

སྐྱེས་པའི་གོ་དོན་དང་ངོས་འཛིན་ལ་དབྱེད་པ།

དབང་རྒྱལ་ཚོ་རྗེ། ཉམས་གསོག་སློབ་མཉམས་
ལྷ་ཆ་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་།

སྐྱེས་པའི་ཚིག་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་ནང་དོན་རིག་པ། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་བོན་བོའི་རིག་གནས་དང་དམངས་སྲོལ་
བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་ཆེས་རྒྱ་བཟོ་བའི་ལོ་ཤར་ལོ་ཤར་། སྐྱེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཚོད་དུ་དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆེ་
དང་འཕེལ་བྱུང་བ་ཡིན་མིན་ཞིབ་ཞིབ་དུ་སྲུབ་རྒྱུ་ལས་འདས། འོན་ཏེ་རིག་གནས་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྐྱེས་པའི་གོ་དོན་ཡང་མི་འདྲ་བར་
དེ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་དམིགས་བསལ་ལྟར་པའི་ཚིག་གཅིག་ཏུ་འདོད། དེ་ཡང་བོད་སྤྱི་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་
གིས་སྐྱེས་པའི་ངོས་འཛིན་དང་གོ་དོན་སྐོར་ལ་དགོངས་ཚུལ་མང་དུ་གསུངས་ཡོད་ན་ཡང་། ད་དུང་གཅིག་གྲུར་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་
འབབ་ས་ཞིག་བྱུང་མེད། དེ་བས་ཐོན་ཀྱིས་ད་ལམ་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་ཚོགས་ཆེན་འདིར་སྐྱེས་པའི་སྐོར་ལ་བོད་ཀྱི་གསོ་
བ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་དོན་དང་། དེ་བཞིན་ནང་བསྟན་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཁག་གི་འབྲེལ་ཚུལ། དེ་ནས་བོད་ཀྱི་བོན་བོའི་
རིག་གནས་དང་བོད་དམངས་ཚོའི་རིག་གནས་ཀྱི་གོ་ལུགས་སོགས་ལ་གཞི་བྱས་ནས་སྐྱེས་པའི་གོ་དོན་དང་ངོས་འཛིན་སོགས་ཀྱི་
སྐོར་ལ་བསྐྱེད་དུ་དབྱེད་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན།

དབྱེད་ཚུལ་གྱི་དཀར་ཆག

ཕྱོན་གྲུང་།

གཅིག་སྐྱེས་པའི་གོ་དོན་གྱི་སྐོར།

གཉེས། སྐྱེས་པའི་བོད་ཀྱི་དམངས་འཛིན་གྱི་སྐོར།

གསུམ། སྐྱེས་པའི་རིག་གནས་བཅི་ཚུལ་གྱི་སྐོར།

བཞི། བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལས་སྐྱེས་པའི་སྐོར།

སྐྱེས་པའི་ཚིག་གི་དོན་ལ་དབྱེད་པ།

ཕྱིར་སྐྱེས་པའི་ཚིག་འདི་ནི་རང་རེ་བོད་གངས་ཅན་གྲོངས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་ས་ཁམས་ཁོར་ལུག་དང་རང་བྱུང་
གི་ཆ་རྒྱུན། འཚོ་བའི་གོ་མས་གཤིས་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་ཐ་སྙད་ནམ་མཁུག་ཡིན་ཡང་། ཐ་སྙད་འདིའི་ཚིག་དོན་འཇུག་ལུལ་

བེ་ཏེ་ཅང་གཉིད་ཟབ་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་ནང་རྒྱན་ལྡན་དུ་སྦྱོད་པའི་སྐར་འཕྲོ་དང་སྐར་མཚོ། སྐར་ལྷ་
 གཡུ། སྐར་གསེར། སྐར་སྲོག་སོགས་ཆེས་མང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གནའ་རབས་བཅན་པོའི་དུས་སུ་ཡང་རྒྱལ་སྲིད་དང་འབྲེལ་
 བའི་སྐར་ལྷ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་འབངས་ཀྱི་སྐྱོད་དང་། ཡོ་གསལ་འཚོས་བ་སྲིད་ཀྱི་སྐྱེ། དགུང་སློབ་དབང་གི་སྐྱེ། བང་སློབ་ཅིས་ཀྱི་སྐྱེ། ཡུལ་
 དཔོན་འཕྲུང་བཟོའི་སྐར་ཞེས་གྲགས་བ་དང་། ཡང་སྤྱི་སྲོད་ལྗེ་བཅན་སྐབས་ཡུལ་ཡུང་འདྲ་མིན་ནས་ཕེབས་པའི་སྐྱོན་བ་རྣམས་ལ་
 སྐར་གཅིགས་བཅུ་གསུམ་ཞེས་གསོལ་རས་གནང་བ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་འགོ་གངས་ལ་ཐུག་པའི་རང་རེའི་གཞུང་ཡུགས་ཀུན་གྱི་ཅ་
 བར་འགྲུང་བའི་བོན་གྱི་གཞུང་རྣམས་ལས། །སྤྱི་ཡིད་སེམས་གསུམ་མ་ཤེས་ན། །འདྲེན་སློབ་བ་རྣམས་འདྲེན་ཐབས་མེད།
 གསུངས་བ་དང་། ཡང་གསང་འདུས་ལས། སྐར་ཞི་སྲོག་གི་རྗེས་འགྲོ་བྱེད། གསུངས་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་དུ་དུང་འདུས་ལས། །སྐར་
 བེ་ཡིད་ཐེམ་ཡིད་ཞི་སེམས་ལ་ཐེམ། །སེམས་ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ་སྟེ་སྟོང་པོ། ཞེས་གསུངས་བ་དང་། དེ་ལྟར་དུ། སྐར་ཞི་སེམས་
 ཀྱི་ཚོས་འཕྲུལ་ཡིན། །ཡིད་ནི་སེམས་ཀྱི་འགྲོ་འདུ་ཡིན། །སེམས་ནི་ཀུན་གཞི་གདལ་ཁྲུབ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ཐ་སྙད་
 འདིའི་འཇུག་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དབྱུང་བུ་སྤྱི་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་སྤུ་གཤེན་ཐེག་པའི་ཁོང་
 གཏོགས་གསོ་རིག་འབྲུམ་བཞི་དང་། གཡུ་སོག་གསར་མས་མཛད་པར་འདོད་པའི་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ནང་ལས། སྐར་ཅ་
 བརྟག་པ། སྐར་གནས་འཕོ་རྒྱུ་ལ། སྐར་འབྲུང་རྒྱུ་ལ། སྐར་འགྲུག་སོགས་ཐ་སྙད་རི་སྟེད་ཡོད་པ་ཀུན་དང་། ཡང་ནག་ཅིས་གཞུང་
 ལས། །ཡུས་ཅན་ཆེ་ཡི་དུས་བུས་ཆོ། །སྐར་སེམས་ཡིད་གསུམ་རིམ་བ་ལྟར། །གཤེད་མས་ཁྲེར་ཞིང་འགྲོ་བུ་གཞུང་ལས། ཞེས་
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐར་ཞི་སྲོག་གི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་གནའ་བོས་ད་བར་གྱི་སྤུ་ཕྱིའི་མཁའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྐར་ཞེས་
 པའི་ཐ་སྙད་འདིའི་དོན་མི་འདྲ་བར་སོ་སོར་སྦྱོད་པ་མང་བ་དང་། སྤྱི་སློང་གྱི་ཚོ་གཡུག་ལེན་མང་པོ་ཞིག་གྲུང་སྤོ་ནས་དར་
 ཁྲུབ་དུ་སོང་མོད་ཀྱང་། ཐ་སྙད་འདིའི་འཇུག་དོན་དོ་མའི་ཐད་འབྲེལ་ཡུགས་མང་བས་ད་དུང་ཡང་དགོངས་བ་གཅིག་མཐུན་ཞིག་
 རྒྱུད་མེད་སྐད།

འོན་ཏེ་སྤུ་ཕྱིའི་མཁའ་བའི་གཞུང་ཡུགས་ཁག་དང་ཚིག་མཛོད་ལ་ཞེས་བསྟུར་བྱེད་སྐབས་སྐར་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི་
 འཇུག་པ་མང་བས། དེ་ཡང་སྐར་ཞེས་མཚོག་གི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེ་སྐད་དུ་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་དཀའ་གནད་སོར་བུ་ལ་
 དབྱུང་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་བཅུ་བ་ལས།¹ ཡུས་འདི་འདྲིན་པའི་མཚོག་གས་སྐར་ན་མེད་པས་ན་སྐར་ཞེས་གསུངས་བ་དང་། ཡང་སྐར་
 ཞེས་ཁྲུང་བར་འཕགས་པའི་དོན་དང་སྐབས་འགར་སྤུ་ཞེས་པའི་གོ་བ་དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་འཇུག་པར་འདུག་པས། དེ་ཡང་
 དཔོན་སློབ་ཚངས་བ་བསྟན་འདྲིན་གྱིས།² ཞང་གི་ལྷ། ལུ་ཡི་ལྷ། རྒྱུང་ལྷ་སོགས་ཀྱི་ལྷ་བཅས་ལ་ཞང་གི་སྐྱེ། ལུ་ཡི་སྐྱེ། རྒྱུང་གི་སྐྱེ།

¹ མགོ་ལོག་དབང་ཆེན་འབྲུམ་གྱི་སྐར་པ་ཉིད་འདྲིན། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་གནད་སོར་བུ་ལ་དབྱུང་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་བཅུ་ཙམ་བཞི་དང་ཡུས་ཀྱི་གནས་ཡུགས་ཐུབ་ཆའི་དཔེ་རིས་བཞུགས་སོ། མཚོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་
 174
² བཞེས་པའི་འབེལ་གཏམ་ཚོམ་སྤྱོད་སྟེན་ཚོགས། ཞི་བརྟན་ལོར་བུ་ཆེའི་དུས་དེབ།

