



བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལས་བསྐྱུ་མཉེ་ལག་ལེན་བྱེད་ཐབས་ཚུང་འཚོར།

སྐྱོན་རམས་པ་ཚུལ་བྲིམས་སྐལ་བཟང་།

བོད་ཀྱི་སྐྱོན་རྩིས་ཁང་།

བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་འཇམ་དཔལ་དཔལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དོ་སྙིང་མདོར་བསྟུན།

- བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྲོད་པ་འདྲི་མེད་འགྲོ་བ་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲོས་དང་ཁོར་ལུག་གི་ཆ་རྒྱུན། གནམ་གཤེས་ཀྱི་འགྲུར་སྤོང་སོགས་ཕྱི་རོལ་ལུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་མའི་དབང་གིས་བོད་མི་རྣམས་སྤྲོ་ཤིང་དོན་གོ་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་གྱུར་ཏེ་རིམ་པར་འཕེལ་ཞིང་དར་བ་ལས་རི་དྲགས་རྗེན་པ་སོགས་རང་འཚོའི་ཤེས་བྱ་སྤྲོ་མོ་ནས་མགོ་ཚུགས་ཏེ་རིམ་བཞིན་རང་བྱུང་ཁམས་རྒྱུས་ལོན་དང་། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་བྱ་དངོས་ཡོད་ཚད་ལ་ཉོན་པོ་ཞིག་ཞེས་ཀྱི་སྒོ་གོས་དར་ཞིང་ཇི་རྒྱུས་སུ་བྱེན་པ་དང་སྤྱོད་པ་མཚུངས་། ༡) ཟས་མ་ཞུ་བའི་སྐབས་ཚུ་ཚན་འབྲུང་བ་དང་། ༢) མར་ཁྱུ་མ་ཁ་ནས་སྤོང་བའི་བྲག་གཙོང་པ། ༣) དགས་གོས་ཀྱིས་དྲོད་སྤྱང་བ། ༤) ཚོ་བའི་ནད་ལ་སྐར་ཚུ་བསྟེན་པ། ༥) མཁལ་གྲང་ནད་ལ་སྤང་མས་བདུག་རྒྱག་པ། ༦) ཚད་པས་སྤངས་པར་ཚུ་རྗེ་གྲང་མའི་བདུག་པ། ༧) རྣམ་ནད་ཀྱིས་དབང་པོ་ཉམས་པ་ལ་མ་ཁྱུ་བཙོས་པ་སོགས་སྤྱོད་ལམ་དང་ཟས་པན་གཞོན་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤང་སྤང་ཤེས་པ་

འཇམ་དཔུང་བསྐྱེ་མཉེའི་ངོ་སྤྱོད།

བསྐྱེ་མཉེ་ཞེས་པ་དང་གི་ཆར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་མིང་ཚོག་ཅིག་གྱུར་འབོད་ཅིང་། ལྷན་གཞུང་ནང་དུ་ནང་
བཅོས་ཐབས་སྐབས་བསྐྱེ་མཉེ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ཐེངས་མང་པོ་བཤེས་སྤྱོད་གནང་ཡོད་ལ། ལྷིང་
བསྐྱེ་བ་དང་བྱུག་པ་གཉེས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། མཉེ་བ་ནི་པགས་པ་སོགས་མཉེ་བའི་
དོན་ཡིན། ལྷིང་རྒྱུད་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཕྱི་རྒྱུད་འཇམ་དཔུང་ལེ་ཚན་དུ་བྱུགས་པ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་
ཐུན་མོང་ཞིག་ཡིན། འོང་གྲང་བྱུག་པ་ལས་བསྐྱེ་མཉེ་བྱེད་ལས་སོགས་ལྷིང་དོན་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་ཡོངས་
གྲགས་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་པར་གདོན་མི་བ། བསྐྱེ་མཉེ་ཞེས་པ་ནི་འབྲུ་མར་དང་རྩི་མར། ཚེལ། ཞག་
སོགས་སྐྱུ་མ་རིགས་ཀྱིས་ལྷན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཡན་ལག་སོགས་ལ་བསྐྱེ་ཞིང་བྱུག་པ་དང་མཉེ་བའི་
ཐབས་ཀྱིས་རྒྱུད་ནང་སོགས་སེལ་བ་ཞིག་ཡིན། ལྷིང་པོ་བསྐྱེས་པ་ལས། ལྷན་མར་རྒྱུད་དང་ཚེལ་ཏིལ་
མར། །སྐྱུ་རྣམས་ཀྱི་ནི་མཚོག་རིམ་འདོད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷན་ལྷན་མར་དང་རྒྱུད་མར། ཏིལ་མར་
སོགས་ལྷན་ལ་བྱུག་ཅིང་མཉེ་ན་རྒྱུད་འཇོམས་པ་དང་ལྷན་མཉེན་པར་བྱེད་པ། དབང་པོ་གསལ་བ་



