༢
པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན། རྩོམ་སྒྲིག་པ། རྟ་མགྲིན་རྡོ་རྗེ།

དམངས་ཁྲོཁྲོད་ཀྱིརི་རིརིག་གནས་རྒྱུན་དུ་འཛིཛིན།།མམེས་པོཁྲོ་ཡིརི་བློཁྲོ་རིརིག་དང་དུ་ལེམེན།།

དབྱར་གྱིགྱི་ལང་ཚོཚོ།
2023ལོའི་ཟླ་བ12པའི་ཚེས8ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།

༼ཁམས་པའི་འཛུམ་མདངས་
སྤྱིའི་ཨང10279པ་པར་ངོས་གཉིས་
པའི་འཕྲོར་མཐུད།༽
ད་ཡོད་འབའ་གཞས་ཀྱི་སྒྱུ་རྩལ་པ་ཚོའི་
ནུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་བྱས་ནས་མི་
ཚང་མས་ཡང་བསྐྱར་འབའ་གཞས་ལ་
དགའ་པོ་བྱེད་ཡས་ཀྱི་སྤྲོ་བ་ཀུན་ནས་
བསླངས་ཏེ་འབའ་གཞས་རྒྱལ་ཡོངས་དང་
འཛམ་བུ་གླིང་ལ་ཁྱབ་པར་བྱ་དགོས་ཞེས་
བཤད་པ་རེད།
བཀྲ་ཤིས་དང་འདྲ་བའི་འབའ་
གཞས་ཀྱི་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་
བཞག་གི་བརྒྱུད་འཛིན་པ་སྐལ་བཟང་ནོར་
བུ་དང་བློ་བཟང་ཟླ་བ།བློ་གྲོས་སོགས་
དང་། དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་གླུ་པ་གླུ་མ་གྲགས་
ཅན། རིག་གནས་སྒྱུ་རྩལ་ལས་ཁུངས།
དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་གཞས་པ་གཞས་མ།རས་
དཔོན་རས་རྒན་བཅས་ཀྱིས་འབའ་གཞས་
རྒྱུན་འཛིན་སྤེལ་གསུམ་ཡོང་ཆེད་སོ་སོའི་
ནུས་པ་བཏོན་དང་འདོན་བཞིན་ཡོད།
དྲུགའབའ་གཞས་ཀྱི་
གཞས་ཚིག།
（གཅིག）འབའ་གཞས་གཞས་ཚིག་
གི་དབྱེ་བ།
འབའ་གཞས་ཀྱི་ནང་དོན་ཕུན་སུམ་
ཚོགས་པ་སྟེ།ཁམས་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་
ཐོན་སྐྱེད་འཚོ་བ་དང་རིག་གནས་དཔལ་
འབྱོར།ལོ་རྒྱུས་དང་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་
གཤིས།རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་མི་རིགས་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་སོགས་མཚོན་པ།མཛེས་སྡུག་
ཕ་ཡུལ་གྱི་འབྱོར་ཕྱུག་དང་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་
འཚོ་བར་བསྔགས་བརྗོད་བྱས་པ།གངས་
རི་དང་རྩྭ་ཐང་དང་ཞིང་ཁའི་མཛེས་ལྗོངས།
རྒྱལ་ཁབ་དང་ཕ་མ་སྤུན་མཆེད་གྲོགས་པོ་
སོགས་ལ་དགའ་ཞེན་དང་བསྟོད་པ།ཕོ་
མོའི་ཕན་ཚུན་དྲི་མེད་རྣམ་དག་གི་དགའ་
སེམས་མཛའ་བཤེས།དཀའ་སྡུག་ལོ་ཟླ་
ལས་བྱུང་བའི་སྡུག་ཡུས་སོགས་གླུ་གཞས་
ཀྱི་དབྱངས་རྟ་ལ་དྲངས་ཡོད།དར་ཁྱབ་
ཆེ་བའི་གཞས་ཚིག་ཁོ་ན་ཁྲི་ལྷག་ཡོད།
གཞས་ཚིག་དེ་དག་ཚིག་སྦྱོར་གསལ་ཞིང་
དྭངས་པར་མ་ཟད། བོད་རིགས་སམ་རྒྱ་
རིགས།འཇང་རིགས་སྤུན་ཟླ་ཕན་ཚུན་
འབྲེལ་བ་མཚོན་པའི་གཞས་ཚིག་ཀྱང་
སྟོང་ཕྲག་དུ་མ་ལ་ཟིན་ཡོད།དེ་དག་གི་
ལུས་རྒྱན་འོས་ཤིང་འཚམ་ལ་ཚིག་སྦྱོར་གྱི་
འགྲོས་གོ་བདེ་ཞིང་བློ་ངོར་འཇགས་སླ་བ་
བཅས་ཡིན་ཞིང་མང་ཆེ་བ་ཚེག་བར་དྲུག་
མའི་ཚིགས་བཅད་ཡིན།
རིམ་བྱུང་འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་
ཚིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པར་བརྒྱུད་གཞས་
ཚིག་ལ་རིགས་དབྱེ་ཚུལ་འགའ་ཡོད་དེ།
དང་པོ་ལ་འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་ལ་
བསྟོད་གཞས་དང་།སྐྱོ་གཞས།མཛའ་
གཞས། གཏན་འཇགས་གཞས་ཚིག་
བཅས་རིགས་ཆེན་པོ་བཞིར་ཕྱེ་ཡོད།
གཉིས་པ་ལ་འཁྲབ་ཡུལ་མི་འདྲ་བར་
གཞིགས་ནས་མཆོད་བྲོ་དང་།འཛོམས་བྲོ།
ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས།བག་མ་བག་སྐྱེལ།
མཛའ་གཞས།སྐྱོ་གཞས།སྨོན་ལམ་
བཅས་རིགས་ཆེན་པོ་བདུན་ཕྱེ་ཡོད།
རིགས་གསུམ་པ་ལ་འབའ་བ་ཕན་སྟོབས་