ཞེས་སྤྱི་མདོ་ལས་གསལ་བར་གསུངས་པར་ཞེས། དེ་བཞིན་དུ་དེ་ཉིད་ལས། མི་ལམ་དུ་རོ་མིས་ན་གོགས་ལ་སྒྲ་དང་སྒྲུལ་མིས་
ན་སྒྲུ་ལ་སྒྲ་ཞེས་ལྟས་དང་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པར་ཡང་གསུངས། ཡང་སྒྲ་ནས་སྒྲ་འཕར་ལྟ་བུའི་སྟེང་ངམ་གོང་གི་དོན་ལ་སྒྲ་ཞེས་
གསུངས་པའང་འདུག་པས། དེ་ཡང་ཚིག་མཛོད་³ 4 5 6 7 ཁག་ལས། སྒྲ་ཞེས་པ་ནི་སྟེང་ངམ་གོང་གི་དོན་དང་། བཟོད་པ་དང་
རྒྱུང་བའི་དོན་ལའང་འཇུག་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། ཡང་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད་⁸ ལྟར་ན། སྒྲ་ནི་ཆེ་སྟོག་གི་རྟེན་ནས་
ཆེ་སྟོག་གི་དངས་མ། བག་ཆགས། ཐོག་གམ་སྟེང་ལ་འཇུག་པར་གསུངས། སྐབས་སྐབས་སུ་སློ་ཁོག་དང་སྟེང་སྟོབས་བཅས་
ལའང་འཇུག་སྟེ་སྒྲ་སྐམ་པ་ཞེས་སློ་ཁོག་མེད་པའམ་སྟེང་སྟོབས་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པར་གསུངས། ཡང་ཨ་མདོ་ཁ་སྐད་ཚིག་
མཛོད་ལས། སྒྲ་སྟོག་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདོད་ནས་དེ་ཉིད་སྐད་དུ་soul ཞེས་དང་སྒྲ་འགྲུགས་ཞེས་spirit ལ་བསྒྱུར་བའང་
འདུག དེ་བཞིན་དུ་བོད་དུ་ནང་ཚོས་དར་ནས་བཟུང་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་སྒྲ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚིག་སྒྲ་དཔོན་དང་སྒྲ་བརྒྱུད། སྒྲ་ཆས།
སྒྲ་སྟོབ་ལ་སོགས་པའི་ཚིག་རི་སྟེང་བྱང་བའི་དོན་སྟེང་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའམ་གོང་ན་མེད་པ་ཞེས་གཙོ་བོ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་ཡིན་
པར་སྟུམ། གཞན་ཡང་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོར་ཚུམ་སྤྱི་ག་བྱས་པའི་སློ་ཉའི་སྐད་དང་བོད་སྐད་འབྲུ་སྤྱི་ག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད་
པའི་ཚིག་མཛོད་ནང་དུ། ཤེགས་སུར་གྱི་ཐ་སྙད་ཤེགས་ཉེ་ཞེས་པ་རྒྱ་ལ་ལོ་དང་། བདག་པོ། དབང་པོའམ་སྒྲའི་དོན་བསྟན་ཚུལ་
འཁོད་འདུག ཡང་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་གནད་ཐོར་བུ་ལ་དཔྱད་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་ཅུ་ཅ་བཞི་བ་དང་ལུས་གནས་
ལུགས་བྱུང་ཆའི་དཔེ་རིས་ལས།⁹ ལུས་སེམས་གཉིས་མཉམ་དུ་གནས་པའི་ཚད་ལ་ཆེ་ཞེས་པ་དེ་ལུན་དུ་གནས་དང་མི་གནས་
པའི་རྟགས་སྒྲ་ཞེས་ལུས་འདི་འདྲིན་པའི་མཚོག་སམ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་སྤྲ། ཞེས་གསུངས་སོ། ཡང་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ལས།
ཆེ་རྟགས་སྒྲ་ཡི་ཅ་ལ་བརྟག་པ་ཞེས་ཆེ་ལུན་རིང་བརྟན་མི་བརྟན་དང་དེར་བར་ཚད་གོད་ཁ་སོགས་ཅི་ཞིག་འབྱུང་མིན་གྱི་རྟགས་
སྒྲ་ལ་བརྟག་ཞེས་གསུངས་པ་འདྲིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་བྱངས་བདུན་གྱི་དྲངས་མའི་མཐར་ཐུག་པ་མདངས་མཚོག་གང་
དུ་རྒྱ་བའི་གནས་ལ་བརྟག་ཅེས་པའི་དོན་དུ་འབྲེལ་གྱིན་འདུག གཞན་དུ་ཁམས་དང་ཐིག་ལེ་གཉིས་ཀྱང་མངལ་གནས་འབྲུབ་
བྱེད་གྱི་ཁུ་བ་དཀར་དམར་ཅམ་ལ་མ་གོ་བར་མདངས་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་གསུངས། གསང་སྤགས་གྱི་གཞུང་དུ་ཅ་ཁམས་
ཐིག་ལེ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་འདོད། ཡང་གནའ་བོའི་ཞང་བོད་ཚིག་མཛོད་ལས། སྒྲ་ནི་ཆེ་སྟོག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་བའི་ལུས་
བྱངས་བདུན་གྱི་དྲངས་མའི་མཐར་ཐུག་པ་མདངས་མཚོག་དེ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ། གང་ལྟར་ཡང་མཁས་པ་དག་གི་དགོངས་

³ མཁས་དབང་དུང་དཀར་སློབ་མཚན་ལས། དུང་དཀར་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་གྲུང་གི་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

⁴ དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས། དག་ཡིག་ཚོམ་སྤྱི་ག་ཚོགས་རྒྱུད།

⁵ སྟོན་ལམ་ཚིག་མཛོད།

⁶ གོང་པ་སྤྱི་ལུས་རྒྱལ་དང་ཡོལ་ལེ་སྟོན་གྱི་རྒྱུང་འབྲིང་གི་སྟོན་མའི་རྒྱན་མཁོད་མེད་མཛོད། གྲུང་མགོའི་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

⁷ དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་དག་བཙོས་མ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

⁸ བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད་ཚོམ་སྤྱི་ག་ཚོགས་རྒྱུང་གས་བསྐྱེགས། བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད། བོད་རྒྱུངས་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

⁹ མགོ་ལོག་དབང་ཆེན་འབྲུམ་གྱི་སྟོན་པ་ཉིང་འཛིན། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་གནད་ཐོར་བུ་ལ་དཔྱད་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་ཅུ་ཅ་བཞི་དང་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བྱུང་ཆའི་དཔེ་རིས་བརྒྱགས་སོ། མཚོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

དོན་དང་འགྲེལ་ལ་ལྷ་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་གོ་དོན་ནི་མཚོག་གསུམ་རབ། ཡང་ན་གཙོ་བོ་དང་སྒྲིང་བོ་ཞེས་པའི་དོན་ལ་འཇུག་དགོས་
 པར་འདོད། གཞན་ཡང་སྒྲིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་སྤྱང་ནང་གཞན་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔའ་ཚོད་ཅིག་བཏུལ་རྒྱུའི་ཆེད་མོ་ལྷ་འདེབས་དང་
 ལྷང་བསྟན་ལུ་བ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་བཏུལ་དཀའ་བའི་དཔའ་ཚོད་དེའི་སྤྱང་གནས་ས་ཅད་གཙོད་བྱས་ཤིང་སྤྱང་གནས་
 སའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ས་དོ་དང་ཆུ་ཤིང་སོགས་ལ་གཏོར་བའི་གཏང་ནས་མཐར་དཔའ་ཚོད་བཏུལ་བའི་དཔེ་མཚོན་དུ་མ་ཡོད་པ་
 དེ་དག་དང་། བོད་དུ་གཉེན་སྲིག་གི་ཚོ་གསེལ་སྐབས་མནའ་མ་དང་མག་ས་མན་རྩལ་བར་བཅེ་དུང་མཚོན་གྱིས་གསེར་དོག་དང་
 ལྷ་གཡུ་སྒོད་སྒོལ་རི་སྒྲིང་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྐབས་བབ་ཀྱི་གསེར་གཡུ་དང་ས་ཆུ་མེ་ཤིང་ཅམ་གྱི་དོན་དུ་མི་གོ་བར་རང་ཉིད་
 ཀྱི་ཆེ་སྒོག་ལྟར་འཛིན་པའི་ཆེ་རིན་ཐང་ལུན་པ་དང་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བའི་དངོས་པོ་སོགས་ལ་བསམས་ན་ལྷ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་
 མཚོག་གསུམ་རབ། གཙོ་བོ་དང་སྒྲིང་བོ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་སྟོན་དུ་མེད།

གཉིས་པ་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་དང་གྲེད་ལས་སྤྱིང་བ།

དེ་ཡང་མི་ལུས་རིན་ཆེན་འདི་ཉིད་གྲུབ་པ་དང་ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་ཅིང་འགྲོ་འོང་འཕོ་འགྱུར་གྱིས་པའི་ཤིན་ཏུ་ནས་གཅེས་ཤིང་
 གཉན་པའི་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་ནི་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་དྲངས་མ་མཚོག་གསུམ་ཆེ་སྒོག་གི་ཉེན་གཙོ་བོ། ཡང་ན་ཀུན་གཞིའི་སྤྱིང་གི་བག་
 ཚགས་སོགས་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤྱོད་ལས་ཡོད་པ་ལས། **དེ་ཡང་སྒོལ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱིས།**¹⁰ སྒོག་གི་
 དབང་བོ་གང་ཞེན་རིགས་མཐུན་པར་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱིས་འཕངས་བའི་དུས་ཤིང་ས་པ་ཆེ་ཞེས་གདགས་སོ་ཞེས་དང་། **ཡང་སྤྱི་**
ཞེས་བཞི་ལས་ཀྱི་རང་གཟུགས་དེ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་འགྲོ་བ་སོ་སོ་དང་། གཞན་ཡང་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡོད་པར་
 བསྟན་ཏེ། རིགས་མཐུན་པ་གང་ཞེན་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་དེ་དང་དེར། སེམས་ཅན་དེ་དང་དེ་དག་གི་ལུས་འབྲེལ་ལ་རིགས་
 མཐུན་པའི་ཞེས་གདགས་སོ།། མདོར་ན་ཆེ་སྒོག་དེའི་ཉེན་དུ་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་དང་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་ཞེས་གདགས་སོ་ཞེས་དང་།
 ཞིག་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་རྣམ་པར་གནས་ཤིང་། ཀུན་ཏུ་ལྷན་པ་དེ་ཉིད་དོན་སྟོན་ལ་གཉུག་མར་གནས་པའི་གདོན་གྱི་གྲེད་པས་
 ཉམས་པར་བྱས་པ་དང་། ཡང་ཉེན་འགྲེལ་གྱི་དབང་གིས་ཀྱི་རོལ་དུ་འང་ལྷ་འདེབས་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་དང་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་མོ་ལ་སོགས་
 ཀྱིས་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་ཞེས་གསུངས་སོ། **དེ་བཞིན་དུ་གསང་ལུང་ལས།** ལྷ་ནི་སྒོག་གི་རྗེས་འགྲོ་བྱེད། ཅེས་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་གང་ཟག་རང་
 རང་གི་ཆེ་སྒོག་དང་འགྲེལ་བ་གཏོང་ཟབ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཞིང་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལྷ་འདེབས་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་གང་ཟག་ཀུན་ལ་
 ལྷན་སྐྱེས་སུ་གྲུབ་པ་དང་ཤི་བའི་ཆེ་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་ཞེས་པའི་ལྷ་འདེབས་དང་ལྷན་དུ་བར་དོ་དང་ཕྱི་མར་འགྲོ་བར་གསུངས། **ཡང་**
གཤམ་འགྲེལ་དང་བསེན་ལུ་ཅ་འགྲེལ་རྣམས་ལས། བག་ཚགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་མཁན་དང་བག་ཚགས་གསོག་མཁན་ཞིག་ལ་
 ལྷ་ཞེས་གསུངས། **བྱང་སྤྱིང་ལས།** ལྷ་ཞེས་པ་འཇུག་པའི་སྤྱང་བའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། རྣམ་པ་ཅི་ཡང་མ་དེས་པར་རྩུ་ཞིང་། ཕྱི་