སོགས་ཀྱི་ལས་མཚོག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷིང་པོ་བསྐྱུས་པ་ལས། དེ་ལ་སློབ་དཔྱད་ཡིད་
གཞུངས་སོགས། །འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཞུན་མར་བསྐྱུས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།
།བྱུག་པ་བྱ་བའི་དུས་ལ་ཡང་དབྱར་དགུན་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་འབྱེད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། ལྷིང་པོ་བསྐྱུས་
པ་ལས། ཏིལ་མར་དབྱར་པན་ཞུན་མར་ནི། །དབྱར་མཐའ་དེ་བཞིན་དབྱིད་ཀྱང་བསྐྱུས།
།ལྷན་མོང་དུས་ལ་སྐྱུམ་རྣམས་ནི། །ཉིན་མོ་ཉི་མ་གསལ་ཆེ་བསྐྱུས། །རིངས་ལ་དགུན་ཡང་
ཏིལ་མར་བཏང་། །ཚ་བའི་དུས་སུའང་མར་ཚན་གཏང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་།
དེ་བཞིན་དུ་སྦྱོང་སོགས་ཀྱི་སློབ་འགྲོ་ལ་ཡང་བྱུག་པ་འདི་ཉིད་བསྟེན་དགོས་པར་བཤད་དོ།།

སྒྲོན་འགྲོའི་བརྟག་ཐབས།

ཐོག་མར་ནད་པའི་ལྷན་ཁམས་ཀྱི་འབྲུང་འཕྲོད་དང་གཟུང་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་གྱི་དུས་ཚེས་
འདེམ་པ་དང་། གཟུང་སྐར་རྒྱ་ཕྱོགས་ལ་བརྟུ་བ། བྲག་ཤེད་དང་སྒྲིང་ཁམས་ལ་བརྟག་དབྱད།
ཅུ་ཅུ་ལ་བརྟག་དབྱད་བྱ་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྲག་ཤེད་དང་སྒྲིང་ཁམས་སོགས་ལ་
བརྟག་དབྱད་བྱ་དགོས། དེ་བཞིན་སྤུང་ཚོགས་ནད་ཆམ་རིམས་དང་། ཚ་བའི་ནད། ལྷན་ཚ་
དྲོད་ཆེ་བ། མཚེན་ཚད། བྲག་མཁྲིས་ནད་རིགས་སོགས་ལ་གཟུང་སྐར་བརྟག་དབྱད་བྱ་དགོས།
དེ་བཞིན་སླ་གནས་ཡོད་སར་ཕྱར་མཉེ་བྱ་མི་རུང་གཟུང་དགོས་པ་ཡིན། སླ་གནས་འཕོ་ཚུལ་
མི་འདྲ་བའི་ལྷན་ཁམས་མང་ཞིང་སྦྱར་བཏང་བདེ་བ་རྒྱས་པར་མཚོག་དུ་གྱུར་པའི་གདམས་ངག་
ལ་དཀར་ཕྱོགས་ཚོས་གཅིག་ནས་བརྟུ་ཏེ་སྦྱོར་བ་རྣམས་བྱང་སེམས་རྒྱང་མའི་དབང་གི་
གཡོན་དང་བྱེད་རྣམས་བྱང་སེམས་རོ་མའི་དབང་གིས་གཡས་སོ།།

