གལཆེའིགསརའགྱུར ལོའིཟླ ཚེསབདསྤེཐངདངའཚོཚོབ
（འདོན་ཐེངས་46）

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་་་་
ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་དང་།
བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་མི་འབོར་དང་ལེཌ་བཙའ་
ལེཌ་གསོ་དྲིལ་བསྒྲགས་སློབ་གསོ་ལྟེ་གནས་ནས།

བསྒྲགས།

(པར་ངོས་དང་པོར་མཐུད)
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ་དང་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་ཀྲུའུ་་
ཞི་ཆེ་དགྲ་ལྷས་ཚོགས་འདུ་གཙོ་སྐྱོང་གནང་བ་དང་།ལྗོངས་ཏང་ཨུད་་་
ཀྱི་རྒྱུན་ལས་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ་ཀྲོང་ཡན་གྱིས་ཀྲུང་དབྱང་སྐོར་གཟིགས་་་་
ཚོགས་ཆུང་བཅུ་པའི་ཚུར་ལན་བསམ་འཆར་སྐོར་གྱི་ལྗོངས་ཏང་ཨུད་་་་་
ཀྱི་དག་ཐེར་ཇུས་གཞི་གསལ་བཤད་གནང་བ་རེད།ལྗོངས་ཏང་ཨུད་་་་་
ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་གཞོན་པ་དང་ལྷ་ས་གྲོང་ཨུད་ཀྱི་ཧྲུའུ་ཅི་ཡན་ཅིན་ཧའེ་དང་་་་
རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་འགོ་ཁྲིད་བསྟན་ཁོ་དང་།ཧོ་ཝུན་ཧའོ།པད་མ་་་་་་
དབང་འདུས། ལིའུ་ཅང་།དབང་ཧའེ་ཀྲའོ་བཅས་ཚོགས་འདུར་་་་་་་་་་
ཕེབས་ཡོད་པ་རེད།
ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་གསུང་བཤད་གནང་སྐབས་བསྟན་དོན།ཏང་གི་
ཚོགས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་པ་འཚོགས་ཚུན།སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་ཅིན་ཕིང་་་་
གིས་སྐོར་གཟིགས་ལས་དོན་ལ་ཚད་མཐོའི་མཐོང་ཆེན་གནང་ནས།
སྐོར་གཟིགས་ལས་དོན་དེ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་སྐྱོང་རྒྱུ་་་་་་་་
གཏིང་ཟབ་ཕྱོགས་སུ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་དང་
ལག་བསྟར་འགན་ལེན་ལ་ལྟ་སྐུལ་བྱེད་པ་དང་འཕེལ་རྒྱས་འཐུས་སྒོ་་་་་་་
ཚང་དུ་གཏོང་བར་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བའི་བྱེད་ཐབས་གལ་ཆེན་ལ་་་་་་་་
བརྩིས་ཏེ།གསུང་བཤད་གལ་ཆེན་དང་མཛུབ་སྟོན་གལ་ཆེན་ཐེངས་་་་་་
མང་གནང་བ་དང་ཆབས་ཅིགསྐོར་གཟིགས་ལས་དོན་གྱི་ལག་ལེན་་་་་་
གསར་གཏོད་དང་།ལམ་ལུགས་གསར་གཏོད།རིགས་པའི་གཞུང་་་་་་་
ལུགས་གསར་གཏོད་བཅས་ལ་སྣེ་ཁྲིད་གནང་བར་བརྟེན།སྐོར་་་་་་་་་་་་་་
གཟིགས་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅིའི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་གྲུབ་་་་
ནས་དུས་རབས་གསར་པའི་སྐོར་གཟིགས་ལས་དོན་སྤུས་ཚད་མཐོ་བའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་ཆེད་མདུན་སྐྱོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་་་་་
བཏོན་གནང་ཡོད་ལ།རྩ་བའི་གཞི་འཛིན་སའང་མཁོ་འདོན་གནང་་་་་་
ཡོད།
ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་ནན་བཤད་གནང་དོན།སྐབས་བཅུ་དགུ་པའི་་་་་
ཀྲུང་དབྱང་གི་རེས་སྐོར་དྲུག་པའི་སྐོར་གཟིགས་ནི་སྤྱི་ཁྱབ་ཧྲུའུ་ཅི་ཞི་་་་་་
ཅིན་ཕིང་གིས“སྤྱི་ཡོངས་གཉིས”ལ་སྤྱི་འདོམས་དང་ཏང་ལ་དོ་དམ་་་་་་་
དང་ཏང་བཅོས་སྐྱོང་གི་དོན་དངོས་ལ་གཞི་ཚུགས་ཏེ།སྐུ་ངོ་མས་་་་་་་་་་་
གཏན་འཁེལ་གནང་བའི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་དང་ཏང་ཀྲུང་དབྱང་
གིས་གནང་བའི་ཐབས་ཇུས་བཀོད་སྒྲིག་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད།ཀྲུང་་་་་་་་་
དབྱང་སྐོར་གཟིགས་ཚོགས་ཆུང་བཅུ་པས་བཏོན་པའི་གནད་དོན་དང་་
གྲོས་འགོ་དག་དངོས་ཐོག་བདེན་འཚོལ་དང་།དོན་དངོས་དང་མཐུན་

