



མའི་རིགས་གང་ནས་བྱུང་བ་རེད།

གོ་འོ་དབྱི་རྒྱུ་བཅུ་མཐ་པ།

མི་རིགས་དཔེ་ཆུན་ཁང་གིས་
མེ་ཅིན་དུ་བསྐྲུན་པ།

དེབ་འདྲི་མོ་སྐྱ་པའི་དབེ་དབེ་སྐྱུན་ཁང་གི་ 1955 ལོ་འི་
 ཟླ་བ་ 7 པའི་པེ་ཅིན་གྱི་དཔར་ཐེངས་དང་པོའི་ཐུ་ཡིག་གཞིར་
 བརྒྱུད་སྟེ་བསྐྱར་བ།

本書根据通俗讀物出版社1955年7月第一版第一次印刷版本譯出

མའི་རིགས་གང་ནས་བྱུང་བ་རེད།

*

ཅུས་པ་པོ། ག་ཁོ་དབྱི་ནི།

མའི་རིགས་དབེ་སྐྱུན་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཏེ་བསྐྱུན་བ།

*

1959 ལོ་འི་ཟླ་བ་ 4 པར་པེ་ཅིན་དུ་ཐོག་མར་བཏོན་པ་དང་།

1960 ལོ་འི་ཟླ་བ་ 3 པར་པར་ཐེངས་གཉིས་པ་བཏོན་བ།

དབེ་རིན་ཆེན་རྒྱན་ 6 །

ནང་དོན་གསལ་བཤད།

ཁྱིའི་རིགས་གང་ནས་ཕྱང་བ་རེད་ ། ཅེས་པའི་གནད་དོན་འདིའི་ ..
སྐོར་མི་མང་ པོས་གསལ་རྟགས་མེད་ཅིང་། སྤྱིར་བཏང་གི་ཚོས་ཕྱགས་
དང་སྐོངས་དང་སོགས་ལ། ཁྱས་མི་བཟོས་པ་ཡིན་ ། ཞེས་བཤད་སྟེ་ཡོད།
བཅན་གྱིས་རིང་ཕྱགས་པས་བཤད་སྟེ་ལ་མེད་སྤྱད་དེ་ཚན་རིག་དང་ ...
སྟོག་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་གནད་དོན་དེའི་སྐོར་དྲིས་
པའི་ལན་ཡང་དག་པ་དེའང་འཁྲོག་བཤད་བྱས་ཏེ། དང་ཅིང་ཁྱེད་པར་
སྤྱད་ཆེ་བརྟན་དུ་གཏོང་ ཆེད་མི་དམངས་རྣམས་ལ་བདེན་དོན་གསུང་མི་
འདུག་པ་རེད།

སྟོག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ནི་སྤྱི་ལས་བསྐྱར་འགྱུར་བྱས་ནས་ཕྱང་བ་
དང་ངལ་ཚོལ་ལ་བརྟན་ནས་ཕྱང་བ་ཡིན་པ་ལས་ཁྱས་བཟོས་པ་ཞིག་མིན་པ་
གསུང་བའི་དོན་དུ་དེབ་འདིར་གནའ་རབས་ཀྱི་སྤྱི་མིང་སྤྱོད་ལས་མར་བལས་
པ་ནས་བཟུང་། གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཡོ་བྱད་བཟོས་པ་དང་། གང་
འདྲ་བྱས་ནས་བྱན་མོང་གིས་རི་དྲགས་གཅན་གཅན་བརྟོན་པ། གང་འདྲ་
བྱས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་གསུང་བ་དང་བསམ་སྟོན་གཏོང་གསུང་བ་བཅས་ཕྱང་
བའི་སྐོར་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

དཀར་ཆག

- (1) མིའི་དིགས་གང་ནས་བྱང་བ་རེད། (1)
- (2) མི་དང་སེམས་ཅན་གཞན་དག་པོར་འབྲེལ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་
ཡོད་པའི་སྐོར། (3)
- (3) གནའ་རབས་ཀྱི་སྤྱི་གང་འདྲ་བྱས་ནས་གིང་སྤྱོད་ལས་མར་
བབས་བ་རེད། (6)
- (4) སྤྱི་མིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཡོ་བྱད་བཟོས་པ་ཡིན་ནམ། ... (9)
- (5) མིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་དེ་དྲགས་བརྗོན་པ་ཡིན་ནམ། ... (12)
- (6) མིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་སྐད་ཆ་བཤད་གིས་བ་བྱང་བ་རེད། (16)
- (7) ངལ་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་བྱང་བ་ཡིན། (18)

