

སྒོ་སྒྲོང་ཐུན་བརྒྱད་མ་ལགས་སོ།།

༥ ཐེག་ཆེན་དག་བའི་བཤེས་གཉིན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྒྲིར་ཇོ་བོ་

ལ་སྒྲགས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་གསན་པའི་སྒྲ་མ་བདུན་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཡོད། །བྱད་པར་

གྲིས་ཀྱང་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་གསུམ་ཡོད། བྱམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་

པ། རྒྱལ་རྒྱི་ཏ། གསེར་སྒྲིང་པ་གསུམ་ཡིན་གསུངས། དེ་རྣམས་གྱི་ནང་

ནས་ཀྱང་སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་གསུང་བའི་གྲུས་པའི་རྒྱ་མཚན་སྒྲ་མ་གཞན་ལ་གསུང་

ཁང་མེད་དེ། གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་གསུང་ཁང་དདུལ་གསུགས་ཅན་ཡོད། སྒྲ་མ་

གཞན་ལ་སྒྲུ་མཚོད་མེད་དེ། གསེར་གླིང་པ་ལ་སྒྲུ་མཚོད་ཡོད། ལྷ་མ་གཞན་གྱི་

@161 མཚན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་ཐལ་མོ་བྱལ་ས་ཀར་སྒྱུར་ཏེ། མཉམ་མེད་གསེར་གླང་པའི་མཚན་

ཐོས་ཙམ་ན་ཐལ་མོ་སྒྱུ་བོར་སྒྱུར། ལྷ་མ་གཞན་དྲན་ཀྱང་སྒྱུན་ཆབ་མི་འོང་སྟེ། ལྷ་

མ་གསེར་གླིང་པ་དྲན་ཙམ་ནས་སྒྱུན་ཆབ་ཡོང་སྟེ། ཨ་ཏི་ཤ་ལ་སྒྲུ་མ་མང་དུ་

ཡོད་པ་ལ་གསེར་གླིང་པ་ལ་དེ་ཙམ་གྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ལགས་ཉུས་པས། ཇོ་

བོའི་ཞལ་ནས། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་འདི་སྒྲུ་མ་གསེར་གླིང་

པ་མིན་པ་ལ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས། ལྷ་མ་གསེར་གླིང་པ་དེས་བརྒྱད་པའི་དབང་

དུ་བྱས་ན། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ། ཐོགས་

མེད། དབྱིག་གཉིན། འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། བཙུན་པ་གྲོལ་སྟེ། དེས་

མཆོག་གི་སྟེ། དེས་འདུལ་བའི་སྟེ། དེས་མཁན་པོ་ཡང་དག་རྣམ་པར་སྒྲུང་

མཛད། དེས་སང་གི་བཟང་པོ། དེས་རིན་ཆེན་མདོ། དེས་ལྷ་མ་གསེར་

གླིང་པ། དེས་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤ། དེས་དག་བཤེས་སྟོན་པ། དེས་སྐྱུ་

མཆེད་གསུམ་ལ། བྱད་པར་དུ་སྐྱུན་མངའ་བ་ལ་གནང་། དེས་སྤང་ཐང་པ་

དང་། ཤ་ཕོ་སྒྲང་པ་གཉིས་ལ། སྒྲང་ཐང་པས་ཞང་ཞུང་དང་ལུ་གུར་གཉིས་ལ།

དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱིས་ཇོ་བོ་ལ། དེས་ལུང་ནང་པ་མཁན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། དེས་སྒྲོབ་

དཔོན་བྲག་སྟོན་ཤེས་རབ་རིན་ཆེན་བསྟན་པའི་བདག་པོ་སྒྲོབ་དཔོན་གཞོན་ནུ་བསམ་

གཏན། དེས་བྱད་རྩ་རྩུ་ལ། དེས་ཀྱི་རྩི་ཤིལ་ལ། དེས་རྒྱལ་བའི་མཚན་ཅན།

དེས་ཕྱ་_(n+YE) རྩུ་ལ། དེས་གཞོན་ནུ་རྒྱལ་མཆོག་ །དེ་ཡན་ཆད་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་

རིམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ཆོས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་ཐོབ། རྟོགས་པ་

ཁྱད་པར་ཅན་འབྱུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་

སྤྱིར་དུ་ཡང་བཀའ་སྡེ་སྤྱོད་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས། ཁྱད་པར་གྱིས་གྱང་

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཕྱག་པའི་བསམ་གཏན་ལེན་ནས། བདག་ཉིད་

@162 སྤྱོད་བཅས་གཞན་ལ་ཡང་། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་ཤེས་བྱས་ནས། བདག་འཛིན་

ཡོངས་སུ་དོར་བ་དང་། །གཞན་སྤང་བ་ཡང་བསྐྱམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

དེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་སུ་བཅད་པ་དེ་རྣམས་གྱི་དོན་གོ་མྱོལ་གྱིས་གྱིལ་བ་ལ་སྤྱིར་

འཁོར་བར་འབྱམས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་། དེ་ཚུར་

བསྐྱེད་བྱུག །ཙུ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་འམ་ཉི་ཤུ་ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་པ། དེའི་ཙུ་

བ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་གཅིག་ལ། ང་

བདག་ཏུ་བབྱང་ནས་འདིའི་ཁ་འཛིན་ཤག་འདེབས་བྱས་པས། ཆོ་འདི་ལ་དགོ་རྒྱུའི་

ལས་མི་དགོ་བར་སོང་ནས་མི་དགོ་རྒྱུའི་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏུ་སོང་ནས་རང་ས་རང་གིས་

