





དགོང་ཚོག་གོང་ཚོག་དགོང་ལ་སྐབ་དང་པོའི་ གོང་ཚོག་གོང་ཚོག་མཁུན་རིན་པོ་ཆེ་ནས་

※

ལྷོ་མཁུན་རིན་པོ་ཆེའི་ནས་ཅུབ་འགྲུལ་ལ་མེད་ནས་དབུ་མ་དབུ་འཇུག་མཛེད་ དེ་ནས་ཐོག་མ་མར་འཛིན་གྲའི་དབུ་ཚོས་གཉིས་ནས་དམའ་ཅུག་ནས་ སྐབས་ཇི་  
མཚོག་ནས་དབུ་མའི་རྟུག་གསལ་དབུ་འཇུག་མཛེད་ དེ་ནས་ཡང་སྐབ་ཇི་མཚོག་དམ་ཅུག་ སྐྱེད་དཔོན་ནས་གཟུང་མེས་བཞིན་དམ་ཅུག་འཛིན་བར་མཛེད་  
དེ་ནས་ཚོས་རར་གོང་ཚོག་ གང་གི་མཚོག་ནས་མཁུན་པོའི་འཇུག་ལ་མེད་ དེ་

※

ནས་རྒྱུར་མེད་ནས་གཟིམ་རྒྱུར་ལྷོག་ལྷོག་མེད་མོད་མོད་ གོ་སྐྱུ་གྲ་  
མཚོང་སྐབ་སྐབ་ལག་དམ་འདུལ་དུ་མང་ནས་གྲ་སྐྱེ་མཚོང་མེད་ཀྱི་གོ་ནས་རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་ལྷུང་ རང་རྒྱུ་སྐབ་ནས་རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་ཐོག་ དགོ་ཡོང་  
འཛིན་དང་ གསོ་ལ་གཟིམ་ འདྲི་ཆད་ལྷོ་ལྷུང་ ཞབས་གསལ་བཅས་ནས་འཇུག་

※

དར་ལུལ་། ཤིང་སྐབ་མེ་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་སྟོན་མཚོས་ཆེན་མོ་ལ་དབུ་མའི་དུས་  
བཟང་སྐབ་སྐྱེ་ཆ་སྦྱང་དང་པོ་གོལ་ཕུལ་གྲ་ཚོང་སྐྱོའི་ལོ་དུ་ དབུ་ཚའི་འཛིན་གྲ་ཐུག་ལ་ཚོག་ཞིང་མཛེད་ རྒྱ་ཚོས་ཉིན་དབུ་མའི་སེམས་སྦྱིད་ཀྱི་དུས་  
བཟང་ལ་ ཆ་སྦྱང་གཉིས་པར་མེད་ནས་དབུ་མ་འཇུག་པའི་སྐབ་ཚོས་ གནལ་འབྱོར་པ་དང་ བསྟོན་སྐྱེད་བསྟོན་མཚོག་གཉིས་དབུ་སྐབ་མཛེད་ བསྟོན་ལང་གསུང་ དེ་  
ནས་དགོན་ཚོག་ལ་ཚོག་སྐབ་སྐྱོང་བར་མཛེད་ གཞུང་ ཉིན་མོད་མང་རྒྱུ་སེམས་ཚོག་བཅས་གཅིག་གཉིས་ བོང་ཇ་གསུམ་པའི་སྐབ་བསྟོན་དང་ བསྟོན་སྦྱོང་གོར་མཛེད་  
མེ་རྒྱ་ཚོས་ལ་ནས་དབུ་མ་དགཉིས་པ་མེད་ནས་ མེ་ལུག་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་མཁུན་ཆེན་  
༡༡ ༡༢ 3 123

※  
སྦྱིད་པ་བརྒྱ་ཚོན་ས་ གང་གི་མཚོག་ལ་ མཚན་རྟགས་འབུལ་ཞེས་

※

མཛེད་ དེ་མ་ཐག་ལྷོ་སྐབ་ལ་མཁུན་པོའི་འཇུག་ལ་མེད་ དེ་ནས་རྒྱུར་མེད་ཕུལ་

※

གཞུག་ལྷིང་ཞབ་མོར་འབྲོད་ནས་ རང་རྒྱུ་སྐབ་གྲ་ཚོང་བཅས་ནས་ རྟེན་  
གསུམ་འཇུག་དར་ལུལ་ གོ་སྐྱུ་གྲ་ཚོང་དང་ གྲུང་རྒྱ་ ཉུག་དོང་ མི་མཚན་གསུམ་བཅས་ནས་རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་དང་ དགོ་འདུན་དུ་མ་ནས་ཀྱང་འཇུག་དར་ཚོད་མེད་  
ཕུལ་ལྷུང་། དེ་མཚན་སྐྱེ་ཆེས་ཉིན་གང་གི་སྐྱེ་ཆ་ལ་དཔོན་དགོས་པ་དག་དང་

༡༥

སྐབ་བསྟན་ཉི་མ་སྐྱེ་ཆེ་མ་གཟིམ་པ་ལ་རྟེན་ནས་ སྐབས་ཇི་མཚོག་ནས་ཐུག་ཕུལ་  
ཚོད་མེད་མཛེད་ནས་ དེ་སྐབས་སྐྱེ་ཆེ་ལ་མེད་ནས་ གཟིམ་དཔོན་བཅས་ལ་གང་བུས་ཡི་ལུལ་དུ་མ་འགར་བའི་སྐབ་སྐྱེ་ སྐྱེ་བུར་དུ་གྲུང་རྒྱ་མཁུན་གཟུང་  
མཚོན་རབ་བསྟན་པ་ཚོས་འཕེལ་གང་གི་སྐྱེ་ཆ་འདུན་དུ་གང་ཞུང་གྲང་ནས་ མཚུལ་རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་བཅས་ཕུལ་ནས་ སྐབས་ཇི་མཚོག་ལ་མཁུན་གཟུང་ནས་ཐུག་པས་  
ཕུལ་རྟེན་ནས་མཛེད་པར་ཞུས་ནས་ཅུང་སྐབ་ལ་སྐྱེད་རྒྱུ་དང་ འོན་ཀྱང་དེ་  
དེ་སྐབ་གྲུང་རྒྱ་ལམ་མཚན་ནས་མཁུན་སྐྱེད་རྟེན་གསུམ་ཕུལ་རྟེན་ནས་མཛེད་པ་  
སྐབས་སྐྱེ་ཆེ་ལ་མེད་པར་དག་དང་གི་སྐྱེ་ཆའི་གམ་བཅས་དུ་བཞུག་ནས་ཁེར་ཉིན་

ཞབས་པད་རྟེན་གོས་རྒྱལ་གྱི་འཇུག་དར་ཚོད་མེད་ཕུལ་

གི་ཐར་པའི་ཡོན་ཏན་གི་རྩམས་གང་མང་ལས་ལས་འདས་པ་གསུང་ནས་ཞུག་པའི་སྐབས་སྐྱེ་ གང་གི་མཚོག་དང་ དམ་པ་དེ་ཉིད་དང་ཚོ་རབ་དུ་མ་ནས་འབར་བ་བཞི་ཡིན་པ་  
མི་དོག་མི་ཟེའོ་ ཚོས་ཉིན་ལྷ་ཆར་སྐབ་དུ་དགོ་ཡོང་འཛིན་དང་ གཟིན་དཔོན་

༡༦

མཚན་ འདྲི་ཆད་བཅས་ནས་ཆེད་རྒྱག་རྒྱག་ཕུམ་དུ་གང་ཞུ་ཞུས་ནས་  
དེ་རྟེན་མཁུན་སྐྱེད་རིན་པོ་ཆེའི་ནས་ བསྟན་མའི་སྐྱེ་ཆེ་ལ་མེད་ནས་ གང་གི་སྐྱེ་ཆ་ལ་བཞག་གསལ་དབང་ཡོད་མེད་ཀྱི་བཀའ་ལུང་ཞུ་གནང་མཛེད་ནས་ ཡི་ཤེས་པ་ནས་  
སྐབ་དཔོན་རང་ནས་ཕུལ་དུ་ སྐབས་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེ་ཆའི་གོས་ཅར་དུ་སྐབས་པ་འཛིན་པ་ལ་ཐུགས་ཐུན་ལྷུང་ཐབ་ཤེས་སྦྱིད་གོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་ཞབས་པད་རྟེན་  
གོས་རྒྱལ་དང་ སྐབ་དཔོན་རང་ཞུགས་འགའ་ཡང་སྐབས་པ་འཛིན་པའི་ཞབས་ཞུང་མཛེད་ནས་བཞུག་ རོས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྱེད་འཇུག་སྐལ་སྐྱེག་ལ་སྐྱེག་ འོན་ཀྱང་  
སྐབ་དཔོན་ནས་ཐུག་ཞུས་ཡང་ཡང་བཞི་ ཐུགས་མེད་རོས་ནས་ཀྱང་འཛིན་ལས་སྐྱེད་མེད་ཞུ་ ཚོས་ཉིན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཕུལ་ལ་རྟེན་ནས་ གོ་མང་གྲ་མཚན་

༡༧

གྲ་བྱང་ ཉུག་དོང་ལམ་མཚོག་ བྱར་བྱེད་མི་མཚོག་ བྱ་ལུལ་མི་མཚོག་བཅས་ནས་སྐྱོང་པའི་དོན་ལ་ཞབས་པད་རྟེན་གོས་རྒྱལ་སོ་སོ་ནས་ རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་དར་  
ཕུལ་ དེ་སྐབ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལྷུང་འཇུགས་ནས་སྦྱིང་ལ་མང་འབྱེད་ཡིག་སྐྱེག་པར་དང་ རོས་ལ་སྐྱེད་རིམ་གཉིས་ལས་སྐབས་པའི་མར་མེད་རྒྱུན་འགྲིམ་དང་ རྟེན་གསུམ་འཇུག་དར་  
མཚན་རྟགས་ཞུལ་འདོབ་ཞུ་ རིམ་བཞགས་སྐབ་ ༧༠ སྐྱེན་ནས་སྐྱེད་ཡིགས་དམར་ཚོས་ཐུབ་གཅིག་བཅས་ཕུལ་བྱུང་བའི་ དེ་ཉིད་ཀྱང་འཁེར་བ་མ་གཏོང་བར་དུ་

















མཛོད་གནས་དུག་པའི་ཚུང་གྲ་མཛད་ ཟླ་ཚེས་ཉིན་

༩ ༢༠

འབྲང་ལུས་ཕྱི་མའི་ཚེན་གྱི་དགོངས་མི་འང་ནས་གསོལ་ཚོགས་འབུལ་ཐོག་དགའ་

✽

ལྷན་ལྷོ་བསྐྱེད་པར་འབྲེལ་བའི་དམིགས་ཚུ་མའི་ལྷོག་ལྷང་རྩལ་། ཟླ་ཚེས་ཉིན་དགོང་

༩ ༢༢

ཡོངས་འཛོན་ལགས་ཀྱི་མཛོད་

མཁའ་མི་ཚེན་ལ་མཚེས་ཚུང་གྲ་མན་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛོད་སྐབས་སློན་ཚོགས་ལྷོག་ཚོད་

༢

✽

ལྷ་སྐྱེད་མཛོད་པའི་སྐབས་མཛོད་མིན་པའི་ཚེན་གསུང་རྩལ་ཚུང་། ཟླ་ཚེས་ནས་འང་པ་མཛོད་ཚེས་བརྒྱ་ལྷན་མཛོད་  
གནས་བདུན་པའི་གཙོ་བོ་མཛོད་ ཚེས་ཉིན་གུང་རུ་འབམ་ཚེན་སྐད་བཟང་གི་གོང་

༢༥

ཚོགས་ཚོས་མཛོག་ཐོབ་རྒྱན་ དགོངས་བཞུགས་ཚོས་འཕེལ་སྐྱེད་བཟང་དང་ དགོངས་བཞུགས་བྱམ་པ་ཚོས་འབྱོར་གཉིས་རིང་ལྷགས་  
ཚོས་འཁོར་གྱིས་རིག་ཡང་ལ་སློང་བ་མཛོད་ ལྷངས་འང་དང་ཡང་དགུ་ལྷན་ཞེད་