དང་བློ་བཟང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་འཚོལ་སྒྲིག་
བྱས་པའི་གཞས་ཚིག་སྟོང་ལྷག་དེ་བསྟོད་
གཞས་དང་མཛའ་གཞས།སྣང་སྐྱིད།
ཆང་གཞས།སྐྱོ་གཞས།དོགས་སྒང་།རེ་
ཐག་ཆད་པ། ཞེ་ཆགས།གཏམ་བསྒོ།
སེམས་གསོ།རེ་སྨོན།གཞས་ཤགས།
འགྱུར་མེད།མགུར་གཞས།དྲིན་གཟོ།
ལས་འབྲེལ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེས་ཡོད།
གོང་གི་གཞས་ཚིག་གི་དབྱེ་བ་
རྣམས་གཞས་ཚིག་གི་ནང་དོན་དང་འཁྲབ་
སྟོན་བྱེད་ཡུལ།འཁྲབ་ཞུགས་མི་སྣ།དེ་
བཞིན་གཞས་ཚིག་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མི་
འདྲ་བ་བཅས་ལ་གཞིགས་ནས།ཅུང་རང་

དབང་ཡོད་པའི་གཞས་ཚིག་དང་ཅུང་
གཏན་འཇགས་ཡིན་པའི་གཞས་ཚིག་སྟེ་
རིགས་ཆེན་པོ་གཉིས་སུ་འདུས་ཡོད།ཅུང་
རང་དབང་ཡོད་པའི་གཞས་ཚིག་ནི་གཞས་
འཁྲབ་མཁན་གྱི་མང་ཉུང་དང་འཁྲབ་སྟོན་
བྱེད་ཡུལ་དང་བསྟུན་ནས་གླུ་ལེན་དུས་
སྟབས་བསྟུན་རང་བཞིན་ཆེ་ལ་གཞས་
གདངས་ལ་གཞིགས་ནས་གཞས་ཚིག་
བཅུག་ཆོག་པ་དང་།གཞས་གདངས་
གཅིག་ལ་གཞས་ཚིག་མང་པོ་ཡང་བཅུག་
ཆོག་པ་རེད།ཅུང་གཏན་འཇགས་ཡིན་
པའི་གཞས་ཚིག་ནི་མི་རབས་དུ་མས་བརྒྱུད་
འཛིན་བྱས་ནས་ཤུལ་དུ་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན་
པས་གཞས་ཚིག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཅིང་།
གཞས་གདངས་དང་གཞས་ཚིགདེ་བཞིན་
ཞབས་བྲོའི་སྟངས་སྟབས་བཅས་ཚང་མ་
གཏན་འཇགས་ཡིན་ནོ།།
ཅུང་རང་དབང་ཡོད་པའི་གཞས་
ཚིག་ཏུ་བསྟོད་བསྔགས་དང་བརྩེ་དུང་ཤས་
ཆེར་འདྲེས་ཤིང་བརྗོད་གཞི་སྣ་མང་ཕུན་
སུམ་ཚོགས་པ་སྟེ།རང་གི་ཕ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་
ལྗོངས་དང་ཐོན་ཁུངས།བླ་མ་དང་དྲིན་
ཆེན་ཕ་མ།ངལ་རྩོལ་མི་དམངས་ཀྱི་བློ་
མཛངས་ཤིང་ཐབས་ལ་མཁས་པ།ཞུམ་
མེད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་བཅས་ལ་བསྟོད་
བསྔགས་བྱེད་པ་སྟེ།དཔེར་ན།འབའ་བ་
སྐྱིད་པོའི་ཐོག་ལ།།དབྱར་གཅིག་སྟོན་
ཐོག་ཉིས་བརྩེགས།།དགོན་པ་ཆོས་ས་
དར་ནས།། ཤུག་པས་གཡས་སྐོར་བཏང་
ཡོད།།ཅེས་པ་ཕ་ཡུལ་ལ་བསྟོད་པའི་
གཞས་ཚིག་ལྟ་བུ་དང་།གངས་དཀར་ཤེལ་

