



བཞོ་རིག་ཉིང་མཁོ་བདམས་བཟླིགས།

བད་ལྷངས་བད་ཡིག་དཔེ་ཉིང་དཔེ་ཐུན་ཁང་།

PDG

## བཟུངས་ཀྱི་ལཱ་ལྟེང་མཁོ་བ་དཔལ་ལ་བསྒྲིག་པ།

གཙོ་འགན་དཔེ་སྒྲིག་པ། ཆབ་སྲིད་ཆེ་བརྟན་པུན་ཆེ་གས།  
གཙོ་འགན་དཔེ་སྒྲིག་པ་གཞིན་པ། མ་སྒོར་མི་འཕྱུར་རྩོམ་རྩི།  
དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། ཆེ་རིང་དཔལ་འབྱོར།  
དཔར་བྱས། ཆེ་རིང་དཔལ་འབྱོར། ལུ་ལྷན་དཔང་འབྱུང་།

※

ཐོད་སྐྱོངས་ཐོད་མིག་དཔེ་སྒྲིག་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་ནས་པར་བྱ་བསྒྲིག།

ཐོད་སྐྱོངས་ཤིན་ཏུ་པར་འདེབས་བཟོ་གྲུ་ནས་པར།

ཐོད་སྐྱོངས་ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཆོང་ཁང་ནས་བཟུམ།

1990ལོའི་ཟླ་12པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིག་པ།

1990ལོའི་ཟླ་12པར་པར་ཐོངས་དང་པོ་བསྒྲིག་པ།

དེབ་ཀྱངས་1—20,00

ISBN7—80589—005—6—T1

དེབ་རིན་མོར། 3.00

## དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

དཔེ་དེའི་འདི་ནི་ཐོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ལྟར་ན་བཟོ་རིག་པལ་པར་གཏོར་  
 པ་དང་། དེར་རྒྱས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་ལྟར་ན་མི་རིགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་བཟོ་ཆ་ལ་རྒྱ་  
 བེ་བའི་ཉེར་མཁོའི་དཔེ་རྟིང་ཐོར་བྱ་བ་དཔལ་པ་སྒྲིགས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།  
 དེ་ཡང་ཐོད་ཀྱི་གནས་ལྟ་རིག་པའི་ཡ་གྲུལ་བཟོ་རིག་གཙོ་པོའི་སྒྲིང་བྱེ་  
 བྲག་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་ནི་«བསྟན་འཕྱར་»ཀྱི་ཁྲོད་དང་སྟོན་བྱ་  
 བཤམ་པ་རྒྱ་མའི་གསུང་འབུམ་ཀྱི་ཁྲོད་རྒྱ་མཁས་བཀར་བཞུགས་པའམ་...  
 གསེབ་ཆགས་སྟེ་གནས་པ་སོགས་ཅི་རིགས་བྱུང་ཐོད། འོན་ཀྱང་མ་དཔེ་  
 ཁག་གཅིག་ནི་རིང་ནས་ཁ་ཐོར་སེལ་བྱུང་བྱས་ཐོག་ད་ཆ་དཔེ་སྒྲུབ་ཡང་...  
 ཤིན་ཏུ་དཀོན་ལ་ཐ་ན་ཆ་སྟོངས་བྱུང་ཉེན་ལ་སྒྲུག་ཡོད། འདི་ག་དཔེ་སྒྲུབ་  
 ཁང་ནས་ལོ་ཤས་ནང་མ་དཔེ་དེ་རིགས་འཆོལ་བཟུ་གང་སྟབས་ལྟས་པ་ལས་...  
 གཅིགས་ཆེར་མདོན་པ་རྣམས་ཡལ་བར་པངས་ཏེ་ད་ལམ་གཅིག་ཏུ་ཕྱེབས་  
 བས་དཔར་སྒྲུབ་ལྟས་པ་འདིར་མཛད་བྱུང་དང་མཛད་རྒྱས་གསལ་མིན་སྟེ་  
 ཆགས་བྱུང་བའི་གནའ་ཐོད་དཔེ་རྟིང་སྟབས་ཁག་བསྟན་ཡོད་པར།  
 ཐོག་མར་དེ་དག་རེ་རེའི་གནས་སྒྲུབ་ལོ་སྟོན་ཤིན་ཏུ་མདོར་བཟུས་ཤིག་...  
 ལྷ་ལྷ་གསལ་གསལ།

༡ «རིག་པ་བཟོ་ཡི་གནས་ཀྱི་ལས་ཆོད་སྟན་ཆོགས་འདོད་རྒྱར་རྒྱར་  
 བ་བྱ་པའོད་ཀྱི་སྟངས་བསྟན་»ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཟོ་རིག་དཔེ་རྟིང་ལྟར་...