ལ་ཆ་ཚང་བ།གཏིང་ཟབ་ཅིང་གནད་ལ་འཁེལ་བ།གཙོ་གནད་་་་་་་་་་་་
མངོན་གསལ་དོད་པ།ཀྲུང་དབྱང་གི་དགོངས་དོན་དང་བོད་ཀྱི་དོན་་་་་
དངོས་དང་རྦད་དེ་མཐུན་པ།དམིགས་སའི་རང་བཞིན་དང་།ཆབ་་་་་
སྲིད་རང་བཞིན།མཛུབ་ཁྲིད་རང་བཞིན་བཅས་ཆེན་པོ་ལྡན་ཡོད་པས།
ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་རྦད་དེ་མོས་མཐུན་ཡོད་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྲུང་་་་
བརྩི་ཞུ་རྒྱུ་མ་ཟད།ཟོལ་མེད་ངང་དང་ལེན་དང་ཆ་ཚང་རྩིས་ལེན་ཡང་་
ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་རིམ་པ་ཁག་གི་ཏང་རྩ་འཛུགས་དང་རྒྱ་་་་་་
ཆེའི་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་ཚོས།དག་ཐེར་དམ་འཛིན་མི་བྱེད་པ་ནི་མི་་
དམངས་ལ་འགན་མི་འཁུར་བ་དང་།རང་འགན་ཐེག་པ་འཁུར་ལེན་་་་
མི་བྱེད་པ།འགན་ཤོར་ལས་འཛོལ་བཅས་ཡིན་པའི་འགན་འཁྲིའི་འདུ་
ཤེས་བརྟན་པོ་བཙུགས་ཏེ།སྐོར་གཟིགས་དག་ཐེར་དང་ལག་བསྟར་བྱ་
རྒྱུ་དེ“ལོ་ལྔ་ཚན་བཅུ་བཞི་པའི”འཆར་འགོད་ལག་བསྟར་དང་།ས་་་་་་
གནས་ཏང་ཨུད་ཀྱི་སྐབས་བརྗེའི་ལས་དོན་སྤེལ་བ།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་
སྒྱུར་བཅོས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་
སྐྱོང་བ་བཅས་དང་ཟུང་འབྲེལ་ནུས་ལྡན་བྱེད་པ་དང་།ཕྱོགས་ཡོངས་་་་
ནས་དག་ཐེར་དང་གཙོ་གནད་དག་ཐེར་ལ་སྡེབ་གཅིག་ཏུ་སྐུལ་འདེད་་་་
གཏོང་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།ཁ་བཤད་ལག་བསྟར་དང་འཛེམས་་
མེད་དམར་འདོན་བཅས་བྱས་ནས།ཀྲུང་དབྱང་སྐོར་གཟིགས་ཚོགས་་་
ཆུང་གིས་ཚུར་ལན་སྤྲད་པའི་གནད་དོན་ཚང་མ་དམིགས་སར་འབྱོར་་་་་
བ་དང་། དོན་དག་ཚང་མ་དོན་འཁྱོལ།བྱ་བ་ཚང་མར་ལན་ཡོད་པ་་་་་
བཅས་ཀྱི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།འགན་འཁྲི་འཁུར་ཤུགས་ཆེ་རུ་་་་་་་་་
བཏང་ནས་དག་ཐེར་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།རང་འགུལ་་་་་་་་
ངང་རང་ངོས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ལེན་བྱས་ཏེ་དག་ཐེར་གྱི་དུས་ཚོད་་་་་་
རེའུ་མིག་དང་།ལམ་ཐིག་ས་བཀྲལག་བསྟར་ཇུས་གཞི།འགན་་་་་་་་་་
འཁུར་བ་བཅས་ཁ་གསལ་བཟོས་ནས་དངོས་འབྲེལ་དང་ལེན་དང་།
དངོས་འབྲེལ་བསམ་གཞིགདངོས་འབྲེལ་དག་ཐེར།དངོས་འབྲེལ་་་་་་
འགན་འཁུར་བཅས་བྱེད་དགོས་པ་དང་།གནད་དོན་ལ་དམིགས་ནས་
དག་ཐེར་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།ཞི་ཅིན་ཕིང་གི་དུས་རབས་་་
གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་་་་་་་་་་་་
དགོངས་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་མར་ཁེ་སི་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལངས་ཕྱོགས་དང་།ལྟ་་་
བ། བྱེད་ཐབས་བཅས་སྤྱོད་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།ལོ་རྒྱུས་དང་་་་་
རྩོད་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཤེས་རྟོགས་དང་ལྟ་སྟངས་འཛིན་པ་ལས།གནད་དོན་་་་་
ཆེན་པོ་ཡོད་རུང་རྩིས་མེད་གཏོང་བ་དང་སྟབས་བདེའི་ངང“གཅིག་་་་་་་
དཔེ་བརྒྱ་འགེབས”བྱེད་མི་རུང་ལ།དོན་དེ་རང་ལ་དམིགས་ནས་ཤོད་་

