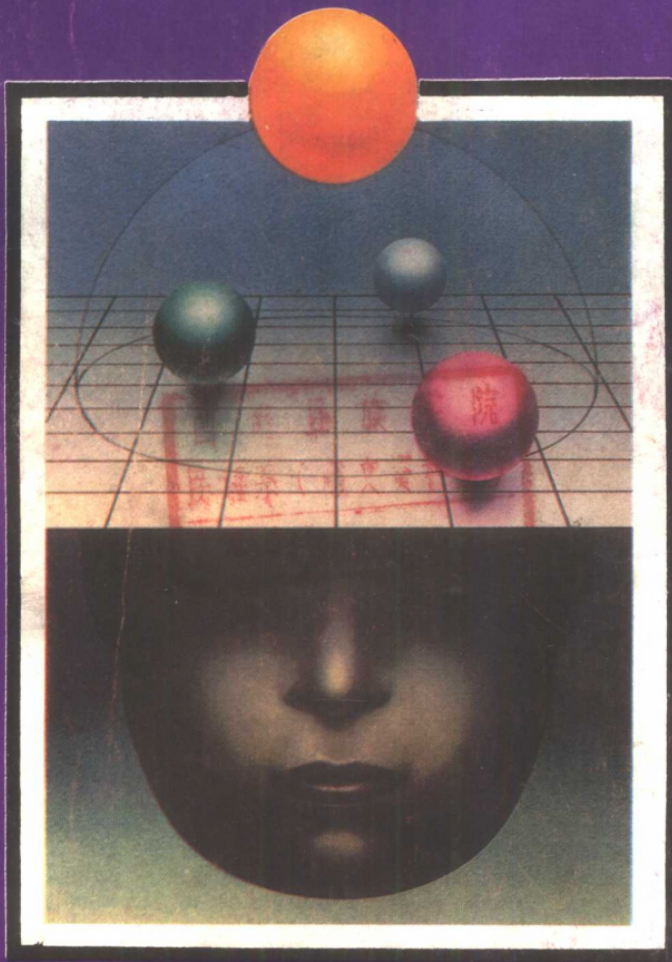




༡༡། ། རྩོམ་སྒྲུང་ས་རིག་པའི་སྒྲོ་འབྱེད་།།



ཀན་སྒུ་མི་རིགས་དཔེ་ཁྲན་ཁང་།



༡༣། །ཙུང་ལྷ་ལ་རིག་པའི་སྒོ་འབྱེད།།

ཀན་གུ་ཁིང་ཆོད་སྒྲིལ་ཤིག་ཞིབ་པར་ཁྱེད་ཀྱི་
མཇུག་གི་ཆོད་དང་འབྲུག་ཐང་གི་ཕ་མ་མཉམ།

ལན་མུ་མི་རིག་དཔེ་ཐུང་། །

སྒྲིལ་མ་སྒྱུད་ཀྱིས་དཔེ་སྒྲིག་གི་འགན་ཁུར།
ཞིས་ཅིན་ལེན་གྱིས་མཐུན་སྒྲིག་པ་གྱི་རིམ་བཞོན།

༩༩། རྩོམ་སྒྲུབ་པ་རིག་པ་འདི་སྒོ་འབྱེད།

ཀན་སྒུ་ཞིང་ཆེན་པོ་གྱི་ཤེས་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་།

ལངས་ཀྱས་རིན་ཆེན་དང་འབྲུག་ཐར་གྱིས་བཅུ་མཉམ།

ཀན་སྒུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲད་ཁང་གིས་བསྐྲུན། མཚོ་ལྗན་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་གིས་བཏང་མཉམ།

མཚོ་ལྗན་མི་རིགས་བར་ཁང་གིས་དཔར།

1994ལོའི་ཟླ7པར་བར་གཞི་དང་པོ་བསྐྱེད། 1994ལོའི་ཟླ7པར་བར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

(1—3,600)

ISBN7—5421—0238—9/G·54 (民文) རེབ་རིར་མཉམ། 9.70

(甘)新登字第02号

责任编辑:卓玛吉

封面设计:徐晋林

写作概论

(藏文)

甘肃省藏学研究所

桑杰任青 著
洲 塔

甘肃民族出版社出版

(兰州第一新村81号)

青海省新华书店发行 青海民族印刷厂印刷

开本: 850×1168毫米 1/32 印张: 13.5

1994年7月第1版 1994年7月第1次印刷

印数: 1—3,600

ISBN 7-5421-0238-9/G·54(民文)

