༄༅། །ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པད་དཀར་ཆུན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ལྷོང་ཐྱིང་ཀུར་བ་རྒྱལ་ལོ།

རྩོམ་གྱི་ནང་དོན་གནད་བསྡུས།

ཡུལ་ཆོས་རྒྱུན་འཛིན་དང་ཞིབ་འཇུག་སྐོར་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཞེས་པའི་རྩོམ་འདི་རྩ་བའི་ས་བཅད་ལྔ་ཡིས་གྲུབ་ཡོད་དེ། དང་པོ། སྔོན་འགྲོ། གཉིས་པ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན། གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གལ་ཆེ་ཚུལ། བཞི་པ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལས། ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་སུ་བཀར་ཏེ་བརྗོད་ཡོད། ལྔ་པ། མདོ་སྨད་ཡི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ་དང་། དེར་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་རིགས་གཉིས་སུ་བཀར་ཏེ་བརྗོད་ཡོད་ཅིང་། དྲུག་པ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ལ་མཁོ་བའི་དཔྱད་ཐབས་དང་། ཉུབ་ཕྱོགས་པའི་ཞིབ་འཇུག་ནང་རྒྱུགས་ཆེ་བའི་དཔྱད་ཐབས་འགའ་ཁྲངས་པ་དང་ལྡན། བདུན་པ། མ་འོངས་པའི་རེ་བ་དང་བཅས་མཇུག་བསྡུས་སོ། །

འབྲེལ་ཡོད་བརྡ་ཆད་གལ་ཆེན།

ཡུལ་ཆོས། སྲི་ཚོགས། མ་རྩ། འཕོ་འགྱུར། ངོ་དམ། མི་འབོར། རྒྱུན་འཛིན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོ། ངག་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས། ཡིག་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས། བརྒྱུད་གོས་འཕོ་འགྱུར། བཟའ་བཏུང་འཕོ་འགྱུར། དམངས་ཁྲོད་སྒྱུ་རྩལ། མདོ་སྨད། དམངས་སྲོལ། སྐད་རིགས། སློབ་གསོ། ཤེས་རིག་བརྒྱུད་ཁོངས། ཤེས་བྱའི་མ་ལག

དང་པོ། སྔོན་འགྲོ

༢༠༠༣ ལོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་རིག་པའི་ཚོགས་འདུའི་དཔྱད་རྩོམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཤིག་དཔར་དུ་བསྐྲུན་ཞིང་། རྩོམ་སྒྲིག་པ་སྐུ་ཞབས་ཧྭོ་ཕར་༼Huber, ༢༠༠༣༽ལགས་ཀྱིས་གླེང་གཞིའི་དོད་དུ་དེབ་དེའི་དགོངས་དོན་སྤྱི་བསྡོམས་ཀྱི་ཚུལ་དུ། ཨ་མདོ་བར་བརྒྱལ་རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་མཚམས་ཤིག་ཏུ་བསླེབས་འདུག ཅེས་འགོ་བརྗོད་ཐུང་ཐུང་ཞིག་ཡིན་ནའང་བསམ་བློ་གང་གཟབ་གཟབ་ཀྱིས་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་བྲིས་འདུག སྐབས་དེར་ཐན་ཀྱང་ནུབ་བྱང་ཚང་དུ་དགེ་རྒན་ཞིག་གི་མིང་ཙམ་བཟུང་བསྡད་ཡོད་ཀྱང་། དབྱིན་ཡིག་མི་ཤེས་པས་སྤྱི་བསྡོམས་དེ་འདྲ་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་གཏན་ནས་གོ་མེད་ཚོར་མེད་དུ་ལྷག ལོ་ངོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་ད་གཟོད་གཞི་ནས་ཏ་གོ་བར་གྱུར་ཅིང་། བར་བརྒྱལ་འགྱུར་མཚམས་འདི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དང་གཞི་ནས་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་ལྡོག་པ་ཞིག་ཡིན།

ཡང་ན། དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་པའི་རྟོག་པ་སྐྱེས་ཤིང་། འགྱུར་མཚམས་དེར་བསླེབས་པ་ལ་རྒྱུ་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཟེ་ཚོམ་ཟ་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་རྐྱེན་དང་རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་རིགས་པ་མང་པོའི་སྒྲང་ནས་འགྲེལ་ཐུབ་ནའང་། དཔྱད་པ་གནད་སྨིན་དུ་འགྲོ་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་ལ་ཕན་ཐབས་ཆེ་ཞིང་རྗེས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ལའང་ལམ་སྟོན་གྱི་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་རྩོམ་ཞིག་གང་ལྟར་ཀྱང་འབྲི་དགོས་པར་འདུག ཅེས་བསམ་བློ་གཏོང་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར། མདོ་ལྷོའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པའི་དུས་དེབ་གསར་པ་ཞིག་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་གྲབས་ཡོད་པས་རྩོམ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་འབྲི་དགོས། ཞེས་དགེ་གྲོགས་སྐམ་པ་བཀྲ་ཤིས་ལགས་ཀྱིས་སྐུལ་འདེད་འཕྲོར་ངོ་དང་བསྟུན། སྐུ་ཞབས་ཧྭོ་ཕར་༼Huber༽ལགས་ཀྱི་སྤྱི་བསྡོམས་ལྡེད་ཏིག་ཏིག་ཅན་དེ་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པ་དང་། ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་གཉིས་ཡུལ་ཆོས་རྒྱུན་འཛིན་དང་སྦྲར་ཏེ་གནད་དོན་ཆེན་པོ་དེའི་གཏིང་རིམ་ན་མཆིས་པའི་གསང་བ་དེ་བསྒོག་ན་བསམ་བྱུང་།

སྲིད་ན། འདས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་ཡུལ་ཆོས་ལ་འགོ་འགྱུར་བྱུང་ཚུལ་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་དེར་སེམས་ཁྲལ་དང་བློ་འཚབ་སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེ་ཁྱད་པར་ཆེར་མི་འདུག་ཅེས་འདོད་མཁན་གང་མང་མཆིས་ཤིང་། མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ངོས་ནས་དེ་འདྲ་རང་ཡིན་པར་རྟོགས་པ་མཐོ་བའི་ཡོན་ཏན་ཅན་སུས་ཀྱང་བསྐྱོན་མི་སྲིད། ཡིན་ནའང་བདག་ཅག་འཚོ་སྡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་དར་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་བཤད་ལུགས་དང་དགོངས་དོན་ཇི་བཞིན་མ་ཡིན་པར། སྤྱི་ཚོགས་གང་ཞིག་གི་བདག་པོ་སུ་དང་སུ་ཡིན་ཀྱང་རང་གི་སེམས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཞུད་ལམ་དང་། འཕེལ་ལམ། རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུན། ཤེས་བྱའི་བང་རིམ། དད་པ། ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས། རང་གི་སྐད་རིགས། རང་གི་རིགས་རྒྱུད། ཡུལ་ལུགས་གོམས་གཤིས་སོགས་རང་ངོས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་ཀྱི་འགྱུར་རྒྱུན་ཞིག་བསྐྱང་བསམ་པ་ལས། མི་རྟག་པ་རེད་ཅེས་སྣང་མེད་བདག་མེད་དུ་འདོར་ན་འདོད་མཁན་གོ་ལ་འདི་ཡི་སྟེང་ཕལ་ཆེར་མེད་ཚོད་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་དུ། ཨ་མདོ་བར་ཐལ་རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་མཚམས་ཤིག་ཏུ་བསླེབས་འདུག་ན། བསླེབས་རྐྱེན་དང་བསླེབས་སྟངས[1]སོགས་རྒྱུ་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་མཆིས་པ་ལས། ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒུད་བྱུང་བ་ནི་འགྱུར་མཚམས་དེར་བསླེབས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཆགས་འདུག་སྙམ་པས། འདིར་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་དང་བཅས་དཔྱད་པ་ལ།

གཉིས་པ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན།

ཡུལ་ཆོས་ཞེས་པའི་བརྡ་ཆད་འདི་ཐོག་མར་ཉེ་དུས་ཀྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་དགེ་ནན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དོར་ཞི་ཚང་གི་རྩོམ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ཞིང་། སྐབས་སུ་བབས་པའི་བརྗོད་བྱ་འདི་ཡི་མིང་དུ་ཚད་མར་གྲུབ་འདུག་སྙམ་ཏེ་ཆེད་དུ་འདིར་བེད་སྤྱད་པ་ཡིན། བརྡ་ཆད་འདིར་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་འགའ་ད་སྔ་བཀོལ་བཞིན་པ་དག་ནི། དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་དང་། ངག་རྒྱུན་རིག་གནས། དམངས་ཁྲོད་ཤེས་བྱ་སོགས་ལྟ་བུ། མིང་དེ་

[1]རྣོ་དྲུང་ལགས་ཀྱིས་དོན་འགྲུབ་རྒྱལ་གྱི་རྐང་ལམ་ཕྲ་མོ་ཞེས་པའི་རྩོམ་ལས་ཚན་པ་ཞིག་དྲངས་ཏེ། མདོ་སྨད་པ་འགགས་པོད་དེང་རབས་ཅན་དུ་སྒྱོད་རྒྱུའི་སྐོར་གནང་བའི་བགྲོ་གླེང་དང་། ཨ་མདོ་བར་ཐལ་འགྱུར་མཚམས་ཤིག་ཏུ་བསླེབས་ཚུལ་ཕྱོགས་གསུམ་ནས་གསལ་ཁ་བཏོད་དེ། ༡ པོ་རྒྱུས་རྟོག་འཛིངས་རང་བཞིན་གྱིས་མི་རིགས་གཞན་མང་པོའང་ཡུལ་འདིར་འཚོ་སྡོད་ཡུན་རིང་བྱས་པས་ཡུལ་འདི་བོད་པ་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་སྐྱེས་ཤིང་། ༢ ཆབ་སྲིད་སྒྲིག་ལམ་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་ཨ་མདོ་ནང་ཁུལ་དབར་དུའང་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འབྱུང་བཞིན་པ་དང་། མཐའ་ན་རྫོང་རིམ་པ་ཁག་གི་དབར་ཁྱད་པར་འབྱུང་བཞིན་འདུག་ཅེས་དང་། ད་དུང་། ༣ འབྱུང་བཞིན་པའི་འགྱུར་ལྡོག་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་སྟེང་སྤྱི་ཚོགས་དང་། རིག་གནས་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཕྱིའི་རྣམ་པའང་སྣ་ཚོགས་ཅན་དུ་གྱུར་བཞིན་པ་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུའི་ནང་བྱུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་བཅོས་བསྒྱུར་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ཉི་མ་ཤར་ཤར་རེད། ཅེས་རྩོམ་པ་པོ་རང་ནས་བྲིས་འདུག

དག་རིག་ཚན་ཞིག་གི་སྦྱི་མིང་དུ་འཇུག་མི་བདེ་སྙམ་ཞིང་། ཡུལ་ཆོས་ཞེས་བཏགས་ན་ང་ཚོའི་མིང་གསར་བ་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་གསུམ[2]སྟེ། བརྗོད་བདེ་དོན་གསལ་གོ་སླ་བ་དང་ཡང་སྒོ་ཀུན་ནས་འབྱོར་བ་མ་ཟད། བོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་དུ་སོང་ཡོད་ཚུལ། དཔེར་ན། ནང་ཆོས་ལྟ་བུ།

མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བཅུ་ཟིན་པའི་རོང་འབྲོག་དམངས་ཚོགས་ཡོངས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལས་བྱུང་ཞིང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྐང་རྩར་ཆགས་པའི་ཡུལ་ཆོས་ནི། ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཁོད་ཡོད་མེད་གཉིས་མཚེས་ཤིང་། རུ་སྡེ་སོ་སོ་དང་། ཞིང་ལས་དང་འབྲོག་ལས་ཐོན་སྐྱེད། ཤེས་རིག་བྱ་འགུལ། སྐྱིད་སྡུག་ཕྱི་རུ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་སྒྱུ་རྩལ། བཟང་ངན་བདེན་རྫུན་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་རིན་ཐང་ལྟ་བ་དང་། ཁྲིམ་དོན་སོགས་སྤྱོད་ལམ་བཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་མིའི་འཚོ་བའི་ཉམས་མྱོངས་ལས་ཐོན་པའི་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར་ཞིང་། ཡུལ་ཆོས་མ་ལག་གི་འཁོར་བརྒྱུན་ལ་གྲུབ་ཆ་ཆེན་པོ་གསུམ་མཚེས་སྟེ།[3] ༡ རང་བྱུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁོར་ཡུག ༢ ལོ་རྒྱུས་བྱུང་འཕེལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ། ༣ མེད་དུ་མི་རུང་བའི་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན། ཞིབ་ཏུ་རྩོམ་འདིའི་མཇུག་གི་དཔེ་རིས་གཉིས་པར་གཟིགས་རྒྱུ།

ཡང་། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཁོངས་སུ་གཙོ་ཆེར་ངག་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་མ་ལག་དང་། མ་ལག་དེའི་གྲུབ་ཚུལ་བཅས་གལ་གནད་དུ་འཛིན་ཅིང་། མ་ལག་གྲུབ་བྱེད་ལ་རིགས་དགུ་མཚེས་ཏེ། ༡ གང་ཟག་གི་རིགས་རྒྱུད་མ་ལག ༢ སྤྱི་ཚོགས་མ་ལག ༣ གང་ཟག་གི་བྱ་སྤྱོད་ཆ་ལུགས་འགྲོ་སྟངས། ༤ ལྟ་གྲུབ་མ་ལག ༥ ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་གནས་མ་ལག ༦ དངོས་པའི་རིག་གནས་མ་ལག ༧ གང་ཟག་གི་བྱ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཁོར་ཡུག ༨ སྲོག་དང་འཚོ་བར་འབྲེལ་བའི་དགོས་མཁོའི་འབྲེལ་ལག ༩ ཐུན་མོང་གི་ལོ་རྒྱུས། བཅས་ཞིབ་ཏུ་རྩོམ་འདིའི་མཇུག་གི་རེའུ་མིག་དང་པོ་སྟེ། རིག་གནས་མ་ལག་གི་དཔེ་མཚོན་དང་དེའི་རྒྱུན་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་ལག་མཚོན་ཁྲར་གཟིགས་རྒྱུ།

[2] ཉེ་དུས་ཀྱི་བརྡ་སྤྲོད་སླ་བའི་དཔའ་བོ། དགེ་རྒན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དཔའ་རིས་སངས་རྒྱས་ལགས་ཀྱི་བརྡ་སྤྲོད་གསལ་བྱེད་ངག་སྒྲོན་ཞེས་པར་གསལ། ལྷག་པར་དུ། སྔར་ཐོན་མི་ནས་བཟུང་བོད་ལ་ཐུག་གི་དབར། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཚད་ཁྱབ་རིགས་པའི་ངོས་ནས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་མཁན་བྱུང་མེད། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པ་མིང་ཞེས་འཕེལ་སྤྱི་ཙམ་ལས། བོད་ལྟ་བུ་མིང་གི་རྣམ་བཞག་ཆ་ཚང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤར་མཁན་བྱུང་མེད།

[3] དཔེ་རིས་གཉིས་པ། རིག་གནས་མ་ལག་གི་འཁོར་རྒྱུན་ལས། ནང་བཅུད་འགྲོ་བ་མི་དང་ཕྱི་སྣོད་ཁོར་ཡུག་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་མཚོན་ཁྲ།

ཡུལ་ཆོས་ཡོད་དོ་ཅོག་དཔྱད་བྱར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་ནི། དམངས་ཚོགས་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཁྱོན་ཡོངས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་སྤྱིའི་ཁོར་ཡུག་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་དོན་སྤྱིའི་བང་རིམ་སོགས་གོ་བབ་ཡངས་པོ་ཞིག་གི་ནང་བཞག་ཏེ། ཡུལ་ཆོས་མ་ལག་ལ་གོ་བ་ལེན་པ་དང་། ཡུལ་དུས་གཉིས་ཆ་ནས་ཡུལ་ཆོས་མ་ལག་ལ་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་བ། རྒྱུས་བསྡུས་གང་རུང་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཚོག་པ་ཞིག་དང་། འཚོ་བའི་ཕྱོགས་སྣ་གང་རུང་འབྲེལ་བརྗོད་དང་། བྱུང་བའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་ལ་འཛིན་པའི་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་། ལས་རིགས་གསར་སྐྲུན་བརྒྱུད་རིམ་བཅས་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་གཞུང་ཡུལ་དུ་འཛིན་པའི་རིག་པ་ཞིག་ཏུ་སྣང་ཞིང་། མདོར་ན། འཚོ་བའི་སྤྱི་གཟུགས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འདེབས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཏུའང་གོ་ཚོག་པ་དང་། མི་འབོར་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གོ་བབ་དང་གནས་སྟངས་གསལ་ལེར་བརྟག་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་ཞིག་གོ །