པ་དང་ཕྱོགས་རེ་བའི་ངང་དག་ཐེར་དང་ཁྲལ་སེལ་སླ་བཅོས་ངང་དག་་་
ཐེར་བྱེད་མི་རུང་བར་ངེས་པར་དུ་བོད་ཀྱི་དོན་དངོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་་་
བྱས་ཏེ་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་དང་སྤྱི་ཡོངས་ལ་ལྟ་རྟོག་དང་ཐག་་་་་་་
གཅོད་འོས་འཚམ་བྱས་ནས་གནད་དོན་རྙིང་པ་ཐག་གཅོད་མ་བྱས་་་་་་་་
གོང་གནད་དོན་གསར་པ་མ་ཐོན་སྔོན་འགོག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་་་་་་་་
དགོས།བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་སྐུལ་འདེད་བཏང་ནས་དག་ཐེར་ལ་
དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་འདུ་ཤེས་མཐའ་་་་་
འཁྱོངས་བྱས་ཏེ་དག་ཐེར་དེ་རྒྱུན་གཏན་གྱི་ལས་དོན་དང་།སྒྱུར་་་་་་་་་་་
བཅོས་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ།ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཏང་ནན་པོས་སྐྱོང་བ།
ཚན་ཁག་གི་དཔུང་ཁག་འཛུགས་སྐྱོང་བཅས་དང་མཉམ་འདྲེས་བྱེད་པ་
དང་། གྲོང་ཁྱེར་དང་ས་ཁུལ་ཁག་དང་སྡེ་ཚན་ཁག་ནས་ཤེས་རྟོགས་་་་་་
བྱུང་བའི་གནད་དོན་དང་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་དག་ཐེར་བྱས་ཏེ་ཕྱོགས་་་་་་་་
ཡོངས་ནས་དག་ཐེར་དང་བརྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་ངང་དག་ཐེར་བྱེད་་་་་་་་
དགོས།རྩ་ལག་མཉམ་བཅོས་ངང་དག་ཐེར་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་
ཤིང་།སྐོར་གཟིགས་བྱེད་རིང་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བའི་འགལ་ཟླ་གཙོ་བོ་་་་
དང་མངོན་གསལ་དོད་པའི་གནད་དོན་གཅིག་སྡུད་ཐོག་ཐག་གཅོད་་་་་་
བྱེད་པ་དང་།འཕྲལ་མར་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་་་་་་་་
དང་། རྒྱུན་མཐུད་དག་ཐེར་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན།ཡོངས་ཁྱབ་
རང་བཞིན་དང་།ཐོན་སླ་བའི་རང་བཞིན།ཐོན་མང་བའི་རང་བཞིན་་་་
གྱི་གནད་དོན་བཅས་གནད་སྨིན་ངང་ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱས་ནས་་་་་་་་
གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་དང་།སྒྱུར་བཅོས་ཟབ་གཏོང་།ཞན་ཆ་སེལ་བ།
ལམ་སྲོལ་འཐུས་སྒོ་ཚང་བ་བཅས་ཡོང་བའི་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།
ཕན་པ་དངོས་ལ་སྣང་ཆེན་གྱིས་དག་ཐེར་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་་་་་་་
ཤིང་།མྱུར་ཚད་ལས་སྤུས་ཚད་གལ་ཆེར་བརྩི་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་་་་
ཏེ།སྐོར་གཟིགས་དག་ཐེར་གྱི་ཆེད་དོན་དམངས་གཙོའི་འཚོ་བའི་་་་་་་་་
ཚོགས་འདུ་འཚོགས་ནས་ཕྱི་ཚུལ་ཙམ་དང་བཟོ་ལྟ་ཙམ་སྟོན་རྒྱུ་མཐའ་་་་
གཅིག་ཏུ་གཏན་འགོག་བྱེད་དགོས།ལྟ་སྐུལ་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་
དག་ཐེར་ལ་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།སྐོར་གཟིགས་ཀྱི་ཕྱོགས་་་་་་་་
བསྡུས་ལྟ་སྐུལ་གྱི་ནུས་པ་དང་མང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་པའི་་་་
སྦྲེལ་ཐག་གི་ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ།སྐོར་གཟིགས་དེ་་་་
སྒྲིག་ཁྲིམས་དང་།ལྟ་ཞིབ།མངགས་གཏོང་བཅའ་སྡོད།རྩ་འཛུགས་་
སོགས་ལྟ་སྐུལ་གྱི་སྤྱི་འདོམས་སྦྲེལ་མཐུད་ལ་ཤུགས་སྣོན་བརྒྱབ་ནས་་་་་་་་
དག་ཐེར་གྱི་བྱེད་པོའི་འགན་འཁྲི་དོན་ཐོག་ཏུ་འཁྱོལ་རྒྱུར་སྐུལ་འདེད་་་་
གཏོང་དགོས།

