# སྤྱ་འགྲུབ་དེ་གཅ་འཛོན།




ཆོས་རྒྱང་དྲུས་དེབ།

སྒྲིའི་འདོན་ཐེངས་སོ་གསུམ་པ།



ཟླ་ལོ་༢༠༡༧ ཟླ་བློ་ལྟ་པ་དང་དྲུག་པ།



གཏེར་སྟོན་གནམ་ཆོས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ།

Terton Namchoe Migyur Dorje (1645-1667)

# དཀར་ཆག


གཅིག  དུས་གཏམ་དྲངས་གསལ་མེ་ལོང་།

བལ་ཡུལ་ཤར་བའི་སྔོན་འགྲོའི་རྒྱ་ཚོས་སྐབས་དང་པོ། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๑

རིག་གཞུང་དང་ཤེས་ཡོན་བརྗེ་ལེན་གྱི་ལས་རིམ། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๓

གཉིས།  བཅར་འདྲི་རིག་འཛིན་འདུན་གྲོས།

དཔལ་ཡག་ཐོག་ཡག་བཅེགས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๙

གསུམ།  གནད་རྩོམ་དམ་བའི་ཞལ་སྐྱེན།

ལྷ་བཙུན་ཀུན་སྤངས་བའི་ཞུས་ལན། ..... ཨོ་རྒྱན་གཉེར་བདག་གྲིང་པ། ..... ๑๘

བཞི།  ལོ་རྒྱུས་གཉེར་གྱི་སྒྲོམ་བུ།

སྤས་ཡུལ་ཡོལ་མོ་གངས་རའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๑๑

ལྔ།  དོ་སྒྲོད་རང་བྱང་རང་བབས།

རིག་འཛིན་རྣེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་དོ་སྒྲོད་མདོར་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๑๙

མཆོག་སྤྲུལ་གསང་སྡེགས་བསྡུན་འཛིན་གྱི་མཛད་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๒๐

རྒྱལ་སྲས་རིག་བའི་རལ་གྲིའི་མཛད་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๒๕

གནམ་ཆོས་སྤྲུལ་སྐུ་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེའི་མཛད་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๙๓

དྲུག  དབྱད་རྩོམ་རིག་བའི་ཟུ་ཤག

སྔོན་བའི་གསུང་གི་གནད་འགའ་ལ་དེས་ཨ་སྐྱེད་ཚུལ། ..... མཁན་ཆེན་འཆི་མེད་རིག་འཛིན། ..... ๙๕

བདུན།  སྤྲན་རྩོམ་སེམས་ཀྱི་ངལ་གསོ།

འཕྲོ་བའི་ཐུ་མ་ཨོ་རྒྱན་མཆོ་སྐྱེས་རྡོ་རྗེའི་འཁྲངས་སྐར་བསྡུ། ..... སྤྱི་དབྱངས་སྒེས་མོ། ..... ๕๖

བརྒྱད།  ཞལ་གདམས་ཙ་འཐས་འཆིང་ཐོལ།

སྤགས་ཨ་རྟམས་ལ་བན་བའི་ཞལ་གདམས་བདུད་རྩིའི་དགའ་སྟོན། ..... དེལ་མགོ་མཁྱེན་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེ། ..... ๕๙

དགུ།  རྒྱུན་ཤེས་ལས་བཞིའི་བང་མཛོད།

ཚ་ལང་ངམ་སྤྱན་དོ་སྒྲོད་མདོར་བསྡུས། ..... སྡེ་འགྲུར་རིག་འཛིན། ..... ๕๑

# ཚེ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་སྙམ།



ད་ལྟའི་དུས་རབས་འདིར་འཛམ་གླིང་ཧོར་ནུབ་གང་ས་ནས་མི་སྣ་ཚོ་མོ་ནད་བའི་ཚེས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། བདག་ཅག་གི་སྤྱིན་པ་ཐབས་མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་ཁམས་དབང་མོས་བའི་བྱེ་བག་ལ་དམིགས་ནས་ཚོས་ཀྱི་ཐུང་ཚོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྤྱོང་གསུངས་ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་ཡང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་བའི་ཚོས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་བློ་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་དག་ལ་ཐོག་མར་ནས་གསང་སྔགས་རྫོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལྟ་བུའི་ཟབ་གནད་རྣམས་གནང་ཚོག་ཚོག་མི་བྱེད་པ་དང་། གཞན་དབུ་བར་འདུག་མཛོད་སོགས་གཞུང་ལུགས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་དག་མཐའ་རྒྱ་ཆོད་པ་ཞིག་སྤྱང་མ་ཐུབ་ན། ནང་པ་རྣམ་མ་ཞིག་ཚགས་མི་ཐུབ་བའི་ལམ་སྤྱོད་དེ་དག་ཀྱང་ལས་དང་པོ་བ་ཞིག་ལ་འོས་སུ་མ་མཆིས་བ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། དཔེར་ན་བདག་ཅག་གི་སྤྱོད་པས་མདོ་མཛངས་ཐུན་དང་། མདོ་སྡེ་ལས་བརྒྱ་སོགས་ལས་གསུངས་བའི་གནད་དག་ཁ་གསལ་པོ་དང་གོ་བའེ་པའི་ལམ་ནས་སྒོམ་སྤྱོད་གནང་དགོས་བ་དེ་གལ་ཆེ་ཤོས་སུ་ཀྱང་འདུག དལ་ཕྲའི་དུས་འདིར་མི་ཚང་ལ་བྱེལ་བ་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་བ་དང་། མགོ་འགོར་མའི་བྱ་དངོས་ཀྱང་ཅང་མངས་བས་དུས་ཚོད་ཏ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་ལ་སྒོམ་གཉེར་བྱ་རྒྱའི་སེམས་ཤུགས་དང་འབྲུན་བ་ཡོད་མཁན་དགོན་པོ་རེད།

ལས་དང་པོ་བ་མི་སྣ་ཚོ་མོ་ནད་ཚོས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་དག་ལ་ཐོག་མ་སྐྱབས་འགྲོ་ནས་བཟུང་། ཐྲོ་ཕྲོག་རྣམ་བཞི་དང་དམ་བ་གསུམ་སོགས་རིམ་བ་བྱས་ནས་བཤད་དགོས་བ་དང་། ལྷག་བར་དུ་དབུལ་མོ་བསྟེན་དགའ་མོས་མནར་མེ་ཤུང་གཅིག་ཐུལ་བའི་བསོད་ནམས་ལྟ་བུ་སོགས་ཅིས་བ་བྱས་ནས་བཤད་དགོས་བ་དང་། ལྷག་བར་ཁྱེད་ཀྱིས་གཏད་བ་ཅི་ཡང་ཡོད་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་ཐོག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་ཐུང་ཚོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྤྱོང་གསུངས་ཡོད་པ

# བལ་ཡུལ་ཁར་བའི་སྡོན་འགྲེའི་བླ་ཆོས་སྐབས་དང་པོ།



རྣམ་གྲྭིང་དབུ་འཛིན་མཁན་སྤྲུལ་གྱང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས་དབུ་བཞུགས་ཐོག་བལ་ཡུལ་ཁར་བའི་སྡོན་འགྲེའི་བླ་ཆོས་ཞང་བསྟན་སྐབས།

Namdroling Chairman Khentrul Gyangkhang Rinpoche graces the 1st month-long Ngondro prayer for Sherpas in Nepal

རྣམ་གྲྭིང་དབུ་འཛིན་མཁན་སྤྲུལ་གྱང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས་གངས་རྫུང་ཁར་བ་ནང་བའི་རིག་གཞུང་སྤྱང་སློབ་ཚོགས་བས་གོ་སྒྲིག་ཞུས་བ་ལྟར། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༨ ཟླ་༩ ཚེས་༡༨ ནས་༡ ཚེས་༢༡ བར་བལ་ཡུལ་མཆོད་རྟེན་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ཞེ་འཐམ་དུ་ཁར་བས་གཙོས་དང་ལྡན་སེར་སྐྱ་མི་མང་རྣམས་ལ་སྡོན་འགྲེའི་ཁྲིད་སྤྱངས་གནང་ཡོད་བ་རེད།

དེ་ཡང་གངས་རྫུང་ཁར་བ་ནང་བའི་རིག་གཞུང་སྤྱང་སློབ་ཚོགས་བས་ཧི་ལྡར་གསོལ་བ་བཏབ་བ་ལྟར། རྣམ་གྲྭིང་དབུ་འཛིན་མཁན་སྤྲུལ་གྱང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས། གོང་ཆོས་ཉིན་དབུ་འཛུགས་ཀྱིས་གསང་ཆེན་སྡེ་འགྲུབ་བའི་བཀའ་གཏེར་དག་སྡེ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྱལ། ཉེ་བརྒྱད་གཏེར་མའི་ཆོས་སློར་དུ་གཏོགས་བ་གཏེར་ཆེན་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེའི་ཟབ་གཏེར་གནམ་ཆོས་རྗོགས་བ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ལག་ལཆང་གི་ཁྲིད་ཡིག་དང་སྤྲགས་ཏེ་སྡོན་འཞོ་བསགས་སྤྱང་དབུ་འཛུགས་ཞེངས་དང་པོ་གནང་འདུག དེ་གའི་ཚོགས་ཆུང་གིས་ས་ཚའི་རྒྱུ་ཁྲོལ་ལ་གཞིགས་ཏེ་དཔེའི་ཆར་དུས་ཡུན་རྒྱ་གཅིག་རིང་སྡོན་འཞོ་འགྲུབ་མཁན་མི་གྲངས་༦༠༠ ལ་གོ་སྐབས་ཐུག་ཡོད་ཀྱང་། རྩོད་ཉེས་དབང་དང་། གུ་རུ་ཞི་བའི་དབང་། དེ་བཞིན་གནམ་ཆོས་བདེ་ཆེན་ཞིང་དབང་སོགས་གནང་བའི་སྐབས་སུ་དད་ལྡན་ཆོས་ཞུ་མི་བཞི་སྡོང་ནས་ལྷ་སྡོང་ལྷག་ཡོད་བ་དང་། གསུང་ཆོས་ཉིན་མཐའ་མ་ཐུབ་༥ ཚེས་༡༥ ལ་ཆེ་དབང་གནང་སྐབས་སུ་ཆོས་ཞུ་བ་ཞིས་གོང་ལ་སྐེབས་ཡོད་འདུག

ཆོས་ཞུ་ནམས་ནི་ཞང་བ་འབའ་ཞིག་མ་ཡིན་བར། སོང་བ། སུ་ཁོམ། དགུ་རོང། ནུབ་རི། ངོལ་པོ། ཏ་མང། སྟེ་ཞང་སོགས་ཏི་མ་ལ་ཡའི་ས་ཁུལ་བས་ཆེ་བ་ནས་ཡོད་འདུག

དཔོ་ནས་བཟུང་སྡོན་འཞོ་ཚོ་ལྟར་འཆོག་རྒྱུར་མཁན་སྤྲུལ་གྱང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས་ཞལ་བཞེས་གནང་ཡོད་བ་དང་སྡོན་འཞོ་གྲུབ་རྗེས་གྲྭ་བ་ནམས་ཙ་ཆུང་དང་། གཞན་ནམས་རྩོགས་ཆེན་བཞུགས་



མཁན་སྤྲུལ་ཀུང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་དབང་གནང་བཞིན་པ།
Khentrul Rinpoche giving teaching and empowerment

རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། མ་འོངས་པར་སྲུ་མཐུད་རྒྱ་བསྟེད་དང་ཡར་རྒྱས་གཏང་འཚར་ཡོད་འདུག

སྤྱོན་འཕྲིའི་ཟླ་ཚེས་སྐབས་དང་པོ་ལེགས་པར་གྲུབ་ནས་ཟླ་ཟླ་༥ ཚེས་༡༨ ཉིན་བལ་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་རྣམ་གྲྭིང་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་དགེ་འདུན་པ་ཡོངས་ལ། བལ་ཡུལ་རྒྱལ་སའི་ཉེ་འདབས་གོ་རྟ་ཡ་རི་ཞེས་པའི་དབེན་གནས་སུ་རྣམ་གྲྭིང་དབུ་འཛིན་མཁན་སྤྲུལ་ཀུང་ཁང་རིན་པོ་ཆེས་ཉིན་གཅིག་གི་ཞུལ་ལུགས་སོགས་ཀྱི་འཕྲོ་གྲོན་གནང་བ་མ་ཟད། རིན་པོ་ཆེ་དང་མཁན་ཆེན་རྣམ་གྲོལ་ཆེ་རིང་རྣམ་གཉིས་ནས། བལ་ཡུལ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མི་སེར་རྣམས་ལ་ནང་ཚོས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་དགོས་སྐུལ་བཏོན་གྱ་བཅུན་རྣམས་ལ་ནང་ཚོས་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུའི་ལས་འགན་ཡོད་ཚུལ། ཥསྒྲས་རྗེ་དམ་པ་གྲྭ་དབང་བརླབ་ནོར་བུའི་དགོངས་བཞེད་ཡིན་པའི་སྐོར་དང་གཞན་ཡང་བྱག་ལས་དེའི་ཐོག་རྣམ་གྲོལ་གྲིང་གི་ངོས་ནས་རོགས་རམ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་རྒྱུའི་ཞུལ་བཞེས་གནང་སོང་ཞེས་དབལ་ཡུལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལགས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤྲོད་གནང་བྱུང།།



མཁན་སྤྲུལ་ཀུང་ཁང་རིན་པོ་ཆེ་དབུ་བཞུགས་ཐོག་བལ་ཡུལ་ཁར་བའི་སྤྱོན་འཕྲིའི་ཟླ་ཚེས་སྐབས་དང་པོ།
The 1st month-long Ngondro prayer for Sherpas in Nepal in the presence of Namdroling Chairman Khentrul Gyangkhang Rinpoche

# རིག་གཞུང་དང་ཤེས་ཡོན་བརྗེ་ལེན་གྱི་ལས་རིམ།



གཏན་ས་ཆེན་པོ་རྣམ་གྲོལ་གླིང་དུ་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་ཡོན་བརྗེ་རེས་ཀྱི་ལས་རིམ་མཇུག་བསྡུམས་མཚན་སྐབས།
During the concluding ceremony of culture and education exchange at Namdroling

ཨ་རིའི་ཚོང་ས་སི་ཀུར་མངའ་སྡེའི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་དང་། རྣམ་གྲོལ་གླིང་གི་བཤད་གྲྭའི་ཤེས་ཡོན་སྡེ་ཚན་ལན་ཆ་ཤ་སྟུར་ཚོགས་ས་གཉེས་ཀྱི་དབང་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་ཡོན་བརྗེ་ལེན་གྱི་ལས་རིམ་ཞེག་བདུན་ཐག་གཉེས་རིང་རྒྱ་ཁྱོ་སྒྲོག་ཀྱི་གདན་ས་ཆེན་པོ་ཝེག་མཆོག་རྣམ་གྲོལ་བཤད་སྒྲུབ་དང་རྒྱས་གླིང་དུ་འཚོགས་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ཡང་ཟླ་ཚེ་༢༠༡ཅ ཟླ་༥ ཚེས་༢༠ ཉིན་འགོ་འཛུགས་ཀྱིས་བདུན་ཐག་གཉེས་རིང་འཚོགས་ཡོད་པ་དང་། ཟླ་ཚེ་༢༠༡ཅ ཟླ་༦ ཚེས་༡ ས་གཟ་ཟླ་ཚེས་ཅ སྟོན་པ་སྐུ་འཕྲུལ་པའི་དུས་ཚེས་དགེ་བའི་ཉིན། ཨ་རིའི་ཚོང་ས་སི་ཀུར་མངའ་སྡེའི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་དགེ་སློབ་ཁག་ཅིག་དང་། རྣམ་གྲོལ་གླིང་གི་བཤད་གྲྭའི་ཤེས་ཡོན་སྡེ་ཚན་ལན་ཆ་ཤ་སྟུར་ཚོགས་པའི་དགེ་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་དབང་རིག་གཞུང་དང་ཤེས་རིག་བརྒྱ་ཐམ་ཙམ་ཞིག་ཚོགས་ཏེ་ཐ་ན་ཚེས་ཅ་ཟླ་ཚེ་ཅ་ཉིན་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཉིན་ཞག་བདུན་ཐག་གཉེས་ཀྱི་ན




གཏན་ས་ཆེན་པོ་རྣམ་གྲོལ་གླིང་དུ་དེག་གཞུང་དང་ཤེས་ཡོན་བརྡེ་རེས་ཀྱི་ལས་དོམ་དུ་ཞུགས་མཁན་རྣམས།

Participants of the culture and education exchange at Namdroling



གཏན་ས་རྣམ་གྲོལ་གླིང་གི་བཤད་གྲྭ་པ་ལྷུར་མཁོ་སྤྲོད་མཛད་དེག་ས་ཁོངས་ནས་གླིང་ཆོགས་གཙོ་མཁན་པོ་བཀྲ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ས་གསུང་བཤད་གནང་བཞིན་པ།

Talk being given by Khenpo Tashi Namgyal, Principal of Nga-gyur Tholop Do Ngag Rigpai Jungneling (Ngagyur Nyingma Institute Higher Buddhist Studies & Research Center)

ལས་དིས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་སུ་ནང་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་ཟབ་ཁྱད་རྣམས་ཤེས་པ་དང་། གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་ནས་གཞན་བཟང་དང་སྙིང་བརྩེའི་བསམ་སྒྲུབ་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ལག་བསྟར་བྱ་ཚུལ་ཤེས་པའང་བཟང་སོགས་བྱང་ཆུལ་སྐལ་ཤིང་། བྱ་བཅུན་རྣམས་ནས་གཙོ་བོ་དབྱིན་སྐད་སོག་ནས་གཞན་ལ་ནང་ཚོས་ངོ་སྤྲོད་དང་གོ་རྟོགས་སྤེལ་རྒྱུར་གདེང་སྤེལས་བསྒྲིད་པ་དང་ཡང་རྒྱས་འཛོམ་རྒྱུར་བནྡེ་སོགས་བྱང་ཆུལ་བཅས་བརྗོད་འདུག

བརླ་མ་ཉིའི་སྤྲ་སྐྱར་ཚོགས་པ་ནི་མ་ཎངས་པར་བཤད་གྲྭ་མཐར་སོན་བའི་གྲྭ་བཅུན་ཚོས་དབྱིན་སྐད་སོག་ནས་གཞན་ལ་ནང་ཚོས་འཆད་ཐིད་དང་ཁྲབ་སྤེལ་གཏོང་སྐད་དུ་༢༠༡༦ ལོར་རྣམ་གྲོལ་གླིང་དུ་བཅུགས་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག་པ་དང་། འཛིན་གྲྭ་གསར་རྩེང་གཉིས་སུ་རྩེས་ཏེ་མཁན་པོ་བསོད་ནམས་ཚེ་དབང་གིས་སློབ་ཁྲིད་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། གྲྭ་བཅུན་སློབ་དཔོན་སོན་ཟེན་པ་རྣམས་སྤྱོགས་གཞན་དུ་ཞེབས་མ་དགོས་ཚེ་དེང་སུ་མཐུད་སློང་སྤྱོད་གནང་བཞིན་ཡོད་འདུག།

# དཔལ་ཡག་ཐོག་ཡག་བཀྲེགས་སུ་འགྲོ་བའི་ལས་ཡིན།

འབྲོང་ངུར་ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་བཅར་འདྲི།



འབྲོང་ངུར་ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ།
Drong Ngur Choeje Rinpoche

དྲི་བ། ཐོག་མར་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྤྱི་འགྱུར་རིག་འཛིན་ལ་བཅར་འཚིའི་གོ་སྐབས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་སྦྱགས་སྐུ་ཉིད་ཀྱི་སྒོང་སྒོང་གི་བརྒྱུད་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ངོ་སྤྲོད་མདོར་ཙམ་ཞིག་གནང་རོགས།

ལན། རང་ཉིད་ཟླ་ཚེ་༡༥༡ཚེ ཚོར་སྤར་ཚོད་ཀྱི་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་དང་། དེང་སྐབས་བལ་ཡུལ་གྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་སྒོ་ཚོ་ཆོ་ཤར་ཞེས་བའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས། རང་ཚོ་དྲུག་ཙམ་ནས་བལ་ཡུལ་སྒོག་ར་བྱམས་པ་གྲྭང་གི་གཞི་རིམ་སྒོ་ནས་གྲྭང་ཚོ་ངོ་དྲུག་རིང་ཚོད་དཔྱིད་བལ་གསུམ་གྱི་སྐད་ཡིག་གཅོས་གཞི་རིམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཟུར་བཀྲམས་ཏེ། ཟླ་ཚེ་༡༥༩ ཚོད་རྒྱ་༡ ཚོད་ཆེས་༡ ཉིན་སྤྱ་འགྱུར་མཐོ་སྒོ་ནས་མདོ་སྤྲགས་རིག་བའི་འབྲུང་གནས་གྲྭང་ནས་བསྒབ་པ་མཐར་སོན་བའི་བར་ཞུན་མོང་རིག་གནས་ནས་སྤུན་མིན་རྩོགས་པ་ཆེན་ཚོའི་བར་གྱི་མདོ་སྤྲགས་རིག་གནས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་འཚང་རྒྱ་རྒྱམ་གསུམ་གྱི་ལམ་ནས་མི་ཚེ་༢༥ རིང་སྒང་བརྒྱབ་བྱས། ཟླ་ཚེ་༢༠༠ ཚོར་དབུང་བརྩེད་གཟུང་གནས་བབ་སྟེགས་དང་། ༢༠༡༠ ཚོར་འབྲོང་དཀར་ཚོའི་དྲུང་སྒྲ། ༢༠༡༥ ཚོར་བཟང་སྒྲུབ་འཕེལ་ཆེན་དོན་གཉིས་ལམ་བཟང་། ༢༠༡༦ ཚོར་བྱ་ཆོག་གི་རྣམ་གཞག་ཞེབ་ཅིང་རྒྱས་བར་བཤད་པ་ལག་ལེན་བཅུད་བསྡུས་ཆེན་མོ་བཅས་རིན་ཡང་བརྒྱས་ཡོད།

དྲི་བ། རིན་ཚོ་ཆེ་ནས་མཆོ་རྒྱལ་བཤད་སྒྲུབ་གྲྭ་ཚོ་གསུམ་རྒྱལ་ཚོར་འཛིན་སྒོང་དང་དབེ་ཁྱིད་ཀྱི་ཐུགས་འགན་བཞེས་བའི་རིང་བཅུན་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྒོག་སྒོང་བྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་གྲྭ་ག་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་བར་ཡོད་ག་ཞེག་ཏུ་གཟིགས་སོང་ངམ།

ལན། གཞི་རྩའི་ལུགས་སྒོག་དང་སེམས་སྒོག་གང་ཅིའི་ཚོག་ནས་ཁྱད་བར་ཡོད་བར་བརྗེན། གྲྭ་བས་འཚད་ག་དང་རྩོད་ག་དང་རྩོམ་ག་གནང་སྤྱངས་དང་བཅུན་མ་རྣམས་ཀྱིས་འཚད་ག་དང་རྩོད་ག་དང་རྩོམ་ག་གནང་སྤྱངས་ལ་ཁྱད་བར་ཡོད་ག་ནི་ཤལ་མོ་ཆེས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད། བོན་ཀྱང་མདོ་སྤྲགས་རིག་གནས་ཀུན་ལ་ཚོས་བསམ་དང་སྒོག་གཉེར་གནང་དང་གནང་བཞིན་ག་ནི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། བཅུན་དགོན་འདིའི་བཅུན་མ་རྣམས་ལ་མཆོན་ན། སྒོག་སྒོང་ལ་སྒོ་ག་དང་ངོན་གཉེར་ཤ་ཅང་ལེགས་ག་མ་ཟད། མདོ་སྤྲགས་རིག་གནས་གང་ཅིར་འཚད་རྩོད་རྩོམ་བའི་ཤེས་ཚད་བཟང་། ལྷག་བར་དུ་དཔྱད་སྒོག་གཉེར་ག་བཅུན་མ་གཞོན་ག་རྣམས་འཚད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་ལ་བརྩེ་ཤེས་ཆེར་རྒྱས་བཞིན་བའི་སྐབས་ཡིན། གཞན་ཡང་བསྟན་དགོན་ལ་ལྷག་བསམ་དང་མེམས་ཤུགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནའང་རྒྱས་ཤེད་ཡོད། གནད་འགག་གཅོ་བོ་དེ་བཅུན་མ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ལུགས་མེམས་ཀྱི་གནས་བབས་གསལ་སོར་དེས་བའི་ཐོག་ནས་ཇོ་ས་ཤེང་འཚམས་བའི་སྐུལ་ལྷག་དང་སྒོག་གསོ་སྒོང་དགོས་པ་གལ་ཆེན་སོར་མཐོང་བྱུང་། ཡང་སྒོས་སུ་ཞན་ཆ་སྐྱོན་གྱི་རིགས་རྣམས་ངོ་སྤྲོད་གསལ་སོ་དང་། དེའི་སྟོག་སྒོགས་ཡོན་



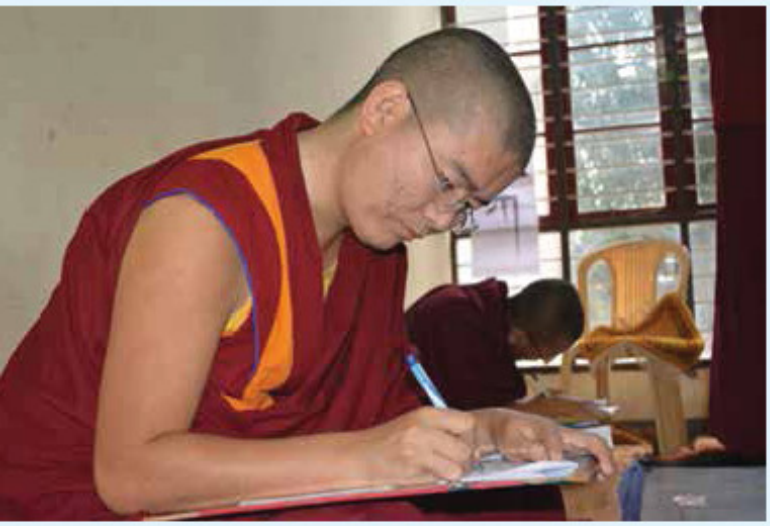
འབྲོང་དྲུར་ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཪྱལ་པོ་མཆོག་གིས་མཇལ་ཁ་གནང་སྐབས།
Drong Ngur Choeje Rinpoche with His Holiness the Dalai Lama

ཁྱོད་ཀྱི་རིགས་འདི་དང་འདི་ལ་འབད་དགོས་ཞེས་ཞིབ་སྐས་གསལ་བརྗོད་བྱས་ནས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་བཙུན་མ་བརྒྱ་ཚ་བརྒྱད་ཅུ་དགུ་བཅུ་ཙམ་ལ་བན་ཐོགས་ཤ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག

དེ་མིན། བྱད་མེད་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། བྱད་མེད་བྱམས་བཟོའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་སོགས་ངོ་བསྟོད་དང་ཁ་གཡངཔ་སྤྲོ་བ་ཅམ་གྱིས་གནས་སྐབས་དེའི་ཚེ་དེའི་དུས་ན་ཉན་མཁན་བཙུན་མ་རྣམས་ཀྱི་རྣ་བ་ལ་སྡུག་པོ་འཕྲོ་ཡོད་སྲིད་ན་མ་གཏོགས། དེས་བཙུན་མ་རྣམས་ལ་དོན་དངོས་ཐོག་བན་ཐོགས་ཆེན་པོ་སྐྱབ་རྒྱུ་ཀྱི་མེད། མདོར་ན་སྤྲོ་སྤྱོང་བྱེད་སྡུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལས་ཀ་བྱེད་སྡུངས་ཡིན་ནའང་འདྲ། གྲ་བ་དང་བཙུན་མ་གཉིས་ལ་ཁྱད་བར་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་དེ། གཞན་སུས་ཀྱང་བཟོས་པ་མ་ཡིན་པར་གཙོ་བོ་རང་རང་སོ་སོའི་ནང་གི་བསམ་བློ་གཏོང་སྡུངས་དང་རྣམ་དཔྱོད་ཤེས་རབ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལ་རྒྱུ་ཡོད། བསམ་བློ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ་དེ་གནད་འགག་ཆེ་ཤོས་ཡིན་སྡུངས། བཙུན་དགོན་མཆོ་རྒྱ་བཤད་སྒྲུབ་གྲྭ་ཚོ་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་བཟོ་བཅོས་བྱས་ནས་ཕྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་པའི་བར་ལ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་པ་ཡིན་ཟེར་ཞུས་ཡོད།

ཉི་བཱ། དཔལ་ལྡན་ཡོ་ཤེས་གཏམ་རྒྱུད་ཡོངས་ནས་དགེ་འདུན་ཚོ་མོ་ལྟ་བུར་མཚོན་ནའང་ལྟ་སྟངས་ཀྱི་ལས་ཀ་ཡོངས་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཕྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལོན་པའི་བར་ལ་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཞིག་ཡོང་ཐུབ་པ་ཡིན་ཟེར་ཞུས་ཡོད།

ཡན། ལས་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡོད་ན་ཡང་ཁྱེད་ཚོས་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ཚོའི་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཡོད་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ཚོས



སྔ་འགྱུར་མཛོ་སྨོན་ཀྱི་ཚོ་འཁོད་རྒྱུགས་སྨོད་ཆེན་མེའི་སྐབས།
During the annual examination of Ngagyur Nyingma Institute Higher Buddhist Studies & Research Center

ཉིད་ཀྱི་སྐོགས་ནས་བསམ་བློ་གཏོང་སྐངས་དང་སྨྱོད་པ་འཕེར་སྐངས་སོགས་གང་ཅིར་ལེགས་བཅོས་དང་ཡར་རྒྱས་གཏང་རྒྱུ་དེར་སྤྱིལ་ཡོད། ལྷག་བར་དུ་ནང་གི་བསམ་བློའི་གནས་ཚད་ལ་སྤྱིལ་འདུག དེར་བརྟེན་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རང་ཉིད་ལ་སྤྱན་མིན་དུ་ཡོད་བའི་ཞེན་ཆ་རྣམས་ངོས་ཟིན་བར་བྱས་ནས་དེའི་སོག་བསམ་བློ་མང་ཙམ་གཏང་། དེགས་ཀྱི་བུ་རྣམས་དང་འབྲེས་མཉམ་བྱང་བ་དེ་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་བའི་སྐྱོན་དང་ཞེན་ཆ་དེ་དག་གིས་ལན་པ་ཞིག་ཡིན་བར་ངོས་འཛིན་སྤྱས་བར་བྱས་ཏེ། ཞེན་ཆ་དེ་དག་སྤྲོང་གང་སྤྱས་དང་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་ཅི་སྤྱས་ལ་བརྩོན་ན། ནམ་ཞིག་ན་རང་བཞིན་ཀྱིས་རིགས་ཀྱི་བུ་རྣམས་དང་འབྲེས་ཆགས་ཡོང་གི་རེད། དེ་མིན་ཡར་བཞག་བཞག་ནའང་མར་ཟག་ཡོང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། རང་ཉིད་ལ་གང་ཅིའི་ཡོན་ཏན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱི་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཁེ་ཕན་ཆེ་བའི་དོན



འབྲོང་དྲུར་ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་སྟོན་འཚོའི་ཟབ་ཁྲིད་གནང་བཞིན་པ།
Drong Ngur Choeje Rinpoche teaching Ngondro

ལ་དེས་ཁྱིད་དང་གཟིགས་རྟོགས་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་དང་། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ་གྱི་བཙུན་དགོན་དུ་མ་ནས་རེ་ཞུ་བྱང་བ་ལྟར་དེས་ཁྱིད་དགེ་ཚན་དུ་ཚོ་ལྟར་བཞིན་སློབ་དཔོན་མ་སུམ་ཅུ་ཡས་མས་ཤེག་ཞེབས་དང་ཞེབས་བཞིན་པ་ཡིན། རབ་ཏུ་བྱང་བ་བཙུན་མ་ཞིག་ཡིན་བའི་ཚ་ནས་ཐོག་མར་རབ་བྱང་བཙུན་མའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཤེས་ཡོན་དང་འཛིན་སྐྱོང་དེ་བཞིན་ཞབས་ཏོག་སོགས་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཁན་བདེ་བསྐྱབ་དང་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད། ཟླ་ཚེ་༡༥༩ ཚེ་འདིར་མཆོད་ནའང་བཙུན་མའི་རྒྱུན་ལས་ཀྱི་ཐུན་ཚོགས་གཙོས་བཙུན་མའི་ལས་བྱེད་བཏུ་དང་བཅོ་ལྔས་ལས་དོན་གཉེར་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཤེག་ལ་གནས་བདེ་སྐྱབ་བཞིན་པ་ཡིན་པ་ནི་སྤྱོས་ཅི་དགོས།

དྲི་བ། ཚེ་རིང་འཚང་ཅན་བཙུན་མ་གསར་ཞུགས་གྲངས་གང་ཙམ་ཡོད་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱོན་མ་དང་བསྡུར་ན་དེང་སྐབས་ཉུང་ངུ་འཕྲོ་ཡི་འདུག་གམ།

ལན། ཚེ་རིའི་འཚང་ཅན་བཙུན་མ་གསར་ཞུགས་ཀྱི་གྲངས་དུ་བར་མང་དུ་འཕྲོ་བ་མ་གཏོགས་ཉུང་ཤིན་མེད། སྤྱིར་བཏང་བཙུན་དགོན་མཆོ་རྒྱལ་བཞི་ནས་ཀྱང་ཟླ་ཚེ་ཚོགས་ཆུང་ངུ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཁོང་ཚོ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ཁ་ཤས་ཙམ་ནས་ཐེངས་ཤས་ཆེ་ཞིང་ཐེངས་ཤས་ཆུང་ཞིང་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཚོ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ཁ་ཤས་ཙམ་ནས་ཐེངས་ཤས་ཆེ་ཞིང་ཐེངས་ཤས་ཆུང་ཞིང་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞི་རིམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འཕྲོ་གསོག་ནས། མཐོ་རིམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་མདོ་སྡེགས་རིག་གནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྐྱང་དུ་ཡོད་པ། མ་ཟད་སློབ་གཉེར་ཡུན་རིང་བྱེད་མི་ཐུབ་པའམ་སློབ་གཉེར་མཐར་སོན་རྟེས་བསྟེན་སྐྱབ་ལ་བརྩོན་པར་འདོད་མཁན་རྣམས་ལ་སྐྱབ་ཁང་གི་ཚ་ཐུན་ཡང་བཙུན་དགོན་རང་དུ་ཡོད་སྐྱབས། བཤད་སྐྱབ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་བཙུན་མ་གསར་ཞུགས་གང་མང་ཞེབས་བཞིན་ཡོད།

དྲི་བ། མཆོ་ཆུལ་བཤད་སྐྱབ་ཀྱིང་ནས་སློབ་དཔོན་མ་མང་པོ་སོན་དང་འཚོན་བཞིན་བ་རེད། དེ་དག་ལ་མཁན་པོ་དང་ཚད་མཉམ་པའི་མཚན་གནས་འབྱལ་འཚར་ཡོད་ཚུལ་འདྲ་ཀྱང་། དཔར་དཔེས་སུ་ལག་བསྐྱངས་མ་ཐུབ་བའི་ཆུ་ཤྲིན་གང་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད་དམ།

ལན། བཙུན་དགོན་འདི་ནས་བསྒྲུབ་པ་མཐར་སོན་བའི་སློབ་དཔོན་མ་རྣམས་ལ་མཁན་པོ་དང་ཚད་མཉམ་བའི་མཚན་གནས་འབྱལ་འཚར་སྐྱ་མོ་ནས་ཡོད་པ་ལྟར། ན་ཧེང་དེའི་ཐད་སྐྱ་འགྱུར་མཐོ་སློབ་ཆེན་མོའི་ཆུན་ལས་དང་བཙུན་དགོན་གྱི་ཆུན་ལས་ལྟུན་འཛིམས་ཀྱིས་མཁན་པོའི་འོས་ཚོས་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་སྟོན་འཕྲོའི་རགས་ཞིན་ཞིག་བཏབ་ཡོད། ལས་དོན་འདི་གལ་ཆེ་དོན་ཆེ་ཡིན་སྟབས་རྩོལ་ཆུགས་དང་ཐོད་ཀལ་དེ་བཞིན་གྲགས་བའི་རྗེས་འབྲང་སོགས་མ་ཡིན་པར་བཏུན་པོ་དང་རིན་ཐང་ལྟུན་པོ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་གཅོ་ཐོང་འཛིན་དགོས་པ་ནི་སློས་མ་དགོས། ཆུས་བར་ཞུ་དགོས་མ་མཆིས་བས་དེ་ཙམ་ཡིན།

དྲི་བ། མཐའ་དོན་སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་དུས་དེབ་ཀྱི་དགེ་སློན་དང་འབྲེལ་བའི་དགོངས་ཚུལ་ལྟུག་ཐོང་གསུང་རོགས་གནང་།

ལན། སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་དུས་དེབ་འདི་ཐྱི་ནང་གང་ཐད་ནས་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདུག་སྟབས། ཐྱེའི་བཟོ་བགོད་སྤྱིག་སྤྱོང་དང་ནང་གི་བརྡོད་བྱ་རྫོད་བྱེད་སོགས་དུ་སུས་བཞིན་མ་ཉམས་ཆུན་སྤྱོང་གནང་གྲབ་ན་དེས་མ་འཐུས་པ་མི་འདུག་སྟམ། མདོར་ན་སུ་མཐུད་ནས་ཆུན་སྤྱོང་གནང་རོགས་ཞུ་ཆུ་ཅམ་ཡིན། ཐུགས་རྗེ་ཆེ།།

# སྨོ་བཙུན་གྱུར་སྡང་བའི་ཞུས་ལན།

## ཨོ་རྒྱན་གཉེར་བདག་སྤྲིང་པ། (1646-1714)



སྨིན་སྤྲིང་གཉེར་ཆེན་འགྱུར་མེད་རྡོ་རྗེ།
Minling Terchen Gyurmey Dorjee (1646-1714)