གྱི་རི་ལ།།དགེ་བསྙེན་བླ་མ་རྡོ་རྗེ།།ཡུལ་
གྱི་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ།།གངས་ཀྱི་དཀྱིལ་
ནས་འཁྲུངས་ཡོད།།ཅེས་པ་ཡུལ་ལྷ་ལ་
བསྟོད་པ་ཕུལ་བ་ལྟ་བུ།བྱམས་པོའི་ཕ་
མའི་ཁ་ཏ།།དྲིན་ཆེན་སློབ་དཔོན་བསླབ་
བྱ།། ཚེ་རོགས་བཟང་པོའི་སྙིང་གཏམ།།
དེ་གསུམ་བསླུ་བ་མེད་པ།།ཅེས་པ་ཕ་མ་
དང་སློབ་དཔོན།བཟའ་ཟླ་བཟང་པོ་
བཅས་ལ་བསྟོད་པ་ཕུལ་བ་ལྟ་བུ།དུས་
བདེ་མཐུན་འབྲེལ་ཆེ་བས།།གནས་བདེ་
ལས་སྐྱིད་ཡིན་པ།།འཚོ་བ་ཡར་རྒྱས་
དབང་གིས།།སྤྲོ་སེམས་མེ་ཏོག་ཤར་བྱུང་།།
ཞེས་པ་འཚོ་བ་གསར་པར་བསྟོད་པ་ཕུལ་

བ་ལྟ་བུའོ།།
ཡང་བརྩེ་བ་མཚོན་པའི་སྐོར་ལ།
སྐད་ཅིག་གློག་དང་འདྲ་བའི།།སྤྱན་གྱིས་
མདའ་མོ་འཕེན་བྱུང་།།གངས་དཀར་
སེམས་ལ་ཐེབས་ནས།།རང་དབང་འདུག་
ཐབས་མ་བྱུང་།། ཞེས་པ་ཕོ་མོའི་བར་གྱི་
བརྩེ་འདང་མཚོན་པའི་མཛའ་གཞས་ཀྱི་
གཞས་ཚིག་ལྟ་བུ་དང་།སེམས་པ་མི་སྐྱོ་
དགུ་སྐྱོ།།ད་ལོའི་ལོ་ལ་སྐྱོ་སོང་།།རང་
སེམས་སྐྱོ་བས་མ་ཚད།།ནམ་མཁའི་བྱ་
ཡང་སྐྱོ་སོང་།།ཞེས་པ་སྐྱོ་གཞས་ཀྱི་གཞས་
ཚིག་ལྟ་བུ་ཧ་ཅང་མང་ངོ་།།
ཅུང་གཏན་འཇགས་ཡིན་པའི་
གཞས་ཚིག་གི་རིགས་ནི་ལོ་རབས་མང་པོ་
གཅིག་ནས་གཅིག་བརྒྱུད་དེ་ཡོང་བས་
བློར་ངེས་སླ་བ་དང་ཚེག་བར་གྱི་གྲངས་ཀ་
གཏན་འཁེལ་ཡིན་པ་རེད།དཔེར་ན།
ལོ་སྐོར་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་
རྙིང་པ་སྟེ།
དང་པོ་ནང་ལ་ལོ་སར་ཚེས།།
འབའ་བ་ཚང་མས་གཟབ་སྤྲོས་སྤྲས།།
སྐེད་གླིང་ཧུའུ་ཆིང་ལྡིར་སྒྲ་གྲག།
བཅོ་ལྔའི་མཆོད་པ་མི་ཡིས་གང་།།

