



ཕྱི་ཕྱི་མང་ཚོ་གསལ་ལམ་ཕྱོགས་འཛིན་རྒྱུ་འབོད་པ།

ཕྱི་ཕྱི་མང་ཚོ་འཛིན་པ་ཀློང་ལ་སྤྱོད་པ་ལྟེན་
 ལ་མང་ཚོ་ལྟ་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱོགས་ལ་མང་ཚོ་ལྟ་པ།
 མཆོ་སྤྱོད་མི་དམངས་དང་ཕྱི་ཕྱོགས་ལྟ་པ།

མང་ཆོགས་ལམ་ཕྱོགས་རི་རྩུབ་
བསྐྱོད་པ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ནང་དོན་གསལ་བཤད།

དཔེ་དེབ་འདི་ལས་གནད་དོན་གསུམ་བཤད་པ་འདི་ལྟར། བར་ཚོགས་མཐོང་
ཚུལ་ཅི་ནིག་ཡིན་པ་དང་གཅིག བར་ཚོགས་ལ་མཚུགས་ཅི་ནིག་ཡིན་པ་དང་གཉིས།
བར་ཚོགས་ལ་མཚུགས་ཅི་ལྟར་བཟོད་པ་དང་གསུམ་བཅས་ཡིན། གནད་དོན་དེ་འགའ་
ནིག་ཚར་མ་ལ་ཅུང་ཞིབ་ཚགས་ཀྱིས་བཤད་པ་བྱས་ཡོད།

དེབ་འདི་གོ་སླ་བའི་དཔེ་དེབ་སྐུ་ཁང་གི་1957 ལོ་འཁྱེད་11 པའི་པར་

ཐེངས་དང་པོ་འཁྱེད་ཡིག་གཞིར་བཟུང་ཉེ་བཟུང་བཤེད། |

本书根据通俗读物出版社1957年11月第一次印刷本译出。

དཀར་ཆག

མང་ཆོག་ས་མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཡིན།(1)

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དཔངས་མང་ཆོག་གི་ཆེད་དུ་ཡིན་”

པའི་མཐོང་ཚུལ།(2)

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དཔངས་མང་ཆོག་ལ་འགན་འཁུར་

པའི་མཐོང་ཚུལ།(6)

མང་ཆོག་ས་རང་གིས་རང་ཉིད་བཅིངས་འགོལ་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་

ཆེས་པའི་མཐོང་ཚུལ།(10)

མི་དཔངས་མང་ཆོག་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པའི་མཐོང་ཚུལ། ... (14)

མང་ཆོག་ས་ལམ་ཕྱགས་ཅི་ཞིག་ཡིན།(18)

མང་ཆོག་ས་ལམ་ཕྱགས་ནི་“མང་ཆོག་སྤྲོད་ནས་འོངས་པ་”

དང་། མང་ཆོག་སྤྲོད་དུ་འགོ་བ”འི་ལམ་ཕྱགས་ཡིན། ... (18)

མང་ཆོག་ས་ལམ་ཕྱགས་ནི་ཏང་གི་མགོ་འབྲེན་དང་མང་ཆོག་ས་

འགལ་སྦྱོད་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་ཕྱགས་ཡིན།(24)

མང་ཆོག་ས་ལམ་ཕྱགས་ནི་ཏང་གི་རྩ་བའི་ཆབ་སྲིད་ལམ་ཕྱགས་

དང་རྩ་འཛུགས་ལམ་ཕྱགས་ཡིན། (27)

མང་ཆོག་ས་ལམ་ཕྱགས་ནི་ཏང་གི་གྲུལ་རིམ་ལམ་ཕྱགས་དང་”

གཅིག་མཐུན་ཡིན།(33)

མི་དཔངས་མང་ཆོག་ས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་དམ་ཐབ་བྱེད་པ་ནི་

རང་གི་སྒོ་བ་ལ་བྱུགས་ཀྱི་འབྲུང་བྱངས་ཡིན།.....(37)

མང་ཆོགས་ལ་མ་བྱུགས་རྒྱུ་རྒྱ་བ་བཏོད་པ།(41)

ཟབ་འཇུག་གིས་ཅུང་གཙོད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། མང་ཆོགས་
ཀྱི་རེ་འཇུག་རྒྱས་ལོན་པ་དང་། རང་གི་སྤྱིང་རྒྱས་དང་ལས་
འགན་མང་ཆོགས་ཀྱི་རེ་འཇུག་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱེད་དགོས
པ།(42)

མང་ཆོགས་ལ་སློབ་གསོ་ཐུན་མཛུགས་མེད་པར་གཏོང་བའི་སྒོས་།
མང་ཆོགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་མཐོ་རུ་བཏོགས་ཏེ། མང་ཆོགས་
ཀྱི་མ་བཟུལ་དང་སྐྲངས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས། ལས་
འགན་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་བྱེད་དགོས་པ།(48)

རྒྱ་བ་བཙུག་ཅན་འཆོལ་ཞིང་སྤྱིང་སྤྱིང་བ་དང་། རྒྱ་བ་
བཙུག་ཅན་བཟུང་ནས་བྱ་ཆེ་བའི་མང་ཆོགས་ལ་མཐུན་།
སྤྱིལ་བྱེད་དགོས་པ།(53)