(1) མིའི་རིགས་གང་ནས་བྱང་བ་རེད།

「མི་གང་ནས་བྱང་བ་རེད་」ཟེར་ན། དེའི་ལན་དུ་མི་འགའ་གསུམ་གྱིས་「ཡ་མ་ལས་སྐྱེས་པ་རེད་」ཅེས་ཟེར་སྟེན་ཅིང་། 「བྱས་ན་ཡ་མ་གང་ནས་བྱང་བ་དང་། ཐོག་མའི་མི་ན་ལས་ཀྱང་གང་ནས་བྱང་བ་ཡིན་ནས་」ཞེས་དྲིས་ན། མི་མང་པོས་དེའི་ལན་འདྲེན་པས་མི་ཐུབ།

དང་རྒྱལ་གནས་དབང་གི་ཡིག་ཆའི་ནང་དུ། ལོ་ཁྲི་སྟོང་ལྷག་འགའ་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་ལ་གནས་དང་ས་གཉིས་གཅིག་དུ་འབྲེལ་དེ་སྒྲོ་ང་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་ཞིང་། 「སྒྲོ་ང་ཆེན་པོ་」དེའི་ནང་དུ། ཡན་ཀུའུ་ཏི་ཞེས་པའི་མི་ཞིག་བསྟན་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་དེའི་ནང་དུ་ལོ་ང་ཆེན་ཁྲི་བརྒྱད་སྟོང་ཙམ་བསྟན་པ་རེད། ཉིན་གཅིག་ཁོང་གིས་「ལྷ་སྟེ་」ཞིག་འབྲིན་ནས་「སྒྲོ་ང་」དེ་བཤགས་ཏེ། དེའི་ནང་གི་ཡང་བའི་རིགས་ཡང་མྱོང་ནས་གནས་ཆགས་པ་དང་། མྱིད་པའི་རིགས་མར་ལྷུང་ནས་ས་ཆགས་དེ་ཡན་ཀུའུ་ཏི་ཞེས་པ་དེ་ཡང་གནས་སའི་བར་དུ་ལངས་ནས་རྩེས་སུ་གནས་དེ་ཉིན་དེ་བཞིན་ཇི་མཐོར་དང་། ས་དེ་ཉིན་དེ་བཞིན་ཇི་མཐུག་ཡན་ཀུའུ་ཏི་འང་ཉིན་དེ་བཞིན་ཇི་ཆེ་བཅས་སོང་ཞིང་། ཡན་ཀུའུ་ཏི་དེ་ཆོས་ནས་ཤི་བའི་སྐབས་སུ་ཁོང་གི་ལུས་གཟུགས་ཤིན་དུ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཟིན་པས། ཁོང་གི་མགོ་དེ་པོ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དང་། གཡས་མིག་ཉི་མ་དང་། གཡོན་མིག་ལྷ་བ། ཤ་ཁྲག་རྩ་དང་གཙང་པོ།

སྤྱི་དང་སྤྱི་ལོ་དང་ཆུ་བཅས་སྤྱི་ལུང་པ་རེད། ཡིན་ནའང་མི་ཆུ་
བ་ཉིད་ནས་མེད་ཅིང་། སྤྱི་པས་དེར་གཉུལ་ཕྱ་ཏི་ཞེས་པའི་ཆུ་མ་ཞིག་
གིས་འཛིག་རྟེན་དེ་མི་མེད་ལུང་རྟོང་ཡིན་སྤྱད་སྤྱི་པ་ཞིག་འདུག་...
ཆུ་མ་ཞིང་། སྤྱི་དང་ཆུ་མཉམ་བསྐྱེས་ཀྱིས་འཛིག་པའི་གཟུགས་དབྱིབས་
བཟོས་ནས་ཁྲུ་ཞིག་པད་བཟོས་འཛིག་པའི་མི་གཟུགས་དེ་དག་ཚང་མ་...
གསོན་པ་ལུང་པ་དང་། གཉུལ་ཕྱ་རྟེན་དེ་འདྲ་བུས་ནས་ཐོག་མའི་མི་
ནམས་བཟོས་པ་རེད་ཅེས་བཤད་སྟོན་ཡོད།

