

ཐོད་ཀྱི་གསེང་འཛིན་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱོགས་འཕྲིགས་དཔེ་ཚོགས།



ARURA

༄༅།ཕྱི་མ་ཕྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ ཕྱོགས་འཕྲིགས།

བྲང་ཉི་འཇམ་དཔལ་ཤར་ཁྱ་སྐྱེས།



མི་རིགས་དཔེ་སྐྱེས་ཁང་།

བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱགས་བསྐྱགས་དཔེ་ཚྭ་གསལ།



༄༅། ཕྱི་མ་རྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ ཕྱགས་བསྐྱགས།

བཀའ་ཉི་འཇམ་དཔལ་འབྱེད་པའི་སྐྱོན་གསལ།

མཚེ ཐོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས་བསྐྱགས།
(བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱགས་བསྐྱགས་དཔེ་ཚྭ་གསལ) མཚེ་ཕྱག་ཚྭ་གསལ་

089

། མེ་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

ཚོམ་ཐྱིག་འགན་འཁུར་པ། མིག་དམར་གྱི་མཆོ།
责任编辑：米玛加措

༩༩ ། རྩི་མ་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཚྱུགས་བསྡེགས།

ཚོམ་བཅོ།	བྲང་ཉི་འཇམ་དཔལ་བཟང་པོ་སོགས།
ཚོམ་ཐྱིག་མཁན།	མཆོ་ཐུན་ཞིང་ཆེན་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཚྱུགས་བསྡེགས་དཔེ་ཆོགས་ཚོམ་ཐྱིག་ཆོགས་པ།
དཔེ་སྟེན་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་།
འབྲེལ་བ་ཐོབ་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་སྟེན་ཁང་གི་བོད་ཡིག་ཚོམ་ཐྱིག་ཁང་།
གནས་ཡུལ།	པེ་ཅིན་རྫོང་ཡིང་ལེ་བྱང་ལམ་ཨང་14པ།
ཐུག་ཐོན་ཡུང་གྲངས།	100013
ཁ་བར་ཡང་གྲངས།	010 - 64275311
པར་བཞེངས་མཁན།	པེ་ཅིན་དབྱི་རྒྱའི་པར་འཛེབས་ཚད་ཡོད་ཀྲང་སི།
བརྒྱུད་འཛེང་མཁན།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སེ་སེའི་ཞིན་རྫོང་པེ་ཆོང་ཁང་།
དེབ་ཆད།	850mm × 1168mm 1/32
པར་ཚོག་	16.625
པར་གཞིའི་ཐྱིག་ཐེངས།	2008ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྡེགས།
པར་ཐེངས།	2008ལོའི་ཟླ་12པར་པེ་ཅིན་དུ་པར་ཐེངས་དང་པོ་བརྒྱབ།
པར་གྲངས།	0001 - 2000
ཟིན་ཡོང་།	མོར་25.00

ISBN 978 - 7 - 105 - 09719 - 7/R·288(藏 152)

图书在版编目(CIP)数据

后续部注释汇集:藏文/《藏医药经典文献集成》编委会,
青海省藏医药研究所编. - 北京:民族出版社,2008.11

(藏医药经典文献集成)

ISBN 978 - 7 - 105 - 09719 - 7

I .后… II .①藏… ②青… III .藏医 - 文集 - 藏语
IV .R291.4 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 175861 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

<http://www.mzcbs.com>

北京艺辉印刷有限公司

各地新华书店经销

2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:850 毫米 × 1168 毫米 1/32 印张:16.625

印数:0001 - 2000 册 定价:25.00 元

ISBN 978 - 7 - 105 - 09719 - 7/R·288(藏 152)
(藏文室电话:64275311 发行部电话:58130509)

《藏医经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：仁青措 我杰吉 吉太加 夏吾杨本 多杰 扎巴

本考 布地次仁

《藏医经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：仁青措 我杰吉 吉太加 夏吾杨本 多杰 扎巴

本考 布地次仁

ཚུན་འགྲོའི་གདམས།

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལོང་བ་ཞི་སྒྲོང་ལ་ཉེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟན་ལ། དེ་ནི་གནའ་ཐོད་ཐོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཟླུང་གཞིར་བྱས་སོགས་ རྒྱ་གར་རྒྱ་ནག་ཏེ་ཐིག་ལ་སོགས་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཉིང་བཅུད་བརྟུ་ལེན་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཞིང་ལག་ལེན་གྱི་ཚུང་བྱང་ཕྱན་ཕྱམ་ཆོགས་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མངོན་པར་བཟྱ་བའི་གསོ་དཔུང་གྱི་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། རྩ་མོ་ཞིག་ནས་འཇམ་སྒྲིང་བྱུང་བོངས་ཀྱི་གསོ་རིག་སྒྲུབ་པ་ནམས་ཀྱིས་གདེང་འཇོག་ཆེན་པོ་གནང་ཐུས་སུ་མཆིས།

ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གྱི་བརྟན་བཙས་བཟང་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་ནང་དོན་གྱི་ཐད་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཟླུང་གཞིའི་གཞུང་ལུགས། བད་ཐོག་ལག་ལེན། སྒྲུབ་རྩིས་ཤེབ་བཟོ། ལུས་ཁམས་བདེ་སྤང་ལ་སོགས་རིག་ཆུང་ཡོངས་སུ་འདུས་ཡོད་པའི་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཅིག་ལགས། དེ་ལ་ཉར་དང་སྤྱིད་གཞུང་གི་སྤྱུགས་འཁྲུང་དང་བཙི་མཛོང་ཆེན་པོའི་འོག་ཉེ་ལོར་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱུང་ཡོད་ལ། གནའ་གཞུང་གང་མང་ཞིག་ཀྱང་དཔེ་སྟུན་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་ཐིག་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ད་དུང་གནའ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་སྤར་བཞིན་འབྲས་ཐོས་ཀྱི་ལ་གོག་ཐེབས་པའམ། ཡང་ན་མིའི་རྩོལ་བའི་དབང་གིས་གཏོར་བརྟག་ཆབས་ཆེན་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་པས། གང་ལྟར་སྒྲོས་སྤྱང་སྒྲུབ་མ་བྱས་ཆེ་རིན་ཐང་གཞུང་དུ་མེད་པའི་གནའ་དཔེ་གང་མང་ཞིག་ཙམ་བརྟག་རྒྱན་ཆད་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ།

དེ་ལ་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ཉིད་ཚུགས་ཡོངས་ནས་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་

རྩེལ་གཏོང་རྒྱའི་དམིགས་ཡུལ་བཅངས་ནས་ང་ཚོས་༡༠༠༡ལོར་མཆོ་སྤྲོན་ཞིང་
 ཆེན་པོ་དེ་གི་གསེ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་གཙུག་ཁྱིམ་གྱི་དུས་པའི་“《པོད་ཀྱི་གསེ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྟོགས་བསྐྱིགས་དཔེ་ཚོགས་》ཚུལ་སྤྲོད་ཚོགས་པ་”སྤྲོད་
 འཇུགས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཆོལ་སྤྲད་དང་དག་སྤྲོད་དང་ཚུལ་སྤྲོད་
 བཅས་ཀྱི་ལས་སྒོ་ཕྱེ་ཞིང་དཔེ་སྟོན་དང་འགྲེམས་སྤྲོལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་འགོ་བརྩམས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཚོགས་འདི་ནི་སྤྲོན་པ་མ་མཆིས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་གྲྭ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་པོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དོ་ཙག་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་འཕྱར་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ང་ཚོའི་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ང་ཚོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཚོགས་འདི་ཐོག་མར་དཔེ་སྟོན་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་བསྐྱར་ནས་
 འདིར་ཁོ་ཐོས་བྱ་བ་ཞག་ཆེན་པོ་འདི་སྟོགས་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལམ་སྟོང་ཡོང་
 བའི་བཀའ་ཤིས་སྟོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་པོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་ལ་ལྟག་
 བསམ་དཀར་བའི་ཡུལ་དང་སྟོགས་སོ་སོའི་སྤྲོས་བྲུ་ཀྱན་ནས་ཀྱང་ལས་གྲྭ་འདིར་
 སྟོགས་གང་ཐད་ནས་རྒྱ་བ་སྦྱར་དང་རྟོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

ཞེས་འོ་ཚོགས་ཆེན་ནས།
 ༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༡༢པར།

མཆམས་སྒྱུར་བའི་གྲམ།

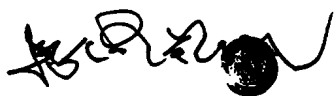
ཁ་བ་རི་ཁོའི་བཅུ་ཕྱག་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཇིག་
རྟེན་སྒྱུའི་ཕན་བདེ་གཞི་མར་ལྷུར་པའི་སྒྲོའི་རིག་པ་མཐའ་དག་སྒྱི་ལ་བཏགས་
པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་
ལྷུར་པའི་གངས་ཅན་གསེབ་རིག་པ་ནི་བོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོལ་རྒྱན་
དར་སྒྲེལ་མཛད་ཅིང་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་
ཞིག་ཡིན་སྟབས། རིས་སྤྱ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ལ་ཕན་པའི་ལས་
དོན་ཚོན་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འབྲམས་ཤིང་སྒྱི་ཆོགས་དང་དྲུས་རབས་རི་
འབྲཞིག་གི་ནང་དུ་འར་མཆོག་གལ་དང་ཕན་ཚུགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
དངོས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་སྒྲུབ་པའི་གནས་ལུགས་སྤྱི་ཡོད་པས་མི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཞིག་གིས་
ཀྱང་བསྟོན་འདིང་དང་ཁྱོག་བཤད་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། ། རང་རེའི་ལྷ་རྒྱུས་ཡིག་
ཆར་དང་དཔྱད་བསྟན་བཅས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ལྟར་ན། གཤུང་དྲུང་བོན་ལུགས་
ཀྱི་དྲང་སྤྱོད་དཔྱད་བྱའི་སྤེལ་ནས་སྒྲན་པ་དྲུང་གི་ཐོར་ཅན་ཅན་བར་དང་། རྗེ་
བཅུན་གཤུ་ཐོག་སྤྱིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ནས་གཏེར་སྟོན་གྱི་བ་མངོན་སེས་ཀྱི་
བར། བེ་རོ་ཅན་ནས་ལྷ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས། ཕྱང་ཟུར་ནམ་
གཉིས་ནས་ཀོང་སྤུལ་ཡབ་སྤུལ། མི་དབང་ལྷེ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྒྲན་ཅིས་
མཁས་དབང་མཐུན་རབ་ཞོར་བྱ་ལ་སྤུག་པའི་དྲང་སྤྱོད་མཁས་སྤུབ་རིམ་ཕྱོན་
བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱ་རྒྱ་ལས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞེའི་
དགོངས་འགྲེལ་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དགོངས་འགྲེལ་གཙོ་བྱས་པའི་གསེ་
རིག་གི་བསྟན་བཅས་རི་ཁོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཇལ་ན་དད་པའི་

