

སྐྱོད་ལ་དང་དགའ་ས་རྫོང་ལག་གི་ཚོས་སྐྱུང་དང་གནས་བདག་  
གཞི་བདག།

GUARDIAN DEITIES OF PUNAKHA & GASA  
DZONGKHAG

གྲོགས་བཅ་བཅུ་གཅིག་པ། VOLUME XI



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

**LIMITED FIRST EDITION**

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང། སྤ་རོ།  
NATIONAL MUSEUM OF BHUTAN, PARO  
སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས།  
ནང་སྲིད་དང་སྲོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག།



## Foreword

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

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

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

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

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Sonam Dechan Wangchuck', written in a fluid, cursive style. The signature is enclosed within a large, loopy, hand-drawn oval shape.

{ **HRH Princess Sonam Dechan Wangchuck** }



# སྡོམ་བརྗོད།

༤ ང་བཙམ་འདི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ག་ཏེ་ལུ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་རེ་རེ་ལུ་དབང་བའི་གནས་བདག་  
 དང་གཞི་བདག་རེ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ལུ་མིང་གི་རྣམ་གངས་མ་འདྲམ་གནས་བདག་ གཞི་བདག་ ཡུལ་ལྗོ་  
 སྐྱེས་ལྗོ་ ལྷ་དང་བཙན་ལ་སོགས་པ་མིང་བཏགས་ཚུལ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ཡིན། མིང་དེ་སྐྱེ་  
 བཏགས་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ས་གནས་དེ་གི་བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གནས་བདག་དང་། ས་གཞི་དེ་ཚུ་གི་  
 བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གཞི་བདག་ཟེར་ལཱ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྡོད་འཇུག་བསྐྱོད་བའི་ལེ་ལུ་ལས། དགོན་  
 སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། །བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་པ། །གཉིད་ལོག་ཕྱོས་ཤིང་རབ་ཕྱོས་རྣམས། །ལྷ་  
 དག་སྲུང་བ་བྱེད་པར་ཤོག། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྐྱེ་ཡུལ་མི་ཚུ་ལུ་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོད་བའི་ལྷ་བཟུམ་སྐྱེ་མགོན་  
 སྐྱབས་མཛད་ནི་དང་ ཡུལ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ སྐྱབས་མཛད་པའི་ལྷ་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་ནི་འདི་གིས་ཡུལ་  
 ལྷ། མི་ག་ར་ཡིན་རུང་ རང་ག་ཏེ་སྐྱེ་ས་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་དེ་རང་གི་སྐྱེ་ལྷ། བྲག་རེ་དང་གངས་རི་ཚུ་ལུ་  
 གནས་པའི་གཞི་བདག་ལྷ་ལྷ་བདུད་ཚུ་མཉམ་དུ་འདྲེས་པ་ལས་སྐྱོབས་དང་རུས་པ་སྐྱོམ་སྐྱེ་སྐྱེས་ཞིན་མ་ལས་  
 དཀར་ཕྱོགས་ལུ་སྲུང་སྐྱོབ་མཛད་མི་ལུ་བཙན། འདི་ལུ་ཡང་ ལྷ་བཙན། ལྷ་བཙན། བདུད་བཙན། ཟེར་དབྱེ་བ་  
 མ་འདྲམ་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྡོན་ཤིང་དང་ཚུ་མིག་མཚོ་རྗེ་ཚུ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་ལྷ། བྲག་  
 དང་ཤིང་ཚེན་རྩོད་བཟུམ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་བདུད་ཟེར་གཞི་བདག་ཡིན་མ་ ཅོག་རང་འཐད་རུང་  
 བང་གསེས་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞི་བདག་གི་གོ་དོན་ཡང་ཉེ་མ་རྒྱ་གར་གཡུས་ལུ་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤིང་པོའི་སྐབས་གོད་སྤྱིན་འཕྲོག་  
 མའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་དུས་ལུ་ རྟོན་པོ་གཅིག་ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་གོད་སྤྱིན་ལུ་སྐྱེས་ཏེ་  
 གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ལུ་ཚོ་འཕྲུལ་མ་རུངས་པ་སྟོན་པའི་སྐབས་ སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་དམ་ལུ་བཏགས་པའི་  
 ཤུལ་མར་ ཡུལ་ལྷར་བསྐྱོས་ཏེ་ ཡུལ་དེ་གི་མི་ཚུ་གིས་གནས་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བཟུང་དོ་བཟུམ་དང་། སྟོན་ལྷང་  
 ར་སྐྱུག་པོའི་གོང་ལུ་དགོ་སྟོང་གཅིག་སྟོམ་གནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་རྟེན་པོ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱལ་པོ་གིས་  
 བསད་ནིའི་དཔའ་བཙམས་ལས་ དགོ་སྟོང་གིས་སྟོན་ལམ་ལོག་པ་བཏབ་སྟེ་ ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་ བཙན་རྒྱལ་  
 ཚེ་ལུ་དམར་པོ་དྲག་པོ་སྐྱུན་བདུན་ལུ་འཁྲུངས་ཏེ་ རྒྱལ་རིགས་ཚུ་གི་སྟོག་དབྱགས་ལེན་མི་དང་། འཇིག་རྟེན་ག་  
 ར་ཕུང་དགོགས་ཀྱི་གཞི་ལུ་གྱུར་མི་དེ་ དབང་དྲག་པར་དབང་ཚེན་གྱིས་དམ་བཞག་གནང་སྟེ་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་  
 བསྟན་པ་སྲུང་བར་ཁས་སྲུངས་ཚུལ་དེ་ཡང་ ཚེ་ལུ་དམར་གསོལ་མཚོད་ལས། དང་པོ་འདུལ་ཁྲིམས་བསྲུངས་  
 པའི་དགོ་སྟོང་ཚེ། །བར་དུ་ཚངས་སྟོན་ཉམས་པའི་གཏུག་པ་ཅན། །ཐ་མ་སྤིད་གསུམ་ཕུང་བ་སྟོག་གི་གཤེད།  
 །དྲ་ལྷ་བསྟན་པ་བསྲུང་བའི་མཐུ་རྩལ་ཅན། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྐྱེ་ ང་བཙམ་འཕྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ས་  
 གནས་ཁག་མ་འདྲམ་སོ་སོ་ཡོད་མི་ཚུ་ནང་ཡང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ བཙན་ལ་སོགས་པ་མང་རབས་  
 ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་དང་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་ཡོད་པ་མ་  
ཚད་མཐའ་སྐོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ལས་ མི་སྡེ་འོ་ནང་  
དར་ཉེ་ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་སྲོམ་ཚུ་གི་འབྲུང་ཁྲུངས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡང་ཨིན། དེ་ཡང་། དཔེར་ན་གནས་བདག་  
གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་རེ་ལུ་ཉེ་ འཕྲིན་བཙོལ་འབད་བ་ཅིན་ རྩི་ལས་བརྟུ་ཇག་འཕྲོག་གསུམ་དང་  
ནང་ན་ནང་དང་ལུ་གེ་ཚུ་ལས་སྲུང་བུབ་ནི་དང་ ལྷ་དང་བཙན་ རྒྱལ་པོ་ཚུ་གནས་པའི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ནང་ ཤིང་  
བཙན་ནི་དང་བཙོག་པ་བཏང་ནི་ལུ་འཛེམས་གཟུན་འབད་དེ་བདག་འཛིན་འབད་མ་ལས་ མཐའ་འཁོར་གནས་  
སྲུངས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་ ལྷ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་ལུ་ནི་དང་  
དུས་སྟོན་བཙུན་ལུ་ནི་ ཨ་ལུ་གསར་སྐྱེས་བཙོལ་ནི་བཟུམ་ རང་གི་གོམས་གཤེས་ལུ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་  
ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོག་ཤིང་བཟུམ་ཡང་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་གསལ་བཟང་པོ་བྱུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཡང་ཨིན།

དེ་ཡང་གཏམ་དཔེ་ལས། ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་སྲོད་ལམ་གཅིག། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་ ཚོས་སྲུང་དང་གནས་  
བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་ལུ་བ་ཅིན་སྲོང་གོགས་མཚོད་ནི་དང་གཞོན་པ་བཀལ་བ་ཅིན་ ཚར་  
གཙོད་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡང་ཡོད་པ་ལས་དད་གུས་བསྐྱེད་དེ་གསོལ་མཚོད་ལུ་དགོཔ་ཨིན།  
ལྷག་པར་དུ་ རང་བཙས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ གནས་བདག་དང་གཞི་བདག་ཚུ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་  
ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ སྐབས་དང་མགོན་མཚོད་གནང་སྟེ་ མི་སྡེ་འོ་ནང་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་བྱུང་མི་དེ་  
འཕྲལ་དང་ལྷུང་དུ་རང་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་ནི་དང་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་སེལ་ནི་ཚུ་ཨིན་པས།

དེ་ལུ་དགོངས་ཉེ་ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་སྲས་མོ་བསོད་ནམས་བདེ་ཆེན་དབང་ལྷུག་མཚོག་གིས་ འབྲུག་གི་གནས་  
བདག་གཞི་བདག་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་སྲུང་ཚུ་ རུས་མཐུ་ཅན་དང་ སྐབས་ཀྱི་སྲོང་གོགས་སྡེ་ འབྲུག་རྒྱལ་  
ཁབ་ནང་ཇི་སྲིད་བསྐྱལ་པ་མ་སྲོང་བར་དུ་གནས་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྦྱིད་ འབྲུང་ནི་ལུ་  
ཐུགས་བཞེད་རྒྱ་ཆེས་ལས་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ནང་གནས་ཉེ་ཡོད་པའི་གནས་བདག་  
དང་གཞི་བདག་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་དང་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ་ཚུ་ལུ་དགའ་བདེ་དེ་ དུས་སྟོན་ལྷུང་  
པར་ཅན་གྱི་ཉིན་མ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཚོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན་བཙུན་ལུ་དང་གཅིག་  
ཁར་ གུས་བཏུད་ལུ་ནི་ལུ་དམིགས་ཉེ་ དཔེ་སྐྱེན་འབད་མ་ཨིན།

དེ་ལུ་ དདུལ་ཚུམ་ལྷན་ཁག་དང་ སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁྲུངས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ སྤར་རྒྱལ་ཡོངས་  
འབྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཁས་མཚོག་ ༡༤ དེ་ཅིག་གིས་ རྫོང་ཁག་ ༣༠  
གི་འབྲུག་གི་ཚོས་སྲོང་ཡོངས་གཤམས་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཙུན་བར་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལས་ཕར་གསོལ་

མཚོན་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་པའི་ འབྲུག་གི་ཚོས་སྤྱང་དང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཡོངས་བསྐྱོམས་ ༡༠༦༩ དེ་  
ཅིག་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ མཐར་འཁྱོལ་ཅན་ཅིག་སྤྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚུ་གས་མི་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་རང་ མི་དབང་རྒྱལ་  
པོའི་སྲས་མོ་མཚོག་གིས་ ཐུགས་སྨོན་དང་མགོན་སྐྱུ་བས་མཛད་གནང་མི་དང་ དདུལ་རྩིས་སྨོན་པོ་དང་ སྒོལ་  
འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདོ་ཚུན་ དེ་ལས་རྫོང་ཁག་ ༩༠ གི་རྫོང་བདག་དང་ སྒོལ་འཛིན་འགོ་དཔོན་༩༠ ཟེད་  
འོག་ ༩༠༥ འི་རྒྱུ་དང་ དམངས་མི་དང་ཚོགས་པ་ གྲོས་བསྡུན་འབད་སའི་མཁས་མཚོག་ཉམས་ཚུང་ཅན་ཚུ་  
གིས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རྩུ་ལུ་རྒྱུ་སྐྱེ་ག་དེ་ཅག་ཅག་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རྩུ་གིས་ རང་སོའི་ཉམས་ཚུང་དང་སྤྱོད་གས་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བའི་ འགན་  
ཁུངས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་ཐུགས་ཁར་བསྐྱུམས་ཏེ་ མཉམ་འབྲེལ་གང་ཅག་མཛད་དེ་ ཕུག་ལཱ་གནང་མ་ལས་བརྟེན་  
ད་རེས་གྲུབ་འབྲས་སྤོམ་རྒྱུང་མི་ལུ་ འགོ་འདྲེན་པ་རང་འི་ཁ་སྐྱུག་ལས་ ཉིང་ལས་རང་བཀའ་བྲིན་ཆེ་ཟེར་ལུ་ནི།

ད་རེས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ནང་ལུ་ རྫོང་ཁག་ ༩༠ གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དཔེ་དེབ་སྤྲོད་གས་བམ་ ༡༡ དང་ ད་  
རུང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཚོན་ཀྱི་དཔེ་ཆ་བསྐྱེད་ཀྱི་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ དཔེ་ཆ་ པོ་ཏི་གངས་  
༡༡ ཡོད་མི་རྩུ་ ད་རེས་ ལུན་དག་ཐེངས་གཉིས་པ་འབད་དེ་ དམིགས་བསལ་ཀྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཐེངས་དང་པ་འབད་  
དེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ལུ་ལོ་རྒྱུ་དང་འཛོལ་བ་ཡོད་སྤིང་ནི་ཨིན་མ་ལས་ དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཕན་བདེ་ལེགས་བཤད་དབང་ཕུག།  
ཞིབ་འཚོལ་འགོ་འདྲེན་པ།  
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྨོན་ཁང་། སྤ་པོ།





## དཀར་ཆག

ཨང་།	དོན་ཚན་	ཤོག་གྲངས།
༡	བར་པ་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༡
	༡ ཚོས་སྤྱིད་མོ།	༡
	༢ བཅོམ་རྗེད་དོ་རྗེ་བྲག་རོང་པ།	༢
	༣ རི་བཅོམ་རྗེ་བདག།	༡༡
	༤ མཁམ་བྲག་པ།	༡༤
	༥ ཕོ་ལྷ་སྲུང་མ་ཚུ།	༡༩
༢	ཚུ་སྲུག་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)	༢༡
	༡ མཁམ་ཆེན་པ།	༢༡
	༢ དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ།	༢༢
	༣ འཕགས་ལུལ་མགོ་གསུམ།	༣༢
༣	འཛོམས་མི་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༢)	༣༤
	༡ མ་སངས་སྲུབ་བདུན།	༣༤
	༢ བྲག་དཀར་ལྷ་བཅོམ།	༣༦
༤	སྲུ་མ་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༣༩
	༡ བྲག་ལུང་པ།	༣༩
	༢ གཞི་བདག་མོ།	༤༢
	༣ དགོན་བྲག་པ།	༤༤
	༤ ཕོ་ལྷ་ཨ་པའི་རི་བཅོམ།	༤༦
	༥ ལྷུང་ལྷག་པ།	༥༡
	༦ ཆབ་བྲག་པ།	༥༥
༥	དཀར་སྲིས་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)	༥༢
	༡ རྗེ་རྗེ་འབར་བ།	༥༢
	༢ གཡུལ་བསྐྱོད་པ།	༤༣
	༣ རྒྱ་ནག་སྐྱང་པ།	༤༤

༤	གྲིང་མུ་ཚེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༤༥
	༡ ལྷགས་སུང་ཨེ་ཀ་རྩོ་རྒྱུ།	༤༥
	༢ བཅོམ་ཚེད་བྲག་དམར་རྩོ་རྩེ་དྲག་འཛོམས།	༥༣
	༣ ལུང་གསུམ།	༥༥
	༤ གཞི་བདག་དཀར་པོ།	༥༠
༥	དགོན་ཤར་རི་ཚེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༥)	༥༩
	༡ ལྷ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་བྲག་གིས་ཚེ་རིང་མ།	༥༩
	༢ མགོན་པོ་ཨ་ལྷོ་ར།	༥༩
	༣ གཏེར་བདག་རྒྱ་ལྷག་རྩོ་རྩེ།	༧༡
	༤ དགོ་བསྐྱེན་མཁུ་དཀར།	༧༣
	༥ སྤང་དམར་ལྷ་བཅོན།	༧༥
	༦ བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ།	༡༠༠
	༧ ཐང་དཀར།	༡༠༣
༦	ཤེལ་རྩ་ཚེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༦)	༡༠༦
	༡ རོང་དཀར།	༡༠༦
	༢ སྤང་བྲག་པ།	༡༡༡
	༣ རོ་རི་བཅོན།	༡༡༥
	༤ ལྷ་བཅོན་དགོ་བསྐྱེན་མཚོག་དར་རྒྱས།	༡༡༧
	༥ ཚེ་བརྟན་སྤང་བཅོན།	༡༢༠
༧	རྟ་ལོག་ཚེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༧)	༡༢༣
	༡ རྒྱལ་ཚེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ།	༡༢༣
	༢ བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།	༡༢༧
	༣ ལྷ་སྐྱོན་བདེ་ཚེན་བཟང་མོ།	༡༣༤
	༤ ལྷ་ཚེན་དབང་ལྷག།	༡༤༡
	༥ རི་བཅོན་རྩོ་རྩེ་ཐོག་ཚེད།	༡༤༤
	༦ བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།	༡༤༧

	ཡ དཔལ་ཕུར་དར་པོ།	༡༥༣
	༡ ཕོ་ལྷ་བདུད་བཙམ་།	༡༥༥
༡༠	སྟོད་པ་རྗེ་དཔལ་གི་གཞི་བདག། (༤)	༡༥༧
	༡ དབྱར་ས་པ།	༡༥༧
	༢ ཞིང་སྐྱོང་དབང་མོ།	༡༥༠
	༣ ཡངས་མ་པ།	༡༥༯
	༤ བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར།	༡༥༤
	༥ སི་ཏོ་དཀོན་མཆོག།	༡༧༡
	༦ བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས།	༡༧༯
	ཡ རྒྱ་བདུད།	༡༧༩
	༡ བདེ་སྲིང་གཞི་བདག།	༡༧༩
༡༡	སྟོད་མང་རྗེ་དཔལ་གི་གཞི་བདག། (༡༡)	༡༨༡
	༡ བཀྲ་ཤིས་དར་རྒྱས།	༡༨༡
	༢ ཏྲ་མགྲིན་རྒྱལ་མོ།	༡༨༯
	༣ རོར་རྒྱས་པ་སྐྱ།	༡༨༥
	༤ བཙམ་རྗེ་དཔལ་གྱི་སྟོན།	༡༨༧
	༥ དཀར་རི་སུམ་ཚོགས་ལྷ་མོ།	༡༨༩
	༦ འདོད་ཡོན་ཕུན་ཚོགས།	༡༩༡
	ཡ འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ།	༡༩༣
	༡ རི་བཙམ་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར།	༡༩༥
	༢ དར་མང་རི་བཙམ།	༡༩༦
	༡༠ རོ་རྗེ་རྒྱ་གཉེར་མ།	༢༠༠
	༡༡ ཕོ་ལྷ་ཡོན་ཏན་རོ་རྗེ།	༢༠༣

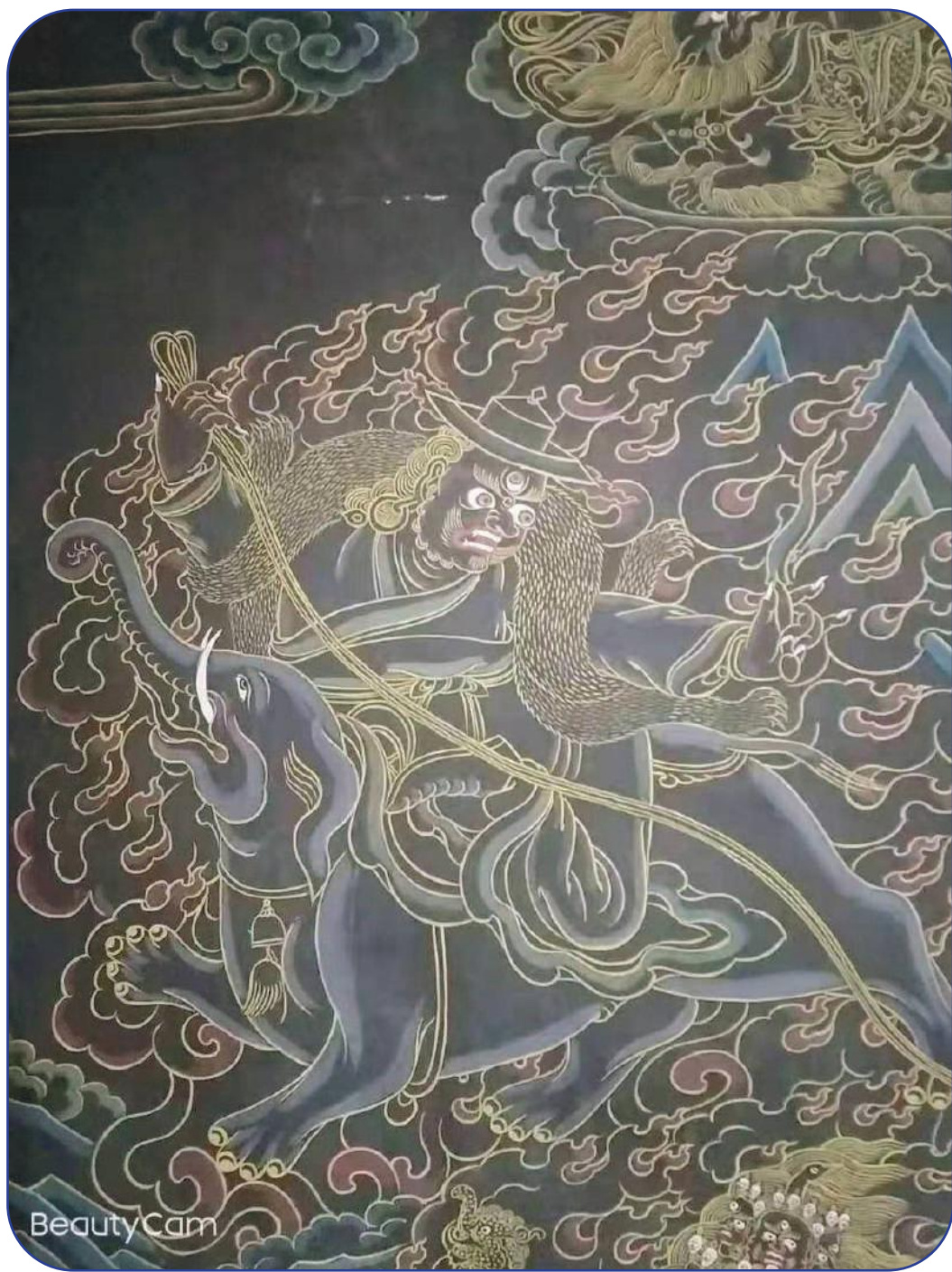
	དགའ་ས་རྫོང་ལག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་།	༢༠༥
༡	ལ་སྤོད་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༤)	༢༠༧
	༡ དམ་ཅན་སློལ་མོ་ལུགས་ཀྱི་རལ་པ་ཅན།	༢༠༧
	༢ དཔལ་སྤེར་དབང་པོ།	༢༡༤
	༣ བཀྲ་ཤིས་མཐུ་འབར།	༢༡༠
	༤ དོན་གྲུབ་ལོ་རྒྱུ་བཟང་།	༢༡༣
༢	ལ་སྤོད་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༣)	༢༡༤
	༡ དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྤོང་བསམ་གྲུབ།	༢༡༤
	༢ བཀྲ་ཤིས་དོན་གྲུབ།	༢༡༧
	༣ བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།	༢༡༤
༤	ལ་ཡག་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༣)	༢༡༦
	༡ བཅོམ་ཆེད་དག་ལྟ་བུ་ལྷ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་སྤོང་པ།	༢༡༦
	༢ ལ་སྤོང་བསམ།	༢༤༠
	༣ ལྷ་བདེ་དཔེ།	༢༤༤
༥	ལུང་ནག་ན་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༤)	༢༤༧
	༡ དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན།	༢༤༧
	༢ གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ།	༢༥༧
	༣ མོ་ལྷ་གངས་རིམ།	༢༥༤
	༤ རོ་བོ་གངས་བདེ་རྒྱལ་པོ།	༢༥༧

# འབྲུག་གི་ཚོས་སྐྱོད་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཚར་བའི་ཐོ་བཟུང་བསྟུན།

ཨང	རྫོང་ཁག	ཞིབ་འཚོལ་པ།	ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཚར་བའི་ཁ་ གྲངས།	བཟ་གསོ།
༡	ཐིམ་ཕུག་	དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན།	༥༦	
༢	དར་དཀར་ན	ཚོ་རིང་ཕུན་ཚོགས།	༡༨	
༣	ལྷ་རོ་	འཚིམ་དང་རིག་འཛིན།	༢༥	
༤	ལྷ་	རྒྱལ་པོ་ཚོ་རིང།	༢༢	
༥	ལྷ་ན་ཁ་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༦༢	
༦	མགར་ས་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༡༤	
༧	མོང་སྐར་	བཟླ།	༥༣	
༨	ལྷ་ལྷེ་	བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས།	༡༢༠	
༩	བསམ་ལྷ་བཟོངས་ མཁར་	ཚོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༢༧	
༡༠	བཀྲིས་སྐར་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༥༣	
༡༡	བཀྲིས་གཡང་ལྷེ་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༥༡	
༡༢	ཀྲོང་གསར་	བསྟན་འཛིན་དོ་རྩེ།	༦༤	
༡༣	ལུམ་ཐང་	བསམ་གཏན་དབང་ལྷུག།	༦༥	
༡༤	དབང་འདུས་ཕོ་བྲང་	ཀམ་དབང་འདུས།	༡༣༢	
༡༥	རྒྱལ་	ཀམ་ཚོ་དབང།	༤༡	
༡༦	བསམ་ལྷེ་	ཀམ་ཚོ་དབང།	༣	
༡༧	པདྨ་དགའ་ཚལ་	རིན་ཚེན་དོ་རྩེ།	༣༢	
༡༨	གཞལ་མ་སྐར་	རིན་ཚེན་དོ་རྩེ།	༢༢	
༡༩	གསར་སྐར་	ཚོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༢	
༢༠	ཚུ་རང་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༡	
		<b>ཡོངས་བསྟོམས</b>	<b>༡༠༦༢</b>	



ཐེ་ཏྲ་ཀུལ་པོ།







# སྤྱི་ན་རྫོང་ལག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་།

## བར་པ་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (ལ)

### ༡ ཚོས་སྦྱིད་མོ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་རྒྱུ་ལ།

ཚོས་སྦྱིད་མོ།

ལོག་ས་རྒྱུ།

འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་།

གཡུས་བ་ལ། སྤང་ན། སོ་བ་སོ་ལ།

ལོག་པའི་སའི་མི་སེར།

ཨ་ལུ་སྦྱེ་ནི་མེད་མི་དང་ཨ་ལོ་མ་གསོ་མི་རྒྱ་གིས་བརྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨོན་  
པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལོག་པའི་ས་ལས་སྤྱི་ན་ཁའི་གཞུང་ལས་བདེ་ལྟེ་ འོ་ལགས་རྒྱུ་པོའི་གྲུབ་རྒྱུ་བརྒྱུ་ཏེ་ དུམ་གྲ་ཅིག་  
འགྲུལ་ད་ སྒོར་ལྷ་བ་གྲུར་མཚོད་རྟེན་ཡོད་མའི་ཐད་ལྷ་ས་སྤེལ་སྤེལ་སྤེལ་ སྤྱི་ན་གཙང་རྒྱུ་དང་ སྦྱོང་པའི་རོང་རྒྱ་འཛོམས་  
ས་ལུ་ ལོག་ས་རྒྱུ་གི་མཚོ་འདི་ འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་གི་སྤང་མ་ཨམ་ཚོས་སྦྱིད་མོའི་གནས་ཁང་ཨོན་པས།  
ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་གདན་ས་ འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་གི་རྒྱུ་ལའ་ཡོད་པའི་ཐེད་སྦྱོང་གིང་གཅིག་  
ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་སྦྱོང་གིང་དང་ གཅིག་གནས་བདག་ཚོས་སྦྱིད་མོ་གི་སྦྱོང་གིང་ཨོན་པས་སྤེལ་  
བཤད་པ་ཨོན་པས།

### རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ལྷག་མཚན།

རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་༡༠ པ་སྤུལ་སྤུལ་འཛིགས་མེད་ཚོས་གྲགས་མཚོག་གིས་ ལྷགས་བསྐྱིགས་གནང་མི་འཕྲིན་  
བཅོལ་བསྐྱུས་པའི་ནང་། སྐྱེ་མདོག་དཀར་ཞིང་མཛོས་པའི་གཟུགས། |རྣམ་འགྲུར་མ་དེས་ཅིང་ཡང་

སྟོན། །ཕྱག་གཡམས་གསེར་གྱི་འུ་ལུ་བསྐྱམས། །དག་དང་བགེགས་ཀྱི་ཀླད་པ་འགོམས། །གཡོན་པ་ཚུ་ཤེལ་  
 གཞོང་པ་ཐོགས། །སྐྱབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །འཁོར་དུ་ཤ་ཟ་སྐྱོན་མོས་བསྐྱོར། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
 སྤང་མ་ཆེ། །ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་འབངས་གཅིག་ཤུ། །ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་ །འཆི་མེད་ལྟ་ཁང་གི་སྤང་མ་  
 །ཨམ་ཚོས་སྦྱིད་མོ་འདི་ །སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་ །མཛོས་པའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། །སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་ལྟ་རྫོང་གི་དར་  
 དང་གོས་ཆེན་བཞེས། །རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན། །ཕྱག་གཡམས་ལུ་གསེར་གྱི་འུ་ལུ་བསྐྱམས་  
 །ཏེ་ །དམ་ཉམས་དག་བགེགས་ཚུ་གི་སྟོག་རྩ་བཅད། །གཡོན་ལུ་ཚུ་ཤེལ་གྱི་གཞོང་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ །ཚོས་མཛད་  
 །ཡོངས་ལུ་དངོས་གྲུབ་གནང་། །འཁོར་ཤ་ཟ་སྐྱོན་མོ་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨོན་པམ།



ཚོས་སྦྱིད་མོ།

**དམ་བཞག།**  
 འོག་པའི་ས་ལས་སྐྱུ་ན་ཁའི་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་ འོ་ལགས་རྒྱུ་པོའི་སྐྱབ་ཚུ་བཀལ་ཏེ་ །ཀེ་ལོ་མི་ཁར་། མ་  
 །ལངས་ཅིག་གི་ས་ཁར་ །སྐྱོར་ལྟབ་གྲུར་མཚོད་ཉེན་ཡོད་མིའི་ཐད་ཕྱང་སྟེ་ འོག་ས་རྒྱབ་ཀྱི་རོང་རྒྱུད་ནང་ །ཚོས་  
 །རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་གིས་ །ལོང་རོང་བདུད་མོ་ཡོད་པ་མཁྱེན་ཏེ་བདུལ་བར་བྱོན་མ་ད་ །ལོང་རོང་  
 །བདུད་མོ་གིས་ །གཙང་ཚུ་ཡི་སྐྱུག་ལས་གཟུགས་གནམ་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་སི་སྟེ་སྟོན་ཏེ་ །རྒྱ་གནམ་ཁར་  
 །གཏོར་བའི་ར་སྐྱུ་དེ་སྟེ་འཐེན་ལུག། །ཁྱེད་གསོན་དང་འདིར་འབྱོན་རྣལ་འབྱོར་པ། །གངས་དཀར་ཏི་སི་སྐྱེ་ཆེ་  
 །སྐད། །བྱང་ཐང་མི་མེད་ལྷགས་པའི་རྫོང། །ས་དོ་ཁ་བས་གཡོགས་པ་ལ། །དེ་ལ་ཡ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཆེ། །དར་

སེང་དཀར་མོ་སྐྱ་ཆེ་སྐད། བྱོལ་སོང་པགས་དཀར་རལ་པ་ཅན། །ལུང་སྟོང་འོ་དོད་འབོད་པ་ལ། ཉེ་ལ་ཡ་  
 མཚན་ཅི་ཞིག་ཆེ། བྱ་བཏང་ཀུན་ལེགས་སྐྱ་ཆེ་སྐད། ཞོར་མེད་སྤང་འབྲམས་བྱེད་པ་ལ། འག་འབྲལ་  
 འཆལ་གཏམ་བཅོག་གཏམ་མཁན། བྱ་མིན་སྟོན་སྟོན་བྱེད་པ་ལ། ཉེ་ལ་ཡ་མཚན་ཅི་ཞིག་  
 ཆེ། བྱུག་དང་མཚོད་པ་འབྲལ་རེ་ཤི། བྱོད་སོང་ཤིག་སྲུ་ཡི་ཞལ་ནས་གསུངས། འགོ་བ་གང་གི་དོན་དུ་  
 འོང་། བྱོད་ཀྱི་བརྒྱད་པ་གང་ལ་ཐུག སངས་རྒྱལ་ཡིན་ན་དེ་ལན་ཐོངས། ཟེར་ལུ་ལུག། དེ་ལས་སྐྱམ་  
 འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ ཡར་ཉོན་དང་སྲུ་བདུད་མཚོ་སྐྱོན་མོ། མི་ང་ལ་བྱང་གསོད་མ་བྱེད་  
 ཅིག ཉུས་ད་རེས་སྟོན་ལམ་སྟོན་པ་ཀྱིས་འཕྲད། སེམས་ཏ་ལོང་འཆལ་ཡོར་མི་གཏོང་པར། བྱོད་དར་ཅིག་  
 རྣ་བའི་དབང་པོ་ཉོན། གངས་དཀར་ཉི་མི་སྐད་པ་དེ། ཉེ་ལ་བཅོམ་ལྷ་བརྒྱའི་བཞུགས་གནས་  
 ཡིན། ཉེར་སེང་དཀར་མོ་སྐད་པ་དེ། མ་དག་མཁའ་འགྲོའི་ཆེབས་པ་ཡིན། བྱ་བཏང་ཀུན་ལེགས་སྐད་  
 པ་དེ། རྒྱལ་ཁབས་ཡོངས་ཀྱི་མཚོད་གནས་ཡིན། ཞོར་མེད་སྤང་ལ་འབྲམས་པ་དེ། ཞེན་པ་ནང་ནས་ལོག་  
 པ་འིན། ཁ་ནས་གང་བྱུང་སྐྱ་བ་དེ། རྒྱལ་འཚོས་བཟང་བརྗེ་ཞིག་པ་ཡིན། བྱ་མིན་སྟོན་སྟོན་བྱེད་པ་  
 དེ། གང་བྱུང་ལམ་དུ་བྱེར་བ་ཡིན། རང་སོང་ཞིག་དོ་རྗེ་འཆང་གིས་གསུངས། འགོ་བ་འཁོར་བ་བསྐྱལ་དུ་  
 འགོ། རྒྱལ་ལུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིན། མི་ང་དང་མི་ལ་རས་པ་གཉིས། རྒྱུན་བཟང་ངན་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་དུ་  
 ཆེ། བྱོད་ལོང་རོང་བདུད་མོ་ཚོས་སྟོང་སྦྱིད། ལྷ་སྲུ་གཞོན་སྦྱིན་བདུད་ཀྱི་རིགས། ཡིད་འོང་སྦྱིང་སྲུག་ཕྱག་  
 རྒྱར་འོས། རྒྱལ་ལུགས་ཤིག་ལ་ང་ཕྱིར་འདོངས། བདེ་ཆེན་ཐར་པའི་ལམ་སྐྱ་ཟེན། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
 ལས་རུང་ན། རྒྱལ་ལུགས་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་འདོད་ན། མི་ང་ལ་བྱང་པོར་སྟོན་ཤིག་དང་། ཟེར་གསུངས་ད།  
 བདུད་མོ་འདི་གིས་གཟུགས་གཞི་ག་ནི་བ་ལེགས་པ་ གདོང་འཇའ་རིས་མོ་སྟེ་སྟོན་ཏེ་ རྒྱལ་ལུགས་ཀྱི་གཞོངས་ནང་  
 ལུ་ འབྲས་ཆང་བཀའ་སྟེ་སྲུ་དེ་སྟེ་སྲུལ་ལུགས། གསོན་དང་བྱ་བཏང་ཀུན་ལེགས་ལ། གཏུང་གི་ཆེ་ཞིང་ཚོས་ཀྱི་  
 བརྒྱན། ཐམས་ལུས་ལ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས། ཐམས་ཤེས་མདའ་གཞུ་བཅོད་པའི་སྲུབ། ཉོན་མོངས་གསོད་  
 ཕྱིར་ག་ཕྱི་ཡིད། ཉེ་ལ་སྲུད་རྒྱལ་པའི་བརྒྱལ་ལུགས་ཅན། བདག་བདེ་ཆེན་ཐར་པར་བྱང་དུ་གསོལ། རང་ནི་  
 བྱ་སྦྱིད་ནམ་མཁའི་རྒྱན། སྟོན་ནི་མཚར་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང། སྐད་ནི་བདེ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནང་། སྐྱུ་འཚུམ་  
 འོག་བཏེག་མ་གཏོགས་པ། འཚོས་འཚོས་འཚུམ་འཚུམ་མང་རབས་ཡོད། བྱོད་ནི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུ་ལ་  
 དགའ། རང་ནི་སྲུ་རིགས་འདོད་ཆགས་ཆེ། ཉེ་རིང་མཇལ་བར་རྟོན་འབྲེལ་བཟང་། ཉོན་ལུ་ཅིས་ཀྱང་  
 བཞུགས་པར་ལུ། བསྟེན་བཀའ་ལུས་འབྲེལ་ཞིབ་དུ་སྲུབ། བཀའ་དྲིན་རྣམས་གནང་དུ་གསོལ། ཟེར་ལུ་  
 ཞིན་མ་ལས་ བདུད་མོའི་གནས་ཁང་ནང་ལུ་གདན་འདྲེན་ལུས་ཏེ་མཚོད་པ་སྲུབ་སྟེ་ ལུལ་ལས་ཚོས་པ་རྒྱ་གི་  
 འབངས་ལུ་ཁས་སྤངས། ད་ལས་ཡར་མིའི་ཚོ་སྟོག་ལུ་ གཞོད་པ་མི་བཀའ་འདི་དམ་བཅའ་སྲུབ་པ་ད། སྐམ་

འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ མཚོ་སྐོན་མོ་དང་གཉེས་སུ་མེད་པའི་ཕྱག་རྒྱ་མ་སྟེ་བཞེས་ཏེ་ ཚོས་ཀྱི་སྡོད་ལུ་  
 ལྷུང་ཞིན་ན་ ཚོས་འབྲེལ་ཡང་གནང་ཅུག།



ཨམ་ཚོས་སྤྱིད་མོའི་གནས་ཁང་།

ཤུལ་ལས་ཚོས་ཇི་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ སྤྱ་ཅང་ནམ་མཁའ་སྐོན་མ་དེ་ཡང་ དུས་ལུ་བབས་ཨིན་མ་  
 མཁའ་ཏེ་ལོག་པ་སྤྱ་ཅང་ཁར་བྱོན་པའི་ལམ་ཁར་ ལོང་རོང་བདུད་མོ་གིས་མིག་སེར་ལྟ་སྟེ་ ཀངས་གཉེས་སྐྱ་  
 ཏལ་ཏེ་ གཡུས་ཚན་མར་རྒྱུར་གྱི་རི་གྲུང་བཀལ་ ཨོམ་གནམ་ཁར་འཕྱར། རལ་པ་ས་ཁར་བྱུད། སྤྱ་བར་  
 སྤང་ཁམས་ལུ་ཁ་བརྒྱུངས་ཏེ་ སྤྱ་དེ་སྟེ་སྤུལ་ཅུག། རྩོད་མར་བྱོན་སྤང་པོ་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན། ཡང་ན་ལུང་  
 བརྟན་སྒྲ་མའི་བྲ། ཡང་ན་བདུད་པོ་ཚོ་འཕྲུལ་ཅན། ཡང་ན་སྐོན་པ་ཐོ་ཚོ་ཅན། ཡང་ན་ཚེ་བཟད་ལམ་བཟད་  
 མཁའ་ཏེ། བལ་ཆེར་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་འདྲ། རྩོད་ད་ནངས་ཡོང་ཡོང་ག་ནས་ཡོང། ལམ་འདི་གཉེས་  
 གཅིག་ནས་གཏོང་ས་མེད། ཡིད་མཚན་ལྡན་སྤྱ་མ་སྐོན་རེ་རན། འག་སྐོན་ལམ་ཏེ་ལ་བརྐྱོན་རེ་རན། ཟེར་  
 ཞུ་ཞིན་ན་ ཚོ་འཕྲུལ་འདྲོག་གི་སི་སྟེ་སྐོན་ཏེ་གཙང་རྒྱུ་ལ་ཡར་ལྷ་འཁྱིལ་བཞག་པ་ད། ཚོས་ཇི་འབྲུག་པ་ཀུན་  
 ལེགས་ཀྱིས་ ཕྱག་གཡམས་པ་གིས་ རྩོ་རྩོ་ཕ་བ་ལས་བཟུང་སྟེ་ཡར་ལྷོང། ཕྱག་གཡོན་མ་གིས་མོ་གི་ཨོམ་གྲུང་  
 བཞེད་སྟེ་ དེ་སྟེ་གསུངས་ཅུག། སྤྱེར་ཆགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེལ་རྩོང། རྩལ་གསུམ་ལུས་ལ་གཡུ་རལ་རྒྱས། མཐོ་  
 གངས་དཀར་གྱི་སྟེང་དུ་ཉམ་ང་མེད། སྟོ་སེང་ལྗེང་ནགས་ཀྱི་སྤྱུག་མོང། འདམ་ཕུལ་ལུས་ལ་རི་མོ་  
 རྒྱས། སྟོག་ཆགས་གཞན་ན་ཉམ་ང་མེད། རུབ་མ་པམ་གཡུ་མཚོའི་ཉ་མོང། མཉེན་ལྷུག་གི་ལུས་ལ་རྩ་  
 ལ་རྒྱས། བྱ་རྒྱོང་གི་ཆལ་ལ་ཉམ་ང་མེད། བོད་ཀྱི་འབྲུག་སྐོན་ཀུན་ལེགས་ང། འདམ་བཞེད་ལུས་ལ་བདེ་  
 བརྒྱས། རྩོད་བདུད་མོའི་བྲ་གར་ཉམ་ང་མེད། ལོང་རོང་བདུད་མོ་ཚོས་སྐྱོད་སྐྱོད། བརྟེན་ནམ་མཁའ་ཆ་  
 སྐོད་ལ། རྩོད་ཀྱི་སྟོག་སྤྱིང་ང་ལ་སུལ། འས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤུང་མར་བསྐྱོས། འདྲོ་རྩུབ་བྱེད་པའི་ཁྲེལ་  
 མེད་མ། འང་ན་ནངས་རྟོག་མེད་ཐང་ནས་འོང། འདྲོ་དགོང་རོ་སྐོན་མས་དགོན་པར་འགོ། འདྲོ་ཚོས་འབྱུང་གི་



ངང་ལ་སྒྲིད། ཁྱོད་རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་ལ། གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག ཟེར་གསུངས་ཏེ་ ཐེ་  
 ཚོམ་གང་ཡང་མེད་པར་བཞོན་མ་དུ་ མོ་དོ་གུར་ཐིམ་སོ་རུག། ད་རུང་གྲོ་མ་གིས་ དོ་གུར་དོ་རྗེ་དཔག་སྟེ་  
 ཁྱོད་ལོང་རོང་བདུད་མོ་ཚོས་སྐྱོང་སྐྱིད། །འགོ་བའི་སོག་ལ་མ་གཞོན་ཅིག བྱིས་བྱུང་འགོ་ལ་གཞོན་སེམས་  
 བ། །ངས་པ་བོང་བཞིན་ཏུ་བཏུལ་བར་བྱ། ཟེར་གསུངས་ཞིན་ན་ དོ་ལུག་གུར་དོ་རྗེ་གིས་གསོབ་དུ་ དོང་ཏེ་  
 དེ་ཏོ་རེ་ལྷ་གང་དེ་ཅིག་བཏོན་པའི་ཤུལ་ ད་ལྟོ་བར་ཡང་ ལོང་རོང་ལྷ་གི་མཐའ་མར་མཇལ་ས་ཡོད།



བདུད་མོ་ཉ་ལུ་སྐྱུལ་མི་འདི་བྱག་གུར་ལྷུགས་པའི་པར།

བདུད་མོའི་རང་གཟུགས་སོ་སོར་འབྲུལ་གནང་བ།

ལོང་རོང་བདུད་མོ་གིས་ ཉ་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་བྱོག་འགྲོམ་དུ་ ལྷམ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ སྐམ་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་  
 བདའ་སོང་ཞིན་ན་ གཙང་ལྷ་ནང་ལས་འབྲུ་བཀོམ་དུ་ ལམ་ལྷག་གི་དོ་གུར་ཕོག་པའི་ཤུལ་ ད་ལྟོ་བར་ན་  
 ཡང་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་འདུག།

ཨ་ཙི་ཅིག་ལ་ལས་ གཟུགས་མ་མཐོང་པའི་སྐད་ཤུགས་སྟེ་རྒྱུ་སྟེ་ སེམས་རང་རྒྱལ་གྱི་འབྲུག་པ་ཀུན་  
 ལེགས་ཁྱོད། །ང་འབྲུང་པའི་ཕྱག་རྒྱ་རྒྱུ་ཏུ་བོར། ཁྱོད་མི་ཡི་བྱ་མོ་དང་ཏུ་ལེན། །ངས་མིག་སེར་ཀུན་སྒོང་  
 བྱས་པ་བདེན། །ལྷགས་དགོངས་པའི་དབྱིངས་སུ་བཟོད་པ་བཞེས། ཟེར་ལུ་སྟེ་ རྒྱུ་མ་རྒྱུ་སྟེ་ རྒྱུ་མ་རྒྱུ་སྟེ་  
 ལུས་ལྷ་ཡི་ར་བལྟ་དགོ་མཐོ་སི་སི་སྟེ་སྟོན་ཏེ་ ལག་པར་བ་མེན་ར་རྩང་ནང་ལུ་ འབྲས་ཆང་བཀའ་སྟེ་ ཞབས་  
 ཏོག་བསྟེན་བཀའ་སྟེན་སུམ་ཚོགས་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ལུ་མ་ཚང་ འགོ་བའི་ཚོ་སོག་ལུ་གཞོན་པ་མི་བཀའ་ཞིའི་དམ་  
 བཅའ་ཕུལ་མ་དུ། ཚོམ་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ མིང་ཡང་འཛོམས་སུ་སྐྱིད་ཟེར་བཏགས་གནང་སྟེ་  
 འཆི་མེད་(ཁྱི་འབྲུར་)ལྷ་ཁང་གི་སྐུང་མ་སྟེ་བསྐོས་གནང་རུག།

རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་༡༠ པ་ སྤྱལ་སྤྱོད་འཛིགས་མེད་ཚོས་གྲགས་མཚོག་གིས་བཅུམས་གནང་མི་འཕྲིན་བཅོལ་  
བསྐྱུས་པ་ནང་ལྟ། འབྲུག་སློན་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་ཡི། །བདེ་ཆེན་ཏུ་གི་གསང་བའི་ཡུམ། །མིང་ནི་བུ་སྐྱིད་  
ནམ་མཁའི་རྒྱན། །དེང་སང་ཚོས་སྐྱིད་མ་ཞེས་གྲགས། །བཀོད་གནང་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་པས།  
ས་གནས་འདི་ ཚོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལོག་བྱོན་སའི་བྱོན་ལམ་ཡིན་ནི་འདི་གིས་ ལོག་ཐང་དང་དེ་ནང་ཅུ་དང་ཚུ་  
མེད་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་སྤྱོད་མོ་ཟེར་བཏགས་ཏེ་ ལོག་ཐང་སྤྱོད་མོ་ཟེར་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ ལོང་རོ་བདུད་མོ་ལུ་བཀའ་བསྐྱོད་དམ་བཞག་གནང་སྟེ་ དངོས་མེད་ལྷ་སྲིན་  
གསང་བའི་ཡུམ་སྟེ་ བཞེས་མི་ཨམ་ཚོས་སྐྱིད་མོ་འདི་ འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱང་མ་སྟེ་ བསྐྱོས་ཞིན་མ་ལས་  
བཟུང་ ཏུས་ད་ལྟའི་བར་ན་ཡང་ ལྷམ་གིས་ཕྱི་རུ་ཨ་ཏྲག་ར་གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་གིས་  
ཡང་མ་དོ་བར་ ལོག་པ་གཡུར་བ་ཁ་དང་ སོ་བ་སོ་འི་བྱུང་པ་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་མ་ད་ ཚོས་སྤྱང་གི་གས་  
ཁང་གཏང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྱོད་ཀྱང་གཏང་པའི་ཚེ་ གསོལ་ཁའི་བསྟོད་པའི་སྐབས་ སློན་འབྲུ་དམོད་བཅོལ་  
རྒྱབ་སྟེ་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། གནས་པོ་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་བརྟེན་མཚོན་ལུ་ ལྷམ་ཐོག་  
གུར་དར་ཁ་འཕུར་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱང་མ་ཚོས་སྐྱིད་མོ་འདི་ མགོན་སྐབས་བཟང་ནི་འདི་གིས་ ཨམ་སུ་ཨ་ལུ་སྐྱེ་ནི་མེད་མི་  
དང་ ཨ་ལོ་མ་གསོ་མི་བཟང་ཚང་ཚུ་གིས་ འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་ལུ་ཨམ་ཚོས་སྐྱིད་མོའི་སྤྱོད་ལུ་བཅར་  
ཞིན་མ་ལས་སློན་ལམ་བཏབ་སྟེ་ ཨ་ལུའི་དངོས་གྲུབ་དང་མིང་ལྷུ་བ་ཅིན་ ཨ་ལུ་སྐྱེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཆེས་  
དགུང་ལས་ཡལ། ལྷམ་ཐང་མ་ལས་མ་ཤོར་བར་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གསོ་ཚུགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ངལ་རངས་  
བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས།

དེ་ཡང་འབྲུག་པའི་མི་སེར་རྒྱུང་མ་ཅིག་མིན་པར་ ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བཟང་ཚང་  
གཅིག་ལུ་བུ་གཞི་མེད་པར་ གསོ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ག་དེ་སྟེ་འབད་རུང་ ཨ་ལུ་ཆགས་ནི་མེད་པ་  
ལས་ དོན་རྒྱུ་བཅུགས་སྟེ་འཆི་མེད་ལྷ་ཁང་ལུ་ ཨམ་ཚོས་སྐྱིད་མོའི་སྤྱོད་ལུ་བཅར་ཏེ་ ཨ་ལུའི་དངོས་  
གྲུབ་ལུ་བའི་བྱུང་ལུ་ ཨ་ལུ་ཆགས་ཏེ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྟེས་ཡོད་པའི་སྤྱོད་གྲགས་ འཛོམ་གྱིང་ནང་བྱབ་སྟེ་  
ཡོད་མི་འདི་གིས་ འབྲུག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་མི་ཡར་འཕར་འགྱུ་དོ་ཡོད་པ་  
ཡིན།

གཟུགས་ལུ་ན་ཚ་བྱང་མི་དང་ ཨ་ལུ་མ་གསོ་མི་ མིང་ལུ་མི་ཚུ་ཡང་ སྲ་མའི་མཚན་ ཀྱན་ལེགས་དང་སྐྱགས་  
ཏེ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གལ་ཅན་གྱི་ལུ་དང་དོན་དག་འགྲུབ་དགོས་ཅེ་ཡོད་པ་ད་ སྤྱད་ཁ་དང་སྐྱན་དར་  
ཕུལ་ཏེ་ འོ་ལུ་ཕ་ད་ སྲམ་འབྲུག་པ་ཀྱན་ལེགས་ཀྱི་འོ་སྐལ་༡༩༩༩ གསང་བའི་ཡུམ་ཨམ་ཚོས་སྤྱི་མའི་འོ་  
སྐལ་འགན་པ་ཅིན་ དེ་བ་ལྷག་པའི་དཔལ་འོ་མི་ལུག།

---

རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།  
ཚོས་སྤྱི་མའི་གསོལ་ལ།  
འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།  
དགའ་ལེགས།

༡ བཙན་ཚོད་དོ་རྗེ་བྲག་རོང་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

བཙན་ཚོད་དོ་རྗེ་བྲག་རོང་པ།

དར་འཕྱར་སྐང་།

སྐང་མ་ཁ་ཚོལ་ཚོས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

སྐང་མ་ཁ།

སྐང་མ་ཁ། གསེབ་ལྷོ་ཁ། ལོག་སྐྱ་ནའི་མི་སེར།

མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་འགྲུབ་

ཅི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཐིམ་སྐྱུག་དང་སྐྱུ་ན་ཁ་ དབང་འདུས་ཀྱི་ལམ་ཁ་བྱལ་ ལོག་པ་མེ་འཚོག་ནང་ལས་ ཀང་ཐང་སྐྱེ་དུས་ཡུན་  
སྐར་མ་༡༠དེ་ཅིག་དང་། དེ་མིན་རུང་ རང་འབྱུང་འཐོན་སྐྱེད་སློབ་སྦྱོང་སྐྱེལ་ནང་ལུ་ འཁྱོ་སའི་སྐྱུམ་འཁོར་  
རྒྱུར་ལམ་བདེ་འཕྲེ་ ཀེ་ལོ་མི་ཁར་༡ མ་ལང་མ་ཅིག་འཁྱོ་ཕ་ད་ སྐང་མ་ལྷ་ཁང་ནང་སྟོད་པ་ཡིན་པས། གསེབ་  
ལྷོ་ཁ་དང་ལོག་སྐྱ་ན་ སྐང་མ་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་གསོན་པའི་རྒྱུན་སེལ་རིམ་གོ་དང་ གཞིན་  
པའི་དགོ་ཅ་སྐྱུབ་ས་སྐང་མ་ཁ་ཚོལ་ཚོས་གླིང་ལྷ་ཁང་ནང་ཡིན་པས།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་པོ་བྲག་རོང་པའི་མཚན་ ཕོ་ལྷ་དར་འཕྱར་སྐང་མ་ཟེར་ལུ་དོ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཕོ་  
ལྷའི་གནས་ཁང་འདི་གསེབ་ཉོག་ཁ་གཡུས་ཚན་དང་ སྐང་མ་ལུང་མ་གི་བར་ན་ ས་གནས་དར་འཕྱར་སྐང་  
ཟེར་ སྟོང་སྐྱུ་ཤིང་ཚོལ་ཉོ་སྟེ་ཡོད་སར་ཡིན་མ་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་དང་སྐྱུག་ཉེ་ ཕོ་ལྷ་དར་འཕྱར་  
སྐང་མ་ཟེར་ལུ་སྟོལ་དར་བྱུ་མོང་རུག་ཟེར་ཡིན་པས།

གནས་པོ་བྲག་རོང་པ་འདི་ རོ་བོ་དཔལ་ཉ་མཚོག་རོལ་པ་ཡིན་རུང་ རྣམ་པ་བཙན་ཚོད་ཀྱི་སྐྱུར་བཞེངས་ཉེ་  
བཞུགས་པའི་གནས་ཁང་ འོར་བུ་བྲག་རི་བར་མཚམས་མེད་པ་ཡུག་གཅིག་མ། དཔོན་འདོད་འབྱུང་བའི་  
དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་དང་ གསེར་གཞོང་རིན་ཆེན་འབྲས་ཀྱིས་གང་བའི་ཨ་རི་ སྟོད་ཉམས་སྟོན་བའི་གཡུས་  
ཚན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་སྐྱུག་ལུ་ ཀུན་ཏུ་བབང་པའི་རྣམ་འཕྲུལ་ལས་བྱུང་བའི་ཕོ་བྲང་གཞུལ་ལས་ཁང་



གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྤེལ་བ་ལྟར་མ་དག་པའི་ངོ་ལུ་ དར་འཕྱར་སྐང་ཟེར་སར་གནས་ཤིང་སྒྲོང་ཚང་དང་  
གནས་ཁང་མཚོན་རྟེན་ཅིག་ལས་བཀལ་ཏེ་མངའ་མི་ཚུགས་པ་ཡིན་པས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

བཙན་མོད་རྟོ་རྗེ་བྲག་རོང་པ་སྐྱེ་མདོག་  
དམར་པོ། ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་  
སྤྱན་གསུམ་སྤང་མིག་ཏུ་གཟིགས་པ།  
བསྟན་པ་ལུ་གཞོན་པའི་དབྱ་བཞེགས་  
གདུག་པ་ཅན་ཚུ་གི་སྤིང་ཅ་ ལྷུ་མ་ནིའི་  
བར་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་སྤྱི་ཏོ་རྟོ་ས་  
འིག་འི་ཡོད་པའི་མདུང་དམར་དང་། ཕྱག་  
གཡོན་ལུ་ དམོས་འདོད་རེ་བ་སྐྱོང་བའི་  
ལོར་བུ་བསྐྱམས། སྒྲོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་  
གྱི་ཁམས་ བྱང་གཏང་པའི་ཡུན་ལུ་



བཙན་མོད་རྟོ་རྗེ་བྲག་རོང་པ།

བསྐྱོར་ཚུགས་པའི་རྟ་དམར་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་བྲགས་ལྡན་ལུ་ཆིབས། སྐྱེ་གཟུགས་ལུ་ མཚོན་ཆ་སྤུང་བའི་གོ་ཁབ་  
དང་ དབྱུ་ལུ་ལྷགས་མོག་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཏོག་དང་བཙས་པ་སྤེལ་བཞེས། དཔའ་བོ་དམག་ལུ་བྱོན་པའི་ཚུལ་ལུ་  
དབྱ་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཉིན་ལུ་བ་ལྷ་འབྲེལ་འཕྲིན་ལས་རྣམ་པ་བཞིའི་སྐོ་ལས་ སྒྲོང་གོགས་མཚན་གནང་མ་  
མ་ཚད། གསང་བའི་ཡུམ་ལྷ་ལྷུ་བདུད་བཙན་ མ་གསང་སྤྱན་མོ་དང་ ལྷང་ཞིང་སྤིད་པའི་ལྷ་སྤིན་དེགས་པའི་  
ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

གནས་པའི་གསོལ་ཁ་ནང་ལུ་ སློབ་དཔོན་བསྐྱོད་ཐོང་དང་། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་སྐྱེ་མེད་ཞང་། འབྲུག་  
སྤྱོན་ཀྱལ་ལེགས་སྤྱན་སྤྱ་ ཞལ་བཞེས་མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཚོད། འབྲུག་པར་མཐུ་ཆེན་འབྲུག་པ་  
དང་། འབདུད་འབྲུལ་རྟོ་རྗེའི་སྤྱན་སྤྱ་ ཞལ་སྤངས་གཉེན་པོ་མ་གཡེལ་བར། འབདག་ཅག་བསམ་དོན་ཡིད་  
བཞིན་འབྲུབ། ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་གཙོ་བོ་འགྲོ་མགོན་ཞང་དཔལ་ལྡན་གཡུ་ཁ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གོང་མའི་ལུང་

བསྐྱེད་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ སྤང་གཤོང་དགོན་པར་བྱོན་མ་དུ་ བྲག་རྩེ་པ་གིས་རང་ག་ལྷགས་དངོས་སུ་བསྐྱེད་ཉེ་  
བསུ་བ་ལྷུ་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ དམ་ཚེག་དོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ་ ལུང་གཤོང་འདི་ནང་གི་སྤྱང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་  
གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### ངག་རྒྱུན།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་པོ་བཙན་ཚོད་དོ་རྗེ་བྲག་རྩེ་པ་འདི་ གནས་ཤིང་ཡོད་སར་ མཚོད་རྒྱ་རྒྱབ་སྟེ་  
བཞག་པ་མ་གཏོགས་ གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་མེད་ནི་འདི་གིས་ ལོ་ཚེག་སྐབས་ གཏོར་གྲལ་བཙུགས་ཉེ་གཏང་  
སྲོལ་མེད་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ སྤང་མ་ཁ་གཡུས་ཚན་ལས་ཡིན་མི་ ཡལ་གདོང་དཀར་མོ་གིས་  
དགོངས་སྐོར་ལྷུ་མ་བཞིན་དུ་ ལ་ལ་ལུ་བཞགས་མི་སྤྱོད་ནམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ འགོ་མགོན་ཞང་གི་རྣམ་  
ཐར་ལུ་ གཞི་བཞག་སྟེ་གནས་པོ་གི་གསོལ་ཁ་ གཞུང་ཚོག་ཅིག་བཙུགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རུང་རྟིང་  
མ་སྟོས་གཏུང་བྲམ་གིས་ལྷུ་མ་བཞིན་དུ་ སྤྱོད་ནམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ར་ གཉེར་གསོལ་བཙུགས་གནང་  
ཡོད་པ་སྟེ་ སྤྱ་རོ་རབ་སྟེའི་གནས་བཟོན་མཁན་པོ་ ཀུན་ལེགས་བསྐྱེད་འཛིན་གྱིས་གསུངས་མ་ཡིན་པས།  
བཤད་སྲོལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ལོགས་སྤང་མ་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ རྒྱ་རྒྱུ་འདམ་རྒྱུ་ཡོད་  
སའི་མཚོ་སྐྱེན་མོ་འདི་ གནས་པོ་བྲག་རྩེ་པ་འདི་གསང་ཡུམ་ཡིན་མ་དུ། མཚོ་སྐྱེན་མོ་ལུ་གསོལ་མཚོད་ལུ་ལམ་དུ་  
སྤྱད་ལུགས་མཐོ་སུ་ཅིག་སྟེ་མཚོད་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ལྷན་མི་དུངས་ནི་འདི་གིས་ཡིན་མ་ལས་ ཡམ་བྱ་རྒྱལ་མ་  
ཟེར་ལྷུ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

---

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ལྷ་ཚེན་བྲག་རྩེ་པ་འདི་གསོལ་ཁ།

### འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

མཁན་པོ་ཀུན་ལེགས་བསྐྱེད་འཛིན། ཚོགས་པ་བཟང་ཀླ།

༣ རི་བཙན་ཇོ་བདག།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རི་བཙན་ཇོ་བདག།

གནས་ཁང་། གོལ་ལྷ་ཡུང་མ།

གཡུས། མཚོ་སྐོར་ན།

བསྟེན་མི། མཚོ་སྐོར་ནའི་མི་སེར།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ། མི་ལོར་བས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་སང་སེར་དང་འབྲུ་སྲིན་གྱི་གནོད་པ་  
རྩོག་ཐབས་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ཡུལ་བཙན་ལུ་རྒྱབས་ལུ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུན་ཚོགས་འདོད་དགའི་མཐའ་དག་སྐྱེས་པའི་གནས་མཚོག་ ཇི་ཞིམ་མེ་ཏོག་དང་ དཔག་བསམ་ལྷོན་གིང་  
གིས་བསྐྱོར་བའི་སྐྱུག་ སྐོམ་པའི་གདུང་བ་སེལ་བའི་ རྒྱ་བོ་ཡན་ལག་བརྒྱན་ལྷན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་ཚང་བའི་རྒྱ་  
རྒྱུ་གི་གདོང་ཁར་ ལྷ་ཚོས་དགོ་བ་བཅུ་ལུ་གོམས་པའི་ སྐྱིན་བདག་པོ་མའི་སྲོད་ཉམས་སྲོ་བའི་ཁང་བཟང་  
སུམ་རྩེན་ལྷའི་གོང་ཁྱེར་ས་ལུ་འབབ་དང་འདྲ་བའི་འོག་ལུ་ རིན་ཚེན་འབྲས་ཀྱིས་གང་བའི་ཞིང་བཟང་ཡུག་  
གཅིགམ་དང་། ཕྱི་ལྷར་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ དཔག་བསམ་གིང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཐང་གིང་ཞལ་  
ལག་དང་འདབ་མ་རྒྱས་པ། ལྷ་ལྷར་རྒྱན་བཀོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ ལྷའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་མཚན་ཉིད་  
ཚང་བའི་པོ་བྲང་། གསང་བ་རང་སྣང་ཡེ་ཤེས་ལས་གྲུབ་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ ལྷ་མ་ཏོག་རྒྱན་གྱིས་བཀོད་  
པའི་པོ་བྲང་ནང་ མེ་ཏོག་པར་དང་ཉི་མའི་གདན་གྱར་ སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་བཀའ་སྲུང་ འཇིག་རྟེན་  
དེགས་པའི་གཙོ་བོ། སྐྱིན་བདག་བར་ཆད་སེལ་བའི་སྟོབས་ལྷན། ལྷ་བཙན་ཚེན་པོ་ཇོ་བདག་རྒྱལ་བ་ དམ་  
ཉམས་དག་པོའི་རོ་གདན་ཐིངས་ཡོད་པའི་གྱར་ འཁོར་ཚོགས་ཐང་མེད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།



རི་བཙན་ཇོ་བདག་གི་གནས་ཁང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ས་གནས་གི་ཡུལ་ལྗང་ ལྗང་བཙན་ཚེན་པོ་ཇོ་བདག་རྒྱལ་བ་འདི་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་དང་ ར་བཟའ་དང་རྒྱན་  
 ཆ་རྒྱ་འདི་ཡིན་ཟེར་ཕ་ཅིག་མེད་པ་ གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་ངོ་བོ་ལུ་ ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་ད་ སྐྱུ་ཡི་  
 རྣམ་པ་སོ་སོར་སྟོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། གསང་བའི་ཡུམ་ མ་གཅིག་དཔལ་ལྷན་ལྗང་མོའི་རྣམ་སྐྱུལ་ དད་  
 དམ་ཅན་གྱི་སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་ མཐུན་རྐྱེན་སྐྱབ་པའི་བྱམས་སྦྱོང་བཅེ་གཏུང་ཅན་ སངས་རྒྱས་མཁའ་  
 འགོམ་དང་ དེའི་སྐྱུལ་པ་ ས། རོ། རི། བྲག། རྒྱ། རྒྱུང་ལུ་གནས་པའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་བར་སྦྱོང་བའི་  
 འཁོར་སྐྱང་ཞིང་གི་དཔེ་ལྗང་འདྲེ་ བྱངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་ཅིག་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

འཆི་མེད་མགོན་པོ་པརླ་འབྱུང་གནས་དང་ མཐུ་སྟོབས་དབང་ཕྱག་ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས། གཞན་  
 ཡང་སྐུ་དང་རྒྱུ་ཐོབ་རྒྱ་གིས་ བཀའ་བསྐྱོད་མ་བཞག་གནང་མི་ལས་ ཨ་ཙི་ཅིག་ཡང་མ་འགལ་བར་  
 གཙུག་ལག་ཁང་སྐྱང་ཞིང་སྦྱོང་། བྱང་རྒྱུ་སྐྱབ་པའི་གོགས་དང་ ཡུལ་ཕྱོགས་བདེ་བར་སྦྱོང་བའི་མགོན་  
 སྐྱབས་མཛད་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

མཚོ་སྐོར་ནའི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་ ས་གནས་གི་ཡུལ་ལྗང་མཚན་ ཨཔ་གོལ་ལྗང་ཟེར་ལུ་ཨ་ཡིན་རུང་ གསོལ་ཁ་  
 དཔེ་ཚེན་ རི་བཙན་ཇོ་བདག་ཟེར་ཡོད་མི་འདི་ མཚོ་སྐོར་ནང་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱང་པ་<sup>34</sup> དེ་ཅིག་



༤ མཁམས་བྲག་པ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

མཁམས་བྲག་པ།

གནས་ཁང་།

རྒྱ་ལུང་།

གཡུས།

རྒྱ་ལུང་།

བསྟེན་མི།

གཡུས་གསར་ཁ་དང་མ་ལྟོ་ཁ་ རྒྱ་ལུང་གི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

མི་ལོ་ཟས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དང་ ལོ་ཐོག་གཞོན་པ་ལས་སྤང་ནི་དོན་ལྟ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལོག་པའི་ས་ རྒྱ་མཚུག་ཁ་ཐུག་གི་ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ ལོག་པའི་མཁམས་བྲག་པ་འདི་ ལོག་པའི་སའི་  
ལུང་གཞོན་ནང་ གནས་བདག་རྙིང་ཤོས་དང་ མཐུ་ཚུལ་ཆེ་བྲག་ས་ཅིག་ཡིན་མ་མཚན་ ཁོ་གི་འཁོར་ཡུལ་  
རྒྱུར་ཁྲུག་དང་ གསང་བའི་ཡུམ་ཨམ་བྱོད་ཉམས་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་ རྒྱབ་སྐྱོར་བཟང་བྲག་ས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ཅིག་  
ཡིན་པས།

དེ་ཡང་ལོག་པ་མེ་འཚོག་ནང་ལས་ དབང་འདུས་ལུ་འགྲོ་སའི་གཞུང་ལམ་ཁ་ལས་ དཔལ་འབྱོར་ཚོས་གླིང་  
འགྲོ་སའི་སྐྱུ་འཁོར་བྱུར་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀི་ལོ་མི་ཤར་། མ་ལང་མ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ ལམ་གྱི་བྱུར་ཁ་གཡོན་  
ཁ་ཐུག་ལུ་ རོ་རྗེའི་ཚུལ་སྟེ་ཡོད་མི་གནས་རོ་དང་ གནས་ཤིང་ར་སྐྱམ་ འབྲ་མེད་སྐྱིག་མེད་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་  
ཡུལ་རྒྱུར་ཁྲུག་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་པས།





ཨཔ་ཕུར་ཁྲུག་པའི་གནས་རྫོ།



ཨཔ་ཕུར་ཁྲུག་པའི་གནས་ཤིང་།

མེ་འཚོག་ནང་ལས་ དབང་འདུས་ཀྱི་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཨ་ཙི་ཙིག་འཕྲོམ་ད་ རྒྱ་ལུང་གཡུས་ཚན་གྱི་  
 འོག་ལས་མར་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་དག་པ་ཙིག་གི་ས་ཁར་ ཞིང་གི་ཉང་ལུ་ མཁས་བྲག་སྤང་ནང་ རྫོ་སྤང་  
 སྤལ་པའི་བཟོ་རྣམ་བཟུམ་ཙིག་ཡོད་མི་འདི་ མཁས་བྲག་པའི་གནས་རྫོ་ཨིན་མ་ལས་ བཙོག་གི་བ་ལྷགས་མ་  
 བཅུག་པར་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



ཨམ་རྫོད་ཉམས་ཀྱི་གནས་ཤིང་།

### ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལོག་པའི་མཁམ་བྲག་པ་སྐྱེ་མདོག་སྐྱེ་གནས། ལྷོ་བོའི་ཉམས་ཅན། ཏུམ་གསུམ་གཡེལ་བ་མེད་པར་ བསྟན་  
པ་དང་དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུར་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུན་ཡངས་པ། དབུ་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་  
པའི་ཚོག་ལྷ་དང་ སྐྱེ་ལུ་བསེ་ལྷབ་བཞེས། ཕྱག་གཡམ་ལུ་ བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་  
བའི་བ་དན་ ཉམ་མཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བསྟན་དགའི་སོག་རྩ་ བསྟམ་ཞིའི་ཞགས་པ་  
བསྟམས་སྟེ་ བདུད་ཏྲ་གུར་ཆིབས་ཏེ་ བཞུགས་པའི་གཡམ་གཡོན་ལུ་ ཨལ་ཕྱག་འཁོར་པ་དང་ ཨམ་རྩོད་  
ཉམས་ གཞན་ཡང་གཡོག་འཁོར་ གུངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་གིས་བསྟོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### དམ་བཞག།

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྗང་མཁམ་བྲག་པ་གིས་ ཨོ་རྒྱན་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་དང་ ལྷམ་ཞང་འགོ་མགོན་བསོད་  
ནམས་གྲགས་པའི་ཞབས་ལུ་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་བསྟན་ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲིའི་སྤྱང་མ་དང་ ཚོས་  
མཛད་ཡོངས་ལུ་ སྤོང་གོགས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་ཞིའི་ཁས་སྤངས་སྤུལ་ལུ་གྲུག། དེ་མ་ཚད་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་  
ཀུན་ལེགས་དང་ ཞབས་བྱུང་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཡང་ བཀའ་བསྟོན་དམ་བཞག་གནང་མི་ལས་མ་  
འགལ་བར་ སྐྱན་སྤོངས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་གཙོས་པའི་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ལུ་ ཉན་མཚན་སུ་གའི་སྤྱག་  
བསྟལ་ཞི་སྟེ་ བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་ འགྲུབ་པའི་སྤོང་གོགས་མཛད་དགོས་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག།



ལོག་པའི་མཁམ་བྲག་པའི་གནས་རྟོ།



**གསོལ་མཚན།**

ལོད་པའི་ས་གི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚུ་གི་གསལ་ལས་ རྗེ་ཤོས་དང་མཐུ་ཕལ་ཆེ་བྲག་འདི་ མཁས་བྲག་པ་  
ཨིན་མ་ལས་ གཡུས་གསར་ལ་དང་མོ་ལྷོ་ལ་ རྒྱ་ལུང་གི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་  
སྐབས་ ཚོས་སྤྱང་གི་གསལ་ལར་ གཏོར་གལ་བཅུགས་ཏེ་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། མཁས་བྲག་པའི་  
འཁོར་ཨལ་ཕུར་ཁྲག་པ་དང་ ཁོ་གི་གསང་ཡུམ་ཨམ་བྱོད་ཉམས་གཉིས་ ལོ་ཚོག་སྐབས་ གཏོར་གསལ་ནང་  
བཅུགས་ནི་མེད་རུང་ མཁས་བྲག་པའི་གསོལ་ལའི་སྤྱན་འབྲེན་ནང་ གདོད་གནས་མ་སྐྱེས་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་  
ཕལ། །གང་འདུལ་བདུད་བཙན་བྱེད་པའི་ཚུལ་བཟུང་བའི། །ལྷ་སྲིན་ཀུན་གྱི་མཐུ་བོ་མཁས་བྲག་  
པ། །ཕུར་ཁྲག་བྱོད་ཉམས་འཁོར་བཙན་སྤྱན་འབྲེན་གྱིས། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་མཚན་  
གཅིག་ཕུལ་བ་གིས་འཐུས་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

དེ་མ་ཚད་ རྒྱ་ལུང་པ་དང་ མོ་ལྷོ་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུལ་པ་ཚུ་གིས་ ལོ་རེའི་བར་ན་ཚར་རེ་ བྱིམ་ཚང་ཚུ་  
གཅིག་ཁར་བསྐྱམས་ཏེ་ མཁས་བྲག་སྤང་ནང་ ལྷ་བསང་གཏང་ཞིན་མ་ལས་ གནས་དོ་གུར་ཁྲུས་གསོལ་  
ཕུལ་སྟེ་ མན་སྐྱེས་ཕུལ་ཏེ་ སོ་ལྷ་མཚན་སོལ་འདུག།

ཨལ་ཕུར་ཁྲག་པ་བསྟེན་མི་ རྒྱ་ལུང་། མ་ལྷོ་ལ། གཡུས་གསར་ལ། མཚན་ཞིང་ལ། སྤ་ཆ་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་  
མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ལྟར་བཞེན་སྐོར་རྒྱབ་སྟེ་ ཕ་བོ་མི་གསུམ་གྱིས་འགོ་འབྲེན་འཐབ་སྟེ་ བྱུལ་པ་དམངས་  
ལས་ ཕུད་ལ་དང་སྤྱན་དར་ཚོགས་རྣམས་ཚུ་བསྟེ་ ལོ་ལྟར་རང་ལྷ་པའི་ཚོས་༡༠ལུ་ ཞབས་བྱེད་སྐྱེ་མཚན་  
གྱི་དུས་ཚེན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཕུར་ཁྲག་སྤང་ནང་གནས་ལང་ཡོད་སར་ བྱུལ་པ་ག་ར་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་  
ཚོགས་དང་དཀར་མེའི་མཚན་པ་ཕུལ། གནས་པོ་སྐྱེ་རྒྱུ་བཏང་སྟེ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་བའི་སྐབས་ གཡུས་  
ཚན་འདི་ནང་ལས་ ས་ཐག་རིང་སར་སྟོད་མི་ཚུ་ཡང་ སག་ས་དེག་དེ་སྟེ་ དོན་རྐྱེན་བཅུགས་འོང་ཞིན་མ་  
ལས་ ཚོགས་དང་སྤྱན་དར་ཕུལ་ཏེ་ སྟོན་ལམ་བཏབ་སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དག་རྒྱུ།**

ལོག་པའི་ས་ ལུང་གཞོང་གི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚུ་གི་གསལ་ལས་ གནས་པོ་མཁས་བྲག་པ་འདི་ རྗེ་ཤོས་  
ཅིག་དང་མཐུ་ཕལ་ཆེ་བྲག་པ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཡུལ་ལྷ་གཞན་མི་ཚུ་ ཁོ་གིས་དབང་ལུ་བསྟེ་ འཁོར་སྟེ་  
ཡོད་པའི་གསལ་ལས་ ཕུར་ཁྲག་པ་འདི་ བཀའ་གཉན་བྲག་པ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ ཕུར་  
ཁྲག་པའི་གནས་ལང་གི་ས་ཤོ་ནང་ལས་ རང་འབྱུང་ཐོན་སྐྱེད་སྟོན་སྟོན་སྟེ་ལའང་གི་སྤུམ་འཁོར་ལམ་ སེལ་  
བའི་སྐབས་བྲག་པ་མ་མཉེས་པར་ སྤུལ་སྟེ་མཇལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱུད་པ་ད་ལ་བྲག་རྒྱབ་ཚེ་སྤུལ་དང་ཕུད་

པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ རྩོགས་མདའ་ཕྱད་པ་ད་ རྒྱབ་དང་དཔུང་སྤེལ་བ་ཅིན་ བྱང་མ་ཕྱད་ཐང་ཐ་ར་  
བཟོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དང་ཕུ་ལོག་པའི་སའི་ལུང་གཤོང་ནང་ལུ་ སྤྱལ་ཐོན་ཏེ་དགའ་མ་སྤྱིད་པ་མེད་པར་སྤོད་པའི་སྐབས་ལུ་ ས་  
གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ ཕུར་ཁྲག་པ་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་མ་ཅིག་ སྤྱལ་ཡལ་སོ་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པ་ཨིན་པས།  
ཏེ་མ་གི་དུས་ལུ་ བ་ཚོ་ལུ་བུཚ་ཁ་དར་མ་སྟེར་མི་འདི་ ལོག་པའི་མཁས་བྲག་པའི་གནས་རྩོ་ བྱ་ཁྲུང་གི་མཚུ་  
ཏོ་བཟུམ་གཉིས་བཟུགས་སྤེལ་ཡོད་མི་འདི་ བ་ཚོ་ཁ་བྲུག་ལུ་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཨིན་པས་ཟེར་ གཡུས་  
ཚན་དེ་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ རུབ་མོ་ཚང་བཏང་འོང་སྟེ་ རྩོ་སྤྱི་མཚུ་ཏོ་སྤོག་བཀོ་དཔ་ལས་ བུ་ལོར་དར་  
ཞིང་རྒྱུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མཁས་བྲག་པའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

གཤོ་བཟུམ་པ་ཐང་ག། གྲགས་པ།

༥ ཕོ་ལྷ་སྐམ་ཅུ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ལྷུལ།

ཕོ་ལྷ་སྐམ་ཅུ།

ཅན་དན་ཤིང་གི་ཅ་བ།

བོད་ཡོད་ལ།

བོད་ཡོད་ཁ་ལས་ཀྱིས་པའི་མི་སེར།

མི་མཐུན་པའི་འགལ་རྐྱེན་བར་ཆད་སེལ།

ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

མཐུན་རྐྱེན་བསམ་པ་འགྲུབ་

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བོད་ཡོད་ཁ་དང་སྤང་ན་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུང་བ་ཚུ་གིས་ ཕོ་ལྷ་སྐམ་ཅུ་དང་ མ་ཡུམ་ཆེན་མོ་སྐྱེན་རྒྱལ་མོ་  
མཚོད་ནིའི་དོན་ལུ་ ལོ་ལྟར་རྒྱུ་བཅུ་གཉིས་པ། དང་པ། གཉིས་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྔ་ལུ་ ག་སྐབས་འགྲིག་པ་  
ཅིག་ལུ་ བྱུང་བ་དམངས་ལས་སྤུད་ཁ་ཚུ་བསྐྱེད་ཞེན་མ་ལས་ ཅ་བའི་བྱིམ་ནང་སྟེ་ རྩོ་པ་ལྷ་བསང་གཏང་ སྤུད་  
ཁ་དང་གསུམ་ཁར་གཏོགས་མི་ག་ར་ལུ་ ལྷུས་གསོལ་འབད་དགོཔ་ཡིན་པས།

དང་སྤུ་འབད་བ་ཅིན་ དམངས་ཀྱི་གསུམ་ལས་ཅུ་བོ་སྐྱོར་རྒྱབ་ཁ་ཕོག་མི་འདི་གིས་ བྱམོ་དང་བྱམོ་འབག་འོང་  
མི་འདི་གསལ་དེ་ རྩོ་ལེབ་གུར་ ལྷག་ཚ་རྩོམ་སྤྱོད་དགོཔ་མ་ཚད་ བསམ་བཤང་གི་གདོང་སྐྱོར་ བོད་ཡོལ་ཁ་  
བྱིམ་ནང་སྟེ་ བྱ་ག་མི་སྤྱུགས་སྟེ་བཅོ་མི་འདི་ ཕོ་ལྷ་སྐམ་ཅུ་གི་གནས་ཤིང་ཡོད་ས་ ཅན་དན་ཅ་བར་སྤང་  
གཞི་དང་ བྱང་མེན་གེ་སར་ཞག་གསུམ་རྒྱབ་སྟེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་ འདི་ནང་འཛོམས་མི་ཚུ་ལུ་  
ཆང་སྤྱུགས་སྟེ་བྱིན་སྟོལ་ཡོད་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ དཀར་མཚོད་ལུ་ ཁ་སྐྱུར་ཞེན་མ་ལས་ ད་རེས་  
ནངས་པ་ མཚོད་རྟེན་སྤང་ཁར་ཡོད་པའི་རྩོ་ལེབ་གུར་ རྩོང་རྩོག་མ་བཅོམ་རྩོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཚབ་གཏང་  
སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



སྤོ་ཏྲི་ག་གྲུང་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་མི་ མཚོན་རྟེན་འདིའི་བང་རིམ་གྲུང་ རྫོང་ལེབ་ཐང་རིམ་མ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་  
 ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་བཞེས་བང་ཨིན་མ་སྟེ་ ལུངས་སྐྱེལ་མ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་  
 སེར་ཚུ་གིས་ འདྲེ་སྤོན་འབྲུང་པོ་ཚུ་གི་ཁ་གཏོན་སྟེ་མཚོན་རྟེན་བཞེངས་ཏེ་ བང་གཟུངས་སྤུལ་རན་པའི་  
 གཏུང་ཁ་གྲུང་སྟོན་པ་ད་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཕྱོན་ཏེ་ གཟུངས་ག་ཅི་སྤུལ་ནི་ཨིན་སྟོ་ཟེར་གསུངས་  
 པའི་ལན་ལུ་ ལཱ་འབད་མི་ཚུ་གིས་ གཟུངས་ཀྱི་ག་སྐྱིག་ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་ཞུམ་ད། དེ་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་ དེའི་  
 བཞེས་བང་འདི་ གཟུངས་སྟེ་བཙུགས་ག། ལོགས་སུ་རབ་གནས་འབད་མི་དགོ་ཟེར་གསུངས་མི་དང་འཁྲིལ་  
 ཏེ་ གཟུངས་ཞུགས་སྤུལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

མཚོན་རྟེན་གྱི་མཚན་སྲང་ཁ་ཟེར་ཞུ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་ ས་གོ་འདི་སྲང་སྟེ་  
 ལོག་བོད་ལུ་ཕྱོན་ནི་འབད་བའི་སྐབས་ གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་མི་ཚུ་གིས་ ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་ས་གོ་འདི་ནང་  
 ར་ བཞུགས་དགོ་པ་སྟེ་གསོལ་མ་བཏབ་ད་ ལྷམ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ལོག་  
 འཕྲོན་འོང་ཟེར་གསུངས་ནི་འདི་གིས་ ས་གོ་གི་མིང་ཡང་མཚོན་རྟེན་སྲང་ཁ་དང་ ལོག་པའི་ས་ཟེར་དར་ལུབ་  
 སོང་ཡོད་པ་སྟེ་ དགའ་ལེགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

---

**འདྲེ་བསྟན་འབད་ས།**

གཡུས་བོད་ཡོལ་ཁ་ལས་ཨིན་མི་ དགའ་ལེགས།

# ཚུ་སྐྱུག་མེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༣)

## ༡ མཁར་ཆེན་པ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།      མཁར་ཆེན་པ།

ལྷ་ཁང་།                      དངོས་གྲུབ་ཚུ།

གནས་ཁང་།                  ཚུ་སྐྱུ་ཚ་ཚུ།

གཡུས།                      ཚ་ཚུ་སྐྱུ།

བརྟེན་མི།                    ཚ་ཚུ་སྐྱུ་གི་མི་སེར།

སྐྱབས་ལུ་ཚུ་ལ།            བད་ཡམས་སྐྱུ་གེ་དང་ བསམ་དོན་འགྲུབ་ནི་དེ་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་ལྷ་ཨིན་པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

#### གནས་ཁང་།

རྒྱལ་ཀུན་སྤིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ འཕགས་མཚོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱུལ་ ཚོས་རྒྱལ་བྱི་མེད་ཀུན་ ལྷན་ སྐྱུ་མཚམས་གནད་ས་ བྱང་བདུད་རི་རྒྱ་ཤང་ཟེར་མི་འདི་ བཟོ་དབྱིབས་གཏོར་མ་གྲུ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་སྡེ་ ཡོད་པའི་བྲག་སློམ་ཅིག་གི་ཚ་བར་ རོང་རྒྱུའི་ཕར་ཁར་ བད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་ལུ་ཕན་པའི་ རང་ བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ ཚུ་ཕོ་ཚ་ཚུ་འདི་ག་ནི་བ་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྡེ་ཆགས་ཏེ་འདུག།



ཚུ་སྐྱུག་ཚ་ཚུའི་ལུང་གཤོང་འདི་ ལུང་ཕྱོགས་འདིའི་སྤང་མ་ མཁར་ཆེན་པའི་གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ཨིན་མ་ལས་ འཇུལ་སློང་དང་པ་འདི་ སྐྱུ་ན་ལ་བྱི་ལི་སྐྱང་གི་མཇུག་ མེ་མདའ་སྐྱང་གི་གདོང་སྐྱོར་ ལངས་སྐྱིས་སྐྱང་ལུ་

ཨིནམ་མ་ཚད་ སློ་ར་གཉིས་པ་འདི་བུམ་ལྷ་ཁའི་མཇུག་ཕྱག་སེམ་མོ་ཟེར་ས་དང་ གསུམ་པ་འདི་ བདེ་པ་  
 བཏོན་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ རོ་སློན་ཐེ་ཅན་ཟེར་ས་ལུ་ཨིན་པས།  
 ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ས་གནས་གཞན་ཁ་ལས་ རྒྱ་མོ་ཚ་རྒྱ་ལུ་འོང་མི་རྒྱ་གིས་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་འཇུག་པ་  
 ཚུམ་གྱི་ལུགས་ལས་ཕྱོགས་ཕོག་པ་ཨིན་ཟེར་བཅུ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ ཕྱག་སེམ་མོ་ས་ཁོངས་ཡར་བཅད་མི་སེར་རྒྱ་  
 གིས་ རྒྱ་སྐྱུག་ཚ་རྒྱ་ལུ་འགྲོལ་ད་ ཕྱོགས་ཕོག་མི་ཕོག་བལྟ་མི་དགོ་པ་ཨིན་པས།  
 བར་ལྷར་ས་གཞི་མངོན་པར་མཐོ་བ་ རང་བྱུང་བྲག་རི་བཅུགས་པའི་གཞས་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་བྱུང་དུ་  
 འཕགས་པ་ མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕོ་བྲང་ནང་། ཕྱི་ལྷར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ འཁར་རྒྱུང་རི་མགོར་  
 བྲང་རྒྱབ་སྟོན་པའི་ཤིང་གིས་བསྐྱར་བའི་སྐྱུག་ལུ་ ལྷ་ཚེན་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་བཞུགས་  
 ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྒྱ་སྐྱུག་ཚ་རྒྱའི་གཞི་བདག་མཁར་ཚེན་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་རྩམ་འབུམ་ཕྱག་ སུས་གཅིག་ལུ་ཤར་བའི་འོད་  
 དང་ལྗན་པ། ཕྱག་གཡས་བདུད་སྟེའི་དབུང་ལས་རྒྱལ་བའི་བརྟམ་ཚོན་ལུ་ རུ་དར་དཀར་པོ་གནས་ཁའི་  
 དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་གྱི་དབུལ་ཕོངས་  
 གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ། སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་དར་དང་གོས་ཚེན་དང་ དཔའ་བའི་དག་ཆས་བཞེས་ཏེ་ ལྷ་དབང་  
 དམག་ལུ་བྱོན་པའི་རྒྱུ་སྟེ་ ལྷར་མགྲོགས་གྱི་རྒྱ་འབྲུལ་ཡོད་པའི་ སྐྱང་གུར་ཚིབས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།





དེའི་གཡམས་ཉོངས་ལུ་ ར་མའི་དགོས་སྤྱོད་སྐྱེ་མདོག་ནག་པོ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་ བདུད་ཞགས་བསྐྱམས་ཏེ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེའི་གཡོན་ལུ་བསམ་འཕེལ་དོན་གྲུབ་དགོསྤོང་གི་ཚུལ་ཅན་ ཕྱག་ལུ་བདུད་ཚི་བཅུད་ལྡན་  
གྱི་རིལ་བུ་བསྐྱམས། གདོང་ཁར་གསང་བའི་ཡུམ་ཆེན་ལྷ་སྐྱོན་དཀར་མོ་ ཕྱག་གཉིས་ལུ་མདའ་དར་དང་མེ་  
ལོང་བསྐྱམས། དེའི་གཡམས་དང་གཡོན་ལུ་ དཀར་ཕྱོགས་ལུ་དགའ་བའི་རྟེགས་པའི་ དཔུང་ཚོགས་བསམ་  
གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་གིས་བསྐྱོར་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཚུ་ཕོ་གཞི་བདག་མཁར་ཆེན་གྱིས་ འགོ་བའི་ཆོ་སྲོག་ལུ་གཞོད་པ་བཀལ་ཏེ་འབད་རུང་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་  
དང་ མཐུ་ཆེན་དག་དབང་བདུད་འཛོམས་རྩོམ་ཆོག་གིས་ སྤྱིར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་།  
ལྷག་པར་ཚ་ཚུ་ཕུ་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་མགོན་སྐྱབས་མཛད་དགོཔ་སྟེ་ བཀའ་དང་དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་ཏེ་ གཞི་  
བདག་གི་གསུམ་ཁར་བཙུགས་ལུག།

**དག་རྒྱུ།**

དེ་ཡང་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ དཔལ་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོའི་ཡུང་བསྐྱན་དུས་ལུ་བབས་ཏེ་ དཔལ་ལྡན་སྐྱེ་མ་  
དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ སྤྱངས་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་བཞེངས་པའི་སྐྱབས་ གནས་བདག་  
གཞི་བདག་ཚུ་གིས་ རང་སེའི་ས་ཁོངས་ལས་བཅད་དེ་ ཞབས་ཏོག་ལུ་ཞིའི་ཁས་སྒྲངས་ཕུལ་བའི་སྐྱབས་ ཚུ་  
ཕོའི་ཚ་ཚུ་གི་གནས་བདག་མཁར་ཆེན་གྱིས་ ས་ཁོངས་འདི་ནགས་བཟང་ས་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཅན་ལྡན།  
ཁ་ཤིང་། མཚན་ལྡན། སྤར་ཤིང་གི་རིགས་རྒྱགས་ཚད་ཡོད་པ་ལས་ ཤིང་གི་གཏེར་ཁ་ཕུལ་ནིའི་ཁས་སྒྲངས་  
ཕུལ་ཏེ་ ཤིང་ཆས་ཐང་མེད་པ་ཅིག་ཕོ་ཚུ་བདའ་སྟེ་སྐྱེལ་བཏང་རུང་ རྫོང་བཞེངས་ས་ལས་ ཤིང་ལང་པའི་བར་  
ལན་ལྟོད་ནི་མེད་པ་ལས་ མཁར་ཆེན་གྱིས་ལང་མ་སྐྱིམ་མཚོའི་ལྷག་ སྤང་གི་བྱུར་ཁ་ལས་ གཡེབ་སུ་ཅིག་སྟེ་  
སྤངས་ཐང་རྫོང་བཞེངས་སར་གཟིགས་པ་ད་ ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེ་དགོངས་མ་ཁྲེལ་ནི་འདི་གིས་ མཁར་ཆེན་  
གྱི་ཞལ་ཕྱེད་ཀ་རྟོན་མ་དང་ ཕྱེད་དཀར་པོ་སྟེ་བསྐྱུར་ཡར་སོ་མི་དེ་ཡང་ རྩོ་ཕུ་གི་གྱིབ་མ་ནང་ཚུད་མི་ཞལ་  
རྟོན་མ་དང་ ཞལ་ཉིམ་ནང་ཚུད་མི་འདི་དཀར་པོ་སྟེ་ ཞལ་ཕྱེད་ཀ་རྟོན་མ་དང་ ཕྱེད་དཀར་པོ་ལུ་བསྐྱུར་སོང་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ དངོས་གྲུབ་ཚུ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ཡོད་པའི་ ཀ་ཁྲབ་དང་ལྟེབས་  
རིས་རྟེང་མ་ནང་ ཞལ་ཕྱེད་དཀར་ ཕྱེད་གནག་སྟེ་མེད་ནི་འདི་གིས་ བདེན་ཚོད་ག་དེ་སྟེ་འོང་བེར་མཚོ་མ་  
མས།