ཕྱི་རྒྱལ་དུ་འདྲ་ཁོད་མཆོག་གིས་མི་བཟོས་པ་རེད་ཀྱེས་བཤད་...
སྟོན་ཡོད།

བཤད་སྟོན་དེ་དག་ནི་ཁྲུ་མ་ལུང་མེད་པའི་ཆུ་སྤྱི་དང་གཉུལ་ཆུ་
གི་རྒྱལ་ཡིན་པ་སྟོན་ཅི་དགོས། མིའི་ལུང་ཆུལ་གྱི་གནད་དོན་དངོས་
འབྲེལ་ནི་དེ་ལྟར་གཉུལ་ནས་མ་ཡིན།

མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་ལོ་དུ་འབྲེལ་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་སྤྱི་...
ཆོག་སྤྱི་ཐོན་སྤྱི་འབྲེལ་རྒྱལ་ལུང་པ་རེད། མི་ནམས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཡོན་
དན་རིམ་བཞིན་ཆེ་ཆེར་ལུང་པར་བརྟེན་ཆན་རིག་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་སྤྱི་བ་
མཁན་ཡང་དེ་བཞིན་ཆེ་མང་དུ་གྱུར། ཆན་རིག་པ་ནམས་ཀྱིས་དང་
ལུང་ཁམས་ལ་བརྟག་དབྱེད་ལུང་པར་བྱས་ཆེས་འཛིག་རྟེན་དུ་ཆུ་མེད་སྤྱི་...
དང་། མི་དང་མཐོ་རིམ་གྱི་སྤྱི་མཁས་ཅན་ལ་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་...
པ། མཐོ་རིམ་གྱི་སྤྱི་མཁས་ཅན་དེ་ཆོས་དུ་སྤྱད་སྤྱི་པ་དང་དམའ་
རིམ་གྱི་སྤྱི་མཁས་ཅན་ལས་རིམ་བཞིན་གྱུར་པ་ཡིན་པ་བཅས་ཤིས་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་ཁྱིའི་རིགས་གང་ནས་ཕུང་བ་རེད་ཀྱི་ཅེས་པའི་
གནད་དོན་དེ་རྟོགས་པ་ལ། ཐོག་མར་མི་དང་སྐྱེམས་ཅན་གཞན་དག་པར་
གྱི་འབྲེལ་བ་ལས་དེའི་ལན་འཛེལ་དཔོན།

(2) མི་དང་སྐྱེམས་ཅན་གཞན་དག་པར་འབྲེལ་

བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིད་པའི་སྐྱོར།

མཁའ་ཁྱིའི་གི་འདབ་ཆགས་དང་། ས་ཐོག་གི་བྱ་དེ་དང་ཡ་ཅོ།

ཅུ་ནང་གི་ཉ་སྟགས་སྟོག་ཆགས་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་སྐྱེམས་ཅན་ཟེར་ས་ཡིན།

སྐྱེམས་ཅན་ནང་ནས་ཕྱུ་གུ་ལ་འོ་མ་སྟེར་ནས་གསོ་དཔོན་པའི་.....

མཐོ་རིམ་སྐྱེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འོ་

འཕུང་སྐྱེམས་ཅན་ཟེར་ཞིང་། བ་

ཕྱུགས་དྲང་། ར་ལུག་གི་བྱི་བ།

པ་ཕྱང་སྟོགས་ཆང་མ་འོ་འཕུང་

སྐྱེམས་ཅན་རེད། འོ་འཕུང་

སྐྱེམས་ཅན་དེ་དག་ཆང་མ་མང་ལ་

སྐྱེས་ཡིན། དེ་དག་གི་ལུས་པོངས་

ནང་གི་འཇུགས་གཞི་དཔེར་ན་འཇུ་

བ་དང་། དཔུགས་འབྱིན་རྒྱུ་བྱེད་

བ། བཙོག་པ་བྱིན་སྐྱེལ་བ།

མཚན་མ། གྲུང་པ། དྲངས་ཅུ་



དེ་མི་དང་པོ། སྐྱེ།



འི་མོ་གཉིས་པ། སྐྱ་ནག་པོ་འི་
ལག་པ་ (གཡོན་) དང་རྒྱ་
པ་ (གཡས་))

འི་མོ་གསུམ་པ། མེད་ལག་པ་
(གཡོན་) དང་སྐྱ་ཡི་ལག་པ་
(གཡས་))

བཅས་ཆང་མ་མི་དང་གིན་ཏུ་འདྲ་བོ་ཡོད།

དོན་དངོས་དེ་དག་གི་ཐོག་ནས་མི་དང་སེམས་ཅན་གཞན་དག་པར་
ལ་འདྲེས་འབྲེལ་ཆེན་པོ་ ཡོད་པ་གསལ་བོ་བསྟན་ཡོད།