བསྐྱ་མཉེའི་བྱ་ཐབས་ཀྱི་ཡོ་བྱད།

བསྐྱ་མཉེ་བྱེད་སྐབས་ཆ་རྒྱུན་ཐོག་མར་བསྐྱ་མཉེ་བྱེད་སའི་ཁང་པ་དེ་གཙང་ཞིང་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་ལ་
ལུ་སིམ་པོ་འམ་དབེན་པ་སྤྱིའི་སྐྱ་འགོག་པ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆ་གང་སྟོམ་པའི་བསྐྱ་མཉེའི་
ཁང་པའི་ནང་དུ་དང་དུས་ཀྱི་འཕྲོད་བརྟེན་གྱི་དགོས་མཁོའི་ཚུ་ཚ་བོ་སོགས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ལྡན་པ་ཞིག་ངེས་
པར་དགོས། རྒྱ་གྲིང་ལས་སྐྱབ་པའི་བསྐྱ་མཉེའི་མལ་བྲི་ཞིག་བཟོ་དགོས། སྤྱིར་བཏང་བསྐྱ་མཉེའི་མལ་བྲི་
སྐྱ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་ཡོངས་གྲགས་བསྐྱ་མཉེའི་མལ་བྲིའི་ཚད་ལྡན་གྱི་ཚད་གཞི་ནི། མཐོ་ཚད་ ༧༩ cm. དང་།
དཀྱིལ་ཚད་ ༥༧ cm. དང་། ཞིང་ཚད་ ༤༠ cm. དང་། མཐུག་ཚད་ ༡༨ cm. ཞིག་དགོས། སྐྱམ་
འབྲུག་བྱ་རྒྱུའི་སྐྱམ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེགས་དགོས། སྐྱམ་ཚ་བོ་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་སྣོད་ཆེ་ཚུང་གཉིས་དང་། སྐྱམ་
སྣོད་པོར་བ་ཆེ་ཚུང་གཉིས། མེ་ཐབ་ཆ་ཚད་ཞིག་བསྐྱ་མཉེ་བྱས་རྗེས་ལུས་བདུམ་ཆེད་གྲོན་ཆས་ཨ་ཙོར་
བཞི་དགོས།



སྟོན་འགྲེའི་སྟུག་གོན།

བསྐྱུ་མཉེའི་སྐྱུ་འོད་ཚ་དྲགས་པ་མིན་པ་དྲོད་སྟོམས་པར་སྟོས་དགོས། དེ་ནས་སྐྱུ་ཞབས་
པའི་ལག་པས་དྲོད་བཟོད་ཐུབ་ཚད་ཅམ་བཟོ་དགོས། འཇམ་དབྱུད་པས་ནད་པའི་ལག་ངར་
མཚམས་སུ་སྐྱུ་ཅུང་ཟད་བྱུག་ནས་ནད་པར་སྐྱུ་འཕྲོད་མི་འཕྲོད་བརྟག་དགོས། དེ་ནས་ཨ་
ཙོར་ཚུ་དྲོད་འཇམ་ཞིག་ནང་སྤང་ཉེ་བཙོར་ནས་ནད་པའི་རྐང་པ་གཙང་མ་དཀྱུ་དགོས།
སྐྱུ་པའི་ལམ་སྟོན་བཞིན་སྐྱུ་ཞབས་པས་སྐྱུ་སྐྱེའི་གཟུངས་སྟུགས་འདོན་ནས་བསྐྱུ་མཉེ་
ལག་ལེན་དངོས་སུ་བྱ་དགོས།

ལུས་ཀྱི་སྣོད་སྤངས།

- ༡ ལུས་སྣོད་དྲོང་པོར་རྐང་པ་སྐྱེལ་རྒྱུ་དུ་བསྐྱེད་པའམ། ཡང་ན་རྐང་པ་གཉིས་རྐང་པ་དང་། རྩི་གཙུག་མཚོག་མ། སྤྱད་སྒོ། རྩི་འབྲིལ། བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚོམས། རྐང་ལག་གི་མཐིལ་བཞི་ལ་རྩ་ཏེ་དུགས་པ་སྐྱུ་སྣོད་འཇམ་མནན་ཏེ་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ་དགོས།
- ༢ ལུས་ཀྱི་མདུན་དུ་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ་དགོས་སྐབས་གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་དགོས།
- ༣ གཞོགས་གཡས་པ་སང་གའི་ཉལ་སྤངས་བཞིན་དུ་སར་ཕབ་སྟེ་སྣོད་པ།
- ༤ གཞོགས་གཡོན་པ་སང་གའི་ཉལ་སྤངས་བཞིན་དུ་སར་ཕབ་སྟེ་སྣོད་པ།
- ༥ ལུས་རྒྱབ་དུ་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ་དགོས་སྐབས་ཁ་སྐྱབས་སྟེ་ཉལ་དགོས།