¹⁰ མཁས་དབང་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་དང་། མཁས་དབང་སྤྱི་ལོ་དོ་བོ་མཚོག་གིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་བ་བཞུགས་སོ།། དེ་བ་གསུམ་པ། བོད་གཞུང་ལྷན་ཅིས་ཁང་།

བང་ཀུན་ཏུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་ལྷན་དུ་རྒྱ་བཤེད། ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་སྤྱོད་བཞུགས་དགོས་ཀྱི་མཚོན་ཞེས་རྒྱན་
 ལྷན་དུ་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་རྩོམ་པ་དང་པོ་དང་ཚོགས་གཉིས་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱི་རྣམ་བཤེད་ལས།¹¹ ལྷ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཡང་གང་
 ཟུག་དངོས་མ་ཡིན་པར་ཐོག་མེད་ནས་ང་བདེན་འདྲིན་ལ་གོམས་པའི་ཆེ་འདྲིར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ང་བདེན་པར་བརྟུང་བའི་སྤྱི་རྣམ་
 ཆ་གང་ཞེས་འོ་ལོ་ལྷན་མེན་འདུ་བྱེད་དུ་བཞེད་དོ། ལྷ་ལི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ལི་འདོད་ལྷ་དང་དཔལ་བ་
 མི་དང་དུད་འགོ་ཀུན་ལ་མན་གཞོན་སྤང་དོར་གྱི་སྟོབས་ཆེ་རྒྱུད་ཅམ་མ་གཏོགས་ཀུན་ལ་སྤོད་པར་གསུངས། འགྲེལ་བ་ཡིད་
 བཞེན་བཀོད་རྒྱན་ལས། ལྷ་ལི་འདུ་བྱེད་ཀུན་ཏུ་གཡོ་བཤེ་བཤེ་ཆགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཞིང་ཀུན་གཞི་ལ་ལས་གསོག་ཞེས་
 གསུངས་སོ། ཡང་གཡུ་ཐོག་དགོངས་རྒྱན་ལས། ལྷ་ཞེས་པ་དེ་གནས་པའི་རྟེན་ལི་ཁམས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་ལ། ཉེན་
 བཞེན་ལུས་ཀྱི་གནས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འཕོ་བའི་ཐེག་ལེའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞེས་གི་མིང་ལ་སྤྱེད། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།
 ཡང་ཚོས་མཛོན་པ་ལས།¹² སྟོག་ལི་ཆེ་ཡིན་ཤོད་དང་ནི། རྣམ་ཤེས་རྟེན་གང་ཡིན་པ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་རྣམ་པར་ཤེས་
 པ་རྟེན་དེ་ལ་སྟོག་དང་ཆེ་ཞེས་བྱ་ལ། སྟོག་དང་ཆེ་དེ་གནས་པའི་རྟེན་འོ་ལོ་དེ་ལ་སྤྱོད་པར་གསུངས། ཞེས་སྟོག་དང་ཆེ་གནས་པའི་
 རྟེན་འོ་ལོ་སྤྱོད་པར་གསུངས། དེ་ཡང་འགྲེལ་ཞེས་ལི་ལྷ་ཞེས་མིའི་སྤྱི་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་བྱེད་ལེ་རྣམ་པ་ཅན་ཞེས་ཏུ་
 འདོད་པ་དང་། ཡང་འགྲེལ་ཞེས་མཐེ་བོང་གི་ཆད་ཅམ་གྱི་མི་རྒྱུད་ཞེས་ཏུ་འདོད་པ་དང་། དེ་ཡང་བཤེད་སྟོན་གཞན་ཞེས་ལ། ལྷ་
 ཞེས་རང་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཞེས་ལྷ་འོ་ལོ་ལྷ་ལ་འབྲེལ་པ་དང་ལྷ་འདྲེ་དང་བསྟོངས་ནས་འགྲེལ་པའི་སྟོན་འཐེབ་བརྒྱུད་དེ་པར་འགྲོ་
 དང་བྱིར་ཡོང་བྱེད་པ་ཞེས་ཡོད་པར་གསུངས། ཡང་སྟོན་འབྲེལ་ཆེ་རིང་གིས།¹³ ལྷ་ཞེས་པ་ལི་བདག་འདྲིན་གྱི་སྟོབས་ལས་
 བྱུང་བ། རྣམ་ཤེས་དང་བདག་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་གང་ཞེས་བྱེད་ལས་ལུས་ཀྱི་མདངས་འདྲིན་པ་དང་སྟོན་འཚོ་བའི་སྟོགས་ཀྱི་
 བྱེད་པོ་ཞེས་གོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་གནད་ཐོར་བྱེད་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་ཅུ་ཅ་བཞི་
 བ་དང་ལུས་གནས་ལུགས་བྱུང་ཆའི་དཔེ་རིས་ལས།¹⁴ ལྷ་ཡི་འོ་ལོ་ལྷ་སེམས་དྲངས་མའི་ཐོག་བཞེན་དང་རྟེན་པར་སྟོན་
 རྣམ་འཕར་བའི་སྟོན་པ་ཅུ་འགྲེལ་པའི་རྒྱལ་ལ་ཐེར་བའོ། ཡང་དེའི་བྱེད་ལས་ལི་ཆེ་གནས་པར་བྱེད་པའི་ལས་བྱེད་པར་
 གསུངས། ཡང་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ལས།¹⁵ སེམས་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་བྱིར་བཞུགས་པས། མ་རིག་སྲིད་པའི་ལུས་ངན་སྤངས་
 པ་ཡིས། ཆེ་སྟོན་རྟེན་དུ་སྤྱོད་པར་འབྲེལ་པོ་བྱུང་། ཞེས་མ་རིག་པ་དང་རྟེན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱུའི་བསགས་པའི་ལས་ངན་
 ཀྱི་འབྲས་བུར་སྲིད་པ་ཁམས་གསུམ་འཕོར་བའི་གནས་སུ་ཟུག་བཅས་ཀྱི་ལུས་ངན་སྤྱོད་ཆོགས་སྤངས་པ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་
 གནས་པ་དང་མི་འགྲེལ་པའི་རྟེན་དུ་སྤྱོད་པར་གསུངས་སོ། ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་རྣམ་པ་ཅན་གནས་མི་གནས་

¹¹ ཆེ་རིག་བདུད་རྩིའི་ལང་ཚོ་གངས་རྒྱུངས་དར་རྒྱས་ཀུན་པན་སྤེལ་ཆེས་སྟོབ་སྤོང་ཆེད་ཚོས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བསྐྱོགས་བྱས།
¹² བྱར་མཐར་སྟོ་གོས་རྒྱལ་པོ་རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་པ་མེས་པོའི་ཞེས་ལུང་།
¹³ ལྷ་གྱུ་འབྲེལ་ཆེ་རིང་ཤོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཆེད་ཚོས་གཅེས་བཞུགས། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།
¹⁴ མགོ་ལོག་ཉིང་འཛིན། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་གནད་ཐོར་བྱེད་པའི་གཏམ་བརྒྱུད་བཅུ་ཅ་བཞི་པ་དང་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བྱུང་ཆའི་དཔེ་རིས་བཞུགས་སོ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།
¹⁵ རྒྱ་ཆེ་རྣམ་གྱིས་བཅུ་མས། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་ཆེད་དང་ཐོང་ཞེས་ལུང་། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།

པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གཡོ་འགྱུར་ཅན་ཡིན་པས་གནས་ངེས་མེད་དུ་གནས་པར་གསུངས་ཀྱང་སྐྱེ་ཅན་གྱི་ལག་པའི་མར་རྒྱར་གྱི་
གནས་སུ་ཡོད་པར་བསྟན་ནོ།

ལྷན་དེ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལ་བརྟུགས་ནས་མཐའ་བསྐྱོམས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་འཐད་པའི་འདོད་ཚོད་ཚོགས་གྲངས་ལྟ་ དེ་ཡང་སྐྱེ་ཞེས་
པའི་ངོ་བོ་ནི་ཆེ་སློག་གི་རྟེན་གཅོག་པོ་འམ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་དུངས་པའི་ངོ་བོ་གང་ཞིག་ལུས་ཀྱི་གནས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འཕྲོ་
བ། མིག་གིས་བལྟས་ན་མི་མཐོང་ལ། ལག་པས་བརྱུང་ན་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་མདངས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་རུས་པ་ཞིག་ རྒྱ་གར་
སྐད་དུ་**ओझा**དང་དབྱིན་སྐད་དུ་**Immune System** ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་སྐྱེ་ཞེས་ཟེར་བའོད་ན་གང་ཟག་ལས་དང་
པོ་བ་བདག་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་ངོར་འཆར་སླ་སྟེ། དེ་ཡང་། **མི་པམ་རིན་པོ་ཆེས།** ཆེ་སློག་གི་གི་རྟེན་དུངས་པའི་རྒྱུད་དང་ཐིག་
ལེ་རྣམ་ཤེས་དང་འགྲོགས་པ་ནི་སྐྱེ་ཡིན་པར་བསྟན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། **བོད་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་**
ལས།¹⁶ སྐྱེ་ཡི་རྣམ་པ་ནི་བལྟས་ན་མི་མཐོང་ལ། བརྱུང་ན་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་རྒྱུད་གི་རང་བཞིན་ནམ་མདངས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་
རུས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་གང་ཟག་རྒྱར་པ་ཞིག་རང་གི་ཤེས་པའི་རྒྱན་ལས་ཐ་དད་དུ་བསྟན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་
པའི་དོན་ཡང་གོང་གི་དོན་ལས་མ་འདས་སོ། **ཡང་བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད།**¹⁷ ལྟར་ན། སྐྱེ་ཆེ་སློག་གི་རྟེན་ནམ་ཆེ་
སློག་གི་དུངས་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་འད་ཆེ་སློག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་རྒྱུངས་བདུན་གྱི་དུངས་པའི་མཐར་ཐུག་
མདངས་མཚོག་དེ་ནི་སྐྱེ་ཡིན་པར་ངོས་བརྱུང་འདུག དེ་ན་རང་རེའི་གཞུང་ལུགས་ནང་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་སློག་གི་དོན་
མིན་པར་སློག་འདི་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ལུས་རྒྱུངས་བདུན་གྱི་དུངས་པའི་མཐར་ཐུག་གམ་དུངས་པའི་མཚོག་མདངས་ཞེས་
གསུངས་པ་འདིའི་གོ་དོན་ཏུ་བཀའ་ན་ད་གཞོན་སྒྲའི་གོ་དོན་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་དུ་འདའ་ས་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་རྟེན་ཐུབ་པར་
སྟེ། ཡང་སྐྱེ་ཡི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས། མཚོན་ཉིད་སོགས་ཀྱི་དོན་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པའི་མིང་ཚིག་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ལུས་
རྒྱུངས་བདུན་གྱི་དུངས་པའི་མཐར་ཐུག་པ་མདངས་མཚོག་དེ་ཡིན་དགོས་པར་གསུངས་པ་འདང་བདེན་པར་སྒྲུང་སྟེ། མདོར་ན་
མདངས་དང་སྐྱེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་ཚིག་ཐ་དད་ཡིན་ཀྱང་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་ལ་སོགས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་སྟེ། **དེ་ཡང་རྒྱུད་**
ལས། མདངས་ནི་སེམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟད་སྟེ། །དངངས་རིས་ཉམས་རྒྱུད་མི་དགའ་གཟེ་མདངས་ཉམས། །འཚོ་བྱེད་འོ་
མ་ལ།ཁུ་དེ་སྟོན་ཡིན། ཞེས་པ་དང་། ཡང་རི་ལྟར་སྐྱོད་པའི་རྟུགས་སུ་གཟེ་མདངས་ཉམས་པ་དང་ཉམས་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པར་