གཉིས་པ་ནང་ལ་ལྗང་ཆུང་སྔོ།།
ཁམ་བུ་མེ་ཏོག་ཁྲ་སིང་སིང་།།
དང་ཆུ་མགྱོགས་པ་ཐོང་གིས་དང་།།
ལྕང་མ་ཚ་ཆུ་མཉམ་པོར་འགྲོ།།

གསུམ་པ་ནང་ལ་ཨུ་དུམ་ཤར།།

ཡུར་མ་ཡུར་བཞིན་ཚོད་མ་འཐུ།།

དཔྱིད་ཉི་རིང་དོ་མ་བསམས་དང་།།
ལས་ཀ་ལས་དུས་ལས་སྐྱིད་རེད།།

བཞི་པ་འབུམ་འབྱུང་ཟླ་བ་རེད།།
རྒྱ་སྤང་སྟེང་ལ་ཁུ་བྱུག་གྲག།
སྔ་དྲོར་ཞིང་ལས་མགྱོགས་ཙམ་གྱིས།།
ཕྱི་དྲོར་དགོན་སྐོར་སྐོར་སྐྱིད་རེད།།

ལྔ་པ་ནང་ལ་དབྱར་ཟླ་བསུ།།

རྒྱ་མགར་ར་བས་སྐར་འཛིན་བྱེད།།
སྐྱ་ཆད་སྔོ་དུབ་མ་བསམས་དང་།།
དཀར་པོ་གྱེན་འདེད་སོ་བ་བྱུང་།།

དྲུག་པ་ནང་ལ་འབའ་སོ་ལས།།

ནམ་ཕྱེད་བྱ་དང་ཕྱོགས་ལངས་བྱེད།།
དཀའ་ལས་རྔུལ་ཆུར་མ་འཛེམ་དང་།།
རྒྱ་སྒམ་འབྲུ་ཡིས་ཏག་ཏག་གང་།།
བདུན་པར་བྲ་དཀར་མེ་ཏོག་ཤར།།
རང་ཚོ་མཉམ་པོ་གནས་མཇལ་འགྲོ།།
ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྐྱབས་སུ་མཆི།།
སད་དང་སེར་བ་མ་འོང་དགོས།།

བརྒྱད་པ་ནང་ལ་དབྱར་ཟླ་སྐྱེལ།།
ན་ཆུང་སྟེང་ལ་གུར་གྱིས་གང་།།
བདེ་སྐྱིད་མཆོད་རྟེན་བརྒྱབ་ཚུན་ཆད།།
བདེ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་གྱུར།།

དགུ་པ་ནང་ལ་སྔོ་སྐམ་འཐུ།།
དགུན་ཁའི་གཟན་ཆས་གྲ་སྒྲིག་བྱེད།།
ཁལ་དཀར་ཁལ་ནག་ཡོད་མེད་གཉིས།།
རྩྭ་དང་སྔོ་སྐམ་གང་ཐོབ་གྱིས།།

བཅུ་པ་ནང་ལ་ལྔ་མཆོད་རན།།
ཙོང་ཁ་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།།
ཨ་ཕོ་རང་གིས་འཇོན་གྱུར་ན།།
དགའ་ལྡན་ཁྲི་ལ་བདག་པོ་མེད།།

བཅུ་གཅིག་པ་ལ་ས་རྡོ་འགས།།
འབའ་ཆུ་དགོན་ཆུར་
དར་དཀར་ཆགས།།
དགུན་ཟླ་གྲང་དོ་མ་བསམས་དང་།།
གཟིམ་ཆུང་ཉི་མ་འདེ་སྐྱིད་རེད།།

བཅུ་གཉིས་པ་ལ་སོ་ནམ་རན།།
ལུད་སྐྱ་ཆུ་དྲངས་རིབ་མ་བརྒྱབ།།
རྨོས་དཀར་རྨོས་ནག་མགྱོགས་གྱིས་དང་།།

