

གདོན་ནང་གི་སྐྱོན་བཅོས་སྐོར།

འབྲུང་པོའི་གདོན་ནང་ཐབས་ལ་ས་བཅད་རྣམས་ལ་དུག་གི་སྐོན་ནས་འཆང་བར་འདོད་དེ།

ངོ་སྤྱོད།

གསོ་རིག་འབྲུམ་བཞི་ཅུ་གདོན་གྱི་རྣམས་བཞག་ཐུན་ཚེགས་ལ་བསམ་ན། ལེའུ་འགའ་ཙམ་དུ་ཡོད་ཀྱང། ལྷན་གཉེར་གྱི་གདོན་བཅོས་ཐབས་འབྲུང་པོའི་གདོན་དང། ལྷོ་བྱེད་གྱི་གདོན། བརྗེད་བྱེད་གྱི་གདོན། གཟུང་གདོན། ལྷ་གདོན། ལྷོ་པོའི་གདོན་རིགས་བཅུ་གཉིས་སོགས་ཡིན་ལ། ད་དུང་ཚུ་གཉིས་ཀྱི་ལེའུ་ཅུ་གདོན་ངོས་འཛིན་སྐྱབས་གང་ལ་གང་འཚམས་ཤིག་བསྟན་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱིར་བཏང་མིའི་ལུས་ལ་གདོན་ནང་གིས་ཟིན་ཆེ། ཐོག་མར་སེམས་རྒྱུད་དམ་ལུས་ཐོག་ལ་མི་བདེ་བའི་ཟུག་ཏུ་འབྱུང་ཞིང། དེའི་རྒྱུ་ལྡན་རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀར་སོགས་ཀྱི་ནང་རྣམས་ཐང་བར་བྱེད། གདོན་ནང་གིས་འཐིབས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད། “ཕྱི་ལུས་དག་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་ལ་ཐར་རྒྱུན་དང་མི་འདྲ་བར་གཞན་དུ་འགྱུར་ཅིང། རང་སྐོ་སེམས་མི་བདེ་བ་དང་སྤྱོད་འཚོགས་ལ་ཟུང་སོགས་འབྲུང་བ་ཡིན།” དེ་རྣམས་སྐོ་གསུམ་གྱི་རྣམས་ལ་འགྱུར་དགོས་དོན་རྗེས་སུ་ཡིན་ཞེས། གདོན་ནང་འབབ་སའི་ལུས་གནས་གཙོ་བོ་ཤིས་པའི་རྒྱུད་ཡིན་ཞིང། ཤིས་ལ་རྣལ་མ་ལ་གདོན་ལྷན་སྐབས། རྣམ་རྒྱུན་རྣམས་སྐོ་བརྟན་པར་གནས་མི་ཐུབ་པར། དགའ་སྤྲུག་ལྷོ་ཚགས་འཚོང་འཚུབ་ཀྱི་དབང་དུ་འགྱུར་བས། ལུས་དག་གི་རྣམ་པ་ཀུང་རང་བཞིན་གྱིས་འགྱུར་ཐོག་འགྲོ་བ་སྟེ། ལུས་དག་ནི་སེམས་ཀྱི་འཁོར་གཡོག་ལྷ་ལུ་ཡིན་པས་སོ།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་གདོན་ནང་བཅོས་ཐབས་ལ་ཞེ་དུག་བར་མའི་རྣམས་ལ་གསུམ་དང། ཞེ་དུག་གཉིས་འཛོམས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་བཞི་ཡིས་ཁ་ཚོན་ཚོད་པར་འདོད་དེ།

འཇུག་པའི་གདོན་རིགས་ལ་གཞོན་པ་མེད་པར་ངོ་སའི་ཚུལ་དུ། ལྷན་བསམ་བསམ་གྱི་གདོན་དེ་ཉིད་དགོས་པའི་ཡས་ཆ་གང་ཡོད་སྤྱིར་བཏང་གདོན་ལ་བཏང་བ་དང།

མཚོན་སྤྱིར་བྱེད་པ་སོགས་མོས་སྐོ་བསྐྱར་བ་ནི་ཞེ་བས་བཅོས་ཐབས་ཤིག་དང། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་རྣམས་ཐུག་པ་ཅན་གྱི་ལས་སྤྱོར་དང། ཡི་དམ་དུག་

