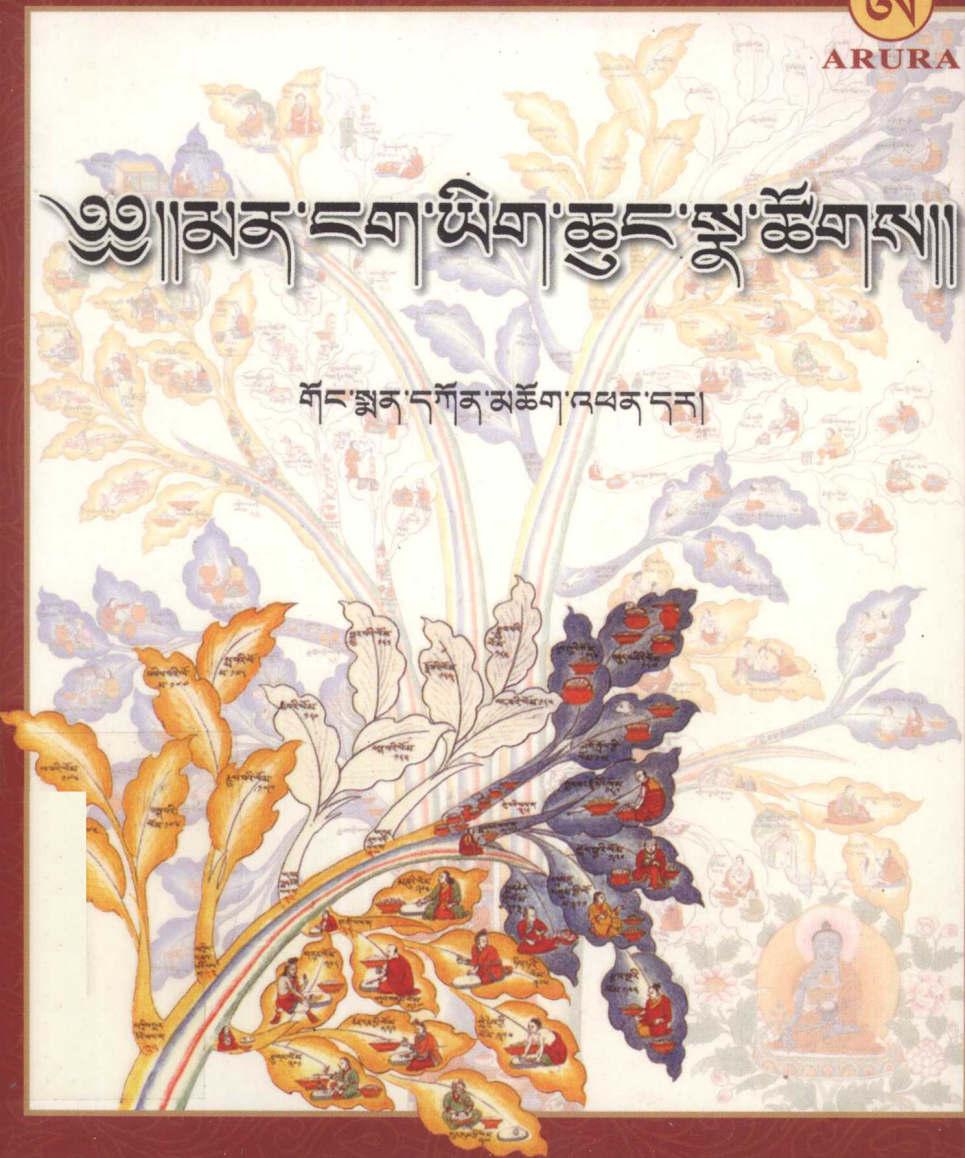


འོད་གྱི་གསེང་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཕྱོགས་བཞི་གསེང་དཔེ་ཚོགས།