དགུ་གཏོར་ལྟད་མོ་ལྟ་སྐྱིད་རེད།།
ལྟ་བུའོ།།
（གཉིས། ）འབའ་གཞས་ཀྱི་
གཞས་ཚིག་གི་ལུས།
སྡེབ་སྦྱོར་ནི་མཛེས་པ་མཚོན་བྱེད་
ཡིན་ལ་ང་ཚོའི་ནམ་རྒྱུན་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཁྲོད་དུ་
མི་ཁྱབ་ས་ཧ་ལམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་གྱུར་ཡོད།
སྡེབ་སྦྱོར་མི་འདྲ་བར་བརྟེན་ནས་སྙན་ངག་
གི་ལུས་ཀྱང་དུ་མར་གྱུར།བོད་ཀྱི་དམངས་
གླུའི་ནང་གི་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ནི་དེའི་
རོལ་དབྱངས་ཀྱི་མཚམས་ཚིགས་དང་
འགྱུར་ཁུགས་སོགས་ཀྱི་གྲུབ་རྐྱེན་དང་
འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་ཅིང་།དེ་སྔོན་
མཁས་པ་ཚོས་དམངས་གླུ་དར་བའི་ས་ཆ་
དང་གླུ་ཚིག་གི་ནང་དོན།གྲུབ་ཚུལ་དང་
དབྱངས་རྟ་བཅས་མི་འདྲ་བར་གཞིགས་
ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་གླུ་ལ་རིགས་གསུམ་ཏེ།
ལ་གླུའི་རྣམ་པའི་དམངས་གླུ་དང་གཞས་ཀྱི་
རྣམ་པའི་དམངས་གླུ།རང་དབང་ཅན་གྱི་
དམངས་གླུ་བཅས་གསུམ་དུ་ཕྱེས་ཡོད།ལ་
གླུ་རྣམ་པའི་དམངས་གླུ་ནི་དུམ་མཚམས་
མང་པོ་ལས་གྲུབ་ཅིང་མང་ཆེ་བ་གསུམ་
ཅན་ཡིན་ལ།གཉིས་ཅན་དང་བཞི་ཅན་
ཡང་ཡོད།དུམ་མཚམས་སོ་སོའི་ཚིག་རྐང་
ཆ་མཚུངས་ཤིང་གཉིས་ནས་བཅུའི་བར་
ཡོད་ཅིང་།ཚེག་བར་ཆ་ཡ་ཡང་འདྲ་ཞིང་
སྒྲ་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཡང་འདྲེས་ཡོད།གཞས་ཀྱི་
རྣམ་པའི་དམངས་གླུ་ལ་ཐུང་ཞིང་མྱུར་ལ་
ཆ་གསུམ་ཅན་གྱི་ཚེག་བར་དྲུག་མའི་ཚིགས་
བཅད་མང་ཞིང་།ཚིགས་བཅད་གཅིག་
དང་ཕྱེད་ཀའམ་ཚིགས་བཅད་གཉིས་རེ་
ཡང་ཡོད།སྒྲ་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཡོད་མེད་སྣ་
ཚོགས་སུ་གྲུབ།རང་དབང་ཅན་གྱི་
དམངས་གླུའི་གྲུབ་ཚུལ་ནི་སྟབས་བསྟུན་ཆེ་
ཞིང་རང་དབང་ཡོད་ལ།ཚིག་རྐང་བཅུ་
ནས་ཉི་ཤུའི་བར་ཡོད།ཚེག་བར་དྲུག་
བདུན་བརྒྱད་དགུ་མ་སོགས་མང་བ་རེད།
འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་གི་ལུས་
ནི་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ཡིན་ཞིང་།དེ་
ཡང་ཆ་རེ་བྱས་ནས་འདོན་དགོས་པའི་ཚེག་
བར་དྲུག་མའི་ཚིགས་བཅད་མང་ཞིང་།
དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་
བ་སྐུ་ཕྲེང་དྲུག་པ་ཚངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་
མཆོག་གིས་ཀྱང་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་
འབྲི་སྟངས་འདི་སྤྱད་ནས་མགུར་གླུ70
ལྷག་མཛད་དེ་འཛམ་གླིང་སྙན་ངག་གི་
གཙུག་རྒྱན་དུ་བཀོད་ཡོད།རྒྱལ་ཕྱི་ནང་
ཀུན་ཏུ་སྙན་པའི་གྲགས་པས་ཁྱབ་པའི་དར་
མདོའི་མཛའ་གཞས་དེའི་ལུས་ཡང་ཚེག་
བར་དྲུག་མའི་ཚིགས་བཅད་སྙན་ངག་ཡིན་
པ་རེད།དེས་ན་ཚེག་བར་དྲུག་མའི་ཚིགས་
བཅད་ནི་བོད་རིགས་མང་ཚོགས་ཀྱིས་
གནའ་ནས་ད་བར་ཁ་རྣ་ལ་ཆེས་བྱང་བྱང་
དང་བསམ་པའི་འདོད་ཚུལ་ཇི་བཞིན་
དུ་ཆེས་ཆེར་བསྟན་པར་སྤྱོད་དགའ་ཆེ་
བའི་གླུ་གཞས་ཀྱི་ལུས་ཤིག་ཏུ་གྲུབ་ཡོད་
པ་ནི་བཤད་མ་དགོས་སོ།།དཔེར་ན།
ཆང་གཅིག་ཞིམ་མངར་
འཛོམས་པ།།
གནས་ཚང་ཨ་མའི་ཆང་རེད།།
གནས་ཚང་ཨ་མ་མེད་ན།།
ཞིམ་མངར་འཛོམས་
ས་མ་རེད།།ལྟ་བུ།

