

ཡུལ་ལས་ཀྱི་ཐུབ་པའི་ཀུན་དགའ་ཐེག་ཆེན་གླིང་།

ལས་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀུར་གྱི་རྒྱུན་ཞེས།

དབུ་ཚལ་ཨོ་རྒྱན་འཇིགས་མེད་ཆོས་གླིང་།

མཆོ་ཕྲེན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་པར་དུ་བསྐྲུན་པ

མཆོ་ཕྲེན་ཞིང་ཆེན་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་གིས་བཀྱེམ་པ

མཆོ་ཕྲེན་མི་རིགས་པར་ཁང་ཀེས་དཔར་བ

1934 ཟླ་ 5 པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྐྲུགས་པ

1984 ཟླ་ 5 པར་ཞིབས་དང་པོར་དཔར་བ

དེབ་རིན་སྐོར 0.42

文 明 礼 貌 常 识

（藏文）

武 兰杰、王海峰翻译

青海民族出版社出版

（西宁市西关大街96号）

责任编辑　王海峰　　封面设计　张永方

青海省新华书店发行　　青海民族印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32　印张：7.5

1984年5月第一版　　1984年5月第一次印刷

印数1—1，000

统一书号：M7181·101　定价：0.42元

དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ། དགོས་པ་ལྟ་དང་མཇོས་པ་བཞིའི་སྡུ་འགྲུལ་དང་སྒེལ་ཟེད་པ།

དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀུར་གྱི་སྡུ་འགྲུལ་དང་སྒེལ་ཟེད་པའི་སྐོར་གྱི་ཐོས་འཁོ… … … …

གཅོང་སྤྲ་བྱེད་དགོས་པ ..... (52)
སྒྲིག་ལམ་བཟོ་དགོས་པ ..... (62)
ཀུན་སྤྱོད་ཡག་དགོས་པ ..... (71)
བསམ་བློ་མངོས་པ ..... (81)
སྐད་ཆ་མངོས་པ ..... (90)
སྤྱོད་སྟངས་མངོས་པ ..... (96)
ཁོར་ཡུག་མངོས་པ ..... (104)
ལེའུ་གསུམ་པ། བསམ་བློ་མངོས་པ་གསར་བཟོ་བྱེད་པ།
འཕྲོར་ཨེད་གལ་རིམ་གྱི་འཛིག་རྟེན་ལྟ་ཚུལ ..... (111)
གྱང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་མི་ཚེ་ལྟ་ཚུལ ..... (113)
གྱང་ཁན་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཕུགས་བསམ ..... (114)
ཚ་བའི་ཚ་དོན་བཞི ..... (117)
སྤྱི་ཚོ གས་རིང་ལུ གས་ཀྱི་བཀོད་ལམ་རྒྱུན་འཛུགས་བྱེད་
པ ..... (119)
མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྲིད་དབང་སྐེར་འཛིན་རྒྱུན·····
འཛུགས་བྱེད་པ ..... (122)
གྱང་གོ་གྱང་ཁན་ཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་རྒྱུན་འཛུགས་བྱེད་
པ ..... (125)
མར་ཁེ་ནི་ལེ་ཉིན་རིང་ལུགས་དང་མཉོ་ཅོ་ཏུང་དགོངས་པ··
རྒྱུན་འཛུགས་བྱེད་པ ..... (128)

སྒྲིབ་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ནི་མ་རྟོ་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ …… (132)
སྤ་བརྒྱ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཡིད་ཆེས …… (135)
ལངས་ཐྱོགས་བརྒྱ་པོ …… (137)
མཆོག་ཏུ་སྐར་པའི་བསམ་ཚུལ་དང་གཤེས་སྦྱོད …… (138)
རྒྱལ་གཅེས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱིང་སྟོབས …… (140)
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་མི་གཤེས …… (143)
མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཙུའི་བསམ་པ་དང་སྤྲོབས་སེམས …… (145)
ཀུང་ཏུ་མི་རིགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་བཟང་པོ …… (147)
གསར་བརྗེའི་སྲོལ་རྒྱུན་དང་སྦྱོད་ཚུལ་བཟང་པོ …… (148)
ལེའུ་བཞི་པ། སྒྲིབ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིའི་སྦྱོད་བཟང་།
སྒྲིབ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིའི་སྦྱོད་བཟང་ …… (150)
སྒྲིབ་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིའི་སྦྱོད་བཟང་གི་ནང་དོན་
གཙོ་བོ …… (153)
སྒྲིབ་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་སྲུང་སྐྱོང་ཟྱེད་པ …… (157)
སྒྲིབ་ཚོགས་དང་གོང་ཞྱེར་ཀྱི་རྣམ་པ་དག་ཟེར་ཟྱེད་པ
…… (159)
ཐུན་མོང་གི་རྒྱུ་ནོར་ལ་གཅེས་སྐས་ཟྱེད་པ …… (163)
སྒྲིའི་སྒྲིག་ལམ་བཙི་སྲུང་ཟྱེད་པ …… (165)
ཚོང་ཁང་དུ་སོང་དུས …… (167)