ད་རུང་བཤད་སྲོལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱ་མིའི་གཞི་བདག་གིས་ ལག་ཆེ་སར་ཆད་སོང་ནི་འདྲི་གིས་  
ཞབས་རྒྱུ་དང་གདམས་ལྟུང་གིས་ གནས་བདག་ལག་ཆད་པ་ཟེར་གསུང་ཡོད་པ་སྟེ་ ལྷངས་བཀའ་ལྡན་  
ཨིན་རྒྱུ་ གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་རྙིང་མ་དང་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ རྗེ་མཁའ་མི་རབས་<sup>༤༩</sup> པ་ དགོ་བཤེས་  
དགོ་འདུན་རིན་ཆེན་མཚོག་གིས་ ཚུམ་སྦྲིག་གནང་མིའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ཡང་ མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་  
རྒྱལ་པོ་ཟེར་ གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་བཞོན་དེ་ཡོད་པ་ད། དེ་ཡང་མཁར་ཟེར་འདྲི་ རྩེར་གངས་རིའི་ར་བ་གིས་  
བསྐྱར་ཏེ་ བཅོན་ཏོག་ཏོ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ནང་ ཚོས་རྒྱལ་བྱི་མེད་ཀྱུན་ལྡན་དང་ ཀྱུ་རུ་རིན་པོ་གིས་ཞབས་  
བཅགས། ཕྱི་གྲིས་བསྐྱབས་པའི་ལུང་གཤོང་དང་། ཆེན་ཟེར་མའི་འདྲི་ མཐུ་རྩལ་ཆེ་དྲགས་ ཁོ་བ་རྩལ་  
པའི་གནས་བདག་ ག་ཡང་མེད་ཟེར་བའི་དོན་ཨིན་མ་ཚད་ དག་ལྟུང་རྒྱལ་པོ་ཟེར་འདྲི་ རྒྱབས་འཚོལ་བ་  
ཅིན་དག་ལྟུང་གསོལ་ལྟུང་བཏབ་པ་ཅིན་ ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་སྐོ་ལས་ རྒྱབ་དཔུང་མཚན་མི་འབད་ནི་འདྲི་  
གིས་ མིང་དོན་མཐུན་པའི་མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་རྒྱལ་པོ་ཟེར་ལྷན་ཨིན་མ་ལས་ དེ་བ་ལྟག་པའི་བདེན་ལྷངས་  
བརྒྱུད་དགོལ་མི་རྣམས་ཟེར་མཚོམ་མས།

དེ་བསྐྱར་སྤྲངས་རྫོང་པའི་དམག་ཚུ་གིས་ དཔའ་ཉམས་གནས་ཁར་འཕྱུར། དག་ལི་རྒྱུང་ལུ་བསྐྱེལ། མེ་  
མདའ་པག་ཆེན་གྱི་ལུང་སྐྱུ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ གནས་བདག་མཁར་ཆེན་བདའ་སྟེ་ ད་ལྟོ་སྐྱེལ་པའི་ལོག་  
གཡུས་ཚན་གྱི་ས་ཁོངས་ནང་སྟོད་པ་ད་ རྒྱུངས་རྫོང་པའི་དམག་ཚུ་དང་ མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་རྒྱལ་པོ་ ས་  
གནས་འདྲི་ཁར་དམག་རྒྱབ་པའི་ལུལ་ རྒྱུངས་རྫོང་པའི་དམག་ཚུ་ ས་གནས་འདྲི་ཁ་ལས་ ཚར་གཅིག་ལོག་  
ཡར་སོང་མ་ལས་ ས་གནས་གྱི་མིང་ཡང་ལོག་པའི་ཐང་ཟེར་སྐབ་ཨིན་སྟེ་ བདེན་ལྷངས་བརྒྱུད་ནི་འདུག།  
ད་རུང་ རྒྱུངས་རྫོང་པའི་དམག་ཚུ་ སྟེལ་ལྷགས་སྐྱུར་སར་སྟོད་པ་ གནས་བདག་མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་རྒྱལ་  
པོ་གིས་ རྒྱ་འབྱུལ་སྟོན་ཏེ་ སྟེལ་པའི་དམག་ཚུ་ལུ་ལྷགས་རྩོ་སྐྱུར་ཏེ་ དམག་རྒྱབ་པའི་ས་གོ་ཅིག་འབད་ནི་འདྲི་  
གིས་ ས་གནས་གྱི་མིང་ཡང་སྟེལ་ལྷགས་སྐྱུར་ས་ཟེར་སྐབ་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རེས་ནངས་ཡང་ལམ་ལྷག་  
ལས་མར་ རྩོ་བུད་འོང་སག་ས་སྟེ་ཡོད་མི་དང་རྩོ་གུར་ཕྱག་བཤེད་སྐྱུགས་པའི་གཤམ། ཚིབས་གྱི་ཆག་ཟེ་སའི་  
ལུལ་དང་ མཁར་ཆེན་མར་ལུ་བཙུང་སའི་གནས་ ཕྱི་རྒྱབས་ཅན་ཚུ་གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ ད་ལྟོ་བར་ན་  
ཡང་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལོག་རྒྱུང་མ་ རྒྱུངས་རྫོང་པའི་དམག་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་རྒྱལ་པོ་གིས་ དམག་རྒྱབ་  
ཚར་བའི་ལུལ་ལུ་ ཏེ་མ་མཁར་ཆེན་དག་ལྟུང་རྒྱལ་པོ་གིས་ པོ་རྒྱུ་བདའ་སྟེ་བསྐྱེལ་བཏང་མི་ ཤིང་ཆ་ལང་མ་  
སྦྱིམ་སྐང་གི་མཚོ་སྐྱོན་མོ་གིས་མཚོ་ནང་འཐེན་ཏེ་ བཞག་མི་ཤིང་ཆས་ཚུ་ རྫོང་བཞེངས་སར་བསྐྱེལ་ཏེ་  
དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་པོ་བྱང་ རྒྱུངས་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་པོ་བྱང་གཟི་བརྩིང་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་སྐབ་ཚུ་གསལ་

མི་འདི་ དངོས་མེད་ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱིས་ ཞབས་ཏོག་ལྷ་ནི་འདི་གིས་ཡིན་མ་ལས་ རྒྱ་མོའི་གནས་བདག་  
མཁའ་ཚེན་དག་ལྷ་འི་རྒྱལ་པོ་ལུ་ བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་བྱམ་དགོ་ནི་ཡིན་པས།

**བྱལ་སྐྱང་།**

ཤར་ཀ་གཞི་ལས་ མ་རྟོག་གཅིག་ལུ་ བྱ་རྟོག་གཅིག་ཡིན་མི་ དག་སློང་བསམ་འཕེལ་དོན་གྲུབ་ཟེར་ རྒྱུས་  
རིགས་བཟང་དྲགས་ཡོད་མི་འདི་ སམ་སྐྱུན་ཚ་ཚུ་དང་མཉམ་གཅིག་ རྒྱ་སྐྱུག་ཚ་ཚུ་ལུ་སློང་པ་ད་ གནས་  
བདག་མཁའ་ཚེན་ལུ་གསོལ་ཁ་དང་ རྟན་གསོལ་སུལ་ཞིན་མ་ལས་ ཚོས་རྒྱལ་བྱི་མེད་ཀུན་ལྷན་མཐར་  
བཤུད་གཏང་ས་ བདུད་རི་ཉ་ཤར་རིའི་སྤྱི་ཏོ་གུར་སློང་ཉམས་སློ་ནི་མས། རི་གུར་བསང་གཏང་པར་འགྱུ་དགོ་  
པས་ཟེར་ ག་གིས་བསྐྱོར་རུང་བསྐྱོར་མ་ཚུགས་པར་རྒྱབ་ཐལ་བའི་ཤུལ་ལུ་ རིའི་སྤྱི་ཏོག་གུ་ལས་ ཅུ་པ་  
གཏང་མ་ད་ ཚ་ཚུ་སློང་མི་ཚུ་གིས་མཐོང་རུང་ ལོག་འོང་ནི་མེད་པར་ཡུན་རིང་མ་ཡར་སོང་པ་ལས་ སམ་སྐྱུན་  
ཚ་ཚུ་སྐྱུ་བྱེལ་འཐབ་སྟེ་ ཉིན་རུབ་ལྷོ་འབྱེལ་འཚོལ་རུང་མ་ཐོབ་པས། བྱ་དག་སློང་བསམ་འཕེལ་དོན་གྲུབ་འདི་  
གནས་བདག་མཁའ་ཚེན་པའི་འཁོར་ཡིན་མ་སྟེ་ གནས་པོ་གི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཚ་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་མ་  
ཚད་ ར་མའི་དགོས་སྤྱད། ཤར་གྱི་ཨ་ལུ་དཔལ་འགྱུར་ཟེར་མི་ཚུ་ཡང་ གནས་བདག་མཁའ་ཚེན་གྱི་འཁོར་  
སྟེ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་ལས་དག་སློང་བསམ་འཕེལ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ ཨའི་ལོག་གཡུས་ཁར་འགྱུ་རན་མ་ད་ བྱད་པར་འོང་སྟེ་ ཨའི་  
སྐྱེལ་བར་འགྱུ་བའི་ལམ་ཁར་ རྟན་པ་བཏོན་ ཁ་གཡུས་གྱི་མཇུག་ལུ་ ས་གནས་བྱལ་སྐྱང་ཟེར་སར་སློང་པ་  
ད་ ད་བཅས་མ་སྐྱད་གཉིས་ ཚོ་འདི་ལུ་བྱད་པའི་མཇུག་ད་རིས་ཡིན་པས། དནི་ས་གནས་འདི་ཁ་ལས་  
བཀལ་ཏེ་ གཞན་ཁར་འགྱུ་མི་ཚོག་པའི་དམ་བཅའ་ཡོད་ཟེར་སྐབ་ཞིན་མ་ལས་ བང་རུང་ཁ་བཅད་བཅད་པ་  
ཅིག་ཨའི་ལུ་སློང་དེ་ འ་ནི་བང་རུང་འདི་ ཞག་གསུམ་མ་ལང་ཚུན་ཁ་མ་བྱེ། ཞག་གསུམ་གྱི་རྟིང་མར་ ཁ་  
བྱེ་བལྟ་ཟེར་སྐབ་འབད་སྟེ་ མ་སྐྱད་གཉིས་ ཁ་བྱལ་སའི་ས་གནས་འབད་ནི་འདི་གིས་ བྱལ་སྐྱང་ཟེར་སྐབ་  
སྟོལ་བྱུང་རུང་ ཤུལ་ལས་བྱལ་སྐྱེལ་སྐྱང་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་བུག། མ་གཞི་ མིང་རོ་མ་བྱལ་སྐྱང་ཟེར་སྐབ་  
དགོ་ནི་ཡིན་རུང་ ཞིབ་འཚོལ་པའི་རྟོང་ས་ལས་འབད་བ་ཅིན་ བྱལ་སྐྱེལ་སྐྱང་ཟེར་མི་དེ་ཡང་ ཕོག་ལམ་ཅིག་  
འདུག་ཟེར་མཚོ་ཡི། འདི་གི་ཁྱངས་ཡང་ མ་སྐྱད་གཉིས་ཁ་བྱལ་ས་དང་ བུ་གིས་ས་གནས་ཁར་འདི་ཁར་  
ཚུན་སྐྱེལ་ནི་འདི་གིས་ བྱལ་སྐྱེལ་སྐྱང་ཟེར་སྐབ་རུང་ ཁྱངས་དོན་ཅིག་འདུག་ཟེར་མཚོ་མ་མས། ཡིན་རུང་མ་  
འོངས་པའི་ཞིབ་འཚོལ་པ་ མཁའ་པའི་དབང་པོ་ཚུ་གི་བཤོ་སྐལ་ལུ་ རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་  
བཀོད་བཀོད་པ་ཡིན།

དེ་ལས་ཞག་གསུམ་གྱི་ཤུལ་ལས་ ཡའི་གིས་བང་རྩལ་ལ་བྱེ་སྡེ་ལྟམ་ད་ དེའི་ནང་ན་གཡུ། ལྷ་སྲུ། ལྷ་ཏིག།  
མོར་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཐང་མེད་པ་ཅིག་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ཁོང་བཟའ་ཚང་ཚུ་ ལྷག་པོ་འདོད་དྲགས་ཅིག་ལུ་འགྱུར་  
སོ་རུག།

**སྐྱེལ་པའི་ལོག་ཟེར་བའི་མིང་གནས་བྱུང་རྒྱུལ།**

ཚོས་རྒྱལ་དྲི་མེད་ཀུན་ལྡན་ བདུད་རི་ཉ་ཤང་ལུ་བྱོན་མ་ད་ ལྷག་ལྷ་སྡེ་ཞབས་སྐྱེལ་འོང་མི་ཚུ་ ས་གནས་དེ་  
ལ་ལས་ལོག་རྒྱ་གར་ནང་སོང་ནི་འདི་གིས་ ས་ཁོངས་ཀྱི་མིང་ཡང་སྐྱེལ་པའི་ལོག་ཟེར་སྐབ་སོལ་བྱུང་བྱུང་མ་  
ཡིན་པས།

སྐབ་སོལ་གཞན་ཅིག་ལས་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་ ལུ་མོ་ཚུ་ལ་ཐུག་ཞབས་སྐྱོར་ལུ་བྱོན་ནི་  
སྡེ་ སྐྱེལ་པའི་ལོག་གཡུས་ཚན་ནང་ཕེབས་ད་ ལྷིམ་འདི་ནང་གི་མི་ཚུ་གིས་ ལྷོ་ཕོག་ཡིད་ཕོག་སྡེ་ ཚོས་རྗེ་  
རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ ཚབ་རྒྱ་འབོལ་ཚད་མེད་པ་སྡེ་དྲང་ནི་འདི་གིས་ གནམ་མེད་ས་མེད་ཐུགས་དགེས་ཏེ་ ལྷིམ་འདི་  
ནང་ འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤོད་ཀྱི་བསྐྱེལ་པ་ཆགས་རུག་ཟེར་གསུངས་ཞིན་མ་ལས་ ས་གནས་འདི་ཡང་བཅད་  
ལུ་ ལྷ་འཚོ་ག་མི་འཚོ་བལྟ་གེ་ཟེར་ ཞལ་རྒྱ་སྐྱུག་ཚུ་ལ་ཐུག་ལུ་བསྐྱོར་ཏེ་ ཐུགས་སྐྱོན་གནང་ཞིན་མ་ལས་  
ལྷག་འབྲུ་གཏོར་གནང་མ་ད་ ལུམ་པ་ཐང་གི་ལྷག་ལུ་ རོ་སྤུ་གཅིག་གུར་ ལྷག་འབྲུ་ཚུ་ཆགས་པའི་རྗེན་འབྲེལ་  
གྱིས་ རོ་སྤུ་གི་མིང་ཡང་ རོ་སྤུ་ལྷ་འཚོ་ས་ཟེར་སྐབ་སོལ་དར་མ་མ་ཚད་ དེ་ཡང་བཅད་ཀྱི་གཡུས་ཚན་དེ་ཚུ་  
ས་ལ་མཐོ་སུ་ཅིག་ཡིན་རུང་ འབྲུ་སྤྲ་དགའི་རིགས་དང་ ལྷ་འཚོ་ནི་ལུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་མ་ཚད་ ད་རེས་  
ནངས་པ་ཡང་ རོ་སྤུ་འདི་གུར་ ལྷ་འོང་ལོགས་གསུམ་དེ་ཅིག་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྡེ་ ལོ་ནམ་ཚར་སྐྱེས་ནི་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཚོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ལྷིམ་འདི་ནང་འདོད་ཡོན་གྱི་བསྐྱེལ་པ་ཆགས་རུག་ཟེར་གསུངས་མ་  
མ་ཚད་ ས་ཁོངས་འདི་ལ་ལས་ ལོག་སྐྱུངས་ལ་ཐང་ལ་ཐུག་བྱོན་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་བསྐྱེལ་པའི་  
ལོག་ཟེར་ དར་བྱུ་སོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**རྟ་མིག་ཨ་ལུ་ཟ་ས།**

རྟ་མའི་དུས་ལུ་ གཡུས་རྟ་མིག་འདམ་རྩལ་ལུ་ གཡུས་ཚན་རྟ་མིག་ནང་ཟེར་སར་ ཨ་ལུ་ག་དེ་ཅིག་སྐྱེས་རུང་  
བྱ་གཞི་དར་ཞིང་རྒྱས་མ་རྒྱགས་མི་འདི་ ག་ཅིའི་གཡོ་འཕྲུལ་ཡིན་ན་ཟེར་ཐུགས་བརྟག་ལྷུ། དམངས་མོ་  
བཏབ་ད། ས་གི་ལོགས་བྲག་གུར་ སྤོན་པོའི་གཟུགས་བརྟན་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ཡིན་མ་སྡེ་ཉ་གོ་བའི་ཤུལ་ལུ་  
གཡུས་རྟ་མིག་ནང་གི་མི་ཚུ་གིས་ སྤོན་པོའི་མཚམས་གི་རྒྱལ་སྡེ་ཡོད་མི་ རོ་འདི་སྤོག་བཀོ་ཞིན་མ་ལས་རྒྱར་

གཡུས་རྟོ་མིག་ནང་གི་ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་ གཞོད་རྒྱུན་ག་ནི་ཡང་མ་བྱུང་པར་ ཨ་ལུ་གསོ་དཔ་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་  
མིང་ཡང་ རྟོ་མིག་ཨ་ལུ་ཟ་ས་ཟེར་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཨིན་པས།

**མཁར་ཆེན་པ་གིས་མར་ཁྲ་བཙུང་ས།**

གནས་བདག་མཁར་ཆེན་གྱི་མར་ཁྲ་བཙུང་ས་ཨིན་ཟེར་ རོ་སུ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ ཆོས་གཞི་སྐྱུག་ཅིག་ཅི་  
རྒྱུ་ཆོབ་ཆོས་སྟེ་ཡོད་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁར་སྤང་ཅི་ ལོ་ལེགས་པའི་རྟོགས་དང་ གནས་རོ་འདི་ ཐལ་ཁོག་རི་  
རི་ཨིན་པ་ཅིན་ སྤང་ཅི་ལོ་མི་ལེགས་ཟེར་ཨིན་པས།

ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་མ་མོས་པ་དང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་ལུ་གཞོད་པའི་བྱུས་ངན་བརྩམ་མི་  
སྟེ་པ་ཚུ་ ཚུ་པོ་ཆ་ཚུ་ལུ་བྱོན་མ་ད་ སྐྱུ་གསོད་རྒྱུ་ཞི་དོན་ལུ་ མཁར་ཆེན་གྱིས་རྩེ་འབྲུལ་བསྟན་ཏེ་ ལམ་  
ལྷག་ལས་རོ་འདྲ་མེད་སྐྱིག་མེད་ཅིག་ ཐབ་རིལ་འོང་སག་ས་སྟེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་  
སྟེ་པ་ལྷགས་སྐྱུར་ས་ཟེར་སྐྱབ་ཨིན་མ་མ་ཆད་ རྟོན་འབྲེལ་འབྲུལ་ནི་འདི་གིས་ དེ་བསྐྱང་སྟེ་སྟོན་ཚུ་ ཚུ་པོ་ཆ་  
ཚུ་ལུ་བྱོན་མི་སྟོན་མེད་པ་ཨིན་པས།

སྐྱབ་སྟོལ་ག་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ དང་སྐྱུ་སྐྱུངས་རྫོང་པ་དང་དམག་རྒྱབ་པའི་སྐྱབས་ མཁར་ཆེན་པ་གིས་  
རྩེ་འབྲུལ་སྟོན་ཏེ་ལམ་ལྷག་ལས་མར་ རོ་བུད་འོང་སག་ས་དང་ ལྷག་བཤེད་རོ་བྱུར་སྐྱུགས་པའི་གམ།  
ཆིབས་ཀྱི་ཆག་ཟ་སའི་ལྷལ་ཚུ་ གསལ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ ད་ལྟོ་བར་ན་མཇལ་ནི་ཡོད་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

ཚུ་པོ་ཆ་ཚུའི་ལུང་གཞོང་ནང་ རྒྱུང་མ་ལྷགས་སྟེ་འབྲུམ་ད་ མཁར་ཆེན་པ་གསོལ་ཐབ་བྱོན་རན་མ་འོང་ནི་ཨིན་  
པས་ཟེར་སྐྱབ་ནི་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་མཁར་ཆེན་པ་འདི་ དགུན་ལྷོ་དུག་མཐའ་མཚམས་དང་ རྒྱ་གར་ལུ་  
བཞུགས་དོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ལས་ལྷམ་གཉིས་པ་ཆོས་པ་ཅིག་ སྐྱེལ་པའི་ལོག་ལས་སྟེ་ དངོས་གྲུབ་ཚུ་ལུ་བྱོན།  
སྟོ་མོའི་མདོས་མཚན་བཞེས་སྟེ་ སྤང་ལོ་ཆོས་པའི་ལམ་བདའ་བྱོན་ཏེ་ ཆ་ཚུའི་གནས་ཁང་ནང་ ལུང་ལྷོ་དུག་  
བཞུགས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས་ཟེར་བྱུ་ནི་ཨིན་ལོ།

**རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་**

མཁར་ཆེན་པའི་གསོལ་ལ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

ཆེད་བསྟོན་ཅན་གྱི་འབྲུས་མི་བགྲེས་པ་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ལྷུག།

དམ་ཚོས།

## ༡ དཔལ་ལྷན་གྱི་མཚོ།

གནད་དོན་བརྟན་བརླུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

དཔལ་ལྷན་གྱི་མཚོ།

བ་ལི་ཀུན་དགའ་ཚོས་གྲིང་།

བ་ལི།

བ་ལིའི་བྱུང་པ་གྲང་པ་སྐྱུལ་བརྟུན་མི་སེར།

ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ། ལོ་ལྷུག་ཏུ་ལེགས། བད་ལུག་འཇུག་ཚོད་ཞི་  
ཐབས་ལུ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐུ་ན་ཁ་ལས་དགའ་སའི་གཞུང་ལམ་བདེ་སྟེ་འགྲོལ་ད་ དཀར་སྐྱི་སྐོ་ཏོག་ཁ་བཀལ་མ་ཅིག་ གཞུང་ལམ་  
འོག་ལས་མར་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་བདེའ་ མོ་ཚུ་བཀལ་ཏེ་ ཨ་འི་སྐྱུག་ལས་ཡར་ བ་ལི་གཡུས་ཁར་ཚུན་  
ལམ་སེལ་ཡོད་རུང་ ཀར་སྟོང་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུས་ལུ་ན་སྐར་མ་༡༠ དེ་ཅིག་འགོར་མ་མས།

བ་ལིང་རྫོང་འདི་ བ་ལི་གཡུས་ཚན་གྱི་མཇུག་ལུ་བཞེངས་ཏེ་ཡོད་པ་ད། དེ་ཡང་བྱམས་མགོན་སྐྱུལ་སྐྱུ་རིམ་  
བྱོན་གྱི་གནས་དགུན་གྱི་བཞུགས་གནས་མོ་བྲང་ཨིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ཉམས་ཆག་ཤོར་ཡོད་པ་མ་

ཚད་རྫོང་བཞེང་སའི་ས་གོ་འདི་གཡུས་གྱི་མཇུག་འབད་ནི་འདི་གིས་ བཙོག་གི་བཞུགས་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་  
ལས་ དམངས་འཛོམས་རྒྱབ་སྟེ་ གཡུས་གྱི་ལྷག་ལུ་སྐོ་ཏོ་ཅིག་གུར་ ལྷ་ཁང་རྒྱང་སུ་ཅིག་བཞེངས་ཞིན་མ་  
ལས་ ཉེ་མ་བ་ལི་རྫོང་ནང་ཡོད་མི་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གསུང་བྲགས་རྟེན་ སེའུ་ལ་ལུ་བསྐྱུལ་སྐྱོན་པའི་ལྷག་ལུས་  
ཚུ་ གསར་བ་བཞེངས་ཡོད་མི་ལྷ་ཁང་ནང་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

བར་སྐབས་ཅིག་ལུ་ རྗེ་མཁན་མ་༤༣པ་དག་དབང་འཕྲིན་ལས་ལྷན་གྲུབ་མཚོག་ རོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་སྟེ་  
བཞུགས་པའི་སྐབས་ བ་ལི་ལྷ་ཁང་ནང་བྱོན་ཏེ་ ལྷག་འབྲུག་གནང་ཞིན་མ་ལས་ ལྷ་ཁང་གི་མཚན་ཀུན་དགའ་  
ཚོས་གྲིང་ཟེར་གསོལ་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སྐུ་ཚོགས་ཡོངས་སྟོན་འདོད་ཡོན་གྱི་ས་གཞིར་ རིན་ཚེན་བྲག་རི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་རྩ་བར་ སྤང་གཤོང་  
བདེ་མོ་སྟོན་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་སྐྱི་རིགས་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བ། གཡུ་སྤང་བྲང་བའི་སྐྱུ་དབྱངས་ཀྱིས་ལུང་པར་

ལྷོ་ཤིང་མེ་ཉོག་དང་ འབྲས་བུ་གིས་གང་བའི་སྐྱུག་ལུ་ ཏ། ལུག། བ་སྒྲང། སྒྲང་ཆེན། མ་ཉེ་ཚུ་  
 མིག་པ་ཡོད་མི་དང། བེ་ཚོ། མ་བྲ། ལྷང་ལྷང། འུག་པ་ཚུ་བྱའི་རིགས་དང། ལྷག། གཟིག། རོམ་བྱེད་ཚུ་  
 གཅན་གཟན་གྱི་རིགས་དང། གཞན་ཡང་སྐྱུ་ཁ་ལེགས་པའི་བྱ་དང་བྱི་ཅུང་ཚུ་གིས་སྟན་པའི་སྐྱུ་དབྱངས་ལེན།  
 ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་བདུད་ཅི་ཚུ་སྒྲུང་དལ་གྱིས་འབབ། གཡུ་མཚོ་རྩ་གྲོང་འབྲུགས་པའི་ལྷག་ལུ་  
 རང་མདངས་ལེ་ཤེས་ལས་སྐྱབ་པའི་ཕོ་བྲང་ རྒྱུ་བཀོད་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་སྐྱུ་ཉོག་གུར་ འདོད་འབྱུང་  
 རོར་བུའི་ཉོག་དང་ དྲིལ་བུ་གཡེར་ཁའི་སྐྱུ་གིས་གང་བའི་སྐྱུག་ལུ་ ཡུལ་ལྷ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ་  
 འཁོར་ལྷ་སྲིན་གདུག་དྲགས་ཚུ་གིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཕྱི་ལྷར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ བ་ལི་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༥ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ མོ་ཚུ་གིས་  
 ཡོན་ཆབ་ཕུལ་བའི་ཚུལ་དང་ འབྲས་སྐྱེ་བའི་ཞིང་བཟང་གིས་མཇུལ་སྐུལ་བའི་རྣམ་པ་སྟེ་ཡོད་པའི་ལྷག་ལུ་  
 ས་གནས་སྤིང་གཤོང་ཡོད་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཁར་ དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་ཕོ་བྲང་བཞེངས་མི་ སྐུལ་པའི་བཟོ་  
 བོ་བ་ལིཔ་གི་ ལྷིམ་གྱི་གྲང་ལུ་ཡོད་སའི་སྟོ་ལོགས་ཁར་ གནས་ཤིང་རྩ་བར་སྟོད་པ་ཡིན་པས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཡུལ་ལྷ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ རྣམ་པ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་གཟུགས་ལུ་སྐུལ་ཏེ་ ཉེ་མ་  
 འབྲུམ་ལས་ལྷག་པའི་འོད་ཟེར་འབབ། ཕྱག་གཡུས་པ་གིས་ དར་དམར་པོ་གནས་མཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར་  
 ཏེ་ བྱ་ཕྱོགས་ལུ་དགའ་བའི་བདུད་རིགས་ཚུ་ རང་དབང་མེད་པར་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལུ་ལུ་ཞུགས་  
 བཅུག་ ཕྱག་གཡོན་ལུ་ དགོས་འདོད་ཀྱི་ལོ་བུ་སྐྱུགས་ཀར་བསྐྱམས་ཏེ་ ལྷ་བཙན་ཚུ་བྲན་གཡོག་སྟེ་བཀོལ།  
 ཡང་སྐུལ་དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་ ས་གསུམ་ནང་ལྷབ་སྟེ་ ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་སྐོ་ལས་དགོ་བ་ལུ་བསྐྱུལ།  
 དཀོན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གསུམ་གྱི་བཀའ་དང་། དམ་འོག་གནས་བཞིན་རྒྱལ་བའི་ཞལ་འཇུག་ཅན། སྐྱུ་  
 ལུ་ལྷ་རྗེས་ཀྱི་དར་དང་བེར་གོ་བཞེས་ཏེ་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། ཕྱག་ཞབས་དང་སྟན་ལུ་ གསེར་  
 གཡུ་སྐྱུ་ཉོག་རྒྱན་ཕྱོགས་རྒྱབ་རྒྱབ་བཏགས། ཕྱིའི་འཁོར་སྐུལ་པའི་སྐྱུ་བཙན་འབྲུམ་སྟེ་དང་ དཀར་ཕྱོགས་  
 སྐྱོང་བའི་ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་གྱི་སྟོག་དབྱུགས་མེ་ལྷར་ལེན། ཚོས་དང་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ལུ་ འཕྲིན་ལས་དང་སྤོངས་སྟོགས་མཚད་དེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



### དམ་བཞག།

དགོན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་  
 དེམ་བྱོན་ཚུ་གི་སྤྱན་སྦྲར་ ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་སྤུལ་མི་འདི་ སེམས་ཁར་བཞག་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་  
 པ་རིན་པ་ཆེ་དང་། བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་ཕྱིན་ལས་སྦྱབ། ཡུལ་ཁམས་ལུ་དགོ་བ་བཅུའི་དཔལ་འཕྲོར་རྒྱས་  
 པ་དང་། ཚོས་ལྡན་གྱི་བསམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་དགོ་པའི་བཀའ་བསྐྱོད་གནང་སྟེ་འདུག།

### གསོལ་མཚོད།

བ་ལི་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་གནས་པོ་དཔལ་ལྡན་རྒྱ་མཚོ་འདི་ ཚོས་སྤྱང་  
 གི་གསུམ་ཁར་གཏོར་གྲུལ་བཅུགས་ཏེ་གཏང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོགས་སུ་སྟེ་སྤྱི་རྒྱུང་གཏང་པའི་སྐབས་  
 གསོལ་ཁའི་བསྟོད་པའི་གྲུ་ལས་ སྟོན་འབྲུ་དམོད་བཅོལ་རྒྱབ་སྟེ་ གནས་པོའི་དར་ཁ་བཀལ་སྟོལ་ཡོད་པ་  
 ཨིན་པས།



ད་རུང་དེ་གིས་མ་དོ་བར་ ལོ་ལྟར་ལྷུ་མ་པའི་ཚོས་༡༠ལུ་ དམངས་ལས་སྤྱད་ཁ་བསྐྱུ་ཞིན་མ་ལས་ སྤུལ་པའི་  
 བཟོ་བོ་བ་ལི་པའི་གྲང་ཤུལ་ཡོད་སའི་ས་གོ་ནང་ གནས་ཤིང་རྩ་བར་ ཚོགས་དུང་ཆ་འདྲོང་མ་སྟེ་ཞུ་ཞིན་མ་  
 ལས་ རྫོང་པ་ལྷ་བསང་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ གནས་པོ་དཔལ་ལྡན་རྒྱ་མཚོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ད།



དེའི་སྐབས་གཡུས་ཀྱི་གན་ཤོས་དང་ གཞོན་སྤྲེས་ཚུ་ ཇ་མཉམ་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་ བཞེས་སྒོ་སྤྲུག་ལུ་  
བཅུགས་ཟ། དགའ་བའི་སྐྱེལ་ལེན་ སྦྱིད་པའི་བློ་འབྲལ་སྟེ་ མི་སྤྲེའི་ནང་ མཐུན་འབྲེལ་གོང་འཕེལ་གཏང་བའི་  
ཉིན་མ་ཅིག་སྟེ་བརྩམ་ཨིན་པས།

---

རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ཀུན་ལེགས་བུད་དཔ། དཀོན་གཉེར་ལུན་ཚོགས།

༣ འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ།

གནད་དོན་བརྟན་བརླུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ།

གནས་ཁང་།

ལྷོ་ཆུ་ལ།

གཡུས།

ལྷང་ཅེ་ན།

བསྐྱེན་མི།

ལྷང་ཅེ་ན་དང་བྲག་ཤང་ཁའི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

ཡུལ་ཕྱོགས་བདེ་བར་བཀོད། བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། འབྲུང་བཞིའི་གཞོན་པ་བསྐྱོག་ཐབས་ལུ་སྐབས་ལུ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སུམ་ཅེན་ལྷ་ཡི་ཡུལ་བཟུམ་ ཉམས་དགའ་བའི་གནས་མཚོག་ ལྷ་པོ་ཡན་ལག་བརྟན་དང་ལྷན་པའི་ མཚོ་རྒྱུང་དང་ལྷང་ལྷང་སྐྱོག་པའི་འབབ་ལྷ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། མཐའ་འཁོར་སྐྱོན་ཤིང་དང་ མེ་རྟོག་སྣ་ཚོགས་ གྱིས་བསྐྱོར། བསང་གི་བྱི་གིས་ས་གཞིར་བྱུང་བ། ལག་མཐིལ་བཟུམ་ འཁོད་སྣོམས་རྟོག་རྟོ་ཡོད་པའི་སྤང་ཐང་ སྐབ་པར་བཞུགས་མི་ རྣལ་འབྱོར་པ་ཚུ་གིས་ བྲག་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་སའི་ ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ་དག་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ ལྷ་འདྲེ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་བཟུམ་ གཟེ་བཟེན་ཚེ་རྟོག་རྟོ་སྤེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མའོག་ཕྱག་མཚན།

བྱང་སེམས་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་རྣམ་སྐྱེལ་ འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ་ སྐྱེ་མའོག་དཀར་པོ་ ཞལ་འཇུག་མདངས་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་ལུ་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དངུལ་གཡུ་བྱུ་རུ་སྤྲིག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ བསེལ་བ་བཞེས། དཔའ་བོའི་དག་ཆས་ཚུ་ཚ་ཚང་བཏགས། ལྷོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་ནང་ འདི་བ་མགྲོགས་པ་ག་ཡང་མེད་པའི་ རྟ་དཀར་རྩུ་འཕུལ་ཅན་ལུ་ཚིབས། ལས་བཞི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པའི་སྐབས་ཡུལ་དང་བསྐྱེན་ཏེ་ ཕྱག་མཚན་ཡང་མ་འདྲམ་སྣ་ཚོགས་བསྐྱེམས་ནི་འདི་གིས་ མཐུ་ཚེན་ཟེར་ཡང་ལུ་སྐོལ་ཡོད་མི་ ཡུལ་ལྷ་ འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ་འདི་ གསང་བའི་ཡུམ་ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་ལྷན་བཟང་མོ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྐྱིན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཐོག་མ་མེད་པའི་སེམས་དཔའ་ནི། །ཀུན་བཟང་ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་དང་། །པར་འབྱུང་གནས་སྤྱན་ལྡན། །དམ་  
བཅའ་མ་གཡེལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །བར་དུ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ་དང་། །བྱ་བཏང་པད་དཀར་བཟ་ཤིས་  
སོགས། །ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་སྤྱན་ལྡན། །དམ་བཅའ་མ་གཡེལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ད་ལྟ་རིག་འཛིན་རྣལ་  
འབྱོར་ངས། །བསྐྱབ་ཅིང་མཚོན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ། །མཚོན་བསྟོན་ལས་ཀྱི་གཉེར་གཏང་ན། །དམ་ལས་  
མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་བརྩམ་ །ཡུལ་བཅོམ་  
འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ་གྱིས་ །ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་དང་ །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་སྤྱན་ལྡན་ལུ་  
ཁས་ལྷངས་དམ་བཅའ་སྤུལ་མི་ལས་ །དུམ་ག་ཅིག་ཡང་མ་འགལ་བར་ །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་། །དགོ་  
འདུན་གྱི་སྡེ་སྡོད། །ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་སྐྱབ་པའི་གོགས་དང་ །ལྷག་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་  
སྤྱིན་བདག་ཚུ་གི་ །གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ །ལྷ་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུང་ག་དེ་སྡེ་ར་ཡོད་རུང་ །ཐང་གཏང་མ་  
བཞག་པར་ །དུས་གསུམ་ཨ་རྟག་ར་སྤྱང་ཞིང་སྤྱོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ །སྟོངས་གོགས་གཡེལ་བ་མེད་པར་  
མཛད་དགོཔ་སྡེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ལྷང་ཅེ་ན་དང་ །བྱག་ཐང་ཁའི་མི་སེར་ཆ་མཉམ་གྱིས་ །ལོ་ཚོག་གི་སྐབས་ཚོས་སྤྱང་གི་གསུམ་ཁར་དང་ །ལོགས་  
སུ་སྤྱ་རྒྱུང་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ །དོན་དག་འབྲུག་དགོཔ་དང་ །ཨ་ལུའི་སྤྱིས་ལྷ་སྡེ་བསྟེན་ཉེ་ །གང་སྤུལ་  
བྱང་གསོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

འཕགས་ཡུལ་མགོ་གསུམ་གྱི་གསོལ་ཁ།

འཛོམས་མི་རྟེན་ལོག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ མ་སངས་སྐྱུན་བདུན།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་

གཡུས།

བསྟེན་མི།

མ་སངས་སྐྱུན་བདུན།

ལུང་ཁ།

ལུང་ཁ།

ལུང་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཤེལ་རྩ་ལུང་ཁ་གཡུས་ཀྱི་རྟེན་གཡུ་སྟོང་ཚང་ནང་ལྷ་ཁང་གསར་པ་ཅིག་བཞེངས་ཡོད་མི་འདི་ནང་ རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་རྟེན་དང་ ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཅོན་ མ་སངས་སྐྱུན་བདུན་གྱི་ གཙོ་བོའི་སྐྱེ་འབྲས་བུ་གས་སུ་གསོལ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ ལུང་གཤོང་འདི་གིས་ མི་ནད་ལྷུགས་ནད་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་སངས་མེར་གྱི་གཞོན་པ་རྒྱོག་ཚུགས་ནི་ཡིན་པས།



ས་གཞི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ རང་བྱུང་བྲག་རི་ཆེན་པོར་ རང་སྐྱུང་དགེས་པར་བརྟེན་པའི་སྐྱེ་མཁའ་ (ཕོ་བྲང་) མི་རྒྱུང་འབྲུགས་ཏེ་གནམ་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་སི་ཡོད་པའི་སྐྱེ་གཡུ་ ཏེ་ཅང་ཤེས་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་

ཅན་གྱི་ ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པའི་དཔའ་བོ་གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ མ་སངས་མཆེད་བདུན་ འཁོར་ལྷ་ལྷ་བདུན་  
བཅོན་དང་ ས་བདག་སྤྲུལ་མོ་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་རྣམ་མཐུ་གཅིག་བསྐྱེས་ དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་རྣམ་སྤྱུལ་ བསྐྱེན་  
འགྲོའི་ཕན་བདེ་སྤེལ་བའི་དཔའ་བོ་ བཅོན་ཆེན་གཞི་བདག་མ་སངས་སྤྲུལ་བདུན་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ ལྷ་  
བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་ལུ་འཁོར་གསུམ་མདོད་དུག་གི་དཔའ་བོའི་དགྲ་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན། ཡར་ལོགས་མ་  
དང་བསྐྱེན་ཏེ་ ལས་བཞི་སྐྱབ་ད་ ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ཕྱག་མཚན་ ལྷ་ཚོགས་བསྐྱེས་ཏེ་ ལྷ་འཕྲུལ་སྐྱ་  
ཚོགས་སྟོན་གནང་དོ་ཡོད་རུང་ གཙོ་བོ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་མདུང་དམར་བསྐྱེས་ཏེ་ བྱ་ཕྱོགས་བདུན་  
རིགས་ཚུ་གི་ དོན་རྗེ་གྱུར་བརྒྱབས་ཏེ་ རྣམ་ཤེས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལུ་འབྲེན། ཕྱག་གཡས་ལུ་ དགོས་  
འདོད་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་བུ་བསྐྱེས་ཏེ་ དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེས་སེལ། བསམ་པའི་རེ་དོན་  
འགྲུབ། ཉིམ་བདུན་ དུས་གཅིག་ལུ་ཤར་དོ་བཟུམ་གྱི་ གཟི་བཞིན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ འཁོར་སྲིད་པའི་ལྷ་འབྲེ་  
གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཏེ་མ་གི་དུས་ལུ་ སྟོབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ ལྷ་སྲིན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ དམ་བཅུགས་གནང་པའི་  
སྐབས་ལས་ མ་སངས་སྤྲུལ་བདུན་ཡང་ དམ་འོག་ལུ་བཅུགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ལས་གྲུབ་ཐོབ་  
དང་ རྒྱལ་བ་ཤོང་མ་ཚུ་གི་སྤྲུལ་སྤར་ བསམ་ངན་སྦྱོར་རྩལ་སྤར་སྟེ་ སྤྲིན་བདག་གི་རྒྱུན་ལྷན་བར་ཆད་སེལ།  
སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེན་པ་སྤྲུང་ནི་སྟེ་ ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་དེ་ལུ་ དུས་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པར་ གནས་  
དགོ་པའི་ཐ་ཚོག་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་བཞི། རྒྱས་པའི་ལས། དབང་གི་ལས། དྲག་པོའི་ལས་རྩིས་ཏེ་བཞི་ཡིན་མ་དུ།  
དཔེར་ན། ཞི་བ་འདི་འཇམ་པའི་སྟོ་ལས་ལྷ་རྟོག་འབད་མི། རྒྱས་པ་འདི་ དཔལ་དང་འབྱོར་པའི་ཕྱག་ལུ་  
གནང་ནི། དབང་འདི་ རོར་ལོངས་སྟོན་དབང་ལུ་བསྐྱེ་མི། དྲག་པོ་འདི་ མ་ཉན་པའི་དགྲ་བོ་ཚུ་ དམག་གི་  
ཐོག་ལས་ཐལ་བར་བརྟུག་ནི།

**རྒྱུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

མ་སངས་སྤྲུལ་བདུན་གྱི་གསོལ་ལ།

༡ བྲག་དཀར་ལྷ་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

བྲག་དཀར་ལྷ་བཙམ།

མེ་མདའ་སྐྱང་།

མེ་མདའ་སྐྱང་།

མེ་མདའ་སྐྱང་གཡུས་ཚན་གི་མི་སེར།

མི་ཚོར་བས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དང་ ལོ་ཐོག་ལེགས་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟན་མི་ཨོན་  
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སུམ་རྩེན་ལྷ་ཡི་ཡུལ་བཟུམ་ཉམས་དགའ་བའི་གནས་མཚོག་ སྐྱང་ལྗོངས་དང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཚུ་པོ་  
ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་མཚོ་རྗེའི་དང་ལྷུང་ལྷུང་སློག་པའི་འབབ་ཚུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། མཐའ་འཁོར་  
སློབ་ཤིང་དང་མེ་རྟོག་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པའི་སློབ་ཤིང་གུར་ལས་ བྱ་སྐྱང་གི་སྐྱང་གི་ཉན་པའི་སྐྱོ་  
དབྱངས་སློག། བ་རུང་མོ་ཚུ་གིས་སྐྱུ་དབྱངས་ཀྱི་མཚོད་པ་སྐུལ་བའི་གདོང་ཁར་ བྲག་དཀར་པོ་ཤེལ་གྱི་མདོག་  
བཟུམ་སྤེལ་ཡོད་པའི་རྩེ་མོ་གསེར་དང་ རྩ་བ་གཡུ་ལས་གྲུབ་པའི་པོ་བྱང་གཞལ་ཡས་ཁང་ནང་ པོ་ལྷ་ཚེན་པོ་  
བྲག་དཀར་ལྷ་བཙམ་ གསང་བའི་ཡུམ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་  
ཨོན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

པོ་ལྷ་ཚེན་པོ་བྲག་དཀར་ལྷ་བཙམ་ སྐྱུ་མདོག་གངས་རི་དཀར་པོ་ལུ་ ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཕོག་ཕོག་པ་བཟུམ་  
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལོ་འཇུག་ཅན། སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་གོས་དཀར་ལུ་ རི་མོ་སྐྱ་ཚོགས་རྒྱབ་རྒྱབ་བཞེས།  
དབང་གི་གོ་ཁབ་སྐྱག་རལ་གཡས་དང་ གཟིག་འབྲུབས་གཡོན་ལུ་བཏགས། དབུ་ལུ་གསེར་གྱི་ཚོག་ཞུ་གུར་  
རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱ་ཚོས་དང་ དར་སྟེ་ལྷའི་རུ་དར་ རྒྱལ་མཚན་རྟོག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་མི་བཞེས། ཕྱག་གཡས་  
ལྷའི་དར་དཀར་དང་ གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བྱ་དང་ དདུལ་གྱི་གཞུ་དང་གཡུའི་མདའ་བསྐྱུམས།  
སྐྱན་རྒྱན་གསེར་གྱི་ཨ་ལོང་གུར་ རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱ་རྒྱན་དང་ ཞབས་ལུ་མཚེལ་ལྷམ་དཀར་པོ་པ་ཏུ་བཞོ་ཞོ་ཕྱ་

བཞེས་ཏེ་ ཚིབས་གེར་གྲིང་ཅང་ཤེས་གྲུར་ རུང་གི་སྒྲ། སྲབ། གོང་མེད། ཡོབ་ ཅིལ་བྱ་གཡེར་ལ་བཏགས་  
ཏེ་ཡོད་མི་གྲུར་ཚིབས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེའི་གཡས་རྟོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་སྒྲན་མོ་མཛེས་སྦྱག་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་  
ལུ་དམར་པོའི་མདངས་ཆགས་པ། སྐྱེ་འགོ་ཀུན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་པ། དབྱ་ལུ་མེ་ཏོག་གི་ཐོད་བཅིང་། སྐྱ་ལུ་ན་  
བཟང་དཀར་དམར་དང་ རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན། ཕྱག་གཡས་ལུ་ སྲིད་གསུམ་འགྲུགས་པའི་བརྟེ་  
མཚོན་ལུ་མེ་ཡོང་བསྐྱམས། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ རོར་གཡང་ཁྲག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་གཞོང་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ དར་  
དཀར་གྱི་འབོལ་གདན་བཅེགས་བཅེགས་པ་ལུ་ བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བཅོན། བདུད། སྒྲན་མོ། ལྷ།  
འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

བྲག་དཀར་ལྷ་བཅོན་གྱིས་ ཏེ་མ་འགོ་བའི་ཚེ་སློག་ལུ་གཞོད་པ་བཀལ་ཏེ་འབད་རུང་ ཨོ་རྒྱན་པརྱ་འབྱུང་  
གནས་གྱིས་ སྒྲན་སྡོངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ ཞབས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ ལྷ་སྲིན་  
གདུག་པ་ཅན་རྩེ་ དམ་བཏགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མཐུ་ཚེན་སྒྲ་མ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ དངོས་མེད་ལྷ་  
སྲིན་སྲེ་བརྒྱད་རྩེ་ལུ་ བཀའ་བསྐྱོད་དམ་བཞག་གནང་པའི་སྐབས་ ཕོ་ལྷ་བྲག་དཀར་ལྷ་བཅོན་གྱིས་ རང་  
གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ སློག་སྤྲིང་ཕུལ་མི་དེ་ཡང་བཞེས་ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲིའི་གཞི་བདག་སྲེ་ བསྐྱོས་  
ཞིན་ལས་རྒྱུར་ ལས་སྤངས་ཕུལ་མི་ལས་ དུམ་ག་ཅིག་ཡང་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་།  
སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྲིད་སྲེལ། སྐབས་ལུ་མི་རྩེ་ལུ་ འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་གྲུབ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

ཁྱིམ་གཅིག་ན་གི་བྱལ་པ་རྩེ་གིས་ འོ་ཚོག་སྐབས་ཚོས་སྲུང་གི་གསུམ་ཁར་དང་ འོགས་སུ་སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་སོལ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ དོན་དག་འགྲུབ་དགོས་དང་ ཨ་ལུའི་སྐྱེས་ལྷ་སྲེ་བསྟན་ཏེ་ གང་ཕུལ་དང་གསོལ་ཡོད་པ་ཡིན་  
པས།

**རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།**

ཕོ་ལྷ་ཚེན་པོ་བྲག་དཀར་ལྷ་བཅོན་གྱི་གསོལ་ལ།





གནས་བདག་ཐུག་དཀར་ལྷ་བཙུན།

སྐྱུ་མ་ཐོན་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ བྲག་ལྷུང་པ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

བྲག་ལྷུང་པ།

བྱ་རུ་ཐང་ལྷ་ཁང་།

སྐྱུ་མ་ལ།

སྐྱུ་མ་ལ་དང་བཅས་སི་སིའི་མི་སེར།

བྱ་རུ་ཐ་ཚུ་གིས་ ཚོང་འབྲེལ་དང་ གཡམས་དང་གཡོན་ལུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་

ལམ་འགྲོ་ལེགས་ཞེས་འོང་ནི་དང་ མཚོ་དོན་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་

དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



# གནད་དོན་རྒྱུ་ལ།

## གནས་ཁང་།

ལུ་རུ་དང་ ལྷ་མ་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ དུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ ལྷ་བཙམ་བྲག་ལུང་པ་བསྟེན་མ་ཡིན་མ་དུ་ དེ་ཡང་  
 ལུ་རུ་ཐང་ འོམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ཚུ་མཇུག་ཁ་ཐུག་ བྲག་མཐོ་ཡོལ་ཡོལ་རྫོང་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ མ་བཙོས་  
 ལྷོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དུལ་བཙམ་བྲག་ལུང་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་མ་ལས་ དད་ཅན་ཚུ་གིས་ ལྷ་འབྲུ་མི་ཚད་མ་  
 ཅིག་བཞེངས་ཡོད་མི་དེ་ལས་ དུས་རྒྱུན་མཚོད་པ་དང་ དཀར་མེ་སུལ་ཉེ་ མགོན་སྐབས་ལུ་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་  
 ཚད་ ཀ་ལྟབ་རྟིང་མ་འདི་ ལུ་རུ་འོམ་གྱི་འོག་ལུ་ཡོད་མི་ལྷ་ཁང་ནང་མཇུག་ནི་ཡོད་མི་འདི་ཡིན་པས།



བྲག་ལུང་པའི་གནས་ཁང་།

ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ སྤུ་ན་ཁ་བསོད་ནམས་དགའ་ཚལ་ལྷ་ཁང་ནང་ རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ མང་  
 རབས་ཅིག་བཞུགས་ཉེ་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆག་རྒྱུན་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་ལ་རྩེ་རྒྱུང་མ་ལས་བརྟེན་ མེ་  
 ལྷའི་ལལ་ལུ་བཞེས་པའི་ཤུལ་ལུ་ རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་སྟོན་པ། ལུ་རུ་ ཞབས་རྒྱུང་ལུ་ སྟོན་དུ་མ་གྲ་ཅིག་མ་བྱུང་  
 པར་ ཉེ་མ་ག་ཡིན་མ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ སྟོན་པ་འདི་རྫོང་ཅུང་ནང་དང་ ཞབས་རྒྱུང་གི་སྐྱེ་འབྲུ་  
 འདི་ བྱི་ལི་སྐང་ལྷ་ཁང་ནང་ལྷ། དེ་ལས་གྲུ་རུ་འི་སྐྱེ་འབྲུ་འདི་ པཎ་ཆེན་ནགས་ཀྱི་རིན་ཆེན་གྱིས་ཕྱག་བཏབ་  
 གནང་མི་ ལུ་རུ་ལྷ་ཁང་གི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་སྟེ་བཞུགས་སུ་གསོལ། དེའི་ཤུལ་ལས་ མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་  
 རོ་རྩེ་ཡབ་སྐུ་ཚུ་གིས་ བྲག་ལུང་པ་དེ་ དུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སྐྱུང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ལུག།  
 བཤད་སྟོལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ལུ་རུ་ལྷ་ཁང་གི་རྟེན་གཙོ་བོ་གྲུ་རུ་འདི་ རྒྱ་གར་གྲུབ་ཐོབ་ནགས་ཀྱི་  
 རིན་ཆེན་གྱི་ བྲག་བཟོ་ཡིན་མ་སྟེ་ འོ་རུ་བསྐྱང་ལས་ཡིན་མི་ བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཤད་པ་ཡིན་  
 པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བྱ་གསུ་རྗེའི་རོལ་གར་ལས། །གང་འདུལ་ཐབས་ཀྱིས་སྲིད་པའི་སྣང་  
བཞེངས་པའི། །དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཚེན་བྲག་ལུང་པ། །ཡུམ་བཅས་སྲས་དང་དྲེགས་པའི་འཁོར་ཚོགས་  
བཅས། །ཟེར་ ལྷ་ཚེན་བྲག་ལུང་པ་འདི་ རོ་བོ་རྒྱལ་ཀུན་སྣང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ཡིན་ཅུང་ རྣམ་པ་ལས་  
བཞིའི་རྩུ་འཕུལ་གང་ལ་གང་འདུལ་སྣོན་པའི་ སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། གནས་  
མགོན་གྱི་དམ་ཚིག་སྲུང་བའི་བདུ་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་དར་དཀར་དང་། གཡོན་ལུ་སྐྱབ་པར་བཞུགས་མི་རྒྱ་  
ལུ་ དགོས་འདོད་སྣང་བའི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས། སྐྱ་ལུ་བསེ་ཁབ་དང་བསེ་ཚོག་ དག་ཆས་ཆ་ཚང་བཞེས་སྡེ་  
རྒྱར་མགྲོགས་རྟ་དམར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་  
དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཏེ་ དམ་ཉམས་དག་པོའི་སྲོག་ཅུ་བསྐྱམ། སྐྱབ་པའི་ལྷ་དང་སྲུང་མ་མཛད་མི་  
དག་ལྷ་ཅིག་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱན་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ། མཐུ་ཚེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ། རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཡབ་སྲས་རྩུ་གི་  
བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་། ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ མི་ཞོར་ཁང་  
གསུམ་ལུ་ གནོད་པ་རྩུང་ཞིང་སྐྱོང་བ་དང་། དཔལ་ལྡན་དབྱར་ཚའི་རིང་ཡུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ རྒྱས་པའི་  
འཕྲིན་ལས་དང་ སྐྱོངས་གྲོགས་མཛད་གནང་མ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

ལུ་རུ་དང་སྡོལ་གསུ་ཁའི་ གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་རྩུ་གིས་ ལུང་གཤོང་གི་གནས་པོ་ ལྷ་ཚེན་བྲག་ལུང་པ་འདི་  
ལོ་ཚོག་སྐབས་གཏོར་གཡུ་ནང་བཅུགས་ཏེ་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོགས་སུ་སྐྱབ་རྒྱུ་བཏང་བཏང་སྡེ་  
བསྟོད་པའི་གྱུར་སྡོད་པ་ད་ མར་ཆང་ཕུད་གཏོར་ཞིན་མ་ལས་ གནས་པོའི་དར་ཁ་བཀའ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན་  
པས།

**རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཆ།**

- བྲག་ལུང་པའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།
- འདྲི་བསྟན་འབད་ས།
- ཞོར་བུ་སྐྱང་ལས་ བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་མཚན།

## ༡ གཞི་བདག་མོ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

གཞི་བདག་མོ།

གཞི་བདག་མོ་སྦང་།

བཅ་སི་སི།

བཅ་སི་སི་དང་རྟོགས་ལྡན་སྐྱེས་ཁའི་མི་སེར།

མི་ཚོར་བས་གསུམ་ལུ་རྒྱུ་དན་མི་འབྱུང་ནི་དང་མདའ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ནིའི་  
དོན་ལུ།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་ལུ་རྩ་ཐང་ཁོམ་གྱི་རྒྱབ་ལས་ཡར་ལྷ་ དང་ཕུ་གི་མི་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཅུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་ཉེ་ དེ་ཅིག་རྒྱུ་  
ཐང་སྟེ་འགྲོལ་ད་ བཅ་སི་སི་གཡུས་ཚན་ནང་སྟོད་པ་ཡིན་མ་ད་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཡུས་གྱི་མཚུག་ཚུན་  
སྐྱེས་འཁོར་ལམ་བསལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



ཨམ་གཞི་བདག་མོའི་གནས་ཁང་།

སྤྱི་མ་ཁ་དང་བཅ་སི་སི་གཡུས་ཚན་གྱི་བར་ན་ ས་དབྱིབས་རྩིབ་མགུ་གསུམ་བརྩམ་སྟེ་ཡོད་མི་ གཞི་  
བདག་མོ་གི་སྦང་བེར་ སྟོང་ཕུ་ཤིང་ཚོམ་རྟོ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ཨམ་གཞི་བདག་མོའི་གནས་ཤིང་དང་ མ་བཙོས་  
ལྡན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས།



**གསོལ་མཚོན།**

བཅ་སི་སི་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱིས་ཀྱང་པ་༡༥ གི་གསལ་ལས་ ལོ་ལྟར་བཞིན་ཅུ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་ག་ལོག་མི་དེ་གིས་  
བྱུང་བ་རེ་ལས་ལྷན་ཁ་དང་ ཉི་རུའི་གམ་དབྱ་བཀལ་མི་འདི་བསུ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷན་ལའི་ཡར་ཚེས་ལུ་  
ཚེས་པ་གི་སྟབས་བདེ་ཉིང་དང་འབྲིལ་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ག་ར་གནས་ཤིང་ཅུ་བར་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་  
ཨམ་གཞི་བདག་ལོ་ལུ་གསོལ་ཁ་ལ་སྤུལ་མ་ཨིན་པས།

གནས་ཤིང་གི་གདོང་ཁར་ རྩོལ་བ་སྐོར་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་གུར་ ངང་ལྟ་ཤོ་འདབ་འཐིངས་ཏེ་ཡོད་པའི་ སྐྱུག་  
གི་ཅན་སྟེགས་གུར་ ཕོ་ལྟའི་གདོང་མ་བཅོན་བཤོས་ཅིག། གཞི་བདག་ལོ་གི་གདོང་མ་མགུ་གསུམ་འབད་མི་  
ཅིག། ཕོ་ལྟའི་གདོང་མ་རྩུར་གསུམ་འབད་མི་ཅིག་བཞེངས་ཏེ་བཀལ། དེའི་གདོང་ཁ་དང་གཡུས་གཡོན་ལུ་  
ཚོགས་དང་དཀར་མེ་སྤུལ་འབད་སྟེ་ཚབ་སྟོན་ཚར་མ་ཅིག་ གཡུས་གྱི་རྒྱ་ཤོས་ ཁ་བཤད་སྐྱུར་ནི་མཁས་  
དྲགས་ཡོད་མི་གཅིག་གིས་ བཀྲ་ཤིས་ཚོགས་སུ་བཅད་པའི་སྟོན་ལམ་སྤུལ་མ་ཨིན་པས།

**ཡུལ་ལྗང་མཚོན་པའི་ཚིག།**

ལོ་ན་ཉིང་ཟེར་ཏེ་མ་ཉ། །རྟུ་ཅི་ཟེར་ཏེ་མ་ཕྱིས། །ད་རིས་སྐར་བཟང་ཉིན་བཟང་རྟུ་བཟང་གསུམ་  
ལུ། །གནམ་ལ་ཚེས་པའི་སྐར་མ་བཟང་། །ས་ལ་ཚེས་པའི་རྒྱ་སྐར་བཟང་། །བར་ལ་ཚེས་པའི་ཉི་མ་  
དོ། །བཟང་ཕོ་གསུམ་གྱི་ཉིན་མ། །ཁ་ཅ་ཉིན་མ་དཔལ། །ད་རིས་ཉིན་མ་འབྲུག། །འབྲུག་སྐྱོར་དཔལ་གྱི་ཉིན་  
མ། །བཀྲ་ཤིས་ལྷ་བའི་ཡར་ཚེས། །སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་མར་ཚེས། །ལོ་ན་ཉིང་ཟེར་ཏེ་མ་ཉ། །རྟུ་ཅི་ཟེར་  
ཏེ་མ་ཕྱིས། །སང་ཕོད་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད། །རྒྱས་པ་ཚེ་གིས་སྤྱང་མ་བཅུག། །གཞོན་མ་རྒྱེན་གྱིས་འབྲུ་མ་  
བཅུག། །རང་ཏ་བར་ལས་ཡལ་མ་བཅུག། །ལོ་རྟུ་ཅི་འཛོམས་སར་སང་ཕོད་འཛོམས། །ད་རུང་འཛོམས་པའི་  
སྟོན་ལམ་ལྷ། །ཟེར་སྟོན་ལམ་བཏབ་ཞིན་མ་ལས་སྟན་དར་སྤུལ་སྟེ་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱེན་བར་ཆད་མེལ་བའི་  
ཡིད་ཚེས་བསྐྱེད་པ་ཨིན་པས།

ཉི་མ་འབད་བ་ཅིན་ ཨམ་གཞི་བདག་ལོ་མཚོན་པའི་སྐབས་ བྱ་ཕོད་གཅིག་དང་བྱ་ཕོ་གཅིག་གསོན་སྟེ་  
འབག་འོང་མི་འདི་ བསད་ཚར་མ་ཅིག་ ཤ་ལྷག་ཚོ་རྟོམ་གྱི་དམར་མཚོན་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ བར་སྐབས་  
ཅིག་ལས་ ལྷན་མཁན་ཕོ་གིས་ དཀར་ཕྱོགས་ལུ་ཁ་བསྐོར་གནང་ཞིན་མ་ལས་ ཤ་སྤུད་ཅིག་སྤུལ་མ་  
གདོགས་ ཉི་མ་བཟུམ་སྟེ་ དམར་མཚོན་འབད་སྟོལ་མེད་པ་ཨིན་པས།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

བཅ་སི་སི་ལས་ ཨམ་གུན་དགའ།

३ དགོན་བྲག་པ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

དགོན་བྲག་པ།

ལྷང་ཡུལ་ཟམ་གྱི་ལྷག་ལུ།

རྫོང་རྩུང་ན།

ལྷང་ཡུལ།

སྐྱ་ན་རྫོང་འཁོར་ཆའི་མི་སེར།

གཞི་བདག་འདི་གཡུས་གྱི་པོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ནོར་བས་གསུམ་  
ལུ་རྐྱེན་ངན་འབྱུང་མི་བརྟུག་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷང་ཡུལ་ཟམ་གྱི་ལྷག་ལུ་ རང་བཞིན་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྤང་སྡོངས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་ས་གཞི་ འདོད་ཡོན་  
སྤྲོ་ཚོགས་འཛོམས་པའི་སྦྱེད་ཚལ་གྱི་ལྷག་ལུ་ རིན་ཆེན་ལོ་རྩེ་བྲག་རི་བརྟེན་པའི་ རི་བོ་སྤང་ཆེན་འགྱུང་  
འདྲའི་གནས་མཚོག་ བྱི་ལི་སྤང་གི་རིའི་ཞོལ་ལུ་ ལྷའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་དང་མཐུན་པའི་གནས་  
ཁང་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན།

ཉེ་མའི་དུས་ལུ་ དགོན་བྲག་པའི་གནས་ཁང་འདི་ ལྷང་ཡུལ་དགའ་ལེགས་མའི་པ་བྱིམ་འདི་ནང་ཡིན་རུང་  
བྱིམ་རྙིང་མ་ཐལ་སོ་ཞེན་ལས་ རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་བྲགས་ཉེན་དང་ མཚོད་ཆས་གྱི་རིགས་ཚུ་ ད་ལྟོ་ཡོད་  
པའི་གནས་ཁང་ནང་ལུ་ལུ་ཞེན་ལས་ བཞུགས་སུ་གསོལ་སྟེ་ བར་སྐྱབས་ཅིག་ལས་ ལྷམ་གཅིག་ཡང་  
ལོགས་སུ་བསྐྱོས་ཉེ་ དུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་ཁ་མ་ཆད་པར་ལུལ་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།





**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་ཆེན་དགོན་བླ་མ་སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་སྐྱ་ལལ་འཇུག་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་  
 ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་ཏེ་ འགྲོ་བའི་རྒྱུད་ལུ་དུག་ལྷ་སེལ་བའི་བདེ་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡས་མ་བྱའི་རྒྱལ་མཚན་  
 བམ་མའའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་གིས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཉོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ དམ་ཚིག་ཅན་སྐྱབ་པར་  
 རྒྱགས་མི་ཚུ་ལུ་ ག་ཅི་དགོ་རུང་དཀའ་ཚོགས་མེད་པར་དངོས་གྲུབ་གནང་། དབུ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་འགྲིང་  
 ཐོད་བཞེས། མགུལ་རྒྱན་སྒྲ་གཡུ་ཉི་མའི་ཟེར་བ་རྩམ་པ། སྐྱ་ལུ་ལྷ་རྩམ་ལས་གྲུབ་པའི་དར་དཀར་གྱི་ན་  
 བཟའ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ གཟི་བཙེད་དང་ལྡན་པ། ཉ་དཀར་པོ་རུང་གི་  
 རྒྱགས་ཅན་གྲུང་ཆེབས་ཏེ་ ཡུད་པ་ཐེངས་གཅིག་ལུ་ རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་བསྐྱོར་མ་དང་ འཛིག་རྟེན་གསུམ་ཡང་  
 གཡོ་དོ་བཟུམ་གྱི་སྤྱང་བ་ཤར། གཡས་གཡོན་ལུ་གསང་བའི་ཡུམ་ ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་གྱི་སྐྱོན་མོ་དང་ ལྷ་ལྷུ་  
 བདུད་བཙན་གངས་སྐྱོན་མཚོ་སྐྱོན་ཚུ་ འཁོར་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨོན་པས།

**དམ་བཞག།**

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་། གདུང་འཛིན་སྐྱུལ་སྐྱའི་སྐྱུན་ལྷ་སྐྱུ། །དགོ་བསྐྱེན་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་ཞིང་། །བྱ་  
 བཞིན་སྐྱོང་བར་ཞལ་བཞེས་པ། །དུས་ལ་བབས་པོ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །བར་དུ་དག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་  
 དང་། །ཀྱུན་དགའ་ལེགས་པ་ཡབ་སྐུས་གྱི། །བཀའ་བཏགས་དམ་ཚིག་བྱུང་བ་བཞིན། །སྐྱབ་བརྒྱུད་སྤྱིང་པོ་  
 སྐྱོང་བར་མཛོད། །མཐའ་མར་གདུང་འཛིན་སྐྱུལ་པའི་སྐྱ། །མཐུ་ཆེན་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གྱི། །དགོ་བསྐྱེན་

ཆེན་པོར་མངའ་གསོལ་ཞིང་། །གདན་ས་ཆེན་པོ་གཉེར་དུ་གཏང་། །གཙུག་ལག་རྟེན་གསུམ་མ་ལུས་  
དང་། །བརྒྱན་འཛིན་བུ་སྟོབ་བཅས་པ་རྣམས། །བྱ་བཞིན་སྟོང་བར་ཁས་བྲལ་ཤིང་། །དམ་བཅས་རི་བཞིན་  
འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ །རྗེ་འབྲུག་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་  
གནས་མགོན་གྱི་དམ་ཚིག་སྲུང་། དཔོན་སྟོབ་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་སྦྱིག། ལྷག་པར་གདན་ས་ཆེན་པོ་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པ་དང་། ཆོས་སྟོར་ལུགས་མི་ཚུ་གི་རེ་བ་སྟོང་། རྒྱུན་སྦྲུལ་གི་བར་ཆད་སེལ་ནིའི་ཁས་བྲལ་སྲུང་སྲུང་ཡོད་པ་  
ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

ལོ་ནམ་ཆ་ར་ རང་རྒྱུ་༩ པའི་ཆོས་༡༥ ལུ་ བཅོན་རྟ་གྱུར་དམར་གདན་དམར་ཤོ་དང་ སྐྱ་སྲབ་ཀྱིས་བརྒྱན།  
མ་ཆེན་གཟིམ་དཔོན། ཚེའི་གཟིམ་དཔོན། རྫོང་བདག། བྲང་དཔོན་ཚུ་གིས་ཆིབས་བཅར་ཏེ་ རྫོང་རྩུང་ནང་  
ལས་ དགོན་བྲག་པ་གདན་འབྲེན་ལུ་སྟེ་ ལྷང་ཡུལ་གྱི་གདོང་སྟོར་ སྐང་གི་སྟེང་པར་ཡོད་པའི་གནས་ཁང་  
ནང་ གསོལ་ཐབ་བྱོན་མ་ཡིན་པ་ད། རྫོ་པ་དང་པ་ར་ལྷ་བསང་གཏང་། ལུལ་གསོལ་སྲུང་སྲུང་ རྟེན་འཛུགས་  
བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ དགོན་བྲག་པ་སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ད་རུང་རང་རྒྱུ་༩ པའི་ཆོས་༡༥ ལུ་ དགོན་བྲག་པའི་གནས་ཁང་ནང་ རྫོ་པ་དང་པ་ལྷ་བསང་དང་ དགོན་  
བྲག་པ་སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་ཞིན་མ་ལས་ ཏེ་མ་ཙམ་འབྲེན་པ་སྟེ་ ཆིབས་གཤམ་ཐོག་ལས་ དགྲུན་གྱི་བཞུགས་གནས་  
རྫོང་རྩུང་ནང་ གསོལ་ཐབ་བྱོན་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ལོ་ལྟར་སྲུ་ན་སྟོམ་མཚོན་སྐབས་ལུ་ ལྷམ་༡ པའི་ཆོས་༩ ཀྱི་རྫོང་ལུ་ དཀར་སྦྱིས་ཚོ་ལག་གི་དཔའ་  
གཟར་པ་ཚུ་གིས་ མེ་མདའ་དཔའ་དུམ་དང་ ལྷ་དང་རྩུ་སྐད་རྒྱབ་སྟེ་ བཞེངས་བཟང་སྲུལ་ཞིན་མ་ལས་ རྫོ་པ་  
ཚུ་ཚོད་༤ ལུ་ ལྷང་ཡུལ་དགའ་ལེགས་མའི་པ་བྱིམ་ནང་ལུ་ བཞུགས་གཤམ་སྲུན་སྲུམ་ཚོགས་པའི་ རྟེན་  
འབྲེལ་བཙུགས་དང་བཅས་པ་སྟེ་ མར་ཆད་གི་སྲུང་གཏོར་ཏེ་ བད་རྒྱབ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་དགོན་  
བྲག་པ་དམག་དཔོན་སྟེ་ ལུ་བའི་ཚུལ་ཡིན་པ་ད་ ཆད་སྲུང་དེ་ཡང་ དགའ་ལེགས་མའི་པ་བྱིམ་གྱི་མི་བརྒྱན་  
ཚུ་གིས་ བཙོ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ དགོན་བྲག་པའི་གནས་ཁང་འདི་ནང་འབད་ནི་འདི་གིས་ཡིན་པས།

**དག་རྒྱན།**

དགོན་བྲག་པ་གིས་ ལྷང་ཡུལ་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ སྟོན་གོམ་ཙམ་ གསང་ཡུམ་སྟེ་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་པའི་  
སྐབས་ སྲུ་ན་གཙང་རྒྱ་བེས་ཏེ་ རྒྱ་རུང་ཐོན་རུང་ ལྷང་ཡུལ་གྱི་བྱིམ་ལུ་ གཞོན་རྒྱུན་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་

སྐྱུལ་མེས་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་ རྒྱ་རུད་སློབ་བཏང་འབད་སྟེ་ ལོག་གཙང་ཚུ་ཞོབ་ད་ ཡང་ཐོག་ཁ་ལས་འོར་སེམས་  
ཅན་ ས་ཁར་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་བདེན་ཚོད་ཡོད་མི་དེ་ཡང་བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ཚུན་ བྱང་གི་སེ་གུ་ནང་ལུ་  
བྱེམ་ལྷེམ་ལྷེ་སྟེ་གང་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲུག།

དུས་ཚོད་དེའི་སྐབས་ སྐྱེས་པ་དང་མ་ཚུ་གིས་ གཞི་བདག་ཁོང་ཕོ་སྐྱེས་དོད་རིལ་རི་ ཕྱག་ལུ་མ་བྱའི་སྟོ་  
བསྐྱམས་མི་ཅིག་སྟེ་མཇལ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལྷང་ཡུལ་ལུ་དགོན་བླ་མ་པའི་བྱང་དང་ དེའི་མི་རྒྱུད་  
ཚུ་ བཟོམ་ལྷ་ཉེས་དྲགས་ཨིན་རུང་ སྐྱ་གྲོང་ཤེད་ཡོད་མི་ཙང་ཙ་ཐོན་ནི་འདྲི་གིས་ མི་སེར་བདམ་གསིག་རྒྱབ་  
ནི་ཨིན་པས་ཟེར་བའི་ རྒྱགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ དགོན་བླ་མ་པའི་ ལྷང་ཡུལ་གྱི་མཚོ་སྐྱེལ་དང་གཉེན་  
སྐྱགས་ཞིན་མ་ལས་ ཕྱིན་ཚད་ད་ལས་ཕར་ མི་མ་ཡིན་མི་དང་གཅིག་ཁར་མ་གཏོགས་ མི་དང་དགའ་མཐུན་  
ལྷན་མ་ཚོག་པའི་ བཀའ་དམ་གནང་སྟེ་ སྐྱངས་ཐང་རྫོང་ནང་ སངས་རྒྱུས་སྟོང་གི་སྐྱ་འབྲ་བཙུགས་ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།

སྐྱུ་མ་མེད་འོག་ སེམས་ཉོགས་སྐྱང་རུ་ལས་ཨིན་མི་ སྟོབ་དཔོན་གྲགས་པ་གིས་བཤད་དོ་བརྒྱམ་འབད་བ་  
ཅིན་ ལྷང་ཡུལ་ལུ་དགོན་བླ་མ་པའི་གསང་ཡུམ་གྱི་མི་བརྒྱུད་ལས་ སྟོན་གོམོ་མཇུག་མཐུད་རྒྱབ་སྟེ་མ་ཚད་  
པར་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མ་ད་ དང་ལྷ་ལྷང་ཡུལ་གྱི་སྟོན་གོམོ་དེ་ གནམ་དགུན་རྐང་ཟམ་བཀལ་ཏེ་ བྱི་ལི་སྐྱང་གི་  
ཁ་བྱུག་ འོར་འཚོ་བར་སོང་པའི་ལུ་ལུ་ གཟུགས་སྟོ་ཁོག་འབད་ཆེས་ལས་ ཨ་ལུ་གི་ཨ་པ་ག་ཨིན་མ་ཟེར་  
དེ་མ་ད་ ཕ་གི་ལོགས་ལུ་ཡོད་ཟེར་ ལག་བདེ་སྟོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་སྟོལ་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

---

### རྒྱབ་ཉོན་ཡིག་ཆ།

དགོན་བླ་མ་པའི་གསོལ་ཁ།

འབྲི་བརྒྱུན་འབད་ས།

སྟོབ་དཔོན་གྲགས་པ། ཨམ་བཟང་མོ།

༤ བོ་ལྷ་ཨ་པའི་རི་བཙན།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

བོ་ལྷ་ཨ་པའི་རི་བཙན།

ལ་བྲ།

ལ་བྲ།

ལ་བྲ་གི་མི་སེར།

འདོད་དོན་ཡིད་བཞིན་སྟེར་བའི་དཔའ་བོ་ཨིན་མ་སྟེ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་  
ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་མོ་ཚུ་པར་ཀ་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཉར་༡༢ འགྲོམ་ད་ ལ་བྲ་གཡུས་ཚན་ནང་སྟོན་པ་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ད་  
རུང་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ཁ་ཡར་ལྷ་ དུམ་ག་ཅིག་འགྲོམ་ད་ བོ་ལྷ་སྟོ་ཁ་ཟེར་ ས་གནས་རི་གསུམ་  
འཛོམས་ས་ སྟོང་ཕུ་ཤིང་གིས་བསྟོར་བའི་ དཔག་བསམ་གི་ཤིང་དང་། རི་ནོར་བུ་དང་ཆ་འབྲ་བའི་གདོང་  
ཁར་ བྲག་དཀར་ཤེལ་གི་རོ་རང་བྱུང་ ཕེ་མོ་གསེར་དང་ ཕ་བ་གཡུ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ གཞལ་ཡས་  
ཁང་གི་བཀོད་པ་མཚན་ཉིད་ཚངམ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

བོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ལས་འབར་བའི་སྐྱེར་སྟོན་པ། །སྤྱི་  
ཚོགས་འགོ་འདུལ་སྟེ་བརྒྱད་ཚུལ་བརྩུང་བ། །བོ་ལྷ་ཚེན་པོ་དག་ལྷ་གནས་ཚེན་དང་། །འགོ་ལ་པན་བདེའི་རེ་  
སྟོང་ལྷེད་ལ་བསྟོན། །ཟེར་ཞི་རྒྱས་དབང་ཉམ་གི་སྟོ་ལས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སྤྱིན་  
བདག་གི་འགལ་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་མི་ བོ་ལྷ་མཐུ་ཕུལ་ཆེ་ཉམས་ཅིག་ཨིན་མ་སྟེ་ཆ་བཞག་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔའ་ཕུལ་རུས་ལྷན་སྐྱེ་མདོག་དཀར་བའི་མདངས། །ཁམས་གསུམ་དབང་སྤྱད་འགོ་བ་བཞིན་  
སྟོང་། །ཕྱག་གཉིས་ལྷ་དར་ལོར་བུ་མདའ་གཞུ་འཛིན། །དག་དཔུང་འཛོམས་མཛད་དཔའ་བོ་ལྷེད་ལ་  
བསྟོན། །ཟེར་གནས་པོའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ལུ་ བཀོད་ཡོད་པ་བརྩུམ་སྟེ་ སྐྱེ་མདོག་ གངས་ལུ་ཉིམ་  
ཤར་པ་དང་འབྲའི་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ ཁོ་བོའི་མཛུམ་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་ལུ་ན་བཟའ་  
དཀར་པོ་ལུ་ གསེར་གྱི་རི་མོ་སྤྱི་ཚོགས་བཀོད་བཀོད་པ་བཞེས། དབང་གི་གོ་བྲབ་སྟུག་པལ་གཉིས་གཡུས་

དང་ གཟིག་ཤུབས་གཡོན་ལུ་བཏགས། དབུ་ལུ་གསེར་གྱི་ཚོག་ལྷ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲོ་ཚོམ་ཅན་བཞེས། དར་སྒྲེ་  
ལྷ་གིས་བརྒྱན་པའི་རུ་དར་དང་ རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཏོག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ གཟི་བཟིང་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྤྲེ་བཞུགས་ཏེ་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ཕྱག་གཡམས་ལུ་ གནས་མགོན་གྱི་དམ་ཚིག་སྤྲུང་བའི་བདེ་མཚོན་ལུ་ དྲི་མ་མེད་པའི་ལྷའི་དར་དཀར་དང་།  
གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆར་ཕབ། དབུ་ལུ་གྱི་གཞུ་དང་ གཡུ་  
ཡི་དུག་མདའ་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟན་པའི་དག་བཞེགས་ མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟམ། ལྷན་རྒྱན་གསེར་གྱི་ཨ་  
ལོང་གུར་ རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱན་རྒྱབ། ཞབས་ལུ་མཚེལ་ལྷམ་དཀར་པོ་ པ་ཏུ་གིས་བརྒྱན་བརྒྱན་མ་  
བཞེས། རྒྱ་འཕུལ་ལྷན་པའི་རྟ་ཅང་ཤེས་གུར་ དུང་གི་སྐྱ་དང་ གསེར་དབུ་ལུ་གྱི་སྤྲུབ་དང་གོང་སྤྲེད་བཏགས།  
དྲིལ་བུ་གཡེར་ཀ་མེག་སྐྱོར་རྒྱབ་ལྟེ་ གཟིམ་འཕྲོས་འཕྲོས་སྤྲེ་བཞུགས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེའི་གཡམས་ལུ་ རྒྱང་བཅོན་བཀའ་ཤིས་དར་རྒྱས་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ རྒྱ་མདོག་དཀར་པོ་ རྒྱ་ལུ་ན་  
བཟའ་གསེར་གྱི་རི་མོ་སྤྲོ་ཚོམ་གྱིས་བརྒྱན་བརྒྱན་མ་བཞེས། ཕྱག་གཡམས་ཀྱིས་ བ་དན་དཀར་པོ་གནམ་ལ་ལུ་  
འཕྱར། གཡོན་ལུ་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱམས། དབུ་ལུ་གསེར་གྱི་པད་ལྷ་བཞེས། ཞབས་ལུ་ ལྷོ་ལྷམ་སྤྱི་  
ཏོག་ཅོག་ཏོག་ཀེར་ཀེར་བཞེས་སྤྲེ་ སྤྱི་སྤྲེ་བསིལ་རྒྱང་མ་མཚོགས་པའི་རྟ་དམར་ལུ་ཆེབས། ལྷག་རལ་གཡམས་  
དང་ གཟིག་ཤུབས་གཡོན་ལུ་བཏགས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེའི་གདོང་ལར་ཡུམ་ཆེན་གསང་བ་སྤྲོན་མོ་མཛེས་སྤྲུག་མ་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས། རྒྱ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་  
དམར་བའི་མདངས་ཆགས་ཏེ་ གཟིམ་འཕྲོས་འཕྲོས་སྤྲེ་ མི་མང་གི་ཡིད་འཕྲོག་པ། དབུ་ལུ་མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཚོགས་  
གྱིས་ཐོད་བཅིངས། རྒྱ་ལུ་ན་བཟའ་དར་དང་གོས་ཆེན་དང་ རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བཟོ་བཟོ་བའི་རྒྱན་ཆ་རྒྱ་  
བཞེས། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ སྤིད་གསུམ་བཀའ་ལྟུགས་པའི་ དར་ཚོན་སྤྲོ་ཚོམ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་མེ་ལོང་  
བསྐྱམས། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ འོར་གཡང་ལུག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་གཞོང་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ དར་དཀར་གྱི་འབོལ་  
གདན་གུར་ གཟི་བཟིང་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྤྲེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ འཁོར་བདུད་ཆེན་ནག་པོ་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ རྒྱ་མདོག་ནག་པོ། རྒྱ་ལུ་ན་བཟའ་གོས་  
ཆེན་ནག་པོ་བཞེས། དབུ་སྐྱོ་ཐོར་ཅོག་སྤྲུལ། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ བདུད་ཀྱི་ཞགས་པ་དང་ གཡོན་ལུ་ལུགས་ཀྱུ་  
བསྐྱམས་ཏེ་ དམ་ཉམས་དག་པའི་མགོ་ལུས་ཞལ་དུ་གསོལ། དེའི་གཡོན་ལུ་འཁོར་སྤྲོན་མོ་དང་ ས་བདག་  
ཐང་མེད་པ་གིས་བསྐྱོར་བའི་སྤྲུག་ལུ་ ལྷན་བཅུན་འོར་བཟང་རྒྱལ་མོ་ རྒྱ་མདོག་ཞི་རྒྱས་དབང་ཅན་གི་ཕྱོ་

འཇུག་དང་ལྷན་པ། སྐྱལ་དར་གོས་སྐྱོལ་གསུམ་གྱི་ན་བཟའ་གསོལ། དབུ་ལུ་ མེ་ཏོག་སྤྲ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་  
པད་ལུ་བཞེས། ཕྱག་གཡམས་པ་ལུ་འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་དང་ གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་བསྐྱམས། རིན་པོ་  
ཆེ་སྐྱོལ་གསུམ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ ལྷན་རྒྱུ་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། མོ་ལྷ་ཨ་མེ་གསང་སྐྱོན། སྐྱང་བཙན་བཀྲ་ཤིས་དར་རྒྱས། འཁོར་བདུད་ཆེན་  
ཚོགས་དང་བཅས་པ། སྐྱན་བཙུན་ལོར་བཟང་རྒྱལ་མོ། འཁོར་ལྷ་མ་སྲིན་སྲེ་བརྒྱད་ཤེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་  
སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས། གྲུབ་ཆེན་ལྷགས་ཀྱི་རིན་ཆེན། རྒྱལ་སྐྱེས་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཚུ་ལུ་  
སྲོག་སྤིང་ཕུལ་ཏེ་ ས་གནས་འདིའི་གཞི་བདག་སྲེ་བསྐོས་གནང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་  
སྲུང་། དཀོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། ལྷ་མའི་སྐྱེ་ཆེ་སྲིངས། དག་འདུན་གྱི་སྲེ་སྲིངས། ལྷག་པར་ཡུལ་  
ཕྱོགས་འདི་ནང་ སར་འགྲོ་བའི་སྐྱེལ་མ་དང་ རྒྱུར་འོང་བའི་བསུ་བ་མཛད། མི་ལོར་ཕུགས་གསུམ་དབང་ལུ་  
སྲུང་། ཉེས་པ་ཀུན་ལས་སྦྱོབས། ལོ་ཕུགས་ཉམ་ཏུ་ལེགས། ཆར་རྒྱ་དུས་ལུ་འབབ། བད་དང་ལུ་གོ་འབྲུང་བ་  
བཞིའི་གཞོན་པ་དང་། མི་མཐུན་ཉེར་འཚའི་ཕར་ལོགས་མ་བསམ་སྦྱོར་དན་པའི་ བྱད་ཁ་ཕུར་ཁ་ཚོད་གཏོར་  
རྒྱ་ལི་སྲེ་ མཐུན་རྒྱུན་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་དང་ སྦྱོངས་གོགས་མཛད་དགོ་པའི་བཀའ་བསྐོས་  
གནང་ཡོད་པ་སྲེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ལ་ཁུ་གི་མི་མེར་རྒྱ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐྱབས་ ཁོང་རའི་གཡུས་ཀྱི་གཞི་བདག་ ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་  
པོ་འདི་ གཏོར་གྲུལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བམ་ཚམ་བྱུང་ དོན་དག་གཅད་ནི་རེ་ཡོད་པ་  
ད་ ཡོད་ནི་ཟངས་དང་དུལ་གྱི་ཉོད་ཆ་ དེ་མེན་རུང་ ཉོད་ཅིག་ཉིང་སངས་སྲེ་རྒྱ་འབྲུ་ཞིན་མ་ལས་ བསང་  
བདུག་རྒྱལ། དེ་ནང་ལུ་ཆང་སྲུད་དང་ རྒྱུ་ལྷུགས་སྲེ་གསེར་སྐྱེམས་བཟོ་སྲེ་ ཕོ་ལྷ་ལུ་གང་སྲུད་ཤང་སོལ་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱུ་རྒྱུ་ལིག་ཆ།**

ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

སློབ་དཔོན་ཀུན་ལེགས་ཆེ་རིང་།



## ༥ ལྷུང་ཁྲུག་པ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷུང་ཁྲུག་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷུང་ཁྲུག་པ་སྐང་།

གཡུས།

ཉ་རུ་སྐང་།

བསྟེན་མི།

སྐྱུ་མ་ཆེད་འོག་གི་མི་མེད།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱུ་མ་ཆེད་འོག་ ལུ་སྐྱིང་གསུམ་སྤྱི་འོག་ ཉ་རུ་སྐང་གཡུས་ཚན་འདི་ སྤྱོད་ཁོ་མོ་ཚུ་ཕར་ཀ་ལས་ ཀང་ཐང་  
སྤྱོད་ཁོ་ཚོད་, དེ་ཅིག་འགོ་རམ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྐྱུ་མ་འཁོར་ལམ་ སེལ་ཡོད་མི་བདེ་འཕྲུ་ ཀི་  
ལོ་མི་ཉར་དེ་ཅིག་འགྲོ་དགོས་ཨིན་པས།



ནང་ལྷུང་རུ་ རུང་ཁྲོད་ཀྱི་ས་གཞི་འདོག་སི་སི་སྤེ་ ཡོད་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ནང་ལུ་ སྤོ་སྤོན་དང་ལྷོན་  
ཤིང་སྤོ་ཚོགས་གུར་ སྤུ་ཁ་ལེགས་པའི་བྱ་རིགས་མ་འདྲམ་ཚུ་གིས་ གསུང་སྤོན་སྤོག་པའི་ཅ་བར་ ལྷུག་



གཟིགས་དོན་དེ་ལྟར་མཉམ་སྦྲུང་འཕེལ་སྐྱོད་ཀྱི་སྐོར་ རང་སྐྱོད་བཏོན་པ་ ས་སྐྱོད་གནས་ལྷན་དུ་སྐྱོད་སྐྱོད་ཏེ་ཡོད་པའི་  
སྐྱོད་ལུ་ རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་བརྟེན་པའི་པོ་བྱང་དང་། མི་ལྟར་དུ་འབད་བའི་ཅིན་ ཉ་རུ་སྐྱོད་གཞུགས་ཚན་གྱི་  
ལྟག་ལས་ དུས་ལུན་སྐྱོད་མ་། དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ ལུང་ལྷག་པ་སྐྱོད་ཟེར་ བཀའ་ཚལ་དོགས་ལྷགས་ཀྱི་  
སྐྱོད་ལུ་ ལྷག་འདོགས་སི་སི་ཡོད་པའི་ ལུང་ལྷག་པའི་གནས་ཁང་ནང་སྐྱོད་པ་ཨིན་པས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱོ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསང་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་  
འགོ་བ་བདེ་ཞིང་སྐྱོད་པའི་ཐུགས་སྐྱུལ་ དམ་ཅན་བདུད་བཙན་ཆེན་པོ་ ལུང་ལྷག་པ་འདི་ སྐྱོ་མདོག་དམར་  
བཀ་ བེན་ཏུ་ཁོས་པའི་ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་ ལྷན་གསུམ་སྐྱོག་ཀུམ་དོ་བཟུམ་དང་། ཕྱག་གཡས་ལུ་  
མ་རུངས་བདུད་སྐྱེའི་དཔུང་ཚོགས་ལས་ རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རུ་དར་ སྲིད་པའི་ཕེ་མོར་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་  
ལུ་དམ་ཉམས་ཀྱི་སྐྱོ་མདོག་བཅིང་བའི་ བདུད་ཞགས་ཐུགས་ཁར་བསྐྱམས། དབུ་ལུ་ལྷགས་མོག་དང་ སྐྱོ་ལུ་  
གོ་ཁབ་བཞེས། ཏྲ་ནག་རྒྱུང་དཀར་སྐྱོད་གི་ལྷགས་ཅན་ལུ་ཆེབས་ཏེ་ རྐྱན་ཅིག་ལུ་ཅམ་ཅིག་ལུ་ འཛུགས་སྤོང་  
བསྐྱོར། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་ལུ་གཞོན་པའི་ དབྱ་བཞེགས་ཚུ་གི་སྐྱོག་ཅུ་བཅད་དེ་ སྐྱོ་འགོ་བདེ་བར་  
བཀོད་པའི་དཔའ་བོ་ཅིག་ཨིན་པས།

དེའི་གཡས་རྟོངས་ལུ་ བཀའ་སྐྱོན་པོ་དང་ ཕྱག་གཡོག་བཙན་དམར་སྐྱོང་། གཡོན་ལུ་བདུད་དམག་བྱེ་བ་  
འབྱུང་གིས་བསྐྱོར། གདོང་ཁར་ གསང་བའི་ལུས་སྐྱོན་བཙུན་ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་མོ་ བཞིན་འཇུག་དགེས་པའི་  
མདངས་དང་བཙས་ འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

**དམ་བཞག།**

སྐྱོ་བ་དཔོན་པོ་ལྷན་འབྲུང་གནས། ཚོས་རྗེ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ། ལྷན་ཆེན་འབར་བ་རྒྱལ་མཚན། ཚོས་རྗེ་དག་  
དབང་པད་དཀར་ཚུ་གི་ བཀའ་དང་དམ་ཚིག་སྐྱོ་བོར་བཀའ་ཏེ་ དགོན་སྐྱེ་དང་ལུལ་ཁམས་སྐྱོང་ནིའི་ ཞལ་  
གྱིས་བཞེས་ཞིན་ལས་ཚུར་ ཤོ་མཉམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེ་བདག་འཛིན་འཐབ་མི་  
དགོ་འདུན་གྱི་སྤེ། བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྐྱོང་ཞིང་སྐྱོང་བ་དང་། འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ ལུལ་ཁམས་ཡངས་  
པའི་ས་གནས་ཐད་མ་ཐད་ཁར་ བད་ལུག་འཁྲུག་ཚོད་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་བྱ་བྱི་དང་འབྲུ་སྐྱོན་གྱི་གཞོན་པ་ག་ནི་  
ཡང་མ་བྱུང་པར་ ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏྲ་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ། འཕྲོན་ལས་རྣམ་པ་བཞིའི་སྐྱོ་  
ལས་ བསྐྱེད་འགྲོའི་བདེ་ཐབས་གཙོ་བོར་བཏོན་མིའི་བཀའ་སྐྱོང་ཅིག་ཨིན་པས།

གསོལ་མཚོད།

ཕུར་ཁྲག་པའི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་མི་ཚོས་སྦྱོང་། དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་སྟེར་བའི་བཀའ་  
སྤང་། དུལ་ཁམས་བདེ་བར་སྦྱོང་བའི་གནས་བདག་ཅིག་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ བཀའི་ལས་བྱེད་པོ་ཉ་བཙན་  
དམར་སྟོང་དང་ བདུད་དམག་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ། གངས་སྐྱེན་མཚོ་སྐྱེན་སྐྱེན་བཙུན་ཚུ་ འཁོར་གུངས་ཁ་མ་  
ཚོད་ཅིག་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ དུལ་ལྷ་གཞན་དང་ཕྱད་ནི་ཕྱིན་ལས་སྦྱར་བ་ བཀའ་གཉེན་པོ་གསུང་བའི་  
འདི་གིས་ སྤྱི་སྤྱོད་གསུམ། ལྷང་ཡུལ་ཐར་། རྩོམ་རི་རྩ་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ལྷར་ཚོས་སྤང་གཏང་བའི་  
སྐབས་ གཏོར་གལ་ནང་རྒྱུ་མེད་པར་ ལོགས་སུ་སྡེ་ར་སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་དགོས་དེ་ བསྟོད་པ་གྲུ་ལས་  
ཚོགས་འགོ་པ་གིས་ཐུགས་སྟོན་གནང་སྟེ་ གནས་པོའི་དར་ཁ་བཀའ་ཞིན་མ་ཚུར་ སང་ཕོད་དེ་སྟོ་ཚུན་  
བཟའ་ཚང་འཁོར་དང་བཙས་པ་ལུ་རྒྱུ་ཆག་དང་ རྩོམ་སེམས་ཅན་ལུ་ཤི་ཆད་ ལོ་ཐོག་ལུ་སང་སེར་ཚུ་ག་  
ནི་ཡང་མ་བྱུང་པར་ བཀའ་ཤིས་དང་སྤྱན་སྦྱང་ཚོགས་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས།