གཤམ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། འདི་འི་ནང་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དངུལ་ཟངས་  
 ལྷགས་འཁར་བ་གཤམ་ཆེ་སོགས་དང་གཟི་མཚང་གཟུ་ཤེལ་ལ་སོགས་པའི་  
 བཟོ་བསྐྱར་ལས་ཆོགས་ནམ་མང་དང་། ཡིག་འབྲི་དང་ཐེུ་དང་ཉ་ཆོན་  
 གྱི་ཆོན་སྒྱུར་ལས་ཆོགས། སྤྱིང་སྒྱུར་དར་རས་གོ་སྤྱགས་ཤོག་བྱར་ཆོས་བྱེད་  
 པའི་ལས་ཆོགས། སྒྲིས་གྱི་ལག་ལེན་སྒྱི་དང་བྲེ་བྲག་སྒྲིས་སྒྱུར་སྒྲི་ཆོགས་  
 པའི་ལས་ཆོགས། རིན་ཆེན་བྱ་གཤམ་པར་རྒྱག་སོགས་མགར་བྱེད་པའི་  
 ལས་ཆོགས། ལས་ཆོགས་ཐོར་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་ལས་ཆོགས་ནམ་  
 གངས་ཁག་གི་གཞལ་འདེགས་ཆད་གཞི། བ་ན་གཟི་རུལ་པའི་ཐབས་  
 དང་། སྒྲ་དཀར་འགོག་ཐབས་དང་སྒྱི་ཐེར་སྒྱེ་ཐབས། སོ་ཆ་འགྲུལ་བ་  
 བཅོས་ཐབས་སོགས་ཆོན་རིག་རྒྱན་ཤེས་འགའ་ཡང་ཚུད་པ་སོགས་ནང་...  
 འོན་ཏེ་སྤྱན་སྒྲུལ་ཆོགས་པོ་ཡོད། བསྐྱར་བཅོས་འདི་ནི་དེུ་དམར་བསྐྱར་  
 འོན་ཏེ་སྤྱན་ཆོགས་གྱིས་སྒྲེ་དགེ་དངུལ་མདའ་རྒྱན་གྱུ་བ་ཉིང་དགོན་ཆེན་...  
 ཏུ་སྒྱུར་བར་མཛད་ཚུལ་འདི་ཉིད་གྱི་མཛད་བྱང་ལས་ར་འཕྲོད་ཅིང་།  
 གང་ཉིད་ནི་མདོ་ཁམས་ལོ་འཛའི་བཀའ་བརྒྱད་དགོན་པ་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་...  
 མིང་ལྷག་འདེབས་མཁན་དང་། ཏུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་ནང་གསེབ་  
 རིག་པས་གཙོས་རིག་གནས་ཀྱལ་ལ་ནང་བྱ་རྒྱུད་དེ་ཁམས་ཐོད་གང་...  
 སར་དེུ་དམར་པུ་ཆེན་ཞེས་ཡོངས་སྒྲུ་གཤམ་པའི་མཁས་པའི་དབང་པོ་  
 ཡིན་ལ་བཟོ་རིག་པའི་ཐད་ཀྱང་ཉམས་བཞེས་སྤྱག་ལེན་སྤྱན་མིན་ཏུ་ཡོད་...  
 པ་ཞིག་ཡིན། ཁོ་པོ་ཅག་ལ་བསྐྱར་བཅོས་འདི་ཉིད་གྱི་མ་དཔེ་ཞལ་བྱང་  
 མཚུངས་པར་ནང་དོན་རྒྱུད་ཟད་མི་མཐུན་པ་ཁག་གཉིས་ལག་སོན་བྱང་...  
 བར་ད་ལམ་ཕན་ཚུན་ཉ་བསྐྱར་གྱིས་ཁྱད་པར་བཅུན་སྒྲུལ་པའི་མ་དཔེ་གཞིར་

བཞག་ཐོག་དེས་མ་འཁོད་པ་རྣམས་མ་དཔེ་ཅིག་ཤོས་ནས་ཁ་གསལ་བྱས་  
 ཐོག་མ་དཔེའི་སྒར་ཡོད་མཆན་བྱ་དང་མི་ནོར་བའི་ཕྱིར་སྒྲིག་མཆན་ཞེས་  
 པའི་ཡིག་རྒྱུད་ཡང་བཀོད་ཡོད། མ་དཔེ་གཉིས་པོའི་ཆོག་ཟིན་ལ་ལྟས་  
 བ། བཟོ་རིག་ལས་ཆོགས་སོ་སོའི་སྒྲིང་ཚུལ་པ་པོས་སྒྲེབས་གཅིག་ལ་ཚུལ་  
 པ་གནང་བ་མིན་འདྲ་བར། ལ་ལ་ནི་དེའི་སྒྲིང་གི་མཁས་པའི་(དཔེར་  
 བ་རྩི་རྒྱུར་མཁར་བ་ལྟ་བུ་)དཔེ་བྱུངས་འདྲ་མིན་ལས་བལྟས་ཉི་དཔུས་...  
 གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་པར་སྤང་ཞིང་། ལ་ལ་ནི་གང་གི་རྩྱུང་བ་དངོས་ལྟར་བཀོད་  
 པར་སྤང་བ་སོགས་གང་ལྟར་གྱུར་དེ་དག་ནི་རང་རིགས་པ་མེས་རྣམས་...  
 གྱིས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུང་རིང་དཀའ་རྒྱུད་སྤྱིར་བཏགས་པའི་ལག་ཤེས་བཟོ་...  
 ཚལ་གྱི་སྤྱིར་བཏགས་ཉིང་བྱེད་སྒྲིང་སྒྲིགས་སྒྲིང་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་གདོན་མི་...  
 ཟེའོ།