¹⁶ བསམ་བློ་བྱེད་པའི་བཅའ་ལྟར། བོད་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ། མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྟན།
¹⁷ བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད་ཚོམ་སྐྱིག་ཚོགས་རྒྱུད་གིས་བསྐྱིགས། བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད། བོད་ཡོངས་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱན་ཁང།

གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱང་གོང་གི་མདངས་ཉམས་པའི་རྟགས་དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་གནས།

དེ་བཞིན་དུ་

〔अष्टाङ्गहृदयम्〕¹⁸ལས།

ओजस्तु तेजो धातूनां शुकान्तानां परं स्मृतम् ।

हृदयस्थमपि व्यापि देहस्थितिनिबन्धनम् ॥

स्निग्धं सोमात्मकं शुद्धमीषल्लोहितपीतकम् ।

यन्नाशे नियतं नाशो यस्मिंस्तिष्ठति तिष्ठति ॥

निष्पद्यन्ते यतो भावा विविधा देहसंश्रयाः।

ལུས་རྒྱུངས་ཁྱེ་བའི་མཐར་ཐུག་གི། །དྲུངས་མ་མཐར་ཐུག་མདངས་མཚོག་ཡིན། །སྤྱིང་ལ་གནས་ཀྱང་ལུས་ཀུན་ཁྱེ་བ། །ལུས་ནི་
བརྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །འོད་མདངས་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་དང་། །དྲུངས་ལ་ཅུང་ཟད་སེར་དང་བཅས། །གང་ཞིག་འཛིག་ན་དེས་
འཛིག་ལ། །གང་ཞིག་གནས་ན་གནས་གྱུར་བ། །ལུས་ཀྱི་རྩས་ཀུན་བསྐྱུན་པར་བྱེད། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། །ཡང་དེ་ཉིད་ལས།

ओजोवृद्धौ हि देहस्य तुष्टिपुष्टिबलोदयः ॥

མདངས་འཕེལ་བས་ནི་ལུས་བརྟན་ཅིང་། །ཡིད་ཚིམ་རྒྱུངས་རྣམས་ཆེར་འཕེལ་བྱེད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་སྐྱེ་ཡི་གོ་དོན་
མཐར་ཐུག་པ་ནི་རང་རེའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱིས་མདངས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡན་
ལག་བརྒྱད་པ་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུས་པ་ནང་འོམ་ །ཞེས་པ་དེའི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས། །འཕེལ་ཟད་ཀྱི་རྟགས་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་
དང་གཅིག་མཚུངས་སུ་གནས་འདུག་པས། །མདོར་ན་སློན་སློན་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་ཞེས་པ་ནི་ལྟ་འདྲེ་དང་
བསྐྱོངས་ནས་འབྲུམ་པའི་མདོན་དུ་མེད་པའི་རྣམ་ཤེས་མེན་པར། །མི་རིགས་གཞན་གྱིས་འོམ་ །དང་ Immune System
སོགས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་མ་ལག་རི་ལྟར་འབྲེལ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་རང་རེའི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་ཀྱང་སྐྱབ་ཞེས་པ་དེ་
ལུས་རྒྱུངས་བདུན་གྱི་དྲུངས་མ་མཐར་ཐུག་པ་མདངས་མཚོག་དེར་ངོས་བརྒྱུང་ཞིང་། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་རྒྱུས་
པར་གསུངས་པ་ནི་རི་འདྲའི་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཨང་།

གསུམ་པ་སྐྱ་ཅ་དང་སྐྱ་གནས་བཅི་ཚུལ།

¹⁸ श्रीमदाग्भविरचितम् अष्टाङ्गहृदयम् टिकाकार-कविराज अत्रिदेव गुप्त

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁོད་ནས་མང་རྒྱ་རྒྱུ་གས་པའི་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ནང་ལྷན་ཅད་ཉམས་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་རི་ཅམ་དང་
 འཕེལ་བྱུང་བ་འདི་ནི་ཡུལ་ལྗང་གཞན་དང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ནང་རྟེན་ཐབས་དཀའ་བའི་རང་རེའི་བོད་ཀྱི་ཐུན་
 མོང་མིན་པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁྲུང་བར་བ་ཞིག་དང་། རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཚབ་མཚོན་གསོན་པོ་ཞིག་ཏུ་
 མཚོན་ཐུབ། འོན་ཏེ་སྤོན་བྱེད་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་དང་ཐུན་མིན་གྱི་ལག་ལེན། མན་དག་ལས་འཁྲུངས་པའི་སྐྱེ་གནས་
 འཕོ་ཚུལ་ལ་འཐད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལོད་པ་ལས་བཞེད་ཚུལ་གཅིག་མཐུན་ཞིག་ནི་དེ་དུང་ཡང་བྱུང་མེད། དེ་ནི་སྤོན་གྱི་དམ་པ་
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རིག་ཅལ་ལས་འཁྲུངས་པའི་གཞུང་ལ་ཁོང་གཏུགས་ནས་མདོར་ཅམ་སྐྱེད་ན། དེ་ཡང་རྒྱུད་ལས། མི་ལ་
 ཚེ་ཡི་རྩ་ནི་གསུམ་ཡོད་དེ། །གཅིག་ནི་མགོ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཁྲུབ་བར་གནས། །གཅིག་ནི་དབུགས་དང་འཕྲོགས་ཏེ་རྒྱ་བ་
 རྟེ། །གཅིག་ནི་སྐྱེད་འདྲ་སྟེ་རྒྱ་བ་ཡིན། ཞེས་མི་ལ་ཚེ་ཡི་རྩ་ནི་གཙོ་བོ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། གཅིག་ནི་སྐྱེད་འདྲ་བར་རྒྱ་བ་
 ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡང་ཚེས་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་པའི་གཤོན་དང་བྱུང་མེད་གཡས་ནས་ཐོག་མར་རྒྱུད་པའི་ཅེ་ནས་སྤྱི་
 གཞུག་བར་ཁམས་དང་ཡི་གའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཕོ་ཚུལ་གསུངས་པ་དང་། སྐྱེ་གནས་དེ་དག་གཉམ་པའི་གནད་ཡིན་པས་གཏར་
 རྟེན་གྱི་ལག་ལེན་སྐབས་ཤིན་ཏུ་ནས་གཟབ་དགོས་པར་བསྟན། དེ་ཡང་རྒྱུད་ལས། དོག་དང་རྩ་མཐུད་སྐྱེ་གནས་སར་མི་
 གཏར། ཞེས་སོ། གཞན་ཡང་སྤྱི་དོན་བཅུ་གསུམ་གྱི་སློབ་སྐབས་རྩ་ལ་བརྟེན་ཐབས་ཀྱི་གདམས་པ་ལས་བྱེ་བྲག་ཏུ་ཐུན་མོང་མིན་པ་
 སྐྱེ་རྩ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ནི། དེ་ཡང་རྒྱུད་བཞི་ལས།¹⁹ ཚེའི་རྟེན་སྐྱེ་ཡི་རྩ་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །སེམས་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་
 སྤྱིར་བཏོན་པས། །མ་རིག་སྤྱིར་པའི་ལུས་དན་སྐྱེད་པ་ཡིས། །ཚེ་སྤོན་ཉེན་དུ་སྐྱེ་རྩ་ལུས་པོ་བྱུང། །སྐྱེ་རྩ་གནས་ན་སྐྱེ་
 མལ་དུ་གནས། ཞེས་སྐྱེ་རྩ་གདུ་གནས་པའི་རྩ་རྒྱུས་ཀྱི་གསེབ་དེར་བརྟེན་ཚེ་སྐྱེ་རྩ་རང་མལ་དུ་གནས་ཤིང་འགྲུང་སྤོན་མེད་
 པར་འཕར་བ་ཡིན་ན་སྐྱེ་རྩ་གནས་པ་སྟེ་སྤོན་མེད་པས་སྐྱོ་ཚབས་བྱ་མི་དགོས་པར་གསུངས།

གཉིས་པ་སྐྱེ་རྩ་ལུས་སྤོན་གྱི་ཉེས་སྤོན་བཤད་པ་ལ། དེ་ཡང་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས།²⁰ སྐྱེ་རྩ་ལུས་སྤོན་བྱེད་ན་ཚེ་མི་བརྟན། སྐྱེ་རྩ་
 ཐོས་ན་སྐྱེ་རྩ་ཡང་ཉེ་འཚེ། ཞེས་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ་སྐྱེ་རྩ་ལུས་སྤོན་གྱི་ཉེས་སྤོན་བཤད་པ། ཡང་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས།²¹ ཚེ་ཚོག་འཚེ་བསྐྱེས་ཁྲུགས་པ་སྤྱིར་བ་ཅམ། ཞེས་ཚེ་
 སྤོན་གདུ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐྱེ་རྩ་དེ་ཐོས་ནས་རང་གནས་སུ་མི་འཕར་བ་སོགས་བྱུང་ཚེ་རྩ་དེ་ལ་གནས་པའི་སྐྱེ་རྩ་དེ་གཞན་དུ་ཡར་
 རྣམ་ཚེ་སྤོན་འགགས་ནས་འཚེ་རེས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་པས། དེ་ལས་སྤོན་ཐབས་ནི་ཚེ་སྤོན་པའི་ཚོག་དང་འཚེ་བ་བསྐྱེ་བ་སོགས་

¹⁹ གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་རྩིས་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་དག་གི་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་རྫོང་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
²⁰ གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་རྩིས་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་དག་གི་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་རྫོང་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།
²¹ གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་རྩིས་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་དག་གི་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་རྫོང་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།