ནུབ་ཕྱོགས་ཞིབ་འཇུག་པས་ཡུལ་ཆོས་སྐོར་བརྟག་དཔྱད་ཡུན་རིང་བྱས་པས་ཕལ་ཆེར་གཞུང་ལུགས་འཕྲུས་ཚང་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྲུབ་འདུག་པ་མ་ཟད། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་སྐོར་གྱི་ལྟ་གྲུབ་ལའང་རིགས་པ་གསར་རྙིང་གཉིས་སུ་ཕྱེས་ཤིང་། རིག་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བཞིན་པ་རེད། དེད་ཅག་གི་རིག་གནས་བཙུ་ལ་ཁ་སྐོན་ཏུ་ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་འཛུགས་རྒྱུ་སྐབས་དོན་དུ་བབས་འདུག བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ལ་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པ་དང་ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་རྟོགས་འཇུག་བྱས་པ་ཡིན་ན། གཅིག་ནས། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ཚད་ཐུབ་ཏུ་འགྲོ་ངེས་ཤིང་། གཉིས་ནས། ཚད་ཐུབ་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་ཡུལ་ཆོས་དེའི་འབྱུང་འགྱུར་ཁ་ཕྱོགས་བསལ་ཐུབ་པར་བྱེད་རྒྱུར་ཕན་པར་མ་ཟད། ཡིག་ཐོག་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་དང་དེང་རབས་ཤེས་བྱའི་མཐུད་མཚམས་སུ་ཡུལ་ཆོས་བཀོད་འཛུགས་གང་འོས་སུ་བྱེད་ཐུབ་པས། རིག་པ་འདི་གཉིས་གཅིག་ལ་གཅིག་གྲོགས་སུ་ཁྱེར་དགོས།

གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་གལ་ཆེ་ཚུལ།

ཡུལ་ཆོས་གལ་ཆེ་ཚུལ་བརྗོད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། དང་པོ། ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མ་རྩ་ཞིག་ཡིན་པ། གཉིས་པ། ཡུལ་ཆོས་ནི་རང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་འཛིན་བྱེད་ཡིན་པ། གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཀླང་རྩ་ཡིན་པ་བཅས་རིམ་པར་བརྗོད་པ་ལ།

ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མ་རྩ་རུ་མཐོང་དགོས་པའི་དོན་ནས། འདི་ལ་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པའི་མཁས་པ་དང་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུན་མོང་མཐྲིན་གཅིག་ཏུ། ཐུན་མོང་གི་སྐད་རིགས། ལོ་རྒྱུས། གཅིག་མཐུན་གྱི་འབྱུང་ས་འབྱུང་ཁུངས། འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྟངས། རིག་གནས་གཅིག་གི་མ་ལག ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་མང་ཞིང་གཞི་མཐུན་གྱི་རྩ་བ་གཅིག་ཡིན་པ་སོགས་སྤྱི་ཚོགས་གང་ཞིག་གནས་བྱེད་ཀྱི་མ་རྩ་རུ་འདོད་པ་དང་། དེ་དག་མི་རིགས་གཅིག་གྲུར་ཅན་ཞིག་གི་དོན་ནས་ཐུན་མོང་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་ལ། ཡུལ་ལུང་དང་རུ་སྡེ་སོ་སོ་ས་བབས་ཁྱད་པར་གྱི་དབང་གིས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆའང་མཆིས་པས། མ་རྩ་ཡི་གྲུབ་ཆ་རེ་རེ་ནས་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པའི་ལུང་ཚན་གང་ཡིན་པ་དེ་རུ་གོང་འཕེལ་རྒྱུན་ཆགས་སུ་གནས་ཆེ། སྔང་བ་སྤྱི་ཡི་ཕྱུར་བའི་གཞི་ཁྱོན་ལ་བྱས་རྗེས་སུ་ཆེ་ཞིང་། ཡུལ་ལུང་རུ་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་ཡུལ་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་རེ་རེ་ནས་དེའི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་ཆོས་མ་ཉམས་པར་དུས་གསར་བའི་བབ་དང་བསྟུན་པའི་གསོན་ཤུགས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། སྤྱི་ཚོགས་གང་དེའི་ནུས་ཤུགས་རྩ་ཐེ་བརྟན་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ལས་ལོག་སྟེ་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཏུ་ཉམས་རྒུད་དུ་སོང་ན། སྤྱི་ཚོགས་དེའི་གཞི་རྒྱ་ཐེ་ཆུང་དུ་སོང་བའི་རྟགས་མཚན་དུ་མངོན་ཞིང་། ཡང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་འགྱུར་བར་དེའི་རྒྱུན་བསྲིངས་པ་ལ་འགྲོ་ཕྱོགས་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་པས། གཅིག་ཤོས་ནི་གཙང་པོ་བཞིན་སྔར་གྱི་རང་རྒྱུན་སྐྱོང་རྒྱུ་དང་། གཞན་ཞིག་ནི། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྷག་ཆ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་ཆོས་ཆད་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་གང་དེའི་ནུས་ཉམས་རྒྱུ་དེའོ།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་རྒྱུན་བསྐྱང་རྒྱུ་ལ། ཤེས་བྱའི་ཁང་ཆེན་རྩིག་བྱེད་ཀྱི་རྨང་རྡོ་དང་སོ་ཕག་ལྟ་བུའི་ཡུལ་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་རེ་རེར་གསོན་ཤུགས་ལྡན་ཞིང་ནུས་པ་ཡོད་ཆེ། སྤྱི་ཚོགས་རྩིལ་པོའི་གཞི་འཛིན་ཅིང་བརྟན་པ། དཔེར་

ན། ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད། རུ་སྡེ་གང་ཞིག་གི་ཕྱི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ནས་ནང་ཁྱིམ་གྱི་སྣང་བཙའ་ཐབ་བཙའ་དབར་གྱི་འགྲོ་སྟངས་འདུག་སྟངས་ཚུན་ཆད་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་ཆགས་པའི་ཤེས་བྱའི་བང་རིམ་གྱིས་བཟུང་ཡོད་ལ། ཤེས་བྱ་དེ་དག་པ་སྐད་བརྒྱུད་དེ་པན་ཚུན་གོ་བརྡ་སྤྲོད་བདེ་ཞིང་གོ་སླ་བ་མ་ཟད། དགའ་སྐྱོ་སྐྱིད་སྡུག་ཆགས་སྡང་སོགས་ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་པ་སྐད་བརྒྱུད་དེ་པ་རོལ་བར་ཞུ་གཏུགས་དང་རྗེས་རེས་བྱས་སྟེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིག་གནས་འབྲེལ་ལམ་གཙང་མའང་དེ་ནས་ཆགས།

བབ་འདིར། ཡུལ་གྲོང་གང་ཞིག་གི་གྲུང་གཞིའི་ཇོ་དང་སོ་ཕག་ལྷ་བུའི་ཤེས་བྱའམ་ཡུལ་ཆོས་བྱེ་བྲག་པ་རེ་རེའི་དབར་མཚམས་སྦྱོར་བྱེད་ཀྱི་འཛིམ་བག་ལྷ་བུ་ནི་པ་སྐད་མ་ཡིག་ཡིན་པས། སྐད་གཞན་གྱིས་ཚབས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཤེས་བྱའི་བང་རིམ་དེ་གཞི་ནས་བརླགས་འགྲོ་ཁར། ཡུལ་ཆོས་དེ་དག་པ་སྐད་ནང་བཞིན་གྱི་བརྡ་འཕྲོད་ཐབས་མེད་ཚུལ་གྱི་དཔེ་འཛམ་གླིང་གང་སར་མཐོང་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་མང་། དཔེ་དེ་དག་བྱུང་ཡོད་པའི་ཡུལ་མིར་ཁྱེད་གང་ནས་ཡིན་ཞེས་དྲིས་ཚེ་ལན་འདེབས་རྒྱུར་སེམས་དལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒྱུད་ཕྱིན་རྗེས་རང་རང་གང་ནས་ཡིན་པ་དང་། རིགས་རུས་གང་ལ་གཏོགས་པའང་བཤད་མི་ཐུབ་པའི་ཚད་དུ་བསླེབས་པ་རེད།

དེང་སྐབས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་དང་། གྲོང་ཁྱེར་འདབས་འབྲེལ་གྱི་ས་ཆ་ཁག་ཏུ། བོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་ཉམས་པས། མཐའ་ན། གཉེན་སྒྲིག་བག་སྟོན་གྱི་འགྲོ་སྟངས་ཀྱང་ར་མ་ལུག་ཏུ་སོང་སྟེ། དཔེར་ན། བོད་སྐད་མདོ་འཛིན་པ་ཡོད་ཀྱང་མཛད་སྒོ་ཡི་འགྲོ་འདུག་གོ་རིམ་ཁ་གཡང་འབོད་སྟངས། གླུ་ལེན་གར་རྩེད་སོགས་དགའ་སྤྲོ་རོལ་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་སྟོན་གཞན་ཀྱི་འགྲོ་སྟངས་ལད་ཟློས་བྱས་ཏེ། ཕ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་གཞི་རྩ་ལག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདུན་ཏུ་མག་པ་དང་བག་མ་གཉིས་ཀར་ལོ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་སོགས་མདོ་མེད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་མང་པོ་མཐོང་། ཚུལ་དེ་གམ་ན་མཆིས་པའི་བྲིས་པ་ཚོའི་སེམས་ནང་ངོ་ཚ་ནི་འཛེམ་མི་དགོས་པའི་བག་ཆགས་བཞག ངོ་ཚ་མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ཕྱུགས་ག་འདྲ་ཡིན་པ་མང་པོ་བཤད་མི་དགོས་མངོན་སུམ་རེད། དེ་བས། གཉེན་སྒྲིག་བག་སྟོན་ལྟ་བུའི་ཡུལ་ཆོས་སྣ་ཚོགས་ཡུལ་ཐ་དད་པ་སོ་སོ་ནས་འཚོལ་བསྡུ་བྱས་ཏེ་ཐུན་མོང་རང་བཞིན་གྱི་འགྲོ་

སྟངས་ཤིག་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་ཤིང་། ཐབས་པ་དེ་སློབ་ཚན་ཞིག་ཏུ་བསླབ་དེབ་ནང་འགོད་རྒྱུའང་གལ་ཆེན་རེད། དེ་བས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྟག་ཆུ་ལྟ་བུར་སྣང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ཟུངས་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་ཆུད་བྱ་རྒྱུ་དེའང་བྱ་བ་ཐུན་ཚེགས་འདི་ལྟ་བུ་ནས་ཉམས་འཛུག་དགོས།

ཡུལ་ཆོས་ནི་རང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་འཛིན་བྱེད་དུ་མཐོང་དགོས་པའི་དོན་ནས། གང་ཟག་མཐོ་དམའ་བར་གསུམ་སུ་དང་སུ་ཡིན་ཀྱང་སྐྱེས་ས་སྐྱེས་ཡུལ་རེ་མཆིས་པས། སྟོད་བཙུད་རྟེན་འབྲེལ་ལས་གྲུབ་པའི་རང་བྱུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁོར་ཡུག་ཅིག་གི་ནང་འཚར་ལོངས་བྱུང་ཞིང་། ཉེ་འཁོར་གྱི་རི་སྣང་། རྫ་རི་དང་སྤང་རི། གཞི་བདག སྤང་གཞུང་། གཞུང་ཆུ་དང་ཆུ་ཀ། ནགས་ཤུར། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་ཁ། རྭ་དང་རྩི་ཤིང་། སྡེ་གཞུང་གི་བྱ་འགྱུལ་རེ་རེ། ལ་རྩེ་བསྐོར་སྟངས། གླུ་ལེན་གར་རྩེད་བྱེད་སྟངས། དབྱར་དགུན་པའི་ནང་རོལ་བའི་ཤིང་སློང་། དཀར་དམར་ཟས་རིགས་སྣ་ཚོགས། མཐའ་ན་མི་རེ་རེའི་མཚང་མིང་། ཀུ་རེ་རྩེད་སྟངས། མི་རྩིས་དང་ཕྱི་ཐག གཤིས་དཀར་གཞུང་དྲངས། ཕན་ཚུན་བློ་དཀར་ཞིང་ཡིད་ཆེས་པ། ཁྲིལ་ཡོད་དང་རྒྱུ་འབྲས་བརྩི་བ། ཚེ་བཀུར་ཆུང་བྱམས། དམག་གཏམ་དང་སྡེ་བ་འཚོགས་སྐབས་ཀྱི་གཏམ་བཤད། བྱིས་པ་རང་དབང་ཐག་ཆོད་ཀྱི་དང་རྩེ་དགའ་རོལ་བ། ན་ཆུང་བུ་མོའི་སྐྲ་ཕབས་མཛད་སྒོ། ནར་སོན་པོ་གསར་སྡེ་གྲལ་དུ་འཛུག་པའི་མཛད་སྒོ་སོགས་འབྲེལ་ལམ་སྣ་ཚོགས་བརྒྱུད་དེ་ཕ་སྐད་བཤད་སྟངས་དང་། བསམ་གཞིགས་ཀྱི་རིགས་པ་ཆགས། ཧྲུ་སྡེ་ཡི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་དུ་མཆིས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་། འགྲོ་སྟངས་འདུག་སྟངས། ཧྲུ་སྡེའི་མི་ཚེ་མ་ཆུང་གསུམ་བཅས་པའི་དོན་སྤྱི་རེ་རེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་རང་རྒྱུད་དུ་ཆགས་སྐྱེ་རང་ཡུལ་ལ་ཞེན་ཆགས་ཤིང་རང་རང་ཧྲུ་སྡེ་དེ་ནས་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རྩ་བ་རྒྱས་ཤིང་། འདུ་ཤེས་དེ་མི་ཚེའི་འཕེན་པ་རྫོགས་པའི་ཉིན་བར་དུ་འཛིན། རང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོའང་དེ་ལས་མ་འདས། གཏམ་དཔེ་ཞིག་ཏུ། བྱ་རྒས་ན་ཚང་དྲན། མི་རྒས་ན་ཡུལ་དྲན། ཞེས་རང་ཡུལ་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་ངོ་བོ་དེ་ས་ཐག་རིང་ཐུང་སྐྱིད་མི་སྐྱིད་ལ་མ་བལྟོས་པར་གྲོག་མོའི་འགྲམ་ཡིན་ཀྱང་དང་གིས་འཁོར།

ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྐང་རྒྱ་ཡིན་པའི་ངོས་ནས། ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྐང་རྒྱ་ཡིན་ཚུལ་ལ་ཕྱོགས་མང་པོ་ནས་འགྲེལ་ཐུབ་ཅིང་། འགངས་རྩར་གྱུར་བའི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ནི། ཡུལ་ཆོས་དང་སྐད་ཆ་དབར་གྱི་མཚོན་བྱ་མཚོན་བྱེད་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་དེ་རེད། ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒུད་དུ་སོང་བ་ན། སྐད་རིགས་ཀྱི་གཞི་ཁོག་དང་བརྗོད་བྱའི་བརྡ་ཁུངས་སྟོང་བར་གྱུར་ཏེ་སྐད་རིགས་ཉིད་བེད་མེད་དུ་འགྱུར། དེ་ནས་སྐད་རིགས་ཉམས། བོད་སྐད་ཉམས་རྗེས་བོད་འདི་མི་རིགས་ཤིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དཀའ་བའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆའི་༩༠ ཡིག་རྨོངས་ཡིན་པས་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ་གྱི་དོན་བརྡ་ཐམས་ཅད་ཁ་སྐད་ལ་བརྟེན་ཡོད་པས། བོད་སྐད་ཀྱི་གཞི་ཁོག་ཏུ་སྣང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ནི། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཡུན་རིང་གནས་ཐུབ་མིན་གྱི་རྐང་རྩར་ཐུག་འདུག

ཡང་། ཁྱིམ་པའི་སེམས་ཁམས་ཆགས་རིམ་ཐད་ནས་བལྟས་ན། ཡུལ་ཆོས་ཁོར་ཡུག་བཟང་ངན་ཁྱད་པར་གྱིས་ཁྱིམ་པའི་སེམས་ཁམས་རྒྱས་བསྐྱེད་ལ་ཤན་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཤིང་། ཡུལ་ཆོས་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་ཞིག་གི་འོག་གསོམ་ལག་རྒྱས་པའི་ཁྱིམ་པ་དང་། ཡུལ་ཆོས་ཁོར་ཡུག་ངན་པ་ཞིག་གི་འོག་གསོམ་ལག་རྒྱས་པའི་ཁྱིམ་པ་གཉིས་བསྡུར་ན། སྔ་མ་བོད་སྐད་བོད་ཡིག་དང་། བོད་ལྭ་གྱོན་རྒྱུ། བོད་ཟོས་བཟའ་རྒྱུ། མཛེས་མི་མཛེས་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས། དད་པ། རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་སོགས་སྣང་བ་རང་གི་ངོ་བོའི་ངོས་ནས་ལག་ལེན་དང་མི་ཆེ་བསྐྱལ་ཐུབ་པ་དང་། ཕྱི་མ་དེ་ལས་ཐ་དད་དུ་ཆགས་ཤིང་། རང་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤེས་བྱ་རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་མཛེས་དཔྱོད་འདུ་ཤེས་སོགས་རང་སྐྱ་མི་ཐུབ་པར་ཕུང་གསུམ་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་གང་ལའང་གཏོགས་དཀའ། ཕྱོགས་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ནས་ཡུལ་ཆོས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་རང་ཆོས་ལྡན་པའི་ངང་ཡུན་རིང་གནས་ཐུབ་མིན་གྱི་རྐང་རྒྱ་ཡིན་པ་གསལ་པོར་སྣང་ངོ་།།

