཟའ་རྒྱ་ཡིན་པས། ན་གཞོན་པོ་མོ་བྱུང་དེར་གནས་མཇལ་དུ་སོང་ན་བརྩེ་སེམས་འགྱུར་བ་མེད་པར་བཤད།

༣ མི་ཉལ་གངས་དཀར།

- ལོ་ངོ་ན། དུལ་མིང་ནས་རི་མིང་ཆགས།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (འབོ་གངས་དཀར། གངས་དཀར་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ།)
- ས་གནས། སེ་ཁོན་ཞིང་ཆེན་དཀར་མཛོས་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ་གྱི་དར་མདོ་རྫོང་ཁོངས་ལ་ཡོད།
- སྤོ་ཚད། 7446m
- ལོ་རྒྱུས། མི་ཉལ་གངས་དཀར་ནི་རྩ་མོ་ཞིག་ལྟེ། རོ་མོ་སྤང་མའི་སྐབས་ཡིན་ཟེར།
- དག་རྒྱུན་དུ། རི་ངོས་སུ་གངས་དར་སྐྱོག་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མི་རེ་རེའི་མཐོང་སྒྲུང་མི་འདྲ་བར་བཤད། གལ་ཏེ་ནག་པོར་མཐོང་ན་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་དང་། དཀར་པོར་མཐོང་ན་ཆོ་ཐག་རིང་པ། སེར་པོར་མཐོང་ན་འབྱོར་བ་ལྡན་པར་འགྱུར་ཟེར།

བོད་བྱང་གི་རི་བོ་གྲགས་ཅན།

༡ གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ།

- ལོ་དོན། གཉན་ཆེན་གྱི་སྐུ་ཡིན་པས་ན་གཉན་སྐུ་ཐང་ལྷ་ཟེམ། གཞི་བདག་གི་མཚན་ལས་རི་བོའི་མིང་དུ་གྱུར།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། (བྱང་གི་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ། གཉན་སྐུ་ཐང་ལྷ།)
- ས་གནས། ལྷ་ས་དང་ནག་ཚུའི་མཚམས་འདམ་གཞུང་དུ་ཡོད།
- རྩ་ཚད། 7162m
- ལོ་རྒྱུས། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་ནི་སྐྱེས་པ་གོས་དཀར་གྱོན་པ་རྩུ་འཕུལ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ལྷོ་བོ་དཔོན་པོ་ལྷ་འབྱུང་གནས་ལ་ཉམས་ཚེད་ལེན་ཆེད་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་སྐྱུལ་ནས་ལམ་བཀག་པ་སོགས་བཤད་ཚུལ་མང་།

༢། ཡ་ཚེན་གངས་ལྷིག་

- ལ་གནས། མཚོ་ཚུན་ཞིང་ཚེན་གྱི་ཡུལ་ལྷིག་ཚོང་གི་ཁོངས་སུ་ཡོད།
- རྩོ་ཚད། 6160m

༣། གཉན་པོ་གཡུ་ཚེ།

- ལོ་ངོ་ན། གཞི་བདག་གི་མིང་ལས་རི་མིང་བྱུང།
- ས་གནས། མཚོ་ཚོན་ཞིང་ཆེན་མགོ་ལོག་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ་གཅིག་གླིང་རྫོང་ཁོངས་ན་ཡོད།
- རྩ་ཚད། 5360m
- ལོ་རྒྱུས། གཉན་པོ་གཡུ་ཚེའི་ས་དེར་ 《གེ་སར་རྒྱུང་》 དང་འབྲེལ་བའི་རྗེས་ཤུལ་མང་པོ་ཡོད་པས། མགོ་ལོག་མི་དམངས་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱུང་དང་། གཏམ་རྒྱུད། དམངས་སྐྱའི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན།
- དག་རྒྱུན་དུ། རི་བོ་དེའི་ཤར་སྟོ་རྒྱབ་བྱང་དང་མདུན་སྒྲིའི་གཡས་གཡོན་སོགས་ན་གནས་སྐྱུང་རེ་ཡོད། མདུན་སྒྲིའི་གཡོན་སྟོགས་ནི་ལྷ་གཡས་དཀར་པོ་དང་། གཡས་ནི་རྒྱ་སྟག་དམར་པོ། གཞན་རྣམས་རེ་རེ་ལ་མིང་རེ་ཡོད་པ་དང་། རི་བོ་དེ་ནི་མགོ་ལོག་ས་ཁུལ་གྱིས་བཀྱར་བའི་གཞི་བདག་གཉན་པོ་གཡུ་ཚེའི་གནས་རི་ཡིན།

བོད་ཀྱི་ཆུ་བོའི་སྐོར།



བོད་རྒྱ་རྒྱུགས་ཀྱི་གཙང་ཆུ་གྲགས་ཅན་ལག་

༡། མེང་གི་ཁ་འབབ།(Indus)

- གོ་དོན། གངས་རི་མེང་གི་འགོ་འདྲེ་བ་ཞིག་ལས་འབབ་པས་སོ།
- མེང་གི་རྣམ་གྲངས། (མེ་ཏ། Indus)
- རིང་ཚད། བོད།(419km) རྒྱ་ན།(3200km)
- མགོ་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་གྱི་རི་བོ་གངས་ཏི་མེའི་བྱང་རྒྱུགས་ནས་འབབ་ཅིང་ཤར་ནས་རུབ་ཏུ་རྒྱ།
- བར་དང་མཚུགས་ལ་དུགས་དང། པ་གིས་སྐྱོན་བརྒྱད་དེ། ཨ་རབ་རྒྱ་མཚོར་འབབ།
- ལོ་རྒྱུས། རྒྱ་གར་གྱི་མིང་པའི་དཔལ་ཡོན་བྱང་ས་ཆེས་ཐོག་མ་དེ་ཡིན།

༢། སྐང་ཆེན་ཁ་འབབ།(Satluj)

- གོ་དོན། གངས་རི་སྐང་ཆེན་གདོང་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་འབབ་པས་སོ།
- མིང་གི་རྒྱམས་གྲངས།
- རིང་ཚད། བོད།(260km) རྩོན།(km)
- མགོ་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་གྱི་རྩ་མཐའ་རྫོང་ཁུངས། རི་བོ་གངས་ཉི་མའི་བྱང་ཕྱོགས་ནས་འབབ་ཅིང་ཤར་ནས་རུབ་ཏུ་རྒྱ།
- བར་དང་མཚུག་ཉི་ལྷ་ཅལ་(H.P.)དང། པཉ་རྒྱལ།(Punjab) པ་ཀིས་རྒྱན་(Pakistan)བརྒྱུད་དེ། མིང་གི་ཁ་འབབ་དང་འདྲེས་སྟེ་ཨ་རབ་རྒྱ་མཚོར་འབབ།
- ལོ་རྒྱུས། གདོད་མའི་ཞང་ཁྱེད་པའི་དཔལ་ཡོན་འབྱུང་ས་དེ་ཡིན། ཞང་ཁྱེད་གི་རྒྱ་གཙོ་བོ་ཡིན། རྒྱ་བོ་དའི་ཉེ་འགམ་དུ་ཞང་ཁྱེད་རྒྱལ་པའི་ལྷུང་ལྷུང་དབུལ་མཐར་(མཐར་མདོད།)ཞེས་པ་དེ་ཡོད། རྒྱ་གར་གི་རྒྱ་བོ་གར་ལ་དོས་འཛིན་བྱེད་པ་ཡོད་པ་དེ་ནོར་བ་རེད།

༣། མ་བྱ་ཁ་འབབ།(Ghaghara/Karnali)

- གོ་དོན། གངས་རི་མ་བྱའི་གདོང་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་འབབ་པས་སོ།
- མིང་གི་རྒྱམས་གངས། (Ghaghara/Karnali)
- རིང་ཚད། བོད།(km) ལྷོན།(1080km)
- མགོ་སྐྱ་ཉིང་རྫོང་ཁོངས།
- བར་དང་མཚུག་བལ་ཡུལ། རྒྱ་གར། བང་ལ་དེག་བརྒྱད་ནས། བང་གའི་མཚོ་བཟུང་།
- ལོ་རྒྱུས། ཨ་ཡོ་ཏུ་ཡང་ཚུ་བོ་དེའི་ཉེ་འགམ་དུ་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་གར་གྱི་མངའ་སྡེ་བི་རྡུ་རྒྱ་བོ་གར་དང་མཉམ་དུ་འདྲིས།

༥ ཉམ་མཚོག་ཁ་འབབ། (Brahmaputra)

- གོ་དོན། གངས་རི་ཉམ་མཚོག་གོ་དོང་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་འབབ་པས་སོ།
- མིང་གི་རྒྱམས་གངས། (ལྷང་ལྷུ། ཡར་ལྷུང་གཙང་པོ། ཡར་ཆབ་གཙང་པོ། Brahmaputra)
- རིང་ཚད། བོད། (2091km) རྒྱ་ནག། (3350km)
- མགོ་བོད་གངས་དཀར་ཉམ་མཚོག་ལྷོ་དོང་འབྲོང་པ་རྫོང་གི་ཁོངས་ནས་འབབ།
- བར་དང་མཚུག་བོད། རྒྱ་གར། བང་ལ་དེག་བརྒྱད་ནས། བང་གའི་མཚོར་འགྲུལ།
- ལོ་རྒྱུས། ཡར་ལྷུང་གཙང་པོའི་སྤྱིད་པའི་དབལ་ཡོན།

བོད་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་གཙང་ཆུ་གྲགས་ཅན་ལག་

༡ རྒྱལ་མོ་རྩུ་ཆུ(Salween)

- ལོ་དོན།
- མིང་གི་རྣམས་གངས། རྒྱལ་མོ་དརུལ་ཆུ། སྐལ་ལྷན།(Salween) རྒྱ་གཙང་པོ།
- རིང་ཚད། བོད།(km) རྩོན།(2815km)
- མགོ་གངས་ལའི་རྩོམ་ཕྱོགས་ཨ་མདོ་རྫོང་ཁོངས་ནས་བབས།
- བར་དང་མཚུགས་བོད་ནང། (ནག་ཆུ་དང་། འབྲི་རྩ། སྤྲ་ཆེན། སོག་རྫོང། དཔལ་འབར། རྟེང་ཆེན། རྩོ་རོང་། དཔལ་ཤོད། མཚོ་སྐང། རྒྱལ་མོ་ཚ་བ་རོང།) དེའི་རྗེས་ཡུན་ནན་དུ་བཟུང་རྗེས་འབར་མ། སྤྲ་ལེན་ལེན་གཟུང་ཅམ། སྤྲ་འབར་མ་བརྒྱུད་མཐར་ཨན་ཏ་ལྷན་གྱི་མཚོར་འབབ།
- ལོ་རྒྱུས།

པ་ཇ་ཆུ(Mekong)

- གོ་དོན། ཇ་ཇི་ ལས་བྱུང་བའི་ཆུ་ཡིན་པས་ན། དེའི་མིང་ལ་ཇ་ཆུ་ཟེར།
- མིང་གི་རྒྱམས་གྲངས། ཇ་ཆུ། ལན་ཚང་ཅང།
- རིང་ཚད། བོད།(2130km) རྒྱ།(4350km)
- མགོ་མཚོ་ཕྱོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཡུ་ཤུལ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུངས་ཀྱི་ཡུལ་ཤུལ་རྫོང་གི་རུབ་ཕྱོགས་ནས་འབབ། འགའ་ཞིག་གིས། གདང་ལ་རི་ཆུད་དུ་གཏོགས་པའི་མཚོ་ཕྱོན་རྫོང་རྫོང་ཁོངས་ནས་འབབ།
- བར་དང་མཚུག་བོད་ནང།(ནང་ཆེན། ཆབ་མདོ། སྤར་ཁམས། བདེ་ཆེན།) ཡུ་ནན། འབར་མ། ལའོས། ཀམ་བོ་ཤི་ཡ། ཨེ་ཏ་རྒྱལ་ནས་བཟུང་ཏེ་ལྷོ་ཆུ་ནག་གྱི་ཆུ་མཚོར་འབབ།
- ལོ་རྒྱུས།

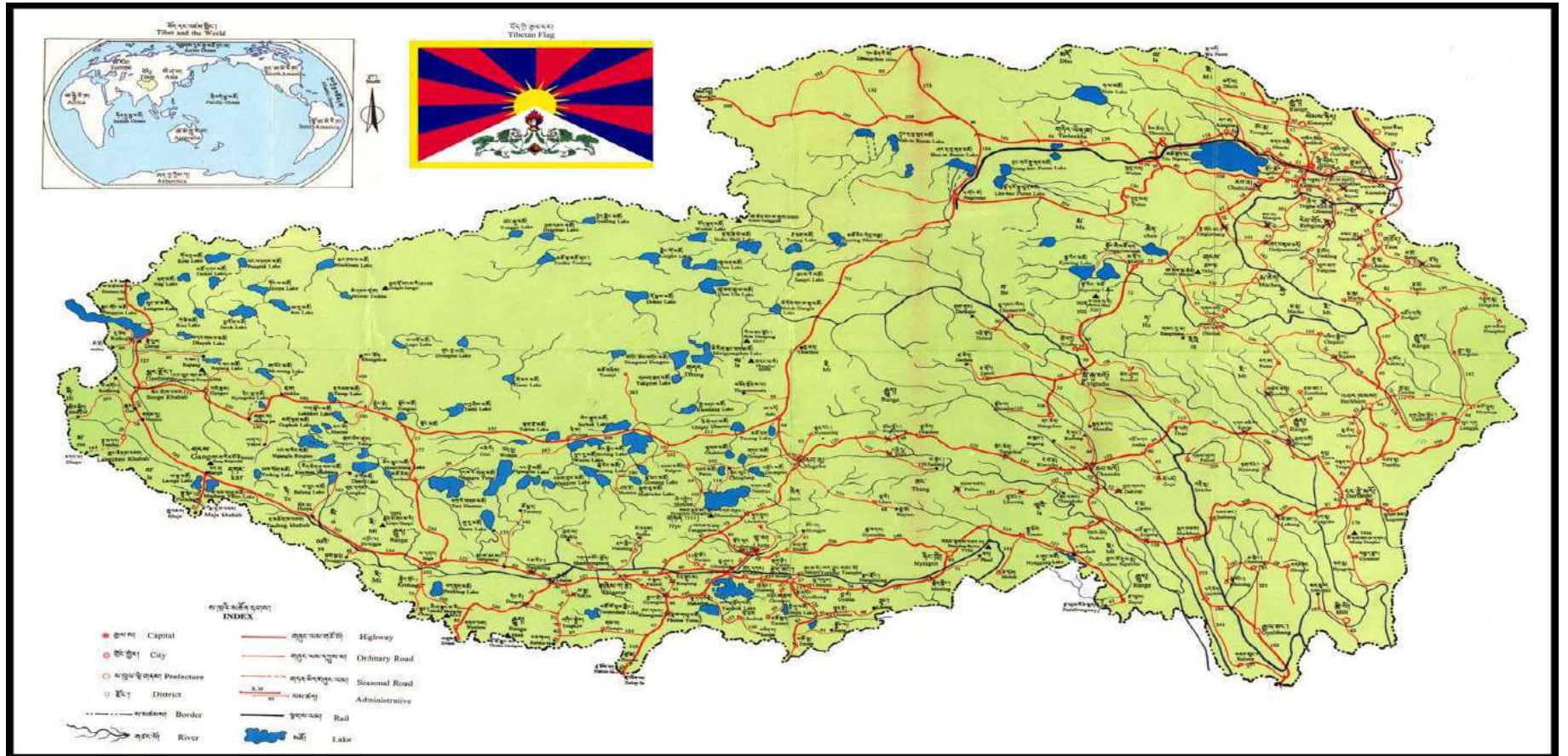
3. འབྲི་ཚུ། (Yangtze)

- གོ་དོན།
- མིང་གི་རྣམས་གྲངས། དམར་ཚུ། འབྲི་ཚུ། གསེར་ལྷན།
- རིང་ཚད། བོད།(2806km) རྒྱ།(6300km)
- མགོ་མཚོ་ལྗོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཡུལ་ཤུལ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཁུལ་གྱི་འབྲི་སོད་རྫོང་གི་སྐུ་ལྷ་དར་མདུང་བྱ་བའི་ཡུལ་ནས་འབབ།
- བར་དང་མཇུག་མཚོ་ལྗོན་ཞིང་ཆེན་དང། ཟི་ཁོན། ཡུ་ནན། ཏུའུ་པེ། ཏུའུ་ནན། ཤང་ཉལི་སོགས་གོང་ཁྱིམ་ ༡༥ བརྒྱད་མཐར་ཏུང་ཉེ་གོང་ཁྱིམ་ནས་ཤར་རྒྱ་ནག་རྒྱ་མཚོར་འབབ། འདམ་ཚུ་དང་འདྲེས་རྗེས་ཚུ་བོ་དེའི་མིང་ལ་འབྲི་ཚུ་ཟེར།

༤ མ་ཚུ།(Yellow)

- ལོ་ངོ་ན།
- མིང་གི་རྣམས་གྲངས།
- རིང་ཚད། བོད། (1310km) རྩོན། (5464km)
- མཐོ་མཚོ་ཕྱོག་ཁོང་དཀྱིལ་རྒྱུད་ཀྱི་རི་བོ་བླ་ཡན་ཉ་རི་ནས་བཞུགས།
- བར་དང་མཚུགས་སེ་ཁོང་དང་། ཀའ་སྤུལ། ཉིང་ལཱ་ནང་སོགས་ཉེན་ཞེ་སོགས་ཁོང་ཚོ་མང་པོ་བརྒྱུད་དེ་མཐར་ཉུན་ཏུང་ཁོང་ཚོ་བརྒྱུད་དེ་པོ་ཉེ་རྒྱ་མཚོར་འབབ།

བོད་ཀྱི་མཚོའི་སྐོར།



དབུས་གཙང་དུ། ཀམ་པམ་གཡུ་མཚོ། (Manasarovar)

- གོ་དོན། མཚོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཚུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔ་ ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་ཡོན་ཏན་གྱི་མ་པམ་པས་ན་མ་པམ་ཞེས་འབོད།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། མཚོ་མ་རྩོས་པ། མ་རྩོས་མཚོ། པརྟ་ལྷ་མཚོ། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་མཚོ། (Mansarovar)
- ས་གནས། མངའ་རི་ལུལ་གྱི་སྤུ་རྩེང་རྫོང་གི་ས་ཁོངས་སུ་ཡོད།
- རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ནས་ཕོ་ཚད། (4590m) རྒྱ་ཁྲིན། (སྤུ་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ 2² km) གཏིང་ཚད། 90m
- ལོ་རྒྱུས། འཁོར་ལོ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲུག་སྐམ་བྱ་བས་དོང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་པས་དེར་འབྲས་ལུ་རྩོན་རྒྱུག་པ་ལས་བྱུང་བེད།
- དག་རྒྱན་དུ། ཀམ་པམ་རྒྱལ་པོ་མ་རྩོས་པའི་ཕོ་བྲང་ཡིན་ཡང་བེད། ཤེས་པ། (ཞང་ལུང་སྐར་རིའི་གནས་ཡིན་པ་དང། རྩོན་པ་གཤམ་རབ་བོད་དུ་བྱོན་མ་ཐག་མཚོ་འདིར་བྱས་བྱས་པར་གསུངས།) རང་པ། (རྩོན་པས་རང་གི་ཡུམ་ལ་ཚོས་གསུངས་པ། རྗེ་བཅོན་མི་ལས་མཚོ་འདི་བཏེགས་པས། ད་ལྟ་མཚོའི་དཀྱིལ་མཐོ་བ་ཡོད་བེད།) རྩན་དུ། (ཀམ་པམ་འདི་ཐོག་མར་ཚངས་པའི་ཡིད་དུ་མཚོ་འདི་བརྒྱན་པ་དང། ལྷིས་སུ་སར་པབ་པ་ཡིན་ཞེས་བེད། ཤེས་པའི་འདིར་བྱས་བྱས་པ་ན་ཆོ་སྤོང་དུ་བསགས་པའི་སྤྲུག་པ་དག་པ་དང། དབང་བྱུག་གི་གནས་སུ་སྤྲུག་ཞེས་བེད།) གཅེར་བྱ་པ། (རྩོན་པ་དང་ཕོ་མཚོ་འདིའི་ཉེ་འགམ་དུ་སངས་རྒྱས་པར་གྲགས། ཀམ་པམ་ལ། ཤེས་པ་ལ། ལྷ་ཡང་ལ། ལྷ་འཇམ་ལ། ལྷ་དངས་ལ། ལྷ་འདྲེ་མ་མེད་ལ། ལྷ་འབྲུང་ན་རྩོ་བ་བདེ་བ། ལྷ་མགོན་པ་སངས་པ་བཅས་ཀྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཅེས་བྱ།

པུ་ལྷ་མོའི་སླ་མཚོ།

- ལོ་དོན། དབུ་ལྷ་ལྷ་མོའི་སླ་མཚོ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཟོད།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
- ས་གནས། བོད་རྒྱལ་སྤོ་ཁ་ས་ཁུལ་རྒྱ་ཚྭ་རྫོང་ཁོངས་སུ་གནས།
- རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ནས་ཐོ་ཚད། (སྤེ་ ༤༥༠༠) རྒྱ་ཕྱོག། (སྤེ་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ ༥) གཏིང་ཚད། (སྤེ་)
- ལོ་རྒྱུས། ༡། མཚོ་དེ་ནི་ཕུར་རྒྱལ་བཙན་པོའི་སྐབས་ནས་ཡོད་པ་དང། ཕྱིས་སུ་ལྷ་རྒྱལ་དབང་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས་(༡༤༧༥-༡༥༤༥)ཚོས་འཁོར་རྒྱལ་ ཞེས་དགོན་པ་ཕྱག་བཏབ་གནང་ནས་ལོ་གཉིས་སོང་མཚམས་ཕྱི་ལོ་ ༡༥༧༧ ལ་གནས་སྤོ་ཕྱིས་གནང་མཛད། ༢། ལྷ་རྒྱལ་དབང་རྒྱ་ཕྱོང་ ༡༩ དང་ ༡༤ དང། པའ་ཚེན་རྒྱ་ཕྱོང་རིམ་ཕྱོན་གྱི་ཡང་སྤེད་ངོས་འཛིན་ནི་མཚོ་འདི་ལས་བྱུང་བའི་རྟ་གས་མཚན་ལ་གཞིར་བཟུང་ཡོད།
- དག་རྒྱན་དུ། མཚོ་འདི་ཤིན་ཏུ་གཉན་པས་འགམ་དུ་སྐད་ཆེ་ཙམ་བརྒྱབ་ན་སེར་བའམ་གངས་འབབ་པ་དང། ཡང་ན་རྒྱུང་འཕྲོབ་དྲག་པོ་ལངས་གྱི་ ཡོད་ཅེས་ཀུན་ལ་གྲགས། ཚོས་འཁོར་རྒྱལ་ལེགས་བཤད་སློག་པའི་དགའ་ཚལ་བཟླ་ཤིས་ལྷན་གྱི་གྲུབ་པའི་དགོན་པ་ཞེས་མཚན་ངོ་མ་དེ་ཡིན།

༣། ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ།

- གོ་དོན། དུས་རབས་ ༡༩ པར་ས་སྐྱུ་འགོ་མགོན་འཕགས་པའི་དུས་སུ་བཅུགས་པའི་བོད་བློ་སྐོར་བཅུ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཡར་འབྲོག་སྐྱེ་གྲུབ་ཀྱི་དཔེ་བུ་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ལ་མཚོ་ཚན་དེ་ཡང་ཡར་འབྲོག་ས་ཁོངས་སུ་ཚགས་པ་དང་། ཁ་དོག་རིན་ཚེན་གཡུ་ལྟར་སྡོ་བའི་མཚོ་མོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མིང་ལའང་ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ་ཞེས་བྲགས།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ།
- ས་གནས། བོད་སྡོང་ས་སྡོ་ཁ་ས་ཁུལ་གྱི་སྤ་དཀར་ཅེ་རྫོང་གི་བྱང་དོས་སུ་ཡོད།
- རྒྱ་མཚོའི་དོས་ནས་ཐོ་ཚད། (སྤི་) རྒྱ་ཁྲོན། (སྤི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ ༥༩༥) གཏིང་ཚད། (སྤི་ ༥༠ ཚ་སྟོ་མས། ༩༤) རིང་ཚད། (ཤར་རུབ་ལ་སྤི་ལེ་ ༡༩༠)(སྤོ་བྱང་ལ་སྤི་ལེ་ ༧༥)
- ལོ་རྒྱུས། ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ་(མོ།)དང་སུ་མ་གཡུ་མཚོ་(མོ།)གཉིས་བཟའ་མཚོ་ཡིན་པ་དང་། དུས་ལུན་རིན་པོའི་རྗེས་དེ་གཉིས་ཀའི་ཚུ་ལུས་དེ་ཕན་ཚུན་འཕྲད་ཅེས་བཤད་སྟོན་ཡོད།
- དག་རྒྱན་དུ། རྩོན་མཁའ་འགོ་མ་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་སྐྱབ་པ་ལ་བཞུགས་སྐབས་བོན་བོས་གསེར་བྱེ་སྲང་བདུན་འཕངས་པ་མཚོར་བསྐྱར་བ་ཡིན་པར་བྲགས།

པལ་ལྷན་མཚོ་ཕུག་མོ།

- ལོ་འཁོར།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས།
- ས་གནས། བོད་རྫོང་ས་ལྷན་ཚུའི་ས་ཁུལ་འདམ་གཞུང་རྫོང་དང། ལྷ་སའི་ས་ཁུལ་དཔལ་མགོན་རྫོང་གི་ས་མཚམས་སུ་ཡོད།
- རྒྱལ་མཚོའི་ངོས་ནས་ཐོ་ཚད། (སྤེ་ ༤༧༡༤) རྒྱ་ཁྲོན། (སྤེ་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ ༡༧༠༠) གཏིང་ཚད། (སྤེ་ ༢༥༠)
- ལོ་རྒྱུས།
- དག་རྒྱུན་དུ། ༡། སློན་ཅེ་ཐང་རྒྱ་ཡངས་བ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་སྤྱི་འཛུགས་ལོ་འཁོར་བ་ཞེས་པའི་སྤྱི་བོ་དཔྱད་ལོ་འཁོར་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ། ༢། ལྷ་མ་དང་འབས་ཕྱི་དཔོན་རྒྱུང་གི་གཏམ།

མདོ་སྐད་དུ། ༡། མཚོ་སྐོན་པོ།

- ལོ་དོན།
- མིང་གི་རྣམ་གྲངས། བྱ་སྤིང་ཡང་ཟེར། འི་ཤོར་རྒྱལ་མོ། མཚོ་གན་འི་ཤོར་རྒྱལ་མོ། **Kokonor**
- ས་གནས། མཚོ་སྐོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་མཚོ་སྐོན་པོ་དེ་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུངས་དང། མཚོ་བྱང་གཞིས་གྱི་བར་ལ་ཡོད།
- རྒྱལ་མཚོའི་དོན་རྣམས་ཐོ་ཚད། (ཟླ་ ༣༡༥) རྒྱ་ཕྱོད། (ཟླ་ལེ་གྲ་བཞི་མ་ ༤༤༥) གཏིང་ཚད། (ཟླ་ ༣༢)
- ལོ་རྒྱུས། སྐོན་བྱང་སྤྱི་ཆེན་དམ་པ་ རྒྱ་བཟང་དགའ་བ་ཚོགས་དུག་རང་གོ་ལོ་དང་ རྒྱ་བཟང་སྤང་དགའ་སངས་རྒྱལ་བཀྲ་ཤིས་ལ་སོགས་ གྱིས་སྐུ་སྐྱབ་མཚན་སྤྱོད་ཡོད།
- དག་རྒྱུན་དུ། མཚོ་འདི་དང་ཐོག་ཆུ་མིག་ཅིག་ཡིན་ལ་མི་རྣམས་གྱིས་ཆུ་སྤངས་རྗེས་དེའི་ཁར་རྩ་ལེབ་ཅིག་འགོབ་པ་ཡིན། ཉེན་ཞིག་ལ་མི་ ཞིག་(མགར་སྤོང་བཅན་ཡིན་པར་བཤད་སྟོན་གྲང་ཡོད།)གིས་ཆུ་སྤངས་རྗེས་རྩ་ལེབ་འགོབ་རྒྱ་བཟང་པས་ཆུ་འཕྱར་ཏེ་མཚོ་རྒྱ་གྲུང་ཅིང། མཐའ་འཁོར་གྱི་འབྲོག་སྤེལ་པོ་མཚོ་ནང་དུ་འཕེམ་པས་[འི་ཤོར་རྒྱལ་མོ།](#)ཞེས་གྲང་འབོད།
- བསང་ཡིག་དང་གནས་ཡིག་ཏུ་ རྒྱ་མཚོ་གན་མ་འི་ཤོར་རྒྱལ་མོ་དང་འི་ཤོར་རྒྱལ་མོ་

Name - Tharkey
Subject - Mool-Shastra

༡། ཚེས་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་དབང་པོའི་རྣམ་
གཞག །

- ༡ ་། དབང་པོའི་ངོ་བོ།
- ༢ ་། དབང་པོའི་དབྱེ་བ།
- ༣ ་། དབང་པོའི་བྱེད་ལས།
- ༤ ་། དབང་པོའི་གྲངས་ངེས།
- ༥ ་། སྐབས་ས་བབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོ།
- ༦ ་། རྣམ་པའི་དབྱེ་བའོ།

དང་པོ་དབང་པོའི་ངོ་བོ།

- རང་འགྲེལ་ལས། དབང་ཞི་དབང་ཕྱག་དམ་པའོ། དེ་དབང་གྱེད་པས་ན་དབང་པོ་རྣམས་ཏེ། དེའི་སྲིར་དབང་གྱེད་པའི་དོན་ ཞི་དབང་པོའི་དོན་ཏེ། ཞེས་པ་ལྟར། གང་ཞིག་གང་ལ་ཐུན་མིང་མ་ཡིན་པར་དབང་གྱེད་པའོ།

གཉིས་པ་དབང་པོའི་དབྱེ་བ་ནི།

- མདོ་ལས། བྲམ་ཟེ་དབང་པོ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཡིན་ཏེ། ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་གང་ཞེ་ན།
- ༡ མིག་དང་། ༢ རྣ་བ་དང་། ༣ སྣ་དང་། ༤ ལྗེ་དང་། ༥ ལས་དང་། ༦ ཡིད་དང་། ༧ མོ་དང་། ༨ སོ་དང་། ༩ སྲོག་དང་། ༡༠ བདེ་བ་དང་། ༡༡ སྤྱག་བསྐྱུལ་དང་། ༡༢ ཡིད་བདེ་བ་དང་། ༡༣ ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། ༡༤ བཏང་སྣོ་མས་དང་། ༡༥ དད་ས་དང་། ༡༦ བརྩོན་འགྲུས་དང་། ༡༧ བྱ་བ་དང་། ༡༨ ཉིང་ དེ་འཛིན་དང་། ༡༩ ཤེས་རབ་དང་། ༢༠ མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ༢༡ ཀུན་ཤེས་པ་དང་། ༢༢ ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་འོ། །
- བྲམ་ཟེ་འདི་དག་ནི་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་ཏེ། འདི་ཙམ་ གྲིས་དབང་པོ་རྣམས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་འོ། །

དབང་པོའི་བྱེད་ལས།

- གསལ་བ་དབང་པོའི་བྱེད་ལས་ལ་གཉིས།
- བྱེ་སྒྲུབ་ལགས་དང་། མདོ་སྡེ་བའི་ལགས་སོ།།
- དང་པོ་ལ།
- ༡༽ མིག་སོགས་ལྷས་དོན་བཞི་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- ༢༽ ཕོ་མོའི་དབང་པོ་སོགས་བཞིའི་དོན་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- ༣༽ ཚོར་སོགས་ལྷས་ཀྱི་ཉོན་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- ༤༽ དད་སོགས་ལྷས་རྣམ་བུ་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ་ལོ།།

མིག་སོགས་ལྟམ་དོན་བཞི་ལ་དབང་གྱེད་ཚུལ།

- གང་ཞིག་གང་ལ་དབང་གྱེད་ཅེ་ན། རྩ་བར། ལྟམ་སྐྱམས་ནི་དོན་བཞི་ལ། །དབང་གྱེད་། ཅེས་གསུངས། དོན་ནི། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་སོ་ལྟམ་སྐྱམས་ནི་ལས་མཛེས་བར་གྱེད་པ་དང་། ལས་ཡོངས་ས་བསྐྱེད་པ་དང་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་མཚོངས་ལྟན་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེད་པ་དང་། གཟུགས་བལྟས་སོ། །སྐྱེད་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་སྐད་ཐན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་བཞི་བཞི་ལ་དབང་གྱེད་དོ། །དེ་ལ་ལས་ཡོངས་ས་བསྐྱེད་པ་ལ་དབང་གྱེད་པ་ནི་མིག་དང་རྣ་བས་ཡལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དག་མཐོང་བ་དང་སྐྱེས་ནས་ཡང་བ་ལས་ལས་སྐྱེད་པའི་སྤྱིར་དང་། ལྟམ་སྐྱེད་ལས་གསལ་གྱིས་ཁམ་བས་ལ་ལོངས་སྐྱེད་པས་ལས་རྣམས་བར་གྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཕོ་མོའི་དབང་པོ་སོགས་བཞིའི་དོན་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- ལྷ་བར། བཞི་རྣམས་གཉིས་ལ་ལོ་ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། ཕོ་དང་མོ་དང་སློག་དང་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་བཞི་པོ་རྣམས་ནི་རེ་རེ་ཞིང་ དོན་གཉིས་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཕོ་མོའི་དབང་པོ་དེ་དག་ནི་ ཕོ་མོའི་ཞེས་ཕོ་དང་མོ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་ལས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྱེད་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་ཕོའི་དབང་ པོས་ནི་མོ་ལས་ཀྱང་བྱུང་པར་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་ལས་བསྐྱོག་པ་མོའི་དབང་ པོས་ནི་ཕོ་ ལས་བྱུང་པར་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །གཞན་དག་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་ བྱུང་ལའང་དབང་བྱེད་དོ། དེ་དག་ནི་སྤྲོམ་མིན་དང་མཚམས་མེད་དང་། དག་རྩ་གཅོད་ པ་དང་། སྤྲོམ་པ་དང་། འབྲས་བུ་ འཕྲོག་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་གཞིར་རུང་ གི་ཟ་མ་དང་མ་ནིང་དང་མཚན་གཉིས་པ་ནི་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་འཆད་དོ། །
- སློག་གི་དབང་པོས་ནི་རིས་མཐུན་པར་ཉིང་མཚམས་སྤྱོར་བ་དང་། དེའི་རྒྱན་ གནས་པ་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །ཡིད་ཀྱིས་ནི་ཡང་སྲིད་དུ་ཉིང་མཚམས་སྤྱོར་བ་དང་། ཡིད་དགོ་བར་གནས་ན་དེའི་དབང་ གིས་བྱུང་བའི་ལས་ལ་སོགས་པའང་དགོ་བར་བྱེད་པ་ ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་རོ་བོ་དང་མཐུན་པར་དབང་བྱེད་དེ། རྣམ་པར་འབྱེད་པ་བསྐྱུས་ པའི་སྤྲོམ་གྱི་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་པའི་དང་པོའི་མདོ་ ལས། འཛིག་རྟེན་སེམས་གྱིས་བྲིད་པ་སྟེ། །སེམས་གྱིས་ཡོངས་སུ་བྱངས་པ་ཡིན། །སེམས་གྱི་ཚོས་ནི་གཅིག་པ་ཡི། ། དབང་གི་རྗེས་སུ་ཚོས་ཀུན་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །
- ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བའི་འདོད་པ་ལ་མ་རངས་པ་སྟེ། ལས་མཛེས་ པར་ནི་དབང་རྟེན་གྱིས་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དང་། ལས་སྤྱང་བ་དང་ཐ་སྙད་ཐན་མོང་མ་ཡིན་ པའང་དབང་པོ་ལ་རྟེན་པའི་རྣམ་ཤེས་ ཀྱིས་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དང་། མདོ་ལས་ཕོ་ཚངས་པ་ བྱེད་པའི་གནས་ཡོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཚངས་པ་བྱེད་པའི་གནས་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པས་ ཕོ་མོའི་དབང་པོ་མེད་པའི་གཟུགས་ཁམས་པའི་ལྷ་དང་བསྐྱེད་པ་ དང་པོའི་མིའང་ཕོ་ཡིན་ པའི་སྤྱིར་དང་། སློག་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཉིང་མཚམས་སྤྱོར་བྱེད་མ་ཡིན་ པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་དག་ནི་མི་འཐད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོ་སྟེ་པ་ལ་སོགས་པས་ བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཚོར་སོགས་ལྡན་གྱི་ཉོན་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- ཚོར་སོགས་ལྡན་གྱི་ཉོན་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ་ནི། ཚུ་བར། ལྷ་དང་ཞེས་དང་། གན་ནས་ཉོན་མོངས་ཞེས་གསལས། དོན་ནི། ཚོར་བ་ལྷ་པོས་གན་ནས་ཉོན་མོངས་བ་ལ་དབང་བྱེད་དེ། ཚོར་བ་བདེ་བ་ཡིད་བདེ་བོ་དང་། ལྷ་ག་བསྐྱེད་ཡིད་མི་བདེ་བ་དོང་། བཏང་སྦྱོམས་ཀྱིས་ རིམ་བ་ལྷ་རྩེ་ཆགས་སྐྱོངས་གསལ་བསྐྱེད་པའི་སྲིད་རོ།

དད་སོགས་ལྡན་ལྷ་སྐྱེས་བྱུང་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- དད་སོགས་ལྡན་ལྷ་སྐྱེས་བྱུང་ལ་དབང་བྱེད་ཚུལ་ནི། ཚུ་བར། བརྒྱུད་པོ་དེ་རྣམས་ནི་ཞེས་དང་། ལྷ་སྐྱེས་བྱུང་ལ་ཞེས་གསུངས། དོན་ རི། ཚོགས་སྐྱོར་གྱི་དད་སོགས་ལྡན་ལྷ་སྐྱེས་བྱུང་གི་རྒྱ་དང་། མཐོང་སྐྱོམ་མི་སྐྱོབ་པའི་ལམ་གྱི་བརྒྱུད་པོ་རྣམས་བྱུང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་སྲིར་ རོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་རྣམས་བྱུང་ལ་དབང་བྱེད་དེ། འདི་སྣང་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་མདོ་དང་། ཆེད་དུ་བརྒྱུད་པ་ བསྐྱུས་པའི་སྐྱོམ་གྱི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་པའི་མདོ་ལས། བདེ་བར་གྱུར་པའི་སེམས་མཉམ་པར་འཇོག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ ལ་སོགས་པ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱུས་གྱི་རྒྱ་ཅན་གྱི་དད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གཟུགས་རྣམས་ལ་རྟེན་ཏེ་ ཡིད་བདེ་བ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལ་རྟེན་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་བདེ་བ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལ་རྟེན་པ་དུག་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་ ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལ་རྟེན་པ་དུག་དང་བཅད་སྐྱོམས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པ་དུག་གསུངས་པའི་སྲིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་ སྐྱེས་བུ་ལ་ལ་ལ་ནི་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྐྱེས་དུ་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །ལ་ལ་ནི་སྤང་བར་བྱའོ་སྐྱེས་དུ་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །ལ་ལ་ནི་གཟུགས་ ལ་སོགས་པ་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་བཅད་སྐྱོམས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་སྡེ་བའི་ལྷ་གསུམ་ལ།

- གཉིས་མདོ་སྡེ་བའི་ལྷ་གསུམ་ལ་ལྷ།
- མིག་སོགས་དབང་པོ་རྣམས་གིས་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- སོ་མོ་སྡེ་གསུམ་གྱི་དབང་པོས་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- ཚོར་སོགས་ལྷས་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- དད་སོགས་ལྷས་དབང་བྱེད་ཚུལ།
- སྤྱི་མེད་གསུམ་གྱིས་དབང་བྱེད་ཚུལ་ལོ།།

མིག་སོགས་དབང་པོ་དྲུག་གིས་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- དང་པོ་ནི། ལྷ་བར།
- རང་གི་དོན་དང་ཐམས་ཅད་ལ། །དམིགས་པར་དབང་བྱེད་ཕྱིར་དབང་དྲུག་ །ཅེས་གསུངས། དོན་ནི།
- མིག་ལ་སོགས་པ་ལྔ་པོ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་དོན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་ཤེས་
མཚངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་སྣེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡིད་ནི་དོན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡིས་ཐམས་
ཅད་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་ཤེས་མཚངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་སྣེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་མིག་ལ་
སོགས་པ་དབང་པོ་དྲུག་གོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་སྣེད་པར་ནི་བྱེད་མོད་ཀྱི་ལྷག་པར་དབང་
བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེ་དག་དབང་པོར་ཐལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཕོ་མོ་སློབ་གསུམ་གྱི་དབང་ཕོས་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- ཕོ་མོ་སློབ་གསུམ་གྱི་དབང་ཕོས་དབང་བྱེད་ཚུལ་ནི། རྩུ་བར། མོ་ཉིད་ཕོ་ཉིད་ལ་དབང་བྱེད། །ལས་ལས་མོ་དང་ཕོ་དབང་དག། །རིགས་གནས་ཞེས་དང་སློབ་དང་ཞེས་གསུངས། རོན་ནི་རྣམ་པར་བྱང་ལ་དབང་བྱེད་སྲིད། །སློབ་དང་ཚོར་བ་རྣམས་དང་ནི། །དད་སོགས་དབང་ཕོ་ལྟར་འདོད་དོ།།
- མོའི་དབང་ཕོ་ནི་རྩུ་མ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་རྩུ་ཆར་བ་དང་བསམ་པ་ཞན་པ་དང་ཕོ་ལ་སེམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། ཕོའི་དབང་ཕོ་ནི་རྩུ་མ་ཆར་བས་ཞེས་བྱ་བའི་ཕོའི་ཚོས་ཉིད་ལ་དབང་བྱེད་པའི་སྲིད་དབང་ཕོར་གཞག་ཅིང་། དེ་དག་གྲང་ལས་གྱི་དབང་ཕོའི་ཆ་ཤས་ལས་མོའི་དབང་ཕོ་དང་ཕོའི་དབང་ཕོ་དག་ཏུ་གཞག་གི་རྣམས་ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་ནི་མེད་དོ། ། (རིག་བྱ་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་སློབ་པའི་བདག་རྒྱུན་གཟུགས་དང་བ་ཡིན་པའི་སྲིད་རོ།) སློབ་གི་དབང་ཕོ་ནི་རིས་སྐྱེས་པར་གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ།།

ཚོར་སོགས་ལྷན་དབང་གྱེད་ཚུལ།

- ཚོར་སོགས་ལྷན་དབང་གྱེད་ཚུལ་ནི། རྩུབ་པ། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་ཞེས་དང་། ཚོར་བ་རྣམས་དང་ནི་ཞེས་གསལ་པ། རོན་ནི། ཚོར་བའི་དབང་པོ་ལྷན་ལྷན་གྱི་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་བ་ལ་དབང་གྱེད་དེ། ཚོས་སྤྱོད་གྱི་མདོ་ལས། ཚེ་དང་ལྷན་བ་ས་ག །བདེ་བའི་ཚོར་བ་ལ་འདོད་ཆགས་རྣམས་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་ཚོར་བ་ལ་ ཞེ་སྤང་རྣམས་པར་འགྱུར་རོ། །བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་ལ་གཉི་ལྷན་རྣམས་པར་འགྱུར་རོ། ། ཞེས་བདེ་བ་ལ་སོགས་བ་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་བ་རྣམས་པར་གསལ་པའི་ཕྱིར་རོ།།

དད་སོགས་ལྷན་དབང་གྱེད་ཚུལ།

- དད་སོགས་ལྷན་དབང་གྱེད་ཚུལ་ནི། ཚུ་བར། རྣམ་པར་བྱང་ལ་དབང་གྱེད་ཕྱིར། །དད་སོགས་དབང་པོ་
ལྷན་འདོད་དོ་ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་ པོ་ལྷན་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་ལ་དབང་གྱེད་
པའི་ཕྱིར་ཉེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་དད་སོགས་གྱིས་ཉོན་ མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་
རྣམ་པར་གཞོན་ཅིང་ཉམས་སྦྱོད་པའི་ཕྱིར་དང་། མདོ་ལས། འཕགས་པ་ ཉན་ཐོས་དད་པའི་སྒོ་གཏན་པན་
སམ་ཚོགས་པ། བརྗེན་འགྲུས་གྱི་དབང་པན་སམ་ཚོགས་པ། དཔལ་པའི་སྒོ་བསྐྱངས་པན་སམ་ཚོགས་པ།
སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ནི་ཤེས་རབ་གྱི་མཚོན་ གྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་དོ་ཞེས་འགྲུང་བས་
ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ ཡང་འདྲེན་པའི་ཕྱིར་སོ་སོར་དབང་པོར་འདོད་དོ། །།

དྲི་མེད་གསུམ་གྱིས་དབང་བྱེད་ཚུལ།

- དྲི་མེད་གསུམ་གྱིས་དབང་བྱེད་ཚུལ་ནི།
- ལྷ་བར། ལྷ་པོ་འདས་སོགས་གོང་ནས་གོང་། །འཕྲོ་བ་ལ་ཞི་དབང་བྱེད་ཕྱིར། །ཀུན་ཤེས་བྱེད་དང་ཀུན་ཤེས་དང་། །དེ་བཞིན་ཀུན་ཤེས་ལྡན་དབང་པོ། །ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། ལྷ་པོ་འདས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ། གོང་ནས་གོང་དང་ལྷ་པོ་འདས་འཕྲོ་བ། །སོགས་ལ་ཞི་དབང་བྱེད་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བར་སྦྲར་ཉེ། རང་གི་གོང་མ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་། གོང་མ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་ལྷ་གཉིས་ལྷ་པོ་འདས་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོར་གཞག་གོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་པ་ནི་ཇི་ལྟར་མིག་ལ་སོགས་པ་ནས་དད་སོགས་ཀྱི་བར་རྣམས་སོ་སོར་དབང་པོ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ཡང་སོ་སོར་དབང་པོ་ཡིན་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སློབ་དཔོན་གང་སྟེ་ལ་འཆད་དོ། །སོགས་པའི་སྐྱེས་ནི་མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི་མཐོང་སྤང་སྤོང་བ་དང་། ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་ནི་སྤོང་སྤང་སྤོང་བ་དང་། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ནི་མཐོང་བའི་ཚོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད་དེ། ཉོན་མོངས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བས་ཡིད་བདེ་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའི་བདེ་བ་དག་སོ་སོར་སྤོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པ་སྟུན་པའོ། །

དབང་པོའི་གྲངས་ངེས་བཤད་པ།

- བཞི་པ་དབང་པོའི་གྲངས་ངེས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ལྷན་གྲངས་གཞན་ལོ། དང་པོ་ནི། ལྷ་བར། སེམས་ཀྱི་རྟེན་དང་དེའི་བྱེ་བྲག། གནས་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཉིད། །ཚོགས་དང་རྣམ་གྲངས་སྟེང་པ། །དབང་པོ་དག་གྲང་དེ་སྟེང་དུ། །ཅེས་གསུངས། རོན་ནི།
- གལ་ཏེ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ དབང་པོ་ཡིན་ན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའང་འདྲ་བྱེད་པ་སོགས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ དང་། ཁ་དང་ལག་པ་དང་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་དང་འདོམས་རྣམས་ཀྱང་ཚིག་སྐྱོ་བ་ལ་ཟེས་ ལ་སོགས་པ་ལེན་པ་དང་འགྲོ་བ་དང་གཤམ་གཅི་འབྲིན་པ་དང་ཀུན་དུ་དགའ་བ་ལ་རིམ་ པ་བཞིན་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དབང་པོར་འགྲུར་རོ་ཞེ་ན། ལྷ་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་དབང་ པོར་མི་འཛོག་གི་ལོ་ གྲང་དགོས་པ་ལ་སྟོས་ནས་མདོ་ལས་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་སུ་ བཤད་དེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་གྲང་གི་གཞི་དང་ངོ་བོ་འཕམ། འབྲས་བུའི་དབང་ དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །
- དེ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་རྣམས་ཀྱི་གཞིའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སེམས་རྣམས་ཤེས་ཀྱི་ རྟེན་དུ་གྱུར་པ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་དང་། སེམས་ཅན་དེའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྱེད་ པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སོ་སོའི་དབང་ པོ་དང་། སེམས་ཅན་དེ་དག་རིས་མཐུན་པར་ གནས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སོག་གི་དབང་པོ་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དབང་པོ་དུག་པོ་ དེ་དག་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞི་ཡིན་ལོ། །ཚོར་བ་རྣམས་ ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའམ། དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྟན་ཏོ། ། དད་སོགས་ ལྷས་ཚོགས་གསོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་གྲང་གི་གཞི་ཡིན་ལོ། །དབང་པོ་ཐ་མ་གསུ་ གྱིས་ནི་རྣམ་པར་གྲང་བར་བྱེད་པའམ། ལྷས་གྲང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྟན་ཏེ། དེ་ ལྟར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་གྲང་གི་གཞི་དང་རང་གི་ངོ་བོའི་གྲངས་ངེ་སྟེང་པ་དང་ རྗེས་སུ་མཐུན་པར་དབང་ པོ་དག་གྲང་དེ་སྟེང་དུ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་རྣམས་གྲངས་གཞན།

- གཉིས་པ་རྣམས་གྲངས་གཞན་ནི། རྩ་བར། ཡང་ན་འདྲུག་པའི་རྟེན་དང་ནི། སྤྲེལ་དང་གནས་དང་ཉེར་སྤྲོད་ལས། །བུ་བཞི་དེ་བཞིན་སྤྲོད་པ་ལ། །དབང་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། ཡང་ན་སྤྲེལ་པ་གཞན་དག་ནི་འཁོར་བར་འདྲུག་སྤྲོད་གི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ གསུངས་པར་འདོད་དེ། དེ་ལ་འཁོར་བར་འདྲུག་པའི་རྟེན་ནི་དབང་པོ་དུག་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་རྣམས་གྱི་གཞི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། བར་དོའི་སྤྲེལ་མཆེད་དུག་ལ་བརྟེན་ནས་ སྤྲེལ་སྤྲོད་ཉེར་མཚམས་སྤྲོད་བའི་སྤྱིར་རོ། །འཁོར་བར་སྤྲེལ་བ་ནི་ཕོ་མོའི་དབང་པོ་ཡིན་ ཏེ། དེ་དག་ལས་སྤྲེལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམས་ཏེ་སྤྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེད་ཀྱང་གཙོ་ཆེ་བས་དེ་ སྤྲོད་བརྗོད་དོ། །སེམས་ཅན་དེ་དག་གཞན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྲོད་གི་དབང་པོ་དང་། སེམས་ ཅན་རྣམས་གྱི་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྲོད་པ་ལས་ནི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་སྟེ། དེ་ལྟར་འཁོར་བར་འདྲུག་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་བུ་བཞི་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བར་འདྲུག་པ་ལ་ རྟེན་དང་སྤྲེལ་བ་དང་གནས་པ་དང་ལོངས་སྤྲོད་པ་བཞི་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་ལས་ སྤྲོད་པ་ལའང་ རྟེན་དང་སྤྲེལ་བ་དང་གནས་པ་དང་། གནས་པ་ཉེར་སྤྲོད་ནི་སྤྲེལ་རྣམས་ལས་ གཞན་དབང་པོ་བརྗོད་པོ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་སྤྲོད་པའི་རྟེན་ནི་དང་སོགས་ལྟ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འདིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་ བྱེད་ཉེད་དུ་སྤྲེལ་བ་ནི་མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ ཟག་མེད་ དུ་དང་པོར་སྤྲེལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་པར་བྱེད་བར་གནས་པ་ནི་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ ཏེ། སྤྲོད་ལམ་རྣམས་པ་དག་རྒྱུན་ཆགས་སུ་གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། ། རྣམ་པར་བྱེད་བ་ཉེ་བར་ ལོངས་སྤྲོད་པ་ནི་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་གྲོལ་བས་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་སོ་སོར་སྤྲོད་བའི་སྤྱིར་རོ།

སྐབས་སུ་བབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོ།

- སྐབས་སུ་བབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོ་ལ། ཚོར་སོགས་དབང་པོ་ལྟའི་ངོ་བོ་དང་། དྲི་མེད་དབང་པོ་གསལ་གྱི་ངོ་བོ་ལོ། དང་པོ་ནི། དབང་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་ལས་མིག་སོགས་ དྲུག་དང་ཕོ་མོའི་དབང་པོ་སྟེ་བརྒྱད་ནི་བཤའ་ཟེན་ལ། དད་སོགས་ལྷ་དང་སྟོག་གི་དབང་པོ་སྟེ་དྲུག་ནི་འོག་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་བས་འདིར་ནི་ཚོར་བའི་དབང་པོ་ལྷ་དང་ཟག་མེད་ གྱི་དབང་པོ་གསལ་སྟེ་བརྒྱད་འཆད་དེ། རྩ་བར།
- ལས་ཚོར་སེམས་པ་མ་ཡིན་གང་། །སྤྱུག་བསྐྱེད་དབང་པོའོ་སེམས་པ་ནི། །བདེ་བའོ་བསམ་གཏན་གསལ་པ་ན། །སེམས་གྱི་དེ་ནི་བདེ་དབང་པོ། །གཞན་ན་དེ་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན། །སེམས་གྱི་སེམས་པ་མ་ཡིན་པ། །ཡིད་མི་བདེ་བའོ་བཏང་སྟོམས་ནི། །བར་མའོ་.....
- དེ་ལ་ལས་ནི་འདིར་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བརྗོད་པར་འདོད་དེ། དེ་ ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེས་པའི་ཚོར་བ་སེམས་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་ཤེས་ལྟའི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་པའི་ཚོར་བ་གདུང་བ་ལ་དེ་ སྐད་དུ་བརྗོད་དོ། །དེ་དག་གི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་པའི་ཚོར་བ་སེམས་པ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་སྟེ། བན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཚོར་བ་ནི་སེམས་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་ཤེས་ལྟའི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་ པའི་ཚོར་བ་སེམས་པ་ཁོ་ན་བདེ་བ་ཡིན་པར་མ་ཟད་བསམ་གཏན་གསལ་པ་ན་སེམས་ཏེ་ ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་གྱི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་པའི་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་ཡིན་ ཏེ། དེ་ན་སྟོ་ལྟའི་རྣམ་ཤེས་མེད་པས་ལས་ཚོར་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། དགའ་བ་ལས་འདོད་ན་པ།
- གང་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་གསལ་པ་ལས་གཞན་འདོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་ གཉིས་པ་དག་ན་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་གྱི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་པའི་ཚོར་བ་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ ནི་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། དགའ་བ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྱལ་བས་ས་དེ་དག་གི་ཡིད་ གྱི་འཁོར་དུ་སྦྱེས་པའི་སེམས་པ་ནི་དགའ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

• འོ་ན་སེམས་བདེ་དང་ཡིད་བདེའི་ཁྱད་པར་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདོད་པ་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་བར་གྱི་ཡིད་དགའ་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱེ་ཞིང་མི་བརྟན་པ་ནི་ཡིད་བདེ་ཡིན་ལ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་བརྟན་པར་གནས་པའི་ཡིད་ཀྱི་སེམས་པ་ནི་སེམས་བདེའི་དབང་པོ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་དགའ་བ་མེད་པ་དང་བདེ་བ་ཡོད་པར་ཡང་མདོ་ལས་ཤེས་ཏེ། དེ་དགའ་བ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྱལ་བས་བྲན་པ་དང་ལྡན་ཞིང་ཤེས་བཞིན་ཏུ་བཏང་སྟོམས་སུ་གནས་ཏེ། བདེ་བ་ལས་གྱིས་སྐྱོང་ལ་ འཕགས་པ་རྣམས་གྱིས་དེ་ལ་བྲན་པ་དང་ལྡན་པ་བདེ་བ་ལ་རྣམ་པར་སྐྱོད་པ་བཏང་སྟོམས་ པའོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ་དགའ་བ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་རྟོགས་པར་བྱས་ཏེ། གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསལས་པའི་ཕྱིར་དོ། །སེམས་ཏེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ གྱི་འཁོར་ཏུ་སྐྱེས་པའི་ཚོར་བ་སེམས་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བའི་དབང་ པོའོ། །བཏང་སྟོམས་གྱི་དབང་པོ་ནི་སྤར་སྟོམས་པའི་ཚོར་བ་དེ་དག་གི་བར་མའི་ཚོར་བའོ། །ཅི་དེ་ལས་གྱི་འཕམ་སེམས་གྱི་ཡིན་ཞེ་ན། ལས་དང་སེམས་གཉིས་ཀའི་བར་མ་ནི་ བསྟོམས་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་གཞག་གོ། །ཅི་སྟེ་ཞེ་ན།གཉིས་ཀའི་མི་རྟོག་ཕྱིར། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་ངང་གིས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་གྱི་བདེ་སྤྱད་ནི་རྣམ་རྟོག་ཙམ་གྱིས་སྐྱེ་ལ་ལས་གྱི་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལས་གྱི་བདེ་སྤྱད་ནི་ལས་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་ཐ་དད་བྱས་ལ། བཏང་སྟོམས་ནི་རྣམ་པར་ མི་རྟོག་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཕན་གཞོན་མེད་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ གཉིས་ཀ་གཅིག་ཏུ་བསྟོམས་སོ། །

དྲི་མེད་དབང་པོ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ།

- གཉིས་པ་དྲི་མེད་དབང་པོ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ནི། རྩ་བར། མཐོང་བསྐྱོམ་མི་སྐྱོབ་ལམ་ལ་དགུ། །གསུམ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། རོན་ནི།
- མཐོང་བ་དང་སྐྱོམ་པ་དང་མི་སྐྱོབ་པའི་ལམ་གསུམ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཡིད་དང་། བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་དང་བཏང་སྐྱོམས་དང་དད་སོགས་ལྟ་སྟེ་དགུ་པོ་དེ་དག་ནི་མི་ཤེས་པ་ ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཤེས་པ་དང་། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་ཡིན་ གྱི་དེ་དག་རྣམས་གཞན་དག་ནི་མེད་དོ། །དེ་ལ་བདེ་བ་ནི་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་བརྟེན་ པ་ཡིན་ན་སེམས་བདེ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་བརྗོད་གྱི་ལས་བདེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱོ་སྤྲི་རྣམས་ ཤེས་འཁོར་བཅས་ནི་ཟག་བཅས་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ ཕྱིར་རོ། ། (དབུས་མཐའི་ལྷོ་ཀ་དང་། ཀུན་ལས་ བཏུས་གྱི་འགྲེལ་པར་རྣམས་འཕྱོར་སྐྱོད་པ་ལྟར་ན་དང་པོ་ཉིད་གྱི་གདགས་གཞི་ཡིད་མི་བདེ་བའང་ཡིན་པས་བཅུར་ བཤད་ དོ། །ཚོར་བ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་མི་སྐྱོགས་མེད་དང་། བྱད་པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་དང་། གུམ་གསུམ་མེད་ དང་པོ་གསུམ་གྱི་ས་པ་ཡིན་ན། བཏང་སྐྱོམས་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་ས་པ་ཡིན་ན་ཡིད་བདེ་དང་། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་ས་པ་ཡིན་ན་བདེ་བ་འབྱུང་བས་ཚོར་བ་གསུམ་ གདགས་གཞིར་བཤད་གྱི་ཚོགས་པ་གཅིག་ལ་ གསུམ་ཆར་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ།།

རྣམ་པའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

- དྲུག་པ་རྣམ་པའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ་བཞི། རྒྱུ་ལྔ་ལ། རྩོམ་ལ། སྤང་བྱ་ལ་སྟོན་པའི་རབ་དབྱེ་ལོ།
- དང་པོ་ནི། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་པོ་འདི་དག་ལ་ཟག་བཅས་ནི་དུ། ཟག་མེད་ནི་དུ་ཞེ་ན།
- ལྷ་བ། གསུམ་ནི་དྲི་མ་མེད། ། གཟུགས་ཅན་སྟོག་དང་སྤྱད་བསྐྱུག་བསྐྱུག་དག། ཟག་དང་བཅས་པ་དགུ་རྣམ་གཉིས། །
- དབང་པོ་ཟ་མ་གསུམ་ནི་དྲི་མ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་བདེན་ཡིན་པའི་སྟེང་། གཟུགས་ཅན་གྱི་དབང་པོ་བདུན་དང་སྟོག་དང་སྤྱད་བསྐྱུག་བསྐྱུག་དང་ཡིད་མི་བདེ་བའི་དབང་པོ་དག་ནི་ཚོས་ཅན། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་བདེན་མིན་པའི་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྟེང་། ལྷག་མ་དགུ་ལ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་བདེན་གྱི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པ་ཟག་མེད་དང་། འདུས་བྱས་གཞན་རྣམས་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་སྟེང་།

རྒྱ་ལྗོས་ལ་ལྟོས་པའི་རབ་དབྱེ།

- གཉིས་རྒྱ་ལྗོས་ལ་ལྟོས་པའི་རབ་དབྱེ་ལ། ལྗོས་བྱུང་། ལྗོས་ ཉ ི། དང་པོ་ནི། རྒྱ་བརྒྱ་ རྫོག་ཅི་རྣམ་སྤྲིན་བཅུ་གཉིས་གཉིས། ། མ་མ་བརྒྱད་དང་ཡིད་མི་བདེ། །མ་གཏོགས་པ་སྟེ་..... ། །ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་ལས།
- སྟོག་གི་དབང་པོ་ནི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ལྗོས་ནི་ཡོད་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན། བདེ་ལྟོ་ནི་ཡོད་པ་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རོ་ན། དབྱ་ བཅོམ་པ་སྦྱ་ཚེའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་འཛོག་བྱེད་པར་བཤམ་པའི་སྟོག་གི་དབང་པོ་དེ་གང་ གི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་ཞེས། ཁ་ཅིག་ན་དེ། བསྐྱེད་བཅོམ་ལས། དགེ་སློང་དབྱ་བཅོམ་པ་རྒྱ་ འཕྲུལ་དང་འཕྲན་པ་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཞིག་གིས་དགེ་འདུན་དང་གང་ཟག་གང་ཡང་ རུང་བ་ལ་སྤྱང་བཟེད་དང་ཚོས་གོས་སོགས་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་ ལུང་ལས་ཤེས་པ་ཞིན་ རྒྱ་ལྗོས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་ལྟོས་པ་རྒྱུགས། དེ་ལས་ལངས་ནས་བདག་ གི་ཕོངས་སློང་གི་རྣམ་སྤྲིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཚེའི་རྣམ་སྤྲིན་རྒྱུང་ཅིག་སྤྱི་ལྟོ་ཡིད་ལ་ སེམས་ཤིང་དག་ཏུ་ཡང་བརྗོད་པས་ཕོངས་སློང་ གི་རྣམ་སྤྲིན་དེ་ཚེའི་རྣམ་སྤྲིན་རྒྱུང་ ཞེས་བཤམ་པས། མཐོང་ཚོས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་ཞེས་ཟེར།
- ཁ་ཅིག་ན་དེ། དབྱ་བཅོམ་པ་མམས་ཅད་ལ་སྦྱ་ཚེའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་འཛོག་བྱེད་ པ་མེད་པས་སྟོན་གྱི་སྟེ་ཤིང་གནས་སྐབས་སུ་ལས་ཀྱིས་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་བཟོ་བ་ལ་འཕངས་པ་ བར་སྐབས་སུ་དུས་མ་ཡིན་པར་གཤེན་སྟོག་གི་བར་ཆད་ནས་ཆེ་ལྷག་ལས་པ་ མཐོང་ བས་སུར་གྱི་སློང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆེ་འདི་ལ་འདྲེན་པར་བྱེད་པས་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་ སྤྲིན་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ།
- བཅུན་པ་དབྱངས་སྟོགས་ན་དེ། ཆེ་སྲིད་བར་བྱེད་པའི་ཆེ་རབ་མཐའི་བསམ་ གཏན་བཞེས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྟོབས་དེ་སྦྱར་ལས་འདི་ལ་བསམ་གཏན་བཞེས་ པའི་སས་བརྒྱས་ཀྱི་ཆེ་གནས་པ་དང་མཐུན་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲུང་བ་བསྟེན་ནས་ཆེ་ སྲིད་བར་བྱེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྤྱུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱིས་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཡིན་ རོ། །འོན་ཀྱང་མལ་ཆེ་བ་ལ་དགོངས་ནས་སྟོག་རྣམ་སྤྲིན་རྒྱ་བཤམ་པ་ཡིན་ཅོད་ཞེས་ཟེར་རོ། ། རོ་ན་གང་གི་རྟེན་ལ་གཏོང་འཛོག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས། སྲིད་གསུམ་ གི་སྟེས་པ་བྱུང་ མེད་གྱི་རྟེན་ལ་ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལ་དེ་བྱེད་པའི་དགོས་པ་མི་འབྱུང་ པའི་ཕྱིར། གང་གིས་བྱེད་ན། བསམ་གཏན་བཞེས་པ་སྟོམ་པའི་དུས་དང་མི་སློང་བའི་རྣམ་ སྟོན་ལ་ཞིག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་མེད་ཅིང་ དབང་པོ་རྣམས་ཉིང་དེ་འཛིན་ ལ་དབང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།
- གཏོང་འཛོག་གི་ཚུལ་རིམ་བུ་ཞེ་ན། འཛོག་ཚུལ་སྲར་བཤམ་ལ། གཏོང་ཚུལ་ རོ། དགེ་སློང་དབྱ་བཅོམ་པ་རྒྱ་འཕྲུལ་དང་འཕྲན་པ་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཞིག་གིས་ དགེ་འདུན་ནས་གང་ཟག་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་སྤྱང་བཟེད་དམ་ཚོས་གོས་གང་ཡང་ རུང་ བ་ལས་ནས་བསམས་བཞིན་རྒྱ་ལྗོས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་ལྟོས་པ་རྒྱུགས། དེ་ལས་ལངས་ནས་བདག་གི་ཆེའི་རྣམ་སྤྲིན་དེ་ཕོངས་སློང་གི་རྣམ་སྤྲིན་རྒྱུང་ཅིག་ སྤྱི་ལྟོ་ཡིད་ལ་སེམས་ཤིང་དག་ཏུ་ཡང་བརྗོད་དེ་གཏོང་བར་བྱེད་པ་ ཡིན་རོ།

- གཏོང་འཛོག་གི་དགོས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཆེ་འདིར་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས་པར་ མཐོང་ཞིང་གནས་ན་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་སན་ཐོགས་པར་མཐོང་ནས་འཛོག་ པར་བྱེད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཆེ་འདིར་ ཡུན་རིང་དུ་གནས་ཀྱང་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ སན་པར་མ་མཐོང་ན་གཏོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།། འོ་ན། སློག་གི་འདུ་བྱེད་དག་གིས་ གྲིས་བརྒྱབས་ནས་ཆེད་འདུ་བྱེད་གཏོང་ཞེས་གསུངས་ན། སློག་དང་ཆེ་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ ཡོད་ཅེ་ན། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་ན་དེ། ཁྱད་པར་མེད་དེ། བསྟན་བཅོས་ལས། སློག་གང་ཞེ་ན།མདོ་སྡེ་བ་ན་དེ། སློག་ནི་ཆེ་འདིའི་ལས་གྲིས་འདུས་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ཆེ་ནི་ཆེ་ སྐྱ་ མའི་ལས་གྲིས་འདུས་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་རོ། །འོ་ན། སློག་གི་འདུ་བྱེད་དག་ཅེས་མང་ ཆེ་ག་སློས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་ན་དེ། སློག་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ ལ་གཏོང་འཛོག་མི་ཅུས་ པས་སློག་གི་རྒྱན་ལ་གཏོང་འཛོག་བྱེད་པ་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ ཟེར། མདོ་སྡེ་བ་ན་དེ། སློག་དེ་འདུ་བྱེད་གྱི་པར་སོ་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ ཉེ། དཔེར་ན། ཁམས་འོག་མ་གཉིས་ན་པར་སོ་ ལྷ་དང། ཁམས་གོང་མ་པར་སོ་བཞི་ དང་ལྡན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་སློག་རྒྱས་གཅིག་ཁོ་ནར་དེས་པ་མ་ཡིན་གྱི་འདུ་བྱེད་ དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སློག་དག་ཅེས་ སློས་དེགས་ གྱི། འདུ་བྱེད་དག་ཅེས་སློས་མི་དེགས་པར་འགྲུང་རོ་ཞེས་ཟེར། བྱེ་བྲག་དུ་སྟོན་པའི་ སྐྱ་ཆེད་གཏོང་འཛོག་བྱེད་པའི་དགོས་པ་གང་ཞེ་ན། མདོ་སྡེ་བ་ན་དེ། འཆི་བ་ལ་མངའ་ བརྟེས་ པའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱ་ཆེད་འདུ་བྱེད་གཏོང་བ་དང་། ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱ་ ཆེད་འདུ་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ ལྷག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཉེ། དེ་ཕྱིན་ ཆད་སྐྱ་དངོས་གྱི་གདུལ་བྱ་མེད་པ་དང་། རྩ་འཇུག་གྱི་རྣང་ པ་བསྐྱེམས་པས་ངས་བཞེད་ན་བསྐྱེམ་པའམ་བསྐྱེམ་པ་ལས་ལྷག་པར་བཞུགས་པར་ བྱེད། །ཞེས་གསུངས་པའི་དམ་བཅའ་མཐར་ཕྱིན་ པར་མཛད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་རོ།།

- བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་ན་དེ། བདུད་བཞི་བཅོམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་ཉེ། དེ་ ཡང་རྩོ་རྩེ་གདན་གྱི་སློ་ལ་ཐུན་དང་སོ་ལ་སྟེའི་བུའི་བདུད་བཅོམ། ཐུན་གསུམ་པ་ལ་ཉོན་ མོངས་པའི་བདུད་བཅོམ། ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྐྱ་ཆེད་འདུ་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་འཆི་བདག་གི་བདུད་བཅོམ། གྲུད་ཡུལ་དུ་པར་སོ་ལྷག་མ་མེད་ པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་ལྷ་ངན་ལས་འདས་ནས་ པར་སོའི་བདུད་བཅོམ་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ།། དབང་སོ་ཉེར་གཉིས་ལས། དབང་སོ་བཅུ་གཉིས་ལ་ནི་རྣམ་སྟོན་ཡིན་པ་དང་རྣམ་སྟོན་མེན་པ་གཉིས་ཀ་ ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །བཅུ་གཉིས་སོ་གང་ཞེ་ན། དབང་སོ་ཐ་མ་བརྒྱད་དང་ཡིད་མི་བདེ་མ་ གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །གཟུགས་ཅན་གྱི་དབང་སོ་བདུན་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། རྣམ་ སྟོན་དང་རྣམ་བྱུང་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཆོར་བ་བཞི་དང་ཡིད་ གྱི་དབང་སོ་ལ་དེ་ གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། དགེ་མི་དགེ་ནི་རྣམ་སྟོན་མ་ཡིན་ལ་གཞན་ནི་རྣམ་སྟོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དབང་སོ་ཐ་མ་བརྒྱད་མ་གཏོགས་ཉེ། དགེ་བར་དེས་པའི་ཕྱིར།

རྒྱ་ལ་ལྷོ་ས་པའི་རབ་དབྱེ།

- གཉིས་པ་རྒྱ་ལ་ལྷོ་ས་པའི་རབ་དབྱེ་ནི། རྒྱ་བ། དེ་གཅིག་ནི། ། རྣམ་པར་སློན་བཅས་བཅུ་རྣམ་གཉིས། ། ༡༠ ཡིད་དང་ཚོར་གཞན་དད་ལ་སོགས། ། ཞེས་གསུངས། རོན་ནི།
- ཡིད་མི་བདེ་དེ་གཅིག་པ་ནི་རྣམ་པར་སློན་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དགོ་བ་ཟག་ བཅས་དང་མི་དགོ་བ་གང་རང་དུ་ངེས་པའི་སྲིད། ཡིད་དང་ཚོར་བ་གཞན་བཞི་དང་དད་ བ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་བཅུ་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། དད་སོགས་གྱི་དབང་པོ་དགོ་ བ་ཟག་བཅས་ནི་རྣམ་པར་སློན་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་མེད་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སློན་པ་ དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་དང་། ཡིད་དང་ཚོར་བ་གཞན་བཞི་དགོ་བ་ཟག་བཅས་དང་མི་དགོ་བ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སློན་བཅས་དང་། དེ་ལས་གཞན་ཟག་མེད་དང་ལང་ མ་བསྟན་རྣམ་པར་སློན་པ་དང་བཅས་པ་མིན་པའི་སྲིད་རོ། ། བུ་བུ་ཅན་གྱི་དབང་པོ་ བདུན་དང་སོག་གི་དབང་པོ་ནི་རྣམ་སློན་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལང་མ་བསྟན་ཡིན་ པའི་སྲིད།

ངོ་བོ་ལ་སྟོན་པའི་རབ་དབྱེ།

- ༣ ། གསུམ་པ་ངོ་བོ་སྟོན་པའི་རབ་དབྱེ་ནི། རྩ་བར། དགོ་བ་བརྒྱད་ཡིད་མི་བདེ་བ། ། རྣམ་གཉིས་ཡིད་དང་ཚོར་གཞན་ནི། ། རྣམ་གསུམ་གཞན་ནི་རྣམ་པ་གཅིག། ཅེས་གསུངས། དོན་ནི། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་ལས་དབང་པོ་ཐ་མ་བརྒྱད་ནི་དགོ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དུ་བསྟན་པ་གང་ཞིག ། འབྲས་བུ་ ཡིད་དུ་འོང་བ་འབྱིན་གྱིད་ ཡིན་པའི་སྲིད། ཡིད་མི་བདེ་བ་ལ་དགོ་མི་དགོ་རྣམ་པ་གཉིས་ ཀ་ཡོད་དེ། དགོ་བ་བྱས་པ་ལ་ཡིད་མི་བདེ་བ་མི་དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་བྱས་པ་ལ་ཡིད་ མི་བདེ་བ་དགོ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉི་འོག་པ་དང་མདོ་སྡེ་བ་སྟར་ན། ལྷ་མ་བསྟན་བྱས་པ་ལ་ཡིད་མི་བདེ་བ་ལྷང་ མ་བསྟན་དུ་འགྱུར་བས་ལྷང་མ་བསྟན་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་ ཟེར། ཡིད་དང་ཚོར་བ་ གཞན་བཞི་ལ་ནི་དགོ་མི་དགོ་ལྷང་མ་བསྟན་གསུམ་ག་ཡོད་ལ། གཞན་གཟུགས་ཅན་ བདུན་དང་སྟོག་སྟེ་བརྒྱད་ནི་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་རྣམ་པ་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། དགོ་མི་དགོ་ གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་པོ་འདི་དག་ལས་འདོད་པར་གཏོགས་པ་ནི་དུ། གཟུགས་སུ་གཏོགས་པ་ནི་དུ། གཟུགས་མེད་དུ་གཏོགས་པ་ནི་དུ། ཞུས་སུ་མ་གཏོགས་པ་ནི་དུ་ཞེ་ན།
- རྩ་བར། རྗེ་མེད་མ་གཏོགས་འདོད་པར་གཏོགས། ། མོ་མོའི་དབང་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དག ། མ་གཏོགས་གཟུགས་གཏོགས་གཟུགས་ཅན་དང། ། བདེ་བའང་མ་གཏོགས་གཟུགས་མེད་གཏོགས། ། ཞེས་གསུངས།

- དོན་མི། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་ལས། རྩི་མ་མེད་པ་གསུམ་དང་དེའི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་ཁམས་སུ་མ་གཏོགས་ཏེ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། དབང་པོ་གཞན་རྣམས་འདོད་པར་གཏོགས་ཏེ། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་སུ་རང་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། རྩི་མེད་གསུམ་དང་པོ་མོའི་དབང་པོ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དག་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་གཟུགས་སུ་གཏོགས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྣམས་སུ་རང་བའི་སྲིད། གཟུགས་ཁམས་ན་པོ་མོའི་དབང་པོ་མ་གཏོགས་ཏེ། དེ་ན་འབྲིག་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་། པོ་མོའི་དབང་པོ་དེ་རྟེན་མི་མཛེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད།
- གཟུགས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མེད་དེ། རྣམས་བྱས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་མེད། རྟེན་གྱིས་བྱས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་མེད་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། མི་དགེ་བ་མེད་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། ལས་འོད་སྣང་རྒྱངས་པའི་སྲིད། དེ་ན་ཡིད་མི་བདེ་མེད་དེ། རྣམས་བྱས་པའི་ཡིད་མི་བདེ་ཡང་མེད། རྟེན་གྱིས་བྱས་པའི་ཡིད་མི་བདེ་ཡང་མེད་པའི་སྲིད་ཏེ། རིམ་བཞིན་ཁོང་ཁྱོད་སྤངས་པའི་སྲིད་དང་། བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱས་སོ་བྱེད་ རོ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །བདག་གི་གཉེན་ལ་གཞོན་པ་བྱས་སོ་བྱེད་ རོ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །བདག་གི་དགྲ་པོ་ལ་ཕན་པ་བྱས་སོ་བྱེད་ རོ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཀུན་ནས་ མནར་སེམས་པའི་དངོས་པོ་དགུ་དང་བྲལ་བའི་སྲིད།
- གཟུགས་ན་ཡོད་པར་བཤའ་པའི་དབང་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏུན་དང་པོ་ན་ཡོད་ལ། བསམ་གཏུན་གཉིས་པ་ན་བདེ་བའི་དབང་པོ་མེད། བསམ་གཏུན་བཞི་པ་དང་དངོས་གཞི་བྱེད་པར་ ཅན་ན་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་གཉིས་ཀ་མེད་དོ། །དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་གཟུགས་ཅན་ བདུན་དང་བདེ་བ་དང་འང་གི་སྐྱེས་ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་བརྒྱད་ བུ་གཟུགས་མེད་དུ་གཏོགས་ཏེ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྣམས་སུ་རང་བའི་སྲིད་རོ། །

སྤང་བྱ་ལ་སྣོ་ས་པའི་རབ་དབྱེ།

- ། བཞི་བ་སྤང་བྱ་ལ་སྣོ་ས་པའི་རབ་དབྱེ་ནི། ལྷ་བར། ཡིད་དང་ཚོར་བ་གསུམ་རྣམ་གསུམ། །གཉིས་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིད་མི་བདེ། །དྲག་ནི་བསྐྱོམ་པས་ལྷ་པོ་ནི། །སྤང་བར་བྱ་མིན་ཡང་གསུམ་མིན། །ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་ལས་ཡིད་དང་། ཚོར་བ་བདེ་བ། ཡིད་བདེ། བཏང་སྣོ་ས་ཀྱི་དབང་པོ་གསུམ་ལ་མཐོང་སྤང་དང་། སྣོ་ས་སྤང་དང་། སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་གསུམ་ག་ཡོད་དེ། མཐོང་སྤང་དང་མཚུངས་ལྡན་མཐོང་སྤང་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཟག་བཅས་སྣོ་ས་སྤང་དང་། ཟག་མེད་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཡིད་མི་བདེ་བ་མཐོང་ལས་དང་སྣོ་ས་ལས་གཉིས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་སྤང་དང་མཚུངས་ལྡན་མཐོང་སྤང་དང་། སྣོ་ས་སྤང་དང་མཚུངས་ལྡན་སྣོ་ས་སྤང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གུ་ཟགས་ཅན་བདུན་དང་སྟོག་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དབང་པོ་སྟེ་དྲག་ནི་སྣོ་ས་པས་སྤང་བྱ་ཡིན་ཏེ། སྤང་བྱ་གང་ཞིག །མཐོང་སྤང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དད་སོགས་དབང་པོ་ལྷ་ཟག་མེད་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་མིན་ཏེ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཡང་ཞེས་པས་ཟག་བཅས་སྣོ་ས་སྤང་ཡིན་པར་བསྟན་ཏོ། །དབང་པོ་ཐ་མ་གསུམ་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དགོལ། །།

ཐགས་རྗེ་ཚེ།
Thank you

PM 2nd Moolshara

1st semester

Acharya Tsultim Sangais

བྱང་ཆུབ་ལམ་གློ་བུ་གློ་བུ་མཐོང་མཐོང་མཐོང་མཐོང་།

ཡུལ་ལྗོངས་ལྗོངས་ལྗོངས་ལྗོངས་།

རྩོ་བོ་རྗེའི་མཛད་རྣམས།

- རྩོ་བོ་རྗེ་དབལ་ལྷན་ཨཉིག་དྲིའི་ཀར་སྤྲོད་ཡང་ན་དབལ་མར་མེ་མཛད་ནི་ཚུ་ཉ་ཕྱི་ལོ་ ༡༥༥༥ ལོར་རྒྱ་གར་གར་ཕྱོགས་སྤྲོད་ཅུ་སྐུ་འབྲུངས།
- དགུང་ལོ་བཅུ་ཙམ་ལ་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་པའི་སྐྱ་དང་ཚད་མ་རིག་པ་སོགས་ལ་སློབ་གཉེར་མཛད།
- དགུང་ལོ་ཉི་ཤུ་སོན་པ་ན་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱལ་མིང་བསྐྱུང་ཕྱིར་ཡུལ་གྱི་བུ་མོ་མཛེས་མ་ཞེས་དང་གཉེན་སྲིག་གནང་བར་ཞུས་ཀྱང་ཞལ་བཞེས་མ་གནང་།
- དགུང་ལོ་ཉེར་དགུ་ལ་རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་གྱི་མདུ་བོ་རྟེན་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕལ་ཆེན་སྡེ་པའི་གནས་བརྟན་གྱི་ལ་རྟེན་ལས་རབ་དུ་བྱུང་། མཚན་ལ་དྲིའི་ཀར་སྤྲོད་ཞེས་གསོལ།
- ལྷ་མ་གསེར་སྤིང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་མ་སུམ་ཅུ་སོ་བཞི་བརྟེན་ནས་བེ་གྲམ་གྱི་ལའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གནས་བརྟན་ཆེན་པོར་གྱུར།

བོད་ལ་ཕེབས་པའི་སྐོར་གླེང་བ།

- དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཞེ་གཅིག་པ་དར་མ་འུ་དུམ་བཙན་པོ་༥༩-༧༠༢ རྒྱལ་སྲིད་སྐབས་ནང་པའི་བཟུན་པ་རྩ་ལག་དུ་གཏོང་བའི་ལས་འགུལ་བཙུགས་པའི་ཁར་ཡང་དག་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་འགས་པམ་ཚུན་ཚོད་ཅིང་སངས་རྒྱས་པའི་ལྷ་སྐོམ་སྦྱོང་གསུམ་མ་རྟོག་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་ནས་ཉག་སྤར་བར་འགྱུར།
- མངའ་རིས་ཀྱི་གུ་གའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ལྷ་མ་ཡི་ཤེས་འོད་༧༤༥-༡༠༩༤ གསེར་མང་པོའི་འབུལ་བ་དང་བཅས་ལོ་ཙཱ་བ་རྒྱ་བཙོན་འགྲུས་མེད་ཀྱི་གར་དུ་རྩོ་བོ་ལྷ་བར་མངགས་ཀྱང་པརྟེན་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་གནང་།
- ལྷ་ལྷ་མ་ཡི་ཤེས་འོད་གསེར་འཚོལ་དུ་ཕེབས་སྐབས་གར་ལོག་གི་རྒྱལ་པོས་བཙོན་ལ་བཅུག་ནས་མནར་གཅོད་དྲག་པོའི་འོག་སྐྱ་གཤེགས།
- ཁོང་གི་ཚ་བོ་ལྷ་ལྷ་མ་བྱང་ཚུབ་འོད་ལ་ཞལ་ཆེམས་གནང་བ་ལྟར་བཟུན་པའི་གནས་སྟངས་ལ་ཞིག་ནས་བྱང་ཚུབ་འོད་ལྷགས་གྱིས་མ་བཟོད་ནས་སྐར་ཡང་ནག་ཚོ་ལོ་ཙཱ་བ་ཚུལ་སྲིམས་རྒྱལ་བ་༡༠༡༡-༡༠༤༤ གསེར་འབུལ་བ་དང་བཅས་རྒྱ་གར་དུ་མངགས་ནས་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་བྱེམ་ཤེས་ལའི་མཁན་པོ་པརྟེན་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་གསུམ་རིང་རྩོ་བོ་བོད་དུ་བཞུགས་ཚོག་པའི་གནང་བ་བསྐྱལ་ནས་༡༠༤༠ ལོར་བོད་ལ་གདན་འདྲེན་ལྷུས།

བོད་དུ་ཚོས་ཀྱི་བྱ་བ་མཛད་པའི་སྐོར།

- ལྷ་སྐྱ་མ་བྱང་ཚུབ་འོད་སོགས་ཀྱིས། ངི་བ་བདུན་སྟུང་ནས་དེའི་ལན་ལ་ཚོས་ཚུལ་ཟབ་ཟབ་མོ་དང་སྟོན་སྟོན་མོ་མ་ཡིན་པར་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལས་བརྩམས་པའི་ཚོས་ཚུལ་ཞིག་སྟུང་བར་གསོལ་བ་བཏབ།
- དེས་ན་རྩོ་བོ་རྗེས་ཐེག་པ་གསུམ་དང་རྒྱུད་རྗེ་བཞི་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་བའི་གང་ཟག་གཅིག་སྟོན་ཐོག་གཅིག་ལ་ཚང་བརྒྱ་བའི་ལམ་མ་ཚང་བ་མེད་པའི་བྱང་ཚུང་ལམ་གྱི་སྐོར་མ་འདི་ཉིད་མཐོ་མིང་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བརྩམས།
- ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་རྩོ་བོ་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱིར་ཕེབས་སྐབས་བལ་ཡུལ་ས་མཚམས་སུ་ཚུད་རྟོག་གི་རྒྱུན་གྱིས་ཕེབས་མ་ཐུབ། འགྲོམ་སྟོན་པ་ཕེབས་ནས་དབུས་གཙང་དུ་གདན་འདྲེན་བྱས། དེས་ན་ལྷ་ས་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་ནས་བཞུགས། མཐར་ཤིང་རྟ་རྒྱུ་ལོ་༡༠༥༤ ལོར་སྟེ་ཐང་དུ་སྐྱ་གཤེགས།
- བྱང་ཚུབ་ལམ་སྐོར་བརྩམས་པ་ནས་བཟུང་བོད་དུ་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་པ་རྣམས་འབྲུག་རྩོག་མེད་པར་གཅིག་ཏུ་ལམ་སྐོར་འདི་ཉིད་ལ་ཐོས་སོགས་མཛད་སྒོལ་གྱི་ལྷགས་བཟང་དར།

བྱང་ཆུབ་ལམ་སྒྲོན་སྐོར་ལ་གླེང་བ།

- བྱང་ཆུབ་ལམ་སྒྲོན་འདི་ལ་ཚོག་རྒྱུ་ཉེས་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་དོན་བརྒྱད་ཡོད། བོད་ཀྱི་སྐོར་སྐོར་སྐོར་སྐོར་ཚོག་བཅད་དུ་བཀོད་ན་ཤོལ་ཀ་བཞི་ཅན་མ་དུག་ཅུ་རེ་བཞི། ལྔ་ཅན་མ་གཉིས། དུག་ཅན་མ་གཉིས་བཅས་འབྲུག་བསྐྱེམས་ཤོལ་ཀ་དུག་ཅུ་རེ་བརྒྱད་ཡོད། ཚོས་བརྗོད་སོགས་ལ་ཤོལ་ཀ་ལྔ། མཇུག་དུ་ཤོལ་ཀ་གཅིག་བཅས་ཤོལ་ཀ་དུག་ལྔ་དུང་ལས་ལམ་སྒྲོན་གཞུང་དངོས་ལ་ཤོལ་ཀ་དུག་ཅུ་རེ་གཉིས་ཡོད།
- ལམ་སྒྲོན་འདི་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་རང་འགྲེལ་མ་གཏོགས་མི་སྣ་འཁྲུང་། བོད་འགྲེལ་གྲངས་ལས་མང་མ་ཡོད། དེ་དག་ཤེས་པར་བྱའོ།

མཚན་གྱི་དོན།

- རྒྱ་གར་རྒྱུ་དུ། བོ་རྟོ་པམ་པའི་པོ། (བོ་ཐི་པ་ཐ་པའི་པོ།)
- བོ་ད་རྒྱུ་དུ། བྱང་ལུ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ།
- བོ་རྟོ་ལི་བྱང་ལུ། པམ་ལི་ལམ། པའི་པོ་ལི་སྟོན་མའོ།
- གཞུང་གི་ཐོག་མར་རྒྱ་རྒྱུ་སྟོན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚོས་སྤྱངས་གཞུང་པར་ཤེས་པ་དང་། ལེགས་སྤྱངས་རྒྱུ་སྟོན་ལ་བག་ཆགས་འཛིག་པ་དང་། ལོ་པའ་རྒྱུ་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ཆེད་ཡིན་ལོ།

འགྱུར་ཕྱུག

- གནིས་པ་འགྱུར་ཕྱུག་ཡོད་དེ། ཚུ་བར། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཀུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱུག་འཚལ་ལོ།།
- (मै) बोधसत्त्व मञ्जुश्री कुमारभूत को प्रणाम करता हूँ।
- I, salutation to the youthful bodhisattva manjusri kumarabhuta, the awakened one.
- འགྱུར་ཕྱུག་མཛད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། འགྱུར་ལ་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་། འགྱུར་ཐར་སྐྱོན་པའི་ཆེད་དང་། ལྷག་པར་གཞུང་འདི་སྡེ་སྡོད་གང་གི་ཁྱེད་ལ་སྐྱེས་ལོ་གཏོགས་པ་ཡིན་མིན་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་པ་ལ་ཕྱུག་བྱས་པས་མངོན་པའི་སྡེ་སྡོད་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།།

ཚཱ་བ་ཐོས་བརྗོད།

- ཚཱ་བ་ཐོས་བརྗོད། རྣམས་ལ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཚལ་བྱས་ཏེ།
དགོ་འདུན་རྣམས་ལ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཚལ་བྱས་ཏེ།
- में त्रैकालिक सर्वजिनों (बुद्धों), उनके धर्मों तथा, संघों सहित सभी महान् आदर के साथ वन्दना करके-
- I, pay homage with profound respect to all the Conquerors (jinas) of the three times and to their doctrine (dharma), and to the Spiritual Community (sangha).
- མྱེད་ཚོས་ཚཱ་བ་ཐོས་བརྗོད་པའི་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟའི་འདུས་པའི་རྣམས་ལ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཚལ་བྱས་ཏེ། རྣམས་ལ་གུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཚལ་བྱས་ཏེ།

ཚུམ་པར་དམ་བཅའ།

● ཚུམ་པར། སློབ་མ་བཟང་པོ་བྱང་ཚུབ་འོད་གྲིས་བསྐྱེད་གྱུར་བ།

☐ བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་སློན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ། ༡

☐ भद्रशिष्य बोधिप्रभ की प्रेरणा से बोधिपथप्रदीप नामक ग्रन्थ का प्रणयन करूंगा। 1

☐ On the request of excellent disciple Jangchup od, (bodhiprabha) I will illuminate of lamp for the Path to Enlightenment (bodhipathpradipa).