ལྷ་འགྲུགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་འབད་ན་ལྷ་ཡར་བ་རྣམས་རང་གནས་སུ་འགྲུག་བྱས་པ་དང་། དེ་བས་འཆི་བ་ལས་སྡོག་སྐབ་པ་དང་།
ལྷ་ཡར་བ་རྣམས་རང་གནས་སུ་འགྲུག་བྱས་པ་དང་།

བཞི་བ་ལྷ་ཅ་སྐྱོན་ལྡན་གྱི་ཉེས་པ་བཤད་པ་ལ། སྤྱིར་ལྷ་ཅ་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་སྐྱོན་ཆེར་མི་ཡོང་ཡང་སྐབས་འགར་རྒྱ་རྒྱུན་འབྲེལ་མིན་གྱི་རྒྱུ་བས་སྐྱོན་སྣ་ཚོ་གསུམ་བྱུང་བ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་ཅར་ཡང་རྣམས་སྣ་ཚོ་གསུམ་སྐྱོན་པ་དང་དེའི་རྒྱུ་བས་ཉེན་ཁ་ཡང་ཆེར་བྱུང་བ་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས།²² ཡར་མར་ཚུ་རྒྱས་འོག་ནས་མི་རྒྱ་བ། བན་བོན་ཡིན་ན་སྤྱད་མ་བདུད་དུ་བབས། སྤྱི་བོ་ཡིན་ན་ཐོར་ཁ་སྤྱི་གཉན་འགྲུག། སོ་ལ་གཡས་པ་འབྲིག་སྤོང་པ་སྤྱི་བཞིན། གཡོན་པ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་ན་བྱ་སྤོང་འཆི། གཉིས་ཀ་འབྲིག་སྤོང་རང་ཉིད་གྱི་རུ་འཆི། ཐེངས་གཅིག་སྤོང་ན་གོད་ཀ་ཁ་ཡོག་འོང་། བྱད་མེད་གཡས་པ་འབྲིག་སྤོང་ཁོ་སྤོང་གསུམ་འཆི། གཡོན་པ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་ན་པ་མིང་འཆི། གཉིས་ཀ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་ན་བྱ་ཁོ་འཆི། སྤོང་བརྒྱལ་གོད་འོང་ཐང་འབྲིག་ཁ་སྤྱི་བཞིན། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལྷ་ཅ་བཟོ་བའི་གནས་ཀྱི་ཡར་མར་ཚུ་རྒྱས་ཀྱི་འོག་ནས་མི་རྒྱ་ཞིང་ལྷ་ཅའི་འཕར་རྒྱལ་གསལ་ཁ་མེད་སོང་ན། གསལ་ཉེ་བཟོ་ལུ་དེ་བན་བོན་ཡིན་ན་རང་གི་སྤྱད་མ་བདུད་དུ་འབབ་པའི་རྣམས་ཡིན་པ་དང་། ཡང་གསལ་ཉེ་བཟོ་ལུ་དེ་སྤྱི་བོ་ལས་པ་ཡིན་ན་གཞན་གྱི་ཐོར་ཁ་དང་ཡང་ན་སྤྱི་གཉན་གྱིས་འགྲུག་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སོ་ལ་ལྷ་ཅ་གཡས་པ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་བ་བྱུང་ན་དེའི་པ་ཁུ་དང་སྤྱི་བཞིན་མཆེད་འཆི་བ་དང་། ཡང་ལྷ་ཅ་གཡོན་པ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་བ་བྱུང་ན་རང་གི་བྱ་སྤོང་འཆི་བ་ཡིན། གསལ་སྤོང་གཡས་པ་གཡོན་གཉིས་ཀ་འབྲིག་ཅིང་སྤོང་ན་རང་ཉིད་གྱི་རུ་འཆི་བར་གསུངས་སོ། ཡང་རྒྱུ་སྐྱོན་ཆེར་མེད་ཀྱང་ཐེངས་གཅིག་ཅམ་སྤོང་བ་བྱུང་ན་གོད་ཁའམ་གཞན་གྱི་ཁ་ཡོག་དན་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་དུ་བྱད་མེད་གྱི་ལྷ་ཅ་གཡས་པ་འབྲིག་སྤོང་བྱུང་ན་ཁོ་སྤོང་གསུམ་གྱི་ཉེ་དུ་འཆི་བ་དང་། ཡང་གསལ་ཉེ་བཟོ་ལུ་ལྷ་ཅ་གཡོན་པ་འབྲིག་སྤོང་བྱུང་ན་བྱད་མེད་རང་གི་སྤྱད་ཀྱི་ཉེ་དུ་འཆི་བ། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་ཅ་གཡས་པ་གཡོན་གཉིས་ཀ་འབྲིག་སྤོང་བྱུང་ན་རང་གི་བྱ་སྤོང་ཁོ་སྤོང་འཆི་བ་དང་། གསལ་ཉེ་བཟོ་ལུ་སྤོང་ཞེས་གསལ་ཁ་མེད་པ་དང་བརྒྱལ་བ་བྱུང་ན་གོད་ཁ་ཡོང་བ་དང་། ཡང་ལྷ་ཅ་དེ་ཐང་པ་དང་འབྲིག་པར་འདུག་གཞན་གྱི་ཁ་སྤྱི་བཞིན་གཞི་འོང་བར་གསུངས་སོ།

ལྷ་པ་ལྷ་ཅར་བརྣམས་ནས་གདོན་འོས་བརྒྱུད་བ་བསྟན་པ། དེ་ཡང་རྒྱུ་བ་ལས། མལ་མི་སྐབ་ན་གདོན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཉེ། སྤོམ་འཇུག་སོ་གདོན་སྤྱད་རྒྱ་བ་སོ་གདོན་བརྒྱུད། ཞེས་ལྷ་ཅ་མེད་པའམ་རང་མལ་དུ་གནས་པ་མེད་པར་བྲག་ཞན་སྤྱད་བྱུང་སོགས་བྱུང་ན་གདོན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཉེ། དེ་ཡང་རྒྱུ་སྤོམ་ལ་འཇུག་ཅེས་ཤེད་ཆེ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་སོ་གདོན་ཡིན་པ་དང་། ཡང་འཕར་ཐག་སྤྱད་ལ་རྒྱུ་བ་ཡོད་ན་སོ་གདོན་གྱིས་བརྒྱུད་བ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པར་གསུངས།

²² ཁོ་རུ་ཚོ་རྣམས་ཀྱིས་བརྒྱུད་ཀྱི་གསོ་ལྷན་བཞིའི་འགྲུག་ཆེན་དང་སོང་ཞུ་ལུང་། མི་ཁྱོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་འཕང་།

མཐའ་མར་སླ་ཅ་སྟོམས་པར་འཕར་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ལ། དེ་ཡང་སླ་ཅ་སྟོམས་པར་འཕར་བ་ཡིན་ན་དེའི་རྒྱུན་པས་ཆེ་
 སྟོག་ཀྱང་བརྟན་ཅིང་ཆེ་ལུན་རིང་དུ་གནས་པར་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་རྒྱད་ཀྱི་ཅ་ཆོག་ལས། སླ་ཅ་སྟོམས་པར་ལན་བརྒྱ་འཕར་
 བ་ནི། ལོ་བརྒྱ་ལྷུ་སྟེ་ལྷ་བཅུ་ལྷ་བཅུ་ལྷུ་བ། ཅེས་སླ་ཅ་ར་འགྲུར་ལྟོག་མེད་པར་ལན་བརྒྱ་བར་སྟོམས་པར་འཕར་ན་མི་དེའི་ཆེ་
 ཚད་ལོ་བརྒྱ་བར་ལྷུ་བར་གསུངས། མདོར་ན་སླ་ཅ་སྟོམས་པར་ཅི་ཅེས་འཕར་བའི་གྲངས་དེ་ཅེས་གྱི་ལོ་ཚད་བར་དགེ་ཞིང་
 བདེ་བ་འགྲུང་བར་བཤད། སླ་ཅ་སྟོམས་པར་འཕར་བ་ཐེངས་རེར་ལོ་རེ་འཚོ་བར་གསུངས་སོ།།

བཞི་པ་སླ་གནས་བཅི་ཚུལ་བཤད་པ།

སྤྱིར་སླ་གནས་བཅི་ཚུལ་ལ་དུས་འཁོར་ལུགས་དང་རླུང་མཁར་གྱེ་རིང་ལུགས། དེ་བཞིན་དུ་གཙུག་ལག་རིག་བྱེད་ཀྱི་ལུགས།
 ལྟོ་གཏེར་སྤྱིད་པའི་གཏེམ་བྱིས་ཀྱི་ལུགས། རྒྱ་ཅིས་གསར་མའི་ལུགས་དང་གཙུག་ལག་རིག་བྱེད་ལུགས་༼ ལུགས་༽ སོགས་
 ལུགས་ཆེན་སོ་སོའི་རླུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཅི་ལུགས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་པ་ལས། གཤམ་དུ་གསལ་བ་ནི་བཅི་ལུགས་མི་
 འབྲ་བའི་སླ་གནས་འཁོ་ཚུལ་གྱི་རེ་ཕྱི་མིག་ཡིན།²³

ཆོས།	དུས་འཁོར་ ལུགས།	རླུང་མཁར་གྱེ་རིང་ ལུགས།	གཙུག་ལག་རིག་བྱེད་ ལུགས།	ལྟོ་གཏེར་སྤྱིད་པའི་ གཏེམ་བྱིས་ལུགས།	རྒྱ་ཅིས་གསར་མའི་ ལུགས།	གཙུག་ལག་རིག་བྱེད་ ལུགས་ལུགས།
༡	རྒྱ་ལོ་སོར་ ཆོགས་དང་སོར་ ཡི་གེ་༤༩	རྒྱ་མཐོང་།	རྒྱ་ལོ་མཐོང་།	བྱ་ཐེར་ནས་ཉི་ཤར་རྒྱ་ མཐོང་།	རྒྱ་ལོ་མཐོང་ཆེན།	རྒྱ་མཐོང་།
༢	རྒྱ་ལོ་སོར་ ཆོགས་གཉིས་ པར་མི།	ལོང་བྱ།	རྒྱ་ལོ་སོར་ཆོགས།	རྒྱ་ཆེན་བར་གྱིན་ དཀྱིལ།	རྒྱ་ལོ་རྒྱ་བ།	རྒྱ་ཆོགས་ཉི་ར་རྒྱ་ ལག་ཆོས།
༣	རྒྱ་ལོ་སོར་ ཆོགས་གསུམ་པ་ རྒྱ།	བརྒྱ་ནང་།	གྱིན་ལྷ།	རྒྱ་ཆེན་ཚུན་བརྒྱ་ དཀྱིལ།	བྱ་མགོ་དང་སོ་བ།	དར་གདོང་།
༤	ལོང་བྱ་ལྷ།	རྒྱ་དཔ།	བྱ་མོ་སྤྱིང་།	ནས་ལངས་རྒྱ་དཔ།	རྒྱ་དཔ།	སྤྱི་ལོང་།
༥	བྱ་མོ་སྤྱིང་།	ལ་ནང་།	རྒྱ་ལོ་ནང་དམ་སྤྱིད་ ལུང་།	ཉི་ཤར་ནས་ལ།	ལ།	སེ་བ་དུས།
༦	དཀྱི་མཚམས་ལ།	མང་མདུན།	བརྒྱ་ཡི་སུལ།	ཉི་རྒྱ་ལག་མཐོང་།	ལག་ལ།	དཀྱི་མིག་
༧	ལག་པའི་སོར་ ཆོགས་དང་སོར་	རོ་རྒྱ་བ།	དཀྱི་ཆོགས།	སྤྱི་རེད་ནས་ལངས་ བར་དུ་རྒྱ་ལོང་གཉིས།	བརྒྱ་རྒྱ་དང་།	བྱ་ལོ།