ད་ལྟ་ང་ཆོས་ཤོས་གང་མདུན་སྒྲོས་ཀྱིས་འོ་འཕྲང་སེམས་ཅན་ནང་
ནས་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་མི་དང་ཆེས་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དང་། ཡང་
བསྐྱར་བཤད་ན་མི་དེ་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་ལས་བསྐྱར་འགྱུར་བྱས་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་བཟླ་དགོས།

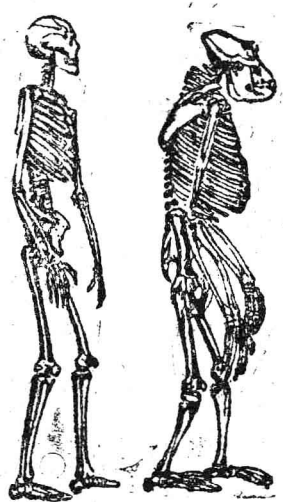
ཆ་ཡུལ་གྱི་ཤིང་ནགས་གསེབ་ལ་སྤྱུ་དང་གིན་ཏུ་འདྲ་བའི་སེམས་
ཅན་ཞིག་འཆོ་ཞིང་གནས་ཡོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྐྱ་མི་ཟེར་བ་
ཡིན། (མི་ཆོད་) སྐྱ་མེད་གོད་ལ་སྐྱ་མི་སྐྱེས། མདུག་མ་ཡང་མེད།

རྒྱ་ཡང་མིའི་རྒྱ་དང་འདྲ། རྒྱ་ལྟ་གི་
 མཚུབ་མོད་ཡང་སེམ་མོ་ཡོད། དེའི་
 ལྷན་པ་ཡང་འོ་འཕྲང་སེམས་ཅན་.....
 གཞན་དག་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེ་ཞིང་། མི་
 རྒྱས་དང་འདྲ་བར་དགའ་སྟོད་དང་།
 ཞིད་སྡང་། ཁོང་ཁོ་བཅས་ཀྱི་རྒྱས་
 འཕྲུང་སྟོན་གེས་པར་མ་ཟད། རྒྱ་གེས་
 པ་དང་གད་མོའང་བགད་གེས།

མི་རྒྱས་ཀྱི་ཁོག་པའི་ནད་རིགས་
 དཔེར་ན་རྒྱ་ཆ་དང་། དམར་བཤམ།
 འདར་ནད་སོགས་ཀྱང་སྟོ་མི་ལ་འགོ་.....
 སྟོད། དེ་ཅས་མ་ཟད་མིའི་ཁོག་པའི་
 ནད་གི་ཁོག་འབྱུང་དང་། སྟོན་རྒྱུ་དེ་
 ཆོ་སྟོ་མིའི་ཁོག་པའི་ནད་དུ་འང་སྟེ་གི་ཡོད།

མི་ལ་སོ་ཁྱོད་བརྟེན་སྲུང་ཅུ་སོ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྟོ་མི་
 ལ་འང་སོ་སྲུང་ཅུ་སོ་གཉིས་ཡོད་པ་དང་འབྲེལ་མདུན་སོ་དང་མཆེ་བ།
 འབྲམ་སོ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད།

མིའི་བྱ་བུ་སྟོད་ནང་དུ་ཁྲ་བ་དག་ཅས་སྟོད་དཀོས་གིང་།
 སྟོ་མིའི་བྱ་བུ་ཡང་བྱ་སྟོད་ནང་དུ་ཁྲ་བ་བརྒྱུད་ནས་དག་ཅས་བར་སྟོད་.....
 དཀོས། དེ་མཚུངས་མིའི་བྱ་བུ་དང་སྟོ་མིའི་བྱ་བུ་གཉིས་ཐོག་མའི་དུས་



དེ་མོ་བཞི་བ། མིའི་རུས་
 ཆོགས་(གཡོན་)དང་སྟོ་ཆེན་
 བོའི་རུས་ཆོགས་(གཡས་།)

སྐབས་སུ་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགའ་བ་ཡིན།

སྐྱ་མི་འི་གཟུགས་པོ་འི་ཐོག་ཏུ་མི་དང་འདྲ་བའི་རིགས་ཁྱོན་བསྡོམས་
ཁག་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་འཛོལ་བྱུང་། མར་པའི་ཡ་ཞེས་པའི་ཡུང་པར་མི་རྣམས་
ཀྱིས་དེ་ལ་གཤིང་ནགས་གསེབ་ཀྱི་མི་ཀྱེད།