✽

སོགས་སྐྱེད་ ཟླ་ཚེས་ཉིན་མཛོད་རུ་སྐྱེད་བཟང་ཚོགས་ ཚུ་ལྷིང་པོ་ནས་ གོང་

༡༡ ༢

ཇ་མཐའ་མའི་བར་རྒྱ་མིང་ཚེབ་རྒྱར་

༡

མཛོད་ ཚོགས་མཐུན་པོ་གོལ་སྒྲིལ་ལ་སྐབས་མཛོད་དམ་འབྱོར་ཞབས་པོར་ཞེད་

༡

དགོངས་བཞུགས་བཟང་དོན་རིག་ལང་ལ་ཞེད་ཅེག་གསུང་བཞུགས་པའི་བཞུགས་བཞུགས་སྐབས་ལས་འབྲེལ་ཏེ་སྐྱོག་གྱིང་རྒྱས་

✽

པ་མཛོད་ གོང་ཚོགས་ལ་གསོལ་ཇ་འབྲུ་དང་ ཞེ་སྐབས་མིང་རྒྱ་གྲགས་པ་ ལྷོ་

༢

འབྲོད་དགོངས་མཐུན་པའི་ཚེན་འཁོར་རེ་ ལྷོགས་རྒྱུ་ལ་གྱི་བཅས་འབྲེལ་མང་མཛོད་

༡

གོང་པ་ཚོགས་ཚོགས་སྐབས་དབུ་མཛོད་ནས་

གནང་བཅུ་པའི་བཅོས་སྐྱེད་འདིར་... ལྷོགས་པའི་གསུང་ཞེས་དབུ་སྐྱེད་ དེ་ཚོས་ལྷོགས་ལྷོགས་མཛོད་ཚོགས་ལྷོགས་སྐྱེད་པ་རྒྱ་ཚེན་ཚོགས་གཉིས་མའི་བར་གཏའ་དབུ་སྐྱེད་མཛོད་ དེ་ནས་དབྱི་རའི་  
དཀར་

ཚོས་དང་པོ་ཞེས་དང་ ཚོས་བརྒྱུད་དབང་པོའི་གུས་མཛོད་ཞེས་བར་རྒྱ་སྐྱེད་མཛོད་ མཛོད་བཅུ་སྐྱེད་པ་ཐབས་མཁའ་སྐབས་མཛོད་མའི་འདྲེན་དབུ་སྐྱེད་མཛོད་ གསོལ་ཇ་གཉིས་པའི་སྐབས་དགོངས་  
གསུངས་དགུ་དབང་ཚོས་དར་དང་ དགོངས་བཞུགས་རྣམས་སྐྱེད་ཀྱི་ཚུར་མཚོ་གཉིས་རིང་ལྷགས་མཛོད་གནས་དང་པོའི་རིག་ཡང་ལ་སློང་བ་མཛོད་ ལྷངས་གོང་ཞེག་གུན་ལ་སྐྱེད་པ་གཏའ་བཅོལ་ཞེས་སོགས་  
སྐྱེད་ གོངས་རབ་མཐའ་མའི་སྐབས་ཡོན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མའི་འབྲུག་ཏུ་སྐྱེད་བཟང་ མཛོད་གསུང་གསུང་སྐྱེད་ཚོགས་སྐྱེད་ཚོ་གྱིས་སྐྱེད་དགོངས་ལ་ སློན་པ་  
འཛིག་རྒྱུ་འཁོར་སྐྱེད་

སློན་པའི་གསུངས་ཞེས་པའི་བཞུགས་ཡིག་ཚོགས་བཅས་མཛོད་ཏེ་ཚོགས་ཡོངས་ནས་ཀྱང་མེ་མེ་བཞེན་བཞེད་མཛོད་ཏེ་བསྐྱེད་འབྲོག་པའི་ཐུགས་སྐྱེད་ཀྱི་ལྷོགས་ཚེན་མཛོད་

ཚོས་ལ་གྲ་ཚངས་དབུར་ཚོས་དགོངས་

༡༢

སློད་གསུང་པ་ཁ་རྒྱུ་མཚོ་འབགས་གྲ་མོ་བཟང་དབང་སྐྱེད་གསུང་འཇམ་ལྷོད་འཇམ་དར་དང་ སྐྱེད་མཐུད་ རྒྱག་དབང་རྩལ་ ཟླ་ཚེས་ནས་དབུག་ཚོས་ཚེན་མོ་

༡༡ ༡༢

✽

ཚུགས་འཛོན་གྲ་བཀའ་རམ་ལོག་ལ་ཐོབ་འབྲེལ་

བའི་དགོངས་སོགས་ཚོས་བཞི་དང་ རྣམ་འདེན་དགོངས་སོགས་ཚོས་བཞི་ཚོད་པ་

སོགས་

མཛོད་རྒྱའི་དབུ་རྒྱགས་པ་ ཚོས་ཉིན་འདི་ལོའི་ཚོགས་ཚེན་ཞལ་འོ་སྐྱེད་གྲ་རིག་

༢༥

གསུངས་གཉིན་ཐོགས་མིང་གྱིས་གཏོང་

[ སྐྱོད་དང་པོ་འབྲུར་བྱེད་དགོངས་བཞུགས་རྒྱུ་མཚོ་ལ་འདུལ་བའི་དགོངས་སོགས་ཚོས་བཞི་དབུ་མཛོད་གསུང་ གཉིས་པ་འབྲུར་བྱེད་དགོངས་བཞུགས་དགོན་མཚོགས་གཉིན་ལ་མཛོད་གནས་པའི་དགུ་པོ་  
བཞེན་རྣམས་ཞེས་པ་དང་ གནས་གཉིས་

པའི་དགུ་རྣམས་ལས་ལུ་པོ་ཞེས་པའི་ཁུངས་གཉིས་སྐབས་ནས་སྐྱེད་པའི་ལྷོགས་དང་བྱེད་པ་སོགས་བྱེད་ཏེ་སྐྱོག་གྱིང་མཛོད་ གསུངས་པ་འབྲུར་བྱེད་དགོངས་བཞུགས་དགོངས་ལ་རྣམས་འདེན་ལས་བྱིན་པའི་  
ལོངས་སློང་འབྲེད་གྱིས་བད་བཞེས་སོགས་ཀྱིས་

དབུ་མཛོད་མཛོད་ བཞི་པ་ཁལ་ཁའི་དགོངས་བཞུགས་དབང་ཚེན་ལ་འཕར་སྐྱེད་ལས་ཚོས་འཁོར་ནས་གོང་གྱིང་མཛོད་ ལུ་པ་དགོངས་བཞུགས་བཀྲུང་འབྲུ་བཟོ་བཟང་ཚོས་དར་ལ་དབུ་མའི་གྲུབ་དོན་གྱི་ཐོབས་  
ཚེན་བསྐྱེད་པ་དོན་མཛོད་དུ་ཐལ་བ་འབོགས་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་  
ནས་གོང་གྱིང་མཛོད་ ]

སྐྱོབ་སྐྱོབ་བཀའ་འབྲེལ་བར་ཡོང་སྐབས་འཇམ་དང་ བཞེན་གསུངས་སོགས་སྐབས་ མར་ཡང་ལེགས་དར་ རྒྱག་དབང་ འཇམ་མཐུད་བཅས་རྩལ་ ཚོས་ནས་བརྒྱུད་དམ་



མི་འདྲའི་འཕྲིད་ཕྱིན་གསུམ་

ནས་རྟེན་གསུམ་འཇལ་དར་འབྲུལ་བའི་མཚན་ལས་འདས་པ་སྤུང་། ཆོས་ཉིན་གཅུང་།

༢༡

པ་གནད་བསྐྱོར་བ་མི་གཉིས་ནས་སྤོང་འཇལ་ལྷན་གསུམ་འཇལ་དར་བཅས་སུ་ཉེ་སྤྲོད་མའི་འཇགས་ལུང་ལྷན་  
ཉེ་རྩལ་ཕྱག་དབང་འཇགས་མདུན་བཅས་སྤང་སྤོང་ཆོས་ལ་རང་ཞབས་ཅུ་དྲུང་མ་ལྷོན་།

རབ་དམ་ཆོས་ཤོ་མདོ་རྒྱུད་ལེགས་སྤོང་ཆོས་ལུང་ལྷན་པའི་ལེགས་འབྲུལ་དང་འཕྲོར་ཆག་དྲུག་ཉེ་དང་དོག་ཡོག་གསང་ལ་འཇལ་ལྷན་ཉེ་  
རྟེན་གསུམ་དང་། འཇལ་དར་འབྲུལ་བ་ གསོལ་འབྲས་བཅས་གྲུས་པའི་སྐོར་ནས་སུ་ཤོག་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་། མཇག་མདུན་བཅས་རྩལ་། རྒྱ་ཆོས་ཉིན་འདི་ལོ་  
༤ ༡༡

གྲུང་གི་མཚན་མོ་དང་པོ་སྤུག་སྤྱུར་ཆོས་སྤོང་བཟང་།  
ཡར་འཕེལ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་པའི་ཤུག་འཇལ་དྲུག་དགོ་གྲུག་ལྷན་ལེགས་ལེན་ཆེན་ནས་དུས་འདས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འགྲུབ་སྤེལ་ཆེ་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལྟ་བུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་གི་རྟེན་འཇལ་དར་ནང་མཛོད་ རྒྱ་དཔུལ་ལས་སྤྱོད་པའི་མཚན་ལ་  
ཆོས་སྤུ་འབྲུ་དཀར་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་མཚན་གསུང་། ཤེལ་ཤེལ་སྤུག་རི་ དཔུལ་གཏོག་ཕུལ་ལེང་ཅན་ལ་སྤོང་དཀར་ལོ་ལྷན་མའི་ལོ་གོ་བཅས་དང་སྤུ་བརྟེན་རྒྱ་དཀར་ལེང་མའི་ཕྱོད་དཔེར་གྱི་སྤུ་སྤུ་ཆ་  
གསོར་ཅན་།

ཤོན་རྩལ་ནས་བཅས་གཉིས་ རྒྱ་ལི་སྤོང་དཀར་སྤུ་ཆོས་གསོར་ཅན་ནས་བཅས་ཤོན་ཅན་གཅིག་ ཐུགས་རྟེན་བཀའ་དམ་གཏུང་རྟེན་ ༡ གསུང་རྟེན་ཆོས་གསོར་ཆོས་སྤོང་བཟང་ནས་བཅས་༡ དཔུལ་གྱི་  
མཚན་དང་།  
གྲུང་ཆེ་བ་ཕུལ་ཕྱན་ ༡ དཔུལ་རིང་ཆེ་ལེགས་རྒྱ་ ༡ ལྷན་ཕྱི་ཕྱི་བྱུང་སྤུང་།

ལེགས་ ༡ གོས་གསོར་སྤྱིན་རིག་མའི་རྩལ་སྤུར་དྲ་ཕྱན་ལ་གསར་ ༡ གསོར་ཞོ་ལོང་གི་རྩལ་ ༡ དཔུལ་ལུ་མོ་ལ་ བཅས་སུ་ལ་  
མར་ཡང་དགོ་བཅས་ལོང་གསལ་ལ་སྤུག་དབང་། ཕྱག་མདུན་ ལེགས་དར་ འབྲུལ་སྤོང་བཅས་རྩལ་། རྒྱ་ཆོས་ནས་དཔུར་ཆོད་དང་པོ་དཔུར་ལྷན་བཀའ་རམ་།

༤ ༡༢

འུག་ཏུ་རྩོད་པ་ཞེས་ཆོས་དང་ བོད་མོ་གྲུ་རིན་ལ་  
འབྲུལ་བའི་རྩལ་བ་བསྐྱེ་ལྟེ་དཔུ་ནས་རྟུག་ རྒྱང་ཆོག་ཆོས་གྲུ་ལ་མཛོད་གནས་གསུམ་པའི་རྩོམ་དྲ་མཛོད་ཉེ་མཐར་ཆོས་རྩལ་སྤོང་ལས་བར་ཆག་མེད་ཆེན་རྒྱུར་ཀྱང་།

རྒྱ་ཆོས་ཉིན་ཆག་ཆེན་ལས་ མཚན་  
༤ ༧  
བསྐྱན་མའི་དབྱར་གསོལ་ལ་ཆེན་རྒྱུར་ཀྱང་། ཆོས་ལ་འདི་ལོའི་དབྱར་ཆོས་དགོ་སྤོང་།

༡༡

གསར་པ་གསུམ་གྲུ་སྤོང་ཕྱིན་དྲུག་གསང་འཇལ་གསར་འཇལ་ལྷན་ཉེ་ མར་ཕྱག་དབང་འཇག་མདུན་ ལེགས་དར་བཅས་རྩལ་། ཉེ་རྟེན་།