རིག་འཛིན་འགྱུར་མེད་རྡོ་རྗེའི་ཞལ་ནས། འདིར་དམ་ཚིག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ། སྟོན་འཁོར་དངོས་གཞི་མཐུག་ཏུ་རྗེ་ཡུར་བྱ་ཚུལ་རྣམས། བཀའ་གཉེར་སོ་སོའི་གཞུང་དང་བརྒྱུད་ཡུན་ཀྱི་བླ་མའི་ཞལ་ལ་གཏུགས་ཏེ་ཉམས་ཐེག་པ་སྤྱངས་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས། འདིར་རྫོགས་ཆེན་རང་ལུགས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་མདོར་བསྡུས་བཤད་ན། དེ་ཡང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གང་ཞེ་ན། ཟི་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་གསལ་སྟོང་རྟེན་པ་འདི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་བཤད་སྔང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་བསྡུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རིག་པ་སྟོང་པ་འདི་ནང་དུ་རྫོགས་པས་ན་རྫོགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལས་ལྷག་པའི་འཁོར་བ་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གཞན་མེད་པས་ན་ཆེན་པོ་ཞེས་རེ་བ་ཡིན། གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཐོག་མའི་གནས་ལུགས་འཁོར་འདས་ཀྱི་བློས་མ་རེག་ཅིང་འཛུལ་བའི་གཡེལ་ཡིས་མ་གོས་པས་གནས་ལུགས་རྟེན་པ་འཛུལ་བ་མེད་ཅིང་ཐམས་ཅུའི་ཆོས་ཉིད་ཡང་ཉམས་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་ཤང་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་གཅིག་འདྲུག་པ་འདི་ལ་ལམ་ཟེར་བ་ཡིན། ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ་མ་རིག་པ་དང་འཕྲལ་པ་རང་སར་དག་ནས་ཚོས་དབྱིངས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཟེར་བ་ཡིན། ལྟ་བ་སྐོམ་པ་སྤྱོད་པ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། རང་གི་སེམས་འདི་ཕྱི་ནང་གང་དུ་འདུག་ཀང་དོག་དང་དབྱིངས་ཅི་འཕྲ་ལ་འདུག་སོགས་རྗེ་ལྟ་བ་གཏན་ལ་དབབ་ནས་མ་རྟོག་པའི་སྟོང་པ་དེ་ལ་ལྟ་བ་ཟེར་བ་ཡིན། ལྟ་བ་དེ་ཁྱིང་ཆོད་རྒྱུགས་གསུམ་གང་གི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་སྐྱོད་ནས་འཛོག་པ་ལ་སྐོམ་པ་ཟེར། སྤྱང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་སྐོམ་དེ་ཡིས་རྒྱས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྤྱོད་པ་ཟེར་བ་ཡིན། ཞི་གནས་དེ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མའི་གནས་ལུགས་ཤེས་པ་ལ་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་ཟེར་བ་ཡིན། མཐའ་གཉིས་དང་རྗེས་སོག་གཏིས་གང་ཞེ་ན། སྐྱེ་རང་གི་རིག་པ་སྟོང་ཤང་འདི་ལ་རྟེ་གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ་ལ་མཐའ་གཉིས། དེ་ལས་ལངས་ཏེ་གནས་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཤང་ཤེས་པ་དེ་རྗེས་སོག་ཡིན། ཁྱད་པར་རྗོགས་ཆེན་རང་ལུགས་ལ་གང་སྤྲང་གང་ཤར་དེ་དང་དེའི་ངོ་ཤེས་བཞིན་བའི་ངང་དུ་གནས་པ་ལ་མཐའ་གཉིས་བཅག་དང་། དེ་དང་དེའི་ངོ་ཤེས་བཞིན་ངང་དེ་འགྲུ་བ་རྗེས་སོག དེ་ལས་ན་གོང་གི་སོག་ཏུ་དགེ་སྦྱོང་སྐྱོང་བ་རང་ལས་ཀང་དེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཡ་མཐའ་ཡངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུད་ནས་མ་མཐའ་སོ་སོ་སྐྱེ་གོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་རིག་པ་གསལ་སྟོང་གླུང་ཀྱི་རྟེན་གང་གི་ཚེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱི་བདེན་འཛིན་རང་སར་གྲོལ་བ་དེ་ལ་ཡུལ་མེད་ཟེར། ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པའི་རྟུན་སྐྱོང་བ་གང་ཞེ་ན། ཡ་མཐའ་མངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟུན་ནས་མ་མཐའ་སོ་སོ་སྐྱེ་གོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྟུན་ལ་ཡོད་པའི་རིག་པ་གསལ་སྟོང་གླུང་གྱི་རྟེན་གང་གིས་ཀང་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པའི་རྟུན་སྐྱོང་བ་ཟེར། དེ་ཅི་ཤེས་པ་ལ་མེ་མཐའ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྟུན་སྐྱོང་བ་ཟེར། དེའི་རྟུན་སྐྱོང་བ་ལ་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པའི་རྟུན་སྐྱོང་བ་ཟེར་བ་ཡིན། བྱང་གནས་འགྲོ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། མེམས་དང་པོ་གང་ནས་བྱང་། བར་དུ་གང་ན་གནས། མཐར་གང་འབྲས་བུའི་ཆ་ཡིན་སྐམ་དུ་འཆོལ་བ་དེ། བྱང་གནས་འགྲོ་གསུམ་གྱི་མེམས་ཆོལ་དགོས་པའི་ངོར་ཡིན་ཏེ། མཐར་གང་ཡང་མ་རྟེན་པའི་སྟོང་གཅིག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།། གནས་འགྱུ་རིག་གསུམ་གང་ཞེ་

ན། གང་ཤར་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་དུ་ཤེས་ཏེ་ཁའི་ངང་ཏུ་ཞིག་གེར་གནས་པ་དེ་གནས་པ་ཡིན། ངོ་ཤེས་བཞིན་པ་དེ་ཁའི་ངང་ནས་སྤྲུལ་བསྡུར་སོགས་ཟེད་ཏེ་འཛོ་བ་དེ་གནས་སོགས་འགྲུ་བ་ཡིན། གནས་སོགས་ནས་འགྲུ། འགྲུ་སོགས་གནས་པ་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་། དེ་གསལ་སྟོང་རྗེན་བར་ཤེས་པ་དེ་རིག་པ་ཡིན། མདོར་ན་གནས་འགྲུ་རིག་གསུམ་དོན་ལ་གཅིག་ཟེར་དགོས། འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྣང་བའི་ཚེ་དེ་འཁོར་བ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟོང་བའི་ཚ་དེ་སྐུང་འདས་ཡིན། འཁོར་བ་དང་སྐུང་འདས་གཉིས་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟོང་བའི་བང་དུ་དབྱེ་རྒྱུ་མེད་པ་དེ་ལ་འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན། ཁ་གཉིར་བཤུས་དང་ནང་བཤུས་གང་ཞེ་ན། དབུ་ཤུར་སྣང་བ་ལ་དབུ་བའདེན་པར་འཛིན། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གི་ཡུལ་དུ་གཟུགས། རྣ་བའི་ཡུལ་དུ་སྒྲ། སྣའི་ཡུལ་དུ་དྲི། ལྕེའི་ཡུལ་དུ་རོ། ལུས་སེམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་རེག་བྱ། ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ཆོས་ལ་སོགས་པ་ཧི་ཤུར་སྣང་བ་བཞིན་བདེན་པར་འཛིན་པ་དེ་ལ་ཁ་གཉིར་བཤུས་ཟེར། གཟུགས་སུ་སྣང་བ་ལ་ཅར་ཀྱིས་བཤུས་ནས། དེ་ཁ་ལ་དགག་སྒྲུབ་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར། དེའི་ངོ་བོ་གསལ་སྟོང་རྗེན་པ་ཡལ་ཏེ་ཁའི་ངང་ཏུ་ཞིག་ཏུ་ཟད་པ་ཙམ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཁ་ཏོན་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཁ་ཏོན་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན། མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་ཆོད་ཀྱི་དོན་གོ་རིག་པ་རྗེན་ལ་ཐུབ་ནས་སལ་སལ་སྟོང་བ་དེ་ལ་ཟེར་བས་གནད་འདི་ཁོ་ན་གལ་ཆེ་བར་ཡོད་པས་ཤེས་པར་བྱའོ།། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བསམ་གཏན་ངམ་གོམ་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཚེ་ན་ཡང་ཐུགས་ལ་སྟོང་བ་སེམས་མ་ཡིན་སེམས་ཙམ་ཡིན་ཞེས་འདོད་དགོས་ལ་དེ་བློང་དུ་མ་གྱུར་རིང་ལ་སྟོང་གྱུར་གནས་དེའི་ངང་ནས་དེའི་ངང་དུ་མི་འབྱལ་བར་གནས་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བསམ་གཏན་ངམ་གོམ་པའི་འཕྲལ་ལ་ཤིང་རྟ་རྣམ་དག་ལས་ལས་སྟོང་བ་དེ་ལ་ཟེར་བས་གནད་འདི་ཁོ་ན་གལ་ཆེ་བར་ཡོད་པས་ཤེས་པར་བྱའ

# སྤྲས་ཡུལ་ཡོལ་མོ་གངས་རའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས།



བལ་ཡུལ་གནས་མཆོག་ཡོལ་མོ་གངས་ར་སྤྱིའི་རྣམ་པ།

The sacred Yolmo Ghangra in Nepal

## གནས་ཀྱི་ཆགས་ཡུལ་དང་ཕྱི་ནང་བཀོད་པ།

དེ་ཡང་སྤྲས་གནས་ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བ་ཞེས་གྲགས་བའི་གནས་ཆེན་འདི་ཉིད་ནི། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཚྭ་ཐྭགས་གངས་རིའི་ཕྱོགས་བཞིར་བཅར་དུ་དངར་བའི་རི་རྒྱུད་མ་ཚད་ཅིང་། བལ་བོད་གཉིས་ཀྱི་མཚམས། ཤེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རྣམས་འཚོ་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ཡུལ་དུ་ཆགས་ཡོད་ལ། གནས་འདིའི་རང་བྱུང་གི་བཀོད་པ་རྣམས་མིག་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་ན་ལྟ་ཅི། རྣ་བར་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཡིད་ཤེམས་པ་གཅེས་དང་ངོ་མཚར་གྱི་གནས་སུ་འཇེན་པར་ཟུས། བསམ་གཏན་འཛེལ་ཞིང་སྐྱེས་ཆེན་མང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་གྲྀེགས་པའི་གནས་ཆེན་ཞེག་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྲས་གནས་པཎྜི་ཏ་ཀྱི་ལས་ཡིག་ལས། ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱེ། སྤྲས་པ་བཟླའི་ཚལ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་བ་གཅིག་ཡོད་དེ། དེའི་བཀོད་པ་ནི། ཤུ་དྲྭ་ཐའི་རྩེ་ཐུབ་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་མེ་ཏོག་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞབས་ཀྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་མེ་ཏོག་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཕྱག་གི་རྟེན་ཞིག་ཡིན། ནུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་མེ་ཏོག་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞལ་གྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན། བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་མེ་ཏོག་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་གཙུག་ཏོར་གྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་སྐུ་གདུང་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞབས་ཀྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཕྱག་གི་རྟེན་ཞིག་ཡིན། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞལ་གྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་གཙུག་ཏོར་གྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན་ལ། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་སྐུ་གདུང་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞབས་ཀྱི་རྟེན་ཞིག་ཡིན



ཉ་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱབ་ལུགས་ཀྱི་ཐུན་རང་བྱོན།
The Nyin-da Rang-jung Drug-phug (Self-arisen Sun and Moon meditation cave) of Guru Rinpoche

ལས་དང་སྐལ་བར་ལྡན་པ་བརླབ་བའི་སྐྱལ་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་།

ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བའི་གནས་ཡིག་ལས། ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བ་ཞེས་བྱ་ནི། རི་བོ་དབལ་འབར་ནས་ཤར་དུ་འཛལ་བའི་དབག་ཚད་གཉིས་འདས་པ་ན། གངས་རིའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་མཚན་གནས་དུ་འཕྱར་བ་འདུ་བ་ཡོད་ནི། དེའི་ལྷོ་ཐྱོགས་ན་ཡོད་དེ། ཁྱི་རི་ཐམས་ཅད་གང་གངས་སུ་བྱས་པ། དེའི་ཚེག་གཡབ་སྦུང་ཁུ་འབྱུང་ཡོད་བ། དེའི་ཚེག་ན་ནགས་ཚལ་ལྷུན་སྐྱག་མཛེས་བར་བྱས་པ། ས་མཐིལ་བརླ་འདབ་བརྒྱད་འདུ་བ། འབྲུ་བཅུད་ཙོ་ཏྲི་གས་སྐྱེ་ཆོགས་སྐྱེ་བ། ཐོང་ཁྲེར་སྟོང་ཐག་བདུན་ཀྱི་གནས་ས། སྐྱོགས་བཞི་གསང་བའི་སྐོ་བཞི་ཡོད་པས། གནས་དེར་ཁྱིན་ཚད་བའེ་སྐྱིད་ལྷན་པ། སྐྱེས་ཚད་འཚོར་བའི་མཐའ་ཡས་ཐོག་པ། ཐོས་ཚད་དགེ་བའི་ཡིད་བྱང་སྐྱེ་བ། ཨོ་རྒྱན་འའི་ཐུགས་ཀྱི་གདུལ་བྱ། སྙིགས་དུས་སངས་རྒྱས་བསྟན་བའི་འབྱུང་ས། ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་བ་ཡོད་དེ། ཞེས་དང་།

ཡུལ་དེའི་དབུས་ནས་སྐྱོགས་མཚམས་མེ་ཤོང་གི་ངོས་ལྟར་མཐོང་ན། སའི་དབུས་ནི་རིན་ཙོ་ཆེའི་གཞོང་པ་འབྲས་ཤིང་གདབ་དགོས། དེའི་བྱང་སྐྱོགས་ན་ཤི་སྟ་རིན་ཙོ་ཆེའི་མཆོད་སྟོང་བཅུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡོད། དེའི་རྩ་བར་བརླ་འབྱུང་གནས་རིག་འཛིན་གྱི་ལྟ་ཁང་བཞེངས་ལ། གནས་དེར་དགེ་བྱེད་ཀྱི་གྲྭིང་ཚུགས། ཤར་ན་སྦུང་གཤོངས་བའེ་བ་དང་ཀྱི་ཡོལ་བ་ཟླ་ས་ལྟ་བུ་ཡོད། དེའི་འདབས་སུ་ཤུག་སེ་རྒྱེའི་ལྟ་ཁང་དང་། དགེ་འདུན་བཙུན་པའི་ཐྲིང་ཙོ་ཁང། ལྷོ་སྐྱོགས་ན་སྦུང་དང་ནགས་འཛེས་པའི་རི་གངོང་གཅིག་ཡོད། དེའི་དབུས་སུ་འཕགས་པ་སྐྱབ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ལྟ་ཁང་དང་། སྐྱེ་བོ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཙོ་ཆེ། ཀུབ་ན་བཙུན་མོ་ཐུ་བ་བརྒྱུད་པ་འབྲ་བའི་རི་ཡོད། དེའི་མདུན་དུ་སངས་རྒྱས་ཤེད་དབག་མེད་ཀྱི་ལྟ་ཁང་དང་། དགེ་བྱེད་ཀྱི་སྟེ་ཚན་པོ་ཚུགས། བྱང་རི་རིན་པོ་ཆེའི་མཆོད་སྟོང་འབྲ་བའི་རྒྱུད་ལ། བྱ་ཐུག་ཁ་ཤར་ལྷོར་བསྟན་པ་གཅིག་ཡོད། དེ་ཙོ་རྒྱུན་དའི་ཡང་དག་མཆོག་གི་སྐྱབ་གནས་ཡིན་ནོ། དེའི་རྩེ་ནས་བལྟས་པས་ཡང་ལེ་ཤོད་ཀྱི་བྱག་ཐུག་མཐོང་། གནས་དེར་སྐྱིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཐུག



སྙི་ལམ་ཆིམ་དགོན་དུ་བཞུགས་པའི་གྲུ་རྒྱའི་རྟོའི་ནོར་བུའི་ཆུ་འཐག

Self-arisen sun and moon at Nyin-da Rang-jung Drug-phug

རྒྱང་ཁྲེར་ཡིའི་བྱང་ཤར། གང་ས་རི་རྒྱལ་མཚན་བཅུགས་པ་འདྲ་བའི་ལྷུན། གནོད་སྦྱིན་གང་ས་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་ནུབ་ནས། ལུང་པ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད། ལུང་ཐུན་གསུམ་ཡོད། ལུང་བའི་ཐུ་མདའ་ལ་ཉིན་ལམ་བཞི་ཡོད། གཉེར་ཁ་ཆེན་པོ་བདུན་ཡོད། སྐན་ཀྱི་རིགས་སྔ་ཚོགས་སྐྱེ་བ་ཡོད། ལུང་བའི་སྐེད་ན་སྐན་ཆུ་ཡོད། ཐུ་ན་གངས་ཆུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཡོད། མཆོ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད། མཁའ་འགྲོ་ཞིང་སྐྱོང་མང་པོ་གནས་པ་ཡོད་བས། ཐབ་གཞོབ་འགོན་གྱི་ལ་འཛེམས། གནས་འདི་ཤིན་ཏུ་བཀྲ་ཤིས་ཤིང་། ཚེ་དང་བསོད་ནམས་ཐོངས་སྐྱོང་ཐམས་ཅད་རྒྱས་བར་འགྱུར་རོ། གནས་མའི་དུས་ངའི་བཀའ་བཞིན་བསྒྲུབ་པ་རྣམས། གནས་འདི་ཚོལ་ཅགས། འདི་ཡིད་ལ་དྲན་ཅིང་འདུན་པ་གཏོང་བ་རྣམས། བསྐལ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བསགས་པ་ཡིན་ནོ།

གནས་དེར་བསྒོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ས་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ནོ། བླ་ལྟུང་གནས་ངའི་གདུལ་བྱ་སྙིགས་མའི་དུས་ན་གནས་དེར་འབྱུང་ངོ། མ་ཇངས་པའི་དུས་ན་ལས་ཅན་གྱི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱིས་འབད་རྩོལ་སྐྱེད་ལ་གནས་འདི་འཚོལ་ཅགས། ཅེས་བཀའ་ལུང་དུ་བཞག་གོ། གནས་དེར་སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཐོག་མར་ཐུབ་པ་རྣམས་ནི། ལས་དང་སྐལ་བ་ལྡན་པ། བསོད་ནམས་བསགས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། ཡོལ་མོ་གངས་རའི་གནད་བྱང་ལས། གསང་སྔགས་ཀྱི་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་བདུན་ཅུ་ཡོང་། ལྷས་མི་འབོད་བ་བཅུ་གཅིག་ཡོང་། ཞེས་དང་། དང་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་མའི་ནུབ་ཐང་། ཚོང་ཁྲེར་ཡིའི་བྱང་ཤར་ནས། སྔས་པ་བརླའི་ཚལ་ཞེས་བྱ་བ། ལུང་བའི་དབྱིབས་ཐམས་ཅད་བརླའི་སྟོང་པོ་འབྲ་གཅིག་ཡོང་། ཐུ་

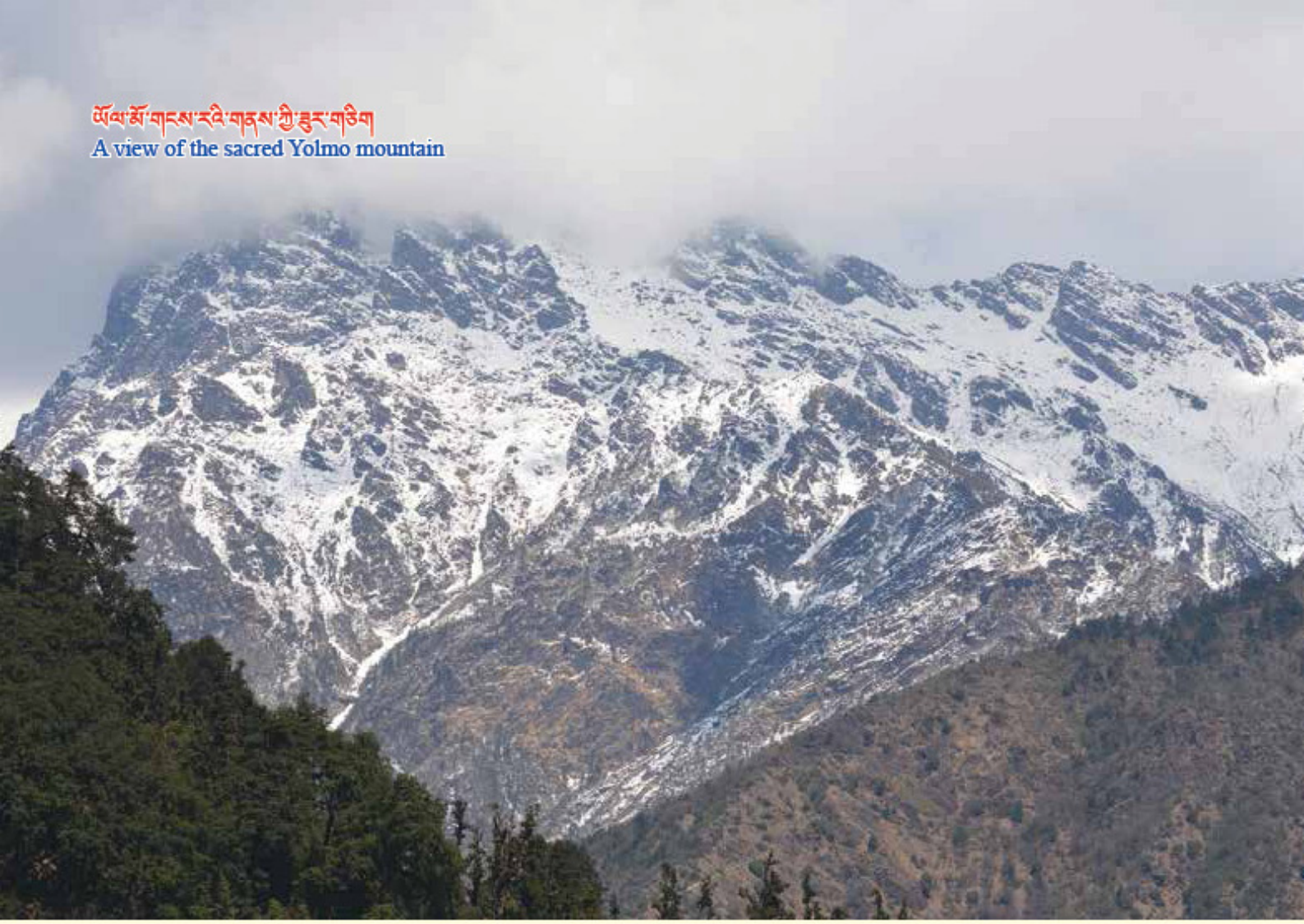


སྐྱན་ཐུགཊེ་རྩ་རང་བྱོན་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་བའི་ཊེ་མ་དང་རྩ་བ་རང་བྱོན།

Jewel Millstone (Norbu Chuthag) at Milamchim monastery

རི་མཐོ་བའི་རྩེ་ནས་ལི་ཡུལ་མཐོང་། ཞེས་དང་། ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བའི་ལུང་བྱང་སྟེང་གི་ཏེ་ཀླ་ལས། དཀར་གི་གནས་གསུམ་ནི། སྟོ་མང་ཡུལ་དང་གཅའ་ནས་ཀྱི་བར་ནས། ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བས། སྲིན་དང་བྱད་ཀྱི་བར་ན་རོལ་ས་མཁའ་འགྲོའི་གྲིང་། ཟར་དང་ལ་མོའི་བར་ན་འབྲས་མོ་གཤོངས་དང་གསུམ་མོ། དེ་ལྟར་ནང་གི་གནས་གསུམ་དུ་འགྲོ་བ་སྤྱག་བསྟལ་གྱིས་ཉམས་གཅ་ཐར་བར་བྱའོ། ཞེས་དང། དེ་ནས་རི་དེའི་ནུབ་ཐྱོགས་སུ་བལྟས་བས་རི་མ་བང་དུ་བུ་འཕྲེར་བ་འདུ་བ་གཅིག་ཡོང་། དེའི་མདུན་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཐྱོགས་མཚམས་སུ་བལྟས་བས། ཤར་རི་རྒྱལ་པོ་གངན་ལ་བཞུགས་པ་འདུ་བ་ཡོང་། ལྟོ་རི་ཐམས་ཅད་འདུད་པ་འདུ་བ་ཡོང་། ནུབ་རི་རྡོ་རྗེ་རྩེ་གསུམ་གནས་ལ་བསྟང་བ་འདུ་བ་ཡོང་། བྱང་རི་ཐམས་ཅད་སྟོང་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོང་། ཅེས་དང་།

གནས་ཀྱི་ཤིང་པོ་རི་ཐན་སྐུངས་པ་འདུ་བའི་ལྟོ་ཐྱོགས་ནས་བག་དཀར་པོ་ལ་གཡུང་དྲུང་རིས་བྱིས་པ་ཡོང་། ཡུལ་དེའི་འདབས་ན་བག་དཀར་པོ་བཤོས་བུ་འདུ་བ་གཅིག་ཡོགས་ལ། རོང་བུ་རི་ཆུ་རིམ་པ་བདུན་གྱིས་བཏབ་བའི་གཉེར་ཡོང་། དེའི་མཐའ་ཤར་ཕྱོགས་ན་ཡུལ་ཁ་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད



ཡོལ་མོ་གངས་རའི་གནས་ཀྱི་རྒྱང་གཟིག
A view of the sacred Yolmo mountain

ནས་དེའི་ནང་ན་གསེར་ཀྱི་གཞུ་བསམ་ཡས་ཀྱི་ཟེ་བཅུ་གསུམ་འཕྲོ་བའི་ནང་ན། སྨོན་དོགོན་ཆེན་མོ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་ཐུགས་ལུ། འཇམ་དབལ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་སྐྱ་ཚོགས་རང་བྱོན་དུ་བཞུགས་པ་ཡོད་དོན། གསེར་ཀྱི་གླང་པོ་བདུན་ལ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་བདུན་ཀྱིས་སྐྱས་པ་ཡོད། དཔལ་ཀྱི་བུམ་པ་གཅིག་ན་ཚུ་རྐྱན་མཁའ་འགྲོ་མ་སིདྡྷི་ཀཱ་ར་བྱ་བའི་ཐུགཔ་གཡས་པའི་མཐེབ་ཆེན་ལ་ཐག་མོ་རང་བྱང་དུ་བྱོན་པ་ཡོད་དོན། བསེའི་གཞུ་བསམ་ཡས་ཀྱི་ཟེ་རེ་རེ་འགྲོ་བ་གསུམ་ནས། ཕྱེའི་རྒྱུ་མཚོའི་གླིང་ནས་ཐབ་བཞི་བཞི་ནོར་བུ་སྐྱ་དྲུག་གིས་བཀང་བ་ཡོད། ཨོ་རྒྱན་བཙན་འབྱུང་གནས་ལ་གཟའ་ར་ཀུ་ལས་ཐུལ་བའི་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩི་ཤེར་གི་བུམ་པ་ལག་པ་ཅམ་གཅིག་གི་གང་ཡོད་དོན། གསེར་ཀྱི་པ་ཏྲ་ལག་མགོ་ཅམ་བདུན་ཡོད།

དེ་རྣམས་དུས་ཀྱི་མ་ཕྱི་མ་ལ་སྐྱལ་བའི་གང་ཟག་གཅིག་གིས་འདོན་བར་འགྱུར་ཅོས། ཞུང་དེའི་ནུབ་བྱང་མཚམས་ན་བྲག་དམར་སོ་གུ་བཞི་པ་གཅིག་ཡོད་དོན། དེའི་རྩ་རྩེ་ཆེན་སོའི་དབུས་ནས། དཔལ་ཀྱི་སྲོག་ཤིང་སྐྱ་དགུ་ཡོད་དོན། དཔལ་ཀྱི་འབྲས་སྐྱངས་འཛ་བའི་རི་དེ་ལས། ལྷོ་ནུབ་ཀྱི་སྲོག་ཤིང་རྩེའི་གཞུ་གསྐྱོང་ནས། ཤེང་སྐྱོས་སྐྱག་སོ་འདོམ་གུ་བཞི་པ་གཅིག་ཡོད་དོན། དེའི་ནང་ན་མཁའ་འགྲོ་མ་བདུན་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་རྩོགས་པ་ཆེན་སོའི་ཚོས་མཐོང་བ་ཅམ་ཀྱིས་སངས་རྒྱ་བས། ཚོས་སྡེ་བདུན། ཤོག་རིལ་བཏུ་རྩ་གཅིག་ཡོད། ཤཱནྟི་སྐྱབས་ཀྱི་བཟོ་ཡིག་བཏུ་རྩ་གཅིག། ཆེ་ཆུང་འགྲོན་སོ་སྐྱོང་བའི་མི་བདུན་དོམ་པ་ཡོད་དོན། དེ་ཡང་ཡུལ་དེར་མིས་བཟུང་ནས་མི་རབས་བདུན་ནས་འདོན་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་དེར་གཏེར་ཆེན་སོ་བདུན་ཡོད། གཏེར་ཐབ་དྲུག་རྩ་རྩེ་གཅིག། འཚང་པ་གསུམ། རང་བྱུང་གི་ལྟ་བུ་ཀྱི་རྟགས་བདུན་ཡོད་པས། ལུང་པ་དེ་ནོར་བུ་རིན་སོ་ཆེའི་གླིང་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། སྐས་ཡུལ་སྐྱིའི་ཞེམ་བྱང་ལས། ནགས་རོང་དོགས་ཀྱང་ས་བཙན་པས། ཨོ་རྒྱན་རྒྱལ་སོ་བརྒྱ་དས། ས་རོང་བཙན་པའི་ཡུལ་ཐུན་རྣམས། ས་འདུལ་བྱིན་རླབས་གཏེར་ཆོས་སྐྱས། སྐྱོ་ས་སྐྱོ་སྐྱང་བཀའ་ཟློ་བསྐྱོས། དེ་ཐྱིར་སྐྱས་པའི་ཡུལ་ཀུན་ནས། སྐྱབ་གནས་རེ་དང་གནས་ཆེན་རེ། བཀའ་རྟགས་ཡིན་པས་གཞན་པར་བྱ། ང་ཡིས་བྱིན་རླབས་སྐྱབ་གནས་སུ། ཨ་ཡུལ་བུ་ཡིས་འཛིན་པ་ལྟར། ཞེ་ཆོས་མེད་པར་འཛིན་དུ་བཞུད། སྐྱེ་བ་འདི་ཡི་ཐྱི་མ་ལ། ང་དང་འཕྲད་པར་ཞེ་ཆོས་མེད། ཅེས་དང་།

སྐྱབས་རྗེ་བྱ་བྲལ་སངས་རྒྱས་རྗོ་རྗེས། སྐྱང་གོང་སྐྱིད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་རྗོ་རྗེ་བདག། གནས་འདི་དུ་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་



ཡོལ་མོ་རྟ་ཡོད་བའི་སྐྱབས་རྗེ་བྲག་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུབ་ཁང་།
Kyabje Jadral Rinpoche's meditation place in Yolmo

ཆུང་མི་ཟ་བའི་ཕྱིར། མཆུ་ར་བས་རྡོ་ཆེན་གྱིས་བཀབ་དང་། གཞན་ཡང་རྟ་བའི་ཞལ་དང་ཉེ་བར། ཛ་བྲག་ཆེན་པོ་བཀས་བའི་བར་ངོས་སུ། གཉེར་སྒོད་འཚ་བའི་རྟོ་རིས་མི་འཚ་བའི། གཅིག་བུ་མཚར་བ་ལ་སོགས་པ། སྟོན་ནས་ཁྱངས་བཙུན་ཡིན་པ་དུ་མ་དང་། ཕྱིས་སུ་གསར་རྙེད་མཁའ་འགྲོ་མ་བཞི་ཡིས། རྒྱབ་ཚོ་ཅ་སྐྱབ་པོ་ཞེག་གིས་མཐོང། ཉེ་བར་ཕྱིན་པས་མི་སྐང་གྱང་བའི་ཤུལ། རྡོ་ཆེན་གྱི་ཐུགས་ཀར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།

## ཡོལ་མོའི་ཅུ་ཡོད་བའི་སྐྱབས་རྗེ་བྲ་བྲག་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུབ་ཁང་།

ཡོལ་མོ་གངས་རའི་གནད་བྱང་ལས། ཀུབ་མང་ཡུལ་ལ་གཏུད་པས། ཤར་གཅན་ཡུལ་ཁ་གཏུད་པའི་བར་ན་ཕུ་གསོལ་ཆོད་པས། མདའ་ནགས་ཀྱིས་ཆོད་པས། མཁའ་འགྲོ་མ་བཅན་པོ་གཅིག་ཡོད་དོ། ཞེས་དང་། དཔལ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ས་ཆ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།

## ཡོལ་མོའི་ཐུགས་བཞིའི་སྟ་གནས་ངོས་འཛིན།

ཡོལ་མོ་གངས་རའི་གནད་བྱང་ལས། ཀུབ་མང་ཡུལ་ལ་གཏུད་པས། ཤར་གཅན་ཡུལ་ཁ་གཏུད་པའི་བར་ན་ཕུ་གསོལ་ཆོད་པས། མདའ་ནགས་ཀྱིས་ཆོད་པའི་ལུང་པ་བཅན་པོ་གཅིག་ཡོད་དོ། ཞེས་དང་། དཔལ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ས་ཆ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།

## ཕྱད་པར་གནས་ཀྱི་ཡང་སྙིང་ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་ཐྲག

ཡོལ་མོའི་གནས་ཡིག་ལས། བྱང་རི་རིན་པོ་ཆེའི་མཆོད་སྟོང་འདྲ་བའི་རྒྱུད་ལས། བག་ཐུག་ཁ་ཤར་སྟོར་བསྟན་པ་གཅིག་ཡོད། དེ་མོ་རྒྱན་དའི་ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གནས་ཡིན་ནོ། དེའི་ཅེ་ནས་བསྟས་བས་ཡང་ལེ་ཤོད་ཀྱི་བག་ཐུག་མཐོང། གནས་དེར་ཕྱིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངན་སོང་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། གནས་དེར་བརྟན་བའི་ཐུགས་སྒྲུབ་བཞུགས་ནས། བདག་དང་ཞལ་མཇལ་ལུང་སྟོན། ཞེས་ཚོ་རྒྱན་ས་ཀུ་ཏུས་བསྒུ་མེད་རྡོ་རྗེའི་ལུང་གིས་བསྟན་པ་ལྟར་དང་། ཞྭ་དམར་ཆོས་ཀྱི་དབང་སྒྲུག་གི་བལ་ཡུལ་དུ་བཙོད་བའི་ལམ་ཡིག་ཤོར་བུ་སྒེལ་མའི་ཐེང་བ་ལས། ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གནས་དམ་པ་དེ། རྒྱུ་ཏ་སྟང་ནགས་ཚལ་སྐྱ་ཚོགས་ཅན། རྒྱུ་ཏ་སྟང་ནགས་ཚལ་ཁྱུ་གི་བལ་ཡུལ་དུ་བཙོད་བའི་ལམ་ཡིག་ཤོར་བུ་སྒེལ་མའི་ཐེང་བ་ལས། ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གནས་དམ་པ་དེ། རྒྱུ་ཏ་སྟང་ནགས་ཚལ་ཁྱུ་གི་བལ་ཡུལ་དུ་བཙོད་བའི་ལམ་ཡིག་ཤོར་བུ་སྒེལ་མའི་ཐེང་བ་ལས། ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གནས་དམ་པ་དེ། རྒྱུ་ཏ་སྟང་ནགས་ཚལ་ཁྱུ་གི་བལ་ཡུལ་དུ་བཙོད་བའི་ལམ་ཡིག་ཤོར་བུ་སྒེལ་མའི་ཐེང་བ་ལས། ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གནས་དམ་པ་དེ།

ཆུ་བལ་ཡུལ་སྐྱོགས་ཐམས་ཅད་མདུན་ཉིད་དུ། མཐུ་ལས་བགོད་དུ་གསལ་བར་བཤམས།། གཡས་ཀྱི་ཐལ་ལྟེ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཐུར་ཡིས།། ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་ཚོ་ཅ་ཅོ་ཞེ་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཐོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།

བཟུགས།། ཚེ་འདི་ལ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཉ་སོགས་ཐོབ།། ཅེས་དང་། ཡང་། དོན་ཡིན་ལྟགས་སངས་རྒྱས་བརྙེ་ཡིས།། ཞལས་བཅགས་ཤེང་བྱིན་གྱིས་བརླབས་པ་ཡི།། ཐུ་ཡང་དག་མཆོག་གི་སྒྲུབ་ཐུག་དང་།། མདའ་ཉེ་རྒྱ་རང་བྱོན་ཐུག་ལ་སོགས།། རྗེ་མ་ཏྲ་གུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་གྱི།། སྒྲུབ་ཐུག་དང་རང་བྱོན་རྣམས་དུ་ལྟ་ཡང་།། མངོན་གསུམ་དུ་མིག་གི་ལམ་ན་གསལ།། ཀ་གུ་རུའི་བཀའ་དྲིན་བསམ་མི་ཁྱབ།། འདི་རྗེས་འཇུག་ཡོངས་ཀྱིས་མཁྱེན་འཚལ་ལོ།། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ།།



ཡོལ་མོ་རྡ་ཡོད་བའི་སྐྱབས་རྗེ་བྱ་བ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་གཟིམ་ཁང་།
Kyabje Jadral Rinpoche's Zimkhang (bedroom or reating place) place in Yolmo

མ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་མོའི་རྒྱབ་མཁྱལ་ན་ཡོད་དོ། ཞེས་དང་། བྱང་ཕྱོགས་གནས་སྤྱིའི་ནང་ནས་འཇུག་གོ། ཞེས་སོགས་གསལ་ལོ།།