༢«བཟོ་རིག་པ་ཏུ་ཉེར་མཁོ་སྤྲོ་ཆོག»ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོང་སྒྲིམ་དེའུ་  
 དམར་བའི་གསུང་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དོན་གནད་བལྟས་ལྟ་བུར་མངོན་...  
 པས་གང་དེས་བཟུན་བཅོས་འདི་འདྲ་བྱས་བལྟས་མི་འདྲ་བ་རེ་མཛད་དམ  
 སྒྲུལ་པ་ཞིབ་དཔྱད་གནང་ཆེད་བཀོད་ཅིང་། འདིའི་མཁུག་བྱང་ཏུ། བཟོ་  
 རིག་པའི་བཟུན་བཅོས་དཔེ་སྤྱིར་མཁུག་རྒྱུད་ཟད་མི་ཆང་བ་ཞིག་རིགས་ཀྱི་  
 གཅིན་པོའི་མཛད་འཛིན་ལ་འདུག་པ་དགེ་རྒྱུད་ཀྱན་པོ་དག་དབང་བཟུན་  
 ཉི་ཆོས་འབྱུང་གིས་ལག་བྲིས་གསར་བལྟས་བཀྱིས་པ་རབ་ཡིད་སྤྲོ་ཆོགས་...  
 དབྱིག་(སྤྱི་ལོ་1845)ལ་གྲུབ། ཅེས་འཁོད་པ་ཚུལ་ལ། བཞུན་ལྟན་  
 རྣམ་པས་ད་ཏུང་དཔྱད་པར་བྱ།

༢«པ་ཏུ་ག་ཞེས་པ་རིག་པ་བཟོ་རྣམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་»ཅེས་བྱ་བའི་...  
 བྱང་། རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་ལས་ཆོགས་གསེར་གྱི་བཟོ་སྤྱོད་གསུལ་དང་།

[illegible]

ལྟ་བུ་རིག་ཁ་ཤས་ཀྱི་པ་ཏུ་ལག་ལེན་མ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འདྲ་ན།  
 གནའ་མ་མོའི་བཙོ་རིག་ལག་ཚལ་སྒྲིབ་འགའ་ཅམ་བརྟན་པ་དཔེར་ན།  
 ཁྱི་སྒྲིབ་ལྟེ་བཙོན་གྱིས་ཆ་ལྟོན་ཏུ་མཛད་པའི་དཀར་པོ་ལ་བཙོ་བྱས་པ་དང་།  
 བཙོ་འབྱུང་གནས་གྱིས་གདམས་པའི་བྱིལ་པོ་ལ་སྒྲིབ་པ་། བེ་ར་ཅ་ནས་  
 བཙུར་པའི་བཙོ་བཙོ་འདྲི་གདམས་པ་ལོགས་ལྟ་བུ་དང་། འདིར་འཁོད་  
 གསེར་བཙུར་དང་ཆོས་འབྱུར་བྱ་ཐབས་ལོགས་ནི་ཤོད་གསལ་བརྟན་.....  
 བཙོས་ཁག་དང་མི་འདྲ་བ། ལྟ་བུ་བཙོ་རིག་པ་ཏུ་ག་ཞེས་པ་རིགས་  
 བཞི་ཡོད་ཚུལ་མདོར་བརྟན་པ་ལོགས་འདིའི་མཚུགས་བྱ་བ་། ལྟ་བུ་  
 ལྟོང་པའི་བཀའ་མ་དང་། །སྒྲིབ་དཔོན་བསྐྱེད་གཏོར་མ་དང་། །  
 མཁས་པས་སྒྱུར་པའི་བྱ་དུ་ཆོས་ནམས། །གཅིག་ཏུ་བྱིལ་པའི་མཁ་རག་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དོན་ལ་གནས་པ་ལྟར་བརྟན་བཙོས་ལྟོང་བྱངས་  
 ཡིན་པས་འབྲུག་སྟེ་འདིའི་མཛད་པོ་མཛད་ཏུ་ས་ལོགས་བྱ་བ་གསལ་པོ་མ་  
 འཛད་པས་རེ་ཞིག་ལྟ་སྟོབས་བྲལ་ཡོ།

