



Royal University of Bhutan

རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། ལྷག་ཚེ་ ཀྲོང་གསར།
འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་མེ།



རིག་གཞུང།

ཞིབ་འཇོལ་དུས་དེབ།

འབྲུག་གི་ལམ་སློལ་མི་ཉམས་རྒྱན་སྐྱོང་འབད་དེ་མི་ལོ་༥༠འཁོར་བའི་དུས་ཅན་
བརྗེ་སྤྱང་ལུ་ཞིབ་འཇོལ་དུས་དེབ་འདི་དཔར་སྐྱུན་ལྷན་ཨིན།

Research Journal

Special Issue in commemoration of
50 years working to preserve Bhutanese Culture

Published by:
The Centre for History and Culture
Institute of Language and Culture Studies
Royal University of Bhutan

ཞིབ་འཇོལ་དུས་དེབ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་ལྷན་སྐྱེ་ཆེ་ གྲོང་གསལ།

ཚོམ་སྒྲིག་ལུན་དག

- ཨིང་རྟན་འབྲི་ཚོམ ⊖ Matthew G. Robinson, English Lecturer,
ILCS, Taktse
- ཚོང་ཁ་འབྲི་ཚོམ ⊖ ངག་དབང་རྒྱ་མཚོ། ཞིབ་འཇོལ་གཙུག་ལག་སྒྲིག་འཛིན།
- དུས་དེབ་ཐོན་རིམ ⊖ དང་པ། སྤྱི་ཚེས་༡༧/༡༡/༢༠༡༣
- དུས་དེབ་ཟུང་ས་ཁ ⊖ ལྷ་བརྒྱ་ཐམ་པ།
- དུས་དེབ་བཟོ་བཀོད ⊖ ཀུན་བཟང་ལྷ་མོ། ཀུན་གསལ་ལས་འཛིན།
- དཔར་སྐྱུན་འབད་མི ⊖ འབྲུང་རབས་དང་ལམ་སྲོལ་ལྟེ་བ།
- དཔར་སྐྱུན་ས་གནས ⊖ ཀུན་གསལ་རང་སྐྱོང་ལས་འཛིན། ཐིམ་ཕུ།
- གནམ་ལོ ⊖ ཚུམ་སྐྱུལ་ལོ། ༢༠༡༣



རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་ལྷན་སྐྱེ་ཆེ་ གྲོང་གསལ།
འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་ལྷན།



ཞིབ་འཇོལ་དུས་དེབ།

འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་མི་ཉམས་རྒྱན་སྐྱོང་འབད་དེ་མི་ལོ་༥༠འཁོར་བའི་དུས་དབ
བཅི་སྲུང་ལུ་ཐིམ་ཕུ་ཞིབ་འཇོལ་དུས་དེབ་འདི་དཔར་སྐྱུན་ལུ་ཨིན།

Research Journal

(Special Issue in commemoration of 50 years working to preserve Bhutanese Culture)

Published by:
The Centre for History and Culture
Institute of Language and Culture Studies
Royal University of Bhutan

དཀར་ཆག

མང

ཤོག་གྲངས་

༡	རྟོན་འབྲེལ་སློང་པོའི་རྣམ་བཤད་རྒྱ་མཚོའི་ཐོག་པ། ཚོས་བསྟན་ཚེ་རིང། མཁས་མཚོག་ཞིབ་ལོགས། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༡
༢	སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ལྷག་པའི་ཕན་ཡོན་རབ་གསལ་ལྟའི་རྩ་སྒྲ། སྐལ་བཟང་དོ་རྗེ། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༡༠
༣	དད་པའི་རྣམ་བཤད་མེ་ལོང། བསོད་ནམས་དོ་རྗེ། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༡༥
༤	སྐར་སྟོལ་རིམ་གྲོའི་མདོས་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་དེའི་བདེ་དོན་རྟགས་གསུམ། སྐལ་བཟང་དོ་རྗེ། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༡༩
༥	རྒྱ་ཡངས་ཐང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ལོ་བསྟར་བཞེན་མཚོད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁྱེད་བདུད་ལྷ་གསོལ། རག་དབང་རྒྱ་མཚོ། ཞིབ་འཚོལ་གཙུག་ལག་སློབ་འཛིན། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༣༠
༦	སྐལ་བཟང་བཙན་འཆམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེའི་འབྲུང་ཁུངས། བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༤༠
༧	རྒྱ་ཡངས་ཐང་དང་སྐར་ལོ་མི་ཚུ་གིས་ལོ་ཐོག་གསལ་པའི་ཕུད་ ཕུལ་བའི་ལོ་དུས་གསོལ་མཚོད། རག་དབང་རྒྱ་མཚོ། ཞིབ་འཚོལ་གཙུག་ལག་སློབ་འཛིན། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༥༠
༨	གྲོང་གསལ་གཡུང་རྒྱུ་ཚོས་སྤྱི་ལོ་ཆགས་རབས། བདེ་ཚེན་ཚོས་ཉིད། ལེགས་བཤད་པ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།	༥༥

8	Examining Change in Jangbi Community Tenzin Jamtsho and Matthew G Robinson Institute of Language and Culture Studies	79
9	Healing of Fractures and Joint Disorders by a Local Healer Chencho Tshering, Lecturer Institute of Language and Culture Studies	95
10	Re-evaluating the History of Gyelwa Lhanangpa Sonam Nyenda, Lecturer Institute of Language and Culture Studies	101

རྟོག་འབྲེལ་སྲིང་པོའི་རྣམ་བཤད་རྒྱ་མཚོའི་ཐིག་པ།

ཚོས་བསྟན་ཚེས་ལྔ། མཁམ་མཚོག་ཞིབ་རྟོག་ལ།

རིག་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲ།

སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 ཇི་ལྟར་གནས་ལུགས་མདོན་དུ་འགྲུར་ཏེ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལ་རིག་གྲངས། ཇི་སྟེང་མཚུན་པས་
 འགོ་བའི་ལམས་དབང་བསམ་པ་མ་ལུས་རིག་ཅིང་གཟིགས། བརྟེ་བའི་ཞག་པས་མ་ལུས་འགོ་
 ལྷོས་དམ་དུ་འབྱུང་པའི་མཚན་བཟང་ནི། ལྟ་དང་མི་ཡི་འཇིག་རྟོན་མེད་ཐུབ་དབང་སྐྱེ་བའི་
 མཚོག་ལ་འདུད། གང་གི་གསུང་རབ་བྱེ་བ་སྐྱབ་པའི་བརྩུད། ། ཡང་དག་རྟོན་འབྲེལ་སྲིང་པོ་སྐྱེ་བའི་
 ལམས། རྒྱལ་བཟང་འགོ་བའི་ལ་ཐོད་གཡོ་བའི་ཕྱིར། རྒྱལ་དུ་བྱིན་གྱི་དགའ་བས་དང་དུ་ལོངས། །
 ཞེས་མཚོད་བཟོད་དང་ཚོམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་ཚོག་གི་མེ་ཏོག་སྟོན་དུ་འཐོར་ནས་འདིར་རྟོན་
 འབྲེལ་སྲིང་པོའི་རྟོག་བཤད་པ་མདོར་བསྟུས་ཅིག་ལུ་ནི་ཡིན།

ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྒྲུབ་ལས། ཡོད་མེད་དུ་མ་གྲགས་ཏེ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 བོད་སྐད་དུ་སྦྱར་ན། ཚོས་རྣམས་བཅས་ཅད་རྒྱ་ལས་འབྱུང། ཇི་སྟེང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་
 གསུངས། རྒྱལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ། ཇི་གོ་སྟོང་རྟོན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས། ཟེར་བའི་དོན་
 ཡིན། ཡོ་ནི་སྦྱིར་སྐྱོགས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཡིན་མཁམ་ལས་གསུངས་སྐྱོགས་འདིའི་སྟེང་གྱི་བཤད་པ་དང་
 འབྲེལ་བ་མེད་པས་བཞག། མཇུག་གི་སྐད་ཟེར་མི་ཡང་སྦྱིར་སྐྱོགས་ཀྱི་མཐའ་རྟོན་དམིགས་པ་གིས་
 ཁ་འགྲུར་འབད་ནི་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་ལས་གསུངས་སྐྱོགས་འདི་གིས་སྐབས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལས་བཞག་
 ཞི་ཡིན། བར་དོན་རྟོན་འབྲེལ་སྲིང་པོའི་ནང་བ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཚོས་ག་ར་གི་སྲིང་པོ་བསྟུ་རྒྱུགས་པ་
 ཡིན།

འདི་ལྟོ་ཚོག་གི་འབྲེལ་བ་མདོར་བསྟུས་ཅིག་རྒྱལ་བ་ཅིན། ཚོས་རྣམས་བཅས་ཅད་རྒྱ་ལས་
 བྱུང། ། ཟེར་བའི་དོན་ནི་ཚོས་རྣམས་བཅས་ཅད་ཟེར་མི་དེ་འཁོར་བ་ཡི་བསྟུས་པའི་ཚོས་བཅས་ཅད་
 ལྷོག་ནི། འདི་ལྟོ་དབྱེ་བ་ ཅིན་འབྲས་བུ་སྐྱོག་བསྐྱུག་བདེན་པའི་ཚོས་དང་རྒྱུ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་

ཚོས་ཟེར་གཉིས་ལུ་བསྐྱོད་འོང། འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བདེན་པའི་ཚོས་ནི། ལྷོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་
བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གཉིས་ཡིན། རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་བ་ཅིན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་
གཉིས་ཡོད།

འཁོར་བ་འབྲས་བུའི་ཚོས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བདེན་པ་རྣམས་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་
གཉིས་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་མོ། དེ་རྒྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།། ཟེར་འབྲས་བུ་སྐྱུག་
བསྐྱེད་བདེན་པ་དེ་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་མངའ་བ་
འཇིག་རྟེན་ན་སྐྱ་བ་ཀུན་གྱི་མཚོག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སངས་རྒྱུས་བཙུན་ལྡན་འདས་རང་གིས་
མཁུན་ཏེ་གསུངས་ཡོད། ཕྱི་རོལ་པ་གཞན་གྱི་སྐྱབ་དོ་བཟུམ་སྣོད་བཅུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ག་ཡེ་ར་བྱེད་
པ་པོ་གཅིག་གིས་བཟོ་བཟོས་མིན་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། དོན་དག་འདི་གིས་ཕྱི་ནང་གི་ཁྱད་པར་དབྱེ་བ་
ཕྱེ་དགོས་ཡིན་མ་ལས་ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་བ་མཐའ་སྐྱོར་སྐབས་འདི་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བཤད་དགོས་ཡིན།

རྒྱ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ། །ཟེར་མི་ནི་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་བཀག་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་
འགོག་པའི་འགོག་པའི་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐོབ་ནི་དང་། དགེ་སྦྱོང་ཚེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས། །ཟེར་མི་དེ་འཁོར་བའི་རྒྱ་
འབྲས་གཉིས་བཀག་སྟེ་སྤང་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་འགོག་པ་ཐོབ་པའི་ལམ་
ཡང་དགེ་སྦྱོང་ཚེན་པོ་ཟེར་སངས་རྒྱུས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་སོ་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན།

༥ བདེན་པ་བཞི་ཉམས་སུ་ལེན་ཐངས་ལུ་སྐྱུར་བ་ཅིན། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཟེར་བའི་སྐབས་
སྐྱུག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ལུ་ངོས་བཟུང་ནི་དང་། འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལུས་ལེན་ཚར་མི་
འདི་སྤང་བཟོས་མེད་པ་ལས་ལོག་ན་ལས་པར་མི་བྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྦྱོན་ཤེས་ཏེ་འཁོར་
བ་ལུ་ངོས་པར་བྱུང་དགོས་ཡིན། དཔེར་ན་རང་ལུ་ཡོད་པའི་ནད་འདི་ངོ་ཤེས་དགོས་བཟུམ་ཡིན།
སྐྱུག་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ། །ཟེར་མིའི་དོན་འདི་ལུ་གོ་ནི། རྒྱ་ལས་བྱུང་ཟེར་བའི་སྐབས་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་
བདེན་པ་ལུ་ངོས་བཟུང་ནི་ཡིན། སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་མིའི་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་ཡིན་ལས་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་ལས་
དང་ཉོན་མོངས་པ་འདི་མེད་པ་ཅིན་འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་སྟེ་བ་མེད་པ་ལས་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་ལས་ཉོན་སྤང་
དགོས་ཡིན། དཔེར་ན་ནད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་སྤང་བ་ཅིན་ལོག་ནད་འདི་མི་འབྱུང་ནི་ཡིན་མ་ལས་རྒྱ་སྤང་དགོས་

ཡིན། རྒྱ་ཀུན་བྱུང་སྦྱོང་བར་བྱ་ཟེར་བའི་དོན་འདི་ཡིན། འདི་གཉིས་ལུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཟེར་
སྐྱབ་ཡིན།

རྒྱ་ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ། ཟེར་བའི་དོན་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བདེན་པ་དེ་ལས་རྟེན་བྱུང་བའི་
འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བདེན་པ་གཉིས་འགོག་པ་ཟེར་བཀག་ཐབས་(འབད་མི)གང་ཡིན་པ་དེ་སྤང་བ་
ལས་འདས་པའི་འབྲས་བུ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ལུགས། འགོག་པ་ཟེར་མི་སྐྱུག་
བསྐྱེད་བཀག་མི་ལུ་སྐྱབ་ཡིན། སྐྱུག་བསྐྱེད་བཀག་པ་ལུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་དགོས་ལས་རྒྱ་
ལ་འགོག་པ་ཟེར་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བཀག་དགོས་གསུངས་ལུགས། རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བཀག་པ་ཅིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་རང་
བཞིན་གྱིས་འགག་འགྲོའོང།

འདི་ལུ་འགོག་པ་ཐོབ་པའི་དོན་ཡིན་མ་ལས་འབྲས་བུ་འགོག་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་དགོས་ཡིན་
ཟེར་གསུངས་ལུགས། དཔེར་ན་ནད་རབ་ཏུ་ཞི་བ་བཟུམ་ལུ་གོ་ནི། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ།
ཟེར་མི་དོན་འདི་ཡིན་མས། དགེ་སྦྱོང་ཚེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས། །ཟེར་མིའི་དོན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ངོ་
ཤེས་ནས་དེའི་རྒྱ་ཀུན་བྱུང་སྤང་དགོས་ཤེས་ནི་དང་། རྒྱ་ཀུན་བྱུང་བ་ལས་བརྟེན་འགོག་པ་མངོན་
སུམ་དུ་ཐོབ་དགོས་ཅིན་ལམ་ཡང་དག་པ་རང་རྒྱུད་ལུ་བརྟེན་དགོ།

འདི་བཟུམ་དགེ་སྦྱོང་ཚེན་པོ་ཟེར་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཚོས་འདི་(སྐད)བཟུམ་གསུངས་
ལུགས་ཟེར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ལམ་སྐྱེད་ཀྱི་སྦྱོན་པ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བ་ཡིན་མ་བསྟན་
ཡོད། དཔེར་ན་ནད་ཞི་བའི་དོན་ལུ་སྦྱོན་བསྟེན་དོ་བཟུམ་ཡིན། ལམ་རྒྱུད་ལ་བསྟེན་པར་བྱ།
ཟེར་མི་དོན་དག་འདི་ལུ་གོ་སྟེ་ཡིན། མགོན་པོ་བཟུམ་པས། བདེན་ཤེས་བྱ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་ཀུན་སྤང་བ་
ལ། །བདེ་གནས་ཐོབ་བྱ་སྦྱོར་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་སྟེ། སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་
ལས། །ཤེས་བྱ་སྤང་བ་རིག་པར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་བཀའ་སྐྱེད་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་
དགོས་ཡིན།

འཁོར་བ་ལུ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས། སྤང་འདས་ལུ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་རྟེན་བརྟེན་པར་བྱུང་བ་ལས་རྟེན་
འབྲེལ་གྱི་དོན་ཡིན་ནི་འདི་གིས་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོ་དང་བརྟེན་དོན་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པ་གཉིས་
དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན།

༥ རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ལུ་སྦྲར་བ་ཅིན། བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་ འདི་ཡོད་པ་ལས་འདི་
འབྱུང་། མ་རིག་པའི་རྟེན་གྱིས་འདུ་བྱེད། ལས་སྤྱོད་པའི་རྟེན་གྱིས་ཆ་ཤི་ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པས་
ཕྱི་ནང་གི་འདུས་པའི་འཁོར་བའི་ཚོས་ག་ར་རྒྱ་དང་རྟེན་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་བྱེད་པ་
པོ་གཞན་ཅིག་གིས་བཟོ་སྟེ་བྱུང་བ་མིན་པར་ཤེས་དགོ་པའི་དོན་ཡིན་མས། ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་
རྒྱ་ལས་བྱུང་། ཟེར་མི་གིས་ འདི་ཡོད་པས་འདི་བྱུང་ཟེར་མི་དང་མ་རིག་པའི་རྟེན་གྱིས་ཆ་ཤི་བྱུང་
བར་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་འཁོར་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྟེན་ལུ་རགས་ལས་པ་མ་གཏོགས་རྒྱ་
མེད་རྟེན་མེད་འབད་བྱུང་ནི་མེད་པར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བྱུང་ཚོས་བྱེད་པ་པོ་རྟེན་པ་རང་དབང་
ཅན་ཞིག་གིས་བཟོ་བཀོད་འབད་མ་མིན་པར་སྟོན་མ་ཡིན། གནས་དང་གནས་མིན། ལས་རྒྱ་འབྲས་
སྐྱར་སྐབས་འདི་ལུ་སྦྲར་ཏེ་བཤད་དགོ།

རྒྱ་ལས་འབྱུང་ཟེར་མི་འདི་གིས་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་ལུ་གསུང་བྱུང་གི་དོན་བསྟན་པ་ཡིན།
ཚིག་རྒྱ་འདི་གིས་འཁོར་བ་སྐབ་རྒྱལ་རྒྱ་འབྲས་བཅས་གསུངས་པ་ཡིན། རྟོན་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས།
རྒྱ་རྟེན་ལས་སྤྱོད་དངོས་པོ་རྣམས། །གང་དག་ཉིད་ཏུ་རྟེན་པ་གང། །འདི་ནི་རྟོན་པས་མ་རིག་
གསུངས། ། དེ་ལས་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་བྱུང། །ཞེས་གསུངས་སོ།

དེ་རྒྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས། ཟེར་མི་འདི་གིས་རྒྱ་རྟེན་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་
བདག་དང་གཙོ་བོ་བཟུམ་གྱིས་སྟོན་བརྒྱད་བཟོས་མིན་པར་ཤེས་མི་འཇིག་རྟེན་ན་སྦྱོར་བ་ཀྱང་གྱི་ནང་
ནས་མཚོག་ཏུ་འགྱུར་བ་ནི་སྟོན་པ་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱི་རིང་ལུ་གསུངས་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ཡིན།
དཔེར་ན་ཚོ་དེས་རྒྱ་ལོ་མེད་པའི་སྤྱང་ག་དང་ན་བ་ཚ་བ་མང་མི་རྒྱ་བྱེད་པ་པོ་ལྟ་དབང་སྤྱུག་ཐུགས་
མ་དེ་གྱེས་པ་ལས་བྱུང་བར་འདོད་མི་དེ་ལོར་འཁྲུལ་ཅན་ཡིན་མ་མཁུལ་ཏེ་དེ་མིན་པར་རང་རང་གི་ཚོ་
སྦྱོར་ལུ་གཞན་གྱི་ལོ་རྟོག་པ་དང་བརྒྱད་དེག་འབད་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱོད་ཡིན་ཟེར་གསུངས་མི་

འདི་སྟོན་པ་གཞན་གྱི་མ་ཤེས་པ་ཡིན་མ་ལས་ཆ་ཤི་དེའི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་སོགས་ཡིན་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་
པས་གསུངས། ཟེར་ཐམས་ཅད་མཁུལ་པའི་བྱུང་ཚོས་སྟོན་མ་ཡིན། ཅུ་ཤེར་ལས། གང་གིས་ཐུགས་
བརྩེས་ཉེར་བཟུང་ནས། །ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་བྱིར། །དམ་པའི་ཚོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །གོ་ཏམ་
དེ་ལ་ལུག་འཚལ་ལོ། །ཟེར་གསུངས་མི་ཡང་དོན་དག་འདི་བཟུམ་དགོངས་ཏེ་གསུངས་མ་ཡིན། རྒྱ་ལ་
འགོག་པ་གང་ཡིན་པ། །ཟེར་མི་འདི་རྟེན་འབྲེལ་ལུ་གསུངས་སྟོན་གི་དོན་སྟོན་མ་ཡིན།

མ་རིག་པ་འགག་ན་འདུ་བྱེད་འགག་ནས་སྤྱོད་བ་འགག་ན་ཆ་ཤི་འགག་གི་བར་དུ་གསུངས་པའི་དོན་
ཡིན། འཁོར་བ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་འགག་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་
ཚད་དེ་འགོག་པ་ཟེར་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཡང་དག་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། ཟེར་བའི་དོན་ཡིན། ལྷག་པས་
འདི་ལུ་འཁོར་བ་སྤངས་ཏེ་ཐར་པའི་ལམ་སྤྱོད་རྒྱལ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ག་ར་གིས་ལྟ་
སྟོན་སྟོན་གསུམ་གྱི་སྐྱར་རྒྱས་བཤད་འབད་བ་ཅིན་འདི་ན་འབད་དགོ། དག་སྟོན་ཚེན་པོས་འདི་སྐྱད་
གསུངས། །ཟེར་མི་གི་དོན་ནི། ལུགས་བྱུང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་ནས་འཁོར་བ་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བྱུང་ཡིན་པར་གྲུབ་སྟེ་བདག་རང་དབང་ཅན་དང་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་གིས་ཐུགས་དེ་གྱེས་མི་
དེ་གྱེས་ལས་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་སོགས་རྒྱ་འབྲས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་བཀག་ནས་ལམ་ཡང་དག་པ་བསྟན་
གནང་མི་ལུ་དག་སྟོང་ཚེན་པོ་ཟེར་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་འདི་སྐྱད་གསུངས་ཡོད།
ཟེར་བའི་དོན་དང་། ལུགས་སྟོན་གི་རྒྱལ་དུ་འཁོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལམ་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བྱུང་ལུགས་ལས་སྟོན་རྒྱལ་ཤེས་པའི་སྟོན་ལས་འབྲས་བུ་སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་གོ་འཕང་
ཐོབ་རྒྱལ་གསུངས་མི་ལུ་དག་སྟོང་ཚེན་པོ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལུན་ཀྱིས་འདི་སྐྱད་གསུངས་ལུ་ག་ཟེར་
བའི་དོན་ཡིན་ནོ།

རྟེན་འབྲེལ་ལུ་གསུངས་བྱུང་དང་ལུ་གསུངས་སྟོན་གི་རྒྱལ་རང་གིས་རྟོགས་ཏེ་གཞན་ལ་བསྟན་གནང་མི་དེ་ལུ་
དག་སྟོང་ཚེན་པོ་ཟེར་གསུངས་ལུ་ག་ མདོ་ལས། འཇིག་རྟེན་རྒྱུད་པ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ལི་ཅུ་བ་མ་རིག་
སྟེ། །གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་སྟོན་པ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་བྱུང་བར་གསུངས། །ཟེར་གསུངས་སོ། །
ཐེག་པ་ཚེན་པོའི་ལུ་གསུངས་ལུ་རྟེན་འབྲེལ་དང་སྟོན་ཉིད་དོན་གཅིག་ལུ་གོས་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྱིང་
པོ་སྟོན་ཉིད་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བྱུང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྟོན་ཉིད་ཡིན་མ་སྟེ་གོ་མི་འདི་ཐེག་པ་

ཚེན་པོའི་ལྷ་ཚོས་ཡིན་ནོ། དབྱ་མ་ཚ་བ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་འགའ་
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི། །ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་གསུངས་
 རྟོ་བཟུམ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་སྟོང་པོ་འདི་ལས་འཕྲོས་ཏེ་སྟོང་རྟེན་བྱུང་གི་ལྷ་བ་དབྱ་མའི་གཞུང་འདི་ལུ་
 སྐྱར་ཏེ་བཤད་དགོ་བ་ཡིན།

༥ རྟེན་འབྲེལ་འདི་ལུ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་དང་ནང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ཟེར་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད། ཕྱིར་རྟེན་
 འབྲེལ་ནི་འདི་ཡོད་པ་ལས་འདི་འབྲུང་ཟེར་མི་ས་བོན་འདི་ཡོད་པ་ལས་ལྷ་གྲུ་འདི་འབྲུང་ཟེར། ལྷ་གྲུ་
 ལས་སྟོང་པོ། དེ་ལས་ཡལ་ག། དེ་ལས་ལོ་མ། དེ་ལས་སྐྱབ་ཆབ། དེ་ལས་མེ་རྟོག། དེ་ལས་འབྲས་
 བུའི་བར་གཅིག་གིས་གཅིག་བརྟེན་ནས་འབྲུང་མི་ལུ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།

ནང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ནི། མ་རིག་པ་ནས་
 ཀླ་ཤི་འི་བར་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་
 འབྲུང་མི་འདི་ལུ་སྐབ་ཡིན། ནང་གི་
 རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ནི། མ་
 རིག་པ་ཟེར་མི་འདི་མ་ཤེས་མི་ལུ་གོ་ནི།
 ཐོག་མ་འཁོར་བ་འཁྲུལ་བའི་སྐབས་འབད་
 བ་ཅིན་དུན་མེད་ཤེས་པ་ཐོམ་མེ་བ་ཟེར་བའི་
 མོངས་པ་ཡིན་ལ། འཁོར་བ་འཁྲུལ་
 ཚར་ཞིམ་ལས་མ་རིག་པའི་རྒྱུ་འབད་ཐངས་
 བྱི་དགེ་སྤྲེལ་གྲང་དོར་མི་ཤེས་པ་ཙམ་
 གྱི་ཆ་ལུ་མ་རིག་པ་ཟེར་གོམ་ཡིན། འཁོར་བའི་
 རྒྱུའི་ཐོག་མ་ཡང་ཡིན་ལ་གཙོ་བོ་ཡང་ཡིན།



འདུ་བྱེད་ནི། ལས་ལུ་གོ་ནི། མ་ཤེས་པ་ལས་བརྟེན་དགེ་མི་དགེ་མི་གཡོ་གསུམ་གྱི་ལས་
 བསགས་མི་ལུ་གོ་ནི།
ནམ་ཤེས་ནི། ལས་ལུ་བརྟེན་ལུལ་གྱི་ནམ་པ་ཤེས་མི་ལུ་གོ་ནི།
མིང་གཞུགས་ནི། ནམ་ཤེས་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ལུས་ཉེ་བར་གྲུབ་སྟེ་གཞུགས་ཙམ་དང་ཚོར་བ་
 སོགས་སེམས་གྱི་སྤྱང་པོ་བཞི་ཚུ་གྲུབ་པ་ཙམ་གྱི་ཆ་ལུ་མིང་གཞུགས་ཟེར།
 མིང་ཟེར་མི་སེམས་གྱི་སྤྱང་པོ་བཞི་ལུ་གོ་ནི་དང་། འདི་ཡང་གཞུགས་མེད་
 ལུ་སྟེ་བ་ལེན་པ་ཅིན་གཞུགས་མེད་པ་ལས་སྤྱང་པོ་ལྷག་མ་བཞི་ཡོད་དགོ་བ་ལས་
 མིང་ཟེར་གསུངས་མ་ཡིན། གཞུགས་ཟེར་མི་གཞུགས་སྤྱང་ལུ་གོ་ནི་ཡིན་མ་ལས་
 སྤྱང་པོ་ལྷ་གྲུབ་ཙམ་གྱི་ཆ་ལས་བཞག་པ་ཡིན།
སྐྱེ་མཚེད་དུག་ནི། གཞུགས་གྱི་སྤྱང་པོ་ལུ་ནམ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྐོ་བཟུམ་འབད་མི་མིག་ལ་སོགས་པ་
 དབང་པོ་དོད་མི་ལུ་སྐྱེད་མཚེད་དུག་ཟེར་གོམ་ཡིན།
རེག་པ་ནི། མིག་སོགས་དབང་པོ་ཚུ་ཡོད་པ་ལས་ལུལ་ལུ་རེག་པ་འམ་ཤེས་པ་སྐྱེ་མི་ལུ་རེག་པ་
 ཟེར་གོམ་ཡིན།
ཚོར་བ་ནི། དབང་ལུལ་རེག་པ་ལས་ཚོར་བ་བཟང་རན་སྐྱེ་མི་ལུ་ཚོར་བ་ཟེར།
སྲིད་པ་ནི། ཚོར་བ་བདེ་སྐྱབ་སྐྱེ་མི་ལས་བུལ་མ་སྟོང་ནིའི་ཆགས་སེམས་སྐྱེད་མི་ལུ་སྲིད་པ་
 ཟེར།
ལེན་པ་ནི། ཆགས་པ་སྐྱེད་དེ་དང་དུ་གྲང་ནིའི་དོན་ལས་ལུལ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལུ་ལེན་པ་ཟེར།
སྲིད་པ་ནི། ལེན་པ་ལས་བརྟེན་དེ་ཡིས་ནམ་སྤྱིན་སྟོང་སྲིད་ནི་དེ་གིས་སྲིད་པ་ཟེར།
 ཡང་ན་ སྲིད་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ཡིན་ལ་དེ་སྐྱེ་ནི་གྲུབ་ཚར་མ་ལས་སྲིད་
 པ་ཟེར་སྐབ་ཡིན།
སྐྱེ་བ་ནི། རིགས་དུག་གང་རུང་གི་ལུས་ལེན་མི་ལུ་སྐྱེ་བ་ཟེར།
ག་ཤི་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཏེ་ཤི་མི་ལུ་ཟེར།

༥ རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཚེ་གསུམ་གྱི་སྐོ་ལས་བསྟན་ཡོད། མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་གཉིས་
 བྱི་ཚེ་སྐྱེ་མ་རྒྱུ་འབད་ཞིག་གིས་སྐོ་ནས་བསྟན། ནམ་ཤེས་ལས་སྲིད་པ་བར་བརྒྱད་ནི་ཚོར་ལྷ་རྒྱུ་འབྲས་

གཉིས་ཀའི་སྒོ་ནས་བསྟན། སྐྱེ་བ་དང་ཆེ་གི་གཉིས་ནི་ཚེ་ཕྱི་མ་འབྲས་བུ་འབའ་ཞིག་གིས་སྒོ་ནས་
བསྟན། སྒོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་མཛོད་ལས། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཆ་གསུམ་མོ། སྒོན་དང་ཕྱི་
མཐར་གཉིས་གཉིས་དང། །བར་དུ་བརྒྱུད་ཡོངས་རྒྱུ་ལྡན་ལ། ། །ཞེས་གསུངས། དཔལ་མགོན་
ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་གསུང་ལས། གསུམ་པོ་དག་ལས་གཉིས་འབྱུང་ཞིང། །གཉིས་ལས་བདུན་འབྱུང་བདུན་
ལས་ནི། །གསུམ་འབྱུང་སྲིད་པའི་འཁོར་ལོ་ཡི། །ཉིད་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཁོར། །ཞེས་འབྱུང་བ་
ལྟར་རོ། །ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་པོ། །རིགས་གསུམ་ལུ་བསྟུ་བ་ཡིན། །མ་རིག་སྲིད་ལེན་གསུམ་
ཉོན་མོངས། །འདུ་བྱེད་སྲིད་པ་གཉིས་ནི་ལས། །ལྷག་མ་བདུན་པོ་སྟུག་བསྟུ་ཉ། །ཞེས་གསུངས་
དོ་བརྒྱུ་ཡིན།

༥ རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་པོ་གོ་རིམ་ངེས་པ་ཅན་ཡང་མིན་ དཔེར་ན་སྐྱེ་བ་བརྒྱུ་གཉིས་ལུ་ཚོན་
པ་ཅིན། སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་སྐབས་ལུ་མ་ཤེས་པར་ལས་བསགས་མི་དེ་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་གཉིས་
ཡིན་མ་ལས་འདི་གིས་ཕྱི་མའི་སྐྱེ་བའི་བར་ལེན་ནི་རྒྱ་འབད་དོ་ཡིན་མ་ལས་གོ་རིམ་ངེས་པ་ཅན་ཅིག་
ཡང་མེད་ཡིན།

༦ རྟེན་འབྲེལ་སྤྱི་ལོ་འདི་ལུ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་འདི་དོན་བསྟན་ཡོད་པ་ལས། རྣམ་པ་སངས་
རྒྱུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་བསྟུ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་བསྟན་ཡོད།
གཟུངས་སྟགས་ཚུ་གི་མཐའ་རྒྱུ་ལུ་ རྟེན་སྤྱི་ལོ་སྟགས་བརྒྱུགས་དགོ་པའི་དོན་གཙོ་བོ་ཡང་ནང་
པའི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ཡིན་ནི་འདི་གིས་དང། བཟུ་ཤིས་ཀྱི་ཚོག་བརྗོད་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་རྟེན་སྤྱི་
གི་སྟགས་གྲངས་མི་འདི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཡིན་མ་ལས་བཟང་པོའི་ཕྱོགས་ལུ་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་
ཤོས་སྐྱིག་ནི་གི་དོན་ལུ་སྟགས་འདི་གྲངས་མ་ཡིན། ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་ཡིན་རུང་བྱ་བ་དེ་
མཚུག་བསྟུ་ལ་དེ་རྟེན་སྤྱི་ལོ་སྟགས་ཀྱི་མཐའ་རྒྱུ་དགོ་པའི་འདུ་བྱེད་པ་པོ་རང་དབང་ཅན་གཅིག་གིས་
བཟོ་བཀོད་འབད་མ་མིན་པ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་འབྲུག་ཚོས་རྒྱ་རྒྱུ་ལུ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ལུགས་
ཡིན་མ་སྟེ་དོ་སྟོན་འབད་བའི་དོན་ཡིན། དཔེར་ན་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་འཕྲོན་པའི་ཚོང་གི་ཅ་ལ་
ལུ་འབྲུག་གི་དོ་སྟོན་ཅིག་ངེས་པར་དུ་འོང་དགོ་དོ་བརྒྱུ་ཡིན།འདི་གིས་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཕྱག་
རྒྱ་བསྟན་ཡིན།

ཕྱོགས་གཅིག་ལས་མཐོ་བསམ་བཏང་པ་ཅིན་ལེ་རྣམ་མའི་དོན་ ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་
བྱུང། །ཟེར་མི་ཤོ་ལོ་ག་གཅིག་གིས་དོན་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལུ་ག་ཅི་ནང་རང་གྲངས་མ་ཡིན་རུང་བྱིན་
རྒྱབས་ཆེ་བའི་སྟགས་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མེད་པ་བརྒྱུ་ཅིག་མཐོང་དེ་འབད་རུང། ཕྱོགས་གཅིག་ལས་
བསྟུ་བ་ཅིན། སངས་རྒྱུས་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་བརྒྱུད་ག་ར་བདེན་པ་བཞི་དང་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་
ཀྱི་ནང་བརྒྱུད་བསྟུ་ཡོད་པ་ལས། འདི་ནང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆ་ཚང་གི་དོན་དག་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་
ལས་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལུ་ནང་ངེས་པར་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན།

སྟགས་པ། མགོ་བོ་གནམ་དུ་འདེགས་པའི་ལུས་རྟེན་འདི། ཚོས་དང་ཚོས་མིན་འབྱེད་པའི་རྣམ་རིག་
ནི། །ལྷན་ཀྱང་རྣམ་གཤེད་སྐྱེ་མའི་རྩ་གྲོང་ནང། །ཉིན་མཚན་རྒྱལ་བ་གསེར་མིག་མིན་ན་ཅི། །དེང་
སང་དུས་ཚོད་རྒྱབ་པའི་དོ་ར་ན། །གཡོ་འཕྲུལ་གར་གྱིས་ལྷན་མོས་མདུན་བསྟུ་ནས། །མི་ཚེ་རུབ་ཀྱི་
རིལ་གཞོལ་ན་ཡང། །རང་གི་རང་འོ་བརྟགས་པའི་མེ་ལོང་དཀོན། །རྒྱུགས་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་དམ་
ཚོས་གསུངས་ཡོད་ཀྱང། །དེང་སང་སྐལ་བ་ངན་པའི་སྟག་རུམ་འདིར། །ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་བྱ་
བ་ཞན་ཞན་འད། །མཁས་པའི་སྒོ་བ་དཔོན་ལམ་བཟང་སྟོན་ན་ཡང། །དེང་སང་བསོད་ནམས་ཟད་
པའི་དུས་ཚོད་འདིར། །སྒོ་བ་མས་དང་དུ་སྒྲང་བ་ཞན་ཞན་འད། །ཤ་མ་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་བསྟུ་བ་
བྱ་ཡང། །དེང་སང་ལས་འབྲས་ཟད་པའི་དུས་ཚོད་འདིར། །ཁྲེལ་མེད་བྱ་ཚས་བཙུ་འཛིག་ཞན་ཞན་
འད། །དེ་འདྲའི་དུས་ལ་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་ཤོར། །སྒྲིད་ན་དཔེ་ངན་བསམ་ངན་དར་བའི་དུས། །
དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་གཏམ་ལ་སུ་ཞིག་དགའ། །བསྟུ་བ་པའི་དུས་མེད་སྐྱབ་པའི་ལོང་མེད་སྐབས། །ཇི་
ཅམ་བཤད་ཀྱང་མི་ཕན་བཞག་ན་བསམ། ། ལྷ་མ་ཏུ་སམ་མཁྲའི།

སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ལྟན་པའི་ཕན་ཡོན་རབ་གསལ་ལྟའི་རྒྱ།

སྐལ་བཟང་དོན་མེད། ལེགས་བཤད་པ།

རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

དེ་ཡང་སྐྱོ་སྤྱོད་ལེགས་འཛམ་བུའི་གྲིང་སྤོང་གསུམ་མི་མཛད་ཀྱི་ཞིང་འདི་ནང་སངས་རྒྱལ་གྱི་འཕྲུལ་ལྟར་ལྟ་བུ་དང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་སྤོང་གསུམ་གྱི་ཉན་ཐོས་དག་གཅེས་པ་པར་ཉན་སྐྱེས་ཟེར་མི་འདི།
ཁོ་རའི་མ་ཡུམ་མོ་སྐྱེས་ཟེར་མི་གི་བུ་ཡི་ཉན་ཐོས་ལས་བུའི་མིང་ཡང་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་ཟེར་བཏགས་ཅུག བུ་
འདི་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སློབ་མ་སྟེ་དམ་པའི་ཚོས་སློར་བཏགས་ཞིན་མ་ལས་ཐར་པ་དག་གཅེས་
པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཉན་ཐོས་མཚོག་བྱུང་གཉིས་ལས་རྒྱ་འཕུལ་གྱི་མཚོག་ཏུ་རྒྱུར་པ་
འཕགས་པ་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་ཟེར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འདི་བྱུང་ཅུག །

ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཆ་ར་གཤགས་པའི་འཕྲུལ་ལྟར་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་འདི་གིས་རྒྱ་འཕུལ་བཏེས་ཏེ་སྟེང་ལྟ་
གཡུས་ལུ་བྱོན་ཏེ་གཟིགས་པའི་སྐབས། ཡབ་ལྟ་ཚངས་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་སྐྱེས་ཏེ་སྟེ་ལི་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་
བདེ་བ་ཚད་མེད་སྤོང་སྤོང་ལོད་མི་དང་འཕུད་ཞིན་མ་ལས། མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་འདི་གིས་ཡབ་འདི་ལྟ་གཡུས་
ལུ་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་བཏགས་ཅུག རག་ཡའི་འདི་ག་ཏེ་ཡོད་ཟེར་བྲིས་ཤ་ད། ཡབ་ཀྱིས་
ང་འདི་ཏེ་མ་འཇིག་རྟེན་མི་གཡུས་ལུ་སྤོང་པའི་སྐབས་སངས་རྒྱལ་གྱི་མདོ་སྟེ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པ་
ཚོས་ལྟ་སྟེ་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་ད་ལྟོ་སྟེ་སྟེ་ལུ་ལྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་སྐྱེས་ཏེ་ཡོད། ལྟོད་རའི་ཡའི་
མོ་སྐྱེས་འདི་སྟེ་ག་མི་དགོ་བ་འབད་བའི་ནམ་སྟེ་གྱིས་དཔུལ་བ་ནང་ལུ་སྐྱེས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་གསུངས་
ཅུག །

དེ་ལས་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་འདི་གིས་རྒྱ་འཕུལ་བཏོན་ཏེ་དཔུལ་ཁམས་ནང་ཡའི་འཚོལ་བར་བྱོན་ཅུག ཁོ་རའི་
ཡའི་དཔུལ་བ་མནར་མེད་ནང་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཚད་མེད་སྤོང་སྤོང་ལོད་མི་གཟིགས་ཅུག མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་
འདི་གིས་ཡའི་ཏེ་མ་མི་གཡུས་ལུ་སྤོང་པ་ད་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་བདེ་བ་ཚད་མེད་ཀྱི་ངང་ལུ་བསྐད་བྱུང་ད་ལྟོ་
དཔུལ་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤོང་ཅུག རག་ཡའི་ཡའི་ལྟོ་སྟེ་ག་ཏེ་ཡོད་ཟེར་བྲིས་ཤ་ད། ཡའི་གིས་བུ་ལྟོད་ཀྱིས་
ང་ཡའི་ལྟོད་ཀྱི་དོན་ལུ་བཏང་ཡི། ལྟོད་ལུ་ཕན་མ་ཐོགས་ག་ཟེར་བྲིས་ཤ་ད། ཡའི་གིས་བུ་ལྟོད་ཀྱིས་

ལྟོ་སྟེ་ག་ཏེ་ཡོད་ཟེར་བྲིས་ཤ་ད། ཡའི་གིས་བུ་ལྟོད་ཀྱིས་
ང་ཡའི་ལྟོད་ཀྱི་དོན་ལུ་བཏང་ཡི། ལྟོད་ལུ་ཕན་མ་ཐོགས་ག་ཟེར་བྲིས་ཤ་ད། ཡའི་གིས་བུ་ལྟོད་ཀྱིས་



བུ་ལྟོད་ཀྱིས་དེའི་དོན་ལུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་མདོ་སྟེ་བཞེངས་ཏེ་སྟེ་ག་བཏུག་པ་ཅིན་ཕན་ཡོན་
འདི་ལས་ཆེ་བ་མི་འདུག་ཟེར་སྐབ་ད་གཤིན་རྗེའི་ལས་མཁན་རྒྱ་ཁོང་ལོད་སྟེ་ལུ་ལུ་གསལ་གཟེར་
སྤོང་བཏུགས་ཤིག་ཟེར་བའི་སྐབ་འདི་མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་འདི་གིས་གོ་ཅུག སྐབ་འདི་གོ་མ་ཚམ་གྱིས་མོ་སྐྱེས་
ཀྱི་བུ་ཚར་གཅིག་བྱུང་མེད་འབྲེལ་ལོ་ཅུག དེའི་བསྐྱང་གཤིན་རྗེའི་ལས་མཁན་རྒྱ་གིས་རང་གི་ལས་
ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་འདི་རང་གིས་ར་སྤོང་དགོ། གཞན་ཀྱི་སྤོང་བསྐྱེད་དང་ཡངས་ཆ་ག་ནི་ཡང་མེད་ཟེར་
བསྐྱབ་ད། མོ་སྐྱེས་ཀྱི་བུ་འདི་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལུ་བཅར་ཏེ། དེ་གི་ཡའི་འདི་དཔུལ་བའི་
སྐྱབ་བསྐྱེད་ནང་ལས་བཏོན་གནང་ཟེར་སངས་རྒྱལ་ལུ་ལྟུ་ཅུག

སངས་རྒྱལ་གྱིས་དཔལ་བའི་ནང་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་བཏང་ཏེ་དཔལ་བའི་སེམས་ཅན་གཞན་ཚུ་
མཐོ་རིས་ལུ་བཀོད་རུང། ཨ་མ་མོ་ལྟལ་འདི་དཔལ་བ་ནང་ལས་ཐར་རུང་ཡང་བསྐྱར་སེར་སྤྲི་ལས་
གྱིས་ཡི་དྲགས་ལུ་སྦྱོར་ཏེ་བཀའ་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཚད་མེད་ཚུང་འོད་ཟེར་གསུངས་རུག།

