

ཁྱེད་ཀྱི་འཆོ་བ 'གསུང་བ།



བྱེད་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་གསར་བ།

དཀར་ཆག

ང་ཚོས་གཏམ་སྒྲེང་ཞིག་བྲ།

ཐེ་ཚན་དང་པོ།

སྟོབ་ཚན་དང་པོ། བྱེད་ཀྱིས་ཆེ་སྟོག་གསར་བ་འགོ་བརྩམ་བ།

སྟོབ་ཚན་གཉིས་པ། བྱེད་ཀྱི་རང་ཉིད་འགོ་སྟངས་བསྐྱབ་པ།

སྟོབ་ཚན་གསུམ་པ། བྱེད་ཀྱིས་ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་བཞིན་པ།

སྟོབ་ཚན་བཞི་པ། བྱེད་རང་ནར་སོན་འདོད་དམ།

སྟོབ་ཚན་ལྔ་པ། ཆེ་སྟོག་གསར་བ་བྱ་འགྲུལ་གསར་བ་

ཐེ་ཚན་གཉིས་པ།

སྟོབ་ཚན་དྲུག་པ། བྱེད་ཀྱིས་ཚད་ཐིག་གསར་བ་

སྟོབ་ཚན་བདུན་པ། བྱེད་རང་ལ་རོགས་སྟོབ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་

སྟོབ་ཚན་བརྒྱད་པ། བྱེད་ཀྱིས་ཆེ་སྟོག་ནི་འོད་དང་ཐུན་པ།

སྟོབ་ཚན་དགུ་པ། དགའ་སྟོའི་བྱིས་ཚང་ཞིག་གིས་ངེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལམ།

སྟོབ་ཚན་བརྒྱ་པ། བྱེད་ཀྱིས་རང་དབང་གསར་བ།

མཐུག་མཐའི་གཏམ།

ཐོག་མར་ང་ཚོའི་གཏམ་སྒྲེང་ཞིག་བྲ།

ཚུམ་པ་པོའི་གཏམ།

བྱེད་ཀྱིས་ཆེ་སྟོག་སྐབས་མགོན་ལ་བརྟེན་དུས་བྱེད་ཀྱིས་ཆེ་སྟོག་ལས་ངོ་མཚར་བའི་དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་

བྱུང་སྲིད་པས་རང་ཉིད་སྟན་ནག་དང་ཁ་བཤམ་ཕྱིར་འོད་དང་མཉམ་དུ་གནས་དགོས་བ་ཡིན་ལ།

སྟན་ནག་དེའི་མའི་རིགས་ཀྱིས་བཟོས་བས་སྒྲིག་པ་མཚོན་ཡོད་ལ་སྟན་ནག་དེ་ལ་ཁ་བཤམ་བ་ཡིན་ན་ཁྱེད་རང་ལ་

མཐའ་མེད་པའི་ཆེ་སྟོག་ཐོབ་ལ་བྱེད་རང་གིས་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱང་མཐོང་བྱུང་།

ལལ་ཆད་ལྷ་མར་དཀོན་མཆོག་གིས་འཛིག་རྟེན་ཁམས་དང་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟར་བཟོས་བ་དང་།
 མིའི་རིགས་ཇི་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དང་འགལ་བཤིའི་རིགས་ལ་འཆི་བ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ།
 ཐེག་པ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་སོགས་གསུངས་ཤིང་།
 ཐ་མར་དཀོན་མཆོག་གིས་མིའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་པར་མཛད་པ་དང་།
 འཛིག་རྟེན་གྱིས་སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་མི་རིགས་གང་དུ་མངགས་པར་མཛད་པའི་ལུང་བསྟན་སོགས་
 གསུངས་ཡོད་པ་རེད། བྱེད་ཀྱི་ཆོ་སྲོག་གསར་བ་འདི་ནི་དཀོན་མཆོག་གིས་རྒྱལ་སྤྱི་ལས་གནང་བའི་
 ལེགས་སྐྱེས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ་ལེགས་སྐྱེས་དེ་ལ་མཐའ་མེད་པའི་ཆོ་སྲོག་དེ་ཡིན་ནོ།
 བྱེད་རང་གི་དཀོན་མཆོག་ལ་གསན་པ་ཡིན་ན་ཁྱེད་དང་དཀོན་མཆོག་གིས་བར་ཐག་
 ཇི་ཉེ་ཡིན་ལ་ཁྱེད་རང་ཡང་དཀོན་མཆོག་དང་འདྲ་བའི་ཆ་ཉ་ཅང་མང་བ་དང་།
 ཡིད་དུ་འོང་བའི་འཆོ་བ་གསར་བ་ཞིག་རྒྱུ་བྱོལ་འདི་དག་ཇི་ལྟར་བྱུང་སྤྱིང་དམ།
 བྱེད་རང་དཀོན་མཆོག་ལ་དབང་བ་ཡིན་པས་ཁྱེད་ལ་རེ་འདུན་ཅི་ཞིག་ཡོད།
 ཁྱེད་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་གསུངས་ལ་གསན་རྗེས་གོམས་གཤིས་དག་ལ་གཏན་དུ་ཁ་བྱལ་ངེས་ཡིན་ལ།
 ཁོང་གིས་ཇི་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་བྱེད་རང་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བཞག་པ་ཡིན།
 ཁོང་གིས་བྱེད་ལ་ཅི་ལྟར་རོགས་རམ་གནང་བ་ཡིན།
 སྐྱོབ་ཚན་ནང་གི་དོན་དག་ལ་ལ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་བདེན་པ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ།
 རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོབ་སྦྱོང་བྱེད་པའམ་ཡང་ཅུ་ཁག་གཞན་དུ་ཞུགས་ནས་སྐྱོབ་སྦྱོང་བྱས་པ་ཡིན་དོན་དངོས་དང་
 ཐུན་པའི་འཆོ་བ་གསར་བ་ཞིག་རྒྱུ་བྱོལ།

སྐྱོབ་སྦྱོང་གི་ཕྱགས་སྟོན་

གལ་ཏེ་ཉིན་རེར་སྐར་མ་ལྔ་རེ་སྦྱང་ན་གཟའ་འཁོར་གཅིག་ལ་སྐྱོབ་ཚན་གཅིག་ཁྲོག་ཚར་སྤྱིང་ལ་སྐྱོབ་སྦྱོང་བྱེད་
 སྐབས་ཅུ་ཁག་ཅུ་བཞོས་ནས་སྐྱོབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས།

གཤམ་སྦྱང་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས།

སྐྱོབ་ཚན་འདི་ནི་གཤམ་སྦྱང་གཙོ་བོར་བཟུང་བའི་སྐྱོབ་ཚན་ཞིག་ཡིན་པས་གཤམ་གྱི་དཔེ་འདི་དག་གཞིར་

བཟུང་ནས་བསྐྱབ་དགོས།

འདེམས་གསེས་བྱེད་པ

གཤམ་གྱི་འདི་དག་ལས་ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་ལ་རྟགས་རྒྱབ།

དཔེར་ན། གཟུང་འཁོར་གཅིག་ལ་བསྐྱེམས་པའི་ཉིན་()

ཀ) ཉིན་བརྒྱ ཁ) ཉིན་བདུན ག) ཉིན་ལྔ

ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་ཉིན་བདུན་ཡིན་(ཀ)

གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཡིན་ཆོ་ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གྱི་སྟེང་ཡང་དག་པའི་རྟགས་རྒྱབ།

འགྲིག་མིན་བརྟུལ་ཤ་གཙོད་དགོས།

༡ གཟུང་འཁོར་གཅིག་ལ་ཉིན་()

ཀ) ཉིན་བརྒྱ ཁ) ཉིན་བདུན ག) ཉིན་ལྔ

༡ གཤམ་གྱི་ཆོག་འདི་དག་ལས་ཡང་དག་པ་གང་ཡིན།

ཀ) དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་དུམ་བ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཐམ་བ་ཡོད།

ཁ) དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་དད་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་བཟང་གྱི་གནས་ཚུལ་སྐོར་སྟེང་ཡོད་པས་གསུང་རབ་
ཅིག་ཡིན།

ག) དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཚུལ་པ་པོ་དག་གིས་ཁྱས་པོད་ལེད་ཀྱི་སྐད་རིགས་བཞོལ་ནས་བྲིས་ཡོད།

ཁ) ཚུལ་པ་པོས་འདྲི་སྐབས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ཁེངས་བ།

ཁ) དང་ད)ནི་ཡང་དག་པ་ཡིན། གོང་གི་འདི་ལྟར་ཡང་དག་པའི་གསལ་བྱེད་སྟེང་རྟགས་རྒྱག་དགོས།

༡ ཐུགས་ལན་ཚུན་སྟེལ་དགོས།

དམ་པའི་གསུང་རབ་དང་དེའི་ཚུལ་པ་པོ་གསལ་བོར་སྟོན་དགོས་སྐབས་དེའི་མི་ལྟ་དག་ཡང་

དེ་ལྟར་སྟེལ་དགོས།

༡(ཀ) ཁྱས་ནན་རི་བོ་ནས་ཁྲིམས་ལྷགས་དང་ལེན་བྱས་བ ༡) མོ་ཁྱས

༡(ཁ) དབྱི་སི་ལེན་གྱི་དམངས་འབྲིད་ནས་ན་ཚུ་བོ་ལ་བཀལ་བ། ༡ ཡེ་རྩུ་ན

༢(ག) ཡེ་ལེ་གྲག་གྲོང་བདལ་སྒོར་བ

༣(ང) ཚཱ་དཔོན་མཉམ་དུ་འཚོ་བ་རྩལ་གྲོང་བ།

ཕྱེ་ཚན་དང་པོ།

སློབ་ཚན་དང་པོ། བྱེད་ཀྱིས་ཆོ་སློག་གསར་བ་འགོ་བརྩམས་པ།

སློབ་ཚན་ལས་སློབ་སྦྱོང་བྱ་གཞི།

དོན་ཅི་ཞིག་བྱུང་སྐད་།

བྱེད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་ཅི་ཞིག་སྐྱབ་དགོས།

བྱེད་ཀྱིས་བྱིམ་གཞི་གསར་བ།

སློབ་ཚན་འདིའི་བྱེད་ལ་རྒྱལ་རམ་བྱེད་ཐུབ།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་བྱེད་རང་འགྱུར་ཕྱོག་བྱུང་བའི་ཆོག་དག་འཛུལ་བ།

ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་བྱེད་རང་ནར་སོན་ཐུབ་བཅ།

དགོན་མཆོག་གི་བྱ་ཐུག་ཡིན་ན་འབྲེལ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་པ་སྟོན་པ།

དོན་ཅི་ཞིག་བྱུང་སྐད་།

དམིགས་ལུལ་༡ རང་ཉིད་དགོན་མཆོག་གིས་བྱ་ཐུག་ཡིན་པ་དང་ཆོ་སློག་གསར་བ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པ།

བྱེད་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་བྱེད་ཀྱིས་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པ་དང་ལེན་བྱས་བ་ནས་བརྩེད་བྱེད་ཀྱིས་ཆོ་སློག་གསར་བ་

འགོ་བརྩམས་པ་ཡིན།

ཁོང་གིས་བྱེད་ཅག་ལ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བྱམས་པ་གནང་བ་དང་མཐའ་མེད་པའི་ཆོ་སློག་ཀྱང་འཛོལ་པར་

འགྱུར་རོ་བྱེད་རང་གི་ཉེས་བ་དང་ཕམ་ཁ་ཡོད་ཆད་དགོན་མཆོག་ལ་བཅོལ་རྗེས་བྱེད་ཅག་ལ་དགོན་མཆོག་

གིས་གཟི་བརྗིད་དང་དབང་གནང་དོ།

གཤམ་སྦྱང

༡ བྱེད་རང་ལ་གང་ནས་ཆོ་སློག་གསར་བ་ཐོབ་ཟིན་()

ཀ) ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ལས་ཐོབ།

ཁ) ཆོ་སློག་གནང་མཁན་ཏེ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ལས་ཐོབ་བོ།

ག) ཡེ་ཤུ་ཆོས་ཆོགས་ལ་ཞུགས་རྗེས་ཆོས་ཆོགས་ལས་ཐོབ་པའོ།

༡ བྱེད་ཀྱི་ཆེ་སློག་འགོ་བརྩམས་པ་ནི()

ཀ) བྱེད་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀ་སྐྱབས་མགོན་དུ་བསྟན་པས་ཉིན་དེར།

ཁ) ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པས་ཤེས་བྱ་རྟོགས་རྗེས

ག) རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བཟང་བའི་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་དུས།

བྱེད་རང་ལ་ཆེ་སློག་གསར་བ་ཐོབ་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ནི་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ན་གནས་བའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་དཀོན་མཆོག་གི་གསུངས་གསལ་བོ་ཤེས་ཐུབ།

མ་གྱི་ཀ་ནི་བྱེད་ཅག་གིས་སེམས་སྟངས་གི་གཟི་བརྗིད་དང་རེ་བ་ཡིན་ནོ།

གཤམ་སྒྲུང

༡ བྱེད་ཀྱིས་ཕྱོགས་གང་དག་ནས་མ་གྱི་ཀ་ནང་དུ་བྱེད་རང་ལ་ཆེ་སློག་གསར་བ་ཐོབ་པ་ཤེས་ཐུབ།

ཀ) ཆོན་རིག་ལས

ཁ) ཆོས་ལུགས་མི་གཅིག་པ་ལས

ག) དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་སྟེ——དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས

མ་གྱི་ཀ་བྱེད་ཀྱིས་སེམས་སྟངས་ན་ཡོད་དུས་བྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ་ལ་འོན་ཀྱང་མི་

ལ་ལ་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཅི་འདྲའི་སྐྱོ་བའི་དོན་ཞིག་རེད་བསམ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་དོན་

དངོས་སུ་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་རང་ཉིད་བཙོན་གྱིན་ཕྱིན་ཡོད་པ་རྟོགས་དགོས་ལ་བྱེད་ལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་

པའི་དགའ་སྟོན་དང་དོན་སྟངས་ཐུན་པའི་ཆེ་སློག་ཡིན།

(ཡེ་ཤུ་ནན་གྱི་མདྲ་༡༠:༡༠)

སྒྱུར་རྒྱུ་མ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་བྱེད་པ་སློག་གཅོད་པའམ་བཙོན་པར་བྱེད་ཆེད་ཡོང་ངོ་།

འོན་ཀྱང་ང་རང་ནི་བདག་གི་ལུག་རྣམས་ལ་ཆེ་སློག་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྡོལ་བ་དང་ཁོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལ་

ལོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཕྱིར་ཡོང་ངོ་།

༤ཡེ་ཤུ་ནན་གྱི་མདྲ་༡༠:༡༠བའི་གསུང་དེ་རྫོང་བཟུང་དགོས།

༥ ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀའི་བྱེད་འཛོད་དོན་ནི()

ཀ) ཉེས་ཆད་གཙོད་པའི་ཆེད་ཡིན

ཁ) ཆོ་སྲོག་ཐོབ་པ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཕན་ནོ།

ཡེ་ཤུ་ཡིས་ཁྱེད་ལ་ཆོ་སྲོག་གནང་བ་ལ་དམིགས་ཡུལ་གསར་བ་ཡོད་པ་དང་ཆོ་སྲོག་གསར་བ་བཅས་ཡིན་ནོ།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡེ་ཤུ་དང་ལེན་བྱས་བ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་བ་སེལ་ཐུབ་པ་དང་རང་ཉིད་སྦྱོབ་ཐུབ་པས་

རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོན་བཅོས་བའི་ཉེས་བ་དང་རང་ཉིད་བཙོན་གྲོལ་བྱས་བ་དང་ཁྱོད་ཅག་གི་དཀོན་མཆོག་གིས་

བྱམས་པ་བརྟུན་ནས་མི་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་སྐབས་ཁྱོད་ཅག་ལ་ཆོར་སྤང་གསར་བ་དང་འཆོ་བ་སྦྱོད་པོ་

ཞིག་ཉླེར་བྱིང་ལ་ཆོ་སྲོག་གི་ཁ་ཕྱོགས་གསར་བ་དང་འཆོ་བ་གསར་བ་ཉླེར་ཀྱང་ཉླེར་ཐུབ།

འབྲུ་ཕྱག་བྱེ་མ་ལེབ་ཀྱི་འགྲུར་བའི་སྐབས་སུ་བསྐྱབ་མ་སྦྱོང་བའི་བྱ་བ་བསྐྱབ་ཐུབ་བྱེ་མ་ལེབ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ལྟར་

བཞིན་གཞི་གཅིག་ཏུ་འཕུར་བསྦྱོད་བྱེད་ཐུབ།

འབྲུ་ཕྱག་དེ་བྱེ་མ་ལེབ་ཀྱི་འགྲུར་བའི་བརྟུན་རིམ་དེ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོད་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེ་

ལས་ཆད་ལ་བརྟུན་བ་མིན།

ཁྱོད་ནི་འབྲུ་ཕྱག་དང་མི་འདྲ་བར་ཕག་ཚགས་བྱེད་མི་དགོས་ལ་ཆོ་གང་བོར་འགྲུལ་བ་མིན་པས།

མ་གྲི་གས་ནམ་ཡང་ཁྱོད་བསྐྱར་བཞིན་ཡོད་ལ་ཁྱོད་རང་མི་གསར་བ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་ཐུབ།

ཁྱེད་རང་ལ་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་གཤོག་པ་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་ཡང་བསྐྱར་སྐར་གསོན་བ་ཡིན།

ད་ལྟ་ཁྱེད་རང་ནི་མི་ཉེས་ཅན་ཞིག་མིན་ལ།

ཁྱེད་རང་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡིན་ནོ།

གཤམ་རྒྱུད་

༡༥ ཁྱོད་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བ་གསར་བ་ནང་ཁྱོད་ཀྱིས་()

ཀ) འཆོ་བ་གསར་བའི་དམིགས་ཡུལ།

ཁ) དདུལ་སྒོར་མང་པོ་ཞིག་

ག) གྲོགས་པོ་མང་པོ་ཞིག་གི་བཞུགས་བརྗོད་

༡) ཁྱོད་རང་སྐར་གསོན་སྐབས་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོ་སྲོག་གསར་བ་ཞིག་འགོ་བརྩམས་ཟིན་ལ་དེ་ནི་()

ཀ) གཞོན་སྐྱོན་མེད་པའི་ཆོ་སྲོག

ཁ) དཀོན་མཆོག་ལ་དགའ་བ་དང་གཞན་ལ་བྱམས་པ་ཡོད་པའི་ཆོ་སྲོག་གསར་བ་ཞིག་ཐོབ།

ག) རང་དབང་གི་སེམས་དང་རང་དབང་གི་ཆོ་སྲོག

ཁྱོད་ཀྱིས་ངས་བར་དུ་ངེ་ལྟར་བྱེད་དགོས།

དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱིམ་ནས་ཁྱོད་རང་ནི་གསར་དུ་སྐྱེས་བའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཁྱེད་རང་གི་དཀོན་མཆོག་གིས་
བྱམས་དང་སྤྱོད་རྗེ་ཡིས་བདག་སྦྱོང་གི་འཆོ་བ་རྩལ་ཆོག་ལ་ཁོང་གིས་ཁྱེད་ལ་འབྲུ་རིགས་ག་སྟེག་བྱས་ཡོད་པ་
དེའི་ཁྱེད་ལ་སྟོབས་ཤུགས་དང་བདེ་ཐང་གནང་བྱེད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་དང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་ཁོང་གིས་
ཁྱོད་ཅག་ལ་རང་གཤིས་གསར་བ་གནང་བ་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོང་ལ་རང་ཉིད་གསོ་སྦྱོང་དང་འཕེལ་ཀློང་
གཏོང་བ་ཅུ་བཅུག

སྟོབ་ཆན་འདིའི་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་དང་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་ཐུབ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོབ་ཆན་འདི་སྟོག་པའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་
ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བུ་མོ་ཡིན་ན་དབང་ཆ་དང་རང་དབང་ཡོད་པ་སྦྱང་ཐུབ།
མ་འོངས་པའི་ཉིན་ཞིག་ལ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་རང་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འབྲིང་ནས་ཁོང་དང་མཉམ་
དུ་འདུག་སྐབས་དེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཆེ་མཐའ་མཇུག་གི་ལེགས་སྐྱེས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

གཤམ་སྦྱང

༡ སྟོབ་ཆན་འདིའི་ཅི་ཞིག་སྒྲིང་ཡོད()

ཀ) ཆོས་ཆོག་ནང་གོགས་པོ་ཅི་ལྟར་སྟེག་དགོས་པ།

ཁ) དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱེད་ལ་རང་གཤིས་གསར་བ་གནང་བ

ག) ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པས་སྦྱབ་དགོས་པའི་འགོ་ལུགས།

༢) ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོབ་ཆན་འདི་སྟོག་དགོས་པའི་དམིགས་ལུལ་()

ཀ) འཛིན་ཡིག་ཐོབ་པའི་ཆེད་ཡིན

ཁ) ཆོས་ལུགས་གོས་བསྟར

ག) དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བུ་མོ་བྱེད་པའི་འཆོ་བ་འོངས་སྦྱོང་བྱེད་པ།

གལ་ཆེ་བ་ནི་ཁྱེད་རང་ངེས་བར་དུ་དགོན་མཚོག་གི་ནང་ནས་འཚར་ལོངས་ལེགས་པོ་བྱུང་རྒྱུ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཆོ་སྲོག་ལ་གྲུ་ཞོམ་པས་དགའ་སྟོང་དང་རང་དབང་ཐོབ་རྒྱུ།

(ཡོ་ཏ་ནན་གྱི་མདྲོ་༡༥:༤-༥)

ཁྱོད་རྣམས་རྟག་ཏུ་ངའི་སེམས་སུ་གནས་པར་བྱས་དང་།

ང་རང་ཡང་རྟག་ཏུ་ཁྱོད་ཅག་གི་སེམས་སུ་གནས་པར་བྱའོ།

ཡལ་ག་གང་ཞིག་རྒྱན་འབྲུམ་ཤིང་གི་སྟེང་དུ་མ་གནས་ན་རང་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་མི་ཐོགས་པ་ལྟར།

ཁྱོད་རྣམས་ཀྱང་བདག་སེམས་སུ་མི་གནས་ན་ཁྱོད་ཅག་ལ་འང་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་ངོ་།

ང་རང་ནི་རྒྱན་འབྲུམ་ཤིང་ཡིན་ཞིང་ཁྱོད་ཅག་ནི་ཡལ་ག་ལྟེ།

སུ་ཞིག་བདག་གི་སེམས་སུ་གནས་ཤིང་ང་རང་ཡང་ཁོའི་སེམས་སུ་གནས་ན་མི་དེ་ལ་འང་འབྲས་བུ་མང་པོ་འབྱུང་

ངོ་། གལ་ཏེ་ང་རང་དང་ཁ་བལ་ན་ཁྱོད་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་རུས་སོ།

གཤམ་རྒྱུང

༡༠) ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་བརྟན་པོ་ཞིག་བྱེད་ན་ཆེ་གལ་ཆེ་བ་ནི་()

༡) མ་ཤི་ཀས་ནང་དུ་ཡོད་པ་

ཁ) ཡེ་ཤུ་དང་འདྲ་བར་སྟོབ་སྟོང་།

ག) ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་གཞན་ལ་མིག་དཔེ་བལྟ་བ།

ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱིམ་གཞི་གསར་བ།

ཁྱེད་ཀྱི་ཡབ་དགོན་མཚོག

དབང་ཡོད་པའི་དགོན་མཚོག་ཁོང་ནི་འཇིག་རྟེན་གསར་དུ་བསྐྱུན་མཁན་ཡིན་ལ་ད་ལྟ་ཁོ་རང་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡབ་

དགོན་མཚོག་དུ་ཐུར་བས་ཁྱོད་དང་ཁོང་གི་བར་ཐག་དེ་འདྲའི་རིང་པོ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ད་ལྟ་ཁྱོད་དང་

མཉམ་དུ་གནས་ལ་ཁྱོད་ཅག་ལ་དཀའ་ངལ་དང་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཨ་ཕ་

ལ་ཁ་བརྟན་བྱེད་པ་བཞིན་དགོན་མཚོག་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བཤད་ཆོག

ཁོང་གི་ཁྱོད་ཅག་གིས་བཤད་པ་ལ་གསན་ཡོད་པ་དང་ནམ་ཡང་སེམས་གསོ་དང་རོགས་རམ་ཆེན་པོ་བྱེད་ངེས་ཡི

ན་ལ་ད་དུང་སེམས་ཁུར་ཀྱང་བྱེད་ངེས་ཀྱིས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པས་བྱ་བ་དང་མི་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡང་
གསོལ་བ་འདེབས་ཆོག་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སྟངས་གི་སྐད་ཆ་བཤད་ན་ཁོང་གིས་དེ་ལྟར་གསན་ཡོད་པས་དེ་ལ་
སྟན་ཆོག་གིས་མ་རྒྱན་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་གང་འདོད་ལྟར་བཅོལ་འདོད་པ་ན་མས་བཅོལ་ཆོག