ཝུའུ་དབྱིང་ཅེས་ནན་བཤད་གནང་དོན།སྐོར་གཟིགས་དག་ཐེར་
དམ་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་དེ་མིག་སྔའི་ལས་དོན་ཁག་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་རྒྱུ་དང་ཟུང་་
འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱས་ནས།ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་དང་སྤུས་ཚད་མཐོ་་་་་
བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཐོབ་པའི་ཕན་འབྲས་གསར་པའི་ཐོག་ནས་སྐོར་་་་་་་་
གཟིགས་དག་ཐེར་ལས་དོན་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དགོས།རིམ་པ་ཁག་་་་་
གི་ཏང་རྩ་འཛུགས་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཏང་ཡོན་ལས་བྱེད་པ་ཚོས་ཞི་ཅིན་ཕིང་་
གི་དུས་རབས་གསར་པའི་ཀྲུང་གོའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་་་་
ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཛུབ་ཁྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་མཐའ་འཁྱོངས་བྱས་ཏེ།
ཏང་གི་ཚོགས་ཆེན་བཅུ་དགུ་པ་དང་སྐབས་བཅུ་དགུ་པའི་ཀྲུང་ཨུ་ཚང་་་
འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་གཉིས་པ་དང་།གསུམ་པ།བཞི་པ།ལྔ་་་་་
པ་བཅས་དང་། དེ་བཞིན་ཀྲུང་དབྱང་གི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་་་་་་་་་་
བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུ་ཐེངས་བདུན་པའི་དགོངས་དོན་ཕྱོགས་་་་་་་་་་་
ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་།བོད་ཀྱི་ལས་དོན་སྐོར་གྱི་སྤྱི་ཁྱབ་་
ཧྲུའུ་ཅིའི་རྣམ་བཤད་གལ་ཆེན་དང་དུས་རབས་གསར་པའི་ཏང་གི་་་་་་་་
བོད་སྐྱོང་མཛད་ཇུས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ།ལྗོངས་་་་་་
ཏང་ཨུད་ཀྱི་བཀོད་སྒྲིག་བླང་བྱར་གཞིགས་པ།ད་ཐེངས་ཀྱི་སྐོར་་་་་་་་་་་་
གཟིགས་དག་ཐེར་གོ་སྐབས་དང་སྒུལ་ཤུགས་སུ་བྱེད་པ།“སྤྱི་ཡོངས་་་་་་
གཉིས”ཁོང་དུ་ཆུད་པ།“རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ཆེན”སེམས་སུ་འཆང་བ།
བོད་ཀྱི་ལས་དོན་གྱི་དམིགས་ས་དང་།ཤུགས་རྒྱག་ས།འགོ་འཛུགས་་་་
ས། དོན་ལ་བབས་ས་བཅས་ལ་དམ་པོ་དམིགས་པ།བརྟན་ཐོག་ཡར་་་་
འཕེལ་གྱི་ལས་ཀའི་རྩ་བའི་དགོངས་གཞི་མཐའ་འཁྱོངས་བྱེད་པ།ཁ་་་་་
ཕྲལ་ལ་ངོ་རྒོལ་བྱེད་པའི་འཐབ་རྩོད་གཏིང་ཟབ་སྤེལ་བ།ཀྲུང་ཧྭ་མི་་་་་་
རིགས་གཅིག་མཐུན་འདུས་གྲུབ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བརྟན་པོར་འཛུགས་པ།
བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ཀྲུང་གོ་ཅན་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་བ།འཕེལ་་་་་
རྒྱས་ཀྱི་སྤུས་ཚད་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།དམངས་འཚོ་འགན་ལེན་དང་་་་་་་་
ལེགས་སུ་གཏོང་བ།སྐྱེ་ཁམས་ཤེས་དཔལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་སྐུལ་འདེད་
གཏོང་བ།མཐའ་མཚམས་ས་ཁུལ་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་པ།
ཏང་གི་རྩ་འཛུགས་དང་སྲིད་དབང་འཛུགས་སྐྱོང་ལ་ཤུགས་སྣོན་རྒྱག་་་་་
པ། བརྟན་ལྷིང་དང་།འཕེལ་རྒྱས།སྐྱེ་ཁམས།མཐའ་སྟོབས་བཅས
“དོན་ཆེན་བཞི”ལ་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བཅས་བྱས་ནས།རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་་་
བདེ་འཇགས་དང་ཡུན་རིང་བདེ་འཁོད་འགན་ལེན་དང་།མི་དམངས་
ཀྱི་འཚོ་བའི་ཆུ་ཚད་ཟམ་མི་ཆད་པར་མཐོ་རུ་འགྲོ་བའི་འགན་ལེན།སྐྱེ་་
ཁམས་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་འགན་ལེན།མཐའ་སྲུང་སྲ་བརྟན་དང་་་་་་་་་
མཐའ་མཚམས་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་བཅས་བྱས་ཏེ་མཐུན་སྒྲིལ་་་་་་་
དང་། འབྱོར་ཕྱུགཤེས་དཔལ།ཞི་མཐུན།མཛེས་སྡུག་བཅས་ལྡན་་་་
པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་དེང་རབས་ཅན་ཀྱི་བོད་ལྗོངས་གསར་པ་་་་་་་་
འཛུགས་སྐྲུན་ཧུར་ཐག་བྱེད་དགོས།
（པ་སངས་དང་སྐལ་མཆོག་གིས་སྒྱུར་ཞུས་བྱས）

ལྗོངས་ཏང་ཨུད་ཀྱིས་ཀྲུང་དབྱང་སྐོར་གཟིགས་ཚོགས་ཆུང་བཅུ་པའི་སྐོར་གཟིགས་ཚུར་ལན་བསམ་འཆར་དག་ཐེར་ལས་དོན་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་པའི་སྐུལ་སློང་ཚོགས་འདུ་འཚོགས་པ།