བསྐྱེ་མཉེ་གསང་དམིགས་བསྟན་པ།

མགོའི་གསང་དམིགས། ཀེ ལྷག་པའི་སྤྱད་སློ། རེ སྤྱི་གཙུག་སྤྱ་འབྱིལ། མེ མཚོག་མའི་འདུས་སོ། ་ལེ ལྷག་པའི་སྤྱ་འབྱིལ། ཡེ ར་བྱང་།

ལུས་སྤྱད་ཡན་ལག་གི་གསང་དམིགས། ཀེ མཐེ་བོང་སྤྱ་སྤྱེས། རེ རྟིང་པའི་དྲེགས་མཚམས། མེ ཀླང་པའི་བྱི་ལོང་། ་ལེ རང་ལོང་འཕར་ཅ། ཡེ ངར་གདོང་གི་ཚུ་བ། མེ ལྷ་ངའི་འོག་བྱ་རོག་མིག ཡེ བརྒྱ་ཡི་བྱི་སུལ། རེ དབྱི་མིག

ལུས་སྤྱོད་ཡན་ལག་གི་གསང་དམིགས། ཀེ སྤོན་ལག་ཚེ་མོ། རེ སྤོན་ལག་ཚོགས་གསང་། མེ ལག་པའི་མཐིག་མའི་གསང་། ་ལེ དདུང་མགོའི་གསང་། ཡེ དདུང་འཇུ་མ་གྱི་གསང་། རེ དདུང་གཤོང་གསང་། མེ དདུང་པའི་བྱི་རང་སྤོའི་གསང་། ཡེ སོག་དགྱིལ་གཡས་གཡོན་གྱི་གསང་། རེ ཚ་དཀར་གྱི་གསང་།



ལྷ་གྱི་རྒྱ་བ་གསང་། ཀྱི་རྒྱ་བ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་མཐོ་མཐོ་གསང་། ཀྱི་བད་ཀར་གྱི་གསང་། ལྱི་རྒྱ་
 མཐོ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་བུ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་རྒྱ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་གསང་། རྒྱ་མཐོ་
 རྒྱ་གསང་། ལྱི་མཐོ་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།
 ཀྱི་བསམ་སེལ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།
 ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།
 ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།
 ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།

ལྷ་གྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་རྒྱ་བ་མཐོ་གསང་། ཀྱི་བད་ཀར་གྱི་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།
 ལྱི་རྒྱ་བ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་གསང་། ཡི་རྒྱ་བ་གསང་།
 རྒྱ་མཐོ་གསང་། ལྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་། ཀྱི་མཐོ་གསང་།

བསྐྱུ་མཉེ་བྱེད་ཐབས།

དང་པོ། མནན་པ་གཉིས་སྟེ། ཀུ་ཇོ་ཉི་དུགས་པའི་མནན་པ་དང་། ཤེ་ལག་པའི་མནན་པ་གཉིས།

ཀུ་ཇོ་ཉི་དུགས་པས་མནན་ཡུལ། ཇོ་ཉི་དུགས་པ་དེ་
སྐྱུ་ནང་དྲོད་འཇམ་བསྐྱོས་ནས་ཚུང་ཟད་ནད་
པའི་ལུས་ཀྱི་དོན་སྣོད་དབང་པོ་རྣམས་དང་འབྲེལ་
བའི་གསང་དམིགས་སོ་སོ་དང་། ཚུ་འཆུས་པ། ཚུ་
འགགས་པ་སོགས་ཀྱི་གཟེར་མིག་གང་ཡོད་སར་
མནན་དགོས། བྱེད་པར་དུ་མགོའི་གསང་དམིགས།
མདུན་གསང་གཙོ་ཆེ་བ། རྒྱབ་ཀྱི་གསང་དམིགས་
སོགས་ལ་མནན།