པོའི་བསྟེན་འཛབ་ལས་གསུམ་གྱིས་གཏོར་སྐྱོག་འཕེན་པ། ལྷན་པོ་ཐོབ་པའི་སྤྱི་བྱ་ལྷན་པར་ཅན་གྱིས་བསྐྱར་བརྟན་མཚན་སྟེག་གི་ལམ་ནས། རང་དབང་

མེད་པར་བྱིར་འདོན་པ་ནི་དུག་པོའི་ལམ་གྱི་བཅོས་ཐབས་དང། གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྟོམས་པར་གནས་ཤིང་གདོན་རིགས་འཇུག་པའི་ལམ་འགོག་

པ་དང། གཞན་ཡང་ཕྱག་སྐོར་ཚེགས་བསགས་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ལས་ཉོན་ཡོད་རྒྱ་གཙང་འབྲུག་གནང་ཞིང། མ་དག་ལས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་གདོན་རིགས་དག་

འཇུག་པའི་སྐོ་མེད་པར་ཤིས་རྒྱུན་རྣལ་མར་བཟོ་བ་ནི། བར་མའི་རྣམས་ལ་ཅན་ཏེ་གདོན་རྒྱུར་འཇུག་ཐབས་མེད་པ་དང་པར་གཞོན་པ་མེད་པའི་བཅོས་

ཐབས་ཤིག་གོ། གཏོ་ཐབས་སུམ་བུ་དུག་ལྷ་སོགས་གཏོའི་རིགས་རྣམས་གཤེན་རབ་མི་བོས་དངོས་སུ་གདོན་བཅོས་ཐབས་བསྟན་པ་བཞིན། མི་སྤྱིར་དུགས་

པའི་མོད་སྤྱོད་སྐོར་རྣམས་ཀྱི་མདོམ་ཡས་སྤྱིར་བཏང་པ་དང། ཡི་དམ་དུག་པོའི་ཐོགས་རྒྱུད་ཀྱིས་བཅོར་བ་སོགས་ཞེ་དུག་གཉིས་འཛོམས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པ་

རེད།

ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུ།

ཐོག་མར་འབྲུང་པོའི་གདོན་ལུས་ལ་སྟེ་བའི་རྒྱ་གཙོ་བོ་ནི། སྐོ་གསུམ་མི་དག་བཅུའི་ལས་དར་རྣམས་སྤྱད་པ་དག་གིས་བྱེད་ཅིང། རྒྱུ་མི་མེད་ལྷན་སྤྱོད་དུ་ཆགས་པའི་ཁང་རྒྱ་ཞིག་པོའི་གནས་དང། ས་བཅན་ཡང་བའི་སར་ཡི་སྤྲུག་བཞིན་གྲོགས་མེད་གཅིག་ལུར་གནས་པ་དང། ལུང་འདྲེ་འཁོར་བའི་ཅ་ལག་

ཤེད་སྤྱོད་བྱས་པ། མཚོན་པར་འོས་པའི་སྤྱོད་ལ་མཚོན་རྒྱུ་ཆག་ཅིང། ལྷ་དར་གྱི་གདུང་བ་ཚོད་མེད་བྱས་པ། གནས་པ་ལྷན་པར་ཅན་ལ་མི་གཙང་འབག་

བཅོས་ལྷན་སོགས་ཀྱིས་གདོན་རྣམས་འདྲེ་བྱེད། འབྲུང་གདོན་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་བཅོ་བརྒྱུད་ཙམ་ཡོད་པ་དང། དེ་དག་སོ་སོར་རྟགས་མི་འདྲ་བ་རེ་

ཡོད་ཀྱང་འདྲར་སྐབས་སྤྲུམ་བབས།

སྤྱོ་བར་བྱེད་པའི་གདོན་ནང་དང། བརྗེད་པར་བྱེད་པའི་གདོན་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་གཅིག་མཚུངས་ཏེ། སྤྱོ་ཡི་སྟོབས་ལྷན་བཞིན་གནས་མི་ཐུབ་ཅིང། ཉ་