སྤྱོད་པ་ཡོ་ཞིང་གཞན་ལ་རོམ་ན་ལ་རྒྱའི་སྤྱོད་པ་ལ་རྒྱས་པ་འདིས་ཤོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་པའི་མོ་རྒྱས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་ལུག་ལུས་ཆོགས་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་ར་སྤོང་གསལ་པོ་བྱས་འདུག

འོན་ཀྱང་མིག་སྤར་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་རེའི་གསོ་
རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སུ་བྱུང་དང་
འབྱུང་ལུས་ཡིན་པའང་ཀྱན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཆེ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་གྱིས་ཆོང་ཚོག་ཁོ་ན་དང་ཡུལ་ལུང་གེ་
བག་པའི་ཁེ་སན་ནམ་ཚུགས་རིས་ཅན་གྱི་རྩ་བ་སོགས་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རྩ་བུ་འདི་ལ་སྤྱིང་ཁོང་ནས་ག་ཆ་དང་
གཅེས་སྤྱོད། དེ་བཞིན་རིས་སུ་མེད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མའི་རིགས་ཡོངས་ལ་
ཕན་དུ་རེ་བའི་ཀྱན་སྤོང་རྣམ་དག་གི་རྩོམ་སྤྱོད། རི་རྒྱལ་རྩུབ་པོའི་གཏོས་དང་
མཉམ་པའི་ཤོད་ལུགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྣམས་ལ་འོལ་ཆོད་དང་
རང་བཟོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤར་ལས་རྟག་པའི་རང་སྤྱོད་འདོན་རྒྱར་སྤྱོད་དང་
འཆོལ་བྱུང་ལེགས་སྤྱིག་ཕྱིད་རྒྱ་བཅས་ནི་མིན་ཏུ་གལ་གནད་ཆེ་བའི་བཟྱི་བ་ཞིག་
རེད།

དེའི་ཕྱིར་མཆོ་སྤྱོད་ཞིང་ཆེན་ཤོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཚུངས་པའི་རྩོམ་སྤྱོད་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་རིག་པ་རྒྱད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཏོད་ཤོང་སྤེལ་གྱི་ཆར་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འཇུགས་སུ་བ་པའི་ཆེད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་སྤྱིད་རྒྱས་བཟང་པོའི་སོ་སྐབས་དམ་འཛིན་རང་མི་
དངོས་ནོར་གསལ་གྱི་རྩོམ་སྤྱོད་ལུགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་ཞིང་མིག་རྒྱར་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཏེ་རང་རེའི་སྤྱོད་ཅིས་སྤོར་གྱི་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་གནའ་དཔེ་
དང་བརྟན་བཅོས་ལག་ཏུ་ཟིན་ཏོ་ཅོག་ཚུགས་གཅིག་ཏུ་བསྤྱིགས་ཏེ་པར་དུ་
བསྐྱབ་པའི་དགེ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་ཟད་འབྱུང་འབྱུང་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིས་
བརྟན་པ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་ཤོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

ཅུས་པ་ཐོན་ཐུབ་ཅིང་ལྷན་ཅན་གྱི་སྲིད་འཛུགས་དཔལ་ཏུ་འགྱུར་བར་གདོན་
མི་བས་ན། འོ་སྐལ་ཐུན་མོང་གིས་རྒྱལ་ཁོངས་ལ་རང་ཁྱེད་ལ་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་ཏེ་ཅང་དགའ་ཆོར་དང་བཅས་མཚམས་སྦྱར་བའི་ཆོག་ཏུ།