སྡུན་ཁང་དུ་སོང་དུས་ ..... (169)
ཟློ་གཅིག་བརྟན་ཁང་དང་ཟློས་གར་ཁང་དུ་སོང་དུས་ ..... (172)
ལུས་ཚལ་ཐང་དུ་སོང་དུས་ ..... (175)
ཟླིང་གུ་དང་ཡུལ་ལྷོངས་ཀྱགས་ཅན་དུ་སོང་དུས་ ..... (178)
སྡོད་ཁང་དུ་ཡོད་དུས་ ..... (180)
འགྲུལ་ཁང་དུ་སོང་དུས་ ..... (182)
ཟ་ཁང་དུ་སོང་དུས་ ..... (184)
ཚོགས་འདུ་འཚོགས་སར་སོང་དུས་ ..... (186)
གཞུང་ལམ་དང་རྒྱ་སྐད་དུ་འཕྲོ་སྐབས ..... (187)
ཕྱི་སྡོད་འཕྲིམ་འགྲུལ་རྒྱངས་འཁོར་དུ་སྤོད་སྐབས
..... (190)
ལེའུ་ལྔ་བ། ཕི་ལ་ཀྱས་བཀུར་ལ་ནས་པའི་སྡུད་སྒྲངས་འཛིན་པ།
ཁ་མ་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (192)
དགེ་ཁྲན་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (194)
འགོ་ཁྲིད་པར་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (197)
ཟླ་མཐུན་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (200)
སྡུབ་ཀྱགས་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (202)
ཕྱི་མ་མཆེས་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (204)
སྤྱན་ཟླ་མི་རིགས་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་ཚུལ ..... (207)
ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་འཚམས་འདྲིར་བོང་མཁན་ལ་འཛིན་པའི་སྡུད་

ཚུལ …… (209)
བྱ་སྤྱད་ལ་འཇོན་པའི་སྒོར་ཚུལ …… (211)
སློབ་མ་ལ་འཇོན་པའི་སྒོར་ཚུལ …… (214)
བོཏ་རིམ་ལ་འཇོན་པའི་སྒོར་ཚུལ …… (216)
ལེའུ་བཀག་པ། རང་ཉིད་ཀྱི་གཙང་སྦྲ་དང་ཁོར་ཡུག་གི་གཙང་སྦྲ། རང་ཉིད་ཀྱི་གཙང་སྦྲའི་ནང་དུ་སྡོགས་གང་དག་འདུས་ཡོད་དམ …… (220)
སྐྲ་རྒྱན་དུ་བཞེད་དགོས …… (221)
ལུས་རྒྱན་དུ་འབྲེད་དགོས …… (221)
ཁའི་གཙང་སྦྲ་སྲུང་འཇོན་བྱེད་དགོས …… (221)
མིའི་མདུན་དུ་སོ་འབྱུ་མི་བྱང …… (222)
མི་གཞན་ལ་གཏད་ནས་ཉབ་ཚེ་རྒྱག་མི་ཉན …… (222)
སྐད་ཆ་བཤད་སྐབས་མི་ལ་ཁ་ཚུ་ཡེར་མི་བྱང …… (222)
མིའི་མདུན་དུ་སྣ་ཁྲུང་འབྱུ་མི་བྱང …… (223)
རྒྱན་དུ་སེན་མོ་འཇེག་དགོས …… (224)
གང་ཡིན་སར་ཁ་ལྷུད་འཚེན་མི་བྱང …… (224)
གང་ཡིན་སར་གཅིན་རྒྱག་གཏོང་མི་བྱང …… (225)
གང་ཡིན་སར་སིལ་ཕུན་དང་ཤོག་རྒྱལ་འཚེན་མི་བྱང … (225)
དུ་བའི་ཉེས་དམིགས …… (226)
ཚང་གི་ཉེས་དམིགས …… (227)