ཡེ་ཆུ་ཐོད་ཀྱི་ནོར་ཇུས་ཀྱི་རིས་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་པའི་དབྱེད་ ་  
 རྟོན་ཡིད་ཀྱི་འདོད་འཇོ་»ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉ་ལམ་གཞན་ན་མེད་པའི་གནའ་  
 ཇུས་དབྱེད་རྟོན་མིང་ཐོར་དྲིལ་བ་ཞིག་ཡིན་འདུག འདིའི་ནང་གི་གྲུ་མ་  
 བཅན་པོ་ནས་བཟུང་ཐོད་ཀྱི་བཅན་པོ་རིམ་བུར་སྐབས་ཀྱི་གོ་ཁྲབ་རལ་...  
 གི་སྐགས་ཀྱི་མིང་དང་། བྱད་ཆོས། བཟོ་བོ། དེ་དག་དར་བའི་  
 སོ་རྒྱུས་སྐགས་དང་། འཕྲོང་སྟན་ལྡེ་རུའི་རུས་སུ་ཐོད་ལ་དཀར་ཡོལ་  
 སྐག་མར་བུར་བ་ནས་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་སྐུ་རུས་བར་ཐོད་ལ་དཀར་...  
 ཡོལ་དར་ཚུལ། ལྷག་དོན་ལྟ་སོ་སོ་རི་གཉན་བཅན་སྐབས་ཀྱི་མཆོད་  
 ཆས་ཁྲོ་མིའི་ཤར་དྲིལ་ནས་རུས་རབས་བཅོ་ལྔ་པའི་དབར་མཆོད་ཆས་རོལ་  
 ཆ་སྟོ་ཆོགས་རིམ་འཕེལ་བུར་ཚུལ་སྐགས་ཀྱི་སོ་རྒྱུས་ཞིབ་ཅུམ་བསྟན་སྐག་  
 མཆོམས་དེར། འདི་ནི་སྟོན་བྱོན་ནམས་ཀྱིས་རོལ་ཆ་ལ། །རྣམ་བཤད་  
 རྒྱུས་པར་མ་བཞོད་ཕྱིར་འདི་བཟོད། །ཅེས་དམིག་བཀར་རུ་གསུངས་  
 འདུག གཞན་ཡང་འདིའི་ནང་ཆར་སྤྱོན་འཇའ་ཆོན་མི་ལམ་ས་དབྱེད་  
 བརྟག་པའི་སྐྱར་འཁོད་པར། དཔེ་ཉིང་གི་ནང་དོན་ལ་འཕྲི་བསྟན་མི་བྱ་  
 བའི་ཅ་དོན་གཞིར་བཟུང་བ་དང་། དེ་དག་ལ་རྟོག་འདུག་དགོས་ངེས་  
 ཀྱི་གནད་ཀྱང་མཆིས་ངེས་ལ་བརྟེན་རི་བཞིན་སོར་བཞག་བྱས་ཡོད།  
 འདིའི་ཆོས་པ་པོའི་ཐད། རལ་གི་བརྟག་པའི་ཆོག་སྒྲིས་ཀྱ། ཐོད་ན་  
 རལ་གི་བརྟག་པར་དེང་སང་ཁམས་སྟོན་ང་རང་མཁས་ཞེས་བྱུང་བ་དང་།  
 འདིའི་ཆོག་དོན་ལྟ་ཕྱིར་ས་སྐུ་པའི་སྐྱར་ཞིབ་ཅུམ་གསལ་བ་དང་འགྲོ་.....  
 མགོན་འཕགས་པར་བཀྱར་བཟོས་ཆེ་བསྟོད་དངོས་ཤུགས་ནས་མཆོན་པ།  
 བརྟག་བྱའི་ནོར་ཇུས་ནི་མིང་རྒྱལ་རབས་སྐབས་ས་སྐུའི་བླ་མ་ཐེག་ཆེན་...

ཚེས་ཇི་ཀུན་བཀའ་པ་ཤོད་ཏུ་བྱོན་(སྟེ་ལོ་1413ལོར་བྱོན་)ནས་སྐབ་...  
 ཚལ་རྒྱ་མིང་གན་ཚལ་ཞེས་པ་བྱང་ཚལ་སྒྲོར་ཅམ་ནས་མཆུག་བལྟས་.....  
 འདུག་པ་བཅས་ལ་དབག་ན། འདི་ནི་ས་ལྷགས་གྲུབ་མཐའ་འདྲིན་པའི་  
 མདོ་ཁམས་ཁྲལ་གྱི་ཁམས་སྟོན་ཞེས་བྱ་བས་སྟེ་ལོའི་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་...  
 པའི་མཆུག་ཅམ་ཏུ་མཛད་པར་རེ་ཞིག་ངོས་འདྲིན་དེ་ལྟར་བྱས་ཤིང་།  
 འདིའི་མཆུག་བྱང་ཏུ། ཚལ་འདི་སྟོན་བྱང་གཏམ་གྱི་བབ་དང་བསྐྱབ་།  
 ཡིད་ཆེས་རྒྱན་པོའི་ངག་རྒྱན་རྣམས་ལ་བལྟས། །མཐོང་བའི་གཟུགས་ལ་  
 བརྟག་དཔྱད་དོན་དཔྱད་ནས། །སྟོན་ལྟར་དཔྱེས་ཕྱིར་འབྲལ་མེད་ཆེག་འདི་  
 ལྷས། །ཞེས་གསལ་བ་ལས། འདིའི་ནང་དོན་པལ་མ་ཆེ་ནི་ཁམས་སྟོན་  
 གང་དེས་ངལ་བ་རི་ཅམ་ལྟར་ཏུ་བཞེས་ནས་རང་གི་བྱག་སོར་ལས་གསར་  
 ཏུ་སྐྱར་བར་མཛད་པ་ཡིན་པེས་ལུས་སོ།

