

པོད་ཀྱི་ཚན་རིག་དུས་དེའི་ཞི་བཞུགས་སྐར་པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་སྤོང་ལོ་གསར་
པའི་དུས་འགོ་ནས་བཟུང་ཡུལ་ལོ་ལོ་ས་སྐུ་བས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་པོད་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་ནང་ཚན་རིག་གིས་བྱ་བྱེད་སྤེལ་གཏོང་ཆེད་དུ་པར་སྐུན་འདོན་
སྤེལ་བྱེད་བཞིན་པའི་ལོ་བྱེད་དུས་དེའི་ཅིག་ཡིན།

དུས་དེའི་འདིའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོ་ནི། འཛམ་གླིང་ནང་སྐུན་བྲགས་ཆེ་བའི་མཁས་དབང་
ཁག་གིས་ཚོས་ཚན་གཉིས་ཐད་ལ་འཛིན་པའི་དགོངས་ཚུལ་འབྲས་མིན་པའི་བསྐྱར་བྱས་པ་
བརྒྱན། ཚོས་ཚན་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་སྐུ་པའི་ཚུན་གཤིབ་བསྐྱར་དང་། བཞེ་སྤོང་བརྒྱན་ཚུགས་
གཉིས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་འཚོལ་རྒྱ་དང་། དགོན་སྡེ་དང་། སྤོང་བྲ་ཁག་གི་སྤོང་བཞེད་པ་རྣམས་ལ་
ཚོས་ཚན་སྐོར་གྱི་དབྱེད་ཚོམ་དང་འགྲུར་ཚོམ་སྤེལ་པའི་སྤོང་སྤེལ་གཉིས་ལོག་བྱེད་རྒྱ།

རང་གི་ཚོས་ལུགས་རིག་གནས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་དང་སྤོན་ཐོན་མི་རིགས་ཁག་གི་རིགས་པ་དང་
མཐུན་པའི་རིག་གནས་མ་ལག་བྱུང་འབྲེལ་སྐོས་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་བཅས་པ་
དང་རྒྱས་གོང་འཕེལ་ཡོང་བར་གཞིགས་འདེགས་བྱེད་རྒྱ་བཅས་ཡིན།

གོང་གསལ་གྱི་དགོས་དམིགས་གཞིར་བཟུང་ནས་དཔྱོད་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡངས་པའི་སྐུ་སེར་ཀུན་
ཀྱིས་རིང་སྲུང་འཚམས་པའི་དབྱེད་ཚོམ་དང་འགྲུར་ཚོམ་གང་མང་ཞལ་འདེབས་གནང་སྤོང་ཡོང་
བར་ལྷ་རྒྱ་དང་།
ཚོམ་ཡིག་དུས་དེའི་སྤོང་འགོད་བྱེད་མིན་གྱི་གནད་དོན་ཚང་མ་ཚོམ་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུང་རང་ནས་
ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱ་དང་། མ་ཚོམ་ལ་འགྲུར་བ་གཏོང་མི་ཚོགས་ཆེ་དེ་ལུགས་ཀྱིས་གསལ་བཤད་
གནང་རོགས།
མཚན་འཁོད་དབྱེད་ཚོམ་དང་འགྲུར་ཚོམ་ཁག་པོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་དང་ཚོམ་སྤྱི་ཚོགས་
རྒྱུང་གི་ལྷ་བ་ཡིན་པའི་བྱེད་པ་མེད།

མངགས་ཉོ་དང་ཚོམ་ཡིག་བསྐྱར་ལུགས།

Managing Editor (Sc. Journal)
Science Department
Library of Tibetan Works & Archives
Gangchen Kyishong
Dharamsala- 176215
H.P India

Tel: 0091-1892-222467
Fax: 0091-1892-229106
Email: tsjournal@ltwa.net
Web: www.ltwa.net

བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་དུས་དེབ།

ལྷོ་མི་འདོན་ཟེངས། བཙོ་ལྷ་བ།

15th Volume

2011

ལྷོ་འདོན་བ།

Advisor

ལྷོ་བ་དཔོན་ཚེན་མོ་ཏེ་མེད། ལྷོ་བ་ཀའ་སྲུལ།

Prof. David Finklestein

ཏོག་ལར་མེ་ར་ཡི་ས། རྫོན་སྐུན།

Dr. Bryce E Johnson

དགེ་བཤེས་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།

Geshe Thupten Jinpa

དགེ་བཤེས་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།

Geshe Lobsang Tenzin Negi

ཚོམ་ལྷོ་བ་ཚོགས་ཚུངས།

Editorial Board

ལྷོ་བ་ལྷོ་བ་ཚོམ་ལྷོ་བ།

Editor-in-Chief:

དགེ་བཤེས་ལྷོ་བ་ལྷོ་བ།

Geshe Lhakdor (Director)

ཚོམ་ལྷོ་བ།

Managing Editor

ཉི་མ་ལྷོ་བ་མཚན།

Nyima Gyaltsen

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ཚོས་གྱི་གཟི་མདངས། ༡༡
དགའ་ལོ་ལྷོ་བཟང་ལུན་ཚོགས།

ཚན་རིག་དང་ནང་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་ཐུན་སྐོར་ལ་རོབ་ཅམ་དབྱེད་བ། ༡༡
རྩོམ་མཁན་ལུགས་བཤད།

ལམ་གྱི་འདུ་མཚམས་སུ། ༢༥
ཉེ་མ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྐྱུར།



THE DALAI LAMA

༡༡། ཉེ་བའི་དུས་རབས་ནས་བཟུང་འཛམ་གླིང་ནང་འདྲིན་ཚན་རིག་གི་ལམ་ནས་གཙོ་བོ་རྒྱལ་
 རིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་རྒྱས་པར་ཞིབ་དབྱེད་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་སྔོན་
 བཅུད་ཀྱི་རྒྱད་པའང་གང་འཚོམས་བསལ་བྱུང་བས། འཛམ་གླིང་ཤར་ལུབ་གང་སར་ཚན་རིག་ལ་
 རྒྱབས་སུ་འཆའ་བའི་ལྷ་ཚུལ་ལུགས་ཆེ་ཡོད་ན་ཡང་། ཚན་རིག་གི་ལམ་ནས་སེལ་མི་བྱུང་བའི་ནང་
 སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་སྲུ་མཐུད་གནས་ཡོད། ནང་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བའི་ཐབས་ཚུལ་
 ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བྱུང་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་ཚུལ་ནས་རང་རང་གི་བདེ་སྤྱད་
 སེམས་དུལ་དང་མ་དུལ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སེམས་འདུལ་ཐབས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་།
 རྫོ་མི་འབྲ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་རྒྱས་པ་ཇི་བཞིན་ཤེས་པའི་སློབ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྫོ་རྒྱ་མཚན་
 ལྡན་པའི་སློབ་པའི་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་སློབ་དེས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་
 ཡོད་མེད་སོགས་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལུགས་འདི་
 དག་ཚན་རིག་པའི་ལྷ་སློབས་དང་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པས་ན། སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་བདེན་དོན་གཟི་
 འོད་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཚན་རིག་གི་ཉམས་ལྗོངས་དང་། སངས་རྒྱས་པའི་ལྷ་བྱུང་ཉམས་
 ལྗོངས་གཅིག་མན་གཅིག་སློབས་སུ་འགྱུར་ངེས་ཤིང་། སློབ་ཆད་རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ལ་
 རིག་གསར་ཚན་རིག་གི་ལམ་སློབ་མ་སྤེ་བར་ལུས་ཏེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སོགས་ཚན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་
 བཀོད་སྤོང་མེད་རུང་། ད་ཆ་ལུལ་དུས་འཛམ་གླིང་གི་འཕེལ་སློབ་དང་མཐུན་པའི་ཚན་རིག་གི་
 ཤེས་བྱ་བོད་ཀྱི་མི་རབས་གསར་བ་རྣམས་ནས་སློབ་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་འགངས་ཆེ་བར་
 བརྟེན། ད་ལམ་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་དུས་དེབ་ཅེས་པ་ཚོམ་སྤྲིད་པར་
 རྒྱན་བཅིས་པར་བསྐྲུགས་བརྗོད་ཡོད། འབྲུང་འགྱུར་ལོ་རེ་བཞིན་མིང་ཚིག་གསར་བཙུག་སོགས་
 རྫོགས་པ་ནས་ཡར་རྒྱས་ཐམ་མི་ཆད་པར་ཡོང་བའི་འབད་བཙོན་མི་སྣོད་པ་དང་། རང་རིགས་
 ཤེས་ལྡན་ཚང་མས་སྐབས་བབ་འགན་འཁུར་མཉམ་ལེན་ཡོང་བའི་རེ་སྐུལ་བཅས། ཏུ་ཡིད་ལྡན་མ།
 རྒྱ་ཡི་དགོ་སློབ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས། ཕྱི་ལོ་༢༠༠༠ ལོའི་ལྷོ་ ༤ ཚེས་ ༡༢ ལ།

རྩ་ས་མེག་གླུ་སྲུ་རི་ཡ་གསོལ་མཚོན་ཁང་དུ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩
 ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༩ རྩ་ས་ ༡༩ བར་བོད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་
 ཚོགས་ཚེན་ཐངས་ ༡༡ པའི་ཐོག་ཡལོང་ས་མཚོག་གིས་
 ལྷལ་བའི་ཚན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་སློབ་རྒྱུར་བལྟས།

