

# ཐུས་ཡུལ་འབྲས་མོ་ལྗོངས་ནི།

རིག་འཛིན་དངོས་གྲུབ་མདོ་ཁམ།

༡། བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པད་མ་འབྲུང་གནས་ཀྱིས། འཁོར་རྗེ་  
 འབངས་ཉེར་ལྔ་སོགས་ལས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ། མ་འོངས་པའི་དུས་ལ་བབས་པའི་  
 ཚོ། བཟང་པོའི་བཀའ་སློབ་ལྟུང་། ངན་པའི་ལུགས་ངན་དར་བ་ལ་བརྟེན། ཡུལ་སྤོགས་ཐམས་ཅད་  
 བཀྲ་མི་གིས་པ་དང་། ཡུལ་འཁྲུག་ཆེན་པོ་འབྲུང་། རྩ་སློལ་མཐར་བྱེད་སོགས་རྒྱ་དོར་བོད་ཐམས་  
 ཅད་འབྲུགས། རྟ་ལུག་མཚོན་གྱི་སྐལ་ངན་དར་བ་སོགས་དུས་ངན་གྱི་ལན་ཚར་ང་ལ་ཐུག་པ་སྤོང་  
 རེ་རྗེ་ཡང་བྱ་ཐབས་མེད་དོ། འདུན་མ་ཚོས་དང་མཐུན་ན་བདེ་སྐྱིད་འབྲུང་སྟེ། དེ་ལྟར་མིན་པར་  
 གང་འདྲ་བྱེད་ཅིང་། འབྲུལ་གྱི་ཟས་ནོར་འདོད་སྲིད་ལ་ལྟས་ནས། གཏན་གྱི་བདེ་བ་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར་  
 བར་བྱེད། བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་རྩ་གྲུ་སྲད་ལ་བསྐྱར་བ་ཡིན། དུས་ངན་སྤོགས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ལས་ངན་གྱིས་མནར་བ་རྣམས། དུས་དྲགས་ངན་པ་ཅི་གར་ཡང་སྐྱེས་པའི་ཚིག་ལ་ཉན་པར་མི་གྱུར་  
 པས། ཚོས་བྱེད་སྐྱབ་པ་པོ་རྣམས་དང་སྐལ་ལྷན་སོ་སོ་རྣམས་དུས་ངན་པ་དེ་ལྟ་བུ་གར་བའི་ཚོ། དད་  
 ལྡན་ཚོས་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ། བོད་ཡུལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྤོགས་བཞི་ན་སྐས་པའི་ཡུལ་ཆེན་པོ་བཞི།  
 མཚོམས་བཞིར་ཡུལ་ཕན་བཞི། གངས་རི་ཉི་ལྔ། རོང་བཞི། ལུང་ཕན། རི་སུལ། གངས་བྲག་ལ་  
 སོགས་པའི་དཔེ་ཞིང་འཆོ་དོག་མེད་པའི་སྤོགས་སུ་བྱོས། སྐྱབ་པ་རྒྱལ་བཞིན་སྤྱོད་ཅིག་གསུངས་  
 པ་ལྟར། ཐུས་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་རྒྱུང་མང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ནང་ནས། ཁྱད་པར་ཅན་  
 གྱི་ཐུས་ཡུལ་འབྲས་མོ་ལྗོངས་ཀྱི་སྐྱོར་བཀད་པ་ལ། ལམ་ཡིག། ལམ་གྱི་བར་ཆད་སེལ་བའི་ཐབས་  
 ལྷ་ཚོགས། དེར་བསྐྱབས་ནས་གནས་བཞི་བཅའ་རྒྱུལ། བཟང་ལུགས། འབྲུང་ལུགས། སོ་རྣམས་  
 ཞིང་ལས་བྱེད་རྒྱུལ། ཡུལ་གྱི་གཞི་བདག་གནས་སྤང་མཚོན་རྒྱལ་སོགས་བསྐྱབ་བྱ་མང་དུ་གསུངས་  
 པའི་ནང་ནས་རང་རེའི་ཐུས་ཡུལ་འབྲས་མོ་ལྗོངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱ་མགོ། །གར་  
 སྤོགས་སུ་འབྲུག་ཡུལ། ལུང་སྤོགས་སུ་བལ་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཡོད་པས་བར་ཡུལ་ཞེས་བྱ། མཛོད་

