



དངོས་པོ་རང་བཞིན་ཆེ་ཏུ་ཉན་ཏིག་གཏོང་བ། རྒྱལ་ཁོངས་ལག་གི་
 རྒྱུར་བཅོས་ལ་སྤྱི་འདོམས་སྒྲུབ་འདེད་གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ན། སྤྱི་
 རྒྱལ་གྱི་དེ་ལྟགས་དེར་རབས་ཅན་གྱི་ཤོད་སྤྱོད་ས་གསར་པ་འཛུགས་
 རྒྱུན་ཕྱིན་པར་སྒྲུབ་ལྟགས་དང་གསེན་ལྟགས་ཆེན་པོ་ཟམ་མི་ཆང་པར་
 རྩོད་དགོས། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འཆར་འགྲུབ་དང་མཐུན་སྒྲིབ་ཆ་འགྲེལ་ལ་
 རྒྱར་བས་མཐོང་ཆེན་བྱས་ན། “བསམ་རྒྱུ་གཅིག”ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་
 མཐའ་འཁྱོངས་ཕྱིན་པ་དང་། “དོན་ཆེན་བཞིར”དམིགས་ནས་
 “འཛུགས་གཏོང་བཞིར”ལྟགས་བྱས་པ། སྤྱི་འདོམས་བསྟོད་སྒྲིག་དང་
 ཆ་ལག་ཆང་བའི་སྒྲུབ་འདེད་གཏོང་བ། རྒྱར་བཅོས་ཀྱི་སྤྱི་ཡོངས་པོ་
 འབས་དང་པན་ཏུ་ས་ཆེ་ཤོས་འདོན་སྤེལ་ཡག་པོ་བཅས་བྱས་ན། “དོན་
 ཆེན་བཞི”དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྱེལ་བར་སྒྱར་བས་ལེགས་པའི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་
 འདེད་གཏོང་དགོས། སྤྱི་ཡོངས་ལ་གཞི་རྒྱུགས་པ་དང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་
 ཞབས་འདེགས་ཞུ་བུར་སྒྱུར་ཆེན་ཕྱིན་པ་དང་། ཉང་དང་བྱུལ་ལབ་ཀྱི་
 བྱ་གཞག་སྤྱི་ཡོངས་ཤོད་ཀྱི་ཤོད་ཀྱི་འཐབ་རྒྱས་དེས་གནས་པ་གཞི་
 འཛུགས་པ། རྒྱ་དགའི་འདེད་བ་དང་ལྟགས་ལ་པན་པའི་ཐད་འབད་
 བཅོན་ཏུར་ཐག་གཅིག་བྱས་ན། ཐོག་མཐའ་པོ་གསུམ་ཏུ་བརྟན་སྡོད་
 གུང་སྤྱོད་དེ་ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་ལས་འགན་ཨང་དང་པོར་བཅེས་བཅས་ལམ་
 འབས་གནས་ནས་དང་། ཁྲིམས་སྤྱོད་ནས་པོ། དངོས་སྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་ཕྱིན་
 ལྟགས་སྤྱད་དེ་སྤྱོད་མཉམ་ཁོར་ལྟགས་སྤྱོད་ཀྱིས་མཐའ་ལྱང་དང་
 མཐའ་དང་ར་མཐའ་ལྟག་གི་བྱ་སྤྱོད་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ལྷུ་མཐུད་སྒྲུབ་
 འདེད་གཏོང་དགོས། ཆ་ལག་ལྷུང་བཅོས་དང་ཕྱོགས་བསྐྱེད་བཅོས་
 སྤྱོད་ལ་སྒྱར་བས་སྒྱུར་ཆེན་ཕྱིན་པ་དང་། ལྷུང་ལྷུ་མི་དུགས་གཅིག་
 མཐུན་ཆོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོ་འཛུགས་པའི་གཙོ་ཀླར་མཐའ་
 འཁྱོངས་ཕྱིན་པ། མི་དུགས་ལག་འགྲོ་འོང་དང་། སྤེལ་དེས། བཅུ་མ་
 འདེས་བཅས་ཀྱི་ལམ་སྤེལ་དང་སྤྱིག་སྤེལ་འཐུས་སྤྱོད་ཆང་ཏུ་གཏོང་བ།
 ཆོས་ལྟགས་ལས་དོན་བཅོས་སྤྱོད་མ་ལག་འཐུས་སྤྱོད་ཆང་ཏུ་གཏོང་བ།
 “འདུ་ཤེས་གསུམ”ཀྱི་སྤྱོད་གསེན་ལྷུ་མཐུད་གཏོང་བ་དང་ཏུ་གཏོང་བ།

དབང་བཅུད་ནང་བསྐྱེད་ཀྱང་གཅིན་ལ་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་བ། མི་
 འིགས་ཁག་གི་མང་ཆོག་ལ་གྱུ་“མེས་མེས་ལཱ་”ཟེས་ཆོད་པར་ཆེ་
 གཏོང་བ་བཅས་བྱས་ནི་ཐུན་མོང་ཐོག་མཐུན་སྒྲུལ་འདེད་འཐབ་གྱི་
 པམ་མ་སྤྲིའི་མང་གཞི་བརྟན་དུ་གཏོང་དགོས། དམངས་འཆོལ་གས་
 གཏོང་དང་མི་མེས་ཀྱི་མཆོག་སྒྲུལ་ལ་སྐར་པས་སྒྲུང་ཆེན་ཕྱེད་པ་དང་།
 མི་དམངས་ལྷེ་བར་འཛིན་པའི་འཕེལ་རྒྱས་གྱི་པམ་མ་སྤྲིའི་མཐའ་འཁྲུངས་
 ཕྱེད་པ། “ཆོང་དགོས་པ་གསུམ་དང་པན་འདོགས་པ་གཅིག”གི་སྤྱིའི་
 མང་བྱ་དོན་འཁྲུལ་ཕྱེད་པ། དམངས་འཆོའི་བྱུང་ཁོངས་གྱི་སྐར་པཅས་
 ལ་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་ཟབ་གཏོང་བ། མི་འགས་ཁག་གི་མང་ཆོག་ལ་གྱུ་
 ཐོབ་སྐྱོང་དང་། སྤྱིད་སྐྱོང་། བདེ་འཇགས་ཆོར་མེས་པམ་བཅས་སུ་
 མཐུད་ཆེ་དུ་གཏོང་བ། མི་འགས་ཁག་གི་མང་ཆོག་ལ་དྲུག་ཏུ་གི་མཐའ་
 འཁོར་དུ་མཐུན་སྒྲུལ་དམ་ཟབ་བཅས་བྱས་ནས། མི་འགས་ཁག་གི་
 མང་ཆོག་སྒྲུལ་དྲུག་ཏུ་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་། དྲུག་ཏུ་བཀའ་འདྲིན་
 ཆོར་བ། དྲུག་ཏུ་རྒྱུས་སུ་འཐའ་བ་བཅས་ཕྱེད་པར་ཁྱེད་རྟོན་ཕྱེད་
 དགོས། ཁྱིམ་ལྷན་བོད་སྐྱོང་དང་ཁྱིམ་ལྷན་སྐྱོར་པཅས་ལ་སྐར་པས་
 སྐྱོང་ཆེན་ཕྱེད་པ་དང་། སྐྱོར་པཅས་དང་ཁྱིམ་ལྷན་པན་རྟོན་གཅིག་
 ལྟར་དང་མཐུན་སྐྱོར་མཐའ་འཁྲུངས་ཕྱེད་པ། ཁྱིམ་ལྷན་གི་སྐྱེ་ཁྱེད་
 དང་སྒྲུལ་འདེད་ལུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱས་ནི། ཁྱིམ་
 འཇུགས་དང་། ཁྱིམ་སྐྱོར། ཁྱིམ་འཛིན། ཁྱིམ་སྐྱོར་པཅས་སུ་
 ཆོག་གས་ཁག་གི་སྐྱོར་པཅས་ལ་མཐུན་སྐྱོར་དང་སྒྲུལ་འདེད་བཀྲང་སྤེ།
 ཁྱིམ་ལྷན་བོད་སྐྱོང་སྐྱོང་དང་། ཁྱིམ་ལྷན་ཁྱེད་གཞུང་། ཁྱིམ་ལྷན་
 རྒྱུ་ཆོག་གས་པཅས་འཇུགས་སྐྱོར་ཕྱེད་པར་སྤེལ་གཅིག་དུ་སྒྲུལ་འདེད་
 གཏོང་དགོས། གཞི་རིམ་ལ་དམ་འཛིན་དང་མང་གཞི་བརྟན་གཏོང་ལ་
 སྐར་པས་སྐྱོང་ཆེན་ཕྱེད་པ་དང་། གཞི་རིམ་དང་འཇུགས་སྐྱོང་གི་ལས་
 ཀའི་ལམ་སྤེལ་གསར་གཏོང་དུ་ར་ཐག་ཕྱེད་པ། སུལ་བྱུང་གི་སེས་ལྷན་
 པ་འབྲེལ་དུ་ཐོན་པའི་ལས་ཀའི་ལམ་སྤེལ་འཇུག་སྐྱོང་ཆེན་དུ་གཏོང་བ།
 སྤྱིད་ཆུལ་ལེགས་གཏོང་དང་དོན་འཁྲུལ་ལ་དམ་འཛིན་ནན་པ་ཕྱེད་
 པའི་ལས་དོན་ལམ་སྤེལ་གསར་ལ་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་བ། ལྷག་པམ་མ་
 རྒྱལ་དག་དང་། སྤྱིད་གཅོང་གཞུང་དྲང་། འགན་འཁུའི་འཁྲུང་བ་
 པཅས་གྱི་ལས་ཕྱེད་པའི་དཔུང་ཁག་ཅིག་དུ་ར་ཐག་བཏོང་དེ་བྱ་སྤྱོད་
 དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་ཆོག་གས་རིང་ལུགས་དེར་རབས་ཅན་གྱི་བོད་
 སྤྱིང་ས་གསར་པ་བསྐྱར་དགོས།