ཁོ་ཏུ་ཆེ་ནམ་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་༡༡ཆེས་༡༩ཉིན་ལ།

དག་མྱིག་པའི་གསལ་བཤད།

པོད་ཟལ་མོ་སྐར་བ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་སྟེང་དུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྱིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ཕྱོན་དྲན་དབང་དམ་
པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བཅུ་ལྷག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྒྱུག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་མིན་པའི་མཐར་
ཡང་རྒྱབ་པ་མེད་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལ་སྤུས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བཅུའི་ཡ་གྱལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་སྤྱར་པའི་
པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཤུ་ཐོག་ཆེན་པོས། མི་ན་བར་གནས་པར་
འདོད་པ་དང་ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་མན་
ངག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ལ་མན་པ་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཟེ། དེར་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་
ཡུན་ཏ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྐན་
དཔུང་གྱི་རིགས་ལམ་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཤིང་མན་ངག་ཉམས་སྦྱང་ལུན་སུམ་
ཆོགས་ཤིང་གུ་རྟོམ་པ་ཞིག་མཆིས་ལྟ་བུས། དེང་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་
ཆོན་རིག་པ་མཁས་ཅན་དག་གིས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་སྟོབ་སྟོབ་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་གོམ་སྟབས་མཚུགས་ལེན་ཕྱིད་བཞིན་པ་དང་། རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཏང་གི་མི་རིགས་མིན་རྒྱས་དོན་འཁྱོལ་དང་རྒྱབ་རྒྱུད་གསར་སྟེན་ཕྱིད་པའི་
འགྲོས་དང་བསྟན་ནས་པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་སྟོན་ཀྱན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་སྟེན་གནང་སྟེ་ཉམས་དགའི་ཡུལ་ཁམས་
ཤིག་ཏུ་བསྐྱལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་ཕྱེན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་

དེའི་གསེང་རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་ངག་གི་གདམས་པ་གང་མང་ཉམས་ཉེས་སྲུ་
 རྒྱར་དང་འབྱར་སྲུས་ཡིན་པའང་ར་ཆོས་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་འབྱམས་ཤིང་།
 སྔད་ཀྱི་གསེང་རིག་འདི་ཉིད་གནའ་པོའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་བྱ་ན།
 རི་རྒྱལ་ལྷན་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པའི་གཞུང་མན་ངག་གི་གསུང་རབ་དེ་
 རྣམས་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་སྐོན་སྐོན་འདོན་རྒྱར་སྦྱོར་དང་འཆོལ་སྦྱང་ལེགས་
 གྲིག་བཅས་ཕྱེད་རྒྱ་ནི་ཐོག་མར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་སྤང་གཞིའི་ལས་ཀ་གལ་ཆེན་
 ཞིག་ལྟེན་སྐོལ་ཆེ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བབས་པའི་
 ཏུས་རབས་ཀྱི་འགན་འབྲི་ཞིག་ལགས། དེའི་མིང་ར་ཆོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལས་འགན་
 དང་ཏུས་རབས་ཀྱི་བྲང་བྱ་ལྟར་མདོ་དབྱས་མཐོ་སྤང་ཞེས་པའི་བྱ་ན་མིན་ཁོར་
 ཡུག་ཁོད་དུ་འཕེལ་རྒྱས་རྒྱར་བའི་གནའ་པོའི་གསེང་དབྱང་རིག་པ་འདིའི་སྐྱེ་
 དབྱགས་རྒྱན་བཞིངས་ཕྱེད་ཅིང་། སྔད་ཀྱི་གསེང་དབྱང་རིག་པར་སྤྱང་བཙོན་
 དང་ཞིབ་འཇུག་ཕྱེད་པར་སྦྱོབ་བརྟམས་པའི་རྣམ་དབྱང་ཅན་མང་པོར་རྒྱ་ཆ་མཐོ་
 སྦྱང་ཀྱི་སྐོར་འཕར་ཡངས་པོར་སྒྲེས་པ། རང་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུ་འཛིན་པ་ལ་
 སྤར་བས་སྒྲན་ཐོགས་བྱུང་པ། ཉམ་ཐག་ནད་པའི་ལྷས་སྐྱེག་ལ་གཟིར་བའི་ནད་
 རིགས་རྩ་མེད་དུ་འཛོམས་པར་རུས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་དང་མན་
 ངག་ཐབ་མོའི་གདམས་པ་ཆེག་བྱུང་ཀྱི་སྐོར་མང་དུ་བཅའ་ནས་ནད་ཀྱི་སྲུག་
 བསྐལ་ལས་སྦྱོབ་པར་རོ་ཐོགས་པ་བཅས་མདོར་ན་གངས་ཅན་གསེབ་རིག་པ་
 འདི་ཉིད་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་སྐོན་སྐོན་འདོན་ལེགས་པོ་ཞིག་ཕྱེད་པའི་
 ཆེད་དུ། རེད་ཅག་མཆོ་སྦྱོར་ཞིང་ཆེན་སྔད་ཀྱི་གསེང་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་
 འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་མཁས་མི་སྡེ་རྩ་འཇུགས་དང་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་དག་
 གྲིག་གི་མི་སྡེ་ཆེད་བསྐོས་བྱས་ཏེ། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་དང་། གཞུང་ལུགས་བསྟན་
 བཅོས། མན་ངག་ལག་ལེན། སྐོན་སྐོར་ལྗོངས་བྱང་། སྐོན་སྐོར་འབྲུངས་དཔེ།
 གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་སོགས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་དཀོན་པོའི་རིགས་གཙོ་བོར་བཟུང་
 ཐོག་《སྔད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྐྱེགས་བསྐྱེགས་དཔེ་ཆོགས་》ཞེས་པ་