ལྷ་སྐྱུ་རྩེ་ལོ་མདུན་དུ་ཡོད་པ་ཡུལ་འདི་བྱ་གཉེས་བྱིན་ཆགས་པ། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་དང་ལྷན་པ། སྤུ་  
 བདེ་ཞིང་ཡངས་པ། ག་བ་དང་གོ་བ་རྣ་བ་བྱ་གོང་མོ་སྤྲེག་། །རྩ་བུ་སྐྱུ་གཟིག་དོམ་འདྲེད་རྣམས་བག་  
 ཡངས་སུ་བརྩེ་བ། རི་རྣམས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡ་དང་འདྲ་བ། མདའ་རི་ཐམས་ཅད་ནག་པོ། གར་  
 རི་ཐམས་ཅད་འཕན་འཕྱར་བ་འདྲ་བ། བྱང་རི་ཐམས་ཅད་ལག་སོར་བྱམ་པ་འདྲ་བ། གངས་  
 རིའི་འོག་བྲག་རི་རྣམས་སྒྲིའི་ཕོ་བྱང་དུ་གནས་པ། དེ་འོག་སྤང་རི་རྣམས་ལ་སྐྱུ་སྐྱུ་དྲི་བཟང་ལྷན་  
 པའི་ཅན་དན་མེ་དོག་སོགས་ཀྱིས་མངོས་པ། དེ་འོག་གིང་ནགས་ཀྱི་ཆལ་རྒྱ་སྐྱུ་འགྱིང་པ་འདྲ་བ།  
 དེ་ནང་སྐྱུ་གཟིག་སོགས་རྩེ་ཞིང་རོལ་པ། མདོར་ན་འང་མ་སྤྱིང་ན་ཡོད་པའི་བྱ་རིགས་དྲུགས་མ་  
 ཚང་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ། སྤང་སྤྱིངས་རྣམས་ལ་དོམ་ནག་གི་སྤྲེགས་པ་བཏིང་པ་འདྲ་བ། རིའི་  
 སྐྱུ་རྣམས་གཟིག་སྐྱུ་འཁྱུག་པ་འདྲ་བ། རི་རྣམས་མདང་དང་ལྷན་པས་རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས་  
 པ་འདྲ་བ། སྤང་ནགས་འདྲེས་མར་ཡོད་པ། སྤུ་ཡི་ཚུ་རྣམས་རལ་གྱི་འདྲ་བར་བབས་པ། ལྷགས་  
 རྩོག་ལྟར་འབྱེལ་བ། ས་ཡི་མཐོལ་གསེར་གཞིང་ཞག་གིས་ཁེངས་པ་འདྲ་བ། སྤུ་རུ་སྐྱུ་གྱི་རིགས་  
 དང་ཡུང་དཀར་བ་ལུ་སོགས་ཡོད། མདའ་ན་བཙོད་དང་། བར་ན་ལེ་དོག་སྐྱ་ཚོགས་སྤྱེ་བ། བྱིན་  
 དུབག་གོ་བ་ཕོ་བྱང་པད་མ་ཅན་དང་འདྲ་བ། ས་ཡི་རྩེ་བའི་རྩེ་གདན་དང་མཉམ་པ། རྒྱུད་ལ་བྱམས་  
 རྩོང་རྩེ་སྤྱེ་བ་ཕོ་བྱང་རི་ཕོ་ཏེ་ལ་དང་མཉམ་པ། བྱེས་རབ་རང་བྱུགས་ཀྱིས་འཕེལ་བ་ཕོ་བྱང་རི་ཕོ་  
 ཅེ་ལྡ་དང་མཉམ་པ། ཚོས་སྐྱུ་བ་ན་མཐུ་རྣམས་ཆེ་བ་ཕོ་བྱང་ལྱང་ལོ་ཅན་དང་མཉམ་པ། གནས་འདིར་  
 མཁའ་འགོ་དངོས་སུ་འདུ་བས་ལོ་རྒྱུན་ཟངས་མདོག་དཔལ་རི་དང་འདྲ་བ། གཏེར་དང་ལོངས་སྤྱོད་  
 སྤུན་སུམ་ཚོགས་པ་སུམ་རུ་ཅ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་དང་འདྲ་བ། བྱིན་དུ་སྤྱོད་  
 པས་བདེ་བ་ཅན་དང་འདྲ་བ། གུ་རུས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བྲག་སྐྱུ་ཅ་ཅན་གཙོ་བོ་ཉེར་བདུན་  
 ཡོད། གངས་རི་རྣམས་ལས་ཚུ་བོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་དུ་བབས་པས། ཚོ་ཚེན་བྱིན་རྒྱབས་ཅན།  
 གར་སྤྱོགས་སུ་རབ་དཀར་འོ་མ་ཅན་གྱི་མཚོ། རྩོ་སྤྱོགས་སུ་རིན་ཆེན་འོད་འབར་ནོར་བུའི་མཚོ། ལུབ་  
 སྤྱོགས་སུ་བདེ་ཚེན་པད་མ་ཅན་གྱི་མཚོ། བྱང་སྤྱོགས་སུ་གཡུ་མཚོ་མུ་ལི་མཐོང་གི་མཚོས་གཙོས།

མཚོ་བཞི་བརྒྱ་དང་བཞི་ཡོད། དེ་དག་ལས་ཚུ་ཕྱན་ནམས་དལ་གྱིས་འབབ་པས། ར་མཐོང་ཚུ། རི་  
 རྩོད་བཀྲ་ཤིས་བྲག་ཚུ་སོགས་དང་། རད་རིགས་སོགས་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྤྲོ་ཚུའི་རིགས་མིང་ཅན་  
 རུ། རད་རླུང་མཁུ་བད་ཀན་སོགས་སེལ་བའི་སྤྲོ་ཚུ་གི་རིགས་མིང་དུ་ཡོད། སུ་ན་ནད་ཚད་པ་སེལ་  
 བའི་སྤྲོ་ཚུ་དང་། མདའ་ན་གང་ནད་སེལ་བའི་སྤྲོ་ཚུ། ཤིང་ཏོག་གི་རིགས་སྤྲོ་ཚོགས་དང་། རྩོ་བཟར་  
 བདུབ་པ་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དང་། གམོའི་རིགས་མིང་དུ་ཡོད། རོ་བ། ཀེའུ། ལ་ཁག་གོ་སག་ལོ་རྩེ་  
 ཀེའུ་སོགས་རིགས་སྤྲོ་ཚོགས། རྩོ་བྲིས་སོགས་སྤྲོ་གསུང་བྲུགས་རྟེན་ཚོན་ཚུ། ཚོན་ཁ་དོག་དཀར་  
 སེར་དམར་རྩེང་སྤྲོ་ཚོགས། གསེར་དངུལ་ཟངས་ལྷགས་སོགས་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་མང་  
 དུ་ཡོད། རྩུང་པར་དུ་གངས་རི་ཆེན་པོ་མཛོད་ལྗེ་ཞེས་པ་གངས་རི་ལྗེ་ལ། ཚཱི་མཛོད། གསེར་  
 རྩུའི་མཛོད། ཚོས་དང་ཚོར་གྱི་མཛོད། གོ་མཚོན་གྱི་མཛོད། འབྲུ་དང་སྤྲོ་ཚུ་གྱི་མཛོད་སོགས།  
 རྩོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོས་མ་འོངས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་གཏེར་དུ་སྤྲོ་ཚུ་ནས་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲོ་ཚུ་གནས་ཀྱི་དང་  
 པར་ཅན་འདི་ནི་རྩོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོས་བོད་རྩོང་བཟུང་མ་བཅུ་གཉིས། ཐང་ལྷ། མཛོད་ལྗེའི་བདག་  
 པོ་ནམ་སྤུལ། རྩོ་བཅན་སྤུལ་བདུན། བདུད་དང་བཅན་སྤུལ་བདུན། མདའི་གཞི་བདག་མ་བདུད་  
 ལུ་མ་བུལ། མཚོ་སྤོང་སྤོང་མོ་བར་གྱི་གཞི་བདག་བདུད་བཅན་དཔའ་བོ་རྩྭ་རི་ སུ་ཡི་གཞི་བདག་  
 གངས་ཆེན་མཛོད་ལྗེ་སོགས་ལ་གཏེར་དུ་བཏད། དེས་ན། གངས་རི། བྲག་རི། མཚོ་ཆེ་ཚུང་ཚུ་  
 ཕྱན་ཤིང་སོགས་ལ་གཞི་བདག་རྩོ་བའི་སོགས་ཀྱི་རུས་བཀའ་བསྐྱོ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བཞིན་གནས་པས་  
 བེན་ཏུ་གཉན་པའོ།