༢ ལག་པའི་མཐེ་བོང་སོགས་ཀྱིས་གནན་སྟངས།

དོན་སྣོད་དབང་པོ་རྣམས་འབྲེལ་བའི་གསང་
དམིགས་སོ་སོ་དང་། ཚ་འཆུས་པ། ཚ་
འགགས་པ་སོགས་ཀྱི་གཟེར་མིག་གང་ཡོད་
སར་ལག་པའི་མཐེ་བོང་དང་ལག་མཐེལ། སྲ་
ཚུར། ལག་པའི་གྲུ་མོ། སྤུས་མོ་སོགས་ཀྱིས་
དང་པོ་ཚུང་བཟང་མཐོན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་
ཤུགས་ཆེ་ཏུ་མནན་ཏེ་བྱུག་གཟེར་ཐེངས་ཁ་
ཤས་སྟོངས། དེ་ནས་མུ་མཐུད་ཚ་ལམ་གྱི་དྲང་
ཕྱོགས་སུ་འདེད་པའམ་ཡང་ན་གསང་
དམིགས་བསྐྱར་ཞིང་མཉེས།



གཉིས་པ། འདེད་སྒྲངས་གཉིས་སྒྲེ། ཀྱི་རྩ་ཉི་དུགས་པས་འདེད་པ་དང་། ཤེ་མཐེ་བོང་དང་མཚུ་
མོ་སོགས་ཀྱི་འདེད་པ།

༡ རྩ་ཉི་དུགས་པས་འདེད་སྒྲངས། ལུས་ཀྱི་གསང་
དམིགས་དང་ནད་དམིགས་བསྐྱར་ཞིང་མཉེ་བ་
དང་ནད་དམིགས་གཟེར་བ། བྲག་རླུང་སོགས་
ཀྱིས་རོ་སྒོད་དང་སྒྲིང་སྒོག་གཟེར་བའི་རིགས་ལ།
ནད་པ་ཁ་སྐྱབས་སུ་སྒྲུལ་ལ། རྩ་ཉི་དུགས་པ་དེ་
སྐྱུམ་དྲོ་འཇམ་ནད་བསྐྱོས་ཉེ་ཕྱག་གོང་ནས་
སྐྱེད་ཚོགས་བར། སྤར་དུ་བྱུགས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་
འདེད་དགོས། ཡང་བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་
མཚམས་ཀྱི་སྒྲིང་སྒོག་གི་གསང་ལ་གཟེར་ལངས་
ན་སྐྱེ་སྒོང་ནས་སྤར་དུ་འཕྱར་འདེད་བྱོས།



ལག་པའི་མཐེ་བོང་དང་མཚུབ་མོ་ལག་མཐེལ་སོགས་ཀྱིས་འདེད་སྟངས། ལྷུས་ཀྱི་མདུན་གྱི་གསང་
དམིགས་དང་། རད་དམིགས་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་མཉེ། རད་པ་གན་རྒྱལ་སྟལ་ཏེ་སྟེན་ཞབས་པའི་ལག་མཐེལ་
དང་མཚུབ་མོས་བྲང་ག་ཞུང་ནས་ཕོ་བའི་གསང་གནས་དང་རྒྱ་གསང་བར་ཐུར་དུ་ཤུགས་ཅུང་བཟང་གྱི་
འདེད་དགོས། དེ་ནས་ལྷུས་སྟེང་རྒྱང་པའི་སྐྱུ་སྐྱེས་ནས་ངར་མདོང་། བརྒྱའི་ཕྱི་ནང་། སྐྱེད་པ་བར་གྱེན་
དུ་ཤུགས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་འདེད་དགོས། བྲག་རྒྱང་སོགས་ཀྱིས་རོ་སྟོང་དང་སྐྱེད་སྟོག་གཟེར་བའི་རིགས་
ལ་རད་པ་ཁ་སྐྱབས་སུ་སྟལ་ལ་འཇམ་དཔུད་པའམ་སྟེན་ཞབས་པའི་ལག་མཐེལ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྲག་གོང་
ནས་སྐྱེད་ཚོགས་བར་ཐུར་དུ་ཤུགས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་འདེད་དགོས། དེ་བཞིན་ལྷུས་སྟེང་གྱི་ཉིང་པ་ནས་ཉུ་
རིལ་ཤ་སྐྱེམ་དང་།