༡༢༡ ། ལྷིང་བཏང་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཚན་རིག་པ་ཚོ་ལྷོ་གཞུ་བོར་གནས་པ་ཏུ་ཅང་ཡག་
 པོ་རེད། ལྷོ་གཞུ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་དབྱིན་སྐད་ནང་བརྗོད་པ། (Object) རེད། སོ་སོའི་
 ལྷོ་ལྷོགས་སྲུ་མ་ལྷུང་བ། ལྷོ་གཞུ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་གྱེད་རྒྱ་དེ་ཚན་རིག་
 པའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་རེད། ཚན་རིག་པ་ཡག་པོ་དང་ཚད་ལྡན་རྣམས་དེ་འདྲ་ཞིག་འདུག་སྤྱིར་ཚན་
 རིག་པ་ཚོས་ཚོས་ཅེས་བརྗོད་སྐབས་ཐུན་བྱ་ཐག་རིང་པོར་སྡོད་ཀྱི་རེད། ཚན་རིག་པ་རང་ཉིད་
 ཚོས་དད་ཡོད་པ་ཡོང་གི་རེད། འོན་ཀྱང་སོ་སོའི་གཞི་རྩའི་ཉམས་ཞིབ་གྱེད་ས་དེའི་ཐོག་ནས་
 ཚོས་དང་ཚན་རིག་ཁག་ཁག་གྱེ་ནས་ཐག་རིང་པོར་སྡོད་ཀྱི་འདུག། འདས་པའི་ལོ་སྤུས་ཅུ་ཅམ་
 ཀྱི་རིང་ལ་ངོས་རང་ཚན་རིག་པ་དང་མཉམ་དུ་འབྲེལ་བ་དང་གོ་བསྐྱར་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་གང་
 ཅམ་བྱུང་བ་རེད། དེས་སྤྱོད་པས་ད་ཆ་ཚན་རིག་པ་ནང་ཚོས་ཐུན་བྱ་རྒྱུས་ཡོད་མཁན་དེ་དག་
 གིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ཞེས་པ་དེ་དམིགས་བསལ་རེད་འདུག་ཅེས་པའི་མཐོང་རྒྱལ་ཞིག་
 ཚགས་ཡོད། སྤྱི་ལོ་ལྷན་པ་གྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་བོད་ལ་འགྲོ་མཁན་དེ་ཚོས་དབར་བརྒྱབ་ནས་བོད་
 པ་འཆམ་རྒྱལ་མཁན་དང་གཏོར་མ་འཕེན་མཁན་གྱི་གས་ལ་ལྟ་མོའི་འདུ་ཤེས་མ་གཏོགས་
 དེ་ནས་རྒྱུར་ཁོང་རང་ཚོས་གཏོར་མ་དང་འཆམ་རྒྱལ་སྤངས་བསྐྱབ་བསམ་པ་ཞིག་ཅ་བ་ནས་
 མེད། དེ་རིང་ཁ་སང་ང་ཚོ་ཚན་རིག་པ་དང་མཉམ་དུ་གོ་བསྐྱར་བྱས་ནས་ཡོང་སྐབས་ཚན་
 རིག་པ་ཚོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཞུང་ནང་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་རྣམ་གཞག་དང་།
 གཙོ་བོ་ནང་ཤེས་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་མཚོན་དེ་ཚོའི་གས་དེ་རྒྱུར་བསྐྱབ་འདོད་དང་

སྐོབ་སྐྱོད་བྱེད་འདོད་དང་། ཁོང་རང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་བྱ་རྒྱུའི་གཞི་ཅིའི་ནང་ལ་སངས་རྒྱས་
 གྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་འབྲེལ་བཤད་ཞིབ་ཕྲ་དེ་རྒྱུར་བཞག་མོགས་ཡོང་རྒྱུའི་དེ་བཤུབ་
 བས་འབྲེལ་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་བཀའ་སློབ་གྱིས་བརྗོད་པ་བཞིན་ང་ཚོ་བོད་གྱི་
 བུང་ལ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་དེ་དངོས་གནས་མོད་པའི་བྱུང་ལོར་དེད། འཛམ་གླིང་གི་གཅིས་
 རོར་དེད་བརྗོད་ན་སལ་ཆེར་བརྗོད་ཚོགས་གི་འདུ། ཅེས་དང་། ཡང་ཡགོང་ས་མཚོགས་ནས་བོད་
 གྱི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ནང་མ་འོངས་པའི་ཚན་རིག་སློབ་ཁྲིད་བྱ་ཚུགས་མད་བཀའ་སློབ་སྦྱལ་
 འོན། “ཁ་སང་བོད་གྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་འགན་འཛིན་ལྷག་རྒྱུ་ལགས་ནས་བསམ་འཆར་
 ཞིག་བཤད་སོང་། རྗེས་སོར་ཚན་རིག་གི་འཇར་དགུན་ཚོས་ལྷར་ཚན་རིག་གི་ཟབ་སློང་ཞིག་
 འཚོགས་ཐུབ་ན་རིས་མེད་ཀྱི་ཚོས་བརྒྱུད་ཁག་འཛོམས་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་ཅིག་བཟོས་ན་ཡག་སོ་
 མིན་འཇོ་ཟེར་གྱི་འདུག །དུས་ལྷན་རྒྱ་བ་གཅིག་གཉེས་ཅམ་འཚོགས་ནའང་འགྲིག་གི་འདུ།
 འཚོགས་ལུས་ས་གནས་མད་གྲུ་ཚང་སོ་སོའི་ནང་འབ་སུ་འདུས་ལ་མ་འདུས་མ་ཡིན་བར་ས་
 གནས་གཅིག་ལ་འཚོགས་ཐུབ་ན་ཞེས་ཁ་སང་ཉེ་ཆར་རང་ཟེར་གྱི་འདུག” དེ་ཡག་སོ་ཞེ་དགས་
 འདུག །དེ་རིང་ཚོགས་འདུའི་སར་བྱེད་རང་གིས་གཅིག་མོད་ལབ་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་རིང་འདིར་
 མེད་པ་སོང་ཅང་ངས་ཚབ་བྱས་ནས་བཤད་པ་ཡིན། ཞེས་བཀའ་སློབ་མེབས་པ་ལགས་སོ།།

ཚོམ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

༡༡། །ང་ཚོའི་མིག་སོགས་ཚོར་བྱེད་དབང་པོ་ལྟ་དང་ཚོན་ཅལ་འཕྲུལ་རིག་གི་རམ་འདེགས་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོང་ཚོས་རེག་ཚོར་ཐུབ་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚོས་མཐའ་དག་ཡུལ་འདི་དང་འདི་ཡིན་སྟམ་པའི་བསམ་སྒྲོའི་འདུ་ཤེས་དང་བརྟེན་དཔུང་དངོས་གཉེས་ར་སྒྲོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན། དེ་ནི་གཞན་ཟེར་རྗེས་འབྲས་དང་རི་བོང་ཅལ་འཛོགས་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཤིང་དཔུང་པའི་རྗེས་འབྲས་ཤིག་ཡིན་སྟམས་ཚོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་བ་བྲང་བདེན་ཞིག་ཏུ་འདོད། བར་ཚོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྟ་སྒྲོམ་འབྲས་གསུམ་ནང་གཞི་ལྟ་བ་གཏན་ལ་མཁ་པ་དང་། ལམ་སྒྲོམ་པས་ཉམས་སུ་བྲངས་པ། འབྲས་བུ་བྲང་རྒྱུ་ཐོབ་པ་བཅས་སུ་བཤད་པ་ལྟར། ཚོན་རིག་ལའང་དེའི་གོ་དོན་དང་། ལྟ་བ། ཐབས་ལམ། མཇུག་འབྲས་སོགས་ཕྱེ་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། དུས་སྟེ་རྗེས་ཀྱི་མཁས་པ་སོ་སོའི་མིང་ཚིག་དང་ཐ་སྙད་སྒྲིང་རྒྱལ་མི་འདྲ་བའང་། ཚོན་རིག་ཅེས་པའི་གོ་དོན་ལ་འགྲུར་བྱུང་ཆེར་མི་སྣང་། ཚོན་རིག་གིས་བེམ་ཤེས་གཉེས་ལས་གཅོ་མོ་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་བེམ་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས། ལུས་པ། རྒྱ་རྒྱུན། དེ་དང་དེའི་བྱུབ་བཞོད་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་སྟེང་གི་ཚོགས་པ་ནས་སྒྲོད་བརྟེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་རྒྱལ་དང་། མཐའ་ཡས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནས་རྒྱལ་སྟེང་གི་རྒྱུང་མཐའ་འབྲེད་པའི་བར་བརྟེན་དཔུང་གྱི་བྱུབ་བཞོད་རྣམས་ལ་ཅེས་རིག་གིས་བརྟེན་ཤིག་གཅོད་པའི་སྒོ་ནས་ཡུལ་གྱི་གནས་རྒྱལ་ལ་བདེན་དབང་ར་སྒྲོད་ཐུབ་པ་ནི་ངོ་མཚར་གྱི་གནས་སུ་མི་འགྱུར་རམ།།