རྒད་པོ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ནི་དེ་སྔ་བོད་ལྗོངས་སྣེ་གདོང་་་་་་་
རྫོང་བསམ་གྲུབ་བདེ་ཆེན་ཤང་གི་ཞིང་བྲན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།1958ལོའི་
ཟླ་10པའི་དགོང་མོ་ཞིག་ལ།ལྷོ་ཁ་རྩེད་ཐང་དུ་བཅའ་སྲུང་ལས་དོན་རུ་
ཁག་ལ་བསྐོར་རྒོལ་བྱེད་མཁན་ངོ་ལོག་ཇག་རྐུན་ཚོས་སྒོ་བཅགས་ནས་་་་་
ནང་དུ་འཛུལ་རྗེས།ལོ་73ལ་བསླེབས་པའི་རྒད་པོ་བསྟན་འཛིན་་་་་་་་་་་་
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མགོ་ལ་རྩེ་གྲི་འཕྱར་ཏེ་ལྟས་ངན་ཁྱོད་ཀྱི་བུ་མོ་ཨ་ནན་གང་
དུ་སྦས་ཡོད།ལམ་སེང་རྩིས་སྤྲོད་ཤོགང་ཚོའི་སྐུ་ངོ་ཡིས་ཁྲལ་འུ་ལག་་་་
རྒྱུག་པར་འབོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་བཤད་པར།རྒད་་
པོས་སྡང་མིག་བགྲད་ཅིང་ཨམ་གཙིགས་བསྡམས་ནས་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་་་
མ་བཤད། ངོ་ལོག་ཇག་རྐུན་ཚོས་ཁང་པའི་ཕྱི་ནང་གང་སར་བཙལ་་་་་་་་
ཀྱང་མ་རྙེད་པས་མེ་མདའི་ཡུ་བ་རྒད་པོའི་མགོར་ཤུགས་ཀྱིས་གཞུས།
རྒད་པོ་སར་འགྱེལ་ཡང་ད་དུང་མགོ་བོར་རྡོག་ཐོ་གཞུས་པས་རྒད་པོ་་་་་་་
དྲན་པ་འཐོར།ངོ་ལོག་ཇག་རྐུན་ཚོས་ཁོང་ཤི་བ་རེད་བསམས་ནས་་་་་་་་
རྒད་པོའི་ཁྱིམ་གྱི་སླ་ང་འབའ་ཞིག་དེ་ཁྱེར་ནས་ཕྱིན།ཡུད་ཙམ་སོང་་་་་་་
རྗེས་རྒད་པོ་རིམ་གྱིས་དྲན་པ་སོས་ཏེ་ཡར་ལངས་ཤིང་།ལུས་ཀྱི་རྨ་ཁར་་
ལྟ་བཞིན་སྐྱོ་བ་གཏིང་ནས་སྐྱེས།ཇག་རྐུན་དུད་འགྲོ་འདི་ཚོས།ཉིན་་་་་
གཉིས་ཀྱི་གོང་དུ་ང་ལ་སྲན་མ་ཕྲན་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་འཕྲོག་པ་མ་ཟད་
ད་དུང་ང་ལ་ཉེས་རྡུང་དྲག་པོ་བཏང་།དེ་རིང་ཡང་ངའི་བུ་མོར་བརྙས་་
བཅོས་ཤོད་གྲབས་བྱས།འཚོ་བ་འདི་འདྲ་ཇི་ལྟར་སྐྱེལ།བསམ་བཞིན་་
བསམ་བཞིན་མིག་ཆུའི་ཐིགས་པ་ཁྲག་དང་འདྲེས་ནས་ཟགས།ཉིན་་་་་་་
བཞིའི་རྗེས་སུ།རྒད་པོའི་མིག་གཡས་པས་ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་དང་་་་་་་་
མིག་གཡོན་མ་ཡང་རབ་རིབ་ཏུ་གྱུར་པས།རྒད་པོས་འདི་ལྟར་འཚོ་བ་་་་
ལས་ཤི་ན་དགའ་སྙམ་ཡང་མི་རིང་བར་བཅིངས་འགྲོལ་དམག་ཡོང་གི་་་་་
ཡོད་པའི་གཏམ་བཟང་ཐོས།བཅིངས་འགྲོལ་དམག་ནི་དབུལ་པོ་ཉམ་་་
ཆུང་ཚོའི་དཔུང་སྡེ་ཡིན་པས།ང་ཚོ་ཞིང་བྲན་ཚོར་བཅིངས་འགྲོལ་་་་་་་་་
གཏོང་གི་རེད།འོན་ཀྱང་ད་དུང་འདི་གར་མི་འབྱོར་པ་ཅི་ཡིན་ནམ།
གལ་སྲིད་བཅིངས་འགྲོལ་དམག་གིས་ང་ཚོར་རོགས་རམ་བྱས་ནས་ཧམ་་
གཤེད་ཅན་འདི་ཚོ་རྩ་མེད་བཟོས་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ།
བཅིངས་འགྲོལ་དམག་བསླེབས་སོང་།1959ལོའི་ཟླ་གསུམ་པར།
བཅིངས་འགྲོལ་དམག་གིས་བོད་ཀྱི་ས་གནས་སྲིད་གཞུང་གི་མཐོ་རིམ་་་་་་
ལོག་སྤྱོད་ཤོག་ཁག་གིས་བསླངས་པའི་དྲག་པོའི་ངོ་ལོག་ཟིང་འཁྲུག་ཞོད་
འཇགས་སུ་གཏོང་འགོ་ཚུགས་ཤིང་།ལྷོ་ཁའི་ངོ་ལོག་ཇག་རྐུན་དེ་ཚོ་་་་་་་
ཡང་རྩ་མེད་བཏང་།དེ་ནས་བོད་ཡོངས་སུ་ཚ་ཚ་འུར་འུར་ངང་་་་་་་་་་་་་་
དམངས་གཙོའི་བཅོས་སྒྱུར་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཏེ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་་་་་་་་
ལས་ཚུད་པའི་ཞིང་བྲན་ཁྲི་ཚོ་བརྒྱར་ཡར་ལངས་བཅིངས་འགྲོལ་ཐོབ་པ་
རེད།རྒད་པོ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ནང་མི་ཡོངས་ལ་རྨོ་ཞིང་མུའུ་་་་་
20ཙམ་དང་སྡོད་ཁང་ཁང་མིག་4རག་པ་མ་ཟད།ད་དུང་ཕྱུགས་་་་་་་་་་་་
རིགས་དང་ཞིང་སྤྱོད་ཡོ་ཆས་ཀྱང་རག་པ་རེད།ངོ་ལོག་ཇག་རྐུན་ལ་་་་་་་