## ཡོལ་ཚོ་གངས་ཀའི་གནས་སྐྱང་།

སྤས་ཡུལ་བརླ་ཚལ་གྱི་ལམ་ཡིག་ལས། ཡུལ་དེར་གཅན་གཟན་བྱང་ན། ཁྱི་རྡ་མཆོད། མི་ཆོད་བྱང་ན་རྡོར་ལེགས་མཆོད། བྱ་ཕྱི་བྱང་ན་ཆ་ཀྱིའི་གངས་མཆོད། དེ་ལྟར་བྱས་བས་ཐོང་ཁྲེར་བདུན་སྟོང་བའེ་བ་ཅན་དུ་འགྱོ། ཞེས་དང་། ཡོལ་མོ་གངས་ཀྱི་ར་བའི་གནས་ཡིག་ལས། གནས་དེའི་གཞི་བདག་རྡོ་རྗེ་ལེགས་བ་དང། དགེ་བསྟེན་ཁྱེ་རྡུ་དང། ཆབ་ཀྱི་ཆ་ཀྱིའི་གཙོ་མོ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཡང་ཡང་ཐོག་ཏུ་ཡོལ་ཚོ་ཁོ་ཚོ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞིང་། ཁོ་ཚོའི་ཡིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཡོལ་ཚོ་



སྒོ་ལམ་ཆེམ་དུ་ཡོད་པ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་བཞུགས་ཁྲི་དུ་གྱུར་བའི་རྟེན་ལེགས།
Guru Rinpoche's Shug-tri (Throne or seat) at Milamchim

ཆོས་འབྱུང་ལས། ཡོལ་མོའི་གནས་སྐོ་ཁེ་ཞིང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འཁོར་བ་དབྱིངས་སྐྱལ་ཞེས་བྱ་བའི་གདམས་པ་གཅེར་ནས་བརྩེ་སོགས་གསུངས། གཞན་ཡང་སྐྱལ་སྐུ་ནམ་མཁའ་བརྒྱ་ཕྲིན་སོགས་ད་ལྟའི་སྐྱལ་སྐུ་བསྟན་འཛིན་ཆོར་བྱའི་བར་དུ་ཡོལ་མོའི་སྐྱལ་སྐུ་རིམ་པར་བྱོན་པའི་གདན་ས་དེར། ཞེས་པ་ལྟར། བྱང་གཅེར་ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་པས་གདན་ས་བཏབ་ཅིང་བསགས་སྐྱབས་ཀྱི་སྡེ་བཙུགས་པ་རིམ་བཞིན་གང་གི་རིགས་སྡས་རིག་འཛིན་ཚེ་བདག་རྩོ་རྗེ་དང་། རྒྱལ་ཚབ་རྗེ་རྣམ་གཉིས་ལ། ཡུལ་འདིར་སྲོན་དུས་བྱང་གཅེར་ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་དགོན་པ་དང་ས་གཡང་རི་སྐང་དང་། གཉིས་པ་ཙུ་ཏི་དགོན། གསུམ་པ་རྩི་ཤེལ་ཆེམ་གྱི་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་། བཞི་པ་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་གཉིས་སྒྲིང་པའི་གདུང་རྒྱུད་ཟེལ་གནོན་དཔང་རྒྱལ་རྗེ་དེའི་ཞལ་སྐོབ་ཏུ་མཐུ་སོ་རིག་འཛིན་སུརྟ་སེ་རྒྱ་བཏབ་པའི་སྐྱབས་གནས་བརྩམ་ཆོས་སྒྲིང་རྣམས་བསྟན་པའི་ཚེ་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོས་ཀྱང་བྱང་གཅེར་དང་འཛའ་ཚོན་གྱི་ཆོས་འགོར་རྒྱ་ཆེར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ཏམ་དུ་མ་ཟད་ཡིག་ཆའང་མང་དུ་བཞུགས་ཡོད། དེས་ན་ཡོལ་མོ་གང་ར་ཡོ་བརྒྱ་སྐག་མང་པོའི་རིང་གི་སྟོན་ནས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་གཅོ་པོ་ཉི་རིག་འཛིན་ཚོད་ལྡན་ཀྱི་ཆོས་འགོར་གཅོས་བྱང་གཅེར་དང་། རིག་འཛིན་འཛའ་ཚོན་སྐྱིང་པོའི་ཟབ་གཅེར་འཛའ་ཚོན་གྱི་དབང་སྐྱུག་སོགས་ཀྱི་ཆོས་གྲྭ་ཚུགས་པ་རྣམས་སོ།།

## གཞན་ཡང་གྲྭ་པ་བརྒྱས་པའི་སྐྱེས་ཚེན་དུ་མས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པ།

དེ་ལྟར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྐལ་གནས་ཡོལ་མོ་གང་ར་ཀྱི་ཅ་ན་ནི། མངའ་བདག་མར་པ་ལོ་ཙྪས། མང་ཡུལ་གྱི་རི་བོ་དཔལ་འབར་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་ཡོལ་མོ་གང་ར་མདོ་ཁལ་ས་ཆེ་ནས་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྐྱོམས། ཞེས་དང་།

སྟོན་ཆེ་ཨོ་རྒྱན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་སྐལ་གནས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརླབས། རི་ལུང་ཚང་མ་ཆོས་རྗེར་གྱིས་བཀང་བ་མ་ཟད། མ་འོངས་ལུང་བསྟན་དང་བཅས་པའི་སྐལ་བརླ་ཚལ་གྱི་ལམ་ཡིག ཡོལ་མོ་གང་ར་ཀྱི་ཅ་ནའི་གནས་ཡིག ཡོལ་མོའི་སྙིང་བྱང་། ཡོལ་མོ་གང་ར་རའི་གནད་བྱང་། ཡོལ་མོ་གང་ར་ཀྱི་ཅ་ནའི་ལུང་བྱང་སྙིང་ཏི་ཏིཀྟ སྐལ་ཡུལ་སྤྱིའི་ཞེམ་བྱང་སོགས་གསུངས་བར་བཀའ། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་གནས་འདིར་ཏོགས་པའི་ཚལ་རྗོགས།

བྱང་གཅེར་དང་འཛའ་ཚོན་གྱི་ཆོས་རྒྱུད་རིམ་བཞིན་དང་ནས་བཟུང་བརྒྱུད་འཛིན་སྐྱེས་མཆོག་མང་པོ་གནས་འདིར་བྱང་ཆུབ་བརྩེས་པ་དང་བརྒྱུད་པ་བར་མ་ཆད། ཞྭ་དམར་ཆོས་ཀྱི་དབང་སྐྱུག་དང་། སྤྲུགས་འཆང་ཀློག་བཟང་པོ། སྐྱལ་སྐུ་ནམ་མཁའ་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ཀྱང་ལེགས་བཞུགས་མཛད་པ་བཞིན། སྐྱབས་རྗེ་བྱ་བྲལ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེ་དང་། གྲྭ་དབང་བརླ་ནོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སྤྱི་འཛུར་གྱི་བསྟན་པའི་སྲོག་ཤིང་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དག་ལེགས་ཤེས་སྐྱབས་ཀྱི་བྱིན་ཆབས་མི་ཉམས་པ་མཛད་པ་སོགས་དུས་བསྐལ་བཟང་སོར་བཀྱིས་སོ།།

གོང་གསལ་གནས་ཡིག་འདི་ཉིད་མཁན་པོ་ཉེ་མ་དོན་འགྲུབ་ཀྱིས་བྱེས་བའི་ཡོལ་མོའི་གནས་ཡིག་ལས་སྤྱི་འགྲུར་རིག་འཛིན་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་བསྤུ་སྒྲིག་ཞུས་ཤིང་། འཕྲལ་བར་རྣམས་ཀྱི་མ་དག་པ་སྤྱན་ཀྱ་མཆོ་འགས་མ་གནས་སུ་ཆེད་ལེགས་མཛད་ནས་བཀྱེད་གནང་ཞིག་ཡིན།།

# རིག་འཛིན་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་དང་སློབ་མདོར་བསྡུས།



གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་ལན།
Guru Rinpoche

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སློབ་རིག་འཛིན་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་ནི། སྒྲིར་བོད་གངས་རིའི་ཕྱོངས་སུ་དར་བའི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་བའི་བསྟན་པ་སྐྱིད། བྱེ་བྲག་དཔལ་གསང་ཆེན་སྡེ་འགྱུར་བའི་བསྟན་པ་ལ་མཛད་རྟེས་བླ་ན་མེད་བའི་སྒྲིས་ཆེན་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁོང་རྣམས་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་ཙམ་ཞུས་ན། དེ་ཡང་ལྷ་སྲས་སུ་ཉིག་བཅན་པོ་དང་། སངས་ན་ལེགས་མཛིང་ཡོན་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ཅིང་། འདི་སྐབས་ཆོས་འབྱུང་རྣམས་སུ་ཞུས་མི་མཚུངས་པ་དང་། ཕྱི་སྤྲོང་ལ་སྲས་བཞི་ཡོད་བར་འདོད་པ་སོགས་སྐྱ་ཆོགས་ཤེག་འདུག་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་ལྟ་བ་རིན་པོ་ཆེས། སུ་ནི་བཙན་པོ། སུ་རུབ་བཙན་པོ། སུ་ཉིག་བཙན་པོ་སྟེ་གསུམ་དུ་ཞལ་ཆོན་གཅོད་པར་གནང་བ་དོན་ཐའང་གནས་ཤིང་། དེ་བཞིན་སུ་ཉིག་སྲས་ཐའང་གཅིག་མ། དར་མ། རལ་པ་ཅན། ལྷ་རེ། ལྷུན་འགྲུབ་ལྷར་བཞེད་པ་དོན་ལ་གནས་སོ།། དེ་ནས་སློབ་དཔོན་ཉིད་སྤིན་ཡུལ་སྤྲིང་དགྲའི་དབུས་ན་མཁའ་སྤྱོད་ཟངས་མདོག་དཔལ་རི་ཞེར་ཡེ་ཤེས་རང་རྩལ་གྱི་གདངས་ལས་ཤར་བའི་བརླ་བོད་ཀྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་སྐྱེ་ཤི་བཟེད་ཁྲུས་ཀྱི་ཐབས་ཀྱིས་ཐུགས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་ཀྱང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཡི་གེ་ཁ་ཐོག་ཏུ་ཤར་བ་ལས། ཡི་གེ་ཁ་ཐོག་ཏུ་ཤར་བ་ནི། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་བཛྲ་གུ་རུ་པདྨ་སིདྡྷི་ཧཱུྃ་ཞེས་ཤར་བ་ལས། ཐུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཧཱུྃ་ཡིག་ཏུ་ཤར་བ་ནི། ཧཱུྃ་ཨོཾ་ཨཱཿ

མངོ་སྤྲོགས་གསལ་བས་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་རྟོགས་པ་འཐྱངས་ནས་བཀའ་ཡང་དག་བའི་ཚད་མ་ཞེས་བའི་བསྟན་བཅོས་དང་། འབྲས་གྱི་ཏེ་ཀ་སོགས་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་མཛད། སྤྱལ་བའི་དམག་ཟླ་བ་སྒག་བཅུ་བཞིས་རྒྱ་གར་མཚོད་རྟེན་བརྒྱ་ཅན་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་བའི་རིང་བསྲེལ་ལེན་བ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་བཞེངས་བར་མཛད་དེ། ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འདི་བསིལ་ལྟན་ཁ་བའི་ལྷོངས་འདིར་རྒྱལ་བསྟན་ཉེན་བཟློག་པའི་ཕྱིར

འཕྲངས། རྒྱས་བཏབ་ལམ། མཁའ་ཏོ་ཏོ་རྡེ་ས་ཏུ་ལས་རབ་ཏུ་བྱང་སྟེ་ཏོད་འདིར་རབ་བྱང་གི་སྡུ་བ་སད་མི་མི་བདུན་གྱི་གྲས་ཡིན། སྐུ་ཤིན་ཏུ་བཙུན་པར་གྲགས་ཏེ། སྤྲ་བཞེད་ཀྱི་ཚེ་རྒྱས་ལས་རབ་ཀྱི་མི་དགུ་འཇེན་པ་ན། བཙུན་པའི་རབ་ནི་བཏ་ལམ་ལྟ་ཡུང་གཉིས། ཞེས་འབྱུང་ངོ་།། མེ་ཏོག་གསུང་ཀུ་མཐིན་ལ་ཚོག། དབེན་རྩར་སྐྱབ་པ་མཛད་པས་ཡུལ་གསུམ་གྱང་དུ་གྱུར་ཏེ་དབུ་གཙུག་ནས་ཐ་མཐོ་ཚད་ཞིང་ཐ་སྐད་འཆོར་བ་བྱང་། ཆ་ཡི་རིག་འཛིན་བརྟེས་པས། མངའ་བདག་དཔལ་འཁོར་བཅན་གྱི་དུས་རྟ་བན་བྱང་ཆུབ་ཐྲོ་ཐོས་སྟོང་དུ་འབྲོ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཤ་ལ་བཀྲམ་པ་རྒྱལ་ཚོར་སྐྱེས་ཏེ་མངའ་བདག་ལ་གཞོད་པ་ལ། རྒྱལ་བ་མཆོག་དབྱངས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཚོ་ཆེ་མངོས་མཛད་ནས། བཅན་ཚོ་སྐྱང་ལས་ཐྲོལ་བར་མཛད། མངོས་དེའི་སྐྱེང་མཁར་ཆུང་གཅིར་དུ་སྐས་པས། དུས་ཕྱིས་ཁམས་པ་དར་ཞེར་ཅན་གྱིས་བཏོན་བར་གྲགས་སོ།།

### ཀ དགེ་སློང་ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ།

དགེ་སློང་ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་ནི། དུས་གཏུགས། འཕྲངས་ཡུལ་



དགེ་སློང་ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ།
Namkyi Nyingpo

གཉལ་སྐད་ཉང་དཀར་མདའ་ཤམ་བྱར་འཕྲངས། མཁན་པོ་ཡས་རབ་ཏུ་བྱང་། རྟེན་དགེ་སློང་། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོས་དབང་གསུང་དུས་མེ་ཏོག་ཡང་དག་རྒྱས་ལ་པོག་པས་བྱས་པའི་མཚན་མ་བརྟེས་ཏེ་ཉི་ཟེར་ལས་གཅེག་ཏུ་ཐོག་ཏུ་ཡོད་ཅིང་། ཚེ་སྟ་ཐུག་ཡིད་ཀྱི་ཐོ་ཡིག་ཏུ་ཡོད་པ་ན། སྐུ་ཤིན་ཏུ་བཙུན་པ་ཞེས་ཐོ་ཡིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། སྤྲུལ་པའི་ཐུགས་བརྩེ་མཛད་དོ། སློབ་དཔོན་ཀྱི་ཀ་ར་པོཏས་བཅུ་བྱས་པོ་དང་མཐུན། དབང་དང་གདམས་པ་མང་པོ་གསན་ནས་བོད་དུ་བྱོན། བོན་ཐྲོན་རྣམས་ཀྱི་ཐུ་མར་རེ་ཞིག་སྟོ་བག་མཁར་ཆུང་བྱོན། སྐབས་ཤེག་འཕྲངས་ཡུལ་གྱི་ཉེ་འཁོར། བག་དམར་ཞེས་བྱ་བའི་ཕུག་བར་བཞུགས་པ་ན། གཙང་པོ་འཇིག་རྟེན་འཇིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ། ཞིང་ལ་འདེགས་རྒྱུའི་ས་བོན་མེད་དེ། སློབ་དཔོན་ལ་ཞུ་བར་ཕྱིན་པས། ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་ས་བོན་མེད་ན། ང་རི་ཁྲོད་འཕྱིས་པ་ལ་ས་བོན་གང་ལས་བོང་། འོན་ཀྱང་འདི་གཉིས་ལ་སོ་ནམ་བྱེད་པ་བཞིན་གྱིས། མི་ལ་ངོ་ཚ་གསུངས་ནས་ལྟེབ་བང་བུ་གང་གནང་བ་དེ། གཙང་པོས་ཀྱང་བཀའ་བཞིན་བྱས་པས། ཡུལ་མི་གཞན་ལས་ལྷག་པའི་ཚེ་ཐོག་སྐྱེས།

ཡང་ལན་གཅིག་གནས་དེ་ནས། གཉའ་སྐད་ཀྱི་དབྱི་རིའི་ཤེར་ནས་མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་བྱོན་པ་ན། ལམ་དུ་ཐུགཔ་ཁེང་ཟགས་པ་ཉང་སྐད་འཁོར་ཐང་དཀྱིལ་དུ་སྐྱེང་བ། ནམ་མཁའ་ནས་རྡོ་འཕྲུག་གི་ཐུགཔ་ཁེང་ཟགས་སྐབས། ས་ལ་ཐུགཔ་སོར་ལྟའི་རྡེས་བྱང་བ་ལ་མེ་ཏོག་ལྟ་སྐྱེས། དེ་ལ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལྟ་དང་། འབྱང་བ་བཞིའི་ལྷ་མོས་མཆོད་ཅེན་ལྟ་བཞེངས་པ་དང་ལྷ་ཡང་ཡོད། དབྱི་རིའི་ཤྲང་དམར་ཐུགཔ་པར་བཞུགས་སྐབས། དབྱི་རིའི་འདབས་དབེ་སྟེའི་གྱི་གཞོན་པ་མང་སོས་བཟའ་བཅའ་སྟ་ཚོགས་ཁྲེར་ནས་རི་ལྟས་ལ་ཕྱིན་པ་ན། དགེ་སློང་དང་མཐུན། ཁོང་ཚོས་ཚོགས་འཁོར་ཞུས་པས། འགྲོ་ཁང་ཕྱིན་ཆྲལས་ཡིན་གསུངས་ནས། མི་རེ་ལ་རྡེའུ་དམར་སོ་འགའ་རེ་གནང་བས། ཟལ་ཆེར་གྱིས་སོས། གཅིག་གིས་མདའ་ངོང་དུ་ཆུག་ནས་བོང། ཕྱིས་མདའ་བཏེག་པ་ན། གཡུ་སོན། སྤྲང་སློབ་དགོན་གྱིས་རྡེའུ་གནང་བ་དེ་དངོས་གྲུབ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་གཞན་ཚོ་ཟལ་ཁང་ཐམས་ཅད་ཐལ་ཞིང་ཐལ་ཏེ་ཕྱིན་པས། ཕུག་ཁའི་ནང་ནས་སློབ་དགོན་ཆེ་མེད་པར་སྤྲང་ཀི་དམར་སོ་ཞེག་མཐོང་བས། སྤྲང་དམར་ཕུག་པར་གྲགས། སྤྲང་གྱི་གཡུ་དེ་རྣམས་ལ། ཐོད་པ་དྲུག་དམར། བཅད་སོ་བརྒྱད་དཀར། སྐར་མ་མིག་བཞི་སོགས་གཡུ་མིང་ཅན་འགའ་བྱང་བར་གྲགས།

ཡང་ཚེ་རྩྭས་གཞན་ཞིག་ན། སློབ་དཔོན་ལ་བུད་མེད་ཅིག་གིས་ནངས་རེ་བཞིན་ཞོ་རྡེའུ་རེ་ཕུལ་བས་སྐབས་ཤིག སློབ་དཔོན་གྱིས་ཞོ་སྟོང་རྡེའུས་བཀང་ནས་གནང་བས་མོས་ཀྱང་དངོས་གྲུབ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་ཁྱིམ་དུ་ཁྲེར་ཏེ་ཞག་འགའ་ཞིག་ནས་བསྡུས་བས། རྡེའུ་ཐམས་ཅད་ཐུལ་ནས་ཕྱི་ཟླ་ཚེས་བཅུ་ལ་ཕྱིན་པས། ཕྱོ་བྱག་མཁར་

ཆུང་དབལ་གྱི་ཟུག་རིང་ལ་སོགས་བར་སྐྱབ་ས་མཛད་བས་ཡི་དམ་མང་སོའི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་སོའི་རིག་འཛིན་བརྒྱེས་ནས། ལུས་མ་སྐྱངས་བར་མཁའ་སྤྲོད་དུ་གཤེགས་ཏེ། རྒྱལ་སོའི་བསྟུང་བསལ་ཚུལ་སོགས་ཐང་ཡིག་བཞིན་དང་། ཤེལ་དཀར་བཟང་རྫི་རྗེ་མཆོ་དང་མཛལ་ཚུལ་གཞན་དུ་ཤེས་སོ།།

## ९ གཉགས་རྒྱ་ཀུ་སྨ་ར།

གཉགས་ཚོ་ཡེ་ཤེས་གཞོན་ནུཨམ་རྒྱ་ཀུ་སྨ་ར་ནི། གདུང་རྒྱས་



གཉགས་རྒྱ་ཀུ་མ་ར།
Nyag Jana Kumara

གཉགས། རྟེན་དགེ་སློང་། ཚོ་ལྡ་མཁས་བར་མཁྱེན་ཏེ་ཟ་གཉགས་གཉིས་སུ་གྲགས་བའི་ཡ་གྱལ་ཡིན། སློབ་དཔོན་གྱིས་དབང་བསྐུར་དུས་མེ་ཏོག་རྒྱལ་ཚོ་དང་ལྡན་ཅིག་དབུས་ཀྱི་ཆེ་མཆོག་ལ་ཚོག་བས། གསང་མཚན་དྲི་མེད་རྒྱ་ཤར་ཏེ་བདུད་རྩི་སྐྱབ་ཀྱི་བཀའ་བབས། སྐྱབ་གནས་ཡར་གྱུང་ཤེལ་བྱག་ནས་ཕྱོ་འཕྱལ་གྱིས་སྐྱབ་ཆུ་བཏོན་པ་དང་ལྡན་ཡོད། ཡང་དན་ལས་རྒྱལ་བ་མཆོག་དབྱངས་དང་ལྡན་ཅིག་ཡེར་བར་སྐྱབ་པ་མཛད་བས་གྱབ་པ་ཚོས་སྐེ་བྱ་རོག་ཅིག་ཏུ་བཏུས་ནས་ཐོགས་ཚོའི་ཆར་བྱོན་བས་རྒྱལ་བ་མཆོག་དབྱངས་ལ་རབ་བྱང་གསུངས་སྐད་དེ། དབེན་པ་དེར་དེང་སང་ཡང་བྱ་རོག་ཕྱོང་དུ་གྲགས། བཀའ་བབ་མི་བརྒྱད་ཀྱི་དུས་གཉགས་མི་བགྲང་བའང་འདུག་སྟེ། དབང་ཚོའི་སྐེས་ཀྱང་བགྲང་བར་མ་གནང་ཡང་། འདིར་བཀའ་བརྒྱད་བའི་འདུས་ཤུར་བྱེས་པ་ཡིན་ནོ།།

## ५ མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ།

དབྱངས་ཅན་སྐྱལ་པ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ནི། འདིའི་འཕྲུངས་ཡུལ་དང་། ཡབ་ཡུམ་གྱི་མཚན་ཚོགས་ལ་མི་འདྲ་མང་དུ



མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ།
Khadro Yeshi Tsogyal

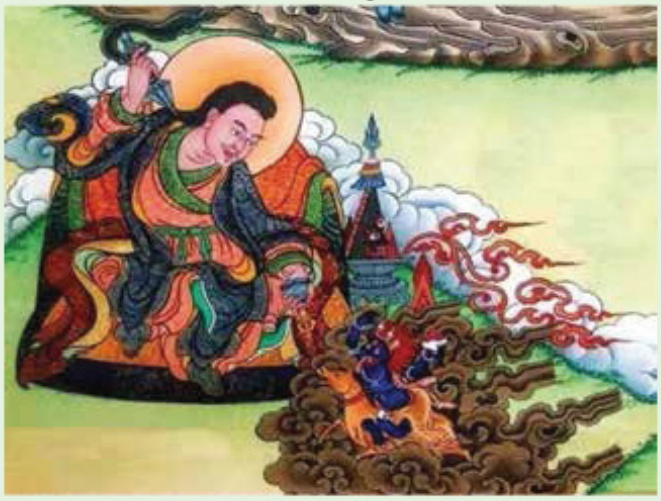
སྐྱང་ཡང་ཐང་ཡིག་ཤུར་ན། ཡབ་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་དང་། ཡུམ་གནུབས་མོ་དགེ་བ་འབྱམ་གྱི་སྐས་སུ་སྐྱགས་ཀྱི་ཚོང་མོ་ཆེར་འཕྲུངས། དུས་མཁར་ཆེན་ཏེ། འཕྲུངས་ཡུལ་དེར་སྐྱ་གཞོན་ནུའི་དུས་ཀྱི་ཞགས་རྟེས་དང་། ཟླ་མཆོ་ཆུང་དུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། སྤྲོན་རྒྱལ་སོའི་བཙུན་མོ་ཡིན་ཡང་སློབ་དཔོན་ལ་དབང་ཡོན་དུ་ཕུལ་བས་ཀུ་རྡེའི་ཕུགས་ཀྱི་བཟུང་མར་གྱུར། སློབ་དཔོན་དང་མཛལ་ཚུལ་ལ་ཡང་མི་འདྲ་བ་སྐྱ་ཚོགས་ཡོད་མོད། མེ་ཏོག་ཕུར་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་སོགས་རྟོ་རྗེ་ཕུར་བའི་ལྟ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་བྱབ་བ་བཏེས་བས་ཐ་མེས་ཀྱི་འཇེ་བཏུལ། བསད་གསོ་བྱབ་བས། མཚོན་གྱིས་བསད་བའི་མི་རོ་གསོན་སོང་བྱངས་ནུས། སྐུ་གཞོན་ནུས་ཆོས་ལ་བར་ཆད་བྱེད་བའི་བདུད་བློན་ཤ་ཀ་ཟེར་ག་དསུལ་བར་སོང་བས་དེ་འཇེན་ཐྱིར་དསུལ་བའི་ཡུལ་དུ་བོན་ནས་དསུལ་བའི་ལྟགས་ཁང་གི་

རྣར་ཞི་ཁྲོ་ན་རག་དོང་སྤྱན་གསལ་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བཞེངས་པས་ལྷག་པར་ཁང་སིལ་ཀྱིས་ཞིག་ནས་ཀ་ཏྲས་གཅོས་བའི་དམྱལ་བའི་མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྔོན་རྩེར་ཏེ་དམྱལ་ཁམས་ལན་གཅིག་སྟོང་པར་མཛད།

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་གསུང་གསང་བ་བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་ཚོས་སོ་ཅོག་གི་བཀའ་བསྩལ་བ་མཛད་ཅིང་། བོད་ཡུལ་དུ་ཡོ་ཉེས་བརྒྱར་འགྲོ་དོན་བསྒྲུབས་ནས་སྐུ་དེ་ཉིད་མ་སྤྲུངས་པར་མཁའ་སྤྱོད་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པའི་གཏེར་ཆོས་མདོག་དབལ་རིང་གཤེགས་ཏེ་གུ་རུའི་ཐུགས་ཀྱི་གཟུངས་མར་བཞུགས་ཤིང་བོད་ཡུལ་འགྲོ་ལ་བཀའ་དྲིན་བཟང་པོ་བཞིན་ཆུ་མེད་པའི་མ་གཏེག་ཡིད་བཞིན་ཅོར་བ་དེའོ།། གཤེགས་ཚོ་སོགས་ལའང་སྐྱེ་ཚོགས་སྤྱ་ས་སྐྱང་ཡང་འདིར་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་བྱས་བའོ།།

## ༦ འབྲོག་མི་དབལ་གྱི་ཡེ་ཤེས།

སློབ་དཔོན་འབྲོག་མི་དབལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། གདུང་རུས་འབྲོག་མི་ཡིན། ཚེ་ལྡ་མཁས་པར་མཁྱེན་པས་མ་མོའི་རྒྱུད་སོགས་མདོ་སྡེགས་མང་དུ་



འབྲོག་མི་དབལ་གྱི་ཡེ་ཤེས།
Drogmi Palgyi Yeshi

བསྒྲུབ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོས་དབང་བསྐུར་གནང་དུས་མེ་ཏོག་ཟློ་མེད་ཅེ་དུ་གཤེ་དཀྱིལ་འཁོར་ཚ་ཐོག་སྟེ་སྲིད་པ་མ་མོའི་བཀའ་བབས། སྲིད་པ་བདེ་འཁྱོའི་དཀྱིལ་འཁོར་མངོན་གསུམ་དུ་གཟིགས་ཤིང་སྐང་སྲིད་མ་མོ་ཐམས་ཅད་བྱན་དུ་འགོལ། ཡང་སྟོང་ཤས་ཙོ་གངས་རིར་སྤྲུལ་གནས་མཛད་པས། ལྷ་ཆེན་ཤམ་ཐོས་སྲོག་གི་ཟླ་རྡོ་ལྷ་ཀླུ་མིའི་རིན་ཐོ་ཆེ་བཅོ་ལྔའི་ཆུ་ལས་བྱས་པ་དེད་ཏུ་ཙནྡན་ཆུས་དུ་ཡོད་པ་ཞེག་སྲལ་པ་གཏེར་ཁུངས་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བའི་ཕྱིར་རོ།། ཤུ་རྡེན་རིག་སྔགས་འཚང་རྒ་ཆེན་ཙོའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན་ནོ།།

## ༧ ཟླ་བས་དབལ་གྱི་སེང་གེ།

ཟླ་བས་དབལ་གྱི་སེང་གེ་ནི། ལྷ་གཅིགས་ཟླ་བས་ཀྱི་གདུང་ལས། ཡབ་ཨ་མེས་བྱང་ཆུབ་འཇེ་ཁོལ་ཞེས་ཙོ་བརྒྱད་ནས་ཨོ་རྒྱན་དུ་བྱོན་



ཟླ་བས་དབལ་གྱི་སེང་གེ
Lang Palgyi Senge

པ་དང་། སྲིན་མོ་བཏུལ་བ་དང་། གྲིང་རྗེ་གེ་སར་གྱིས་གྲིང་ཡུལ་དུ་གདན་ལན་གཉིས་ཟླས་ནས་སྐོགས་བཞིའི་འཇེ་ཆེན་ཙོ་བཞི་བཏུལ་བ་དང་། ལྷ་སྲིན་བྱན་དུ་འགོལ་བ་དེ་དང་། ཡུལ་རྗོ་མོ་སྐལ་ལྡན་མ་གཉིས་ལ་སྐས་གསུམ་ཡོད་བའི་ཆེ་བར་འཕྲངས། རྒྱ་འབྲལ་དང་ནུས་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མངའ། ཁྱད་པར་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་སྐས་སུ་བླངས། དབང་བསྐུར་ཞུས་དུས་མེ་ཏོག་འཇིག་རྟེན་མཆོད་བསྟོད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཙོག་བས་རྗེགས་བའི་བཀའ་བབས། རྗེགས་ཚོགས་ལྟ་སྲིན་ཐམས་ཅད་བྱན་དང་གཡོག་ཏུ་བཀོལ་ནུས། སྐུབ་གནས་སྐྱ་ཤི་སྟག་ཚང་དུ་བཅོམ་ལྡན་རྗེགས་པ་ཀུན་འདུལ་གྱི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་དངོས་བླབ་རྣམ་པ་གཉིས་ཙོ་བ་ཡིན་ནོ།། རྣར་ལྟ་གཟིགས་ཀྱི་གདུང་ལས་ལྷོ་སྲིད་ཐག་མོ་བླབ་པ་ཞེས་སྨོད་ཀྱང་བཏང་།།

## ༨ ལོ་ཆེན་བེ་ཅོ་ཙ་ན།

ལོ་ཆེན་བི་ཅོ་ཙ་ན་ནི། གདུང་པ་གོར། འཕྲངས་ཡུལ་སྐྱོགས་གཉིས་སྐང་སྐེ་ཐང་ཡིག་ལས་སྐྱེ་མོར་བཤད་ཀྱང་བི་ཅོ་ཉིད་ཀྱི་འདྲ་བཤད་ལས། ཉང་རུ་གཅོང་ཆུ་འཇེས་ཞེས་འབྱང་བས། དཔལ་ལོ་བྱང་ཆེན་པོ་བསམ་འབྱབ་རྩེའི་རྩུའི་ཤར་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲ་བས། ཁྱད་པར་ཁོང་ཆེ་བར་གྱུར་ཏེ་ཁྱེད་དང་ཉེ་བའི་ཐོག་ཏུ་ཡང་ཁོང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ཁོང་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཁྱེད་ཀྱང་ཁོང་ལ་ཐུགས་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཁོང་ཁྱེད



བ་ཙོན་ཙེ་རི་ཙ་ན།
Bero Tsana

ཡུལ་བྲག་ཙོ་ཆེའི་རི་ལན་ཚུན་དུ་འཕུར་ནས་ཐུབ་པའྱི་གྲིས་གཅེགས་བཞུད་མཛད།

སངས་མི་མི་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་དུ་མཁའ་ཙོ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་། མཚན་ཅི་རི་ཙ་ར་ཀྱི་ཏུ་སྐེ་རྣམ་བར་སྣང་མཛད་བསྟུང་བ་ཞེས་བཏགས། སྐུ་སྐད་ཙོ་ཐ་ལ་མཁས་བའི་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་བསིལ་ལྡན་སྐུ་གྱས་དཀྱིགས་བའི་ལྷོར་མ་འདི་ན་སྐུ་ཕྱིར་བྱོན་བའི་མཁས་བ་སུས་ཀྱང་འཕྲན་བཟོད་པ་མེད། ཏུ་གར་དུ་བྱོན་ཚུལ་ཙོ་རྒྱས་རྒྱས་པ་གཞན་ལས་ཤེས། སློབ་དཔོན་ལས་བཀའ་བཏུད་ཀྱི་དབང་མཛོས་ཆེ་མེ་ཏོག་དམོད་པ་དྲག་སྐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཙོག་བས། སྐུགས་བདག་ཟེགས་བའི་བཀའ་བབས་སྐོ་བས་ལྡན་ནག་ཙོའི་ཞལ་གཟིགས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུན་དང་ལྡན་བའི་དངོས་གྲུབ་བརྙེས། དྲག་སྐུགས་ཀྱི་དམོད་བས་བསྐྱན་བའི་དཔུ་ཙོ་བསྐྱལ། ཁྱད་བར་རྒྱལ་ཙོའི་བཙུན་མོ་དཔལ་ཆུན་མར་མཛེ་ཙོད་ཀྱལ་བཏང་། སློབ་དཔོན་བརྒྱའི་ཐུགས་རྗེས་གསོས་བའི་ཙོ་རྒྱས་ཡོད་ལ། དེ་དུས་བོ་རོས་བཙུན་མོར་ཧང་སྐྱབ་ཀྱི་ཟླ་དེ་དེང་སང་མི་ལ་ཁོག་ཞུགས་འབྱུང་ཡང་བཙུན་མོའི་གྲིས་ཀྱིས་ངག་སྐུགས་ནས་སྐང་དོར་སྐུ་ཉ་མེད་བས་མཆོད་པ་བཞེས་ལུགས་ལ་བྱ་བཏུག་བྱེད་པ་ཡོད། བོ་རོ་ཡན་ཆད་འདི་དག་ལ་བཀའ་བབས་མི་དགུ་ཞེས་ཟེར་རོ།།

## ༨ གཡུ་སྐྲ་སྙིང་ཙོ།

རྒྱལ་མོ་གཡུ་སྐྲ་སྙིང་ཙོ་ནི། གཙང་ལེགས་བྱས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྟེ། མདོ་གཞེར་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱལ་མོ་ཚ་བའི་རོང་དུ་འཁྲངས། ཙོ་ཆེན་བོ་རོས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་། མཁས་བ་དང་གྲུབ་བའི་ཐུལ་དུ་སྦྱིན། ཙོ་ཐ་བ་བཀྲ་ཤ་བཀྲད་ཀྱི་གྲངས་སུ་བྱོན་ཞིང་། སྐྲོབ་དཔོན་ཆེན་ཙོའི་རྗེད་དུ་མན་ངག་ལྟ་བའི་ཁྲིད་བ་ལ་སོགས་མཛོས་ཤིང་། སྐུ་གསེར་ཀྱི་



གཡུ་སྐྲ་སྙིང་ཙོ།
Yudra Nyingpo

རྡོ་རྗེར་སྐུལ་བ་སོགས་རྗེ་འབྲལ་སྐུ་ཚོགས་སྐོན་ནུས། ཟེག་མཆོག་རྗོགས་པ་ཆེན་ཙོའི་ལྟ་དགོངས་བྱོང་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། རྣམ་ཐར་ཞིབ་རྒྱས་གཞན་དུ་ཤེས་བར་བྱའོ།།

## ༩ སྐྱ་ཅམ་རྩོ་རྗེ་བཀྲ་ཤཱིས།

སྐུ་ནམ་རྗེ་རྗེ་བདུད་འཇོམས་ནི། རུས་སྐུ་ནམ་སྟེ་གཞོན་དུས། ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་གི་ཆོས་བློན་མཛད། ཁྱེས་སློབ་དཔོན་ཆེན་ཙོ་ལས་སྡེགས་ཀྱི་སྐོང་ཞུགས་ཁྱིན་ཆད་ནས་སྡེགས་འཆང་ཆེན་ཙོང་བཞུགས་པ་ལ། རྗེ་རྗེ་ཕུང་བའི་སྐོ་ནས་གྲུབ་པ་བརྙེས་པ་ཞིག་སྟེ། ཇུས་ཙོ་རིའི་ཡང་གོང་དུ་བག་ལ་ཕུང་པ་བཏང་ཡང་ཡོད། བསམ་ཡས་མཁན་སློབ་ཆོས་གསུམ་ཀྱི་རབ་གནས་སྐབས་སུ་རྗེ་རྗེ་བདུད་འཇོམས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་བའི་མགུ་ཕུང་བག་ལ་གཟིར། རྒྱང་སེམས་ལ་དབང་འབྱོར་བས་བག་ཁོང་གསེང་ཆུང་དུ་ཞིག་ནས་ཐང་ཟས་ཀྱིས་དོན་ཉེ་ཤང་བསམ་ཡས་སུ་ཤེབས་ཤུལ་བག་ཁོང་གསེང་ནི་དེང་སང་ཡང་དོ་འཕྲོད་བ་ཡོད། རྗེ་འབྲལ་ཀྱིས་བར་སྐབས་ལ་ཐོག་ལ་བསྐོང་ནུས་བ་