དེའང་རྩོན་ཆེ་རྩོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཁོར་རྗེས་འབངས་དངོས་སུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་གོང་  
 གི་རྩོ་སྤོང་གཞི་བདག་ནམས་གཏེར་སྤུང་དང་གནས་བདག་དུ་བསྐྱོས། དམིགས་བསལ་བཀྲ་ཤིས་རྩིངས་  
 ལ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་གནས་ཀྱི་རྩོ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། བཀྲ་ཤིས་རྩིངས་ཞེས་བྱ་བ། ཁོར་  
 ཡུག་གངས་རིའི་ཕྱིང་བ་ལྷ་བ་འབུམ་བཙུགས་པ་ལྟ་བུའི་ཁོར་ཡུག་གི་ནང་ཐམས་ཅད་རྩེའི་རི་བོ། རྩོངས་  
 ཐམས་ཅད་ཤིང་དང་རྩེང་གིས་མངོན་པར་མཛོད་པའི་ནང་ནགས་ཀྱི་རྩོངས་དང་། རི་བོ་རྩོ་ན་སྤུག་

པ་ལྟའི་སྤང་ཆེན་པད་མའི་མཚོ་ལ་མངོན་པར་འདྲུག་པ་འདྲ་བ། ལྷོགས་བཞིར་སྐོ་བཞི་དང་ལྷན་པ།  
 གནམ་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བརྒྱད། ས་པད་མ་འདབ་བརྒྱད། མཚམས་བཞི་ལ་ལུང་པོའི་སྤོངས་གསུམ།  
 མདའ་གཅིག་ཀྱུ་པོ་བཞི་དལ་དུ་འབབ་པ། དེ་ལྟ་བུའི་གནམ་ལས་ཁང་ནི་རྒྱལ་མཚོག་མ་དུ་གྱུ་རུས་  
 ལེགས་པར་བསྐྱེད་པའི་གནས་ཆེན་གྱི་ལྟེ་བ་བྲག་དཀར་བཀྲ་ཤིས་སྤོངས། ཡར་ནམ་ཁར་ལྷས་པས་  
 གནམ་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་འབར་བའི་ལྟེ་བ། མར་ས་གཞི་ལ་བལྷས་པས་པད་མ་འདབ་བརྒྱད་དུ་  
 གྱེས་པ་འདྲ་བའི་ལྟེ་བ། བར་རྒྱུ་པོ་ལ་བལྷས་པས་ལུང་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་འདུས་པའི་ལྟེ་བ།  
 ལྷོགས་མི་འགྲུར་བའི་སྐོ་བྱང་སྐོ་གསང་གནས་སྟོར་བཞུན་པ། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་པ། སྤོད་དུ་འདོམ་  
 དུག་ཡོད་པ། རྒྱར་འུར་དོའི་རྒྱང་དུག་ཡོད་པ། ཚེ་མི་མི་ལོང་གི་རོས་ལྟར་ཁོད་སྟོམས་པ་དྲངས་  
 བ། ལྷོགས་བཞིར་ཅན་དན་གྱི་སྤོང་པོ་བཞི་ཡོད། གནས་དེར་གཏེར་རིམ་པ་བདུན་དུ་སྐྱས་ནས་ཡོད།  
 གནས་ཆེན་དེའི་མདུན་རི་གདོང་ཕག་ཉལ་བ་འདྲ་བ། རྒྱབ་རི་གནས་དེ་ལ་བྱིས་པ་འཇུག་པའི་མ་མེ་  
 ལྟ་བུ། གནས་དེ་སྤྱི་ལྟར་བྲག་རི། ཉང་ལྟར་ལོ་རྒྱུན་རྒྱ་ཀློང་ལོང་ཁམས་ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་བུ་རིགས་  
 མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་སྟག་འོད་དང་གཟེ་བཞིན་འབར་བ། གསང་བ་ལྟར་ན་བདེ་གཤེགས་སྐྱབ་པ་བཀའ་  
 བརྒྱད། རྒྱ་མདུན་གོངས་པ་འདུས་པ་སོགས་རབ་འབྱུངས་ཐོག་དགའི་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་འཇའ་ལུས་  
 འཕྲོ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱར་མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པ། དེའི་ཚུ་ཐམས་ཅད་དོ་རྗེའི་ཚ། ལུ་ཐམས་ཅད་  
 རྗེ་འཆི་མེད་གྱི་ཚོ་རྒྱ། ཤིང་ཐམས་ཅད་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་། མདོར་ན་རི་དེའི་རྒྱང་གི་རྗེ་སོག་  
 པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་པ་སྤོང་དུ་བསགས་པའི་སྤྱི་གསུམ་ཐམས་ཅད་དག །གནས་དེ་དབུས་ལྷོགས་  
 ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་ཡིན་པས། སྤོན་ལས་གང་བཅུ་མ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འགྲུབ། གནས་དེ་  
 གསང་སྐྱགས་པའི་འབྲུང་གནས་ཡིན་པས་རྫོགས་ཆེན་ཀུན་བཟང་ཐུགས་གྱི་བཞུན་པ་དར། དེར་བཤད་  
 སྐྱབ་ནན་ཉན་གྱི་དུས་ན། སྤང་པོ་ལྷག་མེད་འོད་སྐྱར་སྤོན་པར་ངེས་སོ། གཞན་ཡང་བཞུན་གཉིས་  
 སྤོང་པའི་གཏེར་བྱང་ལས། གནས་གྱི་ལྟེ་བ་བྲག་དཀར་བཀྲ་ཤིས་སྤོངས། ཚོ་ལོངས་གནམ་ནས་  
 བབས་འདྲ་སྤོང་ལ་གནས། ཤར་རི་གྲུར་སྐྱབ་ཡོལ་བ་སྐྱང་པ་འདྲ། ལུབ་རི་སྤྱི་གསུམ་སྤོང་ཆེན་ཉལ་