བྱ་བ་སྐྱབ་ན་མང་ཆོགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ཆུ་ཚོད་ལས་ཚྭ་ཞིང་།
བཀའ་འབེབས་རིང་ལུགས་ལ་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ།.....(59)

མང་ཆོགས་ལ་མགོ་འདྲེན་གྱིས་སྤྱོད་རྒྱ་བ་སྤྱོད་ཅིང་། རེས་
འབྲུང་རིང་ལུགས་ལ་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ།(64)

མང་ཚོགས་མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཡིན།

མང་ཚོགས་མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན།

མང་ཚོགས་མཐོང་ཚུལ་ནི།

ང་ཚོ་གྲང་ཁྲན་ཏང་ཡོན་དང་གསར་

བརྟེན་ལས་བྱེད་པ་ཚང་མས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་ལྟ་སྟངས་བྱེད་པ་ལ་ཡོད་
འོས་པའི་ངོས་ཟིན་ཡང་དག་དང་། དེས་པར་ལག་དྲུབ་སྟར་དགོས་པའི་རྣམ་
འགྱུར་ཡང་དག་པ་ཡིན།

མང་ཚོགས་མཐོང་ཚུལ་ནི།

སློབ་སྦྱོང་ལེན་པའི་ཆེས་ནས་“ཏང་

བཞད་པ་”ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་ནང་དྲུབ་སྟར་པ་ལྟར་ན། “ཡོད་ཚད་ཐམས་
ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་མཐོང་ཚུལ་དང་། ཡོད་ཚད་
ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་འཁུར་པའི་མཐོང་ཚུལ་དང་།

མང་ཚོགས་རང་གིས་རང་ཉིད་བཅོངས་འགོལ་བྱེད་པ་ལ་ཡོད་ཆེས་པའི་མཐོང་
ཚུལ་དང་། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་མཐོང་ཚུལ་བཅས་
ཡིན། འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ང་ཚོའི་མང་ཚོགས་མཐོང་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་།

མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་སྟངས་དཔྱད་ཁག་གིས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་
བྱེད་པའི་མཐོང་ཚུལ་ཡང་ཡིན་པ་”ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ཡིན།

ད་ལྟ་སོ་སོར་བྱིས་ཏེ་བཞད་པར་བྱ།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་

ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་

མཐོང་ཚུལ།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་མཐོང་
ཚུལ་ནི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་
ནི། རྒྱ་མེད་མེད་ཅེ་གཅིག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་པ་དང་།
གས་གར་མང་ཚོགས་ལ་བསམ་སྒྲིག་གཏོང་བ། གས་གར་མང་ཚོགས་ལ་
འདད་རྒྱག་པ། མང་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་གནས་ཨང་དང་པོར་འཛིག་པ་བཅས་
ཡིན།

ཆོང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར། ང་ཚོ་དེ་དང་གི་འབད་ཚུལ་བྱེད་པའི་དམིགས་
ལུ་ནི། གྲུང་ཤོར་གྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དང་གྲུང་ཁུན་རིང་ལུགས་མངོན་དུ་
བསྟར་བ་དེ་ཡིན། གྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དང་གྲུང་ཁུན་རིང་ལུགས་མངོན་དུ་
བསྟར་བ་ནི། ང་ཚོ་བཟོ་བའི་གྲུ་ལ་རིམ་གྱི་ཆེས་ཆུང་བའི་ཕན་ཁེ་ཡིན་ལ། ཏུ་ས་
མ་ཚུངས་སུ་ངལ་ཚུལ་མི་དམངས་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་དང་ཡང་འབྱུར་བ་
ཡིན། ད་ལྟ་ང་ཚོས་ལག་དུ་བསྟར་བཞིན་པའི་གྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་འཆུགས་
སྐྱབ་དེས་དོན་དེ་ལ་བདེན་དཔང་གྲུབ་པ་རེད། དམིགས་ལུ་དེ་མངོན་དུ་
བསྟར་དགོས་ན། ང་ཚོ་བཟོ་བའི་གྲུ་ལ་རིམ་གྱིས་གྲུ་ལ་རིམ་རང་གི་མང་ཚོགས་
ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དང་། ངལ་ཚུལ་མི་དམངས་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ལ་