གཡོལ་ནས་རི་ལ་བྲོས་པའི་ཨ་ནན་ཡང་ཕྱིར་ལོག་ནས་རྒད་པོ་དང་ལྷན་་་
འཛོམས་བྱུང་།ཨ་ནན་གྱིས་རྩེད་ཐང་གྲོང་རྡལ་ནས་ཉོས་པའི་མའོ་་་་་་་་
ཀྲུའུ་ཞིའི་སྐུ་པར་3གྱང་ལྡེབས་སུ་སྦྱར་ཏེ་ཁ་བཏགས་བསྒྲོན།བསྟན་་་་་་
འཛིན་འཕྲིན་ལས་བུ་མོས་སྐྱོར་ནས་མའོ་ཀྲུའུ་ཞིའི་སྐུ་པར་གྱི་མདུན་དུ་་་་
བསྐྱོད་དེ་མའོ་ཀྲུའུ་ཞིའི་ཞལ་ཡག་པོ་མཇལ་འདོད་ཀྱང་།ཁོང་གི་མིག་་་་
གཡས་པས་གང་ཡང་མཐོང་གི་མེད་པ་དང་མིག་གཡོན་མ་ཡང་རབ་་་་་་་་
རིབ་ཏུ་གྱུར་པས་གྱང་ལྡེབས་སུ་ཤོག་ལྷེ་འགའ་སྦྱར་ཡོད་པ་ལས་གང་་་་་་་
ཡང་མཐོང་གི་མེད་པས་སེམས་སྐྱོ་ནས་མིག་ཆུ་ཤོར།རྒད་པོས་བུ་མོས་་་་
སྐྱོར་ནས་ཏང་གིས་ཡར་ལངས་ཞིང་བྲན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་
བར་སྐྱེད་མེད་དངུལ་བུན་བཏང་ནས་ཉོས་པའི་རྨོན་གླང་ལ་ལྟ་འདོད་་་་་
ཀྱང་གང་ཡང་མཐོང་གི་མེད་པས་ལག་པས་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་ནས་བསྡད།
རྒད་པོ་མའོ་ཀྲུའུ་ཞིའི་སྐུ་པར་མདུན་དུ་བསྡད་དེ།གུང་ཁྲན་ཏང་དང་་་་
མའོ་ཀྲུའུ་ཞིས་ཞིང་བྲན་བཅིངས་འགྲོལ་བཏང་ནས་ང་ཚོར་འོད་སྣང་་་་་་
སྦྱིན།རྨོ་ཞིང་གནང་།དེ་རིང་ཡང་རྨོན་གླང་དོར་ཞིག་སྟེར།དངོས་་་་་
གནས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ང་ཚོ་ཞིང་བྲན་ཚོར་ཐུགས་ཁུར་གནང་་་་
གི་འདུགམའོ་ཀྲུའུ་ཞི་ལགས།གལ་སྲིད་ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཞལ་རས་དང་།
ཁྱེད་ཀྱིས་གནང་བའི་རྨོ་ཞིང་དང་རྨོན་དོར།འོད་སྣང་དང་བདེ་སྐྱིད་་་་་
ལྡན་པའི་འཚོ་བ་གསར་པ་བཅས་མཐོང་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ།
1959ལོའི་ཟླ་5ཚེས་15ཉིན་གྱི་དགོང་མོར།བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་
ལས་ཐོག་ཁ་ནས་ལྷུངས་ཏེ་མགོ་དང་བྲང་ཁར་རྨས་སྐྱོན་ཕོགམིག་་་་་་་་་་
གཡོན་མ་དེ་ཡང་གང་ཡང་མི་མཐོང་བར་གྱུར།ལྗོངས་མི་དམངས་སྨན་
ཁང་གི་སྐོར་སྐྱོད་སྨན་བཅོས་རུ་ཁག་གིས་རྒད་པོ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་་་་་
ལས་བརྡབ་ཆགས་ཤོར་བའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྗེས།འཕྲལ་དུ་མིག་ནད་་
ཚན་ཁག་གི་སྨན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་ལི་མིང་ཡོན་མངགས་ནས་སྨན་་་་་་་་་་་་
བཅོས་བྱས།ཁོང་གིས་སྨན་བཅོས་བྱེད་སྐབས་རྒད་པོའི་ཡིད་སྐྱོ་བའི་་་་་་
མྱོང་བ་དང་རེ་འདུན་དྲག་པོ་ཤེས།ལི་མིང་ཡོན་གྱིས་རྒད་པོའི་མིག་ལ་་་
བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་ཚགས་བྱས་རྗེས།སྤོ་བོ་ལགས།ཁྱེད་ཀྱི་མིག་གཤག་་
བཅོས་བྱས་ན་དྲག་གི་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཐོས་འཕྲལ་རྒད་པོས་མྱུར་དུ་་་་
ག་དུས་གཤག་བཅོས་བྱེད་ཐུབ་ཅེས་དྲིས་པ་དང་།སྨན་པས“ཟླ་བ་་་་་་་་་
གཅིག་གཉིས་ཙམ་རིང་ངལ་གསོ་ཡག་པོ་ཞིག་རྒྱོབ།རྨས་སྐྱོན་དྲག་རྗེས་
སྨན་ཁང་དུ་བསྐྱལ་ནས་གཤག་བཅོས་བྱེད་ངེས་ཡིན”ཞེས་བཤད།ཟླ་6
ཚེས་25ཉིན་གྱི་སྔ་དྲོར།བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་ལྷོ་ཁ་ཀྲོན་ཆུས་མི་་་་་་
དམངས་སྨན་ཁང་གི་གཤག་བཅོས་ཁང་དུ་བསྐྱལ་ནས་སྨན་པ་ལི་མིང་་་་་
ཡོན་གྱིས་གཤག་བཅོས་བྱས་པ་དང་།ཟླ་7ཚེས་4ཉིན།རྒད་པོའི་མིག་་་
སང་དྲག་ཏུ་ཕྱིན་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འོད་སྣང་སླར་ཡང་མཐོང་ཐུབ་་་་་་་་
པར་གྱུར། སྨན་པ་ལི་མིང་ཡོན་གྱིས་མའོ་ཀྲུའུ་ཞིའི་སྐུ་པར་ཞིག་བཟུང་་་་
ནས་ཁོང་ལ“སྤོ་བོ་ལགས།འདི་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་ནམ་ཡང་མཇལ་འདོད་་་་་་
པའི་མའོ་ཀྲུའུ་ཞིའི་སྐུ་པར་རེད།ཁྱེད་ཀྱིས་མཐོང་སོང་ངམ”ཞེས་་་་་་་་་་་
བཤད་པ་དང་། རྒད་པོས་སེམས་འགུལ་ཚད་མེད་ཐེབས་བཞིན་དུ
“མའོ་ཀྲུའུ་ཞི་ལགས།ཁྱེད་ཞལ་མཇལ་ཐུབ་སོང་།དངོས་འབྲེལ་་་་་་་་་་་
མཇལ་སོང་།ཐུགས་རྗེ་ཆེ།མའོ་ཀྲུའུ་ཞི་ལགས།ཐུགས་རྗེ་ཆེ”ཞེས་་་་་་
བཤད།