ཁ་འཛིན་ཤག་འདེབས་བྱས་པས་ལན། ད་འོག་མན་ཆད་ཏུ་ཡང་བདག་ཏུ་འཛིན་

པ་འདི་མ་སྤངས་ན་འཁོར་བར་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ཏུ་འབྱུངས་ནས་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་

དུས་གསུམ་དུ་སྒྱག་དུ་འབྱུག་མཁན་རང་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་འགོང་མོང་བདག

བྱ་བ་འདི་ཡིན་མིན་ལ་ཐེ་ཚོམ་མི་ཟ། འདིའི་ཁ་འཛིན་ཤག་འདེབས་བྱས་པས་ལན།

མཐོང་བ་ཐོབ་པ་ཡིད་ལ་འགྱུས་པ་རྣམས་ལག་ལེན་ལ་མ་བཏབ་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ།

འཁོར་བ་ལ་སྤར་འདིས་གང་ཡང་རིང་དུ་མ་སོང་བས་ད་ཡོད་གང་ལེགས་ཐོང་། བྱང་

རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཐོང་སྒྲུམ་དུ་བྱས་ནས་རང་གཞན་དུ་ལོངས་སྤྱར་ལ་ཐོང་། ལྟོད་

དེ་ལྟོད་ལ་ཐོང་། བཞིག་གིས་བཞིག་ལ་ཐོང་། སེམས་ཅན་སྤྱིར་མི་འོས་པ་

མིན་པ་མ་དྲིན་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུའི་དུས་ཀྱི་སྒྲིག་པ། འབྲས་བུའི་

དུས་ཀྱི་སྐྱབས་པ་ལྟེན་ཞིག་གིས་བཞུགས་པ་བཞིན་དུ་བླངས་ནས་རང་གི་ལུས་པོ་འདིའི་

སྒྲིང་དུ་བྱིལ་བྱིལ་སྒྲིན་པར་བསམ། རང་གི་བདེ་བ་དང་དགེ་བ་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་

པར་བསམ། དེ་གཉིས་མར་ལོག་ཚུར་ལོག་དུ་བསྐྱོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ལ་ཡང་སྒོམ་བླངས་ནས་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་

@163 པར་བསྐྱོམ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྒྲོང་ཞེས་བྱ་བའི་གོ་དོན་དེ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཡིན་

གསུངས། མཁན་པོ་བའི་གསུངས་ནས་སྒོ་སྒྲོང་ཞེས་བྱ་བ་བདག་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་

སེམས་ཅན་ལ་གྲུས། བདག་ཁྱད་དུ་བསད་པ་བྱ་བ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་

སྤྱག་རྟུ་འཇུག་མཁན་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་འགོང་པོ་འདི་ཡིན་པས་གཞི་འདི་

བརྟག་ན་ཡང་རྟག་གཞུག་གསུངས། དོན་དུ་མ་ལ་འཇུག་གསུངས། སེམས་

ཅན་ལ་གྲུས་པར་བསྐྱོམ་པ་ནི་གཞན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་

སྤྱིར་མི་སྤང་བ་ཡིན། ས་མ་ངོན་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་ལ་གྲུས་པར་

བསྐྱོམ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཞོ་ཤ་མི་བསྐྱི་བར་ཕན་འདོགས་གསུང་ངོ ། །

ཟས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྤྱོད་བཞུགས་སོ།

༥ ཡང་དག་བཤེས་སྟོན་པའི་གདམས་ངག་ལག་ལེན་དུ་བྱེད་ན། སྤྱིན་

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རྫོགས་པའམ། གཞན་གྱི་དད་ཟས་འདྲ་བར་

བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཟས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྦྱང་བཀྱི་བ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་

རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། བྱད་པར་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་ལྷས་ལ་སྤྱིན་བུའི་རིགས་བརྒྱད་ཁྲི་

བཞི་སྟོང་ཡོད་པས། དེ་རྣམས་ད་ལྟ་ཟང་ཟིང་གིས་སྤྱད་ལ། མ་འོངས་པ་ན་

ཆོས་ཀྱིས་སྤྱད་སྒྲུལ་དུ་བསམ། ཟས་ནང་དུ་མིད་པའི་དུས་སུ་སེམས་ཅན་རྣམས་

ཀྱི་རྒྱུ་འབྱུང་ཀྱི་སྒྲིག་པ། འབྲས་བུའི་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀོ་བ་སྐྱེ་གིས་

བཞར་བ་བཞིན་དུ་རང་གི་ལུས་འདིའི་སྟངས་དུ་ཅི་ལ་གྱིས་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དབུགས་

ཕྱིར་རྒྱུ་བའི་རྒྱུ་སྒྲུ་རང་གི་བདེ་བ་དང་དགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དེ་

གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་ལོག་དུ་བསྐྱོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

@164 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཡང་སྒྲོས་སྒྲངས་ནས་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ།

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྱུང་ཀྱི་སྒྲིག་པ། འབྲས་བུའི་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་

བྲལ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད། ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་ནས་སངས་

རྒྱལ་ཐོབ་པ་ཡང་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་སྒྲིག་པ། འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐལ་དང་བུལ།

བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད། ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་

མི་གཡོ་བར་གྲོང་ངེ་གྱུར་པར་བསྐྱོམ། དེ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་བཅོམ་ལྡན་

འདས་མི་གཡོ་བ་ཡི་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཚོན་གང་བ་གཅིག་སྤྱི་བོའི་སྤྱང་དུ་བྱོན་

པར་བསམ། དེ་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དད་པ་གྲུས་པ་བྱེད། ངག་གི་སྒྲོ་ནས་