བཞི་བ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་བཞག

ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ། ཡུལ་ཆོས་དང་། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་བཅས་གསུམ་ཏེ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་གོང་དུ་བརྗོད་ཟིན། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་དཔྱད་ཁོངས་སུ། ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཁོད་ཡོད་པའི་ཡུལ་མིའི་འཚོ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ཡོད་དོ་ཅོག་དང་། ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཁོད་མེད་ཅིང་། རུ་སྡེ་སོ་སོ་དང་། ཁྲིམ་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་མིའི་འཚོ་བའི་ཉམས་མྱོང་ལས་ཐོན་པའི་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཐམས་ཅད་འདུས། ཡང་། ཡུལ་ཆོས་ལ་རིག་གིས་ཏེ། གཤམ་གྱི་རིའུ་མིག་དང་པོས་མཚོན་ཚུལ་ལྟར། དེ་ལ་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཏེ་རིགས་གཉིས་ཡོད།

སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་དང་མི་རིགས་ཤིག་གི་རྟགས་མཚན་དུ་སྣང་ཞིང་། སྐད་དང་ཡི་གེ་བརྒྱུད་དེ་གཟིགས་ཅན་དང་གཟིགས་མེད་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ལ། ས་བབ་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པས་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་སྐེ་རིགས་

རིའུ་མིག་དང་པོ།	ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རིགས་དང་མཚན་ཉིད།	
རིགས། / མཚན་ཉིད།	ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས།	ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས།
མཚན་ཉིད།	ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྲུ་སོ་སོར་གཅིག་གྱུར་དུ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ལུགས་གོམས་གཤིས་སོགས་དབང་བོ་ལྷའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པའི་བོད་མིའི་བྱེད་སྟོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་མྱོང་དང་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་གོ །	འབྱུང་ས་འབྱུང་ཁུངས་མི་རིགས་སྤྱི་ཡི་རིག་གནས་རྒྱ་ལག་ཡིན་ཞིང་འཚོ་བའི་ས་བབ་ཀྱི་དབང་གིས་ཡུལ་ག་གེ་མོ་ཁོ་ནར་སྣང་བའི་ཡུལ་ལུགས་གོམས་གཤིས་སོགས་དབང་བོ་ལྷའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པའི་བོད་མིའི་བྱེད་སྟོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉམས་མྱོང་དང་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་གོ །

གཉིས་མཚིས་པ་གོང་གསལ་ལྟར། ཡུལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་དབར་ན་རྟོད་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་དང་གིས་ཆགས། ཐུན་མོང་

བའི་ཡུལ་ཆོས་དེ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་སུ་འཕོ་འགྱུར་འབྱུང་སྲིད་ལ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་དེ་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་སུའང་འགྱུར་སྲིད། དཔེར་ན། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མིན་ཅན་དུ་གྱུར་ཚུལ་ལ། དང་ཐོག་བོད་སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་རྣམ་ཐར་ཐློས་གར་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཅན་ཏུ་གྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་དུ་གྱུར་ཚུལ་ལ། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངོས་ནས། ཡུལ་ཅོང་ཁ་ནས་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་སྐྱེས་ཆེན་རྗེས་སུ་བོད་སྤྱིར་མཛད་རྗེས་ཆེ་བས་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་ཆགས་པ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ལྟ་བུ། ཡང་། དབུས་ཀྱི་གྲ་ནང་གི་སྣམ་ཕྲུག་ཐོག་མར་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པའི་ཐུན་མིན་ཡུལ་ཆོས་ཡིན་ཀྱང་རིམ་གྱིས་བོད་ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཡུལ་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུ།

ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་དབར་གྱི་རྟོད་སྒྲུབ་འབྲེལ་བ་དེ་ལྟ་བཞི་འགོད་སྟངས་ཀྱི་རིགས་ལམ་བེད་སྤྱད་དེ། ཡུལ་ཆོས་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་གཏིང་ཟབ་ཏུ་འགྲོ་ཐུབ་ཚུལ། རྗེས་ཕྱོགས་སུ་རྩོམ་གཞན་ཞིག་གི་ནང་ཞིབ་ཏུ་འབྲི་དགོས་པ་ལས་ད་རེབ་ཡིག་ཚོགས་ཀྱི་དབང་གིས་བཞག

ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས།

ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྲུ་སོ་སོར་གཅིག་གྱུར་ཏུ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ལུགས་གོམས་གཤིས་སོགས་བོད་མིའི་བྱེད་སྟོལ་དང་འབྲེལ་ཞིང་། དབང་པོ་ལྔའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པའི་ཤེས་བྱ་ཡོད་དོ་ཅོག་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་སུ་གཏོགས་ཚུལ། དཔེར་ན། ནང་ཆོས་དད་པ། རྟམ་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་གཅིག་པ། བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་ལྟ་བུ། འདི་དག་ནི་སྣང་བ་ཡོངས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཡུལ་ཆོས་ཡིན་པ་དང་། ཡང་། ཆོལ་ཁ་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ནས་རང་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལོག་ནའང་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རེ་ཡོད་པས། དེ་དག་རེ་རེ་ནས་རང་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་ཞིབ་འཇུག་གི་ཕྱག་ལས་གནང་བཞིན་པའི་སྤྱུན་ཟླ་ཆོས་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་དགོས། དཔེར་ན། དབུས་གཙང་དང་། མདོ་སྟོད་སྨད་གསུམ་གའི་ནང་ཏུ་སྡེ་སོ་སོར་ཡུལ་

ཆོས་རིགས་གཉིས་ཀ་མཚིས་པས་ཐུན་ཆོས་འཚོལ་བསྡུ་དང་ཞིབ་འཇུག་བརྒྱུད་དུས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་གསལ་བར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་འགངས་ཆེན་པོར་སྣང་།

ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཇི་ལྟར་མང་ན་དེ་ལྟར་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་རིགས་གང་དེའི་ནང་ཁུལ་མཐུན་ཚུན་འབྲེལ་ལམ་བདེ་ཞིང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ཚགས་དམ་པའི་རྟགས་རེད་ཅེས་སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་གཞི་སླ་བ་མང་པོས་འདོད། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་རང་ཡུལ་ཐོན་རྫས་བཟོ་དགོས་ཤིང་། དཔེར་ན། འདིའི་སྐོར་ཉེ་ཆར་ཡུལ་སོ་སོ་ན་སྤེལ་འགོ་ཚུགས་ཏེ་བོད་ཟློས་འོས་སྒྱུར་བྱེད་བཞིན་པ་ལྟ་བུ། འདི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁེ་ཕ་ཁོ་ནར་མཐོང་མི་འོས་ཤིང་། ཡུལ་ཆོས་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་ཐབ་ལམ་ཤིག་ཀྱང་རེད། མདོར་ན། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བསམ་བློ་རིགས་གཉིས་གཏོང་དགོས་ཏེ། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་སྣང་ནས་ཚོང་རྫས་མང་པོ་བསྐྲུན་ཏེ། དཔལ་འབྱོར་དར་བྱེད་དང་། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་མང་པོ་རང་ཆོས་མ་ཉམས་པའི་ངང་དེང་རབས་ཅན་དུ་གསར་བཅོས་སམ་སྒྱུར་བཟོ་བྱ་རྒྱུའོ། །

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས།

འབྲུང་ས་འབྲུང་ཁུངས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྩ་ལག་ཡིན་ནའང་། འཚོ་བའི་ས་བབ་ཀྱི་དབང་གིས་ཡུལ་ག་གེ་མོ་ཁོ་ནར་སྣང་བའི་ཡུལ་ལུགས་གོམས་གཤིས་ཉམས་མྱོང་ཤེས་བྱ་སོགས་བོད་མིའི་བྱེད་སྟོལ་དང་འབྲེལ་ཞིང་དབང་བོ་ལྔའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པའི་ཉམས་མྱོང་དང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དོ། འདིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཟེར་ཡོད་པ་རྣམས་ཐུན་མོང་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྤེལ་ཞིང་ཁྱབ་གདལ་དུ་བཏང་ན་མི་རིགས་སྤྱི་ཡར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་ལ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཇེ་དམ་དུའང་འགྲོ་ ཡང་། ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་སྤྱི་ཕན་གྱི་ངོས་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་མ་ཐུབ་པར་ཡུལ་ལུང་བྱེ་བྲག་པ་མང་པོར་གྱེས་ཏེ་བསྡད་པ་ཡིན་ན་རིམ་གྱིས་མི་རིགས་དེ་རིགས་ཐ་དད་པ་མང་པོར་འགྱུར་འགྲོ་ འདིར་གལ་གནད་ཅིག་ནི། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་དབར་གྱི་རྟོད་སྒྲུབ་འབྲེལ་བ་དེ་སློབ་གསོ་བརྒྱུད་དེ། ཚན་ཚུན་ཉེ་མ་མེ་གྲོགས་དང་ཆར་བ་ཆུ་གྲོགས་སུ་ཁྱེར་བའི་འཕེལ་ལམ་ཞིག་བསྐྲུན་ཏེ། རྒྱུན་གཞོན་བར་མ་ཀུན་གྱི་མི་ཚེའི་འགྲོ་ལམ་བདེ་བྱེད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཉིས་ཏེ། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་། རིག་གནས་ལག་ལེན་གྱི་རྟོལ་བ་

ལས་བྱུང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོར་ཡུག་བཅས་གཉིས་ཀ་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་ལག་ལེན་གྱི་སྣང་ནས་འགྲོ་ཐུབ་པར་འབད་རྒྱུ།

ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་དམིགས་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ནི། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་བཟང་པོ་བརྟག་དབྱེ་བརྒྱུད་བསྡོགས་འདོན་བགྱིས་སྟེ་ཁྱབ་གདལ་དུ་སྤེལ་རྒྱུ་མ་ཟད། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་རྩ་ཆེན་རིགས་བརྣགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་གང་མཆིས་བརྟག་དཔྱད་བཏང་སྟེ་ཉམས་པ་སོར་ཆུད་ཀྱི་ཐབས་བཙལ་རྒྱུ་དེའོ། ཡང་། འདིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རང་སྐྱར་གནས་ཡུན་རིང་དྲགས་ན་ཐུན་མོང་ཅན་ཏུ་བསྒྱུར་དཀའ་བ་མ་ཟད། ཐལ་ཆེ་བར་ཕྱིན་ཆེ་མི་རིགས་ཐ་དད་ཅན་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་བ་རེད། དེ་བས། རང་ཡུལ་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ལག་ལེན་ཏུ་བསྟར་ཏེ་ཉམས་མྱོང་བསགས་ཤིང་། བསགས་པའི་ཉམས་མྱོང་དེ་དག་ཤེས་བྱའི་མ་ལག་ཏུ་སབས་ཏེ། བསླབ་དེབ་དང་གློག་དེབ་བརྒྱུད་བྱིས་པའི་སྨྱུང་བྱ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་ན་ཐུན་མོང་ཅན་ཏུ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་འགྲོ་བར་མ་ཟད། ཐོན་རྫས་སུ་བསྒྲུན་ཐུབ་པ་རྣམས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མ་རྩར་སོང་བས། འདི་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་ཏུ་སྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་བཟང་ཤོས་སུ་འཁུམས་སོ།།

ལྔ་བ། མདོ་ལྷོ་ཡི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ།

གངས་ལྗོངས་མདོ་སྨད་བྱང་ཤར་གྱི་སྣེ་མཚམས་སུ་ཆགས་པའི་མདོ་ལྷོ་གཡང་ལྡན་ཐྱུག་མོས་སྣང་བ་སྤྱི་ཡི་ལོ་རྒྱུས་དཔལ་འབབ་རིང་མོའི་ནང་། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རྒྱུན་འཛིན་དང་། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཡར་རྒྱས་སུ་བཏང་ཞིང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་ཏུ་བསྐྱེད་སྟེ་གངས་ཅན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལ་བྱས་རྗེས་གང་འོས་བཞག་འདུག་པ་ཐུན་མོང་གི་མཐོང་ཆོས་སུ་མངོན་འདུག་པ་དེ་བཞིན་ཡིན་ཅིང་། མདོ་ལྷོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རང་མདངས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཚུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་པས། འདིར་མདོ་ལྷོ་ཡི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ་བརྗོད་པ་ལ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་རྣམ་གྲངས་ལས། དང་པོ། རྣམ་བཞག་ལ་གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་གིས་མཚོན་པ་ཇི་བཞིན་དེ་ལ་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རིགས་གཉིས་མཆིས་སྟེ།

འདིར་བཞག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་བཀར་བའི་རྣམ་གྲངས་གཉིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པས་དཔྱོད་ལྡན་ལས་གྲོགས་རྣམས་དང་། གློག་པ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དག་བཅོས་དགོངས་འཆར་གཞིར་བཅོལ་ཏེ་རྗེས་ཕྱོགས་སུ་འཕྱུས་ཇི་ཚང་ཇི་འགྲིག་ཏུ་གཏོང་དགོས། ད་རེབ་གྲོས་གཞི་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་བཀོད་པ་ཡིན། སྤྱིར་ན། རིག་པ་འདི་བོད་ཡིག་སྣང་མཚོན་ན་འགོ་འཛུགས་བཞིན་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་དོན་གསར་མིང་གསར་དུ་སོང་ཡོད་

རེའུ་མིག་གཉིས་པ། མདོ་སྨདའི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག		
	ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས།	ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས།
མདོ་སྨད།	འདི་ལ་གཉིས་ཏེ། དམངས་སྲོལ་ཡུལ་ཆོས་དང་། ཡིག་དག་གཉིས་ཐོག་གི་ཡུལ་ཆོས། བཙུ་བའི་ལྷ་མཆོད། ལ་རྩེའམ་ལབ་ཙེ། ཟློས་གར། མནའ་སྐྱེལ་ཚུལ། ཁ་ཟས་དཀར་དམར་རྣམ་གསུམ་དང་རྩམ་པ། སོགས་དང་། ཐུན་མོང་གི་སྐད་དང་ཡི་གེ་བེད་སྤྱོད། ནང་ཆོས་དད་པ་སོགས་སྣང་བ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་དང་འཚོ་བའི་གོམས་སྲོལ་སོགས་ལ་གོ	འདི་ལ་གཉིས་ཏེ། དམངས་སྲོལ་ཡུལ་ཆོས་དང་། ཡིག་དག་གཉིས་ཐོག་གི་ཡུལ་ཆོས། ཡུལ་འདི་ཡི་ཡིག་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱ་ལྟ་བུའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཏེ་དགོན་པ་ཆེ་མ་ཆུང་གསུམ། རྫོང་བདུན་དང་རྫོང་རིམ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་བཅས་ཀྱི་ཁང་ཁྱིམ་བརྒྱན་གོས། གནས་བཤད་གཏམ་དཔེ། ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་དང་། དག་རྒྱུན་སློབ་གསོ་སོགས་མདོ་སྨད་རང་ན་ཁྱད་ཆོས་བཏོད་ཡོད་པའི་གཟིགས་ཅན་དང་གཟིགས་མེད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་དང་འཚོ་བའི་གོམས་སྲོལ་སོགས་ལ་གོ

ཀུང་རིམ་གྱིས་གོམས་ཆགས་སུ་འགྲོ་མི་སྲིད་པ་མ་རེད་སྙམ།

མདོ་སྨད་ཡི་ཡུལ་ཆོས་རྣམ་གྲངས་ལ། ཡུལ་འདིར་འབྲུངས་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡུལ་ཆོས[4]། ཤིང་བཟོ་ཡི་ལག་རྩལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་བྱ། རྡོ་བཟོ་ཡི་ལག་རྩལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་བྱ། འགར་བཟོ་དང་རྩིག་མཁན་གོས་བཟོ་ལག་རྩལ་དང་ལག་ཆ། དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ།

---

[4] མདོ་སྨད་རུ་འབྲུངས་ཤིང་དགའ་ལྡན་གསེར་ཁྲིར་བཞུགས་མྱོང་བའི་སྐྱེས་ཆེན་རིམ་བྱུང་དང་། ཙོང་ཁ་དཔོན་པོ་དང་ཨ་ལོ་ཚང་། ཚོ་བ་དང་ལྷ་སྡེ་སོ་སོའི་འགོ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ བྲིས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། ཁོང་རྣམ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤུགས་རྐྱེན་དང་འབྲེལ་ལམ་ སྣ་ཚོགས་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་འབྲུངས་ཡུལ་དག་ཏུ་ངག་རྒྱུན་ན་ཡོད་པ་དེ་དག་ཞར་ཏེ་མདོ་སྨད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མེ་ལོང་ཇེ་གསལ་དུ་གཏོང་རྒྱུའང་གལ་ཆེར་སྣང་ངོ་།།