དྲིན་ཆེན་ཕ་མའི་ཁ་ཏ།།
ལྷ་བྱ་གོང་མའི་གསུང་སྐད།།

འབའ་གཞས་ངོ་སྤྲོད་བློ་གསལ་དགའ་བའི་གཏམ།

སྐལ་ཐུབ།

（བཞི།）སྒྲ་སྙན་ནམ་པི་ཝང་བཟོ་མཁན་གྱི་བརྒྱུད་འཛིན་པ།
འབའ་ཐང་གི་ཞིང་འབྲོག་ས་ཁུལ་གྱི་སྐྱེས་པ་རྒན་དར་གཞོན་གསུམ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་སྒྲ་སྙན་བཀྲོལ་ནས་འབའ་གཞས་འཁྲབ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ལ།སྒྲ་སྙན་བཟོ་ཤེས་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད།ལུང་པ་
སོ་སོའི་ཡུལ་སྲོལ་གཤིས་ལུགས་ལྟར་སྒྲ་སྙན་ཡང་ཆེ་ཆུང་སྣ་ཚོགས་དར་ཡོད།སྒྲ་སྙན་གྱི་རྒྱུ་ཆ་དང་བཟོ་རྩལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་སྒྲ་སྙན་གྱི་སྒྲ་གདངས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བཤད་མི་དགོས་པ་རེད།རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་ཐོག་མའི་གྲས་སུ་ཚུད་པའི་འབའ་གཞས་ཀྱི་ཞིང་ཆེན་རིམ་པའི་གཟུགས་མེད་རིག་གནས་ཤུལ་བཞག་གི་བརྒྱུད་འཛིན་པ་བཀྲ་ཤིས་ནི་འབའ་གཞས་འཁྲབ་ལེན་འཁྲོལ་གསུམ་ལ་མཁས་ཤིང་སྒྲ་སྙན་ཡང་བཟོ་མཁས་པའི་འབའ་ཐང་གི་དམངས་ཁྲོད་སྒྱུ་རྩལ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ།ཁོང་ལོ་ན་ཆུང་དུས་ནས་སྒྲ་སྙན་བཟོ་བའི་ལག་རྩལ་སྦྱངས་ཏེ་ད་བར་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་སོང་ཡོད་པ་དང་།རིམ་རྩིས་བྱས་ན་སྒྲ་སྙན4000ལྷག་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། འབའ་གཞས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་ཡག་པོ་བྱ་ཆེད་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་སྒྲ་སྙན་བཟོ་ཁང་ཞིག་བཙུགས་ཡོད་པ་དང་།དུས་ཚོད་ཀྱི་ཁོམ་པ་དང་བསྟུན་ནས་འབའ་གཞས་དང་སྒྲ་སྙན་བཟོ་པའི་གསོ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭ་ཞིག་ཀྱང་བཙུགས་ནས་ད་སྔའི་བར་འབའ་གཞས་འཁྲབ་ལེན་འཁྲོལ་གསུམ་བྱེད་ཤེས་པ་དང་།སྒྲ་སྙན་ཡང་བཟོ་ཤེས་པའི་ལག་རྩལ་མི་སྣ50ལྷག་གསོ་སྐྱོང་བྱས་ཡོད་པ་རེད།བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་བཅོས་བསྒྱུར་སྒོ་འབྱེད་བྱས་པ་ནས་བཟུང་།མི་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བར་གནམ་ས་བླ་འོག་བསྒྱུར་བ་ལྟ་བུའི་འཕོ་འགྱུར་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།བསམ་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡང་ཉིན་རེ་བཞིན་འགྱུར་བ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད།ད་ལྟའི་ལོ་གཞོན་ཚོའི་ནང་དུ་ཕར་བལྟས་ཚོད་ལ་བརྒྱ་ཆ20ཡས་མས་མ་གཏོགས་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་དགའ་པོ་བྱེད་མཁན་མི་འདུག།འབའ་གཞས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་གྱི་ད་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་དེ་ཙམ་ཡག་པོ་མི་འདུག།མི་ཉུང་ཤས་ཤིག་གི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་དགོས་ན་ཕན་ས་མ་རེད།ངེས་པར་དུ་སྲིད་གཞུང་གིས་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་ཏེ་གཙོ་ཁྲིད་ཀྱི་ནུས་པ་འདོན་དགོས་ཀྱི་འདུག།ཕྲུ་གུའི་དུས་ནས་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱ་དགོས་པ་དང་།སློབ་གྲྭ་ཁག་ནས་ཀྱང་དམ་འཛིན་ཡག་པོ་བྱ་དགོས་ས་རེད།

ལ་མོ་ཕར་ཕར་རྒྱག་དུས།།
གསུང་བཤད་ཚུར་ཚུར་
སྙན་བྱུང་།།ལྟ་བུའོ།།
（གསུམ། ）འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་གི་རྒྱན།
འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་གི་རྒྱན་ལ་དཔེ་རྒྱན་དང་
གཟུགས་རྒྱན། རབ་རྟོག།སྒྲ་རྒྱན་སོགས་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་།
ཚིག་རྒྱན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞས་ཚིག་གི་ནང་དོན་ཡང་
གསོན་ཉམས་དོད་པོར་ཡིན་ལ་གནས་ལུགས་གདིང་ཟབ་ཡོད་
པ་དང་། བརྩེ་དུང་ལྷུག་པོར་མཚོན་ཞིང་ཤུགས་སུ་བསྟན་
དོན་དེ་མ་ཐག་གོ་ཐུབ་པ་བཅས་ཡིན་ནོ།།དཔེར་ན།གངས་
རི་དཀར་པོའི་འོག་ལ།།རྫ་རི་ཨེ་ཡོད་མ་ཤེས།།ཆུང་འདྲིས་
བྱམས་པའི་ཐུགས་ལ།།བློ་ཀྱོག་ཨེ་ཡོད་མ་ཤེས།།ལྟ་བུ་དང་།
ཚིག་རྐང་སྔ་མ་གཉིས་ནི་དཔེ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་དོན་ནོ།།
ཁམ་པོ་ཁ་ལ་ཞིམ་བྱུང་།།མེ་ཏོག་མིག་ལ་མཛེས་བྱུང་།།ཁམ་
སྡོང་ཁྲ་མོའི་འོག་ལ།།མེ་ཏོག་ཆར་པ་འབབ་བྱུང་།།ཞེས་པ་
གཟུགས་རྒྱན་ལྟ་བུ། ཕྱི་ལ་ཤེལ་གྱི་བུམ་པ།།ཁ་ལ་མཛེས་
པའི་མེ་ཏོག།བུམ་པ་ནང་གི་བུམ་ཆུས།།མེ་ཏོག་བློས་རྒྱབ་
མ་བཏང་།། ཞེས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལྟ་བུ།ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་
ཚེས་སོང་།།རི་མགོའི་སྤང་རྩྭ་སེར་སོང་།།ཤྭ་བ་སྤང་ལ་
འཁོར་བའི།།བློ་སེམས་ཐག་གིས་ཆོད་སོང་།།ཞེས་བ་བསྡུས་
བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་ལྟ་བུ།གསེར་བྱ་སྤུན་གསུམ་གནམ་ལ་ལྡིང་ན་
དགའ་བ་ལ། གནམ་ལ་ལྡིང་ན་སྐྱིད་པ་ལ།།གནམ་ལ་ལྡིང་
ཞིང་ས་ལ་བབས་ན་དགའ་བ་ལ།ས་ལ་བབས་ན་སྐྱིད་པ་ལ།།
ས་ལ་བབས་ཤིང་རྒུམ་འབུ་འཐུས་ན་དགའ་བ་ལ།།རྒུམ་འབུ་
འཐུས་ན་སྐྱིད་པ་ལ།།རྒུམ་འབུ་འཐུ་ཞིང་བྲེ་གང་ལོན་ན་
དགའ་བ་ལ།། བྲེ་གང་ལོན་ན་སྐྱིད་པ་ལ།།བྲེ་གང་ལོན་ནས་
འབྲས་ཆང་བཙོས་ན་དགའ་བ་ལ།།འབྲས་ཆང་བཙོས་ན་
སྐྱིད་པ་ལ།།འབྲས་ཆང་བཙོས་ནས་རང་ཚོ་འཛོམས་ན་