ཨོ།མན་ངག་ཡིག་རྒྱུ་ལྷ་མོ་གསལ།

གོང་ལྷན་དགོན་མཆོག་འཕན་དར།



མེད་ལྷན་པོ་སྐྱོན་ཁང་།

བོད་ཀྱི་གསེང་བ་རིག་པའི་གནད་དཔེ་ཕྱོགས་བརྒྱུགས་དཔེ་ཚོགས།



ARURA

༄༅།མན་ངག་ཡིག་ཆུང་ལྷ་ཚོགས་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

《藏医经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：卡着杰 昂青才旦 端智才让 南拉卡 措吉

《藏医经典文献集成丛书》编辑整理委员会名单

顾问：措如·次郎 旦科 尼玛 土布旦

主任委员：艾措千

副主任委员：多杰 旦正加 星全章 才让加

委员：艾措千 多杰 旦正加 星全章 才让加 完德才让

恰多·李先加 昂青才旦 李先加 达多 端智

尕玛措尼 端智才让 三智加 尕藏多杰 华旦尖措

昂智索南 格桑扎西 多杰拉旦 卡着杰 扎巴

本书整理者：卡着杰 昂青才旦 端智才让 南拉卡 措吉

本书整理者：卡着杰 昂青才旦 端智才让 南拉卡 措吉

ཚུལ་མཆོས་མཆོ།
 责任编辑：卓玛青措
 རེབ་གཞིའི་བཅོ་བཏོད་པ།
 装帧设计：吾要

༩ །མན་ངག་ཡིག་རྒྱུ་ལྷ་ཚོགས་ཁེས་བྱ་བ་པུགས་སོ།

ཚུལ་མཆོ།	གོང་མཐུན་དཀོན་མཆོག་འཕན་དར།
ཚུལ་མཆོག་ལྟན།	པོད་བྱི་གསེབ་མེག་པའི་གནའ་དཔེ་རྒྱུགས་པ་མཐོགས་ཚེ་ལྷ་མཚོ་ལྷ་ལྟན།
དཔེ་མཐུན་ལྟན།	མཆོ་མཐུན་ཞིང་མཆོན་པོད་བྱི་གསེབ་མེག་ཞིའི་འཇུག་ཁང་།
འབྲེམ་མཐོང་ལྟན།	མི་མེགས་དཔེ་མཐུན་ཁང་།
གནས་ལུང་།	མི་མེགས་དཔེ་མཐུན་ཁང་གི་པོད་ཡིག་འབྲེམ་མཐོང་ཁང་།
ཐུག་ཀྱིད་ལོང་བྲངས།	པེ་ཅིན་རྟོ་མིང་མེ་བུང་ལམ་ཨང་14པ།
ཁ་བར་ལོང་བྲངས།	100013
འཇུག་འཆོང་ལྟན།	010 - 64234411 - 6509
པར་ཐུག་ལྟན།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་རྟ་དཔེ་ཚོང་ཁང་།
པར་འབྲེམ་ལྟན།	མི་མེགས་དཔེ་མཐུན་ཁང་གི་པོད་ཡིག་ཚེ་ལྷ་མཚོ་ལྷ་ལྟན།
པོད་ཆད།	པེ་ཅིན་རྟོ་མིང་རྟ་དཔར་འདེབས་ཆོད་ཡོད་བྲངས་སོ།
པར་ཕྱག་	850mm × 1168mm 1/32
པར་གཞིའི་ཐོག་ཁེངས།	7.375
པར་ཁེངས།	2004ལོའི་ཟླ་7པར་པར་གཞི་དང་པོ་པུགས་སོ།
པར་བྲངས།	2004ལོའི་ཟླ་7པར་པེ་ཅིན་རྟ་དཔར་ཁེངས་དང་པོ་པུགས་སོ།
པོན་ལྟན།	0001 - 2000
	མྱེ་རྒྱུ་12

图书在版编目(CIP)数据

零星秘诀集/藏医药经典文献集成编委会,青海省藏医药研究所编. —北京:民族出版社,2004.8

(藏医药经典文献集成)

ISBN 7-105-06467-6

I. 零... II. ①藏... ①青... III. 藏医-藏语
IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP数据核字(2004)第 072932 号

零星秘诀集(LINGXING MIJUE JI)

编 者	藏医药经典文献集成编委会 青海省藏医药研究所
出版发行	民族出版社
地 址	北京市和平里北街 14 号
邮 编	100013
排 版	民族出版社藏文编辑室
印 装	北京艺辉印刷有限公司
经 销	各地新华书店
开 本	850mm×1168mm 1/32
网 址	www.e56.com.cn
印 张	7.375
印 数	0001-2000 册
版 次	2004 年 7 月第 1 版
印 次	2004 年 7 月北京第 1 次印刷
定 价	12.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(藏文室电话:010-64234411-6509)

མུན་འབྲེའི་གཏམ།

པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་ལོ་རྒྱུ་ལ་ཞེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟན་ལ། དེ་ནི་གནའ་པོད་པོད་ཀྱི་གསོ་རིག་མང་གཞིར་བྱས་ཐོག་ཀྱི་གས་ཀྱི་ནག་ཏུ་ཞིག་ལ་སྐུ་ལ་པའི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཉིང་བཅུད་བསྐྱེད་བྱས་ནས་ཡུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཚད་ཞིང་ལག་ལེན་གྱི་མྱོང་བྱང་ལྷན་སྐྱེས་ཆོས་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་མཛོན་པར་བཟུང་བའི་གསོ་དབྱུང་གྱི་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། རྩ་མོ་ཞིག་ནས་འཛམ་གླིང་བྱུང་ཁོངས་ཀྱི་གསོ་རིག་རྒྱ་བ་ན་མས་ཀྱིས་གདེང་འཇོག་ཆེན་པོ་གནང་ལུས་སུ་མཆིས།

པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་གཞུང་དང་ལག་ལེན་གྱི་བསྐྱེད་བཅས་བཟང་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཉེ། དེ་ནི་ནང་དོན་གྱི་ཐད་གསོ་རིག་ལོ་རྒྱུས་དང་། མང་གཞིའི་གཞུང་ལྷགས། བྱང་ཐོག་ལག་ལེན། རྒྱན་རྩས་སྟེང་བཟོ། ལུས་ཁམས་བདེ་སྤྱང་ལ་སོགས་རིགས་ཆོན་ཡོངས་སུ་འདུས་ཡོད་པའི་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཅིག་ལགས། དེ་ལ་ཏང་དང་སྤྱི་གཞུང་གི་སྤྱུགས་འཁྲུང་དང་བཙེ་མཛོད་ཆེན་པོའི་དོག་ཉེ་ལོར་པོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་སྟེལ་གང་ལེགས་སྤྱང་ཡོད་ལ། གནའ་གཞུང་གང་མང་ཞིག་ཀྱང་དཔེ་རྒྱན་འབྲེམས་སྟེལ་བྱས་ཟིན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་ད་དུང་གནའ་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་ཡར་བཞིན་འདུས་སོས་ཀྱང་ལོག་སྟེལ་པའམ། ཡང་ན་མིའི་སྒྲིལ་བས་དབང་གིས་གཏོར་བརྒྱག་ཆབས་ཆེན་སྟེབས་ཀྱི་ཡོད་པས། གང་ལྟར་སྟོན་སྤྱང་སྤྱི་བམ་བྱས་ཆོ་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་གནའ་དཔེ་གང་མང་ཞིག་ཙམ་བརྒྱག་རྒྱན་ཆད་དུ་འཕྲོ་ཉེན་ཆེ།

དེ་ལ་བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡང་ས་ནས་རྒྱན་འཛིན་དང་དར་
 གྲེལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་མིག་ས་ཡུལ་བཅང་ས་ནས་ར་ཆོས་༡༠༠༩ལོར་མཆོ་སྟོན་ཞིང་
 ཆེན་བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་གཙུག་ལྷན་གྱིས་པའི་“《བོད་ཀྱི་གསེ་
 བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྟོན་པ་མཛུགས་དཔེ་ཆོག་ས་》ཙམ་མཛུགས་ཆོག་ས་པ”མཛུགས་
 འཇུག་ས་བྱས་པ་དང་། གནའ་དཔེ་འཆོལ་སྟུང་དང་དག་མཛུགས་དང་ཙམ་མཛུགས་
 བཅས་ཀྱི་ལས་སྒྲུབ་ཞིང་དཔེ་རྒྱན་དང་འགྲེམས་སྤེལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་འགོ་བཙུགས་
 ཟིན་ཡོད། དཔེ་ཆོག་ས་འདི་ནི་སྤྱི་ན་མ་མཆིས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ལས་ལྷན་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་ཡོད་དོ་ཙམ་
 འདུས་པའི་དཔེ་ཆོག་ས་མིག་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱེད་རྒྱ་ནི་ར་ཆོའི་བསམ་འདུན་ཡིན་
 ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་ར་ཆོར་ཡོད།