གནས་གྲགས་ཅན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། རྟ་སྡེའི་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། ཁང་བའི་བཟོ་བཀོད་དང་། ཁྲིམ་གྱི་བཅའ་ལག རྟ་སྡེ་དང་རྟ་སྡེ། རྟ་སྡེ་དང་དགོན་པ་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་སྐྱོང་སྟངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། སྤྱི་ཚོགས་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་ཁྲིམས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། བརྒྱུན་གོས་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་བའི་འཕོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། སྤྱི་ཚོགས་དོ་དམ་་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། རང་ཡུལ་ཁོ་ནར་སྣང་བའི་རྟ་འཛུགས་ཀྱི་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། མི་འབོར་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས་སོགས། དཔག་ཐོག་ན་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་ཐམས་ཅད་མདོ་ཙམ་ཡུལ་ཆོས་ཡིན་ལ། ཡུལ་ཆོས་རིག་པའི་དཔྱད་བྱའང་ཡིན། གཞན་ཡང་། རྣམ་གྲངས་འདི་དག་རེ་རེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཟབ་ཞིབ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་ན། ཐོག་མར་རིགས་འགར་རྒྱུ་གལ་ཆེན་དུ་སྣང་། སྤྱོད་ལམ་བཞི་དང་འབྲེལ་རེ་རེ་ནས་བཀར་ན་འོས་སམ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་འབྲེལ་རེ་རེ་ནས་བཀར་ན་རིག་ཚན་འགྲོ་སྟངས་དང་མཐུན་ཚུལ། ཕྱིས་སུ་རིམ་གྱིས་རྩོམ་ཡིག་ཏེ་གསལ་བར་བྱེད་རྒྱུའོ།། ས་ཆ་གཞན་དག་གི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ཀྱང་རིགས་བསྒྲེ་བར་བྱ།

ཡུལ་ཆོས་གནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གནས་བབ། གོང་དུ་དྲངས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་་གནས་བྱེད་ཀྱི་གཞི་མ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་གང་ཞིག་དེ་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་བརྟན་པོ་དེ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་རྐྱེན་དེ་དག་ལས་གལ་ཆེན་འགའ་ནི། མི་འབོར། སྐད་རིགས། ཡུལ་མིའི་སྡོད་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གནས། ལོ་རྒྱུས་བཅས་བཞི་འདྲ། མི་འབོར་ལ་སྦྱུས་ལེགས་ཅན་དང་སྦྱུས་ཤིན་ཏུ་ཞན་པའི་མི་འབོར[5]་རིགས་གཉིས་མཆིས་པས། རིགས་དེ་གཉིས་ལས་གང་མང་ན་ཡུལ་ཆོས་དེ་བཞིན་དུ་འཕེལ་འགྲིབ་འབྱུང་ཞིང་། སྐད་རིགས་གི་སྤྱི་ཚོགས་གནས་བབས་ཀྱང་དེ་བཞིན་སོང་སྟེ། ཡུལ་མིའི་བསྡོད་གནས་ཀྱི་འཚོ་བའི་རིག་གནས་ཁོར་ཡུག་ལའང་དེ་བཞིན་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་བྱུང་ཛེས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁ་མཚམས་མཐུད་ཐུབ་མིན་གྱི་ཉེན་ཁར་འཕྲད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་དབར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་

[5] འདིར་མི་འབོར་སྦྱུས་ལགས་དང་སྦྱུས་ཞན་འཇོག་བྱེད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལ་འདོད་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་། ཅུང་རྒྱུགས་ཆེ་བའི་འདོད་ཚུལ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོད་པའི་མི་འབོར་ཁྲོན་གྱི་སློབ་གསོ་ཐོབ་ཚད་དེ་འཛིན་གྲྭ་བཅུ་གཉིས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན་ད་གཟོད་རང་རྒྱུད་ན་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་ཀའི་ནང་འདྲེན་ཐུབ་པས། ལས་དཔྱོད་ཆེ་ཞིང་རིག་གནས་ལག་ལེན་གྱི་སྦྱུས་ཚད་ཡང་མཐོ། རང་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་རང་གི་ནུས་རང་ངོས་ནས་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་ཐུབ་པའི་མི་ལ་ཟེར། འདི་ཕལ་ཆེར་ཡིག་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ། བོད་ཀྱི་དག་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས་ནང་། ཡུལ་ཆོས་ལག་ལེན་ལ་དེ་འདྲའི་ཚད་གཞི་དེ་འཇུག་དཀའ་སྙམ། ཡིན་ནའང་། བོད་ཀྱི་རྟ་སྡེ་ན་མཆིས་པའི་ཡུལ་སྲོལ་འགྲོ་སྟངས་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་འོ་ཏོག་ཚགས་ཚུད་པར་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བར་བྱང་ཆ་ཡོད་པ་དང་། ཡུལ་ཆོས་རྣལ་མ་ཡིན་མིན་གྱི་ཤན་འབྱེད་ཐུབ་པ། ཡུལ་ཆོས་ལ་གོ་བ་ཟབས་པའི་མི་ལ་ཟེར།

ལས་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གནས་བབ་ག་འདྲ་ཡིན་པ་གསལ་པར་བྱེད། ལྷག་པར་དུ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས། དུས་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ལ་ཤུགས་རྐྱེན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད། འབྱུང་འགྱུར་གྱི་གཞི་དབྱིབས་ཀྱང་སྐྱུར་བཟོ་བྱེད་པ་འཛིག་རྟེན་མཐུན་མོང་གི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཆགས།

འདི་ལ་དགེ་རྒན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དོར་ཞི་ཚང་གིས།

> དེ་ཡང་སྟོད་བཅུད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་རིག་གནས་ཡུལ་སྲོལ་གང་ཡང་མི་རྟག་པའི་ཆོས་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས། ལོ་ཟླ་ཞག་དུས་ཀྱི་འགྲོས་ལྟར་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འགྱུར་འགྲོ་བའི་གནས་ཚུལ་འདི་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡར་རྒྱས་དང་མར་འགྲིབ་ཀྱི་གདེངས་འཛོག་དཀའ་བར་འདུག གནའ་སྲོལ་དང་རིག་གནས་གང་ཡང་མི་རྣམས་ཀྱི་བློ་རིག་དང་འཚོ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ལས་གོམས་གཤིས་སུ་ཆགས་ཤིང་། ཡུལ་དུས་འཚོ་གནས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། ཡུལ་དུས་གནས་བབས་ལས་བརྒལ་བའི་བཟང་ངན་དང་། རིགས་མི་རིགས་ཀྱི་ཤན་འབྱེད་གདེངས་འཛོག་བྱེད་མི་འོས། གོམས་གཤིས་ལ་ལ་དུས་ཐོག་དེར་མཚམས་ཤིང་མི་འཐད་པ་མེད་མོད། དུས་རབས་བརྒལ་ན་གློག་གི་སྒྲོན་མེ་དང་སར་སྣུམ་ནག་གི་སྒྲོན་མེ་སྦར་བ་བཞིན་མི་མཚམས་པར་གྱུར་བ་ཡོད་ལ། གོམས་སྲོལ་ལ་ལ་དུས་རབས་བརྒལ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བར་ཕན་པ་ཡོད་ལ། གོམས་སྲོལ་སྣ་ཁ་གཉིས་པོ་དེ་བླང་བྱ་དང་དོར་བྱ་བྱས་སྟེང་། རིག་གནས་གསར་བྱུང་ཁ་སྟོན་བྱས་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གོང་འཕེལ་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དེས་ན་སྲོལ་རྒྱུན་གང་ཡང་མཆོག་ཏུ་བཟུང་ནས་རིག་གནས་གསར་བ་དགོས་མེད་དུ་ལྟ་བ་དང་། རིག་གནས་གསར་བ་སྔོན་ཐོན་དང་རིག་གནས་རྙིང་བ་དགོས་མེད་དུ་ལྟ་བ་གང་ཡང་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་མིན། སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནང་གི་ལེགས་ཆ་བླངས། སྐྱོན་ཆ་དོར། རིག་གནས་གསར་བ་ལ་ཡང་མཚམས་མི་མཚམས་དང་ལེགས་ཉེས་ཕྱེ་ནས་འདོར་ལེན་བྱེད་པ་ཞྭད་པ་དྭངས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ཡིན།

ཞེས་པའི་གསུངས་འདི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ལའང་ལམ་སྟོན་གནད་སྨིན་ཏུ་འཁུམས་ཤིང་། ཡུལ་དུས་དང་སྟོད་བཅུད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་ཡུལ་ཆོས་ཀྱང་མཚམས་མི་མཚམས་དང་། གསར་རྙིང་རྒྱུན་འཛིན་བཅས་ཀྱི་ཐད་ལའང་བླང་དོར་འཛུལ་སྤྱོངས་ཀྱི་རིགས་པར་རྣོ་ལྷོད་པ་ནང་བཞིན། ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མིན་ཅན་གང་ཞིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲིད་རིམ་གྱིས་ཐུན་མོང་ཅན་དུ་གྱུར་ཚུལ་

དང་། དེ་དང་དེ་བཞིན་ཏུ། ཡུལ་ཆོས་ཐུན་མོང་ཅན་གང་ཞིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲོད་རིམ་གྱིས་ཐུན་མིན་ཅན་ཏུ་གྱུར་ཚུལ་སོགས་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་བགྱིས་སྟེ། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་རྣམ་བཞག་དང་མཐུན་པའི་ཤེས་བྱའི་དྭངས་མ་ཉར་དགོས།

མི་འཁོར། མི་འཁོར་ནི་ཡུལ་ཆོས་བསྐྲུན་མཁན་དང་། རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་མཁན། ལག་ལེན་ཏུ་བསྟར་མཁན་ཡང་ཡིན་པས། དེ་ཡི་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་སྟོབས་ཤུགས་དང་། དཔལ་ཡོན་གྱི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་མང་ཉུང་སོགས་མཚོན་ཐུབ། ད་སྔ་ཡི་ཕོ་མོ་མང་ཉུང་གི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་སྐྱེས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་ཡིག་ཆ་རྙིང་བ་ཁག་ལ་གཞི་བཅོལ་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་རྒྱུ་ལས་འོས་གཞན་མེད། གལ་ཏེ་ཆ་རྐྱེན་འཛོམས་ན། མདོ་སྨད་ཡི་ད་སྔེ་རེ་རེ་ནས་མི་འཁོར་གྱི་གྲངས་རྩིས་ཤིག་བླངས་ན། སྔང་བ་སྤྱི་ཡི་གནས་ཚུལ་ཁྲོད་ཡོངས་ནས་རྟོགས་རྒྱུར་ཕན་ནུབས་ཤིན་ཏུ་ཆེར་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བར་རྒྱུང་བྱུས་ཚད་ཐུབ་ཏུ་འཐེན་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཞིག་ཏུ་འགྲོ

མདོ་སྨད་མ་ཟད་བོད་སྤྱི་ཡི་མི་འཁོར་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་གྲངས་ཀ་གསལ་པོ་ཞིག་ཡིག་རིགས་རྒྱ་བོད་དབྱིན་གསུམ་གྱི་དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆའི་ནང་ཁ་གཅིག་མཐུན་ཏུ་མེད། ཡིན་ནའང་། ཉེ་ཆར་ཁྲུལ་སྲིད་གཞུང་གི་དྲ་ཐོག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར་ན། བོད་པའི་མི་འཁོར་ནི་ཁྲུལ་ཡོངས་མི་འཁོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་༩༡.༣༠ ལྷག་ལས་ཟིན་མེད་ཚུལ་བཀོད་འདུག འདི་ལས་རྟོགས་དགོས་པ་ཞིག་ནི། མདོ་སྨད་ས་ཁྲོད་སྟེང་རང་ཅག་གི་ཡུལ་ཆོས་ལ་བརྟེ་མཐོང་དང་། རིན་ཐང་འཛོག་པ། འཚོ་བའི་གཞི་མ་ད་མཐོང་མཁན་གྱི་བོད་པ་ཁྲི་༣༡.༡༩ ལས་འཕེལ་མེད་པ་དེ་རེད།

རྫོང་ཁག་བདུན་གྲོང་ཁྱེར་གཅིག སྤྱི་ལོ་༡༩༥༣ ལོར་བཙུགས་པའི་མདོ་སྨད་བོད་རང་སྐྱོང་ཁྲུལ་གྱི་ཁོངས་སུ། བསང་ཆུ་རྫོང་། ཀླུ་ཆུ་རྫོང་། ཐེ་བོ་རྫོང་། རྨ་ཆུ་རྫོང་། ཅོ་ནེ་རྫོང་། བ་ཅེ་རྫོང་། གཙོད་གྲོང་ཁྱེར་བཅས་དེང་རབས་འགྲོ་སྟངས་ལྟར་བཀར་བའི་ས་གནས་ཁག་ཏུ། རྫོང་ཁག་རེ་རེར་ཐུན་མིན་ཡུལ་ཆོས་རེ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱང་མང་ཉུང་ཁྱད་ཡོད་ཀྱང་གང་འཚམས་རེ་མཆིས་ཚུལ་ལ། དཔེ་

མཚོན་ཅམ་དྲངས་ན། རྨ་ཆུ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟུང་ལེན་དང་། འབྲོག་ལས་ཤེས་བྱ། མི་ཡི་གཤིས་ཀ། གླུ་ཆུ་རྫོང་གི་སློག་པ་བཟོ་རྩལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་བྱ། དགོན་པ་དང་ཚོ་བ་ཏུ་སྡེ་དབང་གྱི་འབྲེལ་བ་སྐྱོང་སྟངས། བསང་ཆུ་རྫོང་གི་བོད་ལྷ་དང་། གར། རོང་འབྲོག་ཟུང་འབྲེལ་འགྲོ་སྟངས། ཟེ་བོ་རྫོང་གི་རྡོ་རྩིག་དང་ཁང་ཁྱིམ་ཁྱད་ཆོས། བོན་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་འགྲོ་སྟངས་གོམས་གཤིས། ཟེ་སྐད། ནས་ཆང་བཅགས་སྲོལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་བྱ། འབྱུང་ས་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཐད་ནས་བཀའ་མ་ལོག་སོགས་དང་འདབས་འབྲེལ་ཞིང་། མཆེད་ཁུངས་དབུས་གཙང་དང་འབྲེལ་བའི་དག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས། འབྲུག་ཆུ་རྫོང་གི་བོད་ལྷ་ཁྱད་པར་ཅན། རྡོ་རྩིག་དང་ནས་ཆང་བཅགས་སྲོལ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ཤེས་བྱ། ཅོ་ནེ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཟློས་གར་དང་། ཅོ་ནེ་དགོན་ཆེན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱུང་རིམ་ལོ་རྒྱུས། སོགས་ལྟ་བུ། དེ་ལས་མི་ཆེན་དཔོན་ཆེན་སྐོར་གྱི་དག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས། ཚོ་བ་དང་ཏུ་སྡེ་དབང་གྱི་འབྲེལ་ལམ་སྣ་ཚོགས་སྐྱོང་སྟངས། ཡུལ་མིའི་འཚོ་བ་དང་འབྲེལ་ཡོད་བྱ་དངོས་ཡོད་དོ་ཅོག་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་དངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་པ་རེད།

ད་དུང་འདིར་དྲངས་མེད་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཤིན་ཏུ་མང་པ་དེ་དག་ཐྲ་ཞིབ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་བརྒྱུད་ཉམས་མྱོང་མཐའ་དག་ཡིག་ཐོག་ཤེས་བྱར་ཕབས་སྟེ་ཉར་རྒྱུ་དང་། ཤེས་བྱ་དེ་དག་མི་རབས་ཕྱི་མའི་ཕྱི་མར་རྡོ་ལག་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྤྲོད་བྱེད་ལ་ཆེད་ལས་སློབ་གྲྭ་སྣ་ཚོགས་བཙུགས་ཏེ། ཡུལ་ཆོས་ལག་ཤེས་པ་གང་མང་གསོ་སྐྱོང་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་མདོ་ལྷོ་ཡི་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་ལ་མ་རྩ་བསགས་པར་མ་ཟད། སྟོད་བཙུད་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་ཇི་སྲིད་གནས་ཀྱི་དབར་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོའང་འཛིན་ཐུབ་བོ།།

ཕ་སྐད་ཀྱི་དཔྱོད་ལམ་ཆེ་ཆུང་། བོད་སྐད་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལས་རིགས་སྣ་ཚོགས། དགོན་པ་དང་། སློབ་གྲྭ གཞུང་གི་སྲིད་འཛུགས་སྣ་ཚོགས། དམངས་ཚོགས་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་སོགས་ནི། བོད་སྐད་བེད་སྤྱོད་སར་ཆགས་ཡོད་པས། བོད་སྐད་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་བརྟག་ན། ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་མང་པོ་ལས། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆ་གཉིས་ཀ་དོ་མཉམ་དུ་སྣང་ཞིང་། ནང་རྐྱེན་དགག་ཕྱོགས་ནི། ཕ་