☐ ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློན་ཏུ་བྱང་པའི་སློབ་མ་བཟང་པོ་སྟེ་ལྷ་སྐྱ་མ་བྱང་ཚུབ་འོད་གྲིས་བསྐྱེད་གྱུར་བ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་སློན་མ་ཞེས་བྱ་བ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བཤད་པར་བྱ།

- ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་འོད་ལ་སློབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན།
- རང་འགྲེལ་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡོད་དུ་གྱུར་པས་ན་སློབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱའོ།།
- འོ་ན་གཞུང་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སློན་མ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན།
- སངས་རྒྱས་སམ་བྱང་ཆུབ་དུ་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་། གོ་རིམ། བྱངས་ངེས་སོགས་མ་རྟོགས་པ་དང་། ལོགས་པར་རྟོག་པ། ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྤུན་པ་མཐའ་དག་དུང་ནས་སྤུན་སྤུང་བ་ཡིན་ཏེ། མཚན་གྱི་དོན་དང་མཐུན་པའོ།།
- ཚོག་བཅད་སྤེད་སྤེ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དགོས་སོགས་ཚོས་བཞི་བཟླན་པའོ།།

श्रेयस्वर्गशास्त्रम्

- ॐ वर। कुरुतु अश्विन दद अर्कग शुभ वर। श्रेयस्वर्गशास्त्रम् दुःशेष वरः।
- संसार में तीन प्रकार के पुरुष हैं जैसे- अधम, मध्यम एवं उत्तम पुरुष।
- **Person (puruṣa) is to be known as three types vi; inferior (adhama). Mediocre (madhyama) and superior (uttma).**
- श्रेयस्वर्गशास्त्रम् शुभदुःशेषः श्रेयस्वर्गशास्त्रम्। देवि देवि किं कुरु कुरु श्रेयस्वर्गशास्त्रम्। कुरु वरः वरः कुरु कुरु। अश्विन दद। अर्कग वरः वरः श्रेयस्वर्गशास्त्रम् कुरु अश्विन कुरु वरः श्रेयस्वर्गशास्त्रम् दुःशेष वरः श्रेयस्वर्गशास्त्रम्।

སྐྱེས་བུ་གསུམ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད།

• ལྷབར། དེ་དག་མཚན་ཉིད་རབ་གསལ་བ།། སོ་སོའི་དབྱེ་བ་བྲི་བར་བྱ།། ༡

• इनके लक्षणों को प्रकशित करने के लिए मैं यहाँ पर उन में से प्रत्येक के भेद लिखूँगा। 2

• The characteristics of each are very clear, Therefore, I shall write the distinguishing feature of each.

•

གོང་དུ་བཤད་པའི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་སོ་དེ་དག་གི་དོན་ནམ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སློབ་ནམ་སོ་སོའི་དབྱེ་བ་གང་
ཡིན་མིན་རབ་དུ་གསལ་བར་ཞིག་བྲི་བར་བྱ།།

श्लेषः सुः कुरुः ३।

- सुः वरः। गदः विषाः प्रवसाः किं गदः दगाः गीसाः॥ अर्षेः वरिः वदेः वः उरः दगाः ॥
रदः शिदः दैः सुः गतेः सुदेः ॥ श्लेषः सुः देः किं प्रः वरः शेषः॥ ३
- जो साधक उपाय के द्वारा मात्र संसारिक सुखों के लिए स्वार्थ साधने की चेष्टा करनं वालों को, अधम पुरुष समझ लेना चाहिए। 3
- By the inferior person (adhama purusa) is to be known one who, in one's own interest, acts in every way for the worldly pleasures only (samsara sukha matra). 3
- श्लेषः सुः गदः विषाः गीसाः अर्षेः वरिः वदेः वः उरः विषाः प्रवः सुः वः सुदः कसाः रदः दैः सुः किं
दैः सुः गतेः वरिः गदः प्रवः देः ॥ श्लेषः सुः प्रः उरः कुरुः सुः विषाः शेषः वरः सुः॥ ३

श्लेषः सुभवेत् ।

ऊच्यते । श्लेषः पतिवदेऽप्यसुखं सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।
श्लेषः पतिवदेषु सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।

- जो संसारिक सुखों से विमुख हो, पाप कर्मों से अपने आप को बचाए रखते हो तथा अपनी निवृत्ति के लिए चेष्टारत हो, उन्हें सध्यं पुरुष कहा गया है।
- one who, indifferent to the pleasures of birth (bha-sukha), and by nature opposed to sinful acts, works for oneself alone, is to be known as the mediocre (madhyama purush).
- अद्वैतं दैव्यं सुखं पतिवदेषु सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।
सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।
श्लेषः पतिवदेषु सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।
श्लेषः पतिवदेषु सुखं च । श्लेषः पतिवदेषु सुखं च ।

སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ།

- ཅུ་བར། རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས། གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས། ཡང་དག་ཟད་པར་ཀུན་ནས་འདོད། སྐྱེས་བུ་དེ་ནི་མཚོག་ཡིན་ལོ། ། ༥

- जो साधक अपनी अन्तर्निहित दुःखानुभूति के कारण दूसरों के दुःखों का सर्वथा परिहार करना चाहते हो, ऐसे महात्मओ को उत्तम पुरुष कहा गया हैं। 5
- One who always wishes to remove all the suffering of other by his own suffering in the superior person (uttama purush).
- གང་ཟག་གང་ཞིག་གིས་རང་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་མཚོན་ནས་གང་ཟག་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡང་དག་པ་སྟེ་གཏན་ནས་ཟད་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་ནི་སྐྱེས་བུ་མཚོག་ཡིན་ལོ། ། ༥

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་བྲག་རྩ་བཤད་པ།

- ཅ་བར། སེམས་ཅན་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་མཚོག། འདོད་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ།
སླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི། ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། ། ༥
- श्रेष्ठ बोधि के अभिलाषा उन उत्तम प्राणियों के लिए गुरुजनों द्वारा उपदिष्ट सम्यक् उपाय बताउंगा । 6
- To the noble being, who is desirous of the highest enlightenment (uttama-bodhi), I shall explain the best means as preached by the teachers.
- དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་དམ་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དེ་བྱང་ཆུབ་མཚོག་སླ་མེད་བྱང་ཆུབ་འདོད་པར་གྱུར་པ་
དེ་དག་ལ་སླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གང་བསྟན་པའི་ཡང་དག་པའི་ཐབས་ལམ་གྱི་ཅི་མ་ལོག་པར་བཤད་པར་
བྱ། ། ༥
- སླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཚོས་ཁྱུངས་བཅུན་པར་བསྟན་པར་ཤེས་པ་དང་།
ལྷག་པར་དུ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བར་སླ་མ་ལ་རག་ལས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལོ།

སྒོམ་པ་སེམས་སྐྱེད་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།

● ཙུ་བར། རྗོགས་སངས་བྱིས་སྐུ་ལ་སོགས་དང་། མཚོད་རྟེན་དམ་ཚོས་མངོན་ཕྱོགས་ནས།
མེ་རྟོག་བདུག་སྦྲིས་དངོས་པོ་དག ། ཅི་འབྱོར་པ་ཡིས་མཚོད་པར་བྱ། །

● संबुद्धों के चित्रपट, स्तूप एवं सद्धर्म, बुद्धवचन, ग्रन्थ आदि की ओर विमुख हो कर पुष्प, धूप आदि जो भी सामग्रियाँ प्राप्त हैं, उनकी पूजा करनी चाहिए। 7

● Offer flowers, incense, etc., whatever you may obtain to the picture of the Buddha, the stupa (caitya) and the scriptures. 7

● རྗོར་བའི་སྐབས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་པ་ནི། བྱི་མཐོན་པོའི་སྐྱེད་གི་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་བྱིས་སྐུ་དང་། མཚོད་རྟེན་དེ་བཞིན་དམ་ཚོས་གྱི་སྐྱོག་བམ་སོགས་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའམ་མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་ཤིང་། དེ་དག་གི་མདུན་དུ་མེ་རྟོག་དང་བདུག་སྦྲིས་སོགས་གྱི་མཚོད་རྗོས་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་ཅི་འབྱོར་པ་ཡི་སྒོ་ནས་མཚོད་པར་བྱ། །

ལུ་མཐུད་ཡོད།

ཙ་བར། ཀུན་བཟང་སྨྱོད་ལས་གསུངས་པ་ཡི། མཚོད་པ་རྣམ་པ་བདུན་དག་ཀྱང་།
 བྱང་ཚུབ་སྡིང་པོའི་མཐར་ཐུག་པར། མི་ཚྲོག་པ་ཡི་སེམས་དག་གིས། །

• समन्त भद्रचर्या प्रणिधान में उपदिष्ट सत्पतविध पूजाएँ भी बोधिमण्ड की प्राप्ति तक अनिवर्तनीय चित से करनी चाहिए। 8

• Until the final attainment of the essence of bodhi revere the tripal gems (tri-ratna-s) with a mind that ever turns back. Also perform the seven forms of worship as mentioned in the samanta-bhadra-carya. 8

• ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་སྨྱོད་པ་ལས་གསུངས་པ་ཡི་མཚོད་པ་རྣམ་པ་བདུན་སྟེ་ཐུག་འཚལ་བ་དང་།
 མཚོད་པ་ཐུལ་བ། དེ་བཞིན་ཚིག་པ་བཤགས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཞིང་། ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་
 བར་བསྐྱུལ་བ། བྱང་ཚུབ་ལས་མི་མདའ་བར་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། དགོ་བ་བྱང་ཚུབ་ཏུ་
 བསྐྱོ་བ་དག་གི་སྒོ་ནས་ཀྱང་རི་མིན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྡིང་པ་སྟེ་མཐར་ཐུག་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་
 ཏུ་མཚོག་གསུམ་ལ་མི་ཚྲོག་པའི་སེམས་དག་གི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་བྱ། །

སྐྱབས་འགོ་བཤད་པ།

- ཅ་བར། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རབ་དང་ཅིང་། ལུས་མོའི་ལྷ་ང་སར་བཅུགས་ནས།
ཐལ་མོ་སྐྱུར་བར་བྱས་ནས་ནི། དང་པོ་སྐྱབས་འགོ་ལན་གསུམ་བྱ། །

- त्रिरत्नों में श्रद्धा उत्पन्न कर घुटनों को पृथ्वी पर टिका कर अञ्जलिबद्ध होकर सर्व प्रथम तीन बार शरणगमन का पाठ करना चाहिए।

- Keeling down and with folded hand, first repeat “I take refuge” (sarana-gamana-s) thrice, with revere to the Triple Gems. 9

- སྐྱབས་འགོ་ཇོ་ལྷ་ར་བྱ་དགོས་སམ་ཞེ་ན། དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ལོན་ཏན་ཤེས་ནས་
མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་རབ་དུ་དང་ཅིང་། ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལུས་མོ་གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་
བཅུགས་ནས། ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱུར་ཞིང་། དག་གི་སྒོ་ནས་ཚོ་གའི་ཚོག་བཟུང་ནས་སྐྱབས་འགོ་
ལན་གསུམ་དུ་བྱ།

སྒོམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པ།

- ཅ་བར། དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སྣོན་འགོ་བས། ངན་སོང་གསུམ་དང་སྐྱེ་སོགས་དང་། འཆི་འཕོ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་པའི། ༡༠
- उसके बाद अखिल प्राणिजगत के कल्याणार्थ मैत्री तथा करुणचित्त की भावना कर, तीनों दुर्गति में पैदा होना, मृत्यु तथा च्युत होना आदि से ग्रस्त सत्त्वसमूह को निहार कर- 10
- Then, with a mind full of love and compassion (maitricitta) for all living being, inclusive of the three kinds to being with degraded births (tri-durgatijatani), suffering form both birth, death and transmigration cte. 10
- སྐྱུག་པའི་སྣོན་ཏུ་སོང་བའི་སྣོན་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མར་གྲེས་པ་དང་། དྲོན་དྲོན་པ། དྲོན་གཞོ་བ་དང་། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་སོགས་དང་བྲལ་བའི་བྱམས་པའི་སེམས་སྣོན་ཏུ་བཏང་ནས་སྣོན་པ་སྣོང་རྗེ་བསྐྱེད་པར་བྱ་ལ། དེའི་དམིགས་པར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་ཡང་དཔྱུལ་བ་པ་ལ་ཚ་གང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ། ཡི་དུགས་ལ་གྲེས་སྐྱོམ་དང་། དུད་འགོ་ལ་སྣོན་གཞོང་བཀོལ་སྦྱོད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བཅས་པའི་སྣོན་ཏུ་སོང་གསུམ་དང་། མི་ལ་སྐྱེ་བ་ན་འཆི་འཕོ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། ལྷ་མིན་ལ་འཐབ་ཚུང་དང་། ལྷ་ལ་འཆི་འཕོ་སོགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་གནར་བ་བསམ་པར་བྱ།

ལྷ་མཚུང་ཡོད།

ལྷན་བཟུང་གསུམ་གྱི་སྐོར།

- ཅུ་བ་ར། འགྲོ་བ་མ་ལུས་ལ་བཟུང་ཏེ། ལྷན་བཟུང་གྱིས་ནི་ལྷན་བཟུང་བ། ལྷན་བཟུང་ལྷན་བཟུང་རྒྱ་མཚན་ལས། འགྲོ་བ་ཐར་པར་འདོད་པ་ཡིས། ༡༡
- सत्त्वसमूह को करुणामय दृष्टि से निहार कर दुःख दुःखता, विपरिणामदुःखता तथा संस्कार दुःखखर्षों के हेतुओं से जीवों को मुक्त करने की कामना से-
- Look at all living beings who experience the suffering of suffering, Having seen that the suffering of change and pervasive suffering and arrive at the firmest determination (citt-utpadana) to work with the resolution to liberate the all living beings from the miseries they are born of.
- མདོར་ན་ཁམས་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ལ་བཟུང་ཏེ་བསམ་པ་ཡིན་ནའང་། སེམས་ཅན་འགའ་རེ་ནི་ལྷན་བཟུང་གྱི་ལྷན་བཟུང་གྱིས་མནར་བ་དང་། ལ་ལ་ནི་འགྲུར་བའི་ལྷན་བཟུང་དང་། མང་པོ་ཞིག་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལྷན་བཟུང་གྱིས་མནར་བར་མཐོང་བས་ལྷན་བཟུང་དེ་དག་གི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་པར་འདོད་ནས།

དམ་བཅའ་སེམས་བསྐྱེད།

- ཚུ་བར། རྗོན་པ་མེད་པར་དམ་བཅའ་བའི།། བྱང་ཚུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ།། ༡༢
- अविनिवर्तनीय संकल्प के द्वारा बोधिचित्त का उत्पाद करना चाहिए।12
- Form this arises the wish to liberate the sentient being committed to generate the Bodhi mind (bodhicitta) that never turning back. 12
- འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་དག་ལ་ཐར་བར་བསམ་ནས་སྐར་ཡང་རྗོན་པ་མེད་དེ་གུར་བ་མེད་པའི་དམ་བཅའ་བའི་སྣོ་ནས་མོས་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ།། ༡༢

སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚྲོད་ལུ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་བཤད་པ།

- ལྷ་བར། དེ་ལྟར་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི། བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ།
དེ་ནི་ཚྲོད་ལུ་བཀོད་པ་ཡིས། མདོ་ལས་བྱམས་པས་རབ་ཏུ་བཤད། ༡༣

• इस प्रकार प्रणिधि चित्तोत्पाद का गुण अर्थात् अनुशंसा क्या हैं? इस सम्बन्ध में गण्डव्यूह सूत्र में आर्य मैत्रयनाथ द्वारा कुमार सुधन बोधिसत्व को कहा हैं- 13

• The qualities of generate the aspiring mind (*pranidhana-citta-utpadama*) and admiration are clearly explained by *maitreyanatha* in the *ghandhaviyusutra*.13

• ལྷ་འབྲས་མན་དག་བདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཚྲོད་ལུ་བཀོད་པའི་མདོ་ནས་འཕགས་པ་བྱམས་པས་གཞོན་ཏུ་ལོར་བཟང་ལས་རབ་ཏུ་སྒྲེ་ལེགས་པར་བཤད་དེ།

• གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་ལས། རིགས་ཀྱི་སྤྱུ་སྤྱུང་ལྷུ་བའི་སེམས་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། ། ཞེས་སོགས་དཔེ་ཏུ་མ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་མཁུང་ཡོད།

• ལྷ་བར། དེ་ཡིས་མདོ་སློབ་པའམ་སླ་མ་ལས་མཉམ་དེ། རྗེ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་པ། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་གནས་སྐྱུ་མཚན་དུ། དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༤

• उन सूत्रों का स्वयं अध्ययन करे अथवा गुरु जनो से श्रवण कर संबोधिचित के अनन्त गुणों को भली प्रकार समझ लेना चाहिए। उस बोधिचित की प्रवृत्ति निरन्तर बनी रहे, इस तरह के हेतुओं द्वारा बारम्बार बोधिचित के उत्पाद का प्रयत्न करना चाहिए। 14

• Oneself reads the sutra or listens it form the teacher. Thus it should be known that the qualities of Awakened Mind (sambodhi-citta) are unlimited. Therefore, practice this repeatedly. 14

• རྗེ་བྱ་བཀོད་པའི་མདོ་སློབ་པར་གཞན་སླ་མ་དགོ་ཤོད་སློབ་པའས་གཉན་ནས་མཐའ་མེད་པའི་རྗེ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རྣམ་པར་སྟེ་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱ་ལ། སེམས་བསྐྱེད་དེའི་སྐྱུ་མི་ཉམས་ཤིང་གནས་པའི་སྐྱུ་མཚན་སྟེ་སྐྱུ་རྣམས་བཏུན་པའི་སློ་ནས་སེམས་དེ་ནི་ཉེན་ལན་གསུམ་མཚན་ལན་གསུམ་སློབ་པའི་ཡང་དང་ཡང་དུ་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༤

སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཕན་ལོན་དཔལ་བྱེན་གྱི་མདོར་བཤད་པ།

- ལྷ་བར། དཔལ་བྱེན་གྱིས་ལྷས་མདོ་དག་ལས། དེ་ཡིས་བསོད་ནམས་རབ་བསྟན་པ།
གང་ཆེ་ཆོགས་བཅད་གསུམ་ཙམ་དུ། མདོར་བསྟུས་པས་ནི་འདིར་བྲི་བ། ༡༥

• बोधिचित की पुण्य राशि कितनी बड़ी होती हैं? इस सम्बन्ध में गृहपति वीरपृच्छा सूत्र में व्याख्या की हैं, जिसका सारंश यहाँ सात्र तीन श्लोकों में लिखूंगा- 15

• The benefit (*punya*) *bodhicitta's* is well-explained in the *Viradatta-parippcchita sutra* etc. I shall write bout it only in there brief verses. 15

- མྱོང་བུ་བཀོད་པའི་མདོ་མ་ཟད་བྱིམ་བདག་དཔལ་བྱེན་གྱིས་ལྷས་པའི་མདོ་དག་ལས་སེམས་བསྐྱེད་
གྱི་བསོད་ནམས་སམ་ཕན་ལོན་རབ་དུ་སྟེ་གསལ་བར་བསྟན་པ་བཞིན། གང་ཆེ་ཆོག་བཅད་གསུམ་
ཙམ་གྱི་སྒོ་ནས་མདོར་བསྟུས་ནས་འདིར་བྲི་བར་བྱའོ། ༡༥

ལྷ་མཐུད་ཡོད།

• ལྷ་བར། བྱང་ལྷུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་།། གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཟུགས་མཆིས་ན།།
 རྣམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀང་སྟེ།། དེ་ནི་དེ་བས་སྣག་པར་འགྱུར།། ༡༤

• बोधिचित का वह पुण्य, यदि आकार मय बोता तो वह मात्र आकाश-धातु रो ही परिपूर्ण नहीं करता, बल्कि उससे भी कहीं अधिक हो जाता। 16

• If the benefit (*punya*) of *bodhicitta* had visible form (*rupa*), it would have filled the whole firmament (*antariksa*) and yet remain unexhausted. 16

• བྱང་ལྷུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསོད་ནམས་སམ་པན་ཡོན་དེ་གལ་ཏེ་གཟུགས་སུ་བཀོད་ན་རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་
 རྣོན་ཡོངས་སུ་བཀང་བ་དེ་ལས་ཀྱང་སྣག་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་དོ།། ༡༤ སུ་མཐུད་ཡོད།

• ལྷ་བར། གང་གྲུའི་བྱེ་མའི་གངས་སྒྲིང་གྱི། སངས་རྒྱལ་ཞིང་རྣམས་མི་གང་གིས།
 རིན་ཆེན་དག་གིས་ཀུན་བཀང་སྟེ། འཇིག་རྟེན་མགོན་ལ་ལྷུལ་བ་བས། ༡༧

• किसी राजा जैसे महा व्यक्ति ने गङ्गा के बालूकणों की संख्या के बराबर बुद्धक्षेत्रों को रत्नों से परिपूर्ण कर भगवान को समर्पित करे, तो भी यह पुण्य उतना नहीं होगा, जितना कि- 17

• One who fills the sphere of Buddha-fields (*buddha-ksetra-s*), numbering as many as the grains of sand on the bank of the *Ganga*, with jewels offered to the Buddha then- 17

• འཁོར་ལོ་གྲུང་བའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་སྲུའི་གང་ཟག་གང་གིས་ཚུ་བོ་གསལ་བྱེ་མའི་གངས་དང་མཉམ་
 པའི་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མགོན་པོ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་འལུལ་འལུལ་བ་
 བས་ཀྱང་། ༡༧

ལྷ་མཁུང་ཡོད།

- ལྷ་བར། གང་གིས་ཐལ་མོ་སྐྱུར་བ་གྱིས་ཏེ། བྱང་ཚུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བརྟུང་ན།
མཚོན་པ་འདི་ནི་ཁྱད་པར་འཕགས། དེ་ལ་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སོ། །༡༫

- किसी व्यक्ति द्वारा बुद्धमूर्ती अथवा गुरु के सामने अञ्जलिबद्ध होकर बोधि चित का प्रतिज्ञा करने से गङ्गा के बालूकणों की संख्या के बराबर बुद्धक्षेत्रों को रत्नों से परिपूर्ण कर भगवान को समर्पित करने से जयदा पुण्य प्राप्त होता है। 18

- The offerings of one, who, with folded hand bows down in mind to the altruistic (*bodhicitta*), being boundless, are far greater than whose offerings fills the buddha-fidlds (*buddha-ksetra-s*) with jewels.18

- དེ་ལས་ཀྱང་གང་ཟག་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱུར་བར་བྱས་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུའམ་ལྷ་
མའི་རྩུང་ན་བྱང་ཚུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བརྟུང་པའམ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ན་གོང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བྱས་སངས་རྒྱལ་
ལ་རིན་ཆེན་སོགས་འཕུལ་ནས་མཚོན་པ་འཕུལ་བ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསོད་ནམས་འདི་ནི་ཁྱད་པར་དུ་
འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། བསོད་ནམས་འདི་མཐའ་དང་ཟུ་ཡོད་པར་མ་མཆིས་སོ། །༡༫

གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེལ་ཚུལ།

- ཚ་བར། བྱང་ཚུབ་སློན་པའི་སེམས་དག་བསྐྱེད་ནས་ནི། འབད་པ་མང་པོས་ཀུན་དུ་སྐྱེལ་བྱ་ཞིང་། ༡༩
- बोधिप्रणिधिचित्त के उत्पन्न कर के अनेक प्रयत्नों से इस पुण्यमय चित का सर्वत्र प्रसार करना चाहिए। 19
- After generated the aspiration mind (*pranidhana-citta-utpadana*) for enlightenment (*bodhi*), try always to increase it with great efforts. 19
- གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སློན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་འགལ་སྐྱེན་སྤྲིལ་སྤྲིབ་སྤྲོད་བ་དང་། མཐུན་སྐྱེན་ཚོགས་བསགས་པ། དེ་བཞིན་ཉེར་ལེན་དམིགས་རྣམ་སྤྲོད་བ་སོགས་འབད་པ་མང་པོས་སློན་ནས་ཀུན་དུ་སྐྱེལ་བར་བྱ་ཞེ། ས་དང་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བཤོད་པ་ལ་སློབ་པའི་ཕྱིར་རོ།
- ཞིང་ཞེས་པ་ནི་མཚམས་སྤྲོད་ཀྱི་ཕྱད་དོ།

ནམ་ཡང་མི་བརྗེད་པའི་ཐབས།

- ཚུ་བར། འདི་ནི་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་དྲན་དོན་དུ། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་བསྟུང་། ༢༠
- इस बोधिचित्त का जन्मान्तर में भी स्मरण करने के लिए एतदर्थ उपदिष्ट शिक्षाओं की भी परिरक्षा करनी चाहिए। 20
- Preserve for remembrance even in the next life the trainings (siksa) of higher conduct as explained. 20
- བྱང་ཚུབ་སྒོམ་པའི་སེམས་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་མི་བརྗེད་པར་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་བསྟུང་བ་བྱ་རྒྱེ། དྲན་པའི་དོན་དུ་འོད་སྟུངས་ཀྱིས་ལྷན་པའི་མདོ་ལས། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ནག་ཚོས་བཞི་སྟོང་ཞིང་དཀར་ཚོས་བཞི་བརྗེན་པའི་བསྐྱབ་པའང་ཡོངས་སུ་བསྟུང་བར་བསྐྱེད། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

● དེ་ལ་ནག་ཚེས་བཞི་ནི།

མཁན་སློབ་སོགས་རྩུན་གྱི་དབུ་བསྐྱར་བ།
གཞན་གྱིས་དགོ་བ་བྱེད་པ་ལ་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་དུ་བརྟུག་པ།
བྱང་སེམས་གཞན་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་མི་སྟོན་པར་སྐྱ་བ།
སྟག་བསམ་མིན་པའི་གཡོ་སྐྱུ་བྱེད་པ་དང་བཞི།

● དཀར་ཚེས་བཞི་ནི།

ཤེས་བཞིན་གྱི་རྩུན་སྤོང་བ།
གཞན་ཐེག་ཆེན་ལ་སྦྱོར་བ།
ཀུན་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ།
གཡོ་བ་མེད་པར་པར་དྲང་པོར་གནས་པའོ།།

དཀར་ཚེས་དང་ནག་ཚེས་གྱི་གོ་རིམ་འདི་ནི་སྤང་བྱ་ནག་ཚེས་བཞིའི་གོ་རིམ་དང་བསྟུན་པ་ཡིན་གྱི།
མདོའི་གོ་རིམ་དང་བསྟུན་པ་ནི་མིན་ལོ།།

འཇུག་སེམས་བཤད་པ།

- ལྷ་བར། འཇུག་སེམས་བཤད་ཀྱི་དུས་ལ་མ་གཏོགས་པར། ཡང་དག་སྒོམ་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན།།
རྫོགས་པའི་བྱང་ལྷན་སྒོམ་པ་སྟེལ་འདོད་པས།། དེ་ཕྱིར་འབད་པས་འདི་ནི་ངེས་པར་གྲང་།། ༢༡
- प्रस्थानात्मक बोधिचित्त संवर के बिना सम्यक प्रणिधिचित्त की परीवृद्धि नहीं होती। इसलिए संबोधिसंवर के मूल स्रोत बोधि-प्रणिधिचित्त का प्रसार चाहने वाले को बोधि प्रस्थानचित्त को निश्चय ही दृढता पूर्वक ग्रहण करना चाहिए। 21
- The perfect aspiration mind (*pranidhana-citta-utpadana*) cannot be increased without having within oneself the vow of committed the aspiration *Bodhicitta* mind. Desirous of increasing the vow of perfect enlightenment (*sambodhi samvara*), one must acquire the engaging *bodhicitta* mind with great efforts.
- ཡང་དག་པའི་སྒོམ་པ་བྱང་ལྷན་གྱི་སེམས་དེ་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར་བར་འདོད་ན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཉིད་འཇུག་སྒོམ་གྱིས་ངེས་པར་བཟུང་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། རྫོགས་པས་མ་གཏོགས་པའམ་མ་བཟུང་ན་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་རྗེ། དེའི་ཕྱིར་རྫོགས་པའི་བྱང་ལྷན་གྱི་སེམས་དེ་ཉིད་མཐའ་མེད་དུ་སྟེལ་བར་འདོད་ན་འཇུག་སྒོམ་དེ་ཉིད་འབད་པ་དུ་མས་སྒོ་ནས་ངེས་པར་གྲང་བའམ་བཟུང་བར་བྱའོ།། ༢༡

བྱང་སྒྲོམ་གྱི་རྟེན།

- ལྷ་བར། སོ་སོ་ཐར་པ་རིས་བདུན་གྱི། རྟེན་ཏུ་སྒྲོམ་གཞན་ལྡན་པ་ལ།
བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡི། ལྷལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ཏུ་མེན། ༢༢
- बोधसत्त्व संवर से भिन्न सात प्रकार के प्रातिमोक्षीय संवरों में से किसी एक संवर से सदा संयुक्त रहने वाला पुद्गत ही बोधिसत्त्व संवर का भागी (अधिकारी होता है, अन्य को नहीं। 22
- One can always have the seven categories of individual emancipation (*pratimoksa samvara*). However, without being (specially) fortunate one cannot have the vow of bodhisattva. 22
- དེ་ཡང་དགོ་སྒྲོང་པ་མ་གཉིས། དགོ་ལྷུལ་པ་མ་གཉིས། དགོ་བསྟེན་པ་མ་གཉིས། དགོ་སྒྲོབ་མ་བཅས་ནི་སོ་སོ་ཐར་པ་
རིས་བདུན་གྱི་སྒྲོམ་པ་དངོས་སམ་ཆ་མཐུན་ཅམ་རྟེན་ཏུ་ལྡན་པ་དག་ལ་བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲོམ་པ་འཕོག་པའི་ལྷལ་བ་
ཡོད་ཀྱི། གཞན་ལ་ནི་ལྷལ་བ་མེད་དོ།
- འདྲིར་སྒྲོམ་གཞན་ཞེས་པ་ནི་བྱང་སྒྲོམ་ལས་གཞན་པའི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་བྱའོ།

ལྷ་བར། སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཤད་པ་ལ།
 ཚངས་སྤྱོད་དཔལ་ནི་མཚོག་ཡིན་ཏེ། དགོ་སྤོང་སྤོམ་པ་དག་ཏུ་བཞེད། ༢༣

• तथागत द्वारा उपदिष्ट सात प्रकार के प्रतिमोक्षीय संवरो में ब्रह्मचर्यवास सर्व श्रेष्ठ हैं। क्योंकि भिक्षुओं के लिए यह संवर मुख्य तथा बोधिसत्व संवर का परम आधार माना गया है। 23

• As preached by the *Tathagata*, (buddha), the glory (sri) character of celibacy (*brahmacarya*) is the noblest of the seven kinds of individual emancipation vows. That is intended to be the vow of the *bhiksu*. 23

• བྱང་སྤོམ་གྱི་རྟེན་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྤོམ་པ་དགོས་སམ་མི་དགོས་ཤེ་ན། དངོས་ངེས་པར་མི་དགོས་ཀྱང་ལུས་ངག་གི་
 མི་དགོ་བ་བསྐྱམས་པའི་སྤོང་སེམས་སྐྱུན་མོང་བ་ཙམ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། འོ་ན་བྱང་སྤོམ་གྱི་རྟེན་ལ་ཚངས་
 སྤྱོད་ལ་གནས་པ་ཞིག་མི་དགོས་སམ་ཞེ་ན། སྤྱིར་མི་དགོས་ཀྱང་རྟེན་མཚོག་གམ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་དབང་ཏུ་
 བྱས་ན་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་ཅུང་དགོས་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་བཞེད་དོ།

བྱང་སྒྲོམ་གྱི་ཚེ་ག

- ཚེ་བར། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི། ཚུལ་སྤྱོད་ལེན་གསུངས་ཚེ་ག་ཡིས།
ཡང་དག་མཚན་ཉིད་ལྡན་པ་ཡི། ལྷ་མ་བཟང་ལས་སྒྲོམ་པ་ལྷང་། ༢༤
- बोधिसत्वभूमि नामक ग्रन्थ के शिल परिच्छेद में उल्लिखित विधि द्वारा सम्यक् लक्षणों से संयुक्त सद्-गुरु से बोधिसत्व संवर ग्रहण करना चाहिए। 24
- According to the principles regarding the ten stages of saintly perfection of the *bodhisattva bhumi* as explained in the morality chapter (*sila-adhyaya*) one should receive the vow form a perfect teacher with appropriate accomplishments.
- བྱང་སྒྲོམ་གྱི་ཚེ་ག་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་བྱང་སའི་ཚུལ་སྤྱོད་ལེན་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡང་དག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ལྷ་མ་བཟང་པོ་ནས་ལྷང་དགོས།

སླ་མ་བཟང་པོ།

- ལྷ་བར། ལྷོ་མ་པའི་ཚོ་ག་ལ་མཁུ་ས་དང་། བདག་ཉིད་གང་ཞིག་ལྷོ་མ་ལ་གནས།
ལྷོ་མ་པ་འབོགས་བཅོད་སྣོད་རྗེར་ལྷན། སླ་མ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། ༢༥
- जो आचार्य संवर की विधि में निपुण हो, स्वयं संवर में प्रतिष्ठत हो, बोधिसत्व संवर देने में सहनशिल और करुणामय हो, ऐसे व्यक्ति को सद्-गुरु समझना चाहिए।²⁵
- One is to be known as the right teacher (*guru*) who is with pure vow in oneself, has full mastery over the rules of vows (*samvara-vidhi*) and has knowledge and the compassion to give the vow and kind forgiveness for those that are fallen from discipline (*samvara-patita*).
- འོ་ན་སླ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་པ་ཇི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷོ་མ་པ་ལས་གནས་པ།
བྱང་ལྷོ་མ་གྱི་ཚོ་ག་ལ་མཁུ་ས་པ། ལྷོ་མ་པ་འབོགས་པ་ལ་སྣོད་ལ་མེད་པའམ་བཅོད་ཐུབ་པ། བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྣོད་ཅེ་
བ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ལ་མཚན་ཉིད་ལྷན་པའི་སླ་མ་བཟང་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། ༢༥

སླ་མ་མེད་པར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚོ་གའི་ཁྱུངས་བསྟན་པ།

- ཚུ་བར། དེ་ལ་འབད་པས་འདི་འདྲ་བའི། སླ་མ་བཟང་པོ་མ་རྟེན་ན།
དེ་ལས་གཞན་སློམ་འོད་པ་ཡི། ཡང་དག་ཚོ་ག་བཤད་པར་བྱ། ༢༥
- वहाँ प्रयत्न करने पर भी यदि यथोचित गुरु उपलब्ध न हो तो बिना आचार्य के संवर ग्रहण करने की विधि का (मैं) सम्यक् रूप से वर्णन कर रहा हूँ। 26
- To those that have failed to find such a teacher (*guru*) in spite of various efforts, I shall explain the principles of ‘taking the pure vow.’26
- གལ་ཏེ་འབད་པ་དུ་མ་བྱས་ཀྱང་གོང་དུ་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་སླ་མ་བཟང་པོ་མ་རྟེན་ན། ཅི་བྱ་
སྟེ་ཐབས་གཞན་མེད་དམ་ཞེ་ན། མེད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་སློམ་པ་འོད་པའི་ཚོ་ག་ཡང་དག་ཡོད་དེ།
བཤད་པར་བྱོལ། ༢༦

ལྷ་བར། དེ་ལ་སྒོན་ཚེ་འཇམ་པའི་དཔལ།། ཡ་མ་རྩ་ཇོ་མ་གུར་པ་ཡིས།།

ཇི་ལྟར་བྱང་ཚུབ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ།། འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སངས་རྒྱས་ཞིང་།།

རྒྱན་གྱི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར།། དེ་བཞིན་འདིར་ནི་རབ་གསལ་བྱེ།། ༢༧

- जैसा कि अतीत में आर्य मञ्जुश्री चक्रवर्ती अम्बराज के रूप उत्पन्न हुए थे, तब उन्होंने मेधनास्वरराज तथागत के समक्ष बोधिचित्तोत्पाद किया था, उसका उल्लेख 'मञ्जुश्रीबुद्धक्षेत्रालंकार सूत्र' में प्राप्त होती हैं, यहाँ पर उसे मैं सुस्पष्ट रूप से लिखूँगा। 27
- As explained in the *manjusri-buddha-ksetralankara-sutra-s*, when in the past, *manjusri* was born as *amba raja*, he got initiated into the *boddhichitta*, This will be clearly noted down.
- དེ་ལ་སྒོན་གྱི་ཚེ་ཇི་བཞིན་འཇམ་པའི་དཔལ་རང་ཉིད་ཡ་མ་རྩ་ཇོ་མ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བར་གུར་བའི་ཚེ་དེས་སངས་རྒྱས་འཕྲུག་སྐྱེ་རྒྱལ་པོའི་སྐབས་ལྟར་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་ལས་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་ལྟར་སྐབས་འདི་ཡང་དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེ་བར་བྱ།། ༢༧

ལྷ་མ་མེད་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ།

- ཚུ་བར། མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐུན་སྲུང་། རྗེ་གསུམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་མགོན་དུ་གཉེས། དེ་དག་འཁོར་བ་ལས་སྦྲོལ་ལོ། ༢༤
- अखिल प्राणि-जगत् का आह्वान अथवा आलम्बन कर उन्हे भव सागर विमुक्त करने के लिए शरण अथवा बुद्धों के संमुख संबोधित का उत्पाद किया जा रहा हैं। तत्पश्चात दृढतापूर्वक त्रिविध संवर ग्रहण किया जाता हैं। 28
- He (*manjusri*) attained the supreme enlightenment (*samyak sambhodhi-citta*) in the presence of the *Buddhas* and invited all the living beings to the freedom form the cycle of births (*bhava-cakra*).
- སོ་སོ་རང་ཉིད་འགྲོ་བ་རིགས་རྣམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོན་པོ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་སྐུན་སྲུང་འདུག་པར་མོས་ནས་སྲུང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་ཉིད་སངས་རྒྱས་འདུག་སྐྱེ་སྐྱལ་པའི་སྐུན་སྲུང་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་བཞིན་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ་སྐྱེས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། འགྲོ་བ་རིགས་རྣམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མགོན་དུ་གཉེས་ནས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྐུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག་དང་། སྦྲོལ་བར་བདག་གིས་བྱ་སྐྱེས་པའི་དམ་བཅའོ། འདིའི་སྐབས་འཁོར་བ་ལས་སྦྲོལ་ཚུལ་གྲུབ་པར་བྱ། ༢༤
- ལྷ་མ་མེད་དམ་མེད་ཀྱང་ཅུང་འཇུག་སྒོམ་སྐྱབས་སྐྱེན་ཆད་ཚུལ་བཅོ་བརྒྱད་དང་ཉེས་བྱས་ཞེ་རྣམས་ལྷ་མ་མེད་ཀྱི་སྐུན་སྲུང་འདུག་པར་བྱ།

དང་པོ། ཉེས་སྦྱོད་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྟུན་པ།

- ཚུ་བར། གཞོན་སེམས་སློབ་པའི་སེམས་ཉིད་དང་། སེར་སྣང་དང་ནི་ཕྱག་དོག་ཉིད།
དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཚུབ་དག ། ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བྱའོ། ། ༢༩
- आज से लेकर महाबोधि की प्राप्ति पर्यन्त नहीं करूंगा, तब तक क्रोध की भावना, मात्सर्य तथा ईर्ष्या आदि की भावना नहीं करूंगा। 29
- From then on until the attainment of the final inlightenment (*uttama-bodhi*), never allow the mind to be polluted by ill-will, anger, miserliness and envy. 29
- གཞོན་སེམས་དང་ཁོང་སློ། དེ་བཞིན་སེར་སྣང་དང་ཕྱ་དོག་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་
བཞི་པོ་དེ་དག་དུས་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མི་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་
མི་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་ཡིད་ལ་བྱ། ། ༢༩

- ལྷ་བར། ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་སྐྱུང་བྱ་ཞིང་། རྗེས་དང་འདོད་པ་སྦང་བར་བྱ།
ཚུལ་བྲིམས་སྣོམ་པ་ལ་དགའ་བས། སངས་རྒྱལ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། ༣༠

- ब्रह्मचर्य का आचरण करूँगा। पाप कर्म को त्याग दूँगा। शील एवं संवरों में प्रमुदित हो बुद्धों की शिक्षाओं का अनुसरण करूँगा। 30

- By the adherence to the holy character *brahmacarya* (not indulging in sexual misconduct) and the avoidance of sin and lust and by remaining content with the discipline (*sila-samvara*), one follows the precepts of the Buddha.

- དེ་བཞིན་དུ་མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་སྦངས་ནས་ཚངས་སྐྱོད་ལ་གནས་ཤིང་། གཞན་གྱི་རྗེས་སོགས་རྒྱ་བའི་
རྗེས་པའི་ལས་དང་། དེ་དག་གི་རྒྱུ་ནི་འདོད་པ་སྟེ་འདོད་ཆགས་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་སྦངས་ནས། ཚུལ་བྲིམས་
གྱི་སྣོམ་པ་སྟེ་ཉེས་སྐྱོད་སྣོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་མཚོག་དུ་དགའ་བས་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱི་རྗེས་སུ་
གང་བསྐྱབ་པ་དེ་ཉམས་སུ་བྲལ་བར་བྱའོ།། ༣༠

གཉིས་པ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།

● ཚུ་བར། བདག་ཉིད་ལྷུང་བའི་ཚུལ་གྱི་ནི། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་སྤོ་ཞིང་།

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་རྒྱུ་ཡིས་ནི། ཕྱི་མའི་ལུ་མཐར་གནས་པར་བྱ། 31

● स्वयं को शीघ्रता के साथ बोधि की प्राप्ति के लिए उत्साहित नही होने दूँगा। एक प्राणी के कल्याण हेतु लोक में अनन्त काल तक उत्साहपूर्वक निवास करूँगा। 31

● Do not be anxious to attain quick enlightenment (*bodhi*) for yourself. Live up to the end of the cyclic existence (*samsara*) for the sake of even a single living being. 31

● ‘ཉིན་རེར་བས་ཀྱང་མ་བཟུང་ཚུམ་འགྲུས་བརྩམས།’ ཞེས་པའི་དབེ་ལྷུང་དུས་རིང་བས་སྐྱིད་ལྷན་ནས་བདག་ཉིད་
ལྷུང་བའམ་གང་མགྲོགས་གྱི་ཚུལ་དུ་སྐྱ་མེད་བྱང་ཐོབ་པ་ལ་མི་སྤོ་ཞིང་། དེ་ལས་རྒྱུན་རིང་བས་སྤོ་ནས་སེམས་ཅན་
གཅིག་གི་རྒྱུའམ་ཆེད་དུ་ཕྱི་མ་སྐྱ་མེད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་གྱི་བར་དུ་དེའི་དོན་དུ་གནས་པར་བྱའོ། 31

གསུམ་པ། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།

- ཚུ་བར། ཚད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི།། བིང་དག་རྣམ་པར་སྤྱད་པར་བྱ།།
མིང་ནས་བཟུང་བ་བྱས་པ་དང་།། ལྷོགས་བཅུ་དག་ཏུ་རྣམ་པར་གནས།། 32
- अप्रमेय एवं अचिन्त्य बुद्ध क्षेत्रों का विशोधन करूंगा। इस प्रकार लोग मेरे द्वारा कृत-पुण्य को धारण कर अथवा सुनकर मेरा अनुकरण करने लगेंगे, जिससे एक कशल प्रवृत्ति दसों दिशाओं में सदा विद्यमान रहेगी। 32
- Purify the boundless and unthinkable Buddhas-fiefs (*ksetra-s*) and live for the emancipation of each individual by name the exists in all the ten directions. 32
- ཚད་མེད་པ་བཟུང་ཏུ་མེད་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བིང་དག་གིས་ཉེས་སྦྱོར་དག་རྣམ་པར་སྤྱད་པར་བྱ།།
མིང་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་གོལ་བར་བྱེད་པ་སོགས་མདོར་ན་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་གི་སྦྱེ་བོ་མཐའ་དག་ལ་ཕན་གདགས་པའི་སྤྱད་ཏུ་ལྷོགས་བཅུ་དག་ཏུ་རྣམ་པར་གནས་སོ།།

གསུམ་པ་འཇུག་བསྐྱེ་བ།

- ལྷ་བར། བདག་གི་ལྷུས་དང་དག་གི་ལས།། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་དག་པར་བྱ།།
ཡིད་གྱི་ལས་ཀྱང་དག་བྱ་སྟེ།། མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱའོ།། ༣༣
- अपने कायिक एवं वाचिक सभी कर्मों को शुद्ध करूँगा, मानस कर्म को भी शुद्ध करूँगा, तथ अकुशल कर्मों को कभी नहीं करूँगा। 33
- Purify all your action , -physical, oral and mental, and never indulge in any sinful act (*akusala-karma*).33
- དེང་ཕྱིན་ཆད་ལྷུས་དང་དག་གི་ལས་རྣམས་དག་པར་བྱས་ཤིང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱི་ལས་ཀྱང་དག་པར་བྱ། མདོར་ན་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉེས་པས་མ་གོས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དག་པར་བྱས་ནས་མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱའོ།། ༣༣

ཐུན་མོང་བ་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལ་སློབ་ཚུལ།

- ཚུ་བར། རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་ནི་རྣམ་དག་རྒྱ། འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སློམ་གནས་པས། ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་ནས། ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གུས་ཆེར་འགྱུར། ༣༤
- अपने काय, वक् और चित विशुद्धता प्रस्थानात्मक बोधिचित संवर में निविष्ट होती हैं। इस प्रकार त्रिशील शिक्षा ठीक प्रकार से सीख लें तो त्रिशील शिक्षा के प्रति आदर बढ़ जाएगा। 34
- By your own purified body-speech-mind, you will place yourself in the rule of engaged *bodhichita's* mind (*avatara-citta*); you will thus have high reverence (*siksapadas*) of moral course (*sila*) that you have acquired. 34
- འོ་ན་རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་བཅས་རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་གང་ལ་བསྐྱབ་དགོས་སམ་ཞེ་ན། འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་སློམ་པ་སྟེ་འཇུག་སློམ་རང་རྒྱུད་ལ་གནས་པའི་སློ་ནས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ཤིང་། དེས་རྒྱུན་བྱས་ནས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་མོས་པ་དང་གུས་པ་ཆེ་ཆེར་འགྱུར། ༣༤

- ལྷ་བར། དེ་བས་རྣམ་དག་ཚྲོགས་བྱང་ཚུབ།། སེམས་དཔའི་སྣོམ་པའི་སྣོམ་དག་ནི།།
འབད་པར་བྱས་པས་ཚྲོགས་བྱང་ཚུབ།། ཚྲོགས་ནི་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པར་འགྱུར།། ༣༥

- अतएव त्रिशील शिक्षा के अभ्यास से काय, वाक्, और चित विशुद्ध हो जाता हैं तथा संभारों की परिपूर्णता के फलस्वरूप संबोधि प्राप्त होती हैं। 35

- By the purification, etc. mentioned above and by being careful of the pure vow of perfect enlightenment among all vows, one's enlightenments (*sambodhi-sangha*) will be attained.

- དེར་འགྱུར་བའི་རྣམ་པར་དག་ཅིང་། ཚྲོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྣོམ་པའི་སྣོམ་པ་སྟེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་དག་ལ་འབད་པ་དུ་མའི་སློ་ནས་ཚྲོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཚྲོགས་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པར་འགྱུར་རོ།། ༣༥

སྣོམ་པའི་སྣོམ་པ་ཞེས་པའི་སྣོམ་པ་ལྷ་མ་ནི་འཇུག་སྣོམ་དངོས་དང་། བྱི་མ་ནི་དའི་བསྐྱབ་བྱ་ཚུལ་ཁྱིམས་གསུམ་བསྐྱབ་པའོ།།



Name - Tsultrim Gyurmey
Subject - Mool Shastra

གསང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འགྲུར་བའི་ལྷ་སྒྲོམ་གྱི་རྣམ་གཞག

- སློབ་དཔོན་ཚུལ་ཁྲིམས་འགྲུར་མེད།

དུམ་བུ་དང་པོ།

1. ཐོག་མར་ལྟ་བའི་བྱང་རིམ་བཤད་པ།
2. ལྟ་བའི་དགག་བྱ་བཤད་པ།
3. ཐལ་རང་གི་ལྟ་བའི་དགག་བྱ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་མེད་བཤད་པ།
4. ཏུ་ཤང་གི་ལྟ་བ་དང་ལྡན་ལྟར་བའི་ལྟ་བ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་མེད།
5. བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པ་གཅིག་ཡིན་ཚུལ།

- ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ་ལས། རབ་འབྱུང་གཞན་ཡང་དངོས་པོ་ནི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་། །དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པས་སྟོང་ངོ་། །རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ་། །གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་གཞན་གྱི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་། །

ཞེས་དང་།

- ཅུ་རྒྱུད་གསང་བ་སྟོང་པོ་ལས། ཞེ་མ་ཉོ་ངོ་མཚན་མད་ཀྱི་ཚེས། །ཚེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་གསང་། །སྐྱེ་བ་མེད་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱེས། །སྐྱེས་པ་ཉིད་ན་སྐྱེ་བ་མེད། །ཞེ་མ་ཉོ་ངོ་མཚན་མད་ཀྱི་ཚེས། །ཚེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་གསང་། །འགག་པ་མེད་ལས་ཐམས་ཅད་འགག། །འགག་པ་ཉིད་ན་འགག་པ་མེད། །ཅེས་དང་།

མནངག་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ལས། ཚེས་ཐམས་ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྟོང་པའོ། །ཚེས་ཐམས་ཅད་ནི་གདོད་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པའོ། །ཚེས་ཐམས་ཅད་ནི་ཡོངས་གྱིས་འོད་གསལ་བའོ། །ཚེས་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །ཚེས་ཐམས་ཅད་ནི་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ནི་ཚེས་པ་ཆེན་པོའོ། །ཞེས་དང་།

- མདོ་ཐུགས་ཐུན་མོང་གི་ལམ་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་ལས། །དེ་ལ་ལྟ་སྟེ། རང་སྟོང་། ཡེ་སྟོང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་། ཀུན་སྟོང་། མཉམ་པར་སྟོང་པའོ། །དེ་ཡང་རང་སྟོང་པས་ཡུལ་མེད་པ་སྟེ། རྟག་པའི་ཚེས་སུ་ཡང་མི་སྟོད་ལ། ཡེ་སྟོང་པས། ལྷོ་བུར་དུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་སྟེ། གདོད་མ་ནས་སྟོང་པ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པས། སྐྱེས་ཀྱང་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཤིས་སྟོང་པ། ཀུན་སྟོང་པས། ཉི་ཚེ་བའི་སྟོང་པ་མིན་ཏེ། ཚེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚེས་ཉིད་དོ། །མཉམ་པར་སྟོང་པ་རོ་གཅིག་པས་བཟང་ངན་མེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚུལ་དེ་བཞིན་རོམ་ཟོམ་གྱི་ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་འཇུག་དང་། ལྟ་བུའི་བརྗེ་བྱང་། ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པའི་ཡིད་བཞིན་མཛོད་དང་། ལྷོ་བུ་མཐའ་མཛོད་སོགས་བཞུན་པའི་དབུ་མ་ཆེན་པོ་དང་། ཚེས་པ་ཆེན་པོའི་ཀ་དག་གི་ལྟ་བུ་གཉིས་ནི་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་རྒྱལ་སྤྱི་མ་མི་ཕམ་པས་ངེས་

དུམ་བུ་གཉིས་པ་ལྟ་བུའི་དགག་བྱ་བ་ཤད་པ།

- བཞི་བརྒྱ་པའི་སྐོར་ལྟེལ་ལས་དགག་བྱ་དོས་འཛིན་པའི་གཞུང་གི་གོ་དོན་བཤད་པ།
- དེ་རིགས་པ་རྒྱལ་ཅུ་པའི་སྐོར་ལྟེལ་དང་དབུ་མ་འཇུག་པའི་རང་ལྟེལ་ལ་སྐྱར་ཏེ་འཐད་པ་བཅོམ་པ།
- ལྟ་བུའི་དགག་བྱ་ལ་གོ་བ་ལེན་ཕྱོགས་མི་འདུ་བའི་དབང་གིས་བོད་ལྗེ་རབས་པས་ཐ་སྐྱད་ཚད་གྲུབ་མི་བཞེད་པ།
- དེང་གི་དོས་ཁམས་ཚན་རིག་པས་ཚད་མ་ཁས་མི་ལེན་པ་གཉིས་མི་འདུ་བའི་བྱུང་པར་བཤད་པ།
- སྐྱར་ཀུན་རྫོང་ཚད་གྲུབ་ཁས་མི་ལེན་པ་ནི་ཐལ་འགྱུར་བའི་བྱུང་ཚོས་ཤིག་མ་ཡིན་པར་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བ་བཞི་པོས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་ཚུལ་དང་།
- དེ་ལས་གཞན་བོད་ལྗེ་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་གལ་གནད་འགའ་ཞིག་སྟེ་མེད་དགག་གི་དོན་དང་། རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་དང་། རྟོགས་བཏགས་ཀྱི་དོན་རྣམས་གཏན་ནས་མི་འདུ་ཚུལ་བཤད་པ།
- ལུགས་འདྲིར་ལྟ་བུའི་དགག་བྱ་བྱུང་བ་མེད་པའི་དུམ་མཁུན་གྲོང་ཆེན་པའི་ཡིད་བཞིན་མཛོད་ལས་དྲངས་པའི་རིགས་པ་རྒྱལ་ཅུ་པའི་ལུང་དང་སྐྱར་ཏེ་ཆད་ལྟར་འགྱུར་ཚུལ་བཤད་པ།
- རྗེ་སྐྱེ་མས་དགག་བྱ་བྱུང་བ་མེད་པའི་སྐྱོན་བཅོམ་པའི་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་ལུངས་དང་སྐྱར་ཏེ་གསེད་དགོལ་བྱེད་པ།

དུམ་བུ་གསུམ་པ་ཐར་རང་གི་ལྟ་བུའི་དགག་བྱུང་ལྟུང་པར་ཡོད་མེད་བཤད་པ།

(སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་དང་མཁན་ཆེན་ཞི་འཚོའི་གཞུང་དང་སྤྱི་ཚུལ་བཤད་པ།)

- ❑ ཤེས་རབ་སློབ་མེད་དང་། རིན་ཆེན་སློབ་མ། རྟོག་གོ་འབར་བའི་གཞུང་ལ་སྤྱི་ཏེ་གནས་སྐབས་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབབ་པའི་སྐབས་སུ་ལྟ་བུའི་དགག་བྱུང་ལྟུང་པར་ཡོད་ཀྱང་། མཐར་ཐུག་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་འཆད་པ་ན་ལྟུང་པར་མེད་ཚུལ་བཤད་པ།
- ❑ མཁན་ཆེན་ཞི་འཚོའི་དབུ་མ་རྒྱན་རྩ་བ་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ། བདེན་གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་དཀའ་འགྲེལ་ལས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་གོང་གི་སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྱེད་ཀྱི་གཞུང་དང་མཐུན་པར་བཤད་པ།

བཞི་པ་རྒྱ་ཤང་གི་ལྟ་བུ་དང་སྤྱི་ལྟ་བུ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད་བཤད་པ།

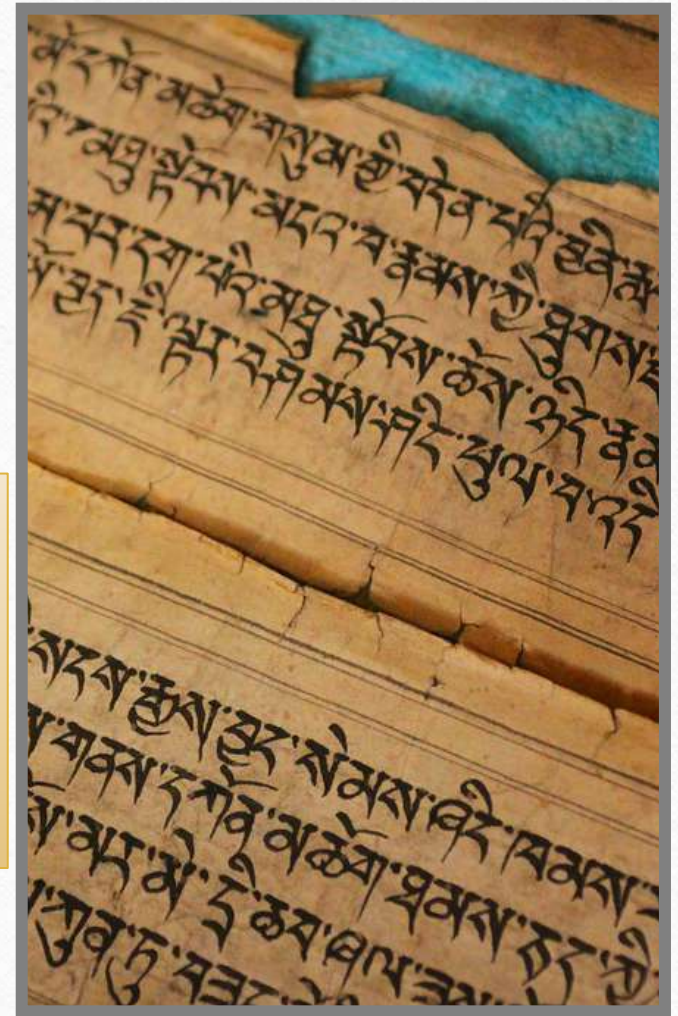
- དེས་སློན་ལས་རྒྱ་ཤང་གི་ལྟ་བུ་བཀག་ཚུལ།
- སྤྱི་བཞེད་ལས་རྒྱ་ཤང་གིས་ཚོས་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཚུལ་དང་དེ་མི་འཐད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་མིན།
- ཀ་མ་ལ་བྱི་ལའི་སློམ་རིམ་ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་མིན།
- བསམ་གཏུན་མིག་སློན་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཤང་གི་སློབ།
- རྒྱ་ཤང་གི་ལྟ་བུ་དང་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལྟ་བུ་གཉིས་མི་འདྲ་ཚུལ།
- ཀུན་མཁྱེན་གློང་ཆེན་པས་ཐེག་མཚོག་མཛོད་དུ་རྒྱ་ཤང་གི་ལྟ་བུར་བསྐྱབས་པའི་དགོངས་གཞི་ངོས་འཛིན་པ།

ལྷ་པ་སྐོམ་པའི་ངོ་བོ་བཤད་པ།

- ❑ སྐོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་གསང་སྤྲུལ་ལམ་རིམ་ལས་བཤད་པ།
- ❑ ཀུན་མཁྱེན་གློང་ཆེན་པོའི་ཡིད་བཞིན་མཛོད་འགྲེལ་སོགས་ལ་སྐུར་ཏེ་བཤད་པ།

རྟུག་པ་བོད་གྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པ་འགལ་མེད་དུ་ བཤད་པ་ལ།

- ས་སྐྱ་པའུ་ཆེན་གྱི་གསུང་དང་སྐྱར་ཏེ་བཤད་པ།
- ཀམ་པ་རང་བྱུང་ཚོ་རྗེའི་གསུང་དང་སྐྱར་ནས་བཤད་པ།
- རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གཞུང་དང་སྐྱར་ནས་བཤད་པ།
- ལྷ་མ་མི་ཤམ་པའི་གཞུང་དང་སྐྱར་ནས་བཤད་པ།



सर्वसङ्गं

सुखात्तु



Name - Urgyen

Subject - Tibetan History

།། བོད་བཅོམ་པོའི་རྒྱལ་རབས་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་
གསུམ་དེ་རྒྱུད།



བོད་བཙན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིག་ཆ་གཙོ་བོ་གསུམ།

༡༽ སྤྱི་བཞེད། རྒྱལ་མ་ཡས་དཀར་ཆག།

༢༽ ཐང་ཡིག་གསར་རྙིང་གཉིས།

༣༽ ཏུན་ཏྲང་གཏེར་ཡིག རྫོང་རིང་གི་ཡིག་ཆ།

༡༽ སྤྱི་བཞེད་ཀྱི་སྐོར། སྤྱི་བཞེད་ནི་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷུ་བཙན་ཀྱི་སློན་པོ་སྤྱི་གསལ་
སྤང་གིས་གཙོ་བོ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ཚུལ་དང་ཞོར་ལ་སྐབས་དེའི་
ཡན་མན་གྱི་རྒྱལ་སློན་བཙུན་མོ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གྲིས་པ་དེ་ཡིན། ཏུས་རབས་བཙུ་
གཉིག་པའི་ནང་བོད་ཏུ་ནང་བསྟན་སྤར་གསོ་མཛད་པ་དང་ཏུས་མཉམ་ཏུ་རྒྱལ་རབས་
དང་ཚོས་འབྲུང་གི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་མང་པོ་ཞིག་གྲིས་གནང་ཡོད། དེ་དག་སྤྱི་བཞེད་རང་
ལ་གཞི་བཞག་ནས་གྲིས་པ་སོང་ཅང་ནང་དོན་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་མེད།

བསྟན་པ་སྒྲི་དར་སྐབས་གྲིས་ཞེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚེ་དཔེ་

མཚོན། ༡ ་། བཀའ་ཚེམས་ཀ་ཁོལ་མ་དང་། ༢ ་། མ་ཉི་བཀའ་འབྲུམ། ༣ ་།
སྐ་བཞེད། ༤ ་། རྒྱལ་བཞེད། ༥ ་། ལྷ་བཞེད། ༦ ་། དཔག་བསམ་སྒྲོན་ཤིང་།

བསྟན་པ་སྒྲི་དར་སྐབས་གྲིས་པའི་། ཚོས་འབྲུང་དང་དེབ་ཐེར་ཁག་ཅིག

༡ ་། ལྷེ་ཕུ་ཇོ་སྐས་ཀྱི་ཚོས་འབྲུང་། ༢ ་། ཉང་རལ་ཚོས་འབྲུང་། ༣ ་། ལྷེ་ཕུའི་
ཚོས་འབྲུང་རྒྱས་པ། ༤ ་། ལུ་སྒྲོན་ཚོས་འབྲུང་། ༥ ་། ལྷོང་ཚེན་ཚོས་འབྲུང་།
༦ ་། རྒྱལ་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། ༧ ་། ཚལ་པའི་དེབ་ཐེར་དམར་པོ།
༨ ་། ལྷངས་ཀྱི་པོ་ཉི་བསེ་རྩ། ༩ ་། རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚང་མཁས་པ་དགའ་བྲེད།
༡༠ ་། འགོས་ལོའི་དེབ་ཐེར་སྒྲོན་པོ། ༡༡ ་། ཚོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྒྲོན།
༡༢ ་། དེབ་ཐེར་དམར་པོ་གསར་མ་སོགས།

༡༽ ཐང་ཡིག་གསར་རྩིང་གི་སྐོར།

ཐང་ཡིག་གསར་རྩིང་གཉིས་ནི་ཆེན་པོ་ཐང་རྒྱལ་རབས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ ལོ་ལྟུང་། ༢༠༡༥ ལོ་བར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་པའི་ཡིག་ཆ་དེ་ཡིན།

དང་པོ། ཐང་ཡིག་རྩིང་མ་ནི། ཐང་རྒྱལ་རབས་ལྷོ་བཞེ་བཅུ་སྟེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༩ (༡) ལོ་ལྟུང་བཅུ་གསུམ་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཞིག་ཡིན། ཐོག་མར་ཚོ་མ་སྐྱིག་གྲེད་མཁན་ནི་སློན་ཆེན་གཞུང་ལྷན་ཚོགས་དང་། རྗེས་སུ་སློན་ཆེན་སངས་མེ་ཏུན་དང་ལིག་ལྷན་གྲུབ་གཉིས་ཀྱིས་བྲས། དེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ལ་བྲས་རྗེས་ཆེ་ཞོས་བཞག་མཁན་ནི་གྲང་གཞུང་ལྷན་དང་ཅ་མེ་བྲ་སོགས་ཡིན་ཀྱང་དེ་དེ་གྲུབ་རྗེས་ལིག་ལྷན་སློན་ཆེན་ཡིན་པས་ཁོང་གིས་གོང་མ་ལ་སྐུལ་ནས་ཐང་དེ་དེའི་མཐུག་ལ་ལིག་ལྷན་ནས་ཚོ་མ་སྐྱིག་བྲས་ཞེས་བཞོད་ཡོད། དེ་ལ་སྐྱེགས་བམ་ཉིས་བརྒྱ་ཡོད། བོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེགས་བམ་ནི་བརྒྱ་དང་གོ་དྲུག་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་སྟོན་ཆ་དང་སྐྱད་ཆ་གཉིས་ཡོད། དེའི་ནང་དུ་སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གོམས་གཤེས་ལུགས་སྐོར་དང་། བོད་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐྱམ་པོ་ནས་བྲི་དར་མ་ལུ་དུམ་བཙན་པོ་བར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་གྲེ་བྲག་ཏུ་ཐང་བོད་བར་གྱི་མཛེའ་མཐུན་དང་གཡུལ་འབྲེད་ཇི་བྲས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐོར་བཞོད་ཡོད། བོད་ཀྱི་བཙན་པོའི་ལོ་ཚིགས་སོགས་གཏན་ལ་འབབ་པ་ལ་པན་ཐོག་ཆེན་པོ་བྲུང་ཡོད།

གཉིས་པ། ཐང་ཡིག་གསར་མ་ནི།

ཐང་ཡིག་གསར་མ་ནི་ཐང་རྒྱལ་རབས་རྒྱལ་ནས་ལོ་ངོ ༡༩༠ ཅམ་འདས་རྗེས་སྟེ་སྟེ་ལོ
༡༠༩༩ ལོར་འབྲི་མགོ་བརྩམས་པ་ནས་སྟེ་ལོ ༡༠༦༠ ལོར་ཡོངས་སུ་གྲུབ། ཁྱོད་མི་ལོ་
བརྒྱ་བདུན་འགོར་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དེབ་ཐེང་དེ་འབྲི་མཁན་ནི་ཡུག་དབྱང་ཞིག་དང་སྤང་
ཆེས་སོགས་མི་བཞིའི་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་དེབ་དེ་གྲུབ་རྗེས་ཡུག་དབྱང་ཞིག་
དང་སྤང་ཆེས་གཉིས་ཀྱིས་སོ་སོའི་མིང་རྟགས་བཀོད་ཡོད། ཐང་ཡིག་གསར་མ་འདི་རྙིང་
མ་ལས་གོ་རིམ་འབྲིག་པ་དང་འཕྲན་བུའི་རྒྱས་པ་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྦྱར་བོད་
ལ་དམའ་འབེབས་དང་བྱུང་བ་བྱས་པ་མང་ཡང་། ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བོད་བཙན་པོའི་
སྐབས་ཀྱི་སྲིད་འབྲོར་རིག་གསུམ་དང་དེ་བཞིན་དམག་གི་སྟོབས་ལྷགས་སོགས་ཇི་ཅམ་
ཞིག་ཡོད་པ་གསལ་པོར་འཁོད་ཡོད་པས། བོད་ཀྱི་བཙན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་ཁ་
མེད་ས། མ་ཚང་བ་དང་རྒྱང་བདེན་ཡིན་མིན་སྟོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཕན་ཐོག་ཆེན་པོ་བྱུང་
ཡོད།

ཕོ་ལྷ་ས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ཏུན་ཉིང་བླག་ཐུག་འོ་སྤོང་།

United E. Turkistan, Tibet, S. Mongolia and Manchuria



ཏུན་ཉོང་དུ་ཐོག་མར་བྲག་ཕྱག་བྱུང་ཚུལ།

ད་ལྟ་ཏུན་ཉོང་ས་ཁུལ་དུ་ཡོད་པའི་ཐང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ཀྱི་དོ་རིང་གི་རྒྱ་ཡིག་ནང་དོན་དུ། ཚིང་རྒྱལ་
རབས་སུ་མའི་ཅན་ཡོན་གྱི་ལོ་གཉིས་པ་སྤྱི་ལོ་ ༣༦༦ ལོའི་སྤྱི་དོ་ཞིག་ལ། རྣམ་འགྲུལ་པ་སློ་བཅུ་ལྔ་བ་
ཞིག་དེ་གའི་གྲོང་ཚོའི་ཤར་སྤྱོའི་མིང་རྩ་རི་བུ་བའི་སྤྱོགས་སུ་སྤྱོད་སྐབས། རི་ཚེའི་མཁའ་མཐོངས་ནས་
གསེར་མདོག་འཚོར་བའི་སངས་རྒྱས་སྤོང་སྤྱོད་ཕྱོན་ཏེ། རི་བྲག་དའི་དོས་སུ་ཐིམ་པའི་དག་སྐྱང་བྱུང་བས།
རྣམ་འགྲུལ་པ་དེས་བྲག་ཕྱག་གཅིག་བརྗོལ་ནས་དེར་སློམ་སྐྱབ་བྱས་པ་དེ་ནི། ཕྱག་འཇིན་པ་ཐོག་མ་དེ་
ཡིན་པའི་སློར་སོགས་འཁོད་ཡོད་པ་དེད། སྤྱི་ལོའི་སློན་གྱི་དུས་རབས་གཉིས་པ་ཙམ་ལ་ཏུན་སྤོ་མས་ས་
ཁུལ་དེ་བདག་བབྱང་བྱས་ནས་དར་འབྱུགས་ལས་སྤོང་བྱས་ནས་བཟོ་གཞི་གི་དར་གོས་ཉོ་ཚོང་བྱེད་པའི་འགོ་
བཅུགས་ཞེས་བྲགས། **དེབ་དཀར་ལས།** ལི་ཡུལ་དེ་གི་སྤོང་གི་དུས་སུ་འབངས་རྣམ་མར་བཀུག་ཅིང་།
མཐོང་ཁྲབ་གི་སྤེ་སྤེ་བུ་བ་བཅུགས་ཏེ། སློན་ཁམས་གཅིག་གི་ས་གསལ་དུ་བསྐྱེད་དེ། ཞེས་གསུངས་པ་
བཞིན། བོད་ཀྱི་བཙན་པོ་གི་སྤོང་སྤེའུ་བཙན་གྱི་སྤྱོད་ཅམ་ནས་ཏུན་ཉོང་དང་ལི་ཡུལ་གྱི་ས་ཁུལ་དེ་དག་
བོད་ཀྱིས་བདག་བབྱང་བྱས་ནས་མི་ལོ་བདུན་ཅུ་ཙམ་གྱི་རིང་བོད་ཀྱི་ཏུན་ཉོང་དུ་བྲག་ཕྱག་སུམ་ཅུ་ཙམ་
གསལ་བསྐྱེད་བྱས། **བསམ་ཡས་དང་ཏུན་ཉོང་སོགས་བོད་ཀྱི་ནང་བསྐྱེད་དར་སྤེལ་གནང་སའི་བསྐྱེ་**
གནས་ཤིག་ཏུ་བྱུང་ཚུལ་ཡང་དེང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཉམས་ཞིབ་གནང་མཁན་ཁག་ཅིག་གིས་གསུངས།

བོད་བཙན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཏུན་ཏྲོང་མ་གནས།



ཏུན་རྟོང་དུ་བྲག་ཕུག་འབྲོན་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་ལྷག་ཡོད་པ་ལས་བྱུང་གཅིག



མཐར་ཉམས་ཚུལ།

འདོད་ཚུལ་དང་པོ། ལྷ་རན་སིའི་གནའ་རྫས་རྟོག་ཞིབ་པ (Paul Pelliot)

ཡིས་དགོངས་ཚུལ་ལྟར་ན། ཐང་རྒྱལ་རབས་དང་ཡོན་རྒྱལ་རབས་གཉིས་ཀྱི་

དབར་རྒྱ་ནག་སིལ་བྱར་འཕྲོར་བའི་སྐབས་སུ Tunguts ཞེས་པ་དེས་ཤི་

ལྷ་རྒྱལ་མ་(Western Xi Xia Kingdom མི་ཉག་རྒྱལ་མན) རྒྱལ་

མན (1032-1227) གསར་དུ་བཙུགས་ནས་ཏུན་ཉོང་གི་ས་གནས་བདག་

བཟུང་བྱས། རང་ཚོས་ལ་སོགས་པའི་སྤར་ཡོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རྣམས་བྲག་ཕྱག་

ཏུ་སྐྱས། རྒྱལ་མན་དེའི་དཔོན་རིགས་རྣམས་རང་ཚོས་ལ་དད་མོས་ཡོད་

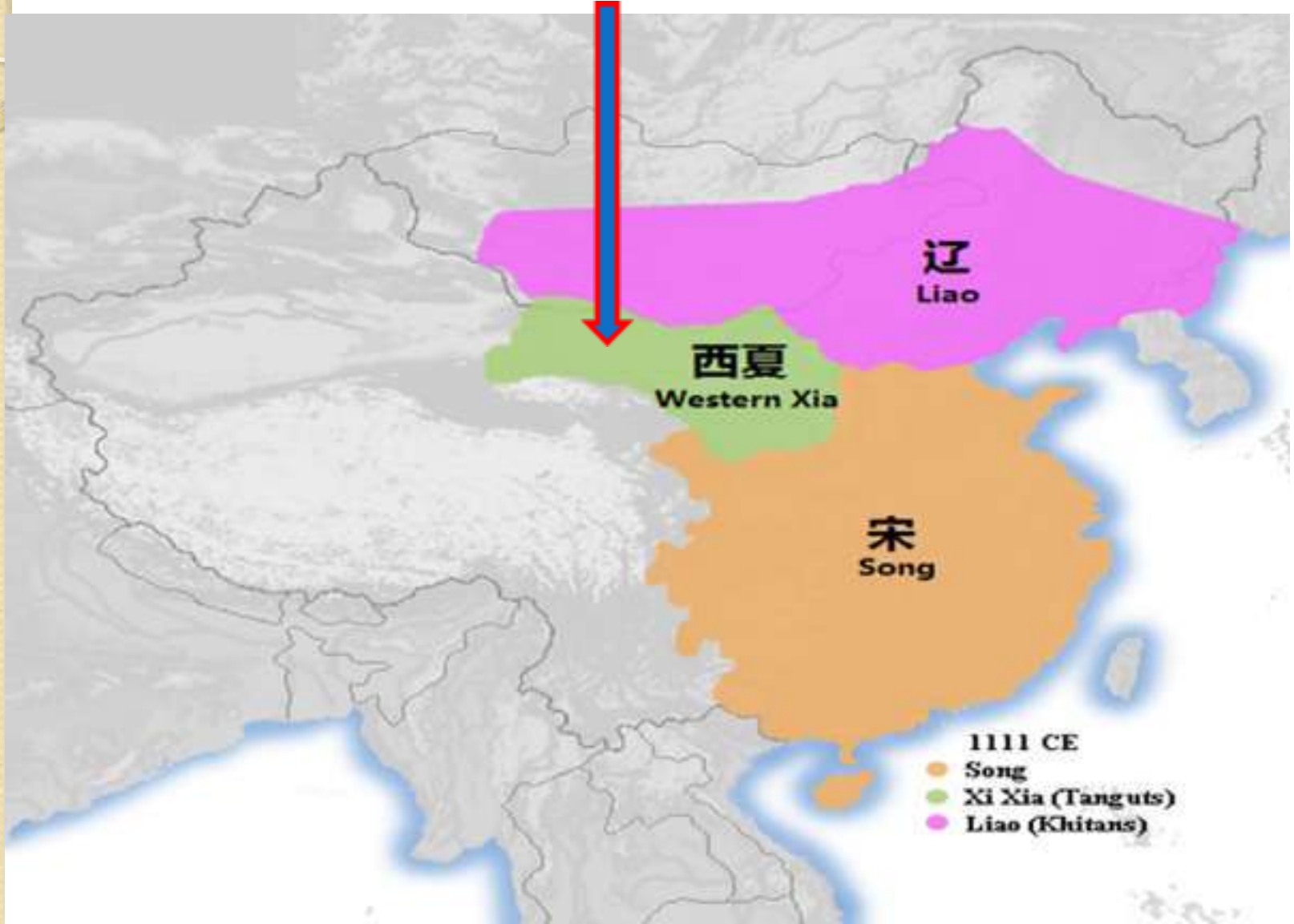
མཁན་ཡིན་པས་བྲག་ཕྱག་མང་པོ་གསར་དུ་བསྐྱུག།

འདོད་ཚུལ་གཉིས་པ། (Xi Xia) འི་ལྷ་རུབ་མས་ཏུན་ཉོང་ས་གནས་བཅོན་
བཟུང་བྱས་མེད། དེ་ལས་རྫོག་སྟེ་ཁ་ཆེའི་དམག་གིས་ཉེན་ཁ་མཐོང་ནས་ནང་པའི་
གསུང་རབ་རྣམས་བྲག་ཕྱག་ཏུ་སྤྲོས་པ་ཡིན་ཞེས་འདོད། དེ་ཡང་དུས་རབས་བཅུ་
པའི་མཇུག་ནས་ཁ་ཆེའི་དམག་གིས་མི་ཡུལ་དང་ཤར་གླིང་ཨིའུ་ཡའི་ས་ཁུལ་གྱི་
ནང་པའི་དགོན་པ་སྟེ་ཁང་དང་གསུང་རབ་རྣམས་ཅུ་གཏོར་བཏང་བཞིན་པའི་
རྣམས་སུ། མི་ཉག་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་པར་དེ་རྗེས་ཁ་ཆེས་
དམིགས་ས་གཉིས་པ་དེ་ཏུན་ཉོང་ས་ཁུལ་ཡིན་པ་ལ་ཆག་བཞག་ནས་ནང་པའི་
གསུང་རབ་ལ་སོགས་པ་ཡིག་ཆ་རྣམས་བྲག་ཕྱག་ཏུ་སྤྲོས་པར་འདོད། .