བཞེན་པ་ཅན་གྱིས། ད་གཞོན་རང་ལ་བཅིངས་འཁྱེལ་མཐོང་ཕྱིན་ཏུ་གཏོང་
 ཞིང་། ཏུས་མཚུངས་སུ་ངལ་ཚེ་ལ་མི་དཔུངས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བཅིངས་འཁྱེལ་
 ཟུང་སྟབ། དེའི་ཕྱིར། ཉང་གི་པན་ཁེ་དང་མི་དཔུངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་
 པན་ཁེ་ནི་གཅིག་མཐུན་ཡིན། མི་དཔུངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་པན་ཁེ་ནི་ཉང་གི་
 པན་ཁེ་ཡིན། ཆེས་རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་དཔུངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེས་ཁིན་ཏུ་ཆེ་བའི་
 པན་ཁེ་ནི། ང་ཚོ་ཉང་ཡོངས་ཀྱི་ཆེས་ཁིན་ཏུ་ཆེ་བའི་པན་ཁེ་ཡང་ཡིན། ང་
 ཚོ་ནི་མང་ཚོགས་ལ་པན་བདེ་སྟབ་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས། མང་ཚོགས་
 རྣམས་ད་གཞོན་ང་ཚོ་ལ་གོང་བཀུར་ཟུང་ཅིང་། ང་ཚོའི་རྗེས་སུ་འབྱུངས་ནས་སྤྱི་
 ཚོགས་དིང་ལུགས་དང་། གྲུང་ཁྲན་དིང་ལུགས་སུ་སྒྲུབ་སྟུང་ཟུང་བ་དེད།
 གལ་ཏེ་ང་ཚོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་པན་ཁེ་ལ་མ་བཟུས་ན། དེས་བར་མང་ཚོགས་
 དང་ཁ་བྲལ་ནས། མང་ཚོགས་ལ་མགོ་འདྲེན་གྱིས་སྒྲུབ་ཏུ་སྟུང་ཐབས་མེད་
 པས། གསར་བཞེད་ལས་དོན་ལ་གྱུར་གྱུང་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར། དེ་
 པས་གྲུང་ཁྲན་ཉང་ཡོན་གྱིས་དེས་བར་སྒྲོ་སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་མི་དཔུངས་ལ་
 འབས་འདེགས་སྟབ་པའི་ཐབས་པ་འཛུགས་དགོས། མཐོང་གྲུ་ཁྱེས་ང་ཚོ་ལ་
 “ང་ཚོའི་བྱ་བ་ཟུང་བའི་ལས་ཟུང་བ་ཐབས་ཅད། གོ་གནས་མཐོང་ཐབས་གང་
 ཡིན་ཡང་རུང་། ཚང་མ་མི་དཔུངས་ཀྱི་འབས་སྤྱི་བ་ཡིན། ང་ཚོས་བསྟབ་པའི་
 བྱ་བ་གང་ཡིན་ཚང་མ་མི་དཔུངས་ལ་འབས་འདེགས་ཟུང་བ་ཡིན” ཞེས་སྒྲོབ་
 རྟོན་མཛད། ང་ཚོས་ཏུས་དང་རྣམ་པ་གུན་ཏུ་གསུང་དེད་གཡིད་ལ་འཛིན་
 དགོས།

མི་དཔུངས་ཀྱི་འབས་སྤྱི་བ་དོ་མ་ཞིག་ཟུང་དགོས་ན། དེས་བར་ཡོད་ཚད་
 ཐབས་ཅད་མི་དཔུངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་ཏུ་ཡིན་པའི་མཐོང་ཚུལ་བཅུགས་ཏེ།

སྒྲོ་མེམས་ཅེ་གཅིག་དང་། མི་ཆེ་ཕྱི་ལོ་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་
 གུས་ནས། ཡོད་ཚད་ཚང་མ་མི་དམངས་མང་ཆོག་གི་ཕན་ཁེ་ལས་ཅོམ་
 སའི་སར་སླེབ་ཏུ་འབྱུག་དགོས། བྱ་བའི་ཁྲོད་ཏུ། ཏུས་དང་ནམ་པ་
 གྲུན་ཏུ་རང་གི་བཤད་པ་དང་། རྒྱབ་པ་ཚང་མ་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་དམངས་མང་
 ཆོག་གི་ཆེས་ཆེ་བའི་ཕན་ཁེ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་མིན་དང་། མང་ཆོག་ཆེས་
 མང་ཤོས་ཀྱིས་ཤོང་བ་ཀྱང་བྱེད་ཨོ་ཐུབ་ལ་ཡིད་འཛིག་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ནི། ང་
 ཆོ་གྲང་ཁྲན་ཏང་ཡོན་གྱིས་བསམ་འཆར་འདོན་པ་དང་བྱ་བ་རྒྱབ་པ་འདི་དམིགས་
 ཚད་ཡིན། ༡. ང་ཆོས་རང་དོན་ཁོ་ན་དོན་ཏུ་གཉེར་བ་ལས། མང་ཆོག་གི་
 ཆེད་ཏུ་མིན་པ་བྱེད་མི་འོས། ལྷག་པར་ཏུ་རང་ཉིད་སླེར་གྱི་ཕན་ཁེ་འི་(དཔལ་
 འཕྲོར་སྤེང་གི་ཕན་ཁེ་ཅམ་ཏུ་མ་ཟད། ད་ཏུ་རང་གཅིག་སུའི་མིང་གཤམ་
 དང་ཤོ་གནས། སླེར་གྱི་ཁ་དོ་སྒྲིག་གྲང་འབྲས་)ཆེད་ཏུ། མང་ཆོག་གི་
 ཕན་ཁེ་དང་འགལ་བར་བྱེད་མི་ཆོག །

ཏུས་དང་ནམ་པ་གྲུན་ཏུ་མི་དམངས་མང་ཆོག་གི་ཕན་ཁེ་ལ་སེམས་ཁྲུང་
 དང་སྤང་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི། གྲང་ཁྲན་ཏང་ཡོན་ལེ་ལེ་ནས་མི་དམངས་ལ་
 ཞབས་འདེགས་བྱེད་པའི་དམའ་མཐའི་དོན་ཚན་རེད། དེ་ནི་“གྲང་ཤོ་གྲང་
 ཁྲན་ཏང་གི་སླིག་ཡིག”ནང་ཏུ་གསལ་དངོས་སུ་གསུངས་ཁེ་ལ་ཐིན་པ་འདི་ལྟར།
 “ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕན་ཁེ་སྤྱོ། མི་དམངས་མང་ཆོག་གི་ཕན་ཁེ་ཡིན་པ་
 དེ། རང་སླེར་གྱི་ཕན་ཁེ་འི་སྤྱོད་ཏུ་འཛིག་དགོས། ཕན་ཁེ་རིགས་གཉིས་ལ་
 འགལ་བ་བྱུང་བའི་ཏུས་སུ། བད་ཚད་ཀྱིས་ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕན་ཁེ་སྤྱོ།
 མི་དམངས་མང་ཆོག་གི་ཕན་ཁེ་ཡིན་པ་དེ་ལ་བརྩི་བཀུར་བྱེད་དགོས། ”