སྐད་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་འབོར་མང་ཙམ་ལ་བལྟས་ན། བོད་སྐད་བཤད་མཁན་མང་ནའང་། རང་གི་རིག་གནས་དང་སྐད་རིགས་ལ་ནང་ཐུན་ཆུད་པའི་མི་འབོར་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བས། རང་གི་ཕ་སྐད་ལ་སྤྱི་ཚོགས་རང་བཞིན་གྱི་རྟོང་ལྡང་ཐུབ་མེད་པར་ལྟག ཕྱི་རྐྱེན་དགག་ཕྱོགས་ནི། མི་རིགས་རང་གི་སྐད་དང་ཡི་གེ་རང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དེ་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཇ་ཁྲིམས་ཀྱིས་སྲུད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ས་གནས་གཞུང་ཕྱོགས་ནས་བོད་སྐད་བེད་སྤྱོད་ཐད་སྲིད་བྱུས་ཡུལ་དངོས་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པས། གྲོང་བརྡལ་དང་གྲོང་ཁྱེར་སོགས་གཙོས་བོད་སྐད་ཀྱི་བེད་ལམ་རིམ་གྱིས་ཉུབ་སྟེ། ཡུལ་ཆོས་གནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲབ་ཁོངས་ལ་གནོད་འགྲོ་ཚུགས་ཟིན་པ་མངོན་སུམ་རེད།

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས། ཏུ་སྡེ་གྲོང་གསེབ་སོགས་ནས་ཕེབས་པའི་ན་ཆུང་བྱིས་པ་ཕོ་མོ་ཚོ་བསླབ་གྲྭར་ཞུགས་གྲངས་ད་ལྟ་བརྒྱ་ཆ་༡༡ ནས་༥༠ དབར་ཟིན་ཡོད་པས། སྐད་གཉིས་སློབ་གསོའི་སྲིད་བྱུས་དང་འབྲེད་གཞི། ཁྲིད་བྱ། སློབ་ཁྲིད་སྲུས་ཀ་སོགས་སུ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རྨང་གཞིའི་ཤེས་བྱ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པར་མ་ཟད། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཁག་ཏུའང་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ནུས་པ་གསོ་སྐྱོང་བྱས་མེད་པས། ཡུལ་ཆོས་ལག་ལེན་པ་དང་ཞིབ་འཇུག་པ་གཉི་གའི་ཕྱོགས་ལ་ཉེན་ཁ་འཕྲད་འདུག འདིར་སློབ་གསོའི་སྐྱོན་ཡོན་སྐོར་རྩོམ་གཞན་ཞིག་ཏུ་གཟིགས་ཞུ༌།།

ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་བབ། མདོ་ལྷོ་ཡི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་གནས་བབ་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཞིབ་འཇུག་གི་སྒྲིག་འཛུགས་དང་། ཞིབ་འཇུག་དུས་དེབ། ཞིབ་འཇུག་པའི་དཔྱད་སྡེ་བཅས་སོ།

མདོ་ལྷོ་རུ་གཞི་ཆགས་པའི་**ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་སྒྲིག་འཛུགས**་ལ། ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་གྱིས་བཙུགས་པའི་ཨ་མདོ་ཞིབ་འཇུག་ཁང་། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དགེ་ཐོན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་རུ་བཙུགས་པའི་ཨ་མདོ་ཞིབ་འཇུག་ཁང་བཅས་སྲིད་གཞུང་ནས་བཙུགས་པའི་ལས་ཁང་གཉིས་དང་། ད་དུང་ལག་ཤེས་པ་མི་སྒེར་རང་ངོས་ནས་རང་གི་ཉམས་མྱོང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འབེབ་བཞིན་པའང་ཐོས་རྒྱུ་མང་། འདི་དག་གི་ཞིབ་འཇུག་འབྲས་བུ་མཉམ་སྤྱུངས་ཀྱིས་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཤེས་བྱ་རིགས་མཐུན་ཅན་མཐའ་དག་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ཏེ་རིག་ཚན་

གྱི་ཀེང་འཛུགས་རྒྱུའང་གལ་ཆེན་ཏུ་སྣང་ཞིང་། མདོ་ལྷོ་མདོ་ལྷོ་ཡིན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུགས་ཆས་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་པ་མི་འདུག

ཞིབ་འཇུག་དུས་དེབ་ཀྱི་སྐོར་ལ། མདོ་ལྷོ་ན་སྤྲུབ་བཞིན་པའི་གཞུང་གཉེར་བོད་ཡིག་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་གཉིས་སྟེ། མདོ་སྨད་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པ་དང་། མདོ་ལྷོའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་གམ། ཀན་ལྷོའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་བཅས་གཉིས་ཏེ། འདི་གཉིས་གཞུང་གཉེར་ཡིན་ཞིང་། སྔ་མས་མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་སྐོར་གྱི་རྩོམ་འགའ་རེ་སྐབས་འགར་ཕྱུད་པ་ལས། ཆེད་དམིགས་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཅིག་མེད། ཕྱི་མ་ནི་མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དམིགས་ཏེ་སྤྲུབ་པའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཅིག་ཡིན་པས། དགེ་མཚན་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་མཐོང་ཞིང་། རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཀྱི་དགེ་མཚན་བཅུ[6]ཡི་ནུས་པ་བརྟེན་ཏེ། མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་བཞག་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་རིགས་པའི་ལམ་སྣེ་འཁྲིད་ཐུབ་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་དུས་མཉམ་ཏུ། ཞིབ་འཇུག་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ཇི་མང་དུ་ཕྱིན་པ་དང་ལྡན། དུས་དེབ་ཉིད་རྒྱུ་བསྐྱེད་དེ་དཔྱད་ཚན་བྱེ་བྲག་པ་གལ་གནད་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་དུས་དེབ་གཞན་ཕུད་ཨེ་ཐུབ་འབད་རྒྱུའོ། ཡང་། སྙིང་གཉེར་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་ཀྱང་སྤྱུས་ལེགས་པའི་ངེས་ནས་རིག་གཞུང་གི་ཕྱུར་གྲུ་འདེགས་བཞིན་པ་ལགས། འདིར་ཆེད་དུ་ཞུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཀན་ལྷོའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པའི་དུས་དེབ་སྟེང་འདོན་ཐེངས་རེར་མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་རྩོམ་ཚན་ཞིག་བཀར་ཏེ་ཆེད་དམིགས་བརྗོད་བྱར་བརྟག་དཔྱད་བཏང

---

[6] ༡ ཡིད་ཆེས་བྱེད་རུང་བའི་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༢ རིག་གནས་ཀྱི་ཕྱོགས་གང་ཞིག་གི་གནད་དོན་བསལ་བའི་འབྲས་བུ་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༣ རིགས་པའི་སྤྲུབ་བྱེད་མང་པོ་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༤ ཞིབ་འཇུག་གི་ཁ་ཕྱོགས་གང་མཆིས་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༥ དཔྱད་པ་གཏོང་སའི་གནད་ཚན་གསར་བ་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་མཁོ་སྤྲོད་བྱེད་པ། ༦ ཡོན་ཏན་དང་ཤེས་བྱས་ཕྱུག་པའི་བགླག་བྱ་མང་པོ་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་མཁོ་སྤྲོད་བྱེད་པ། ༧ ཆེད་དམིགས་ཞིབ་འཇུག་གང་ཡོད་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༨ རིན་ཐང་ཅན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་འབྲས་བུ་ སྣ་ཚོགས་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། ༩ སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱ་དང་ཤེས་རྒྱ་བསྐྱེད་པ། ༡༠ ཤེས་བྱའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་དེབ་གཅིག་གི་སྟེང་ནས་སློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་འབུལ་བ། བཅས་སོ།།

བའི་དཔྱད་རྩོམ་སྙ་འགོད་བྱེད་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་དམངས་ཁྲོད་ན་བཞུགས་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱའི་རྒན་པ་རྣམས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་དུས་དེབ་སྟེང་འགོད་རྒྱུ་གལ་ཆེ།

ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པའི་དཔུང་སྡེ་ཡི་སྐོར། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པའི་དཔུང་སྡེ་ལ་རིགས་འགའ་ཡོད་པ་ལས། ཕལ་ཆེ་བ་ཏུ་སྡེ་དག་ན་ཡོད་པའི་གྲྭ་ལོག་མཁྱེན་རྒྱ་ཅན་སྒེར་རྣམས་དང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་ཁག་ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ་དག་གིས་གྲུབ། ཞིབ་འཇུག་པ་རིགས་འདི་གཉིས་ལས། སྔ་མ་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་མྱོང་ཤེས་བྱས་ཞུག་ཀུང་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ཐབས་ཞན་པ་དང་། ཕྱི་མ་སྐད་བརྡ་དང་རྩོམ་རིག་གི་ཆེད་ལས་ཅན་ཡིན་པ་ལས། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆེད་ལས་ཐབས་རྩལ་དགོན་པས། དབྱར་གནང་དགུན་གནང་གི་སྐབས་སུ་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ཆེད་ལས་གསབ་སྦྱོང་འཛིན་གྲྭ་བཙུགས་ཏེ་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་བསྐྱུང་དགོས།

ཡུལ་ཆོས་དར་རྒུད་ཀྱི་འབྱུང་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས། འདི་ལ་འབྱུང་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་ལས། དང་པོ། རང་རང་གིས་མ་འཛིན་པར་ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒུད་གྱུར་བ་དང་། གཉིས་པ། གཞན་གྱིས་བཟློས་པའི་རྒུད་རྐྱེན་ལས་ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒུད་དུ་གྱུར་བ། གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཉིད་བེད་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་ཉམས་རྒུད་དུ་ཕྱིན་པ་སྟེ། རྒུད་རྐྱེན་ཆེན་པོ་གསུམ་ལས།

དང་པོ། རང་རང་གིས་མ་འཛིན་པའམ་གལ་ཆུང་བྱས་ཏེ་ཉམས་རྒུད་གྱུར་ཚུལ་ནི། སྔར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་། མཛངས་བློན་བདུན་གྱི་བྱས་རྗེས་སོགས་རེ་རེའི་བྱུང་རིམ་དང་བཅས་པ་ཞིབ་ཕྲ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འཁོད་མ་ཐུབ་པ། དཔེར་ན། ཚོང་ལས་དང་། འཇལ་བྱེད་བྲེ་སྲང་། གཏེར་བཞུ་ཐབས་སོགས་ཚན་རིག་རང་བཞིན་གྱི་གནའ་རབས་ཉམས་མྱོང་ཤེས་བྱ་ཉར་མ་ཐུབ་པས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གོམས་ཁ་མདུན་ཏུ་འདེད་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་སྤྲོལ་རྒྱུན་མེད་པར་གྱུར་བས། རྗེ་ལག་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྔར་གྱི་ཉམས་མྱོང་ཤེས་བྱ་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་འགྲོས་དང་བསྟུན། རིག་པའི་མ་ལག་ཏུ་བསྒྲུན་མ་ཐུབ་པར་ལྷག དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་སྐབས་ལ་ཐུག་དུས། ནུབ་ཕྱོགས་

པས་རང་གི་སྣང་ཡོད་ཤེས་བྱའི་ཚན་རྩལ་གཞིར་བྱས་ཏེ་གསར་བརྗོད་རབས་དང་རིམ་པ་བྱས་པས། དེང་རབས་སྔོན་ཐོན་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བློ་ཡུལ་ལས་འགོངས་པ་བྱུང་།

གཉིས་པ། གཞན་གྱིས་བཟོས་པའི་རྐྱེན་ངན་གྱིས་ཡུལ་ཆོས་ཉམས་རྒུད་དུ་གྱུར་ཚུལ། འདི་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་ལས་ལྷག་པའི་རྐྱེན་ངན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཕལ་ཆེར་བྱུང་སྲོངས་མེད། རྒྱུ་མཚན་ནི། སྐབས་དེར་རིག་གནས་གཟིགས་ཅན་དང་གཟིགས་མེད་གཉིས་ཆ་རྩ་མེད་དུ་བཏང་ཞིང་། ཕྱིས་སུ་ཡིག་ཐོག་ཤེས་རིག་སླར་གསོ་ཡག་པོ་བྱུང་ཡོད་ནའང་བརྐྱགས་ཟིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་མང་པོ་གཞི་ནས་སླར་གསོ་བྱས་ཐུབ་མེད་པ་རེད། སྐབས་དེར་སྐྱེས་པའི་མི་རབས་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ན་བོད་རང་གི་ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱ་དང་བག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བས། ད་ལྟའི་བྱིས་པ་དག་ལ་ཁྱིམ་ཚང་སློབ་གསོ་ཡག་པོ་ཐོབ་མེད་པ་གསལ་པོ་རེད། དཔེར་ན། ད་ལྟ་རང་ལོ་བཞི་བཅུ་ཡིན་པའི་མི་རབས་དག་གིས་བསང་བརྩེ་མི་ཤེས་བ་དང་། ཀླུ་འགོ་སྦྲ་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་ཀྱང་མི་འཁྱོངས་མཁན་གང་མང་མང་རེད། དེ་དང་དེ་བཞིན་དུ། ད་ལྟ་ཏྲུ་སྡེ་གྲོང་གསེབ་དག་ན་འཚོ་བ་བསྐྱལ་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་ཉེ་མི་དགོས་པའི་དངོས་རྫས་ཕལ་ཆེར་མེད་པར་གྱུར་བའི་གནས་ཚུལ་འདིར་གོ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད།

གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཉིད་བེད་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་ཉམས་རྒུད་དུ་ཕྱིན་ཚུལ། ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་འགྲོས་ཀྱི་ནང་། ཡུལ་ཆོས་སྣ་ཚོགས་ལས་འགའ་ཞིག་གནས་སྐབས་དགོས་མཁོ་ཅན་ཡིན་པ་དང་། འགའ་རེ་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མི་མཚམས་པར་གྱུར་ཏེ་ཉར་མེད་པའང་མཆིས། ཡང་འགའ་རེ་གསར་བརྗོད་ཀྱི་ངར་ལྡུད་ཐབས་མེད་པས་མི་འདོར་རང་དོར་དུ་གྱུར། དཔེར་ན། ཤིང་ཁེམ་ལྷ་བུ། ཡང་། ཤིང་གི་ཐོམ་བུ་དང་། ཐུར་མ། ཅ་ནེ། སོགས་རྩ་ཆེན་ཏུ་བརྩེ་བཞིན་འདུག

མདོར་ན། བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་འདི་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུ་དང་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་བརྒྱུད་དེ་ད་ལྟར་བསླེབས་ཤིང་། རང་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིག་གཞུང་སྤྱི་དང་སྐྱ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་ཏེ་ཐུན་མོང་བའི་ངོ་བོ་མཆིས་པ་མ་ཟད། ཡུལ་སོ་སོའི་ཐུན་མིན་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་ལྡན་པས། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་སུ་ཡིན་ཀྱང་དགག་སྒྲུབ་བླངས་དོར་གྱི་རྣམ་བཞག་ཚད་ཐུབ་ཏུ་བྱས་ཏེ་བརྟག་རྒྱུའོ།།

ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ།

མདོ་སྨད་ན་མཆིས་པའི་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ལ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས་དང་། ནང་ཆོས་དད་སྒྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། མི་ཚེའི་ལྷ་སྟངས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། ཞིང་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། འབྲོག་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས། སྐད་རིགས་བེད་སྤྱོད་ཁྱབ་ཁོངས། རྣམ་ཐར་ནློས་གར་སོགས་མང་། འདི་ལས་ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་མཚོན་པའི་སྒྱུ་རྩལ་ཞིག་སྟེ། རྣམ་ཐར་ནློས་གར་ལྷ་བྱུ། རྟ་སྟེ་བའི་མཐུན་འབྲེལ་དང་། གཞོན་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ཕ་སྐད་ཀྱི་བཤད་རྩལ་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ནུས་པ་མཆིས། ཚོལ་ཁ་གསུམ་དུ་མིང་འབོད་སྟངས་གཅིག་མཚུངས་མིན་ནའང་དོན་གྱི་འབབ་ས་གཅིག་ཏུ་སྣང་ཞིང་། ཐུན་མོང་གི་མཛེས་མི་མཛེས་དབྱོད་བྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་། དགྲ་གྲོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ། སྡུག་རྩུབ་དང་སྙིང་རྗེ་ཡི་ཁྱད་པར། ཐུན་མོང་གི་རིན་ཐང་ལྟ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཆགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་གལ་ཆེན་ཞིག་ནི་སྒྱུ་རྩལ་འདི་ཡི་འཁྲབ་འཁྲབས་སུ་གྲུབ། མདོ་སྨད་རྟ་ཁྲབ་རྒྱུན་རིང་བའི་རྣམ་ཐར་ལ། སྔོན་བཙན་སྣམ་པོ་དང་། དྲི་མེད་ཀུན་ལྡན། ལྷ་བྱུ། སྒྱུ་རྩལ་འདི་མདོ་སྨད་ཡི་རྟ་སྟེ་ཡོད་དོ་ཅོག་ཏུ་མེད་ཀྲུང་རྟ་སྟེ་ཁ་ཤོས་ན་སྒྲོལ་རྒྱུན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཆགས་འདུག་པ་མ་ཟད། དེའང་ཆེད་ལས་ཞིབ་འཇུག་པ་འགའ་རེའང་འདུག