འོ་ན་ཚོན་རིག་དང་བར་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་བ་དེ་གཉེས་ཤིག་གཅིག་ནས་བཅད་པའི་སྟེ་ག་དང་གོ་བ་གཅིག་ནས་དམ་པའི་རྒྱན་བུ་ལྟར་བྱུངས་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གནས་སུགས་གཉེས་པོའི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུང་དང་། ལྟ་བའི་བྱུང་ཆེད། འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་

སོགས་ལ་ཁྱད་པར་ཞིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སྲིད། དེ་ཡང་ཚན་རིག་གིས་དངོས་ཚོག་བདེན་
 འཚོལ་གྱི་ལམ་ནས་རང་གི་ཚོད་དཔག་ལ་བརྟུན་དཔུང་འགོད་པ་དང་། བརྟུན་དཔུང་ལ་འཇུག་
 པ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་ནི་ནང་ཚོས་གྱི་ཐབས་ཚུལ་དང་ཉ་ཅང་མཐུན་
 ཚབས་ཆེན་པོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚན་རིག་གིས་སྤྲོས་དོན་གྱི་ཚར་སྐྱོ་བའི་ནམ་མཁུན་གྱི་ས་དང་
 རྒྱུ་བ་སྤྲི་བྱི་སོགས་བཤད་གྱི་མེད་ལ། དབང་ཅའི་ཚན་རིག་གིས་འགོ་བའི་རྒྱད་གྱི་རང་ཆས་
 སུ་ཡོད་པའི་ཤེས་པའི་གནས་ལུགས་རྣམས་སྐྱད་པའི་མདོན་ཚོན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་ཅམ་ལ་འཛོག་
 པ་ལས། རང་ལུལ་དུ་གྱུར་བའི་ཚོས་གྱི་དོ་མོ་རང་སྟོབས་གྱིས་མཚོང་བའི་བྱམ་འཛིན་མིག་
 ཤེས་ལྟ་བུ་འབྲེལ་བརྗོད་མི་བྱེད། འོན་ཀྱང་། དེར་སྐབས་དབང་ཅའི་ཚན་རིག་ལ་རྣམས་གྱིས་
 བརྟུན་དཔུང་བྱས་པ་ལྟར་ན་བྱང་སེམས་དང་སྦྱང་རྗེ་རང་རྒྱད་ལ་སྟོོམ་ཡོང་དུས་སྐྱད་པའི་བྲ་
 གནས་ཁག་ཏུ་རྒྱན་ལྡན་ལས་གཡོ་འགྲུལ་ཆེ་བ་དང་། ལུས་སེམས་གྱི་བདེ་གནས་ལ་ཕན་བ།
 གཟུགས་པོའི་ནང་རལ་དུབ་སྟོང་བྱེད་གྱི་རྗེས་དང་མེན་གཤེར་གྱི་གནས་བབ་དམའ་དུ་འགྲོ་བ་
 སོགས་གྱི་ཁྱད་སྲིད་མང་དག་ཅིག་ནི་བྱས་ཡོད།།

དེས་ན་ནང་སེམས་དང་དེའི་བྱེད་ལས་སོ་སོའི་འཚོལ་ཞིབ་དང་། དཔུང་ཞིབ། ཉམས་སྟོང་
 སོགས་གྱི་ཐད་ཚན་རིག་གི་རྒྱ་ཚད་ཉ་ཅང་དམའ་པོ་ཡིན། དེ་ལྟར་འདྲ་། ཚན་རིག་གིས་མི་
 མཚོང་ན་དེ་དག་དོགས་སྟོང་གི་གནས་སུ་འཛོག་པ་ལས་མེད་པར་མི་འཛིན་ཅིང་། འཛིག་རྟེན་
 དེགས་པའི་ལུགས་ལྟར་རང་གི་ལྟ་བའི་ཚད་ལྡན་ལ་བཅོན་ཐབས་གྱི་སྟོན་ནས་བྱང་རྒྱལ་ཚོག་
 གིས་གཡམ་རྒྱལ་བྱེད་པར་མི་བཟོད། དེ་ལྟར་ནང་ཚོས་དང་ཚན་རིག་གཉིས་པོའི་ནམ་གཞག་
 དང་འདོད་ཚུལ་མི་འབྲ་ནའང་། མིའི་རིགས་གྱི་སྟོབ་གསོའི་ཁ་ཚུགས་དང་བདེན་དངོས་འཚོལ་
 ལྟེག་ཐད་ནང་དོན་དང་སྲི་དོན་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་ལུབ་ལ་བྱང་ན་རང་རེ་ཀུན་ལ་ཕན་
 སོགས་ཆེ་བར་སྤང་དོ།།

ཚམ་སྤྲིག་བས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལྷ་ ༡༠ ཚེས་ ༣ ཉིན།

རང་འགོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་སྐྱེས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཟང་པོ་དང་བག་ཡོད་ཚུལ་མ་སྟན་ཞིག་
 ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ཡོད། དེས་ཀྱི་བསམ་པར་རང་རེ་མིའི་ཡ་རབས་ཞི་དུལ་གྱི་སྲོད་བཟང་འདི་
 དག་འགོ་བ་མི་པན་ཚུན་བར་བརྗོད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་རྣ་སྲོད་འདི་ཕྱིའི་རང་
 ལྷུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཐོག་ལའང་སྲོད་སྟབ་པ་བྱེད་དགོས་སྟེ། རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཐད་ནས་
 གྲང་རྩོམ་དེས་པར་དུ་རང་ལྷུང་ཁམས་ཀྱི་ཆགས་ཚུལ་ལ་སེམས་ཁུར་གྱིས་བདག་སྲོད་བྱེད་
 དགོས། དེ་ལ་གཞན་དོན་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། རྣམ་དཔྱོད་ཁོན་ཅམ་མིན་པར་རང་རེ་
 འཚོ་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཞན་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། ཕྱིའི་སྲོད་ཀྱི་འདིག་ཉེན་འདི་
 རྩོད་ལྟའི་མི་ཐོག་འདི་ཅམ་དུ་མ་ཟད། འལྷུང་འལྷུར་གྱི་མི་རབས་རྣམས་ལའང་ཉ་ཅང་གལ་
 ཆེན་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རང་རེས་ཉམ་སེམས་ཆེན་པོས་ཕྱི་སྲོད་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་ལ་བཤུ་གཞིག་
 ཚད་མེད་བཅར་ན། འཕྲལ་སྤྱད་སྐོར་མོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཁེ་བན་ཡོང་གི་ཡོད་པོད། ལྷགས་ལུལ་ལ་
 བསམ་སྒོ་བཅར་ན་ད་ལྟའི་མི་རབས་ལ་སྲོད་ལུན་རག་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། འལྷུང་འལྷུར་གྱི་མི་
 རབས་རྣམས་ལའང་དགའ་རལ་འབྲད་རྒྱ་ཡིན་པ་མེ་ཚོམ་མེད། ཕྱིའི་འལྷུང་ཁམས་འལྷུར་བ་དང་
 ཆབས་ཅིག་གཞན་གཞིས་ཀྱི་ཚ་ཚད་ཀྱང་འལྷུར་བ་ཡིན། དེས་དབུལ་འབྱོར་དང་། ཆབ་སྲིད་
 སོགས་གཞན་མང་པོའི་ཐོག་ལྷགས་སྐྱེན་རན་པ་ཐེབས་པ་སྒོས་ཅི། ཐ་ན་མིའི་འབྲོད་བསྐྱེན་
 ལའང་ལྷགས་སྐྱེན་རན་པ་ཐེབས་དེས་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྲོལ་དང་འབྲེལ་འལྷུང་
 ཁམས་ཆ་སྒོམས་ཡོང་བ་བྱ་རྒྱུ་འདི་མིའི་སྲོད་ལམ་གྱི་གཞན་དོན་ཅམ་མིན་པར། རང་རེ་སེམས་
 ཅན་ཚང་མ་འཚོ་གནས་སྟབ་དང་མི་སྟབ་ཀྱི་རག་ལས་སའི་གཞན་དོན་འགངས་ཆེན་ཞིག་ཡིན།
 རང་ལྷུང་གི་ཁམས་སྲུང་སྲོལ་བདག་གཉེར་བྱེད་དགོས་ན། རྩོམ་ལ་ཞི་བདེ་བག་ཡོད་ཀྱི་ལྟ་བ་
 ཞིག་སེམས་ཁུར་སྲུང་སྲོལ་དེས་པར་དུ་དགོས། ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཐོན་ཁུངས་བག་མེད་ཡོངས་སྲོད་
 བྱེད་པ་འདིས་འགོ་བ་མིའི་བྱིས་ཚང་ལ་གཞོན་སྲོད་ཆེན་པོ་བཟོ་ཡི་ཡོད། དེ་ནི་འགོ་བ་མིས་
 རང་ལྷུང་སྲོད་བཅུད་ལ་བརྩེ་མཚོར་མི་བྱེད་པ་དང་། ཁོར་ཡུག་གི་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་མ་ཤེས་
 པ་ལས་ལྷུང་བ་ཞིག་ཉན་ཉན་ཡིན། མི་ཚོར་ཁོར་ཡུག་སྐོར་གྱི་སྲོལ་སྲོད་སྲོད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་
 ཡིན། རྩོམ་ཁོར་ཚོར་རང་ལྷུང་གི་བཞོད་པ་དེ་རྩོའི་འཕྲལ་སྤུག་གི་བདེ་ཅད་ཐད་ཀར་
 འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་གཞན་དོན་ཤེས་སུ་འཇུག་དགོས་ཞེས་དང་། དེར་གངས་སྲོད་སྲུང་བཅས་