སྐྱ་མི་ནི་མི་འི་རིགས་ཀྱི་པ་མེས་ཡིན་ནམ་ཟེར་ན།

མིན། སྐྱ་མི་ནི་མི་འི་རིགས་ཀྱི་ཉེ་དུ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། གནའ་
ཐམས་པདྟག་དབྱེད་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱངས་ལ་སྐྱ་མི་དང་མི་འི་རིགས་ལ་
ད་དུང་སྐྱ་མོང་གི་པ་མེས་སྤྱི་གཤམ་པ་ནི་གནའ་རབས་ཀྱི་སྐྱ་དེ་ཡིན།

ཚན་རིག་མཁན་ཚོས་དབྱེད་གཞི་དེ་གཞིར་བབྱང་ནས་གོམ་པ་རིམ་
བཟོད་ཀྱིས་མི་འི་ཡུང་ལྟུང་གནད་དོན་སྟོར་གྱི་དྲིས་པའི་ལན་དེ་འཛོལ་བྱུང་
བ་རེད།

(3) གནའ་རབས་ཀྱི་སྐྱ་གང་འདྲ་བྱས་ནས་

མིང་སྟོང་ལས་མར་བབས་པ་རེད།

ད་ལྟ་ང་ཚོས་གནའ་རབས་ཀྱི་སྐྱ་འཛོལ་བ་རོལ་སྐྱངས་ནས་འགོ་
བརྒྱུགས་ཏེ་བཤད་དགོས། ལོ་ཁྲི་སྟེང་ཏུ་མའི་སྟོན་ལ་སའི་གོ་ལའི
ཐོག་གི་ཤིང་ནགས་དང་དུས་ལས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མང་བ་ཡིན། ཤིང་
ནགས་མཐུག་པོས་ཉི་འོད་བསྐྱིབས་པའི་སྟེན་གྱིས་ཤིང་སྟོང་གི་ཕྱི་ལ་འོད་
གསལ་ཡོད་པ་ལས། ཤིང་སྟོང་གི་ཞོག་ཏུ་སྐྱ་ནག་ཡིན་སྐབས་གནའ་

རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིང་ནགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཏུ་བསྐྱད་པ་རེད།

ཅིའི་ཕྱིར་གནང་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིང་སྤྱོད་ཏུ་བསྐྱད་པ་རེད་ཅེ་ན།

ཤིང་སྤྱོད་གི་ཅི་ལ་བསྐྱད་ན་ཐུན་བུ་བའི་འཇགས་ཡོད་པའི་དོན་ཏུ་
ཡིན། གལ་ཏེ་དོག་ལ་བསྐྱད་ན་གཅན་གཅན་དག་གི་གཞོད་འཆར་གཡོལ་
དགའ།

གནང་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིང་སྤྱོད་གི་ཡན་ལག་དཀྱིལ་ལ་ཆང་བཅོས་
ཏེ་བསྐྱད་ཅིང་། དེའི་ནང་ཏུ་ད་དུང་ཤིང་འབྲས་མང་པོ་བསྐྱུགས་ནས་
གསོག་པ་རེད། ཁོས་ལས་ཀ་དེ་རིགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་
སྤྱད་ནས་ལས་ཀ་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིང་ལ་སྤྱོད་པ་རེད།

རྒྱུ་སུ་སའི་མོ་ལའི་སྤྱོད་གི་གནས་གསེས་གྱུར་ཏེ་ཤིང་སྤྱོད་རིས་
བཞིན་སྐྱབས་པ་དང་། ཤིང་ནགས་ཆེ་མུང་ཏུ་སྤྱོད་ནས་ཤིང་འབྲས་འཆོལ་
དགའ་བར་གྱུར་སྐྱབས། གནང་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིང་ལམ་ཆས་འཆོལ་དགོས་
སྐྱབས་ཤིང་སྤྱོད་ཐོག་ནས་མར་མི་བབ་ཀ་མེད་བུང་།

གནང་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུ་འཆོ་བ་གང་འདྲ་དོལ་བ་ཡིན་ནས་
ཞེ་ན།

ཐོག་མའི་སྐྱབས་སུ་སྤྱོད་ཏུ་འཆོ་བར་དོལ་བ་ནི་ཁོ་ཆོས་གོས་ས་
གསེས་སུ་ཆགས་མེད། དཔེར་ན་སྐྱབས་དེར་དེ་དག་གིས་བཅལ་བའི་ཤིང་
འབྲས་ནི་གསར་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཤིང་འབྲས་སྐྱབས་པོ་ག་སྟག་ཡིན་པས་
སོ་གཅིག་གྱུར་བའི་དོན་ནས་མི་ཐུབ་པ་དང་། སྐྱབས་འགར་ཁོ་ཆོས་
ཤིང་ཅུ་བཀོག་ནས་མ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་མོ་མེད་སྐྱབས་འདྲུ་མི་ཐུབ་པ།