གནམ་རྡོ་རྗེ་བདུད་འཇོམས།
Nanam Dorje Dudjom



ཡེ་ཤེས་དབྱངས།
Yeshi Yang

སོགས་ངོ་མཚར་བའི་མཛད་པ་མཐའ་ཡས། འདིའི་སྐྱབ་གནས་ངོང་གསུམ་འདུས་པའི་བྱག་དམར་ཀེའུ་ཚང་ངམ་རི་མོ་ཅན་དུ་གྲགས་པ་ནི། ཀུ་ཤུལ་ངོང་གི་བྱམ་ཐང་མཁར་དུ་གྲགས་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འཕྲུངས་ཡུལ་ཡང་ཀུ་ཤུལ་བ་ཞེག་གོ། ཞེས་ཤ་གཟུགས་པ་ངག་དབང་བཀྲ་ཤིས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཞེད་ཀྱང་། ངོང་གི་བྱག་དམར་ཀེའུ་ཚང་ཞེས་པ་དངོས་ནི་གཙང་ངོང་ཆེན་དང་ཡར་འབྲོག་དཔལ་དེའི་མཚམས་སུ་ཡོད་པ་ཇོ་བྱག་བད་ཕིན་རྣམ་ཐར་ན་སྣང་ངོ།།

## ༡༡ སྐྱོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་དབྱངས།

སྐྱོབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་དབྱངས་ནི། ཨོ་རྒྱུན་ཆེན་གོའི་ཟབ་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་གཏེར་ཡིག་འབྲི་མཁན་གསལ་དག་མཁས་པའི་ཡིག་མཁན་མི་བརྒྱད་དུ་གྲགས་པའི་ཡ་རྒྱལ་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གསལ་ལ་དག་པ་སྣང་མ་རྟེ་མངའ་ཡིན།། ཨ་ཅར་ཡེ་ཤེས་སྣམ་རགས་བདེ་བ་སྟེ།། སྐྱོག་ཁར་བདེ་བ་ཤེལ་དཀར་མགོན་སྐྱིད་ཡིན།། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་སོ།། གང་ལྟར་ཡང་མཁས་སྤྲུལ་ཀྱི་ཞིང་བཟོད་ནུས་པའི་རྫ་འཕྲལ་དང་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་པ་ཞེག་གོ། འདི་ལ་སྐྱ་ཡེ་ཤེས་དབྱངས་ཟེར་བ་སྣང་ཡང་། ཨ་ཅར་ཡེ་ཤེས་དབྱངས་སུ་དེས་ཏེ་ཨ་ཅ་རའི་ཚ་བྱད་དུ་བྱེས་པའང་སྣང་སྟེ། རྗེན་རབ་བྱུང་ཡིན།

## ༡༣ སོག་པོ་ལྷ་དབལ།

གྲུབ་ཆེན་སོག་པོ་ལྷ་དབལ་ནི། མཁར་བའི་མིང་ལ་སྟོན་དུས་སོག་པོར་འགོད་དེ། རྗེན་ཁྱིམ་པ། བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱིས་གཅན་གཟན་གདུག་



སོག་པོ་ལྷ་དབལ།
Sogpo Lhapal

ལ་ཅན་ཡང་གཉའ་ལ་ནས་འཛིན་པར་ཤུས་ལ་ཞེག་སྟེ། ཚོ་རྒྱུས་རྒྱུས་ལ་གཞན་ལས་ཤེས་སོ།།

### ༡༣ རྣ་ནམ་ཡེ་ཤེས།

སྣ་ནམ་ཡེ་ཤེས་ནི། སྐ་ཅོག་ཞང་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ནང་གསེས་ཞང་གི་བཙུ་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ཡིན་པར་བཞེད་དེ་ཚོ་ཐ་མཁས་པའི་ཐུལ་དུ་



སྣ་ནམ་ཡེ་ཤེས།
Nanam Yeshi

ཕྱིན་ཞིང་། ནམ་མཁའ་ལ་བྱ་ལྟར་འགྲན་པར་ཤུས་པའི་རྟ་འགྲུལ་ལ་མངའ་དབང་འབྱོར་བའི་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་ཚོ་སྟེ་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་རྣ་བྱང་ཡིན་པར་སྨྲང་ངོ།།

### ༡༤ མཁར་ཆེན་དབའ་ཀྱི་དབང་ལྡུག

མཁར་ཆེན་དབའ་ཀྱི་དབང་ལྡུག་ནི། མཁར་ཆེན་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཀྱི་མིང་ཚོ་ཡིན་ཏེ། གུ་རུ་རིན་ཚོ་ཆེས་རྟེས་སུ་བཟུང་བའི་ཐུགས་



དབའ་ཀྱི་དབང་ལྡུག
Palgyi Wangchuk

སྐས་སུ་གྱུར། ཐུགཔ་གཿཤུང་པ་གདེངས་པ་ཅམ་ཀྱིས་གཟས་པ་ཚོ་རྟེ་ཅམ་ཡང་བསྒྲལ་ནས་འགྲམ་བའི་ཁྲིད་སྒོལ་དུ་ལྡོང་ཤས་ལགས་རྒྱུན་མ་ཉམས་པའི་ཁྲིད་སྒོལ་དང་། རྒྱལ་ཚོ་ཤེལ་གཿང་བསྒྲལ་ཚུལ་དང་རྟོ་རྟེ་ཤུང་པ་ལས་དཔོན་གྱུབ་བརྟེས་ཚུལ་སོགས་ཚོ་རྒྱུས་རྒྱུས་པ་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།། རྟེན་ཁྱིམ་པར་བཞུགས་ཏེ་མངོན་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ལ་མངའ་དབང་འབྱོར་བའི་རིག་སྔགས་འཆང་བའི་དབང་ལྡུག་ཅིག་གོ།།

### ༡༥ ལྡན་མ་རྩེ་མང་།

ལྡན་མ་རྩེ་མང་ནི། ཁམས་ལྡན་གྱི་ཡུལ་དུ་འཁྲངས་པས་ལྡན་མར་



ལྡན་མ་རྩེ་མང་།
Denma Tsemang

གྲགས་ཏེ་མཚན་དངོས་རྩེ་མང་ངོ་། ཡི་གེ་འབྲི་བ་ལ་མཁས་པའི་ཕུལ་དུ་ལྷུར་པས་ལག་རྒྱུན་མ་ཉམས་པའི་ཁྲིད་སྒོལ་ད་ལྟའང་ཡོད་པར་སྨྲང་། ཚོ་ཐ་ཡང་མཁྱེན་ཏེ་ཚོ་ཐ་ཆེ་གསུམ་ཆུང་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ནང་ཚན་མཚན་བུའི་ཚོ་ཐ་ཡི། སྒོབ་དཔོན་ཆེན་ཚོ་ལས་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་མང་ཚོ་ཐོབ་སྟེ། རྟོགས་པ་ཤར་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མི་བརྟེད་པའི་གཟུངས་ཐོབ། བཀའ་བཀྲུད་བདེར་འདུས་ཚོགས་གཏེར་ཡིག་ཐལ་ཆེར་འབྲི་བ་ཚོ་ཡང་ཡིན་པར་བཤད་དེ་གུ་རུ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཀྱང་བདེ་འདུས་ཀྱི་གཏེར་ཡིག་གྲུབ་ཆེན་འདིའི་སྒྲུབ་བྱེས་དངོས་སུ་མཛད་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་ཚོ་ཞེས་གསུངས།།

### ༡༦ ཀ་བ་དབལ་བརྩེགས།



ཀ་བ་དཔལ་བརྩེགས།
Kawa Paltsek

ས་ཆེན་ཀ་བ་དཔལ་བརྩེགས་ནི། ཀ་ཅོག་ཞང་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ནང་ཚན་ཏེ། དབུ་རུ་འཕན་ཡུལ་ཀ་བ་ཞེས་པའི་སར་འཁྲངས། སྐྱབས་དགོན་ཆེན་གོས་སྐྱལ་པའི་ཚེ་ཐུང་ཞང་ལས་སྐྱབས་པའི་ཕྱག་བྱིན། མཁན་ཚོ་ཆོ་ག་ཤེས་རབ་ཀུ་བྱང་སྟེ། སར་མི་མི་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་ཡིན། སྐྱབ་དགོན་རིན་ཚོ་ཆ་ལས་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་ཞུས་པས། མངོན་པར་ཤེས་པ་སྒོམས་མེད་དུ་ཤར་ཏེ་གཞན་སེམས་ཐོགས་མེད་དུ་མཁྱེན་པའི་དངོས་གྲུབ་བརྙེས། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་འབྲི་བ་ཚོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་མོ་ཡིན་ཏེ་ཁྱིད་རྒྱུན་མ་ཉམས་པ་དེང་སང་ཡང་ཁམས་དབུས་གཉིས་ཀར་དར་རྒྱས་ཆ་གསུངས། རིན་ཚོ་ཆེའི་གཏམ་ལ་སོགས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་མང་དུ་མཛད་དོ།།

### ༡༧ ཤུད་བྱ་དཔལ་སྐེང་།

ཤུད་བུ་དཔལ་གྱི་སེང་གེ་ནི། གངྒེ་རུས་ཆོས་རྒྱལ་དང་གཅིག་ཀྱང་སོན་དང་སྒྲུང་དང་ལྡེའུ་གསུམ་ལ་མཁས་པ་ཞིག་ལ་སོན་ཀྱིས་ཤུད་བུར་མཚན་གསོལ་བས་དེ་ལྟར་གྲགས་ཀྱང་ཟེར། སྟོན་རྒྱལ་པོའི་ནང་ཚན་ཡིན། ཤུད་བུ་ཁྲི་འཕེང་ཁོང་བཅན་ཡང་ཟེར། སྐྱབ་དགོན་སྒྲུབ་འཇེབ་པའི་སོ་ཉ་ཡང་མཛད། གུ་རུ་པདྨའི་དྲུང་དུ་ལོ་ཏྲ་མཁས་པར་སྒྲུབས་ཏེ། མ་གཡེན་ཐུར་གསུམ་གྱི་གདམས་ངག་དང་རྣེང་མའི་ཆོས་བཀའ་མང་དུ་བསྒྲུབ། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་



ཤུད་བུ་དཔལ་སྐེང་།
Shudbu Palseng

དུ་གཏོགས་ཤིང་། རྗེ་རྗེ་ཐུར་པ་དང་མ་མོའི་སྐོར་ནས་གྲུབ་ཐོགས་ཐུར་པ་ངམ་ཤོད་ཀྱི་ཆུ་ལ་བཏབ་པས། ཆུ་ཡན་མན་དུ་ཆད་པ་དང་། བག་ལ་བཏབ་པས་བག་རལ་པ་ལ་སོགས་བྱུང་། མཆིམས་ཐུར་ཆུ་ཙི་གྱེན་ལ་རྒྱག་པའི་རྗེས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་ཁོང་རང་གི་གསུང་ལས། མི་རྒྱུད་ལྷ་ལས་འཆད་པས་རྗེ་དང་ཉི་ལེར་མཉམ། ཞང་ཙི་དམྱ་ནས་འཆད་པས་རྗེ་དང་ཉི་ལེར་མཉམ། དབུ་རྩེ་རིགས་གསུམ་གྱི་ཀར་ཡོགས་བཞེངས་པས་རྗེ་དང་ཉི་ལེར་མཉམ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་མར་ཀླ་ཕ་ལས་དྲངས་པས་རྗེ་ལས་ལྷག་པར་བྱུང་། ཞེས་ཟེར་ཏེ། བསམ་ཡས་གྲྭབ་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་ལྷད་མོའི་སྐབས་སུ་མར་ཀླ་ཕ་ལས་དྲངས་པ་ཡིན་པར་གྲགས། སྐྱབ་གནས་ནི་སྤང་ཚུང་བརླ་གྲིང་སོགས་ཡིན་པར་སྣང་ངོ།།

### ༡༨ རྒྱལ་བའི་སྒྲོ་ཁྲོས།



རྒྱལ་བའི་སྒྲོ་ཁྲོས།
Gyalwe Lodroe

འཕེ་རྒྱུ་བའི་ཐོ་གོས་ནི། སྔོན་རྒྱུ་ཞིའི་ནང་མི་ཡིན་པ་ལ་མིང་མཚོན་པོ་ཟེར། ཁེམ་རབ་ཀུ་བྱང་བས་མཚན་རྒྱུ་བའི་ཐོ་གོས་སུ་གྱུར། ཞོ་ཐུ་མཁས་པར་མཁེན། རྒྱ་གར་དུ་བོན་ནས་སྒོག་དགོན་ཀུ་ཤི་ནཱ་ར་ལས་གྲུབ་པ་ཐོབ། གཤེན་ཡུལ་དུ་ཇུ་འཐུལ་གྱིས་དམག་དྲངས་ནས་མ་དཔུལ་པ་ནས་མངོན་གསུམ་དུ་བཏོན། སྤུལ་བའི་དམག་གིས་གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་འཇིགས་ཤིང་སྐྱ་བར་མཛད། སྒོག་དགོན་བཟློའི་དྲུང་དུ་ཆོས་ལ་སྐྱངས་པས་ཇུ་འཐུལ་གྱིས་རོ་ལངས་གཤེར་དུ་བསྐྱར་ནས་བའི་དངོས་གྲུབ་བརྙེས། སྒོག་དགོན་འདིས་མི་རོ་གཤེར་དུ་བསྐྱར་བའི་གཤེར་མང་པོ་ཅི་ཀྱི་གཏེར་སྟོན་འགའ་ཞིག་གཏེར་ཁ་ནས་སྤེལ་བར་སྐྱངོ་།། ཆེ་ཡི་རིག་འཛིན་བརྙེས་པས་སྐུ་ཆེ་རིང་པོར་བཞུགས་ཏེ། རོང་ཟོམ་གྱི་དུས་བར་དུ་བཞུགས་པར་སྐྱངས་སྟེ་རོང་ཟོམ་གྱིས་ཆོས་གསན་པའི་ཚུལ་ཡོད་དོ།།

## ༡༨ ཕྱེའུ་ཚང་ལོ་ཙྪ།



ཕྱེའུ་ཚུང་ལོ་ཅ།
Qchung Lotsa

གྲུབ་ཆེན་ཕྱེའུ་ཚུང་ལོ་ཙྪ་ནི། གདུང་རྟེན་འབྱོག་མི་སྟེ། སྐུ་གཙོད་ཞུའི་དུས་ནས་ཚོ་ཙྪ་མཁྱེན་པས་མཚན་ཡང་དེ་སྐར་དུ་གྲགས། སྒོག་དགོན་གྱི་དྲུང་དུ་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པར་བཟུང་ནས། ཇུ་འཐུལ་གྱིས་ནམ་མཁའི་བྱ་རྣམས་ལུས་སྐྱེས་དང་སྟེགས་མཛུབ་ཀྱིས་འགྲུགས་པར་ཤུགས། དེན་ཁྱིམ་པ་སྟེ་སྔགས་འཆང་གོས་དཀར་ལྟར་ཡང་ཆོས་སྤྱོད་ཡོད་དོ།།

## ༡༩ འབྲི་ཁུང་ཀུན་མཁྱེན།



དྲན་པ་ནམ་མཁའ།
Dranpa Namkha

དྲན་པ་ནམ་མཁའ་ནི། ཐོག་མར་གོན་གྱི་ཀྱེར་གཅེན་ཆེན་གོ་ཡིན་ཡང་། ཁེམ་སྒོག་དགོན་གྱི་དྲུང་དུ་ཆོས་ལ་སྐྱངས། ཞོ་ཐུ་ཡང་མཁྱེན། ཇུ་འཐུལ་གྱིས་བྱང་གི་གཡག་ཆོད་སྟེགས་མཛུབ་མཛད་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲུགས། འདིས་གོན་གྱི་མན་ངག་མང་གོ་སྒོག་དགོན་ལ་ཐུལ་བ་སྒོག་དགོན་གྱིས་གཏེར་དུ་སྐས་བས་ཁྱིམ་གཏེར་ཁ་འགའ་ཞེ་ནས་མན་ངག་ཅི་རིགས་འབྱང་བ་མཐོང་ལ། སྒོག་དགོན་ལས་རབ་བྱང་ཞུས་ཤིང་དབུ་ཞ་དམར་གོ་ཞེག་བཞེས་བས། འཕུང་གོན་མགོ་དམར་ཡང་གྲགས་གོ།། དེ་ཡུན་བྱིས་ཆ་འགའ་ཞིག་ཏུ་གོན་ཞྭ་ཅན་བྱིས་བར་སྐྱངས་ཡང་དགོས་པ་མེད་དམ་སྐྱམ་མོ།།

## ༢༠ ཨོན་པ་ནམ་མཁའ།



ཨོན་པ་ནམ་མཁའ།
Onpa Namkha

ཨོན་པ་ནམ་མཁའ་ནི། ཐོག་མར་གོན་གྱི་ཀྱེར་གཅེན་ཆེན་གོ་ཡིན་ཡང་། ཁེམ་སྒོག་དགོན་གྱི་དྲུང་དུ་ཆོས་ལ་སྐྱངས། ཞོ་ཐུ་ཡང་མཁྱེན། ཇུ་འཐུལ་གྱིས་བྱང་གི་གཡག་ཆོད་སྟེགས་མཛུབ་མཛད་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲུགས། འདིས་གོན་གྱི་མན་ངག་མང་གོ་སྒོག་དགོན་ལ་ཐུལ་བ་སྒོག་དགོན་གྱིས་གཏེར་དུ་སྐས་བས་ཁྱིམ་གཏེར་ཁ་འགའ་ཞེ་ནས་མན་ངག་ཅི་རིགས་འབྱང་བ་མཐོང་ལ། སྒོག་དགོན་ལས་རབ་བྱང་ཞུས་ཤིང་དབུ་ཞ་དམར་གོ་ཞེག་བཞེས་བས། འཕུང་གོན་མགོ་དམར་ཡང་གྲགས་གོ།། དེ་ཡུན་བྱིས་ཆ་འགའ་ཞིག་ཏུ་གོན་ཞྭ་ཅན་བྱིས་བར་སྐྱངས་ཡང་དགོས་པ་མེད་དམ་སྐྱམ་མོ།།

## ༢༡ ཝོ་བྷན་དབང་ཕྱུག



ཝོ་བྷན་དབང་ཕྱུག
Odran Wangchuk

ཏོ་བྱན་དབང་ཕྱུག་ནི། ཏོ་བྱན་དབལ་གྱི་འབྲང་གནས་ཀྱི་སྐས་སུ་འཕྱངས། སྐོབ་དཔོན་བཟློའི་ཐུགས་སྐས་ཀེ། གསང་སྒགས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམ་ལ་མཁས་ཤིང་བྱབ་བའི་མཚན་མ་མངོན་དུ་བརྟེས་བས་ཆུ་ཏོ་ཆེན་པོ་ལ་འཇིགས་པ་མེད་པ་ཉལ་རྒྱ་བར་ཉལ། ཏོ་བྱན་ལུགས་ལ་གུང་དྲག་བཀའ་མ་སོགས་ཆོས་ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་པ་ཐལ་ཆེར་དེང་སང་ཡང་དབང་ལུང་གི་རྒྱུན་མ་ཆད་བར་སྐྱང་ཞིང་གདུང་རྒྱུད་ཀྱང་དུས་ཕྱི་མོ་བར་དུ་བྱང་བར་སྐྱངས་སྟེ། རྗེན་ཁྱིམ་པ་ཡིན་ནོ།།

### ༡༣ ཚ་དིན་ཆེན་མཆོག



ཚ་ཐོག་དིན་ཆེན།
Mathok Rinchen

ཚ་དིན་ཆེན་མཆོག་ནི། འཕྲངས་ཡུལ་དབུ་འཕན་ཡུལ་གྱི་ཚ་ཅོ་ཞེས་བྱ་བར་འཕྲངས། བློན་རྣོ་རབ་མཆོག་ཚ་བན་དིན་ཆེན་མཆོག། ཅེས་བོད་ཡུལ་རབ་ཀྱི་མི་དགུའི་གྲས་ཡིན། ལྷ་བཙན་པོ་ཁྲི་སོང་ལྡེའུ་བཙན་གྱི་དུས། རབ་བྱུང་སུ་བ་སངས་མི་མི་བདུན་དུ་གྲགས་བའི་ནང་ཚན་ཏེ། མཁན་དིན་པོ་ཆེ་པོ་རྣེ་ས་ཏུ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། ལྷ་བ་ཀྱུ་གྲབ་ཀྱི་དགོངས་བ་བཞིན་རྟོགས་བས་ཏ་ཤང་སྐུ་སྐྱང་བ་ཡང་མཛད། མདོ་སྡུགས་ཀྱི་ཆོས་ཆུ་མཆོ་ལྷ་བུ་བསྐྱང་བའི་ཚོ་ནྡ་ཡིན། སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེའི་དྲུང་དུ་དབང་དང་གདམས་ངག་ཞུས་བས་དངོས་གྲུབ་བརྙེས་ཏེ་སྐ་མཁྱེགས་ཀྱི་རྗེ་ཡང་ཟབ་ལྷར་བཅད་ནས་གསོལ་བའི་རྗེ་འབྲལ་བསྐྱབ་ཏེ་རིག་པ་འཛིན་བའི་ས་ལ་བཞུགས་སོ།།

### ༡༤ ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྡོ་རྗེ།



ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྡོ་རྗེ།
Lhalung Palgyi Dorje

ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྡོ་རྗེ་ནི། འབྲོམ་སྟོན་གྱང་མོ་ཆེར་འཕྲངས། སྐྱེ་མེད་སྐྱག་ཉ་བཟང་ཟེར། རྒྱ་གོད་ཀྱི་མཚམས་བསྐྱངས་ཏེ་རྒྱ་རྣམས་བཏུལ། དེནས་ཐུགས་དེས་འབྲང་གིས་བསྐུལ་ནས་མཆེད་གཉིས་དང་སྐྱན་ཅིག་ཏུ་གསུམ་ཀ་སློབ་དཔོན་མི་མ་ལ་མི་ཏ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། བརྒྱ་སྐྱེ་ཤ་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོམ་པ་ཐྱངས། སྐྱབས་ཀྱི་དབང་དང་གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་ཐོབ། ཁྱིམ་ཀྱི་དགར་མོ་རོང་དུ་བསྐྲེས་བས་ཆོས་གོས་ཆྱང་གིས་ཁྲེབ་བ་ཡེར་བར་བྱང་བས་ས་དབྱངས་ལེགས་བར་གཟིགས་ནས་དེར་སྐྱབ་པ་ལ་བཞུགས་བའི་ཚེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐུགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱལ་ནས་སངས་ཆུས་ཀྱི་བསྐྱན་པ་ལའང་བན་ཆེར་བཏུགས་ཏེ་ཁམས་ལྷན་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་ཡུན་དིང་དུ་བཞུགས་ཞེས་གྲགས་སོ།།

### ༡༥ ཤང་ཀྱོ་དགོན་མཆོག་འབྱུང་གནས།

ཤང་ཀྱོ་དགོན་མཆོག་འབྱུང་གནས་ནི། སྟོན་ཆོས་ཆུ་ཀྱི་ནང་བློན་ཆེན་སོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ཤང་ཀྱོ་སྐྱང་བཞེད་ཟེར་ཡང་ཀྱི་ས་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་མཚན་དགོན་མཆོག་འབྱུང་གནས་སུ་གྲགས། ཚོ་ནྡ་མཁས་



གླང་གྲོ་དཀོན་མཆོག་འབྱུང་གནས།
Langdro Konchok Jungney



ལ་སུམ་རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ།
La-sum Gyalwa Jangchup

བར་མཁྱེན་ནས་ཆོས་བསྒྲུར་བའི་ཚེ་ངྲ་ཡང་མཛད། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལས་དབང་དང་གདམས་ངག་ཞུས་ནས་ཉམས་སུ་ལྡངས་པས་བྱང་བའི་རྟགས་མངོན་དུ་སྟོན་པར་ཟུས་ཏེ། རྗེན་སྤྲགས་ཅཾ་ཡིན་པར་རྟོག་པད་ཐིན་གྱིས་བཞེད། དགོངས་པ་གཏད་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་གནམ་ལྗགས་དྲག་པོའི་ཐོག་ཆེན་མདའ་ལྕར་འཕེན་བའི་ཏྲ་འཐུལ་བར་སྤྲལ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་ཐུགས་སྐས་ཀྱི་དངས་མར་གྱུར་ཏེ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་ཆུ་མཆོ་ཙམ་ལ་མངའ་དབང་འབྱོར་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཐུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོབ། གངྒ་རྒྱུད་ཏ་ནག་སྤྲོལ་མ་སྐེ་དེང་སང་ཡང་ཡོད་དོ།།

## ༦༥ ལ་སུམ་རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ།

ལ་སུམ་རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ་ནི། སད་མི་མི་བདུན་དུ་གྲགས་བའི་ནང་ཚན་ཏེ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཚོ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་གསྟེན་བར་རྗེགས། ཟོ་ཏྭ་མཁྱེན་པས་རྒྱ་གར་དུ་ཡང་ལན་མང་དུ་བྱོན་ཞིང་མདོ་སྡེགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱང་བསྒྲུབ། ཐོས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་ཟ་རོལ་ཏུ་སོན་བའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། ཟོ་རྒྱས་ཆེན་མོ་ལས། ཐོས་པ་ཆེ་རབ་ལ་སུམ་བྱང་ཆུབ་རྒྱལ། ཞེས་ཟེར་ཏེ་རབ་ཀྱི་མི་དགྱེའི་གྲས་སུའང་བགྲང་བར་སྨད། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལས་དབང་དང་གདམས་ངག་ཞུས་ནས། རྗེན་མེད་ཀྱི་མཁའ་ལ་སྐྱིལ་ཀྲུང་གིས་བཞུགས་པ་སོགས་རྟེ་བསྒྲལ་སྟོན་ཏུས་བའི་གྲུབ་བའི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཞེག་གོ།

དེ་ལྟར་དེ་དག་ལ་རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་འཁོར་སུ་གྲགས་ནའང་སྟོན་ཚད་ངོས་འཛིན་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་བྱུང་བའི་མདུག་བའི་རྟོག་མ་དག་བྱང་བདག་དབང་པོའི་སྟེས་མཁྱེན་དབྱོད་ཀྱི་ཀེ་ཏུ་ཀས་རྣམ་པར་བགྱངས་པར་མཛད་མོད། འོན་ཀྱང་རྗེན་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེད་དཀའ་བར་སྣང་ཡང་ཡོངས་གྲགས་རྣམས་ནི་དེ་བཞིན་ལས་བརྗོད་མ་དགོས་ཀྱང་། འགའ་ཞིག་ལ་ཡོ་རྒྱས་དང་བྲེས་ཆ་སོགས་མཐུན་མིན་སྣ་ཚོགས་བྱང་འདིར་མཐུན་ཤས་གང་ཆེ་གཅོ་བོར་གཟུང་ཡང་དུང་ཁ་ཅིག་སོམ་ཉིར་ལུས་པས་དབྱུད་པར་འོས་སོ།།

གོང་གསལ་འདིག་འཛིན་རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔའི་ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས་འདི་ཉིད་གྱ་བཀྲའི་ཚོས་འབྱུང་ལས་སྔ་འགྱངས་རིག་འཛིན་རྩོམ་སྨྲིག་ཁང་གིས་བསྒྲ་སྨྲིག་ཞུས།

**རྩོམ་སྨྲིག་བའི་མཚན།** རྗེ་འབངས་འདི་དག་གི་འཁྲངས་འདས་ཀྱི་ཚོ་ཆོགས་གཤེན་ཤེལ་བ་ཞིག་རྟེད་དཀའ་བ་དང་། རེ་རྒྱང་ལ་མི་འདུ་བ་མང་ཙམ་མཆིས་པས་རེ་རེ་བཞིན་ཁ་ཚོན་གཅོད་མ་ཐོད་པར་མ་ཕྱི་སོང་འཛོག་བྱས་ཡོད། དུས་ཚོད་དང་ཚོ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་རེས་ཅན་ཞིག་ལག་སོན་བྱང་ན། ཐུ་འབྱུང་རྟེད་མ་བའི་ངོས་ནས་གནད་དོན་འདི་ལྟ་བུ་སོགས་ལ་རེས་པར་དུ་ཞིབ་འཇུག་ཅན་ཚོ་ཞིག་གནང་རྒྱས་སྐང་དགོས་སུ་མཐོང།།

# མཆོག་སྒྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་གྱི་མངའ་བསྐོས།



ཡ་ཆེན་ཆོས་སྒར་གྱི་དགྲ་འཛིན་མཆོག་སྒྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།
Chairman of Yachen Choegar, Chogtrul Sangag Tenzin Rinpoche

## སྐྱེས་ཆེན་དུ་མའི་ཕྱིར་གིས་ཟིན་པ།

མི་འགྱངས་རྟོ་རྗེའི་གཏེར་ལུང་ལས། གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུ། འཕྲལ་སྣང་སྲིད་སེལ་རླུ་འདྲུ། འཕེལ་འཕྲིན་རོལ་མོ་ཉ་གངས། སྒྲ་མཆོག་བསྒྲགས་བའི་སྐད་སྙན། ཐལ་ཆེར་རྟ་བར་གྲགས་བོར། ཚོ་རྒྱུན་འཛིགས་མེད་རེས་གསང་སྙིང་སོའི་ལུང་བསྟན་ལས། ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་མི་ཡི་གཟུགས་སུ་སྤྲུལ། ཐོག་ཀྱི་ཁམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར། གདུལ་བྱའི་ཁམས་ཀྱི་སྐབས་ཤེགས་བདེ་བ་བོངས། རྡོ་གྲུབ་ཆེན་གྱི་ལུང་བསྟན་ལས། སྙ་ནམ་ནམ་སྙིང་སྤྲུལ་བ་ཉག་གི་སྡོགས་ནས་འབྱུང་། ཆོས་འཕེལ་ཐོབ་དང་དེ་ལ་དད་བྱས་ནི། ཚེ་གྲུབ་བརླ་མཛལ་དང་ཞུད་བར་མེད། གང་ཟག་ལས་རབ་དེ་དང་འཕྲད་བར་རེས། སོགས་ལུང་གཞན་མང་ངོ།།

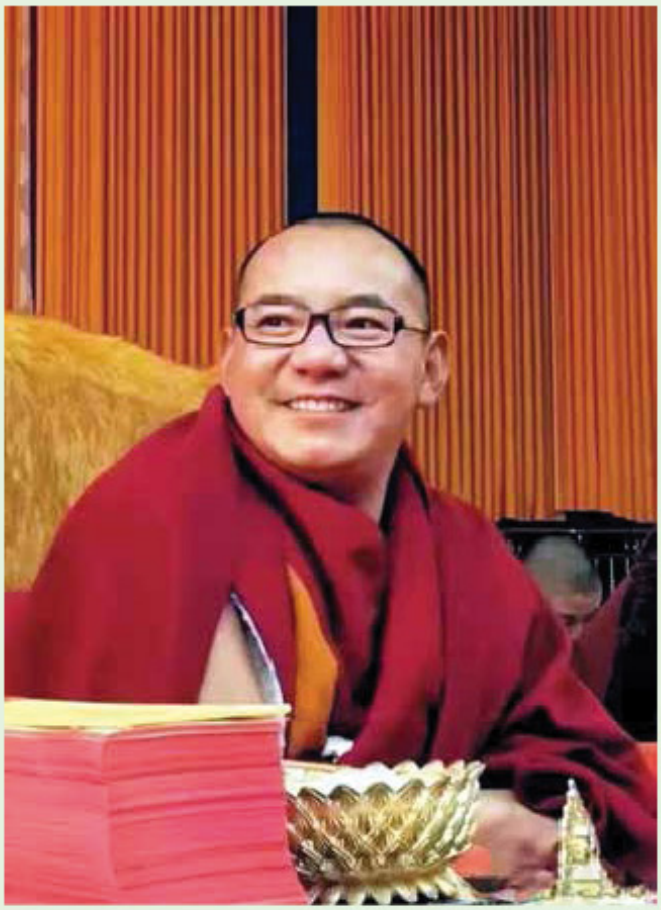
## གང་དུ་ཀྱེ་བཤམས་པའི་ཚུལ།

མཆོག་སྤྲུལ་ཨ་གསང་ངམ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་ནི། མངོ་ཁམས་ཆུ་བཞི་སྐང་དྲུག་གི་ཚར་གཏོགས་འཕྲི་རྒྱལ་མོ་སྐང་གི་གཡོན་སྡོགས་ཨག་ཨ་ཇོ་རོང་གི་ནང་ཚན་ཨག་སྡུག་སྔགས་མདུད་འབྲུག་མོ་རྩོང་གི་ཉེ་ཞོལ། སྐས་ཡུལ་སྐང་སྐང་ནོར་གུ་བྲག་གི་མདུན་སྡོགས་སུ་ཨག་ཆ་ཆ་བདུད་འདུལ་དང་ལས་རབ་གྲིང་ས་སོགས་མཁས་གྲུབ་དུ་མས་སྤྲུབ་ས་མཛད་ཅིང་ཕུར་ས་དང་བདེ་མཆོག་གི་གནས་ཡིན་བར་གསུངས་བའི་ངོ་མཚར་རང་བྱུང་གི་གནས་མཆོག་དེར། ཆོས་རྒྱལ་གྲིང་ས་སོགས་འཕགས་བའི་གདུང་རྒྱུད་ཟབས་མ་ཚད་དུ་བྱུང་བའི་རིགས་རྒྱུད་ཡབ་ཡུམ་གྱི་ཁུ་ཤས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ བའི་ཆོས་ ༡༦ ཐོ་རངས་སྐུ་ངོ་མཚར་གྱི་ཡུམ་སྐྱ་ཆོགས་དང་བཅས་སྐུ་བསྐམས།།

## བྱིས་དུས་ཀྱི་ངོ་མཚར།

སྐུ་འཕྲངས་སྐབས་ཡུམ་གྱི་སྐུ་ལས་འོད་དཀར་རྣམ་པ་ལྔ་བུས་ཞག་བདུན་རིང་ཁང་ཐུག་ཏུ་མར་མེ་ལྔར་གསལ་བ་དང་། དེ་མིན་གཙང་ཆབ་ཏོ་མ་ལྔར་ལོ་གཅིག་ཅམ་བྱང་བ་སོགས་ངོ་མཚར་བརྗོད་ལས་འདས་པས་ཉེ་འཁོར་ཀུན་གྱིས་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་སྐྱེ་ཞིག་ཏུ་དེས་ཞེས་སྨྲ། ཆུང་ཟིས་བའི་སྐབས་ནས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་དད་པ་དང་སྙིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་སྐྱེས་སུ་མངའ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ཐ་ན་ཅིད་མོ་ཡན་ལ་ཆོས་བའི་བྱ་སྤྱོད་དང་འབྲེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་འདུག དགུང་ལོ་བཞི་ནས་ལྷ་བར་ལུགས་མདུད་སྤྲུལ་འགྱུར་མེད་རྗེ་རྗེའི་མདུན་དུ་སོང་ནས་ཟིན་ཆབས་བཀའ་བསྩོ་སྟོན་འཁོད་ལུང་འགའ་ཞིག་དང་བློང་གསལ་གྱི་ཁྱིད་ཡིག་ཆུས་པ་སོགས་ཆུ་ཆེར་གསན་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདྲའི་བྱིས་པ་ཡ་རབས་ཟེར་ཞིང་ཡིད་སྐོན་བྱེད་བའི་གནས་སུ་གྱུར།

དགུང་ལོ་བཅུད་ཟིན་མ་ཐག་ཁུ་བོ་དང་ཡབ་ལྷན་དུ་སྟེ་དགེ་དང་ཆབ་མདོ་ཀོང་པོ་བཅས་བཅུད་ནས་དབུས་གཙང་སྐོར་ཞིང་ཁམས་སུ་བྱོན། ལྷ་སའི་བར་སྐོར་དུ་ཝེབས་བའི་ཉིན་ཞིག་ལ་དགུང་ལོ་བཞེས་བའི་ཁ་མཛོའི་ཟླ་མ་ཞིག་གིས་བུ་འདི་སྤྲུལ་སྐུ་རེད་ཅེས་སྒྲགས་མཉེས་མཉེས་གནང་། བསམ་ཡས་འཆིམས་ཐུ་དང་ཤེལ་བྲག་རྡིས་ཐང་ཆེ་རིང་ལྗོངས་སོགས་གནས་མཛལ་བྱས་སྟེ་ཡོངས་གནས་མངའ་སྡེ་ཚན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ཕེབས་བ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་ཤིག་ལས་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཡང་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཡང་ཐུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཆེ་ཞིང་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཏུ་སྣང་བ་ཡིན་ལ། ཁོ་ཚོ་ཡང



ཡ་ཅན་ཆོས་སྒར་གྱི་དབུ་འཛིན་མཆོག་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།
Chairman of Yachen Choegar, Chogtrul Sangag Tenzin Rinpoche

བཅགས། ཁོང་ལ་སྔར་དང་མི་འདྲ་བའི་སྤྲོ་སྐང་ཚད་མེད་བྱུང་ཞིང་མ་ཚ་འདི་དའི་ཐ་ཡུལ་རེད་གསུངས་ཏེ་བག་ཟུག་སོགས་མང་པོ་རོས་བཟུང་། མི་ཞིག་གིས་ཡབ་ལ་ཁོང་ཚང་གི་བླ་མ་གསང་སྔགས་ཆོས་འཛེལ་གྱི་ཚེ་ལམ་དུ་ནམ་མཁའི་སྟེང་པོའི་སྤྲུལ་སྐུ་ཞིག་འདིར་བྱོན་པར་རློས་ཐ་སྐྱར་མདུན་དུ་འབྱོར་རོགས་ཞུས་ཀྱང་།

ཡབ་ཀྱིས་རྒྱ་མིས་གཅོད་ཐ་ཆེ་བས་འདིར་མི་རྣམས་ལ་སྐུག་འཁྲང་མ་བྱས་ན་ལེགས། རེད་ལ་སངང་ཉིན་ཕྱིར་ཕོག་འགྲོ་ཞེས་འགྲོ་གཞས་བྱེད་དུས། བླ་མས་ཡང་བསྐུར་འབོད་མི་བཏང་བས་ཁུ་ཚོ་རང་རེན་ཚེ་གཉིས་ལེགས། སྤྲོ་ཕྱི་དུ་ཐ་དང་བུ་མོ་གཉིས་སྐུག་ཡོད་ཐ་རེའང་ནང་དུ་ཚོས། བླ་མས་ཚང་མ་ལ་ཆེ་ཕྱར་ཀྱི་དབང་ཞིག་གནང་དུས་ཕོག་ངོ་མི་ལེས་བའི་བླ་མ་ཞིག་གིས་ཕྱིན་ནས་མི་སྐང་བར་སོང་ཐ་དེ་ནི་ཆོས་སྐྱོང་གིས་གནང་བར་གྲགས།