བསྐྱད་པ་བྱེད། མཆོད་པ་འབུལ། གསོལ་བ་བཏབ། ད་ནས་ཆངས་པའི་

བྱ་གནས་མར་ཐིམ་སོང་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཆམ་ཆམ་སྟིང་གི་ཐད་ཀར་སླེབ་ཅ་ན་

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཆམ་གྱུར་པར་བསྐྱོམ། དེའི་ངང་དུ་འབོལ་ལ། ཤིགས་སེ། །སྟོང་

དེ། ཁྲིལ་ལེ་བཞག། །དེའི་འཕྲོལ་སེམས་གནས་ན་གནས་སུ་གཞུག། །དེའི་

འཕྲོལ་གཉིད་དུ་སོང་ན་གཉིད་ཆོས་ཉིད་དུ་འབྱེར་བའི་མན་ངག་ཡིན། དེའི་འཕྲོལ་

ཤིན་འཆི་ཁ་མའི་མན་ངག་ཡིན་ཏེ། བར་དོར་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་

ཐོབ་གསུང་ང། །དེའ་འཕྲོལ་བསྐྱེས་པ་བྱེད་ན་བྱིན་རྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། རྒྱ་

གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བསྐྱེས་པར་འགྲོ་བ་ཡིན། ཡི་དམ་ལྷ་བསྐྱོམ་པ་དེ་རྒྱུའི་བསྐྱེས་པ། སྟིང་པོ་བསྐྱེས་པ་དེ་གསུང་གི་བསྐྱེས་པ་ཡིན། སྟོང་པ་ཉིད་བསྐྱོམས་པ་དེ་ཐུགས་

ཀྱི་བརྒྱས་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལས་ལྔ་བར་འདོད་ན་ནམ་མཁའ་ལ་འཇའ་ཚོན་

ཆགས་པ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་ལས་བཅོམ་ལྔ་འདས་མི་གཡོ་བ་ལམས་ཏེ་

བསྐྱེད། སྤར་བསྐྱིམ་པའི་སེམས་དཔའ་ཚོན་གང་བ་དེ་སྤྱི་བོའི་སྟོང་ན་བཞུགས་

པར་བསམས་ལ། ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དད་པ་དང་གྲུས་པ་བྱ། ངག་གི་སྒྲོ་ནས་

@165 བསྟོད་པ་བྱ། མཚོད་པ་འབྱུལ། གསོལ་བ་གདབ། དེ་ནས་རས་བྲིས་ཡོད་

ན་དེ་ལ་བསྐྱིམ། མེད་ན་ལུགས་མའམ་གདུང་རྟེན་ལ་བསྐྱིམ། དེ་ལྟ་བུ་མི་

ཉུགས་ན་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སུ་གཤེགས་སུ་གསོལ། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་

གྱི་མཆོག་ནམས་ལ། །ཞེས་པའི་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་བསྟོ་བ་ལན་གསུམ་

བྱ། ད་ལྟའི་སྒྲུང་བ་འདི་མི་ལམ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་བསྒྲོམ་གསུངས། ཟས་ལ་ཉེན་

པའི་ལེན་སྟེ་དང་པོའོ། །

དབུགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྟོང་བཞུགས།

༥ གཉིས་པ་དབུགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྟོང་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་

དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་དབུགས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྟོང་བསྒྲུམ་

སྒྲིམ་དུ་བསམས་ནས། དབྱགས་ནང་དུ་རྒྱ་བའི་དུས་སུ། སེམས་ཅན་རྣམས་

ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་རང་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དབྱགས་ཕྱིར་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་རང་གི་བདེ་

བ་དང་དགོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དེ་གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་ལོག་དུ་

བསྐྱོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་སྒྲོལ་བྱངས་

ནས་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དེ་ལྟར་རང་ཡང་སྤྲིག་སྤྱག་དང་བྲལ། བྱང་

ཆུབ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ལ། ཡི་དམ་གྱི་བསྐྱོམ་བཞུས་སྤར་བཞིན་བྱས་ལ།

དབྱུགས་ལ་བརྟེན་པའི་ལེན་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

༥ གསུམ་པ་ལུས་གསུམ་པའི་ཡུང་གི་བྱེ་མ་དེ་སྟེང་ཏུ་སྒྲུབ་ནས་འཇགས་

རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེལ་དང་དུ་ལེན་པའི་སློབ་ཐོན་བསྐྱེལ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་

@166 རྒྱལ་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་ལུས་གཏང་འཛིན་སྐྱོད་གི་བྱེ་མ་སློང་དུ་སྐྱུལ་ནས་རིགས་

རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེལ་དང་རྒྱ་ལོན་པའི་གློ་གློང་སྒྲིམ་རྒྱལ་བསྐྱེལ་ལ། སེམས་ཅན་དཔྱེལ་

བའི་གནས་སུ་རང་གི་ལུས་གདམས་ལྟེང་གི་བྱེ་མ་སྟེང་ཏུ་སྐྱེལ་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱེལ་བ་

པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འིལ་འིལ་སྒྲིན་

པར་བསྐྱོམ། རང་གི་བདེ་བ་དང་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་དཔྱུལ་བ་པ་ལ་སྤྲིན་པར་བསྐྱོམ།

དེ་གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་ལོག་ཏུ་བསྐྱོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

ནམས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཅུ་བ་ཡང་གྲོས་གླངས་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་པ་ནམས་ལ་སྤྲིན་

པར་བསྐྱོམ། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་ནམས་སྒྲིག་སྒྲུག་དང་བལ། བྱང་ཆུབ་