གཅན་གཟན་དང་ཐུག་དུས་ཡར་ཤོལ་གྱི་ནུས་སྤྱོད་མེད་པ་བཅས་ཡིན།

རྗེས་སུ་འཛོལ་ཤིང་ཐོག་གི་དཀར་ངལ་དེ་དག་སྟོང་གྱི་ཀླང་བས་མེལ་
ཐུབ་པ་ལྟར་། དཔེར་ན་གིང་འབྲས་སྐྱམ་པོ་འི་རིགས་སོས་མི་ཚད་རུང་།
དོ་འཕྱིར་ནས་བཅག་ཆོག་པ་དང་། གིང་ཙུང་བཞོག་དུས་སྟེར་མོ་མེད་
ནའང་དཔུག་པ་འཕྱིར་ནས་ས་འདུ་བ་དང་། ས་ཐོག་གི་གཅན་གཟན་ཆེ་
རིགས་འགོག་ཆེད་ཁོ་ཆོས་མཉམ་རུབ་བྱས་ཏེ་དོ་དང་དཔུག་པ་འཕྱིར་ནས་
ཡར་ཤོལ་བྱེད་ཆོག་

དེར་བརྟེན་རང་ལུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡར་འགྲོ་ཚུར་འོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་……
སྟོང་གྱི་ཀླང་བ་གཉིས་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ལྟར་བ་རེད། དེ་སྟར་ཡིན་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཀླང་བ་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པར་བཅིངས་འགྲོལ་ཐོབ་སྟེ།
སྟོང་གྱི་ཀླང་བ་ས་དོ་དང་དཔུག་པ་སྟེར་ནས་བཟམ་ཆས་བཅའ་བ་དང་རང་
ཉིད་འཛོལ་སྤང་བྱེད་ཐུབ་པ་ལྟར་། དེར་བརྟེན་སྟོང་གྱི་ཀླང་བ་དང་སྟོང་
གྱི་ཀླང་བ་གཉིས་ལས་བཞོ་ལྟར་སྟེ་སྟོང་གྱི་ཀླང་བ་རིམ་བཞིན་ལག་པར་……
གྱུར་བ་རེད།

ཏ་ལས་ལོ་ཁྲི་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་སྒོར་ལ་གནའ་རབས་ཀྱི་སྤྱར་ལོ་སྟོང་……
ཐུག་འགའ་ཤས་ཀྱི་བསྐྱར་བཞོད་ཐོབས་ཏེ་ས་ཐོག་དུ་འགྲོ་རྒྱ་གོ་མས་……
གཤིས་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་དེ་དག་གནའ་རབས་ཀྱི་སྤྱར་ལོ་ཡིན་པར་སྤྱ……
མིར་གྱུར་བ་རེད། དེ་དག་མེས་ཅན་གཞན་དག་ལས་དབྱེ་འབྱེད་ལྟར་
ནས་མིའི་ཁོངས་སུ་སྟེབས་ཟིན། གང་ཡིན་ཟེར་ན་སྐབས་དེར་འཇིག་
རྟེན་དུ་ཡར་ལངས་ནས་འགྲོ་ཐུབ་པ་དང་ལག་པས་ལོ་ལྟར་སྟོང་གིས་……

མཁན་གཞན་དག་སུ་ཡང་བྱུང་མེད། .

གནའ་རབས་ཀྱི་སྤྱི་ཤིང་སྤྱོད་ལས་བབས་དེ་སྤྱི་མི་ལ་འགྱུར་བ་དེ་
སྤྱི་ནས་མི་འགྱུར་བའི་གོས་རིས་དང་པོ་དེ་ཡིན།

(4) སྤྱི་མིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་ཡོ་

བྱད་བཟོས་པ་ཡིན་ནམ།

སྤྱི་མི་ཡར་ལངས་ནས་འགོ་བུལ་བའི་སྐབས་སུ་ཁོ་རང་གི་ལག་པ་
གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོལ་གསར་བ་ཞིག་སྐྱེས་པ་རེད།