པའི་འཇམ་མིའི་ཡོངས་ཀྱི་སྲོག་ལྡན་ཀྱང་གྱི་འཚོ་པའི་ཉེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཁོར་ཕྱག་གི་གནས་
སྤངས་ཉམས་སྐྱོད་ཆེས་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་འདིར། རང་ཅག་སྐྱེ་འགྲོ་དེ་དེའི་ཁོས་ནས་
རང་རྒྱལ་ལ་དབལ་པའི་སྣོད་བཅུད་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང་། མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་
ཚུལ་ལ་དུས་དང་ནམ་པ་ཀྱང་ཏུ་འབད་བཅོལ་བྱེད་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ།།

༡༽ ཁོར་ཕྱག་སྐྱོན་མེད་གཙང་མར་གནས་པའི་དགེ་མཚན་ནི། དཔེར་ན། རྒྱན་ཤིང་བཟང་པོས་
རྒྱང་ཁམས་གཙང་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་སྐྱེ་བོའི་སྲོག་རྒྱང་གཏོང་ལེན་ལ་རམ་འདེགས་གྱིས་
འཕྲུང་ཁམས་ཆ་སྣོན་ཆེ་བའི་དུས་བར་བྱེད་པ། གྲིབ་བསིལ་སྐྱུ་པོ་དལ་གསོ་བའི་གནས་སྲུ་
ལྡར་ཅིང་། ཆར་ཚུ་དུས་སྲུ་བབས་པ། ལོ་སྐྱུགས་ལེགས་པ། ཆ་གང་སྣོན་པ། དུས་ཁམས་
ལྡང་ལྡན་སྐྱུག་པས་ཕྱིའི་སྣོངས་རྒྱ་བ་དག་རྒྱན་མི་ཆད་ཏུ་ཡོང་ནས་ཤེས་རིག་དང་། དཔལ་
འཕྱོར་གྱི་འདུ་འགྲོད་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། ཁོར་ཕྱག་སྐྱགས་བཅོག་གི་
ཉེས་པ་ནི། མཚོ་དང་མཚེའུའི་དྲངས་བསིལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉམས་ཤིང་། དེ་དག་ལ་གནས་པའི་
སྲོག་ཆགས་ལ་བར་དུ་གཙོད་པ། ཅི་ཤིང་ནགས་ཆལ་སྣོངས་པས་ས་ཡི་བཅུད་ཉམས་ཤིང་།
ཆར་ཚུ་དུས་སྲུ་མི་བབས། རྒྱན་མེད་གྱི་རྒྱང་འཚུབ་དྲག་པོ་ལྡང་བ་སོགས་གྱི་འགལ་རྐྱེན་མཐའ་
ཡས་པ་ཡོད།།

ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། བདག་ཅག་གི་སྣོན་པ་ཤུགས་ཀྱི་ལུས་པོ་ཡང་སྣོན་པའི་དྲུང་དུ་
སྐྱེ་བལྟམས་ཤིང་། རྒྱན་པའི་དྲུང་དུ་བྱང་ཚུབ་བཞེས། མཐར་སྣོན་པའི་དྲུང་སྐྱེ་སྲུ་དན་ལས་
འདས། ལྷག་པར་དམ་ཚོས་འདུལ་བའི་ནང་དགེ་སྣོང་ནམས་ལ་སྣོན་ཤིང་རི་ལྡང་སྣོང་བའི་
རྒྱལ་གདམས་པ་སོགས་ནས་སྣོན་ཤིང་འདེབས་སྣོང་ནི་དགེ་ལས་སྲུ་རྣོགས་ལུས། གཞན་ཡང་
འདི་ག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྣོད་དང་། དུས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱ་གཞི་བདག་དུ་མ་ཞིག་སྣོན་པའི་
སྣོང་བོར་གནས་གཞི་བྱེད་པ་དེས་ལྡང་སྣོན་ཤིང་གལ་ཆེའི་རང་བཞིན་དུ་རྣོགས་ལུས།།

༢༽ རྒྱུར་ཤིང་སྐྱ་འདེབས་ལས་ལ་གོང་གསལ་གྱི་ཐབས་ཡོན་ཡོད། ལྷག་པར་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་
ཤིང་སྐྱས་འགོ་བ་མེའི་རིགས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་འཚོ་བཅུད་སྐྱིན་ཞིང་།
ལུས་སྣོན་བས་རྒྱས་པ། ཐས་ཁམས་ཀྱི་དང་ག་འབྲེད་པ་སོགས་ཐན་ལུས་སྐྱན་ཡོད་པས་དེས་
པར་དུ་འདེབས་ལས་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེ།།

༣ ་། དེ་བཞིན་མེ་རྟོག་འདེབས་ལས་ཀྱང་དགར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་ན། མཉམ་འབྲེལ་སྐབས། ས་གཞི་སློལ་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བཟུངས། ཞེས་པ་ལྟར། ཚོགས་གསོག་སློབ་སྦྱོང་དང་། ཡི་དམ་ལྷའི་བསྟེན་སྦྱོར་གྱི་མཚོན་མེད་སོགས་གང་ལའང་མེ་རྟོག་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་མཚོན་རྟེན་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཡང་རང་ཉིད་གང་དུ་གནས་སའི་ཁོར་ཕྱག་ཏུ་ཁ་དོག་རྣམ་པར་བཟུང་བའི་མེ་རྟོག་དག་ཡོད་ན་ཡིད་བག་ཐེབས་ཤིང་། ཚོས་པ་དག་གིས་མཚོན་བཞུགས་པ་དང་བཅས་ཉེ་མཚོག་གསུམ་ལ་སྤུལ་ནས་དེས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་བདེ་ཐོག་ཏུ་གསོག་པའི་བན་ཡོན་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱང་ནད་དང་། སེམས་ཁམས་མི་བདེ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ལྷུང་བའི་ནད་འཆམ་འཆམ་དུ་བསྐྱོད་དེ་རེ་ཞིག་བཟུང་ན་སེམས་ངལ་གསོས་ཤིང་བདེ་བ་སྟེར་བའི་ཁྱད་རུས་ཡོད།

དེས་ན། དགོན་པ་གྲ་ཚང་དང་། ལྷ་ཁང་། སློབ་གྲྭ། ལས་ཁུངས། སློབ་ཁང་། བཞོ་གྲྭ། ཟ་ཁང་། འགྲུལ་ཁང་། སྡོད་ཁྱིམ་བཅས་པའི་ཉེ་འཁོར་དང་། འགོ་ལམ་གྱི་གཡས་གཡོན་བཅས་སུ་ཤིང་སྣ་དང་མེ་རྟོག་འདེབས་འཇུགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཚོགས་ཡོངས་ཀྱིས་དང་འདོད་ལྡན་དགོས་པ་དང་། གང་འདེབས་འཇུགས་བྱས་པ་རྣམས་འཆར་ཡོངས་ཆ་ཚང་ཡོང་བའི་སྲུང་སྐྱོབ་དང་འབྲེལ། རང་རང་གི་སྲུང་གུར་དེ་དག་ལ་གཞོན་འཛེ་ལྡན་མི་རུང་བའི་སློབ་གསོ་ལྡན་པཅས་ནི་རང་བཞིན་འགྲོ་བ་སྤྱིའི་ཕན་བདེའི་སྤྱི་ལྷན་འགྲུར་དེས་ཡིན།

༤ ་། རྩ་དུས་མོད་དུ་རི་རྒྱ་རྒྱུང་རྒྱ་བསྐྱམས་པའི་ཅ་ཚོག་བསྐྱགས་ཉེ་སྐྱབས་མེད་མགོན་མེད་གཙན་གཙན་རི་དྲགས་དང་། བྱ་ཕྱིའུ་སོགས་ཉམ་རྒྱུང་སོག་ཆགས་དུ་མའི་ཚེ་སོག་སློབ་པའི་སློལ་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་རྒྱུན་འཛིན་གྱི། ད་ལྟའི་དུས་སུ་བསམ་མེད་ཉུང་གས་ནས་དདུལ་དང་དངོས་པོར་བཅམས་ཉེ་རི་དྲགས་ཚོན་པ་དང་། ཉ་སྐམ་འཛིན་པ་བཅས་ཚང་མ་མཚམས་འཛོག་སྐབས་བ་དགོས་རྒྱ་འདི་ནི་རང་གཞན་འདི་གྱི་གཉིས་ཕན་གྱི་བྱ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན།

༥ ་། དེ་བཞིན་ཤིང་འགྲས་གྱི་སགས་པ་དང་། ཤོག་བྲུ། འགྲིག་ཤོག་ཤེལ་དམ། ཤོས་རྟེན་། ཟས་གྱི་རྣམ་ལ་སོགས་གང་སྟེགས་གྱི་རིགས་གང་ལུང་དུ་གསུམས་པ་དང་། བཙོག་གཅིན་གང་སར་གཏོང་བ་བཅས་ནི་ཕྱལ་གྱི་མཛེས་སྤྱད་དང་། གཙང་སྲུ་འཛོད་བསྟེན་གཉིས་ཀར་གཞོད་