ཐ་རྒན་ཀྱིས་མངས་རྒྱས་མི་གཟུགས་སུ་བྱོན་ཐ་ཁྲིཿདགེ་ཙེ་རིག་ཟེར་ཐ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལ་འདི་སྐྱལ་སྐུ་ཡིན་མིན་ཞུས་ནས་ཅི་གསུངས་དེ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་བཤད། ཐ་མས་ཕྱིར་ཡོང་རྒྱུའི་འགན་དབང་ཡི་གེ་འབྲི་དགོས་ཞེས་ཐ་དེ་ད་ལྟ་སྐྱལ་སྐུའི་ཐུགས་ནས་གནད་དེ་ནི་སྤྲོན་འཕྲུག་ལོང་སྐབས་སུ་གཏོར་བཤེག་ཚབས་ཆེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཞིག་རལ་རྣམས་ལ་གཟིགས་ནས་འདི་དའི་དགོན་པ་ཡིན་མོད་ད་ལྟ་ནི་མི་ལ་རང་ཡུལ་དུ་བྱོན་པ་ལྟར་རེད་གསུངས་ནས་བཤམ་པ་མང་དུ་མཛད།

ཡང་སྐབས་རེར་ཐུགཔ་ཐ་ཐམས་ཅད་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྲོན་ངའི་ཞེ་དུ་འདུག་སྟོང། ཁང་བར་དུ་སྐུང་དམར་ཐུགཔ་ཨའི་ཞེ་ནས་ལྟ་མང་པོའི་ཞལ་མཇལ་བས་གྲབ་ཐ་སོའི་བློ་སྟོང་གསུངས་ནས་སྟོ་སྟོ་བྱས། དེ་ནས་རྗེ་བཙན་མི་ཨའི་སྐས་མཁར་དགུ་སོག་དང་མར་ཨའི་ཞིག་ཐ་རལ་ཏེ་ཆ་ཚང་མ་བཅས་ཤེས་སྐབས་ཚང་མ་ཞིག་རལ་དུ་ཕྱིན་པར་གཟིགས་ནས་ཐུགས་སྐྱོ་བའི་སྐུན་ཆབ་བསིལ། མཆོ་བརྒྱ་ནས་ངོ་མཚར་གྱི་འཇའ་ཤར། རྒྱང་རྩེ་དབལ་འཁོར་མཆོད་རྟེན་ནས་རྩོ་ས་བོང་གི་འཁྲམ་ནས་ཙམ་ཞིག་གཏེར་དུ་བཞེས་པ། བཀྲ་ཤིས་ལྷུན་པོ་མཇལ་ནས་ཕྱིར་ལྟ་ལྷན་དུ་ཤེས་དུས་བློ་བཟང་གྲགས་བའི་གདུང་རུས་ཤིག་ངོ་མི་ཤེས་བའི་ཐ་མ་ཞིག་གིས་ཕྱིན་ནས་མི་སྐང་བར་སོང་ཐ་དེ་ནི་ཆོས་སྐྱོང་གིས་གནང་བར་གྲགས།

ཐ་ན་དུག་བའི་ནང་གསེར་རྐ་སེ་ར་ཡང་སྐྱལ་མདུན་དུ་བྱོན། དབུས་གཙང་དུ་ཤེས་ནས་ཞུར་བྱ་དང་གཏེར་རྫས་ཚོན་པ་བསྐྱེད་ཐ་སོང་ཆེ་འདུག དབེ་ཚ་ཡག་པོ་སྐྱང་དགོས། མཁར་ཆུ་བྱོན་པ་ཤེགས་ཀྱང་དབུས་པ་རྣམས་ཐུག་དོག་ཆེ་བས་གཙོས་གསུངས། གུ་དུག་ཡེ་ཤེས་རབ་འབར་གྱི་དབང་ཞིག་གསུངས་ནས་རང་ཡུལ་དུ་བསྐྱེད་མཚམས་ལ་སྟོང་བར་ཚད་ལམ་སེལ་ཞིག་རྩོ་ལ་



ཡ་ཅན་ཆོས་སྒར་གྱི་དབུ་འཛིན་མཆོག་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།
Chairman of Yachen Choegar, Chogtrul Sangag Tenzin Rinpoche

ལས་ཀྱི་ཞལ་ཆམས་ལྟར་བྱ་བ་གཅིག་ཙམ་བཤགས། དེ་དུས་སྤྲུ་ཆེན་པོ་རྣ་བས་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུ་དང་ཏ་ཅང་གསལ་བའི་ཚོད་གཉིས་བྱུང་། དེ་ལ་འཇིགས་རས་གྲུ་རི་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ། ཐུང་ཞིག་ན་གྲུ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་རས་ཐམས་ཅད་གྲུ་རིའོ་ཟེར་བར་ཤར།

དགུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་པོག་བྱང་དུ་མཁན་ཆེན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་སྐུ་མདུན་དུ་ཡོངས་རྫོགས་འདུས་བའི་དབང་ཞུ་དུ་བོན་ནས་སྡུར་དབུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞུས་བས་ཡག་པོ་རེད་གསུངས་ནས་ཐུགས་དགེས་དགེས་མཛད། སང་ཉིན་དབང་འཕྲིམ་ལ་འབྱོན་དགོས་གསུངས་པ་བཞིན་མཆོད་དོགོན་སྤྱལ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་གསང་དབང་གི་རྫས་གཏད་པ་དགེ་འདུན་པ་སྟོང་ཐག་མང་པོར་འཕྲིམས་ཀྱང་ཐོད་བའི་བདུད་ཅི་ཟུང་ཟད་ཀྱང་ཁ་མ་དམའ་བ་དེ་ནི་བྱག་རྟགས་ཡིན་ཞེས་རྗེ་བླ་མས་གསུངས། མཁན་པོ་སྐེག་རོར་གྱི་མདུན་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་། རབ་པ་བཅུ་དང་བླང་འདམ་སོ་དྲུག་གཞན་ཡང་ཞལ་ཏ་མང་དུ་གནང་ནས་སྡུ་འགྲུར་གྱི་བསྟན་པ་ཁད་ཐོགས་པ་ཞིག་ཡོང་གསུངས།།

## ནམ་མཁའི་སྐྱིང་པོའི་སྤྲུལ་སྐུང་ངོས་འཛིན་གནང་བ།

ཕྱིར་ཁོར་ཏཱ་ཏུ་ཨ་རིག་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་མདུན་དུ་ཞེས་ཏེ་སྐོ་བག་ཟུག་པ་དང་གཏེར་རྫས་རྣམས་ངོས་བཟུང་ཚུལ་དང་བླ་མ་ཞིག་གིས་ནམ་སྐྱིང་སྤྲུལ་སྐུ་ངོས་བཟུང་ཚུལ་སོགས་ཞུས། འདི་སྤྲུལ་སྐུ་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐུགས་ཐག་གཅོད་རོགས་ཞུས་ཚེ། ཁོང་ཐུགས་དགྱེས་དགྱེས་མཛད་ཅིང་དབུ་ཐོད་གཏུག ང་ལའང་ནམ་སྐྱིང་སྤྲུལ་སྐུ་མཛལ་འོད་ཡོད་གསུངས་ནས་དཀར་ཡོལ་རྟགས་བརྒྱུད་དང་དཀར་པོ་བཅས་གནང་སྟེ་སང་ཚོད་བྱ་ཚུར་འདིར་ཁིད་ཤོག་དང་ངོན་ཆེན་པོ་རེ་ཡོད་ད་ལྟ་ང་ལ་ཁིག་ཁིག་ཟེར་རྒྱུ་མེད་ཁྱིམ་དུ་མ་འཛོག་བར་ཚད་ཡོངས་ཆད་གསུངས། དེ་ནས་ཉག་འབྲུང་ཁྲངས་དགོན་དུ་ཡི་གེ་བསྒྲབས། དུས་དེར་ཡབ་ནང་ཚབས་ཆེ་བ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཉི་རེ་ལས་ཐུ་ཡོངས་དུས། ཡབ་ཀྱིས་ངའི་ནང་འདིའི་ཁ་ཏོག་ལས་མི་ཐར་རེས་བས། ཁྱེད་བཟའ་མི་ཚང་མས་མེམས་སྐྱག་གཏུན་ནས་བྱེད་མི་ཉན། ཁུ་ཚོ་ཁྱེད་ཀྱིས་བུ་ཤ་གསང་འདི་སྤྲུལ་ཤ་རིག་གི་མདུན་དུ་ཁིད་དགོས་རྟུན་དུ་འགྲོ་མི་རྣུ་ཟེར་ནས་ཅང་མ་འགོར་བར་ཚེ་དུས་བྱས།

འཇམ་དབྱངས་སྐུ་མ་ཤ་ཁྱག་རིན་ཚེ་ཆེ་ཤ་རིག་མདུན་དུ་བྱོན་པ་ན་ཤ་རིག་གིས་འདིར་ནམ་སྐྱིང་སྤྲུལ་སྐུ་ཞིག་བྱོན་ཐལ། ཁེད་ཀྱིས་ཇེ་མཛལ་གསུངས། ཁོང་གིས་མ་མཛལ་གང་དུ་བཞུགས་ཤུལ། ངོ་སྤྲུལ་སྐུ་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་འདུག་སང་ཚོང་འདིར་འབྱོན་རྒྱུ་ཡིན་གསུངས། ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ཆམས་ལྟར་ལུ་བོ་དང་མཉམ་དུ་ཁྱོས་ཀོག་ཏུ་བྱོན། སྤྲུལ་ཤ་རིག་གི་སྐུ་མདུན་དུ་མཁན་ཚོ་ཤ་ཁྱག་གིས་ཁྱིད་བཞམ་ཡང་ནས་ཁོང་གི་ཡི་གེ་མེད་བར་འཕྱོ་དགའ་བས་མཁན་ཚོ་ཤ་ཁྱག་གར་ཡོད་རྡེས་ཆེ་ཡ་ཆེན་དུ་འཚོགས་པ་ཞིག་གི་དབུ་བཞུགས་མངོན་ཞེས། བྱབ་དབང་ལུང་རྟོགས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མདུན་དུ་ཞུས་ཚེ་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་སང་ཉིན་འཚོགས་བའི་གྲལ་དུ་བཞུགས་དང་འཕྲོ་ཆོག་གསུངས།

ཕྱི་ཉིན་ཤ་གསང་ཁུ་མཚན་གཉིས་ལ་བླ་མ་ནས་ཆེབས་རྟ་གཉིས་གྲ་སྦྱིག་བྱས་ཏེ་ཁྱོ་ཞོག་ཁ་ཤས་སྐྱ་དངོས་ཤོས་འགའ་དང་བཅས་བླ་མས་སྐྱ་དངས་ཏེ་ཁང་རིལ་རི་ཁྱོད་དུ་ཤ་རིག་རྟོ་རྗེ་འཚང་གི་སྐུ་མདུན་དུ་འབྱོར། འཇམ་དབྱངས་བླ་མ་དང་ཁྱོ་ཞོག་གི་མི་དྲག་རྟོམས་ཀྱིས་ཤ་རིག་གི་གསུང་ལ་འཕྲལ་བ་མེད་བས་སྤྲུལ་སྐུ་འདི་ཡང་དག་རེད་གསུངས་ནུ། དེད་ཅག་ཁྱོ་ཞོག་ནས་ཤོན་ཐབས་བྱས་ནི་མེ་ལེགས་སམ་ཞེས་ཀུན་གྱིས་གློས་བྱས་ཏེ་མི་དྲག་རྟོམས་ཀྱིས་ཤོན་ཐབས་མ་བྱས་ཐབས་མེད་རེད་ཅེས་བཤད། སྐུ་མདུན་དུ་ཁྱིད་ཆེ་ཤ་རིག་གིས་ཐུགས་དགྱེས་དགྱེས་མཛད་ནས་ཁྱེད་ཆོ་ཁྱོ་ཞོག་ལ་བླ་མ་བཟང་པོ་མེད་བས་འདི་བདག་པོ་ཀྱིས་དང་ཁྱེད་ཅག་ལ་དོན་ཆེན་པོ་ཡོད་གསུངས།

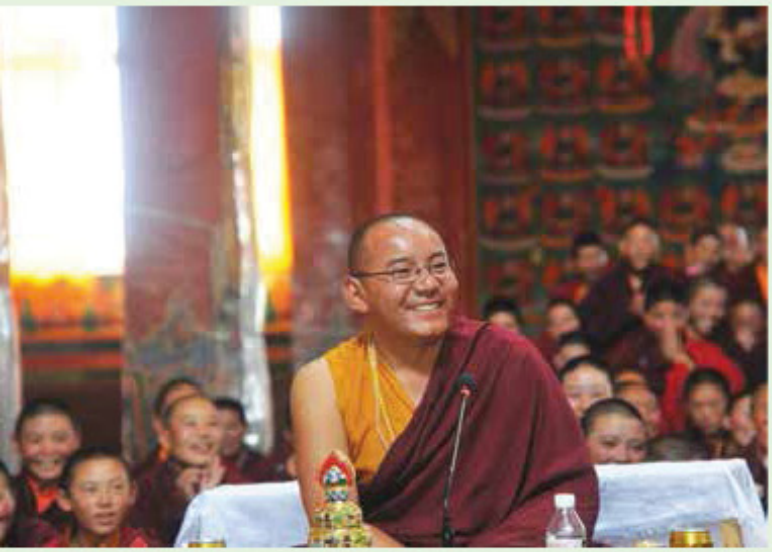
འཇམ་དབྱངས་བླ་མས་ལགས་སོ་ཧོ་ན་གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྒྲུབ་སུམ་ཆོགས་ལ་ཡིན་བས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱི་འདོན་ཁྱེད་དགོས་ཤུས་བས། ཁོང་བྱ་བྱལ་ན་ཡིན་སྐྱབས་འབྱོར་ན་ཆེར་མེད་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་ཀྱི་མཆོད་ཅམ་དུ་ཤ་རིག་གི་བཤུགས་ཁྱིའི་དྲུང་དུ་སྐྱབ་དགོར་ཞེག་གདིངས་ནས་བཤུགས་སུ་གསོལ། ན་བཟའ་དང་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཁང་བར་དུ་སྤྲོ་ཤུལ་ལུང་དགའི་ཐུགས་རྟེན་ཐུབ་སྐུ་ཡི་མ་

ཞེག་བཅས་གནང་། སྤྱལ་ཆུང་གིས་དབུས་སྲོག་ནས་རྟེད་བའི་ཧམ་སེར་གྱི་སྐུ་ཟ་རིག་ལ་སྤྱན་འབྱལ་ཞུས་བས་འདི་ནི་གཉེར་རྩལ་དགུ་ཞེག་རེད་སྤྱལ་སྐུ་འདི་སྤྲགས་ཀ་ཞེག་རེད་ཟེ་གསུངས་བས། སྤྱལ་ཆུང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་དྲང་ནས་རྟེན་དགེ་ཚུལ་སློང་བ་རྣམས་ལེན་བྱེད་ཞུ་སྐབས་ཟ་རིག་ནས་ཐུགས་དགྱེས་དགྱེས་གནང་། འཛམ་དབྱངས་ཆ་མས་འདིའི་ཡོངས་འཛིན་སུས་བྱེད་ཞུས་བས་ཁྱེད་ཡིན་གསུངས། བསོད་ དབང་གིས་ཁོ་རྩེ་ཐོག་གི་བདེ་སྐྱིད་ཡིན་ཞུས་ཚེ་ཟ་རིག་ནས་ཁོ་རྩེ་ཐོག་ཟེར་རྒྱ་མེད་འཛམ་གླིང་ལ་ཁན་བའི་འགྲོ་དོན་ཡོད་གསུངས་སོ།།

## ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་ཅུ་བར་ཞུགས་པ།

ཟ་རིག་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་མར་ཤེས་ཏིན་ཏན་གྱི་གདམས་ངག་སོགས་བློ་སྦྱོང་གི་སྐོར་ཆོས་ཚུལ་མང་ཞིག་གསན། དཀྱང་ལོ་བཅུ་གསུམ་དུས་ཆ་མའི་མདུན་དུ་སྟོན་འགྲོ་ཀུན་བཟང་ཆ་མའི་ཞལ་ལུང་དང་དགུ་ཆུང་གི་ཟིན་བྱིས་ལ་ཞག་བཅུར་བཞུགས་ནས་འབྱམ་ལྷ་མཐར་ཕྱིན། གཞན་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་དང་སྟོམ་གསུམ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་འགྲེལ་བ་ས་སྐྱའི་ལམ་འབྲས་སོགས་མདོ་སྡེགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་དུ་མ་གསན། ཀུན་རིག་དང་ཀྱེར་སོགས་འདོན་ཚ་རྣམས་ཆོས་བཟུང་ཞིང་སྒོམ་རྩེ་ལྟར་དབྱངས་སོགས་ལ་མཁས་པར་བྱས། སྔོན་མིན་ནང་གི་སྟོན་འགྲོ་སེམས་ཀྱི་ཁང་བུ་བཤིགས་པ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་ཐུབ་སྤྱངས་ནས་རྟོགས་འབྱལ་ཞུས་པས་ཐུགས་མཉེས་པ་བྱུང་། སེམས་ཀྱི་མཚང་བཙལ་དུས་སྤྱང་སྲིད་ཐམས་ཅད་མེད་སྤྱང་སྟོང་བའི་གཟུགས་བརྟན་སྐྱེ་འགག་གནས་པ་དང་བྲལ་བར་ཤེར། ཤན་འབྱེད་དང་ལ་ལ་ཆ་རྩོལ་སོགས་ཁྱིད་ཤར་རེ་རེ་ནས་ཉམས་སྐྱོང་ཁྲལ་བར་ཅན་བྱུང་བས་ཆ་ལ་སངས་རྒྱས་དཔོན་སུ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དད་པ་སྐར་དང་མི་འབྲལ་སྐྱེས།

ཁྲད་བར་དུ་དཔོན་གཞིའི་རིག་པ་རང་ངོ་སྤྲོད་སྐབས་ཆ་མའི་ཐུགས་དང་རང་མེའམ་དབྱེར་མེད་དུ་འཛེས་ནས་གདམས་ངག་གཞན་ལ་རེ་མི་དགོས་བར་ཁོ་ཐག་ནང་ནས་ཆོད་བར་བྱུང་། སྐབས་ཤིག་ན་སྟོན་གྱི་སྤྲོན་ལམ་དུས་སུ་སྨིན་པ་བཞིན་མཁའ་ཡོ་ཐུག་མེ་ལ་མཛའ་འདོད་ཀྱིས་སྐོམ་བར་ཆུ་འདོད་པ་ལྟར་བྱུང་ནས། མཆོག་སྤྱལ་ཨ་བུ་རྒྱས་དང་མཉམ་དུ་དཀའ་ཚེགས་དང་བལ་དུག་ཁྲད་དུ་བསད་ནས་མཁའ་རིན་ཡོ་ཐུག་མེ་ལ་ཀྱི་ཞལ་ལྟ་ཐུབ་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཞག་བཅུར་བཞུགས་ནས་འབྱམ་ལྷ་མཐར་ཕྱིན། གཞན་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་དང་སྟོམ་གསུམ་རྒྱལ་སྲས་ལག་ལེན་འགྲེལ་བ་ས་སྐྱའི་ལམ་འབྲས་སོགས་མདོ་སྡེགས་ཀྱི་ཆོས་སྐོར་དུ་མ་གསན། ཀུན་རིག་དང་ཀྱེར་སོགས་འདོན་ཚ་རྣམས་ཆོས་བཟུང་ཞིང་སྒོམ་རྩེ་ལྟར་དབྱངས་སོགས་ལ་མཁས་པར་བྱས། སྔོན་མིན་ནང་གི་སྟོན་འགྲོ་སེམས་ཀྱི་ཁང་བུ་བཤིགས་པ་ལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་ཐུབ་སྤྱངས་ནས་རྟོགས་འབྱལ་ཞུས་པས་ཐུགས་མཉེས་པ་བྱུང་



ཡ་ཆེན་ཆོས་སྒར་གྱི་དབུ་འཛིན་མཆོག་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།
Chairman of Yachen Choegar, Chogtrul Sangag Tenzin Rinpoche

ན་ཐུ་མའི་བཀའ་བཞིན་དུ་ཞག་བཅུ་ཙམ་ན་བོད་གསལ་སྨོན་མ་བཞིའི་སྡུང་ཉམས་ཤར་བའི་མགོ་བཏུང་སྟེ་ཕྱི་ནས་བཟོམ་བུའི་བར་གཞུང་བཞིན་ཤར་བ་དང་། ནང་དུ་བའེ་སྐོང་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པར་བྱུང་བ། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་སྟོན་གནས་རྣེས་དྲན་སོགས་ཆེས་གསལ་བ་རེ་བྱུང་ཡང་ས་ག་བཤད་ཅེས་དང་། མཉམ་བཞག་ལ་གཉིས་སྡང་ཀྱེ་ཅིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཁྱེན་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཤར། དེའི་རྣེས་སུ་བློང་གསལ་སྐྱིང་པོའི་སྐུ་གསུམ་ཚོ་གཅི་དབུ་བཞུགས་མཛད་སྐབས།

དགོངས་པ་མི་འགྱུར་བ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟེར་གྱིས་བསྟམས་པའི་ཉིང་འཛིན་རྣམ་གསུམ་ལས། རྒྱའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྐབས་ས་བོན་ལས་འབྱུང་བ་རིམ་བཅུག་བཅུ་ཙམ་ཞིག་རྣམས་སྐད་ཅིག་ངན་རྟོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གཞན་ཡས་ཁང་རྣེན་བཅེན་བ་དང་བཅས་པ་ཅིག་ཙར་དུ་བཀྲ་ལམ་ལེ་ཤེས་སྟོན་དང་མི་ཁྱབ་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་སྣང་བ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ཐུབ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ཁོང་གིས་བོད་གསལ་ཀྱོགས་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་དུ་ཡང་ཡང་མངའ་གསོལ་མཛད། དེ་ནས་བཟུང་མཆོག་སྤྲུལ་ཉིའི་ཐུགས་ལ་བྱུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་དང་མཐུན་པར་ཡས་དང་མོ་ཡ་སྟོན་འགྲོ་སྟོག་རྣམ་གཞི་ནས་བཟུང་སྐུབས་འགྲོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཞུགས་བཅུའི་བར་དུ་བློ་ལེགས་པོར་སྟོང་པར་བྱེད་དུ་བཅུག

བསགས་སྡུངས་ཚད་ལྡན་སོང་རྣེས་མཚན་བཅས་ཞེ་གནས་དང་མཚན་མེད་མདོ་ཁར་བྱིན་རེག་པ་དང་མཐུན་པར་གྱུར་ཏེ་སྐབས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྟོན་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། སྟོང་ཐུབ་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ།

## བླ་མའི་རྒྱལ་ཚབ་ཀུ་མངའ་གསོལ་ཞིང་གྲུལ་བྱ་སྒྲོང་བ།

འཇམ་དབྱངས་བླ་མ་མཆོག་ནས་དེ་ད་ཡང་ཚོ་ན་མཐོ་བས་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ཀུ་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་ཁོང་མངའ་གསོལ་མཛད་པ་ཡིན་ཞེས་དང་། རྗེ་བླ་མ་ཉིད་ནས་བདག་ལ་སློབ་མ་སྟོང་ཐག་བདུན་ལ་ཉེ་བ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་ཉམས་ཀྱི་ནང་ན་རྒྱལ་ཚབ་སྤྲུལ་སྐུ་ཤ་གསང་ལས་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་མཐོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། མངོན་ཤེས་དང་བྲལ་རྟགས་ལའང་ཚད་གཏན་ནས་བཟུང་རྒྱུ་མི་འདུག་གསུངས།

འཇམ་དབྱངས་བླ་མ་མཆོག་ནས་དེ་ལན་ཆོས་ཁྲིད་དང་སྦྱན་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྲིད་ཁ་མ་ཟད། ཡེ་ཤེས་བླ་མའི་ཁྲིད་སྟོང་ཟུ་ཤན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཛད་དགོས་གསུངས་ཏེ། ཁོང་གིས་འོད་གསལ་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་བའི་བདག་པོ་ཟུ་ཡང་ཡང་མངའ་གསོལ་མཛད། དེ་ནས་བཟུང་མཆོག་སྤྲུལ་ཉིའི་ཞིད་ནས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་དང་མཐུན་བར་ཡས་དང་མོ་ཡ་སྟོན་འགྲོ་སྟོག་རྣམ་གཞི་ནས་བཟུང་སྐུབས་འགྲོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཞུགས་བཅུའི་བར་དུ་བློ་ལེགས་པོར་སྟོང་བར་བྱེད་དུ་བཅུག

བསགས་སྡུངས་ཚད་ལྡན་སོང་རྣེས་མཚན་བཅས་ཞེ་གནས་དང་མཚན་མེད་མདོ་ཁར་བྱིན་རེག་པ་དང་མཐུན་པར་གྱུར་ཏེ་སྐབས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྟོན་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། སྟོང་ཐུབ་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ། ངག་ཆུང་ནས་བརྒྱུད་པ་ལྟར་ལྟ་སྟོག་ཏུ་ལྟ་བ་ཚོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཟིལ་གྱིས་ཁྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཤར་བ་ཡིན་ནོ།

མཆོག་སྤྲུལ་གསང་སྔགས་བསྟན་འཛིན་གྱི་ཏིག་བརྡོད་བསྟམས་པ་དང་གསུམ་བད་མོ་འཕྲེད་བའི་ཉིན་བྱེད་ལས་སྡ་འགྲུར་རིག་འཛིན་རོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་བསྡུ་སྤྲིག་བྱས།

# རྒྱལ་སྲས་རིག་བའི་རལ་གྲིའི་མཛད་བསྟུས།



རྒྱལ་སྲས་རིག་བའི་རལ་གྲི་རིན་པོ་ཆེ།
Gyalse Rigpai Raldri Rinpoche

## སྐུ་ཕྲེང་དིམ་བྱོན་གྱི་མཚན་གྱི་སྐོར།

མདོ་མཁྱེན་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེའི་རིགས་སྲས་རིག་བའི་རལ་གྲི་མཆོག་གི་སྐུ་ཕྲེང་རིམ་བྱོན་གྱི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཅམ་<<འབྲི་གུང་གཏན་རབས་གསེར་ཕྲེང་>>ཞེས་བ་ལ་ཁྲངས་བཅོལ་ནས་བརྗོད་ན། རྒྱ་གར་གྱི་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ས་ར་ཧ་བ། ཆོས་རྒྱལ་རྣམ་ཤཱཀ་རི། རིག་འཛིན་ཀྱི་ཀ་ར་སོགས་དང་། བོད་རྒྱལ་ལྷ་སྲས་ཐུ་ཏི་གཅན་པོ། ཁུ་སྟོན་བརྩོན་འགྲུས་གཡུང་དྲུང་། འབྲི་གུང་གཙི་གཏན་རབས་གསུམ་ལ་སྐུན་སྔ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ། གཏན་རབས་བཅོ་ལྔ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་གཅེན་སྤྲོམ་ལ་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ། འབྲི་གུང་གི་གཏན་རབས་བཅུ་དྲུག་ལ་རིན་ཆེན་ཐུན་ཚོགས། འབྲི་གུང་ཆོས་རྒྱལ་ཐུན་ཚོགས་ཀྱི་སྐས་གཏན་རབས་ཉེར་གསུམ་ལ་དབུབ་སྤྲོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པཨམ་རིན་འཕྲིན་ཆོས་གྲགས། གཏན་རབས་ཉེར་ལྔ་དོན་གྲུབ་ཆོས་རྒྱལ་ལམ་དཀོན་མཆོག་ཕྱིན་ལས་དོན་གྲུབ། གཏན་རབས་ཉེར་བདུན་ལ་དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་ཉི་ཟེ་མཁམ་དཀོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་ཟེ་མ། ཀུན་མཁྱེན་འཇིགས་མེད་གླིང་བའི་སྐས་འབྲི་གུང་རྒྱལ་སྐས་སམ་འཇིགས་མེད་བསྟན་བའི་ཉི་ཟེ་མ། སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་སྐས་བདེ་ཆེན་རིག་བའི་རལ་གྲི་བཅས་ཡིན་ནོ།། རལ་གྲིའི་སྐུ་ཕྲེང་འབྲི་གུང་རིན་ཆེན་ཐུན་ཚོགས་དེ་སྐྱབས་མགོན་གྱི་སྐུ་ཕྲེང་འབྲི་གུང་ཆོས་རྒྱལ་ཐུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡབ་ཡིན་བས་རལ་གྲིས་སྐྱབས་མགོན་གྱི་ཡབ་ཞེངས་གཅིག་བཞེས་ཡོད། རལ་གྲིའི་སྐུ་ཕྲེང་དབུབ་སྤྲོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་། འཇིགས་མེད་བསྟན་བའི་ཉི་མ། རལ་གྲི་ཉིད་དེ་སྐུ་ཕྲེང་གསུམ་ཀྱིས་སྐྱབས་མགོན་གྱི་སྐས་མཛད་རྒྱོང་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་སྐྱབས་མགོན་དང་འབྲི་གུང་བར་ལ་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།། སྐྱབས་མགོན་དང་རྒྱལ་སྲས་རལ་གྲིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ལ་ཉེན་འབྲེལ་གནད་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། ཕྱིས་སུ་མདོ་སྐྲུངས་ནས་རལ་གྲིའི་ཡང་སྲིད་ངོས་འཛིན་གནང་བ་མ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་རྗོང་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ཕྲེང་གསུམ་པ་འཇིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་ཁོ་ཚས་རལ་གྲིའི་ཡང་སྲིད་ཅིག་ངོས་འཛིན་མཛད་ཅིང་། མཚན་སྐྱབ་བསྟན་འཇིགས་མེད་དགའ་བཅམ་དཀོན་མཆོག་དང་རྒྱས་ཞེས་གསོལ་བ་རབ་བྱང་བཅུ་དྲུག་བའི་ལྷགས་འབྲུག་ཤིང་ལོ་༡༩༥༠ ཞོར་ཡབ་མཐུ་སྟོབས་དང་ཡུམ་ཁོ་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་ཤ་མདོ་འབབ་ཡུལ་འཛེ་བཟང་ཞེས་བར་སྐུ་འཕྲུངས། དགུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་སྟེང་ཟླ་བ་མཁའ་ཚེན་ཆོ་ཆོ་དབང་རིག་ཚུལ་གྱི་སྟོམ་པ་བཞེས། མཚན་ལ་སྐབ་བསྟན་འཇིགས་མེད་དགའ་བ་ཞེས་གསོལ། མཁའ་ཚེན་ཆོ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་སོགས་ཀྱི་རྒྱང་ནས་དབང་ཁྲིད་མང་དུ་བཞེས། ལྷག་བར་མཁའ་ཚེན་ཆོ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་མཆོག་གི་ཐུགས་སྐས་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་གྱི་རྒྱང་ནས། མདོ་སྡེགས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་རྫོགས་ཆེན་མན་ངག་དང་བཅས་ལ་གསན་སྐྱངས་མཐར་ཕྱིན་བར་མཛད། རྗོང་སྤྲུལ་འཇིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་ཁོ་ཚའི་གདུང་སྐས་ཚུར་བཞུགས་གསོ་གཏན་ལ་ཕེབ་ཅིང་ཆོས་འཁོར་གྱིང་བསྐྱངས་གསོ་གནང་། རབ་བྱང་བཅུ་བདུན་པ་མེ་ཕྱི་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༤ ཞོར་སྐུ་གཤེགས།།

## སྐུ་འཁྲུངས་པའི་སྐོར།

མདོ་མཁྱེན་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་གདུང་སྐས་ཚུར་བ་བདེ་ཆེན་རིག་བའི་རལ་

ཀྱི་ནི། ཡབ་སྐུབས་མགོན་མདོ་མཁྱེན་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཡུམ་ཨ་སྐྱོང་བུ་མོ་འཛོམས་པ་སྐྱིད་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་རབ་བྱང་བཅུ་བཞི་བའི་ཡུགས་སྐ་ཀྱི་ཚེ་༡༤༦༠ ཙོར་མགོ་ཙོག་བརླ་རི་མཐོ་ཞེས་བྱ་བའི་གནས་སུ་ངོ་མཚར་བའི་ཡུས་དུ་མ་དང་བཅས་ཏེ་སྐུ་འཕྲངས། སྐུ་འཕྲངས་མ་ཐག་ཏུ་ནམ་མཁའ་ནས་གཤེར་དམར་ལས་གྲུབ་པའི་རལ་གྲི་ཐུགས་ནས་སྐུབས་མགོན་གྱི་ཐུགས་སོར་དུ་བབས། རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འཕྲོགས་པས། སྐས་ཀྱི་མཚན་ལ་བདེ་ཆེན་རིག་པའི་རལ་གྲི་ཞེས་གསོལ། རལ་གྲི་དེའི་ཡུ་བའི་སྟེང་ན་སྐུབས་མགོན་གྱི་ཐུགས་རྗེས་མངའ་བ་སོགས་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཚར་ཅན་ཞིག་ཡིན། རལ་གྲི་དེ་དེང་སྐབས་ཀྱང་བཞུགས་སོ།།

སྐུབས་མགོན་གྱི་<<རང་རྣམ་མཁའ་འཕྲིའི་ཞལ་ལུང་>>ལྟེབ་༡༨༦ ནང་། "བླང་ཙོར་རྗེ་བླ་མའི་ལུང་བསྟན་ལྟར་སྐུལ་བའི་རིགས་ཀྱི་ཐུ་གུ་གསར་བ་འཕྲུངས། སྐྱབ་ཙོར་ཡང་རིགས་ཤིག་བྱུང་།" ཞེས་གསུངས། མདོ་ཆུ་གསལ་དབང་མོས་མཛད་བའི་<<མདོ་ཚང་གི་བརྒྱུད་བའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྡུས་>>ལས། "སྐས་བདེ་ཆེན་རིག་བའི་རལ་གྲི་ནི། རབ་བྱང་བཅུ་བཞི་བའི་ལུགས་སྐྱབ་ཙོར་སྐུ་བལྟམས། འདི་དུས་གསེར་དམར་གྱི་རལ་གྲི་ཐུགས་བསྐུབས་རྗེའི་ཐུགས་ཏུ་རང་བབས་བྱུང་བས་མཚན་ཡང་དེ་སྐད་དུ་གསོལ། རིགས་འཛིན་འཇིགས་མེད་ཕྲིང་བའི་སྐས་འཇིགས་མེད་ཉིན་བྱེད་ཀྱི་ཡང་སྲིད་ཡིན།"ཞེས་གསུངས་སོ།།

སྐུབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་འཕྲི་གང་ན་བཞུགས་དུས། འཕྲི་གང་རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྐྱེ་བ་ཁྱི་མ་ཉིད་ཀྱི་གསར་དུ་སྐྱེས་པར་ཤེས་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས་པ་ལྟར། སྐུབས་མགོན་ཀྱིས་སྐས་རལ་གྲི་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་ཏེ་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་ཡིན། སྐུབས་མགོན་ཀྱི་<<རང་རྣམ་མཁའ་འཕྲིའི་ཞལ་ལུང་>>ལྟེབ་༡༡༩ ན། "རྒྱལ་སྐས་རིན་པོ་ཆེས་དཔལ་རང་ཅག་འབྲལ་མི་དགོས་པ་ཙམ་མོ་ཞོང་སྐབ་ཐོག་ཁེལ་མ་བྱུང་། ཡབ་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དེས་འཕྲི་གུང་པ་ལ་ང་རང་གནང་རྒྱུ་དེ་ཡང་ཟུང་ཟད་མ་ལེགས་འདུག སྐྱེ་བ་སྤྱམ་གང་ཐོག་ཁེལ་མ་བྱུང་། སྐྱེ་བ་འདིར་རང་ཅག་སྤྲུལ་པའི་ཚེ་ཐུགས་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྐུབས་མགོན་ཀྱི་<<རང་རྣམ་མཁའ་འཕྲིའི་ཞལ་ལུང་>>ལྟེབ་༡༡༡ ན། "རྒྱལ་སྐས་རིན་ཐོ་ཆེས་དཔལ་ལྡན་རང་ཅག་འབྲལ་མི་དགོས་པ་ཙམ་མེ་ཏོག་ཁེལ་མ་བྱུང་། ཡབ་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དེས་འཕྲི་གུང་པ་ལ་ང་རང་གནང་རྒྱུ་དེ་ཡང་ཟུང་ཟད་མ་ལེགས་ཤིག་ཏུ་ཞུས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྐུབས་མགོན་ཀྱིས་ཙོ་དེ་རབ་ཏུ་ཞུས་ཏེ་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས། སྐྱེ་ཀུན་འབྲལ་བ་མེད་བའི་སྨོན་ལམ་རྣམ་བར་དག་བའི་མཚམས་སྦྱར་གནང་།" ཞེས་གསུངས་སོ།།