མ་གཞི་ལག་པ་གཉིས་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་བྱ་བ་གང་ཡང་བྱེད་...
བྱལ་བ་ཞིག་མིན། དཔེར་ན་ལག་པ་སྤྱོད་པས་ཤིང་ཅ་བཞོག་མི་བྱལ་ལ།
གཅན་གཟན་གྱི་གནོད་འཚེ་ཡང་འགོག་མི་བྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་སྤྱི་མིའི་ལག་པས་རྩོད་དང་དབྱུག་བ་ཡར་འཁྱར་བྱལ་བ་...
དང་། དེ་དག་ཡོ་བྱད་དུ་བཅད་སྤྱོད་བྱལ་སྟབས། སེམས་ཅན་གཞན་
དག་གིས་གདན་ནས་སྐྱབ་མི་བྱལ་བའི་བྱ་བ་ཁོ་ཚོས་སྐྱབ་བྱལ་བ་རེད།

སྤྱི་མིའི་ལག་པ་དེ་པོང་གི་སྤྱིར་མོ་བཞིན་དུ་རྩོད་པོ་མེད་སྟབས་...
ལག་པས་ས་བཞོ་མི་བྱལ་ཀྱང་། ཁོ་ཚོས་དབྱུག་བ་སྤྱོད་ནས་ས་བཞོ་བྱལ།

སྤྱི་མིའི་ལག་པ་ཤིང་རྩོད་མོ་འཆུ་བཞིན་སྤྱི་མཐོག་སེད་སྟབས་...
ལག་པས་ཤིང་པགས་བཞོག་མི་བྱལ་ཀྱང་རྩོད་པོ་འཁྱར་ནས་ཤིང་པགས་
བཞོག་སྤྱི་དེའི་ནང་གི་འབྲུ་རིགས་བསྐྱུགས་ནས་བྱལ་བ་རེད།

ལྷ་མིར་འཕྲོང་གི་རུ་ཙེ་འདྲ་བ་ཞིག་མེད་སྟབས་གཅན་གཟན་.....
 འགོག་མི་ཐུབ་ཀྱང་ཁོ་ཚོ་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་དོ་དང་དཔྱག་པ་འཕྱིར་ནས་...
 གཅན་གཟན་ལ་ཕར་གློམ་ཕྱིན་ཐུབ།

རི་ཁོང་གི་སྤྱིར་མོ་དང་། སྤིང་རྩ་མོ་འཛུ་སྟགས་དབང་
 བོ་དེ་དག་ནི་རང་ཉིད་ལ་སྟོག་མ་ཉིད་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་དག་
 ལ་ཆ་མཚོན་ན་སྟོག་མ་ཉིད་ནས་ཡོད་པའི་དབང་བོ་རྣམས་རི་ཐང་ཆེན་པོ་
 ཡོད་རུང་། ཡོ་ཕྱད་དང་བསྐྱར་ན་དེ་ལ་སྟོན་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་
 ཐུབ། དཔེར་ན། དབང་བོ་དེ་དག་སྟོན་མོར་བའི་སྐབས་སུ་ཁ་བཟོ་
 བཅོས་ཀྱུག་མི་ཐུབ། དབང་བོ་དེ་དག་སྟོན་སྟོ་ཆེན་པོ་དང་མེད་པར་
 འགྱུར་སྐབས་ཀྱང་དེ་ལ་ཁ་བསྐྱར་བཞོད་ཀྱི་ཕྱིན་མི་ཐུབ། རི་ཁོང་དང་།
 སྤིང་རྩ་མོ། འཕྲོང་བཅས་ཞི་བའི་རྗེས་ལ་དེ་དག་གི་སྤྱིར་མོ་དང་མཛུ།



རི་མོ་ལྷ་པ། ལྷ་མིས་སྤིང་གི་ཡལ་ག་སྤྱད་ནས་བཟའ་ཆས་འཛོལ་བ།

མཐོས་ཏེ་རྩོམ་རྒྱུ་ལ་མཐོས་པ་དང་། རྩོམ་ཏེ་ཚོས་རྩོམ་གྱི་མཐོས་
པ་རེད།

སྤྱི་མིས་རྩོམ་དང་རྩོམ་གྱི་ཡོ་ལྟར་དུ་བཟུང་རྒྱུ་དང་ཉིད་ལ་དག་...
ཆས་སྤྱི་པ་ཡིན། དེའི་དུས་སུ་དེ་དག་དང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་དང་
ཡུང་ཁམས་ཀྱི་རྩོམ་སྤྱི་པ་ལྟར་བཞུགས་ཏེ་དེ་དག་སྤྱི་པ་ཀྱིས་རྩོམ་སྤྱི་པ་
ཀྱི་འཛིག་རྩོམ་ལས་ཕོ་ལ་ཏེ་ངལ་ཚོ་ལ་གྱི་འཚོ་བར་རོལ་བའི་འགོ་རྒྱུ་སྤྱི་པ་
རེད།