定 价: 9.70元

མགོ་བརྗོད།

ལྷ་པོ་དང་རིག་གནས་ལྷ་པོ་ལ་མཆིན་ཐབ་ཡངས་པའི་དགེ་སངས་ལྷ་པོ་.....
 རིན་ཆེན་དང་འབྲུག་ཐར་ལགས་ནས་ཚམ་མཁྱིགས་མཛད་པའི་«ཚམ་ལྷ་པོ་.....
 རིག་པ་»ཟེར་པའི་སྒྲོབ་དེབ་འདིར་ངས་མགོ་མཇུག་པར་གསུམ་ཆང་མར་.....
 ལྷ་པོ་ཉན་གྱིས་བལྟས་རྗེས་ཆད་ལྷ་སྒྲོབ་དེབ་ཀྱི་ཁྲད་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་.....
 ལེགས་པོ་བྱུང་འདུག དེ་ཡང་རང་རེའི་ཐོད་ཀྱི་ཚུན་བྱུན་མཁམས་དཔའ་
 ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་མཛད་པའི་ཚམ་འཕྲིའི་ཤེས་བྱ་སྒྲོར་གསུང་ཚམ་མང་པོ་ཡོད་.....
 ཡུང་། ལྷ་པོ་ཚམ་འཕྲི་བྱ་ཐབས་སྒྲོར་ཆེད་སྒྲོབ་སྒྲོབ་གྲུའི་ནང་ཏུ་ལག་
 ལེན་དངོས་སྒྲོབ་ལྷ་པོ་འབྲེལ་ཐོག་ནས་སྒྲོབ་བྱིད་གནང་བ་མ་གཏོགས་སྒྲོབ་.....
 དེབ་ལྷ་པོ་མཛད་པར་བརྟེན། དེང་རབས་ལྷ་པོ་མཛོའི་ཚམ་འཕྲི་བྱ་ཐབས་
 ཀྱི་ཤེས་ཡོན་མང་པོ་ཞིག་ལྷ་པོ་སྒྲོབ་ཡིག་ཐོག་ནས་སྒྲོབ་དགོས་པའི་དབང་.....
 ལྷ་པོ། སྒྲོབ་བྱ་ཆེ་འཕྲིང་ཐོན་པའི་རང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་སྒྲོབ་
 ཡིག་ཐོག་ནས་ཚམ་འཕྲི་བྱ་ཚུལ་ཤེས་ཡུང་། རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཡིག་ལ་
 བརྟེན་ནས་ཚམ་འཕྲི་བྱ་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་ཞིག ཐར་དགེ་ཆུན་དང་པ་མ་ཐུན་
 མཆེད། སྒྲོགས་པོ་བཅས་ལ་སྒྲུབས་པ་དེའི་ཐོད་ཡིག་གི་གཏོང་ཡིག་ཅམ་ཡང་
 འཕྲི་མི་ཤེས་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་འདི་ཅམ་གནས་ཚུ། ལྷ་པོ་ཞིག་ཐོད་ཀྱི་སྒྲོབ་
 ཡིག་གཉིས་ཀྱིས་དེང་རབས་སྒྲོབ་ཆོགས་གསར་པའི་ཡར་རྒྱས་ལ་རྒྱས་པ་འདོན་

སྤུལ་བྱེད་མཚམས་ཆད་དེ། རྩ་རབས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩ་
 ལུ་མ་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་སྤྱོད་ཞོ་ཆོད་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་པར་མཛོད་ལོ་རྒྱུས་.....
 འགྲེམས་སྤྱོད་ཁང་ཏུ་བསྐྱལ་ལ་ཉེ་བའི་ཉེན་ཁའི་གནས་ཚུལ་དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་
 བྱེད་རྒྱ་དང་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཅན་བཞིའི་.....
 འཇུགས་སྤྱོད་དང་། མིས་རྒྱལ་གོང་ཏུ་གཅིག་གྱུར་ཐུག་ལས་ལྷག་པ་ལྟ་
 བརྟེན་གཏོང་བྱུང་པ་བཅས་དགོས་པ་གལ་ཆེར་དམིགས་ཏེ། དགེ་སངས་
 རྒྱུ་རིན་ཆེན་དང་འབྲུག་ཐར་ལགས་ནས། རྒྱལ་མཁོའི་ཚུལ་འབྲི་བྱ་རྒྱལ་
 ཀྱི་སྤྱོད་དེབ་འདི་འདྲ་བཅའས་འདུག་པ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་བྱགས་རྩི་ཆེ་
 ཞེས་ཞུ་རྒྱུ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱོད་དེབ་འདིར་དགོས་དེས་ཀྱི་བྱེད་ཚུལ་ལྟ་ཡོད་...
 པ་རྩི་སྤྱོད་ཞུ་གསལ་གསལ།