བ་འདྲ་ཡོད། མཐའ་རི་སྐག་སེང་དོམ་འདྲེད་འཚོང་འདྲ་ཡོད། ལུ་རི་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་འགྲིག་  
 འདྲ་ཡོད། མདའ་རི་ལྷག་རྒྱ་སྒྲོལ་འདྲ་ཡོད་ཞེས་གསུངས་སོ། དེའི་སྟོགས་བཞི་ན། སྤོན་ལས་རྣམ་  
 པ་བཞི་སྐྱབ་པའི་ལྷག་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚན་བཞི་ཡོད་པ་ལས། བར་སྟོགས་སུ། བར་སྟོགས་སྐྱུ་  
 ལྷག་ཞེས་པ། ཞི་བ་ཁ་གདོང་དཀར་བའི་གནས་ཡིན། དེ་ལ་རང་གྱོན་གྱི་བ་ལྷག་གི་འབྲུམ་ཡོད། བྲག་  
 དེའི་སྟོ་སྟོགས་ཞི་བ་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་ཁམས་བཀོད་མངོས་པ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྐྱེ་ཡོད།  
 ལྷག་པའི་སྟོ་རྣམ་མཁའ་འགྲོའི་བད་ཡིག་ཡོད། དེའི་གཡས་ན་བཀའ་འགྱུར་བསྐྱེད་འགྱུར་བཞུགས།  
 དེ་ནས་སྟོའི་ནང་དུ་འདྲེལ་བ་ལས། ལག་གཡས་ན། ཞི་བ་བཞི་བཅུ་ཅ་གཉིས། དེའི་གཡོན་ན་  
 ལྷག་འཐུང་དུག་ཅུ། ཐེམ་སྟོའི་ཐོག་གུ་རུའི་བཞུགས་གྲི་ཡོད། དེའི་འོག་བདུད་རྩི་འོ་མའི་ཚུ་རྒྱུ་  
 །། ལུ་རྒྱ། རོལ་མོའི་སྐྱ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཡོད། དེ་ནས་སོ་འདོམ་བཞི་ཙམ་སོང་ཅ་ན། བདུད་  
 མོའི་སྟོང་ནས་ཆོ་རིལ་རང་བཞིན་བབ་པ་ཡོད། དེ་ནས་འདོམ་བདུན་ཙམ་སོང་ཅ་ན། མཁའ་འགྲོའི་  
 ཚོགས་ཁང་དང་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཁང་ཡོད། དེར་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དང་མཁའ་འགྲོ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྲལ་བ་བཞུགས། བར་སྟོགས་ན་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ལྷ་ཚོགས་ཡོད། ལྷ་སྟོགས་ན་རིན་ཆེན་  
 འབྲུང་ལྡན་གྱི་ཚོགས་ཁང་ཡོད། དེ་ནས་སོ་འདོམ་ལྷ་ཙམ་སོང་ཅ་ན། ཚོས་སྐྱེ་སྐྱང་བ་མཐའ་  
 ལས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོད། ཏ་ཀེ་ལ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཡོད། བྲང་སྟོགས་ན་དོན་ཡོད་  
 གྲུབ་པའི་ཚོགས་ཁང་། དབུས་སུ་རྣམ་པར་སྐྱང་མངོན་བཞུགས། ལྷག་པའི་གཡས་སུ་བྱ་བྲུང་རང་  
 གྱོན་བཞུགས་པས་ས་བདག་ལྷ་གཉན་མཚོང་བ་ཙམ་གྱིས་རང་སར་གྲོལ། དེའི་གོང་ན་གུ་རུ་བཞུགས།  
 མཇལ་བ་ཙམ་གྱིས་བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ། དོ་འོག་ལྷག་ན་དོ་རྗེ་བཞུགས་ཤིང་ཁམས་གསུམ་  
 དབང་དུ་འདུས་ཤིང་སྲིད་གསུམ་ཐེལ་གྱིས་ཚོན། བྲུད་པར་མངོ་ནད་ཅན་རྣམས་མཇལ་བ་ཙམ་གྱིས་  
 མི་གྲོལ་ན་ར་ཀ། བར་སྟོགས་ཞི་བ་སྐྱེ་ཡི་གནས་ཡིན་པས་སྤྲིག་སྤྲིབ་བྲུང་བ་ལ་འབད་པ་བྱེད་ན།  
 རྟན་གདོན་རྟིག་སྤྲིབ་བར་ཆད་རྣམས་ཞི་བར་འགྱུར་རོ། གནས་དེ་ལན་ཅིག་ཙམ་ཞིག་མཇལ་བར་  
 གྱུར་ན། འཆི་དུས་སུ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡེ་ཡིས་ལམ་ན་འདྲེན་པར་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ།

ལྷོ་མཁའ་འགྲོ་གསང་ལུག་ནི། ལྷོ་སྤྲོགས་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ་གྲི་གནས་ཡིན་པས། ཚོ་དང་བསོད་  
 བསམ་ཡིངས་སྤྱོད་བསྐྱབ་བྱས་ན་འདོད་དོན་རྣམས་ལྷུང་དུ་འགྲུབ། དེ་ཡང་རིན་ཆེན་སྤངས་ནས་  
 བར་བལྟས་པས་བར་སྤྲོགས་ན་རི་སྤོམ་ནག་རྒྱགས་པ་འདྲ་བ་གཅིག་ཡིད། དེའི་ཅུ་བ་མེ་འབར་ལུག་  
 ཞེས་བྱ་བ། དབྱེ་བས་ཤོང་ལྷུ་རང་བྱོན་ལ་སྒོ་ཡིད་པ། དེ་ནང་པ་ཤོང་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་མ་རིའི་  
 སྤོང་པོ་ཡིད། གཡོན་ལ་དཔལ་དོན་ཇི་གཞིན་རྒྱ་དང་། གཡམས་ན་མཁའ་འགྲོ་སྤྲེ་ལྷ་བྲག་ལ་རང་བྱོན་  
 ཡིད། དེ་ན་བྲག་ལུག་གི་ཐོག་བདུད་མོའི་སྒོ་སྤྱིང་ནས་ཆོ་ལྷ་བབ་པ་ཡིད། དེའི་འོག་ཆོ་བུམ་དང་།  
 གཏོར་མ་བདུན་ཅུ་ཡིད། དེ་འོག་བདུད་མོའི་རོ་མགོ་ལག་དང་བཅས་ཚང་པ་ཡིད། དེའི་གཡམས་  
 ན་སྤྱུལ་ལ་སོགས་པ་ཡིད། དེ་ནས་ཤོ་འདོམ་གཅིག་ཅུ་མར་མེ་བཏེགས་ནས་སྤྱིན་ན། འགག་དོག་  
 ཤོ་བཅུ་གཅིག་ཡིད། དེ་ནས་འགག་གཅིག་བཟལ་བ་ན། ལྷ་རུའི་ཚོགས་ཁང་། ལྷ་རྗེས། དབྱུའི་  
 པད་ལྷ། ལྷ་གཟུགས་ཡིངས་རྫོགས་དང་། ལུག་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་རྣམས་གསལ་ཤོར་མཇལ་རྒྱ་ཡིད།  
 དེའི་གཡམས་ན་ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ་དང་། ལྷ་རྒྱལ་ན་དོ་ཀ་མ་རུ་པ་ལས་གྲུབ་པ་ལས་ཆོ་རིལ་དང་། སང་  
 གེ་རང་བྱོན་ཡིད། དེའི་ནང་ན་མཁའ་འགྲོའི་གསང་གཏོར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡིད། དེ་ནས་  
 མར་སོང་ན་མཁའ་འགྲོ་སྤྲེ་པའི་གསང་ལམ་ཡིད། དེ་ན་བས་ཐོས་པ་ཅུ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 རྒྱུད་ལ་སྦྱེ། དེ་ལྟར་གནས་ཞལ་མཇལ་བ་དང་། བསྐྱོར་བ་བྱེད་པ་ཅུ་གྱིས་ཆོ་རབས་ནས་བསགས་  
 པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ་དག །སྤྲི་མ་ཨོ་རྒྱན་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིང་དུ་སྦྱེ་བར་གསུངས་སོ།

