2

དབྱར་གྱིགྱི་ལང་ཚོཚོ།
2026ལོའི་ཟླ་བ11པའི་ཚེས20ཉིན།
གཟའ་པ་སངས།
པར་ངོས་གཙོ་འགན་པ།ཀུན་དགའ་བསམ་གཏན།
རྩོམ་སྒྲིག་པ།སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།

དམངས་
ཁྲོཁྲོད་

ཀྱིརི་

རིརིག་

གནས་

རྒྱུན་

དུ་

འཛིཛིན།།

མམེས་

པོཁྲོ་

ཡིརི་

བློཁྲོ་

རིརིག་

དང་

དུ་

ལེམེན།།

ཞིང་གི་བསྟན་བཅོས་སོ་ནམ་རྒན་པོའི་ཕྱག་རྗེས་ཞེས་པའི་ཚན་པ་ཞིང་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ཞོར་ལས།
ཧོར་ཁོག་ཟླ་བཟང་།

སྤྱིར་བཏང་འཇིག་རྟེན་མིའི་འཕེལ་རིམ་དུ་
ཐོག་མར་ཞིང་ཁ་འདེབས་ཤེས་པར་གྱུར་པའི་དབང་
གིས་གྲོང་པ་སོགས་དུད་འགྲོའི་རིགས་ལས་ཁྱད་པར་
འཕགས་པའི་ཆོས་གཞན་རྣམས་བྱུང་བ་བཤད་ལ་ད་
ལྟ་ཡང་ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་རང་རྐྱ་འཕེར་པའི་ཡུལ་ན་
གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་མི་རྣམས་འགལ་རྐྱེན་བསལ་
ནས་འཚོ་ཞིང་གནས་ཐུབ་ཀྱི།ཞིང་ལས་ཐོན་རྫས་
གཞན་དྲིང་འཇོག་དགོས་པའི་གནས་སུ་ལས་རིགས་
གཞན་རྣམས་ཅི་ཙམ་འཕེལ་རྒྱས་ཆེ་ཡང་རྐྱེན་ཆུང་
ངུས་མུ་གེར་གཞོམ་ཐུབ་པས་ཞིབ་མོར་བསམས་ན་
ཞིང་ལས་ནི་མིའི་ལས་རིགས་གཞན་ཀུན་ཀྱི་འབྱུང་
བའི་ཁུངས།གནས་པའི་གཞི།འཕེལ་བའི་རྒྱུ་
བཅས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བར་གྱུར་
ཡོད་པ་ཤེས་སླ་བའོ།།ཏྲེ་ཤོད་མིའི་འཚོ་ཚིས་ཀྱི་ལས་
ཀ་གཙོ་བོ་ཡང་གནའ་ནས་ད་བར་དུ་ཞིང་ཁ་རྨོ་
འདེབས་བྱེད་པའི་སོ་ནམ་ཡིན་ལ།ཞིང་ལས་ཀྱི་ཞར་
དང་ཞོར་དུ་ལག་ཤེས་གཞན་གྱི་ལས་ཀ་སྒྲུབ་མཁན་
ཡང་མང་པོ་ཡོད།དེ་ཚོས་སོ་ནམ་གྱི་ལས་ཀ་ཚབས་
ཆེ་སྐབས་ཞིང་ལས་བྱས་ཤིང་རྒྱུན་དུས་ཟོས་བདེ་
སྐབས་རང་རང་གི་ལག་ཤེས་ཀྱི་ལས་ཀར་བརྟེན་ནས་
ཁྱིམ་གྱི་ཡོང་སྒོ་འཕར་ཐབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད།དུས་
རབས་སྔ་མའི་མཇུག་ཏུ་ཅུང་རང་རྐྱ་འཕེར་བའི་ལག་
ཤེས་ཀྱི་ལས་རིགས་ལ་ལྷ་བཟོ་དང་།ཚེམ་བཟོ།ཤིང་
བཟོ།མགར་བ་བཅས་ཡོད་ལ།གཞན་ད་དུང་ཆེད་
དུ་ལྤགས་རིགས་ཉེད་མཁན་གྱི་ཉེད་པ་དང་། རྡོ་