ཏང་གིས་གྲང་ཁྲན་ཏང་ཡོན་ལེ་ལེ་ལ་ཏང་གི་ཕན་ཁེ་སྤྱོ་མི་དམངས་མང་

ཚེགས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་རང་སྒེར་གྱི་ཕན་ཁེ་འདི་རྟེན་ཏུ་བཞག་ནས། འབད་འབད་
 འབྱངས་འབྱངས་དང་། ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་གི་སྒྲོས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་
 འདེགས་བྱེད་དགོས་པར་རེ་འདུན་བྱས་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྒོ་མཐུན་ཁ་གསལ་
 གིས་ད་དུང་དེ་ལྟར་སྐྱབ་མ་ཐུབ། མི་ལ་ལས་ཁ་སྐོག་ཚོགས་ཀྱི་སྒོ་སེམས་ཅི་
 གཅིག་གིས་མི་དམངས་ལ་ཞབས་འདེགས་བྱེད་དགོས་པར་བཤད་ཡོད། འོན་
 ཀྱང་དོན་དུ་ནི། སྒོ་སེམས་ཅི་གཅིས་བཟུང་ཡོད། དེ་ནི་གཡོ་ཚལ་ཚུ་ལ་
 བཅོས་ཡིན། སྒོ་མཐུན་འགའ་ཞིག་གིས་སེམས་ལ་མི་དམངས་ལ་ཞབས་
 འདེགས་བྱེད་དགོས་པའི་སེམས་ཐག་ངོ་མ་བཅད་ཆུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་
 གནད་དོན་ངོ་མ་དང་ཐུག་པ་ཅན་གྱིས་ཉམས་སད་བཟོད་མི་ཐུབ། ཁོ་ཚོ་
 རྒྱན་པར་ཡར་འདྲེན་མ་སྐོབ་པ་འདྲ། ཡང་ན་སྐྱབ་པའི་བྱ་བར་མིང་དང་གོ་
 གནས་མེད་པའི་སྐབས་ཀྱིས། འབྲལ་དུ་སྒོ་བཟ་ཡིད་ཆད་བྱས་ནས། བྱ་བ་
 བྱེད་པར་སྒོ་མི་བཤེའམ། ཡང་ན་བྱ་བ་རྒྱར་བཅོལ་གྱིས་མི་བྱེད་པར་རྒྱར་།
 ཏང་གིས་ཏང་ཡོན་རེ་རེ་ལ་བྱ་བ་སྐྱབ་ན་ངེས་པར་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་ལས་་་་
 ཅོམ་དགོས་ཤིང་། ཏུས་གང་ཏུང་བ་དང་། བྱ་བ་གང་ཏུང་སྐྱབ་ན།
 ཆང་མར་“ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱེད་པ་”དེ་
 བཟོད་མི་དེགས་པར་རེ་འདུན་ཆེ་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྒོ་མཐུན་ཁ་གསལ་དངོས་སུ་
 སོང་ནས་བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་འབྲལ་དུ་བཟོད་སོང་བ་རེད། དེ་ཆང་མ་མི་
 འགྲིག་པ་ཡིན། བད་ཆོད་ཀྱིས་“ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་
 ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་”བསམ་པ་བཅུགས་ནས་སྒྲོན་ཆ་དེ་དག་བྱུང་གསོད་མ་བྱས་
 བ། ཀྱང་ཁོ་ཏང་ཡོན་བཟང་པོ་ཞིག་བྱེད་མི་ཐུབ་ལ། བྱ་བ་ཡང་བཟང་
 པོར་སྐྱབ་པ་མི་ཐུབ།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་

ཚོགས་ལ་འགན་འཁུར་བའི་

མཐོང་ཚུལ།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་འཁུར་བའི་མཐོང་
ཚུལ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན།

ཡོད་ཚད་ཐམས་ཅད་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་འཁུར་བ་དེ་ནི།
བདེན་པ་བདེན་ཐུབ་ཀྱིས་འགན་ཁུར་སྒྲངས་ནས་མི་དམངས་ལ་ལས་དོན་རྒྱབ་
པ་དང་། མི་དམངས་ལ་ཕན་རྒྱབ་སྦྱོར་སེལ་བྱེད་པ་དང་། མི་དམངས་
མང་ཚོགས་ལ་ང་ཚོས་བརྒྱབ་ས་པའི་དོན་དང་། བྱས་པའི་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
བཟང་ཆའི་མ་ཐོབ་ཏུ་འཇུག་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་དམངས་མང་ཚོགས་
ལ་བཟང་ཆ་ཐོབ་པར་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་
འཁུར་བར་བཅི་མི་ཐུབ།