## རྒྱ་ཆེའི་མཛད་ཕྲིན་གྱི་རྣོན།

རྗེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཛད་རྣམ་རྒྱར་དུ་བྲིས་པ་མེད་སྐབས་མཛད་ཐིན་ཆ་ཡོངས་སུ་ཚང་བ་ཞིག་འབྲི་ཐབས་མེད་ནའང་། ཁོང་གི་རྣམ་ཐར་རྒྱར་ཅམ་རེ་སྐུབས་མགོན་མདོ་མཁྱེན་བརྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་<<རང་རྣམ་མཁའ་འཕྲིའི་ཞལ་ལུང་>>དང་། མདོ་རྒྱ་གསལ་དབང་མོས་མཛད་བའི་<<མདོ་ཚང་གི་བརྒྱུད་བའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྡུས།>>རྣམས་བརྒྱ་གྱི་རྣམ་ཐར་<<ཡུལ་ཁར་སྲོགས་སུ་བྱང་བའི་རྗོགས་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་པ་མངའ་བདག་རྣམས་ཡོངས་འདུའི་ལྷོན་བཟང་>>མོགས་ལ་ཁྱངས་བཅོལ་ནས་མདོ་ཙམ་བརྗོད་ན། དགུང་ལོ་གཅིག་ལྷགས་སྐྱབ་ལོ་ནས་དགུང་ལོ་གཉིས་པ་ལྷགས་ཡོས་ཙོའི་བར་མགོ་ཙོག་བརླ་རི་མཐོ་རྩ་བཞུགས་ཤིང་། དགུང་ལོ་གསུམ་པ་ཆུ་འབྲག་ནས་དགུང་ལོ་ཕྱ་བ་ཤིང་རྟ་ཚེའི་བར་སྐུབས་མགོན་གྱི་གདན་ས་གཅོ་ཙོ་མ་རྣ་སྐྱིད་ལུང་དགོན་དང་། དགུང་ལོ་ཕྱ་བ་ཤིང་རྟ་ནས་དགུང་ལོ་བདུན་པ་མེ་སྦྱི་ལ་ཚེའི་བར་གཅོ་ཙོ་གཡི་ཁོག་དང་ལྷགས་ཤུང་སྟེ་ཆ་རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་རི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས། དགུང་ལོ་བདུན་པ་མེ་སྦྱི་ནས་དགུང་ལོ་བཅུ་པ་མེ་བྱ་ཚེའི་བར་མི་ཉག་བཞག་བྱའི་གནས་དང་ཡི་ཐང་དགོན་བར་བཞུགས། དགུང་ལོ་དགུ་པ་སྐྱིད་ནས་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་ཆུ་སྐག་ཚེའི་བར་མ་ཤུ་སྐྱིད་ལུང་དགོན་བཅས་སུ་བཞུགས་བར་གསལ་ཏེ། སྐུབས་མགོན་དང་སྐྱབ་བར་དུ་སཱི་མ་སྐར་གཞི་བཅས་ཚོ་དེ་དག་ཏུ་གནས་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་བཞུགས་ཡོད།

རལ་གྲི་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་སྐྱེང་གཅིད་རིགས་སྐས་ཤེས་རབ་མེ་འབར་སྐུ་གཤེགས་བས། རལ་གྲི་ལ་སྐྱི་གེགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས། སྐུབས་མགོན་ཀྱིས་ཚོ་དེར་རལ་གྲི་སྐར་ཐོག་ནས་ཡུལ་ཕུག། དེ་ནས་རལ་གྲི་ཙ་སྐྱོ་དབྱུག་ཐོགས་ལྟ་བུ་མཐོང་དེ་སྐྱོགས་རིས་མེད་དུ་འཁྱམས། རིམ་བཞིན་རྗོགས་ཆེན་དགོན་དུ་འབྱོར། རྗོགས་ཆེན་རིན་ཙོ་ཆེ་མི་འཁྱར་ནམ་མཁའི་རྩོ་རྗེ། རྗངས་སྐས་གཞན་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཤིག་ཏུ་ཆེ་ཐུགས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་ལྟར། སྐུབས་མགོན་ཀྱིས་ཙོ་དེར་རལ་གྲི་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་ཏེ་ཕྱག་ཚེ་ཐོག་ཏུ་ཞུས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་ཐུགས་ཁྲལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས། སྐྱེ་ཀུན་འབྲལ་བ་མེད་བའི་སྨོན་ལམ་རྣམ་བར་དག་བའི་མཚམས་སྦྱར་གནང་།" ཞེས་གསུངས་སོ།།

ཏུ་སྐྱོ་བས། བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རལ་གྲི་མགོ་ལེབ་ཅེས་རྒྱ་ཏུ་བརྟུལ་བཅོས་མཛད་པ་སོགས་དཀའ་དལ་རྒྱ་ཆེར་སྐྱོང་ཡོད། སྐབས་ཤེག་སྤྱན་གཞི་ཚབས་ཆེན་ཞེག་བཞེས་བས་གཤེགས་ལ་ཁད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་དུས། རྗོགས་ཆེན་ཐུབ་གཙོ་བོ་མཛད་དེ་སྐུ་རིམ་དང་སྨན་སོགས་ཟུལ། སྐབས་དེར་ཆུབ་གཅིག་རལ་གྲིའི་རྨི་ལམ་དུ་ཡབ་རྗེ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཟླཀྵི་མ་གཉིས་བྱོན་ཏེ་བདུད་ཅི་ཐོད་པ་གང་གནང་བ་ལྟག་ལུས་མེད་བར་གསོལ་བས། ཐུ་ཉིན་སྤྱན་ལས་སྒོལ་འདུག་པ་བྱུང་བའོ།། སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་རལ་གྲི་སྐུ་གེགས་ལས་སྒོལ་བར་གཟིགས་ནས། རྗོགས་ཆེན་དུ་རལ་གྲི་ལ་གཟེགས་སྐོར་དུ་བྱོན། དེ་ནས་སྐབས་མགོན་དང་རལ་གྲི་གཉིས་ཀྱིས་མཁན་ཆེན་བརྒྱ་བརྒྱ་གྱི་དབུ་རྒྱས་གཏབ་ཅིང་ཐུགས་ཀར། སྐབས་མགོན་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མཁྱེན་ནས་ཟངས་སྐྱོགས་མགོ་བྱོད་མཁས་ནས་ངས་ཆོས་ཉན་ན་མིན། བྱོད་ལ་གསང་སྔོང་གི་བརྒྱད་པ་ལེགས་སོར་འདུག དེ་ངའི་བུ་ལ་ཐོབ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་བཀྱོན་ཚ་ནན་མཛད་དོ།། དེ་ནས་རལ་གྲི་ཕྱིར་སྐར་ཐོག་ཏུ་ལེགས། ཡབ་ཆེན་གྱི་བྱང་ནས་སྔོང་ཞིག་གི་ཆོས་སྐོར་དང་། ཟེ་བྲག་ན་ཆོས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྱིད་གསུམ་ཆ་ཡོངས་སུ་ཚང་བར་བཞེས། ཡབ་རྗེ་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཅི་ནུས་བསྐྱབས་ཏེ་བཞུགས་སོ།།

དགུང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་མེ་ལུག་ཕྱི་ལོ་༡༤༠༤ ལོར། མི་ཉག་ལའུ་ཐང་དགོན་ནས་རལ་གྲི་དང་འགྲེ་ཐང་རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་དབུས་སྨོག་ལྟ་ལྟད་དུ་ཆས། རྗེ་ཀློག་རྣམ་གཉིས་སོགས་ལྟ་སའི་གནས་དང་རྟེན་གསུམ་རྣམས་དང་། བསམ་ཡས། ཚེ་རིང་སྟོང་རས། འབྲི་གུང་གི་གདན་ས་རྣམས་སུ་ཞེབས་ཏེ་གནས་མཐའ་དང་ཆོས་འཕེལ་སོགས་གནང་། བསྟན་འགྲོའི་དོན་དང་གནས་སྐོར་ལེགས་བར་གྲུབ་ནས་ཕྱིར་སྐར་ཐོག་ཏུ་བྱོན། སྐབས་མགོན་གྱི་རང་རྣམ་<<མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་ལུང་>>ལྟེབ་༡༩ ན། "ཆོས་སྐུན་གྱི་བྱུ་བ་རྣམས་རྗོགས་འཕྲལ་རིགས་བརྒྱུད་མིང་འཛིན་རལ་གྲི་དང་། ཡུ་ཐང་རྒྱལ་སོ་སྐྱ་འཁོར་བཅས་སྟུ་ལྟུད་དུ་ཞེག ངར་མིང་སྲིད་བཞག་བྱར་ཐྱིན་ཏེ། གཏད་རག་མཆོད་བསྟོད་བྱས་ཤིང་རང་གནས་སུ་འགྲོར།" ཞེས་གསུངས་སོ།། བྱ་ས་རྗོགས་ཆེན་སོགས་ནས་ཐྱིར་ཞེགས་རྗེས། ཁོང་གཅོ་བོ་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྟུན་དུ་མགོ་ཡོག་ཀི་ཡུལ་དང་། སྟེ་དགེ ཛ་ཆུ་ཁ། གཡི་ཁོག མི་ཉག རྒྱལ་མོ་ཚ་བ་རོང་། ཨ་མདོ་རེབ་གོང་སོགས་སུ་ཞེགས་ནས་རི་ཁྲོད་འཕྲིམ་བ་དང་། གཉན་ས་གཅོད་པ། གདུལ་བྱ་རྗེས་སུ་འཇིན་པ་སོགས་བསྟན་འགྲོའི་དོན་དང་ཡབ་རྗེ་ལ་ཞབས་ཕྱི་མཛད་གཞིན་ཏུགས་པ་མཛོན་གྱི་སྐབས་སུ་ཁྱོན་ཞེས་བཀའ་བཀྱོན་ཚ་ནན་མཛད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ཡང་ཐུགས་སྟོང་ཞལ་ལུང་<<མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་ལུང་>>ལྟེབ་ཀ་ན། "ཡང་སྐབས་ཤེག་ཏུ་རྒྱལ་མོའི་དབུ་རྩེའི་གནས་སུ་བྱོན་ནས་གཡུ་སྒྲུག་ཅེས། གཡུ་སྒྲུ་སྟོང་གོའི་སྐུབ་ཐུགས་ཀྱི་དབུས་སུ་ཡབ་ཏམ་ན་མི་མ་ཡིན་འཇིགས་སུ་རྩད་བ་ཞིག་སྐོར་ནས་ཐོག་ཏུ་ཆགས་ཤིང་ཁོང་ཆུང་གིས་རྗོགས་པ་ཆེན་གོའི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་བ་ཅོག་ཏུ་ཁྱོན་ཅིག་ཏོ་ན་གསུང་སྟེང་མཛད་འདུག་པ་ཡུན་རིང་ཙམ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱོ་ཐུག་ཏུ་ཆོས་ཉན་ཐུབ་ཀྱི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐུགས་ཁོང་ཆུད་ཟེར་ཞིང



ཤོད་ཅིག་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འོང་མི་ཉན། གང་ཡང་མ་འགྲོ་གསུངས་ནས་ཁོང་ནི་གང་སོང་ཚ་མེད་དུ་སྐྱར། རང་ནི་བག་དམར་གཡང་གཟར་འཇིགས་སུ་རྒྱང་དེར་འགྲོ་བ་ལྟ་ཅི། འགྲལ་ཙམ་ཡང་མ་སོད་ནས་གསོལ་འདེབས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་བཞིན་ཉི་མ་ལ་ཐོག་བཞུད་ནས་སྐབ་རྒྱབ་ཚས་བྱས་ཚེ། བྱབ་དབང་སྐར་དུ་བྱོན་ནས་སྐྱེམས་བཞེས་ཚར་སྐབས། རལ་གྲི་མ་ཐོན་པ་ཕེ་ཡིན་གསུངས་པས། བྱ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་མ་བྱོན་ལགས་ཞུས། རང་གི་སེམས་ལ་སྐྱབས་མགོན་ནི་མི་བྱོན་པ་འདུ། དེ་ནི་འཁྲག་ལྷོགས་སམ་བྱིན་གཡོག་ཞུས་བྱུང་བས། དགེ་བཞིན་དུ་འཛའ་སྡོན་སོ་སྐྱ་བ་རྒྱུངས་པ་འབྲ་ཞིག་ཤར་བྱུང་བས། དགེ་བཞིན་དུ་འཛའ་དེའི་སྐེང་དུ་བསྡུད་པས་ཉམས་ཉེས་མེད་པར་སྐྱབས་རྗེའི་མདུན་དུ་ཐོན། ཡབ་རྗེ་ནས་དཔར་མི་ཡོང་བར་ཅི་ལ་བསྡད་གསུངས་པས། སྔར་གྱི་ཙོ་རྒྱས་ཞིབ་ཏུ་ཞུས། ངོ་དེ་གང་སྡོད་ཐུབ་པ་བཟང་གསུངས་སོ།།”ཞེས་གསུངས།

ཡང་<<མཁྱེན་བརྩེ་ཅེ་དུ་ཀའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་བྱུང་རྟགས་སྨོན་ཚུལ་ཐོར་བསྡུས་>>ལས་བྱུང་རྟགས་ལྟ་བུ། “ཡང་སྐྱབས་མགོན་རྗེ་རྗེ་འཚང་འཛུ་ཐང་གི་དགོན་དེར་བཞུགས་ཙོད་སྐབས། ཉིན་གཅིག་རལ་གྲི་དེད་གཉིས་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་འཁོར་གསུངས་ནས་དགོན་པའི་འདབས་དེར་ཐོན་ཏེ། ཤེལ་གྱི་ཁང་བ་མཇེས་ཤིང་བལྟ་སྤུག་པ་ཞིག་གི་སྐོ་ཁར་སྐྲེས། ལྟ་མོ་མཇེས་སྤུག་མ་ཞིག་ཐོག་ཏུ་ཁང་བཟང་དེར་གཏན་སྡས་རྒྱང་ཟངས། སྐྱབས་མགོན་རིན་ཙོ་ཆེ་ཁྲི་སྟེང་དུ་བཞུགས། ལྟ་མོ་བཞིས་སྐྱབས་མགོན་ལ་སྐྱེམས་པདས། ང་རང་ལ་ཆུང་བ་ལྟ་བུའི་མདོག་དཀར་ལ་ངོ་ནུས་སུམ་ཆོགས་པ་མི་ཡི་ཟས་ལས་ལྟག་པ་ཞིག་བྱིན། བྱབ་དབང་གི་ཞལ་ནས་ཟས་ཟ་བཞིན་ཁང་བ་དེའི་སྟེང་ལ་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་སོང་། ཅི་རིག་ཁྲེར་མ་ཡོང་གསུངས་བཟླས། རང་ཁང་སྟེང་དུ་སོང་བས་མིག་འཕྱལ་ལྟ་བུ་དངོས་སྣང་སྣ་ཚོགས་མཐོང་ཞིང་། སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་བསམ་ལས་འདས་པ་ཞིག་བཞུགས་འདུག་པ་ཐབས་ཅིག་ཏུ་ཡང་མ་ཟད་ཀས་ཡུན་རིང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོད་ཙམ་ཁའོར། མར་ཡོང་བས་བྱབ་དབང་ཉིད་བྱོན་ཐབས་བྱས་བཞུགས་བས་སོ་སྐྱེས་ནས་བྱོན། ལྟ་མོ་བཞིས་ཕྱི་སྐྲོལ་མ་བྱས་ཏེ་ཡང་ཡུགས་ཀྱི་ཐུབ་བ་ཞིག་ཐོག་གིས་གནང་ནས་ཕྱིར་བྱོན་སོང་ཚེ་ཤེལ་ཁང་ཡང་མི་སྣང་བར་ཐང་ཁབས་སུ་གནས་འདུག ཁོང་གི་ཞལ་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་མཚོན་ཐོས་ཟས་སྤྱིན་སོགས། སུ་ལའང་མ་བསྒྲགས། ཐུབ་བུ་འདི་ཚྭ་བ་ཡིན་བས། སྐེད་ཐུབ་ཀྱིས་གསུངས། དེ་རྗེས་རང་བཅེས་སྤྱང་ཤར་ཚེ་སྤུར་ཀྱི་བཟའ་བ་དྲན་ནས་ཐང་འདབས་དེར་སོང་ཡང་ཅི་ཡིན་བས་ཤེས་ཀྱི་ཡིན་ནོ།”ཞེས་གསུངས།

ཡང་<<མཁྱེན་བརྩེ་ཅེ་དུ་ཀའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་བྱུང་རྟགས་སྨོན་ཚུལ་ཐོར་བསྡུས་>>ལས་བྱུང་རྟགས་དགྱུ་བར། “ཡང་ཐུམ་སྲིད་མ་འཁོར་བཅས་ལའྱ་ཐང་དཀར་ཐོག་ཏུ་ཞབས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཐུགས་དགྱུ་བར། ཁྱབ་བདག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡབ་ཡུམ་གཉི

བྱང་གསུངས་སོ།།”ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

ཡང་<<མཁྱེན་བརྩེ་ཅེ་ར་ཀའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་གྱི་རྒྱས་སྦྱོན་ཚུལ་ཁོར་བསྡུས་>>ལས་གྱི་རྒྱས་བཏུ་བ་ལས། “ཡང་གྱི་དབང་འཁོར་བཅས་བཞག་བ་དཀར་མོར་བྱོན་གནས་མདུན་དེར་སྐར་བཏུབ། ཉེན་གཅིག་ཡབ་རྗེ་གཤེགས་ཀུར་ནང་གཞུགས་སྐབས། རང་འཇབ་བུས་གུར་འདབས་བཀྲགས་ཅེ་བཤུས་ཚེ། ཡབ་རྗེའི་མདུན་དུ་མི་དཀར་ཁོ་ཐོས་དཀར་ཅན་ཤིན་ཏུ་མཇེས་ལ་བཟོད་པ། ལྷ་ཁོད་དཀར་ཁོ་ཅན་ཞེག་གིས་དར་ཚོན་སྦུ་ལྷས་བྱིལ་བ་ཞེག་ཡབ་རྗེ་ལ་འབུལ་བ་མཁོང་། ཁོང་གཉིས་གསུང་གླེང་མང་ཁོ་མཇད་པ་ཁོས་གཅེར་མར་ཏོང་། ཡུད་ཙམ་ནས་རང་ཡབ་རྗེའི་མདུན་དུ་གསོལ་ཐ་བྱས་ནས། ལགས་ད་རེས་ཁྱེད་ཀྱི་མདུན་མི་དཀར་ཁོ་ཞེག་ཡོད་པ་དེ་སུ་རེད་ཞུས་ཚེ། ཁོ་རལ་གྱི་འཛེ་མིག་ཆྱོད་ཀྱིས་མི་བལྟ་དགུ་བལྟ། མི་མཐོང་དགུ་དེ་མཐོང། དང་བཟང་བཟང་གསུངས་ནས་གནམ་ལྟགས་ཀྱི་ཐུབ་པ་ཞེག་རྩུབ་ནས་གསུངས་ཏེ། འདི་བཞག་བླ་ལྟ་ཅེས་ང་ལ་ཐུལ་བ་རེད་འདི་ཆྱོད་རང་གི་སྐལ་བ་ཡིན་པས་སྐིད་ཐུབ་ཀྱིས་གསུངས་ནས་རང་ལ་གནང་བ་ངོ་མཚར་བའི་རྣམ་བཤད་བཞི།།”ཞེས་གསུངས་སོ།།

དགུང་ཞོ་སོ་བདུན་པ་མེ་སྦྲག་ཕྱི་ཞོ་༡༩༦ སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མི་ཉག་དང་མདོ་དྲུ་སྐུ་གཤེགས། དེ་ནས་མདོ་དྲི་མེད་གྲགས་པ། ཉེ་གནས་འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས། ཙ་བུ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ། རྒྱལ་སྲས་རལ་གྲི་སོགས་ཀྱིས་སྐྱབས་མགོན་ཀྱི་དགུང་རྟོགས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས། གདུང་དང་རིང་བསྲེལ་ཞེལ་ཆེར་བྱོགས་ཀྱི་སྐོབ་ཆེན་ལ་དང་ཉེན་དུ་ཕུལ། ཡབ་རྗེའི་སྐུ་གདུང་མཆོད་ཉེན་སོགས་བཞེངས་སོ།། སྐྱབས་མགོན་སྐུ་གཤེགས་ནས་མདོ་སྐར་ཀྱི་བདག་པོ་གཙོ་བོ་རལ་གྲི་ཁོང་གིས་མཛད། ཡབ་ཆེན་ཀྱི་ཕྱག་སྐོལ་ལྟར་མ་ཀྱ་སྐྱིད་ཞུད་དགོན་པ་དང་། ལའུ་ཐང་དགོན་པ། གང་ནང་དཀར་མཛའ་རི་ཁྲིད། རྒྱལ་རོང་ཀཱཾམཆོག་དགོན་སོགས་སུ་གདན་ས་མཛད་ཅིང་བསྐྱན་འཚེའི་དོན་མཛད་དེ་བཞུགས་སོ།། ཡང་འགའ་ཞིག་གི་བཤད་སྐོལ་ལྟར་ན། སྐྱབས་མགོན་སྐུ་གཤེགས་རྗེས་རལ་གྲི་མི་ཉག་སྐྱིད་ནང་དགོན་དུ་གདན་ས་མཛད་དེ་རྒྱུན་དུ་བཞུགས་ཞེས་ཟེར། རལ་གྲི་སྐྱིད་ནང་དགོན་དུ་བཞུགས་པར་མངོན་ཡང་། གདན་ས་གཙོ་བོ་གང་ནང་དཀར་མཛའ་རི་ཁྲིད་དང་ལའུ་ཐང་དགོན་པ་སོགས་ཡིན་པ་འདུ་སྟེ། <<དགུ་རོང་སྐུ་ཟེང་སྤུ་ཐྱིའི་རྣམ་ཐར།>> ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དབེ་སྐྱན་ཁང་གིས་ཐྱི་ཞོ་༡༩ཅ་ཞོ་པར་བསྐྱན་བའི་ཤེལ་༡རྒྱ་ན། “སྤེ་དགེ་དགོན་ཆེན་ནས་དུ་དམ་ཚོ་རྒྱན་བསམ་གཏན་ཚོས་གླིང་དུ་བྱོན། མཁན་ཞོ་སྐལ་ལྡན་མཆོག་དང་ལྡན་དུ་དཀར་མཛའ་རི་ཁྲིད་དང་དེ་ནས་རྒྱ་རོང་དུ་ཞེབས།”ཞེས་དང་། ཡང་ཤེལ་༡ཅ་ “རྒྱལ་སྲས་རལ་གྲི་ཚང་དང་ལྡན་དུ་མཁན་ཞོ་མཆོག་ལས་དམ་ཚོས་མང་དུ་མཉོས། ཡབ་སྲས་འབྲལ་མི་ཞོད་པ་བཞིན་དུ་རང་ཡུལ་དུ་ཆས་སྐབས། རྒྱ་རོང་ཇོང་འགག་རྒྱལ་ཞོས་གཏད་དྲང་ལྡན་དུ་མཁན་ཞོ་མཆོག་ལས་དམ་ཚོས་མང་དུ་མཉོས། ཡབ་སྲས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་ཀྱི་ཐུབ་པ་ཞེག་ཡབ་རྗེའི་མདུན་དུ་གསོལ་ཐ་བྱས་ཚེ། ལགས་ད་རེས་ཁྱེད་ཀྱི་མདུན་མི་དཀར་ཁོ་ཞེག་ཡོད་པ་དེ་སུ་རེད་ཞུས་ཚེ། ཁོ་རལ་གྱི་འཛེ་མིག་ཆྱོད་ཀྱིས་མི་བལྟ་དགུ་བལྟ། མི་མཐོང་དགུ་དེ་མཐོང། དང་བཟང་བཟང་གསུངས་ནས་གནམ་ལྟགས་ཀྱི་ཐུབ་པ་ཞེག་རྩུབ་ནས་གསུངས་ཏེ། འདི་བཞག་བླ་ལྟ་ཅེས་ང་ལ་ཐུལ་བ་རེད་འདི་ཆྱོད་རང་གི་སྐལ་བ་ཡིན་པས་སྐིད་ཐུབ་ཀྱིས་གསུངས་ནས་རང་ལ་གནང་བ་ངོ་མཚར་བའི་རྣམ་བཤད་བཞི།།”ཞེས་གསུངས་སོ།།

དགུང་ཞོ་སོ་བདུན་པ་མེ་སྦྲག་ཕྱི་ཞོ་༡༩༦ སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་མི་ཉག་དང་མདོ་དྲུ་སྐུ་གཤེགས། དེ་ནས་མདོ་དྲི་མེད་གྲགས་པ། ཉེ་གནས་འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས། ཙ་བུ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ། རྒྱལ་སྲས་རལ་གྲི་སོགས་ཀྱིས་སྐྱབས་མགོན་ཀྱི་དགུང་རྟོགས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས། གདུང་དང་རིང་བསྲེལ་ཞེལ་ཆེར་བྱོགས་ཀྱི་སྐོབ་ཆེན་ལ་དང་ཉེན་དུ་ཕུལ། ཡབ་རྗེའི་སྐུ་གདུང་མཆོད་ཉེན་སོགས་བཞེངས་སོ།། སྐྱབས་མགོན་སྐུ་གཤེགས་ནས་མདོ་སྐར་ཀྱི་བདག་པོ་གཙོ་བོ་རལ་གྲི་ཁོང་གིས་མཛད། ཡབ་ཆེན་ཀྱི་ཕྱག་སྐོལ་ལྟར་མ་ཀྱ་སྐྱིད་ཞུད་དགོན་པ་དང་། ལའུ་ཐང་དགོན་པ། གང་ནང་དཀར་མཛའ་རི་ཁྲིད་དང་ལའུ་ཐང་དགོན་པ་སོགས་ཡིན་པ་འདུ་སྟེ། <<དགུ་རོང་སྐུ་ཟེང་སྤུ་ཐྱིའི་རྣམ་ཐར།>> ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དབེ་སྐྱན་ཁང་གིས་ཐྱི་ཞོ་༡༩ཅ་ཞོ་པར་བསྐྱན་བའི་ཤེལ་༡རྒྱ་ན། “སྤེ་དགེ་དགོན་ཆེན་ནས་དུ་དམ་ཚོ་རྒྱན་བསམ་གཏན་ཚོས་གླིང་དུ་བྱོན། མཁན་ཞོ་སྐལ་ལྡན་མཆོག་དང་ལྡན་དུ་དཀར་མཛའ་རི་ཁྲིད་དང་དེ་ནས་རྒྱ་རོང་དུ་ཞེབས།”ཞེས་དང་། ཡང་ཤེལ་༡ཅ་ “རྒྱལ་སྲས་རལ་གྲི་ཚང་དང་ལྡན་དུ་མཁན་ཞོ་མཆོག་ལས་དམ་ཚོས་མང་དུ་མཉོས། ཡབ་སྲས་འབྲལ་མི་ཞོད་པ་བཞིན་དུ་རང་ཡུལ་དུ་ཆས་སྐབས། རྒྱ་རོང་ཇོང་འགག་རྒྱལ་ཞོས་གཏད་དྲང་ལྡན་དུ་མཁན་ཞོ་མཆོག་ལས་དམ་ཚོས་མང་དུ་མཉོས། ཡབ་སྲས་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཐུགས་དགོངས་ཀྱི་ཐུབ་པ་ཞེག་ཡབ་རྗེའི་མདུན་དུ་གསོལ་ཐ་བྱས་ཚེ། ལགས་ད་རེས་ཁྱེད་ཀྱི་མདུན་མི་དཀར་ཁོ་ཞེག་ཡོད་པ་དེ་སུ་རེད་ཞུས་ཚེ། ཁོ་རལ་གྱི་འཛེ་མིག་ཆྱོད་ཀྱིས་མི་བལྟ་དགུ་བལྟ། མི་མཐོང་དགུ་དེ་མཐོང། དང་བཟང་བཟང་གསུངས་ནས་གནམ་ལྟགས་ཀྱི་ཐུབ་པ་ཞེག་རྩུབ་ནས་གསུངས་ཏེ། འདི་བཞག་བླ་ལྟ་ཅེས་ང་ལ་ཐུལ་བ་རེད་འདི་ཆྱོད་རང་གི་སྐལ་བ་ཡིན་པས་སྐིད་ཐུབ་ཀྱིས་གསུངས་ནས་རང་ལ་གནང་བ་ངོ་མཚར་བའི་རྣམ་བཤད་བཞི།།”ཞེས་གསུངས་སོ།།

དགུང་ཞོ་སོ་བཅུད་པ་མེ་ཡོས་ཕྱི་ཞོ་༡༩ཅ་ ཞོར། ཡབ་རྗེའི་དངུལ་གདུང་བཞེངས་བའི་མཐུན་རྐྱེན་སྐྱ་ཚོགས་བསྐྱབས། དངུལ་གདུང་དེ་རིགཔ་འཛིན་འཛེགས་མེད་གྲིང་བའི་གདན་ས་ཚོ་རིང་སྟོངས་སུ་བཞག གཞན་ཡང་སྐྱབས་མགོན་ཀྱི་སྐོབ་ཆེན་ཨ་བྱ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་ས་རོ་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཀྱི་སྐུ་གདུང་སྲིད་ན་མཐོ་ཐ་ཞེག་མི་ཉག་སྐྱིད་ནང་དགོན་དུ་བཞེངས། མཆོད་རྟེན་དེ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་དང་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་ཞེག་བཞེངས་པར་གྲགས། རལ་གྲི་དང་ཨ་བྱ་སོགས་སྐར་གཞི་གཅིག་ཡིན་པས། རལ་གྲིས་གདུང་རྟེན་དེ་བཞེངས་པ་ལ་ཐུགས་ཁུར་ཆུ་ཆེར་བཞེས་ཡོད་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་གཤེགས་རྗེས་ཨ་བུས་སྐྱིད་ནང་དགོན་བའི་གདན་ས་གཙོ་བོར་བསྐྱངས་ནས་བཞུགས། དེང་སྐབས་ཀྱང་སྐྱིད་ནང་དགོན་པ་ཞེག་ཡོད་པ་ཞེག་ཡིན་ཏེ་ཨ་བྱ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་ས་རོ་ལས་སྐྱབས་མགོན་ཀྱི་སྐུ་གདུང་ཞལ་ཕྱག་ཆེ་ཞིང་ཐུགས་ཁུར་ཆེ་བ་ཞེག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡབ་རྗེའི



ཚུགས་སོགས་སྐུ་རིམ་མཛད། མདོ་དྲི་མེད་གཞག་ལ། ཞ་བྱ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་སོགས་གདན་དྲངས། ལྷ་སྐང་ཁྲི་བ། ཞ་ལ་ཆ་མ། དོམ་ལུང་སྤྱལ་སྐུ། དབལ་རིའི་ཁྲི་བ། སྐེར་ནང་ཁྲི་བ། ཕྱམ་པ་གསང་སྒགས། ཞ་ཆ་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན། ཕྱག་མེའི་ཁྲི་བ། མཁར་ལ་སྤྱལ་སྐུ། སྐར་རྩེ་ཆ་མ། རྒྱ་སྟེ་རབ་གསལ། སྐུ་རྒྱབ་མཁན་བོ། མགར་ཐར་ཁྲི་བ། ལཱུ་ཐང་སྤྱལ་སྐུ། ཅག་སྟོང་སྤྱལ་སྐུ། སྤྱི་ལུགཁྲི་བ། ཀ་བཞི་ཁྲི་བ། རྒྱ་སྟེ་བོད་གསལ། ཞ་ཁྲོ་ཆ་མ་ཆོ་བཟང་། སྐེར་ནང་འཕྱང་མེད་ལྷུན་གྲུབ། རི་ཁྲད་སྤྱལ་སྐུ། སྟོང་སྐོར་སྤྱལ་སྐུ། འཇ་ལ་སྤྱལ་སྐུ། ཙང་ཆ་མ་སོགས་ཆ་སྤྱལ་བརྒྱ་ཐབ་བོ་གདན་དྲངས། རྒྱལ་སྐལ་རལ་གྲི་དང་། སྤྱལ་སྐུ་སྲོང་བཅའ། སྤྱལ་སྐུ་རིགས་ལྷན་རྡོ་རྗེ། བཤགནས་མཆོག་སྤྱལ་བཞིས་གདུང་ཆ་མཛད་དོ།། སྲོགས་འདུས་ཀྱི་ཆ་སྤྱལ་རྣམས་ལ་ཡོན་འབུལ་སྐབས། རྒྱལ་སྐལ་རལ་གྲི་ལ་བརྒྱ་ཚན་གཅིག་དང་ཉེ་བའི་ཚན་འབུལ་བ་དང་། གཞན་ཆ་སྤྱལ་རྣམས་ལ་ཉེར་ལྔའི་ཚན་དང་། བཅུ་གསུམ་ཚན་གྱི་འབུལ་བ་སྐབས་དེར་ཤར་མི་ཟམ་བསྟན་བའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་མཛད་བའི་<<ཡུལ་ཤར་སྲོགས་སུ་བྱང་བའི་རྗོགས་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་པ་མངའ་བདག་རྒྱལ་བྱ་གྱི་རྣམ་ཐར་དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུའི་ལྡོན་བཞང་>>ཞེས་མ་ལས་ལྡེའ་༡༡༦ བའི་ཉིན་ན། “སྤྱལ་སྐུ་རལ་གྲི་ཚང་ཞེབས་ནས་དབག་སོ་དབལ་ཆེན་འདུས་བའི་སྤྱན་ས་ཚད་ལྡན། མ་མཁོན་གཡུལ་མཛོས། མཁའ་འགྲོའི་བསུ་རྩེས་བསྐུལ།”ཞེས་དང་།

ཡང་ལྡེའ་༡༩༠ བའི་ཉིན་ན། “སྤྱལ་སྐུ་རལ་གྲི་དགོན་སྤྱིའ་བཅུ་པའི་ཤེས་ཞེ་ཁྲོད་དགོན་སྤྱིའ་ཁང་གོང་ཁ་རང་ཐོག་ཏུ་ཞུགས་པ་དང་། ཤུལ་སྐུ་རིགས་ལྷན་རྡོ་རྗེ་དགོན་སྤྱིའ་སྒང་ཁ་ཤོག་ཏུ་ཞུགས་པ་དང་། ཁ་གཅིག་བཅས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་སྐུ་ཞབས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཞུགས་ཤིང་། ཁ་ཅིག་ལ་ཞལ་ཕྱག་ཐུགས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཞུགས་པ་ལ་སོག

ཀྱིའི་བཙུན་མོ་རགཱ་བཟའ་རིགཱ་ཟེད་དབང་མོ་ཉིད་སྐྱེར་ནང་དགོན་ལ་སྐུགས་ཞེན་ཆེ་བས། རལ་གྱི་སྐུ་གཤེགས་རྗེས་དགོངས་མཛའ་རི་ཁྲོད་དམ་དགོངས་མཛའ་དགོན་འདི་རིམ་གྱིས་སྐྱོང་ཡོད་བར་མངོན་ནོ།།

## རྒྱ་གཅེགས་ཁའི་རྐོད།

དགྱང་ལོ་རེ་བདུན་པ་མེ་སྦྱལ་ཟླ་ལོ་༡༩༥༦ ཟོར། ཐུགས་ཞིག་གི་ཚོས་སྐོར་མཐའ་དག་གི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་དང་བཀའ་གཏད་སྨོན་ལམ་དང་བཅས་པ་སྩལ་ལ་གནང་། ཐུགས་ཞིག་བསྟན་པའི་བདག་པོར་མངའ་གསོལ། དེ་ནས་ལོ་དེའི་ཟླ་བ་༡༩ པའི་ཚེས་༡༦ ལ་རལ་གྱིས་གཟུགས་སྐུའི་བཀོད་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་བསྟུས། རོལ་མོའི་སྒྲ་དང་འདེད་ཟེར་སྐྱ་ཚོགས་འཕྲོ་བ་དང་། ས་གཡོ་བ། མེ་རྐོག་བཞད་པ་སོགས་འཕགས་ཆེན་པར་གཤེགས་པའི་རྟགས་མཚན་དུ་མ་བྱུང་ཡོད་དེ། མདོ་རིན་པོ་ཆེའི་<<རང་རྣམ་མེ་རྐོག་ཟེང་མཛེས།>> ལྟེབ་༦ པའི་ཉིན་ན། "མེ་སྦྱལ་རང་ཡོ་བདུན་དུས་ཡན་རྗེ་ཡིས།། རང་ལུགས་ཐུགས་ཞིག་རྣམ་གསུམ་སྐྱིང་ཞིག་བཅས།། བསྟན་པའི་གཉེར་གཏད་བཀའ་རྒྱ་གཏད་རྒྱ་བཀྱོལ།། མ་ཡོངས་ལུང་བྱང་མང་གསུངས་ཞེ་བར་གཞིམས།། སྐྱ་ཡོད་ས་གཡོས་དགུན་ཡང་མེ་རྐོག་འཁྱེངས།། འཕགས་ཆེན་སངང་བརྟེན་རྣམས་མཚན་དུ་མ་བསྟན། ཀུན་མཁྱེན་ཡབ་སྲས་མར་མི་དཔལ་གསུམ་གྱི།། བཀའ་གཉེར་དགེ་སྐྱང་ཆུ་ཚོ་གཅིག་ཏུ་འཛེས།། ཅེ་བརྒྱད་གདམས་པའི་ཐ་ཚིག་བདག་ལ་ཐོག།།" ཅེས་གསུངས།

མདོ་ཁྱི་གསལ་དབང་མོས་མཛད་པའི་<<མདོ་ཚང་གི་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྡུས་>>ལས། "རེ་བདུན་བཞེས་པའི་རྒྱལ་ཁྱི་ཆེས་བཅུ་གསུམ་ལ་རྣམ་བར་སྐྱང་མཛད་བྱོན་ཅིག་ཅེས་པའི་སྐུ་དང་བཅས་ཞེ་དབྱིངས་སུ་གཤེགས། སྐུ་གདུང་བཞུས་པའི་ཚེ་སྐྱིན་དགར་འབྲག་གི་གཟུགས་ལྟ་བུ་སྟེང་དུ་འཁོར་ཞིང་གནམ་ས་བར་སྐང་ཀུན་འཛའ་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་དྲྭ་བས་སྐྱེལ་བ་དང་། སྐུག་མའི་མེ་རྐོག་དུས་གཅིག་ཏུ་བཞད་པ་སོགས་ངོ་མཚར་བའི་ལྟས་མང་ངོ།།"ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ།།

མཛད་བསྟུས་འདི་ཉིད་མི་ཉག་པ་སྐུ་བསྟན་ཚོས་དང་ཀྱིས་བཅོམས་པ་<<མདོ་མཁྱེན་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེའི་གདུང་རྒྱུད་རིམ་བྱོན་ཀྱི་རྣམ་ཐར་གསལ་བའི་མེ་ཏོང་>>དུ་འཁོད་པའི་<<རྒྱལ་སྲས་རིགས་པའི་རྣམ་ཐར་>>གཞིར་བཟང་ནས་སྡེ་ཚན་ཀུན་ཏུ་ཡངས་པའི་ཚེམ་སྦྱིགས་ཁང་གིས་བསྒྲུབས་ཤིག་ཞུས།།