རྩིག་མཁན་གྱི་རྡོ་མཁན།ཤིང་གི་མདོང་མོ་དང་ལག་
གཞོང་སོགས་རྐོ་མཁན་གྱི་བརྐོས་བཟོ།རྡོ་ལ་མ་ཎི་
སོགས་བརྐོ་བའི་རྡོ་རྐོ་མཁན།གྱང་རྡུང་མཁན་གྱི་
གྱང་དཔོན།བཤས་བཤའ་མཁན་གྱི་བཤན་པ།
གྱོད་བཤད་མཁན་གྱི་གྱོད་པ།བུད་མེད་སྐྲ་སླས་
མཁན་གྱི་སྐྲ་མཁན།བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་
འདོན་མཁན་གྱི་ཨ་མཆོད།མི་ཕྱུགས་ཀྱི་རྐང་ལག་
སོགས་ལུས་ཀྱི་རུས་པ་ཆག་ཀྲུམ་ཤོར་བ་གསོ་བཅོས་
བྱེད་མཁན་གྱི་སྨན་པ།མོ་དང་རྩིས་རྒྱག་མཁན་གྱི་མོ་
པ་དང་རྩིས་པ།རྟ་ཟོག་ར་ལུག་ཕག་སོགས་སྒོ་ཕྱུགས་
ཕོ་ཕྱ་གཅོད་མཁན་དང་མོ་ཚང་ལེན་མཁན། བལ་
སོགས་འཁལ་འཐག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཐགས་མཁན།
མི་ཚོགས་སྐབས་སུ་ཟ་མ་གཡོ་སྐོལ་བྱེད་མཁན་གྱི་མ་
བྱན། སླེལ་བོ་སླས་བའི་སླེལ་མཁན།སྒ་ལས་བའི་སྒ་
མཁན། རྫ་མ་བཅའ་བའི་རྫ་མཁན།དབྱུག་སྐོར་
དང་བོང་ཐོ་སོགས་བཟོ་བའི་ཤིང་མཁན།ཀོ་དམར་
དང་ཀོ་བའི་ཅ་ལག་བཟོ་མཁན་གྱི་ཀོ་བཟོ།ཚོང་ལས་
ཁེ་གཉེར་བྱེད་པའི་ཚོང་པ།ཅུང་སྔ་བའི་དུས་ལ་ད་
དུང་ཅ་དངོས་སྐྱེལ་འདྲེན་བྱེད་པའི་རྡལ་པ་སོགས་
ཀྱང་ཆེད་ལས་ཀྱི་ལག་ཤེས་ལས་རིགས་སུ་གྱུར་ཡོད།
དེ་དག་ལས་འཚེམ་བཟོ་དང་ཤིང་བཟོ་མགར་བ་
སོགས་ལས་རིགས་ཁ་ཤས་ལ་བཟོ་པས་གླ་ཆ་གཏན་
འཁེལ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ཕལ་མོ་ཆེའི་གླ་ཆ་ནི་ཡུལ་
ལུང་པར་ཤོ་ལམ་གང་འཇགས་པ་ལྟར་རམ་བདག་
པོས་རང་གི་འཁོས་ཀ་ལྟར་གང་འདོད་སྤྲོད་པ་ལས་
བཟོ་པས་གོང་ཚད་གཏན་ལ་ཕབ་པ་དང་བདག་པོས་
གོང་གཏམས་པའི་སྲོལ་མེད་ཅིང་།མོ་རྩིས་དང་རུས་
པ་ཆག་དཀྲུམ་སྨན་བཅོས་བྱེད་པ་སོགས་ལས་ཀ་
འགའ་རེ་ནི་མི་ལ་རོགས་རམ་དང་དགེ་བའི་དོད་དུ་
བསྒྲུབས་ཏེ་གླ་ཆ་གཏན་ནས་མི་ལེན་མཁན་ཡང་ཡོད།
ལས་ཀ་དེ་དག་སྒྲུབ་སྐབས་འཚེམ་བཟོ་དང་ཤིང་བཟོ་
དང་ཨ་མཆོད་ལྟ་བུ་སོགས་ཕལ་ཆེ་བ་ནི་བཟོ་པ་ཁྱིམ་
དུ་གདན་དྲངས་ནས་བསྒྲུབ་དགོས་ཤིང་།ཁ་ཤས་ནི་
བཟོ་པའི་མདུན་དུ་ཕར་བཅར་ཏེ་ལས་ཀ་བཅོལ་
དགོས་ལ།རྫ་མཁན་དང་།སྒ་མཁན།སླེལ་མཁན།
བརྐོས་བཟོ་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གྲུབ་ཟིན་པའི་ཐོན་