དག་རྒྱུན།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ སྤྱི་སྤྱོད་གསུམ་གཡུས་ཚན་གྱི་ རྒྱལ་པོ་གཞི་བཀའ་ལུ་གམ་དབྱ་བཀའ་ སྤྱད་ཁ་བསྟུ་སྟེ་  
ཕུར་ཁྲག་པའི་གནས་ཁང་རྩ་བར་ ཚོགས་དུང་ཆ་འབྲོང་ལུ་སྟེ་ དཔལ་ལྷན་ལྷོ་ལུ་ཚོགས་བརྒྱ་སྤུམ།  
གནས་པོ་སྐྱ་རྒྱུང་བཏང་སྟེ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ རྩ་གི་གཡུས་དཔོན་པོ་ག་མི་  
འདི་གིས་ ཚོགས་གནས་གཞི་འགྲིག་པ་ཅིན་ གནས་ཁང་ནང་ལོགས་སུ་སྡེ་བཙའ་སྐྱིག་རྒྱབ་སྟེ་ གསོལ་ཁ་  
སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་མིན་རུང་ གནས་ཁང་གི་སྟོ་ལོགས་ཁང་ཡོད་པའི་ཁྱིམ་ནང་ ལོ་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་  
གསོལ་སྤྱོད་གི་བར་མ་གྲོལ་ཞིན་མ་ལས་ ཅ་ཆས་སྐྱིག་འབག་སྟེ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
ལྷང་ཡུལ་ཐར་དང་ རྩོམ་རི་རྩ་གི་རྒྱལ་པོ་མང་ཤོས་ཀྱིས་ སྤུ་ཡམ་ཕུར་ཁྲག་བསྟན་དགོ་མི་དེ་ཡང་ རྒྱའི་  
རྒྱ་དང་ རྒྱའི་གཡུར་བ་གནས་བདག་གཉིས་ཀྱིས་ དབང་བའི་ས་གོ་ནང་རྒྱུད་ནི་འདི་གིས་ཡིན་པས། སྤུ་ཡམ་  
ཕུར་ཁྲག་པའི་ གནས་པོ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ གཅིག་ཁར་སྤུལ་ཏེ་ལུ་མི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་མིང་གི་རྩུར་  
ཉམས་ཏེ་ སྤུ་ཡམ་ཐེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

---

གྲུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཕུར་ཁྱུག་པའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ཡེ་ཤེས་ཚེ་རིང་།

༤ ཆབ་བྲག་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

ཆབ་བྲག་པ།

དོ་རྒྱ་གར་སྐྱུས།

དོ་མ་པ་ལ།

དོ་རྒྱ་གར་སྐྱུས། སློ་ལོགས་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

ཅི་བསམ་པའི་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་ནིའི་སློན་འདུན་ལུ་མེད་ལས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས་ ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པའི་སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་ མཐའ་འཁོར་སྐྱེན་གྱི་སྤྲོད་ས། རྒྱ་སྤྲང་  
དལ་གྱིས་འབབ་པ། རིན་ཆེན་འོར་བུའི་བ་གས་བཅེགས་པའི་ སོ་བྲང་གཞལ་ཡས་ཁང་ནང་ ཆབ་བྲག་  
བཅོན་ཚོད་ཡུམ་སྐས་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་ རུ་འདྲེན་སྡེ་བཞི་དཔུང་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་གྱི་ཡུལ་ལྷ་ཆབ་བྲག་པ་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ཁོ་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ།  
སྐྱུ་གཞུགས་ལུ་དར་གོས་སྐྱུ་ཚོགས་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། དབུ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་ཐོད་དང་ ཡིད་  
བཞིན་འོར་བུས་བརྒྱན། ཚེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་བད་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་མདའ་  
དར་བསྐྱེམས། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་གནང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ ཀུན་གྱི་རེ་བ་འགྲུབ། ཉ་དམར་  
ཀུར་ཆིབས་ཏེ་ སྤྲོད་གསུམ་ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱོར། གང་བཅོལ་ལས་རྣམས་འགྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་དང་  
བསྐྱེན་འགྲོའི་མེལ་ཚེ་གཡེལ་བ་མེད་པར་མཛད་གནང་མ་སྤེལ་ཡིན་པས།



དེ་མ་ཚད་ བ་ཚ་གིས་བརྟུང་ གལ་ཅན་གྱི་ལཱ་རེ་འབད་དགོ་པ་འཐོན་མ་ད་ རྩོམ་ཉ་སྐྱེ་གཞི་ ཉོད་ཆ་གཙང་  
ཉོག་ཉོ་ཅིག་ནང་ ཆང་ཕུད་དང་རྒྱུ་རྒྱུགས་ཉེ་ གསེར་སྦྱེམས་གཙང་མ་ཕུད་ཀྱི་མཚན་པ་སྦྱིག་ཞིན་མ་ལས་  
བསང་བདུག་རྒྱུ་འབད་སྦེ་ གནས་ཁང་གི་ཉོངས་ལུ་ཁ་བསྐྱོར་ཉེ་ གནས་པོ་ལུ་གང་ཕུལ་བྲངས་ཉེ་ ཡུན་  
གངས་མ་འགྲོལ་ལས་ བདེ་མེད་པ་ཅིན་ ཟེ་བའི་ཁམས་གཏང་། བདེ་བའི་མིག་ལོག་སྦེ་ འགྲོས་ཀྱིས་སྦེ་  
བྲག་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལཱ་སྐྱོར་ག་ཅི་བརྩམས་ཡོད་མི་འདི་ གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་པའི་ཟེར་མ་རྩ་ལས་མེད་པ་  
ཨིན་པས།

### ངག་རྒྱུན།

ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ ཨ་ཁྲུལ་ཅིག་གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་ བོར་འཚོ་སྦེ་སྤོད་པ་ད་ ཆང་ཁོ་རྩུང་གང་སྤང་གནང་  
རུང་ མི་ཡོད་ཚད་གཅིག་པ་གི་གདོང་ཁར་སྤྲེལ་སྦེ་ གནས་ཁང་གི་ས་གོ་ནང་ བཟླ་བར་སོང་རུང་ ལུང་  
བསྟན་མེད་པར་ག་ནི་ཡང་མངལ་མ་རྒྱུགས་པས།

ད་རུང་གཡུས་ཁའི་མི་ཉམ་རྒྱུང་རྒྱ་ དུས་སྟོན་ཚེས་བཅུ་དང་ ཁོམ་མི་གསུམ་འཛོམས་སར་འགྲོ་དགོ་མཁོ་  
རུང་ བཟང་གོ་མེད་པར་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་སྟོན་ལམ་བཏབ་ད་ དམར་ཟོངས་ཀྱི་བགོ་དང་ད་ཀྱི་ར་  
རིག་རིག་མ་གནང་མི་རྒྱ་ དབང་དང་ལྷན་མོ་གོལ་ཞིན་མ་ལས་ ལོག་གནས་ཁང་ནང་ཕུལ་སྟོན་ཡོད་རུང་ ལ་  
ལུ་ཅིག་གིས་ གཉའ་གཏམ་རྒྱུ་མི་འདི་གིས་ དེ་ལས་རྒྱུར་ལུང་བསྟན་རྒྱུ་སོ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་པས།

དེ་བསྐྱེད་ཤར་ཟེ་སྦེ་ཚེ་ཅིག་ སྤུ་ན་ཁ་ལུ་ཨེ་མ་བཙོང་པར་འོང་སྦེ་ ཞག་པག་གདོང་ནང་སྤོད་པའི་ཚེ་ ཕྱི་  
རུ་གར་སོང་མེད་པར་བྱང་དཔ་ལས་ བུ་མོ་རོགས་རྒྱ་གིས་འཚོལ་མ་ཐོབ་མི་དེ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྗ་  
གནས་པོ་ཆབ་བྲག་པ་གིས་ གསང་ཡུམ་སྦེ་བཞེས་ཆིམ་ལས་ ལོག་རྟིང་མ་པམ་སྤུན་ཆ་གིས་ ས་གོ་ནང་འོང་  
སྦེ་ ཆབ་བྲག་པ་ལུ་གསོལ་ཁ་ཕུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

---

### རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཆབ་བྲག་པའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

དོ་རྒྱ་གར་སྤུ་མ་གི་སྤུམ།

དཀར་སྤྱིས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༣)

༡ རྡོ་རྗེ་འབར་བ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྣ་ཁང་།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

རྡོ་རྗེ་འབར་བ།

མཚན་རྟེན་རྟིང་པོ།

དཀར་སྤྱིས་མཚན་རྟེན་རྟིང་པོ།

དཀར་སྤྱིས་མཚན་རྟེན་རྟིང་པོ།

དཀར་སྤྱིས་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར།

བསམ་པའི་དོན་ཡིད་བཞིན་ཏུ་འགྲུབ་ཤི་དང་ ཚོས་འབྱོར་བདེ་སྦྱིད་དཔལ་

འབྱོར་རྒྱས་ཤིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་ལས་ དགའ་སའི་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོལ་ད་ དཀར་སྤྱི་སྤོ་རྟོག་ཁ་ལས་ གཡོན་ཁ་ཐུག་གི་ས་

ནམ་ཞིང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀའ་ལོ་མི་འར་ལྷོ་གི་ས་ཁང་ རྒྱལ་པོ་ཁྲི་གུར་བཞུགས་པ་དང་འདྲའི་ ས་གོ་ཉམས་

དགའ་རྟོག་རྟོ་ཅིག་ནང་ དཀར་སྤྱིས་མཚན་རྟེན་རྟིང་པོ་ འབྲུག་མི་འགྲུར་ལྷན་པོའི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་

གཟི་བཞིན་ཆེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་མཇལ་ཚུགས་པས།





ཉེམ་ས་གནས་ཀྱི་མིང་ མཚོན་རྟོག་སྐྱད་ཟེར་མི་འདི་ནང་ བསྐྱལ་པ་ཡ་ཐོག་ལུ་ རྒྱ་གར་གྱི་མི་རིགས་གཞི་  
ཆགས་ཏེ་ཡོད་རུང་ དུས་དབང་ལས་བརྟེན་མི་རབས་ཆད་དེ་ ལོ་ལྷན་རིང་མ་ཡར་སོང་པ་ལས་ བློ་གསལ་ཚལ་  
ལུ་རྒྱ་གར་ཏེ་ཡོད་མི་ནང་ རྒྱ་འབྲེལ་མི་ཡིན་འདྲེ་སྲིན་གཏུག་པ་ཚན་ཚུ་གི་ གསོན་འདྲེ་གིས་གཞོན་དེ་ ས་  
ཁོངས་འདི་ནང་ གནམ་ཉི་མ་ཡང་ ཡར་མར་འགྲོ་མ་རྒྱུ་པ་ཅིན་ ཕྱི་རུ་འདི་ལོ་རྒྱུས་ག་ཅི་སྒྲིབ་པ། ཨིན་  
རུང་གོང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་ སེམས་ཚན་གྱི་ཁ་རྩེ་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་བློ་བཟང་གྱི་རིན་ཆེན་དང་  
དཔལ་ཤ་བ་རི་བ་རྣམ་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་ འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་  
གི་ཐུགས་བཞེད་ལུ་ བྱལ་ལས་དེའི་གཏུང་འཛིན་ཚུ་ གནམ་བུར་རྟ་མགོ་དང་ དཔུན་གཞི་བཅག་ས་ཅིག་  
ས་གནས་ག་ཏེ་ལུ་བྲག་ག་ཟེར་ལུང་བསྟན་ག་ཟེགས་པ་ད་ ཕྱི་ལི་སྐྱད་གི་གདོང་སྐྱོར་ སར་གི་ལོགས་སྐྱད་ཏོག་  
ཅིག་གུར་ ཤ་ཟ་མཁའ་འགྲོམ་སྟོང་ཕྲག་ག་ཅིག་དེ་ཅིག་འཛོམས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་འབྲུག་ལས་ ཐབ་ནང་  
ལས་མེ་མགལ་ཅིག་བཏོན་ཏེ་ གལུ་བཀོལ་ད་ འདྲེ་སྲིན་འབྲུང་པོ་ཚུ་གི་སྐྱུག་ལུ་ཕོག་སྟེ་ ག་ར་མེས་འཚོག་  
ཐལ་བར་བསྟན་ཞིན་མ་ལས་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་ ས་འདུལ་མཚོན་རྟོག་ཅིག་བཞེད་ས་ཡོད་པ་སྟེ་ ཚོས་རྗེ་  
འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་ རྒྱལ་སྐྱེས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ནང་བཀོད་དེ་འདུག།

ད་རུང་བཤད་སྟོལ་ག་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་ སྐྱུན་ལུང་ག་ཤོང་ནང་  
སེམས་ཚན་གྱི་འགྲོ་དོན་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ ས་གནས་དེ་ནང་ འདྲེ་སྲིན་ཚུ་ཁ་དར་ཏེ་ མི་དང་སེམས་ཚན་  
ལུ་གཞོན་པ་བཀལ་སར་ག་ཟེགས་པ་ལས་ དེའི་ཁ་གཞོན་ལུ་སྟོན་ཏོག་དེ་གུར་ ལྷ་འདྲེ་ཚུ་འབྲུགས་ས་ ཤིང་  
སྟོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་སྟོག་ཤིང་སྟེ་ ཁང་བཟང་མཚོན་རྟོག་ཅིག་བཞེད་ས་ཞིན་མ་ལས་ རབ་གནས་མཛོད་པ་  
མ་ཚད་ ས་གཞི་ག་ར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཏེ་ ཕྱིན་གྱིས་བསྟན་པ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ ས་སྟོགས་འདི་  
ནང་ རྒྱ་འབྲེལ་གཞོན་པ་མེད་པར་ བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ རྒྱལ་སྐྱེས་བསྟན་  
འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ནང་ མཐུ་སྟོབས་སྐྱད་བའི་ལང་ཚོ་དར་བའི་དཔྱིད། །གྲུབ་དབང་ཉིན་བྱེད་སྦྱིད་  
ཞེའི་མཁར་རྒྱ་བས། །བློ་གསལ་སྟོགས་ལྷ་འདྲེའི་སྐྱུན་པ་མཐར་བྱེད་དང་། །རྟོན་ཅིག་ཕན་བདེའི་པརྟོ་བཞེད་  
པར་བྱས། །ཟེར་ཞི་རྒྱས་དབང་བྲག་གི་འགྲོ་དོན་མཛོད་ཞིན་མ་ལས་ མ་འོངས་པའི་དུས་ལུ་ མཚོན་རྟོག་གི་  
སྟོག་ཤིང་འདི་ ཞལ་ལག་འབྲེལ་ ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་ཚོ་ དེའི་བརྒྱུད་པ་གིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་  
པ་ལུ་ འཕྲོན་ལས་ཀྱི་ཕན་རྐྱེན་ཆེ་བ་ཅིག་འབྲུང་འོང་ཟེར་གསུངས་ཞིན་མ་ལས་ ཐུགས་སྟོན་གནང་དོ་  
བརྒྱུ་སྟེ་ར་ རྟེན་མ་མཚོན་རྟོག་གི་སྟོག་ཤིང་ ཤིང་འདི་ཞལ་ལག་སྟོགས་བཞིར་བྱབ་ འདབ་མ་གནམ་མེད་  
ས་མེད་འབྲེལ་ཕྱི་ད་ རྒྱལ་སྐྱེས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱུ་མཚོད་ རྗེ་བཙུན་བསྟན་འཛིན་མ་གིས་ ས་  
ཁོངས་འདི་ གནས་གཞིར་བརྒྱང་གནང་མ་མ་ཚད་ མཚོན་རྟོག་གི་སྟོག་ཤིང་ ལྷའི་དཔལ་བསམ་སྟོན་ཤིང་

དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་ སྲོང་པོ་རྒྱས་ཏེ་ཡོད་པའི་འོག་ལུ་ གྲིབ་བསེལ་ནང་བཞུགས་ཞེན་མ་ལས་ བཀའ་དབང་  
གནང་སྟེ་ ཚོས་སྲིད་ལུགས་བརྒྱའི་འཕྲིན་ལས་ ས་གནས་མཐའ་དབུས་མེད་པ་ལུ་རིམ་གྲིས་བསྐྱེད་སྟེ་  
རང་གི་ཡབ་མེས་ཀྱི་བཀའ་ལུང་དངོས་སུ་གྲུབ་ཏེ་ ས་གནས་འདི་ཚོས་སྟེ་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**གནས་ཁང་།**

ལྷན་གྲུབ་རང་སྣང་སྲིད་པའི་ཕོ་བྲང་ནས། །བརྩམ་མོ་ནང་མི་མངག་གཞུག་སྤྱུལ་པ་བཅས། །གནས་ས་ལྗེག་  
ཅིག་འབར་བའི་ཚོ་འཕྲུལ་ཅན། །བདེ་གཤེགས་བསྟན་པ་སྤྱང་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཟེར་གསོལ་ཁ་དཔེ་  
ཆའི་ནང་ལས་ཐོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ རང་བཞིན་ལྷན་ཆགས་རིའི་ལོགས་ལུ་ བཀོད་པ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་  
གནས་ཁང་ནང་ ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དོ་རྗེ་འབར་བ་ གསང་བའི་ཡུམ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་རྟེགས་པའི་  
ཚོགས་གྲིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



### ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཞིའི་བདག་པོ་ལྟ་བུ་བཅོན་དོ་རྗེ་འབར་བ་ སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་ ལོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་  
གསེར་གྱི་མདའ་དང་ གཡོན་ལུ་གཡུའི་གཞུ་བསྐྱམས། རྩུ་འཕྲུལ་ལྷན་པའི་རྟ་དམར་རྒྱུད་གི་ཤུགས་ཅན་ལུ་  
ཆིབས་ཏེ་ དཀར་ཕྱོགས་སྦྱིང་བའི་སྤྱང་མ་དང་ འགས་ཕྱོགས་འཛོམས་པའི་ལས་ལ་ཆས་པའི་རྩུལ་གྱིས་ སྐྱ་  
གསུང་ཐུགས་གྱི་སྤྲུལ་པ་ བཅོན་ཚོད་དམར་པོ་དང་ བདུད་བཅོན་ལྗང་སྟོན། དེ་ལས་གསང་བའི་ཡུམ་སྟོན་  
བཅུན་ཡིད་གྱི་འདོད་འཛོམས་མ། གཞན་ཡང་འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ བར་སྐྱབས་ཅིག་ཁར་ རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་གྱི་དྲུང་ཡིག་  
ཆེན་མོ་ རྟ་མགོན་དབང་རྒྱལ་གྱིས་ དམ་ཚིག་དོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཀའ་ཏེ་ བསྟན་འགྲོ་དང་ ལྷག་པར་ཡུལ་  
ཕྱོགས་འདིའི་བསྟན་པའི་སྦྱིན་བདག་རྩུ་ལུ་ གཞན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་ལྷན་པའི་སྐོ་ལས་ ཅི་འདོད་  
པའི་དངོས་སྤྱད་གནང་དགོས་སྟེ་དམ་ལུ་བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ དཀར་སྦྱིས་མཚོད་རྟེན་རྟིང་པོ་ འབྲུག་མི་  
འབྲུར་ལྷན་པོའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱང་མ་སྟེ་ བསྐྱོར་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱུ།

ཁ་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་ཕ་ད་ དབང་ཐང་རྒྱུད་ཐང་རྒྱུད་པའི་སྐྱབས་ གནས་པོ་དོ་རྗེ་འབར་བ་འདི་ སྤྲུལ་ལུ་སྤྲུལ་  
ཏེ་ དཀར་པོ་བྱག་ལས་ ཞོ་ཤི་རྩུན་ ཡར་མར་ཕྱོན་མ་ད་ཕྱད་ཞི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེ་ཆེ་སྐྱབས་ གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་གཡས་ཁ་ཐུག་ གཞུ་ཤིང་བོང་འཁོག་ཡོད་སར་ སྤྲུལ་ལུ་སྤྲུལ་ཏེ་ཕྱད་ཞི་ཡོད་རུང་ བར་གཞོད་པ་མ་  
བཀའ་བ་ཅིན་ རྩུར་འཛུབ་མི་བཀའ་ཟེར་ཨིན་པས།

གནས་པོ་དོ་རྗེ་འབར་བ་འདི་ རྟ་མགོན་དགོན་པའི་སྤྱང་མ་བག་ཡོད་པའི་སྲས་ཨིན་མ་ད་ དེ་ཡང་བག་ཡོད་པའི་  
གསོལ་ཁ་ནང་ལས་སྲས་མཚོག་དོ་རྗེ་འབར་བ་ཟེར་འཐོན་ཞི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དཀར་སྦྱིས་མཚོད་རྟེན་རྟིང་པོ་  
ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ གནས་བདག་བག་ཡོད་པའི་ཀ་ཁབ་ཡང་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་མཚོག་གིས་ ཐིམ་སྤུག་འབྲུག་པོ་བྱང་སྤིང་ལས་སིན་ཅུང་ལ་བཞུལ་ཏེ་  
དཀར་སྦྱིས་མཚོད་རྟེན་སྦྱང་ལུ་སེབས། ཕུ་དགོན་ཤར་རི་དང་ལུབ་རི། མདའ་འཛོམས་སྤིང་རི་རྩ་ ཐར་དོ་རྒྱུང་  
གི་མི་སེར། དེ་ལས་བར་ན་དཀར་སྦྱིས་ལུང་གཞོང་གི་མི་སེར་ ཐང་མེད་པ་འཛོམས་མི་རྩུ་ལུ་ དགོ་སྦྱོང་མ་  
དཔལ་མེའི་ལུགས་གྱི་ ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་གྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་གནང་སྟེ་ འདི་ནང་

འཛོམས་མི་ཚུ་ བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྐལ་བ་ཅན་ལུ་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དད་ཅན་སྦྱིན་བདག་ཚུ་གིས་  
དབང་ཡོན་སྟེ་འབྲུལ་བ་ རོར་སེམས་ཅན་ཚུ་ཚུ་ལུ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། ས་གནས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་ ཡོན་  
ཏན་སྤྱན་སྦྱང་ཚོགས་པ་མ་ཚད་ འདིའི་ནང་ལས་ ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ ཡལ་མེས་གྲུབ་ཐོབ་ཚེས་ཇེ་འབྲུག་པ་  
ཀྱན་ལེགས་ཀྱིས་ མ་འོངས་པའི་དུས་ལུ་ རང་གི་བརྒྱན་འཛིན་གྱི་འཕྲིན་ལས་ གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྟེན་  
འབྲེལ་སྦྱིག་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ ས་གནས་འདི་ནང་བྱུག་མཚོད་ཀྱི་རྟེན་ གཙུག་ལག་ཁང་ སྟོན་ཚུང་རན་ཏོག་  
ཏོ་ཅིག་བཞེངས་དགོ་པས་ཟེར་བའི་བྱུགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ སྐྱུ་མཚོད་ཚུང་ཤོས་ཇེ་བརྩམ་བསྟན་འཛིན་མ་  
དང་བཀའ་བཏོན་གྱི་ཐོག་ལས་ གཟིམ་དཔོན་བསྟན་འཛིན་ལོར་བུ་ལུ་ གཙུག་ལག་དབུ་ཅེ་བདེ་ཡངས་  
བྱམས་ལྷགས་རི་དང་སྤྱགས་ བཞེངས་ནིའི་ཞལ་བཀོད་གནང་ལུག།

དེ་ལས་གནས་བྱུང་ལྗོན་པུ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ གཙུག་ལག་ཁང་ལེགས་གྲུབ་ཡོད་པའི་གཟིགས་འབྲུལ་གྱི་  
དོན་ལུ་ རོར་བུ་གིས་གདན་འདྲེན་ཞུ་སྟེ་ མཚོད་རྟེན་རྫིང་པོ་ལུ་ཕེབས་ད་ རིའི་སྐྱེད་པར་ས་གོ་ཚུང་ཀྱུ་བདེ་  
ཏོག་ཏོ་མེད་པ་འདི་ནང་ སྐྱུ་མ་རྒྱབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཡུད་པ་བེངས་ཅིག་ལུ་ བཀོད་པ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་  
གཙུག་ལག་ཁང་འགྲན་ལྗོན་པུ་ཅིག་གྲུབ་ལུག་ཟེར་གསུངས་ཏེ་ གནས་མེད་ས་མེད་བྱུགས་དབྱེས་ཏེ་ བང་  
རྟེན་དང་ལྗེབས་རིས་ཚུ་ ག་དེ་སྟེ་བཞེངས་དགོ་པ་ཨིན་ན་ཞལ་བཀོད་གནང་ལུག།

དེ་ལས་གཟའ་སྐར་ཚེས་བཟང་དགེ་བའི་ཉིན་མར་ སྤྱི་ལོ་རིན་སྲུངས་ལས་ དགེ་འདུན་གསུང་ཚོགས་དང་  
འཆམ་རྒྱབ་མི་ཚུ་འབྲིད་བྱོན་ཏེ་ ལོ་ལྟར་གྱི་ཚེས་བཅུའི་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབ་མཚོད་ རིག་མ་བཅུ་དུག་གི་འཆམ་  
དང་བཅས་ ཁྲོམ་དབང་གནང་སྟེ་ རྫོགས་ལྷན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་བཀོད།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཚང་།**

དོ་ཇེ་འབར་བའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྟོན་དཔོན་གནག་མདོག།

## ༡ གཡུལ་བསྟོན་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གཡུལ་བསྟོན་པ།

གཡུལ།

རང་རིག་ལ།

བསྟོན་མི།

དཀར་སྐྱེ་རང་རིག་ཁའི་ཁྱིམ་གྲུང་པ་ལལ་ལྷག་ཙམ་ཅིག་དང་ སྟོན་པ་དང་  
བོད་སྐད་པ།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

ནད་ལྷག་འཁྲུག་ཚོད་ལྷི། བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟོན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ས་གཞི་མངོན་པར་མཐོ་བ་ སྟོན་ཤིང་སྐྱོ་ཚོགས་དང་ མངོས་པའི་མེ་ཏོག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་སྐྱུག་ སོ་བྱང་  
བྲག་རི་ཤེལ་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་ཆེན་པོ། ཕྱི་ལྷར་དཀར་སྐྱེ་རང་རིག་ཁའི་གདོང་ཕྱོགས་ལུ་ ས་རྟེན་དོ་རྗེ་བྲག་  
འང་མེད་སྐྱིག་མེད་ལུག་གཅིག་མ། ནད་ལྷར་འཆི་མེད་ལྷའི་བཀོད་པ་ལུ་དུ་ཕྱིན་པའི་སོ་བྱང་། གསང་བ་ཡིད་  
ཀྱིས་སྐྱུལ་པའི་སོ་བྱང་ ལྷགས་རི་སྐོ་བྲམས་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྐད་ཅིག་ཡུད་ཙམ་ཅིག་ལུ་ སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བསྐྱོར་ཚུགས་མི་ ཏྲ་དཀར་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཙན་ སྐ་  
ལ་བ་གོང་སྐད་ཚུ་ གཡུ་བྱུ་རུ་ལུ་ཏིག་གིས་ཕ་རྒྱུན་རྒྱུ་སྟེ་ཡོད་པའི་གུ་ལུ་ སོ་ལྷ་ཆེན་པོ་གཡུལ་བསྟོན་པ་ སྐྱེ་  
མདོག་ཚོས་བཙོ་ལའི་ལྷམ་བཟུམ་ གཞན་དོན་བཙེ་བའི་འཇུམ་དཀར་ཙན། ཕྱག་གཡས་ལུ་ མི་མཐུན་པའི་  
ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བ་དན་ གནམ་ཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ དམ་ལྷན་སྐྱུ་བ་པར་  
བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ མཚོག་མཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ ཆར་བ་བཟུམ་སྟེ་བབ་པའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་  
བསྐྱུམས། སྐྱེ་ལུ་དར་གོས་གྱི་ན་བཟུང་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ལྷ་དབང་པོ་རྒྱལ་མཚན་དམག་  
གི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ཏེ་ འོག་ལྷ་ཡུལ་ལུ་བྱོན་པའི་ཚུལ་སྟེ་ ཞབས་གཡས་རྒྱུང་གཡོན་སྐྱུམ་སྟེ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གཡོན་ཉོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་ཆེན་སྐྱོན་མོ་ཡིད་ཀྱི་རེ་སྐོང་མ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་ དམར་པོའི་  
མདངས་ཆགས་པ། ལྷག་གཡམས་ལུ་མདའ་དར་དང་ གཡོན་ལུ་ལྷུས་ཀྱི་མེ་ལོང་བསྐྱམས། ཤིན་ཏུ་ཆགས་པའི་  
ཉམས་ཀྱིས་ གསང་བའི་ཡབ་གཡུལ་བསྟོད་པ་ལུ་ དགའ་བཞི་བདེ་བ་རྒྱས་པའི་ཚུལ་དང་ གཡོག་འཁོར་ཏྲ་  
དཀར་མི་དཀར་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོད། གཞན་ཡང་སྤང་སྤོང་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤོང་ཤེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤོན་ལས་སྐྱབ་  
པའི་ཚུལ་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན།

### དམ་བཞག།

གཞན་ལུ་གཞོན་པའི་བསམ་སྦྱོར་སྤངས་སྤྲོ་ གཞན་ལུ་ཕན་པ་སྐྱབ་དགོ་ཟེར་ རྒྱ་འབྲས་བསྐྱབ་པ་མེད་པའི་  
བཀའ་ སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད་མི་འདི་ལས་ མ་འགལ་བར་ ཉིན་ལུ་བླ་འབྲེལ་ཏེ་ ཡུད་ཐེངས་  
ཅིག་ཡང་ བག་གཡེངས་སྤོམ་བཞུགས་པར་ སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷག་པར་ཚོས་  
སྤོང་གཉིས་ཀྱི་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་སྦྱོང་བ་དང་། སྤྱི་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ བདེ་སྦྱིད་  
ཚོགས་ལྷན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་བཀོད་ནིའི་ སྤོང་གོགས་མཛད་དགོ་པ་སྤོམ་ བཀའ་བསྐྱོད་གནང་ཡོད་པ་ཨིན།

### གསོལ་མཚོད།

ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ནམ་ཆར་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐྱབས་ གཏོར་གཡུ་བཅུགས་ཏེ་རྒྱང་མ་  
ཅིག་མེན་པར་ ས་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་ཨིན་པའི་ཡིད་ཆེས་དང་ ཏེ་མ་རྒྱབ་སྦྱོར་དང་མགོན་སྐྱབས་མཛད་  
པའི་ བཀའ་འདྲིན་དགའ་ཚོར་གྱི་གཏང་རག་དང་ དལས་ཕར་དེ་བ་ལྷག་པ་སྤོམ་ རྒྱབ་དཔུང་མཛད་དགོ་པའི་  
མཛན་བསྟོད་གྱི་དོན་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་ཆེད་བསྟོད་ཚུལ་ལུ་ སྐྱེ་རྒྱུ་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
དེ་མ་ཚད་ བཟོ་གིས་བརྒྱུང་ གཡུ་ཅན་གྱི་ལུ་རེ་འབད་དགོ་པ་འཐོན་མ་ད་ རོ་པ་ཏ་སག་སྤོམ་ ཉོད་ཆ་གཙང་  
ཏོག་ཏོ་ཅིག་ནང་ ཆང་སྤུད་དང་རྒྱུ་སྤྲུགས་ཏེ་ གསེར་སྤྲེམས་གཙང་མ་སྤུད་ཀྱི་མཚོད་པ་སྤྲིག་ཞིན་མ་ལས་  
བསང་བདུག་རྒྱབ་འབད་སྤོམ་ གནས་ཁང་གི་ཉོངས་ལུ་ཁ་བསྐྱོར་ཏེ་ གནས་པོ་ལུ་གང་སྤུལ་བྲངས་ཏེ་ ཡུན་  
གང་མ་མ་འགྲོམ་ལས་ བདེ་ལེན་པ་ཅིན་ ཟ་བའི་ཁམས་གཏང་། བདེ་བའི་མིག་ལོག་སྤོམ་ འགོས་ཀྱིས་སྤོམ་  
བྲག་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུ་སྐྱོར་ག་ཅི་བརྒྱམས་ཡོད་མི་འདི་ སྤུལ་འབྲས་མ་ཐོན་པའི་ཟེར་མ་རྒྱུ་ལས་མེད་པ་  
ཨིན་པས།



རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

གཡུལ་བསྟོན་པའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སློབ་དཔོན་གནག་མདོག།

३ རྒྱ་ནག་སྐྱད་པ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

རྒྱ་ནག་སྐྱད་པ།

སྟོང་ཞིང་ན།

སྟོང་ཞིང་ན།

སྟོང་ཞིང་ན།

སྟོང་བཞུགས་ན། ཉང་ལུ། རི་མིའི་བྱུང་པ་༤༩ གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་  
བསྐྱེད་མ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་ལས་ དཀར་སྤྱི་ས་ས་འགྲོ་

སའི་ སྤྱི་འཁོར་གཞུང་ལས་

བདའ་སྟེ་འགྲོལ་ད་ ལ་ལུ་སྟོབ་

གྲུའི་རྩུར་ཁ་ལས་ སོ་ནམ་ཞིང་

ལས་བདའ་སྟེ་ ཀཱཱེ་ལོ་མི་ཏར་། དེ་

ཅིག་གི་ས་ཁར་ སྟོང་ཞིང་ན་

གཡུས་ཚན་འདི་ ཉམས་དགའ་

ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཆགས་ཏེ་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱ་ནག་སྐྱད་པ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་

ལུ་ དམར་པོའི་མདངས་ཆགས་པ།

དབུ་ལུ་དར་གྱི་ཐོད་དང་ སྐྱུ་ལུ་ལྷ་

རྩེས་གྱི་ན་བཟའ་དམར་པོ་བཞེས།

ཕྱག་གཡམས་ལུ་ བྱགས་ཕྱོགས་



བདུད་ཀྱི་དབུང་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟལ་ལུ་ དར་དཀར་རྒྱལ་མཚན་གནས་ཁའི་དབུང་ལུ་འཕྱར། ལྷག་གཡོན་  
ལུ་ དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ རྒྱུ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་སེམས་གནང། ཞི་རྒྱས་དབང་འགྲུབ་གི་སློབ་ལས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང། སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྦྱིད་  
སྟེལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྟོན་བསྐྱེད་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་དང་ རྒྱལ་སྐུས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྩེ་གིས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་  
དབང་བསྐྱེད་ཏེ་ ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱང་མ་སྟེ་ བསྐྱོས་གནང་མ་མཚན་ བར་ཏུ་རིག་འཛིན་གྲུ་མ་དང་  
རྒྱ་གར་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་ནགས་ཀྱི་རིན་ཆེན་གྱི་སྤྱན་སྤར་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ བསྟན་པ་སྤྱང་ནིའི་  
ཁས་བླངས་སུལ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ འཕྲིན་ལས་དང་སྟོང་གོགས་མཛད་དགོཔ་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

སྟོང་ཞིང་ན་དང་ཏེ་ལུང་ དེ་ལས་རི་མིའི་བྱལ་པ་རྩེ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ ཚོས་སྤྱང་གི་གསུམ་ཁར་  
བཅུགས་ཏེ་གཏང་མ་རྒྱུང་ཅིག་མེན་པར་ ལོགས་སུ་སྤྱུ་རྒྱུང་གཏང་དགོཔ་ཨིན་པས།  
སྟོང་ཞིང་ན་སྤྱི་འོག་གི་ གཡུས་དཔོན་གྱིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ ལོ་ལྟར་ལྷན་ པའི་ནང་ ལྷང་ལྷན་མ་རན་མ་  
ཅིག་ཁར་ གཡུས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་སྟེ་ དམངས་འཛོམས་ཐོག་ལས་ གཞི་བདག་རྒྱ་ནག་སྤྱང་པ་ལུ་ གསོལ་  
ཁ་སུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

རྒྱ་ནག་སྤྱང་པའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྟོབ་དཔོན་གནག་མདོག།

སྲིད་སྤྱི་ལོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ སྤགས་སྤྱང་ཨེ་ཀ་ཇྲི།

གནད་དོན་བརྟན་བཟུང་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། སྤགས་སྤྱང་ཨེ་ཀ་ཇྲི།

ལྷ་ཁང་། དོམ་པ་ལ།

གཡུས། དོམ་པ་ལ།

བརྟེན་མི། དོམ་ལའི་མི་སེར་དང་དོམ་པ་ལ་ལས་གྲུས་པའི་ས་གནས་གཞན་ཁའི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་ལམ་འགོ་བཟང་ནིའི་དོན་ལུ་སྐབས་ལུ་ཨེ་ཀ་ཇྲི་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལུ་ སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་བཀའ་སྤྱང་ བོད་གངས་ཅན་སྤྱང་ལུ་ མཁན་སྟོན་ཚོས་གསུམ་གྱིས་ སྤྱང་ལྷ་མོ་ལའི་བསྟན་པ་བཙུགས་པའི་སྐབས་ལྱི་སྤྱང་མ་མཛད་དེ་ ཚོས་བདག་བཟང་བའི་མཚན་སྟོན་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་བྱུང་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ འབྱུག་པ་དཀར་བརྟན་གྱི་ བསྟན་པ་བཙུགས་གནང་བའི་སྐབས་ དཔལ་འབྱུག་ལྷ་མོ་ལའི་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་བཀའ་སྤྱང་སྟེ་གཉེར་བཅོལ་མཛད་ཅུག།



འབྲུག་གི་ས་གནས་ཁག་སོ་སོ་ལུ་ སྐྱགས་སྤྱང་མ་ཨེ་ཀ་རྫོ་འི་བསྟེན་དགོ་མི་ ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་གྲས་ལས་  
གཅིག་ སྤྱོན་ཁ་རྫོང་ཁག་ སླིང་ལུ་མེད་འོག་ རོམ་པ་ལ་གི་མི་སེར་ཚུ་གི་ ཕྱག་འཚལ་སའི་རྟེན་དང་  
སྐབས་ལུ་སའི་བཀའ་སྤྱང་སྟེ་ བསྟེན་དོ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ རོར་ལྷ་ཡི་ཚུལ་སྟེ་བྱོན་ཏེ་ མི་རོར་ཟས་ཀྱི་དངོས་  
གྲུབ་གནང་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་མ་ཚད་ དམ་ཚིག་གི་ཉམས་གྲིབ་ཕོག་མ་བཅུག་པར་ ཐུགས་མཐུན་  
ཁྲིམས་གཙང་གི་ཐོག་ལས་ གསོལ་ཕྱ་བཏབ་པ་ཅིན་ འགལ་རྐྱེན་བར་ཚད་སེལ་བའི་གྲོགས་དང་ མཐུན་  
རྐྱེན་འབད་མེད་ལུ་རྟེན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་ སྤོངས་གྲོགས་མཚན་མི་ བཀའ་སྤྱང་བཀའ་གཉམ་པ་གས་ཅིག་ཨིན་མ་  
སྟེ་ཨིན་པས།

ལུང་སྟོགས་གཞན་ཁ་ལུ་ སྐྱགས་སྤྱང་ཨེ་ཀ་རྫོ་འི་གནས་ཁང་ ག་དེ་སྟེ་ཡོད་ག་ལུ་མི་མེད་རུང་ རོམ་པ་  
ལའི་ལྷ་ཁང་ནང་ སྐྱགས་སྤྱང་མའི་མགོན་ཁང་ཅིག་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ གནས་ཁང་ལོགས་སུ་མེད་རུང་  
གནས་ཁང་གཙོ་བོ་བྱུག་ཡུག་གཅིག་སྟེ་ཡོད་པའི་གཏུམ་བུ་དང་ ཅུར་ཁོད་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱུག་ལུ་ ཡི་  
ལས་བསྐྱེད་པའི་མེ་རླུང་དམར་ནག་འབར་བའི་སྐྱུག་ བྲག་གི་རྒྱ་མཚོ་བ་རྒྱབས་འབྲུགས་པའི་ནང་ལས་ ཀི་  
ལས་རུས་ཁོག་གཅིག་ཁང་བཅེགས་པའི་ལྷག་ལུ་ རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་འབར་བའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་  
ཆེ་བའི་ནང་ ཐོད་པ་སྐྱམ་རྫོན་དང་ ཅུར་ཁོད་ཀྱི་ཆས་ཀྱི་བརྒྱན་པའི་སྐྱུག་ འོག་ལུ་མེ་ཏོག་པར་དང་ ཉི་མ་  
དག་བགས་ཀྱི་གདན་གྱུར་ ཅ་ཡིག་སྐྱུག་ནག་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་ཚོ་སྐྱགས་ཀྱི་  
སྤྱང་མ་ སྐྱུ་མདོག་སྐྱུག་ནག་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ མཆེས་གཅིག་སྐྱུན་གཅིག་ རལ་པ་གཅིག་ཁོ་བོའི་  
རྣམ་འགྱུར་དང་བཅས་པ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་འཁོར་ སྐྱུལ་པའི་མ་ཚོ་རྣམ་གསུམ། སྤོར་སྤོལ་སྟོག་གཙོད་ཀྱི་གིང་གསུམ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་ཚོ་ལྷ། རྗེ་  
མོ་བཅུ་བཞི། སྤོན་མོ་ལྷ་བཅུ་ཅུ་བརྒྱུད་ཚུ་ སྤྱང་སྤྱིད་མ་ཚོའི་འཁོར་ཚོགས་གྲངས་ཁ་མ་ཚད་པ་གིས་བསྟོར།  
དེའི་གཡོན་བྱང་ཤར་ཁ་ཐུག་ལུ་ བདུད་མགོན་ལེགས་ལྷན་ནག་པོ་དང་ ཡུམ་ཡེ་ཏཱི་ནག་མོ་ལུ་ལྷུ་ལྷུ་ ཤར་  
ལུ་གཤན་པ་སྟོག་སྐྱུབ་ནག་མོ། རྫོང་གཟུང་བདུད་ཆེན་པོ་རྣ་རྣུ་ལ། ལུབ་ལུ་གཞོན་སྤྱིན་གཤན་པ་དམར་ནག།  
བྱང་ལུ་དམ་ཅན་དོན་ལེགས་པ་རྫུ་ རང་སེའི་འཁོར་གྱིས་བསྟོར་སྟེ་ གོ་རིམ་སྤྱིག་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཞན་  
ཡང་ཡེ་ཤེས་དང་ལས་ལས་གྲུབ་པའི་དྲེགས་པ་ཕོ་རྒྱུད་མོ་རྒྱུད་ ཕྱག་ལུ་མི་གྲངས་ཁ་མ་ཚད་པ་གིས་བསྟོར་ཏེ་  
ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ སྐྱུ་གཟི་བརྗིད་མཚུངས་པ་མེད་པའི་དབྱེས་ཉམས་དང་ལྡན་པ། གསུང་རྒྱུ་དང་རྒྱུའི་སྐྱགས་  
སྟེ་ འབྲུག་ལྗོངས་དོ་བཟུམ་ ཐུགས་བདེ་གསལ་གྱི་ངང་ལས་ བསྟེན་པ་སྤོང་བའི་ཕྱིན་ལས་ལུ་ དབྱེས་ཏེ་  
བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྦྱིར་གསང་སྐྱགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་བསྟན་པ་དང་ ལྷག་པར་རྗོགས་ཆེན་ཨ་ཏི་ཡོ་གའི་ བསྟན་སྲུང་ཀུན་གྱི་  
གཙོ་བོ་ བཙམ་ལྷན་འདས་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་འདི་ ལྷ་སྦྱིན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་བདུལ་ནི་དང་ རང་གི་བསྟན་པ་  
སྲུང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་མའི་སྐྱེ་ལུ་སྦྱུལ་ཏེ་བྱོན་མི་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཚོག་ སྐྱགས་སྲུང་མ་ཨེ་ཀ་རྩེ་ཏེ་  
རལ་གཅིག་མའམ་ སྐྱགས་སྲུང་ཆེན་མོ་དོ་རྗེ་རྗེ་འག་གདོང་མའི་གསོལ་ཁའི་སྦྱུན་འདྲེན་ནང་། བདེ་ཆེན་ཀུན་  
བཟང་ཡུམ་གྱི་མའམ། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྦྱོས་བྲལ་དབྱིངས། །དམིགས་མེད་ཆོས་སྦྱུའི་དགྲིལ་འཁོར་  
ནས། །སྐྱགས་རྗེས་སྦྱུལ་པའི་སྦྱར་བ་ཞེངས་མ། །མཁའ་འགོ་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོ་ཆེ། །ཤིད་གསུམ་དབང་བསྦྱར་  
རལ་གཅིག་མ། །གསང་སྐྱགས་བཀའ་སྲུང་སྦྱོལ་བའི་ཡུམ། །སྦྱུག་ནག་ཁོས་མ་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཟེར་  
གསལ་དོ་བཟུམ་ དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་མོ་སྐྱགས་སྲུང་ཨེ་ཀ་རྩེ་ཏེ་འདི་ སྐྱེ་མདོག་སྐྱུག་ནག་ཏུ་པ་གི་བཀྲག་  
བཟུམ་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཁོ་གདུམ་མི་བཟང་པའི་གཟུགས་ཅན་ དབྲལ་བའི་སྦྱུག་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱུན་  
གཅིག་གིས་ དམ་ཉམས་དབྱུ་བོ་རྩེ་ལུ་གཟིགས། ཞལ་སྦོམ་སྦྱེ་བརྒྱངས་པའི་ནང་ལུ་ ཆོས་ཉིད་དོན་དམ་  
དབྱིངས་ལས་ གཡོ་བ་མེད་པ་བདེ་མཚོན་ལུ་ དབུ་སྐྱེ་རལ་པའི་ཆག་པ་གཅིག་ཁར་བཅིང་། ཁམས་གསུམ་  
གདུག་པ་ཅན་གྱི་ དབྱུ་བཤེགས་ཚུ་གི་ཤ་ཁྲག་ལྷག་མ་མེད་པར་ ལྷབས་གཅིག་ཞལ་ལུ་ གསོལ་བའི་ཆོམས་  
གཅིག་ གངས་རི་བཟུམ་སྦྱེ་གཅིགས་པ། སྦྱེ་འགོ་ཀུན་མ་གཅིག་བྱུ་ལྷར་ བཅེ་བའི་རུ་(ཨོམ་) གཅིག་མ།  
ཕྱག་གཡས་ལུ་ ཞིང་བརྩུ་ཚང་བའི་དབྱུ་བཤེགས་སྐྱགས་ གཟུགས་ཁོག་དབུག་མཐོ་གུར་བདེ་བ་སྦྱེ་ བམ་  
མཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ལྷོ་ཁྲག་གིས་བཀའ་བཀའ་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྦྱབ་པར་བཞུགས་མི་  
ཚུ་ལུ་ མཚོག་སྦྱུན་མོང་གི་དངོས་བྱུ་བ་གནང་། སྦྱུལ་དང་ཐོད་པའི་ཤེལ་སྦྱོར་དང་ རུ་ཏོ་དང་རིན་པོ་ཆེའི་  
རྒྱན་ཆ་བཏགས། མི་ལྷགས་གཡང་བཞི་དཔག་དགྲིས་རྒྱབ་སྦྱེ་ ཁོ་བོའི་རྣམ་འགྱུར་དང་སྦྱོན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་  
པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་ འཁོར་འགྲགས་བྱེད་མ་ཞི་མཛད་བུ་མོ་དཀར་མོ་འབུམ་སྦྱེ། འཆིང་བྱེད་མ་ (བཅིང་  
མི་) རྒྱས་མཛད་བུ་མོ་སེར་མོ་འབུམ་སྦྱེ། སྦོམ་བྱེད་མ་(སྦུམ་མི་) དབང་མཛད་བུ་མོ་དམར་མོ་འབུམ་སྦྱེ།  
མུས་བྱེད་མ་སྦོལ་མཛད་བུ་མོ་ནག་མོ་འབུམ་སྦྱེ། མ་མོ་བྱེ་བ་དུང་བྱུར་གྱིས་བསྦྱོར་ཏེ་ སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྷན་འདུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བདེ་གདོན་སུ་གའི་གཞོན་པ་དང་ མི་མཐུན་  
པའི་ཕྱོགས་ལས་བསྐྱོག་སྦྱེ་ ཆོ་དང་བསོད་ནམས་འདོད་དགུའི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་མི་བཀའ་སྲུང་གཙོ་བོ་  
ཅིག་ཨིན་པས།



## གསོལ་མཚན།

ཕ་གིས་ག་འབད་བྱ་ཡི་ལམ་སྟོན། ཟེར་དོ་བཟུམ་སྟེ་ དོམ་པ་ལའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཕ་བརྒྱད་བྱ་བརྒྱད་སྟེ་ ལོ་  
ལྟར་ལྷམ་༡༠ པའི་ཚེས་༡༠ ལུ་ དོམ་པ་ལ་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ དཀོན་མཚོག་བརྒྱ་ཚར་གཏང་པའི་སྐབས་ དོམ་  
པ་ལ་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་མ་དོ་བར་ ཕ་བརྒྱད་བྱ་བརྒྱད་ཀྱི་སྐབས་ལས་ར་ དཀོན་མཚོག་མཚན་དགོ་མི་ ས་  
གནས་གཞན་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་ཡང་ དོན་རྐྱང་བཅུགས་སྟེ་འོང་ཞིན་མ་ལས་ཚོགས་དང་དཀར་མེ་ཕུད་ཁ་ཚུ་  
ཕུལ་སྟེ་ སྟོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་ དཀོན་མཚོག་མཚན་སྟོལ་ཡོད་རུང་ དེ་བསྐང་གལ་ཁར་གཏོགས་མ་ཚུགས་  
མི་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གོལ་ཞིན་མ་ལས་ དང་པ་ར་ལྷ་ཁང་ནང་ དཀོན་མཚོག་མཚན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྐྱེགས་སྤང་མའི་གསོལ་ཁ།

འབྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ།

༡ བཙན་མོད་བྲག་དམར་དོ་རྗེ་དག་འཛོམས།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེད།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

བཙན་མོད་བྲག་དམར་དོ་རྗེ་དག་འཛོམས།

ལྷ་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

ལྷ་ཁང་ལའི་མི་མེད།

ལུ་བཙན་འདི་གཡུས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་མི་འོར་ཟས་གསུམ་ལུ་

རྒྱུ་དམར་འབྱུང་མི་བརྟན་འདི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ས་གནས་ཀྱི་ལུ་ལྷ་ བྲག་དམར་དོ་རྗེ་འཛོམས་པའི་གནས་ཁང་གི་བཀོད་པ་དེ་ཡང་། རིན་ཆེན་སྐྱེད་ཚལ་  
ནགས་ལྗོངས་རི་བོའི་དོགས། །པར་ལྷ་ལྷུང་རྒྱས་པའི་གཞུང་མེད་ཁང་། །དགའ་འཁྱིལ་གཡུང་རྩུང་དོ་རྗེའི་ཕོ་  
བྲང་ནས། །མཉམ་ཞིང་མཐུ་ཚལ་ལྷན་པ་དག་ལྷའི་རྒྱལ། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཚོས་སྐྱེད་མེད་  
ཀྱི་གནས་མཚོག་ བྲག་ཁ་དོག་དམར་པོ་མཐོ་ཡོལ་ཡོལ་ སེལ་འབྱེད་དང་འབྲམ་སྐྱེད་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས།  
སྐྱག་དང་གཟིག་ དོམ་དང་འཕར་མ་ཚུ་གིས་ དར་སྐྱད་བཀོད་ས། །ཤིང་དང་མེ་ཉོག་སྐྱོ་ཚོགས་ཀྱི་གསེབ་ལས་  
བྱ་བྱི་རྩུང་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་ སམ་དང་བུ་ཚོ་བཟུམ་སྐྱེ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བྲམས་བཅེ་བསྐྱེད་  
དེ་ བག་ཕེབས་ཉོག་ཉོ་སྤོད་པའི་སྐྱག་ལུ་ ལུ་ཚེན་ལྷའི་གཞུང་ཡས་ཁང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕོ་བྲང་ནང་  
གནས་ཆེན་བྲག་དམར་དོ་རྗེ་འཛོམས་པ་ གཙོ་བོར་བཞུགས་པའི་ གཡས་གཡོན་ལུ་ འཁོར་ལྷ་སྐྱིན་དྲགས་  
པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཉེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དོ་བོ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་རྣམ་པ་ སྤྱིང་རྗེའི་རང་གཟུགས་ལོས་པའི་ཚུལ་འཆང་བ་ དག་བསྐྱེད་པོ་བཙན་མོད་དོ་  
རྗེ་དག་འཛོམས་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ སྐྱེན་གསུམ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་བཟུམ་སྐྱེ་ མདངས་བཀྲག་ཆེ་དྲགས།  
ལོ་གཏུམ་རྩམ་པའི་དོ་རྗེ་སྐྱོག་པ། བསྐྱེད་འགོ་ལུ་གཞོད་པའི་དག་བཞེགས་ཀྱི་སྐོག་ཚ་ གཙམ་ཞིའི་དོན་ལུ་  
ཕྱག་གཡས་ལུ་ཉ་གདོང་མེ་ལྷེ་ཡང་ ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཚུགས་མི་ མདུང་དར་དམར་པོ་ནམ་མཁའི་དགུང་ལུ་

འཕུར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ལུ་ ག་ཅི་ར་དགོ་པའི་རེ་བ་  
 བསྐྱེད་རུང་ དེ་འབྲལ་ལས་ འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་གྱི་ཆར་པབ་སྟེ་ དབུལ་མོངས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་  
 གནང་། རིན་ཆེན་གསེར་གཡུ་སྐྱ་སྲབ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ ཉ་དམར་རླུང་གི་ཕྱགས་ཅན་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ སྟོང་  
 གསུམ་འཛམ་གླིང་སྐད་གཅིག་ཡུད་ཅམ་ཅིག་ལུ་བསྐྱོད། གཞན་ཡང་ལྷ་སྐྱ་བདུད་བཙན་འབྲུམ་ཕྱག་དང་ ད་  
 རུང་དེའི་འཁོར་གྲངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་ཅིག་ དམག་ལུ་བྱོན་དོ་བཟུམ་ དཔའ་བོའི་དགྲ་ཆས་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་  
 བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ བྲག་དམར་དོ་ཇེ་དགྲ་འཛོམས་གྱིས་ ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྲུང་གནས། མཐུ་ཆེན་ངག་དབང་  
 རྣམ་རྒྱལ། གྲུབ་པའི་དབང་པོ་ངག་དབང་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་སྐུ་མཁུན་ལུ་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་བསྟན་  
 ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སྤང་མ་དང་ འབངས་ཀྱི་སྟོངས་གོགས་རྩལ་བཞིན་ཏུ་ སྐྱབ་མིའི་ཁས་བླངས་ཕུལ་མི་  
 ལས་ དུམ་གྲ་ཅིག་ཡང་མ་འགལ་བར་ རྒྱ་སྟོར་སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་རྒྱན་ངན་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་། མཐུན་  
 རྒྱུན་ཡར་རོའི་རྒྱལ་བཟུམ་སྟེ་ གོང་ལས་གོང་ཏུ་འཕྱེལ། ལྷག་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ སད་སེར་བཙན་  
 དང་ལྷ་གོ། འབྲུབ་དང་བྱི་ཚིའི་གཞོན་པ། མི་ནད་ཕྱགས་ནད་དང་འཇུག་ཚོད་རྩེ་ བསྐྱོག་པའི་ཕྱིན་ལས་དང་  
 སྟོངས་གོགས་རྒྱ་ཆེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་མཛད་གནང་མ་ཨིན་པས།

## གསོལ་མཚན།

ཡུམ་སྟོད་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ བཙན་ཚོད་བྲག་དམར་དོ་རྗེ་དག་འཛམས་འདི་ ཚོས་སྲུང་  
གི་གཏོར་གྲུལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་ གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོགས་སྲུ་སྲུ་རྒྱུང་སྟེ་བཏང་སྟེ་ བསྟོད་པ་ལས་  
གནས་པའི་དར་ལ་བཀལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

## རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

སྲུགས་སྲུང་མའི་གསོལ་ལ།

འདི་བསྟུན་འབད་ས།

བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ།

३ ལུང་གསུམ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ལུང་གསུམ།
གནས་ཁང་།	ཨོན་ཏ་དཀར་ཅུ།
སྣ་ཁང་།	སྣ་ཁང་ཐང་།
གཡུས།	གླིང་སྤུ་ལ།
བསྐྱེན་མི།	ཤེལ་ར་ག། ཀོ་མ་འཕྲང་། གླིང་སྤུ་ཁའི་མི་སེར།
སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།	རྒྱལ་བའ་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱུ་སྤོན་གྱི་གཞོན་པ་དང་ རྒྱུང་ འཚུབ་ནི་ཐབས་ལུ་སྐྱབས་ལུ་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤུ་ན་ཁ་ལས་ ལུ་རུ་ཟམ་བཀལ་ཏེ་ བ་ཚོའི་སྐྱུམ་འཁོར་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་ བསམ་ཐང་མ་སྣོད་པ་ཅིག་ཁར་  
གཡོན་རྟོང་ས་ལས་ཡར་ཁ་གྲུབ་བདའ་སྟེ་ ཀེ་ལོ་མི་རར་། འགྲོམ་ད་ ས་གཞི་གསེར་གྱི་གཞོང་མ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་  
པའི་ གླིང་སྤུ་ལ་གཡུས་ཚན་ནང་སྣོད་པ་ཨོན་ཏ་པས།

གཡུས་ཚན་འདི་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ གླིང་རུང་སྤུག་རུང་ དགའ་རུང་སྣོ་རུང་ བསམ་དོན་འགྲུབ་ནི་ཡོད་རུང་  
ས་གནས་གྱི་ཡུལ་སྤུ་སྤུ་བཙན་ལུང་གསུམ་ལུ་སྐྱབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཨོན་ཏ་པས། གླིང་སྤུ་ལ་ལས་དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་།  
ལྷག་པ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ ས་གནས་ཨོན་ཏ་དཀར་ཅུ་ཟེར་ གཟེ་བཟིན་སྤོན་ཆགས་རིའི་ཚེ་ལུ་ རང་བྱུང་མི་འགྲུར་  
དོ་ཡི་ཕོ་བྲང་དང་ སྤྱིད་ཚལ་ཤེལ་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་བཀོད་པ་ལུ་དུ་འཕགས་པའི་གནས་ཁང་དང་། ད་རུང་  
ཐབས་ཤེས་རྒྱུང་འཇུག་གི་བརྟེན་ལུ་ གླིང་སྤུ་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་རྒྱར་ཁ་ཞིང་གི་ཏང་ལུ་ ལུང་གསུམ་རྩ་བ་ཟེར་བའི་  
ས་གནས་ནང་ སི་སི་ཤིང་གི་སྤུག་ལུ་ ག་ཏེ་ཡང་མེད་པའི་ སྣོད་སྤུ་ཤིང་གཉིས་ཡོད་མི་འདི་ གནས་པོ་ཆགས་  
པའི་གནས་ཤིང་ཨོན་ཏ་པས། ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཨོན་ཏ་པས། གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་། དཔེན་གནས་གོང་མའི་  
གདན་ས་ཁང་ལ་དང་། །གཏར་གནས་ཨོ་རྒྱན་སྤུག་དང་རྟོ་མ་འཕྲང་། །སྤུས་ཡུལ་ལུང་གསུམ་གྱོ་མོན་གར་  
བཞུགས་ཀྱང་། །འཁོར་བཙས་མཚོད་པའི་གནས་འདིར་སྤོན་འབྲེན་ནོ། །ཟེར་ཤེལ་ར་ན་ ཨོ་རྒྱན་སྤུག་དང་གླིང་  
སྤུ་ལ་ ཤར་རྟོ་མ་འཕྲང་གི་ ལུང་གཤོང་གསུམ་གྱི་རི་མགོ་འབྲེལ་ཏེ་ཡོད་པའི་སྤྱི་དོག་གུར་ རྒྱག་ཡུག་གཅིག་མ་  
ཚོང་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ ལུང་གསུམ་གྱི་གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ཨོན་ཏ་པས་ ལུང་གཤོང་གསུམ་གྱི་གཞི་བདག་

ཡིན་མ་སྟེ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ འདི་ནང་ལུ་ སླིང་ལུ་ལྷོ་གིས་ཡུལ་ལྷོ་གཙོ་བོ་སྟེ་ བསྟེན་སྲོལ་ཡོད་པའི་གྲར་  
གཞི་བཞག་སྟེ་ལུ་ཉི་ཨོན།



སླིང་ལུ་ལྷོ་ཡོད་མི་ལུང་གསུམ་གྱི་གནས་ཤིང་ཆ་གཅིག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྲུང་གནས་ཀྱི་བཀའ་གཉན་ དམ་ཅན་དོ་རྩེ་ལེགས་པའི་རྣམ་སྐྱུལ་ དག་བསྟེན་ཆེན་པོ་  
ལུང་གསུམ་དག་ལྷོ་རྒྱའི་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁའི་ཚོག་ནང་ ལྷོ་བཙན་དཔུས་ན་དཔའ་བཟློན་ཅན། །ཟེར་ཡོད་དོ་  
བཟུམ་ ས་གནས་ཁག་སོ་སོའི་ཡུལ་བཙན་གྱི་གསལ་ལས་ ལུང་གསུམ་འདི་ མཐུ་རྩལ་ཆེ་ཤོས་དང་ བཀའ་  
གཉན་དགས་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ལུ་ བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱེའི་རྣམ་པ་མ་འདྲམ་དང་ རྒྱན་དང་ཆ་ལུགས་སོ་  
སོར་སྟོན་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྲུང་། སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྲིད་སྟེ་ལ། ཚོས་མཚད་ཡོངས་ཀྱི་དག་ལྷོ་དང་  
འཕྲིན་ལས་སྐྱུ་བ་པའི་སྟོངས་གོགས་ དེ་འཕྲོས་ལས་མཚད་གནང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྐྱེ་  
འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་ དམ་ཉམས་དག་བགོགས་རྒྱུ་ ཐལ་བར་བརྒྱག་པའི་ཆེ་ རིན་ཆེན་བསེ་བྲལ་སྐྱེ་  
ལུ་བཞེས། ཆིབས་དང་ཕྱག་མཚན་སྐྱོ་ཚོགས་བསྐྱམས། ལྷོ་སྲིད་ལྷོ་འདྲའི་དཔུང་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟོར་ཏེ་ རུ་དར་  
གནས་ཁའི་དགུང་ལུ་འཕྲར་ ཕྱད་དུ་སྐད་རྒྱལ་སྟེ་ བསྟན་དག་འཛོམས་པའི་དཔའ་བོ་ཨོན་མི་དེ་ཡང་  
གསོལ་ཁའི་བསྐྱང་གསོ་ནང་། གཡུལ་འགྲེད་པ་རོལ་གཞོམ་ལ་ཉེར་མཁོ་བའི། །འཕྲར་བའི་དར་དང་འབྲིགས་  
བྱེད་མདའ་དང་མདུང་། །གཙོད་པའི་རལ་གྱི་སྲ་བའི་གོ་ལྷོ་དང་། །ལྷགས་ཀྱི་ཞགས་པ་ཚོགས་ཀྱིས་ཐུགས་དམ་  
བསྐྱང་། །ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་ འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞིའི་ཕྱག་མཚན་སོ་སོ་སྟེ་ཡོད་རུང་ ཞི་བའི་རོ་ལུ་ སྐྱུ་མདོག་



དཀར་པོ་ཕྱག་གཡམ་ལུ་ ལྷ་འི་དར་དཀར་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱམས་ཏེ་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེའི་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་ གནས་སྐབས་བདེ་བའི་གསང་བའི་ཡུམ་ སྤལ་མགོ་ཁྲག་མིག་མ་དང་ སྤིང་མོ་ཡིད་སྦྱན་  
བརྩ་གཉིས། ཞང་པོ་པོ་ཚོད་དང་ལྷ་ཚོད། ཚུ་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་བཙམ་། འཛོག་པོ་སྡེ་བརྒྱད་བཙམ་ཁག་བཞི། གཡུང་  
བྱུང་དོ་རྗེ་དང་གཡུ་བཙམ་དོ་རྗེ་ཚུ་ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་ ཞེ་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་སྐོ་ལས་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་།  
སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྐྱིད་སྤེལ་གནང་མི་ སྲུང་མའི་ཚོགས་དང་། གཞན་ཡང་གྲང་། གཡམ་ག། ར། ལུག། ཏ་ཚུ་  
ཚིབས་ཐང་མེད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྗ ལུང་གསུམ་གྱི་གསོལ་ཁའི་དམ་བཞག་ནང་། སྤོན་ཚེ་པརྩ་འབྱུང་གནས་སྤྱན་སྡེ་བུ། རྩོད་  
ནི་དག་བསྟེན་ཚེན་པོ་མངའ་གསོལ་ཞིང་། རྩམས་ཡུལ་སྤོངས་སོགས་གཏེར་གྱི་གཉེར་ཁ་བཏད། རྩོད་ཀྱིས་རི་  
བཞེན་སྐྱོང་བར་དམ་ཡང་བཙས། བར་དུ་དག་གི་དབང་ཕྱག་སྤྱན་སྡེ་བུ། རྩོད་ནི་ལྷ་བཙམ་དག་ལྷ་མངའ་  
གསོལ་ཞིང་། རྩུབ་བརྒྱད་བསྟན་པ་སྲུང་བར་དམ་བཙས་པའི། ཁས་སྤངས་དམ་བཙའ་མ་གཡེལ་ཕྱིན་ལས་

མཛོད། །མ་གསང་ལུམ་སྲིང་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཡི། །པད་འབྱུང་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་སྐྱུན་སྐྱུ། །ཞལ་བཞེས་  
བཟང་པོ་དམ་བཅའ་མ་གཡེལ་བར། །རྣལ་འབྱོར་བཙུག་བའི་ཕྱིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་ཨོ་རྒྱུན་པར་  
འབྱུང་གནས་དང་ ཡོངས་འཛིན་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་གི་ བཀའི་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སྦྱིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
པ་དང་ དེ་བདག་འཛིན་འཐབ་མི་ སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྩེ་སྲུང་ཞིང་སྦྱོང་བ་དང་། བསྟན་འགྲོ་ལུ་གཞོན་པའི་དགྲ་  
བགགས་རྩེ་ མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟུག། འཛོམ་གྲིང་གི་གཡུས་ཕྱོགས་ཡོད་ཚད་གཅིག་པ་ལུ་ མི་ནད་ཕྱུགས་  
ནད་དང་ སད་སེར་ཕུ་གེ་དང་ འབྲུག་རྩྱུང་རྩེ་ འགལ་རྒྱུན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་ མཐུན་  
རྒྱུན་འདོད་པའི་ལོགས་ཚོགས་ཉིམ་དགོན་ཉིམ། ཆར་པ་དགོན་ཆར་པ། ལོ་ལོགས། རང་གི་མགོ་དོན་རེ་བ་ལས་  
ལྷག་སྟེ་འགྲུབ་དགོས་དང་། འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ སྐྱབ་པ་ལུ་བཞུགས་མི་རྩེ་ལུ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་། མཚན་གྱི་  
མེལ་ཚེ་བཙུག་བའི་ལས་རྣམས་ འཕྲལ་མགྲོགས་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྦྱོངས་གྲོགས་མཛོད་དགོས་སྟེ་  
ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

གྲིང་སྐྱུ་ཁའི་བྱལ་བ་<sup>༣༢</sup> དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ གནས་པོ་ལུང་གསུམ་འདི་ ཚོས་སྲུང་གི་གསུ་  
ཁར་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོགས་སུ་སྐྱུ་རྒྱུང་གཏང་དགོས་ཨིན་པས།  
དེ་མ་ཚད་ ལྷམ་<sup>༣</sup> པའི་ཚེས་<sup>༡༠</sup> ལས་ ཉིན་མ་<sup>༣</sup> གྱི་རིང་ལུ་ གྲིང་སྐྱུ་བོན་རྒྱུར་གྱི་དུས་ལྟོན་སྐབས་ ལྷ་ཁང་  
ནང་ལུ་ གནས་པོ་སྐྱུ་རྒྱུང་གཏང་པའི་བྱལ་ལུ་ གནས་བདག་ལུང་གསུམ་འདི་ དཔའ་བོའི་ཁ་ལུ་ཞུགས་ཏེ་  
དམངས་ཀྱི་འཚུབ་ཆ་དང་ ཐུགས་དང་འགལ་བའི་ལཱ་ག་དེ་སྟེ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ཉིང་སངས་སྟེ་གསུང་ནི་ཡོད་  
ཟེར་ཨིན་པས།

**ངག་རྒྱུན།**

ས་གནས་ཀྱི་གཞིའི་བདག་པོ་ ལྷ་བཙུན་ལུང་གསུམ་འདི་ མཐུ་ཚེན་ལྷ་མ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཕྱག་ཞུ་སྟེ་  
སྐྱུན་སྦྱོངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བྱོན་ཡོད་པ་ད་ དུན་མ་རིང་མ་ལས་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དངོས་མེད་ལྷ་སྲིན་  
སྟེ་བརྒྱན་རྩེ་ལུ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་གྲོགས་འབད་དགོས་སྟེ་ བཀའ་བརྒྱུད་དམ་བཅའ་གཞན་  
པའི་སྐབས་ ལོགས་སུ་སྟེ་ལུང་གསུམ་ལུ་ བཙུན་ཆ་མཉམ་གྱི་འགྲུབ་བདག་འབད་དགོས་སྟེ་ བཀའ་གནང་རུང་  
སྐྱུན་ཚོག་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ཉིང་སངས་སྟེ་མ་གོ་བར་ ལུང་གསུམ་ཡ་ལགས་ཟེར་ཞུམ་ད་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་

ཆེ་གིས་ རྩོད་ཀྱིས་ལུང་གསུམ་བདག་འཛིན་འཐབ་ད་ཟེར་གསུངས་པའི་ ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ ད་ལྟོ་བར་  
ན་ཡང་ ལུང་གཤོང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་ མགོན་སྐབས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
གནས་པའི་སྤྱན་འཛེན་ནང་ བོད་ཁམས་དག་པའི་ཞིང་མཆོག་ཤོངས་ཀྱི་ཡུལ། །རྟོན་ག་ལུ་ལྷག་མགོན་ཁང་ལྷ་  
ཁང་དང་། །མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་དབྱུས་གཙང་རུ་བཞེ་ནས། །བསྟན་སྲུང་མགར་བ་ནག་པོ་གནས་འདིར་  
གཤེགས། །ཟེར་ཡོད་དོ་བཟུམ་ ལུང་གསུམ་འདི་ མགར་མ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ སྤྱིང་སྲུ་ཁ་  
ལུ་ མགར་ཚང་བཙུགས་པ་ད་ ཆར་པ་དུས་ཚོད་རྒྱུག། ལོ་ལྷུགས་ལེགས་གཡུས་ཚན་སྤྱན་སྲུམ་ཚོགས་ཉེ་ དགའ་  
སྤྱིད་དང་ལྷན་མ་ཡིན་ཟེར་ ད་ཀོན་གཉེར་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

---

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ལུང་གསུམ་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

དགོ་ཚོགས་སློབ་དཔོན་སྐུ་བཟེས་ཀུན་བཟང་དབང་འདུས།

ད་ཀོན་གཉེར་ཀུན་ལེགས། འཕྲིན་ལས།

## ༤ གཞི་བདག་དཀར་པོ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྟུགས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      གཞི་བདག་དཀར་པོ།

གཡུས།    བཀའ་ཚེ།

བསྟེན་མི།                                        བཀའ་ཚེ་གྱི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་ལས་བསམ་ཐང་བརྒྱན་དེ་    དོམ་པ་ལའི་སྐྱུ་ལའོར་ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོམ་ད་    སྤྱིང་སྤྱིང་འོག་  
བདག་སྤྱིང་ཡིག་ཚང་གི་འོག་ལབ་རྩ་ཁ་ལས་    སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་བདའ་སྟེ་    ཀའ་ལོ་མི་ཤར་ཞེས་འགྲོམ་ད་    བཀའ་  
ཚེན་སྤྱི་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་    གཤེན་གསོན་གཉིས་ཀྱི་དགོ་རྩ་སྤྱི་བས་    བཀའ་ཤིས་དགོན་པར་སྟོད་པ་ཡིན་  
པས།    གཡུས་ཚན་འདི་ནང་བྱུང་བ་ལྟར་དེ་ཅིག་    ཡོད་མི་ཚུ་གིས་    སྤྱིས་སྤྱི་དང་ཡུལ་སྤྱི་གཙོ་བོ་    གཞི་བདག་  
དཀར་པོ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྤྱི་ལོ་ལྟར་སྤྱི་དེ་མའི་ཚལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ནང་    ཡན་ལག་བརྒྱན་དང་ལྷན་པའི་བདུད་ཅིའི་རྩ་སྤྱིང་  
སྤྱིང་སྤྱིང་བབ་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་    དེ་ཞིམ་ལྷན་པའི་མེ་རྟོག་སྤྱི་ཚོགས་ཤར་བའི་སྤྱི་ལུ་    སྤྱི་བཀའ་ལེགས་  
པའི་བྱ་བྱི་རྩང་དང་    ཀ་ཤར་ཤམ་རྩ་རིགས་དུགས་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་དང་།    སྤྱི་གཟིག་དོམ་དེད་རྩ་  
གཅན་གཟན་གྱི་རིགས་རྩ་    བག་ཤེབས་རྟོག་རྟོ་སྤྱི་དགའ་མགུར་སྤྱི་དུ།    སྤྱི་ལྷར་གནས་ཁང་གི་བཀོད་པ་    བག་  
རི་ལོར་སྤྱི་སྤྱིངས་བཞག་བཞག་བཟུང་དང་།    ལང་ལྷར་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིངས་ཏེ་ཡོད་པའི་རི་རྩལ་སྤྱི་  
པོ།    གསང་བ་གཞལ་མེད་ཁང་གི་མཚན་ཉིད་    ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྤྱི་ལུ་    མེ་རྟོག་པརྱའི་གདན་གུར་    ལྷ་  
སྤྱི་དེགས་པའི་གཙོ་བོ་    བསྟེན་སྤྱིང་གཞི་བདག་དཀར་པོ་    དུས་གཅིག་ལུ་ཤར་བའི་སྤྱི་བ་འབྲུམ་གྱི་འོད་  
བཟུམ་    གཟི་བརྗིད་ཆེ་རྟོག་རྟོ་སྤྱི་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱི་གཞི་བདག་དཀར་པོ་    ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས།    སྤྱི་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བའི་མདངས་  
དང་ལྷན་པ་    སྤྱི་ལུ་བཟངས་ཀྱི་གོ་ཁབ་དང་བཟངས་ཚོགས་བཞེས།    ལྷ་རྩམས་ལས་གྲུབ་པའི་ན་བཟང་དང་    རིན་པོ་  
ཆེའི་རྩལ་ཆ་བཏགས།    ཕྱག་གཡས་ལུ་    དར་དཀར་རྩལ་མཚན་    གནས་ཁང་དགུང་ལུ་འཕྲུར་ཏེ་    དམ་ལྷན་

ནལ་འབྱོར་བུ་བཞིན་སྐྱོད། ལུག་གཡོན་ལུ་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་བསམ་འཕེལ་  
 ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱིན་པའི་བདག་པོའི་རེ་བ་སྐྱོད། ཏྲ་མཚོག་ཅང་ཤེས་དཀར་པོ་ལུ་ཆིབས་ཞིན་མ་ལས་  
 སྐད་ཅིག་ལུད་ཅམ་ཅིག་ལུ་ སྐྱོད་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བསྐྱོར་ཏེ་ བསྟན་པའི་དག་བགོགས་ཚུ་ ཐལ་བར་  
 བཟུགས། གཡོན་ཁ་ཐུག་ལུ་ ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་གི་བདེ་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་བཞིན་མཛེས་སྐྱོན་མོ་ སྐྱེ་  
 མདོག་དཀར་པོ་བྱུར་མིག་རྩེད་འཛེའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། ལུག་གཡས་ལུ་མདའ་དར་དང་ གཡོན་ལུ་མེ་ལོང་  
 བསྐྱམས་ཏེ་ གསང་བའི་ཡབ་ལུ་ བདེ་བ་སྟེར་བའི་ཚུལ་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཞན་ཡང་འཁོར་ལྷ།  
 ལྷ། བདུད། བཙན། སྐྱོན་མོ་ཚུ་ ལྷ་སྐྱིན་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དཔལ་ལྡན་སྐྱེ་མའི་བཀའ་ཉན་ བསྟན་སྲུང་གཞི་བདག་དཀར་པོ་གིས་ དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་  
 འཕྲིན་ལས་གྱི་མངའ་བདག་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་ཐོད་འཕྲེང་ཅུལ་དང་ མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེའི་  
 སྐྱོན་སྲུང་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ ཁས་བླངས་དམ་བཙའ་སྲུང་མི་དེ་ལས་མ་འགལ་བར་ སྦྱིར་  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ དཔལ་འབྱུག་པའི་བཤད་སྐྱབ་གྱི་བསྟན་པ་  
 མི་ཉམས་པར་གོང་ལས་གོང་དུ་སྟེལ་དགོས་དང་། དེ་འཛིན་སྐྱོད་སྟེལ་གསུམ་མཛད་མི་ དགོ་འདུན་ཚུ་གི་  
 སྐྱེ་ཆེའི་བར་ཆད་སེལ། རྩོད་བསྟེན། རྩོད་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྲུལ། རྩོད་ལུ་རེ་བ་བསྐྱེད་མིའི་སྐྱིན་བདག་ཚུ་གི་  
 ཕྱི་ནང་གི་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་དང་ བསམ་ངན་སྐྱོར་རྩུབ་ཅན་གྱི་ དག་བགོགས་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་ མདོན་  
 སྟོད་དཀ་པོའི་ལས་གིས་ཚར་གཅོད་གནང་། དུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ བདེ་སྐྱིད་འཇུག་ཅོད་ཚུ་རྒྱུན་ཆད་དེ་  
 བདེ་སྐྱིད་རྗེས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད། ལྷག་པར་དམ་པའི་ཚོས་སྐྱབ་ད་ བར་དུ་གཅོད་པའི་རྒྱུན་རན་པ་  
 ཚུ་ཞི་སྟེ་ དགོ་པའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་རེ་བ་ལས་ལྷག་སྟེ་ འཇུག་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྐྱོད་གོགས་མཛད་དགོས་  
 སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ནགས་ཆེན་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ གཞི་བདག་དཀར་པོ་འདི་ ཚོས་སྲུང་གི་  
 གས་ཁར་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོགས་སུ་སྐྱེ་རྒྱུང་གཏང་སྟེ་གཏང་དགོས་ཨིན་པས།  
 དེ་མ་ཚད་ བཀ་ཤིས་ལྷ་ཁང་ནང་ དུས་རྒྱུན་གྱི་འབུམ་སྟེ་དང་ དུས་ཆེན་ཚོས་བཙུའི་སྐབས་ ས་གནས་གྱི་ཡུལ་  
 ལྷ་གཞི་བདག་དཀར་པོ་ལུ་ གསོལ་མཚོད་སྲུང་ཞི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གནམ་ཐབ་ཆར་འབབ་ད་ གཡུས་དཔོན་གྱིས་

འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ བྱལ་པ་དམངས་ལས་ཕུད་ཁ་བསྐྱུ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷ་ཁང་ནང་སྟེ་གནས་པོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་  
ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་ཟེར་ བླ་མ་ཆེན་གྱི་ཚོགས་པ་ དཀོན་མཆོག་དབང་འདུས་གྱིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།**

གཞི་བདག་དཀར་པོའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་དཀོན་མཆོག་དབང་འདུས།



དགོན་ཤར་རི་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (ཡ)

༡ ལྷ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

བསྐྱེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

ལྷ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མ།

སྤང་གསལ་དགོན་པ།

སྤང་གསལ་དགོན་པ།

ལུབ་རི་དང་ ལུབ་ཕྱོགས་རྗེས་ལག་གི་མི་སེར་མང་ཤོས།

འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་ མི་ཚོར་ཟས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ནིའི་དོན་

ལུ་སྐྱབས་ལུ་ལྷ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

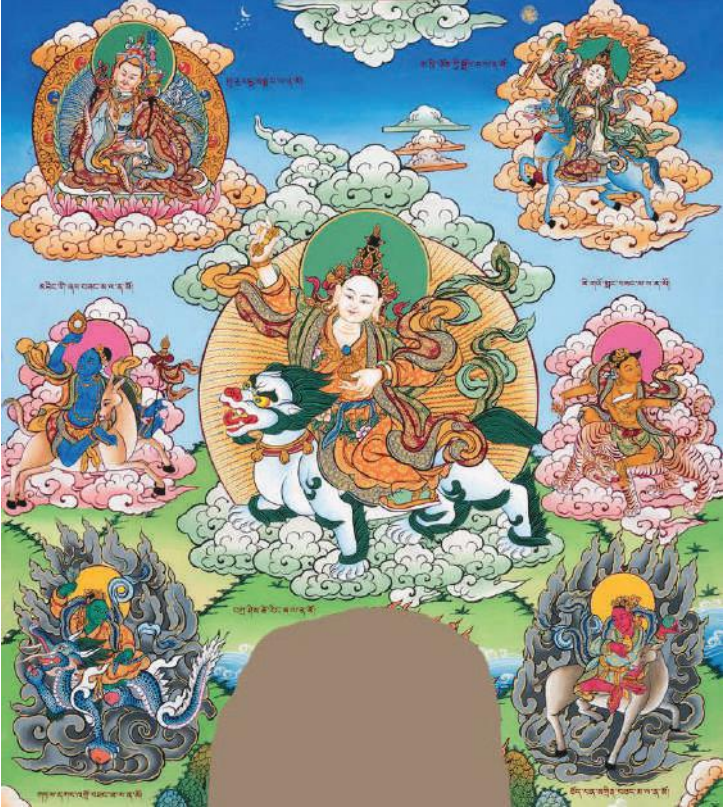
རྒྱལ་བའི་ཡུམ་མཚན། ལྷ་སྐྱོན་རྒྱལ་མོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མ་འདི་ ཕྱི་ལྷར་ཞིང་སྐྱོང་གི་མཁའ་འགོ་རིགས་ལྷ།  
ནང་ལྷར་དམ་ཚིག་གི་མཁའ་འགོ་རིགས་ལྷ། གསང་བ་ལྷར་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་རིགས་ལྷ། ད་རུང་  
གསང་བ་ལྷར་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་དོ་རྗེ་བརྟུན་མོ། རྗེ་རྗེ་ལན་ཡག་མ། རྗེ་རྗེ་ཕག་མོ་ཟེར་ ཏུས་གསུམ་གྱི་  
སངས་རྒྱུས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཡུམ་ཨིན་རུང་། ཀུན་རྗེས་བདེན་པའི་སྤང་བ་ལུ་ རྒྱ་ནང་ལྷ་བའི་གཟུགས་  
བརྟུན་ཤར་དོ་བརྩམ་ མཚར་སྐྱུག་ལང་ཚོ་དཔལ་གྱིས་བརྟུན་པའི་ སྐྱར་བཞེངས་མི་ ཚེ་རིང་མཚེད་ལྷ་ཟེར་  
ལུ་མི་འདི་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བརྟུན་པ་རིན་པོ་ཚེ་སྤང་ཞིང་སྐྱོང་བ་དང་། གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྐོ་ལས་ སྐྱེ་  
འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ བདེ་སྐྱིད་རྗེས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་མི་ མོ་ལྷ་མཐུ་རྩལ་ཚེ་འགས་ཅིག་ཨིན་  
པས།

སྐྱེས་མཚན་འབའ་ར་བ་ རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་གིས་ བཀྲ་ཤི་ཚེ་རིང་མཚེད་ལུའི་སྐོག་ལུ་བརྩམ་སྤེ་ཡོད་  
པའི་ལྷག་ལུ་ གནན་ས་ཕྱག་བཏབ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ སྤང་གསལ་དགོན་པ་ཟེར་མཚན་གསོལ་ཡོད་པ་མ་  
ཚད་ ལོང་མའི་ལུང་བརྟུན་དང་འབྲིལ་ཏེ་ ཚེ་རིང་མཚེད་ལྷ་ དགོན་སྤེའི་སྤང་མ་སྤེ་བསྐྱོས་གནང་ལུག།

སྐྱུམ་འཁོར་གཞུང་ལམ་ཁ་ལས་ སྤང་གསལ་དགོན་པ་ལུ་ འགྲོ་སའི་ལམ་ཁག་བཞི་ཡོད་རུང་ ཤར་རི་མི་  
 སྡེ་སློབ་གྲྭ་ཡོད་ས་ལས་ ཀང་ཐང་སྡེ་དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ཕྱིད་དང་བཞི་དེ་ཅིག་ལུ་ལྟོད་པ་མ་ཚད་ སོ་ནམ་ཞིང་  
 ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀི་ལོ་མི་ཉར་བཅུ་གཉིས་དེ་ཅིག་འགྲོ་དགོ་པ་ཨིན་པས།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྩོ་རྩེ་མི་འགྱུར་དཔལ་གྱི་ཡུམ་ ལྷ་སྐྱེན་རྒྱལ་མོ་བཟ་ཤིས་ཚེ་རིང་མ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་ ཞལ་འཇུག་མཚར་  
 བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། སྐྱུ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་ལྷབ་ལྷབ་བཞེས་སྟེ་ སེངྒེ་དཀར་མོ་ལུ་ཚིབས།  
 ཕྱག་གཡས་ལུ་ གསེར་གྱི་རྩོ་རྩེ་ཅེ་དགྲུ་པ་གནམ་ཁར་འཕྱར། གཡོན་ལུ་ འཚི་མེད་ཚེ་ཡི་བྱུམ་པ་ཁ་རྒྱན་  
 དཔལ་བུའུ་དང་ གཡུང་དུང་གྱུར་ དེན་པོ་ཚེ་གིས་བརྒྱན་རྒྱན་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཤོ་མཉམ་སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་  
 དང་། འདི་འི་ནང་ལས་ཡང་ ཚོས་མཚན་ཡོངས་ལུ་ ཚེ་རིང་ནད་མེད་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་སྟེ་བཞུགས་  
 ཡོད་པ་ཨིན་པས།



- **ཤར་ལུ་ལྟ་མོ་མཐིང་གི་ཞལ་བཟང་མ།** རྗེ་ཨོ་ལོ་མ་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ སྐྱུ་མདོག་ཉོན་མ་ སྐྱུ་ལུ་དར་  
དཀར་གྱི་ན་བཟང་བཞེས། རྒྱུང་བུ་ལ་དཀར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་དདུལ་དཀར་མེ་ལོང་དང་  
གཡོན་ལུ་ལྟའི་བ་དན་བསྐྱམས་ཏེ་ སྤང་གསལ་བདེན་མཐོང་བྲ་ཟེར་ མངོན་ཤེས་རྩུ་འབྲུལ་གྱི་  
དངོས་གྲུབ་གནང་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
- **ལྟོ་ལུ་མི་གཡོ་སྤང་བཟང་མ།** གསང་མཚན་རྗེ་ཨོ་བཞུང་པ་མོ་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ སྐྱུ་མདོག་སེར་པོ་  
གསེར་གྱི་མདངས་དང་ལྡན་པ། ལྟག་མོ་དུས་མོ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡམས་སྟེར་བའི་རྩུལ་དང་  
གཡོན་ལྟའི་ཟས་གྱི་གཞོང་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྤང་གཡམས་རོ་མཚོག་ཟས་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཡིན་པས།
- **ལུ་ལུ་ལྟ་མོ་ཚད་པན་མགྱིན་བཟང་མ།** རྗེ་ཨོ་དཔལ་མོ་ལོངས་སྟོན་ལུ་མ་ སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ ཤ་  
བ་ལུ་མོ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོན་དང་ གཡོན་ལུ་ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ བང་  
མཚོན་འབྲུ་ལོར་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཡིན་པས།
- **བྱང་ལུ་ལྟ་མོ་གཏང་དཀར་འགྲོ་བཟང་མ།** གསང་མཚན་རྗེ་ཨོ་གར་མཁན་མ་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ སྐྱུ་  
མདོག་ལྗང་ལུ་ གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་རྩུ་དུར་བ་ཆག་པ་དང་ གཡོན་ལུ་  
སྐྱུལ་ཞགས་བསྐྱམས་ཏེ་ རྒྱུང་བཞི་ལོར་ལྷགས་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དེ་ཡང་དང་པ་ར་ དུར་ལོང་སིང་ཏ་ལ་ལུ་ ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་སེའེའི་གདོང་ཅན། ཏ་མ་ལའི་རི་ལོང་  
མ། གཏུ་མ་མོ་སྟོ་བསངས་མ་རྩུ་ ཞིང་སྐྱོང་གི་མཁའ་འགྲོ་མ་རྩུ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་གྱི་ན་བཟོ་རྩུ་ གྲུབ་པ་  
ཐོབ་པའི་རྗེ་བཙུན་མ་རྩུ་གིས་ སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་དབང་ལུང་གནང་། དམ་ཚིག་རྗེ་ཨོ་སྐྱུ་པོར་བཞག་  
སྟེ་ གསང་སྤགས་ཟབ་མོའི་ཚོས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་གནང་པའི་སྐབས་ ཚེ་རིང་མཆེད་ལྷ་བཀའི་སྤང་མ་སྟེ་  
བསྐྱོས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ བོད་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ ཁ་ལ་རོང་སྐོ་དང་  
དཔལ་མཚོའི་རྩ་བར་ ཚེ་རིང་མཆེད་ལྷ་གིས་བསུ་བ་འབད་དེ་ འཚུབ་བཀའ་ལྷི་སྟེ་ཚོད་ལྷམ་ད་ ཕྱག་རྒྱ་  
གཏན་པོའི་ཟིལ་འོག་ལུ་མནན་ཏེ་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཐ་མར་རྒྱ་གར་གྱི་དུར་ལོང་ལུན་པ་སྤྲོ་སྟོག་  
ཟེར་མི་འདི་ནང་ སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་གྱི་གོ་ཆ་དང་ བརྩལ་ལུགས་སྟོན་པ་ནག་པོ་གིས་ཡང་ དཀྱིལ་འཁོར་  
ནང་བཙུགས་ཏེ་དབང་གནང་ རྒྱུད་བཤད་བྱིན། མན་ངག་བསྟན་ཏེ་ དམ་ཚིག་རྗེ་ཨོའི་ར་བར་བཀོད་ལུགས།

ལྷག་པར་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་ཚེན་པོ་ རྗེ་བརྩམ་མི་ལ་རས་པ་མཚོག་ བལ་ཡུལ་དང་བོད་གྱི་ས་  
 མཚོམས་ གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་ཚོད་པན་ཅན་ སྤུང་ལུང་ཆུ་དབར་སྐྱུལ་སྐྱུལ་པོ་བྱང་ནང་ སྐྱབ་པ་ཉམས་  
 ལེན་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ ཚོ་རིང་མཚེད་ལྷ་གིས་ ཞི་ལྷོ་ལྷ་ལྷགས་མ་འདྲམ་སྤྲེ་སྤྲེ་ཉེ་ ག་དེམ་ཅིག་འཚུབ་  
 བཀལ་རུང་། རྗེ་བརྩམ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ཀང་རུས་བཞད་པའི་བྱད་མེད་གཅིག་ །རི་རབ་པང་དུ་འདེགས་པ་  
 མཐོང་། །དམར་མོ་ལྷག་འཛག་ཅེ་སྐྱང་གཏོང་། །རྒྱ་མཚོ་རྒྱབ་གྱིས་འདེབས་པ་མཐོང་། །རབ་འཛིགས་གཤིན་  
 རྗེའི་གཟུགས་ཅན་མ། །ཉི་ལྷ་ཆ་ལང་དེབ་པ་མཐོང་། །སོལ་བའི་བྱད་མེད་གད་རྒྱངས་ཅན། །གཟུང་སྐར་ཐང་  
 ལ་འབབ་པ་མཐོང་། །ཤིན་རྒྱ་སྤྲེག་པ་སྤྲེ་མོའི་གཟུགས། །བལྟ་བས་མི་ངོམས་བྱད་མེད་ཅིག་ །འཇུམ་ཞིང་བསྐྱུ་  
 བྱིད་བྱེད་པ་མཐོང་།། ཟེར་ལོང་གི་སྤྲོན་ག་ར་སྤོང་སྤྲེ་ ཉེ་མ་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཕྱུག་ཕྱུག་གིས་ འཛམ་གླིང་ས་ཡི་ལྷེ་  
 བ་ རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་རྒྱབ་ཤིང་གི་རྩ་བར་ བདུད་བདུལ་བའི་སྐབས་དང་ཆ་འདྲ་སྤྲེ་ཅིག་སྤྲེ་ ཉོགས་  
 པའི་གདེང་ཚད་གྱིས་ ཕྱག་རྒྱ་གཉན་པོས་ཟེལ་ལོག་ལུ་མནན་ཉེ་ གསང་ཚེན་ལམ་གྲོགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་མ་སྤྲེ་  
 བསྤྲེན་ཞིན་ལམས་ བསྤྲེན་སྐྱང་བཀའི་བྱ་ར་བ་ཟེར་ ལྷ་རྟོག་འབད་མི་སྤྲེ་མངའ་གསོལ་མཛད་ཡོད་མི་དེ་ཡང་  
 རྗེ་བརྩམ་མི་ལའི་མགུར་མ་ནང་། སྤྱིར་ཚོས་མཛད་ཡོངས་གྱི་སྤོངས་གྲོགས་ཡིན། །སྤོས་རྣལ་འབྱོར་ང་ཡི་  
 བཀའ་སྐྱུང་ཡིན། །ཁྱོད་བུ་སྤོབ་རྣམས་འགོ་སྤྲེ་མཚི། །མི་ང་དང་ལྷ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཟབ། སྤྱིར་བོད་ཁམས་  
 དཀར་པའི་ལམ་ལ་བཀོད། །སྤོས་སྐྱབ་བརྒྱུད་འདི་ལ་དངོས་གྲུབ་ཤར། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཚོ་  
 རིང་མའི་སྐྱུ་ལས་ཡང་། དེད་ཅག་འཛིག་རྟེན་གཞོན་སྤྱིན་མོ། །རིགས་ནི་ཨ་ཇི་རྩ་ར་སྤྲེ། །དུར་ལྷོད་ཉུལ་བའི་  
 མ་ཤ་ཅན། །འཛིག་རྟེན་མི་བསྐྱར་རྒྱུ་ཡིན། །དབང་བསྐྱར་ལས་ནི་སྤྲེ་ཚོགས་བྱེད། །འཛིག་རྟེན་དངོས་གྲུབ་  
 ཅི་ཡང་སྤྲེར། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྤྲེ་ བཀའི་འབངས་ལུ་ཁས་སྤངས་ཉེ་ བྱང་རྒྱབ་མ་ཐོབ་བར་ན་  
 མགོན་སྐྱབས་མཛད་དགོ་པའི་གསོལ་ཕྱ་བཏབ་སྤྲེ་ སྐྱུ་གསུང་ཕྱགས་མཉེས་པའི་ཞབས་རྟོག་ ག་དེ་བྲག་བྲག་  
 ལྷ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བརྒྱུད་འཛིན་བུ་སྤོབ་སྤོང་ཞིའི་ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ ད་ལྷོ་བར་ན་ཡང་  
 དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྐྱུང་གི་གས་ཁར་ མཐུ་རྩལ་ཆེ་ཤོས་དང་ རྒྱབ་སྤོར་བཟང་བྲགས་ཅིག་ཨིན་  
 པས།