ལུབ་བདེ་ཆེན་ལུག་ནི། བཀྲ་ཤིས་སྤྲིངས་ནས་ཡར་བལྟས་པས། རི་ཕག་ཉལ་བ་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཡིད། རི་ལྷུང་དེ་ནས་ཡར་བལྟས་པས་བར་ཡུལ་རིན་ཆེན་གཤོངས་ཞེས་བྱ་བ། བྲག་ལུག་ཁ་རྩོ་  
 ལུབ་དུ་ལྷ་བ། དཔངས་སྤྱུ་ཁང་པ་སྤུམ་ཐོག་དང་མཉམ་པ། རྒྱར་ཀ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བྱོན་དང་མཉམ་  
 པ། དེའི་དབུས་སུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདོམ་གང་གྲུ་བཞི་པའི་དོས་སུ་ཡང་དག་  
 གི་དཀྱིལ་འཁོར་རིས་མ་ཡལ་ བ་བཀྲ་ལམ་མེ་སོད། རོར་བུ་བསམ་འཕེལ་གྱི་བུམ་པ་རྗེས་ཀྱིས་  
 བསྐྱར་བ་ཡིད། དེ་མཐོང་བ་ཅུ་གྱིས་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། ལུས་ལ་རིག་པ་ཅུ་གྱིས་མཚོག་

གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། དཀྱིལ་འཁོར་དེ་ཡི་སྤྱོད་ལས་བཞི་ན་ཐོད་པ་བདུད་ཚིས་བཀང་བ་རེ་རེ་ཡོད། བམ་  
 ཟེ་སྐྱེ་བདུན་ག་རིལ། སྐྱེ་བདུན་གྱི་ཐོད་པ་བདུད་ཚིས་གང་བ་ཡོད། ལུ་རུའི་ལས་སྤར་དྲག་སྐྱབ་སྤར་  
 པ་སྲིད་གསུམ་ཀུན་འདུལ་ཡོད། སྤར་པ་དེ་གདེངས་པ་ཙམ་གྱིས་བར་དུ་གཙོད་པའི་དགུ་བཞེགས་  
 ཐམས་ཅད་བརྟམ་ནས་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་འགྱུར་རོ། མདོར་ན་བྲག་སྤྱག་དེའི་ནང་ན་སྐྱེ་  
 གསུང་བྱགས་རྟེན་དང་། མཚོད་ཆ་དང་པོད་དུ་བསྐྱར་ཚད་མདོ་དང་རྟགས་ཚང་བར་ཡོད། འཇམ་  
 བུ་སྐྱོང་གི་མི་སྤེད་ཙམ་གསེ་བའི་ནོར་རྗེས་གཏེར་དུ་སྐྱས་ནས་ཡོད། བྲག་སྤྱག་དེར་སླེབ་པ་ཙམ་གྱིས་  
 སྤྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། བྲག་སྤྱག་དེར་མཚོག་སྐྱབ་པའི་བྲག་སྤྱག་  
 གཉིས། ཐུན་མོང་སྐྱབ་པའི་བྲག་སྤྱག་གསུམ་ཡོད། སྐྱིར་བར་ཡུལ་འབྲས་མོ་རྫོངས་ལ། མཚོག་  
 སྐྱབ་པར་བྲག་སྤྱག་དགུ། །ཐུན་མོང་སྐྱབ་པའི་བྲག་སྤྱག་བཅུ་གསུམ། ལྷོ་བ་ཐོབ་པའི་སྤྱག་པ་སྤྱག་  
 སུན་ཉེར་བདུན་ཡོད། བྲག་སྤྱག་དེའི་གཡས་ལོགས་ན། འཚོ་བྱེད་སྐྱན་གྱི་རྫོང་པོ་དྲི་ངད་དང་རྟམ་  
 པ། དེ་ལ་མེ་ཉོག་འབྲས་བུ་རིགས་མི་འདུ་བ་མང་དུ་ཡོད་པས་ནད་རླུང་མཁྲིས་བད་ཀན་སོགས་སེལ་  
 བར་བྱེད་པའོ། བྲག་སྤྱག་དེའི་མིང་ལ་ཨོ་རྒྱན་བདེ་ཆེན་སྤྱག་ཞེས་བྱའོ།

བྱང་རྩ་རིས་སྤོང་སྤྱག་ནི། བྱང་སྤྱོད་སྤོན་ལས་དྲག་པོའི་གནས་ཡིན་པས། ཞིང་བཅུ་ཚར་  
 གཙོད་འགྲུགས་སྒྲོལ་གྱི་ལས་རྩམ་ན། མདོར་སྤྱོད་བརྟན་པ་བསྐྱང་བའི་ལས་རྩམས་ཐོག་མེད་དུ་འགྲུབ།  
 དེ་ལ་བྲག་སྤྱག་ཁ་གར་ལ་བརྟན་པའི་བྲག་སྤྱག་གསུམ་ཡོད་པའི། སྤོའི་བྲག་སྤྱག་ནང་ན་ཚོས་སྐྱེ་ཡུམ་  
 ཆེན་པོ་ལ་སྤྱོད་ལས་བཅུའི་སྤྱས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་རང་སྤོན་བྲག་ལ་གསེར་གྱིས་བྲིས་པ་ཡོད། དཔུས་མའི་  
 རང་ན་ཚོད་བག་མེད་མཁོན་ལ་ཆེ་སྤོའི་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ཡོད། བྱང་སྤྱོད་སྤོན་ན་དོ་རྗེ་གཞིན་རྒྱ་  
 ལ་སྤོའི་བཅུ་བྲ་ཐབས་གྱིས་བསྐྱོར་བ། སྤོའི་སྤྱོད་ལས་དྲག་པོ་བཞི་རྒྱུད་ཡོད། གར་མའི་ནང་ན་རྒྱལ་  
 ཆེན་རྩམ་སྤྱས་ལ་ནོར་རྩ་ཉ་བརྒྱད་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ཡོད། དེར་སྤོན་ན་པོད་གྱི་རྒྱལ་སྤོན་གྱི་མངའ་ཐང་  
 སྤོན་ལས་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱོགས། དེའི་རྒྱབ་ན་དོ་རྗེ་ཐག་མོ་ལ་མཁའ་འགྲོ་རྗེ་རྒྱ་རང་སྤོན་  
 ཡོད། དེར་སྤོན་པོད་གྱི་གྲུབ་ཐོབ་པོ་མོ་རྩམས་ཉམས་ཉོགས་རྒྱས་པ་དང་། བྲིམ་པ་སྲིད་མེད་ན་བྱ་