མཆོག་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད། ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་ནས་མཐོངས་ལྷ་མི་ཐོབ་པར་བསྐྱོམ།

ད་ལྟར་ཡི་དགས་ཏུ་ད་འགྲོ་ལྷ་མ་ཡིན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷ་མིའི་ལུས་ཐོབ་པར་བསྐྱོམ།

མིའི་གནས་སུ་ལུས་གང་གའི་ཀླུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་དུ་སྤྱལ་ནས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྡིག་སྤྱད་

ཐོས་ཅད་རང་གི་ལུས་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བྲིལ་བྲིལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། རང་གི་བདེ་

དགོ་མི་རྣམས་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། དེ་གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་ལོག་དུ་བསྒྲོམ།

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོས་

སྒྲངས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། དེ་ལྟར་མི་རྣམས་སྡིག་སྤྱད་

དང་བྲལ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་དུ་སམས་བསྐྱེད། ཆོགས་གཉིས་རྩོགས་ནས་སངས་

རྒྱས་པར་བསྒྲོམ། དེ་ནས་ཕྱི་སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོད་ཡངས་ཤིང་

ཁྱེ་ཆེ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲོམ། རང་གི་ལུས་དུམ་བུར་གཏུབས་ལ་ཤ་བྲག་གིས་ཁེངས་

པར་བསྒྲོམ། དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཨོ་ཨྲུཾ་ ཏཱི་ལན་གསུམ་བཅོད་པས་བདུད་ཅིར་

གྱུར་པར་བསྒྲོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བྱུགས་ཀ་

ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་བབས་པས་ཀྱང་ཁེངས་པར་བསྒྲོམ། སུམ་ཅུ་ཙྰ་གསུམ་

@167 དང་། བྱང་སྒྲུ་མི་སྟན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་བདུད་ཅི་དང་བཅུད་གྱིས་

ཁེངས་པར་བསྒྲོམ། དེ་ནས་བདུད་ཅི་རྣམས་དང་པོར་གླུ་མ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་འབུལ།

དེ་ནས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་འབུལ། དེ་ནས་རིགས་དྲུག་

རྣམས་ལ་འབུལ་བས་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་གྲིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་

བརྟེན་པར་བསམ། དེ་ལྟར་ལུས་ནི་སེམས་ཅན་ལ་དངས་ནས་མེད། སེམས་

ལ་ནི་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པའི་རང་ལ་ལྟན་གྲིས་བཞག། །ཡི་དམ་གྱི་བསྐྱེམ་བཞུས་

སྒར་བཞིན་བྱ། དག་བའི་རྩ་བ་བསྟོ། ལུས་གཤམ་འཁྱུང་གི་བྱེམ་སྟེད་ཏུ་སྐྱལ་

ནས་རིགས་དྲུག་གི་སྐྱུ་བསྐྱལ་དང་ཏུ་ལེན་པའི་ལེུ་སྟེ་གསུམ་པའོ།། །།

༥ བཞི་པ་ཤ་ཁྲག་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོ་སྟོང་ཞེས་བགྲི་བ། སེམས་ཅན་

གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་ཤ་ཁྲག་ལ་བརྟེན་པའི་གྲོ་སྤྱོད་སྦྲུམ་

དུ་བསམ་ནས། དེ་ནས་རང་གི་ཁང་པ་ཤ་ཁྲག་གིས་ཁེངས་པར་བསམས་ལ།

ཡི་དྲགས་ཤ་ཁྲག་ལ་དགའ་བ་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་པས་འདུས་པར་བསྐྱོམ། དེ་

ནས་ཤ་ལ་དགའ་བ་ཤ་ཚོ། ཁྲག་ལ་དགའ་བ་ཁྲག་འཕྱང་། མགོ་བོ་ཡ་བདུད་

རྒྱལ་པོས་བྲིར། ཀླང་པ་མ་བདུད་རྒྱལ་མོས་བྲིར། བར་རྣམས་ལྷ་འདྲེ་གཉན་

དགྲས་བྲིར། རིངས་ན་རྗེན་པར་ཚོ། མ་རིངས་ན་ཆོས་ལ་ཚོ། ཐབས་ཇི་ལྟར་

ལེགས་པ་བཞིན་དུ་གྲིས་བྱས་ནས་བྱིན་པས། །ཤ་ཚེས། བླག་བཏུངས། ལུས་

པ་ཀླན་ཡང་ཐུར་བར་བསམ། དེ་ལྟར་ལུས་ནི་ཁོང་རྣམས་ལ་བྱིན་ནས་མེད། སེམས་

ལ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ངང་དུ་ལྷན་ནི་འཛོག་པ་ཡིན། དེ་ནས་སྒོ་རྒྱ་ཆེར་སོང་ནས་

ལྷགས་ཅིའི་ནང་གང་ཙམ། ལུང་པ་གང་ཙམ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་

ཅད་ཤ་བླག་གིས་ཁངས་པར་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་ལྷང་བར་འདད་ན་

@168 དགོ་བ་བསྟོ། མི་ལམ་ལྟ་བུར་བསྐྱོམ། ཤ་བླག་བཏང་བའི་ལེན་སྟེ་བཞི་པའོ། །

༥ ལྷ་པ་གཏོར་མ་ལ་བཞིན་པའི་སྒོ་སྦྱང་བགྱི་བ། སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་གཏོར་མ་ལ་བརྟེན་

པའི་སློ་སྤྱོད་བྱ་སྟེ་སྤྱད་པས་མས་ནས། ཕྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་འདི་རིན་པོ་ཆེ་ཡངས་

ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཅིག་དུ་བསྒྲོམ། རང་གི་ལུས་དུམ་བུར་གཏུབས་ལ་སྤྱོད་ཁེངས་པར་

བསྒྲོམ་ནས་ཨོ་ཨུཾ་ ཧཱི་ལན་གསུམ་བཟོད་པས་བདུད་རྩིར་གྱུར་པར་བསྒྲོམ། དེ་

བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་མང་ལ་སོགས་པ་བཞིའི་མཚན་བཟོད་བྱས་པས། དམ་

པའི་ཆོས་རྒྱུང་བའ་བསྐྱེད་མ་དཔལ་མགོན་དང་། ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་

གྱི་བསྐྱུན་པ་བསྐྱང་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དཀར་ཕྱོགས་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་རྣམས་

གྱིས་བསྐྱོར་ནས་གསོལ་བར་བསམས་ལ། ན་མཆོག་ཐ་གཏུག་ལ་ཕྱོག་ཏེ་

སྐྱེ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ། ལན་གསུམ་བཅོད་པས་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསོལ་བར་བསམ།

རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་བཞེས་

ལ་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཆོགས་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་

བཅོད། བདག་གི་བསོད་ནམས་སྟོབས་དང་ནི། །ཞེས་པའི་ཆོག་བཅོད། དེ་ལྟར་

ལུས་ནི་བྲངས་ནས་མེད། སེམས་ལ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པས་རང་བཞིན་མེད་པའི་ངང་

ལ་ལྷན་གྱིས་གཞག་། དེ་ནས་ལྔ་བར་འདོད་ན། དག་བ་བསྟོ། མི་ལམ་སྒྲ་མ་

ལྷ་བྱར་བསྟོམ། གཏོར་མ་ལ་བརྟེན་པའི་ལུ་སྟེ་ལྔ་པའོ། །

ཎྟ ཏུག་པ་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོ་སྟོང་བགྱི་བ། སྟོད་འཇུག་

ལས། ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་། །ནམ་མཁའ་བཞིན་ཏུ་ཏུག་པར་ཡང་།

@169 སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། །ནམ་མང་ཉར་འཛོའི་རྒྱར་ཡང་ཤོག །ཅེས་

གསུངས་པས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་ཏུ་

འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་སྤྱོད་བསྒོམ་སྒྲིམ་དུ་བསམ་ནས། རང་གི་ལུས་པོ་འདིའི་

ཤ་དང་རུས་པ་རྣམས་ཕྱིའི་འབྱུང་བ་ས་ལ་ཐིམ་པར་བསྒོམ། ཁྲག་དང་རྩ་སེར་

རྣམས་རྩ་ལ་ཐིམ་པར་བསྒོམ། དབུགས་རྣམས་རྩུང་ལ་ཐིམ་པར་བསྒོམ། དྲོད་

རྣམས་མེ་ལ་ཐིམ་པར་བསྒོམ། །ལུས་འབྱུང་བ་བཞིར་གྱུར་པ་འདི་སེས་སྒྲ་ཞིང་

བརྟེན་པའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད། རྩས་བརྒྱན་ཞིང་གཤེར་བའི་སྒོ་ནས་སེམས་

ཅན་གྱི་དོན་བྱེད། མེས་ཚ་ཞིང་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད། རྩུང་

གིས་ཡང་ཞིང་གཡོ་བའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད། ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་གཉིས་

མིག་གཉིས་སུ་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཟས་ཟ་བ་

རྣམས་རང་གི་ཤ་བ་བར་བསྐྱོམ། གོས་གྱོན་པ་རྣམས་རང་གི་པགས་པ་གྱོན་པར་

བསྐྱོམ། གློམ་འཕྱང་བ་རྣམས་རང་གི་ཁྲག་འཕྱང་བར་བསྐྱོམ། དེ་ནས་སེམས་

ཅན་རྣམས་གྱི་སྒྲིག་སྒྲུག་རང་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། རང་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་

སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྐྱོམ། དེ་གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་ལོག་ཏུ་བསྐྱོམ། སངས་

རྒྱལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཡང་གློས་གླང་ནས་སེམས་

ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲིག་སྒྲུག་དང་བྲལ། བྱང་

རྒྱལ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས། སྒྲིབ་གཉིས་དག་ནས་སངས་རྒྱས་

པར་བསྒྲོམ། འབྱུང་བ་བཞིའི་ལུས་ལ་ཨོ་ཨྲུཾ་ ཏུ་ལན་བདུན་བཟོད་པས་བདུད་རྩིར་

གྱུར་པར་བསྒྲོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་བབས་པས་ཀྱང་ཁེངས་པར་བསྒྲོམ། སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་དང་།

བྱང་སྒྲ་མི་སྟན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བདུད་རྩི་དང་བཅུད་ཏུ་གྱུར་པ་ཐམས་

@170 ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁེངས་པར་བསྒྲོམ། དེ་དང་པོར་སྒྲ་མ་དང་ཡི་དམ་ལ་དབྱལ། དེ་

ནས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་དབུལ། དེ་ནས་རིགས་དྲུག་གི་

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕུལ་བས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་རྩི་རྣམས་མ་ལུས་པར་སངས་ཀྱིས་

གསོལ་བར་བསམ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཐོབ་

པར་བསྐྱོམ། དེ་ལྟར་ལུས་ནི་བླ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ། སངས་རྒྱས་དང་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ། རིགས་དྲུག་རྣམས་ལ་ཕུལ་ནས་མེད། སེམས་ནི་

རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ངང་ལ་ལྷན་གྱིས་འཛོག་པ་ཡིན་གསུངས། ཡི་