དགའ་བ་ལ།། རང་ཚོ་འཛོམས་ན་སྐྱིད་པ་ལ།། ཞེས་པ་སྒྲ་
རྒྱན་གྱི་ཆ་དང་འདྲེས་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།།
（བཞི།）འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་གི་ཚིག་གྲོགས།
འབའ་གཞས་ཀྱི་གཞས་ཚིག་ལ་ཚིག་གྲོགས་མི་འདྲ་བ་
དུ་མ་ཡོད་ཅིང་།ཁ་ཤས་ནི་མིའི་མིང་དང་།ཁ་ཤས་ནི་ཚིག་
ཕྲད་ཡིན་ལ།ཁ་ཤས་ནི་ཤིས་ཚིག་ཡིན་པ་རེད།ཚིག་གྲོགས་
གཞག་ཡུལ་མི་འདྲ་བར་བརྟེན་ནས་ནུས་པ་ཡང་མི་འདྲ་བ་
ཡང་སྲིད་ཅིང་།དེ་ལ་ཚིག་གྲོགས་ཐུང་ངུ་དང་གཞས་ཚིག་གི་
ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཚང་མ་ཚིག་གྲོགས་སྤྱད་ཡོད་པ་
གཉིས་སུ་ཕྱེས་ཆོག།ཚིག་གྲོགས་ཐུང་ངུ་ནི་གཞས་ཀྱི་མགོ་
དང་། ཚིག་རྐང་དང་ཚིག་རྐང་གི་བར།མཇུག་བཅས་སུ་
སྤྱད་པ་མང་། ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ནས་བཞི་བར་ཅན་མང་བ་
རེད།དཔེར་ན་ཡ་དང་།སོ།སོ་ཡ་ལ།ཡ་ལ།ཡ་ལ་སོ།
འོ།འོ་ལགས།ལ།དང་།ཨེ།ལགས་སོ།འོ་ལགས་འོ།
ཞབས་བྲོ་ཡག་མོ་ལགས།རྡོག་བྲོ་ཡག་མོ་ལགས་སོགས་ཡོད།
ཚིག་གྲོགས་སྤྱད་པས་གཞས་པ་དང་གཞས་མའི་སྐད་གདངས་
དང་བརྩེ་བ་མཚོན་པར་རམ་འདེགས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།
དཔེར་ན་སྒྲ་སྙན་སྔོན་དུ་ཚར་གཅིག་སོང་རྗེས།གཞས་ལེན་
མགོ་ཚུགས་པ་དང་རས་དཔོན་གྱིས་འོ་ལགས་ཞེས་འབོད་མ་
ཐགཚང་མ་གཞས་མཉམ་ལེན་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ནུས་པ་ཡང་
ཡོད་པ་རེད།གཞས་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཚིག་
གྲོགས་བཞག་པ་འབའ་གཞས་ཁྲོད་དུ་ཧ་ཅང་མང་ཞིང་།
འགའ་ཞིག་གཞས་ཀྱི་མིང་དུ་གྱུར་པ་ཡང་ཡོད།གཞས་ཀྱི་
མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་དུ་ཚིག་གྲོགས་དེ་དག་བཞག་པའི་ཚེ་
སྐབས་ཐོག་གཞས་ཚིག་བཟོས་ནས་ལེན་པར་ཕན་ཐོགས་པར་
མ་ཟད། རྡོག་བྲོའི་འགྲོས་དང་ཡང་མཐུན་པའི་ཕན་ནུས་
ཡོད་པ་རེད།དཔེར་ན་འབའ་གཞས་སོ་རྡོ་ཡ་ལ་ལྟ་བུ་དང་
བསོད་ནམས་ཆེན་མོ་ལོ་ལྟ་བུ་མཚོན་བྱེད་ཙམ་བཀོད་པའོ།།
༼མུ་འགོད།༽