འདོད་ཚུལ་གསུམ་པ། ཏུན་ཉོང་བྲག་ཕྱག་ནས་རྟེན་པའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་འགོ་
མཇུག་ཚང་བ་མེད་པ། བེད་སློད་མང་པོ་བཏང་བེན་པར་བརྟེན་སྤར་གྱི་ཡིག་ཆ་
བེད་མེད་རྣམས་བྲག་ཕྱག་ཏུ་སྤྲོས་པ་ཞེས་ཡིན་སྟེ།

མི་ཉག་རྒྱལ་མྱེད། (Western Xi Xia kingdom)1038-1227 AD

མི་ཉག་རྒྱལ་མྱེད།



ཏུན་ཉོང་བྲག་ཕུག་ནས་ཡིག་ཆ་རྙེད་ཚུ་ལ།



དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་འགོ་རྒྱུ་རྒྱ་ནག་གི་བཙུན་པ། (Wang Yuanlu 1850-1930) བླང་ཡོན་ལྷོ་ཞེས་པ་སྐབས་དེ་དུས་

ཏུན་ཉོང་གི་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༢༥ ཟླ་བ་ ༤ ཚེས་

༢༡ ཉིན་ཏུན་ཉོང་གི་བྲག་ཕུག་མང ༡༧ བའི་ནང་ཡིག་ཆ་

འཕོན་ཆེན་རྙེད། ཁོང་གི་རྒྱ་ནག་དྲའོ (Taoist priest) ཚོས་

ཕུག་ས་ཉམས་སྲུ་ལེན་མཁན་ཞིག་ཡིན། ཡང་ན།

བཙུན་པ་ཡུང་ (Monk Yang) གིས་རྩིག་པའི་རྒྱབ་དུ་སྟོང་

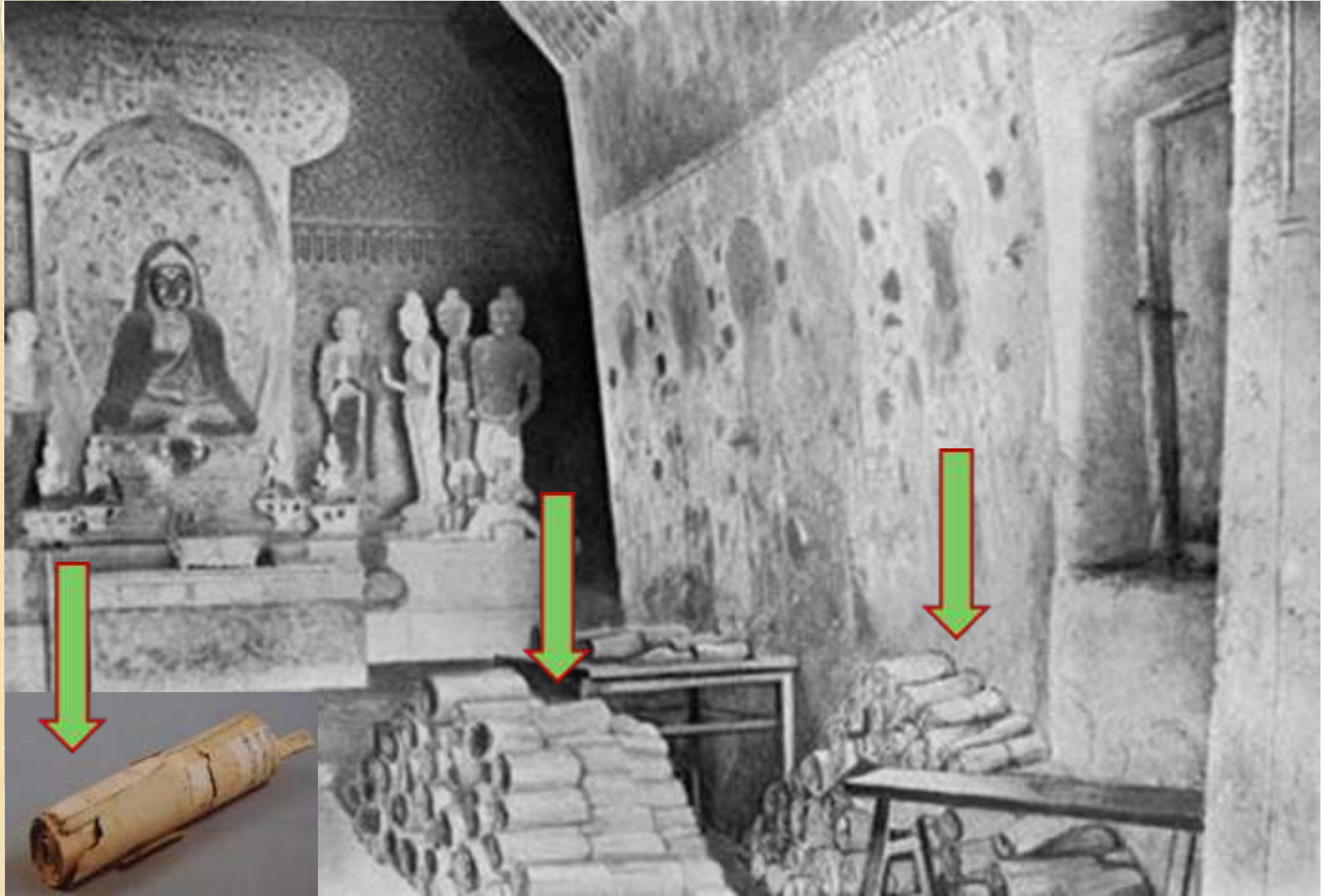
ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་དོ་སྣང་བྱུང་ནས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༠ ཟླ་བ་ ༦ ཚེས་

༢༣ མཚན་མོར་ཡུང་ཡང་ཕུ (Wang Yuanlu) དང་ཡུང་

(MonkYang)གཉིས་ཀྱིས་རྩིག་པ་གཏོར་ནས་བྲག་ཕུག་

ཚུང་ཚུང་ནང་དཔེ་ཆ་དང་ཐང་ཁ་སོགས་འཕོན་ཆེན་བཙུན་པ།

བོད་ཀྱི་འོག་ཟིལ་དང་སྐུ་ཆས་རྙེད་མའི་བྲག་སྐུ་ལ་ཉི་མའང་བཅུ་བདུན་པ་དེ་ཡིན།



ཏུན་ཉོང་བྲག་ཐུག་ནང་གི་ཡིག་ཆ་ཁག་གི་རྣམ་དཔ།



ཏུན་ཏྲོང་ཡིག་རྩིང་ཐོག་མར་བདག་ཉར་གནང་མཁན།

༡༩༠༧ ལོར་ཏུང་ལྷེ་རིའི་མི་རིགས་དབྱིན་ཇི་མི་སེར་ཡིན་པ་

Sir Aurel Stein (1900-1914) ཏུན་ཏྲོང་ནས་ཡིག་

ཆ་རྩིང་པ་ཐོས་ནས་ས་གནས་དེར་ཕྱིན་ནས་རྒྱའི་བཙུན་པ་

ལྷང་དང་འབྲེལ་བ་བྱས།



ཡིག་ཆ་དང་པར་རིས་སོག་གང་དུ་བདག་ཉར་གང་དུ་བྱས་མིན་སྐོར།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོར་ཐོག་མར་ཉང་ལྷེ་རིའི་མི་རིགས་ཡིན་པ་དབྱིན་ཇིའི་མི་སེར། ཟུ་རེལ་སི་ཌན (Aurel Stein 1862-1942) ཞེས་པའི་ཆེད་ལས་གཉན་དཔྱད་ཅུ་ཁག་དེ། ཏུན་ཉོང་ཁུལ་དུ་འགྲོར་ནས་ལོ་དེའི་སྤྱི་ལྗ ༣ པའི་ཆོས་ ༣-༡༩ བར་སྐྱུ་མ་བཞུའི་ལོ་ད་མདངས་ལོག་ ཉན་རེར་བོད་བརྒྱ་རེ་ཞལ་ཁ་སྤེ་བའི་སྤྱི་ལོ་ཆེད་ཀྱིས་ལས་ཀ་བྱས་ནས། བྱིན་ཡིག་ཆ་སྐུམ་ ༡༤ དང་། ཐང་ག་དང་རི་མོ་སོགས་དངོས་རྒྱུ་སྤྱོད་གས་དངོས་སྐུམ་ ༥ འབྲེར་བའི་ནང་བོད་ཡིག་གི་ཡིག་ཆ་བྱིན་ལོག་དེལ་ ༣༠༠༠ ར་མོང་རྒྱལ་ཁལ་ ༤༠ སྐོར་བྱང་བའི་ནང་། ཡིག་རིགས་ཁག་དབྱིན་ཇིའི་རྒྱལ་གཉེར་དཔེ་མཛོད་ཁང་ (British Library) དང་། པར་རིས་ཁག་དབྱིན་ཇིའི་རྒྱལ་ས་ལོན་གོན་གྱི་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་ (British Museum) དུ་དཔོར་འདྲེན་བྱས་ནས་བཞག་ཡོད་པ་རེད།



དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༩ ལོར་སྤྱ་ རན་
སིའི་གནའ་རྫ་ས་ཉོག་ཞིབ་བ་སྐལ་
པི་ལྷོ་འ་ (Paul Pelliot)
ཞེས་བས་ཏུན་ཉོང་དུ་ཡིག་ཆ་མང་
པོ་ཞིག་གསར་དུ་བརྗེད་བ་གོ་བོས་
ལྷུང་ནས་ས་གནས་དེར་ཐེབས་
ཡོད།



ཏུན་ཉོང་བྲག་ཕྱག་ནས་རྗེད་པའི་
ལོག་ངེལ་གྱི་ཡིག་ཆ་ཁག་ལ་པ་
མུན་སེའི་གནའ་རྗེས་རྟོག་ཞིབ་པ
(Paul Pelliot) ཡིས་ཏུན་ཉོང་
གསང་བའི་དཔེ་མཛོད་ནང་དུ་
རྟོག་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམ་པ།
ཁོང་ནི་སྐད་ཡིག་མང་པོ་མཁྱེན་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པས་ཡིག་ཆ་
རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབས་ནས་
འདེམས་སྐྱབ་བྱས་ཡོད།

བོད་ཀྱི་འོག་རྩལ་གྲངས་དང་བདག་ཉར་བྱ་ཡུལ།

ཁོང་གིས་བདུན་ཕྲག་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་སྐྱུམ་བཞུའི་འོག་ཏུ། ཏུན་ཉོང་གསང་བའི་དཔེ་མཛོད་ནང་དུ་ཞིབ་གཤེར་གྱིས། གཙོ་བོ་སྐུ་ཚལ་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་གྱི་ཡིག་རིགས། མཛེས་རིས་ཁག་འདེམས་སྐྱབ་བྱས་ཏེ། འོལ་རྒྱུ་ཁུར་སྐོར་སྐེལ་བོ་ ༡༠ ལྷག་བྱུང་བ་ལས། ཡིག་རྙིང་འོག་རྩལ་ ༤༠༠༠ ལྷག་ཡོད་པའི་ནང་དུ། བོད་ཡིག་གི་ཡིག་རྙིང་འོག་རྩལ་ ༤༠༠༠ ལྷག་ཡོད་པ་དག། ད་ཆ་རྒྱ་རན་སིའི་རྒྱལ་གཉེར་དཔེ་མཛོད་ཁང་(Bibliothèque Nationale de France) དུ་ཉར་ཚགས་བྱས་ཡོད།

850-1282=432

[850 Pelliot tibétain 850](#)

[851 Pelliot tibétain 851](#)

[852 Pelliot tibétain 852](#)

[853 Pelliot tibétain 853](#)

[854 Pelliot tibétain 854](#)

[855 Pelliot tibétain 855](#)

[856 Pelliot tibétain 856](#)

[857 Pelliot tibétain 857](#)

[858 Pelliot tibétain 858](#)

[859 Pelliot tibétain 859](#)

[860 Pelliot tibétain 860](#)

[861 Pelliot tibétain 861](#)

[862 Pelliot tibétain 862](#)

[863 Pelliot tibétain 863](#)

[864 Pelliot tibétain 864](#)

[865 Pelliot tibétain 865](#)

[866 Pelliot tibétain 866](#)

[867 Pelliot tibétain 867](#)

[868 Pelliot tibétain 868](#)

[869 Pelliot tibétain 869](#)

[870 Pelliot tibétain 870](#)

[871 Pelliot tibétain 871](#)

[872 Pelliot tibétain 872](#)

[873 Pelliot tibétain 873](#)

[874 Pelliot tibétain 874](#)

[875 Pelliot tibétain 875](#)

[876 Pelliot tibétain 876](#)

[877 Pelliot tibétain 877](#)

[878 Pelliot tibétain 878](#)

[879 Pelliot tibétain 879](#)

[880 Pelliot tibétain 880](#)

[881 Pelliot tibétain 881](#)

[882 Pelliot tibétain 882](#)

[883 Pelliot tibétain 883](#)

[884 Pelliot tibétain 884](#)

[885 Pelliot tibétain 885](#)

[886 Pelliot tibétain 886](#)

[887 Pelliot tibétain 887](#)

[888 Pelliot tibétain 888](#)

[889](#) [Pelliot tibétain 889](#)

[890](#) [Pelliot tibétain 890](#)

[891](#) [Pelliot tibétain 891](#)

[892](#) [Pelliot tibétain 892](#)

[893](#) [Pelliot tibétain 893](#)

[894](#) [Pelliot tibétain 894](#)

[895](#) [Pelliot tibétain 895](#)

[896](#) [Pelliot tibétain 896](#)

[897](#) [Pelliot tibétain 897](#)

[898](#) [Pelliot tibétain 898](#)

[899](#) [Pelliot tibétain 899](#)

[900](#) [Pelliot tibétain 900](#)

[901](#) [Pelliot tibétain 901](#)

[902](#) [Pelliot tibétain 902](#)

[903](#) [Pelliot tibétain 903](#)

[904](#) [Pelliot tibétain 904](#)

[905](#) [Pelliot tibétain 905](#)

[906](#) [Pelliot tibétain 906](#)

[907](#) [Pelliot tibétain 907](#)

[908](#) [Pelliot tibétain 908](#)

[909](#) [Pelliot tibétain 909](#)

[910](#) [Pelliot tibétain 910](#)

[911](#) [Pelliot tibétain 911](#)

[912](#) [Pelliot tibétain 912](#)

[913](#) [Pelliot tibétain 913](#)

[914](#) [Pelliot tibétain 914](#)

[915](#) [Pelliot tibétain 915](#)

[916](#) [Pelliot tibétain 916](#)

[917](#) [Pelliot tibétain 917](#)

[918](#) [Pelliot tibétain 918](#)

[919](#) [Pelliot tibétain 919](#)

[920](#) [Pelliot tibétain 920](#)

[921](#) [Pelliot tibétain 921](#)

[922](#) [Pelliot tibétain 922](#)

[923](#) [Pelliot tibétain 923](#)

[924](#) [Pelliot tibétain 924](#)

[925](#) [Pelliot tibétain 925](#)

[926](#) [Pelliot tibétain 926](#)

[927](#) [Pelliot tibétain 927](#)

[928](#) [Pelliot tibétain 928](#)

[929](#) [Pelliot tibétain 929](#)

[930](#) [Pelliot tibétain 930](#)

[931](#) [Pelliot tibétain 931](#)

[932](#) [Pelliot tibétain 932](#)

[933](#) [Pelliot tibétain 933](#)

[934](#) [Pelliot tibétain 934](#)

[935](#) [Pelliot tibétain 935](#)

[936](#) [Pelliot tibétain 936](#)

[937](#) [Pelliot tibétain 937](#)

ཉི་ཧོང་གི་མི་སེར་ Count Otani གྱིས་དབུ་ཁྲིད་དང་འགྲོ་སོང་རྟེན་ནས་ ༡༩༠༣-༡༩༡༠ བར་ཏུན་
ཧོང་ལ་སོགས་པའི་ཨི་ཤུ་ཡའི་གནའ་བོའི་ཡིག་རྩིང་དང་དངོས་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད།



ཉི་ཉོང་གི་གནའ་རྫས་ཉོག་ཞིབ་པ་ Count K.Otani ཡིས་ལམ་སྟོན་ལོག་ ཏུན་ཉོང་བྲག་ཕྱག་སོགས་ནས་
ཡིག་ཆ་གྲངས་ ༤༠༠ དང་། རིང་བསེལ། ཐང་ག་དང་སྐུ་འདྲ་སོགས་དཔོང་འདྲེན་བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམ་པ།



དུས་རབས་དང་སྐད་ཡིག་བརྗོད་བྱ།

ཏུན་ཉོང་བྲག་ཕུག་ནས་ཐོན་པའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་ནི་དུས་རབས་ལྔ་པ་ནས་བཅུ་གཉིས་
 བར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཡོད་པར་གསུངས། གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྐོར། བྱིས་ས་
 ཕྱགས་དང་ཚོས་ཕྱགས་སྐོར། མི་རིགས་དང་དམག་དོན་སྐོར། སྐད་ཡིག་དང་། ཚོམ་
 རིགས། ལྷན་དབྱེད་དང་ཡུལ་སྲོལ། དེ་བཞིན་ཐང་ཁ། སྤྱི་ལོ། ལྷོ་བས་རིས་སོགས་རིན་
 ཐང་ཅན་ལ་སྟུག་ཡིན།

ཡིག་རིགས་མི་འདྲ་བ།

ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཡི་གེ། བོད་ཡིག་རྒྱ་ཡིག་ཡུ་གུར་གྱི་ཡི་གེ། མི་ཉལ་གི་ཡི་གེ་སོགས་
 འོན་སྐད་ཡིག་མི་འདྲ་བ ༡༧ རང་འབྲི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ ༢༠ སྐོར་བྱས་ནས་བྲིས་ཡོད།

ཏུན་ཉོང་བྲོག་ཕུག་ནས་ཡིག་རྩིང་ ༥༠༠༠༠ བརྗོད་ཡོད་ཀྱང་ ༤༠༠༠༠ ཚམ་ཡུལ་གྱི་
 གཞན་གྱིས་ཁྱེར་ནས་རྒྱ་ནག་ལ་ཐོབ་པ་ནི་ ༡༠༠༠ ཚམ་ལས་མེད།

མངས་ཀྱི་སྣང་གི་བྲག་ཕུག



ཐུགས་རྗེ་ཆེ།



Name : CGS Phuntsok Nyima
Subject : Bon Moolshastra

བཟླན་བཅོས་ལོ་རིམ་དང་པོའི་སློབ་ཚན།

- བཟླན་བཅོས་ལོ་རིམ་དང་པོའི་སློབ་ཚན།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད་བཟླན་པའི་གཞུང་།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད།
- གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལ་སྦྱར་བའི་ཁམས་བརྒྱད།
- ཁམས་བརྒྱད་གསུང་སའི་གནས་བཤད་པ།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད་གསུང་སའི་གནས།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ་བ་པོ་བརྒྱད།
- ཁམས་ཚེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཞེ་ལྷ་བཟླན་པ།

- མིང་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- རྒྱུན་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- ལྷང་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- ལྷོང་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- སོ་སོ་གསལ་བའི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- རིག་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- ལྷོང་ཚེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།
- མཉམ་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད།

- མཚོན་བརྗོད།
- རྒྱ་མེད་སློབ་གྲུབ་བདེ་ཆེན་པོའི་གྱི་སྐུ། །
- འགག་མེད་རྩུན་གྲུབ་ལོངས་སྤོང་རྫོགས་པའི་སྐུ། །
- གཉིས་མེད་ལྷ་ཚོགས་སྐྱུར་རྩོན་རྒྱལ་པའི་སྐུ། །
- སྐུ་གསུམ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་གྲུས་པས་འདུད།

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་གཞུང་ལུགས།

- ཁམས་ཆེན་སྟོང་འཇག་བརྒྱ་པ་པོའི་གྲངས། ༡༤
- ཁམས་རྩ་རྣམ་ངེས་སློགས་བཅ། ༢
- བསྟན་པ་སློགས་བཅ། ༡
- རྒྱ་མེད་ལུས་གྱི་མདོ།
- བདལ་འབྲུམ་སློགས་བཅ། ༡༠
- རྩེ་འབྲུམ་སློགས་བཅ། ༡༠
- འབྲུམ་ཉི་མ་དགུ་ཤར་སློགས་བཅ། ༡༠

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་བཟུང་པའི་གཞུང་།

གཞུང་ལས། སྲིད་པའི་ཁམས་ཉིད་རྒྱན་ཁམས་ཉིད། །དེ་ནས་ལྷང་བའི་ཁམས་ཉིད་དང་། །སྲོང་པའི་ཁམས་སུ་སྲོན་པ་དང་། །སོ་སོར་རིག་པའི་ཁམས་ཉིད་དང་། །སྲོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས་ཉིད་དང་། །མཉམ་པའི་ཁམས་དང་དེ་རྣམས་བརྒྱད། །ཅེས་གསུངས།

	ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད།
1	སྲིད་པའི་ཁམས།
2	རྒྱན་ཁམས།
3	ལྷང་བའི་ཁམས།
4	སྲོང་པའི་ཁམས།
5	སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས།
6	རང་རིག་པའི་ཁམས།
7	སྲོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས།
8	མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས།

གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལ་སྦྱར་བའི་ཁམས་བརྒྱད།

	ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད།
1	གཞི་སྲིད་པའི་ཁམས། ལམ་སྲིད་པའི་ཁམས། འབྲས་བུ་སྲིད་པའི་ཁམས།
2	གཞིའི་རྒྱུ་ཁམས། ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཁམས། འབྲས་བུ་རྒྱུ་ཁམས།
3	གཞི་སྣང་བའི་ཁམས། ལམ་སྣང་བའི་ཁམས། འབྲས་བུ་སྣང་བའི་ཁམས།
4	གཞི་རྟོག་པའི་ཁམས། ལམ་རྟོག་པའི་ཁམས། འབྲས་བུ་རྟོག་པའི་ཁམས།
5	གཞི་སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས། ལམ་སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས། འབྲས་བུ་སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས།
6	གཞི་རང་རིག་པའི་ཁམས། ལམ་རང་རིག་པའི་ཁམས། འབྲས་བུ་རང་རིག་པའི་ཁམས།
7	གཞི་རྫོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས། ལམ་རྫོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས། འབྲས་བུ་རྫོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས།
8	གཞི་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས། ལམ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས། འབྲས་བུ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས།

ཁམས་བརྒྱད་གསུང་སའི་གནས་བཤད་པ།

བྱ་རྗེ་གཡུང་རྒྱུད་སྐྱེ་མས་མཛོད་པའི་བཟུས་དོན་རྣམ་དེས་ལས། དུལ་ནི་རིག་པའི་ཕོ་བྲང་སྟེ། འོད་ཀྱི་ལྷ་རི་སྣོ་མཐོན་ཅེ། རིན་ཆེན་གྲང་མ་སྤྲངས་པའི་སྒྲིང་། གཡུང་རྒྱུད་གསལ་བ་ འོད་ཀྱི་སྒྲིང་། བར་ཉི་ཉམ་པ་གཡུང་རྒྱུད་སྒྲིང་། ལྷ་ལེ་བྱུང་མཚོ་ལྷ་ཡམ་སྒྲིང་། མཚོ་སྒྲིང་དར་དཀར་གུར་གྱི་འོག འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པ་བྱིམ་བུ་བདུན། རིན་ཆེན་འཕྲུལ་སྤང་འོད་ གཞལ་ཡས། ཞེས་གསུངས།

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་གསུང་སའི་གནས།

9	སྒྲིང་པའི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	འོད་ཀྱི་ལྷ་རི་སྣོ་མཐོན་གྱི་ཚེ་མོ།
10	རྒྱུན་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	རིན་ཆེན་གྲང་མ་སྤྲངས་པའི་སྒྲིང་།
11	སྤང་བའི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	གཡུང་རྒྱུད་གསལ་བ་འོད་ཀྱི་སྒྲིང་།
12	སྒྲོང་པའི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	བར་ཉི་ཉམ་པ་གཡུང་རྒྱུད་གི་སྒྲིང་།
13	སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	མཚོ་ལེ་བྱུང་གྱི་འགྲམ་ལྷ་ཡམ་སྤུལ་པའི་སྒྲིང་།
14	རང་རིག་པའི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	རྒྱ་མཚོའི་སྒྲིང་རིན་པོ་ཆེ་གཙམ་བཀམ་པའི་སྒྲོང་དར་དཀར་གྱི་གུར་ཕུབ་པའི་ནང་།
15	སྒྲོང་ཆེན་དབྱིངས་གྱི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པ་གཡུང་རྒྱུད་བྱིམ་བུ་བདུན་གྱི་སྒྲིང་།
16	མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་ཁམས་གསུང་སའི་གནས།	རིན་ཆེན་འཕྲུལ་སྤང་འོད་ཀྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་།

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་བྱ་བ་པོ་བརྒྱད།

1	མིང་པའི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	ཡིད་ཀྱི་ཕྱེུ་རྒྱུ་རྒྱུད།
2	རྒྱལ་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	གཏོ་བྱ་འབྲུམ་མཁམ།
3	སྤང་བའི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	གསལ་བ་འོད་ལྡན།
4	སྟོང་པའི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	མེད་ཁམས་སྟོང་པ་རྗེ།
5	སོ་སོར་གསལ་བའི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	ཚངས་པ་གཙུག་ལུང།
6	རང་རིག་པའི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	སྤྱ་མོ་མ་མ་དེ།
7	སྟོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	གཙུག་གཤེན་རྒྱལ་བ།
8	མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས་ལྷ་བ་པོ།	འབྲུལ་བོན་གསང་བ་ངང་རིང།

ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཞེ་མེ་བཞུན་པ།

སྲིད་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་སྦྱོང་དང་། མོས་སྦྱོང་ཡན་ལག་རྣམ་བཞི་དང་། །

མཐོང་དང་གོམས་པའི་ལམ་དང་ནི། གཤམ་རྩལ་བའི་འབྲས་བུ་དང་། །

དེ་ཡི་རྟོགས་དང་སྤངས་པ་ནི། །དང་པོ་སྲིད་པའི་ཁམས་ཉིད་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས།

	མཚོན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རྩ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ།
2	སེམས་དཔའི་སྦྱོང་བ་ཟབ་མོ།
3	ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མོས་སྦྱོང་ཡན་ལག་རྣམ་པ་བཞི།
4	མཐོང་ལམ།
5	མཐོང་ཟེན་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ།
6	གཤམ་རྩལ་བའི་འབྲས་བུ།
7	རྟོགས་པའི་ཁྱད་པར།
8	སྤངས་པའི་ཁྱད་པར།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

རྗེས་ཐོབ་མཉམ་བཞག་སྒོམ་པ་དང་། །བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། །

རྟོགས་པ་དང་ནི་ངོ་བོ་དང་། །དེ་ལྟར་སློ་ལྡན་ལམ་རྗེས་པ། །

དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཞེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རྩ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ།
2	སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ཟབ་མོ།
3	ཐེག་ཆེན་གྱི་མོས་སྦྱོང་ཡན་ལག་རྣམ་པ་བཞི།
4	མཐོང་ལམ།
5	མཐོང་ཟེན་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ།
6	གཡོ་རྩེལ་བུལ་བའི་འབྲས་བུ།
7	རྟོགས་པའི་ཁྱད་པར།
8	སྤངས་པའི་ཁྱད་པར།

སྣང་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

ཡོད་པར་སྟོན་པའི་གཞིང་དང་ནི། ལྷ་ན་མེད་པར་བྱིན་བཅུ་དང་། མཉམ་བཞག་རྣམ་པར་དག་པའི་ལམ། དང་པ་དང་ནི་མོས་པ་དང་།
འདུན་པ་དང་ནི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བར་ཆད་མེད་པ་རྣམ་དག་དང་། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་ཉིད་དེ། སྣང་བའི་ཁམས་ཉིད་དེ་འདྲར་འདོད། ཅེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཡོད་པར་སྟོན་པའི་གཞི།
2	ལྷ་ན་མོང་གི་ལམ་སླ་མེད་བྱིན་པ་བཅུ།
3	མཉམ་བཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ལམ།
4	རྗེས་ཐོབ་དག་པའི་ལམ།
5	བར་ཆད་མེད་པའི་རྣམ་དག།
6	ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ།

སྒོ་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

བསྐོས་བྱ་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་དེ། །དེ་སྐོས་པ་དང་རྣམ་གངས་དག །

གསལ་བར་གནས་པའི་ཡུལ་གང་ལ། །རང་བཞིན་མེད་སྐོས་སྒོ་ཁམས་ཀྱི་ཁམས་། །ཞེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྐོས་བྱ་གཞི་སྤྱི་མེད།
2	ལམ་སྤྱི་མེད།
3	འབྲས་བུ་སྤྱི་མེད།
4	སྐོས་བྱེད་ཀྱི་སྦྱོར་བ།
5	བསྐོས་བྱའི་ཡུལ་འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་གངས།
6	སྐོས་བྱེད་རྟེན་གྱི་གང་ཟག
7	རང་བཞིན་མེད་པའི་སྦྱོར་བ།

སོ་སོ་གསལ་བའི་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

བདེན་གཉིས་དམིགས་རྣམ་ལུ་ལྡན་པ་ཡིས། མོས་པར་སྦྱོད་པའི་ཡན་ལག་དང་། །

མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་དང་། རྗེས་ལས་ཐོབ་དང་མཉམ་བཞག་ནི། །

གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཉིད་དང་། བར་ཚད་མེད་པའི་ཉིང་འཛིན་གྱི། །

སྣང་རྗེ་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་པ། སོ་སོའི་ཁམས་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད། ཞེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	བདེན་གཉིས་དམིགས་རྣམ་ལུ་ལྡན་པའི་མོས་སྦྱོད་ཡན་ལག།
2	མཐོང་ལམ།
3	རྗེས་ཐོབ་དང་མཉམ་བཞག་གིས་བསྐྱུས་པའི་མཐོང་ཟེན་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ལམ
4	བར་ཚད་མེད་པའི་ཉིང་འཛིན།

རིག་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

ཤེས་བྱ་ཀུན་གྱི་གནས་ལུགས་དང་། ། ཡུལ་དང་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ནི། །

ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ཚོགས་ཉིད་དང་། ། རང་བོ་ཉིད་ངེ་འཛིན་རྣམས་དང་། །

དེ་ཡི་འབྲས་བུར་བཅས་པ་ནི། ། རིག་པའི་ཁམས་ཉིད་ཡིན་པ་སྟེ། ། ཞེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཤེས་བྱ་ཀུན་གྱི་གནས་ལུགས།
2	ཡུལ་དང་རྟེན་གྱི་གང་ཟག།
3	ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ཚོགས།
4	རང་བོ་ཉིད་ངེ་འཛིན།
5	དེ་ཡི་འབྲས་བུ།

ལྷོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱེད་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

ཐུང་བྱ་དང་ནི་དབྱིངས་ཉིད་དང་། ཉིང་འཛིན་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། །

དེ་ཡི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ནི། ལྷོང་ཆེན་དབྱིངས་ཀྱི་ཁམས་སུ་འདོད། ཞེས་གསུངས།

	མཚན་བྱེད་ཡན་ལག
1	ཐུང་བྱ།
2	དབྱིངས་ཀྱི་གནས་ལུགས།
3	ཡུལ་ཅན་ས་བཅུ་རྒྱན་མཐའི་ཉིང་ངེ་འཛིན།
4	ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཚན་དང་དཔེ་བྱ།
5	ཡོན་ཏན་དེའི་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ།

མཉམ་བའི་ཁམས་ཀྱི་མཚན་བྱང་ཡན་ལག།

གཞུང་ལས།

བོན་སྐྱོད་ལོངས་སྤོང་རྫོགས་སྐྱོང་དང་། །དེ་བཞིན་སྐྱུལ་བའི་སྐྱོང་དང་ནི། །

མི་དམིགས་ཐིག་ལེ་གཅིག་འཛོག་པ། །མཉམ་བའི་ཁམས་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད། །ཅེས་གསུངས།

	མཚན་བྱང་ཡན་ལག
1	བོན་གྱི་སྐྱོང་།
2	སྐྱུལ་བའི་སྐྱོང་།
3	སྐྱུལ་བའི་སྐྱོང་།
4	དམིགས་བའི་ཐིག་ལེ་གཅིག་ལ་འཛོག་པ།

སློབ་དཔོན་དག་གི་བཤེས་པུན་ཚོགས་ཉི་མ།



Name : Dakpa Senge
Subject : Sakya Sampradaya

དཔལ་ས་རྒྱ་པའི་དབུ་མའི་སྒོམ་དང་། ལྷ་བའི་བཞེད་ཚུལ།

- སློབ་དཔོན་གྲགས་པ་སེང་གེ
- ལྷ་ཁ་དབུས་བོད་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་གི་རང་གཞུང་སློབ་དཔོན།



མཚན་པར་བརྗོད་པ།

- གང་གི་སྐྱེ་འགག་འགོ་འོང་ཉེར་ཞི་ཡང་། །
- ཇི་སྟེང་སྐྱེ་མའི་ཚོས་ཀུན་གསལ་ལེར་མཆེན། །
- མཐའ་ཡས་འགོ་ལ་དམིགས་མེད་ཐུགས་རྗེ་ཡིས། །
- མང་བྱུང་རྟེན་འབྲེལ་ཐར་ལམ་སྟོན་དེར་འདུད། །

- བདེན་གཉིས་བྱང་འཇུག་རོ་འཛིན་གདེངས་ཀས་བརྗོད། །
- ཟབ་མོ་མཐའ་བྲལ་ནམ་མཁའི་གོས་གྲོན་ཞིང་། །
- མཐར་ལྷའི་དྲུ་བ་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་པ། །
- སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་སྐྱེས་ཞབས་ལ་འདུད། །

- དེའི་ལུགས་བཟང་འཕུལ་བྲལ་གྱི་སྐྱེད། །
- འདབ་བརྒྱུར་གོལ་མཛད་མཚན་མའི་བདག་པོ་སོགས། །
- ཇི་བཞིན་སྟོན་ལ་བསྐྱེངས་པ་མི་མངའ་བའི། །
- མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་བརྒྱུད་འཛིན་རྣམས་ལ་འདུད། །

མཚོན་པར་བརྗོད་པ།

- གང་ཞིག་བརྟེན་ན་ལེགས་ཚོགས་ཀྱི་འབྲུང་ཞིང་།།
 - དུན་པས་སྲིད་ཞིའི་ཉེས་ཀྱི་འཛོམས་མཛད་པ།།
 - མཚོག་གསུམ་ཀྱི་འདུས་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མ་ལ།།
 - དད་གསུམ་སློ་ཡིས་འདུད་དོ་དགེ་ལེགས་སྦྱོལ།།
-
- སློག་བཞིའི་རིམ་པ་བཞིན་སངས་རྒྱས་དང་། འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ། དཔལ་ལྡན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་དབུ་མའི་སློབ་དཔོན་རྣམས་དང་། སྐབས་གནས་ཀྱི་འདུས་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མ་དམ་པ་ལ་དད་པ་གསུམ་གྱིས་འདུད་པ་རྣམས་བསྟན།

དངོས་གཞི་སྒྲིམ་དང་། ལྷ་བ་གཉིས། སྒྲིམ་གྱི་གོ་དོན།

- ལེགས་སྐྱར་ལ་སྐྱབ་ལྷ་ལྷོ་ལེས་པ་ཡང་ཡང་འདྲིས་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། ལྷ་བ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་བ། རོ་བོ་སྒྲོང་པ་ཡིན་པས་བཟང་ངན་དང་། བདེ་སྐྱབ་གང་དུ་ཡང་སྐྱབ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་གོམས་འདྲིས་བཟང་ངན་གྱི་དབང་གིས་དཔེར་ན་ཁོང་སློ་འཁོན་འཛིན་ང་རྒྱལ་དངངས་སྐྱབ་སོགས་གོམས་པས་དེའི་དབང་དུ་གྱུར། དེས་རང་དང་གཞན་གྱི་ལྷ་སེམས་ཏེ་མི་ཚེའི་བདེ་ཐང་ལ་དགའ་ངལ་ངེས་ཅན་འཕྲད་གྱི་ཡོད།
- ཡིད་ཞེ་སྤང་གིས་གོམས་པར་སོང་བའི་མི་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་སྣོད་པའི་བསམ་པ་མི་འབྱུང་། དེའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ལྷ་སེམས་ལ་བདེ་བ་མེད། སེམས་རྣལ་དུ་སྐབ་པའི་བརྟན་པ་མི་རྟེན། ཉ་ཅང་གཤེས་ངན་པས་མཛེའ་བཤེས་དང་། འཁོར་གཡོག་སོགས་ཐམས་ཅད་དག་ཅུ་སྤང་བ་ཡོང་གི་ཡོད།

སྒོམ་གྱི་གོ་དོན།

- ཡང་རྒྱུན་བཟང་པོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། རྩོམ་སོགས་འཕྲད་དེ་གོམས་འདྲིས་བཟང་པོའི་དབང་དུ་གྱུར་བ་དཔེར་ན་གནས་སྐབས་བྱམས་པ་དང་། སྤོང་རྗེ་ཆེ་བ། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་རང་གཤེས་འཇམ་པ། བཟོད་བསྟན་ཆེ་བ་སོགས་ལས་སེམས་སྦྱིད་པ་དང་། ལུས་བདེ་ཞིང་སེམས་སྦྱིད་ལ་བབ་པ། དེས་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་དང་། གོགས་སུ་གྱུར་བ་ཐ་ན་དུད་འགོ་ཚུན་འཁོར་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་འདི་དང་། རྩོམ་བསམ་གང་བྱས་ཀྱང་གནད་ལ་འཁེལ་ཞིང་། མཐར་ཐར་པ་སྣ་ན་མེད་པ་རྣམ་མཁྱེན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་འཕྲོག་པ་ཡོང་གི་ཡོད།

གང་དུ་སྒྲོམ་པའི་གནས། མཛེའ་བཤེས་འཁོར་གཡོག་དང་། ཟང་ཟིང་ཚོར་རྗེས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་རྣམ་གཡིང་
གི་རྒྱ་ཡིན་པས་སྤོང་དགོས་ཚུལ།

- ས་བཀྲ་རྒྱ་བཀྲ་ལེགས་ཤིང་སྣ་དང་སྤྲ་མའི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་བཀྲ་ཤིས་པའི་གནས་དགོན་པའམ། རི་སུལ་ལམ། རྒྱལ་འདབས་སམ་ཕུག་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ལ་འབབ་པ་དཔེར་ན། རྒྱལ་ལྷན་ཞི་བ་ལྟས།
- རྒྱལ་ལྷན་ཞི་བ་དུགས་བྱ་རྣམས་དང་། ཤིང་རྣམས་མི་སྟན་རྗེད་མི་བྱེད།
- འགྲོགས་ན་བདེ་བ་དེ་དག་དང་། རམ་ཞིག་སྟན་ཅིག་གནས་པར་འགྱུར།
- ཕུག་གམ་སྣ་ཁང་སྤོང་པའམ། རྗེས་ཤིང་དུང་དུ་གནས་བཅས་ཏེ།
- རམ་ཞིག་རྒྱབ་དུ་མི་བསྟོན་པར། ཆགས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིག་གྲ།
- ཞེས་སོགས་མང་དུ་བྱུང་བ་དང་། རྗེ་བཅུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཀྱང་། དཔེན་པར་གནས་ནས་བསམ་གཏུན་བསྒྲོམ་པ་ལ། བྱིས་དང་འགྲོགས་ན་དཔེན་པ་མི་ཐོབ་པས། རྗེས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སྤོང་བ་བསྒྲོམ་བྱ་སྟེ། འདི་ཡིས་དཔེན་པ་འཐོབ་ཅིང་ལོག་འཚོ་སྤོང་། ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ་ཡིད་དང་མཐུན་ཞིང་བག་པེབས་པ་ཞིག་དགོས་ལ།

གང་དུ་སྒྲོམ་པའི་གནས། མཛེའ་བཤེས་འཁོར་གཡོག་དང་། ཟང་ཟིང་ལོར་རྣམ་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་རྣམ་གཡེང་གི་རྒྱ་ཡིན་པས་
སྤོང་དགོས་ཚུལ།

- དེས་ན་ཞི་གནས་བསྒྲོམ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ལྟར་སྤང་པན་པས་འཁོར་བར་འཚིང་བའི་རྒྱ་གཉེན་དང་། མཛེའ་བཤེས་སོགས་སེམས་ཅན་དང་། ཟང་ཟིང་གི་ལོར་རྣམ་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་ནའང་རྣམ་གཡེང་གི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་སྤང་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞི་བ་ལྟས།
-
- སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་བྱས་ན། །ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཀུན་ནས་སྤྱི་བ།
- རྒྱ་བའི་སེམས་ནི་འཇིག་པར་བྱེད། །མཐའ་མར་སྤྱོད་གདུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་།
- སེམས་ཅན་མོས་པ་སྤྲ་ཚོགས་པ། །རྒྱལ་བས་ཀྱང་ལོ་མི་མགུ་ན།
- བདག་འདྲ་ངན་པས་སྒྲོམ་ཅི་དགོས། །དེ་བས་འཇིག་རྟེན་བསམ་པ་གཏང་། །ཞེས་སོགས་དང་།
- འཇིག་རྟེན་འདི་དང་པ་ལོ་ལ་ཏུ། །འདོད་པ་རྣམས་ནི་ཕྱང་ཚོལ་སྤྱེད།
- འདྲིར་ལོ་བསད་དང་བཅིང་དང་གཅོད། །པོ་ལ་ཏུ་ལོ་དམུལ་སོགས་སྐྱབ། །ཅེས་དང་།
- ཟང་ཟིང་སྤྱིར་ལོ་ཚོད་འགྱུར་ཏེ། །ཟང་ཟིང་མེད་པ་བདེ་བའི་སྤྱོདས།
- ཟང་ཟིང་ལོངས་སྤྱོད་སྤངས་པ་ལས། །རྒྱ་སྐྱུར་བདེ་བ་ཐོབ་ལ་ལྟོས།
- ཞེས་པ་ལྟར་གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་རྣམས་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྤོང་དགོས་པར་གསུངས་སོ།

ཞི་གནས་དངོས་ལ་གནས་སྐབས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་།

- དེར་སྒོམ་པའི་ཞི་གནས་ནི། དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས། ཞི་གནས་གང་ཞེ་ན། སེམས་རྩེ་གཅིག་པའོ་ཞེས་པ་ལྟར་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ལ་དམིགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལས་སེམས་གཞན་དུ་མི་གཡེང་བར་རྒྱུན་ཆགས་སུ་འབྱུང་བ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ལ་ཡང་ཞི་གནས་སྐབས་པའི་ཐབས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་གང་ཟག་གི་དབང་པོའི་རིགས་དང་། དམིགས་རྣམ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་འམ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་མཆིས་ཏེ། དཔེར་ན་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱིའི་གཉེན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཁམས་གོང་འོག་ལ་ཞི་རགས་སུ་བལྟ་བའི་སྒོ་ནས་ཞི་གནས་སྐབས་པ་དང་། རྣམ་གཡེང་ཤས་ཆེ་བ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཞི་གནས་སྐབས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་མི་སྤྲུག་པ་ཀེང་རུས་སོགས་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་སྐབས་པ་དང་། ང་རྒྱལ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་ཁམས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་འམ་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་སྐབས་པ། ཞེ་སྤང་ཁོང་ཁྱོད་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་བྱམས་སོགས་ཚད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་སྐབས་པ། གཏི་ལུག་གི་གཉེན་པོར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་དམིགས་ཏེ། ཞི་གནས་སྐབས་པ་ལྟ་བུའོ།།

ཞི་གནས་དེ་ཡང་གནད་བཞིའི་རྒྱབ་དགོས་པ།

- ༡ དམིགས་རྟེན་མི་གཡོ་བ།
- ༢ ལུས་མི་འགྲུལ་བ།
- ༣ མིག་རྩི་མ་མི་འབྲབ་པ།
- ༤ སེམས་གཞན་དུ་མ་གཡིང་བ།

ཉེས་པ་ལྗང་དང་། སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད།

- དབྱུས་མཐའ་ལས།
 - ལེ་ལོ་དང་ནི་གདམས་ངག་རྣམས། །བརྗེད་དང་བྱིང་དང་ཚོད་པ་དང་།།
 - འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་བྱེད་དེ། །འདི་དག་ཉེས་པ་ལྗང་འདོད་དོ།།
- ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལེ་ལོ་དང་། གདམས་ངག་བརྗེད་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་གནས་སྐབས་ལ་སྦྱིབ་ཅིང་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་དེ། ལེ་ལོས་ནི། དག་བའི་སེམས་སམ་ཉིང་དེ་འཛོལ་སྒྲོམ་མི་འདོད་པའམ། བྱིས་སུ་བྱ་བསམ་པ་ལྟ་བུའི་བྱི་བཤོལ་བྱེད། བརྗེད་ངས་ནི། བསྒྲོམ་བྱའི་དོན་ལ་ཡང་དག་པར་འཛོག་མི་རུས་པར་འགྱུར་ཉེ། གདམས་ངག་རྣམས་བརྗེད་པའི་བྱིར་རོ། །བྱིང་ཚོད་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོམ་གྱི་དངོས་གཞིའི་གནས་སྐབས་ལ་སྦྱིབ་པས་འགལ་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ལྷགས་ཤིང་འཐིབས་པས་ལྷན་སེམས་སྦྱིབས་ལས་སུ་མི་རུང་བར་བྱེད་དེ། མཚོད་འགེལ་ལས། ལྷགས་པ་གང་ཞེ་ན། ལྷན་སྦྱིབ་བ་ཉིད་དང་། སེམས་སྦྱིབ་བ་ཉིད་དེ་ལྷན་ལས་སུ་མི་རུང་བ་ཉིད་དང་། སེམས་ལས་སུ་མི་རུང་བ་ཉིད་གང་ཡིན་པའོ། །ཞེས་དང་། བྱིང་བས་ནི་ཉིང་དེ་འཛོལ་གྱི་དམིགས་རྣམ་གསལ་བར་འཛོལ་མི་རུས་པའི་བྱིར་དང་། མཐར་དམིགས་རྟེན་ཤོར་བའང་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་གཉིས་ཡིད་ལ་འདི་དང་འདིའོ་སྒྲོམ་པའི་ངེས་པ་རྗེད་པ་ཞིག་ད་དུང་མ་བྱུང་དོ།།

སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད།

- མདོ་ལས། སེམས་ལས་བྱུང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་དོ་ཞེས་དང་། དབུས་མཐའ་ལས། ཉེས་པ་ལྔ་སྤོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད།
- ཅེས་པ་ལྟར་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་དད་པ། འདུན་པ། རྩོལ་བ། ཤིན་ལྷུངས་ཏེ། བཞི་ལས་
- དད་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སློམ་པ་ལ་འདུན་པར་བྱེད་དོ། །
- འདུན་པའམ་འདོད་པ་ཡོད་ན་ཐོབ་བྱའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་བསློམ་པ་ལ་འདུན་པའི་བཙེན་འགྲུས་རྩོམ་པར་བྱེད།
- བཙེན་འགྲུས་ཀྱིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསློམ་པ་ལ་ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བ་བྱེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་དང་། སེམས་དགེ་བ་ལ་སྦྱོར་ཞིང་རི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་ལས་སུ་རུང་བའི་ཤིན་ལྷུངས་པ་འདྲེན་པར་བྱེད།
- ཤིན་ལྷུངས་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉམས་སུ་སྦྱང་བས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསློམ་པ་ལ་ཆེས་སྦྱོར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དད་སོགས་སེམས་བྱུང་བཞི་པོ་རྣམས་ནི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །
- དེ་རྣམས་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསློམ་པའི་སྡོམ་ཏུ་ཡུན་རིང་སྡོམ་འགྲུའི་ཚུལ་ཏུ་བསྟེན་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད།

- དེ་ནས་སྒྲིམ་དངོས་གཞིའི་དུས་སུ་བསྒྲིམ་བྱའི་གདམས་ངག་བརྗོད་པའི་བར་ཚད་ཀྱི་གཞུང་པོར། དྲན་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་གཉིས་ཏེ།
- དྲན་པས་བསྒྲིམ་བྱའི་དམིགས་རྣམས་མ་བརྗོད་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་།
- ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཞི་གནས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུ་ཆེ་ཤོས་བྱིང་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིན་འབྲུང་མིན་བྱ་ར་བྱས་ཏེ། སྒྲིན་རིག་ནས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྣམས་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ།
- དེ་ནས་སེམས་བྱུང་འདུ་བྱེད་སེམས་པས་སེམས་དམིགས་པ་མི་གསལ་བ་སེམས་བྱུང་བྱིང་བ་སྐྱེས་ན། ཟས་གོས་ཐུབ་པ་དང་། བསེལ་བ་སོགས་བྱ། ས་མཐོར་བཞུད་ལ་སེམས་ལ་ངར་བསྐྱེད་པ་སོགས་བྱས་ཏེ། དམིགས་པ་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ལ།
- ཡང་འདོད་ཡོན་སོགས་ལ་ཚོད་པ་བྱུང་ཆེ་གོས་ཐུག་པོ་གྱུར། ཟས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཟ། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སོགས་དྲན་པར་བྱས་ཏེ་སེམས་ལ་སྐྱོ་བ་སྐྱེར་འཇུག་པའི་སྒོ་ནས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་རབ་ཏུ་འཛིན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།
- དེ་ནས་འདུ་བྱེད་བཏང་སྒྲིམས་ཀྱིས་གཞུང་པོ་འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་། འདུ་བྱེད་དྲགས་པའི་གཞུང་པོ་བྱེད་དེ། བྱིང་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་གོ་སྐབས་མི་འབྱེད་པར་ཞི་གནས་ཀྱི་མཚན་མའི་རྗེས་སུ་སེམས་སྐྱུན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

སེམས་གནས་དགུ།

- མདོ་ལས།
- ༡ སེམས་འཛོགས།
- ༢ ཀུན་ཏུ་འཛོགས།
- ༣ དེས་པར་འཛོགས།
- ༤ ཉེ་བར་འཛོགས།
- ༥ དུལ་བར་འཛོགས།
- ༦ ཞི་བར་བྱེད།
- ༧ ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱེད།
- ༨ རྒྱད་གཅིག་ཏུ་བྱེད།
- ༩ མཉམ་པར་འཛོགས་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས།

དཔེ་ལྗེ་མཚོན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐོར།

- **ཉམས་དང་པོ།** རི་གཟར་གྱི་འབབ་ཚུ་ཉ་བུ་རྣམ་རྟོག་གི་སྤང་བ་གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་ཟེན་པ་བར་མ་ཆད་བུ་བ་ཡང་སྤར་ནས་དེ་ལྟར་ངོས་མ་ཟེན་པས་ཡིན་གྱི་ད་ནི་བསྐྱེམས་པའི་ལག་རྗེས་རྣམ་རྟོག་ངོས་ཟེན་གྱི་ཉམས་ཡིན་ལོ།
- **ཉམས་གཉིས་པ།** གཙོང་རྩོད་དོག་མོའི་འབབ་ཚུ་ཉ་བུ་རྣམ་རྟོག་ངལ་གསོའི་ཉམས་ཞེས་པ་སྤར་གྱི་རྒྱུ་ལ་སྤར་ཡང་ནན་ཏེ་གྱིས་བསྐྱེམས་པས་སྐབས་དེ་རྣམ་རྟོག་ཞི་སྤེ་ཏོག་ཙམ་མི་རྟོག་པར་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། ཡང་སྤེ་བ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་མི་བཏུན་པ། དཔེར་ན་གཙོང་རྩོད་དོག་མོའི་ཚུ་སྐྱ་བྱགས་ཆེར་ཡོད་འཕྲོར་མཚམས་དེ་མེད་པར་ཞི་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལོ།
- **ཉམས་གསུམ་པ།** སུ་གསུམ་གྱི་རྗེང་ཚུ་ཉ་བུ་ཞེས་བུ་བ་རྣམ་རྟོག་ཐང་ཆད་པའི་ཉམས་རྒྱུ་གྱིས་མ་དགུགས་པའི་ཚོ་ན་རྣམ་རྟོག་ཆེར་མི་འབྱུང་ཞིང་སེམས་གནས་ཆ་རྟོག་ཙམ་ཡོད་པ་གལ་ཏེ་རྣམ་རྟོག་གི་རྒྱུ་གྱིས་དགུགས་པ་ན་རྣམ་རྟོག་ཆེར་སྤེས་ཏེ་སེམས་གནས་པ་ལ་ཡང་གཞོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ངེས་པར་བསྐྱེམ་དགོས་པ་འདྲ་ལོ།

དཔེ་ལྗེ་མཚོན་པའི་ཉམས་ལྗེ་སྐོར།

- **ཉམས་བཞི་པ།** རྒྱ་མཚོ་རྒྱབས་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་རྟོག་གི་རྒྱབས་བྱུང་ཡང་སེམས་གནས་ཆ་ལ་ཆེར་མི་གཞོན་ཅིང་དེ་ལ་གཉེན་པོ་གཞན་བསྟེན་མི་དགོས་པར་རང་བྱུགས་ཀྱིས་ལྷུང་དུ་ཞི་འགོ་བ། དཔེར་ན་རྒྱ་མཚོ་ལ་རྒྱབས་ཡོང་དུས་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་སར་ཞི་བ་ལྟ་བུའོ།།
- **ཉམས་ལྗེ་པ།** རྒྱ་མཚོ་རྒྱབས་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་ཉམས་རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཞི་ནས་སེམས་ཚེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་རྣམ་རྟོག་འདུ་མི་བྱེད་པའི་ཉམས་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱ་མཚོ་ཅ་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་བྲལ་ཞིང་ཉལ་གྱི་ཞི་ནས་སྲིག་གེར་གནས་པ་ལྟ་བུའོ། །འོན་ཀྱང་དེའི་ཚེ་རྣམ་རྟོག་གི་འཇུག་པ་ཞི་སྟེ། སེམས་ཚེ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་ནེ་གནས་པ་ཡིན་ཡང་ད་དུང་ཤེས་པའི་དྲངས་ཆ་གསལ་སིང་ངེ་བ་ཞིག་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་བསྐྱོམ་དགོས་པར་གསུངས།

གཉིས་པ་དབུ་མའི་ལྷ་བ།

ཐལ་རང་གཉིས། ཐ་སྐད་ཀུན་རྫོབ་འཛོག་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར།

- ༡ ཐ་སྐད་དུ་ཡང་གཞན་སྐྱེ་ཁས་མི་ལེན་པ།
- ༢ རྒྱ་འབྲས་དང་བདེན་གཉིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པ།
- ༣ དེ་ལྷ་ནའང་ཀུན་གཞི་སོགས་གྱི་རྣམ་གཞག་འཐད་པ།

རང་རྒྱུད་པའི་ལྷན་ཁག་གི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ལུགས་སྒྲུབ་བྱུང་བཤེས།

ཐ་སྐྱོད་དུ་གཞན་སྐྱེ་ཁས་ལེན་པ།

- སློབ་དཔོན་ལེགས་ལུགས་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིས་དབུ་མ་སློང་པའི་ཚོགས་ལེན་བྱས་པ་ལས།
 - རྒྱལ་སྐོག་པའི་རྒྱུན་གཞན་ལས། སྐྱེ་བ་ཀུན་རྗེས་ཐ་སྐྱོད་ཡིན།།
 - དེ་ཕྱིར་ཁས་སྐྱབས་གཞོན་པ་མེད། །དེ་དག་ཡང་དག་ཉིད་མ་ཡིན།།
- ཞེས་ཐ་སྐྱོད་དུ་གཞན་སྐྱེ་ཁས་ལེན་པ་ནི་དངོས་པོར་སྐྱབས་བ་དང་འདྲ་ལ། འོན་ཀྱང་དོན་དམ་དུ་གཞན་སྐྱེ་འགོག་ཅིང་། དགག་བྱེད་དོན་དམ་གྱི་བྱུང་བར་སྦྱོར་རོ།།

འདུས་བྱས་དང་མི་བསྐྱེ་བ་གཞི་མཐུན་འདོད་པ། ཐ་སྐད་ཚད་གྲུབ་ལས་ལེན་པ།

- ཐ་སྐད་དུ་འདུས་བྱས་དང་མི་བསྐྱེ་བ་གཞི་མཐུན་པ་དཔེར་ན། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་མི་བསྐྱེ་བའི་ཤེས་པ་ཉལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མས་གྲུབ་པ་འདོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་། ཚོས་རྗེས་སྐྱེ་བརྗེས་ཏེ།
-
- ཐ་སྐད་དུ་ཉི་མི་བསྐྱེ་བར། །འདོད་པ་དེ་ནི་ཚད་མའི་ལྷགས།།
- དབྱུང་མ་པ་ལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །རང་རྒྱུད་དེ་དང་ཆ་མཐུན་ལ།།
- ཐལ་འགྲུར་པ་དག་ཐ་སྐད་དུ། །བདེན་པར་མི་འདོད་མདོར་བསྐྱས་པའོ།།

- ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་པས་ཐ་སྐད་དུ་རང་གི་ངོ་བོས་སམ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ལས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འདོད་ན་ནི། ཤེས་རབ་སྐྱོན་མེ་ལས། དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤོང་པས་ཡོད་མེད་དུ་ཉལ་བ་མེད་ལ། ཐ་སྐད་དུ་ཡང་སྐྱེ་མར་གནས་པ་བཞིན་ཡིན་པས། ཡོད་མེད་དུ་ཉལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་གཉིས་སུ་མཐོང་བ་མེད་དོ། །ཞེས་དང་། རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་ཡིན་ཡང་། ཚོག་ཙམ་དུ་ཐ་སྐད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། དངོས་པོ་རང་གི་ངོ་བོ་སྤང་བ་ཙམ་གྱི་སྤྱོད་ལུལ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། མགལ་མེ་ལ་འཁོར་ལོར་སྤང་བར་གྱུར་པའི་སློ་རྟོག་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཐ་སྐད་སྐྱེ་མ་ཉལ་བ་དང་། ཚོག་ཙམ་དུ་ཐ་སྐད་ཀྱིས་བཏགས་པར་གསུངས་པ་སོགས་དང་འགལ་ལོ། །

འདུས་བྱས་དང་མི་བསྐྱུ་བ་གཞི་མཐུན་འདོད་པ།

ཐ་སྐད་ཚད་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ།

- འོ་ན་དེ་ཉིད་ལས། རོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི། འབྱུང་བ་འདི་ཉིད་ས་ལ་སོགས་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་འབྱུང་བའི་རོ་བོ་ཉིད་དོ། ། ཞེས་དང་། གང་གི་ཕྱིར་བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བདེན་པ་གཉིས་བཀའ་སྦྱུལ་པ། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་ཚོས་རྣམས་གྱི་རོ་བོ་ཉིད་དང་། མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཡང་མཛད་ལ། དོན་དམ་པར་ནི་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཐ་སྐད་ཏུ་ཡུལ་སྤེང་ནས་རོ་བོ་གྲུབ་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སློས་བརྟག་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པར་འདོད་ན་གོང་གི་ལུང་རྣམས། རང་འགལ་ཁས་སྐྱབ་པའི་སྦྱོན་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་དེ་ཅུ་གྱི་ཐ་སྐད་ཏུ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཁས་སྐྱབས་ན། སློབ་དཔོན་རྒྱ་བས་ཀྱང་། ཐ་སྐད་ཏུ་རོ་བོས་གྲུབ་པར་ཁས་སྐྱབས་ཏེ། །དངོས་ཀུན་ཡང་དག་བརྒྱན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྙེད་རོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འདུས་བྱས་དང་མི་བསྐྱེ་བ་གཞི་མཐུན་འདོད་པ། ཐ་སྐད་ཚད་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ།

- དེས་ན་གནད་འདི་ཡོད་དེ། རང་རྒྱུད་པ་ནི། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལུན་འབྱེད་དང་། ཤར་བ་སྐོར་གསུམ་སོགས་ཡིན་པས། སློབ་དཔོན་དེ་རྣམས་ནི་ཐ་སྐད་ཀྱི་རྣམས་གཞག་མང་པོ་ཞིག་ལ་མདོ་སེམས་སོགས་དངོས་པོར་སྐྱ་བའི་འདྲེས་ཤོར་བ་མང་བས་ཐ་སྐད་ཚད་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ་དང་། དངོས་འགལ་གྱི་རིགས་པ། ཚད་མ་ལ་མདོན་རྗེས་གཉིས། རྣམ་བཅད་དང་། ཡོངས་གཙམ་དུ། ཚུལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག། གནས་ལྷགས་མཐར་ཐུག་རྗེས་དཔག་གིས་རྟོགས་པར་འདོད་པ་དང་། ཐ་སྐད་དུ་ཚོས་དང་གང་ཟག་སོགས་འཛོག་སྐབས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་ཙམ་གྱིས་མ་ཚོམས་པར་ཏྲ་ཅང་དབྱེད་དེ་འཛོག་པ་ཡིན་ལ། །དེ་ལ་ནི་སློབ་དཔོན་ལྷ་བས་བཞི་འབྲེལ་ལས། འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་མཐོང་བ་སྤངས་ནས་དོན་གཞན་ལ་བརྟེན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱང་ཐ་སྐད་འཛོག་སྐབས་འཇིག་རྟེན་འཕྲལ་གྱིས་འཇུག་རྒྱུ་མ་ཞུགས་པའི་སློ་སྟན་སྐྱེས་ལ་གང་སྤང་བ་རྒྱ་དེ་དང་འདི། འབྲས་བུ་དེ་དང་འདི་ཞེས་པ་འདི་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་འཛོག་རིགས་ཀྱི། གཞན་དུ་རིགས་པས་འཐད་པ་མང་བཅུག་ན། འཇིག་རྟེན་སློ་བཅུན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྤྱོད་པ། ཞེས་སོགས་ཅི་ཙམ་སྐྱས་ཀྱང་ཚོག་ཙམ་དུ་ལྷན་ཤིང་། དངོས་པོར་སྐྱ་བ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པའི་ཉེན་ཚེའོ། །ལར་ནས་རང་རེ་རྣམས་སློབ་དཔོན་ལྷ་བའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་འཇིག་རྟེན་ན་ཅི་ལྟར་གྲགས་པ་ལྟར་ཁས་ལེན་པར་ཁས་འཆེ་བ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཐ་སྐད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་ཙམ་གྱིས་མ་ཚོམས་པར་རིགས་པའི་འཐད་པ་བཅུག་ནས་སྐྱ་བའི་ལྷགས་འདི་ལ། སློབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པས་ཤིང་རྟོག་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་ཤིང་གི་ཡལ་ག་ལྟ་མ་བཏང་ནས་སྤྱི་མ་མ་བཟུང་ན་གཡང་སར་སྤྱང་བ་དང་འདྲ་བར་བདེན་གཉིས་ལས་ཉམས་པའི་གཡང་སར་སྤྱང་བར་གསུངས་སོ། །

ཐ་སྐད་ཁས་ལེན་ཚུལ་གྱིས་དབུ་མ་པ་ལྟར་གྱུར་པ།

- ཐ་སྐད་ཁས་ལེན་ཚུལ་གྱིས་ལྟར་གྱུར་པ་ཡང་། རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། འདི་ལ་ནི་ཀུན་རྫོབ་གི་འདོད་པ་མི་མཐུན་པ་སྣ་ཡོད་དེ།
- ༡ འཇིག་རྟེན་གྲགས་སྡེ་བ་དང་།
- ༢ བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པ།
- ༣ མདོ་སྡེ་སྦྱོང་པའི་དང་།
- ༤ རྒྱ་མ་ལྷ་བུའི་དང་།
- ༥ རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་དབུ་མ་ཞེས་བྱ་བ་སྣ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས།

ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ་བཞིར་གྲངས་ངེས་པ་འཇིག་རྟེན་ སློབ་སྦྱོར་པ།

- ཚོགས་གསལ་ལས། དེ་ལྟར་ཚད་མ་བཞི་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་རྟོགས་པར་རྣམ་པར་འཇོག་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཇིག་རྟེན་སློབ་སྦྱོར་གྱིས་ཀུན་རྫོབ་སྦྱབ་བྱེད་ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ་དང་། དོན་དམ་སྦྱབ་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ་བཞི་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཚང་མང་གི་མེ་ལྷ་བྱ་མངོན་གྱུར་རྣམས་མངོན་སུམ་ཚད་མས་འགྲུབ། ལ་རྒྱབ་གྱི་མེ་ལྷ་བྱ་དུ་བ་སོགས་གཏན་ཚིགས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞལ་བྱ་སློག་གྱུར་རྣམས་རྗེས་དཔག་ཚད་མས་འགྲུབ། གཏན་ཚིགས་དང་མ་འབྲེལ་ཡང་དཔེ་དང་འབྲེལ་བ་བ་སྐྱང་གི་དཔེས་བ་མེན་ཡང་མོ་བ་དང་། བཞོ་བའི་བདག་ཅན་དུ་འགྲུབ་པ་དཔེ་ཉེར་འཇལ་བྱེད་གྱིས་ཚད་མས་འགྲུབ། ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱེད་པ་ལས་མངོན་མཐོ་འབྱུང་བ་ལྷ་བྱ་ཤིན་སློག་རྣམས་ལྷང་ཚད་མས་འགྲུབ་པ་སྟེ། མདོར་ན་འཇིག་རྟེན་ན་གསལ་པའི་ཚད་མ། ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ། གང་བརྗོད་གྲང་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་ཚད་མ་ཡིན་ལ། མཚན་ཉིད་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་འབྲལ་གྱིས་འབྲལ་རྒྱུའི་མ་བསྐྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོར་སྦྱེས་གང་ཞིག་ཐ་སྐད་བདེན་པ་འཇོག་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་ན་ཚོགས་སྐྱེ།

ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ་བཞིར་གྲངས་ངེས་པ་འཇིག་རྟེན་

སྒོ་བརྒྱན་པ།

- དབྱ་མ་པ་རང་གི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བའི་ཚེ་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སོགས་དང་ནི་སེམས་དེ་ལྟར། །གཟུང་བའི་རྣམ་པའི་སྒྲིང་ཡུལ་ཅན། །མ་དག་སྟོ་ཅན་ལ་ཡིན་གྱི། །ཞེས་དང་། དམན་པའམ་མཉམ་དང་བྱུང་པར་ཅན། །སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་སྐད་དབང་གིས། །གསུང་གི་ཡང་དག་དབང་གིས་མིན། །ཞེས་དང་། འཇུག་པར། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི། །འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་བས་འཕགས་གཞན་གྱིས། །ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྐྱོན་པོ་ཚད་མར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས། མིག་དང་རྣ་བ་སྣ་ཡང་ཚད་མ་མིན། །ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་པའི་སྤྱིར་ཡུལ་བརྒྱན་པ་མཐོང་བ་དང་། ཡུལ་ཅན་ཚད་མ་ཡིན་པ་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དོན་དམ་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མཉམ་

- ཐལ་འགྱུར་བ་རང་གི་ལྷན་ཁུངས་ཀྱི་ཚད་མ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། ཡང་དག་ཤེས་པའམ་ཡང་དག་མཐོང་བ་ཡིན་དགོས་ལ། མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས། ཡང་ན་གཉིས་སྣང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་དོན་དམ་བདེན་པ་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གང་འཛོག་ཀྱང་འཐད་པ་འདྲ་སྟེ། དེ་ལོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་མ་མཐོང་ལ། ཚད་མ་ཡིན་མིན་དུ་བཞག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཇུག་པར། རྣམ་ཀུན་འཇིག་རྟེན་ཚད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར།། ཞེས་པའི་འགྲེལ་པའི་ཐད་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཞེས་དང་། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི།། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐད་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་མཐོང་བ་ཚད་མ་ཡིན་ན། འཕགས་པའི་ལམ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་མི་འདོད་པའི་ཐལ་བ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རང་རྒྱུད་པའི་བདེན་གཉིས།

- རང་རྒྱུད་པ་དག་ཀྱི་རྫོབ་ལ་བདེན་བརྒྱུན་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་ཚད་མ་ཡིན་མིན་གཉིས་དང་། ཡང་ལོག་གི་བྱུང་པར་རང་ལྷགས་སུ་འང་བཞེད་དེ་སློབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་སྣང་པོས། བདེན་གཉིས་ལས།
 - བརྟགས་པའི་དོན་གྱིས་དབེན་གྱུར་པ། །དངོས་ཚམ་བརྟེན་ནས་གང་སྐྱེས་པ། །
 - དེ་ནི་ཡང་དག་ཀྱི་རྫོབ་འདོད། །ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀྱི་བརྟགས་ཡིན།།
- ཞེས་པས་དབུ་མ་རང་ལྷགས་ཀྱི་ཡང་ལོག་དང་ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་བྱུང་པར་སྟོན་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྤང་དུ་འདྲ་ཡང་དོན་བྱེད་དག་འུས་པའི་ཕྱིར་དང་མི་རུས་ཕྱིར། །ཡང་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་པས། །ཀྱུན་རྫོབ་ཀྱིས་ནི་དབྱེ་བ་བྱས། །ཞེས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལ་སྟོན་པའི་ཡང་ལོག་གི་བྱུང་པར་སྟོན་པ་སློབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་སྲ་མའི་བརྟགས་པའི་དོན་གྱིས་དབེན་པ་དང་། དངོས་ཚམ་སྟེ་དོན་བྱེད་རུས་པ་དང་། བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་དང་། འགྲེལ་པར་མཐུན་པར་སྤང་བ་ཞེས་པའང་ཁ་བསྐང་བས་བྱུང་པར་བཞི་དང་ལྡན་པ་ནི་ཡང་དག་ཀྱི་རྫོབ་སྟེ། འདི་ནི་ཡང་དག་པ་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས་ཡང་དག་ཀྱི་རྫོབ་ཅེས་བཞེད་ཀྱི། འཇིག་རྟེན་ལ་སྟོན་ནས་བདེན་པར་སྤང་བ་ནི་འདིའི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་རྒྱུན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས། ཡང་དག་ཀྱི་རྫོབ་རྣམས་ཀྱི་སྐས། །མེད་པར་ཡང་དག་ཁང་ཆེན་གྱི། །སྣང་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་ནི། །མཁས་ལ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

ཐལ་འགྱུར་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ་ཡང་ལོག་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱ

མཚན།

- འཇུག་པར། གཞོན་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དྲུག་རྣམས་ཀྱིས། །གཟུང་བ་གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་ཏེ། །འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་སྟག་མ་ནི། །འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པ་རྣམ་པར་གཞལ། །གསུངས་པ་སྟར་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ་ཡང་ལོག་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལ་སྟོས་ནས་བདེན་བརྒྱན་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཡུལ་ལ་ཡང་ལོག་སྐྱེ་བ་སྟར་ཡུལ་ཅན་ལའང་སྐྱེ་དགོས་ཏེ། ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་དངོས་པོར་གྲུབ་པས་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལོག་པ་མ་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་སྟར་ན་བདེན་འཇིག་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། ལོག་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་དངོས་པོར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡང་ལོག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་འཇིག་སོགས་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་ལའང་སྟོ་སྐྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དོན་དམ་སྟ་བ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- གཉེས་ཀའི་ཀྱང་དབྱ་མའི་དོན་ནི། ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་། གཉེས་ཡིན་གཉེས་མིན་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་འདོད་པས། ཐོག་མར་ཐལ་རང་གི་གཏན་ཚིགས་རྣམས་ཀྱིས། སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ཞེན་ཡུལ་སྤང་བ་བདེན་པར་གྱུབ་པའི་དགག་བྱ་རགས་པ་རྣམས་བཀག་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་བདེན་པར་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་བྱི་མ་གསུམ་ཡང་བཀག་ནས་མཐར་འཇོག་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ་དབྱ་མའི་སྟ་བ་རྟོགས་པའི་ཐ་སྟོང་འདོགས་པར་མཐུན་པའི་བྱིར་རོ། །

དོན་དམ་སྟ་བ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་ལེགས་འབྱེད་ཀྱི་དབུ་མ་སྒྲིང་པོར། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་སྐྱེ་འདི། །སློབ་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བ་
ཡིན། །ཤ་ཡི་མིག་གིས་དེ་བཟུ་མིན། །སྟ་ཡི་མིག་གིས་བཟུ་མ་ཡིན། །རྟོག་བཅས་རྣམ་རྟོག་མེད་པ་ཡི། །ཤེས་པས་ཀྱང་
འི་མཐོང་བར་དཀའ། །མཐོ་རིས་སྡིག་ཅན་ཡུལ་མིན་དང་། །རྟོན་མོངས་མེད་པ་དེ་བཅས་མིན། །ཉི་མ་དམུས་ལོང་
ཡུལ་མིན་སྟར། །དེ་ཡང་རྟོག་གཏི་སློང་ཡུལ་མིན། །ཡོད་མིན་མེད་མིན་ཡོད་མེད་མིན། །དེ་ལས་གཞན་མིན་གཞན་
མ་ཡིན། །ཞེས། མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་ཞིང་སློབ་པ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་
འཚོས་དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་ཅེས། །ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ལ་ནན་ཏན་ལྡན་
བས་ཀྱང་། །ཅིར་ཡང་ལྷན་ཀ་བྱ་མི་རུས། །ཞེས་དང་། ཡང་དག་ཏུ་ན་སློབ་པ་ཡི། །ཚོགས་རྣམས་ཀུན་ལས་དེ་གྲོལ་
ཡིན། །སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་བྱིར། །སྐྱེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྲིད། །ཅས་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་སློབ་པ་གཙོད་པའི་རིགས་ངོར་
སྐྱེ་སོགས་དང་སྐྱེ་མེད་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པའི་བྱིར་དང་།

དོན་དམ་ལྟ་བུ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- ཀུ་མ་ལ་གྲེལ་ལས་དབྱུ་མ་སྣང་བ་ལས། དོན་དམ་པ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་སློབ་པའི་དྲུ་བ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་རྟོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་སློབ་བར་མཛད་པ་ཡིན་ཅོ། ཞེས་དང་། དཀོན་བཅེགས་ཀྱི་མདོ་དྲངས་པ་ལས། འོད་སྤངས་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཅིག་གོ། འོད་སྤངས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཉིས་པའོ། ཞེས་སོགས་དང་། ཡང་གང་ཟག་ཏུ་ལྟ་བུ་རི་རབ་ཙམ་ནི་སྒྲིལ། ཡོད་པ་ཉིད་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཅོ། ཞེས་པའི་མདོ་དེ་ཉིད་ཁྱུངས་སུ་དྲངས་ནས་ཡོད་འཛིན་མེད་འཛིན་ཐམས་ཅད་བཤེག་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་།

དོན་དམ་ལྟ་བུ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- ཡེ་ཤེས་སྣང་པོ་ཀུན་ལས་བདུས་པའི་བཤད་སྐྱུར་ལས། འདིར་དབུ་མ་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་རྣམ་པར་གཞག་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷང་བ་མི་འཇལ་བ་ནི་སློབ་དཔོན་རྟ་བུ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྷང་བའི་དངོས་པོ་ཇི་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་གྱི་ནང་གི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ལྷ་ཚོགས་སུ་ལྷང་བར་སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོ་ལ་སོགས་པའོ།། གསུངས་པས་ཀྱང་། དབུ་མའི་དབྱེ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་གྱིས་སློ་ནས་བཞག་པར་གསུངས་པ་དང་། ལར་ནས་འདི་གཉིས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་བྱུང་པར་འདོད་ན་ནི་གང་རུང་ཞིག་དབུ་མ་མ་ཡིན་དགོས་ཏེ། དབུ་མ་ནི་གནས་ཚུལ་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཉིས་མི་སྲིད་དོ།། །འདོད་མི་ལུས་ཏེ། རང་སྡེ་བཞི་ནི་གྲུབ་མཐའི་སློ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ལྟ་བུ་མི་སྲིད་པའི་སྐྱིར་རོ།།

དོན་དམ་ལྷ་བ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- གཞན་ཡང་མཐའ་བཀག་པའི་རིགས་པས་ཀྱང་ཐལ་རང་གཉེས་མཐར་ལྷ་བ་གཅིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། །དེ་ཡང་རང་བྱུང་པས་བྱེ་མདོ་ལྷར་རྩལ་བདེན་གྱུ་བ་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན། སེམས་ཚམ་པ་ལྷར་གཉེས་པ་བདེན་པར་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན། ཉན་རང་ལྷར་མཐའ་དང་པོ་བཀག་པའི་སྣང་ཉིད་མེད་དགག་ཏུ་བརྒྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན། གཞན་སྣང་སྣེ་བ་ལྷར་ཚོས་དབྱིངས་བདེན་གྱུ་བ་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེ་ལས་འཇོན་སྣངས་གཞན་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་ན། མཐའ་བཞི་སྣོས་བྲལ་གྱི་ལྷ་བ་ཁས་ལེན་པ་ལས་འོས་མེད་དོ། །

དོན་དམ་ལྷ་བལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད།

- འོན་ཀྱང་ཐལ་གྱུར་གྱི་རིགས་པས་འཕུལ་ན་གནས་ལུགས་ལ་དཔྱོད་པའི་ཚེ་ཚས་ཅན་ཚད་གྲུབ་དུ་འདོད་པ་སོགས་དངོས་དོར་སྐྱབ་པའི་འདྲིས་ཤོར་བ་མང་བས་དབུ་མར་མི་འགྱུར་ཞེས་པ་ཡོད་ཀྱི། རང་དོས་ནས་ཁས་ལྗངས་པའི་ལྷ་བ་ནི། མཐའ་བལ་ཡིན་པ་གོང་དུ་རྒྱ་ཆེར་བཤད་ཟིན་པས་འདི་གཉིས་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགོས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྣང་ངོ་། །དོན་འདི་ལ་དགོངས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་གོ་བོས་ཀྱང་། འཇུག་པ་དཀའ་འགྲེལ་ལས། ཚུལ་འདི་འཕགས་ལུལ་གྲུབ་པའི་མཚོག་རྣམས་དང་། །གངས་ཅན་འདིར་བྱོན་མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེས་རྣམས། །སྟོན་ཚུལ་ཚོག་གི་བྱུང་པར་མ་གཏོགས་པར། །དྲོགས་ཚུལ་ལྷ་བའི་ཆ་ལ་བྱུང་པར་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ།།

རྒྱལ་བྱེད་གྱི་རིགས་པའི་བྱུང་པར།

རང་རྒྱུད་པ།

- རང་རྒྱུད་པས་ཚོས་ཅན་ས་སྐྱུག་ལྟ་བུ་གང་རུང་ཞིག་གོལ་བ་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་སྣང་དུ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་སྣང་དུ་
དོན་དམ་པར་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་དེ། ཞེས་དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱི་བྱུང་པར་སྦྱོར་བའི་རང་རྒྱུད་གྱི་དམ་
བཅའ་ལ། དེའི་རྒྱལ་བྱེད་གཏན་ཚིགས་རྣམས་ཀྱང་གོལ་བ་དང་། ཕྱིར་གོལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་མཐུན་སྣང་དུ་གྲུབ་
པའི་ཚུལ་གསུམ་རང་རྒྱུད་ལ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས་སུ་འདོད་དེ། སློབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་སྣང་པོས། བདེན་གཉིས་
རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། གོལ་བ་གཉིས་ཀའི་ཤེས་པ་ལ། །ཇི་ཅིམ་སྣང་བའི་ཆ་ཡོད་པ། །དེ་ཅིམ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
འོ། །ཚོས་ཅན་ཚོས་ལ་སོགས་པར་རྟོག་ །དེ་ཚེ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་འབྱུང་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱབ་བྱེད་གྱི་རིགས་པའི་བྱུང་པར།

ཐལ་འགྱུར་པ།

- བ་རོལ་པོས་བདེན་འཛིན་ལྷགས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་དེ། ཞེས་སོགས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་དམ་བཅའ་བྱས་ནས། དེ་དག་གི་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་། སྐྱེ་བ་བྱུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དེ་ཞེས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་སྟེ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་མི་དགོས་པར་འདོད་ཅིང་། ཚོས་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱུང་གཞི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་དུ་བྱུང་པར་གྱི་ཚོས་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དམ་འཆའ་བ་མ་ཡིན་གྱི། བ་རོལ་པོའི་ལོག་རྟོག་བསྐྱོག་པའི་དམ་བཅའ་ཅམ་ཡིན་པས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་དམ་བཅའ་འདོད་དོ། །

རྒྱལ་བྱེད་གྱི་རིགས་པའི་ཁྱད་པར།

ཐལ་འགྱུར་པ།

- ཀུན་མཁྱེན་གོ་བོ་རབ་འབྱམས་པས་ཀྱང་། གནས་ལུགས་དཔྱོད་ཚེ་དབྱེད་བྱའི་ཚོས་ཅན་ནི། །སྤང་དང་མི་སྤང་འདོད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས། །ཐལ་རང་གཉིས་གྱི་ཁྱད་པར་བྱུང་བ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཐལ་འགྱུར་བས་ཐ་སྦྱོར་དུ་ཡང་རང་རྒྱུད་ཁས་མི་ལེན་པར་འདོད་ན་ནི། །སྤོར་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་བྱིར་མི་སྡོག་པའི་རྟགས་གསུངས་པ་དང་། །འབྲུག་པར། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་དུས་ན་སྤོང་བ་ཉིད་ཐོས་ནས། །སོགས་དང་། །རང་ག་སྤེར་ལའང་གུས་པར་བྱས་པ་ཡི། །སྤང་དུ་མི་རྩང་དཔོག་པའི་རྒྱར་ཡང་འགྱུར། །ཞེས་རང་རྒྱུད་གྱི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་གནས་ལུགས་སྟོན་པ་ལ་རང་རྒྱུད་གྱི་གཏན་ཚིགས་དགོས་པ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་དང་། །དེ་ཁས་མི་ལེན་པ་ཐལ་འགྱུར་ཁོ་ནས་སྤོང་ཉིད་རྒྱལ་བ་ནི་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །

ཐལ་འགྱུར་དང་། རང་རྒྱུད་ཀྱི་གོ་དོན།

- མཐར་ཐུག་ཁས་ལེན་པའི་ལྷ་བ་མཐའ་བྲལ་ཡིན་པ་ལ་གཉིས་ཀར་བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་ལྷ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་ཚོས་ཅན་དང་། དམ་བཅའ་གཏན་ཚིགས་རྣམས་ཕ་རོལ་པོ་མ་བཟད། རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཡང་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་པས་རང་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་ལ། ཐལ་འགྱུར་པས་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་དཔྱོད་པའི་ཚེ་ཚོས་ཅན་སོགས་ཚད་མས་གྲུབ་ན་བདེན་གྲུབ་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཕ་རོལ་པོར་ཁས་སྐྱོང་འགལ་བ་སྒྲིན་པའི་ཐལ་འགྱུར་རྒྱུད་པས་ལོག་རྟོག་སྒྲོག་པ་ཅམ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཚིག་གསལ་ལས། དབྱ་མའི་ལྷ་བ་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ་ཡང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་ངག་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཚེས་ཤིན་དུ་ཉེས་པ་དུ་མའི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སུ་རྟོགས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐལ་འགྱུར་དང་། རང་རྒྱུད་ཀྱི་གོ་དོན།

- མདོར་ན་ཀུན་མཁྱེན་གོ་བོ་ལོ་རབ་འབྱམས་པས། དཀའ་འགྲེལ་ལས། འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་མཐའ་བཞིའི་སྤྱི་བ་
བཀག་པའི་དམ་བཅའ་གསུངས་པ། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་རིགས་པས་བསྐྱེད། ལེགས་ལྡན་བྱེད་
ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཐལ་རང་གཉིས་སུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། དོན་དམ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་
རིགས་པའི་བྱེད་པར་ལ། ཚོས་ཅན་དང་། ཚོས་དང་། དམ་བཅའ་དང་། གཏན་ཚིགས་དང་། དཔེ་དང་། ལྗོངས་
ངག་གི་བྱེད་པར་དྲུག་གིས་སྒོ་ནས་བཞག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་དོན་ཡི་གེ་མང་དུ་དོགས་པས་མ་བྲིས་ཞིང་
ངག་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

མཐའ་བྲལ་ངོས་བབྱུང་བ།

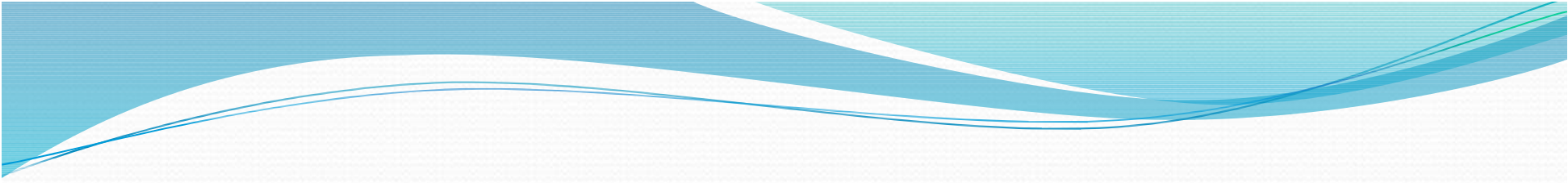
- འོན་ཏེ་དམ་པའི་བདེན་པ་རང་གི་ངོ་བོ་མཚན་ཉིད་དང་མཚན་གཞི་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་བསྟན་མི་རུས་ཤིང་། ཚིག་གིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། ལྷོས་ཡུལ་དུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འགྲེལ་བཤད་ཚིག་གསལ་ལས་གང་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཡང་མེད་ན་ཡེ་གོ་རྣམས་སྣོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་དང་། དེ་ལྟར་མ་ཚིག་གསལ་ལས། བརྗོད་པར་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་དེ་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་ཞེས་སོགས་ནས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བསྟན་ཏོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མེད་ཅེ་ན། སེམས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་ཕྱོག་པས་སོ། །ཞེས་སོགས་དང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བསྟོན་པ་དཔལ་ལྡན་ལྟེ་འཛིན་གྱི་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལས། གནས་སྐབས་དེ་ན་ནི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཚིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་སོགས་སྣོས་ཡུལ་དུ་བྱུང་མི་རུས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་ཀྱང་ཐལ་རང་གི་ལྷ་བ་ལ་བྱུང་པར་མེད་པར་གྲུབ་པོ། །

སྒོ་བའི་ལྷན་ཁག་གི་སྒྲིག་འཇུག་ལ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ།

- དེ་ཡང་དབྱུགས་ལྷན་ཁག་གི་སྒྲིག་འཇུག་གི་གཞུང་གི་མདུན་ལ་བསྐྱུག་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྒྲིག་པ་
སྐྱེ་བ་ལྷན་ཁག་ལྷན་སྒྲིག་ཉིད་ལ་བཀའ་ཚན་བཞག་པ་དཔེར་ན། འཇུག་པར། སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་དུས་ལ་སྒྲིག་པ་ཉིད་
ཐོས་ནས། ཞེས་སོགས་དང་། རིན་སྒྲིབ་ལས། ཟབ་མོ་ལྷན་ཁག་ཅན་འཛིགས་པ། ཞེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སང་པ་
ལྷན་ཁག་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི། ལྷན་ཁག་གི་དངོས་པོར་སྐྱེ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་བཞག་པ་ལྷན་ཁག་ཏེ། ཐལ་འགྱུར་
དང་། རང་རྒྱུད་གྱི་གཏན་ཚིགས་ལྷན་ཁག་གིས་ལོག་རྟོག་བཀག་པ་ན་རང་རང་གི་གྲུབ་མཐའ་འཇུག་པ་ལྷན་ཁག་དོར་
ནས་གནས་ལུགས་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཅོ། །གསུམ་པ་ནི། དལ་འགྱུར་རྗེས་དཀའ་བ་སོགས་སྐོ་རིམ་གྱིས་སྐྱུང་ནས་
མཐའ་གནས་ལུགས་སྒྲིག་པའོ། །

མཐའ་མའི་སློག་གཉིས་ཀྱིས་དགོ་ཅུ་བསྐྱོ་བ་དང་། རྗོངས་པ་བཤམས་པ་བཅས་ཀྱིས་མཇུག་བསྟུ་བ།

- དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དགེས་པའི་ལམ།
- ལྷ་སྐྱབ་ལུགས་བཟང་བསྟན་པ་ལས་བྱུང་བའི།
- བསོད་ནམས་སྟོན་ཀའི་རྣམ་པ་ཚེས་པ་ཡིས།
- མཐའ་བྲལ་བྱུང་བསྟན་པ་ད་ཚེས་རབ་རྒྱས་ཤོག །
- ཟབ་དོན་བྱིས་སློའི་སྦྱོད་ཡུལ་མ་གྱུར་པའི།
- གལ་ཏེ་འདི་ལ་རྗོངས་པའི་ཚོགས་མཆིས་ན།
- ལྷོགས་བཅུ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་དང་།
- བསྟན་སྐྱུང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོར་བཞོད་པ་གསོལ།

- 
- རེ་ཞིག་རྫོགས་སོ།།
 - ཐུགས་རྗེ་ཅེ།



Name: Geshe Tenzin Norbu
Subject : Moolshastra

• བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།

• རྒྱལ་མ་དུས་དང་པོའི་རྒྱ་གཞུང་སློབ་ཚན།

• ཤེར་བྱིན་སྐབས་དང་པོ་གདམས་ངག་མན་
ཚད་ཆ་ཚང་།

• Geshe Tenzin Norbu

- སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་གདམས་ངག་བཤད་པའི་དགོས་པ།
- སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་པ་སྣ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་སེམས་བཟང་པོ་བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོགས་པར་སྐྱབ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་ལ། དེར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གདམས་ངག་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་འཇུག་དགོས་པས་ཡིན།

• སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་སྐྱོང་ཚུལ་གྱི་བརྒྱུད་པ་གཉིས།

- ༡ རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་དང་ཞི་བ་ལྷ་ནས་བརྒྱུད་པའི་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་དང་།
- ༢ རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་དང་འཕགས་པ་ཐོག་མེད་ནས་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན།

• བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ལུངས་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས།

• ༡ ལྷོན་པས་ལྷོན་དཔྱལ་བའི་ཤིང་རྩ་འདྲེན་པའི་ལོ་རྒྱུས།

• ༢ འཇོམ་བའི་བྱ་མའི་གཏམ་རྒྱུད།

• འདི་ལ། ཤིང་བཙོངས་ནས་ཀ་ཤ་པ་ནི་བཞི།

• འབྲུ་བཙོངས་ནས་བརྒྱད།

• ལོས་བཙོངས་ནས་བཅུ་དྲུག།

• རིན་པོ་ཆེ་བཙོངས་ནས་སོ་གཉིས།

• བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་པའི་ཕན་བརྒྱབས་དང་བརྟུན་པ་གཉིས་
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཚུལ།

• ༡ ཇོ་བོ་ཆེན་པོའི་སློམ་གཙོ་བོ་གསུམ་སྟེ། གསེར་སྦྱིང་པ། རྣམ་རལ་གྱི་ཏ།
བྱམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་གསུམ་ལས་རྣམ་རལ་གྱི་ཏས་ནད་པར་རང་གི་ལྷས་
ཤ་བཅད་དེ་བྱིན་པའི་ལོ་རྒྱུས།

- ཨ་དགོ་བཤེས་ཚད་ཀ་བས་གཏོང་ལེན་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱིས་མཛོ་ནད་དྲག་
པའི་ལོ་རྒྱུས།
- རིན་ཚེན་སྤོང་བ་ལས། བདག་ལ་དེ་དག་སྤྲིག་སྤྲིན་ཞིང་། །བདག་བདེ་མ་ལྷས་དེར་
སྤྲིན་ཤོག །ཅིས་བྱ་བ་དང་།
- ལྷོད་འཇུག་ལས། །འགོ་བའི་སྤྲིག་བསྐྱེད་གང་ཅི་ཡང་རུང་། །དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྤྲིན་
ལྷུང་ཅིག །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་བ་ཡིས། །འགོ་བ་བདེ་ལ་ལྷོད་པར་ཤོག །ཅིས་
དང་།
- ལྷོད་འཇུག་ལས། བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྲིག་བསྐྱེད་དག །ཡང་དག་བརྗེ་བར་མ་བྱས་
ན། །སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འགྲུབ་ཅིང་། །འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །ཅིས་
གསུངས།
- རོ་བོ་རྗེས་སླ་མ་གསེར་སྤོང་བ་ལས་བདག་གཞན་མཉམ་རྗེ་ལྷས་ནས་བརྒྱུད་པ་གཉིས་གཅིག་དུ་
བསྐྱེད་བ་ཡིན་ནོ།

● མན་ངག་གཉིས་པོའི་ནང་གསེས་རིམ་པ།

● དང་པོ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་ལ། ༡ བདག་གཞན་མཉམ་པ། ༢ རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཉེས་དམིགས། ༣ གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན། ༤ བདག་གཞན་བཞེས་བའི་བསམ་པ་དངོས་ལས་གཏོང་ལེན།

● གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་བདུན་ལ། ༡ མར་ཤེས། ༢ དྲིན་དྲན། ༣ དྲིན་གཞོ། ༤ ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ། ༥ ལྷིང་རྗེ། ༦ ལྷག་བསམ། ༧ བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས།

• **ཐེག་ཆེན་གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་འཛོག་ཚུལ།**

- **བཀའ་བརྒྱུད།** ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་སྟོང་མཐུན་ལས། གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཐབས་དང་བཅས་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པར་སྟོན་པར་བྱེད་པ།
- **དགོ་ལྷགས།** རྒྱལ་ཚབ་རྗེའི་དོན་བདུན་ཅུ་ལས། ཐེག་ཆེན་གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་ནི། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆེད་དུ་གཉེར་བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མ་ཞོར་བར་འདོམས་པའི་རྗེས་བྱེད་དོ།
- དབྱེ་བ་ནི། བསྐྱབ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་འདོམས་པ་སོགས་བཅུ་ལྔ། །ས་མཚམས་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོགས་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་ལ་ནས་ཀྱང་ཡོད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་དོ།

- ས་རྒྱ། གུན་མཁྱེན་གོ་རམ་པའི་སྤྲུལ་དོན་རབ་གསལ་ལས། སྐབས་འདིར་
 བསྟན་གྱི་གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་ནི། གདུལ་བྱ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་
 བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ལ་རྣམ་མཁྱེན་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡུལ་བཅུ་པོ་གང་
 རུང་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ཚིག་ དབྱེ་ན་
 བཅུ།

- རྗེ་མ། མཁའ་པོ་ཐུབ་བསྟན་བཙུན་འགྲུས་གྱི་དོན་བདུན་ཅུ་ལས། ཐེག་
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆེད་དུ་གཉེར་བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མ་ཞོར་བ་འདོམས་
 པའི་རྗེས་བྱེད། གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་ན། ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་སྐྱབ་
 པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་འདོམས་པ་ནས་མཐོང་སྒོམ་གྱི་ལམ་ལ་འདོམས་པ་སྟེ་
 བཅུ་ཡོད། ས་མཚན་ཉིད་ལ་ཐེག་ཆེན་ཚིགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཡན་
 ཆད་ནས་དང་། རྗེས་མཐུན་པ་ལམ་མ་ཟུར་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བར་
 ཡོད།

● གདམས་ངག་གི་དབྱེ་བའམ་གདམས་དོན་བརྒྱ་མེད།

- རྒྱལ་པའི་རྟེན་ལ། ༣ དགོན་ཚོག་གསུམ།
- བརྟེན་པ་རྒྱལ་པ་ལས་བྱུང་གཞིའི་ངོ་བོའམ་རྣམ་པ་ལ། ༡ བདེན་པ་གཉིས།
- བརྟེན་པ་རྒྱལ་པ་ལས་བྱུང་གཞིའི་དམིགས་པ་ལ། ༢ བདེན་པ་བཞི།
- བརྟེན་པ་རྒྱལ་པའི་བྱུང་ཚོས་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སེལ་བ་དང་། ཡོན་ཏན་རྒྱལ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལའང་མངོན་གྱུར་སེལ་བ་དང་། ས་བོན་སེལ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་རྒྱལ་པ་བརྟེན་པའི་རྒྱུ་ལ། ༤ མ་ཞེན་པའི་བརྩོན་འགྲུས།
- རྒྱལ་པ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་ལ། ༥ ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བའི་བརྩོན་འགྲུས།

- ལྟོན་པ་མི་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ལ། ༦ ལམ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བཙུན་འགྲུས།
- གཉིས་པ་ས་བོན་སེལ་བ་ལ་ཀུན་བརྟགས་སེལ་བ་ལ། ༧ མཐོང་ལམ། ལྟན་
སྐྱེས་སེལ་བ་ལ། ༡༠ ལྟོན་ལམ།
- བརྟན་པ་སྐྱབ་པའི་བྱང་ཚལ་གྱི་གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པ་ལས་རང་དབང་
དུ་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ལ། ༧ ལྟན་ལ། ལྟོན་པ་སྐྱབ་དུ་འཇུགས་པའི་རྒྱུ་ལ། ༨ མངོན་
ཤེས་དུག་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་བཅས་བཅུ།

•གདམས་ངག་ཉན་པའི་རྟེན་གྱི་སྐོར།

•སྦྱིར་སངས་རྒྱས་དངོས་ལས་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པའི་རྟེན་ལ་ལམ་
མ་ལྷགས་ཀྱི་གང་ཟག་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚོགས་
ལམ་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་དེ།

• མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས།

•བསམ་གཏན་ལས་འཕྲོ་མདོན་པར་གྲེས། །

•མདོན་པར་བསྐྱབ་པའི་སྒོ་ནས་ཏེ། །

•སངས་རྒྱས་དཔག་དུ་མེད་པ་ལ། །

•མཚོད་པའི་སྦྱིར་དང་མཉན་པའི་སྦྱིར། །

•འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་རྣམས་སུ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྦྱིར།

- བྱུང་པར་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ནས་སངས་རྒྱས་དངོས་ལ་
ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་མཉམ་པ་ཡོད་དེ། ཚོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་
དགོས་པའི་ཕྱིར།
- འོན་ཀྱང་མཉམ་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མེད་པ་དང་།
- ཚོག་གསལ་ལས། བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ནི་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་མེད་དེ་རང་
བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་རུས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྒྱན་མཐའི་
བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའང་དེ་ལྟར་མི་རུང་ངོ་།།