**གསོལ་མཚོད།**

སྐྱུ་ན་ཁ་ལུང་གཤོང་གི་ སྤང་གསལ་དགོན་པའི་བྲག་རི་འདི་ ཚོ་རིང་མཚེད་ལྷའི་སྤོག་ལུ་ རིགས་ལྷའི་ཚུལ་  
 སྤྲེ་ཡོད་པའི་གནས་ཁང་ཨིན་ལས་ ད་ལྷོ་བར་ན་ཡང་ལྷ་ཁང་ནང་ ཉིན་མ་གཅིག་ཡང་མ་ཚད་པར་ གསོལ་  
 ཁ་ཕུལ་སྤོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྗེར་གཞིས་དང་ལྷ་ཁང་དགོན་སྤྲེ་ གཡུས་ཚན་ལག་སོ་སོའི་བྱུལ་པ་མང་ཤོས་

ཅིག་གིས་ ཚོས་སྐྱུང་གི་གཏོར་གྲུལ་ནང་བཅུགས་ཏེ་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུ་ལུ་ཅིག་གིས་སྐྱུ་རྒྱུང་  
བཏང་སྟེ་ གསོལ་མཚོད་ལུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

### རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མའི་གསོལ་ལ།

མཚན་སློབ་སྐྱུ་བགྲེས་རྟ་མགྲིན་ཚེ་དབང་གིས་མཛད་མི་ དཔལ་འབྱུག་དགེ་འདུན་ཕྱག་སྲོལ་ཆ་ཤས་བསྟན་

འཛིན་གཞེན་རུའི་དགའ་ཚལ།

སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ཚུམ་སློབ་འབད་མི་ གནས་ཡིག་ཀུན་པན་ལམ་སྟོན།

### འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སླམ་སློམ་ཚེན།

སྤང་གསལ་དགོན་པའི་སླམ་རྟ་མགྲིན་རྒྱལ་མཚན།



## ༡ མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར།

ལྷ་ཁང་། རི་ཚོ་དགོན་པ།

བསྐྱེན་མི། སྐུམ་སྐང་དང་ཡོར་སྤོའི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། རྒྱུ་ཆག་སེལ་ནི་དང་ཡོ་ཐོག་ལུ་སེར་མ་དང་འབྲུ་སྤོའི་གྲི་གཞོད་པ་སྐྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་

སྐབས་ལུ་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐུ་ན་ཁ་རྫོང་ལག་ དགོན་ཤར་རི་མེད་འོག་ སྐུམ་སྐང་དང་ཡོར་སྤོའི་གྲི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ གསོན་པོའི་རྒྱུ་སེལ་  
རིམ་གྲོ་དང་ གཞིན་པོའི་དགོ་ཅ་སྐབས་ རི་ཚོ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་འདི་ དགོན་ཤར་རི་ལས་རྒྱུང་བའི་ རྒྱུ་  
ལུ་ཚུ་ཚོད་༡.༣༠ དེ་ཅིག་འགྲོ་དགོ་པའི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ས་གནས་གྲི་མི་སེར་ཚུ་གིས་  
རི་ཚོ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་གི་སྐྱུང་མ་ མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར་ལུ་གསོལ་མཚན་སྐྱུང་ཏེ་ སྐབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།





**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛད་གྲུག་མཚན།**

དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར་ སྐྱེ་མཛད་གྲུག་མཛད་ནས་ ཞལ་ཁྲོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། དབུ་སྐྱེ་ནས་པོ་  
སྤྱི་བོར་བཅིང་། དབུ་ལུ་རིགས་ལྡན་དང་རིན་པོ་ཆེའི་ཚད་པན་བཏགས། སྤྱན་གསུམ་མེ་མུང་ལྟར་དམར་བ།  
ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་པ་ མིག་རྗེས་དང་ཞལ་རྒྱ་དམར་སེར་མེ་བཟུམ་སྤྲེ་ཡོད་པ་ ཞལ་ལས་ཉ་ཉ་བེར་བའི་  
གསུང་སྐད་བཏོན་ རྒྱག་གཡམས་ལུ་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་མི་ཚན་དན་གྱི་དབུག་པ་ལས་ ལྷ་དམག་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་  
སྟོང་སྤུལ་ཏེ་ ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་གཡུས་བཅོམ་སྟེ་ ཐལ་བར་བརྟུག་མི་བསྟན་པའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱོང་བའི་དཔལ་བོ།  
རྒྱག་གཡོན་ལུ་ ཀ་སྤུ་ལི་ནང་ལུ་ བདུད་ཚི་བཀང་སྟེ་ བྱམས་བཟེད་མཚོན་ཆ་དབྱ་བོའི་ཉིང་ཁར་བདེབ་སྟེ་  
སྤང་སྤིད་ལྷ་འབྲེ་བརྟལ་བའི་དཔལ་བོ། ཞབས་གཉིས་གར་སྟབས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་ སྐྱེ་སྐྱེད་ལུ་སྟག་སྟགས་དཀྱིས།  
མིའི་མགུ་ཏྲོ་ཤལ་སྐྱོར་འཇུར་བཏགས་ཏེ་ གནམ་མེད་ས་སྐྱི་བྱིང་བྱི་སྟེ་ བགས་ཕྱོགས་ལུ་ དགའ་མི་འབྲེ་སྤིན་  
གདུག་པ་ཚན་ཚུ་ ཅུ་མེད་གཏང་མིའི་དཔལ་བོ་ཅིག་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

དགོན་ཤར་རི་རྗེད་འོག་གི་ སྐྱེ་སྐྱེད་དང་ ཡོར་སྟོ་གཡུས་ཚན་གཉིས་ཀྱི་བྱུལ་རྟིང་ཚུ་གིས་ ལོ་ལྟར་ལྷམ་༥  
པའི་ཆོས་༥༧ ལུ་ རི་ཚོ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་ནང་སྟེ་ མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར་ལུ་གསོལ་མཚན་སྤུལ་ཏེ་ དགོན་མཚན་  
མཚན་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་སྐྱེ་སྐྱེད་དང་ཡོར་སྟོ་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུལ་པ་ཆ་མཉམ་ལུ་ གཉེར་ཚང་གམ་དབྱ་བཀལ་ཏེ་ བྱིམ་རེ་  
ལས་མི་རེ་ ལྷམ་༤ པའི་ཆོས་༡༤ ཉིན་མ་རྒྱ་ཚོད་༥ ཀྱིག་གི་ལུ་ རི་ཚོ་དགོན་པར་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་  
པོ་རྒྱས་དང་ཨམ་སྤུ་ཚུ་གིས་ ཐབ་ཚང་ནང་བཞེས་སྟོའི་ག་སྤྱིག་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཆོས་བྱུག་རྒྱུག་མི་ཚུ་  
གིས་ མཚན་བཤམ་ནང་གཏོར་མ་བཞེད་སྟེ་བཅའ་ལ་འགྲིག་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་རའི་གསུང་  
ཚོག་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ཕྱི་རུ་རྒྱ་ཚོད་༥ དང་༧ གི་བར་ན་གོལ་མ་སྟེ་འབད་དགོཔ་ཨིན་པས།

ད་རུང་ལྷམ་༤ པའི་ཆོས་༡༥ ལུ་ དོས་མ་ཚན་ལུ་ གནས་པོ་བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ལུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ།  
རྒྱབ་ཚོག་རི་བོ་བསང་མཚན་དང་ བསྐྱེད་བཤམས་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཆོས་༡༤ ལུ་ཆོ་སྤུག་གནས་  
ཀྱི་ལྷ་ཁང་ནང་སྟེ་ གནས་པོ་ཚུ་སྤུག་པ་སྐྱེ་རྒྱས་རྒྱས་སྟེ་བཏང་སྟེ་གསོལ་ཁ་སྤུལ། རྒྱབ་ཚོག་ལྷམ་གཏོར་  
རུང་བརྒྱ་ཚར་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་མ་ཚད་གཡུས་ཁ་ལུ་ བྱིམ་གུང་པ་གཉིས་ཀྱིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་ནི་ཨིན་པའི་གཏོར་མ་བཞེད་སའི་ཆོ་སྤུ་  
ར་རོལ་སྤུགས་ཏེ་མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར་བཏང་སྟེ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ད་ དེའི་སྐབས་ཆང་སྤུལ་གཏོར་མ་

དགི་ཚིག་ དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ། ཚེས་བདག་ཆེན་པོ་ཨ་མོ་ར། བཀའ་སློབ་ལེགས་ལྷན་ནག་པོ། ལྷམ་  
མཚོག་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ། མཁའ་འགོ་སྡེ་ལྷ། བཀའ་སླུང་སྡེ་བཞི། ཀུན་ཏུ་རལ་པ་འོར་བུ་བཟང་པོ། གཏུམ་  
པོ་སྡེ་བརྒྱད་ཚེས་སྦྱོང་སྦྱོང་བ། དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི། བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས། དཀར་ཚྭ་གས་  
གཞི་བདག། གཞན་ཡང་བསྟན་སླུང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་ འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་དུ་སྦྱ་པུ་ཨ་  
མི་ཏ་སྤུ་ཇ་ཁ་ཉ་ཟེར་ ཆང་སྤུད་གཏོར་སྲོལ་འདུག་ཟེར་ལུ་ཞི་ཡིན།  
ས་ཐག་རིང་སར་འགོ་ཞི་དང་ མའོ་དོན་རེ་འགྲུབ་དགོས་ཡོད་པ་ད་ རི་ཚོ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་གི་མགོན་ཁང་ནང་  
སྟན་དར་ཕུལ་སྡེ་ཤོ་ལྷུང་ད་ མགོན་པོ་ཨ་མོ་རའི་ཤོ་སྐལ་ ཤོ་མིག་༡༤ གནང་པ་ཅིན་ དོན་དག་མ་གྲུབ་པའི་  
ཟེར་མ་མེད་པ་ཡིན་པས།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མགོན་པོ་ཨ་མོ་རའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ།

### ༣ གཏེར་བདག་ཚུ་ཕུག་དོ་རྗེ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུག།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

བརྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུ་ལ།

གཏེར་བདག་ཚུ་ཕུག་དོ་རྗེ།

དགོན་ཚེ་ཕུག་གནས།

ཚེ་ཕུག་གནས།

མི་མཐུན་པའི་རྐྱེན་ངན་སེལ།

མཐུན་རྐྱེན་ལེགས་ཚོགས་གོང་དུ་འཕེལ།

འདི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་མིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་ འཆི་མེད་ཚེའི་སྐྱབ་པ་གནང་ས་ དགོན་ཚེ་ཕུག་ རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་  
པའི་རིན་ཚེན་བྲག་རི་བརྟེན་པའི་གཞུང་ཡས་ཁང་ ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཞིང་བཀོད་དང་དབྱེ་བ་མེད་  
པའི་ཕོ་བྲང་ནང་ རང་བྱུང་ཚེ་རྒྱའི་གནས་ཀྱི་བདག་པོ་ གཏེར་བདག་ཚུ་ཕུག་དོ་རྗེ། འཁོར་ལྷ་སྲིན་གཏུག་པ་  
ཅན་ཚུ་གིས་ མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕུག་མཚན།

མི་ཟུང་གཏེར་གྱི་བདག་པོ་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་རེ་བ་སྐོང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་ གཏེར་བདག་ཚུ་ཕུག་  
དོ་རྗེ། ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་ཅི་དང་ ཞི་རྒྱས་དབང་པོ་གི་སྐྱ་མདོག་དང་ ཕུག་མཚན་སོ་སོར་སྐྱེ་  
སྟོན་མི་དེ་ཡང་ ཞིམ་སྐྱེ་བྱོན་མ་དུ་ དཀར་པོའི་ལྷ་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་ ཉ་དཀར་པོ་ལུ་ཆིབས། ཕུག་གཡས་ལུ་དར་  
དཀར་པོ་དང་ གཡོན་ལུ་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་སྟོན་ག་ཅིང་། དབུ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་ཐོད་བཞེས་སྐྱེ་ སྐྱབ་  
པ་ལུ་བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ ཚོ་བསོད་དཔལ་ཡོན་གྱི་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་ སྐྱབ་པའི་གོགས་དང་ རྒྱ་སྐྱོར་སྐྱིན་  
པའི་བདག་པོའི་ བར་རྐྱེན་སེལ་བའི་སྐྱབས་མཛད་གནང་མ་ཨིན་པས།

རྒྱས་པའི་སྐྱར་བཞེངས་མ་དུ་ ལྷ་ཡི་ཆ་ལུགས་སྐྱེ་ ལྷ་ཉ་ཉོན་མ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་གྲུང་ཆིབས་ཏེ་ ཕུག་  
གཡས་ལུ་འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ གཡོན་ལུ་ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱམས། སྐྱེ་ལུ་གཡུ་ཁབ་དང་ དབུ་ལུ་ལྷགས་མོ་

དོན་མ་བཞེས། ཚོས་མཛད་ཡོངས་ལུ་ ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་པའི་འཕྲིན་ལས་  
རྒྱབ་གནང་མ་ཡིན་པས།

དབང་གི་དུས་ལུ་ དམར་པོ་བཙན་ལུ་སྤྱུལ་ ཆིབས་རྟ་དམར་པོ་སྤྲིན་གྱི་ཤུགས་ལྡན་ལུ་ཆིབས། ལུག་གཡས་  
ལུ་མདུང་དམར་དང་ གཡོན་ལུ་བཙན་ཞགས་བསྐྱམས། དབུ་ལུ་ཟངས་ཚོག་དང་སྤྱུ་ལུ་བསེ་ལྷབ་བཞེས་ཏེ་  
དམ་ལྡན་རྒྱབ་པ་ལུ་བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ དཔལ་ཡོན་ལྷགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ རྒྱབ་པའི་སྤོང་གོགས་མཛད་  
གནང་མ་ཡིན་པས།

འག་པའི་རྒྱལ་བཞེངས་མ་ད་ བཀ་པོ་བདུད་ལུ་སྤྱུལ་ རྒྱལ་བ་མཚོགས་པའི་ རྟ་བཀ་རྟིང་དཀར་གུར་ཆིབས།  
ལུག་གཡས་ལུ་ཚེ་གསུམ་དང་ གཡོན་ལུ་བེ་ཙན་བསྐྱམས། དབུ་ལུ་ལྷགས་ཚོག་དང་ རྒྱ་ལུ་བེར་གོས་བཀ་པོ་  
བཞེས་ཏེ་ རྒྱབ་པར་བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ འཕྲིན་ལས་རྒྱབ་པའི་སྤོངས་གོགས་དང་། རྒྱེ་འགོ་སེམས་ཙན་ལུ་  
གཞོད་པའི་ དམ་བཤེགས་གཏུག་པ་ཙན་ཚུ་ ཚར་བཙན་དེ་ བདེ་སྤྱིད་རྗོགས་ལྡན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་  
བཀོད་ཅི་འདི་དོན་ལུ་འག་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཞེ་རྒྱལ་དབང་འག་གི་གཙོ་པོ་ རང་བྱུང་ཚེ་ཚུའི་གནས་ཀྱི་བདག་པོ་ གཏེར་བདག་ཚུ་ལུ་ཕྱག་རྟོ་རྗེ་འདི་ སྤོན་  
གྱི་དུས་ལས་ ཨོ་རྒྱལ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ལུག་རྒྱ་གཉན་པའི་ཐིལ་འོག་ལུ་མནན་ཏེ་ སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
དར་ཏེ་ ཚོས་སྤྱིད་ཀྱི་རིགས་བརྒྱད་སྟེལ། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱིས་བུ་དམ་པ་ཚུ་གི་སྤྱོ་ཚེ་སྤིངས། ལྷག་པར་དུ་  
བྱིན་རྒྱབས་ཙན་ཙན་གྱི་གནས་འདི་ལུ་ གཞོད་པའི་ལྷ་ངན་བརྩམ་མི་དམ་ཉམས་ཚུ་ འག་པའི་འཕྲིན་ལས་  
ཀྱིས་ཚར་གཙན། འདི་འདི་ནང་ལས་ ས་ཕྱོགས་འདི་ནང་ བད་མཚོན་ལུ་གུ་ཚུ་ཞེ་སྟེ་ མཐུན་རྐྱེན་འདོད་པའི་  
དོན་ དཀའ་ཚོགས་མེད་པར་ རང་བཞིན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་སྤོང་གོགས་ མཛད་དགོ་པའི་བཀའ་བསྟོན་གནང་  
ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གཏེར་བདག་ཚུ་ལུ་གི་གསོལ་ལ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

སྤམ་ཚེ་རིང་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ།

# ༤ དག་བསྟེན་མགུ་དཀར།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྟེན།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱབ་སྲུ་ཚུལ།

དག་བསྟེན་མགུ་དཀར།

མགུ་དཀར་སྐང་།

སྐྱམ་སྐང་།

སྐྱམ་སྐང་མི་སེད།

ཡོ་ཐོག་ལུ་སང་སེར་དང་ལུ་གེ་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱུ་ན་ཁ་ལས་ དགའ་ས་ཁ་བྱུག་ སྐྱུ་འཁོར་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀི་ལོ་མི་ཉར་<sup>༢༥</sup> དེ་ཅིག་ས་ཁར་ དགོན་ཤར་རི་ཟམ་བརྒྱལ་ཞིན་མ་ལས་ ཚོ་སྐྱུག་ལྷ་ཁང་གི་ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོམ་ད་ ཡོར་སྲོ་གཡུས་ཚན་གྱི་ ལྷག་ལས་ ཟུར་ལམ་བདའ་སྟེ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་<sup>༥</sup> དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ སྐྱུ་སྐང་གཡུས་ཚན་ནང་སྟོད་པ་ཡིན་ པས། གཡུས་ཚན་དེ་ཁ་ལས་ཡར་ལྷ་སྟེ་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་<sup>༡.༣༠</sup> དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ མགུ་དཀར་སྐང་ཟེར་ སར་ བྱག་གར་སྟོར་སྐྱུ་ཤིང་སྐྱེས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ དག་བསྟེན་མགུ་དཀར་གྱི་གནས་ཁང་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དག་བསྟེན་མགུ་དཀར་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ ལྷོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་ གཡུས་ལུ་མདུང་དར་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟེན་དགའི་སྲོག་ཐག་སྐྱུ་མ། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་ རོར་བུ་བསྐྱམས་སྟེ་ སྟོང་གསུམ་ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱོར་ཚུགས་པའི་ ཏྲ་ཅང་ཤེས་རྒྱུང་གི་འུགས་ལྷན་ ལུ་ཚིབས། འཁོར་ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ སྟོབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་གྱི་ཞབས་སར་ དག་བསྟེན་མགུ་དཀར་གྱིས་ རང་གཟུགས་ དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ སྲོག་སྟིང་ཕུལ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་སྐྱུང་ནིའི་ཁས་བྲལ་ས་ ཕུལ་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་

དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རུང་གྲུབ་ཐོབ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་བཀའ་བཞིན་ འགོ་བའི་ཚེ་སློག་ལུ་  
གཞོན་འཚེ་སྤང་ནིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་ཐ་བཞིན་དུ་ ལུལ་ཚུགས་སྦྱང་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་སང་སེར་དང་ འབྲུ་  
སྲིན་གྱི་གཞོན་པ་སྤང་མི་སྡེ་ བཀའ་བསྐོ་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་སྡེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

དགོན་ཤར་རི་མེད་འོག་ སྐྱམ་སྤང་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱལ་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་  
གཡུས་གྱི་གཞི་བདག་དགེ་བསྟེན་མགུ་དཀར་འདི་ སྐྱུ་རྒྱུང་སྡེ་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཡམས་དང་  
གཡོན་ལུ་འགྲོ་ནི་དང་ དོན་དག་བཅད་ནི་རེ་ཡོད་པ་ད་ ལྷན་དར་སྤུལ་ཏེ་སློན་ལམ་བཏབ་པ་ཅིན་ བྱ་བ་ལམ་  
འགོ་ལེགས་ཤོམ་འོང་བའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཨིན་པས།

ལོ་ཐོག་ལུ་སང་སེར་དང་ འབྲུབ་གྱིས་གཞོན་པ་བཀག་ཐབས་ལུ་ བྱལ་པ་རེ་ལས་སྤུད་ཁ་བསྐྱུ་སྟེ་ ལོ་ལྟར་  
རང་ལྷོ་<sup>ཉ</sup> པའི་ཚེས་<sup>༡༥</sup> ལུ་ དམངས་གྱི་རིམ་འགོ་ལྷོ་གཏོར་རུང་བརྒྱ་ཚར་དང་ ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་  
དགེ་བསྟེན་མགུ་དཀར་སྐྱུ་རྒྱུང་བཏང་སྟེ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དག་རྒྱུལ།**

ས་གནས་གྱི་གནས་བདག་ དགེ་བསྟེན་མགུ་དཀར་འདི་ ཉེ་མ་དགེ་སློང་འབད་ནི་འདི་གིས་ གསང་ཡུམ་  
མེད་པའི་ཁར་ སྐྱུ་ན་བཟེས་ཏེ་ དབྱ་སྐྱུ་དཀར་པོ་སྡེ་ཐལ་སོང་པ་ལས་ མཚན་ཡང་དགེ་བསྟེན་མགུ་དཀར་  
ཟེར་ལུ་སྲོལ་བྱུང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

དགེ་བསྟེན་མགུ་དཀར་གྱི་གསོལ་ཁ།

**འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།**

སྐྱམ་སྤང་གི་ཚོགས་པ་ཡེ་ཤེས་དོ་ཇེ།

༥ སྤང་དམར་གླུ་བཅོན།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྤང་དམར་གླུ་བཅོན།

གནས་ཁང་།

སྤང་དམར་ལ་ཁ།

གཡུས།

ཞལ་ངོ་ས།

བསྟེན་མི།

ཞལ་ངོ་ས་དང་སེའུ་ལ་གི་མི་སེད།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

ལོ་ཐོག་ལུ་འབུ་སྟོན་གི་གོད་པ་བསྟོན་ཐབས་དང་ཚུང་འཚུབ་མི་འབྱུང་

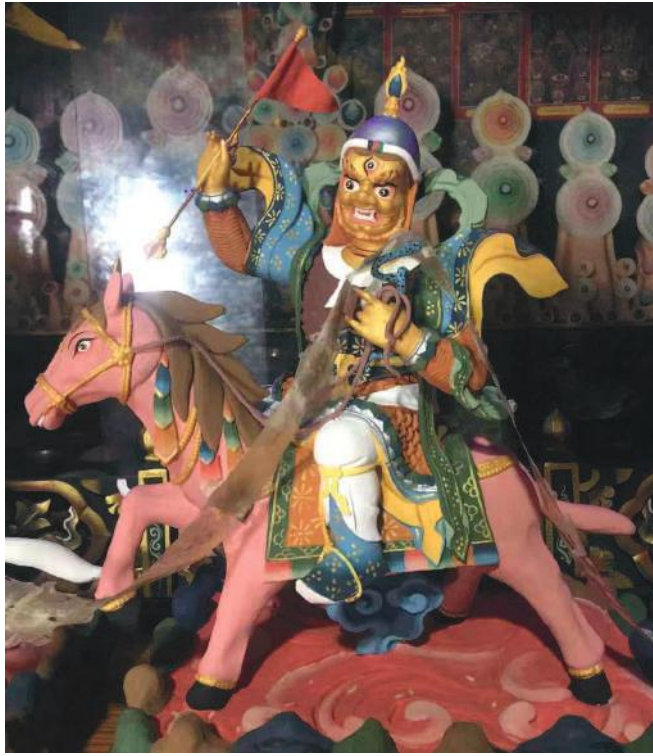
ནི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ཁ་ལས་ དགའ་སའི་སྐྱུམ་འཁོར་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོམ་ད་ གི་ལོ་མི་ཀར་༥༡ གི་ས་ཁར་ རྒྱ་  
 གཟར་གདོང་གི་ཟམ་པ་ལས་ཡར་ལྷ་ གི་ལོ་མི་ཀར་༥ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་  
 གསང་ཡུམ་ གསང་མོ་ཨ་འཛོམས་ཀྱི་འཁྲུངས་གཡུས་ དགོན་ཡུལ་གསར་ཁར་སྟོད་པ་ཡིན་མ་མ་ཚད་ དང་  
 སུའི་མི་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀར་ཐང་སྟེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་༡ དེ་ཅིག་འགོར་མ་ཡིན་པས། དགོན་  
 ཞལ་ངོ་ས་གཡུས་ཚན་གི་མི་སེད་རྒྱ་གིས་ གནས་པོ་གཙོ་བོ་ སྤང་དམར་གླུ་བཅོན་བསྟེན་མ་ཡིན་མ་ད་ ཡུལ་  
 ལྷ་གི་གནས་ཁང་འདི་ གཡུས་ཁ་ལས་ལམ་ཐག་རིང་སར་ཡིན་མ་ད་ དེ་ཡང་དགོན་ཞལ་ངོ་ས་གཡུས་ཚན་  
 ཀྱི་ལྷག་ལས་ཡར་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་༣.༣༠ དེ་ཅིག་ ཀར་ཐང་སྟེ་འགྲོ་དགོ་པའི་ས་ཁར་ཡིན་པས།  
 སེའུ་ལ་རྣམ་རྒྱལ་ཚེའི་གདོང་སྟོར་ ས་གཞི་གཡང་ཆགས་ ་ཤིང་སྐྱ་མེ་ཉོག་གིས་མཐའ་བསྟོར་བའི་སྐྱུག་ལུ་  
 རང་སྤང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་པོ་བྲང་ བྱུག་སྟོན་ཡུག་གཅིག་མ་ མགུ་ཁྱིམ་ཐོག་བཀའ་བཀའ་ རྗོང་བཟུམ་སྟེ་  
 ཡོད་པ་ཡིན་པས།





**ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ས་གནས་གི་ཡུལ་ལྷ་སྤང་དམར་ལྷ་བཙན་འདི་      སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་པདྨ་རག་གའི་མདངས་དང་ལྷན་པ།  
 ཞལ་མཚར་དྲགས་ལྷོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ། སྐྱུ་ལུ་མི་ཤིག་དོ་རྗེའི་བསེ་ལྷབ་དང་ དར་དམར་གྱི་བེར་གོས་  
 བཞེས། དངོས་སྐྱབ་གནང་བའི་བརྗོད་ཚེན་ལུ་ དབྱ་ལུ་གཙུག་རྒྱན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་དང་ མགུལ་རྒྱན་  
 གསེར་གྱི་པ་ཏ་དང་ དེན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་གི་རྒྱན་ཆ་བཞེས། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ རུ་མཚོན་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཏེ་  
 དག་བོའི་ཕྱོགས་ལས་ནུམ་པར་རྒྱལ་བ་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་ལུ་  
 གཞོན་པའི་དག་བགེགས་རྒྱུའི་སྲོག་ཐག་སྐྱུམ། བྱང་ལན་ཐངས་གཅིག་ལུ་ སྤོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞིང་  
 བསྐྱོར་རྒྱགས་མི་ ཉ་དམར་གུར་ཆེབས་ཏེ་བཞུགས་པའི་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་ཆེན་སྐྱེན་མོ་  
 སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ བཞེན་འཇུམ་མཚར་བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡམས་ལུ་མདའ་དར་སྐྱ་ལྷ་དང་  
 གཡོན་ལུ་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ལོར་བུ་བསྐྱམས། སྐྱུ་ལུ་དར་གོས་གྱི་ན་བཟའ་དང་ གཡུ་བྱུ་རུ་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 དེན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན་སྤེ་ ལྷ་སྐྱེན་དྲེགས་པའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨོན་པས།

### དམ་བཞག།

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་སྤང་དམར་ལྷ་བཙན་འདི་ སྤོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཨོ་རྒྱན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ དབང་  
བསྐྱར་གནང་ཞིན་མ་ལས་ བཞག་ཕྱོགས་ཐལ་བར་བརྟལ་པའི་གཤེད་མ་དང་ དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་བའི་སྤྱང་མ་  
སྤེ་ བསྐོས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་མ་གོང་མ་རིམ་བརྟུན་གྱི་ཐ་ཚོག་མ་འགལ་བར་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་  
སྤྱང་མ་དང་ འབངས་གྱི་སྤོངས་ཐོགས་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་སྟུབ། བཟ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་ཆར་བཞིན་འབབ་སྟེ་  
ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

### གསོལ་མཚན།

དགོན་ལལ་ངོ་ས་གི་བྱིམ་གྲང་པ་<sup>༣༣</sup> གྱིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ སྤང་དམར་ལྷ་བཙན་འདི་ ཚོས་  
སྤྱང་གི་གངས་སུ་གཏོར་གྲལ་བཅུགས་ཏེ་རྒྱང་མ་ཅིག་མེན་པར་ ལོགས་སུ་སྟེ་སྟེ་རྒྱང་གཏང་དགོས་མ་ཚད་  
ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་བར་ན་ཚར་རེ་ དམངས་འཛོམས་འདུ་རྒྱབ་སྟེ་ གོས་ཚོད་བཏོན་ཞིན་མ་ལས་ ཤང་མ་བྱུ་འཚོ་  
ས་ལས་ གཏུང་ཤིང་སྟེས་སར་ སྤང་དམར་ལ་ཁར་ གནས་པོ་ལུ་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་བར་འགྲོ་བའི་སྐབས་  
ཕོ་རྒྱས་ཚུ་མ་གཏོགས་ ཨམ་སུ་འགྲོ་མ་ཚོག་མི་དེ་ཡང་ བཙོག་གི་བ་མི་ཞུགས་ནིའི་དོན་ལས་ཨིན་པས།  
གནས་ཁང་དེ་ཡང་ བྱག་སྦྲོམ་ཡུག་གཅིག་མ་ མགྱ་བྱིམ་ཐོག་བཀའ་བཀའ་བརྩམ་གྱི་རྩ་བར་ མི་ཁལ་ཀག་  
ཀོ་ཅིག་གྲལ་བཅད་དེ་ ཤོང་རྒྱགས་པའི་ས་གོ་གི་སྟུག་ལུ་ རྗེའི་བང་རིམ་སྦྲོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་གུར་  
མཚན་པ་དང་དཀར་མེ་ཚོགས་ཚུ་བཟལ་ཞིན་མ་ལས་ གནས་པོ་ལུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
དེ་ཡང་ལྷཱ་<sup>༡</sup> པ་ལས་<sup>༣</sup> པའི་ནང་འཁོད་ ལྷཱ་ཚོས་པ་གི་སྟུགས་བདེ་ཉིང་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གསོལ་  
མཚན་སྤུལ་བར་འགྲོ་སྟེ་ཡོད་རུང་ ལྷཱ་<sup>༤</sup>པ་ལས་ལྷཱ་<sup>༡༢</sup> ཚུན་ རི་བསྐྱམ་ཟེར་སྤང་དམར་ལ་ཁར་འགྲོ་  
མི་ཚོགས་ད་ ག་ཡུད་མེད་པར་འགྲོ་བ་ཅིན་གཡུས་ཁར་ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོན་པ་དང་ ཆར་པ་དུས་ཚོད་ལུ་རྒྱབ་མ་  
བརྟུབ་པ་ སྟུགས་མ་བདེས་འབྱུང་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱུ།

དེ་ཡང་ལལ་ངོ་ས་གཡུས་ཚན་ལས་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་<sup>༢</sup> དེ་ཅིག་ འགོར་བའི་རིའི་རྟེན་པར་ སྤང་ཐང་སྦོམ་  
ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ནང་ རྩ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་ག་ཕོག་མི་འདི་གིས་ སྤང་ཅིག་ཤ་ཞོར་བཅུགས་ཏེ་ ཤ་ཁྲག་ཚོད་ཏོ་  
གྱིས་ ཡུལ་ལྷ་མཚན་སྟོལ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ས་ཁོངས་གྱི་མིང་སྤང་གཏང་ས་ཟེར་ དར་ཁྲབ་སོང་ཡོད་པ་མ་

ཚད་ བྱལ་ལས་ལུག་སློག་ཐོག་ལུ་གཏང་མ་ད་ ས་ཁོངས་ཀྱི་མིང་ཡང་ལུག་གཏང་ས་ཟེར་ དར་བྱབ་སོང་  
ཡོད་པ་སྟེ་ ཞལ་ངོ་ས་གཡུས་ཚན་གྱི་ སྤྱི་འོག་ཚོགས་པ་རྣམ་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།



སེར་སློག་འཁོར་ལོ།

དོ་ལེབ་སྤྱོད་བཞི་ཅིག་གུར་ ཕྱི་ལས་མེ་རི་དང་ འཁོར་ལོ་ལེ་སྤྱོད་ལུ་པ་ཏ་བཞེ་སྟེ་ཡོད་པའི་ནང་ན་ “ཡུལ་  
ཚུགས་འདི་སྤང་དམར་སྤྱོད་བཅན་ལ་གཏང་དོ་ སེར་བ་བསྐྱུང་གིག་མེ་ རྟེན་ རྟེན་སྤྱོད་” ཟེར་ཡིག་དོད་རིལ་  
རི་སྟེ་བྱིས་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ཡིན་ཅུང་ གྲམ་ག་ཟེར་མི་འདི་གིས་ སེར་སྤྱང་གི་འཁོར་  
ལན་སྟེ་ གནས་པོ་ལུ་བཀའ་བསྟོན་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ ཡིད་ཆེས་འདྲོངས་ཚུགས་པའི་འཁོར་བཀའ་བསྟོན་གས་  
མི་ཅིག་དང་ཕྱད་མ་ཚུགས།

ཞལ་ངོ་ས་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ ཚོགས་པ་རྣམ་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ སྤང་དམར་སྤྱོད་བཅན་  
གྱི་གནས་ཁང་ནང་མ་སྟོད་ཅིག་ཁར་ སེར་སྤྱང་འཁོར་ལོ་ཡོད་སར་ ཆང་ཕྱད་གཏོར་ཏེ་སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་  
ཅིན་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྱུང་བཞི་ལེ་རྟེན་དང་ འབྲུ་སྟོན་གྱི་གོད་པ་བསྟོན་ཚུགས་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས།

**གྲོས་འབྲུལ།**

སྤང་དམར་སྤྱོད་བཅན་འདི་ བཀའ་གཏམ་བཟུང་ཚུགས་ཡིན་མ་ལས་ རང་རྒྱ་ལུ་ལས་༡༢ ཚུན་རི་བསྐྱུང་ཟེར་  
སྤང་དམར་ལ་ཁར་ ཨ་ལུ་བྱ་བུ་ཅུང་ཅིག་ཡང་ འགྲོ་མི་ཚོག་པའི་དུས་ཚོད་ལུ་ གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ བ་

མའི་སྐབས་ལུ་ ག་འབད་སྲོལ་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ར་གནས་ཏེ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལྟ་  
སྐོར་འབྱོར་མི་ཚུ་ བཀག་ཆ་མེད་པར་ ཡར་མར་འབྱོར་ཉི་འདི་གིས་ ཡུལ་ལྗོངས་ཏེ་ གཡུས་ཁ་ལུ་ཉེན་ཁ་མི་  
འབྱུང་ག་ཟེར་བའི་ཚ་རྒྱས་ལངས་ཏེ་ ཆེད་འོག་ལུ་བདག་སྐྱོང་ལུ་སྒྲན་ཞུ་ཕུལ་ཡོད་རུང་ དེ་འཕྲལ་ལས་  
བཀག་ཆ་འབད་མ་ཚུགས་པར་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

---

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྤང་དམར་ཁྲུ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ།

## འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཚོགས་པ་རྣམ་རྒྱལ་བསྐྱེད་འཛིན། དགོན་ཤར་རི་ཆེད་འོག་ཞལ་ངོ་ས་སྤྱི་འོག།

༤ བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ།

གནད་དོན་བརྟན་བརླུང་བསྐྱེད།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ།

ཚེ་སྐྱལ་ལྷ་ཁང་།

ཡོར་སྒོ།

ཡོར་སྒོ་དང་སྐྱམ་སྐྱང་གཡུས་ཚན་གཉིས་དང་ ལུང་ན་རྟེན་འོག་ བ་ཆེ་  
གཡུས་ཚན་ནང་གྲུང་བ་གཉིས་དང་ འཕྲལ་དགའ་ལུ་བྱལ་བ ༢ གིས་  
བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྒྱུ་ཆག་སེལ་ནི་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་སད་སེར་དང་འབྲུ་སྲིན་གྱི་གཞོན་པ་སྒྲོག་  
ཐབས་ལུ་སྐྱབས་ལུ་ཕ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཀུན་བཟང་གདོད་ནས་དག་པའི་ མཁའ་གྲོང་ཡངས་པ་ཆེན་པོ་ སུན་ཚོགས་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་དེ་མགོ་ལུ་  
རང་བྱུང་མི་འགྱུར་བྲག་རི་བཙུན་པའི་ མོ་བྲང་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་སྐྱལ་ལུ་ གཏེར་བདག་དག་ལྷ་ཆེན་པོ་  
བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ སྐྱ་བེལ་ཅུང་འཕྲོས་འཕྲོས་སྟེ་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པའི་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་  
བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

དཔལ་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་རོ་བོ་རང་བྱུང་གནས་ཀྱི་བདག་པོ་ གཏེར་བདག་བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། མ་རུངས་དག་དཔུང་བྱིས་གོམ་པའི་རྟགས་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ཀྱིས་ རུ་དར་དཀར་པོ་གནས་ཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུ་ བུ་བསམ་འཕེལ་བསྐྱམས་སྟེ་ མཐུ་དང་རྩུ་འཕྱུལ་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སྟེ་ཡོད་མི་ རྟ་མཚོག་སྤྱིན་གྱི་ལྷགས་ལྡན་གྱུར་ཆིབས་ཏེ་ཡོད་པའི་ གཡས་དང་གཡོན་ལུ་ རི་དང་བྱག་མཚོ་ལུ་གནས་པའི་ གངས་སྐྱོན་མཚོ་སྐྱོན་ཚུ་སྐྱོན་མའི་རིགས་དང་ ལྷ་སྐྱེ་བུ་དང་དང་བཅོམ་གདུག་འགས་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཨ་ལྷེ་སྐྱོན་མོ་འོད་དཀར་གྱི་མདངས་ལྡན་ པལ་ལི་ཀའི་ན་བཟའ་བཞེས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ ཉིག་མ་མདའ་དང་ གཡོན་ལུ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བསྐྱམས་སྟེ་ བཞུགས་ཡོད་པའི་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་ འཁོར་ཁོམ་ཚོགས་ཀྱི་ཚུལ་ལུ་ ལུ་མ་སྤོང་མཚེད་བུ་དང་ གངས་སྐྱོན་མཚོ་སྐྱོན། གཞན་ཡང་སྤང་ཞིང་སྤྱིད་པའི་ལྷ་མ་སྤོང་གུངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ དགོན་ཚེ་སྐྱེག་གནས་ནང་ འཆི་མེད་ཚེའི་སྐྱེབ་པ་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ གཏེར་བདག་བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་ སྐྱེ་མདུན་ལུ་བཅར་ཏེ་ གནས་དང་གཏེར་གྱི་སྤུང་མ་སྟེ་ ཁས་བྱུངས་སྤུལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐབ་ཐོབ་དོན་གྱི་དང་ དག་དབང་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ། སྐྱེ་མཚུལ་བ་གོང་མ་ཚུ་གིས་ཡང་ ཉེ་མ་ཁས་བྱུངས་སྤུལ་མི་ལས་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤུང་། སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་སྟེལ་དགོས་སྟེ་ གསོལ་ཁའི་གཏེར་གསོལ་ནང་གསལ་དོ་བཟུམ་ རིག་འཛིན་ཚེན་པོ་གྱི་རུ་པལ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་བཀའ་བཏགས་ ཐོད་དུ་འཆིང་བའི་དམ་ཚིག་གཉེན་པོ་རྗེས་སུ་དགོངས་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ ལྷོད་ལ་གཉེན་དུ་གསོལ་བ་ལོ། སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་། ཚོས་སྤྱིད་ཀྱི་རིགས་རྒྱུད་སྟེལ། དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཚེན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚེ་བསྤིང་། ལྷོད་པར་དཔལ་ལྡན་འབྱུག་པའི་བཤད་སྐྱེབ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྐྱོར་བའི་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་ལུ་འཕེལ་ཞིང་ འགོ་ཀུན་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། བྱེ་བྱག་ཏུ་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ བདེ་མཚོན་ལུ་གའི་གོད་འཚོ་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་ མཐུན་རྐྱེན་འགྲུབ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་དང་། དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་ཡོན་མཚོད་ མི་ལོར་འཁོར་དང་བཅས་པའི་



འགལ་རྒྱུན་སེལ། མཐུན་རྒྱུན་འགྲུབ། རེ་བ་སྐོང། བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་ གཉེན་པོ་སྐྱབ་པར་མཛད་ཏུ་  
གསོལ། ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བརྩམ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱུན།

ཕོ་ལྷ་བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ གསང་བའི་ཡུམ་འདི་ མོ་རྒྱ་ནང་གི་མཚོ་སྐྱེན་མོ་ཨིན་ནི་འདི་གིས་ རུབ་  
མོ་སྐྱེག་གུར་ཆིབས་ཞིན་མ་ལས་ སྐང་བདའ་སྟེ་ཡར་དང་མར་བྱོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བསམ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

འཕྱིན་ལས་དོ་རྗེ།

ལ ཐང་དཀར།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཐང་དཀར།

གནས་ཁང་།

སྤང་གསལ་དགོན་པ།

གཡུས།

བོ་ཅུ་ལ།

བསྟེན་མི།

སྤང་གསལ་དགོན་པའི་མི་སེར།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

ནད་མཚན་ལུ་གའི་གཞོན་པ་ བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་བསྐྱབ་ནིའི་དོན་ལ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

འདོད་ཡོན་ལོངས་སྟོན་ལུ་སྤང་སྤང་ཚོགས་པའི་ས་གནིར་ ཕྱི་གངས་རི་དྲུང་དཀར་བཟུམ་དཀར་བའི་གནས་  
མཚོག་ ལྷ་ཚེན་འཁོར་དང་བཅས་པ་དགའ་མགུར་སྟོན་ས། ནང་ན་རང་མདངས་ཡེ་ཤེས་ལས་གྲུབ་པའི་ སོ་  
བང་བཀོད་པ་ལྷན་དུ་འཕགས་པ་ སྤང་ཚོགས་ནོར་བུའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པའི་སྐྱབས་ལུ་ མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་རྣམས་དྲག་པོའི་སྟོབས་གྱིས་ཚར་བཅད་པའི་ དམ་ལྷན་ལྷ་བཙམ་ཐང་དཀར་དགའ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་  
འཁོར་དེགས་པའི་དབྱུང་ཚོགས་གྱིས་བསྟོར་ཏེ་ གཟི་བཅིང་ཚེ་རྟོག་ཏེ་སྟེ་བལྟགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གི་ཐུགས་དོ་རྗེ་ དཔལ་ཚེན་ཏེ་མཚོག་དབང་གི་ཡང་སྐྱལ་ གནས་བདག་ཐང་  
དཀར་དགའ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ སྐྱེ་ལུ་དར་དཀར་གི་ན་བཟའ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་ལུ་  
བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེམས་ཏེ་ དབུལ་ཕོངས་གི་སྐྱབས་བསྐྱེལ་སེལ། རག་ཕྱོགས་བདུད་གི་གཡུལ་  
ལས་རྒྱལ་བའི་རྟགས་ལུ་ ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ལྷ་ཡི་བ་དན་གནམ་ཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། འཁོར་ལྷ་ལྷ་བཙམ་  
གཞོན་སྐྱེན་འབྲུམ་ཕྱག་གིས་ དཔའ་བོའི་ཆས་སྐྱིག་སྟེ་ རམ་པའི་གར་སྐྱར་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཏེ་མཚོག་རྒྱང་  
གི་ཤུགས་ལྷན་ལུ་ཚེབས་ཏེ་ མཁེན་པའི་ཐུགས། ཡེ་ཤེས་གི་སྐྱེ། རྩེ་འཕུལ་གི་ཞབས་དང་ལྷན་ཏེ་ ཚོས་  
མཛད་ཡོངས་གི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚུ་གི་དགའ་ལྷ་སྟེ་བྱོན་ཏེ་ ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་སྟོལ་ས་  
བཙམ་བའི་ཕྱིན་ལས་དང་ སྟོངས་གོགས་མཛད་གནང་མ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

སྒོམ་གྱི་དུས་ལུ་ ལྷ་ཚེན་ཐང་དཀར་པ་གིས་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་སྒོམ་ཏེ་ སྲོག་སྲིང་བང་གསུམ་སྤུལ་ལ་  
 ད་ སྲིགས་མའི་སྐབས་མཚོག་ཨོ་རྒྱལ་པ་ལྷ་འབྲུང་གནས་གྱིས་ དམ་ཚིག་རྗེ་རྗེ་སྲི་བོར་བཞག་སྟེ་ བཙེལ་བའི་  
 ལཱ་ཚུ་ ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱབ་དགོཔ་སྟེ་གསུངས་ཏེ་ དམ་ལུ་བཏགས་གནང་མ་ད་ ལྷ་ཚེན་ཐང་  
 དཀར་པ་གིས་ཡང་ ཨོ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཚེ་དང་ རྗེ་བཙུན་ཀུན་བཟང་རས་ཚེ། གཞན་ཡང་སྤྲོ་མ་གོང་མ་བརྒྱད་  
 པའི་བཀའ་དང་དམ་ལས་འགལ་བར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ལུ་ གཞོན་པ་བཀའ་མི། དཀོན་མཚོག་གི་  
 དབུ་འཕངས་ལུ་ སྦྲད་པ་རྒྱབ་མི། དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་དཀྲུགས། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པ་བཀའ་མི་  
 དང་། བད་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཟླ། གདོན་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་གི་བསམ་ངན་སྦྱོར་རྩུབ་ཞི་བ་དང་།  
 འདིའི་ནང་ལས་དགོན་སྟེ་དང་ ཡུལ་སྦྱོགས་འདི་ནང་ བཟ་གིས་དང་བདེ་ལེགས་ དཔལ་དང་འབྱོར་པ།  
 མངའ་ཐང་དང་ལོངས་སྦྱོད། ཚོད་དང་བསོད་ནམས། འཁོར་དང་རིགས་རྒྱུད་ཚུ་ ཡར་ཚོས་གྱི་ལྷམ་བཟུམ་  
 དང་། བསྟན་པ་ལུ་གཞོན་པའི་དམ་ཉམས་དབྱ་བཞགས་ཚུ་ཚར་བཅད། སད་སེར་འབྲུང་བཞིའི་གཞོན་པ་  
 དང་ བད་དང་ལུ་གོ་འཇུག་ཚོད་ཚུ་ཞི་སྟེ་ མཐར་ཐུག་མཚོག་གི་དངོས་སྤྱོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྦྱོང་  
 སྲོགས་མཚན་ཡོད་པ་སྟེ་ཨོན་པས།

## གསོལ་མཚོད།

ལོ་ལྟར་ལྷན་པའི་ཚེས་༡༣ལས་ ཉིན་མ་༣ཤིང་ལུ་ ཚེ་རིང་མའི་རྟེན་མདོས་གནང་དོ་ཡོད་པ་ད་ སྐོལ་བའི་  
ཚེ་གསུང་ཚོག་ ཐང་དཀར་པའི་བསྟོད་པ་ནང་ལུ་སྟོད་པ་ཅིག་ བསུ་བ་གསེར་སྦྱང་གི་ཐོག་ལས་ གནས་པོ་ལུ་  
བའི་ཚུལ་སྟེ་ ཐང་དཀར་པའི་དར་ལ་ལུ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་སྟོར་ར་རྒྱབ་སྟེ་ གནས་ཤིང་གུར་དར་ལ་བཀལ་ མར་  
ཆང་ཕུད་སྟོར་ཞེན་མ་ལས་ གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་འཛོམས་མི་ཚུ་གིས་ སྤྱ་གར་གཞས་གར་གྱི་ལྟ་མོ་ སྟོན་  
སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། དེ་ལས་དུས་ཚོད་དང་བསྟུན་ཏེ་ ལོག་ལྷ་ཁང་ནང་འཇུག་ཚར་མ་ཅིག་ གནས་པོ་ཐང་  
དཀར་པའི་བསྟོད་པ་ རམ་གདངས་རྒྱབ་སྟེ་རྒྱས་རྒྱས་སྟེ་གཏང་དགོཔ་ཨིན་པས།

---

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཐང་དཀར་པའི་གསོལ་ལ།

འཛི་བསྟུན་འབད་ས།

སྐོལ་སྟོལ་ཚེ། ཚེ་རིང་དབང་ཕུག།

ཤེལ་རྩ་རྟེན་འོག་གི་གཞི་བདག། (ལ)

༡ རོང་དཀར།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

རོང་དཀར།

གཞི་བདག་ཉལ་ས།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པ།

ཤེལ་རྩ་བ།

ཤེལ་རྩ་སྐྱེས་མེད་རྟེན་འོག་དང་ སྤོ་ལོགས་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

མི་རྣོ་ཟས་གྱི་དངོས་གྲུབ་དང་ ཞིང་རྒྱུ་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱེན་ལ་ལས་ ལུ་རུ་ཟམ་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་ སོ་རྒྱུ་མཐའ་མ་བདའ་སྟེ་ ཀི་ལོ་མི་ཏར་༢༤ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་  
ཤེལ་རྩ་ལུང་པའི་སྐྱེས་མེད་ལྟོང་དགོན་པ་ལུ་ལྟོང་པ་ཡིན་པས། མདའ་ལྟོང་དགོན་པ་ལས་ཡར་ལྷ་སྟེ་ ཏུས་  
ཡུན་རྒྱ་ཚོད་༣ མ་ལང་མ་ཅིག་ ཀང་ཐང་སྟེ་འགྲོམ་ད་ གཞི་བདག་ཉལ་ས་ དག་བསྟེན་རོང་ལྷ་དཀར་པོ་  
གི་ གནས་ཁང་ནང་ལྟོང་པ་ཡིན་པ་ད་ དེ་ཡང་སྐྱེན་ཚོགས་འདོད་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་ཞིང་། བྲག་རི་  
མཐོ་དགས་དང་ སྤང་སྤོངས་གཡུའི་མཚུལ་སྐྱེས་སྐྱེས་ལས་བཟུམ། མེ་ཏོག་ཅི་རིགས་སྐྱ་ཚོགས་ཤར་བའི་སྐྱེག་ལུ་  
རྟོག་མ་འགོར་དགས་སྟེ་བཏགས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྐྱེན་ཤིང་གུར་ བསེལ་སྐྱེང་མ་དང་ སྐྱེལ་ལོགས་པའི་བྱི་རྩུང་རྒྱ་  
གིས་ ཉན་པའི་སྐྱེད་བྱུངས་ལེན། བདུད་ཅི་རྒྱ་ལྷང་ དལ་གྱིས་བབ་པའི་གཡུ་མཚོ་བ་གྲོང་འཁྲུག་པའི་ལྷག་ལུ་  
རང་མདངས་ཡེ་ཤེས་ལས་གྲུབ་པའི་སོ་བྲང་ བཀོད་པ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་རྩ་མོ་ལུ་ འདོད་འབྱུང་ནོར་བུའི་  
ཏོག་དང་ སྤལ་བུ་གཡེར་གཞི་སྐྱེ་གིས་གང་བའི་སྐྱེག་ལུ་ རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཡུད་པ་ཐེངས་གཅིག་ལུ་ བསྐྱོར་  
རྒྱུགས་པའི་རྩ་མཚོག་དཀར་པོ་གུར་ རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་བརྒྱུན་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



**ནཱ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

དགོ་བསྟེན་ཆེན་པོ་རོང་དཀར་དགའ་དགའ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡམས་  
 ལུ་ སྲིད་གསུམ་བཀའ་ཚུགས་པའི་རུ་དར་དཀར་པོ་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པའི་  
 རོར་བུ་བསྐྱམས། སྐྱུ་གཟུགས་ལུ་ ལྷ་རྩལ་ལས་གྲུབ་པའི་ དར་དཀར་གྱི་བཟའ་བཞེས། དབུ་ལུ་དར་དང་  
 རོར་བུའི་ཐོད་བཞེས། ཕྱག་ཞབས་དང་སྟན་གྲུར་ གསེར་གཡུ་ལུ་ཉིག་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་  
 ཞབས་གཡམས་སྐྱུ་གཡོན་རྒྱུ་གི་རྒྱལ་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གཡམས་རྟོངས་ལུ་ གསང་ཡུམ་སྐྱེ་མོ་ལྷ་བའི་གདོང་ཅན་ བརྒྱད་གཉིས་བརྩུ་བུག་ཡོན་པའི་ལང་ཚོ་ཅན་ བཞིན་  
 འཇུམ་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་དང་། གཡོན་ལུ་དུང་དཀར་གཡམས་འབྲིལ་  
 བསྐྱམས། སྐྱུ་གཟུགས་ལུ་ དར་གོས་སྐྱ་ཚོགས་དང་ མེ་ཉོག་ལྷམ་ཚང་གི་རོར་བུའི་ཐོད་བཅིང་སྟེ་བཞུགས་  
 ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལུང་མིག་ལྷན་པའི་དུང་བྱ་དཀར་པོ། འབྲི་གཡམས་དཀར་པོ། དུང་བྱི་དཀར་པོ། ཕྱི་འཁོར་མ་  
 གསང་བའི་ ལུམ་སྲིང་བཞན་གཡོག་འབྲུམ་སྟེ་དང་། དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱད་ དྲེགས་པའི་  
 དམག་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ བཀའ་ཕྱོགས་མ་རུངས་གཏུག་པ་ཅན་རྒྱ་གི་ ལ་གཞོན་སྟེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་  
 པས།

**དམ་བཞག།**

གསོལ་ཁའི་སྐྱུ་འདྲེན་ནང་། སྲོན་ཚེ་པདྨ་འབྲུང་གནས་སྐྱུན་སྐྱུ་ །ཁྱོད་འི་དགོ་བསྟེན་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་  
 ཞིང་། །སྐྱུ་ལུལ་སྐྱོངས་སོགས་གཏེར་གྱི་གཉེར་ཁ་བཏང་། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཇི་བཞིན་སྐྱོང་བར་དམ་

ཡང་བཅས། །བར་དུ་དག་གི་དབང་ཕྱུག་སྐྱུན་སྡེ་སྤྱ། །ཁྱོད་ནི་ལྷ་བཙུན་དག་ལྷ་མངའ་གསོལ་ཞིང་། །བསྐྱབ་  
བསྐྱེད་བསྐྱུན་པ་སྤྱད་བར་དམ་བཅས་པའི། །ལས་སྒྲུངས་དམ་བཅའ་མ་གཡེལ་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །མ་གསང་ལྷམ་  
སྲིང་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཡི། །པད་འབྱུང་དག་གི་དབང་ཕྱུག་སྐྱུན་སྡེ་སྤྱ། །ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་དམ་བཅའ་མ་  
གཡེལ་བར། །རྒྱལ་འབྱོར་བཙུན་བའི་ཕྱིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་དང་ ཡོངས་  
འཛིན་དག་གི་དབང་ཕྱུག་གི་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱུན་པ་སྤྱད། །སེམས་ཅན་  
མགོན་སྐྱབས་མཛད་དགོལ་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཛོད།**

གསོལ་ཁའི་སྐྱུན་འབྲེན་ནང་། རྒྱ་གར་ཡུལ་གྱི་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན། །མ་རྒྱ་དེ་མའི་བཀའ་གཉེན་རྒྱ་འཕུལ་  
ཅན། །མི་མ་ཡིན་གྱི་རྗེ་པོ་སྟོབས་པོ་ཆེ། །སྤྲུམ་སྤྲོངས་རོང་རི་གཏེར་བདག་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཟེར་བཀོད་དེ་  
ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ། །འབྲུག་ལུ་ཨཔ་རོང་ལྷ་དཀར་པོ་ཟེར་ལྷུ་ཨིན་རུང་། རྒྱ་གར་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ མ་རྒྱ་དེ་མ་དང་  
བོད་ལུ་དཔལ་ལྷན་སེངྒེ་ཟེར་ལྷུ་ཨིན་པས། གནས་པོ་དེ་ལྷུ་ལྷ །གི་རིང་རྒྱ་ལུ་དང་ ལྷུ་ལྷ །གི་རིང་འབྲུག་ལུ་  
བལྟགས་པ་ཨིན་མ་ལས་ ལྷུ་ལྷ་༩ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ རྒྱ་གར་ལུ་གསོལ་ཐབ་ཕྱོན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
དེ་ལས་གནས་བྱུང་ལྷུ་ལྷ་༣ པའི་ཚེས་༡༥ ལྷུ་ལྷ །གི་རྒྱབ་ལས་ འོག་ཤེལ་རྩ་ནང་འབྱོན་མ་ད་ སེབས་བསུ་ལུ་  
བའི་ཚུལ་སྟེ། དེ་ཚེ་ཉིན་མར་སྤྱངས་ཐང་རྫོང་ནང་ལུ་ དག་ལྷ་གསོལ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་  
བཤགས་པ་ཟེར་གནས་པོ་ལུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ལྷུ་ལྷ་༥ པའི་ཚེས་༡༥ དང་ ལྷུ་ལྷ་༦ པའི་  
ཚེས་༡༥ དེ་ལས་ལྷུ་ལྷ་༥པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་བཤགས་པ་ཟེར་བའི་གསོལ་ཁ་གཏང་མ་ཨིན་པས།  
དེ་ཡང་ཉེ་མ་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལས་ གཞུང་ལུ་འདེལ་ཤོག་གི་བྱུལ་སྤུལ་དགོ་པའི་སྐབས་ སྤྱངས་གཉེར་ཆེན་  
གྱིས་ ལུང་ལྷུ་བཀྲུག་པ་སྟེ། རོང་དཀར་གནས་ཀྱི་ས་གོ་ནང་ འདེལ་བྱུང་བར་བཏང་ནི་འདི་གིས་ རོང་དཀར་  
ཁོས་ཏེ། སྤྱངས་ཐང་རྫོང་སྟོར་ར་རྒྱབ་ ཆར་རྒྱུང་བྱུགས་སྟེ་འཕྲུལ་མི་འདི། རྫོང་གི་སྟོང་ཁ་ལས་འཇུལ་ས་མཐོང་  
སྟེ། གཉེར་ཆེན་གྱིས་ ད་རེས་རོང་དཀར་ཁོས་པ་འདྲས་ཟེར་མ་ཅིག་མ་གཏོགས་ གཞན་ག་ནི་ཡང་སྐབ་ཆ་མ་  
ཚུད་པ་ལས་ དཔུར་བདའ་ཆི་རུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཚུར་ལོ་ལྷར་ལྷུ་ལྷ་༣ པའི་ཚེས་༡༥ ལུ་ སྤྱངས་ཐང་  
ཁ་རྫོང་ནང་ དག་ལྷ་གསོལ་ནི་འགོ་བཙུགས་མི་དེ་ཡང་ རོང་དཀར་ལུ་བཤགས་བྱང་སྤུལ་བའི་ཚུལ་དང་ བཀྲ་  
ཕྱོགས་བདུད་ལས་རྒྱལ་བའི་དགའ་སྟོན་དང་ སྐྱེ་བོ་ཡོངས་ཀྱི་དག་ལྷ་སྟེ་མགོན་སྐྱབས་ལྷུ་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་  
ཨིན་པས།



ཤེལ་རྩལ་མང་ཤོས་གྱིས་ ས་ཐག་རིང་སར་འགྲོ་ནི་དང་ རོན་དག་གཅད་དགོས་ཡོད་པ་དང་ མདའ་ལྟོང་དགོན་  
པ་ལྟ་ཁང་གི་མགོན་ཁང་ནང་ ལྷན་དར་སྤུལ་སྡེ་ཤོ་ལྷུ་པ་། རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་ཤོ་སྤུལ་ ཤོ་མིག་༡༠ གནང་པ་  
ཅིན་ རོན་དག་མ་གྲུབ་པའི་ཟེར་མ་མེད་པ་ཨིན་པས།

### ངག་རྒྱལ།

གཞི་བདག་ཉལ་ས་ རོང་དཀར་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ མ་དག་པའི་རོན་རི་དང་བྱག་སྡེ་མཇལ་མ་ཨིན་རུང་ སྡེ་ས་  
རིག་པ་བཟང་དྲགས་ཚུ་གིས་ སྤུལ་ལྷུ་སྡེ་མཇལ་ཚུ་གསལ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ཉེ་མ་གཡུས་དེ་ནང་གི་མི་གཅིག་  
རི་ཁང་གྲང་འཚོལ་བར་འགྲོ་མ་དེ་ རྫོང་གཞིས་སྒོམ་ཅིག་གི་སྒོ་ཁང་ལྷ་དར་གུར་ གྲང་བཏགས་བཞག་པ་མཐོང་  
སྟེ་ དེ་འཕྲལ་ལས་ལྷ་བར་སོང་མ་དེ་ རྫོང་གི་བདེ་ཡངས་སྤྱད་ལུ་ འཆམ་དང་ ཞབས་ལྷ་རྒྱབ་ས་ལུ་ ཡུད་པ་  
ཐོངས་ཅིག་སེམས་ཡེངས་སོ་རུང་ ང་གྲང་འཚོལ་བར་ཨིན་ཟེར་ ཁོག་ཉིང་ལྷག་པ་ཅིག་ ཉེ་མ་གི་ས་རྩོམ་རི་བྲག་  
མ་གཏོགས་ རྫོང་གི་ལྷུ་ར་མེད་པ་མ་ཚད་ གཡུས་ཁ་ལུ་ལྷོད་པ་དེ་ ཁོ་རའི་བྱ་ཨ་རྒྱས་ཐལ་ཉེ་ རོ་མ་ཤེས་པ་  
ཡར་སོ་རྒྱག་ཟེར་ཨིན་པས།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་འོག་ལུ་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་༡ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ས་གནས་སྤྱིར་བཟུང་སྤྱོད་ཟེར་  
ས་ལུ་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་གསོལ་ཐབ་ཡོད་རུང་ ལྷུ་ལས་ལམ་སེལ་བའི་སྐབས་མེད་པ་  
བཏང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་མས།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་འོག་ལུ་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་༢ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ས་གནས་རྩོམ་སྤྱི་རི་ལ་ཟེར་ས་  
ལུ་ གནས་བདག་རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་གི་ཕོ་མཚན་ཡོད་མི་འདི་ལས་ ཤེལ་རྩལ་ལུ་ ཨ་ལུ་མ་གསོ་མི་དང་ ཨ་  
ལུ་སྡེ་ཤི་མེད་མི་ཨམ་སྤུ་ཚུ་གིས་ ཨ་ལུ་འདི་དངོས་གྲུབ་ལྷོ་ལོ་ཡོད་པ་སྡེ་བཤད་པ་ཨིན་པས།

ས་གནས་གྱི་གནས་བདག་རོང་དཀར་དང་ རྩོམ་ཁང་མ་ཚུ་གི་གནས་པོ་ཨམ་རྒྱ་གཉེར་མ་གཉིས་ ཨ་རོགས་  
དགའ་རོགས་སྡེ་སྟོན་པའི་སྐབས་ ཤེལ་རྩལ་རོང་རྒྱ་འདི་ རྩོམ་ཁང་མ་ཚུ་འཁྲུག་སྤུལ་ནི་སྡེ་ རྩོམ་ཁང་ལུ་བ་  
སེལ་བའི་བསྐྱང་ ཨམ་རྒྱ་གཉེར་མ་འདི་ རྩོམ་ཁང་ལུ་གནས་བདག་ མཁར་ཆེན་དང་ལེའུ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་  
གནས་པོ་རོང་དཀར་གྱིས་མཁུ་ཉེ་ ཤེལ་རྩལ་རོང་རྒྱ་འདི་ ཉེ་མ་ག་ཨིན་མ་སྡེ་བཞག་དེ་རྒྱ་ཟེར་ཨིན་པས། རྩོམ་  
ཁང་ལུ་མ་ཚུ་ཉོངས་ལུ་ རྩོམ་ཁང་ལུ་བ་བཏོན་པའི་ལྷུ་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་མཐོང་སར་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ཤེལ་རྩལ་རོང་རྒྱ་གི་རྩོམ་ཁང་ གཞི་བདག་རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་ གནས་ཁང་ནང་ལས་བབ་དོ་ཡོད་པ་ལས་ མི་ལོ་༤༤  
དེ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ རོང་རྩོམ་ཁང་དང་གཡོན་དང་ ཞིང་རྒྱ་བཀལ་མི་ཚུ་གིས་ ལྷུ་ལུ་པའི་ཚོས་  
༡༥ ལུ་ བཤགས་པ་གཏང་མ་དེ་ རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་གི་ཤོ་རོང་ཟེར་ གནས་ཁང་ནང་མ་ལྷོད་པ་གཅིག་ཁང་ ཤེལ་

མོང་བཅུགས་ཏེ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་སར་ གསལ་ཁར་གཏོགས་དགོས་ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་༡༩༧༠ ལུ་ མདའ་ལྟོང་  
སྤུལ་སྤྱུ་སྤྱུ་འབྲེང་ལུ་ པ་ རིག་འཛིན་པ་སྤྲོ་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་ དམར་མཚན་ལས་དཀར་མཚན་ལུ་ ཁ་བསྐྱར་གནང་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གཞི་བདག་ཉལ་སའི་མགུ་ལུ་ རོང་ལྷ་དཀར་པོའི་ཆིབས་ཡིན་ཟེར་ རོང་ལྷ་ཉ་ཅོག་འབྲེང་པ་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཚད་  
གནས་གྱི་བྱུག་ནང་ལས་རྒྱ་བབ་མི་འདི་ རོང་དཀར་གྱི་སྤྱོད་མཚའི་རྒྱ་མཚུག་ཡིན་མ་སྤོང་བཤད་པ་མ་ཚད་ མདའ་  
ལྟོང་དགོན་པ། ཤེལ་རྩ་པར་གྱི། དེ་ལས་ཤེལ་རྩ་རོང་རྒྱའི་མཐའམ་བདའ་སྤྱོད་སྤོང་མི་མང་ཤོས་གྱིས་ རོང་ལྷ་  
དཀར་པོ་བསྐྱེན་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ཤེལ་རྩ་རོང་རྒྱའི་རྩ་འདི་ རོང་ལྷ་དཀར་པོ་གི་གནས་ཁང་ནང་ལས་བབ་ནི་འདི་  
གིས་ཡིན་པས།

**གོས་འབྲུལ།**

རོང་ལྷ་དཀར་པོ་གི་གནས་ཁང་གི་ས་ཁོངས་ནང་ ལུང་ཕྱོགས་གཞན་ཁ་ལས་འོང་མི་རྒྱ་གིས་ ལྷན་སྤོང་གི་འདི་  
གིས་ ཤེལ་རྩ་ནང་ སྤོང་ལོགས་ཁའི་གཡུས་ཚན་ནང་ བཀ་མ་ཤིས་པ་འབྲུང་གིའི་ཉེན་ཁ་སྤོང་ཡོད་པ་ལས་  
བཀག་ཆ་གནང་དགོ་པའི་སྤོང་ལས་ གཡུས་སྤོང་ཚོགས་པ་གིས་ མེད་འོག་བདག་སྤོང་ལུ་ལུ་ཕུལ་ཞིན་མ་ལས་  
ནང་སྤོང་དང་སྤོང་འཛིན་ལྷན་ཁག་ལུ་ ལྷན་ལུ་ཕུལ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ དེ་ལས་པར་ དེ་བཟུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་  
བདེམ་མི་འཐོན་ནི་ཡིན་པས། ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཁང་གི་ས་གོ་ནང་ ལྷན་རྒྱུ་ བཅོག་གི་བ་ལུགས་པ་  
ཅིན་ དེ་འབྲོས་ལས་གནས་ངན་ ཆར་པ་རྒྱུ་སྤོང་ ལྷགས་མཚན་སྤོང་དོ་ཡོད་རུང་ དེ་ལས་ནངས་པ་ དེ་སྤོང་  
འབད་ནི་མི་རུག་ཟེར་ཡིན་པས།

---

**རྒྱུ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

རོང་དཀར་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

དཀོན་མཚོག་ཚོ་རིང་།

༡ གྲང་བྲག་པ།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གྲང་བྲག་པ།

གནས་ཁང་།

སྐས་གྲང་བྲག།

གཡུས།

ཤེལ་རྩ་བ།

རྫོང་ཁག།

སྐྱུངས་བྲང་ཁ།

བསྟེན་མི།

ཤེལ་རྩ་སྐྱུང་ཁ་དང་ཐོམ་སྐྱིས་

སྟེག་ཅད་ཁ་དང་སྐས་ཀྱི་མི་སེར་རྩུ་གིས་

བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྫོགས་ལྡན་སྐལ་པ་བར་མའི་དུས་སྐབས་འདིར་ སྐྱབ་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷན་འཕགས་དེ་ རྒྱ་གཞི་མ་རྣམས་  
 རང་བཞིན་འདུ་བའི་གནས་ རང་བཞིན་སྐྱབ་ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་ཞལ་ཡས་འདི་ གནས་ཆེན་དམ་པ་སྐས་ཡུལ་གྲང་  
 བྲག་ཞེས་ རྒྱ་གར་དུར་ཁྲོད་བསེལ་བའི་ཚལ་དང་མཚུངས་ ལྷན་ལྷན་གཅིག་ལྷོངས་གསུམ་གངས་ཆེན་  
 བཞི་ གནས་ཆེན་བརྒྱ་དང་སྟོད་དུ་གཏེར་དུ་སྐས་ རི་འབྲུར་བམས་ཅད་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱིས་བཀའ་ གནས་  
 ཆེན་ལྷན་པར་འཕགས་པའི་བྲག་གི་ནང་ སྐྱབ་པར་བཙོན་པའི་རྣལ་འབྱོར་གང་ཡིན་ཀྱང་ མཚོག་དང་བྲུན་  
 མོང་དངོས་སྐྱབ་རྣམས་གཉིས་འབྱུང་ སྐྱབ་པ་བྱེད་པའི་མི་སྐྱབ་གང་ཡང་མེད་ བམ་ཞིག་འཆི་བའི་དུས་ཉིད་བྱུང་  
 བའི་ཆེ་ གཉུག་མའི་སེམས་དེ་མཁའ་སྟོན་གནས་སུ་འགྲོ་ མ་བསྐྱོམས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་བེ་ཚོམ་མེད་  
 རྒྱལ་རི་ལུ་རྒྱན་པར་ཁྲིའི་བཞུགས་འདྲ་ མདུན་རི་གསེར་གྱི་མཚུལ་སྐྱལ་བ་བཞིན་ གཡས་རི་གཡོན་རི་བརྗེ་ཏེ་  
 གཡལ་བཞུགས་འདྲ་ སྟོན་ཤིང་བམས་ཅད་མཚོད་པའི་ལྷ་མོ་འདྲ་ སྐྱ་དང་སྟེལ་ཡང་རྩལ་སྟོང་པ་དང་ ལྷ་དང་  
 ཕྱིལ་སྟོ་སྐྱད་སྐྱ་ཚོགས་འདོན་ རྣམས་རྒྱལ་ལྷ་ཡི་སྐྱབ་གནས་ལྷན་འཕགས་འདི་ བདེ་ཅན་ཞིང་དང་དངོས་སུ་དཔེ་  
 འདྲ་བའི་ མ་བཞེངས་རང་བྱུང་སྐྱབ་ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་གནས་ རང་བཞིན་སྐྱབ་སྐྱབ་རི་བོ་མཚོག་རབ་འདི་ རྩ་བ་  
 གཙུག་ན་རྒྱལ་པོའི་གནས་སུ་ཡིན་ ཕྱི་མོ་རི་རྒྱལ་དགུང་དུ་བསྟེགས་འདྲའི་ནང་ ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གཙོ་  
 མཛད་པའི་ ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་མན་ན་ཀ་འཁོར་བཅས་ ཉིན་མཚན་མེད་པར་རྩེད་འཛོལ་བྱེད་པའི་སར་ གཟའ་སྐྱར་  
 འགྲུབ་སྟོར་དུས་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས་ ལྷ་དང་ལྷ་རྣམས་གཙུང་ལྷས་བྱེད་པའི་རྩུ་ སྐྱབ་སྐྱུག་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་  
 ལུག་ན་ཡོད་ སྟེད་པ་གཟི་བུ་ལྷ་དུ་ཆགས་པའི་ནང་ ཉིན་མཚན་མེད་པ་དཔའ་བོ་དཔའ་མོའི་ཚོགས་

ཚེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱུན་ཚད་མེད་པར་བསྐྱོར་མཁུ་སྤྱུ་བ་སྤྱུག་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་གཡོན་ཕྱོགས་ནས་འཛི་མེད་ཚོ་ཡི་རྒྱ་  
 རྒྱུན་རྒྱུན་དུ་འབབས་མཁུ་འབྲུང་བ་ཙམ་གྱི་ཚོ་ལོ་བརྒྱ་པ་ཐུབ་མཁུ་དབེན་པ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱུ་བ་གནས་ནང་མཁུ་  
 ཕྱོགས་བརྩའི་བདེ་གཤེགས་རང་བཞིན་འདུ་བའི་གནས་མཁུ་གནས་དེར་ཕྱིན་པ་ཙམ་གྱིས་བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་མཁུ་དབེན་པ་  
 ཙམ་གྱིས་ངན་སོང་སྐྱོ་སྐྱོ་བཅད་མཁུ་མཐོང་ཐོས་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བའི་འཇིགས་ལས་གྲོལ་མཁུ་མཇུག་པ་ཙམ་གྱིས་ཚོ་  
 རབས་སྤིག་སྤིག་དག་མཁུ་བསྐྱེན་སྐྱུ་བ་བྱས་ན་ཡི་དམ་དངོས་མཇུག་མཁུ་ཉམས་ཉོགས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་ཉོགས་པ་  
 རྒྱས་མཁུ་ཟེར་གསལ་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སེང་གོ་དང་སྤང་འབྱིང་འབྱིང་བའི་ཕོ་བྱང་དང་སྐྱ་ཚོགས་འཕྲུལ་གྱི་  
 གཞུལ་མེད་འང་བཟང་སྐྱས་ཡུལ་སྤང་བྲག་རིན་ཚེན་གཏེར་གྱི་བདག་པོ་ལྷ་ཚོད་སྤང་བྲག་པ་གསང་བའི་ཡུམ་  
 ཡིད་འཇིན་དགའ་མ་དང་འཁོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུབ་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྒྱུལ་བའི་བཟླ་ན་པ་སྤྱང་མི་ཨོ་རྒྱུན་པ་སྤྱི་བཀའ་གཉེན་ལྷ་ཚོད་ཚེན་པོ་སྤང་བྲག་པ་སྐྱ་མདོག་དམར་ནག་  
 འཇིགས་པའི་གཟུགས་ཅན་སྐྱ་ལུ་དར་གོས་སྐྱ་ཚོགས་དང་རིན་ཚེན་ལོ་རྒྱུ་གིས་བརྒྱན། ཕྱག་གཡལ་ལུ་རུ་  
 མཚོན་དགུ་ལྷ་གུར་སྤྱུག་སག་ས་སྤྱེ་བསྐྱམས། ཕྱག་གཡོན་ལུ་བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིད་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་  
 བུ་བསྐྱམས་ཏེ་དབྱུལ་བའི་གཏུང་བ་སེལ་གནང་། ལྷ་རྩལ་གྱི་དར་གོས་དམར་གདན་དམར་ཤོ་དང་རིན་ཚེན་  
 ལོ་རྒྱུ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པའི་ལྷུང་མཚོགས་རྩལ་ལྡན་སྤང་དམར་པོ་གུར་ཚིབས་ཏེ་རྐྱང་ཅིག་  
 ཡུང་ཙམ་ཅིག་ལུ་སྤོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བསྐྱོར་ཏེ་ཚོས་མཇུག་ཡོངས་ཀྱི་དགུ་ལྷ་མཇུག་མི་ཅིག་ཨིན་པས།



གསང་བའི་ཡུམ་ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་ལྷན་སྦྲུང་མོ་ བརྒྱན་གཉིས་བཅུ་དྲུག་གི་ན་ཚོད་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་མདོག་དཀར་  
པོ་ལྷ་བའི་མདོག་ཅན་ ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་ལུ་བདུད་ཚིའི་བྱམ་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ འདོད་པའི་རེ་  
བ་སྐོང་། ཚོས་མཚན་ཡོངས་དང་ སྦྱིན་བདག་གི་བཙེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་བསྐྱབ་གནང་མ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱན་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སྐྱང་བྲག་གནས་ཀྱི་སྐྱབ་ཕྱག་ནང་ ཞག་བདུན་ཉིད་རེ་འཛིན་ལུ་བཞུགས་པའི་ཆེ་  
ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ལྷ་བཙེལ་སྐྱང་བྲག་པ་གིས་ སྐྱང་དམར་ནག་ཅིག་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་ སྲིད་གསུམ་སྐྱུར་བར་  
མཚོགས་པའི་འུགས་ལྷན་ རྩུ་འཕུལ་གྱིས་ལྷས་དང་ཚོ་འཕུལ་སྐྱ་ཚོགས་བཏོན་ཏེ་འབད་རུང་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་  
གིས་ བད་འབྱུང་རྩོམ་གྱུར་ལྷན་གྱི་སྐྱུར་བཞེངས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་རལ་གྱི་གིས་ ག་པོག་སྐྱག་པ་ད་ སྐྱང་དེ་གན་  
རྒྱལ་ནམ་ནངས་ ག་ཕུབ་ནམ་སྲོད་བཟུམ་སྟེ་ ས་ཁར་བརྒྱལ་ཏེ་བྲན་མེད་འགྲོ་སག་ས་གྱུར་ལྷོད་པ་ད་ བྱེལ་སྐྱད་  
ཤོར་ཏེ་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ སྟོབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ མ་འོངས་པ་ལུ་སྐྱབ་པར་བཞུགས་མི་རྒྱ་ལུ་  
བྱུན་མོང་གི་དངོས་སུ་བ་གནང་ནིའི་ཁས་བླངས་ཕུལ་ཕྱི་ད་ ཨོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་བྱུགས་མཉེས་ཏེ་ དབང་བསྐྱར་  
བྱིན་གྱིས་བཟུངས་གནང་སྟེ་ མཚན་ཡང་དགེ་སྟེན་སྐྱང་བྲག་པ་ཟེར་གསོལ། སྐྱང་བྲག་པའི་གསོལ་ཁ་ཅིག་ དེ་  
འཕུལ་ལས་མཚན་དེ་ ཇི་སྲིད་བསྐྱལ་པ་མ་ལུ་བྱི་བར་ན་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྐྱུང་དགེ་ཟེར་གསུངས་ཏེ་  
དམ་འོག་ལུ་བརྩུགས་གནང་ཡོད་པ་ད་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་མཚན་ རལ་གྱི་དང་སྐྱང་དམར་ནག་འདི་ རྩོ་  
ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་ ད་སྟོའི་བར་ན་ཡང་ སྐྱང་བྲག་གནས་ཀྱི་ བྱང་ཤར་མཚམས་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

ཤེལ་རྩ་སྐྱང་ཁ་དང་ཐོམ་སྦྱིས་ སྟེག་ཅད་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུལ་པ་༥༠ དེ་ཅིག་གིས་ དཀོན་མཚོག་མཚན་པ་  
ཟེར་ ལོ་འཁོར་གཅིག་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཚར་གཉིས་སུལ་སོལ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ནས་བབ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་  
ནང་ལུ་ ལྷམ་༡ པའི་ཆེས་༡༤ དང་ ལྷམ་༡ པའི་ཆེས་༡༤ ལུ་ མ་ཁི་ཞག་གསུམ་གྲོལ་བའི་ཆེ་ མགོན་  
པོ་ཨ་གྲོ་ར་དང་ སྐྱང་བྲག་པ་སྐྱུ་རྒྱང་གཏང་པའི་སྐབས་ བྱུལ་པ་ག་ར་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་སྟོན་དར་སུལ་ཏེ་  
དེ་ལྟར་མཚན་པའི་མཐུ་སྟོབས་གྱིས། །འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་། །མཐུན་རྒྱུན་འདོད་པའི་དོན་མ་  
ལུས། །ལྷུང་དུ་འགྲུབ་པའི་སྟོང་གོགས་མཚན། །ཟེར་སྟོན་བཏབ་སྟེ་དཀོན་མཚོག་མཚན་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་  
པས།

ཀྱུ་བ་རྟེན་ཡིག་ཆ།  
སྐད་བྲག་པའི་གསོལ་ལ།  
འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།  
སྐམ་ཀུན་བཟང་།

༣ རྗོ་རི་བཙམ་།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྗོ་རི་བཙམ།

ལྷ་ཁང་།

ནས་འབབ་དགོན་པ།

གཡུས།

ཤེལ་ར་ན།

བསྟེན་མི།

ཤེལ་ར་ན་དང་སློ་ལོགས་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་པོ་གི་སྐྱུན་འདྲེན་ནང་ལས་ གྱི། རང་བཞིན་རྣམ་དག་བདེ་ཆེན་རང་ཉིད་ལས། །སྤྲ་ཚོགས་འདོད་དགུར་  
སྐྱུར་བའི་སློབས་པོ་ཆེ། །མཐུ་ལྷན་དག་ལྷ་ཆེན་པོའི་གནས་མཚོག་གནས། །དང་གཏུང་གུས་པའི་ཡིད་གྱིས་སྐྱུན་  
འདྲེན་ན། །མི་ཟད་རྩལ་ལྷན་འཁོར་ཚོགས་དཔག་མེད་པ། །ཡང་སྐྱུལ་སྟེ་དང་དཔུང་དང་བཅས་པ་རྣམས། །སྟོང་  
གསུམ་འཇོམ་གྲིང་གང་ན་བཞུགས་ལགས་ཀྱང་། །རླུང་ཏྲ་སྐྱུར་བའི་འུགས་གྱིས་འདིར་བྱོན་ཅིག །ཟེར་གསལ་  
དོ་བཟུམ་ རང་བཞིན་རྣམ་དག་སྟོང་པའི་ནམ་མཁའ་ལུ་ །སྤྲ་ཚོགས་འདོད་དགུར་སྐྱུར་བའི་ །སུམ་ཅེན་ལྟའི་  
གཞལ་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་དང་མཐུན་པའི་པོ་བྲང་ནང་ །མཐུ་ལྷན་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་རྗོ་རི་བཙམ་ །འཁོར་ལྷ་  
སྲིན་གཏུག་པ་ཅན་རྩ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་གྱི་ཡུལ་ལྷ་རྗོ་རི་བཙམ་ དམར་སེར་བྱུ་རུའི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལུ་ །ཉི་མ་འབུམ་གྱི་འོད་ཟེར་པོག་དོ་བཟུམ་  
སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་གུར་ དཔའ་པོ་དམག་ལུ་འབྱོན་དོ་བཟུམ་སྟེ་ དག་ཆས་ཆ་ཚང་བཞེས། ཕྱག་གཡས་ལུ་  
བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པའི་ནོར་བུ་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བཀྲ་ཤིས་ཆེ་བུམ་བསྐྱུམས་ཏེ་ །འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་  
དངོས་གྲུབ་གནད། དབུ་ལུ་ནོར་བུའི་ཏྲོག་དང་ དར་དམར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་གསོལ། རླུང་བ་མགྲོགས་པའི་ཏྲ་  
དམར་ལུ་ །རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་སྤབ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་གུར་ཆིབས་ཞིན་མ་ལས་ །སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
ཡུད་པ་ཐེངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱོར། །འཁོར་སྐྱུ་བདུད་སྐྱུ་ལོ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



### དམ་བཞག།

སྒོན་ཕྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྩུ་གིས་ དམ་ཚོག་དོ་རྩེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྲུང་། སེམས་ཅན་ལུ་མགོན་སྐྱབས་མཛད་དགོས་སྟེ་ དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་གནང་མ་ཚད་རྒྱལ་དབང་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ བཀའ་དང་དམ་ཚོག་སེམས་ཁར་བྲན་ཏེ་ བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ཞབས་ཏེ་གུ་ ལུ་ བསྟན་པའི་སྤྱི་བདག་ཚུ་དང་ དུལ་ཕྱོགས་འདི་ལུ་གནས་པའི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ ཡན་པ་དང་བདེ་བ་བསྐྱབ། གཞོན་པ་དང་འཚོ་བ་བཀྲ་མི་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་བཅས་ཅད་སྤྲུང་། ཚོས་དང་མཐུན་རྐྱེན་དཀའ་ཚོགས་མེད་པར་གནང་དགོས་སྟེ་ཨིན་པས།

### གསོལ་མཚོད།

ཤེལ་རྩ་སྐྱང་ལ། ཐོམ་སྦྱིས། སྟེག་ཅད་ལ། སྤྲུལ། བྱ་རོག་སྐྱང་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུང་པ་༥༠ དེ་ཅིག་གིས་ དགོན་མཚོག་མཚོད་པ་ཟེར་ ལོ་འཁོར་གཅིག་ལུ་ གསོལ་ལ་ཚར་གཉིས་སུལ་སྟོལ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཅས་བབ་ དགོན་པ་ལྟ་ཁང་ནང་ལུ་ ལྷམ་༡ པའི་ཚེས་༡༤ དང་ ལྷམ་༡པའི་ཚེས་༡༤ ལུ་ མ་ཁི་ཞག་གསུམ་གྲོལ་ པའི་ཚེ་ མགོན་པོ་ཨ་གྲོ་ར་དང་ རོ་རི་བཙན་སྐྱུ་རྒྱུང་གཏང་པའི་སྐབས་ བྱུང་པ་ག་ར་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་ སྤྲུང་ཁ་དང་སྟན་དར་སྤུལ་ཏེ་ དགོན་མཚོག་མཚོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རོ་རི་བཙན་གྱི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བྲམ་ཀུན་བཟང་།

༤ ལྷ་བཙན་དག་བསྟེན་མཚོག་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་བཙན་དག་བསྟེན་མཚོག་དར་རྒྱས།

ལྷ་ཁང་།

ནེ་བབ་དགོན་པ།

གཡུས།

སྐང་ཁ།

བསྟེན་མི།

སྐང་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

ཡུལ་བཙན་འདི་གཡུས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་མི་ཚོར་བས་གསུམ་

ལུ་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྱུང་མི་བརྒྱུ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐབས་ལྷ་མིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུན་ཚོགས་དག་ལེགས་སྟོང་གིས་གང་བའི་ས་གཞི་ནང་ཚོས་ཁ་ལེགས་པའི་མེ་ཏོག་སྤྱིར་སྐྱོན་ཚོགས་དང་  
སྤྱོན་ཤིང་སྐྱོན་ཚོགས་འབྲེང་བ་འཁྲིགས་པའི་སྤྱི་ཚལ་སུམ་ཅེན་ལྷ་ཡི་གོང་ཁྱེར་གྱི་བོད་པ་བརྒྱུམ་རང་  
སྤང་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྱང་ནང་གཞུང་ཡུལ་ཡས་ཁང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིའི་གཞིའི་  
བདག་པོ་ལྷ་བཙན་དག་བསྟེན་མཚོག་དར་རྒྱས་བཞིན་འཇུག་མཚར་བའི་མདངས་དང་ལྷ་མ་སྟེ་  
བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།

ངོ་བོ་བསྐྱེད་བའི་གི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་རུང་རྣམ་པ་ཁོ་བོའི་སྐྱེར་བཞེངས་ཏེ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་ཕྱིན་ལས་དང་  
སྤོངས་གོགས་མཚན་མི་ལྷ་བཙན་མཚོག་དར་རྒྱས་འདི་སྐྱེ་མཛོག་བསྐྱེད་རྒྱ་གཞི་ལྷན་པོ་བཟེར་མེ་ཏོག་བསྐྱེད་  
དམར་པོ་གི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལུ་ཉིམ་སྟོང་གི་འོད་ཟེར་ཕོག་པ་བརྒྱུམ་སྟེ་མདངས་བཟག་ཆེ་བྲགས། ཚོས་  
མཚན་ཡོངས་ཀྱི་དབང་ལྷ་སྟེ་སྤྱུགས་འཆང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྐྱེར་བཞེངས། བསྟེན་པ་བཞིག་པའི་དབང་པོ་ཚུ་  
བསྐྱེད་བའི་ཆེ་གཞུག་གྱིས་སྤྱུགས་འཁོལ་མ་ཚུགས་པའི་བརྒྱུད་ལུ་སྤྱུལ། སྤྱིན་བདག་གི་རེ་བ་བསྐྱེད་པ་ད་  
སྤྱིན་བརྒྱུན་ཡིད་འོང་ལྷ་མོ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་གོགས་གསང་བའི་ཡུམ་སྟེ་བསྟེན་ཞིན་མ་ལས་ཚོས་མཚན་ཡོངས་  
ཀྱི་ཕྱིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་མཚན་གནང་མ་ཡིན་པས།



ཕྱག་གཡམས་ལུ་ ཏྲ་གདོང་མེ་ལྷེ་ཡང་ ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཚུགས་མི་མདུང་དར་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ ཅི་འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་གྱི་ཆར་ཕབ་སྟེ་ དབུལ་  
 ཕོངས་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་གནང་། དེན་ཆེན་གསེར་གཡུ་སྐྱ་སྐབ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཏྲ་དཀར་པོ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་  
 སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་སྐྱད་གཅིག་ཡུད་ཅམ་ཅིག་ལུ་བསྐྱོར། གཡོན་རྟོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་སྐྱེན་བཙུན་  
 ཡིད་འོང་ལྷ་མོ། སྐྱེ་མདོག་དཀར་མོ་ ཞལ་འཇུག་མཛེས་པའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། དབུ་ལུ་མེ་ཏྲོག་གི་ཐོད་  
 དང་ལྷ་རྩམ་གྱི་ན་བཟའ་བཞེས། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ཚེ་མདའ་དང་། གཡོན་ལུ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བསྐྱམས་སྟེ་  
 ལྷ་ལྷུ་བདུད་བཙན་འབྱུང་ཕྱག་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དགོ་བསྟེན་མཚོག་དར་རྒྱས་ འཁོར་བདུད་རིགས་དང་ སྐྱེན་མོ་དངོས་བཟང་མ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གིས་  
 ཨོ་རྒྱན་པ་ལྷ་འབྱུང་གནས་དང་ མཐུ་ཆེན་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་  
 སྦྱིར་འཛིག་རྟེན་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བཀའ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་གྱི་སྐྱེད་བ་ ཕྱོགས་མཐར་འཕེལ་ཞིང་  
 རྒྱས་པ་དང་། ལྷག་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ཚུ་ མི་མཐུན་པའི་གཞོད་འཚེ་སྲུང་ཞིང་

སྐྱོབ། ཚོས་ལྷན་མིའི་བསམ་པ་ ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་དང་ སྟོངས་གོགས་མཛད་དགོཔ་སླེ་ཨིན་  
པས།

### གསོལ་མཚན།

ཤེལ་ར་སྐྱང་ཁ་དང་ཐོམ་སྦྱིས་ སྲེག་ཅད་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱལ་པ་༥༠ དེ་ཅིག་གིས་ དཀོན་མཚོག་མཚོད་པ་  
ཟེར་ ལོ་འཁོར་གཅིག་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཚར་གཉིས་སྟུལ་སྟོལ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཉས་བབ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་ནང་  
ལུ་ ལྷམ་། པའི་ཚོས་།༤ དང་ ལྷམ་། པའི་ཚོས་།༤ ལུ་ མ་ཁི་ཞག་གསུམ་གྲོལ་བའི་ཚེ་ མགོན་པོ་ཨ་  
སྟོར་དང་ དགོ་བསྟེན་མཚོག་དར་རྒྱས་གྱི་ སྐྱ་རྒྱང་གཏང་པའི་སྐབས་ བྱལ་པ་ག་ར་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་  
སྟེན་དར་སྟུལ་ཉེ་ དེ་ལྟར་མཚོད་པའི་མཐུ་སྟོབས་གྱིས། །འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་། །མཐུན་རྒྱུན་  
འདོད་པའི་དོན་མ་ལུས། །ལྷུར་དུ་འགྲུབ་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛོད། །ཟེར་སྟོན་བཏབ་སྟེ་ དཀོན་མཚོག་  
མཚོད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མཚོག་དར་རྒྱས་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།

ལྷམ་ཀུན་བཟང་།

༥ ཚེ་བརྟན་སྐང་བཙམ་།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

ཚེ་བརྟན་སྐང་བཙམ།

མདའ་ལྲོང་དགོན་པ།

མདའ་ལྲོང་དགོན་པའི་མི་སེང།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་སྐྱེད་ནི་དང་ སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྦྱིད་སྟེལ་ནི།

གནད་དོན་རྒྱལ་པ།

གནས་ཁང་།

མདའ་ལྲོང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་ ཅུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༠ དེ་ཅིག་ ཀངས་སྟོང་སྟེ་འགྲོམ་ད་  
བྱང་ཚུབ་ལྡོན་པའི་ཤིང་ཚང་གི་སྐྱུག་ལུ་ སྐྱུམ་ཤིང་སྟོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ དགོན་པའི་གཞི་བདག་ཚེ་བརྟན་  
སྐང་བཙམ་གྱི་ གནས་ཤིང་ཨིན་མ་ལས་ ས་གོ་འདི་ནང་ ཤིང་གཅད་ནི་དང་ བཙོག་གི་བ་ལྷགས་ནི་ཚུ་  
འཛེམས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་ཚེ་བརྟན་སྐང་བཙམ་འདི་ སྐྱེ་མདོག་སྐྱུག་ནག་ དགེས་འཇུག་ལྷོ་ཚུལ་ཆགས་པའི་  
ཉམས་དང་ལྡན་པ། ཕྱག་གཡམས་དག་སྟོག་གཅོད་པའི་མཚོན་ཆ་དང་ གཡོན་དམ་ཉམས་དག་བགོགས་  
བཅིང་ནིའི་ཞགས་པ་བསྐྱེས། རྒྱ་འཕུལ་སྟོབས་ལྡན་རྟ་གུར་ཆིབས་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་བཞིག། སྐྱེ་  
འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་ དག་བགོགས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟུག། ཞི་རྒྱལ་དབང་  
དྲག་གི་སྐོ་ལས་ སྐྱུལ་པ་སྐྱེ་ཚོགས་སྟོན་ཏེ་ གནས་ཁང་དང་ འཁོར་གྲངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་སྟེ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་  
གཏེར་ཁང་དང་དགོན་གནས་སྐྱེད་ནི་ལུ་ མཐུ་ཚུལ་ཆེ་དྲགས་དང་ ལུས་སྟོབས་གཞན་བ་ལྷགས་སྟེ་མཛད་  
ཚུགས་པ་ཨིན་པས།