ཤར་ཁུན་ཏང་ཡོན་ཚད་མས་དེས་པར་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་
ལ་སེམས་ཁུར་གཏིང་ཟབ་ཏུ་བྱེད་དགོས། ང་ཚོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་མིག་སྒར་
ཀྱི་ཕན་ཁེ་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་ལ། མང་ཚོགས་ཀྱི་ཡུན་རིང་བའི་ཕན་ཁེ་ལ་
ཡང་སེམས་ཁུར་བྱེད་དགོས། ང་ཚོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་མིག་སྒར་ཀྱི་ཕན་ཁེ་དང་
ཡུན་རིང་བའི་ཕན་ཁེ་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་གནད་དོན་བརྟག་དཔྱད་བྱས་
ཏི། གང་ཞིག་མང་ཚོགས་ལ་རྒྱབ་འོས་ཤིང་རྒྱབ་ཀྱང་ཐུབ་པའི་དོན་བཟང་པོ་

ཡིན་པར་སྒྲིམ་བརྟགས་ཏེ་བཀག་གཅོད་པར་རིགས། མང་ཆོགས་ལ་ཐན་
ཆོགས་གིང་མཁོ་བ་ཡོད་ལ། མིག་ཐུང་གྱི་ཆ་གྱིན་འོག་ཏུ་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན།
ང་ཆོས་ཅི་ཚུགས་གྱིས་སྐྱབ་ཅིང་། འགན་ཁུར་མ་ཐེལ་གྱིན་ཏུ་སྐངས་ཏེ།
ལས་དོན་བཟང་པོར་སྐྱབ་དགོས། མང་ཆོགས་ལ་མི་ཐན་པ་དང་། མང་
ཆོགས་ལ་སྐྱབ་པའི་མཁོ་བ་མེད་ན་ཆོང་མང་ཆོས་སྐྱབ་མི་དགོས།

མང་ཆོགས་ལ་སྐྱབ་འོས་པའི་དོན་བཟང་པོ་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་གསལ་པར་
མཐོང་རེས་སུ། ང་ཆོས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འབད་བཅོམ་ཆེན་པོས་དེ་མདོན་པར་
སྐྱབ་དགོས། ཡང་གཅིག་པ་ཤད་ན། ཁྱོད་ལ་སྟོབས་སྤྲུགས་ཆ་བཅུ་ཡོད་ན།
སྟོབས་སྤྲུགས་ཆ་བཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་འདོན་འོས་པ་ལས། “སྟོབས་སྤྲུགས་
ལ་མེར་སྤྲ” བྱེད་མི་དགོས། མི་ལ་ལས་གོང་རིམ་གྱིས་སྐྱབ་པའི་ལས་འགན་
ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པ་ཅན་གྱིས་ཆོག་གི སྐྱབ་པ་བཟང་མིན་ལ་བརྟག་ག་ཞིག་བྱེད་
མི་དགོས་ལ། མང་ཆོགས་ལ་བཀག་མ་བཅད་པའི་གནད་དོན་ད་ཏུང་ཅི་ཞིག་
ཡོད་པ་ལ་ཡང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མི་དགོས་པར་སྒྲུལ་པ་དེ་མི་འགྲིག་པ་རེད། དེ་
ནི་རང་གི་འབད་བཅོམ་ཆེས་ཆེ་བ་སྐྱད་ནས་མི་དམངས་ལ་དོན་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་
ལ། མི་དམངས་མང་ཆོགས་ལ་འགན་ཁུར་བ་མི་འདང་བའི་དོན་ཡང་ཡིན།
ཁྱང་ཁྱོད་ཏང་ཡོན་གྱིས་མི་དམངས་ལ་ཐབས་འདེགས་བྱེད་པ་ནི། སྒྲི་སེམས་
བཅོས་མིན་དང་། སྒྲི་སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་བྱེད་པར་རིགས། འབད་
བཅོམ་ཆེས་ཆེ་བ་སྐྱད་པ་ཁོ་ནས། ད་གཞོད་མི་དམངས་ལ་འགན་ཁུར་བྱས་
པར་བཅི་སྐྱབ་སྐྱུ་རེད།

མི་དམངས་མང་ཆོགས་ལ་འགན་ཁུར་བྱེད་དགོས་ན། ད་ཏུང་ང་ཆོས་
བྱ་བའི་ཁྱོད་ཏུ་ནོར་འབྲུལ་མི་འབྱུང་བའམ་ཡང་ན་ནོར་འབྲུལ་འབྱུང་བ་ཏུང་”

བར་རེ་འདུན་བྱེད། གལ་ཏེ་ནོར་འཁྲལ་བྱུང་ན་དེ་ལི་ཐོག་ཏུ་བསམ་པ་བཅོས་
 མིན་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་བྱས་ཏེ། ནོར་འཁྲལ་སྒྱུར་བ་སྒྱུར་བར་དག་
 བཅོས་བྱེད་ལོས། ནོར་འཁྲལ་བྱུང་ནས་རང་ཉིད་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་མི་བྱེད་ཅིང་།
 ཡོ་བསྐང་ཡང་མི་བྱེད་པ་དང་། ཐ་ན་ནོར་འཁྲལ་སྐྱས་ནས་གོང་རིམ་ལ་ཤེས་
 སུ་མི་འཇུག་ན། མི་དམངས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་ལ་གྱུར་གྱུར་ཆེས་ཆེ་བ་འབྱུང་དུ་
 འཇུག་པས། དེ་ནི་མི་དམངས་མང་ཆོག་ས་ལ་འགན་ཁུར་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མི་འཁུར་
 བ་ལི་ནམ་འཁྱུར་རེད། >