རྫས་ཁྲོམ་ར་ལ་བཤམས་པའམ་དུད་ཚང་སོ་སོའི་སྒོ་རྩ་
ལ་བསྐྱལ་ཏེ་སྒོ་ཚོང་བྱེད་པ་ལས་བདག་པོས་བཟོ་པ་
ཁྱིམ་དུ་གདན་དྲངས་ནས་ལས་པའི་སྲོལ་མེད།ལས་
རིགས་དེ་དག་ཕལ་མོ་ཆེ་ནི་ཞིང་ལས་སོ་ནམ་བྱེད་པ་
ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དགོས་མཁོ་ལས་ཁ་ཚ་དགོས་
གཏུགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཞིང་པའི་སོ་ནམ་གྱི་
དགོས་མཁོ་གང་བྱུང་དང་བསྟུན་ནས་ཞིང་ལས་ཀྱི་
ཞོར་དུ་བཟོ་སྐྲུན་བྱེད་པ་ལས་བཟོ་གྲྭ་བཙུགས་ནས་
གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོས་ཐོན་ལས་བྱེད་པ་དང་ཚོང་ར་ཕུབ་
སྟེ་སྡེ་གཅིག་ཏུ་འབོལ་ཚོང་བྱེད་པའི་བརྗེ་རེས་བྱེད་
ལུགས་དག་ནི་ད་དུང་དར་མེད་དོ།།གནའ་སྔུན་
མའི་སྔུན་མ་ནས་སྨད་འཚོང་མ་དང་།ཤོ་པ།ཇག་
པ། ཉལ་དུད་འཐེན་མཁན།མི་གསོད་གླ་ལེན་
མཁན་སོགས་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་ལས་མངོན་དུ་
མཐོང་བ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ལ།ངོས་ལ་བུད་དེ་འཚོ་ཚིས་
བྱེད་པའི་ཐོན་ལས་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལས་རིགས་
དང་། སྨད་འཚོང་ཁང་དང་།ཤོ་ཁང་།དུ་ཁང་།
ཆང་ཁང་། ཇག་ཚང་ཞེས་མགྲོན་པོ་བསྐོར་ས་དང་མི་
ཚོགས་འདུས་སའི་ཚོགས་གནས་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་སྒྲ་
ཡང་གྲགས་མ་མྱོང་སྐད།ཡུལ་ཕན་ཚུན་དང་གྲོང་
ལྟག་ཞོལ་ལ་ཁ་རྐུ་སྣ་རྐུ་དང་ར་རྐུ་ལུག་རྐུ།སྟབས་
ལེགས་ན་རྟ་རྐུ་མཛོ་རྐུ་བྱེད་མཁན་འགའ་རེ་མེད་པ་
མི་སྲིད་མོད།འོན་ཀྱང་ཁ་རྐུ་སྣ་རྐུ་བྱེད་ལོབ་པའི་མི་
ལ་ལག་མི་གཙང་བ་ཞེས་རྒྱུན་དུས་མི་ཡོད་ཚད་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ཆུང་དང་འཕྱ་གླེང་བྱེད་པ་དང་ག་
འགྲོ་གང་འདུག་ཏུ་དོགས་ཟོན་དང་ཟུར་ཕུད་བྱེད་
ཅིང་།རྟ་རྐུ་མཛོ་རྐུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཚབས་ཆེན་པོར་
བགྲངས་ཏེ་གྱོད་གཞི་ཆེན་པོར་འགྱུར་ཞིང་བདག་པོ་
བཙན་པོ་དང་ཐུག་ན་ནག་པོ་དགུ་འཇལ་ཞེས་ཆད་པ་
ཆེན་པོ་ཕོག་སྲིད།རྐུ་བའི་ལས་ཁོ་ནས་འཚོ་བ་སྐྱོང་
འབའ་ཞིག་དང་སློང་པའི་ཐབས་ཏག་ཏག་གིས་ཁ་
རྒྱབ་གསོ་ཤ་སྟག་བྱེད་མཁན་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཕ་མེས་
ཡང་མེས་རིང་ནས་ཡོད་མྱོང་རབས་ཐོས་དཀའོ།།
སྤྱིའི་ཆ་ནས་སྤྱི་སྒེར་གང་གི་ལས་ཀ་ཡིན་རུང་
ཁྱིམ་གྱི་ལས་ཀ་ཙག་ཙིག་དང་།ཤེད་ཤུགས་ཆེན་པོ་
མི་དགོས་པ།ཞིབ་ཚགས་ཆེ་དགོས་པ།ངང་རྒྱུད་
རིང་དགོས་པ།ཉེན་ཁ་ཆུང་བ། ཉེས་པ་ཆུང་བ།
སྔ་འདང་ཕྱི་འདང་མང་པོ་མི་དགོས་པ།ཞི་བའི་རང་
བཞིན་ལྡན་དགོས་པ།གཉེན་སྐྱོང་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་
ཀ་རྣམས་བུད་མེད་ཀྱིས་བསྒྲུབ་ཅིང་།རི་དང་བྱེས་ཀྱི་
ལས་ཀ་དང་། ཤེད་ཤུགས་དགོས་པ།ཁྲ་གླག་སྤྱང་
གསུམ་འཛོམས་དགོས་པ།ཡ་ཡུད་ཆེ་བ།འཇིགས་
པ་དང་ཉེན་ཁ་ལྡན་པ།བཤས་དང་རྨོན་ལྟ་བུ་སྡིག་
པ་ཆེ་བ།ཐབས་དང་སྐོར་གཡེང་རྒོད་དགོས་པ།
དྲག་པོའི་ངང་ཚུལ་དགོས་པ།དགྲ་འདུལ་བ་སོགས་
ཀྱི་ལས་ཀ་རྣམས་ཕོ་ཡིས་སྒྲུབ་པའི་སྲོལ་ཡོད་པས་
དམག་འཐབ་པ་དང་། གྱོད་བཤད་པ།གྲོས་བྱེད་པ།
རྒྱུ་ནོར་གོང་ཆེན་ཉོ་ཚོང་བྱེད་པ།རྟ་ཟོག་གསར་པ་
གཡུང་ལ་ཕབ་པ་སོགས་ཕྱིའི་ལས་ཀ་ལྕི་བ་རྣམས་སྐྱེས་
པས་བྱེད་པ་ལས་བུད་མེད་ཀྱིས་ཇུས་གཏོགས་བྱེད་
དྲགས་ན་མ་རབས་དང་། ཆུ་ཁུར་བ། ཐབ་ལས་བྱེད་
པ། འོ་འཇོ་སྐོལ་བཤིགས།ཟས་གཡོ་བ།ཇ་དྲངས་
པ། བྱིས་པ་འཚོ་བ།མགྲོན་པོ་བསུ་སྐྱེལ་བྱེད་པ་ལྟ་
བུ་སོགས་ནང་གི་ཁྱིམ་ལས་ཡང་བ་རྣམས་བུད་མེད་
ལས་སྐྱེས་པས་རྟག་ཏུ་བྱས་ན་མི་ནུས་མེད་དང་འཇོན་
མེད་དུ་བལྟས་ནས་འཕྱ་སྨད་བྱེད་སྲིད།དེ་ནི་རང་
བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་འཚོ་གནས་མཐུན་རྐྱེན་དང་།ཁྱིམ་
གྱི་འཚོ་བའི་གནས་ཚུལ།བྱིས་པ་གསོ་སྐྱོང་གི་དགོས་
མཁོ།ཕོ་མོའི་ལུས་དང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་
སོགས་དང་བསྟུན་ནས་རང་ཤུགས་སུ་བྱུང་ཞིང་
སྐབས་བབས་ཀྱི་འཚོ་གནས་ལ་ཆེས་ཕན་ཐོགས་ལྡན་

ལ་འཚོ་གནས་བྱེད་སའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་རྐྱེན་དང་ཆེས་
མཐུན་པའི་ལས་བགོས་བྱེད་སྟངས་ཤིག་ལས་ཕོ་མོ་
མཆོག་དམན་གྱི་དབྱེ་བ་བཟུང་བ་དང་འབྲེལ་བ་གང་
ཡང་མེད་ཅིང་།དམིགས་བསལ་དུ་མོ་ལས་ཕོ་ཡིས་
སྒྲུབ་པ་དང་ཕོ་གོ་མོ་ཡིས་གཅོད་མཁན་གཏན་ནས་
མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལ་མི་ཆོག་པ་དེ་ལས་ཀྱང་མེད།
ཡང་སྒོས་སུ་བྱིས་པ་ཆུང་ངུའི་གསོ་སྐྱོང་ལ་ནུ་མ་
བསྣུན་པ་སོགས་ལྟོ་གོས་ཐད་ནས་མ་ཚབ་ཕ་ཡིས་བྱེད་
མི་ཐུབ་ས་མང་པོ་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་གཤིས་གསོ་
སྐྱོང་ཐད་ནས་ཀྱང་སྤྱོད་ལམ་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་དང་།
སེམས་རྒྱུད་ལྷོད་ཅིང་འཇགས་པ།སྡིག་པའི་ལས་
དང་དྲག་པོའི་ལས་ལ་མི་ཞེན་པ།གཞན་ལ་བྱམས་
ཤིང་སྙིང་བརྩེ་བ།མི་བག་དྲོ་ལ་འདུག་ཚུགས་པ།
བཟའ་ཚང་དམ་ཚིག་མཐུན་པ།ཁྱིམ་ལ་དྲོ་སྐྱིད་རྒྱས་
པ། ཁྱིམ་མཚེས་འབྲེལ་འདྲིས་བཟང་བ་སོགས་མི་
གཤིས་འཇམ་པོར་སྐྱོང་པ་དང་ཁྱིམ་ཚང་མཐུན་པོར་
ཡོང་བ་སོགས་ལ་མ་ཡིས་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱེད་ནུས་
ཐོན་བཞིན་ཡོད།དེ་ལས་ཀྱང་ཤར་ནུབ་གཞན་དང་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་འདིའི་མི་ཚོས་མི་ཞིག་ལ་
དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལས་ཆེས་
གཙོ་བོ་དང་།ཆེས་རྩ་བ།ཆེས་གལ་ཆེན།ཆེས་
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ།ཆེས་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་ནི་བྱམས་
དང་སྙིང་རྗེ་ཡིན་པའི་ཡིད་རྟོན་བྱེད་ཅིང་།དེ་ལྟ་
བུའི་ཁམས་གསུམ་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཚོགས་པ་ལས་ཀྱག་
ལྷག་པར་རྩ་ཆེ་གཙིགས་ཆེར་འཛིན་པའི་ཡོན་ཏན་
བཟང་པོ་བུ་ལ་སྦྱོར་བའི་ལས་གཙོ་བོ་མ་ཡིས་གནང་
བ་དང་། ཕྲུ་གུ་མངལ་དུ་ཚོར་བ་ལྡན་པ་ནས་འགོ་
བཙུགས་ཏེ་ཤུགས་རྐྱེན་ཐེབས་པས་མ་དང་འགྲོགས་
ཡུན་རིང་བ།ནུ་འོས་གསོས་ཤིང་བྱམས་ཀྱིས་སྐྱོང་