ཅང་གིས་སེམས་འཕམས་དམའ་བ་དང་སྤྱོ་སྟོབས་ཞན་དུགས་པའམ། ལྷ་དར་གྱིས་སེམས་མཚན་ཆེ་བ། རང་དམ་གཞན་གྱི་བྱ་བཞག་སོགས་མི་འགྲུབ་པ་དང་

མི་སྟོབས་པའི་རྒྱུ་ལྷན་སེམས་ལས་ཆེ་བའི་ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས། མདོར་ན་ཤིས་རྒྱུན་རང་སོར་མི་གནས་པར་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཉ་ཅང་ཕོག་ལུག་སོང་བ་རྒྱུ་

བྱེད་པ་དང། ལྷན་བསམ་དེར་མི་འཕྲོག་པའི་ཟས་སྤྱོད་གདོན་གྱིས་རྒྱུན་རྣམས་མཉམ་འཛོམས་བྱུང་ན། ཐོག་མར་གདོན་གྱིས་ལུས་ལ་ན་ཆ་བཟོ་བ་དང། དེ་ནས་

ནང་རྒྱུད་མཐིམ་བད་ཀར་འདུག་པར་སོགས་འབྲུག་པར་བྱེད་ཅིང། ལྷོ་བྱེད་ཀྱི་ནང་རིགས་བདུན་ནམ་བརྗེད་བྱེད་རྒྱལ་གདོན་གྱི་ནང་རིགས་ལྷ་གང་ཅུང་གི་

ལམ་དུ་རྒྱ་བཞིན། སོ་སོའི་ཕྱི་རྟགས་མདོན་པར་བྱེད་པ་དང། གདོན་གང་ཡིན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་དག་ནང་པས་ལད་སྐྱོབ་ཚུལ་དུ་སྤྱོད་པར་བྱེད། དཔེར་ན་སྤྱོ་བྱེད་

གདོན་འགྱུར་རྣམས་སོང་ན། དེའི་བཅོས་ཐབས་རིམ་འགྲོའི་ཆ་ནས་མདོ་བརྗེད་བཞག་རིག་པའི་རྣམས་ལྷ་ཡི་བྱིན་རླབས་ལྷ་བ་དང། མ་བྱུང་ན་མཚན་སྟེག་

བསྐྱར་དུང་གི་ལམ་ནས་གདོན་བྱིར་འདོན་པར་བྱ། རྣམས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱི་ལའི་བྱུན་དང། ར་ཐུག་གི་གཅིན། ལྷན་པའི་སྤྱོ་མ་ཡི་མཐིམ་པ། གཞན་ཡང་གདོན་

གྱི་གཉེན་བོ་གཅིན་རྟུག་མཐིམ་སེན་སྤྱོ་པགས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་སྤྲུག་དམར་རམ་སྤྱོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤྱོར་ཏེ་བདུག་པར་བྱ།

འཛིན་དུས་དབྱེ་བ།

འབྲུང་གདོན་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་བཅོ་བརྒྱུད་ཙམ་ཡོད་པ་དང།

འབྲུང་པོའི་གདོན་དང། ལྷོ་བྱེད་གྱི་གདོན། བརྗེད་བྱེད་གྱི་གདོན། གཟུང་གདོན། ལྷ་གདོན། ལྷོ་པོའི་གདོན་རིགས་བཅུ་གཉིས་སོགས་ཡིན་ལ། ད་དུང་ཚུ་