༡. དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཏུ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཚུལ་འབྲིའི་རིགས་མི་འདྲ་...
 བ་རྣམས་ཞོ་རིམ་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་པ་བསྐྱགས་གནང་ཡོད་པ།

༢. འབྲེལ་བཤད་ཁག་རྣམས་བོད་ཀྱི་སྤྱད་ཡིག་ཐོག་ནས་རྒྱུས་བསྐྱུས་
 འཚམས་ཤིང་གནད་ཆད་པའི་སྤྱོད་ནས་བཀོད་སྤྱོད་ལེགས་པོ་བྱུང་ཡོད་པ།

༣. ཚུལ་འབྲི་བྱ་ཐབས་ཀྱི་རྩི་སྤྱོད་ཁག་ལ་ཞིང་གོ་བའི་བ།

༤. སྐབས་སྤྱོད་ཐབས་པའི་དཔེར་བཞོན་རྣམས་ཐད་ཀ་ཐད་ཀར་.....
 བཀོད་ཡོད་པར་བརྟེན་སྤྱོད་མའི་ཤེས་སྤྱོད་པ་དང་ཤེས་མཁྱེགས་པ།

༥. རྒྱལ་མཁོའི་ཚུལ་འབྲི་བྱ་ཐབས་ཀྱི་ཆོག་ཆོགས་པེད་སྤྱོད་བྱ་ཐབས་
 རྣམས་ཁ་གསལ་བཀོད་ཡོད་པས་སྤྱོད་མས་རང་སྤྱོད་པས་མ་གཞིགས་བྱ་རྒྱུར་...
 ལྟུངས་བའི་བ་བཅས་ཡིན་པས་ཆད་ལྡན་སྤྱོད་དེབ་ཀྱི་གས་སྤྱོད་ཆོག་པ་བྱུང་...
 འདུག་པས། འབྲེལ་ཡོད་ཆན་པའི་དཔེ་བྱེད་རྣམས་པ་དང་། དཔེ་སྤྱོད་

ཁང་ནས་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱལ་སྤྱིར་གནང་ཉི་གང་མཚུགས་དཔེ་སྤྱན་.....
ལྷོ་མས་སྤེལ་མང་བའི་རེ་བ་ཡང་ཁྱ་ཚུ་བཅས།

ཐོད་སྐྱོངས་སྒྲོབ་ལྷ་ཆེན་མའི་དགེ་གན་ཆེན་མོ་ལ་
བྱང་དཀར་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས།

1993. 1. 7 ལ་བྲུལ།

དཀར་ཆག

- ལེའུ་དང་པོ། ཚུམ་ཡིག་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲུབ་འཇུག། (1)
- དང་པོ། ཚུམ་ཡིག་གི་སྒྲིའི་གོ་དོན། (1)
- གཉིས་པ། ཚུམ་ཡིག་གི་ཐན་ཡོན། (2)
- གསུམ་པ། ཚུམ་སྒྲུབ་པ་ཐད་ལ་འཇུག་པའི་ཐུག་འཇུག། (5)
- ལེའུ་གཉིས་པ། ཚུམ་ཡིག་ལ་འཇུག་པའི་ཐུག་གཞིའི་སྒྲུབ། (8)
- དང་པོ། ལྷ་ཞིབ་དང་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་ཚུལ། (8)
- གཉིས་པ། བརྟག་བྱེད་ཚུལ། (11)
- གསུམ་པ། ཚུམ་ཡིག་གི་ཐོག་མ་སྒྲིག་གཞི་གཏན་འབེབས་
བྱ་ཚུལ། (15)
- བཞི་པ། ཁ་བྱང་ལ་བརྟག་པ། (23)
- ལྔ་པ། ཚུམ་ཡིག་དག་བཅོས་བྱེད་ཚུལ། (25)
- ལེའུ་གསུམ་པ། བྱང་རིམ་བརྟག་པའི་ཚུམ་ཡིག་གི་བརྟག་
ཐབས་སྒྲུབ། (38)
- དང་པོ། བྱང་རིམ་ཞིབ་བརྟག་པ། (38)
- གཉིས་པ། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཚུལ། (49)
- གསུམ་པ། བྱང་རིམ་བརྟག་སྒྲུབ་ཀྱི་དབྱེད་ཚུལ། (79)
- བཞི་པ། བཅེ་བྱང་སྒྲུབ་པ། (83)

བཟུ་བ། འཆར་སྒྲུང་དང་ལུག་རྟོག་..... (92)

● ལེའུ་བཞི་བ། རོན་གྱི་བྱུང་རིམ་བརྒྱད་པའི་ཚཱ་ལྷངས་སྐོར།
..... (98)

དང་པོ། གནས་ཚུལ་གསར་འགྱུར་སྐོར། (99)

གཉིས་པ། གནས་ཚུལ་བྱད་ཚཱ་སྐོར། (110)

གསུམ་པ། གསར་འགྱུར་ཚཱ་རིག་..... (122)

བཞི་བ། ལྷག་ཚཱ། (126)

ལྷ་བ། བསྐྱུས་བརྒྱད་གཏམ་བྱུང། (142)

བྱུག་བ། གསར་ཚཱ་སྐྱུང་བྱུང། (149)

● ལེའུ་ལྷ་བ། གསལ་བཤད་ཚཱ་ཡིག་འབྲི་ཚུལ་སྐོར། (159)

དང་པོ། གསལ་བཤད་ཚཱ་ཡིག་གི་བྱད་ཚཱ། (159)

གཉིས་པ། གསལ་བཤད་འབྲི་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ། (168)

གསུམ་པ། གསལ་བཤད་ཚཱ་ཡིག་གི་རྣམ་གྲངས། (172)

༡. སྤྱི་ཚཱ་གསལ་གྱི་རྣམ་པའི་དོ་སྤྱད། (172)

༢. རང་བྱུང་ལུལ་སྤྱོད་པ་གྱི་དོ་སྤྱད། (179)

༣. རོན་རྒྱུ་གྱི་དོ་སྤྱད། (182)

༤. བྱ་དངོས་འཕེལ་བྱུང་གྱི་དོ་སྤྱད། (186)

༥. བྱ་དངོས་ཐན་རྒྱུ་གྱི་དོ་སྤྱད། (189)

༦. གཞུང་ལུགས་གསལ་བཤད་གྱི་དོ་སྤྱད། (191)

༧. རོན་རིག་ལག་ཆལ་གྱི་དོ་སྤྱད། (193)

༨. འཇིག་རྟེན་ཆགས་རིམ་གྱི་དོ་སྤྱད། (196)

●	མེའུ་བྱུག་པ།	དབྱང་བརྗོད་ཚུལ་ཡིག་སྒྲིག་སྐྱོར།	 (200)
	དང་པོ།	དབྱང་བརྗོད་ཚུལ་ཡིག་གི་ཚུལ་བའི་གོ་དོན།	 (200)
	གཉིས་པ།	ཐུབ་གཞི་འདོན་ཚུལ་སྐྱོར་བཤད་པ།	 (204)
	གསུམ་པ།	ཐུབ་བྱེད་འདེམ་ཚུལ།	 (213)
	བཞི་པ།	ཐུབ་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པའི་སྐྱོར།	 (216)
	ལྔ་པ།	དབྱང་བརྗོད་ཚུལ་ཡིག་གི་སྒྲིག་གཞི།	 (231)
	བྱུག་པ།	ལུན་འབྱེན་ཚུལ་ཡིག་	 (238)
	བརྟན་པ།	ལུན་མཐོང་གི་དབྱང་ཚུལ་ཐུང་པ།	 (251)
	བརྟུང་པ།	རིག་གཞུང་ཆེད་ཚུལ།	 (273)
●	མེའུ་བརྟན་པ།	ལུན་བཀོལ་ཚུལ་ཡིག་སྐྱོར།	 (306)
	དང་པོ།	ལུན་བཀོལ་ཚུལ་ཡིག་གི་བྱང་ཚུལ།	 (306)
	གཉིས་པ།	བརྟན་དབྱང་སྟན་ལྟ།	 (314)
	གསུམ་པ།	ལུན་མཐོང་ཐུབ་བྱེད་ཚུལ།	 (328)
	བཞི་པ།	ལུན་བཀོལ་ཚུལ་ཐུང་སྐྱོར།	 (339)
༡.	དམོངས་ལྟ་ཡིག་		(340)
༢.	གཡོར་ཡིག་		(341)
༣.	མེན་ཡིག་		(341)
༤.	འབྱུར་ཡིག་		(342)
༥.	བརྟན་ཡིག་		(342)
༦.	འབྱེན་ཡིག་		(343)
༧.	བརྟུང་སྐྱོར།		(345)

༩. གསལ་བཟུགས། (346)
༡༠. ཁྱེ་འབུལ་ཡི་གེ (347)
༡༡. གནས་ཚུལ་བྱུང་བཟུགས། (348)
༡༢. གསལ་བཟ། (349)
༡༣. གན་མུ། (351)
༡༤. མཚམས་སྒྲིབ་ཡི་གེ (353)
༡༥. དཔང་འཛིག་ཡི་གེ (354)
༡༦. རེ་འདུན་ཡི་གེ (354)
༡༧. འགྲན་སྒྲུལ་ཡི་གེ (356)
༡༨. འཚམས་འདྲིའི་ཡི་གེ (359)
༡༩. ཚད་མེད་ཡི་གེ (362)
༢༠. བཀའ་དྲིན་ལྷ་ཡི་གེ (364)
༢༡. བཀའ་མིའི་འཕྲིན་བཟང་ (366)
༢༢. ཉིན་མོ། (368)
༢༣. དཔེ་སྒྲིག་ཐིག་ཐིག། (369)
༢༤. ལས་དོན་སྒྲུབ་ལུ། (375)
༢༥. འཆར་བཀོད། (376)
༢༦. འཕྲུལ་ཆབ་གསུང་བཤད་ཀྱི་ཚཱ་ཡི་གེ (378)
- ལེའུ་བཟུང་པ། གནའ་རབས་ཀྱི་ཚཱ་ཡི་གེ་གི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་
 རོ་སྒྲིབ་རོག་ཅམ་བྱེད་པ། (395)
- དང་པོ། མཛད་ཀྱི་དོན། (396)

མཉམ་པ། གཞུང་དངོས་ཀྱི་དོན། (408)

མཉམ་པ། མཇུག་བསྟུན་ཀྱི་དོན། (412)

མེད་དང་པོ། ཚུམ་ཡིག་ལ་འདྲུག་པའི་ཚུན་འགྲོ།

དང་པོ། ཚུམ་ཡིག་གི་སྤྱི་འོག་དོན།

ཚུམ་ཡིག་ཅེས་པ་ནི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཆེ་སྟེ་གང་ཞིག་རྗོད་བྱེད་ཆོག་སྟུང་
དག་ཅིང་ཞིབ་ཆོག་ས་ཆེ་བར་བཅམས་པའི་ཡིག་ཐོག་གི་གཏམ་བཤད་ནམ་པ་
ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་དག་ཐོག་གི་གཏམ་བཤད་ནམ་པ་ལས་དགེ་མཚན་ཆེ་ལྟེ།
དག་ཐོག་གི་གཏམ་བཤད་ནི་རྣམས་སྤྱང་ཞིག་གམ་རེ་ཞིག་གི་འཛིན་བྱ་ཅན་.....
ལས་ཡུན་རིང་རྒྱ་གནས་སྤྱབ་པ་མིན་ནོ། ཚུམ་ཡིག་ནི་ཡུལ་རྣམས་མི་རྣམས་
མེད་ཅིང་། ཡུན་རིང་རྒྱ་གནས་པ་“སྟན་གྱི་རྒྱལ་པོར་བྲག་ས་པའི་གཟུགས། །
དག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལྔ་མོ་མོ། །དེ་དག་ཉེ་བར་མི་གནས་གྱང་། །རང་
ཉིད་ཉམས་པ་མེད་ལ་ལྟོས། །” ཟེར་བ་བཞིན་རྒྱ་ཡུན་རིང་རྒྱ་གནས་པའི་
བྱེད་ཆོས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཡུལ་རྣམས་གང་གི་མི་རྣམས་ཅུང་པར་སྦྱབ་
གསོའི་རྣམས་པ་ཐོན་ཞིང་། བྱ་སྤྱོད་ལ་ཁ་ལོ་བརྒྱར་བའི་རྣམས་པ་ཐོན་པ་ཞིག་
ཡིན།

ཚུམ་ཡིག་ནི་སྐབས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་ཆ་ནས་བརྗོད་བྱ་ཆེ་ཆུང་གང་.....
ཅང་ཞིག་ཚུམ་པ་པོ་རང་གི་བསམ་སྒྲུབ་འདོད་ཚུལ་ལ་སྦྱར་ནས་བརྗོད་དོན་.....

ཆ་ཚང་ཞིག་སྟོན་པ་དང་། རྣམ་པའི་ཐོག་ལུས་ཀྱན་སྟོན་གསུམ་ཆང་པའི་བྱེ་
 བྱ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་བརྟུན་བྱེད་ཕྱིན་ཆོག་སྦྱར་ལེགས་ཤིང་བརྟུན་བྱའི་.....
 རྟོན་གྱི་སྒྲིང་པོ་རྣམས་འདུས་པའི་ཡིག་ཐོག་གི་གཏམ་བཤད་ཅིག་ཡིན་ཞིང་།
 བརྟུན་པའི་རོ་པོའི་ཆ་ནས་ཕྱི་རོལ་ལུས་གྱི་བྱ་དངོས་ཚུར་སྤང་བྱུང་བའི་.....
 མཆོན་བྱེད་ཅིག་ཡིན་ཏེ། མདོར་ན། བརྟུན་བྱའི་ཆ་ནས་བསམ་སྒྲིའི་ལྟ་
 ཚུལ་བརྟུན་པ་དང་། རྣམ་པའི་ཆ་ནས་ལུས་ཀྱན་སྟོན་གསུམ་འཛམས་པ།
 བརྟུན་པའི་རོ་པོའི་ཆ་ནས་ཕྱི་དངོས་གྱི་གནས་ཚུལ་མཆོན་པ་བཅས་ཡིན་ནོ།

དེར་གྲགས་ཚུམ་སྤངས་རིག་པའི་ཆ་ནས་ཚུམ་ཡིག་གི་དབྱེ་བ་ལ་རྣམ་པ་
 ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པ་སྟེ། རྟོན་གྱི་བྱུང་རིམ་བརྟུན་པའི་ཚུམ་ཡིག་དང་།
 དབྱེད་བརྟུན་ཚུམ་ཡིག་གསལ་བཤད་ཚུམ་ཡིག་ཀྱན་བཀོལ་ཚུམ་ཡིག་བཅས་
 ཡིན་ཞིང་། རྣམ་པ་ཆེན་པོ་རེ་རེ་ལ་འང་ཡན་ལག་རྒྱ་ཐུར་པའི་ཚུམ་རྒྱ་མ་
 ཡོད་དེ། རྟོན་གྱི་བྱུང་རིམ་བརྟུན་པའི་ཚུམ་ཡིག་གི་ནང་གསལ་ལ། གནས་
 ཚུལ་གསར་འགྱུར་དང་། གནས་ཚུལ་བྱུང་ཚུམ། གསར་འགྱུར་ཚུམ་རིག་
 རྟུག་ཚུམ། བཅུས་བརྟུན་གཏམ་ཀྱང་། ཐུང་གཏམ་བཅས་ཡོད། དབྱེད་
 བརྟུན་ཚུམ་ཡིག་གི་ནང་གསལ་གྱི་སྒྲིང་དབྱེད་ཚུམ་བྱུང་བ་དང་ཆེད་ཚུམ་.....
 རིགས་ཡོད་པ་དང་། དབྱེད་ཚུམ་བྱུང་བ་ལ་བསམ་སྒྲིའི་དབྱེད་གཏམ་དང་
 རིག་ཚུལ་དབྱེད་གཏམ་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། ཆེད་ཚུམ་གྱི་ནང་གསལ་གྱི་
 རིགས་གཞུང་ཆེད་ཚུམ་དང་ཆེད་དམིགས་ཆེད་ཚུམ། ཆེད་ཚུམ་བཅས་ཡོད།
 གསལ་བཤད་ཚུམ་ཡིག་གི་ནང་གསལ་གྱི་ཆེ་གས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྟོག་དང་།
 རང་བྱུང་ལུས་སྤངས་རྟོག་དང་། ཐོན་རྣམས་གསར་བ་རྟོག་དང་། དངོས་པའི་
 འཕེལ་རིམ་རྟོག་དང་། ཐོན་རྣམས་ཀྱི་མན་རྒྱས་རྟོག་དང་། གཞུང་ལུགས་གསལ་

བཤད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟར། ཚན་རིག་ལག་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་ལྟར། འཇིག་རྟེན་ཆགས་རིམ་
 གྱི་རྒྱུ་ལྟར་བཅས་གསལ་བཤད་རྒྱུ་གི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡོད་ཅིང་། རྒྱུ་
 བཞེས་ཚམ་ཡིག་གི་ནང་གསལ་གྱི་བརྟག་དཔྱད་ཞུན་ཀྱི་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྟ་
 དང་། འཇིག་ཡིག་དང་། གཡམ་ཁུ་མཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཡི་
 གི་བཅས་ཡོད། ཚམ་ཡིག་ལ་བྱེ་བྲག་གི་ཚམ་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱིང་། ལ་
 ལའི་འདྲོད་ཚུལ་ལྟར་“ཚམ་ཡིག་ནི་ཆོག་གི་རྒྱ་ར་བའམ་དག་གི་ཁྲིང་བ་ལ་གོ”
 ཞེས་པའི་བམ་བཤད་ཙམ་ལ་མགོ་མི་འཁོར་བར་ཚམ་ཡིག་རིང་བྱུང་གང་ཞིག་
 ཡིན་ཅུང་རང་རང་གཏོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་ཚམ་ཚུལ་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས།

གཞིས་པ། ཚམ་ཡིག་གི་ཤན་ཡོན།

ཚམ་ཡིག་གི་རྒྱུ་པའི་ཐད་ལ། བཞེ་ཙེ་རྒྱུང་མཆོག་གིས་“ཚམ་ཡིག་དང་
 གཏམ་བཤད་ནི་ཆེད་རྒྱ་མི་གཞན་ལ་བག་ཆགས་བརྩོ་བའི་ཆེད་རྒྱ་ཡིན་ལ།
 མི་གཞན་པའི་བསམ་སྒོ་དང་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཁ་ཁོ་བསྐྱར་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་.....
 རྒྱུ་ཡིན། ” ཞེས་གསུངས་ཅུང་པ་དང་། རིག་གནས་ཡོད་པའི་མི་རིགས་
 གང་དང་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། རྒྱ་ཆོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་དང་བརྒྱན་ནས་
 ཚམ་འཁྲིའི་བྱ་བར་ཆེས་གཅིགས་ཆེན་རྒྱ་བརྒྱུད་དང་འཇིག་བཞིན་ཡོད། དེར་
 བརྟེན། ཚམ་ཡིག་གིས་རྒྱལ་པོ་གང་གི་ཆ་ནས་རྒྱ་ཆོགས་ལ་ཤན་ཐོགས་པ་
 ཡིན་ཞེ་ན།

༡. ཚམ་ཡིག་ནི་དཔྱད་དང་རང་རྒྱལ་པོ་ནས་མི་དཔངས་ལ་སྒྲུབ་....
 གས་བྱས་ཏེ་དཔྱད་གྲོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསལ་བོར་འབྱེད་པར་མ་ཟད། དཔྱད་

འགོག་རང་སྤང་གི་རྒྱལ་པ་ཐོན་པ་དང་། མི་དམངས་ལ་མཚན་ན་མི་བཟང་
 འོན་པ་བཟང་ནམས་ལ་བརྟེན་བསྐྱེད་དང་། རྗེས་ལྷན་དང་མི་རན་དོན་རན་
 ཅན་ལ་དགག་པ་དང་སྦྱོན་བརྟེན་བྱས་ཏེ། ཅ་འཇུགས་ལྡན་པ་དང་། མིག་
 བྱིས་ལ་ལྡན་པ། མཐུན་སྦྱོར་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་མོང་གི་འཆར་
 གཞི་ཡོད་པའི་ལས་དོན་ཡོངས་འབྲུབ་བྱེད་པར་བཙོན་པ་རིང་ཏུ་སྦྱོད་ཏུ་.....
 འཇུག་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པ་ལྡན་ནོ།

༢. སྤྱིང་འཕྱར་རིག་གསུམ་གྱི་ལས་དོན་སྤེལ་པའི་བྱ་བ་དེལ་བསྐྱེད་
 བྱེད་པའི་རྒྱལ་པ་ཐོན་པ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་ཡིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉང་དང་སྤྱིང་
 གཞུང་གི་སྤྱིང་རྒྱལ་དེལ་བསྐྱེད་བྱེད་སྤྱོད་པ་དང་། རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་ནང་གང་
 རུང་གི་ཆཔ་སྤྱིང་དམག་དོན་དང་། དཔལ་འཕྱར་འཇུགས་སྤྱོད་ནང་ཆན་
 རིག་ལག་ཆལ། རིག་གནས་སྤྱོད་གསོ་བཅས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་དང་ཅི་
 ཡོད་དེལ་བསྐྱེད་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པ་ཐོན་པ་ཡིན།