དེ་ལྟར་དཔེ་ཆོག་ས་འདི་ཐོག་མར་དཔེ་རྒྱན་བྱེད་པའི་སྐོར་དང་བརྒྱན་ནས་
 འདིར་ཁོ་བོས་བྱ་བ་ཞག་ཆེན་པོ་འདི་སྟོན་པ་གང་ཐད་ནས་བྱ་བ་ལམ་སྟོང་ཡོང་
 བའི་བཀའ་སྤྱི་སྟོན་འདུན་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པ་ལ་ལྟག་
 བསམ་དཀའ་བའི་ཡུལ་དང་སྟོན་པ་སོ་སོའི་སྤྱི་བྱ་རྒྱན་ནས་ཀྱང་ལས་ལྷན་འདིར་
 སྟོན་པ་གང་ཐད་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་འདེགས་བྱེད་པའི་བསམ་འདུན་ཞུ་
 རྒྱུ་ཡིན།

ཞེས་འོ་ཆོག་ས་ཆེན་ནས།
 ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༩བར།

མཆམས་སྒྱུར་བའི་གཏམ།

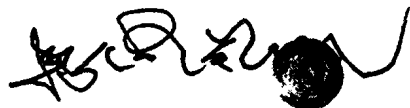
ཁ་བ་རི་པོའི་བཅུ་ལྔ་ལ་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་པོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འཇིག་
 ཉེན་སྒྱུའི་ཕན་བདེ་གཞི་མར་གྱུར་པའི་སྒྲོའི་རིག་པ་མཐའ་དག་གྱི་ལ་བཏགས་
 པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཚོག་དམ་པར་
 གྱུར་པའི་གངས་ཅན་གསེབ་བ་རིག་པ་ནི་པོད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོལ་རྒྱན་
 དར་སྒྲེལ་མཛད་ཅིང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་
 ཞིག་ཡིན་ལྟ་བུ། རིས་སྤྱ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ལ་ཕན་པའི་ལས་
 ཏོན་ཁོན་སྒྲུབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་འཁྲུམས་ཤིང་སྒྱིལ་ཆོགས་དང་དྲུས་རབས་རི་
 འབྲ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འང་མཁོ་གལ་དང་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དོན་
 དངོས་ཀྱིས་སྤྱིར་ནས་གྲུབ་པའི་གནས་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པས་མི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཞིག་
 གིས་ཀྱང་བསྟོན་འདིང་དང་ཁྱོག་བཤད་བྱ་བར་མི་ཁུས་སོ། ། རང་རྩེའི་ལ་རྒྱས་
 ཡིག་ཆར་དང་ད་ཡོད་བརྟན་བཙས་གྱི་དཀར་ཆག་ལྟར་ན། གཤུང་དྲུང་པོན་
 ལྷགས་ཀྱི་དྲང་སྤྱོད་དཔུང་དུ་སྤྱི་ཤེས་ནས་སྒྲན་པ་དྲུང་གི་སྒྲོར་ཙག་ཅན་བར་
 དང་། རྗེ་བཙུན་གཤུ་སྒྲོག་རྒྱུ་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ནས་གཉེར་སྟོན་གྲ་བ་
 མངོན་ཤེས་གྱི་བར། སེ་ར་ཅ་ན་ནས་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐབས།
 ལྷང་ལྷར་ནམ་གཉིས་ནས་ཀོང་རྒྱལ་ཡབ་སྐུ་ས། མི་དབང་རྗེ་སྤྱི་དུ་རིན་པོ་ཆེ་
 ནས་སྒྲན་རྩིས་མཁས་དབང་མཁྱེན་རབ་ལོ་རྒྱལ་བྱས་པའི་དྲང་སྤྱོད་མཁས་
 གྲུབ་རིམ་ཚུན་བཤང་གིས་མི་ལངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་དུ་ལས། དཔལ་ལྷན་
 གྱུར་བཞེད་དཀོངས་འབྲེལ་དང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་དཀོངས་འབྲེལ་གཙུག་
 པའི་གསེར་གྱི་བརྟན་བཙས་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་རང་གིས་མཛུལ་ན་

དད་པའི་སྤྱི་ལོར་གཤེ་ཞིང་གཞན་ལ་ངོམ་ན་ལ་རྒྱའི་སྤྱི་བས་པ་རྒྱས་པ་འདིས་
ཐོད་ཀྱི་གསེ་བ་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིང་ལ་གཞུང་མན་རག་གི་ནང་དོན་ཕུན་ཕྱོང་
ཚལས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ར་སྤྱོད་གསལ་པོ་བྱས་འདུག

འོན་ཀྱང་མིག་སྤར་མི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་རེའི་གསེ་
རིག་ཐོད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་ཉེས་སུ་བྱུར་དང་
འབྱུར་ཐུས་ཡིན་པའང་ཀུན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལགས་པས། ད་ལྟའི་དུས་
འདིར་བདག་ཅག་ཆེ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོང་ཚོང་ཁོན་དང་ཡུལ་ཡུར་གྱི་
བག་པའི་ཁེ་བན་ནམ་ཚུགས་རིས་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་སྐྱེས་རིང་དུ་དོར་ནས་མི་
རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྟོང་ཁོང་ནས་གཙུག་དང་
གཅེས་སྤྱོད། དེ་བཞིན་རིས་སུ་མེད་པའི་འཛམ་གླིང་གི་མིའི་རིགས་ཡོངས་ལ་
ཕན་དུ་རེ་བའི་ཀུན་སྟོང་རྣམ་དག་གི་སྒྲིལ་སྤྱོད། རི་རྒྱལ་རྒྱུན་པའི་གཏོས་དང་
མཉམ་པའི་ཐོད་ལྷགས་གསེ་རིག་གི་གཞུང་མན་རག་རྣམས་ལ་འོལ་ཚོད་དང་
རང་བཟོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་རང་སྟོན་འདོན་བྱུར་སྟོབ་དང་
འཚོལ་སྤྱད་ལེགས་སྤྱིག་བྱེད་རྒྱ་བཅས་ནི་མིན་དུ་གལ་གནད་ཆེ་བའི་བསྐྱི་བ་ཞིག་
རེད།

