







# དགར་ཆག

མེད་གཞི།	.....	( 1
གཅིག་ ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་	.....	( 10
གཉིས། འབྲེལ་གསལ།	.....	( 19
གསུམ། ལོང་བཟོ་ལྷན་དགའ།	.....	( 25
བཞི། གསེར་མོ་མཚོ་དང་དུལ་མོ་མཚོ།	.....	( 31
ལ། གསེར་གཟུ་རྒྱལ་ལ།	.....	( 39
རྒྱལ། སོ་ལམ་དང་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ།	.....	( 45
བརྒྱལ། རི་ལམ་འཇམ་ལ།	.....	( 50
བརྒྱུད། ལུ་ལུ་གཉིས།	.....	( 60
དགའ། ལྷན་པོ་སྐྱུ་ལྷན་ལ།	.....	( 68
བརྒྱ། ལུ་ལུ་བརྒྱལ་ལ།	.....	( 73
བརྒྱ་གཅིག་ ལུ་དུལ་པོ་དང་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ།	.....	( 80
བརྒྱ་གཉིས། འཕྲི་བྲོ་པོ་སོ་ལམ་གཞི་བརྒྱུ་ལམ་ལ།	.....	( 89
བརྒྱ་གསུམ། མོ་རྣམ་ལག་ལམ།	.....	( 97
བརྒྱ་བཞི། ལུ་མོ་གསེར་རྣམ་ལ།	.....	( 109
བཅོ་ལྔ། ལམ་དང་ལ་ལུ་ལམ།	.....	( 114

བུའུ་ལྷ་ག	འཕྲོ་བུའུ་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (123)
བུའུ་བུའུ་ལྷ་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (129)
བུའུ་བུའུ་ལྷ་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (140)
བུའུ་ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (148)
ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (155)
ལྷ་ག་ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (162)
ལྷ་ག་ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (169)
ལྷ་ག་ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (181)
ལྷ་ག་ལྷ་ག་	ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ལྷ་ག་ ..... (188)























མེད་པར་ཁོ་ཚོ་དགའ་ཞིང་ཚེས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ས་ཡིག་པས་བསྐོར་དེ། རྒྱལ་  
 མཐོང་མ་ཚུངས་པའི་ལྟ་མོ་མང་པོ་ཡིག་ མིག་རྒྱ་བཟུང་བས་ཁོ་རྒྱ་ལྟ་པར་ཁོ་  
 ཚེས་སོང་། ཉེན་ཞིག་ཁོ་ཚོ་ལ་མ་རྒྱུ་འདུག་མཛོད་གཅིག་ལ་སྐྱེ་བས་པ་དང་།  
 སྐྱེས་ལྟེད་རྒྱུར་“ད་བར་དུ་དེ་ཚོ་རྣམ་ཅིག་སོང་ནས་རྣམ་མོ་མང་པོ་མཐོང་།  
 ད་དེ་ཚོ་སོ་སོར་གར་ནས་མི་ཤེས་ལྟེད་པ་ཤེས་ལ་འཕྱོ། ཤོ་གཞུག་འཕོར་ནས་ས་  
 འདིར་འདུག་ཅེ། རང་གི་མཐོང་མོས་ཤེས་གཞུག་ཁོ་ཤོག་པས་མ་གསལ་།  
 སྐྱོ་ཚུ་མས་མ་བསྐྱེས་པར་བསྟང་”ཟེར་ནས། མི་རྒྱལ་པོས་ལྷ་གིར་ཤེ་  
 བཅུག་ས་“ཤོ་གཞུག་འཕོར་ནས་འདིར་འདུག་ཚོ། ལུ་ཡི་ལྷ་གིར་སྐྱེས་པ་དང་།  
 ལུ་མ་འོངས་ན་ཚོང་མས་ཤེ་འཚོལ་དགོས་”ཞེས་འདུག་མ་བཅས་ནས། བན་  
 ཚོལ་ལ་གུས་ལུས་དུང་དུང་དང་བཅས་སོ་སོར་གྱུས་སོང་།