ལེའུ་དང་པོ།

དགོས་པ་ལྔ་དང་མཛོད་པ་བཞིའི་བྱ་ལུགས་དུས་སྐྱེས་བྱེད་པ།

དབལ་ཕོན་གྲས་བཀར་ཐྱི་བྱ་འགྲལ་དར་སྒེལ་ཟྭེད་བའི་སྐོར་ཐྱི་ཏྲོས་འགོ

ཇེ་ཆར་ཏུང་ཀྱང་དབྱང་གིས་ང་ཚོར་དེང་རབས་ཅན་བཞི·····
འཛུགས་སྐྱན་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་ཚོ གས་རིང་ལུ གས་ཀྱི་བསམ་པའི་
དཔལ་ཡོན་ཐྱི་འཛུགས་སྐྱན་ལ་ཤུགས་སྟོན་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་པར·····
སྐུལ་བརྡ་བཏང་བ་ཡིན། དེ་ནི་ང་ཚོས་སྤྱི་ཚོ གས་རིང་ལུ གས་དེང་
རབས་ཅན་ཐྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྟོབས་ལྡན་ཞིག་འཛུགས་སྐྱན་བྱེད་པའི·····
དམིགས་ཡུལ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཚ་རྒྱུན་གསར་བའི་
འོག་ཏུ་གསར་བརྗེའི་སྲོལ་རྒྱུན་དང་བྲང་ཤུ་མི་རིགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན·····
བཟང་པོ་དར་སྒེལ་བྱེད་པ། དཔལ་འབྱོར་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་པ་དང་སྤྱི་

ཚོགས་ཆིང་འཛིགས་སུ་གྱོང་བ་ལ་སྐུལ་སྲེལ་བྱེད་པའི་ཁྲག་ཟེག་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཏང་ཀྱང་དབྱང་གི་སྐུལ་བརྡ་དང་ལེན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་ཀྱི་འཕྲུགས་སྐུན་ལ་སྐུལ་འདེད་བྱེད་ཆེད། ང་ཚོས་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་སྤྱི་དང་ཉད་པར་བུ་གཞོན་ཆུ་ལོ་ཆུང་རྣམས་ལ་དཔལ་ཡོན་ལྡན་དགོས་པ་དང་གྲུས་བཀུར་བྱེད་དགོས་པ། གཅིན་ཟླ་བྱེད་དགོས་པ། ཕྱིག་ལམ་བཅིང་དགོས་པ། ཀུན་སློང་ཡག་དགོས་པ་བཅས་དང་བསམ་བློ་མཇོས་པ་དང་སྐད་ཆ་མཇོས་པ། སྤྱོད་སྟངས་མཇོས་པ། ཁོར་ཡུག་མཇོས་པ་བཅས་ནང་ངོན་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི“དགོས་པ་ལྟ་དང་མཇོས་པ་བཞིའི”དཔལ་ཡོན་གྱས་ཀྱང་གི་བྱ་འགྱལ་དང་སྲེལ་བྱས་ནས། རང་རྒྱལ་གྱི་བོང་ཁྱེར་དང་སྤོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤོལ་རྒྱུན་དང་ཀུན་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྩ་བ་ནས་རྩེ་ལེགས་སུ་བ་ཏང་སྟེ། སྤྲབས་ཆེན་མེས་རྒྱལ་འདི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་ཚད་མཐོན་པའི་རྣམ་པ་གསར་བའི་སྐོན་ནས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱི་མདུན་ཀྱལ་དུ་འགོད་པར་བོས་འགོ་བཏོན་པ་ཡིན།

དཔལ་ཡོན་ཀྱས་བཀུར་ལ་བཅི་འཇོག་བྱེད་པ་ཅི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་གི་སྤྱི་ཚོང་དར་སྲོལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དངོས་ཚུར་སྣང་བ་ཡིན་པར་མ་ཟད། མི་རིགས་གཅིག་ལ་ཡར་ཐོན་ཡོང་བའི་མཚོན་ཏ་གས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། རྒྱལ་ཡོངས་བཅིངས་འགྲོལ་བྱས་རྗེས། བློ་མཐུན་མའོ་ཅེ་ཏུང་གིས“མི་གཞན་པས་བློ་འགེའི་མི་རྣམས་དཔལ་ཡོན་མེད་མཁན་"

ཞིག་ཏུ་བཅི་བའི་དུས་རབས་དེ་འདུས་སོང་བ་རེད། ང་ཚོ་རིག་གནས་ཀྱི་ཚུ་ཚད་མཐོན་པོ་ཡོད་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཐུས་ནས་འཛམ་གླིང་དུ་གགས་དེས་རེད" ཅེས་བརྗེད་ཟམས་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་ཡིངས་བསྒྲགས་མཛད། ཐོན་སྐྱིད་རྩུ་ཚས་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་ལས་ཁུགས་བཙུགས་པ་ནས་བཟུང། གྲལ་རིམ་ཀྱི་བཀྲ་གཞོག་དང་གཟའ་གཡོན་ཙ་བ་ནས་མེད་པར་བཏང་བ་དང་། དཔལ་ཡོན་མིན་པའི་གཡོད་ཆྱེན་ཡང་ཙ་མེད་དུ་བཏང་བར་མ་ཟད། བཀྲ་གཞོག་གྲལ་རིམ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་ཀུན་སྤྱོད་ཉིང་བར་ཡང་གཙང་ཕྱགས་ཞེབས་པ་རེད། ཏང་གི་ཁྲམས་བཅའི་ཐུགས་ཁྲུར་དང་སློབ་གསོའི་བོག་ཏུ། ཐོན་སྐྱིད་ཀྱི་འཛེལ་རྩུས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཚུ་ཚད་མཐོར་བཏེགས་པ་དང་བསྟུན། རང་རྩུལ་མི་དམངས་ཀྱི་རྩུལ་གཅེས་རིང་ཐུགས་དང་ཐུན་མོང་རིང་ཐུགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཆེས་ཆེར་བསྐྱེད་ཅིང་། མི་དང་མིའི་བར་གྱི་སྦྲ་མཐུན་ཤུ་བའི་རོགས་རེས་མཉམ་ལས་དང་མཐུན་སྐྱིལ་མཛའ་བཅེའི་འབེལ་བ་ཡང་རིམ་གྱིས་བཙུགས། ལོ་རབས་ཤུ་བཅུ་པ་དང་ལོ་རབས་བྱ་རྒྱ་ཚུ་བའི་འགོར། རང་རྩུལ་མི་དམངས་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་གཞོན་ཀུ་ལོ་ཚུང་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོ་དེ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པས་ང་རྩུལ་སྐྱེ་དེས་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ལོ་བཅུའི་འཐོག་བཙོམ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ། ལེན་པའོ་དང"མི་བཞི་ཚོགས་ཁག" གིས་གསར་བརྩེར་ཅོ་ཚོལ་ཀྱི་ཟིང་ཆ་བསྣངས་པས། ཡིན་མིན་ཁོ་སྟོག་དང་གཟི་བརྗིད་དང་ཐ་ཤལ་བ་ཁོ་སྟོག་ནས་དཔལ་ཡོན་དང་ཀུས་བཀུར། ཀུན་