དེའི་མིར་མཚོ་སྤོན་ཞིང་ཆེན་ཐོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་མིང་
དོན་མཚུངས་པའི་སྒྲིལ་སྤོན་ཐོད་ཀྱི་སྒྲན་ཆེས་རིག་པ་རྒྱད་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་དང་
གསར་བཏོད་གོང་སྤེལ་གྱི་ཆུང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་འཇུགས་བྱལ་བའི་ཆེད་དུ།
ད་ལྟའི་དུས་རབས་དང་སྤྱིད་རྒྱས་བཟང་པོའི་སྐོ་སྐབས་དམ་འཛིན་རང་མི་
དངོས་ནོར་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་སྤྱོད་ལྷགས་གཅིག་དུ་བསྒྲིལ་ཞིང་མིག་རྒྱར་རིང་བའི་
རྒྱས་གཞི་དང་བཅས་ཏེ་རང་རེའི་སྒྲན་ཆེས་སྒྲིལ་གཞི་གལ་ཆེ་བའི་གནད་དཔེ་
དང་བརྟན་བཅོས་ལག་དུ་ཟིན་ཏེ་ཅོག་ཚུགས་གཅིག་དུ་བསྒྲིལ་ཏེ་པར་དུ་
བརྟན་པའི་དགེ་བ་འདིས། ད་ལྟ་ཅམ་མ་བཟང་འབྱུང་འབྱུར་ཐོད་ཀྱི་སྒྲན་ཆེས་
བརྟན་པ་ཉིད་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བར་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་

ཅུས་པ་ཐོན་ཐུབ་ཅིང་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྒྲིག་འཛའི་དཔལ་དུ་འཁྱུར་བར་གདོན་
མི་ཟ་བས་ན། འོ་སྒྲིལ་ཐུན་མོང་གིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཁྱེད་ཀྱི་ལས་དོན་གལ་
ཆེན་ཞིག་རེད་ཅེས་ཏེ་ཅང་དགའ་ཆོད་དང་བཅས་མཆམས་སྒྲུར་བའི་ཆོག་དུ།



ཁོ་ཀྱེ་ཆོ་ནམ་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོའི་ཟླ་ ༡༡ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་ལ།

དག་ཕྱིག་པའི་གསལ་བཤད།

ཐོད་ཟལ་མོ་སྒྲུང་པ་ཞེས་སུ་གསལ་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ལྷོང་དུ་གནས་
པའི་མི་རིགས་ཉིད་ལ་གནམ་གྱིས་ས་བཀབ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲོན་ལྟོན་དྲན་དབང་དམ་
པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བཅུ་སྟག་རིག་
པའི་གནས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྟུག་པའི་ཤེས་རིག་བར་མཛོད་ནི་སྲིད་པའི་མཐར་
ཡང་རྩལ་པ་མེད་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལ་སུས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་དོ། དེ་ལས་
གནས་བཅུའི་ཡ་ཤུལ་གཞན་རྗེས་འཛིན་གྱི་ཐབས་མཆོག་དམ་པར་གྱུར་པའི་
ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི། རྗེ་གཤུ་ཐོག་ཆེན་པོས། མི་ན་བར་གནས་པར་
འདོད་པ་དང་ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་མན་
རག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་སྟུབ་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཤི། དེར་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་
ཡུན་ཏུ་ཅང་རིང་ཞིང་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མ་ལག་ཆ་ཆར་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྒྲན་
དབྱེད་ཀྱི་རིགས་ལམ་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཤིང་མན་རག་ཉམས་སྦྱང་སྟན་སུམ་
ཆོགས་ཤིང་བྱ་ལྟོས་པ་ཞིག་མཆིས་སྟབས། དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་ཀྱན་དུ་
ཆོན་རིག་པ་མཁས་ཅན་དག་གིས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་སློབ་སྦྱོང་དང་ཞིབ་འཇུག་
གི་གོ་མ་སྟབས་མཐུགས་ལེན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། རང་རིམ་རྒྱལ་ཁབ་ནས་ཀྱང་
ཏང་གི་མི་རིགས་སྲིད་རྒྱས་དོན་འཁྱོལ་དང་རྩལ་རྒྱུད་གསར་སྟེལ་བྱེད་པའི་
འགྲོས་དང་བསྟན་ནས་ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལས་དོན་ཉིད་སྟོ་ཀྱན་ནས་
ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་སྟེལ་གནང་སྟེ་ཉམས་དགའི་ཡུལ་ཁམས་
ཤིག་དུ་བསྐྱལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་སྤྱོད་དུ་མའི་དབང་གིས་རང་
རིམ་གསོ་རིག་ཐད་ཀྱི་གཞུང་མན་རག་གི་གདམས་པ་གང་མང་ཉམས་ཉེས་སུ་