## ཚེམ་སྐུལ་གསལ་བརྡ།

།།ས་ཁྱེན་སྤྱན་མཆོག་ཏུ་ཡངས་པའི་ཚེམ་པ་པོ་དང་ཐུགས་སྤྲང་ཅན་ཡོངས་ལ་ཞུ་རྒྱུར། སྡེ་ཚན་རིགས་ངེས་དུས་དེབ་ཀྱི་ལེ་ཚན་ཁག་དང་འཚམས་པའི་གསར་འགྱུར་དང་། དགོན་པ་དང་གནས་ཆེན་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བར། ཐ་སྨུལ་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་རྣམ་བསྡུས་པ་དང་སྐུ་བར། ཚེམ་ཡིག་རིགས་གསར་ཚེམ་གྱིས་འདི་གི་ཚེམ་སྦྱིག་ཁང་ལ་དུས་ནས་དུས་སུ་གནང་སྐྱོང་ཡོང་བ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། དུས་དེབ་འདི་ཐ་ཤེས་རིའི་མཚམས་སུ་བར་སྐྱན་བྱེད་བཞེན་ཡོད། ཚེམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་དུས་དེབ་འདིའི་ལེ་ཚན་ཁག་ལས་མ་བརྒལ་བ་ཞིག་རིམ་བར་དུ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། ཚེམ་ཡིག་དང་མཉམ་དུ་ཚེམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོན་ལྡན་སྐུ་བར་རེ་ཡང་དུ་གཏོང་རོགས། ཚེམ་ཡིག་དང་འབྲེལ་སོགས་དུས་དེབ་ཏུ་འགོད་ཡིན་ཐུགས་ཤེས་ཀྱི་མཐའ་ཁབ་ཏུ་ཡོད་པ་དང་། སྐུག་མིང་ཡོངས་ཀྱགས་ཅན་གྱི་རིགས་རེ་ཟུང་མ་གཏོང་རོགས་དང་ཚད་ལྡན་ཟེད་ཀྱིད་བྱ་རྒྱུ་མིན། ཚེམ་ཡིག་གི་ནང་དོན་ཆ་ཚང་འདི་གི་ཚེམ་སྦྱིག་ཁང་གི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཁྱབ་པ་མེད་པ་བཅས་དེ་ལྟགས་དགོངས་མངའ་ཡོང་བ་ཞུ་བཞེན་ཡོད།

དཔར་དུས་དེབ་འདི་ཉིད་འདོན་ཐེངས་རེ། ཚེམ་སྦྱིག་པར་སྐྱན་ཞུས་པའི་རིགས་རེ་ཟུང་མ་གཏོང་རོགས། བཀྲིས་ཚུལ། འབྲུ་བར། ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་སོགས་མཁོ་སྤྲོད་གནང་མཁན་ཀ་ཅང་མང་པོ་བྱང་བར་རེ་རེ་བཞེན་མཚན་སྤྲོས་མ་དགོས་པར་ཚོང་ཁག་རེ་ཚེ་ཞུ་རྒྱུ་བཅས། སྡེ་ཚན་རིགས་སྡེ་ཚན་དུས་དེབ་ཚེམ་སྦྱིག་ཁང་ནས།

ཚེམ་ཡིག་སྐྱར་ཡུལ། ngagyur.rigdzin@gmail.com ཁ་པར་ཨང་གྲངས། 0091-98161-78505

# གནམ་ཆོས་སྤུལ་སྐུ་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེའི་མངོད་བསྟོད།



གཏེར་སྒོན་གནམ་ཆོས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ།
Terton Namchoe Migyur Dorje (1645-1667)

## སྐུ་གང་ཏུ་འཁྲངས་པའི་ཡུལ་གྱི་རྣོན་བཤད་པ།

གཏེར་སྒོན་ཆེན་པོ་གནམ་ཆོས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་ནི། བོད་གཅིས་ཅན་ཁ་བའི་ཕྱོངས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་སྒོད་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ། བར་དབུས་གཙང་རུ་བཞི། སྨད་མདོ་ཁམས་སྐང་དྲུག་གམ་ལྔར་བཤད་བའི་མདོ་ཁམས་སྐང་ལས་ཟལ་མོ་སྐང་ཡིན་ཅང་། དེ་ལས་རིམ་གྱི་ཡུལ་སྟེ། རིམ་སྒོད་རོ་ལེ་ཞེས་བྱ་བ་རི་སོ་ཆེ་དང་ཚབ་མདོ་ཡི་སྟེ་མཚམས་ཀན་དང་རི་སོ་ཆེའི་བར་དེར་རྟེ་འདི་ཉིད་སྐུ་འཁྲངས་བའི་གནས་ཡིན། དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་ཀྱིས། ཤེ་མ་རྐོ། ཡབ་ཡུམ་རིམ་དུ་རྒྱང་བའི་ཡུལ། ཤུ་ན་རྒྱལ་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད། གནས་གཞི་བཟང་སོ་རིམ་དུ་རྒྱང་། ཡུལ་གཞན་ལ་མི་སྨོན་ཡུལ་ཀྱིས་རིམ། བར་ན་ས་འགག་བཅན་པོ་ཡོད། མཐའ་དམག་བྱང་དུས་རིམ་དུ་རྒྱང་། ཉར་ཞོག་ལ་ཚོ་རྩོད་གོས་རིམ། ཤུ་ན་རྟ་ཁ་བཟང་པོ་ཡོད། འཕྲོག་ལ་རྣམས་ལ་རིམ་དུ་རྒྱང་། ལེའུ་ལུག་རྣམས་ཀྱང་རྟ་ཡིས་རིམ། སྨད་ན་ཆུ་མ་བཟང་པོ་ཡོད། ཤོ་ཉེས་བྱང་དུས་རིམ་དུ་རྒྱང་། ཚོང་ས་རྣམས་ཀྱང་རིམ་དུ་རྒྱང་། དེ་ཕྱིར་རིམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། ཞེས་དགེ་བཅུ་ཚང་བའི་ཡུལ་དེ་གཏེར་སྒོན་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་སྐུ་བལྟམས་པའི་གནས་སོ།།

## སྐྱེས་ཆེན་ཏུ་མའི་ཁྱད་གྱིས་བསྟན་པ།

དེ་ཡང་གཏེར་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་རབ་ཕྱིང་པའི་ཆོས་བདག་སྐྱེས་བུ་ཉེ་བག་གི་ཁུང་བྱང་ཤོག་ཤེར་དུ། རྡོ་རྗེའི་མིང་ཅན་རིམ་གྱི་བྱོགས་ནས་འབྱུང་། གཏེར་སྒོན་ཁྲོད་དང་རྟེན་འབྲེལ་འཕྲིགས་པའམ། བོན་ཉེ་ཡིན་ཀྱང་མ་བོངས་ཆོས་ལ་སྨྲོད། ཅེས་དང་། འཕྲལ་ཞིག་དབང་རྒྱ་རྒྱུ་མཚམས་ལ། ཁོ་བོ་རི་ཚབ་སྟེ་མཚམས་སུ་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་ཟེར་བ་དང་། ཁོ་བོ་གཙུ་དང་རི་བོ་ཆེའི་བར་དེར་སྐྱེ་གསུངས་ཟེར་བའི་དགུ་རྒྱུན་དང་བཀའ་འབྱམ་ལ་འདུག་པ་དང་མཐུན་ནོ།། དེ་ཡང་མར་ཐང་དགལ་གྱི་རི་བོ་ཆེ་དང་ཐག་ཉ་ཅང་མི་རིང་ཞིང་ཟེ་བས་ཤང་ཐང་མགྲོགས་བས་ཉེན་གཅིག་གིས་སྐྱེབས་པ་ཡིན་བས། འདིར་འཕྲངས་པ་ཡང་རིག་འཛིན་བདུད་འདུལ་རྡོ་རྗེས་ཚ་བ་སྨྲོ་བག་ནས་བཏོན་བའི་ཡུང་བྱང་ལས། ཤྲཱི་བུ་དགལ་སེང་ཐྲ་མ་ཡབ་ཡུམ་གྱིས།། རིན་ཆེན་མཐྲལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ཡོ་བོག། ཡི་དམ་དབང་དྲག་རིག་བའི་རྩལ་དབང་ཐོབ།། གསང་མཚན་བརྒྱ་མཚོག་གྲུབ་རྩལ་དུ་བཏགས།། མ་ཡོངས་མདོ་ཁམས་རི་ཆེན་ཉེ་བ་ན།། རྡོ་རྗེའི་མཚན་འཛིན་ཁ་བྱང་འཛིན།། སྐུ་གསུམ་ལྷུན་གྲུབ་སྐེ་བས་བཏུན།། མཐོང་ཐོས་སྐེ་འགྲོ་དན་སོང་མེད་བར་གྱུར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

## རིགས་ཀྱི་ཆེ་བ་བསྟན་པ།

དེ་ཡང་བརྒྱ་བཀའ་ཡི་ཐང་ཡིག་གཏེར་སྟོན་བཏུག་བའི་སྐབས་ན། རིགས་ཀྱི་ཆེ་བ་རྒྱལ་རིགས་རྗེའུའི་རིགས།། ཞེས་གསུངས་བས་རིགས་མཐོ་བ་ལ་འཕྲངས་བར་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་མཐུན་བར། སུམ་གཉིས་པ་ལ་མངའ་དབང་བསྐྱར་བའི་སོང་རྗེ་བཅན་པོ་རིམ་བྱོན་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་མཆེད་ཅིང་ཆོས་རྒྱལ་ལྷའི་གདུང་དྲི་མ་མེད་པ། དྲང་ཆེན་མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོ་སོགས་གྲུབ་ཆེན་དང་ཆོས་སྐྱོང་བ་དང་བསྟན་བའི་སྤྱིན་བདག་སོགས་དུ་མར་བྱང་བ། མཁའ་སྤྱོད་དབང་པོ་ནས་ཅིས་བའི་མི་རབས་བཅུ་པ། རིམ་ལྷ་གཙོང་དཀར་པོ་

ཞེས་པ་དང་། ཡུམ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱང་མི་ལུགས་དང་ཆོས་ལུགས་གང་གིས་གྲུབ་མཐོང་ཐོན་པ་དུ་མའི་རྒྱུད་ཡིན་པར་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་ཀྱིས་གསུངས་ཏེ། ཡུམ་གྱི་རིགས་རྟུལ་ཀྱང་དམངས་རིགས་གཙོ་ལས་བའི་རིགས་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། རྗེ་འཁྲི་རིགས་ཡིན་པས་ཞེས་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཡབ་ཡུམ་རིགས་རྟུལ་སུམ་ཅོག་བའི་རྒྱུད་དུ་རིག་འཛིན་མི་འགྱུར་རྟོ་རྗེ་ཉིད་ཟབ་ཏུ་ཟབ་པར་བཀའ་སྩལ་པ་ལྟར། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ཏུ་ཟབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུམ་ཆེན་མོ་

ལ་སོགས་པ།། བག་ཚགས་སད་བའི་ཅེད་མོ་མ་གཏོགས་པ།། ཐ་མལ་པ་ཡི་ཅེད་མོ་མི་མཐད་དོ།། ཅེད་མོ་རྣམས་ཀྱང་ཐལ་ཆེར་ཅེད་མོ་རང་།། མིན་པར་རྟེན་འབྲེལ་གནད་རེ་ཡོད་ཡོད་འདུ།། དེ་ཕྱིར་ཅེད་མོའི་ཚས་ཀ་གང་དགོས་ཐུལ།། ཡིག་དྲུག་ཚག་ཅིང་ཏོ་མི་རྣས་སོ།། ཅེད་གྲོགས་བྱེད་འཇ་སྐམ་ནས་ལོད་འཚེར་བ།། ནམ་བྱང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་མི་དགོས་གསུངས།། སྐུལ་སྐུ་འདི་འབྲལ་ཚགས་ཕྱི་བསྐྱབ་རྒྱུ་རྟེན།། བདག་རང་སྐལ་བ་བཟང་སྐམ་མེམས་དགའ་བའི།། རྣམ་རྟོག་ཡིད་ལ་ནམ་ཤར་དེ་ཡི་ཚེ།། བྱ་སྒོར་དབྱུ་རྒྱ་བདག་ལ་གཟེགས་ཤིང་བཞད།། བདག་གི་ཚགས་ཕྱི་སྐུ་ཡོན་འབྱལ་བ་སོགས།། དགེ་སྦྱོར་བཅགས་ནས་དཀའ་ལས་ཆེར་བྱས་ཀྱང་།། བདག་ཉི་བྱ་བ་ཉམ་ཆུང་གྲགས་ཆུང་ཕྱིར།། ཐུགས་ལ་ཨེ་བཞག་ཚོང་ཚགས་མེད་ནས་བསམ་ཚེ།། རྟེད་མོ་རྟེ་བདོ་ཡིན་ཀྱང་བུག་སྒོར་རྒྱུག།། ངཡི་བྱ་མ་ངཡི་བྱ་མ་གསུངས།། རེས་འགའ་ངཡི་བྱ་མའི་དྲུང་འཕྱོ་གསུངས།། རེས་འགའ་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་འགྱུ་ཀོར་ནས།། དེ་ཉིད་གཉེན་པོས་མ་ཐེན་པ་ཡི་ཚེ།། ཞལ་རས་གནག་ཅིང་མ་དགའི་རྣམ་འགྱུར་མཛད།། མདོར་ན་བདག་གི་སེམས་ལ་གང་ཤར་བ།། མེ་ཡོང་ནང་དུ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་པ་བཞིན།། སྐུལ་སྐུའི་ཐུགས་ལ་དེ་དག་གསལ་བར་མཐེན།། ཞེས་དང་། ཨེ་མ་རིག་འཛིན་མཆོག་གི་སྐུལ་བའི་སྐུ།། སྟེམས་མེད་བྱ་བའི་ཁོད་དུ་སྐམ་ན་ཡང་།། ཐུབ་སྐར་དབུས་སུ་ཙནྡན་པ་ལྟར།། ངོ་མཚར་དངོས་ཏྲགས་སྐམ་ཞིང་རེ་རེ་གསལ།། ཞེས་བསྟོམས་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་གསུངས་འདུག སྐུལ་སྐུའི་ཞལ་ནས་བསྐོ་གཉེར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ཡི་ཟ་ཐོ་ཡིན།། དོན་དངོས་ངས་མ་ཐོབ་པ་དང་མི་ཤེས་པ་མེད་གསུངས་ཤིང་དོན་དུའང་དེ་ལྟར་གནས་ཞེས་ཀན་ཆགས་མེད་ཞབས་ཀྱིས་དབེ་མཚོན་བཅས་ཡང་ཡང་གསུངས། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཚུལ་ལུགས་ལྟར་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་ཞབས་ཀྱིས་ཁྱབ་བྱའི་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།། ཞེས་

ལ་ཚན་དྲུག་བཞུགས་>>ཞེས་བར་གསལ་བས་དེར་གཟིགས་བར་ཞུ། དེ་ལྟར་སྐྱབས་པ་མཛད་པས་བསྟེད་རྟོགས་ཀྱི་རྟགས་སོ་སོར་ཐོན་ཅིང་སྟོན་གནས་རེས་ས་དྲན་བའི་མངོན་ཤེས་ཐོབ་བའི་ཚུལ་དུབག་ཏུ་མེད་བར་མངའ། སྐུ་མ་གཤེགས་བར་ཐལ་ཆེར་སྐུ་མཚམས་རང་བཞུགས་བར་མཛད་དེ་སྐྱབས་བའི་རྒྱལ་མཚན་བཙུགས།།

## གནམ་ཚོས་ཕྱགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་གཏན་ཡ་ཐབ་པ།

ཐོག་མར་གཏེར་སྐྱང་ཆོ་འཕྲལ་རྩྭ་འཕྱགས་མང་ཙམ་བྱང་ན་ཡང་སྟོན་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་སྐྱེས་མཚོག་ཡབ་སྲས་རྒྱང་གིས་གཟིགས་སྐང་དང་ལྡ་ཐུས་ལུང་ལྟར་ལྡེ་ཤེས་ཁྱབ་བཀྱེས་བས་བར་ཚད་ལྡག་མེད་ཞི་ནས་ཆོས་སྐྱོ་འཕངར་ཡངས་པོར་ཁྱེས། དེ་ཡང་གནམ་ཆོས་སྐྱན་རྒྱུད་ཐབ་ལ་ངོ་མཚར་སྐྱེ་བའི་ཆོས་བཀའ་ཇི་སྐྱེད་ཅིག་མཆིས་པ་ལ་དེ་དག་གི་སྒོགས་དན་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་རང་གིས་མཛད་ཚུལ་ཞིག་བར་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ། སྐྱན་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་བཀའ་གང་བྱང་བ་དང་། ཅི་ལྟར་བྱང་ཚུལ་དང་། སྐབས་དེར་སྐྱལ་སྐུ་དགྱུང་ལོ་གང་ཡིན་པ་ཆེས་གྲངས་དང་ཉེ་མ་དུས་ཆོད་གསྲང་མཁན་སུ་ཡིན་པ་ཡི་གེ་བགོད་ཚུལ་སོགས་གནམ་ཆོས་གཏེར་ཁ་སོ་སོའི་མཇུག་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་དེ་ལས་ཞིབ་བར་རྟོགས་བར་བྱ། དེ་ལྟར་གནམ་ཆོས་སྐུགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་ལ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ཀཱན་ཆགས་མེད་ཞབས་ཀྱི་མཁོང་ཅི་ཙམ་གནང་གི་ཡོད་མིན་སྐོར་ལ་གསུངས་པ། དེ་ལྟར་གནམ་ཆོས་སྐུགས་ཀྱི་གཏེར་ལ།། ཆོ་དཔག་རྒྱུད་དང་དགོངས་པ་འདུས་པའི་རྒྱུད།། རྒྱལ་བ་ཐུ་མཆོ་ལྷ་དགྱེའི་རྒྱུད་ཆུང་དང་།། སྐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འོད་དཔག་ཙན་གྱི་རྒྱུད།། མིང་གི་མངོན་བརྗོད་རྒྱུད་དང་ལས་ཏུར་རྒྱུད།། གུར་དཀར་རྒྱུད་དང་རོ་ཟའི་རྒྱུད་བུ་ཆུང་།། སྒྲོལ་མའི་རྒྱུད་དང་བདེ་མཆོག་དམར་པོའི་རྒྱུད།། ཐྲེ་ཁྲའི་རྒྱུད་དང་སེང་གེ་སྒྲ་སྒྲོགས་གཟྱངས།། རྒྱུད་བདག་བཞི་ཡི་རྒྱུད་བཞི་རྟོགས་བརྗོད་བཞི།། དཀའ་རྩལ་ཐོག་རྒྱུད་ཀྱ་གཟྱངས་ནོར་གྱི་གཟྱངས།། ཤུ་ལ་ར་ཅའི་རྒྱུད་བུ་ཆུང་དང་ནི།། དགོངས་འདུས་གཟྱངས་དང་སྐེག་གི་ཐུགས་སོ་སོར་ཐོན་ཅིང་སྟོན་གནས་རེས་ས་དྲན་བའི་མངོན་ཤེས་ཐོབ་བའི་ཚུལ་དུབག་ཏུ་མེད་མིན་ཞི་ནས་ཆོས་སྐྱོ་འཕངར་ཡངས་པོར་ཁྱེས། དེ་ཡང་གནམ་ཆོས་སྐུགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་ལ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ཀཱན་ཆགས་མེད་རང་གིས་མཛད་ཚུལ་ཞིག་བར་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ། སྐྱན་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་བཀའ་གང་བྱང་བ་དང་། ཅི་ལྟར་བྱང་ཚུལ་དང་། སྐབས་དེར་སྐྱལ་སྐུ་དགྱུང་ལོ་གང་ཡིན་པ་ཆེས་གྲངས་དང་ཉེ་མ་དུས་ཆོད་གསྲང་མཁན་སུ་ཡིན་པ་ཡི་གེ་བགོད་ཚུལ་སོགས་གནམ་ཆོས་གཏེར་ཁ་སོ་སོའི་མཇུག་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་དེ་ལས་ཞིབ་བར་རྟོགས་བར་བྱ། དེ་ལྟར་གནམ་ཆོས་སྐུགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་ལ་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ཀཱན་ཆགས་མེད་རང་གིས་མཛད་ཚུལ་ཞིག་བར་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ། སྐྱན་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་བཀའ་གང་བྱང་བ་དང་། ཅི་ལྟར་བྱང་ཚུལ་དང་། སྐབས་དེར་སྐྱལ་སྐུ་དགྱུང་ལོ་གང་ཡིན་པ་ཆེས་གྲངས་དང་ཉེ་མ་དུས་ཆོད་གསྲང་མཁན་སུ་ཡིན་པ་ཡི་གེ་བགོད་ཚུལ་སོགས་གནམ་ཆོས་གཏེར་ཁ་སོ་སོའི་མཇུག་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་པས་དེ་ལས་ཞིབ་བར་རྟོགས་བར་བྱ། དེ་ལྟར་གནམ་ཆོས་སྐུགས་ཀྱི་གཏེར་ལ།། ཆོ་དཔག་རྒྱུད་དང་དགོངས་པ་འདུས་པའི་རྒྱུད།། རྒྱལ་བ་ཐུ་མཆོ་ལྷ་དགྱེའི་རྒྱུད་ཆུང་དང་།། སྐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འོད་དཔག་ཙན་གྱི་རྒྱུད།། མིང་གི་མངོན་བརྗོད་རྒྱུད་དང་ལས་ཏུར་རྒྱུད།། གུར་དཀར་རྒྱུད་དང་རོ་ཟའི་རྒྱུད་བུ་ཆུང་།། སྒྲོལ་མའི་རྒྱུད་དང་བདེ་མཆོག་དམར་པོའི་རྒྱུད།། ཐྲེ་ཁྲའི་རྒྱུད་དང་སེང་གེ་སྒྲ་སྒྲོགས་གཟྱངས།། རྒྱུད་བདག་བཞི་ཡི་རྒྱུད་བཞི་རྟོགས་བརྗོད་བཞི།། དཀའ་རྩལ་ཐོག་རྒྱུད་ཀྱ་གཟྱངས་ནོར་གྱི་གཟྱངས།། ཤུ་ལ་ར་ཅའི་རྒྱུད་བུ་ཆུང་དང་ནི།། དགོངས་འདུས་གཟྱངས་དང་སྐེག་གི་ཐུགས་སོ་སོར་ཐོན་ཅིང་སྟོན་གནས་རེས་ས་དྲན་བའི་མངོན་ཤེས་ཐོབ་བའི་ཚུལ་དུབག་ཏུ་མེད་བར་མངའ། སྐུ་མ་གཤེགས་བར་ཐལ་ཆེར་སྐུ་མཚམས་རང་བཞུགས་བར་མཛད་དེ་སྐྱབས་བའི་རྒྱལ་མཚན་བཙུགས།།

## ཆེ་གཅིག་རྒྱུབ་མཛད་ནས་བཞུགས་པ།

དེ་ཡང་སྐྱལ་སྐུ་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེ་དགྱང་གྲངས་བཅུ་གཅིག་ཤིང་ལུགས་ཚོ་འཕྲལ་ཟླ་བའི་ཚེས་དགུ་ནས་ཡོངས་འཛིན་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་མཉམ་དུ་སྐུ་མཚམས་དམ་སོར་བཞུགས། ཐོག་མར་རྟ་སྐྱིང་ཚོས་བཀའ་རྣམས་བསྐྱབས་བས་གཟིགས་སྐང་དཔོན་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཁྲབ་བར་བྱང་། ཐུགས་དམ་གཙོ་བོ་ཞོ་ཤེ་ཆུན་དང་ཚེ་དབག་མེད་སྐུན་ནས་གཟིགས་གསྐུམ་སོར་མཛད། དེ་ནས་རྟ་ལུགས་ཀྱི་གུར་དཀར་དང་ཐུགཏོར་སོགས་ཀྱི་སྐྱབ་བ་མཛད། སྐྱེ་བ་བཅུ་ཐུག་སྐོང་ཐུག་མང་སོ་དྲན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་བས་ཡིད་ཆེས་བར་གྱུར། དེ་ཡང་ཁ་གསལ་སོར་སངས་རྒྱས་སྐྱེས་རབས་བཞིན་ཡུལ་དང་དུས་ཡུན་སོགས་གསུངས་བས་འདི་ཙམ་བ་ཅི་ཞེ་གཉིས་ལས་མེད་བར་ལྟ་བུ་སྟང་ཞེས་གསུངས། གཡ་ཅི་རྒྱུས་བར་མཁྱེན་འདོད་ན་བཀའ་འབྱམ་ལས་<<གཏེར་སྐོན་སྐུལ་སྐུའི་གསང་བའི་རྣམ་ཐར་སྐྱེས་རབས་རྣ་ཆིག་དང་དེའི་འཁེལ་བ་སོགས་

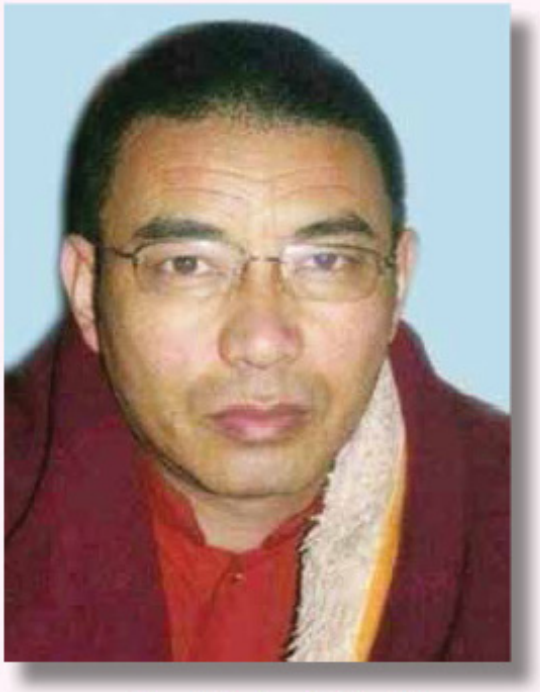
ཁ་གཞན་ལའང་མ་བྱུང་བས།། ངོ་མཚར་འདི་ནི་ངོ་མཚར་བློ་མེད་དེ།། ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས། ཆོས་དེ་ཕོན་ནས་རང་གིས་ཉམས་ལེན་མཛད་དགོས་ལ་ལྟར་ལོ་གསུམ་ཙམ་རིང་སྐུ་མཚམས་དམ་སོང་བཞུགས། དེ་ལྟར་གནམ་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ་དང་རབྦའི་གཉེར་བྱུང་ལས་གསུངས་ལ་ལྟར་གནམ་ཆོས་ཀྱི་བླུགས་བམ་རྣམས་དང་གོས་བཀྲམས་ནས་སྐམ་ཀྱི་ནང་བཏུག་ནས་ཁྲི་ཁར་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཆོགས་ཀྱི་འགོར་ལོ་རྒྱས་ལ་བྱག་བསྐོར་དང་མཉམ་བཏུ་རུ་ཐུལ། མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་སྟ་ཆོགས་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་རུ་གསུམ་བསྐང་གསོལ་བཏུ་རུ་སོགས་བཀའ་ཤིས་མངའ་གསོལ་སོགས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བགྱིས། མདོར་ན་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་རྟེན་འབྲེལ་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་བྱས་ཏེ་ཆོས་འདིའི་ཁྲིན་ལས་ཐུབ་པར་གྱུར་ཏོ།།

## བསྟན་འཛིའི་དོན་དུ་གནས་ཚྭོ་དུ་མ་ཕྱེས་པ།

གནས་ཀྱི་སྟོ་མོ་འབྱེད་པ་དེ་ཡང་གཉེར་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཤིང་འཚུབ་སྟོང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་ཚུལ་བཀའ་ཐང་སོགས་ལས་མང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་སྟུལ་སྐུ་མཆོག་སྐུ་མཚམས་རྒྱུན་རིང་ཙམ་བཞུགས་རྒྱུར་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་མཆོག་གི་དགོངས་པར་མངའ་ན་ཡང་ཤི་ནང་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་མང་ཞིག་གིས་ཆབ་མདོར་ཁ་ཤས་ཤི་ཞིང་ཐུམ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་ལྟུང་། དེའི་སྔ་གཞུག་ཏུ་སྟུལ་སྐུ་ཡབ་སྲས་གཉིས་ཆར་རིང་ཐུང་ཞིག་ཏུ་མཚར་གཟིགས་སྟངས་བྱུང་། ཉེན་ཞིག་འབྱམ་རྩོད་གནས་ཡིག་ཐུགས་ཏུ་བབ་པར་གཟིགས། དགའ་བའི་གཟིགས་སྟངས་འབྱམ་རྩོད་དུ་གནས་སྐོ་ཐེམ། དེའི་ཚེ་གཞན་ཡང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁ་ཟས་ཀྱང་ཟ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་ཁ་བབ་གཟིགས། དགའ་བའི་གཟིགས་སྟངས་འབྱམ་རྩོད་དུ་གནས་སྐོ་ཐེམ། ཉེན་ཞིག་འབྱམ་རྩོད་དུ

# སྤྲོན་བའི་གསུང་གི་གནད་འགའ་ལ་དེས་པ་སྐྱེད་ཚུལ།

མཁན་ཆེན་འཆི་མེད་རིག་འཛིན། གསེར་ཀ་བྲ་ཅང་སྒྲུབ།



མཁན་ཆེན་འཆི་མེད་རིག་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ།
Khenchen Chimey Rigdzin Rinpoche

## སྤྲོན་བའི་གསུང་གི་གནད་འགའ་ལ་དེས་པ་སྐྱེད་ཚུལ་མདུད་བརྒྱའི་འགག་བཅོལ་བཞུགས།

རལ་བ་གང་ནས་དུ་བཏེང་བའི་མཚོད་བཀུར་དང་།།
མདའ་མདུང་རྩེ་སོ་འདེབས་བའི་གཏོད་བྱེད་ལ།།
ཁྱད་མེད་ཐུགས་བརྩེ་མཉམ་བས་འཛིག་རྟེན་འདིའི།།
ལྷ་མིའི་སྤྲོན་པར་གྱུར་ལ་གུས་བས་འདུག།

དེ་ལ་འདིར་བདག་ཅག་གི་སྤྲོན་པ་མཆོག་གི་གསུང་གི་བརྗོད་བྱ་རང་ཅག་ཐལ་བའི་སྐྱེ་བོ་དག་གི་ཆོ་ལུགས་ལས་འདས་པ་ལྟ་དང་འཇུག་པ་དང་ཞིང་ཁམས་པ་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཡང་དེ་རབ་སྤྱིང་བཞིའི་བཀོད་པ་ཟངས་མདོག་དཔལ་དེ་ཤན་ཐུ་བའི་གནས་ཡུལ་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་སོགས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དེས་པ་སྐྱེད་ཚུལ་ལ་རྒྱུ་མཚན་ཅི་འདྲའི་སྐོར་ནས་ཐལ་བའི་གནས་ཡུལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཅི་ཙམ་ཞིག་ཡོད་ན་ཞེས་ཀྱང་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ



ཡོད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་ལགས་ཏེ། གཡས་ཏེ་ཁོང་རྣམས་ལ་དེ་འདྲའི་ཡོན་ཏན་དང་གཟིགས་སྣང་སོགས་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་བར་སྣང་བ་ཡིན་ན་ནི་མི་ཚོས་བློ་མའི་རྟོག་པ་ཤེས་ཏུ་ཆེ་ཞིང་སྤོམ་པ་རྩ་བ་ནས་ཉམས་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན་པས་དམ་བའི་སྐྱེས་བུ་དེ་དག་ནི་ཕྱི་ན་ངོ་ཙམ་དུ་གཟེར་ཞིང་ཐ་ཝས་ཙམ་ལའང་འཛེམ་བག་བྱས་ཏེ་ལས་འབྲས་མིག་བཞིན་དུ་སྐུང་མཁན་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་དོན་མེད་དུ་དེ་འདྲའི་སྤོམ་པ་དང་རྩ་བ་ནས་འཐལ་བའི་སྤྱི་གཞི་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྩོད་མི་གསུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་གཞུང་དག་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་པ་དང་། རྩོན་སྐྱ་བའི་རྒྱུ་ཉེས་པ་མཐའ་དག་ཟད་པ་ཡིན་པ་སོགས་བཀོད་ཡོད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་དེས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་མི་མཁྱེན་དང་སྤྲིན་པ་མཐའ་དག་སྐུང་མ་སྐུང་ནི་རང་ཅག་ལ་སྟོས་ན་ཆུང་ཟད་རྟོགས་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། བོན་ཀྱང་ཤུགྲི་སྐམ་མཆོག་དེས་མི་ཚོས་བློ་མའི་རྩོད་སྤྲ་མི་ཚོག་ཅེས་རང་གིས་ཆ་བཅས་དག་ཟད་པ་ཡིན་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གི་ཤེས་ཡོན་ཡང་རྩུད་ཀྱི་སྟོམ་པ་དང་ཆ་ཚུལ་འགལ་བར་སོང་བ་ཡིན་པས་སོ།། དེ་ལ་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྩོད་མི་གསུང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ལ་གཞུང་དག་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་པ་དང་། རྩོན་སྐྱ་བའི་རྒྱུ་ཉེས་པ་མཐའ་དག་ཟད་པ་ཡིན་པ་སོགས་བཀོད་ཡོད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་དེས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་མི་མཁྱེན་དང་སྤྲིན་པ་མཐའ་དག་སྐུང་མ་སྐུང་ནི་རང་ཅག་ལ་སྟོས་ན་ཆུང་ཟད་རྟོགས་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། བོན་ཀྱང་ཤུགྲི་སྐམ་མཆོག་དེས་མི་ཚོས་བློ་མའི་རྟོག་པ་ཤེས་ཏུ་ཆེ་ཞིང་སྤོམ་པ་རྩ་བ་ནས་ཉམས་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན་ལ། བོན་ཀྱང་ཤུགྲི་སྐམ་མཆོག་དེས་མི་ཚོས་བློ་མའི་རྟོག་པ་ཤེས་ཏུ་ཆེ་ཞིང་སྤོམ་པ་རྩ་བ་ནས་ཉམས་བའི་ལས་ཤིག་ཡིན། ཁོང་ཚོ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་ཅིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་ཚོ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་ཅིང་།

ལ་རེས་དབང་གིས་ངན་འགྲོར་འཕྲུམ་ག་ཡང་མང་ག་དེས་ན། དམ་བའི་ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་འགལ་རྐེན་ཞི་ག་དང་མཐུན་རྐེན་སྐྱབ་ལ་སོགས་ཚེ་འདི་ཕྱིའི་རེ་འདོད་གང་ཞེག་འགྲུབ་དགོས་ཀྱང་རྩ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་ལ་འདི་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ལ་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་ཡིད་ཆེས་ཡང་དག་ཅི་གེ་མེད་ན་ཅི་ཙམ་འདོན་ཁུལ་སྐྱབ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་སྐྱིད་པོ་གང་ཡང་མེད་པས་སོ།། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ཙམ་དུ་མ་ཟད་བར་གཞན་ཡང་དེ་ཡི་གསུང་གི་ནང་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གི་སྤྱིའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ལ་ཤིན་ཏུ་སྐོག་གྱུར་ཀྱི་ཚོས་དག་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཞེས་པའང་བྱ་ལ། འདིར་མཚོན་བྱེད་ཙམ་རེ་བཀོད་ན་ཤར་ཀཱ་ཤ་ཡིག་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་འཕགས་པ་ཀླུ་མཚོའི་རྣམ་ཐར་བྱ། རང་ཉིད་རིག་པ་ཚད་མེད་པ་ཞིག་སྐྱེ་བ་བྱང་ཆུབ་དང་སྐབས་སུ་ཉིད་རེ་འཛིན་གྱི་ཤར་ཆ་ལ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་ཡི་དམ་ཞི་བྱེའི་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་མཐའ་ཞིང་གཞན་ཡང་འཕྲོ་ན་རིགས་དྲུག་གི་གནས་ཐམས་ཅད་གསལ་གདབ་པ་རིག་སྔགས་ཀྱི་གསུང་ལས་ཀྱང་ཤེས་སོ།།

སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱིའི་སྐོར་ལ་གནམ་ཚོས་མི་འགྱུར་རྫོ་རྗེའི་དགེ་བ་ལྟ་དང་མི། མ་དག་པ་ཁྱེད་སྤྱལ་ཡན་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཉེས་བརྒྱ་རབ་རེ་རེ་ནས་སྐྱེས་རབས་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ་བ་དང་། སྤྱལ་སྤྲུ་འདི་དང་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་ཀྱི་གསང་རྣམ་དག་ནས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་ཐོབ་ཚུལ་སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱི་དག་མ་དག་གི་མཐོང་ལྟེས་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུགས་པ་རེ་རེ་ནས་ཐུགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། འདི་དག་ཀྱང་དེ་འཇའི་རྫི་ལམ་ཞེག་རྫི་ས་མ་ཡིན་པར་རྫི་ལམ་གྱི་ལུགས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་འདོད་ཀྱི་ཡུལ་དེར་དཔོན་སུ་ཕྱིན་པ་ཞེག་ལགས་སོ།།

སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱིའི་སྐོར་ལ་གནམ་ཚོས་མི་འགྱུར་རྡོ་རྗེའི་དགེ་བ་ལྟ་དང་མི། མ་དག་པ་ཁྱེད་སྤྱལ་ཡན་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཉེས་བརྒྱ་རབ་རེ་རེ་ནས་སྐྱེས་རབས་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ་བ་དང་། སྤྱལ་སྤྲུ་འདི་དང་མཁས་གྲུབ་ཀན་ཆགས་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་ཐོབ་ཚུལ་སྐྱེ་བ་སྔ་ཕྱི་དག་མ་དག་གི་མཐོང་ལྟེས་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུགས་པ་རེ་རེ་ནས་ཐུགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། འདི་དག་ཀྱང་དེ་འཇའི་རྫི་ལམ་ཞེག་རྫི་ས་མ་ཡིན་པར་རྫི་ལམ་གྱི་ལུགས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་འདོད་ཀྱི་ཡུལ་དེར་དཔོན་སུ་ཕྱིན་པ་ཞེག་ལགས་སོ།།