²³ རེ་དུ་དམར་གསུང་ཚོམ་གཅེས་བཏུས། གཙོ་སྤྱོད་པ། བྱ་མདོ་སྤྱི་བུ་ལྷ་ལ། དཀོན་མཚོ་གྱུ་མཚོན། རྒྱ་མོག་ལག་ལེན། མི་རིགས་དཔལ་རྒྱན་ལང་།

	ཞ།					
༤	ལག་པའི་སོར་ ཚིག་ས་གཉིས་ པར་ཨར།	ལག་མཐེལ།	མཁལ་མ་གཡོན་པའི་ ཉིང།	ནམ་བྱེད་ལག་གཉིས་ཀྱི་ བྱ་ལྷག།	ཚིབ་ལོགས།	མཁལ་ལྷུང།
༥	ལག་པའི་སོར་ ཚིག་གསུམ་པ་ ཞོ།	མཚེན་པ།	ཚིབ་ལོགས།	ནམ་ལངས་མཚེན་མ།	གཞུག་ལྷུང།	ལག་མཐེལ།
༡༠	མཁྲིག་མར་ཨལ།	ཤིང་པ།	དབྱུང་སོག།	སྲོད་འཁོར་ཤིང་པ།	ལྡལ་པ།	ལྷག་སྒོ།
༡༡	བྱ་མོར་གྲ།	ལྷ།	ལག་ངར།	སྲོད་ལ་སྲ་དང་ན་བ།	ལྷ།	ཚིག་ས་མཚ་ཚིལ།
༡༢	དབྱུང་བར་ཡ།	སོ་བ།	ལག་མཐེལ།	བྱ་མེར་སོ་སྲ་མཚམས།	ལྷ།	ལག་ངར།
༡༣	ལྷིང་ཁར་ར།	སོག་པ།	སྐྱེ་མགུལ།	ཉི་ལུབ་སོ།	སོ།	ཅ་དག་པ།
༡༤	མཁྲིག་ལ།	སྐྱོད་ཤོང།	ན་ལྷག་ཐ་འབྲམ།	ནམ་བྱེད་ལྷིང་ཁ།	སོ་བའི་ལྷིབ་བམ་ལྷིང་ ཁ།	དབྱུང་པ།
༡༥	དབྱལ་བར་བཚོ་ ལ་བརྟུ་བྱག་ མཚམས་སུ་ནི་ ལྷི་པོར་ཨམ་ གཞུགས་ཀྱིས་ སོ།	ལུས་ལྷིང་ལྷག།	ལུས་ལྷིང་ལྷག།	ཉི་ལྷུང་ལུས་ལྷིང་ས་ལྷུང་ པར་བྱིན་དུལ།	ལུས་ལྷིང་ལྷག།	ལུས་ལྷིང་ལྷག།
༡༦	ལྷག་པར་ལྷ།	སྐྱེ།	ལྷག་པ་ཐ་འབྲམ།	ཉི་ལྷུང་ཤིང་པ་བྱང་ གཞུང།	བྱང་པམ་སོ་བ།	སྐྱེ་མཐིང།
༡༧	གཉེན་བར་ལྷ།	མཁྲིག་པ།	སྐྱེ་མཐིང།	སྲོད་འཁོར་མགུལ་གྱི་ གཡོན་ཟེར།	མིད་པ།	སྐྱེ་ལྷག་གམ་སྐྱེ་ མཐིང།
༡༨	ལྷིང་ཁར་ར།	སོ་དཀྱིལ།	ལག་མཐེལ།	ཉི་ལྷོས་སོ་བ་དང་བརྟུ་ ནང།	གསང་གནས་སམ་ འཕོང།	ཟེ་བ།
༡༩	དབྱུང་ཚིག་ས་སུ་ ལྷ།	སོང་བྲ།	ལག་ངར།	ནམ་ལངས་བརྟུ་གཉིས་ ལྷུང་དང་ཤིང་པའི་ ལོགས།	ཤིང་པ།	ལྷག་སྒོ།
༢༠	བྱ་མོར་གྲ།	ཤིང་ངར།	དབྱུང་སོག།	ཉི་བྱེད་ངར་གཤོང།	བརྟུ་ནང།	དབྱུང་པ།
༢༡	མཁྲིག་མར་ཨལ།	ཤིང་མཐེལ།	ཚིབ་ལོགས།	ཉི་ལྷོས་ཤིང་མཐེལ།	ལག་པའི་མཐེལ་ལྷུང།	སོ།
༢༢	སོར་ཚིག་ས་ གསུམ་པར་ཞོ།	སོག་གཡོན།	མཁལ་སྲིང།	ནམ་ལངས་མཁལ་ལྷུང་ གཉིས།	བརྟུ་ཡི་བྱི།	ཡར་མར་ཤིག།
༢༣	སོར་ཚིག་ས་ གཉིས་པར་ཨལ།	མཚེན་པ།	དབྱི་མིག་ཚིག་ས།	ནམ་བྱེད་བྱིན་པ་གཉིས།	མཚེན་པ་དང་ཤིང་པ།	ལྷེ།
༢༤	སོར་ཚིག་ས་དང་ སོར་ཞི།	ལག་ངར།	བརྟུ་སུལ།	སྲོད་ལག་མཐེལ།	ཤིང་མཐེལ་ལྷུང།	མིག་དང་དབྱལ་པ།

24	དམི་དུས་ མཚམས་སུ་སྒྲུ།	ལྷོ།	སྒྲིབ་ཁྲུང་།	ནམ་ལྷོད་ལྷོ།	ཀླད་པའི་མཐེབ་ ཚིགས་དང་པོ་ལ།	བྲམ་ཟེ།
25	ལུས་མོད་སྒྲི།	ལུས་མོ།	ལུས་མོའི་སྒྲིང་།	སྐུ་རེད་ས་དུས་སྐྱེ་མཛེད་།	བའ་དང་པོ་ལ།	ཨོལ་སྒྲིང་།
26	ལོང་བྱང་སྒྲུ།	ལུས་མོ།	ལྷོན་གྱ།	ནམ་ལངས་དབྱུང་ལ།	ལུས་མོ།	མཚན་ལ།
27	ཀླད་པའི་སོར་ ཚིགས་གསུམ་ པར་སྒྲི།	མཚན་ལ།	ལོང་བྱའི་ཚིགས།	ཉི་ཤར་མཚན་མ་དང་ སྒྲིང་།	མཚན་ལ།	སྒྲོད་ལ།
28	སོར་ཚིགས་དང་ གཉིས་པར་སྒྲི།	མིག་གཉིས།	ཀླད་པོ་ལ།	ལྷོད་ཡོལ་མིག་འབྲས་ གཉིས།	ལུས་མོ་འཕང་ལོ་དང་ རྗེ་དཔ།	སྐངས་ཁྲུང་།
29	སོར་ཚིགས་དང་ པོར་སྒྲུ།	ལུས་སྒྲིར་བྱེད།	ལུས་སྒྲིར་བྱེད།	ཉི་ཤར་ལུས་སྒྲིངས་ལ་ བྱེད། ལྷོད་པར་རྒྱ་མར་ གནས།	ཀླད་མཐེབ།	ལུས་སྒྲིར་བྱེད།
	གནས་སྒྲོང་དང་ ཉི་ཚེས་གཅིག་ མཚམས།། ཀླད་ པའི་མཐེབ་དུ་སྒྲུ་ ཡི་གཞུགས།					

དེ་ཡང་མི་བཅའ་གདམས་པ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་དེ་ཉིད་ལས། ²⁴བཙོ་ལུ་བཙུ་བྱག་མཚམས་སུ་ལུས་སྒྲིར་བྱེད། །གནས་གང་
ཚེས་གཅིག་མཚམས་སུ་དེ་བཞིན་ལོ། །གཞན་ཡང་ས་བདག་གི་ཉི་རྒྱ་བའི་དུས། །གཏར་བསྐྱེག་གང་ཡང་མི་བྱ་ལྷག་པར་
དུ། །གཏར་ན་ཁག་མི་སོན་ཕྱིར་དུས་དེ་བཞོལ། །སྐྱེ་ཚེས་ལག་མིག་བྱུག་ལྷུང་སྐྱེ་ཚར་རྒྱ། །མཚོ་དག་སྒྲོན་དང་དེ་ཉིད་ཕྱི་ཚར་
རྒྱ། །འདི་དུས་སྐང་ལ་གཟའ་སྐར་ཞི་བའི་དུས། །ནད་པ་རང་ཉིད་ལོ་སྒྲིང་ཕྱོགས་སུ་འཁོར། །སྒྲོན་འགོ་ལ་སོགས་གཏར་ལེའུ་
བཞིན་དུ་བྱ། །ནད་དབྱུང་དབྱུང་མཚོག་གཏར་ལ་མཁས་པར་མཛོད། །རྣམ་དག་གཞུང་གི་དགོངས་པ་འདིར་སྐང་དགོ། །ཞེས་
པ་སྟེ། མདོར་ན་གཏར་བསྐྱེག་གི་ལག་ལེན་ནི་མི་བཅའི་ལེའུར་གསུངས་པ་བཞིན་སྐྱེ་བཞུགས་མ་འཁེལ་བའི་དུས་དང་དེ་བཞིན་
ས་བདག་གི་ཉི་མ་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་གཏར་དགོས་པ་ལེགས་པར་གདམས་མོད་ཀྱང་། །སྐྱེ་བཞུགས་འཕོ་ཚུལ་ཐད་སྒྲོན་བྱོན་མཁས་
པ་རྣམ་པས་བརྗེ་ལུགས་མི་འདུ་ལ་རྣམ་གྲངས་མང་བས་དེ་ཞིག་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་གཞོག་སྒྲོ་མ་རྒྱས་པའི་ཁར་ཉམས་ལེན་གྱི་
ཉོགས་པ་སྐྱེ་ཅམ་ཡང་མེད་ནས། །སྐབས་འདིར་སྒྲོན་བྱོན་གསོ་རིག་མཁས་ཚེན་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་གདམས་པ་གྲོ་
རིག་གཞུང་བཟར་གྱི་དབྱུང་སྒྲོབས་ལས་བྱུང་བའི་བྱུབ་འབྲས་ཡང་ཅེར་སོན་པ་རྣམས་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་བྱུང་བཟོད་བཟོད་པ་
འདི་ཡང་ཀུན་གྱི་གསོས་སྐྱོད་དུ་འགྱུར་བའི་རེ་བས་བྱིས་སོ།།