ལྷ་དང་འལྷ་ལྷ་ཡིན་པའང་རྩོམ་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་འཁུམས་ཤིང་།
 བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་འདི་ཉིད་གནའ་བོའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་ལྟ་ན།
 རི་རྒྱལ་རྒྱན་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པའི་གཞུང་མན་རག་གི་གསུང་རབ་དེ་
 རྣམས་ཁྱར་ལས་ལྷག་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲིག་འདོན་ལྷ་སྒྲོབ་དང་འཆོལ་སྤྱད་ལེགས་
 རྒྱུག་བཅས་ཕྱེད་རྒྱ་ཉི་ལྔ་མཉམ་བསྐྱུང་དཔེས་པའི་སྐད་གཞིའི་ལས་ཀ་གལ་ཆེན་
 ཞིག་ལྟེ་འོ་སྒྲུབ་ཆེ་རིག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བབས་པའི་
 དུས་རབས་ཀྱི་འགན་འཁུལ་ཞིག་ལགས། དེའི་ལྷ་ས་རྩོམ་མོ་རྒྱས་ཀྱི་ལས་འགན་
 དང་དུས་རབས་ཀྱི་སྐད་བྱ་ལྟར་མདོ་དཔུས་མཐོ་སྐད་ཞེས་པའི་སྤྱན་མིན་ཁོར་
 ཡུག་ཁོར་དུ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་གནའ་བོའི་གསེང་དཔུང་རིག་པ་འདིའི་སྒྲིག་
 དཔུགས་རྒྱན་བཞིངས་ཕྱེད་ཅིང་། བོད་ཀྱི་གསེང་དཔུང་རིག་པར་སྐྱུང་བཅོན་
 དང་ཞིབ་འཇུག་ཕྱེད་པར་སྒྲོབ་བཟན་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཅན་མང་པོར་རྒྱ་ཆ་མཁོ་
 རྒྱུད་ཀྱི་སྒོ་འཕར་ཡངས་པོར་ལྷེས་པ། རང་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་རྒྱུང་འཛིན་པ་
 རྣམས་ལ་ཁྱར་བས་སྒྲན་སྒྲིགས་བྱུང་པ། ཉམ་ཐག་ནད་པའི་ལྷ་ས་སྒྲིག་ལ་གཟིར་
 བའི་ནད་རིགས་ཙམ་མེད་དུ་འཛིན་པར་བྱས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྟེན་
 དང་མན་རག་བཟུང་མོའི་གདམས་པ་ཆིག་བྱུང་ཀྱི་སྒོར་མང་དུ་བཅའ་ནས་ནད་ཀྱི་
 ལྷག་བསལ་ལས་སྒྲོབ་པར་རྩོམ་གསུམ་པ་བཅས་མདོར་ན་གངས་ཅན་གསེབ་རིག་
 པ་འདི་ཉིད་མིང་དོན་མཐུངས་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱུད་འཛིན་ལེགས་པོ་ཞིག་ཕྱེད་པའི་
 ཆེད་དུ། དེད་ཅག་མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཀྱི་གསེང་རིག་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གིས་
 འབྲེལ་ཡོད་ཆེད་མཁས་མི་རྩེ་ཙམ་འཇུགས་དང་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་དག་
 རྒྱུག་གི་མི་རྩེ་ཆེད་བསྒྲོས་བྱས་ཏེ། མོ་རྒྱས་ཡིག་ཆ་དང་། གཞུང་ལྷགས་བསྒྲན་
 བཅོས། མན་རག་ལག་ལེན། རྣམ་རྒྱུད་རྒྱུང་བྱུང་། རྩེ་རྣམ་འཁྲུངས་དཔེ།
 གནམ་རིག་སྐར་ཅིས་སྒྲིགས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་དཀོན་པོའི་རིགས་གཙུག་པོར་བཟུང་
 སྒྲིག་《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྒྲིགས་བསྒྲིགས་》ཞེས་པའི་དཔེ་
 ཆོགས་འདི་ཙམ་རྒྱུག་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་རྒྱན་ཐད་དཔེ་དཔེ་རེ་རེ་བཞིན་

མཛད་པའི་ལ་རྒྱས་ཀྱི་ཐུ་མུ་དང་ནང་དོན་ལ་མ་བརྟེས་པར་ལག་ལེན་དུ་འབྱོལ་
གང་ཐུབ་བྱས་ཏེ་དཔེ་རྙིང་ལག་དུ་སོན་ནི་ཙམ་དག་སྤྲིན་དང་དཔེ་སྤྲན་འགྲེམས་
སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

དེ་ལ་《མན་ངག་ཡིག་རྒྱུད་ལྷ་ཚོགས་》ཞེས་བྱ་བ་མིང་གཞན་ལ་《ཉམས་
ཡིག་བརྒྱ་ཅ》ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དཔེ་ཚོགས་འདིའི་ནང་གསེས་ཀྱི་དེབ་བཞི་པ་
ཡིན་ལ། འདིའི་ནང་གོང་སྤྲན་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་གྱིས་སྒྲིབ་བྱ་བས་མ་
གཏན་བཟང་པོ་སོགས་ལ་འགྲོ་བ་ནད་པའི་དོན་དུ་གདམས་པའི་བྱང་ཏི་ཡལ་
སྤས་རྒྱམས་ཀྱི་ཞལ་གདམས་དང་། སྤར་བས་དྲང་སྤར་རྒྱམས་ཀྱི་ཐུག་ལེན།
མཁས་པ་རང་གི་མན་ངག་རྒྱུད་བྱང་རྒྱམས་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཞོད་ཅིང་། མན་
ངག་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲུལ་བཅོ་ལྷའི་བརྗོད་དོན་རྒྱམས་མ་ལུས་པར་མཁས་པ་
རང་གིས་རི་ལྟར་ཉམས་ལེན་དང་། གསོ་བཅས་མཛད་པའི་རྒྱལ་དང་། བྱེ་
བྲག་ཆད་གཞུག་ཆོགས་བབས་དང་། སྤར་སེལ་བྱུན་སོག་དང་། བར་རྒྱུད་
སོགས་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཞིབ་དུ་དགར་ཏེ་བཅས་པ་དང་། སྤན་སྒྲིབ་ཡང་སྤན་
ཆེན་ག་ལའི་སྒྲིབ་བ་དང་། རས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་སོགས་མང་པོ་
བསྟན་ཡོད་པ་མ་ཟད། དྲངས་མ་ཉམས་འཕེལ་གསོ་བ་དང་། བའི་ཕན་ཡོན་
ཉེས་དམིགས་བཤད་པ་དང་། ཆང་ནད་བཅས་པ་སོགས་གཞུང་གཞན་དུ་ཁ་
གསལ་མེད་པའི་དོན་རྒྱམས་ཀྱང་ཞིབ་པར་སྒྲིབ་ཡོད།