བཟོ་བྱེད་ཀྱི་དཔྱད་སྒྲུབ་ལྟར་དུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་འདེད་དགོས། ཚུ་དཀར་གྱིས་རྐང་ལག་
ན་བ་དང་། ལྷན་ངལ་བའི་ཚོར་བ་བྱུང་ན་ནད་པ་ཁ་སྐྱབས་སུ་ཉལ། དེ་ནས་འཇམ་དཔུང་
པའམ་སྐྱན་ཞབས་པའི་ལག་གཡོན་གྱིས་ནད་པའི་ཐོད་པ་ནས་སྐྱོར། གཡས་པའི་མཐེ་བོང་
དང་མཚུབ་མོ་གཉིས་གྱིས་ལྷག་པའི་སྐྱེད་སྐྱོན་གཡས་གཡོན་དང་། སྐྱོའི་སྐྱེ་གསང་དེ་དག་
ལྷན་སྐྱེས་མནན་ཏེ་ཅུང་ཟད་བསྐྱད། དེ་ནས་སྐྱོད་ལ་སྐྱེ་མཛིང་ནས་རིམ་བཞིན་ཐུར་དུ་
འདེད། དེའང་དང་པོ་རྒྱབ་གཞུང་སྐལ་ཚོགས་གཡས་གཡོན་གྱི་འགྲམ་ནས་ཐུར་དུ་ཐེངས་ཁ་
ཤས་འཐུར་འདེད་བྱ། དེ་ནས་དཔུང་སོག་གཡས་གཡོན་དང་། ཚེབ་ལོགས་གཡན་གཡོན་
ཕྱོགས་སུ་ཡང་ཡང་འདེད་དགོས། དེ་ནས་དཔྱེ་མིག་ནས་བཟོ་ཡི་རྒྱབ་ངོས་བརྒྱད་སྐྱེད་ཁུང་
དང་ཉིང་པའི་ཚུ་བ་རྣམས་ཡང་ཡང་འདེད་ཅིང་མཉེས། དེ་བཞིན་དུ་བཟོ་ཡི་མདུན་ཕྱོགས་
ནས་ཀྱང་བྱ། དེ་ནས་ཕྱག་གོང་ནས་ཐུར་དུ་དཔུང་པའི་གཞུག་རྒྱབ་ཕྱོགས་བརྒྱད་མཚུབ་ཚེ་
བར་མར་འདེད་པ་དང་། སྐར་ཡང་མཚུབ་ཚེ་ནས་མཚན་ཁུང་བར་དཔུང་པའི་ནང་ལོགས་
བརྒྱད་ཡར་འདེད་དགོས།

གསུམ་པ། ལྷ་ས་ཀྱི་རྩ་ལམ་འཕུར་མཉེད་བྱེད་སྐྱོད་སྒྲུང་སྒྲུབ།

མགོ་བོ་དང་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཚུ་རྩ་ལམ་རྩ་དཀར་
གྲིས་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱི་ཤུགས་ཟད་དེ་བྱེད་
ལས་ཉམས་པ། ཡང་ན་རྩ་ཕྱན་རྣམས་ལ་རྒྱུད་
ཁྲག་རི་བཞིན་རྒྱ་མ་རུས་པར་བྱུག་གཟེར་
ལངས་ན། ལག་པའི་མཐོ་བོད་དང་མཚུབ་མོ།
སུ་ཚུར་སོགས་གང་ལ་གང་འཚམ་རིག་པས་
དཔྱད་དེ། ལྷ་ས་ཀྱི་རྩ་ལམ་གཡས་གཡོན་དུ་
དལ་བུས་འཕུར་མཉེད་བྱེད་དགོས།



བཞི་པ། ལྷན་འཕུར་མཉེན་བྱེད་སྒྲུབ་ལ།

ལྷན་མཉེ་སྒྲུབ་གཙོ་བོ་ནང་པ་ཁ་སྐྱབ་སྒྲུབ་ནས་ལག་མཐེལ་དང་མཚུབ་མོས་རྐང་མཐེལ་དང་། རྐང་འཇུབ་སྐྱ་སྐྱེ་ཡོད་སར་མཉེས་དགོས། དེ་ནས་རྐང་པའི་མཐེ་བོང་ནས་བརྒྱུད་ད་གདོང་གཡས་གཡོན། ལྷན་ཚོགས་དང་། བརྒྱའི་བྱི་ནང་དཔྱི་སྒོ་བར་གྱུན་དུ་བྱུག་ཆེ་བས་འཕུར་གཉེན་བྱས་ཐྱབས་འཁོར་རྒྱུགས་སྟོམ་ཞིང་། ལྷན་འཇུག་པ། རྩ་དཀར་ནད། ས་བོན་འཇོག་པ། རྐང་ནད་རུས་པར་ཞུགས་པ་སོགས་ལ་ཕན། དེ་ནས་རྒྱ་ཞབས་ནས་ཕོ་བའི་མེ་གསང་དང་། སྐྱན་གསང་། མེ་མཉམ་གསང་བརྒྱུད་དེ་བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚམས་སྐྱད་ཕྱོགས་སུ་གཡས་སྒོར་གཡོན་སྒོར་འཕུར་མཉེན་བྱེད་པས་མ་ཞུ་བ་དང་། ཕོ་བ་སྐྱོ་འཁྲོག་བྱེད་པ། བཤང་བ་འགག་པ། སྐམ་གཟེར་བྱེད་པ་སོགས་རྒྱ་ལོང་གི་ནད་རིགས་རྣམས་ལ་ཕན། རང་པ་གན་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུལ།