༥«རྟེན་བརྟག་པའི་རབ་བྱེད་ཏུ་བྱ་སྤྲེལ་ཁས་འདོད་པའི་ཁ་རྒྱན་»  
 ཞེས་བྱ་བའི་ནང་། དཔུས་གྱུར་ཡུལ་ཏུ་རྒྱ་མོགས་ལས་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་  
 བ་སྐས་བཅས་ཀྱི་སྐྱེ་འདྲ་དར་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་དེ་དག་རེ་རེའི་བྱེད་ཆོས།  
 བང་སའི་ཐང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་འདྲ་སྐྱེ་རྟེན་མ་དང་མིང་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་འདྲ་  
 སྐྱེ་གསར་མའི་སྒྲོར། བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཡི་མ་ཐུ་བྱི་གསུམ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར།  
 གཞན་ཡང་སྟོད་སྤྱད་རྟོར་དང་ཡི་ཡུལ་ཁ་ཆེ་བལ་པོ་སོགས་གནལ་བའི་...  
 ཡུལ་གྱི་ཁག་གི་སྟོན་སྟེ་སྒྲོར་སོགས་ཁྲུངས་བཅུན་ཡིད་ཆེས་འཕེར་པེས་སྐྱ་  
 གསལ་འདུག འདིའི་མཆུག་བྱང་ཏུ། དགེ་སྦྱོང་པརྩ་དཀར་པོས་མཁུན་  
 བཙེ་དཔོན་པོ་ཆེ་དཔར་ཀུན་མཁུན་བཅས་པ་ཉམས་དགའ་སྟོ་བདེའི་.....  
 ཆེད་ཏུ་སྐྱར་ཞེས་འཁོད་པ་ཅམ་ལ། ཅམ་པ་པོ་འདིའི་ཕྱིན་ལས་སྒྲོར་

ལའང་མཁུན་ཡངས་དཔྱད་ལྟན་ནམ་པས་ཁ་སྐྱོང་འཆལ་བྱ།

༡ «རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཞི་ཁྲོ་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཆ་ཆོད་བཟོ་  
རིག་པའི་བཟླན་བཅོས་མདོ་རྒྱད་གསལ་བའི་མེ་ཡང་» ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐིག་  
ཆེན་ལྷའི་རྣམ་བཤད་ཞིབ་རྒྱས་བཟླན་པའི་ལྷ་སྤྱིའི་ཆ་ཆོད་ཀྱི་བཟླན་.....  
བཅོས་ཤིག་ཡིན་འདུག འདི་ཉིད་བྱ་བལ་བ་དཔལ་ལྷན་སྒོ་སྤྲུལ་བཟང་  
པོས་འབྲས་སྤངས་སྤྱུ་སྤྱུར་ཞེས་དང་། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་སྤེལ་  
(སྤྱི་ལོ་1944) ཡར་ལྷ་ཞོལ་པར་ཁང་ནས་ཤིང་པར་དུ་བསྐྱུན་ཞེས་.....  
མཇུག་བྱང་དུ་གསལ་བས་དཔེ་རྒྱན་ཏ་ཅང་རྟིང་མ་ཞིག་རང་མ་ཡིན་གྱིང་  
རི་མོའི་བཟླན་བཅོས་ཤིན་དུ་ཆོད་ མར་མཐོང་ནས་འཁྱུད་གཅིག་དུ་.....  
བཀོད་པ་ཡིན་ནོ།

བཟོ་རིག་བཟླན་བཅོས་འདི་དག་ཡིགས་སྤྲུལ་དཔེ་སྤྱུན་ལྷས་པའི་...  
དམིགས་ལྷལ་ལམ་དོན་སྤྲིང་ནི། བཟླན་བཅོས་འདི་དག་ལ། བོད་མི་  
རིགས་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་འབད་བཅོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་མཆར་དུ་.....  
དངར་བའི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་བསྐྱུན་པའི་ལོ་རྒྱས་དང་། བོད་ས་  
གནས་དང་མེས་རྒྱལ་ནང་སའི་དབར་གྱི་གང་ཅིའི་འབྲེལ་བ། དེ་བཞིན་  
བོད་དང་རྒྱ་གར་སོག་མཐའ་བཞིའི་ལྷལ་གྱི་ཁག་དབར་དཔལ་འབྱོར་རིག་  
གནས་ཀྱི་འསྐྱོའོང་འབྲེལ་འདྲིས་ཇི་བྱུང་། ལྷག་དོན་བོད་འདིར་སྤྱིད་ན  
དཀོན་པའི་རིན་ཆེན་གཉིར་རིགས་དང་། ཅི་ཐོག་ཤིང་སྤེལ་ རི་དྲུགས་  
སྤྲུག་ཆགས་ལ་སོགས་རང་བྱུང་ཐོན་དངོས་ཀྱིས་རབ་དུ་སྤྱུག་པ་སོགས་.....  
ཤེས་བྱའི་སྒོ་དུ་མར་ཤེས་རྟོགས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་སྤྱིའི་ཐད་དབྱེད་གཞིའི་.....  
རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལྷན་ལ། མི་རིགས་ཀྱི་ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་འཛིན་སྤྱུང་