དེ་ཡང་དཔེ་ཚོགས་འདི་ཉིད་དག་སྤྲིན་དང་རྩོམ་སྤྲིན་བྱེད་པའི་རྩ་འཛིན་
འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ༡. ཡིག་ཐོར་བ་དང་དོགས་གཞི་ཅན་རྒྱམས་ལ་མིང་ཆོག་གང་
དེའི་རྩེས་སུ་རྟགས་[]འདིའི་ནང་དག་བཅས་བྱས་ཡོད། ༢. རྩོམ་པ་པོའི་
མཆན་རྒྱམས་()རྟགས་འདིའི་ནང་བཞོད་ཡོད། ༣. མ་ཡིག་མི་གསལ་བའམ་
གཞུང་ཆོག་ཆད་པ་རྒྱམས་ལ་ཁ་སྤོང་བྱེད་མ་བྱས་པ་རྟགས་.....འདིས་མཆོན་
པར་བྱས་ཡོད། ༤. རྒྱ་ཆ་དང་རྒྱམ་ཆ་སོགས་ལྟ་བུའི་རིགས་རྒྱམས་དག་ཡིག་
མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལྟར་ཏེ། སོག་ཆ་དང་རྒྱ་ཆ་ཞེས་ཆོག་སྤྲིན་དང་བསྐྱེབ་ན་

མ་བཏགས་མི་འདྲགས་ཤིང་། སྐྱེ་པའི་ཚུ་དང་རྒྱ་མཚའི་ཚུ་ཞེས་པ་འཕ་ཚུ་
 མིང་རྒྱང་པའི་སྐབས་སུ་མ་བཏགས་འདྲགས་ཞེས་པ་སྟར་སྦྱར་ཡོད། ལན་ཚུ་
 ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་དཔེ་གཞུང་མང་ཆེ་བར་བསྟན་ནས་དམིགས་
 བསལ་དུ་མ་བྱུར་སྦྱར་ནས་བཞོད་ཡོད།

འདིར་ང་ཚོ་དག་སྤྲིག་མི་སྣའི་ཤེས་བྱའི་རྒྱ་ཚད་དམན་ཞིང་དཔེ་རྙིང་དག་
 སྤྲིག་གི་ཉམས་ཚུང་ཞན་པའི་དབང་གིས་མ་རྟོགས་འགལ་འཁྲུལ་གྱི་ཆ་གང་མང་
 ཡོད་སྲིད་པ་ལ་རྒྱ་ཆེ་སྟོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་ལྷགས་པར་གནང་
 བར་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བྱུང་།

མཚེ་ རྩན་ ཞིང་ རྩན་ བོད་ ཀྱི་ གསེབ་ རིག་ ཞིབ་ འཁྲུག་ ཁང་ ནས།
 《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་གནའ་དཔེ་སྟོགས་བསྟན་པ་》ཚུ་མ་སྤྲིག་ཆོགས་པ་
 གྱི་ལོ་༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༡༠པའི་ཆོས་༩ཉིན།

ཚུམ་པ་པོ་རྒྱུད་མདོར་བསྟུན།

གོང་སྐྱོན་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་ནི་རབ་བྱུང་དགུ་པའི་ལྷགས་ལྷག་(སྟེ་
ལ་༡༥༡༡)ལོའི་བོད་ཟླ་དང་པོའི་ཆེས་༡༧ཉིན་འཕགས་ལུལ་རྒྱ་གར་ལ་ཁད་ཀྱི་
ཉེ་བ། དཔལ་ལ་སྟོད་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་ལོ་སྟོད་རྒྱ་རྒྱལ་མང་ཆུང་ཞེས་པའི་ལུལ་སྤྱོད་ས་སྟེ།
ཡབ་ཆེས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། ལུམ་རྩོམ་བཅུ་ལྔ་ཆོས་རྒྱུད་བཟང་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྤྲས་སུ་སྟེ།
འབྱུང་སྟེ། སྐྱོན་རྒྱུད་དུས་སྟེ་བུ་གདོན་གྱིས་གཅོས་པ་ལ་ཞང་བོ་དགོན་མཆོག་བདེ་ལེགས་
ཀྱིས་སྐྱོན་བཅོས་དང་ཉིན་འབྲེལ་རྩལ་བསྟུང་ནམས་མཆོད་པས་སྟེ་དྲུང་སྟེ། དེའི་དུས་
གོང་སྐྱོན་ཆེན་པོའི་མནལ་སྤྲུལ་ལ། རྒྱུས་པ་གསེར་གྱི་འོད་དང་ཐུན་པ་ཞིག་གིས་ཨ་རུ་ར་
ནམ་པར་རྒྱལ་བ་ལྷག་ཏུ་ལུལ་ནས་སྤྲུག་འབྲུལ་ལྟེ་པ་ཞིག་སྟུང་བ་དེ་དག་ལྷིས་སྟེ་གོང་
སྐྱོན་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་ཡིན་ཚུལ་དང་། རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ཤེས་ནས་
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་འདུག་གོ་ཞེས་པའི་ལུང་བསྟན་ཡང་གནང་།