གྲུལ་སྤོང་དགོ་གཤེས་བཞི་དང་། བཀའ་རམ་སྤོང་དཔོ་གསར་སྤོང་གཉིས་བཅས་ ཟེམ་རུང་དུ་སྤྱོད་སྤོང་ཆེ་རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་གི་རྟེན་འཇལ་དར་ནང་མཛོད་ ལེགས་ལེགས་བཅས་ནས་འདི་ལོའི་དབྱར་ཆོས་  
ཆེན་མའི་མཛོད་ འབྲུལ་དམ་བཅའི་རྩོད་དྲི་  
སྤོང་བསྐྱན་གསང་ལྷན་ཉེ་གསུང་སྤོང་རྒྱུས་པ་མཛོད་ཤོག་ དགོ་གཤེས་རྩལ་ལ་ཡང་དེ་ཉིན་གསོལ་ཇ་ ཞེད་འབྲས་ གསོལ་ཆོག་ཤོགས་ཆད་མེད་འབྲུལ་སྤུང་མཛོད་ འདི་ལོ་སྤུ་ཆོས་ཆེན་མོ་ནས་  
བསྤུང་ ལྷར་  
ཡོང་མསྤོང་བ་འབྲུ་བའི་རུ་ལྷན་བཟང་པོ་ལེགས་པར་འབེབ་པའི་སྤོང་འགྲོའི་བདེ་སྤོང་སྤུ་ལ་བར་མཛོད་པའི་ལྷན་ཆོས་བསམ་གྱིས་མི་ལྷབ་པའི་སྤུ་བཟང་པོ་ལང་། རྒྱ་ཆོ་  
༤ ༡༦

ནས་དབྱར་ཆོས་ཆེན་མོ་དཔུར་ལྷན་ཉེ་པ་མཛོད་གནས་།  
བཞི་པ་དང་། འབྲུ་བའི་རྩོད་པ་སྤུང་བ་བསྐྱེ་ལྟེ་ལྷན་གསུམ་མ་དང་སོགས་ནས་རྩོད་པ་མཛོད་ ཆོས་ལ་འོན་རྒྱལ་སྤུས་རིན་པོ་ཆེ་སྤུ་འཁོར་རྩལ་འཇལ་འབྲུང་ལ་ལེབ་ནས་།

༢༠

རྟེན་གསུམ་ འཇལ་དར་སོགས་སུ་སྤུང་མཛོད་ཆོས་ཉིན་འབྲུང་ - - - - - དགོ།  
༢༣

གཤེས་བཀའ་འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་ལེགས་།

དོན་ལྡན་ལེགས་འཇལ་འབྲས་ལེབ་ཉེ་བརྟེན་གསུམ་ འཇལ་དར་བཅས་དང་། མཚན་རྟེན་རྟེན་ཞལ་འདེབ་བཅས་འབྲུལ་སྤུང་མཛོད་ མར་ཡང་འཇལ་དར་ ཕྱག་མདུན་བཅས་རྩལ་ཆོས་ལ་སྤོང་མང་།  
མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ལྟུལ་བ་ཐམ་ཅན་མ་ལྷོན་།

༢༤

པའི་  
དན་ལྷན་ལེབ་དགོས་ཀྱི་གཅོད་འཇག་ལ་ལེབ་ཉེ་འཇལ་དར་སོགས་འབྲུལ་སྤུང་། མར་ཡང་འཇལ་དར་དང་ནམ་དོད་བཅས་རྩལ་། རྒྱ་ཆོས་ལ་སྤོང་ཆལ་ཆེན་མོ་ལ་  
༤ ༢

མཛོད་ཀྱིས་ཆོགས་ལེགས་དམ་བཅར་བའི་ཉུག་དགོ་གཤེས་ལེགས་བསྐལ་ཕྱན་རྒྱལ་མཚན་  
དེའི་འདུལ་རྒྱལ་རོང་སྤོང་བཟང་ཆོས་ལྷན་གཉིས་། ལོང་སྤྱོད་ལྟུང་བས་ཆེ་རྒྱུ་ལེགས་མཛོད་ཉེ་མཛོད་གནས་བཞེད་པའི་མཚན་རྩལ་པར་སྤྱིན་པ་ཅན་གྱིས་ལས་ནས་འཕྲེད་ཞེ་གྲོ་སྤོང་རྒྱལ་ཆེར་མཛོད་  
དུན་འཇལ་དྲུ་ཆོས་སྤོང་ཀྱང་། ཆོས་ལ་།

༤

རིག་སྤེལ་འདུ་བའི་ཆོག་ལེགས་ མི་ཉུག་དགོ་གཤེས་།  
སྤོང་ཆོད་ཉིད་མ་དང་། དེའི་འདུལ་ལུ་ཉུག་དགོ་གཤེས་སྤོང་རྒྱལ་མཚན་གཉིས་དམ་བཅའ་ཡོང་སྤྱོད་ལྟུང་བས་ཆེ་རྒྱུ་ལེགས་མཛོད་ཉེ་མཛོད་ཉེ་འདུ་བ་ཞི་གཞི་སྤོང་གིས་གསོལ་སྤོང་དང་། དབྱར་  
གཉིས་ཀྱིས་།  
སྤོང་ནས་འཕྲེད་ཉེ་གྲོ་སྤོང་རྒྱུ་ལས་འདས་པ་མཛོད་ཉེ་འཇལ་དྲུ་ཆོགས་བཟང་གི་ཆོས་སྤོང་མཛོད་ ཆོས་ཉིན་གྲུང་གྲུ་ཆོས་མཛོད་དག་དབང་མཁས་སྤུབ་ལྟུང་།  
༡༣

མདུན་ཡི་རྩིང་ཞབས་ལྷན་དགོ་གཤེས་།  
རྩལ་བའི་ཞབས་སྤོང་གསར་འཇལ་ཉེ་གསོལ་འབྲས་ རྟེན་གསུམ་འཇལ་དར་ འབྲུལ་བ་བཅས་སྤུར་ལྷར་ལྷར་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ འཇག་མདུན་རྩལ་ དེའི་རྟེན་འདི་ལོའི་  
འབྲས་ཆོགས་ཆེན་ཞལ་དོ་གསར་པ་གྲུང་དུ་མཛོད་ལས་ཤོག་ལ་སྤོང་གཞི་རྩལ་འདུག་པའི་ལང་དར་གྱིས་འཇལ་ཕྱག་དབྱར་ལྷན་ཉེ་རྟེན་ འཇལ་དར་འབྲུལ་།

༣















































སྒོ་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ ཚེས་ཉིན་ཉེགས་ལུང་ལ་སྐྱེལ་ཤིང་ཡོ་ཆེ་ལྷིང་ཡོངས་མཛོད་རྒྱུ་ལོ་ཐོན་

9

ཕུག་མཛེལ་ལང་མེདས་ཤིང་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་ཐོག་མཚུལ་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་འབྱུལ་གནད་མཛོད་ཅིང་ཡུན་དུ་ལྷན་རྒྱུ་ལུ་བཞུགས་ཤིང་ཚེས་  
སྟོར་གྱི་གསུང་མྱིང་མང་ལོ་མཛོད་ མཐར་སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་ནས་མ་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་  
རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་དང་ མེབས་ཚིང་གོས་ལུ་མོ་གསུམ་འབྱུལ་གནོང་མཛོད་ དེ་ནས་མ་སྐུལ་སྐུ་འཁོར་ནམས་ལོག་གྱིན་ ཚེས་ཉིན་བཀའ་

92

ཐོན་ལྷ་རོང་པའི་ལུང་རྒྱུ་ཚེ་རིང་དབྱེདས་ཅན་འདས་ཀྱིང་སྤངས་པའི་མཚོག་མཛོད་གྱུང་ཕྱེ་གཟིགས་ཉུ་བའི་མཚོང་ཆས་སྤྲོད་ཡོན་བསྟོན་སྤངས་གྱི་རྟེན་སོགས་ལུ་ནས་ཉུ་པ་ལྷར་ཞལ་གྱི་བཞེས་ཏེ་སྐྱབས་ཤིང་  
མཚོག་དན་ག་ ཡོངས་འཛོན་

གསོལ་གཟིམ་ནམས་ལྷན་རྒྱུ་ལ་དེ་མཚོག་རྒྱུ་པར་མཛོད་ ཚེས་ཉིན་

26

རང་གུང་གའངས་གྱི་མཚོ་སྐོལ་འདས་ཆེ་བོད་བཞེན་སྤངས་པའི་མཚོག་མཛོད་གནད་ལུ་གསོལ་བུང་བ་ལྷར་ཞལ་བཞེས་བོད་བཞེན་  
སྤངས་མཚོག་ལེགས་པར་མཛོད་ ལྷ་ཚེས་ལ་པོ་བུང་དུ་ཆེདས་བསྐྱར་གྲུང་ ཚེས་

23

ཉིན་ལོ་ལྷར་རེདས་ཅན་གྱི་ཞོ་སྟོན་ལ་ཨ་ལུ་བྱེད་གཞུང་ག་ཞོ་ལ་པ་བ་ནས་ནོར་བཟང་གིས་གཞུང་ནས་བཅུ་འཛོལ་དགའ་སྟོན་སྤྲོད་གཟིགས་  
རྒྱུ་པ་ལུ་ ཚེས་ཉིན་སྐོལ་ལུང་པ་ནས་ཞད་ལུ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་སྤྲོད་གཟིགས་ལུ་ མར་ཡང་ལམ་གསོལ་ལོར་གནད་སྤྲོད་དཔག་མེད་ཕུལ་ ཚེས་ཉིན་བདེ་སྤོང་རེདས་ཤིང་

96

དུ་ཆེདས་བསྐྱར་གྲུང་ཞིང་བཞུགས་  
ཚེས་ཉིན་རྒྱུ་རྟོ་ཐོག་སྤྲོད་གནས་མཛེལ་ཟེན་འདི་འབྲུམས་མཛེལ་བཅར་གྱི་

99  
ཕུག་རྟེན་དུ་མཛེལ་དར་དང་ ཨ་སྐྱ་ཡོངས་འཛོན་གྱི་གསུང་འབྲས་པོས་གཉིས་ རྒྱ་དངུལ་ལས་གྲུབ་པའི་འཁོར་ལེའི་བཅོ་  
ལནགས་བརྒྱད་དང་ ཇིས་བརྒྱད་གིས་གསུགས་བཀོད་པ་སྐྱེས་ལྷན་རོ་གཉིས་བཅས་ལུ་ཞིང་མཛེལ་ཕྱག་ལྷས་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ལཱགས་མཐུན་མཛེལ་དར་ཕུལ་ ཡུད་ཅོས་ལྷན་རྒྱུ་ལུ་བཞུགས་  
ཤིང་

མེབས་ ཚེས་ཉིན་གྲུང་སྐོལ་རྒྱུ་རྒྱར་ནས་གནད་ཟེན་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་ཐོག་མཛེལ་

93

བཅར་མཚོག་པའི་སྤྲོད་གསུམ་ལུས་ ཚེས་ཉིན་གྲུང་སྐོལ་རྒྱུ་བཟོ་བཟང་ཤེས་རབ་

94

མཛེལ་བཅར་གྱི་  
མཚུལ་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་ལུས་དང་ གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་ལུ་ཞིང་མཛེལ་ཕྱག་ལྷས་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ལཱགས་མཐུན་དང་ ལས་འཁུར་ལེགས་འབྲེལ་  
བུང་བའི་ལེགས་དར་གསོལ་རས་ཕུལ་  
ཚེས་ཉིན་གསོལ་ལྷོགས་སྤོང་དུ་བཞུགས་པ་གཞུང་ཞབས་བྲམས་བསྟན་ལ་དྲུང་ཆེ་བཀོ་

97  
ཤམ་བརྒྱལ་འབྲེལ་སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་གི་ཞབས་དུང་དུ་གསར་མཛེལ་ལ་བཅར་ཏེ་མཚུལ་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་དང་ འབྲེལ་  
མཚོན་འགོ་ཐོར་སེར་པོ་སྤོན་རྒྱུངས་གཉིག་ དངུལ་སྲུང་ 24 ཡོད་པའི་མཐུམ་ལྷ་གྲུག་  
ཤིང་འབྲས་སྲུང་ཉལཅས་ལུ་མཐར་ཡུན་ཅོས་སྐྱེས་གསུང་ཏེ་འཛོག་གནད་ཐོག་གསོལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་བཙུལ་ དེ་ནས་  
མེབས་ལང་ཉིད་ནས་འདི་ལྷི་པར་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འབྲུགས་ལེགས་པར་ལུས་ སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་ནས་ཕྱག་དབང་ལཱགས་མཐུན་མཛེལ་དར་བཙུལ་ཞིང་གཞུང་ས་མཚོག་གི་སྤོང་ལུ་ཞབས་འདེགས་ལུ་སྟོར་  
སྤྲོད་