ལག་མཐེལ་གཉིས་གཡས་དང་གཡོན་བསྐྱར་དུ་ཕོ་བ་ལ་སྤྱི་ཐེངས་འགར་བྱ། དེ་ནས་ལག་མཐེལ་གྱིས་དེ་བཞིན་བྱ་སྤྱོད་ཕོ་བ་ལ་ཚ་དྲོད་སྤྱོད་བ་དང། ཕོ་བའི་དར་ཤ་ལ་སྐར་མོས་གཅིར་ཏེ་རིམ་བཞིན་ཕོ་བའི་སྤོད་ནས་གཞོགས་གཡོན་ཕྱོགས་དང། དེ་ནས་སྤྱོད་འོག་བརྒྱད་གཡས་ཕྱོགས་སུ་ལག་པ་བརྗེ་རེས་གྱིས་གཅིར་ཏེ་བསྐྱར་བ་ཐེངས་གསུམ་བྱ། མཐར་ལག་པའི་སྐར་མོ་སྤྱོད་པའི་སྤོད་དུ་བཀའ་སྤྱོད་རྩལ་ཟད་མནན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལག་པས་ཕོ་བ་དང་བཅས་པ་གཡས་བསྐྱར་དུ་ཐེངས་འགར་སྐྱུག་སྤྱོད་བཞག་དགོས། དེ་བཞིན་ནད་པ་ལ་སྐྱབས་བསྐྱེལ་ནས། སྐར་ཞབས་པའི་ལག་མཐེལ་གཉིས་ནད་པའི་རྐང་མཐེལ་དང། ཏིང་པའི་རྒྱབ་རྒྱ་བ་བརྒྱད་ནས་བརྒྱའི་སྤྱི་ནད་དང། དམྱེ་མིག་སྤོད་པ་བར་བྱེན་དུ་ཤུགས་ཆེ་འཕུར་མཉེད་བྱ་དགོས། དེ་བཞིན་དཔུང་པ་གཡས་གཡོན་དཔུང་འཇུ་མ་བརྒྱད་ནས་ལག་པའི་གྲུ་མོ་དང། ལག་ངར། ལག་པའི་མཐོག་མའི་ཚོགས་སོགས་འཕུར་མཉེད་བྱ་དགོས། དེ་ནས་ནད་པའི་ལུས་སྤོད་དང་རྒྱབ་གཞུང་གི་ཚོགས་པ་གཡས་གཡོན་མར་རྒྱབ་གཞུང་བརྒྱད་ནས་གཞུང་རྒྱུང་བར་འཕུར་མཉེད་བྱ་དགོས། དཔུང་སྒོ་ནས་མར་བརྒྱད་སོག་དཀྱིལ་དང་རྩེབ་མའི་སྤོད་བརྒྱད་དེ་ལུས་སྤོད་གཞུང་རྒྱུང་བར་འཕུར་མཉེད་ཡང་ཡང་བྱེད་དགོས།



བྱུག་པ། ཡན་ལག་འཐེན་སྟངས།

གོང་བཞིན་སྐྱོན་པའི་ལམ་སྟོན་འོག་འཇམ་དབྱུང་པས་ལྷུས་འཕུར་མཉེ་བྱ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་
དེ་དག་མནན་པ་དང་། འདེད་པ། བརྒྱུད་པ། མཉེ་བ་སོགས་བྱས་རྗེས་སྐྱོན་ཞབས་པའི་ལག་
པ་གཉིས་ཀྱིས་ནད་པའི་རྒྱུ་པའི་རྩེ་དང་རྩིང་པ་བརྒྱུད་ནས་འཐེན་འཐེན་ཐེངས་འགའ་
བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་ལག་པ་མཚུ་བ་མོ་མཐེ་བོང་སོགས་དང་། རྒྱུ་པའི་སོར་མོར་དང་རྩིང་
པ་སོགས་ཐེངས་འགའ་རེ་འཐེན་ནས་ནད་པར་གོས་གཡོག་སྟེ་སྐར་མ་ལྔ་ཅམ་སྟོང་སྟོང་
བཞག་དགོས།