ཚུ་གཉིས་ཀྱི་ལེའུ་ཅུ་གདོན་ངོས་འཛིན་སྐྱབས་གང་ལ་གང་འཚམས་ཤིག་བསྟན་ཡོད་པ་རེད།

སོའི་གནས་འཛིན་པའི་དུས་སུ་བསྐྱེད་དགོས་པར་བཤད། ”གདོན་སོ་སོས་གནས་འཛིན་དུས་ནི། ༡ “ཚོས་གཅིག་དང་བཅུ་གཅིག་གྱི་ལོ་གདོན་གྱི་གནས་འཛིན་དུས་དང། ལྷ་མིན་བཅུ་དང་ཉེར་དགུ། སྤེན་བཅུ་གཉིས་བཅུ་བཞི། ལྷ་གདོན་ཚོས་ལྔ་གཞོན་སྤྱི་བདུན་དང་བཅུ་གཅིག་ ཚངས་པ་བཙེ་ལྔ་བཙེ་བརྟུང། མིན་པོ་བཅུ་དྲུག་ཉེར་བཞི། དུར་སྤེན་དང་གནམ་སྤོང་དགུ། དམ་སྤེན་བརྟུང་དགུ་མཚམས། ལྷ་པོ་བཅུ་དྲུག་ཉེར་བཞི་ལ་འཛིན། ” གཞན་ཡང་ཡི་དྲུགས། ལྷ་པོ་བཅུ་དྲུག་ཉེར་བཞི། ལྷ་པོ་བཅུ་དྲུག་ཉེར་བཞི། རོ་ལངས། གཤེན་རྗེ། མོ་གདོན། མེའུ་རང་རྣམས་གོང་གི་དུས་མིག་ལས་གཞན་རྣམས་ལེས་མེད་དུ་འཛིན་པོ།

བཙེན་དུ་བཟུང་ཞེས་གསལ་གདོན་ཟེན་མ་ཐག་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཅུ་འགྲོ་བ་བཀག་འགོག་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ལྟེ། དུགས་སའི་ཐབས་འཛོལ་མགོ་ལ་འཕུར་བའམ། དོར་རྩ་མགོར་འགོབས་པ། ལྷ་ལྷུ་ཆུར་སྤྲུངས་པ་ལ་གཟུང་ལྷགས་བཏབ་སྟེ་ལོང་དུ་བཏང་བ་དང། སྤེན་དེད་གདུག་པ། གཞན་ཡང་སྟོག་ཐམ། གངས་ཐེགས། རྗེ་ཆུ་ལྷུར་ཏེ་ལུས་ལ་བྱུག་ན་གནས་གཞན་འཕྲོ་མི་བྱུང་བར་འབྱུང། དེ་ལྟར་བཙེན་དུ་བཟུང་རྗེས།

ནད་པ་རང་དབང་མེད་པར་བཟངས་སུ་འཇུག་པའི་ཐབས་ལ། མི་གཟུང་གདོན་ཡིན་ན། རད་པ་ཉེ་གྲིབ་མཚམས་སུ་ཚོགས་པུར་བཞག་ནས། གསང་ཐབས་དང་བྱུང་དང་མགོ་ཐོག་ནས་ཆུ་གང་མོ་བྲན་པ་དང། ལྷ་པོ་ནས་དུང་སོགས་འབྲུང་དེ་བཟངས་སྟོགས་སྟེ། ཐབས་ཀྱི་ལམ་ནས་གདོན་ཕྱིར་འདོན་པ་དང། དེ་ནས་བྱུག་པས་ལུས་གསོ་བར་བྱེད། ཡང་ཆུ་གཟུང་གདོན་ཡིན་ན། མཐའ་འཁོར་མེ་མང་པོས་བསྐྱར་ཏེ། མི་ལས་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་སྐབས། མདའ་གི་སོགས་བཞེད་སྤང་ཚ་བའི་མཚོན་ཆ་ཐོགས་ནས་སྤྱོད་སོད་ཀྱིས་བསྟེན་མོས་གདོན་བསྐྱེད་ཐབས་བྱེད་པ་ཡིན། ལ་ཟས་ཤུགས་མར་སྤེད་ཆང་རྣམས་ཐངས་ཏེ། ཐང་མར་དཀར་མཚོན་བསྟེན། སྤྱོད་ལམ་ཉེ་མི་མི་གཙང་བར་བསྟེན། ཡིད་འོངས་གཏམ་སྟོན་གྱིས་དུས་ཚོད་སྟེལ་བར་བྱ།

ལུས་ཀྱི་ལམ་ནས་བཙེན་ཐབས་ནི། ལྷེ་མང། ག་ལུར། བཟང་དྲུག་ ཚན་དན། ལྷ་ཅི། ལྷས་དཀར་རྣམས་དེ་ཆུར་བསེས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་ལྷུ་བཏུང་བའམ། དེ་རྣམས་དང་སྟོག་ཐམ་ཆང་དང་སྤྲུར་ཏེ། ལུས་བཏུ་བཞིན་གཟུང་གཟུངས་བཙེན་པ་ནི་གཟུངས་ལུས་ཟེར།