དམ་གྱི་བསྐོམ་བཞུས་སྒྲར་བཞིན་བྱ། དགེ་བའི་ཙུ་བ་བསྟོ། མི་ལམ་སྒྲུ་མ་

སྒྲུར་བསྐོམ། འབྱུང་བ་ལ་བཏེན་པའི་སྒོ་སྟོང་གི་ལུ་སྟེ་དྲུག་པའོ། །

༥ བདུན་པ་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཉོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེར་བསྒྲུར་བའི་སྒོ་སྟོང་ཞེས་

བཤི་བ། སྟོད་འཇུག་ལས། ཡིད་བཞིན་ཉོར་བྱ་བུམ་པ་བཟང་། །རིགས་སྒྲགས་བྱུབ་

དང་སྒྲན་ཆེན་དང་། །དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་། །ལུས་ཅན་རྣམས་

གྱི་འདོད་འཇོར་འབྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་

རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཉོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེར་སྒྲུལ་པའི་སྒོ་སྟོང་

བསྐྱོམ་སྒྲིམ་དུ་བསམས་ནས། དེ་ནས་རང་གི་ལུས་པོ་འདི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་

རིན་པོ་ཆེ་ཁ་དོག་སྡེན་པོ་དབྱིབས་བརྒྱད་གཞོགས་ཆེ་རྒྱང་མི་འབྲིང་པོའི་བརྒྱ་ཙམ་

དུ་གྱུར་པར་བསྐྱོམ། དེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཕྱི་མོ་ལ་བཏགས་ནས་མཆོད་པ་ཕུལ་ཏེ་

གསལ་བ་བཏབ་པས་མི་མཉམ་པའི་ཆར་གཅིག་བབས། དེས་ས་གཞི་ལ་ཆག

ཆག་བཏབ་པར་བསྐྱོམ། ཡང་མཆོད་པ་ཕུལ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་མི་མཉམ་

པའི་རྒྱང་གཅིག་བྲངས། དེས་ས་གཞི་ལ་ཕྱག་དར་བུས་པར་བསྐྱོམ། ཡང་

@171 མཆོད་པ་ཕུལ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བདུད་རྩིའི་ཆར་བབས་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་

ཀྱི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཐ་མལ་གྱི་ཤ་ཁྲག་ཐུག་པ་སྤངས་ནས་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་

ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད། ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསྐྱོམ། ཡང་

མཆོད་པ་ཕུལ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་རིན་པོ་ཆེའི་ཆར་འབབས་པས་དེ་རྣམས་ལ་

རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བཏགས་པར་བསྐྱོམ། ཡང་མཆོད་པ་ཕུལ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་

པས་ལྷའི་ན་བཟའ་པ་(NYCA) ལི་ཀའི་ཆར་བབས་པས་དེ་རྣམས་ལ་ན་བཟའ་གསོལ་བར་

བསམ། ཡང་མཆོད་པ་ཕུལ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཟག་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་

ཆར་བབས་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཁེངས་པར་བསྐྱོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་བདུད་རྩི་བབས་པས་ཀྱང་ཁེངས་པར་བསྐྱོམ།

སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་དང་། སྒྲ་མ་སྟོན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་བདུད་རྩི་

དང་བཅུད་དུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁེངས་པར་བསྐྱོམ། དེ་ཡང་དང་པོ་དེ་གྲ་

མ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་འབུལ། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་

ལ་འབུལ། དེ་ནས་རིཌ་རྩལ་སངས་རྒྱས་པ་དེ་རྣམས་ལ་ཕུལ་བས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་

ཅི་དེ་ཚོ་མ་ལུས་པར་སངས་ཀྱིས་གསོལ་བསྒྲེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྣམ་པར་མི་

རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོས་སྐྱབ་པར་བསྒྲོམ། དེ་ལྟར་ལུས་ནི་སྒྲ་མ་དང་ཡི་དམ་

གྱི་ལྷ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རིགས་དྲུག་སངས་རྒྱས་པ་

རྣམས་ལ་འབུལ། སེམས་ལ་ནི་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པས་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་

པའི་ངང་ལ་ལྷན་གྱིས་འཇོག། །དེ་ལས་ལྷང་བར་འདོད་ན་དག་བའི་ཅ་བ་བསྒྲོ།

མི་ལམ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་བསྒྲོམ། ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བུ་རིན་པ་ཆེར་སྐྱུལ་བའི་

ལེའུ་སྟེ་བདུན་པའོ། །

@172 རྩོམ་པ་བློ་སྤྲོད་འཆི་ཁ་མའི་མན་ངག་བགྱི་བ། འཆི་བ་ཕ་རོལ་

དུ་ཕྱིན་པ་དུག་གི་སྒོ་ནས་འཆི་དགོས་པ་ཡིན། འཆི་བའི་དུས་སུ་ཡོ་བྱད་གསུམ་

ཆ་གསུམ་དུ་བགོས་ལ། ཆ་གཅིག་སྒྲ་མ་དང་དགོན་མཆོག་ལ་དབུལ། ཆ་

གཅིག་ཆོགས་གསོག་བྱེད། ཆ་གཅིག་ལ་བཀྱི་བཀའ་ལ་སོགས་པ་ཅི་རིགས་སུ་

བྱེད་པ་ཡིན་གསུང་། དེ་སྒྲིན་པ་ཡིན། རྩལ་ཁྲིམས་ལ་སོ་སོར་ཐར་པའི་རྣམས་

བ་བཤགས་བསྐྱམས་བྱེད། སྒྲོན་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་སྤར་འཇུག་བྱེད། དེ་

ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན། བཟོད་པ་སྒྲར་འཁོན་ཡོད་ན་བཟོད་གསོལ་བྱེད། ཅུན་མེད་

ན་ཀ་ཆ་རྣ་ཆ་གཅིག་ཙམ་བསྡེས་ནས་འོ་ཅག་གཉིས་འདི་ལྟ་བུ་གཅིག་ཡོད་པས་བཟོད་

པ་མཛོད་ཟེར། ཁོས་བཟོད་པ་ལེན་དུ་མ་བརྟལ་ན་རང་གི་སེམས་ལ་མི་བདེ་བ་མེད་

པར་བྱེད་པ་ཡིན། བརྩོན་འགྲུས་དེ་རྣམས་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དགའ་སྟོང་དང་བཅས་

པས་བྱེད་པ་ཡིན། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་འདིའི་ཁོག་ན་ཡོད། དེ་

ནས་དགོན་མཆོག་གི་སྤྱན་སྒྲར་མཆོད་པ་གྲུབ་ན་རྒྱས་པར་བྱེད། ཡན་ལག་བདུན་པ་

རྒྱས་པར་བྱེད། བདག་གི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྟོང་གི་ཉོགས་པ་ཕྱིན་

ཅེས་ལོག་པ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། གློ་སྦྱོར་བརྗེད་པའི་གནས་

བཞིར་མི་བརྗེད་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། འཆོར་བའི་གནས་བཞིར་མི་འཆོར་

བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ། དེ་ནས་དགོན་མཆོག་

གི་སྤྱན་སྤར་ཡི་གོ་བོ་དམར་སེར་གཅིག་བསྒྲོམ། དེ་འོད་དུ་ཉུ་བས་པསྒྲའི་སྦྱོར་པོ་

གཅིག་དུ་གྱུར་པར་བསྒྲོམ། པསྒྲའི་ཟེུ་འབྲུ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཟབ་གྱིས་བརྒྱན་པ་ལ་སྒྲ་

མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཐ་མི་དད་པར་བསྒྲོམ་ལ། སྤར་གྱི་མཆོད་པ་དེ་ནམས་གློས་

སྒངས་ལ་འབྱུལ། ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ། སྒར་བཞིན་གསོལ་བ་གདབ། དེ་

ནས་ཕྱོགས་དབེན་པར་འབོལ་བའི་གདན་ལ་ལུས་ནམ་སྒྲང་ཆོས་བདུན་ནམ་བསམ་

@173 གཏན་གྱི་ཆོས་དྲུག་ལ་བསྐྱབ་ཟེར་ནས་རྒྱང་པ་དོ་རྗེའི་སྦྱིལ་ཀྱང་བཅའ། སྐལ་

ཆོགས་གསེར་གྱི་དོང་ཅི་བཅེགས་པ་བཞིན་དུ་དྲང་ཏིག་སྟེ་སྒངས། ལག་པ་གཉིས་སྟེ་

བའི་ཐད་སོར་བཞི་ཙམ་བཞག་པའི་སར་མཉམ་པར་བཞག། །མགྲིན་པ་ལྷགས་ཀྱི་

ལྟར་བཀྱག་ཅིང་རྒྱབ་མདུན་གཏམ་གསུང་། གཡོན་ཕྱོགས་སུ་རྩུ་རྩུ་པ་

ལན་གསུམ་ཙམ་བྱས་པའི་སྒྲ་རྩུ་ཐིགས་པ་སྟེ་བའི་ཐད་ཀར་ཡོང་ཙམ་བྱེད། མིག་

སྒྲ་ཅི་ལ་གཏད། སོ་བར་རྟ་རྩེ་ཤོ་(NGBA) ཙམ་བྱེད། ལྷོ་ཡར་ཀན་ལ་སྒྲོར། མིག་བཙུམས་

པའང་མིན། བཙུམས་ན་བྱང་ནས་འགོ། བགྲད་པའང་མིན། བགྲད་ན་ཡིངས་ནས་འགོ།

ལྷའི་སྒྲན་ལྟར་ཟིམ་ཟིམ་དུ་བྱ། དེ་ནས་ཤེས་པ་དེ་ལྷོ་བའི་ཐད་ཀར་བྲིལ་བྲིལ་པ་ལན་

གསུམ་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ།

དེའི་ཆེད་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་སྒྲོང་འཆི་ཁ་མའི་མན་ངག་བསྐམས་སྐྱམས་དུ་བསྐྱོས་

ནས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་འདི་ཐམས་ཅད་དགེ་མི་དགེ་མི་གཡོ་བའི་ལས་གསུམ་

ལས་བྱང་། དེ་ཉོན་མོངས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐངས་པ་ལས་བྱང་། ཉོན་

མོངས་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དེའི་ཅུ་བ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འདི་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྲུབ་

པ་མེད་པ་གཅིག་ཡང་བདག་ཏུ་བབྱང་ནས་འདིའི་ཁ་འཛིན་ཤགས་འདེབས་བྱེད་བྱེད་

ནས་ལས་བསགས། ལས་གྲིས་འཁོར་བར་འབྱམས་ནས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་

སྤྱག་པ་མེད་ཅིང་མཐའ་མི་མངོན་པ་གཅིག་ཉམས་སུ་སྦྱོང་། ཆོ་འདི་ལ་ཡང་ཁ་འཛིན་

ཤགས་འདེབས་བྱས་པས་བདེ་རྒྱུ་ལས་སྤྱག་བསྐལ་དུ་སོང་བའམ་དགོ་རྒྱུ་ལས་མི་དགོ་

བར་སོང་བས་རང་ས་རང་གི་ཁ་འཛིན་དང་། ཤགས་འདེབས་བྱས་པས་ལན། ད་མན་

ཆད་དུ་ཡང་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འདི་མ་སྤངས་ན་སྤྲུལ་ཁོན་བཞིན་དུ་འཁོར་བར་

