



ཁེངས་རྟེན་གྱི་ལོ་མ་དང་བྱི་ལྷོ་ལོ་དེ་དག།
རང་རྒྱལ་མེད་པར་སློབ་རྒྱུ་གིས་སྲུང་དུས།
ལྷུ་དུ་ལུས་པ་ནི་ཁེངས་རྒྱུ་གི་སྒོར་པོ།

གཡུ་ལྷག་ཟེལ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་ལོ་མའི་འབྲིས་སྤྱ།
རང་དབང་གིས་འཕུར་ལྷིང་བྱས་ཏེ་ཚོགས་གི་ལོ་མ་བྲིས་ཀྱང་།
སློབ་གྲྭ་གྱི་སྤྱོད་བྱེད་གཉེན་པོ་རྒྱུ་གིས་ལུང་།

འབྲས་ལྷན་གྱི་ལོ་མར་ཆགས་པ་གཞི་ནས་སྐྱེས།
ལྷང་མདོག་གི་དབྱར་ལས་མ་འདོད་བཞིན་འབྲེར་བའི་
ནད་ཀྱི་སྤྱོད་པོ།
ད་ལྟ་གསེར་མདོག་གི་སྐྱེག་ལྷན་དབྱིག་མོས་གཡོ་འཛུམ་གྱིས།
མི་ལུས་དུ་དགོད་སྤྱི་མཛེས་ཉམས་བསྐྱུར་སྤྱིད་དམ།
།གདོད་ཁེངས་ལངས།།

སློང་དུ་སྐྱེག་པའི་མེ་ཏོག།
བག་ཉལ་གྱིས་གཉོར་བྱང་།
སློབ་པར་ཁྱེད་དུས་གསོན་ཉམས་ཀྱི་ལོ་དོག་ལལ།

ཡང་འབྲས་ལོན་པར་འདོད་པའི་ནམ་ཟུང་འདྲིང་།
ཞིན་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་ལྷིང་ཐངས་རེར།



ཞེལ་ཡེ་ཤི་ཤུ་ལྷི་ལ།



3

སློབ་མེད་ཀྱི་དར་ཆ་མཐོན་པོར་སྤྱོད་། །མི་ཚོས་ཀྱི་བསམ་སློབ་གནས་སར་ཁྱབ།

བར་ཁྱེད་གཅི་འགན་པ། མིག་དམར་དོན་གྲུབ། ཚུམ་སྐྱེག་པ།



༡

དེ་ཉིན་ལོ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་དང་ཡལ་ག་ལྷོ་ལྷོ་གཡོ་ཞིང་མེ་ཏོག་གི་
འདབ་ལོ་དག་ཀྱང་ཡོར་ཡོར་སྐྱེལ་བར་བྱེད། རྩོམ་ལུང་གི་
ལྷ་ཐང་དུ་ཚེར་མ་ལྷ་དུའི་བོ་མོ་ཆགས་ཤིང་ཐུག་ཟེལ་གྱིས་
འབྲིང་བའི་མེ་ཏོག་དུ་ཚེ་ཡང་ན་རྒྱས་དང་ལུང་པོའི་མཚོན་
རྟེན་གས་གང་ཡིན་ཆ་མེ་འཚོལ་བའི་ལ་བ་ཆགས་འགོ་ཚེལ།
སློབ་ཁཛེས་པ་ནི་སྐྱེ་དུག་པ་ཟད་སོང་བ་ཡིན་ལ་དེ་ཚམས་ཡང་
མ་ཡིན་པར་དོད་ལྷང་ལྷང་གི་དབྱར་ག་ལྷོ་ལོ་ཞིག་མཇུག་
ཚོགས་པའི་བརྗེས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། སློབ་ཁཛེས་པ་ནི་སྐྱེ་
བརྒྱུད་པ་ཤར་བ་ཡིན་ལ་དེ་ལོ་ན་འདྲེན་པར་ཤིན་ཏུ་
འབྱུག་པའི་དུག་ལའི་མེད་ལྷན་བསྐྱེད་པའི་ལས་རིམ་ཞིག་ཀྱང་
རེད་དོ། ལྷོ་ཚོང་གིས་འབྲུར་འགྲོ་བ་འདི་དག་ལོ་འཁོར་
གཅིག་གི་ནང་གི་འབྲུར་བཅའ་ལས་དོན་དམ་དུ་ཅི་ཡང་མིན་
མོད། སེམས་འཚབ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད། ཡང་ན་འདིགས་སྐྱེག་
རིགས་ཤིག་གི་ཁྲིད་ནས་ཉག་ཉག་སློབ་ཁཛེས་བྱུང་།