གསང་བའི་ཡུམ་སྐྱེན་མོའི་ཚུལ་སྟེ་ ཞལ་མེ་ཏོག་བརྒྱ་བརྩམ་གུར་ སྐྱུན་གཉིས་མེ་ཏོག་ལྷུན་གྱི་འདབ་མ་  
བརྩམ་སྟེ་ཟིམ་འཕྲོས་འཕྲོས་སྟེ་ཡོད་པ་ད་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་མདའ་དར་མེ་ལོང་དང་ གཡོན་ལུ་བདུད་ཚིའི་བུམ་  
པ་བསྐྱེས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱལ་པ་རྒྱ་འབྲུང་གནས། ཡོངས་འཛིན་དག་དབང་གྲགས་པ། ཐུགས་སྦྲུལ་མཚོག་གྲུབ་དཔལ་འབར། རིག་  
འཛིན་ཨོ་རྒྱལ་ཕུན་ཚོགས། དག་དབང་ཚོས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཚུ་ སླ་མ་གོང་མའི་བཀའ་དང་ དམ་ཚིག་རྗེས་སུ་  
དགོངས་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ འཛིན་སྲོང་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་དང་ ལྷག་པར་དགོན་སྡེ་  
འདིའི་ཚོས་དང་ བདག་འཛིན་འཐབ་མི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྲོད། ད་རུང་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་ བཟའ་ཚང་ཚུ་  
གི་རྒྱུན་ལྷན་བར་ཆད་སེལ། བདེ་སྦྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ བསམ་པ་ཚོས་བཞེན་སྦྱུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་  
མཛད་དགོས་སྤེལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

རྒྱ་འབྲུལ་སྟོབས་ལྡན་ཁྱེད་རྣམས་ལ། །མཚོད་ཅིང་བསྟོད་པས་དགེས་ནས་ཀྱང། །སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་འཁོར་  
བཅས་ཀྱིས། །དོན་རྣམས་ལྷུང་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསོལ་ཁའི་བསྟོད་པ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བརྩམ་  
ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་དང་ དགོན་པའི་སྲུང་མ་ཚེ་བརྟན་སྐང་བཙན་ལུ་ དུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་ཁ་མ་ཆད་པར་  
སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ཚེ་བརྟན་སྐང་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

དགོན་མཚོག་ཚེ་རིང་།

རྟོག་མེད་ལོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྟ་ལང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

ཅ་ཅན།

རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ།

རྟོག་གསང་སྐྱེས་ཆོས་སྲིད་གཙུག་ལག་ལང་།

རྟོག་།

རྟོག་གི་མི་མེད་དང་རྒྱལ་ལབ་གི་ཤར་རུབ་སྟེ་བཞིའི་མི་མེད།

མཐུ་ཅལ་ཆེ་བྲགས་དང་འཕྲིན་ལས་སྦྱར་བ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ལང་།

ཆོས་སྦྱང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་འདི་ བཀའ་གཉན་བྲགས་ཡིན་མ་ལས་ བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་  
 གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ལང་ལུ་ རྒྱུད་ལུང་མན་དག་དང་མཐུན་པའི་སྐྱེ་རྟེན་དང་ རྒྱ་གསེར་དངུལ་ལས་གྲུབ་  
 པའི་ མཚོན་ཆས་གཞི་བཅུགས་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ལང་ནང་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྦྱིར་བཏང་  
 འབྲུག་གི་དགོན་སྟེ་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ལུ་ རྒྱལ་པོ་གི་རྟེན་འཇུགས་དང་ ཀ་ལབ་རྩ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གསོལ་  
 མཚོན་ཡང་ཕྲལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ གཙོ་བོ་རྟོག་རྒྱལ་པོ་འདི་གི་སྦྱུལ་པ་ར་ཡིན་པས། འདི་གི་ཁྱད་ས་  
 ཡང་ ཞབས་དྲུང་ཐུགས་སྦྱུལ་གསུམ་པ་ དག་དབང་འཇིགས་མེད་གྲགས་པ་མཚོག་ བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་  
 ལུ་གནས་གཟིགས་ལུ་བྱོན་ཏེ་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ལང་ལུ་ཕེབས་ད་  
 སྐྱེ་གོང་མའི་སྐབས་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་ རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ སྐྱེ་རྟེན་  
 དང་བཅས་གདན་བྲངས་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་རྒྱལ་པོའི་རྟེན་མདོས་དང་ རྟེན་རྫས་གྱི་རིགས་རྩ་མ་ཚད་བ་མེད་  
 པར་ རྒྱུད་ལུང་དང་མཐུན་པ་སྟེ་གཞི་བཅུགས་མཚད་དེ་ རྟོག་གསང་སྐྱེས་ཆོས་སྲིད་གི་སྦྱང་མ་སྟེ་  
 བཞུགས་སུ་གསོལ། རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་གིས་ཡང་ བཅོལ་བའི་ཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐབ་ལས་  
 རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་ཚར་ཡང་འཕྲལ་འཕྲལ་ར་གནད་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རྗེ་བཅུན་མཚོག་གིས་ཀུན་བཟང་མཚོན་  
 སྦྱིན་ཆེ། ཆོས་སྦྱང་རྒྱལ་པོ་མཉེས་པའི་དགའ་སྟོན་བསྐྱབ། །དེས་ཀྱང་ཅི་བཅོལ་བཀའ་དང་ཐོད་ཏུ་  
 བཅིངས། །དམ་པའི་དགོངས་བཞེད་རྫོགས་པའི་དབྱེས་པ་བསྐྱེད། །དག་གི་མཐུ་སྟོབས་རུས་པ་སྟོབས་ལྡན་  
 གྱིས། །བྲགས་པའི་ལྟ་ཡང་བར་རུ་བཀོལ་ཏེ་ཞེས། །དམ་པ་ཉིད་ལ་བསྟོན་བཀྱུར་སུ་མི་བཞིད། །སྦྱེ་བར་



གོམས་པའི་ཉིང་འཛིན་མཐུ་ལགས་སོ། །ཟེར་གསུངས་མི་དང་མཐུན་མ་སྟེ་ ཞབས་བྱུང་འཛིགས་མེད་གྲགས་  
པ་མཚོག་ སར་རྩུར་ཕྱོན་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་གིས་ ཕྱག་གཡོག་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་ མི་དང་མིའི་  
བར་ན་ཁ་སྐྱབ་དེ་བཟུམ་སྟེ་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**ཆོས་སྐྱོང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྟའི་སྐྱུར་སྐྱུལ་རྩུལ།**

ཆོས་སྐྱོང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་འདི་ གདོད་མའི་སངས་རྒྱུས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཟེར་མི་ ཡེ་ཤེས་དང་  
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཡོན་ཏེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་བོ། རང་མདངས་འགག་པ་མེད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱུར་ རྒྱལ་  
བ་རིགས་ལྟའི་སྐྱུར་སྐྱུལ་ཏེ་ཕྱོན་མི་དེ་ཡང་ གདུལ་བྱ་བདུལ་ཤ་ལཱ་ཁག་ཡོད་མི་ཚུ་ དྲག་པོའི་སྐྱོ་ལས་བདུལ་  
ཅིའི་དོན་ལུ་ ཞེ་སྤང་རྣམ་པར་དག་པ་ ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ རོ་བོ་རྣམ་པར་སྤྱང་མཛད་ཀྱི་རྣམ་སྐྱུལ་  
དབུས་ཕྱོགས་རྒྱགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། གདོད་སྐྱུར་རྣམ་པར་དག་པ་ མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་  
གྱི་སྐྱུལ་པ་ བར་ཕྱོགས་སྐྱའི་རྒྱལ་པོ། རྒྱལ་རྣམ་པར་དག་པ་ མཉམ་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ རིན་ཆེན་  
འབྱུང་ལྡན་གྱི་སྐྱུལ་པ་ ལྷོ་ཕྱོགས་ཡོན་ཏེན་རྒྱལ་པོ། འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་ སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ སྤང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་སྐྱུལ་པ་ རུབ་ཕྱོགས་གསུང་གི་རྒྱལ་པོ། སྐྱུར་དོག་རྣམ་པར་དག་པ་ རྒྱ་  
བ་རྒྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ དོན་ཡོད་རྒྱབ་པའི་རྣམ་སྐྱུལ་ བྱང་ཕྱོགས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཟེར་ རྒྱལ་བ་  
རིགས་ལྟའི་སྐྱུར་སྐྱུལ་ཏེ་ཕྱོན་མ་དེ་སྟེ་བརྩིས་ཨིན་པས།

**རྒྱལ་ཆེན་སྐྱུ་ལྟའི་རྣམ་པར་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚོན།**

དེ་ལས་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་ལྟེ་ཟེར་ལྷ་སྟོན་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ དབུས་ཕྱོགས་རྒྱགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་མདོག་མཐིང་ནག་  
ཞལ་ཁོ་བོ་མཆེ་བ་གཅིགས་པ། ཕྱག་གཡོག་ལུ་བདུད་ཞགས་དང་ གཡོན་ལུ་སྐྱུ་གི་བསྐྱམས་ཏེ་ སྤང་མ་ཆེ་  
ལྷར་གྱི་སྤྲོ་སྟེ་ཆིབས། དེ་གི་གཡོག་གཡོན་ལུ་ལུ་མ་ཤུ་རྩེ་རོ་ཟུ་མ་ སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་དར་གོས་དང་ རིན་པོ་  
ཆའི་རྒྱལ་ཆ་སྐྱོ་གས་བཞེས། ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་རལ་གྱི་འཕྱར་ཞིང་ བེའུ་ལེ་དཀྱར་བརྟེན་པ་དང་ཕེ་བ། ལྷོན་  
ཆེན་སྟོན་བདག་ཡང་ལེ་ གཞན་ཡང་གིང་གི་འཁོར་བྱངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།



དབུས་ཕྱོགས་ཐུགས་གྱི་རྒྱལ་པོ།

དང་པ། འཕེ་ཕྱོགས་སྐྱེ་རྒྱལ་པོ་ མོན་བུ་བུ་ཅ་ སྐྱེ་མདོག་མཐིང་ནག། ཕྱག་གཡས་ལུ་དོ་རྗེ་དང་ གཡོན་ ལུ་གསེག་འང་བསྐྱམས་ཏེ་ མང་ཆེན་དཀར་མོ་ལུ་ཆིབས། ཡུམ་བདུད་མོ་རོ་ལང་དཀར་མོ་དང་ སློན་པོ་བྱ་ བྱིད་མིག་གཅིག་འཁོར་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གཉིས་པ། ལྷོ་ཕྱོགས་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་པོ་ གནོད་སྐྱིན་ཤིང་བྱ་ཅན་སྐྱེ་མདོག་གཞག་པོ། སྐྱེ་ལུ་ན་བཟའ་སྐྱུལ་ ཐུགས་དང་ སྐྱག་ཐུགས་བཞེས། ཕྱག་གཡས་ལུ་དག་སྐྱེ་དང་ གཡོན་ལུ་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཏྲ་ནག་ རྟིང་དཀར་ལུ་ཆིབས། ཡུམ་གསེར་གྱི་སྐྱ་གྱི་དང་སློན་པོ་བྱ་ཚོད་ཐང་ནག་ཚུ་གིས་བསྐྱོར།

གསུམ་པ། ལུ་བུ་ཕྱོགས་གསུང་གི་རྒྱལ་པོ་དག་ལྷ་སྐྱེས་གཅིག་དམར་པོ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ སྐྱ་གི་འཁར་མ་དང་ གཡོན་ལུ་བེང་ཆེན་བསྐྱམས་ཏེ་ དེལ་ནག་རྐང་དཀར་ལ་ཆིབས། བཙུན་མོ་མཛེས་བྱེད་པ་སྐྱེ་དམར་མོ་དང་ སློན་པོ་དོ་རྗེ་གཞགས་ལུ་ཚུ་གིས་བསྐྱོར།

བཞི་པ། བྱང་ཕྱོགས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་པེ་ཉར་ དཀར་ནག་དམར་བའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ སྐུ་ལུ་  
 དར་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་དང་ སྟག་ཕྱགས་ཀྱི་ཤམ་ཐབ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་པ་གསུམ་ལུ་ དབྱ་སྟེ། མདའ་  
 རལ་གྱི་བསྐྱམས། ཕྱག་གཡོན་མ་གསུམ་ལུ་ སྐུ་གྱི། གཞུ། འཁར་ཕ་བསྐྱམས་ཏེ་སེང་གོ་དཀར་མོ་ལ་ཆིབས།  
 ཡུམ་བདུད་གཟའ་སློན་དཀར་དང་ སྟོན་པོའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར། གཞན་ཡང་སྐུའི་སྐུལ་པ་ལྟ། གསང་བའི་  
 ཡུམ་ལྟ། བཀའི་སྟོན་པོ་ལྟ། རུ་འབྲེན་སྟེ་བཞི། ལྷ་མ་སློན་སྟེ་བརྒྱུད་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་  
 ཡིན་པས།



བྱང་ཕྱོགས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་པེ་ཉར།

ཡུམ་ལྟ་ནི། སྐུ་བདུད་མོ་རོ་ལངས། གསུང་མངོས་བྱེད་པ་རྩ་སྐྱེས། ཐུགས་ཤམ་ཉིང་རོ་ཟམ། ཡོན་ཏན་གསེར་  
 གྱི་སྐུ་གྱི་མ། འཕྲིན་ལས་བདུད་བཟའ་སློན་དཀར།  
 སྟོན་པོ་ལྟ་ནི། སྐུ་བྱ་ཁྲིད་མིག་གཅིག་ གསུང་དོ་རྩེ་གཤགས་ལྟམ། ཐུགས་དཀར་ཡི་བྱ་ར་བ། ཡོན་ཏན་བྱ་རྩོད་  
 ཐང་ནག། འཕྲིན་ལས་སུ་ཏ་ནག་པོ་རྩེ་ཡིན་པས།  
 གཡས་ལུ་དམག་དཔོན་གཙོ་བོ་རྩེ་མ་ར་ སྐུ་མདོག་དམར་པོ་ སྐུ་ལུ་གོ་ལྷབ་དང་ལྷགས་ཚོག་བཞེས། ཕྱག་  
 ལུ་མདུང་དམར་དང་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ རྩ་རྩོད་བྱ་བོ་གཡུ་སྟོན་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཡོན་ལ་

ཐུག་རྟོག་ལེགས་སྐྱེ་མདོག་ནག་པོ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྲིད་ལུ་ གཞོན་པའི་དག་བགའ་ཚུ་  
མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟུག་ནིའི་དོན་ལུ་ རུག་གཡས་ལུ་གནས་ལྷགས་ཀྱི་ཐོམ་དང་ གཡོན་ལུ་སྦྲད་པ་  
བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གཡས་ཀྱི་རུ་འབྲེན་སྐྱེས་པ་སྟག་ཆས་ཅན་བརྒྱ། གཡོན་ཀྱི་རུ་འབྲེན་དག་སྦོང་བརྒྱ། སྦྲད་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་  
སྟགས་པ་ནག་པོ་བརྒྱ། མདུན་ཀྱི་ཤུལ་འབྲེན་པ་བྱུང་མེད་ནག་མོ་བརྒྱ། གར་མཁན་སྦྱོ་བསངས་འབག་ལ་ཚུ་  
སྐྱེས་བུ་གིང་གི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱལ་པོའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས།**

ཚོས་སྦྱུབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ འདོད་པའི་དོན་དང་འཕྲིན་ལས་ལྷུར་བ་ གཞན་དང་ཕྱད་ནི་  
བཀའ་གཉམ་དགས་དང་མཐུ་ཅལ་ཆེ་དགས་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཚོས་སྦྱོང་རྒྱལ་པོ་ཟེར་ཞུམ་ཨིན་མ་མ་ཆད་  
བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་རྣམ་སྦྱུལ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཚོས་སྦྱོང་རྒྱལ་ཚེབ་ཀུན་ཏུ་  
བཟང་པོ་ཟེར་ཞུ་མི་འདི་ ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ གནས་ཀྱི་ཡ་སྟེང་ལྷའི་ཕོ་བྲང་པརླ་ཤེལ་གྱི་ལྷིང་ཁང་ནང་ ཡབ་  
ལུ་མེད་པ་དང་ ཡུམ་ལྷན་གཟའ་འོད་དཀར་མོ་ལས་ གཡུའི་སྦོང་རྟོག་ཉོན་མ་གཅིག་བྱང་མི་འདི་ བཅོལ་  
བའི་ནང་ན་ལས་ རྒྱལ་པོ་གཡུ་ཐོག་སྦོན་མོ་ ཤིང་བྱ་ཅན་འབྲུངས་ལུ་ག། དེ་གིས་སྲིད་པ་གསུམ་ལུ་ བུམས་  
བཅེ་བསྐྱེད་པ་ལས་ ག་ར་གཅིག་མཐུན་གྱི་ཐོག་ལས་ དེ་ཉེར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་མཚན་གསོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
དེ་ལས་ཁ་ཤ་ལིའི་རྒྱལ་ཁམས་ལུ་བྱོན་ཞེན་ལས་ སྐྱེ་བུ་ལུ་སྦྱུལ་ཏེ་ཚོ་འཕུལ་སྐྱ་ཚོགས་སྟོན། དེའི་སྐབས་  
ཡུམ་ཤེད་རོ་གཟན་མ། མོན་བུ་ཕྱ་ཕྱ་ཕྱ་སྲིད། གཞོན་སྦྱིན་ཅེ་མ་ར་ཚུ་ སྦྲང་སྲིད་དེགས་པའི་ཚོགས་འཁོར་  
ལུ་བསྐྱེ་སྟེ་ ལྷ་ཏེ་རྟོར་གྱི་སྦོམ་གྲའི་སྦོ་ལོགས་ཁ་ལུ་ དེ་སྦོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ནང་ སྦྱོ་བོ་ཡོངས་ཀྱི་དག་ལྷ་  
སྟེ་བཞུགས་ལུ་ག། མངའ་བདག་ཁྱི་སྦོང་ལྷེ་བཅོན་དང་། ལྷ་རྒྱུན་པརླ་འབྲུང་གནས་ཀྱིས། སྦོམ་ར་བཅོམ་  
ནས་སྦྱུན་བྲངས་པ། །དེ་ཚོ་མིང་དང་མཚན་བཏགས་པ། །དཀོར་སྦྱང་ཚེབ་པོ་ཞེས་པའོ། །ཟེར་བཀོད་གནང་  
ལུ་ག།





གླ་ཏ་རྟོར་གྱི་གནས་ཁང་།

ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་ནང་ལུ་ བི་རྟར་ཟེར་མི་འདི་ གཙུག་ལག་ཁང་ལུ་སྐབ་ནི་འདི་གིས་ གཙུག་ལག་ཁང་  
 དང་སྐྱགས་པའི་སྲུང་མ་ལུ་ བི་རྟར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་ལུ་གསོལ་དར་བྱབ་སོང་ཡོད་རུང་ ལ་ལུ་གིས་པེ་ཀར་ཟེར་  
 ལུ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གནམ་ཐེ་དཀར་པོ། སྲོག་བདག་རྒྱལ་པོ། འོད་ལྷན་དཀར་པོ། གནས་རྒྱུང་། རྒྱལ་  
 པོ་སྐྱུ་ལུ་ཟེར་མཚན་གྱི་རྣམ་གངས་ལེ་ཤ་ལུ་སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
 དེའི་ཉེ་མ་ཡང་ ལུ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གླ་ཏ་རྟོར་གྱི་སྐབ་སྲུག་ནང་ལུ་ ཐུགས་དམ་འོད་གསལ་ཉིང་ལེ་འཛིན་གྱི་  
 དང་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ བི་རྟར་རྒྱལ་པོ་གིས་སོལ་དཀར་མོ་ལུ་སྐྱུལ་ཉེ་ འཛིགས་སྐྱག་ག་དེ་སྤེ་སྤོན་རུང་ ལུ་  
 རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དོ་རྗེ་ཕེ་གསུམ་གནས་ཁང་འཕྲུལ་ཅིག་ཆོ་འཕྲུལ་ཞི་སོ་རུང་། ད་རུང་ཉིང་ལེ་འཛིན་གྱིས་  
 བཀྲལ་པ་ད་ ཨ་ལུ་ཅིག་ལུ་སྐྱུལ་ཉེ་སྐྱུ་མདུན་ལུ་འོང་མ་ད་ སྤྱི་པོར་དོ་རྗེ་བཞག་སྤེ་དམ་ལུ་བཏགས་གནང་  
 འབད་སྤེ་ སྤེ་མེད་སྤིང་པོའི་དོན་སྤོམ་སྤེ་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་ གླ་ཏ་རྟོར་གྱི་སྤོམ་སྤེ་ཟེར་བའི་མིང་གནས་  
 རྒྱུང་ལུག།

**དམ་བཞག།**

དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྤོང་ལྷེ་བཙན་གྱིས་ དཔལ་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་  
 པའི་སྐབས་ རྣམ་ཚུགས་ལུ་དགའ་བའི་ས་བདག་ལྷ་གཉན་ཚུ་ ཁོས་ཉེ་ཉིན་མ་ལྷ་ཁང་གི་ཅིག་པ་རྒྱབ་མི་ཚུ་

ལུ་མོ་བདེལ། རི་མགུའི་དོ་ཚུ་ གཤོང་ནང་བསྐྱུལ། ལུང་མ་ནང་གི་དོ་ཚུ་རི་མགོ་ལུ་བསྐྱུལ། ཉིན་ལུ་ཟླ་  
 འབྲེལ་ཏེ་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་ཚུ་མེ་འབར་ བད་དང་ལུ་གེ་ཚུ་བྱུང་མ་ད། ལུ་རྒྱུན་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ བོད་  
 ཀྱི་ལྷ་སྲིན་གདུག་པ་ཚན་ཚུ་དམ་ལུ་བཏགས་ཏེ་ བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོ་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་  
 ལེགས་ཤོམ་སྟེ་གྲུབ་པའི་ལྷལ་ལུ་ འདིའི་སྲུང་མ་ཅིག་ག་བཀའ་ལྟ་བུ་ག་ཟེར་ རྒྱལ་པོ་དང་སློབ་པོ་ཚུ་ ཞལ་  
 འཛོམས་འཚོགས་པ་ད། མཁའ་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་གིས་བདུད་འདི་ སྟོག་གཅོད་ལུ་དགའ་མི་ཅིག་འབད་ནི་འདི་  
 གིས་མི་བདུབ། གཟའ་འདི་ནི་ཁོ་གཏུམ་ཆེ་བྲགས་ཨིན། ལྷུ་འདི་ནི་གདུག་བྲགས་ཨིན་མ་ཚད་ བཅོམ་གྱིས་  
 གཤོད་པ་སྐྱེལ་ནི་མང་སྲུ་ཅིག་ཨིན། དལུ་འདི་འཇམ་ར་འཇམ། མ་མོ་འདི་ཨ་ཙོ་འཕྲོག་སྲུ་འཚོམས་ཅིག་ཨིན་  
 པས། དེ་ཚུ་བ་བྲགས་ཅིག་ག་ཡོད་ག་ཟེར་གསུངས་མ་ད། བོད་ཀྱི་ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་ཚུ་གིས་གཟུགས་དངོས་  
 སྲུ་སྟོན་ཏེ་ ང་བཅས་ཀྱིས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྲུང་མ་མི་སྟོགས། དེ་བ་འདི་ བྱང་ཕྱོགས་གྲོ་ཏོར་གྱི་སྟོམ་  
 གྲུ་ལུ་ མི་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་པེ་ཏར་ཟེར་མི་ཅིག་ཡོད། འདི་གིས་ནོར་ལོངས་སྟོན་ཁབ་སྐྱུད་བཟུམ་ཅིག་གི་  
 དོན་ལུ་ཡང་ བྱ་ཚོད་ཀྱི་ཉིན་ལམ་བཅོ་བརྒྱད་ཚུན་ བདག་འཛིན་འབབ་ཚུགས་མི་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་  
 གཙུག་ལག་གི་སྲུང་མ་སྟེ་ བསྟོམ་ཚུགས་པ་ཅིན་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་དར་ཞིང་  
 རྒྱས་འོང་ཟེར་ལུ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ལུ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས། ཏོར་གྱི་པོ་ལྷ་གནམ་ལྷ་བྱང་རྒྱལ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་  
 ཤིང་བྱ་ཚན་ནི་གདན་བྲངས་ནས། །དེ་ལ་གཏད་པས་གཙུག་ལག་ཁང་མི་འཇིགས། །གྲོ་ཏོར་གྱི་སྟོམ་གྲུ་  
 བཅོམ་པ་ན། །པེ་ཏར་ཀ་ཅའི་རྗེས་ལ་འབྲངས་ནས་འོང། །ང་ཡིས་པེ་ཏར་གླིང་དུ་རྟེན་འཇུགས་  
 གསུངས། །ཟེར་ཚོས་སྟོང་རྒྱལ་པོ་འདི་ སྟོང་གོགས་དང་མཐུ་ཙལ་ཆེ། འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་བསྐྱུབ་ནི་ལུ་  
 དུས་ལུན་གང་མ་མི་འགོར་ཟེར་ བཀའ་གནང་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༠ ལོར་རྒྱལ་སྐས་སུ་ཁྲི་བཅོམ་པོ་  
 གིས་ དམག་དཔུང་འཁྱིད་དེ་སོང་ཞིན་ན་ གྲུ་གུ་དང་རྒྱའི་དཔུང་ཚུ་བདུལ། ལྷུ་ཏོར་གྱི་སྟོམ་གྲུ་བཅོམ་  
 ཞིན་མ་ལས་ གཡུའི་བྱབ་པ་དང་ གསེར་གྱི་འཁར་ར་ནོར་ལོངས་སྟོན་ཙུ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཚུ་ འཕྱོག་སྟེ་བསྐྱུམས་  
 ཕོན་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་པོ་པེ་ཏར་ཡང་ དེའི་རྟིང་བདའ་སྟེ་བོད་ལུ་ཕེབས་ལུག། ང་རྒྱལ་བྲེགས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་  
 འཕྱུལ། རྒྱལ་སྐས་པརྒྱས་ཟེལ་མོན་ཏེ། །གཞན་ལ་གཤོད་འགྱུར་གདུག་རྩུབ་བཀག །ཚོས་སྟོང་རྒྱལ་པོ་  
 དབང་ཡང་བསྐྱུར། །ཟེར་གསོལ་ཁ་ནང་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ སྟོབ་དཔོན་པརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ དམ་ཚིག་དོ་  
 རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག། བཀའ་དང་དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་ཏེ་ བསམ་ཡས་པེ་ཏར་གླིང་ལུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་  
 ཞིན་མ་ལས་ གཙུག་ལག་ཁང་དང་བང་མཛོད་ཀྱི་རིགས་ བོད་ཁམས་གནམ་ས་དང་སྐྱགས་ ཆ་མཉམ་  
 གཉེར་ཁ་བཅོལ་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས། བསམ་ཡས་བསམ་ནས་མ་ཡོང། །ཚོས་སྟོང་བསམ་ནས་ཡོང་

ཡོད། །བསམ་ཡས་ཚས་སྐྱོང་ཆེན་མོས། །ང་ལ་ལུང་བསྟན་གནང་རོགས། །ཟེར་གཞས་ཀྱི་ཚིག་ཡང་ འ་ནེ་  
སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དེ་ལས་རྒྱུ་རྩལ་པོ་གིས་ བཀའ་ག་གནང་དང་གསུང་ཅི་སྐབ་ཕྱིན་ལས་ ཐོགས་མེད་བསྐྱབ་ནིའི་  
ལས་སྒྲངས་དམ་བཅའ་ཕུལ་གནང་། ལྷ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ཡང་ ཚོས་སྤྱང་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ་བོར་མངའ་  
གསོལ་གནང་མ་མཚན། ལུལ་མ་ཀུན་མཁུན་བསྐྱེད་དཀར་པོ་དང་ མཐུ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞབས་དྲུང་དག་  
དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཕྱིན་ལས་ ཐོགས་མེད་སྐྱབ་རྒྱལ་ཡང་ སྐྱེ་མཁུན་ལུ་སྟོས་དཀར་གྱི་དྲི་དང་བཅས་འོང་  
པའི་རྒྱལ་དང་། ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ཡང་ ར་ནག་ཅེ་འི་དྲུད་པ་བཏང་སྟེ་ གསོལ་མཚོན་ཕུལ་གནང་  
དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་མ་ཚད་ཞབས་དྲུང་འཇིགས་མེད་གྲགས་པ་ སྐྱེ་གཟུགས་མ་བདེ་བར་བཞུགས་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་  
ཏུ་བཟང་པོ་ ཤར་མཁོ་ཐང་ཁ་ལས་ སྟོབ་དཔོན་མཁོ་ཐང་སྐབ་ཅུང་ གདན་འདྲེན་ལུ་བར་བཏང་ལུག། དེ་  
བསྐྱང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་འདི་ སྤྱི་མའི་ཉེ་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་སྟེ་ ཏེ་ལོག་ལུ་བྱོན་དགོས་སྟེ་དགོངས་སྐོར་  
ལུ་ཕྱིན། སྟོབ་དཔོན་མཁོ་ཐང་སྐབ་ཅུང་གིས་ ང་ལུལ་མ་འཕྲོན་འོང། ལྷོད་ར་ཉེ་མ་སོང་ཟེར་ མི་དང་མི་ཁ་  
སྐབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གསུང་ལན་མཚན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**གསོལ་མཚོན།**

ཏེ་ལོག་ལུ་རྒྱ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ ཚོས་སྐྱོང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་བཟང་པོ་འདི་ ཚོས་སྤྱང་གི་གསུང་ལར་  
གཏོར་བཅུགས་ཏེ་གསོལ་མཚོན་ཕུལ་ཕ་མ་གཏོགས་ ལོགས་སུ་སྐྱེ་རྒྱུང་གཏང་སྟོལ་མེད་པ་ཡིན་ཅུང་། ཏེ་  
ལོག་གསུང་སྐབས་ཚོས་སྤྱིང་མགོ་ཁང་ནང་འབད་བ་ཅིན་ བསྐྱང་རྒྱུན་པ་གིས་ ཉིན་མ་གཅིག་ཡང་མ་ཚད་  
པར་སྐྱེ་རྒྱུང་བཏང་སྟེ་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་ཡོད་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེ་ཚོ་སྐབས་ ཡལ་དཔོན་གཡོག་གསུམ་  
གཏང་མ་ཡིན་ཟེར་མི་འདི་ གཙོ་བོ་ཚོས་སྐྱོང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ། དེ་ལས་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་དང་  
དབྱུང་སཔ་གསུམ་ལུ་གསོལ་མཚོན་ཕུལ་ཕ་ཡིན་པས།

ལོ་ལྟར་རང་རྒྱ་ལྟ་ པའི་ཚོས་༡༠ ལུ་ ཏེ་ལོག་ཚོས་བཅུ་གྲོལ་བའི་ཆེ་ ཉིན་དགུང་ཡོལ་ཞིན་མ་ལས་ འཆམ་  
དང་ཞབས་ཁྲ་རྒྱལ་མི་རྒྱ་ གཙུག་ལག་ཁང་གི་དོ་གཅེལ་ནང་ རྒྱལ་ཁང་གི་ཐང་ཁར་ གྲལ་སྤྱི་གཞི་ཞིན་མ་ལས་  
ག་ར་གཅིག་ལ་སྟེ་ འོ་རྟོ་རྟོ་ཟེར་ཚར་གསུམ་ ལྷ་རྒྱལ་པའི་ལུལ་མ་གོན་ཁང་ནང་འཇུག་ཏེ་ བསྐྱང་རྒྱུན་པ་  
གིས་ ལྷ་མགོན་གཉིས་དང་ ཚོས་སྐྱོང་རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལུ་ གཉེར་གསོལ་དང་སྟོན་དར་ཕུལ་ཏེ་  
སྟོན་ལམ་བཏང་སྟོལ་འདུག།



དུས་ཚོད་འ་ནི་བསྐྱེད་ ལྷན་དར་སྤུལ་ད་པ་ཅིན་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་ཆག་སྒྲོག་ཚུགས་ཟེར་བའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད་  
ནི་འདི་གིས་ དུས་མིན་འཆི་བ་དང་ རྒྱུན་དཔེ་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཞི་བདེ་འབྱུང་ནི་དང་  
འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ ཏེ་ལོག་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ག་ཅི་ར་ཨིན་རུང་ སུན་སུམ་ཚོགས་ཏོག་ཏོ་སྤེ་གནས་  
ཚུགས་པ་ཨིན་པས། མ་གཞི་ཏེ་ལོག་པ་རྒྱ་གིས་ གཡུས་དང་གཡོན་ལུ་མ་འགྲོ་བའི་ཏེ་མ་ རོན་རྐང་བཙུག་སྤེ་  
གཙུག་ལག་ཁང་ལུ་ རྒྱལ་ཆེན་ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོ་ལུ་ ལྷན་དར་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མགོན་ཁང་ནང་  
ལས་མིང་ལྷ་མི་རྒྱ་ལུ་ ཀུན་བཟང་དང་སྤྲུགས་ཏེ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་ཆེན་ཡིག་ཆ།**

རྒྱལ་པོ་སྐུ་ལྷའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

དབང་ཕྱུག།

༡ བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

རྒྱབ་སྲུ་ཚུལ།

བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།

རྟོ་ལོག་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷག་ལུ།

རྟོ་ལོག།

རྟོ་ལོག་ཆེད་ལོག་དང་ རྟོ་ལོག་ཆེད་ལོག་གི་མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག།

བསམ་དོན་འགྲུབ་ནི་དང་ རྒྱུ་ཆག་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་བསྐྱེན་མི་ཡིན་  
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕྱི་ལྷོ་རྟོ་ལོག་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་སྤྱིང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷག་ གཡུས་ཁ་ཐུག་ རྒྱལ་པོ་གདན་གུར་  
བཞུགས་པ་དང་འབྲ་བའི་སྤོ་རྟོ་གུར་ མཐའ་འཁོར་སྤོང་ཕུ་ཤིང་གིས་བསྐྱོར་བའི་ གནས་ཤིང་ཅན་དན་ཤིང་  
གི་རྩ་བར་ གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤུང་མ་ ལྷ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཁང་མཚོད་རྟེན་ཡོད་ནི་  
འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ གནས་ཁང་ནང་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཁང་།

ནང་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ རང་སྤྱང་དགྲེས་པའི་རིན་ཆེན་འོར་བུའི་ས་གཞིར་ བྱང་རྒྱལ་ལྗོན་པའི་ལྷ་ཤིང་  
དང་སྤྱིད་ཚལ་གྲིས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་སྤྲུག་ལུ་ བཙན་ཡུལ་བྲག་རི་བ་གམ་བཙེགས་པའི་ སྤྱོད་ལོ་སྤོ་བཞི་རྟ་  
བབ་བཞི་དང་ལྡན་པ་ མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ བཀོད་པ་བྱུད་དུ་འཕགས་པའི་  
ནང་ན་ རྟ་དམར་རྒྱུད་གི་གཤོག་པ་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་ཕྱགས་ལྡན་གྱུར་ གསེར་སྐྱ་གྱུར་གཡུའི་ཕྱ་རྒྱན་རྒྱབ་ སྤལ་  
དང་གོང་མེད་ལུ་ རིན་པོ་ཆེ་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པའི་གྱུར་ ལྷ་བཙན་བསམ་གྱུ་དང་རྒྱས་ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྟ་ལོག་དགོན་སྤེའི་སྤྱང་མ་ ལྷ་བཙན་དགྲ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་བསམ་གྱུ་དང་རྒྱས་ སྐྱ་མདོག་བྱུ་རུའི་ལྷུན་པོ་ལུ་  
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཕོག་ཕོགས་བབྱམ་དམར་ཚོག་ཚེ་དང་། ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་ཆགས་པའི་ཉམས་དང་  
ལྡན་པ། སྤྲུག་གསུམ་མེ་ལྟར་འབར་བས་ སྤྱ་ཞིང་སྤིད་པའི་ལྷ་འདྲེ་དབང་ལུ་བསྐྱ་སྟེ་ སྤིད་གསུམ་ཟེལ་གྲིས་  
གཞོན་པ། མཐོ་བསམ་གཏང་མ་ཅིག་ ཚེ་དང་བསོད་ནམས་ དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ སེམས་གྱི་རེ་བ་ལས་  
ལྷག་སྟེ་ འགྲུབ་རྒྱགས་འི་དོན་ལུ་ ཕྱག་གཡམས་པར་འོར་བུ་བསམ་འཕེལ་བསྐྱམས། ཕྱག་གཡོན་ལུ་  
བཀ་ཤིས་ཚེ་བྱམ་ནང་ལུ་ ཟག་མེད་ཀྱི་བདུད་ཅི་ལྷེམ་ལྷེ་བཀང་སྟེ་ སྤྲུབ་པར་བཞུགས་མི་རྒྱ་གི་ཚེ་ཡི་བར་  
ཆད་སེལ་གནང་། ཡར་ལོགས་མ་གིས་གཞོན་པ་བཀལ་རུང་ ཡར་ལོག་མི་རྒྱགས་འི་དོན་ལུ་ དབུ་ལུ་དར་  
ཚོན་སྤྱ་གིས་བརྒྱན་པའི་ལྷགས་ཚོག་དང་ སྤྱ་ལུ་བསེ་ཁབ་བཞེས་སྟེ་ དགྲ་ཆས་ཆ་ཚང་བཏགས་ཏེ་ ལྷའི་  
དབང་པོ་རྒྱལ་མཚན་དམག་ལུ་འབྱོན་དོ་བབྱམ་ གོམ་ཙམ་གྱིས་གཞུགས་ཀྱི་བ་སྤུ་ལོང་། མཐོང་མ་ཙམ་གྱིས་  
སྤྱིད་ཐག་འདར་ཏེ་ ངན་མེད་བརྒྱལ་འི་བབྱམ་གྱི་འཇིགས་སྐྱུག་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

གསང་བའི་ཡུམ་ལྷ་སྤྲན་མིག་གི་བདུད་ཅི་མ་ ལྷ་མོ་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་དར་ཚོན་སྤྱ་ལྷའི་  
མདའ་དར་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་སྤྱང་སྤིད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བསྐྱམས་སྟེ་ འཁོར་བཙན་རིགས་གྲངས་ཁ་  
མེད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



རྟོ་ལོག་དགོན་སྡེའི་སྤྱང་མ་ ལྷ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གསང་བའི་ཡུམ་ ལྷོ་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་འདི་  
 རྟོ་ལོག་གཡུས་ཀྱི་སྤྱུག་ལུ་ཡོད་པའི་ རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་དང་ཞབས་དྲུང་འཇིགས་མེད་གྲགས་པ་རྣམ་  
 གཉིས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་ གཟིམ་རྩུང་འོག་མ་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱང་མ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྤོན་གྱི་དུས་ལུ་སྤོན་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་ འཆི་མེད་མགོན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་ རྒྱལ་བ་གོང་མ་རིམ་  
 བརྒྱད་ཀྱིས་ དམ་ཆོག་རྗེ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ་དམ་འོག་ལུ་བརྩུགས་གནང་མི་དེ་ སེམས་ལས་མ་ཡོལ་བར་  
 རྒྱལ་བ་སྤོན་དང་། ལྷག་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདུལ་ཞིང་ སྤོན་སྡོང་ས་རྒྱལ་ཁམས་ནང་ བད་ལུག་  
 འབྲུག་ཚོད་ཚུ་ལེ། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་ལུ་ འཕྱིན་ལས་གནས་བྱུར་གྱི་མཚོ་བཟུམ་སྟེ་ གོང་  
 དུ་འཕེལ་ནི་དང་། མི་མཐུན་པའི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པ་ཚུ་ མིང་ཙམ་ཡང་མེད་པ་ཐལ་བར་བརྟུག། འདིའི་ནང་  
 ལས་ཡང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་ ཡིད་བཟང་རོལ་པའི་ཚལ། དགེ་བཅུ་ཚང་བའི་རྟོ་ལོག་གཡུས་  
 ཆོན་དང་ བད་བདེ་སྤྱིད་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་ཏེ་ མཐར་ཐུག་སློབ་འདས་ཀུན་བཟང་གི་དགོངས་པ་འགྲུབ་པ་ལུ་  
 རྒྱབ་དང་དཔུང་གཉེན་ག་དེ་ཉག་ཉག་མཛད་དེ་ ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་བར་ཆད་སེལ་དགོ་པའི་ བཀའ་  
 བསྟོན་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་བཀོད་དེ་འདུག།

གསོལ་མཚན།

ལྷ་ཚེན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་འདི་ རྟ་ལོག་དགོན་པའི་བཀའ་སྲུང་རྙིང་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ ཞབས་བྱུང་  
ཐུགས་སྦྱུལ་རིམ་ཕྱོེན་ཚུ་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ལས་ར་ རྟ་ལོག་མགོན་ཁང་ནང་ ཚོས་སྦྱོང་རྒྱལ་ཚེན་  
ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་ གནས་པོ་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ དེ་ལས་དབྱར་སཔ་གསུམ་ སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་སྲོལ་ཡོད་  
མི་ལུ་ ཡཔ་དཔོན་གཡོག་གསུམ་བཟེ་ཡང་ལུ་ལྷ་ཡིན་པས།

རྟ་ལོག་གཡུས་ཚན་ནང་ ལོག་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ ཚོས་སྲུང་གི་གསལ་ཁར་གཏོར་གཡལ་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེན་  
པར་ ལོགས་སུ་སྤེར་སྐྱ་རྒྱུང་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྟ་ལོག་ཚོས་བཅུའི་སྐབས་ལུ་ གསོལ་མཚན་རྒྱས་  
རྒྱས་སྤེལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་ལོ་ལྟར་ལྷན་པའི་ཚོས་<sup>༤</sup> ཚོས་བཅུ་ཉིན་མ་བར་མ་ དངོས་གཞི་ཉིན་མ་  
དང་པའི་ཚོ་ རྩོམ་གསུང་ཚོག་བར་མ་གོལ་ཞིན་མ་ལས་ བང་རྩ་གིང་གི་རྩུང་མི། ལོགས་དཔལ་སྦྱུལ་མི།  
བསངས་པོར་གཡུག་མི། རྒྱ་སྤྱིང་འཕུ་མི། དཔའ་འཆམ་རྒྱབ་མི། འཆམ་རོལ་རྩུང་མི་དབུ་མཛད། བྱིས་པའི་  
དཔའ་པོ་རྒྱབ་མི། དོ་དམ་བྱིས་བྱུར་སྤོས་བསྐྱམས། དེ་ལས་འཆམ་དཔོན་བྱིས་གཙོས་པའི་འཆམ་དམངས་  
བྱིས་ གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྦྱོར་ལ་ལས་འཕྱོན་ཏེ་ རྩོང་གཡུས་བསྐྱོར་སྤེལ་ ལྷ་དང་རྩུ་རྒྱབ་  
སྤེལ་ རྩོང་གི་ལྷག་ལུ་སྲུང་མ་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གནས་ཁང་ མཚན་རྟེན་ཅུ་བར་གསོལ་མཚན་སྦུལ་བར་  
འབྱོལ་ཡིན་པས།

དེ་ནང་ལུ་ཡན་ལག་བདུན་པ་གནང་སྟེ་ ལུག་དང་མཚལ་སྦྱུལ། སྤེལ་བརྒྱུད་གསེར་སྦྱེམས་བཏང་། མར་ཆང་  
སྤུད་གཏོར། གནས་པོའི་དར་ལ་འཕུར་ཞིན་མ་ལས་ གཉེར་གསོལ་སྦུལ་ཏེ་སྦོལ་ལམ་གྱི་མཚམས་སྤྱར་མ་ཡིན་  
པས། ཞབས་ཁའི་གཙོ་དཔོན་མ་གི་གཡུས་ཀྱི་གནས་རོགས་བྱིས་འཕྱིད་དེ་ བྱ་ཚོད་སྤྱིའི་མཚན་པ་སྦུལ་ཏེ་  
མཚུག་བསྐྱུལ་ཡིན་པས།

དེ་ལས་གནས་ཚེན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་ ཞལ་ཐང་གསེར་བྱིས་མ་འདི་ གནས་ཁང་ནང་ལས་  
གནས་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱལ་སྤེལ་ ཚིབས་གཡལ་ཐོག་ལས་གདན་འདྲེན་ལུ་སྟེ་ རྩོང་གི་བདེ་ཡངས་སྦྱུག་ལུ་སེབས་  
པའི་སྐབས་ ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ སྲུང་འཁོར་པ་དང་ད་རེས་ནངས་པ་ བཤད་གྲུའི་དབུ་འཛིན་བྱིས་སེབས་བསུ་  
ལུ་སྟེ་ རྩོང་གི་འཇུལ་སྦོལ་ཐང་ཁར་བཞུགས་སུ་གསོལ། དང་པ་ར་མར་ཆང་གི་སྤུད་གཏོར། དེ་ལས་བྱིས་  
པའི་དཔའ་པོ་གིས་ མཐའ་ར་འདུལ་བའི་ཚོག་གིས་ས་བཅག་ཞིན་མ་ལས་ གནས་པོའི་དར་དེ་མ་ཚེན་ལྷ་  
ཁང་ནང་ལུ་ཞེན་ན་ བཞུགས་གཡལ་རྒྱས་པ་བྱུངས་ཏེ་ རྟེན་འབྲེལ་བཙུ་གནང་མ་ཡིན་པས།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཁང་ནང་ལས་ གནས་པོའི་དར་རྒྱུང་ཅིག་མ་གཏོགས་ལུ་སྲོལ་མེད་རུང་ བར་  
སྐབས་ཅིག་ཁར་ རྟ་ལོག་དགོན་པའི་སྤར་སྲོལ་ལམ་ལུགས་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲའི་ཤ་ཞེན་ཡོད་མི་ ཡཔ་

ལྷ་དཔལ་གྱིས་གནས་པོའི་ཞལ་ཐང་གསེར་བྱིས་མ་དང་། གནས་པོ་གསོལ་བའི་སྐབས་ལུ་དགོ་པའི་ཅ་ཆས་ཚུ་  
ཞབས་ཏོག་ལྷུ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལྷ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གསོལ་ཁ་རྒྱས་པ་འདི་ ཞབས་རྗེས་སྤྱད་པའི་སྐབས་ལུ་ ད་དུང་དབང་འཛིགས་  
མེད་གྲགས་པ་གིས་ རྩོགས་སྤྱིག་མཛད་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རུང་རྗེ་མཁན་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་  
ཚོས་འཁོར་ཆེན་པོ་གསང་སྤྱོད་ཚོས་གྲིང་གི་གཞི་བདག་གི་མཚན་ཚོག་གནས་མགོན་བཟུ་ཤིས་བྱིན་ཆགས་  
ཟེར་ གསོལ་ཁ་བསྐྱེད་སྤྱོད་འཚམས་འབད་མི་ཅིག་ཡང་ གསེར་བཟུམས་མཛད་ལུག།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ལྷ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ཀྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྤྱི་མི་བགྲེས་པ་དབང་ལུག།



༡ ལྷ་སྐྱོན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

རྒྱབ་འདུག་ལྷ་ཆུལ།

ལྷ་སྐྱོན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ།

གཞི་མ་རྩུབ་འོག་མ།

རྟ་ལོག།

གཞི་མ་རྩུབ་འོག་མ་ལྷ་ཁང་གི་འཁར་འཁོར་ཆ་ལུ་སྡོད་མི།

བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སུན་སུམ་ཚོགས་ནི། གཡུས་ཚན་ནང་ ཨ་ལུ་མ་

གསོ་མི་དང་ རྩོགས་མདའ་རྒྱལ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྐྱེན་མ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རང་རྩལ་མ་འགགས་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་བྱུང་བ་ འཕགས་མཚོག་གངས་རིའི་མགོན་པོ་ དཔལ་མཉམ་མེད་ཚས་རྗེ་  
འབྲུག་པ་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གི་རྒྱ་སྤོང་ རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་བྱིན་རླབས་གི་སྤྲིན་སྤུང་ཡལ་བར་མེད་པ། ཁ་བཞི་  
སྤོངས་གི་བསོད་ནམས་གི་མཚོན་པའི་ལུལ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་རྩ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ གསང་བ་ཚོས་གི་ཕོ་བྲང་།  
དབང་ལུང་ལྷིད་གསུམ་ཚོས་གི་སྐྱ་དབྱངས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱོག་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་ གསང་གྲིང་གཉིས་  
པ་ཐུབ་བསྐྱེན་ཡིད་དགའ་རོལ་པའི་ཚལ་གི་ཨོམ་གི་རྒྱ་མཚོ་ནང་ མཁས་གྲུབ་བྱ་ངང་པའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་ ཐོས་  
བསམ་སྐྱོམ་པའི་ཤེས་རབ་གསུམ་གི་སྤྱང་མ་གི་བློ་སྤོང་སྤྲེ་ ཡང་དག་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་གི་དགའ་བའི་འཕང་  
རིལ་རྒྱུར། འཆད་ཚོད་ཚོམ་པའི་སྤྱ་དབྱངས་གིས་ རང་གི་རྗེས་འཇུག་ངང་སྤུག་ཚུ་ ས་བཅུ་ལམ་གི་བསྐྱོད་  
པ་རིམ་གིས་རྗོགས་ཏེ་ ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་ཏེ་མཐར་ཕྱིན་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རང་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་ལྷའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ འོད་ལྷའི་གྲུང་ཁྱིམ་གཞལ་ཚོན་སྤུབས་པའི་སྤུག་ལུ་ རིན་པོ་ཆེའི་  
བཞུགས་ཁྱི་ དར་ཟབ་འབོལ་གདན་བཅེགས་པའི་ལྷག་ལུ་ གསང་གྲིང་གཞི་མ་རྩུབ་འོག་མའི་སྤུང་མ་ ལྷ་  
སྐྱོན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་ བྱིན་རླབས་རྒྱུར་བའི་བདེ་ལུ་ ཡར་བཞེངས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



**ནུམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ནུམ་སྐུལ་ སྐུ་སྦྲན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་ ལྷའི་བུ་མོ་ལོ་བཅུ་དུག་  
 ལོན་པའི་ན་ཚོད་ཅན་ སྐུ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་ དམར་པོའི་མདངས་ཆགས་པ། འཇུམ་ཞལ་དགེས་པའི་ནུམ་  
 པ་ལས་ སྐུ་རྩུང་གཡེང་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པར་བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་གཟིགས། སྐུ་ཤ་རྒྱས་ཤིང་ལུ་མ་འབྲུང་བ།  
 ལྷེ་བའི་འོག་ལུ་ པདྨ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་ཆགས་པའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། མཐོང་བའམ། ཐོས་པའམ། དེག་  
 པ་ཚམ་གྱིས་བདེ་བོད་སྐྱེས་ཏེ་ དགའ་བཞིའི་བདེ་བ་རྒྱས་པ། ཕྱག་གཡམས་པ་ལུ་ ཚོགས་གསུམ་མདའ་མོར་  
 དར་སྟེ་ལྷ་དང་ སྲིད་ཞིའི་རྒྱ་འབྲས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བསྐྱམས་མི་འདི་གིས་ སྤང་སྲིད་ལྷ་འདྲེ་བྱིས་  
 གཞོན། ཟས་ཞོར་ལོངས་སྟོད་ཚུ་དབང་ལུ་བསྐྱེ་ དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སེལ་གནང་། ཕྱག་གཡོན་  
 ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་བུམ་པ་དང་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ ཚོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་ག་ཅི་དགོ་རུང་  
 དངོས་སྐབ་འབོལ་ཚད་མེད་པར་གནང་། དབུ་ལུ་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་ཆག་པ་བཅིང་། སྐུ་སྟོད་ལུ་ལྷའི་དར་  
 ཟབ་དཀར་པོའི་ན་བཟང་དང་། སྐུ་སྦྲད་ལུ་ལྷའི་པ་ལྷུ་ལི་ཀ་འཇའ་འགྲིགས་མ་གྱི་སྦྲད་གཡོག་བཞེས། རྒྱ་རིན་

པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་སྐྱོན་རྒྱུ་དང་ མགུལ་རྒྱུ་ གདོད་ཚུ་ཚུ་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པའི་འཁོར་སྐྱོན་བཙུན་  
འབྲུམ་སྡེ་ཚོགས་དང་། ལྷ་མ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱུད་དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྡོན་གྱི་དུས་ལུ་ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚོས་སྐོར་ཞུགས་བཙུག་སྡེ་ ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་  
སྲུང་མ་སྡེ་བསྐོས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཞབས་དྲུང་ཕྱགས་སྡུལ་གསུམ་པ་ དཔལ་འཛིགས་མེད་གྲགས་པ་  
མཚོག་གིས་ བཀའ་བསྐོར་དམ་བཞག་གནང་སྡེ་ ཕྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ རང་རྟེན་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་  
ཕྱགས་རྟེན་ཚུ་གཉེར་ཁ་བཅོལ་ཏེ་ དཔལ་ཡོན་ཅན་གྱི་སྲུང་མ་སྡེ་བསྐོས་གནང་ཡོད་པ་ལས་ ད་ལས་ཕར་  
མཚོད་སྲིན་རྒྱ་མཚོའི་གསོལ་མཚོད་བཞེས་ཏེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་ས། དཀོན་མཚོག་གི་དབྱེ་འཕང་  
བསྟོད། སྤྱི་མའི་སྐྱེ་ཆེ་བསྐྱེད། དགོ་འདུན་གྱི་སྡེ་སྐྱོང་ས། སྲིན་བདག་གི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མེལ། མཐུན་  
རྒྱུན་བསྐྱབ། ལྷག་པར་གསང་ཆེན་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་གཙུག་ལག་ དཔལ་ཕྱབ་བསྟན་བཤད་བསྐྱབ་དགའ་ཚལ་  
སྤྱིང་འདྲི་ མི་མཐུན་དན་དགུ་ཅ་བ་ལས་སྲུང་ཞིང་སྐྱོབ། ཚོས་དང་སྤྲུན་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཚུ་ དཀའ་མ་སྐྱུང་མི་  
དགོ་པར་འཇམ་ཏོང་ཏོ་སྡེ་ སྐྱུབ་པའི་གྲོགས་མཛད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཞུག་པའི་དབྱེ་བོ་དང་།  
སེམས་ཅན་ལུ་གཞོད་པ་བཀའ་མི་ ལྷས་དན་ཚུ་དྲག་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཚར་གཙོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་  
སྡོངས་གྲོགས་མཛད་དགོ་པ་སྡེ་བཀོད་དེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལྷ་སྐྱོན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་འདྲི་ བཀའ་གཉེན་དྲགས་ཡོད་པའི་ཁར་ མགོན་སྐྱབས་བཟང་དྲགས་ཡོད་ནི་འདྲི་  
གིས་ ཨ་ལུ་མ་གསོ་མི་རྒྱ་གིས་ གཉེར་ཁ་བཅོལ་མ་ད་ མགོན་སྐྱབས་མཛད་དེ་ བུ་ལོར་དར་ཞིང་རྒྱས་དོ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ མིང་ལུ་མི་རྒྱ་ལུ་བདེ་ཆེན། བདེ་ཆེན་དོ་རྗེ། བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་ཟེར་ བདེ་ཆེན་དང་སྐྱགས་ཏེ་  
གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་མ་ཚད་ མདའ་ཁར་རྒྱུག་དྲགས་ཡོད་ནི་འདྲི་གིས་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ རངས་པ་སྡོགས་མདའ་ཡིན་ཟེར་  
བའི་ད་རེས་ཕྱི་རུ་ མདའ་ཚེད་པ་རྒྱ་གར་རྒྱ་བཤལ་རྒྱབ་ གཙོང་སྐྱེ་ལུ་བཞེན་ ཨམ་སྐྱུ་དང་འབྲེལ་བ་  
མེད་པར་ ཕྱི་རུ་ཞག་གཟིམ་རྩུང་འོག་མ་ལྷ་ཁང་གི་འོག་ཐོག་ལུ་ དཀྱིལ་ཁང་ནང་སྡོད་དགོ་པ་མ་ཚད་ རྫོང་པ་  
ལྷ་བསང་གཏང་ཞིན་མ་ལས་ མདའ་ཚེད་པ་དང་མདའ་གཞུ་གུར་ལུ་གསོལ་འབད་ཚར་བའི་ལུ་ལུ་ ལྷ་

སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་ མདའ་རྒྱལ་ཁ་མ་ཐོབ་པའི་ཟེར་མ་མེད་ཟེར་ཨིན་  
པས།

ཉེ་མའི་དུས་ལུ་གཟིམ་རྩུང་འོག་མའི་ཉེ་འདབས་ལུ་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་བར་མ་གྲོལ་ཞིན་མ་ལས་  
རྒྱུ་ཚོག་གཏང་མ་ད་ ཆེ་རིང་མའི་ཤུལ་མར་ ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་རྒྱས་རྒྱས་སྤྱོད་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།

**དག་རྒྱུན།**

ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་འདི་ ཉེ་ལོག་དགོན་སྡེའི་སྤྱང་མ་ གནས་ཆེན་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་གྱི་གསང་བའི་  
ཡུམ་ཨིན་མ་ལས་ གནས་པའི་གཏོར་མའི་གདོང་ཁར་ སྐྱེན་བཤོས་བུ་ལྷུང་རྒྱུ་ཚོག་དགོ་མི་འདི་ དེ་ལས་བརྟེན་  
ཉེ་ཨིན་པས།

ཞབས་རྒྱུ་སྤྱུགས་སྤུལ་བཞི་པ་རག་དབང་འཇིགས་མེད་འོར་བུ་མཚོག་ ཐིམ་སྤུག་བཀྲ་ཤིས་ཚོས་རྫོང་གི་དབུ་  
ཚེ་ནང་ ཞབས་རྒྱུ་གི་གཟིམ་རྩུང་ནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་ གཟིགས་སྤང་ལུ་ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོ་  
གིས་ ད་རིས་བླམ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་མཁུན་ལུ་བཅར་དགོ་མི་འདི་ ང་རང་ཞབས་རྒྱུ་སྤྱུགས་སྤུལ་རིམ་བྱོན་གྱི་  
གདན་ས་ ཉེ་ལོག་གསང་སྤྱུགས་ཚོས་གྲིང་གཟིམ་རྩུང་འོག་མ་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱང་མ་ཅིག་ཨིན་རུང་ ད་ལྟོ་བར་ན་  
ཡང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ཅིག་ར་མེད། ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་གསོལ་ཁ་རྒྱས་བསྐྱེད་རན་ཉོག་ཉོ་ཅིག་  
གསར་ཚོམ་མཛད་གནང་བའི་ གསོལ་ཁ་བཏབ་པའི་དོ་ལུ་ ཞབས་རྒྱུ་འཇིགས་མེད་འོར་བུ་མཚོག་གིས་  
གསོལ་ཁ་གཞུང་ཚོག་ཅིག་གསར་བཙུགས་མཛད་ལུག། ཨིན་རུང་ ཤུལ་ལས་ཁྱི་རབས་༤༣ པ་ རྗེ་མཁན་  
འཕྲིན་ལས་ལྷན་སྐྱེད་མཚོག་གི་བཀའ་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ དེ་སྐབས་ན་ལུ་བཞུགས་མི་ མཁས་དབང་སྐྱེ་  
སྲོལ་བྱུབ་བསྐྱེད་འོར་བུ་མཚོག་གིས་ ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོའི་མདོན་རྟོགས་དང་ གཉེར་གསོལ་གསར་པ་  
བཙུགས་གནང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲུག།

བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ཚུན་ཚོད་ དཔལ་ཡོན་ཅན་ལང་ནང་ ལྷ་སྐྱེན་བདེ་ཆེན་བཟང་མོའི་སྐྱེ་འབྲུ་མེད་རུང་  
སྐབས་རྗེ་འཕྲིན་ལས་ལྷན་སྐྱེད་མཚོག་གིས་ དབུ་འབྲེན་མཛད་དེ་ ཉེ་ལོག་གཙུག་ལག་ཁང་ལུ་ སྐྱེ་འབྲུ་མི་  
ཚད་མ་ཅིག་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཉེ་བཞེངས་སྐབས་མི་འདི་ བསྐྱེད་བཀའ་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་  
ཐེབས་བསྐྱེད་ལུ་ གཟིམ་རྩུང་འོག་མ་ལྷ་ཁང་ནང་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཡོད་པ་སྤྱོད་ ཉེ་ལོག་ལས་ སྤྱི་མི་  
བཞེས་པ་དབང་རྒྱུག་གིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

---

ཐུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཞབས་དུང་འཇིགས་མེད་ལོ་རྒྱུས་མཛད་པའི་ལྷ་མོ་བདེ་ཆེན་བཟང་མོའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

སྤྱི་མི་བགྲེས་པ་དབང་ལྷུག།

༤ ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག།

ལྷ་ཁང་།

སྤང་དཀར་པོ་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་གྲིང་།

བསྟེན་མི།

སྤང་དཀར་པོར་སྟོད་མི་རྒྱ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྟ་ལོག་གསང་སྐྱུགས་ཚོས་གྲིང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་རྒྱབ་ཁ་སྟོང་ཤིང་གོང་མ་ལས་ཁ་ཡར་ལྷ་སྟེ་ ཀི་ལོ་མི་  
ཉར་། མ་ལང་མ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ མཐོང་གསལ་ཆེ་བའི་དགོན་སྟེ་སྤང་དཀར་པོ་ལྷ་སྟོད་པ་ཡིན་པས། མཐའ་  
འཁོར་སྟོང་ཕུ་ཤིང་གིས་བསྟོར་ཏེ་ཡོད་མི་སྤང་དཀར་པོ་དགོན་པ་འདི་ ཞབས་དུང་ཕྱུགས་སྐྱུལ་གསུམ་པ་  
ངག་དབང་འཇིགས་མེད་གྲགས་པ་མཚོག་ སྐྱབ་པར་བཞུགས་ཏེ་ཉམས་ཉོགས་འཁྲུངས་སའི་དབེན་པའི་  
གནས་ཅིག་ཡིན་མ་ཚད་ ལྷ་ལས་ཞབས་དུང་ཕྱུགས་སྐྱུལ་ལྷ་པ་ངག་དབང་འཇིགས་མེད་ཚོས་རྒྱལ་  
མཚོག་གིས་ སྐྱ་གོང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནད་ས་ཕྱག་བཏབ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་བའི་སྐྱ་  
གསུང་ཕྱུགས་རྟེན་རྒྱ་ གསར་སྐྱབ་གནང་མ་ཚད་ ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག་དགོན་སྟེ་སྤང་མར་བསྟོར་ཏེ་ ལྷ་  
ཚེན་གྱི་རྟེན་མདོས་ རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་དང་མཐུན་སྟེ་ གཞི་བཅུགས་མཛད་དེ་ ལྷ་ཁང་གི་མཚན་ཡང་  
གཟིམ་ཅུང་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་གྲིང་ཟེར་བཏགས་གནང་ལུག།

གཟིམ་ཅུང་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་གྲིང་གྲུབ་སྟེ་ གང་མ་བཞུགས་མ་རྒྱུགས་རུང་ ཉིན་མ་རིང་ཆར་ ལྷ་ཚེན་དབང་  
ཕྱུག་གི་གསོལ་ཁ་གནང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྟེང་མ་ལོར་སྐྱ་གཟུགས་མ་བདེ་རུང་ གཟིམ་དཔོན་ནང་མ་གིས་  
ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག་གི་གསོལ་ཁ་མ་ཆད་པར་གཏང་དགོས་ཡིན་པས།





**ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

འཕགས་མཚོག་སྐྱུ་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱུལ་པ་ གནས་པོ་ལྷ་ཚེན་དབང་ཕྱུག་སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ གར་དགུའི་  
 ཉམས་དང་ལྷན་པ། སྐྱུ་གསུམ་ཆགས་པ་དང་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཅན་ ལོ་བོའི་ནུམ་འགྲུར་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་  
 གཡས་ལུ་ བསྟན་དབང་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱུ་དང་ གཡོན་སྲིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པའི་ རྒྱུད་གི་  
 ཞགས་པ་དང་སྐྱུགས་ཏེ་ལྷོ་བསྟན་པ། དབུ་སྐྱུ་ཐོར་ཅོག་བསྟན་པའི་གུར་ལྷོ་ཚེས་གྱིས་བརྒྱན། སྐྱུ་གཟུགས་  
 སྐྱེན་མོ་གུར་ མེ་ཏོག་དམར་པོ་གི་ཤལ་སྐོར་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་ཚང་བཏགས། དབང་ཕྱུག་ཚེན་མོ་ཡར་  
 ལྷོད་ཏེ་ ཞབས་གཡས་སྐྱུ་གཡོན་རྒྱུད་ཞིན་ལས་ ཕྱེད་འཚམས་ཅིག་སྐྱེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨོན་པས།  
 གཡོན་ཏོངས་ལུ་གསང་བའི་ཡུམ་ ལྷ་མོ་ཨུ་མ་རྟེ་མི་སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་མཛེས་པའི་མདངས་དང་ལྷན་པ།  
 ཕྱག་གཡས་ལུ་ གཏེར་གྱི་བུམ་པ་དང་ གཡོན་ལུ་འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་བསྟན་པ། སྐྱུ་ལུ་དར་དང་མེ་ཏོག་

དམར་པོ་གིས་བརྒྱན་སྟེ་ ཡབ་ལུ་སྟེད་འཚམས་སྟེ་སྟོར་ཏེ་ བཞུགས་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་ འཁོར་ཚངས་པ་  
དང་། འདོད་ལྷ་དང་། དབང་པོ་དང་། ལྷ་འཕྲུག་དང་། ཉེ་དབང་དང་། གཞོན་ལུ་དང་། རྩོམ་ལུ་དང་།  
ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་ཚུ་ གཞུགས་དང་འདོད་ལྷ་གྲུབ་པ་དང་ རིག་པ་འཛིན་པ་ཚུ་གིས་བསྟོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།

### གསོལ་མཚན།

ཞབས་དྲུང་འཛིགས་མེད་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས་ ལྷ་ཚེན་དབང་ལྷུག་ སྤང་དཀར་པོ་རྣམ་རྒྱལ་ཚོས་གླིང་ལྷ་ཁང་གི་  
སྤང་མ་སྟེ་ བསྟོས་གནང་ཞིན་མ་ལས་བཟུང་སྟེ་ ཉིན་མ་གཅིག་ཡང་མ་ཆད་པར་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་  
མ་ཚད་ ལྷུག་པར་ལྷ་ཚེན་གྱི་རྟེན་མདོས་ལོགས་སུ་སྟེ་གནང་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱུན།

རྒྱ་གར་ནང་གི་རྩུའི་ཚོས་ལུགས་འཛིན་མི་ཚུ་གིས་ དབང་ལྷུག་ཚེན་མེད་པོ་བཟོ་དབྱིབས་དང་ཆ་འབྲ་སུ་འབད་མི་  
རྒྱ་ལཱ་མ་བཟོ་སྟེ་བཀའ་མི་འདི་ལུ་ མི་མང་གིས་བརྩི་མཐོང་བསྟེན་དེ་ གི་རྩུའི་ཚོས་ལུགས་དར་ལུ་གཏང་དོ་  
བཟུམ་སྟེ་ སྤང་དཀར་པོ་དགོན་སྟེ་འདི་ནང་ བཤད་རྒྱུ་གི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་ཚོས་སྟེ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཚེན་དབང་ལྷུག་འདི་དགོན་སྟེ་འདི་སྤང་མ་སྟེ་བསྟོས་མི་འདི་  
དགོས་པའི་དབང་གིས་ཨིན་པས་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

---

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རྩི་མཁའ་ལོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཀྱི་མཚན་པའི་ལྷ་ཚེན་དབང་ལྷུག་མཚན་པའི་ཚོ་ག་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ།

### འབྲི་བསྟན་འབད་ས།

རྩི་མི་བགྲོས་པ་དབང་ལྷུག།

༥ རི་བཙན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རི་བཙན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད།

ལྷ་ཁང་། འོ་རྩ་སྐྱང་།

གནས་ཁང་། འོ་རྩ་སྐྱང་ལྷ་ཁང་།

གཡུས། འོ་རྩ་སྐྱང་།

བསྟེན་མི། འོ་རྩ་སྐྱང་གི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ། མི་འོ་རྩ་སྐྱང་གི་དངོས་གྲུབ་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོན་པ་སྐྱང་ནི་དོ་རྩ་སྐྱང་གི་སྐབས་ལུ་ལྷ་ཁང་།  
ཨོན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱུ་ན་ཁ་ལས་ལོག་པའི་ས་ཁ་བྱུག་ ས་གནས་འོ་ལ་ཁ་ལས་སྐྱུ་འཁོར་བྱུར་ལས་བདེ་འཕྲོ་ ཀེ་ལོ་མི་འར་  
༡༤ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ཏུ་ལོག་འགྲོ་སའི་ལས་ཁ་བྱུལ་ལས་ གཡུས་ཉོངས་ཀྱི་ལས་བདེ་འཕྲོ་ ཀེ་ལོ་མི་འར་  
༢ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ས་གནས་ཀྱི་བཀོད་པ་མཐུལ་སྐྱུལ་ཕུལ་ཕུལ་དེ་འདྲ་བའི་གྲུར་ འོ་རྩ་སྐྱང་གི་གཡུས་ཚན་  
འདི་ མཛེས་ཚད་ལྡན་མེད་ཆགས་ཏེ་འདུག།

ས་གནས་ཀྱི་མིང་འོ་རྩ་སྐྱང་ཟེར་ བཏགས་དགོ་པའི་ཁྱད་སྤྱོད་ལུ་ལྷ་ཁང་གི་ལུ་ལོ་མི་འར་ རྗེ་མཁན་ལྷོ་རབས་༧  
པ་རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་མཚན་ སྐྱུ་ན་ཁའི་རི་མགོ་བྱ་བྱུང་དཀར་མོ་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་པ་ད། འོ་རྩ་སྐྱང་  
གི་ས་གོ་འདི་ཁང་ ལུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་ཏུ་ལོ་མི་འར་  
དཔག་ཚད་ཀྱི་གི་སྐྱེ་བཀལ་བཞག་ཞིན་ན་ དེའི་ནངས་པ་ དོན་རྐྱེན་བཅུགས་སྐྱེ་ ས་ཁོངས་འདི་ལུ་ཕྱོན་  
ཏེ་གཟིགས་པ་ད། ད་ལྟོ་ཡོད་མི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ གཟིམ་རྩུང་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ལས་ འོ་རྩ་སྐྱང་  
ཅིག་ཐོབ་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ འོ་རྩ་སྐྱང་ཟེར་བཏགས་གནད་སྐྱེ་འབད་རུང་ རྗེ་མཁན་ལུང་  
བསྟེན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་ དགོས་པའི་དབང་གིས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
མཚན་ཡང་ དཔལ་རི་དོ་རྗེ་གནད་ཟེར་གསོལ་ལུག།



ཕྱི་ལྟར་དོ་རྗེའི་བྲག་རི་གཏམས་པའི་ཚུལ་ལུ་ གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྱུང་ཁའི་སྤང་ཐང་ནང་ མཚོད་རྟེན་གྱི་  
 བཀོད་པ་མཐུན་པའི་གནས་ཁང་དང་། རང་ལྟར་བཅོན་ཡུལ་ཟངས་ཐག་དམར་པོའི་གཞལ་ཡས་ཁང་ རིན་  
 ཚེན་ལོ་རྒྱུ་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་པའི་ཕོ་བྲང་ཚེན་པོ་ ལྷགས་རི་ཕྱི་ནང་གིས་བསྐྱོར་བའི་སྤྲུག་ལུ་ དམ་ལྷན་དགོ་  
 བསྐྱེན་ཚེན་པོ་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད་ཡུམ་སྤུང་དང་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་  
 པས།



**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**  
 རོར་བུ་སྤང་གི་སྤུང་མ་རི་བཅོན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ལོ་ལོ་ཉམས་དང་ལྷན་པ། བག་  
 ཕྱོགས་བདུད་ཀྱི་དཔུང་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟགས་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ཀྱིས་དར་ཅུང་རྣམ་མཁའི་དབྱིངས་ལུ་འཕྱར།  
 ཕྱག་གཡོན་ལུ་སྐྱུབ་པ་ཉམས་ལེན་ལུ་བཞུགས་མི་དང་གནས་མགོན་གྱི་དམ་ཚིག་སྤང་མི་ཚུ་ལུ་ འདོད་དགུ་



སྟེར་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོ་འུ་བསྐྱམས། རྒྱུ་གི་འུགས། ལྷུ་མཚོགས་ཀྱི་ཅུ། རྩུ་འུལ་གྱི་སྟོབས་དང་  
 ལྷན་པའི་རྟ་དམར་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ བྱང་གཏང་པའི་ཡུན་ལུ་ སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བསྟོར་ཏེ་ དཀར་ཕྱོགས་  
 དགོ་བ་ལུ་བཙོན་མ་ད་ བར་ཆད་རྒྱབ་མི་དང་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལུ་ གཞོན་པའི་དམ་ཉམས་དག་  
 བགལས་ཚུ་ རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ རྣམ་ཤེས་ཚོས་དབྱིངས་ལུ་བསྐྱེད་གནང་། ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་གི་  
 སྟོ་ལས་ འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་ནིའི་དོན་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་གདོང་སེར་བདུད་མོ་གིས་གཙོས་པའི་  
 གངས་སྐྱེན་མཚོ་སྐྱེན་ ག་དེམ་ཅིག་ལྟ་རུང་ ཚེས་ནི་མེད་པའི་བཞིན་བཟང་ཡིད་འོང་མ་དང་། ལྷག་གཡོག་  
 བཙོན་རིགས་ཁྲི་དང་ འབྲུམ་ལྟ་སྲིན་བྲེགས་པའི་དཔུང་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟོར་ཏེ་ མཐུ་ཅུལ་ཆེ་བྲགས་དང་  
 བཀའ་གཉེན་བྲགས་ཀྱི་གཞི་བདག་ཅིག་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ རི་བཙོན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད་ཀྱི་གསོལ་ཁ་ནང་ལུ། པར་བརྗེ་བྱ་བཏང་གྲུབ་པའི་  
 དབང་། །ཉུང་པར་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེའི་སྐྱེན་སྲ་རུ། །རང་གཟུགས་བསྟན་ནས་གོར་མའི་དོ་རྣམས་  
 སུལ། །བདེ་ཆེན་པོ་བྱང་བཙུགས་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །དེ་ནས་རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་དང་། །འགྲོ་ཀུན་  
 དགའ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྐྱེན་སྲ་རུ། །གཙུག་ལག་རྟེན་གསུམ་སྟོང་བར་ཞལ་བཞེས་བཞིན། །དགོན་གནས་  
 ཡུལ་འཁོར་སྲུང་བའི་ལས་མཛོད་ཅིག །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ རབ་བྱུང་།། པའི་གནས་ལོ་མེ་སྐང་  
 སྤྱི་ལོ་༡༩༣༧ ལུ་ མཐུ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞབས་རྒྱུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་ ཐེད་ལུ་ཞབས་སྟོར་བྱོན་  
 ཏེ་ རྫོང་གཞིས་ཅིག་བཞེངས་ནིའི་ས་གཞི་གཟིགས་པ་ད་ རི་སྐང་མ་ཆེ་འབྲ་བའི་རྣམ་པ་གྲུར་ རྒྱ་བོ་ཐབས་ཤེས་  
 པོ་རྒྱ་དང་མོ་རྒྱ་འཛོམས་པའི་སྐྱུག་ལུ་ ས་གཞི་བཟང་བར་གཟིགས་ཏེ་བཞུགས་པ་ད་ རི་བཙོན་དོ་རྗེ་ཐོག་  
 ཚོད་ཀྱིས་ རང་གཟུགས་དེས་སྐྱེན་ཏེ་ བཀའ་ག་གནང་དང་ གསུང་ཅི་སྐྱབ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་  
 སྐྱབ་ནི་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་རྫོང་བཞེངས་པའི་སྐབས་ དོ་ག་དེམ་ཅིག་བཞེས་དགོ་རུང་ སུལ་ནིའི་ལས་  
 ལོན་སུལ་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྫོང་ཅན་རིའི་རྟོངས་ལས་ དོའི་གཏེར་སྐམ་རུང་ཀྱིས་བསྐྱེད་ནི་འདི་གིས་  
 རྫོང་བཞེངས་པའི་སྐབས་ དོ་གིས་ལུ་ཐོགས་མ་བཙག་པར་ ཡུན་མ་རིང་མ་ལས་ སྲུངས་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་  
 པོའི་པོ་བྱང་ སྐྱབ་རྒྱུགས་མི་དེ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་རི་བཙོན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད་ཀྱིས་ དོ་འབོལ་ཚད་  
 མེད་པ་སྐྱེ་སུལ་ཏེ་ འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་ནི་འདི་གིས་ཨིན་པས།

ད་རུང་དེ་གིས་ཡང་མ་དོ་བར་ རྫོང་མ་རྗེ་མཁན་ལྷི་རབས་༥ པ་ རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་དང་ རྗེ་མཁན་ལྷི་  
 རབས་༡༠ པ་པཎ་ཆེན་བསྟན་འཛིན་ཚོས་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ལུ་ བཀའ་ག་གནང་དང་གསུང་ཅི་སྐྱབ། གཙུག་

ལག་ཁང་དང་ ཉེན་གསུམ་སྐྱོད་ཞིའི་ཁས་བྲལ་སྤུལ་མི་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱང་མ་དང་  
ཡུལ་ཁམས་སྐྱོད་བའི་མགོན་སྐབས་མཛད་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

འོ་རྩ་སྐྱང་གཡུས་སྐྱོད་གཅིག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོགས་གཏང་པའི་སྐབས་ གནས་པོ་དོ་རྩེ་ཐོག་  
ཚོད་འདི་ ཚོས་སྤྱང་གི་གཏོར་གྲལ་ནང་བཙུགས་ཉེ་རྒྱུང་ཅིག་མེན་པར་ ལོགས་སུ་སྟེ་ར་སྐྱ་  
རྒྱུང་གཏང་དགོས་ཨིན་པས།

དོན་དག་གཅད་ནི་དང་ ས་ཐག་རིང་སར་འགྲོ་དགོས་འཕྲོན་མ་དང་ གནས་པོ་དོ་རྩེ་ཐོག་ཚོད་ལུ་སྤྱན་དར་  
སྤུལ་སྐྱོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་སྐབས་ལུ་ད་པ་ཅིན་ རྒྱུན་ཚགས་རྒྱུང་ཡི་ལོ། དོན་དག་མ་གྲུབ་པའི་ཟེར་མ་ཅ་  
ལས་ར་མེད་པ་ཨིན་པས།

**དག་རྒྱུན།**

རྩེ་མཁན་ཁྲི་རབས་༡༠ པ་ པཎ་ཚེན་བསྟན་འཛིན་ཚོས་རྒྱལ་མཚོགས་ རྩེ་མཁན་པོའི་ཁྲི་ཐོག་ལས་དགོངས་མ་  
ལུས་ཉེ་ ཤར་ལུ་ཐོན་ནི་སྟེ་ མོ་ཚུ་པར་ཀ་ལུ་ཐེབས་ད། རི་བཙན་དོ་རྩེ་ཐོག་ཚོད་ཀྱིས་ ཚིབས་དང་བཙས་པ་  
སྟེ་ཐེབས་བསུ་ལུ་བར་བཙར་ཉེ་ འོ་རྩ་སྐྱང་ལུ་གདན་འདྲེན་ལུ་རུག་ཟེར་ཨིན་པས།

དེ་ལས་ལུན་མ་རིང་མ་ལས་ འོ་རྩ་སྐྱང་ལུ་ གཟིམ་རྩུང་གོང་མའི་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་བཞེངས་གནང་  
སྟེ་ རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་བྲུགས་ཉེན་ཚུ་ སྤྱང་ཞིང་སྐྱོད་དགོ་པའི་གཉེར་བཙེན་མཛད། རི་བཙན་དོ་རྩེ་ཐོག་  
ཚོད་ཀྱིས་ཡང་ གཙུག་ལག་ཁང་ལུ་བསམ་ངན་སྐྱོར་རྩུབ་འབད་མི་ཚུ་ མཐུ་སྟོབས་དྲག་པོའི་རྩལ་གྱིས་ མིང་  
མེད་ཐལ་བར་བརྟུག་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛད་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

འོ་རྩ་སྐྱང་དཔལ་རི་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་སྤྱང་མ་ རི་བཙན་དོ་རྩེ་ཐོག་ཚོད་འདི་ བཀའ་གཉན་དྲགས་ འཕྲིན་  
ལས་ཐོགས་མེད་སྐབས་མི་ཅིག་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ཁོ་གི་སྤྱན་ཚོད་རྩུབ་ལ། དོ་རྩེ་རིག་པ། དོ་རྩེ་ལུ་གཞོ་  
གསུམ་ཡང་ དཔལ་ལུན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་ སྤྱང་ཞིང་སྐྱོད་བར་མཛད་མི་ཙང་ཙང་ཨིན་པས།



---

ཀྱུ་བ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

དཔལ་རི་དོ་རྩེ་གདན་གྱི་སྤྱང་མ་རི་བཙན་དོ་རྩེ་ཐོག་ཚོད་ཅུལ་གྱི་གསོལ་ཁ།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

བསྐྱུན་འཛིན་ཀྱུལ་མཚན།



དུས་གསུམ་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་ གཟིགས་པའི་སྤྱན་གསུམ་ ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་བརྒྱུ་དམར་ཚོག་ཚོ་སྤོང་  
 པའི་ སྤང་མིག་ཕྱོགས་བརྒྱ་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཟིལ་གྱིས་གཞོན། སྐུ་ལུ་ནོར་བུའི་  
 ལྷབ་ཚོག་དང་ མགུལ་རྒྱན་སྐྱ་གཡུ་ཉིམ་འབྲུམ་གྱི་འོད་ཟེར་བརྒྱུ་གཟི་ཆེ་བྲགས། ཞབས་གཉིས་སག་ལྷམ་  
 བཞེས། སྤྱག་རལ་གཡམ་དང་གཟིག་ལུབས་གཡོན་ལུ་བཏགས། ཕྱག་གཡམ་ལུ་དགོས་འདོད་སྟེར་བའི་  
 རོར་བུ་བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དང་། གཡོན་ལུ་སྟོན་ལམ་གང་བཏབ་ཐེབས་པའི་ རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་  
 བུམ་པ་བསྐྱམས། སྐུ་ལུ་དར་ཟབ་གྱི་ན་བཟའ་བཞེས། དེའི་གཡོན་ལུ་གསང་བའི་ཡུམ་ གྲུ་སྟོན་དཀར་མོ་  
 སངས་རྒྱལ་སྟོན་མ་ ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ ཕྱག་གཡམ་སྲིད་པའི་ཚོས་རྣམས་  
 གསལ་བའི་མེ་འོང་། གཡོན་ལུ་ཆེ་བློ་འབྲས་གྱིས་བཀའ་བཀའ་མ་བསྐྱམས་ཏེ་ གསང་བའི་ཡབ་ལུ་གྲུས་པའི་  
 རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ འགྲོ་བའི་ཆེ་སྟོག་གཞོན་པ་བཀའ་ཉི་མེད་པ་སྟེ་ དམ་བཅའ་གནང་  
 ཡོད་རུང་ ཉིང་མ་མཐུ་ཆེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་དང་ རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་གྱི་བཀའ་དང་དམ་ཚིག་དོ་ཇེ་སྦྱི་  
 བོར་བཀའ་ཏེ་ སྦྱིར་འཛུམ་གྱིང་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་དང་། བྱེ་བྲག་སྟོན་སྟོངས་འབྲུག་ཡུལ། ལྷག་པར་  
 འབོད་མི་ན་གཡུས་ཚན་གྱི་སྦྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ ཅན་དང་ལུ་གེ་ འབྲུག་ཚོད་ཚུ་ཞི། སང་སེར་དང་འབྲུ་  
 སྲིན་གྱི་གཞོན་པ་མི་འབྲུང་། སྟོས་སུ་མགོན་པོ་ཉི་མའི་གཉེན་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།

དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་ཚུ་གི་སྐྱེ་ཆེ་སྲིད་ས། སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་བཟའ་ཚང་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཚུ་ མ་  
གཅིག་བྱ་ལུ་བཅེ་བ་བསྐྱེད་དོ་བཟུམ་གྱི་ཐུགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ གཞོད་པ་བཀའ་མི་དག་དང་བགོགས་ཚུ་ཙ་  
མེད་གཏང་། ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་དང་སེམས་ཀྱི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཚུ་ཞི་སྟེ་ ཆོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་དབང་ཐང་ གཏམ་  
སྟོན་གྲགས་ཚུ་ ཆོས་དང་མཐུན་པའི་བསམ་པ་ལྟུན་གྱིས་འགྲུབ། མཐར་ཐུག་རྣམ་མཁུན་གོང་འཕང་མཚོག་  
ལུ་བཀོད་པའི་སྟོངས་དང་ སྦྱིན་ལས་གཡེལ་བ་མེད་པ་མཛད་དགོས་སྟེ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བསམ་གྲུབ་དང་རྒྱས་ཀྱི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྟུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ཀུན་ལེགས་དོ་ཚེ།

## ॥ དཔལ་ཕུར་དར་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱབ་ས་ལུ་ཚུལ།

དཔལ་ཕུར་དར་པོ།

ཕོ་ལྷ་སྒྲང་།

འབོད་མི་ན།

འབོད་མི་ན་གི་མི་སེར།

བསམ་དོན་འགྲུབ་ནི་དང་ རྒྱུ་ཆག་མི་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་  
པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཡེ་ཤེས་རང་སྣང་ལས་གྲུབ་པའི་ མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གཞུང་ཡས་ཁང་ འོད་ལྡན་གྱར་བྱིམ་  
རྒྱབ་པའི་རྒྱུག་ལུ་ དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལུ་རྒྱབ་བརྟེན་ ས་གནས་གྱི་ཡུལ་ལྷ་བཙན་ཚོད་དཔལ་ཕུར་དར་པོ་  
འཁོར་སྣང་ཞིང་སྲིད་པའི་ལྷ་འདྲེ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



ཕོ་ལྷ་དཔལ་ཕུར་དར་པོའི་གནས་ཤིང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ས་གནས་གྱི་ཡུལ་བཅོན་དཔལ་ཕྱར་དར་པོ་འདི་ ལྷན་ཉ་གང་གངམ་བཟུམ། ཉིམ་བཟུམ་སྟེ་འོད་ཟེར་འབར་  
བ། རི་བཟུམ་བརྗིད་ཆེ་དྲགས་སྟེ་ཡོད་པ་ད། དེ་ཡང་སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་དམར་པོའི་མདངས་ཆགས་པ།  
ཞལ་འཇུག་ལྷན་གི་འོད་ཟེར་བཟུམ་གྱིས་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་མི་ མིག་གི་བདུད་རྩི་  
དང་འདྲའི་ས་གནས་གྱི་ཡུལ་ལྟ་འདྲི་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ལྟ་དར་དཀར་པོ་དང་ གཡོན་ལུ་ལྟ་འདྲི་ཟེར་གྱི་གཞོངས་  
བསྐྱམས་ཏེ་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ གང་ལ་གང་འདོད་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་། སྐྱེ་ལུ་རྗེ་རྗེའི་གོང་དང་གོ་  
ཐབས་བཞེས། དབྱུ་ལུ་དར་དཀར་པོ་གི་ཐོད་རྒྱབ། ལྷག་རལ་གཡས་དང་ གཟེག་ལུ་བས་གཡོན་ལུ་བཏགས་ཏེ་  
དམ་ཉམས་དག་བཞེགས་ཐལ་བར་བརྒྱག་པའི་དཔལ་པོ། ལྷང་བ་མགྲོགས་པའི་རྟ་གྲུང་ཆེབས་ཞིན་མ་ལས་  
སྐད་ཅིག་ལུ་ད་ཅམ་ཅིག་ལུ་སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བསྐྱར་ཏེ་ རྣམ་འབྱོར་ཚུ་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའི་གོགས་  
མཛད་ནི་འདི་གིས་ སྐྱེ་དགུའི་དག་ལྟ་ཟེར་ལྷ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ས་གནས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཕོ་ལྷ་ཟེར་ལུ་  
སྟོལ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་འཆི་མེད་མགོན་པོ་པདྨ་འབྲུང་གནས་དང་། བར་དུ་པ་ཇོ་འབྲུག་སྟོམ་ཞིག་པོ། ཐ་མར་རྒྱལ་བ་  
འཇུག་རིན་ཆེན་དང་ བརྒྱད་འཇིན་བྱ་སྟོབ་ཚུ་གིས་དམ་འོག་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ བསྟན་པ་སྤྱིའི་ལྟ་རྟོགས་སྟེ་གཉེར་  
ལ་བཅོལ་གནང་། འཇིག་རྟེན་ཡུལ་ཁམས་ནང་ བད་ལུག་འཇུག་ཚོད་ཚུ་མི་མཐུན་པའི་ངན་དགུ་ཅ་བ་ལས་  
ཞི་སྟེ་ ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ། ལོ་ལྷགས་རྟེན་ཏུ་ལེགས། ཚོས་འབྱོར་བདེ་སྤྱིད་རྫོགས་ལྡན་གྱི་དཔལ་ལུ་  
བཀོད། ད་ལྟོ་འཕྲལ་འཕྲིན་ལས་ནམ་པ་བཞི་ལུ་རང་དབང་ཐོབ་སྟེ་ མགོ་ཚད་དོན་འགྲུབ། མཐར་ཐུག་  
ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཐབས་ལུ་ མི་མཐུན་ཉེར་འཆོའི་འགལ་རྒྱུན་  
བར་ཆད་སེལ། ཚོས་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བའི་ལུ་འབདམ་ད་ དཀའ་ལས་ཁག་དྲགས་ཡོད་མི་ཚུ་ རེ་བ་  
ལས་ལྷག་སྟེ་དོན་དང་ལྡན་སྟེ་ བསྐྱབ་ཚུགས་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛད་དགོབ་སྟེ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

ས་གནས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ཕོ་ལྷ་ཟེར་ལུ་མི་བཅོན་རྗོད་དཔལ་ཕྱར་དར་པོ་འདི་ འབོད་མི་ན་གཡུས་ཚན་  
གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་མ་གཏོགས་ གཡུས་ཚན་གཞན་ཁར་གཏང་སྟོལ་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་མས།  
ལོ་ལྷར་གྱི་ཚོས་སྲུང་གཏང་མ་ད་ སྐྱེ་རྒྱུ་སྟེ་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དོན་དག་འགྲུབ་ནི་དང་ ལོ་ཐོག་



ལེགས་ཤིའི་དོན་ལུ་ གནས་ཤིང་ཚ་བར་ ཨོ་བཤོས་གཙང་ཉྱལ་ཉྱེ་ གང་ཕུལ་བྱང་མ་ད་གི་ཚེ་ག་ཡང་  
འདོད་མི་དཔག་བསམ་ཤིང་གི་གནས་ཁང་ནང་ལུ་བཞུགས་པའི་བཙན་ཚོད་ཆེན་པོ་དཔལ་ཕུར་དར་པོ་འཁོར་  
དང་བཙས་པ་ལུ་ ཨོ་བཤོས་གཙང་མའི་ཕུད་དཔང་མཐོ་བ། གཉིང་ཟབ་པ། འོད་གསལ་བ། དྲི་ཞིམ་པ།  
འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡ་དང་ལྡན་པ་འདི་བཞེས་ཏེ་ ས་སྤོག་གསེར་གྱི་ཀ་བ་ཆག་མ་བཅུག། མ་སྤོག་གཡུ་ཡི་  
སྤོང་པོ་འགྲེལ་མ་བཅུག། རྒྱང་རྒྱང་ཨ་ལུ་ཚུ་ལུ་བར་རྒྱན་འབྱུང་མ་བཅུག། ཕུ་ཡས་ལས་བཙའ་སང་སེར་མ་  
མ་གཏང་། མངའ་མས་ལས་བྱད་ཁ་དང་མུ་གེ་མ་གཏང་། བར་ན་སྤྱིན་བདག་ཚུ་ལུ་ ཆར་པ་དགོཔ་ད་ཆར་པ།  
ཉིམ་དགོཔ་ད་ཉིམ་ཤར་ཏེ་བསམ་པའི་རེ་བ་འགྲུབ། དགུན་སྤོ་ཁར་མེ་འབར་མ་བཅུག། རླུང་འོག་ལས་ས་  
ལྷུང་མ་བཅུག། མི་ལུ་ན་ཚ་དང་ལོར་ལུ་གོད་ཁ་མ་བྱུང་པར་ བཏུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་གྲུར་  
ཅིག་ཟེར་ བཏུ་ཤིས་པའི་སྤོན་ཚེ་ག་དང་བཙས་པ་སྤེ་ གང་ཕུད་བྱང་སྤོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བཙན་ཚོད་དཔལ་ཕུར་དར་པོའི་གསོལ་ཁ་འདོད་འཛིའི་བུམ་བཟང་།

**འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།**

ཚོགས་པ་ཀུན་ལེགས་སྤོལ་མ། རོར་བུ་སྐང་སྤྱི་འོག།

# ༡ ཕོ་ལྷ་བདུད་བཙམ་།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

ཕོ་ལྷ་བདུད་བཙམ།

ཕོ་ལྷ་སྒང་།

དགུན་ཚུ་ལ།

དགུན་ཚུ་ལའི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ནང་ལྷར་དུ་ ཚོས་དབྱིངས་སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བལ་བ་ རང་སྤང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སུམ་ཚེན་ལྷའི་  
གཞུང་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་དང་མཚུངས་པ། ཕྱི་ལྷར་དུ་ ལྷོན་ཤིང་དང་ མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཚོགས་གྱིས་མཐའ་  
བསྐྱོར་བའི་སྐྱུག་ལུ་ ལྷོད་ཉམས་སྤོ་བའི་སྤང་ཐང་ནང་ གནས་ཤིང་དང་གནས་ཁང་མཚོད་རྟེན་གྱི་ནུམ་པ་སྤེ་  
མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་གྱི་ཡུལ་བཙམ་ཕོ་ལྷ་འདི་ སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བལ་རུང་ ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་སྐྱུར་  
བཞེངས་ཏེ་ ལྷ་དབང་དམག་ལུ་བྱོན་དོ་བཟུམ་ སྐྱུ་ལུ་བཙམ་གྱི་ན་བཟའ་ཆ་ཚང་དང་ དཔའ་བོའི་ཆས་གྱིས་  
བརྒྱན་ཏེ་ ཏཱ་མཚོག་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལུ་ཆིབས་ཞིན་ལས་ བྱང་གཏང་པའི་ཡུན་ལུ་ ལྷོད་གསུམ་