འདི་ཚེ་མ་གྲིག་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་རྒྱན་ཐད་དཔེ་དེ་བ་རེ་རེ་བཞིན་མཛད་
པའི་སྐྱུ་གྱི་སྒྲ་མྱོད་ནང་ནང་དོན་ལ་མ་བཟོས་པར་ལག་ལེན་དུ་འབྱོལ་གང་
ཐུབ་བྱས་ཏེ་དཔེ་རྒྱུ་ལག་དུ་སོན་ནོ་ཙམ་དག་གི་སྒྲ་དང་དཔེ་རྒྱན་འབྲེམ་ས་སྒྲེལ་
བྱ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ལ་《མི་མ་རྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྟོགས་བསྟེན་ས་》ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་《ཐོད་
ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྟོགས་བསྟེན་ས་དཔེ་ཚོགས་》ནང་གསེས་ཀྱི་
དེབ་གུ་དག་པ་ཡིན་ལ། ལྷ་ས་ཆབ་མདོ་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ལག་གྲིས་མའི་མ་
ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་བསྟེན་ས་པའི་མི་མ་རྒྱད་ཀྱི་དཀའ་མཆན་གྱི་ནང་མི་མ་
རྒྱད་ཀྱི་ཚིག་དོན་ཆ་ཚང་བ་ལ་རང་བཟོ་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་ལྷན་མེད་གཞིར་
བཞག་གི་ཤིང་། དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་རྟོག་དཀའི་བརྗོད་དང་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་
ནམས་ལ་ཕེ་སྐྱོན་སོགས་སྒྲ་གཞུང་ཁྲུང་ས་བཅུན་དག་གི་ལེགས་ཆ་བསྟར་ལེན་
དང་། རང་གི་མཐོང་ཐོས་སྤྱང་གསུམ་ལས་སོན་པའི་མན་ངག་གིས་ཁ་བསྐྱངས་
ནས་མཆན་འབྲེལ་མཛད་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་དོན་ལྡན་སྤྱད་དུག་དང་དབང་པོ་
ལའི་འབྲེལ་འབྱོར་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། དོན་སྟོད་སོགས་ལ་ནད་
ཐུང་ན་དེ་སོ་སོའི་ནད་རྒྱུའི་མདོག་དང་དྲི་རྒྱངས་སོགས་ཇི་འདྲ་ཡིན་ཚུལ། ཞི་
ཤིང་ཕྱི་ཚན་བཅུ་ལ་སྟན་སྟུར་ཅི་ཙམ་ཡོད་པ་དང་སྤེབ་སྟན་དེ་སོ་སོའི་མིང་།
ཕན་བྱས། དཔྱེ་བ་མང་པའི་སྟན་རྣམས་ལས་སྐབས་བབས་གང་གཏོང་། བྱང་
པའི་བཟང་རན་བརྟག་ཐབས། ཁོང་ཁྲག་མྱིར་ལ་ཇི་ལྟར་ཐུང་ཚུལ་སོགས་
དཀའ་གནད་དོགས་སེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་ཡོད།

ནང་སོག་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
བསྟེན་ས་པའི་ཙ་བརྟག་ཚུལ་མདོར་བསྟར་གྱི་ནང་ཙ་བརྟག་པའི་སྟོན་འགྲོ་ཟས་
སྟོད་ཀྱི་སྤང་སྤང་དང་། ཙ་བལྟ་བའི་དུས། བལྟ་བའི་གནས། མནན་ཆད།
བལྟ་ཚུལ་སོགས་བསྟན་པ་དང་། དེ་ནས་ཚའི་དཔྱེ་བ་དང་། འཕར་གངས་
ལས་ནད་གདོན་སོགས་རོས་འཛིན་ཚུལ་བསྟན་ཡོད།