（དམ་ཆོས་མི་ཕམ་གྱིས་བསྒྱུར་ཅིང་ཞུས）

སླར་ཡང་འོད་སྣང་མཐོང་བ།
གཅིགགང་ཞིག་ལ་མཇིང་་་་་
ཚིགས་ནད་ཟེར་རམ།
མཇིང་ཚིགས་ནད་ལ་མཇིང་ཚིགས་་་་་་་
ཕྱོགས་བསྡུས་ནད་ཀྱང་ཟེར་གྱི་ཡོད།མིའི་་་
ལུས་ཀྱི་མཇིང་ཚིགས་མཁར་མཚམས་རིམ་་་་
བཞིན་ཉམས་པ་དང་མཇིང་ཚིགས་ལ་རུས་་་
ལྷག་སྐྱེས་པའམ་ཡང་ན་མཇིང་པའི་རྒྱུན་་་་་་
གཏན་གྱི་སྐྱེ་ཁམས་འཁྱོག་ཐིག་ལ་འགྱུར་་་་་་
ལྡོག་སོང་ནས་ཟུག་གཟེར་ལངས་པའམ་་་་་་་
ཡང་ན་མཇིང་པའི་དབང་རྩའི་རྩ་གཞུང་་་་་་
དང་། མཇིང་པའི་རྒྱུངས་པ།མཇིང་པའི་་་
རྩ་དམར།རྒྱུངས་རྩ་སོགས་མནན་པ་ལས་་་
ཐོན་པའི་ཕྱོགས་བསྡུས་ཀྱི་ནད་རྟགས་ཤིག་་་
རེད།ནད་དེ་རིགས་ཕོག་ཚབས་ཆུང་ན་་་་་་
མགོ་བོ་དང་།མཇིང་པ།དཔུང་པ་བཅས་་
ལ་ན་ཟུག་གཏོང་བ་དང་དེ་བཞིན་ལག་པ་་་་
སྦྲིད་པའི་ཚོར་སྣང་ཡོང་གི་ཡོད།ཕོག་་་་་་་་་་
ཚབས་ཆེ་ན་རྐང་ལག་ལ་ཤུགས་མེད་པ་དང་
ཐ་ན་སྐྱག་གཅིན་སོགས་མི་ཚོགས་པ་དང་ཞ་
འཁུམ་ཆགས་པ་སོགས་ཀྱི་ནད་རྟགས་ཀྱང་་་
ཐོན་གྱི་ཡོད།
མཇིང་ཚིགས་ནད་ཕོག་རྐྱེན།གཅིགལྷན་སྐྱེས་རྒྱུ་རྐྱེན་དཔེར་ན།སྐྱེ་དུས་ནས་་་་་
མཇིང་རྩ་ཕྲ་བ་དང་སྐྱེ་དུས་ནས་མཇིང་པ་་་་
ཡ་མ་གཟུགས་ཡིན་པ་སོགས་དང་།གཉིས།
ངལ་དུབ་ཆེ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་གནོད་སྐྱོན་ཕོག་་
པ། གསུམ། དོས་དྲག་རང་བཞིན་གྱི་རྨས་་་
སྐྱོན་ཕོག་པ་དང་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་བཅས་་
རེད།
ནད་རྟགས་མི་འདྲ་བ་གཞིར་བཟུང་་་་་་
མཇིང་ཚིགས་ནད་གཤམ་གསལ་རིགས་་་་་་་་
བཞིར་དབྱེ་ཆོག་པ་སྟེ།
1.དབང་རྩའི་རྩ་གཞུང་རིགས།
དེ་ནི་དབང་རྩའི་རྩ་གཞུང་མནན་པའི་
དབང་གིས་ལག་པ་སྒུལ་མི་ཐུབ་པ་དང་།
སྦྲིད་པ།ན་ཟུག་གཏོང་བ།ཤུགས་ཆུང་དུ་་
འགྲོ་བ།མཇིང་པ་དང་དཔུང་པར་ན་ཟུག་་
གཏོང་བ་བཅས་རེད།
2.མཇིང་པའི་ཁྲག་རྩའི་རིགས།
དེ་ནི་མཇིང་པའི་ཚིགས་རྩར་ཟུག་་་་་་་་་
གཟེར་རྒྱག་པའམ་ཡང་ན་འཁྱོག་པའི་་་་་་་་་་་
དབང་གིས་ཀླད་པར་ཁྲག་མི་འདང་བར་་་་་་

ཨམ་ཅོག་ནས་སིང་སྒྲ་སྒྲོག་པ་དང་།མིག་་་་
གིས་མཐོང་ལ་མ་མཐོང་བྱེད་པ།མགོ་ཡུ་་་་་
འཁོར་བ།ཞེ་མེར་ལངས་པ།ཐ་ན་་་་་་་་་་་་་་
མཚམས་རེ་མགོ་ཡུ་འཁོར་ནས་འགྱེལ་བ་་་་་་
སོགས་རེད།
3.མཇིང་པའི་རིགས།
མཇིང་ཚིགས་མཁར་མཚམས་ཀྱི་ནད་་་
བབ་འགྱུར་ལྡོག་ཕྱིན་པ་དང་རུས་ཚིགས་་་་་་
ཉམས་པ་སོགས་ལས་དབང་རྩའི་རྩ་གཞུང་་་
གི་མཇུག་སྣེར་ཟུག་གཟེར་བརྒྱབ་ནས་་་་་་་་་་་
མཇིང་པར་ན་ཟུག་གཏོང་བ་དང་།མཇིང་་
པའི་རྒྱུངས་པ་རེངས་པོར་འགྱུར་བ།
མཇིང་པ་སྒུལ་མི་ཐུབ་པ་སོགས་ཡོང་གི་་་་་་་་་
ཡོད།
4.རྒྱུངས་པའི་རིགས།
རྒྱུངས་པ་མནན་པའི་དབང་གིས་རྐང་་
ལག་བཞི་པོ་སྒུལ་མི་བདེ་བར་འགྱུར་བ་་་་་་་་་
དང་། ཐ་ན་རྩ་འཁུམ་པ་དང་སྦྲིད་པ།
ཚབས་ཆེ་བར་ཞ་འཁུམ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