དེ་མ་ཚད་སངས་རྒྱལ་གྱིས་མོ་ལྟལ་གྱི་བྱ་ལུ་ཚུད་གྱིས་ཨའི་འདི་ཡི་དྲགས་བཀའ་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱད་
བསྐྱེད་ནང་ལས་བཏོན་རུང་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ལུ་ལུས་ངན་རོ་ཚིག་གི་སྦྱོར་བ་ལེན་ཏེ་ངན་སོང་གི་སྤྱད་
བསྐྱེད་ཚུང་དགོས་བྱུང་རུག། ཡང་མོ་ལྟལ་གྱི་བྱ་འདི་གིས་སངས་རྒྱལ་ལུ་དེ་གི་ཨའི་འདི་ལུས་ངན་རོ་
ཚིག་གི་ལུས་ངན་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ཅིག་བཏོན་གནང་ཟེར་ཞུས་ད།
སངས་རྒྱལ་གྱིས་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ཚུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་བའི་བཞུ་ཞེ་དགུའི་བར་དུ་
མདོ་སྤྱོད་ལྟག་པའི་སྤྱོད་ཚུ་མ་ཚད་པར་འབད་བ་ཅིན་རོ་ཚིག་གི་ལུས་ངན་ལས་ཐར་ཚུགས་ཟེར་གསུངས་
རུག།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་བཞུགས་མོ་ལྟལ་གྱི་བྱ་འདི་གིས་ཨའི་གི་དོན་ལུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཞག་
བཞུ་བཞུ་ཞེ་དགུའི་བར་དུ་སྤྱད་པའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་ངན་སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ནང་ལས་ཐར་ཏེ་འཇིག་
རྟེན་གྱི་ཁམས་འོད་ཟེར་ཅན་ལུ་མཐོ་རིས་མའི་ལུས་རྟེན་བུ་མོ་བཟང་མོ་གཞོན་ལུ་མ་གཅིག་ལུ་སྦྱོར་བ་
ལེན་རུག། གཞིན་པོའི་དོན་ལུ་ཚོས་སྤྱད་དགོ་པའི་ཁྱད་པར་དང་ཚུ་མཚན་གཙོ་བོ་གོང་ལུ་བཤད་དོ་
བཟུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་མདོ་སྤྱོད་འདི་གཞིན་པོ་ངན་སོང་ལས་ཡར་འདྲེན་འབད་ནི་གི་དོན་
ལུ་སྤྱད་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ང་བཅས་རའི་སྤྱོད་སྤྱོངས་འབྱུག་གི་
རྒྱལ་ཁབ་ནང་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ཀྱི་བར་ན་ལུང་ཚོགས་མཐའ་དབུས་མེད་པར་གཞིན་པོའི་དགོ་ཚུའི་དོན་
ལུ་ཚོས་སྤྱད་ནི་གི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་འདི་དར་བྱུང་བྱུང་རུག།

འདི་བཟུམ་སྤྱོད་གསོན་པོའི་རིམ་གྱོ་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱིའི་རྒྱུན་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡང་སངས་
རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་འདི་སྤྱད་པ་ཅིན་དེའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་དུས་ངན་ནད་ཡམས་དམག་འབྱུགས་སྤྱོད་གོ་
ཚུ་གར་རྒྱུག་སྤྱོད་རྒྱུན་རྒྱུ་བར་ཆད་སེལ་བའི་རྒྱལ་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ཏེ་བྱུང་ཀྱི་ཅིག་ཞུ་ནི་ཨོན། དེ་
ཡང་ཏེ་མ་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གོང་གསལ་རྩོམ་ཚུའི་དཔོན་སློབ་དབང་ཚེན་རྟོ་རྗེའི་སྐབས་ལུ་

རུབ་ཚུགས་ཁ་ཐུག་ལས་དམག་འོང་སྤེལ་བའང་ས་མི་སེར་ཚུ་གར་བཅུ་གསེག་རྒྱབ་སྤེལ་མནར་གཅོད་
གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤོམ་སྤོམ་རྒྱུང་ནི་འབད་མ་ད། འདི་གི་བསྐྱོག་ཐབས་རིམ་གྱོ་ག་ཅི་བཟུམ་སྤྱད་པ་ཅིན་
དག་ག་ཟེར། ཚོས་ཚེ་དཔོན་སློབ་དབང་ཚེན་རྟོ་རྗེ་མཚོག་གིས་སྤོམ་རྒྱུང་རྒྱབ་བཅོན་འབྱུག་མཚོག་
ལུ་ཞུ་རུག།

སྤོམ་རྒྱུང་རྒྱབ་བཅོན་འབྱུག་གིས། ཚོས་ཚེའི་ཆབ་སྲིད་དམག་གིས་གཅོས་པའི་དོ། ། བཀའ་འབྱུར་
གསུང་སྤོམ་སྤོམ་ཚུ་སྤྱད་གིས་བསྐྱོག། ། ཟེར་དམག་འབྱུག་གི་རྒྱུན་རྒྱུ་བར་ཆད་སྤོམ་ཐབས་ལུ་
བཀའ་འབྱུར་ཚར་གངས་སྤོམ་ཚུ་སྤྱད་དགོ་པའི་བཀའ་སྤོམ་གནང་རུག། སྤོམ་གྱི་བཀའ་བཞུགས་ཚོས་
ཚེ་དཔོན་སློབ་དབང་ཚེན་རྟོ་རྗེ་མཚོག་གིས་བཀའ་འབྱུར་ཚར་གངས་སྤོམ་ཚུ་ཐམ་པ་ལྟག་པའི་ཕན་
ཡོན་གྱིས་དམག་འབྱུགས་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུ་བར་ཆད་ཚུ་གར་ཞེ་སྤེལ་ལུ་ཁབ་ནང་ཞེ་བདེ་སྤོམ་ལས་སྤྱད་
བྱུང་རུག། །

འདི་བཟུམ་སྤོམ་ལུ་ཡང་བཀའ་སྤོམ་རྒྱལ་ལོ་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ལུ་སྤོམ་བཅོས་དང་རིམ་གྱོ་ཚུ་
གིས་ཕན་མ་ཚུགས་པར་སྤོམ་རྒྱུང་རྒྱབ་བཅོན་འབྱུག་མཚོག་ལུ་སྤྱད་པའི་སྐབས་ལུ་
སྤོམ་གྱིས་རིམ་གྱོ་བཀའ་འབྱུར་སྤྱད་དགོ་སྤོམ་གསུངས་ཞེན་ལས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་བཀའ་
འབྱུར་སྤྱད་པའི་ཕན་ཡོན་གྱིས་རྒྱལ་ལོ་འདི་གཞིན་པོ་ངན་སོང་ལས་ཏེ་བསྐྱེད་གཞི་ལས་དངས་པའི་
ལོ་རྒྱུས་ཡོད། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་སྤྱད་ནི་འདི་གཞིན་པོ་དང་གསོན་པོ་གཉིས་ཆར་ལུ་ཕན་ཐོགས་
པའི་རིམ་གྱོ་བྱུང་པར་ཅན་ཅིག་ཨོན། མདོར་བསྐྱེད་བཅོན་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབས་སྤྱད་པའི་ཕན་
ཡོན་ནི། གཞིན་པོའི་རྩམ་ཞེས་ཡར་འདྲེན་དང། གསོན་པོའི་རྒྱུན་སེལ་རིམ་གྱོ་གཉིས་ཆར་འདི་དོན་
ལུ་འབད་བཟུབ་པའི་རིམ་གྱོ་བྱུང་པར་ཅན་ཅིག་ཨོན་སྤོམ་སྤོམ་གྱིས་གསུངས་རུག། །

འདི་བཟུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་སྤྱད་པའི་སྤོམ་གོམ་ཅམ་གྱི་ཕན་ཡོན་ཡང་ཏེ་མ་རྒྱ་གར་ལུ་སྤོམ་
དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མདོ་སྤོམ་བཅུ་པ་དང་བཟུང་སྤོམ་གཉིས་རོ་པ་ཨ་ཞག་ར་ཞལ་སྤོམ་སྤོམ་
གནང་བའི་སྤོམ་བྱུ་སྤྱད་པོན་གཅིག་གིས་གོ་བའི་ཕན་ཡོན་གྱིས། བྱུ་སྤྱད་པོན་འདི་མི་ཚར་མ་ཅིག་མཐོ་
རིས་མའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་ཐོབ་སྤོམ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་ལུ་རང་ལས་མཁས་པའི་སྤོམ་མ་བཞུ་

ཟེར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གྲས་ལས་མངོན་པ་རང་ལས་མཁས་པ་སློབ་དཔོན་སློབ་ཤོས་བརྟན་པ་ལུ་
གྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ཡོད་ཟེར་གསུངས་ཅུག །

དེ་ཡང་བཟང་པོ་སློབ་པའི་སློབ་ལམ་ལས་ཀྱང། འཆང་བ་དང་ནི་ཉོན་ཏམ་གྲོག་ན་ཡང། ། དེ་ཡི་
ནུས་པར་སློབ་པ་བསམ་མི་ཁྲབ། ། ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་སེར་པོ་མོ་ཡོངས་ཀྱིས་རང་
སློབ་སའི་ཁྱིམ་ནང་དང། རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞུགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཚུ་ནང་རྒྱལ་
བའི་གསུང་རབ་ཆེན་མོ་དང་པ་རང་གིས་ལྷག་ནི་དང། གཉིས་པ་བླམ་དང་ཚོས་པ་ཚུ་ལུ་ལྷག་བཅུག་
ནིའི་དོན་ལུ་སྦྱིན་བདག་འབད་བ་ཅིན་དགོ་བའི་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་ཚུ་ལ་ག་ར་གིས་
ཐུགས་ཁར་བསྐྱམས་གནང་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། །

ཞེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཚོས་ལྷག་པའི་ཕན་ཡོན་ཡོ་རྒྱས་དང་རྒྱུར་ཉེ་མདོར་བསྐྱམས་ཤིག་སློབ་
བྱོན་དམ་པའི་གསུང་རབ་དང་མཁས་པའི་ཞལ་རྒྱན་སོགས་ལས་ལེགས་པར་བརྟུས་ཉེ་བཀོད་པའི་
དགོ་བས་འགོ་ནམས་སྦྱན་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་ཅིག །

རྒྱལ་ཁྲུངས་དཔེ་དེབ།

- སློབ་པ་ཤུག་ཐུབ་པ། རྗེ་གཙོད་པའི་ཕན་ཡོན།
- མཁན་པོ་ཀུན་དཔལ། དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་གྲོང་གཞི།
- ཞིང་གཤེགས་དམ་པ་བླམ་པུ་ལའི་གསུང་ཚོམ། བཀའ་འགྱུར་སློབ་པའི་ཕན་ཡོན།

དད་པའི་ནུས་བཤད་མེ་ལོང།

བསོད་ནམས་རྗེ་རྗེ། ལེགས་བཤད་པ།
རིག་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

༣ ལྷུང་སློབ་རྒྱུ་མའི་དྲངས་མ་མངའ་མཚོན་སྐྱ། །གྲགས་སློབ་སྐྱེགས་ཀྱི་རང་སྐྱེ་རྣུ་དའི་གསུང། །
རིག་སློབ་སྐྱེ་མེད་ལྷུན་གྲུབ་ཆེན་པོའི་ཐུགས། །ཅུ་གསུམ་ཀུན་འདུས་བླ་མར་སྦྱིང་ནས་འདུད། །

ཞེས་མཚོད་པར་བརྗོད་པའི་ཚིག་གི་མེ་ཉོག་དེ་ཅན་ཅུ་བའི་བླམ་ལུ་སྐུལ་ཉེ་དེས་ང་གིས་ཚོས་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློབ་དད་པའི་འགྲེལ་བཤད་མདོར་བསྐྱམས་ཅིག་ས་བཅད་ནུས་པ་བཅུ་ཐམ་གྱི་སློབ་ལས་ལུ་
ནི་ཡིན། དེ་ཡང་དད་པའི་རོལ། དེས་ཚིག་དབྱེ་བ། མཚན་ཉིད། ལས། དཔེ། དད་པ་མེད་པའི་
སློབ། དད་པ་འགྲིབ་པའི་སློབ། དད་པ་སྐྱེ་བའི་སློབ། དད་པ་བཅའ་བའི་ཐབས་དང། དད་པའི་ཕན་
ཡོན་བསྐྱེད་པ་དང་བཅུ་ལས།

དང་པ་དད་པའི་རོལ་ནི། མངོན་པ་ཀུན་བརྟུས་ལས་དད་པ་ནི་འདུན་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་
ལོ། ཞེས་པ་ལྷུར་སེམས་དྲངས་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཉེ། དཔེར་ན་འོར་བུ་རྒྱ་རྒྱུ་མའི་ནང་དུ་བཅུག་
ན། རྒྱུ་མ་དྲངས་པར་དང་འབྲེལ་ཡིན་ཉེ། དེ་ཡང་མདོ་སྐྱེ་ལྷ་ཞིང་བླ་མའི་གདམས་ངག་ཉན་ན་དད་
པ། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དང་འཁོར་བའི་



སྐྱུག་བསྐལ་སྦྱིང་ནས་ཤན་ན་དད་པ།
བླ་མ་དང་དཀོན་མཚོག་ལ་མོས་གུས་
ཀྱི་གདུང་ཐུགས་ཆེན་དད་པ། ཐོས་
བསམ་སློབ་གསུམ་ལ་འབད་ཚུལ་ཆེ་
ན་དད་པ། སྤྲིག་པ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་ལ་
འཛོམ་པ་དད་པ། དགོ་བ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་
བ་ནས་གསོག་ན་དད་པའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱུང་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ་ལས། དེ་ལ་དད་པའི་
སེམས་ནི་སྦྱིན་པ་དང་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་པེས་ཚོག་ནི། སངས་རྒྱལ་ལ་དད་ཅིང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བས་དད་པ། ཚོས་ལ་དད་ཅིང་
ཉམས་སུ་ལེན་པས་དད་པ། དགོ་འདུན་ལ་དད་ཅིང་ལམ་ལ་སློབ་པས་དད་པ། སྤྲོ་མ་ལ་དད་ཅིང་
མོས་གུས་ཀྱིས་གདུང་བས་དད་པའོ། །

གསུམ་པ་དབྱེ་བ་ལ་ལྟ་སྟེ། དང་པོ་དང་བའི་དད་པ་ནི། དགའ་བའི་སེམས་དང་ལྡན་པ། དཔེར་ན་
སྤྲོ་མ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བུ་རྒྱུ་གིས་མ་མཐོང་བ་ལྟ་བུའི་དད་པ་སྟེ་བའོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ནི། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་གཙོ་བོར་འཛིན་པ། བདེ་འབྱ་ཅན་སྐྱབ་ལ་
མེད་པ་ལྟ་བུའོ། ། གསུམ་པ་འདོད་པའི་དད་པ་ནི། ཚོས་ཀྱིས་གདུང་བ་ཐར་པ་བྱང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་སེམས་
ལ་བསྟུགས་པ། སློམ་པ་རྒྱ་འདོད་པས་འཚོལ་བ་ལྟ་བུའོ། །

བཞི་པ་འགྲུར་མེད་ཀྱི་དད་པ་ནི། ཐེ་ཚོམ་ཡིད་གཉིས་དང་བྲལ་བ། གསེར་རང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལྟ་
བུའོ། །

ལྔ་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དད་པ་ནི། དེ་ལས་མི་བརློག་པ་བཟོ་ཚར་བ་ལྟ་བུའོ། །

མཚན་ཉིད་ནི། རབ་བཙལ་གྱི་མདོ་ལས། དད་པ་དང་ལྡན་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། ཆགས་པ་ཐམས་
ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ འཇིག་རྟེན་གྱི་བསྐྱེད་བྱ་གང་ལའང་
མ་ཆགས་པའོ། །

བཞི་པ་དད་པའི་ལས་ནི། ཚོས་དགོ་བ་བརྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ཚང་ཞིང་ཚོགས་པར་
བྱེད་པ་དང་། མི་དགོ་བ་བརྒྱུ་སོགས་མི་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་བཤགས་ཤིང་སློམ་པར་བྱེད་པའོ། །

ལྔ་པ་དད་པའི་དཔེ་ནི་དུག་སྟེ། དད་པ་ཞིང་ས་ཤིན་པོ་དང་འབྲེལ་བ་སྟེ། དགོ་བའི་ལོ་ཉོག་སྟེ་ཞིང་ཐར་
པའི་འབྲས་བུ་སླིན་པར་བྱེད་པའོ། ། དད་པ་ལོར་བུ་རྒྱ་རྒྱུངས་བྱེད་དང་འབྲེལ་སྟེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་
རྟོག་མ་ཐམས་ཅད་དང་ས་བར་བྱེད་དོ། ། དད་པ་མེ་ལོང་གཡའ་དག་པ་དང་འབྲེལ་སྟེ། སྐྱ་གསུམ་རང་
ཆས་སུ་གནས་པ་དེ་གསལ་བར་མཐོང་བའོ། ། དད་པ་གསེར་ལ་ནག་མཚུར་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་སྟེ།

ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་རམ་འདག་པར་བྱེད་པའོ། ། དད་པ་སྐྱད་སྐྱ་འབྲེན་པའི་ཁབ་དང་འབྲེལ་སྟེ། དགོ་
བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློན་ཏུ་འགོ་བའོ། ། དད་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་དང་འབྲེལ་སྟེ། སེམས་ཉིད་
ལ་དགོས་འདོད་འབྱུང་བར་བྱེད་པའོ། །

དུག་པ་དད་པ་མེད་པའི་སློན་ལ་ཡང་དུག་སྟེ། དད་པ་མེད་ན་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་གི་པ་བོང་དང་འབྲེལ་སྟེ།
སྟེང་མཐོ་རིས་སུ་མི་ཐོན། འོག་ངན་སོང་གསུམ་ལས་མི་ཐར་དོ། ། ལག་དུམ་གསེར་སྒྲིང་དུ་བྱིན་
པ་དང་འབྲེལ་སྟེ། འདོད་པའི་དོན་སངས་རྒྱལ་གྱི་དགོངས་པ་མིན་ལོ། ལྷ་ལ་མཉམ་པ་མེད་པ་དང་འབྲེལ་
སྟེ། ཐར་པའི་སྐམ་སར་མི་བསྐྱོད། སྐྱུང་མོ་འཁོར་དོང་དུ་རྒྱུད་པ་དང་འབྲེལ་སྟེ། འཁོར་བའི་འདམ་
ལས་མི་ཐར། ས་བོན་མེས་འཚོག་པ་དང་འབྲེལ་སྟེ། བྱང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ལྷ་གུ་མི་སྟེ། ལོང་བ་ལྟ་ཁང་དུ་བྱིན་
པ་དང་འབྲེལ་སྟེ། དེས་པོའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་མི་
མཐོང་བའོ། །



བདུན་པ་དད་པ་འགྲིབ་པའི་སྟེན་ལྟ་ནི། སྤྲོ་མ་དང་དཀོན་
མཚོན་ལ་གོ་འདྲིས་དང་སྐྱ་ཤེད་ལྷུང་ན་དད་པ་འགྲིབ།
འཇིག་རྟེན་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་དང་ལོངས་སྤོང་ལ་ཡེངས་ན་
དད་པ་འགྲིབ། ལས་ངན་པས་རྒྱ་འབྲས་ལྷུང་དུ་བསད་ན་
དད་པ་འགྲིབ། ཚོས་རྒྱལ་རྒྱུང་ནས་གདམས་ངག་གཞན་
ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་ན་དད་པ་འགྲིབ། སློན་གྱི་སྟེན་སྒྲིབ་
མ་བཤགས་ན་དད་པ་འགྲིབ་པའོ། །

བརྒྱུད་པ་དད་པ་སྟེ་བའི་སྟེན་བདུན་ནི། སྤྲོ་མ་དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱབས་ལ་བརྟེན་
ནས་དད་པ་སྟེ། མདོ་ལུང་ཟབ་མོ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་སྟེ། སྤྱིང་རྗེའི་ཡུལ་ཉམས་ཐག་
པའི་སེམས་ཅན་མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་སྟེ། ལུས་ལ་ན་ཚ་འག་པོས་ཉེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
དད་པ་སྟེ། སྟོགས་སྟོམ་འབྲུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་སྟེ། གདོན་བཤེགས་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྲུག་
པོས་ཉེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་སྟེ། འཚིབ་མི་རྟོག་པ་འབྲུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་སྟེ། འཁོར་བའི་

ཉེས་དམིགས་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་ངམ་ཐོས་ནས་དད་པ་སྐྱེ་བའོ། །
 དགྲུ་པ་དད་པ་བཅའ་བ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་རང་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་བཅའ་བ་ནི། མི་རྟག་
 འཛིབ་བསམ་སྟེ་དད་པ་བཅའ་ལ། དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་བ་བསམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་
 བཅའ་ལ། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་ཏེ་དད་པ་བཅའ་བའོ། །

གཉིས་པ་གཞན་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་
 བཅའ་བ་ནི། སྤྱི་མ་དགོན་མཚོག་ལ་བརྟེན་
 བྱས་གྲུས་པས་བསྟེན་བཀུར་མཚོན་ཅིང་དད་
 པ་བཅའ་ལ། ཚོས་ཀྱི་གྲོགས་ལྷན་པར་ཅན་དང་
 འགྲོགས་སྟེ་དད་པ་བཅའ་ལ། མདོ་ལུང་ཟབ་མོའི་
 གསུང་ལ་བལྟ་ཞིང་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དེ་དད་པ་
 བཅའ་བའོ། །



བརྒྱུ་པ་དད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། མདོ་ལས། དད་པའི་ལས་བྱས་རྒྱུད་མི་ཟ། །ཀུན་མོས་ཕྱི་རུས་མཚོན་
 བྱས་པས། །ཀུན་མོ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཏེ་བལ། །ཞེས་པ་ལྟར་ ཀུན་མོས་དང་བའི་སྒོ་ནས་ཕྱི་རུས་
 ལ་མཚོན་པས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་དད་པའི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པར་ལགས་སོ། །

རྒྱལ་ཁྲུངས་དཔེ་དེབ།

རྩ་དཔལ་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེ། ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་གི་སྒྲིབ་འགྲོའི་ལྷིང་།
 ལྷ་རྩེ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན། དུགས་པོ་ཐར་རྒྱན།

སྤྲུལ་སྒྲོལ་རིམ་གྲོའི་མདོས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་དང་དེའི་བརྟེན་དོན་རྟགས་གསུམ།

སྐལ་བཟང་དོ་རྗེ། ལེགས་བཤད་པ།
 རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སྒྲོབ་བླ།

མཚོན་བརྗོད།

༡ མོ་སྐྱེ། སྤྲུལ་བ་མཐའ་ཡས་ཐུགས་རྗེའི་རོལ་གར་ལས། །རིན་ཆེན་འདོད་རྒྱུ་འབྲུང་བའི་
 རྒྱ་མཚོ་ཆེར། །མ་ཆགས་པ་རྣམས་འབར་བ་ལས་འཁྲུངས་པའི། །ལྷ་ཅིག་པ་རྣམས་ཀྱང་གསལ་བཤད་ག་
 རྒྱུ་ལས་ཤིག ། སྤྲུལ་སྒྲོལ་དག་པ་ལྟ་ཡི་སྤྲུལ་བཞུགས་ཀྱང། །དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་འཁྲུལ་
 པའི་སྤྲུལ་དོན། །ལས་རྒྱུན་པར་གནོད་བསྐྱེད་བམི་སྤྲུལ་པས། །དེ་ཕྱིར་རིམ་གྲོའི་མདོས་
 ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཟུམ། །

ཞེས་སྒྲིབ་ཏུ་འགྲོ་བའི་ཚོག་གིས་ལམ་ཡངས་པོར་སྟེ་སྟེ་འདིར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི། དེ་ཡང་ང་བཅས་
 རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ལྟོན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་སྐྱེ་དངོས་ཀྱིས་ཞབས་
 ཀྱིས་བཅགས་ཏེ་འབྲུག་ཡུལ་མཐའ་དབུས་མེད་པར་ཚོས་དང་ཚོར་གཏེར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སྐྱེས་ཡུལ་
 སྟེ་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང། ཚོས་ཚོར་བདེ་སྦྱིད་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་སྤྲུལ་སྒྲོལ་ཚོས་ལྷན་འབྲུག་
 པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཟེར་འཇམ་བྱ་གྲིང་གི་ཡང་རྩེར་སོན་པའི་འབྲུག་ཡུལ་འདི་ནང་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱག་གི་སྟོན་
 བྱས་མི་རྣམས་དཔའ་མཛངས་སྟེང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ། བྱམས་བཅེ་བྱང་བདེན་ཅན། ཡ་རབས་
 ཀྱི་སྦྱོད་པ་ལུང་ངག་གིས་གནས་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་གི་མི་རིགས་ལོ་རྒྱུས་དང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་
 འདི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྣམ་འབྲུལ་ཚོས་རྒྱལ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གི་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་མངའ་
 འབངས་ལུ་ཞི་བདེ་དགའ་སྦྱིད་ལྟ་ལྟ་དང་མཉམ་པ། རང་བཅོན་གཙང་མའི་དཔལ་ལུ་ལོངས་སྦྱོད་
 པའི་བགོ་སྐྱལ་དང་ལྡན་པའི་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་
 ཁབ་ཟེར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འདི་བྱང་ཅུག །

དེ་ལས་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་ལུ་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྲོན་མའི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ལེ་ག་
 ཡོད་པའི་ནང་གསེས་ལས། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པར་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་བྱུང་མིན་
 གི་ལྷན་ཚོས་བཟང་པོ་མདོས་གཏོར་རིམ་གྱི་ལྷན་ཚོས་དང་དགོས་པ་ཚུ་གི་སྐོར་བཀའ་གཏོར་གི་
 ཡིག་ཆ་ལྷངས་བྱབ་ཅན་དང། མདོས་གཏོར་རིམ་གྱི་ལྷན་ཚོས་བཟང་པོ་ལུ་རང་རྩལ་བཞེད་
 ཚུད་པའི་མཁའ་དབང་ཚུ་གི་ཞལ་རྒྱན་དང་རང་གིས་ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ་གི་ཐོག་ལས་བསྐྱེད་
 འབད་བའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་མི་དམངས་ཕན་ཐབས་ལུ་དམིགས་གཏད་བསྐྱེད་དེ་མདོར་བསྐྱེད་ཅིག་ལུ་
 བྱི་ཡིན།

མདོས་གི་འབྲུག་ལྷངས་དང་བདེ་དོན་རྟལ་གསལ་གསུམ་སྐོར་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོ་པའི་རྒྱལ་ལྷངས།

དེ་ཡང་ཚོས་ལཱ་ལྷན་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་རང་ལུ་གསལ་སྤེལ་སྲོལ་བཟང་པོའི་ལྷན་ཚོས་མདོས་གྲུད་གི་
 རིམ་གྱི་འདི་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པར་སྐྱེ་བོ་མཚོག་དམན་ཡོངས་ཀྱིས་དང་འདོད་ཡིད་ཚེས་གི་

སྐོར་ལས་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད་
 རུང་རིམ་གྱི་མདོས་གི་ཚོགས་གཞུང་
 དོན་དང་མཐུན་པའི་མདོས་གྲུད་གི་རྩིས་
 དང་མདོས་གི་བཅའ་སྲིད་རྒྱལ་ཐངས་
 ཚུ་མདོས་གྲུད་གི་ཚོགས་གཞུང་དོན་
 རང་ལ་གསལ་གསུངས་ཏེ་ཡོད་རུང་།
 རང་ལུ་གསལ་རིག་གཞུང་ལུ་ལྷབ་སྐྱབས་
 དམན་པའི་ཡོན་མཚན་ཚུ་གིས་རིམ་



གྱི་ཚོགས་འདི་ལྷན་སྐྱེད་གཞུགས་བརྟན་ཅམ་ལས་ཚོགས་གཞུང་དོན་བཞིན་སྐྱབ་ཚུགས་མི་ཉེན་མོའི་
 ལྷན་མ་ཅམ་ལས་མེད་པར་བརྟེན་རང་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོས་བསམ་གི་ཤེས་ཡོན་དམན་པའི་གོང་ཚོགས་
 གནང་མི་དང། མཚན་ཡོན་སྐྱོན་བདག་ཚུ་ལུ་ཕན་པའི་ལྷག་བསམ་བཟང་པོའི་སྐོར་ལས་རྒྱལ་བ་གོང་
 མའི་མདོས་ཚོགས་གི་རྣམ་གཞག་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཚོས་སྐད་ཐོག་ལུ་ཡོད་མི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ཞིབ་འཚོལ་
 འབད་དེ་གཞུང་ཁའི་སྐད་ཡིག་རྫོང་ཁ་ནང་ཕབ་སྐྱེ་བྱིས་དགོ་པའི་དམིགས་ལུ་སྐྱིད་ད།

ལྷག་པར་དུ་ང་བཅས་ར་འགོ་བ་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་འདི་ཟག་བཅས་རྣམ་སྤྲིན་གི་ཕུང་པོ་ལུ་སྲོན་གི་ལས་
 དང་འབྲེལ་གི་རྒྱན་དན་གིས་མནར་བའི་སྐབས་སྲོན་གི་ལས་ནད་གིས་ན་མི་ལུ་རིམ་གྱི་སྐོར་ལས་
 གསོ་ཐབས་དང། འབྲེལ་གི་རྒྱན་དན་གིས་ན་མི་ལུ་སྐྱོན་བཅོས་གི་སྐོར་ལས་བཅོས་ཐབས་ཚུ་ཡོད་པ་
 ཡིན་མ་ཤེས་ནིའི་དམིགས་ལུ་དང། རང་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་རང་ལུ་གསལ་སྤེལ་སྲོལ་བཟང་པོའི་
 ལྷན་ཚོས་ཚུ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང། ཕ་རྗེས་སུ་འཇུག་ཡ་རབས་དམ་པའི་སྲོལ་ཟེར་གསུངས་དོ་
 བཟུམ་སྐྱེ་མ་འོངས་ན་གཞོན་སུ་བརྒྱད་ཚུ་གིས་རང་ལུ་གསལ་ཕ་མེས་གི་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་མི་ཉམས་
 བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་རྒྱུན་སྐྱོད་འབབ་ཚུགས་པའི་རེ་སྐོན་དང་རང་མཉམ་གི་སྐྱེ་བོ་ཡོངས་ལུ་ཕན་པའི་
 ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་ཀུན་ནས་སྤངས་ཏེ་བྱིས་ཡི་ཟེར་ལུ་བྱི་ཡིན།

འབྲུག་ལྷངས། (མདོས། ལྷན། རིམ་གྱི་)

དེ་ཡང་སྤྲེང་ཚུགས་ལྷ་གཡུས་ལུ་ཚངས་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་ལུ་རུབ་ཅིག་གི་ཚེ་མི་ལྷས་
 མཚན་མ་ངན་པ་ལེ་ཤུ་ཅིག་བྱུང་སྟེ་ ཚངས་པ་སྐྱེས་སེམས་མ་བདེ་བར་གོང་ཅེ་འབྲུལ་རྒྱལ་གདན་
 འབྲེན་ལུ་སྟེ། གོང་ཅེ་འབྲུལ་རྒྱལ་གིས་གབ་ཅི་བཏིང་ནས་གཟིགས་པའི་སྐབས་ཚངས་པའི་རྒྱལ་པོ་
 ལུ་ལྷ་སྲིན་ཟག་པོའི་ཚོའབྲུལ་བཏང་རུག་ཟེར་གསུངས་ཏེ། རྒྱུག་ཐབས་རིམ་གྱི་ལུ་མདོས་གྲུད་འདི་
 མཚན་གནང་མ་ལས་བརྟེན་མདོས་གཏོར་རིམ་གྱི་འབད་སྲོལ་འགོ་ཐོག་དང་པ་འདི་ལྷ་གཡུས་ལུ་བྱུང་
 རུག།

དེ་ཡང་བཀའ་གཏོར་མདོས་ཚོགས་གཏོ་འབྲུམ་མི་གྲུད་མཉམ་བཟེ་ཤོག་གངས་ཀེ་ཞེས་གི་(༡༩༡) རང་
 གསལ་ལྷན། ལྷན་འབྲུང་དང་པོ་གང་ནས་བྱུང་། ལྷན་འབྲུང་ལྷའི་ལུལ་ནས་བྱུང་། རྒྱང་ཚུགས་ཚངས་
 པ་བརྒྱ་བྱིན་ལེ། མི་ལམ་ལྷས་ངན་མཚན་མ་ངན་། ཚོའབྲུལ་སྐྱ་ཚོགས་དུ་མ་གཟིགས་། ཚངས་པ་
 སྐྱེས་སེམས་མ་བདེ་བར་། གོང་ཅེ་འབྲུལ་རྒྱལ་སྐྱོན་ཟངས་ནས་། གསལ་བའི་གབ་ཅི་བཏང་ནས་
 བྱི་། ཚངས་པའི་ལོ་འཁོར་ཅི་ཅ་ན་། གོང་ཅེ་འབྲུལ་རྒྱལ་ཞལ་ན་རེ་། ཚངས་པའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱུར་གསོན་
 དང་། རའི་གབ་ཅི་བཏིང་ནས་བྱི་། ཚངས་པའི་ལོ་འཁོར་ཅི་ཅ་ན་། ཚངས་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྷོད་ལ་བྱི་
 ལྷ་སྲིན་ཟག་པོའི་སྐྱེ་མ་དང་། ཚོད་གཏོར་མ་མོའི་ཚོའབྲུལ་འདུག་། ཟེར་གསུངས་རུག།

གཉིས་པ་མི་ཡུལ་འཛམ་བུ་སྤྱིར་ལུ་སྟོན་པ་དགའ་རབ་དོ་རྗེ་གིས་རྒྱ་གར་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ལ་མོ་
ཀའི་དོན་ལུ་མདོས་སྐྱོད་འདི་མཛད་གནང་ཅུག དེ་ཡང་གོང་གསལ་མི་སྐྱོད་མཉམ་བཞེ་ལས། སྐྱོད་
འབྲུང་མིའི་ཡུལ་ནས་བྱུང་། རྒྱ་གར་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱོད་། (རྣམ་ལ་མོ་ཀ)རྒྱ་ནག་ཅིས་གྱི་རྒྱལ་
པོའི་སྐྱོད་། ལང་ལྷང་བོན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱོད་། གོ་སར་དམག་གི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱོད་། ལྷག་གཟིག་འོར་
གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱོད་། ཟེར་མི་གཡུས་རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་ཚུ་ནང་རིམ་བཞིན་བྱུང་ཅུག།

གསུམ་པ་བོད་ལུ་ཨོ་རྒྱུ་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ཚོས་རྒྱལ་མི་སྤོང་སྤེལ་
བཅོན་གྱི་དོན་ལུ་མདོས་སྐྱོད་གྱི་རིམ་གྱོ་འདི་མཛད་གནང་ཞེན་ལས་ད་ཚུན་གྱི་བར་ཚོས་ལྷན་རྒྱལ་
འབ་ཚུ་ནང་འབད་སྟོལ་བྱུང་ཅུག ། དེ་ཡང་མི་སྐྱོད་མཉམ་བཞེ་ལས། སྐྱོད་རྒྱལ་པོ་དེ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་
སྐྱོད་། རྒྱལ་པོ་མི་སྤོང་སྤེལ་བཅོན་སྐྱོད་། དེ་རིང་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་སྐྱོད་། རྒྱ་སྐྱོད་ཡོན་གྱི་བདག་པོའི་
སྐྱོད་ན་བ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱོད་། བསྐྱམས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྐྱོད་། ཟེར་བོད་ལུ་བྱུང་ཚུལ་དེ་སྤེ་
གསུངས་ཏེ་འདུག །

ཡང་ མདོས་གྱི་འབྲུང་ལུངས་བཤད་སྟོལ་གཅིག བུ་རིམ་ཚ་བའི་ལུགས་གྱི་མདོས་ཚོག་ལས།
སྟོན་ལྷའི་འཛིག་རྟེན་ལུ་གདོན་བགོགས་འབྲུང་པོ་ཚུ་གིས་གཞོན་དེ་ལྷ་ཡི་འཛིག་རྟེན་སྟོན་ཅི་གུ་ཐུག་
པའི་སྐབས། ལྷ་ཚེན་པོ་དང་ལྷ་མོ་ལུ་མ་གཉིས་གྱིས་ཐུག་ན་དོ་རྗེ་ལུ་ཕན་པའི་སྐབས་འཚོལ་ཏེ།
གསང་བའི་བདག་པོ་ཐུག་ན་དོ་རྗེ་གིས་འབྲུ་སྐྱོད་བདུན་གྱི་རར་སྤེ་ལུ་ལྷ་ཚེན་དང་འབྲུ་བའི་སྐྱོད་བཅོ་སྟེ།
རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་སྐྱོ་ཚོགས་གྱིས་བརྒྱན་ཞེན་ལས་སྐྱགས་དང་ཐུག་རྒྱས་ཏིང་ལེ་འཛིན་གྱི་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་བདུད་ལུ་བསྟོ་སྟེ་གནང་ཞེན་ལས་བདུད་གྱི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་བརློག་པ་དང་།
འདི་བཟུམ་རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱི་དྲི་ཟའི་གདོན་གྱིས་བཟུང་སྟེ་འཚི་བ་ལུ་ཐུག་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་འཚི་བ་
ལས་བརློག་ཐབས་འཚོལ་ཤ་ད། ལུ་སྟེགས་པ་ཚུ་གི་ལོག་པའི་གཏོ་བཅོས་འབད་སྟོན་པོའི་བུ་ཚུ་བརྒྱ་
དང་ཅ་བརྒྱད་སྐྱོད་སྟེ་གཏང་པ་ཅིན་ཕན་ཐོགས་ཟེར་རྒྱལ་པོ་ལུ་ལུ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་གིས་གཏང་ནི་འབད་ཤ་
ད་ནམ་མཁའ་ལས་སྐྱུ་བྱུང་སྟེ། འདི་གིས་ཕན་མི་ཐོགས་འབྲུ་སྐྱོད་བདུན་ལུ་རྒྱལ་པོའི་ལུས་གྱི་ཚད་དང་
མཉམ་པའི་སྐྱོད་སྟེ་གཏང་པ་ཅིན་ཕན་ཐོགས་ཟེར་སྐྱུ་བརྒྱགས་དོ་བཟུམ་འབད་གནང་ཞེན་ལས་
རྒྱལ་པོ་གདོན་གྱིས་གཞོན་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཀུན་མཁུན་པད་དཀར་གྱི་མདོས་ཚོག་

ལས་ཀྱང། སྟོན་ལྷ་འབབ་བལ་གྱི་བུ་མོ་ཅིག་རྒྱ་མཚོ་ཚེན་པོ་ལུ་གཟུགས་འབྲུ་བའི་སྐབས། གཏུག་
པ་སྐྱའི་བུ་འདི་གིས་བཟུང་ཞེན་ལས་དེ་ལུ་ལྷ་ཚུ་གིས་དམག་རྒྱབ་སྟེ་བཀུག་རུང་འབད་མ་ཚུགས་
པར་མོར་སོ་ཅུག །

དེ་གི་སྐབས་ལུ་ལྷ་ཚུ་གིས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་བསྐྱུ་བའི་སྐྱོད་གྱི་མདོས་གཏོར་རིམ་གྱོ་འདི་བཏང་
ཞེན་ལས་ལྷ་ཡི་བུ་མོ་དེ་སྐྱུ་ལས་ཕྱོ་ཐལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། བར་དུ་ཟེ་ཏོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་གྲ་བ་གཟི་
ཟེར་མི་འདི་བསྐྱུངས་སྟེ་མི་ནི་གུ་ཐུག་པའི་སྐབས། ཐམ་ཟེ་དགོ་བ་ཟེར་མི་འདི་གིས་ཀྱང་མདོས་སྐྱོད་
འདི་བཏང་ཞེན་ལས་རྒྱལ་པོ་བསྐྱུང་གཞི་ལས་གྲོལ་བ་དང་། མཐའ་མ་རྒྱ་ནག་གི་ཡུལ་འཛམ་ལུ་
རྒྱལ་པོ་གྱི་གྱི་འོད་བཟང་གིས་བུ་བ་ལོག་པ་རྣམ་པ་སྐྱོ་ཚོགས་འབད་ཤ་ལས་བརྟེན་སྟེ་གཞེན་ལངས་
ཤིང་གདོན་ཚེན་གཡོས་ཏེ་མཚན་མ་རན་པ་བྱུང་བའི་སྐབས་ལུ། ཀོང་ཅེ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་གིས་གཏོ་
དང་སྐྱོད་གྱིས་བཅོས་ཏེ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་བརློག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བྱུང་བ་ལྟར་ཨོན་འོ།

མདོས་གཏོར་རིམ་གྱོ་འབད་དགོ་པའི་རྒྱབ་ལུངས།

འཕགས་པ་ལྷའི་ལལ་སྐྱ་ནས། འཚི་བའི་རྒྱུན་ཅི་མིན་ཏུ་མང། །འཚི་བའི་རྒྱུན་ཅི་མིན་ཏུ་ཉུང། །དེ་
ཡང་འཚི་བའི་རྒྱུན་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱིར་འགོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་ལུ་ཚོ་
སྟོག་ལུན་རིང་མ་སྟེ་གནས་ཅིའི་རྒྱུན་འདི་ཉུང་གུ་ཅིག་ལས་མེད། འཚི་བའི་རྒྱུན་འདི་ལེ་ལུ་ཡོད། དེ་
ཡང་དབཅས་ར་མི་རྒྱ་གི་རྒྱ་ཚོ་འདི་ལྷེ་ཁ་ལས་མི་མ་ཡིན་ལ་སོགས་པའི་གདོན་གྱིས་གཞོན་པ་དང་།
ནང་ལུ་འབྲུང་བཞི་འབྲུགས་པ་དང་། ཚོ་རབས་སྟོན་གྱི་ལས་ནད་ཚུ་གིས་མནར་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུང་
འའི་མར་མེ་བཟུམ་ནམ་འཚི་དེས་པ་མེད་པ་ལས་ལུས་སྟོག་འཚོ་བའི་ཐབས་ཤེས་འདི་སྐྱོན་བཅོས་
དང་རིམ་གྱོ་གཉིས་ལས་ལྷག་པའི་གཞན་མེད། དེ་ཡང་གྲོ་བུར་གྱི་འཕྲལ་ནད་བཟུམ་ལུ་རྟེན་འབྲེལ་
རྗེས་གྱི་རུས་པའི་ལྷེ་ནད་གཉིས་གྱི་སྐྱོན་གྱིས་གསོ་ཚུགས་རུང་། ཚོ་སྟོན་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱུང་བའི་
ལས་ནད་དང་། འདྲེ་གདོན་ཚུ་གིས་གཞོན་དེ་ན་མི་འདི་ལུ་ལྷ་སྐྱགས་ཏིང་ལེ་འཛིན་གྱི་རུས་པའི་རིམ་
གྱོ་རྒྱུང་ཅིག་གིས་མ་གཏོགས་ཐབས་གཞན་གྱིས་ཕན་མི་སྤིད་ཟེར་གསུངས་ཅུག །

ལྷག་པར་དུ་ང་བཅས་འགོ་བ་མི་ཚུ་གི་སྒྲ་དང་ཚེ་སྲོག་འདི་གཞོན་བགོགས་འབྲུང་པོ་ཚུ་གིས་འཕྱོག་
 ལྟེ་མར་ཉམས་འགྲོམ་ལས་བརྟེན་ཏེ་རང་གི་ལུ་དང་བྱ་བ་ཚུ་ག་ཅིར་འབད་རུང་སྐྱབ་ཚུགས་པའི་རུས་
 པ་མེད་པ་མ་ཚད་རང་ལུ་ཤི་རྒྱུན་ཡང་འབྲུང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཅན་ལུ་སྐྱབ་པའི་སྐབས། ལྷ་འདྲེ་ལ་སོགས་
 པ་གཞོན་བགོགས་འབྲུང་པོ་ཚུ་ལུ་འགོ་བ་མི་གི་སྲོག་ཚབ་སྟེ་བཟོ་སྟེ་མི་དང་སྐྱུང་གཉིས་པན་ཚུན་
 བརྗེ་བའི་ཚུལ་སྟེ་གཏང་དགོ་ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག། དེ་ཡང་མདོས་ཚོགས་ལས། སྒྲ་ཚེ་བསྐྱབ་བས་
 སྐྱུང་ཅེས་བྲ། །ཕྱང་པོ་ལྷ་དང་འབྲུང་བ་ལ། །ཁམས་དང་སྐྱེད་མཚེད་རྟེན་འབྲེལ་དང། །དབང་
 པོ་དོན་སྤྲིང་ཡུལ་དང་བཅས། །ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་བས་སྐྱུང་ཅེས་བྲ། །ཟེར་གསུངས་རུག། །

རིམ་གྱི་འོ་སྐབས་མདོས་དང་སྐྱུང་གཏང་དགོ་པའི་དམིགས་ཡུལ།

སྤྱིར་མདོས་སྐྱུང་གཏང་དགོ་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ཡང། གནས་སྐབས་རང་གི་སྲོག་ལུས་དབང་རྒྱུང་
 ཉམས་པ་དང། ཡུལ་དང་ཁང་ཁྱིམ།
 བྱ་ཚོར་ལོངས་སྤོད། དཔལ་དང་གཡང་
 ཉམས་པ་ཚུ་ཡང་འདི་གིས་གསོ་བའི་
 ཐབས་ཤེས་ལུ་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་
 དེ་གཏང་དགོ་ཟེར་གསུངས་རུག། །
 མདོས་གཞུང་ལས། ཡུལ་མཁར་ཁྱིམ་
 ཡང་འདི་ཡིས་བསྐྱུ། བྱ་ཚོར་སྤིད་ཀྱང་
 འདི་ཡིས་བསྐྱུ། སྒྲ་ཚེ་དཔལ་ཡང་འདི་
 ཡིས་བསྐྱུ། ལུས་སྲོག་དབང་ཐང་འདི་ཡིས་བསྐྱུ། རྒྱུང་རྟེན་བ་དན་འདི་ཡིས་བསྐྱུ། ཟེར་གསུངས་
 ཏེ་འདུག།



མདོས་སྐྱུང་འདི་གཞོན་བགོགས་འབྲུང་པོ་ཚུ་ལུ་སྒྲ་སྲོག་པན་ཚུན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་སྟེ་གཏང་དགོ་པའི་
 དམིགས་ཡུལ་ཡང། མདོས་ཚོགས་ལས། སྒྲ་དང་སྐྱུང་དུ་བརྗེ་བར་མཛོད། དེ་རིང་བདུད་ལ་མི་
 གཅིག་བསྐྱུ། དེ་རིང་བཅོན་ལ་ཐན་གཅིག་གཏོང། དེ་རིང་བགོགས་ལ་སྐྱུང་གཅིག་བསྐྱུ། དེ་རིང་
 གཞོན་ལ་ཡས་གཅིག་གཏོང། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མདོས་སྐྱུང་འདི་བཏང་བ་ཅིན་ལྷ་འདྲེ་གི་

ལྷ་ཁ་ལས་ཐར་བ་སོགས་འཕྲལ་གྱི་ཉེས་སྦྱོན་ཚུ་སེལ་ཏེ། སྲོན་གྱི་ལན་ཆགས་དང་བྱ་ལོན་ཚུ་བྱང་
 བའི་ཚུལ་ཡང། བྱ་རི་ལོ་ཅ་བའི་མདོ་ཚོགས་ལས། དེ་རིང་ལྷ་འདྲེ་ལྷ་ཁ་སྤོ། དེ་རིང་སྲོན་མའི་
 ལན་ཆགས་སེལ། དེ་རིང་མི་དང་གཞོན་དུ་འབྱེད། ཟེར་གསུངས་རུག། གཞན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་
 མཚོད་ཡོན་སྦྱིན་བདག་མི་ཚོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཚུ་ལུ། ལོ་སྟེག་ ཟླ་སྟེག་ ཞག་སྟེག་ ཅུས་སྟེག་
 བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་རིམས་གཡོས་པ། ལྷས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་གཅིག་ལངས་པ། སྒོ་བྱར་བརྒྱད་
 ཅུ་ཅ་གཅིག་ ཅུས་མིན་འཚིབ་རྣམ་བརྒྱད་དང། སྤང་བར་བྱེད་པའི་དགའ་ལུ་མདོས་བཏང་བ་ཅིན་ལྷ་
 འདྲེའི་དམག་དམུང་ཕེབས་ནས་དགའ་སེལ། སྤར་ཁ་དང་ཟོར་ཁ་བསྐྱོག་པ་ལ་སོགས་པ་ག་ར་མདོས་
 གྱིས་སེལ་ཚུགས་ཟེར་གསུངས་རུག། །

ཡང་ཕྱི་མདོས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་དགོས་པ་དང། རྣང་མདོས་ལ་བརྟེན་
 རས་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་དགོས་པ་སོགས་ལེ་ཤ་ཡོད་ཟེར་གསུངས་རུག།

མདོས་གྱི་གོ་དོན།

དེ་ཡང་མདོས་ཟེར་མི་འདི་སྤང་ཚུལ་ལུ་འཁོར་འདས་གྱི་ཚོས་རྣམ་པ་སྐྱ་ཚོགས་སྤང་མི་འདི་ཐབས་
 གྱི་ཡེ་ཤེས། འདི་ཚུ་གི་དོ་བོ་བརྟེན་ན་གནས་ཚུལ་ལུ་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་མི་འདི་སྤོང་བ་ཉིད། ཐབས་
 དང་སྤོང་བ་འདི་གཉིས་དབྱེར་མེད་པའི་ཆ་འདི་མདོས་གྱི་དོ་བོ་ཡིན། དབྱེར་མེད་གཉིས་སུ་མེད་པའི་
 ཐབས་དང་སྤོང་བའི་ངང་ལས་སྐྱུང་རྗེས་སྟེ་དམིགས་ཏེ་བཟོ་མི་འདི་ལུ་མདོས་དང་ཡས་བཏགས་ཟེར་
 གསུངས་ཏེ་འདུག། །ཡང་ཅིན་གཟུགས་བརྟན་སྐྱ་ཚོགས་སྟེ་བཀོད་མི་འདི་ཡས་དང། སྐྱུང་བ་གིས་
 ཐགས་ཏེ་བཟོ་མི་འདི་ལུ་ཡས་ཐགས་ཟེར་གསུངས་རུག། ཡོངས་གཟགས་ལུ་མདོས་ཟེར་སྐྱབ་སྲོལ་
 ཡོད་མི་འདི་སྐྱུང་བ་གིས་འཐགས་ཏེ་རིམ་གྱི་གཏོར་མའི་གྲུ་ལུ་བཙུགས་མི་རྒྱུང་གཅིག་ལུ་གོ་ནི་
 མེན་པར་མདོས་ཟེར་མི་འདི་རིམ་གྱི་འོ་རྗེས་ཆ་ཚང་གི་སྦྱི་མིང་ལུ་གོ་དགོས་ཡིན་ལོ།

མདོས་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱིར་མདོས་ལུ་དབྱེ་བ་ཅིན་པོ་མདོས་དང་མོ་མདོས། དེ་རེ་རེ་ལུ་ཡང་སྦྱི་མདོས་དང་སྦྱོས་མདོས་ལ་
 སོགས་པ་ལེ་ཤ་གསུངས་ཏེ་ཡོད་རུང་མདོས་བསྐྱུ་ན། སྤྱིར་སྐྱབ་མདོས་སམ་རྟེན་མདོས་དང། མཚོད་

མདོས། བསྐྱེད་མདོས། སྲིད་པ་གཡུལ་བརྒྱུག། བྱོལ་བརྒྱུག། རྟུག་དག་མདོས་ལ་སོགས་པ་དབྱེ་བ་
དུག་གསུངས་ཏེ་འདུག། བོ་མདོས་ཟེར་མི་འདི་གཙོ་བོ་པོ་འདི་དོན་ལུ་བཟོ་མི་འདི་པོ་མདོས་དང། མོའི་
དོན་ལུ་བཟོ་མི་འདི་མོ་མདོས་ཟེར་གསུངས་ལུག། དེ་ཡང་སྐྱེད་པ་དུག་པོའི་པངས་ཇུས་སྟེ་བཏང་མི་
འདི་ལུ་ཟོར་ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ཡིན་ནོ།།

མདོས་དང་སྐྱེད་ཀྱི་གོ་དོན་དང་དེའི་བདེ་དོན་ཉམས་གསུམ།

དེ་ཡང་ཇུས་དང་བཅའ་ཚུལ་གཉིས་ལས། དང་པ་ཇུས་ལ་རྒྱན་སྐྱེད་དང། དཀོར་ཚའི་སྐྱེད། ལྷན་
གཟིགས་དང་གསུམ་ལས། དང་པ་རྒྱན་གྱི་སྐྱེད་ལ། བཟུང་མཁའ། རྒྱུད་ལ། འཇུག་ལ། མདའ་
བཟུང་དང་མོ་གདོད། འཕང་བཟུང་དང་མོ་གདོད། མོ་མོ་སྟེ་མཐུན། གོས་དང་རྒྱན་བཅས་ཡོད་པ་ལས།
དང་པ་ནམ་མཁའ་ནི། བ་སྐྱུག་འདི་རིང་ཚད་མདའ་གང་གཤག་ཏེ་རང་གི་ལུས་དང་སྐྱེད་བའི་བདེ་
མཚོན་ལུ་ཡན་ལག་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟེ་སྐྱེད་པ་སྐྱ་ལྡ་གིས་ཐགས་ཞིན་མ་ལས་ཞོག་པ་སྟོང་པ་འདི་ནང་
གི་ཚུལ་དང། བད་པའི་ལོ་རྟགས་སོགས་སྐྱེད་པ་གི་ལ་དོག་གིས་འགོ་རིམ་བཞིན་ཐགས་ཏེ་མཐའ་
མ་ལུ་འཇའ་རིས་སྟེ་བསྐྱར་ཏེ། ཚེ་ལུ་བྱ་ཡི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་མཛེས་པའི་སྐྱེད་དང་བལ་ཚོན་སྐྱ་ལ།
ལག་པ་གཉིས་ལུ་དར་སྐྱ་དང་བལ་ཚོན་ཤོག་གུ་གི་དར་དབྱེད་སྐྱེད་བཏགས་ཏེ་བཟོ་མི་འདི་ལུ་མཐུན་པ་
ཇུས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཟེར་གསུངས་ལུག།

འདི་གི་ནང་སྟོང་མ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་དབྱིངས་མི་འགྱུར་བའི་ནམ་མཁའ་ཡིན་པའི་བདེ་དང། སྟོང་
པ་འདི་གིས་ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བའི་རྟགས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།། །སྐྱེད་པ་སྐྱ་ལྡའི་འཇའ་རིས་
འདི་ཡེ་ཤེས་ལྡ་ཚང་བའི་ནམ་མཁའ་ཡིན་ཟེར་བའི་བདེ་དོན་རྟགས་གསུམ་བསྟན་པ་ཡིན། འདི་ལུས་
ངག་ཡིད་གསུམ་ལས་སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ལུག། དེ་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་
མདོས་ཚོགས་ལས། བཟུང་མཁའ་དངོས་མེད་ལ་དོག་ལ། །འབྱུང་བ་ལྡ་ཡི་འོད་ལས་སྲིད། ཡེ་ཤེས་ལྡ་
དང་ལྷན་པའི་རྟགས། །སྐྱབས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཀུན་ལྱབ་མཁའ། །མཐུན་པའི་ཇུས་ཀྱི་ལེགས་བསྐྱབས་
པ། །སེམས་ཉིད་སྟོང་པའི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

གཉིས་པ་རྒྱུད་ལ། བ་སྐྱུག་རིང་ཚད་འདི་ནམ་མཁའ་དང་འབྱུང་བ་ཚེ་ལུ་བལ་ཚོན་དང་བྱ་སྐྱེད། སྐྱེད་
ལུ་དར་སྐྱེད་པ་ལྷན་ལ། བར་དུ་ལུངས་ཀར་གྱི་སྐྱེད་ཏུ་བཅས་བཟོ་མི་འདི་རྒྱུད་ལུ་ཟེར། འདི་ལུས་ཀྱི་
སྐྱེད་དང། བྱིས་པའི་སྐྱེད་ཟེར་ཡང་གསུངས་ལུག། དེ་ཡང་སྐྱེད་སྲིད་གསེལ་བུའི་གྱེར་མཚོན་ལས།
ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ལ། ལུངས་སྐྱར། ལྷན། བལ་ཚོན། སྐྱུག་ལ། རྒྱུད་ཏུ་བཅས་བཟོ་གས་དགོ་ཟེར་
གསུངས་ཏེ་འདུག། དེ་ཡང། རི་སྐྱེད་ཏུ། གྱེ ། སྟོན་ཚེ་སྐྱེད་དོན་རྗེ་ཡིས། རྒྱ་ཡི་བཟུང་གིས་ཞིགས་
སྟོན་ནས། ལུངས་མོའི་ལུངས་རྟེན་ཞིང་པས་སྟེལ། དམྱེད་གསུམ་འདབ་མཛེས་དབྱེད་གསུམ་
རིང། མེ་ཏོག་སྟོན་གསུམ་སྐྱེད་ཏུ་སྲིན། དེ་འདྲའི་འབྱུ་མཚོགས་ལེ་སྐྱེལ། བགོགས་རིགས་
འཛེམས་པའི་བཟུང་གིས་ཇུས། ཡོན་བདག་ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཅེས་པ་ལྟར་ལུངས་སྐྱར་དང།
གྱེ། སྲིད་པའི་བྱ་རིགས་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི། སྐྱ་བཟང་ལས་ཀྱི་རྒྱན་དུ་གྱིས། ཚངས་པའི་ལྷ་བྱ་ཡིད་འོང་
ལུས། སྟོན་པའི་དག་ལྷན་མཁའ་ལ་འགོ། ཡོན་བདག་ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར་བྱ་སྐྱེད་དང།

གྱེ། རྒྱ་ལྷ་ཤིང་སྲིན་ལས་བྱུང། ལ་དོག་སྐྱེ་ཚོགས་ཚོས་ཀྱིས་བསྐྱེད། བཟུང་གིས་སྐྱུག་མའི་
ཚེར་འབྱར་ཚོ། རིགས་དུག་སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལེལ། དེ་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་ལྡའི་བལ་ཚོན། ཡོན་
བདག་ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཅེས་པ་ལྟར་བལ་ཚོན་(སྐྱེད་པ་སྐྱ་ལྡ)དང། གྱེ། འབྱུང་བ་ཚོད་
གཤེར་སྲིད་པའི་རྒྱ། ལྷན་པ་འོང་སེང་བྱང་རྒྱབ་སེམས། དེ་ཕྱིར་ཐགས་ཀྱི་གཞི་མོ་སྟེ། ཡོན་བདག་
ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཅེས་པ་ལྟར་སྐྱུག་མ་དང། གྱེ། རི་ཚོན་སྐྱུག་མའི་ཚེ་ལོགས་ལ། ཚངས་
པ་བྱ་ཡི་སྐྱ་བཟང་དང། འབྱུ་མཚོགས་ལུངས་མོའི་སྐྱེད་ཏུ་དང། མཚོ་མ་ཐན་གྱི་མགལ་པ་དང། ཡེ་
ཤེས་བལ་ཚོན་སྐྱ་ལྡ་ཡི། རྒྱུད་ཏུ་བཟུང་གིས་རིམ་གསུམ་པ། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་སུ་བྱིན་བརྒྱབས་པ།
ཡོན་བདག་ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་འབྱུལ། ཅེས་པ་ལྟར་བལ་ཚོན་སྐྱ་ལྡ་འདི་ཡེ་ཤེས་ལྡའི་བདེ་མཚོན་དང་
རྒྱུད་ཀྱི་སྲིན་བདག་གི་ལུས་ཀྱི་སྐྱེད་ཏུ་གཏང་དགོ་ཟེར་གསུངས་ལུག།

གསུམ་པ་ཤིང་བྱི་ནི། ཤིང་བྱིག་པ་ལུ་རལ་གྱི་ཚེ་གཉིས་པའི་དབྱིབས་བཟུམ་སྟེ་བཟོ་སྟེ་རིང་ཚད་མཚོ་
གང་ལུ་མགུ་དམར་པོ། བར་དུ་མཐིང་ལ། གདོད་དོས་ཀྱི་ལར་ནམ་མཁའ་ལ་སྲིན་ལང་ལོང་གི་ཚུལ་
དང། གཟུང་སྐྱར་དེ་གི་འོག་ལུ་རི་དང་ཡུལ་ཁྱིམ། མཇུག་ལུ་མཚོ་བཅས་བྱིས་མི་ལུ་སྲིད་པ་སྲིད་སེ་

དུག་པ་མོ་མི་སྲི་མཐུན་གྱི་སྐྱེ། དེ་ཡང་ལྷོ་མི་ལྷོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཟོ་མི་དེ་ལུ་མོ་མོ་སྲི་
མཐུན་གྱི་སྐྱེ་དེ་གསུངས་ལུག་ དེ་ཡང་། གྲེ་བལ་ཏེ་བཟུ་ཤིས་ཤིང་གི་ཚོགས། བཟུང་ཤིང་ར་
བ་ཚེན་པོར་ཆགས། རིན་ཚེན་ལུག་ཏེ་དཔག་བསམ་ཤིང་། ཡོངས་འདུའི་དབང་པོར་བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབས། ཡོན་བདག་མོ་མོའི་སྐྱེ་དུ་འབྱུང། ཟེར་གསུངས་སོ།

གོས་དང་རྒྱན་སྐྱེ་ཟེར་གཉིས་ཡོད་ས་ལས། དང་པ་གོས་ནི་དར་ཟབ་དང་བགས་པ་ནི། གྲེ་ལྷ་
ཡི་དར་ཟབ་བཅུ་ཡི། དཔག་བསམ་ཤིང་ལས་གང་འདོད་འབྱུང། མི་ལ་སྲིན་གྱི་ཁ་རྒྱལས། རྒྱ་མོ་
བཟོ་སྐྱེངས་འབྱུང་ལས་འཐོན། མདངས་མཛེས་འཇའ་འོད་འབྱེལ་འདྲ་བ། ཡོན་བདག་གོས་གྱི་
སྐྱེ་དུ་འབྱུང། གྲེ་བགས་བུ་དག་པོར་ཆས་པའི་གོས། སྐྱང་ཚེན་མི་དང་སྐྱུག་གཟིག་གི། གཡང་
གཞི་ཚེན་པོར་བསྐྱོས་པ་འདི། ཡོན་བདག་གོས་གྱི་སྐྱེ་དུ་འབྱུང། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དར་ཟབ་
སྐྱོ་ཚོགས་བརྒྱན་ཏེ་བཟོ་མི་འདི་ཡོན་བདག་གི་གོས་སྐྱེ་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ལུག་

གཉིས་པ་དཀོར་ཚའི་སྐྱེ་ལ་ཡང་འདྲ་བའི་སྐྱེ་དང་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ཟེར་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་
པ་ཡོན་བདག་དང་འདྲ་བའི་སྐྱེ་ནི། དེ་ཡང་མོ་མོ་བྱིས་པ་རྟ་ལུགས་ལུལ་མཁར་སོགས་ག་ཡིན་མ་སྟེ་
བཟོ་མི་ལུ་ཡོན་བདག་དང་འདྲ་བའི་སྐྱེ་ཟེར་གསུངས་ལུག་

གཉིས་པ་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ནི། གསེར། དུལ། སྲི་ཏིག། ཟངས། ལུགས་སོགས་ཚེད་གྲུ་དང་།
གཉིས་པ་རྒྱང་སྐྱེ་ནི། རྟ། གཡལ། མཛོ། དེལ། བསྐྱང། ར། ལུག། ལྷི། སག་ནམས་སོ།
འདི་རྒྱ་ཡོན་བདག་གི་ལོར་དང་མཐུན་ནི་འདི་གིས་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ཟེར་གསུངས་ལུག། ཡང་མ་བྱ།
ལོ་ཚོ། དང་པ་སོགས་འདབ་ཆགས་འཕུར་དགྲ་དང་། སེང་གེ། ལུག་གཟིག་སོགས་གཅན་
གཟན་ཚེད་གྲུ་བཅས་འདི་རྒྱ་ལྷོ་འདྲའི་ལོར་དང་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་འདུག། གཞན་
འདབ་ཆགས་ལྷུང་ནས་བྱེ་ལེབ་གྱི་བར་མཁའ་ལ་འཕུར་ཚད། སེང་གེ་ནས་སེ་མོང་གི་བར་སྟེར་
ཆགས། རྟ་ནས་ར་ལུག་གི་བར་མིག་ཆགས། ལྷོ་མཚོག་ནས་སྲིག་པ་ལ་སོགས་པའི་བར་རྩ་ཆགས་
ཏེ་ས་ལ་སྐྱོད་ཚད། རྒྱ་སྲིན་ནས་སྐལ་སྟེང་གི་བར་རྒྱལ་གནས་ཚད་གྱི་གཟུགས་གང་མང་གསོག་པ་
དཀོར་ཚའི་སྐྱེ་ཟེར་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ་སྐྱེ་གཟིགས་ནི། མོ་བརྒྱད་དབྱེས་པ་རྩོན་ཆ་དང་། མོ་བརྒྱད་དབྱེས་པ་རྟ། གཉིས་ཀ་
དབྱེས་པ་བ་ཡིང་ཏེ་ཟེར། དེ་ཡང་འབྱུ་སྐྱེ། སྐྱན་སྐྱེ། དར་ཟབ། ལ་རྩས། སྐྱང་རྩས་སོགས་ཡིན།
སྐྱེད་པ་གིས་ནམ་མཁའ་སོགས་ཐགས་ཏེ་བརྒྱན་མི་ལུ་སྐྱེ་གཟིགས་གྱི་རྒྱལ་ཡིན་ཟེར་གསུངས་ལུག་

མདོས་སྐྱེ་བཅའ་རྒྱལ་སྐྱོར། བཅའ་སྐྱིག

དེ་ལ་སྐྱོས་མདོས་ཡོད་པའི་ལུགས་དང་མེད་པའི་ལུགས་གཉིས་ལས། དང་པ་སྐྱོས་མདོས་མེད་པའི་
ལུགས་བཅའ་རྒྱལ་ནི། ཇི་ཟངས་ཀྱིས་སྐྱུགས་པའི་འབྱུ་སྐྱེའི་རར་བྱེ་ལུ་རིན་ཚེན་སྐྱོ་ཚོགས་བཏབ་
ནས་དབྱིབས་སྐྱེ་བཞི་བང་རིམ་བཞི་ལ་སོགས་པ། དེ་ཡང་རྟེན་མདོས། བསྐྱང་མདོས། དག་མདོས་
རྒྱ་བཅའ་རྒྱལ་འདི་སོ་སོའི་གཞུང་ལས་གསལ་བ་ལྟར་བཅའ་སྐྱིག་རྒྱབ་དགོ་ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག་
དེ་ཡང་མགོན་པོའི་མདོས་བཟུམ་ལུ་དཔེར་མཚོན་ན་བང་རིམ་བཞི་ལས་བང་རིམ་དང་པོ་ལུགས།
གཉིས་པ་གསུང། གསུམ་པ་སྐྱེ། བང་རིམ་བཞི་པར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བརྒྱ་དང་རྒྱལ་ཚེན་བཞི་དང་བཅས་
པ་མགོན་པོའི་ལུགས་གསུང་སྐྱེའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱེ་སོ་སོ་སྟེ་བཟོ་མ་དགོ་མི་ལུ་སྐྱི་
མདོས་ཟེར་གསུངས་ལུག་

གཉིས་པ་སྐྱོས་མདོས་བཅའ་རྒྱལ་ནི།

དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་མདོས་ལུ་རི་རབ་བང་རིམ་བཞི་པ། དབྱུ་ཚེ་རིས་གསུམ། སྐྱིང་
གཡོག་སྐྱོར་ཁང་བྱི་ལུགས་རི་དང་བཅས་པ་བཅའ་དགོ། དེ་ཡང་སྟེ་བརྒྱད་རྒྱུ་མཐུན་མ་ཡིན་པ་
རང་རང་སྐྱེ་དུ་ལོགས་སུ་སྟེ་བཟོ་མི་འདི་ལུ་སྐྱོས་མདོས་ཟེར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། མདོས་གྱི་བཅའ་
རྒྱལ་གཙོ་པོ་ནི་བཀའ་གཏེར་གསུང་རྟེན་སོ་སོའི་མདོས་གཞུང་ལས་རྟོགས་དགོ། དེ་ལས་ལ་རྩས་
སྐྱང་རྩས་རྩོ་རྩས་སོགས་མདོས་རྩོངས་ཆ་ཚང་ཆངས་བུ་ཏིང་པོ་བཅས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

མདོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་དང་བསྐྱོ་རྒྱལ་གཉིས་ལས། དང་པ་མདོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་རྒྱལ་ནི།

མདོས་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་རྒྱན་སྐྱེད་ཐམས་ཅད་དབྱེས་པའི་མཚོད་སྲིན་སྟེ་བསམས་ཤིང་
སྐྱུགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཏིང་པོ་འཛིན་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་རྒྱལ་ཡང་། མདོས་གཞི་གནམ་འཁོར་ལོ་
རྩིབས་སྐྱོང་སུ་ལྷུང་གྱིས་མཛེས་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དང་མཉམ་པའི་རྒྱལ་དང་། ལས་ཐགས་

ཞེས་དང། འདྲེ་ལྷ་བདུད་གཙོང་གྲུང་གི་ལམ།། ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་བ་མོ་མོའི་ལས་ལམ་གྱི་
ཚོགས་དེ་དང་འདྲེ་ལྷ་བདུད་གཙོང་མོགས་ཀྱི་ཚོགས་ལུ་གཏང་དགོ་ཟེར་ཡང་གསུངས་ཏེ་འདུག

བཞི་པ་ཟོར་དུ་འཕང་བ། ཟོར་དུ་འཕང་བ་ཟེར་རང་གི་དགྲ་བོའི་ཚོགས་ལུ་ལམ་སྟོན། དེ་ལུ་ཐེབས་
ཚོག་བཅིང་གོ། ། ཐེབས་འདི་མོ་མདོས་ལྷ་བ་ཡར་ངོ་དང་སྟོ། མོ་མདོས་ལྷ་བ་མར་ངོ་དགོངས་
དང་སྟོ། དགྲ་མདོས་ནམ་དགུང་དང་ཉིན་གུང་ཉི་ལུག་མོགས་ཀྱི་དུས་ལུ་གཏང་དགོ།

ལྷ་བ་མདོས་རྒྱུ་ལོག་པ་དང་ལོག་གཞོན། མོ་བྱོལ་ཉི་མ་དགུང་དང་ནམ་དགུང་ལུ་གཏང་ན་ལོག
མོ་བྱོལ་ཐོ་རངས་དང་ཉིན་དགུང་ལུ་གཏང་ན་ལོག། །གཉིས་ཀ་ལུ་རྒྱུ་མ་ཚོགས་ན་ལོན་བདག་ལུ་
ལོག། །རིང་ལེ་འཛིན་མ་གསལ་ན་མདོས་བཏང་མི་ལུ་ལོག། །ལོག་གཞོན་འབད་ཚུལ། སྤྱི་མདོས་
ལོག་ན་མནམ་པ་འབད་དགོ། །གཞོན་མདོས་ལོག་ན་ཐུན་དུ་སྐྱབ། ཟོར་དུ་འཕང། མནམ་པ་འབད།
སྟོས་མདོས་ལོག་ན་གཏོར་མ་རྒྱ་ཚེན་པོ་གཏང་དགོ།

མཐའ་མར་དགོ་བ་མཇུག་གི་དོན་མདོས་བཏང་བའི་ཕན་ལོན། ཀྱན་མཚུན་མདོས་མཚོག་ལས། དེ
ཡང་བོད་ལུ་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྟོང་ལྟེ་བཙན་གྱིས་ལྷ་ས་བསམ་ཡས་བཞེངས་པའི་སྐབས་ཉི་མ་མི་གིས་
བཅིགས། ལུ་མོ་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་གིས་བཞིགས་ཏེ་གཞོན་པ་བཀའ་བའི་སྐབས་ལུ། སངས་རྒྱས་གཉིས་
པ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་ལུ་ཁོང་རའི་ཡིད་དང་མཐུན་པའི་རྒྱས་དང་དཀོར་ཞོར་
ལོངས་སྟོན་མདོས་གྲུང་ཚུ་སྐྱགས་དང་ཐུག་རྒྱས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་བསྟོ་སྟེ་གནང་ཞིན་མ་ལས་
གཞོན་པའི་བསམ་སྟོར་ངན་པ་ཞི་ནས་སྟོག་སྟིང་ཕུལ་ཏེ་ཅི་གསུང་བཀའ་བཞེན་རྒྱབ་པར་ཁས་བྲལ།
དེ་ལས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་བདེ་ཞིང་ལོ་ལོགས་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་བའདུག། ཚེ་བསོད་དབང་ཐང་
ལོངས་སྟོན་རྒྱས་ཏེ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཅུགས་ཚུགས་མི་འདི་ཡང་མདོས་གཏོར་གནང་བ་
འདི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བ་སོགས་ཕན་ལོན་དཔག་དུ་མེད་པ་གསུངས་ལུག།

འདི་བཟུམ་མདོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ཡང། དུས་མིན་འཆིབ་ལས་བརྒྱག་པ་དང། ལོ་
ལྷ་མི་རུང་བ་དང། བན་བོན་གྱི་ཕུར་ཁ་དང། དགྲ་རྒྱན་ལངས་པ་དང། སྤྱེ་བོའི་མི་ཁ་དར་བ་དང།
ལུལ་དུ་ནང་ཡམས་བྱུང་བ་དང། ཁང་གསར་རྒྱལ་འགོང་ཞུགས་པ་དང། ལུས་སྟོག་དབང་ཐང་རྒྱན་

པ་དང། རྒྱང་ཏྲ་ལ་དགྲ་དར་བ་སོགས་བརྒྱག་པའི་ཕན་ལོན་དང། ཚེ་རབས་ཀྱི་ལན་ཆགས་སྤྲིག་
སྤྲིབ་བྱང་ཞིང་དག་པ་སོགས་ནང་གཞོན་འགལ་རྒྱུ་བར་ཆད་ཚུ་སེལ་ཏེ། དམིགས་བཅས་བསོད་
ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་དམིགས་མེད་ལེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ལྷན་པར་ཅན་རྣམས་དུ་རྒྱུས་ནས། མཐར་
ཐུག་རྣམ་མཚུན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཞིན་ནོ་
ཟེར་གསུངས་པ་དང།

གཏོ་སྟོམ་འབུམ་རིག་ལས་ཀྱང། གཏོ་བཙོས་བྱིས་པའི་མཁར་ལས། ཕན་ལོན་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ། ཟེར་
གསུངས་དོ་བཟུམ་སྟེ་མདོས་ཀྱི་ལག་ལེན་གྱི་བཙའ་སྤྲིག་ཚུ་ཨ་ལོ་རྒྱུང་གུ་གི་ཚེད་མོ་བཟུམ་སྟེ་ཨིན་
རུང་གོང་ལུ་བཤད་དོ་བཟུམ་སྟེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕན་ལོན་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་ལོན་བསམ་གྱིས་
མི་ཁྲབ་པ་ཡོད་པ་ལས་དང་ཅན་སྟེ་མོ་མཚོག་དམན་ལོངས་ཀྱིས་མདོས་གཏོར་མཚོད་སྤྲིན་གྱི་བྱ་བ་ལུ་
དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སྟོ་ནས་འཇུག་གནང་ཟེར་སྟིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ལན་བརྒྱུ་ལུ་བ་ལགས་
སོ།

དེ་འདྲའི་སྐར་སྟོལ་བཟང་བོའི་ལམ་བཟང་འདིར། པ་རྗེས་བུ་འཇུག་དགོས་པས་སྐལ་བཟང་རྣམས།
རང་གི་རིགས་བརྒྱད་བཟང་བོ་མ་བཟླག་པར། ཚུལ་བཞིན་ཡང་དག་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་འཚལ།
ཞེས་ཀྱང་སྟོན་པའོ།

རྒྱབ་ལུངས་དཔེ་དེབ།

ཀྱན་མཚུན་པད་དཀར། མདོས་ཀྱི་གསལ་བྱེད་འཕུལ་གྱི་མེ་ལོང། དཀར་བརྒྱད་གསུང་རབ་ཉམས་
གསོ་ཁང།
ཀྱན་མཚུན་མི་ཕམ་རིན་པོ་ཆེ། གཏོ་སྟོམ་འབུམ་རིག། ཞེ་ཚེན་བསྟན་གཉིས་དར་རྒྱས་གྱིང།
མཁས་མཚོག་བྱ་རི་ལོ་ཅ་བ། བརྒྱ་བཞི་ཚོག་ཀྱན་ཕན་འདོད་འཛོ། འབྲུག་འདོད་འཛོ་ཚོང་ཁང།
བདུད་འཛོམས་ཚོགས་བསྐྱིགས། བཀའ་གཏོར་མདོས་ཚོག་གཏོ་འབུམ། ཀེ་ཨེམ་གྱི།
དོ་གྲུབ་གསུམ་པ་བསྟན་པའི་ཉི་མ། རྟེན་སྟིང་མདོས་ཚོག། འབྲས་སྟོངས་མཚོད་རྟེན་དགོན།
གཞུང་ཅེས་སྟོབ་དཔོན་ལྷོན་དོ་རྗེ། འབྲུག་ལུགས་མདོས་ཀྱི་དོ་སྟོན། ཐིམ་ཕུ་སྐང་རི་ཟམ།

རྒྱལ་ཡངས་ཐང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ལོ་བསྟར་བཞིན་མཚོན་སྲོལ་ཡོད་པའི་བྱུང་བ་དུད་ལྷ་གསོལ།

རིག་དབང་རྒྱ་མཚོ། ཞིབ་འཚོལ་གཙུག་ལག་རྒྱུག་འཛིན།

རིག་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲ།

དོན།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་མ་དར་བའི་སྤྱོད་ལུ་འབྲུག་གི་ལུང་ཕྱོགས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་བོན་གྱི་
བསྟན་པ་དར་རུག་ བོན་ལུ་བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་ཟེར་ལག་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས། སེམས་
ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་ཤིང་དང་རྩོལ་སོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོན་འབད་
དེ་གནས་སྐབས་གྱི་དོན་ལུ་སྐབས་འཚོལ་མི་ལུ་བོན་ནག་དང། སེམས་ཅན་དམར་བསད་མ་འབད་
བར་གནས་སྐབས་གྱི་རྒྱན་དང་བར་ཆད་སེལ་ཐབས་ལུ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཚུ་ལུ་མཚོན་རྩལ་སྤྱོད་
ཚོགས་ལུ་ཉེ་གསོལ་མཚོན་མ་འདྲམ་ལུ་མི་དེ་ལུ་བོན་དཀར་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས། བོན་ནག་གི་
སྲོལ་བྱུང་འདི་ཉི་མ་ལའི་གངས་ལྗོངས་འདི་ནང་ལུང་ཕྱོགས་མཐའ་དབུས་མེད་པར་དར་ཡོད་རུང་
དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཨོ་རྒྱན་པརྱ་འབྲུང་གནས་གྱིས་ལུང་ཕྱོགས་ཚུ་ནང་
སྤྱོད་དོས་སྤེ་བྱོན་ཉེ་དམ་ལུ་བཏགས་ཉེ་བཅན་དང་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་མང་ཤོས་ཅིག་བསྟན་པ་སྤྱོད་
བའི་ཚོས་བདག་ལུ་བསྐྱོས་གནང་རུག །

འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་གི་སྲོལ་བྱུང་གཉིས་ཆ་རང་དར་ཡོད་པའི་ནང་ལས་
གཡུས་སློལ་ལུ་ཅིག་ནང་དེ་ལྟོ་གི་བར་ན་ཡང་བོན་ནག་གི་སྲོལ་བྱུང་འདི་མ་ཉམས་པར་འབད་བཞིན་
ཡོད་པ་ཨིན། ད་རེས་ཡངས་ཐང་གཡུས་སློལ་འདི་ནང་ལོ་བསྟར་བཞིན་རང་ལྷ་པའི་ཚོས་ལུ་མཐུ་
ཅལ་ཅན་གྱི་དམ་ལྷ་བྱུང་བཅུད་ལུ་ལྷ་གསོལ་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐོར་མཐོང་བ་རྒྱུད་པའི་ལག་
ལེན་པ་དང་རྒྱན་ཤོས་ཚུ་གི་ལ་རྒྱན་ལུ་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་
ཐོག་ལས་གནས་ཚུལ་བསྟུ་སྒྲིག་འབད་མི་འདི་ནང་གཙོ་བོ་བྱུང་བཅུད་ལྷ་གསོལ་གྱི་འབྲུང་བྱུངས།
ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩེ་ལོ་ཚེ་གིས་བྱུང་བཅུད་ཚོས་བདག་ལུ་བསྐྱོས་ཚུལ། བྱུང་བཅུད་ལྷ་གསོལ་གྱི་བྱུང་སྐོར་
རིམ་པ། ལྷ་གསོལ་གྱི་སྤྱིན་བདག་དང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་གོས་བསྟར་འབད་ནི་
ཨིན།

དོན་ཚན་དེ་ལྟོ་ལྷ་གསོག་གྱི་བཀོད་པའི་ལྷ་ཆ་ཚན་ལྷན་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མེད་དེ་འབད་རུང་ཞིབ་
འཚོལ་གྱི་སྐབས་ཐབས་ལམ་མང་ཤོས་ཅིག་དེ་བ་དེས་ལན་དང། གནས་སྐབས་བསྟུ་རྟོག་གཉིས་
གཙོ་བོ་སྤེལ་ག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་གནས་ཚུལ་ཚུ་བསྟུ་སྒྲིག་འབད་ཡི། དོན་ཚན་འདི་གྱུ་མཐིལ་
ཕྱིན་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོ་པ་ནང་ཚན་དབྱེ་ལག་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ད་རེས་ངགིས་ཞིབ་འཚོལ་
མཐིལ་ཕྱིན་འབད་མ་རྒྱལ་ས་རུང་མ་འོངས་ཞིབ་འཚོལ་པ་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་བཟུམ་
ཅིག་དང། ལྷ་ག་པར་དུ་འབྲུག་གི་སྲོལ་བྱུང་ལྷ་གསོག་གྱི་བཀོད་དེ་མེད་མི་ཚུ་ལྷ་གསོག་གྱི་བཀོད་དེ་
ལམ་སྲོལ་བཟང་བོ་མི་ཉམས་ལུན་བརྟན་གནས་ཐབས་དང། རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་གི་དོན་གས་རྩོང་
ལ་འདི་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་བྱིས་ཡོད་པ་ལས་རྣམ་དཔྱད་ཡངས་པའི་མཁུན་ལྷན་དང།
སྐོས་སྤྱོད་ཡངས་ཐང་གཡུས་སློལ་རྒྱན་ཤོས་ཚུ་གིས་གཡུ་སྤྱོད་ལྷ་གསོག་གི་འབྲི་ཚོམ་ནང་མ་བདེན་
པའི་གནས་ཚུལ་རེ་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་གཟིགས་པ་ཅིན་ཐུགས་ཀྱི་བཟོད་པ་བཞེས་ཉེ་མ་འོངས་ལེགས་
བཅོས་གྱི་དོན་ལུ་ཐད་ཀར་དུ་གསུངས་གནང་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ད་རེས་ངགིས་གནས་ཚུལ་དེ་ཅིག་ལྷ་གསོག་གྱི་བཀོད་ཚུགས་མི་དེ་ཡང་སྤྱིས་ཆེད་འོག་གི་མི་སྤེལ་
འགོ་བཟོད་པ་དང། ལྷ་ག་པར་དུ་ཡངས་ཐང་གཡུས་སློལ་རྒྱན་ཤོས་དང་སྲོལ་བྱུང་ལྷ་གསོག་ཆེས་དང་
དད་མོས་ཆེ་བའི་སྲོལ་བྱུང་ལག་ལེན་པ། དེ་ལས་མི་སེར་ཚུ་གིས་རྒྱལ་སྤྱོད་རྩལ་པོར་གནང་བའི་
བཀོད་ལས་བརྟན་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

བྱུང་བཅུད་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྲོལ་དགོ་པའི་རྒྱལ་བྱུངས་ལོ་རྒྱུས།

རིག་འཛིན་པརྱ་གྱི་དབུ་ལོ་ཟབ་གཏེར་ཚོས་མཚོན་རིན་པོ་ཆེ། བོད་ཇི་ནང་གསེས་ཐུགས་རྩེ་
ཆེན་པོ་ལྷན་སེལ་སྤྱོད་ལེ་ལས། ཚོས་བདག་བྱུང་བཅུད་ལྷ་མ་ཡུལ་གྱི་སྐབས་ཐབས་ཀྱི་ནང་གསལ་
བསྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན། དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩེ་ལོ་
ཆེད་གོན་ལུལ་དཔལ་གྱི་ཐུག་རིངས་ལུ་བཏུགས་ཉེ། ལྷན་ལྷན་སྐོབ་མ་རྒྱ་ལུ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་
དབང་རིམ་ལྷ་པོ་དེ་གནང་བའི་སྐབས་པོ་བཅུད་ཉི་མེ་ཆིག་སྟོང་། མོ་བཅུད་ཉི་མེ་ཆིག་སྟོང་དང།
གཞན་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནང་གི་མ་རུངས་པ་ལྷ་སྤྱོད་དང་འདྲེ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་བཅན་དང་
གནས་བདག་ཚུ་གིས་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩེ་ལོ་ཚེ་ལུ་བར་ཆད་རྒྱབ་ནི་འབད། ལ་ལུ་གིས་གནས་ལ་ལས་

གནས་ལྷགས་པ་བས། ལ་ལུ་གིས་ཤིང་དང་ནགས་ཚལ་འཛིངས་བརྒྱལ། ལ་ལུ་གིས་བྱག་ཏུ་
 གཏང། ལ་ལུ་གིས་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱུགས་ལྷགས་བརྒྱལ། ཏུས་མ་ཡིན་པའི་ཆར་པ་དང་སེར་མ་ཚུ་
 བས་ལ་སོགས་པ་ཚོ་འཕྲུལ་ལེ་ཤ་བསྟན་ཏུག

ཨོ་རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དེ་ཚུ་ལྟ་སྟེ་བརྒྱད་དང་བཅན་ཚུ་གི་ཚོ་འཕྲུལ་ཡིན་མ་མཁུན་ཏེ་
 བྱགས་ཏིང་པེ་འཛིན་གྱི་དང་ལུ་བཞུགས་ཞིན་མ་ལས། བྱག་གཡམས་ཀྱི་དོ་རྩེ་གནས་ལུ་འཆར་མ་ཚམ་
 གྱིས་ལྟ་སྟེ་བརྒྱད་ཚུ་རང་བཞིན་གྱིས་དབང་ཏུ་འདུ་སྟེ་ལྟ་སྟེ་དང་བཅན་ཚུ་ཁོང་རང་དོ་མ་འོང་
 ལྟེ། ད་ལས་པར་སེམས་ཅན་ལུ་གོད་པ་མ་བཀལ་བར་བསྟན་པ་ལུ་རིང་གནས་ཐབས་ལུ་སྲུང་མ་
 སྟེ་བྱག་ལྷ་ཞིའི་ཁས་སྲུངས་སུལ་ཏུག དེ་བསྐྱང་བཅན་གྱི་གསུམ་ཁར་ལྷུང་བདུད་ཡང་ཡོད་པ་ལས་ཁོ་
 གིས་ཨོ་རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ཁས་སྲུངས་དམ་བཅའ་དེ་སྟེ་སུལ་ཏུག



ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལེ་བདག་ཅག་ནམས་ལྱེད་ཀྱི་
 འབངས་སུ་མཆི་ཞིང་སྟོག་གི་སྟིང་པོ་འདི་འབྲུལ་ཡོེ་
 ཟེར་ལྷ་ཡོད་པ་ལས་ཉིན་མ་དེ་ཁར་ལས་ཨོ་རྒྱན་གྱ་རུ་
 རིན་པོ་ཆེ་གིས། བཅན་ལྷུང་བདུད་འདི་བསྟན་པའི་སྲུང་
 མ་སྟེ་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ལྷུང་ནག་འབར་བའི་བཀའ་ནན་
 སྟེ་བསྐྱོས་གནད་ཏུག གནས་ཚུལ་དེ་ལུ་གཞི་བཞག་
 པ་ཅིན་ལྷུང་བདུད་འདི་ཏུས་རབས་བརྒྱད་པ་ལུ་རྒྱ་རྒྱན་
 གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མ་བྱོན་གྱི་སྟེ་གོང་ལུ་བཅན་ཡིན་པའི་
 ཁར་ལུལ་ལས་ཏུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ཨོ་རྒྱན་གྱ་
 རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་བསྟན་པའི་སྲུང་མ་སྟེ་བསྐྱོས་གནད་

ཞིན་མ་ལས་ཚུར་བསྟན་པའི་སྲུང་མ་ཡིན་མ་ཤེས་ཚུགས་པས། དེ་མ་ཚད་ལྷུང་བདུད་འདི་ལྟེ་བསྟན་
 འཛིག་རྟེན་རྟེན་པ་ཅན་བཅན་གྱི་རྣམ་པ་དང་ནང་བསྟན་གྱ་རུའི་བཀའ་སྲུང་ཡེ་ཤེས་ལྟེ་དོ་བོ་ཡིན་
 པས་ཟེར་ལྷ་ཞི་ཡིན། ཡིན་རུང་གནད་དོན་དེའི་སྐོར་མ་འོངས་ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་གིས་ཁ་སྐོང་ཞིབ་
 འཚོལ་འབད་དགོ་པ་འདུག་ཟེར་ལྷ་ཞི་ཡིན།

ལྷུང་བདུད་ལྟ་གསོལ་འདི་ས་གནས་རྒྱལ་ཁ་ཁ་ལུ་གསོལ་དགོ་མི་དེ་ཡང་རྣམས་ཤོས་ཚུ་གི་ཁ་རྒྱན་
 སྤྱབ་སྟོལ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན། དང་སྟེ་བོད་ལས་འབྲུག་ལུ་དམག་ཚར་ལེ་ཤ་འོང་ཏུག བོད་ལས་
 འབྲུག་ལུ་དམག་འོང་མ་དང་རྒྱ་ཚོང་ཁག་འདི་བོད་དང་འབྲུག་གི་ས་མཚམས་ཁར་ཆགས་ཡོད་པའི་
 ཁར་ལྷུང་བདུད་འདི་སྤྱིར་བཏང་རྒྱ་ལུང་སྟོགས་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་སྟེ་ལྟ་དང། ལ་ལུ་གིས་དམག་ལྟེ།
 ལ་ལུ་གིས་དག་ལྟེ། ལ་ལུ་གིས་བསྟན་པ་སྲུང་བའི་ཚོས་བདག་སྟེ་བསྟན་མ་ཡིན་མས། ག་དེ་འབད་
 ཡིན་རུང་རྒྱ་ཤོས་ཚུ་གིས་སྤྱབ་རྒྱན་བསྟན་ཏུ་འབད་བ་ཅིན་བོད་ལས་འབྲུག་ལུ་དམག་ཚར་ལེ་ཤ་
 འོང་རུང། ལྷུང་བདུད་ཀྱི་བྱགས་རྩེ་ཏུས་པ་ལས་བརྟེན་བོད་དམག་གིས་འབྲུག་དམག་ལས་ཚར་
 གཅིག་ཡང་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མ་ཚུགས་པས་ཟེར་སྟེ་ཡིན་མས།

ལྟག་པར་ཏུ་ད་ལྟོ་རྒྱལ་ཚུ་གི་བྱང་ཁ་ཁ་ཟེར་སྟེ་སྟོབ་ཡོད་པའི་ས་གནས་འདི་མ་གཞི་གི་གཤོང་དང་
 བྱག་གཟར་དགས་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་ཅིག་ཡིན་རུང། དེ་བསྐྱང་བོད་ལས་དམག་འོང་བའི་སྐབས་
 ལྷུང་བདུད་ཀྱིས་སྲུལ་པ་བཀའ་ཏེ་ས་གནས་འདི་ཐང་སྟོམ་ཅིག་ལུ་སྲུལ་བཞག་ཏུག བོད་པའི་དམག་
 མི་ཚུ་གིས་ས་གནས་འདི་བྱག་དང་གཤོང་སྟེ་མ་མཐོང་པར་ཐང་སྟོམ་སྟེ་མཐོང་སྟེ་ལྟ་དང་རྒྱ་གི་དར་
 རྐང་རྒྱབ་སྟེ་འབྲུག་པའི་དམག་འབྱིམ་འོང་བའི་སྐབས། བོད་དམག་ཚུ་ག་ར་གཤོང་དང་བྱང་འདི་
 ལས་མར་བྱུང་དེ་སྟེ་དོ་གཅིག་ཡང་མ་ལུས་པར་ཤི་སོ་ཏུག ས་གནས་འདི་ཁར་ལས་འབྲུག་པའི་
 དམག་གིས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་ལས་བརྟེན་ས་གནས་ཀྱི་མིང་རྒྱལ་ཁ་ཁ་ཟེར་བཏགས་ཡོད་རུང། ད་རེས་
 རངས་པ་སྐྱ་ཉམས་ཏེ་རྒྱལ་ཚུ་གིས་བྱང་ཁ་ཁ་ཟེར་སྟེ་ཡིན་མས།

བོད་དམག་ལས་འབྲུག་དམག་གིས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མི་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་འབྲུག་གི་དམག་མི་ཚུ་འཛོན་
 སྤངས་དང་དམག་རྩལ་མཁས་དྲགས་ནི་དེ་གིས་མེན་པར་ལྷུང་བདུད་ཀྱི་བྱགས་རྩེ་ཏུས་པ་ལས་
 བརྟེན་ཡིན་མས། དེ་འབད་ལས་ལྟ་གསོལ་འགོ་བཙུགས་དགོ་མི་དེ་ཡང་དང་པ་ལྷུང་བདུད་ལུ་
 བགྱིན་དགའ་ཚོར་ལྷ་ཞིའི་དོན་ལུ་དང། གཉིས་པ་ལུ་བོད་དམག་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་དགའ་སྟོན་
 གཏང་རག་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་གཡམས་གཅིག་དམར་བསད་འབད་དེ་མགྱོ་ཏེ་དམག་ལྟེ་ལྷུང་བདུད་ལུ་སུལ།
 ཡན་ལག་གཞན་གྱི་ཤ་ཚུ་རྩམ་ཞིན་མ་ལས་བཙོ་སྟེ་འདི་ཁར་འཛོམས་མི་ག་ར་ལུ་ཟས་སྟོན་སྟེ་བྱིན་མ་
 ཡིན་མས། ཉིན་མ་འདི་ཁར་སྤྱིས་རྟེན་འོག་གི་མི་སེར་རྣམས་གཞོན་ག་ར་འཛོམས་ཏེ་ལྟ་གསོལ་འདི་

ལྷན་པར་ཅན་ཅིག་སྟེ་བརྗེ་སྤྱད་ལྷན་ཞིན་མས།

བོད་ལས་དམག་མང་ཤོས་ཅིག་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཕྱོན་པའི་ཤུལ་ལས་
རྒྱུ་མ་ཅིག་འོང་ཡོད་པ་ལས། དུས་ཚོད་དེ་ལྟ་དཔྱད་འབད་བ་ཅིན་ལྷན་བདུད་ལྷ་གསོལ་འདི་
ཡུད་པ་ཅིག་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པའི་བར་མཚམས་ལས་དར་དར་མ་བཟུམ་འདུག་ཟེར་ཞུ་ནི་ཞིན།
ལྷན་བདུད་འདི་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དང་རུས་པ་ཅན་ཅིག་ཞིན་མ་ལས་བརྗེ་ཏེ་དེ་ཁར་ལས་འགོ་བཟུང་
འབྲུག་པའི་དམག་མི་ཚུ་གིས་དམག་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་ཡོད་པ་མ་ཚད། ཨ་ལོ་གསར་པ་སྟེ་ཚད་ཅིག་ལྷན་
བདུད་བཟུམ་སྟོབས་རྩལ་ཅན་དང་རུས་པ་ཅན་འོང་བའི་རེ་བ་བསྐྱེད་དེ་ཨ་ལོ་གསར་པ་སྟེ་མི་ཚུ་གི་
ལྷན་བདུད་འདི་སྟེ་བཙན་སྟེ་བསྟེན་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཞིན།

དེ་འབད་མ་ལས་ད་རེས་ནངས་པ་རྗེ་ལྷན་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་མ་ཚད་པར་ལྷན་ཕྱོགས་གཞན་
ཁའི་མི་སེར་ཞི་གཡོག་པ་དང་དམག་མི་ག་ཞིན་རུང་ཨ་ལོ་དེ་རྗེ་ལང་ཕྱོགས་ནང་སྟེ་སྟེ་མི་ཚུ་གི་
ཅིན། ལྷན་བདུད་འདི་སྟེ་བཙན་སྟེ་བསྟེན་ཏེ་གསོལ་ཁ་དང་སྟེ་དར་ཚུ་མ་ཚད་པར་ལྷན་ཕྱོགས་ཞིན་མས།

ལྷ་གསོལ་ལྷ་མི་ཚུ་གི་ཁ་རྒྱན་བསྟར་འབད་བ་ཅིན་སྤྱིར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཕྱེ་བྲག་རྗེ་ལྷན་
ཕྱོགས་འདི་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་བོད་ལས་དམག་ཚར་ལེ་ཤ་འོང་རུང་བོད་པའི་མངའ་འོག་ལུ་མ་ཚུད་པར་
རང་དབང་རང་བཙན་སྟེ་གནས་ཡོད་མི་དེ་གཙོ་བོ་ལྷན་བདུད་ཀྱིས་ཉིན་རུབ་མེད་པར་ཉིན་སྤྱང་འབད་
བའི་བཀྲིན་ལས་བརྗེ་ཞིན་ཟེར་སྟེ་ལྷན་ཕྱོགས་ཞིན་མས། ད་ལས་པར་འབད་རུང་ལྷན་བདུད་ཁོ་རང་རྗེ་ལྷན་
ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ སྟེ་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་མི་ཚུ་ལུ་སྟེ་ལྷ་དང་། དམག་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་མི་ཚུ་
ལུ་དམག་ལྷ། གནས་བདག་དང་ཞི་བདག་སྟེ་བསྟེན་མི་ཚུ་ལུ་ཞི་ལྷ་སྟེ་འཕྱོན་དགོ་པའི་གསོལ་
འདེབས་ཞུ་ནི་དོན་ལུ་དང་།

ལྷག་པར་དུ་བསྐལ་པ་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་སྤྱིར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚོང་ཁག་ཉི་ཤུ་གི་མི་སེར་དང་། ཕྱེ་
བྲག་རྗེ་རྗེ་ལྷན་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་སྤྱིད་སྤྱུག་གི་སྤྱན་མ་གཡོ་བར་འཕྲོ་མཐུད་དེ་རང་གཟིགས་ཏེ་
བཞུགས་དགོ་པ་སྟེ་གསོལ་འདེབས་ཞུ་ནི་དོན་ལུ། ལྷག་པར་དུ་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་དམག་ལས་རྒྱལ་
ཁ་སྟོབ་པའི་བཀྲིན་དགའ་ཚོར་ཞུ་བའི་བརྗེ་མཚོན་ལུ་གསོལ་མཚོད་འདི་ལོ་རེ་ཆ་མེད་པར་སྤྱིར་རྗེ་ལྷན་

ཕྱོགས་དང་སྟོལ་སུ་སྤྱིས་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ལུ་ལམ་ཞིན་མས།
ལྷ་གསོལ་འདི་བོན་ད་ཀར་དང་བོན་ནག་གཉིས་ལས་བོན་ནག་གི་གངས་སུ་ཚུད་ནི་ཞིན་མས། བོན་
ནག་ཟེར་མི་དེ་ཡང་རང་རྒྱུང་མ་ཅིག་གནས་སྐབས་རྒྱན་དན་བར་ཆད་སེལ་ཐབས་དང་མི་ཚོ་འཚོ་
ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཏེ་
སྤྱབས་འཚོལ་མི་ལུ་སྟེ་ལྷན་ཕྱོགས་ཞིན་མས།

ལྷན་བདུད་ལྷ་གསོལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་རིམ་པ།

ལྷན་བདུད་ལྷ་གསོལ་གྱི་གོ་རིམ་དང་དེ་ཚེ་ཉིན་མ་གཅིག་གི་ལས་རིམ་དེ་ཡང་དང་པ་རང་འོ་པ་ཉ་སག་
ཚུ་ཚོད་དུག་དེ་ཅིག་ལུ་གཡུས་ཁའི་ཕོ་ཀས་ཚུ་ས་གནས་དུམ་མཚོག་ལུ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ད་ཀར་པོ་
གདོང་ཁར་ལྷན་བདུད་ལྷ་བར་འཛོམས་ཞིན་མས། ལྷན་བདུད་ལྷ་ཞི་དོན་ལུ་ཆིབས་རྟེན་གྱི་ལྷན་བདུད་
ཀྱི་སྤྱོད་འདུ་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་བསུ་བ་སེར་སྤྱོད་དང་བཙན་གྲུལ་སྤྱིག་སྟེ་ཡངས་ཐང་གཡུས་ཀྱི་མགོ་
ལུ་ཡོད་པའི་ས་གནས་རྒྱལ་ཁ་ཁ་ལུ་ལྷན་ཕྱོགས་ཞིན་མས།

ས་གནས་རྒྱལ་ཁ་ཁ་ལུ་སྟོད་པ་ཅིག་ལྷན་བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་བཞེངས་ཡོད་པའི་མཚོད་རྟེན་འདི་བསྟོར་
ར་ཚར་གསུམ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ལྷན་བདུད་ཀྱི་ཆིབས་རྟེན་འདི་མཚོད་རྟེན་སྟོ་ལོགས་ཁར་བཏགས་
བཞག་པ་ཞིན་མས། དེའི་རྟེན་ལས་ལྷ་བསངས་རྒྱས་པ་གཏང་ཞིན་མ་ལས་ལྷན་བདུད་ཚོགས་ཟེར་ཡང་
ས་ཐང་མགོན་པའི་ཚོས་པ་དུང་ཆ་འཕྲོང་མི་སྟེ་ཚན་གཅིག་གིས་དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་བཞི་དེ་ཅིག་གི་རིང་
ལུ་ཚོག་གཏང་མ་ཞིན་མས།

ལྷ་གསོལ་འདི་འོ་སྐབས་པམ་དང་སྤྱད་ཆ་ག་ར་འཛོམས་ཚུགས་ནི་དེ་གིས་ཉིན་མ་འདི་ཁར་བཟའ་ཚང་
ག་ར་གིས་གཟབ་སྟོབས་འདི་གས་ཏེ་ཚུན་འོང་མ་མ་ཚད་པམ་དང་སྤྱན་ཆ། གཞན་ཡང་ཉེ་ཚན་དང་
འཆམ་མཐུན་ཚུ་ག་ར་འཛོམས་ཐོག་ལས་ད་གའ་སྤྱོད་འོང་ལས་བཞེས་སྟོ་ཚུ་གཅིག་ཁར་བཟའ་སྟེ་སྟོ་
སྟོན་མ་ཞིན་མས། ཚོག་འདི་མཇུག་བསྐྱེད་ཅིག་དེ་ཚེ་ཉིན་མ་མཚོད་པ་ལུ་ཞི་དུག་ལུ་འདི་ཡངས་ཐང་
ངས་མགོན་པའི་སྐབས་དེ་གིས་ལྷན་བདུད་ལྷ་གསོལ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ཚོག་གཏང་སའི་ཐང་གི་ཟུར་ཁར་གད་
པ་ཅིག་གི་འོག་ལུ་འབག་སྟེ་ལག་དམར་པ་དེ་གིས་གཡུག་དེ་བསད་པ་ཞིན་མས། གཡུས་ཁའི་ཀས་

ཤོས་དག་པ་ཅིག་གིས་སྐབ་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ཁོང་ལུ་ཚོས་སེམས་དང་སེམས་ཅན་ལུ་སྤྲོད་ཚེ་
སེམས་ཅིག་ཡོད་ནི་དེ་གིས་གཡག་བསད་ནི་དེ་ཁོང་གིས་མ་འབད་བར་ལུང་ཚྱོགས་གཞན་ཁོའི་མི་ལུ་
བསད་བཅུག་པ་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས། ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་བོད་པ་གིས་བསད་པ་ཡིན་རུང་དེས་
ནངས་པ་སྤུན་ཚོགས་གྲིང་གི་རྒྱ་གར་ལུ་སྤྲོད་ཐོག་ལས་བསད་བཅུག་དོ་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས། དེ་མ་
ཚད་སེམས་ཅན་བསད་ནི་དེ་མ་གཞི་གི་མནོ་བསམ་གཏང་མ་ཚུགས་པའི་གཞི་ཅིག་ཡིན་རུང་། དང་
ཕུ་ཕམ་གྱི་བསྐྱང་ལས་རང་འབད་ནི་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་ཐབས་མེད་པའི་ཁར།
ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ལུང་ཚྱོགས་འདི་ནང་བར་ཆད་མི་འོང་ནི་དོན་ལུ་ཐབས་རང་མེད་པར་འབད་དོ་ཟེར་
སྐབ་ཡིན་མས།

གཡག་འདི་བསད་ཚར་མ་ཅིག་ལུང་བདུད་གྱི་ཕོ་བྲང་སྤེ་བཞེངས་ཡོད་པའི་མཚོད་རྟེན་གྱི་རྒྱབ་ཁར་
ཡོད་པའི་ཅན་དན་གྱི་ཤིང་སྒོམ་འདི་གུ་དར་དཀར་པོ་ཅིག་འཕྱར་མ་ཡིན་མས། སེམས་ཅན་བསད་ནི་
དེ་སྲོག་གཅོད་པའི་ལུ་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་ཐ་ཙམ་ལུ་ཚུ་གིས་འབད་རུང་གཡག་བསད་སར་བཟུ་
བར་མ་འགྱུ་བར་སྤོད་པ་ཡིན་རུང་། གཡག་ཤ་འདི་རྩམ་སྤེ་བཟོག་ཚོགས་སྤེ་གདོང་ཁར་སྤོད་པའི་
སྐབས་མ་ཉི་གུངས་སྤོད་མི་ཨ་རྒྱས་དང་ཨང་རྒྱས་འབད་རུང་སེམས་ཅན་ལུ་བྱམས་དང་སྤྲོད་ཚེ་ཡོད།
ཡིན་རུང་དང་ཕུ་ཕམ་གྱི་ལམ་སྲོལ་འབད་མ་ལས་དེ་ཚོ་ཉིན་མར་གཡག་ཤ་འདི་དུས་སྤོན་བཟུམ་ཅིག་
སྤེ་བཟོ་སྤྱང་འབད་དེ་ཟེར་ཡིན་མས།

ལོ་རེ་ཚམེད་པར་ལྷ་གསོལ་འབད་དགོ་མི་དེ་ཡང་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གི་ཁ་རྒྱན་བསྟར་འབད་བ་ཅིན་ལྷ་
གསོལ་འདི་ཁར་སྤྲིས་རྟེན་འོག་གི་མི་སེར་རྒྱས་གཞོན་གར་འཛོམས་དགོ་པའི་ཁར། གཡམ་སྤྲིད་ཨ་
རྟག་འཛོམས་མི་ག་འབད་རུང་ལྷ་གསོལ་འདི་ཁར་མ་འོང་བར་ཆད་སོང་བ་ཅིན་ཡང་ཅིན་མི་ལུ་དང་།
ཡང་ཅིན་གཡུས་སྤོ་འདི་ནང་གཞོན་རྒྱུན་བར་ཆད་ཚུ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འབྱུང་མ་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ཡིན་
མས། དེ་མ་ཚད་ལྷ་གསོལ་འདི་གཡག་བསད་དེ་འབད་དགོ་ནི་དེ་གིས་སེམས་ཅན་ལུ་བྱམས་དང་
སྤྲོད་ཚེ་མེད་པའི་ལུ་བཟུམ་ཅིག་མཐོང་རུང་གཡུས་སྤོ་འདི་ནང་ན་ཚ་དང་རྒྱུན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ནི་དེ་
དོན་ལུ་ཐབས་རང་མེད་པར་ལོ་རེ་ཚམེད་པར་འབད་དགོ་པས་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས།

ཟས་སྤོན་འདི་མཇུག་བསྟུ་ཞིན་མ་ལས་ལུང་བདུད་གྱི་སྤྲོ་འདྲ་འདི་ཚེབས་རྟ་གུ་བཀལ་ཞིན་མ་ལས་
ལོག་ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་ལུ་ཚེབས་གྲལ་དང་བཅས་གདན་འདེན་ལུ་སྤེ་དེ་ཚོ་ཉིན་མ་གཅིག་གི་ལྷ་གསོལ་
ལས་རིམ་འདི་མཇུག་བསྟུ་ཡིན་པས།

ལུང་བདུད་ལྷ་གསོལ་གྱི་སྤྲོན་བདག་དང་འགོ་འདེན།

ལུང་བདུད་ལྷ་གསོལ་འདི་རྒྱ་རྒྱུ་ལག་བདག་སྤྲོད་གི་རྒྱབ་སྤྲོད་ཐོག་ལུ་སྤྲིས་རྟེན་འོག་གི་རྒྱུ་དང་
གཞན་ཡང་མི་སྤེའི་འགོ་བེད་ཚུ་མཉམ་རུབ་གྱི་ཐོག་ལས་འགོ་འདེན་འཐབ་ཡིན་མས། ལྷ་གསོལ་
འདི་དེ་དོན་ལུ་སྤྲིས་རྟེན་འོག་བྱིས་གུང་པ་རེ་རེ་ལས་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་བསྟུ་ལེན་
འབད་མ་ཡིན་རུང་། གསོལ་མཚོད་གྱི་དོན་ལུ་དགོ་པའི་སེམས་ཅན་གཡག་འདི་དག་ཤོས་སྤོན་གུ་
དོ་རྩེ་གིས་ལོ་རེ་ཚམེད་པར་གནང་མ་ཚད་འདི་ཁར་འཛོམས་མི་ཚུ་ལུ་ཉིན་མའི་སྤོ་ཁ་ཡང་གནང་མ་
ཡིན་མས། དག་ཤོས་སྤོན་གུ་དོ་རྩེ་གཤམ་ཞིན་མ་ལས་ཁོའི་སྤོན་དག་ཤོས་སྤོན་པའི་ ཟེར་མི་
འདི་གིས་ད་ལྷོ་བར་ན་ཡང་ལྷ་གསོལ་འདི་དོན་ལུ་གཡག་གཅིག་དང་མི་སེར་གྱི་སྤོ་ཁ་འདི་དོན་ལུ་ཟད་
འགོ་མ་དུལ་ཚུ་གནང་མ་ཡིན་མས།

མཇུག་བསྟུ་བཅུད་དོན།

ད་ལྷོ་རྒྱུ་ཚོད་གྱི་བར་ན་ལྷ་གསོལ་འདི་དོན་ལུ་གཡག་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་ཚོ་སྲོག་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་ཚད་
ད་ལས་ཕར་འབད་རུང་ཉེས་པ་མེད་པའི་གཡག་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་ཚོ་སྲོག་མེད་པ་གཏང་དགོས་འབྱུང་
ནི་ཡིན་པས། ཉེ་མ་བསད་ཚར་མི་ཚུ་འགྱོད་པ་བསྤེད་དེ་ཤི་བསྤོ་ལུ་ཉི་ཅིག་ལས་གཞན་འབད་བའི་
ཐབས་ཤེས་མེད་རུང་། འབྲུག་ཚོས་ལྷན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་ད་ལས་ཕར་སེམས་ཅན་
བསད་དེ་མེན་པར་སྤྲོད་བཏང་ཚོས་སྤྱང་གཞན་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་དོ་བཟུམ་སྤེ་མཚོད་རྩམ་གཞན་
འཕུལ་ཉེ་གསོལ་མཚོད་འབད་བ་ཅིན་ཕན་གོད་ག་དེ་སྤེ་འབྱུང་ནི་ཡིན་ན་དེ་དེ་དེ་ལུ་འབད་ནི་དེ་གོ་
སྐབས་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

དམ་པའི་ཚོས་གྱི་སྤྲོད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་བསྐལ་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འགོ་བཟུང་སྤེ་ད་ལྷོ་རྒྱུ་
ཚོད་གྱི་བར་ན་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ག་འབད་རུང་རང་གི་ཕམ་མ་འབད་མི་ཅིག་ག་ཡང་འོང་མི་སྤྲིད་

ནི་ཡིན་ཅུང་། ཉོན་མོངས་འབྲུལ་པའི་དབང་གིས་རང་གིས་ཤེས་ཅི་མཐོང་ཅི་རང་ཚོ་ད་རེས་རང་གི་
 ཕམ་གཉིས་དང་འབྲ་བའི་ཉེས་པ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་གཡལ་འདི་ཕངས་སི་སི་སྟེ་ལོ་རེ་ཆ་མེད་པར་
 བསད་དེ་ལྷ་གསོལ་འབད་ནི་དེ་ཚོ་ཤུལ་མ་ལུ་ཕན་པའི་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ན་གཞོན་པའི་ལཱ་ཅིག་ཡིན་ན་
 མཚོ་བསམ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་གཏང་པ་ཅིན་དུ་ལས་པར་ཡང་ཉེས་པ་མེད་པའི་གཡལ་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་
 ཚོ་སྟོག་མེད་པ་གཏང་དགོས་འབྱུང་ནི་ཡིན་མས།

གསོལ་མཚོན་འདི་འགོ་དང་པ་གཡལ་བསད་དེ་ལུལ་ནི་དེ་གིས་ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ལྷུང་བཅུད་ལྷ་
 གསོལ་སྐབས་སེམས་ཅན་གཞན་མ་ལུ་བར་གཡལ་རང་ལུལ་དགོ་མི་དེ་དང་པོའི་ལམ་སྟོལ་བཟུམ་
 ཅིག་དང་། མི་རྒྱ་གི་སེམས་ཁར་དང་སྤྱི་གོམས་གཤིས་ཤུགས་སྟེ་རང་རྒྱུད་ཡོད་ནི་དེ་གིས་གཡལ་
 མ་ལུལ་བ་ཅིན་མ་བརྟུབ་བཟུམ་ཅིག་གི་ཚོར་སྣང་ཡང་སྟེད་པ་ཡིན་མས།

ལྷུང་བཅུད་འདི་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩེན་པོ་ཆེ་གིས་བསྟན་པའི་སྤྱད་མ་སྟེ་དབང་
 བསྟར་ཏེ་ལྷུང་ནག་འབར་བའི་བཀའ་ནན་སྟེ་བསྟོས་གནང་པ་ལས་བརྟེན་ཕྱི་བསྟར་འཇིག་རྟེན་རྟེན་གསུམ་
 པ་ཅན་བཅའ་ཁྲི་རྣམས་པ་དང་། ནང་བསྟར་གྱི་རྩེན་པོ་བཀའ་སྤྱད་ལེ་ཤེས་ལྟའི་ངོ་བོ་ཡིན་མ་ལས། ཡེ་
 ཤེས་པའི་ལྷ་ལུ་སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་གསོལ་མཚོན་རེས་པར་དུ་ལུལ་དགོས་ཡོད་དང་
 མེད་མ་འོངས་ཞིབ་འཚོལ་པ་རྒྱ་གིས་ཁ་སྟོང་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོས་ཡོད་པའི་ཁར།

ལྷག་པར་དུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་རྒྱུད་ཀྱི་ཅིག་ལུ་དམིགས་ཏེ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཚོ་སྟོག་
 མེད་པ་གཏང་ནིའི་ལམ་སྟོལ་འདི་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་ལམ་སྟོལ་བཟང་པོ་ཅིག་ཡིན་ན། དགོ་སྟོན་གྱི་
 སྤང་སྤང་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་ཚོ་རབས་ཤུལ་མ་བཟོད་མ་རྒྱུགས་པའི་སྤུག་བསྟུལ་སྟོང་
 བྱིན་ལྷུ་ཅིག་ཡིན་ན། འདི་བཟུམ་གྱི་ལམ་སྟོལ་འདི་མ་འོངས་ལུན་བརྟན་གྱི་དོན་ལུ་ཉེན་སྲུང་འབད་
 དགོས་ཁག་ཆེ་དང་མི་ཆེད་སྟོར་མ་འོངས་རྣམས་དཔྱོད་ཡངས་པའི་ཞིབ་འཚོལ་པ་རྒྱ་གིས་ཞིབ་འཚོལ་
 མཐེལ་ཕྱིན་འབད་དེ་གོས་འཆར་དང་ལམ་སྟོན་བཟང་པོ་རྒྱ་གནང་སྟེ་བཀྱིན་བསྟུང་དགོ་པའི་གསོལ་
 འདེབས་ལུ་ནི་ཡིན། །།

རྒྱལ་ཁབ་དཔེ་དེབ།

སྐབས་ཇེ་དགོ་འདུན་རིན་ཚེན། དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་མཐུ་ཚེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དག་དབང་རྣམ་
 རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་པོ། རྒྱ་གར་གྱི་ལུ། འབྲུག་གཞུང་དཔེ་མཚོ་དེའི་ལྷན་ཚང་། ༡༩༥༧།
 སྐབས་ཇེ་དགོ་འདུན་རིན་ཚེན། ལྷོ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུག་། གེ་ཨེམ་གྱི། སུན་ཚོགས་སྤྱིང་། ༡༠༠༧།
 ཀྱན་བཟང་འབྲིན་ལས། དད་པའི་ས་བོན། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་དགོན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་
 ཆགས་རབས་གསལ་བའི་ལམ་སྟོན། སྤྱིགས་བམ་དང་པ། གེ་ཨེམ་གྱི། ཐིམ་ཕུ ༡༠༠༥།
 སྟོབ་དཔོན་པར་ཚོ་དབང་། འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས་འབྲུག་གསལ་བའི་སྟོན་མེ། འབྲུག་གཞུང་དཔེ་
 མཚོ་དེའི་ལྷན་ཚང་། ༡༩༩༥།

སྟོབ་དཔོན་གནག་མདོག་ འབྲུག་དཀར་པོ། Indraprastha Press (CBT), Nehru House,
 4, Bahadurshan Zafar Marg, New Delhi 110002.1986

དྲི་བ་དྲིས་ལན་དེ་ཡང་མི་སྟེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་ལུ་མཁས་པའི་རྟན་
 ཤོས་ཤེས་མཐོང་ཅན།



རྒྱ་ཡངས་ཐང་གཡུས་ཚན།

སྐྱུ་ཕྱང་བཅོན་འཆམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེའི་འབྲུང་ཁྱད་སྤྲོད།

བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོ། ལེགས་བཤད་པ།

རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

དོན།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ས་གནས་དགོན་སྡེ་གྲ་ཚང་བཤད་གྲྭ་གྲུབ་སྟེ་རྫོང་གཞི་སོ་སོའི་ནང་ལས་ཕར་སྡོད་དང་སྐྱུག་ལས་ མཁམ་པ་དང་གྲུབ་པ་མཉམ་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ལམ་སྲོལ་དང་རྒྱལ་རབས་ལུ་མཁམ་པའི་རིས་མེད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ཚུ་གིས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་གནང་པའི་སྐབས་ལུ་སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་དང་བྱེ་བྲག་ལུང་ཕྱོགས་དེའི་མི་སེར་ཚུ་ཕན་ཐབས་ལུ་སྐྱུགས་བཞེད་རྒྱ་ཆེ་ས་ལས་གནང་སྟེ་ནག་པོ་སྤྲིག་པའི་ལུ་ངན་སྤང་ཐབས་དང་དཀར་པོ་དགོ་བའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུལ་ཐབས་སུ་དམིགས་ཏེ་སྐྱུལ་པའི་རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་གར་འཆམས་མང་རབས་ཅིག་དག་པའི་ཉམས་སྤང་དང་ལུང་བསྐྱེད་ལྟར་དུ་གཞི་བཙུགས་གནང་བྱུག ། དེ་ཚུ་གི་གྲས་ལས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་གལ་གནད་ཅན་གྱི་སྐྱེ་འཆམ་གཅིག་འདི་བུམ་ཐང་སྐྱུ་ཕྱང་ལུ་ཡོད་པའི་བཅོན་འཆམ་འདི་ཡིན་པས་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

བཅོན་འཆམ་འདི་ལུང་པ་དེ་ཁར་རྩ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པ་དང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྐྱེ་འཆམ་གྱི་གྲས་ལས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཅིག་དང་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་བརྟེན་དེས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་གནས་ཚུལ་ཚུ་ག་ཡིན་མེ་བསྐྱེད་འབད་དེ་བཞག་པ་ཅིན་འདི་གིས་མ་འོངས་བུ་བརྒྱད་དང་ལྷན་པར་འབྲུག་པ་རང་གི་ལམ་སྲོལ་མ་འདྲུན་ཡོད་ལུགས་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་སྐབ་སྟོན་དང་ཉེན་སྲུང་བཅི་བཀུར་དང་རོས་ལེན་ རྒྱན་སྟོན་དང་གོང་འཕེལ་ གསོར་རྒྱུད་དང་འཛིན་སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་ ཁེ་ཕན་མང་རབས་ཅིག་ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ་གནས་ཚུལ་འདི་བསྐྱེད་འབད་ཡི་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

གནས་ཚུལ་འདི་བསྐྱེད་འབད་པའི་སྐབས་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ གིས་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ས་གནས་དང་དང་མི་སེར་ཚུ་ལས་གནང་བ་ཞུ་སྟེ་ གནས་ཚུལ་ཚུ་བསྐྱེད་འབད་དེ་བཀོད་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་ཚུལ་ཚུ་ཡང་བཅོས་མ་མིན་པར་ ག་ཡིན་སྟེ་ དེས་སྐྱུ་ཕྱང་གི་ས་གནས་དེ་

ཁར་ཞལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་བླ་མ་ཁོ་རང་ཉམ་གཅིག་ལས་བརྒྱད་དེ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་མངོན་གསལ་སྟེ་བཀོད་ཅི། དེ་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ཡོད་མི་དང་། དེས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འདི་མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་བླ་མ་ཁོ་རང་གིས་ག་གསུངས་ མི་དེ་ལུ་གཞིར་བཞག་ཀྱི་ཐོག་ལས་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་ཡང་མ་འོངས་བུ་བརྒྱད་ཚུ་ལུ་གནས་ལུགས་ཀྱི་གོ་བདེ་ག་ཡིན་མེ་སྟོན་ནི་གི་ཁེ་ཕན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ཡིན་པ་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཐངས་འདི་ཡང་འབྲེལ་བཤད་ཞིབ་འཚོལ་གྱི་ཐོག་ལུ་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་ཚུལ་འབྲེལ་བཤད་འདི་ནང་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་བཏགས་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ བླ་མ་དང་གཞུང་འཛིན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས། ལྷན་པར་བཅོན་འཆམ། འདི་གི་འབྲུང་ཁྱད་སྤྲོད་པ་དང་ཕན་ཡོན། གསོལ་མཚན། བཅི་མཐོང་རོས་ལེན་དང་ཡིད་ཆེས། དར་ལྷན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་རྟོག་ཏེ་བཀོད་དེ་ཡོད་ཟེར་ཞུ་ནི་ཡིན།

སྐྱུ་ཕྱང་གཡུས་ཚན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།

སྐྱུ་ཕྱང་གཡུས་ཚན་འདི་བུམ་ཐང་རྫོང་ཁག་ ལུ་ར་རྟེན་འོག་གི་མངའ་འོག་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན་མི་དེ་ཡང་ས་གནས་ལུ་ར་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཀི་ལོ་མི་ ཏར་ཡེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དང་གཡུས་ཚན་འདི་ཕྱོགས་བཞི་ལུ་གཞན་དང་མ་འདྲུ་བའི་ལྷན་ཚོས་ཅན་གྱི་སའི་དབྱིབས་མཚན་ཉམས་དང་ལྷན་ཏེ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཅིག་ཡིན། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནི་ ར་གཡུང་དུང་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་དང་ལྷན་པ། ལྷོའི་ཕྱོགས་ནི་ས་དུང་དཀར་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་དང་ལྷན་པ། ལུབ་ཀྱི་ ཕྱོགས་ནི་ རྒྱ་དཀར་འོ་མ་ལྟ་བུའི་ལྷན་ཚོས་དང་ལྷན་པ། ལྷན་གྱི་ཕྱོགས་ནི་ བྲག་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོགས་བམ་བཅེགས་པ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉམས་ཅན་གྱི་ས་རིས་ཀྱི་ དབྱིབས་ཀྱིས་བསྐོར་བའི་སྐྱུག་ལུ་ཁྱིམ་གྲང་༡༥ ཅན་གྱི་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལུ་ སྟོན་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་པད་མ་གྱི་དཔེ་ཚོས་རྗེ་དང་ གཞུང་བརྒྱད་འཛིན་མི་བླ་མ་རྒྱ་མཚོ་དང་འཁོར་བཟའ་ཚན་ཚུ་ས་གནས་དེ་ཁར་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

གསུང་ཕྱད་ལུ་མ་ཕྱད་ སོར་བྱང་ཟེར་མིང་བཏགས་དགོ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ལོ་རྒྱུ་ལ།

༡༽ དེ་ཡང་ ལྷ་མ་རྒྱ་མཚོ་ལོ་རང་གིས་གསུངས་མི་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ ར་རྒྱུང་གསུང་བའི་འབྲུག་
 ལྷིང་འདི་ གནམ་མཁའ་ལས་ཕྱར་ཏེ་ཕྱོན་མ་ད་སྐད་ གསུང་ཕྱད་ གསུང་ཕྱད་ཟེར་ གསུང་ཕྱོན་
 ཏེ་ཕྱོན་པ་ལས་བརྟེན་གསུང་ཕྱད་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་འདི་བཤད་པ་ཨིན་པས། དེ་བརྩམ་
 རྩེ་འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ ཡང་གསལ་མེ་ལོང་གླུ་གསལ་བམ་དང་པའི་ནང་འཁོད་ལྟར་དུ་འབད་
 བ་ཅིན་ ར་རྒྱུང་གསུང་བའི་འབྲུག་ལྷིང་དེ་བརྩམ་ད་ར་སྐབས་གསུང་ཕྱད་ཟེར་ཕྱོན་ནི་དེ་གིས་
 གསུང་ཕྱད་ཟེར་བཏགས་ལུག་།

༢༽ སོར་འབྱང་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་ར་རྒྱུང་གསུང་བའི་འབྲུག་ལྷིང་འདི་ གསུང་ཕྱོན་
 ཏེ་ས་གནས་དེ་ཁར་ ཕྱོན་མ་ད་ ས་ཚའདི་ཚལ་མ་དང་ དེའི་ དཔུས་སུ་རྩོམ་པའི་བཟེང་ད་
 ལྟོ་ཡང་མཇལ་ཚོས་སུ་ཡོད་མི་དེ་ཁར་ལྟོད་པའི་སྐབས་ ར་རྒྱུང་འདི་ ཚལ་མའི་སྐབས་ལས་མར་
 ཕྱོན་མ་ད་ ཤིང་དེ་རྒྱ་གི་འདབ་མ་དེ་རྒྱ་ ར་རྒྱུང་གུར་རེག་པའི་སྐབས་ རྒྱ་ སོར་སོར་ཟེར་
 བརྒྱབས་ལུག་ དེ་ལས་ར་རྒྱུང་དེ་ས་ཁར་ཆགས་པ་ད་ ས་ཁར་ཆགས་པའི་སྐབས་ རྐྱད་ཕྱད་
 ཟེར་རྒྱབ་པ་ལས་བརྟེན་ ད་རེས་སོར་བྱང་ཟེར་སྐབ་སྟོན་ཡོད་མི་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚོ་གཅིག་དེ་སྦེ་
 ཨིན་མ་སྦེ་བཤད་པ་ཨིན་མ་མས།²

ཨིན་རུང་འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་ལོང་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ ར་རྒྱུང་གསུང་བའི་
 འབྲུག་ལྷིང་དེ་ ས་ཁར་བབས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་སོམ་བྱང་ཟེར་བྱུང་ཡོད་པར་བཀོད་དེ་ཡོད་པ་
 ལས། དེ་གཉིས་གི་བར་ན་བྱུང་པར་དུ་མ་གྲ་ཅིག་ལུགས་ཏེ་འབྲུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།³

༣༽ ལྷ་མ་ཕྱད་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ཁྲུངས་ཡང་ལམ་ཕྱད་གསུམ་ལུ་གོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མ་ད་
 ལམ་ཕྱད་གསུམ་འདི་ཡང་ གཅིག་ས་གནས་དེ་ཁ་ལས་ཤིང་མཁའ་ལས་སྦེ་སྐར་སྟོད་ལུ་འགྲོ་
 སའི་ལམ་དང་། གཉིས་པ་བུམ་ཐང་ལུ་འགྲོ་སའི་ལམ། དེ་ལས་གསུམ་པ་འདི་མཁའ་ན་
 ལུ་འགྲོ་ནིའི་ལམ་ཕྱད་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱ་མཚོ་དེ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གསུམ་གི་མིང་ཡང་གསུམ་

² དགོས་ལྷ་མ་གསུང་སྐབས། འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་ལོང་། ཤོག་གྲངས་ ༡༠༥
³ ལྷ་མ་རྒྱ་མཚོ།
⁴ དགོས་ལྷ་མ་གསུང་སྐབས། འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་ལོང་། ཤོག་གྲངས་ ༡༡༤

ཕྱད་ཟེར་བཏགས་ཡོད་པ་ཨིན་མ་སྦེ་བཤད་པ་ཨིན་མས། འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་
 ལོང་ལས་ཀྱང་། ཕྱད་གསུམ་འཛོམས་པའི་སྐབས་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ ལྷ་མ་ཕྱད་ཟེར་བའི་
 མིང་གི་ཐ་སྟོད་དར་ཏེ་ཡོད་པ་སྦེ་བཀོད་བཞག་ལུག་ ཨིན་རུང་གསུམ་ཕྱད་ཟེར་བའི་ཡི་གེའི་སྦེབ་
 འདི་ ག་སྟོན་འཇུག་ཅན་གྱི་གསུམ་མིན་པར་སྟོན་འཇུག་མེད་པར་སྐབས་ཀྱང་གིས་དོ་ཡོད་པ་ད་དེ་
 ཡང་མ་རྗེས་འཇུག་དེ་མིང་གཞི་སའི་ཐོག་ཁར་བཀའ་ཏེ་གིས་ནིའི་སྟོན་བརྩུགས་ཏེ་ཡོད་མི་དེ་
 ཡང་ཁ་ལས་སྐབ་པའི་སྐབས་སུ་གསུང་དང་སྐབས་གང་རུང་གི་སྐབས་ཏེ་སྐབ་ཚུགས་པའི་དགོས་
 པ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།⁴

གདན་ས་ཕྱག་བཏབ་དང་གཏུང་འཛིན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན།

འབྲུག་གི་སྦྱོས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་ལོང་གླུ་གསལ་བམ་དང་པའི་ནང་འཁོད་ལྟར་དུ་ལྟོའི་ས་གནས་
 ལྷ་མ་ཕྱད་དེ་གདན་ས་ཆགས་བཏབ་གནང་
 མི་སྦྱོས་རབས་¹ པ་དེ་གི་རིགས་མཚན་
 བདེ་མཚོག་ཟེར་ཨིན་རུང་ཡོགས་གྲགས་ལུ་
 སྦྱོས་སྟོན་འཇུག་ཞིག་ཚོས་རྗེ་ཟེར་ལུ་ཨིན་
 པས། དེ་ཡང་སྟོན་ལུང་བརྟེན་ལས་བཀོད་
 དེ་དགུང་ལོ་རྒྱུང་དུའི་བསྐྱུང་ལས་རང་མཁའ་
 པ་དང་སྐབ་པའི་ཉམས་ལེན་མཛད་དེ་གངས་
 རྩོད་དང་རི་རྩོད་གཡའ་རྩོད་རྒྱ་འགྲིམས་ཏེ་
 བཞུགས་པའི་སྐབས་སུ་གསུང་འདུས་བྲམ་
 དང་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་གིས་ཞལ་དངོས་
 ལུ་གཟིགས་ཏེ་སྐབས་ལུ་མོན་ཁ་བཞེད་ནང་
 ལུ་གཏུང་བུའི་ལུང་བརྟེན་ཡོད་པར་གསུངས་
 པ་དང་། དེས་ཀྱང་མ་དོ་བར་ ༤ དེ་ཅིག་
 བཞེས་པའི་སྐབས་ཡང་སྐབས་ཆང་བྲམ་མས་གཏུང་ཞིང་མོན་ལུ་ཨིན་མ་དང་ལྟ་ནང་པའི་གཏུང་བརྒྱུད་



¹ ལྷ་མ་རྒྱ་མཚོ།

དོ་རྗེ་ཕུར་པའི་འཕྲིས་ཚུ་མོན་ལུལ་ལུ་དར་རྒྱས་འོང་ནི་ཡིན་པའི་བཀའ་རྒྱ་དཔེར་ན་གནམ་ལྷགས་
བེབས་པ་ལྷ་བྱ་ལས་དངས་ཉེ་དེས་སུམ་ཕྱང་ལུ་གཏུང་བརྒྱད་ཡོད་མི་དེ་ལས་བརྟེན་ཡིན་མ་སྟེ་ཉ་གོ་
དགོཔ་ཡིན་པས།

སྟོན་སྲི་ལོ་ ༡༢༢༤ རྒྱལ་བ་ལྷ་ནང་པའི་སྤུས་སྟོན་འཁྲུལ་ཞིག་ཚོས་རྗེ་ཟེར་མི་དེ་གིས་གདན་ས་
འདི་བཏབས་གནང་སྟེ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་དུས་དེས་བར་ན་ཡང་སུམ་ཕྱང་ཚོས་རྗེ་པད་གླིང་གཏུང་
བརྒྱད་འཛིན་མི་གྲུམ་རྒྱ་མཚོ་ཁོ་རང་གིས་བདག་འཛིན་ཁོ་ན་མཇེད་དེ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་
ཉམས་པ་གསོར་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོན་མ་ཅི་ལྷོགས་གང་ལྷོགས་ཀྱི་ཞབས་ཉོག་ལུ་སྟེ་ལྷ་ཁང་འདི་རྒྱལ་ཁབ་
ནང་ལུ་གཏམ་སྟོན་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ནང་རྟེན་ཡང་རྩ་ཆེན་ཅང་ཅ་ར་ཡོད་པ་ལས་དེ་གི་གསུམ་ལས་ཉོར་བཏུད་བསྐྱལ་བའི་ལྷ་
ཕུར་བཏུད་ཅི་འབྲིལ་བ་དང་མགོ་ལག་དབང་པོ་དོན་ལྷ་ཚུ་ཚོས་སྤང་གི་རྟེན་ལུ་བསྐྱམས་ཕྱོད་ཉེ་ཉོར་
ཀྱི་མགོ་ཉོག་དང་། བྱང་ལོག་གི་ཐོད་པད་སྟེར། ལྷགས་པའི་ར་གདན་ཚུ་ཡང་སུམ་ཕྱང་ལུ་ཡོད་པ་
ཡིན་མས། དེས་བསྐྱང་གསོལ་དང་སྐྱུལ་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་དེ་ཚུ་ག་ར་ལག་ལེན་འཐབ་ཐོག་ལས་
གནང་དོ་ཡོད་མི་ཚུ་དངོས་གསལ་སྟེ་མཇེལ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།⁵

ལྷ་ཁང་དེ་ཁར་ལོ་བསྐྱར་བཞིན་དུ་དུས་ཆེན་བཅི་སྤང་དང་ཚོས་བཅུ་ལ་སོགས་པ་གྲངས་མེད་བཟུང་
དོ་ཡོད་རུང་ལོ་དུས་ཀྱི་བསྐྱང་གསོལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཉིན་གྲངས་གསུམ་དེ་ཅིག་རད་ན་གླིང་པའི་ཕུར་
པའི་ཚོགས་ཉིན་མ་དང་པར་བརྟན་པ་དང་། ཉིན་མ་གཉིས་པར་བསྟེན་པ། ཉིན་མ་གསུམ་པར་འཕམ་
བ་བརྟན་བསྟེན་འཕམ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ལས་གནང་བའི་སྐབས་སུ་སྐྱེ་འཆམ་ཡང་ཉིན་གྲངས་གསུམ་ཆ་
རང་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱེ་འཆམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཉིན་དང་པར་ས་བཅགས་གཤིན་རྗེ་དང་། ཉིན་གཉིས་པར་ས་བཅགས་ག་
རྗེམ། དེ་བཞིན་ཉིན་གསུམ་པར་ས་བཅགས་ལྷུང་རྗེམ་གསུམ་གྱི་འགོ་ལྷིད་འབད་དེ་གནང་དོ་ཡོད་པ་
ད། དེའི་སྐབས་སུམ་ཕྱང་གི་མི་སེར་ ཡོངས་དང་ཉེ་འདབས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ཡང་མཇེལ་ཁ་ལུ་བ་འོང་

5 དགོས་སྐྱུམ་གསལ་བློགས། འབྲུག་གི་སྤུས་རྟེན་ལུ་ཡང་གསལ་མེ་ཡོད། ཤོག་གྲངས་ ༡༡༥-༡༡༩

དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྐྱེ་འཆམ་དེ་ཚུ་ཡང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་རྫོང་གཞི་དང་དགོན་སྡེའི་ནང་གནང་
མི་དང་མི་མཐུན་པར་ལྷན་ཚོས་ཐ་དད་ཡོད་པའི་བྱིན་རླབས་ཅན་ཅང་ཅ་ར་ཡིན་མ་མ་ཚད་ཉིན་གསུམ་
ཀྱི་ནང་ལུ་གནང་དོ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་འཆམ་ཡོངས་བསྟོམས་མ་འདྲམ་དབྱེ་བ་དགུ་དེ་ཅིག་ཡོད་པའི་སྐྱེ་
ལས་རྩ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་བཅན་འཆམ་འདི་ཡིན་པས།

བཅན་འཆམ་གྱི་འབྲུང་ལུངས།

སུམ་ཕྱང་གི་གདན་ས་ཆགས་བཏབས་གནང་མི་སྟོན་སྟོན་འཁྲུལ་ཞིག་ཚོས་རྗེ། དེའི་སྤུས་ཞིག་
པོ་བཀྲིས་སེལ། དེའི་སྤུས་མཁས་གྲུབ་བདེ་བའི་དཔལ་འབྱོར། དེའི་སྤུས་རྟོགས་ལྡན་དཔལ་ལྡན་
སེལ། དེའི་སྤུས་རྒྱ་བ་དང་ཉི་མ་གཉིས་ལས། བསྟན་པའི་ཉི་མ་དེ་ཉི་མ་དང་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་
འོད་ཟེར་དེ་རྒྱ་བ་སྟེ་འཁྲུངས་ལུག དེའི་སྐབས་ལུ་མཁས་པ་མང་ཤོས་ཅིག་ཙཱ་རི་ལུ་ཚོས་ལུ་བ་ཕྱོན་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་རྟོགས་ལྡན་དཔལ་ལྡན་སེལ་སྟེ་སྤུས་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་འོད་ཟེར་ཡང་
བོད་ལུ་ཚོས་ལུ་བར་ཕྱོན་ཉེ་ལོག་ཕྱོན་པའི་སྐབས་བསྟན་པའི་ཉི་མ་དེ་ལྷིམ་ནང་བཞུགས་བཞུགས་པ་
ཡིན་པས། དེ་ལས་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་སེལ་དེ་བོད་ལས་ལོག་ཕྱོན་ཞིན་མ་ལས། བསྟན་པའི་ཉི་
མ་གིས་ངམ་གཞི་ཁར་མི་སྟོན་ཚོས་འབད་བར་འགྲོ་ནི་ཡིན་ཟེར་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་འོད་ཟེར་
ལུ་གསུངས་ལུག འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་འོད་ཟེར་གིས་ཨ་ཅི་ཅིག་བཞུགས་གནང་། ང་འབྲས་
ལྷོངས་ལུ་འགྲོ་དགོཔ་ཅིག་ཡོད་ཟེར་གསུངས་ཉེ་ཕྱོན་ལུག འབྲས་ལྷོངས་ལུ་རིག་འཛིན་དགོས་ཀྱི་



སྟེམ་སྐྱུག་ལ་སོགས་པའི་
གྲ་སྟོབ་མང་རབས་ཅིག་
མཇེལ་ཉེ་ཚོས་ལུ་ཞིན་མ་
ལས་ལོག་ཕྱོན་ལུག

དེ་ལས་ཙཱ་རི་ལུ་ཕྱོན་ནི་
ཡིན་ཟེར་ཕྱོན་ནི་འབད་མ་
ད་བྲག་བཅན་གྱིས་ཁོ་རའི་
འཁོར་དང་བཅས་ཞལ་

མངོན་སུམ་དུ་མཇལ་ལ་གནང་སྟེ་ཙཱ་ལུ་མ་བྱོན་པར་དེ་ལར་བཞུགས་གནང་དགོ་པའི་གསོལ་ཕྱི་
བཏང་བས་ལུག་དེ་ལས་ཁོའི་སྤྱང་མ་སྟེ་ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་ནིའི་ལས་སྒྲངས་དམ་བཅའ་ཡང་
དེ་ལར་སྤུལ་སྤུལ་ཕྱིན་ཟེར་ཡིན་པས། དེ་ལས་ཚུར་དེས་གནང་སྟོལ་ཡོད་པའི་སུམ་ཕྱང་བཅོན་
འཆམ་འདི་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།⁶

སུམ་ཕྱང་བཅོན་འཆམ་གྱི་ལྷན་ཚོས་དང་དེའི་རིམ་པ།

སྐྱེ་འཆམ་ཚུ་གི་གསལ་ལས་སུམ་ཕྱང་བཅོན་འཆམ་འདི་ནི་ག་ནི་བ་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པ་དང་
གཡུས་ཚན་དེ་ལར་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ཚན་གྱི་སྐྱེ་འཆམ་ཅིག་ཡིན། སུམ་ཕྱང་བཅོན་
འཆམ་ཟེར་བའི་མིང་གི་ཐ་སྙད་འདི་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོངས་གྲགས་ཅན་ཅིག་ཡིན་པས། བཅོན་
འཆམ་དེ་ཡང་སུམ་ཕྱང་གཡུས་ཚན་ཁོ་རའི་དགའ་ལྷན་དང་ལུལ་གྱི་སྐྱོབ་པའི་ལྷན་ཅིག་ཡིན། དགའ་
ལྷན་དེ་ལུ་གསོལ་མཚོན་འཕུལ་བའི་སྐབས་སྐྱེ་འཆམ་དང་བཅས་གནང་དོ་ཡོད་པ་ལས། དགའ་ལྷན་གཙོ་
བོ་དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་དོ་ཇེ་དགའ་འདུལ་ཙམ། སྐྱེ་མདོག་དཀར་དམར་ཞི་དམར་ལོ་བ། དར་སྐྱ་
ཐོད་ཅིང་ན་བཟའ་གསོལ་བ། ལྷག་རལ་གཟིག་བྱུངས་ཏེ་ནག་རྩིང་དཀར་གྱ་ཆིབས་པ། ལྷག་ན་སྐུལ་
གྱི་ཞགས་པ་དང་སྤྱོད་བྱ་ལུག་པ་བསྐྱམས་པ། དེའི་འཁོར་ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞི་བཅས་
ཡོད་པ་ཡིན།

ད་ལྟོ་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་འདི་སྤྱིར་བཏང་ཕྱོགས་བཞི་སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་པོ་ལུལ་འཁོར་སྤྱད། ལྟོ་ཕྱོགས་རྒྱལ་
པོ་འཕགས་སྐྱེས་པོ། ལུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་སྤྱན་མི་བཟང་། བྱང་ཕྱོགས་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐོས་སྤྱལ། གནས་
སྐབས་ལུང་ཕྱོགས་དེའི་བཅོན་འཆམ་སྐབས་གྱི་གོ་ལུགས་དང་བཙུ་མཐོང་ལྷར་དུ་ཏེ་གོ་དགོ་པ་ཡི
ནམ་དེ་དེའི་ལྷག་མཚན་ཡང་མ་འདྲམ་ཡོད་པ་ཤེས་དགོ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བཅོན་འཆམས་གྱི་སྐབས་སུ་
ཤར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་པོ་རྟ་དཀར་ལ་མི་དཀར་འཆིབས་པ། ལག་རྩུ་ཞགས་པ་འཐོག་པ། ལྟོ་
ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་པོ་རྟ་མེར་ལ་མི་མེར་འཆིབས་པ། ལག་རྩུ་མདའ་གཞུ་འཐོག་པ། ལུབ་ཕྱོགས་
སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་པོ་རྟ་དམར་ལ་མི་དམར་འཆིབས་པ། ལག་རྩུ་རལ་གྱི་འཐོག་པ་དང་། བྱང་དུ་ཕྱོགས་
སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་པོ་རྟ་ལྗང་ལ་མི་ལྗང་འཆིབས་པ། ལག་རྩུ་མདའ་འཐོག་པ་སོགས་བྱིན་རྒྱལ་དང་ལ་
མཚན་ཅན་གྱི་སྐྱེ་འཆམ་འདི་ ཉིན་དང་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་ཁང་ནང་དང་། ཉིན་གཉིས་པར་བྱི་ཁར་དོ་

⁶ སྐམ་རྒྱུ་མཚོ།

གཅུལ་གྱི་ནང་མི་དམངས་གྱི་དོན་ལུ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བཅོན་འཆམ་གནང་བའི་སྐབས་དང་
པ་བཅོན་ཁང་ནང་ལས་ལུ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ད། ལུ་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་བསྐྱབ་བ་སེར་སྤྱང་དང་བཅས་
དང་པ་བཅོན་དར་འབག་མི་གསུམ། བཅོན་དར་གསུམ་དེ་ཡང་མགོན་པོའི་བཅོན་དར་གཅིག་བཅོན་
གྱི་བཅོན་དར་གཅིག་ ལྷ་མོའི་བཅོན་དར་ཚུ་ཡིན་མས། བང་རྩ་གི་གྱི་བརྟུང་མི། མཚོན་པའི་རྒྱ་
སྤྱིང་འཕུ་མི་གཉིས། དེ་ལས་དབྱུ་མཚོན་པོ་ལ་མོ་དང་སིལ་སྤྱན་དགོལ་མི། རུང་འཕུ་མི། དེའི་རྩིང་མ་
མཚོན་པའི་སྐྱེ་དབྱངས་འཕུལ་མི་དང་། ལུ་འབྲས་བུ་དང་སུ་མི། གཡུས་གྱི་སྤྱིན་ལེགས་བུ་མོ་རུང་ལྷ་འམ་
བདུན་དེ་ཅིག་དང་།

དེའི་མཐར་ཤར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་རྒྱལ་ཆེན་གྱིས་གཙོས་ཏེ་ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱལ་ཆེན་རང་སོའི་ཨ་དུང་
དང་བཅས་འཆམས་ལེའུ་དང་སྐྱུགས་འཐོན་མ་ཡིན་མས། དེའི་རྩིང་མ་དགའ་ལྷན་གཙོ་བོ་དེ་ལུ་སྟེ་ལྷ་
ཁང་ནང་བསྐྱོར་ར་ཚར་གསུམ་གནང་ཞིན་མ་ལས་དེ་ལས་དགའ་ལྷན་གཙོ་བོ་དེ་ ལྷ་ཁང་གི་དབྱུས་སུ་
བཞུགས་ཏེ་འཁོར་ཚུ་སྐྱེ་འཆམ་གནང་བའི་སྐབས་སྐྱེས་པོ་ལོ་རང་གིས་གཙོས་པའི་སྐྱོབ་དང་དེ་ལས་
མི་སེར་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་གསུམ་ག་ར་གིས་སྤྱན་དར་འཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྤྱན་དར་ཕུལ་དགོ་མི་དེ་ཡང་ གཡུས་ཚན་དེ་ལར་ མི་ནད་དང་ ལུགས་ནད་ ཞི་སྟེ་ རྐྱེད་བར་ཆད་
ག་ནི་ཡང་འབྱུང་མ་བཅུག་ཟེར་བའི་སྟོན་འདེབས་དང་བཅས་ ཨ་ཞང་(ཨ་ཚུ)དེ་གིས་ལུ་སྤྱོད་
དེ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱན་དར་དེ་འཕུལ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་ དེ་ལས་འཁོར་ཚུ་གིས་འཆམ་ལེའུ་
དེ་མཇུག་མ་བསྐྱུ་ཚུན་ཚོད་གནང་ཐོག་ལས། དེ་ལས་མཇུག་བསྐྱུ་ཅིག་གཙོ་བོ་འདི་ལོག་ཁོ་རའི་
བཞུགས་གནས་ལུ་གདན་བུངས་ཏེ་ཉིན་དང་པའི་བཅོན་འཆམ་འདི་མཇུག་བསྐྱུ་གནང་མ་ཡིན་པས།

ཉིན་གཉིས་པར་སྐྱེ་འཆམ་མཇལ་ལ་བྱི་ཁར་གནང་བའི་སྐབས་དགའ་ལྷན་གཙོ་བོ་དེ་བྱི་ཁར་ལུ་ནི་མེད་པ་
ལས། དེའི་འཁོར་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞི་དང་དེའི་ཨ་དུང་རྒྱ་གིས་སྐྱེ་འཆམ་འདི་གནང་མ་ཡིན་པས། ཁོང་
རྒྱ་གིས་བཅོན་འཆམ་གནང་ཐོག་ལས་གཡུས་ཚན་དེ་ལའི་ལོ་གཅིག་གི་ནད་སྐྱ་གོ་འབྲུགས་ཚོད་
སོགས་རྐྱེན་རན་བྱུང་མི་འབྱུང་གི་རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་གཟིགས་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། རྟེན་འབྲེལ་
གཟིགས་ཐངས་དེ་ཡང་ དང་པ་དོ་གཅུལ་གྱི་སྐྱུག་ལུ་བཏེག་ཅིག་བཀའ་ཞིན་མ་ལས་བཏེག་གྱུ་དབྱུ་

ལྷ་ལྟ་བུའི་དབྱིབས་ཅན་རྒྱ་གོས་ཆེན་ལས་བསྐྱབས་པ་གཅིག་བཀའ་བཞག་ཞིན་མ་ལས། ཤར་གྱི་
ཕྱོགས་ཀྱི་ཨ་རུང་འདི་གིས་རོལ་ཚད་དང་འཁྲིལ་འཆམ་ལེའུ་བསྐྱར་ཡི་བསྐྱར་ཡི་རང་ལེའུའི་རིམ་པ་
ཚང་མ་དང་སྤྱགས་སློན་གནང་ཐོག་ལས་ དབུ་ལྷ་དེ་གནམ་མཁའ་བཀོག་སྟེ་ ས་ཁར་ཆགས་པ་དང་
གང་འབྲེལ་སྟེ་ཆགས་པ་ཅིན་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་བའི་རྟོགས་དང་།

དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ལོ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་གཡུས་ཚན་དེ་ཁར་རྒྱུན་དུ་བར་ཆད་མི་ནད་དང་རྟུགས་ནད་
ལ་སོགས་པ་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་བེད་ཡིན་མ་དུ། གཡུས་སྲིད་ག་སྤུབ་སྟེ་ཡར་སོང་པ་ཅིན་རྟེན་འབྲེལ་
དན་སྟེ་བཅེས་ཡིན་མ་ལས། གཡུས་ཚན་འདི་ནད་རྒྱུན་དུ་འབྱུང་བའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས། མི་
སེར་ཚུ་དྲན་པ་བརྟོན་དགོ་པའི་རྟོགས་སྟོན་མ་ཡིན་པས།

རྟོགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་གཟིགས་ཚུལ་དེ་ཡང་ ཉུང་ཐ་ཚད་གསུམ་ལས་ལྷ་ནི་མེད་པ་ལས་ ཚར་
གསུམ་གནམ་མཁའ་བཀོག་རུང་མ་བཟང་པ་ཅིན་ལོག་སྟེ་འབད་ནི་མིན་འདུག གཡུས་སྲིད་ཚར་
གཅིག་གིས་བཟང་རུང་ལོག་སྟེ་མ་ལྷ་རུང་ཡང་བརྟུབ་སྟེ་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། བཅོན་འཆམ་འདི་
གནང་བའི་སྐབས་ཡང་ ཕྱི་ནང་གཉིས་ལུ་ ལེའུ་སོ་སོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་གས་པ་ཡོངས་ཀྱི་དབང་པོ་
སུམ་སྤང་བྲག་བཅོན་གྱི་གསོལ་མཚན་བཞུགས་སོ།

སྟོན་བསྟོད་ནི། ལོ་སྤྱད་ལྷ་སྤྱད་ལས་སྟོང་པར་སྤྱངས། སྟོང་པའི་རང་ལས་རང་ཉིད་སྐད་གཅིག་གི་ཡི་
དམ་དུ་གསལ་བའི་རྟུགས་སྟོག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ཉམས་དགའ་ཞིང་བག་
ཐེབས་ལ་བྲག་རི་དམར་པོ་དུས་ཀའི་ལྷན་པོ་ལྟར་དགུང་ལ་འཕྱར་བ། ཕྱོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་ར་བས་
བསྐྱོར་བ། ཚུ་བོ་སྤྱ་ཚོགས་ལྷུང་ལྷུང་འབབ་པ། རྩ་དང་ལོ་མའི་བས་གཅེལ་གཅིག་དུ་བཟམ་པ།
མེ་ཏོག་སྤྱ་ཚོགས་གསུང་ཞིམ་འཕྲུལ་ལུ་འཕྱུམ་པ། བྱ་དང་རི་དྲགས་མང་པོ་རོ་ལོ་ལོ་རྒྱ་བ། གཅན་
ཟན་གཏུག་པའི་ཚོགས་རྣམས་རར་སྐད་ཏུ་རུ་ཏུ་འདོན་པ་ལ་སོགས་པ། གཞན་ཡང་དམ་ཉམས་
བསྐྱལ་བའི་ཐུག་མཚེ་མེ་རེ་རེ་འཇུགས་པ། ཤར་རྩུས་རྒྱ་མ་ནང་མཁྲོལ་དོན་སྟོང་སྤྱ་ཚོགས་སྤང་པོར་
སྤངས་པའི་སྟེང་ན་རྟོག་རྟོག་རྟོག་རྟོག་དུ་བའི་དུམ་སྤྱག་ཆད་པ་ལྷ་བྱའི་འཕྲུལ་ཅན། དེའི་སྟེང་ན་སྲིད་
པའི་ལྷ་ཆེན་དོ་རྩེ་དགུ་འདུལ། ཚལ་སྤྱ་མདོག་པད་རག་གི་ལྷན་པོར་སྤྱ་སྤྱད་དགའི་སྤང་བས་འཇུང་

པ་ལྷར་གཟི་བརྗིད་ལྷ་བས་མི་བཟོད་པའི་ཞལ་གཅིག་པ། སྤྱན་གསུམ་བསྐྱལ་བའི་མེ་ལྷར་འཇུགས་
པ། མཆེ་བ་གངས་རི་ལྷར་གཅིགས་པའི་ཞལ་ཨམ་ཅིག་དྲག་ཏུ་བསྐྱམས་པ། དེ་གས་པའི་རོལ་
སྟོང་གསུམ་འགོངས་པ། དབུ་ལ་བསེ་མོག་བསྐྱ་བརྟན་འབར་བ། སྤྱུ་ལ་དོ་རྩེའི་མགོ་ཁབ་གསོལ་བ།
ཚོ་དར་མཚོན་ཆ་རུ་མས་བརྒྱན་པ། མགུལ་གཡུ་དང་ལོར་བུས་སྤྱས་པ། ཞབས་ལྷམ་ས་རིས་མཛེས་
པར་བུས་པ། ཕྱག་གཡུས་རུ་དར་འདེངས་པའི་ཚུལ་ཅན་དང་ སྤྱུལ་ཞགས་འགུགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ།
གཡོན་པ་སྤྱུ་ར་ཅན་གྱི་བྱ་ཡིས་དམ་ཉམས་དགུལ་ལྷས་དན་སྟོང་བ། སྤྱུ་རག་ཨག་ཚོམ་མེ་ལྷར་
འབར་བ། འཇིགས་པའི་གཟི་བརྗིད་སྟོག་ལྷར་གཡོ་བ་སོགས་ཁྲག་གཏུམ་མི་བཟང་པ་དྲག་པོས་
གཟུགས་ཅན་དམ་ཉམས་དགུ་པོའི་གཤེད་མ་ཆེན་པོ། ཐབས་མཚོག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་
སོགས་འདོན་ཞིན་མ་ལས་སྤྱུ་འཆམ་མཇལ་ཁ་གནང་ཐོག་ལས་གསོལ་མཚན་འདི་སྤུལ་མ་ཡིན་པས།

བཅོན་འཆམ་གྱི་ལེའུའི་གངས་ཚད།

བསྟན་སྤྱང་དགུ་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་སྟོན་མ་ཆང་སྤྱད་གཏོར། དེ་ལས་བཅོན་
དར་འབག་མི། ཚོགས་སྡེར་འབག་མི། རྒྱ་གླིང་པ།
དུང་པ། ར་བརྟུང་མི། སྤོས་པོར་པ། དེའི་རྩེས་སྤུ་
རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ཤར་པ་དང་སྟོན་པ་གཉིས། དེའི་བུལ་
མ་ལུབ་དང་བྱང་པ་གཉིས་ཐོན་མ་ཡིན་མས། གཙོ་
པོ་སྤྱག་ལུ་སྟོན་པ་དང་དང་པ་རང་གཉིས་བརྟུང་བསྐྱོར་
གཅིག་དང་གསུམ་བརྟུང་བསྐྱོར་གཅིག་པབ་ཚར་
བའི་རྩེས་སྤུ་ སྤྱུ་རལ་གནང་ཞིན་མ་ལས་མར་ཆང་
དངས། དེ་ལས་སྟན་དར་ཚུ་སྤུལ་མ་ཡིན་པས།



དེ་ནས་འབབ་ནས་ ཕྱག་འཚལ་ལ་ རྒྱལ་ཆེན་
གཉིས་གཡུས་ལོག་ནས་མར་དང་གཉིས་གཡོན་
ལོག་ནས་མར་བསྐྱིགས་ནས་ གསུམ་བརྟུང་ཞི་བ་ལེན་གསུམ་དང་ དྲག་པོ་ལན་གསུམ་རྒྱབ་ཞིན་མ་
ལས་ སྤར་བཞིན་ཡར་ལོག་སྟེ་སར་བསྐྱོར་གཅིག་ ཡང་འབབ་ནས་ཕྱག་མཚན་བཞི་པོ་ཆང་བ་

དང་། སར་བསྐྱོར་གཅིག་ དེ་ནས་བསྐྱོར་རྒྱུ་ལ་པ་ཚང་བ་དང་། སར་རྒྱུ་བ་ནས་གཙོ་བོ་དང་བཅས་
སྲར་བཞིན་འཇུག་།

དེ་ནས་འདི་ཡང་ནང་སྐྱོད་འཆམས་ལན་རེ་ཚར་བ་དང་འཆམས་དཔོན་གྱི་ཞགས་པ་བསྐྱར་ནས་གཅིག་
བརྒྱུང་ལེན་ནས་ཐོན། དེ་ནས་ཕྱག་མཚན་ནས་སར་ ཡང་འབེབ་ནས་ཁ་ཕྱི་དང་སར་བསྐྱོར་གཅིག་
རྒྱུ་བ་ནས་སྐྱུ་དལ། དེ་ནས་ཨ་རྒྱུང་བཞི་པོས་ འབེབ་དང་བཅས་གསུམ་བརྒྱུང་ཞི་བ་གསུམ། འག་པོ་
གསུམ་ཚང་བ་དང་སར་རྒྱུ་བ་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཞུ་མོ་བསྐྱུལ། དེ་ནས་སེལ་ཁ་རྒྱུ་བ་ནས་རྟེན་གསུམ་
པའི་གར་སྐྱབས་ཚང་བ་དང་ སར་རྒྱུ་བ་ནས་ཞུ་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་བཟུ། དེ་ནས་དགུར་བརྒྱུང་ལེན་
གཅིག་ གསུམ་བརྒྱུང་ལེན་གཅིག་རྒྱུ་བ་ནས་སར་རྒྱུ་བ་ནས་ལོག་འཆམ་ཁང་ནང་འཇུག།

བཅན་འཆམ་འདི་ས་གནས་གཞན་ཁར་དར་རྒྱུ་དང་གནས་རྒྱུ་ལ།

ས་གནས་སྐྱུ་ཕྱང་ལུ་ཡོད་པའི་བཅན་འཆམ་འདི་ས་གནས་སྐྱར་སྟོད་གཞོང་སྟོད་ལུ་ཡང་དར་བྱུ་
སོང་སྟེ་ཡོད་རུང་། སྐྱུ་རྒྱ་མཚོ་གིས་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན། ལེ་ལུ་འི་རིམ་པ་རྒྱ་ལུ་འགྱུར་
བཅོས་དུམ་གྱ་རེ་སོང་སྟེ་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་སྐྱུ་ཕྱང་ལུ་གནང་དོ་ཡོད་མི་དང་དུམ་གྱ་རེ་མ་འབྲུག་
སྟེ་ཡོད་ལུགས་བཤད་པ་ཡིན་པས། འདི་གིས་མ་བདོ་བར་ ས་གནས་ལྷན་ཅེ་རྫོང་ཁག་ནང་ལུ་ཡོད་
པའི་ ཁྱི་ཉལ་ལྷ་ཁང་དང་ རྟ་མི་དགོན་པ་(ཡོངས་ཤུགས་ལུ་བམ་སྒྲིར) དེ་ལས་སྐྱར་སྟོད་སྐྱོན་རྩེ་
དབང་ཞིང་ལྷ་ཁང་ནང་ལས་པར་ཡང་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་རྒྱ་ནང་ལས་པར་ཡང་ལེ་ལུ་འི་
བསྐྱར་བ་དུམ་གྱ་རེ་སོང་སྟེ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱུ་ཕྱང་མི་སེར་གྱི་བཅན་འཆམ་ལུ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ལུགས།

སྐྱུ་ཕྱང་དུས་མཚན་དེ་ཉིན་གངས་གསུམ་ཙམ་བཅེ་སྐྱུང་ལུ་སྐྱབས་ཉིན་གངས་དང་པ་འདི་སྐྱུ་མོ་
རང་གིས་སྐྱོན་བདག་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ད། ཉིན་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་དེ་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་རྒྱ་
གིས་འགན་ཁག་འབག་སྟེ་སྐྱོན་བདག་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། སྐྱོན་བདག་འབད་བ་གིས་མ་
བདོ་བར་ ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་ཕོ་མོ་གར་གིས་ལྷ་ཁང་ནང་འོང་སྟེ་ཕྱག་དང་
མཚན་པ་སྐྱོན་དར་སོགས་སུ་ལོ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ལྷག་པར་དུ་བཅན་འཆམ་འདི་མཇལ་ཁ་གནང་
བའི་སྐྱབས་སུ་ གཡུས་ཁྱི་མི་ཡོད་ཚད་ཆ་མཉམ་ལྷ་ཁང་ནང་འཛོམས་ཏེ་སྐྱུ་འཆམ་དེ་མཇུག་མ་བསྐྱུ་

རྒྱུ་གྱི་བར་ན་སྐྱོན་ལམ་བཟུབ་སྟེ་མཇལ་ཁ་ལུ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱུ་མོ་རང་གིས་ དེའི་སྐྱོར་
ལས་གོ་བདེ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་སྟོད་ཡོད་པའི་རྟེན་གསུམ་མཚན་བཟང་པོ་ཅིག་དང་། མི་སེར་རྒྱ་གིས་ཡང་དེ་
ལུ་བཅེ་མཐོང་དང་རོས་ལེན་ཡིད་ཆེས་སྐྱོམ་ཡོད་པའི་རྟེན་གསུམ་མཚན་ཅིག་ཡིན་པས།

གཡུས་ཁའི་རྒྱས་ཤོས་རྒྱ་གིས་བསྐྱབ་མི་ནང་བཅན་འཆམ་དེ་ལས་བརྟེན་པའི་གཡུས་ཚན་དེ་ཁར་
དགོས་པམ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུབ་པ་ཡོད་ལུགས་རྒྱ་བཤད་པ་ཡིན་པས། བཅན་འཆམ་དེ་དུས་ད་རེས་
བར་ན་ཡང་ལྷན་མ་ཉམས་པར་སྲར་ག་ཡིན་པ་སྟེ་ཡོད། དེ་ཡང་དང་པ་སྐྱུ་རྒྱ་མཚོ་ཁོ་རྒྱ་ཉལ་
གཅིག་གི་བཀའ་བློན་དང་། གཉིས་པར་གཡུས་ཁའི་མི་སེར་རྒྱ་ལུ་དད་པམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པའི་
ཡིད་ཆེས་དང་རོས་ལེན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས།

སྐྱུ་ཕྱང་བཅན་འཆམ་དེ་གི་པན་ཡོན་དང་དགོས་པ།

བཅན་དེ་ལུ་ལྷ་ཞི་བདག་སྐྱོབ་པའི་དགྲ་ལྷ་ཅིག་ཡིན་པ་ལས། གསོལ་མཚན་སུ་བའི་མཐུ་ལས་
གནས་སྐྱབས་གྱི་པན་ཡོན་ཡང་གཡུས་ཚན་དེ་ཁར་ མི་ནད་དང་ཕྱུགས་ནད། ནད་ཡམ་སུ་གོ་དང་
དམག་འབྱུགས་སོགས་རྒྱུ་དམ་གར་སྐྱོབ་པའི་དགྲ་ལྷ་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ག་ནི་ཡང་མི་འབྱུང་བར་
བསྐྱོག་སྟེ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་རྒྱུ་ཏེ་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལུ་དང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཅི་བསམ་
གྱི་དོན་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་རྒྱུ་གསུངས་པའི་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་གཡུས་ཚན་འདི་ནང་ལོ་ཕྱུགས་
རྟེན་ཏུ་ལེགས། ཆར་རྒྱུ་སུ་འབབ་ནི་ལ་སོགས་པའི་
དགོས་པ་ལེ་ག་ཡོད་པ་ཡིན།

ཨ་ཞང་(ཨ་ཙཱ)གི་སྐྱོར།

སྐྱུ་ཕྱང་ལུ་ཨ་ཞང་ཟེར་འཕྱོན་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་
བཅན་འཆམ་ཁོ་རང་ཉལ་གཅིག་ལུ་མེན་པར་འཆམ་སྐྱི་
རིགས་གྱི་ནང་ལུ་བྱུང་ཚད་སྟེ་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་
ཨ་ཞང་དེ་གིས་བཅན་འཆམ་རྒྱ་གི་བར་ན་ཡང་སྐྱོན་དར་
སུ་བའི་སྐྱབས་སུ་དར་གྱི་བཤད་པ་རྒྱ་གར་ཁོ་གིས་



འབད་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཨ་ཞང་ཟེར་མི་འདི་དཔེར་ན་སྤྱིར་བཏང་འཆམ་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་ཨ་ཙཱ་
དང་ཙཱ་འཐད་ཡིན་མ་ལས། ཨ་ཞང་འདི་ཡང་བྲག་བཙན་ཡིན་ཟེར་བཤད་དོ་ཡོད་པ་ལས། ཞལ་
འབག་དེ་ཡང་དམར་པོ་ཨ་ཙཱ་འདི་འབག་གཞན་དང་མ་འདྲམ་སོ་སོ་ཡོད་པ་ལས། ཨ་ཞང་སྡེ་ཐོན་མི་
འདི་དོན་ལུ་བཙན་ཡིན་མ་སྡེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

མཇུག་བསྟུ།

ལུང་པ་རེ་ལུ་ལུགས་སྲོལ་རེ་དང་ གྲུ་མ་རེ་ལུ་ཚོས་ལུགས་རེ་ཟེར་བསྐྱབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་དབྱེ་ལྟར་དུ་
ང་བཙས་རའི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་དབུས་རྩོགས་དང་ལུང་རྩོགས་སོ་སོ་ནང་ལས་
པར། རང་གིས་མ་མཐོང་མ་ཚོར་བའི་ལམ་སྲོལ་མ་འདྲམ་མང་རབས་ཅིག་ཡོད་མི་ཚུ་འབྲུག་མི་རེ་
རེ་བཞིན་གྱིས་མཁྱེན་དགོས་དང་བཙུ་མཐོང་དང་ངོས་ལེན་གནང་དགོས་འདི་ག་ནི་བ་ཁག་ཆེན་སྡེ་
མཐོང་མ་ཡིན་མས། འདི་བཟུམ་སྡེ་ད་རེས་བྲིས་ཏེ་ཡོད་པའི་སུམ་ཕྱང་བཙན་འཆམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་
ཡང་འབྲུག་མི་མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་གིས་རང་མ་ཁྱེན་པར་ཡོད་པ་ལས་བཙན་འཆམ་འདི་ག་ནི་བ་ཙཱ་ཚེ་
ཤོས་ཅིག་ཡིན།

འདི་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱིས་མཁྱེན་དགོས་ཁག་ཆེན་སྡེ་མཐོང་མ་ལས་ད་རེས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བསྟུ་
སྤྱི་གནང་ལུ་གཙོ་བོ་བཙན་འཆམ་འདིའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དགོས་པ་དང་དེའི་ཕན་པའི་སྐོར་བཀོད་དེ་
ཡོད་པ་ལས། གནས་ཚུལ་བསྟུ་སྤྱི་གནང་གིས་སྤྱིར་མཁྱེན་འདོད་ཡོངས་དང་བྲེ་བྲག་སྐད་ཡིག་དང་
ལམ་སྲོལ་སྲོབ་བྲ་འདི་ཁར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་ཀྱི་གར་འཆམ་ཚོས་ཚན་སྡེ་ལེན་ཏེ་སྲོབ་སྲོང་
འབད་མི་ཚུ་ལུ་ཕན་སྲོལ་སྡེ་རང་ཐོགས་འོང་མཐོ་བའི་རེ་བ་སྲོལ་ཡོད།

ད་རེས་དངོས་མཐོང་སྡེ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་གནས་ཚུལ་བསྟུ་སྤྱི་གནང་འབད་དེ་མ་བཞག་པ་ཅིན་དུས་
ནམ་ཅིག་གི་ཚེ་ མིང་དོན་མེད་པར་ཉམས་ཏེ་འགྲོ་ནིའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས། དབྱེ་འབད་ལུ་བ་ཅིན་
སུམ་ཕྱང་བཙན་འཆམ་འདི་ད་རེས་ཀྱི་བར་ན་ལེགས་ཤོམ་སྡེ་བཙུང་ལུ་མ་ཚུགས་པར་ལོ་ངོ་མང་
རབས་ཅིག་སོང་སྡེ་ཡོད་པ་སྡེ་བཤད་སྲོལ་འདུག དེ་ཡང་སྤྱིར་དང་འབྲུད་པ་ད་དེས་ནངས་པའི་ན་
གཞན་དང་སྐྱེ་སེར་སོ་སོ་ཡོངས་ཀྱིས་སྤྱིར་སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ལུ་སྲོབ་དང་དག་སྤྱད། བཙུ་མཐོང་དང་

ངོས་ལེན་ཚུ་མར་ཉམས་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་མ་སྡེ་བཤད་པ་ལས། འབྲུག་པ་རང་
གི་ལམ་སྲོལ་འདི་འབྲུག་པ་རང་གིས་རང་བདག་འཛིན་འབད་དེ་མི་ཉམས་ལུན་བརྟན་གནས་ཐབས་
ལུ་བཙན་འབྲུག་སྤྱོད་དགོས་འདི་འབྲུག་མི་ཡོངས་ཀྱི་འགན་ཁུར་ཅིག་ཡིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

རྒྱབ་ཁུངས་དཔེ་དེབ།

དག་ཤོས་སྐྱེ་མ་གསང་སྤྱགས། འབྲུག་གི་རྒྱུས་རབས་ཡང་གསལ་མེ་ཡོང། སྤྱོགས་བམ་དང་པ།
ཀེ་ཨེ་མ་གྱི་པར་སྐྱུན་ཁང། ༢༠༠༥།

སྐྱེ་མ་རྒྱ་མཚོ། སུམ་ཕྱང་དགོན་པའི་སྒྲམ། ལུ་ར། བུམ་ཐང།

རྒྱ་ཡངས་ཐང་དང་སྤྱོད་མི་ཚུ་གིས་ལོ་ཐོག་གསར་པའི་ཕྱད་



རྒྱལ་ཡངས་ཐང་དང་སྤྱོད་མི་ཚུ་གིས་ལོ་ཐོག་གསལ་པའི་ཕུད་ཕུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་མཚོད།

དག་དབང་རྒྱ་མཚོ། ཞིབ་འཚོལ་གཙུག་ལག་སློབ་འཛིན།
རིག་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

དུས་ཚིག་

ལོ་རྒྱུས་གསལ་མཚོད་ཟེར་མི་དེ་ཡང་རྒྱ་ཡངས་ཐང་གཡུས་ཚན་གྱི་གཙོ་བོ་པའི་རྒྱ་དང་སྤྱོད་མི་ལུང་
ཚོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལོ་རྒྱུད་པར་རང་རྒྱ་༡༡པའི་ཚེས་༡༥ལྷི་ཏོ་པ་ཉ་སག་ལས་ཡངས་ཐང་
གཡུས་ཀྱི་མགོ་ལུ་ཡོད་པའི་ས་གནས་རྒྱལ་ཁ་ཁ་ལུ་ཁྱུང་བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡོད་སར་འཛོམས་ཏེ། ལྷོ་
དང་ཤ། མར་དང་དར་ཚེལ། ཆང་དང་ཤིང་འབྲས་རིགས་ག་ཅི་ཡིན་རུང་འཕྲོད་སྐྱེད་གསལ་པའི་
མཚོད་རྩམ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཕུད་བཀའ་སྟེ་ཚོས་བདག་ཁྱུང་བདུད་ལུ་གསལ་མཚོད་ཕུལ་ཐ་ཡིན་མས།
འདི་ལུ་ཡངས་ཐང་མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ལོ་རྒྱུས་གསལ་མཚོད་ཟེར་སྤྱོད་མི་ཚུ་མས། དོན་
ཚན་དེ་འོ་སྐོར་ཡིག་ཐོག་གུ་བཀོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚན་ལྷན་ཅིག་མེད་དེ་འབད་རུང་། རྒྱུ་རབས་ལེ་ག་
ཅིག་གི་སྤྱོད་ལས་མི་རབས་ལས་མི་རབས་ལུ་བརྒྱུད་དེ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་མ་ཉམས་པར་ད་ལྟོ་
བར་ན་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་རྒྱུ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་མས།

ལམ་སྲོལ་འདི་འོ་སྐོར་ཡིག་ཐོག་གུ་བཀོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚན་ལྷན་ཅིག་མེད་པ་ལས་ཁ་རྒྱུན་ཐོག་ལུ་
དར་འོང་བའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་མ་འོངས་མི་རབས་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་ཡིག་ཐོག་གུ་བཀོད་དགོཔ་གལ་
ཆེན་མཐོང་ཡི། ལྷག་པར་དུ་སྤྱོད་མི་ཚུ་ལམ་སྲོལ་ལུ་གསལ་ལུ་ཤེས་ཤིན་དང་བཅུ་མཐོང་ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་སྤྱོད་མི་
ཀྱི་དྲན་གསོ་དང་། ལམ་སྲོལ་སྐོར་མ་ཤེས་མི་ཚུ་ལུ་ཤེས་ཡོན་སྟེལ་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ཞིབ་
འཚོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་གཙོ་བོ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ས་ཁོངས་རོ་མའི་ནང་བལྟ་རྟོག་འབད་བའི་སྤྱོད་ལུ་
ཟིན་ཟིན། དེ་ལས་འབྲེལ་ཡོད་དཔེ་དཔེ་ཚུ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་ཐོག་ལས་གནས་ཚུ་ལུ་བསྐྱེད་ཀྱི་
འབད་ཡི་ཟེར་ལུ་ཞིན།

དོན་ཚན་འདི་འོ་སྐོར་སྤྱོད་མི་ཚུ་རབས་ཞིབ་འཚོལ་བ་ཚུ་གིས་འབྲི་ཚུ་མ་ཐུང་གུ་རེ་བྲིས་ཏེ་ཡོད་རུང་།
གནས་ཚུ་ལུ་ཚུ་བཏང་སྟོམས་སྟེ་བཀོད་པ་མ་གཏོགས་ཁ་གསལ་བཀོད་དེ་མེད་པ་ལས། དེམ་ང་
གིས་དོན་ཚན་འདི་འོ་སྐོར་གཡུས་སྟོའི་གན་ཤོས་ཤེས་མཐོང་ཅན་ཚུ་ལུ་དྲིས་བསྐྱར་འབད་དེ་བཀོད་ཅི་

ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། འབྲི་ཚུ་མ་འདི་ནང་ལོ་རྒྱུས་གསལ་མཚོད་ཀྱི་ཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱུ་ལུངས། སྤྱོད་མི་
ཚུ་གསལ་མཚོད་ཕུལ་བར་འོང་དགོ་པའི་རྒྱུ་ལུངས། གསལ་མཚོད་ཕུལ་ཐངས། དཔའ་བོ་དང་དཔའ་བོ་
གིས་ཚུ་བས་ཕུ་ལྟ་དགོ་པའི་དགོས་པ། གསལ་མཚོད་ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བའི་ཕན་
པ་དང་། ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་མ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་གཞན་པ་ཡོད་ཚུ་ལ་དང་ན་གཞོན་དང་
ཞི་གཡོག་པ་ཚུ་གསལ་མཚོད་ལས་རིམ་ནང་སྟོད་མ་ཚུ་གསལ་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་བཀོད་
དེ་ཡོད་པ་ལས། སེམས་ཁར་མ་འབད་པའི་གནས་ཚུ་ལ་རེ་བཀོད་དེ་ཡོད་ས་གཟིགས་པ་ཅིན་མཁུམ་
ལྷན་ག་ར་འབད་རུང་སྤྱོད་མི་ཚུ་བཟོད་པ་བཞེས་ཏེ་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་དོན་ལུ་ཐང་གར་གསལ་མཚོད་གནང་
ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། དེའི་འབྲི་ཚུ་མ་འདི་གིས་ཕན་སྟོབས་ཐོགས་ཚུ་གསལ་པའི་རེ་བ་མེད་རུང་དོས་མེད་ལམ་
སྲོལ་ལུ་བརྟན་བཞག་ཐབས་དང་། གཞུང་སྐྱོང་རྒྱུ་ལུ་འབྲི་རྒྱུ་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཡར་རྒྱས་གཏང་ནི་ལུ་
ལྷན་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་ལུ་འགྲུལ་ཚུ་གསལ་པའི་རེ་བ་བསྐྱེད་དེ་བྲིས་ཡི་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

ལོ་རྒྱུས་གསལ་མཚོད་ཕུལ་དགོ་པའི་རྒྱུ་ལུངས།

ཏེ་མ་བོད་དང་འབྲུག་གཉིས་དམག་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་ཁྱུང་བདུད་འདི་དག་ལྟ་འབད་ནི་དེ་གིས་ཁོའི་
མཐུ་དང་རྒྱས་པ་ལས་བརྟེན་འབྲུག་དམག་གིས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་རུག ད་ལྟོ་ཚུ་ཚོད་འབྲུག་དམག་
གིས་ཕྱིའི་དག་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མི་
དེ་ལུང་བདུད་ཁོ་རའི་བཀྱིན་ལས་
བརྟེན་ཡིན་ཟེར་བཀྱིན་དགའ་ཚོར་
ཀྱི་གཏང་རག་བཟུམ་ཅིག་དང་། ད་
ལས་ཕར་འབད་རུང་འབྲུག་གི་རྒྱལ་
ཁབ་འདི་ཕྱིའི་དག་ལས་སྤུང་སྐྱོབ་
དང་། ནང་གི་མི་སེར་ལུ་སྐྱབས་
དང་སྟོང་གོགས་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ལུང་



བདུད་ཁོ་རང་གིས་ར་མཛད་དགོ་པའི་ཁར། ལྷག་པར་དུ་རྒྱ་ལུང་ཚོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ད་ལྟོ་ཚུ་ཚོད་
ལུས་ལུ་ན་ཚ་མེད། སེམས་ལུ་སྤྱོད་མི་ཚུ་བསྐྱེད་མེད། ཤི་རྒྱུན་དང་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མ་ཐུང་པར་ཆར་
ཚུ་རྒྱས་སུ་འབབ། ལོ་ལྷགས་ཉག་ཏུ་ལེགས། སྤྱོད་མི་ཚུ་དཔེ་བཞེས་བརྒྱ་ཅ་བཞེས་དང་ཡེ་འཕྲོག་

སྐྱུ་བརྒྱ་ལྷན་ཅི་ཡང་མ་འབྱུང་པར་དམག་ལུ་འགྲོ་བ་ཅིན་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ། ཚོང་ལུ་འགྲོ་བ་ཅིན་
ཚོང་དཔོན་ལུ་རྒྱ་རྟེ་བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་གྲུབ་ཚུགས་མི་དེ་གཙོ་བོ་ལྷུང་བདུད་ཀྱིས་སྐྱབས་དང་
སྤོང་གོགས་མཛད་པ་ལས་བརྟེན་ཡིན།

དེ་ལས་པར་འབད་རུང་ཁྱིམ་ནང་གི་བཟའ་ཚང་ཚུ་ལུ་རྒྱུན་དཔར་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱབས་
དང་མགོན་འཕྲོ་མཐུན་དེ་རང་མཛད་དགོ་པའི་གསོལ་འདེབས་ལུ་ནི་དང་དགའ་སྦྱིད་ཀྱི་འབྱུང་བཅུག་
ཟེར་སྟོན་ལས་བཏབ་ནི་དེ་དོན་ལུ་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་དོ་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས།

གཡུས་སྟོ་འདི་ནང་ལོ་དུས་གསོལ་མཚོན་དར་བའི་དུས་ཚོད་གནམ་ལོ་དང་དུས་རབས་ཚུ་ལ་གསལ་
བཀོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚད་ལྡན་ཅིག་ག་ཅི་ཡང་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་ལུ་
མཁས་པའི་རྒྱས་ཤོས་ཡངས་ཐང་དགོན་པ་ལས་ཨུའ་པ་མོ་དང་རྒྱ་ཚོ་འཕེལ་ལས་སྦྱིས་ལོ་༤༡་ལངས་
མི་དཔའ་བོ་ཕུར་པ་དབང་ཕུག། དེ་ལས་སྤོ་ལས་སྦྱིས་ལོ་༥༥་ལང་མི་དཔའ་བོ་མཛེས་ཀོ་ཚུ་གི་ལ་
རྒྱུན་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན། ལྷུང་བདུད་འདི་རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་རྒྱུང་མ་ཅིག་གིས་མ་ཚད་པར་ཉི་མ་ལ་ཡུ་
གི་གངས་ལྗོངས་ ཐོད། ལུ་ལྷ། འབྲས་ལྗོངས། ལ་དུགས། བལ་པོ། འབྲུག་ལ་སོགས་པ་ཉེ་
འདབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་ལྷུང་ཕྱོགས་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་བསྟེན་པའི་ཚོས་བདག་ཅིག་ཡིན་མས།

ལྷུང་བདུད་འདི་དམག་ལུ་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་པ་ཅིན་དམག་ལྟ་དང་། ཚོང་ལུ་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་
བསྟེན་པ་ཅིན་ཚོང་ལྷ། ཨ་ལོ་གསར་སྟེ་ཚུ་གིས་བསྟེན་པ་ཅིན་སྟེ་ལྟ་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐྱབས་
སྟེ་འཚོལ་མི་ཚུ་གི་རོར་ལུ་བཅན་དང་། ལོག་ལྟ་ཅན་གྱི་རོར་ལུ་བདུད་སྟེ་བྱོན་མི་ཡིན་མས། མ་གཞི་
གིས་ལྷུང་བདུད་འདི་སོ་སྟེ་དག་པོ་ཅིག་ཡིན་རུང་གཤམ་བྱ་རང་སོའི་དད་མོས་དང་བསྟེན་ཉེ་ཞི་དག་
གི་ནམ་པ་ག་དེ་སྟེ་ཡང་བྱོན་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཅིག་ཡིན་མས། ལྷུང་བདུད་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་ནང་འབད་བ་ཅིན་ཤར་རུབ་ཀྱི་རྫོང་ཁག་ཚུ་ལས་ལྷུང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་སྤོ་དང་རྒྱ་གི་ལྷུང་ཕྱོགས་
ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན། དེ་མ་ཚད་རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་གཞན་ཁའི་མི་ལྷུང་མི་ཡིན་རུང་རྒྱ་ལྷུང་
ཕྱོགས་ནང་གཉེན་འབྲེལ་དང་ཚོང་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལས་རྒྱ་ལྷུང་ལོ་སྟེ་ལུན་རིང་སྟེ་སྤོད་པ་ཅིན་དེ་ཚུ་
གིས་ཡང་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་མཚོན་ལོ་རེ་ན་ཚར་གཉིས་རེ་སྤུལ་མི་ཡིན་མས།

གསོལ་མཚོན་དང་པ་འདི་རང་རྒྱ་ལྷུང་ལོ་སྟེ་ལུ་ལོ་སྟེ་གཡུག་ཟེར་གཡུག་གཅིག་དམར་བསལ་
འབད་དེ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་མི་ཡིན་མས། གསོལ་མཚོན་གཉིས་པ་འདི་རང་རྒྱ་ལྷུང་ལོ་སྟེ་ལུ་
རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་དང་ལྷུང་བདུད་བསྟེན་མི་སྤོ་མི་སེར་ཚུ་གིས་རོ་བ་ཉ་སག་ལས་ཕུ་དང་
རྒྱ་རྒྱུ་སྟེ་དག་ལྟ་ལྷུང་བདུད་འདི་རྒྱ་ཁང་དགའ་པོ་ལས་ཆིབས་རྟ་སྤྱ་སྐབ་ཆ་བཀལ་ཉེ་བསྐབ་སེར་
སྦྱངས་དང་བཅས་ཡངས་ཐང་གཡུས་སྟོ་གི་གཡུས་ཕྱོགས་བྱམས་སྟོད་མགོན་པ་འགྲོ་སའི་གཞུང་
ལམ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ས་གནས་བྱང་ཁའམ་རྒྱལ་ཁ་ཟེར་སར་ལྷུང་བདུད་ཀྱི་སོ་བྱང་བཞེངས་ཡོད་
སར་ལུ་སྟེ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་མི་ཡིན་མས།

དེའི་སྐབས་གསོལ་མཚོན་ཀྱི་སྤུལ་རྫས་དེ་ཡང་རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ཁྱིམ་
གྲུང་རེ་རེ་ལས་གཡུག་ཤ་སྐྱམ་དང་ཆང་། དེ་ལས་སྟོ་ཀྱི་སྤུད་ཚུ་སྤུལ་མི་ཡིན་མས། སྤོ་ལས་འོང་
མི་ཚུ་གི་འབད་བ་ཅིན་བྱ་གསར་པ་གི་རྒྱུ་དང་གཅིག་ཁར་ཤ་དང་མར། ཕྱེ་དང་ཆང་། དེ་ལས་ཤིང་
འབྲས་ཀྱི་སྤུད་ཚུ་སྤུལ་མི་ཡིན་མས།

སྤོ་ལས་ཚུ་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་བར་འོང་དགོ་པའི་རྒྱུ་ལྷུང་ལོ་སྟེ་སྤུལ་
མི་ཚུ་གི་ལ་རྒྱུན་བསྟར་འབད་བ་ཅིན་རྒྱ་དང་སྤོ་ལས་ཁྱིམ་ཚང་ཟེར་སྐབ་སོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་རྒྱ་གི་
མི་ལ་ལུ་སྤོ་ལུ་སོང་སྟེ་གཞི་ཆགས། སྤོ་ལས་གི་མི་ལ་ལུ་རྒྱ་ལྷུང་ལོ་སྟེ་གཞི་ཆགས་ཉེ་སྤོད་ཅུག་དེ་
མ་ཚད་ལྷུང་ཕྱོགས་འདི་ཁའི་མི་ཚུ་ལ་ལུ་མགའ་དང་མནའམ་སྟེ་པར་དང་རྒྱུར་ལེ་ཤ་འགྲོ་སྟེ་ཡོད་ནི་དེ་
གིས་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་བར་འོང་མ་ཡིན་མས། ལྷུག་པར་དུ་རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་ནང་སྦྱིས་
མི་ཨ་ལོ་ཚུ་གི་སྟེ་ལྷ་སྟེ་ལྷུང་བདུད་བསྟེན་སོལ་ད་ལྟོ་བར་ཡང་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་
འབད་ནི་དེ་གིས་རྒྱ་གི་མི་སྤོ་ལུ་འགྲོ་སྟེ་གཞི་ཆགས་སྤོད་མི་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱ་པའི་མི་སྤོ་ལུ་
མགའ་དང་མནའམ་སྟེ་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་ལོ་རེ་ཆམེད་པར་བྱ་དང་ཤིང་འབྲས་ཚུ་འཚོ་བའི་སྐབས་དེ་ཚུ་
གི་སྤུད་དང་པ་ལོ་རེ་སྟེ་ལྷ་ལྷུང་བདུད་ལུ་སྤུལ་བར་འོང་མ་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་མས།

ལོ་སྟེ་སྤུལ་གཞན་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་སྤོ་ལས་ཚུ་རྒྱ་ལྷུང་དང་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་སྤུད་སྤུལ་བར་འོང་དགོ་
མི་དེ་ཡང་ལྷུང་བདུད་འདི་རྒྱ་ལྷུང་ཕྱོགས་ཀྱི་དག་ལྟ་སྟེ་ལྷ་ཡིན་མ་དང་། སྤོ་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་

དག་ལྟ་དང་སྐྱེ་ལྟ་འདི་ཨཔ་བྲག་སྐྱེད་ཡིན་མས། ཉིན་མ་ཅིག་འབདམ་ད་ལྷུང་བདུད་དང་བྲག་སྐྱེད་
གཉིས་བོད་ལུ་ཡོད་མི་མཁོ་མོ་སྐྱེ་མཚོ་རང་སོའི་ལུང་ཕྱོགས་ནང་བུ་ཞིང་གི་དོན་ལུ་ཚུ་འབྲང་ནིའི་སྐོར་
ལས་ཁ་མ་འཆམ་པར་ཡུན་རིང་སྐྱེ་ཚོད་བསྐྱར་འབད་རུག། ལྷུང་བདུད་འདི་ཆང་ལུ་དག་འཕམ་ཡིན་མ་
བྲག་སྐྱེད་ཀྱིས་ཤེས་ཏེ་ལྷུང་བདུད་ལུ་ཆང་ག་གི་བྱིན་འོང་ག་བཟུ་སྐྱོད་རུག། ཉིན་མ་ཅིག་འབདམ་ད་
ཚུམ་གཅིག་ནང་ལོ་མཚོད་གཏང་སར་ལྷུང་བདུད་དང་བྲག་སྐྱེད་གཉིས་ཆ་རང་མཐོན་མ་སྐྱེ་འབོ་རུག།
ཁོང་གཉིས་ཆ་རང་ལོ་མཚོད་གཏང་སར་མཐོན་མ་སྐྱེ་སོང་རུག། དེའི་བསྐྱར་ལྷུང་བདུད་ཀྱིས་བྲག་སྐྱེད་
བཟུམ་སྐྱེ་བཞེས་སྐོ་ལུ་གཙོ་བོ་མ་བཏོན་པར་ཆང་ལུ་བྱགས་བཏོན་སྐྱོད་རུག། ཡུད་པ་ཅིག་ལས་ལྷུང་
བདུད་ཆང་གིས་འགྲངས་ཏེ་ཡར་ལོང་མ་ཚུགས་པར་ཉལ་སྐྱོད་པ་ད་བྲག་སྐྱེད་ཀྱིས་བུ་འཚོ་བཏུབ་པའི་
མཁོ་མོ་སྐྱེ་མཚོ་གི་ཚུ་མཚུག་འདི་སྐྱེ་རོ་ལ་བྲུག་ལུ་བཏོན་བདའ་རུག།

ལྷུང་བདུད་ཆང་སངས་ཏེ་དུས་འཕྲོས་ལས་ཡར་ལོང་བཟུམ་ད་བྲག་སྐྱེད་ཀྱིས་ཚུ་འདི་ཏེ་མ་ཅིག་ལས་
རང་སྐྱེ་རོ་ལ་བྲུག་ལུ་བཏོན་འབག་ཡོད་པ་མཐོང་རུག། ལྷུང་བདུད་ཅིག་པ་ཟ་སྐྱེ་དུས་འཕྲོས་ལས་བྲག་
སྐྱེད་ལུ་དམག་རྒྱབ་ནི་འབདམ་ད་ཨཔ་བྲག་སྐྱེད་ཀྱིས་ཨཔ་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་ཕམ་བཏབ་རུག། ཚུ་
འདི་སྐྱེ་རོ་ལ་བྲུག་ལུ་བཏོན་འབག་ཚར་ཡི། རྩོད་གོང་མ་མ་ཁོས་དུས་ད་རེས་ལས་འགོ་བཟུང་སྐྱེ་ལོ་
རེ་ཆ་མེད་པར་སྐྱེ་རོ་ལ་ཚུ་གིས་བུ་འཚོམ་ཅིག་ཕུད་དང་པ་ལྷོད་ལུ་ག་གསལ་པ་བཟུམ་ཅིག་སྐྱེ་སྐྱེ་
བར་གཏང་འོང་ཟེར་གསོལ་ཕམ་བཏབ་རུག། དེ་འབདམ་ལས་ད་རེས་ནངས་པ་སྐྱེ་རོ་ལ་ཚུ་བུ་འཚོམ་
ཅིག་ཚུམ་དང་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་འཕྲོན་སྐྱེད་གསར་པའི་ཕུད་འབག་སྐྱེ་རྒྱ་རྒྱུང་ཁའམ་རྒྱལ་ཁ་ཟེར་སར་
ལོ་རེ་ཆ་མེད་པར་ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་ཕམ་མཚོད་སྐྱེ་བར་འོང་དགོ་མི་དེ་ཚུ་མཚོན་འདི་ལས་བཏོན་ཡིན་
ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་མས།

གསོལ་ཕམ་ཚུ་ཕུལ་ཐངས།

གསོལ་ཕམ་ཚུ་ལས་རིམ་འདི་ནང་གཙོ་བོ་ཡངས་ཐང་ག་ལུས་སྐོའི་མི་མེར་དང་སྐྱེ་རོ་ལ། གཞན་ཡང་
ལྷུང་བདུད་དག་ལྟ་དང་སྐྱེ་ལྟ་སྐྱེ་བསྐྱེན་མི་ག་ལུས་སྐོ་གཞན་གྱི་རྒྱུ་དང་ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་མི་ཚུ་
གིས་བཅའ་མར་གཏོགས་པ་ཡིན་མས། དེ་ཡང་རྩོ་པ་ཏ་ལག་ལས་གཟུགས་ཚུ་འབྲུ། གསོལ་ཕམ་ཚུ་
ཀྱི་དོན་ལུ་ཕུལ་ཐངས་ཤེ་དང་ཆང་། ལྷོ་དང་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་ཕུད་ཚུ་ག་སྐྱིག་བཏུབ་སྐྱེ་ས་གནས་བུང་

ཁའམ་རྒྱལ་ཁ་ལུ་ལྷུང་བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡོད་སར་སྐྱུངས་འཚོམས་འབདམ་ཡིན་མས། གསོལ་ཕམ་ཚུ་
ཀྱི་ལས་རིམ་འདི་སྐྱིར་བཏང་གསོལ་ཕམ་ཚུ་བཟུམ་སྐྱེ་དང་ཚོས་པ་གིས་ཚོ་ག་གཏང་སྐྱེ་མེན་པར་
དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གིས་ག་གསལ་གསལ་གྱི་ཚོགས་བཅད་ཚུ་དག་ཐོག་ལས་བཤད་པ་རྒྱབ་སྐྱེ་
གསོལ་ཕམ་ཚུ་ཕུལ་ཐངས་ཡིན་མས།

གསོལ་ཕམ་ཚུ་འདི་དང་དམ་སྐྱོད་མེད་ཀྱི་སྐོ་ལས་བཅོག་འབྲིབ་ཚུ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་གཙོ་བོ་ཏོག་
ཏོ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཕུལ་དགོ་པ་ཡིན་མས། གལ་སྲིད་མཚོད་ཚུ་གཙོ་བོ་ཏོག་ཏོ་མ་སྐྱེ་བ་ཅིན་ལྷུང་བདུད་
སྐྱགས་མ་དགུས་པར། ཚུགས་ཕུ་བཟུ་བའི་སྐབས་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་བོ་གི་ཁོང་པའི་ནང་བྱོན་ཏེ་



གསོལ་ཕམ་ཚུ་ལོག་སྐྱེ་དགོ་པ་སྐྱེ་
གསུངས་ཡིན་མས། དེ་འབདམ་
ལས་གསོལ་ཕམ་ཚུ་འདི་ ལུས་གཙོ་བོ་
། དམ་ཚོག་གཙོ་བོ། ཟས་གཙོ་བོ།
ག་ཅི་འབད་རུང་གཙོ་བོ་ཏོག་ཏོ་གི་སྐོ་
ལས་ཕུལ་དགོ་པ་ཡིན་མས།

དེ་ཡང་དང་པ་རང་དཔའ་བོ་གིས་ས་
བཅགས་པའི་ཚུལ་ལུ་ཚོགས་བཅད་
ཀྱི་ཐོག་ལས་བཤད་པ་འདི་རྒྱབ་ཡིན་

མས། ཨོ་ལེ་ཕུག་འཚལ་ལོ། །རྒྱ་གི་དམག་དཔོན་ལྷུང་བདུད། །དམག་དཔོན་ཚེན་པོ་དག་ཡི་
རྒྱལ་པོ། །སྤྱིར་ཕོ་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དག་ལྟ་ཡིན། །གནམ་ལ་ཚོས་པའི་སྐར་མ་བཟང། །ས་ལ་ཚོས་
པའི་རྒྱ་སྐར་བཟང། །བར་ལ་ཚོས་པའི་ཉི་མ་ངོ། །ཨོ་ལེ་ཕུག་འཚལ་ལོ། ། ཟེར་བའི་བཤད་པ་དང་
གཅིག་ཁར་ད་རེས་རང་སྐྱེ་། །པའི་ཚོས་། །པའི་བཟང་ལྷུང་པར་ཅན་གྱི་ཉིན་མ་འདི་ཁར་བཅས་རྒྱ་
དང་སྐྱེ་རོ་གི་མི་མེར་ཡོངས་ཀྱི་ལ་བྲུག་ལས་ གལ་ཡག་ཤེ་དང་ཤིང་འབྲས། ལྷོ་ཚོགས་དང་ཤེ་ཚོགས་
བཅས་ཉིང་དངས་པའི་དཀྱིལ་ལས་དག་ལྟ་ཕམ་བཅོན་ལྷུང་བདུད་ལྷོད་ལུ་གསོལ་ཕམ་སྐྱེ་ལོ་ཡིན་ཟེར་
སྐབ་སྐྱེ་དཔའ་བོ་གིས་དམག་དཔོན་ལྷུང་བདུད་ཀྱི་སྐྱེ་འབྲེལ་འདི་ཁོ་རའི་ཕོ་བྲང་ནང་གཏན་འབྲེན་ལུ་
ཡིན་མས།

དེ་བསྐྱར་འབད་བ་ཅིན་སྐྱུ་མ་འཁོར་གྱི་ལམ་མེད་ནི་དེ་གིས་སྤོ་རྩ་མུ་ལུ་བདུན་ལུ་གསོལ་མཚོད་
སྤུལ་ནི་དེ་དོན་ལུ་རང་རྒྱུ་ཧ་ཧ་པའི་ཚོས་ཧ་ཧ་ལས་ཀྱི་ལུ་འོང་མ་ཡིན་རུང་། ད་རེས་ནངས་པ་རྒྱལ་ཁབ་
ལར་རྒྱས་ལས་བརྟེན་དང་པ་ས་གནས་འདི་ཁར་སྐྱུ་མ་འཁོར་ལམ་ཡོད་པའི་ཁར། ལྷག་པར་ད་རེས་
ནངས་པ་ག་ར་གིས་སྐྱུ་མ་འཁོར་མཁོ་སྐྱབ་འབད་དེ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ཚོས་ཧ་ཧ་གི་རྩོ་པ་ཧ་སག་སྤོ་
ལས་འོང་མ་ཡིན་མས། སྤོ་རྩ་མུ་གི་བར་ན་རྒྱ་འཛོམས་ལས་འབད་བ་ཅིན་གི་ལོ་མི་ཁར་ཧ་ཧ་དང་
བཅད་ལི་ལ་ལས་འབད་བ་ཅིན་གི་ལོ་མི་ཁར་ཧ་ཧ་ལས་མེད་པ་ལས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཚར་མ་ཅིག་
སྤོ་རྩ་མུ་དེ་ཚོ་བྱི་རུང་གཡུས་ཁར་ལོག་འགྲོ་མ་ཡིན་མས།

གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཐངས་དེ་ཡང་དང་པ་རང་གཏོར་མ་བཞེངས། དེ་ལས་ཚང་ལུ་དང་པ་ལྟུང་།
ཤིང་འབྲས་གྱི་ལུ་ལྷུ་བྱུ་བྱུ་ཞིན་མ་ལས་མཚོད་ཁྲི་གྲུ་བཟུམ། མཚོད་ཁྲི་འོག་ལུ་སྤོ་རྩ་མུ་བཟུམ་
ཞིན་མ་ལས་སྤོ་རྩ་བདག་གིས་གཙོས་པའི་དཔལ་ལོ་དང་དཔལ་ལོ། དེ་ལས་ལྷུང་བདུན་བསྟེན་མི་ག་
ར་གིས་ལྷུང་བདུན་གྱི་ཕོ་བྲང་བཞེངས་ཡོད་མི་མཚོད་རྟེན་འདི་བསྐྱར་ར་ཚར་གསུམ་རྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་
དཔལ་ལོ་གིས་གཤམ་གསལ་གྱི་ཚོགས་བཅད་ཚུ་ཁ་ལས་སྤོ་རྩ་མུ་ལྷུང་བདུན་ལུ་ཞིན་པས།

དེ་ཡང་། ལྷག་འཚལ་ལོ་མཚོད་པ་འབྲུལ་ལོ་དཀོན་མཚོག་གསུམ། །དགུང་ཁྲི་གཏུགས་ཉི་མའི་
གནད་ས་ལས། །འདི་དེ་ཅན་ཅན་ཅན་བའི་སྐྱུ་མ་ཕྱོན། །བདག་མེད་པའི་སྤུ་ལུ་ཐུགས་རྗེ་གཟིགས།
།ནད་མེད་པའི་བར་རྒྱུ་སྐྱུ་མས་སེལ། །སྐྱུ་མ་ཡི་དམ་དཔལ་ལོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོགས། །གནམ་ཁ་
ལྷ་ཡི་ལྷ་སྐྱུ་ལས། །སྤོང་གི་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་འབྱོན། །སྤོང་གི་དཔལ་ལོ་དཔལ་ལོ་འབྱོན། །ལྷུང་བསྟེན་
མ་དང་མཁའ་འགྲོ་འབྱོན། །ཡབ་བསྟེན་པའི་ཤེས་རབ་འབྱོན། །ཡུམ་མཚན་ལྷན་མཚོ་སྤོང་འབྱོན།
།དཔལ་ལོ་དུག་གསུམ་བཙོ་བརྒྱད་འབྱོན། །རྣལ་འབྱོར་མ་བཞི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་འབྱོན། །

མཁའ་འགྲོ་ལྷ་གསུམ་བཙོ་ལྷ་འབྱོན། །མཁའ་འགྲོ་བདུན་རྩ་དོན་ལྷ་འབྱོན། །མཁའ་འགྲོ་ཁྲི་ཚོགས་
འབྲུམ་ཚོགས་འབྱོན། །མཁའ་འགྲོ་སོ་ལྷ་ཅན་བརྒྱད་འབྱོན། །སྐྱུ་མ་ཡི་དམ་དཔལ་ལོ་རྩ་མཁྲིན་འབྱོན།
།བཙན་པོ་ལྷ་དང་དུག་པོ་བཞི་རྩ་འབྱོན། །ཞོང་མོ་ལྷ་དང་དུག་པོ་ཡི་དམ་འབྱོན། །ཡི་དམ་དུག་པོ་
ཚེན་པོ་དུག་ལས་དཀོན། །བཀའ་སྤྱད་དུག་པོ་ཚེན་པོ་དམ་པའི་ཚོས། །ལྷ་སྐྱུ་ལས་བཞུགས་མི་ཚེན་

པོ་བཙན་ལྷུང་བདུན། །བཙན་ལྷུང་བདུན་བཞུགས་པའི་གཡུས་རིའི་ནང་། །བཙན་ལྷུང་བདུན་ཡའི་
གོང་ལས་འབྱོན། །མཁའ་འགྲོ་གཡུས་དང་གཡོན་ལས་འབྱོན། །གེ་སར་སྤུ་མོ་འབྲུག་ལས་འབྱོན།
།བཙན་མཚོག་བྲག་དམར་ལོགས་ལས་འབྱོན། །པཛོ་ལྷ་ཚསྐྱེད་ལས་འབྱོན། །རྒྱལ་ལྷ་ཚུ་འགྲོ་སའི་
རྒྱ་མགུ་ལས། །བྲང་ཁ་གསེར་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ལས། །འདི་འཁོར་ལོ་མ་ཤོར་ལྷུང་འབྱོན། །འདི་
དམ་ལྷ་མ་ཤོར་དཔལ་ལྷན་འབྱོན། །རྣམ་ཤོས་སྐྱུ་མ་དང་དཀོན་མཚོག་འབྱོན། །རྩ་གི་མི་རི་སྐྱུན་
གསུམ་འབྱོན། །འབྱོག་པ་ཡ་བཙན་གྱི་རྒྱལ་བྱ་འབྱོན། །འབྲུངས་ས་སྤུ་མའི་དཀོན་མཚོག་འབྱོན།
།ཕོ་ལྷ་སྐྱེས་ལྷ་བཙན་ལྷོད་འབྱོན། །རྒྱལ་སྤུ་ལྷ་ལྷ་བཟང་པོ་འབྱོན། །བཙན་མཚོད་ལྷ་དང་དུག་པོ་
ཚོས་མཚོད་རྣམས། །ཞོང་མོ་ལྷ་དང་དུག་པོ་ཡི་དམ་མ། །ཟེར་དང་པོ་དེ་ཅན་ཅན་ཅན་བའི་སྐྱུ་མ་ལས་
རིམ་པ་བཞིན་དུ། དཔལ་ལོ་དང་དཔལ་ལོ། ཡི་དམ་དང་མཁའ་འགྲོ། ལྷ་དང་ལྷ་མོ། དེ་ལས་བཙན་
སོགས་ལུ་ཞིན་མ་ལས་སྤོ་རྩ་མུ་འབག་འོང་མི་ལུ་འདི་ཚུ་གཙུག་ཏུ་སྤོ་ཁ་གཙུག་ །ལུས་
གཙུག་ལུ་གཙུག་ །སྤོ་རྩ་མུ་ལགས་ལྷ་དང་དོར་ལྷ་མའི་མཚོད་རྣམས་ཚུ་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་
ལྷག་འཚལ་ལྷ་སྐྱུ་ལས་བཟབ་སྤོ་གསོལ་མཚོད་འདི་སྤུལ་མ་ཡིན་མས། །གསོལ་མཚོད་འདི་དེ་སྐབས་
སེམས་ཅན་དམར་བསད་གྱི་ལྷ་དང་ལྷག་ཚོ་རྩུ་ལུ་དགོས་མེད་པ་ལས། །སྤོ་རྩ་མུ་ཚོས་སྤོ་གསུམ་
ལས་རིམ་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་ལས་ལས་སོལ་འདི་མི་ཉམས་ལུན་བརྟན་བཞག་ཐབས་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་
འབད་དགོས་འདུག་ཟེར་ལུ་ཞི་ཡིན།

དཔལ་ལོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གིས་རྒྱབ་སྐྱེད་ལྷ་དགོས་པའི་དགོས་པ།

གསོལ་མཚོད་གྱི་སྐབས་དཔལ་ལོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མོ་གིས་བཟང་ངན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱེད་ལྷ་ཡང་བཟུ་སྐྱོལ་
ཡོད་པ་མ་ཚད། ལྷག་འབྲས་ངན་པ་འཐོན་མི་རྒྱུ་ལུ་བསྐྱོག་ཐབས་རིམ་གྱི་འབད་དགོས་ཚུ་ཡང་ལས་
སྟོན་གནད་མ་ཡིན་པས། མི་རྒྱུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་དཔལ་ལོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མ་གིས་ཁོང་པའི་ནང་
ལྷ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱབ་སྐྱེད་དེ་དཔལ་ལོ་དང་དཔལ་ལོ་གིས་བཟུ་མེན་པར་ལྷ་གིས་བཟུ་མེན་
ཡིན་མ་ལས། །སྤོ་རྩ་མུ་ལྷ་ལྷ་མོ་བཟབ་སྤོ་བཟབ་འབད་དོ་བཟུ་མེན་པར་བཟང་ངན་
གྱི་རྣམ་གཞན་ག་ར་ལྷ་གིས་གསུངས་མ་ལས་བརྟེན་ཡིད་ཚེས་སྤོ་ཡོད་ཟེར་སྤོ་ཡིན་མས། །དེ་མ་
ཚད་ཉིན་འདི་ཁར་དཔལ་ལོ་དང་དཔལ་ལོ་གི་ཁོང་པར་ལྷ་ལྷུང་བདུན་འཛུལ་ཡིན་མ་ལས། །ལྷུང་བདུན་
བསྟེན་མི་ག་ཡིན་རུང་གསོལ་མཚོད་གྱི་སྐབས་ལུ་སྤོ་རྩ་མུ་སྤོ་འོང་དགོས་ཡིན་མས། །གལ་སྤིད་ག་

འབད་རུང་ག་ཅིག་ལོ་རྟེ་མམ་གི་གསོལ་མཚོད་སྐབས་མ་ལྟོད་པ་ཅིན་མི་དེ་ག་ཡིན་ན་དཔའ་བོ་དང་
དཔའ་མོ་གིས་ལོ་རྟེ་གསུམ་སྟེ་འཚོལ་ཕུ་ཡིན་པས། གལ་སྲིད་ལོ་རྟེ་མམ་ལྟོད་ཉིང་ལྟོད་མ་ཚུགས་
བཤམས་པ་བཞེས་དགོ་ཟེར་མ་ལྟུ་བ་ཅིན་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་དེ་གིས་མི་དེ་ག་ཡིན་ན་གིག་གིག་
བདའ་བྱུན་མ་ཡིན་མས། དེ་འབད་མ་ལས་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་དེ་མི་མེན་པར་ལྟ་དངོས་ཡིན་པའི་
ཡིད་ཆེས་དང་དད་མོས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་མས།

ལྷུང་བདུད་ལུ་སྐབས་འཚོལ་ཚར་ཞིན་མ་ལས་དུས་རྒྱུན་དུ་དུས་ཚོད་ཁར་གསོལ་མཚོད་ཚུ་མ་ཆད་
པར་སྤུལ་དགོཔ་ཡིན་མས། གལ་སྲིད་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ལཱ་དང་སྐྱེར་གྱི་ལཱ་གལ་ཅན་ལུ་བརྟེན་ཏེ་
གསོལ་མཚོད་སྐབས་བར་དུས་ཚོད་ཁར་ལྟོད་མ་ཚུགས་པ་ཅིན། ལོ་ལྷུང་མམ་གི་གསོལ་མཚོད་སྐབས་
དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་གིས་མི་དོམ་དེ་ལུ་ཚུབས་ཕུ་ག་ཅི་རང་འབྱུང་ནི་ཡིན་ན་སྐབས་ཡིན་མས། དུས་
འབྲེལ་ལས་མི་དོམ་དེ་གིས་ལོ་རྟེ་མམ་ནང་ལྟོད་མ་ཚུགས་མི་ལུ་གོང་མ་མ་ལྟོས་ཟེར་ལྷུང་བདུད་ལུ་
བཤམས་པ་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་དགོ་བའི་ལཱ་ག་ཅི་ཡིན་རུང་ཕྱག་ལུ་ཞི་འཁོར་སྐྱེད་པ་སྤུལ་དགོཔ་ཡིན་
མས། གལ་སྲིད་མི་དོམ་དེ་གིས་ཁས་ལུངས་ཡང་མ་སྤུལ་ཁས་ལུངས་སྤུལ་རུང་ཁ་ཅམ་མ་གཏོགས་
ཁས་ལུངས་བཞིན་དགོ་བའི་ཞབས་ཏོག་དུས་ཚོད་ཁར་མ་སྐྱབ་པ་ཅིན་མི་དོམ་དེ་ལུ་དཔའ་བོ་དང་
དཔའ་མོ་གིས་གསུངས་མི་ཚུབས་ཕུ་ཚུ་མི་དོམ་དེ་ལུ་དེས་བདེན་འབྱུང་མ་ཡིན་མས། ཏེ་མ་དེ་བཟུམ་
ཚུབས་ཕུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལེ་ཤ་ཡོད་ཟེར་ཆན་ཤོས་ཚུ་གིས་སྐབས་ཡིན་མས།

ཚུབས་ཕུ་བཟུ་བའི་སྐབས་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་འབྱོར་མོ་གིས་སྦྱིར་རྒྱལ་ཁབ་དང་སྐོས་སུ་གཡུས་
སྐོ་འདི་ནང་བྱ་སྐབས་མ་བདེམ་དང། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་བར་ཆད་ཚུ་ག་ཅི་རང་འབྱུང་ནི་ཡིན་ན་
གསུངས་མ་ཡིན་པས། དེ་མ་ཚད་རྒྱུན་བར་ཆད་དེ་ཚུ་བསྐྱོག་ཐབས་ལུ་རིམ་གྲོ་ག་ཅི་རང་འབད་དགོཔ་
ཡིན་ན་ལམ་སྟོན་ཚུ་ཁ་གསལ་གསུངས་གནང་མ་ལས། ལྷུང་བདུད་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྐབས་ནི་དེ་
གསོལ་མཚོད་ལས་རིམ་གཞན་ལས་གལ་ཅན་ཅིག་དང་ཅུ་ཅན་ཅིག་སྟེ་དོས་ལན་འབད་དེ། གཡུས་
སྐོ་འདི་ཁའི་མི་སེར་ཆན་གཞན་ག་ར་གིས་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་ཕུ་ཡིན་མས།

གསོལ་མཚོད་ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བའི་ཕན་པ་དང་མ་འབད་བའི་གཞོན་པ།

ལོ་དུས་གསོལ་མཚོད་གྱི་ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བ་ཅིན་ལུང་ཕྱོགས་ལུ་ཕན་པ་ཡོད་
ལུགས་དང། ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་མ་འབད་བ་ཅིན་མི་དང་ལོ་ཐོག་ལུ་གཞོན་པ་འབྱུང་ནི་
ཡོད་པའི་སྐོར། གཡུས་ཁའི་ཆན་ཤོས་ལུ་ཅིག་གིས་ཁོ་རའི་འཆར་སྐྱེད་དང་མཐོང་སྐྱེད་མ་འབྲེལ་
ལེ་ཤ་ཅིག་བཤམས་སྟེ་འདུག དེ་ཡང་ལོ་དུས་གསོལ་མཚོད་ལས་རིམ་འདི་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་མ་
འབད་བ་ཅིན། བཟའ་ཚང་ནང་འཁོད་ནང་འཐབ་འཛིང་དང་ནང་འབྲུགས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འཐོན།
ནམ་རྟོག་མེད་པའི་སྐོར་བྱུར་གྱི་རྒྱུན་བར་ཆད་ཚུ་འཕྲལ་འཕྲལ་རང་འབྱུང། དེ་མ་ཚད་ཞིང་ཁར་ལུ་འབད་
རན་རུང་དུས་ཚོད་ཁར་ཆར་ཚུ་འབབ་མ་བཟུབ། གྲར་དང་རྒྱ། དེ་ལས་ཚོད་བསྟེ་དང་སྟོ་ཐོག་ལུ་
ར་ག་ཅི་བཟབ་རུང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་བཟུབ། གལ་སྲིད་སྟེ་རུང་ཟེ་མ་རན་མ་ཅིག་ལས་སྐོར་བྱུར་
སེར་མ་རྒྱབ་སྟེ་མེད་པ་གཏང། གལ་སྲིད་སེར་མ་གིས་མེད་པ་མ་གཏང་རུང་དུས་ཚོད་དང་མ་མཐུན་
པའི་འབྲུབ་བཟུགས། ཨ་རྟག་ནམ་ཡང་འཐོན་ནི་མེད་པའི་རིད་གས་སེམས་ཅན་ཚུ་འཐོན་ཏེ་གཞོན་པ་
བཀལ་ཏེ་ལོ་ཐོག་བསྐྱེད་ནི་མེད་པ་བཟོམ་མས་ཟེར་སྐབས་ཡིན་མས།

ལོ་དུས་གསོལ་མཚོད་འདི་ལོ་རེ་ཆེད་པར་དུས་ཚོད་ཕྱི་རྒྱུང་མེད་པར་ཨ་རྟག་གི་དུས་ཚོད་ཁར་སྤུལ་
ཏེ། ལྷུང་བདུད་གྱི་ཕོ་བྲང་མཚོད་རྟོན་འདི་བསྐྱོར་ར་རྒྱབ། སྟོན་ལམ་བཟབ་འབད་བ་ཅིན། ཆར་ཚུ་
དུས་ཚོད་ཁར་འབབ། ལོ་ལྷུགས་རྟོག་ཏུ་ལེགས། བཟའ་ཚང་ནང་འཁོད་ནང་མ་ཚད་ཁྱིམ་མཚོས་
ཚུ་དང་འཐབ་འཛིང་འབད་ནི་མ་འཐོན་པའི་ཁར། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མ་འབྱུང་
པར། ལུ་འབད་ཚད་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་བསམ་པའི་དོན་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འབྲུབ་ཚུགས།
དཀའ་མ་སྤྱད་དེ་ཞིང་ནང་བཟབ་པའི་ལོ་ཐོག་ཚུ་ཡང་རིད་གས་སེམས་ཅན་དང་སེར་མ་གིས་མེད་པ་
གཏང་པར་དུས་ཚོད་ཁར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བསྐྱེད་ཚུགས་པས་ཟེར་སྐབས་ཡིན་མས།

གསོལ་མཚོད་འདི་ལས་བརྟེན་བྱུང་བའི་ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་དེ་དངོས་སུ་མིག་མཐོང་ལག་བཟུང་
གི་ཐོག་ལས་དབྱེ་བ་དཔུང་དེ་ཚད་བཟུང་ནི་ཅིག་མེད་རུང། དུས་རབས་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་སྤྱོད་ལས་
དཔྲོད་བར་ན་མི་རབས་ཚུ་གིས་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དེ་འོང་འོང་མ་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས། དངོས་ཅན་
དངོས་པོ་ལས་ལྷག་ཆན་གཞན་ག་ར་གིས་དད་མོས་དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་གིས་མ་ཚད། ཁོང་རའི་

བྱ་གཞི་ཚུ་ལུ་ཡང་ཡིད་ཆེས་དང་དད་མོས་བསྐྱེད་དགོ་པའི་རྒྱུད་སྐྱུལ་འབད་མ་ཨིན་མས། ཨིན་
 རུང་ད་རེས་ནངས་པ་འདི་བཟུམ་གྱི་ལམ་སྲོལ་སྐོར་རྒྱུ་ལུངས་ཤེས་མི་ལས་མ་ཤེས་མི་མང་ནི་དེ་
 གིས་ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་མི་ན་གཞོན་ཚུ་གི་གྲངས་ཁ་དེ་ལོ་བསྟར་བཞིན་མར་ཕབ་
 འགྲོམ་ཨིན་པས།

ན་གཞོན་ཚུ་གསོལ་མཚན་གྱི་ལས་རིམ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་མ་ཚུགས་པའི་གནད་དོན།

སློབ་ལྟ་ནང་ཚོས་ལྟ་བུ་པར་འགྲོ་མི་སློབ་ལྟ་དང་ཚོས་བཟུ་ཚར་ཏེ་ཞི་གཡོག་ནང་ལུ་འབད་མི་ན་
 གཞོན་དག་པ་ཅིག་དང་གཅིག་ཁར་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་སྐབས། དེ་ཚུ་གིས་བསམ་འཆར་
 བཏོད་མི་དེ་ཡང་། ལུང་བདུད་ལྟ་གསོལ་གྱི་གཙུག་པའི་ལྟ་གསོལ་དང་སྐྱ་གསོལ་གཡུས་སྐོ་ཚུ་ནང་
 འབད་སྲོལ་ལེ་ཤ་འདུག དེ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ཡིག་ཐོག་གྲུ་བཏོད་པའི་ཡིག་ཆ་ཚད་ལྡན་ཅིག་མཇུག་ནི་
 མེད་རུང་། དུས་རབས་ལེ་ཤ་ཅིག་གི་སྤྱོད་ལས་ང་བཅས་རའི་ཕམ་རིམ་བྱོན་ཚུ་གིས་སྲོལ་རྒྱན་མ་
 ཉམས་པར་འབད་བའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ད་རེས་ནངས་པ་རང་སོའི་མི་ཚོ་མཐར་
 བསྐྱུལ་ནི་དོན་ལུ་འབད་དགོ་པའི་ལུ་གཡོག་གི་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ཚུ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཕམ་
 ཚུ་གིས་གཡུས་ཁ་ལུ་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་མཚན་ཚུ་ནང་སློབ་ཡོད་རུང་ལུ་གཡོག་གི་གནས་
 ལྟངས་ལས་བརྟེན་བཅའ་མར་གཏོགས་པ་འགྲོ་མི་ཚུགས་པས་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་མས།

དེ་མ་ཚད་བཅའ་མར་
 གཏོགས་པ་འགྲོ་མ་
 ཚུགས་པའི་གནད་དོན་
 གཞན་ཡང་གསོལ་
 མཚན་ལུ་ནམ་བུར་ན་
 གཞོན་ཚུ་སློབ་ལྟ་
 འགྲོ་དགོ་པའི་དུས་ཚོད་
 དང་ཁ་ཐུག་རྒྱུ་ལུ་
 གསོ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་



ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེབ། [༧༠] འཕྲོན་རིམ་དང་ལ། ༢༠༡༩

འོང་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ། ན་གཞོན་ལུ་ཅིག་གཞུང་དང་སྐྱེར་སྡེ་ཚུ་ནང་ཞི་གཡོག་གི་ལུ་
 འབད་བར་འཇུལ་ནི་དེ་གིས་འགོ་དཔོན་དང་འབྲེལ་ཡོད་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་ངལ་གསོ་གནང་མ་བརྟུབ་
 པའི་དཀའ་ངལ། ལུ་ལུ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་འཁོད་དང་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ནང་དུས་མཐུང་སློབ་བཅར་དང་
 སློབ་སློབ་ཚུ་ནང་འགྲོ་སྟེ་དུས་ཚོད་ཁར་ལྟོད་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ། ལུ་ལུ་ཅིག་རྒྱལ་ཁབ་གོང་
 འཕེལ་གྱི་གནས་རིམ་དང་བསྟུན་རང་སོའི་མི་ཚོ་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ས་
 གནས་གཞན་ཁར་ཚོང་ལུ་འབད་བར་འགྲོ་སྟེ་དུས་ཚོད་ཁར་ལོག་ལྟོད་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ།
 ལུ་ལུ་ཅིག་ཁག་འབག་གི་ལུ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་ཡོད་ནི་དེ་གིས་དུས་ཚོད་ཁར་ལུ་མཇུག་བསྟུ་མ་
 ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ། ན་གཞོན་ལུ་ཅིག་མགའ་དང་ཨམ་སྐུ་སྟེ་ལུང་སྟོགས་གཞན་ཁར་འགྲོ་སྟེ་
 བཟའ་ཚང་གི་བདེ་སྐྱུག་ལས་བརྟེན་གཡུས་ཁ་ལུ་ཕམ་དང་སྐྱུན་ཆ་ཚུ་གིས་འགོ་འདྲན་འབབ་པའི་ལྟ་
 གསོལ་ལས་རིམ་ཚུ་ནང་ལྟོད་མ་ཚུགས་པའི་དཀའ་ངལ་ལེ་ཤ་འདུག་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་མས།

ན་གཞོན་ཚུ་གིས་སྐབ་མི་གནད་དོན་ཚུ་བདེན་ཁུངས་དབྱེ་དཔུད་གྱི་དོན་ལུ་གཡུས་ཁར་སྤྲོད་མི་ཕམ་
 གན་ཤོས་ཚུ་ལས་གནས་ཚུལ་བསྐྱུ་ལེན་འབད་མི་དེ་བརྒྱུད་དོན་མདོར་བསྐྱུས་ཅིག་ལུ་བ་ཅིན། དེ་ཡང་
 ཕམ་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་སློབ་ལྟ་ནང་ཚོས་ལྟ་བུ་པར་འགྲོ་མི་ཚུ་གསོལ་མཚན་འབད་སར་འོང་མ་
 ཚུགས་མི་དེ་བདེན་པས། ག་ཅི་སློབ་བརྒྱུ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ཁར་འབད་སྲོལ་ཡོད་པའི་དུས་
 ཚོན་ཚུ་ལུ་མ་གཏོགས། གཡུས་སྐོ་ཚུ་ནང་འབད་བཞིན་ཡོད་པའི་ལྟ་གསོལ་དང་སྐྱ་གསོལ་གྱི་དོན་
 ལུ་ངལ་གསོ་བཞག་སྲོལ་



ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེབ། [༧༡] འཕྲོན་རིམ་དང་ལ། ༢༠༡༩

ལང་མ་དྲན་པའི་རྟལ་མཚན་ཅིག་སྟེ་མཐོང་མས། ག་ཅི་སྟོ་ཟེར་བ་ཅིན་སྟོ་སྟོན་གྱི་ལས་རིམ་གཞན་གྱི་དོན་ལྟ་བུ་འབད་བ་ཅིན་དུས་ཚོད་མེད་རུང་དུས་ཚོད་བཏོན་ཏེ་ནམ་ཉིན་མ་པར་བཞག། ནམ་རུབ་མོ་འབད་རུང་འགྲོམ་ཡིན་པས། རང་གི་པམ་དང་རང་གི་པ་ལྷུ་ལྷུ་ཤ་ཞེན་ཡོད་མི་ན་གཞོན་ལ་ལྷུ་ལོ་ཨ་རྟལ་རང་འོང་ས་མཐོང་མས། ཁོང་ཚུ་དེ་ལ་གསོ་ཐོབ་པ་ཅིག་ང་བཅས་ཨ་ལོ་ཚུ་ཡང་དེ་ལ་གསོ་ག་ཅི་མི་ཐོབ་ནི་ཐོབ་འོང་ཟེར་བ་ཤད་པ་ཡིན་མས།

དེ་མ་ཚད་ཀྱི་ཤོས་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་དེ་ས་ནངས་པའི་ན་གཞོན་ཚུ་གཡུས་ཁར་འོང་ནི་ཟེར་རུང་ཚོས་ལྟ་བ་མ་ཚར་རིང་འོང་མ་ཡིན་མས། ཚོས་ལྟ་བ་ཚར་ཏེ་གཡོག་ཅིག་ཐོབ་ཞིན་མ་ལས་རང་གི་ཨ་ལོ་ཡིན་རུང་གཞན་གྱི་ཨ་ལོ་ཡིན་རུང་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་གཡུས་ཁར་འོང་མི་བརྟུབ་པས། མ་འོང་མི་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་གཡུས་དང་ལྷན་པ་དག་ཅིའི་ཐད་ལས་འབད་རུང་མཐུན་ཚུན་ཁོ་ཁོ་ཁར་དྲག་ནི་དེ་གིས་ཡིན་མས། དེ་མ་ཚད་ཚུང་ཀྱང་བསྐྱང་ལས་སྟོབ་ལྟ་ནང་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ཕྱིའི་ཤོས་ཡོན་སྦྱངས་བཅུ་ག་ནི་དེ་གིས། དེ་ལྟ་གོ་མས་འདྲིས་ཚུད་དེ་སྟོམ་འགྲོམ་དེ་པམ་ཚུ་གི་འབད་མི་ལམ་སྟོལ་ཚུ། ལ་ལྷུ་གིས་ཁུངས་མེད་པ་སྟེ་བཅུ་ཡིན་མས། ལ་ལྷུ་གིས་ཁ་གཏང་མ་ཡིན་མས། ལ་ལྷུ་ཅིག་གིས་ཡིད་མ་ཚེས་པར་ལོག་ལྟ་བུ་སྟེ་སྦྱར་བ་བཏབ་ཡིན་མས།

པམ་ལ་ལྷུ་ཅིག་གིས་འབད་བ་ཅིན་དེ་ས་ནངས་པའི་ན་གཞོན་ཚུ་གིས་པམ་གིས་གཡུས་ཁ་ལྷུ་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་བཟང་བོ་ཚུ་ལྷུ་ཁ་གཏང་མི་དེ་ཡང་། ག་ཅིག་ལས་འབད་ན་ཨ་ལོ་ཚུ་གིས་སྟུབ་མི་དེ་བདེན་པ་ཡོད་པ་བཟུམ་མཐོང་མ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ག་ཅི་སྟོ་ཟེར་བ་ཅིན་ཨ་ལོ་འདྲི་སྟེས་ལོ་དུག་ལས་སྟོབ་ལྟ་ནང་བཅུ་གསུམ་ཏེ་ཕྱིའི་ཤོན་ཏན་སྦྱངས་བཅུ་གསུམ་མ་གཏོགས། ང་བཅས་རའི་ལམ་སྟོལ་སྟོར་སྟོབ་སྟོན་འབད་ནི་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མིན་འདུག། སྟོབ་ལྟ་ནང་སྦྱིར་བཏང་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་གནས་ཚད་ཁར་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་སྟོར་དུམ་ལྟ་ལྟོན་འབད་མ་གཏོགས། གཡུས་སྟོ་སོ་སོ་ནང་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་མ་འདྲམ་གི་སྟོར་ལས་སྟོབ་སྟོན་འབད་ནིའི་ལམ་ལུགས་མིན་འདུག། ཚུང་ཀྱང་བསྐྱང་ལས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དང་སྦྱངས་སྦྱངས་མ་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་སྟོམ་ལངས་ད། རང་གི་པམ་དང་ཀྱན་ཤོས་ཚུ་གིས་འབད་མི་ལམ་སྟོལ་ཚུ་འབད་དགོ་ཟེར་སྟུབ་པ་ལྷུ་འབག་མ་ཐེག་པའི་ཁུང་ཚུ་བཙོང་སྟེ་བཀལ་དོ་བཟུམ་འགྲོམ་མས། དེ་མ་ཚད་འབད་དགོ་

པའི་རྒྱལ་ཁུངས་དང་དེའི་ལེ་པན་སྟོར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཏ་མ་གོ་བར། ན་གཞོན་ཁོང་མེན་པར་རང་འབད་རུང་ཉན་མི་བརྟུབ་ཟེར་སྟུབ་ཡིན་མས།

དུས་རབས་ལས་དུས་རབས་བརྒྱུད་དེ་ལག་ལེན་བསྟར་བཞིན་འོང་བའི་ལམ་སྟོལ་མ་འདྲམ་ཚུ་རང་གི་བྱ་རྒྱུད་ལྟ་ཅིས་སྟོན་འབད་དགོ་པ་ཅིན། ཅིས་སྟོན་ཐངས་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་ཐིམས་ལུགས་ཚུ་གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་གཏན་འབེབས་མཚན་གནང་དགོ་པས། གཡུས་ཁར་སྟོན་མི་པམ་གན་གས་ཚུ་གིས་ལྷུ་བཅུ་ག་བརྒྱབ་རྒྱབ་པ་གིས་ཐུབ་འབྲས་འཐོན་ཚུ་གས་པའི་གོ་སྐབས་མིན་འདུག། འདྲི་འབད་མ་ལས་པམ་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་འབད་བ་ཅིན་གཡུས་སྟོ་སོ་སོ་ནང་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་མ་འདྲམ་ཚུ་མ་ཉམས་པར་རྒྱན་སྦྱོང་འབད་དགོ་པ་ཅིན། སྟོབ་ལྟ་ནང་སྟོབ་དཔོན་ཚུ་གིས་རང་གི་ཨ་ལོ་ཚུ་ལྷུ་སྟོབ་སྟོན་འབད་ནི་དང་། གོ་བཟླ་བུ་སྟེལ་གཏང་ནིའི་ལམ་ལུགས་ཅིག་གཞི་བཅུ་ག་འབད་དགོ་པའི་ཁར།

ལྷུག་པར་དུ་ནམ་བུར་ཡིན་རུང་རང་སོའི་གཡུས་ཁ་ལྷུ་གསོལ་མཚན་ལ་སོགས་པ་ལམ་སྟོལ་གྱི་ལས་རིམ་ག་ཅི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་རུང་དེ་ནང་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་བར་གཡུས་སྟོ་འདྲི་ཁའི་ཨ་ལོ་ཚུ་སྟོབ་ལྟ་ནང་ལས་ངལ་གསོ་གཏང་དགོ་པ་འདུག་ཟེར་སྟུབ་ཡིན་མས། དེ་མ་ཚད་ན་གཞོན་གཞུང་དང་སྦྱར་ག་ཅི་ནང་ཡིན་རུང་རང་གི་གཡུས་ཁའི་ལོ་དུས་གསོལ་མཚན་ཚུ་དེས་པར་དུ་བཅའ་མར་གཏོགས་པ་འགྲོ་དགོ་པའི་བཀའ་རྒྱ་དང་། གཞུང་འབྲེལ་གྱི་ངལ་གསོ་ཚུ་ཡང་གནང་དགོ་པ་འདུག་ཟེར་སྟུབ་ཡིན་མས།

མཚུག་བསྟུ།

སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྟོལ་འདྲི་རྒྱལ་ཁབ་རང་དབང་རང་བཙན་གྱི་དོ་རྟལ་ལུང་ཚོས་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཡིན། དེ་མ་ཚད་སྐད་ཡིག་དང་ལམ་སྟོལ་དེ་གིས་དུས་རབས་ལས་དུས་རབས་བར་བརྒྱུད་པའི་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་རབས་ཚུ་གི་གནས་ཚུལ་དང་བརྟེན་དོན་རྟལ་ལུང་སྟོན་མ་ཡིན། རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་གནས་ཚད་ཁར་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་ལས་རིམ་དང་། གཡུས་སྟོ་སོ་སོ་ནང་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྟོལ་ལས་རིམ་ག་ཅི་ཡིན་རུང་། ལས་རིམ་དེ་ལྟ་དེའི་བརྟེན་དོན་རྟལ་ལུང་

གསུམ་དང་། བྱ་སྒྲིའི་རིམ་པ་དང་ལྷན་ཚེས། རིག་ཕུལ་དང་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་མ་འདྲམ་སོ་སོ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཚུ་མ་ཉམས་པར་ཡུན་བརྟན་བཞག་ནི་ལུ་ཐབས་ཤེས་དང་གོ་སྐབས་འདྲ་མཉམ་སྦྲིག་དགོ་པ་ཡིན་རུང་། ད་རེས་ནངས་པ་འདྲ་མཉམ་མེད་པ་ལས་བརྟེན། དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ལེ་ཤ་ཅིག་ཕངས་སི་སི་སྲེ་ཡལ་ཚར་རུག ལ་ལུ་ཅིག་ཡལ་ནི་འདྲུང་ལ་སྟོད་དེ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ཚུ་མ་ཡལ་བར་བཞག་དགོ་པ་ཅིན་ལམ་སྲོལ་ལུ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་མི་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་གཙོས་པའི་ན་གཞོན་དང་འབྲུག་གི་མི་སེར། ལྷག་པར་དུ་ལམ་སྲོལ་ཡུན་བརྟན་བཞག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་གཞུང་གི་ལ་ཐུག་ལས་ལམ་སྲོལ་ཉེན་སྲུང་གི་བཅའ་ཡིག་ཅིག་དེས་པར་དུ་གསར་ཚུལ་གནང་དགོ་པ་འདྲུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་དཔེ་དེབ།

སྐབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། ལྟོ་འབྲུག་ཚོས་འབྲུང་། ཀེ་ཨེམ་གྱི། ཕུན་ཚོགས་སྦྱིང་། ༡༠༠༧།
ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས། དད་པའི་ས་ཤོན། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་དགོན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་
ཆགས་རབས་གསལ་བའི་ལམ་སྟོན། སྐབས་བཅའ་དང་པ། ཀེ་ཨེམ་གྱི། ཐིམ་ཕུ ༡༠༠༥།
སློབ་དཔོན་པདྨ་ཚེ་དབང་། འབྲུག་གི་རྒྱལ་རབས་འབྲུག་གསལ་བའི་སྟོན་མེ། འབྲུག་གཞུང་དཔེ་
མཛོད་ཡིག་ཚང་། ༡༩༩༤།
ཇི་བ་ཇིས་ལན་དེ་ཡང་མི་སྡེའི་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ལག་ལེན་ལུ་མཁས་པའི་རྒན་
ཤོས་ཤེས་མཐོང་ཅན།

གྲོང་གསལ་གཡུང་རྒྱུང་ཚོས་སྦྱིང་གི་ཆགས་རབས།

བདེ་ཆེན་ཚོས་ཉིད། ལེགས་བཤད་པ།
རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་ཤུ།

ལྷ་ལྷམ་པདྨ་གསལ་གྱི་དག་པའི་སྦྱོང་བ་བདུན་པ་གཏེར་ཆེན་པདྨ་སྦྱིང་པ་འདི་ སྦྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ རབ་བྱུང་
བརྒྱད་པའི་ལྷགས་རྟེ་ལོ་ལུ་ བུམ་ཐང་སྤང་ལུ་ སྐུ་འཁྲུངས་རུག དགུང་ལོ་ ༡༧ བཞེས་པ་ད སྦྱི་ལོ་
༡༩༧༤ མེ་སྦྱོལ་ལོ་ལུ་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དངོས་སུ་མཇལ་ཏེ་ སྤང་མེ་འབར་མཚོ་ལས་རྫོགས་ ཆེན་
མ་རྒྱུད་གྲོང་གསལ་གསལ་བ་སྦྱིང་བཅུད་ཀྱི་ཚོས་སྦྱོར་དང་སྟོན་པའི་སྐུ་སོགས་ཟབ་གཏེར་ཐོག་མར་
བཞེས་རུག དེ་ལས་རིམ་པ་བཞེན་དུ་ བོད་དང་འབྲུག་གིས་ཕྱོགས་མང་རབས་ཅིག་ལས་སྐུ་རྟེན་
ཚོས་ནོར་དམ་རྗེས་ཀྱི་རིགས་ལེ་ཤ་ གཏེར་སྦྱོང་བཞེས་ཏེ་ དབང་ཁྲིད་གདམས་ཟབ་ ཚོས་འཁོར་རྒྱ་
ཆེབ་སྦྱོང་ཏེ་འགོའི་དོན་སྟོན་སྦྱོང་མཛད་པའི་མཐར་སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལྷགས་སྐུ་ལྷ་ཟླ་ ༡ ཚོས་ ༩
ཉིན་མར་ཞིང་ལེབས་རུག

སྐུ་གདུང་གཏེ་བཞག་ནི་ཡིན་ན་ཉེ་མ་ལས་ལུང་བསྟན་གནང་བཞག་རུག དེ་ཡང་ཀུན་གསལ་མེ་
ལོང་ལས། བྱི་མ་ཚོས་བརྒྱད་དར་འདོད་ན། །སྤར་དེ་སྐུ་འབྲུམ་བཅིག་ལ་ཞོག །ཟེར་བའི་ལུང་བསྟན་
དང་འཁྲིལ་མེ་མཚོད་མ་སུལ་བར་སྐུ་གདུང་སྦྱོང་བཞག་རུག སྐུ་གདུང་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མཇལ་བ་ཅིན་
རྒྱུ་ཀུ་ལུ་གང་ཅམ། བཟང་པོའི་དྲི་གིས་གོས་ཏེ་ཡོད་མི་དེ་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དདུལ་གྱི་བརྒྱན་པའི་
མཚོད་རྟེན་གྱི་བུམ་པ་ནང་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། རིན་ཆེན་གྱི་རྒྱན་པའི་རྟེན་བཟང་པའི་ཚོས་རྟེན་
ཐིན་རྒྱབས་ཆེབ་འདི་ ད་ལྟོ་གྲོང་གསལ་རྫོང་ཁག་ ས་གནས་གཡུང་རྒྱུང་ཚོས་སྦྱིང་ཟེར་བའི་ གཡུམ་
དགའ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ནང་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པའི་ནང་ ཚོས་ཅེ་དཔོན་སློབ་མི་འགྱུར་བརྟན་པའི་སྐབས་འབྲུག་
གཞུང་ལས་པདྨ་སྦྱིང་པའི་སྐུ་གདུང་དེ་སྤྱད་ས་ཐང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སོ་བྱང་ནང་ལུ་གདན་འདྲེན་ལུ་
ནིའི་དོན་ལུ་ གཞུང་གི་མི་དྲག་པོ་མང་རབས་ཅིག་གཏམ་ཞིང་ལུ་སྟོད་པ་ད་ གཏམ་ཞིང་ཚོས་རྗེ་
དཀོན་མཚོག་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ པད་སྦྱིང་སྐུ་གདུང་རོམ་དེ་སྤེལ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གདུང་



ལང་མཚན་རྟེན་ནང་བཞག་ གྲགས་
 པ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱ་གཏུང་དེ་པད་གླིང་
 གཏུང་ལང་མཚན་རྟེན་ནང་བཞག་སྟེ་སྐྱ་
 གཏུང་གཉིས་སོར་བཞག་རྒྱག་ ཨིན་
 ཏུང་དེ་གིས་ཡང་མ་བརྟུབ་པར་ མནའ་
 འཕོ་བརྒྱག་རྒྱག་ མནའ་འཕོ་བརྒྱག་པ་
 ད་ ཚོས་རྗེ་དེ་ཉིད་ རྫོང་རིག་དང་རིག་

ཚུལ་མཁས་པ་ལས་ ཁོ་རང་གི་སྤྱང་ གཏུང་ནང་པད་གླིང་སྐྱ་འབྲེ་མཐེ་བོང་ཙམ་ཞིག་ཡོད་མི་དེ་
 བརྟོན་བཞེན་མ་ལས། གོ་གི་ཕུ་ཐུང་གཡོན་པའི་ནང་བརྟུགས་ ཁོ་རང་སྐྱ་གཏུང་ ཡབ་སྲས་གྱི་སྐྱ་
 གཏུང་གཉིས་གྱི་བར་ན་བཞུགས་ཞིན་མ་ལས། ལག་གཡམ་པའི་མཛུབ་མོ་གཡོན་པའི་ཕུ་ཐུང་ནང་
 ཡོད་པའི་སྐྱ་འབྲེ་ལུ་གཏང་དེ་ སྐྱ་གཏུང་འདི་པད་གླིང་གི་སྐྱ་གཏུང་མེན་པ་ཅིན་ དར་རང་ལ་ལས་ཁྲག་
 བསྐྱབས་ཏེ་ཤི་བར་ཤོག་ཟེར་མནའ་འཕོ་མ་ད ཁོ་ག་ནི་ཡང་མ་འབད་མ་ལས་ཡིད་ཆེས་ཏེ་ སྲས་
 གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱ་གཏུང་དེ་གཞུང་ལུ་གདན་འདྲེས་ཏེ་སྤྱངས་རྫོང་ནང་ལུ་རྒྱ་གྲུག་

དེའི་ཤུལ་ལུ་གཞུང་ལས་དགོན་གནས་དེ་ལུ་གཞིས་ཁང་མོར་རྗེས་ལ་སོགས་པ་གསོལ་རས་སྟེ་
 གནང་རུག་ ཨིན་ཏུང་ ཚོས་རྗེ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ ཐུགས་མ་བཟོན་པར་པད་གླིང་སྐྱ་གཏུང་དེ་
 གསང་བའི་ཐོག་ལས་འཁན་སྟག་མ་ལུ་གདན་འདྲེས་ལུ་སྟེ་ལོ་ངོ་༡༥༠ བཞག་རུག་ ཏུས་རབས་
 བརྒྱད་ལུ་པའི་ནང་པད་གླིང་བརྟན་པ་དག་དབང་ཚོས་གྱི་སྟོ་གོས་གྱིས་ཚོས་ཚེའི་སྤྱི་སྤྱི་བྱང་རྒྱུབ་རྒྱལ་
 མཚན་སྟན་འཁོར་དང། ཚོས་མགོན་ཨོ་རྒྱན་ཕུན་ཚོགས་ལུ་པད་གླིང་སྐྱ་གཏུང་དེ་མཐའ་ལུ་ལ་བདག་
 མེད་རྒྱུད་ཐོས་ཤོར་སོང་པ་ཅིན་སྟོ་སྟོང་ས་སྤྱིར་བཏང་ལུ་དར་རྒྱུད་དང་འཛུབས་ཚེ་བའོད་པའི་སྟོར་
 བཀའ་གནང་རུག

དེ་མ་ཚད་སྐྱ་ལྷ་མཁའ་རིའི་ལུ་ལན་ལས་སྟོ་ཕྱོགས་རྗེ་བོ་ཚེན་པའི་མཁའ་ཞོལ་ཏུ། རྫོབས་ལྡན་གླེང་
 པོ་ཉལ་འབྲེའི་མགོ་བའི་གཡམས། །མཚན་ལྡན་ཐོན་པ་ལ་སྤྱབ་འབྲེའི་སར། །འདོད་བྱུང་ཡིད་བཞེན་
 བོར་བུ་ལྷ་མའི་མགོ་ན། །སྐྱ་གཏུང་ས་ཡི་བརྟུང་ཏུ་དེར་བཞག་ན། །སྤྱིར་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་

བ་དང། །སྟོ་སྤྱད་པལ་ལྡན་འབྱུག་པའི་ཚོས་སྲིད་བཅས། །གོང་འཕེལ་རྗེས་ལྡན་གསར་པ་མཛད་ཏུ་
 ཐུང། །དེ་ཡང་ལུང་བེན་ཨོ་རྒྱན་མིང་སྐྱ་གསུམ། །སྤྱི་ལུ་བྱི་དོར་དང་བཅས་ཡིད་བཞེན་ནོར། །སྤྱི་བོའི་
 རྒྱན་ཏུ་གྲས་པས་ལེན་ཤེས་ན། །དེ་ཡི་བརྒྱུད་འཛིན་བསྟན་པའི་པད་ཚལ་ལ། །ཡན་བདེའི་ཉིན་མོ་
 བདེ་ལེགས་བྱབ་པར་འགྱུར། ། །ཟེར་བའི་ལུང་བསྟན་ཡོད་པ་ལས་ །སྐྱ་གཏུང་བཞུགས་སའི་གནས་
 གཞུག་ལག་ཁང་ གཅིག་བཞེངས་དགོ་པའི་བཀའ་ཡོད་པ་བཞེན་ཏུ་ཚོས་མགོན་ཨོ་རྒྱན་ཕུན་ཚོགས་
 མི་གནག་པོ་ལལ་པ་ཅིག་གི་ཆ་ལུགས་མཛེད་དེ་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་བུམ་ཐང་སྟེ་བཞེད་ངམང་སྟེ་
 ཚོ་བཞེལ་སོགས་པའི་ནང་བྱོན་ཏེ་ ས་གནས་བརྟག་དུས་མཛེད་པའི་མཐའ་མ་ གླེང་མཐེལ་ལུ་དེ་
 རྟོ་གཡུང་རྒྱུང་ཚོས་གླིང་རྫོང་དེ་ཆགས་ཡོད་པའི་ས་དེ་ བཀའ་ལུང་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པ་ལས་ཐུགས་
 ཡིད་ཆེས་རུག

དེའི་སྐབས་ལུ་ ཚོས་ཞབས་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ནམ་བུང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཚན་དེ་སྐྱ་ལམས་བདེ་ཏོག་
 ཏོ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གཏམ་ཞིང་ཚོས་ རྗེ་ཚོས་མགོན་ཨོ་རྒྱན་ཕུན་ཚོགས་ཚོས་ཚེའི་སྤྱི་སྤྱི་རྒྱར་



གྲོང་གསར་གཡུང་རྒྱུང་ཚོས་གླིང་མོ་བྱང།

བསྟོ་བཞག་གནང་རུག་ དེ་
 སྟེ་བསྟོ་བཞག་གནང་ཞིན་མ་
 ལས་ ལུང་བསྟན་བཟུང་ཏུ་
 ལུ་ འབད་ནི་དེ་ འཇམ་རྟོང་
 ཏོ་ཡར་སོང་རུག དེལས་
 གཞུང་ཞབས་ལུ་གཞུག་
 ལག་ཁང་བཞེངས་ནིའི་སྟེན་
 གསོལ་ལུ་མ་བཞེན་ཏུ་བཀའ་

འགྲོལ་གནང་སྟེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༤ རབ་བྱུང་བརྒྱུ་བཞེད་པའི་ས་པག་ལོ་ལུ་ རྒྱལ་འབངས་གོ་ར་གྲོས་
 མཐུན་ཐོག་ལུང་བསྟན་ལྟར་ཏུ་ གཞུག་ལག་ཁང་དེ་ བར་གོགས་ག་ནི་ཡང་མེད་པར་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་
 བསྐྱབས་ཏེ་འཁན་སྟག་མ་ལས་ པད་གླིང་སྐྱ་གཏུང་གདན་འདྲེས་གཞུག་ལག་ཁང་ནང་ལུ་རྒྱ་གྲུག་

དེའི་སྐབས་ལུ་དག་པའི་རིགས་ཅན་མཁའ་འགོ་མ་དང་དམ་ཅན་ཚོས་སྦྱང་བྱུང་པར་ལ་སོགས་པ་མེ་
 ཏྲིག་ལུ་བྱུང་བ་འཁོར་དོ་བཟུམ་འདུས་འོང་བའི་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་ཚོས་རྟགས་ལེ་ཤ་བྱུང་བའི་གཏམ་
 རྒྱུ་ཡང་འདུག། དེ་ལས་གནས་བཟང་གི་མིང་ཡང་ གཡུང་རྩུང་ཚོས་གྲིང་ཟེར་གསོལ་ལུག་ རྒྱལ་
 ལས་ ཚོས་རྗེ་ཨོ་རྒྱན་ཕུན་ཚོགས་ནས་སྐབས་མགོན་བྱང་རྒྱལ་བཙོན་འགྲུས་ གནད་དངས་ཏེ་
 གཙུག་ལག་ཁང་ནང་རབ་གནས་མངའ་གསོལ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་གནད་ལུག།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༧༧ ལུ་ས་གཡོམ་གྱི་འཇིགས་པ་གིས་རྫོང་གཞིས་ལུ་རྒྱན་བྱུང་མ་ལས་ གོང་ས་ཨོ་རྒྱན་
 དབང་ཕྱུག་མཚོག་གིས་ གཡུང་རྩུང་ཚོས་གྲིང་དེ་ ལོག་སྤར་བ་ཡང་ལྷག་པ་སྟེ་ཉམས་གསོ་མཛད་
 གནད་ལུག་ དེ་ལས་རྒྱུ་གནས་བཟང་དེ་ནང་ ཚོས་རྗེ་མི་རྒྱུད་རིམ་གྱིས་ པད་གྲིང་སྐྱ་གཏུང་རིན་པོ་
 ཆེ་གི་ཞབས་སར་ ཕྱག་མཚོད་བསྟེན་བཀུར་དང་གསོལ་ཚོགས་ཚུ་ཉིན་ལྟར་ཕུལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
 ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ས་སྤྱིང་ཟླ་ ༧ པའི་ཚེས་ ༡༤ ལས་མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁྲུ་པ་འཇིགས་མེད་
 གོ་སར་ནས་རྒྱལ་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གི་ཐུགས་བསྟེན་སྒྲ་ན་མེད་པ་ སྤོན་ལྗོངས་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་
 འདི་ནང་ རིག་འཛིན་པར་གྲིང་པའི་གཏུང་ལས་མི་དབང་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱོན་དང་ ཚོས་རྗེ་གཏུང་རྒྱུད་
 ལ་སོགས་པ་བྱོན་ཏེ་ཡོད་པ་ལས། པད་གྲིང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་མ་ཡིན་མ་གཟིགས་ཏེ་པད་གྲིང་སྐྱ་གཏུང་མ་
 ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ ཉིན་ལྟར་སྤྱི་ཉིན་ ༩ གྱི་གསོལ་ཚོགས་དང། ཡར་འོ་མར་འོ་ ཏུས་མཚོད་
 འབྲུམ་སྟེ་སོགས་དང་ མ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་ཕྱག་མཚོད་ལྷ་མི་ མ་ཆེན་གཟིམ་དཔོན་དང་ཟླ་ཚང་
 བཅས་གསར་བཙུགས་གནད་སྟེ་ ད་ལྟོ་འོ་མར་ན་ཡང་ཕྱག་མཚོད་བསྟེན་བཀུར་མཛད་དང་མཛད་
 བཞིན་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན།

རྒྱལ་ཁབ་དཔེ་དེབ།

གཡུང་རྩུང་ཚོས་གྲིང་གི་སྤྱི་མ་པར་ཤེས་རབ་དང་གཅིག་ཁར་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་ཐོག་ལས་གནས་
 རྒྱལ་བསྐྱེད་འབད་ཡི་ཟེར་ལྷ་ནི་ཡིན།

Examining Change in Jangbi Community

Tenzin Jamtsho and Matthew G. Robinson
 Institute of Language and Culture Studies

Introduction to the Study

The handful of Monpa communities in central Bhutan represent a fascinating cultural and linguistic isolate within Bhutan, with a unique historical and cultural background. Jangbi community, which is one of these communities, is among the many communities in the nation undergoing dramatic change at a rapid rate. Dema (2008) even reports that Monpas of Trongsa district may have now assimilated to the point that they are hardly distinct from other Bhutanese – and that these changes may even be welcomed by residents of these communities. The purpose of this study is to document the current changes and developments occurring in Jangbi community, and revisit the religious and cultural practices currently prevalent in the community in light of these changes. The perspectives of community members regarding these ongoing changes were sought, and will presented and reflected upon in this paper.

To gain insight into the current context of the village and the beliefs of villagers regarding change rapidly taking place, we visited Jangbi community and interviewed several key informants. For ethical reasons, we asked consent from the district, the local leader of the community, and each community member interviewed in advance of data collection, including permission to record the interviews. Willing interview informants included:

- Key religious leaders of the community, including the Lam and the Pawo
- A community elder, who is coordinator of the cane shoot business
- Community members, including cultural performers in the village and farmers
- A community member utilizing a traditional stretcher in front of the BHU
- The community Health Assistant at the Basic Health Unit (BHU)
- School teachers
- One informant from the neighboring Wangling community

Upon completion of interviews, we transcribed interviews and analyzed data thematically according to the kind of change the informant discussed. This article is organized according to the major themes identified from interviews with our informants. The first section of the article aims to introduce the reader to Jangbi community with basic information from the literature and some supplementary information from our data. Discussion of major themes then begins with current religious practices and beliefs, and continues with consideration of the marriage system, education, health and other customs in the community, before arriving at concluding thoughts.

Background

Jangbi community, located in Langthil Gewog of Trongsa district, is a small, rural community situated a few hours walk from Tongtobi school, near Langthil village. While traffic to and from the community is mostly local, the village is increasingly frequented by tourists on package tours that wish to trek through the region. According to the latest statistics available at the community's Basic Health Unit, as of 2011 there were 304 people in 56 households among the 3 Monpa communities of Jangbi, Wangling and Phurzur. Despite the small size of the Monpa community in Bhutan, the community is widely believed to be historically and culturally significant. As a result, a number of studies have been done on Monpa communities, and Jangbi community in particular (see, e.g., Pommaret, 1994, 1999; van Driem, 2004; Giri, 2004; Chand, 2009).

The language spoken in the community is called Black Mountain Mönpa. The language is one of the "three gems" identified by the Dzongkha Development Commission, and is among the most endangered languages in the country (van Driem, 2004); notably, the language has been determined to be a unique subgroup within the Tibeto-Burman language family (van Driem, 2011). The Monpa of Jangbi are remarkably multilingual, though, and most community members seem fluent in several other languages aside from Black Mountain Mönpa, including Dzongkha, Khengkha, Lhotshamkha and Tshangla, among others. During data collection, researcher Tenzin Jamtsho noted that even elderly informants from the community had an impressive command of formal Dzongkha.

The historical context of the community is equally interesting. Monpas

may be among the first groups of Bhutanese people to inhabit the territory of Bhutan, and this is a belief widely held by Bhutanese (Pommaret, 1994). Recent scientific research may corroborate the same belief; Choden (2005, as cited in Chand, 2009: 27) reports that data from Professor Peter de Kniff's genetic research in Bhutan found that Black Mountain Monpas are carriers of genes for one of the two oldest populations in Bhutan, along with the Lhokpu people of Southwestern Bhutan (the study additionally found that these two old groups are distinct from one another). Another published theory on the origin of Monpa people (Francke, 1975, as cited in Chand, 2009) claims that Monpas are immigrants that came from the Indian plains. However, Pommaret (1994) points out that it's not easy to determine whether the Monpa are indigenous, or when they migrated to Bhutan (if they did in fact migrate into Bhutan), since no mention of their migration can be found in historical texts. Regardless of what the exact history and origins of Monpa people turns out to be, van Driem (2004, p. 294) and Pommaret (1994) rightly point out that Monpas may yet provide significant information about the history and origins of the nation and region in times to come.

In addition to the academic literature on the history and origins of Jangbi and Monpas of Bhutan, a rich body of oral history and local legends still exists in Jangbi. The local history of village settlement is quite a long story that the Lam of the village knows well, but is too long to be recounted in full here. Briefly, nine historical Monpa communities of the region are believed to originate from an interesting oral legend, in which nine siblings who migrated to the area each established a distinct community. The people of Jangbi are thought to be descendents of Pangzur, one of these nine communities, and the area of Jangbi is said to have been a winter residential area for the people Pangzur. There are two stories of how the community came to be named "Jangbi". In one story, a messenger traveling from Pangzur to Jangbi went missing, causing an argument among residents – the loss of this messenger, who was never found, resulted in the term "Jangbi" (jang meaning "lost" in Dzongkha) as a name for the community site. The second story recounts that when Padmasambhava passed through the region in the 8th century, he encountered a woman who told him she was searching for a bird that was lost. The place that this is said to have occurred, at which a flat rock is present, can still be seen near the bottom of the community today. In

this second story, the “lost” meaning carried by the village’s name refers to the bird for which the woman was searching. There are accounts of oral history from Jangbi in the literature, including those of Giri (2004) and Ura (2005). These accounts will be joined by a forthcoming article written in Dzongkha, co-authored by the authors of this study and the Lam of Jangbi village.

Religious Practices and Beliefs in the Community

People in Jangbi community have for a long time practiced Bon traditions, and before that performed certain animistic religious practices. Oral legend in the village cites the origin of Bon practices in the community to the community’s own story of origins. The story says that the nine siblings, who founded the nine Monpa communities, were unable to cross a river and were assisted by Jayiwangchukma, a large local deity in the form of a snake. Afterwards, the siblings promised they would worship Jayiwangchukma as a protective deity. The rituals used today are described in the oral legend, and rituals are performed for Jayiwangchukma. In the literature, according to Hasrat (1980: 22), Lhase Tshangma, who is believed to be a devotee of Bonism, migrated to Jamkhar, Bumthang from Tibet, sent for exile by his followers. He then found the Khoche Penchen. It is believed that his followers increased in number in the district. Later, Lhase Tshangma’s family is believed to have migrated to Trongsa district, in Nubji and Korphu, and founded the Bemjee Choeje and Gaga Choje to propagate the Bon tradition in the community. According to this account, Bonism may have thus developed in the community as a result of the efforts of Lhase Tshangma and his family members in the 7th century.

Whether Bonism dates to the time of Lhase Tshangma or earlier, Jangbi did not practice Buddhism until the 20th century. According to one informant, until 80 years ago community members did not practice any Buddhism at all and it was a purely Bon society. The informant explained that Buddhism probably first came to the community approximately 80 years ago, and 50 years ago the village was divided in opinion regarding Buddhist practices. To supplement his account of the village’s religious history, the informant showed us a document, written in Choekye, in which two statements are made. The informant dated the document to approximately the 1960s or 1970s, and though we were permitted to see the document, permission was not granted to photograph it. One statement was written by a religious

master from Tibet, who visited the community. The statement says that the people of Jangbi community are not allowed to make animal sacrifices when they perform Bon rituals, and that they should use other means to make offering to local deities. The statement was meant to act as a written commitment to a new rule, and this was evidenced by seals of local leaders. The second statement on the document was issued by the District Court. Apparently, some villagers were not in full agreement over the statement on animal sacrifice, and this second statement sought to resolve the issue. The court’s statement expressly ordered all Jangbi villagers to adhere to the first statement made in Dochoeling monastery, and included an official court seal. Although Buddhism had crept into the village at this point of time, clearly some community members were still reticent to abandon older traditions.

In the past, Jangbi did not have any temple or resident Buddhist religious master. When ritual performances, such as funerals, were required by villagers, people used to construct a temporary hut out of bamboo and tree leaves in an open space two to three days before the performances began. However, now the community has a temple, which was constructed in the 1980s. According to informants, the temple was constructed in 1986 under the coordination of a Buddhist master from the Kheng region. This Buddhist master was invited by the community to perform for Buddhist rituals in the past. It seems the master felt it necessary to construct one temple for the community to meet the religious needs of the community, and the temple continues to be used for religious purposes by the community. Now the community also has a resident religious master to lead Buddhist activities and teachings. The religious master is from the community, and his father was also a prominent religious figure before his death. The lama was the first in his community to have in-depth, long-term Buddhist monastic training, which he received in Trongsa Dzong and in Lobesa. After his training finished, he was requested by his community to return as their religious master, a position he took with the authority of the central monastic body.

With a temple and its own religious master, the demand for Buddhist practices are on the rise in the community. According to informants, most villagers now look to Buddhist traditions when they hope for sick people to recover, pray for the deceased, or pray for the wellbeing of the

people and the community. These Buddhist practices also vary according to different Buddhist traditions and sects, showing a diversity of beliefs and practices even within Buddhism in the community. Informants also say that there are also people of the community who still adhere to Bon practices, and who retain a strong and exclusive belief in Bonism.

Shamanism still exists in Jangbi and its surrounding communities. In Jangbi, Phurzur and Wangling communities, there are total of six shamanist practitioners: one in Jangbi, two in Wangling, and three in Phurzur. Among these six practitioners, informants note that Jangbi's is senior-most and most respected, and is often invited to all three communities to practice. The practitioner (or 'Pow'), who was also one of our informants, is 86 years old and has lost his vision. When he is invited to practice, he must be carried by his hosts or sponsors. The informant explained that he never studied his practices, and believes it to be an inherited form of practice. He began his practice at the age of 30, and has been actively practicing for 56 years. His mother was a practitioner and his uncle was also a famous practitioner in the past.

Shamanist practices have also undergone change in the community. One informant recounted that in the past the payment given for performances was the head of a slaughtered pig. If the sponsor of the practice did not have a pig, they would have to buy the pig from others or go into debt to meet the requirement. According to other informants, this custom affected development prospects for villagers. Villagers reportedly sought all of their help from these practitioners 40-50 years ago, and would make offerings whenever someone fell ill. They were poor to begin with, and additionally borrowed animals from nearby villages in order to meet requirements for offerings for their ill. Some informants estimated that one person may have sacrificed between 40-50 animals over the course of their life at this point of time. Informants claim they were never able to prosper under these conditions, because they went into debt and could never repay the large loans taken to complete religious practices. However, the practitioner says that people no longer offer a pig's head as payment, and instead offer other forms of compensation, such as money or rice.

The expressed direction of religious changes in the community show unity amongst informants. Informants, including both the Buddhist religious

master and the shamanist practitioner, say that community members are shifting towards Buddhism from Bonism, and that the change is a positive one. The shamanist says that the number of practices requested of him is declining yearly, and that he himself is not against this development – he supports the change and wishes the betterment of his community, which he feels would come from adoption of Buddhism. The local Buddhist master is working hard to make this transition happen in his community. He says that in order to accomplish this, he organizes Buddhist discourses and teachings, organizes and performs religious rituals during auspicious days in order to accumulate virtue and to create good karma in the community, and tries to influence community members to convert to Buddhism. According to the Lama, in the past people were not able to participate in and perform Buddhist religious practices, due to the lack of a resident master to explain the importance and significance of the practices. He takes the responsibility himself to raise awareness in the community. For example, he is attempting to influence change with a number of new ritual practices, which he attempts to organize collectively. For instance, he performs three kinds of rituals in each of the three communities alternatively. This year, the recitation of mantra for Avalokettesrava is organized in Wangling community; the recitation of mantra for Guru Padmasambhava is conducted in Jangbi community; and a feast offering ritual is in Phurzur community in turn. During these ritual performances, the Lama insists that the patrons be the people of the communities, and they do not accept donations from outside communities; the quantity of money given for donation is left at the donors' discretion.

The Lama is also attempting to influence practices for the annual ritual performances done in the village. People of the community reportedly follow Buddhist rituals during auspicious days, but also perform shamanistic practices for their annual ritual. The Lama of the community feels that it is not good for the community people to practice shamanism, and to tear down the practice, he has already introduced annual ritual performances according to Buddhist practices in five to six households. He plans to gradually spread this practice throughout the community. He feels that it is quite tricky to demolish existing practices within a short period of time. However, the Lama believes he receives support from community members because the present generation is against the cultural practices of their ancestors. He says these people feel that their practices

are being looked down upon by outsiders, and therefore want to bring change in the community in terms of any kind of practices that are not acknowledged or recognized by outsiders.

However, informants suggest that the people in the community still practicing non-Buddhist traditions feel unable to fully abandon these practices, because they feel that this is the culture and tradition that has come from their forefathers. People feel that if they completely abscond from this practice, they may experience negative implications on their livelihood. People believe that the deities they worship for Bon practices are the guardian deities of their parents, and in a way they feel they should never completely abandon these deities. A good example of this belief was recounted by the village Lama. He noted that even his father was both a Buddhist master and Bon practitioner of the community in the past. However, he feels his father was not able to bring much change to the community as people were more on the side of Bon practices at the time – and his father was one of the prominent Bon practitioners. His father became solely a practitioner of Buddhism and left Bon practices behind in the later part of his life. However, his father had a short life, and people say this early death might have been caused by the complete abandonment of Bon practices. The Lama expressed skepticism about this reason as a cause for his father's death, but the story represents what other villagers fear would happen to them if they fully abandon the old ways.

Marriage System

Jangbi community has a traditional form of marriage, which has roots in oral history of the village. According to informants, the parents of the nine brothers that established the nine Monpa communities were children of the same parents. In retribution for the killing of their father at the hand of the gods, these siblings went to the heavens and received a dog, a stone mill of two parts and a sickle. In climbing down from heaven, they needed to use a vine, but they couldn't carry the stone mill parts. They took turns rolling one part of the mill down the vine to the earth, and once they arrived, they saw with surprise that the girl's mill part was on the ground and that her brother's mill part had come to rest perfectly on top, creating a complete mill. Incidentally, this is how the stone mills commonly found throughout Bhutan is said to have come into the world. The siblings interpreted this event as a sign that they should get married, and they went on to have nine

children together. The practice of 'knee marriage' (spu mo gi gnyen), or marriage within the Monpa community, is said to have originated from this story – first as marriage within a family and later within the community.



Traditional marriage customs in the village remained complex until recently. According to informants, in the past if a couple wished to be in a relationship, they would first inform their parents for permission. Before taking this step, the male suitor might unofficially visit the female in her house at night. Once the relationship had come to the parents' attention, the groom would typically come to live with the bride's family. However, before this happens, the groom would normally live for three years at the residence of the bride's family, and attempt to impress them with high quality work and character. Before leaving to the bride's house, the groom's parents would have to ask permission from the bride's family, and provide a gift of eggs and a bottle of wine. Over the three years that the groom stays with the bride's family, the groom's family must give a total of nine gifts, which are meat offerings. On each of these nine occasions, the bride's parents invite people of the community as guests and host a party, with the offered meat served in the leaf of a tree and with local wine present (and, of course, informal conversation, singing and dancing).

When the couple had finished three years in the bride's family's house, there were preparations a procedures to follow in moving to the groom's house. The groom's parents have to prepare at least eight to nine large containers of local wine, and the meat of an entire cow or pig. The groom's father was to be expected to meet the couple on their way to his house. From the bride's side a figure needed to carry a white flag in his right hand, leading the way to the groom's house by calling "come everybody, come, come." Others join the small procession a sing a song of glory and good fortune, and people on the bride's side of the family were expected to come prepared to eat a meal. When the bride and her group reached the groom's house, it is interesting to note that the groom's mother hid for

some time, and emerges in front of the bride and groom to welcome the bride once they are seated on the mat in her house.

After the couple's arrival, the celebration begins with a marchang ceremony, the offering of wine to local protective deities before they themselves drink. After that, tea is served to all. After the tea is served, the couple sits together on a single mat and prepares to get formally married, which is marked by the offering of scarves, first from their parents and followed by all the participants on the day of celebration. When scarves are offered, an eloquent male of the community is given the responsibility to be an orator and explain the significance and symbols of scarf and explain how the day is very auspicious. After finishing the scarf offerings, lunch is served. After the lunch, in front of all the people, whatever wealth the groom's family possesses is handed over to bride. The groom's parents do not leave even a single needle and thread in their hand. The agreement is made and signed according to the national law with some witnesses. In the agreement, whoever commits a mistake is liable to punishment, and tradition also explains that gradually people living in the same household have to move out find their own house to live and sustain their lives on their own.

At present, informants say that these customs are undergoing change. Young suitors are no longer confining themselves to the 'knee marriage' system, nor the requirements of traditional marriages. Many boys and girls reportedly look outside for partners. Some leave their home for marriage and others have brought spouses to the village. For those that get married within the community, they reportedly no longer follow past customs for their marriage. No time requirements are given to new couples and there are no restrictions given to new couples in terms of where the couple chooses to live. Some elder community members expressed the belief that drastic change, reportedly modernization, is being brought into the community with the change in marriage practices. Bringing grooms from different parts of the country to Jangbi has helped them change their behavior, mentality, and communication skills. In the past, it is believed that community members were not able to participate with the outside world. They lacked a guide to assist them in interpreting the outside world and following accordingly. However, the community is now gradually developing and increasingly participating in different programs and

activities. This change in local marriage customs, and the perceived link between marriage and exposure to the outside world, thus seem to be viewed positively by informants.

Education and Health

There have been sweeping changes in educational beliefs and opportunities for the community. Until the recent past, the only concept of erudition present in the village seemed to be that of those who possessed traditional knowledge, which had been passed down from ancestors of the community. Familiarity with plants and their many uses, as well as traditional resource management, are but examples of the depth of traditional knowledge in the community, which has been documented in Giri (2004). However, alongside national development initiatives there are new educational values entering the mindset of the community.

According to informants, people in the village did not seem to value monastic, secular or vocational education in the past, and nobody was sent to schools. Most community members were illiterate at this time. Neither secular or Buddhist education did not yet exist in the community, until a school was constructed in the community in 1996. Around that time, people started sending their children to schools, and started a trend that has continued to the present day. According to the information elicited from various informants within the community, only one person from the village, a female, has gained a college education so far. Four are currently studying in vocational tertiary institutions in Bhutan: three in Chumey Vocational Training Institute, Bumthang, and one in Trashiyangtse Buddhist Architecture School. These four students of vocational institutes reportedly completed class ten, but did not qualify to continue under government funding and were not able to financially support further study in private schools or colleges. Informants note that, in comparison with the past, people recognize the potential value of education, and parents are eager for their children to excel in school. Some parents reportedly seek help from other people to send their children to school, and some even take a loan from the bank to give education to their children. People in the community note that the literacy rate in the community has also increased.

Informants expressed different views on whether increased education for community members will result in lasting benefits for the community. Some people are skeptical whether their children are going to help the community after having studied; contrastingly, others expressed a positive feeling that their children are going to return or otherwise help the community. Some informants felt that educated children may not wish to return to their poor and undeveloped community. Some may feel embarrassed to say that he or she is from the community. Other informants trust that their offspring will come back to the village to help people there after having completed their education and gaining employment. Whatever new graduates may decide to do, parents and community members seem unified in advising their children to help them and the community to develop after having studied, and not to backbite and defame them when they are outside the community. Informants seem optimistic, overall, about their children and the potential of their future contributions, and only seem concerned about how these children will decide to use their potential.

In contrast to the changes taking place with education in the village, changes in health care choices appears to be moving at a much slower rate. Jangbi community has a Basic Health Unit (BHU), which is connected with the national health care system, and the BHU has one health assistant who is resident throughout the year. The current health assistant in the village serves as the link between community members and national health care, with its hospitals, doctors and imported medicine. The health assistant resident in Jangbi is responsible for three communities: Jangbi, Wangling and Phurzur. Aside from caring for sick patients, the health assistant says he feels responsible to create awareness among community members of the benefits of national health care and the medicines available to them. He says that he often gives talks on this issue and tries to encourage community members to seek his help when they become ill.

However, the health assistant expressed that he finds it very difficult to serve community members, because villagers do not value the benefits of the services that he represents. The health assistant explained that, despite his best efforts, not many community members seem interested to seek his help. He noted that he rarely receives visits to the BHU from community members. At the current time, he says that the BHU is mostly utilized for very minor health issues, such as cuts or scrapes on the hands or feet

of patients. He reports that when community members fall seriously ill, they perform rituals, as advised by local Shaman leaders, rather than consulting the health assistant. These seriously ill patients are normally only treated with ritual performance and local remedies, and the health assistant feels he has largely failed thus far to impart any change in the mindset of community members in terms of their health care choices. Almost underscoring his point, upon leaving the BHU after a meeting with an informant, we saw villagers moving a patient who was becoming seriously ill out of the BHU on a traditional stretcher – they favored traditional ritual performances over keeping the sick family member in the BHU.

Dress, Food and Economy

Informants noted sharp changes in the dress, food and economic activities of the community. In the past, Monpa communities had traditional customs in regards to dress and food. Informants were able to show us the traditional dress for men and women, but admitted that nobody in the village wears it at present, though most people still walk barefoot. Some were even skeptical whether anyone in the village still knew how to create the traditional costume. Similarly, food habits seem to have changed, as well. People of the community used to fully depend on the forest for food in the past. According to Giri (2004), community members use more than eighty varieties of plants in the locality for food. Informants say that there is not a single person in the community who solely depends upon such foods today. Villagers now rely on cultivated foods, such as maize, rice, chilies and millet, for their livelihood, and no longer practice shifting cultivation as they did in the past. In Giri (2004) noted nearly ten years ago that villagers relied on wild tubers mainly during the food-scarce season, and also ate some during the abundant season. It appears that consumption of tubers has decreased further since then, and that villagers rely even more on harvested crops than previously.

Economically, Jangbi is experiencing a number of changes. With road access, villagers are able to participate in business with other communities and new markets. A trekking trail runs through the village, as well, giving the community exposure to tourists. Currently, the main business prevalent in the community is a cane shoot business. The business relies on a large amount of forest that is being cared for and preserved for growing cane

shoots. The money earned from selling cane shoots is saved in a bank account, which is in the name of the community. The coordinator of this project is a community elder, who remains actively engaged in related activities, which he states are aimed to promote the wellbeing of people in the community.

While the traditional bamboos crafts of the past represent the traditional income-generating activity for community members, one competing source of income is to produce cash crops such as oranges and, to a lesser extent, mangos. However, it now seems unlikely that traditional crafts will disappear altogether from the community. The Tarayana Foundation, an organization founded in 2003 by Her Majesty Ashi Dorji Wangmo Wangchuk to assist poor Bhutanese, has been actively engaged with economic projects in Jangbi community. For instance, Tarayana has helped Jangbi community members build new houses by distributing sheet metal, and petrol and diesel fuel to cut the trees and boulders needed as housing material. Tarayana has also sponsored Jangbi children to attend schools. Recently, the foundation also provided training to people in the area to assist basket and pot manufacturing skills, so that villagers can earn income from these activities. In light of this economic attention being placed on the community, villagers will likely develop a variety of income-generating activities rather than replace older activities with newer ones.



Conclusion

There is no doubt that Jangbi community members, along with their Monpa relatives in central Bhutan, comprise an important and unique aspect of national culture and history – and their age old customs, language and religious practices are undergoing rapid change. In terms of religious practices, indigenous and Bon beliefs seem to be giving way to Buddhism. However, though the gradual adoption of Buddhism may be inevitable, our data suggested that this adoption will occur on the communities own terms, especially as concerns non-Buddhist ritual performances. Health care preferences have changed little, despite the presence of a

BHU and a resident health assistant in the village. Marriage customs in the community have changed from marriage within families to within communities, and now to marriage with few restrictions. Villagers noted that marriage is one source of change in the community. Beliefs regarding education appear to have changed drastically over the past twenty years. Villagers now want their children to avail educational opportunities, and are now seeing for the first time members of the community to graduate from various institutions, from tertiary to monastic. Villagers expressed uncertainty about the nature of the impact these new graduates will have on the community. Dress, food and economic activities in the village have largely homogenized with national trends, save for the results of some conservation activities underway in the community.

In some ways, as Dema (2008) has claimed, the Monpa communities of the region have largely homogenized into the national culture. Outside visitors cannot see many differences between this community and others in the region, save some minor differences in beliefs and practices that lie under the surface. Informants believe that changes taking place are due to development activities in the country. People of the community are not very isolated anymore, and are now connected to the outside world with roads and other technology. People of the community desire changes at the personal and community levels.

Some changes occurring in the village have been rapid and, in some cases, alarming in nature. For example, informants shared an instance in which their community was asked to perform an item during the coronation of the His Majesty Jigme Khesar Namgyal Wangchuk. Villagers were reportedly nervous about the performance, because they did not feel confident that they had a suitably traditional song and dance, nor were they confident that they could wear their traditional dress properly. In the end, informants say that they had to compose the melody and lyrics for the performance as nobody knew their original songs any longer. The loss of some knowledge and customs in the community, such as that of the above example, caused some informants to say they lament that the community has totally lost the culture and traditions inherited from their ancestors.

However, this study reveals that changes occurring in the village are not wholesale changes. While some aspects of village life continue to overhaul

traditional beliefs and practices at a rapid rate, other beliefs and practices in the village are shown to be resistant to change. Despite fervid efforts of the health assistant and the Lama in the village, villagers do not seem to be adopting major changes to their time-honored ritual practices. This is not to say that changes to health care and religious practices will never happen, but rather that Jangbi villagers are likely to develop a unique version of Buddhist practices that somehow incorporates older traditions. Similarly, despite some cultural casualties of rapid change occurring in the community, perhaps Jangbi will remain unique in its particular adaptation to changes underway, as community members strive to balance preservation of identity with modernization.

References

- Chand, R. (2009) Monpas of Bhutan: A study of tribal survival and development responses. *Bulletin of the Hiroshima University museum* 1, pp. 25-37.
- Dema, T. (September 26, 2008) The monpas of Trongsa are monpas no more. *Kuensel*, p. 5.
- Giri, S. (2004) The vital link: Monpas and their forests. Thimphu: Centre for Bhutan Studies. ISBN 99936-14-25-4.
- Hasrat, B. J. (1980) *History of Bhutan: Land of the peaceful dragon*. Thimphu: Education Department, Royal Government of Bhutan.
- Pommaret, F. (1994) Entrance-keepers of a hidden country: Preliminary notes on the monpa of south-central Bhutan. *Tibet Journal* 19(3), 46-62.
- Pommaret, F. (1999) The mon pa revisited: In search of mon. In T. Huber (Ed.) *Sacred spaces and powerful places in Tibetan culture: A collection of essays* (pp. 52-73). Dharamsala: Library of Tibetan Work & Archives.
- Ura, K. (2005) *The origins of the Monpas*.
- van Driem, G. (2004) Bhutan's endangered languages documentation programme under the Dzongkha Development Authority: The three rare gems. In K. Ura & S. Kinga (Eds.) *The spider and the piglet* (pp. 294-326). Thimphu: Centre for Bhutan Studies.
- van Driem, G. (2011) Tibeto-Burman subgroups and historical grammar. *Himalayan linguistics* 10 (1), [Special issue in memory of Michael Noonan and David Watters]: pp. 31-39.

Healing of Fractures and Joint Disorders by a Local Healer

Chencho Tshering, Lecturer
Institute of Language and Culture Studies

My interest in local healing began last year when I fractured my leg playing football. I was admitted to the hospital for treatment, but while I was in the hospital I met a teacher from Sherubling High Secondary School, who suggested that rather than be treated in the hospital I should go to a local healer. Impressed by the results of the treatment I received, I decided to investigate this unique approach to healing, which is at risk of being lost. Training done in the practices of traditional medicine taking place in Bhutan is now general and standardized, and that some local healers with unique specialties may be under-represented or at risk of having their particular crafts lost over time. This study, a case study of one local healer in Trongsa, is one attempt to try to capture this unique local knowledge.

After providing background of local healing and my informant, a local traditional healer living in Trongsa district, I will share findings from data collected through interviews. I will generally discuss his approach to diagnosis, use of herbal substances in treatment and then the typical duration of his remedies.

Background of Traditional Medicine and the Informant

In the past, Bhutanese had to face many difficulties crossing high passes on long treks to attend medical schools in Lhasa. Once they complete their training and came back to their respective places, these healers started to treat their patients, keeping in mind the holistic view of the body, treatments with plants and acupuncture, and also performing different rituals to diagnose and remove sicknesses. In our country traditional healers have different names: Pawo, Pamo, Terdag, Nyeljom, Lhapa, Jankhri, Bonpo, rKangTshigs Lag TshigsbZo Mi. Despite their different titles, their duties are similar to that of present day doctors.

Although these practices have been present in Bhutan for a long time, according to the Institute of Traditional Medicine Services (n.d.) these practices were officially recognized for the first time in Bhutan when His Majesty the third King, Jigme Dorji Wangchuck, established a traditional medicine section of the health care system in 1967. The Dechencholing

Dispensary was started not long after, in 1968. The institute also began general training of future traditional doctors, who diagnose their patient's diseases by checking a patient's pulse, urine, eyes and tongue, and interviewing them. The treatment they provide patients is done with the help of acupuncture and acupressure therapy that includes using the golden needle, herbal combinations, metal rods for applications of heat, and minor surgical interventions during Buddhist rituals. Other traditional ways to treat patient in Bhutan include nasal irrigation, bloodletting, massage and stone-heated baths. This medical institute of Bhutan is similar to the Mentsekhag, or the Medical Institute at Lhasa.

However, the general training received by students of the National Institute of Traditional Medicine is not the only knowledge of this kind that exists in Bhutan. For instance, there is Palden's (April 30, 2013) informant, Jagirman, 70, who lives in Choekhorling village under Sarpang dzongkhag. He is well-known for fixing broken and dislocated limbs of both humans and animals, and also treats ulcers, rabid dog bites and skin diseases among other conditions; he has been practicing for more than 55 years. Some Bhutanese also have unique knowledge of medicinal plants. For example, in central Bhutan, Monpa communities can recognize approximately 270 species of plants in their locality, and use more than thirty of these plant species medicinally (Giri, 2004).

My informant is also one of the rare practitioners still practicing today. Ap Sangay is from Haa, but is currently settled at Taktse under Trongsa dzongkhag with his family. He joined the army in the year 1971, when he was just 20 years old. After serving in the army for a period of 32 years, he resigned in 2003. He is at present 64 years old and well-known in Trongsa for his healing practices. He started learning this unique culture from 1967-1969, when he was only 18 years old, in Tibet. He was trained by rGyal-bShad Rin-Chen, who he met when he accompanied his father on a business trip to Tibet. He studied with this master for a year in Tibet, and was later trained under the same teacher for a year and a half in Haa. His teacher was a well-known Tibetan healer during those days. He was trained on healing of fractures and joint disorders using traditional methods (rKang-Tshigs Lag-Tshigs bZo-Ni).

Right after the completion of his training, he started healing some of the people in his neighborhood. Unfortunately, he could not continue his work because he was forced to join the army by his parents. While he was staying at Dechencholing army camp, he met Dungscho Ladak Amchi, who was also a well-known healers during those days. From Dungscho he learnt about the nerve positions in the body for a year, which gave him the chance to learn more about the subject. To date, he has treated almost 1500 patients with fractures and joint disorders, and almost 50 paralyzed patients. He is still actively practicing his craft, and is one of only a few traditional healers remaining in the district. He is well-known locally for his skill in this craft, and patients from other districts occasionally seek his services.

Nerves

The informant reports that whenever a patient comes to him, he always starts his treatment by diagnosing the condition. For diagnosis, he reports that he must see the position of the patient's nerves. He mainly does this in order to identify the problem or the illness, because he says he can know what the actual problem is by seeing the position of the nerves. Then only he starts his treatment according to his diagnosis.

He general divides nerves in four categories: Khrag-rTsa, rLung-rTsa, Shed-rTsa and Srog-rTsa. The Khrag-rTsa nerve generally deals with blood function in our body.

If something goes wrong with this nerve there is a possible of dying even while standing. The rLung-rTsa nerve is responsible for swelling: if something happens wrong with this nerve then our body starts swelling. The Shed-rTsa nerve generally deals with strength. If something happens wrong with this nerve then the person won't be able to catch a very light object also. He will not be able to walk and also he might get paralyzed. The Srog-rTsa nerve is the most important nerve of the four.



If any damage is done in this nerve then the person can die within a short period of time.

Use of Medicinal Herbs

While doing his treatment, the informant uses many locally found herbal plants which are of medicinal value, and also some local products. For example, the plant known as bTson-'Grus Shing is used both for fractures and joint disorders. He says it usually helps in joining fractured bones back together. Bam-Cha is also a plant used for both fractures and joint disorder. The informant explains that when we get fractures and joint disorders, water accumulates in-between bones, whereby our affected parts become swollen. Bam-Cha helps in decreasing swelling by drying the water in between the bones. gNya'-Shing mThudp is also used for fractures and joint disorders. It is considered as the optimal herbal medicine for joining the fractured bones. mKhan- Pa is used both for fractures and joint disorders to help decreasing fever in a patient.

Tshad is also considered to be one of the best medicines to fix fractured bones, whether it is in a human or in an animal. For example, the informant explained that animals could walk again after a few days when treated with Tshad, and was able to see the rapid effects of the medicine when examining a deceased animal that had been treated with Tshad. dPyid-Zho is usually used for fractures, but there is also reportedly a side effect while using this medicine – the plant affects the vision of patients. To immobilize the affected body part, cotton, bamboo and De-Shog are used to make Tshab-Shing. Tshab-Shing has a similar function to that of plaster in modern medicine. The use of Tshab-Shing is considered compulsory if the fracture is on the thigh. Another practice of the informant is to prepare a hot herbal bath for patients, with a mixture of bTson-'Grus Shing, Bam-Cha and mKhan-Pa. He notes that this bath will keep the patient's body healthy and feeling very light.

He also uses ordinary household items in his practice. For instance, he considers salt as a universal material for his treatment. Salt is added to patient's herbal baths in order to reduce swelling and reduce build-up of fluid in joints. The informant also uses Pad-Kar Mar-Khu (Mustard Oil), and applies it on the patient before starting any kind of physical treatment. It is reportedly used to heat the affected parts of the body, so that

the patient will not experience much pain while he completes physical rectifications.

Treatment Duration

Regarding the treatment duration, the informant says his recommendations mainly depend on age. Between 1-8 years of age, it's easy to repair fractures and joint problems, and patients will also recover within a short period of time. Between 9-35 years of age, it's more difficult to repair these problems, and it will take a longer time to heal afterwards. However, if it is the case of total fracture he says it will take a minimum of 4 months from beginning to end. He notes that in some cases if the patient eats healthy food, does the treatment immediately, and has a good caretaker, then the patient may be cured before the given time. However, if the patient fails to do the treatment on time, and lacks healthy food and a caretaker then it might take longer than four months to recover. For those aged between 36-70 years of age, even if the treatment is done quickly and every step is taken to aid the recovery process, it will surely take a minimum of 8 months to be cured due to the maturity of the patient's bones and flesh.

Regarding joint disorders, the informants says there is more variation in recovery timing. He says it mainly depends on the patient's physical appearance. If the patient is overweight, then their injury will rapidly accumulate more Tshe-Cu 'Bab, or flesh that emerges from fluid in-between the portions of a joint – this will make recovery take a longer time. In this case, there is also increased risk of future dislocation. However, if the patient is in good health and not overweight, then it recovery can finalize within a week.



Conclusion

The informant's treatment strategy is entirely based upon the concept of traditional healing. He starts his treatment by seeing the position of nerves and the age of the patient, and then proceeds in accordance with the diagnosis. During his treatment he uses local herbal plants as well as

commonly available materials and household items. Many examples of happily recovered patients can be found in and around the informant's village in Trongsa, who gladly testify to the efficacy of his skills, which have an uncertain future.

A message of optimism comes through the narrative of this interviewee, who believes that there is still a future for this traditional practice. A recent trend seems to be emerging that is also encouraging. According to a Dzongkha Kuensel article (February 15, 2012), traditional treatment has increased as compare to that of modern treatment. Today many of the people in remote villages are entirely dependent on traditional treatment. However, though the informant communicates the values and benefits of his approach to healing, he also expresses his concerns regarding the lack of interest in people, especially youth, to preserve these practices. This concern was also noted in Palden's (April 30, 2013) Kuensel article, in which the informant laments that "no one else has expressed their interest, and I am afraid it would end with me."

In my own opinion, today people rely more on modern treatment to that of traditional treatment due to fear of acute and severe diseases. Because of increasing levels of education, the public prefers modern treatment as it is systematic, and may worry that traditional treatment can sometimes complicates their condition rather than resolve it. However, these theories of public preferences would need to be borne out through further study. Although the present study provides some interesting data, the topic is under-researched and under-represented in the literature, and merits further research to learn about unique practices still surviving throughout the country.

References

- Giri, S. (2004) The vital link: Monpas and their forests. Thimphu: Centre for Bhutan Studies.
- Institute of Traditional Medicine Services (n.d.) History of ITMS. Accessed 10/29/2013 from www.health.gov.bt/itms/10history/10htm/10history.htm
- Palden, T. (April 30, 2013) Jagirman: The man with the healing hands. Kuensel, p. 13.
- Sngar srol lam lugs thog las sman bcos 'bad mi yar seng 'gyo do yodp. (February 15, 2012) Kuensel, p. 4 (Dzongkha section).

Re-evaluating the History of Gyelwa Lhanangpa

Sonam Nyenda

Institute of Language and Culture Studies¹

Introduction

In this article, I am trying to bring to light contradictions that exist between what is written in the Phajo Drugom's biography and other historical accounts of Lhanangpa. I also refer to the Nyoerab selwe melong² as it gives information about the genealogy of Lhanangpa's lineage and some brief accounts of his life. Additionally, The History of Drikung will be considered, as Lhanangpa is considered one of the heart sons of the Drikung founder, Jigten Gonpo, and held an important position in the Drikung sect of the Kagyu lineage.

The history of the Kagyu sect (Kagyu Serthreng), when discussing Tsangpa Gyarey (1161-1211) (who prophecised the coming of Phajo Drugom Shigpo to Bhutan) and Onrey Darma Sengye (his master or root teacher), does not give any information about Phajo Drugom Shigpo. Someone by the name of Phajo is mentioned briefly in Tsangpa Gyarey's biography, but this refers to his pet dog, who did not eat for three days prior to his master's demise!

Finally, I also use other secondary sources and interviews conducted with a few scholars, who were familiar with relevant oral history. In investigating and comparing these sources, I will discuss briefly the following topics: the history of the Kagyu lineage, the history of Lhanangpa, and contradictions and clarifications.

Background

Gyelwa Lhanangpa Zijed Pel (1164-1224), also known as Nyoe Gyelwa Lhanangpa Sangay Rechen, was a disciple of Jigten Gonpo, who founded the Drikung sect. He was one of the earliest Tibetan saints to visit Bhutan and bless the region. When he came to Bhutan in the 12th century, he gained control over portions of the western region of the country. Later

1 For the readers' convenience, we use here only transcription and not the Wylie transliteration.
2 Sanga, Lam. (2000). 'Brug gi smyos rabs yang gsal me long (Clear Mirror of the Nyo Lineage of Bhutan), Thimphu: KMT.

his nephew Rinchen Gyalpo settled in Bhutan and his followers were known as the Lhapas.

Though Gyelwa Lhanangpa is famous, most Bhutanese still base their understanding of his history on Phajo Drugom Shigpo's biography. Yet a closer look at the literature and other sources reveal that misunderstandings about this figure persist. For example, when Phajo Drugom Shigpo (1184–1251) came to Bhutan in 1224 AD, the Lhapas had a conflict with him. As Aris (1974: 168-169) describes, “no account of their own view of their position has survived for the reason that they were proscribed during the time of the 1st Zhabsdrung,”³ and the history of the Lhapas from this point in time onwards is thus only known from Phajo's own biography. For these reasons, clarifications on Lhanangpa history during this period of time are needed and will be sought in this article.

In the eight century when the king Sendarka (also known as Sindu Raja) of Bumthang lost his son Taglha Mebar in a fight against his rival Naoche, he mistreated his local deities, causing him to fall seriously sick. Guru Padmasambhava, who was then meditating in the cave called Halase/Maratika in Nepal, was invited to come cure his sickness. Tantric Buddhism then began to flourish in Bhutan after Padmasambhava's arrival. After that, and before the Drukpas arrived in Bhutan in the early 13th century, there were other Buddhist figures who spread Buddhism in the area, then called Southern Monyul.

Gyelwa Lhanangpa was among these early figures. He came to Bhutan in 1194 and was believed to have gained a broad measure of control over Western Bhutan. He was a disciple of Jigten Gonpo (1143-1217), the founder of the important Drikung Kagyu School. However, after staying eleven years in Bhutan, he went back to Tibet and left his nephew Rinchen Gyalpo in his place. In the meantime, Phajo Drugom arrived in Bhutan and started to spread the Drukpa Kagyu.

It is also important to know the origin of the Kagyu lineage in this discussion, as it will then become clear that both Lhanangpa and Drukpa lineages have common origins; both traditions germinate from the same

seed, the Phagmodru Kagyu sect. If we understand the contexts of both, we can see how the misunderstandings and disputes arose between Gyelwa Lhanangpa and Phajo Drugom, or, as we will see is more likely, their followers. Nearly every Bhutanese historical text narrates the conflicts between these two sects or figures. Most historians seem to derive Gyelwa Lhanangpa's history from Phajo's biography. As Aris said, “The official view is totally coloured by the role given to the lHa-pa in the biography of Pha-jo 'Brug-sgom Zhig-po, a somewhat doubtful authority if we consider the story of its compilation”.⁴

Regardless of how the dispute began, the rest of history after the conflict is fairly clear. The Lhapas suffered at the hands of Drukpas, and were totally uprooted in Zhabdrung's time in the 17th century. The Drukpa Kagyus went on to flourish.

Origin of Kagyu Lineage

The Kagyu sect of Tibetan Buddhism traces its origin from Choeku Dorji Chang, the Buddha Vajradhara who transmitted the teachings to the great Indian yogi Tilopa, one of the 84-maha siddhas of India, who lived in Northern India sometime around the 10th century A.D. His disciple Naropa then received his oral transmission. Naropa systematized the transmissions into the Six Yogas, which are considered central teachings of the Kagyu Lineage.

Naropa transmitted his knowledge to Marpa, the Tibetan translator who journeyed from Tibet to India in order to receive instructions and returned to Tibet and spread the teachings of the Dharma. Nyo Lotsawa Yonten Dragpa, the grandfather of Gyelwa Lhanangpa (who will be discussed in more detail below), was the travel companion of Marpa to India. He is known as the great translator of Nyo. Marpa's biography states that Yonten Drakpa, an old and rich man, took advantage of poor young Marpa; however, Khenpo Kencho Gyeltshen, in his Drikung history, disputes this, pointing out that these accounts are written by Marpa's faithful disciples to make their teacher seem superior to others⁵.

³ Aris, M. (1974). *Bhutan: The early history of a Himalayan kingdom*. Warminster: Aris & Phillips.

⁴ Aris, M. (1974). *Bhutan: The early history of a Himalayan kingdom*. Warminster: Aris & Phillips.
⁵ Jamtsho, Kencho. (2004). *'Bri gung chos 'byung*, Mirig dpe truen Khang, China, p. 320.

Milarepa, one of the Tibet's great yogis, became the student of Marpa. Milarepa, through years of hardship, received all the teachings that his master had received from Naropa and other masters. Milarepa practiced for many years in the total isolation of high mountain caves and mastered the transmissions that he had received. Through perseverance in the practice of Mahamudra and the Six Yogas of Naropa, he achieved profound realization of the ultimate nature of reality, and began to teach and became famous for his poetic songs.

Gampopa, also known as Dakpo Lhaje, carried on Milarepa's transmission. He was also a famous physician. He attained realization of ultimate reality under the guidance of Milarepa. He established monastic institutions, taught extensively and attracted many students. Gampopa also received teachings of Kadampa lineage of the great master Atisa. Later he fused the teachings of Marpa with teachings he had received in the Kadampa lineage. This lineage started by Gampopa was known as Dakpo Kagyu tradition.

The Dakpo Kagyu later developed into the Four Major and Eight Minor Kagyu sects. The four major sects were the Karma Kagyu, Phagmodru Kagyu, Barom Kagyu, and Tsalpa Kagyu. Karma Kagyu was founded by the first Karmapa, Duesum Khyenpa (1110-1193), who was one of the main students of Gampopa. Phagmodru Kagyu was founded by Phagmodru Dorje Gyalpo (1110-1170). Barom Darma Wangchuk founded the Barom Kagyu. All these three founders are the main disciples of Gampopa. The fourth major Kagyu lineage, called Tsalpa Kagyu, was founded by Lama Zhang, also known as Yudakpa Tsondu Dakpa (1123-1193). Unlike the other three founders, Lama Zhang's main teacher was Wangom Tsultrim Nyingpo, a student of Gampopa.

The eight sub-sects of Kagyu lineage are the Drikung Kagyu, the Drukpa Kagyu, the Yasang Kagyu, the Trophu Kagyu, the Shuksep Kagyu, the Yelpa Kagyu, the Martsang Kagyu and the Taklung Kagyu. All these sects derived from the Phagmodru Kagyu.

The Drukpa Kagyu sect is the lineage of Drupchen Lingrepa Pema Dorje (112-1188), which was held and transmitted by Tsangpa Gyarey Yeshe Dorje who later gave the name Drukpa Kagyu to the lineage. After his

death, his nephew and chief disciple Sangye Oenrey (Dharma Singye) inherited the lineage. Phajo Drugom was not able to meet Tsangpa Gyarey, who passed away when Phajo was on his way from Kham to Central Tibet. Phajo then became a student of Oenrey, and became the first to introduce the teachings of Tsangpa Gyarey in Bhutan. This lineage was later adopted as the state religion of Bhutan, after Zhabdrung Ngagwang Namgyel (also a Drukpa lineage holder) brought the country under his control.

From this background, we can come to understand something important about the dispute between Gyelwa Lhanangpa and Phajo. We have already seen that Gyelwa Lhanangpa was the student of Jigten Gonpo. Jigten Gonpo, who founded the Drikung Kagyu, and Lingrepa, who is the root of Drukpa Kaygu, are both chief disciples of Phagmodru Dorje Gyalpo. This shows that both of their religious lineages, the Lhapa/Drikung Kagyu and the Drukpa Kagyu have a single root which began to flourish under Phagmodru Kagyu. The conflict between the two sects that arose later are thus purely from political causes and are not religious in nature.

Brief History of Gyelwa Lhanangpa (1164-1224)

Gyelwa Lhanangpa was born in 1164 to Dragpa Pel of the Nyoe clan, and to Yongmo Pelka⁶ in the year of wood male monkey year of the Buddhist calendar. From a young age, due to his charisma and glory, he was called Zijed Pal. His father was considered the reincarnation of the Indian religious king Ashoka and at that time was the lord of the Lhasa region. On the other hand, Gyelwa Lhanangpa was also considered the reincarnation of the Great Siddha of India known by the name Krishnacharya.⁷

Before he was born, one night, Lama Zhang woke his disciples in the middle of the night and asked them to set up an offering and said siddha Nagpo Chodpa was going to get in Yongmo Pelka's (Lhanangpa's mother) womb. He requested them to arrange a welcome ceremony. Later, Lama Zhang invited Nyo Drakpa Pel and his family to his monastery, where he arranged two thrones, one for the Drakpa Pel and other one for his son. Even though the father was the religious lord of Lhasa at the time, the higher throne was made for the son in recognition that the son would

6 According to the brief biography of Lhanangpa called 'Bri gung chod pa 'Jig rten dgon po'i slob 'phrin las rang mnyam bchu gsum las dpal gNyos rgyal ba Lha nang pa'i rnam thar by Jana Baza. Songmo Pati, according to Lam Jamtsho's Sumthrang Denrab manuscript.

7 Nagpo Chopa (Nag po spyod pa) in Tibetan.

be the reincarnation of a great yogi, who was of higher status than his father. Lama Zhang was thus the religious figure who identified him as a reincarnation of the great Indian siddha known as Nagpo Chodpa.⁸

From early childhood, Lhanangpa is known for his leadership abilities and wisdom. It is said that during his childhood games,

“Lhanangpa was the one to decide who would play elephant and who would play horse, who would play the minister of exterior, the minister of interior and the general. The other children could not play as they wished, but had to ask his permission first. He made up the rules of the games, and anyone who violated them would no longer be welcomed as his playmate. Clearly, this story is meant to display his born leadership abilities, but it equally conveys the sense of entitlement that often comes with privileged birth.”⁹

Even though his father was one of the most powerful and wealthy men in U-Tsang (Central Tibet) in those times, he never intended to inherit his father’s wealth or got attached to it. His father, Drakpa Pel, was not only wealthy but a religious person as well; he had the transmission of the special Guhyasamāja tantra lineage from his father (Lhanangpa’s grandfather). As mentioned above, Nyo Lotsawa Yonten Drakpa (was the traveling companion of Marpa Lotsawa in India.

From the age of five he started receiving the initiations of the teachings related to his family lineage from his father. Gradually, he received different kinds of teachings from yeshe(I suppose Geshe) Purangpa, Denbagpa, Onpo Sherab Jungney, Rongka Jobum, La Toed Minkharpa and others as well. Later he heard about the famous Jigten Gonpo and he decided to detach himself from worldly attachments and commit his life to religion.

He sent back his wife, Lhachig Dechogma, who was at that time pregnant with his child to her family. He explained to her that the reason he was doing that was to sacrifice all he had in order to commit his life to

8 Nagpo Chodpa was one of the 108 Siddhas of India during the Buddha’s time.

9 See Martin, D. (2008). Nyo Gyelwa Lhanangpa Sanggye Rinchen. Accessed 15th October, 2013 from <http://treasuryoflives.org/biographies/view/Nyo-Gyelwa-Lhanangpa-Sanggye-Rinchen/2789>. The same information can also be seen in the brief history of Lhanangpa written in Tibetan, by the author Janya Bazra. .

religious activities. Dechogma agreed and returned back to her parents. When he informed his father about his intention to leave for the Drikung monastery, his father granted permission. At the age of nineteen he met Drikung Jigten Gonpo who was nothing less than the Buddha for him. After arriving at Drikung, it was said that Jigten Gonpo ordered him to go to another place to receive complete monk ordination, which he did in 1190. According to the Nyo Rab Yangsel Melong (NRYM), Gyelwa Lhanangpa received his complete monk ordination from Boelti Josey and Thagma Dorzhoen of Thagma Kachen.

Until the age of thirty-seven, he spent years in retreat at Mount Kailash (Tise). It was also around this time that he performed several miracles. One miracle took place over the Lake Mapham (mtsho ma pham) – it was said that he went to visit the underwater palace of the naga king. His followers and the people around there saw him sitting cross-legged on the surface of the lake and walking to and fro over it. At that time he was offered a small stupa made from three different precious stones by the Naga king. This stupa was later handed over to his son when he prophesied him to go to the south. According to oral history, the lineage holder in Bumthang owned this stupa, until the first king Ugyen Wangchuk sent a letter to the family when the king was building the Kurje Lhakang, asking to offer the stupa as the mind support for the Guru statue. The Kasho (royal decree) is still with the family. Gyelwa Lhanangpa spent many more years in other secluded retreats. It was in Mount Kailash, where he earned his title “Lhanangpa”.

After his retreats in Mount Kailash, he left to the south in 1194 AD. There is also evidence to suggest that he visited Bhutan for reasons other than to fulfill the prophecy. In the biography of Phajo Drugom Shigpo, called the current of Compassion¹⁰, in a footnote, it says at the early stage, according to the Kharag Nyo source, large domains of present-day Bhutan (lHo Kha zhi) were offered to the translator of Nyo Yonten Drakpa in the 10th century by the Indian teacher Aryadeva.

Accounts seem to disagree regarding how long he spent in Bhutan. In the same footnote mentioned above, it is said that he visited Drakar Dzumpa of Chelkha (Spyal-kha) in Paro arriving via Tsari where he initially

10 Dargye and Sorensen (2001). The biography of Pha ‘brug sgom zhig po. Thimphu: NLB, p. 11.

sojourned for three years. He went to Tsari at the age of 27.¹¹ Some other sources say eight or eleven years.

However he visited Bhutan in his thirties, and by the age of forty-nine he went to Dagla Gampo, the place/monastery of Gampopa in Southern Tibet, with his master Jigten Gonpo. Then Nyo Gyelwa Lhanangpa, Gar Dampa Choding and Palchen Choye (Nyo Gar Choe Sum), the three main disciples of Drikung Jigten Gonpo, went to Tsari Mountain and "opened" the hidden sacred place of Tsari by following the advice of their root teacher. So it seems most likely that he might have stayed in Bhutan between eight to eleven years. He started the Drikung school there and attracted many students.

Later his religious lineage, the Lhapa, remained influential for several centuries in Bhutan, forming a number of monasteries and gaining some control over the western region of the country. During Gyelwa Lhanangpa's lifetime, he was well known for his great brown sugar feasts (bur ston chen mo). He made several lavish sugar feasts in Drikung but the offerings also included much more than the sugar feast. He made such offerings seven times, six times before and once soon after the demise of Jigten Gonpo. In the last gathering it was said that around 55,525 followers of the Drikungpas were present for the feast.¹² In his History of Bhutan, Lam Pemala says that Lhanangpa imposed so much tax on people for these grand offerings, that the people of south suffered as a result.¹³ But in those days, dark brown cane sugar had to be imported from India.

There is no account that people at Lhanangpa's time went to India to import these goods.

He belonged to wealthy family. As his father's dying wish he even offered a skull cup, which belonged to Naropa and was considered as the most treasured possession of his family, to his teacher Jigten Gonpo. Moreover, soon after his father passed away, two of his half brothers and a number of other important members of his clan died. So most of his family's wealth

11 See Tshewang, Padma. (1994). 'Brug gi rgyal rabs gsal ba'i sgron. Thimphu: NLB.
12 See Martin, D. (2008). Nyo Gyelwa Lhanangpa Sanggye Rinchen. Accessed 15th October, 2013 from <http://treasuryoflives.org/biographies/view/Nyo-Gyelwa-Lhanangpa-Sanggye-Rinchen/2789>
13 See Tshewang, Padma. (1994). 'Brug gi rgyal rabs gsal ba'i sgron. Thimphu: NLB.

were offered to Drikung and Phagmodru¹⁴. This information could explain that all these grand offerings may not have come from Bhutan.

In Chelkha he had many disciples and sponsors who requested him to stay back as their teacher, but instead he returned to Tibet after spending a total of about 11 years, leaving his nephew Lhapa Rinchen Gyalpo as his representative. His nephew soon came into conflict with Phajo Drugom Shigpo. Therefore, towards the end of Lhanangpa's life, Rinchen Gyalpo wrote a letter expressing his concern to Lhanangpa, saying that he was challenged in spreading his teaching in Lhomon (Bhutan) by Phajo Drugom. Lhanangpa replied by saying not to worry much, and even though his teachings may not flourish in Lhomon, the rulers of the country would be from his lineage.¹⁵ Corresponding to his date of birth in the 3rd Rabjung's wood monkey year of the Buddhist calendar, Gyelwa Lhanangpa also passed away in the wood monkey year of the 4th Rabjung, in the year 1224.¹⁶

Contradiction between Phajo and Lhanangpa

Most historians continue to misunderstand the dispute that arose between the Lhapas and Phajo Drugom, and falsely attribute the dispute to have begun with Gyelwa Lhanangpa: We would like to attempt to clarify the subject here.

The school or the tradition that Lhanangpa started in Paro was the Drikung Kaygyu, but after his name Lhanangpa his followers are known as Lhapas. In the biography of Phajo it is written that the Lhapa who resisted Phajo was Gyelwa Lhanangpa. Gyelwa Lhanangpa and Phajo could not have had a conflict with one another, as their dates simply don't match.

Numerous scholars claim different dates in Phajo's history. According to his biography, Phajo was born in 1208 (Male Earth Dragon) and passed away at the age of 68, which means 1275 AD. According to the 69th Je Khenpo Gedun Rinchen's history the Lho Druk Choejung, he was born in 1184 AD (Wood Snake) and passed away in 1251 AD. When Dr.

14 Janya Bazra. (...).Lhanangpa's Namthar. Drikung Kagyu school: Sambotha Research Center.
15 བདག་ཚེས་མཚན་དུ་མ་དར་ཡུལ། ལྷུ་བདག་རྒྱུད་ལས་བྱུང་ཡང་གྲིང། See Lam Jamtsho's Sumthrang Denrab unpublished manuscript.
16 Lobzang, Dungkhar. (2004). *Dung dkar tshig mdzod chen mo*. Delhi: Sherig Parkhang, p. 937. However this information is same in all the references.

Yonten Dargye and P.K. Sorensen wrote the biography of Phajo Drugom, they relied on this latter date because there are also dates given by other scholars. The two authors said "It is more likely in or around 1184 A.D., as already suggested by a number of scholars".

If this is the case, it is 20 years after the birth of Gyelwa Lhanangpa, who was born in 1164. In 1191 Phajo was seven and started his study under Nyingma tradition, and at the age of 12 (in 1196), he met the Nyingma master Tharpalingpa from whom he got the name Dhondup Gyeltshen (some oral accounts say Tharpa Gyeltshen was the name given by Tharpalingpa). By that time, Lhanangpa was already at the age of 32. It was recorded that he had arrived in Bhutan in 1194 at the age of 30.

If Lhanangpa stayed in Bhutan for 11 years, he had already spent 2 years in Bhutan, while Phajo was still with his Nyingma master. Lhanangpa returned back to Tibet after 1205 and he didn't stay 11 years at one stretch in Bhutan. We have also seen that he accompanied his master Jigten Gonpo to Daglha Gampo monastery in his forties.

Phajo was 33 years old when he met Sangay Onrey. He stayed 3½ years at Jekar and Longdol after his master's instructions. After receiving the Demchog (Samvara) Transmission of the Rechung tradition, he stayed 1 year in Gomo Terkhung. He then stayed for 3 years in Gargoe of Nyingro receiving the complete cycle of Zhi Je from Lama Nyangtoe Chenpo. In total he stayed 7 years, and finally Phajo was ordered by Sangay Onrey to go to the south.¹⁷ By that time Phajo turns 40, and it would be in 1224 that he heads towards Bhutan. At this point in time, Gyelwa Lhanangpa turns 61 years of age – the age at which he died. Even if we put Phajo's arrival in 1222 or 1219, Gyelwa Lhanangpa's time in Bhutan does not match up. If Phajo arrived Bhutan in 1222, Gyelwa Lhanangpa was 58, and if it was in 1219, he was 55. Either way, he was elderly and already back to Tibet, where he spent his final years until his death in 1224. We know that when Gyelwa Lhanangpa's root guru, Jigten Gonpo, died in 1217, Gyelwa Lhanangpa was in Tibet, and there is no evidence so far to support any return trips to Bhutan after 1217.

Conclusion

According to the documents and historical inquiry of this study it would appear that Aris, while right about the reasons for tensions between Lhapas and Phajo, was wrong about Gyelwa Lhanangpa's involvement in the start of the conflict. Aris concluded:

In Bhutanese tradition the lHa pa are depicted as the bane of the 'Brug-pa school which ultimately triumphed. The official view is totally coloured by the role given to the lHa-pa in the biography of Pha-jo 'Brug-sgom Zhig-po, a somewhat doubtful authority if we consider the story of it's compilation. It purports to have been written by Pha-jo's son Dam-pa (in the 12th century) and later rediscovered by Ngag-dbang bsTan-'dzin (son of 'Brug-pa Kun-legs, 1455-1529) when he was fifty years old, i.e. in about 1580. The enemy is referred to as gNyoe or lHa-pa but he can probably be identified with rGyal-ba lHa-nang-pa himself, as dates seem to fit.¹⁸

However after a closer look into the documents and histories of the individual figures, the dates don't seem to fit. Gyelwa Lhanangpa had already left Bhutan by the time Phajo arrived.

Looking at this contradiction, the dispute between Phajo and the Lhapas does not seem likely to have originated with Gyelwa Lhanangpa himself. Some scholars think it could have been the Lhapa Rinchen Gyalpo, Lhanangpa's nephew, or possibly other lamas after Rinchen Gyalpo.

This conclusion may be accurate if we consider the information derived from Kharag gNyoe kyi gdung rabs khyad par 'phags pa: p42-51, which is given in the footnote of The Phajo's Biography: The authors discussed that if we date Phajo tentatively to 1184-1251 A.D., and his arrival in Lhomon to the mid- 1220, the skirmishes between Phajo and the Lhapas may date to approximately 1235-1245. The footnote also says that shortly after Lhanangpa passed away, Rinchen Gyalpo came to the Lhapa seat of Lhathel in 1227 and his abbacy lasted until 1231.¹⁹ There is thus some provision for further studies to identify the appropriate figure who disputed with Phajo.

18 Aris, M. (1974). Bhutan: The early history of a Himalayan kingdom. Warminster: Aris & Phillips, pp. 168-169.

19 see Dargye and Sorensen (2001), biography of Pha 'brug sgom zhig po. p. III (footnote)

17 see Dargye and Sorensen (2001), biography of Pha 'brug sgom zhig po. pp. 11, 14 and 15.

Furthermore, many Bhutanese historians seem to have mistaken the Lhapa for Gyelwa Lhanangpa. Lhapa is a term given either to his followers or the sub-sect of Drikung established under his teaching named after him. In *Polity of Kingship and Democracy*, the author writes: “Lhapa (abbreviation of Lhanangpa)”²⁰. Lhapa is not an abbreviation but a name of the Drikung sub-sect established by Gyelwa Lhanangpa that came to be known after his name, since he was its founder. At times his followers are known as Lhapa for being the follower of Lhanangpa or the practitioners of Lhapa Kagyue teaching. Lhapa is an abbreviation of Lhanangpa, but many take it as a reference to Gyelwa Lhanangpa himself, which is incorrect in our view. It might be necessary to reassess this part of the history of Bhutan.

References.

- Aris, Michael. (1974). *Bhutan: the early history of Himalayan kingdom*. Warminster: Aris & Philips.
- Baza, Jyana. 'Bri gung chos pa 'Jig rten mgon po'i slob 'phrin las rang mnyam bchu gsum las dpal gNyo Rgyal ba Lha nang pa'i nam thar.
- Dargye, Yonten and Sorensen, P. K. (2001). *The Biography of Pha 'brugsgom zhig-po- The Current of Compassion*, Thimphu: NLB.
- Jamtsho, Kencho. (2004). 'Bri gung chos 'byung (History of Drikung). Mirig Dpe truen khang, China.
- Jamtsho, Lam. Sum 'phrang gdan rabs (History of Sumthrang monastery), unpublished manuscript .
- Kinga, Sonam (2009). *Polity, Kingship and Democracy. A biography of the Bhutanese state*. Thimphu: MoE.
- Martin, Dan. (2008). *Nyo Gyelwa Lhanangpa Sanggye Rinchen*. Accessed 15th October, 2013 from <http://treasuryoflives.org/biographies/view/Nyo-Gyelwa-Lhanangpa-Sanggye-Rinchen/2789>
- Ministry of Education. (1994). *A history of Bhutan*. Thimphu: CAPSD.
- Sanga, Lam. (2000). 'Brug gi smyos rabs yang gsal me long (Clear Mirror of the Nyoe Lineage of Bhutan), Thimphu: KMT.
- Tshewang, Padma. (1994). 'Brug gi rgyal rabs slob spon pad ma tshe dbang gis sbyar ba 'brug gsal ba'i sgron me (A History of Bhutan assembled by Lopen Pema Tshewang: The Lamp which illuminates Bhutan). NLB: Thimphu.

²⁰ Kinga, Sonam (2009). *Polity, Kingship and Democracy. A biography of the Bhutanese state*. Thimphu: MoE, p. 47.

ས་སྐྱུ་ལེགས་བཤད་ལས།

རང་ལ་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ། །ཉིན་མ་རེ་ལ་ཚིག་རེ་བཟུང། །

གྲོག་མཁར་དང་ནི་སྤྲང་ཚི་ལྟར། །རིང་པོར་མི་སློགས་མཁས་པར་འགྱུར། །