ཀན་སྟོན་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ལག་བྲིས་མའི་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
 བསྐྱུགས་པའི་རྒྱ་ནག་ལྷགས་ཀྱི་རེག་པ་ཙ་ལ་བརྟག་པའི་གསར་འཛུར་གྱི་ནང་
 རེག་པ་ཙ་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་རྩོམ་འཛིན་པའི་རྒྱལ་དེ་ལ་སྟོན་འགྲོ་དང་དངོས་
 གཞི་གཉིས་སྟུང་བྱེ་ཞིང་། དེ་ལས་སྟོན་འགྲོའི་བཟ་དུས་བཟ་གནས་བཟ་རྒྱལ་
 གསུམ་གྱི་བརྗོད་དོན་སྐབས་རྒྱད་བཞིའི་ལུང་ཆོག་དྲངས་ཏེ་གཡུ་ཐོག་པའི་
 དཀོངས་པ་ལྟར་འགྲེལ་ཡོད་ལ། ཕྱི་མ་དངོས་གཞིའི་བརྗོད་དོན་དང་ས་བཅད་
 བཞི་སྟངས་སོགས་ནི་བོད་གསོ་དང་མི་མཐུན་པར་ཚའི་འཕར་རྒྱལ་ལ་ཕྱི་རྩ་བོན་
 རྟེན་འབྲུག་འབྲང་གི་མ་རྒྱུར་སྟོན་བདུན་དང་། ནང་ཙ་ཕྱི་དངས་བྱལ་འཐེངས་
 བེན་ཏུ་དལ་གཤུང་བེན་ཏུ་གུད་དང་བརྒྱད་དེ་བཙུ་ཡོད་པ་དང་འཕར་
 རྒྱལ་བཙུ་ཡོ་པ་མཛོར་བསྟུས་ན་ཐོན་དང་བྱིངས། དལ། རྒྱུར་ཏེ་བཞི་ཏུ་
 འདུས་ཤིང་དེ་ཡང་ཆོན་ཀན་ཆག་གསུམ་དང་རྒྱུར་ན་ནད་གང་གི་རྟགས་སྟུ་
 མངོན་པ་བཅས་བཞོད་ཡོད།

སྟུ་འབུམ་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
 བསྐྱུགས་པའི་ཕྱི་རྒྱད་རྩ་རྒྱའི་ལྷན་ཐབས་གྱི་འགྲེལ་པ་རྟན་པོ་མཛུབ་རིས་ཞེས་
 པའི་ནང་། དང་པོ་ནད་རྩམས་ཀྱན་གྱི་སྟུ་རྒྱ་མ་རིག་པ་བསྟན་ནས་སྟོན་པ་ཆེ་
 མཆོག་གཙོ་བོ་ཡིན་རྒྱལ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ནས་རྩོམ་པ་པོས་གཡུ་ཐོག་ཤོག་
 དྲིལ་ལས་ཉེ་བར་བདམས་ཏེ་རྩ་རྒྱའི་ནད་གཞི་རྩོམ་ཅི་ལྟར་འཛིན་པ། ཕྱི་ལྷལ་
 བརྟག་པ་ལ་དང་ག་ཡོད་མེད་དང་། རྩོམ་དང་ཆེ་ཆུང་། ལུས་སྟོབས་བཟང་
 ངན། རྩོས་སྟུང་བར་པོ་རྩོ་ལས་མིག་ལྟེ་བྱུང་པར་དུ་བྱེས་ནས་དོན་ཕྱོད་ཀྱི་
 ནད་རྩོམ་འཛིན་རྒྱལ་སོགས་གསལ་བར་བསྟན་ཏེ་མཇུག་ཏུ་འཆི་རྩ་དང་འཆི་རྩ་
 སོགས་ཀྱང་རྒྱས་པར་བསྟན་ཡོད།

སྟོན་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
 བསྐྱུགས་པའི་རེག་པ་ཙ་དང་མཐོང་རྒྱལ་བརྟག་པའི་མཆན་འགྲེལ་སྟན་སེལ་
 སྟོན་མེ་ལས་རེག་པ་ཙའི་མཆན་འགྲེལ་ནང་ཙ་བརྟག་པའི་སྟོན་འགྲོའི་ཆ་རྟེན་

དང་། བ་མལ་རྟེན་གྱི་ཙ་ཆུད་ན་མ་གསུམ་གྱི་བརྟག་ཚུལ། མ་བུ་དག་ཤོགས་ཀྱི་
བརྟག་ཚུལ། རོ་མཚར་ཙ་བདུན་དང་བླ་ཙ་འཆི་ཙ་གདོན་ཙ་སོགས་ཀྱི་ཙ་འི་
འབྱུང་བ་ལ་ངེ་ལྟར་བརྟག་ཚུལ་སོགས་ཞིབ་དུ་བཞུན་ཡོད། མཚོར་བ་རྒྱའི་
མཆན་འབྲེལ་ནང་རྒྱལ་བརྟག་པའི་དུས་གསུམ་དང་། བརྟག་ཚུལ་དགུ་སོགས་
ཀྱིས་ནད་རོས་རེ་རེ་མ་ནོར་བར་ངེ་ལྟར་འཛིན་ཚུལ་གསལ་བར་བཞུན་ཡོད།

སྤྱེའབྱམ་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
བཞུགས་པའི་ཕྱི་ཆུད་ཙ་རྒྱའི་ལྟ་བུ་ཐབས་མེད་དུ་མི་རུང་བ་སྤྱོད་འཛིན་བདེ་བྱད་
བྱར་དུ་བཀོལ་པའི་ནང་ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་། མིག་ལྟ་ལྟེ་ལ་བརྟག་ནས་ནད་
རོས་འཛིན་ཚུལ། རྒྱང་ཁྲག་བད་ཀན་ཆད་པའི་ནད་སོགས་ཀྱི་འཆི་ལྟས་ཀྱི་ཙ་
རྒྱའི་རྟགས་དང་། དབང་པོ་དགུའི་རྟགས་སོགས་གསལ་བོར་བཞུན་ཡོད།