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་གནས་ཚུལ། འདི་ཡུལ་ཆོས་རིག་པའི་དཔྱད་བྱ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་སྨྲས་མ་དགོས་ཤིང་། དེང་སང་འཛམ་གླིང་ཁྲོན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་རིག་པའི་ལམ་སྟོན་འཁྲིད་མཁན་དུ་གྱུར་བའི་མཁས་དབང་ཨན་ཐོ་ནེ་གི་ཌེན་སི ༼Anthony Giddens, ༡༩༩༨༽ ལགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་གསལ་པོ་མ་རྟོགས་ན་མི་རིགས་སྤྱི་ཡི་ཕྱུགས་ལམ་བཙལ་དཀའ། ཞེས་གསུངས། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དཔྱད་བྱའི་ནང་གསེས་སུ་གྱུར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ལ་རིམ་པ་དང་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་མཆིས་ཏེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཕྲ་རགས་གཉིས་ལས། ཕྲ་ཕྱོགས་ནས། རྟ་སྟེ་ཞིག་གི་ནང་ཚགས་འབྲེལ་བ། ཁྱིམ་དང་ཁྱིམ་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། རྟ་སྟེ་ཡི་འགྲོ་སྟངས་འདུག་སྟངས་དང་། ས་མཚམས་ཆུ་མཚམས་བདག་གཉེར་གྱི་འགྲིག བསང་ལ་རྩེར་འགྲོ་སྟངས། ས་ཞིང་ཐར་སྤྱོད་ཚུར་ལེན་གྱི་འགྲོ་སྟངས་སོགས་རེ་རེ་ནས་འགོ་མཇུག

བར་གསུམ་གྱི་གོ་རིམ་འབྲེལ་སྟངས་བཅས་འདྲ། རགས་ཕྱོགས་ནས། སྡེ་བ་དང་སྡེ་བའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། སྡེ་བ་དང་ཚོ་བའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། དགོན་པ་དང་ཚོ་བའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། དགོན་པ་དང་སྡེ་བའི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། བུ་དགོན་དང་བུ་དགོན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། མ་དགོན་དང་བུ་དགོན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ། སོགས་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་གཏོགས།

བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དོ་དམ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་སྐྱོང་སྟངས་དེ་དད་པ་མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་གཞན་དག་གི་གནས་ཚུལ་དང་ཅུང་མི་འདྲ་སྟེ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བསམ་བློ་དང་དགོངས་པར་བརྟེན་ཅིང་། དགེ་བ་བཅུ་དང་མི་དགེ་བ་བཅུ་ཡུལ་མིའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་བཟང་ངན་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཐིགས་ཚད་ལྟ་བུར་ཆགས་ཡོད་པས། སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཡིད་ཆེས་དང་། གཞུང་དྲང་བ། དད་པ་ཡོད་པ་དང་། ཁྲེལ་བཀྲི་བ་དང་། ངོ་ཚར་འཛེམས་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་སེམས་ཐུབ་ཡོད་པས་བདེ་འཇགས་སྲུང་བའི་ཆེད་ལས་ཇ་འཛུགས་ཤིག་མེད་ཀྱང་དོ་དམ་ཡག་པོ་བྱུང་། དེ་ལས་ལྡོག་ སྟེ། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལར་སྲིད་ཁྲིམས་བཙན་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཡུལ་མི་ནག་ཉེས་ཅན་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེ་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་རེད། འདི་སེམས་དོ་དམ་བྱས་མ་བྱས་དང་ལུས་དོ་དམ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་འཁུམས་པས། སེམས་དོ་དམ་ཞེས་པ་ཡུལ་ཆོས་ཤིག་གི་ངེས་ནས་དཔྱད་པ་གཏོང་རྒྱུའང་གལ་ཆེན་པོར་སྣང་ངོ་།།

སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་ཆོས་ལ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་འཛུགས་མཁན་དང་། གཙོད་མཁན། སྒྱུར་མཁན། སྐྱོང་མཁན་ཏུ་གྱུར་བའི་མི་ཆེན་དཔོན་ཆེན་རྣམས་དང་། དེ་དག་གི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ཡུལ་མི་དག་གི་སྐྱིད་སྡུག་དང་འབྲེལ་དམ་པས། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་མཁན་བཞི་ཡི་འཕྲིན་ལས་བསྐྱངས་ཚུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེན་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཕྱུགས་ཟོག་གི་སྐོར་དང་འབྲོག་པའི་དཔལ་འབྱོར་འགྲོ་སྟངས་ཡུལ་ཆོས་རིག་པའི་ངེས་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུའང་དཔྱད་བྱ་འགངས་ཆེན་ཞིག་ཏུ་སྣང་འདུག

སྤྱོད་ལམ་བཞི་ལས་ཉལ་འདུག་གཉིས་ཀའི་གཞི་མར་གྱུར་བའི་ཁང་པ་བཟོ་མཁན་ཤིང་བཟོ་ཡི་སྐོར་དང་ཤིང་ལས་ཤེས་བྱ་ནི། ཡུལ་ཆོས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་འབུར་དུ་འདོན་དང་

ཐོན་བཞིན་པ་ཉི་མ་ཤར་ཤར་དུ་འཕྲུམས་ཤིང་། ལྷག་པར་དུ་མདོ་སྨད་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་དག་ན་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་རིང་ན་ཡང་། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་རྗེས་མདོ་སྨད་དུ་རོང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ཕལ་ཆེ་བས་འདུག་ཁང་གསར་དུ་བཟོ་སྐབས་སུ། བོད་པ་རང་གིས་ཤིང་ལས་ཤེས་བྱའི་སྐོར་ཆེད་ལས་ཀྱི་འཛིན་གྲྭ་བཙུགས་ཏེ་གཞོན་སྐྱེས་ཤིང་བཟོ་གསོ་སྐྱོང་རྒྱ་ཆེན་པོ་བགྱིས་མ་ཐུབ་པ་དང་། དོ་གནད་ཡང་དེ་འདྲ་མ་བྱས་པས། རྒྱ་ཡོང་དག་གིས་ཤིང་བཟོ་བྱས་པ་རེད། མཐའ་ན་ལྷ་བཟོ་ཡི་ནང་ནའང་རྒྱ་ཡོང་མང་པོར་ཆགས་ཤིང་། རྒྱ་ཡོང་མང་པོར་སྐད་བརྡ་འཕྲོད་དཀའ་བས་ཡུལ་མི་མང་པོས་རྒྱ་ཡོང་དག་གི་སྐད་རིགས་དེ་མི་བཤད་རང་བཤད་དུ་གྱུར། གནས་ཚུལ་འདི་ང་ཚོའི་དགེ་རྒྱུན་སློབ་གསོ[7]་ཡི་སྐྱོན་ཞིག་རེད།

སྤྱིར་ན་དགོན་པའི་འདུ་ཁང་དང་། ལྷ་ཁང་། གྲྭ་ཤག་དང་། རོང་བ་དང་གྲོང་བའི་ཁྱིམ་ཁང་། རྩིག་ལས། འབྲོག་པའི་གུར་བཟོ་སྟངས་སོགས་ལའང་འཕོ་འགྱུར་འབྱུང་བཞིན་པ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་རེད། ཤིང་བཟོ་རྣམས་ཀྱི་ལག་རྩལ་དང་། བཟོ་དབྱིབས་སོགས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ལས་ཤིང་ཁང་གི་ཁྱད་ཆོས་འདོན་སྟངས་ལ་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་ཞིང་། དེའི་སྐོར་གྱི་ཉམས་མྱོང་དང་འཆར་སྒོ་ཡི་བསྟེན་ཁུངས་གང་ཡིན་སོགས་ཞིབ་འཇུག་བགྱིས་ཏེ། དགེ་རྒྱུན་ཤེས་བྱ་དེ་དག་མ་ལག་ཚང་ཞིང་། ཉལ་འདུག་དང་འབྲེལ་བའི་འཚོ་བའི་ཆ་རྐྱེན་ཚུན་ཆད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ལྟར་འགྲོ་ཐུབ་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་བཀའ་བསྟན་ལྟར་འཛོག་དགོས། དེ་དང་དེ་བཞིན་ཏུ་ལྷམ་མཁན་དང་ལྷམ་ལས་ཤེས་བྱ། ལྷ་བཟོ་དང་འབྲེལ་པའི་ཤེས་བྱའང་དེ་དང་དེ་བཞིན་ཏུ་གནས།

ཡུལ་ཆོས་ལས། ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་ལྟ་བ། བརྩེ་དུང་། བསམ་ཚུལ་སོགས་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་ལ། གཏམ་དཔེ་སྙིང་པ་དང་གསར་བ། ཡུལ་མིའི་འཚོ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས། གླུ་ཚིགས་སྣ་ཚོགས། ཕོ་མོ་མཛའ་འབྲེལ་སྐོར་གྱི་ཉམས་མྱོང་དང་དེའི་རྒྱུན་ཤེས་སོགས་ཀྱང་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གལ་ཆེན་དུ་སྣང་ཞིང་། དེ་ལ་མཛའ་གླུ་ལ་གཞིས་སོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བསགས་ཡོད་པ་སོགས་ནན་དང་

[7] དགེ་རྒྱུན་སློབ་གསོ་ཡི་ཁྱད་ཆོས་ཐུག་གི་སྐོར་ཐན་གྱིས་བྲིས་པའི་རྩོམ་གཞན་ཞིག་ཏུ་གསལ་བས་དེར་གཟིགས་པར་ཞུ།

གཞོན་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ངལ་གསོ་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་ཆོས་མང་པོ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་དག་རིམ་གྱིས་ཇེ་ཉུང་ཇེ་ཇུགས་སུ་ཕྱིན་པས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྐང་རྩ་ཇུགས་ཐུག་གི་གནས་སུ་ལྷུང་བཞིན་པ་རེད།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ།

ཡུལ་འདིར་བྱོན་སྐྱོངས་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དག་གི་ངག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས། མདོ་ལྷོ་རུ་བྱུང་བའི་ཡིག་མཁན་རིམ་བྱུང་། ས་གནས་སུ་བྱུང་བའི་དུས་འགྱུར། ས་སྐྱ་བ་དང་ཙོ་ནེ་དགོན་ཆེན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བའི་འཕོ་འགྱུར་བརྒྱུད་རིམ། བླ་བྲང་དགོན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་ནུས་པ། མེ་ཏོག་མཆོད་པ་དང་། ཚ་བསུར་གཏོང་ཚུལ། མདོ་ལྷོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་འབྱུང་སྐོར་གྱི་ཡང་འགྲེལ་དང་ཡང་དཔྱད། མཁར་སྙིང་དང་རྫོ་རིང་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་དང་། ཁྲིལ་བརྩེ་མནའ་སྐྱེལ་གྲོགས་འབྲེལ་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར། ལུས་སྦྱོང་གི་རྣམ་གྲངས། རྩིག་པ། ཤིང་བཟོ། རྫོ་བཟོ། འཁར་ལས། གོས་བཟོ་སོགས་ཀྱི་ལག་ཆ་དང་ཤེས་བྱ་འཚོལ་བསྡུ། ཕ་སྐད་བེད་སྤྱོད་ལ་མཁོ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆ་རྐྱེན་གྱི་འཕོ་འགྱུར། སོགས་ལྟ་བུ། མདོ་ལྷོ་ཁོ་ནར་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཆོས་རྩ་ཆེན་མང་པོ་ལའང་ངོ་ཇ་ཆུ་དཀར་དུ་གྱུར་བའི་དཔེ་ལྟར་འཕོ་འགྱུར་འབྱུང་བཞིན་པ་མངོན་སུམ་རེད།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་གནས་བབ་ལ་དབྱེ་ཞིབ་འགོ་མཇུག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བགྱིས་ཏེ། སྔར་ཡོད་ཚགས་ཚུད་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། རྒྱུད་ཟིན་པ་སླར་གསོ་ཨེ་ཐུབ་ཀྱི་འཆར་གཞི་འཛིན་དགོས། ཉེ་བའི་མི་ལོ་བཅུ་གྲངས་ནང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ར་མ་ལུག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་པར་མ་ཟད། ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་ཆོས་རང་མི་ཡིས་ཀྱང་རྗེས་ལུས་སུ་མཐོང་བའི་གཤིས་ངན་ཞིག་ཡོག་གྱུ་སྣུམ་གྱིས་ཐུལ་བ་བཞིན་ཏུ་གདའ། དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་དེ་གདོང་ལེན་བྱེད་པ་ལ། གཅིག གཞོན་རབས་པར་ཡུལ་ཆོས་གལ་ཆེན་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་སུ་འཇུག་དགོས་པ་དང་། གཉིས། བྱིས་པའི་སློབ་གསོའམ་བསླབ་དེབ། རྨང་གཞི་སློབ་གསོའི་ནང་དོན་དེ་ཡུལ་ཆོས་གཙང་མའི་སྐད་ནས་འཛུགས་ཐུབ་དགོས། གསུམ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་མང་པོ་འདྲེན་དགོས།

དྲུག་པ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ལ་མཁོ་བའི་དཔྱད་ཐབས་འགའ།

སྤྱིར་དཔྱད་ཐབས་བཟང་ངན་གྱིས་དཔྱད་འབྲས་ཆེ་ཆུང་། ཞིབ་འཇུག་གི་གཏིང་ཟབས་མིན། ཞིབ་འཇུག་ཆེད་ལས་ཅན་དུ་སོང་ཡོད་མེད་དང་རིན་ཐང་ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསལ་ལེར་ཕྱེས་བ་དབྱིན་ཡིག་སྐད་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཕལ་ཆེར་ཐུན་མོང་གི་ལྟ་ཚུལ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་བསྡད་ཡོད་ནའང་། བོད་ཡིག་གི་སྐད་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཕལ་ཆེ་བས་དཔྱད་ཐབས་སམ་དཔྱད་ཐབས་གསར་བར་དོ་སྣང་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་སྤྱར་ནས་ཡོད་གཤིས། ད་རེབ་རྩོམ་འདི་འབྲི་བའི་གོ་སྐབས་དང་བསྟུན། སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་གི་ནང་ཚན་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པས་བེད་སྤྱོད་བཞིན་པའི་དཔྱད་ཐབས་འགའ་བོད་ཡིག་ཏུ་དྲངས་ན་ཕན་ཐབས་ཆེ་སྙམ་པའི་ཀུན་སློང་གིས། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས། ཤེས་རིག སློབ་གསོ། ཡུལ་ཆོས་སོགས་ཞིབ་འཇུག་གི་སྤུས་ཀ་ཇེ་ལེགས་དང་། ཞིབ་འཇུག་གི་གཏིང་ཇེ་ཟབས་རྒྱ་ཇེ་ཆེ་དང་། དཔྱད་བྱའི་གཏིང་རིམ་གྱི་གནད་དོན་བསྒྲོག་ཐུབ་ཅིང་། གནད་དོན་སེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་དང་རིགས་ལམ་སོགས། ཞིབ་འཇུག་པ་དང་། ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ལ་ཐོག་མར་འཇུག་འདོད་ཀྱི་གསར་སློབ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ་བསྟར་བ་ལ་ལྔ་སྟེ། དང་པོ། བརྒྱུད་ཐོན་དཔྱད་གཞི[8]་བརྟག་དཔྱད། གཉིས་པ། དཔྱད་ཡུལ་དངོས་བཅར[9]། གསུམ་པ། དོན་སྤྱིའི་མ་ལག་གཞིར་བཟུང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་ཏེ། ཤེས་རིག་གི་མ་ལག་བརྟག་དཔྱད། བཞི་བ། དངོས་བཅར་རམ་བྱ་འགྱུལ་དངོས་ཞུགས[10]། ལྔ་བ། རྒྱུན་ལྡན་མ་ཡིན་པ་དང་བཀོད་སྒྲིག་ཕྱེད་མཛད[11]་ཀྱི་བཅར་འདྲི་བཅས་རིམ་གྱིས་ངོ་སྤྲོད་པ་ལ།

བརྒྱུད་ཐོན་དཔྱད་གཞི་བརྟག་དཔྱད། ཞེས་པའི་བརྡ་ཆད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། གང་ཟག་གཞན་གྱི་ལག་བརྒྱུད་དེ་ཐོན་པའམ། བཟོས་པ། བརྩམས་པ། བྲིས་པ་སོགས་དཔེ་བསྐྲུན་བྱས་ཟིན་པའམ་དམངས་ཚོགས་ཁྲོད་རྒྱུགས་

---

[8] འདི་མཇུག་གི་དབྱིན་བོད་བརྡ་ཆད་ཤན་སྦྱར་བྱས་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་རོགས།

[9] འདི་ མཇུག་གི་དབྱིན་བོད་བརྡ་ཆད་ཤན་སྦྱར་བྱས་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་རོགས།

[10] འདི་མཇུག་གི་དབྱིན་བོད་བརྡ་ཆད་ཤན་སྦྱར་བྱས་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་རོགས།

[11] འདི་མཇུག་གི་དབྱིན་བོད་བརྡ་ཆད་ཤན་སྦྱར་བྱས་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་རོགས།