གཤམ་སྒྱུང

༡༡ ཁྱོད་ཅག་གི་འཆོ་བའི་ཁྱོད་དགོན་མཆོག་ནི་ཁྱོད་ཅག་གི་()

ཀ) འཆོ་བ་དང་ཆེ་བར་ཐག་རིང་བའི་དགོན་མཆོག

ཁ) སྟངས་རྒྱུ་དང་བྱམས་པ་ལྡན་པའི་དགོན་མཆོག

༡༢ ཁྱོད་ཅག་གིས་སྟོན་ལམ་འདེབས་སྐབས་ཁྱོད་ཀྱི་()

ཀ) སྟོན་ལམ་འདེབས་པའི་ཆོག་དག་སྒྲོར་འཛིན་པ་དང་སྟོན་ལམ་བསྐྱར་བསྐྱོས་བྱེད་པ

ཁ) དགོན་མཆོག་ལ་སྐད་ཆ་བྲང་མོར་བཅོལ་པ་དང་རང་ཉིད་ཨ་པ་དང་བྱ་སྒྲུག་གི་འབྲེལ་བཞིན་ཡོད་ཆད་
བྲང་མོར་བཅོལ་དགོས།

ག) ལྷན་བཅོལ་དང་ཆོག་སྟོག་མང་པོ་ཞིག་བཅོལ

ཁྱོད་ཀྱི་སྟན་ཆེ་བ་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་ཡིན།

དགོན་མཆོག་གི་བྱིས་ནས་ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་ནི་ཁྱོད་ཅག་གི་སྟན་ཆེ་བ་ཡིན།

ཁོང་ནི་ཁྱོད་ལ་དགའ་ཞིང་ཁྱོད་ལ་བྱམས་པ་དང་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱིས་བཅོས་པའི་ནག་ཉེས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རང་སྟོག་སྒྲོས་
བཤང་བ་ནི་ཁྱོད་རང་ཉེས་བ་ལས་སྒྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

ཁྱོད་ཅག་གི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་རྩིས་ཐུབ་པ་དང་དགའ་སྦྱོའི་འཆོ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཁོང་གིས་ད་

དུང་ཕུ་མཐུད་དུ་མིའི་རིགས་ནག་ཉེས་ལས་སྒྲོབ་པ་དང་ཁྱོད་ཅག་ལ་སེམས་འཁུར་དང་རྒྱབ་བསྐྱོར་གནང་
བཞིན་ཡོད་པས་ངེས་བར་དུ་ཁོང་ལ་བཀའ་ངིན་ལྷ་དགོས།

གཤམ་སྒྱུང

༡༣ ཁྱོད་ཀྱི་འཆོ་བ་གསར་བའི་ནང་དུ་ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་()

ཀ) སྐབས་མགོན་དང་སྟན་ཆེ་བ་ཡིན་ལ

ལ) གདུགས་རྩུབ་ཆེ་བའི་ཉེས་ཆད་གཅོད་མཁན།

ཁྱེད་ཀྱི་རོགས་སྐྱོར་མཁན་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ནི་མིང་གསུམ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་དེའི་དོན་ཡབ་དཀོན་མཆོག་དང་དཀོན་མཆོག་གི་
སྤྲུལ་བཅས་ནི་དོ་བོ་གཅིག་པའམ་གཞི་གཅིག་ཏུ་གནས་བ། དཀོན་མཆོག་ནི་ཁྱེད་ལ་ཆེ་སྟོག་གསར་བ་
གནང་མཁན་དང་ཁྱོད་ཅག་གི་ནག་ཉེས་སེལ་ཐུབ་ལ། ཁྱེད་ཅག་གི་ཁོང་ལ་མཉམ་འབྲེལ་དང་གསུང་ལ་
ཉན་པ་ཡིན་ན་ཁྱེད་རང་ལ་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྟོན་གནང་བ་མ་ཟད་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཟབ་མོ་བྱས་ན་ཁྱེད་ལ་
འཚོ་བའི་ལམ་སྟོན་དང་སྟོབས་ཤུགས་སྟེར་ངེས།

གཤམ་སྒྱུར་

༡༤ ཁྱེད་ཀྱི་ནང་བྱུང་བ་ཆེ་སྟོག་གསར་བ་དེ་གི་བ་ནས་སྒྲར་གསོན་པ་ནི་()

ཀ) དད་ལྡན་ནུམས་ཡིན་པ་

ཁ) ཆོས་དཔོན་ཡིན་པ་

ག) དད་ལྡན་ཡིན་པ་

༡༥ དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་()

ཀ) ཁྱོད་རང་ཐེངས་རེར་ནོར་འཁྲུལ་བྱུང་བ་ལ་བྲིམས་ཐག་གཅོད་པ་

ཁ) ཁྱེད་ཀྱི་ནང་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་

༡༦ ཁྱེད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་རང་ལ་སྒྱུབ་ཏུ་བཞག་པ་ནུམས་ཅི་ལྟར་བསྒྱུབ་ཐེད་()

ཀ) མ་སྒྱུལ་དང་ལེན་གྱི་སྒྱུབ་པ།

ཁ) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱེད་རང་ལ་བཅན་སྒྱུལ་བྱས་པའི་རྒྱུན་

ག) ཡིད་ཆེས་དང་ཆོག་ཅིས་ཀྱི་སྟོན་ནས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་པ་

༡༧ རྗེས་སྟོན་ཁྱེད་ལ་མཁོ་བའི་བྱ་བ་ཡོད་ཆད་གང་ལ་བརྟེན་པ་()

ཀ) རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་གྲས་

ཁ) སྟོན་གྲས་ཀྱི་རྣམས་པ་

ག) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་རམ

ཁྱེད་ཀྱི་མིང་སྲིང་སྤྱན་རྒྱ་དང་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་གཞན་དག

ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་ཡོད་ཚད་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡིན་ལ་རྒྱ་མཚན་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ནི་ཁོ་ཚོའི་

དཀོན་མཆོག་ཡིན་ལ་རྒྱ་མཚན་ནི་མ་ཤི་ཀ་ཡིས་ནང་ཚད་མ་མིང་སྲིང་སྤྱན་རྒྱ་ཡིན་པས།

གསར་དུ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་ལ་ཞུགས་མཁན་དང་དེ་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ལ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་ནུམས་གྱི་

རྟོགས་རམ་བྱེད་པ་དང་དགའ་བསུ་བྱེད་པ།དེ་དག་གིས་མི་གཞན་དང་པ་སྣ་བརྟན་དུ་གཏོང་ཆེད་ཐབས་

བརྒྱ་རྩས་གཏོང་གིས་ཕྱོགས་གང་ཅིས་ཐད་ནས་རྟོགས་རམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་གནད་དོན་ཡོད་

ཆེ་ཆོས་ཆོགས་ནང་གི་ཆོས་དཔོན་དང་མིང་སྲིང་སྤྱན་རྒྱ་དག་ལ་གོས་བསྐྱར་བྱས་ཆོག་ལ།ཁོ་ཚོས་རྩས་བ་ཅི་རྩས་

འདོན་པ་དང་དོན་དག་ཐག་གཅོད་བྱེད་པར་རྟོགས་རམ་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིན་ལམ་འདེབས་པ་སོགས་

བྱེད་སྲིད།

གཤམ་སྦྱང

༡༥ ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་ཚང་མ ()

ཀ) ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་ནང་ཚང་མ་མིང་སྲིང་སྤྱན་རྒྱ་ཡིན་པ།

ཁ) ཅུ་འཕྱགས་ནང་ཚང་མ་གྲོགས་པོ་ཡིན་པ།

ག) ཚང་མ་གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་ཡིན་པ།

གཤམ་སྦྱང

༡) ཁ

༢) ཀ

༣) ཀ

༤) ཁ

༥) ཀ

༦) ཁ

༤) ཁ

༥) བ།

༦) ཀ།

༧) ཁ

༨) ཁ

༩) ཀ།

༡༠) བ།

༡༡) ཁ

༡༢) བ།

༡༣) བ།

༡༤) ཀ།

སློབ་ཚན་གཉིས་པ། བྱེད་ཀྱི་རང་ཉིད་འགྲོ་ལྟངས་བསྐྱབ་པ།

སློབ་ཚན་ནང་སྤྱད་དགོས་པ།

བྱེད་ཀྱི་ལག་པ་དགོན་མཆོག་གི་ལག་པ་ལ་འཇུག་དགོས

དགོན་མཆོག་གི་བྱེད་ཀྱི་གནད་དོན་ལ་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་བྱེད་པ

དགོན་མཆོག་གིས་བྱེད་རང་ལ་སྐྱབ་དུ་བཞག་པ་ན་མས་བསྐྱབ་དགོས་པ།

སློབ་ཚན་འདིའི་བྱེད་ལ་རྒྱལ་རམ་བྱེད་ངེས།

◆ དགོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ

◆ ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་སེམས་དང་དོགས་སློང་ཡོད་པའི་སེམས་བསྐྱར་པ།

◆ བྱེད་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ

བྱེད་ཀྱི་ལག་པ་དགོན་མཆོག་གི་ལག་པ་ལ་འཇུག་དགོས

གལ་ཏེ་པ་མ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་པ་གོམ་པ་དང་པོ་སློ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཆེ་དགའ་སློ་ཚད་མེད་སྐྱེས་པ་

ཡིན་ལ་ཁྱོད་ཅག་གི་ཡབ་དགོན་མཆོག་ཡང་གཅིག་འདྲ་ཡིན་ལ་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་

ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་ན་ཁོ་རང་ཡང་གཞན་དང་གཅིག་འདྲ་ཡིན་ལ་གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་

གོམ་པ་སློ་དུས་ས་ལ་འབྱེལ་རྒྱ་རེད་བསམ་ནས་སྐྱག་མི་དགོས་ལ་ཁོང་གི་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་འཇུག་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ལ

ག་པ་ཡང་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀུན་ལག་པ་ནང་དུ་བཞག་ན་ཁོས་ཁྱོད་རང་ཅི་ལྟར་འགྲོ་

དགོས་པ་འབྲིང་པ་ཡིན་ལ་བྱེད་ལ་རྒྱལ་རམ་བྱེད་དགོ་ཆེ་ཉིན་རྒྱན་གྱི་ཞོགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས་

དགོས། ཁོང་གི་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་མཁོ་ན་དེ་སྟེར་ངེས།

གཤམ་སྤྱད

༡ སློབ་ཚན་འདི་ལས་བྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་གང་ལ་བསྐྱར་ཡོད()

ཀ) རང་ཉིད་འགྲོ་ཐུབ་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་

ཁ) གོམ་པ་སློ་མི་ཐུབ་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་

ག) དགོན་མཆོག་གི་ལག་པ་ལ་འཇུག་ནས་འགྲོ་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་

དགོན་མཚན་གི་བྱི་གནད་དོན་ལ་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་བྱེད་པ།

བདུད་ས་དན་གྱི་བྱི་བྱེད་རང་ས་ལ་འབྱེད་པར་བཅུག་དམ།

བདུད་ས་དན་ནི་དགོན་མཚན་གི་དག་པོ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་ཚང་མས་དག་ཟླ་ཡང་ཡིན་
པས་ས་དན་གྱི་གོ་སྐབས་ལྷ་ཚོགས་སྤྱད་ནས་བྱི་བྱེད་རང་ནམ་ཞིག་ལ་ས་ལ་འབྱེད་པར་སྐྱགས་པ་དང་ཁོས་བྱི་
རང་ས་ལ་འབྱེད་པར་བཅུག་བདུད་ས་དན་དགོན་མཚན་ལ་གཏན་ནས་མི་དགའ་བས་སུ་ཞིག་གིས་དགོན་མཚན་
ལ་གསན་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཐབས་བརྟུ་རྩས་གཏོང་གི་གཏོར་བཞགས་གཏོང་ངེས་ཡིན།

གཤམ་སྒྱུར

༡ བྱི་བྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་བྱོས་རྗེས()

༡) བྱི་བྱེད་གནད་དོན་ཡོད་ཚད་མེད་ཟིན

ཁ) བདུད་ས་དན་གྱི་བྱི་བྱེད་རང་ས་ལ་འབྱེད་པར་བཅུག

ཅ) རྫོ་མི་པམ་པ་དང་བཅན་སྐྱལ་ཕྱོད་བ

༢ བདུད་ས་དན་གྱི་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་གསར་བ་ལ་གཏོར་བཞགས་གཏོང་བའི་ཐབས་ཤེས()

༡) ཁོ་ཚོ་ཐོབ་པའི་བྱིན་ཆ་བས་ཉམས་སུ་ཕྱོད་བ།

ཁ) དགོན་མཚན་ཡོད་མེད་ལ་དོགས་སྒྲོང་སྐྱེས་བ།

ག) ཁོ་ཚོ་སྐྱོབ་ཡོད་མེད་ལ་དོགས་སྒྲོང་སྐྱེས་སུ་བཅུག་པ

བྱི་བྱེད་ཅག་གི་སེམས་ལ་འཛིན་དགོས་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ཞིང་ཁམས་ན་ཡོད་པའི་ཡབ་དགོན་མཚན་བདུད་ནམས་
ལས་རྒྱལ་བ་དང་ཁོས་ལག་པས་བྱི་བྱེད་རང་བསྐྱོར་ངེས་ཡིན།

(ཡོ་ཏ་ནན་གྱི་མདྲོ་༡༠:༢༤)

ཡང་བདག་གིས་དེ་ནམས་ལ་མཐའ་མེད་པས་ཆོ་སྒྲོག་སྒྲོལ་བས།དེ་དག་ནམ་ཡང་འཛིག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་སྐྱེས་
ཀྱང་བདག་གི་བྱུང་ནས་འཕྲོག་མི་རུས་སོ།

གཤམ་སྒྱུར

༤(ཡོ་ཏ་ནན་གྱི་མདྲོ་༡༠:༢༤)ཡེ་ཤུ་ཡིས་སྐད་ཆ་དག་སྒྲོར་འཛིན་པ

ཁྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལུགས་ལ་ཁྱུགས་རྩེས་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འཕྲད་པ་ཡིན་ནམ།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལུགས་ལ་ཁྱུགས་པ་དང་ཡེ་ཤུ་དང་ལེན་བྱས་རྩེས་རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་དང་

ཁྱིམ་མིའི་འཕྱ་དམོད་དང་བྱར་བ་འཕྱ་དགོད་བཅས་བྱས་བ་ཡིན་ན་ཁྱེད་རང་ཁོང་ཁྱོ་བཅི་དགོས་ལ་དེ་དག་

དག་ཟླ་བ་ཡང་འཛིན་མི་དགོས།ཡང་ན་ཁོ་ཚས་བཅན་སྐུལ་ཡང་བྱེད་སྲིད་ཡིན་ཡང་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་མི་ནམས་ཀྱི་

ཉེས་པའི་ཆེད་དུ་ཤིང་རྒྱ་གྲིམ་གྱི་སྟངས་ལ་ཆོའི་ཆེད་དུ་འཆི་བ་ཡིན་པས་གཟེ་བཞིན་དང་དབང་ཆ་ཁོ་ལ་

ཡོད་དོ། ཁོས་ཤིང་རྒྱ་གྲིམ་འཁུར་ནས་སྤྲུག་གང་མང་མུང་སྟབས་ཁོས་ཁྱོད་ཚོ་ལ་ཡང་སྤྲུག་བཟུལ་ག་

འདྲ་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། དེ་ལས་གཞན་ཁོའི་ཁྱོད་ཚོ་ལ་བྱ་དགའ་སྟེར་ངེས།

(ལོ་ཀྲའི་འཕྲིན་བཟང་གྱི་མདོ་༩:༡༩)ཡེ་ཤུ་ཡིས་མི་ནམས་ལ་འདི་སྐད་དུ།

བདག་གིས་ཁྱོད་ཅག་ལ་བདེན་པར་སྤྲུ་སྟེ།

འདི་ཅུ་ཕྱིད་པའི་མི་ནམས་ལས་འགའ་ཞིག་གིས་འཆི་བ་དངོས་སུ་མ་ཐོང་བའི་ཕྱིན་དུ་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་

སྲིད་མཐོང་བར་ངས་ཞེས་གསུངས་སོ།

དང་བདེན་གྱི་ཆེད་དུ་བཅན་སྐུལ་བྱས་བའི་མི་ལ་བྱིན་ལྷབས་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་ཚོ་ལ་ནམ་.....

མཁའི་རྒྱལ་སྲིད་ཁྱེད་ཅག་ལ་དབང་དོ།

ཁྱེད་ཅག་ལ་ངའི་ཆེད་དུ་མི་ལ་ལས་སྲིག་དམོད་དང་དམོད་མོ་བྱེད་པ་དང་ཆོག་རྩལ་སྤྲུ་བ་ཡིན་ན་ཁྱེད་ཅག་ལ་

བྱིན་ལྷབས་ཐོབ་པོ།

ཁྱེད་ཅག་སྤྲུག་སྐྱང་དང་བག་འཁུམས་གི་ནམ་པ་སྤངས་ནས་དགའ་སྟོན་དང་ཞི་བདེ་ཡོད་པར་གྱུར། རྒྱ་མཚན་ནི་

དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་ཅག་ལ་གནང་བ་ནི་དངོས་པོ་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པའི་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ།

གཤམ་སྤྱང

༥ ཡེ་ཤུའི་ཆེད་དུ་ཁྱོད་ཅག་ལ་སྲིག་དམོད་དང་སྤྲུག་བཟུལ་མུང་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཅག་གི་ཚར་བ་()

ཀ) སྤྲུག་བཟུལ་དང་སྒོ་ཡུལ་ལས་ཕམ་བ།

ཁ) ཁོང་ཁྱོ་ལངས་བ་དང་སྒོ་ཡོད་ལས་ཕམ་བ།

ང) ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་ནས་ལེགས་སྦྱོར་ཡོད་པས་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་སྦྱོས་བ།

པ བྱེད་རང་དོགས་པ་སྒྲོང་བའམ་ཡེ་ཤུ་སྒོ་ཡིད་ལས་ཕམ་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ།

བྱེད་ཅག་གི་བྱ་བ་སྐྱབས་སྐབས་དཀའ་ངལ་སྒྲ་ཚོགས་ལ་འཕྲད་སྐབས་དང་སྒོ་མི་ཕམ་པ་དང་སེམས་མི་ཕམ་པ་
བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་ལ་དད་པ་བྱས་ཆེས་བྱེད་ཅག་ནི་ཁོང་གི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མོད་།
འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཅག་གི་མུ་མཐུད་དུ་ཅི་ལྟར་སྒོ་བ་སྒྱུར་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ལ་ཡིད་འཛིག་བྱེད་དགོས།
ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་ལ་གསར་བ་ཞུགས་པ་ཡིན་ན་ནོར་འཁྱལ་གྱི་བྱ་བ་བྱུང་སྒྲ་ལ་བདུད་ས་དན་གྱི་ཡང་གོ་
སྐབས་དེར་བརྟེན་ནས་ཁྱོད་ཅག་ལ་ཡང་སྒོ་ཕམ་པར་འཇུག་མི་དུང་ལ།
རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ལ་ངའི་ད་ལྟ་བུ་བ་འདི་འདྲ་ལས་ཟེན་པས་ང་རང་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་མིན་ཞེས་བའི་སྒྲོམ་
ཆོག་ཞིག་ཉེར་ངེས་ལ་དེ་ནི་ས་དན་ལས་ཐོན་པའི་ས་དན་གྱི་རྩ་བ་བ་ཡིན་ནོ།
བསམ་སྒོ་ནང་དགོན་མཆོག་ཡོད་མེད་དང་ཁོང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་ཡོངས་རྒྱུ་བ་བཞིན་ཡོད་དམ་མེད་པ་
བྱམས་པ་གནང་བ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་སོགས་ལ་དོགས་པ་སྐྱེས་པ་སོགས་བདུད་ས་དན་གྱི་ཁྱོད་ཅག་ལ་དོགས་སྒྲོང་
སྐྱེས་པར་རོགས་རམ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཅག་གི་ཡེ་ཤུ་མ་གྲི་ཀ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་རང་ཉིད་
མཉམ་འཛིག་བྱ་དགོས་ལ་དགོན་མཆོག་གི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་བཟླགས་དགོས།
བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བུང་སྒོ་ཡུལ་ལས་མི་ཕམ་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོན་མཆོག་ལ་ཅི་ལྟར་དད་ཚུལ་བདེན་
དཔང་བྱེད་དགོས།

གཤམ་སྒྱུར་

༥ བྱེད་རང་སྒོ་ཡིད་ལས་ཕམ་དུས་སེམས་ལ་འཛིན་དགོས་པ་ནི་()

- ཀ) གལ་ཏེ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་དངོས་མ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ནམ་ཡང་དགའ་སྒོ་ཡོད་དོ
- ཁ) ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་དག་སྐྱོབ་ཆེས་ཁོང་ཆོ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་གི་དགའ་སྒོ་ཡང་ཡོད་དོ
- ག) བྱེད་ཅག་གི་དགོན་མཆོག་ལ་བཀའ་དྲིན་ཞུ་བ་ཡིན་ན་ཆོར་སྒྲ་གསར་བ་དང་དགའ་སྒོ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་སོ།
- ༡) སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ཡི་ཡིད་གཟབ་བྱེད་པ་ནི་()
- ཀ) དགོན་མཆོག་ལ་དྲང་བདེན་ཡིན་པ
- ཁ) བྱེད་ཅག་གི་ཆོར་སྒྲ།

ག) ཁྱད་ཅག་གི་གཞུང་བླ་

ཁྱད་ཅག་གི་དགོན་མཆོག་གིས་ཁྱད་ཅག་ལ་བྱམས་པ་གནང་བ་ཡིན།

གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཨ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་པ་ས་ལ་འགྲེལ་བའམ་ཡང་བློ་བྱེད་བྱས་ཟིན་ན་

ཁ་ཡ་མི་བྱེད་པའི་དེ་འདྲའི་གནས་ལུགས་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་དོ།

རྒྱན་པར་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་གི་འཆོ་བ་ཅི་ལྟར་རྩོམ་དགོས་ལམ་སྟོན་དང་ཐུགས་འཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་དོ།

གཤམ་སྒྱུར་

༤གལ་ཏེ་ཁྱད་ཅག་གིས་བྱ་བ་སྒྲུབ་མི་རུང་བ་ཞིག་སྒྲུབ་ཟིན་ན་དགོན་མཆོག་གི་ཁྱད་རང་ལ་རྟ་རྟུངས་ཅི་ལྟར་

བཟུང་ན་འགྲིག། ()

ག) ཁོངས་སྒོ་ཡི་སྒོ་ནས་ཁྱད་རང་བྱིར་སྐྱོད་པ།

ཁ) ཁྱད་རང་བསྐྱབ་པའམ་གོ་སྐབས་བྱིན་ནས་བྱ་བ་ལེགས་པོར་སྒྲུབ་པའམ་བཅས་བསྒྱུར་བྱེད་པ།

ག) ཁྱད་རང་ཁ་ཡ་མི་བྱེད་པ

༥ དགོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་ཡིན་ན་ཁྱད་ཀྱི་ཅི་ལྟར་བྱེད་

ངེས་()

ག) རང་ཉིད་ཀྱི་དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་འདྲི་གཙོད་བྱེད་དགོས།

ཁ) ཐོགས་པའི་སྐད་ཆ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་ཉན་པ

ང) རྒྱན་དུ་དམ་པའི་གསུང་རབ་བསྒྲགས་པ་དང་གསོལ་བ་འདེབས་པ

དགོན་མཆོག་གི་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲུབ་དགོས།

ཁྱད་ཅག་གི་ག་སྒྲིག་ལེགས་པོ་བྱས་རྗེས་དགོན་མཆོག་གི་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲུབ་དགོས་ལ་བྱ་བ་ལ་ནོར་འཁུལ་བྱུང་

རྗེས་ཁྱད་ཅག་གི་དགོན་མཆོག་གི་མདུན་ནས་ཉེས་བ་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དང་བཅས་བསྒྱུར་བྱེད་དགོས།

དེ་ལྟར་བྱས་ན་དགོན་མཆོག་གི་ཁྱད་ཅག་སྐྱོབ་ངེས།

གཤམ་སྒྱུར་

༡༠ དགོན་མཆོག་གིས་ཁྱད་ཅག་ལ་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་པར་འཇོག་དགོས་དོན་ནི་()

- ཀ) སྒྲོན་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་རྗེས་ཚོས་ཚོགས་ལ་ལྷགས་པ།
- ཁ) རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་རྗེས་འཕྲིན་བཟང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ།
- ག) འོན་པུང་མང་པོ་ཞིག་སྐྱབ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་བཅུ་ལ་བར་འཇུག་པ།

འགྱུར་བཤགས་

(མྱར་ཀུའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༥)

དགོན་མཚོག་གི་དུས་གང་དང་ཁོང་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དེའང་ཐོན་ལ་ཉེ་བར་
 བསྐྱབས་པས་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཀྱང་འགྱུར་བཤགས་ཀྱི་སྒྲོན་སེམས་བསྐྱར་རྟེ་འཕྲིན་བཟང་ལ་དང་བ་བྱས་
 ཤིག་ཅེས་གསུངས་སོ། འགྱུར་བཤགས་ཞེས་བའི་དོན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ནོར་འཁྲུལ་ངོས་ཟེན་ཐོབ་རྗེས་
 བཅོས་བསྐྱར་བྱས་བའི་དོན་ཁྱོད་རང་གི་དགོན་མཚོག་གི་གསུང་བ་ལ་མ་ཉན་ན་སེམས་པ་སྒྲིམ།
 ཁྱོད་རང་གི་མི་ཆེ་ཉིལ་བར་ཉེས་སྒྲོན་འཁྲུར་འདོད་དམ། ཡང་ན་ཉེས་སྒྲོན་དང་ཁ་བྱལ་འདོད་དམ།
 ཁྱོད་ཅག་གི་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་འདོར་ཐུབ་བམ། ད་ནས་བཟུང་ཁྱོད་ཅག་གི་དགོན་མཚོག་སྤྱོད་བར་
 འཇུག་དམ།

(མྱར་ཀུའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༥) སྒྲོན་བཟང་དགོས།

འགྱུར་བཤགས་ཞེས་བའི་དོན་ནི་ ()

- ཀ) ནོར་འཁྲུལ་ངོས་ཟེན་ཐོབ་རྗེས་བཅོས་བསྐྱར་བྱས་བའི་དོན།
- ཁ) ཚོས་ལྷགས་མི་སྣ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་སྒྲོན་ཁས་ལེན་བྱེད་པ།
- ག) དགོན་མཚོག་ལ་རང་སྒྲོན་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་ཉེས་སྒྲོན་དང་ནོར་འཁྲུལ་གྱི་བྱ་བ་མང་པོ་
 ཞིག་ལས་བ། གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་ཁྱོད་རང་སྒྲོན་ཞིག་སྐྱབ་ཆེ་དེ་ལ་བཟོད་བསམ་བྱེད་མི་འདོད་པ་མ་ཟད།
 དེ་ལ་སྤྱི་དམོད་དང་ཁོང་ཁྱོད་དུང་ལས་བདེ་བཅས་བྱེད་འདོད་དམ།
 དེ་ལྟར་ཡིན་ཆེ་འདི་དག་ནི་དམ་པའི་གསུང་རབ་འགལ་ཡོད་པས་མི་མང་པོ་ཞིག་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་འགྲོ་
 རྒྱུར་བཀག་འགོག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཀྱི་མཚན་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་ཨ་པ་ནི་བྱམས་དང་སྤྱི་རྗེ་ལྷན་ལ་ཁོ་མི་
 སྤྱི་རྗེ་མེད་པ་དང་རྟག་དུ་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་བའི་མི་ཡན་ཚུན་གྱི་ནོར་འཁྲུལ་ལ་བཟོད་བསམ་བྱེད་དཀའ་བའམ་

ཉྱ་ལྟངས་ངན་པ་ཡོད་པའི་མི་འདི་དག་དང་གཏན་ནས་འགྲོགས་མི་མིན་པས། ཇེས་བར་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་དཀོན་
མཆོག་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་ལ་འདེབས་བྱས་ནས་མི་དེར་བཟོད་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས།

(མྱ་ཐེའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༡༥)

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཅག་གི་ནོར་འཁྲུལ་བྱུང་བའི་མི་ནུས་ལ་བཟོད་བསྐྱོད་བྱེད་མི་ལུས་ན།
ཁྱོད་ཅག་གི་ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཀྱང་ཁྱོད་ཅག་ལ་བཟོད་བསྐྱོད་བྱེད་མི་ལུས་སོ།
གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་འགྲོད་བཤགས་བྱས་པའི་གོ་རིམ་ཁྱོད་དུ་དོགས་སྤོང་འབྱུང་ན་འདི་གཏན་ནས་དོར་
ཆོག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོན་ཡོད་ཚད་དོར་རྗེས་དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱོད་ཅག་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་ངེས།

གཤམ་སྤྱང

༡༩ གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གི་ཁྱོད་ཅག་ལ་དོན་ངན་པ་སྤྱབ་རྗེས་()

ཀ) མི་དེ་ལ་སེམས་སྦྱང་ནས་སྤང་བ།

ཁ) ལྷུ་དུ་བཟོད་བསྐྱོད་བྱེད་པ།

ག) མི་དེའི་སྦྱོན་ཡོད་ཚད་མི་གཞན་ལ་བཤད་བ།

ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ཡིས་འཕྲིན་བཟང་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ།

ཡེ་ཤུ་འཕྲིན་བཟང་ནི་གཏམ་བཟང་ཞེས་བའི་དོན། ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་སྤྱབས་མགོན་གི་དོན།
གཤམ་གི་འཕྲིན་བཟང་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་དོན་གང་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ན་ཆོག་དེ་དག་གི་རྩལ་ལ་ཡིད་
ཆེས་ཞེས་བའི་ཡིག་འབྲི་དེ་གཉིས་འབྲི་དགོས།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ལ་བྱམས་པ་དང་ཁོང་གི་སྤྱད་གཅིག་ལུ་ང་ཚོ་ལ་གནང་ནས་ང་ཚོའི་ཉེས་བཤེད་ལ།

ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཆེད་དུ་འཆི་བ་སྤྱད་གསོན་པས་ཁྱོད་ཅག་གིས་ལྷུ་ལས་ཐོན་པས་ཁྱོད་ཅག་གིས་སྤྱབས་
མགོན་ཡིན་པར་ལེན་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་བཟོས་པའི་ནག་ཉེས་ཡོད་ཚད་སེལ་ཐུབ།

ཡེ་ཤུ་འཆི་བ་ལས་སྤྱད་གསོན་པ་དང་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ཕེབས་པ་དང་ཁོང་གི་ཁྱོད་ཅག་གི་ཆེད་དུ་
གསོལ་འདེབས་དང་མ་འོངས་བར་དེར་འགྲོ་ཐུབ་པའི་གྲ་སྒྲིགས་ལེགས་པོ་དང་ཆ་རྒྱུན་ལེགས་པོ་ཞིག་བསྐྱུན་
ཡོད་པས་ཁྱོད་རང་ཡང་དེ་ར་འགྲོ་ཐུབ་གོ།

ཁྱོད་ཅག་གི་ཡེ་ཤུ་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པ་དང་ལེན་བྱས་རྗེས་ཁྱོད་ཅག་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བུ་མ་ཡིས་འགྱུར་བ་
དང་ཆབ་ཅིག་ཁྱོད་ཅག་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ཆེ་སྟོན་གསར་བ་འཛོལ་བོ།

ཡེ་ཤུ་ད་དུང་ཕྱིར་ཕེབས་འོང་ལ་ཁོ་ཡོང་དུས་མི་རྣམས་ཡང་གཏན་དུ་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་བསྐྱེད་ཆོག་—
—ཡེ་ཤུ་ཡིས་འདི་ལྟར་སྐྱབ་ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དམ།——

དེ་ན་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཡེ་ཤུ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ལ་བརྟེན་ཡོད་དམ།——དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་པ་ད
ང་ཁོང་ལ་བརྟེན་པ། (མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༡༥:༣༡)

གཙུག་པོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་དང་། ཁྱོད་དང་བྱིས་མི་ཐམས་ཅག་ལ་ཐར་བ་འཛོལ་བོ།

(ཡོ་ཏ་ནན་དང་པོ་ཡི་མདོ་༥:༡༡—༡༢)

བདེན་དཔང་འདི་ནི་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་གནང་བའི་ཐར་བ་ཡིན་ལ་ཐར་བ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲས་ལ་
ཡོད་པ་དང་མི་རྣམས་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲས་ཡོད་ན་ཆེ་སྟོན་ཡོད་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲས་མེད་ན་མི་
རྣམས་ལ་ཆེ་སྟོན་མེད་པ་ཡིན།

གཤམ་སྒྱུང

༡༤འཕྲིན་བཟང་གི་ནང་དོན་ནི()

ཀ) མི་གཞན་ལ་སློབ་གསོ་གཏོང་བ།

ཁ) ཆོས་ཆོག་གི་སྒྲིག་ལམ་བཤད་པ།

ཡེ་ཤུ་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པའི་འཕྲིན་བཟང་གི་སྐོར།

ཡེ་ཤུ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་ནང་དོན་ནི་—ཁྱོད་ཀྱི་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་བརྟེན་དགོས་བྱས་པའི་དོན།

ཁྱོད་ཀྱི་ཁོང་ལ་དད་པ་བྱེད་ན་ཁོང་གི་ཁྱོད་ཅག་གི་ཆེད་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་ངེས།

(ཐེའུ་མེ་དང་པོའི་མདོ་༩:༥)

དཀོན་མཆོག་ཉིད་ནི་མའི་ལུས་ལྷན་དུ་གྲུབ་པ་དང་ཁོང་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀ་དེ་ཡིན་ནོ།

(མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༤:༡༢)

ཁོང་ཉིད་ལས་གཞན་སྤྲས་ཀྱང་ཐར་བའི་ལམ་དུ་འདྲེན་མི་ལུས་ཏེ།

རྒྱ་མཚན་ནི་རང་ཅག་ལའང་ཐར་བ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ།

ཁོང་ལས་གཞན་གནམ་འོག་ཀུན་ན་ཐར་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་མཁན་གཞན་ཞིག་མིདི་རིགས་ལ་ཅི་ཡང་གནང་མེད་
པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ།

ཡེ་ཤུ་ཡིས་འདི་སྐད་དུ།

གལ་ཏེ་ང་མེད་ན་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགོ་མི་རྒྱས་ལ་རྒྱ་མཚན་ང་རང་ནི་ཐར་བའི་ལམ་ཡིན་ནོ།
གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཅག་སློ་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་དགོན་མཆོག་གི་རྩེ་སུ་འབྱུང་ན་ཁྱོད་རང་ལ་ཐར་བ་ཐོབ་གོ།

གཤམ་སྤྱང་

༥ དམ་པའི་གསུང་རབ་གྱི་ང་ཚོ་ལ་གནང་བའི་སྒྲོལ་གསོ་ནི་()

༡) ཡེ་ཤུ་བརྒྱུད་ནས་དགོན་མཆོག་གི་དྲུང་དུ་འགོ་བྱུང་།

ཁ) དགོན་མཆོག་གི་དྲུང་དུ་འགོ་བྱུང་བའི་བསྐྱེད་ལམ་མང་པོ་ཡོད་དོ།

ཁྱེད་ཅག་གི་ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ཅག་གི་སྐྱབས་མགོན་ཡིན་པ་ཐག་གཅིང་བྱེད་འདོད་དམ།

ཁྱོད་ཅག་གི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་སློག་དགོན་མཆོག་ལ་འབུལ་བ་དང་དགོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་འདུག་རྒྱས་སམ།

གཤམ་གྱི་འདི་ལྟར་གསོ་བ་འདེབས་དགོས་སོ།

གསོལ་འདེབས།

རང་ཉིད་ཀྱི་སྐྱས་གཅིག་ཕུ་ང་ཚོ་ལ་གནང་བ་དང་ཁོང་ང་ཚོའི་ཉེས་བའི་ཆེད་དུ་འཆེ་བ་བཀའ་བྲིན་ཆེ།

ང་རང་གི་ཡོད་ཆད་ཁྱོད་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན་ལ་ང་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་གཏན་དུ་གནས་ཐུབ་པར་སྒྲོན།

ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་ཉེས་བ་ཡོད་ཆད་སེལ་ནས་ང་རང་ལ་ཀུན་ཡངས་གཏོང་བར་མཛོད།

ངའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་དང་མཉམ་པར་བསྐྱབ་པར་ཐུབ་པ་དང་མཉམ་དུ་གནས་ཐུབ་པར་སྒྲོན།

ཨ་མེན། ལགས་སོ།

གཤམ་སྤྱང་འདྲི་ལན

༡) ག

༢) ཁ

3) བ།

4) བ།

5) བ།

6) ཀ།

7) ཁ།

8) བ།

9) ཁ།

10) ཀ།

11) ཁ།

12) བ།

13) ཀ།

སློབ་ཚན་གསུམ་པ། བྱེད་ཀྱིས་ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་བཞིན་པ།

སློབ་ཚན་ལས་སློབ་སྦྱང་བྱ་གཞི

དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་རང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཐབས་སྣ་ཆོག་སྤྱོད་རང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ།

དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ལ་དཔེ་ཆ་ཞིག་སྟེར་སྤྱོད་པ།

དཀོན་མཆོག་གི་སྐད་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ཉན་པ།

སློབ་ཚན་འདིའི་བྱེད་ལ་རྟོགས་རམ་བྱེད་ཀྱིས་པ།

བྱེད་ཀྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་རང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ཐུབ་པར་རེ་སྐྱེག་བྱས་པ་ཡིན་ནམ།

དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་རང་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ཟིན་པ་གསལ་བཤད་བྱེད་པ།

ཉན་རེར་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐད་ཆ་ཅི་སྟེར་བཤད་དགོས་པ་ཤེས་དགོས།

དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ།

སྦྱར་བཏང་གི་ཨ་པ་ཞིག་ལ་ཆ་མཚན་ནས་བཤད་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་པ་དག་གིས་འཇུག་གི་སློབ་ནས་ལན་

འདེབས་པ་ལས་ཁོངས་སྤྱི་དང་ནས་ལན་བསྟོགས་པ་ཡིན་ན་གཏན་ནས་མི་དགའ་བར་ལེགས་པོར་ཉན་པ་

ཡིན་ན་ཁོས་མཐུད་དུ་བྱིས་པ་དག་ལ་ཁ་བརྟེན་བྱེད་ངེས།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཡང་དེ་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བུ་མེད་ཁོང་ལ་སློབ་པའི་དང་ལན་བསྟོགས་པ་ཡིན་ན་ཁོང་

གིས་ཡང་མཐུད་དུ་ཁ་བརྟེན་བྱེད་པ་དང་ཁོང་གི་བྱ་བུས་ཡང་ཤེས་ཐུབ་ལ་གནད་དོན་ཡོད་ཚད་ཐག་གཅོད་

བྱེད་ཐུབ།

གཤམ་སྦྱང

༡ དཀོན་མཆོག་()

ཀ) རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བུ་མེད་ཁ་བརྟེན་བྱེད་པ།

ཁ) ང་ཚོར་སྐད་ཆ་བཤད་མི་འདོད་པ།

ག) ད་ལྟ་མི་ནམས་ལ་སྐད་ཆ་མི་བཤད་པ།

དགོན་མཚག་གིས་ཐབས་སྒྲ་ཚགས་སྒྲུང་ནས་ཁ་བད་བྱེད་པ།

དགོན་མཚག་གི་མི་སྒྲ་ཚགས་བརྒྱད་ནས་མ་འོངས་བར་དགོན་མཚག་ཞིག་འཁྲུངས་སྐྱེ་ཡིན་པ་གསལ་བོ་
བསྟན་ལ་ཁོང་མ་བྱོན་སྡོན་དུ་མི་ཚང་མས་ཤེས་ཟིན་ལ། ལུང་སྟོན་པ་ན་མས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐུ་མོ་ནས་དགོན་
མཚག་མིའི་ལྷས་ལུང་དུ་གྲུབ་ནས་མི་ལྷ་ལ་དུ་ཐེབས་འོངས་བ་ཤེས་ཟིན་པ།

ཐད་ཀར་ཁྱོད་དང་ཁ་བད་བྱེད་པ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་དགོན་མཚག་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་ཤེས་སྐབས་ལ་དགོན་མཚག་གི་ཁྱོད་ཅག་དངོས་
སྒྲུ་ཁ་བད་བྱེད་པ་ཡིན་ལ་ཁོང་གི་ད་དུང་ཁྱོད་ཀྱི་ཞོར་འཁྲུལ་གྱི་བྱ་བ་ལས་བ་ཡིན་ན་ཁོང་གི་ཁྱོད་ལ་དངོས་སྒྲུ་
བཤད་པ་དང་སྟོན་བདེ་གཏོང་ངེས། དགོན་མཚག་གི་བརྒྱད་ནས་བྱ་བ་སྒྲུབ་དུ་འཛོག་སྐབས་དང་ཁྱོད་ཅག་གི་
གསོལ་བ་འདེབས་སྐབས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་བརྒྱད་ནས་དགོན་མཚག་གི་སྐད་ཚར་སྐབས་པར་སྟོན།

གཤམ་སྒྲུང

༡) དགོན་མཚག་གི་ཁྱོད་ལ་ཅི་ལྟར་ཁ་བད་བྱེད་ངེས ()

- ཀ) ལྷན་དུ་མི་ན་མས་ཀྱི་ཁྱོད་ལ་ཁ་བད་བྱེད་པ་ལྟར
- ཁ) ཁྱོད་ཅག་གི་བྱ་བ་འགའ་སྒྲུབ་པ་ལ་ཡིད་འགྲུལ་ཐེབས་པ
- ག) ངེས་བར་དུ་མི་ལམ་ལ་བརྟེན་པ།
- ང) སྟོན་བར་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་ཉིད་ཤེས་དགོས་པ།

ཁོང་གི་བྱིན་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་པ

ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལུགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཁོང་ཚོས་དགོན་མཚག་ངོ་ཤེས་རྗེས་འཚོ་བ་གཞི་གནས་འགྱུར་སོང་བས།
ཁྱོད་ཅག་གིས་ཡང་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་ཁོང་གི་ཁྱོད་ལ་བྱིན་རྒྱལ་གནང་བཞིན་པ་མཐོང་ཐུབ།
སྐབས་སྒྲུ་དབྱངས་དང་སྟན་ཚིག་བརྒྱད་ནས་ཡེ་ཤུ་མ་གཤིད་གསུངས་ཚར་སྐབས་ལ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལུགས་པས་
མཛའ་མཐུན་གྱི་གྲོགས་པོའི་རང་གཤེས་ཁྱོད་ཅག་ལ་སེམས་ཁམས་རྩོན་མོ་སྟེར་ངེས།
ཁྱོད་ཅག་གི་ཡིད་ཆེས་དང་རེ་སྟོན་གྱི་གསོལ་བ་འདེབས་པ་པ་ཡིན་ན་དགོན་མཚག་གི་དངོས་སྒྲུ་ཁྱོད་ཅག་
ངའི་བྱ་སྒྲུག་ངས་ཁྱོད་ཅག་ལ་བྱམས་པ་གནང་བཞིན་ཡོད་ཞེས་གསུངས།

གཤམ་པ་ལྟུང་།

དགོན་མཆོག་གིས་བྱུང་ཅག་ལ་བྱེན་ལྟམས་ཅི་ཞིག་གནང་བ་གསལ་བོ་སྟོན་དགོས།

དགོན་མཆོག་གི་མིང་སྲིད་སྤྱན་ཟླ་བ་རྒྱུད་ནས་ཁྱོད་ཅག་ལ་ཁ་བདེ་བྱེད་པ། ཁོང་གི་ཁྱོད་ཅག་ལ་ཡེ་ཤུ་ཆོས་
ལྷགས་པ་རྣམས་གྱི་ཕན་ཚུན་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་པ་དང་ཕན་ཚུན་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་སེམ
ས་གསོ་ཀྱང་བྱེད་དགོས།

(ཨ་རྒྱུ་སེའི་འཕྲིན་ཡིག་གི་མདོ་༥:༢༧)

གཤམ་ལྷུང་།

དགོན་མཆོག་གི་བྱུང་ཅན་ལ་ཅི་ཞིག་དགོས་པ་བསྟན།

༥ཡེ་ཤུ་ཚེས་ལྷགས་པ་མི་གཤམ་གྱི་ཁྱེད་ཅག་ལ་སྐུལ་མ་དང་སེམས་གསོ་བྱས་ཁྱེད་ངམ། མི་སྲུ་ཡིན།

ལྷོ་ཁྱུང་ཅག་གི་བཀའ་ཁྲིལ་ལྷོ་ཁྱུང་གོས་བ་དང་ཁོང་གི་ཁྱུང་ཅག་ལ་ཁ་བརྒྱ་བྱེད་ངེས།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་པ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཚེས་ཚྲིམས་ནང་ཁེངས་པ་དང་ང་ཚོའི་དཀོན་མཆོག་ལ་བཀའ་བྲིན་ལྷ་དགོས།

ཁོང་གི་ཆོས་དཔེན་དང་དད་ལྡན་པ། རྩོམ་པ་པོ་རྣམས་སྐུད་ནས་ཆོས་ཆོགས་ལ་སྟོབས་ཀྱི་གསུང་བ་ཤིང།

ཡེ་ཤུ་ཚེས་ལྷགས་པ་ཚང་མས་དཀོན་མཆོག་བདེན་དཔང་བྱེད་དགོས་ལ་གཟའ་མཇུག་ལ་ཚེས་ཁང་ལ་འགོ་རྒྱ་ནི་
གལ་ཆེན་ཡིན་ནོ། ཐེངས་རེར་ཚེས་ཆོགས་ལ་ལྷགས་ལ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་གི་སྐད་ཆ་ལ་ཉན་དགོས།

(ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༡༥:༢༠)

ཁྱེད་རང་གང་དུ་གནས་ན་ཡང་མི་གཉིས་འཕ་གསུམ་མཉམ་དུ་ངའི་མཆན་གྱི་སྒོ་ནས་ང་ལ་སྒོན་ལམ་འདེབས་

ན་ང་རང་ཁྱོད་ཅག་གི་དགྲིལ་ན་གནས་སོ།

གཤམ་མུང

༤༥ དཀོན་མཆོག་གི་མི་ག་འདྲ་ཞིག་སྐད་ཆ་བཤད་བྱེད་མི་དམ། སྤྱི་ལན་གཉིས་འདེམས་དགོས།

༡) ཆོས་དཔོན་དང་དད་ལྡན་ནམས་གྱི་ཆོས་བསྐྱུགས་པ་ལ་བརྟེན་པ།

༢) རྩུན་འབྲུལ་ལ་བརྟེན་པ།

ག) ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ནམས་གྱི་བྲིས་བའི་དཔེ་ཆ

༡༩ ཁྱུང་ཅག་ཆོས་ཁང་ལ་སོང་རྗེས་དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱུང་ཅག་ལ་ཁ་བརྟེན་བཤད་པར་རེ་སྐྱུག་བྱས་ཁྱུང་།

༡༠ དཀོན་མཆོག་སློབ་ཚན་འདི་བརྒྱུད་ནས་ཁྱུང་ཅག་ལ་ཁ་བརྟེན་བཤད་པ།

༡༡ སློབ་ཚན་རེ་རེ་ནང་ཁྱུང་ཅག་ལ་ཁ་བརྟེན་བྱེད་ཐུབ་པར་རེ་བ་བྱ་བ།

གསུང་མགུར་བརྒྱུད་པ

དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱན་དུ་ཁྱུང་ཅག་བཀའ་སློབ་གནང་བ་དང་ཁ་བརྟེན་བཞིན་ཡོད།

(ཨ་ཟླ་སེའི་འཕྲིན་ཡིག་གི་མདོ་༥:༡)

གསུང་མགུར་དང་།

བསྟོད་དབྱངས།

མགུར་སྐུ་བཅས་གྱི་ཆོག་འབྲུ་བཀོལ་ནས་པན་ཚུན་ལ་གཏམ་སྐུ་ཞིང་རང་གི་སེམས་ནས་

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་བསྟོད་དབྱངས་དང་རོལ་དབྱངས་འབྲུལ་བར་བྱའོ།

གཤམ་མུང

༡༢ སྐུ་བས་མགོན་གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལགས་ང་ཚོའི་ཆོས་ཆོགས་ལས་སྤངས་ཟིན་པས་བསྟོད་དབྱངས་ནམས་རྒྱན་དུ་

ལེན་ཤེས་བར་སྟོན།

༡༣ ང་ཚོའི་སྙན་ཆོག་བཞིན་སེམས་སྟེང་ནས་ལེན་ཐུབ་པར་སྟོན།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་སྟོན་འདོན་ལ་བརྟེན་ནས་དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་བདེན་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེར་བརྟེན་

དགོས། དམ་པའི་གསུང་རབ་ཐེངས་མང་པོ་སྟོན་འདོན་བྱས་པ་ཡིན་དཀོན་མཆོག་ངོ་རྗེ་ཤེས་སུ་འགྲོ་བ་

ཡིན་ན་ཆོས་དཔོན་གཅིག་ཤུ་ལ་བརྟེན་ན་དཀོན་མཆོག་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་བོ་ཤེས་མི་ཐུབ།

རྒྱ་རྩ་དཀོན་མཆོག་ལ་བཀའ་དྲིན་ལུ་བ་དང་ཆབ་ཅིག་གསོལ་བ་འདེབས་པ་བཅས་བྱ་དགོས།

གཤམ་སྒྱུང

༡༤ དཀོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་བཟང་ཤེས་དགོས་ན་ཐབས་བཟང་གང་ལ་བརྟེན་དགོས་()

༡) ཐོགས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིབ་མོར་ཉན་པ།

༢) དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་དཀོན་མཆོག་གི་གསུང་བ་ནམས་སྟོག་འདོན་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་བ།

༣) རང་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་བ་སྦྱབ་པ།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་ཅག་ལ་དཔེ་ཆ་ཞིག་གནང་བ།

དཀོན་མཆོག་གི་དཔེ་ཆ་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ།

རྣམས་རབས་མང་པའི་ཡར་ཐོན་ལ་དཀོན་མཆོག་གིས་མི་འགའ་ཞིག་བདམས་པ་དང་དེ་ཚོ་ལོ་ཁོང་གི་གནས་ཚུལ་
ཞིབ་དུ་འབྲི་བྱ་བ་ལུགས་པ་མ་ཟད།

ལོ་ཚེ་ལ་དམ་པའི་སྤྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཁེངས་བ་དང་ཇི་ལྟར་འབྲི་དགོས་བ་བཤད་པ་དང་ལོ་རྒྱུད་གཅིག་དང་

བརྒྱ་ལྷག་རིང་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་པལ་ཆེར་མི་བཞི་ཅུ་ལྷག་ཞིག་བཀོལ་ནས་དུམ་དུག་ཅུ་རེ་དུག་ཡོད་པས་

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་བ་ཡིན་མོད།འོན་ཀྱང་ཁོང་ཚོའི་བྲིས་ནང་དོན་གཅིག་པ་

ཡིན་པ་དང་འཕྲིན་བཟང་ཀྱི་ནང་དོན་ནི་ཕུན་སུམ་ཚུགས་པ་ཡིན།

གང་ལྟར་ཀྱང་ཚུམ་པ་པོ་ནི་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཡོད་ཆད་དཀོན་མཆོག་ལས་འོང་བ་ཡིན།

གཤམ་སྒྱུང

༡༥ དམ་པའི་གསུང་རབ་འབྲི་མཐའ་ཀྱི་མི་སྣ་()(གཉིས་འདེམས་དགོས)

༡) མི་འགའ་ཞིག་

༢) རྒྱལ་པོའི་ཁོང་ཚོ་ལ་སློ་ཕོགས་བྱིན་རྗེས་བྲིས་བ་ཡིན།

༣) རྣམས་འཁྲུལ་མང་པོ་བྲིས་བ་ཡིན།

༤) གསུང་རབ་འབྲི་སྐབས་དམ་པའི་སྤྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཁེངས་བ་ཡིན།

ལོ་མང་པོའི་ཐོན་ལ་དཀོན་མཆོག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱུག་ནམས་ལ་དཔེ་དེབ་དུམ་པ་དུག་ཅུ་རེ་དུག་པོ་དེ་

མཉམ་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་ཅུ་བཅུག་པ་དང་དེའི་མིང་ལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན།
 ཟླ་ཚན་དང་པོ་ལ་དུམ་པ་སུམ་ཅུ་སོ་དགུ་ཡོད་པ་དང་དེ་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གཤིག་མ་འབྲུངས་བའི་ཐོན་ལ་བྲིས་པ་
 ཡིན་པས། ང་ཚོའི་དེའི་མིང་ལ་<ཞལ་ཆད་རྟིང་བ>ཟེར།
 དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཟླ་ཚན་གཉིས་བའི་མིང་ལ་<ཞལ་ཆད་རྟིང་བ>ཟེར།
 དེ་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གཤིག་མ་འབྲུངས་བའི་ཐོན་དང་འབྲུངས་བའི་རྩིས་ནས་ཁོང་གི་ཅི་ཞིག་བཟོས་པ་དེ་ཡིན་པས་ང་
 ཚོའི་ཞལ་ཆད་གསར་རྟིང་གོ་བ་ལེན་ཁ་ཏ་ཅང་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ཡིན་ལོ།

གཤམ་སྒྱུང

༡༥ དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་ཟླ་ཚན་གཉིས་ཡོད་ལ་དེ་གཉིས་ནི་()

- ཀ) ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་དང་མངོན་པ
- ཁ) ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་བ
- ག) བྲིས་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་དང་ལུང་སྟོན་པའི་དཔེ་ཆ།

༡༦ དམ་པའི་གསུང་རབ་ལ་དུམ་པ་དུ་ཡོད་()

- ཀ) ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་དུམ་པ་སུམ་ཅུ་སོ་དགུ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་བ་ལ་དུ་བ་ཞལ་ཆད་གསར་བ་དུམ་པ་ཉེར་
 བདུན་ཡོད།
- ཁ) ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་དུམ་པ་ཉི་ཤུ་ཉེར་དགུ་དང་ཞལ་ཆད་གསར་བ་ལ་དུམ་པ་ཉེར་བདུན་ཡོད།
- ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་ནི་ཁྱེས་པོ་ལེད་སྐད་ཀྱི་བྲིས་བ་ཡིན་ལ་ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་ནི་ཁྱེས་ལ་སྐད་ཀྱི་བྲིས་བ་ཡིན་པས་
 ཁོང་གི་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བུ་མོ་ནམས་ལ་སྐད་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ཡིག་བསྐྱར་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཁྱེས་བ་གནང་བྲིན་ལ།
 ད་ལྟ་དམ་པའི་གསུང་རབ་འདི་སྐད་རིགས་སྟོང་གཅིག་དང་སུམ་ཅུ་ལྷག་བསྐྱར་བྲིན།

༡༧ དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་()

- ཀ) ཁྱེས་པོ་ལེད་སྐད་དང་ལ་ཉིན་སྐད་ཀྱི་བྲིས་བ་ཡིན
- ཁ) སི་པན་སྐད་དང་ཁྱེས་ལ་སྐད་ཀྱི་བྲིས་བ།
- ག) དབྱེན་སྐད་དང་ཐུ་རན་སིའི་སྐད་ཀྱི་བྲིས་བ།

ང) ལུས་པོད་ལེད་སྐད་དང་ལུས་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་སྐད་

༡༩) དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་()

༡) མི་རེ་རེའི་བྲིས་བ་ཞིག་ཡིན།

༢) སློབ་གསེལ་གསེལ་པོ་འཕྲོ་བ་ལྟོང་བའི་མའི་བྲིས་བ་ཡིན།

༣) ཆོས་དཔོན་དང་ཆོས་བ་རྣམས་ཀྱི་བྲིས་བའི་དཔེ་ཆ་ཞིག་ཡིན།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཡིག་བསྐྱར་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་ཡོད་པ་དང་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡིག་བསྐྱར་
དང་འགའ་ཤས་ནི་གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཡིག་བསྐྱར་ཡང་ཡོད་ལ་མ་གཞི་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཡིན།

གཤམ་སྐྱེད་

༢༠) སློབ་ཚན་ནང་ཡིག་བསྐྱར་བྱས་བ་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་ཡོད་()

༡) གནམ་བདག་ཆོས་ལུགས་ཡིག་བསྐྱར།

༢) སྐར་ཚུགས་ཀྱི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཡིག་བསྐྱར།

༣) རྒྱ་སྐད་ཀྱི་དམ་པའི་གསུང་རབ་ཆ་ཚང་ཞིག་

མ་ཉམ་འཛོག་གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་ཅག་ལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་མེད་ཆེ་ཆོས་ཁང་གྱི་ཆོས་དཔོན་ལ་བཤད་དགོས།

དགོན་མཆོག་གི་སྐད་རི་ལྟར་ཐོས་སྒྲུབ།

སྐྱེད་འབྱུང་ལ་ཆས་བསྐྱེད་ནས་དགོན་མཆོག་གི་སྐད་ཉན་སྒྲུབ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་དམ་པའི་སྐགས་ཉིད་བསྐྱེད་ནས་ཉན་
སྒྲུབ་ལ། དགོན་མཆོག་གི་སྐད་ལ་ཉན་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་འགའ་ཤས་ཞིག་བཟོ་དེ།

དམ་པའི་གསུང་རབ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པ།

བཞགས་ཟེན་པའི་གསུང་རབ་བསྐྱར་སྒྲོག་བྱེད་པ་དང་བསམ་གཞིགས་གཏོང་བ།

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཡང་བསྐྱར་སྒྲོག་པའི་གོམ་གཤིས་ལེགས་པོ་ཆགས་པ་དང་རང་ཉིད་སློབ་ཡོད་པའི་

ཆོག་རྣམས་ཐེངས་མང་པོར་བསྐྱར་བསྐྱེད་བྱེད་པ།

(ཐེ་མོ་ཐེའི་འཕྲིན་ཡིག་གཉིས་བཟ: ༡༥-༡༧)

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་མདོ་ཐམས་ཅད་ནི་དགོན་མཆོག་གིས་སྐུ་སློང་གནང་བ་ལས་མཛད་པའོ།

དེ་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོན་གནང་བ་དང་། སྒྲོན་འཆད་པ། ཡོ་བསང་བྱེད་པ་དང་བདེན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ཁྲིད་སྒྲོན་
བྱེད་པའི་ཐད་ལ་ཕན་ཐོགས་མཆིས་སོ། རྒྱ་མཚན་ནི་དགོན་མཆོག་ལ་གཏོགས་པའི་མི་རྣམས་ཆ་
ཡོངས་སུ་ཆང་བ་དང་། ལས་བབས་པའི་རིགས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་པར་སྟ་གོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ།

- ◆ དགོན་མཆོག་གིས་ཆོས་ཁང་ནས་ཁྱོད་ཅག་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་པ།
- ◆ ཉིན་རེར་དགོན་མཆོག་ལ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སྐབས་ཅུང་ཙམ་སྐྱགས་དགོས་ལ་དགོན་མཆོག་ཁྱོད་ཅག་
ལ་ལན་འདེབས་ངས། བསྟོད་དབྱངས་ལེན་སྐབས་ནང་དོན་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་དགོས་པ།
- ◆ ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པའི་དཔེ་ཆ་མང་པོ་ལ་བརྟ་བ།
- ◆ ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕན་ཚུན་ལ་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་བ་དང་ཁོང་གི་གསུང་བཤད་པ།
- ◆ དགོན་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ལྟར་སྐྱབ་དགོས་བ་དང་ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་ལམ་སྒྲོན་གནང་བ་ཡིན་ན་
ཁྱོད་རང་དེ་ལྟར་དགོན་མཆོག་གི་རྗེས་འབྲང་དགོས་བ་ཡིན།
- ◆ བཅས་སྟེང་ནས་དཔེ་སྟོན་བྱེད་པ་དང་དགོན་མཆོག་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དགོས།

གཤམ་སྒྱུང

ཕྱིར་མདང་ཞིག་རྒྱབ་དང་གོང་གི་འདི་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་མ་སྐྱབ་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ཏྲགས་རྒྱབ་དང་
རྗེས་ནས་མཐུད་དུ་སྐྱབ་དགོས།

གཤམ་སྒྱུང་འདྲི་ལན།

༡) ཀ

༢) ཁ

༣) ཀ) ང)

༡༩) ཁ)

༡༥) ཀ) ང)

༡༦) ཁ)

༡༧) ཀ)

၅၃) င)

၅၄) ဖ)

၅၅) ခ)

སློབ་ཚན་བཞི་བ། བྱེད་རང་ནུ་སྟན་འདོད་དམ།

སློབ་ཚན་འདིའི་སྤྱད་བྱ།

གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ནུ་མ་ཤེས།

གཙོ་བོའི་ནང་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་པ།

ཆོ་སློག་བདེ་འཇགས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་པ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་འགྲུལ་སྦྱོང་

ད་ལྟ་བྱེད་རང་གི་བྱེད་དགོས་བ་ནི་ཐུགས་པའི་ཐུགས་ཉིད་བརྒྱད་ནས་ནུ་སྟན་གསོན་པ་དང་བྱིས་པ་ཞིག་འཆར་

ལོངས་བྱུང་བ་ཇི་བཞིན་གོ་རིམ་ལྡན་པ། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ནུ་སྟན་སྟོན་ཐུབ།

དཔེར་ན།

- ◆ ཟ་མ་བཟང་བོ་ཟ་བ།
- ◆ ངལ་གསོ་ལགས་པོ་བྱེད་པ།
- ◆ ནད་ཡམས་དང་ཁ་བཤམ་བ།
- ◆ འགྲུལ་སྦྱོང་བྱེད་པ།

གཙོ་བོའི་བྱེད་རང་ལ་ཆོ་སློག་གསར་བ་ཞིག་གནང་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱི་གཙོ་བོའི་ནང་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་

པ་དང་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་བརྒྱད་ནས་བྱེད་རག་ནུ་སྟན་སྟོན་དགོས་བ་ཡིན།

རང་ཉིད་ཀྱི་རང་ལ་གཞོན་པའི་བྱ་བ་མི་ལས་བར་སྤྱུ་མཐུད་དུ་ཆེས་དགོན་པའི་ཆོ་སློག་ལ་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱས་

ནས་དགོན་

མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་བྱེད་པ། ཁྱོད་རང་དགོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ནུ་སྟན་སྟོན་དགོས་བ།

དགོན་མཆོག་གི་ཁྱོད་ལ་གནང་བའི་པན་སྤྱུ་མཆོགས་པའི་ཆོ་སློག་དེ་ལོངས་སྦྱོང་དགོས་བ་ཡིན།

གཤམ་སྤྱད་

ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་བཞི་བདམས་པ།

༡) གལ་ཏེ་དགོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ནུ་སྟན་སྟོན་དགོས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ངེས་བར་དུ་()

ཀ) རང་ཉིད་གཙང་མར་འདུག་པ

ཁ) དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བ་མང་པོ་སྒྲུབ་པ

ག) སྒྲིབ་སྤྱད་འཕྲུལ་ཆས་འཁོར་ལོ་ལ་ཉན་པ

ང) དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་པ

ཅ) རང་ཉིད་ཡིད་ཆེས་གཏོང་ཐེ་ཟབ་དུ་གཏོང་བ

ཆ) རང་ཉིད་གཞོན་པའི་བྱ་བ་མི་སྒྲུབ་པ

ཇ) འགྱུར་བཤགས་

ཉན་རེར་ཡིད་ཆེས་ཐེ་བརྟན་དུ་གཏོང་བ།

(མ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༥)

དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ཁྱེད་རང་ནར་སོན་དུ་འཕྱག་དགོས་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་དམ་པའི་གསུང་རབ་

བརྒྱུད་ནས་ཁ་བརྟན་བྱེད་པ།

(མེ་ཐུར་དང་པོའི་མདོ་༥:༥)

དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ནར་སོན་རྒྱ་ནི་མི་ཆའི་དོན་དག་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ་ཁོང་དང་

ཁ་མ་བྲལ་ན་ཁྱོད་རང་བྱིས་པ་བཞིན་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་རང་ལ་བདག་སྤྱོད་དང་བྱམས་པ་ཚད་མེད་པ་ག་
ནང་སྲིད།

དཀོན་མཆོག་གི་ལམ་ཡིན་པ་དང་དམ་པའི་གསུང་རབ་ནི་བྱིས་པའི་འོ་མ་དང་འདྲ་ལ་ཉན་རེར་སྒྲོག་པ་ཡིན་ན་

བྱིན་པ་ནར་སོན་པ་བཞིན་ཁྱེད་རང་ཡང་ནར་སོན་ངེས་ཡིན་ལ་རྒྱན་དུ་གསུང་རབ་སྒྲོག་སྐབས་དཀོན་

མཆོག་གི་མདུན་ནས་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་དགོས་ལ་མི་ཤེས་ནམས་ཡང་ཁོང་དྲིས་ཆོག་ལ་ཁ་བརྟན་བྱས་ཆོག

མ་སྒྲོག་ཐོན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་སྤོང་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དགོས།

ཁོང་གི་ཁྱོད་ལ་ཤེས་རབ་དང་སྒྲོ་བྱས་གནང་ངེས་བས་རྒྱན་པར་ཁོང་དང་ཁ་བརྟན་བྱེད་དགོས།

ཁྱེད་རང་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ནར་སོན་འདོད་ཐུབ་བཅ།

(གསུངས་མགུར་༡༡ : ༩-༡༠ , ༣, ༩༧)

དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ནི་སྤང་ཅི་མངར་ལ་ཆེ་བཟང་བའི་སྒྲིག་སྒྲིལ་ཞིག་དང་མཚུངས་མི་ཆོ་དྲིལ་བོར་
བརྒྱུད་དཀའ་བའི་དོན་བཟང་ཞིག་ཡིན།

གཤམ་སྤྱང

༡ རང་ཉིད་དཀོན་མཆོག་ལས་གི་ནར་སོན་ཅིའི་ཕྱིར་བྱས་ན་འགྲིག་() (ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་
གཉིས་བདམས་དགོས)

ཀ) ཆས་ལྷགས་ཀྱི་གནད་དོན་ཚད་པ་བྱེད་པ།

ཁ) དམ་པའི་གསུང་རབ་སྒྲིག་པ་དང་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ།

ག) བྱ་ཤ་བ་དང་འབྲས་བུ་བ།

ང) དམ་པའི་ལྷགས་ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དཔེ་ཆ་སྒྲིག་པ།

༢ བྱེད་རང་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་པར་སྒྲོ་བ་ཡོད་དམ།

འདི་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ལ་འདྲི་དགོས།

གཙོ་བོ་ལགས་ང་རང་ལ་བྱེད་རང་གི་རོགས་སྒྲོབ་དང་སེམས་གསོ་གནང་བར་སྒྲོན།

ངས་བྱེད་རང་གི་བཀའ་དང་ལེན་བྱེད་འདོད།

ངས་མི་ཤེས་བ་ནམས་དཀོན་མཆོག་བྱེད་ལ་དགའ་བའི་མི་ནམས་ལ་འདྲི་

བར་འདོད། ང་རང་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ལས་ནར་སོན་འདོད་ཡོད།

གཙོ་བོ་ནང་གི་ངལ་གསོ།

བྱེད་རང་སྤྱིར་ཞེན་བག་ཁུམས་ཞིག་ཡིན་ནམ། དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་སྒྲུབ་དཀའ་འམ།

བྱེད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་གོས་དང་འདོད་སྒོ་ལ་མི་བརྟེན་པར་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དང་བརྟེན་དགོས།

འདི་ལྟར་བྱས་ན་བྱེད་རང་མ་འོངས་བར་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགོ་བྱེད།

རྒྱ་མཚན་ནི་བྱེད་རང་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡིན་པས་ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱེད་རང་ལ་བདག་སྒྱུར་

དང་ལམ་སྒྲོན་གནང་ངེས་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་བྱེད་རང་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་

གནས་བ་ལ་དཀའ་ཁག་བྱུང་དུས་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་སྒྲོབས་པ་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཐུན་དུ་བསྐྱེད་དགོས་

ལ་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་དགོས།

ཁོང་གི་ཁྱོད་རང་ལ་ཆོ་སྒྲིག་གསར་བ་གནང་སྟབས་ཁྱོད་རང་དོན་དག་ཡོད་ཚད་ལས་རྒྱལ་དགོས།

(ཨ་ས་ཡའི་མདོ་༤༠:༣༡)

ཡ་རྟ་མ་ལ་རེ་སྒྲིག་བྱས་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཅག་ལ་སྟོབས་ཤུགས་ཚད་མེད་པ་གནང་ལ་བ་དང་།

ནམ་མཁའི་བྱ་བ་ཞིན་མཁའ་དབྱིངས་ནས་ཐིང་སྐྱོར་རིམ་ཁྱབ་ཀྱང་ཐང་མི་ཆད་པ་དང་གཤོག་རྩལ་མེད་ཀྱང་

ཅི་ལྟར་རྒྱགས་ན་ཡང་ཐང་ཆད་རྒྱ་མེད་པ་དེའོ།

ཁྱོད་ཅག་ལ་འཆོ་བ་སྤེང་དཀའ་ལག་བྱུང་སྟེང་ངམ།

ཁྱོད་རང་དཀའ་ལག་ལ་སྒྲིག་འཇུག་ལ།

ཁྱོད་ཅག་ལ་བྱ་བའི་སྤེང་གནད་དོན་དང་ཐང་ཆད་པ་ཡིན་ན་དཔལ་ལྷན་པ་ཡིན་ནམ།

དེའི་སྐབས་སུ་ཁྱོད་ཅག་གི་གཙོ་བོའི་ནང་ནས་ངལ་གསོ་བྱེད་པ་དང་བྱ་བ་དེ་དག་ལ་སྒྲིག་པ་དང་དཔལ་ལྷན་པ་

ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་དགོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ནར་སོན་པ་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་པས།

བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བུང་སེམས་ཁྲལ་མི་བྱེད་པ་དང་སྒྲིག་སྒྲུང་མེད་པ།གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་བ་ཡིན་ན་

ཁྱོད་རང་ལ་དཀའ་སྤོ་ཐོབ་པོ། ད་ལྟ་ཁྱོད་ཅག་གི་གཙོ་བོའི་ནང་ནས་ཅི་ལྟར་ངལ་གསོ་བྱེད་ངེས།

ཡེ་ཤུ་ཡིས་འདི་སྐད་དུ།

གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དཀའ་སྒྲིག་དང་བྱ་བ་ལྷ་ཆོགས་བྱུང་བ་ཞིན་པ་དང་འབྱུང་སྤྱིད་པ་ལ་སེམས་ཁྲལ་

བྱེད་མཁན་རྣམས་ངའི་མདུན་དུ་ཡོང་ནས་ངལ་གསོ་བྱས་ཆོག་ལ། ངས་ཁྱོད་ཅག་ལ་ངལ་གསོ་ལེགས་པོ་སྤེར་ངེས།

(མྱ་ཐའེ་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༡:༢༥)

བཟའ་བུ་དང་དང་གྱོན་པ་སོགས་ལ་སེམས་འཁྱུར་བྱ་མི་དགོས།

རྒྱ་མཚན་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཡབ་དགོན་མཆོག་གི་ཁྱོད་ཅག་ལ་འདི་དག་ལྷ་མོ་ནས་ཤེས་ཟེན་པས།

དེ་བས་དགོན་མཆོག་གིས་ཉིན་རེར་བཞིན་ཁྱོད་ཅག་ལ་དགོས་མཁོ་སྤོང་ངེས་ཡིན།

(མྱ་ཐའེ་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༣༡, ༣༣)

དུས་རྒྱུན་དུ་དུས་ཚོད་བཀོད་བསྒྲིགས་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱས་རྗེས་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལྷོག་འདོན་བྱེད་པ་དང་

སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་སོགས་བྱ་དགོས།

འདི་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཅག་གི་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ངལ་གསོ་བྱེད་པ་དང་ཁོང་དང་མཉམ་དུ་གནས་པ།
 ཁྱོད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་མཆོག་གི་མདུན་དུ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སྐབས་ཡོད་ཚད་ཁོང་ལ་བཅོལ་དགོས་པ་དང་
 སེམས་ཁྲལ་ཅི་ཡང་བྱ་མི་དགོས།
 རྒྱ་མཚན་སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ཡིས་ཁྱོད་ཅག་གི་གསོལ་འདེབས་ལ་གསལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།
 ཁྱོད་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཁོང་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་གནད་དོན་དག་ལྟ་ན་ཁྱོད་ལ་སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ཡིན་ཞི་བདེ་
 དང་དགའ་སྟོན་ཚད་མེད་ཞིག་གནང་ངེས་ལ།མཁུ་མཐུད་དུ་ཁོང་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་རྩིས་འབྲང་བ་ཡིན་ན་
 ཁྱོད་ཅག་ལ་ཕུན་སུམ་ཚགས་པའི་འཚོ་བ་དང་དགའ་སྟོན་ཡོད་ངེས་ཡིན་པས། རྩིས་ཕྱོགས་འཚོ་བ་ལ་
 དགའ་ཁག་ཅི་འདྲ་བྱུང་ཡང་སེམས་ཁྲལ་སྒྲུ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མི་དགོས་བར་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་འཚོ་བ་རོལ་
 ་ན་ཁོག་གི་ཁྱོད་ཅག་ལ་བྱམས་པ་དང་ཕྱགས་འཁུར་གནང་ངོ།

གཤམ་སྒྱུར་བྱེད་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྐད་ཆ་

༤)ཡེ་སེ་ཡའི་མདོ་༤༠:༣༧ཞོག་དགོས།

༥)དམ་པའི་གསུང་རབ་ནང་མ་ཐའེ་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ༡༡:༢༥•༢༤;༤::༣༧•༣༣

ཐེངས་གསུམ་ལ་ཞོག་འདོན་བྱེད་དགོས།

༦)དཀོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བ་སེམས་ཁྲལ་དང་ཁ་བྲལ་དགོས་པ་ལྟ་བུ།

ནད་ཡམས་དང་ཁ་བྲལ་ནས་རང་ཉིད་གཙང་མར་སྒྲོན་པ་

གལ་ཏེ་ཕ་མ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་པ་དག་ལ་ནད་རིགས་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བར་བདེ་ཐང་ངང་འཚར་ལོང་
 ས་བྱུང་རྒྱ་ནི་ཕ་མ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་བཅངས་བའི་ཆེ་ཐོག་མའི་བྱམས་པའི་རྒྱུ་གཞི་ཡིན་པས་ག་
 ཙམ་ལྟར་ཡེ་ཤུ་ཡང་དེ་ནང་བཞིན་རང་

ཉིད་ཀྱི་བྱ་བུ་མོ་མི་གཙང་བའི་འཚོ་བ་ལ་ཁ་འབྲལ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་བའི་འཚོ་བའི་ནད་ལྟགས་སུ་
 འཛིག་པ་དང་དེ་ལ་སྒྲུང་སྒྲོབ་བྱེད་པ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་རང་གཤེས་དང་ཆེ་མཐར་མཐུག་གི་དམིགས་ལྷལ་ཡིན་
 ་པས། ཁྱོད་ཅག་གིས་སྐབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་བརྒྱུད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་གཙང་མ་དང་ལྷས་གཙང་མ་རྒྱུན་
 འཁྱོངས་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་བསམ་སྒྲོ་དང་ཀུན་སྒྲོལ་སྤྱོད་སྤུལ་ལ་ཡང་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།

གཤམ་ཐུང

ལྟ་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ངེས་བར་དུ་མི་གཙང་བའི་གར་ཁང་དང་མི་ལེགས་པའི་ཀྱན་སྦྱོང་བསྐྱར་

དགོས་བས་རྒྱ་མཚན་ནི() (ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གཉིས་བདམས་དགོས)

ཀ) དཀོན་མཆོག་གི་རེ་བ་ཁོ་ཆོའི་དགའ་སྤྱོད་འཆོ་བ་མི་རྣམས་པ།

ཁ) སེམས་ཁམས་གཙང་མ་དང་གཙང་སྤྱོད་ངང་འཆར་ལོངས་བྱང་བ།

ག) དཀོན་མཆོག་གི་ཁོ་ཆོས་མི་གཙང་བའི་ཆོག་གཞན་ལ་མི་བཤད་པ་དང་ཀྱན་སྦྱོང་ངན་པ་མི་

སྤྱོད་པ་དང་བསམ་ངན་མི་བཅངས་བས་དུས་གཏན་དུ་བསམ་སྒོ་གཙང་མ་ཡིན་དགོས།

(མ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་པ་༥༠)

སེམས་ཁམས་གཙང་མ་རྒྱུ་འཁྱོངས་བྱེད་མཁན་ཡིན་ན་དཀོན་མཆོག་དང་ངོ་འཕྲད་ཐུབ།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཅག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒོ་གཙང་མ་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་པས་ལ་

ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་ངེས།

རང་ཉིད་སྤྱོད་ཞེན་གྱི་གནས་དང་ཁ་བྲལ་དགོས་ལ་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་གནས་དགོས།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་མུ་མཐུད་དུ་ཉེས་འགལ་གྱི་བྱ་བ་སྐྱབ་འདོད་མེད་ན་དཀོན་མཆོག་བཀའ་དང་ལེན་བྱེད་

དགོས། གལ་ཏེ་བསམ་སྒོ་ནམ་དག་ཞིག་བྱེད་དགོས་ན་འདྲ་པར་མི་གཙང་བ་དང་དུས་འདེབས་འདྲ་མིན་

སྒྲ་ཆོགས་ལ་ཡང་བཞུས་ན་ཡང་མི་འགྲིག་ལ་རྟོག་འཛིང་གི་བརྟན་འཕྱིན་ལ་བཟུ་མི་རུང་།

(གསུང་མགུར་༡༩:༡༥) ཡ་ཏྲ་མ་ནི་ང་ཡི་སྐྱབས་མགོན་དང་ང་ཡི་ཆོ་སྤྱོད་ཡིན།

གཤམ་ཐུང

མི་ཞིག་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒོ་ཆོད་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་བམ()

ཀ) ཐུབ་མོད་འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟེན་དགོས།

ཁ) མི་ཐུབ། མི་རིགས་དཀོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་བཞིན་སྐྱབ་དགོས།

ག) མི་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒོ་དང་ཡོད་ཆད་ཆོད་འཛིན་བྱེད་ཐུབ།

༩ ཐོན་ཆད་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་སྒོའི་རྟོང་བའི་ཆེད་དུ་འཕགས་ཆགས་བྱས་སྦྱོང་ངམ།

༡༠གསུང་མགུར་གི་མདོ་༡༩:༡༤འདི་བཀོལ་ནས་སྒྲིན་ལམ་འདེབས་པ་དང་ཉིན་རྒྱུ་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་དོན་
བཟང་ཞིག་ཡིན།

རང་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་ཚད་དཀོན་མཆོག་ལ་བཅོལ་དགོས་པ་དང་ནག་ཉེས་བཟོ་རྒྱུ་ཚད་ལྟ་མི་བྱེད་པ་དང་ནད་
ཡམས་དང་འདྲ་ལྷུ་བའི་བྱ་བ་རྒྱུ་མས་དང་ཁ་བྲལ་དགོས།

(ཡོ་ཏ་ནན་དང་པོ་གི་མདོ་༡:༡,༩)

ང་ཚོ་འོད་གི་ནད་དུ་བསྐྱོད་ཐུབ་ན་དཀོན་མཆོག་ནི་འོད་ཡིན་པ་དང་ང་ཚོ་ཐུན་ནག་དང་ཁ་བྲལ་ངེས་ཡིན་ལ་
ཐུན་ནག་ཞེས་བ་ནི་ང་ཚོའི་ནག་ཉེས་ཡིན་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྲུལ་གཅིག་པོ་སྤྲེ་སྐྱབས་མགོན་མ་གྱི་ཀ་ང་ཚོའི་
ཆེད་དུ་གོངས་སོང་བ་དང་ཁོང་གི་སྐྱེ་ཁག་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཤིང་རྒྱ་གྲིམས་སྤེང་ང་ཚོའི་ཉེས་བ་ཡོད་ཚད་སེལ་
བ་ཡིན་པས་ང་ཚོའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་བ་ཁས་ལེན་བྱས་ན་དཀོན་མཆོག་གི་ང་ཚོ་དྲང་བདེན་ཡིན་པ་ཤེས་རྒྱུ་
ང་ཚོའི་ཉེས་བ་མེད་པར་བཟོ་ཐུབ་པ་དང་ང་ཚོར་ཀུན་ཡངས་དང་བཟོད་བསྐྱར་བྱེད་ངེས་ཡིན།
ཡེ་ཤུ་ཡིས་སྐྱེ་ཁག་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ང་ཚོ་སྐྱབས་པ་ཡིན།

ནད་ཡམས་དང་ཁ་བྲལ་བ་དགོས་པ་དང་ཟས་དུག་པོའི་ཟ་མ་ཟ་མི་རུང་

མིའི་སེམས་ཁམས་དང་ལུས་ཁམས་ལ་གཞོན་སྟོན་བཟོ་བའི་དོན་དག་ནི་ཕྱག་དོག་ངག་བཅལ་
གཞོན་སེམས། བན་བ་སེམས་ཞེ་སྤང་འཁོན་འཛིན་ཁོངས་ཁྲོ་སེམས་ཁྲལ་སྐྱེས་ནི་མིའི་ལུས་ཁམས་ལ་
གཞོན་པ་ཆེན་པོ་འཛོལ་ངེས་པ་ཡིན།དཔེར་ན།

ཟ་མ་མི་ཁྱུ་བ་དང་ཁོག་པ་འགྲིམས་པ་དང་སྤྱིང་ནད་བྱུང་བ་སྐྱེས་ཡིན་ལ་དེའི་མི་ཚད་ད་དུང་ང་རྒྱལ་
སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེར་སེམས་བཅངས་བ་ཡིན་ན་ཆོ་སྤྲོད་ནང་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་འཛོལ་པར་བཀག་འགོག་
ཐེབས་པས་ཁྱོད་ཅག་མ་ཤུ་ཀའི་ནང་དགའ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཅག་ལ་སེམས་ནད་སྤྱི་ཚོགས་
བྱུང་ཆོ་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀ་ནི་འཛིག་རྟེན་སྤེང་ཆེ་བཟང་བའི་སྤྲན་པ་ཡིན་ནོ།

གཤར་སྐྱུང་

༡༡ཞེ་འཁོན་དང་ཁོངས་ཁྲོ་དེའི་མི་ཚད་སེམས་ཁྲལ་མང་པོ་བྱས་ན་འབྲས་བྱ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་

(ཡང་དག་པའི་བྲི་ལན་གཉིས་འདེམས་དགོས)

ཀ) ནད་རིགས་མང་པོ་འབྱུང་བ

ཁ) མིའི་ཡིད་སེམས་འཕྲོག་མི་བྱུང་བ

ག) རྣམ་ཤེས་དང་མིའི་ལུས་ཕུང་གི་དྲུག་རྩེས་

ང) ཁྱོད་ཅག་ལ་ཁེ་པན་ཡོད་པ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ

ལུས་ཕུང་ཅི་ཉར་སྦྱོང་བ་དང་བྱས་ན་ལུས་པོ་དེ་ཉར་བ་དེ་ཐང་ཡོང་བ་དང་ལུས་ལ་སྟོབས་ཤུགས་རྒྱས་བ་
ཉར་ཁྱོད་ཅག་གི་ཡང་དགོན་མཆོག་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཉར་སྦྱོང་བ་དེ་ཉར་བྱིན་རྒྱབས་གནང་བ་ཡིན་ལ།
ཁྱོད་ཅག་དགོན་མཆོག་གི་ནང་ནར་སོན་སྐབས་དགོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་གསུང་རབ་ཐེངས་
མང་པོར་སྟོག་དགོས་ལ་ཁོང་གིས་ཁྱོད་ལ་བྱ་བ་དང་འགན་འཁུར་མང་པོ་ཞིག་སྟེར་སྲིད་ལ་ཁྱོད་ཅག་ལ་
གོ་སྐབས་མང་པོ་ཡང་ཡོད་སྲིད་པས་ཁོང་གི་ཁྱོད་ལ་བཅའ་བའི་བྱ་བ་ནི་མི་གཞན་ལ་འཕྲིན་བཟང་
བསྐྱུགས་པ་དང་མི་གཞན་དང་ལྷན་དུ་མི་གཞན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་ཆོས་ཁང་ལ་སོང་ནས་
མིང་སྲིང་སྟུན་སྟེ་དང་མཉམ་དུ་གཞན་དོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་དགོས་བ་མ་ཟད།

(ལོ་ཀྱའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༩:༡༠)

ཆོས་ཁང་ནང་མིང་སྲིང་སྟུན་སྟེ་དང་མཉམ་དུ་དགོན་མཆོག་ལ་བསྟོད་པ་འབུལ་བ།

(ཡོ་ཏ་ནན་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༢༩,༣༥)

གདོན་འདྲེ་གི་གཞོན་པ་དང་ཉེས་བ་འགོག་པ།

(ཐེ་ཐུར་གི་དང་པོ་གི་མདོ་༥:༢,༩) ཁྱེད་རང་དགོན་མཆོག་གི་ནང་ནར་སོན་པ་ཡིན།

༡༩ དགོན་མཆོག་གི་ནང་བྱ་བ་ཅི་ཉར་བྱེད་དགོས། (ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གཉིས་འདེམས་དགོས)

ཀ) མི་གཞན་ལ་ཡེ་ཤུ་ཡི་འཕྲིན་བཟང་བསྐྱུགས་པ

ཁ) འཕྲིན་བཟང་ལ་འཕྱུ་དམོད་བྱེད་མཁན་དག་ཙོད་སྟེང་བྱེད་པ

ག) མི་གཞན་ཆོགས་འདུ་ལ་འགོན་བྱེད་པ།

ང) སྲིད་བརྒྱལ་རྒྱུགས་པ

གཤམ་སྒྱུང་འདྲི་ལན།

༡) ཀ) ཁ) ག) ཅ)

༢) ཁ) ང)

༣) ཁ) ག)

༤) ཀ)

༡༡) ཀ) ག)

༡༢) ཀ) ག)

སློབ་ཚན་ཁྲ་བ།

ཆོ་སྒྲིག་གསར་བ་——བྱེད་སྒྲིག་གསར་བ།

སློབ་ཚན་འདིའི་སྒྱུར་བ།

དུས་ཚོད་ཇི་ཉམས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས།

ཁྱོད་ཀྱི་སློབ་འགྱུར་སྐབས་ཇི་ཉམས་བ།

ཁྱོད་ཀྱི་སློབ་གསར་བ།

ཁྱོད་རང་བྱ་འགྲུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞུགས་མི་ཐུབ་བམ། དུས་ཚོད་ཇི་ཉམས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས།

རྒྱན་པར་ཁྱོད་ཅག་གིས་དུས་ཚོད་ཟ་དང་གཉིད་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་དུས་

འགའ་ཤས་ཁྱོད་ཅག་གི་ཅི་ཉམས་བཀོལ་བསྐྱེགས་བྱེད་དགོས། མི་ལ་ལ་ཞིག་རྒྱན་པར་ཆེད་འཛིག་ཡེང་བ་

དང་ལ་ལ་རྒྱན་པར་བྱིས་མི་དང་མཉམ་དུ་འཛོལ་བཞིན་ཡོད་དེ་ལས་གཞན་མི་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཅི་ཡང་མ་

བྱས་པར་དུས་ཚོད་སྤང་མེད་དུ་འཛིག་བཞིན་དུ་ཡོད་པས།

གལ་ཏེ་མི་ཞིག་ཡིན་ན་ངས་བར་དུས་ཚོད་བཀོལ་བསྐྱེགས་ལེགས་པོ་བྱེད་པ་དང་རང་ཉིད་དོན་དག་གཞན་

ལ་སློབ་ཡོད་པ་ན་མས་སྒྱུབ་དགོས།

གཤམ་སྒྱུར་བ།

༡ ཁྱོད་ཀྱི་ངལ་གསོའི་སྐབས་སུ་བྱ་འགྲུལ་ཅི་ཉམས་སྤེལ་བཞིན་ཡོད།

ཀ) རང་སྤང་ཉམས་བཅེ་བ།

ཁ) གཞན་ཀྱི་ཇི་ཉམས་བཤད་ན་དེ་ཉམས་བསྒྱུབ་

ག) སོལ་རྒྱན་ཀྱི་ནམ་པ།

རང་ཉིད་ཀྱི་དགའ་ཕྱོགས་བཅོས་བསྒྱུར་བྱེད་སྐབས་ཅི་ཞིག་བ།

ད་ཉ་ཁྱོད་རང་བྱིས་པ་བཞིན་མི་སྤོང་པར་བྱིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཆེད་སྒྱུད་ལ་མི་རོལ་བར་རང་ཉིད་ལ་མཁོ་བ་

དང་སློབ་ཡོད་པ་ཞིག་སྒྱུབ་དགོས་བས། ད་སྒྲིག་གསར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་རང་གཤེས་ཆོས་

ལེགས་པར་བསྒྱུར་དགོས་པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དང་ལུས་པོ་ལ་གཞོན་སྤྱོད་ཆེ་བའི་བྱ་བ་འགའ་མི་

བསྐྱབ་པར་འཆར་གཞི་ཡོད་པར་བྱ། སློབ་པ་འཕེལ་བའི་དུས་ཚོད་བཀོད་བསྐྱེགས་བྱེད་པ་དང་མི་གཞན་གྱིས་
ཁྱོད་རང་བཟ་དུས་ཁྱོད་རང་ལྟར་བཞིན་མིན་པར་བསམ་སློབ་དང་རང་གཤིས་ལ་འགྱུར་ཕྱིན་ཡོད་པ་
མངོན་དགོས།

གཤམ་སྒྱུར་

འཁྱོད་ཅག་གིས་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀ་ཁྱོད་ཅག་གི་སྐྱབས་མགོན་དུ་དང་ལེན་བྱས་བ་ནས་བཟུང་ཁྱོད་ཅག་གི་སློབ་པ་
འགྱུར་ཕྱིན་ཡོད་དམ།
ཤ ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་སློབ་ཡང་འགྱུར་ཟེན་ནམ།

ཁྱོད་ཀྱི་སློབ་མཁུ་གསར་བ།

ཁྱོད་རང་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཁྱོད་ཅག་ལ་སློབ་གསར་བ་དང་འགན་འཁུར་
གསར་བ་ཡོད། དཔེར་ན། ཟ་མ་ཟ་བ་དང་བྱ་བ་ལས་བཀག་ཉིད་པ། དེའི་མི་ཚད་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་ཚད་བདག་སྒྱུར་
བཟང་བོ་བྱེད་པ་སོགས་ནི་ཁྱོད་ཅག་གིས་སློབ་གསར་བ་ཡིན་པ་དང་དེའི་མི་ཚད་ཆེས་གལ་ཆེ་བ་ནི་དགོན་
མཆོག་ལ་དགའ་བ་དང་དུས་ཚོད་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་དགོན་མཆོག་གི་སློབ་གནང་བ་དེ་དགོན་མཆོག་དང་
ཉམས་སྲུ་རྩལ་བ།

གཤམ་སྒྱུར་

༤) དགོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་སློབ་པ་ནི་ངེས་བར་དུ་ ()

ཀ) ཁེ་བཟང་རེག་ཐུབ་བྱེད་པ།

ཁ) རང་ཉིད་ཀྱི་ལོངས་སྲུ་སྤྱོད་པ།

ག) དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་དགོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་ཁོང་གི་གནང་བའི་དགའ་སློབ་
ཉམས་སྲུ་རྩལ་དགོས། དགོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་བཀོད་བསྐྱེགས་བྱས་བ་ནི་དང་བདེན་ཡིན་པའི་ང་ཚོའི་
བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབས་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་བྱ་བ་སྐྱབ་ན་ཁོང་ཉིད་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་འདིར་
སླེབས་ནས་ང་ཚོ་ཡང་བསྐྱར་མཇུག་ཐུབ།

(མར་ཀུའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༩:༢༢-༢༧)

ལ) དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱེད་ཅག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡེ་ཤུ་ཡང་བསྐྱར་སྒྲེབས་པར་གྱ་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་པས། ཁྱེད་རང་གི་
ཚེ་བ་ནི་ག་འདྲ་ཡིན་ནམ།

ཀ) དཀོན་མཆོག་གི་སྒྲེབས་པ་དེའི་ང་རང་གི་ཚེ་བ་ལ་དགའ་སྟོང་གཟི་བརླིང་དང་དུང་ཁྱེད་པར་ཅན་གྱི་
དབང་ཐང་ཞིག་ཡོད་པས་མ།

ཁ) དཀོན་མཆོག་གི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་བསྐྱབ་དགོས་བ་དེ་ནི་ཡིད་སྟོབ་ཞིག་ཡིན།

ཁ) གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲི་ཚིག་ལྟ་བུ་གི་འདྲི་ལན་(ཀ)ཡིན་ན་ཁྱེད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་ལ་བཀའ་ཤིན་ཏུ་དགོས།

སྒྱུ་མཚན་ནི་ཁོང་གི་བྱེད་སྒྲུབ་དང་ཁྱེད་པར་ཅན་གྱི་དབང་ཆ་གནང་ངེས།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་འདྲི་ལན་(ཁ)འདེམས་པ་ཡིན་ན་(མ་ཐའེ་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༢༥:༡༤•༡༥)ལ་བརྟེན་བར་

མཛད། བྱ་བ་དེའི་དོན་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་དགོས།

ཚས་ཚྲགས་ལ་ལྷགས་པ་དང་ཚྲགས་འདུ་ལ་ལྷགས་དགོས།

དཀོན་མཆོག་གི་ཁྱིམ་ཚང་ནི་ཚས་ཚྲགས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ས་གནས་མི་གཅིག་པའི་ཡེ་ཤུ་ཚས་

ལྷགས་པ་སྒྱུ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་ནང་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་བསྟོད་པ་འབྲུལ་བ་དང་སྟོན་ལ་

མ་འདེབས་པ་སོགས་བྱེད་དགོས་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་དག་ཚས་ཚྲགས་ལ་འཁྲིད་ནས་ཡེ་ཤུ་

ཡིས་འཕྲིན་བཟང་ལ་ཉན་པ་དང་དཀོན་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་བརྟེན་པོ་འཇུགས་པ་དང་ཚས་ཚྲགས་དང་

གྲོགས་པོ་བཟང་པོའི་ལྷ་སྒྲུངས་བཟུང་བ།

འཆར་གཞི་ཡོད་པའི་སྟོན་པ་ཚས་ཚྲགས་ལ་ལྷགས་པ་དང་མི་རྣམས་ལ་དགའ་སྟོང་ཞི་བདེ་ཡིས་སྟོན་པ་

མཚམས་འདྲི་བྱ་དགོས།

སྟོབ་ཚན་འདི་དག་གི་ཁྱེད་ཅག་ལ་རོགས་རམ་ཆད་མེད་པ་གནང་ངེས།

ལྷ་ཚས་ཚྲགས་གི་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་འཇུགས་དགོས་ན།ངེས་བར་དུ་རྗེ་ལྷ་པོ་ལྟེན་

དགོས()

ཀ) ལྷ་འཇུགས་ཡོད་པའི་ཚས་ཚྲགས་དང་ཁ་བྲལ་བ།

ཁ) ཚས་ཚྲགས་ལ་ལྷགས་པ་དང་གྲོགས་པོ་མི་སྒྲིགས་པ་

ཁྱོད་ཅག་གི་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིས་མི་དང་

མཉམ་དུ་གསུང་རབ་སྒྲོག་པ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཐུབ་བཅ།

གལ་ཏེ་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱད་ནས་ཁོང་གི་གསུང་ལ་

ཉན་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་སྟོབས་ཤུགས་དང་དགའ་སྟོབས་གནང་ངེས།

༡༠ བྱིས་ཚང་གི་ཆས་ཆོགས་དང་བྱིས་ཚང་གི་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ཞེས་བའི་དོན་ནི་()

ཀ) ཆས་ཁང་ནས་བྱིས་མི་ཁོ་ན་ཆོགས་པའི་ཆོགས་འདུ

ཁ) བྱིས་མི་ཚང་མ་མཉམ་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་གསུང་རབ་སྒྲོག་པ།

གསོལ་འདེབས

ནམ་ཞིག་ལ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ།

སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཆས་ལུགས་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ་ཁྱོད་ཅག་གི་

སྟོན་ལམ་འདེབས་སྐབས་ཁོང་གི་དངོས་སུ་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་ནམ་ཡང་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་

གནས་ཡོད་པས་རྟག་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་དགོས།

- རྩ་མོ་ཡར་ལངས་རྒྱུ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་བཀའ་ངིན་ལྟ་བུ་དང་ཆབ་ཅིག་དམ་པའི་
 - སྐྱགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ལ་བསམ་སྟོང་དང་ཀུན་སྨྱོད་ཀྱི་རོགས་སྐྱོབ་གནང་དགོས་པ་སོགས་ལྟ་
- དགོས།

- ཟ་མ་མ་ཟོས་སྟོན་ལ་དཀོན་མཆོག་ལ་བཀའ་ངིན་ལྟ་དགོས།
- རོགས་པ་དང་དགོངས་མོ་ཆོགས་དགོས།
- ཆས་ཆོགས་ནས་ཆོགས་སྐབས་དུས་ཚད་མང་པོ་བཀོལ་ནས་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་མ་ཆོགས་སྟོན་ལ་

དཀོན་མཆོག་གི་མདུན་ནས་གསོལ་མ་འདེབས་པ། (མར་ཀྱའི་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༡༡:༡༧)

- རྟག་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་སྐབས་དོན་དག་ཚང་མ་དཀོན་མཆོག་གི་ཤེས་ཐུབ་ལ་ཁོང་གིས་གསན་བཞིན་
- ཡོད།

- མཆོན་མོ་ངལ་གསོ་མ་བྱས་བའི་སྟོན་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་ཉིན་གང་པོར་ཁྱོད་ལ་དགའ་སྟོབས་དང་བདག་སྨྱོང་

༡༡ གོང་གི་འཆར་གཞི་དེ་དག་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཟིན་པ་ལ་ཉགས་སྒྱུབ།

ཇི་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་དགོས།

ང་རང་གི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་མི་ཤེས་ཞེས་བཤད་ཡང་སྲིད་མོད་འོན་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུར་

བཏང་གི་གྲོགས་པོ་ལྟར་ཁ་བད་བྱས་ན་འགྲིག།

ཐོག་མར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་ན་འགྲིག།

རྗེས་ནས་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་ཆོས་ཆོགས།

ཆོས་དཔོན་ཀྱི་ཆོས་བཤད་སྐབས་སློ་གྲོས་གནང་དགོས་བ་སོགས་བཞད་ཀྱང་ཆོག།

མིང་སྲིད་སྒྱུན་ཟླའི་དཀོན་མཆོག་གི་བྱ་བ་བསྒྲུབ་སྒྱུབ་པར་རྒྱས་བ་གནང་དགོས་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོན་

ལམ་འདེབས་དགོས།

གཙོ་བོའི་གསོལ་འདེབས་པ།

(མ་ཐའེ་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༡༡_༣)

ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་གནས་བའི་ཡབ་དཀོན་མཆོག་ལགས། ཁྱེད་རང་སྒྱུར་དུ་བྱིར་སླེབས་སྒྱུབ་པར་སྒྲོན།

དུས་རྒྱུན་ང་ཚོ་ལ་ཁ་ཟས་གནང་བ་དང་ང་ཚོའི་བྱ་ལོན་ཡོད་ཆད་འཇལ་བ་ལ་བཀའ་བྲི་ཆེ་ལྷ།

ང་ཚོའི་དཀོན་མཆོག་ཁྱེད་རང་ཉམས་ལེན་ཁོ་ན་མི་བྱ་བར་ཁྱེད་རང་སེམས་སྟངས་ནས་དང་ལེན་བྱེད་པར་སྒྲོན།

ང་ཚོའི་བསགས་པའི་སྤྲིག་པ་ཡོད་ཆད་ཁྱེད་ཀྱི་མཆོན་བརྒྱུད་ནས་བཤགས་པར་གྱུར།

ང་ཚོ་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་སྲིད་ལ་འགོ་སྐྱབ་པར་སྒྲོན།

དུས་གཏན་དུ་དབང་ཆ་དང་གཟི་བརྟེན་ཡོད་ཆད་ཁྱེད་རང་ལ་དབང།

ཨ་མེན། ལགས་སོ།

གཤར་སྒྱུར་

གསོལ་འདེབས་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ།

༡༩ དགོན་མཚན་ལ་བསྟོད་དབངས་འབུལ་ན་གཙོ་བོ()

༡) མགིན་པ་ལེགས་དགོས་བ

ཁ) གཟའ་མཇུག་གི་ཚས་ཚགས་ནས་བསྟོད་དབངས་འབུལ།

ག) དགོན་མཚན་གཟི་བརྗེ་དཔེ་ཡིས་ཆེད་དུ་སེམས་སྦྱང་ནས་བསྟོད་དབངས་འབུལ་བ།

ཡེ་ཤུ་བདེན་དཔང་བྱེད་པ་དང་འཕྲིན་བཟང་བསྒྲགས་པ།

བདེན་དཔང་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་ཞིག་ལ་མཚན་ན་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ།

རང་ཉིད་ཀྱི་བྱིམ་མི་ཡོངས་ལ་བདེན་དཔང་བྱེད་དགོས་བ་མ་ཟད་ཤ་ཉེ་དང་ཐང་ལམ་གྱི་མི་རྣམས་ལ་བདེན་ད

པང་བྱེད་དགོས། ཚས་ཚགས་གི་མི་རྣམས་ལ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཅིའི་ཕྱིར་དགོན་མཚན་ལ་ཡིད་ཆེས་

དང་ལེན་བྱས་བ་ཡིན་པ་སོགས་གནས་ལྷགས་གསལ་བོར་བཤད་དགོས།

གཙོ་བོའི་ཡེ་ཤུས་འདི་སྐད་དུ་ཁྱོད་ཅག་གི་ང་རང་ངོ་ཤེས་བ་མིན་ན་ངའི་ཡང་ཡབ་དགོན་མཚན་གི་མཇུག་ནས་
'ཁྱོད་ཅག་ཤེས་མི་སྲིད།

༡༩དགོན་མཚན་གི་ཁོང་གི་བྱ་བ་མོ་ལ()

༡) དགོན་མཚན་གིས་ཁོང་ཚོ་འོས་འགན་བྱིན་པ་རྣམས་མ་སྦྱབ་ཀྱང་ཚོགས་

ཁ) དགོན་མཚན་གིས་ཁོང་ཚོ་ལ་འོས་འགན་གནང་བ་རྣམས་མི་རྣམས་ལ་བཤད་དགོས

འཕྲིན་བཟང་བསྒྲགས་པ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་ནང་གལ་ཆེ་བའི་བྱ་འགུལ་ཞིག་ཡིན་པས་མི་ལ་ལ་ཞིག་གི་ཚས་

དཔོན་གི་བྱ་བ་བསྒྱབ་དགོས།

དཔུལ་སྒྲོར་གྱི་ཞལ་འདེབས་རྒྱག་པ་དང་དུར་ཐག་གིས་རོགས་རམ་བྱེད་པ།

འཕྲིན་བཟང་བསྒྲགས་རྒྱ་ནི་དགོན་མཚན་ནང་མི་རེ་རེ་ལ་འགན་འཁུར་ཡོད་པ་དང་ཡབ་དགོན་མཚན་གི་རེ་བ

'ཁོང་གི་བྱ་བ་མོ་ཚང་མས་སྒྲ་ཕོགས་འཕྲ་བ་བསྒྱབ་པའི་ཡོང་སྒོ་ལས་བརྩ་ཆའི་གཅིག་ཞལ་འདེབས་རྒྱག་པ་

དང་དེའི་ཡོངས་སྒོ་མི་སུ་ཞིག་གིས་འཕྲིན་བཟང་བསྒྲགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཞལ་འདེབས་གྱི་སྒྲོར་མའི་རོགས་རམ་

བྱེད་དགོས། ཞལ་འདེབས་འཕྲོ་མ་ཚས་དཔོན་ལ་སྟོན་དགོས་བ་དང་ཆབ་ཅིག་ད་དུང་ཚས་ཁང་གི་སྟོག་རིན་

དང་ཁང་སྒྲ་སོགས་སྟོན་དགོས།

༡༥བཙུ་ཆའི་གཅིག་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་བ་ཞེས་བའི་དོན་()

ཀ) ཡོང་འབབ་ཡོད་ཚད་ལས་བཙུ་ཆའི་གཅིག་དཀོན་མཆོག་ལ་འབྲུལ་བ

ཁ) རྒྱ་ལོ་ཡོད་ཚད་ལས་བཙུ་ཆའི་གཅིག་དཀོན་མཆོག་ལ་འབྲུལ་བ

ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ལས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཞལ་འདེབས་རྒྱག་པ་ནི་མི་རེ་རེའི་འགན་འཁུར་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་ང་ཆའི་ཁ་ཟས་དང་བྱ་བ་ཡོད་ཚད་ཁོང་གིས་ང་ཆོ་ལ་གནང་བ་ཡིན་པས་ངེས་བར་བཙུ་ཆའི་གཅིག་

ཞལ་འདེབས་རྒྱག་དགོས།

ཁྱེད་ཅག་གི་ཞལ་འདེབས་ལུལ་བ་དེའི་ཁྱོད་ལ་དོན་གསུམ་གྱི་སྤྲོད་བྱིན་རྒྱབས་གནང་བ།

༡ དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་གནང་བ

༢ དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནས་ཁྱོད་རང་ཡིད་འཛིན་སྒྲིབ་དང་དགའ་སྤྲོད་ཚད་མེད་ཡོད་པ

༣ སྤྲོད་སེམས་རབ་རྒྱ་འཁོལ་བ།

(ཀོ་རིན་ཐུབ་པ་གཉིས་བའི་མདོ་༩:༧)

གལ་ཏེ་སྤྲོད་སེམས་ཡིན་ཅུང་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་སྐབས་གཉའ་གཞོན་དང་བཅན་སྐྱེལ་མ་བྱས་བར་རང་རྟོགས་གྱི་

འབྲུལ་བ་ཡིན་ན་དཀོན་མཆོག་གི་བྱམས་པ་གནང་ངོ་།

༡༦དཀོན་མཆོག་གིས་དངོས་བའི་སྤྲོད་ག་འདྲ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་གནང་སྤྲོད་()

ཀ) དུལ་སྐར་གང་མི་གཏོང་བའི་མི་རིགས་ལ

ཁ) བཙུ་ཆའི་གཅིག་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་མཁན

རྒྱུ་ཐག་གིས་རོགས་རམ་བྱེད་པ

གཟའ་མཇུག་ལ་ཆོགས་སྐབས་ཆོགས་སའི་ཡུལ་ལ་གཙང་སྤྲོད་དགོས་པ་དང་དེ་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་ལས་ཀ་

ཡིན་པས་བསམ་སྒོ་ཡང་དག་པ་བཅངས་དགོས་ལ། བྱ་བ་ཅི་ཞིག་ལས་དགོས་བ་ཆོས་དཔོན་ལ་གོས་བརྒྱར་

བྱས་ན་འགྲིག།

གཤར་སྤྱང་

༡༧ ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་ཞིག་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་()

ཀ) ཚེས་དཔོན་གྱི་བཀོད་བསྐྱེགས་བྱས་པ་ལྟར་བསྐྱབས་དགོས

ཁ) ཚེས་དཔོན་གྱི་ཁྱེད་བྱེད་པར་སྐྱགས་པ།

ཚེས་ཚྲིགས་ཀྱི་ཅ་འཇུགས་བྱས་པའི་བྱ་འགུལ་ལྟ་ཚྲིགས་ལ་ཞུགས་པ།

ཚེས་ཚྲིགས་ནང་རྒྱན་པར་ཅ་འཇུགས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་ལྟ་ཚྲིགས་ཡོད། དཔེར་ན། མི་གཞན་ལ་འཕྲིན་བཟང་

བསྐྱགས་པ་དང་འགོ་འཁྲིད་ཀྱི་འགན་འཁུར་བ་བཅས་ཡིན་ནོ།

གཤམ་སྦྱང

༡༩ རང་ཚེས་ཚྲིགས་ཀྱི་ཅ་འཇུགས་བྱས་པའི་བྱ་འགུལ་ལ་ཞུགས་བཞིན་ཡོད་དམ། གལ་ཏེ་མེད་ན། ཁྱོད་རང་

ཞུགས་འདོད་དམ། རྩོགས་གང་ལ་ཞུགས་ན་འདོད།

ཁྱོད་རང་བྱ་འགུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞུགས་མི་ཐུབ་བམ།

འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡོངས་ལ་སེམས་འཁུར་ཅི་ཡང་མི་བྱ་བར་དགོན་མཆོག་གི་དགོངས་པ་དང་

མཐུན་པའི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་ཐར་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར་ལ།

དགོན་མཆོག་གི་བྱམས་པ་བརྒྱད་ནས་མི་གཞན་ལ་རོགས་རམ་དང་ཐུགས་ཁུར་

གནང་དགོས།

གཤམ་སྦྱང་འདྲི་ལན

༡) ཀ

༤) ཀ

༧) ཀ

༩) ཀ

༡༠) ཁ

༡༣) ཁ

༡༤) ཀ

༡༥) ཀ

၅၆) ဃ

၅၇) င

ཐེ་ཚན་གཉིས་བ་སྒྲོལ་ཚན་བྱུག་པ། བྱོད་ཀྱི་ཚད་ཐིག་གསར་བ།

ཚད་ཐིག་དེ་སྤྱི་ཞིག་གིས་གཏན་འཁེལ་བྱས་བ།

གནས་གང་ནས་བྱོད་ཀྱི་ཚད་ཐིག་དེ་དག་རྟེན་པ་ཡིན།

ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ཚད་ཐིག་འོས་འཚམ་ཡོང་ཐུབ།

ཚད་ཐིག་ཡང་དག་པའི་ལེགས་འགྲུབ

ཚད་ཐིག་དེ་སྤྱི་ཞིག་གིས་གཏན་འཁེལ་བྱས་བ་ཡིན།

བྱིས་ཚང་ནས་པ་མས་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཚད་ཐིག་ངེས་ཅན་གྱི་སྒྲོལ་གསོ་གཏོང་བ་དང་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་

འོས་བ་དང་གང་ཞིག་སྐྱབ་མི་འོས་བ་སོགས་མཚུབ་སྟོན་གནང་མོད་འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་

བསམ་བཞིན་བྱ་མི་ལེགས་པ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་པ་མ་རྣམས་སེམས་ཉ་ཅང་སྤྲུག་པོ་བྱུང་བ་དང་།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཀྱང་རང་གི་བྱ་བ་མོ་ལ་སྒྲོལ་གསོའི་ཚད་ཐིག་གསར་བ་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད་ལ་

ཁོང་ཚོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་བ་ཡང་ལམ་སྟོན་གནང་ཡོད་པས། འཚོ་བ་དང་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་

ལེགས་པོར་ཡོང་ཚད་ངེས་ཅན་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བྱས་བ་ཡིན།

ཀྱོག་རིམ་ལྡན་པའི་བྱིས་ཚང་ཞིག་ལས་སྤྱི་ཞིག་གི་བྱིས་པ་ཚོ་ལ་ཚད་ཐིག་གསར་བ་གཏན་འཁེལ་བྱས་བ་ཡིན་

()

ཀ) བྱིས་པ་ཚོ་

ཁ) བྱིས་མཚོས་

ག) པ་མ་གཉིས་

༡ ང་ཚོ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་རྣམས་ལ་ཚད་ཐིག་ངེས་ཅན་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་དབང་ཆ་()

ཀ) ང་ཚོའི་ཡབ་དཀོན་མཆོག་

ཁ) ང་ཚོའི་བཟུང་ཡོད་པའི་ས་སྤུལ་གྱི་རིག་གནས་

ག) ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཡིན།

བྱོད་ཀྱིས་ག་འདྲ་བྱས་ན་ཚད་ཐིག་ངེས་ཅན་ཞིག་འཚོལ་ཐུབ

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་རྣམས་ལ་འཚོ་བ་གསར་བ་བསྐྱུན་པ་དང་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁོང་
ཚོ་ལ་ཚད་ཐིག་གསར་བ་གནང་བ་ཡིན་ལ།

མི་རྣམས་ཀྱི་ཚད་ཐིག་གསར་བ་འཚོལ་འདྲོད་ན་ཞལ་ཆད་རྟིང་བ་ལ་བཟླ་བར་བྱ།

དཀོན་མཆོག་གི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲུལ་གཅིག་པོ་མ་མེ་ཡུལ་ལ་བསྐྱགས་པ་ཡིན་པས་དཀོན་མཆོག་གི་འཚོ་བ་དང་
བསྐྱུན་ནས་ཁོང་གི་སྤྲུགས་དགོངས་འགལ་ཟླ་གྱུར་ན་མི་འགྲིག།

གཤམ་སྦྱང

4 སྤྱི་ཞིག་གིས་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པས་འཚོ་བ་མིག་དཔེ་འཛོག་སྤྱབ་()

ཀ) ཚས་དཔོན

ཁ) ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ།

ག) ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་གཞན

5 ཡེ་ཤུ་རི་མགོ་ནས་བཀའ་སློབ་ཚན་པ་བརྒྱད་གནང་བ་ནི་()

ཀ) ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་ལུ་ལྷ་པ་དང་དྲུག་པ་བདུན

ཁ) མར་ཀྱའི་འཕྱིན་བཟང་གི་ལུ་ལྷ་པ་དང་དྲུག་པ་བདུན་པ

ག) ཡོ་ཏ་ནན་གི་འཕྱིན་བཟང་ལུ་ལྷ་པ་དང་དྲུག་པ་བདུན་པ

6 ཡེ་ཤུ་ཡིས་རི་འགོ་ནས་བཀའ་སློབ་གནང་བ་()

ཀ) ཁོང་གི་མི་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ན་རི་བོ་གནས་སྤོར་བྱེད་སྤྱབ་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།

ཁ) དབྱི་ལི་ས་ལན་གི་རི་བོ་དག་སྤོང་མོ་བྱས་བ།

ག) ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀས་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་ལ་ཚད་ལྡན་གི་འཚོ་བའི་ཕྱོགས་བཀའ་སློབ་གནང་བ།

ཐོག་མར་སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་ཡིས་ཁོངས་སྦྱང་བྱེད་མཁན་དང་མི་གཞན་ལ་རོགས་སྦྱོར་གནང་མཁན་དག་

ལ་བྱིན་རྒྱལས་གནང་བ་དང་ཆབ་ཅིག་ཁོང་གི་ཆེད་དུ་མནར་གཅོད་མྱངས་མཁན་ལ་ཁོང་གི་བྱམས་པ་དང་རང་

གི་དབྱེ་བོ་རྣམས་ཐོགས་པོ་གི་ཉ་སྟངས་འཛིན་པ་ལ་ཁོང་གི་གཅེས་པ་ཡིན།

དེ་བས་མི་སྤྱི་ཡིན་ཅུང་མི་ཞིག་གིས་བྱ་བ་མི་འོས་བ་ཞིག་ལས་ཟེན་ན་དེ་ལ་བཟོད་སྒོམ་གནང་

བ་དང་སྒོན་ལམ་འདེབས་པ་བཅས་བྱེད་དགོས།

གཤམ་སྒྱུང་

༤ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་ལེའུ་ལྔ་བ

དགོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་བཀའ་སློབ་གནང་སྐབས་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་བཞག་ཡོད་ལ་དེ་དག

() (ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གཉིས་བདམས་དགོས)

ཀ) ཁེངས་སྒྱུངས་བྱེད་པ

ཁ) དགོན་མཆོག་གི་གསུང་བ་ལྟར་བསྐྱབ་པ།

ག) མི་ངན་རྣམས་ལ་འཁོན་ལན་བསློག་པ།

ང) རྒྱན་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་དགའ་སྤྲོད་ཆེད་དུ་འཚོ་བ་རོལ་

༡

ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་པོ་༥:༡༩-༡༩ཡེ་ཤུ་ཡིས་འདི་སྐད་དུ་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཡིན་ན་()

(ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གཉིས་བདམས་པ)

ཀ) འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་ཚང་མ་ལྟ་བུ་མཁོ་བ་ལྟར།

ཁ) རོར་འཁྲུལ་བྱ་བ་སྐྱབ་མི་སྲིད་པ

ག) འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད་དང་མཚུངས་བ

ང) མཛོས་སྒྱག་ལྟན་པའི་མེ་ཏོག་དང་མཚུངས་བ

༢ ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༢༡-༣༠ཐ་ཆོག་སློག་པ་ནི་()

(ཡང་དག་པའི་འདྲི་ལན་གཉིས་བདམས་དགོས)

ཀ) རྒྱན་འཕྱགས་པའི་བྱ་བ།

ཁ) ཁོང་ཁོ་དང་འཁོན་ལན་སློག་པ

ག) ཀུན་སྒྱུད་མི་ལེགས་པ་དང་ལོག་གཡེམ་བྱེད་པ།

ང) བཅུ་ཆའི་གཅིག་ཞལ་འདེབས་སྤུལ་བ།

༡༠ ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༤༩-༥༡ དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་གནང་བའི་བཀའ་སློབ་()

ཀ) ང་ཚོ་ལ་དགའ་བའི་ཁོ་ན་ལ་དགའ་བ

ཁ) ང་ཚོའི་དག་པོ་ལ་བྱམས་པ།

ང་ཚོའི་ཡེ་ཤུ་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་མི་རྣམས་ལ་ཅི་ལྟར་མི་གཞན་ལ་གཅེས་དགོས་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ག་
ནང་ཡོད་པ་ནི།

(ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༧:༡༢)

མི་གཞན་གྱི་ཁྱོད་རང་ལ་ཅི་ལྟར་སྡེ་ལེན་བྱེད་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཡང་དེ་ལྟར་སྡེ་ལེན་བྱེད་དགོས།

ང་ཚོ་ང་རྒྱལ་དང་སྤེལ་སེམས་ འཁོན་འདྲེས་དང་མི་གཞན་ལ་སྦྱོན་བརྗོད་བཅས་བྱ་མི་རུང་བ་མ་ཟད།

རྟག་ཏུ་དད་ལྡན་སྒྲོལ་གཅིགས་སུ་མི་འཛིན་པ་དང་།

བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་ན་དཀོན་མཆོག་གི་ཆེད་དུ་ཡིན་དགོས་བ་དང་ཁོང་གི་གསུང་དང་མཐུན་པའི་བྱ་བ་སྐྱབ་
དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་བྱིན་ཆ་བས་གནང་ཅིང་།

གཤམ་སྦྱང

༡༡ ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་ལཱ་ལྷ་ལ་སེམས་ལ་འཛིན་དགོས།

༡༢ དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་ཅག་ལ་མི་རྣམས་ལ་ཅི་ལྟར་གཅེས་དགོས་བའི་ཐབས་ལམ་ནི་()

ཀ) དུས་ཚོད་ངེས་ཅན་ཞིག་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་བསྐྱབ་འོས་བའི་བྱ་བ་སྐྱབ་པ

ཁ) མི་གཞན་གྱི་ཁྱོད་ལ་ཅི་ལྟར་བྱས་ན་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས།

ག) ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་ལྟར་མི་རྣམས་ལ་བྱས་ན་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དེ་ལྟར་བྱེད་ངེས།

༡༣ ལྷ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༥:༩-༡༡ ཡེ་ཤུ་ཡིས་འདི་སྐད་དུ། ང་ཚོའི་དཀོན་མོན་ཡོད་ཚད་གང་དུ་ཉར་
ཆགས་བྱས་ན་འགྲིགས་()

ཀ) རྣམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས།

ཁ) ས་གཞི

ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་རང་མི་ཆད་ཕན་ཞིག་དུ་འགྱུར་ཐུབ་བཅ།

མི་ནུམས་ལ་དགོན་མཆོག་མེད་ན་བྱ་བ་ཚད་ལྡན་ཞིག་སྐྱབ་མི་ཐུབ་ཡེ་ཤུ་ཡིས་ཐུ་མོ་ནས་ཤེས།

མྱ་ཐའེ་འཕྱིན་བཟང་གི་མདོ་༤:༩-༡༥ལས་གཙོ་བོའི་སྒྲོན་ལམ་ཞེས་བའི་སྒྲོན་ཆོག་དེ་བརྒྱད་ནས་དགོན་
མཆོག་ལ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་ལ་དགོན་མཆོག་གིས་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་བྱིན་ཆུབས་
གནང་བར་ཀྱང་སྲིད།

དགོན་མཆོག་གི་ཚད་ལྡན་དེར་མ་ཐོན་བ་ཡིན་ན་སེམས་ཁུལ་བྱེད་མི་དགོས་ལ་ཐུ་མཐུད་དུ་འབད་བཅོན་.....
བྱེད་དགོས་བ་དང་གལ་ཏེ་མི་ཞིག་ཡིན་ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་སྤོའ་ན་ལ་བསྐྱུན་བ་དང་དགོན་མཆོག་ལ་མི་
བརྟན་བ་ནི་ཤམ་ཁའི་རྩ་བ་ཡིན་ནོ། དེ་མི་ཞིག་གི་ཁང་བ་བཟོ་བ་དང་མཚུངས་ལ་གལ་ཏེ་མང་གཞི་བརྟན་པོ་
ཞིག་བརྟེན་མ་ཐུབ་ན་ཆར་རྒྱུད་ཁྲོད་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་མི་ཐུབ་པ་དེ་བཞིན་ཁྱོད་རང་ནམ་དག་གི་ཡེ་ཤུ་ཆོས་
ལྷགས་བ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ན་དགོན་མཆོག་གི་ནང་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་དང་ཚད་ལྡན་གི་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལྷགས་བ་
ཞིག་གིས་འགྱུར་དགོས།

གཤམ་རྒྱུད

༡༧

མདུ་ཀའི་གསུངས་ལ་ཉན་བ་ཡིན་བ་དང་ཚད་ལྡན་གི་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལྷགས་བ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་བྱ་བ་()

ཀ) མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁང་བ་བྱེ་མའི་སྤྱེང་ལ་བརྟེན་པ།

ཁ) མི་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁང་བ་སྤྱི་ཞིང་བརྟན་པོའི་དོའི་ཐོག་དུ་བརྟེན་པ།

གཤམ་རྒྱུད

༡) ཀ

༢) ཀ

༣) ཀ

༤) ཀ

༥) ཀ

༦) ཀ ཀ

༩) ཀ ཁ

༡༠) ཁ

༡༡) ག

༡༢) ཀ

༡༣) ག

༡༤) ཁ

༡༥) ཁ

སློབ་ཚན་བདུན་པ། ཁྱེད་ཅག་ལ་རོགས་རམ་གནང་མཁན་ཞིག་ཡོད་།

སློབ་ཚན་འདི་ལས་སྤྱད་བྱ།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ནི་ཁྱེད་ཅག་ལ་རོགས་སྐྱོབ་གནང་མཁན་ཡིན།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ལས་འཐོབ་པའི་འབྲས་བྱ།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་བརྒྱད་ནས་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཚད་ཁྱེད་ཅག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་གནང་བའི་ལེགས་སྐྱེས་སྣ་ཚོགས།

དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ནི་ཁྱེད་ཅག་ལ་རོགས་སྐྱོབ་གནང་མཁན་ཡིན།

མིག་སྔར་ཁྱེད་ཅག་ལ་འདི་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ལ་འདི་ནི་ངེ་འདྲའི་རྣམས་འཛིང་ཆེ་བ་

ཞིག་རེད་བསམ་ཡང་དེ་འདྲ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡིན་མི་སྲིད་པས། ཡེ་ཤུ་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལྟར་

བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་བྱ་བ་ཡོད་ཚད་ལས་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྱེད་ཅག་གིས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་དགོས།

ཡེ་ཤུ་ཚེས་ལྷགས་ཀྱི་འཆོ་བ་ནི་མི་གཞན་ཀྱི་གཏན་འཁེལ་བྱས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་ནང་བྱ

་བ་བསྐྱབ་དགོས་བ་དང་དགོན་མཆོག་རང་ཉིད་ཀྱི་གཙོ་བོ་བརྟེན་དགོས་བ་དེ་ཡིན། དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་

ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་སྤེང་ནས་གནས་དགོས་བ་དང་བྱ་བ་ཡོད་ཚད་ཁོང་ལ་བཅོལ་དགོས་བ་ཡིན།

༡ དགོན་མཆོག་གིས་བསྐྱགས་པའི་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་མཁན་དེ་སུ་ཡིན།()

ཀ) ཡལ་དགོན་མཆོག་དང་ཁྲིམས་དཔོན

ཁ) ཚེས་དཔོན

ག) དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད

ཡེ་ཤུ་ཚེས་ལྷགས་བའི་འཆོ་བ་ནི()

ཀ) བཀའ་ཁྲིམས་སྤྱད་དགོས

ཁ) མི་བཟང་ངེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་བའི་དོན་ལ་སེམས་ཁུལ་བྱེད་དགོས་བ

ག) མ་གཤིག་འདི་ནང་འདུག་པ་དང་ཡོད་ཚད་དགོན་མཆོག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་དང་དགའ་སྟོན་ཡོད་པ

ང) དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་དགོས་པ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་སྤྲོད་ནས་
 བཞུགས་རྒྱུ་ཁོང་ལ་བརྟེན་དགོས།
 དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ནི་མཐོང་མི་ཕྱབ་མོད། འོན་ཀྱང་གང་སར་ཡོད་ལ་སྐྱབས་མགོན་ཡེ་ཤུ་འཇིག་རྟེན་.....
 ཡོད་དུས་གནས་ངེས་མེད་དུ་གནས་བས་ང་ཚོ་ལ་སློབ་སྟོན་དང་སྒྲེ་འཁྲིད་བྱེད་ངེས་བས། གལ་ཏེ་ང་ཚོ་ཚང་
 མས་ཁོང་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ན་མའི་རང་གཤིས་རྩ་བ་ནས་བསྐྱར་ཕྱབ་ལ་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་པ་ནུམ་དག་ཞིག་
 གིས་འགྱུར་ཕྱབ་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་པར་ཀྱན་སྦྱོད་ལེགས་པོ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྟོག་མངར་མོ་
 བཞིན་ཡབ་དཀོན་མཆོག་དང་མཉམ་དུ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྟོག་རྩོམ་སྦྱོང་བྱེད་ཕྱབ།

(ཅ་ལ་ཐད་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༥ : ༡༩-༢༣)

ཕྱགས་ཉིད་དང་བསྐྱབ་ཏེ་འགྲུལ་ཞིང་། བདག་འཛིན་གྱི་འདོད་པ་མ་མ་སྐྱབ་གྱི་ཅིག་ཅེས་ངེས་ཟེར།
 བདག་འཛིན་གྱི་འདོད་པས་ཕྱགས་ཉིད་ལ་སྟོན་ཞིང་། ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་བདག་འཛིན་སྟོན་ལོ། དེ་གཉིས་མི་
 མི་མཐུན་པས། དགོས་པ་དེ་ཁྱེད་ཚོས་མི་ཕྱབ་པོ། ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱེད་འཁྲིད་པར་མཛད་ན། བཀའ་ཁྲིམས་
 ཀྱི་འོག་ན་མེད་དོ། བདག་འཛིན་ལས་རྣམས་གསལ་ཞིང་། འདོད་ལོག་དང་། མི་ཚངས་པ་དང་། བག་མེད་སྦྱོད་
 པ་དང་། སྐྱེ་འདྲ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ངན་ལྷགས་དང་འཁོན་སེམས་དང་། ཚྱོད་པ་དང་། ལྷག་དོག་དང་།
 ཁྲོ་བ་དང་། རང་འདོད་དང་། དབྱེན་འབྱེད་པ་དང་། ལྷ་བའི་འཁོན་དང་། འགན་སེམས་དང་། ར་བཟེ་བ་དང་།
 བག་མེད་པར་ཟ་བ་ལ་སོགས་པའོ། དེ་ལྟར་སྦྱོད་པ་རྣམས་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་ཞོར་སྐལ་མི་ཐོབ་ཅེས་
 ཅེས་ངས་སྟོན་ལའང་སྐྱས་པ་ཡིན་དའང་སྟོའོ།
 ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི། བྱམས་པ་དང་། དགའ་སྦྱོར་དང་། ཞི་བདེ་དང་། ཐེག་པ་སྤྲོད་རྗེ་དང་། བཟང་པོ་དང་།
 བྱི་ཐག་རིང་བ་དང་། དུལ་པོ་དང་། བརྩན་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་དང་མི་མཐུན་པའི་བཀའ་ཁྲིམས་མེད།
 མ་ཤི་ཀའི་ཡིན་བདག་འཛིན་ནི་དེའི་ཞེན་པ་དང་འདོད་པ་བཅས་རྒྱང་གིང་ལ་བསད་པ་ཡིན་ནོ།
 ང་ཚོ་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་ཀྱིས་གསོན་ན། ཕྱགས་ཉིད་དང་བསྐྱབ་ཏེ་སྦྱོད་ཀྱང་དགོས། ངོམ་སེམས་དང་།
 ཕན་ཚུན་བརྒྱག་སེམས་དང་། འགན་སེམས་མ་བྱེད་ཅིག
༤ དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རྟོག་ནི། ()

ཀ) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་

ཁ) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ནི་ང་ཚོའི་མིའི་གཤེས་སྡེང་བྱང་པའི་དངོས་གཟུགས་ཁྱད་འཕགས་ཅན་ཞིག་ཡིན།

ལ) ཅེ་ལ་ཐད་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་ལྔ : ༡༢-༡༣ སྒྲུབ་བཟུང་དགོས།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་བརྒྱུད་ནས་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ།

ང་ཚོ་མི་ཚང་མ་ལ་འདོད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་དྲན་ཚུལ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ལས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལ་

བརྟེན་ནས་བྱ་བའི་ལས་མི་བྱེད་པར་རང་སྤང་གང་བཟུང་བྱེད་པ་དེ་ནི་མིའི་རང་གཤེས་ཡིན་ཁོ་ན་

ཡིན་པས། སྐབས་འགར་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ལ་ལ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་ལ་ལ་ཞིག་བསྐྱབ་མི་

བྱང་བ་དེ་ཤེས་དགོས། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ང་ཚོས་སེམས་སྡེང་ནས་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་བ་

བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོ་ལ་སྤུལ་མ་གཏོང་བ་དང་ལམ་སྟོན་གནང་ངོ།

(ཅེ་ལ་ཐད་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་ལྔ : ༡༢-༡༣) ཁྱོད་ཅག་ཚང་མ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལྟར་བྱ་བ་བསྐྱབ་

དགོས་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་ལུས་ལྷང་ཀྱི་སྦྱོད་པ་བྱེད་མི་བྱང་ལ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་བརྒྱུད་ནས་བྱ་བ་བསྐྱབ་ན་ཁྱོད་རང་ལ་ཐར་བ་

འཐོབ་གོ།

ཆེ་ལ་ཐད་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་ : ༡༤ལྷང་པོའི་གང་འདོད་ལྟར་འདོད་པ་སྦྱོད་མི་བྱང་ཞེས་པའི་དོན་()

ཀ) རང་ཉིད་ལ་འདོད་པ་ལྟར་མི་འཐོབ་པ་

ཁ) མ་འོངས་བར་རེ་ཐག་ཆད་པའི་འཆོ་བ་རོལ་བ།

ག) རང་ཉིད་ཀྱི་རང་གཤེས་ཀྱི་འདོད་པ་ལས་རྒྱལ་བ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོད་ཅག་ལ་རྣམས་པ་ཚད་མེད་གནང་བ་ཡིན་ལ་འོན་ཀྱང་ཁོང་གི་ཁྱོད་ནམ་མཁའི་ཞིང་

ལམས་སུ་བསྐྱལ་མི་སྲིད་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོད་དང་རྣམས་པ་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་དང་ཆབ་ཅིག་དམ་པའི་

ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོད་ཅག་ལ་ལམ་སྟོན་གནང་ངེས།

ལ) དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་དགོས་ཞེས་བའི་དོན་()

ཀ) དགའ་སྤྱོད་ཚད་མེད་ངང་རོལ་བ

ཁ) ཉུགས་ཏུ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་བ།

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་མཐུ་སྟོབས་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་ནང་དུ་ཡོད་པ

ཡི་ཤུ་མ་ཤི་ཀའི་རྩིས་འབྲང་མཁན་རྣམས་སྟོབས་པ་དང་སྤྱིང་སྟོབས་ཡིད་ཆེས་བཅས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དགོན་

མཆོག་གིས་ཁོང་ཚོ་ལ་གནང་བའི་འོས་འགན་དེ་བསྐྱབ་ཐུབ་ལ་མ་འོངས་བར་ཁོང་གི་ཡོད་ཚད་འཇིག་རྟེན་གྱི་

མི་རྣམས་ལ་བདེན་དབང་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་གསལ་བོར་བསྟན་ཡོད།

(མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༡ : ༤-༥ , ༧)

དེ་ཡང་ཁོང་ཉིད་དང་སྤྱོད་ཚབ་པ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་བཞུགས་པའི་དུས་ཤིག་ལ། ཁོང་གིས་འདི་སྐད་དུ། ཁྱེད་

རྣམས་རྣམས་ཡེ་ལུ་ས་ལིང་གོང་ཁྱེད་དང་མི་འབྲལ་བར་ཡབ་ཆེན་པོས་ཞལ་བཞེས་གནང་ཡོད་པ་དང་དེ་

བསྐྱབ་པའི་བར་དུ་སྐྱུག་ཅིག་ཅེས་བའི་དོན་དེ་ངས་ལྷ་མོ་ནས་ཁྱེད་ཅག་ལ་སྤྲོད་ཐུང་ངོ་། ལྷ་མཆོན་ནི་ཡོ་.....

ཏ་ནན་གྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་གསོལ་བྱས་མོད་། འོན་ཀྱང་ཉིན་མང་པོ་མ་འགོར་བར་དགོན་མཆོག་གིས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་

དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་གསོལ་མཛད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས།

འོན་ཀྱང་ཁྱེད་རྣམས་དང་ཀྱི་ལུས་སྤྱིང་ལ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཐུབ་པ་ན་དབང་ཐོབ་པོ།

(ལོ་ཀྱའི་འཕྲིན་བཟང་གྱི་མདོ་༣ : ༡༤)

ཡོ་ཏ་ནན་གྱིས་དེ་རྣམས་ལ་འདི་སྐད་དུ། ངས་ཁྱེད་ཚོར་ཆུས་ཁྱེད་སྟོན་མོད། འོན་ཀྱང་བདག་གི་རྩིས་

ནས་བདག་ལས་ཀྱང་མཐུ་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་དབང་ཐང་ལྡན་པ་ཞིག་ཕེབས་ཡོང་བར་ངས་ཏེ། ངས་ཁོང་གི་ལྷ་མོ་

མཐུད་ཀྱང་དགོལ་བར་མི་འོས་སོ། ཁོང་གིས་ཁྱེད་ཚོར་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་དང་མེས་ཁྱེད་སྟོན་མཛད་པར་

འགྱུར་རོ།

༤མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༡ : ༤-༥ , ༧ཐེངས་གསུམ་ལ་བསྐྱར་སྟོན་བྱེད་དགོས

ལོ་ཉ་ནན་གྱིས་ཡེ་ཤུ་ཡི་ཐབས་ཅི་ཞིག་བཀོལ་ནས་ཁྱེད་ལ་སྤྱོད་དམ་བསམ()

ཀ) རྒྱ་ཡིས་ཁྱེད་ལ་སྤྱོད་པ་དང་ཉེས་བཅས་ཅད་ལ་འགྲོད་ཕྱགས་

ཁ) དམ་པའི་ཐགས་ཉིད་དང་མེ་ཡིས་ཁྱེད་ལ་མཛད་པ།

མཛད་འཕྲིན་ལས་ལྔ་བའི་དུས་ཆེན་དེ་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པའི་དོན་དག་མང་པོ་ཞིག་བཤད་བྱུང་ལ་དོན་དག་ཡ་མཚན་དག་ཡང་ང་ཚོར་བཤད་ཟིན།

(མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༡: ༤-༥, ༧, ༡༡)

ཡང་མི་དེ་ཐབས་ཅད་ལ་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་བ་རྒྱུར་ཏེ། དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱིས་རྣམས་མཐུ་གནང་བ་བཞིན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རིགས་གཞན་དག་སྤྱོད་སྟེ། དེའི་དུས་སྟེ། དཀོན་མཆོག་ལ་དང་མས་ཡོད་པའི་ཡུག་ཐའེ་བ་མང་པོ་ཞིག་གནས་འོག་ཀྱན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོ་ནས་ཡོང་སྟེ་ཡེ་ལུ་ས་ལིང་གོང་བྱེད་དུ་གནས་སྟེ། ཡང་དེ་དག་གིས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐོས་ནས་མི་མང་པོ་ལྷན་དུ་འདུས་ཤིང་ཐེ་ཚོམ་སྤྱོད་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ནི་མི་རེ་རེས་སྤྱོད་པས་མགོན་ཡེ་ཤུའི་དང་ལྔ་ནན་ཀྱིས་ཁོ་ཚོའི་རང་རང་གི་སྤྱོད་རིགས་སྤྱོད་པ་དང་ཅག་གིས་ཐོས་བཤད་ཅི་ཡིན་ནམ། དེ་ནས་དང་མས་ཡོད་པའི་མི་ཚོགས་ཉ་ལས་ཤིང་ངོ་མཚར་བར་རྒྱུར་དེ་ན་རེ། གཏམ་བཤད་མཁན་འདི་རྣམས་ག་ལེ་ཡུལ་གྱི་མི་མ་ཡིན་ནམ། གཞན་རྣམས་ཡང་ཡ་མཚན་བར་རྒྱུར། རྒྱ་མཚན་དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་མཐུ་སྤྱོད་པས་ནི་དཔེ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ།

༡༠ དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་སྤྱོད་ནི་()

ཀ) ཡེ་ཤུ་ཡིས་ལུས་ལུང་ཁྱེད་ལ་གསོལ་བྱེད་པ་

ཁ) རྒྱའི་ཁྱེད་ལ་སྤྱོད་པ་

ག) ལྔ་བའི་དུས་ཆེན་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་

༡༡ དམ་པའི་ཕྱགས་ཉིད་ཀྱི་མཐུ་སྤྱོད་པས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་རིགས་མང་པོ་བཤད་བྱུང་བར་རྒྱུར་ང་ཚོའི་དེར་

()

ཀ) སྤྱོད་རིགས་(glossolalia)འདི་རིགས་བཤད་པ་

ཁ) སྐད་རིགས་བཤད་མི་ཐུབ་པ

ག) སྐད་རིགས་ཀྱི་རྒྱས་བ།

ཡེ་ཤུ་ཡིས་ང་ཚོ་ལ་དམ་པའི་སྤྲུགས་ཉིད་གནང་བ་དེར་དམིགས་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་དེ

༡ མི་གཞན་ལ་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ཡིས་གནས་ཚུལ་བཤད་པར་རོགས་རམ་བྱེད་པ

༢ ང་ཚོའི་སློན་ལམ་འདེབས་པར་རྒྱས་བ་དང་རོགས་རམ་གནང་བ།

ཡེ་ཤུ་ཚོས་སྤྲུགས་པ་ཚང་མ་དམ་པའི་སྤྲུགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་སློན་ལམ་འདེབས་པ་དང་བདེན་དཔང་

བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དོན་ཡ་མཚར་འབྱུང་བྱིང་ལ་སློན་ལམ་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱད་ནས་མི་རྣམས་

ཀྱིས་གཙོ་བོ་ལ་དད་པ་བྱེད་ངེས།

(མཇུག་འཕྲིན་གྱི་མདོ། : ༡༥ , ༥༡)

བེ་ཏྲོ་དང་སྐྱེ་ཚབ་པ་གཞན་བརྩུག་ཅིག་པོ་ཡར་ལངས་ཤིང་བེ་ཏྲོས་སྐད་ཆེན་པོས་མི་ཚོགས་ལ་འདི་སྐད་དུ།

ཡུག་ཐའེ་བ་དང་ཡེ་ལུ་ས་ལིང་གོང་ཁྱེར་དུ་གནས་པའི་ཀུན། ཁྱོད་ཅག་གིས་དོན་རྟོགས་འོས་ཤིག་ངས་སྒྲིམ་པ་

ལའང་ཉོན་ཅིག་ད་ལྟ་ལྟེ་དྲོའི་དུས་ཚོད་དགུ་ཙམ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཚོས་མི་འདི་དག་ཆང་གིས་བཟེའོ་ཞེས་

བསམས་ནའང་དེ་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ལུང་སྟོན་པ་ཡོ་ཨོལ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱད་ནས་ངེ་སྐད་དུ།

དེ་ཡང་དགོན་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་འདི་སྐད་དུ།

མཐའ་མའི་དུས་ལ་ཉེ་བའི་དུས་དེ་ལ།

བདག་གིས་རང་གི་སྤྲུགས་ཉིད་ཀུན་ལ་སྩོལ།

ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ལུང་བཟླན་འཆད།

ཁྱོད་ཀྱི་གཞོན་ནུས་ངོ་མཚར་འཆར་སྤང་མཐོང་།

ཁྱོད་ཀྱི་བགེས་པོར་མི་ལམ་འབྱུང་ཞེས་གསུངས།

དུས་དེར་བདག་གིས་རང་གི་སྤྲུགས་ཉིད་མཚན།

ང་ཡི་ཞབས་བྱི་དང་ལྷན་པོ་མོ་ལ།

སྩོལ་ཞིང་དེ་ཚོས་ལུང་བཟླན་འཆད་པར་ངེས།

བདག་གིས་ནམ་མཁའ་ཞིང་ཁམས་དབྱེངས་སུ་ངོ་མཚར་དང་།

ས་གཞིར་བྱུང་རྟགས་ཅི་ཡང་སྟོན་པར་འགྱུར།

ཐུག་དང་མེ་དང་དུ་སྐྱུག་འབྱུང་བར་ངེས།

ཁྱི་གཏུགས་ཉི་མ་སྐད་ཅིག་ནག་པོར་འགྱུར།

བསེལ་ཟེར་ཟླ་བ་སྐད་ཅིག་ཐུག་ཏུ་བསྐྱུར།

གཙོ་བོའི་ཉིན་མོ་ངོ་མཚར་འགངས་ཆེན་དེ།

མ་སྐྱབས་གོང་དུ་དོན་ཆེན་དེ་རྣམས་འབྱུང།

དུས་དེར་གཙོ་བོའི་མཚན་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས།

ཁོང་གིས་སྐྱབ་ཅིང་ཐར་བ་གནང་ངེས་སོ།

གཤམ་སྒྱུར

༡༥ དམ་པའི་སྐྱགས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་བ་ནི་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལྷགས་པ་རྣམས་ལ་རྒྱས་བ་གནང་བ་ཡིན་པས་དེ་ནི་()

ཀ) མ་ཤི་ཀ་བདེན་དཔང་བྱེད་པ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ལ་རྒྱས་བ་དང་སྟོབས་སྐྱགས་གནང་བ་ཡིན།

ཁ) དམ་པའི་སྐྱགས་ཉིད་ཀྱི་མི་གཞན་ལ་བགས་ཆགས་གནང་བ་ཡིན།

ག) དཀོན་མཆོག་གིས་རྗེས་འགྲངས་བ

དམ་པའི་སྐྱགས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་སྟོབས་འདི་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ཡིས་དུས་འགོར་འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལྷགས་སོ་སོའི་

མི་སྤྱིའི་མཐོང་སྐྱབ་ལ། མི་ཁྱིམ་མང་བོའི་དམ་པའི་སྐྱགས་ཉིད་ཀྱི་མཐུ་སྟོབས་ཉམས་སུ་རོལ་སྐྱབ།

(མཛད་འཕྲིན་གྱི་མདོ་༥:༥༥,༥༦)

བེ་རྟོས་འདི་སྐད་དུ།

དཀོན་མཆོག་གིས་ཐུག་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། ཁྱོད་ཚོ་རེ་རེས་འགྱོད་བཤགས་ཀྱི་སྟོན་ཁོང་ལ་སེམས་སྦྱར་

ཅིག་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀའི་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱུས་གསོལ་ལ་ཁྱགས་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་གནང་སྦྱིན་ཏེ་དམ་

པའི་སྐྱགས་ཉིད་འཐོབ་ངེས་སོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཞལ་བཞེས་དེ་ནི་ཁྱོད་ཅག་དང་ཁྱོད་ཅག་གི་སྐུ་རབས་ཆ་

རྒྱུད། རྒྱུང་རིང་དུ་གནས་བའི་མི་ཐམས་ཅད་དེ། དེད་ཅག་གི་གཙོ་བོ་དཀོན་མཆོག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་དུང་དུ་

འབོད་པར་འགྱུར་བའི་མི་སྲུ་ལའང་གནང་བ་ཡིན་ནོ།

གཤམ་སྒྱུང

༡༩ ཁྱོད་ཅག་ལ་དམ་པའི་སྤྱགས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་སྒྲོབས་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷས་སྒྲེང་ལ་མཁོ་སམ།

ཁྱོད་རང་ལ་དཀོན་མཆོག་གི་མི་ཕྱེ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ནང་འབར་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་གི་མ་ཤི་ཀ་དེ་
བསྐྱགས་སྒྲུའམ། ཁྱོད་ཅག་གི་སྟོན་ལམ་རྒྱབ་བ་ཡིན་ན་རྒྱས་བ་ཐོབ་འམ། རྩ་བའི་དུས་ཆེན་གྱི་ཉེན་མོར་དེ་ནི་
དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་རང་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱས་བ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཅག་གིས་དཀོན་མཆོག་ལ་རང་ཉིད་དམ་པའི་
སྤྱགས་ཉིད་ཀྱི་ཁྱུས་གསོལ་གནང་བར་བྱ་བ་བྱེད་དགོས།

དམ་པའི་སྤྱགས་ཉིད་ཀྱིས་ལེགས་སྒྲིམ་སྒྲུ་མ་ཆོགས།

མ་ཤི་ཀ་ཡིས་རང་ཉིད་ཆོས་ཆོགས་ལ་དམ་པའི་སྤྱགས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་བའི་ཁེངས་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། དེ་བས་
དད་ལྡན་ནམས་ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སྒྲུ་ཆོགས་ལ་ཁྱུགས་ནས་ཆོས་ཆོགས་རྒྱ་ཇེ་ཆེར་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སྒྲུ་ཆོགས་བརྒྱད་ནས་རང་ཉིད་དཀོན་མཆོག་གི་ནང་ནར་སོན་དགོས།

(ཀོ་རིན་སྤྱ་པ་དང་པོ་གི་མདྲ་༡༩: ༤, ༧, ༡༡)

སྤྱན་ནམས། སེམས་ཉིད་ཀྱི་གནང་སྤྱིན་གྱི་སྒྲོར་ཁྱེད་ཕྱི་བ་ཡིན་པའི་དུས་སྲུ་ལམ་ནོར་ཁིང་སྒྱུ་འདྲ་སྒྲུ་མི་རུས་
ཕྱོགས་སྲུ་སོང་བ་ཁྱེད་ཆོས་ཤེས་སོ། དེའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱགས་ཉིད་ལྡན་པ་སྲུ་སོང་བ་ཁྱེད་ཆོས་ཤེས་སོ།
དེའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱགས་ཉིད་ལྡན་པ་སྲུས་ཀྱང་ཡེ་ཤུ་ལ་དམོད་མི་རུས། སྤྱགས་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་སྲུས་
ཀྱང་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ཟེར་མི་རུས་ཞེས་ངས་འཆད་དོ། གནང་སྤྱིན་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱགས་ཉིད་གཅིག་གོ
ཞབས་ཏྲོག་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་གཅིག་གོ ཐེན་ལས་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ནང་དེ་སྒྱུ་ལ་བར་མཛད་
མཛད་པའི་དཀོན་མཆོག་གཅིག་གོ སྤྱི་དོན་དུ་མི་རེ་རེ་ལ་སྤྱགས་ཉིད་མདོན་པས། གཅིག་ལ་སྤྱགས་ཉིད་དེ་
རང་གིས་རྟོགས་པའི་ངག་དང་། གཅིག་ལ་སྤྱགས་ཉིད་དེ་རང་གི་གསོ་བྱེད་ཀྱི་གནང་སྤྱིན་དང་། གཅིག་ལ་ལྷས་
སྟོན་པའི་དབང་དང་། གཅིག་ལ་ལྷ་དུ་སྟོན་པ་དང་། གཅིག་ལ་སེམས་ཉིད་འབྱེད་པ་དང་། གཅིག་ལ་སྐད་
རིགས་དང་། གཅིག་ལ་སྐད་སྒྱུར་བ་གནང་། དེ་ཐམས་ཅད་སྤྱགས་ཉིད་གཅིག་འབའ་ཞིག་གིས་མཛད་ཅིང་།
དབྱེས་པ་བཞིན་དུ་རེ་རེ་ལ་

ཀོ་རིན་ཐུ་བ་དང་པོ་གི་མངོ་༡༢: ༡, ༡༠

ཐུགས་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་སྤྱད་ཀྱང་ཡེ་ཤུ་གཙོ་བོ་ཟེར་མི་རྩལ་ཞེས་ངས་འཆད་དོ། གནང་སྤྱིན་སོ་སོ་
ཡོད་ཀྱང་། ཐུགས་ཉིད་གཅིག་གོ་ཞབས་རྟོག་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་གཅིག་གོ་ཕྱིན་ལས་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་།
ཐམས་ཅད་ནང་དེ་སྐུ་ལ་བར་མཛད་མཛད་པའི་དགོན་མཆོག་གཅིག་གོ་སྤྱི་དོན་དུ་མི་རེ་རེ་ལ་ཐུགས་ཉིད་
མངོན་པས་གཅིག་ལ་ཐུགས་ཉིད་དེ་རང་གིས་རྟོགས་པའི་དག་དང་། གཅིག་ལ་ཐུགས་ཉིད་དེ་རང་གི་
གསོ་བྱེད་ཀྱི་གནང་སྤྱིན་དང་། གཅིག་ལ་སྤྱོད་པའི་དབང་དང་། གཅིག་ལ་ལུང་དུ་སྤྱོད་པ་དང་།
གཅིག་ལ་སེམས་ཉིད་འབྱེད་པ་དང་། གཅིག་ལ་སྐད་རིགས་དང་། གཅིག་ལ་སྐད་སྒྱུར་བ་གནང་།
དེ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་ཉིད་གཅིག་འབའ་ཞིག་གིས་མཛད་ཅིང་། དགུས་པ་བཞིན་དུ་རེ་རེ་ལ་བགོད་དོ།

གཤམ་སྤྱང

༡༤ དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་གནང་བའི་ལེགས་སྐྱེས་སྣ་ཚོགས་()

ཀ) ཆེ་མུ་བའི་དད་ལྡན་རྣམས་ལ།

ཁ) ཆོས་བསྐྱུགས་མཁན་རྣམས་

ག) ཉིན་དེའི་ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་དད་ལྡན་རྣམས་ལ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་གནང་ངེས་ཡིན།

༡༥ ཐུ་བའི་དུས་ཆེན་ལ་བྱང་བའི་དོན་དག་དེ་དག་ཡང་བསྐྱར་འཇིག་རྟེན་འདིར་འབྱུང་བ་དགོན་མཆོག་ལ་

ཁྱེད་ཀྱི་དགོས་པ།

༡༦ ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ཀྱི་ལེགས་སྐྱེས་གནང་དགོས་པ་དང་དད་ལྡན་རྣམས་ལ་

ཕྱིན་ཆུབས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤོན་ལམ་རྒྱག་དགོས།

༡)ག ༢)ང ༣)ག ༤)ཁ ༥)ག ༦)ཁ ༧)ཁ ༨)ག

༩)ག ༡༠)ག ༡༡)ག

སྒྲོལ་ཚན་བརྒྱད་པ། རྩོད་ཀྱི་ཆེ་སྟག་ནི་འོད་དང་ཕྲན།

སྒྲོལ་འདྲིའི་རྒྱུད་བྱ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད

རྩོད་རང་ཉིད་གྱི་འོད

ང་ཆོའི་རྩོད་ཅག་གིས་ཆེ་སྟག་གྱི་གནད་དོམ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིང་སྒྱུར་བ་དང་ཆེ་སྟག་གསར་ཅི་ལྟར་ཐོབ་ཟིན་པ་

རྩོད་རང་ཇི་ལྟར་ནར་སོན་པ་སོགས་ཞིབ་བརྗོད་བྱས་ཡོད། སྒྲོལ་ཚན་འདྲིའི་ནང་རྩོད་ཀྱི་ཆེ་སྟག་གསར་བའི་

མི་གཞན་ལ་དགོས་མཁོ་ཅི་ཞིག་བསྐྱེད་སྤྱོད།

འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད

དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ང་ཆོར་གསལ་བོར་བསྟན་ཡོད་པ་ནི་མི་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་བ་ནི་ཐུན་ནག་དང་མཚུངས་ལ་

གང་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཁ་ཕྱོགས་མེད་པར་བསྐྱད་ཡོད་པ་དང་བདུད་ས་དན་གྱི་ཁོང་མགོ་བསྐྱར་ཟིན་པའི་མི་ཡིན་པ་

ས་ཁོང་ཆོ་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགྲོ་བའི་རྣམས་ལ་ཡོད་མི་སྲིད་པས།

ཁོང་ཆོ་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གཤིག་ལ་བརྟེན་དགོས་སྐྱེ་མཚན་ནི་ཡེ་ཤུ་མ་གཤིག་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད་ཡིན་པས་སོ།

ཆེ་སྟག་ནི་འོད་དང་མཚུངས་ལ་ཡེ་ཤུ་ནི་འོད་དེའི་འབྱུངས་ཁུངས་ཡིན་པས་དགོན་མཚོག་ཁྱེད་ཅག་གི་ནང་སྟོག་

སྟོན་དེའི་འོད་བྱེད་ཀྱིས་སྟོག་འོད་འབྱུངས་ཁུངས་དང་མཚུངས་བས་རྩོད་ཆོའི་ཆེ་སྟག་ནི་དགོན་མཚོག་

བཅོས་བ་ཡིན་ལོ།

མི་ཞིག་གིས་ཉེས་པ་བྱེད་ན། ཐུགས་ཉིད་དང་ཕྲན་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་འཇམ་པོའི་ངང་ནས་མི་དེ་ལམ་དུང་བོར་འབྲིང་

ཅིག་རང་ཡང་བསྐྱེད་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཐོན་བྱོས་ཤིག། གཅིག་གིས་གཅིག་གི་ཁྱུར་ཁྱུར་ཞིག་དེ་ལྟར་

མ་གཤིག་འདི་བཀའ་བྲིམས་རྒྱུ་བོ། མི་ཞིག་ཅིའང་མ་ཡིན་པར། རང་ཅི་ཞིག་ཡིན་སེམས་ན་རང་མགོ་བསྐྱར་རོ།

རེ་རེས་རང་གི་ལས་ལ་སྟོས་ཤིག། རེ་རེས་རང་གི་ཁྱུར་འཁྱུར་དགོས་པ་རང་སྟོན་ན་མ་གཏོགས་གཞན་གྱི་

མདུན་དུ་སྟོན་པའི་སྐྱེ་མི་འདུག་བཀའ་ཡི་སྟོབ་མས་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོབ་དཔོན་དང་མཉམ་བཤེས་ཀྱིས་ཐོ་

ཞིག་རང་མགོ་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བསྐྱར་ཞིག། (དན་ལོ་རྒྱུས་ཅའི་མདོ་ན་༡༠)

དེ་བཞིན་མི་རྒྱལ་ཁ་ལོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་བྱེད་མི་འདོད་

(དན་ལོ་རྒྱུས་ཅའི་མདོ་༩༡-༡༢)

རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་ལེན་དངོས་བརྒྱད་དགོས་པ་དང་སྤྱིད་ལྷགས་དང་རྣམ་གཤམ་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཅུང་།

༥༠ དམ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱིས་བྱུང་ཅག་ལ་བསྟན་ཡོད་པ་ནི་ལས་ཀ་བྱེད་མི་འདོད་པའི་མི་རྣམས་ནི་

ཀ) སྦྱོན་བདག་བྱེད་ཐུབ

༢༡) བྱ་བ་སྤྱད་ལེགས་སྤྱད་པའི་མི་དང་གཞུང་དྲང་གི་བྱ་བ་()

ཁ) ཅི་ཡང་གལ་ཆེན་མིན་པ།

གཤམ་ལྷུང་

སྒོ་བ་ཚན་དགུ་པ དགའ་སྤྱོད་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་གིས་ཇི་ཉར་འགྱུར་བའི་ཐབས་ལམ།
 ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱིམ་མིའི་ཆེད་དུ་སྒོན་ལམ་འདེབས་པ་
 རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ལས་ཁྱོད་རང་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་བཟང་བོ་ཞིག་བྱེད་པ་
 གཉེན་བསྐྱེགས་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོད་འཛིན་དང་ཚག་ཤེས་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་པ་
 ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པ་ལ་གཉེན་བསྐྱེགས་བྱེད་དགོས་པ་ལས་
 ཚས་ལྷགས་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་གཉེན་བསྐྱེགས་བྱེད་མི་རུང་
 ཁྱིམ་མི་ཚང་མས་དཀོན་མཆོག་གིས་ཇི་ཉར་གསུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ཉར་བསྐྱབ་དགོས།
 འཇིག་རྟེན་འདིར་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པས་ཁྱིམ་ཚང་ལས་ལེགས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡོད་མི་སྲིད།
 རྒྱ་མཚན་ནི་མ་ཤི་ཀ་ནི་ཁྱིམ་ཚང་དེའི་ཁྱིམ་བདག་དང་མཚུངས་ལ། དེ་ནི་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྤྱོད་པས་་་་
 བྱམས་ལྡན་ཀྱི་ཁྱིམ་གཞི་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡེ་ཤུ་ཚས་ལྷགས་པའི་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ཡིན་ན་དགའ་སྤྱོད་ཉུང་བ་
 དང་ཕྱིག་པའི་ལས་མང་བོ་མི་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན། དཀོན་མཆོག་གིས་བཀའ་ལ་ཉན་པ་དང་དེ་ཉར་བསྐྱབ་པ་
 ཡིན་ན་ཁྱིམ་ཚང་དེ་ལྟ་ཡུལ་དང་གཉེས་སུ་མ་མཆིས།

གཤམ་སྤྱང

༡) ཁྱོད་ཅག་གི་ཁྱིམ་ཚང་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་བུའི་ནུས་པ་རུ་འགྱུར་དགོས་ན་()

- ཀ) དུལ་སྒོར་མང་བོ་བསྐྱེགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉར་འགྱུར་ངེས།
- ཁ) གོགས་བོ་མང་བོའི་བཅའ་འདྲི
- ག) དཀོན་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ཉར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉར་འགྱུར་ངེས།

རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་མིའི་དོན་དུ་སྒོན་ལམ་འདེབས་པ་
 ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དད་པ་བྱེད་པ་དང་སྒོན་ལམ་འདེབས་དགོས་པ་ལས་ཡིད་ཆད་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་
 ད་དུང་ཁྱིམ་མི་དག་ལ་གནད་དོན་ཡོད་ཆོ་ཡིད་མ་སྒྱོ་བར་ཁུ་མཐུད་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་བྱ་བ་བྱས་ན་དེ་ཉར་
 འགྱུར་ངེས་ཡིན།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་དང་སྐྱབས་འཇུག་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་རང་གིས་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་ལྟར་ཤེས་

བས་ཀྱིན་དེ་ཡིན།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་གྱི་བྱིས་མི་ལ་སློབ་ས་ཐབས་མེད་ན་སེམས་མི་ཕམ་པར་ཐུ་མཐུད་དུ་སྐྱབས་འཇུག་བྱེད་

དགོས།

(མཛད་འཇིག་གྱི་མདོ་༡༩ : ༡༧)

གཙོ་བོ་ཡེ་ཤུ་ལ་དད་པ་བྱས་བ་ཡིན་ན་ཁྱེད་གྱི་བྱིས་མི་ནམས་སློབ་ཐུབ།

གཤམ་སྒྱུར

༡ གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཅག་གི་བྱིས་མི་ནམས་སློབ་མེད་ན། ཁྱེད་གྱི་ཇི་ཉམས་བྱེད་དགོས་()

༡) ཐུ་མཐུད་དུ་སློན་ལམ་འདེབས་པ།

༢) སློན་ལམ་འདེབས་པར་མཚམས་འཛིག་བྱེད་པ།

༣) དཀོན་མཆོག་གིས་ཁོ་ཚོར་སློབ་དུ་མི་འཇུག་པ།

༤) ད་ལྟ་ཐུར་ཁོ་ཚོའི་ཆེད་དུ་སློན་ལམ་འདེབས་པ་དང་ཁོ་ཚོ་ཡང་སློན་ལམ་འདེབས་པའི་གོམས་གཤིས་

བཟང་བོ་ཆགས་སུ་འཇུག་པ།

བྱིས་ཚང་ནས་རང་ཉིད་ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པ་བཟང་བོ་ཞིག་བཤད་པ།

ཆོས་ཆོགས་ནས་ཆོས་ལུགས་པ་ལེགས་པོ་ཞིག་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་ནི་ལས་སྒྲ་མོ་ཞིག་ཡིན་མོད་། འོན་ཀྱང་དུས་རྒྱུན་དུ་ཇི་
'ཉམས་བྱེད་དགོས།

གུག་ལོ་ཁྱས་མདོ་ནཔ་ལས་སློབ་གསོའི་སྐོར་ལས་ཁྱེད་གྱི་བྱིས་ཚང་ནས་ལས་ཀ་ག་འདྲ་ཞིག་བྱས་སོང་།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་མའམ་སྒྲིགས་བྱ་བ་བསྒྱུ་བ་པར་བཀའ་དྲིན་ལྟ་བུ་ཞེ་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཕ་རྒྱ་མིང་སྤང་དང་བྱིས་པས་བྱ་བ་བསྒྱུ་བ་པར་བཀའ་དྲིན་ལྟ་བུ་ཞེ་ཡིན།

ཁྱེད་ཀྱི་ཕ་མས་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་མི་ཆོ་གཏོང་བའདྲ་དུ་བཏངས་བ་ཁྱེད་ཀྱིས་བཀའ་དྲིན་ལྟ་བུ་ཞེ་ཡིན།

ཁྱེད་ལ་གཅེས་སེམས་ཡོད་དམ་སྒྲེར་སེམས་ཆེ། ཁྱེད་རང་ཁོངས་སྒོ་ལངས་སྒྲ་བ་ཡིན་ནམ་བཟོད་བསྐྱར་ཆེ་བ་

ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་ཕ་མ་ལ་ཉན་པ་ལ་གཞན་ལ་ཁ་ཡ་ཡ་མི་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ།

ཁྱེད་ཀྱི་མི་གཞན་ལ་རྟགས་རམ་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་སྦྱིད་ལུགས་ཡིན་ནམ།

ཁྱོད་རང་མི་གཞན་དང་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་པར་དགའ་པོ་ཡོད་དམ།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གུང་དག་སེམས་སྤྲུག་པས་བྱ་བ་དང་འཕྲད་ཆེ་སྤར་བཞིན་དགའ་སྤྲིང་ངང་ཁ་ཚད་གོས་གཏུགས་

བྱེད་དམ་ཡང་ན་དེ་ལས་ཚྭ་བ་ཡིན།

ཁྱོད་རང་མི་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་བྱེད་སྐབས་ཡིན་ནམ།

༦) ཇི་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་དགའ་སྤྲིང་ཡོང་ཐུབ()

ཀ) ཁྱོད་རང་ཁྱོད་ཁྱིམ་མི་ལ་གདང་བ་དང་ཁྱོ་བའི་སྐབས་སུ་བཞོད་བསྐྱོན་བྱེད་པ་

ལ) མི་ནུམས་ཀྱི་ཁྱོད་ལ་དགོངས་དང་ཁྱུ་བ་ཡིན་ན།

ག) དེའི་ཁ་ཚད་ཁྱོད་རང་ལ་སྐྱག་པ་མཚན་ཡོད།

ཉ) ཡ་གོ་བ་གྱི་མདོ་༥ : ༡༩ལྟོག་པ།

གཉེན་བསྐྱེགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་

ས་ཆ་མང་བ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་གོམས་གཤིས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བསོ་མོ་གཉེན་བསྐྱེགས་མ་བྱས་ཐོན་ལ་འདོད་པ་
'སྤྱད་པ་དང་རྒྱན་པར་མཉམ་དུ་འདུག་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཁྱིམ་ཚང་མི་མཐུན་ལ་དམ་པའི་གསུང་རབ་དང་
གཏན་ནས་མི་མཐུན་པས་གཉེན་བསྐྱེགས་བྱེད་སྐབས་ཆོས་དཔོན་དང་གོས་བསྐྱར་བྱས་བ་ཡིན་ཁོང་ཆོས་རྣམས་
རམ་བྱེད་ངེས་ཡིན།

གཞན་གྱི་གཉེན་བསྐྱེགས་ལ་གཏོར་བརྒྱགས་བྱེད་མི་རུང་བ་དང་གང་འདོད་དུ་འདོད་ཡོན་སྦྱོང་མི་རུང་བ་
བཅས་བྱེད་དགོས། ཡེ་ཤུ་ཆོས་ལུགས་པའི་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ཡིན་ཆེ་བཟའ་ཚང་བར་ལ་མཛའ་བསྟེ་ཡོད་དགོས་པ་
དང་ཕན་ཚུན་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ། ཡོད་ཚད་དྲང་བདེན་ཡིན་པ་དང་གཞུང་དྲང་ཡིན་པ།
ཉེས་བ་ལས་གོལ་བའི་རང་དབང་

ཁྱོད་ཅག་ནག་ཉེས་ཀྱི་བྱ་བ་མང་པོ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པས་ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཆེད་དུ་འཆི་བ་དང་ཁོ་རང་ཤིང་རྒྱ་
གྲིམས་སྤོང་འཆི་སོང་།

སུན་འབྲིན་བྱེད་པ། ཁོ་རང་ཁྱོད་ཀྱི་ཉེས་བས་ཆེད་དུ་འཆི་བ།

ཁྱིམ་མཐུག ཁྱོད་རང་ཀྱིས་ནག་ཉེས་ཀྱི་བྱ་བ་མང་པོ་ལས་བའི་རྒྱུ་འཆི་དགོས་པས་ཁྱིམ་མཐུག་

བཅད་མོད། འོན་ཀྱང་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཆི་བ་ཡིན་པས་ཁོ་རང་ཁྱོད་ཀྱི་གཙུག་པོ་ཡིན་ནོ།

ཉེས་བའི་ཁོར་ཡུག་ ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ལ་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་ཞིག་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཡོད།

རྩ་མ་པའི་མདོ་༥ : ༢༢, ༧, ༡༡, ༤ : ༡

ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཉེས་བའི་ཆེད་དུ་འཆི་བ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ཁྱོད་རང་འཆི་མི་དགོས་སྟེ་མཚན་ཁྱོད་ཀྱི་ནག་ཉེས་ཡོད་
ཆད་ཡེ་ཤུ་མ་ཤི་ཀས་གཅིག་ཕུའི་ཁྱུང་བ་ཡིན།

གཤམ་སྒྱུང

ཁྱོད་རང་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་ཀྱི་()

ཀ) ཡེ་ཤུ་ཁྱོད་ཀྱི་གཙུག་པོ་ཡིན་པ་དང་ལེན་བྱས་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

ཁ) རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་བའ་ལ་འགྱོད་ཕྱགས་སྒྲིམ་བའི་ཉེས་ཡིན།

ག) ཁྱོད་རང་མི་བཟང་ཞིག་གི་འགྱུར་བའི་ཆོད་སེམས་དེ་ཡིན།

མི་ལ་ལ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱི་བཟོས་བའི་ནག་ཉེས་ཁྱོད་འགྱུར་ཕྱོག་མང་པོ་བྱུང་ངེས་ཡིན་པས་རང་དབང་ཐོབ་པ་
རེད།

(ཡོ་ཏ་ནན་འཕྲིན་བཟང་ཀྱི་མདོ་༤ : ༣༥)

ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་ཡབ་དཀོན་མཆོག་གིས་ཁྱོད་རང་ལ་རང་དབང་བྱིན་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ན་
ཁྱོད་རང་ལ་དངོས་གནས་རང་དབང་ཐོབ་པོ།

(ཡ་ཀོབ་༤ : ༡)

ཁྱོད་ཀྱི་མ་ཤི་ཀ་ཞེས་མིང་བོས་བ་ཡིན་ན་གདོན་འདྲེས་འགྲོ་ངེས་སོ།

ནད་ཡམས་ཁྱོད་ཀྱི་རང་དབང་

ཁྱོད་རང་ལ་ནད་ཡམས་བྱུང་ཆོ་ཆོས་དཔོན་དང་ཆོས་ཁང་གི་མི་ནམས་ལ་བཤད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་སློན་ལམ་
འདེབས་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རང་དངོས་ནས་ལྷན་པུང་བདེ་ཐང་འབྱུང་ངེས།

ཁོ་ཆོའི་ཁྱོད་རང་ལ་སྐྱུ་ལྷན་པུགས་ནས་སློན་ལམ་བརྒྱབ་ན་རྣམས་བ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཐུབ།

མ་འོངས་བའི་རང་དབང་

ཁྱོད་རང་ལ་རང་དབང་གསར་བ་བ་ཐོན་ཡོད་ལ་ས་གནིའི་སྤྲོད་མའི་བཟོས་བའི་ཉེས་བ་ཡོད་ཚད་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་
ཀས་སེལ་ཟེན་པས་ཁྱོད་ཀྱི་ཁོ་རང་གི་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགོ་ཐུབ་ལ་
ཐར་བ་ཡང་ཐོབ་ཐུབ།

ཁྱོད་ཀྱི་རང་དབང་གསར་བ་དེ་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་པ།

ཡེ་ཤུའི་ཁྱོད་ཚོ་ནམ་མཁའི་ཞིང་ཁམས་སུ་མ་འཁྱོད་སྤོངས་ལ་རང་བདུད་ས་དན་ཀྱི་ཁྱོད་རང་བརྒྱུར་ངས་
བས་ཁྱོད་རང་བཟན་པོ་ཡིན་དགོས་ཡོད་ཚད་ཁྱོད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་ལ་བཙུག་དགོ།

གསར་སྤྱང

ཁྱོད་རང་མི་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་གང་ལ་བཟུན་དགོས་()

ཀ) ཚོས་ཉིད་ལ་བཙུག་བཀུར་བྱེད་པ།

ཁ) མ་གྱི་ཀ་ཁྱོད་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་པ།

ག) ཁྱོད་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་བཟག་པོ་ལ་ངེ་ལྟར་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་པ།

གཤར་སྤྱང

༡) ཀ

༢) ཁ

༣) ཁ ག ཁ

༤) ག

༥) ཀ ཁ ང

༦) ཀ

༧) ཁ

མཐུག་མཐའི་གཏམ

དཔེ་དེབ་འདི་ནི་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ་ཁྱོད་ཅག་གི་འཚོ་བ་ལ་རྒྱས་རམ་དང་དགའ་སྟོན་མཚམས་མེད་པ་
ཞིག་སྤྱོད་ཐུབ་ལ་ཁྱོད་ཅག་ལ་དུང་ཞེན་དང་ཤ་ཚ་སྤྲོད་ཉེ་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་བྲིས་བ་ཡིན་ལ།

ཁོ་ཚོ་ནམ་ཡང་མི་ཚེའི་འདྲི་ཚིགས་དཀའ་བ་དང་སྟོག་འཛིང་ཅན་ནམས་ཐག་གཅོད་བྱེད་སྒྱུ་དགའ་སྟོབས་ལྡན་པ་
ཁོང་ཚོས་ཡང་ཁྱོད་ཅག་ལ་མཁོ་བའི་འདྲི་བ་དང་འདྲི་ལན་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཚོའི་འཚོ་བ་ལ་དགའ་སྟོབས་ཆེན་པོ་
ཐོབ་ཐུབ།

༡) བདེན་ལུགས་བྲིས་ཡོད་པ་ནི་འདྲི་ལྟར།(རྩ་མ་པ་ནི་ : ༢༩)(ཨ་ཁེ་ཁེ་ཨ་ཁེ་མདོ་༡༤ : ༢༠)

༢) ཁྱོད་རང་ལ་སྒྱུབས་མགོན་ཞིག་མཁོ།(ཐའེ་མི་ཐེ་དང་པོའི་མདོ་༢ : ༢༠)(ཡོ་ཏ་ནན་གྱི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་
༡༤ : ༢)

༣) དཀོན་མཆོག་གིས་རེ་བ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་མི་ནམས་སྒྱུབ་སྒྱུ་དེ་ཡིན།(ཡོ་ཏ་ནན་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༣ :
༡༤-༡༥)

༤) དཀོན་མཆོག་གིས་ཡེ་ཤུ་མ་གྱི་ཀ་མངགས་ནས་ཁོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མཁན་ནམས་སྒྱུབ་དུ་མཛད་པའོ།(གྲུ་ལེད་
ཞིན་གྱི་མདོ་༤ : ༤-༥)(བེ་རྟོ་དང་པོའི་མདོ་༣ : ༡༤)

༥) དམ་པའི་གསུང་རབ་གྱི་ནང་དོན་བརྗོད་ཡོད་པ་ནི་ང་ཚོ་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྱུབ་པ་དང་མ་གྱི་ཀ་ལས་ཇི་

ལྟར་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་སོགས།(ཡོ་ཏ་ནན་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༥ : ༥, ༡༠ : ༡༠)(བེ་རྟོ་གཉིས་པའི་
མདོ་༣ : ༡༤)

༦) རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་(ཡོ་ཀྲའི་འཕྲིན་བཟང་གི་མདོ་༡༤ : ༡-༥)(མ་ཁེ་འོ་༡༠ :

༣༢-༣༣)(ཡོ་ཏ་ནན་གྱི་འཕྲིན་བཟང་༣ : ༣༥-༣༦)

རང་ཉིད་ཀྱི་ལུན་རིང་གི་དམིགས་འབེན་ཐག་ཆོད་བྱེད་པ་དང་དཔེ་ཆ་འདྲིའི་ནང་ཁྱོད་དམིགས་ལུལ་ཇི་ལྟར་
ཐག་གཅོད་བྱེད་སྒྱུའི་དང་ཁྱོད་རང་རྩོམ་པ་པོ་དང་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་གསལ་བོར་བསྟན་
ཡོད། ཁྱོད་རང་གི་ཡང་དཔེ་དཔེ་འདྲིའི་རྩོམ་པ་པོ་དག་ལ་འབྲེལ་གཏུགས་བྱས་ཀྱང་ཆོག

明白自己远比搞懂别人重要，一个不知道自己是谁的

人，永远搞不清楚，谁是谁人。

▼

9