ཐལ་གསུམ་བྱ་རྒྱའི་ཐད་ལ་དེ་བས་ཉི་ཤར་མཁོ་ཁིང་གིན་ཏུ་སྒྲན་པ་སྟེན་  
ཅི་དགོས།

དེའི་ཕྱིར་ཁོ་མོ་ཅག་གིས་བརྟན་བཙན་ཁག་ན་མས་ལེགས་སྒྲིག་བྱ་...  
སྐབས་མ་དཔེའི་ནང་དོན་ལ་བཙན་ཉུང་སྟེ་ཅམ་མི་འགྲོ་བའི་ཙ་དོན་...  
མཐའ་འཁྱེད་སྟེ་མ་དཔེའི་སྐྱེད་ཡིག་ན་མས་འཕྱུར་མེད་ཐལ་བ་དང་།  
ཐད་སྒྱུར་ཡིག་ནོར་མདོན་མཚན་ཅན་དག་བཙན། འབྲུ་དོན་དོགས་གནད་  
ཆེ་རིགས་ཀྱི་ནོར་བཙན་དཔུང་གཞི་ཚང་མ་རྟགས་( )འདིའི་ནང་...  
བཞོད་པ་དང་ཆོག་བྱིས་གཉིས་ཡན་བཙན་དགོས་པའི་ཡིག་ནོར་ཀྱི་འག་ཏུ་  
ནར་རྟགས་རེའང་བཞོད་པ། ཡིག་འབྲུ་མདོན་གསལ་ཏུ་ཆད་པ་ཁ་གསལ་  
བྱས་པར་རྟགས་[ ] འདི་བཞོད་པ། ཆོག་འབྲུ་མི་གསལ་བ་ཁ་སྒྲིང་  
བྱ་ཐབས་ཐལ་རིགས་རེ་རྒྱུད་མཆིས་པར་རྟགས་□□□འདི་བཞོད་...  
པ། ཆོག་འབྲུ་འགའ་རེ་ནོར་རམ་སྒྲུལ་བྱུང་དོན་ཙ་ཤེས་གཏན་མཚན་  
ཕྱིན་རྟགས་※འདི་བཞོད་ནས་དོགས་དཔྱད་བྱ་རྒྱུ་མཚན་པ། མིང་གཅིག་  
འབྲི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཉི། དཔེར་ན། དཀར་གོང་དང་མཁར་གོང་དང་  
ཁར་གོང་། ཟེ་ཆ་དང་ཟེ་ཆ། བབ་སྒྲ་དང་བ་སྒྲ་དང་བབ་ལ། ཉང་  
ཀུན་དང་ཉང་ཀུ། མཐེ་ཐོང་དང་མཐེ་ཐོ་དང་མཐེབ་མ། བག་ཚུར་  
དང་ནག་མཚུར་སོགས་ལྟ་བུ་མང་ཏུ་མཆིས་པ་དག་དང་། གཞན་ཡང་  
ཐལ་སྐད་ཐད་ཀར་བྲིས་པ་ཉི། དཔེར་ན། འཇམ་སྐད་དེ། འད་ཅེ་  
རེ། དཀར་ཅེར་བ་སོགས་ལྟ་བུ་ཆང་མ་སོར་འཛོག་བྱས་པ་བཙན་དཔེ་  
སྒྲིག་བྱ་ཐབས་དེ་ལྟར་ཡང་། དཔེ་སྒྲིག་པའི་གང་ཅིའི་ཤེས་ཚད་གིན་ཏུ་  
དམན་པའི་ཕྱིན་བྱིས་ད་ཏུང་འབྲུལ་ནོངས་འགལ་འཛུལ་ཅི་རིགས་ཡོད་...

ངེས་པས་མཁུན་ལྷན་རྒྱུ་པས་ལེགས་བཅོས་བཀའ་སློབ་ལྷན་སྡེ་ལ་ཡོད་  
པ་ལྟ་བུ།

མཇུག་ཏུ། དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་བསྐྱེགས་པའམ་འདི་ཉིད་སྐྱིག་  
སྐབས་དབྱེད་གཞིར་བྱས་པའི་མ་དཔེ་ཁག་མཁོ་འདོན་གཡར་སྤྲེལ་གནང་  
མཁན་སྤྱི་མཉམ་ནི། སྨྲངས་རིག་དངོས་དོན་ལྟན་ཁང་ནོར་སྤྱིང་བདག་  
གཉེར་ཁུལ་དང་། སྨྲང་བྱིར་ལྟ་སའི་སྤྱིད་སྨོས། དགོ་རྒྱས་པ་བཟན་འཛིན་  
རྩི་རྩེ་མཆོག་བཅས་ཡིན་པས་རང་ཅག་ཀུན་གྱིས་ཁོང་རྒྱལ་པའི་མཛད་.....  
བཟང་ལ་སྙིང་དབྱུས་ནས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་བྱ་དགོས་ཡོད་དོ།

དཔེ་སྐྱིག་འགན་འཁུར་བས།  
སྤྱི་ལོ་1990ལོའི་ཟླ་ཆོས་ལ།

## དཀར་ ཆག

རིག་ལ་བཟོ་མི་གནས་ཀྱི་ལས་ཆོགས་ཕྱན་ཆེགས་  
འདྲེད་ཐུར་ཐུར་བ་ཕྱ་ཕབ་འོད་  
ཀྱི་ལྷན་བརྟན།

མཆོད་བརྗོད་དང་ཚུལ་པར་དམ་བཅའ་བ། ..... ( 3 )

རིན་པོ་ཆེའི་ལས་ཆོགས་ལས།

གསེར་བཅོ་ལས་བཅོ་རྒྱ་བཅོ་སྐམ་དང་། གསེར་གྱི་འབྲུ་བཅོ་དང་

ལྷང་བཅོ། ..... ( 4 )

གསེར་དམ་སྲུང་བྱ་ལྷགས། ..... ( 7 )

གསེར་ཤོག་དང་། དུལ་ཤོག གཤའ་ཤོག་བརྒྱུང་ཚུལ། ..... ( 8 )