- **གདམས་ངག་ཉན་པའི་རྒྱལ།** ཚོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ཏེ་
མཚོག་གི་སྐལ་སྐུ་ལ་ཐེག་གྱི་གདམས་ངག་དངོས་སུ་ཉན་ཐུབ།
- **ཚོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ཡོད་དེ།** ལམ་འོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་
སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་། དེ་ལས་ཚོས་ཐོས་པའི་སྦྱིབ་བྱེད་
རགས་པ་ཕལ་ཆེར་སྐྱངས་ནས། མཚོག་གི་སྐལ་སྐུ་ལ་གདམས་ངག་དངོས་སུ་
ཉན་པའི་རྣམས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་སྦྱིས་པའི་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ངེ་
འཛིན་ཞིག་ལ་འཛོག་པའི་ཕྱིར།
- **ཚོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་པའི་སྐད་དོན་ཡོད་དེ།** ཚོས་གསུང་རབ་
གྱི་ཚོག་དོན་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཛིན་རྣམས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡིན་པས་དེ་
སྐད་བཟོད།

- **ཡུལ་གང་ལ་ཉན་པ་ནི།** ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་སྟོན་པ་པོའི་ལམ་མ་
 བྱུགས་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡོད་ལ། ལམ་བྱུགས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་
 ཐེག་ཆེན་ཚོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་དོ།
- **ཐེག་ཆེན་གདམས་ངག་གི་ངོ་བོ་ཡོད་དེ།** དག་ལྡན་ལས། ཁོང་དུ་ཚུད་
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཟོད་པ་ནི་གདམས་ངག་སྟེ། ཅེས་དང་།
- དོན་བསྐྱུས་སྟོན་མེ་ལས། གདམས་ངག་རྣམ་པ་བཅུ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པོ་ངག་གི་
 འཁོར་ལོ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།

- **ཐེག་ཆེན་གདམས་ངག་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ།** ཉི་ལྗང་ལས། ཐོབ་ཟེན་པའི་
ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་སྐྱོད་བའི་དོན་གྱིས་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པ་ནི་གདམས་
པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་དུ་མ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་
གདམས་པ་ནི་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོབ་ཟེན་གྱི་
ཡོན་ཏན་མི་ཉམས་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་
འདོམས་པའི་གདམས་ངག་དང་། ཡོན་ཏན་ལྡར་མ་ཐོབ་པ་གསར་དུ་ཐོབ་
པའི་ཕྱིར་དུ་འདོམས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་**རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་གདམས་ངག་**
གཉིས་སོ། །

• གསུང་རབ་ལས་བདེན་པ་གཉིས་གསུང་ཚུལ་དང་གྲངས་ངེས་ཚུལ།

• ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་
དམ་པ་གཉིས་ཐུགས་སུ་ཚུད་དེ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་
པའི་བདེན་པ་འདྲིའུ་བའི་ཚད་དེ། དེ་ཡང་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྣོང་པ་ཉིད་རབ་
ཏུ་གཟིགས། རབ་ཏུ་མཐུན། ལེགས་པར་མདོན་ཏུ་བྱས་པས། དེའི་ཕྱིར་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་བྱ། ཞེས་དང་།

• རྩ་ཤེས་ལས། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་བསྟན་པ། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་
དག་བརྟེན། །ཞེས་དང་།

• **སྒྲོན་འཇུག་ལས།** གུན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་སྟེ། །འདི་ནི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་
འདོད། །ཅིས་གསུངས།

• **འཕགས་པ་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མདོ་ལས།**
འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པས་གཞན་ལ་མ་གསན་པར། །བདེན་པ་འདི་གཉིས་ཉིད་
གྱིས་འདོམས་པར་མཛད། །གང་ཞིག་གུན་རྫོབ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་
པ་གསུམ་པ་ནམ་ཡང་མ་མཆིས་སོ།།

● **དབུ་མ་སྒྲུང་བ་ལས།** བན་ཚུན་སྒྲུངས་ཏེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཚས་
དག་ནི་ཅིག་ཤོས་དགག་པ་གཞན་སྐྱབ་པ་མེད་ན་མེད་པའི་བྱིར། གཉིས་ཀ་མ་
ཡིན་པའི་ཕྱོགས་སུ་རྟོགས་པ་ཡང་རིགས་པ་མིན་ལོ། །ཞེས་དང་། གང་ཞིག་
ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་གང་རྣམ་པར་བཅད་པ་མེད་ན་མེད་པ་དེ་གཉིས་ནི་ཕན་
ཚུན་སྒྲུངས་ཏེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལོ། །གང་དག་ཕན་ཚུན་སྒྲུངས་ཏེ་
གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པར་བྱེད་
པ་དག་ཡིན་ལོ། །གང་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་
སྤང་པོ་གཞན་སེལ་བར་བྱེད་པ་དག་ཡིན་ལོ། །དཔེར་ན་ལྷུས་ཅན་དང་ལྷུས་
ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལྟ་བུ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

• བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་འཛོག་ཚུལ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་བཤད་པ།

• བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་ལྷགས།

• འདུས་བྱས་ཁོ་ནའི་སྟངས་ནས་བདེན་གཉིས་འཛོག་ལ་དེའི་ཚུལ་ནི།

• **མཛོད་ལས།** གང་ལ་བཅོམ་དང་སློ་ཡིས་གཞན། །བསལ་ན་དེ་སློ་མི་འཇུག་
པ། །བྱམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་དུ། །ཡོད་དེ་དོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཉིད་བཅོམ་པའམ་ཞིག་པ་ན་རང་འཛོན་གྱི་སློ་མི་འཇུག་
པའི་ཚོས་དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།

• དཔེར་ན། བྱམ་པ་ལྟ་བུ་དབྱིབས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དང་། བྱམ་ཚུ་ལྟ་བུ་ཚོགས་
པའི་ཀུན་རྫོབ་སོགས་ཡོད།

- རང་ཉིད་བཅོམ་པ་དང་སྒོས་ཚོས་གཞན་བསལ་གྲང་རང་འཛིན་གྱི་སྒོ་མི་
འདོར་བའི་ཚོས་དེ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རྩལ་ཕྱན་
དང་ཤེས་པ་ཆ་མེད། བུམ་པའི་སྤྲིང་གི་མི་རྟག་པ། སྒོན་པོ་དང་། གཞུགས་ལྟ་བུ།
- གུན་རྫོབ་བདེན་པ། གུན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་པ། གུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ། བཏགས་པར་
ཡོད་པ་རྣམས་དོན་གཅིག
- དོན་དམ་བདེན་པ། དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ། དོན་དམ་པར་ཡོད་པ། རྫས་སྲུ་
ཡོད་པ་རྣམས་དོན་གཅིག

•མདོ་ཐོ་པའི་ལྷགས།

- རྣམ་འགྲེལ་ལས། འོན་དམ་འོན་བྱེད་རྣམ་པ་གང་། །དེ་འདིར་འོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་བཤད། །ཅིས་གསུངས་པ་སྟར།
- འོན་དམ་པར་འོན་བྱེད་མི་རྣམ་པའི་ཚོས། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་རྣམ་མཁའ་སྟ་བུ།
- ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ། ཏྲག་པ། སྤྱི་མཚན་རྣམས་འོན་གཅིག།
- འོན་དམ་པར་འོན་བྱེད་རྣམ་པའི་ཚོས། འོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། བྱམ་པ་སྟ་བུ།
- འོན་དམ་བདེན་པ། རང་མཚན། དངོས་པོ་རྣམས་འོན་གཅིག།

● སེམས་ཅོམ་པའི་ལྷགས།

- རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་ཚོས། གྲུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རུམ་པ་ལྷ་བྱ།
- གྲུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན། གཞན་དབང་དང་གྲུན་བཏགས་གཉིས།
- གྲུན་རྫོབ་བདེན་པ། ཐ་སྙད་བདེན་པ། རླུན་པ་དང་། བསྐྱ་བའི་ཚོས། རྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མཐུན་པའི་ཚོས་རྣམས་དོན་གཅིག།
- རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་གྲུབ་པའི་ཚོས། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རུམ་པ་སྤྱི་ལོ་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ལྷ་བྱ།
- དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན། སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དང་ཉི་ཤུ་ཡོད། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་ཡོངས་གྲུབ་དོན་གཅིག་ལ།

• **དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས།**

- **བདེན་གཉིས་ལས།** གུན་རྫོབ་དང་ནི་དམ་པའི་དོན། །བདེན་གཉིས་ཐུབ་པས་གསུངས་པ་ལས། །རི་རྩུབ་རྩུང་བ་འདི་ལོ་ན། །གུན་རྫོབ་གཞན་ནི་ཅིག་ཤོས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམ།
- ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་གྱི་ཚད་མའི་རྙེད་དོན་གང་ཞིག དེ་རང་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་གྱི་ཚད་མར་སོང་བ། གུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ལུས་པ་དང་གེས་བྱ་སྟ་བུ།
- དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཡང་དག་གུན་རྫོབ་དང་། ལོག་པའི་གུན་རྫོབ་གཉིས།
- སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་གུན་རྫོབ་བདེན་པ་དོན་གཅིག

- མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་རྗེད་དོན་གང་ཞིག་དེ་རང་
 ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སོང་བ། དོན་དམ་
 བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ལུས་པ་བདེན་སྟོང་སྟོང་གྲ།
- དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུ། བཙོ་བརྒྱད། བཅུ་དྲུག་བཞི་རྣམས་སུ་ཡོད་
 དོ།

• དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས།

- **འཇུག་པ་ལས།** དངོས་ཀྱི་ཡང་དག་བརྒྱན་པར་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྗེ་དངོས་པོ་གཉིས་ནི་འཇིན་པར་འགྱུར། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར།
- ཐ་སྐད་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་རྗེ་དོན་གང་ཞིག་ དེ་རང་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་ ཐ་སྐད་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མར་སོང་བ་དེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ལུས་པ་དང་། ལུས་པ་རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་སྟ་བུ།
- དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། འཇིག་རྟེན་ཤེས་པ་ལ་སྟོས་པའི་ ཡང་དག་ཀྱན་རྫོབ་དང་། དེ་ལ་སྟོས་པའི་ལོག་པའི་ཀྱན་རྫོབ་གཉིས་ཡོད།
- ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ། ཐ་སྐད་བདེན་པ། བསྐྱུ་བའི་ཚོས། ལྷང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མཐུན་པའི་ཚོས་རྣམས་དོན་གཅིག

• མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་ཚད་མའི་རྙེད་དོན་གང་ཞིག དེ་རང་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་
མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་སུ་སོང་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ། དོན་དམ་
བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། བུམ་པའི་སྟོང་ཉིད་དང་། མཐོང་ལམ་རྣམ་
གྲོལ་ལམ་མཐོང་སྤང་གིས་དག་པའི་ཆ་སྟོབས།

• དོན་དམ་བདེན་པ་ལ། རྒྱས་པར་ཕྱེ་ན་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག འབྲིང་དུ་ཕྱེ་ན་
སྟོང་ཉིད་བཞི། མདོར་བསྐྱུས་ན་བདག་མེད་གཉིས་རྣམས་ཡོད་དོ།

• དོན་དམ་བདེན་པ། མི་བསྐྱུ་བའི་ཚོས། སྤང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མཐུན་
པའི་ཚོས་རྣམས་དོན་གཅིག

• བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་སྡོག་པ་ཐ་དང་དུ་བསྐྱབ་པ།

• བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དང་ཡིན་ན་སྐྱོན་བཞི་ཡོད་དེ།

- ༡ གཟུགས་བདེན་པར་མེད་པ་གཟུགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མིན་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན།
- ༢ གཟུགས་བདེན་པར་མེད་པ་རྟོགས་ཀྱང་དེའི་མཚན་འཛིན་ཟེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན།
- ༣ རྣལ་འབྱོར་པས་ལམ་གོང་མ་སྒྲོམ་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན།
- ༤ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་མཚན་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་དང་གནས་ངན་ལེན་གྱི་དྲི་མ་མཐའ་དག་མ་སྤངས་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན་བཅས་ཡོད།

•བདེན་གཉིས་སྒྲིག་པ་ཐ་དང་ཡིན་ན་སྐྱོན་བཞི་ཡོད་དེ།

- ༡ ཀུན་རྫོབ་འཕྲུལ་བའི་རང་བཞིན་ལས་ཉོན་གཉིས་སྤང་བ་བཞིན་དུ་དོན་དམ་ཚོས་ཉིད་ཀྱང་སྤང་བར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན་དང་།
- ༢ ཀུན་རྫོབ་ལྟར་དོན་དམ་ལའང་ངོ་བོ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཡོད་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན་དང་།
- ༣ སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་ཀྱང་དོན་དམ་པ་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་རུས་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱོན།
- ༤ སོ་སྐྱེ་ཡིན་བཞིན་དུ་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་པར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་བཅས་ཡོད།

• **བདེན་པ་བཞིའི་རྣམ་བཞག་རྒྱས་པར་བཤད་པ།**

- ༡ ལྷོན་པས་ནང་ཚོས་གསར་གཏོད་མཛད་ཚུལ་དང་། དེའི་ཟབ་བྱུང།
- ༢ བདེན་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ལན་གསུམ་བསྟན་ཚུལ།
- ༣ བདེན་བཞིའི་ངོ་སྤོང་སྤྱིང་བསྐྱས་སུ་བཤད་པ།
- ༤ བཞིར་གྲངས་ངེས་ཚུལ།
- ༥ གསུང་རབ་ལས་བཤད་པའི་གོ་རིམ་མི་འདྲ་བ།
- ༦ རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་འཛོག་པའི་དགོས་པ།
- ༧ བདེན་བཞི་དང་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་པོ་འགལ་མི་འགལ།

༡ ལྷོན་པས་ནང་ཚོས་གསར་གཏོད་མཛད་ཚུལ་དང་། དེའི་ཟབ་
བྱུང་།

བཙམ་ལྷན་འདས་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷོན་རོལ་དུ་དར་བའི་ཚོས་དེ་ཉམས་
བཞེས་གནང་ཡོད་ཀྱང་། དེས་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། འགྱུར་བའི་
སྐྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱོག་ཙམ་ལ་ཐར་པ་ཞེས། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་
འབའ་ཞིག་དུ་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཙམ་མ་གཏོགས། ཟག་བཅས་ཀྱི་
ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་སམ་བྱུང་པ་འདྲ་བྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་
ཐབས་ཞིག་མེད་པ་གཟེགས་པར་མཛད།

• བྱེད་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྐྱེག་བསྐྱེད་གྱིས་མཚོན་པའི་སྐྱེག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚུ་བ་
བདག་ཏུ་འཛོལ་བ་སྐྱི་དང་། བྱེད་པར་རང་གཅེས་འཛོལ་གྱི་བསམ་པ་འདི་
ཉིད་ཡིན་པར་གཟིགས་ནས། བདག་མེད་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་སྐྱེ་བའི་རྣམ་
བཞག་ཅིག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་གསུང་གཏོང་མཛད་པ་ཡིན།

• དེ་ནས་དྲང་སོང་སྐྱེད་བ་རི་དུགས་གྱི་ནགས་སུ་བྱོན་ཏེ། སྐལ་བ་ཅན་གྱི་
གདུལ་བྱ་སྐྱེ་ལ་ཐོག་མར་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐྱིང་པོ་བསྐྱེས་པའི་དམ་པའི་ཚོས་
གྱི་བདུད་ཚི་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་མཛད་པ་ནི་སྐྱེད་སྐྱེད་མི་
སོགས་སུས་ཀྱང་མ་གསུངས་པའི་བསྐྱེད་བྱའི་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཏུ་འཕགས་པ་
ཞིག་སྟོན་པར་མཛད།

• ༡ བདེན་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ལན་གསུམ་བསྟན་ཚུལ།

• ༡ ཐོག་མར་ངོ་སྤོང་གི་ཚུལ་དུ། འདི་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ།།
ཞེས་སོགས་དང་།

• ༢ དེ་ནས་སྐྱོབ་པའི་ཚུལ་ལ། སྤྱད་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་སོགས་དང་།

• ༣ དེ་ཡང་མཐའ་གཉིས་ལས་མི་འདའ་བར་བསྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་བསྟན་
པའི་ཕྱིར། སྤྱད་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་ཤེས་པར་བྱར་མེད། ཞེས་སོགས་བདེན་
བཞི་ལན་གསུམ་རྣམ་གྲངས་བརྒྱ་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན།

• 3 བདེན་བཞིའི་ངོ་སྤྲོད་སྟེང་བསྐྱུས་སུ་བཤད་པ།

- 1) ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ།
- 2) ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ།
- 3) འགོག་པའི་བདེན་པ།
- 4) ལམ་གྱི་བདེན་པ་བཅས།

• དང་པོ་ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ནི། ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་གྱི་ཆར་གྱུར་པའི་
ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་གྱི་བདེན་པ་ཞིག་ལ་འཇོག་དེ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་
ཡོད་ཀྱང་ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་ལྷག་བསྐྱེད། འགྱུར་བའི་ལྷག་བསྐྱེད། ལྷག་བསྐྱེད་
གྱི་ལྷག་བསྐྱེད་བཅས་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པར་མཛད།

• དང་པོ། ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་ལྷག་བསྐྱེད་ནི་ཐ་ན་སློག་ཆགས་དུང་འགྲོ་ཡན་ཆད་
གྱིས་ལྷག་བསྐྱེད་དུ་ཚོར་ཐུབ་པ་དང་དེ་ལས་འབྲེལ་འདོད་གྱི་སློ་སྐྱེ་ས་དེ་ཡིན།

• གཉིས་པ། འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་བ་ལ་
འཛོག་ལ། དེ་ལ་འང་སྤྱ་རགས་དུ་མ་ཡོད་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དུ་རྟོགས་དཀའ་བ་
ཡིན། མང་པོ་ཞིག་གིས་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ནི་འགྲོ་བའི་དགོས་མཁོ་དང་
བསྐྱབ་བྱ་རུ་ངོས་འཛིན་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་ཐོག་མར་ལོངས་སྤྱོད་པའི་
སྐབས་བདེ་སྐྱང་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེར་སྐྱ་མཐུད་ལོངས་སྤྱོད་ན་སྐྱ་སྐྱང་གིས་
དེ་ལས་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན།

• གསུམ་པ། བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་
གཞི་བྱེད་ཅིང་འཁོར་བའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བར་འཇུག་པ་དང་། མ་
འོངས་པར་སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་བྱུང་བ་དང་འདུ་བྱེད་ཅིས་
བརྗོད་པ་ཡིན།

•གཉེས་པ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ།

•ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ནི། ཟག་བཅས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་འཁོར་བས་
བསྐྱུས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ཞིག་ལ་འཇོག་ དེ་ལ་ལས་
དང་ཉོན་མོང་གཉེས་སུ་དབྱེ་དགོས། ལས་ལའང་དགོ་མི་དགོ་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་
རིགས་གསུམ་ཡོད། དེ་དག་ནི་གཙོ་བོ་བདེ་སྐྱབས་བཏང་སྟོམས་གསུམ་གྱི་འབྲས་
བུ་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

•དེ་དག་ཀྱང་རྩ་བ་ཀུན་སྣང་ཉོན་མོང་དུག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ཅིང་། ཉོན་མོང་
དེ་ལའང་རྩ་བའི་ཉོན་མོང་པ་དུག་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོང་པ་ཉི་ཤུ་ལ་སོགས་པ་
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐྱབས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

•གསུམ་པ་འགོག་བདེན་ནི།

•འགོག་བདེན་ནི། རང་ཐོབ་བྱེད་གྱི་ལམ་བདེན་གྱིས་སྤང་བྱ་སྤངས་པའི་བྲལ་
བ་ཞིག་ལ་འཛོག་དེ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྣམས་སེལ་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་བརྟག་
པས་གཙོ་བོ་ཉོན་མོངས་རྣམས་སེལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་བཞུགས་པ་མིན་པ་
དང་། རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་མཚོན་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་
ལོག་ཏུ་བཞུགས་པའི་སློ་བུར་བར་ཤེས་པ་ན། དེ་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྲུག་
བསྐྱེད་རྩྭ་ནས་བཀག་པའི་བདེ་བ་དམ་པའི་ཆ་ཞིག་གྲུབ་ལ། དེ་ཉིད་ལ་
འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།

•བཞི་པ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ནི།

•ལམ་བདེན་ནི། རང་གི་ཐོབ་བྱ་འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱུར་གྱུར་པའི་འཕགས་
རྒྱུད་གྱི་རྣམ་བུང་བདེན་པ་ཞིག་ལ་འཇོག་དེ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་སེམས་གྱི་
སྦྱོན་རྣམས་སེལ་བའི་གཉེན་པོར་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་སྦྱི་དང་། ལྷག་པར་རང་
གི་སེམས་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་འཇུག་ནས་ངེས་པ་
དང་། དེ་ཉིད་སྒོམ་བྱུང་མངོན་གསུམ་དུ་གྱུར་ནས་གནས་ལུགས་གསར་དུ་
མཐོང་བ་ན་མཐོང་ལམ་དང་། མཐོང་བེན་གོམས་པར་བྱས་པའི་སྒོམ་ལམ་
བརྒྱུད། མཐར་ཉེས་སྦྱོན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ནས་ཉོགས་པ་ཐར་བྱག་པ་ཞིག་
མངོན་དུ་གྱུར་པ་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་ལོ།།

• ༥ བཞིར་གྲངས་ངེས་ཚུལ།

• བདེན་པ་བཞིར་གྲངས་ངེས་པ་ཡིན་ནི། སྤྱིར་འཁོར་བར་འཇུག་ཚོག་གི་རིམ་
པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྟོན་པས་བདེན་པ་བཞི་བཀའ་སྡུལ་བ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་
བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་དང་ཕོ་གཉིས་དང་།
འཁོར་བ་ལས་ཚོག་པའི་རྒྱ་འབྲས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་སྤྱི་མ་གཉིས་
གསུངས་པའི་སྤྱིར།

• ༥ གསུང་རབ་ལས་བཤད་པའི་གོ་རིམ་མི་འདྲ་བ།

• **རྒྱུད་སྣ་མ་ལས།** བད་ནི་ཤེས་བྱ་བད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་སྤང་བྱ་ལ། བདེ་གནས་ཐོབ་བྱ་
སྤོང་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། ལྷག་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་
ལས། ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་རིག་པར་བྱ་བའི་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་སྤྱིར་གསུང་རབ་
ལས་ཡུལ་ཅན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བའི་གོ་རིམ་སྟེ་ལྷན་སྐྱེས་བདེན་དང་
པོར་བསྟེན་པ་གཅིག་དང་།

• **མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།** རྒྱུ་དང་ལམ་དང་སྐྱེས་བསྐྱེད་དང་། །འགོག་པ་ལ་ནི་
གོ་རིམ་བཞིན། །ཞེས་རྒྱུ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་སྟེ་ལྷན་གྱུན་འབྱུང་དང་པོར་
བསྟེན་པ་གཉིས་སོ།།

• ༤ རྣམ་པ་བརྩུ་དྲུག་འཛོག་པའི་དགོས་པ།

• ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །བདེ་དང་ང་དང་
ངའི་ཞེས་སོགས། །ཡང་དག་མིན་པ་རྣམ་བརྩུ་དྲུག་ །སློབ་བཏགས་ནས་ནི་ཡོངས་
ལྷ་སྟེང་། །དེ་ཉིད་ལས་ནི་དེ་འགལ་དོན། །དེ་ཉིད་རྣམ་པར་རྗེས་རྟོགས་ཅན།
།ལེགས་སློམ་ཡང་དག་ལྟ་བུ་ཡིས། །སྟེང་པ་རྗེས་འབྲངས་བཅས་འཛོམས་བྱེད།
།ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐར་ལམ་སྟེན་ཅི་ལོག་དུ་འཆེལ་བ་ལ་ཞུགས་པའི་སྟེ་
རོལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པ་བཞིའི་སྟེང་དུ་ལོག་ཞུགས་བརྩུ་དྲུག་དམ་བཅས་
པ་དེ་དག་ལེགས་པར་བཀག་ནས། བདེན་བཞིའི་སྟེང་དུ་རྣམ་པ་བརྩུ་དྲུག་
གཏན་ལ་འབབས་པ་ཡིན་ཅོ།།

• ལྷ བདེན་བཞི་དང་རྣམ་པ་བརྒྱ་དྲུག་པོ་འགལ་མི་འགལ།

• བདེན་པ་བཞི་པོ་ནི། ལྷག་བསྐྱེད་བདེན་པས་ཀྱུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་མ་ཁྱབ་
ཀྱང་ཀྱུན་འབྱུང་བདེན་པས་ལྷག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ལ་ཁྱབ་ཅིང་། ལྷག་བསྐྱེད་
བདེན་པ་སོགས་གསུམ་པོ་འགལ་བ་ཡིན།

• ཡང་། རྣམ་པ་བརྒྱ་དྲུག་སོ་སོར་འགལ་ལམ་མི་འགལ་ཡོད་དེ། ལྷག་བདེན་གྱི་
རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་ཡིན་ཅིང་། བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཚན་
གསུམ་སོ་སོར་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ།

• རྒྱབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག

- ༡ རྒྱབས་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་དགོས་པ།
- ༢ རྒྱབས་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་བ།
- ༣ ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་གྱི་བྱུང་པར།
- ༤ དགོན་མཚོག་གི་སྐྱབས་པ།
- ༥ རྒྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚུལ།
- ༦ ཐེག་ཆེན་གྱི་རྒྱབས་འགྲོ་ཐེག་དམན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ།
- ༧ རྒྱབས་འགྲོའི་པན་ཡོན།

• ༡ སྐབས་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་དགོས་པ།

- **རྒྱུད་སྣ་མ་ལས།** ལྟོན་པ་བསྟན་པ་བསྐྱབ་དོན་གྱིས། ཐེག་པ་གསུམ་དང་བྱེད་གསུམ་ལ། མོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བྱས་ནས། སྐབས་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་རྟོག་པ།
- ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་འབྲས་བུའི་སྐབས་དང་། རང་ལ་ལམ་ལྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱུའི་སྐབས་དང་། ཐེག་པ་གཞན་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུའི་སྐབས་དང་། ལམ་དུ་མ་ཞུགས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལ་མཚོན་པ་དང་བཀུར་བསྟོ་སོགས་ཀྱི་མཚོན་ཏུ་བྱ་བ་བྱེད་པར་མོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སངས་རྒྱས་དགོན་མཚོན་སྐབས་གནས་སུ་བཞག་པ་ཡིན།

• རང་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཅན་སྲིད་པ་ཐ་མ་པའི་ཚེ་གཞན་གྱིས་ཚོས་སྟོན་པ་ལ་མི་
སྟོས་པར་སྤང་འདས་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་སྐྱབས་དང་། ལམ་
དུ་མ་ཞུགས་ཀྱང་དམ་པའི་ཚོས་ལ་མཚོག་དུ་བྱ་བར་མོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་
བྱས་ནས་ཚོས་དགོན་མཚོག་སྐྱབས་གནས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན།

• ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་སྤང་འདས་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་
སྐྱབས་དང་། ལམ་དུ་མ་ཞུགས་ཀྱང་དགོ་འདུན་དགོན་མཚོག་ལ་མཚོག་དུ་བྱ་
བ་བྱེད་པར་མོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགོ་འདུན་དགོན་མཚོག་
སྐྱབས་གནས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན།

• ༢ རྒྱབས་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་བ།

• ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས། **མཛོད་ལས།** བང་ཞིག་གསུམ་ལ་རྒྱབས་འགོ་སྟེ།
ཁངས་རྒྱས་དགོ་འདུན་བྱེད་པའི་ཚོས། མི་སློབ་པ་དང་གཉེས་ཀ་དང་། ལྷ་
ངན་འདས་ལ་རྒྱབས་སུ་འགོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

• ཁངས་རྒྱས་དགོན་མཚོག་ནི། ཁངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ཚོས། དཔེར་ན།
ཁངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་མི་སྐྱེ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ།

• ཚོས་དགོན་མཚོག་ནི། ཚོས་སུ་བྱེད་པའི་ཚོས། དཔེར་ན། སློབ་མི་སློབ་པའི་
རྒྱུད་ཀྱི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་ལྷང་འདས་མཚན་ཉིད་པ་རྣམས་ལྟ་བུ།

• དགོ་འདུན་དགོན་མཚོག་ནི། དགོ་འདུན་དུ་བྱེད་པའི་ཚོས། དཔེར་ན། སློབ་
པ་དང་མི་སློབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ།

• ཐེག་ཆེན་གྱི་ལུགས། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ནི། **རྒྱུད་སྣ་མ་ལས།** འདུས་མ་
 བྱས་ཤིང་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ། །གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྟོགས་མིན་པ། །མཁྱེན་དང་བརྗེ་
 དང་རུས་པར་ལྡན། །དོན་གཉིས་ལྡན་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར།

• འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་སྐབས་གནས་མཐར་
 ཐུག།

• ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། ༡ རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ༢ རྫོང་བྱུང་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ༣ དེ་
 གཉིས་སྐྱོ་རྟོག་གི་རྟོགས་ཚུལ་རྫོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་མི་རུས་པའི་ཡོན་ཏན། ༤ ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེང་
 མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། ༥ བརྗེ་བའི་ཡོན་ཏན། ༦ གདུལ་བྱའི་ཉེས་སྦྱོར་སེལ་བའི་ཡོན་ཏན། ༧ རང་
 དོན་གྱི་ཡོན་ཏན། ༨ གཞན་དོན་གྱི་ ཡོན་ཏན་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

• ཚོས་དགོན་མཚོག་ནི། **རྒྱུད་སྣ་མ་ལས།** བསམ་མེད་གཉིས་མེད་རྟོག་མེད་པ།
།དག་གསལ་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཉིད་ཀྱི། །གང་ཞིག་གང་གིས་ཆགས་བྲལ་བ།
།བདེན་གཉིས་མཚན་ཉིད་ཅན་དེ་ཚོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

• བསམ་མེད་གཉིས་མེད་རྟོག་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་དང་
ལྡན་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བུ་བདེན་པ།

• ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི། ༡ སྣ་རྟོག་གིས་སྤྱུ་བཞིར་བརྟག་པར་མི་རྣམས་པས་བསམ་དུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན།
༢ ལས་ཉོན་ཅི་རིགས་པ་དང་བྲལ་བས་གཉིས་སྤྱུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། ༣ ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་པ་
ཅི་རིགས་པ་མེད་པས་རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། ༤ རང་གི་ངོ་བོ་ལ་ངོ་མ་མེད་པས་དག་པའི་ཡོན་
ཏན། ༥ ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་གསལ་བས་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། ༦ སྤང་བྱ་འཛོམ་པར་རྣམས་པས་གཉེན་པོའི་
ཡོན་ཏན། ༧ འགོག་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན། ༨ ལམ་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅས་སོ།།

• དགོ་འདུན་དགོན་མཚོག་ནི། **རྒྱུད་སྣ་མ་ལས།** ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ནང་གི་ནི། ཡེ་
ཤེས་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཕྱིར། །སློ་ལྡན་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཚོགས། །སླ་མེད་ཡོན་
ཏན་དང་ལྡན་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།

• རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་
པའི་གང་ཟག།

• ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ནི། ༡ ཇི་ལྟ་བ་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན། ༢ ཇི་སྟེད་པ་གཟིགས་པ་དག་པའི་
ཡོན་ཏན། ༣ སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་གཤེགས་སྟེང་པོ་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་དག་
པའི་ཡོན་ཏན། ༤ ཚགས་པ་དང་། ༥ རོགས་པ་དང་། ༦ དམན་པའི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་དང་བུལ་བའི་
ཡོན་ཏན། ༧ རིག་པའི་ཡོན་ཏན། ༨ གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་བཅས་སོ།།

• ༣ ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་གྱི་ཁྱད་པར།

• **རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས།** སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཚོས་ཅན་ཕྱིར། །མེད་ཕྱིར་འཇིགས་དང་
བཅས་པའི་ཕྱིར། །ཚོས་རྣམ་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་ཚོགས། །གཏན་གྱི་སྐྱབས་
མཚོག་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་དང་། དམ་པའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། །སྐྱབས་ནི་སངས་
རྒྱལ་ཉག་གཅིག་ཡིན། །ཕྱབ་པ་ཚོས་གྱི་སྐྱུ་ཅན་ཕྱིར། །ཚོགས་ཀྱང་དེ་ཡི་མཐར་
ཕྱག་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ།

• **དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ནི།** དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་
ཕྱག་པའི་སྐྱབས། དཔེར་ན། སྐྱུ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱལ་དགོན་
མཚོག་ཉག་གཅིག་སྟེ།

• གུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ནི། དངོས་པོའི་གནས་ཚུན་ལ་ལམ་གྱི་བཤོད་པ་མཐར་
མ་ཐུག་པའི་སྐབས། དཔེར་ན། ལྷང་གི་ཚོས་འཁོར་ནི་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་
པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཚེ་གཟིངས་སྟར་སྤང་པས་དང་།

• ལྷང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་
མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་བསྐྱུ་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པས་
དང་།

• དམན་པའི་སྟག་མེད་སྤང་འདས་ནི་སྐྱུག་གུན་མེད་པ་ཙམ་གྱིས་རབ་དུ་ཕྱེ་
བས་དང་།

• ཉན་རང་དགྲ་བཙམ་ནི་ཤེས་སྐྱིབ་ཀྱི་འཇིགས་པ་དང་བཅས་པས་དེ་རྣམས་
གུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཡིན་ལོ།།

• ༤ དགོན་མཚོག་གི་སྐྱབ་བཤད།

• **རྒྱུད་སྐྱབ་མ་ལས།** འབྲུང་བ་དགོན་ཕྱིར་ངྲི་མེད་ཕྱིར། །མཐུ་ལྷན་ཕྱིར་དང་
འཇིག་རྟེན་གྱི། །རྒྱན་གྱུར་ཕྱིར་དང་མཚོག་ཉིད་ཕྱིར། །འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་
དགོན་མཚོག་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྲུང་བ་དགོན་པ་དང་མཚོག་ཏུ་
གྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་འདྲ་ཚོས་དྲུག་གི་སྒོ་ནས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བྱ་དང་ཚོས་
མཚུངས་པས་དགོན་མཚོག་ཅེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

• འདྲ་ཚོས་དྲུག་ནི།

• ༡ ཡིན་བཞིན་གྱི་ལོར་བྱ་འཇིག་རྟེན་ན་འབྲུང་བ་དགོན་པ་ལྟར་དགོན་
མཚོག་ཉིད་ཀྱང་འབྲུང་བ་དགོན་པ་དང་།

• ༢ རོར་བུ་གཡའ་ལ་སོགས་པའི་ངྷི་མ་མེད་པ་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱང་
ཉེས་པའི་ངྷི་མ་མེད་པ་དང་།

• ༣ རོར་བུ་དབུལ་བ་སེལ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱང་
གདུལ་བའི་ལྷག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་དང་།

• ༤ རོར་བུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པ་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱང་ཐར་པ་
དོན་གཉེར་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པ་དང་།

• ༥ རོར་བུ་རྒྱན་གྱི་མཚོག་ཡིན་པ་ལྟར་དགོན་མཚོག་ཉིད་ཀྱང་སྐྱབས་གནས་
གཞན་ལས་མཚོག་ཡིན་པ་དང་།

• ༦ རོར་བུ་བསྟོད་སྦྱང་སོགས་ཀྱི་སློ་ནས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལྟར་དགོན་
མཚོག་ཉིད་ཀྱང་དེའི་སློ་ནས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

• ༥ རྒྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚུལ།

• ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བ་ལྟར་ན། རང་ཉིད་ལམོར་བ་སྐྱི་དང་ཁྱད་པར་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐལ་གྱིས་འཇིགས་ནས་དེ་ལས་རྒྱབས་པའི་ཕྱིར། རྙིང་ཐག་པ་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་རེ་ལྷོས་བཅས་ཏེ་རྒྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་།

• ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལྟར་ན། བདག་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པས་འཇིགས་ནས། དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་རྙིང་ཐག་པ་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་རེ་ལྷོས་བཅས་ཏེ་རྒྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཕྱིར།

• ༤ ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐབས་འགོ་ཐེག་དམན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕྲུལ་ཚུལ།

• **མདོ་མེ་རྒྱན་ལས།** གུན་དུ་འགོ་དང་ཁས་ལེན་རྟོགས་དང་ཟེལ་གཞོན་པར།
།དབྱེ་བའི་རང་བཞིན་དོན་རྣམ་བཞི་ཡི་བྱུང་པར་གྱིས། །ཐེག་པ་མཚོག་ཕྱིར་
དགོན་མཚོག་སྐབས་རབ་སོང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྐབས་སུ་སོང་བ་རྣམས་གྱི་
མཚོག་ཅེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར།

• ༡ དམིགས་པ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་གུན་དུ་འགོ་བའི་བྱུང་པར།

• ༢ སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱུང་ཁས་ལེན་པའི་བྱུང་པར།

• ༣ འབྲས་བུ་བྱང་ཆེན་རྟོགས་པའི་བྱུང་པར།

• ༤ ཐེག་དམན་གྱི་སྐབས་འགོ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བྱུང་པར་བཅས་སོ།།

• ལྔ རྒྱབས་འགྲོའི་ཕན་ཡོན།

- ཕར་ཕྱིན་བསྐྱུས་པ་ལས། རྒྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་ཡོད་ན། རྣོང་གསུམ་འདི་ཡང་སྣོད་དུ་ཚུང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཚུ་ཡི་གཏེར། ཡུལ་གྲིས་གཞལ་བར་ག་ལ་རུས། ཁིས་གསུངས་པ་སྟར་ཕན་ཡོན་འབྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་ཏེ།
- རང་པ་སངས་རྒྱས་པར་ཚུད་པ། རྣོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ། རྣོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་སྒྲབ་ཅིང་བད་པར་འགྱུར་བ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་བསོག་པ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་པའི་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ། ཅི་བསམ་པའི་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ། གནས་སྐབས་ངན་འགྲོར་མི་སྤྱང་ཞིང་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕན་ཡོན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

• **བཙུག་འགྲུལ་གསུམ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་གསུམ་ནི།**

- ༡ དེ་ཡང་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཕལ་པའམ་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་མ་ཞེན་པའི་བཙུག་འགྲུལ།
- ༢ རྗེས་ལྷགས་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་པའི་བཙུག་འགྲུལ།
- ༣ ལྷུབ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་འགལ་རྒྱུན་ནམ་བདག་ཉིད་ལ་བརྟུལ་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ལམ་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བའི་བཙུག་འགྲུལ་གསུམ་ཡོད།
- འདི་གསུམ་པོ་ནི། ལྷུབ་པ་བརྟན་པའི་རྒྱ་དང་། ལྷུབ་པ་འཕེལ་བའི་རྒྱ། ལྷུབ་པ་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་གསུམ་ཡིན་ལོ།།

• ལྷན་ལཱ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་བཤད་པ།

• ལྷན་པ་ལ་རང་དབང་དུ་འཇུག་པའི་ཆེད་དུ་ལྷན་ལཱ་འདོམས་གིང་དེ་
བཤད་པ་ལ།

- ༡ ལྷན་ལཱའི་ངོས་འཛིན།
- ༢ ལྷན་ལཱ་པོ་སྐྱེ་བའི་རྟེན།
- ༣ ལྷན་ལཱའི་ངོ་བོ།
- ༤ ལྷན་ལཱའི་ས་མཚམས།
- ༥ ལྷན་ལཱའི་བྱེད་ལས་བཅས།



- ༡ ལྷན་ལྷ་ངོས་འཛིན་པ་ནི།

- ༡ བའི་ལྷན།
- ༢ ལྷ་འི་ལྷན།
- ༣ ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྷན།
- ༤ ཚོས་ཀྱི་ལྷན།
- ༥ སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྷན།

• ༢ ལྷན་ལྷ་པོ་སྐྱེ་བའི་རྟེན།

- དང་པོ་ལྷས་རྟེན་ལ། ལྷན་དང་པོ་གཉིས་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་སྐྱེ་རོལ་པ་ཡོད་དེ།
བསམ་གཏུན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཏུན་གྱི་སས་བསྐྱུས་གྱི་
དབང་པོ་བསྐྱབས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དཔག་ཚད་བརྒྱ་ནས་སྤོང་ཚུན་ཚད་
མཐོང་བའི་སྐྱེ་རོལ་པ་ཡོད་ལ་དེ་ནི་ཤའི་སྐྱུན་ཡིན་ལོ།།
- དེ་བཞིན་རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་བསམ་གཏུན་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་མེད་དུ་སྐྱེ་
བའི་སྐྱེ་རོལ་པས་བདག་དང་གཞན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ནས་གཞན་དུ་
སྐྱེ་བ་དང་། གཞན་ནས་འདིར་སྐྱེ་བར་རྟོགས་པ་ཡོད་ལ་དེ་ནི་སྤྱི་སྐྱུན་ཡིན་ལོ།།
- ལྷན་སྐྱེ་མ་གསུམ་ནི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལོ།།

•གཉིས་པ་སེམས་ཏེན་ནི། ལྷིང་ལྷིང་ལྷ་གསར་དུ་སྐྱེད་པའི་སེམས་ཏེན་ཡིན་ན་
བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་བཏེན་ན་སྐྱབ་སྐྱབ་བའི་ཕྱིར།
ཕྱིས་སྐྱ་ནི་ངེས་པ་མེད་དེ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་བཞི་དང་། གཟུགས་
མེད་གྱི་དངོས་གཞི་བཞི་ཀའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྷིང་ལྷ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

• 3 ལྷན་ལྷའི་ངོ་བོ།

• ཤའི་ལྷན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། དཔག་ཚད་བརྒྱ་ནས་སྟོང་གསུམ་ཚུན་གྱི་གཟུགས་སྤྲ་
རགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་ལྷན་དུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བ།

• ལྷའི་ལྷན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། དག་ཚད་བརྒྱ་ནས་སྟོང་གསུམ་ཚུན་གྱི་སེམས་ཅན་
འཆི་འཕོ་བ་དང་སྤྱེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོག་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་
བ།

• ཤེས་རབ་གྱི་ལྷན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་ལྷན་དུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བའི་ཉིང་ངེ་
འཇོན་ཤེས་རབ་མཚུངས་ལྷན་དང་བཅས་པ།

• ཚོས་ཀྱི་སྐྱུན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་
གྱི་དབང་པོ་ནི་རྒྱལ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤྱོད་
བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཤེས་རབ་མཚུངས་སྣམ་དང་བཅས་པ།

• མངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱུན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཆར་དུ་མངོན་སུམ་
དུ་རྟོགས་པ་མཐར་སྐྱབས་པའི་ཡེ་ཤེས།

• ལྷན་ལྷོ་ས་མཚམས།

- གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཤེས་ལྷན་ཚོགས་ལམ་ནས་དང་། ལྷོ་ལྷན་སྐྱོར་ལམ་
ནས་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྷན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་ནས་དང་། ཚོས་ཀྱི་ལྷན་
མཐོང་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ནས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལྷན་རྗེས་མཐུན་པ་ས་བརྒྱད་པ་
ནས་དང་། དངོས་གནས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་ཡོད་ཅེས་བཤད་ལ།
- གཞུང་འགའ་ཞིག་ཏུ་ལྷོ་ལྷན་ཚོགས་ལམ་ནས་ཐོབ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ལྷན་རྗེས་མཐུན་པ་ས་བདུན་པ་ནས་ཡོད་ཅེས་གསུངས།
- ལྷོ་ལྷོ། ལམ་མ་ཞུགས་ན་བསམ་གཏན་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ཡོད་པས་ལྷན་
དང་པོ་གཉིས་ལམ་མ་ཞུགས་ནས་བཞག་ཚོག་པའི་ལྷོ།

• ༥ ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ལམ་ལུ་

- ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ རང་གི་གཞུང་གྲྀ་སྲོང་གསུམ་ཚུན་གང་ན་གནས་ཅི་ལྷ་བ་བཞིན་ཤེས་པར་གྲྀ་ད།
- ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ གཞུང་གྲྀ་གང་དུ་ཤི་འཕྲོམ་ཤིང་སྐྱེ་བ་ཤེས་པར་གྲྀ་ད།
- ཤེས་རབ་གྲྀ་ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ གཞུང་གྲྀ་འདུལ་བའི་ཐབས་བདག་མེད་པའི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པར་གྲྀ་ད།
- ཚོས་གྲྀ་ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ ཚོས་སྲོན་པར་གྲྀ་ད་པའི་དབང་པོའི་གྲྀ་བྲག་རྣམས་ཤེས་པར་གྲྀ་ད།
- སངས་རྒྱལ་གྲྀ་ལྷན་ལཱ་གྲྀ་ རྗེས་མཐུན་པ་ཙམ་ཐོབ་ཀྱང་ཤེས་གྲྀ་ཅི་སྟེད་པ་ཕལ་ཆེར་ཤེས་ནས་སྐྱབ་པ་ལ་ནང་ནས་བསྐྱལ་ཞིང་གཞན་གྲྀ་དྲིང་མི་འཛོག་པར་རང་དབང་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

• མངོན་ཤེས་རྟུག་གི་རྣམ་བཞག་

• ཚོགས་ལྟུང་དུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་མངོན་ཤེས་རྟུག་ལ་འདོམས་ཤིང་དེ་ལ།

• ༡ མངོན་ཤེས་སྐྱེ་བའི་རྟེན།

• ༢ མངོན་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ།

• ༣ རང་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ།

• ༤ མངོན་ཤེས་ཀྱི་ཁྱད་པར། ལྟེན་སྐྱུན་དང་ལྟེན་མིག་གི་མངོན་ཤེས།

• ༥ མངོན་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་ལས།

• ༦ མངོན་ཤེས་ཀྱི་ས་མཚམས།

• ༧ མངོན་ཤེས་ཀྱི་དགོས་པའམ་ཕན་ཡོན།

•མངོན་ཤེས་དྲུག་ངོས་འཛིན་པ་ནི།

- ༡ རྩ་འཇུག་གི་མངོན་ཤེས།
- ༢ ལྷའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས།
- ༣ གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས།
- ༤ ལྷོན་གནས་རྗེས་དྲན་གི་མངོན་ཤེས།
- ༥ ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས།
- ༦ ཟག་ཟད་ གི་མངོན་ཤེས།

• ༡ མངོན་ཤེས་སྐྱེ་བའི་རྟེན།

• དང་པོ་ལྷན་རྟེན་ལ། ལྷོར་བྱུང་གིས་གསར་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོ་ལྷ་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་དང་། རྒྱལ་པ་ཁམས་གསུམ་ཀའི་རྟེན་ལ་སྐྱབ་ཅིང་། རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་དང་པོ་ལྷ་སྐྱེ་རོལ་པའི་རྒྱུད་ལའང་ཡོད། མངོན་ཤེས་རྒྱལ་པ་ནི་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྟེན་ལ་ཡོད་དགོས་པའི་སྐྱེ་བ།

• གཉིས་པ་སེམས་རྟེན་ལ། མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལྷ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་བཞི་ཀ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པ་ཡོད་ལ། མངོན་ཤེས་རྒྱལ་པ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་དགོས་པའི་སྐྱེ་བ།

• ༢ མངོན་ཤེས་གྱི་ངོ་བོ།

• ལྡོ་འཕྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། མངོན་ཤེས་གང་ཞིག་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུལ་བསྐྱུར་སྣ་ཚོགས་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ།

• ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ནི། དེ་གང་ཞིག་བདག་རྐྱེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ།

• གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ནི། དེ་གང་ཞིག་བདག་རྐྱེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཕ་རོལ་གྱི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ།

- ལྷོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། དེ་གང་ཞིག་བདག་རྒྱུན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གྱི་ཚེ་རབས་སྤྲོ་མ་སྤྱོད་སྟོབས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྦྲེ་བ།
- ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ནི། དེ་གང་ཞིག་བདག་རྒྱུན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྦྲེ་བ།
- ཟག་ཟད་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། དེ་གང་ཞིག་བདག་རྒྱུན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོང་སྤངས་ཀྱི་སྤྱོད་གསུམ་སོགས་རང་རྒྱུད་གྱི་ཟག་པ་ཅི་རིགས་པ་ཟད་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་རབ་དུ་སྦྲེ་བ།

• ३ རང་རང་གི་བྱུང་ཚེང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ།

- དེ་ཡང་རང་རང་གི་རྣམ་གཞས་ཡིད་བྱེད་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ།
- **མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས།** བསམ་གཏུན་བཞི་པ་ཤིན་ཏུ་དག་ཐོབ་ནས། མི་རྟོག་ཡི་
ཤེས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་དང་། རི་ལྗང་རྣམ་གཞས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས། མཐུ་
སྐྱབ་པ་ཡི་དམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
- **རྩ་འཁྲུལ་གྱི་མདོན་ཤེས་ནི།** རང་གི་ལྷས་ཡང་བ་དང་འཇམ་པ་སོགས་སུ་
མོས་པ་ལས་འགྲུབ།
- **སྟེན་ལྡན་པའི་མདོན་ཤེས་ནི།** ལྷོགས་ཐམས་ཅད་སྐྱས་ཁྱབ་པར་མོས་པ་ལས་
འགྲུབ།

•གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ནི། བདག་གི་ལྷན་གྱི་རྣམ་འགྲུར་འདི་ལྟ་
བུ་ལས་སེམས་གྱི་བྱུང་པར་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་བཞིན། གཞན་གྱི་འང་ལྷན་གྱི་
རྣམ་འགྲུར་འདི་ལྟ་བུ་ལས་སེམས་གྱི་བྱུང་པར་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་མོས་པ་
ལས་འགྲུབ།

•སྣོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། རང་གི་ཡིད་ཤེས་འགག་མ་ཐག་པའི་
མཚན་མ་བཟུང་ནས་ལྷགས་སྣོན་ཏུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱེད་
པའི་རྣམ་གནས་ལས་འགྲུབ།

•སྣའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ནི། ལྷོགས་ཐམས་ཅད་སྣང་བས་བྱུང་པར་མོས་པ་
ལས་འགྲུབ།

•ཟག་ཟད་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་མོས་པ་ལས་
འགྲུབ་པོ།

• ༥ མངོན་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར།

- ལྟའི་སྐྱུན་དང་ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན།
- **ཉི་ལྗང་ལས།** མིག་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། སྐྱུན་ལྷན་བསྐྱུས་པའི་ལྟའི་སྐྱུན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་སློན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། མངོན་པར་ཤེས་པས་བསྐྱུས་པ་འདི་ནི་བསམ་གཏུན་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་དང་།
- **འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ལས།** རྣམ་པར་སློན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྟའི་དང་ཞེས་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྟའི་མིག་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
- ལྟའི་སྐྱུན་རང་རྒྱ་སྣོན་གྱི་ལས་དགོ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སློན་ལས་བྱུང་ཞིང་ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ནི་ཚེ་འདིར་བསམ་གཏུན་གོམས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་བྱུང་པར་ཡོད་དོ།

• ༥ མངོན་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་ལས།

- རྩེ་ལྷུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། གངུལ་བྱ་མ་དང་པ་རྣམས་དང་པར་བྱེད།
- ལྷའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ནི། གཞན་གྱི་དགོ་མི་དགོ་སྦྱོང་པ་ཤེས་ནས་དགོ་བ་ལ་
བསྐྱལ་བར་བྱེད།
- གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ནི། གཞན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ཤེས་ནས་ཚོས་
སྟོན་པའི་སྦྱོང་རུང་དུ་བྱེད།
- སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་བསལ་བའི་སྟོན་ནས་
ལམ་སྟོན་པའི་སྦྱོང་རུང་དུ་བྱེད།
- ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ནི། འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་བྱམས་པར་བྱེད།
- ཟག་ཟད་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི། ལྷང་བསྟན་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་བྱེད་པའི་
ཕྱིར།

• ༤ མངོན་ཤེས་གྱི་ས་མཚམས།

• མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལྷ་བསམ་གཏུན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་ལམ་དུ་མ་
ལྷགས་པ་ན་ཡོད་ལ། ཟག་ཟད་གྱི་མངོན་ཤེས་ནི་བསམ་གཏུན་གྱི་དངོས་གཞི་
ཐོབ་པའི་མཐོང་སྣངས་སྣངས་པའི་འཕགས་པ་ཡན་ཆད་ལ་ཡོད་དགོས་པའི་
ལྗོད།

• གཞི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་དགོས་པའམ་ཕན་ཡོན།

• **ཉི་ལྗང་ལས།** མངོན་པར་ཤེས་པའི་ཕན་ཡོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚོས་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་རབ་དུ་འགོད་པ་དང་། འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་བྱམས་པ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་ལྷན་པ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སྣའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་བྱ་བར་འོས་པ་ཉིད་དང་། ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སྤྲོད་སྲུང་བརྒྱ་པོ་འདི་རྣམས་ཞེས་གསུངས་པ་ནས་བརྒྱམས་ཏེ་མང་པོ་ཞིག་སངས་རྒྱས་སུ་ལྷན་པ་དང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

● མཐོང་ལམ་ལ་འདོམས་པ་ནི།

- སྤང་བྱ་ཀུན་བརྟགས་རྣམས་སྤང་བ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་མཐོང་ལམ་ལ་འདོམས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི།
- དུལ་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པའི་དུལ་ཅན་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་རྒྱལ་གི་བདག་ཉིད། ཚོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པས་གང་ཟག་དེས་སྐྱུ་མ་མཁན་བཞིན་དུ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་ལ། དེས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་ཤིབ་དང་ཤེས་ཤིབ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་སྐོམ་པར་བྱེད་དོ།

• སྒོམ་ལམ་ལ་འདོམས་པ་ནི།

- སྤང་བྱ་ལྟན་སྐྱེས་རྣམས་སྤོང་བ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྒོམ་ལམ་ལ་འདོམས་ལ་དེ་ནི།
- འདུས་བྱས་ལམ་བདེན་དང་འདུས་མ་བྱས་འགོག་བདེན་དག་ངོ་བོ་གཅིག་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་ངོ་བོ་ཐ་དད་པར་རྟོགས་པར་མི་རུས་པ་བཞིན་དུ། མཐོང་
ལམ་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་ཚོས་ཉིད་དེ་ལས་ཐ་མི་དད་པ་ལ་སྒོམ་ལམ་
དེས་ཀྱང་མངོན་གསུམ་དུ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། མཐོང་ལམ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་
སྒོམ་པའི་ལམ་མཚན་ཉིད་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་མེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་སྤང་བྱ་
སྤོང་བའི་རུས་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་པས་མཐོང་ལམ་གྱིས་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ས་བོན་སྤོང་
མི་རུས་ལ་སྒོམ་ལམ་དེ་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཚོས་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་བྱ་
ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་རོ།།

• འགྲེལ་པ་ནས་བསྟན་པའི་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུའི་གྲངས་འདྲེན།

• དངོས་བསྟན་བཅུ་བདུན་དང་ཤུགས་བསྟན་བཞི།

• དངོས་བསྟན་བཅུ་བདུན་ནི།

• ༡ རྒྱན་ལྷགས་ལྷགས་པ་དབང་པོ་རྣམ་པོ། ༢ དེའི་དབང་རྒྱལ། ༣ རྒྱན་ལྷགས་སྟེང་རིགས་ནས་རིགས་སྐྱེས། ༤ དེའི་མིའི་རིགས་ནས་རིགས་སྐྱེས། ༥ ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པ། ༦ ཕྱིར་འོང་ཚེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ། ༧ ཕྱིར་མི་འོང་ལྷགས་པ། ༨ ཕྱིར་མི་འོང་སྐྱེས་འདའ་བ། ༩ ཕྱིར་མི་འོང་བར་འདའ་བ། ༡༠ ཕྱིར་མི་འོང་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཉི་འདའ་བ།

• ༡༡ རྩུབ་མི་འོང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་མེད་པར་འདའ་བ། ༡༢ རྩུབ་མི་འོང་
འོག་མིན་ཐར་ཐུག་གྲོའི་འཕར་བ། ༡༣ དེའི་བྱེད་འཕར་བ། ༡༤ དེའི་གནས་
ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་བ། ༡༥ རྩུབ་མི་འོང་མཐོང་ཚས་ཞི། ༡༦ རྩུབ་མི་འོང་
ལྷས་མངོན་བྱེད། ༡༧ བསེ་རུ་རང་སངས་རྒྱས་བཅས་སོ།།

• ལྷགས་བསྟན་གསུམ་ནི།

• ༡ རྒྱན་ལྷགས་འབྲས་གནས། ༢ རྩུབ་འོང་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བ། ༣ དག་
བཅོམ་ལྷགས་པ་བཅས་སོ།།

● འབྲས་བུ་བཞིར་འཇོག་པའི་རྒྱ་མཚན།

- འབྲས་བུ་བཞི་ནི། ༡ རྒྱ་ལྷགས། ༢ ཕྱིར་འོང། ༣ ཕྱིར་མི་འོང།
- ༤ དག་བཅོམ་པ་བཞིའོ།།
- དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུའི་བགོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཉོན་མོངས་ཡིན་ལ།
- དེ་ལ་མཐོང་སྤང་དང་། ལྷོ་སྤང་གཉིས།
- མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་འབྲས་བུ།
- ལྷོ་སྤང་ལ་འདོད་པའི་སས་བརྒྱས་དང་། ཁམས་གོང་གི་སས་བརྒྱས་གཉིས།
- དང་པོ་ཕལ་ཆེར་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་ཕྱིར་འོང།
- ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་ཕྱིར་མི་འོང།
- ཁམས་གོང་གི་སས་བརྒྱས་ཀྱི་ལྷོ་སྤང་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་དག་བཅོམ་པར་འཇོག་གོ།

• ལྷགས་གནས་བརྒྱད་པོ་སྦྱིའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ།

• ༡ འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྱིས་བ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་
འཇོག་པ།

• ༢ སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་། སྤང་བུ་ཅིག་ཅེས་བ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་
འཇོག་པ།

• ༣ ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་ལྷགས་གནས་གང་ལ་འཇོག་པ།

● འབྲས་བུ་བཞི་པོ་ཁམས་གང་དུ་ཐོབ་པ།

- རྒྱན་ལྷགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་བུ་གཉིས་དང་། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་གི་ཕྱིར་མི་འོང་རྣམས་དང་པོར་གསར་དུ་ཐོབ་པ་འདྲོད་ཁམས་ཁོ་ནར་ཐོབ་ངེས་སོ།།
- དགྲ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཁམས་གསུམ་ཀའི་རྟེན་ལ་ཐོབ་པ་ཡོད་དོ།།

● ལམ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ནི།

- རྒྱན་ལྷགས་དང་དགྲ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་གཉིས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ། ཕྱིར་འོང་དང་ཕྱིར་མི་འོང་གཉིས་འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀ་ལས་ཐོབ་པ་ཡོད།

●ས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་བཞི་ཐོབ་པ།

●རྒྱན་ལྷགས་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། རྩེར་འོང་གི་འབྲས་བུ་གཉིས་དང་། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྩེར་མི་འོང་གསུམ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བཟོགས་ཁོ་ནས་ཐོབ།

●ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་གི་རྩེར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ།

●དགྲ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཟག་མེད་ས་དགྲ་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ།

●ཟག་མེད་ས་དགྲ་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བཟོགས། དེའི་དངོས་གཞི་ཚམ་ཁྱད་གཉིས། བསམ་གཏན་གྱི་མ་གསུམ་གྱི་དངོས་གཞི་གསུམ། གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་གྱི་དངོས་གཞི་ཟག་མེད་གསུམ་བཅས་དགུའོ།

●སྤང་བུ་ཅིག་ཆར་བའི་དགྲ་བཅོམ་ནི་ཉེར་བཟོགས་ཁོ་ནས་ཐོབ།

• རྒྱུན་ལྷན་གྱི་དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས།

- སྤྱིར་རྒྱུན་ལྷན་ལ་དབང་པོའི་སྒོ་ནས་རྗེ་རྒྱལ་གཉིས།
- རྒྱུན་ལྷན་ལ་སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པ་དང་། ཅིག་ཅར་བ་གཉིས།
- སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པ་ལ་ཅམ་པོ་བ་དང་། བྱུང་པར་ཅན་གཉིས།
- རྒྱུན་ལྷན་ལ་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་གྱིས་སྤིང་པ་ལན་བདུན་པ་བ་དང་། རིགས་
ནས་རིགས་སྐྱེ་གཉིས། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་སྤྱིར་རྒྱུན་ཅན་དང་། མིའི་རྒྱུན་ཅན་
གཉིས་རེ་ཡོད།
- སྤིང་པ་ལན་བདུན་པ་བའི་དོན་ནི། རྒྱུན་ལྷན་གྱི་འབྲས་བུ་གསར་དུ་ཐོབ་པ། འདོད་པར་རིགས་
མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྤིང་ལན་བདུན་ལེན་པའི་རིགས།
- རིགས་ནས་རིགས་སྐྱེ་གྱི་དོན་ནི། འདོད་ཉོན་གསུམ་པ་སྤངས་པའི་རྒྱུན་ལྷན་གྱི་འབྲས་བུ་གསར་དུ་
ཐོབ་པ། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྤིང་ལན་གཉིས་སམ་གསུམ་ལེན་ཅིང་བཞི་པ་མི་ལེན་པའི་
རིགས་ཞིག

• ཕྱིར་འོང་གི་དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས།

- དབང་པོའི་སློབ་ལ་སློབ་པ་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དང་མོས་པ་དང་། མཐོང་ཐོབ་པ་གཉིས།
- འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་སློབ་ལ་སློབ་པ་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་འོང་དང་། འབྲས་བུ་ཐོང་སྐལ་བའི་ཕྱིར་འོང་གཉིས།
- ལྷོར་བའི་སློབ་ལ་སློབ་པ་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཙམ་པོ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས།
- ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཚེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ནི། འདོད་ཉོན་བདུན་པའམ་བརྒྱད་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན། འདོད་སྣང་སྐྱེ་བ་ལན་གཅིག་སྤངས་ནས་སྤང་འདས་མདོན་དུ་བྱེད་པའི་རིགས།



- གཉིས་པ་འདོད་པར་ཚེ་ཡོངས་སུ་མ་གྱུར་པ་ལ་དབྱེ་བ།

- ༡ གཞུགས་སུ་ཉེར་འགྲོའི་ཕྱིར་མི་འོང་།
- ༢ གཞུགས་མེད་ཉེར་འགྲོའི་ཕྱིར་མི་འོང་།
- ༣ ཕྱིར་མི་འོང་མཐོང་ཚོས་ཞི།
- ༤ ཕྱིར་མི་འོང་ལྷན་མདོན་བྱེད་དང་བཞི།

● གཞུགས་སུ་ཉེར་འགྲེའི་ཕྱིར་མི་འོང་ནི།

● འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་གང་ཞིག་གཞུགས་སུ་ཉེར་མཚམས་སྦྱོར་བ་ཞིག་ལ་ཟེར།

- དེ་ལ་དབྱེ་ན།
- ༡ དེའི་བར་འདའ་བ།
- ༢ རླེས་འདའ་བ།
- ༣ གོང་འཕོ་བ་དང་གསུམ།

● དང་པོ་ལ། ༡ རྒྱར་བར་འདའ་བ། ༢ རྒྱར་བ་མིན་པར་འདའ་བ། ༣ རིང་མི་ཞིག་ནས་འདའ་བ།

● གཉིས་པ་ལ། ༡ རླེས་ཅམ་ནས་འདའ་བ། ༢ འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཏེ་འདའ་བ། ༣ དེ་མེད་པར་འདའ་བ།

• གཞུངས་སུ་ཉེར་འགྲོ་གོང་འཕོ་བ་ནི།

• གཞུངས་སུ་སྐྱེ་སྤྱོད་བརྒྱུད་ནས་འོག་མིན་དང་། སྤྱོད་ཅེ་གང་རུང་གི་ཉེན་ལ་
སྤྱང་འདས་མངོན་དུ་སྤྱོད་པའོ།།

• དེ་ལ་དབྱེ་ན།

• ༡ འོག་མིན་མཐར་ཐུག་འགྲོ།

• ༢ སྤྱོད་ཅེ་མཐར་ཐུག་འགྲོ་གཉིས།

• འོག་མིན་མཐར་ཐུག་འགྲོ་ལ་དབྱེ་ན།

• ༡ འཕར་བ། ཚང་མིས་ནས་འོག་མིན་དུ་འགྲོ།

• ༢ སྤྱོད་འཕར་བ། ཚང་མིས་དང་གནས་གཙང་འོག་མ་གསུམ་ནས་འོག་མིན་དུ་འགྲོ།

• ༣ གནས་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་བ། ཚངས་ཆེན་མ་གཏོགས་གནས་བརྒྱུ་ཐམས་
ཅད་དུ་འགྲོ།

• གཞུགས་མེད་ཉེར་འགོའི་ཕྱིར་མི་འོང་།

• འདོད་པའི་ཉེན་ཅན་ཡིན་པ། གཞུགས་སུ་སྐྱེ་བ་མ་ལྔ་ལས་པར་གཞུགས་མེད་
དུ་སྐྱང་འདས་མདོན་དུ་བྱས་པ།

• དེ་ལ་དབྱེ་ན།

• ༡ སྐྱེ་འདའ་བ།

• ༢ འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཉེ་འདའ་བ།

• ༣ འདུ་བྱེད་མེད་པར་འདའ་བ་བཅས་གསུམ།

• ཕྱིར་མི་འོང་མཐོང་ཚོས་ཞི་དང་། ལྷས་མངོན་བྱེད།

• མཐོང་ཚོས་ཞི་ནི། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཚེ་དེ་ལ་མྱུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའོ།།

• ལྷས་མངོན་བྱེད་ནི། རྣམ་ཐར་བརྒྱད་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ངོ་།།

• རྣམ་ཐར་བརྒྱད་ནི།

• ༡ གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་བལྟ་བའི་རྣམ་ཐར།

• ༢ གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་བལྟ་བ།

• ༣ རླུག་པའི་རྣམ་ཐར།

• ༤ །༥།༦།༧ གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞི།

• ༨ འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་བཅས་སོ།།

• དབྱ་བཅོམ་པའི་དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས།

- ངོ་བོའི་སློ་ནས་སྤྲ་བྱ་ཅིག་ཅར་བ་དང་། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པ་གཉིས།
 - དབང་པོའི་སློ་ནས་དྲུག
 - ༡ ཉམས་པ་ཚོས་ཅན།
 - ༢ བདག་གསོད་པའི་ཚོས་ཅན།
 - ༣ རྗེས་སྤྱོད་བསྐྱུང་བའི་ཚོས་ཅན།
 - ༤ གནས་པ་ལས་མི་བསྐྱོད་པའི་ཚོས་ཅན།
 - ༥ ཉོགས་པའི་འོས་སྤྱོད་ལྱུང་བའི་ཚོས་ཅན།
 - ༦ མི་གཡོ་བའི་ཚོས་ཅན་དང་དྲུག
 - སྐྱིབ་པ་སྤོང་ཚུལ་གྱི་སློ་ནས་ཤེས་རབ་གྱིས་ཉོན་མོངས་རྒྱུང་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇོན་གྱིས་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་གཉིས།

• ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲིབ་ལམ།

- ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོགས་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་གདམས་ངག་གིས་སྟོང་ཉིད་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་པ་ལས་སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་བསྐྱམས་བྱུང་གཙུག་པོར་གྱུར་པའི་ཞི་སྟག་ཟུང་འབྲེལ་ཐོབ་པ་ཞིག་ལ་བྱེད།
- དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཞི་གནས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་སྟོང་ཉིད་ལ་རིགས་པས་དབྱུང་སྟོབས་ཀྱིས་ལྷུས་སེམས་ཤིན་ལྷུངས་གྱི་བདེ་བ་འདྲེན་རྒྱས་པ་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་སྟག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་འགྲུབ་ཐོབ་པར་འཇོག།
- དེ་སྟེ་བུའི་ཞི་སྟག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་བཞི་ལ་གསལ་སྒྲུབ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ཡོད།

• **ཐེག་ཆེན་ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་ཚུལ།**

- **བཀའ་བརྒྱུད།** ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེའི་སྟོང་མཐུན་ལས། ལྷོར་ལམ་ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་གི་མཚན་ཉིད། འཛིན་ཉེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་དུ་བྱ་བ།
- **དགོ་ལྷགས།** རྒྱལ་ཚབ་རྗེའི་དོན་བདུན་ཅུ་ལས། ཐེག་ཆེན་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རིགས་མི་མཐུན་སེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་ཉོགས་སོ།།
- ལོག་ཉོག་སེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་ཆེན་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་རྗེས་སྐྱེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མངོན་ཉོགས་གང་ཞིག་མོས་སྦྱོང་གྱི་སས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་བྱས་པ།

• **ས་སྐྱུ** ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམ་པའི་སྣམ་དོན་རབ་གསལ་ལས། སྐབས་འདིར་
དངོས་བསྟན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད། དམིགས་རྣམ་སོགས་བྱུང་ཚོས་སྣའི་
སྐོན་ས་ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་འཇིག་རྟེན་
པའི་སྐོན་བྱུང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ།།

• **རྟོང་མ།** མཁན་པོ་ཐུབ་བསྟན་བཙུན་འགྲུས་གྱི་དོན་བདུན་ཅུ་ལས། ཐེག་ཆེན་
ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་རྗེས་སུ་སྦྱེས་པའི་བྱུང་ཚོས་སྣ་སྣམ་གྱི་མངོན་རྟོགས་གང་
མོས་སྦྱོང་གྱི་སས་བསྟུས་པ། ཐེག་ཆེན་ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་གི་མཚན་ཉིད།

• ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་བྱུང་ཚོས་ལྗེ་སྒོ་

ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• ༡ དམིགས་པའི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། །བདེན་པའི་རྟེན་ཅན། །ཞེས་པས་བསྟན།

• ༢ རྣམ་པའི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• དེ་ཡི་རྗེ། རྣམ་པ་མངོན་ཞེན་ལ་སོགས་འགོག །ཞེས་པས་བསྟན།

• ༣ རྒྱའི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་ཐོབ་པའི་རྒྱ། །ཞེས་པས་བསྟན།

• ༤ ཡོངས་འཇོག་གྱི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• སེམས་མི་འགོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།

• ༥ སྤང་པ་ལྡན་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ།

• གཞི་དང་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།

• ལྷོ་ལམ་དྲོད་སོགས་བཞིའི་སྐྱ་བཤད།

• ༡ དྲོད་ཀྱི་སྐྱ་བཤད།

- ལྷོ་ལམ་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མའི་སྐྱ་ལྷན་ཡིན་པས་དེ་ལྷོ་བཤེད།

• ༢ ཚེ་མའི་སྐྱ་བཤད།

- དགོ་བའི་རྩ་བ་གཡོ་བའི་ཚེ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལྷོ་བཤེད།

• ༣ བཟོད་པའི་སྐྱ་བཤད།

- ངན་འགྲོ་མེད་པས་ཚོས་ཆེན་པོ་ལ་བཟོད་པས་དེ་ལྷོ་བཤེད།

• ༤ ཚོས་མཚོག་གི་སྐྱ་བཤད།

- འཇིག་རྟེན་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚོག་ཡིན་པས་དེ་ལྷོ་བཤེད།

• ལྷོ་ལམ་བཞིའི་དམིགས་རྣམ་སྟོན་ཚུལ་ལ་ཚུངས་པར།

• ཁོ་ན་རེ། རྟོན་ཚུངས་ལཱའི་དམིགས་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་ལས་གཞན་པའི་དམིགས་
རྣམ་སྟོན་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གི་གཞུང་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས། དམིགས་
རྣམ་སྟོན་པའི་རྣམས་བདེན་བཞིལ་བརྟེན་པར་རྟོགས་མི་རུས་ཏེ། རྟོན་ཚུངས་
སྐབས་དམིགས་པ་མི་རྟོག་ལ་སོགས་པ། །བདེན་པའི་རྟེན་ཅན། ཞེས་པའི་ཚོགས་
དངོས་སུ་སྟོན་ལ། དམིགས་རྣམ་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ། དེ་ལྟར་དངོས་
སུ་མ་སྟོན་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན།

• ལྷོ་ལམ་མེད་དེ། ལྷོ་ལམ་འི་དམིགས་རྣམ་སྟོན་པའི་གཞུང་དེ་དག་གིས་བདེན་བཞི་
ལ་བརྟེན་པར་རྟོགས་རུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་བདེན་བཞིལ་སྟོན་པའི་ཚོགས་
བཟོན་གི་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

• ལྷིལ་གཞི་གཅིག་ལ་སྟོས་པའི་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་གཉིས་ཉན་
པ་པོའི་སློ་ངོར་བྱུང་པར་གཞན་སློང་མི་སློང་མ་གཏོགས་བརྗོད་བྱ་རྩལ་གཞན་
ཡོད་པ་མ་ཡིན།

• འོ་ན་དམིགས་རྣམ་ལྷན་མའི་སྐབས་སུ། བདེན་པའི་རྟེན་ཅན་ཞེས་པའི་ཚོག་
དངོས་སུ་མི་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན།

• དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཚོགས་བཅད་སྐྱུར་སྐྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན། དེ་ཡང་འགྲེལ་པ་
དོན་གསལ་ལས། རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ན་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་བསྐྱེབས་པའི་ངོར་ཐ་
དད་པར་བརྗོད་གྲུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལོ།།

Name : Gorig Tenzin Chogdan
Subject : Bon Sampradaya Shastra

གཡུང་རླུང་བོན་གྱི་རང་གཞུང་།

Standard:Acharya 2nd year Bon Sampradaya

རྒྱགས་དུས་དང་པོ། **1st Semester**

དགེ་བཤེས་སློ་རིགས་བརྟན་འཛིན་མཚོག་ལྷན།

༄༅། ས་ལམ་འཕུལ་གྱི་སློན་མེ་དབུ་ནས་ལེའུ་གསུམ་པ་ཆ་ཚང་།

དེ་བཤད་པ་ལ་སྒྲོན་འགྲོ་སྐད་ཀྱི་དོན་དང་། དངོས་གཞི་གཞུང་། རྗེས་
འཇུག་གི་དོན །

- དང་པོ་སྒྲོན་འགྲོ་སྐད་ཀྱི་དོན་ལ་གསུམ་ཡོད།
- ༡ མཚོན་པར་བརྗོད་པ།
- ༢ བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ།
- ༣ བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུལ་བ།
- ཚུ་བ། ལེགས་པ་ཀུན་རྗོད་ཀྱི་ནས་.....དང་མོས་དྲན་པའི་སེམས་ཀྱིས་འདིར་ལྷགས་
མཚོན། བར་རོ།

༡ སངས་རྒྱལ་དགོན་མཚོག་ བོན་དགོན་མཚོག་ སེམས་པ་དགོན་མཚོག་

སྒྲ་མ་དགོན་མཚོག་བཞི་དོས་གཟུང་ནས་དེ་ལ་མཚོད་པར་བརྗོད་པ།

༢ བཤད་པར་དམ་བཅའ་ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཁེངས་བསྐྱེད་ས་
པའི་སྒོ་ནས་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་དངོས།

༣ སངས་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱན་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་པར་མི་འོས་པས་
བདག་བས་དམན་པ་རྣམས་དད་མོས་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་འདིར་འཇགས་པ་བསྟན་ནོ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་གཞུང་གི་དོན་ལ།

- བཤད་པར་བྱ་བ་གཞི་ཉམས་སྲུབ་ལ། ལམ་གྱི་རང་བཞིན། ཉམས་སྲུབ་ལས་པའི་འབྲས་བུ་དང་གསུམ།
- ༡ གཞི་རྩ་དོས་བཟུང་བ་དང་། གཞིའི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། གཞི་རི་ལྟར་རྟོགས་པའི་ཚུལ་དང་གསུམ་ཡོད།
- དང་པོ་ལ་རང་སྤྱོད་དོས་བཟུང་བ་དང་། རགས་པའི་དབྱེ་བ། བཟུས་དོན་ལ་རྩ་བ་དེལ་བ་དང་གསུམ་ཡོད།
- ༡ རང་སྤྱོད་དོས་བཟུང་བ་ནི་ཁམས་བརྒྱད་ལས། འཕྲུལ་བོན་གསང་བ་དང་རིང་གིས་གསོལ་བ། རྟོན་པ་ལགས། བོན་ཐམས་ཀྱི་གཞི་དང་རྩ་བ་ནི་གང་ལགས།

གཤེན་རབ་ཀྱིས་བཀའ་བསྩལ་བ། བོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་དང་རྩ་བ་ནི་ཡོངས་སྲུབ་དག་ཉིད་ལ་འདུས་ཚུལ་རྣམས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད།

༡ རགས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། འཁོར་བ་དང་མྱུང་འདས་གཉིས་ལ་མཚན་ཉིད་མཚན་གཞི་དབྱེ་བ་ངེས་ཚོག་རྣམས་དང་། རྒྱ་ཡི་སློན་ནས་འཁོར་འདས་དང་། རོ་བོའི་སློན་ནས། ས་མཚམས་ཀྱི་སློན་ནས། རང་བཞིན་གྱི་སློན་ནས། དུལ་གྱི་སློན་ནས། རྩི་ཡི་སློན་ནས། གང་ཟག་གི་སློན་ནས་འཁོར་བ་དང་མྱུང་འདས་ལས་འདས་པ་བཞག་ཚུལ་རྒྱས་པས་གསུངས་ཡོད།

༢ བཟུས་དོན་ལ་རྩ་བ་དེལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་འཁོར་བ་དང་མྱུང་འདས་པ་གཉིས་ཀ་ཡང་། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་སྲུབ་འདུས་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་བོན་རྣམས་མཚན་མ་ཤས་ཆེ་བའི་སློན་ནས་ཀུན་རྫོབ་དང་། མྱུང་འདས་པའི་བོན་རྣམས་ནི། མཚན་མེད་ཤས་ཆེ་བའི་སློན་ནས་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པར་འདུས་པར་གསུངས་སོ།

གཉེས་པ་གཞིའི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ།

- བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། ངེས་ཚིག།
- ༡ རང་བཞིན་གྱི་བདེན་པ་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། རིགས་ཀྱི་བསྐྱུས་པའོ།
- རང་བཞིན་གྱི་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལུགས་དང་ལྡན་པ། དབྱེ་བ་ལ་ས་མཚམས་དང་། རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པ་དང་། དབྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་དང་གསུམ་ཡོད།
- ༡ ལྟོང་ཉིད་དོན་དམ་དུ་བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྫོབ་དུ་བཞག་དགོས་པའི་རྒྱ་བསྟན་ཡོད།
- ༢ རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པ་ནི། དོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ་གཉེས། གང་ལས་དབྱེ་བའི་གཞི། གང་གི་དབྱེ་བའི་ངོ་བོ། གང་གིས་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན། འབྲས་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཇི་ལྟ་བུ་ཉོགས་པའི་ཡུལ་ལ་ལྟོས་ནས་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། ཇི་སྟེད་པ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟོས་ནས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བཞག་ལས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། འཕགས་པ་དང་རྗེས་ཐོབ་གཉེས་ལ་ལྟོས་ནས། དོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ་བཞག་དགག་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་གཉེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་གསལ་བར་བསྟན་ཡོད།
- ༣ དབྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་ལ། དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི། ངེས་ཚིག་རྣམས་སོ་སོར་བསྟན་ཡོད།

གསུམ་པ་གཞི་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ཡོད།

- ༡ གཞན་ལུགས་དང་།
- ༢ རང་ལུགས།
- ༣ མདོར་བསྟུ་བའོ།

དང་པོ། གཞུང་འཛིན་དོན་དམ་དུ་སྐྱབ་བའི་ལུགས་དང་། སེམས་རིག་བདེན་པར་སྐྱབ་བའི་ལུགས། རྟོང་ཉིད་ཡོངས་གཙོ་དུ་སྐྱབ་བའི་ལུགས་
དགག་པ་རྣམས་བཤད་ཡོད།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དངོས་དང་། སྐྱབ་བྱེད་གཉིས་ཡོད།

༡ བདེན་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་འགྲུབ་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་གྱི་སྐྱབ་བ་འདི་ལ། ཡང་དག་པར་ན་སྐྱོས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པས།
ཅིའི་ངོ་བོར་ཡང་མ་གྲུབ་ལ། གང་གི་ངོ་བོར་ཡང་མ་བརྟན་པ། སྐྱབ་མེད་པར་གདོད་ནས་དག་པ། འདི་ཞེས་བྱ་བར་མཚོན་ཞིང་དཔག་
དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྐྱོས་པས་དབེན་པའི་སྒོ་འདས་ཡིན་ཡང་།

ཀུན་རྫོབ་ཐ་སྐྱད་ཅོམ་དུ་སྐྱབ་བ་མ་འགག་པ། དེ་དག་གི་སྐྱོས་པ་ཡང་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་བདེན་པའི་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར།
སྐྱིག་སྐྱུ་སྐྱ་སྐྱན་མི་ལམ་མིག་ཡོར་དང་། གཞུགས་བརྟན་ཚུ་ཟླ་གཞའ་ཚོན་ལྟ་སྟེ། སྐྱ་མའི་ཚུལ་དུ་གནས་པའོ།

ཡང་དག་པར་ནས་སྐྱ་མ་སྟུ་ཅོམ་ཉིད་དུ་ཡང་མ་དམིགས་པར་དམིགས་གཏུན་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའོ།

གཉེས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ལ་གཉེས་ཡོད།

- ༡ ལྷུང་དང་།
- ༢ རིགས་པ།
- དང་པོ་ནི། ཕྱི་ནང་སྣོད་བཅུད་དང་། གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་བོན་རྣམས། ཡེ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་སྣོད་པའི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྟོན་པས་གསུངས་ཏེ། ཁམས་བརྒྱད་ལས། ཡེ་ནས་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིས་དང་། རྐྱེ་བ་མེད་པ་གཡུ་རླུང་གི་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་སོགས་དང་། ཕྱི་རྒྱུད་ལས། མི་སྐྱེ་མི་འགག་ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་ཅན། སྐྱབ་བསམ་ཚིག་ལས་འདས་ཏེ་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིས་དང་། ཁམས་བརྒྱད་ལས། ཐ་སྙད་དུ་གསུགས་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྐྱུ་མའི་དཔེ་བརྒྱད་དུ་གསུངས་སོ།།

གཉེས་པ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉེས་ཡོད།

- ༡ ཡང་དག་པར་འབྲེལ་ཡུལ་འགོག་པ་དང་།
- ༢ ཐ་སྐད་དུ་འགལ་ཟླར་བསྐྱབ་པའོ།
- དང་པོ་ལ། རོ་བོ་དང་། རྒྱ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་བརྟག་སྟེ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ་ཡོད།
- ༡ གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱབ་སྟེ། ལྷང་བ་ཙམ་བོན་ཅན། བདེན་དངོས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་བདེན་པའི་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་སྟེར། དཔེར་ན་མི་ལམ་གྱི་ལྷང་བ་བཞིན་ལོ།
- ༢ གཡུང་དུང་གཟེར་ཆེན་གྱི་རྟགས་འགོད་པ་ནི། ལྷང་བ་ཙམ་བོན་ཅན། རང་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་ཏེ། སྐྱེ་བའི་སྐྱ་བཞི་དག་དང་བྲལ་བའི་སྟེར། སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། དཔེ་རི་རྩུབ་ཞེན་སྐྱེ་མའི་རྟ་སྐང་བཞིན་ལོ།
- ༣ ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་རྟགས་འགོད་པ་ནི། ལྷང་བ་ཙམ་བོན་ཅན། ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་དང་མེད་པ་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བའི་སྟེར། བདེན་པའི་དངོས་པོས་སྟོང་ཞིང་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་མེད་དེ། སྐྱེ་མའི་རྟ་སྐང་ལ་སོགས་བཞིན་ལོ།
- ༣ མདོར་བསྐྱབ་པ་ནི། གཞི་རྩ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། གཞིའི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། གཞི་རི་རྩུབ་རྟོགས་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བར་བསྟན་ནས་ལེན་དང་པོ་ཚར།

ལེའུ་གཉིས་པ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གསུམ་ཡོད།

ལམ་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་། རྒྱ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན། རང་བཞིན་དེའི་བྱེད་ལས་དང་གསུམ་མོ།

༡ ལམ་ཉིད་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་དག་ནི། ལས་སྦྱོང་ཡིན་ཏེ་ལྷང་ལས་བཤད་ཅེས་པ་ནི། མདོ་ལས། རྩིག་བཅུ་སྦྱོང་ན་ངན་སོང་གནས་སུ་སྐྱེ། དགོ་བཅུ་སྦྱོང་ན་མཚོ་རིས་མི་དང་སྤྱོད་ལོ་འཕང་ཐོབ། བསམ་གཏུན་ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་ན་སྒྲ་མེད་འབྲས་བུ་ཐོབ། ཅེས་གསུངས་པས་སོ། དེ་ན་བརྒྱད་རྒྱ་དགོ་མི་དགོ་ལས་ཅི་རིགས་དང་། དངོས་རྒྱ་སེམས་དག་མ་དག་ལ་སོགས་ལས་འབྲུང་བའོ།

༢ རྒྱ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ལ། ལམ་གྱི་དོན་རྩིས་དང་། མཚན་གཞིའི་དབྱེ་བ། མཚན་བྱའི་ངེས་ཚིག་དང་གསུམ་ཡོད།

༡ ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཕྱིན་པར་བྱེད་ཅེས་སྒྲོ་གྲོས་གྱི་བདག་ཉིད་གྱིས་གསུངས་སོ།

མཚན་གཞིའི་དབྱེ་བ་ལ། བྱམ་མོང་དང་། སོ་སོའི་དོན་གཉིས་ཡོད།

གང་ལས་དབྱེ་བའི་གཞི་ནི། ལམ་ཚམ་མོ། གང་དབྱེ་བའི་ངོ་བོ་ནི། འཁོར་བའི་ལམ་དང་། ཐར་པའི་ལམ་གཉིས་སོ། གང་གིས་འབྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཉེན་གྱིས་སངས་རྒྱས་འཕྲོད་པར་འདོད་པ་ལ་ཐར་ལམ་དང་། མི་འདོད་པ་ལ་འཁོར་ལམ་དབྱེའོ། ཇི་ལྟར་དབྱེ་བའི་དོན་ནི། ངོ་བོ་ཡང་མི་གཅིག་ལ། བྱེད་ལས་ཀྱང་མི་གཅིག་ལ། ཇི་སྟེད་དབྱེ་བའི་གངས་ངེས་ནི། རྒྱའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཉེན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་འཁོར་ལམ་དང་། མི་བསྐྱེད་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་ཐར་ལམ་དང་གཉིས་སུ་ངེས་སོ། ངོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྣམ་པར་ཞི་བ་ལ་སྟོས་ཏེ་ཐར་ལམ་དང་། མ་ཞི་བ་ལ་སྟོས་ཏེ་འཁོར་ལམ་གཉིས་སུ་ངེས་སོ། འབྲས་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཡིད་དུ་འོང་བར་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་ལ་སྟོས་ཏེ་ཐར་ལམ་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བར་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་ལ་སྟོས་ཏེ་འཁོར་ལམ་གཉིས་སུ་ངེས་སོ། རྒྱ་མཚན་པལ་ཚེར་འདིས་ཤེས་སོ།

གཉེས་པ་སོ་སོའི་དོན་ལ་གཉེས་ཡོད།

- ༡ འཁོར་བའི་ལམ་དང་།
- ༢ ཐར་བའི་ལམ་གཉེས།
- དང་པོ་ལ་རྒྱ་དང་། རང་བཞིན། བྱེད་ལས་དང་གསུམ་ཡོད།
- དང་པོ་རྒྱ་ལ་རིང་རྒྱ་ནི། སྤྱ་རྒྱས་ཀྱི་ལས་མ་སྤངས་བ་དང་། ཚུལ་མིན་གྱི་རིགས་ཡིད་ལ་འཆང་བ་དང་། ཆགས་སྤང་ལ་སོགས་སྐྱེ་བའི་ཡུལ། ཉེ་བར་གནས་པའི་རྒྱུན་ངན་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་ཡིན་ཏེ། མངོན་ལས། མིན་པ་ཕྱིན་ཁ་ལོག་ལས་ཀྱང་། འཁོར་བ་དུག་གི་བ་མོ་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། ཉེ་རྒྱ་ནི། བསམ་པ་མ་དག་པ་ལོག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་འཛོམས་པ་ལ་སོགས་ལས་བྱུང་བའོ།
- གཉེས་པ་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ། དེས་ཚོག་དང་གསུམ་ཡོད།
- བདག་འཛིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ནས་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་ནི་འཁོར་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་གསུངས་སོ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་ལྟ་ཡོད།

