ཁེངས་ཉིམ་གཞོང་གི་བཙན་མཆོད་དང་དེའི་རིང་ལུགས་འབྱུང་ཚུལ།

སངས་རྒྱས་ཕུན་ཚོགས། ལེགས་སྦྱར་བ།
རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ། གྲོང་གསར།

DOI: https://doi.org/10.17102/rigzoedjournal.clcs.rub.03.004

བསྡུད་དོན།

བཙན་མཆོད་ཟེར་མི་འདི་ གནས་བདག་ཞི་བདག་ལུ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་མི་ལུ་སླབ་དོ་ཡོདཔ་དང་ དེ་བཟུམ་མའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཁེངས་ཉིམ་གཞོང་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ འབྲུག་གི་ལུང་ཕྱོགས་ཁག་ནང་དར་ཡོད་པའི་ བོན་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་གལ་ཅན་ཅིག་ཡང་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་མི་གི་བསམ་བརྗོད་སྤྱོད་གསུམ་འགྱུར་བ་ལས་བརྟེན་ འདི་གི་བརྩི་མཐོང་དང་ཁེ་ཕན་ རྒྱབ་ཁུངས་ཚུ་ཧ་མ་གོཔ་ལས་ཉམས་འགྲོ་ནིའི་གནས་སྟངས་ལུ་ལྷོད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱུན་སྐྱོང་ཏེ་བཞག་ནི་ལུ་དམིགས་གཏད་བསྐྱེདཔ་ཨིན། སྤྱིར་བཏང་ བོན་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་སྐོར་ ཞིབ་འཚོལ་རྩོམ་ཡིག་རེ་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ ལུང་པ་དེ་ཁའི་གཡུས་བཙན་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱབ་ཁུངས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཁ་གསལ་ཅིག་མེདཔ་ལས་ ཁུངས་བཙན་ཞིབ་འཚོལ་འདི་ནང་ ལམ་སྲོལ་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་ནང་དོན་དབྱེ་ཞིབ་དང་ བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་བོན་པོ་ཚུ་ལས་ཐོབ་པའི་གནས་སྡུད་ཚུ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ ཞིབ་འཚོལ་གྲུབ་འབྲས་འདི་ཡང་ བཙན་མཆོད་འདི་གཙོ་བོ་ གདོན་གཟུགས་བོན་ལས་རིམ་པར་གཡུང་དྲུང་གཤེན་རབ་ཀྱི་བོན་ལུགས་དང་ བསྒྱུར་བོན་ཚུ་གི་ཤན་ཞུགས་ཏེ་འོང་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁུངས་དང་ སྲོལ་འདི་ཉིམ་གཞོང་ལུ་ འབྲུག་ནུབ་ཕྱོགས་རྫོང་ཁག་དང་ བུམ་ཐང་ཨུ་ར་བརྒྱུད་དེ་དར་འོང་པའི་རྒྱབ་ཁུངས་ཚུ་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད། དེ་གིས་ སྤྱིར་ཁེངས་མི་ཚུ་ལུ་ ལམ་སྲོལ་འདི་གི་ཤེས་ཡོན་གོ་བརྡ་སྤྲོད་ཚུགསཔ་མ་ཚད་ རྒྱལ་ཀྱི་སྲོལ་ལམ་ལུགས་མི་ཉམས་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས།

གཙོ་ཚིག། བོན་ཆོས། བོན་པོ། གཡུང་ལྷ། གཞི་བདག བཙན་བདུད། སྲིད་པའི་བཙན།

ངོ་སྤྲོད།

བཙན་མཆོད་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་འདི་ མི་འདོད་པའི་འཚེ་བ་ལས་སྐྱབས་ཏེ་ རེ་འདོད་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་ ཚེ་འདིའི་དཔལ་དང་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བའི་མི་ཡི་ཆོས་ལུགས་ཁྱད་པར་ཅན་ཅིག་ཡིན་པས། ཞིབ་འཚོལ་རྩོམ་ཤོག་འདི་གིས་ ཉིམ་གཞོང་བཙན་མཆོད་དང་དེའི་རིང་ལུགས་འབྱུང་ཚུལ། བཙན་མཆོད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་གསལ་སྟོན་འབད་ནི་ལུ་གཙོ་བོར་བཏོན་ཏེ་ཡོད།

འབྲུག་དཀར་པོ་ (༡༨༤༥) ནང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཧ་ཤོས་བོན་ཡིནམ་སྦེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ཏེ་མ་ མི་ལུ་ན་ཚ། ཕྱུགས་ལུ་གོད་ཁ། ས་གཡོ་བ། མེ་འབར་བ། སད་སེར་དང་ཐོག་བབས་ནི་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བཞི་འཁྲུགས་པའི་བཟློག་ཐབས་ལུ་ རི། ཆུ་དང་ཤིང་ལུ་གནས་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་ལུ་གསོལ་ཁ། གསེར་སྐྱེམས་དང་། གདོན་གཟུགས་ཀྱི་གཏོར་མ་ཚུ་ཕུལ་ཏེ་ ལྷ་མཆོད་འདྲེ་རྦུང་ལ་སོགས་པ་ གདོད་བོན་ནམ་གདོན་གཟུགས་བོན་ལུགས་ཀྱི་རྐྱེན་སེལ་རིམ་གྲོ་འབད་དོ་ཡོདཔ་ཨིན་རུང་ ཤུལ་ལས་ གཡུང་དྲུང་བོན་དང་ བསྒྱུར་བོན་ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་དར་ཏེ་འོངམ་ད་ དེ་ལུགས་ཀྱི་མཆོད་སྲོལ་དར་ཁྱབ་བྱུང་བའི་ཁུངས་ལུང་ཚུ་ གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་འབྱུང་བ་བརྗོད་པ་ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཚོའི་གླེང་གཞི་ (༢༠༡༡) ནང་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ ལུང་པ་དེ་ཁའི་གཡུས་བཙན་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱབ་ཁུངས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལུ་ཞིབ་འཇུག་འབད་དེ་ མི་སྡེ་ནང་ཁྱབ་སྤྱེལ་མ་འབད་བར་ལུས་ཡོདཔ་ལས་ གནད་དོན་དེ་ཚུ་དཔེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད།

དེ་བཟུམ་གྱི་སྲོལ་འདི་ དུས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་མིའི་བསམ་བརྗོད་སྤྱོད་གསུམ་ལས་བརྟེན་ འདི་གི་བརྩི་མཐོང་དང་ཁེ་ཕན་ རྒྱབ་ཁུངས་ཚུ་ཧ་མ་གོ་བར་ཉམས་ནི་གུ་ལྟོད་དེ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱུན་སྐྱོང་ཏེ་བཞག་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ལུ་ཕན་པའི་ཁུངས་གཟང་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིནམ་ལས་ ཁུངས་བཙན་ཞིབ་འཚོལ་འདི་གཙོ་བོ་ ཐུའུ་བཀྭན་གྲུབ་མཐའ་ (༡༨༤༣) དང་ ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ (༢༠༠༣) འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ (༡༨༨༩) འབྲུག་དཀར་པོ་ (༡༨༤༥) ཀློང་གསར་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་

གནས་བདག་གཞི་བདག （༢༠༢༡） ལོ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོ་བཻ་རོ་ཙ་ནའི་རྣམ་ཐར་འདྲ་འབག་ཆེན་མོ། （ལོ་མེད） དང་ པདྨ་ཐང་ཡིག （ལོ་མེད） རྩ་ལུ་ ཁུངས་གཏུགས་ཏེ་བྲིས་ཡོད་མི་འདི་ནང་ བརྗོད་དོན་དང་པ་ ཁྲིངས་ལུ་བོན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བཙན་མཆོད་དར་རྩལ། བརྗོད་དོན་གཉིས་པ་ ཉིམ་གཞོང་བཙན་མཆོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ། བརྗོད་དོན་གསུམ་པ་ ལྷིང་ལའི་བཙན་གྱི་ངོ་སྤྲོད། བརྗོད་དོན་བཞི་པ་ མཆོད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་བཅས་དོན་ཚན་བཞི་གི་ཐོག་ལུ་ ཞིབ་འཚོལ་གྲུབ་འབྲས་དང་ གྲོས་བསྡུར་གསལ་སྟོན་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་བོན་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་ བཙན་མཆོད་ཀྱི་གནས་སྟངས་རྩ་གསལ་སྟོན་འབད་ནིའི་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོན་འབད་ཚུགསཔ་མ་ཚད་ ཁེ་ཕན་རྩ་ཧ་གོ་ནི་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས།

རྩོམ་རིག་བསྐྱར་ཞིབ།

སྤྱིར་བཏང་བཙན་མཆོད་ཟེར་མི་འདི་ ལུང་པ་རང་སོའི་ ལ་བཙན ལུང་བཙན་ བྲག་བཙན་ ཆུ་བཙན གངས་བཙན་ གཡའ་བཙན་ ཀླུང་བཙན་ ཤིང་བཙན་གྱི་རིགས་ལུ་ ཤ་ཁྲག་དམར་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ལྷ་བཤོས་དང་ དཀར་པོ་རྣམ་གསུམ་ཟས་ཀྱི་མཆོད་པ་ཚོགས་དང་ འབྲས་ཆང་གི་གསེར་སྐྱེམས་རྩ་ཕུལ་ཏེ་ ཐུགས་མཉེས་པའི་མཆོད་སྤྲིན་གྱི་བྱ་བ་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན་པས། འདི་ལུ་ ནང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བཙན་མཆོད་ དང་ བོན་ལུགས་ཀྱི་བཙན་མཆོད་བཅས་ཁག་གཉིས་ལས་ བོན་ལུགས་ལུ་ གདོད་མའི་བོན་དང་གཡུང་དྲུང་གི་བོན། བསྒྱུར་བོན་རྩ་གི་གྲུབ་མཐའ་མ་འདྲཔ་ལས་བརྟེན་ དེ་རྩ་གི་དགོངས་དོན་དང་གནས་སྟངས་རྩ་ ཤེས་ཐབས་དང་གོ་བརྡ་སྤྲོད་ཐབས་ལུ་ བཙན་མཆོད་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་རྩོམ་རིག་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད།

ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཧ་ཤོས་བོན་ཆོས་ཨིན་པའི་རྒྱབ་ཁུངས།

སྔོན་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ རྒྱལ་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་ཚུན་ ཆབ་སྲིད་སྐྱོང་ལྡེའུ་བོན་གསུམ་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་རྩལ་ཡང་ （དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྲེང་བ་ （༢༠༠༣ ཤོག་གྲངས་ ༡༥༥） “འདི་ཡན་གདུང་རབས་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་དུ། །ཆབ་སྲིད་སྐྱོང་དང་ལྡེའུ་བོན་གྱིས་བསྐྱངས། །དེ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབུ་བརྙེས་པ།།”

ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ལས་རིམ་པར་ འབྲུག་ལུ་དར་འོང་མི་དེ་ལུ་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཏ་ཤོས་བོན་ཡིནམ་སྦེ་བཤད་དེ་འདུག། འབྲུག་དཀར་པོ་ (༡༩༢༥) ནང་ལུ་ འབྲུག་ལུ་ནང་ཆོས་མ་དར་བའི་ཧེ་མ་ བོན་ཆོས་དར་ཏེ་མི་ཚུ་གིས་ གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་དང་མེ། ཉིམ་དང་ཟླཝ། རླུང་དང་ཤིང་། བྲག་དང་རི་ཚུ་ལུ་ ལྷ་སྦེ་ངོས་འཛིན་འབད་དེ་མཆོད་སྲོལ་བྱུང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ (༡༩༡༨) ནང་ལུ་ མོན་པ་ཚུ་ དུས་རབས་ལེ་ཤ་ཅིག་ ཚལ་མ་ནང་གི་མི་བཟུམ་སྦེ་ལུས་པའི་ཤུལ་ལུ་ རྒྱལ་པོ་སིནྡྷ་རཱ་ཛ་གློན་འབབས་ཀྱིས་ གནོད་སྦྱིན་བདུད་འདུལ། དགྲ་ལྷ་རྡོ་རྗེ་གྲགས་ལྡན། གཞི་བདག་ཀླུ་བདུད་ཆེན་པོ་སྤྱི་བདུད་ཁ་ལ་མེ་འབར། ནོར་ལྷ་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཚུ་མཆོད་དེ་བཞུགསཔ་ད་ རྒྱའི་རྒྱལ་པོ་སྣ་བོ་ཆེ་དང་དམག་འཐབ་པ་ལས་ རྒྱལ་སྲས་སྟག་ལ་མེ་འབར་བསད་པའི་རྐྱེན་ལས་ ལྷ་དེ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་བཞག་སྟེ་ མི་གཙང་བའི་མནོལ་བཙོགས་བཏངམ་ལས་ སྟེང་འོག་བར་གྱི་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་འཁྲུགས་ཏེ་ རྒྱལ་པོའི་བླ་སྲོག་འཕྲོག་མི་དེ་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཏེ་ གནས་བདག་ཤེལ་གིང་དཀར་པོ་དམ་ལུ་བཏགས་ཏེ་སྲོག་སྙིང་ཚུ་ཕུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་དང་། ཡང་འདི་ཉིད་ལས་ ཤོག་གྲངས་ ༣༣) "བྱེ་དཀར་ལུང་དུ་བཟོ་རིག་པ་དང་བོན་པོའི་སྡོད་ས་བཟུང་" ཟེར་ དུས་རབས་བརྒྱད་པ་ལུ་ ཁྲི་ཁ་ར་ཐོད་རྗེ་འབབས་ཚུ་འབྲུག་ལུ་བཏོན་བཏངམ་ད་ བོན་ཆོས་བསྟེན་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོདཔ་མ་ཚད་ ཁེང་རིགས་རྣམས་གསུམ་ (KHENGRIG NAMSUM, 1999) ནང་འབད་རུང་ ལྷ་སྲས་གཙང་མ་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ ཆོས་ལུགས་དེ་སྔར་ལས་ལྷག་སྟེ་དར་ཁྱབ་བཏང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ པདྨ་དགའ་ཚལ་དང་གཞལམ་སྣང་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༢༩༧) ནང་ལུ་ ཉིམ་གཞོང་ལྷིང་ལའི་བཙན་གྱི་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་མེད་རུང་ མཚན་བརྗོད་དེ་ བཙན་དར་དང་མར་ཆང་ཕུད་ཚུ་ལོགས་སུ་སྦེ་དྲངས་སྲོལ་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་མི་ཚུ་དང་ གོང་གི་བཙུད་དོན་ཚུ་ལུ་དཔྱད་རུང་ འབྲུག་ལུ་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཏ་ཤོས་བོན་ཡིནམ་ཤེས་ཚུགས་པས།

བོན་གསོལ་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཡིན་པའི་ཁུངས།

བོན་གསོལ་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྔར་ཁྲུན་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཡང་ཡིན། དེ་ཡང་ རྡོ་རྗེ་བསམ་གྲུབ་ (༢༠༡༨) ཀྱིས་ འཛམ་གླིང་ནང་མི་རིགས་བྱུང་ནི་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ ཕྱི་ནང་གི་འབྱུང་བཞིའི་ཁམས་མ་མཐུནམ་ལས་ ནཔ་ཚཔ་རེ་བྱུངམ་ད་ འཁྲུལ་སྣང་གི་འདུ་ཤེས་ལུ་བརྟེན་ གནམ་ལྷ། བར་གཙན། འོག་ཀླུ། བྲག་ལུ་བཙན། ཞིང་ལྷ། ཆུ་ལྷ། ཕོ་ལྷ། མོ་ལྷ། ཡུལ་ལྷ། ཁྱིམ་ལྷ། སྒོ་ལྷ། ཐབ་ལྷ་ཟེར་ ལྷ་རེ་དང་འདྲེ་རེ་ཡོདཔ་སྦེ་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེདཔ་ལས་ དེ་ཚུ་ལུ་ དམར་མཆོད་འབད་དེ་སྐྱབས་ཞུ་བའི་སྲོལ་འདི་བྱུང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག།

འཇིགས་མེད་སེངྒེ། (༢༠༡༨) གིས་འབད་རུང་ དེ་བསྒང་ མི་ཡི་ཤ་ཁྲག་ཕུང་པོ་ལུ་ན་ཚ་རེ་བྱུངམ་ད་ འཆི་བདག་དང་གདོན་རྐྱེན་ཚུ་ལས་སྐྱོབས་པའི་ལྷ་དང་ཆོས་ཟེར་རུང་ བོན་ལྷ་དང་བོན་ཆོས་མ་གཏོགས་ ཆོས་ལུགས་གཞན་མེདཔ་མ་ཚད་ སྨན་བཅོས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ཡང་མེདཔ་ལས་ ཐབས་མེད་པར་ལམ་སྲོལ་འདི་བསྟེན་སྡོད་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྦེ་ ཡེ་ཤེས་ལྷུན་གྲུབ་ (༢༠༡༨) ཀྱིས་ཡང་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ ནང་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བའི་རྗེས་སུ་ བོན་མཆོད་ཚུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡལ་འགྲོ་རུང་ གཡུས་ཕྱོགས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ སྔོན་ཕ་མེས་ཀྱིས་བསྟེན་པའི་གསོལ་མཆོད་ཚུ་ སྣང་མེད་སྦེ་མ་བཞག་པར་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་སྲོལ་ཁྲུན་གྱི་ལམ་སྲོལ་རྙིང་ཤོས་ཅིག་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༣) གིས་འབད་རུང་ འབྲུག་ལུ་བླམ་ཆོསཔ་གིས་གནང་མིའི་ ལོ་ཆོག་དང་རིམ་གྲོ་ཚུ་མེན་པའི་ གཞན་ལྷ་གསོལ་གྱི་རིགས་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་དར་ཡོད་པའི་བོན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཡོངས་གྲགས་ཨིནམ་སྦེ་འཁོད་དེ་ཡོདཔ་དང་ སངས་རྒྱས་དོན་གྲུབ་ (༢༠༡༡) ཀྱིས་ ས་བདག་ཀླུ་གཙན་དང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ ལྷ་སྲིན་འབྱུང་པོ་ཚུ་གིས་གནོད་འཚེ་འབད་བའི་སྐབས་སུ་ བཟློག་ཐབས་ལུ་ རྫོང་ཁག་སོ་སོ་དང་ གཞལམ་སྒང་ནང་འཁོད་ཀྱི་གཡུས་ཚན་ཚུ་ནང་ལུ་ མཁར་ཕུག་ (ཕུད) གསོལ་ནི་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག།

བཅུད་བསྡུ་བ་ཅིན་ འབྲུག་ལུ་ ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་ལས་ སྔ་ཤོས་བོན་ཡིནམ་ལས་ འབྲུག་གི་ལུང་ཕྱོགས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ བོན་ལུགས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་འགོ་འཛིན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་ ཉིམ་གཞོང་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ཡང་ བོན་པོའི་བཙན་མཆོད་དང་ མཁར་ཕུད་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ དུས་སྐབས་དེ་ལས་དར་འོང་བའི་སྔར་བྱུང་གི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་རུང་ གནད་དོན་འདི་གི་ཐོག་ལུ་གཏིང་ཟབ་སྦྲེ་ཞིབ་འཇུག་མ་འབད་བར་ལུས་ཏེ་ཡོདཔ་ལས་ ཁེངས་ཉིམ་གཞོང་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ བཙན་མཆོད་དང་དེའི་རིང་ལུགས་འབྱུང་ཚུལ་ཚུ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་མི་འདི་གིས་ བོན་མཆོད་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་གྱི་གོ་བ་གཏིང་ཟབ་སྦྲེ་ཏ་གོ་ནི་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགསཔ་མ་ཚད་ བཙན་མཆོད་ཀྱི་རྒྱབ་ཁུངས་དང་བྱ་རིམ་ཚུ་ཁ་གསལ་ ཤེས་ནི་ལུ་ཡང་ལྷན་འབད་ཚུགས།

ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ།

འབྲུག་ལུ་ནང་ཆོས་མ་དར་བའི་ཧེ་མ་ལས་ གནའ་དུས་ཀྱི་བོན་ཆོས་ཁྱབ་ཆེཝ་སྦྲེ་དར་ཏེ་ཡོདཔ་ལས་ འདི་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དབྱེ་བ་ བརྒྱུད་རིམ་དང་མཆོད་སྒྲིན་འབད་ཐབས་ཚུ་ཁ་གསལ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཧེ་མའི་ལམ་སྲོལ་དང་ ད་རེས་བོན་ཆོས་ཉམས་ལེན་པ་ཚུ་གིས་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་དང་ ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལུ་བརྟག་ཞིབ་དང་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དགོཔ་གལ་ཆེཝ་ལས་ ཁུངས་བཙན་གྱི་གནས་སྡུད་ལུ་བརྟེན་ཏེ་གཏིང་ཟབ་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ ཡིག་ཆ་དབྱེ་ཞིབ་དང་ངག་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལུ་གཙོ་བོར་བཏོན་པའི་ ཁུངས་བཙན་བྱུང་རབས་ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་ ཉེས་བརྒྱུད་གནས་སྡུད་དང་བརྒྱུད་པའི་གནས་སྡུད་གཉིས་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་འབད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ ངག་བརྒྱུན་ནང་བཤད་ཚུལ་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཁུངས་བཙན་ཐབས་ལམ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ རིམ་སྒྲིག་ཆ་ཚམ་གྱི་དྲི་བ་དྲིས་ལེན་གྱི་ཐོག་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ ལས་རིམ་ནང་དངོས་སུ་གྲལ་གཏོགས་འབད་དེ་གནས་སྡུད་ཚུ་བསྡུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། འདི་གི་དོན་ལུ་ མགོ་ཆས་འབད་བ་ཅིན་ སྒྲ་བཟུང་འཕྲུལ་ཆས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ བཙན་གསོལ་མི་ བོན་པོ་གཉིས་དང་གཡུས་ཁའི་གོ་ཤེས་

ཉན་ཤེས་༤ རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་དཔེ་ཚད་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་གདམ་འཐུ་འབད་ཡོདཔ་དང་ དཔེ་ཚད་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ རྫོང་ཁའི་ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ་ (༢༠༢༣) ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ རྒྱ་མཚན་ལྡན་པའི་དཔེ་ཚད་འདི་གིས་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དོན་ལུ་ མཁོ་བའི་གནས་ཚུལ་ཚུ་བྱིན་ཚུགསཔ་མ་ཚད་ དཔེ་ཚད་དེ་གིས་ དོན་ཚན་མཐིལ་ཕྱིན་སྦེ་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་ལུ་ སྟབས་བདེ་དྲགས་ཡོདཔ་ལས་བརྟེན་ཨིན། དེ་མ་ཚད་ འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ཡང་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དེ་གནས་སྡུད་ཚུ་བསྡུ་ལེན་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། ཞིབ་འཚོལ་གྱི་འདི་ འོས་འབབ་དང་ལྡནམ་སྦེ་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཁུངས་བཙན་གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་འདི་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད། དེ་ཡང་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་ དོན་ཚན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་ གཙོ་བོ་ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ ནང་དོན་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ཡི། དེ་ལས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་དེ་ བསྡུ་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གནས་སྡུད་ཚུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་ཕབ་ཞིནམ་ལས་ ཚོན་རྟགས་བཀོད་ཐོག་ལས་ བརྗོད་དོན་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན།

ཞིབ་འཚོལ་གྲུབ་འབྲས་དང་གྲོས་བསྡུར།

ཉིམ་གཞོང་གཡུས་ཚན་ནང་དར་ཏེ་ཡོད་པའི་ བཙན་མཚོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དང་ བོན་ཆོས་ཀྱི་དབྱེ་བ། གཞི་བདག་གི་རྣམ་པ་ཚུ་ ཁ་གསལ་མེད་པའི་གནད་དོན་གཅིག་སྦེ་ཆགས་ཏེ་འདུག། མི་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ ལམ་སྲོལ་འདི་གདོད་མའི་བོན་དང་ ཡང་ན་ གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་རིང་ལུགས་ཨིནམ་སྦེ་བཤདཔ་ཨིན་མས། དེ་འབདཝ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ནང་ ཁུངས་གཏུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་ལུ་གཞི་བཙོལ་ཏེ་ གདོན་གཟུགས་བོན་དང་གཤེན་རབ་བོན། བསྒྱུར་བོན་ཚུ་གི་ཤན་ཞུགས་ཡོད་པའི་དབྱེ་ཞིབ་དང་ རིང་ལུགས་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་ཚུལ་དང་བཙན་གྱི་ངོ་སྤྲོད། མཆོད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ལུ་དབྱེ་ཞིབ་འབད་དེ་ཡོད།

ཁེངས་ལུ་བོན་ལུགས་ཀྱི་བཙན་མཆོད་དར་ཚུལ།

འབྲུག་ཡུལ་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་ཁེངས་རིགས་རྣམ་གསུམ་ལུ་ བོན་ཆོས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ནང་ཆོས་མ་དར་བའི་ཧེ་མ་ལས་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ཡང་ འབྲུག་དཀར་པོ་ (༡༨༢༨) དང་ འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་

མེ་ (༡༨༨༩) གཉིས་ནང་ བོན་པོའི་བརྒྱུད་འཛིན་དམར་མཆོད་འབད་མི་ གྲོང་གསར། དབང་རྫོང་། གཞལ་རྫོང་། དར་དཀར་རྫོང་ཁག་ཚུ་ནང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོདཔ་མ་ཚད་ དུས་རབས་དགུ་པའི་ནང་ལུ་ ལྷ་སྲས་གཙང་མ་དཔོན་གཡོག་ཚུ་ཕག་རི་ལས་སྤྱ་རོ་གནམ་ཐང་དཀར་པོ་བརྒྱུད་དེ་ མང་སྡེ། འཁན་ཏ་ལི། སྤྲུ་ལི། སྟུང་ལ་སྤྲི་ཚུ་ནང་བྱོན་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། སྟུང་ལ་སྤྲི་གི་རྒྱུན་ལམ་གཙོ་བོ་ ཉིམ་གཞོང་བརྒྱུད་དེ་འཐབ་དགོཔ་ལས་ ལམ་སྲོལ་འདི་འབྲུག་ནུབ་ཕྱོགས་ལས་དརཔ་ཨིནམ་འདི་གིས་ཤེས་ཚུགས་པས།

བྱུང་ཚུལ་གཞན་མི་དེ་ བུམ་ཐང་ཨུ་ར་བརྒྱུད་དེ་དར་ཡོདཔ་དང་ དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་པདྨ་ཚེ་དབང་ (༡༨༨༩) གིས་ རྒྱལ་པོ་སིན་དྷ་རཱ་ཛ་དང་ ཁྲི་ཁ་ར་ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཚད་དེ་ སྐབས་མ་བདེཔ་སྦྲོམ་ཐོན་ཏེ་ གནམ་ལྷ་འོ་དེ་གུང་རྒྱལ་མཆོད་པའི་མཐུ་ལས་ མཁའ་འགྲོའི་མཚན་ལྡན་ ཨུ་ར་བསོད་ནམས་དཔལ་འདྲེན་གྱི་སྲས་ ལྷ་མགོན་དཔལ་ཆེན་དཔོན་སྦེ་བསྐོས་ཏེ་ སྲས་ལྷ་བཟང་རྒྱལ་དང་ དེའི་སྲས་ གདུང་གྲགས་པ་དབང་ཕྱུག་ལུ་སྲས་མེདཔ་ལས་ཁོ་ར་ཤི་རན་ཁར་ ཤུལ་མ་ང་དྲན་པའི་དུས་འབྱུང་པ་ཅིན་ བོད་ཡར་ཀླུང་ལུ་ ཨ་ལོ་ཆུང་ཀུ་ལེ་ཤ་གི་སྦྲུག་ལུ་ མོན་གྱི་ཤིང་འབྲས་གཏོར་ཏེ་ཏབ་ཐོབ་རྐྱབ་འོངམ་ད་ ཤིང་འབྲས་ག་གིས་ཐོབ་མི་དེ་ ལྷའི་རྣམ་འཕྲུལ་ཨིནམ་ལས་གདན་འདྲེན་ཞུ་དགོ་པའི་ཞལ་ཆེམས་ལྷར་ཏུ་ ཨུ་ར་ལས་མི་ལྡཱ་སོང་སྟེ་ གནམ་ལྷ་མཆོད་དེ་ཤིང་འབྲས་ཐོབ་མི་བུ་དེ་ གསང་ཐབས་ཀྱིས་གདན་དྲངས་ མཚན་ལྷ་དབང་གྲགས་པར་གསོལ་ཏེ་དཔོན་སྦེ་བསྐོས་མི་དེ་ བོད་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་འཕྲུལ་མེད་ཨིནམ་ ངོས་འཛིན་བྱུང་སྟེ་ ཆོས་འཁོར་ཨ་ཞེ་སྒྲོན་འཛོམས་བཙུནམོ་སྦེ་ཕུལ་ཏེ་ སྲས་གྲགས་པ་དབང་ཕྱུག ལྷ་དབང་བཀྲ་ཤིས། ཕུན་ཚོགས་དོན་གྲུབ་གསུམ་བྱུང་མི་ལས་ ཆུ་སྨད། རྒྱལ་ཙ། སྟོམ་མཁར། དུར་དང་ ངང་ལ་སོགས་པ་བུམ་ཐང་གི་གདུང་རིགས་དང་། སྟུང་ལ་སྤྲིས། གོ་ཞིང་། ཕང་མཁར། ཀ་ལམ་ཏི། ཉ་མཁར་ལ་སོགས་པ་ཁེངས་རིགས་རྣམ་གསུམ་གྱི་གདུང་ཡོད་ཚད་ དེ་གི་བརྒྱུད་པ་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་མི་ལུ་ དཔྱད་རྟུང་ ཨུ་ར་བརྒྱུད་དེ་དར་ཡོདཔ་སྦེ་ངེས་ཤེས་འདྲོངསམ་མ་ཚད་ ལྷུང་ཕྱོགས་དེ་ཚུ་ནང་ བོན་ཆོས་ཀྱི་ལམ་སྲོལ་རྒྱ་ཆེ་དྲགས་སྦེ་ཡོད་དགོ་པའི་ཁུངས་དེ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་པས།

ཉིམ་གཞོང་བཙན་མཚོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ།

ཉིམ་གཞོང་གི་བཙན་མཚོད་དེ་ བོན་ནག་ལས་བོན་དཀར་ལ་གྱུར་བའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ སྤྱིར་བོན་ལུགས་ལུ་ སྔ་དར་གདོད་མའི་བོན། བར་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་བོན། མཐའ་མ་ཁྲི་གུམ་བཙན་པོའི་རིང་གི་བཙོལ་བོན་གསུམ་ཡོདཔ་དང་ དེ་ཚུ་ཉམས་ལེན་འབད་ཐངས་མ་འདྲཝ་ཡོད་རུང་ སྤྱི་མིང་ལུ་བོན་ཆོས་ཟེར་སླབ་ཨིན་པས། མཁན་ཆེན་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་ (༢༠༡༡) གིས་ གདོད་བོན་གྱི་ནང་གསེས་གདོན་གཟུགས་བོན་ནམ་བོན་ནག་དེ་ བོད་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོའི་རྗེ་མ་ལས་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་དང་ འདི་ལུ་མིང་གཞན་ བོན་རྙིང་། གདོན་བོན། བདུད་བོན། བཙན་བོན་ཟེར་བའི་ཐ་སྙད་མང་རུང་ དོན་ལུ་མི་ལུ་ན་ཚ་དང་གོད་ཁ། ས་གཡོ་བ་དང་མེ་འབར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྐྱེན་ངན་བཟློག་ཐབས་ལུ་ ས་ཆུ་རི་བྲག་དང་ཤིང་ལུ་གནས་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཚུ་ལུ་དམར་མཆོད་ཀྱི་ཐོག་ ལྷ་མཆོད་འདྲེ་རྫུང་དང་ གྲུབ་མཐའ་འཆེ་བ་ཆོས་སུ་སྨྲ་བ་འབདཔ་ལས་ སྲོང་བཙན་སྒམ་པོའི་རྗེ་མ་ བོད་མཐའ་འཁོབ་མུན་པའི་གླིང་ཟེར་དགོ་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡང་འདི་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། བོན་པོ་རིན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་ (ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ ༣༠/༡༢/༢༠༡༥)། གིས་འབད་བ་ཅིན་ རྗེ་མ་འདི་བཟུམ་མའི་བཙན་མཚོད་དང་ མཁར་ཕུད་ཚུ་འགོ་འཛིན་འཐབ་པའི་སྐབས་ སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་མཚོད་སྲོལ་ཡོདཔ་སྦེ་ན་རྒྱུན་སྦེ་གོ་ཡི་ཟེར་བཤད་མི་ལྟར་དུ་འབད་རུང་ བོན་ནག་ལས་བོན་དཀར་ལུ་གྱུར་བའི་ལམ་སྲོལ་ཨིནམ་ཤེས་ཚུགས་པས།

ལམ་སྲོལ་འདི་ གཤེན་བོན་ནམ་བོན་དཀར་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཚུལ་ཡང་ བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་དེ་ ཚེ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་དང་ཉི་ཁྲི། བོད་ཁྲི་གུམ་བཙན་པོ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་འཁྲུངས་ཡི་ཟེར་བཤད་སྲོལ་མ་མཐུན་རུང་ ཁོ་གིས་བོན་ཆོས་ཀྱི་སྲོལ་གཏོད་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་ཚུལ་མཁྱེན་གཅིག་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་འབྱུང་བ་བརྗོད་པ་ལེགས་བཤད་རྒྱ་མཚོའི་གླེང་གཞི་ (༢༠༡༡ ཤོག་གྲངས་ ༡༥) ནང་ལུ་ སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་རྗེ་མ་དར་བའི་བོན་ལུ་ གཤེན་གྱི་མིང་བརྗོད་སྲོལ་མེདཔ་ད་ གཤེན་རབ་ཆོས་དེ་ གཞི་མངོན་མཐོའི་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ་དང་མཐུནམ་སྦེ་ སེམས་ཅན་ལ་འཚེ་བ་སྤངས་ནི་དེ་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ཡི་ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་སྟོན་པའི་གཞུང་གཙོ་བོ་ ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ཨིནམ་དང་ དེ་ཡང་

> ཞང་ཞུང་ཡུལ་ན་བོན་འདུལ་བར། །དགོངས་ཏེ་གཤེན་རབ་མི་བོར་སྤྲུལ། །བོན་གྱི་མཛོད་པ་བཅུ་གཉིས་བསྐྱངས། །ཐེག་པ་རིམ་པ་དགུ་རུ་གསུངས། །གསོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་སྒོ་ཕྱེ། །གཤིན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དུར་སྒོ་བཅད། །འགྲོ་རྣམས་གཡུ་དྲུང་ལམ་ལ་བཀོད། (ཐུའུ་བཀྭན་གྲུབ་མཐའ། ༡༨༤༣ ཤོག་གྲངས་ ༣༧༨)།

སློབ་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༡༤) ནང་ལུ་ ཕྱྭ་གཤེན་དང་། སྣང་གཤེན། འཕྲུལ་གཤེན། སྲིད་གཤེན་སྟེ་རྒྱུའི་ཐེག་པ་བཞི་དང་། དགེ་བསྙེན། དྲང་སྲོང་། ཨ་དཀར། ཡེ་གཤེན་ཏེ་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་བཞི། ཁྱད་པར་ཆེན་པོའི་ཐེག་པ་གཅིག་དང་སྤྲི་དགུ་ཨིནམ་ད་ དེ་ཡི་ནང་ལས་ ཕྱྭ་གཤེན་གྱི་ནང་དོན་ ཕྲ། གཏོ་བཅོས། རྩིས། སྨན་དཔྱད་བཞི་དང་། སྣང་གཤེན་གྱི་ནང་དོན་ གྱེར་སྒྲོ་བཞི་ལུ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་ལུ་ཕན་ཐབས་གཙོ་བོ་འབད་མི་ཅིག་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ མཆོད་སྦྱིན་སྐབས་ དམར་མཆོད་དང་འབྲེལ་བ་སྤྱུ་ཙམ་མེདཔ་ལས་ སྣང་སྲིད་སྤྱི་མདོས་ (ལོ་མེད།) ནང་ལུ་ "བདུད་བོན་གྱི་དམར་ཐབས་ལ། །གཤེན་རབ་ནི་ཅི་དགྱེས་ཏེ། །ཁྲབ་པ་ནི་ཆམ་ལ་ཕབ། །འབྲུ་དཀར་གྱི་གཏོར་མས་མཆོད། །དམར་ཐབས་ཀྱི་འདྲེས་བྱུང་ན། །གཤེན་ལྷ་ལ་ནོངས་པ་མཐོལ།།" ཟེར་དོ་བཟུམ་ བཙན་མཆོད་འདི་ རྒྱུའི་ཐེག་པ་བཞི་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགསཔ་མ་ཚད་ གཤེན་རབ་བོན་ནམ་སྤྱོད་པའི་བོན། བོན་ཞྭ་དཀར་ཅན་ཟེར་ བོན་དཀར་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགསཔ་ཨིནཔས།

བཙན་མཆོད་འདི་ནང་ བསྒྱུར་བོན་གྱི་ཤན་དུམ་གྲ་རེ་ཞུགས་ཏེ་ཡོདཔ་སྦེ་ཚོརཔ་ཨིནཔས། འདི་ཡང་ ལམ་སྲོལ་གྱི་བྱུང་གཞི་ངོ་མ་ བོན་ནག་ཨིན་རུང་ ཤུལ་ལས་ འདོད་བོན་དང་གཤེན་བོན་ཚུ་ རེ་དང་རེ་བསྣུབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་ལེ་ཤ་བྱུང་ནུག། མངའ་རིས་པ་མཁན་ཆེན་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན་ (༢༠༡༡ ཤོག་གྲངས་ ༩༩) "ཛེ་གཉའ་ཁྲི་བཙན་པོའི་དུས་སུ་བོན་དར། རྒྱལ་པོ་གྲི་གུམ་བཙན་པོས་བོན་བསྣུབས། རྒྱལ་པོ་སྤུ་དེ་གུང་རྒྱལ་དུས་སུ་བོན་དར། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེའུ་བཙན་གྱི་དུས་སུ་བོན་བསྣུབས།" ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་ བོད་ལུ་ ཆོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེའུ་བཙན་གྱིས་ ནང་ཆོས་དང་བོན་ཆོས་ཟུང་འབྲེལ་སྦེ་བཙུགས་འདོད་ཡོད་རུང་ འགྲིགས་མ་ཚུགསཔ་ལས་ ནང་བོན་གྱི་བར་ན་ གྲུབ་མཐའ་དང་རྫུ་འཕྲུལ་གྱི་རྩལ་འགྲན་མ་ད་ བོན་པོ་

ཕམ་ཉེ་སྲུ་སོང་མ་ལས་ ཀུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ ཕྱི་བོན་ནམ་ལོག་བོན་ཚུ་བནྟགས་ཏེ་ བོན་ནང་པ་ཚུ་རང་སོར་བཞག་དགོས་སྦེ་བཀའ་གནང་དོ་བཟུམ་ ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་ བོན་གྱི་དཔེ་ཆ་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་ཕྱེས་ཏེ་ ཕྱི་བོན་གྱི་རིགས་མེ་བསྲེགས་བཏང་། ནང་བོན་ཚུ་གཏེར་ལུ་སྦ་གནངམ་མ་ཚད་ ལ་ལུ་ཅིག་བསྒྱུར་གནང་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་ཡང་ "བོན་ལུགས་སྡིག་དང་འབྲེས་པ་ཐམས་ཅད་བསྣུབས། །འཇིག་རྟེན་འཕྲུལ་རྐྱེན་བཟློག་པ་ཙམ་གྱི་བོན། །ཤ་བ་ཤིང་མགོ་རྣ་རྒྱས་བྱེད་པ་དང་། །གཡག་ལུག་ཟན་ལ་གཟུགས་བརྙན་བྱེད་དུ་བཅུག །ལྷ་གཡང་སྐོར་གསུམ་མིན་པ་ཐམས་ཅད་བསྣུབས།" (པདྨ་ཐང་ཡིག (ལོ་མེད། ཤོག་གྲངས་ ༩༤༣-༩༤༩)། དེ་བསྟུན་ རང་འཇགས་སྦེ་བཞག་མི་ ནང་བོན་དང་བསྒྱུར་བོན་ལེ་ཤ་ཡོདཔ་ལས་ ཐུའུ་བཀྭན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ (༡༨༤༢ ཤོག་གྲངས་ ༣༤༠) གིས་ "བོད་དུ་དར་བའི་བོན་ལ། བརྡོལ་བོན། འཁྱར་བོན། བསྒྱུར་བོན།" བཅས་གསུམ་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་མི་ལས་ བོན་བསྒྱུར་མཛད་གནང་མི་གཙོ་བོ་བཻ་རོ་ཙ་ན་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག།

བཻ་རོ་ཙ་ནས་བོན་ཆོས་འབྲེས་མར་བསྒྱུར། །བཻ་ཙ་ནས་རྟེས་སྣན་འབྲེས་མར་བསྒྱུར། །བཻ་ཙ་ནས་མདོ་སྔགས་འབྲེས་མར་བསྒྱུར། །མདོ་བསྒྱུར་ནང་དུ་ཡེ་ཤེས་སྙེ་ཞེས་ཟེར། །སྔགས་བསྒྱུར་ནང་དུ་བཻ་རོ་ཙ་ན་ཟེར། །བོན་བསྒྱུར་ནང་དུ་གན་ཛག་ཐང་ཏ་ཟེར། །གཡུང་དྲུང་སྟོན་པའང་ཟེར། (བཻ་ཙ་ནའི་རྣམ་ཐར་ ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༣༠༡-༣༠༢)།

ཟེར་གསུངས་མི་འདི་དང་ གསོལ་མཆོད་འདི་གི་བསྒོ་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྨྲོང་ཚིག་ཡང་ ནང་ཆོས་ཀྱི་ཚིག་ག་ཨིནམ་སྦེ་འདོན་དོ་ཡོདཔ་ལས་བརྟེན་ བསྒྱུར་བོན་གྱི་ཤན་ཞུགས་ཡོདཔ་གནད་དོན་འདི་ལས་བརྟེན་རྟོགས་ཚུགས་པས།

ཉིམ་གཞོང་གཡུས་ཀྱི་བཙན་དང་གཞི་བདག་གི་ངོ་སྤྲོད།

སློན་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༡༤) ནང་ལུ་ "ལྗོང་ནི་ནམ་མཁར་འཕུར་བའི་དོན།" ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་ རི་དེ་གནམ་ཁར་ལྗོང་ལྗོངམ་བཟུམ་ཡོད་ནི་དེ་གིས་ ཉིམ་གཞོང་གཡུས་མགོའི་རི་བཙན་ལུ་ ལྗོང་ལའི་བཙན་ཟེར་སླབ་ཨིན་པས། དེ་ལུ་མིང་གཞན་ རི་ལ་ ཟེར་ཡང་སླབ་སྲོལ་འདུག། པདྨ་དཀར་ཚལ་དང་གཞལམ་སྣང་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྐྱོང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ (ལོ་མེད་) ནང་ལུ་ རི་ལ་བཙན་

གྱི་ཕོ་བྲང་དེ་ ཤིང་དང་ནགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་གནས་ཁང་ ལྗིང་ལ་ཕྱུ་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྦེ་ གཡུས་སྐད་ཀྱི་ཟུར་འཚམས་ཅིག་ལུ་ ཨ་ཕ་ལེ་ཕོག་གི་གནས་བདག/ བདུད་ཟེར་ སླབ་མི་དེ་གིས་གནས་ཁང་བཅའ་སྟེ་འདུག།

བཙན་ཟེར་མི་འདི་ རྫོང་ཁའི་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༠༣) དང་ སློབ་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༡༥) གཉིས་ནང་ལུ་ ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་གསེས་ རི་བྲག་ཚུ་ནང་གནས་བཅའ་སྟེ་སྡོདཔ་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་ཡང་ ལྷ་དང་ཀླུ། གནོད་སྦྱིན་དང་དྲི་ཟ། །ལྷ་མིན་དང་མཁའ་ལྡིང་། མི་འམ་ཅི། ལྟོ་འཕྱེ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་སྦེ་བརྩི་མི་དང་། སྙིང་མའི་ལུགས་ལས་ གཤིན་རྗེ། མ་མོ། བདུད། བཙན། རྒྱལ་པོ། ཀླུ། གནོད་སྦྱིན། གཟའ་དང་སྦེ་བརྒྱད་བརྩིས་སྲོལ་འདུག། འདི་ལུ་ཡང་ བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྷ་ཚོགས་ཆེན་མོ་ (༢༠༠༡) དང་ སློབ་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༡༥) གཉིས་ནང་ ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་དང་མཆོག་གི་སྡེ་བརྒྱད། སྤྲུལ་པ་བརྒྱད་ཡོདཔ་སྦེ་གསལ་ནི་འདུག། དེ་བཟུམ་སྦེ་ ཡུལ་ཁམས་དེ་ནང་གནས་པའི་ མི་མིན་ནུས་མཐུ་ཅན་གྱི་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལྷཔོ་དེ་ དོན་ལུ་ སྐྱེས་ལྷ་དང་ཡུལ་ལྷ་ཨིནམ་ད་ དེ་ལུ་ཡང་ འཚོ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ ཡུལ་ལྷ། སྲུང་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ བཙན་བདུད། སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ དགྲ་ལྷ། རང་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་འགྲོགས་པའི་ལྷ་ མོ་སྨན་གྱི་རིགས། ཕ་མེས་འགོ་བའི་ལྷ་ ཕོ་ལྷ་མགོན་བྱེད་ཟེར་ འགོ་བའི་ལྷ་ལྷ་འམ་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་སྦེ་ངོས་འཛིན་འབདཔ་ཨིནམ་ད་ ཉིམ་གཞོང་གི་བཙན་བདུད་གཉིས་པོ་ སྡེ་བརྒྱད་རིགས་ཀྱི་ འགོ་བའི་ལྷ་འམ་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་ལྷའི་ཁོངས་སུ་གཏོགསཔ་ཨིན་པས། སྤྱ་འགྱུར་རྙིང་མའི་ཞལ་འདོན་ (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༢༢༥) “ལ་བཙན་དང་ནི་ལུང་བཙན་དང་། །བྲག་བཙན་དང་ནི་ཆུ་བཙན་དང་། །གངས་བཙན་དང་ནི་གཡའ་བཙན་དང་། །ཀླུང་བཙན་དང་ནི་ཤིང་བཙན་དང་།།” ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་ གོང་གི་བཙན་བདུད་གཉིས་པོ་ གངས་བཙན་དང་ ལུང་བཙན་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགསཔ་ཨིན་པས།

བཙན་གྱི་རྣམ་པ་གཙོ་བོ་ རྒྱལ་བློན་དང་དམག་དཔོན་གི་ཆ་ལུགས་ནང་འོང་དགོཔ་སྦེ་བཤད་དེ་འདུག། བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༡) གིས་ བོད་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་མེས་དབོན་རྣམ་གསུམ་གྱིས་བཞེས་སྲོལ་ཡོད་པའི་ དར་དམར་པོ་འམ་དཀར་པོའི་ལ་ཐོད་ཅན་དང་། ན་བཟའ་ཕྱུ་པ་བཞེས་ཏེ་ ཧ་གུར་ཆིབས་ཏེ་ ཕྱག་མཚན་

མདའ་གཞུ་དང་ གྲི་གདུང་རྩ་བསྡམས་ཏེ་ཡོདཔ་སྦེ་འགོད་དེ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྦེ་ བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྷ་ཚོགས་ཆེན་མོ་ (༢༠༠༡ ཤོག་གྲངས་ ༡༢༣༨) ནང་ལུ་ "ཡུལ་ལྷ་དཀར་པོ་མདའ་གཞུ་འཛིན་པ། ཁྲབ་རྨོག་འཁོར་གསུམ་སྐེད་ལ་བཅིངས་ཤིང་། རྟ་དཀར་པོ་ལ་ཞོན་པའོ།" ཟེར་ འགོ་བའི་ལྷ་ལས་ ཡུལ་ལྷ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་བཀོད་དེ་འདུག། ད་རུང་

བཙན་ཡུལ་རི་བྲག་དམར་པོ་ལ། །བཞུགས་པའི་བཙན་རྒོད་མཐུ་བོ་ཆེ། །མི་དམར་རྟ་དམར་བྱི་རུའི་མདོག །སྐུ་ལ་ཟངས་ཁྲབ་དམར་པོ་གསོལ། །དབུ་ལ་ཟངས་རྨོག་དམར་པོ་མནབས། །ཆིབས་སུ་རྟ་བཙན་དམར་པོར་ཆིབས། །བཙན་དམར་འབུམ་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར། སྤྱི་འགྱུར་རྙིང་མའི་ཞལ་འདོན་ (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༢༤༥)།

ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་ དེ་ཁའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་གཉིསཔོ་ཡང་ འདི་བཟུམ་མའི་ཁྱད་ཆོས་དང་ལྡནམ་སྦེ་འོང་དགོཔ་ཨིན་པས།

བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ་ (༢༠༢༡) གིས་ ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྩ་ལུ་ ཕོ་མོ་ཞི་དྲག་དང་། དཀར་ཕྱོགས་དང་ནག་ཕྱོགས་ཀྱི་རིགས་ཡོདཔ་སྦེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་དཀར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད། (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༦) "ཁྱད་པར་ཡུལ་ཁམས་འདི་ཉིད་ཀྱི། །ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་སོགས། །ཕོ་ལྷ་དགྲ་ལྷ་ཞང་ལྷ་དང་། །མོ་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་ལ་སོགས་པ།" ཟེར་འཁོད་མི་རྩ་ལུ་བལྟ་རུང་ དེ་བཟུམ་མའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡོདཔ་སྦེ་གསལ་ཏེ་འདུག། ཡུལ་ལྷ་དང་གཞི་བདག་གི་ཁྱད་པར་ཡང་ ཡུལ་ཁམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་དབང་མི་ལུ་ཡུལ་ལྷ་དང་། གཞི་ཆུང་ཀུ་རེ་དབང་མི་ལུ་གཞི་བདག་ཟེར་ངོས་འཛིན་འབདཝ་ཨིནམ་ད་ རི་ལུ་ཡང་ སྤང་དང་ནགས་ཚལ་ རི་བྲག་རྩ་ཁ་གཅིན་དུ་འགྲེང་སྟེ་ཡོད་མི་ལུ་ཕོ་རི་དང་། རི་ཁ་ཐུར་གཟར་དྲགས། ནགས་ཚལ་གནག་དུང་དུ་སྦེ་ཡོད་མི་རྩ་ མོ་རི་ཨིནམ་སྦེ་ངོས་འཛིན་འབད་དོ་བཟུམ་ དེ་ཁའི་བཙན་བདུད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡང་ ཏ་ལམ་འདི་དང་ཆ་འདྲཝ་སྦེ་ཡོདཔ་ལས་ བཙན་ཕོ་དང་ གཞི་བདག་མོ་ཨིནམ་སྦེ་ འཇམ་དབྱངས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་བཤད་ནི་འདུག (ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ ༢༧/༡༢/༢༠༡༤)།

དེ་ཁའི་ བཙན་བདུད་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡང་ ལྗིང་ལའི་བཙན་ནམ་རི་ལ་དེ་ སྐྱེས་བུ་ཧླུང་བཙན་གྱི་སྲས་ཨིནམ་དང་ གཞི་བདག་དེ་ གཞལམ་སྣང་གནས་བདག་ རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན་གྱི་སྲས་ཀྱི་མནའམ་ཨིནམ་སྦེ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་དོ་བཟུམ་ མཆོད་ཚིག་ནང་ལུ་ "བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེས་བུ་ཧླུང་བཙན་དང་ འཇམ་ལྗོངས་རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན་ཚེ་ན་བློན་པོ།" ཟེར་བའི་ཚིག་ ཡང་བསྐྱར་བརྗོད་ནི་འདུག། དེ་གཉིས་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པའི་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་ཨིན་མེན་གྱི་ཐད་ཁར་

ཀྱཻ༔ རང་བཞིན་རྣམ་བདག་ལྷུན་གྲུབ་གདོད་མའི་གཞི། །མ་འགག་ངོ་མཚར་རྣམ་འཕྲུལ་སྒྱུ་མའི་ཞིང་། །བཀྲ་ཤིས་གཡང་ཆགས་སྲས་ཡུལ་བུམ་ཐང་ལུང་། །འཆི་མེད་སྒྲུབ་པའི་དབེན་གནས་དམ་པ་ནས། །པདྨའི་བཀའ་སྲུང་སྐྱེས་བུ་ཧླུང་བཙན་ཆེ། ཟེར་བ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས་ ཀྱཻ༔ དྲེགས་པ་འདུལ་མཛོད་དཔལ་ཆེན་གསང་བའི་བདག །འཆི་མེད་རྒྱལ་པོ་པདྨ་ཀ་ར་སོགས། །རིགས་འཛིན་བརྒྱུད་པའི་སྤྱན་སྔར་ཁས་བླངས་བཞིན།། (དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་དཀར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྲུང་ (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༡)།

ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་པའི་ཆོས་སྲུང་ཨིནམ་སྦེ་གསལཔ་མ་ཚད་ གཉིས་ཆ་རར་དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ལྷ་ཨིནམ་སྦེ་ངོས་འཛིན་འབད་ཚུགས་པས། གཡུས་མི་ཚུ་གིས་འབད་རུང་ བཙན་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་ཕ་དང་ གཞི་བདག་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་མ་དང་འདྲཝ་སྦེ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེདཔ་ཨིན་པས།

ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཚུ་དང་ མི་གི་བར་ན་འབྲེལ་བ་སྒྲོམ་ཡོདཔ་དང་ དེ་ཡང་ གྲོང་གསར་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག (༢༠༢༡) དང་ བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྷ་ཚོགས་ཆེན་མོ་ (༢༠༠༡) གཉིས་ནང་ གཞི་བདག་དང་ཡུལ་མིའི་ཆ་ལུགས་ཀྱི་ཐད་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་སྤྱོད་ལམ་གཅིག་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག། ཁོང་གཙོ་བོ་གཙང་སྦྲ་ལུ་གནས་སྡོདཔ་ལས་ བཙོག་གྲིབ་མ་བཏང་པར་མཐུ་སྟོབས་རྒྱས་པའི་ཐབས་བསྟེན་པ་ཅིན་ ཟག་བཅས་ཀྱི་མངོན་ཤེས་དང་རྫུ་འཕྲུལ་གྱིས་ བར་ཆད་བསལ་ཏེ་བསམ་དོན་འགྲུབ་ནི་དང་ སྟོད་བཙུད་ག་ར་ བཀྲ་ཤིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་འབྱུང་ནི་ཨིནམ་སྦེ་བཤད་དོ་བཟུམ་ (བོན་པོ་འགྱིར་པོ། ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ ༢/༠༡/༢༠༡༩) གིས་འབད་རུང་ ཁོང་

ཐུགས་མཉེས་པ་ཅིན་ ལུང་པ་དང་མི་སེར་གེ་ར་ ནད་སྨུག་འཁྲུག་རྩོད་ཚུ་ཞི་སྟེ་ བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་ནི་དང་། ཁོང་ཐུགས་མ་མཉེས་པ་ཅིན་ འདི་དང་བསྟུན་པའི་སྟབས་མ་བདེ་བྱུང་ནི་ཡོདཔ་ལས་ ད་ཚུན་དེ་བཟུམ་འབད་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ དགའ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དུས་སྐབས་ཤར་ཏེ་ཡོད་རུང་ ད་ལས་ཕར་ ལམ་སྲོལ་འདི་ ཡུན་ག་དེ་སྲེ་བརྟན་འོང་ག་ཟེར་བའི་ཚ་གྱང་ཡོད་ལུགས་དང་ མི་སྡེ་འགོ་འཁྲིདཔ་ཚུ་གིས་ ཡུན་བརྟན་གྱི་ཐབས་ལམ་བསྒྲིག་དགོཔ་དང་ ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་གོ་བརྡ་སྤྲོད་དགོཔ་འདུག་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

བཙན་མཆོད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ།

བཙན་མཆོད་ཀྱི་བཅའ་སྒྲིག

བཅའ་སྒྲིག་ཟེར་མི་དེ་ སློབ་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༢༡) "སྔོན་དུ་གྲ་སྒྲིག་གམ་གྲབས་གཤོམ་བྱེད་པའི་དོན།" ཟེར་དོ་བཟུམ་ གལ་ཅན་གྱི་ལས་སྣ་ རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་དང་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ མཆོད་ནིའི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་སྒྲིག་མི་ལུ་སླབ་ཨིན་པས། ནངས་པ་བཟུམ་ཅིག་ལུ་བཙན་མཆོད་ནི་ཨིན་པ་ཅིན་ ད་རེས་ལས་ སྦྱིན་བདག་རང་ཉིད་ཕྱག་མཇལ་ཅིག་དང་སྦྲེ་བོན་པོ་ཞུ་བར་བཅར་དགོཔ་ད་ བོན་པོའི་ཞལ་བཀོད་ལྟར་དུ་ ཚལ་མ་ནང་ལས་དར་ཤིང་ཆུང་ཀུ་ མགུ་ལོ་ཅནམ་གཉིས་དང་ ཞལ་ལག་ཆག་པ་གཅིག་བཅད་དེ་འབག་འོང་དགོཔ་ལས་ དེ་གཉིས་ བཙན་དར་དང་ བདུད་དར་གྱི་མཚོན་བྱེད་ཨིན་པས། བཙན་དར་གུར་ སྐུདཔ་དམརཔོ་གིས་བཀྲུ་བའི་ཙམ་པ་ཀའི་མེ་ཏོག་གྲངས་དགུ་དང་། བདུད་དར་གུ་ མེ་ཏོག་གྲངས་བདུན་ སྐུདཔ་གནགཔོ་གིས་བཀྲུ་སྟེ་དཔྱང་དགོ་མི་དེ་ མེ་ཏོག་གི་ཕྲེང་བའི་བརྡ་མཚོན་དང་ མེ་ཏོག་མང་ཉུང་གིས་ ཡུལ་གྲུ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་དང་ བྱ་བ་རླབས་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ལས་ བཙན་གོང་ན་བདུད་འོག་ན་ཨིན་པའི་བརྡ་མཚོན་ཨིན་པས། དར་ཤིང་གི་ཁུངས་གཞན་ སྒྲིག་ལམ་རྣམ་གཞག་གི་དེབ་ཐེར་ནོར་བུའི་ཕྲེང་བ་ (༡༩༩༩) རང་ལུ་འགོ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་སྲུང་ཆགས་པའི་རྟེན་ཨིནམ་སྦྲེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་དང་ འདི་གི་ཁ་ཕན་ཡང་ ཉེར་མཁོའི་སྒྲིག་ལམ་རྣམ་གཞག (༢༠༡༠) ནང་ལུ་ བརྩམས་པའི་བྱ་བ་འགྲུབ་ནི་དང་ སྲིད་གསུམ་ཟིལ་གྱིས་གནོན་ནི། སྣང་གྲགས་ཀུན་ལུ་ཁྱབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོདཔ་སྦྲེ་བཀོད་དེ་འདུག། དར་སྐུད་དམར་ནག་བཀྲུ་དགོ་མི་འདི་ བཙན་དམར་ བདུད་ནག་གི་མཚོན་བྱེད་ལུ་ཨིནམ་ད་ དེ་ཡང་ སྟ་

འགྱུར་སྙིང་མའི་ཞལ་འདོན་ (ལོ་མེད། ཤོག་གྲངས་ ༢༢༤-༢༢༥) "བཙན་ཡུལ་རི་བྲག་དམར་པོ་ལ། །བཞུགས་པའི་བཙན་རྒོད་མཐུ་བོ་ཆེ། །མི་དམར་རྟ་དམར་བྱི་རུའི་མདོག །སྐུ་ལ་ཟངས་ཁྲབ་དམར་པོ་གསོལ། །དབུ་ལ་ཟངས་རྨོག་དམར་པོ་མནབས། །ཆིབས་སུ་བཙན་རྟ་དམར་པོ་ཆིབས། །བཙན་དམར་འབུམ་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།།" ཟེར་ བཙན་མདོག་དང་དེའི་དངོས་རྫས་ག་ར་དམརཔོ་ཡིནམ་སྲི་གསལ་ནི་འདི་གིས་ཡིན་པས།

རྡོ་པ་ བོན་པོ་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ གནསཔོ་གི་ཁྱིམ་གྱི་ཕྱི་ཁར་ ས་གནས་བདེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ནང་ བཙན་བདུད་གཉིས་ཀྱི་མཚོན་བྱེད་དར་ཤིང་གཉིསཔོ་བཏབ་ནི་དང་ འདི་གི་གདོང་ཁར་ བེ་རེམ་ (Brame) ཟེར་ཤིང་གི་གཞལ་ལག་ཆག་པ་སྦོ་རུ་རུ་དེ་བཀྲམ་སྟེ་བཞག་དགོཔ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ བཙན་བདུད་ཚུ་གདན་འདྲེན་པའི་སྐབས་ གནས་སྐབས་ཀྱི་བཞུགས་ཁང་ཡིནམ་ལས་ འདི་ལུ་ ལྷ་བྲང་། (Lhabrang) ཟེར་སླབ་ཡིན་པས། དར་ཤིང་འཕྱར་བའི་སྲོལ་ཡང་ ཀླུ་སྨྲོན་ཏེ་རུ་ཀ་ (༢༠༢༡) གིས་ སྔོན་གྱི་དུས་ལུ་དཔའ་བོ་ཚ་ཁྲབ་ཀྱིས་ལྷའི་སྲུང་སྐྱོབ་མཛད་པའི་དཔའ་དར་ཟེར་ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་དཔའ་རྟགས་དང་ ཐམ་སྐད་སྒྲོགས་ཏེ་ རི་མགོའི་རྩེ་ལུ་ མདའ་མདུང་ཚུ་བཏབས་ཏེ་གཡུགས་སྲོལ་ཡོད་མི་དེ་ལས་དར་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་དེ་འདུག། གནས་པོ་གིས་ དཀར་རྫས་འབྲུ་ཡི་ཚོགས་སྦེ་ ལྕོ་གཙང་མ་རྫམ་གཅིག་ནང་གཡོ་སྟེ་ ཚོགས་སྤྱགས་སྐོང་རྡོ་བཙོ་བཙོཔ་དང་དར་ཆིལ། པད་སྟེར་བདུན་ཚར་གཅིག་དང་གསེར་སྐྱེམས་ཡོ་བྱད་ཆ་ཚང་ཅིག་བཙའ་སྒྲིག་རྐྱབ་མི་དེ་ བོན་པོ་གིས་ པད་སྟེར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཚོགས་བཀང་སྟེ་ ཚོགས་སྤྱགས་སྐོང་རྡོ་བཀག་བཀགཔ་རེ་དང་ དར་ཆིལ་སྐོར་ལེབ་རེ་བཀལཝ་ཡིན་པས། ཚོགས་སྟེར་ལྔ་ ནམ་མཁའི་བོན་ལྷ་ཚུ་ལུ་ཕུལ་བའི་ཚུལ་སྦེ་ ཚོགས་ཁྲི་གུར་བཀྲམ་པའི་ལྷག་མ་གཉིསཔོ་འདི་ བཙན་བདུད་ལུ་ཕུལ་བའི་ཚུལ་སྦེ་ཚོགས་ཁྲིའི་རྩ་བར་བཞགཔ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་ ནམ་མཁའི་བོན་ལྷ་ཚུ་གོང་ན་ཡིན་པའི་མཚོན་བྱེད་དང་ བཙན་བདུད་ཚུ་འོང་གི་བཀའ་སྲུང་བཟུམ་འབདཝ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིནམ་སྦེ་བཤད་ནི་དུག (བོན་པོ་འཁྱིར་པོ། ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ *༢/༠༡/༢༠༡༩*)།

ཚར་གཞོང་གཅིག་ནང་ འབྲུ་སྣ་སྦྱོ་དང་ ཀར་གང་རུང་བླུགས་པའི་ ཚ་བྲེ་གི་མཚོན་བྱེད་ལྟ་ བྲེ་གཅིག་དང་། དེའི་སྟེང་ལྟ་ རང་གི་ཆེ་མི་གཡོ་བར་བརྟན་པའི་རྟེན་མདའ་འདི་ ཆེ་འགྲུགས་ནིའི་དོན་ལྟ་བཙུགསཔ་ཨིན་པས། ཚར་གཞོང་དཔྱ་གཉིས་ལྟ་བགོ་བའི་གཡས་ཁ་ཐུག་ལྟ་ཕོ་གོ་དང་ གཡོན་ཁ་ཐུག་ལྟ་མོ་གོ་བཏབ་སྟེ་བསྐྱིལ་དགོ་མི་དེ་ བཙན་བདུད་ལྟ་ ན་བཟའ་གི་མཆོད་པ་ཕུལ་བའི་རྩུལ་ཨིནམ་ད་ ད་རུང་ཚར་གཞོང་གཅིག་ནང་ སྦྱོ་དང་ཀར་གང་རུང་བཛོ་བའི་ཡོས་ མེ་ཏོག་བཟུམ་གས་མིའི་སྤྲོག་མ་[1]དང་། ཅམ་པ་ཀའི་མེ་ཏོག་སླ་བསྲེ་རྒྱབ་སྟེ་བཞག་དགོ་མི་དེ་ སྤྱན་འདྲེན་དང་གཤེགས་གསོལ་འབད་བའི་སྐབས་ དམོད་བཅོལ་སློན་འབྲུའི་མཆོད་པ་སྟོར་ཏེ་ཕུལ་ནིའི་རྫས་ཨིནམ་ད་ གསེར་སྐྱེམས་དང་དཀར་མེ། བསང་ཕོར་ནང་བསང་གི་བཅའ་སྲིག་ཚུ་ཡང་རྒྱབ་དགོཔ་ཨིན་མས།

བཙན་མཆོད་ཐངས།

དང་པ་ར་ བོན་པོ་གིས་ བསང་བཏང་། མར་མེ་ཕུལ། ཆབ་སྒྲོན་ཞིནམ་ལས་མཆོད་འགོ་བཙུགསཔ་ཨིན་པས། མཆོད་ནིའི་དུས་ཚོད་ དྲོ་པ་ཆུ་ཚོད་༨ ལས་ཉི་མའི་ཆུ་ཚོད་༡༢ གི་ནང་འཁོད་ནང་མ་གཏོགས་ ཉིན་གུང་ཡོལ་ཞིནམ་ལས་མཆོད་སྲོལ་མིན་འདུག། མཆོད་པའི་ཐོག་མར་བསང་མཆོད་ཨིནམ་ད་ དེ་ཡང་ ནམ་མཁའི་བོན་ལྷ་དང་ ཡུལ་བཙན་གཞི་བདག་ཚུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་སའི་གནས་ཁང་དང་ མཆོད་རྫས་ཚུ་གི་མི་གཙང་བའི་མནོལ་གྲིབ་ཚུ་བསང་ནིའི་དོན་ལུ་ཨིན་པས། དེ་ཡང་ བསངས་དཔེ་བཀྲ་ཤིས་རེ་སྐོང་ (ལོ་དང་ཤོག་གྲངས་མེད་) "བསངས་ཀྱིས་མི་བསངས་གང་ཡང་མེད། །མ་བསངས་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བསངས། །མ་དག་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག།" ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་ཨིནམ་ད་ བསངས་རྫས་ཡང་ གཙང་མའི་ཟས་སྣ་དང་འབྲུ་སྣ། སྨན་སྣ་དང་རིན་ཆེན་སྣ་ལྔ་ཚུ་ཕུལ་དགོཔ་ཨིན་རུང་ མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་དྲི་དང་ལྡན་པའི་ཤིང་སྣ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཨིན་པས།དེ་གི་ཤུལ་ལས་ སྤྱན་འདྲེན་ཨིནམ་ད་ སྤྱན་འདྲེན་ཟེར་མི་འདི་ བློ་བཟང་སློན་ལམ་ (༢༠༢༥) གིས་ མཆོད་ཡུལ་ཚུ་མགྲོནམ་སྦྲེ་འབོ་བའི་དོན་ཨིནམ་སྦྲེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦྱིན་བདག་གིས་ གསོལ་བ་མཆོད་བསྟོད་འབད་བའི་ངོ་བོ་ལྟ་ སྐྱབས་མཛད་པར་འབྱོན་གནང་ཟེར་ཞུ་བའི་

[1] ༼ཀར་དང་སྦྱོ་བཛོ་བཛོཝ་འདི་ལྟ་ ཁེངས་ཁ་ལས་ བོག་མ་ཟེར་སླབ་མ་ཚད་ ཀྭའི་ལི་བོག་མ་ཟེར་ཡང་སླབ་ཨིན་པས།༽

ཞེ་ས་ཡིན་པས། བོན་པོ་ མཆོད་འབྲུའི་ཚར་གཞོང་བཤེད་དེ་ ལྷ་བྲང་ (Lhabrang) ནང་སོང་སྟེ་ གཡུས་བཙན་གཞི་བདག་གཉིས་དང་ འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་རྩ་ ཚར་གཅིག་ དེ་ཁར་གདན་འདྲེན་ཞུ་བའི་ཤུལ་ལས་ བོན་པོ་ཁོ་ར་ཏེ་མ་ཏེ་མ་སོང་སྟེ་ དམོད་བཙོལ་སྨོན་འབྲུ་ གམ་ཆང་ཟེར་བསུ་བའི་ཡོན་སྦྲེ་སྟོར་བཞིན་དུ་ དང་པ་བཙན་རིགས་ཞུ་བའི་ཤུལ་ སྦར་ག་ཡིནམ་སྦྲེ་ བདུད་རིགས་གནས་པོའི་ཁྲིམ་ན་གདན་འདྲེན་དོ་ཡོད་མི་དེ་ བོན་པོ་ རིན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གི་ལུགས་ཡིན་པས། བོན་པོ་ འཁྲིར་པོ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ བདུད་ཀྱི་རིགས་ ལྷ་བྲང་ (Lhabrang) ཙུན་མ་གཏོགས་ གནས་པོའི་ཁྲིམ་ནང་ཞུ་ནི་མེདཔ་ལས་ གསོལ་མཆོད་ཚུ་ཡང་ བོན་པོའི་སེམས་ཀྱིས་དམིགས་ཏེ་ཕུལཝ་ཡིན་ཟེར་བཤདཔ་ནི་འདུག (བོན་པོ་འཁྲིར་པོ། ངོ་རྐྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ ༣/༠༡/༢༠༡༩)། དེ་བསྒང་ སྦྱིན་བདག། ཡང་ན་ སྐྱེས་པའམ་/ཟ་མོ་ ག་ལུ་དམིགས་ཏེ་མཆོདཔ་ཡིན་ན་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མི་ངོམ་ཚུ་ ཕྱག་འཚལ་ཏེ་སྨན་དར་ཕུལ་དགོཔ་ཡིན་པས། སྦྱིན་འདྲེན་གྱི་ཤུལ་ལས་མཆོད་པ་ཕུལཝ་ཡིན་པས། མཆོད་པ་ཟེར་མི་འདི་ སྨོན་ལམ་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ (༢༠༡༥) ནང་ལུ་ ཕུལ་བའམ་བཞེས་པའི་དོན་ཡིནམ་སྦེ་བཀོད་དོ་བཟུམ་ སྐྱབས་ཡུལ་ཚུ་ ཐུགས་མཉེས་པའི་ཕྱིར་དུ་ རྫས་ཀྱི་རིགས་ཕུལ་མི་ལུ་སླབ་ཡིན་པས། མཆོད་རིམ་ཡང་ དང་པ་བཙན་གྱི་རིགས་ལུ་མཆོད་པའི་ཤུལ་མ་ གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་མཆོདཔ་ཡིན་པས། མཆོད་རྫས་གཙོ་བོ་ མེ་ཏོག་གིས་བརྒྱན་པའི་དར་ཤིང་དང་ན་བཟའ། སྔོན་རྟོག་དང་ཕུ་རུམ་[2]སྤྲགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་ཚོགས། གསེར་སྐྱེམས་དང་དཀར་མེ། སྨན་དར་དང་འབྲུ་སྣ། ཚེ་མདའ་ཚུ་ཡིནམ་ད་ དེ་ཡང་ ཞལ་འདོན་ཕྱོགས་བསྒྲིབས་བདེ་ནས་བདེ་བར་བགྲོད་པའི་ཐེམ་སྐས་ (༢༠༠༩ ཤོག་གྲངས་ ༣༧༦) མེ་ཏོག་དམ་པ་ཕྲེང་བ་དམ་པ་དང་། །སིལ་སྙན་རྣམས་དང་བྱུགས་པ་གདུགས་མཆོག་དང་། །མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་སྤོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་དྲི་མཆོག་དང་། །ཕྱེ་མའི་འཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི།། ཟེར་ བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྨོན་ལམ་ནང་གསུངས་དོ་བཟུམ་ གཙོ་བོ་འདོད་ཡོན་གྱི་མཆོད་པ་ཡིན་པས།

---

[2] དར་ཚོལ་ལུ་ ཁེངས་ཁ་ལས་ ཕུ་རུམ་ཟེར་སླབ་ཡིན་པས།

མཆོད་པའི་ཤུལ་ལུ་ གཤེགས་གསོལ་འབདཔ་ཨིན་པས། གཤེགས་གསོལ་ཟེར་མི་འདི་ བོན་པོ་གིས་ ལྷ་སྟགས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྒོ་ལས་ རང་ལུ་སྐྱབས་མགོན་མཛད་པར་ཞུ་མི་ལྷ་བཙན་ཚུ་ ལོག་ཁོང་རའི་གནས་ལུ་ཕེབས་སྐྱེལ་འབད་མི་ལུ་སླབ་ཨིན་པས། བོན་པོ་གིས་ སྔོན་འབྲུའི་ཚར་གཞོང་བཤེད་དེ་ ཕྱི་ཁའི་ལྷ་བྲང་གི་སར་སོང་སྟེ་ ཚོགས་དང་གསེར་སྐྱེམས་བཤགས་ཏེ་ བཤུལ་ཆང་གི་མཆོད་པ་ སྐྱེལ་ཆང་གི་ཚུལ་སྒྲ་སྟོར་ཏེ་ བཙན་བདུད་ཀྱི་འགོ་རིམ་ཏེ་མ་བཟུམ་སྦྲ་གཤེགས་སུ་གསོལཝ་ཨིན་པས། ལྷ་ཞུ་སྟེ་ ལོག་གཤེགས་གསོལ་མ་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་ཡི་བཀའ་ཆད་ཕོག་སྟེ་ ནད་དང་མུ་གེ་ཚུ་འབྱུངམ་ཨིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག (དོན་གྲུབ་དང་བསྟན་འཛིན། ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ། སྤྱི་ཚེས་ ༣/༠༡/༢༠༡༩)།

འདི་གི་ཤུལ་ལས་ དགེ་བ་བསྔོ་སྟེ་བཀྲ་ཤིས་ཕབ་སྟེ་མཇུག་བསྡུཔ་ཨིན་པས། བསྔོ་བ་ལུ་ཡང་ མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་རུང་ འདི་ནང་ མངོན་པར་མཐོ་བ་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་འཐོབ་ཐབས་ལུ་བསྔོ་ཞིནམ་ལས་ བཀྲ་ཤིས་པའི་སྨོན་ཚིག་ཚུ་འདོན་ཏེ་མཇུག་བསྡུཔ་ཨིན་པས། བསྔོ་བའི་ཕན་ཡོན་ཡང་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྩ་བ་དང་འགྲེལ་པ་ (༢༠༡༡ ཤོག་གྲངས་ ༨༥) "ལྷ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབེབབས་ཤིང་། །ལོ་ཏོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག །རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞིན་བྱེད་གྱུར་ཅིག །འཇིག་རྟེན་དག་ཀྱང་དར་བར་ཤོག།" ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་ མཆོད་འགོ་བསང་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ མཇུག་བསྔོ་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་ཕབ་ལུགས་དང་ བསྔོ་བའི་ཚིག་དང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་ཚིག་ཚུ་ཡང་ནང་ཆོས་དང་ཏ་ལམ་ཐག་ཉེ་སུ་ཅིག་སྦྲ་མཐོངམ་ཨིན་པས།

མཇུག་བསྡུ་དང་གྲོས་འཆར།

ཁེངས་ཉིམ་གཞོང་ལུང་པར་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པའི་བཙན་མཆོད་འདི་གཙོ་བོ་ གལ་ཅན་གྱི་བྱ་བ་དཔེར་ན་ ཚོང་ལཱ་བཙུགས་ནི་དང་ གོང་མའི་ཞབས་སར་བཅར་ནི་ རིག་གནས་ཡིག་རྩིས་ལྷབ་ནི། ཐག་རིང་སར་འགྲོ་འགྲུལ་འབད་ནི་དང་ རྐྱེན་སེལ་རིམ་གྲོ་ལ་སོགས་པ་གལ་ཅན་གྱི་ལཱ་འགོ་བརྩམས་པའི་སྐབས་ མནོ་དོན་འབད་མེད་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་ བོན་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ལུང་པའི་བཙན་དང་གཞི་བདག་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཏེ་ སྐྱབས་ཞུ་བའི་གསོན་པོའི་རིམ་གྲོ་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཁག་ཆེཝ་རེ་འཐོནམ་ད་བོན་པོ་ཚུ་ཞུ་སྟེ་མཆོདཔ་མ་གཏོགས་ དོན་ཚན་འདི་གི་རིང་ལུགས་སྤྱི་དང་འབྱུང་ཁུངས།

ཁུངས་གཏུགས་ཀྱི་རིགས་ཤེས་ཡོན་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་ ཞིབ་འཇུག་མ་འབད་བར་ཡོདཔ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་གིས་ བོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱབ་ཁུངས། ཁེངས་ཡུལ་ལུ་བོན་ཆོས་དར་ཚུལ། ཉིམ་གཞོང་བཙན་མཆོད་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ། ལྷིང་ལའི་བཙན་གྱི་ངོ་སྤྲོད་ཁ་གསལ་དང་ མཆོད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་གྲོས་བསྡུར་འབད་དེ་ཡོད།

དེ་བསྒང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་ནིའི་ཆོས་ཟེར་རུང་ གཙོ་བོ་བོན་ཆོས་འབདཔ་ལས་ ཤུལ་ལས་ ནང་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཤུགས་ཆེ་དྲག་སྦེ་དར་ཁྱབ་འགྱོ་རུང་ སྔོན་གྱི་གོམས་གཤིས་ཤུགས་དྲག་པའི་གནད་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་ཡང་འདི་གི་སྲོལ་ཁྲུན་མ་ཡལ་བར་ དེའི་བརྒྱུད་འཛིན་ཚུ་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་པ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་འདི་གི་ཐོག་ལུ་ གྲོས་བསྡུར་འབད་དེ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ཁུངས་གཙོ་བོ་ ཁུངས་གཏུགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཚུ་དང་ ཞིབ་འཚོལ་པ་རང་ཉིད་ ལས་རིམ་ནང་ལུ་དངོས་སུ་སྤྲི་གྲལ་གཏོགས་འབད་དེ་ཐོབ་པའི་གནས་སྡུད། གཞན་ཡང་གཡུས་མི་རྒན་ཤོས་དག་པ་ཅིག་དང་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་བའི་གནས་སྡུད་ཚུ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་བཀོད་ཡོད། ཨིན་རུང་ སྨྲུན་འདྲེན་སྐབས་ ལྷ་བྲང་ (Lhabrang) ལས་ གནས་པོའི་ཁྱིམ་ནང་ བཙན་གདན་དྲངས་པའི་ཤུལ་མ་ གཞི་བདག་གདན་འདྲེན་ཞུ་ནིའི་ཐད་ ལུགས་གཅིག་ལས་གནས་པོའི་ཁྱིམ་ཀྱི་ཕྱི་ཁར་ ལྷ་བྲང་ ཚུན་ཚོད་ཞུ་སྟེ་མཆོད་སྲོལ་ཅིག་དང་། ལུགས་གཞན་མི་ཅིག་ནང་ གནས་པོའི་ཁྱིམ་ནང་ཞུ་སྟེ་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་མི་གཉིས་རྒྱབ་འགལ་སྦྲི་མཐོང་མི་འདི་དང་། བསྡོ་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་ཚིག་ ནང་ཆོས་དང་འདྲ་བའི་ཁུངས་དོན། བསྡོ་ཚིག་ནང་ བཙན་རྒྱལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་/གཞི་བདག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གྲུབ་འགྱུར་ནས་ཟེར་མི་དང་ གསང་བའི་བདག་པོ་གྲུབ་འགྱུར་ནས་ཟེར་འདོན་སྲོལ་མ་འདྲཝ་ཡོད་མི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ཐད་ལུ་ ད་རུང་འཕྲོ་མཐུད་དེ་ཞིབ་འཇུག་འབད་དགོཔ་འདུག།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཐོ།

ཀུན་མཁྱེན་པདྨ་དཀར་པོ། (ལོ་མེད།) བསངས་དཔེ་བཀྲ་ཤིས་རེ་སྐོང་།
ཀུན་བཟང་འཕྲིན་ལས། (༢༠༠༢) *རྫོང་ཁའི་ཚིག་མཛོད་ཆེན་མོ།* འབྲུག ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྲི་ལས་སྒོ།

ཀླུ་སློན་ཏེ་རུ་ཀ (༢༠༢༡) བོད་ཀྱི་གཞི་བདག་རིག་གནས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་དེའི་ཁྱད་ཆོས་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་པ། བོད་རིག་པ། https://bodrigpa.org/archives/322 ལས་ཐོབ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཀུན་བཟང་ཕྲིན་ལས་ (ཞུན་དག་པ) (༢༠༡༧) བཀའ་ཐང་གསེར་འཕྲེང་།

མཁན་པོ་ཀུན་བཟང་དཔལ་ལྡན། (༢༠༡༡) བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྩ་བ་དང་འགྲེལ་པ་བཞུགས་སོ། རྒྱ་གར། ཆོས་སྤྱོད་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

རྒྱལ་གཟིམ་དྲགས་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན། (༡༩༩༩) སྒྲིག་ལམ་རྣམ་གཞག་གི་དེབ་ཐེར་ནོར་བུའི་ཕྲེང་བ། འབྲུག ཐིམ་ཕུ། ཀུན་གསལ་རང་སྐྱོང་ལས་འཛིན།

སྔགས་འཆང་གུ་རུ། (ལོ་མེད།) སྔ་འགྱུར་རྙིང་མའི་ཞལ་འདོན།

མངའ་རིས་པ་མཁན་ཆེན་ཚེ་དབང་རིག་འཛིན། (༢༠༡༡) གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་འབྱུང་བར་བརྗོད་པ་ལེགས་

འཇིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྡོ་རྗེ། (༢༠༠༡) བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་ལྷ་ཚོགས་ཆེན་མོ། མཚོ་སྔོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

འཇིགས་མེད་འོད་ཟེར། (༢༠༡༠) ཉེར་མཁོའི་སྒྲིག་ལམ་རྣམ་གཞག འབྲུག ཐིམ་ཕུ། ཀུན་གསལ་རང་སྐྱོང་ལས་འཛིན།

བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ། (༢༠༢༣) འབྲུག་གི་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་སྲོལ་དང་ལམ་སྲོལ། འབྲུག་དང་ཧི་མཱ་ལ་ཡའི་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

བསྟན་འཛིན་རྡོ་རྗེ། (༢༠༢༡) གྲོང་གསར་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག འབྲུག སྤ་རོ། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་།

ཐུའུ་བཀྭན་བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ། (༡༩༨༣) ཐུའུ་བཀྭན་གྲུབ་མཐའ། ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

དཔའ་བོ་གཙུག་ལག་ཕྲེང་བ། (༢༠༠༣) ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན། རྒྱ་གར། ཝཱ་ཎ་བཛྲ་བིདྱཱ་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་། (ལོ་མེད) པདྨ་དཀར་ཚལ་དང་གཞལ་ཡས་སྒང་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་

སྒྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག། འབྲུག སྤུ་རོ། ནང་སྲིད་དང་སྲོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག།
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན། (༢༠༡༡) *འབྲུག་གི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ།* ཞིབ་འཚོལ་གོ་རིམ་དྲུག་པ། འབྲུག སྤུ་རོ།
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་། (༢༠༡༨) *འབྲུག་གི་དངོས་ཅན་དང་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ།* ཞིབ་འཇུག་གོ་རིམ་ཐེངས་༢ པ། འབྲུག ཐིམ་ཕུ། ཕྱུག་ན་སེང་གེ། ཚང་ཚ་པ་དུང་མདོག་ལེགས་ལྡན་མཛེས་ཆ། ཀ་ཕང་བྱང་ས།
བཤད་རྒྱ་མཚོའི་གླིང་གཞི། སྨིན་གླིང་མཐོ་སློབ་ཁང་།
རྩོམ་པ་པོ་མེད། (ལོ་མེད།) *ལོ་རྒྱ་བ་མེན་པོ་བི་རོ་ཙ་ནའི་རྣམ་ཐར་འདྲ་འབག་ཆེན་མོ།* འབྲུག ཐིམ་ཕུ། སྤྱུན་གཉིས་མཐུན་འབྲེལ་དཔར་བསྐྲུན་ཁང་། ཅང་ཟམ་ཏོག།
རྩོམ་པ་པོ་མེད། (ལོ་མེད།) *དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་དཀར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྐྱང་།*
རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས། (༢༠༢༢) *རྫོང་ཁའི་ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ།* འབྲུག། ཐིམ་ཕུ། ཤོག་གྲངས།

སློབ་དཔོན་པདྨ་ཚེ་དབང་། (༡༩༩༩) *འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།* འཇམ་དབྱངས་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱིས་དཔར་བསྐྲུན་མཛད།

སློབ་དཔོན་གནག་མདོག། (༡༩༢༦) *འབྲུག་དཀར་པོ།* India New Delhi Indraprastha Press (CBT)
སློབ་དཔོན་ལུང་རིགས་ (ཉུན་དགའ་པ) (༢༠༡༥) *དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱོང་ཉེར་མཁོ་དགོས་པ་ཀུན་ཚང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།* Taiwan, R.O.C.
Tenzin, R., & Ugyen, P. (1999) *KHENGRIG NAMSUM* Zhemgang, Bhutan *Integrated Sustainable Development Programme*,

ISSN No: *E-ISSN (2959-8273) P-ISSN (2959-8265)*

KARGYUD SUNGRAB NYAMSO KHANG (2004) ཞལ་འདོན་ཕྱོགས་བསྡེབས་བདེ་ནས་བདེ་བར་བགྲོད་པའི་ཐེམ་སྐས། The Corporate Body of the Buddha Education Foundation Taiwan

Lobsang Monlam. (2025). *Monlamdictionary*.com. https:/monlamdictionary.com

ཞིབ་འཚོལ་པའི་ངོ་སྤྲོད།

སངས་རྒྱས་ཕུན་ཚོགས། རང་ཉིད་ ཆུང་ཀུའི་བསྐྱང་ལས་ ཁེངས་ཉིམ་གཞོང་སློབ་གྲྭ་ཆུང་བ་ལས་འགོ་བཙུགས་ ཕུ་མེད་ཐང་དང་ བགྲིས་གཡང་རྩེ་རིག་གནས་སྤེལ་ཁང་ཚུ་ནང་ ནང་པའི་རིག་གཞུང་གི་གཞི་འགྱུམ་དང་ རང་ལུགས་འབྲུག་པའི་ལག་རྩལ་བཟོ་རིག་འདྲེས་མའི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ལྷབ་སྦྱངས་འབད་དེ་གཙུག་ལག་གཞི་རིམ་དང་ གཙུག་ལག་གོང་མ་ རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ལས་བསླབ་པ་མཐར་སོན་ཏེ་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལས་ ཞི་གཡོག་ནང་འཛུལ་ཏེ་ ཐིམ་ཕུག་བཟོ་རིག་བཅུ་གསུམ་སྤེལ་ཁང་ནང་ལོ་ངོ་བཅུ་ཕྲག་ལས་ལྷག་སྡེ་སློབ་སྟོན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཁྱད་རིག་གི་རིག་རྩལ་ཚུ་གོང་འཕེལ་བཏང་སྟེ་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལས་ འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་མངའ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་ རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ལུ་ རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་སྟོན་འབད་དེ་ཕྱག་ཞུ་བཞིན་ཡོདཔ་མ་ཚད་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་རྩོམ་ཚུ་ཡང་པར་སྐྲུན་འབད་དེ་ཡོད། དེ་བཟུམ་སྦེ་ རྒྱལ་ཡོངས་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་གནས་ཚད་ཁར་ ཞིབ་འཚོལ་གྲོས་བསྡུར་ཞལ་འཛོམས་ཚུ་ནང་ཡང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོདཔ་ཨིན།

བཙན་མཚོད་ཀྱི་སྲུང་ཚིག་ ཟུར་སྦྲགས།

༡ བསང་མཚོད་ཀྱི་སྲུང་ཚིག།

བསངས་བསངས་བསངས། (ལན་གསུམ) རྒྱ་ཡི་བསང་ནི་ཨ་ཀར་ཨར་ནག་བསངས། བོད་ཀྱི་བསང་ནི་ས་ལུ་བ་ལུ་བསངས། དབུས་ཀྱི་བསང་ནི་སྐྱེར་པ་འཁན་མ་རུས་བརྒྱུའི་བསངས། མ་ནུ་རུ་ཧའི་[3] དུད་པས་བསངས་ལོ། ཆུ་ཡི་སྙིང་པོ་སྒོ་ངའི་བསངས་ལོ། ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་གཡུ་ཡིས་བསངས་ལོ། ས་ཡི་སྙིང་པོ་གསེར་གྱིས་བསངས་ལོ། ཚོགས་འཁོར་འདུ་འཁོར་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། སྔོ་དཀར་མོ་མ་སངས་

[3] དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཞེར་མཁོ་དགོས་པ་ཀུན་ཚང་ (༢༠༡༠ ཤོག་གྲངས་ ༢༠༣) "མ་ནུ་རུ་ཧའི་དུད་པས་བསངས། །ནམ་མཁའི་སྙིང་པོ་གཡུ་ཡིས་བསངས་ལོ། །ས་ཡི་སྙིང་པོ་གསེར་གྱིས་བསངས།།" ཟེར་བཀོད་མི་ཚུ་བསངས་དཔེ་བཀྲ་ཤིས་རེ་སྔོང་ནང་ལས་འཛིན་མི་ཚུ་དང་ཏ་ལམ་ཅིག་འཐད་པས།

ལྷུན་པོ་བསང་གིས་སངས། དཀར་མེ་མར་མེ་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། ཚེ་ཆང་གཙང་མ་ཨ་ར་བདུད་རྩི་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། གཡས་པ་ཕོ་གོ་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། གཡོན་པ་མོ་གོ་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། ཕྲོ་བ་དྲག་ཟ་འབེན་ཟ་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། རྩེ་མོ་མདའ་དང་དར་དཀར་སེར་དམར་མ་སངས་བསང་གིས་སངས། གཡུ་དྲུག་དཀར་དྲུག་དམར་བསང་གིས་སངས་ལོ། མ་སངས་པ་ཐམས་ཅད་བསང་ཤིང་བདུག་པས་དག་ལོའོ།། ཨོཾ་ཨཱ་ཧཱུྃཿ

༢ བཙན་སྤྱན་འདྲེན་གྱི་སྣང་ཚིག།

ཨོ་ཧོ། (གདངས་འཐེན་ཏེ་ལན་གསུམ) ལྷིང་ལ། ལྷིང་ལའི་བཙན་ནི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཚེ་ན་[4]བྱོན་ལོ། ཨ་མ་ཕ་རོག་ཟླ་བ། བོ་མེད་[5]གཡུ་རུ་འཛོ་མོ་གང་ཀོ་ཚེ་ན་བྱོན་ལོ། སྐྱེས་པ་/ཟ་མ་ (རང་ལོ་བཙུགས་ནི) ལོ་པའི་/ལོ་མའི་ སྐུའི་ངོ་ན་བྱོན་ལོ། པ་པ་མཚམས་ན་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་[6]མཆོད་ལགས། ཞུ་ཟེ་[7]བསྐྱི་ཟེ་བེ་རུ[8]། ཧོ་ཐེམ་དམྱལ་བའི་འཛག་ཀོ་བེ་རུ་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་གསོལ་ལོ། བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་ཏུ་བེ་རུ་བྱོན་ལོ། འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་ངོ་བེ་རུ་བྱོན་ལོ། དམག་ལ་སོང་ན་དམག་དཔོན་མཛད་ཀོ་[9]བྱོན་ལོ། ཚོང་ལ་སོང་ན་ཚོང་དཔོན་མཛད་ཀོ་བྱོན་ལའི། རྒྱ་ལ་སོང་ན་རྒྱ་དཔོན་མཛད་ཀོ། གཡུས་ལ་སོང་ན་གཡུས་དཔོན་མཛད་ཀོ་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ། ན་བ་བྱུང་ན་ན་བ་དྲག་ཀོ། ཤི་བ་བྱུང་ན་ཤི་བ་ཆུད་སི་གནང་ལོ[10]། ལྷག་པ་སྐུམ་ཟེ་གནང་ངོ་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་མཆོད་ལགས། བཙན་ན་ཞུ་ཏ་མི་ཙོ་[11]མཆོད་ལགས་བུ་མོ་ཀོ་ནི། ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བཀོད་རེ་

---

[4] ཁེངས་ཁ་ལས་ ཚེ་ན་ ཟེར་མི་འདི་ ནཱ་ལུ་ཟེར་སླབ་པའི་དོན་ཨིན།
[5] བོ་མེད་ ཟེར་མི་ བུ་མོ་ ཟེར་བའི་དོན་ཨིན།
[6] བུ་ཟེ་ ཟེར་མི་འདི་ ཇོང་ཁ་ནང་ལུ་ འབད་དེ་ ཟེར་བའི་བྱ་ཚིག་ཨིན།
[7] ཞུ་ཟེ་ ཟེར་བ་ཅིན་ བརྟའ་སྟེ་ཟེར་བའི་དོན།
[8] བེ་རུ་ ཟེར་བ་ཅིན་ བྱིན་པར་ ཟེར་བའི་དོན་ཨིན།
[9] མཛད་ཀོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ མཛད་པར་ཟེར་བའི་དོན།
[10] ཆུད་སི་གནང་ལོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ གཙོད་དེ་གནང་དགོ་ཟེར་ཞུ་བའི་སྐུལ་ཚིག།
[11] ཞུ་ཏ་མི་ཙོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཞུ་དོ་སྨ་རེ་དང་ ཡང་ན་ ཞུ་དོ་གོ་ཅིག ཟེར་སྐུལ་ཚིག།

བཀོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད་ནག་[12]ལ་བུ་མོ་ཆེ་ན། ངིན་ན་[13] ཨ་མ་བོ་རོག་མོ། (Brokmo) ཟླ་བ་བོ་རོག་མོ། རུའི་ལི་བྲང་ (Brang) གསོ་བའི་ལེང་། ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། གཙང་གཙང་ཕོག། སྤང་ཀ་རི་ཡི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཐར་པོ་ལ། འཛོ་བ་དཀར་པོའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེས་བུ་ལྷུང་བཙན། ཡུམ་མཚོ་སྨན་རྒྱལ་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་མཆོད་ལགས་བུ་མོ་ཀོ་ནི། [14] བྲག་བཙན་དམར་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་མཆོད་ལགས་ བུ་མོ་ཀོ་ནི། སྐྱེས་པ་/ཟ་མ" (རང་ལོ་བཙུགས་ནི) ལོ་པ་ལོ་མའི་སྐུའི་ངོ་ན་བྱོན་ལོ། བསམ་ན་བསམ་ཟེ་བྱོན་ལོ། བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་ཏུ། འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་ངོ་བེ་རུ་བྱོན་ལའི་བུ་ཟེ་མཆོད་ལགས། ན་བ་ནག་ན་ཀུ་རུའི་ཟེ་[15] (cruei) གནང་ངོ་བྱོན་ལོ། ཤི་བ་ནག་ན་ཚུད་སི་གནང་ངོ་བྱོན་ལོ། ཙན་མ་ནག་ན་[16]འཚུ་ཡི་ཟེ་[17]གནང་ངོ་བྱོན་ལོ། ལྷག་པ་ནག་ན་སྐྱུམ་ཟེ་གནང་ངོ་བྱོན་ལའི་མཆོད་ལགས་ བུ་མོ་ཀོ་ནི། གཙང་གཙང་སྔོར། སྤང་ཀ་རི་ཡི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཐར་པོ་ལ། འཛོ་བ་དཀར་པོ་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། བཀྭན་ཕུག (kwanphu) མེ་ལེང་མའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ནང་བྱོན་ལོ། ངའི་སྐྱེས་པ་/ཟ་མ་ བྲེམ་བྱག་(Bramjag) སྟོག་མོ་ལ། འཐོར་པོ་ལ། མཁའ་ལི་སྤྱོག་པའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཁ་ཤ་ལ། ཨེ་ནང་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཤམ་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། མན་ལ་ (manla) བུན་ལ་ (bunla) རོང་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བྱ་རོགས་མར་རོའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། གྲོང་གསར། མང་བྲའི་ (Mangbrai) ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བསེ་ཐང་། ཏོག་པོ་ལ། ཏད་ཀའི། (Tadkai) ཉུ་ལ་བྲག (brag) གཙང་གཙང་སྔོར་རིའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཤར་རིའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། ལྷོ་ཡི་ས་གནས་འཁོར་དང་

---

[12] ནག་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཡོད་ཟེར་བའི་དོན།
[13] ངིན་ན་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཁྱིད་ཆ་ཁྱབ་ ཟེར་བའི་དོན།
[14] བུ་མོ་ཀོ་ནི་ ཟེར་བ་ཅིན་ འབདཝ་ད་ལུ་ནི་ ཟེར་བའི་དོན།
[15] ཀུ་རུའི་ཟེ་ (Crue ze) ཟེར་བ་ཅིན་ འདྲུད་དེ་ ཟེར་བའི་དོན།
[16] ཙན་མ་ནག་ན་ ཟེར་བ་ཅིན་ འབྲང་སྟོར་ཤོར་ཤོརཝ་ཡོད་པ་ཅིན་ ཟེར་བའི་དོན།
[17] འཚུ་ཡི་ཟེ་ ཟེར་བ་ཅིན་ འཚོལ་ཏེ་ ཟེར་བའི་དོན།

བཅས་པ། ནུབ་ཕྱི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བྱང་གི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། དབུས་ཀྱི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བཙན་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཀ་ལིའི་སྒྲོག་མ་[18]གམ་ཆང་གི་མཆོད་པ། མ་འགྱེ་ཡའི། མ་ཕངས་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལགས།

༣ བཞི་བདག་སྤྱན་འདྲེན་གྱི་སྣང་ཚིག།

ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བགོད་རེ་བགོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད་ནག་ལ་བྱ་མོ་ཀོ་ནི། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱུག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི། ཕམ་རྡོ་གོད་ (God) དེའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལགས་ བྱ་མོ་ཀོ་ནི། ངའི་སྐྱེས་པ་/ཟ་མ་ (རང་ལོ་བཙུགས་ནི) ལོ་པ་/ལོ་མའི་སྐུའི་ངོ་ན་ སྲུང་ངོ་[19]ཅམ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་མོ་ཀོ་ནི། བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་དུ། འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་ངོ་བེ་ར་བྱོན་ལོ། དམག་ལ་སོང་ན་དམག་དཔོན་མཛད་ཀོ། ཚོང་ལ་སོང་ན་ཚོང་དཔོན་མཛད་ཀོ། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་[20]གནས་པོ་གཞིའི་བདག་པོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལགས། འཇམ་ལྷོངས་[21]རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། བེར་ཏི་ཨ་མི་སྤྱུན་གསུམ་གང་ཀོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལོ། ཕྱང་མཁར་དམར་ར་ཟེག་ཆེན་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལོ། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱུག་འཁོར་དང་བཅས་པ་གང་ཀོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་མཆོད་ལོ། བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་དུ། འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་ངོ་བེ་ར་བྱོན་ལོ། མདའ་ལི་ཀྲང་ (Daili Krang) པའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཨོ་བོང་གི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་གང་ཀོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལའི་བྱ་ཐྲི་མཆོད་ལོ། པད་མའི་སྒོར་གྱི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། མ་ཧླ་ཀོ་ནེ་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་གང་ཀོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཨ་ཕྲ་ལེ་ཐོག་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། ཤུ་མ་གོད་དེའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། རེན་སྡེ་གི་གནས་པོ། ནག་པོ་ལ་ཕའི། མ་ཐར་མེད་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་གང་ཀོ་ཆེ་ན་བྱོན་ལོ། ཤར་རིའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། ལྷོ་ཡི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། ནུབ་ཀྱི་

[18] ཀ་ལིའི་སྒྲོག་མ་ ཟེར་མི་འདི་ ཡོས་བཛྲ་ཕ་ད་མེ་ཏོག་བཟུམ་གྱེས་མི་ལུ་སླབ་ཨིན།

[19] བང་ངོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ཕྱི་ཁར་དང་ ཡང་ན་ སྲུང་ན་ཟེར་བའི་དོན།

[20] འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་ ཟངས་གླིང་གཡུས་ཚན་ནང་ཡོདཔ་དང་ འདི་གི་དམག་དཔོན་ཚུ་ཉིམ་གཞོང་ ཀ་བེ་ལ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད།

[21] གཞལམ་སྣང་ལུ་ ཁྱིངས་མི་ཚུ་གིས་ འཇམ་ལྷོངས་དང་། ཡང་ན་ གཞམ་གཞོང་ཟེར་སླབ་ཨིན།

གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། བྱང་གི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། དབུས་ཀྱི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། བདུད་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་བཅུ་ཚེ་ན་བྱོན་ལོ། ཀ་ལི་སྒྲོག་མ་གསམ་ཆང་གི་མཆོད་པ། མ་འཁྱེར་ཡའི། མ་ཕངས་ལའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལགས། ཁང་བཟང་ཁྲ་མོའི་སྟེང་དུ་བྱོན་ལའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལོ། སྐྱབས་མཛད་ཀོ་བྱོན་ལོ། མགོན་མཛད་ཀོ་བྱོན་ལོའོ།། ཨོཾ་ཨཱ་ཧཱུྃ༔

༤ བཙན་གྱི་ཚོགས་མཆོད་ཀྱི་སྐང་ཚིག།

ད་ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བགོད་རེ་བགོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད་ནག་ལ་བུ་མོ་ཀོ་ནི། བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེས་བུ་ཧླུང་བཙན། ཡུམ་མཚོ་སྨན་རྒྱལ་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་བཙན་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། གཡས་པ་ཕོ་གོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལོ། [22] གཡོན་པ་མོ་གོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། [23] ཚོགས་འཁོར་འདུ་འཁོར་གྱི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། སྔོ་ང་དཀར་མོ་གི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། ཕུ་རུམ་གི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། ཚེ་ཆང་གཙང་མ་ཨ་ར་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཚོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། དཀར་མེ་མར་མེའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། སླན་དར་སེར་མོ་གི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལགས་ བུ་མོ་ཀོ་ནི། བཙུན་ཁལ་ལྷ། མདའ་མོ་སྒྲོ་ལྷ་མའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལགས། ད་ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བགོད་རེ་བགོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད། ངའི་སྐྱེས་པ་/ཟ་མོ་ (རང་གི་ལོ་བཙུགས་ནི) ལོ་པའམ་ལོ་མ། བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་ཏུ་བི་ཡོ། འགྲོ་བའི་ལམ་བཟང་ངོ་བི་ཡོ། དམག་ལ་སོང་ན་དམག་དཔོན་མཛད་ཀོ་བི་ཡོ། ཚོང་ལ་སོང་ན་ཚོང་དཔོན་མཛད་ཀོ། རྒྱ་ལ་སོང་ན་རྒྱ་དཔོན་མཛད་ཀོ། གཡུས་ལ་སོང་ན་གཡུས་དཔོན་མཛད་ཀོ་བི་ཡའི་བུ་ཟི། ངའི་མི་ནོར་རྒྱུན་དུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ན་ ཁ་ལ་དབང་མུད་ན་ [24] དབང་གནང་ལའི། མགུ་ལ་ཚེ་མུད་ན་ཚེ་གནང་ལའི། ན་བ་ནག་ན་ཀུ་རུའི་ཟི་གནང་ལའི། ཤི་བ་ནག་ན་ཆུད་སི་གནང་ལའི། བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེས་བུ་ཧླུང་བཙན་འཁོར་དང་བཅས་པ་གང་ཀོ། གཡས་པ་ཕོ་གོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། གཡོན་པ་མོ་གོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། ཚོགས་འཁོར་འདུ་འཁོར་གྱི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡའི་བུ་ཟི་མཆོད་ལགས། ཕུ་རུམ་གི་མཆོད་པ་

---

[22] མཆོད་ལོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ མཆོད་དོ་གོ་ ཟེར་གོ་དགོས་ཨིན།
[23] བཞེས་ཡོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ བཞེས་གནང་མས་ ཟེར་གོ་དགོས་ཨིན།
[24] མུད་ན་ ཟེར་བ་ཅིན་ མེད་པ་ཅིན་ ཟེར་བའི་དོན།

བཞེས་ཡོ། སྒོ་ང་དཀར་མོའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡོ། ཆེ་ཆང་གཙང་མ་ཨ་ར་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཚོའི་མཆོད་པ། དཀར་མེ་མར་མེའི་མཆོད་པ་བཞེས་ཡའི་བྱ་ཟི་མཆོད་ལ་བྱ་མོ། ང་ཡི་མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་ན་ ཁ་ལ་དབང་སྨུད་ན་དབང་གནང་ལའི། མགུ་ལ་ཆེ་སྨུད་ན་ཆེ་གནང་ལའི། ལུས་ལ་ཀོ་རོད་[25] (Kroth) སྨུད་ན་ཀོ་རོད་གནང་ལའི། སྐྱབས་མཛད་ལའི། མགོན་མཛད་ལའི། གསོལ་བ་རྒྱ་བཏབ་ན་རྒྱ་ཐེབས་ཆེ་གནང་ལའི། གསོལ་བ་སྟོང་བཏབ་ན་སྟོང་ཐེབས་ཆེ་གནང་ལའི་བྱ་ཟི་མཆོད་ལགས། དམག་ལ་སོང་ན་དམག་དཔོན་མཛད་སི། ཚོང་ལ་སོང་ན་ཚོང་དཔོན་མཛད་སི། རྒྱ་ལ་སོང་ན་རྒྱ་དཔོན་མཛད་སི། གཡུས་ལ་སོང་ན་གཡུས་དཔོན་མཛད་ལའི། སྐྱབས་ཞུ་ཏ་མི་ཙོ་ལགས། མགོན་ཞུ་ཏ་མི་ཙོ་མཆོད་ལགས་ བྱ་མོ་ཀོ་ནི། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ༔ ཟེར་ (ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ངང་ལུ་ཡུད་ཐེངས་ཅིག་བཞུགས་ནི།)

ད་ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བཀོད་རེ་བཀོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད་ནག་ལ་བྱ་མོ་ཀོ་ནི། བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེས་བུ་ལྷུང་བཙན། ཡུམ་མཚོ་སྨན་རྒྱལ་མོ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལའི་བྱ་ཟི་མཆོད་ལགས་ བྱ་མོ་ཀོ་ནི། བྲག་བཙན་དམར་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ལྦིང་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ཨ་མ་ཕོ་རོག་ཟླ་བ། པོ་མེད་གཡའ་རུ་འཛེ་མོ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། རུའི་ལི་བྲང་། གསོ་བའི་ལེང་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པར་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། གཙོང་གཙོང་ཕུག སྤྲང་ཀ་རིའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ཐར་པོ་ལ། འཛེ་བ་དཀར་པོ་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལལོ། བཀྲན་ཕུག མེ་ལེང་ཕུའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ལོག་ལྡུ་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། གྲིམ་བྱུག[26] སློག་མོ་ལ། འཐོར་པོ་ལ། མཁའ་ལི་སྤྲོག་པའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ཁ་ཤ་ལ། ཨེ་ནང་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། ཤམ་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལ་ལོ། མན་ལ། བྱུན་ལ། རོང་ལའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབྱུལལོ། བྱི་རོགས་མར་རོའི་ས་གནས་འཁོར་དང་

[25] ཀོ་རོད་ ཟེར་བ་ཅིད་ དྲོད་ལུ་གོ་དགོཔ་ལས་ ལུས་ལུ་དྲོད་མེད་པ་ཅིན་དྲོད་གནང་གོ་པས་ ཟེར་བའི་དོན།
[26] ཟེར་མི་འདི་ལྷང་དོར་སྦྲིས་གཡུས་ཚན་གྱི་བཙན་མིན་ན་མནོཔ་ཅིག་འདུག། འདི་ཡང་ པདྨ་དགའ་ཚལ་དང་གཞལམ་སྔང་རྫོང་ཁག་གི་ཆོས་སྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག (ལོ་མེད་ ཤོག་གྲངས་ ༢༡༩) "གཞི་བདག་གི་མཚན་གྲིམ་བྱུང་པ། གནས་ཁང་ལྷང་དོར་སྦྲིས་ལྷ་ཁང་།"ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། གྲོང་གསར། མང་བྲའི། ས་གནས་བསེ་ཐང་། ཧོག་པོ་ལ། ཧད་ཀའི། ཉའུ་ལ་བྲག གཙོང་གཙོང་སྒོ་རིའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཤར་རི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ལྷོ་ཡི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། ནུབ་བིའི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བྱང་གི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། དབུས་ཀྱི་ས་གནས་འཁོར་དང་བཅས་པ། བཙན་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཁང་པ་ཞ་བོ། ལག་པ་ཞ་བོ། མིག་ཧོ་ཞར་བ་མ་ཁྲབ་ཁྲབ་ཏུ་མ་ཧླ་བཏང་བདག་ཆེན་པོ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་ལོ། བསང་དུད་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་གང་བ་གསོལ་ལོ། ཆོས་ཀྱིས་བར་སྣང་གང་བ། དགོས་འདོད་ཀྱིས་ས་གཞི་གང་བ་གསོལ་ལོ་མ་ཁྲབ་ཁྲབ་ཧོ་མ་ཧླ་བཏང་རགས་ཆེན་པོ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་ལོའོ།། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃཿ

༥ གཞི་བདག་ཚོགས་མཆོད་ཀྱི་སྨྲང་ཚིག།

ད་ང་ཡིས་ཞུ་རེ་ཞུ་ཚད། བཀོད་རེ་བཀོད་ཚད། དཔག་རེ་དཔག་ཚད་ནག་ལ་བུ་མོ་ཀོ་ནི། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་རབ་ཕྱུག་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། འཇམ་ལྷོངས་རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། བེར་ཏེ་ཨ་མི་སྤྱུན་གསུམ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཕྱེང་མཁར་སླ་ར་ཐེགས་ཆེན་མཆོད་དོ་འབུལ་ལའི་བུ་ཐི། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཕྲམ་རྡོ་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། དའི་ལེ་ཀྲང་ (Daily Krang) གི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཨོ་བོང་གི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། པད་མའི་སྒོར། མ་ཧླ་ཀོ་ནིའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཨ་ཕྲ་ལེ་ཕོག་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཤུ་མ་གོད་དེའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། རེན་སྤེའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ནག་ཀུ་ལའི་ཕའི། མ་དག་པའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལལོ། ཤར་རི་གཞི་ཡི་གནས་པོ་བདག་པོ། ལྷོ་ཡི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ། ནུབ་བི་གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་བདག་པོ། བྱང་གི་གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་བདག་པོ། དབུས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་བདག་པོ། རྡོ་ལ་ཆགས་པའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཤིང་ལ་ཆགས་པའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཆུ་ལ་ཆགས་པའི་གནས་པོ་གཞི་ཡི་

བདག་པོ་མཆོད་དོ་འབུལ་ལོ། ཙནྡ་པ་ཞ་བོ། ལག་པ་ཞ་བོ། མིག་ཧོ་ཞར་བ་མ་ཁྲབ་ཁྲབ་ཧོ་མ་ཧླ་བཏང་རགས་ཆེན་པོ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་ལོའོ།། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃཿ

༦ བཙན་གཤེགས་གསོལ་གྱི་སྨྲང་ཚིག།

བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ བཙན་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། འདི་བ་བུ་མོ་[27] ཀ་ལིའི་སྦྲག་མ་གམ་ཆང་གི་མཆོད་པ། ད་ནི་བུ་མོ་[28] ཀ་ལིའི་སྦྲག་མ་ཞུལ་ཆང་གི་མཆོད་པ། གཡས་པ་ཕོ་གོའི་སྙིང་ནས་བྱོན་ལོ། གཡོན་པ་མོ་གོའི་སྙིང་ནས་བྱོན་ལོ། ཀོ་ལོང་ཕྲག་དོག་མ་མཛད་ལོ། ཞི་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ལྷུན་ཟེ་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་ན་བྱོན་ལོའོ།།

༧ གཞི་བདག་/བདུད་གཤེགས་གསོལ་གྱི་སྨྲང་ཚིག།

བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱུག འཇམ་ལྡོངས་རྡོ་རྗེ་རབ་བརྟན་འཁོར་དང་བཅས་པ་བདུད་འཁོར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། འདི་བ་བུ་མོ་ ཀ་ལིའི་སྦྲག་མ་གམ་ཆང་གི་མཆོད་པ། ད་ནི་བུ་མོ་ཀ་ལིའི་སྦྲག་མ་ཞུལ་ཆང་གི་མཆོད་པ། གཡས་པ་ཕོ་གོའི་སྙིང་ནས་བྱོན་ལོ། གཡོན་པ་མོ་གོའི་སྙིང་ནས་བྱོན་ལོ། ཀོ་ལོང་ཕྲག་དོག་མ་མཛད་ལོ། ཞི་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ལྷུན་ཟེ་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་ན་བྱོན་ལོའོ།།

༨ བཙན་བསྔོ་བའི་སྨྲང་ཚིག།

དགེ་བ་འདི་ཡིས་མྱུར་དུ་བདག །བཙན་རྒྱལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཁྱོད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།

༩ གཞི་བདག་/བདུད་བསྔོ་བའི་སྨྲང་ཚིག།

[27] འདི་བ་བུ་མོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ད་ཅི་འབདལྷ་ད་ ཟེར་བའི་དོན།
[28] ད་ནི་བུ་མོ་ ཟེར་བ་ཅིན་ ད་སྔོ་འབད་བ་ཅིན་ ཟེར་བའི་དོན།

དགེ་བ་འདི་ཡིས་མྱུར་དུ་བདག །གཞི་བདག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་གྲུབ་གྱུར་ནས་/གསང་བའི་བདག་པོ་གྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་ཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །བདེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཁྱོད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།

༡༠ བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྨྲང་ཚིག།

མི་འགྱུར་ལྷུན་པོ་སྐུ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། མཐའ་དང་འབྲལ་མེད་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཟེར་བའི་ཤུལ་ལུ་ ད་རུང་ འཛིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཚེ་དཔག་མེད།། དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཇོམས་པའི་དཔལ།། མགོན་མེད་སྡུག་བསྔལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས།། སངས་རྒྱས་ཚེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་འཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། ཨོཾ་བཛྲ་སཏྭ་ཨཱ།