དུལ་གྲང་འདུལ་དང་སྐམ་འདུལ་བྱ་ལྷགས། ..... ( 13 )

ཟངས་དང་ར་གན་འདུལ་ལྷགས། ..... ( 14 )

གསེར་བརྒྱར་ལས་ཆོགས་ལས་སྲུ་སྲུབ་ཀྱི་ལྷགས་དང་། མན་ངག་

རིན་པོ་ཆེའི་གཉེར་བྱམ་གྱི་ལྷགས། བོད་ཅིའི་ལྷགས་གྱི་

གྲང་གསེར་དང་ཆ་གསེར་སོགས། ..... ( 15 )

གཡའི་བཟོ་ཐབས་ལས་ཐུར་མཁར་བའི་ལྷགས་སོགས། ..... ( 22 )

ཤེལ་བཟོ་བའི་ལས་ཆོགས་ལས་ཆུ་ཤེལ་དང་། མེ་ཤེལ། རྩ་མོ་

རྟོ། མཁན། མ་ན་རྟོ་སྟགས་ཀྱི་བཟོ་བའས། ..... ( 23 )

གཡུ་ཅིའི་ལས་ཆོགས། ..... ( 26 )

དཀར་ཡོལ་བཟོ་བའི་ལས་ཆོགས། ..... ( 27 )

ཆོན་ཕྱོད་ལས་ཆོགས་ལས།

ཡིག་འཁྱི་ལྟ་ཆ་དང་། མེའུ་ལྟ་མཆལ་མཁ་སྟགས་ཀྱི་ལག་

ལེན། ..... ( 28 )

ལྟ་ཆོན་ཀྱི་ཕྱོད་པ་ལུན་ཆོགས་འཕུལ་ཤེལས་ཆོན་ཕྱོད་ཕྱོད་ལུན་

ལྟགས། ..... ( 32 )

ཆོས་ཕྱོད་པའི་ལས་ཆོགས་ལས།

ཕྱོད་ལྟ་ལ་བ་དང་ཀོ་ལྟགས་དར་རས་ཤོག་ལུ་སྟགས་ལ་ཆོས་ཕྱོད་

མཁས། ..... ( 38 )

ཕྱོད་ཕྱོད་ལག་ལེན་ལས།

ཕྱོད་ལྟ་བཟོ་ཆུ་དང་། ཕྱོད་ཕྱོད་ལྟ་ཆོགས་འཕུལ་བཟེས་ཕྱོད་

ལྟགས། ..... ( 53 )

ཕྱོད་ཕྱོད་དཔོན་ལས་ཕྱོད་ཕྱོད་ཁ་ཆེ་མ་དང་། པར་ཆོན་ལྟགས།

རྩ་འཁོར་ལས་བཤད་པའི་ཕྱོད་ཕྱོད་ལྟ་གཉིས།

གསང་འཕུལ་ལས་ཕྱོད་པའི་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་པ། ཨ་ཏི་

ཤེལ་ལྟགས། ཕྱོད་ལྟ་ཕྱོད་ཕྱོད་པ། ཁ་ཆོར་ལྟགས་ལག་

བསངས་ཀྱི་མཆོད་ཕྱོད་ཕྱོད་ཕྱོད་པ་སྟགས། ..... ( 57 )

མགར་བྱེད་ལའི་ལས་ཚུགས་ལས།

ལྷ་འབྲེལ་མེ་མ་དང་སྐད་མི་བརྗོད་ལུགས། ..... ( 67 )

ལྷ་ལྷག་བྱ་ཐབས། རིན་ཆེན་བྱ་གཤག་བརྗོད་ལྷག་བྱ་ཐབས།

ལྷགས་དང་དུལ་སྟགས་ལ་བརྗོད་དང་རི་མོ་བྱ་ཐབས། ..... ( 68 )

ཁྲབ་རྒྱག་མྱི་ཐབས་སྟགས། ..... ( 73 )

འཆེམས་བརྗོད་ལས་ཚུགས། ..... ( 75 )

ལས་ཚུགས་རྒྱུ་བྱ་བ་ལས།

ལྷགས་སྟོད་ཀོང་བུའི་རྒྱུར་བ། ..... ( 77 )

རྒྱ་བརྗོད་ལས་ཚུགས། ..... ( 79 )

ལས་ཚུགས་རྣམས་ཀྱི་གཞལ་འདེགས་ཆད་གཞི། ..... ( 81 )

བསེ་མར་དང་ཀོ་བསེ་རས་བསེ་ཤོག་བསེ་ཤིང་བསེ་རྣམས་ཀྱི་ལག

ལེན་དང་། བསེ་རུག་བསྐྱུང་བའི་གདམས་པ། ..... ( 83 )

རྒྱ་འབྲེལ་དང་། ཅི་རྒྱུར་བྱ་ཐབས། ..... ( 85 )

ལྷ་མེ་དང་། འབྲུལ་མེ་སྟགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས། ..... ( 89 )

ག་ལ་འབྲུལ་མེ་འཇུལ་བ་དང་ག་མི་རུལ་བའི་ཐབས། ..... ( 91 )

སྐྱ་དཀར་འཁོག་ཐབས་དང་། སྐྱ་ཐེར་སྐྱ་ཐབས། འགམ་རྒྱ་

བཅོས་ཐབས། ..... ( 92 )