སྐྱོད་སྟུ་སྐྱོང་བཅས་ལ་བཟོ་བཅོས་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྟགས་བཀོད་དེ "རྒྱང་གཅོག་འཕྲོག་གསུམ" ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོད་དེར "དཔའ་བོའི" ཚོད་བན་བསྐོན་པ་རེད། "མི་བཞི་ཚོགས་ཁག" རུ་བརྒྱག་ཐུས་རྗེས་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ཏང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་ཀུང་ཤུ་ཚང་འཛོམས་བོས་ཚོགས་ཞིང་གསུམ་པའི་རྗེས་ལུ་ཏང་ཡོངས་དང་རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་ཀྱིས་ཟིང་བཅོས་ཡོ་བསྟང་བྱས་ནས། ལེན་པའོ་དང "མི་བཞི་ཚོགས་ཁག" གིས་རང་རྒྱལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དར་སྲོལ་རྗེ་བཅོག་ཏུ་བཏང་བ་ཞེལ་ཆེད་བྱ་བ་མང་པོ་བསྒྲུབས། ཡིན་ནའང་། ལོ་རྒྱས་གོང་དུ་འཛེལ་བ་དེས་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་གཏོར་བརྒྱག་གི་ཁ་གསབ་ན། རང་རེ་མི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ལྷན་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་བཟང་པོ་སླར་གསོ་བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད། གོམ་གང་མཐུན་སྲོས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོ་གས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་བའི་དཔལ་ཡོན་འཛུགས་སྐྲུན་བྱེད་དགོས་པས། རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་དུ་གཞོན་ཉུ་ལོ་རྒྱུད་གི་མི་རབས་འདི་ས་བློན་བརྒྱུད་ཚེད་ཀྱི་སྐོ་ནས་འབད་བརྩོན་བྱེད་དགོས། མིག་སྔར "དགོས་པ་ལྟ་དང་མཐོས་པ་བཞི" རོན་ཀྱི་སྟིང་ཐོར་བྱེད་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀུར་ཀྱི་ཐུ་འགྱལ་རྒྱུ་ཆེར་སྲེལ་བ་ནི་ཁ་ཐུགས་འདིར་གཏད་ནས་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བའི་ཚོམ་རིམ་དངོས་ཡིན།

རྒྱལ་ཡོངས་མི་དམངས་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་གཞོན་ཉུ་ལོ་ཆུང་ནང་དུ "དགོས་པ་ལྟ" སྲིལ་ནས "མཐོས་པ་བཞི" ལ་སྤེལབས་ན། འབད་བརྩོན་ལག་ལེན་ཀྱི་ཐུ་རིམ་ཞིག་བརྒྱུད་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་མིག་

ཀིས་མཐོང་བ་ལས་ཐོན་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། ང་ཚོས་ "དགོས་པ་ལྟ་དང་མཇོས་པ་བཞིའི" གཞི་རྩའི་རེ་འདུན་གཞིར་བཟུང་ནས། རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་ལག་ལེན་ཐུབ་ན་ཐོག་ཐུབ་རྒྱུ་རེད། "དགོས་པ་ལྟ"དང"མཇོས་པ་བཞི"ནི་ཕན་ཚུན་འབྲལ་ཐབས་མེད་པས། "དགོས་པ་ལྟ"བརྒྱུད་ནས"མཇོས་པ་བཞིའི"དམིགས་ཡུལ་དུ་ཐོན་དགོས། "མཇོས་པ་བཞིའི"རེ་འདུན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

"བསམ་བློ་མཇོས་པ"ནི་བསམ་བློ་དང་གཤིས་སྤྱིད། བསམ་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་བློ་སྤྱིད་ལ་གཅིགས་འཛིན་ཆེད་དགོས་པ་དང་། ཏང་གི་འགོ་ཁྲིད་དང་སྤྱི་ཚོ་གས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སྐྱང་སྤྱོང་བྱས་ནས། "རྒྱལ་ཁབ་ལ་གཅེས་པ་དང་གཞུང་སེམས་དྲང་པ་གཡོ་རྫོལ་མེད་པ" བཅས་ཆེད་པ་ལས། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་མི་གཤིས་ལ་དམའ་འབེབས་ཀྱི་ཐུ་བ་མི་ཆེད་པ་དང་། གཞན་གཞོད་རང་ཕན་དང་། མི་བདེན་རྫུན་སྤྲིག་མི་ཆེད་པ་དེ་ཡིན།

"སྐད་ཆ་མཇོས་པ"ནི་གྲུས་བཀུར་ཀྱི་སྐད་ཆ་བགོ་ལ་བ་དང་ཁྲབ་སྤེལ་བྱས་ནས། "ངག་འཕམ་བབ་ཆགས་དང་ཁེངས་སྐྱངས"བཅས་ཆེད་པ་ལས་ཚིག་རྩུབ་པོ་དང་སྐད་ཆ་བཅོག་པ་མི་བཤད་པ་དང་། བདེན་མེད་འགྱོག་བཤད་མི་ཆེད་པ། ཚིག་རྩུབ་ཀྱིས་གཞན་ལ་མི་གཞོད་པ་བཅས་ཡིན།

"སྤྱིད་སྟངས་མཇོས་པ"ནི་མི་དམངས་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་དང་སྤྱི་