- དབྱེ་གཞི་འཁོར་ལམ་ཙམ་འདོད་ལ། དབྱེ་ངོ་ནི། དམུལ་བའི་ལམ་དང་། ཡི་དུགས་ཀྱི་ལམ། རྩོལ་སོང་གི་ལམ། མིའི་ལམ། ལྷའི་ལམ་དང་ལྷར་མཚོན་དང་ཁམས་བརྒྱད་ནས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། དབྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྒྱ་དུག་ལྡང་དང་རྒྱུན་སྲོག་གཅོད་ལ་སོགས་ལྷས་ལམ་ལྷར་རྣམ་པར་འབྱེད་དོ། དབྱེ་བའི་དོན་ནི། རྒྱ་ཡང་ཐ་དད། འབྲས་བུ་ཡང་ཐ་དད། རོ་བོ་ཡང་ཐ་དད་ནས་འབྲས་ལ་སོགས་ལྷར་དུ་ཡོད་དོ། གྲངས་ངེས་ནི། རྒྱ་དུག་ལྡང་ལ་ལྷས་ཏེ་འབྲས་བུ་འཁོར་བའི་ལམ་ལྷ་གྲངས་ངེས་སོ།
- གསུམ་པ་ངེས་ཚོག་ནི། འཁོར་བའི་གནས་ནས་གཅིག་ཏུ་ནི་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པའི་སྦྱིར་ན། འཁོར་བའི་ལམ་གྱི་མིང་དོན་ངེས་པའོ།
- གསུམ་པ་བྱེད་ལས་ནི། ཡིད་དུ་འོང་བ་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དམུལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་དང་། བདེ་སྐྱུག་གང་ཡང་མིན་པའི་བར་མའི་སྤང་བ་ལ་སོགས། རང་རང་གི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུའི་རྣམ་རིགས་སྤྲོ་ཚོགས་སོ་སོར་སྦྱིན་པར་བྱེད་དོ། ལས་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་ས་ལ་གནས། ཞེས་གསུངས་སོ།

གཉེས་པ་ཐར་ལམ་ལ་གསུམ་ཡོད།

- རྒྱ་དང་། རང་བཞིན། བྱེད་ལས་དང་གསུམ།
- རྒྱ་ལ་རྟོན་ངོས་བབྱང་བ་དང་། གང་ལ་བརྟོན་པའི་བོན་དང་། རི་ལྟར་འཇུག་པའི་ཚུལ་དང་གསུམ་ཡོད།
- རྟོན་ངོས་བབྱང་བ་ལ་ངོ་བོ་ངོས་བབྱང་བ་དང་། དེའི་རང་བཞིན་དང་། བྱེ་བྲག་གང་གི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་དང་གསུམ་ཡོད།
- དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་གྱི་རིགས་ཅམ་ནི་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་བརྟོན་ཅམ་ཡོད་དེ། མདོ་ཐུན་ལས། རང་སེམས་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཅེས་དང་། གཤམ་པ་ལས། དེ་རྟོགས་མ་རྟོགས་བྱུང་བར་ཆེ། ཞེས་གསུངས་སོ། རིགས་པས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་རིགས་ཅམ་བརྟོན་པ་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་ལ་སེམས་ཉིད་ཡོད་པའི་སྤྱིར། བྱས་མི་རྟག་བཞིན་ནོ། སེམས་ཉིད་ཡོད་པས་རིགས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སེམས་ཉིད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ།
- དེའི་རང་བཞིན་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ། དེས་ཚོགས་དང་གསུམ་ཡོད།
- རྒྱལ་བའམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ནི། རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། རྒྱལ་བའམ། བོན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱའི་བྲལ་རྒྱུར་གྱུར་པ་ནི། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རྒྱལ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོ་ཏན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ནི། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཡོད།

- རྣམ་གྲངས་དང་། བྱེད་ལས་གཉིས།
- དང་པོ་རྣམ་གྲངས་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་དབྱེ་སྟེ། བྲལ་འབྲས་དང་སྐྱབ་འབྲས་སོགས་ཀྱིས་བྱེ་བའོ།
- གཉིས་པ་བྱེད་ལས་ལ་གསུམ་ཡོད། རིགས་ཡོད་པའི་བྱེད་པ་དང་། རྒྱུན་ཡོན་གྱི་བྱེད་པ་དང་། འོག་མ་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ཚུལ་ལོ།
- དང་པོ་ནི། རིགས་མེད་ན་རྒྱུན་གྱིས་སློང་དུ་མེད། རིགས་མ་སང་ཅིང་མ་སློང་ན། ཐར་པའི་ལམ་དང་མི་འབྲད། དེ་མ་འབྲད་ན་འབྲས་བུ་ཐོབ་མི་སྲིད་ལ། རྒྱུད་ལ་རིགས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པས་ན། རྒྱུན་གྱིས་དེ་སློང་དུ་ཡོད་ལ། རྒྱུན་གྱི་དེ་སློང་པས་ཐར་པའི་ལམ་དང་འབྲད། ཐར་པའི་ལམ་དང་འབྲད་པས་འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ། དགོ་སྒྲིག་གཉིས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད། རྒྱུན་དང་འབྲད་པས་དུས་སུ་སློང་། ཞེས་གསུངས་སོ།

གཉེས་པ་རིགས་སང་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

- གཉེས་པ་རིགས་སང་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། རིགས་སང་པས་ངན་སོང་དུ་མི་སྤང་ཞིང་། འགྲོ་བ་གཞན་ཡང་སློན་པར་བྱེད་ཅུས་པ་དང་། རང་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡང་སྐྱུར་དུ་ཐར་པར་བྱེད་པ་སྟེ། མདོ་ལས། གཏོ་བྱ་དམུལ་བའི་ཡུལ་ན་ཡོད་ཀྱང་། གཡུང་དུང་སེམས་དཔའ་ཡོད་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ།
- རིགས་མ་སང་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། རིགས་མ་སང་པས་ཉོན་མོངས་དུག་ལྡེལ་སོགས་སྐྱེན་ངན་གྱི་དབང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྗེས་པའི་གྲོགས་དང་འབྲུང་ཅིང་། ལས་ཉོན་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཤར་ཡང་སྐྱུན་པའི་ཁང་པ་ནག དེ་དང་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་རིགས་ལ། དེས་ཚིག་བདེན་པ་བཤད་ཀྱང་མི་ཉན་སྐྱུར་བ་འདེབས། དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ལ་ཐར་པའི་རྒྱ་མ་མཚིས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ།
- གསུམ་པ་རིགས་འོག་མ་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་རྩྭ་ལ་ནི། ཐེག་འོག་མ་པས། རང་དོན་ལས་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེར་མི་རྣམས་ཤིང་། ལམ་ཡང་འགྲུང་ལ་ཐག་རིང་བ་དང་། འབྲས་བུ་སྐྱེན་ཚོགས་ཤིན་དུ་ཐོབ་པར་དགའ་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སང་པ་འདིས། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེ་བར་རྣམས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱུར་དུ་ཐོབ་ནས། དོན་གཉེས་སྐྱེན་གྱིས་གྲུབ་པར་བྱེད་པས་ན། ཐེག་པ་རྗེས་མ་དག་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། རྒྱེ་བ་གཅིག་གིས་སྤྲོ་མེད་བསྐྱབ་པ་འདི། རིག་པ་ཅན་གྱི་སྐྱེན་ཡིན་ཏེ། མོངས་པ་ཅན་གྱི་དུག་ཏུ་འགྱུར། ཅིས་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ་བྱེ་བྲག་དུ་གང་གི་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་བའི་ཚུ་ལ་ལ་གསུམ་ཡོད།

- ཆགས་པར་བྱེད་པའི་རྟེན་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱུ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དང་གསུམ་མོ།
- ལྷན་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་དང་། སྐྱེས་པ་གནས་པའི་རྟེན་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ལ་ལྷན་གྱི་རྟེན་དང་། བསམ་པའི་རྟེན་གཉིས་ཡོད།
- དང་པོ་ལྷན་རྟེན་ནི། མི་ཁོམ་པའི་གནས་བརྒྱུད་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐར་ལམ་པལ་ཆེར་མི་སྐྱེ་སྤྱེ། སྐྱེ་བ་ཆེ་བས་རིགས་མི་སང་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་རབ་མེད་པས་ངེས་འབྱུང་གི་སློ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། ལ་ལ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་གདུང་ཆེན་མེད་པས་སྐྱོ་བ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ།
- དེ་ནས་ལྷན་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་པལ་ཆེར་ནི། ལྷ་དང་མིའི་རྟེན་དག་ལས་སྐྱེ་བར་འབྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་མི་ལྷན་དལ་འབྱོར་ལྷན་པ་དང་། ལྷ་ལྷན་མི་ཁོམ་པའི་གཡེང་བ་མེད་པའོ། དེ་ཡང་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་སྐྱེ་བས་མ་དབང་དང་ལྷན། གཞན་དག་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་མི་ཁོམ་ལོག་པས་གཡེང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་པའོ།
- གཉིས་པ་བསམ་པའི་རྟེན་ནི། རང་རང་གི་རིགས་སང་ཅིང་ཁྱུང་པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སང་ཅིང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། ལྷོང་ཉིད་ལ་སོགས་མི་སྤྱག་པའི་སློ་དང་ལྷན་པའོ།

གསུམ་པ་སྟོན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ་ཡོད།

- ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་དཔོན་གསལ་དང་།
- རྩོམ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་།
- དུལ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་གསུམ་མོ།།

- དང་པོ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ། དེས་ཚོག་དང་གསུམ་ཡོད།
- དང་པོ་ནི། གདུལ་བྱ་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གདམས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུའམ། གང་ཟག་དེའོ། གོགས་ཁྱད་པར་ཅན་དཔོན་གསལ་ལ་བརྟེན་པ་གལ་ཆེའོ། ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་སེམས་དང་པོར་བསྐྱེད་པ་ནས། གོགས་ཚམ་གྱིས་ཟིན་པ་ཡོད་དེ། ཚོགས་སྦྱར་ནི། དུལ་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཁྱད་པར་ཅན་ནི་བོན་མཚོག་ལ་གནས་པ་སོགས་ལ་ཡོད་དོ།།
- གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ། སོ་སྐྱེ་དང་། འཕགས་པ་དང་། མཚོག་ཏུ་གྱུར་བའི་དཔོན་གསལ་དང་གསུམ་ཡོད།
- གསུམ་པ་དེས་ཚོག་ནི། དཔོན་ནི་མགོན་ཏུ་གྱུར་པའོ། གསལ་ནི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་འཛོམས་པའི་སྐྱེའོ། ཞེས་གསུངས་སོ།།

གཉེས་པ་ཐོབ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་གདམས་ངག་ལ་གསུམ་ཡིད།

ཉན་པ་པོའི་གང་ཟག་དང།

དེས་ཉན་པའི་གདམ་ངག་གི་རང་བཞིན།

དེའོ་དགོས་པའོ།།

དང་པོ་ནི། ཉེན་གང་གིས་ཉན་ན། ཉེན་སེམས་ཅན་གྱིས་གདམས་ངག་མ་ཐོས་ན་ལམ་ལ་འཇུག་པར་མི་རུས་པས། དེས་ན་གདམས་ངག་ཐོས་ཏུང་ཅམ་
ནི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཡིད་དེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་ཞིང་འཁོར་རྣམས་ཤེས་པའི་རྒྱད་རྒྱུང་བའི་ཕྱིར། འཕྲུལ་ངག་བདེན་པའི་ཐོན་
ཁམས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་དུ་གཏན་ལ་ཐབས་སྟེ་བཤད་པར་བྱ་ཡིས། ཞེས་གསུངས་སོ།།

ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བཅས་པ་ནི། གསར་ཞུགས་ནས་ཡིན་ཏེ། འཁོར་རྣམས་ཤེས་པའི་རྒྱད་རྒྱུང་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པས་སོ།།

ཐོས་ཤིང་སྒྲོམ་པ་དང་བཅས་པ་ནི། ཚོགས་ལམ་གྱི་རབ་ལ་སོགས་ནས་ཡིན་ཏེ། དེར་བསྒྲོམས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཐོབ་པས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ།།

ཐོབ་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ནི། མཐོང་ལམ་ཡན་ཆད་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གནས་ལུགས་མཐོང་བ་གོམས་པ་ཡིན་པས་སོ།།

དུས་ནམ་གྱི་ཚོ་ཉན་ན། ལམ་གསར་ཞུགས་ལ་སོགས་སུ་གདམས་ངག་ཉན་ཞིང་ཡོངས་འཛིན་དང་འཕྲད་པའི་དུས་དང་ས་ཁབས་ཡོད་ལ། དེ་ལས་རིམ་
བཞིན་ཇི་རྒྱས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ནོ།།

ཡུལ་གང་ལ་ཉན་ན། བལ་ཆེར་ནི་ཚོགས་ལམ་ཚུན་ལ་སོ་སྐྱེའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཉན་ལ། ལྷོར་ལམ་ལ་ནི་འཕགས་སྤུལ་ལོ། ཞེས་པས། ལྷོར་ལམ་ཡན་ཆད་
ན་འཕགས་པ་དང་མཚོག་གི་སྤུལ་སྤུལ་ཉན་པ་དང། གཡུང་དུང་སེམས་དབའ་ལ་རྗོགས་སྤྱོད་ཐོབ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བཤད་པ་བཞིན་
ནོ།།

གཉེས་པ་དེས་ཉན་པའི་གདམ་ངག་གི་རང་བཞིན་ནི།

- དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་ཐབས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ངག་གང་ཞིག་ ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་ལས་
བྱུང་བ་ནི། གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན།
- ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པ་བྱེད་པའི་ཐབས་སྟོན་ཞིང་། ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་ལས་བྱུང་
བའི་ངག་དེ། བྱུང་པར་ཅན་གྱི་གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད།
- ཡོན་ཏན་མ་ཐོབ་པར་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ངག་གང་ཞིག་ ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་ལས་བྱུང་
བ་ནི། རྗེས་བསྟན་གྱི་གདམས་ངག་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཅོ།།

Name : Jampa Chopel
Subject : Bhot Jyotish



སྒྲོབ་ཚན།

བརྗོད་གཞི།

འཛིན་གྲུ།

འཆད་ཁྲིད་པ།

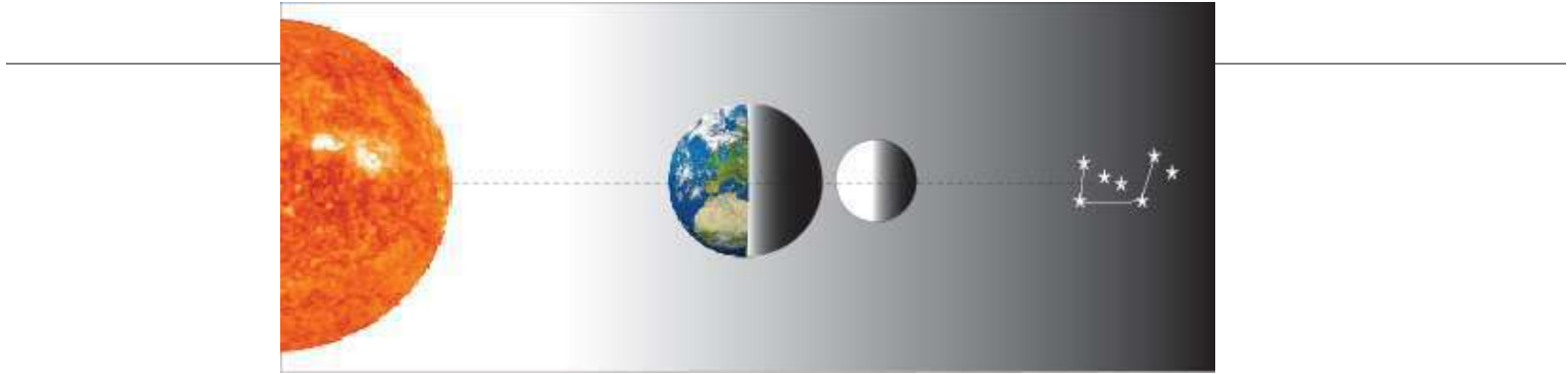
པོད་ཚུལ་རིག་པ།

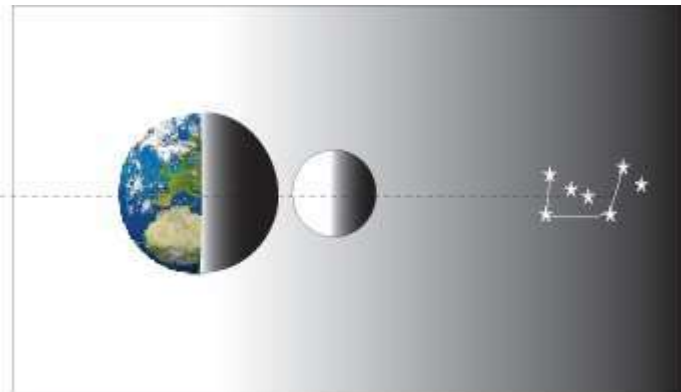
ས་ག་རྒྱ་བ་ངོས་འཛིན་བཞུགས་སོ།།

བསྟན་བཅོས་ལོ་རིམ་དང་པོ།

སྒྲོབ་དཔོན་བྱམས་པ་ཚོས་འཕེལ།







ཉི་འགོད་རྣམ་འཕོ།



བྱང་རྣམ་མེ་ག
བྱང་རྣམ་སྐྱབ་བཅུ་བ།

ཚངས་མིག་གཉིས་ཀྱི་གསེག་འཕྲོག

མི་འགྲུང་བརྟན་པ།

རང་འཁོར་གྱི་འགྲོས་ལམ།



བྱང་ཕྱོ།

ལྷུང་ལྷུག་ ༡༣།༥

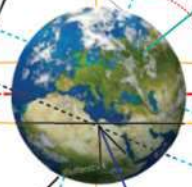
སྟོན་ཉིན་མཚན་མཉམ།

བར་རྣམ་གྱི་ཚངས་མིག

ལྷུང་ལྷུག་ ༤༦།༥

དབྱུག་ཉི་ལྗོན།

འཛམ་གླིང་གི་ཚངས་མིག



དབྱུག་ཉི་ལྗོན།

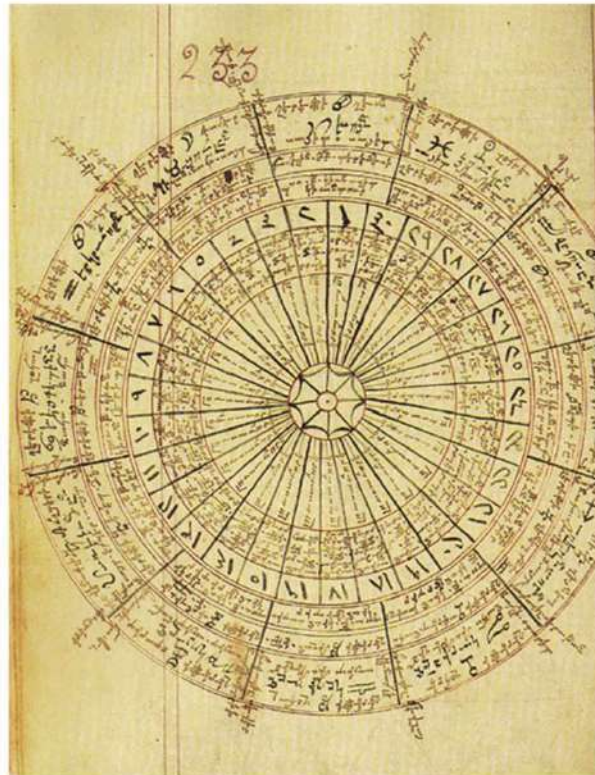
མོ་ཕྱོ།

དབྱིད་ཉིན་མཚན་མཉམ།

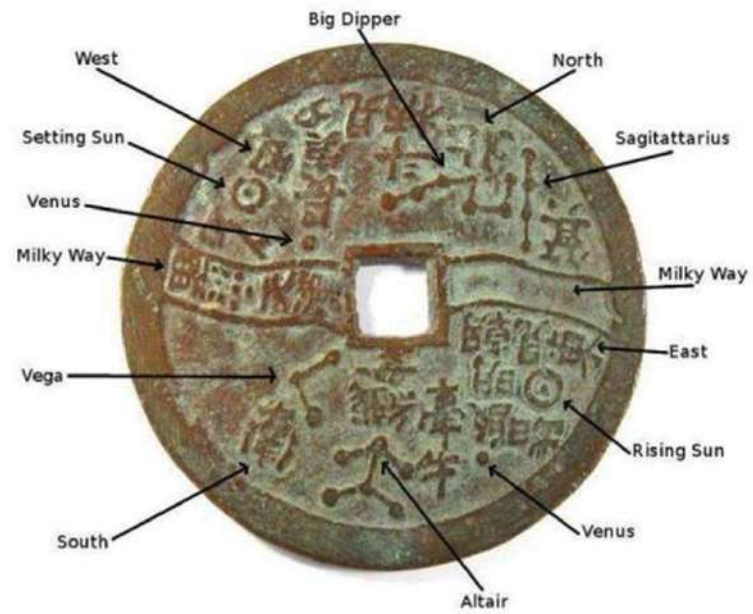
མོ་རྣམ།



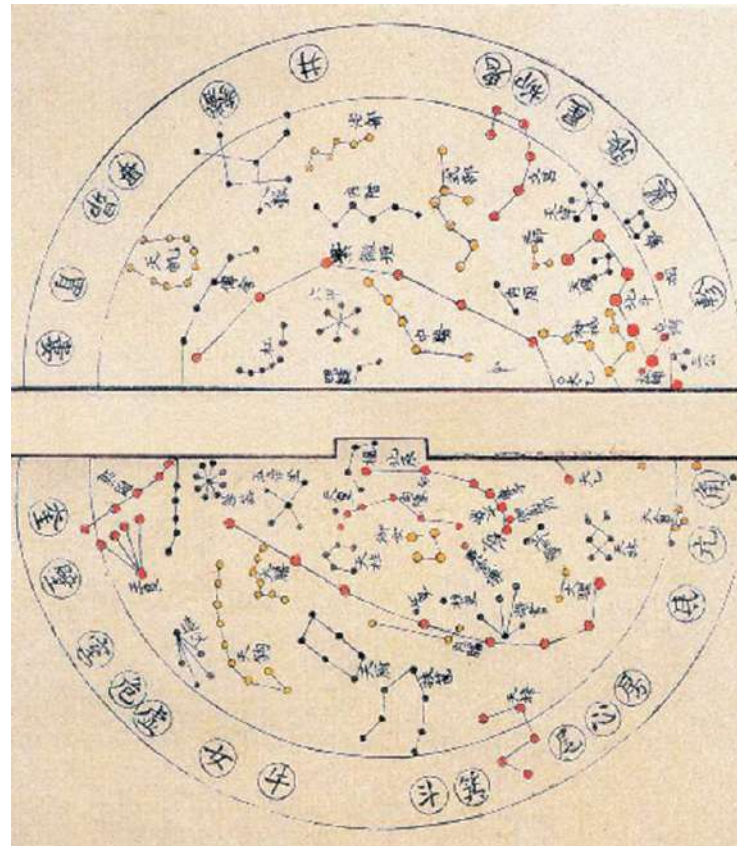
"ā Aā" ā ā / ā ā Aā ā, ā ā = Aā ā ā ā ā, ā ā Aā



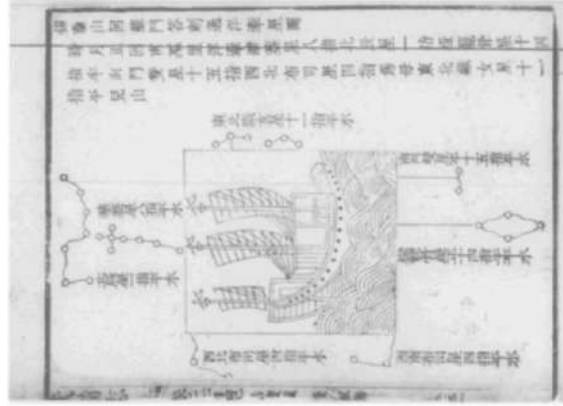
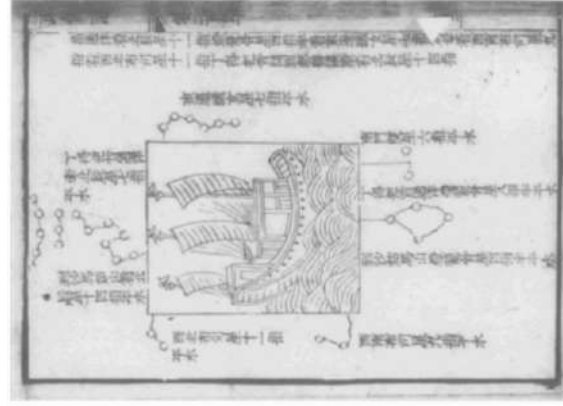
1. 2010年12月1日，嫦娥二号探测器在月球背面成功着陆，并传回了首批月球背面影像。这是人类首次对月球背面进行探测。嫦娥二号探测器在月球背面着陆，标志着中国探月工程二期任务的圆满成功。嫦娥二号探测器在月球背面着陆，是人类首次对月球背面进行探测。嫦娥二号探测器在月球背面着陆，是人类首次对月球背面进行探测。































· “ñ ≈ã/ · ð · ðã √ã/ñã, ð ð' ð Æã/ñã í é” ’ ð Æã “ ð ð ðã “ ð ð ðã
, í ð „ ð Æã “ ≈ã/ñã, ð ð ≈ ð · ð ≈ã/≈ã ÿã Æã Æã Æã/ñã í é



འདི་ཡང་རྒྱ་ནག་གི་གནའ་དཔེ་ཞིག་ཡིན།

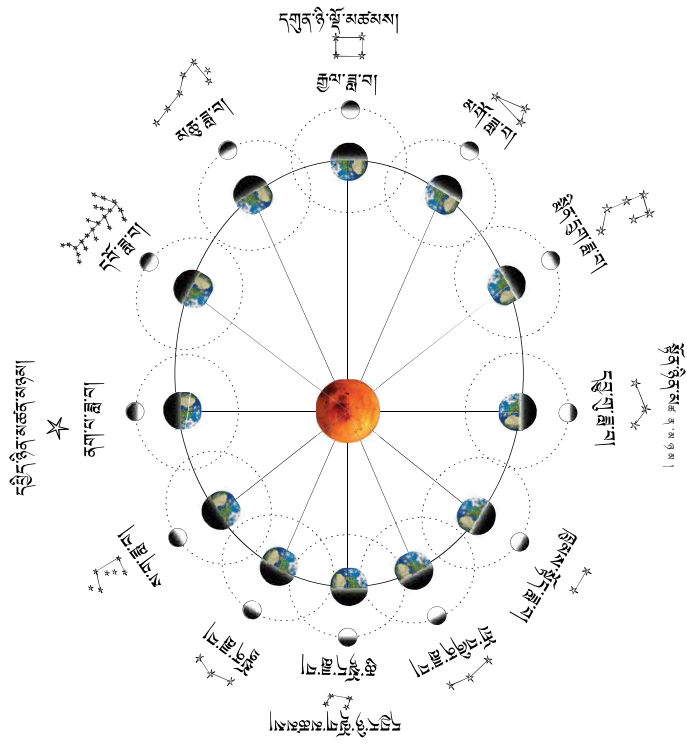


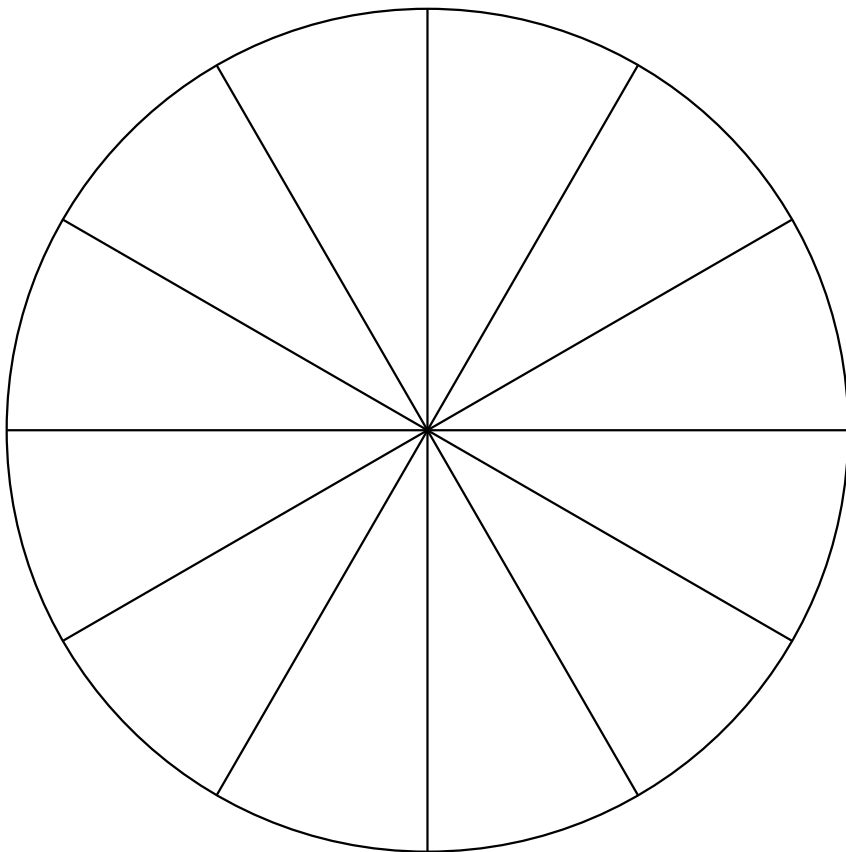
ལྷ་གདུང་གི་ཚིག་ལུགས་ལྟུང་འིན་ཚེན་མེད་པའི་འབྲིལ་པོའི་ནང་དུ་བཞོན་པའི་རྒྱ་སྐད་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་བཞོན་པ།

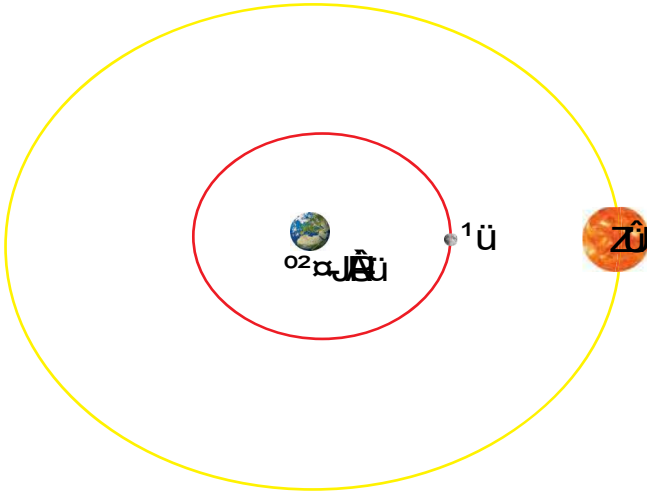
མིང།	བཞོན་པའི་བསལ།	མིང།	བཞོན་པའི་བསལ།	མིང།	བཞོན་པའི་བསལ།
ཐ་སྐད།		མྱ།		ཚུ་ལྟོང།	
བཟེ།		དཔོ།		ཆ་སྐད།	
མིན་ཏུག།		མེ་བཞི།		ཕྱི་བཞིན།	
སྐར་མ།		ནག་པ།		མཚོ་བཞིན།	
མགོ།		མ་འི།		མོན་མྱ།	
ལག།		མ་ག།		མོན་གྲ།	
ནམས་མོ།		ལྷ་མཚན་མས།		ལྷས་མྱོང།	
ལྷ།		ལྷོན།		ལྷས་མྱོང།	
སྐག།		ལྷུ་བས།		ནམ་གྲ།	
མཚ།		ཤོག་གཟངས་ ༠༩			



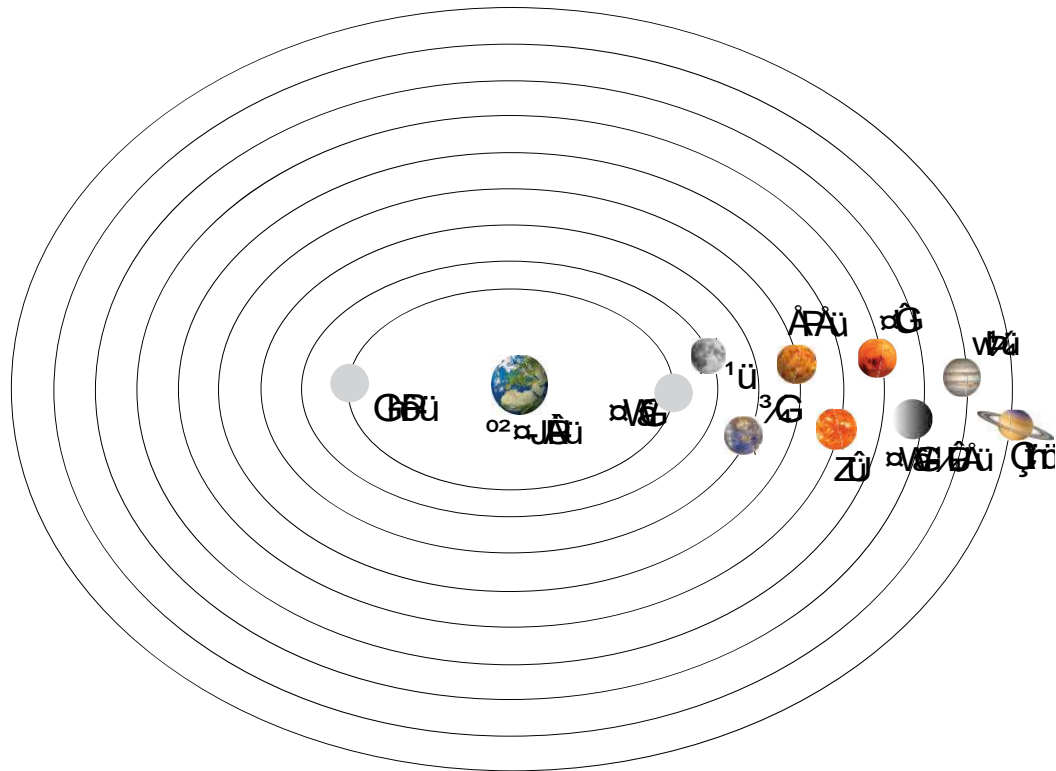
ཉི་མ་ལྗོངས་ནས་རྒྱ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཉི་མ་ལྗོངས་དཔེ་འི་སྤྱི་



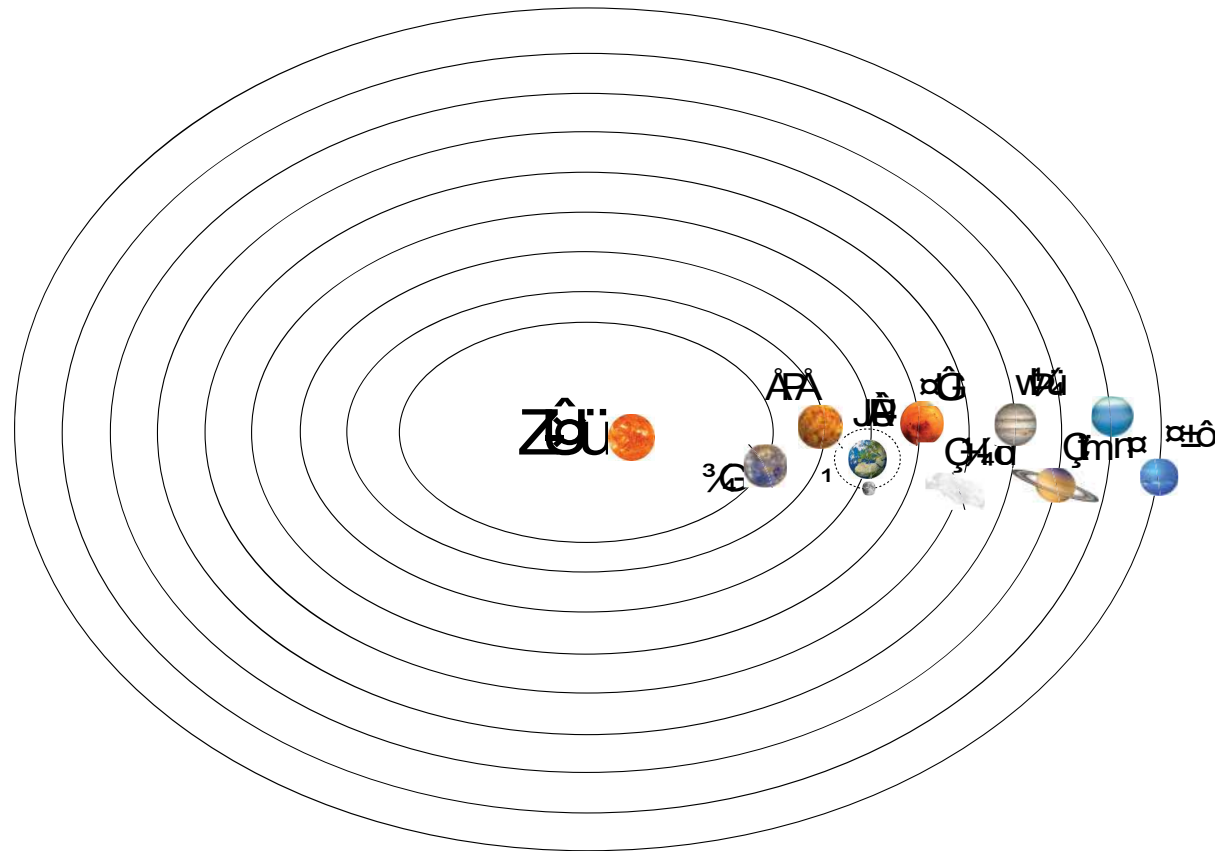


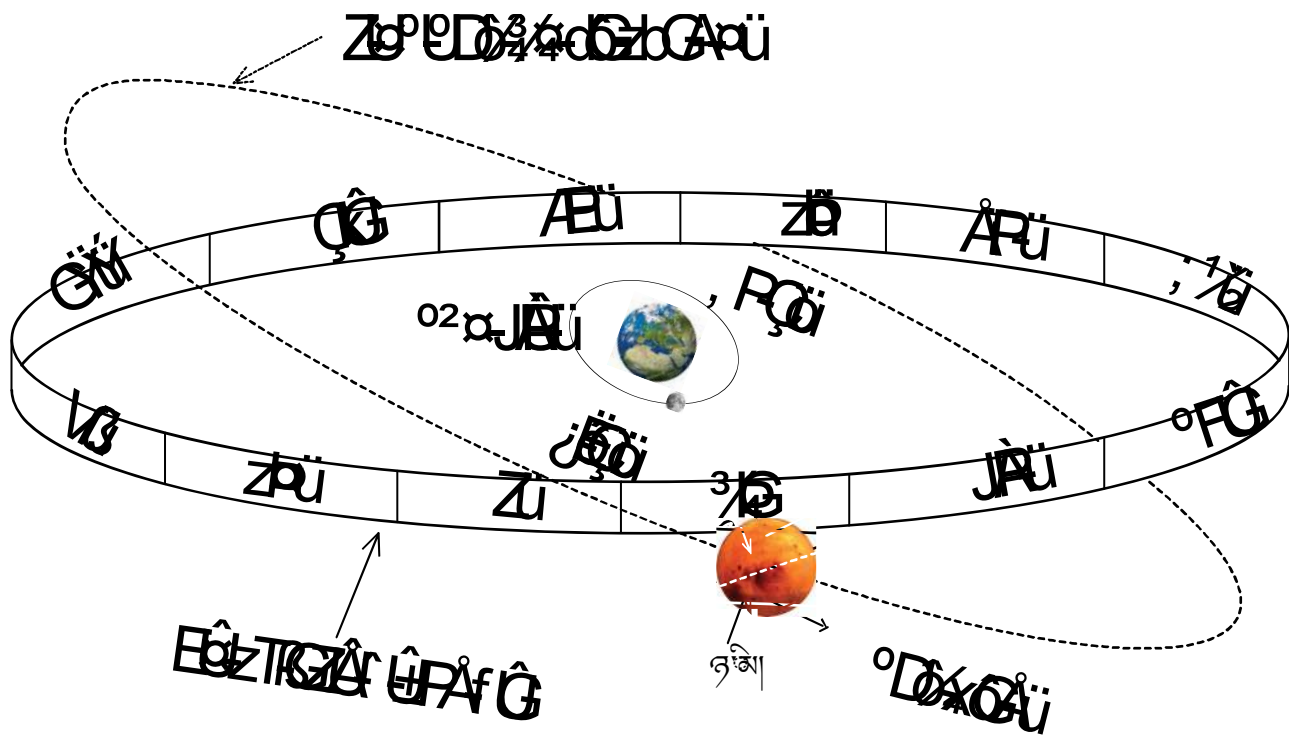


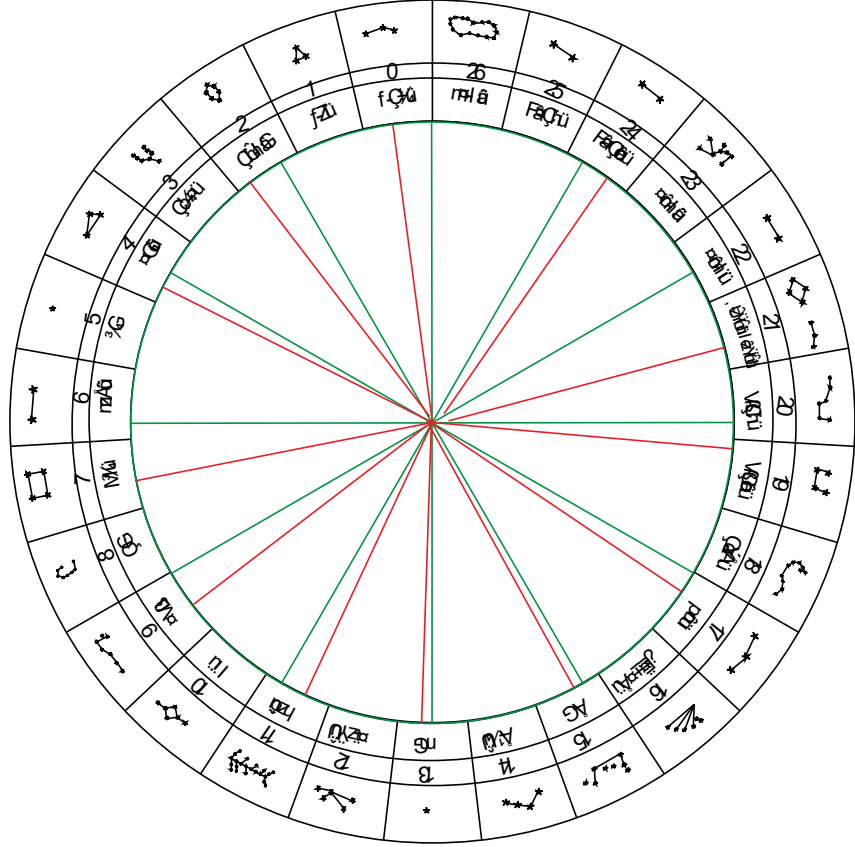
Galileo'nun Dünya Merkezli Modeli



h'PhX¹QmpA' Zg' UozM' z' ôq







Name : Jampa Samten
Subject : Tibetan History

༡༩༡༣ ལོའི་བོད་སོག་ཆེང་ས་ཡིག་
བྲིམ་ས་མཐུན་ཡིན་ལུགས་སྐོར་གྲུང་བ།

On the Legality of the Mongolia-Tibet Treaty of 1913

ཆིངས་ཡིག་འདི་བྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན།

- ཆབ་སྲིད་པ་དང་། ། ཤེས་རིག་གི་མཁུན་ལྡན་མི་སྣ་མང་པོས་
- ༡ རྗེ་རྗེ་ཞིབ་(སོག་པོ་མཚན་ཞབས)ལ་བོད་གི་སྐྱ་ཚབ་གི་
གནས་བབས་ཐོག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་མཉམ་དུ་
ཆིངས་ཡིག་འཛོག་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་མ་རེད།

ཆེངས་ཡིག་འདི་བྲིམས་མཐུན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན།

- ༡ བོད་གཞུང་བཀའ་ཤག་དང་དུ་ལའི་སྐྱ་མས་བོད་ཀྱི་
བསྟན་མིང་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མཉམ་དུ་བོད་
ཀྱི་རྒྱ་ཚབ་ཀྱི་གནས་བབས་ཐོག་ནས་ཆེངས་ཡིག་འཛོག་
པའི་དབང་ཚད་སྤྱད་ཡོད་མ་རེད།
- ༢ ལྷ་ཅུ་སྤུའི་རྒྱད་བསྐྱལ་འོག་དོ་རྗེ་ཨེབ་རང་ངོས་ནས་
བཞག་པ་རེད།

ཆེངས་ཡིག་འཛོག་པའི་དབང་ཚད་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན།

- Sir Charles Bell, who visited Tibet in 1913, wrote: *Tibet Past & Present.* p.151
- Mongolia-Tibet treaty was concluded on behalf of Tibet by the The Russian Buriat, Dorjiev, tireless as ever in the work of drawing Russia and Tibet together. His authority was based on a letter given him by the Dalai Lama, when the latter was fleeing from the British Expedition to Lhasa. But, the Dalai Lama denied that his letter—which enjoined Dorjiev to work for the Buddhist religion—a not uncommon request—justified anything in the nature of a treaty.

ཆིངས་ཡིག་འཇོག་པའི་དབང་ཚད་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན།

- བོད་སོག་ཆིངས་ཡིག་དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་རྒྱ་ཚབ་ཞུ་བ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
རི་ཡ་ཏའི་མི་རིགས་བོད་དང་ཞུ་བ་ལྟ་བུའི་བར་འབྲེལ་
མཐུད་བྱེད་མཁན་དོ་རྗེ་ཨིབ་ཀྱིས་བཞག་པ་རེད། བོད་གི་
ཆིངས་ཡིག་འཇོག་པའི་དབང་ཚད་ནི་ཏཱ་ལའི་སླ་མས་བོད་
ལ་ཏཱ་ལའི་སླ་མ་མཚོག་དབྱེན་དམག་ལྟ་སར་འབྱོར་བྱེན་
ཡུལ་བྱོལ་ལ་ཕེབས་སྐབས་གནང་བའི་

ཕྱག་བྲིས་ལ་གཞི་བཞག་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དུ་ལའི་སླ་མ་
མཚོག་ནས་ཁོང་ལ་གནང་བའི་ཕྱག་བྲིས་ནང་སངས་
རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པའི་དོན་དུ་ལས་དོན་བྱེད་པ་ལས་
ཚིངས་ཡིག་གི་ངོ་བོའི་ལས་དོན་བྱེད་ཆུ་མངགས་དམ་
བྱས་པ་ཞལ་བཞེས་གནང་མེད།

ཚེངས་ཡིག་འཛོག་པའི་དབང་ཚད་ཡོད་པ་དང་། བློ་མཁན་མཚན་ཡིན་པའི་རྒྱ་
མཚན།

- སོག་པོ་མཚན་ཞབས་སྒྲ་བཟང་ངག་དབང་ངམ་དོ་རྗེ་
ཨེབ་ལ་ཉ་གོང་ས་སྐྱ་ཕྱིང་ ༡༣ ཚེན་པོ་དང་། བོད་
གཞུང་བཀའ་ཤུགས་ཞབས་པད་ཚ་རོང་སོགས་མི་སྣ་ཚེ་
གསུམ་གྱིས་བཏང་གནང་བའི་ཕྱག་བྲིས་ ༡༧ དེང་

M.N.Khangalov History Museum of Buriata,
Ulan-Ude, Federation of Russian Republic.

- ༡ གཅེས་ཉར་ཡོད་པ་ལས་ཡི་གེ་ཨང་ ༡༥༦༡༧
- ནང་གནད་དོ་བཤུས། ཟླ་ཚེས་ལོ་ཁམས་དང་ཐམ་ག་
མེད་པ།
- ༢ ཡི་གེ་ཨང་ ༡༥༥༧༩ ལོ་ཁམས་ཚུ་སྐང་ ༡༩༧༣
ཟླ་ཚེས་དང་ཐམ་ག་མེད་པ།

- ཡི་གོ་འདི་གཉིས་གྱི་ནང་དོན་ཐོག་ནས་དོ་རྗེ་ཨིབ་ལ་ཟུ་རུ་སུ་ལ་
སོགས་པའི་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་མཉམ་དུ་ཆིངས་ཡིག་འཛོག་པའི་དབང་
ཚད་སྤྱད་ཡོད་པ་དང་། བོད་གཞུང་བཀའ་ཤག་དང་ལྷོ་བོད་ས་
མཚོག་ནས་བོད་སོག་ཆིངས་ཡིག་གི་སྤྲ་རྗེས་བར་གསུམ་གྱི་གནས་
ལྷགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་རྟོགས་ཡོད་པ་གསལ་པོ་རྟོགས་རུས་པས་
ཆིངས་ཡིག་དེ་བཞིན་བོད་སོག་བར་གྱི་བྲིམས་མཐུན་ཆིངས་ཡིག་
ཞིག་ཡིན་པའི་བདེན་དབང་ཐུབ་ངེས་འདུག།

- ཡི་གེ་འདི་གཉིས་ ལྷུ་ས་ ལྷུ་ལ་ བཏང་བ། ཡི་
གེ་བསྐྱར་བའི་ལྷ་ཚོས་ལོ་ཁམས་གཏན་འབེབས། རང་
དོན་ལ་ རྟོགས་ཞིབ་བྱ་རྒྱ།

• ཁ་ཡིག་དེ རང་གནད་ལྷན་ཟུང་བཤུས།

ཡངས་པའི་ས་ཆེན་བདེ་བར་སྐྱོད་བ་རྒྱ་སི་ལ་གོང་མ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་མོ་མཚོག་གི་བྱུང་བ།

རང་གནད་ཆེད་དུ་གསོལ་བ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ནས་འདས་ལོ་ ༡༩༠༡ ལ་བཀའ་ཡིག་གནང་བར་བོད་སྡེ་ལས་ལྷན་འདོགས་མཛད་རྒྱུ་འཁོད་པ་ལྟར་དོས་ཏུ་ལའི་སྤྲེལ་མ་དབྱེན་ཇི་པས་བོད་ལ་འཚེར་བར་བརྟེན་སོག་ཡུལ་དུ་བསྐྱོད་སྐབས་།

- གཟེངས་སྟོང་(བསྟོང་)་ཅི་ཆེའི་སྐྱེང་དམག་དང་འགྲོ་སྟོང་གི་སྟོབ་
སྟོན། བོད་ཕན་གྱི་རུ་དབྱེན་ཆེང་(ཆེངས་)་ཡིག་འཛོག་གནང་། བི་
ཅིང་རུ་བསྟོང་སྐབས་གཟེངས་སྐྱེང་བའི་རོགས་ཕན། ལྷག་
པར་རྒྱ་གར་ཕྱོགས་སྐྱེང་སྐབས་རྒྱ་ཕྱོགས་སྐྱེང་བཀའ་མོལ་
གནང་བས་མཚོན་ **དོས་རྒྱལ་ལའི་སྐྱེང་མ་**དང་། བོད་སྟོངས་བསྟོན་
མིང་ལ་སྐྱེང་ཕན་པའི་བཀོན་ཆེན་པོ་གནང་བ་

• ལྷིང་བཅངས་ཀྱི་བོད་ལ་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་དེབ་ལ་བཀོད་དེ་
རིམ་བཞིན་སྐྱེ་དྲིན་བསལ་རྒྱུ་ ལ་རྒྱལ་སྒོན་མོལ་བསྐྱར་
ཟིན་ཕོག་ཏུ་བོད་ལ་རྒྱལ་ཁག་ཕན་ཚུན་མཐུན་ཞིབ་ཉེ་
འབྲེལ་ཇི་སྲིད་ནམ་གནས་བར་འགྱུར་མེད་མཛད་
རྒྱུ་ལོ།

- ལྷན་པའི་ལྟུང་ལ་ཁབ་གཉིས་མཐུན་ལམ་ཆེ་བ་ལྟུང་ཆོང་
ལོག་འགྲུལ་ལྟུང་སོགས་གཏན་དུ་མི་འགྲུར་བའི་
ཆོང་(ཆོངས་)་ཡིག་ལྟར་དུ་བཞག་ཐུབ་པ་ཅིས་ཀྱང་ཡོད་པ་
མཐུན།

- ལྷོ་གོང་ས་མཚོག་གིས་ཉུ་རུ་སྲུའི་རྒྱལ་པོར་རྩུལ་བའི་ཕྱག་བྲིས་དོ་
མ་ད་བར་ལག་སོན་བྱུང་མེད་རུང་། ཕྱག་བྲིས་དེའི་ནང་དོན་དོན་རྗེ་
ཞིབ་ཀྱིས་རུ་སྲུའི་སྐད་དུ་བརྒྱུར་ནས་ཉུ་རུ་སྲུའི་སྲིད་གཞུང་ལ་
ཕྱལ་དེ་དང་བོད་དང་ཉུ་རུ་སྲུའི་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ཡི་གེ་ ༡༢༢
པར་བརྒྱུན་བྱས་པའི་ཁོངས་སུ་ཡོད་པ་དང་། ཡི་གེ་འདི་གཉིས་
བརྗོད་དོན་མཐུན་པས་དོ་བཤུས་ཡིན་པ་ངེས་།

- དཔྱིན་ཇི་རྒྱལ་སྒོན་ལ་ལེགས་འབྱལ་དོན་གཙོད་མི་སྐྱར་རྩིས་པ་
ལྷང་ཤར་སྒོབ་སྤྲུག་བཅས་ཆེད་རྫོང་གི་བོད་ཀྱི་འཇུགས་རྩའི་
འབྱུང་ཁུང་དང་། བར་ལམ་རྒྱས་བྲིམས་འབྲས(དལ)་ཁྱུང་གསོད་
བརྗོད་འདས་བྱུང་ལྷགས། ད་པྱིན་ས་སྤེ་བྲིམས་གསུམ་བཅོན་
འཕྲོག་བྱེད་གཞིའི་རྒྱ་དམག་བཏང(གཏང)་མི་ཚོག་པས་མཚོན་
བྱུང་དང་འབྱུང་འབྱུར་མཐའ་དག་འཚོམ (མཚོར)་མེད་ཀྱི་ཞུ་
དོན་བྱེད་སྒོའི་ཤོག་རྩིལ་ཞིབ་སྤྲ་དང་འབྲེལ་བས་

- ཉིད་ལྡན་དུ་ངོ་བསྐྱོད་མ་ཐུབ་ཕྱིན་གསང་གྱུ་གང་ཆེའི་ཐོག་
 རྣམ་དེ་གར་ཡིག་འགྲུལ་བྱས་ཏེ་བོད་འདིར་གྱུ་ཕྱོགས་རྣམ་
 ངན་དབང་མེད་པས་ (པའི)་བདེ་འཚོས་(འཚོའི)་སྐོར་
 བཅོན་ཡོང་ཐབས་རུ་ད་ཕྱིན་གསུང་མོལ་ཡོངས་གྲགས་ཤུགས་
 ཆེའི་ཐབས་ཤེས་ཅི་མཆིས་དགོས་གྱུ་

- ་་་བོད་སོག་ལར་རྒྱ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་ཆེང་(ཆེངས་)་ཡིག་གསར་
བཞག་བྱས་ལྷགས་ཚ(ཚག་)་པར་དུ་གསལ་རྒྱུན་ས་ཏེབ་ཁག་
ནས་ཇི་ཡིན་དེ་ཞིབ་ཀྱང་བྱེད་འདུག་སྟབས་་་་

མིང་སློན་ནས་ Charles Bell ལ་བོད་སྐད་ཆིངས་ཡིག་སྐོར་ ལན་འདེབས།

- བོད་སྐད་གཉིས་བར་ཆིངས་ཡིག་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོན་པར་
རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཚོས་དང་མི་རིགས་བསྐྱེད་ཚུལ་གཅིག་
མཚུངས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་བརྟེན་པར་ཚུན་རྟོག་གུ་གཅིག་པར་
གཅིག་གྲོགས་བྱེད་ཀྱི་རེད།

- ད་ལྟའི་གནས་བབས་ལ་གཞིགས་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་ལྟ་
བཞག་བར་ལམ་གྱི་ཡོང་བབས་ལས་ལོད་ཙམ་ཞིག་མི་ཡོང་ངམ་
སྐྱམ་པའི་ཉེན་འགན་ཇི་ལྟར་ཆེ་སྟབས་རུ་དབྱེན་ནས་ཕན་རོགས་
མཛད་འོས་རིམ་འགྲུངས་སུ་གྱུར་བྱེན་སྐྱོམས་རྒྱུས་གཞིགས་མའི་
ངང་ཚུལ་ཡོང་ངེས་ལ་རྒྱ་དམག་རྣམས་བོད་ས་ནས་བྱེད་འཐེན་
གྱིས་ཞི་འཕྲོས་དོ་སློང་དུ་ཡོང་ཐབས་འཕྲལ་གང་དགོས་དོན་གཙོ་
བོར་བཏེན་འདི་ནས་དབྱེན་ཇི་རོགས་ཕན་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་
ཡང་ཡང་དང་།

- སྐད་བོད་དུ་རྒྱ་མིས་ནང་དོན་ཐེ་བྱུས་གཏན་ནས་མི་ཚོགས་པ་དང་
རྒྱ་དམག་བཏང་(གཏང་)་མི་ཚོགས་པའི་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་ཐབས་ཤེས་
སོགས་རིམ་བཞིན་འཕྲོས་ཚོལ་དང་འབྲེལ་བས་དབྱེན་ཇི་ནས་བོད་
དུ་སྐབས་སྐྱུར་གྱི་རོགས་པན་ཤུགས་བསྐྱེད་བྱེད་བདེ་ཡོང་བའི་རུ་
ལུ་རྒྱལ་ཁང་སོགས་ལ་གསུང་ཚོལ་ཟབ་བཅགས་ཀྱིས་འདྲིའ་ཡང་
ལུན་ནག་འདོམས་འཇལ་མི་དགོས་པར་རྒྱ་དབྱེན་ལ་འཕྲོ་གཏམ་
སྐྱུས་མཐིང་བྱེད་ལམ་བདེ་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་གསལ་ཡང་ཡང་
ཡོད་པ་འཚལ།

- ག) བོད་ས་མཚོག་གི་ཕྱག་བྲིས་བོད་སོག་ཚིངས་ཡིག་མ་
བཞག་པའི་ལྷ་བ་ ༣ ཅམ་སྒོན་ལ་བྲིས་པ་དང་། བོད་གཞུང་
བཀའ་ཤག་གི་ཡིག་བོད་སོག་བཞག་རྗེས་ལྷ་བ་ ༣ ཅམ་ལ་
བྲིས་པ་གཉིས་ཀར་དོ་རྗེ་ཨིབ་ལ་བོད་གཞུང་བཀའ་ཤག་
དང་། ཏུ་ལའི་ལྷ་མ་གཉིས་ཀས་བོད་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་ཀྱི་ཚེད་
དུ་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མཉམ་དུ་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚབ་ཀྱི་གནས་

- གནས་བབས་ཐོག་ནས་འཕྱོས་མོལ་ཆེངས་ཡིག་འཛོག་པའི་དབང་ཚད་
སྤང་ཡོད་པ་དང་། བོད་གཞུང་བཀའ་ཤག་དང་། ལྷོ་བོད་ས་མཚོག་ནས་
ཀྱང་བོད་སོག་ཆེངས་ཡིག་གི་སྤྲ་རྩེས་བར་གསུམ་གྱི་གནས་ལུགས་ཐམས་
ཅད་གསལ་བོ་མཐུན་རྟོགས་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་ཡི་གེ་འདི་གཉིས་ཀྱི་
བརྗོད་དོན་ལས་ཤེས། དེས་ན་བོད་སོག་ཆེངས་ཡིག་འདི་དོ་རྩེ་ཨིབ་ཀྱིས་
རང་འདོད་ཀྱིས་རང་ཐག་རང་གཙོད་བྱས་པ་ཞིག་མིན་པར་བཀའ་ཤག་
དང་། རྒྱ་ལའི་སྤྲ་མའི་བོད་རྫོངས་བསྟན་སྲིད་ཀྱི་ཐབས་བྱས་དང་མཐུན་
པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ཡི་གེ་འདི་གཉིས་ཀྱིས་བོད་སོག་བར་གྱི་ཆེངས་ཡིག་
དེ་བྲིམས་མཐུན་ཞིག་ཡིན་པའི་བདེན་ལུབ་ངེས་འདུག།

བོད་རྒྱལ་ལོ།

Name - Kharpo

Subject - Nyingma Sampradaya

། འདོན་རྒྱལ་པར་ངེས་པ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི།
མཛད་པ་ལོ། འཇམ་མགོན་མི་ལམ་རིན་པོ་ཆེ།

དབ་མ་འོག་མ་ལོ་རིམ་དང་པོ།

མཚན་དོན་ནི།

དོན་རྣམས་པར་ངེས་པ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི།

ཞེས་པ་སྟེ། དོན་ནི་སྤྱིར་ཚིག་དང་དོན་ཞེས་འཇིག་རྟེན་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་ཤིང་། དེ་ཡང་རྫོད་བྱེད་དང་བརྫོད་བྱེད་ཚེས་དྲ་གནས་པའི་བརྫོད་བྱེད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འདྲིའི་སྐབས་ཀྱི་དོན་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་པ་རྒྱ་མཚན་ཉིད་དང་། འབྲས་བུ་གོ་སངས་སྐབས་རྫོ་རྫོའི་ཐེག་པ་སྟེ་མཛོ་སྐབས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་པ་གཉིས་དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་མོ་ལས་པའི་བསྟན་བྱེད་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡི་གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་གོ་གསུམ་ས་གྲུང་པས་མ་རྟོགས་པ་དང་ཕོ་ག་པར་རྟོགས་པའི་དྲི་མས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བདད་རྩི་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་མི་ལྷོང་བ་རྣམས་ཕེགས་པར་བོ་སེལ་ནས། ཐབ་པའི་དབང་པོ་རྫོས་འབྲངས་དང་བཅས་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དག་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ནས་གཏུན་ལ་པབ་སྟེ་སྤྱི་ཚི་མ་ཕོ་ག་པར་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་ངེས་པའི་ཤེས་པ་ཉིན་མོ་དྲང་ན་གནས་པའི་གཟགས་ལ་སྟེ་བ་སྟེ་བ་ཞིག་རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བསྟན་བཅོས་འདྲིར་ཐོས་ཕོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་ཞགས་པས་སྟེད་པར་ནས་པས་ན་རྣམས་པར་ངེས་པ་དང་། དེ་ཡང་ཇི་སྟེ་པོ་རྣམས་པར་ངེས་པར་འགྲུང་སྟུང་ན། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱི་ཚི་མོ་ཕོ་ག་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་ངེས་པར་འགྲུང་ལ། ཤེས་རབ་ངེས་དོན་གྱི་གནད་མོ་རྟོགས་ཕོ་ག་རྟོགས་ཐེ་ཚོམ་ལ་ཕོགས་པའི་རྫོངས་པའི་དྲུབ་ཅིག་ཅར་དྲ་གཅོད་པར་བྱེད་པས་ན་ཚོས་མཚངས་པའི་སྟོན་སྟེན་རལ་གྱི་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཤིང་སྐྱབས་པའི་ཚུལ་ན་ཤིན་ཏུ་རྫོ་བའི་རལ་གྱི་བཏབ་པའི་བྱེད་ལས་བཞིན་ནོ། །མོ་ཚན་གང་ལས་བཏགས་པ་ནི་བརྫོད་བྱེད་དང་དཔའི་སྟོན་སྟེན་གང་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གྲུབ་མཐའི་སྒོར།

- གཞུང་ལས། གྲུབ་མཐའ་འབྲུལ་བ་ལྟན་པ་མིན། །ཞོར་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤངས། །དོན་གསལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་སྒོར། །འཇམ་དཔལ་མཁྱེན་པའི་གཉེར་ལ་འདུད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ།
- དང་པོ་ལྟ་བུ་དང་གྲུབ་མཐའི་མཚན་ཉིད་ནི། གཞུང་གྲུའི་ཡལ་གང་ལ་ཤེས་རབ་གྱིས་སྒོ་འདོགས་བཅད་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ དེས་པར་འཇིག་པའི་སྒོ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྤྱི་རོལ་པའི་ལྟ་བུ་དང་ནང་པའི་ལྟ་བུ་གཉིས་སུ་ཡོད།
- གྲུབ་མཐའི་མཚན་ཉིད་ནི། གཞུང་གྲུའི་ཡལ་གང་ལ་ཤེས་རབ་གྱིས་སྒོ་འདོགས་བཅད་ནས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཇོག་མཚམས་ གྲུས་པའོ། །དེས་ན་ལྟ་བུ་ནི་ཡལ་ཅན་གྱི་ཆ་དང་། གྲུབ་མཐའ་ནི་ཡལ་གྱི་ཆ་ལ་འཇོག་དགོས་སོ། །

སྤྱི་པ་དང་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའི་བྱུང་བར་།

- མཚོག་གསལ་ལས་གཞན་སྐབས་སུ་འཛིན་ཅིང་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གང་རུང་ཁས་ལེན་པའི་གང་ཟག་སྤྱི་ལོ་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐོར་པའི་མཚན་ཉིད།
- ས་སྤྱི་ལས། དོན་མེད་དོན་ལོག་དོན་དང་ལྡན། །ཐོས་རྩོད་སྐབས་སུ་ལྟུང་ལེན་པ། །ངན་གཡོ་བརྩེ་བྱལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤོང་། །བསྟན་བཅོས་དྲུག་བྱལ་གསལ་དུ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ།
- སྤྱི་ལོ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་སྐོན་དྲུག་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ།
- ༡ ་ འབྲས་བུ་ཐར་བ་སྐབས་པའི་དོན་མེད་པ།
- ༢ ་ རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ལྟར་བ་དང་། འཆེ་བ་ཚོས་སྐབས་སུ་སོགས་ཡིན་པས་ན་དོན་ལོག་པར་གྱུར་པ།
- ༣ ་ ཐོས་བ་གཅིག་པ་ལྟུང་ལེན་པ།
- ༤ ་ གཞན་ལ་སྐོན་འབའ་ཞིག་འཚོལ་བའི་རྩོད་པ་ལྟུང་ལེན་པ།
- ༥ ་ རང་དམ་བ་མིན་ཡང་དམ་པར་ཁས་འཆེ་བས་ངན་གཡོ་ཅན།
- ༦ ་ སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྐོབ་འདོད་ཀྱི་སྤོང་རྩེ་མེད་པའོ། །

ཕྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའི་ཁྱད་པར།

- མཚོག་གསུམ་སྐབས་སུ་འཛིན་ཅིང་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་པའི་གང་ཟག་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐབས་པའི་མཚན་ཉིད།
- བུ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ།
- ༡༽ ཐར་བ་སྐྱབ་པ་དང་དོན་ལོག་པ་མ་ཡིན་པས་ན་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན།
- ༢༽ ཐོས་པ་དང་རྩོད་པ་ཁོ་ན་མིན་པར་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ལ་གཞོལ་བས་ན་སྐྱབ་པ་ལྡན་ལེན་པ།
- ༣༽ དན་གཡོའི་ལྟ་བ་དང་བརྩེ་བ་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་པས་ན་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྤོང་བྱེད་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱི་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ།།

མདོ་སྡེ་བའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

- གཉིས་པ་མདོ་སྡེ་པ་ནི། ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་རང་རིག་ཁས་ལེན་པ་མདོ་སྡེ་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བའི་མཚན་ཉིད། སྣ་བཤད་ནི། གཙོ་བོར་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་མདོ་སྡེ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བས་ན་མདོ་སྡེ་པ་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་དཔེའི་སློབ་ནས་སློབ་པས་དཔེ་སློབ་པའོ། །དབྱེ་ན་ལང་གི་རྗེས་འབྲངས་དང་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་གཉིས། མདོ་སྡེ་པའི་བདེན་གཉིས་ལ། ལང་གི་རྗེས་འབྲངས་བྱེ་སྣ་དང་མཐན་ལ། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་ཀྱི་ལགས་ནི།
- དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།
- དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་མི་རྣམས་པའི་ཚོས་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།
- མཚན་གཞི་ནི། བམ་པ་དང་ནམ་མཁའ་སྣ་བའོ། །
- དེ་ཡང་རྣམ་འགྲུལ་ལས། དོན་དམ་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་གང་། །དེ་འདྲིར་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་བཤད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

སེམས་ཅམ་པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

སེམས་པ་སེམས་ཅམ་པ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་གཉིས་སྟོང་གི་ཤེས་པ་དོན་དམ་པར་ཁས་ལེན་པ་སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བའི་མཚན་ཉིད་
བཤད་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅམ་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པར་འདོད་པས་སེམས་ཅམ་པའོ། །དབྱེ་ན། རྣམ་བདེན་རྣམ་གཉིས། རང་གསེས་དབྱེ་ན་དུ་མ་ཡོད་
པའི་བདེན་གཉིས་ལ།

ང་ལ་དངོས་སུ་དམིགས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སུ་རང་བའི་ཚོས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།

ང་ལ་དངོས་སུ་དམིགས་ན་རྣམ་པར་བྱང་བ་རྣམས་པའི་ཚོས་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།

ན་བརྟུས་ལས། གང་ལ་དམིགས་ནས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པའོ། །གང་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པར་བྱང་བ་འཕེལ་བ་
འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ནི་དོན་དམ་དུ་ཡོད་པའོ། །ཞེས་སོ། །

དབ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

- ལྷ་དེ་ལས་དང་པོ་རང་རྒྱུད་པ་ནི། དབ་མ་པ་གང་ཞིག་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཁས་ལེན་དང་བཅས་པ་རྒྱུད་པ་བཏོན་ནས་འཆད་པ་རང་རྒྱུད་པའི་མཚན་ཉིད། ལྷ་བཤད་ནི། དེ་ལོ་ན་ཉིད་གཙོ་བོར་གཏོན་ཚིགས་རང་རྒྱུད་པ་བཏོན་ནས་གཏོན་ལ་སབ་སས་རང་རྒྱུད་པའོ། །དབྱེ་ན་གོང་ལོག་གཉིས། དེའི་བདེན་གཉིས་ལ།
- ཚོས་ཅན་གང་ཞིག་དོན་དམ་རིགས་པས་དབྱུད་མི་བཟོད་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།
- ཚོས་ཉིད་གང་ཞིག་དོན་དམ་རིགས་པས་དབྱུད་བཟོད་དུ་གྲུབ་པ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།
- ཀུན་རྫོབ་ལ་ཡང་། ལྷ་ལ་སྤྱད་པ་སྤྱད་དོན་བྱེད་ལུས་པ་ཡང་དག་དང་། ལྷ་ལ་སྤྱད་པ་སྤྱད་དོན་བྱེད་མི་ལུས་པ་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་ཡོད་དེ། བདེན་གཉིས་ལས། ལྷ་དུ་འབྲེལ་ཡང་དོན་བྱེད་དག །ལུས་པའི་སྤྱིར་དང་མི་ལུས་སྤྱིར། །ཡང་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཏེ། །ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ནི་དབྱེ་བའང་བྱས། །ཞེས་གསུངས།
- མཚན་གཞི་གནས་སྐྱོད་ཆ་སྐྱོད་ལྟ་བུའོ། །དོན་དམ་ལའང་ཡོད་མཐའ་ཅི་མ་བཀག་པའི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་གྲངས་པ་དང་། མཐའ་ཀུན་དང་བྲལ་བའི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གཉིས་ཡོད་དེ།
- བདེན་གཉིས་ལས། ལྷེ་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡང་། །ཡང་དག་པ་དང་མཐའ་ཉིད་བཞེད། །སྐྱེ་མེད་སྐྱོས་ཀུན་ཞི་བ་ལ། །དོན་དམ་ཞེས་པའི་བརྗ མཛད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཐེག་པའི་རྩེ་མོ་དབུ་མ་ཐལ་འགྲུར་བའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

༥ མཚན་ཉིད་ཐེག་པའི་རྩེ་མོ་དབུ་མ་ཐལ་འགྲུར་བ་ནི། དབུ་མ་པ་གང་ཞིག་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་ཁས་ལེན་ཀྱན་བྱལ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པ་ཐལ་འགྲུར་བའི་མཚན་ཉིད། སྒྲ་བཤད་ནི། དེ་ལོན་ཉིད་གཙོ་བོར་གཏན་ཚིགས་ཐལ་འགྲུར་གྱི་སློན་ལ་ཐལ་འགྲུར་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཐལ་འགྲུར་བའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ།

༥ བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ལ། ཤེས་བྱ་དང་བདེན་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཙམ་འཛིག་སྟེ། འདྲག་པ་ལས། བདེན་པ་གཉིས་སྤང་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱིར། །ཞེས་གསལ་སོ། །

༥ བདེན་པའི་དབྱེ་བ་ལ། བདག་མེད་བྱི་བའི་མདོ་ལས། ཀྱན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་པ། ། དབྱེ་བ་གཉིས་སྤང་ཡང་དག་བཤད། །ཅེས་དང་། ཞི་བ་ལྟས། ཀྱན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་པ། །འདིར་ནི་བདེན་པ་གཉིས་སྤང་འདོད། །ཅེས་དང་། རྩལ་ཤེས་རབ་ལས། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་བསྟན་པ། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །འཛིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་འོ། །ཞེས་པ་ལྟར་དོན་དམ་དང་ཀྱན་རྫོབ་གཉིས་སོ། །

- ལྷ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལ། གཟུང་འཇིག་སློབ་དང་བྲལ་བའི་ངོ་བོ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། ཡང་ན། ལྷོ་ཡལ་ལས་འདས་པའི་ཚོས་ཉིད་དམིགས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའོ། །
- དེ་ཡང་རྩེའུ་ལས། གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ཞི་བ་དང་། །སློབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སློབ་པ། །རྣམ་རྟོག་མེད་དོན་ཐ་དང་མེད། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དོ། །ཞེས་དང་། །རྣམ་ལས། །ཡང་དག་ཏུ་ན་སློབ་པ་ཡི། །ཚོགས་རྣམས་ཀུན་ལས་དེ་གོལ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །
- གཟུང་འཇིག་སློབ་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་སྣང་བ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། ཡང་ན། ལྷོ་ཡལ་ལས་མ་འདས་པའི་ཚོས་དབྱུང་མི་བཟོད་པའོ། །དེ་ཡང་འདུག་པ་ལས། མཐོང་བ་རྣམ་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། །ཞེས་དང་། ལྷོ་ཡུག་ལས། དོན་དམ་ ལྷོ་ཡི་སློབ་ཡལ་མིན། །ལྷོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པར་འདོད། །ཅེས་སོ། །
- ལྷ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཚན་གཞི་ལ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་གཞི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མཚན་གཞི་བམ་པ་སོགས་སྣང་ཚུལ་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དོ། །
- ལྷ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབ་བཤའ་ལ། བ་རམ་ཨ་ཞེས་པ་དོན་དམ་སྟེ། ལྷོ་དམ་པ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེད་དོན་ཡིན་པས་ན་དམ་པའི་དོན་དང་། སི་བྱི་ཉི་ནི། ཡང་དག་པ་སྐྱིབ་བྱེད་དེ། ཡང་དག་པའི་གནས་ལགས་སྐྱིབ་པས་ན་ཀུན་རྫོབ། རྗེན་པས་ན་ཀུན་རྫོབ། བཏགས་པས་ན་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདུག་པ་ལས། གཉི་མག་རང་བཞིན་སྐྱིབ་བྱེད་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། །ཞེས་སོ། །སྤྱི་ནི་བདེན་པ་ཞེས་པའོ། །

- ལྷ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གྲངས་ངེས་ལ། ལྷོས་བ་ལས་གྲོལ་མ་གྲོལ་གཉིས་དངོས་འགལ་ངེས་བས་དང་། ཡལ་ཅན་སློ་མཐར་མ་ཐག་བ་འབྲུལ་བ་དང་མཐར་ཐག་མ་འབྲུལ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཡལ་ཡང་གཉིས་སྲ་ངེས་བས་བདེན་བ་གཉིས་སྲ་ངེས་ཏེ། འཇུག་བ་ལས། དངོས་ཀྱན་ཡང་དག་རྒྱན་བ་མཐོང་བ་ཡིས། དངོས་ཉིད་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཇིན་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་བས་བདེན་བ་འདི་གཉིས་ཏེ། །ཁྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལས་མ་གསན་རང་གིས་རིག། །དེ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་བ་གསལ་བ་གང་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །
- ལྷ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། དོན་དམ་ལ་ལགས་འདིར་དབྱེ་བ་མེད་ཅིང་། ཀྱན་རྫོབ་ལ་ཐ་སྙད་ཚད་མས་གཞོད་བ་དང་བཅས་བ་ལོག་བའི་ཀྱན་རྫོབ་དང་། ཐ་སྙད་ཚད་མས་གཞོད་བ་མེད་བ་ཡང་དག་ཀྱན་རྫོབ་གཉིས་ཏེ། འཇུག་བ་ལས། མཐོང་བ་རྒྱན་བའང་རྣམ་བ་གཉིས་འདོད་དེ། །དབང་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སློན་ལྡན་ནོ། །ཞེས་སོ། །མཚན་གཞི་བམ་བ་མཐོང་བ་དང་སྐྱ་འད་མཐོང་བ་ལྟ་བུའོ། །
- ལྷ་བདེན་གཉིས་གཅིག་ཐ་དད་ལ། དོན་དམ་བར་བདེན་གཉིས་གཅིག་ཐ་དད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ལ། ཐ་སྙད་དུ་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྡོག་བ་ཐ་དད་དེ། སེམས་འགྲེལ་ལས། ཀྱན་རྫོབ་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །སྟོང་ཉིད་ཁོ་ན་ཀྱན་རྫོབ་སྟེ། །བྱས་དང་མི་རྣམས་རི་བཞིན་དུ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་སྲིར་ངོ། །ཞེས་སོ། །
- ལྷ་ངེས་བྱེད་ཚད་མ་ལ། དོན་དམ་བདེན་བ་དམིགས་བ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དངོས་ཡལ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་དམིགས་བ་དང་བཅས་བའི་སློ་ཡི་ཡལ་དུ་གྱུར་བའོ། །

• རྩེ བདེན་གཉིས་མི་ཤེས་པའི་ཉེས་དམིགས་ལ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མ་ཤེས་ན་སློན་མང་སྟེ། འཇུག་པ་ལས། ཐ་སྐད་བདེན་པ་ཐབས་སྐྱུར་པ་དང་། །དོན་དམ་བདེན་པ་ ཐབས་བྱུང་གྱུར་པ་སྟེ། །བདེན་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལོག་ པའི་ལམ་དུ་ཞུགས། །ཞེས་དང་། རྩེ་ཤེས་ལས། གང་དག་བདེན་པ་འདི་གཉིས་ ཀྱི། །རྣམ་དབྱེ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། །དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡི། །ཟབ་མའི་དེ་ཉིད་ མི་ཤེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

• རྩེ བདེན་གཉིས་ཤེས་པའི་ཕན་ཡོན་ལ། གཞི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ཇི་བཞིན་དུ་ཤེས་ན་ལམ་ཚོགས་གཉིས་དང་འབྲས་བུ་སྐྱུ་གཉིས་ གྲུང་རིམ་བཞིན་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་དུ་མ་དང་ལྡན་ཏེ། བདེན་གཉིས་ལས། བདེན་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པ་དག ཐབས་པའི་ བཀའ་ལ་མི་རྫོངས་ཏེ། །དེ་དག་མ་ལས་ཚོགས་བསགས་ནས། །ཕན་ཚོགས་པ་རོལ་འགྲོ་བ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དམ་པའི་བདུད་རྩི་ལ་ མོས་པས་སྐྱབ་པའི་སློབ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་སྐད་དུ་རབ་གནས་ན་ཚོད་ལྡན་གྱི་རེག་པ་རྩེ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་བཟང་པོ་གསུམ་པར་སྐྱུ་འགྱུར་ མཐོ་སློབ་ཆེན་པོར་འགྲུའི་དགོ་སློབ་ཀླུ་ཕན་ཚོགས་ནས་གྲིས་པ་དགོའོ། །

རིགས་པ་བཞིའི་རྣམ་བཞག་བཤད་པ།

རྒྱ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་པ།

འབྲས་བུ་ལྷོས་པའི་རིགས་པ།

ངོ་བོ་ཚེས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ།

འཐད་པ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ།

རིགས་པ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་བཤད་པ།

- རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་ཚོས་ཀུན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་སློབ་སྦྱོར་དང་བྱམས་བར་སྦྱབ་པ་ནི་རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལོ།
- སྦྱུལ་བའི་ལོ་ཙཱ་ཆེན་པོ་སྐུ་བ་དཔལ་བརྟེན་གསུམ་གྱིས། འཇིག་རྟེན་ན་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་རི་ལྟར་སྲིད་པ་ནི་རིགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་དང་།
- འཇམ་མགོན་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེས། དེ་ལ་ཅིའི་སྲིད་རིགས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལྟར་དུ་གནས་པ་ནི་ལོས་ཤིང་རིགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་རིགས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའམ། དེ་དང་མཐུན་པར་གཞལ་བ་ལ་རིགས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་དང་།
- སྦྱ་བའི་སེངྒེ་རོང་ཚོམ་རྒྱ་རྒྱ་བྱ་བྱས་ཀྱང་། དེ་ལ་རིགས་པ་ཞེས་པ་ནི། ལྷ་ཡ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་ཡ་སྟེ། རང་བཞིན་ནམ་ངང་ཚལ་ལའང་འཇག་པས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་རི་ལྟར་གནས་པ་ལ་རིགས་པ་བྱའོ། །ཡང་ཡགྱི་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཡགྱི་སྟེ་ཚོས་དང་ལྡན་པས་ན་རིགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་རོང་རང་གི་ངང་ཚལ་རི་ལྟར་གནས་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་སྟོབས་གཉིས་ཀ་ལའང་རིགས་པའི་སྦྱོའཇག་པས། ཚོས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་དེ་དང་མཐུན་པའི་སྦྱོབ་གཉིས་ཀ་ལའང་འཇག་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐད་ཀྱི་སྲིད་སྲིད་དང་སྦྱར་ན་བྱ་ལ་ནི་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། མི་འཇིགས་པ་ཐོབ་པའི་སྲིད་རིགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡག་ཉི་ནི། སྦྱོར་བ་ལེགས་པ་སྟེ། ཚིག་གི་སྦྱོར་བ་ལེགས་པའི་དོན་ལ་འཇག་གོ། །རྒྱ་ཡ་ནི་གཞོན་པ་མེད་པ་ལའང་འཇག་པ་སྟེ། བྱ་ཉི་བྱད་ཅེས་བྱ་བའང་གཞོན་པ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པས། སྦྱོ་དང་སྦྱོ་གང་ལའང་དོན་དང་འགལ་བའི་གཞོན་པ་མེད་པ་དོན་ལེགས་པར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་ནོས་པ་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རིགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་སྦྱ་བ་ཤེས་པ་གང་གི་དོན་གང་མཚན་མ་དང་རྟགས་སུ་བྱས་པ་དེ་ལའང་རིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྦྱོའཇག་སྟེ། འདི་དག་ནི་རིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྲིད་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྲས་བུའི་སློབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་སྐབས་བཅའ་བུ་གྱི་སྐབས་སུ་
བུ་བྱེད་པའི་རིགས་པའི་མཚན་ཉིད།

རྒྱུའི་སློབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་སྐབས་བཅའ་བུ་གྱི་སྐབས་སུ་
བུ་སློབ་པའི་རིགས་པའི་མཚན་ཉིད།

རིགས་པ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད།

རྒྱུ་འབྲས་འོ་བོ་ཉིད་གསལ་གྱི་ཤེས་བྱའི་གནས་ལགས་དངོས་
སྐབས་ཀྱི་རིགས་པས་སྐབས་བཅའ་བུ་སྐབས་བཅའི་རིགས་པའི་
མཚན་ཉིད།

ཚོས་ཀྱན་འོ་བོ་གང་ཡིན་སྐབས་བཅའ་བུ་གྱི་འོ་བོ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་
རིགས་པའི་མཚན་ཉིད།

བྱ་བྱེད་རིགས་པའི་བྱེད་ལས་ནི། རྒྱའི་བྱེད་པ་ཐེ་ཚོམ་སེལ་ཏེ་
རྒྱ་ཚོགས་གངས་མ་ཚང་ན་འབྲས་བུ་མི་སྣེ་བའི་བྱིང་།

ལྷོས་པའི་རིགས་པའི་བྱེད་ལས་ནི། འབྲས་བུ་རྩ་ལ་མངོན་
པར་ལྷོས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་སེལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་མ་ལྷོ་སེ་བའི་འབྲས་བུ་
མི་སྣེ་བའི་བྱིང་།

རིགས་པ་བཞིའི་བྱེད་ལས།

ཚོས་ཉིད་གྱི་རིགས་པའི་བྱེད་ལས་ནི། རོ་བོ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་
སེལ་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རོ་བོ་སྐྱབ་པའི་བྱིང་།

འཐད་སྐྱབ་རིགས་པའི་བྱེད་ལས་ནི། རིགས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་
བ་སེལ་ཏེ་བདེན་གཉིས་གྱི་རོ་བོ་མངོན་རྗེས་ཚད་མས་སྤྱོད་ཅི་
མ་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་བྱིང་།

བྱ་བྱེད་རིགས་པ་ཐལ་དྲགས་ན། བྱེད་པ་དང་
ཚུལ་བ་ཐམས་ཅད་མི་ལྡོག་སྟེ། མཐར་བྱེད་པ་
པོར་སྐྱབས་ལཱ་ལྷུང་རོ།།

འབྲས་བུ་ལྡོས་པའི་རིགས་པ་ཐལ་དྲགས་ན།
དབང་ཐོམས་ཅད་མི་ལྡོག་སྟེ། མཐར་དབང་
ཕྱག་རྒྱར་སྐྱབས་ལཱ་ལྷུང་རོ།།

རིགས་པའི་ཐལ་ས།

འཐད་སྐྱབ་རིགས་པ་ཐལ་དྲགས་ན། རིགས་
པའི་གཞིས་སྐབས་ཐམས་ཅད་ད་དེ་མ་མེད་
པར་མི་ལྷུང་ཏེ། མཐར་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་དུ་
ལྷུང་རོ།།

ངོ་བོ་ཚོས་ཉིད་གྱི་རིགས་པ་ཐལ་དྲགས་ན།
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མི་ལྡོག་སྟེ། མཐར་རང་
བཞིན་རྒྱར་སྐྱབས་ལཱ་ལྷུང་རོ།།

ཐགས་མེ་ཚེ།
THANK YOU



NAME : LHAKPA TSERING

SUBJECT : TIBETAN LANGUAGE

སྒྲོན་ངག་མེ་ལོང་ལས་སྒྲོན་སེལ་བཤད་པ།

བསྒྲོན་བཅོས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

སྒྲོན་དཔོན་རྣམ་པ་ཚོ་རིང་།

དང་པོ། འོན་ཉམས་པའི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

ཅུ་བ།

ཚོགས་པའི་དོན་གྱིས་སྤྲངས་པ་གང་། དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པར་འདོད།

ལྷོས་པ་སྐྱོན་པ་བྱིས་པ་ཡི། བརྗོད་ལས་གཞན་པ་དེ་སྐྱོན་ལོ། ༡༢༤

༢ དཔེར་བརྗོད།

ཅུ་བ།

འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འཕྱང་བྱེད་དེ། བདག་ནི་དེ་རིང་རྒྱས་པས་གཟིར།

སྐྱོན་འདི་རབ་ཏུ་སྐྱོག་བྱེད་དེ། འཕྲོག་བྱེད་ས་སྤྱང་དག་ལ་དགའ། ༡༢༥

གཉིས་པ། འོན་འགལ་གྱི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད་ནི།

ཅུ་བ། ངག་གཅིག་གམ་ (གིས་) རབ་སྐྱུར་ལ། །སྒྲ་མས་བྱི་མ་གཞན་འཛོམས་པ། །
འགའ་བའི་འོན་ཅན་ཉིད་གྱི་སྐྱོན། །འོན་འགལ་ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བཅོལ། །༡༣༡

༢ དཔེར་བཅོལ།

ཅུ་བ། དག་རིགས་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། །སྒྲ་ཚོགས་ཁུར་འདི་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག། །
འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བརྟེན་ཅན། །ཁྱོད་ལ་དག་ནི་སྐྱུ་ཡང་མེད། །༡༣༢

གསུམ་པ། དོན་གཅིག་པའི་སྐྱོན། (བསྐྱོས་སྐྱོན།)

༡ མཚན་ཉིད།

ཅུ་བ། དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྐྱེ་ལ་ཡང་།།བྱུང་པར་མེད་པར་སྐྱར་བཅོལ་པ།
གལ་ཉེ་སྐྱར་ཡང་རབ་བསྐྱགས་ན།། དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་དཔེར།།༡༣༥

༢ དཔེར་བཅོལ།

ཅུ་བ། མེད་པར་མེད་བྱེད་བྱ་མོ་རྣམས།། དེ་ཡི་ལན་བུའི་འོད་ཟེར་ཅན།།
ཁྱེ་འཛིན་སྐྱོ་དང་ལྡན་པ་དང་།།ཟབ་མོ་སྐྱོ་སྐྱོགས་འདི་དག་གོ།།༡༣༦

བཞི་པ། ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

ཚུ་བ། དེས་པའི་དོན་དུ་རབ་སྐྱུར་བའི། ཚོག་རྣམས་ཉིད་གྱིས་གཏམ་ཏེ་ག།
ཐེ་ཚོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་འདི། ཐེ་ཚོམ་ཅན་ཞེས་རབ་དུ་བཟོད། །༡༣༩