ང་ཆོས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ་ནི། གྲུང་ཁྲན་རང་ཡོན་གྱིས་མི་དམངས་
 ལ་འགན་འཁུར་བ་དང་རང་ལ་འགན་འཁུར་བ་གཉིས་གཅིག་མཐུན་ཡིན་.....
 པས། སོ་སོར་འབྱེད་མི་ཐུབ། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་སོ་སོར་བྱེས་ན། ནོར་
 འཁྲལ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི། མི་དམངས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་ནི་རང་གི་ཕན་ཁེ་ཡང་
 ཡིན་ལ། མི་དམངས་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལི་ལས་དོན་དེ། རང་ལ་ཕན་
 འདོགས་པ་ལི་ལས་དོན་ཡང་ཡིན། རང་གིས་གཏན་ཁེ་ལ་གྱི་སྲིད་རྒྱས་དང་བྱེད་
 རྟོགས། མར་སྤྱད་གྱི་ལས་འགན་ཆང་མ་མི་དམངས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་ཆེད་དུ་ཡིན།
 རང་གི་སྲིད་རྒྱས་དང་བྱེད་རྟོགས་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། རང་གིས་སྤྱད་
 བ་ལི་ལས་འགན་སྒྲུབ་པ་ནི། རང་ལ་འགན་འཁུར་བ་ཡིན་ལ། མི་དམངས་
 མང་ཆོག་ས་ལ་ཡང་འགན་འཁུར་བ་ཡིན།

“གྲུང་གོ་གྲུང་ཁྲན་རང་གི་སྤྱི་གཞི་གྱིས་”གི་སྤྱི་ལུ་ཅུ་འཛིན་ནང་དུ། “རང་
 ཡོན་ཆང་མས་རང་གི་ཕན་ཁེ་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཕན་ཁེ་གཅིག་མཐུན་རང་.....
 བཞིན་དང་། རང་ལ་འགན་འཁུར་བ་དང་མི་དམངས་ལ་འགན་འཁུར་བ་ལི་
 གཅིག་མཐུན་རང་བཞིན་རྟོགས་དགོས་པ་དང་། ཆང་མས་ངས་བར་སྒྲོ་

སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འབས་འདེགས་བྱེད་པ་དང་།
དོན་དང་ཐུག་ན་མང་ཚོགས་དང་གྲོས་ལོལ་བྱེད་པ། མང་ཚོགས་ཀྱི་བསམ་

འཆར་ལ་ན་གཏད་དེ་ཉན་པ། མང་ཚོགས་ཀྱི་ཐུག་བསམ་ལ་སེམས་འཁྱུང་

བྱེད་པ། ཅི་ལྟ་ཅི་ཚུགས་ཀྱིས་མང་ཚོགས་ལ་རོགས་རམ་བྱས་ནས་ཁོ་ཚོའི་

རེ་འདུན་མདོན་དུ་བྱེད་པར་རིགས་”ཞེས་བཤད། སློ་མཐུན་ལེན་མཁོ་ཆེས་

ནས་“ཏང་བཤད་པ་”ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་དུ་བཤད་རྒྱུར། “ཏང་ཡོན་

རེ་རེ་ནས་མི་དམངས་ལ་འགན་ཁུར་སྒྲུབ་ན། ཏང་ལ་འགན་ཁུར་སྒྲུབ་པ་

ཡིན། མི་དམངས་ལ་འགན་ཁུར་མི་ལོན་ན། ཏང་ལ་ལས་འགན་ཆེས་མ་

སྒྲུབ་པ་ཡིན་”ཞེས་པ་དང་། ཡང་“ངེས་པར་མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་

འགན་ཁུར་སྒྲུབ་ན། ད་གཞི་དེ་འགན་ཁུར་ཆེས་མཐར་ཐུག་ཆེས་ཆེ་བ་

སྐྱབ་པར་བཅི་རྒྱ་ཡིན་”ཞེས་བཤད།

ང་ཚོས་ད་དུང་ངེས་པར་ཤེས་དགོས་པ་ནི། ཏང་གི་སྲིད་ཀྱིས་ལག་ལེན་

ཡང་དག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཏང་གི་ལས་འགན་སྐྱབ་པ་ལ། ངེས་པར་དུས་

དེ་ག་དང་ས་དེ་གའི་གནས་ཚུལ་དོ་མ་ཐུང་དུ་འབྲེལ་དགོས། རང་རྒྱལ་ནི་རྒྱལ་

ཁབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། གནས་ཚུལ་སྡེ་འཛོལ་པ་ཡིན། ང་ཚོས་ཚོད་

དཔག་བྱེད་འོས་པ་ནི། ཏང་ནས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྒྲིལ་བཞེན་ནས་