བདུན་སྐྱེ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་པར་བྱེད། དེའི་རྒྱལ་ན་ལྷ་མོ་ནོར་རྒྱན་མ་ལ་ལོ་ཐོག་བཏབ་པའི་  
 ལོ་ཐོག་སྐྱེ་པའི་ལྷ་མོ་གསུམ་ཡོད། དེའི་རྒྱལ་ཏུ་འཆི་བདག་གཤིན་རྗེ་ལ་སྲོག་བདུད་འཆི་བདག་པོ་ཉེ་ཆོགས་  
 དང་། དེའི་འོག་ཏུ་ཉོམ་ཁུང་གྲུ་སུམ་ཡོད། བོད་དུ་ཚབས་ཅན་བདུད་རིགས་གི་མིང་གིས་གྱུར་ན།  
 ལོ་ལོ་མངས་སུ་འཆི་བདག་གནས་སུ་འགྲོ། དེའི་བྲིས་ལ་དོའི་གྲུ་ཏུ་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་བྲི་བོ་བཅུ་  
 ཅན་དུ་ཤོག་དྲིལ་བདུན་ཡོད་པས། རྒྱ་དགུ་སྟེ་དགུ་སྟོག་གཙོད་མངའ་ཐང་ལོངས་སྟོན་རྣམས་འཛོམས་  
 པའི་དྲག་སྟགས་ཐངས་གསུམ་འགྲང་གྱུར་ན། ཞག་བདུན་བར་དུ་མི་འགྲུངས་པར་དྲགས་མཚན་  
 འབྱུང་། དེའི་ནང་ཚུད་གྲག་རི་བོ་འབྲ་བ་ཡོད། དེར་སྟེན་མཚོད་པ་དང་སྟོན་ལམ་བཏབ་གྱུར་ན།  
 བོད་ཡུལ་བརྟན་པ་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས། རྒྱད་པར་དུ། ཡུལ་སྟོགས། ས་སྟོགས། དེ་རུ་  
 ཞེས། བཤད་སྐྱབ་བརྟན་པ་དར་རྒྱས་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་གིས་ནས་བཏགས་འགྱུར་ན།  
 གང་གིས་པ་ལྟར་བརྟན་པ་དར་བར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་ཡུལ་རྒྱད་པར་ཅན་དེ། རྟོན་ཚེ་མཁའ་སྟོན་རྗེ་འབངས་སོགས་དུས་རབས་བརྒྱད་  
 པར་དངོས་སུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་སྐྱེས་གནས་རྒྱད་པར་ཅན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དེ་བཞིན།  
 དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་ནང་གཏེར་རྟོན་ཡོངས་ཀྱི་ནང་ནས་མཚོག་གི་སྐུལ་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་གཏེར་  
 ཚེན་རིག་འཛིན་ཚོད་ཀྱི་རྗེ་མ་འཕྲུ་ཅན་གྱིས་གནས་ཀྱི་སྐོ་ཐོག་མར་འབྱེད། ཟབ་གཏེར་མང་པོ་སྟེན་  
 དྲངས། གནས་སྤང་གཞི་བདག་རྣམས་དམ་བསྐྱགས་དང་གནས་ཚེན་བྱིན་འབེབས་སོགས་མཛད།  
 དཔའ་བོ་དུ་རིས་གཙོས་གཙུག་ལག་ཁང་མང་དུ་བཞེངས་ནས་བརྟན་པ་སྟེལ་དེ་སྐབས་སྐྱེ་འགྱུར་བརྟན་  
 པའི་རྟེ་གནས་ཀུ་ཐོག་དོ་རྗེ་གདན་ནས་ཀུ་ཐོག་པ་ཡེ་ཤེས་འབུམ་གར་ཀུ་ཐོག་པ་བསོད་ནམས་ཀྱལ་  
 མཚན་སོགས་ཤེབས་ནས་བརྟན་པ་སྟེལ། དེ་རྗེས་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་གྱི་མཇུག་ཙམ་དུ་ཉིད་ཀྱི་  
 ལྷའི་རྒྱུས་གར་མངའ་རིས་རིག་འཛིན་ཚེན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་གཞི་བདག་དམ་བསྐྱགས་སོགས་  
 དང་འབྲེལ་རྒྱལ་བ་དེ་ཚེན་སྟག་ནས་ཟབ་གཏེར་མང་པོ་གཏེར་ནས་སྟེན་དྲངས། དུས་རབས་བཅུ་བདུན་  
 པའི་འགོ་རྟོད་ཙམ་ལ་སྐུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་མཚོད་བཞི་གྱུ་རུའི་ལུང་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཡུལ་འདིར་སྐར་