ལྟས་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ལག་བྲིས་མའི་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
བཞུགས་པའི་ཆུད་རྒྱལ་བདུད་རྩི་སྤྱིང་པོ་ལས་ལག་ལེན་དམར་བྲིད་ཕྱེ་ཆན་
ལའི་འབྲེལ་བའི་ནང་ཐོག་མར་གཡུ་ཐོག་པའི་ལག་ལེན་པོད་རྒྱང་ཉིད་བརྒྱད་
པའི་རིམ་པ་དང་། སྤུན་གྱི་ཞི་བྱུང་གཉིས་ལས་ཞི་བྱེད་ཀྱི་ཕྱེ་གཙུག་པོར་བཞུན་ཏེ་
སྤྱིར་ཕྱེ་འགའི་ལག་ལེན་གྱི་ཐབས་སྤྱོད་ཆོགས་དང་རེ་རེའི་རུས་པ། ཆིག་ཐང་གི་
རུས་པ་སོགས་གསལ་བོར་བཀོད་ཡོད་ལ། སྤུན་སྤྱོད་སོ་སོའི་རིགས་དང་ཁ་བརྒྱུར་
ཀྱི་གནད་ན་མས་རྒྱས་པར་སྤྱོད་ཡོད། བ་མ་སྤྱིར་བའི་རྩིས་ཀྱི་ལག་ལེན་མཐའ་
དག་དང་དགེ་བ་བསྐྱོད་པ་སོགས་བཞུན་ཡོད།

ལྟས་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ལག་བྲིས་མའི་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
བཞུགས་པའི་ཆུད་རྒྱལ་བདུད་རྩི་སྤྱིང་པོ་ལས་ཆུད་ཕྱི་མའི་སྤུན་རོ་གསལ་བྱེད་
བདུད་རྩི་སྤྱོད་མའི་ནང་ལག་ལེན་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་ནད་བཞུན་པའི་སྤུན་གྱི་སྤྱིར་བ་
ལས་སྤུན་སྤྱོད་དག་གི་རོས་འཛིན་སྤངས་དང་། དཔྱེ་བ། རོ་རུས་ཁྱེ་རྩིས་སོགས་
ཀྱི་འབྱུངས་དཔེ་རྒྱུང་ཞིབ་ཅིང་ཐུ་ལ་ཀྱན་དང་མི་འདྲེས་པར་བཞུན་ཡོད།

སི་ཤོན་ནས་ལག་དུ་སོན་པའི་ལག་བྲིས་མའི་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་

བསྐྱེགས་པའི་ཕྱི་མ་རྒྱད་ཀྱི་སྤྱིར་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཐུན་སེལ་སྤོན་མེའི་ནང་ཕྱི་མ་
 རྒྱད་ལས་སྤྱིར་བའི་སྐབས་ཀྱི་སྤོན་རྣམས་ཟུར་དུ་བཀར་ནས་ལག་ལེན་ཁྲོད་
 གཉེན་པོ་བྱག་འཕྲད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཇི་ལྟར་གཏོང་ཚུལ་དང་། བཤད་རྒྱད་ལས་
 སྤོན་གྱི་ཐེ་ཚན་བཅུ་གསུམ་གྱི་གྲངས་དང་། སྤོན་མིང་། རུས་པ། རྩོ། དཔྱེ་
 བ། སན་རུས་བཅས་རྩི་མེད་ཤེལ་སྤང་གི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པར་བརྗོད་
 ཡོད་ལ། སྤོན་གྱི་རོས་འཛིན་འབྲུལ་བ་དང་དོགས་པ་ཅན་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་
 བཀར་ཉེ་རང་ལུགས་ལྟར་བཀོད་ཡོད། གཞན་ལྟ་མོ་ལྷམ་དུལ་དུ་བསྐྱབ་པའི་
 ཐབས་དང་། དྲང་སྲོང་ཡ་མོ་ལའི་སྐྱབ་ཐབས་སོགས་ཀྱང་བཞུན་ཡོད།

སི་ཁྲོན་ནས་ལག་རྩ་སོན་པའི་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་བསྐྱེགས་པའི་མེ་
 བཙའི་བདམས་པ་རྒྱས་བཤད་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་གི་ནང་། བརྗོད་དོན་གསལ་
 ལགོ་བདེ་བའི་སྒོ་ནས་གསོ་ཡུལ་ནད་པའི་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་དང་ཡན་ལག་སོགས་
 རྣམ་བརྗོད་པའི་གསང་མིག་སྤྲུམ་བརྒྱ་ཉེར་གཉིས་ནད་དམིགས་དང་ནད་
 གཞི་བཅས་ལ་སྤྱིར་ནས་མ་འདྲེས་པར་རེ་རེ་བཞིན་རྒྱས་བཤད་བྱས་ཡོད། ལྷན་
 པར་དུ་གསང་ལ་སྤྲོས་མི་དགོས་པར་ནད་དབྱིབས་ལ་བསྐྱུན་པའི་མེ་བཙའི་
 གད་བ་ཐབས། གང་ལ་ཡང་མི་རུང་བའི་རྩ་གནད་དང་མེན་དུ་སོགས་ལ་ཇི་
 ལྟར་མེ་བཙའ་སྤང་དགོས་པའི་གདམས་པ། ལུགས་མཐུན་གྱི་གསང་དམིགས་
 བཙལ་ནས་མེ་བཙའི་ཆོག་བསྐྱབས་ཚུལ། གདོན་བཞེགས་བར་ཆད་དང་རུས་
 ཆག་གས་བྱུམ་དང་། རྒྱ་སེར་བྱེར་འབྱུངས་སོགས་ལ་མེ་བཙའི་གདམས་པ་རོ་
 མཚར་ཅན་མང་པོའི་བཙོས་ལུགས་གསལ་བར་བཀོད་ཡོད།