གཏན་ཁེལ་བའི་ལས་འགན་དེ། སྐབས་འགར་ཕྱི་གས་འགའ་ཞིག་དང་བྱེད་

ཚུལ་འགའ་ཞིག་གི་སྡེ་དུ། ས་གནས་འགའ་ཞིག་དང་། སྐྱོང་སྡེ་འགའ་

ཞིག་གི་གནས་ཚུལ་དོ་མ་དང་ཡོངས་ཚོགས་སུ་འཁྱུར་བ་ལོན་པ་འདྲ་བྱེད།

གནས་ཚུལ་དེ་རིགས་དང་ཐུག་ན། ཏང་གིས་ང་ཚོ་ཀྱང་ཁྱེད་ཏང་ཡོན་ལ་

འགན་འཁུར་བའི་ནུས་འགྱུར་གྱིས། ངེས་ཅན་གྱི་ཅུ་འཇུགས་འགྲོ་ལུགས་

ལྟར། མགོ་འདྲེན་ལ་གནས་ཚུལ་བྱས་ནས། མགོ་འདྲེན་གྱིས་སྤྲོད་ཡང་
 བརྟག་གཞིག་བྱེད་པ་འདྲ། ཡང་ན་དེས་མཁོའི་ཁ་སྐོང་དང་བཟོ་བཅས་འགལ་
 ཞིག་བྱེད་པ་ལ་དེ་འདྲུན་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན། ད་གཞོད་ང་ཚོའི་
 ལས་འགན་དང་། འཆར་གཞི་ལྟག་པར་བྱས་དེ་ག་དང་ས་དེ་གའི་གནས་ཚུལ་
 རྩོམ་དང་བརྟན་ཐུབ། ཟུ་བའི་རྣམ་འཁྱར་དེ་རིགས་ནི། ད་གཞོད་ཉང་ལ་
 འགན་འཁུར་བའི་རྣམ་འཁྱར་ཡིན་ཞིང་། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ལ་འགན་
 འཁུར་བའི་རྣམ་འཁྱར་ཡང་ཡིན།

མང་ཚོགས་རང་གིས་རང་ཉིད་བཅིངས་འགྲོལ་ བྱེད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་མཐོང་ཚུལ།

མང་ཚོགས་རང་གིས་རང་ཉིད་བཅིངས་འགྲོལ་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་
 མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཡིན་ཞེན།

དེ་ནི། མི་དམངས་མང་ཚོགས་ཀྱི་བཅིངས་འགྲོལ་དེ། མི་དམངས་
 རང་གིས་ལངས་ནས་འབབ་ཚོད་དང་བཙོན་ལེན་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ན། ད་
 གཞོད་ཀྱལ་ཁ་ལོན་ཐུབ་ཅིང་། ཀྱལ་ཁ་སྤྱོད་བརྟན་ཐུབ་པས། ང་ཚོས་
 དེས་པར་གང་ཀྱས་ཀྱི་སྒྲོས་མང་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོ་བས་བྱགས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་།
 མང་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོ་བས་བྱགས་ལ་བརྟེན་དགོས།

མི་དམངས་མང་ཚོགས་ནི་ངོ་མ་རྒྱ་བས་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། མང་ཚོགས་
 ཀྱི་གསར་སྐྱར་རང་བཞིན་འཛིན་མཐའ་མེད་པ་ཡིན་སྟབས། ང་ཚོས་ཟུ་བ་

ལྷུ་མཆོད་མེ་མ་པར་བྱ་ཆོད་ཀྱིས་མང་ཆོག་ས་ལ་བརྟེན་དགོས། ལྷུ་པ་ཅི་ཞིག་
ལྷུ་པ་ཡང་ཏུང་། ང་ཆོད་རྒྱ་ཆེ་བའི་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་
པ་ཅོམ་གྱིས། དགའ་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་ཁྱུང་ཏུ་བསང་ནས། ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་
ལྷུ་པ། གལ་ཏེ་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་ལྷུ་པ་། ང་ཆོད་
དགའ་ཆོག་ས་གཅིག་ཐོག་གཉིས་བཅེགས་སུ་འབྱུང་བ་དང་། མ་ནུ་ཡོད་ཆོད་
ཆོད་པར་འབྱུང་ཡང་ཤིང་། མང་ཆོག་ས་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་འདི་ཞེས་རབ་
ནི། ད་གཞོད་ཆེས་མཐོ་བའི་ཞེས་རབ་ཡིན། མང་ཆོག་ས་ཀྱི་ཆོ་བས་ལྷུ་པ་
གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ནས་ཆགས་སྒྲུབ་པ་འདི་ཆོ་བས་ལྷུ་པ་ནི། ད་གཞོད་ཆེས་ཆེ་བས་ཆེ་
བའི་ཆོ་བས་ལྷུ་པ་ཡིན། མི་འགའ་ཞིག་གིས་རང་ལ་“དཔལ་པོ་”དང་“ལྷ་
རབ་”ཡིན་པར་ལྟ་ཞིང་། མང་ཆོག་ས་ཆེས་ལུས་ཡིན་པ་དང་། ཁོ་རང་ཁོ་ན་
འགྲིག་པའམ། ཡང་ན་ལྷུ་པ་ཁྲིའི་དོ་བྱང་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་ཐོག་ཏུ་བཞག་
ནས། མང་ཆོག་ས་ལ་བདེ་སྲིད་ཀྱི་ཉི་མ་བཟང་པོ་ཆོད་མ་རང་གིས་བསྐྱུ་བས་པ་
ཡིན་པར་བསམས། ལྷ་ཆོ་ལ་ཡོད་ཆོད་དེ་ཆོད་མ་ནི། ཆུ་པ་ནས་ནོར་འབྱུལ་
ཡིན།