སོ་རུལ་དྲི་ངན་འཁོག་ཐབས་དང་། སོ་རྩ་འགྲུལ་བ་བཅོས་

ཐབས། ..... ( 93 )

འབྲུལ་ཡིག་བྱ་ཐབས། ..... ( 94 )

སྟོན་ཆེན་དང་མཛད་བྱང་། ..... ( 95 )

## བཟོ་རྒྱུ་ལ་བྱ་ཞེས་མཁོ་སྒྲ་ཆོག་པ།

|                                                                    |        |
|--------------------------------------------------------------------|--------|
| མཆོད་བརྗོད་དང་ཚུལ་པར་དམ་བཅའ་བ། .....                               | ( 99 ) |
| གསེར་བརྗོད་ལས་ཆོག་པ། .....                                         | (100)  |
| དབུལ་ཤོག་གཤམ་ཤོག་བརྗོད་ཚུལ་དང་། དབུལ་ཐངས་ར་གན་<br>འབུལ་ལུགས། ..... | (108)  |
| གསེར་བརྗོད་ལས་ཆོག་པ། .....                                         | (111)  |
| གཡུའི་བརྗོད་ཐབས། .....                                             | (116)  |
| ཤེལ་སྒྲ་ཆོག་པ་བརྗོད་ཐབས། .....                                     | (117)  |
| དཀར་ཡོལ་བརྗོད་ཐབས། .....                                           | (121)  |
| ཆོན་སྒྲུང་ལག་ལེན། .....                                            | (121)  |
| ཆོས་ཀྱི་བྱ་ཐབས། .....                                              | (128)  |
| སྒྲིག་སྒྲུང་ལག་ལེན། .....                                          | (141)  |
| མགར་གྱི་ལས་ཆོག་པ། .....                                            | (151)  |
| མཐུག་བྱང་སྒྲོན་ཆོག་ .....                                          | (156)  |

## བྱ་ཀ་ཞེས་ལ་རྒྱུ་ལ་བཟོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

### རྒྱུ་བཟུགས་སོ།

|                                                                                        |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| མཆོད་བརྗོད་དང་ཁ་བྱང་བཤོལ་བ། .....                                                      | (161) |
| གསེར་བརྗོད་བརྗོད་སྒྲ་བཟུ་གསུམ་ཉི་ཐངས་ལུགས་གཤམ་ཆོ་<br>ར་གན་ལ་སོགས་པའི་གསེར་བརྗོད། ..... | (164) |

གཡུ་འི་བཙོ་ལྷ་བརྒྱུ་ཉི་གཡུ་ཉིང་བལ་གཡུ་ལྷང་གཡུ་བཟུར་  
 གཡུ་འི་མཁ་ངག་དང་། གཡུ་མིག་བསེ་ཕྱིས་དང་གཡུ་ཉིང་  
 བསང་གསོ་བཅས། .....(173)

དུལ་གྱི་བཙོ་ལྷ་ཉི་ཕྱ་ཙ་བཞི་ཉི་དུལ་གྱི་སྒྲིང་ལྷགས་དང་།  
 ཆ་ཐེབ་གང་ཐེབ། དུལ་དྲོ་དང་དུལ་ཆུ་ཞ་ཞེ་ཟངས་  
 ལས་དུལ་འདྲོན་ལྷགས། དེའི་གུག་བཟུང་ཐབས།  
 དུལ་སྒྲིང་དང་དུལ་ཙི་ཕྱ་ཐབས་སོགས། .....(181)

གཤམ་ཆེའི་ཕྱ་ཐབས་གཉིས་ལས་རྣམས་ལྷ་བརྒྱུད་པའི་ལྷགས་དང་  
 རྣམས་ལྷ་གསུམ་པའི་ལྷགས། .....(192)

ནོར་བུ་གཟི་མཆོང་གི་ཕྱ་ཐབས་ལས་ནོར་བུའི་བཙོ་བཟུར་དང་།  
 གཟི་མཆོང་བརྟག་ཐབས་དང་བཙོ་བཟུར། .....(194)

ཤེལ་ལ་སོགས་པ་བཙོ་ཐབས་ལས་ཤེལ་དཀར་དང་བུམ་སྒྲིགས་  
 བཙོ་བཟུར། (ཆ་ཆང་མེད་འདྲ།) .....(198)

ཆོས་འབྱུར་ལས་དར་ཆོས་དང་ལྷམ་བུའི་ཆོས། .....(200)

མཆོན་ཆའི་ངར་བཙོ་ལྷ་ཉི་ཤིང་དང་། ལྷགས། རྒྱ། ཤ་བཅས་  
 ལ་རྟེན་པའི་ངར་དང་། མེ་ལྷགས་ཀྱི་ངར། .....(202)

ར་སྒྲིགས་སོ་ཆའི་བཙོ་རིགས་ལས་རྣམས་ལ་དཀར་ཡོལ་ས་ཡོལ་བཙོ་  
 ཐབས་སོགས། .....(204)

འབྲུལ་ལྷག་ལག་ལེན་བྱུར་མཁར་བའི་བྱད་ཆོས། .....(206)

མཆོལ་སྒྲིང་ག་པི་བྱག་སྒྲིང། .....(207)

མཁུག་བྱང་། .....(208)