²⁴ རྒྱན་གསུང་དང་རྣམ་ཐར་འཚོ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱིགས། མི་བཅའི་གདམས་པ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས། མཚོ་སྒྲོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།

བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ལས་སྒྲ་ཡི་སྐོར་གླེང་བ།

སྒྲ་བྲུང་གི་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་ཀྱིས་གྲོན་དུ་འབྲུལ་བའི་འཛམ་གླིང་གི་ཡང་ཅེར་གྲུར་བའི་བོད་གངས་ཅན་ཡུལ་འདྲིར་འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་ཆགས་པ་ནས་བརྒྱུད་ནས་དཔྱོད་དང་རིག་སྟོབས་ཀྱི་ཁོ་ལག་ཡར་རོའི་རྒྱ་ལྷར་འབྲུས་མགོ་བརྩམས་ཤིང་། འཚོ་ཐབས་
ཀྱི་རིག་གནས་དང་ཁོར་ཡུག་དེའི་ཐུན་མིན་གྱི་བྱུང་ཚོས་ཀྱིས་གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ནས་དེང་སང་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་བོད་མི་
རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཏུ་བྱུབ་ནས་དང་། རང་བྱུང་ཁམས་དང་འགོ་བ་མིའི་འཚོ་ཐབས་གཉེས་ནི་ནམ་ཡང་པན་ཚུན་གཅིག་
གྲོགས་གཅིག་གྲེད་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བར་མ་དཔལ། ཡང་ས་ཤོ་རྩོ་སྟོག་ ཤིང་ནགས་གཙོད་འབྲེག་
དང་ཚུ་གཉན་དུག་པ་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་གཞོན་འཚོ་བཏང་ཚེ། དེའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་བཟུ་མི་ཤིས་པ་
དང་ནད་ཡམས་སྐྱ་ཚོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞེན་པ་དང་། དེར་བརྟུན་ནས་དེའི་གཉེན་པོར་སྐྱོན་གྱི་གོ་རྟོགས་དང་ལྷ་ལ་དད་པ་
དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་ལག་ལེན་ཡང་རིམ་བས་དར་མགོ་རྒྱ་གས་པ་དང་སྐྱན་དུ་རང་བྱུང་གི་འབྱུང་བ་
ལྷ་པོ་རྣམས་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་སོགས་ལ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་དམིགས་བསལ་བ་ནི་ད་ལྟ་ཡང་མ་
ཉམས་པར་གནས། དེས་ན་གདོད་མའི་ཚོས་ལུགས་དང་གཉུག་མར་དར་འཕེལ་བྱུང་བའི་ཤེས་རིག་གི་དཔལ་ཡོན་རི་སྟེད་
མཆིས་པའི་ཁོད་ན་བོད་མི་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་ནི་འདུ་བྱེད་ཁམས་ཀྱི་སྟོང་པོར་བརྒྱུད་བ་ལྟར། དེ་འབྲེལ་གྱི་དམངས་སྲོལ་
རིག་གནས་ནང་བཤད་ཚུལ་སྐྱ་ཚོགས་ཡོད། དེ་ཡང་ཐོག་མར་རྒྱར་གཏང་པའི་འདུ་ཤེས་དར་ཚུལ་ནི། བོད་ཀྱི་གནལ་རབས་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་ལས། གཤམ་པོའི་རྒྱ་ལ་མཚོན་པ་ནི་བོན་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཤམ་ཆེ་བའི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་སྐྱེ་དངོས་ལ་
མཚོན་པ་ལས་ཅུང་ཙམ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་བྱིན་པའི་མཚོན་བྱེད་ཅིག་དང་། གནལ་པོའི་བོད་མི་རྣམས་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ནད་དེ་
བྲལ་བའི་མངོན་ཉམས་ཤིག་གྲུང་ཡིན་ཞེས། མཐོང་མི་མི་སྐྱ་རྒྱལ་པོ་དང་དཔོན་པོ། དཔལ་པོ་ལ་སོགས་པ་ཆེ་ལས་འདས་ན་
དེའི་སྒྲ་ནི་རི་ཅེར་གནས་པས་ན་ལབ་ཅེ་འམ་སྒྲ་ཅེ་ཞེས་དེའུ་དཀར་པོ་བརྩེགས་པའི་སྲོལ་ཡོད་པར་འདོད།

འདི་ལྟར། ཡང་གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་སྐྱུང་ནང་དུ། གཞན་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔལ་རྒྱུན་ཅིག་བཏུལ་ཆེད་མོ་སྐྱ་འདེབས་པ་དང་ལུང་
བསྟན་ཞུ་བ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་འདུལ་དཀའ་བའི་དཔལ་རྒྱུན་དེའི་སྐྱ་གནས་ས་ཅན་གཙོད་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་
དཔལ་རྒྱུན་དེའི་སྐྱ་གནས་སའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་ས་ཤིང་རྒྱ་སོགས་ལ་གཏོར་བཤེག་བཏང་ནས་མཐར་དཔལ་རྒྱུན་བཏུལ་བའི་དཔེ་
མཚོན་མང་དག་གཅིག་གྲུང་ཡོད་པ་ལས། གླིང་དང་ཉོར་གཉེས་འཐབས་སྐབས་ཉོར་གྲུར་དཀའ་རྒྱལ་པོས་བྱ་བཞི་མངགས་ནས་
མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བཙན་པོ་འཚོལ་བར་བཏང་། ཉོར་གྱི་སྐྱ་བྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་བྱ་ནག་པོ་དེ་ཡུལ་མང་པོ་བརྒྱུད་མཐའ་
མ་གླིང་ཞེས་པའི་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་འབྲུངས་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བས། དེར་བྱ་དེས་གི་སར་གྱི་བཙན་པོ་འབྲུག་མོ་ཉིད་ཁོང་གི་ཞལ་ཏ་
གཉེས་ཀྱི་མཐུན་དུ་དབུ་སྐྱ་བཞེན་ཡོད་པ་མཐོང་། བྱ་ནག་དེ་འབྲུག་མོའི་མཛེས་སྐྱུག་ལ་ཉང་སངས་པ་དང་། དེས་དབུ་སྐྱ་སྐྱ་

སྐབས་ལོགས་སུ་བཞག་པའི་གཙུག་གཡུ་དེ་བརྒྱུ་ནས་འཁྲུང་སོང་ངོ་། ། འུ་ནག་དེ་ཉོར་ཡུལ་དུ་ལོགས་རྗེས་འབྲུག་མོའི་
གཙུག་གཡུ་དེ་རྒྱལ་པོར་སྤུལ་ནས་འབྲུག་མོའི་མཛེས་སྤྱད་ལྷན་སྤྱད་པའི་བྱང་ཚོས་རྣམས་རྒྱལ་པོར་བརྗོད། ། རྗེས་སུ་འབྲུག་
མོ་ཉིད་ཉོར་གྱིས་བཅོན་འཕྲོག་བྱས་པས་ཀོང་མོ་དེ་ཞིག་ཉོར་རྒྱལ་པོའི་ཚུང་མར་མི་སྡོད་ཀ་མེད་བྱུང་ངོ་། ། ཞེས་ཀྱང་གདབ་
བསྟན་འཛིན་སུ་ཚོགས་ཀྱི་ཉོར་སྤྱིང་གཡུལ་འགྲེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀས་ལ།

དེ་བཞིན་དུ་སྐབས་ལོགས་སུ་གཡུ་ཞེས། གཡུ་ནི་སྤྱིར་ཤིན་ཏུ་རྩ་ཆེ་བའི་དོའི་རིགས་ཤིག་དང་ཡོངས་གྲགས་སུ་རྒྱུ་ཆའི་རིགས་ཤིག་ཏུ་
འདོད་ན་ཡང་། རྒྱ་གཡུ་ཟེར་ནས་རྒྱ་ཡི་མཚོན་གྱི་དམིགས་བསལ་གཅིག་ཏུ་བརྩེ་བའང་འདུག དེ་ཡང་བོད་དུ་གཉེན་སྲིག་གི་
ཚོ་གསེལ་སྐབས་བཅེ་དུང་མཚོན་གྱི་དུ་མནལ་མ་དེས་མག་པར་གཡུ་ཞིག་སྡོད་པ་དང་། མནལ་མས་ཀྱང་རྒྱ་གསེར་ཞེས་པའི་
གསེར་ཚོག་ཅིག་ཀྱང་སྡོད་སྡོལ་ཡོད་པ་ཀྱི་བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་སྟོར་རྣམས་ཅམ་སྤྱིང་བ། ། ཞེས་པར་
གསལ། དེ་བཞིན་དུ་མག་པར་མནལ་མར་གཙུག་གཡུའམ་ཐོད་གཡུ་ཞེས་པའི་གཡུ་ཞིག་སྡོད་པ་དང་། མནལ་མས་གཡུ་ནི་བྱ་
མེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཆ་གཙོ་བོའམ་རྩ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་ནི་རང་གི་རྒྱ་བོར་བཅངས་པའི་མི་འགྲུང་བཅེ་སེམས་དང་གཏུ་
གྱི་དགའ་ཕྱོགས་ཡིན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཡིན། ཀྱང་གཡུ་བཞི་བའི་མི་རབས་ཀྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་ཐོལ་མེད་གཏུ་གྱི་རོལ་མོ་
ལས་ཀྱི་གསུངས་པ་ལྟར་ན། གསེར་དང་གཡུ་གཉིས་ནི་རྒྱུ་ཆ་ཅམ་དང་། ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་མཚོན་པའི་ནང་དུ་མེད་སྡོད་བྱ་སྡོལ་
ཡོད་པའི་རྗེས་དངོས་ཅམ་མིན་པར། ཚོ་སྡོག་དབྱགས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་མི་ཚའི་མཚོན་རྟགས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་
ཡིན་པར་སྤྱིང་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་བོན་གྱི་དཔེ་ཆ་འགའི་ནང་དུ། དེ་ནས་དབྱེ་ལ་ལ་ཐོད་བཅིངས། ། ཁ་གསེར་ཁ་གཡུ་ཞེས་དུ་
སྤྱད། ། གསེར་དང་གཡུ་ཡི་སྡོན་མེ་བཏེགས། ། མདའ་དར་བྱར་ལ་འདི་སྐད་དོ། ཞེས་ཀྱང་མཁའ་སྤྱོད་གསང་མདོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀས་ལ།
ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་འབྲེལ་གྱི་སྡོལ་རྒྱུན་ནས་དར་བའི་བན་བོན་གྱི་ཁོད་དུ་ལུས་མཐུ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱད་པ་དང་ཚོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐབས་ལོགས་
སྤྱིང་གྱི་བྱེད་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས། རྒྱ་ཡར་བའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུང་འགྲུག་ཐབས་ཀྱི་ཚོ་གཉམས་ལེན་རྣམས་ཀྱང་ད་
ལྟའི་བར་མ་ཉམས་པར་གནས་ཤིང་རང་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ཉམས་ལེན་གནང་བཞིན་དུ་མཆིས། ཡང་ཏུན་ཉོར་ནས་རྗེད་པའི་
ཡིག་ཆའི་ནང་རྒྱ་འགྲུག་གྱི་དཔེ་སྤྱད་སྤྱོད་པོ་འགའ་ཡོད་ཞེས་ཀྱང་མདའ་དར་འཕང་ཀྱི་²⁵ནང་དུ་བཀོད་འདུག་ཀྱང་ཚོག་ཚོགས་
མང་བས་དེ་ཞིག་མ་བཀོད་དོ། གཞན་ཡང་དུང་དཀར་ཚིག་མཛོད་ལས། གསོན་པོའི་རྒྱ་སྤང་བ་ལ་རྒྱ་རྩོ་སྡོག་འཁོར་ཞེས་རང་
གིས་དུས་རྒྱུན་དུ་བསྟེན་པའི་སྤང་མའི་སྤྱད་པ་དང་འདོད་གསོལ་རྣམས་རྒྱ་རྩོ་ཞེས་སྤྱད་པ་དེ་བྱུང་གསུམ་པ་ལ་བྱིས་ནས་སྤུས་