འཇིག་རྟེན་བསྐྱར་ཏེ་ བསྟན་པ་ལུ་གཞོན་པའི་དབང་བཞུགས་ཚུ་ མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟུག་པའི་བད་མཚོན་  
ལུ་ རྒྱག་གཡམས་ལུ་སྤྱི་ཏོ་ཏོ་ཚག་ཙ་ཡོད་མའི་མདུང་དང་ གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བསྟམས་ཏེ་ ཅི་  
འདོད་པའི་ཞོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་། ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་དགའ་བཞི་ བདེ་བ་སྟེར་བའི་ཡུམ་ཆེན་སྟོན་  
མོ་ བརྟུན་གཉིས་ལོན་པའི་ལང་ཚོ་ཙན་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ རྒྱག་གཡམས་ལུ་མདའ་དར་དང་།  
གཡོན་ལུ་མེ་ལོང་བསྟམས་ཏེ་ རྒྱ་ཞོར་གཡམས་གི་དངོས་གྲུབ་དང་ བད་ཡམས་སྤྱི་གཞི་སྟེ་ བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་  
ལྷན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཨོ་རྒྱན་པརྟེ་འབྱུང་གནས་གྱིས་ བཀའ་ཕྱོགས་ལུ་དགའ་བའི་སྤང་ཞིང་སྲིད་པའི་ལྷ་འབྲེ་ཚུ་  
དཀར་ཕྱོགས་ལུ་ཁ་སྦྱར་ཏེ་ བཀའ་བསྐྱོད་མ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ལས་ དགུན་ཚུ་རི་བཙན་དེ་ཡང་ འདིའི་  
གསུམ་ཁར་ཚུད་པ་ཨིན་ཅུང་ ད་ཅུང་ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཡབ་སྲས་ཚུ་གི་སྦྱོན་སྦྲུལ་ ཁས་བྲལ་དམ་བཙའ་ ག་  
དེ་སྟེ་སྤུལ་ཡི་ག་སེམས་ཁར་བྲན་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ དེ་བདག་འཛིན་འཐབ་མི་  
བསྟན་འཛིན་གྱི་སྦྱེས་བུ་དམ་པ་ཚུ་སྤང་ཞིང་སྦྱོང་བ་དང་། ལྷག་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་གིས་གཙོས་པའི་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་ བད་ཡམས་སྤྱི་གཞི་འབྲེའི་གཞོན་པ་ཚུ་སེལ། འདིའི་ནང་ལས་ སྟོན་ཞོར་སེམས་  
ཙན་ལུ་ཤི་ཆད་དང་ སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་བཟའ་ཚང་འཁོར་དང་བཙས་པ་ སྦྱེ་འགྲོ་ཡོངས་གྱི་གནས་སྐབས་གྱི་  
ཕན་བདེ་དང་། མཐར་ཐུག་བྱང་ཚུབ་སྦྱབ་པའི་གོ་གསུམ་དང་ རྒྱབ་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་དགོངས་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཕོ་ལྷ་བདུད་བཙན་འདི་ དགོན་ཅུང་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་ཞི་བདག་ཨིན་མ་ལས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་  
གཏོར་གཡམས་ནང་བཙུགས་ཏེ་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱ་རྒྱུང་ལོགས་སུ་གཏང་པའི་སྐབས་ བསྟོད་པའི་  
མགུ་ལས་ མར་ཆང་སྤུད་གཏོར་ཏེ་ གནས་པོའི་དར་ལ་བཀའ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

- རི་བཙན་གྱི་གསོལ་ལ།
- འབྲི་བསྟན་འབད་ས།
- རྟ་མགྱིན་ཚེ་རིང་།

སྟོད་པ་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)

༡ དབྱར་ས་པ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

དབྱར་ས་པ།

ལྷ་ཁང་།

བྱག་དཀར་པོ།

གཡུས།

སྟོད་པའི་ས།

བསྟོན་མི།

སྟོད་པའི་རྗེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་ སློ་ལོགས་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྗེད་སེལ། མཐུན་རྒྱུ་ལེགས་ཚོགས་གོང་དུ་འཕེལ་

འདི་དོན་ལུ་སྐབས་ལུ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྟོགས་ལྡན་ཉི་ལྷེ་ཡེ་ཤེས་ གོང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་བྱོན་མ་ད་ ལུང་པའི་ལྷ་ཁ་ལུ་ མཚོ་དཀར་པོ་  
གཅིག་དང་ཕུད་མི་འདི་གིས་ལམ་སྟོན་ཏེ་ རྟོན་ལུལ་བདེ་ལྟེ་ སན་བདེ་ཁའི་ས་ཁོངས་ནང་ཕེབས་པའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ལུ་དགོངས་ཏེ་ ས་གནས་གྱི་མིང་ཡང་ལྷ་མཚོ་ཟེར་བཏགས་གནད་རུང་། ད་ལེས་ནངས་པ་མིང་གི་ལུང་  
ཉམས་ཏེ་ ལུང་མཚོ་དང་ལྷ་ཚོང་ཟེར་འབྲི་སྟོན་དང་ སྐབས་སྟོན་དང་བྱབ་སོང་སྟེ་འདུག།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གནས་པོ་དབྱར་ས་པ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་གངས་རིའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། བྱག་ཕྱོགས་བདུད་གྱི་དམག་  
དཔུང་ཐལ་བར་བརྟུག་སྟེ་ སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྲུང་ཞིང་སྐྱོང་བའི་བདེ་ཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡུས་  
ལུ་དར་དཀར་རྒྱལ་མཚན་དང་ ཕྱག་གཡེན་ལུ་སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་གནད་  
བའི་བདེ་མཚོན་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོང་བུ་བསྐྱེམས། སྐྱེ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
གྱིས་བརྒྱན། ལུང་མཚོ་གསུམ་གྱི་ཕལ་དང་ལྡན་པའི་རྟེད་ཀར་པོ་གྲུང་ཆིབས་ཏེ་ བྱང་གཏང་པའི་ཡུན་ལུ་ སྟོང་  
གསུམ་འཛིག་རྟེན་བསྐྱེད་བྱོན་ཏེ་ ལམས་གསུམ་དབང་ལུ་འདུ། མིན་གསུམ་བེལ་གྱིས་གཞོན། སངས་རྒྱས་  
གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་ དག་བགོགས་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་ཚར་བཅད་  
དེ་ བདེ་སྐྱིད་རྫོགས་ལྡན་གསར་པའི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་མི་ འཕྲིན་ལས་སྐྱུར་བའི་དག་ལྷ་ཅིག་ཨིན་པས།

དམ་བཞག།

སྒོན་གྱི་དུས་ལས་ གུ་རུ་མཚོ་སྐྱེས་དོ་རྗེ་གིས་ ཕྱག་རྒྱ་གཉེན་པོའི་ཟིལ་འོག་ལུ་མནན་ཏེ་ འགོ་བའི་ཚོ་སྒོན་གྱི་ ལུ་གཞོན་པ་སྤངས་ཏེ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྲུང་དགོས་སྟེ་ བཀའ་བསྐྱོད་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་ རུང་ཨ་མུང་བྲག་ལུ་གྲུབ་ཐོབ་ཉི་ལྷེ་ཤེས། ལྷ་མཛོན་གས་ཀྱི་དགོན་པ་ལུ་ དོ་རྗེ་རྒྱལ་པོ། བཀྲ་ཤིས་སྐྱང་ ཐེག་ཚེན་ཚོས་འཁོར་དགོན་པ་ལུ་ ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ ཉེ་མ་ལས་ཞལ་བཞེས་མཛད་མི་ ལས་ དུམ་གྲ་ཅིག་མ་ཡང་འགལ་བར་ ཉིན་ལུ་བྱེད་འབྲེལ་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྲུང་། སྐྱིན་བདག་ གི་འགལ་སྐྱེན་བར་ཚད་སེལ་ཏེ་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། བཙོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ འཕྲལ་དང་འཕྲལ་ ར་འགྲུབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དབྱར་སཔ་འདི་ བཀའ་གཉེན་དྲགས་འབད་ནི་འདི་གིས་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ ཐོག་ཕྱག་ཚེ་བའི་བྲེལ་ཕ་ འཐོན་མ་ད་ འཕྲུངས་ཡུལ་སྟོད་པ་སྟོད་བརྩུ་ཁ་ལས་ཨིན་མི་ མཁས་དབང་ལམ་བཟེས་སངས་རྒྱལ་དོ་རྗེ་ མཚོག་གིས་ བན་བདེ་ལྷ་ཁང་ནང་གི་ དབྱར་སཔ་པའི་སྐྱེ་འབྲས་ལུ་གསེར་ཕུལ་ཏེ་ བཀའ་བསྐྱོད་གནང་ ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དང་ སྐབས་དང་དབྱང་གཉེན་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དག་རྒྱུ།

དབྱར་སཔ་འདི་དམ་ལུ་མ་གནས་པའི་ཉེ་མ་ ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པའི་དགོ་སྟོང་ཅིག་ཨིན་རུང་ གལག་བསད་ བཞེས་ནི་འདི་གིས་ཉམས་གིབ་ཕོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ མ་བདེན་པའི་གཏམ་དང་ བརྟག་དབྱེད་མ་འབད་ བའི་སྒྲིན་ཨིན་པས།

བཤད་སྟོལ་གཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ གནས་པོ་དབྱར་སཔ་འདི་ སྐབ་ཕྱག་ནང་སྒོམ་ གནང་སྟེ་ཡུན་རིང་སོང་མ་མ་ཚད་ བརྩུད་ཅན་གྱི་གསོལ་ཚོགས་བཞེས་ནི་མེད་ནི་འདི་གིས་ སྐྱེ་གཟུགས་ཀྱི་ སྟོབས་ཤོར། ཞལ་གྱི་མདངས་ཉམས་ཏེ་ ཐུགས་དམ་ཨོ་ཏྲིག་ཏྲི་སྟེ་ གནང་མ་ཚུགས་པར་བཞུགས་ལུག་ཟེར་ ཨིན་པས། ཚར་གཅིག་ལུ་འབྲོག་པ་ཅིག་གིས་ གཉེར་ཚང་གཏམ་མི་འདི་ ཐབ་ཀྱི་ལྷག་ལུ་ མེ་བཙག་གུ་ ལས་མར་དབྱང་བཞག་སྟེ་ གསོལ་ཚོགས་འབད་ཕ་ད་ མེད་དོད་ཀྱིས་ཚེལ་ལུ་བཞུ་སྟེ་ ཚོད་སྐྱེར་ནང་ འཛགས་མི་འདི་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ ཉིན་ལས་ཉིན་གཅིག་ སྐྱེ་གཟུགས་ལུ་བདེ་ཉམས་བྱུང་སྟེ་ ཨ་ ཏྲག་དང་མ་འབྲས་བའི་ཉམས་རྟོགས་རྒྱལ་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་ཤ་བཞེས་ནི་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ འདུག། ཨིན་རུང་ཉམས་གིབ་དུམ་གྲ་ཅིག་ཕོག་ནི་འདི་གིས་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་། འགོ་བའི་ཚོ་ སྒོག་ལུ་གཞོན་པ་བརྩམས་ཏེ་འབད་རུང་། གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་རིམ་བྱོན་རྒྱུ་གིས་ བཀའ་བསྐྱོད་དམ་བཞག་གནང་

སྟེ་ ཐེད་ཐིམ་གཉིས་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྗང་དང་ བསྟན་པའི་སྤང་མ་སྟེ་བསྟོན་ཅུག་ཟེར་ སྐམ་ཚེ་རིང་  
དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

---

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཚ།

དབྱར་ས་པའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྟོན་པའི་ས་ལས་ཨིན་མི་སྐམ་ཚེ་རིང་དཔལ་འབྱོར།



༡ ཞིང་སྐྱོང་དབང་མོ།

གནད་དོན་བརྟན་བརྩམས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཞིང་སྐྱོང་དབང་མོ།

གནས་ཁང་།

ན་ལ་རྒྱ།

བསྟེན་མི།

ལུ་ཕྱོགས་རྫོང་ཁག་གི་མི་སེར་མང་ཤོས།

སྐྱབས་ལུ་རྒྱལ།

མི་འོར་ཟས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ཞིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་ཕྱ་ཨོན་པས།

གནད་དོན་ཁ་གསལ།

གནས་ཁང་།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་བདག་མོ་གཞི་དང་ལམ་དང་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བྱུགས་ལུ་རྒྱུད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོམོ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་བདེ་  
ཆེན་གཅིག་ལུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་བཀོད་པ་ཁྲ་ལམ་ལམ་སྐྱེ་ཤར་བའི་སྐྱུ་འཕྲུལ་ཆེན་མོ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
འཁོར་ལོའི་བདག་པོ་རྩེ་དང་བྱུང་པར་མེད་པར་སྟོམས་པར་བཞུགས་པའི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རིགས་ལྡན་མ་དང་པོ་ཉ་མ་ལུས་པའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བ། དཔལ་ཞིང་སྐྱོང་གི་དབང་མོ་རྩོ་  
རྩེ་གཡུ་སྐྱོན་མ་འདི་རྟེ་མའི་དུས་ལུ་འཛམ་གླིང་ནང་དྲག་པོ་འཇིགས་བྱེད་ལྷོ་ལྷག་ཡུལ་ཉེར་བཞི་དང་དུར་  
ལོད་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ལུ་གནས་པའི་ཆོ་ལྷ་བཞི། སྲི་བཞི། གཞོད་སྦྱིན་བཞི། སྦྱིན་པོ་བཞི། ལྷ་བཞི། ལྷ་མ་  
ཡིན་བཞི། མི་འམ་ཅི་བཞི། མ་མོ་བཞིའི་འཁོར་རྒྱུད་དབང་སྐྱུར་བའི་སྐྱབས་ལུ་ཡུལ་ཉེར་བཞིའི་ནང་གསལ་  
ལས་གཅིག་ཚ་རི་ཏུ་འདི་ཨོན་པས།

རྟེ་མ་ལ་ཡ་ཟེར་མི་ས་སྐྱོད་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཕྱི་མ་དེ་སྐྱོང་བའི་སྦྱིན་མོ་འདི་ཞིང་སྐྱོང་དབང་མོ་ཨོན་པས། ཀུན་  
མཁུན་པད་དཀར་གྱིས། ལྷག་པར་ཁོས་པ་མགོ་དགུ་སྦྱིན་མོའི་བྱིན། ཟེར་མི་དང་། ཤིན་ཏུ་ཁོས་ཆེ་རྒྱ་  
གདོང་མ། ཟེར་གསུངས་མི་དྲག་པོ་འཇིགས་བྱེད་འཁོར་དང་སྐྱུགས་བརྟུལ་ཞིའི་དོན་ལུ་འོག་མིན་གྱི་ཞིང་  
ལས་དཔལ་རྟེ་རུ་ཀ་རི་རབ་ཀྱི་ཕེ་ལུ་བྱོན་མ་ད་རྒྱལ་བ་རིགས་ལུ་གི་པོ་བྱང་དང་འཁོར་མཚོད་པའི་ལྷ་མོ་རྩེ་  
སྐྱུལ་ཉེ་ཕུལ་ནི་འདི་གིས་རིགས་གར་གཅིག་ཁར་བསྐྱུས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདྲ་མེད་སྐྱིག་མེད་འགྲམ་རྩེ་  
མེད་པ་ཅིག་གྲུབ་མི་འདི་དྲག་པོ་འཇིགས་བྱེད་འཁོར་བཅས་ཀྱིས་ལོངས་སྟོན། དབང་ལུ་འདུ། ཐིམ་པའི་  
རྒྱལ་གྱིས་བརྟུལ་ཉེ་དཔལ་རྟེ་རུ་ཀའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཚོགས་ལུ་གྱུར། དེའི་སྐྱབས་ཞིང་སྐྱོང་  
དབང་མོ་འདི་བརྩོན་འགྲུས་ཡང་དག་བྱང་རྒྱབ་ཡན་ལག་གི་བདག་ཉིད་བྱ་གདོང་མ་ཟེར་མི་དེ་ཨོན་པས།

བདེ་མཚོག་མཁའ་འགྲོའི་རྒྱུད་ལས། བོད་ཡུལ་དུ་འཁྲུག་སྐྱེས་ཏེ། །ཆུ་སྐོན་རྒྱུ་མཚན་ལག་ན་ཐོགས། །ཞི་  
ཞིང་གསལ་པོའི་གཟུགས་ཅན་ཏེ། །ཡུལ་དེར་གནས་པའི་ལྷ་མོ་ནི། །བྲག་གི་ཁྱིམ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་། །ཟེར་  
བྱུང་ལྷག། རྒྱུད་འདི་ལས་གསུངས་པའི་བོད་ཡུལ་ཙ་རི་ཉ་དང་། བྲག་གི་ཁྱིམ་ཅི་ཅར་མཁའ་འགྲོ་དོའི་སྤྲིང་  
ཕུག། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་མ་དོ་རྗེ་གཡུ་སྐྱོན་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་འདི་ བྲག་འཁྱུང་ཆེན་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་ཙ་རི་  
ཉའི། ཚེ་རྟའི་དབྱིབས་འཆང་དོ་བའི་ཕུག་ནང་ནས། །ཞིང་སྐྱོང་མ་མོའི་གཙོ་མོ་གཡུ་སྐྱོན་མ། །ཟེར་མི་དང་།  
བཀའ་ཉམ་ཆེན་མོའི་ཞི་ཚོ་ལྷ་མོའི་ཚུལ། །ཞིང་སྐྱོང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་མ་གསང་བའི་མཚན། །ཟེར་མི་དང་། ད་  
རུང་ཨེ་ཀ་རྫོ་ཏི་འཐུ་མོ་ཆེ། །བོད་སྐྱོང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་མ་སྟེ། །ཟེར་མིའི་ཚོགས་དོན་ལུ་དབྱེ་བ་དཔུང་པ་ཅིན་ཏེ་  
གོ་རྒྱུགས་ནི་མས།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྲུང་མི་ བཀའ་སྲུང་ཆ་བྱབ་གྱི་གསལ་ལས་ མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྐྱེན་བཅུན་ཆེན་མོ་དོ་རྗེ་  
གཡུ་སྐྱོན་མ་འདི་ ཕྱི་ལྷར་དུ་བོད་ཁམས་སྐྱོང་བའི་བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་གྱི་གཙོ་མོའི་ཚུལ་བཟུང་སྟེ་ སངས་  
རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྲུང་། བཀའ་སྲུང་དུ་འབད་བ་ཅིན་ རྗེ་བཅུན་སྐྱོལ་མ་དང་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མའི་རྣམ་སྐྱུལ།  
གསང་བ་ལྷར་དུ་ཚོས་སྐྱ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མའམ་ གསང་བ་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་དོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ་དང་ དོ་  
རྗེ་དབྱིངས་གྱི་དབང་ལྷག་མ་རྩེ་ རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡུམ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་དོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་མ་སྟེ་ཆ་  
བཞག་པ་ཡིན་པས།

སྲིད་པ་མ་མོའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒོ་གཞི་ ཉི་ཞི་ལུ་ཁ་ལེ་ཟེར་མི་ཡང་ ཡེ་ཤེས་གྱི་ལྷ་མོ་འདི་ལས་ལོགས་སུ་  
མེད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་ དབྱིངས་ཡུམ་ཨེ་ཀ་རྫོ་ཏིའི་དོ་བོ་ཡིན་མ་ལས་ དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་  
མཚོའི་བདག་ཉིད་ཆེན་མོ་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཚོད་ལྡན་སྤྲིགས་མ་ལྷའི་དུས་ལུ་བབས་པའི་ཚེ་ སྟོབ་དཔོན་པཎ་འབྱུང་གནས་གྱིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་  
བཏགས་ཏེ་ བོད་ཁམས་སྐྱོང་བའི་བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་གྱི་གཙོ་མོ་ལུ་དབང་བསྐྱུར། དེའི་ཕུལ་ལས་ དཔལ་  
ལྷན་འབྲུག་པ་ཚོས་རྗེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་མཚོག་གིས་ ལྷ་རིའི་གནས་སྐོ་ཕྱེ་བའི་ཚེ་ སྤྲིང་པོའི་བསྟན་པ་སེམས་  
ལས་མ་བརྗེད་པར་ སྲུང་ཞིང་སྐྱོང་འདི་ལས་བྱངས་སུལ་ཏེ་ དཔལ་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲུང་གི་གཙོ་མོ་ལུ་གྱུར་  
པའི་ཁར། ལྷག་པར་ཀུན་མཁྱེན་པཎ་དཀར་པོ་སྐྱུ་འབྱུངས་ཞིན་མ་ལས་ ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཟུམ་ མི་དང་  
མི་སྐོ་སྐྱབ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ བཀའ་ག་གནང་དང་ གསུང་ཅི་སྐྱབ་གྱི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་ནི་འདི་གིས་  
ཕྱི་ནང་གསང་བའི་སྐྱབ་སྐོར་ཡང་ལེ་ཤ་ར་མཛད་ལུག།

ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ཡང་ སྲུང་མའི་གཙོ་བོར་བསྟེན་གནང་ཞིན་མ་ལས་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་མཚོན་  
 འབྲུལ་གྱི་རྒྱུན་མ་ཚད་པར་ཡོད་པ་ཡིན།  
 འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་འདི་ སྲས་དང་འདྲམ་སྟེ་ཐུགས་བཞེད་གནང་སྟེ་ ཡུད་པ་ཐེངས་  
 གཅིག་ལུ་ སྐྱབ་ཞི་དང་ཡེ་ཤེས་ལྗེའི་རྒྱལ་ཐབས་གྱི་བདག་པོ་ལུ་ དབང་བསྐྱར་གནང་མ་མཚན་ ལུས་དང་  
 རྒྱུ་མ་བཟུམ་ཁ་བྱལ་མེད་པར་ འགལ་སྟེན་བར་ཆད་སྲུང་། སུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྐྱབ། གཞོན་པར་རྩོམ་པའི་  
 དག་དང་བཞེགས་གྱི་རུས་སྟོབས་བཞིག། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་པན་བདེ་བསྐྱབ་པའི་འཕྲིན་ལས་གྱི་  
 རྒྱུགས་དང་ མཐུ་དང་དམུང་གཉེན་མཚན་དེ་ ཡིད་བཞིན་འདོད་པའི་མགོན་སྐྱབས་མཚན་གནང་དོ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་ལྷན་པ་རྒྱལ་བ་ཤུག་རིན་ཆེན་མཚོག་གིས་ བཛོ་སྤྱིངས་འོག་མིན་གཉིས་པའི་གཙུག་ལག་  
 ཁང་ རྒྱལ་བཏབ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ ཞིང་སྐྱོང་དབང་ལོ་ལུ་གཉེར་ཁ་བཅོལ་ཏེ་ དགོན་སྡེའི་སྲུང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་  
 ཡོད་ནི་འདི་གིས་ རྟིང་མ་སྟོད་པའི་རི་མགོ་ལུ་ ད་ལི་ད་གདན་ས་བཅགས་གནང་སྟེ་ ཞིང་སྐྱོང་དབང་ལོ་  
 དགོན་སྡེའི་སྲུང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་ཞིན་མ་ལས་ ཉིན་ལྟར་གསོལ་མ་ཚད་པར་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྱིར་  
 བཏར་ལུ་གཡུ་སྐྱོན་མ་ཟེར་ལུ་མི་ཞིང་སྐྱོང་དབང་ལོ་འདི་ སྤྱི་ན་ཁ་ལུང་གཤོང་གི་སྟེ་ཁང་དགོན་སྡེ་དང་  
 གཡུས་ཚན་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ ཚོས་སྲུང་གི་གསུམ་ཁར་གཏོར་གཡུ་ནང་བཙུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚོན་སྤུལ་  
 སྟོལ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ འོར་བུ་སྐྱང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྲུང་མ་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་མ་དུ་ དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་ཤུག་  
 རིན་ཆེན་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ད་ལྟོ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཟུར་ཁར་ གནས་ཚུན་དོ་རྗེ་ཐོག་ཚོད་ཀྱི་  
 གནས་ཁང་ཡོད་ས་ སྤྱི་ཚང་སྟེ་ཡོད་པའི་སྐྱུག་ལས་འོར་བུ་ཅིག་བཞེས་ཏེ་ ག་ཏེ་བྱོན་མ་དྲག་ག་ཟེར་  
 བཞུགས་པ་ད་ དོ་རྗེ་གཡུ་སྐྱོན་མ་གིས་སྐྱུ་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་སྐྱོང་སྤུལ་ནི་  
 ཡིན་མ་ལས་ མར་བྱོན་གེ་ཟེར་ལུ་སྟེ་ སྟོན་ཉམས་སྟོབས་ལྡན་ཐང་ཅིག་ནང་གདན་འདྲེན་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
 རྟིང་མ་ས་མོ་འདི་ནང་ གནས་ཁང་ཐོག་གཅིག་མ་ཅིག་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་ གཡུ་སྐྱོན་མའི་སྐྱུ་དང་ རྒྱུད་  
 ལུང་དང་མཐུན་པའི་རྟེན་རྗེས་ཚུ་མ་ཚང་ཚང་སྟེ་བཙུགས་ཏེ་ མཚན་ཡང་གཡུ་ཁང་ནང་ཟེར་གསོལ་ཡོད་མི་  
 འདི་ འོར་བུ་སྐྱང་ལུ་གདན་ས་དང་པ་འདི་ཡིན་མ་དུ། རྒྱལ་མ་རྗེ་མཁན་མ་དག་དབང་དོན་ལྡན་མཚོག་གིས་  
 གནས་ཁང་ཐོག་སངས་སྟེ་ ཐོག་ཁར་གཡུ་སྐྱོན་མའི་བཞུགས་ཁང་དང་ འོག་ཐོག་ལུ་གཟིམ་ཅུང་སྟེ་ཡོད་མི་  
 འདི་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ཉེ་མ་ག་ཡིན་མ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

---

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

གཡུ་སྒྲོན་མའི་གསོལ་ལ། མཚན་སྒོལ་སྐྱབ་བཟེས་ཏེ་མགྲིན་ཚེ་དབང་གིས་མཛད་མི་ དཔལ་འབྱུག་དག་འདུན་  
ཕུག་སྒོལ་ཆ་ཤས་བསྟན་འཛིན་གཞོན་ལུང་དགའ་ཚལ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ལོ་རྒྱུ་སྐད་ལས་བསྟན་འཛིན་རྒྱལ་མཚན།

३ ཡངས་མ་པ།

གནད་དོན་བརྟན་བརྩམས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ཡངས་མ་པ།
ལྷ་ཁང་།	ཡངས་མ་དགོན་པ།
གཡུས།	པོད་སྐར་བ།
བསྟེན་མི།	པོད་སྐར་བ། ཡུ་གྲིང་གསུམ། སྐུ་མ་གཤེད་ལོག་གི་མི་སེད།
སྐབས་ལུ་ཚུལ།	གཞི་བདག་འདི་གཡུས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚོར་བས་གསུམ་ ལུ་རྒྱུ་དཔེ་འབྲུང་མི་བརྟུག་ནི་དོན་ལུ་སྐབས་ལུ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཚོས་རྗེ་དག་དབང་པད་དཀར་གྱི་གནད་ན་ས་ཡངས་མའི་དགོན་པ་འདི་ ཐིན་ལས་སྐར་ལས་རྒྱུ་ཐང་སྟེ་ ཅུས་  
ཡུན་ཚུ་ཚོད་༣ དེ་ཅིག་འགོ་རམ་ཨིན་རུང་ རྩ་ལོག་གི་རི་མགོ་སྐར་དཀར་པོ་ལས་ སྐུ་མ་འཁོར་ནང་གི་ལོ་མི་  
༧ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ མཐའ་འཁོར་གིང་དང་མེ་ཏྲོག་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར། སྟོད་ཉམས་སྟོ་བའི་སྐར་  
ཐང་ནང་ ཡངས་མའི་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་འདི་ ག་ནི་བ་ག་བེ་བཟིང་ཆེ་ཏྲོག་ཏྲོ་སྟེ་ཆགས་ཏེ་འདུག།  
གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆའི་སྐུན་འཕྲེན་ནང་ལུ། གྲི་ བདེ་སྦྱིད་སྐུན་སྐུམ་ཚོགས་པའི་མཚོག པའི་ཚེན་སྐུངས་པ་འབྲ་  
བའི་རི། །སྐུན་གྱི་སྟོན་པ་སྐྱ་ཚོགས་རྒྱས། །ཡམ་ལག་བརྒྱད་དང་ལུན་པའི་ཚུ། །རྒྱན་ཚད་མེད་པར་འབབ་  
པའི་གནས། །ལྷ་ཡུལ་དགའ་ལུན་ལྷ་བྱ་གནས། །ལྷ་མཚོག་ཡངས་མི་བདག་པོ་ལྷོད། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་  
བཟུམ་སྟེ་ ས་གཞི་ཡངས་པ་བདེ་སྦྱིད་སྐུན་སྐུམ་ཚོགས་པའི་གནས་ རི་ཚོར་བྱ་སྐུང་བཞག་བཞག་པ་བཟུམ།  
གིང་དང་མེ་ཏྲོག་ཚུ་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ དགའ་ལུན་ལྷ་ཡུལ་བཟུམ་གྱི་དགོན་སྟེ་འདི་ ཅག་ཏྲོག་ཏྲོ་སྟེ་ བྱ་  
བྱིའུ་ཚུ་ཚུ་གིས་རྒྱན་སྐུར་བསྐྱུར་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་འདི་ནང་ ག་དེ་ཅིག་སྟོད་རུང་བསྐུན་མི་ཟེར་མ་  
མེད་པ་ད་ འདི་འི་ནང་ལས་ཡང་ སྐུ་བ་པར་བརྩོན་མི་ཚུ་ལུ་ ཉམས་ཏྲོགས་འཕེལ་བའི་རི་ལྷོད་ཅིག་ཨིན་པས།  
སྐབས་ཐོབ་དག་དབང་བསམ་གཏན་གྱི་ལལ་སྟོབ་ ཚོས་རྗེ་དག་དབང་པད་དཀར་གྱི་རྣམ་ཐར་ ཅང་སྟོང་དགེས་  
པའི་སྐུ་དབྱངས་ལེའུ་དུག་པའི་ནང་ “ཚོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ སྟོད་པའི་ནགས་ཁར་བཞུགས་པའི་ཉིན་གཅིག་ལུ་  
དག་དབང་རིན་ཆེན་དང་མཉམ་དུ་ དེའི་རི་ཕྱེར་སྐུ་ཁམས་སེང་བར་བྱོན་པས། ཡངས་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོངས་

སྲོ་ལྡང་གི་རྩ་འཇམ་པོས་ལེབས་ཤིང་། མཐའ་འཁོར་ཤིང་ནགས་ཀྱིས་མཛོས་པ། དྲངས་ཤིང་བསེལ་བའི་ཚུ་  
མཚོ་མེ་ཏྲག་གིས་བརྒྱན་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། བག་ཤེབས་པའི་རི་དྲགས་ཀྱི་ཚེད་ཐོ་བརྩུང་བ། དམྱིད་གསུམ་  
ལུ་བྱུག་དང་ རི་བྱ་སྐད་སྟོན་ཅན་མང་པོའི་སྲུ་དབྱངས་དང་ལྡན་པ་ ཅང་སྲོང་གི་གནས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
ཞིག་གཟིགས་པས་སྲུགས་ལྷག་པར་འཕྲོག་སྟེ། བཞུགས་ཁང་གསར་དུ་བཙོས་པ་དེ་ལ་ཆགས་ཞེན་སྲུ་ཅམ་  
ཡང་མེད་པར་ གནས་དེར་བཞུགས་དགོས་ཚུལ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་གསུང་བས་བཀའ་བཞེན་སྐྱབ་པས།  
བསངས་མཚོད་བཀའ་ཤིས་རེ་སྐོང་གིས་མཚོག་གསུམ་མཉེས་པ་དང་ དེར་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ཚེན་པོ་  
ཡངས་མ་པ་འཁོར་བཅས་ཀྱང་དགའ་བར་མཛད་དེ་ ས་ཁང་རྒྱང་དུ་ཞིང་སྲུར་བར་བཙོས་ཏེ་ཡངས་མ་རྒྱལ་  
བྱེད་ཚལ་ཅེས་མིང་ཡང་དགེ་བར་གནང་དོ།” ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

ད་རུང་ནམ་ཐར་ནང་ལུ་ དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་གོང་མ་མང་རབས་ཅིག་གི་གསུང་ལས་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་ཚུ་  
ག་སྲུགས་མཉེས་མི་འདི་འབད་དགོ་ཟེར་ཡོད་པ་བརྩམ་སྟེ་ གཏོར་ཚོག་ཚོག་དོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཅིག་  
ལྷགས་ཚུམ་མཛད་གནང་སྟེ་ འདི་ནང་ལས་ ས་གནས་གཞན་ཁར་མི་འབྱོན་པའི་སྲུགས་བཞེད་གནང་ནི་  
འདི་གིས་ གཞི་བདག་ཡངས་མ་པ་ཡང་གནམ་མེད་ས་མེད་མཉེས་ལུག།

རྟིང་མ་དེ་དང་ཐག་ཉེ་བའི་སྲུང་རྒྱང་དཀར་པོ་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ སྲོ་ལོགས་ཁའི་གཡུས་ཚན་ནང་ རི་  
པག་ཐོན་ཏེ་ ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོན་པ་བཀའ་ལཱ་ད་ མི་སེར་རྒྱ་གིས་ རི་མགོ་ལུ་ཚོས་པ་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་  
གཞི་བདག་ཁོས་པ་ཨིན་པས་ཟེར་ལུ་ཕྱ་ད། ཚོས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དེ་སྟེ་ཨིན་པ་ཅིན་དཔའ་བོ་རྣལ་འབྱོར་མ་  
ཅིག་འཁྱིད་འོང་ཞེན་མ་ལས་ གཞི་བདག་སྲུགས་དབྱེས་མི་དབྱེས་བལྟ་གོ་ཟེར་གསུངས་མི་དང་འཁྲིལ་ཏེ་  
གཟིམ་ཅུང་སྐོ་ཁར་མོ་བཏབ་པའི་སྐབས་ ལྷ་ཚེན་ཡངས་མ་པ་དངོས་སུ་འཇུག་ཏེ་ ཚོས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་ས་  
གནས་གཞན་ཁར་མི་བྱོན་པར་ ལྷ་དའི་ས་ཁོངས་ནང་ར་བཞུགས་ནིའི་ཕྱིས་བཞེད་ཨིན་པས། ལྱེད་མི་ངན་ཚུ་  
གིས་དེ་བརྩམ་སྟེ་འབད་ནི་ཨིན་ན་ཟེར་དགོངས་མ་ཁྲེལ་ཕྱ་ད་ ག་ར་འདྲོག་པ་བྱེལ་འཐབ་སྟེ་བྱོག་ཡར་སོང་  
ལུག།

གཞི་བདག་ཡངས་མ་པ་གིས་མི་དང་མི་ཁ་སྐབ་དོ་བརྩམ་སྟེ་ ཚོས་ཇེ་དག་དབང་པད་དཀར་གྱིས་ བཙོལ་  
བའི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་སྐྱབ་ནི་འདི་གིས་ ལྷ་མ་ཐར་ནང་ལུ་ བཟེ་བའི་མཚོད་སྐྱིན་འོ་མ་སྐྱིན་པའི་  
མཐུས། །དཀར་ཕྱོགས་སྐོང་བའི་ཡུལ་ལྷ་སེམས་ལྡན་དུང་། །མི་མཐུན་ཚུ་སྐྱིན་བཙོལ་པའི་ལས་བྱེད་  
མཁན། །གང་གི་བཀའ་ཡི་ངར་ཐོད་རྟག་པར་འཛིན། །ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།



### ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དགེ་བསྐྱེན་ཡངས་མ་པ་འདི་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། ཕྱག་གཡོན་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
རྟོན་ནང་ལུ་ ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྡན་པའི་ཞོ་དང་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་  
བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ འཛད་མི་ཤེས་པའི་ཞོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་། རླུང་བ་མཚོགས་པའི་རྟ་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་  
ཆིབས་ཏེ་ ལྷོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་ ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱོར། གཡམས་གཡོན་ལུ་ ཡུམ་སྲས་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



### དམ་བཞག།

དགོན་སྡེ་དེའི་སྲུང་མ་གཞོན་སྤྱིན་གྱི་སྡེ་དཔོན་ཆེན་པོ་ སྲིད་པའི་གཏེར་བདག་ལྷ་ཆེན་དགའ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་  
དགེ་བསྐྱེན་ཆེན་པོ་ཡངས་མ་པ་འདི་ ལྷོན་ཆོ་སློབ་དཔོན་པརྩ་འབྱུང་གནས་དང་། དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་ཡབ་  
སྲས་ཚུ་གི་ བཀའ་དང་དམ་ཚིག་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ་ རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་དང་ ཆོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
མངའ་ཐང་གོང་ལུ་འཕེལ། ལྷག་པར་ཡུལ་རྩོགས་འདི་ནང་ ལོ་ཕྱགས་རྟག་ཏུ་ལེགས། ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ།  
ནད་སྤྲུག་ལྷག་ཚོད་རྒྱུན་ཆད་དེ་ མཚོག་སྤུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབབ་དོ་བཟུམ་གྱི་སྲོང་གོགས་མཛད་པ་  
ཨིན་པས།

## གསོལ་མཚོད།

ཡངས་མ་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ སྤེ་རུ་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་ཁ་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བོད་སྐར་ན་དང་  
སུ་གྲིང་གསུམ་གཡུས་ཚན་གྱི་ བྱལ་པ་མ་མང་ཤོས་ཀྱིས་བསྟེན་སྲོལ་ཡོད་པ་ལས་ ལོ་ཚོག་སྐབས་ ཚོས་སྲུང་  
གི་གསུམ་ཁར་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེན་པར་ སྐྱ་རྒྱུང་སྟེ་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

## དག་རྒྱལ།

ཡིག་ཆ་ཇེ་མཁན་ལ པ་རྒྱལ་བ་ལྷ་ཀྱ་རིན་ཆེན་མཚོག་གིས་ བ་ལུ་རྒྱ་དགོན་པ་ཆགས་བཏབ་གནང་སྟེ་ ས་གོ་  
འདི་ནང་ལས་ལུ་ཁ་ཐུག་ལུ་གཟིགས་པ་ད་ ད་སྟོ་ཡངས་མ་དགོན་པ་ཡོད་སའི་རིའི་ཐད་ གནམ་མཁའ་  
གཡའ་དག་པའི་གྱར་ དར་ལམ་དབྱང་པའི་འོག་ལུ་ དགའ་ལུན་པོ་བྱང་གི་བཀོད་པ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་  
གཟིགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་ཡང་ས་ཁོངས་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ མཐའ་འཁོར་བྱང་རྒྱུ་ལྗོན་པའི་ཤིང་གིས་བསྐྱར་ཏེ་ རྒྱུབ་པར་  
བཞུགས་མི་རྒྱ་ལུ་ ཉམས་རྟོགས་འཁྲུངས་ས་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ རྒྱབ་དབང་  
ཀམ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ གོང་མའི་ཞལ་རྒྱུན་དང་ལུང་བསྟན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དེས་དོན་ཡངས་པའི་ཞིང་  
ཁམས་ཟེར་མཚན་གསོལ་ཡོད་པ་སྟེ་ སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བཤད་པ་མ་ཚད་ ཚོས་ཇེ་  
དག་དབང་པད་དཀར་གྱི་རྣམ་ཐར་ དྲང་སྲོང་དབྱེས་པའི་སྤྱུ་དབྱངས་ནང་ཡང་ “བསངས་མཚོད་བཟླ་ཤིས་  
རེ་སྐྱོང་གིས་མཚོག་གསུམ་མཉེས་པ་དང་། དེར་གནས་གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ཡངས་མ་པ་འཁོར་བཅས་ཀྱང་  
དགའ་བར་མཛད་དེ། ས་ཁང་རྒྱུང་རྒྱུ་ལུ་བ་བཙོས་ཏེ་ ཡངས་མ་རྒྱལ་བྱེད་ཆལ་ཅེས་མིང་ཡང་དགེ་བར་  
གནང་དོ།” ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

## རྒྱབ་རྟོན་ཡིག་ཆ།

ཡངས་མ་པའི་གསོལ་ཁ། ཚོས་ཇེ་དག་དབང་པད་དཀར་གྱི་རྣམ་ཐར་དྲང་སྲོང་དབྱེས་པའི་སྤྱུ་དབྱངས།

## འདི་བསྟན་འབད་ས།

མཚམས་པ་སངས་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན།

༤ བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟོན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར།

དཀོན་མཆོག་དཔལ་རི་ལྷ་ཁང་།

ལེམ་རྒྱ་ཁ།

ལེམ་རྒྱ་ཁའི་མི་སེར།

གཞི་བདག་འདི་ གཡུས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་འབད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚོར་ཟས་གསུམ་  
ལུ་རྒྱུ་དང་འབྲུང་མི་བརྟུག་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་ཕྱ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཐིམ་ཕུག་དང་སྤུ་ན་ཁའི་གཞུང་བར་ན་ རྟོན་པ་ཐིན་ལས་སྐང་ལས་ ཁ་ཡར་ལྷ་ས་ནམ་ཞིང་ལམ་བདེ་ལྷོ་  
ཀི་ལོ་མི་ཏར་༢ མ་ལང་མ་ཅིག་འགྲོལ་ད་ རྟོན་ཉམས་སྤོ་བའི་ལེམ་རྒྱ་ཁ་གཡུས་ཚན་ནང་རྟོན་པ་ཨིན་པས།

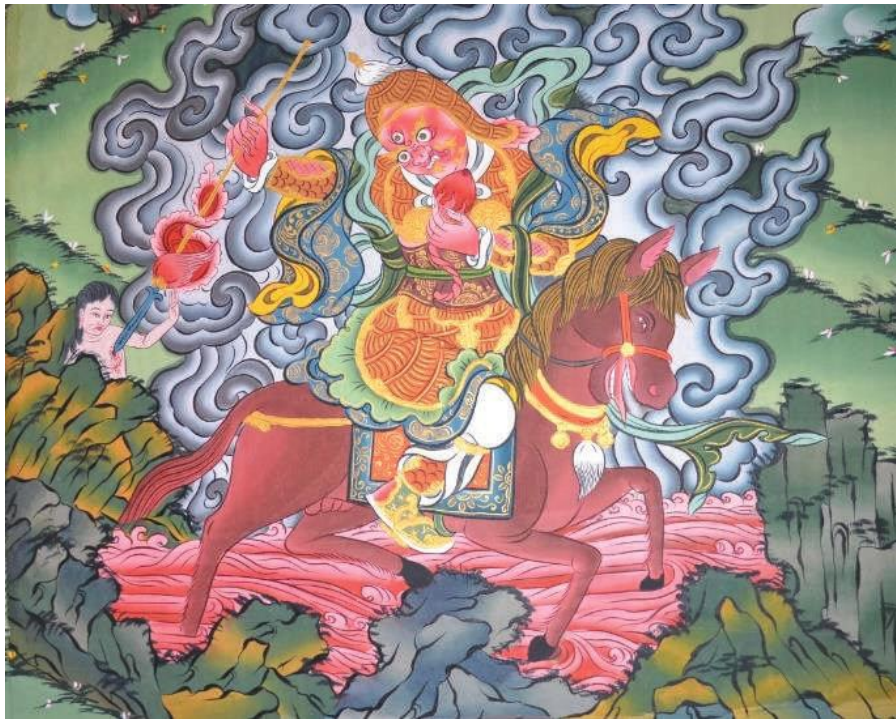


ཕུན་ཚོགས་ལུ་ལྷན་ལྷ་ཡི་ཞིང་ཁམས་དང་འདྲ་བའི་ལུང་གཤོང་ ལྷོན་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་སྤོ་ཚོགས་ཀྱིས་མཐའ་  
བསྐྱོར། དགའ་སྦྱིན་ལྷན་པའི་ཚོས་འཁོར་དཔལ་གྱི་རི་ལུ་བཞུགས་པའི་ ལུལ་བཙན་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་  
འཁོར་ལྷ་ལྷ་གཟའ་བདུད་མ་སངས་སྤོན་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པལས་ གནས་ཁང་གི་ས་

ཁོངས་ནང་ ཤིང་གཅད་ནི་དང་ གཙང་བཙོག་ཞུགས་པ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་བཟ་མ་ཤིས་པ་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ལྷ་ཆེན་དག་བསྟེན་བཟ་ཤིས་དཔལ་འབར་འདི་ སྐྱུ་མདོག་དམར་པོ་ ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་ སྐྱུ་  
གསུམ་སྣང་མིག་ཏུ་གཟིགས་པ། ཕྱག་གཡམས་ལུ་ མདུང་དམར་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟན་པའི་དགྲ་བོ་བསྐྱལ་བ།  
ཕྱག་གཡོན་ལུ་དམ་ཉམས་དགྲ་བོའི་ དོན་ཉིང་བསྐྱམས་ཏེ་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། ཏྲ་  
དམར་རླུང་གི་གཞོག་ཅན་ལུ་ཆེབས་ཏེ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཚོ་གཡེལ་བར་མེད་པར་མཛད་པ་སྟེ་  
ཨིན་པས།



### དམ་བཞག།

བདེ་གཤེགས་ཀྱན་གྱི་རུས་པའི་གཟུགས། །པདྨ་འབྲུང་གནས་ཐོད་ཐོང་ཙམ། །སྤང་སྤྲིད་ལྷ་སྤྲིན་དྲེགས་པའི་  
 མགོན། །ངལི་བཀའ་ལས་མ་འདའ་ཞིག །སྟོབས་ལྷན་དྲེགས་ལྷན་བཙན་ཚོད་ཚོད། །པད་འབྲུང་ལ་སོགས་  
 རྒྱལ་བའི་བཀའ། །དམ་ཅན་གཉན་པོ་བཟེར་དགོངས་ལ། །མ་གཡེལ་བཙོལ་བའི་ཐིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་  
 གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ། །ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་ལས་མ་འགལ་བར་ །སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པ་སྤང། །སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚུ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད་དགོཔ་སྟེ་ཨིན་པས།

### གསོལ་མཚོད།

ལྷ་ཆེན་དག་བསྟེན་བཀའ་ཤིས་དཔལ་འབར་འདི་ །གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་གཞི་བདག་ཨིན་མ་ལས་ །ལོ་ཚོག་  
 གཏང་པའི་སྐབས་ །གཏོར་གྲལ་བཙུགས་ཏེ་ །ཚོས་སྤང་གི་གྲས་ཁར་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ །སྐྱ་རྒྱུང་  
 ལོགས་སུ་གཏང་པའི་སྐབས་ །བསྟོད་པའི་མགྲུ་ལས་ །མར་ཆང་ལྷུད་གཏོར་སྟེ། །གནས་པོའི་དར་ཁ་བཀའ་  
 །སོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཀའ་ཤིས་དཔལ་འབར་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

དགོན་མཚོག་རོ་རྗེ།







སྟོང་མ་འདི་ལྷུ་ལྷ་ད་ ཚིབས་གྲལ་གྱི་རིམ་པ་སྒྲིག་སྟེ རང་སའི་བྱིམ་གྱི་མཚོད་བཤམ་ནང་གདན་འདྲེན་ལུ་  
ཞིན་མ་ལས་ ལྷུ་གསོལ་སྤུལ་འབད་སྟེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མ་ཡིན་པས།  
སི་རྟོ་ཁ་དང་རི་ནགས་ཁའི་བྱལ་པ་ཚུ་སྟོར་རྒྱུ་སྟེ་ ཅ་པོ་མི་<sup>༣</sup> བཏོན་ཏེ་ ལོ་ལྷོ་རྒྱུ་<sup>༣</sup> པའི་ནང་ དམངས་  
གྱི་རིམ་གོ་དང་འབྲེལ་བཞག་སྟེ་ སི་རྟོ་དཀོན་མཚོག་ལུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་ཏེ་ མགོན་པོ་ནང་གཏོར་གྱི་དར་ཁ་  
བཀལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### དག་རྒྱུན།

སྤྱོད་པ་ཅིག་ རི་ནགས་ཁར་ ལྷ་བཙུང་པར་སོང་སྟེ་ལོག་པ་ད་ སི་རྟོ་ཁ་ལྷ་ཁང་ནང་ལས་ སི་རྟོ་དཀོན་  
མཚོག་ཟེར་མི་ཟངས་སྐུ་འདི་ཨར་མ་བརྒྱ་འབག་སྟེ་ བད་ཅུང་ནང་བཙུགས་འབག་སྟེ་ སྟོན་པའི་ལོང་རྒྱ་  
བརྒྱལ་མ་ད་ སྐུ་འདི་གིས་ཨལ་སྤྱོད་པ་ ང་རྒྱ་ནང་ལུ་བཀོ་མ་ད་ཟེར་གསུང་བྱོན་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རུང་  
ཡན་བདེ་ཁ་གཡུས་གྱི་དང་རི་སྤྱུག་སྟོན་པ་ད་ ང་རོ་བྱི་ལུ་སྐྱེལ་མ་ད་ཟེར་གསུང་བྱོན་ནི་འདི་གིས་ སྤྱོད་པ་  
འདི་གནམ་མེད་ས་མེད་རྣམ་རྟོག་ལངས་ཏེ་ ལྷ་ཁང་ཅིག་ནང་སྐྱེལ་མ་དུག་ནི་མས་ཟེར་ལོག་གིང་ལྷག་སྟེ་  
འཕྲིན་ལས་སྐྱང་ལྷ་ཁང་གི་སྟོན་ཐེ་གུར་ བསྐྱེལ་བཞག་སྟེ་ཡར་སོ་ལུག་ཟེར་ཡིན་པས།

དཀོན་གཉེར་འདི་དཀར་མེ་སྤུལ་བར་འགྲོམ་ད་ སྟོན་ཐེ་གུ་ལུ་སྐུ་ནགས་རྒྱུང་གུ་ཅིག་ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ་ འཕུ་  
ཞིན་མ་ལས་མཚོད་བྱི་གུར་ བསྐྱེལ་བཞག་པའི་དེ་ཚེ་ལུ་བྱེད་དེ་ཅིག་ཁ་ལས་ ལྷ་ཁང་ནང་དང་དུང་ཟེར་  
གནམ་མེད་ས་མེད་བྱེལ་མ་འཐབ་པའི་སྐད་གོ་སྟེ་ ལྷ་བར་སོང་མ་ད་ ལྷ་ཁང་གི་སྐུ་རྒྱ་གར་ས་ཁར་སྟོན་བཀོ།  
སྐུ་རྒྱུང་གུ་འདི་ བཞུགས་ཁང་གི་ལྷག་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་མངལ་མ་ལས་ དཀོན་གཉེར་འདི་ཡང་ ཚར་  
གཅིག་ཉམ་ཐལ་ཐལ་སྟེ་ ག་ནི་ཡང་འབད་ནིའི་རང་དབང་མེད་པ་ཡར་སོ་རུང་ ཨ་ཅི་ཅིག་ཁ་ལས་ ལུག་  
སྤུང་གསུམ་འཚོལ་འབད་སྟེ་ གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ས་གནས་ག་ཏེ་ཡིན་ན་ ལུང་བསྟན་གནང་དགོ་པས་ཟེར་  
ལྷུ་ལྷ་ད་ རི་ནགས་ཁ་དང་སི་རྟོ་ཁའི་བར་ན་ ས་གནས་སྤྱི་སི་སྐང་ཟེར་སར་ མེ་རྟོག་གི་ཚར་འབབ། གཞའ་  
བསྟོར་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ ས་གནས་དེ་ཁར་ལུང་བསྟན་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ཤེས་ཏེ་ སྐུ་འདི་དེ་ཁར་བསྐྱེལ་ཡོད་པ་ད་  
ལུ་ལས་དམངས་གྱིས་ ལྷ་ཁང་ཐོག་གཅིག་མ་ཅིག་བཞེངས་མི་ནང་ བཞུགས་སུ་གསོལ་ལུག་ཟེར་ཡིན་  
པས།

བོད་སྐད་ནང་ལས་པོ་ཀུན་ཅིག་ ཁོ་རའི་གནས་མོ་ཨ་ལུ་སྐྱེས་ཏེ་ ལྷ་བསང་ར་མ་བཏང་པར་ དེ་ནགས་ཁ་ལུ་  
དཀོན་མཚོག་མཚོད་པར་འོངམ་ད་ སི་ཏོ་དཀོན་མཚོག་གི་སྐུ་འདི་ ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་སྐོར་ ཁེང་པ་སྐོང་ཁོག་  
ནང་ མགུ་མཚུག་སྐྱེ་བཞུགས་ལུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་ལས་ཁོ་གིས་ སྐུ་དེ་འདི་ནང་ལས་ལུ་སྐྱེ་ ལྷ་ཁང་ནང་  
བཞུགས་སུ་གསོལ་ཞུ་ནམ་ལས་ དཀོན་མཚོག་མཚོད་སྐྱེ་ གཡུས་ཁར་ལོག་པའི་ལམ་ཁར་ དོམ་གྱིས་ཟ་ད་  
ལུག་ཟེར་ཨིན་པས།

---

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།  
དཔའ་བོ་ཀུན་བཟང་།

## ༤ བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བརྟན་བསྟན།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས།

གནས་ཁང་།

ན་ལ་རྒྱ།

བསྟེན་མི།

ན་ལ་རྒྱ་དགོན་པ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཚོས་འཁོར་དཔལ་གྱི་ན་ལ་རྒྱ་དགོན་པ་ཆགས་ས་སྐང་དང་གཤོང་རི་དང་བྲག་ཚུ་མིག་ལུ་གནས་པའི་གཞི་

བདག་མཐུ་རྩལ་ཅན་ རྒྱལ་བའི་ལུང་དང་ རྟོགས་པའི་ཚོས་སྤང་ཞིང་སྦྱོང་ནི་ག་བ་དྲགས་ ཚོས་སྦྱོང་

བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས་འདི་ གསང་བའི་ཡུམ་སྟོན་མོ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྟོན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་བསྐྱོར་ཏེ་

བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དགོན་སྡེའི་སྤང་མ་བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ ཞལ་འཛུམ་མཚར་བའི་མདངས་དང་

ལྡན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་རིན་ཆེན་བུམ་བཟང་བསྟམས་པའི་ནང་ལས་ ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཚུ་བོའི་གཏེར་

རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བབ་སྟེ་ ལོ་ཐོག་དང་ཤིང་སྐྱ་མེ་ཏོག་ཚུ་རྒྱས། སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱོམ་པའི་གདུང་བ་

སེལ་གནང་། ཕྱག་གཡོན་པར་བསྟམས་མི་ གསེར་གྱི་གཞོང་མ་ནང་ལས་ ཟས་ལོ་ལོངས་སྦྱོང་འདོད་

དགའི་ཆར་རྫོགས་ནི་མེད་པར་འབབ་མི་འདི་གིས་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་བདེ་སྦྱིད་སྟེལ་གནང་། སྟོན་མོ་

བརྒྱད་གཉིས་བརྟུ་དུག་གི་ལང་ཚོ་དང་ལྡན་པའི་ གསང་བའི་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་དགོ་བ་སྐྱེ་བ་

པའི་འབྲས་བུ་གིས་ མཐུ་དང་སྟོན་བས་དང་གཟི་བརྗིད་ཀྱིས་ དཔལ་དང་ལྷགས་དང་སྐལ་བ་བཟང་། ད་ལྟོ་

ཚོས་ལུ་འབྲེལ་བ་འབད་མི་འདི་གིས་ བསོད་ནམས་བདུད་རྩི་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འབྱུང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་

ཁམས་འདི་ནང་ བདེ་སྦྱིད་འཕེལ་བའི་སྤོངས་གོགས་དང་ སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ དེ་བདག་

འཛིན་འབྲབ་མི་དགོ་འདུན་ཚུ་ལུ་ འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པའི་གོགས་མཛད་གནང་མ་ཨིན་པས།

### དམ་བཞག།

སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དང་ ལྷག་པར་སྤྲོད་སྤྱོད་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ སྤྱི་འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་  
འཚོ་སྤངས་ཏེ་ བདེ་སྤྱིད་འཕེལ་བའི་སྤོངས་གོགས་དང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ དེ་བདག་  
འཛིན་འཐབ་མི་དགེ་འདུན་མ་ཚུ་ལུ་ འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པའི་གོགས་མཛད་ནི་སྟེ་ ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་དེ་ལུ་  
གནས་དགོ་པའི་ ཐུག་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱལ།

རྗེ་མཁའ་ཁྲི་རབས་༥ པ་ རྒྱལ་བ་འཕྲུ་རིན་ཆེན་མཚོ་ག་གིས་ བ་ལ་རྒྱ་དགོན་སྟེ་ཕྱག་བཏབ་གནང་ཞིན་མ་  
ལས་ ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་འདིའི་ གསོལ་ཁ་ཅིག་གསར་རྩོམ་མཛད་དགོ་པས་ཟེར་བྱུགས་བཞེད་གནང་  
སྟེ་ ཞལ་སྤོན་གནང་ཟེར་ལོག་ཅི་ར་གསུངས་རུང་ བྱུགས་འདོད་བཞིན་འགྲོ་མ་བཏུབ་ལས་ དགོངས་མ་  
ཞེལ་སུ་འཚམས་ཅིག་སྟེ་ གཞི་བདག་ཚུད་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན་ཨིན་མས་ཟེར་གསུངས་ཏེ་ གནས་པོ་འབྱུང་  
པོ་མི་མ་ཡིན་གྱི་ གསོལ་ཁ་ཕྱོགས་སྦྱིག་གནང་ནི་འདི་གིས་ རྟེན་འབྲེལ་འབྱུགས་ཏེ་ འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་  
གོགས་ དེ་ཨིན་ཟེར་ཐ་ཅིག་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མཛད་པ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་བར་སྐབས་གཅིག་ཁར་ དགོ་  
བཞེས་སྐྱོ་སྤོབ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ ཏེ་མ་གི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ གནས་པོའི་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན་ཟེར་ཡོད་མི་  
འདི་བཏོག་སྟེ་ གནས་པོ་གཞི་བདག་མཐུ་རྩལ་ཅན་ཟེར་བཀོད་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མཚན་ཡང་ཚོས་སྤོང་  
བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས་ཟེར་གསོལ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

---

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

མི་མ་ཡིན་གྱི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

མཁའ་པོ་ཆེ་དབང་།

## ལ རྩ་བཅུད།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྩ་བཅུད།

དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོའི་བྱུག།

ལྷོ་ལ།

ལྷོ་ལ། ལམ་ལྷག་ལ། ལྷོ་བཅུ་ལ་དང་ ལྷོ་ལོགས་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་  
སེད།

གནད་དོན་རྒྱལ་པ།

གནས་ཁང་།

ཐིམ་ཕུག་ལས་སྐྱེན་ལོའི་སྐྱུམ་འཁོར་ལམ་བདེ་སྟེ་འགྲོལ་ད་ ལྷོ་དཔ་འཕྲིན་ལས་སྐྱང་བཀལ་ཏེ་ མཇུལ་  
སྐྱང་མ་ལྷོ་དཔ་ཅིག་གི་ལུང་ག་ཤོང་ནང་ སྐྱུམ་འཁོར་ལམ་ལྷག་བྱུག་གི་ཤེད་པ་ལས་ གནམ་བུར་དགུན་མེད་  
པར་སྐྱོམ་རྒྱུང་གཅིག་སྟེ་འཕྲོན་མི་རྒྱ་འདི་ དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོའི་གྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་མ་དུ་ དེ་ཡང་བྱུག་གི་ནང་  
ན་ཡོད་པའི་ དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོའི་སྐྱེ་མཚའི་རྒྱུ་ཡིན་པས།



ནང་ལྟར་སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་མཁའ་དབྱིངས་ལུ་ རང་སྣང་དབྱེས་པའི་ཕོ་བྲང་གཞལ་ཡས་  
ཁང་གི་བཀོད་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་དང་། ཕྱི་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ བྱང་ཆུབ་ལྡོན་པའི་ལྷ་ཤིང་གིས་བསྐྱེད་  
བའི་སྤྲུག་ལུ་ ལུ་ལྟར་ཅ་གྲོང་འབྲུགས་པའི་ཙ་བར་ འཇུར་མེད་དོ་ཟེ་བྲག་གི་གནས་མཚོག་ལས་ གསང་  
མཚན་དབང་ཚེན་དོ་ཟེ་བེར་ལུ་མི་ལྷ་བདུད་འདི་ གསང་བའི་ཡུམ་སྤྲུལ་མོ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྤྲིན་གདུག་པ་ཅན་  
ཚུ་གིས་བསྐྱེད་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།**

ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ ལྷོ་བས་དང་རྩུ་འབྲུལ་ཚད་མེད་པ། ལས་ཀུན་མཛད་པའི་མཐུ་བོ་ཆེ། དབང་ཕྱག་དོ་  
རྗེ་དག་ཅུལ་ཅན། ལྷོད་པ་ལུང་གསུམ་གྱི་བདག་པོ་ལུ་བདུད་ སྐྱེ་མཛོག་སྤོད་མར་ ཞལ་མའི་ཉམས་དང་ལྷན་  
པ། སྐྱེ་ལུ་དར་གྱི་ན་བཟའ་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན། ཕྱག་གཡས་པ་གིས་ རུ་མཚོན་གནམ་ཁ་  
ལུ་འཕྱར་ཏེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་བཞུགས་མི་དག་པོ་དང་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་ གཞོད་པའི་གདོན་  
བཞེགས་ཚུ་ ནམ་ཤེས་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལུ་འབྲེན། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་བུམ་པ་བསྐྱེམས་ཏེ་  
སྤྱིར་སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་དང་ ལྷག་པར་སྤོད་པ་ལུང་གསུམ་གྱི་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་ཚུ་ལུ་ ཡིད་བཞིན་  
འདོད་པའི་ཟས་ཞོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་། རྟ་དཀར་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་གུར་ཆིབས་ཏེ་ ཡུད་པ་བེངས་  
གཅིག་ལུ་ ལྷོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བསྐྱེད་བྱོན་ཏེ་ ཁམས་གསུམ་དབང་ལུ་འདུ། སྤོད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་  
གཞོན། ཨ་ལྷེ་དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོ་ ལུ་སྤོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་གིས་བསྐྱེད་ཏེ་ སྤྱིན་བདག་གི་འགལ་  
རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པ་སྐྱབ། ཚོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་དབང་ཐང་རྒྱས་པ་དང་ བཙོམ་བའི་  
འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་མཛད་གནང་མ་ཨིན་པས།

**གདམ་བཞག།**

ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ ལྷོ་བ་དཔོན་པལ་ལྷོང་གནས་གྱིས་ ལྷ་སྤྲིན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ དམ་བཅུགས་གནང་བའི་  
སྐབས་ལས་ ལུ་བདུད་དེ་ཡང་ དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུལ་ལས་འགོ་བའི་མགོན་པོ་  
ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་མཚོག་ ལྷོད་པའི་ལུང་གཤོང་ནང་ སེམས་ཅན་གྱི་འགོ་དོན་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་  
ལུ་བདུད་དང་གསང་བའི་ཡུམ་གཉིས་གྱིས་ བསམ་ངན་སྤྱོད་རྩུབ་སྤངས་ཏེ་ སྤྱིན་བདག་གི་རྒྱུན་བར་བར་



ཚད་སེལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་ནི་སླེ་ ཞལ་གྱིས་བཞེས་མི་དེ་ལུ་གནས་དགོ་པའི་ ཐཚོག་གནང་  
ཡོད་པ་སླེ་ཨིན་པས།

### དག་རྒྱན།

སྤྱི་འཁོར་ལམ་གྱི་རྒྱུར་ཁར་ བྱག་མཐོ་ཡོལ་ཡོལ་མཐོ་ཚད་མདའ་རྒྱུང་གང་དེ་ཅིག་དང་ གནས་མེད་ས་  
མེད་སློམ་ཡུག་གཅིག་སླེ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱ་བདུད་གྱི་གནས་ཁང་ཨིན་རུང་ དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མའི་བྱག་  
ཟེར་དར་བྱབ་སོང་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོ་འདི་ རྒྱ་བདུད་གྱི་གསང་བའི་ཡུམ་འབད་ནི་འདི་  
གིས་ཨིན་པས།

དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མའི་བྱག་གི་ལྷག་ལུ་ སྤོང་གཤོང་ནང་ཡོད་མི་སྤྱི་མཚོ་འདི་ སྤྱི་འབྲལ་གྱུར་མེན་པར་  
བང་ལ་གྱུར་འབྲལ་ཡོད་པ་ཅིན་ སྤོང་པའི་ལུང་གཤོང་ནང་ ཟས་ཞོར་ལོངས་སྤོད་འབོལ་ཚད་མེད་པར་  
འབྱུང་ནིའི་ལུང་བསྟན་ཡོད་རུང་ མཚོ་སྤྱི་འབྲལ་གྱུར་ཆགས་ནི་འདི་གིས་ རྟེན་འབྲེལ་མ་བྱུང་པས་ཟེར་ སྤོང་  
པའི་ས་ལས་ཨིན་མི་ སྤྱི་མཚོ་རིང་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

### གྲོས་འབུལ།

དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མའི་གནས་ཁང་ནང་ལས་འབབ་མི་ སྤྱི་མཚོའི་རྒྱ་མཚུག་འདི་ ལམ་བདའ་སྤྱི་ཡར་མར་  
འགྲོ་མི་རྒྱ་གིས་ སྤྱི་མཚོ་ཨིན་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་ ཕྱི་ལས་འབྲུ་ བང་ན་འབྱུང་མ་ད་ ལས་སྤྱི་བ་དག།  
ནང་རིགས་འཛོམས། ཚེའི་བར་ཆད་ཞི་རྒྱལ་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་སླེ་ སྤྱི་མཚོ་བ་གོང་མ་རྒྱ་གིས་གསུངས་  
ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་སྤྱི་སྤྱི་གིས་ རྒྱ་བདུད་སློམ་སླེ་བཙུགས་ཏེ་ སྤྱི་མཚོ་ས་གོ་གཞན་ཁར་སྤྱི་མཚོ་ཆི་ནི་  
འདི་གིས་ རྒྱ་རྒྱུང་སྤྱི་མཚོ་ལས་བརྒྱུ་ཏེ་མེད་པ་ མཚུག་ལས་མཚུག་སྤྱི་ རྒྱ་གིས་མ་ལངས་པའི་སྤྱི་བས་མ་  
བདེམ་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་ལས་ རྟེན་འབྲེལ་བདག་སྤོང་གིས་གཟིགས་དགོ་པ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཨིན།

---

### རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རྒྱ་བདུད་གྱི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤོང་པའི་ས་ལས་ཨིན་མི་སྤྱི་མཚོ་རིང་དཔལ་འབྱོར།

## ༤ བདེ་གླིང་གཞི་བདག་།

གནད་དོན་བརྟན་བཟུང་བ་སྤྱད།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

ཨིན་པས།

བདེ་གླིང་གཞི་བདག་།

ལུམ་ཟེར་ན།

ལུམ་ཟེར་ན་གི་མི་སེར།

མི་ལོང་ཟས་གསུམ་ལུ་རྒྱུན་ངན་འབྱུང་མི་བརྟུག་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུ་མ་

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཐིམ་ཕུག་དང་སྤུ་ན་ཁའི་གཞུང་བར་ན་ ལུང་པའི་རྩ་བ་ལས་ཡར་ ཏུས་ཡུན་སྐར་མ་ལ། དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ ལུམ་ཟེར་ན་གཡུས་ཚན་ནང་འདི་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན། ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ གནས་པོ་གཙོ་བོ་བདེ་ གླིང་གཞི་བདག་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ད་ དེ་ཡང་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ གནས་པོའི་མཚན་ ཨལ་སྐང་བཙན་ཟེར་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། སུན་ཚོགས་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ཡི་ཞིང་ཁམས་དང་འབྲ་བའི་ལུང་གཤོང་ ལྟོན་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར། དགའ་སྐྱིད་ལྟོན་པའི་སྐང་ལུ་བཞུགས་པའི་ བདེ་གླིང་ གཞི་བདག་ ཡབ་ལུམ་དང་འཁོར་ལྷ་སྲིན་གྱིས་བསྐྱོར་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕུག་མཚན།

བདེ་གླིང་གཞི་བདག་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་ སྤུན་གསུམ་སྤང་མིག་ཏུ་གཟིགས་པ། ཕུག་གཡས་ལུ་ མདུང་དམར་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟེན་པའི་དགའ་བོ་བསྐྱེལ་ པ། ཕུག་གཡོན་ལུ་དམ་ཉམས་དགའ་བོའི་དོན་ཉིང་བསྐྱམས་ཏེ་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ པ། ཏུ་དམར་རྒྱུང་གི་གཤོག་ཅན་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་གཡེལ་བར་མེད་པར་ མཚན་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་དང་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས། དག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ཚུ་གི་  
བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱད། སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཚུ་ བདེ་སྲིད་ཀྱི་  
དཔལ་ལུ་བཀོད་དགོཔ་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ལྷ་ཚེན་དགེ་བསྟེན་བཀའ་ཤིས་དཔལ་འབར་འདི་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་གཞི་བདག་ཨིན་མ་ལས་ ལོ་ཚོག་  
གཏང་པའི་སྐབས་ གཏོར་གལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་ གཏང་སློལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱེ་རྒྱུང་ལོགས་སུ་གཏང་པའི་  
སྐབས་ བསྟོད་པའི་མགུ་ལས་ མར་ཆང་ལུད་གཏོར་སྟེ་ གནས་པའི་དར་ཁ་བཀའ་སློལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བདེ་སྲིད་གཞི་བདག་གི་གསོལ་ཁ།

སྟོན་མང་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༡)

༡ བཟ་ཤིས་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བཟ་ཤིས་དར་རྒྱས།

གནས་ཁང་།

སྤང་མ་ཁ།

གཡུས།

སྤང་མ་ཁ།

བསྟེན་མི།

སྤང་མ་ཁའི་པ་བྱིམ་ལས་གྲུས་པའི་མི་རྒྱུད།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྟོན་མང་རྗེད་འོག་ སྤང་མ་ཁ་གཡུས་ཚན་འདི་ བསམ་སྤིང་ཁ་ལས་དར་མང་ཁ་བརྒྱུད་དེ་ སྤུམ་འཁོར་  
ལམ་སེལ་ཡོད་རུང་ མང་ཁ་ལས་རྐང་ཐང་སྟེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་ཀྱི་ བར་ མ་ལང་མ་ཅིག་  
འགོར་མ་ཡིན་པས། གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ བྱིམ་གྲུང་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟེན་མི་ ལྷ་བཙལ་བཟ་ཤིས་དར་རྒྱས་  
འདི་ མཐུ་རྩལ་ཆེ་བྲགས་དང་ བཀའ་གཉན་བྲགས་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས།  
ས་གཞི་ཡངས་ཤིང་ཉམས་དགའ་བ་ ལྷའི་དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ ཤིང་རིགས་ཐང་  
མེད་པ་སྐྱེས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྤྲུག་ལུ་ གཙན་གཟན་རྒྱ་བག་ཤེབས་ཏོག་ཏོ་སྟེ་འབྲམས། སྤང་གཤོང་བདེ་མོའི་ནང་  
འདོད་འཛོའི་བ་དང་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་རྒྱ་རྩེད་མོ་རྩེ། རི་ཞིམ་པའི་མེ་ཏོག་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་གྲུར་ སྤྲུ་  
བཀྲག་ལེགས་པའི་བྱ་བྱི་རུང་དང་ སྤང་མ་རྒྱ་གིས་ཉན་པའི་སྤྲུ་དབྲངས་ལེན། ལྷ་སྤྲུ་མའི་དཔལ་འབྱོར་སྤྲུ་  
སྤུམ་ཚོགས་པ་ མ་ཚང་ཚངས་སྟེ་སྤངས་ཏེ་ཡོད་པའི་སྤྲུག་ལུ་ ལྷ་བཙལ་བཟ་ཤིས་དར་རྒྱས་གསང་  
བའི་ཡུམ་དང་ འཁོར་ལྷ་སྟོན་བྲགས་པའི་དཔུང་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྤྲུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་ཆེན་ལོ་རྒྱལ་རྟ་མགྲིན་གྱི་ཕུགས་སྤུལ་ ལྷ་བཙལ་བཟ་ཤིས་དར་རྒྱས་ སྤྲུ་མདོག་དཀར་པོ་ལུ་ དམར་  
པོའི་མདངས་ཆགས། སྤྲུ་ལུ་ན་བཟའ་དཀར་པོ་དང་དམར་པོ་བཞེས། བཟ་ཕྱོགས་བདུད་ཀྱི་དཔུང་ལས་རྒྱལ་  
བའི་རྟགས་ལུ་ ཕྱག་གཡུས་ལུ་དར་དཀར་ཅོད་པན་གནམ་ཁའི་དགུང་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་སྤྲིན་བདག་  
གི་རེ་བ་སྐྱོང་བའི་ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་བསྟུམས། བྱང་ཐངས་གཅིག་ལུ་ སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བསྐྱོར་རྒྱུགས་

པའི་ ཉ་དཀར་པོ་ལུ་ཚེབས་ཏེ་ ཉིན་ལུ་བླ་འབྲེལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་། མེས་མེས་ཅན་ལུ་བདེ་  
སྲིད་སྲེལ་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གཞན་ཡང་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་གོགས་ གསང་བའི་  
ཡུམ་སྟན་མོ་ བརྒྱད་གཉིས་བཅུ་དྲུག་གི་ལང་ཚོ་དང་ལྷན་པ། རྒྱག་གཡས་གཡོན་ལུ་ མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་  
བསྐྱམས་ཏེ་ མཐུན་རྐྱེན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པ་དང་། དེའི་མཐའ་སྐྱོར་ལུ་ ལྷ་སྐྱབ་བདུད་བཙན་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་  
ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བཙན་བཀའ་ཤིས་དར་རྒྱས་འདི་ ཨོ་རྒྱན་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ། འབྲུག་ཆེན་པོ་དབང་ཚེས་རྒྱལ།  
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཡབ་སྐུ་ཚུ་གི་ཞབས་ལུ་ སྲོག་སྲིད་བྲང་གསུམ་སྤུལ། བཀའ་གཞན་དང་གསུང་ཅི་  
སྐྱབ་ཀྱི་ཁས་བླངས་སྤུལ་ཏེ་ འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་འབྲུང་གནས་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེ་བདག་  
འཛིན་འཐབ་མི་ བསྟན་འཛིན་གྱི་སྐྱེ་ཆེན་དམ་པ་ཚུ་ སྤུང་ཞིང་སྐྱོང་བ་དང་། བསྟན་པ་དང་མེས་མེས་ཅན་ལུ་  
གཞོད་པར་བརྩམ་པའི་དག་བཞེགས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཡག་པོའི་ལས་ཀྱིས་ཚར་བཅད་དེ་ བདེ་སྲིད་རྫོགས་  
ལྷན་གྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་དགོས་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ གནས་པོ་སྐྱ་རྒྱུ་སྲེ་གཏང་དགོས་མ་ཚད་ བཅ་ཚམ་དང་ རོན་དག་འགྲུབ་དགོ་  
ཡོད་པའི་སྐབས་ གནས་ཁང་གི་ཐད་འཕྲང་སྟེ་ གང་སྤུང་བྲང་མ་ད་ དཀར་གསུམ་གཙང་མའི་མཚོན་པ་འདི་  
སྲིད་པའི་ལྷ་ཆེན་བཀའ་ཤིས་དར་རྒྱས་ཚུ་ ཡུལ་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ ལྷ་སྐྱབ་བདུད་མོ་འཁོར་དང་བཙས་པ་  
རྣམས་ལ་འབུལ་ལོ། རྒྱ་འབྲོར་སྲིན་པའི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཙས་པའི་བྱ་སྲིད་ཉེས་པ་ལུ་ རུང་ཕྱག་  
དོག་མ་མཛད་པར་ བསམ་སྐྱོར་ཚེས་མཐུན་ཡིད་བཞིན་ཏུ་འགྲུབ་སྟེ་ བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སུ་སྐྱེ་ཚོགས་  
པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྲོངས་གོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་གནང་ཟེར་མཚོན་སྲོལ་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

---

**རྒྱལ་རྒྱེན་ཡིག་ཆ།**

བཀའ་ཤིས་དར་རྒྱས་ཀྱི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

རིག་འཛིན།

## ༡ ཉ་མགོན་རྒྱལ་མོ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཉ་མགོན་རྒྱལ་མོ།

གནས་ཁང་།

ཕག་ཚུ་དགོན་པ།

གཡུས།

སྤྱི་ཚོ་ལ།

མེད་འོག།

སྟོད་མང་།

རྫོང་ལག།

སྤུ་ན་ལ།

བསྟེན་མི།

ཕག་ཚུ་དགོན་པ་དང་། སྤྱི་ཚོ་ལའི་མི་མེད།

### གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

གནས་ཁང་།

བསམ་སྤྲོད་ལ་ལས་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀེ་ལོ་མི་ཏེར་༤ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ དུ་མང་ལའི་འོག་ལུ་  
སྤྱི་ཚོ་ལ་གཡུས་ཚན་འདི་ ཉམས་དགའ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཚགས་ཏེ་འདུག། དེ་རྒྱ་ལས་ལ་ཡར་ལྷ་སྟེ་ དུས་ལུན་  
ཚུ་ཚོད་༥ དེ་ཅིག་རྒྱ་སྟོང་སྟེ་འགྲོ་ཕྱིན་ད་ ཕག་ཚུ་དགོན་པར་སྟོད་པ་ཨོན་པས། བད་ལྟར་རང་སྤྲོད་ལུན་གྱིས་  
ཐུབ་པའི་ ལྷའི་མདུན་ས་ཉམས་དགའ་བ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་ འདོད་འཛིད་བ་ལྷ་མེ་ཏོག་གི་ཚལ།  
རིན་ཚེན་སྤྲེལ་འོག་འི་ འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་འབབ་ཚུ་དང་ལུན་པ། བཀོད་པ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་གཞུང་ལས་  
ཁང་དང་། ཕྱི་ལྷར་ཕག་ཚུ་དགོན་པའི་བྱུང་ཁར་ ཉ་མགོན་རྒྱལ་མོའི་བྱུང་ཟེར་ བྱུང་ལུག་གཅིག་སྟེ་ཡོད་  
པའི་གནས་ཁང་ནང་ མཐུ་ལུན་ལྷ་སྟོན་ཡོངས་གྱི་སྟེ་དཔོན། དེག་འཛིན་ལྷ་མའི་བཀའ་ཉམ། ཚོས་བཞིན་  
སྟོང་བའི་སྤྲོད་མ། ལྷ་སྟོན་ཉ་མགོན་རྒྱལ་མོ་ འཁོར་ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཨོན་པས།

### ནམ་པ་དང་སྤྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལྷ་སྟོན་ཉ་མགོན་རྒྱལ་མོ་ སྤྱི་མདོག་དམར་ནག་ ཞི་མ་ཚོ་བའི་ཉམས་དང་ལུན་པ། སྤྱི་ལུ་ན་བཟའ་དར་གོས་  
དམར་པོ་དང་ དེན་པོ་ཚེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན། ཕྱག་གཡུས་ལུ་ ཚེ་བུམ་འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ནོར་བུའི་ཏོག་  
གིས་བརྒྱན་པ་བསྐྱུམས་ཏེ་ འཆི་མེད་ཚེའི་དངོས་གྲུབ་གནང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ལེགས་ཉེས་གསལ་བའི་མེ་  
ལོང་དང་ ཡེ་ཤེས་ལྷ་དར་གྱི་མདའ་དར་བསྐྱུམས། སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་ལུ་ ལེགས་ཉེས་གྱི་ལྷ་རྟོག་



མཛད་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡར་བཞེངས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེའི་འཁོར་སྐྱོན་མོ་བརྒྱུད་གཉིས་ལོན་པའི་  
ལང་ཚོ་ཅན་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ ག་དེ་ཅིག་བཟོ་རུང་ཚོམ་ནི་མེད་པ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་སེར་དམར་  
ལུང་བཞི་ རང་མདོག་དང་མཐུན་པའི་དར་བཟུ་གྱི་ན་བཟུའ་བཞེས། ཞི་རྒྱས་དབང་བྲག་གི་ཕྱག་མཚན་  
བསྐྱེམས་ཏེ་ གཙོ་མོ་ལུ་གྲུས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ལྷ་སྐྱོན་ཏེ་མགིན་རྒྱལ་མོ་འདི་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ བསྐྱེད་པ་སྤྱང་བའི་ལྷ་མོ་ལུ་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ གསང་  
མཚན་གཞན་སྤེ་ སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱང་མ་སྤེ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ གཏོར་བསྐྱོན་ནང་ལུ་འབད་བ་ཅིན་  
འབྲུག་ཆེན་གོང་མ་རྩ་གིས་ཡང་ བཀའ་བསྐྱོད་གཞན་ཡོད་པ་སྤེ་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་  
དང་ འབྲུག་ཆེན་ལག་དབང་ཚོས་རྒྱལ། ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས། སྤུང་ཐོབ་གོང་མ་རིམ་བྱོན་རྩ་གིས་  
དམ་ཚིག་དོན་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྤེ་ ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་དག་ལྷ། དུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སྤྱང་སྐྱོབ་མཛད་དགོང་  
སྤེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་འོག་བཙུགས་མི་འདི་ སེམས་ཁར་བཞག་སྤེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྤྱང་། བསྐྱེད་  
འཛིན་གྱི་སྤྱེས་བུ་དམ་པ་རྩ་གི་སྐྱེ་ཚོ་དང་མཛད་ཕྱིན་སྤེལ། སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་རྩ་ལུ་ བད་ཡམས་སྤུ་གེ་  
འབྲུག་ཚོད་རྩ་ མིང་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ མཐུན་རྐྱེན་ཚོ་དང་བསོད་ནམས་ དཔལ་དང་འབྱོར་པ་རྩ་ ཡར་  
དེའི་རྒྱུ་བཟུམ་སྤེ་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ། མཐར་ཐུག་རྣམ་མཁྱེན་གོང་འཕང་མཚོག་ལུ་བཀོད་པའི་  
སྤྱངས་ཕྱོགས་དང་ཕྱིན་ལས་ གཤེལ་བ་མེད་པ་མཛད་དགོང་སྤེ་ཡིན་པས།

**རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།**

ཏེ་མགིན་རྒྱལ་མོའི་གསོལ་ལ།

༡ རོར་རྒྱས་པ་སྒྲ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རོར་རྒྱས་པ་སྒྲ།

གཡུས།

བྱག་འོག་ན།

བསྟན་མི།

བྱག་འོག་ན་གི་མི་སེར།

སྐབས་ལུ་ཚུ་ལ།

ནད་ཡམས་སྲུ་ག།

ལོ་ཐོག་ལུ་སད་སེར་དང་འབྲུབ་སྲིད་གི་གོད་

པ་མི་འབྲུང་ནི་དང་

བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་སྐབས་

ལུ་ཕྱི་ཡིན་པ་ས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རང་བཞིན་ལྷན་གྲིས་གྲུབ་པའི་ཚོས་སྐྱའི་མཁའ་དབྱིངས་ལས་ འགག་མེད་སྣ་ཚོགས་ཤར་བའི་ རིན་ཆེན་  
རོར་བྱའི་ས་གནིར་ བྱང་རྒྱབ་ལྗོན་པའི་ལྷ་ཤིང་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་སྐྱུག་ལུ་ འགྲུར་མེད་བྲག་རི་གནས་  
མཚོག་ ཕོ་བྲང་གཞལ་ཡས་ཁང་ནང་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྲུང་མི་ བཅོམ་ཚོད་ཀྱི་སྐྱུར་བཞེངས་ཏེ་ ཡབ་  
ཡུམ་སྲས་དང་ སློན་འབངས་འཁོར་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པ་ས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཚོས་དབྱིངས་འགྲུར་བ་མེད་པ་ སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཅུང་ ཞི་རྒྱས་དབང་འག་གི་སྐྱོ་  
ལས་ དམ་ཉམས་ཚུ་རྩ་མེད་གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ སྣ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱི་རྒྱ་འཕྲུལ་བསྟན་ཏེ་ བཅོམ་ཚོད་ཀྱི་སྐྱུར་  
བཞེངས་མི་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་མཚན་རོར་རྒྱས་པ་སྒྲ་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ སྐྱེ་ལུ་  
ན་བཟའ་དམར་པོ་དང་བེར་གོས་བཞེས། ཕྱག་གཡུས་ལུ་མདུང་དམར་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟན་པ་ལུ་གོད་པའི་  
དག་བཞེགས་རྒྱའི་ཉིང་ཁར་བརྟེན། ཕྱག་གཡོན་མ་གིས་བཅོམ་ཞགས་བསྐྱམས་ཏེ་ དམ་ཉམས་རྒྱའི་ཡན་  
ལག་བཅིང་། རྒྱ་འཕྲུལ་ལྷན་པའི་རྩ་ཅང་ཤེས་གུར་ཆིབས་ཞིན་མ་ལས་ ཡུད་པ་ཐེངས་ཅིག་ལུ་ སྲོང་གསུམ་  
འཛིག་རྟེན་བསྐྱོར་བྱོན་ཏེ་ ལམས་གསུམ་དབང་ལུ་བསྐྱུ། སྲིད་གསུམ་བེའི་གྲིས་གོད་ན། བསྟན་པ་དང་  
སེམས་ཅན་ལུ་གོད་པའི་དག་བཞེགས་གདུག་པ་ཅན་རྒྱ་ཚར་གཅད་དེ་ གང་བཅོམ་ལས་རྣམས་དེ་འཕྲལ་  
ལས་འགྲུབ་པའི་ཡུལ་ལྷ་ཅིག་ཡིན་པ་ས།

## དམ་བཞག།

ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་ དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་ཇེ་དང་ སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ ལྷ་སྲིན་  
 གཤུག་པ་ཚན་ཚུ་ དམ་བཞགས་གནང་པའི་སྐབས་ལས་ རི་བཙན་དེ་ཡང་དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་གནང་  
 ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ལས་གྲུབ་ཐོབ་དང་སྐྱེ་བའི་ལྷ་སྲིན་ལྷ་སྲིན་སྲུང་ ལས་སྐྱེས་དམ་བཙུགས་མི་  
 ལས་མ་འགལ་བར་ བསམ་དན་སྲོང་རྩུབ་སྲུངས་ཏེ་ འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་དང་། འདིའི་ནང་  
 ལས་ཡང་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་ སྲིན་བདག་གི་རྒྱུན་དུ་བར་ཆད་སེལ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་།  
 དགོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད། དགོ་འདུན་གི་སྲེ་སྲོང་། དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚེ་དང་  
 འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཚེར་སྲེལ་ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ བད་ལུ་འབྲུག་ཚོད། བྱད་ཁ་སྲུང་ཁ་རབ་ཆད། མཐར་  
 ཐུག་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཚན་ཐམས་ཅད་ ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནི་ལུ་སྲོང་སྲོང་གོགས་མཚད་དགོཔ་སྲེ་བཀོད་དེ་འདུག།

## རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བྲག་འོག་གནས་པོ་རི་བཙན་གི་གསོལ་ལ།

## འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་སྐྱེ་མ་དོ་ཇེ།

༤ བཅོམ་ཚོད་སློབ་གྲོལ་།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	བཅོམ་ཚོད་སློབ་གྲོལ།
ལྷ་ཁང་།	སྐྱིས་ཚོ་ལ།
གཡུས།	སྐྱིས་ཚོ་ལ།
བསྟེན་མི།	སྐྱིས་ཚོ་ཁའི་མི་སེར།

གནད་དོན་ཁ་གསལ།

གནས་ཁང་།

གསེར་གྱི་ས་གཞི་ གཡུའི་མཚུལ་སྤུལ་སྤུལ་བརྩམ་ ཐང་ཤིང་དང་མེ་ཉླ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་  
 སྐྱུག་ ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་འཕྲུལ་ལས་གྲུབ་པའི་ རིན་ཆེན་སྐྱ་ལྡའི་ཕོ་བྲང་ བྱི་ལས་བལྟན་ནང་གསལ་བ་ རང་  
 ལས་བལྟན་བྱི་གསལ་བ་ སྐྱུ་ཚེན་ལྷ་ཡི་ཕོ་བྲང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ཡོད་པའི་ སྐྱ་ཚོགས་འཕྲུལ་གྱི་གཞལ་  
 ཡས་ཁང་གི་ཕོ་བྲང་ནང་ སྤྱིད་པའི་སྐྱ་ཚེན་བཅོམ་ཚོད་འབར་བ་འདི་ གསལ་བའི་ཡུམ་ཡིད་འཛིན་སྐྱེན་མོ་  
 སྐྱུ་སྐྱོས་དང་ འཁོར་ལྷ་སྤྱིན་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ནུམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

བཅོམ་ཚོད་སློབ་གྲོལ་འབར་བ་ སྐྱ་མདོག་དམར་པོ་ལོ་འཇུག་དང་ལྷན་པ། སྐྱ་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་གོ་ལྷབ་དང་  
 ལྷགས་ཚོག་བཞེས། ཉ་དམར་རླུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལུ་ཆིབས་ཞིན་མ་ལས་ སྐྱོག་ཀུམ་བ་མཚྭ་གསལ་སྟེ་  
 སྤྱོད་གསུམ་འཇིག་རྟེན་སྐྱོར་ར་རྒྱལ། ཕྱག་གཡས་མདུང་དམར་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཏེ་ ཉམས་པའི་དགྲ་པོ་  
 ཐལ་བར་བརྟུག། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བུ་བསྐྱུམས་ཏེ་ དགོས་འདོད་ཚོར་ལོངས་སྤྱོད་ཆར་པ་  
 བརྩམ་པ། སྐྱེ་འགོ་ཚུ་ལུ་བུ་ཚོར་ དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་། དེའི་གཡས་ལུ་གསང་ཡུམ་ཆེན་  
 སྐྱེན་མོ་སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་ བརྒྱུད་གཉིས་བརྩུ་དྲུག་ལོན་པའི་ལང་ཚོ་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་ མདའ་  
 དར་སྐྱ་ལྡ་དང་ ཕྱག་གཡོན་ལུ་ལྷ་ཡི་ཟས་ཀྱི་གཞོན་པ་བསྐྱུམས་ཏེ་ སྐྱེན་དུས་རིང་བའི་རྩུར་མིག་གིས་  
 བཅོམ་ཚོད་སློབ་གྲོལ་འབར་བ་ དགའ་བའི་བདེ་བ་རྒྱས་ཏེ་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་ བཟ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སུན་  
 སྐྱུ་ཚོགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

## དམ་བཞག།

བཙན་མོ་དེ་སློ་གྲོས་འབར་བའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ སྤོན་ཚེ་རིག་འཛིན་པ་སྤྲེལ། །སྤྱན་སྦྲུང་རིམ་ལུགས་སྤངས་བཞེན། །སྤྱི་གྲོ་དཔེ་སྤྱོད་རང་སེམས་འདུལ། །གཞན་ཕན་སྤྱོད་པའི་ལས་ལ་འབྱུངས། །འདིར་གནས་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་རྣམས། །མི་མཐུན་ངན་དགུ་ལས་སྦྱང་ཞིང་། །མཐུན་རྐྱེན་ཚེ་བསོད་སྤོབས་འབྱོར་སོགས། །བསམ་དོན་ཚོས་བཞེན་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་སྤྱོད་དེ་ཡོད་རུང་ གཏོར་བསྟོན་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ འབྲུག་ཚེན་གོང་མ་ཚུ་གིས་ཡང་ བཀའ་བསྟོན་གནང་ཡོད་པ་སྤྱོད་དེ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ འབྲུག་ཚེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ། ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས། གྲུབ་ཐོབ་གོང་མ་རིམ་གྲོན་ཚུ་གིས་ དམ་ཚིག་དོ་རྗེ་སྤྱོད་པའི་བཞག་སྟེ་ ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་དབང་ལྷ། ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་འདི་སྤྱང་སྤོབས་མཛད་དགོས་སྟེ་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་འོག་བཅུགས་མི་འདི་ རྗེས་སུ་དཔེ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་། བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ཚུ་གི་ སྤྱོད་དང་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་སྟེལ། སྤྱོད་པའི་བདག་པོ་ཚུ་ལུ་ བད་ཡམས་སྤྱོད་པའི་ འབྲུག་ཚེན་ཚུ་མིང་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ མཐུན་རྐྱེན་ཚེ་དང་བསོད་ནམས་ དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཚུ་ ཚོས་བཙོ་ལྷའི་རྒྱལ་བཟུམ་ གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ། མཐར་ཐུག་རྣམ་མཁུན་གོང་འཕང་མཚོག་ལུ་ འགོད་པའི་སྤོབས་གོགས་དང་ འཕྲིན་ལས་གཡེལ་བ་མེད་པ་མཛད་དགོས་སྟེ་ཨིན་པས།

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཙན་མོ་དེ་སློ་གྲོས་འབར་བའི་གསོལ་ཁ།

## ༥ དཀར་རི་སྐུམ་ཚོགས་ལྷ་མོ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

དཀར་རི་སྐུམ་ཚོགས་ལྷ་མོ།

དཀར་རི་ལུང་མ།

དར་མང་ཁ།

དར་མང་ཁའི་མི་སེར།

ཞིང་ཚུ་དང་འབྲུང་ཚུ་གི་རྩ་སྐྱུང་སྐྱོབ་ཀྱི་དོན་ལུ་བསྐྱེན་མི་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱོད་མང་རྗེད་འོག་བསམ་སྤྱིང་ཁ་ལས། འོག་ལ་ཐང་གི་སྐུམ་འཁོར་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཨ་ཙི་ཙིག་འགྲོམ་ད་  
གཡོན་ཁ་ཐུག་གི་ས་ནམ་ཞིང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཀའོ་མི་ཁྱིེར་ལྷེ་ཙིག་འགྲོམ་ད་ སྐྱིས་པ་ཚོ་ཁའི་ལྷག་ལུ་ དར་  
མང་ཁ་གཡུས་ཚན་འདི་ ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་ཉོག་ཉོ་སྟེ་ཆགས་ཏེ་འདུག། དར་མང་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་  
གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་ དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་ཉེ་ ལྷག་པ་ཙིག་འགྲོམ་ད་ ཀའི་ལུང་པར་སྐྱོད་པ་ཡིན་པས། ཀའི་  
རོང་ཚུའི་རྩ་འདི་ ས་གནས་གྱི་ལུལ་ལྷ་ ཀའི་སྐུམ་ཚོགས་ལྷ་མོའི་ གནས་ཁང་གི་ས་གོ་ནང་ཡིན་མ་ལས་ དེ་  
ནང་ལུ་ ས་ཀོ་དོ་སྐོག་འབད་ནི་དང་ ཤིང་གཅད་ནི་ཚུ་ཚུ་ལས་ར་ འབད་མི་བདུབ་ཡིན་པས།