པས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་རུང་། ལྷག་དོན་ལག་ལེག་ནས་རང་གི་ཚོན་གོས་རྙིང་པ་དང་། རྒྱ་ལོ་
ལྷོན་གིང་གི་ཡལ་གར་འདོགས་པ་འདི་མཐོང་སྐྱེད་ལ་གིན་ཏུ་མི་མཛེས་པས་ད་ནས་དེས་པར་
སྐྱོང་དགོས།།

ཕ་དོར་ན། ལྷོད་བརྟུན་རྙེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ནམས་སྐྱོད་དེས་བའི་སྐོ་ནས་རང་བྱུང་ཁམས་
ཚེན་པོའི་རྒྱས་པའི་འབྱུང་གནས་ནམས་གཅེས་པར་འདྲིན་པའི་ཐབས་ཚུལ་འཇུག་སློག་ལ་སྐྱེད་
དོར་མ་འཛོལ་བའི་སྐོ་ནས་ལག་ལེན་དོན་འཁེལ་ཡོང་བའི་གཞེན་སྐྱུལ་དང་ཆབས་ཅིག བདེ་
དགའི་སྐོན་ཚལ་སློགས་བརྒྱུད་འཕེལ་ཞིང་། སྐྱེ་འགོ་སློག་ཆགས་དུས་མིན་འཆི་བ་ལས་ཐར་ཉེ་
བདེ་བར་འཚོ་བའི་རྒྱ་རུ་བརྒྱུའ།།

བདག་མེད་སེམས་ཅན་སྐོར།

མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག

པོད་པ་ཚོས་འདིག་རྙེན་གྱི་ལྷ་ཚུལ་ལ་བྱས་པ་ཡིན་ན། འདིག་རྙེན་འདིའི་ཐོག་ལ་གནས་པའི་
སློག་ཆགས་ཡོངས་སློགས་སྐྱེ་མཐུན་གྱི་ལས་ལས་བྱུབ་པ་ཡིན་པ་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་
འདྲ་སོང་བ་ཡིན་ཅང་ས་ཡི་གོ་ལ་འདིའི་ཐོག་ལ་གནས་པའི་སློག་ཆགས་འབྱུ་སྲིན་སྲ་རབ་ཡན་
ཆད་ཆང་མ་རང་རང་གི་སྐྱེ་མཐུན་གྱི་ལས་ལས་བྱུབ་པའི་ས་ཡི་གོ་ལའི་བདག་དབང་བྱེད་རྒྱུའི་
ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་ཡིན་ཅང་། དེའི་འབྱུང་བའི་ཁོར་ལུག་དེ་ལ་ཆང་མས་འདྲ་མཉམ་གྱི་ལོངས་སྤྱ་
སྐྱོད་དགོས་པ་རེད་མ་གཏོགས། མིའི་འགོ་བ་རྒྱུད་རྒྱུད་གིས་གང་བྱུང་ཐང་བྱུང་བྱས་ནས་བག་
མེད་ལོངས་སྐྱོད་བྱེད་རྒྱུའི་གནས་སྐྱེད་ས་གིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གལ་སྲིད་བག་མེད་
ལོངས་སྐྱོད་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་བདག་དབང་ཡོད་མཁན་གྱི་སེམས་ཅན་གཞན་པ་མང་པོ་ཞིག་
གི་བདག་དབང་ལ་བརྟུན་གསེགས་དང་ཁོར་ཚོར་བ་ལྷུ་གཞོག་ཆགས་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།
ལྷག་པར་དུ་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་དོས་ནས་བལྟས་པ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ་མཉམ་
དང་བཅང་སྐྱོམས་གྱི་བསམ་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་སྐྱུག་པའི་བྱམས་པ་དང་། ལྷིང་རྗེའི་བསམ་

ཚུལ་སྐོམ་དགོས་པ་ཡིན་ཏུས། ར་རང་ཚོ་ཚང་མས་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྐོག་ལ་གནས་པའི་སྐོག་
 ཆགས་ཚང་མའི་བདེ་དོན་ལ་བསམ་སྐོར་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཁོ་ཚོའི་འཚོ་བར་མི་གཞོན་པ་
 གྲེད་དགོས་པ་དེ་ནང་པ་ཡོངས་རྒྱ་བས་ཀྱི་གཞི་རིམ་གྱི་འཚོ་བ་མེད་པའི་བསམ་སྐོར་ལྟ་བུར་
 ཀྱི་གནས་སྐྱབས་ལོག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བོད་གངས་ཅན་སྐོར་སྐྱོད་ལ་ཆ་མཚོན་པ་
 ཡིན་ན་ཚོས་རྒྱལ་བཀའ་རྒྱུ་ཅན་རིམ་འབྱོན་བརྒྱུད་དེ་ནང་པའི་ཚོས་བོད་ལ་དར་བ་ནས་བརྒྱུད་
 བོད་ལ་གནས་པའི་བྱ་རི་དུགས་དང་། སྐོག་ཆགས་མ་མོ་ཡན་ཚད་སྐྱུར་སྐྱོབ་ཀྱིས་ཀྱི་རྒྱུ་རི་རི་རྒྱ་
 ལྷུང་རྒྱ་བསྐྱབས་པའི་ཚོས་སྲིད་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་ཁྲིམས་བཟང་པོ་ཞིག་དང་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་
 ཁྲིམས་དེ་གྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ར་ཚོ་སྐྱབས་བཅོལ་ཡོང་དགོས་པའི་གནས་བབས་མ་ཆགས་བར་
 ཏུ་རྒྱུན་གནས་སྐབས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ར་རྒྱལ་བ་སྐྱུ་མེད་ན་རིམ་གྱིས་ད་དུང་དེའི་སྐོག་ལ་སྐྱུར་
 སྐྱོབ་གནང་བའི་ཡུལ་ཁྲིམས་དང་། བོད་མིའི་ཡུལ་གྱི་གོམས་པའི་གཤེས་ལུགས་ཆགས་ཡོད་
 པ་རེད། དེ་འབྲེལ་སོང་བ་ཡིན་ཅོང་བོད་ནང་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་ལུང་དུ་
 གནས་པའི་སྐོག་ཆགས་ཚང་མ་འཇིགས་པ་མེད་པ་རང་དབང་གིས་དང་གནས་སྐབས་པའི་སྐྱལ་
 བ་བཟང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བར་ལམ་ཞིག་ནས་བོད་ཀྱི་ནང་ལ་མིའི་འདོད་
 རམ་ལ་བརྟེན་ནས་རི་དུགས་དང་། གཙན་གཙན་སྐོག་ཆགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ལ་བ་རྒྱ་དང་
 བགས་རིགས་ཡོངས་སྐོར་གྲེད་རྒྱ། ལ་བཅོང་རྒྱ་སོགས་དེ་འབྲེལ་ཆེད་དུ་བསད་ནས་ད་ལྟ་
 བོད་ཀྱི་སྐབས་ཚོང་མ་ཡིན་པའི་སྐོག་ཆགས་གཙན་གཙན་རི་དུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་འབྲེལ་རིགས་
 མང་པོ་ཞིག་ཅ་རྒྱོངས་ལ་འགྲོ་རྒྱའི་ཉེན་ཁའི་མཚན་ལ་སྤྲོད་པས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འབྲེལ་སོང་བ་
 ཡིན་ཅོང་བོད་ཀྱི་སྐབས་ཚོང་མ་ཡིན་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་བབས་སྐྱུར་སྐྱོབ་ཀྱིས་བོད་མི་
 རིགས་དང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཉིས་ཀའི་ཆེད་དུ་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ཏུས་ད་
 ར་རང་ཚོ་ཚང་མས་བོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གནས་སྐྱབས་དེ་གལ་ཆེན་པོ་བཅི་དགོས་རྒྱུ་དེ་མེད་དུ་མི་
 ཏུང་བ་ཞིག་རེད། བོད་ནང་ལ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ཡིན་ན་རེད། བཅོན་འུལ་ནང་ལ་ཡོད་པའི་
 བོད་རིགས་ཡིན་ན་རེད་སྐྱིད་འཛམ་སྐྱིད་ཁོར་ཡུག་དང་ལྷག་པར་དུ་འཛམ་སྐྱིད་ཡང་སྐོག་བོད་
 ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་བོད་ནང་གནས་པའི་སྐོག་ཆགས་དེ་ཚོ་ཅ་མེད་མི་འགྲོ་བའི་
 ཐབས་ཤེས་སྤྲོད་ཀྱིས་སྐྱོད་དེ་གལ་ཆེན་པོ་ཞི་བྱས་རེད། བར་ལམ་ཞིག་ནས་བོད་པ་