²⁵ མཁའ་སྤྱོད་བསམ་གཏུན། མདའ་དར་འཕང་། ཀྱང་གའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་རྒྱུན་ཁང་།

ལ་བཅངས་སྒོལ་དང་། སྒོག་འཁོར་ཞེས་རང་གི་བརྟེན་པས་སྤྱང་མའི་སྤྲུགས་ཡོད་པའི་འཁོར་ལོ་རས་སམ། ཤོག་བྱར་གྱིས་
ནས་སྤྱང་མ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ནས་རང་གི་ལུས་དང་འབྲལ་མེད་དུ་ལུས་ལ་བཅངས་སྒོལ་ཡོད་པར་གསུངས།

གཞན་ཡང་། དབྱ་བྱ་དབྱུག་པ་ཚུས་ཁྲིམ་འབྲ། །སྤྱང་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་ཡིན། །བྲ་ཉེ་སྤྲུགས་པའི་རྟོམ་ཁུང་འབྲ། །སྤྲུགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་བྲགས། །སྤྱིན་དུག་གཡང་ཞེས་ལག་ཡེན་འབྲ། །གཡང་དཀར་ལུག་གི་སྤྱང་ཡིན། །(སྤྱང་མ)འེའུ་རྩི་དམར་པོ་
ཞེས་བྲ་བ། །དཀར་ནག་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱང་ཡིན། །(པོན)འཕྱོ་བཞིན་ཅི་མི་གསུམ་སྤྱི་ལེན་འབྲ། །པོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་
ཡིན། །སྤྱང་(བྱི་བཞིན)ཅི་རྩི་པོའི་འུར་མཐེལ་འབྲ། །རྩི་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་ཡིན། །ཞེས། མི་རབས་ནས་མི་རབས་སྤྱི་བརྒྱད་
སྤྱིང་བའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དང་རག་རྒྱུན་དུ་བྱེ་རོལ་འཛིག་རྟེན་དང་། བང་བཅུད་སེམས་ཅན་གྱི་འཚོ་གནས་ཀྱི་བདེ་
སྤྲུག་ལ་འབྲེལ་ཐག་དམ་པོ་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་རེའི་འཚོ་གནས་སྤྱང་བའི་ལག་ལེན་ཡང་སྤྱང་ནས་ཡོད་པར་བརྟེན་པ་ཞི་
རིམ་འབྲེལ་འཚོ་ཞེས་འདྲ་བའོ།

མདོར་ན་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་གདོད་མའི་སྤྱི་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སྤྱིང་རེམ་བསགས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་རིག་
གནས་གསོན་པོར་གནས་སྤོབ་པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ལག་ལེན་ཟམ་མ་ཆད་པར་རིམ་ཅམ་གནས་སྤོབ་པའི་ཐབས་ལམ་
འཚོལ་བ་དང་། དེའི་ཁྲིད་ནས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ནས་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བའི་
ཁྲིད་ཚོ་གཡེན་ལེན་མི་ཉམས་པར་གནས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གཞུང་ན་མཐོང་དུ་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་སྤོབ་
མོང་མེན་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ཆབ་མཚོན་ལྟ་བུར་དེས། དེ་ལྟར་ཡང་རང་ཉིད་ཞི་སྤྱང་རྒྱུ་ལ་ཅམ་ལས་གནས་རྒྱུ་ལ་རིམ་ཅམ་
རྟོགས་སྤོབ་པའི་རྣམ་དཔྱོད་མེད་ལ། ལྷག་པར་བསམ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྟོགས་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་དཔེན་པས། དེ་ཞིག་ཡིག་ཆ་
རེ་གཉིས་བལྟས་ནས་སྤོབ་ཁུལ་བྲས་པར་ཞོར་བའི་ཆ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་དེས་ན་ཀུན་གྱིས་བཟོད་གསོལ་དང་སྤྲུགས་བཀའ་
སྤོབ་ལམ་སྤོབ་གང་མང་གནང་སྤྱོད་ཡོང་བའི་རེ་བ་དང་བཅས་མཁུག་བསྤུས་པའོ།

རྒྱུར་བལྟའི་ཕྱག་དཔེ་ཁག

- ༡ ་) བསམ་བློའི་ཀྱིས་བཅུམས། བོད་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ། མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྤྲུལ།
- ༢ ་) མགོ་ལོག་དབང་ཆེན་འབྲུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཉིང་འཛིན། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀར་གནད་ཐོར་བྲེལ་དཔྱད་པའི་གཏམ་
བརྒྱུད་བཅུ་ཅེ་བཞི་དང་ལུས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བྲུབ་ཆའི་དཔེ་རིས་བཞུགས་སོ། མི་ཚོན་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ༣ ་) མཁས་དབང་དུང་དཀར་སྤོ་བཟང་འཕྲིན་ལས། དུང་དཀར་ཆོག་མཐོན་ཆེན་མོ། གུང་གོའི་མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ༤ ་) བཅོན་ལྷ་དག་དབང་རྒྱལ་ཁྲིམས། བརྟེན་པོའི་གསེར་གྱི་མེ་ལོང་ཞེས་བྲུབ་བཞུགས་སོ། མི་རིགས་དཔེ་སྤྱོད་ཁང་།
- ༥ ་) དག་ཡིག་གསར་བསྤྲིགས། དག་ཡིག་ཚོམ་སྤྲིག་ཚོགས་ཚུང་།

- 67 གོང་པ་སྐྱེ་འབྱས་རྒྱལ་དང་འོ་ལྷོ་མེ། སློབ་བྱ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་སློབ་མའི་རྒྱན་མཁོའི་མིང་མཛོད། གྲུང་གོའི་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 27 བདུད་འདུལ་གྱིས་ཚོམ་སྦྲིག་བྱས། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་། གསོ་རིག་ཚིག་མཛོད་ཡོངས་འདུའི་དགའ་ཚལ།
- 17 དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་དག་བཙོས་ལ། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 18 བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད་ཚོམ་སྦྲིག་ཚོགས་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེགས། བོན་གྱི་ཤེས་རིག་ཚིག་མཛོད། བོད་སློངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 107 བཟ་ཤེས་གྱིས་བརྩམས། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་དཀའ་འབྲེལ། བོད་སློངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 117 མཁས་དབང་སྐྱེམས་པ་ཚེ་དབང་མཚོག་གིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་བཞིའི་འབྲེལ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་། འཕགས་ལུལ་རྩ་རམ་ས་ལ།
- 127 གསོ་བ་རིག་པའི་བརྟན་བཙོས་སྟུན་གྱི་དགོངས་རྒྱན་རྒྱུད་བཞིའི་གསལ་བྱེད་བེ་རྒྱུ་སྟོན་པོའི་མ་སྦྲི་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་སློངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 137 དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྩམས། གངས་ཅན་གསོ་རིགས་རྒྱ་མཚོའི་འཇུག་དོགས། མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 147 གུན་མཁྱེན་རིག་འཛིན་ཚོས་གྲགས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་བཀའ་མཚན་ཐེམ་སྤང་ལ། སློང་བཙན་དཔེ་མཛོད་ཁང་།
- 157 མཁས་དབང་སྐྱེམས་པ་ཚེ་དབང་། མཁས་དབང་སྐྱེམས་པ་ཚེ་དབང་མཚོག་གིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་བཞིའི་འབྲེལ་བ་བཞུགས་སོ། དེབ་གསུམ་ལ། བོད་གཞུང་སྟུན་ཅིས་ཁང་།
- 167 རྒྱུང་མཁར་སློ་གོས་རྒྱལ་པོ། རྒྱུད་བཞིའི་འབྲེལ་བ་མེས་པོའི་ཞལ་ལུང་།
- 177 རྟུག་འབྲུག་ཚེ་རིང་། བོད་གྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཚེད་ཚོམ་གཅེས་བཟུས། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 187 རྟུན་གྲགས་དང་རྣམ་ཐར་འཚོ་གཉིས་གྱིས་བསྐྱེགས། མེ་བཙའི་གདམས་པ་ལྷོགས་བསྐྱེགས། མཚོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 197 གཚོ་སྦྲིག་ལ། བྱ་མདོ་སྐྱེ་བུམས་རྒྱལ། དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན། ཉན་ཐོག་ལག་ལེན། དེ་ལྟ་དམར་གསུང་ཚོམ་གཅེས་བཟུས། མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 207 ཁོ་རུ་ཚེ་རྣམ་གྱིས་བརྩམས། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞིའི་འབྲེལ་ཚེན་ཤང་སློང་ཞལ་ལུང་། སི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 217 གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། བདུད་ཅི་སློང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་བ་གསང་བ་མན་དག་གི་རྒྱུད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། བོད་སློངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
- 227 དེ་ལྟ་དམར་གསུང་ཚོམ་གཅེས་བཟུས། གཚོ་སྦྲིག་ལ། བྱ་མདོ་སྐྱེ་བུམས་རྒྱལ། དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན། ཉན་ཐོག་ལག་ལེན། མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

མཁར་མེའུ་བསམ་གཏན་གྱི་གསུང་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས། མདའ་དང་འཕང་། ཡུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྟུན་ཁང་།