༢ དཔེར་བཟོད་ནི།

ཚུ་བ། རེ་འདོད་དགའ་བ་ལྟ་བུ་ཡི། རོ་ལ་མིག་གཏོ་གྲོགས་མོ་དག།
རྒྱུང་ན་འདུག་པའི་མ་མ་འདིས། འདི་འདྲ་བ་ལྟ་བུར་བཟོད་མ་ཡིན། །༡༤༠

ལྷ་བ། རིམ་པ་ཉམས་པའི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

ཚུ་བ། མདོར་བསྟན་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ནི།།གལ་ཏེ་རྗེས་བསྟན་མ་བྱས་ན།།
རིམ་པ་ཉམས་པར་མདོན་བཟོད་པའི།། སྐྱོན་དུ་དེ་ནི་བཤད་དེ་དཔེར།།༡༥༤

༢ དཔེར་བཟོད།

ཚུ་བ། འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པ་དང་།།སྐྱུ་དང་འཛིག་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པ།།
བདེ་འབྱུང་སྤོང་མེད་ཚུ་སྐྱེས་ཀྱི།། སྐྱེས་གནས་ཅན་གྱིས་བྱིད་རྣམས་སྤངས།།༡༥༥

བྱུག་པ། སྐྱ་ཉམས་པའི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

ཅུ་བ། མཚོན་བྱ་མཚན་ཉིད་ལམ་མ་མཚོན།།ཚོག་སྐྱོར་མཚོག་གིས་མི་འདོད་པ།།
སྐྱ་ཉམས་ཡིན་ཏེ་མཚོག་རྣམས་དག།།འདོད་པ་ཉིད་ནི་སྐྱོན་མ་ཡིན།། ༡༥༤

༢ དཔེར་བཅོམས།

ཅུ་བ། ས་གཞི་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་རགས་ཅན།། རྒྱལ་ཆེན་སྤོང་ལ་དབུང་པས་སྐྱུངས།།
ཞེས་པ་ཤེས་འདོད་མེད་པས་ན།། ཚོག་འདི་ལ་ནི་ཉམས་ཡོད་མིན།། ༡༥༥

བདུན་པ། ངལ་གསོའི་གཙོད་མཚམས་ཉམས་པ།

༡ མཚན་ཉིད།

རྩ་བ། ཚོགས་བཅད་རྣམས་ལ་ངེས་པའི་གནས། ཚོག་གི་གཙོད་མཚམས་ངལ་གསོར་རིག།
དེ་ཉམས་གཙོད་མཚམས་ཉམས་པ་སྟེ། ཉན་པོ་དགའ་མིན་བསྐྱེད་དེ་དཔེར། །༡༥༢

༢ དཔེར་བཞིན།

བོད་མཁས་པ།

རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཚོག་གྱུར་དབྱངས་ཅན་སྟོ་མོ། མངོས་སྤྱད་དཔལ་སྤུན་ཚོགས་པ་གང་དེ་ཡི།
སྤྱད་སོར་གྱིས་བསྐྱེད་ཉམ་སུ་ར་དབྱངས་གྱིས། ཐོས་པ་འཛིན་བདུད་ཚི་ཡིས་ཁིངས་པར་མཛོད།

བརྒྱད་པ། ཟླེབ་སྐྱོར་ཉམས་པའི་སྐྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

གང་དུ་ཡི་གེ་ལྷག་ཆད་དང་། ལྷི་ཡང་ཇི་ལྷ་བཞིན་མི་གནས།
དེ་ནི་ཟླེབ་སྐྱོར་ཉམས་པ་སྟེ། སྐྱོན་འདི་ཤིན་ཏུ་སྤང་བ་འོ། །༡༥༦

༢ དཔེར་བརྗོད།

ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས། རེག་ཅེས་ཡི་གེ་ཉུང་བ་ཉིད།
ས་ཏ་ཀཱ་རའི་ལོ་འདབ་གསར་བ་རྣམས། ལྷུ་མ་ཞེས་ཡི་གེ་ལྷག་པ་འོ། །༡༥༧

དགུ་པ། མཚམས་སྦྱར་ཉམས་པའི་སྦྱོན་ནི།

༡ མཚན་ཉིད།

བསྐྱས་པ་བརྗོད་པར་མི་འདོད་ཅེས།།ཚིག་ལ་མཚམས་སྦྱར་མེད་པ་དང་།།
ཡ་བྱིས་ལ་སོགས་སྐྱུ་མེད་པ།། དེ་ནི་མཚམས་སྦྱར་བྲལ་ཞེས་བསྟན།།༡༥༩

༢ དཔེར་བརྗོད།

མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡང་།།རྒྱང་ནི་དལ་བུར་སྐྱུ་བ་ཡིས།།
བུད་མེད་འགམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།།རྩལ་གྱི་ཚུ་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད།།༡༦༠

བརྩུ་པ། ཡུལ་སོགས་འགལ་བ་ལས། ཀཱ། ཡུལ་འགལ་ནི།
ག་ཟུར་རྐང་འཐུང་ལ་རེག་པའི། (ཀཱུར) མ་ལ་ཡ་རྒྱང་དྲི་བཟང་ཅན།
ཀ་ལི་རྒྱ་ཡི་ནགས་སྐྱེས་པའི། ཟླང་པོ་དག་ནི་རི་དྲགས་རིགས།།༡༤༥

ཙཱ་ལ་ཀ་བེ་རི་ངོགས་པ། ཨ་ག་རུ་ནི་ནག་པོས་སྒྲོ།
ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགལ་བ་ཡི། ཚོག་གི་འཇུག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ།།༡༤༦

ལོ། དུས་དང་འགལ་བ་ནི།

པར་ཅན་ནི་མཚན་མོ་རྒྱས། ཉིན་པར་ཀུ་ཟུང་ལྡན་པ་གསལ།
དབྱིད་ནི་ནི་ཚུ་ལ་རབ་རྒྱས། ལོ་ལ་དག་ནི་སྤོང་གིས་གཏོབས། ༡༤༧

ངང་པའི་སྤོང་ནི་དབྱར་མཉན་འོས། ལྟོན་ནི་མ་བྱ་ལྡན་པ་སྤོང་།
དགུན་ལྟོད་ཉི་མ་དྲི་མ་མེད། དགུན་ནི་ཅུན་བསྐྱུགས་པར་འོས། ༡༤༨

གཤམ་ རྒྱལ་ལྷན་དང་འགལ་བ་ནི།

རྒྱལ་ལྷན་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ། ཅུང་ཟད་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ་དཔེར།།༡༤༩

དཔའ་དང་སླེབ་པའི་ཡིད་བྱེད་གྱི། གནས་ཅན་ཁོ་དང་ཡ་མཚན་ནོ།།

དབྱངས་བདུན་རྗེས་པ་འདི་དག་ནི། ཐ་དད་ལམ་དུ་རབ་དུ་འཇུག།།༡༥༠

ངེ འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བ་ནི།

སྒྲང་པོ་དག་ནི་རལ་པ་གཡོ།།རྟ་ཡི་ར་ནི་ཚོ་བ་ཡིན།།

ཨེ་རུ་ནི་སྒྲང་པོ་ལྷོ།།སང་ལྷང་ལྷོན་པ་སྒྲང་པོ་མེད།།༡༧༩

ཅས་པ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ།།ཉིད་དང་འགལ་བ་ཀུན་གྱིས་སྤྲད།།

ཅད་ རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི།

རིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཉན་ཚིགས་ཀྱི། རིག་པ་དང་འགལ་བཤད་པར་བྱ།།༡༧༥

ཉན་པའི་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི།

བདེ་གཤེགས་འདུས་བྱས་འཇིག་པར་ནི།།གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟ་ན་འདྲ།།

ཅ་ཀོ་ར་ཡི་མིག་ཅན་དེ།།བདག་གི་སྤོང་ལ་ད་དུང་གནས།།༡༧༦

ཚེ ལུང་དང་འགལ་བ།

དེ་ནས་ལུང་དང་འགལ་བ་ཡི། འཇུག་པ་དག་ནི་བརྟན་པར་བྱ།།༡༧༩

མེ་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་། བྱ་སྐྱེས་བྲམ་ཟེ་མ་ཉམས་པའི།

སྤྱོད་པས་བརྟན་པ་འདི་དག་ནི། བེ་ལྷན་རྩེ་མཚོ་ད་སྐྱེན་བྱེད།།༡༨༠

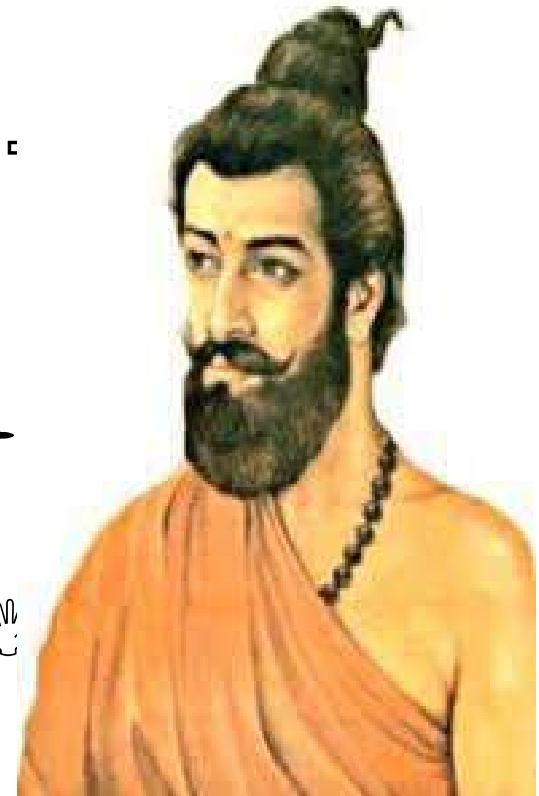
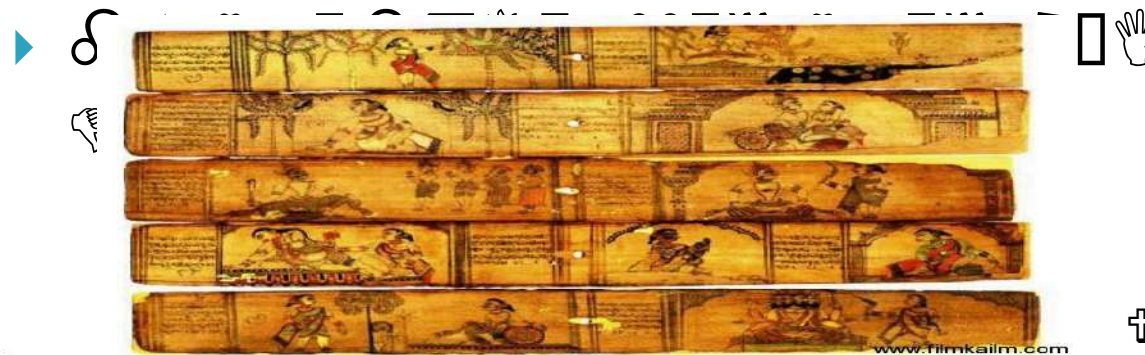
Name : Lobsang Choedak
Subject : Tibetan Language





▶ ♀ ☉ ⊕ □ ♀ □ ✕ ♀ ✕ ⊕ □ □ ⊕ ⊕ ◆ ✎ □
 ♀ 7 🌸 □

▶ ✎ ✕ ♀ ✕ ⊕ □ □ ✎ ✕ ♀ ✕ ⊕ ♀ 🌸 → □ →



♂ ☉ ♀ ♀ ✕ ◆ ♀ ☉
 (भरतमुनि) 200 BCE

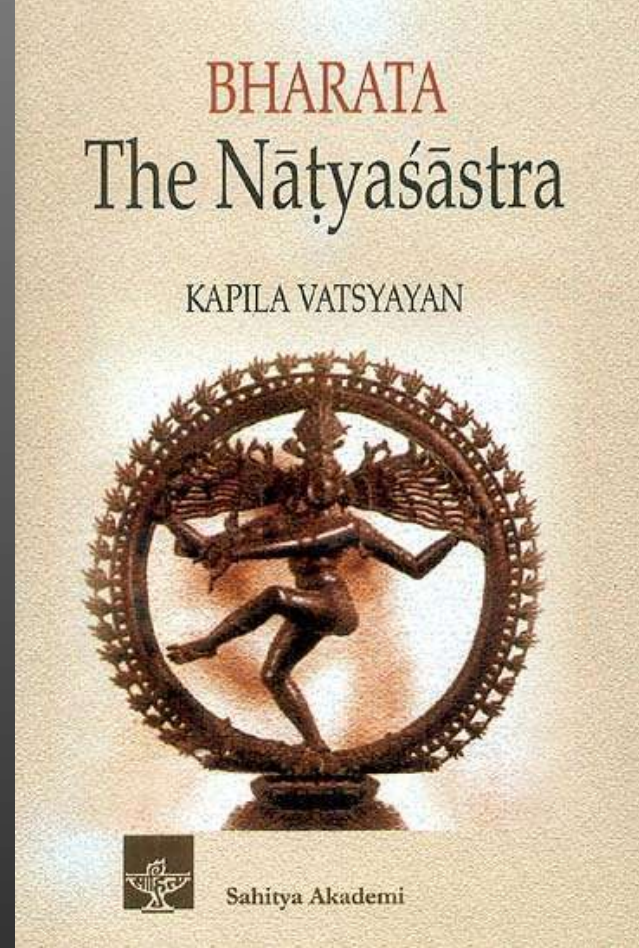
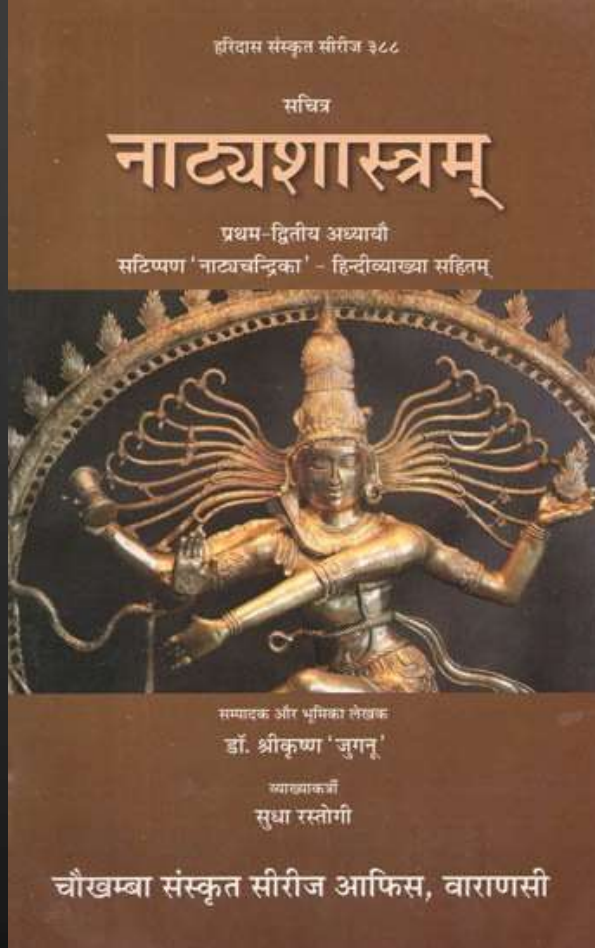


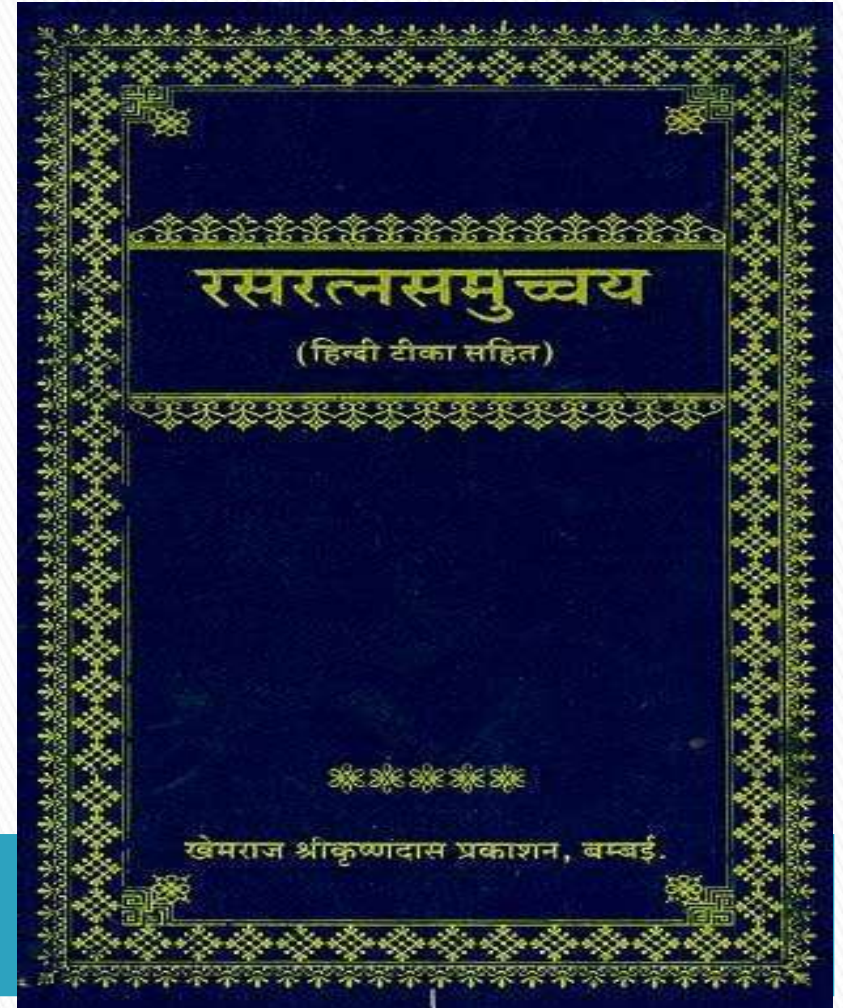
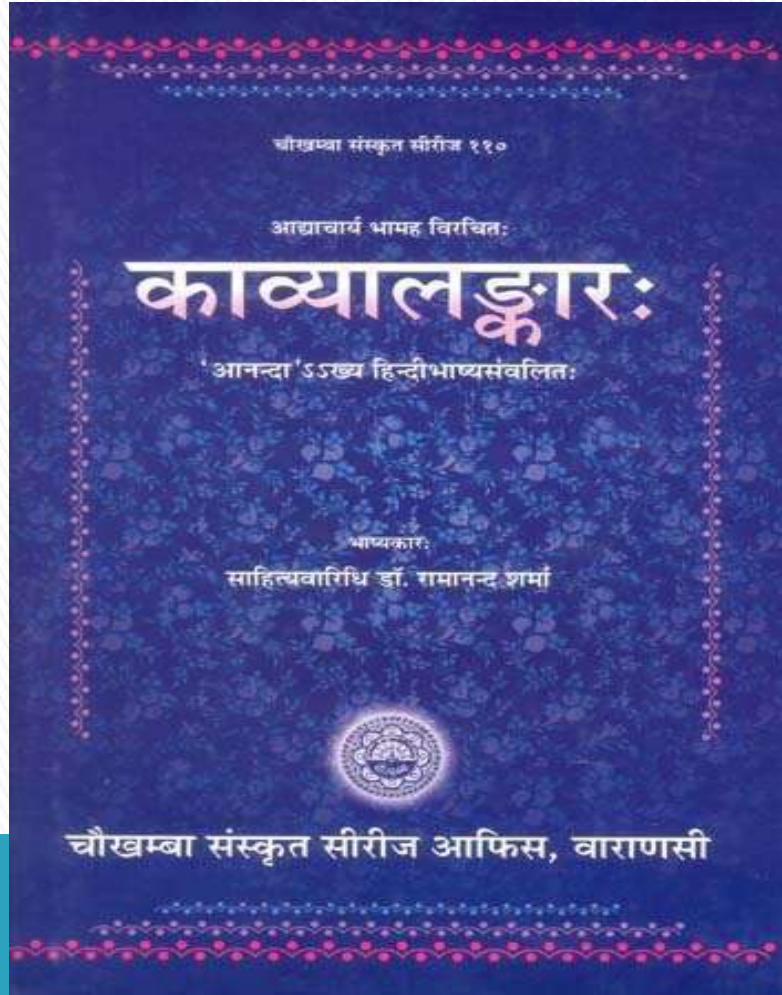
- ▶ འཕྱོར་བའི་དོན། རྐྱེད་བྱེད། འགྱུར་བ།
- ▶ ཉམས་དང་འབྲེལ་བའི་འཕྱོར་བ་ནི་གྲུ་རྩ་བའི།
- ▶ ཉམས་སྐྱེ་བའི་འཕྱོར་བ་གཙོ་བོ།
- ▶ འཕྱོར་བ་དེ་ཉམས་ཀྱི་དོན།

क्रम संख्या	रस	स्थायी भाव
1.	श्रंगार	रति
2.	हास्य	हास
3.	करुण	शोक
4.	रौद्र	क्रोध
5.	वीर	उत्साह
6.	भयानक	भय
7.	वीभत्स	जुगुप्सा
8.	अदभुत	विस्मय
9.	शान्त	निर्वेद
10.	वत्सल	वात्सल्य



ब्रह्मसंहितासुक्तद्वयेदेवज्ञानविषय





Psychological Studies
in
Rasa



DR. RĀKĒSHGUPTA

Rasa
in
Aesthetics

Priyadarshi
Patnaik

with a foreword by
Prof. K. Krishnamoorthy



धुपल ह्ने के | Thank You

Name : Lobsang Dhondhen
Subject : Tibetan Language and Literature

༣། | ཏྲགས་འབྲུག་ལས་ཨ་ཡིག་ཏྲགས་ཀྱི་དབྱེ་ཚུལ་གྱི་སྐོར།



སློབ་བཟང་དོན་ལྡན།



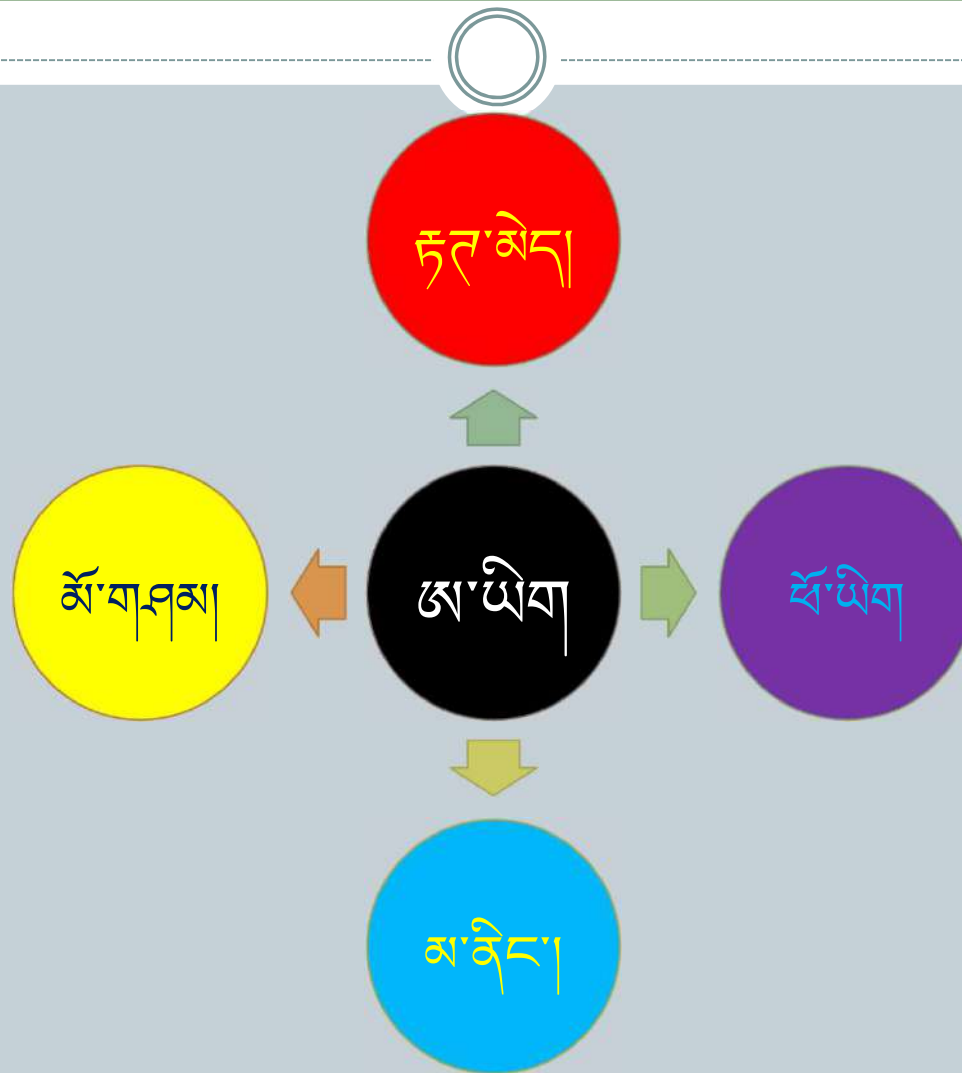
དབྱུང་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེན་ཁང་།
Central University of Tibetan Studies
केन्द्रीय तिब्बती अध्ययन विश्वविद्यालय

ལུམ་ཏྟེ་གྱི་རྣམ་བཤད་མཁས་པའི་མགུལ་རྒྱན་ལུ་ཏིག་ཕྱིང་མཛེས།



སེ་ཏུ་བཅ་ཆེན་གཞུག་ལག་ཚེས་གྱི་འབྲུང་གནས།

ཨ་ཡིག་སྐབས་ཀྱི་ཁ་ཅིག་འདོད་ཚུལ་ལག



ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་འདོད་མཁན་ལོ་ཚེན་ནམ་བཟང་དགག་པ།



- ལོ་ཚེན་ནམ་མཁའ་བཟང་པོའི་རྟགས་འཇུག་གི་འགྲེལ་པ་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱུ་དུ་འདིར་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཉེ་རྒྱས་པ་ནི་ཕོ་དང་། མ་ནིང་། མོ་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ། མོ་གཤམ། རྟགས་མེད་པ་སྟེ་རྟུག་གོ་ཞེས་དང་།
- ཡང་རྟགས་འཇུག་གི་འགྲེལ་པ་དེ་ཉིད་དུ་ར་ལ་ཉ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ་ཞེས་འགྲེལ།
- དེ་བཞིན་ཞ་རྣམ་བྱ་གསུམ་དང་པཎ་ཚེན་ཤུག་མཚོག་ལྷན་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་འདོད་དོ།
- དེ་ལ་ཚྱོགས་སུ་སྤྱང་བ་ཉི་ཤུ་ཅུ་དགུ་པོ་ཕོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་རྟགས་ལྷན་དྲིལ་སྟེ། ཚྱོགས་སུ་མ་སྤྱང་བའི་སུམ་ཅུ་པ་ཨ་ཡིག་ནི་རྟགས་གང་གི་འང་ཁོངས་སུ་མ་བསྐྱས་པས་རྟགས་མེད་ཅེས་སྟོམ་ཚོག་མཛད།
- དེ་ལ་སི་རུས་ཕོན་མེས་གཞུང་ཉིད་དུ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ་དེ་ཉིད་སྟེ་ཚན་ལྷན་དྲིལ་བར་བསྟན་པ་དང་དངོས་སུ་འགལ་ཉེ་སྟེ་ཚན་ལྷན་མི་གཏོགས་པའི་ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་དུ་ཁས་སྤང་བ་གཞུང་དོན་འགལ་བར་གསུངས།

མོ་གཤམ་མམ་མ་ནིང་མཚན་མེད་འདོད་མཁན་དབྱས་པ་སློ་གསལ་ལ་དགག་པ།



- དབྱས་པ་སློ་གསལ་ཚུང་པའི་སེངྒའི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་འགྲེལ་པར། ར་ལ་ཉ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། མ་ནིང་དང་། ཟ་མ་དང་། མཚན་མེད་རྣམས་ནི་མོ་གཤམ་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ་མོ་གཤམ་ནི་མོའི་བྱེ་བྲག་གོ།
- ཨ་ནི་སྐར་བཤད་པ་ལྟར་རོ་ཞེས་ར་ལ་ཉ་གསུམ་བཞིན་དུ་ཨ་ཡིག་ཀྱང་མོ་གཤམ་སྟེ་མིང་གཞན་ལ་མ་ནིང་མཚན་མེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་རོ་ཞེས་གསུངས།
- སི་ཏུས་འགྲེལ་བྱེད་པལ་ཆེར་མགོན་གཅིག་ཏུ་ར་ལ་ཉ་རྣམས་མོ་གཤམ་ཡིན་པ་མ་ཟད་མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་ཡིན་པར་སྐྱབ་མི་འཐད་དེ། བྱེད་ཉིད་ཀྱིས་གཞུང་ཚོག་ཉམས་པ་ཉིད་ཚད་མར་བཟུང་བས་ནོངས་པ་དང་།
- མོ་གཤམ་དང་མ་ནིང་གི་གཞི་མཐུན་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་སློན་དེ་ཉིད་དང་། ལྗེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་པོ་སྟེ་ཚན་ལྔ་རུ་ངོལ་དགོས་པ་ལ་འདྲིལ་མི་ཐུབ་པའི་སློན་དུ་འང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

ཨ་ཡིག་པོ་རྟགས་སུ་འདོད་མཁན་རྣམ་གྲིང་པའ་ཆེན་ལ་དགག་པ།



- རྣམ་གྲིང་པའ་ཆེན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྤང་བྱེད་ལོར་བུར་སྤུ་མི་ངལ་གསོ་སྦྱར་བཏང་པོ་ཡིག་དང་། དམིགས་བསལ་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་དང་། མོ་གཤམ་དུ་བཞེད་པ་ལྟར་འཐད་མོད་ནའང་གྲགས་ཆེ་བའི་དབང་གས་སྦྱར་བཏང་པོ་ཡིག་དུ་བཤད་པ་གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་དང་། དམིགས་བསལ་རྟགས་མེད་དུ་འདོད་པ་ལྷགས་བསྟན་ཡིན་སྦྱར་འདི་ཚམ་དངོས་འགལ་དུ་མི་འགོ་ཞེས།
- སྦྱར་བཏང་སྟེ་སྦྱིའི་དབྱེ་བ་དང་དམིགས་བསལ་སྟེ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བའི་བྱུང་པར་མ་བྱེ་བར་པོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞེག་ལ་ཞེས་བས་ཨ་ཡིག་པོ་རྟགས་སུ་ཁས་སྐྱབས་པ་ལ།
- སི་དུས་ཐོན་མིས་གཞུང་ཉིད་དུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་པོ་ཡིག་རྣམས་(པོ། མོ། མ་ནིང་། ཤིན་དུ་མོ། མོ་གཤམ།) དབྱེ་བ་གསལ་བར་བྱས་པ་ལ་དབྱེ་བ་མཚན་ཉིད་པར་མ་སོང་བའི་སྟོན་གདགས་པས་སམ་རླུན་པ་ཉིད་གྱིས་སྦྱར་བཏང་གྲུ་ལི་སུམ་ཅུ་པོ་ཡིག་དུ་བཤད་པའི་སྐབ་བྱེད་གྱིས་དམིགས་བསལ་སྐབས་སུ་ཨ་ཡིག་པོ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར།

ཨ་ཡིག་སྐབས་ཀྱི་དགག་སྐྱབ་སློང་བཟུང་།

དགག་ཕྱོགས།

ར་ལ་ཏ་(ཨ་)ནི་མོ་གཤམ་སྟེ།

མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ།

- ❖ ཨ་ཡིག་རྟགས་མེད་དུ་འདོད་པ་ལ།
- ❖ མོ་གཤམ་མམ་མ་ནིང་མཚན་མེད་འདོད་ན།
- ❖ ཨ་ཡིག་ཕོ་རྟགས་སམ་ཕོ་ཡིག་དུ་འདོད་ན།
- ❖ གཞུང་ཡིག་ཉམས་པ་ཚད་མར་བཟུང་ཡང་།
- ❖ གོང་གི་འདོད་ཚུལ་ཆེ་ལག་བཀག་ནས།

སྐྱབ་ཕྱོགས།

ར་ལ་ཏ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ།

ཨ་ནི་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ།

- ✓ རྗེ་ཚན་ལྟ་བུ་དེལ་མི་ཐུབ་པའི་སྟེན།
- ✓ མ་ནིང་དང་མོ་གཅིག་དུ་འགྱུར་བའི་སྟེན།
- ✓ གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུར་སྐྱེ་བྱེ་མ་བྱེ་བའི་སྟེན།
- ✓ ཨ་དང་མ་གཉིས་འབྲུལ་གཞི་འབྲུང་མི་སྲིད།
- ✓ སི་དུས་ཀྱང་སྐྱས་ཨ་ཡིག་མོ་གཤམ་དུ་སྐྱབ།

གཤམ་འབྲིང་གཞུག་འཇུག་མཛེས་འདྲེས།

Development of Sowa Rigpa



རག་ཇོ་སློབ་བཟང་བསྟན་འཇིགས།

Prof. (Dr.) Rakdho Lobsang Tenzin

སྐྱེའུ་དབུས་བོད་ཀྱི་གཞུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་།

DSR, CUTS, Sarnath, Varanasi

སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྲུབ་ཚུལ།

ཆགས་པའི་སྐལ་བ།



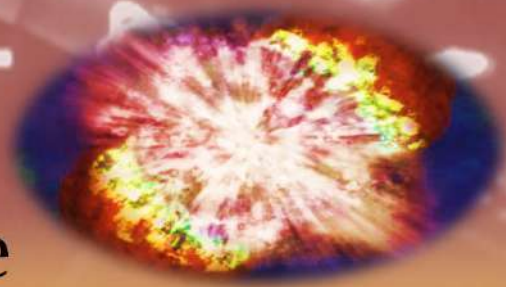
Formation of Universe

གནས་པའི་སྐལ་བ།



Existence of Universe

འཇིག་པའི་སྐལ་བ།



End of Universe

བཟུང་གི་སེམས་ཅན་གྱི་ཐོབ་ཐུང་།

Theory of Evolution

འགྲོ་བ་ལྔའི་ཐོབ་ཐུང་།

Evolution of Beings



མིའི་འགྲོ་བ་ལྔའི་ཐོབ་ཐུང་། Evolution of Human

Beings



༡༩ བོད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚེ་གསལ་གྱི་དཔལ་ལོན་དར་ཚུལ།

Civilization of Tibet

༡༠ བོད་ཀྱི་སྤོང་གྱི་ཁུང་ཚོས།

Bioregion of Tibet



༢༡ བོད་ཀྱི་མི་ཡི་འགྲོ་བའི་དཔལ་ལོན།

Evolution of Tibetan

གོ་རྒྱ་ནག་གི་དབུ་ཕོན་དར་རྒྱས།
Chinese Civilization



གསོ་བ་རིག་པ། Sowa Rigpa

ལྷག་དོད་མའི་གསོ་རིག

Ancient Sowa Rigpa

ལྷག་ལྷག་མར་གནས་པའི་གསོ་རིག

Native Sowa Rigpa

ལྷོ་གསལ་ནས་དར་བའི་གསོ་རིག

Derived Medical System

གསེང་བ་རིག་པའི་ལྷ་སྐྱབ།

Philosophy of Sowa Rigpa

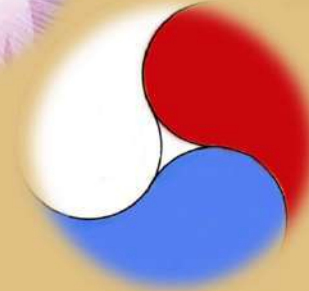
ལོ་ཚོ། Life



ལོ་སྐྱོབ། Life-Force



ལོ་གསེང་བྱ་ནད། Diseases



ཀུན་ནད་ཀྱི་རྒྱ། Coursers of Disease

ལཱ་ནད་ཀྱི་རྒྱེན། Factor of Disease

འཇམ་གསལ་ལྷན་ལུས། Body

ཀཱེ ལྷན་གྱི་གྲུབ་ཚུལ། Anatomy

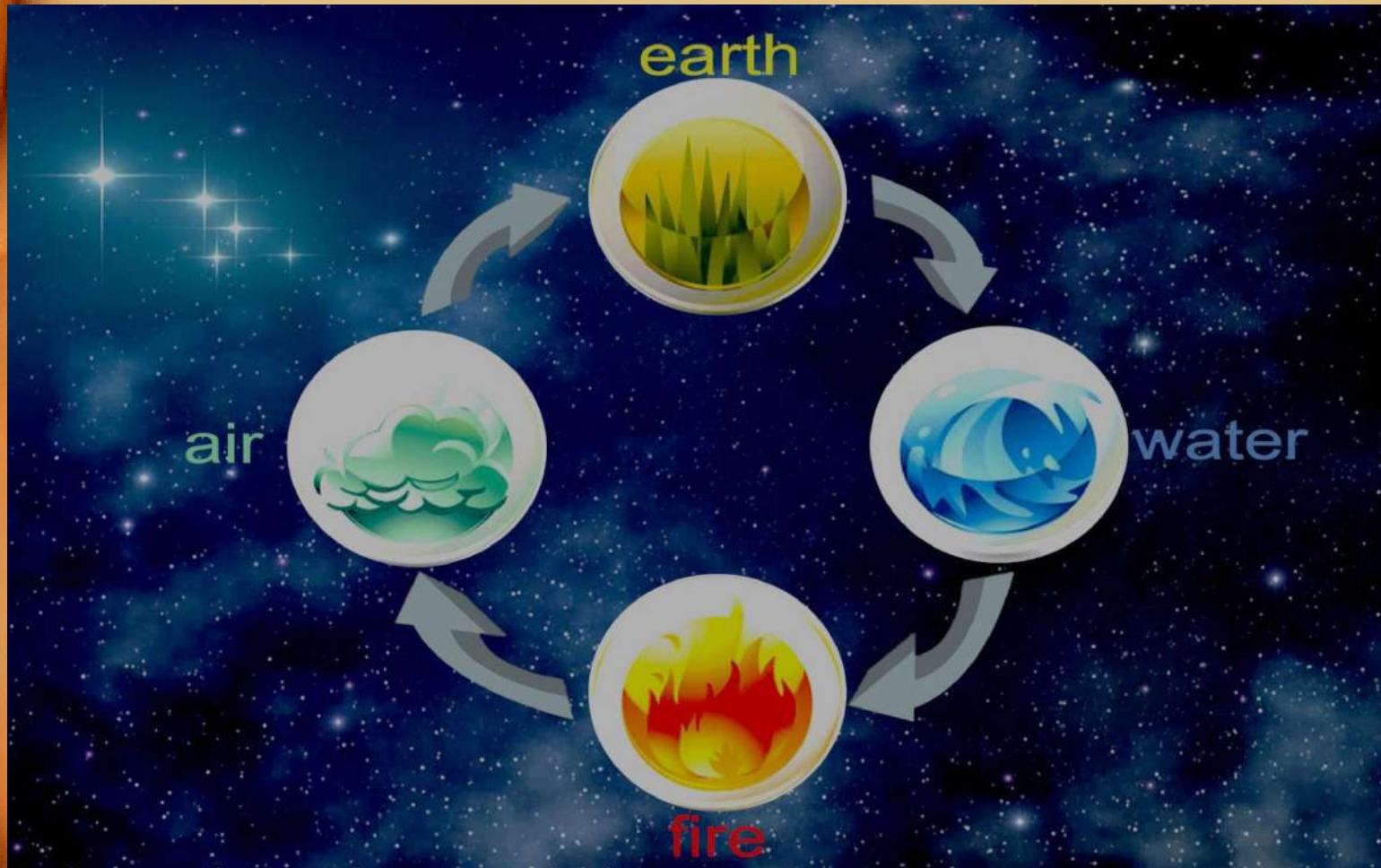
ཁོ ལྷན་གྱི་བྱེད་ལས། Physiology

གཏེ ལྷན་འཚོ་བའི་རྒྱ། Course of Living



འབྲུང་བ་ལྔ་།

Pancha Maha Budh



ལྷན་གསལ་བྱེད། Remedy

ཀུན་གྱི་སྤྱོད་ལམ། Behavior



ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་བ་ཟས། Diet

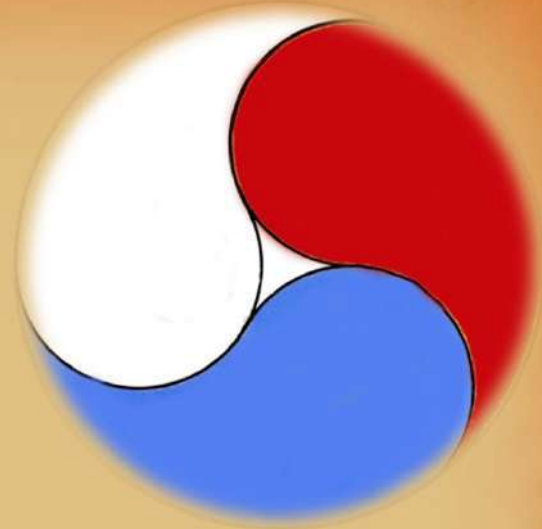
གསལ་བྱེད་སྤྱོད་ལམ། Medicine



ལུས་ལྷན་གསལ། Physical Therapy

ལེན་དང་གཉེན་པོ་སྤྱོད་ཚུལ།

How to Medicate



ཀའི་བརྟག་གཞི། Object of Diagnosis

ཁོའི་བརྟག་སྒོ། Method of Diagnosis

གའི་བརྟག་ཡུལ། Object of Test

ཇི་བརྟག་ཚུལ། Analysis of Disease



ཀྱ་བརྟག་བ། Visual Examination

ཇཱ་རེག་བ། Touch examination



ཇཱ་ངོ་བ། Interrogate

ལྷོ་གསོ་ཐབས། Therapeutic

ཀུན་གསོ་ཚུལ། Method of Resurrection

ལོ་གསོ་ཐབས། Restoration

གསོ་བ་པོ་སྐྱོན་པ། Qualified Physician

ལྷོ་སྐྱོན་པའི་རྒྱ། Physician's Potential



ལྷོ་སྐྱོན་པའི་ངོ་བོ། Characteristics



ལྷོ་སྐྱོན་པའི་ལས། Physician's Duty



ལྷོ་སྐྱོན་པའི་འབྲས་བུ། Physician's
Attainment

ལྷན་པ།

དུས་གསུམ་གསལ་བའི་མངོན་ཤེས་བདག་ལ་མེད།།

གང་དུན་སྐྱབས་བའི་སྤྲིང་སྤོབས་བདག་ལ་མེད།།

ལོ་རྒྱུད་དཔྱད་པའི་དུས་ཚོད་བདག་ལ་མེད།།

མེད་གསུམ་གཤོ་བས་དཔྱད་པ་འདི་ཙམ་མོ།།

Name : Lobsang Tsultrim

Subject : Geluk Sampradaya

ས་དྲུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་བཤད་པ་ལ་བཞི།

- ༡སའི་ངེས་ཚིག་དང་ཤེར་བྱིན་སྟག་པར་བསྟན་པ།
- ༢ཤེས་རབ་གྱི་ཕར་བྱིན་གྱི་བསྐྱགས་པ།
- ༣ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་གཟིགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པ།
- ༤སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་འཇུག་བསྐྱབ་འོ།།

དང་པོ་ནི།རྩ་བ།མངོན་དུ་སྟོགས་པར་མཉམ་བཞག་སེམས་གནས་ཏེ།རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
ཚོས་ལ་མངོན་སྟོགས་ཤིང་།འདི་བརྟེན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ངེས།ཤེས་རབ་གནས་
པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར།།༡ཞེས་པས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་རྒྱན་ཉིད་འདི་པ་
ཅམ་གྱི་ཟབ་མོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱང་སེམས་དྲུག་པ་ལ་གནས་པས་ནི།ས་བདུན་པ་
ལྷགས་འདི་ལྟར་མོང་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ།ཤེས་རབ་
གྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་ལ་གནས་པའི་བྱིར།

གཉེས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་གྱི་བསྐྱབས་པ་ནི།

ཅུ་བཅི་ལྷར་ལོང་བའི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབས་ཏུ། མིག་ལྡན་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡི། ཡུལ་
དུ་འབྲིང་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་སྐྱོས། མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྐྱབས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་
འགོ། འཇེས་པས་དཔེར་ན་མིག་དང་ལྡན་པའི་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གིས་ལོང་བའི་ཚོགས་ཀྱི་
གང་དུ་འགོ་བར་འདོད་པའི་ཡུལ་དུ་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་འབྲིང་བུས་པ་བཞིན་དུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་
རལ་དུ་ཕྱིན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལྟ་བུའི་མིག་ཉམས་པའི་སྐྱོན་སོགས་ཕར་ཕྱིན་དང་པོ་
ལྷ་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་དུ་འབྲིང་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

བཞི་པ་སྣོད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཉན་པར་བསྐྱུལ་བ་ནི།

ཅུ་བཤམ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོས་ནི།།རིམ་གྱིས་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་ནི་འཕྱོག་
འགྲུར་བས།།དེ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བས་ལམ་འདི་མཉན་པར་གྱིས།།ཡེ་ཞེས་པས་ཟབ་པ་སྣོད་པ་
ཉིད་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཚོས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡུན་རིང་པོར་མེད་པར་ཟབ་
པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དགོ་བའི་ཚོགས་རྣམས་སོ་སྐྱེའི་སར་ངེས་པར་བསགས་ནས་རིམ་གྱིས་ས་
དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཕྱོག་པར་འགྲུར་བས།།འདི་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་གྱིས་འཆད་
པར་འགྲུར་བའི་ཟབ་མོའི་ལམ་འདི་མཉན་པར་གྱིས་ཤིག་གོ།།

ལྷ་པ་རྟེན་འབྲུང་གི་དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ།

- ཀྱམང་དག་པའི་དོན་ལུང་གིས་བསྟན་པའི་ཚུལ།
- འབྲུང་གི་དོན་དེ་རིགས་པས་བསྟུན་པ།
- འདེས་གྲུབ་པའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བཤད་པའོ།།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཀྱམང་ལས་གསུངས་པའི་ཚུལ་དགོད་པ། འདེ་ཁོ་ཉིད་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ངོས་བབྲང་བའོ། དང་པོ་ནི། ལས་ལས་ལྷ་པ་བ་དེ་ས་དུག་པ་ལ་འཇུག་པ་ན། མཚན་མཉམ་པ་ཉིད་བཅུས་འཇུག་གོ། བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ་ཀའོས་ཐམས་ཅད་མཚན་མ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང། འཚོས་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང། འདེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང། ལམ་སྐྱེས་པ་དང། ཡད་བེན་པ་དང། འགོད་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པ་དང། གསྟོན་པ་མེད་པ་དང། རྒྱང་བ་མེད་པ་དང་དོར་བ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང། འཚོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་དང་མི་ལམ་དང་མིག་ཡོར་དང་བྲག་ཆ་དང་ཚུ་ཟླ་དང་གཟུགས་བརྟན་དང་སྐྱུ་ལ་པ་ལྟ་བུར་མཉམ་པ་ཉིད་དེ། ཀའོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་གཉིས་སུ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལྟར་རབ་དབྱེ་རྟོགས་པ་ན། རྣམ་ཞེས་སུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པས་བྲང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ས་དུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་རྗེས་སུ་ཐོབ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། མཚན་མ་མི་འདྲ་བར་སྤང་བ་རྣམས་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་དོན་མེད་པར་ཚོས་ཀུན་མཉམ་པ་ཉིད་དང་ཚོས་ཀུན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང། མ་འོངས་པའི་ཚོས་ཀུན་རང་གིས་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། འདས་པ་དང་ད་ལྟ་བའི་ཚོས་ཀུན་རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་སྐྱེས་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟ་བའི་ཚོས་ཀུན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དབེན་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། ཚོས་ཀུན་གདོད་མ་ནས་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། ཚོས་ཀུན་གཉིས་སྤང་གི་སྟོན་པ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། སྐྱེ་དང་རྣམ་རྟོག་གིས་སྟོན་པར་མི་རྣམས་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང། རྣམ་པར་དག་པ་ཉིད་དང། ཚོས་གང་ལ་ཡང་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དོ།།

གཉིས་པ་དེ་ལོ་ཉིད་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་འཇུག་པོ་བཟུང་བ་ལ་གཉིས།

- ༡དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་འཛིན་ངོས་གཟུང་བ་དང།
- ༢དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་འཛིན་ངོས་གཟུང་བའོ།།

དང་པོ་ལ་གསུམ།

༡ བདེན་གྲུབ་དང་བདེན་འཛིན་ངོས་གཟུང་བ།

༢ འཇིག་རྟེན་པ་ལ་སྣོས་པའི་བདེན་རྒྱུ་རྒྱ་མའི་དཔེས་བཞུན་པ།

༣ དཔེ་དེ་དོན་ལ་སྐྱུར་ནས་བཤད་པའོ།།དང་པོ་ནི་རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་ཁུངས་སྐབ་གཞན་ལས་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་གསལ་བར་མི་འབྱུང་བ་གསུངས།འོན་ཀྱང་དབུ་མ་སྣང་བ་ལས།དངོས་པོ་ཡང་དག་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དག་ལ་ཡང་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་ཚུལ་བཤད་པའི་བསྐྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་དོན་དམ་པར་རམ་བདེན་པར་ཡོད་པ་བཤད་ལས་ཤེས་རུས་པ་རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་སོ།།དེས་ན་སྣོ་གཞོན་མེད་ལ་སྣང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་རང་གིས་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྣོད་ལུགས་ཀྱིས་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་དེ།དགག་བྱ་གྲུབ་ཚད་ཡིན་ལ།དེ་དང་གནས་གཅིག་པ་ནི།བདེན་པར་གྲུབ་པ་དང་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ།དེ་དག་འཛིན་པ་ནི་བདེན་འཛིན་རྟེན་སྤྱོད་སོ།།

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་སྟོས་པའི་བདེན་རྒྱུ་མའི་དཔེས་བསྟན་པ་ནི།

སྟོའི་དབང་གིས་བཞག་པ་དང་མ་བཞག་པའི་ཡོད་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཤེས་པ་ལ།སྟོ་མའི་དཔེའི་
སྟེང་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པས་དེ་བཤད་ན།སྟོ་མ་མཁན་གྱིས་དེ་ཤིང་སོགས་ཏྟ་
སྟངས་ཏུ་སྟོལ་པ་ན།སྟོ་མ་མཁན་དང་།སྟན་པས་ཀྱིས་མིག་བསྟན་པའི་སྟངས་མོ་བ་དང་།མིག་མ་
བསྟན་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ལ།ཏྟ་སྟངས་ཏུ་སྟངས་བ་ཅམ་ཡོད་ཀྱི་དེར་ཞེན་པ་མེད་ལ།གཉིས་པ་
ལ།དེར་སྟངས་དང་དེར་ཞེན་གཉིས་ཀ་ཡོད།གསུམ་པ་ལ།ཏྟ་སྟངས་གི་སྟངས་ཞེན་གཉིས་ཀ་མེད་
པ་བཞིན་གཟུགས་སོགས་སྟོ་ལ་སྟངས་ཚུལ་ཡང་གསུམ་ཡོད་དེ།ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་མ་རྟོགས་
པའི་གང་ཟག་ལ་ཚོས་རྣམས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྟངས་བ་དང་ཞེན་པ་གཉིས་
ཀ་ཡོད།ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་ཞིག་བདེན་འཇིན་མ་སྟངས་པའི་གང་ཟག་ལ་སྟངས་བ་ཡོད་
ཀྱང་ཞེན་པ་མེད།བདེན་འཇིན་སྟོང་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་སྟངས་ཞེན་གཉིས་ཀ་མེད་དོ།།

གསུམ་པ་དཔེ་དེ་དོན་ལ་སྐྱུར་ནས་བཤད་པ་ནི།

ལྷགས་རྩལ་གྱིས་མིག་བསྐྱད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་གྱིས་ཚོས་རྣམས་བདེན་པར་ཡོད་
པར་སྐྱང་བ་ན། ལྷོང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མིན་པར་ཚོས་དེ་རྣམས་གྱི་སྲོད་ལྷགས་
ཤིག་ཡོད་པར་འཇིན་པ་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལྷགས་པའི་སྟུན་སྐྱེས་གྱི་བདེན་འཇིན་
འོ།། རྣམ་ཞིག་བདེན་འཇིན་དེས་བཟུང་བའི་བདེན་གྲུབ་རིགས་པས་ཞིགས་པ་ན་སྐྱུ་མ་
མཁན་བཞིན་དུ་ཚོས་རྣམས་ནང་སློབ་དབང་གིས་མ་བཞག་པའི་སྲོད་ལྷགས་ཡོད་པར་མི་
འཇིན་པར་སློབ་དབང་གིས་བཞག་པའི་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ།། རྣམ་ཞིག་
མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་པ་ན། དེའི་ངོར་གཉིས་སྐྱང་ཐམས་ཅད་ཉེ་
བར་ཞི་བ་ནི་མིག་མ་བསྐྱད་པ་ལ་སྐྱུ་མའི་སྐྱང་ཞེན་གཉིས་ཀ་མེད་པ་དང་འདྲའོ།།

གཉིས་པ་དབུ་མ་ཐལ་འགྲུང་པའི་ལྷགས་ཀྱི་བདེན་འཛིན་ངོས་གཟུང་བ་ལ་གཉིས།

༡ ཚོས་རྣམས་རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཛོག་ཚུལ།

༢ དེ་ལས་བསྐྱོད་སྟེ་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་བརྟན་པའོ།།

དང་པོ་ནི་ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ལྷན་པ་ལས་སྤྲོ་ཚོགས་ཡིད་དགའ་མེ་རྟོག་ཁ་བྱེ་ཞིང་། གསེར་གྱི་ཁང་མཚོག་འབར་བ་ཡིད་འོང་བ། འདི་ན་དེ་
ལའང་བྱེད་པོ་འགའ་མེད་དེ། དེ་དག་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན། རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཛིན་རྟོག་རྣམས་བརྟན་གྱི་ཞེས་
ཚོས་རྣམས་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པར་གསུངས་པ་དང་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས་འཛིན་རྟོག་མ་རིག་རྟོན་ཅན་དུ། གང་ཕྱིར་
རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུངས། དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་འཛིན་རྟོག་འདི། རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཞེས་ཅེས་མི་འཐད། ཅེས་གསུངས་པ་དང་བཞི་བརྒྱ་པ་
ལས་རྟོག་མེད་པར་འདོད་ཆགས་ལ། ལོགས་ལ་ཡོད་ཉིད་ཡོད་མིན་ན། ཡང་དག་དོན་དང་རྟོག་པ་ཞེས་སྟོན་དང་ཕན་པ་སུ་ཞེས་
འཛིན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་དེའི་འགྲུབ་པ་ལས་རྟོག་པ་ཡོད་པ་ལོ་ན་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། རྟོག་པ་མེད་པར་ཡོད་པ་ཉིད་མེད་པ་དེ་དག་
ནི་གོར་མ་ཆག་པར་ཐག་པ་བསྐྱོད་པ་ལ་བཏགས་པའི་སྤྱལ་ལྷན་རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པར་ངེས་སོ། ཞེས་པའི་དོན་ནི་དེ་ལ་སྤོང་བའི་
མདོག་དང་འབྲེལ་ལྷགས་སྤྱལ་དང་འདྲ་ཞིང་ལྷལ་མི་གསལ་བར་སྤང་བ་ན་ཐག་པ་ལ་འདི་སྤྱལ་ལོ་སྤྲོམ་པ་འབྱུང་ངོ། དེའི་ཚེ་ཐག་པ་
ལ་ཐག་པའི་ཚོགས་པ་དང་ཆ་ཤས་སྤྱལ་གྱི་མཚན་གཞིར་འཛོག་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས། དེའི་སྤྱལ་ནི་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་
སོ། དེ་བཞིན་དུ་སྤང་བོ་ལ་རྟོན་ནས་ངའོ་སྤྲོམ་པ་འབྱུང་བ་ན། སྤང་བོའི་སྟེང་ནས་སྤྱིའི་རྒྱན་གྱི་ཚོགས་པ་དང་དུས་གཅིག་པའི་
ཚོགས་པ་དང་དེའི་ཕྱིར་དང་སྤང་བོའི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་དེའི་གཞིར་འཛིན་རྒྱ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས། གང་
དེ་ནི་རྟོག་པས་སྤང་བོ་ལ་རྟོན་ནས་བཞག་ཙམ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་མེད་དོ། དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་དེ་ལས་བསྐྱོད་མེད་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་བསྟན་པ་ནི།

ལྟར་བཤད་པའི་མིང་གི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དབང་ཙམ་གྱིས་བཞག་པ་མིན་པའི་ཡོད་པར་འཛིན་པ་
ནི།བདེན་པར་དང་དོན་དམ་པར་དང་ཡང་དག་ཏུ་སྐྱབ་པ་དང་།རང་གི་ངོ་བོས་དང་རང་
གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་སྟན་སྐྱེས་ཡིན་ལ།དེས་བརྒྱུང་
པའི་ཞེན་ཡུལ་ནི་བརྟགས་པ་མཐའ་བརྒྱུང་གི་བདེན་ཚད་དོ།།

གཉིས་པ་ལྷུང་གི་དོན་དེ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས།

- ༡ ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ།
- ༢ གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ།

དང་པོ་ཚོས་གྱི་བདག་མེད་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ་བཞི།

- ༡མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དགག་པ།
- ༢མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་བཀག་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ།
- ༣རྟེན་འབྱུང་གི་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་མཐར་འཇིག་གི་ལོག་རྟོག་འགོག་ཚུལ།
- ༤རིགས་པས་དབྱུང་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ངོས་གཟུང་བའོ།

དང་པོ་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དགག་པ་ལ་གསུམ། ༡རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་དམ་བཅའ་
བཞག་པ། ༢དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་བཟུན་པ། ༣མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་བཀག་པས་གྲུབ་པའི་དོན་ནོ།
༥དང་པོ་ནི་རྩ་བ་དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མེན་གཞན་དག་ལས་སྟོག་ལ་ཞིག། གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་རྒྱ་
མེད་པར་ནི་ག་ལ་ཡོད། ཞེས་པས་དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་ན་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་གང་
རུང་གིས་བྱུང་བའི་རྟེན་གྱིས་སྐྱེ་བ་ལ་རྒྱ་ཡོད་མེད་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་ཅིང་རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་རང་གཞན་
རེ་རེ་བ་དང་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་གསུམ་དུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་པས་དམ་བཅའ་བཞིས་ཚོག་གོ། འདིར་
བདག་སྐྱེའི་དོན་ནི། རང་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་འདོད་དོ། འདོད་མཁན་ནི་གངས་ཅན་
ཡིན་ལ། གཞན་སྐྱེའི་དོན་ནི། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་
པའི་འབྲས་བུ་གཞན་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིན་ལ། འདོད་མཁན་ནི། རང་རྒྱུད་པ་མན་ཚད་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་དོ།

གཉིས་པ་དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་བརྟན་པ་ལ་བཞི།

- ༡བདག་སྐྱེ་འཕྲོག་པ།
- ༢གཞན་སྐྱེ་འཕྲོག་པ།
- ༣གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་འཕྲོག་པ།
- ༤རྒྱ་མེད་པར་སྐྱེ་བ་འཕྲོག་པ།

དང་པོ་གཉིས། ༡འབྲེལ་པ་མཚན་པའི་རིགས་པས་དགག་པ། ༢རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིགས་པས་དགག་པའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། ༡འབྲེལ་པ་མཚན་པའི་རིགས་པས་དགག་པ། ༢རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིགས་པས་དགག་པའོ། དང་པོ་གསུམ། ༡དེ་ལོ་ཉིད་རྟོགས་པར་འདོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་མཐན་གྱི་ལྷགས་དགག་པ། ༢འབྲེལ་མཐའ་སྐྱོ་མ་བརྒྱུར་བའི་ཐ་སྐྱད་ཏུ་ཡང་མེད་པར་བརྟན་པ། ༣དེ་ལྟར་བཀག་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བརྒྱ་བའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། ༡རང་དང་དོ་བོ་གཅིག་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ། ༢རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་པ་དགག་པའོ། དང་པོ་ནི། རྩ་བ་དེ་ལས་འབྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡོན། རྐྱེས་པར་གྱུར་པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་རིགས་པའང་མ་ཡོན་ཉིད། ཞེས་པས་སྐྱ་གྲུ་ས་བོན་གྱི་དུས་ཡོད་ན་སྐྱ་གྲུ་དེ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་བ་དགོས་པ་དང་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡོན་སྟེ་དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་སྐྱ་གྲུའི་དོ་བོ་འཕྲུལ་རང་བཞིན་གང་ཡོན་ས་བོན་གྱི་དུས་སྐྱ་ཡོད་ན་སྐྱ་གྲུའི་དོ་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་སྐྱ་གྲུ་གསལ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་སྲིད་པས། རྒྱ་དུས་ནས་སྐྱ་གྲུའི་རང་བཞིན་ནམ་དོ་བོར་མ་ཟད། རྐྱ་གྲུ་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་དགོས་པས། དེའི་ཚེ་དེ་གྲུ་པའི་འོག་ཏུ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བ་ལ་དོན་གཏན་མེད་དོ། ཡང་རྩ་བ་སྐྱེས་ཟེན་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་འབྱུར་ན་ནི། རྐྱ་གྲུ་ལ་སོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འདྲིའི་རྐྱེད་མི་འབྱུར་ཞིང་། ས་བོན་མཐར་ཐུག་པར་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཏུ་འབྱུར། རིང་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཛིག་པར་བྱེད་པར་འབྱུར། ཞེས་པས་སྐྱེས་ཟེན་པའི་ས་བོན་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་ནི། རྐྱར་ཡང་ས་བོན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་ཅི་ཡང་མེད་པས་ས་བོན་འབབ་ཞིག་སྐྱེ་བས། རྐྱ་གྲུ་དང་སྐྱོང་བུ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འཛིག་རྟོན་འདྲིའི་གཏན་ནས་མི་རྟོན་པར་འབྱུར་བ་དང་། ས་བོན་དེ་ཉིད་བར་མ་ཚད་པར་སྲིད་པའི་མཐར་ཐུག་པར་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཏུ་འབྱུར་རོ། གཞན་ཡང་རི་ལྟར་སྐྱ་གྲུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ས་བོན་དེ་རྣམ་པར་འཛིག་པར་བྱེད་པར་འབྱུར་ཏེ་མི་འབྱུར་བར་ཐལ། རྐྱ་གྲུ་སྐྱ་གྲུ་འཛིག་པར་མི་བྱེད་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉེས་པ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཉེས་འོ་བོ་གཅིག་པ་དགག་པ་ནི།

ཅུ་བཟེང་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་ལས་ཐ་དད་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་དབྱེ་བས་དང་ནི། ཁོ་དོག་རོ་རྒྱས་སྒྲིན་པའི་ཐ་དད་ཁྱོད་ལ་མེད་པར་འགྱུར། ཞེས་པས་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་ཁ་དོག་དང་དབྱེ་བས་ལ་སོགས་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་རིང་ལྷང་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་དང་ཁྱོ་སེར་སོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་ཁང་ར་རྒྱར་སོགས་ཀྱི་རོ་དང་རྒྱས་མཐུ་དང་སྒྲིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་དད་པ་ཁྱོད་ལ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་སྐྱུ་གྱུ་གཉེས་འོ་བོ་དང་རང་བཞིན་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅུ་བཟེང་ཏེ་སྐྱར་གྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་བསལ་ན་དེ་ལས་གཞན། འོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་ཚེ་དེ་ཡི་དེ་ཉིད་རི་རྩར་འགྱུར། །༡༠ ཞེས་པས་གལ་ཏེ་སྐྱར་གྱི་ས་བོན་གྱི་བདག་གི་དངོས་པོའི་གནས་སྐབས་བསལ་ནས་གནས་སྐབས་དེ་ལས་གཞན་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་འོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་རྩར་འདོད་པ་དེའི་ཚེ་ས་བོན་དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཉིད་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་རི་རྩར་འགྱུར་ཏེ་དེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་དེའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་དེའི་འོ་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་དེའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅུ་བཟེང་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ས་བོན་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་འདིར་གཞན་མ་ཡིན་ན། ས་བོན་བཞིན་དུ་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་ཞེས་བྱ་དེ་བཟུང་མེད་པའོ། ཡང་ན་དེ་དག་གཅིག་པས་རི་རྩར་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་འདི་བཞིན་དུ། དེ་ཡང་གཟུང་དུ་ཡོད་འགྱུར་དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་ཁས་མི་སྤང་། །༡༡ ཞེས་པས་གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་རྩར་ས་བོན་དང་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་འོ་བོ་གཉེས་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིར་འོ་བོ་གཞན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། རི་རྩར་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱ་ལྷུ་ལྷུ་འདི་གཟུང་དུ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ས་བོན་དེ་ཡང་དབང་པོའི་ཤེས་པས་གཟུང་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་ལས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་དེ་གཉེས་སྤོང་བར་འདོད་པས་སྐྱུ་གྱུ་གཉེས་ཀྱི་འོ་བོ་ལ་གཞན་མེད་པ་འདི་ནི་ཁས་སྤང་བར་མི་བྱའོ།

གཉིས་པ་གྲུབ་མཐའ་སློ་མ་བསྐྱར་བའི་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི།

- ཚུ་བར་གང་སྟེར་སྐྱེ་ཞིག་ན་ཡང་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་སྟེར།།དེ་དག་གཅིག་པ་ཡིན་ཞེས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན།།ཞེས་པས་གང་གི་སྟེར་སྐྱེ་ས་བོན་ཞིག་ནའང་ས་བོན་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་མཐོང་བའི་སྟེར་ས་སྐྱེ་གཉིད་དེ་དག་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཡིན་ཞེས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ལོ།།
- གསུམ་པ་དེ་ལྟར་བཀག་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱེ་བ་ནི།ཚུ་བར་དེ་སྟེར་དངོས་པོ་བདག་ལས་འབྱུང་ཞེས་རབ་དུ་བརྟགས་པ་འདི།།དེ་ཉིད་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་དུ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ།།ཉེ་ཞེས་པས་དེའི་སྟེར་སྐྱེ་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་རབ་དུ་བརྟགས་པ་འདི།།དེ་ཉིད་དོན་དམ་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་དུ་འང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ།།

གཉེས་པ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིགས་པས་དགག་པ་ནི།

རྩ་བར་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དང་། ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་
ཡང་གཅིག་ཉིད་འགྱུར་ན་དེ་དག་ནི། གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ན་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་
སྐྱེད་པར་། བྱ་མིན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བྱེད་པོ། ། ཉེས་པས་འབྲས་
བུ་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་འབྲས་བུ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་རྒྱ་
དང་གང་ཞིག་བྱ་བའི་ལས་དང་གང་གིས་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་
ན་དེ་དག་ནི་གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ན་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་སྐྱེད་པར་བྱ་བ་མིན་
ཏེ་བསྐྱེད་པའི་ལས་དང་རྩ་བའི་ལས་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱེད་
པོ།

Name - Lobsang Wangdrak

Subject - Mool-Shastra

१ ཉམ་རང་ཐུབ་དབང་ལས་སྐྱེས་ཚུལ།
༢ སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་ལས་འབྱུངས་ཚུལ།
༣ བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་བོ་གསུམ་བརྟན་པ།

ཉམ་ཐོས་སངས་རྒྱལ་འབྲིང་རྣམས་ཐུབ་དབང་སྐྱེས།།
སངས་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་།།
སྤིང་རྗེ་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་སློང་དང་།།
བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་རྒྱལ་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ།།

༡ སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྡིང་རྗེ་ལ་ཕུག་འཚལ་བ་དང།
འཚལ་དམིགས་པའི་སྡིང་རྗེ་ལ་ཕུག་འཚལ་བ།

- དང་པོ་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གུར་ཅིག།
- བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པ།།
- ཟླ་ལྷན་འཕུན་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི།།
- འགོ་ལ་སྡིང་རྗེར་གུར་གང་དེ་ལ་འདུད།།
- འགོ་བ་གཡོ་བའི་རྒྱལ་ལོ་ལ་གི་ལྷ་བ་ལྟར།།
- གཡོ་དང་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྡིང་པར་མཐོང་བ་ཡི།།

ས་དང་པོའི་ཁྱད་གཞི་སའི་ངོ་བོ་མདོར་བསྟན་པ།

- རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་འགྲོ་བ་རྣམས།
- རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་སྱེད་སྣང་རྗེ་རྗེ་དབང་གུར་ཅིང་།
- ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྣོན་པས་རབ་བསྣོན་དགའ་བ་ལ།
- རབ་ཏུ་གནས་པ་དེ་ནི་དང་པོ་ཞེས་བྱའོ།

དེའི་ལྷན་གྱི་མཚན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན། རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་སོགས་
བཞིའི་ཡོན་ཏན།

- དེའི་སྐབས་བཟུང་སྟེ་དེ་ལྟོ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ཡི།། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་བུའི་
སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟུང་དོ།། འདི་ལྟོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་འང་
སྐྱེས་པ་སྟེ།།
- འདི་ལྟོ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ཡིན།། བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ་དེ་ལྟོ་དགའ་བ་ཏུ་གྱུར་འཆང་ཞིང་།། འཇིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་ནས་
གཡོ་བ་རུས་པར་གྱུར་པ་འང་ཡིན།།

ས་གོང་མ་གཞོན་པ་སོགས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན། ཡོན་ཏན་མདོར་
བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ།

- ས་ནས་སར་གཞོན་བྱེད་ཅིང་གོང་མར་རབ་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར།། དེ་ཚེ་འདི་ཡི་
ངན་འགྲོའི་ལམ་རྣམས་མཐའ་དག་འགག་པར་འགྱུར།། དེ་ཚེ་འདི་ཡི་སོ་སོ་སྐྱེ་
བའི་ས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཟད།།
- འདི་ནི་འཕགས་པ་བརྒྱད་པ་ཇི་ལྟར་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བསྟན།།

ས་འདི་ཉམ་རང་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ། ས་བདུན་
པར་ཉམ་རང་སྒོའི་སྟོབས་ཀྱིས་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་བསྟན་པ།

- རྗེ་གསལ་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ལྟར་དང་པོ་ལ་གནས་ཀྱང་། ཐུབ་དབང་གསུང་
སྐྱེས་དང་བཅས་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། བསོད་ནམས་དག་གི་དབང་གིས་
ཕམ་བྱས་རྣམས་པར་འཕེལ།
- དེ་ནི་རིང་དུ་སོང་བར་སྒོ་ཡང་ལྷག་པར་འགྱུར།

ས་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་སྒྱིན་པ་བཤད་པ།

- དེ་ཚེ་དེ་ལ་ཇོགས་སངས་བྱང་ཆུབ་སྐུ། དང་པོ་སྒྱིན་པ་ཉིད་ནི་ལྷག་པར་
འགྱུར། རང་ཉ་སྒྲེར་ལའང་གུས་པར་བྱས་པ་ཡིས། ལྷང་དུ་མི་རུང་དཔོག་པའི་
སྐུར་ཡང་འགྱུར།

སྦྱིན་པ་ལ་འཕྲོད་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང།

- སྦྱི་བོ་འདི་ཀུན་བདེ་བ་མངོན་འདོད་ཅིང། མི་རྣམས་བདེ་བའང་ལོངས་སྤྱོད་མེད་མིན་ལ། ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་ནི་སྦྱིན་ལས་འབྱུང་མཆེན་ནས། ཐུབ་པས་དང་པོར་སྦྱིན་པའི་གཏམ་མཛད་དོ།
- ལྷིང་རྗེ་དམན་ཞིང་ཤིན་དུ་རྒྱབ་སེམས་ཅན། རང་དོན་ལྷུང་ལེན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་གང། དེ་དག་གི་ཡང་འདོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས། ཐུག་བསྐྱེད་ཉེར་ཞིའི་རྒྱར་གྱུར་སྦྱིན་ལས་འབྱུང།

སྒྲིལ་པས་སྤྱང་འདས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ།

- འདི་ཡང་སྒྲིལ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཚམ་ཞིག་ཚོ། འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་འཕྲད་སྤྱར་དུ་འཐོབ། དེ་ཚམ་སྤིང་རྒྱུ་ཡང་དག་བཅད་བྱས་ཏེ། དེ་ཡི་རྒྱ་ཚན་ཞི་བ་འགོ་བར་འགྱུར།

བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་པའི་ཕན་ཡོན་ཐུན་མེད་མ་ཡིན་པ་བསྟན་པ།
རྟོན་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲིན་པའི་གཏམ་གཙོ་བོ་བསྟན་པ། བྱང་སེམས་
ཀྱི་སྒྲིན་པའི་ཚེ་དགའ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཐོབ་པ།

- འགྲོ་ལ་ཕན་པར་དམ་བཅས་ཡིད་ཅན་རྣམས། སྒྲིན་པས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་
དགའ་བ་འཐོབ།
- གང་སྤྱིར་བཏུ་བདག་བཏུ་བདག་མ་ཡིན་པ། དེ་སྤྱིར་སྒྲིན་པའི་གཏམ་ཉིད་
གཙོ་བོ་ཡིན།
- ཇི་ལྟར་བྱིན་ཅིག་ཅེས་སྒྲ་ཐོས་བསམ་ལས། རྒྱལ་སྤྱིའི་བདེ་འབྱུང་དེ་ལྟར་
ཐུབ་རྣམས་ལ། ཞི་བར་ལྷགས་པས་བདེ་བ་བྱེད་མིན་ན། ཐམས་ཅད་བཏང་
བས་ལྟ་ཞིག་སྒྲིན་ཅི་དགོས།

བྱང་སེམས་ཀྱི་ལུས་སྦྱིན་པས་སྐྱབས་བཞུགས་ཡོད་མེད་དཔྱོད་པ།
སྦྱིན་པའི་ཕར་སྦྱིན་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

- ལུས་བཅད་སྟེར་ཞིང་བདག་གི་སྐྱབས་བཞུགས་གྱིས། གཞན་དག་རྣམས་ཀྱི་དཔྱོད་པ་བཟོ་སྐྱོན་པའི། སྐྱབས་བཞུགས་རང་རིག་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་དེ། དེ་གཅད་བཟོ་སྦྱིན་སྦྱར་དུ་བཙུན་འགྲུས་ཚུམ།
- སྦྱིན་པ་སྦྱིན་བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་པོས་སྟོང་། འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ཕར་རོལ་སྦྱིན་ཞེས་བྱ། གསུམ་པོ་དག་ལ་ཆགས་སྦྱེས་གྱུར་པས་དེ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཕ་རོལ་སྦྱིན་ཅས་བསྟན།

ས་ཡི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་བསྐྱབ་བ།

- དེ་ལྟར་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་ཡིད་ལ་རབ་གནས་ཤིང་། དམ་པའི་རྟེན་ལ་འོད་
ཆགས་མཛེས་པ་རྟོན་གྱུར་པའི། དགའ་བ་འདི་ནི་ལོར་སྤུ་རྒྱ་ཤེལ་ཇི་བཞིན་
དུ། ལུན་པ་སྤྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་བསལ་ནས་རྒྱལ།

ས་གནིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་བཤད་པ།

- ས་འདྲིར་ཚུལ་བྱིམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་བསྟན་པ།
- ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་བསྟགས་པ་བསྟན་པ།
- ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་ས་འདྲིས་པའི་དཔེ་བསྟན་པ།
- ཚུལ་བྱིམས་པར་ཕྱིན་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།
- སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སློབས་འཇུག་བསྟུ་བའོ།

ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་བཤད་པ་ལ།

- བྱད་གཞི་སའི་ངེས་ཚོག
- བྱད་ཚོས་ས་ཡི་ཡོན་ཏན།
- སར་ཕྱིན་དང་པོ་གསུམ་གྱི་བྱད་ཚོས།
- སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སློ་ནས་འཇུག་བསྐྱུ་བའོ།

ས་བཞི་བ་འོད་འཕྲོ་བ་བཤད་པ་ལ་གསུམ།

- ས་འདྲིར་བརྩོན་འགྲུས་ལྷག་པར་བསྟན་པ། སའི་ངེས་ཚིག་སྤངས་པའི་ཁྱད་པར་རོ།

ས་ལྗོ་བ་སྤྱང་དཀར་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

- སའི་ངེས་ཚིག།
- བསམ་གཏན་ལྷག་ཅིང་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་བསྟན་པའོ།

Name : Mehar Singh Negi
Subject : Kagyud Sampradaya Shastra

ཕྱི་ཚེན།

བཀའ་བརྒྱུད་རང་གཞུང།

སྒྲོབ་ཚེན།

ཚད་མ་རིགས་གཞུང་གྱི་མཚོ་ལས་ལེའུ་དང་པོ་
ཚད་མ་གྲུབ་པའི་ལེའུ།

—མེད་སྟོན་ལོ་ལོ།



སྟོན་པ་ཚད་མ།



ཚད་མ་
ཀུན་བརྟུས་
ཚུམ་པ་པོ།

སྟོབ་དཔོན་ཕྱིགས་སྦྱང་།
(425, 480-
540)



ཚད་མ་
རྣམ་
འགྲེལ་
ཚུམ་པ་པོ།

སྟོབ་དཔོན་ཚེས་གྲགས།
(600-660)

ཚད་གྲུབ་ལེའུ་འཕྲོས་པའི་ཚད་མདོའི་རྩ་ཚིག་།

ཚད་མར་གྱུར་པ་འགོ་ལ་ཕན་བཞིན་པ།།

ལྷོན་པ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོབ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས།།

(འདིས་ལྷགས་འབྱུང་ལྷགས་ཚོག་གི་རིགས་པའི་སྐོར་ནས་
སངས་རྒྱལ་ཚད་མའི་སྐྱེས་བུར་གྲུབ་པ་བཞུག།)

བསྐྱབ་བྱ། ལྷོན་པ་ཚད་མར་གྱུར་པ།

རྒྱབ་བྱེད། - ༢

༡༥ (རྒྱ་འདི་ལས་འབྲས་བུ་འདི་འབྱུང) ལྷགས་འབྱུང་གི་རིགས་པ།

༡༦ (འབྲས་བུ་འདི་ཡོད་པས་རྒྱ་དེ་ལྷོན་དུ་སོང་བ་ཤེས་པ) ལྷགས་འབྱུང་གི་རིགས་པ།

ཚད་མའི་སྐྱེས་བུར་གྲུབ་པའི་ལྷགས་འབྱུང་གི་སྐྱབ་བྱེད་བཞི།

རྒྱ་ཕུན་ཚོགས་ལ།

ཀྱེ་རྒྱ་བསམ་པ་ཕུན་ཚོགས། འགོ་ལ་པན་བཞིད་པ་སྟེ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ།

ཤེ་རྒྱ་སྐྱོར་བ་ཕུན་ཚོགས། ལྟོན་པ་སྟེ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལྡན་པ།

འབྲས་བུ་ཕུན་ཚོགས་ལ།

ཀྱེ་འབྲས་བུ་རང་དོན་ཕུན་ཚོགས། བདེ་གཤེགས་ཏེ་སྤང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པ།

ཤེ་འབྲས་བུ་གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས། སྐྱོབ་པ་སྟེ་ལམ་བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ཕྱིན་
ཅི་མ་ལོག་པ་རྗེས་པར་བསྟན་པ་ལས་སེམས་ཅན་གྲོལ་ལམ་དུ་དགོད་པ།

ལྷགས་འབྲུང་གི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་བཤད་པ་ལ།

ཀྱི་མདོར་བསྟན་པ། ལྱི་རྒྱས་པར་བཤད་པ།
↓

ཀྱི་འབྲས་བུ་ཚད་མའི་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་ལས་ཐོག་མ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ།

ཚད་མ་བསྐྱུ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། །དོན་བྱེད་རྒྱས་པར་གནས་པ་ནི།
མི་བསྐྱུ་.....།

ལྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་མ་ཁྲུབ། ཁྲུབ་ཆེས། མི་སྲིད་པའི་སྐྱོན་སྤོང།
.....སྐྱུ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ཡོད་ན་འདི་ཡོད་ཕྱིར་རོ། །བར་ཚོགས་ བཅད་གསུམ་
དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་གིས་བསྟན།

3) ལྷ་བཤད་དང་མཐུན་པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ཏེ་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་ལ་དོན་ཡོད་པ་བསྟན་པ།

མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང། །ཞེས་སོགས་ནས། རང་གི་མཚན་ཉིད་དབྱེད་ཕྱིར་རོ། །བར་ཚོགས་ བཅད་གཅིག་དང་ཚོགས་
རྐང་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན།

4) མཚན་ཉིད་དེ་ལྡན་གྱི་བདག་ཅག་སྟོན་པ་ཚད་མར་གྱུར་པ་བསྟན་པ།
དེ་ལྡན་བཅོམ་ལྡན་ཚད་མ་ཉིད།

5) དེ་ལྟ་བུའི་ཚད་མའི་སྐྱེས་བུ་དེའང་རྒྱ་ལས་གྱུར་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ།

7) དངོས།- མ་སྐྱེས་པ་ནི་བརྗོད་དོན་དུ། །ཞེས་སོགས་ཚོགས་རྐང་གསུམ་གྱིས་བསྟན།

8) དབང་ཕྱུག་ཏྟག་པ་ཚད་མར་འདོད་པ་དགག་པ་ལ།-

1) སྐྱེས་ཚད་མ་ཏྟག་པར་ཡོད་པ་དགག ཚད་མ་ཏྟག་པ་ཉིད་ཡོད་མིན། །ཞེས་སོགས་ཚོགས་
བཅད་གཉིས་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག

- ༢) རྫོང་བརྩུག་དབང་ཕྱུག་གི་རྫོ་རྫོན་དུ་བཏང་ནས་བྱས་པ་དགག་- རྫོང་འཇུག་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་དང།
 ཞེས་སོགས་ནས། བྲགས་པས་ཡིན་གྱི་བརྗོད་འདོད་མིན། ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་བརྩུ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན།
- ༣) དབང་ཕྱུག་རྫོང་བརྩུག་གི་རྒྱ་ཡིན་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བས་དགག་- རི་རྩར་དངོས་དེ་རྒྱ་ཡིན་པ། ཞེས་སོགས་ནས།
 མ་ཡིན་བྱང་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་བརྩུག་གིས་བསྟན།
- ༤) ཚད་མ་ཡིན་ན་རྫོག་གུར་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་དགག་- ཚད་མ་རྫོག་གུར་དོན་ཤེས་ཡིན། ཞེས་སོགས་ནས།
 ཚུར་ཤོག་བྱ་རྫོང་བརྩུག་པར་གྱིས། ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་ལྗེ་ཡིས་བསྟན།

དེ་ལས་བརྗོག་ཉེ་རྒྱ་འབྲས་སུན་སུམ་ཚོགས་པས་བདག་ཅག་སྟོན་པ་ཚད་མར་གྲུབ་པའི་ཚུལ།

༧ རྒྱ་བསམ་པ་སུན་ཚོགས།- རྒྱབ་བྱེད་བྲགས་རྗེ་གོམས་ལས་དེ།

༡༥ རྒྱ་བསམ་པ་ལུན་ཚོགས་སྤོང་རྗེ་ཚེན་པོ་སྐྱེ་བ་དུ་མར་གོམས་པར་བསྟན་པ། - རྒྱ་བ་བྱེད་ལུགས་རྗེ་གོམས་ལས་དེ།

དེ་ལ་གཞན་ལྟེང་ཚ་བའི་ཚོད་པ་གཉིས།

༡༥ རྐྱེ་བ་དུ་མར་གོམས་པ་མི་འཐད་པའི་ཚོད་པ། ༢༥ གོམས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་མི་སྲིད་པའི་ཚོད་པ།

རྐྱེ་བ་དུ་མར་མི་འཐད་པའི་རྒྱང་འཕེན་པའི་ཚོད་པ། རྣོ་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ནས།

ཀུན་འགྱུར་བྱུང་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། །སོགས་ཚོགས་བཅད་བཞི་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་གིས་བསྟན།

➤ སེམས་ལུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་དགག་པར་ས་བཅད་ལྔ་ལས།

༡) ལུས་སེམས་ཀྱི་བདག་རྐྱེན་ཡིན་པ་དགག་པ་ནི། །དབང་རྣམས་རེ་རེ་ལ་གཞོད་ན། །ཞེས་སོགས་ནས། རྐྱེས་ཕྱིར་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་བཅུ་གཅིག་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་གིས་བསྟན།

- 2) རྟོ་ལྷན་ལ་སེམས་ཡོད་པར་ཐལ་བས་དགག་པ། ལྷན་ནི་གནས་པ་ཉིད་ན་སེམས། །ཞེས་སོགས་ནས།
དེ་ཅིས་སྐར་ཡང་འཚོ་མི་འགྱུར། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་དགུས་བསྟན།
- 3) ལྷན་སེམས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡིན་པ་དགག་པ། ཉེར་ལེན་འགྱུར་བ་མེད་པ་ན། །ཞེས་སོགས་ནས། མེ་དང་ཟངས་མའི་ལྷ་
ཉིད་བཞིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གསུམ་གྱིས་བསྟན།
- 4) བན་མི་འདོགས་པའི་དོན་གཞན་རྟོན་དང་བརྟོན་པར་འདོད་པ་དགག་པ། ཡོད་མེད་དག་ལ་རྟོན་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་
ནས། མིན་ན་དེ་གནས་བྱེད་གཞན་གང། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་བཅུ་དང་ཚོགས་རྟེན་གཉིས་གྱིས་བསྟན།
- 5) ཤེས་རབ་སོགས་ལྷན་ལ་རྟོན་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ། ལྷན་གྱི་ལྷན་གྱི་འགྲིབ་མེད་པར། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ཕྱིར་
སེམས་ལ་བརྟོན་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་དྲུག་གིས་བསྟན།

➤ ལྷ་ས་སེམས་རྒྱུ་གཅིག་པ་དགག་པར་ས་བཅད་གསུམ།

- 1) འགོག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་དངོས་ནི། ཇི་ལྟར་སེམས་ལ་ཉེན་བྱས་ནས། །ཞེས་སོགས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བཟུང་།
- 2) རྩེ་གནས་སུ་འཇུག་ཚུལ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པ། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ནི་རྩེ་བར་མི་
འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་ཚིགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་བཟུང་།
- 3) མ་མཐོང་བ་ཚམ་རྩེ་བ་སྐྱེ་བྱི་མེད་པའི་རྒྱུ་བྱེད་མ་གྲུབ་པར་བཟུང་བ། གལ་ཏེ་འགོ་འོང་མ་མཐོང་ན། །ཞེས་སོགས་
ནས། མ་མཐོང་བྱིར་ན་མེད་པ་མིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚིགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་བཟུང་།

➤ སེམས་ལྷ་ས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དགག་པར་ས་བཅད་གཉིས།

- 1) ཡན་ལག་ཅན་རྒྱུ་ཡིན་པ་དགག་པ། ལག་སོགས་གཡོ་ན་ཐམས་ཅད་དག། །ཞེས་སོགས་ནས། རྩོགས་འདི་གཞན་ལའང་
བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་སོགས་ཚིགས་བཅད་བཙོ་བརྒྱུད་དང་ཚིགས་རྐང་གསུམ་གྱིས་བཟུང་།

༢) ཡན་ལག་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པར་ས་བཅད་བཞི།

- ༡) ཚོགས་དང་མ་ཚོགས་པར་བརྟགས་ནས་དགག་པ། རེ་རེ་རུས་པ་ཉིད་ཡིན་ནའང། ཚིག་ཅར་མང་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་པས་བསྟན།
- ༢) དབྱུགས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ། ཏུ་མ་ཉིད་ཏུ་མཚུངས་པའི་བྱིར། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་ལྔ་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་གིས་བསྟན།
- ༣) སྲིད་ཀྱང་རིགས་པས་མི་འཐད་པ། དབྱུགས་འབྱུང་བ་དང་ཡུལ་ཅན་བྱིར། །ཞེས་སོགས་ནས། ཐ་དད་མིན་ཏེ་དེ་འབྲས་མིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཉིས་དང་ཚོགས་རྐང་གསུམ་གྱིས་བསྟན།
- ༤) རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བར་བསྟན་པ། རྣམ་གྲེས་རུས་པ་ངེས་པའི་བྱིར། །ཞེས་སོགས་ནས། གནས་འགྱུར་ཞེ་ན་ལྷོ་ལྷོ་། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་ཚོགས་བཅད་གཉིས་དང་ཚོགས་རྐང་གསུམ་གྱིས་བསྟན།

➤ རང་ལ་མཚུངས་པར་སྤང་བར་ས་བཅད་བཞི།

༡) ཁམས་གསུམ་ལ་བརྟགས་ཏེ་དགག་པ།གལ་ཏེ་དེའི། ཞེས་སོགས་ནས། ལུས་གཞན་བསྐྱེད་པའི་
རྒྱ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཅིག་དང་ཚོགས་རྐང་བྱེད་ཀྱིས་བཟུང་།

༢) སེམས་བྱི་མ་མཚམས་སྒྲོར་བར་ཚོད་སྤོང། དེ་ཡི་ཡན་ལག་དངོས་པོ་དང། ཞེས་སོགས་ཚོགས་བཅད་
གཅིག་གིས་བཟུང་།