གཟུང་ཚོག་ནི། གཟུང་གདོན་གང་ཡིན་ཐོག་མར་ཆུབ་བཞི་འདོན། དེ་རྗེས་གདོན་མ་དཀར་དམར་གཉིས་བཤམ་ནས་ལྷགས་དང་ཕྱ་རྒྱས་བྱིན་གྱིས་ཐབས་པ་དང། ལྷ་ལྷུ་ལྱི་དུ་བ་གདུག་ཅིང་ལྷགས་གང་མང་བསྐྱེད་བཞིན་གཟུང་གདོན་སྤྱིན། དེ་ནས་སྤང་གཤེན་ཐེག་པའི་ལྷགས་ལྷར་དཀོལ་ཐབས་བྱེད་ཅིང། གཡམས་པས་དཀར་གདོན་གཡོན་པས་དམར་གདོན་ཐོགས་ཅིང། གཟུང་ལྷགས་བསྐྱེད་བཞིན་འེ་བུར་རམ་མཐོ་སར་བསྟུལ། ལུས་དུ་ཤིང་ལེབ་ཞིག་ནད་པའི་ཆུབ་ཏུ་སྤྱོད་དེ། སྤྱོད་ཤིང་ལེབ་ལ་བཅེག་ཅིང་སྤྱོད་ཆ་དེ་དུས་གཏམ་ལེན་གསང་པོར་སྤྱོད་ཐབས་ལེན་ན།

དེའི་དགོང་མོར་བྱང་བཀོལ་གྱི་རིམ་པ་ནི། སྤང་ཆུ་སྟུག་པའི་མཐའ་ཐོག་ན་གཟུང་བརྟུང་གྱི་གཟུགས་དང་ལ་དོག་མ་ཚོར་བར་ལ་ནང་བསྐྱར་ཏེ་བཤམ། སོ་སོའི་གཟུང་ལྷགས་དང་མེད་རྣམས་རྒྱན། རད་པ་ལོ་རང་དང་འདྲ་བའི་སྐྱ་སྤུང་ལ་བྱང་ཐག་ཚོད་མར་གྱིས་བཅིངས་ཏེ་བཞག། སྤང་བའི་ཕྱོགས་བཞིར་མར་མེ་བཞི་སྤར་ཏེ། ལྷགས་བཟངས་ཀྱི་གཟུང་ལྷགས་བརྒྱ་ཙ་བརྟུང་བསྐྱེད་རྗེས་བྱང་ཐག་བཅད། གཟུང་བརྟུང་སོ་སོའི་སྤོང་པོ་རྣམས་བརྒྱ་ཙ་བརྟུང་རེ་བསྐྱེད་བཞིན་སོ་སོར་བཀོལ་ནས། ཐོ་རངས་རྒྱུག་ཆུའི་སར་བསྟུལ། བྱང་ཐག་ཆུར་བསྐྱར་རྗེས་སྤོང་རྣམས་དེར་བྱོ་བར་བྱ། དེ་ལྟར་གཟུང་ཚོག་དང་བྱང་བཀོལ་རྣམས་དུས་རམ་ཞིག་བྱེད་ཅེ་ན། གཟུང་རྒྱ་དུས་བརྟུང་པོ་གང་རུང་གི་ཉེན་མོར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

གཟུང་བཙེན་དེ་ལྟར་བྱས་རྗེས་ཕྱིར་མི་ཐོག་པའི་ཐབས་ལ། དང་པོ་གཟུང་གདོན་གྱིས་ཟེན་དུས་ཀྱི་ཚོས་གངས་དེའི་ནད་གི་རྒྱ་དུས་བརྟུང་གང་རུང་ཐོག་ “བོང་བྱའམ་ལྷག་རོན་གསོན་པོ་གདོན་མ་དང་སྤོང་སྤྱོད་དུ་བཏང་ཞིང། རད་པ་སོས་ནས་པ་མང་ལོང་བྱ་དང། ལྷ་མེན། གཟུང་ཡི་གཟུགས་ཙན་ལུས་ལ་འདོགས་པ་དང། ལྷར་དཀར་ལ་གོང་གི་གཟུང་ལྷགས་རྒྱབ་སྟེ་དར་དཀར་ཙ་བཏུམ་ཏེ་སྟེ་ཙ་བཏུགས་ན། ལྷས་སུ་གཟུང་གདོན་མི་འཁོར་བའི་རྗེས་གཙོད་ཡོད། ”