གཉིས།ཁྱེད་ནི་མཇིང་་་་་་་་་་་་
ཚིགས་ནད་ཕོག་མཁན་ཞིག་ཡིན་་་་
ནམ།

1.གཤམ་གསལ་ནད་རྟགས་ལྔའི་ཁྲོད་་
ནས་གཅིག་ཡོད་ཚེ།མཇིང་ཚིགས་ནད་་་་་་་
ཕོག་པ་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཆོག
(1)མཇིང་པར་ན་ཟུག་གཏོང་བ།
ལག་པས་འོག་ནས་སྒང་ལ་འཕུར་འཕུར་་་་་་
བཏང་ན་ན་ཟུག་ཆུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་ཤུགས་
ཀྱིས་མནན་ན་ན་ཟུག་ཆེ་རུ་འགྲོ་བའི་་་་་་་་་་་་་
རིགས།(མང་ཆེ་བ་ནི་མཇིང་རིགས་ཀྱི་་་་་་་་་
མཇིང་ཚིགས་ནད་ཕོག་པ)
(2)མཇིང་པར་ན་ཟུག་་་་་་
གཏོང་བ་དང་ཆབས་ཅིགལག་པ(དཔུང་པ)ཁྱོན་ཡོངས་་་
ནས་ན་ཟུག་གཏོང་བའམ་་་་་་་་་
ཡང་ན་སྦྲིད་པའི་རིགས།
(མང་ཆེ་བ་ནི་དབང་རྩའི་རྩ་་་་་
གཞུང་རིགས་ཀྱི་མཇིང་ཚིགས་
ནད་ཕོག་པ)
(3)མིག་བཙུམ་ནས་་་་་་་་་་

མཇིང་པ་གཡས་གཡོན་དུ་བསྐོར་སྐབས་་་་་་་
མགོ་ན་བའམ་ཡང་ན་མགོ་ཡུ་འཁོར་བའི་་་་་
རིགས(མང་ཆེ་བ་ནི་མཇིང་པའི་ཁྲག་རྩའི་་་་་
རིགས་ཀྱི་མཇིང་ཚིགས་ནད་ཕོག་པ)
(4)མཇིང་པར་ན་ཟུག་གཏོང་བ་དང་་་
ཆབས་ཅིགལག་པའམ་རྐང་པར་ཤུགས་་་་་
མེད་པ་དང་ན་ཟུག་བཏང་བའི་རིགས།
(མང་ཆེ་བ་ནི་རྒྱུངས་པའི་རིགས་ཀྱི་མཇིང་་་་
ཚིགས་ནད་དམ་ཡང་ན་མཇིང་རྩ་ཕྲ་བའི་་་་་
ནད་ཕོག་པ)
(5)མགོ་བོ་སྒུར་སྒུར་བྱེད་སྐབས་ལུས་་་
པོ་ཡོངས་གློ་བུར་དུ་སྦྲིད་པའམ་ཡང་ན་གློག་
འཁྱུད་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་བའི་རིགས།
(མང་ཆེ་བ་ནི་རྒྱུངས་པའི་རིགས་ཀྱི་མཇིང་་་་
ཚིགས་ནད་ཕོག་པ་དང་འབྲེལ་མཇིང་་་་་་་་་་་
ཚིགས་ཕྲ་བའི་ནད་ཀྱང་ཕོག་པ)
2.གཤམ་གསལ་ནད་རྟགས་ཁྲོད་ནས་་
གཅིག་གཉིས་ཡོད་པའི་རིགས་ལ་མཇིང་་་་་་་
ཚིགས་ནད་ཕོག་བཟོ་ཡོད་པ་དང་ནད་རྩད་་
གསལ་པོ་གཅོད་དགོས་ན་ད་དུང་བརྟག་་་་་་
དཔྱད་སྔར་ལས་ལྷག་པ་བྱེད་དགོས།
(1) མཇིང་པ་གཅིག་པུ་མི་བདེ་བ།
མཇིང་པ་ཕྱོགས་གང་དུ་གཅུས་ནའང་མི་་་་་་
བདེ་བའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་ཡོད་པ།
(2) བྱུང་རྐྱེན་གང་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་་་་
པར་ལག་པ་སྦྲིད་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་མཛུབ་
རྩེར་དེ་བས་མངོན་གསལ་དོད་པ།
(3) མཛུབ་རྩེ་གང་ས་གང་ནས་ན་་་་་་་་
ཟུག་གཏོང་བ།
(4) ལུས་པོ་ཡོངས་འཆིང་བ་ལྟ་བུའི་་་་
ཚོར་སྣང་ཡོད་པ།
(5) ལག་པའི་ནང་གི་ཅ་དངོས་གློ་་་་་་་་
བུར་དུ་ཟགས་པ།

མཇིང་ཚིགས་ནད་སྔོན་འགོག་དང་རྒྱུན་གཏན་གསོ་ཐབས།

ཏང་གགི་ལ་ལོརྒྱུས་ཀྱིགི་གཏམ་རྒྱུད་
ཐུང་ངུ་བཤད་དསྤེ་དྲང་ནུས་སྤེསྤེལ་།