པས་བྲལ་ཐབས་མེད་ཅིང་སེམས་ཐག་ཉེ་བ།བུ་རྒྱུད་
ལ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་སྨན་པའི་མི་གཞི་བཟང་པོའི་
རྨང་གཞི་འཛུགས་མཁན་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་
དབང་གིས་མི་ཡི་སེམས་དང་ཁྱིམ་གྱི་འཚོ་བ་ན་མ་ནི་
སྐྱིད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས།སེམས་ཀྱི་འཁོར་རྟེན།ཀུན་
ལས་རླབས་ཆེ་བ།ཕ་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་གཞལ་དུ་
མེད་པའི་གནས་བབ་འཛིན་མཁན་དུ་འགྱུར་བཞིན་
ཡོད།དེ་བས་དུས་རྒྱུན་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ནའང་ཕ་མེད་
པས་ཚོ་མ་ཟིན་པ་ལས་མ་མེད་པས་ཚོ་མི་ཟིན་བ་མང་
བ་ཡིན་ནོ།།
ལས་རིགས་ཀུན་ལས་ཞིང་པའི་ཞོར་ལས་ཆེ་
ཤོས་ནི་ཕྱུགས་ཟོག་འཚོ་སྐྱོང་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། སྔོན་
ཆད་སོ་ནམ་ཕལ་ཆེར་ཕྱུགས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་
ཞིང་ལས་སོ་ནམ་ལ་ཁ་རྒྱབ་བརྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ནས་
བཟུང་སྒོ་ཕྱུགས་འཚག་མེད་པ་ཕལ་ཆེར་མེད།
མཐུན་རྐྱེན་ཚང་བ་ཚོས་ཡུལ་འབྲོག་གཉིས་ཞེས་རོང་
གི་ཞིང་ལས་དང་རིའི་འབྲོག་ལས་གཉིས་ཀ་འཛོམས་
པ་དང་། བར་མ་རྣམས་ཀྱིས་མིང་ལ་ཁས་རོག་ཅེས་
གཙོ་བོ་དོ་པོ་འགེལ་སའི་ཁལ་མ་དང་།རྨོན་མཛོ།
བཞོ་རྒྱུ་མེད་པའི་མོ་ཟོག་རྣམས་དགུན་དུས་ཁྱིམ་དུ་
ཕབ་ཅིང་དུས་གཞན་གསུམ་པོ་ཕལ་ཆེར་རི་ལ་བསྡད་
ནས་འཚོ་བ་ཡིན།ཁས་རོག་ནི་ཁལ་འབྲོག་གི་སྒྲ་
འགྱུར་བ་སྟེ།འདིའི་ཡུལ་སྐད་དུ་རྗེས་འཇུག་ལ་ཡི་
དོད་དུ་སའི་སྒྲ་ཐོན་པ་དང་མིང་གཞི་དོར་ནས་ཐད་
ཀར་འདོགས་ཅན་ལ་དབྱངས་སྦྱར་བའི་སྒྲ་ཐོན་པ་
གཞན་ཡང་མི་ཉུང་།དེ་འདྲའི་ཆ་རྐྱེན་མ་ཚང་བ་
དག་གིས་ཀྱང་ཁལ་དགལ་ས་དང་།བཞོན་རྒྱུ།བཞོ་
རྒྱུ། རྨོ་ས།བཤའ་རྒྱུ།སྒོ་སྲུང་མཁན།བྱི་བ་འགོག་
མཁན་སོགས་མེད་ན་མི་རུང་བའི་སྒོ་ཕྱུགས་རྣམས་
ཁྱིམ་དུ་འཚགས་ཡོད།སྒོ་ཕྱུགས་ཀྱི་རིགས་ལ་འབྲི་
དང་གཡག། མཛོ་དང་མཛོ་མོ།བ་དང་གླང་།རྟོལ་
ལེ།རྟ་དང་དྲེལ།བོང་བུ།ར་དང་ལུག།ཕག་དང་