ཚོས་གཅེན་གཅེན་བགས་པ་ནག་ཚོར་རྒྱལ་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཅམ་དུ་མ་
 ཟད་རྒྱ་གར་ནང་ཡོད་པའི་གཅེན་གཅེན་མང་པོའི་སྲོག་ལ་གཞོན་འཚེ་འཕྲོ་ཡི་ཡོད་པའི་སྐད་ཆ་
 མང་པོ་ལྷགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་མཚན་གས་འགོ་རྒྱུའི་གནས་
 ལྟངས་ཡིན་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་དང་སྲོགས་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་བཏང་བོད་ཀྱི་སྲོན་
 སྲོལ་ལ་རི་དྲགས་དང་གཅེན་གཅེན་གྱི་བགས་པ་ཡོད་པའི་གོས་སྲོན་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད་དེ་ད་ལྟ་
 བར་བཞིན་བག་མེད་པོངས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལུགས་སྲོལ་དེ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་རིང་སང་ཉིན་
 དུས་སྲོན་དང་དགའ་སྲོན་ལ་སོགས་པ་ལ་སྐད་དང་མི་འདྲ་བའི་བགས་པ་རིགས་མི་འདྲ་སྣ་ཚོ་གས་
 ཡོད་པའི་གོས་སྲོན་རྒྱ་དང་དེ་ཚོ་མཚམས་རེ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་བྱང་ཚོས་ཡིན་པའི་རྣམ་
 པ་འདྲ་པོ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་པོས་རི་དྲགས་དང་གཅེན་གཅེན་གྱི་བགས་
 པ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱའི་གནས་སྟངས་ཕྱི་གཞགས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། ལྷག་པོས་མགོན་རིན་
 པོ་ཆེའི་བཀའ་སློབ་སྤྱི་ལ་ཞུ་རྒྱུ་ནང་དེ་བྱུང་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། རིག་གཞུང་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་
 གནས་སྟངས་ལ་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་མ་རེད་གསུངས་ནས་བཀའ་ཕེབས་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་སོང་
 པ་ཡིན་ཅེས་མ་འོངས་པར་བོད་མི་ཚོས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིར་རྗེའི་བསམ་
 རྟོག་གཞིར་བཞག་སྟེ་རི་དྲགས་ཀྱི་རང་དབང་དང་དུད་འགོ་ཡི་རང་དབང་ལ་སོགས་པ་དེ་ཚོར་
 དམིགས་བསམ་ཀྱི་དོ་སྣང་བྱས་ཏེ་ལྷག་པར་དུ་ས་ཡི་གོ་ལ་འདྲིའི་ཁོང་ལུག་གི་གནས་སྟངས་
 ཉམས་ཚག་མི་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱད་སྤྱོད་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཅ་དོན་ལ་ཕན་སྐྱོད་ཚང་མས་དེའི་
 རྩོད་ལ་དོ་སྣང་གནང་དགོས་ཀྱི་ཡོད་དོ།

བོད་ཀྱི་ཚན་མིག་གོ་གནས།

མཁན་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཚོ་སྐོས།

དང་པོ། དམ་པའི་སྣ་ཚོས་དང་མི་མཐུན་བས་སྤང་དགོས་པ། རྒྱུ་གསར་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྲོན་
 ལས། དང་པོ་ཚན་མིག་གི་ཐད། སྤྱིར་རང་རེའི་གོས་དང་རྒྱན་འདྲི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་མི་ཡིན་
 པའི་མཚོན་བྱེད་ཡིན། བོད་ལུལ་གྱི་འོ་གང་དང་མཚམས་ཕྱིར་མཛེས་ཉམས་ཀྱང་མི་དམན་པ་

ཡོད་ལ་སྐྱབས་ཀྱང་། བདེ་བའི་དུས་རབས་གསར་བའི་སྐབས་ཀྱི་སྲོད་ལམ་དང་མི་འཚམས་པ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་བོད་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡུལ་དུས་དང་འཚམ་པའི་བོད་གོས་གཙང་མ་སྲོལ་རྒྱ་ཉི་ཅེས་ཀྱང་གསུང་། འོན་ཀྱང་དེང་སང་བོད་ཀྱི་གོས་དག་ལ་ཚོས་དང་འཛིན་ཉེན་ཀྱི་ཡུགས་གཉིས་ཀ་དང་མི་འཚམས་པའི་སྲོལ་འགའ་ཡང་མཐོང་སྟེ། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གོས་ཀྱི་མཐའ་ནས་སྐྱབས་དང་གཟིག་དང་སྐྱམ་ཀྱི་པགས་པས་གོས་རང་ཆེར་མི་མཐོང་བ་ཅམ་དུ་གཡོགས་ཉེ་མཛེས་ཚོས་བྱེད། འདི་ནི་རང་རེའི་མིག་ལམ་ལ་མཛེས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་ཀྱི། མི་རིགས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་མིག་ལམ་དུ་མི་མཛེས་པར་མ་ཟད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གདུག་པའི་སྲོད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་བར་གོར་མ་ཆགས་ལ། རོན་དངོས་ཀྱི་ཚོག་ནས་ཀྱང་ཚོས་དང་འཛིན་ཉེན་གཉིས་ཀ་དང་འགའ་བ་ཞིག་སྟེ། དམ་པའི་ཚོས་སྲོགས་ནས་བཤད་ན། རྩོམ་འགྲུ་དང་རྒྱབ་རྩོག་ལའང་མི་མན་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རབ་ཏུ་མང་བོའི་སྲོག་རང་གིས་གཙོད་པའམ། གཞན་ལ་གཙོད་དུ་བརྟུག་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་པགས་པས་དགོས་མེད་དུ་རང་གི་ཡུལ་བརྒྱན་ནས་མཛེས་པར་སྐྱོམ་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བུ་གཅིག་ཤུའི་མ་ལྟར་བྱམས་དང་བརྟེན་བ་ཅམ་དུ་འདོན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་དང་ཤིན་ཏུ་འགའ་པས་སྐྱབས་ཅིང་གདུག་པའི་སྲོད་ཀྱི་ཅིག་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་སྲོག་ཆགས་ཆེས་མང་བོ་དོན་མེད་དུ་གསོད་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེང་སང་བོད་རང་གི་ཡུལ་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་རྣམས་སུ་མ་ཟད། བ་གི་སེ་ཐན་ཀྱི་སྐྱམ་དང་། ཨ་སྐྱེ་རི་གའི་གཟིག་སོགས་ཕྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་གི་སྲོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱང་ཁྲིམས་འགའ་ཀྱི་སྐོ་ནས་བསད་དེ་མིན་ལུ་སོགས་ཀྱི་ཚོང་འདུས་རྣམས་སུ་ཁྲིར་ནས་བོད་ལ་འཚོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། དེས་ན་བོད་ནི་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་ཅིག་གི་སྲོག་སྐྱེན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ལོ། ཞེས་དང་།

གཉིས་པ། འཛིན་ཉེན་ཀྱི་སྲོགས་ནས་བཤད་ན། རང་ལ་མན་པ་མེད་པ་དང་། གཞན་ལ་གཙོད་པ་ཡོད་པ་དང་། ཡ་རབས་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲིལ་བར་འཇུག་བའོ། དང་པོ་ནི། དེང་སང་གི་རྒྱལ་ནས་སོན་པའི་སྐྱམ་སྐྱབས་རིན་གོང་ཆེ་གོས་གཅིག་ལ་དམངས་སྐོར་བརྟུན་སྟོང་ནས་བརྒྱད་སྟོང་ཅམ་རེ་དགོས། གོས་སྐོར་ལེགས་པོ་སྐོར་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་ནས་བཞི་སྟོང་བར་འགོ། དམངས་པས་བ་ཞིག་གིས་ཉེན་གཅིག་གི་རལ་ཚུལ་ཡོང་འབབ་དམངས་སྐོར་ཉི་ཤུ་ནས་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྷ་ཅམ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་སྐྱོར་གཅིག་ལ་ཉེན་དགུ་བརྒྱ་དུག་ཅེ་སྟེ་ཕོ་གཉིས་དང་ལྷ་བ་བདུན་ཀྱི་