འབྱམས་པས། འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་དུས་གསུམ་དུ་སྤྱག་ཏུ་འཇུག་མཁན་

རྣལ་ལ་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་འགོང་པོང་བདག་བྱ་བ་འདི་ཡིན་མིན་ལ་ཐེ་ཚོ་མ་མི་ཟ།

@174 འདིས་ཁ་འཛིན་ཤགས་འདེབས་བྱས་པས་ཕན་ན་མཐོང་བ་ཐོས་པ་ཡིད་ལ་འབྱུང་བ་

རྣམས་ལག་ལེན་དུ་མ་བཏབ་པ་གཅིག་གྱང་མེད་དེ། འཁོར་བ་ལས་སྤར་འདིས་

གང་ཡང་རིང་དུ་མ་སོང་བས་ད་གང་ལེགས་ལེགས་ལ་ཐོང་། སྤྱག་ །ལེགས་ལ་

ཐོང་སྒྲུལ་དུ་བགྱིས་ལ་རང་བཞིན་ལངས་སྐྱུར། ཟློང་དེས་གྲོད། ཤེག་གིས་ཤེག་ལ་ཞོག།

གཞན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་སྒྱིར་མི་སྒྲོང་བ་ཡིན། ཇིན་

ཅན་གྱི་པ་མ་ཤ་སྟག་ཀྱང་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྟག་བསྐལ་རང་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ།

རང་གི་བདེ་བ་དང་དགེ་བ་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། དེ་གཉིས་པར་ལོག་ཚུར་

ལོག་ཏུ་བསྒྲོམ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་

ཡང་གྲོས་བྲངས་ནས་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲིན་པར་བསྒྲོམ། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟིག་

སྟག་དང་བྲལ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསྒྲོམ། རང་ཡང་སྟིག་སྟག་དང་བྲལ་ནས་

ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་འི་བསྐྱོམ་བཞུས་གོང་དང་མཐུན་ནོ། །དེ་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱན་སྲུང་

མཆོད་པ་གྲུབ་ན་རྒྱས་པར་བྱེད། ཡན་ལག་བདུན་པ་གྲུབ་ན་རྒྱས་པར་བྱེད། བདག་གི་

རྒྱད་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཁྲོ་སྦྱོང་གི་རྟེན་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་

ཏུ་གསལ། །ཁྲོ་སྦྱོང་བརྗེད་པའི་གནས་བཞིར་མི་བརྗེད་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་

གསལ། །འཆར་བའི་གནས་བཞིར་མི་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསལ། དེ་ནས་

འཆི་བ་རང་གི་དུས་སུ་བྱེད་བྱུང་ཆད་པའི་དུས་སུ་སེམས་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པ།

སྟོན་ཀའི་ནམ་མཁའ་སྟོན་བྲལ་བ་ལྟ་བུ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོང་། དེ་

དང་སྒར་གྱི་དེ་གཉིས་གྲུང་བསྐྱིག་པ་ཡིན། གྲུང་འགྲིག་ན་ཆུ་སྒྲ་དང་བྱང་འབྱང་བ་བཞིན་

དུ་སོང་ནས་དེ་ལ་ལོ་འམ་ཁྱེ་བ་ཙམ་དུ་གནས་ནས་བར་དོར་ལོངས་སྟོད་རྫོགས་པའི་

སྒྲར་ལྡང་བ་ཡིན་ཏེ། བཙོན་འགྲུས་ཅན་མཐོང་ཆོས་ལ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་གསུང་།

དེར་མ་ཟིན་ན་བར་དོའི་ཆོས་སུ་ལྡང་བས་ཡིན་ཏེ། བར་དོའི་བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་ལོན་

@175 པའི་ཆོད་ཙམ་གཅིག་འོང་། ཁ་དོག་ལྔ་རྣམ་པ་ལྔའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། དེར་སྒྲུ་

མའི་དཔེ་བརྒྱད་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་ཤེས་ན་དུག་ལྔ་ཡི་ཤེས་ལྔར་གྲུར་ནས་འགོ་སྟེ།

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ།

མི་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལོངས་སྐྱུ། བྱ་བ་བྱུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། སོ་སོར་

རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུ་ལོ། །འོད་ཁ་དོག་ལྔ་པོ་དེ་ལ་ཆགས་ཤིང་

མངན་པར་ཞེན་ན་དུག་ལྔར་གནས་བྱུར་ནས་རྒྱ་དུག་ཏུ་འཁོར་ཞིང་རིགས་དུག་ཏུ་

འབྱམས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡིན་གསུངས་སོ། །ལར་སྐྱེ་བ་འདིའམ་བདུན་ནམ་བཙུ་

དུག་ཐུག་པས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་གསུངས་ཏེ། འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ལ་

སྟོས་ན་སང་ནང་གི་ཆོད་ཙམ་ཡིན་གསུང་། ཤེན་ཏུ་ལེ་ལོ་ཅན་སྐྱེ་བ་བརྒྱད་ནས་

སངས་རྒྱས་པ་བྱ་བ་ཡིན་གསུང་། ཐུན་བརྒྱད་མའི་མན་ངག་དག་ལེགས་སུ་

གྱུར་ཅིག། །མཛྲ་ལམ།།

ཨྲ།