ཤི ལ་ ཚེས་ཉིན་བྲུ་ཚོང་དང་ ཞབས་བྲམས་སྤྲོད་སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་རྟེན་ལུ་

98

བོད་དཀའ་གསུལ་ལུ་མེབས་པའི་ཞབས་བསྟན་ལེགས་འབྲེལ་དུ་བྲུ་ཚོང་ཚོགས་མགོན་སྤྲོད་དང་སྤངས་  
ཏེ་འཕགས་པའི་གནས་བསྟན་བརྒྱུད་ལུ་མཚོང་ཅིང་གསོལ་པ་གཤམ་པའི་སྤོན་སྤོན་བཞེན་ཆེན་ཞབས་བསྟན་ བྲུ་ཚོང་སྤོང་དཔོན་ནས་མཚུལ་རྒྱུས་བཤའ་ལུ་ཇིས་ ཞབས་ལང་ཡུན་བསྟན་གྱི་ཞལ་བཞེས་  
གྲུང་མཛོད་ མཚུལ་རྟེན་གསུམ་དང་འབྲེལ་པའི་དོར་ལོ་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་སྤྲོད་སྤངས་ མཛུག་དུ་ལཱགས་བསྟོན་བསྐྱར་སྤངས་ ཞབས་བསྟན་སྐབ་  
འབྲས་འདི་གའི་སྤོང་ས་ཤོད་རྟེན་གཅོད་ལག་ལ་གནས་སྤོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྲོད་སྤོན་སྤོན་ལས་འབྲེལ་གནད་མཛོད་བསྟན་ གཟིམ་རྒྱུང་གཤམ་ལུ་ཞུས་ ཚེས་ཉིན་འདི་

22

གའི་བྲུ་ཚོང་  
ཕུག་མཛོད་དགོ་རྒྱལ་ཞེས་ས་དཔལ་བཟང་ཚེས་མ་ཟེན་པས་དེ་ཉིད་གྱི་ཚོད་དུ་ བྲུ་ཚོང་ཚོགས་པོས་མགོན་དུ་སྐྱབས་ཤིང་རིན་པོ་ཆེ་གདན་ལུ་སྤོང་ཚེས་ཕྱག་ལེགས་མཛོད་ མཛུག་དུ་ལཱགས་  
བསྟོན་དང་ཤེས་བཛོད་བཅས་སྐབ་བསྟན་ གཟིམ་རྒྱུང་དུ་གདན་ལུ་ལུས་ ཚེས་ཉིན་

24

※  
སྐྱབས་མགོན་ཐམས་མཚུན་གཟིགས་ཆེན་པོ་བདུན་གྱི་དགོངས་དཀའ་གསུལ་གྱི་སྤྲོད་འཕེབས་པའི་ཞབས་  
བསྟན་ལེགས་འབྲེལ་ རོར་སྤོང་པོ་སྤོང་དུ་ སྐྱབས་ཤིང་ལོར་ བྲུ་ཚོང་ཚོགས་ཡོངས་བཅས་ནས་འགོ་ལྷགས་གྱི་ཞབས་བསྟན་འབྲེལ་ཞེས་ཐོག་ སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་ནས་མཚུལ་  
རྒྱས་བཤའ་བསྐྱར་སྤངས་ རྟེན་འབྲེལ་གསུ་ཤིང་སྤོང་དང་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་བཅས་སྐྱེད་མཐའ་ཡས་པ་འབྲེལ་བཞེས་གྱི་སྤྲོད་སྤངས་ ལོག་པ་ཐམས་མཚུན་གཟིགས་ཆེན་པོ་ཡོངས་ཀྱིང་ཞབས་  
པད་  
ཡུན་བསྟན་གྱི་ཞལ་བཞེས་བཙུལ་ མཛུག་དུ་ཤེས་བཛོད་དང་ བསྟོན་སོགས་སྐྱེད་མཐའ་བརྒྱན་པར་མཛོད་ མཛེལ་ཀ་སྐྱབ་བསྟན་སྐྱབས་ཤིང་མཚོག་བདེ་སྤོང་གཟིམ་རྒྱུང་དུ་གཤམ་ལུ་

ལུས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱི་སྤྲོད་སྤངས་ལེགས་ཀྱི་རིས་པ་རྣམས་ཟེག་མེད་མཛོད་ ལྷ་ཚེས་

6 2

ཉིན་འབྲས་འབྲུབ་མཁའ་པོ་ཚེས་སྟོན་དགའ་སྟོན་ལུ་ མར་ཡང་ལེགས་དར་ ཕྱག་དབང་ ཕྱག་  
མཐུན་སོགས་ཕུལ་ བྲུ་ཚོང་ཕྱག་མཛོད་འདས་ཚབ་གསར་བྲུ་སྤོང་ཚེས་དག་དབང་བསམ་འབྲུབ་གྱི་འོས་སྤོན་ལུ་བར་ཕྱག་རྟེན་གསུམ་གྱི་བསྟོན་ལེགས་ཕུལ་ ཚེས་ཉིན་རྒྱ་

94

བུང་དུ་ཆེདས་བསྐྱར་གྲུང་ཞིང་བཞུགས་མཛོད་  
གྱི་སྤོང་པ་རྒྱལ་ཤིང་བཞེས་པ་དང་ དུས་ཚོག་གི་གསོ་སྤོང་སོགས་མཛོད་དེ་དབྱར་  
གནས་མཁའ་པོ་བསྐྱབས་ སང་འད་པར་ཚེས་གྱི་སྐྱེད་པོ་དང་པོ་གདང་མཚོག་དགོ

འདུན་གྱི་དབུས་སུ་འདི་གའི་སློབ་དཔོན་  
ཀྱི་དབུ་དུ་དབུར་བཞེས་བཞེས་མཛད་ རྗེས་ཉིན་བསམ་ཡམས་རྗེ་དམར་བ་དབུར་

༡༥

གསོལ་དུ་གསོལ་དུ་གཟིམ་རྒྱུ་ཉི་འོད་དུ་སྐྱེན་མཛད་ སྐྱེན་འདྲིན་སྐྱབ་བཀུན་རྗེ་རྗེ་དོ་གཡོག་རྣམས་ནས་མཛེལ་ལྷོས་  
ཀྱི་མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ ཕྱག་མཛད་སོགས་རྩལ་ དེ་ཉིན་འདི་ལོའི་གྲོ་ཚང་དགོ་བསྐྱོལ་གསར་པ་འོས་སྐྱོགས་ཀྱི་དག་དབང་རྩལ་ཁྲིམས་སུ་བསྐྱོ་བཞག་རྩལ་ རྗེས་  
༢༠

ཉིན་དོ་ལོ་རྒྱུ་བ་མཁན་པོའི་གཉེར་  
པ་གཟུབ་བསྐྱེན་ལེགས་འཕུད་འབྱོར་བས་ འབྲེལ་ཕྱག་ལྷོས་ཉི་མཁན་པོའི་ལྷ་ཡིག་དང་ ཕྱག་རྟེན་སོགས་སུལ་ རྗེས་འདི་ལོའི་གྲོ་ཚང་གི་དགོ་བསྐྱོལ་གསར་པ་  
༣༠

དག་དབང་རྩལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱོ་བཞག་  
རྩལ་བས་བཀའ་འབྲུང་མཛེལ་དར་དང་གསར་མཛེལ་ལྷོས་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ཕྱག་མཛད་རྩལ་ རྗེས་བསྐྱེས་ལ་ཕྱག་རྟེན་གྱི་སྐྱབ་ལོ་སྐྱོན་སྐབས་མཛོན་  
༢༠

༤

ཕེབས་མི་གཞུང་ཞབས་མིར་སྐྱེ  
ཁག་དང་གྲ་སའི་རྒྱ་མ་ལས་སྐྱེ་བཅས་ནས་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་སོགས་སུལ་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ཕྱག་མཛད་སོགས་རྩལ་ རྗེས་ཉིན་དབུར་ཞབས་བཀག་གཡོལ་མཛད་ ལྷོད་ས་  
འབྲུང་དུ་སྐྱེ་རྒྱུ་གཙུག་ལག་འབང་དུ་ཆེབས་བསྐྱོད་བསྐྱུངས་ རྗེ་པོ་འགྲུ་སྐྱེ་རྗེས་དབུས་ ལྷོད་ཤོད་བར་གསུམ་གྱི་རྟེན་མཚོག་རྣམས་ལ་གནས་མིད་དང་འབྲེལ་བས་མཚོད་སྐྱེན་དང་ སྐྱེན་ཤེས་སོགས་  
འབྲུལ་གནད་ཀྱི་ཐུགས་སྐྱོན་རྒྱ་རྒྱུ་མཛད་ རྗེས་ནས་ལོ་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེན་གྱི་  
༢༡

ཆབ་བཞུགས་རྟེན་ཡམས་བདེ་སྐྱིད་གཟིམ་རྒྱུ་དུ་གདན་ལྷོས་ཀྱི་བཞུགས་འཇགས་མཛད་ བཞུགས་ཤིང་  
དུས་འབྲེལ་གྱི་གསོ་སྦྱོངས་སོགས་ཀྱང་དེ་གར་རྒྱུ་མཛད་ རྗེས་ཉིན་དོ་ལོ་

༧

གནས་རྒྱུ་རྟེན་གསར་པོ་ཞལ་གཟིམ་གྱི་དབུས་སུ་བསྐྱེད་གསོལ་ལྷོ་གནད་གྱི་མཛེལ་ལྷོད་དུ་ཆེབས་བསྐྱུངས་ སྐྱེན་འདྲིན་  
སྐབས་སྐྱེ་ཕེབས་པ་དང་སྐྱེ་སྐྱོད་མཛེལ་དར་འབྲེལ་ཞེས་དཔལ་འབྲུལ་མཛད་ རྗེས་སྐྱོད་ས་ནས་ཀྱང་དེ་གྲུ་ཚོར་དཔག་ཏུ་མཛད་དེ་ ཞལ་རྩལ་ཉི་ཞབས་པད་ལུན་བསྐྱེན་དང་ བསྐྱེན་པ་རྒྱུས་  
པ་  
དང་འབྲོ་བ་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི་བཀའ་ལུང་ཀྱང་རྩལ་ སྐྱབ་བསྐྱེན་མཚོན་རྗེས་ཁམས་ལ་གནས་གཟིམས་ཐོག་ འཕྲིན་བཅོལ་དང་ཐུགས་སྐྱོན་སྐྱེན་ཤེས་སོགས་བསྐྱུངས་ཉི་བདེ་སྐྱིད་དུ་ཕེབས་ རྗེས་  
ནས་སྐབས་རྗེ་ཉིད་སྐྱེའི་འབྲུང་  
༢༠

བཞུགས་ཕྱག་གི་རྣམ་པའི་སྐྱེན་རྩལ་བསྐྱེན་པས་ཞབས་ཤིང་སུ་ འདི་གསུམ་དང་དང་ བདེ་སྐྱིད་དུ་དགོ་འདུན་བརྒྱ་ཕྱག་གཞན་འདྲིན་ཐོག་ བཀའ་བསྐྱེན་དང་ ལྷོལ་མ་འབྲུམ་ཐེར་སོགས་མཛེལ་ཡམས་  
པ་སྐྱབ་གནད་དང་ གནད་པ་རྗེས་པོ་ལོར་འབྲུལ་དགོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་རྗེས་དུ་བསྐྱེན་བཀའ་མང་མཛོད་ཐོག་ དགོ་འདུན་རེར་སྐྱེ་འབྱོད་ལྷོས་ཤི་ འདི་གའི་གྲོ་ཚང་དང་ གནས་རྒྱུ་ དག་ལོ་རྗེད་  
སོགས་  
ལའང་ཟབ་གསོལ་ཐོག་བསྐྱེན་བཀའ་མང་འབྱོད་སོགས་རྒྱ་རྣམས་པ་རྩལ་བས་ རྒྱ་ཁམས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་དུར་རྩལ་བསྐྱེན་ རྗེས་ཉིན་འབྲུལ་གྱི་ལུང་བཅུལ་  
༧ ༡༠