ཡང་གནས་ཀྱི་སློང་འབྲེད་པའོ། བཅའ་ཆེན་པོ་མ་ལྷན་པ་བསྐྱོད་ཆེན་ཟུང་དུ་འདུག་པ་གངས་རྫོང་ས་མཁའ་ས་  
 ལྷོ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱུན་རྒྱལ་བ་ལྷ་བཙུན་ཆེན་པོ་ཀོང་པོ་ནས་འབྲས་རྫོང་ས་ལྷོ་འབྲེད་ནས་ཡོག་  
 བསམ་ཚོར་བུ་སྐྱང་དུ་ཞབས་སོར་འཁོད། གངས་རྫོང་ས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་རྩི་མ་མེད་པ་འཕགས་  
 མཚོག་སྐྱུན་རས་གཟིགས་གི་རྫོས་གར་བསམ་བཞིན་དུ་སྐྱལ་པ་མངའ་བདག་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྐྱུན་  
 ཚོགས་རིག་འཛིན་གྱི་གོ་དང་མངའ་རིས་ནས་སྐྱལ་ཡུལ་སློ་སྤྲེལ་ནས་ཚོར་སྐྱང་དུ་ཞབས་སོར་བསྐྱུར།  
 གངས་རྫོང་ས་མཁའ་ས་གྲུབ་སྤེལ་འབྲུང་གནས་གར་ཀམ་ཐོག་རྩི་རྩི་གདན་གྱི་མཁའ་ས་གྲུབ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་  
 རྒྱུན་ཀམ་ཐོག་ཀུན་དུ་བཟང་པོ། ལྷས་ཡུལ་བྱང་སློ་སྤྲེལ་ནས་གཡོག་བསམ་དུ་ཤེབས། རྫོང་ས་འདིའི་  
 ཚོས་སྤྲོད་གཉིས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོར་གྱུ་རུའི་བཀའ་ལུང་བཞིན། རྒྱལ་པོ་ཨེཾ་ཏཱ་ལྷ་རྩིའི་གདུང་  
 རྩི་མ་མེད་པ་སྐྱུན་ཚོགས་རྣམ་རྒྱལ་རྫོང་ས་འདིའི་གར་སྤོགས་ནས་ཤེབས། སྐྱལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་མཆོད་  
 གསུམ་གྱིས་ཡོག་བསམ་ཚོར་བུ་སྐྱང་དུ། རྫོང་ས་འདིའི་ཚོས་སྤྲོད་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོར་  
 གསེར་ཁྲིར་མངའ་གསོལ་མཛད། བཟུང་དང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རྒྱལ་སྤྲོད་ཚོས་བཞིན་སྐྱོང་རྒྱུའི་བཅའ་  
 འཁམས་སོགས་གཏན་འབེབས་མཛད།

ལྷ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་བཟུང་པའི་མང་གཞི་མཚོན་བྱེད་དུ། ཚེ་གསུམ་རེ་ཞལ་  
 བཞེས་མཛད་རྒྱ་གཏན་འབེབས་མཛད་པ་ནི། ལྷ་བཙུན་ཆེན་པོས། པད་མ་ཡང་ཅེ། ཐེག་མཚོག་  
 ཡང་ཅེ། ལྷན་ཅེ་བཅས་ཞལ་བཞེས་མཛད། མངའ་བདག་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས། རྣམ་ཅེ། བསམ་  
 འགྲུབ་ཅེ། རྣམ་རྒྱལ་ལྷ་ཅེ། ཀམ་ཐོག་ཀུན་དུ་བཟང་པོས། བྲག་ཏོག་དགོན་སོགས་ཅེ་ཞལ་ཞེས་  
 མཛད་པ་དབྱེད་རྒྱ། ཚོས་རྒྱལ་སྐྱུན་ཚོགས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས། རབ་བཏན་ཅེ། ལྷག་ཅེ། དབང་འདུས་  
 ཅེ་ཞལ་བཞེས་མཛད་ནས་མང་གཞི་འདི་རྣམས་གཙོ་བོར་དང་། གཞན་རྣམས་ལྷེ། མ་ཆི་ལྷ་ཁང་སོགས་  
 དང་། ས་གཞི་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་སྤྲོད་ཚོར་སྐྱང་བཀྲ་ཤིས་འོད་འབར་མཚོད་རྟེན། བཀྲ་ཤིས་སྤྲིངས་  
 མཚོང་བ་རང་གྲོལ་སོགས་ས་གནད་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་དབྲ་སྤི་མཚན་པ་དང་། ལྷ་ཁང་། མན་  
 རྫོང་སོགས་མཚོང་གྲོལ་སྐྱ་ཚོགས་བསྐྱུན་པར་མཛད་པའོ། ད་ལྟ་བར་ཡོངས་གྲགས་དགོན་ཆེན་དུག་

མི། བད་མ་ཡང་ཅི། བཀྲ་ཤིས་སྤངས། ར་ལང་། རུམ་བཏེགས། བཅ་བཟང་། སོ་གདོང་དགོན་  
 སོགས་ཀྱིས་གཙོས་དགོན་པ་མ་ཁེ་ལྷ་ཁང་སོགས་བརྩམས་ཆོག་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ཡོད། དགོན་སྡེ་མ་  
 ཁེ་ལྷ་ཁང་སོགས་ལ་རང་གི་ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་སྟོང་མའི་དགོན་པར་མཚོན་ན། རྩོན་  
 རྩེད་དང་། བྱང་གཏེར། ཀམ་ཐོག་ལུགས་སྲོལ་དང་། བཀའ་བརྒྱད་དགོན་དུ་བཀའ་བརྒྱད་ལམ་  
 སྲོལ་གཙོ་བོར་ཉམས་ལེན་གནང་བཞིན་ཡོད། མ་ཁེ་ལྷ་ཁང་རྣམས་ལ་དུས་ཚེན་ཁག་ལ། ལྷུང་གནས་  
 དཀར་པོ་ཆ་བརྒྱད་ཆོགས་མཚོད་སོགས་རྣམ་དཀར་གྱི་བྱ་བ་མ་ཁེ་བའོ་གུ་རུ་ཨ་མི་རྟེ་བ་དུང་རྒྱུབ་སོགས་  
 གྲུང་གཙུག་གི་ཡོད། ཆོ་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་རྣམས་ལ་གནས་སྲོལ་ལྷ་བསང་ཁྲུས་གསོལ་དང་། ཟླ་བ་བདུན་  
 པའི་ཆོས་ཀྱི་ལ་འབྲས་རྩྭ་དང་ས་གནས་སྤྱང་ཡོངས་ཀྱི་གཙོ་བོ། ཀངས་ཅན་མངོ་ལྷ། དཔལ་བོ་རྟོ་  
 རི། ལབ་བདུད་སོགས་ལུ་གདའ་བར་གྱི་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་མཚོད་འབྲལ་བསང་གསེར་རྩེམས་  
 གནས་གསོལ་རྒྱས་པ་གར་འཆམ་དང་བཅས་གསོལ་བ་དང་། ལོ་བརྟན་བརྟན་པ་སྤྱིའི་ལབས་རིམ་  
 ལྷུང་ཆེན་བཀའ་བརྒྱད། ཟླ་ང་དགོངས་འདུས་ གུ་རུ་དྲག་དམར། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྗེའི་གཏོར་  
 བརྗོག །བདེ་གསེགས་ཀུན་འདུས་ཀྱི་རྒྱབ་མཚོད། རིག་འཛིན་རྒྱབ་མཚོད། རོར་སེམས་རྒྱབ་མཚོད་  
 སོགས་རྒྱབ་ཆེན་ཁག་དགོན་སྡེ་ཁག་རྣམས་ལ་རྒྱབ་མཚོད་རྒྱས་པ་གནང་བཞིན་ཡོད། འདི་ལྟ་བུའི་  
 ལྷས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་ཡི། ཀངས། བྲག་རི། མཚོ། ལུ་སྤྲུ། བེང་རྣམས་ལ་མི་གཙང་  
 ཉམས་ཀྱི་བ་སོགས་བྱུང་ཚོ། གནས་སྤྱང་གཞི་བདག་རྣམས་འཁྲུག་པར་གྱུར་པ་ནི། མངོད་ལྷ་ཁྲོས་  
 ར་ལྷག་གི་འཛིགས་པ་བྱུང་། ཐང་ལྷ་ཁྲོས་ན་མི་ཚོད་ཀྱི་འཛིགས་པ་བྱུང་། བདུད་ཁྲོས་ན་དོམ་གྱི་  
 འཛིགས་པ་བྱུང་། ལྷ་ཁྲོས་ན་དུག་རྒྱུལ་གྱི་འཛིགས་པ་བྱུང་། བཙན་ཁྲོས་ན་སྤང་ཀུ་དང་འཕར་པའི་  
 གཞོད་པ་བྱུང་བ་སོགས་མདོར་ན་གནས་སྤྱང་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་སྤུག་སྤུག་ཤོར་ན། ཆར་ཆུ་དུས་  
 ལུ་མི་བབས། མི་ནད་སྤུག་ནད། རང་འཁྲུགས་སུ་གེ་སོགས་བྱུང་བས་མི་བདེ་བ་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་རོ། དེས་ན་གཞི་བདག་ལྷ་འདེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གཉན་པས། ཐོ་ཅོད་དང་། ལྷོ་སྤྱོད། ལྷོ་སྤྱོད།  
 ལྷོ་སྤྱོད། ཐབ་ཞིབ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རིགས་སྤངས་ནས་ལུང་པའི་མཐིལ་དང་གསུམ་མདོ་ཐམས་