བདུན་པ། དྲིལ་ཕྱིས་བྱེད་སྣང་ས།

དེ་ལྟར་སྐྱུ་མ་རིགས་འབྱུ་མར་སོགས་ནད་ཁམས་དང་བསྐྱུ་ནས་ལུས་ལ་བསྐྱུ་བྱུག་བྱེད་པ་དང། བྱེད་གཞི་ལ་དམིགས་པའི་གསང་དམིགས་གང་ཡིན་རུང་དེ་ལ་ཕན་པའི་སྐྱུ་ལྱུག་ལ་ལག་པས་ལེགས་པར་མཉེ་བའམ་འཕྱར་ཏེ་སྐྱུ་གསང་དམིགས་ལ་ཐིམ་པ་དང་སྐྱུ་ཕྱིས་འབྱེད་བར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་བསྐྱུ་མཉེ་བྱེད་པ་དང་མཉེས་ཚར་རྗེས་སྐྱུ་ཕྱིས་ཕྱིས་ཏེ། དེ་ཡང་དྲིལ་ཕྱིས་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་པར། དྲིལ་ཕྱིས་བད་ཀན་སེལ་བ་དང་། ཚིལ་ནི་རབ་ཏུ་བྱུ་བྱེད་ཅིང་། །ཡན་ལག་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དང་། །པགས་མདོག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མཚོག་ཅེས་དང་། བཤད་རྒྱུད་ལས། དྲིལ་ཕྱིས་བད་ཀན་སེལ་ཞིང་ཚིལ་འཇུ་བྱེད། །པགས་གསལ་ཡན་ལག་བརྟན་པར་བྱེད་པའི་མཚོག་ཅེས་གསུངས་པས་སྐྱུ་ཕྱིས་ཕྱིས་པའི་དྲིལ་ཕྱིས་བྱེད། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་བྱུག་པས་རྒྱུང་འཛོམས་ཀྱང་མ་ཕྱིས་ན་བད་ཀན་འཕེལ་ཞིང་། དེ་ཡང་རྩམ་པས་མ་ཕྱིས་ན་བད་རྒྱུང་སྐྱེད་ཅེས་ཀྱང་གསུངས་ཤིང་། བསྐྱུ་བ། མཉེ་བ། དྲིལ་ཕྱིས་གསུམ་པོ་ནི་བསྐྱུ་མཉེ་ཀུན་ལ་སྐྱོད་དགོས་པ་ཡིན་ལོ། །



ཇི་གུའི་བྱུག་པ་བྱ་ཐབས།

ཇི་གུའི་བྱུག་པ་བྱ་ཐབས་དཔེ་ཚོན་དུ་གདོང་གི་ཤུ་ཐོར་དང་ངོ་ཁབ་ཁྱེ་མ་གསལ་བྱེད་སྐྱེན་རྒྱ་གོ་བོ་ཁང་
པར་ཆགས་པའི་དུད་པ་དང་། ཡུང་བ་སེར་པོ། སྐྱེར་པ། ཅུ་ཏ། དུག་མོ་ཉུང་རྣམས་དར་བ་དང་སྐྱེར་བའི་
བྱུགས་པས་ཤུ་ཐོར་གདོང་བའི་ངོ་ཁབ་ཁྱེ་མ་པགས་ནད་རྣམས་སེལ། ཡུངས་ཀར་ཤུ་དག་ནག་པོ་རྒྱུ་ཚུ་
སེང་ཕྱོམ་ཞེས་ཞུ་མཁན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱེ་མ་ཚུའམ་བ་ཚུ་སྐྱེར་བས་གདོང་བཀྲ་ཞིང་བྱུགས་པས་ངོ་ཁབ་ཁྱེ་མ་
འབྲུམ་ཐོར་སོགས་སེལ་བ་ཡིན།