ཀའི་སྐུམ་ཚོགས་ལྷ་མོའི་གནས་ཁང་།



## གསོལ་མཚོད།

དར་མང་ཁ་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་བྱུང་བ་ཡི་ གྱི་གསལ་ལས་ ལོ་ལྟར་བཞེན་ཅུ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་ག་ལོག་མི་དེ་གིས་  
བྱུང་བ་དེ་ལས་སྤུང་ཁ་དང་ ཉི་རུའི་གམ་དཔུ་བཀལ་མི་འདི་བསྐྱེད་ཞེན་མ་ལས་ ལོ་ལྟར་རྒྱམ་གསུམ་པའི་ཉེར་  
ལུ་ རྒྱ་སྐལ་བྱུང་ག་ཅིག་བརྒྱུད་པ་འདི་ ཆ་མཉམ་ས་གོ་ནང་འཛོམས་ཞེན་མ་ལས་ རྩོ་པ་དང་པ་ར་ལྟ་བུས་  
གཏང་། ལྷན་གསོལ་སྤུལ། ཀ་རི་སྤུམ་ཚོག་ལྷོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་མ་ཡིན་པས། གནས་ཤིང་གི་གདོང་ཁར་  
དོ་ལེབ་སློམ་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་གུར་ ངང་ལ་ཤོམ་འདབ་ཐིངས་ཉེ་ ཚོགས་དང་དཀར་མེ་སྤུལ་འབད་སྟེ་ ཆབ་  
སློན་ཚར་མ་ཅིག་ གཡུས་ཀྱི་ཚན་ཤོས་ཁ་བཤད་སྐྱུར་ནི་ལུ་ མཁས་བླ་གསལ་ཡོད་མི་ག་ཅིག་གིས་ བཀྲ་ཤིས་  
ཚོགས་སུ་བཅད་པའི་སློན་ལམ་སྤུལ་མ་ཡིན་པས།

---

## འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ལྷན་འདྲེ།

༤ འདོད་ཡོན་སྤྱན་རློབ་སྦྱོར་ཚོགས།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

འདོད་ཡོན་སྤྱན་རློབ་སྦྱོར་ཚོགས།

གནས་ཁང་།

ལ་མང་བྱ་ར།

གཡུས།

ལ་མང་བྱ་ར།

བསྟེན་མི།

ལ་མང་བྱ་རའི་མི་སེར།

སྐབས་ལྷ་ཚུལ།

ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོན་པ་མི་འབྱུང་ནི་དང་

བསམ་དོན་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་

སྐབས་ལྷ་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤྱི་ན་ལ་ལུ་རུ་ཐང་ལས་ མོ་རྒྱའི་མཐའ་མ་བདའ་སྟེ་ ཀེ་ལོ་མི་ཉར་༣༧ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ ལ་བ་ལ་གཡུས་ ཚན་ནང་ལྷོད་པ་ཡིན་པས། གཡུས་ཚན་དེ་ནང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གཏུང་བརྒྱན་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ ལེགས་ཀྱི་ རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྟེན་དང་ བསོད་ནམས་བསམ་པའི་ཡུལ་ གནས་ཐང་མེད་པ་ཅིག་བྱིན་གྱིས་ བརྒྱབས་ཏེ་ མཇལ་ནི་ཡོད་པའི་ལུང་གཤོང་ཅིག་ཡིན་པས། གསོལ་ལ་དཔེ་ཆ་ནང་ རང་རིག་བདེ་ཆེན་ངང་ ལས་གཡོ་མེད་ཀྱང་། །འགག་མེད་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱ་ལྷན་འཛུགས་ལ་བཞུགས། །དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་བ་ཡིད་གཟུགས་སྤྱོད་ མའི་གར། །ལྷ་བཙུན་འདོད་ཡོན་སྤྱན་རློབ་སྦྱོར་ཚོགས་ལྷོད་ལ་བསྟོན། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་བརྒྱུ་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་ བསྟེན་པ་སྤྱང་ སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ཡར་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ ས་རྩོམ་འགྲུག་དང་གནས་ཤིང་ཚུ་ ཡུལ་ བཙུན་ཆགས་པའི་གནས་ཁང་དང་ མོ་བྱང་སྟེ་ཡིད་ཆེས་བསྟེན་པ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྤྱི་མདོག་རྒྱལ་མཚན།

གཡུས་ཚན་འདི་གི་ཡུལ་ལྗོངས་ འདོད་ཡོན་སྤྱན་རློབ་སྦྱོར་ཚོགས་འདི་ སྤྱི་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། སྤྱི་ལུ་ལྷ་རྗེས་ལས་གྲུབ་པའི་ ལ་བཟའ་དཀར་དམར་བཞེས། བསྟེན་འགྲོ་ལུ་གཞོན་པའི་ལུ་ངན་བརྒྱུ་མི་ དག་བགམས་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཐལ་བར་བརྒྱལ་པའི་རྟུགས་ལུ་ རྒྱལ་གཡུས་ལུ་ རུང་ར་ནམ་མཁའི་དགུང་ ལུ་འཕྱར། རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱི་ན་པའི་བདག་པོའི་རེ་བ་སྟོང་བའི་བདེ་མཚན་ལུ་ རྒྱལ་གཡོན་ལུ་ དགོས་འདོད་འབྱུང་ བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བསྐྱེས་པས། དེ་ཆེན་གསེར་གཡུ་སྤྱི་ཚོགས་བརྒྱན་པའི་རྟུ་དཀར་ལུ་ ཆིབས་

ཞིན་མ་ལས་ སྐད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ཅིག་ལུ་སྲིད་བཞི་བསྐྱོར་ཏེ་ གཞོན་བྱེད་དག་བཞེགས་ཚུ་ མིང་ཅམ་ཡང་  
མེད་པ་ཐལ་བར་བརྟམ། མཐུན་རྐྱེན་ཡར་ངོའི་ལྷན་བཟུམ་ ཞོང་ལས་ཞོང་འཕེལ་སྟེ་ བཏུ་ཤིས་དང་བདེ་  
ལེགས་ཆར་བཞིན་ འབེབས་པའི་ཕྱིན་ལས་དང་ ལྷོངས་ལྷོགས་མཛད་གནང་མ་ཡིན་པས། ད་རུང་གཞན་  
ཡང་ ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་གི་སྐོ་ལས་ ཕྱིན་ལས་བསྐྱབ་པའི་ལྷོགས་ ཉ་སྲིད་རི་བཙན་མཚོ་སྟན་དང་  
བདུད་མོ་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཡུལ་བཙན་འདོད་ཡོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ རིག་འཛིན་བླ་མའི་སྐྱེ་མའུན་ལུ་  
སྟོག་སྟིང་བྲང་གསུམ་ཕུལ་མི་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ དམ་ཚིག་རྟོ་རྟེ་སྲི་བོར་བཞག་སྟེ་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་  
འདའ་བར་ སྲིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྲུང་། དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་སྐྱོང་། ལྷག་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གི་  
སྲིན་པའི་བདག་པོ་ཚུ་ བདེ་སྲིད་རྟོགས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལུ་བཀོད་གནང་དགོཔ་སྟེ་ཡིན་པས།

---

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

- འདོད་ཡོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་གསོལ་ལ།
- འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།
- ཀུན་ལེགས་བུ་ལྷིད།

ལྷ འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ།

ལ་ཅེ་སྒོ་མོ།

བང་མ་སྦྱི།

བང་མ་སྦྱིས་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར།

མི་ལུ་འགལ་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་། ཟས་ལོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ནིའི་  
དོན་ལུ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བང་མ་སྦྱིས་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ ཅུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༥ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་  
འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ཕྱི་ལྟར་དུ་བང་སྒོ་མ་ནང་ཡོད་མི་སྟོང་ཚང་འདི་ གནས་ཤིང་སྦྱེ་  
བརྟེན་དེ་ཨིན་རུང་ རང་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ རིན་པོ་ཆེའི་ས་གཞི་ལག་མཐེལ་བཟུམ་འཁོད་སྟོམས་པ་  
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྦྱག་ རིན་པོ་ཆེའི་རི་རབ་གྲུབ་བཞི་བར་རིམ་བཞི་དང་ལྡན་པ། བང་རིམ་ཚུ་གྲུར་མེ་  
ཏོག་དང་སྟོན་ཤིང་། བཟ་ཤིས་པའི་རྩལ་བརྒྱུད་དང་རྟགས་བརྒྱུད། རིན་པོ་ཆེ་སྦྱ་བདུན་གྱིས་འཇའ་ཆི་ཆི་སྦྱེ་  
བསྐྱར་བའི་ལྷག་ལུ་ ཟས་ལོརའི་བདུད་མོ་ཚུ་ ལྷ་སྦྱ་སྦྱུ་མོ་གི་འཁོར་ བང་མེད་པ་གིས་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ་ཡོད་  
པའི་སྦྱག་ལུ་ ལྷ་མཚོག་གཞི་བདག་ཆེན་པོ་ འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ་ སྐྱ་བེལ་རུང་འཕྲོས་འཕྲོས་སྦྱེ་བཞུགས་  
ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕུག་མཚན།

ཚོས་དབྱིངས་དོན་དམ་རྣམ་པར་དག་པའི་གྲོང་ལས་ མཐའ་ཡས་གདུལ་བྱ་འདྲེན་པའི་བབས་ལུ་ ཚོས་ཅན་  
སྦྱུ་མའི་སྐར་བཞེངས་ཏེ་བྱོན་མི་ ལྷ་མཚོག་གཞི་བདག་ཆེན་པོ་འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ་ སྐྱ་མདོག་གངས་རི་  
དཀའ་པོ་ལུ་ ཉི་མ་འབྱུང་གྱི་འོད་ཟེར་ཕོག་ཕོག་པ་བཟུམ་གྱི་མདངས་དང་ལྡན་པ། སྐྱ་ལུ་ལྷ་རྩལ་གྱི་དར་གོས་  
དང་ དཔའ་བོའི་དག་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན། ཕུག་གཡུས་ལུ་ མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བ་དན་  
གནས་ཁའི་དབྱིངས་ལུ་འཕྱར། ཕུག་གཡོན་ལུ་ སྦྱབ་པར་བཞུགས་མི་ཚུ་ལུ་ མཐུན་རྒྱུན་དཀའ་ཚོགས་མེད་

པར་སྟེར་བའི་ ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་ ལྷུང་མགོགས་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྩལ་དང་ལྷན་པའི་ ཉ་ཅང་  
ཤེས་ལུ་ཚིབས་ཏེ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཚེ་ གཡེལ་བར་མེད་པར་མཛད་མི་ཡུལ་བཙན་ཅིག་ཡིན་  
པས།

**དམ་བཞག།**

སྟིགས་དུས་ཀྱི་སྐབས་མཚོག་ ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་དང་ དག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ། རྒྱལ་བསྟན་  
འཛིན་མི་སྐྱེས་བུ་རིམ་ཕྱོད་རྩུ་གི་སྐྱུན་སྲུང་ ཉེ་མ་ཁས་སྲུང་དམ་བཙའ་ ག་དེ་སྐྱེ་སྐུལ་ཡི་ག་ དེ་དང་འཁྲིལ་  
ཏེ་ སྟིགས་པ་སྲུང་ དགོ་བ་སྐྱུབ་མི་རྩུ་ལུ་ རྒྱབ་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་དགོཔ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་ཨ་རྟམ་ར་ རྒལ་པ་རྩུ་ག་ར་འཛོམས་འདུ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ སུད་ཁ་བསྐྱེ་ཞིན་མ་ལས་  
ལ་རྩ་སྟོ་མོ་ཟེར་སར་མཚོད་ཉེན་དང་གནས་ཤིང་ཡོད་སར་ རྒལ་པ་ག་ར་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་ ཚོས་བརྩུ་  
བཟུང་། དེ་ལས་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྗ་ འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སྐུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གོང་འཕེལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ དམངས་གི་ལྷ་ཁང་ཅིག་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་  
རྩུར་ ད་རེས་ནངས་པ་གསོལ་ཁ་ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ སྐུལ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ གནས་པོའི་སྐྱེ་འདུ་དང་ཀ་ཁབ་  
ལོགས་སུ་བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག།

ཐང་མ་སྐྱིས་གཡུས་ཚན་གྱི་རྒལ་པ་ གྲུང་པ་<sup>༢༣</sup> དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ གཏོར་གྲུལ་  
བརྩུགས་ཏེ་ ཚོས་སྐྱུང་གི་གསུམ་ཁར་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱེ་རྒྱུང་ལོགས་སུ་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཉེ་  
མ་བཟུམ་སྟེ་ལབ་རྩ་སྟོ་མོ་གནས་ཤིང་གི་རྩ་བར་ གསོལ་མཚོད་སྐུལ་མི་གང་མ་མེད་པ་ཡིན་པས།

**རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

འདོད་ཡོན་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་གསོལ་ཁ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

ཀུན་ལེགས་བུ་ལྷིད།

༡ རི་བཙན་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

རི་བཙན་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར།

སྤང་གཤོང་།

སྤང་གཤོང་གི་མི་སེར།

མི་ཚོར་ཟས་གསུམ་ལུ་རྒྱུ་དཔལ་འབྱོར་མི་བརྟུག་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱབས་ལུམ་

ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རང་སྤང་རྣམ་པར་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ ལག་མཐིལ་བརྩམ་ འཁོད་སྟོམས་ཏོག་ཏོ་ བཀ་ཤིས་ཤིང་བྱིན་  
ཆགས་པ་ རིན་ཆེན་མེ་ཏོག་དང་ རྩོན་ཤིང་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་ས་ཁོངས་ནང་ བྱ་དང་རི་དྲགས་  
སེམས་ཅན་ཚུ་ སྐད་ཏན་ཏོང་ཏོ་སྟེ་ དགའ་བའི་འཕང་རིལ་སྐྱུར་ས་ དགའ་ལྡན་ལྟ་ཡུལ་ས་ཁར་བབས་པ་  
དང་ཁྱད་པར་མེད་པ་སྟེ་ཡོད་པའི་གཡུས་གཡོན་ལུ་ བདུད་ཅི་ཚུ་བོ་ཡན་ལག་བརྒྱན་ལྡན་ དུས་རྒྱུན་ཡོན་  
ཆབ་སྤུལ་བའི་ཚུལ་སྟེ་ བབ་པའི་སྐྱུག་ལུ་ རི་གནམ་མེད་ས་མེད་སྟོམ་ མཐོ་ཡོལ་ཡོལ་སྟེ་ཡོད་པའི་གདོང་  
ཁར་ རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་ཚོགས་ལས་བྱུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ རྒྱན་དང་བཀོད་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡོད་  
པའི་སྐྱུག་ལུ་ སེམས་བ་མཚོགས་པའི་རྩ་འཕྲུལ་ལྡན་པའི་རྟ་ཅང་ཤེས་གྲུར་ ཚོས་སྐྱ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ངང་ལས་  
འགག་པ་མེད་པར་འཆར་བའི་ ལྷ་བཙན་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ འཁོར་ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་  
བསྐྱར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་སྤང་ལྟ་བཙན་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་ འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ ཞི་བའི་  
མདངས་དང་ལྡན་པ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས། ཕྱག་གཡུས་ཀྱིས་བཙན་དར་གནམ་ཁར་འཕྱར་ཏེ་ ལྷན་  
པའི་བ་དན་ཕྱོགས་བརྩུ་ལུ་བྱེད། ཕྱག་གཡུས་ལུ་རྩོན་ཤིང་བཟང་པོའི་འབྲས་བུ་བསྐྱུལ་ས་ཏེ་ གང་ལ་གང་  
འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ དཀའ་ཚོགས་མེད་པར་གནང་། སྐྱུ་ལུ་གིབ་མ་མེད་པའི་དར་དཀར་ན་བཟའ་བཞེས་ཏེ་  
གཞོན་ཅུང་ཁེག་ཁེ་སྟེ་ བཞུགས་པའི་གཡོན་རྟོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་སྐྱེན་མོ་དཀར་མོ་མཛེས་སྐྱུག་གི་

ལང་ཚོ་ རན་ཏྲོང་ཏྲོ་སླེ་ཡོད་མི་འདིའི་ ཟུག་གཡུས་ལུ་མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་བསྐྱམས། ཟུག་གཡོན་ལུ་  
ཚོའི་བྱམ་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ དགའ་བ་རྒྱས་པའི་རྒྱལ་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ འཁོར་སྐྱལ་པའི་སྲས་དང་  
དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བའི་ལྷ་སྐྱུ་གཞི་བདག་ བདུད་བཙན་མ་མོ་ཚུ་ ལྷ་སྲིན་དེགས་པའི་དཔུང་གིས་མཐའ་  
བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྤང་གཤོང་གི་གནས་བདག་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་འདི་ སྲོན་གྱི་དུས་ལུ་ སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་  
དང་ བར་ན་པ་ཇོ་འབྲུག་སྒྲོམ་ཞིག་པོ། མཐུ་ཆེན་གྲུ་མ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ བཀའ་བཏགས་དོ་རྗེ་སྤྱི་  
བོར་བཞག། ད་ལྟོ་ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱིས་བསྐྱལ་མི་དེ་ལུ་ རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་ཟེར་བྱུགས་ཁར་བསྐྱམས་  
ཏེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་། གཞན་ལུ་ཕན་པའི་རྒྱབ་དང་དཔུང་མཛད་དགོཔ་སླེ་བཀོད་དེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤང་གཤོང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་མེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མི་ ཡུལ་བཙན་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་འདི་ ལོ་ཚོག་  
གཏང་པའི་སྐབས་ གཏོར་གལ་བཅུགས་ཏེ་ ཚོས་སྤང་གི་གསུམ་ཁར་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱུ་རྒྱུང་  
ལོགས་སུ་གཏང་པའི་སྐབས་ བསྟོད་པའི་མགུ་ལས་ མར་ཆང་ཕུད་གཏོར་ཏེ་ གནས་པའི་དར་ལ་བཀའ་  
སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སྐྱུ་རྒྱུང་གཏང་མ་ད་ མཚོད་པའི་གུར་ལྟོད་པ་ཅིག་ བླང་གི་ཨམ་དང་བཟའ་དཔོན་ ག་འབད་རུང་ཅིག་གིས་  
གནས་པའི་སྒོན་འབྲུ་དམོད་བཙོལ་རྒྱབ་ད་ སྤྱིན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལུ་ ལུས་ལུ་ན་ཚ་མ་གཏང་།  
སེམས་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱལ་བྱུང་མ་བཅུག་པར་ རྒྱབ་སྦྱོར་མཛད་གནང་། དེ་འདུན་གྱི་འཁར་བ་མཛད་དེ་སེར་མ་  
དང་ བླང་ཡམས་ལྷ་གེ་སྤང་། སྤྱ་དང་དོམ་ བྱ་བྱི་རུང་ཚུ་གིས་ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོད་པ་བཀའ་མི་བཅུག། མཐར་  
ཐུག་ཉིད་ལུ་ དམ་པའི་ཚོས་སྐྱུབ་མི་ཚུ་ལུ་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། མཐུན་རྒྱུན་སྐྱུབས། དེ་བསྐྱོངས།  
བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྦྱོངས་གོགས་མཛད་གནང་ཟེར་གསོལ་མ་བཏབ་ཨིན་  
པས།



---

ཀྱུང་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སྤང་གཤོང་གནས་པོའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་ཀུན་ལེགས་བྱ་ཅིང་།

༧ དར་མང་རི་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	དར་མང་རི་བཙན།
གནས་ཁང་།	དར་བཀལ་ས།
གཡུས།	དར་མང་ཁ།
བསྐྱེན་མི།	དར་མང་ཁའི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ས་གཞི་ ཉམས་དགའ་བ་སྐྱེད་མོས་ཚལ་གྱི་སྐྱུག་ལུ་ དྲག་པོའི་གཞལ་ ཡས་ཁང་ ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ བོ་དབྱིབས་བཀོད་པ་ལྷན་དུ་འཕགས་པ་ གནམ་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་ སི་སྤེ་ཡོད་པའི་སྐྱུག་ལུ་ རི་བཙན་དོ་རྗེ་རོལ་བ་ཅུལ་ སྤང་ཞིང་སྤིད་པའི་ལྷ་མ་སྤིན་ དྲགས་པ་སྤེ་བརྒྱད་ གྱི་དཔུང་ཚོགས་ བསམ་གྱིས་མི་བྱུབ་གྱིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

སྟོབས་ལྡན་གྲྭ་ཆེན་འགྲིང་འདྲའི་རི་བོ་ལུ་བཞུགས་པའི་ མཐུ་ལྡན་བཙན་ཚོད་ཆེན་པོ་ སྐྱ་མདོག་དམར་པོ་ བསྐྱེས་པའི་མེ་བཟུམ་འབར་ཏེ་ རམ་པའི་ང་རོ་འབྲུག་ལྗོངས་དོ་བཟུམ་དང་། ཕྱག་གཡས་ལུ་ དམ་ཉམས་ བསྐྱེས་པའི་མདུང་དམར་དང་། གཡོན་ལུ་དབུལ་ཕོངས་སེལ་བའི་ཞོར་བུ་བསྐྱེས་ཏེ་ སྤྱིན་བདག་གི་རེ་བ་

སྐོར་བ། སེམས་བ་མགྲོགས་པའི་ཏྲ་ སྤྱ་བཀྲག་དམར་པོ་འབད་མི་གུར་མཚོན་ཆ་གིང་ཀ་དང་རལ་གི་  
བཏགས། དཔའ་བའི་ཆས་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ དགའ་བའི་ཉམས་གིས་བསྟན་འགྲོའི་སྤང་མ་མཛད། གསང་བའི་  
ཡུམ་ཚེན་སྟོན་བཙུན་ཏྲ་མགྲིན་རྒྱལ་མོ་ མཛེས་སྤྱད་ལུ་དུ་ཕྱིན་པ་ལུ་ དར་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེ་བའི་རྒྱན་  
གིས་བརྒྱན་ཏེ་ མཐོང་མ་ཚམ་གིས་དགའ་བའི་བདེ་བ་རྒྱས་པ། གཞན་ཡང་སྤང་ཞིང་སྲིད་པའི་ ལྷ་མ་སྲིན་  
དེགས་པའི་ཚོགས་གིས་བསྐོར་ཏེ་ ལྷ་དབང་པོ་རྒྱལ་མཚན་ དམག་ལུ་བྱོན་དོ་བཟུམ་ གཟི་བཙེད་དང་ལྷན་མ་  
སྤེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### དམ་བཞག།

ཨོ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཚོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་གིས་ བཀའ་དང་དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་ ཡུལ་ཕྱོགས་  
འདྲིའི་སྤང་སྟོབ། སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་ཚུ་ མཐུན་རྐྱེན་དཔལ་འཕྲོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་འོར་ཟས་གསུམ་དབང་  
ལུ་བསྟུ་བ། དག་དང་བཞེགས་གི་གཞོན་པ་བཞེད། གནས་སྐབས་གཞན་པན་གི་ལྷག་བསམ་བཟང་པོ་ རྒྱད་  
ལུ་སྤྱེས་ཏེ་ རྒྱལ་བ་བཙུན་ལས་ལུ་སྤྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལུ་བཞོན་རྒྱགས་  
པའི་ སྤོན་ལས་གཡེལ་བ་མེད་པ་མཛད་དགོཔ་སྤེ་ཡིན་པས།

### གསོལ་མཚོན།

ལོ་ལྷར་ལྷམ་༢ པའི་ཚེས་༡༠ ལུ་ དར་མང་ཁ་གཡུས་ཚན་གི་བྱེད་པ་ཆ་མཉམ་ལས་ སྤང་ཁ་དང་ཚོགས་  
རྗེས་ཚུ་རྒྱག་ཞིན་མ་ལས་ ལྷ་ཁང་ནང་སྤེ་ དམངས་གི་རིམ་གོ་ཚོས་བཙུ་བཟུང་། གནས་པོ་བཏང་སྟེ་ གསོལ་  
ཁ་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རུང་ལྷམ་༢ པའི་ཚེས་༡༢ དང་༡༣ སྐོར་ཆ་ལུ་ གཡུས་ཚན་གོང་མ་གི་  
གཡས་ཁ་ཐུག་ དར་ཁ་བཀལ་ས་ཟེར་ དར་མང་རི་བཙན་གི་གནས་ཤིང་ཡོད་སར་ ཚོགས་དུང་ཆ་  
འདྲོང་སྤེ་ལུ་སྤེ་ གནས་པོ་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

---

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

དར་མང་རི་བཙན་གི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་གྲུམ་དོ་རྗེ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	རོ་རྗེ་ཆུ་གཉེར་མ།
གནས་ཁང་།	རྟ་མིག་འདམ་ཆུ།
གཡུས།	རྟ་མིག་འདམ་ཆུ།
བསྟན་མི།	རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གི་མི་སེར།
སྐབས་ལུ་ཚུལ།	མི་ལོར་བས་གསུམ་ལུ་རྒྱེན་ངན་འབྱུང་མི་བརྒྱུག་འི་དོན་ལུ་སྐབས་ལུ་མ་ ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱུ་ན་ལ་རྗེང་ལག་སྟོན་མང་གི་དོན་ལུ་གཡུས་ཚན་ཐག་རིང་ཤོས་ཅིག་ཨིན་མི་རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གཡུས་ཚན་འདི་བསམ་སྤྱིང་ལ་ལས་པོ་ཆུའི་མཐའམ་བདའ་སྟེ་རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གི་མི་སེར་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་སྐྱུ་འཁོར་ནང་འབད་བ་ཅིན་གི་ལོ་མི་ཏར་༣༠ འགྲོ་དགོཔ་ཨིན་པས།

རྟ་གི་མིག་འདམ་ཆུ་གཡུས་སྟོར་གཅིག་དང་ཐང་མ་སྐྱིས་ལས་བྱུང་བ་གཉིས་གསུམ་ཅིག་གིས་བསྟན་མི་ཡུལ་ལྷ་ཨམ་ཆུ་གཉེར་མ་གི་གནས་ཁང་གི་བཀོད་པ་དེ་རྒྱུ་ལུ་རིན་ཆེན་ལོར་བུ་བྲག་རི་བརྟེན་པའི་ཞིང་ཁམས་དཔག་བསམ་སྟོན་ཤིང་དང་རི་ཞིམ་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བའི་སྐྱེད་མོས་ཚལ་ནང་བྱ་བྱི་ཅུང་ཚུ་དགའ་བའི་སྐྱུ་ལེན། གཅན་གཟན་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་སྐྱེད་པའི་འཕང་རིལ་སྐྱུར་ས་དག་པའི་པོ་བྲང་གི་སྐྱུག་ལུ་མ་གཅིག་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་དོ་རྗེ་ཆུ་གཉེར་མ་འཁོར་ལྷ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསྟོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གཉེར་མ་འདི་སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་

གནས་བདག་རོ་རྗེ་ཆུ་གཉེར་མ་འདི་སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་བེམ་འཕྲོས་འཕྲོས་སྟེ་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པ། སྐྱུ་ལུ་ལྷ་རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གཉེར་མ་འདི་ན་བཟའ་བཞེས། ལྷ་རྟ་མིག་འདམ་ཆུ་གཉེར་མ་འདི་དང་གཡུ་བྱུ་རུ་སྐྱུ་ཏིག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ཞལ་བེམ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་གང་མ་བཟུམ་ལུ་ཚེམས་ཤོ་སྟོམ་ཏོག་ཏོ་མེ་ཏོག་པུ་ལྷའི་ཟེའུ་འབྱུ་བཟུམ་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་མིག་རྗེམ་གཞུ་གུར་བུར་མིག་གིས་མདའ་རྒྱུ་ད་སྤང་བྲང་ཚུལ་བཞེན་

མཛད་པའི་ དང་སྲོང་ཡང་ཐུགས་གཡོང་ཚུགས་པའི་ རྣམ་འགྲུར་དང་ལྷན་མ་སྤྲོད་པ་ཨིན་པས། ཟས་ལོར་  
གཡང་ལུག་པའི་བདེ་མཚོན་ལུ་ རྒྱག་གཡམས་པར་མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་བསྐྱམས། ག་ཅི་དགོ་རུང་དངོས་  
གྲུབ་གནང་བའི་རྟགས་མཚན་ལུ་ རྒྱག་གཡོན་པར་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་བསྐྱམས། གསང་བའི་ཡབ་དབྱ་ལྷའི་  
རྒྱལ་པོ་ འདོད་ཡོན་སྤུན་ཚོགས་དང་འབྲེལ་མེད་བྱུང་བྱུ་སྦྱོར། གཞན་ཡང་གངས་སྐྱན་མཚོ་སྐྱན་ཚུ་ བསྐྱབ་  
མ་བཅུ་གཉིས་དང་ ལྷ་སྤྲུ་གཞི་བདག་ཐང་མེད་པ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སློབ་དཔོན་བརྒྱ་འབྲུང་གནས་དང་ མཐུ་ཚེན་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ ལྷ་མ་གོང་མ་ཚུ་གིས་ བཀའ་རྟགས་དོ་  
རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ་ སར་ལོགས་མ་ལུ་ གཞོད་པ་ཨ་ཙི་ཙིག་བཀའ་རུང་ དེའི་ལས་རྣམ་སྤྲིན་ རང་གིས་  
སྲོང་དགོཔ་ཨིན་མ་ སེམས་ཁར་བཞག་སྟེ་ གཞན་ལུ་སྦྲུང་བའི་སྲོང་སྲོགས་དང་ བཅོལ་བའི་ཐོན་ལས་  
མཛད་དགོཔ་སྟེ་ དམ་འོག་བཅུགས་ཞེན་མ་ལས་ གཡུས་སྲོགས་འདིའི་གནས་བདག་སྟེ་ བསྐྱོར་ཡོད་པ་སྟེ་  
ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

གནས་བདག་དོ་རྗེ་རྒྱ་གཉེར་འདི་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་གཞི་བདག་ཨིན་མ་ལས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་  
གཏོར་གྲུལ་བཅུགས་ཏེ་ ཚོས་སྤྱང་གི་གསུམ་ཁར་གཏང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྒྱ་རྒྱུང་ལོགས་སུ་གཏང་པའི་  
སྐབས་ བསྟོད་པའི་མགྲུ་ལས་ མར་ཆང་སྤུད་གཏོར་ཏེ་ གནས་པའི་དར་ཁ་བཀའ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

- དོ་རྗེ་རྒྱ་གཉེར་མའི་གསོལ་ཁ།
- འདྲི་བསྐྱབ་འབད་ས།
- ཚོགས་པ་ལྷན་དོ་རྗེ།



ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བཙན་གྱི་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཏེ་ དམ་ཉམས་ཚུ་བཅིངས་ཏེ་ རྩུ་འཕྲུལ་ལྡན་པའི་རྟ་ཅང་ཤེས་  
གུར་ ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཞན་ཡང་རྟ་ལྷ་བདུད་བཙན་ གངས་སྐྱེན་མཚོ་སྐྱེན་ཚུ་ ས་  
གནས་འདིའི་གཞིའི་བདག་པོ་མེད་ནི་མ་ཤེས་ ཡོད་ཚད་གཅིག་པོ་ཆ་མཉམ་གྱིས་གཞོན་པ་བཀའ་མི་ དག་  
བགོགས་ཚུ་ཐལ་ཕ་བཟུམ་སྟེ་གཏོར། བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་ འཕྲིན་ལས་མཛད་དེ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ། སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས། རྩུ་ཐོབ་གོང་མ་ཚུ་གིས་ བཀའ་  
རྟགས་དོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤུང་། སེམས་ཅན་ལུ་བདེ་སྦྱིད་སྟེལ། ཚོས་མཛད་  
ཡོངས་ལུ་ ལས་བཞིའི་སློལ་ས་འཕྲིན་ལས་དང་སློངས་གོགས་མཛད་དེ་ མཚོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་རྩུབ་  
གནང་། བཙོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛད་དགོཔ་སྟེ་ དམ་འོག་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ གཡུས་ཕྱོགས་འདིའི་གཞི་  
བདག་སྟེ་བསྐྱོས་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

པོ་རྟ་ཡོན་ཏན་དོ་རྗེ་འདི་ གཡུས་ཚན་དེ་ནང་གི་གཞི་བདག་ཨིན་མ་ལས་ འོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ གཏོར་  
གཡལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་ ཚོས་སྤུང་གི་གསལ་ཁར་གཏང་སློལ་ཡོད་པ་ཅམ་ཅིག་མེན་པར་ རམ་གདངས་རྒྱབ་སྟེ་  
སྐྱེ་རྒྱུང་གཏང་པའི་སྐབས་ བསྟོན་པའི་མགུ་ལས་ མར་ཆང་ཕུད་གཏོར་སྟེ་ གནས་པའི་དར་ཁ་བཀའ་སློལ་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དག་རྒྱལ།**

ས་གནས་གྱི་ཡུལ་རྩུ་པོ་རྟ་ཡོན་ཏན་དོ་རྗེ་འདི་ བཀའ་གཉན་འགས་ཨིན་རུང་ སྐྱབས་ལུ་བཅིན་ རྒྱབ་སྦྱོར་  
བཟང་འགས་ཨིན་མ་སྟེ་ཆ་བཞག་པ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ཅེ་ཕྱག་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ས་གནས་རི་ཅེ་མགུ་  
ཟེར་སར་ ཤིང་ཞལ་ལག་དང་མཛེར་རྟོ་ཉུང་འགས་ ཕྱང་ཏང་ཏ་འབོལ་ཚད་མེད་པ་སྟེ་ཡོད་མི་ཚུ་ ཤིང་ཆའི་  
དོན་ལུ་བདེ་བའི་ཕར་བཞག་ ཤིང་རྒྱུང་གིས་བཅག་བཅག་དང་ རང་སྐྱམས་ཐལ་མི་ ཤིང་རྒྱུང་ཅིག་འཕུ་ཆི་  
རུང་ ལཱ་ཁག་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཅེ་ཕྱག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ པོ་རྟའི་གནས་ཁང་གི་ས་གོ་ནང་ རོར་  
སེམས་ཅན་བདག་མེད་སྟེ་ འབྲུམ་བཙུག་ནི་ཚུ་འཛོམས་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



---

ཀྱུང་རྟོན་ཡིག་ཆ།

ཕོ་ལྷ་ཡོན་ཏན་དོ་རྗེའི་གསོལ་ལ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོགས་པ་མཁའ་འགྲོ།



མགར་ས་ཇོང་།



དགའ་ས་ཚོང་ལག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག།

ལ་སྟོང་གི་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ དམ་ཅན་སྒོ་མོ་ལྷགས་ཀྱི་རལ་པ་ཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

དམ་ཅན་སྒོ་མོ་ལྷགས་ཀྱི་རལ་པ་ཅན།

བཀྲ་ཤིས་མཐོང་སྒོ་མོ་ཚོང་།

དགའ་ས།

ཤོ་མཉམ་འབྲུག་གི་མི་སེར་དང་ འདིའི་ནང་ལས་དགོན་གྱི་མི་སེར།

མི་ཉོར་ཟས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ལུ་ནི་དང་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་ཅིའི་དོན་

ལུ་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྲུང་གཙོ་བོ་ དམ་ཅན་སྒོ་མོ་གཟའ་བདུད་རལ་པ་ཅན་འདི་ མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་  
དབང་ཕྱུག་དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་ རྒྱགས་ཀྱི་སྤྱུལ་པ་གིས་ སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་བྱང་རྒྱབ་  
ལུ་བཀོད་ཅིའི་ཐབས་ལུ་ ཡབ་གཟའ་བདུད་བྱབ་འཇུག་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དབང་པོ་སྐྱ་གཅན་འཛིན་དང་ ཡུམ་སྐྱ་མོ་  
ཁ་མིག་མ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ལུ་འཇུངས་ལུ་ག།

སྤྱ་མཚོ་ནང་ལུ་ དམ་ཅན་སྒོ་མོའི་ཕོ་བྲང་ལྷགས་མཁར་གཞག་པོ་ཟུར་དུག་དང་ སར་རྒྱུར་རིང་ཚད་དཔག་ཚད་  
དགྲ། ཡར་མར་གྱི་མཐོ་ཚད་དཔག་ཚད་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཚད། ཕོ་བྲང་གི་འཁར་འཁོར་ཆ་ལུ་ ཁྲག་དང་  
རྟག་གི་མཚོ་ནང་ལུ་ གཅན་གཟན་གཏུམ་པོ་དང་ ཉ་རོ་མེ་རོ་གིས་གང་སྟེ་ སྤོ་ལོགས་ཁར་འགྲོ་ནི་ཕར་བཞག་  
ཐག་རིང་ས་ལས་བལྟམ་ད་ གནམ་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་སི་སྟེ་ཡོད་རུང་ ཕོ་བྲང་གི་ནང་ན་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ལུ་  
ལས་གྲུབ་པའི་ ལྷ་ཡི་གཞུང་ཡས་ཁང་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དམ་ཅན་སྒོ་མོའི་ཕོ་བྲང་གི་བྱང་  
ཤར་ལུ་ ཡབ་རྩ་རྩུ་ལའི་ཕོ་བྲང་དང་ བྱང་ལ་ཐུག་ལུ་ ཡུམ་སྐྱ་མོ་ཁྲག་མིག་མ་ཡི་ཕོ་བྲང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཕོ་

བྲང་གི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་ལུ་ ཕྱི་སྒོན་དང་ནང་སྒོན་སྲུང་རྒྱབ་ཐང་མེད་པ་ཅིག་དང་ སོ་བྲང་སྒོར་ར་རྒྱབ་སྟེ་  
 གཡུམ་ཚན་གནམ་མཁའི་སྐར་མ་བཟུམ་སྟེ་ ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ནང་ འབངས་མི་སེར་གྲངས་ཁ་མ་ཚོད་པ་ཡོད་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ དམ་ཅན་སྒོ་མོ་ཡིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ངོ་བོ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་ཡིན་རུང་ ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་ད་ སྐྱའི་ནམ་འགྲུང་འབྲས་མ་  
 འབྲས་སྟེ་བཏོན་རུང་ གཙོ་བོ་སྐྱ་མདོག་གནག་པོ་ ཁྲོས་པའི་ཞལ་ལས་མཆེ་བ་གཙོགས་པ་ ལྷགས་ཀྱི་རལ་པ་  
 གནམ་ལུ་གཟིངས། སྐྱ་ལུས་གར་མིག་ཏོ་གིས་གང་སྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས།



དམ་ཅན་སྒོ་མོའི་ཀ་ལྷབ།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ཕྱག་མཚན་ཡང་ ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་དང་བསྟུན་ཏེ་ མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་བསྐྱམས་ནི་ཡོད་རུང་  
གཙོ་བོ་ཕྱག་གཡམས་ལུ་ གནམ་ལྷགས་ཀྱི་མདའ་དང་ གཡོན་ལུ་རུ་གཞུ་དང་བདུད་ཞགས་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་  
ཡིན།

དམ་ཅན་སྟོ་མོའི་ཆེབས་ཡང་ འཕྲིན་ལས་བསྟུན་མ་འདྲམ་སྟེ་ཡོད་རུང་ གཙོ་བོ་བདུད་རྟོན་གཡོ་ རླུང་བ་  
མགྲོགས་པ་འདི་ཡིན་པའི་ཁར་ འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྣམ་མཐུ་ ས་གནས་མཐའ་དབུས་མེད་པ་  
ཡུད་པ་ཐེངས་གཅིག་ལུ་བསྐྱོད། རླུང་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་གནམ་ལུ་འཕུར་ཚུགས་པ། ས་ལུ་འཕྱུལ་ཚུགས་པ། བར་  
སྤང་ཁམས་ལུ་སྟོག་ཀེལ་དོ་བཟུམ་དང་ རླུང་བཟུམ་གཡོ་བ། ཐོག་ལྟར་འབབ་པ། བྱ་ཁ་བཟུམ་གཞུང་པ།  
བསྐྱལ་པའི་མེ་རླུང་འཚུབས་པའི་ སྟོབས་དང་ཟིལ་གྱིས་ ཞི་རྒྱས་དབང་ཡིག་གི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྟུབ་  
གནང་མའི་བཀའ་སྲུང་ཅིག་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཁམས་གསུམ་དབང་ལུ་འདུ། སྲིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཚུགས་མི་ཅིག་ཡིན་ནི་འདི་གིས་ མིའི་ཚོ་སྟོག་ལུ་  
གཞོད་པ་བཀའ་མི་ མ་རུངས་གདུག་པ་ཅན་ཅིག་ཡིན་རུང་ བརྟལ་བའི་དུས་ལུ་བབས་ལུག།  
ཉེ་མ་བོད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐྱམ་པའི་བཙུན་མོ་ རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཚོའི་རྟེན་སྐལ་ རྩོ་བོ་ཤུག་ལུ་ཞེ་ རྒྱ་ནག་  
ལས་གདན་འདྲེན་ཞུས་ད་ རྩོ་བོའི་དཀོན་གཉེར་འབད་མི་ གཙམ་མ་ལྟའི་རིགས་ལས་ལྟེ་མ་ཟེར་ཞུ་མི་འདི་བྱོན་  
ལུག། དེའི་གདུང་བརྒྱད་ གཙམ་མུང་སྟོད་རྟོ་ཐང་ལུ་ རིམ་པར་བྱོན་པའི་མཐའ་མར་ དགེ་བཤེས་རྟོ་ཐང་པ་  
དཔལ་ལྷན་ཤེས་རབ་བྱོན། དེའི་སྐས་ལོར་བུ་དཔལ་ལྷན་ ཚོས་མིང་རིན་ཆེན་གསལ་པ་དཔལ་ལྷན་ཟེར་ཞུ་མི་  
གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁུངས་པ་མཚོག་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་ཚོས་རྗེ་གཙམ་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་ སྟོབ་མའི་གཙོ་བོ་ལུ་གྲུར་  
ཏེ་ དབུ་ཚེ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱའི་གྲུལ་འགོ་ལུ་སྟོད་པ་ད། ཚོས་རྗེ་གཙམ་པ་རྒྱ་རས་ཀྱིས་ རྩོད་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་  
ཉི་མ་སྟོ་སྟོགས་ལུ་ཡོད། དེ་འབདམ་ད་ དང་པ་ར་ཉི་མ་ལུ་བྱང་གི་མཚམས་ སྲིན་མོ་གན་རྒྱལ་འགྲེལ་མ་དང་  
འདྲའི་ལྷེ་མ་གུར་ དམ་ཅན་སྟོ་མོའི་སླ་མཚོ་ གནག་ཏོང་ཏོ་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུང་ཁར་དུག་གི་རྒྱ་མིག་བརྒྱ་  
དང་ཚ་བརྒྱད་ཡོད་སར་ གཟའ་བདུད་རལ་པ་ཅན་ བརྟལ་བའི་དུས་ལུ་བབས་ཡིན་མཁའ་ས་ རྩོད་རའི་སྟོག་ལུ་  
མ་ཕངས་པར་ ས་གོ་དེ་ཁར་སོང་ཞིན་ན་ ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྐབ་པར་བཞུགས་པ་ཅིན་ རྩོད་རང་ཡང་ ཅན་

གཞི་འདི་ལས་དྲག་ཚུགས་ནི་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ཤོ་མཉམ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་དང་། འདིའི་ནང་ལས་ཡང་  
 དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྲིད་ལུ་ བན་ཐོགས་འབྲུང་ནི་ཨིན་པའི་བཀའ་བབ་ལུང་བསྟན་གནང་ཅུག།  
 དུག་མཚོ་གནག་པོ་འདྲོག་སི་སི་འདི་ བོད་དབྱུས་གཙང་ལས་ ཁམས་ཁ་ཐུག་འགྲོ་སའི་ གཞུང་ལམ་གྱི་ལྷག་  
 ལུ་ཨིན་ནི་འདི་གིས་ཡར་དང་མར་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་ སེམས་ཅན་ཅིག་གསད་ཞིན་མ་ལས་ ཤུག་འགྲོ་ཚུ་  
 སླེ་ དམར་མཚོད་མ་ཐུལ་བ་ཅིན་ དེ་འབྲལ་ལས་ ཁ་ལས་ཁྲག་སྐྱུག་སྟེ་ཤི་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མཚོའི་ཐང་  
 གནམ་ཁར་བྱ་འཐུར་རུང་ དུག་གི་རྒྱང་སམ་གིས་ར་བཟི་སྟེ་ མཚོ་ནང་ཐིམ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
 ཅུ་བའི་རྒྱུ་འགྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་གྱི་ ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྐབ་ཐོབ་གཏེར་ཁུངས་པ་གིས་  
 མཚོའི་སྟོ་ལོགས་ རྫོ་ཕུ་སྟོམ་ཅིག་ཡོད་མིའི་འོག་ལུ་ ཐུགས་དམ་ཏིང་ལེ་འཛིན་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ ཚོ་འབྲལ་ག་  
 བུ་ཡང་མ་སྟོན་རུང་ ཞག་བདུན་གྱི་རྒྱབ་ལས་ཉིམ་དམར་ཐག་མ་ཚོད་པ་ཅིག་ཁར་ རྒྱ་མཚོའི་སྐྱུག་ལས་ རྒྱང་  
 གནག་པོ་རེ་སྟེ་འདྲིལ་འོང་དོ་བཟུམ་གྱི་འུར་སྐྱ་གིས་ ལུང་མ་གག་སག་ས་དང་ རྒྱ་མཚོ་ལས་དཔག་ཚད་ལྷ་ཚུན་  
 རྒྱའི་བ་རྒྱབས་འབྲུགས་ཏེ་ གནམ་ས་མགུ་མཇུག་སྟོག་ དེ་བཟུམ་གྱི་ཚོ་འབྲལ་སྟོན་ཏེ་ རུབ་གསུམ་སོང་པའི་  
 བསྐྱང་ལས་ སྐབ་ཐོབ་གཏེར་ཁུངས་པ་ཡང་ ཐུགས་དྲན་མེད་བརྒྱལ་སག་ས་གུར་སྟོན་རུང་ རྒྱ་མཚོའི་གདམས་  
 དག་ཐུགས་ལུ་དན་ ཏིང་ལེ་འཛིན་གྱི་རྩལ་ཉེང་སྐལ་བཏོན་ཏེ་ སྐབ་པ་ལུ་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་སྐྱུགས་འཁེལ་མ་  
 ཚུགས་པས།





ད་རུང་ཚར་གཅིག་འབདཱ་ད་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེའི་དབུའི་ཐང་གནམ་ཁར་ འདོམ་བཞི་བརྩུ་དེ་ཅིག་ཡོད་པའི་  
རྟོ་རང་འཐག་གནམ་མེད་ས་མེད་སྤོམ་ཅིག་ རྒྱུར་འོང་མིའི་སྐྱ་སྐྱད་ འབྲུག་སྟོང་དུས་གཅིག་ལུ་ རྒྱུར་དོ་བརྩུམ་  
ཡོད་པའི་ རང་འཐག་གི་ཁབ་བྱ་ནང་ལུ་ རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞིའི་ལྷ་ལས་ སུམ་ཚུ་ཕ་གསུམ་གྱི་ལྷ་མན་ཆད་  
གསལ་ཏོག་ཏོ་མཐོང་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རང་འཐག་གི་ཁབ་བྱ་ལས་ དམུལ་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་མཐོང་ཚུགས་པ་  
ད་ སེམས་ཚན་ཚུ་ཡར་དང་མར་དཀྲུགས་ཏེ་ བྲེལ་སྐད་ཤོར་བའི་འུར་སྐྱ་གིས་ ལུངམ་གག་སག་སྟེ་གོ་དོ་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས། ག་ཡུད་མེད་པ་རང་འཐག་གི་སྐྱུག་ལུ་ཚུད་པ་ཅིན་ ཡར་ཡོང་མེད་པ་ ཐལ་བར་བརྒྱག་ནིའི་  
ཉེན་ཁ་སྤོམ་ཡོད་མི་འདི་ནང་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་ ཚུད་སག་ས་སྟེ་ཞག་གསུམ་སོང་རུང་ ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
རང་ལུ་ གཤོ་བ་མེད་པར་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་གཞོད་པ་མ་བྱུང་པས།

དེ་ལས་ཕྱོགས་བཞི་ལས་ རྒྱང་མ་ཤུགས་སྟེ་འཕྲུམ་མི་འདི་གིས་ མཚོ་རྒྱལ་ལས་འབྲུགས་པའི་སྐྱུག་ལས་ མི་  
གནག་པོ་གཟུགས་སྤོམ་རི་བརྩུམ་ རལ་བ་གནག་པོ་སྤྱི་བོར་བཙུང་། ཁ་ལས་མི་དང་སེམས་ཚན་ཟ་ཟམ་གི་ཞུག་  
འཛག། མིག་ཏོ་གསུམ་ཡོད་པའི་དཔལ་བའི་སྐྱུག་གི་ མིག་ཏོ་གྲུ་ལས་མེ་འབརཱ་མ་ཚད་ མགྲུ་ཏོ་གྲུར་མིག་ཏོ་  
གྲངས་ཁ་མ་ཚད་པ་སྟེ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ དུག་གི་རྒྱངས་མ་འཐོན། མགྲུ་ཏོ་ལྷ་ཚངས་པའི་གཡུས་ལུ་དང་ ལུས་  
མོ་རྒྱ་མཚོ་ནང་བྱིང་། ལག་པ་གཡས་པར་མདའ་གཞུ་དང་ གཤོན་པར་དུག་སྐུལ་གནག་པོ་བཞེད། ཁ་ལས་དུག་  
གི་རྒྱངས་མ་ ས་སྐྱུག་བརྩུམ་སྟེ་འཐོན་ཏེ་ ད་རིས་ཁྱོད་གྱི་ཤ་ཟ་ཞུག་འཕྲུང་ནི་ཨིན། ཨ་ཁའི་སྤྱང་ལོ་ཅིག་གིས་  
ང་དང་འབྲན་འབྲ་འབད་ནིའི་རྩེས་རྒྱབ་མས་ཟེར་སྐབ་ཞིན་མ་ལས་ ལག་པ་ས་ཁར་བདེ་བ་ད། གནམ་ས་མགྲུ་  
མཇུག་སྟོག་སྟེ་ གནམ་ཁའི་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ཚུ་ས་ཁར་ཕབ། ས་གཞི་རི་རབ་རྒྱ་མཚོ་ཚུ་གནམ་ཁར་འཕྲར་ཏེ་  
ཞག་གསུམ་ཚུན་ཚོད་མཇུག་བཅད་པའི་ཟེརཱ་མེད་པར་ ཚོ་འཕྲུལ་སྟོན་ལུག།

ད་རུང་མི་གནག་པོ་གཟུགས་སྤོམ་འདྲོག་སི་སི་ཅིག་ལུ་སྐྱུལ་འོང་སྟེ་ ཁྱོད་ང་ལུ་ག་ཅི་སྟེ་ཚོད་ལྷམ་སྟོ། ང་གིས་ཚོ་  
འཕྲུལ་ག་དེ་སྟེ་སྟོན་རུང་ ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལུ་འདྲོགས་མ་བརྟུབ་མི་འདི་ ཁྱོད་ལུ་ག་ཅིའི་ལུས་པ་ཡོད་པ་སྟོ། ད་ང་  
བཅས་གཉིས་སྟོབས་རྩལ་འགྲན་ནི་ཨིན། གཟུགས་སྤོམ་རི་རབ་བརྩུམ་སྟེ་ སྟོན་ཚུགས་མི་འདི་གིས་ སྟོན་མ་  
ཚུགས་མི་འདི་ཟ་ནི་ཨིན། ག་དམ་ཅིག་སྟེ་ ང་གིས་སྟོན་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ དེའི་ཤ་ཞུག་གི་གཟུགས་འདི་ཟ་ནི་  
ཨིན་ན་ འཇར་རོགས་སྟེ་བཀོལ་ནི་ཨིན་ན་ དབང་ཚད་ཁྱོད་ལུ་ཡོད་ཟེར་སྐབ་སྟེ་ རྒྱ་འཕྲུལ་འགྲན་མ་ད་ གྲུབ་  
ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་མམ་སོང་རུང་ རྒྱང་བའི་རྒྱ་འཕྲུལ་སྟོན་མ་ད་ དམ་ཚན་སྟོ་མོ་གིས་ ཨམ་མཐེ་བོང་བརྩུམ་ཅིག་  
ལས་ རྒྱང་གྲུ་སྟེ་སྐྱུལ་མ་ཚུགས་རུང་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ རྒྱལ་མ་བརྩུམ་ཅིག་ལུ་སྐྱུལ་ཚུགས་ལུག།

དེ་བསྐྱེད་དམ་ཅན་སྒོ་མོའི་མཐོ་བསམ་ལུ་ ཁོ་གིས་ང་ཟ་བཅུག་ཞིན་ན་ ཁོའི་སློབ་ཚུ་གཅད་དེ་གསལ་དུ་གོ་པས་  
 ཟེར་ གནས་སྐབས་བཏོན་ཏེ་ ད་ཅིའི་ཁ་ཚིག་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ང་ཟ་ནིར་ཨིན་ཟེར་ཞུས་ད་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་  
 གིས་ དམ་ཅན་སྒོ་མོ་ལྷུང་མིད་སྟེ་ སྒོལ་མར་བཏང་མ་ཅིག་ དུག་ཚུ་འཐུང་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཨ་ཚོ་འུ་རྒྱལ། ལམས་  
 མ་བདེ་ལག་ལ་སྟེ་ དུག་གིས་ར་བཟི་སྟེ་འབད་རུང་ དུག་གི་སྐྱེད་སམ་ཕྱི་ཁར་བཏོན་ནིའི་ཐབས་ཚུ་སྐྱེད་གསལ་ཏེ་  
 གཏུམ་མོའི་འཕྲུལ་འཁོར་གནང་བའི་བྱོད་ཀྱིས་ དུག་ཕྱི་ཁར་བཏོན་བཏང་མ་མཚན་ ཁོའི་གཟུགས་ལ་ལས་ཚུ་  
 སྐྱེར་བདོལ་ཏེ་ ཟུག་གིས་འབྲེགས་མ་ཚུ་གསལ་པར་ འ་ཡེ་ཐུགས་ཞི་བའི་ངང་ལས་མཛད་གནང་། བདག་ནི་  
 གཏུག་པ་སྐྱ་ཡི་བྱ། འུག་ལྷ་རྒྱས་པའི་ངང་བཞིན་ལས། རྒྱུགས་དང་འགལ་བ་འགྱུར་སྲིད་པས། བཟོན་པ་  
 བཞེས་ལས་བདག་སྒྲོབ་འཚལ། རང་རྟུགས་སློབ་གི་སྟིང་པོ་ལུ། རྒྱེད་ཀྱིས་ཅི་གསུངས་དང་དུ་  
 མཚིས། བདག་ཅག་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། ཟེར་ལུ་ཞིན་མ་ལས་སྐྱ་མཁུལ་ལུ་འོང་སྟེ་ ཕྱིན་ཚད་ད་ལས་པར་  
 རྒྱེད་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལས་མི་འགལ། དེ་འབད་མ་ད་ ད་རིས་འདི་རྒྱེད་ཟ་ནི་ཨིན་ཟེར་ཞུས་ད། གྲུབ་ཐོབ་  
 གཏེར་ཁྱེད་སམ་པ་གིས་ ང་ཟ་ད་ཟེར་གསུངས་མ་ཅིག། སྒོ་མོ་གིས་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྱེད་སམ་པ་ལྷུང་མིད་སྟེ་བཏང་  
 ལུག། ཨིན་རུང་ཏིང་འེ་འཛིན་གསལ་བཏབ་སྟེ་ ཕུག་ན་དོ་རྗེ་སྟེ་སྟོམ། དོ་རྗེ་གཏུམ་པོ་མེ་འབར་ཏེ་ ཕུག་གལས་  
 དོ་རྗེ་འཛིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ དམ་ཅན་སྒོ་མོའི་སློབ་ཚུ་གྲུར་བཤེད། ཕུག་གཡོན་སྟེ་མཛུབ་མཛད་དེ་ ཁོ་གི་  
 ཁོག་བརྒྱུངས་གནང་མ་ད། ཟུག་གིས་འབྲེགས་མ་ཚུ་གསལ་པ་སྐྱེད་རིལ་མར་རིལ་སྐྱེར་ བྱེལ་སྐྱེད་ཤོར་ཏེ་དེ་སྟེ་  
 ལུ་ལུག། གྱེ་མ་གྱེ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། ལམ་རིག་ལུ་འཛོམས་ཡེ་ཤེས་མེ། ཞེ་སྐྱེད་དུག་འཛོམས་སྐྱེན་གྱི་  
 མཚོག་ འཁོར་བ་ལས་སྒོལ་འབྲེན་མཚོག་དཔལ། བདག་ནི་ངང་སྲོང་གཟུང་ཡི་བྱ། རྟེན་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་  
 ཚུབ་བར། རྒྱེད་ལ་སྐྱབས་སུ་དོང་ལགས་པས། རྒྱོག་གི་སྟིང་པོ་འདི་འབུལ་གྱིས། བཞེས་ནས་བདག་ཅག་  
 སྐྱབས་དུ་གསོལ། ཟེར་ལུ་སྟེ་སྟོག་སྟིང་སྐྱེད་པ་ད་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྱེད་སམ་པ་གིས་ དཔལ་ཕུག་ན་དོ་རྗེ་འཛིན་  
 བཞེད་ཏེ་ དབང་ལུང་ཡོངས་སུ་རྗེས་སུ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ དམ་ཚིག་དོ་རྗེ་སྟིང་པོར་བཞག་སྟེ་ གསང་  
 མཚན་དུག་པོ་རྩལ་ཟེར་བཏགས་གནང་མ་མཚན་ ཡོངས་གཟགས་ལུ་དགོ་བསྟེན་ལྷ་ཚེན་འབར་བ་ཟེར་བཏགས་  
 གནང་ལུག་ རྟེ་མ་ཚན་ སྒོ་མོའི་གསོལ་ལ་ནང་ཡང་ རྩོན་པ་རྒྱ་འགོ་མགོན་གཅོང་པ་དང་། གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་  
 ཁྱེད་སམ་ཚེན་པོའི་སྐྱེན་སྐྱ་ རང་གཟུགས་བསྟན་ནས་སྟོག་གི་སྟིང་པོ་ལུ། ལས་སྐྱེད་དམ་ལས་མ་འདའ་  
 འཕྲིན་ལས་མཛོད། ཟེར་བཀོད་གནང་སྟེ་འདུག།

དེའི་ནངས་པ་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་རིན་པོ་ཆེ་ རྒྱལ་ས་དམ་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ རྫོ་པ་ཉིམ་རིའི་ཚེ་ལས་ཤར་མ་  
དང་དུས་མཉམ་ལུ་ མཚོ་རྟོ་རྟོང་རྟོ་གི་སྐྱུག་ལས་ བུཚ་ལོ་བཅུ་དྲུག་འབད་མི་ཅིག་ རྒྱལ་ས་པའི་ཆས་ཀྱིས་  
བརྒྱུན། ཡིད་དགའ་འོང་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ སྐྱུལ་ཏེ་འོང་ཞིན་མ་ལས་ ཝེར་བུ་ཨིན་ཞུ་ལའི་མཚུལ་གྱར་ རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་  
ཚོགས་ཀྱི་ཚོམ་བུ་བཀོད་དེ་སྐྱུལ་འབད་སྟེ་ ད་རིས་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ ང་དང་དེའི་འཁོར་ཚུ་གིས་ཉ་མ་གོ་བར  
ཤ་ཁྲག་གི་དོན་ལུ་འགོ་བའི་ཚེ་སྲོག་ལུ་གཞོན་པ་བཀའ་ཡི། ཨིན་རུང་ད་རིས་གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ང་ལུ་  
ལས་འབྲས་ཀྱི་ཚོམ་ཅིག་གནང་སྟེ་ བཀའ་ངེན་བསྐྱུང་གནང་བེར་གསོལ་མ་བཏབ་ད་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་  
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚོམ་གནང་མ་མ་ཚད་ འགོས་ཀྱིས་བཏང་སྟེ་དོ་རྗེ་མག་མོ་དང་ ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་དབང་ལུང་ཡང་  
གནང་ཅུག།

ད་རུང་དམ་ཅན་སློ་མོ་གིས་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ རྒྱལ་ས་དང་ལྷན་མ་ཅིག་ཡོད་ནི་ དེའི་ཕོ་བྲང་ནང་ལུ་ཕྱོན་ཏེ་  
དེའི་འཁོར་ཚུ་ལུ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚོམ་གནང་སྟེ་ བཀའ་ངེན་བསྐྱུང་གནང་བེར་གསོལ་མ་བཏབ་ཅུག།

དམ་ཅན་སློ་མོ་གིས་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་རིན་པོ་ཆེ་ བསྐྱུ་བ་གསེར་སྐྱེད་དང་ཆེབས་ཀྱལ་ཀྱི་སྲོག་ལས་ ཕོ་  
བྲང་ནང་གནང་འདྲེན་ལུས་ཏེ་ སེང་གོས་བཏག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་ཁར་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཉིན་མ་གསུམ་  
བཞུགས་པའི་སྐབས་ དམ་ཅན་སློ་མོ་ཁོ་ཁོར་དང་ ཡབ་ཡུམ་གྱིས་གཙོས་པའི་འབངས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ བྲ་མའི་  
ནལ་འབྱོར་ལས་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ བཀའ་ཚོས་གནང་པའི་ཁར་ དམ་ཅན་སློ་མོ་ལུ་ལོགས་སུ་སྟེར་ ཕྱག་དོར་  
ཀྱི་བཀའ་ཚོས་ཚེད་གནང་སྟེ་ རྩོད་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་སྐྱུལ་པ་ཨིན་མ་མ་ཚད་ ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་ཡི་དམ་སྟེ་བསྟེན་ཏེ་  
སྐྱུབ་དགོ། ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ དམ་ལས་འགལ་བ་ཅིན་ དོ་རྗེ་གཏུམ་པོ་གིས་ལྷོད་ཐལ་བར་བརྟུག་འོང་བེར་  
གསུངས་ཅུག།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ དམ་ཅན་སློ་མོ་འདི་ ཤ་ཁྲག་ལུ་དགའ་མི་ མིའི་ཚེ་སྲོག་ལུ་གཞོན་པ་བཀའ་མི་ མ་རུངས་  
གདུག་པའི་གཤམ་པ་ཅིག་ཨིན་རུང་ འགོ་བའི་མགོན་པོ་ཚོས་རྗེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་ ལུང་བསྟན་དང་འབྲེལ་ཏེ་  
གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པ་གིས་ དམ་ལུ་བཏགས་གནང་མ་མ་ཚད་ དམ་ཅན་སློ་མོ་ཁོ་ཁོར་གིས་ ཡང་སྦྱིར་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷག་པར་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ གྲུབ་  
ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་བརྒྱུད་འཛིན་བུ་སློབ་དང་བཅས་ སྐྱུང་ཞིང་སྐྱོང་ཞིའི་ཁས་སྐྱུངས་ལུ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་ལུ་  
སྐྱུལ་ཞིན་མ་ལས་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པའི་ཉེ་གནས་སྟེ་ ཕྱག་ལུ་སྟེ་སྐྱུང་ཞིང་སྐྱོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

དེ་མ་ཚད་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པ་མཚོག་ འབྲུག་ལུ་ཕྱོན་པའི་སྐབས་ དམ་ཅན་སློམ་ཡང་ཕྱག་ལུ་འགྲོ་དགོ་  
 པའི་བཀའ་གནངས་ད་ སློམ་འི་བཞུགས་གནས་མཚོ་འདི་ ཁོ་རའི་སླ་སྟོག་ཡིན་པའི་ལུ་བ་སྐྱལ་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་  
 གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ མཚོ་ཞལ་ལུ་རྩལ་སྟེ་བསྐྱམས་ཕྱོན་ཞེན་མ་ལས་ བཀའ་སྲུང་སློམ་འི་བཞུགས་གནས་  
 ཀྱི་སླ་མཚོ་སྟེ་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ལས་བཏོན་ཏེ་ མཚོ་འབྲེལ་འབྲེལ་པ་ཡིན་པས།



སློམ་འི་སླ་མཚོ།

གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པ་མཚོག་ ལ་ཡག་དང་དགོན་ལས་མར་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཕྱོན་མ་ད་ དགོན་ལ་སྟོན་  
 པ་ཚུ་གིས་ ཅུ་བའི་སྦྱིན་བདག་ཐོན་ཏེ་ དགོན་འོབས་མཚོའི་གདན་ས་བཏབ་གནང་ཞེན་མ་ལས་ ཁོ་རའི་ཨ་ལུ་  
 དཔལ་ལྷན་རྒྱལ་པོའི་སྲས་སྟོམ་ཤོས་ སླ་མ་དཔོན་ཟེར་མི་འདི་ འོབས་མཚོའི་གདན་འཛིན་པ་དང་པ་སྟེ་བསྟོས་  
 ལུག། དེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཕྱོན་པའི་ གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པའི་གདུང་རྒྱུད་ལས་ སྟེ་སྲིད་དབུ་མཛད་  
 བསྟན་འཛིན་འབྲུག་རྒྱས་ཀྱིས་ ཚོས་སྲིད་ཀྱི་བསྟན་པ་སྟོང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་བདེ་བར་བཀོད་གནངས་མ་ཚད་ སྟེ་  
 སྲིད་དབུ་མཛད་དང་དགོན་འོབས་ཚོ་སླམ་ཚུ་ལུ་ དམ་ཅན་སློམ་མོ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་གིས་ཡིན་པས།  
 གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པའི་གདན་ས་ དགའ་ས་བཀྲ་ཤིས་མཐོ་སྟོན། སེ་ལ་རྣམ་རྒྱལ་ཕེ། དངོས་གྲུབ་རྒྱ་ཡིན་  
 རུང་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པ་ལུ་ དམ་ཅན་སློམ་མོ་མ་བསྟེན་མི་མེད་པ་ཡིན་པས།

གྲུབ་ཐོབ་གཏེར་ཁྲུངས་པའི་གདུང་བརྒྱན་ དགོན་ཨ་མོ་རི་མུའི་གདུང་རབས་ལས་འཁྲུངས་མི་ རྗེ་མཁན་ལྷི་  
 རབས་༡༡ པ་ཚོས་རྗེ་དག་དབང་འཕྲིན་ལས་མཚོག་གིས་ བྱམས་མགོན་སྐྱེ་མའི་སྐུ་ལ་སྐྱེ་ཅིག་ ལ་དྲགས་ལུ་  
 འཁྲུངས་ཏེ་གདན་ས་ལུ་མ་བྱོན་པའི་སྐབས་ རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ དམ་ཅན་སློམ་མའི་ཀ་ཁྲབ་ལུ་བཀའ་བཀྱོན་  
 གནང་མ་དུ་ ཀ་ཁྲབ་ཀྱི་ཞལ་འབག་ལས་ ཤངས་ཁྲག་བྱུང་བའི་རྟགས་མཚན་སྟོན་ཏེ་ཡོད་མི་འདི་ ད་ལྟོ་སེལ་  
 ལ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ རྟེན་སྐྱེམ་ནང་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
 མཐུ་ཅུལ་ཆེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལུ་དགོ་པ་ཅིན་ རྗེ་གསུམ་པའི་མཐའ་མེད་རུང་ ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དོན་ལུ་ དུམ་གྲ་རེ་བྲིས་ཏེ་  
 ཡོད། བྱམས་མགོན་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་ དགོན་ཤར་རི་བ་ལང་ནང་ སྐྱེ་འཁྲུངས་ཡོད་མི་འདི་ གོང་འོག་གི་བར་ན་  
 སྐུ་ལ་སྐྱེ་མ་བྱོན་པ་ མི་ལོ་༢༥ སོང་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ མི་ཚུ་ཐེ་ཚོམ་ཆགས་ཏེ་སྟོན་པའི་ནམ་དུས་ལུ་ རྗེ་མཁན་  
 དག་དབང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་ སྐུ་ལ་སྐྱེ་བྱུག་ལུ་བཞེས་ཏེ་ དམ་ཅན་སློམ་མའི་ལུ་དམོན་བཅོལ་མཚན་དེ་ ལྟ་ཁང་གི་  
 རབ་གསལ་ནང་ལས་ རྗེ་གཅེན་མེད་འཕུ་བཀོ་རུང་ བཀའ་སྐྱུང་སློམ་མའི་རྗེ་འཕུལ་གྱིས་ སང་མར་བཟེད་ཤ་  
 ལས་བརྟེན་ སྐུ་ལ་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མ་བྱུང་པར་ ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་རྟགས་མཚན་སྟོན་མི་ཚུ་  
 དེ་ནང་འཛོམས་མི་ག་ར་གིས་དངོས་སུ་སྟེ་མཇལ་ལུགས།

**གསོལ་མཚོན།**

ཚོས་རྗེ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ཡབ་སྐུ་ཚུ་གིས་དམ་ཅན་སློམ་མའི་ལུ་ གདན་ས་ར་ལུང་གི་གཉེར་བཅོལ་གནང་ཞིན་མ་  
 ལས་བཟུང་ རྒྱལ་སྐས་གདུང་འཛིན་སྐུ་ལ་སྐྱེ་ཚུན་ ཅི་བཅོལ་གྱི་འཕྲིན་ལས་ གཡེལ་བ་མེད་པར་བསྐྱབས་ནི་  
 འདི་གིས་ གཏོར་ཚོག་རྒྱས་པ་ལོགས་སུ་གནང་ནི་ཡོད་པའི་སྟོལ་མ་ཉམས་པར་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་  
 གདན་ས་སུ་ཚུན་གཉིས་ལུ་ སློམ་མའི་བཅོན་གསོལ་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།  
 དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྐྱུང་ དམ་ཅན་གཤམ་པ་དམར་ནག་གཉིས་ཟེར་ གནམ་མེད་ས་མེད་མཐུ་ཅུལ་  
 ཆེ་དྲགས་དང་ བཀའ་གཉན་དྲགས་སྟེ་བརྗེ་སྟོལ་ཡོད་པའི་གྲས་ལས་ གཅིག་དམ་ཅན་སློམ་མའི་ཞིན་མ་ལས་  
 རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་རྗེ་དང་གཞིས་དང་ལྟ་ཁང་དགོན་སྡེ་ཚུ་ནང་འདི་ལོས་ གཡུས་ཚན་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ ལོ་ཚོག་  
 སྐབས་ཚོས་སྐྱུང་གི་གྲས་ཁར་ གཏོར་གྲལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་གཏང་མི་དགོ་མི་གང་མེད་པ་ཡིན་པས།





སློ་མོ་ལུ་དར་སྤུལ་ས།

དགོན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ ཁོ་རའི་གཡུས་ཁ་ལས་ རྫོང་ཁ་གཞན་ཁར་འགྱུ་བའི་སྐབས་དང་ ལོག་འོངམ་ད་ དགོན་ འོབས་མཚོ་རྫོང་གི་འོག་ལུ་ གཞུང་ལམ་ཁ་ལས་ དགའ་ས་བཀ་ཤིས་མཐོང་སློན་ཁ་ཐུག་ ཕྱག་འཚལ་ཞུ་མ་ ལས་ དར་རྩུང་སྤེ་ལྷ་སྤུལ་ཏེ་ སྐབས་ལུ་དོ་ཡོད་རྩུང་ ད་ལེས་ནངས་པ་རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ ཁ་ དར་དགའ་པོ་འཕུར་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དམ་ཅན་སློ་མོའི་གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ཅིག་ དགའ་ས་བཀ་ཤིས་མཐོང་སློན་རྫོང་ལུ་ཨིན་ནི་འདི་གིས་ དགོན་གྱི་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལྷ་ཁག་ཆེ་ཏོག་ཏོ་འབད་ནི་དང་ དོན་དག་འགྲུབ་དགོཔ་ཡོད་པ་ད་ མགོན་ཁང་ནང་སྙན་དར་ སྤུལ་ཏེ་ཤོ་ལུ་མ་ད་ སློ་མོའི་ཤོ་སྐལ་ལེ འཐོན་པ་ཅིན་ མཐོ་ཚད་དོན་གྲུབ། བསམ་ཚད་ལག་ལུ་ འཁོར་བའི་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་མ་ཚད་ མིང་གསར་པ་ལུ་མི་ཚུ་ལུ་ དམ་ཅན་སློ་མོའི་མཚན་ལས་བྲངས་ཏེ་ དམ་ཚོས་དང་ སྐྱགས་ཏེ་གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

**ཀྱུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

དམ་ཅན་སློ་མོའི་གསོལ་ལ།

མཚན་སློབ་སྐྱབས་ཉུ་མགོན་ཆོ་དབང་གིས་ཚུམ་སྐྱིག་གནང་མི་དཔལ་འབྱུག་དགེ་འདུན་ཕྱག་སློལ་ཆ་གས་

བསྟན་འཛིན་གཞོན་ལུ་འུ་དགའ་ཚལ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

དགའ་ས་རབ་སྒྲེའི་དབུ་མཛད་ཆོ་རིང་དོན་གྲུབ།



༡ དཔལ་སྟེར་དབང་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྟེ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

དཔལ་སྟེར་དབང་པོ།

ཤིང་ཏྲ་དགོན་པ།

རི་མི།

ལ་སྟོད་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་དབང་དགོན་ཤར་རི་དང་རུབ་རིའི་མི་སེར།

རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་བསམ་དོན་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་ལ་གསལ།

གནས་ཁང་།

ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་ རང་མདངས་གཡོ་བ་མེད་པའི་དབྱིངས་ལས་ གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་དོ་ལུ་ ཁང་  
བཟང་འགྲུར་མེད་གཉན་ཡོད་དོ་རྗེ་བྲག་དམར་ རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཞུང་ཡས་ཁང་གི་ནང་ལུ་  
འདོད་དགའི་དཔལ་སྟེར་སྐྱེས་ཚོགས་པ་ མ་ཚང་བ་མེད་པ་གང་བའི་སྐྱེས་ལུ་ གནས་བདག་དཔལ་སྟེར་དབང་  
པོ་ གཟི་བུ་ཆེད་ཆེད་ཏྲ་ཏྲ་སྟེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དགའ་སའི་ཡུལ་ལྷ་དཔལ་སྟེར་དབང་པོ་ སྐྱེ་མདོག་གངས་རི་དཀར་པོ་བཟུམ་ལུ་ ཉི་མ་འབྱམ་གྱི་འོད་ཟེར་  
ཕོག་པ་དང་འབྲུ་བའི་གཟི་བུ་ཆེད་དང་ལྷན་པ། སྐྱེ་ལུ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དར་གོས་བཞེས་སྟེ་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་  
བརྒྱན། ཕྱག་གཡུས་ལུ་ ཁམས་གསུམ་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱུ་དང་། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ རེ་འདོད་སྟོང་བའི་ཡིད་  
བཞིན་གྱི་ཚོར་བུ་བསྐྱེས་ས། དེའི་གདོང་ཕྱོགས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་སྐྱེན་མོ་རྣམས་ཀྱི་མདོག་ཅན་ སྐྱེ་མདོག་  
དཀར་པོ་བཞིན་འཇུག་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་བསྐྱེས་ཏེ་གསེར་གཡུ་ལྷ་ཏྲིག་ཚུ་  
རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### དམ་བཞག།

ས་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་དཔལ་སྟེར་དབང་པོ་འདི་ སྲོན་ཕྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རིམ་བརྒྱུད་དང་ ལྷག་པར་མཐུ་  
ཚེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཡབ་སྲས་ཚུ་གིས་ དབང་ལུ་བསྐྱུ་སྟེ་ གནས་མགོན་གྱི་དམ་ཚིག་སྲུང་། དུལ་ཕྱོགས་  
འདི་ནང་ འབྲུང་བཞིའི་གཞོན་པ་དང་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་སེལ། ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་དོན་ཚོས་  
བཞིན་སྐྱབ་པའི་ སྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་དགོས་སྟེ་ བཀའ་བསྐྱོད་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### གསོལ་མཚན།

དགའ་ས་བཀྲ་ཤིས་མཐོང་སྲོན་རྫོང་ལས་ རུབ་བྱང་ཁ་ཐུག་ ཀར་སྟོང་སྟེ་དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་། ལྷག་པ་ཅིག་འགྲོམ་  
ད་ ཟབ་གསལ་དགོན་པར་ འགྲོ་སའི་ལམ་གྱི་སྲོ་ལོགས་ཁར་ ཤིང་རྩ་དགོན་པ་ལུ་སྟོད་པ་ཨིན་པས། རི་མི་  
གཡུས་ཚན་ནང་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཁ་གྲུན་བདའ་སྟེ་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་། ལྷག་པ་ཅིག་ལས་བཀལ་ཏེ་ མི་  
འགོར་མ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཟབ་གསལ་དགོན་པ་ལུ་སྐྱུམ་འཁོར་ལམ་སེལ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ དུད་པ་  
ཐོངས་ཅིག་ལས་བཀལ་ཏེ་ ཀར་ཐང་སྟེ་འགྲོ་མི་དགོ་པས།

དེ་ཡང་སྟོའི་ཚོས་བྱུང་སྟོ་གསར་ན་བའི་རྒྱན་ནང་ལུ་བཀོད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ རབ་བྱུང་། པའི་ནང་ རྒྱལ་བ་  
ཚོང་ཁ་པའི་ཞལ་སྟོབ་ རྒྱབ་བརྟེས་རོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་ འཕན་ཡུལ་བ་དཔལ་ལྷན་རོ་རྩེ་ཟེར་མིའི་ ཚོས་  
བརྒྱུད་འཛིན་མི་བུ་སྟོབ་ཅིག་གིས་ དགའ་ས་ཤིང་རྩ་དགོན་པ་ལྷག་བཏབ་གནང་ཡོད་པ་སྟེ་འདུག།

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་དཔལ་སྟེར་དབང་པོ་འདི་ དགོན་སྡེའི་སྲུང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་ལས་གཡུས་  
ཚན་ཁག་ནང་ གསོལ་ཁ་ཐུལ་སྟོལ་དར་བྱབ་སོང་ཞིན་མ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་དགོན་ཁ་སྟོད་དང་ ཤར་རི་དང་  
རུབ་རིའི་མི་སེར་མང་ཤོས་ཀྱིས་ ལོ་ལྷར་ཚོས་སྲུང་གཏང་པའི་སྐབས་ རྒྱ་རྒྱུང་སྟེ་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཚ།

དཔལ་སྟེར་དབང་པོའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཁ་སྟོད་རྒྱལ་ལས་དབང་འདུས།

३ བཀྲ་ཤིས་མཐུ་འབར།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

ཅུ་ཆེད་ཁུངས།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

བཀྲ་ཤིས་མཐུ་འབར།

ཁང་ལས་ཅུ་བ།

དེ་མི།

ལ་སྟོན་ཆེད་འོག་གི་སྐྱེ་འོག་ལྗེད་མི་སེར་དང་ དགོན་ཤར་རི་དང་རུབ་རིའི་མི་སེར།

དཔལ་ལྷན་གྲུ་མ་ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་མཚོག་ སྐྱན་སྟོངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་  
འབྱོན་མ་ད་ དངོས་མེད་ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱད་ཀྱི་གྲས་ལས་ བསུ་བ་འབད་མི་  
གཙོ་ཅན་ཅིག་ཨིན་པས།

མི་འོར་ཟས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དང་འདོད་པའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་ནིའི་དོན་ལྟ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དེ་དང་བྲག་མཚོ་གནས་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་སི་སྟེ་ཡོད་པའི་ གནས་ཆེན་བྲག་དཀར་མཚོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་  
ཕོ་བྲང་གཞལ་ཡས་ཁང་ནང་ དཔལ་ཆེན་དབང་གི་བྲགས་སྐྱེལ་ དམ་ལྷན་དགོ་བསྟེན་ཆེན་པོ་བཀྲ་ཤིས་མཐུ་  
འབར་མཚོག་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ངོ་བོ་བདེ་ཆེན་དབྱིངས་ལས་གཡོ་བ་མེད་རུང་ རྣམ་པ་ལས་བཞིའི་རྩུ་འཕྱུལ་གང་འདུལ་སྟོན་པའི་ ཏྲ་སོད་མི་  
ཟད་རྒྱུད་གི་འབྲུགས་ལྷན་གྲུར་ཆེབས་ཏེ་ཡོད་མི་ ལྷ་བཙན་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་བཀྲ་ཤིས་མཐུ་འབར་མཚོག་ སྐྱེ་  
མདོག་དམར་པོ་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས། དབུ་ལུ་ལྷགས་ཚོག་དང་ སྐྱེ་ལུ་ལྷགས་ཀྱི་གོ་ཁབ་བཞེས། དར་  
དམར་གྱི་ཤེར་གོས་བཞེས། ལྷག་རལ་གཡས་དང་ གཟིག་འབྲུབས་གཡོན་ལུ་བཏགས། གཞན་ཡང་ཁོ་བོའི་ཆས་  
གོས་དང་ རྒྱན་ཆའི་རིགས་མ་ཚང་ཚང་སྟེ་བཏགས་ཏེ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ དག་བགོགས་ཀྱི་སྟོག་རྩ་གཙོད་ནིའི་

རལ་གྱི་མེ་འབར་འབར་ཕ་བསྐྱམས། གཡོན་ལུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ་བསྐྱམས་ཏེ་ དབུལ་ཕོངས་  
གྱི་སྐྱུག་བསལ་སེལ་གནང་། དེའི་གཡོན་ལུ་ གསང་ཡུམ་སྐྱེན་བཙུན་ཆེན་མོ་ ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པ། སྐྱུ་  
མདོག་དཀར་པོ་ ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལུ་ གཞའ་བསྐྱོར་དོ་བབུམ་སྟེ་ འཁོར་བཙན་དམག་འབུམ་སྟེ་ ལྷ་སྐྱུ་  
སྐྱེན་མོ་ཚུ་ ཉི་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་བབུམ་སྟེ་ གནམ་ས་བར་སྐྱང་ཁམས་ལུ་བྱབ་སྟེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་ འཆི་མེད་མགོན་པོ་ཨོ་རྒྱལ་པ་སྐྱེ་འབྱུང་གནས་དང་ མཐུ་ཆེན་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཡབ་ལྷན་ཚུ་  
གི་སྐུན་སྦྲར་ དམ་བཙམ་པའི་བྱུགས་དམ་གཉེན་པོ་རྗེས་སུ་དགོངས་ཏེ་ སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་ དེ་འཛིན་  
གྱི་སྐྱེས་བུ་སྤྱང་ཞིང་སྦྱོང་བ་དང་། ལྷག་པར་དགོན་གནས་ཡུལ་འཁོར་སྐྱིན་བདག་ཚུ་ལུ་ ཅན་ལུག་འབྲུག་ཚོང་  
རྒྱུན་རབ་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གོད་པའི་དགྲ་བགཏགས་ཚུ་ མིང་མེད་ཐལ་བར་  
བརྟགས་ཏེ་ མཐར་བུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཕྲོབ་པའི་ སྟོངས་ཕྱོགས་མཛད་དགོངས་སྟེ་ དམ་འོག་ལུ་  
བཙུགས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

རི་མི་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུར་ཁ་ལས་ ཤར་ཉལ་འཚམས་ཅིག་སྟེ་ དུས་ཡུན་སྐར་མ་༡༠ དེ་ཅིག་འགྲོལ་ད་ སྐང་གི་  
རྐྱེད་པ་ལུ་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་གྱི་སྐྱུག་ བྲང་བྲང་སྐང་གི་གནས་ཤིང་རྩ་བར་ རི་མི་བྱུལ་པ་དམངས་ཀྱིས་  
ལོ་ནམ་ཆ་ར་ ལོ་ལྟར་རང་བློ་༢ པའི་ཆོས་༢༥ ལུ་ བ་ཇོ་གིས་ར་རོལ་སྐྱུགས་ཏེ་ གཞུང་ཚོག་ལྷ་བསང་དང་  
དགྲ་ལྟ་དཔངས་བསྟོད་བཏང་སྟེ་ ས་གནས་གྱི་ཡུལ་ལྷ་བྲང་གཉེར་པ་ལུ་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཨིན་པས།  
དེ་ཡང་དུས་ཚོད་མ་རན་མ་ལས་ གཡུས་དཔོན་གྱི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ རྩ་བོ་༡༡ ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ སྤུང་ཁ་དང་  
ཚོགས་རྗེས་ཚུ་བསྐྱུ་ ཉི་རུ་གམ་དབྱ་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་ བ་ཇོ་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་ གཡུས་ཁའི་  
མི་ཚུ་གིས་ ཕུག་འཚལ་སྟོན་དར་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་ གནས་ཤིང་གྱུར་གནས་པའི་དར་ཁ་བཀལ་ཏེ་ ཕུ་དང་རྩ་རྒྱལ་  
དགོངས་ཨིན་པས།

དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ཞབས་རྒྱུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་ གོང་མའི་ལུང་བསྟན་དང་འབྲིལ་ཏེ་ སྐྱེན་  
སྤྱིངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འབྱོན་མ་ད་ “དངོས་མེད་གྱི་དམ་ཅན་ཚོས་སྦྱོང་དང་གནས་གཞིའི་བདག་པོ་སྟོོ་བདུད་བྱུགས་

གྱི་རལ་པ་ཅན་དང་དགེ་བསྐྱེན་དོ་རྗེ་དག་འདུལ་གྱིས་གཙོས་པའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་གི་དཔུང་ཚོགས་བསམ་གྱིས་  
 མི་ཁྱབ་པ་བསྐྱུ་བ་ལུ་བཅར་ཅུག།” ཟེར་རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་རྫོང་ཁའི་ནང་ཚོམ་སྐྱིག་གནང་མི་  
 དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་རྗེས་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ནང་ལུ་བཀོད་དེ་འདུག། ད་རུང་རྣམ་ཐར་  
 བུ་ལུ་ “དངོས་མེད་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་བཀའ་བསྐྱོད་པ་བཞག་གནང་སྟེ་ རེ་རེ་བཞིན་ལུ་མིང་གསར་པ་རེ་  
 ཡང་གནང་ཅུག། དཔེར་ན་ཚ་རྩ་ལུ་འུ་གནས་པོ་ལུ་ཉེ་མ་ལྟོག་ལེ་ཡར་ཁལ་ཟེར་མི་ལུ་དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་། སྐར་  
 གསལ་རི་མི་གི་ཕོ་ལྷ་བྲག་གཉེར་པ་ལུ་ བཀའ་ཤིས་མཐོང་སློན་ཟེར་གནང་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱལ་ལས་རྫོང་ཆགས་པ་ད་  
 རྫོང་གི་མིང་ཡང་དེ་སྟེ་བཞག་སྟེ་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་བཀའ་ཤིས་མཐོང་སློན་ཟེར་སྐབ་དགོས་འདི་གིས་འབད་ཨིན།”  
 ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་ཅིག་ཨིན་པས།

བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ གནས་པོའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་གསར་ཚོམ་གནང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ ལོ་ཚོགས་སྐབས་ སྐྱེ་རྒྱུང་  
 སྟེ་གཏང་སྟོལ་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་མཚན་ལུ་འདི་དོན་ལུ་ དམངས་ལས་ལུ་བསྐྱུ་  
 སྟེ་ ལོ་ལྷན་རང་སྐྱོད་པའི་ཚེས་༡༥ལུ་ ཁང་ལས་རྩ་བར་ལྷ་ཁང་ནང་སྟེ་ གསོལ་ཁ་ལུ་བའི་སྐབས་ མི་སེར་རྒྱ་  
 འཛོམས་ཉེ་ ལྷན་དར་ལུ་སྟེ་སློན་ལམ་བཏབ་ཞིན་མ་ལས་ ལོ་གཅིག་གི་རྒྱུན་ཆག་ རྫོགས་ཚུགས་པའི་ཡིད་ཆེས་  
 བསྐྱེད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

དཔལ་སྟེར་དབང་པོའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

རི་མིའི་ཚོགས་པ་དམ་ཚོས་དབང་འདུས།

༤ རོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་།

གནད་རོན་བཅུད་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་།

སྲི་མནན་སྐང་།

དགའ་ས།

སྐལ་ཚུ་དང་ཚ་ཚུ་ཡུ་འོང་མི་ཚུ།

གནད་རོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དགའ་ས་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་སྟེ་ ཟ་མི་ཟམ་པ་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཀར་མི་ཏར་། ལྷག་པ་ཅིག་འགྲོ་ཕ་ད་ ལམ་མོ་  
ཚུའི་མཐའ་མར་ སྐལ་ཤིང་ཚང་གི་སྐྱུག་ཡུ་ དགའ་ས་ཚ་ཚུ་འདི་ ག་ནི་བ་ཉལ་ས་དགའ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ཆགས་ཏེ་  
འདུག།

དགའ་ས་ཚ་ཚུའི་གདོང་སྟོར་ རི་མཐོ་དགས་གསུམ་སྟེ་ཡོད་པའི་ སྐྱུག་གི་རི་འདི་ རོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་གི་  
གནས་ཁང་གཙོ་བོ་ཨོན་མ་ད་ དེ་ཡང་ཕྱི་ལྷར་རིའི་ཕེ་མོར་ རྩོན་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་དང་ མེ་ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་  
ཤར་བའི་སྐྱུག་ བྱ་དང་རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་འབྲུམ་ས་ས་དང་། ཉང་ལྷར་ས་གཞི་མདོན་པར་མཐོ་བ་ རིན་  
ཆེན་ལོར་བྱ་བྲག་རི་བཅུགས་པའི་ གཞུང་ལམ་ཁང་གི་བཀོད་པ་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་ མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པའི་ཕོ་བྲང་གི་ནང་ གནས་བདག་ཆེན་པོ་རོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་ ཡུམ་སྐུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གིས་  
བསྟོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨོན་པས།

གནས་ཁང་འདི་ མིའི་རྒྱ་འགྲུལ་མེད་པའི་ ས་གོ་ཚག་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ཨོན་མ་མཚན་ ས་གནས་འདི་ནང་ལས་  
དགའ་ས་བཀྲ་ཤིས་མཐོང་སྟོན་རྫོང་དང་ ལྷ་ཁང་དགོན་སྟེ་ དགའ་སའི་གཡུས་ཚན་ཚུ་ ལག་མཐིལ་སྐྱུག་ཡུ་  
ལེན་ལེན་མ་བཟུམ་སྟེ་མཐོང་རྒྱགས་པས།



དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་གི་གནས་ཁང་གཙོ་བོ།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་ཆེན་དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་སྐྱུ་མདོག་དཀར་གསལ་ཞི་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་གཏེར་གྱི་  
 བུམ་པ་དང་། གཡོན་ལུ་ལོར་བུ་བསྐྱམས་ཏེ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྐོང་། དབུ་ལུ་བསེ་ཚོག་དང་ སྐྱུ་ལུ་བསེ་ལྷབ་དང་  
 དར་གོས་བཞེས། བསྐྱེན་པའི་སྤང་མ་དང་ རྒྱབ་སྐྱོར་བཟང་དྲགས་ སྤོན་ལས་ལྷུང་བའི་རྟགས་ལུ་ ཡར་  
 བཞེངས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེའི་གཡས་ཁ་ཐུག་ལུ་ ལས་མཁན་བདུད་པོ་ནག་པོ་ འཇིགས་པའི་གཟུགས་ཅན་ ཞིང་སློན་ཟེར་ བསྐྱེན་པའི་  
 དབྱ་པོ་ཚུ་གི་ མི་ལྷགས་སློན་མ་གྱི་སྟོད་གཡོགས་དང་ ལྷག་ཤམ་དཀྱིས། ཕྱག་གཡས་ལུ་ ལྷམ་ཤིང་དང་  
 གཡོན་ལུ་ཞགས་པ་བསྐྱམས། གཡོན་རྟོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་མཚོ་སྐྱེན་འདོད་ཡོན་དཔལ་འཇོམས་  
 བཞེན་འཇུམ་མཚར་བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ། སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་ལྷ་རྩེས་གྱི་དར་དཀར་བཞེས། རིན་པོ་ཆེ་གསེར་  
 གཡུ་ལུ་ཏིག་གི་ཤལ་སྐོར་བཏགས། ཕྱག་གཡས་ལུ་མདའ་དར་དང་ གཡོན་ལུ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་གྱི་བུམ་པ་  
 བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།





དོན་གྲུབ་ལོ་རྒྱུད་ལྟེན་ལྗང་།

དམ་བཅའ་གཤམ།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ནང་ དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བའི་ལྷ་ཆེན་དང་། །ནག་ཕྱོགས་རྒྱག་བྱེད་དཔའ་བོ་ཆེ། །ཟེར་བཀོད་  
 དེ་ཡོད་མི་ དགོན་ཡུལ་གྱི་གནས་བདག་ དོན་གྲུབ་ལོ་རྒྱུད་ལྟེན་ལྗང་འདི་ སྦྱོན་གྱི་དུས་ལུ་ ཨོ་རྒྱལ་པ་རྒྱ་འབྱུང་  
 གནས་གྱིས་ ཉན་ཕྱོགས་ལུ་དགའ་བའི་ལྷ་སྦྱིན་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཕྱག་རྒྱ་གཉམ་པའི་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཏེ་  
 དཀར་ཕྱོགས་ལུ་ ཁ་སྐྱར་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་མཐུ་ཆེན་སྐྱེ་མ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཡབ་སྲས་ཚུ་  
 གིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་བཅའ་བའི་ཐ་ཚིག་གནང་མི་ལུ་ ཁས་  
 གྲངས་བཞེས་ཏེ་ བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ ཉིན་མཚན་ཁོར་ཡུག་མེད་པར་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་  
 པ་སྦྱང་། སྦྱོང་འགྲོ་ལུ་ཕན་བདེའི་འཕྲིན་ལས་མཛད་མི་གནས་བདག་ཅིག་ཨིན་པས།

གསོལ་མཚན།

དགའ་ས་ཚ་རྒྱལ་ལས་ མོ་རྒྱལ་བཀའ་ཏེ་པ་གི་ལོགས་ལས་ ཁ་གྲུན་གཟུར་བྲགས་བདའ་སྟེ་ དུས་ལུན་རྒྱ་ཚོད་༤  
 དེ་ཅིག་འགྲོ་དགོ་པའི་ས་ཁར་ རི་ལོར་བུ་མིག་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་སྟེ་ཡོད་པའི་ སྐྱུག་གི་རིའི་སྦྱི་ཏྲོག་གུར་ གནས་  
 ཆེན་དོན་གྲུབ་ལོ་རྒྱུད་ལྟེན་ལྗང་གི་ གནས་ཁང་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ཚ་རྒྱལ་དང་དགའ་ས་རྫོང་གི་བར་ན་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་