༢

མོ་མོ་དག་ལ་བཞུགས་ན་སློབ་འགོ་ཚུགས་ཤིང་
འབྲུ་ཆ་ག་པས་སྐྱེ་འབྱེད། ལྷོ་བྱུག་མོན་ལུང་དུ་ལོག་
ཚར་ཞེས་བཀོད་འདུག། འབྲུ་ཆ་ག་པས་སྐྱེ་འབྱེད་
པས་ཞེ་སྐྱེག་པའི་སྤྱོད་པོ་དང་ཡང་ན་དང་འབྲེལ་
བའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གསང་བ་ཅི་ཞིག་སློབ་ཀྱིན་
ཡོད་མེད་ཆ་མི་འཚོལ་ཡང་། བྱ་ལྷོ་བྱུག་གསུང་སློབ་
མོ་མ་གནས་གཞན་ཞིག་དུ་ལོག་ཚར་བའི་གནས་ཚུལ་
གོ་མ་ཐག། ལྷོ་མཚན་མེད་པར་སེམས་པ་སྐྱེ་ལྷང་
ལྷང་ཞིག་དུ་འབྲུར་འགྲོ། དམ་སློབ་ལ་མང་པོ་ཞིག་
བཀལ་སྤོང་། ད་ལོའི་སློབ་ཀྱི་དེ་ལོ་མེད་ཁྲིད་ཀྱི་
ཐངས་ཉེར་དུག་པའི་སློབ་ཀྱི་དེ་ལོ་མེད་སློབ་ལོ་
ཉེར་དུག་ཁྲིད་ཀྱི་ཚེས་བཀལ་དཀའ་བའི་སློབ་ལོ་དེ་

༣

ཡང་ཡིན་ཚེད་འདུག ད་ལོ་དུང་སློབ་ཀྱི་གཞོན་
ཚམ་ཞིག་བཀལ་སྤོང་ལྷོ་གཡོད་པ་གཏན་མི་འཁེལ་ལ།
རྒྱལ་པོ་གཅིག་དུ་འདི་ཉིད་ཚེས་མཐའ་མའི་སློབ་ཀྱི་དེ་
ལོ་མེད་ཀྱི་དེ་ལོ་མེད་པའི་འདུག། དེ་བས་ཤིན་ཏུ་
གཅིས་སུ་ལོས་པ་ཡིན་ཡང་གཅིས་སྐྱེས་ཤི་ལྷོ་ལྷོ་དུང་
དགོས་ཚུལ་གསལ་ཆ་ཅི་ཡང་མི་འདུག། ལྷོ་ལྷོ་
བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པའི་དེ་ལོ་མེད་ཀྱི་དེ་དག་
དང་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་བཞིན་པའི་ཚོགས་ཀྱི་བྱ་
བའི་ཁྲིད་དུ། ལྷོ་ལྷོ་ཤི་ལྷོ་ལྷོ་འཛོད་མོང་བ་མི་ཤེས་
བར་བྱེད་པའི་ལུང་དུ་མ་བསྐྱེད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་
ཡང་ན་མི་ལམ་དང་ཚོ་འབྲུལ་རིགས་ཤིག་མ་གཏོགས་
སློབ་ཀྱི་ལྷོ་ལྷོ་དགོས་ཚུལ་གྱི་ཚོགས་གཅིག་ཀྱང་
བཀོད་མི་འདུག། བསྐྱེད་པའི་དམ་འཇུག་དང་ནས་
མ་གཏོགས་ཞེས་མཇུག་མ་བྱུང་བའི་ཚེ་རབས་ལས་
ཀྱི་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བས་ཞེ་སྐྱེ་རི་བཞི་འཛོད་མོ་གསུམ་པ་
མཚོག་གིས་མེ་གཏོར་ས་ནས་ས་ཚོགས་དགོས།
ལས་ཀ་ག་རེ་བྱས་ན་འདྲ། དང་རྒྱུད་རིང་དགོས།
རང་རྒྱུགས་བཅན་དགོས། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
དགོས་ལྷོ་ལྷོ་གསུངས་པ་དང་། བཀའ་དྲིན་བཞི་
ཚོགས་ཀྱི་དཔོན་གསལ་སྐྱེ་མ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་
མཚོག་གིས། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གསུངས་པའི་
དལ་འབྲུར་སྤྱོད་པ་དཀའ་བ་དང་། ཚོ་མི་རྒྱལ་པ།
འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལོགས་
གོ་མོ་མོ་མོ་ཚོས་བྱུང་སྤོང་ཡང་སྤོང་རྒྱུགས་ལེས་
ཤེས་མ་རྒྱུད་པའི་ཟབ་གདམས་ཚོགས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཆེ་བ་འདི་དག་གིས་དེ་ཚོ་སྤོང་ལྷོ་ལྷོ་སློབ་ཀྱི་ལོ་
གཅིགས་འཛོན་དང་གཅིས་སྐྱེས་ཤི་ལྷོ་ལྷོ་དུང་
དགོས་ཚུལ་སློབ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

