

ཤིང་སྒྱུ་ལྷ་ ༣ ཆོས་ ༡༥ ནས་ རིན་སྒྲུང་ས་སྤྲོན་སྤྲོང་ས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལྷ་མི་སྤྲོད་
སྤྲོད་ཆོག་ས་འདྲུ་ཆེན་པོ་ཐང་ས་ ༢༢ པར་གྲོས་ ཐག་རིམ་པར་ཆོད་པའི་དེབ་ཐོ།

༡. བཅུ་གཉིས་བསྐྲུམས།

དགེ་འདུན་མཆོག་ནས་ཞུས་པ་བཞིན་ཐམས་ཅད་ས་གཉིས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ གཞུང་བཞེས་རིགས་
དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་བབས་ཁུང་ས་སོགས་ དགོན་སྡེ་དེ་ཡི་དུས་ཆོག་འབུམ་སྡེ་ མཆོད་མེ་
བཅས་ ལོ་འཁོར་གྱི་ཅིས་ དགོན་སྡེ་ཁོང་ས་སྤྲོད་ཆོག་བཏོགས་པ་ནས་ བབས་ཁུང་ས་སྤྲོད་
ལུས་ཐམས་ཅད་དགེ་འདུན་ལས་ཁུང་ས་ནང་ དགེ་འདུན་པའི་ཞལ་གསོལ་སྤུལ་ཆེ་ དགོན་
སྡེ་སོགས་ཀྱི་ཚོང་དཔོན་གྱིང་ དགོན་སྡེ་འི་བྱ་བྱེད་དང་གཞི་ཁའི་མཐའ་སྦྱོང་བཅས་ ལས་
ཀ་མང་བར་བརྟེན་ དགོན་སྡེ་ཆེ་སར་བཅུ་གཉིས་བསྐྲུམས་ལས་ མི་གཉིས་རེ་དང་ དགོན་
སྡེ་ཆུང་སར་ མི་རེ་ཞུ་དགོས་ལྷགས་ཆོགས་ཁང་དུ་ གསལ་བ་བཞིན་ ད་ནས་སྒྲུང་ས་ཚོང་
ཆ་འོག་ལས་ བསེལ་ལ་ཚོང་དཔོན་ལ་མི་གཉིས་རེ་ དངོས་གྲུབ་ཆུ་ ཉ་ལོག་སྤང་དཀར་པོ་
ལོ་སྤྱང་ ལོ་སྤྱང་གཞི་མ་ཅུང་གོང་མ་བཅས་ ཚོང་དཔོན་ལ་རེ་མི་རེ་ ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆ་
འོག་ལས་ ལྷགས་རེ་ཚོང་ དཔོན་ལ་མི་གཉིས་ ཉ་མགོ་ཚོང་དཔོན་ལ་ ལྷགས་རེ་བདུད་
འདུལ་ པ་ལྗོང་ཁང་བཟང་ པ་ལྗོང་འོག་མའི་གཉིས་པ་ མདོ་སྤྱོད་བྲག་ བཀྲིས་སྤྱང་ ལ་ལན་
དྲ་བཅས་ཀྱི་ཚོང་དཔོན་དྲག་ལ་ རེ་མི་རེ་ཅིས་ མི་དྲག་བཅས་ ཐམས་ཅད་ས་གཉིས་བསྐྲུམས་
བཅུ་གཉིས་བསྐྲུམས་ལས་མི་བཅུ་བདུན་རེ་ ཉག་པར་དགོང་ས་ཡང་ས་ཐོབ།

༢. སྒྲུང་ས་ཚོང་ཤིང་ལེབ།

མགར་ས་ཆ་འདུས་ཀྱི་ལག་པར་ སྒྲུང་ས་ཚོང་གི་ འུར་ལས་མི་སོག་པར་མཛད་དེ་ སྤར་ཡབ་
མེ་ཨོ་རྒྱན་དབང་ཕུག་ཞབས་ནས་ ལྷགས་ ཉ་ལོར་གནང་བའི་བཀའ་ཤོག་གཅིག་དང་དེ་

རྗེས་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་འི་ཞབས་ནས་ས་ཕག་ལོར་གནང་བའི་བཀའ་ཤོག་གཅིག་
 བཅས་ཡོད་པ་ལས་དགོན་གྱི་མི་སེར་ནས་བཀའ་ཤོག་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོད་པར་བྱེད་དེ་
 ཤིང་ལེབ་མི་སོག་ཟེར་ཤར་དང་སྤྱང་ས་རྫོང་ཆ་འདུས་ཀྱི་མི་སེར་ནས་ཡིན་ན་སྔོན་ཐོག་གི་
 ལམ་ལུགས་ལྟར་ན་བཀའ་ཤོག་དེ་ཡིས་ཆོད་པ་ཡིན་ཀྱང་དེ་སངས་སྤྱང་ས་བསྐྱལ་ཐམས་
 ཅད་བཅུ་གཉིས་བསྐྱེམས་ལས་བཞེན་སོག་ཟེར་དེ་ཐད་ཚོགས་ཁང་གི་སྤྱི་མི་ཡོངས་ནས་
 བཀའ་ཤོག་ནང་གསལ་ཤིང་ལེབ་མི་སོག་ཟེར་བའི་དམིགས་བསལ་མེད་བཞེན་མགར་
 རྫོང་ཆ་འོག་ལ་ཤིང་ལེབ་སོག་དེས་ཡིན་པའི་གྲོས་ཐག་ཆོད་ཟེན་པ་ལས་སྤྱང་ས་རྫོང་
 ཤིང་ལེབ་ཀྱི་བགོ་བཤའ་སོག་རྒྱ་དང་སྤྱང་ས་རྫོང་འུར་ལས་རིགས་བཀའ་ཤོག་དེ་ཡིས་
 ཆོད་དགོས་སྟེ།