ཚལཔ་སྐང་དང་སྐུ་མཉམ་ཚུ་གི་མི་མེད་ཚུ་གིས་ ལོ་གསུམ་གྱི་བར་ན་ཚར་རེ་ གཞི་བདག་དོན་གྲུབ་ལོར་  
བཟང་གི་གནས་ཁང་ནང་ ལྷ་བསང་གཏང་ལྷུས་གསོལ་ཕུལ་འབད་སྟེ་ བུམ་གཏོར་བཙུགས། གནས་པོ་སྐྱ་རྒྱུང་  
བཏང་ཞིན་ལས་ དར་ཁ་བཀལ་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ དགོན་གནས་གི་མཚོད་པ་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།  
ད་རུང་ལོ་ལྟར་ལྷུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ པའི་ཚེས་ ༡༠ དང་ ༢༥ རྟོང་ཚུ་ལུ་ སྐུ་མཉམ་གྱི་འོག་གི་ཁྱིམ་གྲུང་པ་<sup>༧</sup> ལས་མི་རེ་གིས་  
ལྟོ་བད་ལྷ་གང་། ར་ལམ་སྐྱིས་གང་། ཚང་པ་ལང་གང་། རྟོང་དོག་ཕུད་དོག་གསུམ་རེ་སྐྱག་འོང་སྟེ་ ཚལཔ་སྐང་  
གི་ས་གོ་སྐྱི་མནན་སྐང་གི་ གནས་ཤིང་གི་རྩ་བར་ རྩོལ་ལྷ་བསང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ བདག་བསྐྱེད་  
དགོངས་འདུས་ཚེས་བཅུ་བཏང་ཞིན་ལས་ གནས་པོ་སྐྱ་རྒྱུང་བཏང་སྟེ་ གསོལ་མཚོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་གནས་མཐའ་དབུས་མེད་པ་ལས་ ཚ་རྒྱ་འོང་མི་རྒྱ་གི་རྒྱུན་པར་བར་ཚད་  
སེལ་ཐབས་ལུ་ རྩ་བོ་རེ་གིས་རྒྱུང་དང་ཤ་ཕུད་ཚང་ཕུད་སྐྱགས་ཏེ་ གནས་བདག་ཟེར་ ཚ་རྒྱ་བདག་འཛིན་  
འཐབ་མི་སྲུང་རྒྱབ་ལུ་སྟོན་དགོཔ་ད་ དེའི་ནངས་པ་རྩོལ་བ་གནས་བདག་གིས་ ཚོགས་གཡོ་ཞིན་ལས་ གནས་  
ཁང་གི་ཐད་ཕྱང་བསང་དང་ལྷུས་འབད་དེ་ ས་གནས་གི་གཞི་བདག་ལུ་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།

གནས་པོའི་མཐུ་རྩལ་དང་ སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁ་རྩེ་དང་ བསོད་ནམས་ལས་བརྟེན་ཏེ་ གཞུང་གྲུ་ཚང་གིས་  
སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༥ ལུ་ ཚ་རྒྱའི་ས་གོ་ནང་ ཕུག་མཚོད་གི་རྟེན་ལྷ་ཁང་གསར་པ་བཞེངས་ཏེ་ རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་  
ཐུགས་རྟེན་ གསར་སྐྱབ་གནང་པའི་ཁར་ ལྷག་པར་དུ་ གནས་པོ་དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་གི་སྐྱ་འདྲ་ བཞུགས་སུ་  
གསོལ་ཏེ་ཡོད་མི་ནང་ གྲམ་དང་དགོ་སྟོང་ཚུ་གིས་ དུས་རྒྱུན་རྩོལ་ལྷ་བསང་དང་ ཕྱི་རུ་གསོལ་ཁ་གནང་པའི་  
སྐབས་ རྒྱལ་ཁབ་གྱི་ས་གནས་ཐད་མ་ཐད་ཁ་ལས་ ཚ་རྒྱ་ལུ་འོང་མི་རྒྱ་གིས་ ཁོང་རའི་སྐྱབས་དང་དཔུང་  
གཉེན་གྱི་དོན་ལུ་ ཕུད་ཁ་ཕུལ་སྟོལ་འགོ་བཙུགས་ཞིན་ལས་ཚུར་ ཉེ་མ་བཟུམ་སྟེ་ ཚ་རྒྱའི་སྲུང་རྒྱབ་གྱིས་སྟེ་  
གནས་པོ་མཚོད་ནིའི་སྟོལ་འདི་རྒྱུན་ཆད་སོ་རུག།

ཚལཔ་སྐང་དང་སྐུ་མཉམ་ཚུ་ ཟ་མི་ན་གི་མི་མེད་ཚུ་གིས་ གནས་ཚེན་དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་འདི་ ཚོས་སྲུང་གི་གསུ་  
ཁར་གཏོར་གྲུལ་ནང་བཙུགས་ཏེ་རྒྱུང་མ་ཅིག་མེན་པར་ སྐྱ་རྒྱུང་སྟེ་བཏང་སྟེ་ ཁྱིམ་ཐོག་གྲུང་དར་ཁ་ལང་  
གནས་པོའི་བསྟོན་པའི་སྐབས་ལུ་བཀལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གནས་པོ་དོན་གྲུབ་ལོར་བཟང་གི་འཁོར་ དགའ་ས་  
ཚ་རྒྱ་གི་ས་གོ་ནང་ལས་ སྟོང་བ་བསམ་གཏུན་པོ་ བྱམས་སྐྱེན་ལྷ་ཁ་ཐུག་ལུ་ ག་ཤེས་ཕུར་པ་དོ་རྩེ། གིན་

ཀྲམ་ཟེར་མི་ཚུ་ལུ་ ལ་མཚོད་རྒྱུང་མ་ཅིག་མ་གཏོགས་ ལོ་ཚོག་སྐབས་ལུ་ གཏོར་གྲལ་ལར་བརྩུགས་ཏེ་ གཏང་  
པའི་སྲོལ་མེད་པ་ཨིན་པས།

**དག་རྒྱུག།**

དགའ་ས་ཚ་ཚུ་འདི་ མོ་ཚུའི་ཚུར་ལ་དང་ གཞི་བདག་གི་གནས་ལང་འདི་ ས་ཀི་ལོགས་འབད་ནི་འདི་གིས་  
གནས་པའི་མཚོན་སྟོ་ལི་ཕར་ལཔ་ཟེར་ཞུམ་ཨིན་རུང་ མཐུ་ཚེན་བྲམ་མ་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་ སྐྱོན་སྡོངས་རྒྱལ་  
ལཔ་ནང་འབྱོན་མ་ད་ དངོས་མེད་ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསུ་བ་འབད་མིའི་གསལ་ལར་ ཚ་ཚུའི་གཞི་བདག་ནི་  
འདི་གིས་ གནས་མེད་ས་མེད་སྐྱགས་མཉེས་ཏེ་ འ་ནེ་བསྐྱང་ལས་གནས་པའི་མཚོན་ རོན་གྲུབ་ཞོར་བཟང་ཟེར་  
བཏགས་གནང་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

གནས་ཚེན་རོན་གྲུབ་ཞོར་བཟང་འདི་ རྒྱབ་སྐྱོར་བཟང་དགས་ཨིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ སྐྱས་རྒྱ་གཡུས་ཚན་ལས་  
རྫོང་དཔོན་བགྲེས་པ་ཚེ་རིང་གིས་བཤད་རོ་བཟུམ་ཨིན་པ་ཅིན་ སྐྱས་རྒྱ་གཡུས་ཚན་ལས་ཨིན་མི་ཨཔ་འབྲས་ཏ་  
ཟེར་མི་འདི་ ས་རི་ལུ་རྫོང་ལུ་སོང་སྟེ་ལོག་པའི་ལམ་བར་ན་ སྤོ་རོ་བཅོན་ཏོ་ལུ་སྟོན་པ་ད་ ཨེར་མ་གི་སྐྱག་ལུ་  
རྫོང་དེ་བཅོམ་ནི་འབད་མ་ད་ ཨཔ་འདི་གིས་མིག་ཏོག་ཐང་བརྩུམས་ཏེ་ སྟོན་ལམ་བཏབ་ཞིན་མ་ལས་ གནས་པོ་  
རོན་གྲུབ་ཞོར་བཟང་ལུ་སྟོན་དར་སྤུལ་མ་ཅིག་ རྒྱང་དམར་པོ་ཅིག་ག་ཏེ་ལས་འོངས་ཡི་ཟེར་མ་མེད་པ་ ཨེར་མ་རྫོ་  
སྐྱོར་བདའ་ཚི་ནི་འདི་གིས་ ཨཔ་འདི་བྱོག་ཐལ་ལུག་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

གནས་པོ་འདི་སྐྱགས་དགྲེས་པ་ཅིན་ གཉིད་ལམ་དང་དགོ་སྟོང་སྟེ་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ད་ ག་ཡུད་མེད་པ་  
སྐྱགས་མ་མཉེས་པ་ཅིན་ སྐྱལ་གྱི་གཉིད་ལམ་མཐོང་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།

---

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

རོན་གྲུབ་ཞོར་བཟང་གི་གསོལ་ལ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།

བྲམ་དཀར་མདོག། དགའ་ས་ཚ་ཚུ། སྐྱས་རྒྱ་ལས་ས་རྫོང་དཔོན་བགྲེས་པ་ཚེ་རིང་།

ལ་སྐད་མེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༡)

༡ དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུ་བ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུ་ས།

བསྐྱེན་མི།

སྐྱབས་ལུ་ཚུ་ལ།

དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ།

དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ།

དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ།

དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ།

གནས་སྐབས་ནད་ལྷན་འཇུག་ཚོད་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ། མཐར་ཐུག་པ་  
མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པ་ལུ་ གྲོགས་དང་  
དཔུང་གཉེན་མཛད་ནིའི་དོན་ལུ་བསྐྱེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བཅོན་མཁར་དོ་རྗེ་བྲག་རི་གནམ་ལུ་སྐྱོན་པའི་གཡུ་ས་ལུ་ བདེ་གདོན་སྤྲིག་སྤྲིག་དག་པའི་བདུད་ཚིའི་ཚུ་རྒྱུན་དལ་  
གྲིས་བབ་པ། གཡོན་ལུ་སྐྱང་གཤོང་སྐྱོན་མའི་ནང་ ཚོས་གཞི་ལེགས་པའི་དྲི་ཞིམ་མེ་ཉོག་གི་ཟེུ་འབྲུ་ལས་  
བསིལ་སྐྱུང་མ་ཚུ་གིས་རོ་བརྒྱ་ལྟན་པའི་སྐྱུང་ཚི་སྐྱོད། དེའི་གདོང་ཁར་ བྲགས་ཚལ་བསྐྱོད་གས་དྲགས་ནང་ རི་  
དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་བག་སེབས་ཉོག་ཉོ། བྱ་བྱི་ཅུང་ཚུ་གིས་ སྐྱན་པའི་སྐྱུ་དབྱངས་ལེན་ཉེ་ཡོད་པའི་གཞལ་ཡས་  
ཁང་གི་སྐྱུག་ལུ་ རོ་བོ་དོན་དམ་ཚོས་སྐྱའི་དབྱིངས་ལས་གཡོ་བ་མེད་རུང་། རྣམ་པ་ཀུན་རྫོབ་སྐྱུ་མའི་ཚོ་འབྲུལ་ ཅི་  
ཡང་འཆར་བའི་རྟ་མཚོག་སྤྲིན་གྱི་ཤུགས་ལྟན་གྱུར་ སྐྱ་སྐབ་གོང་སྐྱུང་ཚུ་ རིན་ཆེན་རྒྱུན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ལྷག་ལུ་  
པར་ཉེ་རུ་ཀའི་ཐུགས་སྐྱུལ་ ཡུལ་ཁམས་བདེ་བར་སྐྱོང་མི་དང་ བསམ་པའི་དོན་ཐོགས་མེད་འབྲུབ་པའི་ ལྟོབས་  
ལྟན་ལྟ་བུ་བཅོན་ཆེན་པོ་ འཁོར་ལྷ་སྤྲིན་དྲེགས་པའི་ཚོགས་གྲིས་བསྐྱོར་ཉེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མཛོག་ལྷག་མཚན།

རྒྱལ་བའི་བསྐྱེན་པ་སྐྱུང་མི་ ཨོ་རྒྱུན་པར་འཁོར་གཉེན་དག་ལྟ་བུ་བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྱུ་བ། སྐྱུ་མཛོག་དམར་པོ་ ཞལ་  
གཅིག་ལྷག་གཉེས་ སྐྱུན་གསུམ་གྱིས་ རུས་གསུམ་སྤྲིབ་པ་མེད་པར་གཟིགས་པའི་དཔལ་བོ། ལྷག་གཡུས་པ་གིས་

དམ་ཉམས་བསྐྱེད་པའི་རུ་མཚོན་གནམ་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ དབུལ་པོའི་སྤྱི་ག་བསྐྱེད་པའི་མེལ་བའི་འོ་ར་བུ་རིན་  
པོ་ཆེ་བསྐྱེད་པ། དག་ཡི་ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟ་གས་ལུ་ དབུ་ལུ་ཕྱུགས་ཚོག་དང་ སྐྱུ་གཟུགས་ལུ་ཕྱུགས་ཀྱི་གོ་  
ལྷབ་བཞེས། སྤྱི་ག་རལ་གཟིག་བྱུབས་ཚུ་ ལོ་བོའི་ཆས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཉམས་དགུ་གིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་བསྟན་དག་ མ་རུངས་ཚུ་གི་སྟིང་ཚུ་འདར། དེའི་གཡོན་རྟོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་མཚོག་ སྤྲོན་བཅུན་མ་  
སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་ ཞལ་འཇུག་དགུམ་པའི་མདངས་དང་ལྷན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་ ཚོ་གཡང་ལྷག་པའི་མདའ་དར་  
དང་། གཡོན་ལུ་སྤྱང་སྤྱིད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བསྐྱེད་པ། གཞའ་ཚོན་གྱི་མདངས་བ་རུམ་པའི་ན་བཟའ་དང་ རིན་  
པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན། གཞའ་ཡང་ རྒྱགས་གསུང་སྐྱའི་སྤུལ་པ་ ལྷ་མ་སྤྱིན་དེགས་པ་པོ་མོ་ཚུ་ ཉི་མའི་ཟེར་  
གྱི་ཐལམ་བཟུམ་སྟེ་བསྟོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དཀོན་མཚོག་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །བཀའ་བདེན་ཐེམ་ལས་མ་དགོངས་པར། །རྣལ་འབྱོར་ཡོན་མཚོན་རྒྱ་རྒྱུར་  
གྱི། །བར་གཅོད་བསྐྱོག་ཕྱིར་བསམ་དོན་བསྐྱེད། །ཡུལ་འཁོར་བཀྲ་ཤིས་ཕྱིན་ཆགས་པའི། །ཤིན་ལས་ལྷོད་ལ་  
བཅོལ་ལགས་ན། །གནས་མགོན་དམ་ཚོག་བསྐྱེད་བ་དང་། །ཅི་དགོས་རེ་བ་སྤྱད་འགྲུབ་མཛོད། །ཟེར་གསོལ་ཁའི་  
དམ་བཞག་ནང་གསལ་དོ་བཟུམ་ དཀོན་མཚོག་གསུམ་བདེན་པའི་དཔང་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ རྒྱ་འབྲས་སེམས་ཁར་  
བཞག་སྟེ་ དམ་ཉམས་དག་བཞགས་ཚུ་ མིང་མེད་ཐལ་བར་བརྟུག། གནས་མགོན་གྱི་དམ་ཚོག་སྤྱད། དཔོན་  
སྟོབ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིག། རྒྱན་ཕྱི་ནང་གི་བར་ཆད་སེལ་བའི་སྟོངས་གོགས་མཛོད་དགོས་སྟེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོན།**

དགོན་དག་ཟ་དང་ཟོ་མི་ནང་གི་བྱལ་པ་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་སྐྱབས་ ཚོས་སྤྱད་གི་གསལ་ཁར་སྐྱུ་རྒྱུད་སྟེ་ གཏང་དོ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ འཛོམས་འདུ་རྒྱུ་འབད་སྟེ་ གསལ་དཔུ་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་ གཡུས་སྟོའི་ལྷ་ཁང་ནང་ ཚོགས་  
དུང་ཆ་འདྲོངས་ལྷ་སྟེ་ ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་བདེ་སྟོང་བསམ་གྲུབ་ལུ་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་ཁ་ལུ་སྟོལ་ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

བདེ་སྐྱོད་བསམ་གྲུབ་ཀྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

འཛིགས་རྒྱལ།

## ༡ བཀ་ཤིས་དོན་གྲུབ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ།

བཀ་ཤིས་དོན་གྲུབ།

དམ་སྦྱི།

དམ་སྦྱི།

དམ་སྦྱིའི་མི་སེར།

མི་ལུ་ན་ཚ་དང་རྟ་ཞོར་སེམས་ཅན་ལུ་གོད་ཁ་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྲུབ་དང་སེར་མ་  
གི་གོད་པ་བརྒྱུག་ཐབས་ལུ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཚོས་སྦྱི་རྒྱལ་ས་ལུ་ སྦྱི་ཤིའི་ནམ་གཞག་མེད་དེ་འབད་རུང་ སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ རྒྱ་འབྲུལ་འབྲུ་མི་འབྲུ་སྦྱི་  
གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྦྱར་བཞེངས་ཏེ་བྱོན་མི་ ཡུལ་བཙན་བཀ་ཤིས་དོན་གྲུབ་གྱི་གནས་ཁང་དེ་ཡང་ རིག་པའི་  
ཡེ་ཤེས་མ་འགགས་པ་ སྦྱི་མའི་རོལ་རུལ་ལུ་འཆར་བའི་ མེ་དཔུང་འབར་བའི་དུ་པ་གིས་ཡོབ་པའི་སྦྱུག་ལུ་ སོ་  
བར་ལྷགས་མཁར་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་སྦྱི་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### ནམ་པ་དང་སྦྱི་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ས་གནས་གྱི་གཞི་བདག་བཀ་ཤིས་དོན་གྲུབ་ སྦྱི་མདོག་གསེར་གཙོ་མའི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལུ་ ཉི་མ་འབྲུམ་གྱི་འོད་  
ཟེར་ཐོག་པ་དང་འབྲུའི་མདངས་ཆེ་བ། སྦྱི་གསུམ་གློག་ཀུ་དོ་བཟུམ་དང་ དབུ་ལུ་ལྷགས་ཚོག་དང་ སྦྱི་ལུ་གོ་  
ཁབ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་གྱིས་ གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་རྩེ་དགུ་པ་གནམ་ཁར་འཕྱར། གཡོན་མ་གིས་ དམ་ཉམས་དགུ་  
བགོགས་གྱི་དོན་ཉིང་ཚ་ཉོམ་ཞལ་ལུ་བཞེས། སྦྱི་པ་ལ་གཟིག་འབྲུལ་ཚུ་ དགུ་ཚས་ཚ་ཚང་བཞེས་ཏེ་བཞུགས་  
པའི་གཡོན་ཁ་ཉོངས་ལུ་ གསང་བའི་ཡུམ་མཚོ་སྦྱི་ཡིད་གྱིས་དགའ་སྟེར་མ་ བརྒྱུད་གཉེས་བཟུང་དུག་གི་ལང་  
ཚོ་ཅན་ སྦྱི་མདོག་དམར་པོ་མཛེས་སྦྱི་ཕྱུག་དུ་བྱིན་པ། ཕྱག་གཡས་ལུ་ སྦྱི་མེད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་དང་





བཟུམ་ ག་དགོ་མི་འདི་ དཀའ་ཚོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ རེ་བ་ལས་ལྷག་སྟེ་འགྲུབ་བཅུག་ཟེར་ སློན་ལམ་  
བཏབ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དག་རྒྱན།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་སྲིན་དམུ་ཟེར་མི་ལུ་ ལོ་ནམ་ཆ་ར་ས་གནས་མཚོ་ལྷག་ཁ་ལུ་ ལུག་བསད་དེ་ ཤ་ཚོན་མོ་  
དང་ལྷག་ཚ་རྟོམ་གྱི་དམར་མཚོད་གཏང་དགོ་པ་ཡིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ཁར་ དབྱངས་སློབ་འུ་རྒྱ་རྩོུ་རྩོུ་གིས་  
གནས་པའི་གསོལ་ཁ་གསར་རྩོུ་མཛད། མཚན་ཡང་བཀའ་ཤིས་དོན་གྲུབ་ཟེར་གསོལ་ཏེ་ དཀའ་མཚོད་ལུ་ཁ་  
སྐྱུར་གནང་ཡོད་རུང་ མང་ཤོས་ཀྱིས་གཏོར་གསར་ནང་བཅུགས་ཏེ་ གསོལ་ཁ་ལུ་མ་ཚུགས་པ་ལས་ གཡུས་  
ཁར་སྐབས་མ་བདེམ་བྱུང་སྟེ་ དམངས་འཛོུམས་འདུ་རྒྱབ་སྟེ་ མོ་ཁ་བསྐྱུལ་ད་ ཡུལ་ལྷ་ཁོས་ཏེ་ཡིན་མ་སྟེ་ མོ་  
ཁར་འཆར་མ་ཚད་ དམར་མཚོད་ལུ་མ་ཚུགས་པར་ཡིན་པའི་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་དེ་ ད་རུང་ལོ་གཅིག་གཉིས་  
དེ་ཅིག་ ཏེ་མ་ག་ཡིན་མ་སྟེ་ ལུག་བསད་དེ་བཏང་ཡོད་རུང་ དེའི་སྐབས་ དགའ་སའི་ལྷ་ཚང་གི་གནས་བརྟན་  
བྲམ་ལུ་པ་རྩོུ་རྩོུ་དང་ སྤྱི་མི་དཀོན་མཚོག་གཉིས་བསྐྱུན་གྲོས་རྒྱབ་སྟེ་ གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་པར་བཏབ་ཞིན་མ་  
ལས་ རྒྱལ་པ་གོ་ལུ་བཀའ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བདུད་འཛོུམས་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་སློབ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ ལུག་གི་  
གཟུགས་བརྟན་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆའི་ཐོག་ལས་ གསོལ་མཚོད་ལུ་མི་འདི་གིས་ ལྷ་བས་མ་  
བདེམ་མ་ཐོན་ཟེར་ སྤྱི་མི་བགྲམ་པ་དཀོན་མཚོག་དང་ ཀཔོ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བདེ་སྐྱོང་བསམ་གྲུབ་ཀྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

འཇིགས་རྒྱལ།

३ བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བརྩམ་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས།

ལྷ་ཁང་།

སྐབ་ཁ་སྐྱེས།

གཡུས།

ཕུ་ཉི་ཀོང་།

བསྟན་མི།

ཕ་ཉི་ཀོང་གཡུས་ཚན་གྱི་ཁུལ་པ་གྲང་པ་ ༡༣

དེ་ཅིག་གིས་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་

ཨིན་པས།

སྐབས་ལྷ་ལྷུང་།

མི་ལུ་ན་ཚ་དང་འོ་ལ་སེམས་ཅན་ལུ་གོད་ཁ་

ལོ་ཐོག་ལུ་འབྲུབ་དང་སེམས་

གིས་གོད་པ་བསྐྱོག་ཐབས་ལུ་བསྟན་མ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕུ་ཉི་ཀོང་གཡུས་ཚན་ལས་ ཁ་གྲུབ་འཛེགས་ཏེ་དུས་ལུ་སྐར་མ་ ༣༠ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ སྟོན་ཉམས་སྟོན་བའི་  
སྤང་ཐང་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་ སྐབ་ཁ་སྐྱེ་དགོན་པ་ལུ་སྟོན་པ་ཨིན་པས། རྗེ་མཁན་ལྷི་རབས་ ༤༩ པ་ དགོ་  
བཤེས་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་མི་ ལྷོ་འབྲུག་ཚེས་འབྲུང་སྟོགས་ར་ན་བའི་རྒྱན་ནང་ལུ་ རབ་བྱུང་ ༡ པ་  
དེ་ཅིག་ཁར་ རོ་ནང་གདན་འཛིན་གྱི་སྐུ་ཀུན་དགའ་སྟོ་གོས་ཟེར་མི་ཅིག་གིས་ དགོན་ལུ་སྐབ་ཁ་སྐྱེ་ལུ་བྱོན་  
ཞིན་མ་ལས་ གདན་ས་བཏབ་སྟེ་འགོ་དོན་མཛད་སྟེ་ ལུ་ལས་གདན་འཛིན་དག་པ་ཅིག་བྱོན་རུང་ འགོ་དོན་  
བྱུང་མ་ཚུགས་པར་ཉམས་ནི་གྲུང་བྱུག་རུང་ རྒྱལ་སྐུ་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་སྐབས་ ལྷ་ཁང་ཉམས་གསོ་  
གནད་ཡོད་ལུགས་བཀོད་དེ་འདུག།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་བསམ་གྲུབ་དར་རྒྱས་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ ཞི་མ་ལོའི་རྒྱལ་དང་ལྷན་པ། སྐྱུ་གཟུགས་ལུ་ལྷ་རྗེས་  
ཀྱི་དར་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་བཞེས། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གོད་པའི་ དབྱ་བཞེགས་གདུག་པ་  
ཅན་ཚུ་ ཚར་གཅོད་པའི་བད་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡམས་ཀྱིས་རལ་གྱི་ མེ་འབར་འབར་མ་གནས་ཁའི་དགུང་ལུ་

འཕུར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་ བསམ་པའི་དོན་ཡིད་བཞིན་སྐྱབ་པའི་ བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱམས་ཏེ་  
ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དག་རྒྱན།**

སྤྲིགས་མའི་སྐབས་མགོན་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩ་རྩོམ་པོ་ཆེ་གིས་ ཚེ་རྒྱ་བྲག་ལས་སྤྲིན་མོ་བདའ་སྟེ་ ས་གནས་དེ་ཁར་  
བརྟུལ་བའི་ཤུལ་ལུ་ གདན་ས་བཅགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཚིབས་ཀྱི་སྲབ་དང་སྐྱ་ཆས་རྒྱ་ རྩོ་ལུ་བྱིན་གྱིས་  
བརྐབས་ཏེ་བཞག་ཡོད་པ་ལས་ དགོན་པའི་མཚན་སྲབ་སྐྱ་སྤྱི་ཟེར་འོང་ནི་ཡིན་རུང་ མིང་གི་རྩུབ་ཉམས་ཏེ་  
སྲབ་ཁ་སྤྱི་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

ཏེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ སྲབ་ཁ་སྤྱི་དགོན་པ་དང་ པ་ཉི་ཀོང་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་ དཔལ་ལྷན་ལྷོ་ལུ་  
གསོལ་མཚན་ཕུལ་མ་གཏོགས་ ས་གནས་ཀྱི་གནས་བདག་ ཡོགས་སུ་བསྟེན་སོལ་མེད་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩  
ལོར་ དགོན་པའི་བླམ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྟག་པ་གཟིགས་པ་ད་ ཉམས་སྐྱང་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་  
བདག་གིས་ མཚན་བསམ་གྱུབ་དར་རྒྱས་དང་ ད་ལས་ཕར་ ས་གནས་ཀྱི་སྤྱིན་བདག་རྒྱ་གིས་ བསྟེན་དགོཔ་  
སྟེ་ལྷུ་མ་བཞིན་དུ་ བླམ་གིས་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱང་མ་སྟེ་ བསྐོས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དགའ་ས་རྫོང་ལག་གི་སྤོན་  
ལམ་ ཚོགས་ཆེན་ཐངས་༢ པའི་སྐབས་ རྗེ་མཁན་ཁྲི་རབས་༡༠ པ་ སྐུལ་སྐྱུ་འཇིགས་མེད་ཚོས་གཤགས་  
མཚོག་གིས་ གནས་པའི་གསོལ་ཁ་བསྐྱམས་ཅིག་གསར་པ་མཛད་ཞེན་ཞེན་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ གསོལ་ཁ་  
ཕུལ་སོལ་ཡོད་ཟེར་ ཁ་སྐྱད་ཚུམ་གྱུན་ལེགས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཚུམ་གྱུན་ལེགས།

ལ་ཡག་རྗེད་ལོག་གི་གཞི་བདག། (༣)

༡ བཙན་ཚོད་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་ལོས་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ།

བཙན་ཚོད་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་ལོས་པ།

རྒྱ་ཆེ།

རྒྱ་ཆེ།

ལ་གཡག།

ལ་གཡག་གཡུས་ཚན་དུག་གི་མི་སེང།

མི་ལུ་ན་ཚ་མི་འབྱུང་ནི་དང་ ཀླང་བཞི་དུད་འགོ་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ། ལོ་  
ཐོག་ཀར་དང་ནག་ལུ་སད་སེར་གྱི་གཞོན་པ་རྒྱོག་ཐབས་ལུ་རྒྱབས་ལུ་ཨིན་  
པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕྱི་ལྷར་བསམ་གཏུན་གྱི་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་དབེན་གནས་ སྤང་སྡོངས་ཉམས་དགའ་ཉོག་ཉོ་སྤོལ་ཡོད་པའི་ནང་  
ཅི་ཤིང་དང་མེ་ཉོག་ཚུ་ ཚོས་ལ་ག་ནི་བ་ལེགས་པ་ཁ་ཆེ་ཆེ་སྤེལ་ཤིང་། སྤྲོ་ལོས་པའི་བྱ་དང་རི་དྲགས་སེམས་  
ཅན་ཚུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་བྱམས་བཅེའི་སྒོ་ལས་ དགའ་བའི་འཕང་རིལ་སྤྲུང་སའི་སྤྲུག་ལུ་ ཕྱི་ལྷར་བྱང་  
རྒྱབ་སྡོན་པའི་སྤོལ་ཤིང་དང་། བྱང་ལྷར་རང་སྤྲུང་དབྱེས་པའི་ཕོ་བྱང་གཞུང་ཡས་ཁང་གི་བཀོད་པ་ མཚན་ཉིད་  
དང་ལྡན་པ་ རྒྱ་ཆེ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་གནས་ཁང་ནང་ ཉ་ཅང་ཤེས་སྤྲུལ་དམར་པོ་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལུ་  
ཆིབས་ཏེ་ བཞུགས་ཡོད་མི་དབང་དག་པར་བཞུགས་པའི་ཉམས་ལུ་ ལྷ་སྤོན་དེགས་པའི་སྤེལ་ཤིང་། དཀར་ཕྱོགས་སྤྲོད་  
བའི་མཐུ་ལྡན། བཙན་ཚོད་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་ལོས་པ་གིས་ དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཞབས་དུང་དག་དབང་  
ནས་རྒྱལ་མཚོག་ ལྷ་དང་སྤྲོ་ལོས་པའི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྤྲོ་ལོས་པ་ཚན་དན་བཀོད་པའི་རྒྱབ་ནང་ལུ་  
འབྱོན་མ་ད་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ཕེབས་བསུ་ལུ་མི་ དཀར་ཕྱོགས་སྤྲོད་བའི་སྤྲུང་མ་གཙོ་བོ་ཅིག་

ཡིན་མ་ཚད་ ལ་ཡག་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་ས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་མི་ ཡུལ་ལྷ་མཐུ་ཚལ་ཆེ་བྲག་ས་ཅིག་ཡིན་མ་  
ལས་ ལ་ཡག་གཡུས་ཚན་དུག་གི་མི་སེར་ཆ་མཉམ་གྱིས་བསྐྱེན་མ་ཡིན་པས།

ཡིན་རུང་ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ས་གནས་རྒྱ་ཆེ་གནས་ཤིང་ཚ་བ་ལུ་ གནས་བདག་སྤོས་པ་ལུ་ གསོལ་ཁ་  
སྤུལ་མ་གཏོགས་ གནས་ཁང་དང་གནས་པོའི་སྐྱེ་འདྲ་ལོགས་སུ་མེད་རུང་ མི་སེར་གྱི་ཁ་རྗེ་བསོད་ནམས་དང་  
མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ གནས་ཤིང་གི་ཚ་བར་ ལྷ་ཁང་  
བཞེངས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གནས་པོའི་སྐྱེ་འདྲ་གསར་པ་ཅིག་གནང་མི་འདི་ བཞུགས་སུ་གསོལ་ཞེན་མ་ལས་ ད་  
རེས་ནངས་པ་ གསོན་པོའི་རྒྱུན་སེམ་རིམ་འགོ་དང་ གཤེན་པོའི་དགོ་ཚུ་སྐྱབ་སའི་ཚོས་སྟེ་ཅིག་ལུ་འགྱུར་ཡོད་པ་  
ལས་ ལ་ཡག་པ་ཚུ་གི་བསམ་པའི་རེ་བ་བསྐྱང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ལྷ་བཙུན་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་སྤོས་པ་འདི་ རོ་བོ་དཔལ་ཉ་མཚོག་ཏེ་རུ་ཀ་ཡིན་རུང་ གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་དོན་  
ལུ་ ནམ་པ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་འདྲ་བཞེངས་ཏེ་འབྲོན་མི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ལུ་སྐྱེ་ག་པོ་མདངས་ཆགས་ཏེ་  
ཁོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ། རྒྱན་གསུམ་དག་ཡི་ཕྱོགས་ལུ་གཟིགས། ཕྱག་གཡས་ལུ་རལ་གི་བསྐྱམས་ཏེ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འགོ་བའི་ཆེ་སྟོག་ལུ་ གཞོད་པའི་དག་བཞེགས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་གི་  
སྟོག་ཚུ་བཅད། བཞུགས་བདུན་གྱི་དམག་དཔུང་ལས་ རྒྱལ་བའི་བདམ་མཚོན་ལུ་ཕྱག་གཡོན་ལུ་རུ་དར་  
བསྐྱམས། སྐྱེ་ལུ་བསེ་ཚོག་དང་བསེ་ཁབ་དཔའ་བོའི་དག་ཆས་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ རྗེ་འཕྲུལ་འུགས་ལྷན་གྱི་ཉ་དམར་  
ཡུར་ཆེབས་ཏེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་། སྐྱེ་འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་ བདེ་སྲིད་སྟེལ་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་  
པས།



**དམ་བཞག།**

ཨོ་ཀྲུན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ལྷན་སྡོངས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བྱོན་ཏེ་ ལྷ་འབྲེ་གཏུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཕྱག་རྒྱ་གཉེན་པོའི་  
 ཟིལ་འོག་ལུ་མནན་ཏེ་ ས་གནས་ཏྲ་མིག་ཅིམ་ཅིག་ཡང་མ་ལུས་པར་ སྤྲས་གནས་སྡེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གནང་  
 པའི་ནམ་དུས་ལས་ ལྷ་ཆེན་སྤྲོས་པ་ཡང་དེའི་གངས་སུ་རྒྱུད་པ་ཨིན་རུང་ རྟིང་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཁོག་སྤོམ་རས་པ་  
 གིས་ཡང་ བཀའ་དང་དམ་འོག་ལུ་བརྩམས་ཏེ་ དུལ་ཕྱོགས་འདིའི་སྲུང་མ་སྡེ་ བསྐོས་གནང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་  
 ལྷ་ཆེན་སྤྲོས་པ་གིས་ཡང་ བཀའ་ག་གནང་དང་ གསུང་ཅི་སྐབ་ཀྱི་ཕྱག་བྱིད་ལུ་ཞིའི་ ཁས་བླངས་སུལ་མི་  
 དང་འཁྲིལ་ཏེ་ རྒྱལ་བའི་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེ་འཛིན་སྐྱོང་སྡེལ་གསུམ་མཛད་མི་ དགོ་འདུན་གྱི་སྡེ་སྲུང་  
 ཞིང་སྐྱོང་། སྤྱིར་འཛུམ་གྱིང་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ལྷག་པར་ལ་ཡག་གི་ལུང་གཤོང་ནང་ བྱང་གཏོན་  
 འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། ལ་ལོར་ལུ་ཤི་ཆག་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་སད་སེར་གྱི་གཏོན་པ་རྒྱ་སྐྱོག་སྡེ་ ཆོ་བསོད་  
 དཔལ་འབྱོར་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ ལྷོངས་གོགས་མཛད་དགོཔ་སྡེ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

ལ་ཡག་པ་རྒྱ་གོན་ལུ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གོ་སྤོམ་ཤོས་ཅིག་ཨིན་མི་ གཏོར་རྒྱལ་རྒྱབ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལོ་ལྟར་རང་  
 རྒྱུ་ལ་ པའི་ནང་ རྒྱལ་པ་རེ་ལས་ མི་རེ་ཨིན་ཅི་མིན་ཅི་འཐོན་ཏེ་ ལྷ་ཁང་ནང་འཛོམས་ཞིན་མ་ལས་ དཀར་  
 སྤྱིས་པའི་བཅོན་དར་དང་ཆ་འབྲེ་སུ་སྡེ་ཡོད་མི་ བཅོན་དར་ལུ་སྡེ་སྲུང་གཞི་གཡུས་ཚན་ལས་ ཁ་ཡར་ལྷ་རྟེན་



འབྲེལ་ཐང་ལས་བསྐྱོར་ཏེ་ ལུབ་སྐྱུ་ལས་སྐྱེ་ ལྷོང་ར་གཡུས་ཚན་བརྒྱད་དེ་ ཕྱི་རུ་ཚུ་ཚོ་དྲུ་ ལུ་ གྲིག་གི་ལུ་རྒྱ་  
ཚེ་ལྷ་ཁང་ནང་འཇུག་ཏེ་ གཏོར་རྒྱལ་རྒྱལ་སྐོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དག་རྒྱལ།**

ཉེ་མ་མཐུ་ཚེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་ཞབས་དྲུང་དག་དབང་ནམ་རྒྱལ་མཚོག་ ལྷ་དང་སྐྱེ་མའི་ལུང་བསྟན་དང་  
འཁྲིལ་ཏེ་ བོད་ལས་བྱོན་ཏེ་ ལ་ཡག་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ བོད་དམག་ཚུ་རྒྱུ་རྒྱུ་འོང་ལྷེ་ སྤོ་ཏོག་གུར་ལས་བྱ་  
ལྷན་ད་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ས་གོ་སྐྱས་ཡུལ་ལུ་ ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་བཞག་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ཚན་  
མིག་གིས་མ་མཐོང་པའི་ཁར་ ས་གནས་དེ་ཁའི་རྫོང་དང་ ཤིང་ཚུ་དམག་མི་བབུམ་སྐྱེ་ མཐོང་ནི་འདི་གིས་  
ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ གྲྀགས་འཁོལ་མི་ཚུགས་ནི་མས་བཟེར་ རྒྱལ་བཤུད་རྒྱལ་སྐྱེ་ དགའ་ས་ཁ་ཐུག་ལུ་བྱོག་  
ཡར་སོང་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ རངས་པ་གཏོར་རྒྱལ་རྒྱལ་ནི་ཡིན་པའི་ད་རིས་ཕྱི་རུ་ཁམས་ཅིག་ཁར་ གཡུས་ཀྱི་སྤྱི་དཔོན་  
འོགས་གིས་ འགོ་འབྲེན་འཐབ་སྟེ་ མེད་འོག་གི་འགོ་འཁྲིད་པ་དང་ མི་སེར་ཚུ་གིས་ རྫོ་ཡར་ལྷོང་དགོ་མི་དེ་  
ཡང་ ཉེ་མའི་ལམ་སྐོལ་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ཡིན་པས།

གཞི་བདག་སྐྱེ་འོས་པ་འདི་ གནམ་བུར་ལ་ཡག་ལུ་བཞུགས་པ་ཡིན་རུང་ གནམ་དགུན་སྐྱོང་བཞུགས་བྱག་གི་  
གཏོར་སྐྱོར་ ས་གནས་གོང་ཁ་ལུ་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ ལ་ཡག་པ་ཚུ་ཡར་དང་མར་འགྲོམ་  
ད་ ལམ་ཁ་ལས་ཐུག་འཚལ་སྐྱེ་ ལྷན་དར་ཐུལ་ཏེ་ སྐྱབས་ལུ་སྐོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

སྐྱེ་འོས་པའི་གསོལ་ཁ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ལ་ཡག་གི་སྐྱེ་ཚེ་དབང་། ཕ་ཚོ། དཔལ་བོ་དཀོན་མཚོག། དམངས་མི་ཚེ་དབང་།

༡ ཨ་སྐྱབས།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཨ་སྐྱབས།

ལྷ་ཁང་།

ཡོན་ཚྗང་།

གནས་ཁང་།

ལ་ཡག་སྟོང་སྟོར།

བསྟེན་མི།

ལ་ཡག་ལུང་གསུམ་གྱི་སེར་དམངས།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

མི་ལུ་ན་ཚ་ཤི་ཚད་མི་འབྱུང་ནི་དང་ ལ་ལོ་ལུ་གོད་ལ་མི་འབྱུང་ནི་འདྲི་དོན་ལུ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལ་ཡག་སྟོ་སྟོར་གཡུས་ཚན་གྱི་ཟུར་ཁར་ ལྷག་པའི་ཤིང་སྟོམ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ དག་བསྟེན་ཨ་སྐྱབས་གྱི་གནས་  
ཤིང་ཨིན་མ་ལས་ ཏུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཚན་དེ་ལ་ལུ་ཕུལ་དོ་ཡོད་རུང་ བ་ཆམ་ཨ་སྐྱབས་གྱི་འཁོར་ འོག་བུ་  
ནའི་སྐྱ་བདུད་གྱིས་ ལ་ཡག་སྟོ་སྟོར་གྱིས་མི་སེར་ཚུ་གོད་པ་བཀའ་ལཱ་ད་ སྐབ་ཐོབ་ཀུན་དགའ་རས་ཚེན་གྱིས་  
སྐྱ་བདུད་འདི་བཏུལ་ཏེ་ ལ་ཡག་ལས་སྤིང་བཞི་ལ་ཐུག་ ཏུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་༢ མ་ལང་མ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ ལུང་  
པའི་ཕུ་ལུ་གནས་སྟོ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་རྒྱུང་སྐྱ་ཅིག་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་ མཚན་ཡོན་ཚྗང་ཟེར་གསོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས།

ས་གནས་གྱི་མིང་དང་ གནས་པའི་མཚན་སྐྱགས་ཏེ་ ཡོན་ཚྗང་ཨ་སྐྱབས་ཟེར་ལུ་སྟོལ་ཡོད་པ་ད་ ཚྗང་ལ་གོང་  
འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་གྱིས་སྟེ་ ༡༩༩༩ ལོར་ ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར་ཚྗང་ཁའི་ནང་བཅུ་མས་བསྐྱིགས་  
འབད་མི་ཤོག་གངས་༢༩ པའི་ནང་ སྐབ་ཐོབ་ཁོ་ཁོམ་རས་པའི་གདན་འཛིན་ ལ་ཡག་ཡོན་ཚྗང་ཚོས་ཇེ་ཟེར་  
བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ཕྱོགས་ལས་ཤུག་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཚན་པའི་ ཚོས་ཇེ་བཀ་དབང་པད་དཀའ་གྱི་རྣམ་ཐར་  
རྩལ་སྤོང་དེ་གྱེས་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ནང་ ཡོན་ཚྗང་གས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། ད་རུང་ལ་ཡག་ལ་ལུ་གིས་འབད་བ་  
ཅིན་ ཨ་སྐྱབས་དང་འཁོར་ཚུ་གིས་ ཏེ་མ་མི་ལུ་གོད་པ་བཀའ་ལ་ནི་འདི་གིས་ དན་ཚྗང་ཟེར་སྐབ་ཨིན་པའི་  
ལུངས་སྟེལ་ཏེ་འབད་རུང་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་མི་རྙིང་ཤོས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ས་གནས་གྱི་མིང་ཡོན་ཚྗང་ཟེར་  
ར་བཀོད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ ཏེ་མའི་གནས་ཁང་ཡོད་སའི་ ས་གནས་གྱི་མིང་སྟོ་སྟོར་ཚྗང་ཟེར་སྐབ་དོ་ཡོད་པ་མ་

ཚད་ གནམ་འཛིན་ལུ་ཡོན་རྫོང་ཚོས་རྗེ་ཟེར་ལུ་སྲོལ་ཡོད་མི་འདི་ ད་སྟོ་ཡོད་སའི་ས་གོ་ནང་སྟོ་ཞིན་མ་ལས་ཡང་  
ཡོན་རྫོང་ཟེར་ལུ་སྲོལ་དར་སོང་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཨ་སྐྱུ་བས་དགེ་བསྐྱེན་བྲག་བཙན་འདི་ སྐྱུ་མདོག་གནག་པོ་ དབུ་སྐྱུ་ཐོར་ཙེ་བསྐྱེན་ ཞལ་ལས་རྩི་སྐྱུ་འབྲུག་སྟོང་  
དུས་གཅིག་ལུ་ལྷིང་བའི་སྐྱུ་གིས་ རྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་ལུ་བྱབ། སྐྱུ་གཉིས་སྟོག་ཀུ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ཕྱོགས་  
བརྩུ་ལུ་གཟིགས། བསྐྱེན་པ་ལུ་གཞོན་པའི་དབང་བགུགས་ཚུ་བཀྲུག་པ་ནི་དང་ སྟོག་རྩ་གཙང་ནི་དོན་ལུ་ ཕྱག་  
ལུ་ཞགས་པ་དང་མདའ་གཞུ་བསྐྱེན། སྐྱུ་ལུ་ན་བཟའ་རས་དཀར་བཞེས་སྟེ་ འཁོར་སྐྱུ་དང་བཙན་བདུད་དང་  
གངས་སྐྱུ་མཚོ་སྐྱུ་གྲིས་བསྐྱོར་ཏེ་ སྐྱི་ཟིང་ཟིང་སྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ཨ་སྐྱུ་བས་དགེ་བསྐྱེན་བྲག་བཙན་འདི་ སྐྱུ་ཐོབ་ཀུན་དགའ་རས་པ་གིས་ བདུད་ཀྱི་ཁོག་  
པར་སྐྱོམ་གནང་སྟེ་བཞུགས་ནི་འདི་གིས་ ཁོ་ཡང་འབད་ར་མ་ཚུགས་པར་བྱེལ་སྐྱད་ཤོར་ཏེ་ མི་ལུ་གཞོན་པ་མི་  
བཀལ་བར་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་སྐྱུང་ནི་འཁས་སྒྲུངས་སུལ་མ་ད་ སྐྱུ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སྟོག་སྟིང་ལུ་  
མི་དེ་ཡང་བཞེས་ཏེ་ དམ་འོག་བརྩུགས་གནང་ཡོད་པ་ལས་ སྐྱུ་ཐོབ་ཀྱི་མཚན་ཡང་ ཁོག་སྐྱོམ་རས་པ་ཟེར་  
དར་བྱུང་སོང་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ཨ་སྐྱུ་བས་དགེ་བསྐྱེན་འདི་ གནས་བདག་གཞན་བཟུམ་སྟེ་ ཚོས་སྐྱུང་གི་གསལ་ཁར་གཏོར་  
གསལ་ལུ་བརྩུགས་ཏེ་གཏང་སྟོལ་མེད་རུང་ ལྷོ་སྐྱོར་གཡུས་ཚན་གྱི་བྱུང་པ་དམངས་ཀྱིས་ གཡུས་ཀྱི་ཟུར་ཁའི་  
སྐྱང་ཐང་ནང་ གནས་ཤིང་རྩ་བར་ བ་རྩོ་གིས་ཕོ་ལྷ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སུལ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ ལྷོ་  
སྐྱོར་པ་ཚུ་སྐྱོར་རྒྱབ་སྟེ་ རྩ་བོ་ག་ཨིན་མི་འི་བྱིམ་ནང་སྟེ་ གསོལ་ཁ་སུལ་སྟོལ་ཡོད་རུང་ ལ་ཡག་གཡུས་ཚན་  
གཞན་ཁར་ ཚོས་སྐྱུང་གི་གསལ་ཁར་གཏང་སྟོལ་མེད་པ་ཨིན་པས།

ལ་ཡག་གཡུས་ཚན་དུག་གི་མི་མེར་ཚུ་གིས་ ཟླ་རིམ་བཞིན་ ཡོན་ཚོགས་ལྟ་ཁང་ནང་ སྤང་ཁ་དང་སྦྲན་དར་  
སྤུལ་ཏེ་ ཨ་སྐབས་དགེ་བསྟེན་ལུ་སྐབས་ལུ་མི་འདི་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་སྲོལ་མ་ཉམས་པར་འདུག།

དེ་མ་ཚད་ས་གནས་ཀྱི་མི་མེར་ཚུ་གིས་ གཡུས་ཁ་ལས་ཐག་རིང་སར་ མ་འགྱོ་བའི་ཉེ་མར་ སྤང་ཁ་དང་སྦྲན་  
དར་འབག་སྟེ་ ཨ་སྐབས་དགེ་བསྟེན་ལུ་ གཉེར་ཁ་བཙུག་བར་འགྱོ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས། གཡུང་མེད་པ་  
འགྱོ་མ་ཚུགས་རུང་ ལམ་ཁ་ལས་གནས་ཁང་གི་ཐད་འཕྲང་སྟེ་ ལྷག་དང་སྦྲན་དར་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་ ལུས་ལུ་  
ན་ཚ་དང་སེམས་ལུ་སྦྱག་བསྡུལ་མ་འབྱུང་པར་ མཚོ་ཚད་དོན་འགྲུབ་ བསམ་ཚད་ལག་ལུ་འཁོར་བཅུག་ཟེར་  
སྟོན་ལམ་བཏབ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དེ་མ་ཚད་ རོར་གྱི་བྱང་ས་གཉེ་ཡོད་སར་ ལུལ་ལྟ་ལུ་གང་སྤང་བྲང་མ་ད་ ས་ཀླན་ཨ་སྐབས། བྲག་ཉེ་བཙམ་།  
སྟེར་བཟེད་དགེ་བསྟེན་། ཚུ་མིག་སྟོན་གྱི་ལུ་བདུད། གྲང་མདོར་གྱི་མཚོ་བདུད། ཚུ་ནག་གི་བདུད་མོ། འོག་བྱ་  
ནང་གི་མཚོ་བདུད། འདས་སྟེད་མི་དཀར་ཉ་དཀར། ཟངས་རིའི་བྲག་བཙམ་དམར་པོ། དགོན་པོའི་གཞི་བདག་  
ཚུ་གི་ཞལ་ལུ་བསྟོའོ། །གསོལ་ལོ། །མཚོད་དོ། །ཟེར་མཚོད་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལྟོ་སྟོར་གཡུས་ཚན་གྱི་ལུལ་ལྟ་ རྟོར་རྒྱབ་སྟེ་ལྟ་ཁང་གི་དཀོན་གཉེར་ མི་གཉིས་རེ་བཏོན་ཏེ་ཡོད་རུང་ ཡོན་  
ཚོར་འདི་ལུང་པའི་སྤུལ་ རྩ་རོང་ནང་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཁམ་གི་བསིལ་དང་ གཙན་གཙན་གྱི་འཇིགས་པ་  
ལས་བཟེན་ ཉག་བྱ་གནའ་བུ་སྟོན་མ་ཚུགས་པར་ དུས་རྒྱུན་གྱི་མཚོད་པ་དང་དཀར་མེ་ཚད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ ད་  
ལས་པར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གོང་འཕེལ་དང་འཇིགས་ཏེ་ གཞུང་གིས་བདེ་ཐབས་བཏོན་གནང་བའི་རེ་ཆ་འདུག།

**དག་རྒྱུན།**

སྤུལ་ཐོབ་པ་དང་དཀར་བཟུ་གིས་ཀྱིས་ དམ་འོག་མ་བཅུགས་པའི་ཉེ་མ་ ཨ་སྐབས་ཀྱིས་ མིའི་ཚོ་སྟོག་ལུ་  
གཞོན་པ་བཀལ་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ རྟོར་རྒྱབ་སྟེ་བདུད་ཀྱི་ལྟོ་སྟེ་འགྱོ་དགོལ་ལས་ གཡུས་ཀྱི་མིང་ཡང་ལྟོ་  
སྟོར་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤུལ་ཐོབ་ཀུན་དགའ་རས་ཚེན་གྱིས་ སྤུལ་བདུད་བཏུལ་ནིའི་དོན་ལུ་  
འཇིགས་སྐྱབ་བཏོན་ཏེ་ ཁོ་ཁོམ་པ་ཅིན་ ང་ཡང་ཁོམ་ཟེར་གསུངས་ནི་འདི་གིས་ སྤུལ་ཐོབ་ཀྱི་མཚན་ཡང་ ཁོ་  
ཁོམ་རས་པ་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་སྟེ་ ལ་ཡག་གི་སྐྱམ་ཚེ་དབང་གིས་བཤད་པ་ཨིན་པས།

སྤུལ་ཐོབ་ཀྱིས་ བདུད་ཀྱི་ཁོག་པར་སྟོམ་རྒྱབ་སྟེ་ བཞུགས་ནི་འདི་གིས་ མཚན་ཁོག་སྟོམ་རས་པ་ཟེར་འོང་ནི་  
ཨིན་རུང་ མིང་གི་རྩུར་ཉམས་ཏེ་ ཁོ་ཁོམ་རས་པ་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་མེན་ན་ཟེར་མཚོ་མས།

## གོས་འབུལ།

ཡོན་ཚོང་ལྷ་ཁང་ནང་ ཉག་བུ་གནའ་བུ་དཀོན་གཉེར་སྡོད་ནི་མེད་ནི་འདི་གིས་ རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་  
ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་གསལ་ལས་ མགོན་པོ་ཕྱག་བཞི་པའི་སྐྱེ་འདྲ་རྟེན་མ་དང་ བཀའ་བརྒྱུད་གསེར་འཕྲེང་གི་སྒྲེབས་  
རིས་ཅིག་ ཡིད་ངེར་ཐིང་ངེར་སྤེལ་ཡོད་མི་ཚུ་ རོམ་གྱིས་མེད་པ་བཏང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་ལས་ཕར་མེད་པ་  
གཏང་ནིའི་ཉེན་ཁ་སློམ་ཡོད་པ་ལས་ མེད་འོག་བདག་སྦྱོང་གིས་ རྫོང་ཁག་ལུ་ཉུ་སྟེ་ བདེ་ཐབས་བཏོན་དགོས་  
འདུག་ཟེར་ཨིན་པས།

---

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཨ་སྐྱབས་ཀྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གྲམ་ཚེ་དབང་།

༡ ལྷ་བདུད།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་བདུད།

གནས་ཁང་།

ཚུ་མིག་སྒོ་དགུ་ཡོད་ས།

བསྐྱེན་མི།

ལ་ཡག་གི་གཡུས་ཚན་ཁག་དྲུག།

སྐྱབས་ལུ་ཚུལ།

འབྱུང་བཞིའི་གཞོན་པ་བསྐྱོག་ཐབས་ལུ་སྐྱབས་ལུ་མིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལ་ཡག་གཡུས་ཚན་ལས་གླིང་བཞིའི་ཁ་བྱུག་ས་གནས་ལུ་ལམ་ཁ་བྱུལ་ལས་དུས་ལུ་ཚུ་ཚོད་ལྟུགས་ལྟགས་ཅིག་འགྲོམ་ད་མཐའ་འཁོར་གངས་རིའི་ར་བ་གིས་བསྐྱོར་བའི་རྩ་རོང་ནང་ཚུ་མིག་དགུ་ཡོད་ས་ལུ་ལྷ་བདུད་གི་གནས་ཁང་ནང་སྐྱོད་པ་མིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ལྷ་བདུད་འདི་སྐྱ་སྟོད་སྐྱེན་པོ་ལོས་པའི་ཞལ་དང་སྐྱ་སྐྱད་སྐྱུལ་དང་སྐྱེག་པ་རུ་ཅ་གིས་བརྒྱན། ཞལ་མཆེ་བ་གཅིག་ཞིང་རྩྭ་སྐྱ་སྐྱོག་པ། ལ་ལས་དུག་གི་རྒྱངས་མ་ས་སྐྱུག་བརྩམ་སྟེ་ཐོན། ཕྱག་ལུ་བདུད་ཞགས་དང་མདའ་གཞུ་བསྐྱུལ་ས། ལྷ་ལུ་དར་ནག་པེར་ཆེན་བཞེས་ཏེ་འཁོར་ལྷ་བདུད་ཚུ་གིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་མིན་པས།

དམ་བཞག།

ཉེ་མ་གི་དུས་ལུ་འོག་མིན་ན་གི་ལྷ་བདུད་གིས་མི་ལུ་གཞོན་པ་བཀའ་ཏེ་དགའ་མ་སྐྱིད་པ་མེད་རུང་ཨོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲས་མོ་རྗེ་བཙུན། ལྷ་བ་ཐོབ་ཀུན་དགའ་རས་ཆེན་གིས་ཡན་ལག་སོ་སོར་འཕུལ་ཏེ་དོན་ཉིང་དང་ལྷེ་རྩེ་ལུ་སྐྱུལ་ཏེ་བཞག་གནང་མ་མཚན་བཀའ་དང་དམ་འོག་ལུ་བཙུགས་ཏེ་ས་གནས་གི་གཞི་བདག་སྟེ་བསྐྱོས་གནང་ལུགས།

དག་རྒྱུན།

དང་སྤྱོད་ལོག་མིན་ནང་གི་མཚོ་བདུད་ཀྱིས་ ལ་ཡག་ལྟོ་སྐོར་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་ཚུ་ སྐོར་རྒྱབ་སྐྱེ་བའི་འདི་གིས་  
གཡུས་ཀྱི་མིང་ཡང་ལྟོ་སྐོར་བེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་སེམས་ཚན་གྱི་ཁ་རྗེ་བསོད་ནམས་  
ལས་བརྟེན་ཏེ་ བོད་ཀྱི་ས་གནས་སྟོད་མངའ་རིས་ལས་ཡིན་མི་ གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་རས་ཚེན་འདི་ ལ་ཡག་  
སྤྱོད་གཞི་ལུ་འབྱོར་མ་དུ་ འོ་མའི་ནང་གི་མཚོ་བདུད་འདི་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ར་བརྟུལ་དགོ་པས་བེར་ རྒྱལ་ས་བཞེད་  
གཞན་ལྟེ་ ཡོན་རྫོང་ལུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅིག་ནང་ སྤྱོད་མཚམས་བཅད་དེ་བཞུགས་ཀྱི་གཞི་བཟུང་མས། དེ་ལས་སྤྱོད་  
མཚམས་གོལ་ཞིན་མ་ལས་ ཕྱི་ཁར་བོན་མ་དུ་ རྒྱ་བདུད་ཀྱིས་ཕྱང་ཕྱང་ར་བེར་འབད་མ་ཅིག་ གྲུབ་ཐོབ་ཀྱིས་རྒྱ་  
འབྲུལ་སྟོན་ཏེ་ བདུད་ཀྱི་ལོག་པ་ལུ་འཛུལ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱུ་ནང་ལོལ་བརྟུབ་བརྟུང་མ་མ་ཚད་ ལྷོ་དང་དོན་  
རྟོང་འབལ་ཏེ་ བྱག་གྲར་གཡུག་བཀོ་བཀོམ་གི་ལུལ་ ད་ལྟོ་ཡང་ལྷ་ལམ་ལམ་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་གིས་ཡང་མ་ཚད་པར་ གྲུབ་ཐོབ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ རྒྱ་བདུད་ཀྱི་ཕྱི་ལས་དོ་གིས་སྐོར་དོག་བཟུམ་སྐྱེ་སྤྱར་ནི་  
འབད་མ་དུ་ ད་འབད་ནི་སྤྱོད་ཆེ་གསུང་ཆེ་འབད་གོ། ང་གིས་ཕྱག་འཚལ་གོ། ད་ལས་པར་ མི་འི་ཚོ་སྐོག་ལུ་  
གཞོན་པ་མི་བཀལ་ནི་དམ་བཅའ་ལེན་ག་བེར་ བྱེལ་སྐྱོད་ཤོར་མ་དུ་ གྲུབ་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་རས་ཚེན་གྱིས་  
གཞན་དུ་རིས་ལྷོད་ཀྱི་སྐོག་དང་རྣམ་ཤེས་ལ་འབྲུལ་ནི་སྐྱེ་ཡིན། ཡིན་རུང་ད་ལྟོ་ལྷོད་ར་གིས་ ལས་སྤྱོད་དོ་  
བཟུམ་སྐྱེ་འབད་བ་ཅིན་ གཏང་གོ་བེར་གསུང་མ་དུ། རྒྱ་བདུད་ཀྱིས་ ད་ལས་དམ་བཅའ་ལེན་གོ། དེ་  
འབད་མ་དུ་ ལྷོད་ར་ཡང་ལུ་བཞུགས་དགོ་བེར་ལུ་ནི་འདི་གིས་ ཡོན་རྫོང་ལུ་ལྷ་ལང་ཅིག་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་  
སྤྱོད་གཞི་ལྷ་ལང་གི་ནང་རྟེན་ཚུ་ ཡར་ལུ་སྤྱོད་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ སྤྱོད་གཞི་ལྷ་ལང་འདི་ཉམས་  
ཆག་ཤོར་ཏེ་ གྲུང་ལོག་ཐལ་སོ་ནི་འདི་གིས་ གཡུས་ལང་སྤྱོད་མ་བདེ་ལེ་ལ་ཐོན་ཡོད་པ་ལས་ ལོག་ཉམས་  
བཅོས་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ལ་ཡག་རྗེད་འོག་གི་བྱུལ་པ་ཆ་མཉམ་གྱིས་ ལྷན་རེའི་བར་ན་ཚར་རེ་ ཡོན་རྫོང་ལྷ་ལང་ནང་ སྤྱོད་དར་སྤུལ་  
བར་མ་སྟོད་པ་ཅིན་ མི་དང་རྟོན་སེམས་ཚན་ལུ་ གཞོན་པ་བྱུང་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྫོང་ལག་གཞན་ལང་སྟོད་



མི་ཚུ་ཡང་ ལོ་རེའི་བར་ན་ཚར་རེ་ ཡིན་ཅི་མིན་ཅི་ཕྱད་ཁ་འབག་སྟེ་ ཡོན་ཚོང་ལྷ་ཁང་ནང་ དཀོན་མཚོག་  
མཚོད་པར་འགྱུ་དགོས་ཡིན་པས།

---

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

ལྷ་བདུད་ཀྱི་གསོལ་ལ།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སྐམ་ཚེ་དབང་། དཔའ་བོ་དཀོན་མཚོག། སང་གེ་དབང་ཕུག།

ལུང་ནག་ན་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)

༡ དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ལྷ་ཁང་།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན།

མཚོ་གཞོང་རྫོང་།

མཚོ་གཞོང་།

མཚོ་གཞོང་།

ལུང་ནག་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དགའ་ས་རྫོང་ཁག་འོག་ལུ་ ཆེད་འོག་བཞི་ཡོད་པའི་གསལ་ལས་ ཐག་རིང་ཤོས་ཅིག་ ལུང་ནག་ན་ཆེད་འོག་  
འདི་ཡིན་མ་དུ་ དེ་ཡང་རུབ་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ ལ་ཡག་ཆེད་འོག་དང་ ལྷོ་རུབ་ལུ་ དགོན་ཤར་རི་ཆེད་འོག་ བྱང་  
ཁ་ཐུག་ལུ་ བོད་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དགའ་ས་རྫོང་ཁག་ལྷེ་བ་ལས་ ལ་ཡག་བརྒྱུད་དེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ ལུང་ནག་ན་རྒྱན་ཉིན་མ་༥ དེ་ཅིག་འགོར་དོ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ དགོན་ཤར་རི་ལས་སྟེ་འགྲོ་བ་ཅིན་ ར་མི་ན། རྒྱ་རྩི་ལྷ། ཐང་མ་སྟོར། དགོན་སྟེ། ས་ཆེ་གཡུས་  
ཚན་ནང་རྒྱན་ ཉིན་མ་༦ དེ་ཅིག་འགོར་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། མཐའ་འཁོར་གངས་རི་གིས་བསྐྱོར་བའི་སྟུག་ལུ་  
སྤོན་ལྗོངས་འབབ་རྒྱས་བརྒྱན་པའི་ས་གཞི་ལུ་ བསང་རྗེས་མེ་ཏོག་དྲི་ཞིམ་གྱིས་བྱུང་བའི་ ལུང་ནག་ན་ཆེད་  
འོག་ལུ་སྤྱི་འོག་༤ དང་ གཡུས་ཚན་༡༩ གྱི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་ རང་སའི་ས་གནས་ཀྱི་ཕོ་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་གི་  
གནས་ཤིང་དང་གནས་རྩོལ་ས་ལུ་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་ཕྱ་མ་གཏོགས་ བྱིམ་ནང་ལོ་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་  
ཚོས་སྤྱང་གི་གསལ་ཁར་གཏང་སོལ་མེད་རུང་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་འདི་ གཡུས་ཚན་  
ཆ་མཉམ་ནང་ ཚོས་སྤྱང་གི་གསལ་ཁར་སྐྱ་རྒྱུད་སྟེ་གཏང་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ལུང་ནག་ན་ཆེད་འོག་ལུ་ གནས་པོ་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་འདི་ ས་གནས་ཀྱི་གཞི་བདག་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡིན་མ་  
ལས་ ས་གོ་ཁག་སོ་སོ་ལུ་ གནས་ཤིང་དང་གནས་རྩོལ་རུང་ གནས་ཁང་གཙོ་བོ་འདི་ མཚོ་གཞོང་རྫོང་གི་

རྒྱུ་ལས་ རྒྱུ་ལུན་སྐར་མ་༢༠ ལྷག་ཅིག་འགྲོམ་དྲ་ རང་བྱུང་ལྷུན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྲག་རི་བཙུགས་པའི་གྲུ་  
 ལུ་ མེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དང་རྐང་རྗེས་ རི་མོ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་པའི་ གནས་ཁང་གི་  
 བཀོད་པ་ རྒྱད་དུ་འཕགས་པའི་ཕོ་བྲང་གཞལ་ཡས་ཁང་ནང་ གནས་བདག་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་ འཁོར་ལྷ་  
 སྲིན་དྲགས་པ་ཅན་ཚུ་གིས་བསྐོར་ཏེ་ སློག་ལྟར་འབྲུག་པ། བྱ་ཁ་བཟུམ་ཙམ་དྲགས་ཡོད་པ། ལྷག་བཟུམ་  
 མཚོང་། གཟིག་བཟུམ་སྟེ་ངར། བསྐལ་པའི་མེ་རླུང་འཕུ་དོ་བཟུམ་ རྒྱ་འཕུལ་གྱི་སྟོབས། ལྷུང་མཚོགས་ཀྱི་ཙམ་  
 དང་ལྷན་མ་ སླེ་ཟིང་ཟི་སྟེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



**རྣམ་པ་དང་སྤྲོ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་སྤུལ་པ་ གཞི་བདག་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་འདི་ སྤྲོ་མདོག་  
 གནག་པོ་ ལྷགས་ཀྱི་རལ་པ་གནག་པོ་ ཉིང་པའི་ཙུ་བ་ལས་རྒྱད། བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལས་ རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་བའི་རྟགས་ལུ་ ཕྱག་གཡས་ལུ་ རུ་དར་དཀར་པོ་ བར་སྤང་ཁམས་ལུ་འཕྱར། ཕྱག་གཡོན་ལུ་བདུད་  
 ཞགས་བསྐྱམས་ཏེ་ བསྟན་པ་བཞིག་པའི་དམ་ཉམས་དང་ འགོ་བའི་ཚེ་སོག་ལུ་ གཞོད་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་སོག་  
 དང་ཁ་འཕྱུལ། འགོང་གཡག་ཞོལ་ཚེན་ སྤྲོ་བཀྲག་གནག་པོ་ རླུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལུ་ཆིབས་སྟེ་ ཡུད་པ་

ཐེངས་གཅིག་ལུ་ སྟོང་གསུམ་འཇིག་རྟེན་བསྐྱར་ཏེ་ དམ་ཉམས་དག་པོའི་སློབ་ཚུ་བཅད། ཉིན་མཚན་ཁོར་ཡུག་  
མེད་པར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤང་། རྒྱ་འབྲོར་སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ་ཏེ་ བཞུགས་པའི་  
གཡམས་གཡོན་ལུ་ འཁོར་སྐྱོད་དང་ སྦྱོན་མོ་ཚུ་གིས་བསྐྱར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྦྱོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་སྐྱེ་མཉམ་ལུ་ འཕམ་བྱེད་དམ་བཅའ་ལུ་འདྲེ་བཟུམ་སྟེ་  
བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་ སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ།  
ལོ་ཐོག་ལུ་ སད་སེར་དང་ནད་ཡམས་སྲུ་གེ་ལྷི། བྱང་རྒྱལ་སྦྱུབ་པའི་གྲོགས་དང་སྟོངས་གྲོགས་མཛད་དགོཔ་སྟེ་  
ཨིན་པས། སྐར་གྱི་ལས་སྟེ་ཀེ་ཨེམ་ཁྱི་གིས་ཚུམ་སྦྱིག་འབད་མི་ དད་པའི་ས་བོན་གྲོགས་བཅ་དང་པའི་ནང་ལུ་  
དུས་རབས་༡༧ པའི་ནང་ སེའུ་ལའི་ཚོས་རྗེ་བྱམས་མགོན་པོ་དབང་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ བདུད། ལྷ། བཙན་  
ཚུ་དམ་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལུང་ནགས་ཆ་མཉམ་གྱིས་བསྟེན་མི་ གནས་པོ་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་འདི་ ལོ་ཚོག་དང་རིམ་གྲོའི་སྐབས་  
གཏོར་གཤམ་བཅུགས་ཏེ་རྒྱུང་ཕྱི་མེད་པར་ ལོགས་སུ་སྦྱོར་རྒྱུ་རྒྱུང་གཏང་དགོཔ་ཨིན་པས།  
དེ་མ་ཚད་ལྷ་རིམ་བཞིན་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ད་ མཇུག་ལུ་སྦྱོན་ལམ་དེ་སྟེ་བཏབ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
པས། གཏོར་བདག་ཆེན་པོ། གནས་བདག་ཆེན་པོ། བཀའ་བརྒྱུད་གྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། སེམས་ཅན་ལུ་  
བདེ་སྦྱིད་སྟེལ། ཚོས་མིན་གྱི་བསམ་པ་མི་འབྱུང་བར་ འཕྲིན་ལས་རྣམས་པ་བཞིའི་སྐོ་ལས་ བྱང་རྒྱལ་སྦྱུབ་པའི་  
སྟོངས་གྲོགས་མཛད་དགོཔ་ད་ ལྷག་པར་ཡུལ་སྦྱོགས་འདི་ནང་ ས་སྟོག་གསེར་གྱི་ཀ་བ་དབངས་མཐོ་བ། མ་  
སྟོག་གཡུའི་སྟོང་པོ་བརྟན་པ། མི་དང་རྒྱ་མོར་ སྐོ་མོར་སེམས་ཅན་ཚུ་ ཉིན་ལུ་མེད་པར་བདག་འཛིན་འཐབ་  
སྟེ་ སྤུང་སྦྱོབ་མཛད་གནང་། བྱེས་སུ་ལམ་འཕྲང་རྒྱལ་ས་ འགོ་དོན་མཛད་པའི་བདག་པོ་དང་། ལྷག་པར་སྦྱིན་  
བདག་གི་ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལུ་གཞོན་པའི་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་ཚུ་ དེག་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་དག་སྟེ་ ཡིད་  
བཞིན་གྱི་མོར་བུ་བསམ་འཕེལ་བཟུམ་ ག་དགོ་མི་འདི་ དཀའ་ཚོགས་ག་ཞི་ཡང་མེད་པར་ དེ་བལས་ལྷག་སྟེ་  
འགྲུབ་བཅུག་ཟེར་ སྦྱོན་ལམ་བཏབ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

---

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ། དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གསོལ།  
འདྲི་བསྟན་འབད་ས། ཚོགས་པ་རྒྱམ་དཔལ་འབྱོར།

## ༡ གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ།

གནད་དོན་བརྟན་བརྩམས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ།

གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ།

ལྷས་ལྗིང་།

ལྷས་ལྗིང་།

ལུང་ནག་པའི་མི་སེར་དམངས།

མི་ལུ་ན་ཚ་གི་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དང་ ཀར་ནག་ལུ་སད་སེར་དང་འབྲུ་མིན་གྱི་

གཞོན་པ་བརློག་ཐབས་ལུ་བརྟེན་མ་ཡིན་པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷས་ལྗིང་གཡུས་ཚན་ལས་ ཏུས་ལྷན་རྒྱ་ཚོད་༡ དེ་ཅིག་འགོ་དགོ་པའི་ས་ཁང་ གངས་རི་དཀར་པོ་གྲུང་ཆེན་  
རྒྱབས་དང་འདྲའི་རྩ་བར་ བྱང་རྒྱལ་ལྗོན་པའི་ལྷ་ཤིང་གིས་བསྐྱོར་བའི་རྒྱལ་ལུ་ འོར་བུ་བྲག་རི་བ་གམ་བཙེགས་  
པའི་ ལྷགས་མཁར་ལས་གྲུབ་པའི་ སོ་བྱང་གཞུལ་ཡས་ཁང་ གྲུ་བཞི་སྟོ་བཞི་རྟ་བབ་བཞི་དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་  
ལུ་ གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ་གཟི་བརྗིད་ཆེ་རྟོག་རྟོ་སྟེ་ གསང་བའི་ཡུམ་རྫོང་སྐྱེན་གཏེར་བདག་དབང་རྒྱལ་དང་  
འཁོར་གངས་སྐྱེན་དང་སྤང་སྐྱེན་ བྲག་སྐྱེན་དང་ནགས་སྐྱེན་རྒྱ་གིས་བསྐྱོར་རྟེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་རྣམ་སྤྱུལ་ གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ་ སྐྱུ་མདོག་གནག་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཉིས་ ཞལ་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་ སྐྱེན་གསུམ་དག་པོའི་ཕྱོགས་ལུ་གཟིགས་པ། སྐྱུ་ལུ་དར་དམར་གྱི་ན་  
བཟའ་བཞེས། དམ་ཉམས་དག་བགུགས་ཐལ་བར་བརྟུག་པའི་བད་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཉིས་ལུ་མདའ་གཞུ་དང་  
ཞགས་པ་བསྐྱམས་རྟེ་ བཞུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གསང་བའི་ཡུམ་རྫོང་སྐྱེན་གཏེར་བདག་དབང་རྒྱལ་དང་  
འཁོར་སྐྱེན་མོ་རྒྱ་གིས་བསྐྱོར་རྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



གསང་བའི་ཡུམ་ཚོང་སྐྱོན་གཏེར་བདག་དབང་ཕུག་གི་གནས་ཁང་།

སྤྱི་ལྟར་བ་མེན་ར་ལུག་བརྒྱ། རྣང་ལྟར་སྐྱུལ་པ་སྣ་ཚོགས་སྟོན། གསང་བ་ཕུག་རྒྱ་འགོ་འོང་མེད་པར་ གང་ལ་  
 འདུལ་གྱི་སྐོ་ལས་ བསྟན་པའི་སྐྱུང་མ་དང་ སྤྱི་འགོ་སེམས་ཅན་ལུ་ སྐྱབས་གནས་རེ་བའི་སྤོང་པོ་མཚན་དོ་  
 ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱུལ་པ་དང་ཡང་སྐྱུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་གིས་ཕུག་མཚན་སྣ་ཚོགས་ བྱངས་ཁ་མེད་པ་སྤྱི་  
 བསྐྱམས་ཏེ་ ཚོས་མཚན་ཡོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་སྟོངས་གྲོགས་མཚན་ནི་འདི་གིས་ གང་འདུལ་རྒྱུལ་པོ་ཟེར་  
 མཚན་གསོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

གང་འདུལ་རྒྱུལ་པོའི་གསོལ་ཁ་ནང་ སྣང་སྤྱིད་ཟིལ་གཞོན་པ་རྣམ་འབྱུང་། །དུས་གསུམ་རྒྱུལ་བའི་སྐྱུན་སྲ་  
 རྩ། །བཀའ་ལུ་བརྒྱད་པའི་སྐྱུན་སྲ་རྩ། །མ་གཡེལ་མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཚན། །ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་ །ཨོ་རྒྱུན་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་ སྟོན་ཕྱོན་རྒྱུལ་བ་གོང་མའི་བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འདའ་བར་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་མཚན་ཡོན་  
 སྤྱིན་བདག་རྒྱ་གི་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་སེལ། །ལོ་ཐོག་ལུ་སད་སེར་དང་ རྣད་ཡམས་ལུ་གེ་ལྷི། མཚོག་ཐུན་  
 མོང་གི་དངོས་རྒྱུབ་ཐོབ་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྟོངས་གྲོགས་མཚན་དགོཔ་སྤྱི་ཡིན་པས།



**གསོལ་མཚན།**

ལྷ་ས་ལྗིང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་སྐབས་ ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་གང་འདུལ་རྒྱལ་པོ་འདི་ གཏོར་  
གལ་ནང་བཅུ་གས་ཏེ་གཏང་སྲོལ་མེད་རུང་ ཚོས་སྲུང་གོལ་ཏེ་ དེའི་ནངས་པ་སྐྱ་རྒྱུང་སྲེ་གཏང་དགོས་ཡིན་པས།  
ས་གནས་སྐྱ་ག་ཤིའི་གནས་ཤིང་རྩ་བར་ ལྷ་ས་ལྗིང་སྤྱི་འོག་གི་བྱལ་པ་གུང་པ་<sup>30</sup> གིས་ མཉམ་རུབ་ཐོག་ལས་  
ལོ་ལྷར་བཞིན་དུ་ལྷམ་<sup>1</sup> པའི་ནང་ཚར་གཅིག་དང་ ལྷམ་<sup>10</sup> པའི་ནང་ཚར་གཅིག་གནས་པོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་  
སྲུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་ས་ལྗིང་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ བྱལ་པ་<sup>11</sup> གིས་ ཚར་<sup>3</sup> གསོལ་ཁ་སྲུལ་མི་འདི་  
ཚུས་ཏེ་ བསྐྱམས་ཀྱི་ཚར་<sup>4</sup> གསོལ་ཁ་སྲུལ་དགོས་ཡིན་མ་དུ་ དེ་ཡང་ལོ་ལྷར་ལྷམ་<sup>2</sup> པའི་ནང་ ཐོག་ཐོས་  
ཞིན་མ་ལས་ ཀར་གྱི་ལྷུག་ཀྱུ་ཐོན་མ་ཅིག་ ཐོ་རྒྱ་པར་ཀ་གང་འདུལ་རྒྱལ་པོའི་གནས་ཁང་ནང་ གུང་པ་<sup>30</sup>  
གིས་ཚར་གཉིས་གཏུང་ལྷ་གསོལ་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་ས་ལྗིང་པ་གུང་པ་<sup>11</sup> གིས་ རང་འབག་སྲེ་ཚར་  
གཉིས་གཏུང་ལྷ་གསོལ་དགོ་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ལུང་ནགས་ཚུ་གིས་ ཀར་གྱི་ལྷུག་ཀྱུ་ལུ་གཏུང་ལྷ་ཟེར་སྐྱབ་  
ནི་འདི་གིས་ གཏུང་ལྷ་གསོལ་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

---

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

རོ་བོ་གངས་བདུད་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་འཕྲིན་ལས་སྐྱར་གྲུབ།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

ཚོགས་པ་མགོན་པོ་བསྐྱུན་འཛིན།

༣ ཕོ་ལྷ་གངས་རིམ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་ལུ་ཚུལ།

ཕོ་ལྷ་གངས་རིམ།

ཐང་མགུ།

མཚོ་གཞོང་།

ལུང་ནག།

མི་ལུ་ན་ཚ་གི་ཆད་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་སེར་ཕ་དང་སད་ཀྱི་གོད་པ་

མི་འབྱུང་

ནིའི་དོན་ལུ་བསྟེན་མ་ཨིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རང་མདངས་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ དག་པའི་འཁོད་སྟོམས་  
 པ་ ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྐྱུག་ལུ་ མེ་ཏོག་པརླའི་གུར་  
 ཁང་དང་ གཞུང་ཚོན་སྐྱ་ལྷ་གུར་ དར་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་  
 ཡོད་པའི་སྐྱུག་ལུ་ གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་  
 རྣམ་སྐྱུལ་ཕོ་ལྷ་ཆེན་པོ་ འཁོར་ལྷ་སྐྱོན་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་  
 གིས་བརྒྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་སྐྱུལ་པ་ ཕོ་ལྷ་  
 ཆེན་པོ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས།  
 རྣམ་ཕྱོགས་བདུད་ཀྱི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟགས་ལུ་  
 ཕྱག་གཡམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་དར་དཀར་པོ་ གནམ་ཁའི་  
 དགུང་ལུ་འབྱར། གཡོན་ལུ་དམ་ཉམས་དབྱ་བོ་བསྐྱུལ་



བའི་མདའ་གཞུ་བསྐྱམས། སྐྱ་ལུ་ཚེས་གོས་བཞེས་ཏེ་དགོས་ཤིང་གི་ཚུལ་སྟེ་ ཚིབས་རྒྱུང་རྟ་ཞལ་དཀར་ལུ་ཚིབས་  
ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨོན་པས།

གནས་པའི་བསྟོན་པའི་ཚིག་ནང་ལུ་ ཕྱི་ལྟས་དགོས་དང་བརྒྱ་རུ་སྐྱུལ། །ནང་ལྟར་ཚོང་དཔོན་ཡོངས་སྟོན་  
ལུ། །གསང་བ་དོན་དམ་ཕྱག་རྒྱ་ཡིས། །ཀྱུ་རྒྱུ་ཚོང་ཚོང་ལུ་སྟོན་ལ་བསྟོན། །ཟེར་གསལ་དོ་བཟུམ་ སྐྱའི་རྣམ་  
པ་སོ་སོར་སྟོན་ཏེ་ འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞིའི་སྐོ་ལས་ སྟོང་གོགས་མཛད་དེ་བཞུགས་པའི་གཡས་གཡོན་ལུ་  
འཁོར་བཅོན་བདུད་མཚོ་སྟོན་ཚུ་ འཇིག་རྟེན་སྐྱོང་བའི་ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་  
ཨོན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཚེ་དང་ སྟོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་སྐྱེ་མདུན་ལུ་ ལས་བྱེད་དམ་བཅའ་ལུ་དོ་བཟུམ་སྟེ་  
བཀའ་དང་དམ་ལས་མ་འགལ་བར་སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། སྦྱིན་པའི་བདག་པོའི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། ལོ་  
ཐོག་ལུ་སངས་སེར་དང་ནད་ཡམས་ལུ་གེ་ཞི། བྱང་རྒྱལ་སྐྱུལ་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛད་དགོཔ་སྟེ་ཨོན་པས།  
གསོལ་ཁའི་གཉེར་གསོལ་ནང་ “པོ་ལྷ་དགའ་ལྷ་ཚེན་པོ་མོ་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ཚེན་མོ། གསང་བའི་བདག་པོ་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་ཅག་སྐྱབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷོད་ལ་གཉེར་དུ་གསོལ་བ་ནི།  
འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟར་སྦྱར་སྦྱར་ལས་བྱེད་པའི་དམ་ལས་མ་འདའ་བར་ སྦྱིར་སྦྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚོང་དཔོན་  
དང་ ཟ་མ་རྣམས་ཀྱི་མི་རྒྱུད་འཕེལ་ཞིང་། མ་རུངས་པ་རྣམས་སྟིང་རྟེན་དང་ནས་ཚར་གཅོད་ཅིང་ བསྟན་པ་  
སྐྱང་ཞིང་མི་ལྷགས་སྟེལ་བ་དང་སྦྱིན་བདག་ལ་ལོ་ལེགས། ཚེས་དང་མཐུན་པའི་ལེགས་ཉེས་སྟངས་འཛིན་གྱི་བྱ་  
ར་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།” ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱེ་  
མདུན་ལུ་ ལས་བྱེད་ལུ་མི་དེ་ལས་ ཨ་ཙི་ཙིག་ཡང་མ་འགལ་བར་ པོ་རྒྱས་ཚུ་ཚོང་ལུ་འགྲོན་ཚོང་དཔོན།  
ཨམ་སྐྱུ་རྒྱ་ལུ་བུ་ལོ་དང་ཞིང་རྒྱས། མ་རུངས་པའི་དགའ་བོ་རྒྱ་ སྟིང་རྟེན་སྐོ་ལས་ཚར་གཅོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་སྐྱང་། སྦྱིན་བདག་གི་བར་ཆད་སེལ། ཚེས་མཛད་ཡོངས་ལུ་ བྱང་རྒྱལ་སྐྱུལ་པའི་གོགས་མཛད་དགོཔ་  
སྟེ་བཀོད་དེ་འདུག།



**གསོལ་མཚན།**

ཕོ་ལྷ་གངས་རིམ་གྱི་གསོལ་ཁའི་བསྟོན་པའི་མཇུག་ལུ་ བྱང་པར་ཡུལ་ལྗོངས་འདི་ཉིད་དུ། །ལོ་ལེགས་སང་དང་  
 ལྷུང་འཚུབ་ཞི། །མི་ལོ་རྒྱུ་དཔེ་བར་ཚད་བསྟུང་། །ཚེ་སློག་ལོངས་སྟོན་རྒྱས་པར་མཛོད། །ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་  
 དོ་བཟུམ་སྟེ། ཕོ་ལྷ་གངས་རིམ་ལུ་ གནས་ཁང་ནང་སྟེ། དམངས་འཛོམས་ཐོག་ལས་ ལོ་གཅིག་ལུ་ཚར་༩  
 གསོལ་མཚན་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རི་ལོ་ལྷས་ལྷིང་དང་གྲུང་ལུལ་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ བྱུང་བ་ལྟར་།  
 དེ་ཅིག་གིས་ལོགས་སུ་སྟེ། ཚར་༡ གསོལ་མཚན་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ལོ་ཚོག་གཏང་པའི་  
 རྟེན་ལས་ བྱུང་བ་ལས་གཉིས་མ་ཅིག་གིས་མ་གཏོགས་ མང་ཤོས་ཀྱིས་ཚོས་སྤང་གི་གསུམ་ཁར་གཏང་སྟོལ་མེད་པ་  
 ཡིན་པས།

**རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།**

- ཕོ་ལྷའི་གསོལ་ཁ།
- འདྲི་བསྟན་འབད་ས།
- ཚོགས་པ་པར།

༤ རྩོམ་གངས་བདུད་རྒྱལ་པོ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱབས་ལུ་ཚུལ།

རྩོམ་གངས་བདུད་རྒྱལ་པོ།

ཐང་བཟང་།

ཐང་བཟང་།

ཐང་བཟང་གི་མི་སེར་གྲང་པ་༤༠ དེ་ཅིག་གིས་བསྟེན་མི་ཡིན་པས།

ཆར་རྒྱུས་ལུ་འབབ། ལོ་ལྷུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས། མི་ནད་ལྷུགས་ནད་རྒྱུན་

ཆད་ནིའི་དོན་ལུ་རྒྱབས་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྟོ་དང་བོད་ཀྱི་ས་མཚམས་ མཐོམ་གངས་རི་དར་དཀར་གྱི་གྲུང་ཆེན་སྐབས་པའི་འོག་ལུ་ རྒྱ་མཚོ་སྐོམ་སྐོམ་ཡོད་  
པའི་བར་ན་ པ་རི་གླིང་གསུམ་ ལྷུགས་མཁར་སྐོ་གནག་པོ་སྐོམ་ཡོད་པའི་གཞུང་ཡས་ཁང་ལུ་ རྩོམ་གངས་  
བདུད་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ་ བདུད་ཀྱི་འབངས་འཁོར་དང་ གངས་སྐྱེན་མཚོ་སྐྱེན་གྱི་བདུད་དང་། རི་བཙན་ནགས་  
སྐྱེན་མ་མོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྩོམ་གངས་བདུད་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་མདོག་གནག་པོ་ཞལ་བློ་བོ། རྒྱན་གསུམ་སྤང་མིག་གཟིགས་ཏེ་ དམ་ཉམས་དག་  
བགེགས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ་དབང་མེད་བཀྲུག་པ། ཞལ་མཆེ་བ་གཙོགས་ཤིང་ བསྟེན་པའི་དག་བགེགས་རྩེ་  
ཞལ་དུ་གསོལ། ཕྱག་གཉིས་བྱི་མང་སྐྱུ་སྐྱུར་ལུ་མཁས་པ། སྐྱུ་ལུ་དར་གོས་དམར་པོའི་ན་བཟའ་ལྟ་བུ་བ་བཞེས་  
ཏེ་ རྟ་ནག་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལུ་ཆིབས་ཏེ་བཞུགས་པའི་རྒྱབ་ལུ་ ཡབ་བདུད་ནག་པོ་ཕྱག་གཡས་པ་གིས་  
མདུང་གྲུང་དར་ནག་པོ་བཏགས་ཏེ་གནམ་ཁང་འཕྱར། གདོང་ཁར་ཡུམ་བདུད་ནག་པོ་ཕྱག་ལུ་ཞགས་པ་  
བསྐྱུལ་ས། གཞན་ཡང་ འཁོར་སྐྱེན་མོའི་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་གིས་བསྐོར་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དམ་བཞག།

ཨོ་རྒྱན་གྱི་སྐོབ་དཔོན་པཎ་འབྱུང་གནས་དང་ ལྷུ་བཟོབ་པ་རི་མ་རིའི་རྒྱན་སྤར་ རང་གཟུགས་དངོས་སུ་རྟོན་ཏེ་  
ཁས་བྱུངས་དམ་བཙའ་ཕུལ་མ་ད་ སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་ གདུག་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་དན་པ་རུང་ཕྱག་དོག།



# མཇུག་བསྟུ།

སྒོན་ཚེ་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོའི་ཤིང་བྱུང་དུ། །སྐབ་པ་ཚེན་པོའི་སྐྱུན་སྲུང་ལས་བྱངས་ཤིང་། །  
སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་སྐྱུང་ལ་ཞལ་བཞེས་པའི། །ཚོས་སྐྱོང་སྐྱུང་མའི་ཚོགས་རྣམས་གངས་མེད་ཀྱང་། །

དེང་འདིར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་ལ། །ཕྱིན་ལས་སྐྱུར་བའི་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་དང་། །  
དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལས་མགོན་བྱ་རོག་གསུམ། །འབྲུག་གི་ཚོས་སྐྱོང་སྐྱུང་མའི་གཙོ་བོར་མཇུག་། །

དེ་ཡི་འཁོར་དུ་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང་། །ཡུལ་ལྷ་བཙན་དང་ལྷ་ལྷ་འཁོར་ཚོགས་གྱིས། །  
འབྲུག་མི་ཡོངས་ལ་སྐྱབས་དང་དཔུང་གཉེན་གྱིས། །གནས་སྐབས་ནད་མེད་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། །

མཐར་ཐུག་ཚོགས་པའི་ས་ལ་བཀོད་མཇུག་པའི། །ལྷ་ཚོགས་ཡོངས་ལ་དད་པའི་གཏང་རག་སྐུལ། །  
དེ་ཡི་དགོ་བས་མི་དབང་སྐྱུ་འཁོར་གཙོ་བོ། །དད་ཅན་ཡོངས་ལ་དགའ་བདེའི་ཉི་མ་ཤར། །

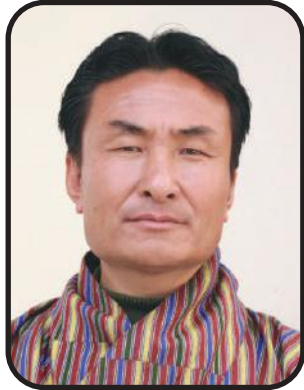
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡུན་དུ་བརྟན། །མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཚེ་བརྟན་པར་ཤོག། །  
སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱལ་པར་ཤོག། །ཚོས་སྐྱོང་ལུགས་གཉིས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། །

# བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས།



# ཞིབ་འཚོལ་པའི་རྟོགས་བརྗོད།

སྤྱི་ན་ལ་རྫོང་ལག་ རྟོལ་ག་རྗེད་ལོག་ གཡུམ་རྟོལ་ག་ལས་ཡིན་མི་ རྟོལ་ག་པ་  
སངས་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩-༡༩༩༩ ཚུན་ རྟོལ་ག་ནང་པའི་  
མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ཤེས་ཡོན་སྦྱང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལུ་ རྒྱ་གར་  
ལས་ནང་ཚོས་གྱི་ཤེས་ཡོན་མཚུག་བསྟུ་ཡི།



སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལུ་ སློབ་དཔོན་སློབ་སྦྱང་མཐར་འཁྱོལ་ཏེ་ སེམས་རྟོགས་ལ་རིག་  
གཞུང་སློབ་གྲྭ་ནང་ ལོ་རྒྱུས་མ་གྱི་རིང་ལུ་ སློབ་དཔོན་སླེ་བྱག་ལུ་ཡི།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལས་ འབྲུག་རྒྱུ་བསྐྱེད་ལས་འཛིན་ནང་འཇུག་ཏེ་ རྒྱུ་བསྐྱེད་དང་རྒྱུ་བསྐྱེད་གི་ལས་རིམ་ཐང་  
མེད་པ་བཟོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ད་རེས་ནངས་པ་ ལས་རིམ་བཀོད་བྱེད་འབད་མི་སླེ་བྱག་ལུ་བའི་བསྐྱེད་ཡིན།

ཨིང་ལྷན་གྱི་འབྲིང་རིམ་ཤེས་ཚད་ལག་ཁྱེར་དོན་ལུ་ རྒྱུ་བཀོད་ལུ་ཡོད་པའི་ (Stamford Commercial  
College) མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་གིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལུ་སྦྱང་ཡི།

དང་སྤྱི་དུས་རྒྱལ་ལས་སློབ་ཞི་ཡོད་པའི་ རྫོང་ཁའི་མིང་ཚིག་སློབ་དགོ་བདེ་ཏོག་ཏེ་ ཉན་དགོ་མནོ་སི་སི་ བངས་སི་སི་  
སླེ་རྒྱུ་ཁར་ལུས་མི་རྩེ་ གདོང་ཁར་བཏོན་ཏེ་ དར་བྱེད་གཏང་ཞིའི་དོན་ལུ་ ཚོར་རང་འཁོལ་གྱི་འགན་ཁག་འབག་སྟེ་  
བྱག་ལུ་བའི་བསྐྱེད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་གྱི་ མཁས་ཚོགས་གྱི་འཇུག་མི་ གནས་ལུན་པ་  
སླེ་ བྱག་ལུ་བའི་བསྐྱེད་ཡོད།

དུ་ར་ཡ་ན་གཞི་ཚོགས་གྱི་ འགོ་བཙུགས་དུས་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ལུ་ལ་མཚོག་ལུ་ གུས་བཏུང་  
གྱི་འབྲི་རྩོམ་བྲིས་མི་འདི་ དག་ཤོས་ཐོན་ཡོད་པ་ལས་ མ་དངུལ་གྱི་གསོལ་ར་དང་སྦྱགས་ཏེ་ལག་ཁྱེར་ལུ་ཡི།

སྤྱི་རོ་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་ འབྲུག་གི་དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད་ལམ་སྟོལ་གྱི་ཞིབ་  
འཚོལ་དོན་ཚན་ལུ་ཅིག་བྲིས་ཡོད་པའི་ཁར་ འདིའི་ནང་ལས་ཡང་ རྟོལ་ག་གསང་སྟེགས་ཚོས་སྦྱིང་གི་ཚགས་རབས་  
དང་ རྟོལ་ག་ཚོས་བཟུའི་རྒྱུ་ལུངས་རྩོམ་སྦྱིག་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེའི་འཁྲུངས་རབས་  
ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ ཞབས་བྲལ་གསུང་བྲུགས་སྤུལ་རིམ་ཕྱོན་གྱི་མཛད་རྣམ་རྩེ་ ལྷན་པས་ཅིག་ཁར་རྩོམ་སྦྱིག་  
འབད་དེ་ མི་སླེ་ལུ་ཞབས་ཏོག་ ག་དེ་དག་ཏེ་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན་ལགས།