ཆེ་བའི་དངོས་ཆོས་དང་ཡིག་ཐོག་ན་མཆིས་པའི་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་དག་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། བརྒྱུད་ཐོན་དཔྱད་གཞི་ཡི་ཁོངས་སུ། ཡིག་ཚང་རིམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་དུ་ཉར་ཡོད་པའི་ཡིག་ཆ་མཐའ་དག ཧུ་སྡེ་ཡི་སྤྱི་ཁང་དང་མ་ཎི་ཁང་། དགོན་པ་དང་ལྷ་སྡེ་དབར་གྱི་གན་རྒྱ། འདུམས་ཡིག་དང་ཆངས་ཡིག མི་འབོར་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ཡིག་ཆགས། བུ་ལོན་བཏང་བའི་ཡི་གེ མི་ཆེན་བཀོད་བཞག་བྱས་པའི་ཡི་གེ ཧུ་སྡེའི་རྩ་ཐང་དང་ནགས་ཚལ་བཀག་བསྡོམས་བྱས་པའི་ཡི་གེ དབྱར་ས་དང་དགུན་སའི་དོ་དམ་འཁྲིག་ཡིག སོགས་ལྟ་བུ། བརྙན་པར་དང་སྒྲ་པར། ཚོང་དོན་ཟིན་བྲིས། སློབ་གསོའི་ཟིན་བྲིས། བདེ་ཐང་སྐྱོར་གྱི་ཟིན་བྲིས། སྤྱི་ཚོགས་ཞབས་ཞུ་ཟིན་བྲིས། ལས་ཀའི་ཟིན་བྲིས། དགོན་པའི་བཅའ་ཡིག་དང་། བཅའ་ཡིག་རྩོམ་མཁན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ། ཧུ་སྡེ་ཡི་ནང་བྱུང་བའི་མི་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རྣམ་ཐར། དེ་མིན་འདས་ཟིན་པའི་མི་ཡི་ཉིན་ཐོ། ཁྱིམ་ཚང་གི་ལོ་རྒྱུས། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་རྣམ་ཐར། རྗེས་དྲན་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་ཆོས་སོགས་གཏོགས་སོ།།

ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་སྐབས་སུ། དཔྱད་ཐབས་འདི་བེད་སྤྱོད་དེ་དཔྱད་བྱ་སྣ་ཚོགས་ལས་དམིགས་གསལ་གནད་དོན་གང་ཞིག་དེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ད་སྔ་ག་ཚོད་བླངས་ཡོད་པ་དང་། ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་ཚད་ག་འདྲ་ཞིག་ཏུ་བསླེབས་ཡོད་པ། ད་ལྟ་ད་དུང་ལྷག་ཡོད་པའི་དཔྱད་བྱའམ་གནད་དོན་གང་ལྷག་ཡོད་པ་སོགས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས། ཞིབ་འཇུག་པ་སུ་ཡིན་ཀྱང་ཐབས་འདི་བེད་སྤྱོད་དེ་དཔྱད་ཡུལ་གྱི་སྔོ་མོ་ཡངས་པོར་ཕྱེས་སྟེ་འཇུག་དགོས། ཞིབ་འཇུག་པ་སུ་དང་སུ་ཡིན་ཀྱང་འཇུག་འདོད་ཀྱི་དཔྱད་བྱ་དེར་རྒྱུས་མངའ་ཡོད་མེད་དང་། གདེངས་ཚོད་ཡོད་མེད། འཕྲལ་ཡུན་གཉིས་ཆར་དགེ་མཚན་ལྡན་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཅིག་གནང་ཐུབ་མིན་ཐབས་འདིར་ག་ཚོད་ཞུགས་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་སོ།།

དཔྱད་གནས་དངོས་བཅར། ཞེས་པའི་བརྡ་ཆད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི། དཔྱད་བྱའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་མཁན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་པ་གང་ཞིག་རང་གི་དཔྱད་པ་གཏོང་སའི་གནས་དེར་སྐུ་དངོས་སུ་བཅར་ཏེ་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་ཇི་ལྟ་ཇི་སྙེད་དུ་སྒྲ་པར་དང་། བརྙན་པར། རག་ཟིན་འདེབས་པ་སོགས་བྱེད་པའི་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་གི་བྱ་

བའི་རིམ་པ་གལ་ཆེན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་རེད། **དངོས་ཡོད་དཔྱད་གཞིའི་རྒྱུ་ཆ་**ཐམས་ཅད་ཐབས་འདི་བརྒྱུད་དེ་ཐོབ་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་ཐོག་མ་དེ་དཔྱད་བྱ་གང་ཞིག་གནས་སའི་ཡུལ་དུ་དངོས་སུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དཔྱད་བྱའི་ཁྱད་པར་གྱི་དབང་གིས་བཅར་ཡུན་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་ཤིང་། སྐབས་འགར་ཆུ་ཚོད་འགའི་ནང་འགྲུབ་འགྲོ། སྐབས་འགར་ཟླ་བ་འགའ་དགོས་ཤིང་། སྐབས་འགར་ལོ་དང་ལོ་མཐུད་དེ་དཔྱད་གཞི་བཙལ་དགོས་པ་མ་ཟད། དཔྱད་བྱའི་རྒྱབ་ལྗོངས་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་པ་ལ་དུས་ཚོད་མང་པོ་གཏོང་དགོས།

དཔྱད་ཐབས་འདི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་འདུག་ཀྱང་། རྒྱུགས་ཆེ་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་སྣན་གྲགས་ཅན་འགས་བཞག་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། དྲི་རྩད་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཏུ་སྣང་བའི་དཔྱད་གནས་དངོས་བཅར་ལ་སྲོལ་རྒྱུན་དང་གསར་བ་སྟེ་རིགས་གཉིས[12]་མཆིས་ཤིང་། སྲོལ་རྒྱུན་མཚན་ཉིད་ལྟར་ན། ཡུལ་ཆོས་སྣང་སའི་ཡུལ་དེའི་རིག་གནས་བྱ་འགྱུལ་དང་མཛད་སྒོ་སོགས་སུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞུགས་ཏེ། ཆུ་ཚོད་ ༢༤ དང་ཉིན་ ༧ མ་ཟད། དུས་ཚིགས་མ་འདྲ་བ་སོ་སོའི་སྐབས་སམ་ཡང་ན་ལོ་གཅིག་གི་ཡུན་མ་མཐའང་ཞུགས་དགོས། ཡང་། གསར་བ་ལྟར་ན། ཞིབ་ཏུ་ག་ཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་ལ་གཟིགས།

དཔྱད་ཐབས་འདི་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་པ་ཕལ་ཆེ་བས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པས་ཐུན་མོང་བའི་དཔྱད་ཐབས་ཤིག་ཏུ་འདོད་མཁན་མང་པོ་བྱུང་ཞིང་། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པས་**དཔྱད་གནས་དངོས་བཅར་**ཞེས་པའི་དཔྱད་ཐབས་འདི་གཙོས་སུ་འཛིན་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱ་ཕལ་ཆེ་བ་ཕྱན་པ་ཉམས་སྨྱོངས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དྲན་པ་ཡི་ངོས་ན་མཆིས་ཤིང་། ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱ་ལག་ལེན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཟུ་སྡེ་གྲོང་གསེབ་ཁག་ཏུ་བྱུང་བས། གནས་དེ་དག་ཏུ་དངོས་སུ་བཅར་རྒྱུ་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཞིབ་འཇུག་གི་རིམ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ། ཡུལ་མིའི་བྱ་འགྱུལ་དུ་ཞུགས་ཏེ། ཞིབ་འཇུག་པ་རང་ཉིད་ནས་ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱའི་གོ་དོན་དངོས་སུ་ལག་ལེན་བརྒྱུད་དེ་མྱོང་དགོས། དཔྱད་

[12] གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་རྣམ་གཞག་དང་དཔྱད་ཐབས། ཞེས་པར་གཟིགས་རྒྱུ་གལ་ཆེ།

ཐབས་འདི་ཡི་ངོས་ནས་བལྟས་ན། ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་གང་ཞིག་བྱེད་ན་དེར་འབྲེལ་གྱི་སྐད་རིགས་ཤེས་དགོས་པ་དེ་དཔྱད་བྱ་དེའི་སྐོར་གྱི་ཆེད་མཁས་པ་ཡིན་མིན་འཛོག་བྱེད་དུ་ནུབ་ཕྱོགས་པས་ཚད་མར་འཛིན་བཞིན་འདུག

ཤེས་རིག་གི་མ་ལག་བརྟག་དཔྱད། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱ་ལག་ལེན་གྱི་འགྲོ་སྟངས་ལ་རིགས་གསུམ་བཀར་ཡོད་དེ། ༡ ཡུལ་ཆོས་གནས་སའི་སྤྱི་ཚོགས་གོ་བབ། ༢ ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱ་ལག་ལེན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ། ༣ ཡུལ་ཆོས་ཤེས་བྱའི་གོ་དོན་ཐམས་ཅད་དོ། རིགས་དེ་གསུམ་གར་ཆ་རྒྱུས་དང་གོ་རྟོགས་ཡོད་ཚེ། ཤེས་བྱ་བྱེ་བྲག་པར་གོ་བ་ཡང་དག་ལེན་ཐུབ་པོ། ཞིབ་ཏུ་མཇུག་གི་དཔེ་རིས་གཉིས་ལ་གཟིགས་རྒྱུ།

རང་དབང་བཅར་འདྲི་དང་བཀོད་སྒྲིག་ཕྱེད་མཛད་ཀྱི་བཅར་འདྲི། བཅར་འདྲི་རིགས་འདི་གཉིས་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པ་མང་པོས་དཔྱད་གནས་དངོས་བཅར་གྱི་སྐབས་སུ་བེད་སྤྱོད་བཞིན་འདུག སྔ་མ་སྟེ་རང་དབང་བཅར་འདྲི་ཞེས་པ་ནི། བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན་དང་འདྲི་སའི་གང་ཟག་དབར་བརྗོད་བྱ་དང་དུས་ཚོད་སོགས་ཀྱི་བཀག་རྒྱ་མེད་པར་ཁོར་ཡུག་དང་གནས་བབས་ལ་བསྟུན་ཏེ་སྟབས་གང་ལེགས་ཀྱིས་བྱེད་པའི་བཅར་འདྲི་རིགས་ཤིག་རེད། ཕྱི་མ་སྟེ་བཀོད་སྒྲིག་ཕྱེད་མཛད་ཀྱི་བཅར་འདྲི་ཞེས་པ་ནི། འདྲི་བ་སྔོན་མ་ནས་གཏན་འཁེལ་རགས་ཙམ་བྱེད་པ་དང་། དུས་ཚོད་དང་འདྲི་སའི་གང་ཟག་དེའང་ཆེད་དུ་གདམ་པའི་བཅར་འདྲི་རིགས་ཤིག་རེད། དེ་གཉིས་ཀའི་གང་ཡིན་ཀྱང་བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་གནས་དེ་གལ་ཆེན་པོར་སྣང་།

གོང་གི་བཅར་འདྲི་རིགས་གཉིས་ལས་གང་ཡིན་ཀྱང་བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་གནས་དེ་གསར་འགྱུར་བཅར་འདྲི་དང་མི་འདྲ་བར་ཙུང་གཟབ་དགོས་པ་ཞིག་ཏེ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པས་བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་གནས་དེ་གདམ་ཚེ། ༡ བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་གང་ཟག་དེ་ལ་ཆ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་ས་ཆ་ཞིག་སྟེ། རང་རང་གི་ཁྱིམ་གྱི་ཁྱམས་ར། རང་དགའ་སའམ་རྟོག་བདེ་བའི་ས་ཆ་ཡིན་ན་གང་དྲིས་པ་དེ་བར་ཆད་མེད་པར་ལྷུག་པོར་བཤད་ཐུབ་པ་དང་། ༢ མི་ཆ་མེད་མཐོང་རྒྱུ་མེད་ས་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ། ལག་ཏེ་བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་སུ་མི་ཆ་མེད་ཅིག་གློ་

བྱུར་དུ་མཐོང་ཆེ་ཧ་ཏོག་མ་བདེ་བར་གྱུར་ཏེ་ཤེས་བྱ་གལ་ཆེན་དེ་མ་ཉིད་དུ་བརྗེད་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཁ་བཟོ་སྲིད་པས་མི་ཆ་མེད་ལ་འཛེམས་དགོས། དེ་མིན་གཞན་གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་ལ་གཟིགས་རྒྱུ།

རེའུ་མིག་གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་རྣམ་གཞག་དང་དཔྱད་ཐབས།	
སྲོལ་རྒྱུན་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་འགྲོ་སྟངས།	**དེང་རབས་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་འགྲོ་སྟངས།**
ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སའི་གནས་སྒོ་ཡུན་རིང་བཅར་བ།	ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སའི་གནས་སྒོ་ཡུན་ཐུང་དུར་བཅར་བ།
ཉམས་མྱོང་ཞིབ་ཚགས་ལྡན་པའི་ཞིབ་འཇུག	གྲངས་ཀ་དང་རྒྱུ་ཆ་བརྟག་དཔྱེ་ཞིབ་ཚགས་སུ་ཐོན་པ།
ཞིབ་འཇུག་གི་རྒྱུན་ཡུན་རིང་དུ་སྐྱོང་བ།	ཞིབ་འཇུག་འཆར་གཞིའི་དུས་ཡུན་ཞིག་གི་ནང་བྱེད་པ།
ཡིག་ཐོག་ཟིན་བྲིས་འདེབས་པ།	སྒྲ་ཕབ་པ།
གཅིག་མཐུན་མ་ཡིན་པའི་རིགས་ཀྱི་གྲངས་ཀ་ཉུང་བ།	ཚོགས་ཤིག་གམ་དུས་སྐབས་ཤིག་གི་གྲངས་ཀ་དང་རྒྱུ་ཉར་བ།
དཔྱད་ཡུལ་གང་རུང་དུ་འཛིན་པ།	དཔྱད་ཡུལ་དམིགས་སུ་འཛིན་པ།
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ སྣང་ཚུལ་ཐམས་ཅད་དཔྱད་བྱར་འཛིན་པ།	དཔྱད་བྱར་རྒྱུས་ལོན་དང་འབྲེལ་འདྲིས་གང་ཐུབ་བྱེད་པ།
དཔྱད་ཡུལ་གྱི་བྱ་འགུལ་ནང་དངོས་སུ་གཞུག་པ།	ཞིབ་འཇུག་པ་ ཞིག་གི་ངོས་ནས་དཔྱད་ཡུལ་ལ་བརྟག་པ།
ནང་ཚག་གི་ཡོན་ཏན་ཅན།	རྒྱབ་ལྗོངས་ཤེས་བྱ་མཁྱེན་མཁན།
ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བའི་ཤེས་རྟོགས།	དཔྱད་གཞི་སྙིང་བ་གཞིར་འཛིན་པ།
རེག་ཟིག་འདེབས་པ།	རེག་ཟིག་འདེབས་པ་དང་སྒྲ་ཕབ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འགོད་པ།
ཚད་ལྡན་དུ་གཏན་ལ་འབེབས་པ།	ཚད་ལྡན་དུ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་ལྷན་དཔྱེ་ཞིབ་བྱེད་པ།

ཞར་བྱུང་། སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་ནང་། དེང་རབས་དཔྱད་ཐབས་ལ་ཤིན་ཏུ་ངོས་ཤིང་འཚམས་པར་མ་ཟད། ཕན་ཆེ་བའི་རིགས་པ་དང་དོན་སྤྱི་སོགས་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་བརྡ་ཆད་མང་པོ་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་རྟགས་རིག་དང་ཚད་མ་རིག་པའི་བརྡ་ཆད་འགའ་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་སུ་འདྲེན་དགོས་ཤིང་། དྲངས་ན་དཔྱད་དཔྱོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་བརྟག་དཔྱེ་ཞིབ་ཚགས་སུ་འགྲོ་ཐུབ་པའི་དགེ་མཚན་མང་པོ་མཆིས། དཔེར་ན།

ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་སྐབས་སུ་བརྗོད་བྱ་གང་ཞིག་སྒྲུབ་ངག་ཡང་དག་ དང་། རྟགས་ཡང་དག་ ཅིག་ལ་བསྟེན་པ། འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ ཅིག་ལ་འབབ་རྒྱུ་དང་། ཡང་། བཏགས་ཡོད་ཆོས་གསུམ་རེ་རེ་ནས་དཔྱད་ཡུལ་གྱི་སྙིང་སྤྲུར་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བགྱིད་པ་ཡིན་ན་དགེ་མཚན་མང་པོ་ཐོན་ངེས་ཤིང་། ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ལས་ཕྱུ་བཞི་འགོད་སྟངས། རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་སོགས་དཔྱད་ཐབས་སུ་འོས་པ་མང་པོ་མཆིས་པ་ལས་དཔེ་མཚོན་དུ་བྲངས་པའོ།། ཕྱིས་སུ་འདིའི་སྐོར་རྒྱས་པར་འབྲི་འཆར་ཡོད་པས་སྐབས་དེར་གཟིགས་པར་བྱ།

བདུན་པ། མ་འོངས་པའི་རེ་བ།

འཚོ་བ་དངོས་ལས་བྱུང་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་དཔལ་འབབ་རིང་མོའི་བཞུད་འགྲོས་དང་འགྲོགས་སྟེ་རིམ་གྱིས་བསགས་ཐོན་བྱུང་བའི་ཉམས་མྱོངས་དང་ངག་རྒྱུན་ཤེས་བྱས་ཕྱུག་ཀྱང་དོ་སྣང་མ་ཐོབ་པའི་གནས་ལྟོངས་ཡུལ་ཆོས་ནོར་བུ་འདིའི་ནོར་ངོ་མ་ཚོད་པར། གཞན་གྱི་ཉ་ཏོག་རྫས་ལུད་ལྟ་བུའི་འགྲོ་སྟངས་ལ་མཐོང་སྤྱོད་བཞིན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་ནང་། སེམས་ཅུང་ཙམ་བག་ཕེབས་ལྷོད་ཡངས་དང་བསྡད་དེ། སྔར་བ་ཡོངས་ཀྱི་འདུན་ལམ་ལ་རྒྱང་བལྟ་ཞིག་དང་། ད་ལྟའི་རྒྱུགས་ཆོས་ཅི་ཡོད་གནས་བབ་ལ་ཞིབ་འདང་དང་བསམ་བློ་གང་ཁེབས་ཤིག་བཏང་བ་ན། འཇིགས་སྣང་དང་རེ་བ་སྐྱ་བཏབ་ཏེ་འཆར་འོངས་ཤིང་། སྐྱུ་ཞབས་ཧྥོ་ལྐར་ལེགས་ཀྱི་བསྒོམས་ཚོགས་དེར་གནས་ལུགས་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་རྟོགས་ཤིང་། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་གནས་བབ་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་དེ་དག་དབྱེ་ཞིབ་བརྒྱུད་པ་ན། འབྱུང་འགྱུར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་ནི་འཇིགས་སྣང་སྐྲེས་བྱེད་དུ་མཐོང་།

ཡིན་ནའང་། མི་རིགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་སྲོང་སྐྱོབ་སྲིད་བྱུས་འོག ཡུལ་ཆོས་བདག་ཉར་དང་། ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་པའི་དཔུང་སྡེ་གསོ་སྐྱོང་། ཡུལ་ཆོས་དཔྱད་བྱར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་རིག་པ་བཙུགས་སྟེ་གངས་ཅན་པའི་རིག་གནས་བཅུ་ཡི་ཁ་བསྣན་ཏེ། འབྱུང་འགྱུར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲོ་ལམ་འཇིགས་སྣང་ཅན་དེ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐུབ་པའི་གྲ་སྒྲིག་བརྟན་པོ་ཞིག་ཁ་ཚ་དགོས་གཏུགས་སུ་བབས་འདུག དེ་ལས། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རིགས་འགར་རྒྱུ་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་སྔོན་འགྲོ་ལྟ་བུར་སྣང་བས། ད་རེབ་འདིར་དཔྱོད་ལྡན་གློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྔར་བསྟར་ཡོད་པའི་དཔེ་རིས་གསུམ་པར་དགོངས་འཆར་དང་དཔྱད་

བརྗོད་ལྡུག་པོར་ཡོད་པར་ཞུ་རྒྱུ་དང་། སྤྱོད་ལམ་བཞི་དང་འབྲེལ་རེ་རེར་སྦྱར་ཏེ་བཀར་ན་འོས་སམ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་འབྲེལ་རེ་རེ་ནས་བཀར་ན་འགྲིགས་སོ་སོའི་བབ་དང་བསྟུན་ད་དུང་བརྟག་དགོས།

མདོ་ལྷོ་མདོ་ལྷོ་ཡིན་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་མཚན་ཀྱང་མདོ་ལྷོའི་ཡུལ་ཆོས་ལས་ལྷག་པ་མི་འདུག་སྙམ་པས། ཡུལ་འདིའི་ཐུན་མོང་ཡུལ་ཆོས་རེ་རེ་ནས་ཞིབ་འཇུག་དང་བརྟག་བྱེད་བཏང་སྟེ། གངས་ཅན་པ་སྤྱིའི་ཡུལ་ཆོས་ཇེ་ཐུག་ཏུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཆོས་ཚགས་ཚུད་དུ་ཉར་བ་མ་ཟད། ད་དུང་སྐྱེ་བ་བླངས་མེད་པའི་མི་རབས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལག་ཏུ་འབྱོར་ཐུབ་པར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་ཞིབ་འཇུག་པ་ཡོངས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་དུ་ངེས་ཤིང་། ཡུལ་ཆོས་དེ་དག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབས་ཏེ་བྱིས་པའི་བསླབ་དེབ་དང་། ངག་ཐོག་ལག་ལེན་གྱི་རྒྱུན་བརྩན་པོར་བགྱིས་ཏེ་ཡུལ་ཁམས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དེ་རང་གི་རིག་གནས་འཕེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པར་འགྲོ་རྒྱུའོ།། །།

ཟུར་བལྟའི་ཡིག་ཐོ།

༡ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞིའི་གྲུབ་རྒྱུན་གླེང་བའི་བསྟན་བཅོས། ཨན་ཏོ་ནི་གོ་ཀྲན་སྡི། ༡༩༨༩ ལོར་དཔར་དུ་བསྐྲུན།

༢ དུང་དཀར་ཚིག་མཛོད། དུང་དཀར་བློ་བཟང་འཕྲིན་ལས། ༢༠༠༢ ལོ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་དཔེ་བསྐྲུན་ཁང་།

༣ ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ། རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་པོ་དང་ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ་གཉིས་ཀྱིས་བསྒྲིགས་ཤིང་། ༡༩༨༢ ལོར་པེ་ཅིན་མི་རིགས་དཔེ་བསྐྲུན་ཁང་གིས་དཔར་དུ་བསྐྲུན་ཞིང་བཀྲམ།

༤ ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་གི་སློལ་རྒྱུན་དཔྱད་ཐབས་གླེང་བ། བརྒྱུད་ཐོན་དཔྱད་གཞི་བརྟག་དཔྱེ། དཔྱད་ཡུལ་དངོས་བཅར། བརྟག་ལྟ། རང་འདོད་བཅར་འདྲི་དང་། དམིགས་གསལ་བཅར་འདྲི། ཏ་ཐུ་ཏེ་ཏུ (༢༠༠༥). CEHC/EICCARS ཡི་ལས་གཞི་དཔྱད་རྩོམ་སུ་འགོད།

༥ ཨ་མདོ་བར་བརྒྱལ་རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་མཚམས་ཤིག་ཏུ་བསླེབས་འདུག སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས། རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་རིག་པ་དཔྱད་གླེང་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་དགུ་བའི་དཔེ་ཚོགས་ལས་༢༠༠༠ ལོའི་དེབ་ལྔ་བ། ལྡེ་ཀྲན། ཧོ་ལན་༼རྩོམ་སྒྲིག་མཛད། ༢༠༠༢༽། བགོད་སྒྲིག་སྤྱི་ཁྱབ་རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཧན་ཁྲིར་པུ་ལེ་གཟར།

༧ ཡུལ་ཆོས་ཞིབ་འཇུག་དཔྱད་ཐབས་ལས། ངོ་བོ་གཞི་འཛིན་གྱི་བརྟག་ཐབས་དང་མང་ཉུང་གཞི་འཛིན་གྱི་བརྟག་ཐབས། དཔར་གསུམ་པ། སྦར་ནར་ཌི(༢༠༠༢)། ཝློན་ཏུ་ཁུར་རེ་ཁུ་གྲོང་ཁྱེར། ཨ་རི།

༨ རིག་གནས་འགྲེལ་བརྗོད། གླེར་ཆི་ཁེ་ལེ་ཧྥུ་ཏུ(༡༩༧༣)། ནེའུ་ཡོག་གྲོང་ཁྱེར། རྨང་གཞིའི་དེབ་ཕྲང་། ཤོག་ངོས ༣༣ ནས ༥༩

༩ ཡུལ་ཆོས་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ། དཔྱད་ཐབས་རིག་པ་དང་། གཞི་གྲུབ་སྨྲ་བ་དང་ཚད་མ་རིག་པའི་ངོས་ནས་དེའི་ཁྱད་ཆོས་བརྗོད་པ། EICCARS ཡི་ཞིབ་འཇུག་དཔྱད་རྩོམ། ཏ་ཐུ་ཧེ་ཏུ་ ་ལགས་ཀྱིས་༢༠༠༩ ལོར་མཛད། མེ་རུའུ་ལན་ཧི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ།

བརྡ་ཆད་ཤན་སྦྱར་འགལ།

Anthony Giddens: ཨན་ཐོ་ནི་གི་ཌན་སི། Preparation behavior: གྲ་སྒྲིག་བྱ་སྤྱོད།

Ethnography: ཡུལ་ཆོས། Ethnographical Studies: ཡུལ་ཆོས་རིག་པ།

Expressive Culture: ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་གནས། ཡིད་འགྱུར་རིག་གནས།

Epistemology: ཚད་མ་རིག་པ།

Ontology: མཚན་ཉིད་རིག་པ་ལས་གཞི་གྲུབ་སྨྲ་བའི་ལྟ་དགོངས་ཅན།

Acquisition behavior: བསླབ་གཉེར་བྱ་སྤྱོད། Continuing Inquiry: རྒྱུ་མཐུད་བསླབ་གཉེར།

Cultural Domain Analysis: རིག་གནས་ཁྱབ་ཁོངས་བརྟག་དཔྱད།

Cultural system: རིག་གནས་མ་ལག

Cultural context: རིག་གནས་ཀྱི་ནང་གཞུངས Emic validity: ཁྱད་ཆོས་གཞི་གྲུབ།

Emic perspective: ཁྱད་འཛིན་ལྟ་སྟངས། Dispensation behavior: བགོ་འགྲེམ་བྱ་སྤྱོད།

Etic knowledge: གཞི་མཐུན་ཤེས་བྱ། Etic perspective: གཞི་མཐུན་ལྟ་སྟངས།

Cultural Research System: རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་མ་ལག

Knowledge system: ཤེས་བྱའི་མ་ལག

Behavior pattern: སྤྱོད་པའི་ཆགས་ལུགས།

Processing behavior: བརྒྱུད་རིམ་ཁྲིད་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད།

Observation: ཞིབ་བརྟག   Descriptive Observation: འགྲེལ་འདོད་ཞིབ་བརྟག

Focused Observation: དམིགས་བཏད་ཞིབ་བརྟག Selective Observation: གདམ་བརྟག

Grand Observation: ཕྱིན་ཡོངས་ཞིབ་བརྟག   Mini observation: ཚུང་ཁག་ཞིབ་བརྟག

Material Culture: དངོས་པོའི་རིག་གནས།   Social Setting: སྤྱི་ཚོགས་སྣང་བཀོད།

Social Status: སྤྱི་ཚོགས་གནས་སྟངས།   Social Structure: སྤྱི་ཚོགས་སྒྲིག་གཞི།

Social System: སྤྱི་ཚོགས་མ་ལག   Social context: སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་གཟུངས།

Social-cultural process: སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་རིམ།

Organization རྩ་འཛུགས།   Social-cultural meaning: སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་སྙིང་པོ།

Shared History: མཐུན་མོང་ལོ་རྒྱུས།

Human interaction: ཕན་ཚུན་ལས་ལན།

Multiple Realities: མངོན་སུམ་སྣ་ཚོགས།

Network functioning: འབྲེལ་ཚོགས་ནུས་འདོན།

Informal interview དམིགས་གསལ་བཅར་འདྲི།

Unstructured interview འདོམས་བྲལ་བཅར་འདྲི།

Conversational interview ཁ་བརྡ་ཅན་གྱི་བཅར་འདྲི།

Descriptive interview འགྲེལ་བརྗོད་བཅར་འདྲི།

Example question དཔེ་མཚོན་དྲི་བ།   Experience question ཉམས་མྱོང་དྲི་བ།

Native language question ཚིགས་སྐྱུག་དྲི་བ།

Qualitative method ངོ་བོ་གཞི་འཛིན་གྱི་བརྟག་ཐབས།

Secondary Data བརྒྱུད་ཐོན་དཔྱད་གཞི།

Primary Data དངོས་ཐོན་དཔྱད་གཞི།

Quantitative method མང་ཉུང་གཞི་འཛིན་གྱི་བརྟག་ཐབས།

Primary Data Collection དངོས་ཐོན་དཔྱད་གཞི་འཚོལ་བསྡུ།

Fieldwork དཔྱད་གནས་དངོས་བཅར།

Primary Data Analysis དངོས་ཡོད་དཔྱད་གཞི་བརྟག་དཔྱད།

Process of discovery གསར་རྙེད་བརྒྱུད་རིམ།

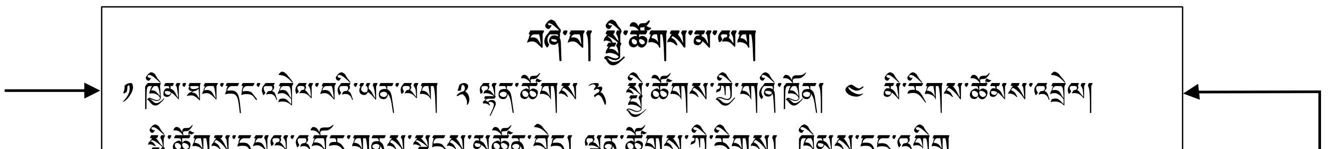
Secondary Data Collection བརྒྱུད་ཡོད་དཔྱད་གཞི་འཚོལ་བསྡུ།

Organization རྩ་འཛུགས།   Secondary Data Analysis བརྒྱུད་ཡོད་དཔྱད་གཞི་བརྟག་དཔྱད།

Field note དངོས་བཅར་རེག་ཟིན།

དཔེ་རིས་དང་རེའུ་མིག

དཔེ་རིས་དང་པོ། རིག་གནས་མ་ལག་གི་དཔེ་མཚོན་དང་པོ།

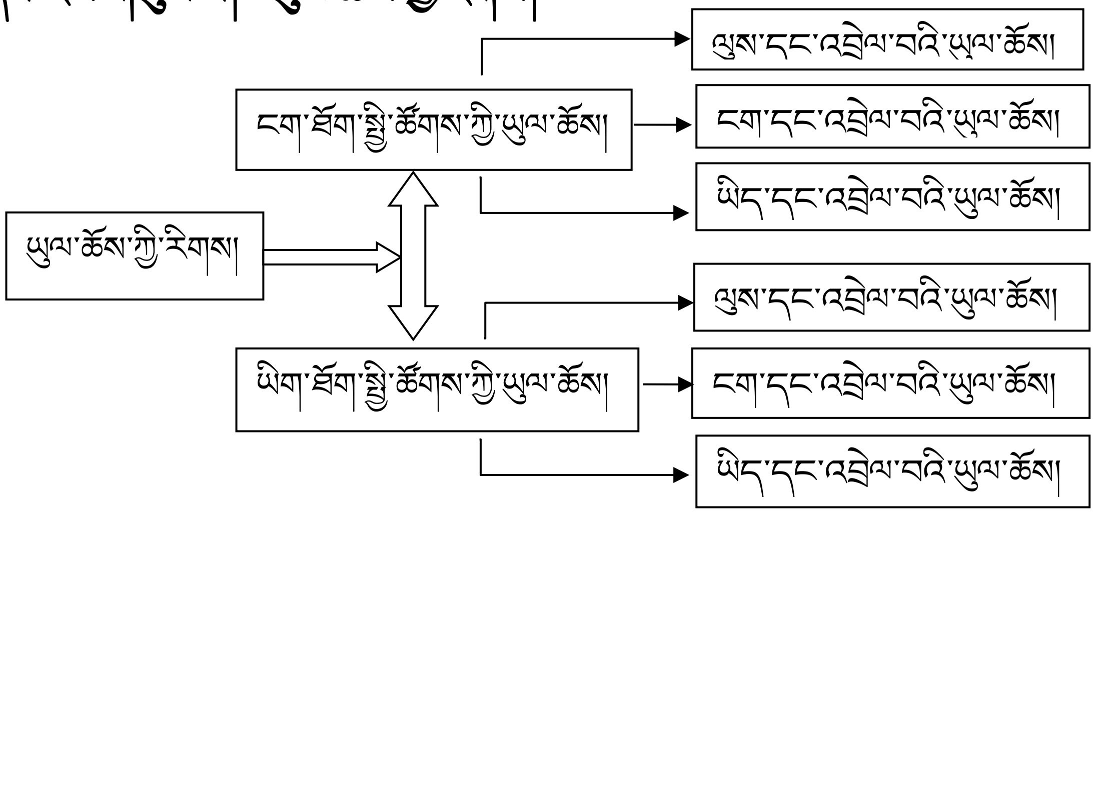


རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུན་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་མ་ལག་མཚོན་བྲིས།

གཉིས་པ། བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱབ་ཁོངས་མ་ལག					
༡ སྤྱོད་པ། བྱ་འགུལ། རྩེད་རིགས།	༢ སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས།				
	༡ ནང་དོན།	༢ ཐབས་ཤེས།	༣ གནས་ཡུལ།	༤ ལས་ཞུགས་ཀྱི་ཚད།	༥ དུས་ཚོད།
༡					
༢					
༣					
༤					
༥					

དཔེ་རིས་གཉིས་པ། རིག་གནས་མ་ལག་གི་འཁོར་རྒྱུན་ལས།

ནང་བཙུད་འགྲོ་བ་མི་དང་ཕྱི་སྣོད་ཁོར་ཡུག་དབར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་མཚོན་བྲིས།

དང་པོ། རིག་གནས་མ་ལག

དཔེ་རིས་གསུམ་པ། ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་རིགས།