ཨུ་ཡོ།བྱི་ལ་རྣམས་ཡོད།མི་ཚོས་དུས་རྒྱུན་སྒོ་ཕྱུགས་
ཀྱི་མིང་འབོད་པ་དང་ལོ་བརྩི་དུས་སུ།ནོར་ནག་ཕོ་
ལ་གཡག་དང་མོ་ལ་འབྲི།གཡག་འབྲས་བུ་མ་ཕྱུང་བ་
སྟེ་ཕྱ་མ་བྱས་པ་ལ་གཡག་གསེབ་དང་གཡག་ཐུག།དེ་
དག་ཆུང་ངུ་ལ་འབྲི་ཕྲུག་དང་གཡག་ཕྲུག།ཆེན་པོ་ལ་
འབྲི་རྒན་དང་གཡག་རྒན་ཞེས་དང་། བ་གླང་མོ་ལ་
བ་དང་ཕོ་ལ་གླང་།བ་ཆུང་ངུ་ལ་བེའུ་རྐྱང་དང་ཆེན་
པོ་ལ་བ་རྒན།གླང་ཆུང་ངུ་ལ་གླང་ཕྲུག་དང་ཆེན་པོ་
ལ་གླང་རྒན། གླང་འབྲས་བུ་མ་ཕྱུང་བ་ལ་གླང་གསེབ་
དང་གླང་ཐུག་ཅེས་འབོད།གླང་ཐུག་དང་འབྲིའམ་
ཡང་ན་གཡག་ཐུག་དང་བ་ཡི་བུ་ཕོ་ལ་མཛོ་དང་མོ་ལ་
མཛོ་མོ་ཟེར་ཞིང་།དེ་ལས་གླང་དང་འབྲི་ལས་སྐྱེས་
པའི་བེའུ་ལ་རྒ་བུ་ཞེས་བཟང་པོ་དང་།གཡག་དང་
བ་ཡི་བུ་ལ་བ་རྒའམ་བ་མཛོ་དང་བའི་མཛོ་མོ་ཞེས་
ཅུང་ཞན་པར་རྩི།གཡག་ཐུག་གམ་གླང་ཐུག་དང་
མཛོ་མོ་ལས་བྱུང་བ་ལ་རྟོལ་ལེ་ཟེར་ཞིང་དེ་ལས་ཕ་
གཡག་ལས་བྱུང་བའི་ཕོ་ལ་འགའ་རུ་དང་མོ་ལ་འགའ་
མོ།འགའ་མོ་དང་གཡག་ཐུག་གི་བུ་ནི་ནོར་གནག་ངོ་
མར་གྱུར་པར་བརྩིས་ཞིང་འགའ་ཞིག་གིས་འགའ་མོ་
དང་གཡག་གི་བུ་ལ་གཉུག་འབྲི་དང་དེ་དང་གཡག་
ཐུག་གི་བུ་ལ་ད་གཟོད་ནོར་གནག་དངོས་བརྩི་བའང་
ཡོད།ཕ་གླང་ཡིན་པའི་མཛོ་མོའི་རྒྱུད་རྣམས་བཟང་
པོར་མི་བརྩི།མོ་ཟོག་བེའུ་ཐེངས་དང་པོ་བཙས་པ་ལ་
ཐུལ་མ་དང་། བེའུ་བཙས་ནས་འོ་མ་འཇོ་བཞིན་པའི་
ལོ་ལ་བཞོན་མའམ་དྲུས་མ།བེའུ་མ་བཙའ་པའི་ལོར་
འོ་མ་འཇོ་པ་ལ་ཡར་མ།འོ་མ་འཐག་ཟིན་པའམ་
བེའུ་མི་བཙས་པ་ལ་སྐམ་པ་ཟེར།དེ་དག་གི་ལོ་བརྩི་
སྟངས་ཀྱི་མིང་ནི། ལོ་གཅིག་ཁ་མ་ཚང་བ་ལ་བེའུ་
དང་དབྱར་རྡོག།ལོ་གཉིས་ཅན་གྱི་ནོར་གནག་ལ་ཡ་
རུ་དང་བ་གླང་ལ་དབྱར་གཉིས།ལོ་གསུམ་ཅན་ལ་
ཤད་དམ་དབྱར་གསུམ། ལོ་བཞི་ལོན་པར་སོ་གཉིས།
ལོ་ལྔ་ལོན་པ་ལ་སོ་བཞི།ལོ་དྲུག་ལོན་པ་ལ་སོ་དྲུག།
ལོ་བདུན་ལོན་པ་ལ་ཁ་སོ་ཆ་ཚང་སྐྱེས་ཚར་བས་ཁ་
གང་ངམ་ཁ་ཚང་བ་བཅས་ཟེར་ཞིང་།དེའི་རྗེས་ནས་
ལོ་བརྒྱད་ཅན་ལ་ཁ་གང་རྗེས་ཀྱི་དཀྲི་གཅིག་གམ་གྲུས་