༣. བན་ཚུན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་བ་རྗེ་རེས་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པ་ཐོན་པ་ཡིན་.....
 ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་། འདོད་སྤྱོད་། ཉམས་སྦྱོང་གང་ཞིག་ཡིག་
 ཐོག་ཏུ་བཀོད་ནས་ལམ་ཐག་རིང་སྤང་གང་ཡིན་གྱི་མི་ལ་གནས་ཚུལ་སྤེལ་.....
 རེས་བྱེད་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པ་ཡོད།

༤. བན་ཚུན་ལ་སྤེལ་མ་གཏོང་པའི་རྒྱལ་པ་ཡོད་དེ། སྤྱོད་མོང་གི་
 དམིགས་ལུལ་གཅིག་ཡོངས་འབྲུབ་བྱེད་པར་བསྐྱེད་བྱ་གནང་བ་དང་། སྤྱོད་
 གསོ་གཏོང་བ། སྤེལ་མ་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ཏེ། སེམས་བྱུགས་དང་སྤྱིང་
 རྒྱལ། དཔལ་འར་སྤྱོད་པ། ཡིད་ཆེས་བཙོན་པ་མེད་པའམ་ཞན་པ་དག་
 ལ་ཡོད་པའམ་རྒྱལ་པར་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པའི་རྒྱལ་པ་ཡོད།

༥. རིགས་པའོ་གཞུང་ལུགས་དང་རྫོད་ཕྱིན་གྱི་རྩ་ཙམ་སྒེལ་བའི་རུས་
པ་ཡོད། ཙམ་ཡིག་ནི་ཡུལ་རུས་མི་གསུམ་ལ་བྱད་མེད་པར་ཀུན་ལ་བྱབ་
པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར། ཙམ་ཡིག་དེ་བྱད་པ་ནས་ཡུལ་གང་དང་རུས་ནས་ཞིག་མི་
སྒྱ་ཡིན་ཅུང་དེའི་ནང་དོན་དང་རྩ་ཙམ་བརྩུད་སྒེལ་བྱས་ཆོག་པ་ཞིག་རེད།

༦. ལས་བྱངས་སོ་སོའི་འགོ་བྱིད་པ་ནས་སྒྱུ་ཁྱིམ་རང་གི་འདོད་རྩོམ་.....
དང་འཆར་གཞི་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་ནས་གོང་འོག་བར་གསུམ་གང་ལ་བྱ་བྱུ་བ་
པའི་རུས་པ་ཡོད།

༧. ཞིབ་འཇུག་པ་གང་གིས་སྒྱི་ཆོགས་ཆན་རིག་དང་རང་བྱུང་ཆན་.....
རིག་གང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ཆོད་ཉམ་འབྱུད་རིམ་དང་མཇུག་འབྲས་ཅི་.....
ཡིན་པ་ཇི་བཞིན་ཏུ་བཀོད་ནས་སྟན་ཏུ་བྱུལ་བ་དང་། ཀུན་ལ་བསྐྱགས་པའི་
རུས་པ་ཡོད།

ཙམ་ཡིག་གིས་སྒྱི་ཆོགས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རུས་པ་ཐོན་པ་ཡིན་གཤིས། དེར་
སྐབས་རུས་རབས་གསར་པའི་སྐབས་འདིར་ཅན་བཞི་འཇུགས་སྟན་དང་།
སྐོས་སྒྲ་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གཉིས་འཇུགས་.....
སྟན་བྱས་ཏེ། རོང་འཕྲོག་སྒྲིགས་ཀྱི་ས་ཆའི་རྒྱུ་ལུས་ནས་པ་བརྩུར་ཏེ།
སྤྱི་འབྱོར་རིག་གསུམ་སྒྲིགས་གང་ཐད་ནས་ནས་པ་གསར་བར་བརྩུར་བ་.....
ལ་ཙམ་ཡིག་གིས་རུས་པ་ཆེས་ཆེ་བ་འདོན་བྱུ་བ་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ། རྩོམ་སྐད་ས་ཐད་ལ་འདོན་པའི་ནམ་འགྱུར།

ད་ཐར་ཙམ་འབྲིའི་སྒྲིབ་བྱིད་ཕྱིན་སྐབས་བྱུང་བའི་ཉམས་སྦྱང་ལྟར་.....