ནས་རྒྱུས་རྗེད་དབུར་  
མཛེལ་གྱི་གསོལ་འབྲུལ་དང་ རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་སོགས་དང་ མར་ཡང་ཕྱག་དབང་ཕྱག་མཛད་སོགས་རྩལ་ སྐྱེ་སྐྱེན་རྩལ་བཞེས་སྐབས་མིར་འབྲུལ་དགོ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་ལས་སྐྱེ་རྣམས་སྐྱེ་  
བཅར་གྱི་ཞབས་  
པད་ལུན་སུ་བསྐྱེན་དགོས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ལྷོས་ དེ་ལམ་དོ་ལོ་རྒྱུ་ལྷོ་འདྲིན་གསར་པ་གྲོ་ཚང་གྲ་མཚུན་རབ་སྐྱེལ་བཟང་ལ་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་པས་ སྐྱེ་གྲོ་དོ་འཁོར་རྣམས་ནས་ཐོག་ཕྱག་ལྷོས་  
མར་ཡང་ཐོག་སྐྱེད་སོགས་

✧

རྩལ་ རྗེས་ཉིན་སྐྱབ་དུ་གདན་ལྷོས་ རྗེས་ནས་འབྲུལ་བསྐྱེས་མཚོག་སྐྱེལ་  
༡༤ ༢༢

རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོ་བཟང་ལོ་ཤེས་བསྐྱེན་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་དབུར་ནས་ བདེ་ལམ་ཁྲིད་ལུང་ འབྲུལ་སྐྱུངས་དང་ རྗེས་སྐྱེས་  
སྐྱིད་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སྐྱོད་ཀྱི་ལྷོགས་ལུང་བསམ་ རྗེས་ཉིན་སེམས་བསྐྱེད་མཚོད་པ་  
༡༠ ༡

མཛད་ རྗེས་སྐྱིད་ལོ་བྱེད་དུ་སྐབས་རྗེ་མཚོག་ཆེབས་བསྐྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་མཚོན་ཐམས་མཚུན་པ་དབུར་མཛེལ་ལྷོག་མཛད་ གནས་རྒྱུ་  
སྐྱེ་བཞེན་གསར་པ་གསར་མཛེལ་དུ་སྐྱེ་བཅར་ལྷོས་ཉི་ གསོལ་འབྲུལ་ཐོག་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་འབྲུལ་བ་སོགས་སུལ་ མར་ཡང་ལེགས་དར་ ཕྱག་དབང་  
༡༠ ༢༤

✧

ཕྱག་མཛད་བཅུལ་ རྗེས་ཉིན་འབྲུལ་གྱི་ལུང་ལུང་  
༡༤

རྗེས་མཚུན་རབ་བསྐྱེན་པ་རྗེས་འཕེལ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཡང་མིད་སྐྱེལ་སྐྱེ་མཛེལ་ཅར་སུ་ཕེབས་ཉི་ གསོལ་འབྲུལ་དང་ རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་སོགས་སུལ་ཉི་དབུ་སྐྱེ་གཙུག་ལྷོད་བཞེས་ མཚན་ལ་  
དབང་མཚུན་རབ་བསྐྱེན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་གསོལ་བར་མཛད་ སྐྱེལ་སྐྱེ་ཉིད་ལ་སྐྱེ་གོང་མའི་སྐྱེ་བོ་ཡིན་པའི་ཐུགས་འདུན་གྱི་རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་ རྗེས་ལྷོག་མཛད་ལུང་ རྗེས་ཉིན་སོགས་དེ་རིམ་མཚན་  
འབྲུལ་བ་བཅས་གནད་ རྗེས་ཞེས་རྗེ་བདག་ཉིད་རྗེས་པོའི་སྐྱེ་མཚོད་ལ་མཚོད་  
༡༠ ༢༤

སྐྱེན་སྐྱེ་ལྷོ་འབྲུལ་གཤམས་ཐོག་ སྐྱེ་མཚོད་པ་ རྗེས་སྐྱོད་སོགས་བསྐྱོད་རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ་བཅས་ཐུགས་དམ་  
མཛད་ རྗེས་འབྲུལ་ལྷོ་རྗེ་ཐོག་ལྷོ་དང་ ཤེས་སྐྱེལ་གཉིས་པར་ཕྱིན་འདྲིན་གྱི་  
༢༤

དུས་བཟང་གྱི་སྐྱེ་འབྱོད་སྐྱེ་སྐྱེལ་དང་ རྟེན་གསུམ་མཛེལ་དར་སོགས་འབྲུལ་བར་བཅར་ མར་ཡང་  
༢༤

✧

ལེགས་དར་ ཕྱག་དབང་ཕྱག་མཛད་རྩལ་ རྗེས་ནས་སྐྱོལ་དགའ་ཀྱི་ལྷོགས་  
༢༤

བསྐྱེད་སྐྱབ་མཚམས་ ལ་སྐོར་སྐྱོན་སྐྱོད་ཚར་འབྲུལ་གནང་མཛད་ ཚེས་ཉིན་ལྔ་

ལྷན་  
གཞུག་ལག་ཁང་དུ་ ལྷག་ལུང་མ་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཅེན་སྤོང་མཚོད་འབྲུལ་གྱི་མཚེ་འབྲུལ་གྱི་ཚང་ཚོགས་མགོན་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱི་ཚེས་བསྐྱོད་མཛད་ ལྷབ་བསྐྱེད་གནས་སྤིང་བསྐྱེད་ས་ ཚེས་ཉིན་

སེར་ར་སྐྱུར་མཛལ་གྱི་ལྷགས་སྐོན་ཤལ་གནང་མཛད་ ཚེས་ཉིན་ཚེ་འཕྲུག་གཟུགས་

སྤུ་བཀའ་ཁང་སྤྱི་མཐུན་གཟུགས་འཕགས་དུ་བཞུགས་ ༥ ཤོད་སྤུག་ལྷ་ཚེས་ཉིན་

བསམ་  
པ་གསར་ཚེས་ཀྱི་དབྱིས་སྐོན་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་ཚེད་ལྷོ་སྐྱབ་བསྐྱེད་ ཉི་འོད་བཞུགས་ཁྱིམ་ཞབས་སེར་འཁོད་ རྩ་སྐྱེས་ཚེས་སྤུལ་ཞབས་ཞུང་ས་སེར་སྤྱད་གཤེད་གསུམ་སེ་སོ་ནས་  
སྐོ་བབས་ཀྱི་མཛལ་སྤུལ་ ལྷག་དབང་ཙལ་དེ་གྲལ་དུ་འཁོད་ རེ་ཞེས་སྤྱི་ ལྷ་མར་ཚང་ལུང་ གསོལ་འབྲས་སོགས་སེས་བཞེན་སོགས་ དཀར་སྤྱི་སྤུལ་ཚེས་སྐྱབ་བསྐྱེད་གསོལ་  
ར་གཉིས་པ་སོགས་ རྩ་སྐྱེས་མཛད་དར་དང་ ལྷག་དབང་ ལྷག་མདུད་བཅས་དང་ལྷིང་ས་རྣམས་ལ་སྤུག་དབང་ལྷག་མདུད་སོགས་ཙལ་ཉི་སྤུལ་ ཉི་འོད་ཙམ་དུ་ཚེ་གཏོར་འབྲུལ་བར་  
གྲ་ཚང་ཚོགས་མགོན་དུ་སོགས་ སྤྱིལ་བཞེན་འདི་གའི་གནས་སྤིང་དུ་སོགས་ལྷགས་སྐོན་སོགས་མཛད་ ཉི་ཤོས་མཚམས་སུ་བརྩེ་ལྷོན་ཚེན་དུ་སོགས་ དེ་ནས་དད་མཛལ་  
གྱིད་གོངས་སར་མཛལ་དར་འབྲུལ་མི་གདན་ས་ལག་གི་སྤྱི་སྤུལ་ཚེ་ཚང་སྤུལ་ལས་སྤྱི་སྤུལ་བསྐྱེད་ས་ མི་དུན་སེར་སྤྱད་གཤེད་སྤྱི་སྤུལ་གསུམ་ཚང་དམར་ མཛལ་སྤྱིལ་ལོགས་  
དར་དང་ དཀར་སྤྱི་སྤུག་དབང་ལྷག་མདུད་སོགས་ཚེས་མི་དུ་ཙལ་ ཚེས་ཉིན་འདི་

གའི་ཞབས་ཞུང་གཉིས་མཐར་ལྷན་ནས་འདི་གའི་གསོད་འབྲུལ་གཤམས་ཀྱི་གྲ་ཚང་ཚོགས་མགོན་དུ་  
གདན་ཞུ་ཞུས་ཉི་གསོལ་ར་གསུམ་པའི་སྐྱབས་སུ་སྤྱུགས་བསྐྱོད་ ཡོན་བདག་ནས་ཞེན་གསུམ་འབྲུལ་བ་སོགས་སྤུལ་བལ་ ལོགས་དར་དང་ ལྷག་དབང་ལྷག་མདུད་ཙལ་

སྤྱིལ་བསྐྱེད་གནས་སྤིང་དང་ལྷགས་སྐོན་སོགས་བསྐྱེད་ས་ ཚེས་སྤུལ་བ་ཐམས་མཁུན་

※

པར་ལམ་མཛལ་ཞུ་གནང་མཛད་ ཚེས་དེ་ཉིན་དབུ་གཞུག་འབྲུལ་སྐོད་མཚོགས་སྤུལ་རིན་པོ་ཅེ་དུང་ནས་  
བདེ་གསར་འཛུགས་གསུམ་གྱི་དབང་ཚེན་རྟ་གོས་དང་བཅས་པ་བསམ་ན་ ཡང་འཛུགས་ལྷེད་མདུད་ལས་རྣམས་རྒྱུས་ བདེ་ཚེས་དེལ་བུ་ལུ་ལུ་ མ་དཔལ་སོ་ལྷགས་ཀྱི་ལྷགས་  
རྩེ་ཚེན་པོ་བཅས་ཀྱི་དབང་ཚེན་བསམ་ན་ བཀའ་སྤྱོད་སྤྱུགས་ཚོགས་པོ་དང་གཉིས་དང་ ལྷག་ཐོབ་ཐབས་ཐོང་དུ་ལ་ཤམ་བསམ་ན་ ཡིག་ལྷར་བསམ་ན་ འཛུགས་དཔལ་གཤིན་རྩེ་གཤིན་  
དམར་གྱི་སྐོན་ནས་སྤྱི་གའཛུགས་པའི་བརྩེད་གནང་ བཅས་ལོགས་པར་བསམ་ན་ ལྷ་ཚེས་

ནས་ཉིན་གསུམ་རིན་ལུ་སྤྱད་སྤྱད་སྤྱད་ལམས་གསུམ་དུ་གཞུང་སའི་བསྐྱེད་སྤིང་ཞབས་བསྐྱེད་དུ་སྤྱུལ་ཚེ་ཚང་གདན་ས་  
གསུམ་གྱི་མཐར་པོ་གདན་ཟར་བཅས་ཀྱི་ཚོགས་མཚོགས་དུ་རྩེ་ཉིད་ལྷག་བཞེན་མཛད་ ཚེས་ཉིན་འདི་གའི་གྲ་ཚང་འདི་ཚལ་ཚོགས་དཔལ་གསུམ་ཚར་འབབས་ཀྱི་

94  
ཚོགས་  
མགོན་དུ་སྤུག་བཞེས་མཛད་ ཚེས་ཉིན་འདི་གའི་སྤྱད་ཀྱི་རྩེ་སྤྱུལ་ཚོགས་དང་.....

94  
.....དལ་འབྱོར་དཀྱིལ་གསུམ་དང་ གྲ་ཚང་ཚོགས་དམར་ས་བཅས་ལ་གྲུང་རུ་མཐུན་སྤུལ་བག་དབང་  
མཁུན་རབ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྤྱི་སྤུལ་བདག་མཛད་དེ་ རྩེ་ཉིད་ནས་མ་གཅིག་

※

སྤུལ་རྒྱལ་ལྷགས་ཀྱི་ཚེ་དཔལ་མེད་ལྷ་གཅིག་སྤུལ་གཅིག་གྱི་ཚེ་དབང་ཙལ་ ལྷ་ཚེས་

ཉིན་  
གནས་རྒྱུད་ དཀའ་སྐྱོད་ བསྐྱེད་མ་བཅས་ཀྱི་དབྱུང་གསོལ་དུ་ཚེས་བསྐྱོད་མཛད་ ལྷ་ཚེས་ནས་གཞུང་ས་ཉིན་བརྩེད་པོ་དང་ཡོང་ས་སྤྱི་མི་རྣམ་འདྲན་ལ་རྒྱལ་

དབང་ཐམས་མཁུན་  
གཟུགས་ཚེན་པོའི་ཞལ་དག་ནས་ལམ་རིམ་ཚེན་མོའི་བཤེད་ལུང་ཡོངས་སྤྱི་སྤུལ་གསུམ་ དེ་ཉིན་འདི་ལོའི་གྲ་ཚང་གི་དབྱུང་ཞལ་བཞེས་གྱི་མཐར་པོ་མཛད་ ལྷ་ཚེས་

ཉིན་ཚལ་ཚེན་གྱི་ཞོ་  
སྐོན་སྐྱབས་མཐོན་སོགས་མི་གཞུང་ཞབས་སེར་སྤྱད་ལག་དང་གྲ་སའི་སྤུལ་ལས་སྤྱི་བཅས་ནས་ཞེན་གསུམ་མཛལ་དར་སོགས་སྤུལ་ མར་ཡང་ལྷག་དབང་དང་ལྷག་མདུད་སོགས་ཙལ་ ཚེས་ཉིན་

ཉིན་བསམ་ལས་ལ་དམར་བ་དབྱུང་གསོལ་དུ་སྤྱུན་འདྲིན་མཛད་ ལྷབ་བསྐྱེད་ཚེ་རྩེ་དོ་གཤེད་རྣམས་ནས་མཛལ་ཞུས་ཀྱི་མར་ཡང་ལྷག་དབང་ལྷག་མདུད་སོགས་ཙལ་ ཚེས་ཉིན་དག་དུམ་མཛད་

20  
ཚེས་ཉིན་འབྲུང་གྲུང་དུ་སྤྱུན་གཞུག་ལག་ཁང་དུ་སྤོང་ཉིན་མཚོགས་རྣམས་ལ་  
30  
གནས་སྤིང་དང་ ལྷགས་སྐོན་རྒྱ་ཚེར་མཛད་ ལྷ་ཚེས་ཉིན་ནས་ལོ་སྤྱད་ཚལ་ཚེན་

ཚལ་བཞུགས་  
དུ་གདན་ཞུས་ཀྱི་བཞུགས་འཇགས་མཛད་ འདི་གའི་གྲ་ཚང་སྐོབ་དཔོན་དག་དབང་འཇམ་དཔལ་དགོངས་ཞུས་ཀྱི་ཚབ་གསར་པ་དབུ་མཛད་ལས་ཐོག་དགེ་ལེ་ཤེས་དར་རྒྱས་ལ་བསྐོ་བཞུགས་  
ཙལ་ དབུ་མཛད་གསར་པ་གསྐོ་བཞུགས་མཛད་དེ་དབུ་ཚེས་གཉིས་ནས་ཤལ་བསྐྱེད་མཛལ་དར་དང་གསར་མཛལ་ཞུས་ ཚེས་ཉིན་གྲུང་རུ་ཁང་

མཚན་ནས་

ཚལ་ཚེན་དབྱར་མཇལ་ལྷས་ ཚེས་ཉིན་འདི་གའི་བྲ་ཚང་ནས་ཚལ་ཚེན་ཟབ་གསོལ་

༡༥

✧

ཐོག་ འདི་ལོ་ཟབ་འདོན་དུ་འཕར་མ་ཉིན་གཅིག་རིང་ཚེས་སྤངས་ནམས་ལ་དུམ་བསྐོངས་ཐོག་  
སྐབས་ཇི་མཚོག་ཚོགས་མགོན་དུ་གདན་ཞུས་དང་འབྲེལ་མང་འབྲེལ་ཟབ་བྱས་ཐོག་ སྐབས་ཞབས་བྲམ་མེར་སྐྱོན་མས་ལ་གསོལ་སྟོན་དང་སྐོབ་བསམ་གྱི་སྐྱེས་ལ་བཅས་ལུལ་ རྒྱ་ཚེས་ཉིན་  
༩ ༢  
ཚལ་ཚེན་དབྱར་མཇལ་དུ་ཚོར་སྤྲིང་མོའང་དུ་གོང་ས་མཚོག་ལ་དགའ་སྟོན་དང་འབྲེལ་

✧

བསོགས་མཇེད་ རྒྱ་ཚེས་ཉིན་ནས་ཉིན་བདུན་རིང་སྐབས་དབྱངས་སྐབས་ཚོགས་  
༩ ༡༥

མགོན་དུ་ཚེབས་བསྐྱར་བསྐྱངས་

✧

རྒྱ་ཚེས་ནས་གཞུངས་ཉིན་བདུན་རིན་སྟོལ་དགའ་བྱི་དཔུང་བྱ་མཇེད་ ཚེས་ཉིན་ཁ་  
༡༠ ༤

༡༥

བསྐོངས་སྐྱིན་འདོན་ དུར་བསྐོང་ཚར་འབྲེལ་བ་མཇེད་ ཚེས་ནས་ཉིན་བདུན་རིང་

༡༥

ཉུ་མགོན་གསང་སྐབས་ཀྱི་ལྷགས་བསྐྱེན་ ལ་བསྐོངས་སྐྱིན་  
འདོན་བཅས་ཚང་སྟོན་མཇེད་ རྒྱ་ཚེས་ཉིན་སྐྱབས་བཅར་གཞིམ་དཔོན་ཞབས་ལུ་ཚེས་

༡༡ ༩

མཇེད་བྱམས་པ་བསྐྱར་འདོན་དཔོངས་ལྷས་ ཚབ་གསར་པ་གང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཚོ་སྤྲིང་བྲ་བུམས་པར་བརྒྱུས་ལ་བསྐོབ་ཞལ་ལྷ་ལ་དེ་བཞག་  
བསྐྱར་དང་ གསར་མཇལ་སོགས་ཀྱི་མཇལ་དར་རིམ་བཞིན་ལུལ་ ཚེས་ཉིན་ལྷ་ལ་བཞུགས་སུ་ཚེབས་བསྐྱར་བསྐྱངས་ ཤིང་ཡོས་རྒྱ་ཚེས་ཉིན་གནམ་ལོ་གསར་

༡ ༡

ཚེས་ཀྱི་དུམ་སྟོན་གྱི་གཞིམ་རྒྱང་དུ་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་མཇེད་  
སྐྱེས་བསྐྱར་ ཉི་འོད་བཞུགས་ཁྲིར་ཞབས་མེར་འཁོད་ སྐྱ་སྐམ་གཅོས་སྐབས་ཞབས་སྐྱེད་གའི་དཔྱིད་དུ་ལྷ་དུམ་གསུམ་མེ་མོ་ནས་གོ་བབས་ཀྱི་མཇལ་དར་ལུལ་ ལུག་དབང་ཙལ་དེ་  
བྲལ་དུ་འཁོད་ བཞུགས་བྲལ་  
སྐྱེས་ རྒྱང་སྤྱད་ གསོལ་འབྲས་སོགས་རིམ་བཞིན་ལེབས་ དགའ་སྟོན་སྐྱེས་ཚོགས་སྐབས་ལྷ་ལ་འཁོལ་ཇ་གཉིས་པ་མེབས་ ཇོ་སྐར་མཇལ་དར་དང་ ལུག་དབང་ ལུག་དབང་ ལུག་མདུད་  
བཅས་དང་  
ཤིངས་པ་ལང་ ལུག་དབང་ ལུག་མདུད་བཅས་ཙལ་ཉི་གོལ་  
ཉི་གར་ཙལ་ཆེ་གཏོར་དུ་བྲ་ཚང་ཚོགས་མགོན་དུ་ལེབས་ སྟོལ་བསྐྱར་འདི་གའི་གནས་སྤིད་དུ་ལེབས་

བསྐྱར་ལུགས་སྟོན་སྐྱེན་ལལ་སོགས་མཇེད་  
ཉི་མོད་ཙལ་དུ་ཚེད་སྟོན་ཚེན་དུ་ཚེབས་བསྐྱོད་མཇེད་ མར་མེབས་བསྐྱར་དད་མཇལ་གྱི་གོང་གསར་གྱི་མཇལ་དར་འབྲེལ་མི་གདན་ས་ལག་གི་སྐྱེས་ཆེ་རྒྱང་ སྐྱ་མ་ལས་སྟེ་ བྲ་བསྐྱངས་  
མི་དག་མེར་སྐྱེད་ལྷ་འཁོར་དུ་ལྷུས་གསུམ་བཅས་པར་ མཇལ་སྟོག་ ལེགས་དར་ ལུག་དབང་ ལུག་མདུད་ དགའ་སྟོན་བཅས་ཙལ་ ཚེས་ཉིན་ལོ་སྐར་ཚལ་ཚེན་གྱི་

༢༢

ཚུར་ལྷ་སྐྱེས་དབང་ཐམས་ཅད་  
མཁུན་གཞིགས་ཚེན་པོར་ལམ་མཇལ་དུ་ཚབས་བསྐྱར་བསྐྱངས་ རྒྱ་ཚེས་ཉིན་ལོ་

༢ ༡༥

ལྷར་ཚལ་ཚེན་གྱི་རབ་གནས་དག་ལེགས་ཚར་འབབས་ཀྱི་ཚེན་ཚུགས་པས་ཚོགས་མགོན་དུ་ འདི་ལོ་དུས་འདས་  
བྲ་ལུག་དག་སྟོང་ཚུལ་ཞེས་དཔལ་བཟང་གི་ཆེད་དུ་ ཇིས་འཇུག་ནམས་ནས་སྐབས་ཇི་ཉིད་ཚོགས་མགོན་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱི་སྐབས་ཇི་རིན་པ་ཚེར་འབྲེལ་བ་དང་ འདུས་ཚོགས་སུ་བསྐྱེན་བཞུགས་  
མང་འབྲེལ་སོགས་བྱ་ཆེར་ལུལ་ཉི་ཇི་ཉིད་ནས་རབ་གནས་ཀྱི་ལུག་བཞུགས་ཡོངས་

སྟོགས་མཇེད་ ཚེས་འབྲས་བུར་གྱི་མི་བཅོན་ མོ་གོན་ཤིངས་ཤོག་གི་བྲ་བྱེན་  
༡༥

བཅས་ནས་གསོལ་བ་བཏབས་དེ་

✧

དུས་འཁོར་ལྷན་སྐྱོས་ཀྱི་གཏོང་མཚོད་ཀྱི་ཚོག་ཞིག་དང་ ཚ་བསུར་གཏོང་ཚུལ་གྱི་ཚོ་ལ་བཅས་ཤོག་རང་གི་དཔོན་རབ་དགའ་ཚོས་སྤྲིང་དུ་གསར་འཇུགས་རྒྱས་ཚོག་པ་ཞིག་འབྲི་དགོས་  
ཞེས་བསྐྱར་དེས་ཚོག་ཉིད་གསར་བྲིས་མཇེད་ ཚེས་ཉིན་སྐབས་ཇོ་རྒྱུ་མེ་བཟང་

༢༢

བཏབ་སྐྱབས་སྐྱེ་ཚོས་ཟེན་པས་ཇིས་འཇུག་ནམས་ནས་སྐབས་ཇི་རིན་པོ་འདི་གའི་བྲ་བྱེན་ཚང་ཚོགས་  
མགོན་དུ་གདན་ཞུས་ཀྱི་དཔལ་ལྷོ་ཇི་ཇི་འདི་གསུང་གི་སྐྱེ་སྤྱི་སྐྱོང་ཚོགས་ཀྱི་ལུག་བཞུགས་མཇེད་ རྒྱ་ཚེས་ཉིན་ལང་སྐྱེ་གཤེགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྐྱེ་སྐྱེས་ལ་འདི་གཅུག་ལག་

༣

ཁང་དུ་སྟོང་མཚོད་མཚོད་འབྲེལ་  
བྲ་ཚང་ཚོགས་ཡོངས་ཀྱི་ཚོགས་མགོན་དུ་གདན་ཞུ་ལྷས་ ཚོགས་སྟོལ་བསྐྱར་གནས་

སྤིད་ལུགས་སྟོན་སྐྱེན་ལལ་སོགས་འབྲེལ་གནང་མཇེད་ ཚེས་ཉིན་སྐབས་ཇི་རི་རི་  
༡༢༩

✧

འཆང་སྟོང་འབྲེལ་སྟོང་མཚོག་སྐྱེས་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རི་ཞལ་སྐྱེན་ས་  
སྐབས་ཇི་སྐྱེ་གོང་མའི་རྒྱུ་མར་དང་ གསུང་འབྲེལ་ མངས་རྒྱས་སྟོང་ཙུ་གཉིས་ཀྱི་ཚོག་བཅས་བསམ་ན་ཡིག་ནང་གསལ་བཞིན་གསམ་ ཚོས་ལས་གཞུངས་ཉིན་དབུལ་

༡༡



※

ཚོས་ཉིན་རྟེན་འབྲེལ་ཕྱི་དང་ བུ་མས་ཁང་ རྒྱ་སྐད་འབྲེལ་སྤྱི་ཚུ་མཚོང་སྤྱི་ཚུ་

90

མཚོང་དང་ཚོགས་བརྒྱུ་བཅས་སྤྱི་གས་གཤམ་ཐོག་གོས་སྤྱི་ཚུ་མིན་པའི་བཅས་སྤྱི་གས་བཞེགས་ཀྱིས་འབྲེལ་གསོལ་  
རབ་གནས་དང་ སྤྱོད་ཤལ་ཕྱགས་སྤོན་རྒྱ་ཆེར་མཚོང་ ཚོས་ཉིན་ རྒྱུད་ཁང་དང་

99

འབྲེལ་རབ་སྤྱི་གས་སྤྱི་གས་བཞེགས་ཀྱིས་རབ་གནས་ འབྲེལ་གསོལ་

※

ཕྱགས་སྤོན་སྤྱོད་ཤལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ ཚོས་ཉིན་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་སྤྱི་ཚུ་སྤྱོད་སྤོང་མཚོང་

92

འབྲེལ་གསོལ་ཐོག་ ཡིར་པ་གྲ་ཚང་ནས་ཚོ་སྤྱི་ཚུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཚོགས་གསུང་རྒྱུ་འི་  
ཉིན་འབྲེལ་བསྐྱེད་བཀའ་ སྤྱི་འབྲེལ་ཁམ་ཁམ་ སྤྱི་འབྲེལ་ཁམ་ཁམ་ དུལ་སྤོང་

2

རྒྱ་སྐད་ 92 ཡོད་པ་ 9 གྱི་ལོ་ནས་ལོ་ལྷན་རྒྱ་ཚོས་ཉིན་སྤྱི་ཚུ་མི་མདོ་ཚོགས་

3

2 94

གསུང་རྒྱུ་ལི་མཚོང་ཐོག་དང་ ཉིན་འབྲེལ་ཁམ་ཁམ་འབྲེལ་བཅས་པའི་མ་ཚུ་ཁམ་སྤང་ 900 བུ་མས་ཁང་ ཉིན་འབྲེལ་ཕྱི་གས་ ཚོས་རྒྱལ་སྤྱི་གས་ གྲ་  
ཁང་བཅས་ཀྱི་རྟེན་གཏོགས་གསོལ་ཚབ་ བུ་མས་ཁང་ ཚོས་རྒྱལ་སྤྱི་གས་ འབྲེལ་གསོལ་རབ་གནས་ཐོག་བུ་མས་ཁང་སྤྱོད་ཤལ་སོན་དང་ནང་མཚོང་ཉིན་སྤོང་  
སྤོན་རྒྱུ་ཚོང་ཅོད་པའི་སྤྱི་གས་སྤོན་རྒྱུ་ཚོང་ཅོད་པའི་ ལག་མ་རྒྱུ་དམར་པོ་ ཡིར་དུ་ཕྱད་ལྟར་ཚོས་བཞེགས་ ལག་ཉིང་ཀར་གྲ་ ཡིར་བཅས་སྤོང་སྤོང་ལྟར་ ཡིར་ས་ལ་སྤོན

3

ཤལ་ཐོག་

འབྲེལ་གསོལ་རབ་བསྐྱེད་རྣམས་གསུང་ཚོགས་རྒྱ་ཆེར་མཚོང་ ཡིར་གྲ་ནས་འདུ་ཁང་

※

ནང་སེར་སྤྱི་སྤོང་ལ་སྤོང་མཚོང་པའི་ལྷགས་ལུང་ལྷན་རྒྱལ་བཀའ་ཚེ་ ཚོས་ཉིན་རྒྱ་

200

95

སྤྱི་གས་ཚོགས་བཀོད་

སྤོང་ཚོང་དང་འབྲེལ་གསོལ་ཚབ་ སྤོང་དཔོན་མིན་པའི་རྒྱ་གསོལ་ཀྱི་སྤོང་ལྟེ་སྤྱི་སྤོང་ སྤྱོད་ཤལ་ཨ་ཤི་ལྷན་སྤྱི་གས་ཚོང་ཀྱི་ཚོང་པའི་ སྤྱོད་ཤལ་བཅས་དེ་བགས་ལ་  
ཕྱགས་སྤོན་ཀྱི་སྤོན་རྒྱུ་ཚོགས་བཀོད་གསུང་ཚོགས་དང་རབ་

※

གནས་དང་ འབྲེལ་གསོལ་ ཕྱགས་སྤོན་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་སྤོང་ དཔལ་སྤོང་ལྟེ་སྤོང་གསོལ་ཚབ་དང་ རབ་གནས་ ཕྱགས་སྤོན་མཚོང་ གནས་བརྒྱ་

※

སྤྱི་ཁང་དུ་ཕྱགས་སྤོན་སྤོང་ཤལ་རྒྱལ་ ཚོས་ཉིན་ སྤྱི་འབྲེལ་ཁམ་ཁམ་བསྐྱེད་ཀྱི་

94

རྒྱུ་བརྒྱ་བསྐྱེད་དང་ ཉིན་འབྲེལ་གསོལ་རབ་གནས་ཕྱགས་སྤོན་  
བཞེགས་སྤོང་ཁང་དང་ གནས་བརྒྱ་ དོ་ཅན་ཁང་བཅས་པར་གསོལ་ཚབ་དང་འབྲེལ་གསོལ་རབ་གནས་ ཕྱགས་སྤོན་སྤོང་ཤལ་རྒྱ་ཆེར་མཚོང་  
ཚོས་ཉིན་ དཔལ་སྤོང་སྤོང་རྒྱུ་ཚོང་ཅོད་པའི་འདུ་སྤྱི་གས་གསོལ་བཅས་ཁང་ཞིག་

96

མཁམ་སྤོང་དཔོ་དཔོ་སྤོང་སྤོང་བཅས་རྒྱུ་ཁང་དུ་ཁམ་ཁམ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚོགས་ཡོངས་ཐོག་སེར་སྤྱི་གས་ལྷན་འདུས་བཅས་མི་སྤོང་ལ་དགའ་

200

སྤོང་སྤོང་བརྒྱུ་ལ་དང་ བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་སྤོན་ལམ་ སྤོང་མཚོང་པའི་བཅས་པའི་ལྷགས་ལུང་རྒྱལ་ ཕྱགས་སྤོན་སྤོང་ཤལ་བསྐྱེད་སྤོང་ ཚོས་པགས་སྤོང་ཁང་  
དུ་གནས་གཞིགས་ཀྱིས་འབྲེལ་གསོལ་རབ་གནས་དང་ ཕྱགས་སྤོན་སྤོང་ཤལ་རྒྱལ་ ཚོས་ཉིན་རྒྱུད་གྲ་གྲ་མཚོང་ ཞེ་འབྲེལ་རྒྱལ་འདོམ་པ་གྲ་ཚང་དང་ ལས་སྤོང་སྤོང་  
92

སྤོང་ལ་མེ་བས་སྤོང་གནས་

སྤོང་རྒྱལ་ཉི་ཚེས་བསྐྱེད་ཀྱི་གཤམ་པ་དམར་སྤོང་དུ་བཞེགས་ཞིག་ དེ་ནས་ཚོགས་རྒྱུད་སེ་སྤོང་ནང་ཚོས་ཉིན་བཞེགས་ མཁམ་ཚེ་གཞིས་སྤོང་དང་གན་

98

སྤོ་འབྲེལ་ནས་མེ་བས་བསྐྱེད་སྤོང་མཚོང་དང་ དེ་སྤོང་ལྷན་ལམ་མི་སེར་དང་ ཤེས་ཚུ་མཚོང་ལྷན་ལམ་ཞིང་གནང་སྤོང་རྒྱལ་ ཚོས་ཉིན་བཀའ་

20

※

གདམས་དགོ་བཤེས་རྒྱ་ལྷགས་མི་བའི་གདན་ས་སྤོང་མི་དགོན་དུ་གནས་གཞིགས་ཀྱིས་མཚོང་སྤོང་ བཅུན་མར་མང་མང་ འབྲེལ་དུལ་ཁམ་མི་ སྤོ་འཛིག་དུལ་བཀོད་སྤོང་ 3 ཡོད་པ་

9

9

※

བཅུ་མ་ལྷོ་ནམ་མཇལ་ལྟ་ལུ་ལོ་ མཇལ་དམངས་ཚུལ་དེ་ནམ་སྐད་ཐུབ་བཞུགས་ཞག་གིས་རྒྱ་མཚོ་སྐྱེ་སྤར་བཞུ་མཚོད་ཚར་ གསེར་ཆབ་ འདུས་

ཚོགས་སུ་ཉིན་འཁྲོད་མ་ འབྲིད་ ལྷོ་མཚོགས་  
རྒྱ་སྤར་ ༡༦ ཡོད་པའི་དད་ལྡན་སྐོང་ ༡ གནས་གཞིགས་གིས་འབྲེལ་གསོལ་དཔ

གནས་ འཇུག་སྟོན་སྟེན་གཤམ་བཅས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱངས་ བྱང་གྲ་དང་ གཞུང་རྒྱ་གསེར་པར་ཡིགས་སྤྲེལ་རུལ་ བསམ་ཁབ་དཔོན་སྟོན་རྒྱ་མ་གསོལ་གྱི་སྟོལ་དྲར་མཐུན་སྤྲེལ་བསྐྱར་ལུང་ལྷོ་མཚོད་  
དེ་ནམ་གཞིས་འདུའི་ཕྱི་བསམ་བསྟུ་དང་དུང་རྒྱ་རྡོལ་བཞུ་མ་བསྐྱར་སྟོན་དང་འབྲེལ་བར་མཁར་རྩར་རྟེན་ཆེམས་  
བསྐྱར་གྱི་གཞིས་སྟེན་གསོལ་འབྲེལ་འདུགས་ལུས་ཤིང་ བཞུ་མ་མེ་མོ་སྟོང་

30

ལ་མཇལ་ཁ་དང་ ལྷོ་མཚོད་རེ་རུལ་ ཚོས་ཉིན་གཞིས་སྟོང་ནམ་སྤྲེལ་  
29

འཁོར་རྩམས་ལ་ཉིན་གསོལ་སྟོན་རྒྱ་སྤར་ དཀར་སྤོ་ཤིང་འབྲེལ་གཤམས་འབྲེལ་མཇལ་འབྲེལ་བསྐྱར་ ཚོས་ལ་མང་འཇུལ་ཉི་མོད་དང་ལྟན་འགའ་ལ་མཇལ་ཁ་  
22

23  
23

རིམ་པར་ ཚུལ་ ཚོས་ཉིན་མཁར་རེ་གཞིས་འདུ་ནམ་གསོལ་བ་བཏབས་པ་བཞིན་གཞིས་ལྷུང་  
20

※

རའི་ནང་སྤྱི་བོ་མཚོགས་ལཱ་གསོལ་ཚོ་སྤྲེལ་རྒྱལ་ལོ་སྟོན་སྟེད་བང་དང་

900

གྲུང་ཐང་པའི་གསུང་སྤྱི་རམས་གཞིགས་ཀྱི་སྟེང་བརྒྱལ་ཚོས་བྱུང་མཚུངས་ཤིང་གྱི་ལྷགས་ལུང་དང་ གཞིས་འོག་རྩམས་ལ་གནང་སྤྱིན་གྲགས་རུལ་ ཚོས་ཉིན་ བཀའ་  
24

འབྱུང་སྤྲེལ་ཁང་དུ་སྤྱི་མཚོད་བའི་སྟོང་མའི་སྟོན་སྤོ་རྩམས་འཁོར་གསུང་ཚོས་

བཀྲིས་ཚེ་ བུལ་སྤྱི་རྩམ་གསོལ་ལ་གཞིས་སྟོད་གོད་སྟོལ་དར་མཐུན་སྤྲེལ་བརྒྱལ་  
དཔལ་སྤྱི་རྩམ་རྩེ་འི་བཅུ་དགའ་དང་ ཚོས་རྩེ་དཔོན་སེར་སྤྲེལ་མང་འབྲིད་ ལྷགས་སེན་བཅས་རུལ་

ཚོས་ཉིན་བཀའ་འབྱུར་སྤྲེལ་ཁང་ནང་དཔག་ནམ་འབྲེལ་གསོལ་གསུང་ཚོས་དང་འབྲེལ་གསེར་ཆབ་དང་ལྷགས་སྟོན་སྟེན་གཤམ་དང་ཤོད་རྩམས་ལ་ལྷས་གནས་གྱི་མེ་ཏྲོག་འཛོལ་མར་  
མཚོད་ ཚོས་ཉིན་ བཞུ་མ་ཁང་དུ་གནས་གཞིགས་ཐོག་འབྲེལ་གསོལ་དཔ

25

གནས་དང་ རྒྱ་བསང་ ལུ་སྤྱི་རྩམ་ལུང་སྟོལ་ནང་ནམ་ལས་མས་སུ་འབྲེལ་དང་ དཔ  
གནས་ ལྷ་བསང་ གཤམ་འབྲེལ་གསུང་ལང་དུ་ལུ་ཁབས་བཅགས་གིས་

※

འབྲེལ་གསོལ་དཔག་ནམ་སོགས་བཀྲིས་ཚེ་ ཚོས་ཉིན་ ལྷ་ལོན་ཤུ་གྲགས་ལས་  
གདན་ལུ་རྒྱ་རྩུ་ལུས་ལ་དང་ དབྱུར་བཞིམ་དགའ་གཞི་མཚོད་དགོས་སྤོབས་མཚུངས་རྩེམས་བསྐྱར་གྱི་གོང་པོ་ལ་གོང་མར་ཚོགས་ཆེན་དགའ་བཞུ་སྟོན་པ་དང་ བཅོམ་བཞུད་མཚོད་  
པས་ཕེབས་བསྟུ་དང་ དགོན་གཤམ་ནམ་སྟོང་དཔོན་ལས་སྤྱི་རྩམས་ནམ་སྟོང་སྟེད་ སྟོས་མེད་ ལྷན་རྒྱ་ རྡོ་རྩེ་མོགས་གསོལ་སྤྱི་དབྱུར་སྤྱི་གཞི་བཅོ  
བཞུད་བྱུང་དུ་གདན་ལུས་བཅོམ་བཞུད་ལྷ་བྱུང་དང་ ཚོགས་ཚེས་ནམ་ཉིན་རིང་

2

གསོལ་སྟོན་ཕེབས་སྤྱི་གཞི་ལུ་དང་འབྲེལ་བཅོམ་བཞུད་བྱུང་དུ་ལྷོ་ཆེན་བཞུགས་ལུང་ཕེབས་གིས་མཚོད་པར་འཁོར་ནམ་མཇལ་ལུ་དངོས་འབུལ་བཀའ་དེ  
ནམ་ཚོགས་ཆེན་དུ་སྤྲེལ་སྟོན་ ལྷན་རྒྱ་སོགས་དང་འབྲེལ་བར་གདན་ལུས་གསོལ་འབྲེལ་ཐོག་སྤྱི་དཔོན་ནམ་མཁའ་འབྲེལ་དང་དང་འབྲེལ་བར་མཇལ་རྟེན་དངོས་འབུལ་ གྲ་དམངས་སོགས་མཇལ་  
དམངས་བཏང་རུལ་ གནས་གཞིགས་

དང་ གནང་ཆ་རུལ་ ཚོགས་ཆེན་དུ་སྟོང་མཚོད་དང་ གསེར་ཆབས་འདུས་ཚོགས་སུ་ཉིན་འཁྲོད་ས་ ལྷ་མ་འབྲིད་ ལྷོ་འབྲེལ་ཉི་དར་གྱི་མཚོད་ལྟན་སྟེན་ཕེབས་ཆེ་ཆ་ ༡  
དང་ དད་ལྡན་སྟོང་སྤར་ ༡༦ ཡོད་པ་རུལ་ གནས་གཞིགས་གིས་དཔག་ནམ་

3

དང་སྤྱི་གསེར་སྟོན་སྟེན་གཤམ་ལུ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱངས་ དེ་ནམ་རྒྱ་ཤོད་ཁང་ཚོན་དུ་རྩེམས་བསྐྱར་གྱི  
ཁང་ཚོན་མཇལ་རྟེན་དངོས་འབྲེལ་བསྐྱར་ གྲ་དམངས་མཇལ་ཁ་གནང་ གནས་ཆ་རུལ་ གནས་གཞིགས་གིས་དཔག་ནམ་སྟོན་གཤམ་སྟོན་རྒྱ་ཆེར་མཚོད་ སྟོས་སྤྱི་སོགས་དང་འབྲེལ་བར་  
བཅོམ་བཞུད་དུ་ཕེབས་

ཚོས་ཉིན་ གྲ་ཚོད་དུ་བཞུ་མཚོད་དང་ གསེར་ཆབས་ གྲ་ཚོགས་ཐོང་གི  
26

9

བཞུ་མ་བཀའ་ཐོག་ ལྷ་མ་འབྲིད་ ལྷོ་འབྲེལ་དད་ལྡན་གྱི་མཚོད་སྟོང་སྤར་ 2 ཡོད་པ་ ༡

9

※

དགའ་གཤམ་ དེའི་སྟེན་སྟོན་སྟེན་སོགས་དང་འབྲེལ་བར་གྲ་ཁང་དུ་ལྷག་ཕེབས་ གསོལ་

※

གྲུང་དང་དགའ་གཤམ་སྤྱི་སྟོན་སྟེན་སྟེད་ ལུ་ཁང་ནང་གྲ་ཚོན་ནམ་གསོལ་འབྲེལ་ཐོག་གཞིམ་འོག་སྤྱི་གསེར་  
སྤྲེལ་འབྱུང་འབྲེལ་དང་འབྲེལ་བར་རྟེན་གསུམ་འབྲེལ་མཚུངས་བསྐྱར་ གྲ་དམངས་སོགས་མཇལ་དམངས་གནང་ཆ་རུལ་ གནས་གཞིགས་གིས་དཔག་ནམ་དང་ ལྷགས་སྟོན་སྟེན་གཤམ་ལས་བསྐྱངས་  
ཕང་ཐོག་







ཚེས་ཉིན་གྲུ་ཚང་ནས་ལྷོ་གོ་སྐྱོད་ལྟར་འདུ་བའ་དུ་སྤོས་སྡེ་སྤྱོད་ཀྱིས་གདན་ལུགས་ཚེས་

༢༢

བསྐྱར་ཐོག་ རབ་གནས་ཀྱི་ཚོགས་གསོལ་

དུ་ཚོགས་བསྐྱར་ཐོག་ ལྷན་གནས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ཐོར་བ་དང་ གནས་གཞིགས་ཆབས་སྒྲུབས་བཀའ་བློན་ཚེ་ ཚེས་ཉིན་ གྲུ་ཚང་ལ་སྤྱིག་དོད་

༢༣

དང་ ལས་སྡེ་གནད་སྤྱིས་མཇུག་ལ་རྩལ་ སྤོས་སྡེ་གསེར་སྤོད་པར་དར་རེ་བཅས་རྩལ་རེ་དང་བཅས་ཕྱག་བཏོགས་ལ་ཞེལ་ནས་སྲུང་དགོན་པའི་ཕྱི་མཇུག་ལ་དར་དང་ སྤོན་སྤོག་གཞིས་  
འབངས་ནས་ཕྱི་མཇུག་ལ་དར་སྤུལ་སྤོན་སྤོར་བཞུགས་སྐྱར་ཐོག་ཕྱག་ལེན་ གཞིས་ནས་གསོལ་སྤོན་དང་འབྲེལ་བར་གཞིས་འབངས་ནས་མཇུག་ལ་ གཞིས་སྤུ་  
རབ་གནས་སྤྱད་ཚེས་བསྐྱར་ཐོག་རབ་གནས་དང་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་བཀའ་བློན་ཚེ་ ཉིན་རིང་མགོན་པོ་གསོལ་ཚོགས་བཏོགས་ ཡུལ་ལྗོངས་ལའང་གནས་བཀའ་བློན་

ཚེ་ ཚེས་ཉིན་

༢༤

གཞིས་འབངས་ལ་གསོལ་རས་གནད་སྤྱིས་རྩལ་ ལྷན་རས་མཚོན་རྟོན་ལ་ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་རྩལ་ གེ་མེ་གཞིས་འབངས་ནས་ཕྱི་མཇུག་ལ་  
གེ་མེ་གཞིས་ནས་གསོལ་སྤྱིག་ཐོག་གཞིས་འབངས་སྤོལ་ལོག་བཅས་ནས་མཇུག་ལ་ བྲི་གཞིགས་ལུལ་ མཇུག་དམངས་ གནད་ཆ་རྩལ་ དགོན་པ་གོང་དུ་མཚོན་སྤྱོད་དང་མགོན་པོ་བ་གཞིས་  
གསོལ་ལ་

༢

དང་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་ལ་ ཨ་ནི་དགོན་དུ་མཚོན་སྤྱོད་དང་ མང་ཇ་ ཇམ་འབྲེལ་ བདེ་ཚལ་ཞིང་བཀོད་བྲིས་ཐང་ ༡ དེ་ནས་ཚེས་བསྐྱར་ཐོག་འབྲམ་སྤྱིས་

※

ཕྱི་མཇུག་ལ་ མཚོན་སྤྱོད་ཕྱི་མཚོན་སྤྱོད་བསྐྱར་བསྐྱར་ཐོག་གནས་གཞིགས་ཀྱིས་རབ་གནས་དང་ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་ གནས་འཛོན་  
འབྲམ་སྤོད་ལག་དང་ གོང་ཚོས་པར་གནད་སྤྱིས་དང་མཇུག་ལ་རྩལ་ དེ་ནས་

※

འབྲམ་སྤོལ་རབ་པ་གསོལ་བཏགས་བཞིན་ཚེས་བསྐྱར་བསྐྱར་སྐྱོད་ རོ་གཡོག་  
དང་ འབྲམ་འདུའི་འབྲམ་མེར་མཇུག་ལ་རྩལ་ ཚེས་ཉིན་ འབྲམ་སྤོལ་རོ་གཡོག་

༢༥

ལ་གནད་སྤྱིས་དང་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་རབ་གནས་རྩལ་བཀའ་བློན་  
ཚེ་ འབྲམ་སྤོས་ཕྱི་མཇུག་ལ་ ལྷན་རེ་ཉི་མ་སྤོད་བཏོག་དུ་མཚོན་སྤྱོད་དང་ མང་ཇ་ ཇམ་འབྲེལ་ཐོག་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་རྩལ་  
གནས་པའི་ན་སྤོད་དུ་གསོལ་ཚ་ ལྷན་སྤོད་སྤོལ་གཞིས་སྤུ་སྤོད་ནས་ཕྱི་མཇུག་ལ་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་ ལྷགས་སྤོན་སྤོན་ལོལ་  
གཞིས་བཅས་པའི་མཇུག་རྟོན་སྤུལ་ཞིང་ གནད་ཆ་རྩལ་ དེ་ནས་ཕྱི་མཇུག་ཐོག་

※

ར་ཚེས་ཉིན་ ལྷན་རེ་ཉི་མ་སྤོད་ལོལ་རྩལ་སྤོད་དུ་སྤྱིག་ཕྱི་མཇུག་  
སྤོན་སྤོན་སྤོན་གསེར་སྤོད་དང་འབྲེལ་བར་གཞིས་རྩལ་དུ་སྤྱིག་ཕྱི་མཇུག་ ཚོས་ཚེན་དུ་དཀར་གིང་འབྲམ་སྤོལ་ཐོག་སྤོད་འབྲེལ་བར་ལྷེ་འཆང་པས་  
གཞུང་རྒྱུ་ལོ་མཇུག་རྟོན་འབྲེལ་འདེགས་སྤུ་འབྲམ་སྤུ་ཞབས་སྤུས་ཀྱི་ཚང་གི་མཇུག་རྟོན་དང་ ཞབས་སྤུས་ཀྱི་དམངས་བཅས་ནས་མཚོན་ལོན་རྩམས་གཞིས་  
ལ་མཇུག་དར་སྤུལ་ཞིང་ གསོལ་འབྲམ་དང་དཀར་སྤོལ་ཚོགས་བསྐྱར་སྤོད་ ཇམ་ལྷན་སྤོད་དང་ ལྷགས་དར་ཨ་ལི་བཅས་རྩལ་བ་རྩམས་།