གཅིག་དང་།ལོ་དགུ་ཅན་ལ་དཀྲི་གཉིས་སམ་གྲུས་
གཉིས་ཞེས་པ་སོགས་རྭ་ཅོའི་རིས་འཁོར་གྱིས་བརྩི་བ་
དང་དཀྲི་མང་བ་ན་ཐད་ཀར་ལོ་གྲངས་བརྩི་བ་ཡིན་
ནོ།།རྟ་ནི་ཅ་ལག་དབོར་འདྲེན་དང་ལམ་དུ་འགྲོ་
འོང་སོགས་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བས་ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་
ཀྱང་དགོས་མཁོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྒོ་ཕྱུགས་སུ་བརྩིས་
ནས་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་མེད་མཁན་ཕལ་ཆེར་མེད།རྟ་ཕོ་
འབྲས་བུ་ཕྱུང་བ་ལ་རྟ་ཕོ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཕྱུང་བ་ལ་
རྟ་གསེབ།མོ་རྟ་ལ་རྒོད་མ་ཟེར་ཞིང་།ཚེ་ཡི་ཚད་ལ་
ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་ལྔ་ཙམ་དུ་གནས་ཐུབ་པར་བཤད།ཞིང་
པ་ཚོས་རྟ་ཡི་སོའི་སྐྱེ་པའི་གྲངས་དང་རིས་དང་ཟད་
པའི་ཚད་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་ཆེ་ཆུང་མ་ནོར་བར་
བརྟག་ཐུབ་པ་ཡིན།སྤྱིར་བཏང་རྟ་ཕོ་ཞིག་ལ་མདུན་
སོ་སྟེང་འོག་གཉིས་ལ་དྲུག་རེ་དྲུག་རེ་བཅུ་གཉིས་
དང་། མཆེ་བ་བཞི།འགྲམ་སོ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་བཅས་
བསྡོམས་པས་བཞི་བཅུ་ཡོད་པ་དང་།རྒོད་མ་ལ་ཡོད་
ཤག་ཤག་མདུན་སོ་བཅུ་གཉིས་དང་འགྲམ་སོ་རྩ་བཞི་
བཅས་བསྡོམས་པས་སུམ་ཅུ་སོ་དྲུག་ཡོད་ཅིང་མཆེ་བ་ནི་
ངེས་པ་མེད་པ་སྟེ་རྟ་རིགས་བཟང་པོ་ཁ་ཤས་ལ་མཆེ་བ་
གཉིས་དང་འགའ་རེ་ལ་མཆེ་བ་བཞི་སྐྱེས་པའང་ཡོད་ལ་
ཕལ་མོ་ཆེ་ལ་གཅིག་ཀྱང་མེད།ཡུལ་འདིར་རྟ་ཡི་ལོ་
གྲངས་བརྩི་ཚུལ་ས་ཕྱོགས་སྟོད་སྨད་ལ་ཅུང་མི་འདྲ་བ་
ཡོད་པ་ནི།སྨད་ཕྱོགས་དཀར་མཛེས་གླིང་གི་ཉེ་འཁོར་
རྣམས་ཀྱིས།སྐྱེས་ལོ་དང་པོ་ལ་སྔོ་རྡོག་དང་།ལོ་
གཉིས་ལོན་པ་ལ་དབྱར་གཉིས་ཏེ་ཡུལ་འགའ་རེ་ན་བ་
ལ་ཟེར་བའང་ཡོད། （མུ་འགོད།）