ཚོགས་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཞི་ཞག་བྱེད་དགོས་པ་དང་། “ལས་ལ་བརྩོན་ཞིང་མཛའ་བཅེ་ལྡན་པ། ཐྲིག་ཁྲིམས་བཅུ་བ”བཅས་བྱེད་པ་ལས་ཐུན་མོང་གི་ཕན་པར་གནོད་པ་དང་སྤྱི་རྩས་གཏོར་བ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐྲིག་ལམ་ལ་གནོད་པ་སོགས་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡིན།

“ཁོར་ཡུག་མཛེས་པ”ནི་སྒེར་དང་ཕྱི་མ་ཚང་། ལས་ཡུལ་མི་མང་པོ་འདུ་ས་བཅས་ཀྱི་གཙང་ཐུབ་པ་དང་། “གཙང་ཞིང་ཁ་འགྱི་གཡོ། སྡོ་ལྡང་ཅན་དུ་འགྱུར་བ”བཅས་བྱེད་པ་ལས་ཁ་ལྷད་གང་སར་མི་འཕེན་པ་དང་ཤིལ་ཏོག་གི་ཤུན་པ། ཤོག་ཆུལ་སོགས་གང་སར་མི་འཕེན་པ། ལྟོན་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་ལ་གཏོར་བཆག་མི་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན།

དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀུར་ཀྱི་རེ་འདུན་འདི་དག་སྐྱབ་ན། ཐོག་མར་ངོས་ཟིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། མི་ལ་ལས་ཆོག་རྐུབ་བཤད་པ་དང་མི་ལ་རྐུབ་པོ་བྱེད་པ་དེ་དཔལ་རྩོལ་མི་དམངས་ཀྱི་བབ་ཆགས་གཞུང་ངང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་སྐྱམ་པ་ནི་གོ་ཚགས་ཅིག་རེད། མིའི་གཞུང་ངང་དང་དགེ་ལེགས་དེ་སྤྱིར་གྱས་བཀུར་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་དང་མི་ལ་ཉམས་ཤེང་ཞེས་ཟེར་ངང་བ། ངག་འཛམ་ཞིང་གནས་ལུགས་བཤད་པ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་མཆོན་པ་རེད། སྤྱད་པ་རྐུབ་པོ་དེ་དཔལ་རྩོལ་མི་དམངས་དང་སྟོག་ཞེད་ཀྱི་འཛེལ་བ་ཞེད་ལ། ཁོ་ཚོའི་ངོ་བོ་ཡང་གཏན་ནས་མིན། དེ་དུང་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀུར་ཞེལ་བ་ནི“འབྱོར་ལྡན་གྲལ་རིམ་ཀྱི་གཡོ་སྤྱོད”ཡིན་ཟེར་བ་ཡང་མི་འགྱིག་སྟེ། འབྱོར་ལྡན་གྲལ་

རིམ་གྱི་ནང་དུ་མི་མང་པོ་ཞིག་ཕྱི་ངོས་ལ་བལྟས་ནས་བརྗེད་ཉམས་ཆེ་ཞིང་ཞི་ཞིང་དུལ་བ། གུས་བཀུར་ལྡན་པ་བཅས་ཡིན་ཡང་། སྐྱིང་ཁོང་གཏིང་ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་སྨུག་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཚོས་དར་སྤེལ་བྱེད་པའི་སྨིའུ་ཚོ་གས་རིན་ལུ་གས་ཀྱི་བསམ་པའི་དལལ་ཡོན་དང་..... མཐུན་ས་གཅིག་ཀྱང་མེད། ང་ཚོས་དལལ་ཡོན་གུས་བཀུར་སྤེལ་བ་ནི་བཤད་སྟོད་མཐུན་ཞིང་ཁ་ཞེ་མེད་པ། སྨིའུ་ཚོ་གས་རིན་ལུ་གས་ཀྱི་ཆ་ཤུན་བོ་གི་མི་དང་མིའི་བར་དུ་ཕན་ཚུན་བརྩེ་བཀུར་དང་ཕན་ཚུན་..... ཡིད་ཆེས་པ། ཕན་ཚུན་རོགས་རམ་བཅས་ཀྱི་ཚང་གཞིའི་སྐྱིང་དུ་བཙུགས་པ་ཡིན་པ་དང་། གུང་ཁྲན་རིང་ལུགས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་རྟོག་གེ་ཀྱིས་སྟོན་སྟེར་བྱེད་པ་ཡིན། དུ་དུང་མི་ལ་ལས་རང་རྒྱལ་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཆ་ཤུན་དུ་དུང་འཛོམ་པོ་མེན་པ་དང་མི་ཁ་ཤས་ལ་རིག..... གནས་སྟོབ་གསོ་མི་འདང་བའི་གནས་ཚུལ་འགའ་ཞུ། བསམ་པའི་དལལ་ཡོན་སྤེལ་ནུ་དཀའ་བསམ་ཀྱིན་འདུག རོན་དངོས་ནི་རེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་ཏེ། ཡན་ཡན་དུ་གནས་པའི་སྐབས་སུ། དམག་དམངས་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་རིག་གནས་ཀྱི་འཚོ་བ་བཟང་སྐུ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་བསམ་པའི་འཚོ་བ་ནི་འཛོམ་པོ་དང་མཚོག་ཏུ་སྐུར་པ་རེད། ཡན་ཡན་ནས་ཀྱང་གོ་གས་ར་པ་བཙུགས་པའི་བར་དུ། ང་ཚོས་ཆབ་སྤིད་ཀྱི་ཁ་ཐོགས་ཡང་དག་པ་རྒྱུན་འཁྱོངས་དང་བསམ་པའི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ཆེ་བའི་མི་དམངས་སྤྱི་དང་ཁྲད་པར་དུ་གཞོན་ཆུ་ཚོ..... གས་ར་བརྩེའི་འཐབ་ཚོད་དུ་བསྡུས་པ་ཡིན། རང་རྒྱལ་ནི་སྤྱི་ཚོ་གས་