དགུང་ལོ་བཅུ་ཙམ་ན་བཙོན་འབྲས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཡིག་འབྲི་སྟོན་ཆོགས་མེད་ཏུ་
མཆིན། རྩལ་སྟེ་སྟེ་ཞང་གོང་སྐྱོན་དགོན་མཆོག་བདེ་ལེགས་ཀྱི་རྒྱུད་ནས་སྤྲུགས་སྟོབས་
ཆེན་པོས་ཉིན་མཆོན་དུས་རྒྱག་ཏུ་དཀའ་བ་སྟུང་པས་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་
དཔལ་ཐུན་རྒྱུད་བཞི་དང་། ཆ་ལག་འབྲེལ་བཤད་དང་བཅས་པའི་པོ་ཉི་བཙོ་བརྒྱད་
བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་པ་དང་། མན་ངག་པོ་ཉི་དམར་པོ། ཟིན་ཉིག་བསམ་འཕེལ་ནོར་བུ།
ཆེ་སྐྱོན་པའི་པོད་ནག་སྟོགས་གཞུང་མང་པོའི་ལུང་བཤད་རྒྱས་དང་། ཞལ་གདམས་སྐྱོན་
བརྒྱུད་ལ་སྟོགས་སྤྲུགས་སུ་རྒྱུད་པ་དང་། སྐྱོན་སྤྱི་ལོ་མཆོད་བསྟོད་དང་། ཅའི་ལྷ་མོའི་
བྱུང་སྟེ། ཆོས་རྒྱུད་རྩི་རྩི་འདུལ་འདུལ་གྱི་མཆོད་གཏོར། སྤང་ཆེན་ཅག་ཉི་སྐྱོན་བརྒྱུད་
བཅས་ཆོད་ཏུ་བསྟུལ་བས་ཉགས་དང་མཆོན་མ་མཐར་སྐྱོན་ཉི་སྤྱི་ལོ་སྤྲུགས་མཉེས་ཤིང་།
དུས་ལྷིན་ཆད་མཁས་པ་བརྒྱ་ལྷག་ཆོགས་རྒྱུད་ཡ་མི་ར་ཞིང་འཆད་ཙམ་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བུའི་
དུས་སྟེ་ལོག་སྟེ་ཆོད་གཅོད་པ་ཞིག་བསྟུང་སྐྱོན་ནས་སྟེ་དུས་ཆེན་པོས་བཤར་སྟུང་ས་

མཛད་པས། མཁས་པའི་སྒྲིབ་ཀྱིས་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་གོང་སྒྲོན་དགོན་མཆོག་བདེ་
ལེགས་ཀྱི་བྱགས་སྤྲེལ་ཏེ་མ་ལྟར་བྱགས་པར་བྱུང་།

དགུང་ལོ་ཉེར་ལྔའི་སྤྱིང་ཡལ་མཆོག་གྱུ་གཤེགས་པ་དང་ཡལ་གྱི་གཉེན་ཚན་ཞིག་
གིས་ནོར་རྩལ་སྤྲེལ་འབྱེད་འདོད་པའི་ཀུན་སྨོར་གིས་ཁོང་ལ་སྨྱུར་ངན་བྱས་པས། རུག་
ནད་ཀྱིས་གཤེགས་ལ་ཁད་དུ་ཉེ་བར་སྒྲུ་མ་དམ་པ་གོང་ཁ་ནས་གདན་དྲངས་ཏེ་སྒྲིབ་བཅས་
གནང་པས་བསྐྱེད་ལས་སྤོལ། དེ་ནས་བཟུང་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་གྱིས་བྱགས་བསམ་
ནམ་པར་དཀར་བས་བྱ་སྤྱོད་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་སྨྱོར་ལས་མེད་པར་ས་སྤྱིགས་
ཀུན་ཏུ་འབས་གིས་བཅགས། སྐབས་དེར་བྱུང་ཚེ་བདག་པོར་ནད་རུག་པོ་ཞིག་སྤོལ་ནས་
སྤོངས་ལ་ཁད་དུ་ཉེ་བར་སྒྲིབ་བཅས་གནང་པས་ཕན་པར་དཔྱིས་སྒྲོན་གནང་རག་བྱ་ཆེ་
དང་། ཅེ་སྒྲིབ་བྱལ་མཆོན་གྱི་གདན་སར་བསྐྱོད་བཞག་ཐོག་ཡུལ་སྤྲེལ་ནོར་རྩལ་དང་བཅས་
པའི་གནང་སྒྲིབ་བཅུལ་བར་བཞེན་སྒྲོས་གཞིས་གདོང་ནག་ཏུ་འགྲོ་དོན་བསྐྱངས་ཏེ་
བཞུགས་སོ།

རྩེས་སུ་གོང་སྒྲོན་དགོན་མཆོག་བདེ་ལེགས་ཕྱེ་སྤྱིང་མང་གི་ཆེ་བས་སྒྲིབ་དྲངས་
སྐབས་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་བྱག་སྨྱིར་འབྲངས་ཏེ་ལམ་བར་ས་སྨྱུར་བཞུགས་ཞག་
དང་། གནང་རིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བྱང་ཏེ་དཔལ་མཆོན་དོ་རྩེ་ཡལ་སྤྲེལ་དང་མཛལ་ནས།
གསེར་སྤོལ་འབྲལ་བ་བཤམས་ཤིང་། གསུང་ཚེས་རྩེས་སུ་གནང་བྱའི་གསོལ་བ་བཏབ་
ནས་མང་གི་ཆེར་མོ་རོ་གསུམ་ཅམ་བཞུགས། སྤྲེལ་ལ་སྤྱོད་དུ་སྨྱིར་མེག་མེབས་དུས་བྱ་སྤྱོད་
སྨྱིན་བདག་བཅས་པས་མེབས་བསྐྱུད་དང་། དཔྱིས་སྒྲོན། སྤྲེལ་མཆོད་གནས་སུ་བྱུར་པ་
ནམས་ལ་བཞེན་བཀུར་མང་རྩ་སྤྱི་རིམ་སྤྲེལ་བྱལ་རྩེས། ས་སྨྱུ་སྒྲིབ་སྤྱིང་དུ་བྱང་ཏེ་ཆོས་
བྱལ་བཟུ་གིས་ཀྱི་དྲུང་དུ་མེབས་ནས་བསྐྱུད་པ་དང་། མན་རག་གསེར་གྱི། དེལ་གྱི།
བདུད་ཚི་བྲམ་ཆེན་སྤོལ་ཡུང་དང་མན་རག་དུ་མ་གསན། སྤྱིགས་རིས་ཀྱི་བྲམ་ཆེན་ཆོགས་
པའི་དབུས་སྤྱོད་དྲང་སྤོང་མཆོད་གཉིས་ཀྱིས་མན་རག་བྱུང་གྱི་ཆད་པའི་མེའུའི་སྐབས་
དྲི་བ་མཛད་དུས། ཆོ་བ་སྨྱི་དང་ཕྱེ་བཟུ་གི་བཤད་པ་མཛད་པས་ཐམས་ཅད་ཏ་ལས་པར་
བྱུང་། དགོན་མཆོག་འཕན་དར་གྱིས་སྤོབ་དཔོན་ནམ་གཉིས་ལ། རི་བང་མཆོམས་ཀྱི་
མེའུ་ལ་དོགས་གཙོད་སྤལ་བས། སྤྲེལ་མེའུ་ནས། ཆད་པའི་སྐབས་ལ་གོང་སྒྲོན་པ་ཆོས་
ཀྱི་བདག་པོ་ཡིན་པས་དཔོན་ཆོང་བ་རང་གིས་མཛད་པར་རིགས་གསུངས་པ་ལྟར་རི་བང་