ཅད་དུ་མཚོད་རྟེན། མ་ཁི་ལྷ་ཁང་། གནས་སྤང་གཞི་བདག་རྣམས་ལ། གནས་གསོལ་སང་ཁྱེས།  
 ཡུལ་ལྷ་ལ་མཚོད་འབུལ། རི་དྲགས་སོགས་ལ་གནོད་འཚེ་སྤང་བྱེད་ན་བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྷན་ལ་འགྲུན་  
 རྣམས་པ་འབྱུང་ངོ་། དེ་ལྷ་པུའི་གནས་མཇལ་བའི་ཕན་ཡོན། གནས་འདི་ལྷ་པུའི་ཙ་ཚུ་གིང་གསུམ་  
 ལ་རིག་པ་དང་། ཟློས་པ་ཙམ་གྱིས་རྒྱུན་འཁུར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི། ཅད་གདོན་རྫིག་སྦྱིབ་འདག །མཚོག་  
 ཐུན་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་། གནས་འབྲེལ་ལན་གཅིག་བྱས་པས་རིག་འཛིན་གྱི་གྲུལ་ལ་འཁོད་ཅིང་། གཏན་  
 དུ་སྦྱབ་པ་བྱས་ན་སྤང་པོ་ལྷག་མེད་དུ་མཁའ་སྦྱོད་ཀྱི་གནས་སུ་འགྲོངས་པ་རིག་འཛིན་གྱི་སྦྱོབ་དཔོན་པད་  
 མ་འབྱུང་གནས་དང་། རོ་མོ་མཚོ་རྒྱལ། ཨ་ཙཱ་ཡ་ས་ལེ། སྦྱོབ་དཔོན་རྣམ་མཁའི་སྦྱིང་པོ་ལ་སོགས་  
 པས། གཏེར་ཁ་དཔག་མེད་ལས་གསུངས། དེའི་སྤྱིར་སྤྲུག་མཚོད་པ་ཞབས་ཏོག་བཀུར་སྟེ་ལ་སོགས་  
 བྱས་ན་ཚུད་མི་ཟ་ཞིང་། ཚེ་འདིར་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་དང་། བྱེ་མ་རྣམ་མཁུན་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་གསུངས་སོ།།

དབུད་གཞིའི་འབྱུང་ཁུངས་ནི།

- ༡ ལྷ་མ་དགོངས་འདུས་ ལུང་བསྟན་བཀའ་རྒྱུ་མ།
- ༢ རིག་འཛིན་ཚོད་ལྷུ་ཙམ་གྱི་གནས་ཡིག
- ༣ བདེ་ཚེན་སྦྱིང་པའི་གནས་ཡིག
- ༤ པད་མ་སྦྱིང་པའི་གནས་ཡིག
- ༥ ལྷ་བཙུན་བཀའ་འབུལ།
- ༦ ལྷ་བཙུན་གཉིས་པའི་འབྲས་སྦྱོངས་གནས་ཡིག
- ༧ འབྲས་སྦྱོངས་རྒྱལ་རབས་ དྲངས་གསལ་མེ་ལོང་།

**SBAS-YUL 'BRAS-MO-LJONGS**  
**(HIDDEN VALLEY OF BOUNTY)**

**-Dr. Rigzin Ngodup Dokham**

In this paper an attempt has been made to give a narrative of flora and fauna of this land of sylvan beauty and an exquisite external and internal divine sphere of the land.

There are some of the enchanting and thrilling passages of the description of the land in the original Tibetan version. The revealers of hidden treasure have given various narrative of the sBas-Yul 'Bras-Mo-ljong's derivative meaning of the name of the land. (i) Valley of fruits, (ii) Hidden Valley, (iii) Bar-yul or the country sandwiched between the two countries i.e., Nepal and Bhutan. The last is the new found interpretation which is never found in so far modern books on Sikkim.

The Guru Padmasambhava/Maha Guru Padmasambhava visited and blessed this sacred land along with his twenty five disciples in the second half of the eighth century A.D. He consecrated many holy shrines of Dakkar Tashiding in West Sikkim.

I tried to explain why the land is held in high esteem and holy with functioning of monasteries and Mani Lhakhangs.

A description of the four caves are also given. In four cardinal points around the Tashiding are (i) The East Bayphug or the secret cave lies between the Tendong and Maynom mountains. (ii) The South Khandu Sangphug, as the cave resort of occult fairies. Here is a hot spring and on the rock are foot prints of the Guru. (iii) The West Dechen phug or cave of the Great Happiness. It is in the snow near Dzungri. (iv) The North Lhari Nyingphug or the central cave of Gods on the hill, situated along the most difficult path and most holy of the four.

I think this narrative of the Bayul Demozong may benefit the Buddhist pilgrims and may inspire the devout travellers in Sikkim.