༤

གཤེན་མཁས་ཚུལ་ཞིམས་རྒྱལ་
མཚན་གྱིས་སློབ་ཀྱི་མདོན་བརྒྱུད་ལ་
འབྲས་ལྷན་དང་གསེར་ལྷན་ཞེས་པའི་
སྐྱེ་དུགས་ལྷོ་དུ་འབྲས་པ་ཞིག་
གནང་འདུག་མོད། དམ་རྒྱལ་བཞིན་
པའི་སློབ་ཀྱི་དང་མིང་འདི་གཉིས་ཀྱི་
བར་དུ་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་
སྐྱབ་མེད་དེ། ད་ལོ་མེད་སྤོང་གི་ལོ་
དུང་ལོག་ཅིག་ལས་འབྲས་བཟང་ལུང་
ལྷོ་ལྷོ་དུང་པའི་སློབ་ཀྱི་ཞིག་ཤར་མི་
འདུག་ཅིང་མོ་མོ་ཉེར་དུག་ལ་བསྐྱེད་ས་
བའི་བདག་གི་རྒྱུད་ཞིང་ལའང་ཐར་པ་
འཁོར་ཏེ་སྤོང་སྤོང་གཡོ་ཐབས་བྱས།
དབྱར་སྐྱེ་དུག་ལ་འཛིག་ལྷོ་ལྷོ་རབ་
རིལ་མག་ཚོག་གི་ལུས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཞིག་ལས་ད་ལོ་གསེར་མདོན་ལྷན་ཞིང་
གསེར་མདོད་ལམ་ལམ་འགྲོ་བའི་ལྷོ་
ཚོགས་ཤིག་ཀྱང་ཚེས་མི་འདུག། དམ་
སློབ་ཆད་སློབ་ཀྱི་ལོ་ནམ་མཁའ་ནི་ལྷོ་
ཚོགས་བཞི་ལས་ཆེས་སྤོང་ལངས་
པའི་ནམ་མཁའ་དེ་ཡིན་རབས་གོ་མོས་
བྱུང་མོད། ད་ལྟ་དམ་རྒྱུད་ལོག་
ནད་ལོག་པས་མིན་ན། ལྷོ་ལྷོ་སློབ་
འདིའི་ནམ་མཁའ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ལོ་གནའ་
དང་མའི་སྤོང་དཀའ་བར་གྱི་སྤོང་ལྷོ་
ནམ་མཁའ་ཚམས་ལའང་མི་དོ། དམ་ཆེ་
ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
སློབ་ཀྱི་ཞིག་མ་ཚོས་པ་ནི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
མོན་པས་མིན་པར་ཐོབ་ཐོར་མང་
དུགས་པས་ཡིན་ཡང་། ད་ལྟ་སྐྱེ་བརྒྱུད་
པའི་མར་དོ་ཟད་པར་ཉེན་ཞག་མང་པོ་
མེད་ཅིང་མོ་འཁོར་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ལོ་
མཇུག་ཚོགས་ལ་ཉེ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཚོགས་འདི་ཉག་ཉག་མི་ཞིག་གི་མི་ཚོ་
དང་ཅི་ནས་ཀྱང་འདྲ་འདུག་སྐྱེ།

༥

དམ་མཛེས་སྐྱེག་ཅེས་པ་ནི་དུང་ལོ་ལོ་
དང་དབྱར་ཀའི་ཚར་སྤོང་དུ་མེད་པར་སློབ་ཀྱི་སྤོང་
ཤིན་ཏུ་ཉེ་ཉེ་འདྲེན་པའི་མཛེས་པའི་ལོ་སྐྱེ་
དགའ་ལ་ལེ། ལལ་འཛུམ་དུས་ལེན་བཞུགས་ཡོད་པར་
བརྒྱམས་ནས་ཡིད་སྤོང་ཡང་ཡང་བཏབ་སྤོང་། འོན་
ཀྱང་ལོ་འཁོར་འདི་དག་གི་རིང་དུ་རབས་གཞི་ནས་སྤོང་
འཇགས་དང་བག་ལེབས། མིག་དམར་མཛེས་པ་དང་སྤོང་
དུ་སྐྱེག་པ་དག་གི་གཏན་དུ་ཚེས་རྒྱུ་མེད་པའི་སངས་ཉིན་
དང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
མེད་པ་དུ་གཟོད་ཤེས། སྤོང་ཆད་མི་བདེ་བ་དང་མི་
གཙང་བར་བཞུགས་པའི་ལོ་འཁོར་རེ་རེ་དང་སྐྱེ་བ་རེ་རེ།
མཐའ་ན་ཉེན་ཞག་དང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཅང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
མོ་ཞིག་གི་ཁྲིད་ནས་ཡིད་སྤོང་འཚོར་དགོས་པ་གསྐྱེག་དུ་
ལྱུར་འདུག། དེ་ནི་མི་ཞིག་གིས་རྒྱུད་ལོག་པ་ཡིན་དུས་ན་
ཚོད་ཆེན་འདོད་ཅིང་ནར་སོན་ཏེ་ལྷོ་ལྷོ་སྤོང་ཆར་
རེས་ཀྱང་རང་གི་མི་ཚོ་ཟད་ཀྱིན་པ་མཐོང་དུས། སྤོང་
ཡང་རང་གི་དུངས་གཙང་གི་བྱིས་དུས་ལ་ཕྱིར་མིག་བྱེད་
པ་དང་ཤིན་ཏུ་འདྲ་ཡང་།

།གཞི་ཚང་སྐྱེ་བ་གྲགས་པ།།