ང་ཆོ་བྱང་ཁྲུན་ཏང་ནི། མི་དཔལ་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་མུ་ལྷ་བདར་དཔུང་
ཁག་ཡིན་ན་ཡང་། འགན་སྐྱུ་བ་ཁིར་རྒྱང་གིས་རྒྱལ་སྲིད་འཕྲོག་མི་སྤྱུལ། མང་
ཆོག་ས་ལ་བཅིངས་འཁྲོལ་“དྲིན་གྱིས་གནང་།” མང་ཆོག་ས་ལ་འཆོ་བ་བཟང་
པོ་“དྲིན་གྱིས་གནང་།”མི་སྤྱུལ། ང་ཆོ་འི་འགན་ཁྲུར་ནི། མང་ཆོག་ས་ཀྱི་
སྒྲི་སྒྲི་འབྱེད་པ་དང་མང་ཆོག་ས་ལ་སྒྲོབ་སྟོན་བྱས་ནས། ཁོ་ཆོ་འི་གལ་རིམ་གོ་
རྟོགས་མཐོན་པོར་བརྟེན་གས་ནས། མང་གཞི་འདི་འདི་ཐོག་ཏུ་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་བྱ་
འགུལ་ལ་མཆོད་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། མང་ཆོག་ས་ལ་མཆོད་སྟོན་གྱིས་ཅེ་འཆོག་ས་

བྱས་ནས། འཕག་ཚེད་དར་བྱུང་ཏུ་གཏོང་ཞིང་། རིམ་བཞོད་ཀྱིས་མང་
 ཆོག་ས་འདྲེན་འབྲིང་ཀྱིས་ཁོ་ཆོའི་ཆ་བའི་རེ་འདུན་མཛོན་ཏུ་བསྐྱར་བ་དེ་ཡིན།
 ང་ཆོའི་ཏང་གིས་ལོ་སྟུང་ཕྱི་རིེང་ལ་ཞིང་པ་འགྲུལ་སྐྱོད་མགོ་འདྲེན་བྱས་པ་འི་
 ཉམས་སྒྱུར་གིས་བདེན་དཔང་གྲུབ་པ་སྟར་ན། གལ་ཏེ་མང་ཆོག་ས་ལ་སྐུལ་
 སྐྱོད་གང་ཟབ་ཏུ་མ་བྱས་པ་དང་། ཞིང་པ་ན་མས་ལ་མ་བསྐུལ་དང་སྐྱངས་ཀྱིས་
 ཆ་འཇུག་ས་དང་བྱ་འགྲུལ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་མ་བྱས་པ་དང་། སྐྱོད་ལྡོ་ནང་ཏུ་
 རང་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དཔུང་ཕྱགས་བྱུང་འཕགས་བརྟན་ངེས་སུ་བཅུགས་ཏེ།
 རང་གི་སྟོབས་ཕྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་དགྲ་ཡ་ལས་རྒྱལ་ཁ་ལེན་པ་དང་། རང་
 ཉིད་ལ་བཅིངས་འགྲོལ་བྱེད་མ་སྐྱབ་པར། དབང་གཙོད་ཆབ་བྱེད་པའི་ཐབས་
 ཚུལ་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་དམངས་ཀྱི་རང་རྟོགས་བྱ་འགྲུལ་ལ་ཆབ་བྱེད་པ་དེ་སྟར་
 ན། མང་ཆོག་ས་ལ་བཅིངས་འགྲོལ་འཐོབ་པར་བྱེད་མི་རུས། གནས་སྐབས་
 སུ་མང་ཆོག་ས་ལ་ཕན་ཁེ་འགའ་ཞིག་ཐོབ་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན་ཡང་བརྟེན་མི་
 ཏུང་བ་དང་། ས་བརྟན་ཏུ་སྐྱར་པ་མ་ཡིན། དེའི་སྐབས་ཀྱིས། ང་ཆོ་
 ཏང་ཡོན་ཆང་མས་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་སྟོབས་ཕྱགས་ལ་ངོས་ཟིན་དང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
 འོས་ཤིང་། ཆང་མས་མང་ཆོག་ས་ལ་བརྟེན་པའི་མཐོང་ཚུལ་གསལ་བར་
 འཇུག་ས་དགོས་པར་མ་ཟད། བྱ་བ་རིགས་སྡུ་ཆོག་ས་ཀྱི་ཁྲོད་ཏུ་མང་ཆོག་ས་
 སྐྱུན་མོང་གི་ཤེས་རབ་འདོན་པ་དང་། མང་ཆོག་ས་ཀྱི་གསར་སྐྱུན་སྟོབས་
 ཕྱགས་ལ་བརྟེན་པ་དེ་ཐོག་མར་གལ་ཆེ་བའི་གོ་གནས་སུ་འཛོག་དགོས།
 མི་འགའ་ཞིག་གིས་བྱ་བའི་ཁྲོད་ཏུ་ཅིས་ཀྱང་དབང་གཙོད་ཆབ་བྱེད་ལ་
 དགའ། མང་ཆོག་ས་ཀྱིས་དོན་དག་སྐྱབ་པ་ཉེས་པར་འཇུར་བ་ལ་སྐྱབ་པས།
 དོན་དག་ཆེ་རྒྱང་ཆང་མ་རང་ཉིད་མི་གཅིག་གི་ལུས་ཐོག་ཏུ་འགན་སྐྱངས་པ་.....