༣) དབང་པོ་བྱི་མ་མཚམས་སྒྲོར་བའི་རྒྱུ་བྱེད་དགོད་པ། དབང་པོ་ལྔ་མས་རང་རིགས་ལ། ཞེས་སོགས་
ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བཟུང་།

༤) རྒྱ་དོན་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ། གལ་ཏེ་ལུས་ལས་དེ་སྐྱེ་ན། ཞེས་སོགས་ནས། དེ་འདྲའི་རྒྱུ་བྱེད་ལྟག་
འདོད། ཅས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་བཟུང་།

➤ གོམས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མི་སྲིད་པའི་རྩོད་སྤྱོད་ལ་ས་བཅད་གསུམ།

༡) མཚོངས་པ་དང་ཚུའི་དྲོད་མཐའ་མེད་དུ་མི་འཕེལ་བའི་རྒྱ་མཚན། གོམས་པས་བྱུང་བར་འགྱུར་ན་ཡང།
ཞེས་སོགས་ནས། མེན་ཕྱིར་.....། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གསུམ་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་
དང་ཕྱེད་ཀྱིས་བསྟན།

༢) དཔེ་དེ་བརྗེ་སོགས་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་མི་མཚོངས་པར་བསྟན་པ།གང་ཚེ་བྱས་ཀྱུར་པ། །ཞེས་
སོགས་ནས། དདུལ་རྒྱ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཅིག་དང་ཚོགས་
ཕྱེད་ཀྱིས་བསྟན། རྐང་གཅིག་དང་

༣) རྗེ་སོགས་བྱུང་བར་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ། དེ་ཕྱིར་དེ་དག་ལས་སྐྱེས་ཏེ། །ཞེས་སོགས་ནས།
ཆགས་བྲལ་ཆགས་དང་ཡིད་ལོག་བཞིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་དུག་དང་ཚོགས་རྐང་གཅིག་
ཀྱིས་བསྟན།

➤ རྒྱ་སྤྱོད་པ་ལུན་ཚོགས་སྟོན་པ་བཤད་པར་ས་བཅད་གསུམ།

༡) བརྗེ་བ་ལས་སྟོན་པ་བྱུང་བའི་ཚུལ། བརྗེ་ལྡན་སྤྱད་བསྐྱེད་གཞིའི་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན།

༢) དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོན་པ་དངོས་བཤད་པ། ལུང་དང་རིགས་པས་རྣམ་དཔྱད་པ། །ཞེས་སོགས་ནས། བསེ་རུ་སོགས་བྱུང་འདི་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་དུག་དང་ཚོགས་རྐང་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། ལ་

༣) དེ་ཉིད་སྟོན་པར་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ། དེ་དོན་ཕྱིར་ན་ཐབས་གོམས་པ། །ཞེས་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན།

➤ འབྲས་བུ་ཕུན་ཚོགས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ལས།

➤ དང་པོ་རང་དོན་ཕུན་ཚོགས་བདེ་གཤེགས་བཤད་པ་ལས་ས་བཅད་བཞི།

༡) བདེ་གཤེགས་དངོས་བཤད་པ་ནི། རྒྱ་སྐད་ལོན་ཏན་གསུམ་བདེ་ཤེགས། །ཉིད་ཡིན་.....།
བས་བསྟན།

ཞེས་

༢) མངོས་པར་གཤེགས་པ་བསྟན་པ། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ཉེན་མེན་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཚོགས་རྒྱུ་གཉིས་དང་ཕྱིད་
ཀྱིས་བསྟན།

༣) སྐར་མེ་ཚོག་པར་བཤད་པ། རྒྱུ་དང་རྒྱུན་ནི་ཀུན་འབྱུང་དག། །ཅེས་སོགས་ནས། དེ་བདེན་ཐ་དང་བདག་ཉིད་
ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཅིག་དང་ཚོགས་རྒྱུ་གཅིག་གིས་བསྟན།

ཀྱིས།

༤) མ་ལུས་པར་གཤེགས་པ་བཤད་པ། ལུས་ངག་སེམས་གྲི་གནས་ངན་ལེན། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ཤེས་པ་
པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གསུམ་དང་ཚོགས་རྐང་གསུམ་གྲིས་བསྟན།

ཡང་གྲུབ་

➤ གཉིས་པ་འབྲས་བུ་གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་སྐྱོབ་པ་བཤད་པ།

གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་སྐྱོབ་པ་ནི། སྐྱོབ་པ་ཉིད་གཟིགས་ལམ་གསུངས་པ། །ཞེས་སོགས་ནས། དེ་ཕྱིར་ ཚད་ཡིན་
..... ། །ཞེས་པའི་བར་ཚོགས་བཅད་གཅིག་དང་ཚོགས་རྐང་ཕྱེད་གྲིས་ཐུགས་བརྩེའི་ སྐོ་ནས་གདུལ་བྱར་བདེན་བཞིའི་གནས་ཕྱིན་ཅི་
མ་ལོག་པར་བསྟན་པས་གྲུབ་པས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།།

དགེའོ། དགེའོ། དགེའོ།



Name : Namdak
Subject : Bon Sampradaya



གཡུང་རླུང་པོན་གྱི་རང་གཞུང་སློབ་ཚན།

རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་མའི་འགྲེལ་པ།

༄༅། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་བཞུགས། །

སློབ་དཔོན་དག་བཤེས་རྣམ་དག་གཞུགས་ལུང།

ཟབ་མོ་སྟོང་ཉིད་མཁའ་ལ་རྣམ་ཐོལ་ཞིང་། །ཚད་མེད་ཕྱགས་རྗེའི་ཚ་བེར་རབ་རྒྱས་པས། །
གདུལ་བྱའི་སློ་ཡི་ཕུན་སྐྱེད་སེལ་མཛད་པ། །མི་མཚོག་སླ་མའི་ཞབས་ལ་སྦྱི་བོས་འདུད། །

▶ ཞེས་གཞུང་འདིའི་མི་མཚོག་རྩ་བའི་སླ་མ་ལ་མཚོད་པར་བརྗོད་པར་བསྟན་ཞིང་། དེ་ཡང་ལྟ་བ་གནས་ལྷགས་སྟོང་པ་
ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་རྣམ་མཁའི་ངང་བཞིན་སྟོང་གསལ་དུ་མཁྱེན་ཞིང་། ཚད་མེད་བཞིའི་སྟོང་པ་དོན་རྣམས་ཕྱགས་
ལ་འོད་བེར་བཞིན་དུ་ཚ་བེར་འབར་བས་འཁོར་བར་གནས་པའི་གདུལ་བྱའི་སློ་ཡི་ཕུན་སྐྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་སེལ་
མཛད་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་མིའི་མཚོག་དུ་འགྱུར་བ་རྩ་བའི་སླ་མའི་ཞབས་ལ་སྟོང་མེད་ངང་ནས་སྦྱི་བོས་གུས་
འདུད་ཕྱག་བགྱིས་དགོས་པའི་གནད་དོན་བསྟན་པ་ཡིན།

ཟབ་མོའི་དོན་རྟོགས་མེ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཡིས། ཟབ་མོའི་དོན་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་པ་ཡི། །
ཟབ་དོན་སྦྱང་པོ་བདེན་གཉིས་སང་གའི་དབྱངས། །གོ་བ་སྦྱ་སྤྱིར་གསལ་བྱེད་རྒྱན་འདི་སྦྱར། །

གཞུང་འདིའི་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་གནས་ལུགས་ཟབ་མོའི་དོན་སྦྱང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་
བཞིན་ཇི་བཞིན་མེ་སྟོན་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར་མཚོག་ནས་རྟོགས་ཟིན་ནས། ཟབ་མོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་རྣམས་སྤྱིས་བྱུང་
གསུལ་བྱའི་རྣམས་ལ་གཟིགས་ནས་སྦྱང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་པ་བྱ་བ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ཟབ་མོའི་
གནས་ལུགས་ཀྱི་སྦྱང་པོ་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པ་བསྟན་པ་དང་དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སང་གའི་ངར་
སྐད་གྲོགས་པ་ན་གཞན་སེམས་ཅན་ཀུན་འཇིག་སྐྱགས་ངང་ནས་ཁྱེ་སེམ་པོ་གནས་པ་བཞིན། ཟབ་མོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་
དོན་བདེན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པ་བསྟན་པས་གཞན་ལོག་ལྟ་ཅན་རྣམས་ཚར་གཅོད་ནས་གསུལ་བྱ་རྣམས་གཞུང་གི་བསྟན་
དོན་རྣམས་བརྒྱུད་ལ་སྤྱེ་སྤྱིར་ཚོག་དོན་གསལ་པོ་གོ་བ་སྦྱ་བའི་སྟོན་པ་གསལ་བར་བྱེད་པས་འདིར་བསྟན།

➤ ཐོག་མར་གཞུང་འདི་ལ་ས་བཅད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བསྟན།

➤ འཆད་ཉན་གྱི་དགོ་བ་ལམ་དུ་སློང་བའི་ཕྱིར་འཆད་ཉན་གྱི་གཉེར་བཅོལ་བ་དང་།

➤ བཤད་བྱ་བོན་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་བ་དང་།

➤ བཤད་ལུགས་གཞུང་དང་བསྟན་ཏེ་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

➤ དེ་ལ་དང་པོ་གཉིས་སྤྱི་དང་བསྟན་ལ། གཞུང་འདི་ལ་གསུམ་སྟེ།

➤ མཚོན་པར་བཅོལ་ཅིང་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་།

➤ བཤད་པར་བྱ་བའི་གཞུང་དངོས་དང་།

➤ མཚུགས་བཅོལ་པར་གསོལ་ཞིང་བསྟོན་བའོ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། མཚོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །

དང་པོ་ནི།

གང་གི་ཕྱགས་བརྗེས་ཉེར་བབྱང་ནས། །

སྒྲོས་མཐའ་འཛིག་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

ཞེས་པ་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐྱེས་སྐྱེས་མ་དམ་པ་གང་གི་ཕྱགས་བརྗེས་བཞེན་པོས་གདུལ་བྱ་ཉེ་བར་ཕྱགས་རྗེས་བབྱང་ནས་སྒྲོས་པ་
མཐའ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འཛིག་ཅིང་སེལ་བར་མཛད་པ་རྣམས་བོན་ཅན། བྱོད་ལ་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གུས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱག་
འཚལ་བ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ་དེས། གནས་སྐབས་སུ་ཕྱི་ནང་གི་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་། མཐའ་ཕྱག་སྐྱེ
གཉིས་བྱང་འཇུག་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཚེད་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་བཏང་སྒྲོམས་ཅན་གྱི་ཚིག་དང་། མང་དགོས་ཅན་ལ་རིགས་
འགྲེལ། །

གཉེས་པ་ནི།

དངོས་པོར་འཇིན་པའི་ནད་སེལ་བའི། །
བདེན་པ་རྣམ་གཉེས་འདིར་གསལ་བྱ། །

- ▶ ཞེས་པ། གཞུང་རྩོམ་པ་པོ་བོན་ཅན། བདེན་པའི་དངོས་པོ་འཇིན་པའི་སློ་ཡི་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་ཀུན་རྫོབ་
ཀྱི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་གཉེས་སྐབས་འདིར་གསལ་བར་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་ལ་དགོས་པ་
ཡོད་དེ། བརྒྱམས་པའི་དགོ་བ་ཚུལ་བྲིམས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །
- ▶ ཞེས་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བཟླན་པ་ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་འཁོར་བ་གནས་པ་རྣམས་བོན་རྣམས་ཐམས་
ཅད་བདེན་པའི་དངོས་པོར་འཇིན་པའི་སློ་ནི་དུག་བཞིན་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དུག་ནད་དེ་སེལ་བའི་
ཆེད་དུ་བདེན་པ་རྣམ་པ་གཉེས་ཀྱི་དོན་རྣམས་གསལ་བར་བཟླན་པར་བྱ་རྒྱ་ཡིན་བཟླན།

བཤད་པར་བྱ་བའི་གཞུང་དངོས་ལ་གསུམ་སྟེ།

༡ ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་།

༢ ཉམས་སུ་སྦྱང་ལུགས་དང་།

༣ ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་འབྲས་བུའོ། །

► དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ།

དབྱེ་གཞི་དབྱེ་དོན་དང་།

ངོ་བོ་ངེས་ཚིག་དང་།

དབྱེ་བ་མཚན་ཉིད་དང་།

རྒྱབ་བྱེད་དོ། །

། དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་གཞི་དང་། དབྱེ་དོན་ནོ། །

དང་པོ་ནི།

སྤྱི་ནང་སྣོད་བཅུད་འཁོར་འདས་ཀྱི།

འདི་ལྟར་སྤང་བའི་བོན་རྣམས་ཀྱི།

➤ ཞེས་པས། ཤེས་པས་མ་ཟེན་པ་སྤྱིའི་བོན་དང་། ཤེས་པས་ཟེན་པ་ནང་གི་བོན་དང་། རྟེན་སྤྱི་སྣོད་ཀྱི་
འཛིག་རྟེན་དང་། རྟེན་པ་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དང་། གཟུགས་སོགས་འཁོར་བའི་བོན་དང་། སྤྱི་
སོགས་སྤང་འདས་ཀྱི་བོན་དང་། འདི་ལྟར་སྤང་བའི་གཟུང་འཛིན་ཀྱི་བོན་རྣམས་ཀྱི་བོན་ཅན། རྟོང་
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞིར་འཛིག་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རྟོང་རང་རང་གི་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་
གཉིས་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་བྱམ་པ་བཞིན་ལོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།

དབྱེ་དོན་དངོས་དང་། དགག་བྱ་དང་།

འདོད་པས་བཞག་པའོ། །དང་པོ་ནི། །

བདེན་པ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་གནས། །

➤ ཞེས་པས། དབྱེ་དོན་ནི། གུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཏེ། བོན་ཐམས་ཅད་
གུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་གནས་པས་དེ་བསྐྱབ་པ་ནི།

➤ བོན་ཐམས་ཅད་བོན་ཅན། བྱིད་གུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་
གནས་ཏེ། བྱིད་གྱི་གནས་ལུགས་དེ་སྤང་སྟོང་གཉིས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཆུ་ཟླ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། །

ཤིན་ཏུ་གཅིག་མིན་ཐ་དང་མིན། །

ཚོག་པས་བྱས་མིན། །

► ཞེས་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་ཤིན་ཏུ་གཅིག་ཅེ་ན། ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམ་གྱིས་དོན་དམ་མངོན་སུམ་
དུ་རྟོགས་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་ཤིན་ཏུ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་། ཤིན་ཏུ་གཅིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སོ་སོ་སྐྱེ་
བོས་དོན་དམ་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་རྟོགས་པ་ལ་ཐོས་བསམ་
སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་མི་དགོས་པར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། གཅིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་རྟོགས་
པ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་འདི་ལ་གཅིག་
དང་དུ་མའི་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཤིན་ཏུ་གཅིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་འདི་ལ་
གཅིག་དང་དུ་མའི་རྣམ་དབྱེ་ཡོད་པའོ། །

▶ ཡང་དོན་དམ་པ་བོན་ཅན། གྲོང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་གོམས་པ་ལུལ་དུ་བྱིན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་
ཐལ། གྲོང་ཀུན་རྫོབ་དང་ཤིན་ཏུ་གཅིག་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་དེ་བོན་ཅན། གྲོང་ཀུན་རྫོབ་དང་ཤིན་ཏུ་གཅིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གྲོང་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་གོམས་པ་ལུལ་དུ་བྱིན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་མ་སྐྱེ་བའི་བྱིར། ཞེས་རང་རྒྱུད་བཞི་དང་ཐལ་འགྱུར་
བཞིའོ། །

▶ ཀན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་དོ་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། དོན་དམ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཕགས་པས་ཀུན་
རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྐྱོ་འདོགས་གཙོ་བོ་ལྷན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་
བྱིར་རོ། །ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཕགས་པས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྐྱོ་
འདོགས་གཙོ་བོ་ལྷན་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་འདི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་ཡི་བོན་ཉིད་མ་
ཡིན་པར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པའི་བྱིར། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་འདི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདིའི་
བོན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་དང་ཡེ་ཤེས་ཅིག་ཆར་དུ་
སྐྱེ་བར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་
དང་ཡེ་ཤེས་ཅིག་ཆར་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ།

▶ ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་སྣང་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་འདི་ཀ་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་སྣང་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་འདི་ཀ་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བཞི་དང་ཐལ་འགྱུར་གྱི་བཞིའོ། །ཞེས་སྲོན་གྱི་མཁས་པས་བཞེད་དོ། །

▶ ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་གཉིས། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལྟར། རོ་བོ་གཅིག་ལ་སྡོག་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། དོན་དམ་གྱི་རོ་བོ་འདི་ཞེས་སུ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་རོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟགས་ལས་སྐྱངས། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། བདེན་པའི་དངོས་པོར་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་སྤྱིར། །སྡོག་པ་རྟོག་བཏགས་ཡིན་ལ། རྟོག་གེ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ཡིན་ཞིང་། དོན་དམ་རྟོག་པའི་དངོས་ལྷལ་དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷལ་དུ་སྤྱིན་པའི་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་རོ་བོ་གཅིག་ལ་སྡོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པས་སོ། །དབེར་ན་བྱམ་པའི་བྱས་མི་རྟག་བཞིན་འོ། །

གསུམ་པ་འདོད་པ་བཞག་པ་ནི། །

རྟོགས་པ་ཡི།

ཤེས་པ་གཉིས་ལྟོས་རྣམ་པར་དབྱེ། །

- ▶ ཞེས་པ་ནི། ཤེས་བྱ་བོན་ཅན། རྟོགས་མཁན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། གང་ཟག་གི་རྟོག་པ་ལ་སོགས། གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པའི་ཤེས་པའི་མཐོང་ཚུལ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་པའི་མཐོང་ཚུལ་ལ་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པར་རྣམ་པར་བཞག་པའི་སྤྱིར་བོ། །དབེར་ན་ཐག་པ་སྐྱུལ་དུ་སྤང་བ་ལ། སྐྱུལ་དུ་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་ལོ། །
- ▶ ཞེས་པའི་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་ལྟོས་ནས་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་ངོས་བཟུང་བ་བཞིན་སློབ་འཇུག་བའམ་གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་དང་སློབ་འཇུག་བ་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ལ་ལྟོས་ཏེ་དོན་དམ་བདེན་པ་བཅས་དེ་གཉིས་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་ནས་དབྱེ་བའོ།

གཉིས་པ་ངོ་བོ་ངེས་ཚིག་ལ་གཉིས་ཏེ། ངོ་བོ་དང་། ངེས་ཚིག་གོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། མདོར་བསྟན་དང་།
རྒྱས་བཤད་དང་། དཔེར་མཚོན་པ་དང་། རྒྱུན་གང་གིས་བཞག་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

འབྲུལ་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན་རྫོབ་ལ། །

དེ་ཡིས་དབེན་པ་དོན་དམ་ཉིད། །

- ▶ ཅེས་པས། གནས་ལྷགས་ལ་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་ལ་སྣང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་བོན་ཅན། རྒྱུད་ཀུན་རྫོབ་
ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་རིག་པས་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་བོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན་སྤྲིག་རྒྱ་རྒྱུར་སྣང་བ་
བཞིན་ལོ། །འབྲུལ་བ་དེས་དབེན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཆར་ཚུལ་ཐམས་ཅད་བོན་ཅན།
དོན་དམ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་བྱའི་གནས་ལྷགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བོན་ཉིད་བཞིན་ལོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ནི། བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ལ། །སྣ་ཚོགས་སྣང་ཞིང་བདེན་པར་ཞེན། །དམ་པའི་རྗེས་
ཤེས་སྣང་བ་རྣམས། །རྒྱ་མ་བཞིན་དུ་རྒྱན་པར་རྟོགས། །སངས་རྒྱས་དམ་པའི་མཉམ་བཞག་ལ། །
སྣོས་མེད་ཅིང་ཡང་མཐོང་མི་འགྱུར། །

➤ ཅེས་པ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྣོས་མེད་པས་ན་བྱིས་པ། ཉོན་མོངས་དང་ལས་ངན་གྱིས་དབང་མེད་ཐ་དད་དུ་སྐྱེ་དགོས་པས་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའོ། །བྱིས་པ་སོ་
སོའི་སྐྱེ་བོ་བོན་ཅན། བྱོད་ལ་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་ཐ་དད་དུ་སྣང་བ་སྟེ། བྱོད་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་ཐ་དད་དུ་སྣང་བར་
བདེན་པར་ཞེན་པའི་བྱིས་པ། དེར་ཐལ་བྱོད་གནས་ལྷགས་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་བྱིས་པ། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་བ་ལང་བཞིན་ནོ། །གང་ཟག་དམ་པ་
གཡུང་དུང་སེམས་དཔའ་རྣམས་བོན་ཅན། བྱོད་རྗེས་ཐོབ་ལ་སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་རྣམས་རྒྱ་མའི་རྟ་སྲང་བཞིན་དུ་རྒྱན་པར་རྟོགས་ཏེ། བྱོད་གནས་ལྷགས་
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ལམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིས་པ། རྒྱ་མར་རིག་པའི་མི་བཞིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་། གང་ཟག་དམ་པ་གཡུང་དུང་སེམས་
དཔའི་མཉམ་བཞག་གི་ཡེ་ཤེས་བོན་ཅན། བྱོད་གཟུང་འཛིན་ཐ་དད་ཀྱི་སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་སྣོས་པ་ཅིང་ཡང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱོད་གཟུང་
འཛིན་གྱི་སྣོས་པ་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིས་པ། མིག་དག་བའི་མིག་ཡོར་བཞིན་ནོ། ཤེས་བྱའི་གནས་ལྷགས་ལ་གཟུང་
འཛིན་གྱི་སྣོས་པ་མ་གྲུབ་པས་ན་དོན་དང་མཐུན་ནོ།

Name - Ngawang Tenphel

Subject - Gelug

མདོ་སྐྱོད་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷ་
པའི་བཞེད་མཚམས།

སྐོབ་དཔོན། དགོ་བཤེས་ངག་དབང་བསྟན་འཕེལ། གཞུང་། དགོ་ལུགས།

འཛིན་གྲ། དབུ་ལོག་ལོ་རིམ་གཉིས་པ། རྒྱལ་ས་དུས་གཉིས་པ།

དབུ་མ་ལ་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

- དབུ་མ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷུ་མ་ལྟ་བུར་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྣ་བ་དང་། ཚེས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་མི་གནས་པར་སྣ་བའི་དབྱེ་བས་སོ། །
- འདི་ལ་མཁས་པ་དུ་མས་དགག་པ་མཛད་ཡོད་པ་དང་།
- མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཁས་གུང་སྒྲུངས་ཡོད།

དེར་དགག་པ།

- ལྷ་མ་གཉིས་མེད་ཚོས་ཀུན་མི་གནས་དབུ་མ་ཡི། །ལུགས་གཉིས་རྣམ་འབྱེད་དེ་ཡང་ཚོངས་པ་
མཚར་བསྐྱེད་ཡིན། །
- ཡང་སྐྱོན་པོ་ཁ་ཅིག་དབུ་མའི་ལུགས་གཉིས་ཏེ། རབ་ཏུ་མི་གནས་པ་དང་ལྷ་མ་ལྟ་བུར་སྐྱོལ། །
སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལྷ་མ་དོན་དམ་པ་བཞེད་པ་སྟེ།
- ལམ་རིམ་ཆེན་མོ། གཞན་ཡང་དོན་དམ་འཛོག་ཚུལ་གྱི་སློན་ས་གཉིས་སུ་བཞག་པ་ནི་ཚོངས་པ་
དོ་མཚར་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་གཞག་གོ་ཞེས་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་སློབ་ལྡན་ཤེས་རབ་གསུང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་
ལེགས།

- དམ་ཚེས་དོགས་སེལ་ལས། ཟུང་འཇུག་རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་
 དབུ་མ་དང་། ལྷུ་མ་རིགས་གྲུབ་པ་ཞེས་གཉིས་སུ་སློབ་དཔོན་
 དཔའ་བོའི་སྐོམ་རིམ་སོགས་ཀྱི་བོད་ན་རྒྱང་ལྟར་གྲགས་ཤིང་།
 ཡིད་བཞིན་མངོན་དུ་འང་རང་རྒྱུད་འོག་མའི་སྐབས་སུ་བདེན་པ་
 གཉིས་ཆར་ལྷུ་མ་ལྟར་འདོད་མཁན་གྱི་ལུགས་བཤའ་དེ་ཡོད་པ་
 བཞིན། འདི་ཚེས་པས་བྱས་པའི་རྣམ་དབྱེའོ་ཞེས་བཤའ་དེ་པ་
 སློབས་པ་དག་གི་ལ་ལྟོས།

མཁའ་པ་ཁ་ཅིག་གི་བཞེད་པ།

ཕྱེ་བྲག་སྐྱ་སྐྱབ་ལྷགས་མཚོག་འཆད་པ་ལའང་། །

སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་ས་དང་ལེགས་སྒྲན་འབྱེད་

གཉིས་ཀྱིས། །

ཐལ་འགྲུར་ཅ་མ་དང་རང་རྒྱུད་སྐྱབ་ཕྱེད་ཕྱིར། །

ཐལ་རང་གཉིས་སྐྱ་མཁའ་ལ་བྲགས་ཅིང་བྲུབ། །

ཅེས་སོགས་སོ།།

ཐལ་རང་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཐོགས་ཚུལ།

ཇི་ལྟ་ནུ་ཡིས་མཛད་པའི་དབྱ་མ་འཇུག་པའི་འགྲེལ་བ་ན་
དབྱ་མ་རང་རྒྱད་པ་ཞེས་པའི་ཚིག་དངོས་སུ་བྱང་ལ། དབྱ་
མ་ཐལ་འགྲུར་པ་ཞེས་པའི་ཚིག་ནི་གསལ་པོར་མ་བྱང་ན་
ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱ་གཞུང་དང་རྒྱ་གར་མཁས་པ་
ནུམས་ལ་མ་གྲགས་པ་ཡིན་ཞེས་ཁ་ཚིན་ཚོད་དཀའ།

མཁམ་མཚོག་བྱ་སྟོན་གྱིས་གསུང་བོར་བྱ་ལས། དབྱ་མ་
རང་ཐལ་གཉིས་ཞེས་བོད་དུ་གྲགས་པ་འདི། མིང་འདོགས་
དང་ཐ་སྟོད་རྒྱ་གར་བའི་བསྟན་བཅོས་ནས་བཤད་པ་ནི་མ་
མཐོང་། གཞུང་ལུགས་རྣམ་དག་ནས་དབྱ་མ་རྣམ་གསུམ་དུ་
བཤད་དེ། རྣམ་འབྱོར་སྟོད་པའི་དབྱ་མ། མདོ་སྟེ་སྟོད་པའི་
དབྱ་མ། འདིག་ཉེན་གྲགས་སྟེ་སྟོད་པའི་དབྱ་མ་དང་གསུམ་
ལས། དང་པོ་གཉིས་ལ་རང་རྒྱད། ལྷི་མ་ལ་ཐལ་འབྱུང་བོར་
བཤད།

འོད་གྱི་མཁའ་ས་གྲུབ་དམ་པ་རྣམས་གྱིས་བརྩམས་
པའི་དབུ་མའི་འགྲེལ་པ་རྣམས་སུ་དབུ་མ་ལ་ཐལ་
འགྲུར་པ་དང་། རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་མཛད་
ཡོད་ལ། དེ་དང་ཕོར་སུས་བྱས་ཞེ་ན། མཁའ་ས་པ་
པལ་མོ་ཆེས་པ་ཚབ་ལོ་ཙ་བས་བྱས་པར་འདོད།

རང་རྒྱུད་པའི་ངེས་ཚིག་

- རང་རྒྱུད་གྱི་རྟགས་ཚུལ་གསུམ་སྟེ་སྟོགས་ཚོས། རྗེས་ཀྱི་སྟོགས་ཀྱི་སྟེང་གསུམ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་པས་ན་དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པའོ།
- དབྱུང་མ་རང་རྒྱུད་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། ཐ་སྙད་དུ་རང་རྒྱུད་གྱི་རྟགས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཤིང་བདེན་གྲུབ་ཐ་སྙད་དུ་འང་མི་བཞེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱའོ།

དེའི་ཐུན་མེན་གྱི་ལྟ་བའི་བཞེད་མཚམས།

• དེ་ལྟར་ན་སློལ་སྦྱང་བའམ་སློའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མེན་པར་དོན་གྱི་སྟོང་ལྷགས་སུ་ཡོད་པ་ནི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་དང་ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་དང་དེར་འཇོན་པ་ནི་བདེན་འཇོན་ལྟན་སྐྱེས་སོ།།

• རང་རྒྱུད་པའི་ཐུན་མོང་མེན་པའི་ལྟ་བའི། སློས་པར་བཏགས་པ་ཅམ་མེན་པར་ཡུལ་རང་གིས་སྟོང་ལྷགས་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་ཚུར་གྲུབ་པའི་གཉེས་ཚོགས་ཤིག་ལ་རང་རྒྱུད་པའི་ལྟ་བའམ་ཐར་ཐུག་བེད།

• ཐག་ཁ་སྐྱེས་ཡིན་པ།

• སྐྱེས་ཆེན་སྐྱེས་ཡིན་པ།

གཉིས་ཚོགས་དགོས་པའི་དབུ

• རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་སུ་ཐག་ཁྲ་སྐྱལ་ཡིན་པ་དང་སྐྱལ་ཚེན་སྐྱལ་དུ་
འཛིན་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཤེས་ན་གཉིས་ཚོགས་ཀྱི་ཁྱད་
ཚོས་དང་ཁྱད་པར་ཤེས་པར་གྱུར་ཏེ། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་སུ་ཐག་
ཁྲ་སྐྱལ་དུ་འཛིན་པའི་སྣོད་སྣོད་མ་ཐུན་མིན་ཏེ། ཐག་ཁྲ་སྐྱལ་ཡིན་
པ་དེ་སྣོས་ཐར་བཏགས་ན་ཡང་ཡུལ་ཐག་ཁས་ངོས་ནས་ཚུལ་ལ་
སྐྱལ་ཡིན་པ་ཅི་ཡང་དོན་དངོས་ཐོག་མའོན་མེད། དེར་བརྟེན་འདིར་
ཡུལ་མེད་པ་མ་ཟད་དེ་འཛིན་གྱི་སྣོད་སྣོད་ལོག་ཤེས་ཡིན།

• དེ་མིན་གཞན་སྐྱལ་ཆེན་སྐྱལ་ཡིན་པ་དེ་སློམ་པར་བཏགས་པ་
ཙམ་མ་བཟད་ཡུལ་སྐྱལ་ཆེན་གྱིས་ངོས་ནས་ཀྱང་ཚུར་ལ་སྐྱལ་
ཡིན་པ་མངོན་པས་དེ་འདྲིན་གྱི་སློེ་དེ་སློེ་དོན་མ་ཐུན་དང་། དེའི་
ཡུལ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི། བོད་ལས་གཞན་དུ་སྐྱལ་
ཆེན་གྱི་སྐྱལ་དུ་མངོན་ཡོད་པས་གཅིག་ཤོས་ཡོད་པ་དང་གཅིག་
ཤོས་མེད་པ་འདྲོད་དགོས་པ་དང་དེ་གཉིས་གྱི་ཁྱད་པར་ཀྱང་འདི་
པས་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ།།

ཐུགས་རྗེ་ལོ

THANK YOU

Name : Ngawang Thokmey
Subject : Sakya Sampradaya

སེམས་ཅོམ་པའི་གྲུབ་མཐའ།

དཀར་ཆག

ཀྱི་སེམས་ཚམ་པའི་མཚན་ཉིད།

ལྟེ་སེམས་ཚམ་པའི་སྐྱབ་བཤད།

ནྟེ་སེམས་ཚམ་པའི་སློབ་དཔོན།

ཡྱི་སེམས་ཚམ་པའི་གཞུང་ལུགས།

ཤྱི་སེམས་ཚམ་པའི་དྲང་ངེས།

ཅྱི་སེམས་ཚམ་པའི་དབྱེ་བ།

ཇྱི་སེམས་ཚམ་པའི་གྲུབ་མཐའ།

མཚན་ཉིད།

སེམས་ཚམ་པ། རྩི་དོན་བདེན་མེད་དུ་འདོད་ཅིང་གནས་ལུགས་བདེན་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་ནང་

པ་སངས་རྒྱས་པ།

སེམས་ཚམ་པའི་སྐྱེ་བཤད།

ཚོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཚམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་འདོད་པས་ན་ “སེམས་ཚམ་པ” །

ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པའི་བདག་ཉིད་ཚམ་དུ་འདོད་པས་ན་ “རྣམ་རིག་པ” །

རྣལ་འབྱོར་པས་གཞིའི་སྐོ་ནས་ལམ་གྱི་སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་གཏན་ལ་འབབས་པས་ན་ “རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པ་བ།”

སེམས་ཅམ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན།

ཐོགས་མེད་སྐྱ་མཆེད། རྩོགས་སྒྲུང་ཡབ་ཐུལ། རྫོགས་བཏུན་པ། གནས་བཏུན་ཚོས་སྒྲོད་ལྷ་མ་གསེར་གླིང་པ། ཤུལ་པ། རྒྱན་མཐུན་
པོ། ཚོས་མཚོག། ལྷ་དབང་སྒོ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་ས་ལྗེ་ལྷ་དང་ཚད་མ་ལྗེ་བདུན་གྱི་རྗེས་འབྲངས་པལ་ཆེ་བའོ།

སེམས་ཚམ་པའི་གཞུང་ལྷན་ཁོངས་ཀྱི།

མདོ་སྐྱེར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྐྱེ་མཐའ་དག་ལྷན་པར་ “སེམས་ཚམ་པའི་གཞི་སྟོན་པ་ལང་གཤེགས་དང་རྒྱན་སྐྱེག་པོ་བཀོད་པ། ལམ་སྟོན་པ་མདོ་སྐྱེ་དགོངས་པ་ངེས་འགྲེལ་དང་ས་བཅུ་པ། །འབྲས་བུ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་སའི་མདོ་སྐྱེ་སེམས་ཚམ་པའི་མདོ་ལྟར་གྲགས་པ་དང་” ། གཞན་ཡང་སེམས་ཚམ་གྱི་ཚུལ་གསུངས་པའི་སྤྱིང་པོའི་མདོ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་ལོ་མཐའ་མའི་གཞུང་རྣམས་ཕལ་ཆེ་བ་སེམས་ཚམ་པའི་མདོ་གཞུང་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །

བསྟན་བཅོས། རྗེ་བཅུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་མདོ་སྐྱེ་རྒྱན་དང་། འབྲེད་རྣམ་གཉིས། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱི་ས་སྤེལ་དང་སྤོམ་རྣམ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དང་། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཞིན་གྱི་སྤྲ་ཀ་ར་ན་སྤེལ་བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་དང་། རྩོགས་སྤངས་ཡབ་སྐུ་གྱི་སྤེལ་བདུན་མདོ་དང་བཅས་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་ཚད་མ་དང་མདོ་པའི་གཞུང་ཕལ་ཆེ་བ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

བྲང་ངེས།

བཀའ་དང་སོ་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་ནི་སྣོད་པ་ཉིད་འཁྱུད་ནས་ཡོད་པའི་རྣམ་པ་སྟོན་པ་དང་གཉིས་པ་ངོ་སོ་མེད་པའི་ཚོས་འཁོར་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་འཁྱུད་ནས་སྣོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟོན་པའི་
ཕྱིར་དེ་གཉིས་བྲང་དོན།

གསུམ་པ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་བྱེ་བའི་ཚོས་འཁོར་ནི་རང་བཞིན་གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལེགས་པར་བྱེ་ནས་ཚོས་ཉིད་ཡོངས་གྲུབ་དང་། དེའི་གཞི་གཞན་དབང་རང་གི་མཚན་ཉིད་
ཀྱིས་གྲུབ་པས་ཚད་པའི་མཐའ་ལས་གྲོལ། གཞན་དབང་བག་ཚགས་ཀྱི་དབང་གིས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་ཚོས་ཀྱི་བདག་དང་། ལུང་སོ་ལ་བཏགས་པའི་གང་ཟག་བདེན་པར་མེད་པས་
རྟག་པའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་བས་སྟོན་འདོགས་པའི་མཐའ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་གཉིས་ཀ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དོན་དུ་བཞེད་དོ། །

སེམས་ཚམ་པའི་དབྱེ་བ།

གཞུང་ལུགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། མངོན་པ་སྣེ་བའི་སེམས་ཚམ་པ་དང་། ཚང་མ་སྣེ་བའི་སེམས་ཚམ་པ་གཉིས།

རྣམ་པ་བདེན་རྒྱུན་གྱི་སློ་ནས་དབྱེ་ན། རྣམ་བདེན་པ་དང་རྣམ་རྒྱུན་པ་གཉིས།

ཤེས་པ་ལ་སྣང་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་ངོ་བོར་བདེན་པར་འདོད་པ། **རྣམ་བདེན་པ།**

དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་དོན་ཤེས་གང་དུ་ཡང་བདེན་པར་མི་འདོད་པའི་སེམས་ཚམ་པ། **རྣམ་རྒྱུན་པ།**

རྣམ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན་སློ་ངོ་བྱེད་འཚལ་བ་དང་། གཟུང་འཛིན་གངས་མཉམ་པ་དང་། ལྷ་ཚོགས་གཉིས་མེད་པ་གསུམ།

རྣམ་རྒྱུན་པ་ལ་དབྱེ་ན་དྲི་བཅས་དང་དྲི་མེད་གཉིས།

ཤེས་བྱ་གཞི་ལྗོངས།

སྤྲོད་བཀའ་གྲུབ་ཀྱི་གཞི།

མི་ལྡན་བཀའ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་གཞི།

གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་གཞི།

འཁོར་སེམས་བྱུང་གི་གཞི།

འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་གཞི།

ཕྱི་དོན་འགོག་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ནི།

འཕལ་ལོང་ལྷོ་ལ་བརྟགས་པའི་རིགས་པ་ནི། ཐེག་བསྐྱེས་ལས། དུམ་ལ་བ་ཡི་དུགས་དུང་འགོ་དང་། །སྐྱ་རྣམས་ཇི་ལྟར་རིགས་རིགས་སུ། །དངོས་གཅིག་ཡིད་ནི་ཐ་དད་ཕྱིར། །དོན་མ་
གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །

ཕྱམ་ཉམ་གཞག་ལ་མི་སྣང་བའི་རིགས་པས་འགོག་པ་ནི། ཐེག་བསྐྱེས་ལས། དོན་ནི་དོན་དུ་གྲུབ་འགྱུར་ན། །ཡེ་ཤེས་རྟོག་པ་མེད་མི་འགྱུར། །དེ་མེད་པས་ན་སངས་རྒྱས་ཉིད། ཐོབ་པ་
འཐད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བ་ལ། །དོན་ཀུན་སྣང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དོན་མེད་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱ། །དེ་མེད་པས་ན་རྣམ་རིག་མེད། །

༤གསལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་འགོག་པ་ནི། དོན་དང་འདྲ་བར་དམིགས་པ་སྟེ། གསལ་བར་སྣང་བ་ཚྱོད་པ་ཡིན།

༥ལྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་འགོག་པ་ནི། རྣམ་ངེས་ལས་ལྟན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པའི་ཕྱིར། མྱོ་དང་དེ་སློ་གཞན་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

དཔེ་ཡི་སློ་ནས་བསྐྱབ་པ་ནི། སྣང་བ་འདི་དག་ཚོས་ཅན། མེད་བཞིན་དུ་སྣང་བ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་དང་འདྲ་བའི་ཕྱིར།

མཚན་ཉིད་གསུམ།

ཀུན་བཏགས། འོན་ལ་མེད་བཞིན་དུ་སློབ་འཚུལ་བས་བཏགས་པ།

གཞན་དབང་། ཀུན་བཏགས་དེའི་གདགས་གཞིར་གྱུར་བ་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ།

རྣམ་གངས་ནི། མཚན་ཉིད་གསུམ། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ། རང་བཞིན་གསུམ། དེ་ལོན་ཉིད་གསུམ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

དབྱེ་བ་ནི། ཀུན་བཏགས་ལ་གཉིས་ཏེ། མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཆད་པའི་ཀུན་བཏགས་དང་། རྣམ་གངས་པའི་ཀུན་བཏགས་གཉིས་སོ། །

གཞན་དབང་ལ་དབྱེ་ན་དག་པ་གཞན་དབང་དང་། མ་དག་གཞན་དབང་གཉིས། ཡོངས་གྲུབ་ལ་དབྱེ་ན། འགྱུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་གཉིས་སོ། །

བདེན་པ་གཉིས།

ལྷན་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་སེམས་ཙམ་པས།

གང་ལ་དངོས་སུ་དམིགས་ནས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྒྱས་སུ་རྒྱུ་བ། ཀྱན་རྒྱུ་བ་བདེན་པ།

གང་ལ་དངོས་སུ་དམིགས་ནས་ནམ་གུང་རྒྱས་པས་ལྷན་པ་ དེ་དོན་དམ་བདེན་པ།

རིགས་པའི་རྒྱུ་འབྲས་སེམས་ཙམ་པས།

རིགས་པས་དབྱེད་གཞི་དུ་སྐྱེ་བའི་ཚོས། དོན་དམ་བདེན་པ།

རིགས་པས་དབྱེད་གཞི་དུ་མ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བྱུང་གས་ཀྱི་ཚོས། ཀྱན་རྒྱུ་བ་བདེན་པ།

ལམ་གྱི་རྟེན་རིགས།

༡ རིགས། ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་ཏུ་སློལ་བར་བྱེད་པའོ། །

༢ རིགས་སང་པའི་རྟེན་ལོ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྦྱར་བའི་ཚོན་དུ་སྦྱང་རྗེ་དང་། མོས་པ་དང་ནི་བཟོད་པ་དང་། དགོ་བ་ཡང་དག་སྦྱོད་པ་སྟེ། རིགས་ཀྱི་རྟེན་སུ་ངེས་པར་བཤད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

༣ རིགས་ཀྱི་སྦྱོན་ལོ། རྒྱན་ལས། ཉོན་མོངས་གོམས་དང་གོགས་ངན་དང་། སང་དང་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དེ། མདོར་ནི་རིགས་ཀྱི་ཉེས་པ་ནི། རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

༤ རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ། སྦྱིར་སེམས་ཅམ་པས་སེམས་ཅན་ལ་རིགས་ཆད་པ་དང་། མ་ཆད་པ་གཉིས་ལས། རིགས་ཡོད་པ་ལ་རིགས་ངེས་པ་དང་། མ་ངེས་པ་གཉིས་ལས། རིགས་ངེས་པ་དེ་ལ་ཡང་ཉན་ཐོས་སུ་རིགས་ངེས་པ། རང་རྒྱལ་དུ་རིགས་ངེས་པ། ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པ་དང་གསུམ།

༥ མིང་གི་རྣམས་གངས། སྦྱི་མཆེད་དུག་གི་ལྷན་པར། “སྦྱིབ་པ་སྤང་རུང་”། “ཐོས་པའི་བག་ཆགས་”ཞེས་བྱའོ། །

༦ སྦྱོར་ལོ། བོ་དྲ། ལུ་ལོན་ཏན། ཏ་ར། སྦྱོལ་བ།

ལམ།

ལམ་གྱི་དམིགས་པ་བདག་མེད་གཉིས་ནི། གཞན་དབང་གི་སྟེང་དུ་ངར་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་གཟུང་བྱུང་ལྱུང་པའི་ང་ཙམ་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད། གང་ཟག་གི་བདག་མེད།
གཞན་དབང་གི་སྟེང་དུ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གིས་སྟོངས་པའི་སྟོང་ཉིད། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད།

ལམ་གྱི་སྣང་བྱ་ནི། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་གོགས་བྱེད་པའི་སྐྱིབ་པ་གཉིས་སམ། མཐོང་སྣང་དང་སྐྱོམ་སྣང་གཉིས།

གཉེན་པོ་ལམ་ལྗོངས་ལམ། ལྷོ་ལམ། མཐོང་ལམ། བསྐྱོམ་ལམ། མི་སྐྱོབ་ལམ་ལྟེ།

ས་བསྐྱུ་རབ་དུ་དགའ་བ། དྲི་མ་མེད་པ། འོད་བྱེད་པ། འོད་འཕྲོ་བ། སྐྱུངས་དཀའ་བ། མངོན་དུ་འཕྱུར་བ། རིང་དུ་སོང་བ། མི་གཡོ་བ།ལེགས་པའི་སྐྱོ་གྲོས། ཚོས་ཀྱི་སྐྱིན་ནོ།

གཉེན་པོས་སྣང་བྱ་སྟོང་བའི་ཚུལ་ནི། ། ཉོན་སྐྱིབ་སྟོང་བའི་ཁྱད་པར་དང་། ཤེས་སྐྱིབ་སྟོང་བའི་ཁྱད་པར་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ས་དང་པོར་མཐོང་སྣང་དུ་ལྱུང་པའི་ཉོན་མོངས་བསྐྱུ་
དང་གཟུ་གཉིས་སྟོང་ཞིང་། གཉིས་པ་ནས་བསྐྱུ་པའི་བར་དགུ་ལ་སྐྱོམ་སྣང་དུ་ལྱུང་པའི་ཉོན་མོངས་བསྐྱུ་དུག་རིམ་བཞིན་སྟོང་ངོ་ །

གཉིས་པ་ཤེས་སྐྱིབ་སྟོང་ཚུལ་ནི་ས་དང་པོའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་མཐོང་སྣང་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བསྐྱུ་རྩ་བརྒྱུད་ཀྱི་ས་བོན་ཅིག་ཆར་སྟོང་ཞིང་། ས་གཉིས་པ་ནས་བསྐྱུ་པའི་
བར་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱོམ་སྣང་ཤེས་སྐྱིབ་ཀྱི་ས་བོན་དེ་དག་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དགུར་བྱས་ནས་རིམ་བཞིན་སྟོང་ངོ་།

ཐེག་པ་གསུམ་དུ་བཞིན་ཚུལ།

མདོ་ལས་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་མདོ་ནི་དང་དོན་ཏེ། དེ་ལ་དགོངས་གཞི། དགོས་པ། དངོས་ལ་གཞོན་ཞེས་དང་གསུམ་ལས། **དགོངས་གཞི**། རྒྱན་ལས། ཚོས་དང་བདག་མེད་གྲོལ་བ་རྣམས། །མཚུངས་ཕྱིར་རིགས་ནི་ཐ་དད་ཕྱིར། །བསམ་གཉིས་ཐོབ་ཕྱིར་སྐྱུལ་པའི་ཕྱིར། །མཐར་ཐུག་ཕྱིར་ན་ཐེག་གཅིག་ཉིད། །ཅེས་སོ། །

དགོས་པ་ནི། རྒྱན་ལས། །ཁ་ཅིག་དག་ནི་དང་ཕྱིར་དང་། །གཞན་ཡང་ཀུན་ཏུ་གཟུང་པའི་ཕྱིར། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། མ་ངེས་རྣམས་ལ་ཐེག་གཅིག་བརྟན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དངོས་ལ་གཞོན་ཞེས། ཐེག་དམན་གྱི་སྟག་མེད་ལྷང་འདས་ཐོབ་ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་མི་འཇུག་སྟེ། དེར་འདུས་བྱས་གྱི་འཇུག་པ་རྒྱན་ཆད་པའི་ཕྱིར་དང་། །འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཟད་པའི་ཕྱིར།

མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་སྟོན་པ་ནི་ངེས་དོན་མཐར་ཐུག་པ་སྟེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཡང་རྒྱན་ལས། །ལམས་རྣམས་དང་ནི་མོས་པ་དང་། །སྐྱབ་པ་ཐ་དད་དབྱེ་བ་དང་། །འབྲས་བུ་ཐ་དད་དམིགས་པའི་ཕྱིར། །རིགས་ཡོད་ཉིད་ཅེས་བརྟན་པ་ཡི་ན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ོ

ཉན་ཐོས་ཀྱི་འབྲས་བུ།

ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་ནི་རྒྱའི་རྒྱུན་རིགས་དང་བདག་རྒྱུན་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་གིས་བསྐྱེད་ཏེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད། དེ་ཙམ་གྱིས་དམིགས་ཡུལ་མི་འགྲུབ་པར་ཤེས་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་མཁས་པར་བྱས་ནས་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་མཐུན་པའི་ཚོགས་སྐྱེ་བ་དུ་མར་བསྐྱབ་པར་བྱེད། ལམ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་དོན་དུ་འདུ་འཛིའི་རྣམ་གཡེང་བཅུ་ལྔ་དང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་གཉེན་པོས་བཙོམ་ནས་སེམས་གནས་པའི་དོན་དུ་ཞི་གནས་སྐྱེད་པའི་ཐབས་དགུ་ལ་འཇུག། ལྷག་མཐོང་མེད་པར་ཞི་གནས་ཙམ་གྱིས་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མི་ཐོབ་པས། ལྷག་མཐོང་གི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་སུམ་ཅུ་ཙམ་བདུན་རྣམས་ཚོགས་སྦྱོར་ལམ་བཞིར་རིམ་གྱིས་གོམས་པར་བྱས་ནས་མཐོང་ལམ་གྱིས་སྐབས་སུ་མཐོང་ལྷང་དང་། རྫོམ་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་རྫོམ་ལྷངས་ལྷངས་ཏེ་ལྷག་བཅས་ཉན་ཐོས་དག་བཙོམ་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ། ཟད་མི་སྐྱེ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྷན། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལས་ཟད་དེ་མཐར་དག་བཙོམ་ཐོབ་པའི་ལུས་རྟེན་དོར་བ་དང་ལྷན་དུ་ཕུང་པོའི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་ཆད་པའི་ལྷག་མེད་དག་བཙོམ་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་པོ།

རང་རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ།

གང་ཟག་ དེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་མ་ཐོབ་པ་དང་ཐོབ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། ཐོབ་པ་ལ་ཡང་དགོ་སློང་གི་འབྲས་བུ་ཚོན་དུ་མ་སོང་བ་དང་སོང་བ་གཉིས་བཅས་གང་ཟག་རིགས་གསུམ་མོ།

ལས། ལ་ལ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ལ་གནས་ནས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུ་སངས་རྒྱས་འབྲུང་བ་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་བྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་སློན་པར་བྱས་ནས་ཕྱི་མ་ལ་རང་བྱང་རྒྱུ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སྤང་བོ་ལ་སོགས་མཁས་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་དུག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་ནི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དང་པོ་འོ། །ཡང་ལ་ལ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུ་སངས་རྒྱས་འབྲུང་བ་མཉེས་པར་བྱས་ནས། སླེས་བྲ་དམ་པ་ལ་རྟེན་པ་འཇམ་དམ་པའི་ཚོས་ཉན་པ་དང་རྒྱུ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཟོད་འབྲིང་མན་ཆད་སོལ་དཔོན་གྱི་དུང་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་། ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བར་མ་ཉུས་པས་ཕྱི་མ་ལ་བདེན་པ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དང་། དགོ་སློང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤང་བོ་སོགས་དུག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་ནི་ལམ་གཉིས་པའོ། །ཡང་འདི་ན་ལ་ལ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུ་སངས་རྒྱས་འབྲུང་བ་རྣམས་མཉེས་པ་སོགས་བྱས་ནས་ཚོ་འདིར་རྒྱུན་ཞུགས་སམ་ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ནས་ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་མ་ཉུས་པས་ཕྱི་མ་ལ་ཕྱིར་མེ་འོང་དང་། དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྤང་བོ་སོགས་དུག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་ནི་ལམ་གསུམ་པའོ། །

འབྲས་བུ་གནས་པ་དང་། རྒྱ་བ་གཉིས་ལས།

ཐེག་ཆེན་གྱི་འབྲས་བུ།

ཚོས་གྱི་སྐྱེ་གྲུབ་གཞི་གནས་ལྷུང་བ་དབྱིངས་རང་བཞིན་རྣམ་དག་སློབ་བྱུང་གྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་གྱིས་དག་པ་ཟག་མེད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་འོ། །

ལོངས་སྐྱེ་ཉོན་ཡིད་དང་ཡིད་ཤེས་གནས་ལྷུང་བ་སྐྱེ་ངེས་པ་མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པ་འོ།

སྐྱུལ་སྐྱེ་སློབ་མེད་རྣམ་ཤེས་གནས་ལྷུང་བ་འཁོར་བ་མ་སློངས་བར་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དུ་མར་མཛད་པ་སྣ་ཚོགས་སྟོན་པ་འོ། །

གནས་ལྷུང་གྱི་ཁྲུང་པར་ནི། གྲུབ་གཞི་གནས་ལྷུང་བ་ཚོས་སྐྱེ་ཉོན་ཡིད་དང་ཡིད་ཤེས་གནས་ལྷུང་བ་ལོངས་སྐྱེ་སློབ་མེད་རྣམ་ཤེས་གནས་ལྷུང་བ་སྐྱུལ་སྐྱེ་ཡིན་ཞེས་བཅུན་པ་བཞེད་དོ། །

ཡི་ཤེས་བཞི། མེ་ལོང་ལྷ་བུ། མ་ཉམ་པ་ཉིད། ལོ་ལོར་རྟོག་པ། བྱ་བ་བྱུབ་པ་འོ། །

ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྲུང་པར་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱལ་དེ་ནི་ཚད་མེད་བཞི་དང་།རྣམ་ཐར། ཟེལ་གཞོན་སོགས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་དང་ལྡན་པ་འོ།།

Name - Ngawang Zodpa

Subject - Sakya Sampraday

ཕྱི་ལོ། ༢༠། ༠༣། ༢༠༢༡

རྒྱལ་ཁབ་དུས། གཉིས་པ།

འཛིན་གྲུ། ལྷོ་བ་དཔོན།

ལོ་རིམ། དང་པོ།

ལྷོ་བ་ཚན། ས་སྐྱ།

ལྷོ་བ་འབྲིད་པ། མཁའ་པོ་ངག་དབང་བཟོད་པ།

ཀ། ལྷོ་བ་ཚན་གྱི་ངོ་སྤྲོད།

༡) དབུ་མའི་བྱང་བ་བཅོམ་པ།

༢) བཅོམ་བྱ་བ་སྤུས་ཏེ་བསྟན་པ།

༣) རྩོམ་པ་པོའི་ཚེས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ་བཅོམ་པ།

ཁ། དབུ་མའི་རྣམ་བཞག་སྤྱིར་བསྟན་པ།

༡) དབུ་མ་ཡིན་ན་ཚེས་དབྱིངས་ཡིན་མིན་ལ་དབྱུང་པ།

༢) ཡུལ་གྱི་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ལ་དབྱུང་པ།

༣) དབུ་མའི་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་འཕགས་ལམ་ཡིན་མིན་ལ་དབྱུང་པ།

ག། རང་ལུགས་ཀྱི་དབུ་མའི་རྣམ་བཞག

༡) དབུ་མའི་ལྟ་བའི་མཚན་ཉིད།

༢) དེའི་དབྱེ་བ།

༣) དེའི་མཚན་ཉིད།

ང། འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དབུ་མ་ལ་དབྱེད་པ།

༡) ལ་ཅིག་གིས་འདོད་པ་བརྗོད་པ།

༢) དེ་ལྟར་དགག་པ།

༣) འབྲས་བུ་གིས་བཤད་པ།

ཅ། ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱལ་འབྲིང་རྣམས་ཐུབ་དབང་སྐྱེས། ཞེས་པའི་གཞུང་ལ་དཔུང་པ།

- ༡) དེར་སློབ་མི་སློབ་གཉིས་ཀ་ཡོད་མེད་ལ་དཔུང་པ།
- ༢) སངས་རྒྱལ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་ལ་བསམ་པ།
- ༣) སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱབ་ཤད་ལ་དཔུང་པ།

ཆ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་

- ༡) རྒྱ་གསུམ་སོ་སོའི་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ།
- ༢) རྒྱ་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུ་རྒྱལ་སྐྱེས་ངོས་བཟུང་བ།
- ༣) རྒྱ་གསུམ་ལས་རྒྱལ་སྐྱེས་ཇི་ལྟར་འབྲུངས་ཚུལ།

ཇ། ལྷིང་རྗེའི་རྣམ་བཞག

༡) ལྷ་ཚོལ་གྱི་འདོད་པ་བརྗོད་པ།

༢) ལྷ་རིགས་ཀྱིས་དགག་པ་བརྗོད་པ།

༣) རང་ལྷུགས་བརྗོད་པ།

༨། ལྷིང་རྗེ་གསུམ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ལ་དབྱུང་པ།

༡) དང་པོའི་དམིགས་ཡུལ།

༢) གཉིས་པའི་དམིགས་ཡུལ།

༣) གསུམ་པའི་དམིགས་ཡུལ།

༡) ས་དང་པོའི་རྣམ་བཞག

༡) སའི་ངོ་བོ་ངས་བཟུང་བ།

༢) ས་དང་པོའི་ཡོན་ཏུ།

༣) དོན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏུ།

ཐ) ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏུ།

༡) ཡོན་ཏུ་བཤད་པ།

༢) ཇི་ལྟར་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ།

༣) དེའི་དཔེར་བཞེད་བཤད་པ།

ད། ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་

- ༡) ཉམ་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་མདོར་ཚམ་བསྟན་པ།
- ༢) ཐེག་པ་གོང་མར་ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་བཤད་པ།
- ༣) ཉམ་རང་གཉིས་ཀྱིས་ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་བསྐྱབ་པ།

ན། ལྷོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་

- ༡) ཐེག་པ་མཐུན་མོང་རྟོགས་ཀྱི་ལྷོང་ཉིད་བཤད་པ།
- ༢) ཐེགས་ཆེན་ཀྱི་མཐུན་མོང་མིན་པའི་རྟོགས་ཀྱི་ལྷོང་ཉིད་བསྟན་པ།
- ༣) དབུ་མའི་ལྷ་བ་ལྷོན་ཡུལ་གྱི་གདུལ་བྱ་ངོས་བཟུང་བ།

པ། བལ་རང་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

༡) ལུགས་གཉིས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་དང་གཞུང་ལུགས་ངོས་བཟུང་བ།

༢) གཙོ་བོ་གཞུང་འགྲེལ་གྱི་བྱང་པར།

༣) ཞར་བུང་ཐ་སྟད་ཁས་ལེན་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར།

ཕ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

༡) ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ།

༢) དོན་དམ་བདེན་པ།

༣) གང་ཟག་གི་བདག་མེད།

བ། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་

༡) བྱང་ཆུབ་ཇི་ལྟར་བརྟེན་པའི་ཚུལ།

༢) བརྟེན་པའི་སྐྱའི་རྣམ་བཤུགས།

༣) བསྐྱོ་བ་དང་བཅས་བཤུགས་བསྐྱུ་བསྐྱེད་པ།

དཀའ་བཅུ་པ་ལོ་གཉིས་པའི་སློབ་ཚན།

BSRMS II YEAR

(1st Paper)

Dr. Penpa Tsering
Guest Faculty
Faculty of Sowa Rigpa
CIHTS, Sarnath, Varanasi

བཤད་རྒྱུ་གི་གནས་བཞི་པ་བྱ་བ་སྤོང་ལམ་གནས་གི་དང་པོ།

ཉེན་རེ་བཞིན་རྒྱན་དུ་སྤོང་པ།

The Routine Behavioral Regimen

ས་བཅད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་གཞུང་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ།

རྒྱུ་རྐྱེན། ༡

༡༽ མདོར་བསྟན།

ཚོ་བསྐྱུང་འཇིག་རྟེན་པ་དང་དམ་པའོ།

༢༽ རྒྱས་བཤད། ༩

༣༽ ལེན་མཚན་བསྟན་པ།

༡༽ ཚོ་བསྐྱུང་པའི་རྐྱེན་པ། ༡༤

- ༡༽ དགོས་ཆེད།
- ༢༽ སྤང་བ་བཅིང་བ།
- ༣༽ ཉན་མི་འབྱུང་བའི་བྱ་ཐབས།
- ༤༽ འགོ་འདུག་བྱ་ཐབས།
- ༥༽ བཞིན་ལོག་ཐབས།
- ༦༽ ཉམ་པོ་བྱ་ཐབས།
- ༧༽ བསྐྱུང་འབྱུག་བྱ་ཐབས།
- ༨༽ ཚོལ་བ་རྐྱེན་ཐབས།
- ༩༽ འགྲིལ་བྱ་ཐབས།

༢༽ འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་རྐྱེན་པ། ༩

- ༡༽ མི་ཚོས་ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་ཡིན་པ།
- ༢༽ མི་ཚོས་ཀྱི་ཐབས་དངོས།
- ༣༽ མི་ཚོས་རྐྱེན་པའི་འབྲས་བུ།

- ༡༠༽ རྒྱས་བྱ་ཐབས།
- ༡༡༽ མིག་ནད་རྐྱེན་ཐབས།
- ༡༢༽ ཉན་ཀྱི་ངག་པ་སྤང་ཐབས།
- ༡༣༽ ཆ་མཉམ་སྤྱད་པར་གདོས་པ།
- ༡༤༽ དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།

༣༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་རྐྱེན་པ། ༡

- ༡༽ དམ་ཚོས་ལ་འབད་པར་གདམས་པ།
- ༢༽ དམ་ཚོས་བྱ་བའི་ཐབས་ལམ་གྱི་རིམ་པ།

༡༥ མདོར་བསྟན་པ།

* ཚེ་བསྐྱེད་འཇིག་རྟེན་པ་དང་དམ་པའོ།།

* ཚེ་བསྐྱེད་/བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་མདོར་བཤད།

* འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་མདོར་བཤད།

* དམ་པ་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་མདོར་བཤད།

༡༽ རྒྱལ་བཤད། ༩

༡༽ ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་བཅི་སོ་སོར་བསྐྱེད་པ།

༡༽ ཚེ་བསྐྱུང་པའི་སྐྱོད་པའི་དགོས་ཚེད་བསྟན་པ།

དང་པོ་ཚེ་རྒྱུང་(བསྐྱུང་)པ་ཡི་སྐྱོད་ལམ་ནི།

རྟག་ཏུ་བདེ་གནས་འདོད་ཅིང་ཚེ་བསྐྱུང་བྱིས།

༣༽ ཚེ་བསྐྱུང་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་སྤྱང་བ་བཅིང་པ་བསྟན་པ།

སྟན་མཚོག་རིན་ཆེན་གྲུབ་པའི་གསང་སྔགས་བཅང་།།

༡༽ ཚེ་བསྐྱུང་བའི་སྤྱོད་པ་ལས་ནད་མི་ལྷུང་བའི་
ཐབས་བསྟན་པ།

ནད་སྤོང་རྒྱུན་གཉིས་དྲན་པས་རྟག་ཏུ་སྤང་།
ལྷུས་ངག་ཡིད་ལས་ཉེས་སྤང་ཡང་དག་བསྟེན།
ལྷེ་སོགས་དབང་པོ་མནར་དང་ཉམས་བདེར་མིན།

༧༽ ཚེ་བསྐྱུང་པའི་སྒྲོན་པ་ལས་འགྲོ་འདུག་བྱ་ཐབས་
བསྟན་པ།

ཐེ་ཚོམ་གྱུ་འམ་མི་སྐྱུན་བཞོན་པ་དང་།
གསོད་ས་ཚུ་ཚེན་མེ་ཡི་སྐྱུང་པོ་དང་།
གད་སྒྲིང་གིང་ཚེར་དབྱུང་དགུན་འཛེག་འགྲོ་སྐྱུང་།
སྒྲོན་ན་ས་བརྟག་འགྲོ་ན་ལམ་བརྟག་ཅིང་།
མཚན་མོ་དོན་ཚེན་དབྱུག་ཐོགས་གྲོགས་སྐྱུན་བྱ།

༥༽ ཚེ་བསྐྱུང་པའི་སྒྲོན་པ་ལས་ནད་མི་འབྱུང་བའི་
ཐབས་བསྟན་པ།

མཚན་གཉིད་མ་ལོག་རྒྱུ་ལས་ཅི་བདེར་ལོག་མ་ལོག་ནང་པར་
སྐྱུང་བུ་ཕྱིད་གཉིད་ལོག་ར་རོ་སྟོབས་ཟད་མུ་ངན་རྩོལ་བས་དུབ།།
སྐྱུང་མང་གས་དང་འཇིགས་པའི་མི་རྒྱལ་ལ།། ལོ་ག་རྒྱུ་ཅིང་མཚན་
མི་སྐྱུང་བས་ན།། ལུས་ཀྱི་སྟོབས་འཕྲོག་རྒྱུ་འཕེལ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།།
ཉིན་པར་གཉིད་ལོག་སྐྱུ་མ་སྐྱིར་འགྱུར་བས་ཕན།། གཞན་དུ་ཉིན་
གཉིད་བད་ཀན་སྐྱིད་ཅིང་སྐྱངས།། རྩོངས་བག་མགོ་ན་སྐྱིད་སྐྱུར་
རིམས་འདེབས་འགྱུར།། གཉིད་འཕེལ་སྐྱུགས་དང་སྐྱུང་བུ་བྱུང་མིང་
བསྟེན།། གཉིད་ཡེར་འོ་མ་ཞོ་ཆང་ག་ལུ་བུང་།། མགོ་བོ་བསྐྱུ་ཞིང་ན་
བ་སྐྱུ་མ་གྱིས་དགང་།།

༦༽ ཆེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་ཉལ་པོ་བྱ་
ཐབས་བསྟན་པ།

ཉལ་པོ་སྐྱེ་གནས་མི་མཐུན་བདག་པོ་ཅན།
མི་སྐྱུག་སྐྱུམ་མ་ཤུགས་ཞན་ཉེན་པ་དང་།
ཟླ་མཚན་ལྡན་དུས་བཀའ་བྱེད་འཕྲིག་པ་སྤང་།
དུག་དུས་རོ་ཅོས་རྩེགས་ཆེ་བཀའ་པ་མེད།
སྟོན་དཔྱེད་ཞག་གཉིས་དབྱུང་སོས་ཟླ་བྱེད་སྤྱད།
གཞན་དུ་བྱུང་མེད་ལ་ཞུགས་དབང་པོ་ཉམས།
མགོ་འཁོར་དུས་མིན་འཆི་བར་བྱེད་པ་ཡིན།

ལྟོ་མོ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་བསྐྱེད་ལྟུག་བྱ་
ཐབས་བསྟན་པ།

ཉལ་ཏུ་བསྐྱེད་ལྟུག་སྤྱོད་བྱེད་ཀས་ངལ་རྒྱུད་།
འཇོམས་བྱེད་མགོ་རྒྱུད་ན་བ་ལ་བསྟན་བྱ།

༤༽ ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལས་ཚེ་ལ་བ་སྤྱོད་ ཐབས་བསྟན་པ།

ལྷུས་ཡང་ཚེ་ལ་འབྲི་སྐབས་ཕྱིད་མེ་རྫོང་སྦྱིད། མཁྱིམ་དང་ལས་
རྒྱས་ཡང་དག་ཚེ་ལ་སྤྱོད་འབྱུང་། ཐལ་དྲགས་ལོག་པས་དེ་ལས་མ་
རུངས་འགྱུར། ཚན་བྱིས་རྒྱང་མཁྱིམ་ནད་ཅན་དེ་སྤང་བྱ། སྤྱོད་པ་ལྡན་
སྦྱུང་བ་དགུན་དང་དཔྱིད་དུས་དང་། བད་ཀན་ཅན་གྱིས་ཚེ་ལ་བཅག་
བསྟན་པར་བྱ།

༧༽ ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་འདྲིལ་བྱིས་བྱ་
ཐབས་བསྟན་པ།

དྲིལ་བྱིས་བད་ཀན་སེལ་ཞིང་ཚེལ་འཇུ་བྱེད།།
སྐྱབས་གསལ་ཡན་ལག་བརྟན་པར་བྱེད་པའི་མཚོག

༡༠ ་ ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་ལྷན་གྱི་
ཐབས་བསྟན་པ།

ལྷན་ནི་རོ་ཙ་དྲོད་སྐྱོབས་ཚེ་མདངས་སྐྱེད།
གཡའ་རྩལ་དྲི་ད་སྐྱེམ་སོམ་ལུས་ཚ་སེལ།
ཚུ་དྲོན་མགོ་བཀྱས་སྐྱ་མིག་སྐྱོབས་འཕྲོག་ཡིན།
ཚད་འཁྱུ་སྐྱོ་སྐྱོས་ཚམ་པ་མ་ཉུ་དང་།
སྐྱ་མིག་ནད་ཅན་གྲོས་མ་ཕྲོག་ལ་སྐྱང་།

༡༡ ་ ཚེ་བརྒྱུང་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་མིག་ནད་སྐྱོད་
ཐབས་བསྟན་པ།

མིག་ནི་མེ་ཡི་རང་བཞིན་བད་ཀན་འཇིག
མཚི་མ་འཇག་ཕྱིར་མིག་སྐྱོད་སྐྱེར་ཁམ།
ཉག་ཏུ་ཞག་བདུན་ལོན་ཚེ་ཉིན་རེ་སྐྱུག

༡༣༽ ཚེ་བརྒྱུང་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་ནད་ཀྱི་ཇག་པ་སྤུང་
ཐབས་བསྟན་པ།

མོ་བུར་ནད་ལྔའི་དག་ལ་སྐྱེལ་མ་བསྟེན།།

༡༩ ། ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་ཚ་མཉམ་སྐྱེད་པར་
གདམས་པ་བསྟན་པ།

རྟོག་ཏུ་གཅིག་ལ་མ་ཡིན་ཀུན་སྟོམས་སྐྱེད།

༡༤ ་ ཚེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་ལས་དེ་རྣམས་ཀྱི་
ཕན་ཡོན་བསྟན་པ།

དེ་ལྟར་བདག་ནི་ཉིན་མཚན་གནས་འགྲོ་ཞེས།
ཉིག་ཏུ་བྲན་པ་ཉིར་འཇོག་སྟུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟར་།

༡༽ རྒྱལ་བཤད། ༡

༡༽ འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱོད་པ་གསུམ་སོ་སོར་
བསྟན་པ།

༡༽ འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་གྱི་སྐྱོད་པ་ལས་མི་ཚོས་ཡོན་ཏན་གྱི་
གཞི་ཡིན་པ་བསྟན་པ།

འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་སྐྱོད་པ་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི།།

༡༽ འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་ལས་མི་ཚོས་ཀྱི་ ཐབས་དངོས་བསྟན་པ།

འཆད་དོན་བཅོན་པར་བྱ་ཞིང་ཚིག་རྗེས་དོན་གྱིས་བསམ། ངན་ལས་ཆད་ཀྱང་བསྐྱོད་ཅིང་བཟང་ལས་
བཤོལ་ཡང་བཅུམ། གཞིག་པ་སྐྱོན་ལ་བཏང་ཞིང་ཕྱིས་ཀྱི་ལེགས་འཕེན་བཅུམ། ཟེར་དགུ་བདེན་པར་མི་
བཟུང་ལེགས་པར་དཔུང་ནས་བཟུང་། ལྷ་དགུ་བསམ་ལ་སྐྱོ་ཞིང་རང་གི་མདོ་དོན་བསྟན། ལུང་མེད་ངག་
ལ་མི་ཉན་སྐད་ཁ་སྐྱེ་བར་བྱ། བྱམས་སྟོན་མི་ལ་ཚིག་དོན་མི་གཞུག་སྐྱུག་པར་སྐྱོ། ཅམ་ལ་བརྟེན་ཞིང་
འཕྲལ་ལ་འགྲོགས་པ་བདེ་བར་བྱ། དག་པོ་ཡན་པར་མི་བཏང་འདམ་རིང་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ། ཉེ་འཁོར་ག་
ཚོས་བསྐྱུང་ཞིང་སྐར་དྲིན་མིག་རིང་བཟ། སྐོབ་དཔོན་ས་ཁུ་ལ་སོགས་རྒྱ་རིགས་ལུང་དུ་ཁྱུར། ཡུལ་མི་
མངོལ་བཤེས་འགྲོགས་དགོས་རྣམས་དང་སྒོ་སེམས་བསྟན། སོ་ནམ་ཞིབ་མོར་བྱ་ཞིང་དགོས་དུས་ཅིང་པོར་
སྐྱུང། མི་བདེན་འཕམ་ངོས་སྤང་ཞིང་རྒྱལ་ན་ཚོད་ཟིན་བྱ། མཁས་ན་དེགས་པ་སྐྱུང་ཞིང་ཕྱུག་ན་ཚོག་
ཤོས་བྱ། མི་བྱོན་ལུང་དུ་མི་བསད་མཐོ་ལ་སྐྱུག་དོག་སྤང་། མི་ངན་བསྟོན་རྗེ་མི་བྱ་བཅོ་བོན་དགུར་མི་
བསྐྱུང་། གཞན་གྱི་ལོ་ལ་མི་འབགས་ལ་ཡོགས་མནའ་ལ་འཛོམ། མི་འགྱོད་རྗོག་གཏད་བྱ་ཞིང་ངན་ལ་
དབང་མི་བསྐྱུར། སེམས་ཀྱི་སྟོབས་དང་རང་རིང་ཡངས་ཤིང་གཞི་བསྐྱེད་ལ། ལས་རྣམས་སལ་ཆེར་སྐྱ་
ཚོད་དུས་སྐྱུང་བ་གཅིས།

༣༽ འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལས་མི་ཚོས་སྤྱོད་པའི་
འབྲས་བུ་བསྟན་པ།

དེ་འདྲ་གཅིག་ཕུར་སྐྱེས་ཀྱང་གཞན་ལ་དབང་མི་འཚོས།
ཐན་གྱི་ལུས་ཀྱང་སྐྱེ་བོ་མང་པོའི་དཔོན་དུ་འགྱུར།

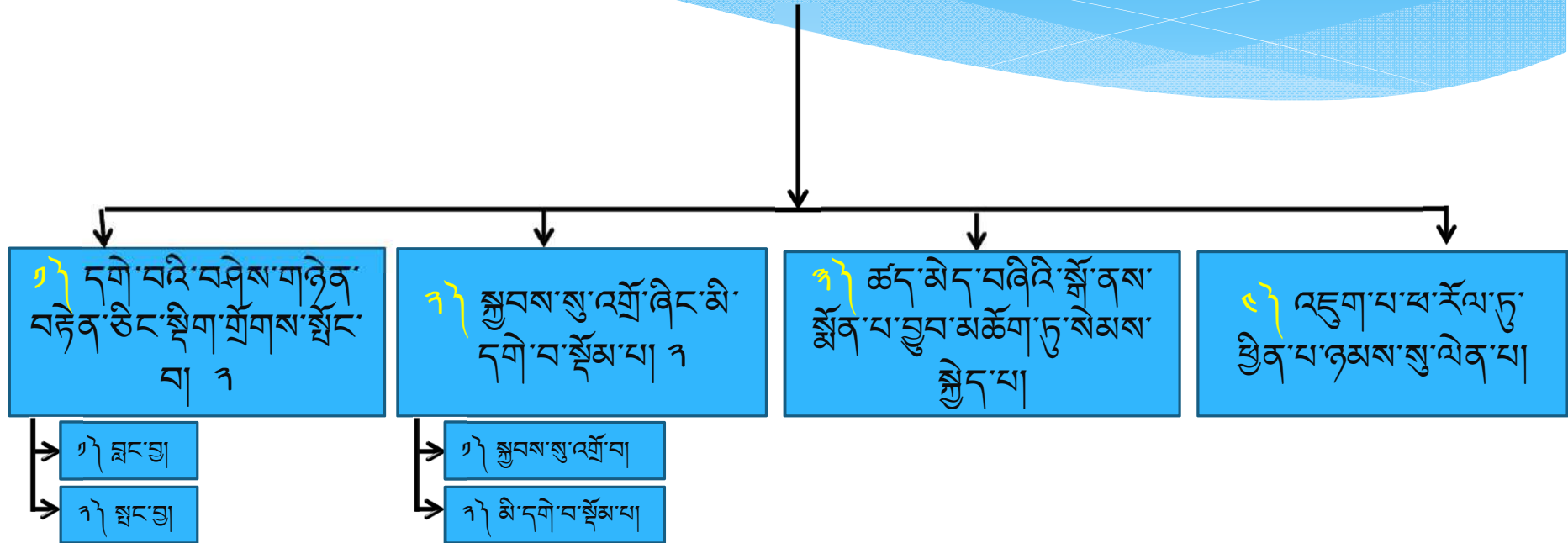
༡༽ རྒྱལ་བཤད། ༑

༡༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཉེས་སོ་སོར་བསྟན་པ།

༡༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་ལས་དམ་ཚོས་ལ་འབད་པར་
གདམས་པ་བསྟན་པ།

དེ་ནས་དམ་པ་ལྷ་ཚོས་སྐྱོད་པ་ནི།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པའི་ཕྱིར།
ཚོམ་པ་ཀུན་ལ་འཇུག་ཀྱང་ཚོས་མེད་ན།
བདེ་ཉིད་སྐྱུག་བསྟེན་ཆུ་ཕྱིར་ཚོས་ལ་འབད།

༡༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་གྱི་སྐྱོད་པ་ལས་དམ་ཚོས་བྱ་བ་ཐབས་ལམ་གྱི་ རིམ་པ་བསྟན་པ།



༡༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་གྱི་སྐྱོད་པ་ལས་དམ་ཚོས་བྱ་བ་བས་ལམ་གྱི་
རིམ་པ་བཞི་ལས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྟེན་ཅིང་སློབ་
ལོགས་སྤོང་བ་བསྟན་པ།

༡༽ སྤང་བྱ།

མོས་པས་བཤེས་བསྟེན་།

༢༽ སྤང་བྱ།

ཅིག་ཤོས་རིང་དུ་སྤང་།

༡༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་གྱི་རྒྱུ་དཔ་ལས་དམ་ཚོས་བྱ་བ་བས་ལམ་གྱི་
རིམ་པ་བཞི་ལས་རྒྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་
མི་དགེ་བ་རྣམ་པ་བསྟན་པ།

༡༽ རྒྱབས་སུ་འགོ་བ།

༢༽ མི་དགེ་བ་རྣམ་པ།

སློབ་གཙོ་ད་རྒྱ་དང་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། རྒྱན་དང་ངག་
འབྲུལ་ཚིག་རྒྱུ་བ་དབྱེན་རྒྱུ་ར་དང་། བརྒྱབས་སེམས་གཙོ་ད་
སེམས་སྣ་བ་བྱེན་ཅི་ལོག་སློབ་པའི་ལས་བརྒྱ་ལུས་ངག་ཡིད་
གྱིས་སྤང་།

༧༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་གྱི་སྐྱོད་པ་ལས་དམ་ཚོས་བྱ་བ་ཐབས་ལམ་གྱི་
རིམ་པ་བཞི་ལས་ཚད་མེད་བཞིའི་སྒོ་ནས་སྒོ་ན་པ་བྱང་ཚུབ་
མཚོག་ཏུ་སེམས་སྐྱེད་པ་བསྟན་པ།

མུ་ངན་ནད་ཕོངས་སྟུག་ལ་རུས་ཕན་གདགས།
འབྲུ་སྒྲིན་སོགས་ཀུན་རྟུག་ཏུ་རང་འདྲར་བསྟ།
བསྟུ་མེད་དེས་པས་འཇུ་མ་ཞིང་དང་ཕོར་སྟ།
གཞོན་བཙོན་དག་ལའང་ཕན་གདགས་གཙོར་བྱས་ཏེ།
བྱམས་པས་བྱང་ཚུབ་མཚོག་གི་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད།

༧༽ དམ་པ་ལྷ་ཚོས་གྱི་སྦྱོང་པ་ལས་དམ་ཚོས་བྱ་བ་བས་ལམ་གྱི་
རིམ་པ་བཞི་ལས་འཇུག་པ་མ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་
ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་བསྟན་པ།

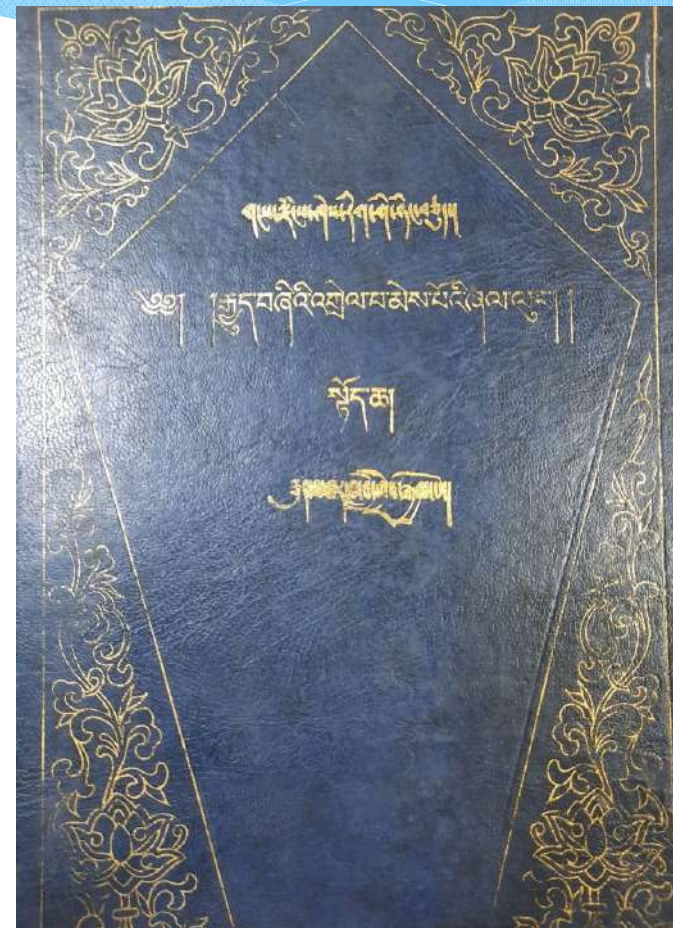
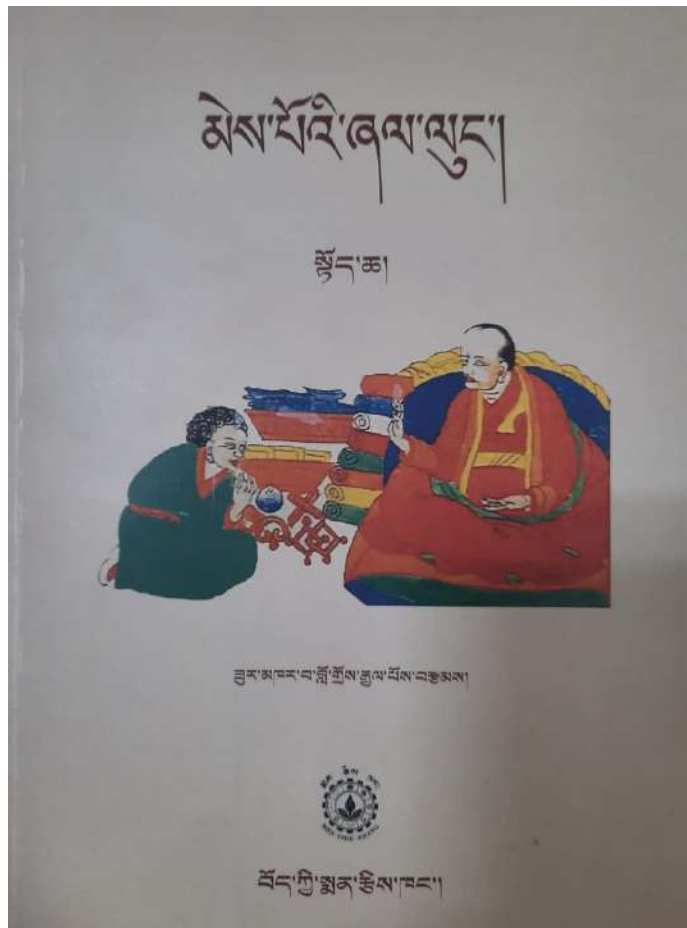
ལྷས་ངག་ཡིད་དུལ་མངས་མེད་གཏོང་སེམས་ལྡན།།
གཞན་གྱི་དོན་ལའང་རང་གི་འདྲར་སེམས་པ།།
དེ་དག་དམ་པའི་སྦྱོང་པ་མཐར་ཐུག་གོ།།

༡༽ རེ་བྱུང་མཚན་བསྟན་པ།

བདུད་རྩི་སྤྱིང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱད་ལས་ཉིན་
རེ་བཞིན་རྒྱན་དུ་སྦྱོད་པའི་ལེུ་སྟེ་བརྒྱ་གསུམ་པའོ།།

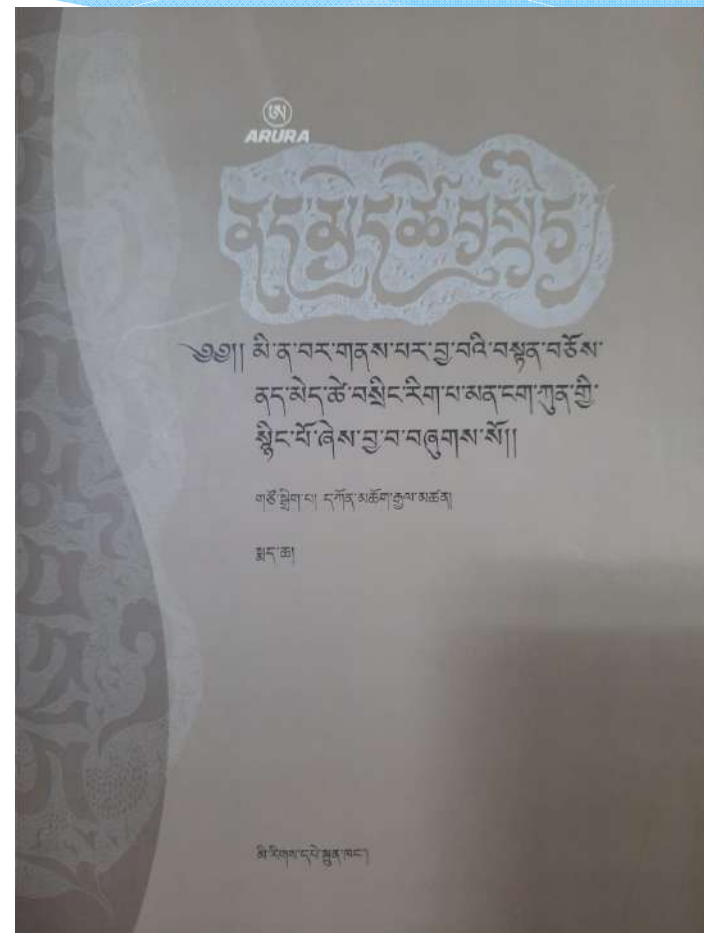
བསྐྱེད་པོ་སྲིད་པའི་སྐོར་གྱི་དཔེ་ཆ་ལག

Books Need to Read



བསྐྱབས་དགོས་ངེས་ཀྱི་དབེ་ཆ་ལག

Books Need to Read





Name : Prof. Geshe Lobsang Gyaltzen
Subject : Sampradaya Shastra

དབུ་མའི་གྲུབ་མཐའི་བྱུང་རིམ་དང་།
སྐྱེ་སྐྱུབ་ཡབ་སྐུ་ཉི་ལྔ་བའི་སྐོར།

དགེ་བཤེས་སྣོ་བཟང་རྒྱལ་མཚན།
ལྷ་ཁ་དབུས་བོད་ཀྱི་ཆེས་མཐོའི་གཞུང་ལག་སློབ་ཁང་།



མཚན་པར་བརྗོད་པ།

- མཚན་སྐྱོད་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་མཚན་དཔེའི་སྐུ།
 - འཇིག་རྟེན་གྱི་པོའི་དབྱེད་ཀྱང་ཟེལ་གཞོན་གསུང།
 - འོད་སྟོང་གྱེ་བའི་མདངས་ལས་གསལ་བའི་ཐུགས།
 - སྟོན་མཚན་འཇིག་རྟེན་མིག་དེར་གུས་ཕྱག་འཚལ།
-
- ཚོས་རྣམས་གཤེས་ལྷགས་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ལ།
 - བ་སྟོང་རྟེན་འབྱུང་འགལ་མེད་ལེགས་གསུངས་ནས།
 - ཉམ་ཚད་ཐུན་པ་མ་ལུས་གཞོམ་མཚན་པའི།
 - ལྷ་སྐྱབ་སྐྱེ་བའི་ཉི་མས་བདག་སྐྱོངས་ཤིག།
-
- རྣམ་མང་རྒྱལ་བའི་ཚོས་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ།
 - རྣམ་དག་མཁྱེན་པ་ཐོགས་པ་མེད་འཇུག་པ།
 - རྣམ་འདྲེན་ཚེན་པོ་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ།
 - རྣམ་ཀུན་འབྲལ་མེད་ཤིས་པའི་དངོས་པོ་སྦྱོལ།

བཤོ་སྒྲིང་ཚུམ་ཤོག་གི་ས་བཅད།

- དབུ་མའི་གྲུབ་མཐའི་བྱུང་རིམ།
 - ༡ རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་བྱུང་ཚུལ།
 - ༢ བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲིངས་སུ་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་བྱུང་ཚུལ།
 - ༣ དབུ་མ་ཐལ་རང་གི་བྱུང་པར་བཞེད་ཚུལ།
- ལྷ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་ལྷ་བའི་རྣོང་།
 - ༤ དབུ་མའི་ལྷ་བའི་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།
 - ༥ དབུ་མའི་ལྷ་བའི་དགག་བྱའི་གྲུབ་ཚད།
 - ༦ རང་ལུགས་ཀྱི་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་དགག་བྱ་ངོས་བཟུང་བ།
 - ༧ ཚོས་རྣམས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་དུ་ཡོད་ཚུལ།
 - ༨ ཚོས་རྣམས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་བྱུང་བ་ཅམ་དུ་ཡོད་ཚུལ།
 - ༩ ཚོས་རྣམས་སྟོས་ནས་ཡོད་ཚུལ།
 - ༡༠ མཐའ་བལ་དབུ་མའི་དེ་ཉིད་ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཡོད་ཚུལ།