རིང་ཡུ་གསལ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ལ། རང་རེའི་ཏང་ལ་མེའི་བསམ་བློའི་ཐ་བ་ཆེད་པའི་ཉམས་མྱོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་སྦྱོལ་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཡང་ཡོད་པས། རིམ་གྱིས་དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀྲིར་གྱི་ཚོམས་གཤིས་གསར་པ་ཞིག་སླར་གསོ་དང་འཛུགས་རྒྱུན་ཆེད་པའི་བློ་སྟེབས་ཡོད་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ཡོད།

དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀྲིར་གྱི་ཚོམས་གཤིས་གསར་པ་འཛུགས་ན། རོན་ཆུང་དུ་ནས་འགོ་བཙམ་པ་དང་དཔུ་ནས་འཛིན་དགོས། ཁྱིས་པས་སྐད་ཆ་སློབ་པ་ནས་བཟུང། ཁོ་ཚོ་ལ་དཔལ་ཡོན་གྱི་སྐད་ཆ་བཀོལ་བར་སློབ་གསོ་གཏོང་དགོས། ཕྱིམ་ཚང་དང་ཁྱིས་པ་ཁང་གིས་ཁྱིས་པ་ལ་དཔལ་ཡོན་ལྟ་ན་དགོས་པ་དང་གྱས་བཀྲིར་ཡོད་དགོས་པའི་སློབ་གསོ་གཏོང་དགོས། ཁྱིས་པ་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་བ་དང་ན་གཞོན་བཟོ་གྲྭ་དང་ཚོང་ཁང་དུ་ཞུགས་དུས། ཁྱ་བའི་ནེང་དུ་ཕྱིན་པའི་སློབ་གསོ་ཐེངས་དང་པོ་ནི་ཁོ་ཚོ་ལ་དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀྲིར་དང་། སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་ཚད་གཞི་གསལ་པོར་ཤེས་སྲུ་འཛུགས་དགོས། དུས་རྒྱུན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་དང་ངལ་རྩོལ། ཁྱ་བ་དང་འཚོ་བ་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ། བག་ཚགས་པ་མི་བཞག་ནས་རིམ་བཞིན་དཔལ་ཡོན་གྱས་བཀྲིར་ཀྱི་དར་སྤེལ་སྒེལ་དགོས།

ལས་རིགས་སོ་སོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེད་སློའི་ཁྱ་འགྱལ་དང་དུས་རྒྱུན་ཀྱི་ལས་ཀ་དེ "དགོས་པ་ལྟ་དང་མཇུག་པ་བཞི" དང་འབྲེལ་འདྲིས་ཁེད་དགོས། ཚོང་ལས་དང་ཞབས་འདེགས་ལས་རིགས། འགྲིམ་འགྲུལ་