མཆོམས་དང་། གལ་མདོ་བྱང་འབྲུག་གི་བཤད་པ་ལུལ་བས་བྲམ་མིན་ཏུ་མཉེས་པ་བྱུང་།

དེ་ནས་སྟོ་ལྟངས་པ་འབྲུག་ཁོང་ཆེན་པོས་བྱང་པར་བྱུང་ཏེ་གོང་མཐོན་ཆེན་པོ་དང་སྟོ་བསྟེལ་བའི་གཏམ་གསལ་འབྲུག་པར་མཇལ་དུ་ཐེབས་དུས། རྒྱ་མའི་ཞལ་ནས་བྱིད་སྟེབས་ཀྱང་སྟོང་པའི་གཤེས་སུ་མེད། འོན་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་གནམ་སྟོན་མེད་དུ་སོང་བས་རང་རེ་གཉིས་ཀའི་བསམ་པ་མཐར་ཐུག། ད་ཆེད་དང་དཔོན་བཅུན་ཉོར་དཔལ་གཉིས་པའི་བྱ་ཆེན་ཉི་མཱ་ལྟ་ཡིན་པས་བརྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་སོམས། བྱང་པར་པའི་ཆོ་བོ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ཐུག་ཐིམ་གང་འབྱུར་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ལྷ་རན་ལས་འདེམས། ང་ཆོ་འདིར་མིད་ལ་མ་ཆགས་པར། བརྟན་དང་འགྲོ་ལ་མན་པའི་སྒོས། སྟོ་གསུམ་ངལ་མེད་གཞན་དོན་བྱས། དགོ་བ་སེམས་ཅན་དོན་དུ་བསྟོ། འབྲས་བྱ་ལྷ་མེད་རྟོགས་སངས་རྒྱས། ད་མི་རྟན་གི་ཡང་འཕྱོད་པ་མེད། བྱ་སྟོབ་དང་པའི་སྟོན་ལས་འདེབས། ཞེས་གསུངས་ནས་སྟོ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་མེམ། བྱ་ཆེན་པོན་བདག་དང་བཅས་པས་དགོངས་རྟོགས་ཡོངས་སུ་བྱ་བྱུང་རྟེན་སོང་གོ་ཆེ་ནས་མོ་ཉི་གནང་ཞེ་གོང་མཐོན་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་ཐེབས་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་སོང་གོ་ཆེར་ཐེབས། དེར་བརྟུགས་ཤིང་བརྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་། བྱ་སྟོབ་ཀྱང་སྟུར་ཆོ་བ་ཡོན་ཉན་རྒྱ་མཆོད་དང་། དོན་གསལ་སྟོན་གྱིས་ཐོག་བྱངས་ཤིན་ཏུ་འཕེལ་རྒྱས་གྱིས་འཆད་ཉན་དང་། མི་ཤིང་བར་སྟུར་བར་ཉོར་ཁང་བ་དང་། བར་ཉི་ཆོས་རྒྱལ་བཟུ་གིས་ཀྱང་སྟོ་གཤེགས་རྟེན་པས་མེ་མིད་སོང་གོ་ཆེའི་རྒྱ་མཐོན་ཐུག་ཐིམ་དགོན་མཆོག་འཕན་དར་བཅར་སྟོང་དགོས་ཚུལ་གྱི་བཀའ་ལྟར་གནང་སྟེས་དཔངས་མཐོ་བ་བརྟུལ། ལྷན་དུ་གནས་མི་དགོས་པའི་བྱ་སྟོབ་ལུལ་གནང་མཇེད་དུང་། སྟུར་ཡང་བསྟན་ནས་མོ་གསལ་བརྟུགས་དགོས་ཤིང་། རྟེན་སྟེལ་གྱི་གདུལ་བྱ་ཉམ་ཐག་པ་མང་པོས་གདན་བྱས་པ་དང་། སོང་གོ་ཆེའི་སྟོན་ཆེན་ནས་སྟུགས་མ་མཐུན་པའི་གནས་ཚུལ་བྱང་བས་སྟུ་མཐུད་བརྟུགས་ན་ལེགས་ཆོགས་ཆེན་པོ་མི་ཡོང་བས་མཆོན་མོ་ཡང་མན་ལ་མི་འབྲུགས་པ་སོགས་སྟུགས་སྟུལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་། དེའི་སྟུར་ལ་སྟོང་དུ་བྱིར་སྟུན་དང་། སོང་གོ་ཆེ་ཡང་སྟོ་པ་སྟུགས་རྒྱུད་འབྲུགས་པས་སྟོགས་ཀྱང་དུ་ཐེབས་པའི་ཐུག་ཐིམ་འབྲངས་དགོས་བྱུང་སྟེ་སྟུང་ལ་ཆེ་ཞིང་བསྟན་བསྟུངས་ཀྱང་ཁེ་འབྱིབ་ལ་སོང་བའི་དུས་སུ་སྟེས་ཤིང་ནང་སོས་རྩ་ཆེན་ལྷན་ནས་བྱ་སྟོབ་གནང་སྟེ་ལ་སྟོང་དུ་བྱིར་སོག་སྟེབས། དེའི་བར་འགྲོ་དོན་འཆད་ཉན་