ནད་སོག་ནས་ལག་རྩ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
 བསྐྱེགས་པའི་གཏར་རྩའི་སྤོམས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཞོན་ལུང་རག་རྒྱན་གྱི་
 རང་གཏར་རྩའི་གྲངས་འདྲན་ཚུལ་ལ། ཟུར་ལུགས་ལྟར་ན་མགོ་སྒྲིལ་གཉེར་གཅིག་
 ལག་པར་སོ་བཞི། རྒྱང་པར་བཙོ་བརྒྱད། ཐུབས་ལ་བཞི་བཅས་གཏར་རྩ་དོན་
 བདུན་དང་། བྱང་ལུགས་ལྟར་ན་མགོ་ལ་ཉི་ཤུ་དང་། ཐུབས་ལ་རྩ་ལ། གཞན་

ཕུལ་འཁོར་ལྷགས་ལྟར་ན་བྱུར་ལྷགས་ཀྱི་མགོ་འོ་གཏར་ཙ་ཐོན་ཤིང་བཞི་དོར་ནས་
ཆབ་ཏུ་ཐུར་གོང་འཕར་ཙ་ན་ཙ་གཉིས་སོགས་བཙུ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་བསྟན་
ཡོད།

སྤྱི་འབྲམ་ནས་ལག་ཏུ་སོན་པའི་ཤིང་དཔར་མ་ཡིག་ཞིག་གཞིར་བྱས་ནས་
བསྒྲིགས་པའི་དབྱེད་མཆོག་གཏར་ཁ་གདབ་པའི་རྩའི་ངོས་འཛིན་སོགས་གསལ་
བར་བཀོད་པ་སྤྱི་མའི་ཞལ་ལུང་དབྱེད་ཀྱི་གཅིས་འཕྲེང་ནང་། དབྱེད་མཆོག་
གཏར་ཀའི་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ཁ་གསལ་ཞིང་ཕན་ཚུན་མ་
འཛོལ་བར་ཞིབ་བརྗོད་བྱས་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་
གཏར་ཙ་ཙ་དོན་བདུན་དང་མ་གསུངས་པའི་སྤྱི་ཙ་རེ་བདུན་གྱི་གངས་འབྲེན་
དང་། གདབ་དམིགས། གདབ་ཆད། ཕན་ཡོན་སོགས་ཤིན་ཏུ་ཁ་གསལ་གྲ་
བདེ་ངང་བསྟན་ཡོད།

དེ་ཡང་དབེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་དག་སྒྲིག་དང་ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་རྩ་འཛིན་
འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡིག་ནོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྣམས་ལ་མིང་ཆོག་གང་
དེའི་རྩེས་སུ་ཉགས་[]འདིའི་ནང་དག་བཅོས་བྱས་ཡོད། ༢. གཞུང་ཆོག་ཆད་
པར་འདོད་པ་རྣམས་ཉགས་()འདིའི་ནང་དུ་ཁ་སྒྲོང་བྱས་ཡོད། ༣. ཚོམ་པ་
པོའི་མཆན་རྣམས་གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལས་རྒྱུང་ཅམ་བྱས་ནས་
བཀོད་ཡོད། ༤. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་གཞུང་ཆོག་ཆད་པ་རྣམས་ལ་ཁ་སྒྲོང་
བྱེད་མ་རུས་པ་ཉགས་.....འདིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་ལ་གྲག་ཉགས་(>>
འདིའི་ནང་དུ་མ་ཡིག་གི་ཤོག་གངས་སམ་ཐིག་ཐེང་ཅི་ཅམ་ཞིག་ཆད་ཡོད་པ་
གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ༥. རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱམ་ཆ་སོགས་ལྟ་བུའི་རིགས་རྣམས་
དག་ཡིག་མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལྟར་ཏེ། སོག་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཞེས་ཆོག་ཤོགས་དང་
བཞེབ་ན་མ་བཏགས་མི་འདོགས་ཤིང་། སོག་པོའི་ལྟ་དང་རྒྱ་མཆོའི་ལྟ་ཞེས་
པའམ་ལྟ་མིང་རྒྱུང་པའི་སྐབས་སུ་མ་བཏགས་འདོགས་ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱར་ཡོད།