(5) མིས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་རྩོམ་སྤྱི་པ་ བརྩོན་པ་ཡིན་ནམ།

སྤྱི་ནས་མི་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་ནང་སའི་གོ་ལ་ཕོག་གི་གནས་གཤིས་
འཕོ་འགྱུར་གིན་དུ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། ཅི་གིང་རིགས་མང་པོ་གི་བ་
དང་འབྲེལ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འཚོ་ཞིང་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱུང་...
རིགས་རྣམས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་གི་བ་རེད། སེམས་ཅན་རྒྱུང་རིགས་
བཟོས་ནས་འཚོ་བ་རོལ་མཁན་གྱི་གཅན་གཟན་རྣམས་ཀྱང་འཚོ་ཞིང་གནས་
དགའ་བ་བྱུང་།

དེའི་སྐབས་སུ། ཡུང་ཕྱོགས་ནས་གཅན་གཟན་ཚོ་གཅིག་ཕོན་
ཞིང་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བསེ་རུ་དང་། སྤྱང་ཁོད། སེང་ག།
རོལ་བཅས་ཡོད། དེ་དག་གི་ལུས་ཕོག་དུ་སྤྱི་མཐུག་ཅིང་རིང་བ་ཞིག་

ཕྱིས་ཤིང་ཆང་མ་ཐོ་ཞིང་གཏུམ་པ་ག་ཏུ་ག་ཡིན།

རྒྱལ་པོ་དེ་མི་རྒྱལ་པོ་ལྷོ་ཞིང་གནས་པ་བྱེད་པར་བཤེས་པ་

ཕྱི་གས་དང་། གཅན་གཅན་ལས་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་དཔོན།

གས་ཏེ་དེ་དུས་སུ་མི་རྒྱལ་པོ་ལས་ཅན་གཅན་དག་དང་བྱེད་པར་
མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་འཆི་རྒྱུ་ལས་གཅན་གང་ཡང་མེད།

འོན་ཀྱང་དེ་དུས་སུ་བྲག་ཕྱག་ནང་དུ་བསྐྱེད་པའི་མི་རྒྱལ་པོ་
ཡོ་བྱད་བཟོ་བྱུང་པར་མ་ཟད། མི་ཡང་རྒྱེད་པ་རེད། རྒྱུ་ཆས་མི་
ལ་བརྟེན་ནས་གཅན་གཅན་དཔོན་པ་དང་། མི་ལ་བརྟེན་ནས་དང་རྒྱེད་
རྒྱ་པོ་ཡོང་བ་བྱས་པ་རེད།

དེ་དུས་ཀྱི་མི་རྒྱལ་པོ་གཅུགས་པོ་འཁྱེད་ཏེ་ཆང་ཤིང་པོ་དང་...
མཐུག་པོ་དང་མེད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གིས་རི་དྲགས་བསད་དེ་རི་དྲགས་
ཀྱི་པགས་པ་ཁྱོན་ནས་འབྱུགས་དུས་འཁྱོལ་བ་ཡིན།

རྒྱུ་ཆས་སྐྱར་སྐྱར་བཞིན་ཤིང་འབྲས་རྒྱུ་ནང་བརྟེན་ནས་བྱེད་པ་...
འབྲངས་པ་ཞིག་ཡོང་མི་བྱུང་དུང་། རི་དྲགས་བརྟེན་ནས་བྱེད་པ་འབྲངས་
པ་བྱེད་བྱུང་།

དུས་མཚུངས་རྒྱུ་ཆས་མི་སྐྱར་ནས་རི་དྲགས་སྐྱེག་གིས་པ་དང་ག་...
ཆས་མ་བཟས་པ་དེས་འཇུག་པ་སྐྱར་ལས་པའི་བཞེད་པར་མ་ཟད། འཇུག་
པའི་དུས་ཚོད་ཀྱང་བྱུང་དུ་སོང་ཤོག་མི་རྒྱལ་པོ་དང་བྱུགས་སྐྱར་ལས་...
ཆེ་བ་ཕྱིས་ཤིང་། མི་རྒྱལ་པོ་བྱེད་པར་ཡང་འཆི་བཅུད་སྐྱར་ལས་མང་
པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད།