

Title: སྣ རྩལུག་ ཡུམ་བཅའ་མཐོན་མཚོག་སྐྱེལ་མིན་པོ་ཚེ་གདན་མའི་རྟོན་ཚོས་

ཁྲིམ་མངའ་གསོལ་བྱེད་པོར་མ་  
བདག་པོ་ཚོར་པོར་སྐྱེལ་ཡིན་པའི་སྐབས་མཐོན་གདོང་རྩལུག་མི་སྣ་དང་ ལམ་འབེལ་དཔོན་རིགས་ ལྟོང་གཞིས་ལུ་ཤོག་ཅུལ་  
རྒྱུ་མེད་ཚེ་གཞུང་དགོ།

Short Description: ཡུམ་བཅའ་མཐོན་མཚོག་སྐྱེལ་མིན་པོ་ཚེ་གདན་མའི་རྟོན་ཚོས་

གོང་མར་སྐྱེལ་ཡིན་པའི་སྐབས་མཐོན་གདོང་རྩལུག་མི་སྣ་དང་ ལམ་འབེལ་  
དཔོན་རིགས་ ལྟོང་གཞིས་བཅས་ལ་ལུ་ཤོག་ཅུལ་རྒྱུ་མེད་ཚེ་གཞུང་

༡  
རྩལུག་  
༡༨༩༢

Main Text: སྣ རྩལུག་རྒྱ་ཚོས་དགོ་བའི་རྟོན་ ཡུམ་བཅའ་མཐོན་མཚོག་སྐྱེལ་མིན་པོ་

ཆེ་ཆེ་བཏུན་དག་དབང་ལུབ་བཏུན་བསྐྱེལ་བཟང་བཏུན་

པའི་སྐྱོན་མེད་པའམ་བཟང་པོར་ཡམོང་མ་བདག་པོ་ནས་གདན་ས་དབུས་གཙོ་བོ་ཤུ་བདེ་སྤྱི་གོ་ཚོས་ཁྲིམ་མངའ་གསོལ་ཆོག་པའི་གསེར་གྱི་བཀའ་བཟང་  
སྤྱི་བོར་ཅུལ་མེད་པས་བཞེན་ཁྲིམ་མངའ་ལུ་བཟང་པོར་འཇུག་པའི་གསུང་ཤེས་དག་ལྟར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ཡག་ནས་གྱི་སྐྱེལ་འཇུག་དབུས་ལ་གོང་མར་བདག་པོ་ཚོར་  
པོར་སྐྱེལ་བའི་ཉམས་མེད་ཀྱི་ཐོག་མའི་ལོགས་འབྲེལ་མི་སྣ་སྐྱེལ་པའི་ལོ་ལྟོ་བའི་བཏང་འབྲེལ་གསེར་ཡུམ་བཅའ་མཐོན་མཚོག་སྐྱེལ་མིན་པའི་སྐབས་སྐྱེན་དོན་སྤྱི་བོར་ཆེ་བའི་མི་  
སྣ་སྐྱེལ་པའི་མཐོང་པོ་འཇུག་དབུས་འོད་ཟེར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་སྐྱེལ་ལམ་བཞེན་མཚམས་ལུ་འབྲེལ་རྟོན་མོགས་འོད་ལོང་གྱི་རྟོན་གཞུང་དང་ ཆེས་འབྲེལ་རྩལུག་  
དཔོན་ལག་དང་ ལམ་གནས་སོགས་ལ་ལུ་ཤོག་ཅུལ་རྟོན་བསྐྱེལ་པའི་ལོང་གྱི་གཞུང་ཁྲུ་བཀོད་པར། སྣ ཀ་ པར་ལུ་ཤོག་དང་ ཤལ་

༡  
ཁ་བཏགས་ནང་མཚོད་རྒྱུ་མེད་དང་ ལུ་ལུ་སྐྱེས་ལོགས་ཐོག་ཡོད་རྒྱུ་སྤྱད་ ཡ

སྤོད་གྲགས་  
ལ་ཅུ་ཡིག་ཚང་ནས་གསོལ་དམ་ལུ་པའི་སྤོད་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་དང་ ཉ༧༥

རི་བར་བོམ་སེར་གྱི་སྤྱིལ་འབོག་སྤྱིལ་བལ་གྱི་བར་ཚང་ གོས་  
ཚལ་གྱི་ནང་ལུ་ སྤོས་ཤེས་གྱི་འབྲེལ་བའི་ལོང་ཡོད་པར་ཅེ

ཉ༠༩  
ཡིག་ཚང་གི་སྤོད་འབྲེལ་རིན་སྤྱད་རི་བོམ་སེར་གྱི་སྤྱིལ་འབོག་  
༩ ལུ་སྤྱད་ཅེ ཉ༠

གོང་འདྲ་བཅས་  
དཀའ་དམར་ཡོད་པའི་སྐྱེལ་བོས་སེར་གྱི་བསྐྱེལ་པ། སྣ ཀ་ པར་གསེར་བཟང་

༢ འདི་སྐྱེལ་སྐྱེ་སྤོད་

གྱི་ལུག་པའི་དབང་པོ་བའི་སྐྱེལ་བཏུན་ཁྲི་ལུ་བཏོད་པའི་སྐྱེལ་ སྣ ཀ་ པར་  
གཙོ་བོར་སྐྱེས་ལོགས་ཁྲི་ལུ་བཏོད་པའི་ལུ་ལུ་གང་མོར་བཏུན་ ལ  
ཡོད་ གོས་རྒྱུས་སེར་གྱི་ནང་བཟུང་ལུག་གཉེན་རྒྱུ་སྐྱེ་ལོང་འཇུག་དང་ ལ་དང་  
ཚོར་ལོང་དམར་པོ་བུས་པར་འབྱོགས་ སྐྱེལ་པའི་ལོང་གཉེན་ལོངས་ཤམ་ལྟ་  
ལའི་རྟོན་ལོངས་  
འཕགས་པའི་གནས་བཏུན་བཏུ་བྱེད་གྱི་སྤྱིལ་ཐང་གུ་ཚར་བཏུན་ཡོད་ཀྱི་སྐྱེལ་

འདི་གསར་སྤྱོད་གྱི་གོང་གཤམས་ཚབ་བདེན་སྤོ་ལག་ འཇུག་དམར་སེར་ ལུལ་མེད་སེར་  
སྤྱོད་ཅེ འོག་འཇུག་དང་ ལྷོང་གཉེན་སྤོད་ལུ་ཚལ་ཀ། ལ་དང་ལ་ཚོར་ལོང་སེར་པོ་  
ཅན་རྒྱུས་གྱི་རྟོག་དང་ ལམ་ཤེས་ཚལ་གཉེན་ལོངས་ཐམས་དང་འབྱོགས་ལ་གོས་སེར་གྱི་  
བསྐྱེལ་འབོག་ མེ་ལོང་བསྐྱེལ་ཡོད་སྤྱད་ ལ

སྣ ཀ་ པར་གསུང་བརྟེན་ཆེ་མའི་སྤྱོད་གསེར་ ལུགས་རྟོན་དབུལ་གྱི་

ཆེ་མའོ་ཚོར་ལ་གདོང་རྒྱུས་དམར་སེར་ལྷོད་གསུམ་ འདི་གསར་བསྐྱེན་གྱི་སྤོད་

སྤོལ་བ་སྤོགས་ཤིང་བབ་སེར་གསེར་གྱི་རི་མོས་ལུགས་ ལ་ ཉི་མ་ཟར་ཚོག་ ལ་

ལ་ ཤེས་སེར་པོ་སྤྱོད་འཚོམས་ཀྱི་སྤོགས་ཐམས་ལུ་ གོང་ སེར་



འདྲི་སྐྱེས་ཡིགས་སྐྱེས་ཚད་དང་ ལྷན་དང་  
བསྐྱེས་པ་འབྲུག་པ་ མཚན་དང་ ལྷན་དང་  
སྐྱེས་པ་ལོ་བཞིན། འདྲིགས་པ་ལ་

འདྲི་ཡང་སྐྱེས་ཡིགས་སྐྱེས་ཚད་  
སྐྱེས་པ་ལོ་བཞིན།  
འདྲིགས་པ་ལ་ལའ་མེད་སྐྱེས་པ་

༩

༥

༥

མིན་སྐྱེས་ ཅ ལྷན་

༥

ཁ བར་ནང་རྒྱུན་གོ་གོ་ལ་ལམ་  
ལྷན་གྱི་ལྷན་དང་ལྷན་དང་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་

༥

དང་ སངས་རྒྱལ་གྱི་འཕེལ་གྲུབ་ ལྷན་གྱི་  
འཇམ་ལྷན་གྱི་ལྷན་དང་ ལ ལམ་ལོ་བཞིན་ལམ་

ལྷན་ལོ་བཞིན་བསྐྱེས་པ་བཅས་

བན་དཔེ་ལྷན་ ཁ ལ བར་ནང་རྒྱུན་གོ་གོ་ལ་ལམ་བན་གསུམ་སོ་སོར་  
སྐྱེས་ལྷན་འཕེལ་གྲུབ་བཅས་ལོ་བཞིན་

༥

༥

ཁ བར་ལྷན་བཅས་

༥

༥

༥

༥

ལྷན་གྱི་ལྷན་དང་ལྷན་དང་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ ལྷན་

བསྐྱེས་པ་བཅས་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་དང་ ལམ་སྐྱེས་

ལྷན་ལྷན་ ༢༠ ལྷན་ འཇམ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

༥

ཁ བར་སོགས་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་བསྐྱེས་པ་བཅས་ ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ ༥ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་ ༢༠ འཇམ་  
ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

ད བར་སོགས་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ༢༠ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ལྷན་

ལྷན་ ༥ འཇམ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

ཁ བར་སྐྱེས་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ལོ་བཞིན་ ལྷན་ བར་སྐྱེས་ལོ་བཞིན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་བསྐྱེས་པ་བཅས་ ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལམ་སྐྱེས་  
ལམ་སྐྱེས་ལྷན་ ༡༥ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་ ༥ ལྷན་ལྷན་ ༢༠  
ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

༥

ཁ བར་ལྷན་ལྷན་གྱི་  
ལ ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལམ་  
ཁ ལྷན་ལྷན་ ༥ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་  
ཅ ལྷན་ ༡༥ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་

༥

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ བར་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལམ་སྐྱེས་ལྷན་ ༥  
འཇམ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

ཁ བར་ལྷན་ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ༡༠  
ལམ་སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་ ༡༥ འཇམ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

ཁ བར་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྱི་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་  
བཅས་ལོ་བཞིན་

ལྷན་ལྷན་ ༡༥ ལྷན་ལྷན་ལྷན་

༥

ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་  
ལྷན་གྱི་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་  
ལྷན་ལྷན་ ༡༠ ལམ་  
ལྷན་ལྷན་ ༡༥ ལྷན་ལྷན་

༥

ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་  
ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་ ལྷན་





ཤར་བརྟན་དོད་ཤིང་བཟོ་བར་ལྷ་ཡིག་དང་  
ཤལ་དཀར་དམར་འཇུག་སྡེ་དགའ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་ཤོད་གཉིས་ཡོད་བཟོས་གྲུ་སྲང་ ༡

དྲི་བཟང་གམ་རྒྱུད་ལ་ ༠ ཡིག་ཚང་གཉིས་

པར་ལྷ་ཡིག་གྲིས་གསེར་རིན་བཅས་པར་སྲང་ ༡ རྟོན་ཆས་རྣམས་ལྷི་ཕྱི་ཕྱུ་

ཅི་བྱུན་སེར་པོ་ཐོན་ལ་སྤྱིར་རིན་སྲང་ ༥ ལྷར་

རྟོན་སྤྱི་ལ་སྤྱི་སྲང་ཉ་ཉེ་ཐ་སྤྱི་ལ་རིན་སྲང་ ༡ ལོད་གསལ་མཚལ་དང་ སྤྱི་ཐང་

གྲི་གོང་འཇའ་ལྷལ་ལེགས་ སྤྱི་རྟོན་ན་བཟའ་ ཐང་  
སྤྱི་ལ་གོས་འཇོགས་ ལྷ་ཡིག་ དྲི་བཟང་གྲི་གམ་རྒྱུད་གོས་སེར་ཕུམ་བཅས་ཕྱད་ལོགོང་མ་ཆེན་པོའི་འབྲུལ་རྟོན་ རྒྱ་སོགས་དཔོན་ལགས་ལམ་གནས་

བཅས་ལྷི་སྤྱི་བསྟན་རྣམས་མ་ཐེ་བའི་མཆན་གསལ་རིན་འབབས་དང་ བཟོ་བྱའི་གྲུ་

རྒྱ་ལྷོ་བཅས་པར་དངོས་གནས་སོང་རིགས་མཚུན་བསྟོམས་ཀམ་སྲང་ཆེས་  
སྤྱོད་གཉིས་བརྒྱ་དགུ་བཅུ་གྲི་དགུ་སྤྱི་ལ་ རྒྱ་སྲང་དུག་བཅུ་ལྷེ་བདུན་ ལྷེ་ག ༡༡ ཕྱི་མཚོད་ ༢༡ བཅས་།  
ལོགོང་གསལ་རྣམས་ལམ་རྩམ་སྤྱོད་འབྲུག་དང་བསྟན་གྲུ་དང་ཁོངས་མཁུན་རྒྱུད་ཡི་ཤེས་ཐུབ་བསྟན་ལགས་སྤྱི་གང་སྤྱི་ལ་རྟོན་ཆས་སྤོར་ཕུགས་མངགས་  
ཡོད་ཤིས་སྟོན་རྒྱུད་ནས་སྤོར་བསྤྲིགས་ཀྱི་ལམ་གསལ་བཏང་མཆོག་ལྷེ་ཉེ་ རྒྱ་ཆེས་

༡༠ ༡༢

ཉིན་གཟའ་སྤྱད་དགོ་བར་ལོགོང་མ་ཆེན་པོའི་འབྲུལ་རྟོན་རྣམས་  
ལྷུ་བས་མགོན་ཤོད་ལ་སྤྱི་ལྷུ་དང་ འདྲི་བརྒྱ་སྲང་དུ་ལྷ་ཡིག་ལ་ལྷུ་གསལ་དམ་ཡི་ཤེས་ཡོངས་སྤོར་གསལ་བསམ་གཏན་མཁུན་པོའི་ཐམ་ཀ་འབབས་གནང་མཚན་  
རྒྱ་དང་གམ་སྤོར་དང་ ལོགོང་རྟོན་གང་ཡིན་ལྷི་ཕྱི་ཕྱུ་རས་སེར་ལ་བའི་གྲི་སྤྱི་ལྷུ་བཅས་ལ་མཁུན་དུང་ཆེ་མོ་རྣམས་ཆིབས་བསྐྱོད་ལྷ་སྤྱི་  
ཞེས་བཏང་ཤིང་གསལ་རྒྱུ་མཚོད་ ༡ ལོད་ཆེས་ཉིན་དུང་ཉ་སྤྱི་ལ་འཚོམས་ལོགོང་རྟོན་མཚལ་དང་ སྤྱི་གསལ་ལྷུ་གསལ་རྟོན་དྲི་བཟང་ ཤལ་  
དམར་སེར་ ལྷལ་ཐང་བཅས་བསྟན་གྲིད་ཡིག་ཚང་དུ་ཕྱུལ་ཐོགས་དུང་ཆེ་རྣམས་ནས་ལྷུ་བས་མགོན་སྤྱི་དུང་སྤྱི་ལ་རིན་པོ་ཆེར་སྤྱི་ལྷུ་ལམཚན་  
ཆེས་ཉིན་འདྲི་བརྒྱ་སྲང་དུ་སྤྱི་ལམ་དུང་ཡིག་ཆེ་མོ་གཅིག་དང་ གཉིས་པ་ ལས་

༡༥

ཆ་གཉིས་རྣམ་ལས་ཐེབས་ལམ་མི་འདུགས་དུང་ དལ་མ་  
དུང་ཆེ་ཆང་མ་ཐེབས་ཕྱིས་མཚན་པ་ལྷུ་ལྷི་གཏན་ལྷུ་ཐོགས་པོ་བཞུགས་པུ་སྤྱི་བཟང་དོན་ལྷན་ དཀོན་མཆོག་ལགས་ ལྷོ་བཟང་  
རྒྱལ་ཁྲིམས་ལགས་བཅས་དང་ གཉིས་པ་ ལས་ལྷ་ཆེ་དུང་སྤྱི་བས་ཕྱག་བཅས་དཔོན་འཁོར་ནས་ཉིན་གཅིག་ལ་གོང་གསལ་མཚན་  
སྤོ་སྤྱི་ལ་པའི་གསོ་ལ་ཇ་ གསོ་ལ་གྲོ་ བཞེས་འབྲུམ་ བཞེས་ཕུགས་ གསོ་ལ་ཆོག་བཅས་གཟབ་བརྒྱས་ཕྱལ་ཐོགས་ཐེབས་  
ཁམ་དུང་ཡིག་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་འབྲུལ་ལེ་ཤེ་ཉེ་ དུང་ལ་སྲང་ལུ་ཉེ་ ལས་ལྷ་མཁུན་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་ལྷུ་དུང་ ཡིག་ཚང་  
གཉིས་པ་སེ་སེར་ཁབ་བཏགས་བར་མཚན་ཉེ་ དུང་ལ་སྲང་གསུམ་ཉེ་ ལྷ་དུང་གཉིས་འཕྱི་མཚོད་ཉེ་ དུང་ལ་སྲང་གང་ཉེ་ ཡིག་ཚང་ཉེ་  
མ་བར་ཁ་སྟོན་ དུང་ལ་སྲང་གང་ སྤྱི་བས་ཕྱག་ལ་ཁ་སྟོན་ཉེ་ དུང་ལ་ཞོད་གང་ཉེ་

དུང་ཆེ་ཆང་ཞབས་གསལ་པོ་ཁབ་སོད་ཉེ་ དུང་ལ་  
ཞོ་གང་སྤྱི་ལུ་ཉེ་ རྟོན་སྤྱི་ལ་སྤྱི་བས་ལྷུ་གསལ་རྒྱ་དང་ སྤོས་སྤྱི་བརྒྱ་སོགས་ལ་ཞབས་ལ་ཁབ་གཉིས་རྒྱུད་མངའི་རོག་ལྷེད་དུ་སྤོས་པའི་  
ཕྱི་མཚོད་ དུང་ལ་ ༠ པའི་ཕྱི་མཚང་ཁོངས་རྒྱ་སོགས་ལས་ལུངས་ལ་

མོན་ལག་གྲིས་དཔོན་རིགས་ ལམ་གནས་  
བཅས་ལྷི་དཔོན་ལགས་ལ་རྩལ་རྒྱུ་ལི་གཏན་ལྷི་ལ་ཡོན་བདག་ ལྷིང་

༡ ༢

བཅས་ཉིན་སོང་བའི་ཡོན་བདག་ལ་སྤི་མཚོད་

དུང་ལ་སྲང་ ༡ ལྷིང་ལ་ཁབ་སོད་ཉེ་དང་ དུང་ལ་ ༠ ཉེ་ སྤྱི་ལྷུ་ལེ་

ཤེས་ཐུབ་བསྟན་ལགས་སྤྱི་ལྷུ་ཕྱི་ལི་མགོན་མཚོད་པའི་  
ཕུགས་ཆེ་ཆེ་ལྷེ་ལེགས་འབྲུལ་མཚལ་དར་ནང་མཚོད་ དུང་ལ་སྲང་ ༢ ཡིགས་འདྲི་རོག་ལྷེ་དུང་རྒྱལ་མཆན་ཕྱན་ཆོགས་ལ་སྤི་  
མཚོད་ དུང་ལ་སྲང་གང་