༡ རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་དགུ་མའི་རྟ་བའི་བྱང་ཚུལ།

དང་པོ་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་གྲུ་རྒྱལ།

- “མའི་ཡུལ་དུ་རྟ་ཚེ་རི་ཅམ་བཞུགས་པ་ལ་ཡང་གསུང་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་ཡོད་ནའང། ལོ་དུག་བརྒྱུ་བཞུགས་པ་ནི་བྱང་བརྟན་གྱི་མདོ་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་དང་། བྱ་རྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་། དེ་རྟ་ལོ་དུག་བརྒྱུ་བརྟན་པའི་བྱ་བ་མཛད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཚེན་པོས་ཀྱང་འཐད་ཚུགས་སུ་བཞེད་དོ། །ཡང་ཏཱ་ར་རྒྱ་ཐས་ཚས་འབྱུང་ལས། སློབ་དཔོན་འདིས་ལོ་དུག་བརྒྱུ་ལས་བདུན་ཅུ་དོན་གཅིག་མ་ཚང་བར་འདོད་པ་དང་། ཉེར་དགུ་མ་ཚང་བར་འདོད་པའི་ལྷགས་གཉིས་སྤང་། ཞེས་པ་ནས། གང་རྟ་ལོ་བྱེད་ལོར་རྗེས་པ་ཡིན་ཞེས་ཁོ་བོའི་བླ་མ་པུའི་ཏ་རྒྱམས་གསུང་། ཞེས་གསུངས་པ་རྟ་བའི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་མང་དུ་ཡོད་པར་སྤང་དོ། །”

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐྱུ་རྒྱུ་ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་སོགས་ཉམས་ཉོགས་བརྟེན་ཚུལ་སྐོར་གསུང་ཚུལ་
མི་མཐུན་པ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་པའི་ཚུལ།

● མདོ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སློབ་དཔོན་འདི་ས་དང་པོ་པར་གསུངས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ཏུ་ས་བདུན་པར་གསུངས་པ་དང་
དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་འགལ་བ་སློན་གསལ་ལས་སློབ་དཔོན་འདི་ལྷགས་ཀྱི་ལམ་གྱིས་སྐྱ་ཚེ་དེ་ཉིད་ལ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་
འཕང་མདོན་དུ་མཛད་པར་གསུངས་པ་དང་། སློན་ཚེན་དང་རྩ་བོ་ཆེ་ལས་མ་འོངས་པ་ན་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་
འོད་ཅེས་བྱ་བའི་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་གསུངས་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་འགལ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་རྗེ་ཚོང་ཁ་
པ་ཚེན་པོས་རྩ་ཤེའི་རྟེན་ཚེན་ལས།

སྟོན་པ་ཤུག་བྱུ་བ་པ་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་དུས་སུ་གསུངས་པ་དང་སློན་བསྐྱེད་པ་དུ་མའི་སློན་ནས་སངས་རྒྱ་ས་པར་
གསུངས་པ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །མགོན་པོ་འདི་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བ་པོ་ཆེའི་གང་ཟག་རྣལ་འབྱོར་སྤྲོ་མེད་ཀྱི་ཐེག་པས་
ལོ་དུག་བརྒྱ་བཞུགས་ཀྱང་འཚང་རྒྱ་མི་རུས་ན་སྤྲོ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ནས་གདུལ་བྱ་རབ་ཀྱིས་ཚེ་གཅིག་ལ་དོ་རྗེ་འཛིན་
པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཁས་སྤངས་ཀྱང་ཚིག་ཅིམ་དུ་བྱེད་དོ། ། ཞེས་དང་།

དབུ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ། རྒྱལ་ཚེན་འགའ་ཞིག་ལྷང་ཁ་ཅིག་ལས་རྒྱུན་ལྷགས་སུ་བཤད་པ་དང་། ལྷང་གཞན་
དུ་སངས་རྒྱས་སུ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་གསུང་རབ་ལ་དུ་མ་ཞིག་རྣམས་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་གྲངས་འདེན་ལ་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བའི་སྐོར།

- 1) དེ་ཡང་རིགས་ཚོགས་རྒྱུ་ཏུ་འདོད་མཁན་ཀུན་གྱི་ཐོག་མ་ནི་དགེ་བའི་བཤེས་གཞིན་ཆེན་པོ་མ་གྲུབ་ཀྱི་འཇུག་པ་ལོན་པ་ལྟར་ཡིན། ཅུ་ཤེ་སོགས་པ་རིགས་ཚོགས་སྤྱི་ལོ་ཏུ་ཐ་སྐྱད་སྐྱབ་པ་བཅས་རྒྱུ་ཏུ་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པས་ངེས་དོན་རབ་གསལ་ལས། དགེ་བའི་བཤེས་གཞིན་མ་གྲུབ་པའི་བཞེད་པས། གཙོ་བོ་ལྷན་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་ཅུ་བཤེས་རབ་དང་། རིགས་པ་རྒྱུ་ཅུ་བཤེས་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས། ཞེས་པ་ནས། ཐ་སྐྱད་སྐྱབ་པ་དང་བཞེད་པ་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྤྱིར་ལྟ་རབས་པ་ལ་ཅིག་རིན་པོ་ཆེའི་སྤོང་བ་བསྟན་ནས་རྒྱུ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་སོ།
- 2) ཡང་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཚོས་འབྱུང་ལས། སྤྱིང་པོའི་དོན་སྟོན་པ་དབུ་མ་རིགས་པའི་ཚོགས་རྒྱུ་ལྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་བ་ཉིད་ཉེན་འབྲེལ་སྟོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བར་སྟོན་པ་སྤོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ། དེ་ལས་གཞན་སྤྱི་བལ་སོགས་པར་བདེན་པ་འགོག་པ་ཅུ་བཤེས་རབ་སྤྱི་གཞིས་པོ་ཅུ་བའམ་གཙོ་བོའོ། དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པ་རིགས་པ་རྒྱུ་ཅུ་པ། དེ་ལ་གཞན་གྱིས་ཚོད་པའི་སྟོན་སྤོང་བ་ཚོད་པ་བསྐྱོག་པ། གཞན་ཉོག་གོ་བ་དང་ཚོད་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མིད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་འཇིག་ཉེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་འཐད་ཅིང་གྲུབ་པར་སྟོན་པ་ཐ་སྐྱད་སྐྱབ་པ་དང་རྒྱུ་ཡིན་ལོ། ། ཞེས་སོ། ”

དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་གྲངས་འདེན་ལ་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བའི་སྐོར།

- ༣) སློབ་དཔོན་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་གཞུང་བཟང་མདུ་བྱུང་བ་ཤེར་སྤོང་གི་མདོའི་དངོས་བསྟན་སློབ་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་དང་། ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་སློབ་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ། ཚོད་བརྗོག་རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ། རིན་ཆེན་ཕྱེད་བ་བཅས་རིགས་ཚོགས་དྲུག་དུ་རྩ་ཤེ་རྒྱུ་ཆེན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་ལྷན་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད།
- ༤) རིག་ཚོགས་དྲུག་དུ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དབུ་མ་རིག་ཚོགས་ལྷ་གོང་ལྟར་དང་རིག་ཚོགས་དྲུག་པ་ག་ལ་འཇིགས་མེད་བཞེད་མཁན་ཡོད་པར་སྤང་། །
- ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱེད་ལས། རང་གཞན་གྱི་སྤེལ་པ་ལྷན་མོང་དུ་འགོག་པ་དབུ་མའི་རྩ་བ། ཞེས་པ་ནས། ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་སྟེ་ལྷོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གསལ་བྱུང་བའམ་རིན་ཆེན་ཕྱེད་བའམ་ག་ལས་འཇིགས་མེད་བསྟན་ནས་རིགས་ཚོགས་དྲུག་གི་གྲངས་ངེས་འདོད་པ་དང་།

དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་གྲངས་འདེན་ལ་བཞིན་པ་མི་འདྲ་བའི་སྐོར།

- གཞན་དག་སྤོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལུས་སུ་བྱས་ནས་ཅ་ཤེ་འཕྲོས་སུ་བྱེད་པ་ནི་འཇུག་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱོལ།
- ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པ་ཆེན་པོས་མ་བྱ་ལ་དགག་ཚུལ།
- ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པ་ཆེན་པོས། དེས་དོན་རབ་གསལ་ལས། ཐ་སྐད་གྲུབ་པ་ནི་བོད་དུ་མ་འགྱུར་ཞིང་། སློབ་དཔོན་ལྷ་བས་ཚོག་གསལ་དུ། སློབ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་མཐོང་ཚུལ་སློབ་པ་ན་གཞན་ལྟ་སློབ་ནས་འདི་མ་སློབ་པས། རྒྱ་གར་ནའང་རིགས་ཚོགས་སུ་བགྲངས་པ་མིན་པར་སྣང་ངོ།

སློབ་དཔོན་ལྷན་དེ་ལ་རྒྱས་སྐྱེས་ཡིན་པའི་ བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁག་གི་བཞེད་པ།

- ༡)མཆིམས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས། མཆིམས་མཛོད་ནང་རྒྱས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ནི་བསྐྱེལ་བ་དང་པོའི་མི་རྣམས་དང་། འཕགས་པ་ལྟ་དང་། མཚོ་སྐྱེས་ལ་སོགས་པ་བཞིན། ཞེས་སོ། །
- ༢) བུ་སྟོན་ཚོས་འབྱུང་ལས། སློབ་དཔོན་ལྷན་དེ་ལ་ནི་སིང་ག་ལའི་སྤྱིང་དུ་པད་མའི་སྐབས་སུ་རྒྱས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ། ཞེས་གསུངས་མོད། རང་ལྷགས་ནི་ལྷ་མ་ཉིད་འཐད་ཕྱོགས་སུ་འཛིན་ནོ།།

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་གྱི་གསུང་ཚུལ་ལ་དབྱེད་པ།

- ༡) “ཁོང་གིས་མཛད་པའི་གཞུང་ཚུ་གའི་འགྲེལ་པ་གེས་རབ་སློབ་མེ་དང་། དབུ་མ་སློང་པོ། དེའི་རང་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ། དབུ་མ་རིན་ཆེན་སློབ་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོད། ”
- ༡) དབུ་མ་རིན་ཆེན་སློབ་མ་ལས། འདིའི་དོན་རྒྱས་པར་སློབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པའི་ཞལ་ལྷན་ནས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ལུང་པོ་ལྷ་པ་དང་། བདག་གིས་བཀོད་པའི་རྟོག་གི་འབར་བ་སོགས་ལ་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རྟོག་གི་འབར་བ་དང་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སློབ་མ་གཉིས་མཛད་པོ་གཅིག་ཡིན་དགོས་ལྟ་བུ་སྤང་།
- ༢) ལྷང་སྐྱུ་རོལ་བའི་དོ་རྗེའི་གྲུབ་མཐའ་ལས། དབུ་མ་རིན་ཆེན་སློབ་མ་ནི་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཚུང་བར་གྲགས་པས་མཛད་པ་ཡིན་གྱི་སློབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པ་མིན་ནོ། །

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་ཀྱི་གསུང་ཚམ་ལ་དབྱེད་པ།

- ༣) ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་བཞད་ཀྱིས་གྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། ལེགས་ལྡན་གཉིས་དང་ཟླ་བ་ཕྱིན་ཆད་ནས་དང་ཡང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཕྱི་མོར་མི་འགྲུབ་ལ། ཞེས་ལེགས་ལྡན་གཉིས་གསུངས་པ་དང་།
- ༤) ཡང་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སློབ་མའི་ནང་དུ་དབུ་མ་མགོན་ལྷ་སྐྱབ་དང་། འཕགས་པ་ལྟ་དང་། དབུ་མ་ལྡན་ཟླ་བ་གྲགས་པ་བཅས་ལ་བསྟོན་པ་ཡང་ཡང་མཛད་པས་ཀྱང་སློབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་ཀྱིས་ཚིག་གསལ་དུ་སྟོགས་སྟུང་བཞེད་པའི་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་མིན་པ་ལྟ་བུ་མངོན།
- ༥) ཞང་ཡེ་ཤེས་སྟེས་ལྟ་བའི་བྱུང་པར་ལས། ལྷ་ཚོ་རྒྱ་གྲུ་རྒྱ་ནས་དབུ་མའི་ཀུ་རི་ཀུ་མཛད་པའི་འགྲེལ་བ་ཤེས་རབ་སློབ་མ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དབུ་མ་སྟོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་མཛད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གཞུང་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་རྟོག་འབར་བ་སོགས་མ་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་དབྱེད་དགོས་པར་སྣང་ངོ་།།

འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ།

- བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་བཞིའི་ནང་གངས་ཅན་པའི་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་ཆེན་པོ་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་
ཞལ་ལྷ་ནས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས། དུམ་ཤེར་སྤྱི་གྱི་བརྗོད་དོན་སྤྱིང་པོ།
འཕགས་པ་ཡབ་སྲས་གཉིས་དང་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་དང་། སློབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱི་
དགོངས་བརྒྱད་མཐར་ཐུག་ལྷ་བ་ཀུན་གྱི་ཡང་ཅེ་དཔལ་ལྷན་ཐལ་འགྱུར་བའི་མཐའ་བལ་དབུ་མའི་དོན་དེ་ཉིད།
རྒྱ་མཚན་ལྷང་རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཟབ་མོའི་དོན་དེ་ཉིད། རྗེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་
གཟིགས་ནས་གདུལ་བྱ་གཞན་ལ་འདོམས་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་
སྤྱིང་པོ་ལས། གཞུང་ལུགས་མང་ཐོས་ཞེས་སོགས་ལྟར། རང་གིས་རི་བཞིན་གཟིགས་པའི་ཟབ་གནད་མཐར་ཐུག་
དེ་ཉིད་གཞན་ལ་རི་བཞིན་དུ་འདོམས་པའི་ལེགས་བཤད་མད་དུ་བྱུང་བ།

འཇམ་མགོན་སྐྱེ་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཚེན་པོ།

- ལྷ་རྟ་བྱི་ལོ་ (༡༤༠༢) ལོར། དགྲུང་ལོ་ཞེ་དྲུག་ཚེ་བྱང་རྩ་སྐྱོང་དུ་ལམ་རིམ་སྟལ་མཐོང་ཚེན་པོ་དང་།
- མེ་པག་བྱི་ལོ་ (༡༤༠༧) ལྷ་བཙུང་གཅིག་ལོར་དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ།
- ས་བྱི་བྱི་ལོ་ (༡༤༠༩) དགྲུང་ལོ་ལྷ་བཙུང་གཉིས་ལོར་རྩ་ཤེའི་རྒྱུ་ཚེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ།
- ཤིང་ལྷག་བྱི་ལོ་ (༡༤༡༥) དགྲུང་ལོ་དང་དགྲུང་ལོར་སྟལ་མཐོང་རྒྱུང་བ།
- ས་བྱི་བྱི་ལོ་ (༡༤༡༩) དགྲུང་ལོ་དྲུག་རྩ་རྩ་གཉིས་ལོར་འཇམ་མགོན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་མཛད། དེ་ལྟ་བུའི་དབུ་མའི་གཞུང་བཟང་དེ་དག་ནི། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཚེན་ཁ་འབར་བ། ཚོག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི་དྲི་མ་བདེ་སྟལ་དུ་འཇུག་ལུས་ཤིང་། དོན་གྱི་མན་ངག་རེས་ཀྱང་གཞུང་ལྷགས་བརྒྱ་སྟལ་མང་པོའི་དཀའ་གནད་ཅིག་ཅར་དུ་བགྲོལ་ལུས་པའི་ལེགས་བཤད་མཛད་དུ་བྱུང་བ། འདི་དག་ལ་ཅི་ཙམ་བརྟགས་ཀྱང་ལྷ་བྱི་མ་འབྲེལ་བ་དང་། ལྷོས་པ་དང་འགལ་བ་སོགས་གྱི་སྟོན་ཆ་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད། རྗེའི་དབུ་མའི་སྟལ་བའི་བཀའ་སྟོལ་བཟང་པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་འདི་ཉིད་འཆད་ཚིང་ཚིམ་གསུམ་གྱི་སྟོན་སྲས་དར་བྱུང་དང་། སྟལ་བཤགས་ཤིན་དུ་ཆེ་ཞིང་དེ་ཉིད་གྱིས་བརྒྱུད་པ་མ་ཉམས་པར་མཁས་རྩལ་རྫོགས་པའི་སྐྱེས་མཚོག་དམ་པ། ཟམ་མ་ཆད་པ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་སྟལ་བྱོན་དང་འབྱོན་བཞིན་ཡོད་པ་ནི། གཟུར་གནས་མཁས་པའི་སྟོ་ངོར་སྐྱིབ་བྲལ་སྟངས་ངེས་ཡོད་པ་འདི་ཡིན།

དབུ་མ་ཐལ་རང་གི་བྱུང་པར་བཤད་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོན།

- དུང་དཀར་ཚོག་མཛོད་ནང་། ཚ་ཤེའི་རྒྱུ་ཚེན་སྤྱི་ལོ་ (༡༩༠༧) དང་། ལེགས་བཤད་སློང་པོ་ (༡༩༠༥) ལོར་མཛོད་གསུངས་འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་སློང་པོ་ནི་ཚ་ཤེའི་རྒྱུ་ཚེན་གྱི་སློན་དུ་བརྒྱུམས་པ་ཡིན་ཏེ། དྲང་ངེས་ལེགས་བཤད་སློང་པོ་ལས། ཚ་ཤེའི་རྣམ་བཤད་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་། ཚ་བ་ཤེས་རབ་གྱི་རྣམ་འགྲུལ་ཡང་བྱེད་པར་འདོད་པས། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཚ་ཤེའི་རྒྱུ་ཚེན་དུའང་། དེ་གཉིས་གྱི་དོན་རྒྱས་པར་ནི་ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྱེད་གཉིས་ཀྱིས་དྲང་ངེས་སྤེ་བ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སློང་པོར་གཏུན་ལ་ཕབ་ཟེན་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །
- བོད་དུ་སློན་བྱོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ལས། ལྟ་བུ་ལས་ལེན་ཐམས་ཅད་བལ་བ། ཞེས་གསུངས་པའི་འདི་ཡིན་འདི་མིན་སོགས་ངོས་བཟུང་ངམ་ལས་ལེན་ཐམས་ཅད་བལ་བའི་ལྟ་བུ་ལ་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་མཐར་ཐུག་དུ་བཞེད་པ་ལྟར། རྗེ་བདག་ཉིད་ཚེན་པོས་ཀྱང་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ལེན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ལྟ་བུ་དེ་ཞལ་གྱི་བཞེས་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། དེའི་ལན་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་ལས་མི་ལེན་པ་ལ་ལས་ལེན་མེད་པ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱིར་ལས་ལེན་དམ་བཅའ་མེད་པ་ལ་གསུངས་པ་མིན་ཏེ།

དབུ་མ་ཐལ་རང་གི་བྱུང་པར་བཤད་ཚུལ་ལས་ འཕྲོས་པའི་དོན།

- ལམ་རིམ་ཆེན་པོ་ལས། ཚོས་གང་ལའང་རང་གི་ལྷགས་ཀྱིས་འདི་ཡིན་དང་འདི་མིན་གྱི་དོས་བབས་ལས་ལེན་ཅི་ཡང་བྱུང་མི་རུང་བ་ལ་དབུ་མའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྟེན་པར་སྐྱོམ་ཞིང་དེ་འདྲ་བའི་གོ་བ་དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པར་འཛོག་པ་ལ་སྟ་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་དོན་བསྐྱོམ་པར་འདོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་སྤང་དོ། །འདི་འདྲ་བ་འདི་དག་ནི་མཁས་པ་མགུ་བར་བྱེད་པའི་གཏམ་དུ་མི་སྤང་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། དབུ་ཚིག་གསལ་ལས་ཀྱང་། རྒྱན་ཉིད་འདི་པ་ཅམ་གྱིས་ཀུན་རྫོབ་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་གྱི། ལྷགས་བཞི་ཁས་བླངས་པའི་སྐོར་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དདོས་པོ་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་སྐྱུ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །
- དེས་ན་རང་གི་ལྷགས་ནི་དོན་དམ་ལ་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་གཟིགས་པའི་དོར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་སྐྱོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ཁས་ལེན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་ཐ་སྟོན་དུ་ཁས་ལེན་མེད་པའི་དོན་མིན་ལོ། །

དབུ་མ་ཐལ་རང་གི་བྱུང་པར་བཤད་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོན།

- དོན་དེ་ཉིད་མཁས་པ་ཆེན་པོ་མ་གྱུ་བྱང་ཚུབ་བཙོན་འགྲུས་ཀྱིས་དབུ་མ་ཙུ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འགྲེལ་བ་འཐད་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། འདི་ལའང་དོན་དམ་པ་བརྟགས་ཤིང་དབྱུད་པ་རིགས་པའི་ངོར་ཁས་སླང་བྱའི་ཚོས་མ་གྲུབ་པས་དེ་རྒྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་མོད། མ་དབྱུད་པའི་ཤེས་ངོ་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་དུ་དབུ་མའི་དོན་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པས་དང་། དབུ་མ་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པ་དང་། དབུ་མའི་ངག་རྒྱུར་བས་དབུ་མ་པ་ལ་ཁས་སླང་བྱའི་སྟ་བ་མེད་པར་མི་འཐད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ནམ་པ་རོལ་ལ་གྲགས་པའི་ཚད་མ་ཙམ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་ན་རང་གི་ཕྱོགས་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་དུ་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་རྒྱུ་མ་སྟ་བུའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གཞག་པ་མི་འགྲུབ་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་མད་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་དུ་སྤང་ངོ་།།”
- དེས་ན་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་སློབ་མཚོག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་བུལ་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་སྟ་བའི་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་དང་། རང་ལྷགས་ལ་ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་སོགས་ཚོག་ཟེན་གྱི་གོ་བ་ཙམ་ལ་བསམ་ན་ཤིན་ཏུ་འགལ་ཚབས་ཆེ་བར་སྤང་བ་བདེན་མོད། འོན་ཀྱང་ཟག་མེད་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གཟིགས་ཚུལ་ལ་བསམ་ན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དེར་གྲུབ་པ་དགག་བྱ་དང་། དེའི་ངོར་ཐ་སྦད་ཚད་གྲུབ་ཁས་མི་ལེན་པས་ཁས་ལེན་དམ་བཅའ་ཡང་མེད་པར་འདོད་དགོས་ལ། སྤྱིར་ཐ་སྦད་ཙམ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཙམ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ཙམ་དང་། གཞན་ངོར་ཙམ། རྗེས་བཟོད་པ་ཙམ་ཞེས་བྱུང་པར་གང་རུང་སྤྱར་ནས་ཚོས་རྣམས་ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་དམ་བཅའ་མཚུངས་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད་པར་མངོན་མོ།།

ལྷ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་གི་ལྷ་བའི་སྒོར།

- དེ་ཡང་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་གཉིས་དང་། རྗེས་འབྲངས་ཉི་ཟླ་ལྷ་སྐྱབ་ལྷ་སྐྱབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་དཔལ་ལྷན་ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱི་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་གདགས་གཞིའི་ངོས་ནས་ལྷ་སྐྱབ་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་མེད་ཀྱང་། གདགས་གཞིའི་སྤྱིང་དུ་མིང་དང་རྟོག་པས་ཕར་བཏགས་ཅམ་མམ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་བྱུང་བ་ཅམ་ཞིག་ལ་ལས་དང་འབྲས་བུའི་ཚུལ་སོགས་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཐ་སྐྱད་པའི་ཚད་མས་ལྷ་སྐྱབ་པའི་རྣམ་བཞག་འཐད་ལྷན་དུ་འཛོག་དགོས་ཤིང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱིང་པ་དང་། རྟེན་འབྱུང་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་འགལ་མེད་གཅིག་ཕན་གཅིག་གོགས་སུ་འབྱེད་ཤེས་པའི་ཟབ་མོའི་དོན་དེ་ཉིད། ལྷ་མཚན་ལུང་རིགས་མཐའ་ཡས་པའི་སྒོ་ནས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་གཞུང་མཚོག་མཐད་དུ་བྱུང་བ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་སོགས་རིགས་ཚོགས་ཀྱི་གཞུང་དང་། ལྷ་ལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པའི་གཞུང་གཞིར་བབྱང་སྟེ་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་སྒོར་ལ་བདག་ལྷ་བུའི་རང་སྤྱོད་ཀྱིས་གདེང་ཚོད་དང་ལྷན་པའི་ཐོག་ནས། ལམས་དབང་རྣམས་ལ་ལྷ་སྐྱབ་དབྱེས་པའི་མཚོད་སྤྱིན་དུ་འགོ་ངེས་ཀྱིས་ལེགས་བཤད་གསར་པ་ཞིག་ལྷ་སྐྱབ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་འཕགས་བོད་ལམས་པའི་དབུ་མའི་གཞུང་བབྱང་ཐར་ཐོར་ཅམ་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་སྒོ་ངོར་ཤར་ཚོད་ཅམ་ཞིག་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །”

༡) ལྷ་བའི་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན།

- དེ་ལ་ཐོག་མར་དགག་བྱ་ལེགས་པར་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེ་ཡང་དབེར་ན། གང་ཟག་འདི་མི་འདུག་སྐྱམ་དུ་ངེས་པ་ལ་མེད་རྒྱུའི་གང་ཟག་དེ་ཤེས་དགོས་པ་ལྟར། བདག་མེད་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཞེས་པའི་དོན་ངེས་པ་ལའང་མེད་རྒྱུའི་བདག་དང་རང་བཞིན་དེ་ལེགས་པར་ངོས་ཟེན་དགོས་ཏེ། དགག་པར་བྱ་བའི་སྤྱི་ལེགས་པར་མ་ཤར་ན་དེ་བཀག་པའང་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མི་ངེས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དབེར་ན་དག་གང་དུ་ཡོད་པར་མ་ཤེས་པར་དམག་འདྲེན་པ་དང། འབེན་མ་མཐོང་བར་མདའ་འཕེན་པ་དང་འདྲའོ། ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་དགག་བྱའི་དོན་སྤྱི་ལེགས་པར་སློལ་མ་ཤར་ན་དེ་བཀག་པའི་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་མི་ངེས་པར་གསུངས་སོ། །
- སྤྱིར་དགག་བྱའི་བྱུང་པར་ནི་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་བྱུང་རྒྱུ་ནས་དགག་བྱའི་གནད་ཅུ་བའམ་སྤྱི་མོ་ནས་ངོས་མ་ཟེན་པར་དགག་བྱ་རགས་པ་ཙམ་ལེགས་ཀྱང་དགག་བྱའི་སྤྱི་ལེགས་པར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདེན་འཛིན་ལ་ཅི་ཡང་མི་གནོད་པར་མ་ཟད་རང་བཞིན་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པའི་མཐར་སྐྱོང་བར་འགྱུར་ལ། ཡང་དགག་བྱ་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་སྤྱད་གི་ཡུལ་དུ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་དགག་བྱར་བརྒྱུད་ནས་ཐ་སྐྱོད་དུ་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་བཞག་ཐམས་ཅད་བཀག་ན་ཆད་པའི་མཐར་སྐྱོང་བར་འགྱུར་རོ། །

༢) ལྷ་བའི་དགག་བྱའི་གྲུབ་ཚད།

- དེ་ཡང་ཚོས་ཐམས་ཅད་མིང་དང་རྟོག་པ་ཚམ་གྲིས་བཞག་པ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་གྲིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཡིན་ལ། དེས་ཇི་ལྟར་གཟུང་བ་ལྟར་གྲུབ་ན་བདེན་པར་གྲུབ་པ་དང་། རྟོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་དང་། ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པ་དང་། རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྲིས་གྲུབ་པ་དང་། རང་དབང་དུ་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་གྲུབ་པ་དང་། རྣམ་ལྟ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱའོ།།
- དེ་ལྟར་ཡང་དབྱུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།
 - གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཡོད་པ། །དེ་ནི་རང་དབང་མི་འགྱུར་རོ།།
 - འདི་ཀུན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་དང།
- དེའི་འཐད་གྱི་འགྲེལ་པར། འདི་ན་གང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། རང་བཞིན་དང་། རང་དབང་དང་། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི། ཞེས་དེ་དག་ནམ་གངས་པར་གསུངས་ཤིང་། དགག་བྱ་དེ་རིགས་པས་འགོག་ཚུལ་ནི་ཚོ་བས་བྱམ་པ་བཞིག་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་གྱི། མེད་པ་ལ་མེད་པར་ངོ་ཤེས་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པར་ངེས་པ་སྐྱེས་ན་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་འཇུག་ཤེས་ལྗོན་པའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་དུ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པའང་ས་བོན་གྲིས་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ་ལྟར་སྤར་མེད་ཅིག་གསར་དུ་བསྐྱབ་པ་མིན་གྱི། ཚོས་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ།

༢) ལྷ་བའི་དགག་བྱའི་གྲུབ་ཚད།

- དེ་ལྟར་ཡང་རྩོད་བརྗོད་ལས།

- ཚོག་མེད་པར་ཡང་མེད་པ་ཡི། །འགོག་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཞེས་པ། །

དེ་ལ་ཚོག་ནི་མེད་ཅེས་པར། །གོ་བར་བྱེད་གྱི་སེལ་བྱེད་མིན། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། བྱེད་གྱི་ཚོག་དག་མེད་པར་ཡང་སྟེ། ཚོག་མ་གཏོགས་པར་ཡང་མེད་པའི་འགོག་པ་འགྲུབ་ན་དེ་ཅི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིམ་པའི་བྱེད་གྱི་ཚོག་དེས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེས་སྒྲིམ་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་འདི་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ།

དགག་བྱ་བཀག་པའི་སྣང་ཉིད་ངོས་འཛིན།

- དེས་ན་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས་ལ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྣང་དུ་སྣང་བ་ཉིད་འཛིན་ཚུལ་ནི། ཚོས་རྣམས་དོན་ལ་མི་སྣང་བ་ལ་སྣོས་སྣང་བར་བསྐྱེལ་བ་ལྟ་བུ་སྣོས་དབྱུད་ཀྱིས་སྣང་བ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ཐོ་བས་བྱམ་བ་བཅོམ་བ་ལྟར་སྤར་ཡོད་ཕྱིས་མེད་བ་ལྟ་བུའི་སྣང་བར་སོང་བ་ཡང་མ་ཡིན། བྱམ་བ་ཚུས་སྣང་བ་ལྟ་བུ་དགག་བྱ་དོན་གཞན་གྱིས་སྣང་བ་ཡང་མ་ཡིན། བམ་མཐའི་མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་གཏན་ནས་མེད་པའི་ཆད་པའི་སྣང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་གང་ཡིན་སྟམ་ན། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་དང་དབྱུ་མའི་བསྟན་བཅོས་སོགས་སུ་སྣང་ཉིད་འཆད་པ་ན། གཟུགས་སོགས་དང་སྐྱེ་འགག་སོགས་སྣང་བ་དང་། མེད་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ངེས་པར་དུ་སྦྱོར་དགོས་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་ཤེས་རབ་སྣང་པོ་ལས། ལྷ་རིའི་བྱ་རིགས་ཀྱི་བྱུང་པ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྦྱོད་པ་སྦྱུད་པར་འདོད་པ་དེས། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། སྤང་པོ་སྤྲ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྣང་བ་རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བལྟའོ། །ཞེས་དང་།

ལྷ་བའི་དགག་བྱའི་སྐྱོར་མདོ་དང་བརྟན་བཙུག་གིས་ཤེས་བྱེད།

- གཞན་ཡང་མ་དྲོས་པས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་།
 - རྒྱུན་ལ་རག་ལས་གང་ཡིན་སྟོང་པར་གསུངས། །སྟོང་ཉིད་གང་ཤེས་དེ་ནི་བག་ཡོད་པའོ།།
 - རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་གང་ཡིན་དེ་མ་སྐྱེས། །དེ་ལ་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད།།

ཞེས་ཚིག་རྒྱུ་པ་དང་པོས་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་གང་ཡིན་དེ་མ་སྐྱེས། ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ཚིག་རྒྱུ་པ་གཉིས་པས་དེ་ལ་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མེད། ཅེས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་པའི་དགག་བྱའི་བྱུང་པར་སྐྱོར་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། དེའི་ཕྱིར་འདིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རང་དབང་གི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། རང་དབང་བའི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བའི་དོན་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡིན་གྱི་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་མེད་པའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་རང་དབང་དང་བྲལ་བ་ཞེས་པའི་དགག་བྱའི་བྱུང་པར་སྐྱོར་བར་མཛད་དོ། །

དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱིས་བྱུང་པར་སྐྱུར་བ་རང་རྒྱུད་པ་ཁོ་ནའི་ལྷགས་མེན་པ།

• ཡང་སྐྱུར་བས་གྱི་མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེས་དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱི་བྱུང་པར་སྐྱུར་བ་ནི་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཁོ་ནའི་ལྷགས་སུ་གསུངས་པ་ནི་མི་རིགས་པར་མངོན་ཏེ། དུམ་གྱི་ཕྱི་ལོ་ལས། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པར་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་དོན་དམ་གྱིས་བྱུང་པར་སྐྱུར་བ་དང་།

• འཇིག་རྟེན་ལ་རང་འགྲེལ་དུ་ཡུམ་གྱི་མདོ་དྲངས་པ་ལས་ཀྱང་། ཚོ་དང་ལྗན་པ་རབ་འབྱོར་ཡང་ཅི་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་མེད་དམ། རབ་འབྱོར་གྱིས་སྐྱུས་པ། ཚོ་དང་ལྗན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ། ཐོབ་པའང་ཡོད་མངོན་པར་རྟོགས་པའང་ཡོད་མོད་གྱི། གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །ཚོ་དང་ལྗན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ། ཐོབ་པ་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་དུ་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་དུ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པར་ནི་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་པའི་མདོ་འདིས་ཐོབ་པ་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དོན་དམ་པར་མེད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་གྱི་དབང་གིས་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་དེས་དོན་གྱི་མདོ་རྣམས་ནས་དོན་དམ་པ་ཞེས་པའི་བྱུང་པར་སྐྱུར་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་སྐྱུར་དོ། །

དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱིས་ཁྱད་པར་སྐྱར་བ་རང་རྒྱུད་པ་ཁོ་ནའི་ལྷགས་མིན་པ།

- དེ་བཞིན་དུ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྣང་ཉིད་བདུན་བཅུ་པ་ལས་ཀྱང་།
 - གནས་པའམ་སྐྱེ་འཇིག་ཡོད་མེད་དམ། །དམན་པའམ་མཉམ་པའམ་ཁྱད་པར་ཅན།།
 - སངས་རྒྱས་འཇིག་ཉེན་སྙད་དབང་གིས། །གསུངས་ཀྱི་ཡང་དག་དབང་གིས་མིན།།
- ཞེས་དང་། རིན་ཆེན་སྤངས་བ་ལས།
 - བདག་ཡོད་བདག་གིར་ཡོད་ཅེས་པ། །འདི་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་ལོག། །ཅེས་པ་དང་།
- ཞེས་དོན་དམ་པར་དང་བདེན་པར་དང་ཡང་དག་པར་ཞེས་པའི་དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱིས་ཁྱད་པར་སྐྱར་ནས་གསུངས་པ་མང་ཞིང་། དེ་དག་མ་སྐྱར་བའི་ཆོ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞེས་པའི་ཁྱད་པར་སྐྱར་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །དེས་ན་སྐབས་འགར་ཁྱད་པར་དེ་ལྟར་གང་ཡང་མ་སྐྱར་བར་གཟུགས་དང་སྐྱེ་བ་སོགས་མེད་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཆོག་གི་ངོ་གདོང་གི་བསྟན་ཚོད་སྐྱེ་བཞིན་པར་གཟུང་ན་གཏན་ནས་མི་རུང་ངོ་། །དེས་ན་མདོ་དང་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་དགག་བྱ་ལ་ཁྱད་པར་སྐྱར་བ་གཅིག་བྱུང་ན་མ་བྱུང་བའི་སྐབས་ལ་ཡང་འབྱེད་ཤེས་དགོས་སོ།།

ཚོས་རྣམས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་དུ་ཡོད་ཚལ།

- ཉེ་བར་ལམོར་གྱིས་ལྷས་པའི་མདོ་ལས། །སྣ་ཚོགས་ཡིད་དགའ་མེ་རྟོག་ཁ་བྱེ་ཞིང་།།
གསེར་གྱི་ཁང་མཚོག་འབར་བ་ཡིད་འོང་བ། །འདི་ན་དེ་ལའང་བྱེད་པོ་འགའ་མེད་དེ།
དེ་དག་རྟོག་པའི་དབང་གིས་གཞག་པ་ཡིན། །རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཇིག་རྟེན་རྣམ་བཏགས་ཏེ། །
- ཞེས་སོ། །སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས་ཀྱང་།
གཉིས་པོ་མིང་ཅམ་ཡོད་པ་ཡང་། །གང་ཅིའང་རུང་སྟེ་རྟོག་པ་ཅམ། །
དེ་བཞིན་བྱེད་པོ་སྐྱལ་དང་མཚུངས། །ལས་ནི་སྐྱལ་པས་སྐྱལ་དང་མཚུངས། །
རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་གང་ཅུང་ཟད། །ཡོད་པ་དེ་དག་རྟོག་པ་ཅམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཚོས་རྣམས་
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་མིང་དང་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་ཡོད་ཚུལ་གཞུང་ནས་མང་དུ་
གསུངས་ཀྱང་འདིར་རྒྱས་པར་མ་སྟོས་སོ།།

ཚོས་རྣམས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་ཡོད་ཚུལ།

- དེ་ཡང་སྐྱུ་ལུ་ལྷན་པའི་མདོ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། འདི་ཡོད་པས་འདི་འབྱུང་ལ། འདི་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་འདི་སྐྱེ་བ་སྟེ། གང་འདི་མ་རིག་པའི་རྟེན་གྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས། ” ཞེས་པའི་མདོ་འདིས་རྟེན་གསུམ་ལས་སྐྱེ་བ་འདུས་བྱས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་གསུངས་ཤིང་། རྟེན་གསུམ་ནི་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྟེན་ལས་བྱུང་བ་དང་། མི་རྟག་པ་དུ་མའི་རྟེན་རྟེན་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལུས་པའི་རྟེན་ལས་བྱུང་བའོ། ལྷིང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐད་དོད། ས་རྒྱ་ཁྱེད་ཞེས་པ་སྐྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ནང་པའི་བྱུང་མཐའ་འོག་མ་རྣམས་ནི། རྟེན་འབྲེལ་ལ་འདུས་བྱས་གྱིས་བྱུང་བར་བཞིན། དབྱུ་མ་པས་སྐྱུ་ཡངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རང་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཚོས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་བྱུང་བར་བཞིན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་རྩ་ཤེས་ལས།
 - གང་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །
 - དེ་ཕྱིར་སྐྱོང་བ་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །
- ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཚོས་རྣམས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་ཡོད་ཚུལ།

- །དེས་ན་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པའི་རྟེན་པའི་དོན་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡོད་མ་ཟད། འབྱུང་བའི་སྐྱེ་དོན་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་གྲུབ་པ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་མ་ཁྲུབ་ཀྱང་། རྟེན་ནས་གྲུབ་པ་དང་། རྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཁྲུབ་པ་ཡིན་ལོ། །རྟེན་ཚུལ་ཡང་གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། ལས་དང་བྱེད་པོ་སོགས་པན་ཚུན་རྟེན་ནས་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཚ་ཤེས་ལས།
 - བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ།།
- བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། །འབྲུབ་པའི་རྒྱ་མི་མ་མཐོང་དོ། །ཞེས་དང་། དབྱུ་མ་ཚོག་གསལ་ལས་ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཉེ་བར་སྤང་བ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་གཞན་གང་དག་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དང་། འགོ་བ་དང་འགོ་བ་པོ་དང་། བལྟ་བྱ་དང་ལྟ་བྱེད་དང་། མཚན་ཉིད་དང་མཚན་གཞི་དང་། འབྱུང་བར་བྱ་བ་དང་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་དང་། ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་མ་ལྷས་པ། དེ་དག་ལས་དང་བྱེད་པ་པོའི་རྣམ་པར་དབྱུད་པས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་བཀག་སྟེ། པན་ཚུན་སྟོས་པའི་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཚོས་རྣམས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཙམ་དུ་ཡོད་ཚུལ།

- མདོར་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་གསུངས་པ་འདི་ནི་ཕྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པ་ལ་མེད་པས། རང་རེའི་སྟོན་པ་ཁོ་ནའི་གསུང་གི་བྱང་ཚོས་སྣ་ན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བསྟོན་པ་ལས།
 - རྟུག་བརྒྱལ་རང་གིས་བྱས་པ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉིས་ཀས་བྱས།།
 - རྒྱ་མེད་པར་ནི་རྟོག་གི་འདོད། །ཁྱོད་གྱི་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བར་གསུངས།།
 - རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་གང་འབྲུང་བ། །དེ་ཉིད་ཁྱོད་གྱི་སྟོང་པར་བཞེད།།
 - དངོས་པོ་རང་དབང་ཡོད་མེན་ཞེས། །མཉམ་མེད་ཁྱོད་གྱིས་སེལ་བའི་སྐྱེས།། ཞེས་སོ།།
- ཚོད་བསྐྱོག་ལས་ཀྱང་།
 - གང་གིས་སྟོང་དང་རྟེན་འབྲུང་དག །དབུ་མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར།།
 - གསུང་མཚོག་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཡི། །སངས་རྒྱལ་དེ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།།
- ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་གྱི་གཞུང་མང་པོར་སྟོན་པ་ལ་རྟེན་འབྲུང་གསུངས་པའི་སྣོ་ནས་བསྟོན་པའི་མེ་རྟོག་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཕྲོལ་གནང་མཚེད་པ་ནི་དོན་ལ་དེ་ལྟར་གནས་ཤིང་རང་བཞིན་བརྗོད་པའོ།།

མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་དེ་ཉིད་ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཡོད་ཚུལ།

- ཚ་ཤེ་ལས་ཀྱང་།

བཅོམ་ལྷན་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །མཁྱིལ་པས་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ཡི། །

གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་། །མེད་པ་གཉིས་ཀའང་དགག་པ་མཛད། །

- ཅེས་ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྡོད་ལས་ཡོད་མེད་གྱི་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མའི་དོན་བསྟན་པར་གསུངས་སོ། །ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྡོད་ལས་ཚོས་རྣམས་བདག་མེད་པར་གསུངས་པའི་གང་མེད་རྒྱུའི་བདག་ནི་ཚོས་རྣམས་རང་གི་ངོ་བོས་མེད་པའི་དོན་དུ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། བློ་བཟང་ལས། ཚོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བདག་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་དོན་ཏེ། བདག་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་ཡིན་པའི་སྐྱེར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་ལ་ཡུང་སོགས་ཚོས་ཀྱི་བདེན་མེད་རྟོགས་དགོས་སོ། །

མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་དེ་ཉིད་ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་ རྟོགས་པ་ཡོད་ཚུལ

- མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་དོན་དེ་ཉིད་ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཡོད་ཚུལ། འཕགས་པ་སྐྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་ལྷགས་འདིར་ཉན་རང་གིས་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རྟོགས་པར་བཞིན་ཅིང་། དེ་ཡང་བདག་མེད་ཅེས་པའི་མེད་རྒྱུའི་བདག་ནི་རང་གི་དོ་བོས་སྐྱབ་པའམ་རང་དབང་དུ་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་ལ་བཞིན་པས། ཚོས་ཐམས་ཅད་འདི་འདྲའི་རང་གི་དོ་བོས་སྐྱབ་པ་མེད་པས་ཚོས་རྣམས་བདག་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །
- གང་ཟག་དང་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡང་དགག་བྱ་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་རགས་ཡོད་པས་དབང་གིས་མིན་པར་སྣོང་གཞི་ཚོས་ཅན་ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བས་བདག་མེད་གཉིས་སུ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། གང་ཞིག་དངོས་དོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་དོ་བོ་རང་བཞིན་ཏེ། དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། །དེ་ནི་ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བས་གཉིས་སུ་རྟོགས་ཏེ། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉན་རང་གིས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོ་མོ་རྟོགས་པ་ཡོད་ན། དེ་འདྲའི་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤོ་མོ་རྟོགས་མི་རུས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པས་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤོ་མོ་ཡང་རྟོགས་པ་ཡོད་དོ། །
-

ལྷ་བ་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་གལ་ཆེ་ཚུལ།

- རྒྱད་པར་དུ་བདག་མེད་པའི་དབྱུ་མའི་ལྷ་བ་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚོན་ལྷང་རིགས་དུ་མའི་སློན་ནས་གཞིའི་ལྷ་བ་གཏུན་ལ་འབེབས་ཚུལ་ལ་སློན་ཅི་མ་ལོག་པ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བར་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་བདེ་སླག་དུ་འོང་ཞིང་། དེ་ལྷ་བུའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་འང་སློབ་གཉིས་མ་ལུས་པ་བཙམ་ཏེ་སྐྱབ་ཞིའི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་འཕྲོ་བ་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །

• འདིར་སྒྲུབ་པ།

- འདིར་འབད་གང་གྲུའི་མ་ལས་ལེགས་འོངས་པའི།
- རྫོག་བྲལ་དགེ་བ་རྒྱུན་གསུམ་ལྡན་པ་དེས།
- འགོ་ཀུན་སློབ་གཉིས་ཀྱི་མ་ཀུན་བཀུས་ནས།
- དག་པ་གཉིས་ལྡན་སྐྱེ་མཚོག་ཕྱོག་པར་ཤོག །

སཐ་མཚུ་ལམ། དགོའོ། དགོའོ། དགོའོ། །

དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་སྤྱི་བཤམ་

དབུ་གོང་ལོ་རིམ་དང་པོ།

སློབ་ཁྲིད་པ། སློབ་དཔོན་གསང་སྤྲུལ་བསྟན་འཛིན།

Lecturer : Khenpo Sanga Tenzin

Subject - Nyima Ṣampradaya

གཏམ་བཤད་གྱི་ས་གཙང་།

དང་པོ། གཞུང་འདི་ཚེ་མ་པ་པོ་ངོ་སྤྱོད་མདོར་ཅམ་བྱེད་པ།

གཉིས་པ། དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་འདུལ་བྱ་དང་གྲུབ་མཐའ་གང་གི་གཞུང་ཡིན་མིན་སྐོར།

གསུམ་པ། དབུ་ཞབས་གྱི་བསྐྱུས་དོན།

བཞི་པ། བདེན་གཉིས་གྱི་འཆད་ཚུལ་ནི།

ལྔ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་ཁྱད་ཆོས་ལྔ།

དང་པོ། གཞུང་འདི་ཚྭ་མ་པ་པོ་དོ་སྤྱོད་མདོར་ཅམ་བྱེད་པ།

ཀྱ་གར་གི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བོ་རྗེ་ས་ཏྲ་ཁོང་ནི་ཀྱ་གར་དང་ལྷག་དོན་བོད་གངས་ཅན་ཕྱོངས་སུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་སྤེལ་ཡོང་བ་ལ་དམིགས་གསལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱི་མཚན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་པལ་ལྷ་འབྲུང་གནས་གྱི་དུས་སྔོན་དུ་བོད་ལ་བྱོན་ཞིང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ས་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྡེ་ལུ་བཙན་ལ་སློབ་དཔོན་པལ་ལྷ་བོད་དུ་གདན་འདྲེན་དགོས་པའི་ཞལ་བཀོད་གནང་ནས་གདོད་བོད་དུ་གདན་དྲངས་པ་ཞིག་རེད། མ་ཟད་བོད་དུ་རབ་བྱུང་དུར་སྤྱི་གའཛིན་པའི་སྡེ་བཙུགས་པར་མཛད་དམཁན་ཡང་ཁོང་ཡིན། ཀྱ་གར་དུས་ཕྱིས་གྱི་སྤྱི་སྡེ་གསལ་པའི་སྟོན་པ་དག་གྱི་དབུས་ཁོང་གི་སྟོན་གསལ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། ཁོང་གི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ། མཁན་པོ་ཡང་དག་རྣམ་སྤང་མཛད། བོ་རྗེ་ས་ཏྲ། འཇུ་རྒྱུ་ཏ། ཞི་བ་འཚོ་ཞེས་གྲང་བྱ་ལ། Buddhi Satva Shanta Rakshita བོད་དུ་ཡོངས་གསལ་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ཞེས་ཞུ་བ་རེད། གཉིས་པ་འབྲུངས་ཡུལ། ཁོང་ནི་ཀྱ་གར་འཇུ་གསལ་རྩང་ཀ་ལའི་ (Bangal) ས་ཏོར་རའི་རྒྱལ་རྒྱུད་དུ་འབྲུངས་པའི་ནང་པའི་མཁས་པ་ཞིག་རེད། གསུམ་པ། ཁོང་གིས་གང་དུ་སློབ་སྦྱོང་གནང་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་ནི། ཀྱ་གར་ཡུལ་དབུས་གྱི་དཔལ་ཁ་ལེན་ཏེ་ཞེས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ (Nalanda) ཡིན།



གསུམ་པ། དབུ་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱེས་དོན།

བདུན་པ། དབུ་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱེས་དོན་ཅི་རེད་དམ་སྙམས་ན། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་
བསྐྱེས་པའི་རྣམ་གཞག་གསལ་བོར་སྟོན་པའོ། །ཁོ་ན་ཚུལ་གཉིས་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དང་པོ། དོན་དམ་གཏན་ལ་འབབ་པའི་སྐབས་སུ་
དབུ་མ་པ་སྟེ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱི་དགོངས་པ་གཟུངས་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བ་དང་། ཐ་སྙད་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་སེམས་ཚུལ་པ་དང་མཐུན་པར་བཞེད་པའི་ཁྱད་པར་གསལ་བར་བསྟན་པ་ནི་ཚུལ་གཉིས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འོ་ན་སེམས་ཚུལ་པ་
ལ་རྣམ་བདེན་རྒྱན་གཉིས་དང་དེ་རེ་རེ་ཡང་སྟོང་ཕྱེད་འཚལ་བ་དང་། ལྷ་ཚོགས་གཉིས་མེད་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་གྲངས་མཉམ་པ་སྟེ་
གསུམ་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ལྟར་དུ་བཞེད་པ་རེད་དམ་ཅི་ན། དེ་ལ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མི་ཡམ་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་
འདྲ་བ་གཉིས་གསུངས་འདུག་པ་ནི།

དང་པོ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་རང་ལུགས་སྟོང་ཕྱེད་འཚལ་བ་དང་གཟུང་འཛིན་གྲངས་མཉམ་པ་གཉིས་པར་བཀག་ནས་ལྷ་ཚོགས་གཉིས་མེད་
ལྟར་དུ་བཞེད་དོ་ཞེས་ཁོང་གིས་མཛད་ཟིན་གྱིས་སུ་གསལ་བར་གསུངས་ཡོད།

གསུམ་པ། དབྱ་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱེས་དོན།

གཉིས་པ། རྗེ་མའི་སླ་མ་མི་ཕམ་རིན་པོ་ཆེས་མཁན་ཆེན་གྱི་ཐ་སྙད་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི་གཟུང་འཛིན་
གྲངས་མཉམ་པ་ལྟར་དུ་བཞེད་དོ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་དབྱ་མ་རྒྱན་འགྲེལ་འཇམ་དབྱངས་སླ་མ་
དགྱེས་པའི་ཞལ་ལྷུང་དུ། རྒྱུར་ཁ་ནང་ལྟར་རང་རིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཤེས་རྒྱུད་ཅམ་ལ་བསམས་ན།
སྣང་བ་སྣ་ཚོ་གས་སེམས་སུ་གཉིས་མེད་ཅེས་པ་དེའི་ཐ་སྙད་རུང་བའི་སྐབས་ཅམ་ཞེས་ཡོད་མོད་ཀྱི། ལུ་
གསུམ་པའི་སྐབས་འདིར་ནི་དེ་ཅམ་མིན་པར་ཟླའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་པ་འཛིན་ཚུལ་ལ་གོ་དགོས་པས་ན་
ཤིན་དུ་མི་འཐད་པས་ལྷགས་འདིར་ནི་ཐ་སྙད་གྱི་ཚད་མས་གྲུབ་ཅིང་གཉོད་པ་མེད་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་
གྲངས་མཉམ་པ་ཁོ་ནར་མཐོང་བས་བདག་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་སྐྱེ་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་འཆད་རྒྱལ།

དང་པོ། དོན་དམ་དུ་དངོས་པོ་མེད་པར་བསྟན་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་དུ་དངོས་པོ་ཡོད་པར་བསྟན་པ་རྩ་བའི་ས་བཙུན་གཉིས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་
གཞུང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བསྟན་ཡོད་འདྲིའི་དེ་གཉིས་མདོར་ཅམ་ཞིག་ལུ་བར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།
དང་པོ་ནི། གཞུང་དུ།

བདག་དང་གཞན་སྐྱེའི་དངོས་འདི་དག །ཡང་དག་དུ་ན་གཅིག་པ་དང་། །
དུ་མའི་རང་བཞིན་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །རང་བཞིན་མེད་དེ་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །

ཞེས་དོན་དམ་དུ་དངོས་པོ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུ་ཡང་མེད་པར་ནི་མི་ལམ་དང་། སྐྱིག་སྐྱེ། དྲི་བའི་གོང་ཁྱེར་དང་།
གཟུགས་བརྟན། ལ་སོགས་ཀྱིས་བདེན་པར་མེད་པའི་དཔེ་བདུན་དང་མགོ་སྟོམས་པར་དོན་དཔྱད་རིག་པའི་ངོ་ན་ཚོས་གང་ཡང་བདེན་
པར་མེད་པའི་རྣམ་གངས་དང་རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ཕྱི་ནས་གསུངས།

བཞི་པ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་འཆད་རྒྱལ།

གཉིས་པ། བ་སྒྲུབ་དུ་དངོས་པོ་ཡོད་པར་གསུངས་ཚུལ་ནི། དབུ་མ་རྒྱུ་རྩ་བ་ལས།

དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་ནི། །ཀུན་རྫོབ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་འཛིན། །
གལ་ཏེ་འདི་དག་དོན་འདོད་ན། །དེ་ལ་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་དང་།
མ་བརྟགས་གཅིག་ཕུ་ཉམས་དགའ་ཞིང་། །སྐྱེ་དང་འཇིག་པའི་ཚོས་ཅན་པ། །
དོན་བྱེད་པ་ད་དག་རྣམས་རྣམས་ཀྱི། །རང་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པར་རྟོགས། །

ཞེས་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྡན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ནི་རང་བཞིན་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དངོས་པོའི་ངོ་བོར་མེད་བཞིན་དུ། རང་
གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་ངོ་བོར་ཅི་ཡང་རུང་བའི་ངོ་བོར་གནང་དུ་རུང་བ་ནི་བདེན་པ་གཉིས་འགལ་དུ་གྱུར་པའི་དངོས་པོའི་གཤིས་སམ། རང་བཞིན་དུ་
གཏན་ལེགས་པར་གཏན་ལ་འབེབ་པར་བྱེད་པ་འདི་གཉིས་རིམ་པ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་དགོངས་ནས་ཚད་མ་སོ་སོའི་བརྗེད་དོན་འགལ་མེད་དུ་ལེགས་པར་གསུངས་
པ་སོགས་མཐུན་མིན་གཞུང་འདིའི་ཁྱད་ཚོས་ལྡེ་ལོ་གོ་ནས་གཞུང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ཡོད། །

•

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་ཁྱད་ཚེས་ལ།

དང་པོ། དུམ་གཞུང་གི་མཚན་ཉིད་པ་དོན་གྱི་རྒྱུ་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ལ་འཇོག་པ།

གོང་དུ་ལུས་བེད་པའི། མ་བརྟགས་གཅིག་ལུ་ཉམས་དགའ་ཞིང་། །ཞེས་སོགས་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྟར་གྱི་
དངོས་པོ་ཐ་སྙད་ཚད་མའི་བརྟེན་དོན་གང་ཡིན་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་སྟེ་གཞན་མིང་
རྒྱུང་བརྟགས་ཡོད་ཅེས་ཐ་སྙད་དུ་འཇོག་དུ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་པོར་མེད་པ་རི་རྩ་དང་རྒྱ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་ལ་
ནི་དངོས་པོར་མེད་པས་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་སྟེ་འཇོག་ཡང་ལོག་གྱི་འཇོག་ཚུལ་ཐལ་གྱུར་བ་དང་མི་འདྲ་བའི་
གནད་ཤེས་པ་གལ་གནད་ཆེ་བར་བསྟན་ཡོད།

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་བྱུང་ཚེས་ལ།

གཉིས་པ། ཤེས་པ་ཡུལ་མེད་རང་རིག་རང་གསལ་གྱི་འདོད་ཚུལ་ཐུན་མོངས་མིན་པ། དེ་ཡང་གཞུང་ལས། རྣམ་ཤེས་བཅའ་པའི་རང་བཞིན་ལས། །
བསྐྱོག་པ་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་སྟེ། །བཅའ་མིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །དེ་འདིར་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན། །དེ་ལ་སྤྱི་དོན་འདོད་པ་རྣམ་བཅས་མདོ་སྡེ་པ་
དང་། རྣམ་མེད་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་བ་གཉིས་དང་། སྤྱི་དོན་མི་འདོད་པ་སེམས་ཚམ་སོགས་གང་གྱི་ལྷགས་ཡིན་ཡང་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཅན་མཚན་ཉིད་
པ་ནི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་དུ་མེད་པ་ནི་རིག་པས་ཤེས་ལ། དེ་འདྲའི་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་དེ་རང་གྱི་ངོ་བོ་ཁ་སྤྱི་ལྷན་གྱི་ཤེས་པ་དང་ནང་ལྟ་གང་གྱི་
དབང་དུ་བྱས་ནས་རང་རིག་གཅིག་གྱི་ངོ་བོར་གནས་ལ་ལས་དེ་ལ་གཉིས་སུ་བྱར་མེད་དེ། སྤྱིར་ཁ་ནང་ལྟར་རང་རིག་གི་དབང་བྱས་ནས་ཤེས་རྒྱུད་
ཚམ་ལ་བསམས་ན། དེས་ན་སྤོང་བ་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོར་སྐྱེས་པ་ལ་རང་རིག་ཅེས་བདུགས་པ་ཡིན་པས་སྤྱིར་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ངོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་
ཏེ་རང་གིས་རང་རིག་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། གཞུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་འཛིན་རྣམ་ལ་རང་རིག་དུ་བཞག་པའི་ལྷོག་ཆ་ནས་དེ་ཡིན་པས་མ་
ཁྱབ་པ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་སོགས་ཤེས་པར་བྱའོ། དེར་བརྟེན་ཤེས་པ་ཡིན་ན་རང་རིག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་སོང་བ་ནི། གཞུང་འདིའི་རང་རིག་གི་འདོད་
ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་བྱུང་ཚེས་ལ།

གསུམ་པ། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྣང་བ་སྣ་ཚོགས་རང་སེམས་ཀྱི་དབང་ལས་སྣང་བས་སེམས་ཚམ་དུ་འདོད་པ་དང་།

རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་ཡང་། །ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་སྟེ། །
རང་གི་ས་གྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ།།དེ་ནི་ཤེས་པར་གནས་པ་ཡིན།། ཞེས་དང་།

སེམས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སྟུ།།ཕྱི་རོལ་དངོས་མེད་ཤེས་པར་བྱ།།
ཚུལ་འདིར་བརྟེན་ནས་དེ་ལ་ཡང་།།ཤིན་ཏུ་བདག་མེད་ཤེས་པར་བྱ།།

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྣང་བ་གཞུགས་སོགས་ཅི་འདྲར་སྣང་ཡང་རང་གི་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་གསལ་བའི་སྟོབས་ལས་སྣང་བ་འབའ་ཞིག་
སྟེ།

ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་གྲུབ་པའི་རང་དབང་བའི་རྒྱལ་དུ་གྲུབ་པ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ལོ།

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་བྱུང་ཚེས་ལ།

- བཞི་པ། དོན་དམ་ལ་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ།
དང་པོ། རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་བཤུན་པ་ལ། གཞུང་ལས།
དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ན།། དངོས་པོ་གང་ཡང་གྲུབ་པ་མེད།།
དེ་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས།། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མ་སྐྱེས་གསུངས།། ཞེས་པའི་དོན་ནི། དབུ་མའི་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ་སོགས་
ཀྱིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་བདེན་སྟོང་མེད་དགག་ཙམ་གྱི་ངོ་བོར་སྐྱོས་པའི་ཚད་མ་དག་རིམ་གྱིས་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་
མཐའ་བཞི་རེ་རེ་ནས་འགོག་པའི་དོན་ནི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབབས་པ་ཡིན་ལ་དེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་འཇིན་པ་སོགས་
ཀྱི་དངོས་གཉེན་དུ་བྱེད་པས་ན། རང་རྒྱུད་པའི་ཚད་དུ་བྱ་བའི་འདུལ་བྱ་དག་ལ་མཐའ་བཞི་རེ་རེ་ནས་འགོག་པའི་དོན་དམ་ནི་རྣམ་གྲངས་པ་སྟེ། དོན་དམ་
བདེན་པའི་ལྷ་བོར་འགྱུར་བ་སྟེ། དོན་དུ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་ནོ།
དབུ་མ་སྟོང་པོ་ལས། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱས། །མེད་པར་ཡང་དག་ཁང་ཆེན་གྱི།།
སྟོང་དུ་འགོ་བར་བྱ་བ་ནི། །མཁས་ལ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། གཞུང་ལས། དམ་པའི་དོན་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར།། དེ་ལ་དམ་པའི་དོན་ཞེས་བྱ། །
ཞེས་སོ།།

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་ཁྱད་ཚེས་ལྷ།

- གཉིས་པ། རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་ནི། གཞུང་ལས། ཡང་དག་ཏུ་ན་སྤྱོད་པ་ཡི། ཚོགས་རྣམས་
ཀུན་ལས་དེ་གོལ་ཡིན། རྐྱེ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྐྱེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྲིད། དེ་ཡི་ངོ་བོ་བཀག་
པའི་ཕྱིར། དེ་ཡི་ཚིག་གི་སྐྱ་མི་སྲིད། ཡུལ་མེད་པ་ལ་དགག་པ་ཡི། རྒྱུར་བ་ལེགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་
མཐའ་བཞི་སྟོ་འདོགས་སོ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་སྤྱོད་བྲལ་ཡུལ་ཚེས་ཀྱི་བདེ་བཞིན་ཉིད་ནི། རྣམ་གྲངས་མ་
ཡིན་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། དེ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ནི། ལུ་ལ་
ལུ་བཞག་པ་བཞིན་ཏུ་དབྱེར་མེད་རོ་མཉམ་ཏུ་སོང་བའི་སྐབས་འདིར་སྤྱོད་པའི་ཚད་མ་ཅི་ཡང་མི་གནས་
པའི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་ན། དགག་སྐབ་དང་རྟག་མི་རྟག་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་རྟོག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་ཏུ་
འགྱུར་པའི་གནས་མིན་པ་ནི། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ནོ།

ལྷ་པ། གཞུང་འདིའི་མཐུན་མིན་བྱུང་ཚེས་ལྷ།

ལྷ་པ། རྣམ་གྲངས་པའི་དོ་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཚད་མ་སོ་སོའི་རྙེད་དོན་འགལ་མེད་དུ་འཛིན་པའོ།
གཞུང་ལས། ཚུལ་གཉིས་ཤིང་རྟོལ་ནས་སུ། རིགས་པའི་སྲབ་སྐྱོགས་འདུ་བྱེད་པ།
དེ་དག་དེ་སྦྱར་ངེ་བཞིན་དོན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ཉིད་འཕྲོབ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དོན་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཐལ་
འགྱུར་བ་དང་གྲུང་མཉམ་པར་ཚོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་གཅིག་དང་བདེན་པའི་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་དངོས་པའི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་
འབེབས་པ་ལ་དབུ་མའི་གཏན་ཚིགས་ཆེན་པོ་བཞིའམ་ལྷས་དྲངས་པའི་ཡུལ་ཅན་ནི། དོན་དམ་ཚོགས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་
པ་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་དང་དེས་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གྲུབ་དོན་ནི། རྟགས་ཅན་རྗེས་དཔག་སྟེ་དོན་དམ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་སྦྱོར་སྐབས་
གྱི་སློང་དང་ཁ་སྐྱོད་བདེན་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དུས་སུ་ཐ་སྐྱོད་ཚད་མའི་རྙེད་དོན་དངོས་པོ་རྣམས་ནི། སྐབས་འདིའི་སྐབས་བྱ་སྟེ། ཐ་
སྐྱོད་པའི་ཚད་མའི་རྙེད་དོན་དང་དོན་དམ་སྟོང་ཉིད་སྐབས་པའི་རིགས་པའི་རྙེད་དོན་གཉིས་འགལ་མེད་དུ་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་ནི། སན་ཚུན་
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་པ་སྟེ། ཐབས་དང་ཐབས་ཅན་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཚོགས་པ་ནི། ཚད་མ་སོ་སོའི་རྙེད་དོན་འགལ་མེད་དུ་འཛིན་པ་ཡིན་
ནོ།།

ལྷོ་བ་ཐུན་རྗེས་མའི་ནང་མཇུག་ཡོང་།

གཡུང་རླུང་བོན་གྱི་སྐོར་མོང་མིན་པའི་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་
སྐོར།

Name - Sherap Namgyal Gurung
Subject - Bon Sampradaya

གཏམ་བཤད་པ། དགོ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྣམ་རྒྱལ།

བཟོད་གཞི་གཙོ་ལག་།

- ༡) བོན་གྱི་ངོས་སྤྱོད།
- ༢) ཐེག་པ་རིམ་དགུ།
- ༣) གཡུང་རྒྱུང་སེམས་པ་སྤྱོད་མེད་པའི་འདོད་ལུགས།
- ༤) གཞི་བདེན་གཉིས་གྱི་ངོས་འཛིན།
- ༥) དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་ཚུལ།

བོན་གྱི་དོ་སྣོད།

སྟོན་པ་རྣམ་འདྲེན་བརྒྱད་པ་རྒྱལ་དབང་གཤེན་རབ་མི་བོས་
བསྟན་པ་སངས་རྒྱས་གཡུང་རླུང་གི་བོན་ལ་འདི་ལ། བརྗོད་བྱ་
དོན་གྱི་བོན་དང་བརྗོད་བྱེད་ཚིག་གི་བོན་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཡོད།
དང་པོ་སྤངས་རྟོགས་གཉིས་དང་། ཕྱིན་མ་ནི་བཀའ་དང་བཀའ་
བརྟེན་གཉིས་སུ་བརྗོད། བོན་འདི་ནི་ཞང་ཞུང་གི་ཡུལ་ནས་
བོད་ཡུལ་ན་དར། བོད་ཡུལ་སུ་བསྟན་པ་སྤྲ་དར་དང་ཕྱི་དར་
གཉིས་སུ་བྱུང་།

ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ།

སྟོ་གཏེར་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ།

ཕྱ་གཤེན་ཐེག་པ་དང་།

སྣང་གཤེན།

འཕྲུལ་གཤེན།

སྤོང་གཤེན།

དགོ་བསྟེན།

བྱང་སྣང་།

མ་དཀར།

ཡི་གཤེན། ལྷུང་པར་ཡང་རྩེ་སྤྲ་མེད་ཐེག་པ་

དབུས་གཏེར་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ནི།

སྣ་མི་གཞན་བརྟེན།

རང་རྟོགས་གཤེན་རབ།

ཐུགས་རྗེ་སེམས་དཔའ།

གཡུང་རླུང་སེམས་དཔའི།

བྱ་བ་གཙང་སྦྱོང།

རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན།

དངོས་བསྐྱེད་ཐུགས་རྗེ་རོལ་པ།

ཤིན་ཏུ་དོན་ལྡན།

ཡང་ཅེ་སྣ་མེད་གྱི་ཐེག་པ།

བྱང་གཏེར་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ནི།

སྤང་ལྗན།

རང་ལྗན།

བཞེད་ལྗན།

ཐོ་ཐོ།

ཕྱི་ཐོ།

ཡ་ཐོའི་ཐེག་པ།

སྣ་ཚེ།

སྤང་ཚེ།

ཡང་ཚེའི་ཐེག་པ།

གཡུང་རྒྱུང་སེམས་པ་སྣོད་མེད་པའི་འདོད་ལྷགས།

ཐེག་པ་དེ་ཡི་འདོད་ལྷགས་ནི་དོན་དུ་སྣོད་འབྲེལ་འབའ་ཞིག་དང་། ཀུན་རྫོབ་
དུ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཀུན་ནས་རྒྱན་སྣང་ཡོད་པར་འདོད། དེ་ལ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་
གཉིས་ཡོད། མཚན་མ་ཀུན་འདྲ་བ་དང་རོལ་བ་སྐྱེ་མཆེད་ལྟར་སྣང་གི་
ལྷགས་གཉིས།

སྐྱ་མ་ནི་སྣང་བ་ཅི་ལ་ཡང་དག་པའི་རྟགས་ཀྱི་སྣོད་པ་བཅད་རྩམ་དང་།
ལྷགས་ལ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་རྒྱན་སྣང་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པ་མི་འདོད་པ་དང་། ཕྱི་མ་
ནི་དོན་ལ་སྣོད་པ་འདོད་པ།

ལྷན་དོན་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་གནད་བཞི་ཡོད།

- ༡) རང་རྒྱུད་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡོད་པ་དང་།
- ༢) ལམ་གྱི་རྗེས་ཐོབ་མ་འབྲུལ་བ།
- ༣) ཚོགས་བརྒྱད་མཐའ་གནད་འགྱུར་བ་དང་།
- ༤) འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡི་ཤེས་ཡོད་མེད་པར་
འདོད་པ་ནི་རོལ་པ་སྐྱེ་མཆེད་པའི་ལྷན་དོན་དང་། མཚན་མ་ཀུན་བྲལ་བས་
དེ་ལྟར་ཡོད་པ་འདོད། ལྷན་དོན་སྲུང་མ་དེ་ལ་གཉིས་ཡོད་ཏེ། མཚན་མ་འགོག་
པ་དང་། མཚན་མ་ཤུགས་སྤང་གི་ལྷན་དོན་གཉིས་སྲུང་ཡོད་པའོ།

གཞི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ངོས་འཛིན།

སྐྱེར་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེར་གཞིར་བདེན་པ་རྩམ་དང་། སྐྱོས་སུ་ཤེས་བྱ་
བདེན་པ་གཅིག་གི་དབྱེར་གཞི་ཡིན་པ་འདོད། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་
གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མེད་ལ། དབྱེར་བ་མེད་པའི་དབྱེར་མེད་
དོ།ཡིན་ལུགས་དང་ལྡན་པ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་མར་མ་
སྐྱབ་པའི་ཡིན་ལུགས་ལྡན་པ། མཚན་མར་སྤང་བའི་ཡིན་ལུགས། དོན་
དང་ཀུན་རྗེས་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་རིམ་བཞིན་རོ།

དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་ཚུལ།

༡) ལྷང་བ་ཀུན་རྫོབ་འདིའི་གནས་ལུགས་མཐོང་བ་ལ་སྐྱབ་པ།

༢) ཀུན་རྫོབ་གྱི་སྣོད་པ་ཉིད་བར་ཞི་བ་འདིའི་དོན།

༣) ཀུན་རྫོབ་གྱི་མཐའ་དོན་དེ་ལ་བྱུག་པ།

༤) ལྷང་པའི་དོན་ནི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ། ཡོད་མེད་གཉིས། ལྷང་སྣོད་གཉིས་དང་། རྟག་ཆད་གཉིས། རྐྱེ་འགག་གཉིས་དང་བྲལ་བའོ།

ཀུན་རྫོབ་ངོས་འཛིན་ཚུལ།

- ༡) གཞི་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན།
- ༢) ལམ་དུས་སུ་མཉམ་བཞག་དང་རྗེས་ཐོབ།
- ༣) འབྲས་བུ་དུས་སུ་རི་ལྟར་མཐུན་པ།
- ༤) བདེན་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ལ་དོན་དམ་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སོ།
- ༥) ལྷང་སྟོང་རྟོགས་འཛིན་ཡིན་པ།
- ༦) བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཡིན་པ།
- ༧) བསྐྱར་འདེབས་ཆད་ལྟ་འགྱུར་བའི་སྟོང་པ།

དོན་དམ་ངོས་འཛིན་ཚུལ།

༡) གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་བོན་ཡིན།

༢) རྣམ་པར་སྐྱབ་པའི་བོན་ཡིན།

བཀའ་དྲིན་ཚེ།

Name : Tashi Dhondup
Subject : Tibetan Language and Literature



སྒྲ་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཉམས་འཛིག་དུ་གྱུར་ཚུལ་ངོ་སྤྲོད།

བཀའ་ཤིས་དོན་གྲུབ།

ཉེ་རབས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས།

སྐྱུ་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྷོ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་མེད་
བཅུ་བཞི་པའི་དུས་རབས། [III] (1941-1951)

01 བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས། (1913-1951)

- 1 བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས།
- 2 རྒྱུ་མཐུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཞིང་བཟོ་ལམ་ལུགས།
- 3 ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཛུགས།
- 4 གཞུང་གི་སྤྱི་ཚོགས་གཞི།

ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཞི།
ལྷོ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ར་
རྒྱུང་གི་དུས་རབས། (1913-1941)

- 1 ལྷོ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་མེད་བཅུ་གསུམ་པ་སྐུ་གཞོན་ལུང་དུས་རབས། བོད་
དང་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ།
- 2 ལྷོ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེ་དང་དམག་དཔུང་དགོན་མེ་ཚན་ལག་
བཅས།
- 3 ལྷོ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་མེད་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོ་དགོངས་པ་ཚོས་
དབྱིངས་སུ་གཤེགས་པ།
- 4 ཀུན་འཕེལ་ལགས་ལ་ཇུས་ཉེས་བྱང་བ།
- 5 བོད་གསར་པ་ཞིག་ཡོང་བར་དམིགས་པའི་ལུང་ཤར་གྱི་སྐྱུར་བཅོས་
ཚོགས་པ།
- 6 དམག་དཔོན་ཉོང་ལུ་སུང་གི་སྐྱེ་ཆབ་ཚོགས་པ།
- 7 དབྱིན་ཇི་དང་རྒྱ་ནག་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ།
- 8 ར་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེས་སྐྱེ་མེད་བཅུ་གསུམ་པ་དང་དེས་དགོངས་ལུ་གནང་
བ།
- 9 ལྷོ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་མེད་མཇུག་སྐྱོན།

- 1 མིང་སྐྱོད་སྐྱུ་བྱ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་འགོ་སྟོན་གྱི་དུས་རབས།
- 2 འཛམ་གླིང་དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐྱེ་ལོ་ཤར་སྐབས་ཀྱི་
འགྲུར་བ་དང་གདོང་ལུག
- 4 རོ་ལོག་གི་ས་བོན།
- 5 ར་རྒྱུང་གི་སྐྱོག་ལུག།
- 6 གཡུལ་རྒྱལ་བྱ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆབ་ཚོགས་པ།
- 7 རྒྱལ་སྤྱིའི་མཐོང་ཚོས་སུ་འགྲུར་བའི་ལུང་ཤར་ལམ་ལུག་པར་
བྱེད་པ།
- 8 གོ་མེན་ཉང་ལ་བྱས་ཉེས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་བོད།
- 9 མི་དམངས་བཅོམ་འགོ་དཔོན་དམག་གིས་བཅོན་འཛུལ་བྱས་པ།
- 10 ཆབ་མདོ་ཤར་བའི་རྒྱུ་སྐྱེ།
- 11 བོད་ཀྱིས་གོས་མཐུན་དོན་ཆེན་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དེས་ཅན་ལ་
མགོ་བཏགས་པ།
- 12 ལྷོ་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེས་ལྷ་སར་ཆེབས་ཞབས་བརྒྱུར་བ།
མཇུག་སྐྱོན།

དཔྱད་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་ཁག

- 1 དཔྱད་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་ཁག་ལས་དབེ་དབ་ཀྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ཡོངས་པ།
- 2 པར་རིས་ཁག་རྒྱག་མུ།
- 3 ས་བགྲ་ཁག་བརྒྱ་གཅིག་།
- 4 ཆེངས་ཡིག་ཁག་གསུམ།
- 5 ངག་ཐོག་བཅར་འདྲིའི་རིགས་ལྗེ་ཚན་ཁག་མི་འདྲ་བ་རྒྱག་རྒྱ་མ་ཟེན་ཅོམ།
- 6 གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ལྗེ་ཚན་མི་འདྲ་བ་དགུ་ལྷག་ཅོམ།

ཚོམ་བ་པོ།

Melvyn C. Goldstein

Name : Tashi Tsering T
Subject : Tibetan Language

གཏམ་བཤད་ཀྱི་དོན་ཚན་ལག

- 1 ཚུམ་པ་པོ་དོ་སྐྱོད།
- 2 ཚུམ་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆབ་མིན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱལ་ཚོངས་དོ་སྐྱོད།
- 3 བརྩམས་རྒྱུང་གི་ཡུལ་དང་མི་རྣམས་དོ་སྐྱོད།
- 4 བརྩམས་རྒྱུང་གི་བྱུང་རིམ་དབྱེ་ཞིབ།
- 5 མཐའ་སྐོམ།

བྱི་རྒྱུ་གྱི་བྱུང་བ་མདོར་བསྟུན།

མདོ་མཁར་ཞབས་བྱུང་ཚེ་རིང་དབང་རྒྱལ་གྱི་བྱི་རྒྱུ་ནི། བོད་མིའུ་གཏུང་དུག་གི་ཡ་གྲུལ་ལྷགས་ལམས་དབྱ་རིགས་གྱི་ནང་ཚན་གྱི་རིགས་རྒྱུད་ལས་མཚད་བ་གང་ཞིག
བྱི་རྒྱུ་དེའི་མིང་ལ་མདོ་མཁར་རེ། མིང་ག་ཞན་རག་ཁ་ཤག་ཡང་ན་རག་ཁ་ཤར་ཟེར། ཚུམ་བ་པོ་མཁས་ཅན་མདོ་མཁར་ཞབས་བྱུང་ཚེ་རིང་དབང་རྒྱལ་ནི། ལྷོ་ལོ་
༡༧༧༧ལོར། ཡབ་ངག་དབང་ཚངས་བ་དང་ཡུམ་ཚལ་བ་ཁྲི་དཔོན་གྱི་སྲས་མོའི་སྲས་སུ་བྱང་ལྷག་ལུང་ཡུལ་དུ་སྐྱུ་འབྱུངས།

དྲུང་ལམ་དང་རྗེ་དཔོན་གནང་རིང་གི་མི་ཚོ།

ཁོང་དགུང་ལོ་བཅུ་དགུར་སོན་དུས་གཞིས་རྩེའི་དབྱ་ཁལ་ཡོང་འབབ་བསྐྱབ་བའི་ལས་གནས་བསྐྱོད། ལོ་ཕྱི་མར་གཞིས་ཀ་བསམ་གྲུབ་རྩེའི་རྗེ་དཔོན་དུ་བསྐོ་བཞག་བྱུང་། ལྷགས་་་
་་་རྗེ་དུ་རྗེ་དཔོན་གཞོན་པའི་སྐབས་སུ་དུས་ཁོམ་བྱུང་རིམ་བཞིན། ཤིན་ཏུ་སྦྲེན་གཤམ་ཆེ་བའི་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་ཉིད་བརྩམས་ཤིང་། ལྷོ་ལོ་༡༧༥༠ལོར།
རྗེ་གསལ་པར་བྱས།

དགུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་དྲུག་ལོན་པ། ལྷོ་ལོ་༡༧༥༠ལོར། རང་རྣམ་བཀའ་རྒྱུ་རྗེ་གསལ་བཞེད་བརྩམས་པ་དང་། དགུང་ལོ་རེ་བདུན་ལྷོ་ལོ་༡༧༥༩ལོར་དགོངས་པ་ཚོས་
དབྱིངས་སུ་འཐིམས།

མདོ་མཁར་བ་འཚོ་བཞུགས་སྐབས་མིང་དབང་ལ་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ཚུལ།

ལྷ་རྒྱལ་དབང་ལྡན་པའི་སྐབས།

- ལྷ་མི་བསྟན་འཛིན།
- མེ་མིང།
- ལྷ་བཟང་ཉན།
- ལུན་གར་བ་ཚོ་དབང་རབ་བཏན།

ལྷ་རྒྱལ་དབང་ལྡན་པ་འདས་རྗེས།

- ལྷ་མི་༡༧༢༠-༡༧༢༤བར། ཁང་ཚེན་པ་དང་ཕོ་ལྷ་བ། ང་ལུམ་སྤྱར་གསུམ།
- ལྷ་མི་༡༧༢༤-༡༧༤༧བར། ཕོ་ལྷ་བས་དབང་འཛིན་པ་དང་།
- ལྷ་མི་༡༧༤༧-༡༧༥༡བར། ལྷ་མི་འགྱུར་མེད་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཟུང་ཡོད།
- དེ་དག་གི་གནས་ཚུལ་རྣམས་(གྲིས) རྩོམ་པ་པོ་(པོར) བཀ་ཆགས་ཚེན་པོ་ཞིག་བསྟན་ཡོད།

རྒྱལ་ཁབ་གཞི་རྒྱ་ལྡན་མེད་དང་འབྲེལ་བའི་མི་སྣ་གཙོ་བོའི་དང་ས་གནས་སོགས་ཀྱི་སྒྲིབ།



རྒྱལ་པོ། ཉེ་མ་སློབ་ཤོས།
རྒྱལ་པོའི་དབུ་མ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་ཚོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག
བཙུན་མོ། ༡ ལྷ་ཆ་འཛིན། ༢ མངོས་ལྷག་མེ་ཏྲུག
རྒྱལ་ཁབ། གཞི་རྒྱ་ལྡན་མེད་དང་དགའ་བའི་རོལ་མཚོ།
གཞི་རྒྱ་ལྡན་མེད་ཀྱི་གྲོགས་པོ། དཔལ་བོ་སྲིད་པ་གཞི་རྒྱ་
ཉི་བའི་སློབ་(སློབ) པོ་བཞི། ཤེས་བྱ་ལྡན། རིག་པའི་དབང་ཕྱུག མཚུངས་མེད་སློབ་ཤོས། སློབ་ཤོས་
མཚོག་ཏུ་གསལ་བ།
དགེ་བའི་སློབ་(སློབ) པོ་བཞི། དཔལ་བའི་དབང་། འཇིགས་མེད་དབྱང་འཛོམས། འཇུག་ཕྱག་དོ་རྩ་
གཅིག་པ། འཇིགས་མེད་བརྒྱལ་བ་ལྷགས་(བརྒྱལ་ལྷགས) ལྡན་ནམས་སོ།

ཀྱུལ་པོ་ཟླ་བའི་སློ་གྲོས་དང་གསལ་ལྡན་རྣམ་གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་མི་ལྷན་དང་ས་གནས་སོགས་ཀྱི་སྐོར།

བཅུན་མོ།
 ཀྱུལ་ཁབ།
 ཀྱུལ་སྲས།
 ཀྱུལ་སྲས།
 ཕོ་བྲང་།

ཟླ་འོད་མ།
 གསལ་ལྡན།
 དིད་འོད་མ།
 མ་ཉེ་དེ་བ།
 བཞོད་ལེགས་འོད་སྣང་།

ཀྱུལ་པོ།
 ཀྱུལ་ལྷན།
 ཕོ་བྲང་།
 ཀྱུལ་ལ།
 ཟླ་གྲོས་ཅན་གྱི་སློ་གྲོས་པོ།
 དམག་དཔོན།

ཟླ་བའི་སློ་གྲོས།
 ལྷ་ལས་ལུལ་བྱུང་།
 ལྷ་བ་འཁུམ་ལྡན།
 ཤོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་མེ་ཏོག་ཀྱུས་ཚལ།
 ཚངས་པའི་སློ་ལྡན་དང་སློ་ལྡན་དཔའ་བོ།
 ཟླ་གྲོས་ཅན་གྱི་སློ་གྲོས་པོ།
 ཚངས་པའི་སློ་ལྡན་དང་སློ་ལྡན་དཔའ་བོ།

བཅུམས་སྐྱུང་གི་ནང་དོན་ཕྱོགས་བཅུ་མས།

དེ་ཡང་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ནི་ལེའུ་ཆེ་བ་གཉིས་ལ་དབྱེ་ཆོག་སྟེ།

1 ལེའུ་དང་པོ་བཅུམས་སྐྱུང་གི་མི་སྣ་གཙོ་བོ་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱིས་ཡིད་འོང་མ་ཇི་ལྟར་ཁབ་ཏུ་བསྟུས་པའི་སྐོར་ཡིན། དེ་ལའང་ནང་གསལ་དོན་ཚན་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོ་འཇིག་རྟེན་སྐྱེ་མཐུན་གྱི་ལམ་ལ་བཞུགས་ (ཞུགས) ལས་སློན་གྱི་གཙོ་བོ་མཚུངས་མེད་སློབ་གྲོས་ལྡན་པོ་ཉར་མངགས་ཏེ་ཡིད་འོང་མ་བཅུན་མོར་སློང་བར་ཆས་པ་དང་། བར་ཏུ་དབའ་བོ་སྲིད་པ་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་ཆས་སྐྱུང་ (སྐྱུས) ལས་གཡོ་སྐྱུའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་འོང་མ་བསྐྱུ་བར་ཆས་པའི་སྐོར། མཐུག་ཏུ་དུག་པོའི་དམག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱང་བ་འབྱུང་ལྡན་གྱི་གོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་མེ་ཏྲོག་རྒྱས་ཚལ་དཔུང་གིས་བཅོམ་སྟེ་ཡིད་འོང་མ་བཅོན་ཕྱོག་བྱས་པའི་སྐོར་བཅས་གསུམ་བཤོད་པའོ། (། །)

2 ལེའུ་གཉིས་པ་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྐྱེས་ནས་ནགས་ཁོད་དུ་གཅིག་ཕྱར་ཆོས་ལ་བཞུགས་ (ཞུགས) པ་དང་། བཅུམས་སྐྱུང་གི་མི་སྣ་གཙོ་བོ་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱིས་གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་དབའ་བོ་སྲིད་པ་གཞོན་ལུ་དང་ཡིད་འོང་མ་གཉིས་བྱི་བཞིན་བསྟེགས་ཏེ་དཀའ་ལུག་གྱི་ནགས་སུ་བཞུགས་ (ཞུགས) པ་མ་ཟད། གཞོན་ལུ་ཟླ་མེད་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་སྲིད་པའི་རྒྱ་དུ་ཕྱོགས་ནས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་གདན་དྲངས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྐྱང་ཆར་ཡུལ་ཡུང་ཀྱན་ཏུ་དབབ་པ་བཅས། ཚུམ་པ་པོས་སུགས་བསམ་གྱི་སྐྱེ་ཆོགས་ཤིག་གསར་སྐྱེན་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་སུགས་བསམ་བཅོལ་ཡུལ་གྱི་མི་སྣ་གང་དེའི་འདོད་དོན་ཇི་བཞིན་བསྐྱབས་པར་བྱས་ཡོད་པ་བཅས་སོ། །

མཐའ་སྒྲིལ།

བཅའ་སྒྲིལ་དེ་རྒྱས་བསྟུན་གྱི་ཆ་ནས་བཤད་ན།

- ❑ ལེའུ་དང་པོའི་སྐོར་ཞིབ་ཅིང་སྲ་ལ་ཡིག་ཚོགས་ཆེ་བ་མ་ཟད། རྒྱུད་གི་འཕེལ་རིམ་ཡང་། ཐོག་མའི་འགོ་རྒྱུགས་པ། བར་གྱི་མཐོ་རྒྱབས། མཇུག་མཐའི་ཞི་འཇགས་བཙས་གྱི་གོ་རིམ་ཇི་བཞིན་བྲིས་ཡོད་པ་དང་།
- ❑ ལེའུ་གཉིས་པ་བྱུང་རིམ་བསྟུན་ཤིང་ཀྱུག་གྲོག་མེད་པ་དང་གཞོན་ཅུ་ཟླ་མེད་སྟོང་པ་རྒྱབས་ཆེན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་ཞི་བ་རྣམ་གྲོལ་གྱི་གོ་དམ་པ་ཡོངས་སུ་རྩིད་(བརྩིས) བས། གཏུལ་བྱ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་མང་པོ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་དུ་བཀོད་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོའི་འབྲུང་ཁུངས་དང་མཚོན་བྱའི་དོན་དངོས་རང་བཞིན་ལ་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་རྒྱ་དེ་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཐོང་།