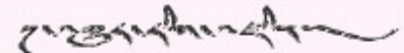
གཞན་ཡང་ཇོ་ནང་ཀུ་རུ་ནྲ་ཝའི་རང་རྣམ་དུ། རང་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་མཁས་འགྲོའི་གྲིང་གི་རིག་པ་འཛིན་པ་ཁི་ཁྱུ་རུ་ཚེས་པའི་སྐྱེས་པ་ཡིན་པ་དང་རང་ལ་ཡང་དུས་གཅིག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་གཞན་ན་སྐྱེ་བ་དུ་མ་དང་མི་ཡུལ་འདིར་ཀུ་གང་དབུས་གཅིག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་གཞན་ན་ཡང་སྐྱེ་བ་རེ་རེ་ཡོད་བར་གསུངས་པ་དང་། ཁམས་སྐོད་ཡུལ་ཤུལ་གྱི་རྟོགས་ལྡན་ཚངས་དབྱངས་ཀུ་མཆོ་ཡང་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བྱོན་པས་རིང་རབ་གྲིང་གཞི་དང་བཅས་པ་མཐོང་ཞིང་སུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་སོགས་སྐྱེའི་གནས་རྣམས་བརྒྱད་ནས་དགའ་ལྡན་དུ་བྱོན་ཏེ་ཀུལ་ཚབ་བྱམས་པ་མཐོང་ཞེས་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ཆོ་ཏུ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཚུལ་ཅིན་ཏུ་མང་ཡང་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ཆོ་ཏུ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཚུལ་ཅིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཞེས་པའང་བྱ། ཁམས་མི་ཉག་གི་སྐྱས་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཚང་པ་མངོན་སུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་སོགས་སྐྱེའི་གནས་ཆེ་དེར་སྐྱོབས་བཅུ་ཡི་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ཆེ་ཏུ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཚུལ་ཅིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཞེས་པའང་བྱ། ཁམས་མི་ཉག་གི་སྐྱས་བའི་གང་ཟག་ཅི་ལྟ་ཅི་ཙམ་ཞིག་ལས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུགས་པ་ཁོ་ནས་ཆོ་ཏུ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཚུལ་ཅིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཞེས་པའང་བྱ། རང་ཉིད་ས་བཅུད་བའི་གང་ཟག་ཅི་ལྟ་ཅི་ཙམ་ཞིག་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུགས་པ་ཁོ་ནས་ཆོ་ཏུ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཚུལ་ཅིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཞེས་པའང་བྱ། ཁམས་མི་ཉག་གི་སྐྱས་བའི་ཁྱད་པར་ཅན་གྱ

ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་རྣམ་ཐར་ཡང་མངོན།། དེ་ལྟར་དགེ་བ་རྣམ་པར་དག་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དག་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྐང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་དབང་འབྱོར་བ་དང་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་སོགས་ལ་བསམ་གཞིག་བྱས་ཚེ། དེ་ལས་སྟོག་སྦྱོགས་ཀྱི་མི་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་གང་ཟག་ཀྱི་ཡང་མི་འདོད་པའི་སྡུག་བསྔལ་དུ་མ་འབྱང་ཞིང་ངན་སོང་གསུམ་ཟེར་བའི་འཁོར་སა་ཡ་ང་བ་རེ་ཡོད་དགོས་དེས་ཀྱི་སྦྱོགས་ནས་བསམ་ཚྭ་ཞིག་མི་གཏོང་ཀ་མེད་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་དགེ་བ་བསྒྲུབས་ན་བདེ་བ་འབྱང་བ་དེ་བདེན་པར་གྱུར་ཚེ་སྟེགས་བ་བསྒྲུབས་ན་སྡུག་བསྔལ་འབྱང་བ་ཡང་བདེན་དགོས་པས་སོ།།

དེང་སང་གསར་བྱང་གི་རིག་གནས་པ་མང་ཚོས་སྤྱ་རབས་ཀྱི་ཚོ་རྒྱས་དང་རྣམ་ཐར་དུ་མ་ལྟ་སྒྲུང་དང་སྦྱོ་བཏགས་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིར་གནས་པའི་མཚོག་དམན་བར་མའི་འཁོར་བ་མཐའ་དག་གི་མཐོང་ཚུལ་ཤེས་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུངས་ཀ་ནོར་བུ་ཁོ་ནར་ཁས་ལེན་ཏུ་གུ་དོག་པ་ཁག་མིག་ལྟ་བུ་རེའི་བསམ་ཚུལ་ལགས་ཤེང་། གཏམ་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་ཁས་ལེན་པ་ཤས་ཆེ་བའི་སྐྱ་བ་ཡིན་པར་ཁ་ཅིག་གི་བསམ་ཚུལ་ཁོ་ན་དང་མཐུན་དགོས་པར་འདོད་པའི་རིགས་པ་ཤིན་ཏུ་གུ་དོག་པ་ཁག་མིག་ལྟ་བུ་རེའི་བསམ་ཚུལ་ལགས་ཤེང་། གཉིས་པ་ནི་ཁ་རྡུལ་ཤ་ཟའི་ཁ་ཟས་ཀྱི་ཐུན་ཚོད་ཀ་ནས་ཀྱི་བཟའ་ཐབས་ཤིག་ཡིན་པས་ཁ་རྡུལ་ཤ་ཟ་ཡིན་ཏེ། ཁ་རྡུལ་ཤ་ཟ་ཞེས་པ་ནི

ཀི་མཐོང་ཚུལ་དང་མ་མཐུན་པས་དགག་བར་ཡང་མི་རུས་ཏེ། རང་རེ་ཁོ་ན་དང་བསྟུན་ནས་གསུངས་པའང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ།། གལ་ཏེ་དགག་ན་ང་ཅག་གིས་མཐོང་བའི་སའི་ས་རི་ལ་སོ་འདིའི་སྟེང་དུ་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་གྱིས་བསྐོར་ཏེ་འཁོ་བའི་རིང་དང་གསེར་གྱི་རི་བདུན་སོགས་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བ་མི་འཐད། བར་དུ་ལྟགས་རི་སུ་ལྟུང་ཀྱིས་བསྐོར་བའི་ནང་དུ་རོལ་བའི་མཚོ་བདུན་ཡོད་པ་ཞེག་ཀླུ་རྣམས་ལ་སྟང་བ་མི་འཐད། འོག་ཏུ་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལེབ་ལེབ་མོ་དག་ཚད་འབྱམ་ཟླ་ཏུ་མ་ཡོད་བའི་སྟེང་དུ་ལྟགས་སྐེ་གཅི་གི་ས་གཞི་སོགས་དཔྱལ་བ་དང་ཡི་དྭགས་སོགས་ལ་སྟང་བ་མི་འཐད་ཅེས་བཀག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།། མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་འོག་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ནས་སྟེང་རི་རབ་དང་བཅས་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་དེ་གང་ཟག་གིས་ཀྱང་ཤེས་ན་ཚོ་ལ་ལེབ་ལེབ་དང་རིལ་རིལ་ལ་རྩེར་ཤེས་ཏེ་རབ་དང་བཅས་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། དེས་ན་ཚེ་ཟླ་ཉི་རབ་དང་བཅས་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆ་ཤེན་གང་རི་ལྟ་བུ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཆགས་དབྱིབས་གསུངས་པ་ལྟར་མི་དང་མི་མ་ཡིན་བའི་མཐོང་ཚུལ་དུམ་དག་གིས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞེག་ཡིན་ནོ།། དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱི་གང་རི་རབ་ཀྱི་ཕྱོགས་བཅུ་ཀ་ཆུ་ཆེ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་དཔག་ཚད་དུ་མར་འཕགས་ཤིང་བསྐོར་བ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཟིན་དེའི་སྟེང་བྱོགས་ན་ཐ་ཤལ་ཏེ་ཤིང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞེག་ཡིན་ནོ། ཤིང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱི་ཕྱོགས་བཅུ་ཀ་ཆུ་ཆེ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་དཔག་ཚད་དུ་མར་འཕགས་ཤིང་བསྐོར་བ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཟིན་དེའི་སྟེང་བྱོགས་ན་གྲིབ་ཅེས་བྱ་བ་ཤིང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞེག་ཡིན་ནོ། དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱི་ཕྱོགས་བཅུ་ཀ་ཆུ་ཆེ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་དཔག་ཚད་དུ་མར་འཕགས་ཤིང་བསྐོར་བ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཟིན་དེའི་སྟེང་ཁོ་ཤིང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞེག་ཡིན་ནོ། དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱི་ཕྱོགས་བཅུ་ཀ་ཆུ་ཆེ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་དཔག་ཚད་དུ་མར་འཕགས་ཤིང་བསྐོར་བ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་ཟིན་དེའི་སྟེང





འདིར།། ཡང་དག་རིགས་བའི་གནད་གསང་མ་ཤེས་ན།། སྐོག་གྱུང་ཤེས་བྱའི་མཚར་སྤྲུག་ལང་ཚོའི་བཞིན།། སེམས་ཀྱི་མེ་ཡོང་རོས་འདིར་འཆར་དཀའ་བས།། རྗེ་ལྷར་དབྱུང་ཀུང་འབྲས་མེད་སྟོང་བསམ་ཅམ།། སྟོན་བྱོན་དམ་བའི་སྐྱོང་བྱང་བདེན་བའི་གཏམ།། རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་དཔང་པོ་མཐར་ཐུག་ལགས།། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་གྱི་ཁ་ཚོན་གཅིག་ཏུ་ནམ་ལང་ཚོར་རྒྱུ་མེད་དེ། དེས་ན་གྲུབ་བརྟེན་གྱི་རིག་འཛིན་དམ་པ་ལྷགས་ཁུང་བདུད་འཇོམས་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་མཛོན་པོ་འབྱོང་རིའི་ནང་དུ་ཞེས་བའི་མཚོང་སྐང་རང་རྣམ་དུ་བཀོད་བའི་གནས་བདག་དེའི་ཐྲིའི་ཚོ་བྱང་གི་རྒྱ་ཁྲོན་གཅིག་ཏུ་ཁྱེར་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ་ཡིན་གྱི

# འཕྲོ་བའི་བློ་མ་ཨོ་རྒྱན་མཚོ་སྐྱེས་རྡོ་རྗེའི་འཁྲུངས་སྐར་བསྡུ།

ཐུབ་དབྱངས་ཐེས་ཚེ། (ཁམས་ཟེགས་མགོ)



ཐུབ་དབྱངས་ཐེས་ཚེ། (ནོར་འཛིན།)
Drayang Seymo (Norzin)

སྨོད་བཅུད་མུ་དན་མེད་བའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་ལྡན་ཀྱུབ་ཀྱི་ཞིང་མཆོག་ནས།།
གསུང་གི་རིགས་སྐྱེས་བདེ་གཤེགས་ཆོས་སྐུ་ཡོད་མཚན་སྡང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས།།
གཟིགས་ཚུལ་ལྷ་དང་ལྡགས་བས་བོད་ཞགས་བཅུད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་རབ་འཚོས་བས།།
ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་ནུབ་བྱང་མཚམས་སུ་བདུད་རྩི་བོ་མའི་མཆོ་རུ་བབས།།

སྐུ་ཆོགས་དབང་པོའི་ཆེ་དགུའི་གཅོ་བོ་འཛོག་པོའི་རལ་བའི་ཁང་སྟེགས་སུ།།
ངོ་མཚར་མཛེས་བའི་ཁོ་ལག་རབ་རྒྱས་འཕྲི་ཤིང་ཡལ་ག་ལྷེམ་བའི་རྩེར།།
དེ་བབ་བརླའི་སྐྱབས་ནས་ཐོལ་སྐྱེས་རང་བྱང་སྐྱལ་བའི་གང་སྐྱང་བ།།
ཁ་བའི་མགོན་པོ་མཆོ་སྐྱེས་རྡོ་རྗེར་དྲངས་བའི་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་འདེབས།།

དམ་པ་རྣམས་ནི་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པ་བསྟན་འཛིའི་དོན་ཆེན་ཉིད་ཡིན་བས།།
ཆུ་གཏེར་འཇིངས་སུ་རོར་བུ་ཆོལ་བའི་ངལ་བ་བསྟེན་བའི་གྲོགས་ཀྱི་མཆོག།
མི་རྟེ་ལྷ་ཆེན་ཕེཏྟ་རྒྱོ་རྩེར་ཐུགས་སྐོན་ལས་ཀྱིས་འཕྲད་ཅིང་མཇལ།།
དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་སྐུལ་བའི་སྐུ་མཆོག་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་དུ་ཆིབས་ཁ་དྲངས།།

བཀྲལ་ཞུགས་སྐྱོད་བའི་ཐབས་མཁས་མཛད་བས་སྐྱོ་ཤར་དགའ་བའི་གནས་སུ་ཞེབས།།
བསིལ་བ་ཚལ་ཞེས་སྦུན་བ་ཡི་ར་བའི་དུར་ཁྲོད་དག་ཏུ་བསྐྱབ་ལ་བརྩོན།།
འབད་བའི་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་བ་བཀའ་བཀྲད་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་མཛད།།
གཙོང་དམར་འཚོ་བའི་སྐྱབས་གནས་དམ་བ་མཆོ་འཕྲངས་ཨོ་རྒྱན་གུ་རུ་རེ།།

ཐ་ཤོར་ཡུལ་ནས་རྒྱལ་ཁམས་ཀུན་གྱི་འཚོར་འབངས་ཆོས་ལ་གཞུག་པ་དང་།།
ཚེ་དབང་བྱག་རྒྱ་སྐྱབ་བའི་གྲོགས་སུ་སྐྱ་ཡུམ་མཁེའ་མ་ཁབ་ཏུ་བཞེས།།
བག་ཏུ་འབར་བའི་དམར་གོའི་མེ་དབུང་དུངས་བསིལ་ཡིད་འོང་མཆོ་རུ་བསྐྱར།།
དེ་ཚེ་རྒྱལ་གོས་མཛེད་ནས་ཞྭ་བཅས་སྤིད་ཀྱི་འགྲོར་ཆོགས་ཞྱད་ལ་ཕྱལ།།

ཡ་མཚན་ཆས་ཀྱི་དབང་བའི་ཚུལ་སྐོན་སྒྲོགས་ཀྱི་གནས་ཆེན་རྣམ་བཞི་རུ།།
སྐྱབ་བ་མཛད་ནས་བྱབ་བརྟེས་བྱེ་བའི་གསུང་དབྱངས་གང་མས་བའི་བདུད་ཅི་སྐྱངས།།
ཡངས་བའི་བཅུ་ཐག་ཤེས་བྱའི་ཚལ་དུ་མཁྱེན་རབ་བརློའི་འདབ་བཅུ་གྲོལ།།
མངོན་ཤེས་ཐོགས་མེད་མཁས་བྱབ་གཏུག་རྒྱན་མ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོའི་དབུས་ན་མཛེས།།

རབ་དཀར་གང་སར་ཀྱི་ཟེང་བས་འཛུད་བའི་བསིལ་ལྡན་མཐའ་འཁོབ་རྡོ་ཏ་ཡི།།
རྒྱལ་ཁམས་འཕྲོ་བའི་སྙིང་གི་སྐུན་མེལ་དམ་ཚོས་སྒོན་མེ་སྐར་བའི་མགོན།།
སྐྱ་བའི་མེང་གེ་མི་ཡི་གང་རོལ་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེའུ་བཅན་ཀྱིས།།
ཆེན་པོ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྐྱན་དྲངས་གཙུག་ལག་བཞེངས་བའི་མ་འདུལ་མཛད།།

ཡང་ལེ་ཤོད་དང་གཞོད་སྐྱེན་རྩོད་བྱོན་འཇེ་སྐིན་མ་ཞུས་དམ་ལ་བཏགས།།
བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་དགེ་བསྟེན་ཉེར་གཅིག་ལྔ་བྱུ་ལ་སོགས་བཙན་དུ་འདུས།།
ཁ་བའི་ཞིང་ལ་མཆོག་གསུམ་སྤྲང་བའི་བདེ་སྐྱིད་གསར་པ་མཐོན་དུ་བསུས།།
ཤེ་མ་སྐིད་ན་འཁྲན་བའི་རྒྱ་བལ་ཁྲེད་ཀྱི་སྐུ་ཏིན་སྐྱིང་ལ་ཕྱི།།

རྗེ་འབངས་གྲྭབ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་སྐལ་ལྡན་སྒོབ་མའི་འཁོར་ཆོགས་ལ།།
ཐུན་མིན་གསང་སྔགས་ཟབ་མོའི་གདམས་ག་བུམ་ག་གང་བྱོའི་ཚུལ་ཀྱིས་གནང་སར།།
གང་རིའི་ཡོངས་སུ་རྒྱུང་སྟེའི་བསྟན་ག་སྒྲག་ལ་ཉེ་མ་ཤར་འཕྲ་བའི།།
དེས་དོན་འཕྲོ་བའི་ཐུ་མའི་ཐུ་མ་ཁ་ཆུ་འབྱང་གནས་སྐྱ་ཏུ་དན།།

ཆེ་བས་བཀེགས་བའི་གསེར་ཀྱི་ཁྲི་ལ་མཚན་དེའ་འབར་བའི་སྐུ་བཞུགས་ནས།།
གོང་ཁང་ཡུལ་ཀྱི་ལེགས་བྱས་སྐིན་བའི་སྐལ་བཟང་གདུལ་བྱའི་འཕྲོ་རྣམས་ལ།།
རྒྱུ་འབྲས་རྣམ་བཞག་འགོར་བའི་ཉེས་དམིགས་གུ་རུ་ཉིད་དུན་བྱོས་དང་།།
གང་དུ་མ་བཞུད་ཐིན་རྒྱས་འདྲུག་ཅེས་ཞལ་ཆམས་བདུད་རྩི་མངར་མོ་བསྣལ།།

ལས་ངན་བདག་ནི་ཐོག་མེད་ནས་བཟུང་འཇིགས་རྩུང་སྐིད་བའི་གནས་སུ་འཁྱམས།།
ལྷག་བར་ལྷ་བོ་སྐྱིགས་མའི་དུས་འདིར་རྒྱ་འདྲེ་འགོང་ཐོས་བསྟན་ལ་འཚོ།།
མི་མངོན་དབྱིངས་ནས་སྐྱན་ཀྱིས་གཟིགས་སམ་ང་ཡི་སྐྱབས་གཅིག་གུ་རུ་རྗེ།།
ཉམ་ཐག་ཐོད་མིས་ཁྲེད་ལ་རེ་ཡོད་བཅེ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་བློང་ནས་དགོངས།།

ཞེས་གསེར་ཡོངས་བླ་རུང་བརྒྱ་མཁའ་འགྲིའི་འདུ་བྱིང་ནས་༡༠༡༦ སྐྱ་ཁ་ར་རི་བའི་དུས་ཆོས་ཁྲད་བར་ཅད་སྐྱེལ་ཐོ་སྐྱེལ་བླའི་ཆོས་བཅུ་ཉིན་སྐྱ་དབྱངས་སྐས་མོའམ་ནོར་འཛིན་ཀྱིས།

# སྤྱན་ས་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཞལ་གདམས་བདུད་རྩིའི་དགའ་སྟོན།

དིལ་མགོ་མཁྱེན་བརྩེ་དིན་པ་ཆེ། (1910-1991)



སྐུབས་རྗེ་དིལ་མགོ་མཁྱེན་བརྩེ་དིན་པ་ཆེ།
H.H Dilgo Kyentse Rinpoche (1910-1991)

རྫ་རྗེའི་བློ་མ་ངན་ཚུལ་ཁོ་ཁྲ་ལ་ལུགས་འཚལ་ལོ།།

དབལ་ཕོ་རྒྱུན་གྱི་སྐོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དེ་ཡིས་རང་རེ་སྤྱས་པ་རྣམས་ལ་ཞལ་གདམས་སུ་སྩལ་བ་ལས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། གསང་སྔགས་སྐོར་ཞུགས་པོད་ཀྱི་སྤྱས་པ་རྣམས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱས་པ་ཞེས་པ་དེ་རྗེ་རེ་རེག་པ་སྤྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱོང་བ་ལ་སྤྱས་པ་ཞེས་མིང་དང་དོན་དུ་མཐུན་པ་ཡིན། ཚུལ་བཞིན་རེ་ལྟར་སྐྱོང་དགོས་ན། དང་པོ། གསང་སྤྱས་རྩ་བ་ཐ་སྙད་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། ཤིན་ཏུ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྣང་བ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་སྐྱོན་མི་ཟུས་པས། ཐོག་མར་ཐ་ཆོས་བཞིན་སྐྱོད་པ་ཞིག་ཆོག་ཅེ་ན། མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟེན་པ་ཅིས་ཀྱང་གསལ་ཆེ། དེ་ནས། གསང་སྤྱས་ཆོས་སྐྱོ་རིམ་པ་དབང་གིས་ཁེངས། ཞེས་པ་ལྟར། དབང་བརྒྱད་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མ་ཐོབ་ན་ཡི་དམ་ཞིག་གི་རྒྱུད་དང་མན་ངག་བསྟན་པ་ཅིས་ཀྱང་གསལ་ཁེངས་ཟེར་ཡང་། ཁོ་ཚོས་ཀྱང་ཡི་དམ་ཞིག་ཏུ་ཡོད

ཀྱིས་བླང་དོར་ཀྱིས། སྔོང་ཚོ་ཟབ་མོ་ཁོང་བའི་དབུགས་ལྟར་བསྒྲུངས་ཞེས་སྣ་འབྲག་བྱེད་ནུས་མཐུའི་འབྱུང་གནས་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྒོ་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་བ་ཡིན་བས་རང་གི་ཡི་དམ་གང་ཡིན་དེའི་བསྟེན་བ་ཉིན་མཚན་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་མ་ཚད་བར་སྟོས། བསྒྲིད་རྟོགས་ཟབ་མོ་ལུས་དང་སྔོག་ལྟར་སྐྱེས་པས། བསྒྲིད་རྟོགས་ཀྱི་གདེང་ཤེ་ཚོའ་སྔོད་གཤེགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མི་ཚེ་རྗེ་སྲིད་བར་འབད་དགོས། ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་བ་འབྲས་བུ་རྫོགས་ཀྱི་བཅུད། རྟོག་ཙམ་ཡིས་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་མེད་ཅིང་ཐུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཤིང་ཐོག་མར་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་པའ

བདེད་གསོལ་བ་ཐོབ།། རྒྱུད་ཀྱིན་རྣལས་ཞུགས་ན་སྤགས་པ་ཡིན།། ལག་ཁེང་བ་ཕུར་བ་ཐོགས་བའི་སྐབས།། ལྷ་ཡི་དམ་སྒོམས་ལ་བསྒེད་བརྒྱས་མཛོད།། དོན་དངོས་བྱུབ་ཐོབ་ན་སྤགས་པ་ཡིན།། གོགས་རྒྱང་མ་བྱ་ཚ་མཐོང་བའི་ཚེ།། མ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་ཡིང་ལ་ཀྱིས།། ཆོགས་གཏོར་མ་བཏང་ན་སྤགས་པ་ཡིན།། སྐོ་གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན།། ལྷ་སྤགས་དང་ཆོས་སྐྱའི་རོལ་བར་ལྷོས།། ལས་ཐ་མལ་མ་ཤོར་སྤགས་པ་ཡིན།། རང་སྣང་བ་དག་པ་ཤར་ཙ་ན།། གནད་ལམ་ཁེར་དེ་ལ་ཚང་ནས་ཡོང་།། དོན་འདི་བཞིན་ཤེས་ན་སྤགས་པ་ཡིན།། ཆེ་རིལ་ཙོ་ཁྱིམ་གྱི་ཙོ་ཆིས་དང་།། བྱ་རྒྱང་མའི་འཚོ་སྐྱོང་མ་གཡེང་བར།། མིང་སྤགས་པ་ཞེས་བའི་ཆེན་ཙོ་དེ།། དོན་ལག་ལེན་སྟེང་དུ་བཀལ་ནུས་ན།། ཆོས་སྣ་རེ་སྒྲུབ་པ་གལ་ཆེ་བས།། མི་ཀུན་གྱི་སྤགས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག། ལམ་གསང་སྤགས་ཟབ་མོའི་གནད་ཤེས་ན།། རྒྱུན་འཛིན་བའི་སྒྲུབ་ཀུན་ལམ་གྱི་བྱོགས།། རང་དངོས་བྱུབ་ཐོབ་ལ་བསྒྲུ་མེད་ཁྱིར།། མིའི་ལུས་རྟེན་རྟེད་པ་དོན་ཡོད་མཛོད།། དགྱ་ལྡེ་བདག་ནས་འབྱང་མི་ཤེས་ཤིང་།། དུས་སྟེགས་མར་རྒྱུན་བཅ་བར་ཚད་མང་།། སེམས་ཆོས་ལ་ཅི་ནུས་སྒྲུང་དུ་སྐྱོར།། ལས་བྱས་ཚད་ཆོས་དང་ཅི་མཐུན་མཛོད།། ཚུལ་དེ་སྐད་མདོ་ཁམས་སྟེ་དགེ་ནས།། ཡུལ་བྱང་སྦོགས་ཇོང་བའི་རྒྱལ་ཁམས་ལ།། མིང་འཛིགས་མེད་མཁྱེན་ཞེས་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་ཡོད།། ཤེས་རབ་ཀུ་མཆོག་མཛད་ཅིང་བཀོས་མཁན་དབུ་ཁྱི་སྤགས་བཙུན་འཛིགས་མེད་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས་བཀྱེས་པས་མཁྱེན་ཏད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བན་བར་གྱུར་ཅིག། ༄།སྒྲུབས་རྟེ་དིལ་མཁྱེན་རིན་པོ་ཆེས།།

དུལ་བརྒྱུད། ལྷ་ག་བཞི་དང་དུས་བཞི་རྣམ་ཤེས་དག་ག་གདན་གསུམ་ཞི་ཁྲོ་དམ་ག་རིགས་བརྒྱི་ལྷ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་གདོད་ནས་གནས་ཀྱང་རོ་མ་ཤེས་བར་འཕྲལ་ཉེ་དུ་ལྷ་གནས་ཐུགས་མ་རྟོགས་བར་སྤྲུག་བསྡལ་སྲིད་ག་འཁོར་ག་འདི་ཡིན། གནས་ཐུགས་རི་བཞིན་རྟོགས་ནད་དག་ག་སྐྱང་འདས། མ་དག་ག་འཁོར་ག་གཉིས་སྣང་དོར་ཀྱི་ཁྲད་མེད་བས་ཆོས་ཉིད་གཅིག་ཏུ་མཉམ་བར་གསུངས། དེ་ལྟོགས་བའི་ཕྱིར་ཕྱི་སྟོང་འབྱང་ལྟ་ཞིང་ཕྱི་ཁྲོ་དམ་ཞི་ཁྲོ་ཡི་དམ་ཞི་དམ་ཞི་གང་བསྟེན་ཀྱི་བས་བྱང་གིས་སྒོས། སྤགས་བཟླ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྟོང་གཉིས་མེད་ཟུང་འཇུག་བའི་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་རྒྱུད་ཐ་མལ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་མ་ཡིན་ག་ཤེས་ན། སྐྱ་འཕྲལ་གསང་སྟིང་ལས། སྟོང་བཅུད་རྒྱུད་རྣམས་དག་ཏོགས་ཤིང་།། ཞེས་གསུངས་ག་དེ་ཡིན། ལས་བྱང་དུ་ཡང་གསལ་ཁ་ཡོད་ག་སྒྲོང་སྟིང་ཡུམ་བཀའ་ལས། སྟང་ག་ཐམས་ཅད་ཡུམ་ལྷའི་སྒྲོངས། སིད་ག་ཐམས་ཅད་མཁའ་འགྲོའི་དལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་ག་རྣམས་ཡིན་ལས་ཤེས་དགོས། ལྷ་ག་དེ་ཏོགས་ག་ལ་སྟིན་སྒྲིང་དང་སྟིང་ཐིག་འཇམ་མགོན་ཁྲིའི་ཐུགས་ཀར་ཨཱཿཧཱུྃ་ཡིག་ཏུ་གསལ་ཏེ་ཟུང་འཇུག་ཏུ་ཐིམ་ཏེ

# ཆ་ལང་དམ་སྒྲའ་དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྡུས།



ཆ་ལང་དམ་སྒྲ།
pair of cymbals



ཆ་ལང་དམ་སྒྲ།
pair of cymbals

མཚོད་རྟས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་རོལ་མོའི་ནུ་བཟག་ཏུ་གྱུར་པ་ཆ་ལང་དམ་སྒྲའ་ཚལ་དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྡུས་ཅམ་ནུ་དེ་བ་ལ། ཐོག་མ་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་སྒྲ་གར་རྩེད་འཛོ་སོགས་ཀྱི་རོལ་མོར་མོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྒོལ་མང་པོ་ཞིག་དང་ཁྲབ་བྱང་ཞིང་། ཕུར་ལྟ་སྐྱ་གཅོད་སྤྱིན་དྲི་ཟ་གྲུལ་བུམ་མི་ལ་སོགས་པའི་ཐ་མལ་པའི་རོལ་ཆ་མང་པོ་ཞིག ཤིས་སུ་མཚོད་པའི་དངོས་པོར་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཏེ་བཟོ་ཁྲད་ཕུལ་ཏུ་བྱང་བ་སྟ་ཚོགས་ཤེག་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྒྲའ་ལའང་རྒྱུ་དང་། མཚོན་དོན། དཀྱིལ་ཆུལ། དགོས་པ་བཅས་བཞི་ཡོད་དོ།།

དང་པོ་རྒྱུ་ནི། རིན་པོ་ཆེ་སྟ་ཚོགས་ཡི་རབ་དང་བསྡེས་ཏེ་བཟོ་མཁས་པས་བཞུ་བཏུལ་ལུགས་སུ་བླུག་པ་སྟེ་ཆ་ཚད་གསལ་བར་བསྟན་པའི་གཞུང་མ་མཐོང་བས། ཨལ་ཆེར་སྤར་ཀྱི་བཟོ་རྩིང་དག་ལས་དེ་ལེགས་པ་ཤེས་ཏུ་འདུག

གཉིས་པ་མཚོན་དོན་ནི། ཐབས་ཤེས་རྒྱང་འཕྲུག་གི་མཚོན་



ཆ་ལང་དམ་སྒྲ།
pair of cymbals

པའི་སྟེང་འོག་གཉིས། བྱང་ཆུབ་གཉིས་མཚོན་པའི་ལྷོ་ས་ཕྱི་རུ་སྤྲུལ་ཀྱི་སྒྲིད་པ་རྣལས་པོ་ཆེ་མཚོན་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཞེང་ཁ་གྲེན་དུ་སྒོག་པ། བདེན་གཉིས་རྒྱང་འཕྲུག་མཚོན་པའི་འཚང་རྒྱང་། ཐུགས་སྟོང་འཁྲིག་པ་མེད་པའི་དོན་མཚོན་པའི་སྒྲ་དག་པ་དང་། སྒྲུབ་པ་དང་། འཇམ་པ་དང་། ཡྱོད་པ་དང་། དྲག་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ།།

གསུམ་པ་དཀྱིལ་ཆུལ་ནི། རིག་འཛིན་བརྒྱུད་པའི་ཐུགས་བཞེས་བཞེན་མི་འདྲ་བ་མང་བས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་པར་བྱར་མེད་པས་རང་ཀྱི་ལུགས་བཞེན་སྒྲུབ་ན་འགལ་བ་མེད་ཅིང་། ཁ་ཅིག་རོལ་མོ་ལ་ལྟ་སྐྱས་བྱེས་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་ཞེའི་ཚོ་གཅིག་ཏུ་རྒྱས་པ་སོགས་ཤེས་ཏེ་ཐ་དད་ཁྲོ་བོའི་ཚོ་གཅིག་ཏུ་ཟུང་བ་རྣམས་ལ་མཚོད་པའི་སྒྲིན་གཟུངས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་སྙིང་པོ་བྱེ་བ་ཤེས་ཀྱིན་ཏུ་བཅང་ངོ།། སོད་ཡུལ་དུ་སེལ་སྐྱན་དང་རོལ་མོ་གཉིས་ཞེ་བྱ་གི་ཚོ་གཅིག་པོ་ལ་ཡོངས་སྒྲུབ་པར་ཡང་སྐང་གཏན་ལ་ཕབ་ཡང་བཏུད་པའི་སྒོལ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ།།

བཞི་པ་དགོས་པ་ནི། ང་དང་རོལ་མོ་རྣམས་ཚོ་གཅིའི་ཚོག་རིས་དང་མཐུན་པར་འཕྲུག་པས་རྣལ་འབྱོར་པའི་ལྟ་དགོངས་ལ་སོགས་སོན། གདོན་བགེགས་ཞེག་འཇེན་ཐམས་ཅད་ཁས་སྐྱེངས། སྐང་སྒྲིད་མ་མོ་རྣམས་ཀྱང་སྟེང་ཉེ། ཏ་གསུམ་ཚོས་ལྟ་ཚོགས་མ་ལུས་ཐུགས་དགྱེས་ཤེང་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ།།

ཆ་ལང་དམ་སྒྲའ་ཚལ་དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྡུས་འདི་ཉིད་མཐའ་རིས་པ་མཁས་པོ་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་གྱིས་བཅོམས་པའི་<<སྒྲ་མེད་དོ་རྗེ་རིག་པའི་བྱང་མཚན་དང་མཚོད་རྟས་ཡོ་བྱད་ཀྱི་རྣམ་གཡག་འཕྲལ་འཛོམས་ཡེ་ཤེས་རལ་གྲི>>སོགས་ལས་སྡུད་འགྱུར་རིག་འཛིན་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་བསྡུ་སྒྲིག་ཞུས།།

# རྩོམ་བསྡུའི་གསལ་བདག

འདི་ག་སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས་བཏོག་ཡོངས་དང་། མཁྱེན་ལྡན་རྩོམ་པ་པོ་རྣམས་ལ་འཚམས་འདྲི་དང་བཅས་གསལ་བསྒྲགས་ཞུ་རྒྱུད། རྒྱ་རྒྱད་དུས་དེབ་སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་གྱི་ལེ་ཚན་མི་འཇུ་བ་ཁག་དགུ་གང་རུང་གི་ཆེད་དུ་རྩོམ་ཡིག་གནང་སྐྱོང་ཡོང་བའི་འབོད་སྐུལ་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ལ། རྩོམ་ཡིག་སྐུད་སྐབས་གཤམ་གྱི་དོན་གནད་རྣམས་དགོངས་མངའ་ཡོང་བ་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

༡། སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་དུས་དེབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་གསར་འགྱུར་དང་། ངོ་སྤྲོད། བཅར་འདྲི། ལོ་རྒྱུས་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་སྟ་འགྱུར་རྩིང་མ་པ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

༢། རྩོམ་ཡིག་གི་མཉམ་དུ་རདངཿཀྱི་ཚོན་སྐྱན་འཇུག་བར་རེ་རེས་བར་དུ་དགོས་ཤིང་། རྩོམ་ཡིག་དུས་དེབ་ཀུ་འགོད་བའི་སྐབས་དངོས་མིང་མ་གཏོགས་མིང་གཞན་བེད་སྤྱོད་མི་བྱེད་པ་དང་། རྩོམ་ཡིག་དང་སྐྱན་དུ་རདངཿཀྱི་འཇུག་བར་རེ་ཡང་འགོད་རྒྱུ་ཡིན།

༣། དཔྱད་རྩོམ་དང་ངོ་སྤྲོད་རྩོམ་ཡིག་ཁག་མང་མཐའ་ཆེག་བར་༥༠༠༠ ལས་མ་བརྒལ་བ་ཞིག་དགོས།

༤། བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་སྟ་འགྱུར་རྩིང་མ་བའི་ཆོས་སྡེ་ཁག་དང་། གནས་རི་ཁག ཡོངས་གྲགས་དང་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་བའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ། དེ་བཞིན་གཏེར་�smཔ། སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་སོགས་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་དྲན་རྟེན་ལོ་རྒྱུས་ཅན་གྱི་རིགས་ངོ་སྤྲོད་གནང་ན་དགའ་བསུ་ཡོད་ལ། རྩོམ་ཡིག་གི་མཉམ་དེ་དག་གི་འབྲེལ་ཡོད་འཇུ་བར་ཁ་ཤས་རེ་ཡང་དེས་བར་དུ་མཉམ་སྡུར་གནང་དགོས།

༥། རྒྱ་གཉིས་རེའི་ནང་སྟ་འགྱུར་རྩིང་མ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་གསར་འགྱུར་གལ་ཆེ་ཁག་འགོད་འབྲེལས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་པས། གསར་འགྱུར་དང་སྐུ་པར་མཚོ་གཏེར་གནང་ན་དགའ་བསུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་གསར་འགྱུར་རིང་ཙོས་ཆེག་བར་༡༠༠༠ ལས་མ་བརྒལ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

༦། རྩོམ་ཡིག་དང་གསར་འགྱུར་དུས་དེབ་ཀུ་འགོད་དང་མི་འགོད་ཀྱི་མཐའ་མའི་དབང་ཚད་འདི་གཉིས་སྒྲིག་ཁང་ལ་ཡོད་ཅིང་། ནོར་བཅོས་དང་ཞུས་དག་དགོས་རིགས་ཀྱང་རེས་བར་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

༧། རྩོམ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བར་སྐུར་སྐབས་རེས་བར་གཤམ་གསལ་བློག་འཛིན་ཁོ་ནའི་ཐོག་གཏུག་དགོས།

༨། རྩོམ་ཡིག་གཏུག་བའི་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྡོད་གནས་ཀ་བྱང་དང་ཀ་བར་ཨང་གྲངས་བཅས་གསལ་འཁོད་གནང་དགོས།

ngagyur.rigdzin@gmail.com

སྟ་འགྱུར་རིག་འཛིན་དུས་དེབ་རྩོམ་སྒྲིག་བསུ་སྟེ།

ཨདྷ་ཀོག་འཁྲབ་བར། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱབ་ཐུག་ཉི་ཟླ་རང་བྱོན།

**Front Cover Photo:-** The Nyin-da Rang-jung Drug-phug (Self-arisen Sun and Moon meditation cave) of Guru Rinpoche

རྒྱབ་ཀོག་འཁྲབ་བར། སྐྱབ་ཐུག་ཉི་ཟླ་རང་བྱོན་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་བའི་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་རང་བྱོན།

**Back Cover Photo:-** Jewel Millstone (Norbu Chuthag) at Milamchim monastery

INTERNATIONAL NYINGMAPA
RIGDZIN COMMUNITY



**NGAGYUR RIGDZIN MAGAZINE**
Thegchok Ling, Du Trabandan 51,
Ch1006 Lausanne, Switzerland
www.namkha.org/www.rigdzin.ch
ngagyur.rigdzin@gmail.com

ISBN 819086463-7
9 788190 864375