གདུག་པ་སྤེན་གདོན་ནད་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་བཙེན་ཚམ་ཡོད་ཀྱང། དེ་དག་གི་རྒྱ་གཙོ་བོར་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྒྱ་མེར་བྱེད་ལ། རྒྱུན་ཞེ་སྟེ་བཙེན་མར་སྤུ་ལ་ཐོག་ཐུག་སོང་བའི་རྣམ་སྟོན་དང། འཕྲལ་དུ་གཞོན་པ་སོང་བའམ། ཟས་སྤྱོད་མི་འཕྲོད་པས་འདུ་བ་འབྱུགས་པ་ལས་རྒྱ་མེར་ནག་པོ་ལུས་ལ་རྒྱས་པ་ཡིན་པས། དེའི་བཙེན་ཐབས་ནི། ལུས་ལ་གདོན་མ་འབྱོར་སྤོང་དང་གཞོན་བཞིན་པའི་རྣམས་བསྐྱེད་ཐབས་དང། ལྷགས་ཟེན་པ་དག་ཕྱིར་དབྱེད་ཐབས་གཉིས་གཙོར་བཟུང་སྟེ་བཙེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤེན་གཉེན་པོ་ཀ་ཙ་ན་ཞེས་བྱ་ལུང་ལ་གོ་བ་དང།

“ཡི་དམ་ལྷུང་ནག་དང་ལྷུང་དམར་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་ལྷགས་པའམ། དེའི་འཛོལ་བསྐྱེད་བཟང་ཞིང་ས་རྒྱ་སོགས་ལ་ལྷགས་ནས། ལུས་ལ་བྱུག་པའམ་ལོང་དུ་བཏང་བ་སོགས་བྱེད་ན། ལྷ་གདོན་འགོག་ཅིང་འཕེལ་རྒྱས་བྱིན་པའི་རྒྱ་མེར་རྣམས་རྨང་རྣམས་སྐྱེས་པར་བྱེད། ” བར་དུ་ལྷགས་དུས་དབྱུང་ཐབས་ནི། ཐོག་མར་ཙ་དང་སྤུ་གུའི་ལམ་ནས་རྒྱ་མེར་རྣམས་སྤུང་བ་དང། རྒྱ་མེར་སྤོང་གསུམ་གཙོས་པའི་བསྐྱེད་དག་གིས་བཤམ་སྤུང་རྒྱུ་དུ་བྱ། ལ་ཟས་དཀར་མངར་ཙལ་སྤྱར་ཚོ་སྟོགས་ལྷག་དང་རྒྱ་མེར་བསྐྱེད་པའི་ཟས་རྣམས་སྤུང་འབྱུང་ལ་དང། ཤ་གསར། ཤ་སྐྱམ་ཡིབ་ཐོ། ལྷ་བྱུག་ ཆབ་ཚ་པོ། ཆང་བཞིངས་པོ་རྒྱ་གང་མོར་བྱུག་ནས་བསྐྱེད། སྤྱོད་ལམ། བྱང་མེད་དང་དྲུག་ལུས་ཀྱི་ལམ་བྱེད་པ། ཉེན་གཉེན་ལོག་པ། མི་གཙང་གཉན་པའི་ཐབ་གཞོབ་སོགས་འཛོམ་བྱ་དང། དེ་ལས་སྟོག་པའི་ཡིད་འོང་གི་སྤྱོད་ལམ་དང་དུ་ལེན་པར་བྱ། སྤོང་སྤོང་གཙོ་ཆེར་རྒྱ་མེར་སྐྱེས་པའི་ཐང་བྱེ་རེལ་ལྷ་ཚེ་གྱ་སྤོང་མར་ལུས་བཙེན་དགོས་ཀྱང། དེའི་ནད་ནས་གལ་གནད་ཆེ་བའི་སྤོང།