རོལ་པའི་ལུ་དེ་མི་རྒྱུད་རྣམས་ཚེ་ཞིང་སྐོར་ཡིག་བཟུང་བཞིག་ཡིན་པས།  
 ཤེས་ལྟེད་མང་པོ་བསྐྱེས་ནས་སོང་ཅེ། མཐོང་ན་གསལ་ཚལ་རྣམས་གིར་མང་བའི་  
 ལུང་བཞིག་ལ་སྐྱེ་བས་ནས་བཟུངས་པ་ན། བཟུངས་འདུག་ཤེས་མི་ཁྱིམ་ཞིག་  
 ཡོད་པ་མཐོང་། རོལ་པའི་ལུ་དེས་ན་གསལ་ཚོལ་མཐོང་བཅའ་གྱིས་རང་ལུ་ལ་  
 སྐྱེ་བས་པ་རྣམས་དགའ། ཁོ་ཡི་སྐྱེས་པ་“ས་འདིར་རང་གི་མཐོང་ཚལ་དེ་འཁྱིལ་  
 པའི་དུས་ལ་བཟ། རོ་ལུ་བམི་ཚོང་པ་གི་ལ་སོང་ནས་གནས་ཚོང་གཡོར་”  
 རྣམས་ནས་མི་ཁྱིམ་དེ་ལ་སོང་། ཁྱིམ་དེར་མ་ལུས་ཚུ་བོ་གཅིག་དང་། ལ་རྒྱུ་  
 ཚུ་མོ་གཅིག་བཅས་འདུག་ལ། ཁོ་ཚུ་བོ་ལ་གཉེས་ལ་ལུ་མོ་གཞོན་ལུ་མ་  
 གཅིག་ཡོད། ཁོ་མ་སྐྱེད་གཞུག་གིས་རྣམས་སྐྱེ་དང་གིར་སྐྱེ་བའུས་གིང་། ལུང་  
 གིར་བཅད་ནས་འཚོ་གྱིན་ཡོད་པས། འཚོ་བ་དགའ་ལུ་ལ་བཞེན་འདུག་པ་



ཡོད། ཁོ་མ་རྒྱུད་ཀྱིས་ལུག་ལོན་ལུ་ཞིག་དེར་འོངས་པ་མཐོང་ལྟེ་འིན་ཏུ་དགའ་  
ནས། “ལུ་མོད་གང་ནས་འོངས། གང་ལ་འཕོ” ཞེས་ལུ་པ་ལ་སོགས་པའི་  
གཏམ་མང་པོ་ཤིས་ཤིང་ནང་ལ་བཞུས། ཁོ་ན་པའི་ལུ་དེས་ལུ་པ་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་  
ཞིབ་བར་བཤད་དེ་དེར་བཞུད། ཁོ་ན་པའི་ལུ་དེ་གི་གཞུགས་མཚེས་ཤིང་།  
སོ་གསལ་ལ། གཞུང་དུ་ཞིང་། ལས་གར་བཞོན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉིན་  
པོ་བཞིན་པེ་ལ་སོང་ནས་པེ་དུ་གསལ་བཞོན་ཏེ་གཤམ་གསལ་མང་པོ་འབྱེད་ནས་……  
འོངས་པས་ཁོ་ཚོའི་འོངས་ལུ་ལུ་པ་ལོ་བཟང་ལས་དང་། ལུ་མོ་གལོན་ལུ་མ་དེ་  
གི་གཞུགས་ལྟེ་ས་ལུ་ས་ལ་ཚོ་བཟང་པ་བཟུངས་ཚོགས་ཤི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡོད་  
དེ། བགས་གསེབ་ལུ་དེ་ལོ་འཕུ་སྐབས་སུ་གཞན་འཐེན་ན་ནམ་མཁའི་  
ལུ་པར་འཕུས་ནས་ཉན་པ་དང་། ལུ་གཙང་པོའི་འཕམ་ནས་སྐྱེད་ཏུ་ས་  
ཉ་གསེར་མིག་གིས་ལུ་པ་ལོ་མོའི་ལང་ཚོར་བཟུངས། སུ་མོ་སྐོན་གཉིས་ཀྱིས་  
ཁོ་ཚོ་ལ་ད་ལུ་པ་པའི་མིག་དང་ཁོང་གི་རྒྱུད་བཞིན་གཅིས་པ་ཡོད། ཁོ་ན་པའི་  
ལུ་དེས་ལུ་མོ་དེ་ལ་གཙང་ཞིང་། ལུ་མོས་ལུ་པ་ལོ་ལུ་ལ་ཚིས་ཚེ་པས་དེ་རྣམ་  
ཡུན་པེར་ལ་འཕོགས་པས་དེ་གཉིས་པ་ལོ་ལུ་མས་ཤིང་འཕམ་སྐྱེད་མེད་……  
པར་སོང་། དེ་གི་སུ་མོ་སྐོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པོ་གལ་ལྟ་བུ་གསལ་པ་ཡིན་པས།  
དེ་གཉིས་མ་བཞིགས་རང་འཕྱིག་གིས་གཏན་འགྲུབ་ལུ་ས་པ་ཡོད།

དེ་ནས་བཟུང་ལུ་མོ་གལོན་ལུ་མ་དེ་པར་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡིན་པས། ལུ་  
ཁར་སོང་ནས་སྐྱེད་ལུ་པ་ལོ་སྐྱེས། ཉིན་ཞིག་ལུ་ཁར་སྐྱེད་ལུ་པ་ལོ་སྐྱེས་  
དམ་སོང་ཀྱི་མཚམས་ནས་སོར་གཏུབ་པེན་ཚེན་སྐྱེད་པོ་དང་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་……  
རྒྱུ་ལོན་ལ་རྒྱུད་སོང་བས། སོ་སྐྱེས་པོ་དུང་རྒྱ་གཉིད་ཟབ་པས་ལེན་ཐབས་