༣. ཕག་ཤའི་གོང་།

ཕག་ཤའི་གོང་དེ་ད་ལྟོན་ཤར་ལ་རུབ་གསུམ་རེ་བྱས་པ་ལགས་ཀྱང་མི་སེར་གྱི་གོང་ཡུལ་
 ནས་འབྲུཁར་མ་གཏོགས་དངུལ་ཁར་རྩ་ལས་བཅོང་མི་མ་མཆིས་པར་བཞེན་དེ་ནི་ཕག་
 ཤའོན་པོ་ཤར་རེར་རུབ་བཞི་རེ་བྱེད་དེ་ཉི་བཅོང་བྱ་དགོས།

༤. གནམ་གཟར་སྒོར།

སྟོད་པའི་མི་སེར་ལ་སྤར་སྤྱང་ས་རྫོང་གི་ཤིང་ལེབ་དེ་ཤར་ཁང་སྤར་གསུམ་ལ་སོག་པ་
 དེའི་གལ་དུ་སྟོད་པར་ཡང་སོག་ཟུས་དང་དེ་ཁར་སྤྱང་ས་རྫོང་གི་བྱིམ་ཐོག་གི་གནམ་གཟར་
 རེའི་སྟོད་པའི་མི་སེར་ལ་སོག་པ་ཡིན་ཀྱང་རེ་ཞིག་མི་སེར་གྱི་སྤྱིད་སྤྱག་སྒོམས་པའི་ཆེད་
 དུ་བཅུ་གཉིས་བསྐྱེམས་བཅོས་པར་བཞེན་དེ་ནས་སྟོད་པར་ཤིང་ལེབ་ཇི་སོག་ཤར་ཁང་སྤར་
 གསུམ་སྤྱི་ཁར་འབག་རྒྱ་དང་གནམ་གཟར་དེ་སྟོད་པའི་མི་སེར་ལ་སྤར་བཞིན་སོག་སྟེ།

༥. དགེ་འདུན་གསལ་ཐབ་དོས།

ཤར་སྤྱང་ས་གཉིས་ལ་ཤོག་པའི་གྲ་ཚང་གཟིམ་དོས་དྲག་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་ཐད་ཀྱང་དེ་ནི་གྲ་རིའི་
ལམ་འཕྲིན་ལས་སྒྲུང་དུ་འབྱོར་བ་ནས་འདི་ལོ་ནས་སྤྱང་ས་ཚོང་ལས་ཁོང་རང་མི་སེར་
གྱི་ལེན་ཏེ་འཕྲིས་སྒྲུང་དུ་བཏོན་ཅིང་དེ་ནས་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ནས་གྲ་རིའི་གཏོང་
ཞིང་ལེན་རྒྱ་དང་འཕྲིས་སྒྲུང་ལས་ཐམ་ཚོང་ཐུག་གི་གྲ་རིའི་སྤྱུམ་ཇི་གནས་ཤར་སྤྱང་ས་
གཉིས་ཀྱི་མི་སེར་ནས་གོང་འཕེལ་ལས་ཁུངས་ལ་སྤྲོད་རྒྱུ།

༦. རོ་ལོག་པའི་སྒོར།

རང་རིའི་འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ནང་རྩོན་ཐོག་གི་ལམ་ལུགས་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་རོ་ལོག་
སྟེ་ཕྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་མཐར་འགྱུ་མཆོ་ལ་རང་ས་མི་རོ་བོ་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་སྤྱོད་མཐར་
དེའི་ཡུལ་མི་ཁང་གསུམ་གཞིས་ཆགས་ལ་ཟེར་བ་རྒྱ་ཚོར་ཐམས་ཅད་གཞུང་བཞེས་མཛད་
སྟོལ་ལགས་ཀྱང་རེ་ཞིག་རང་རིའི་མི་དབང་མང་འ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ནས་སྤྱི་ཚེའི་སྒོ་
ནས་དེ་ལྟར་མ་མཛད་ཅིང་མང་འ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་འི་ཞབས་ནས་དེ་ལྟར་སྤྱི་ཚེ་སྒོ་
གཟིགས་ཆོ་རང་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་རན་སོགས་ཀྱིས་བཟང་མིག་གྱུན་དུ་མི་འགྲིམ་པར་
ངན་མིག་ཐུར་དུ་བརྟུ་ཞིང་དེ་ལྟའི་སྟོལ་ངན་བྱེད་པོ་འང་མང་སེའུ་ཐོན་གྱི་འདུག་པ་ལས་
དེ་ནས་རང་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་རོ་ལོག་སྟེ་ཕྱི་སྤྱོད་མཐར་འགྱུ་མཆོ་ན་རོ་ལོག་པ་དེའི་གཞི་
གནས་ཁང་གསུམ་ཐམས་ཅད་གཞུང་བཞེས་མཛད་རྒྱུ།

ཕུག་རྟགས་རོ་མ་ཡོད།
(རྒྱ་གར་)
ཚོགས་དཔེ་ན།