རལ་ཚོལ་གྱི་ཡོང་ལབབ་ཤིལ་གྱིས་སྤྱིན་དགོས། གཞིག་སྐོར་རབ་གཅིག་ལ་གཞིག་སྤྲུགས་ཚ་
 ཚང་ཞིག་དགོས། གཞིག་སྤྲུགས་བཟང་ཤོས་ཤིག་ལ་དམངས་སྐོར་བརྒྱད་སྟོང་ལྟ་བུ་བརྒྱ་ཚལ་
 དགོས། དེ་ཉིད་ཉིན་སྤྲུག་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱ་ནས་བཞི་བརྒྱ་ཉེད་ལྟའི་བར་གྱི་རལ་ཚོལ་ཡོང་ལབབ་
 ཡིན། ལྷག་སྤྲུགས་རབ་གཅིག་ལ་སྐོར་ཚིག་མི་ཚིག་སྐོར་ནས་ཉིས་སྟོང་བར་ཡིན། དེས་གོས་
 སྐོར་གཅིག་ལྷག་གསུམ་གཉིས་ཚལ་ཞིག་འོང། གོས་སྐོར་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རེ་རེ་ལ་
 ཉིན་སྤྲུག་བརྒྱ་ཚལ་གྱི་ཡོང་ལབབ་སྤྱིན་དགོས། དེ་ལྟར་ལོ་གཉིས་དང་ལྟེན་ལྷག་གི་ཡོང་སྐོ་
 སོགས་སྤྱིན་མོད། དེས་ཆེ་གྱི་མ་ལའང་མི་ཤན། ཆེ་འདྲིར་ཡང་ཁ་ཞིམ་རྒྱ། རྩོ་རྒྱག་རྒྱ། རྒྱལ་བོ་
 རྒྱ་གང་ལའང་མི་ཤན། རང་རེ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲུག་སྐོར་མ་ཞིག་འབྲུག་ཅེས་སོགས་
 ཟེར་ཉེ། མཚར་མཚར་ལྟར་དུ་བཅི་ཡང་གཞན་གྱིས་མཚོར་ན་ཁེལ་བའི་རྒྱ་ཚལ་ལས་གཞན་ཅི་
 ཡང་མེད། མི་རིགས་གཞན་པ་རྣམས་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་དུ་འོང་ནས་བོད་ཀྱི་ལག་ནས་སྐོར་མོ་
 རྒྱངས། བོད་ཀྱི་ས་གནས་རང་ནས་ཚོང་ཁང་དང་། མཚོན་ཁང་། བཟའ་བཏུང་ཁང་རྣམས་བཟོ་
 རྒྱན་བྱས་ཉེ་བླག་འོར་གྱུར། རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སའང་རང་གི་མེད་སྟོང་བུ་མི་ཤེས་ཉེ།
 རྩོད་འོང་རྣམས་སུ་མོང་ནས་བལྟས་ནས་གསལ་ཅིང་། ལམ་རྒྱན་སྟོང་གོས་གཙང་མ་ཚལ་ཡང་
 འབྲུག་རྒྱ་མེད་བཞིན་དུ་དོའི་རིགས་དང་གཅན་གཟན་སྤྲུགས་པ་དེ་དག་སྐོར་དུ་བརྒྱག་ནས་མི་
 རབས་ཀྱི་བར་དུ་ཉར་ཚགས་ལྟེད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་རི་ལྟར་བཞག་ཀྱང་རིང་བསྐེལ་འཕེལ་བ་
 ལྟར་འཕེལ་འོང་རྒྱ་ནི་མེད་པས་མེད་མེད་ཀྱི་འཚིང་ཐག་ཅིག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་
 དེ་བུ་རྒྱད་རྣམས་ལ་བཞག་པ་བཟང་པོ་ཡིན་པར་སྐོར། གལ་ཉེ་བུ་ཡིས་དེ་བུ་རྒྱད་རྣམས་ལ་
 བཞག་བསམས་ན་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞོག་དང་བཞག་པ་བཟང་པོ་ད་
 ག་ཡིན། རྒྱ་ལོར་ལོངས་སྟོན་གྱང་ད་ག་ཡིན། ཆེ་གང་རིང་སྤྱིད་སྤྱག་ཅི་ཞིག་གྱུར་ཡང་བརྒྱག་རྒྱ་
 མེད་པའི་ནང་འོས་དམ་པའང་དེ་ཡིན་ཉེ། དེ་ཡོད་ན་ཅི་དགོས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།།

སྒྲོང་ཉིད་དང་སྒྲིང་རྗེ། བྱང་པའི་ཁོར་ཕུག་གི་ལམ་དུ་སྒྲོད་པ།

དཔལ་ལ་རྒྱལ་བ་ཀུན་པ་ལོ་རྒྱལ་མིན་ལས་དོ་རྗེས་བཅུམས།
ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྐྱུར།

། ། རྗེ་འཕྲོག་པའི་ཁྲིམ་ཚང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་དང་། འདི་ཐོག་མའི་གྲིས་པའི་དུས་ཀྱི་ལོ་
ཤས་པོད་ཤར་སྤྲོགས་ཁུལ་གྱི་རི་རྒྱུར་ནང་དུ་བསྐྱལ་ཡོད། འ་ཚོས་སྐོ་ཐོག་སེམས་ཅན་རྣམས་
དེད་ནས་དབྱར་དགུན་གྱི་རྣ་ས་སྐོས་ཉེ་འགྲུལ་བཞུད་ལྟེད་པ་དང་། བྱང་མི་རྣམས་རྒྱལ་དུ་དབྱར་
དགུན་འཕྲོག་མཚེར་སོ་སོར་སྐྱ་གྲུང་ཕྱུག་ནས་སྐོད་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཉམ་རྒྱུང་པའི་འཚོ་བའི་
གནས་སྟངས་ཤིག་རེད། འ་རང་ཉིན་ལྟར་གཅེས་ཉར་གྱི་ར་པོ་བཞོན་ནས་ཉེ་འགྲུལ་དུ་ཆགས་
པའི་རི་རྒྱུར་དེ་ཚོའི་ནང་སྐོར་སྐོད་ལྟེད་དུ་འཕྲོ་རྒྱུར་ཉ་ཅང་དགའ་པོ་ཡོད། ལྷ་བས་རེ་རྒྱུར་ཉ་
དར་བའི་སྐབས་ལ་ཉེ་འགྲུལ་དུ་རི་དྲུགས་གནང་བ་དང་ཤ་བ་སོགས་མཐོང་ཐུབ་པ་དང་། བདག་
མེད་དུ་འཚོ་བའི་རྒྱུར་ལྷུ་དེ་ཚོས་ཡངས་པའི་རྣ་ཐང་བཀལ་ནས་འཕྲོ་བ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད།

འ་ལོ་བཞེའམ་ལྷ་ཅམ་ལ་སྐྱེའམ་དུས་འ་ཚོའི་ལུང་པར་ཐན་སྐོན་པོ་ལོ་གསུམ་ལྷན་ས་
ཁུལ་དེའི་དབྱིད་དཔལ་སྐམ་ཐེར་དུ་གྱུར་ཡོད། འ་རང་དམིགས་བསལ་གྱི་སྐྱ་གྲུ་ཞིག་ལ་ངོས་
འཛིན་བྱས་པར་བརྟེན། རྒྱུ་ལོ་སྐབས་མི་སྲུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་གྲིས་སྲུང་རང་ལ་ཀུན་པ་སྐྱེ་ཐེར་
བཅུ་བདུན་པའི་ཁྲི་ལ་འཕྲོད་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་གྱི་མེད། ། འ་ཚོའི་ལུལ་མི་རྣམས་གྲིས་ར་ལ་
དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱས་མཐུ་ཡོད་པར་བསམས་ཉེ་ཁོང་ཚོས་འདི་ཨ་པར་ས་ཁུལ་དེའི་དབྱིད་
དཔལ་གསོ་བའི་རྟེན་འགྲེལ་དུ་ངས་སྐོན་ཤིང་གི་སྐྱ་གྲུ་ཞིག་འདེབས་འཇུགས་དགོས་པའི་རེ་
འདུན་བཏོན་འདུག། ། ལུལ་མི་རྣམས་གྲིས་སྐོན་ལམ་འདོན་གྱིན་ངས་བཏབ་པའི་སྐོན་ཤིང་དེས་
དབྱིད་དཔལ་གསོ་བར་བྱས་ཉེ་ཉེ་འཁོར་གྱི་སྐྱེ་འཕྲོ་ཡོངས་ལ་ཚར་རྒྱ་དུས་ཐོག་ཏུ་བབས་ཐུབ་

དུང་ཁོང་ཚོའི་རེ་བ་དང་། མདོན་འདོད། རལ་ཚོལ་སོགས་ནས་ར་ཚོར་སུ་མོགས་འབྲུང་གིན་
 ཡོད་ལ། ར་ཚའི་ལྷོན་གོས་ཀྱི་བྱུང་ཚའི་ནང་ཅི་ཤིང་དང་། སེམས་ཅན། རང་བྱུང་གི་མོན་ཁྲུངས་
 གཞན་ཡང་བཀོལ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། འདི་ནི་ར་ཚོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་དང་ཆེ་སྲོག་ནི་རང་
 མཚན་ནས་གཅིག་ལྷུང་གནས་མི་ལུས་ཤིང་། ར་ཚོ་ཚང་མ་འཇམ་གླིང་གཅིག་ལྷུང་འདིའི་སྤོད་
 བཅུད་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་འཇམ་གླིང་འདི་ར་ཚོར་ཉ་ཅང་རིན་ཆེན་སོ་ཡིན་པ་བསྟན་ཡོད།

སྲོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ “སྣོང་ཉིད་” ཅེས་པ་འདི་བདག་ཉིད་དཔེ་མཚོན་དུ་སྤྱད་ནས་འགྲེལ་
 བརྗོད་ལེགས་ཤོས་བྱ་སྲུབ་ཀྱི་ཡོད། ར་ཚོས་ “ར་” ཞེས་པ་དེར་བསམ་སྒྲོལ་གཏོང་སྐབས་ཡིད་
 ཡུལ་དུ་ཅི་ཞིག་འཆར་ཀྱི་ཡོད་དམ། འའི་རོ་བོ་དེ་ཉག་ཉག་གང་དུ་གནས་ཡོད་དམ། དེ་ནི་སྣོང་
 དང་སྤྱད་པའི་ནང་དུ་ཡོད་དམ། ར་ཚོའི་དབྱགས་འབྲིན་རྒྱབ་དང་ལུས་ཀྱི་འགྲུལ་སྤོད་བྱེད་པའི་
 རྒྱུ་ལག་སོགས་ཀྱི་སྣོང་ན་ཡོད་དམ། ཡང་ན། དེ་ནི་ར་ཚོའི་གཞན་ལ་འགྲེལ་སྲུབ་དང་ཚོགས་
 རེག་བྱེད་ཚུལ་ཀྱི་ནང་དུ་ཡོད་དམ། ར་ཚོ་ལོ་བཅོ་ལྔ་དང་ཉེར་ལྔའི་སྐབས་ཀྱི་འའི་ལྷ་ཚུལ་དེ་
 གཉེས་པ་ཁྲུང་བར་ཆེན་སོ་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ར་ཚོས་པ་འདི་ཉག་བར་བརྒྱུད་དུ་མེད་ཅིང་
 རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུང་བས་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་བརྟེན་ར་ཚོའི་ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་། རྒྱལ་བཤམ།
 རྒྱལ་འབྲས། འབྲས་ཤོར་སོགས་ཀྱང་སྣོང་པའི་རང་བཞིན་གསལ་ལོན་ཡིན། རོན་ཀྱང་དེ་ནི་ར་ཚོ་
 ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་མི་གོ་ཞིང་དུས་སྐད་ཅིག་ནས་སྐད་ཅིག་ལ་འགྲུལ་བ་དང་། འའིག་
 པ། འཇད་ནས་འཇོ་བའི་རོན་ཡིན། དེས་ན་ར་ཚོས་སྣོང་བ་འདི་དག་གི་སྣོང་དུ་ཆགས་ཞེན་མི་
 སྐྱེ་བར་ཚོས་ཚང་མའི་སྣོང་དུ་སེམས་བཏང་སྣོན་སུ་འཇོག་དགོས་པ་ཡིན། བདག་དང་བདག་
 གཅིས་པར་འཇིན་ཚུལ་ཀྱི་སྣོང་བ་ལས་ལྔལ་བ་ཡིན་ན། ར་ཚོའི་འཇུལ་སྤྱད་གིས་བསྐྱེད་པའི་
 བདག་དང་གཞན་གྱི་ཁྲུང་བར་ཀུན་ལས་བྲལ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རོ་གཅིག་དུ་ཤར་སྲུབ་པ་
 ཡིན།

ལྷ་ཚུལ་འདི་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤོབ་དང་འགྲེལ་བ་རི་ལྟར་ཡོད་དམ། བར་ཚོས་ནང་བདག་སྣོང་
 པའི་རང་བཞིན་དུ་མ་རིག་པ་དང་སྣོང་རྗེ་ཁས་ལེན་མི་སྲུབ་པ་དེ་རང་འདོད་དང་། ཁོར་ཁོ།
 འདོད་ཆགས། འདོད་རྗེས་སོགས་སྲུག་བསྐྱེད་ཀྱང་ཀྱི་ཅ་བར་གྱུར་ཡོད། མ་རིག་པའི་རྐྱེན་
 ལས་འཇོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་ལ་རོ་སོག་དང་སེམས་ཅན་དང་ཅི་ཤིང་གི་རིགས་མང་

ཐོ་ཚ་སྟོངས་སུ་གཏོང་གི་ཡོད། མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ང་ཚོས་དཔེར་ན། ངའི་ནང་མི་དང་
 | ངའི་བདག་དབང་། ངའི་ལུས་ལུང་། ངའི་མི་རིགས་སོགས་ང་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཀྱན་ལ་
 ཉ་ཅང་གཅེས་པར་འཛིན་གྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་ལྟ་ཚུལ་འདི་ནས་སྐྱ་ཚོགས་
 རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འཛམ་གླིང་འདིར་ལྟ་བུ་ཞི་འཛམ་གླིང་འདིར་དོ་ལྷན་མེད་པར་ཐོག་ཐུག་
 ཚབས་ཆེ་ཞིག་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འཛམ་གླིང་འདི་བདག་ལས་གཞན་དུ་
 མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན།

ནང་པ་ཚོས་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་ལས་རང་བྱུང་ཁམས་འདིའི་ནང་གནས་པའི་འཕྲོ་བ་མིའི་
 རིགས་ཀྱི་ཆེ་སྲོག་ལ་བཅུང་སྟོན་མེད་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་གྱི་ཡོད། ལྷན་པ་མི་ལོགས་པ་ཞིག་
 ལ་གནས་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་དབང་གིས་ཐོད་གྱི་མཐོ་སྐྱང་འདི་འཛམ་གླིང་གི་ས་གནས་གཞན་
 ལས་ཆ་ཐོད་རྗེ་མཚོགས་སུ་འཕྲོ་བ་ཞི་བརྟུན་དུ་མེད་ཅིང་། ཐོད་གྱི་རྒྱ་ཐང་ལ་ཚབས་ཆེའི་
 མཚུག་འབྲས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་ང་ཚོས་ཤིག་རྟོགས་ཐུབ་པ་དང་། དེས་ཐོད་གྱི་འབྲོག་པའི་
 འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྐྱངས་འདི་མཚུག་སྐྱེལ་རྒྱ་ཡིན་པས་ངའི་སེམས་ལ་སྐྱོ་སྐྱང་ཞིག་ཡོད་གི་འདུག་
 |དེར་མ་ཟད་གལ་ཉེ་སའི་ཕོ་ལའི་ཆ་སྟོན་ཐོད་ཚད་ཨང་གངས་ ༡ རེ་རེ་མཐོང་བྱིན་པ་ཡིན་ན་
 འཛམ་གླིང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཉེན་ཁ་འབྲས་རྒྱ་དང་། ལྷག་དོན་སོ་ནམ་ཞིང་ལས་ཐོག་ཚབས་
 ཆའི་ལུགས་རྒྱུན་ཐེབས་རྒྱ་རེད། གནད་དོན་དེས་རྒྱུན་པས་རྒྱ་གར་གཅིག་ལུང་ཡང་ལུས་མིའི་
 ཁ་ཐས་གྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་འབྲས་དང་ཕོ་སྐྱུ་གྱི་རིགས་ལ་ཐོད་ཆག་ལུགས་ཆེ་ཐོག་རྒྱ་
 ཡིན།

ཐོད་མཐོ་སྐྱང་དུ་བྱུང་བའི་གནས་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་གི་རྒྱུན་ངན་འདི་ཐོད་གྱི་ས་ཁུལ་གཅིག་
 ལུས་རྫོང་རྒྱ་མ་ཡིན་པར། ཐོད་གྱི་མཐོ་སྐྱང་འདི་ནི་ཨེ་ཤི་ཡའི་རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་སྟེ། རྒྱ་ཁྲུང་འབབ་
 དང་། ཡར་སྐྱང་གཙང་པོ། འབྲི་རྒྱ། རྩ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། ཐོད་ནི་རྒྱུན་དུ་ཨེ་ཤི་
 ཡའི་རྒྱ་བོའི་གཏེར་མཚོད་དུ་འབྲེལ་བརྗོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། གལ་ཉེ་རྒྱུག་རྒྱ་འདི་དག་སྐྱམ་པའམ་
 ངན་རྩས་གྱིས་ཉ་ཅང་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་མི་སེར་ས་ཡ་མང་པོས་གཉན་
 འཕྲང་ཅན་གྱི་མཚུག་འབྲས་སུ་རྒྱ་ལས་མ་འདས་ཤིང་། གནས་གཤིས་ཆ་ཐོད་འབེལ་བའི་
 རྒྱུན་གྱིས་འབྲུག་རོམ་གྱི་གཞུང་ཚད་རེ་མཚོགས་སུ་འཕྲོ་བར་བརྟེན། འབྱུང་འགྱུར་ཚབས་

ཆེད་ཀྱི་མཛུགས་ལུ་མོད་ཆག་དང་འཕྲུང་ཚུ་མི་མོལ་པའི་དགའ་ངལ་འཕྲད་རྒྱ་ཉག་ཅིག་ཡིན། འཕྲོ་
 པ་མིའི་འཕྲུང་འཕྲུང་ལ་རྣམས་པའི་མིག་རྒྱ་ལྷན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ར་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་སྤྲོད་དང་
 དེའི་ལྷན་ལས་དོན་གྱི་མཚུགས་འབྲས་ཅེ་ཡོང་རིག་ཚོར་སྐྱབ་ཀྱི་མེད། འདས་པའི་མོ་ལྷ་བཅུ་ཅམ་
 རིང་དཔལ་འཕྲོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་བཟོ་ལས་ཡར་རྒྱས་ཐོག་འབད་བཙོན་ཆེན་
 སོ་བུས་པ་ལི་འཛམ་གླིང་གི་འཕྲུང་དོའི་བྱུང་རྣམས་དང་ཐོན་ཁུངས་ཉ་ཅང་མཚོགས་པོ་བེད་སྤྲོད་
 བྱས་པས་ཡིན། དེ་ལྟ་ནའང་ར་ཚོར་མདོན་འཕྲུང་མི་སྐྱབ་པའི་བྱ་ལོན་གྱི་འཕོར་ཚད་རེ་ཆེ་ནས་
 རེ་ཆེར་འཕྲོ་བཞེན་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟོ་ར་ཚོར་རང་ཉིད་གྱིས་འཛམ་གླིང་ལ་སྐྱབ་སྤྲོད་བྱ་རྒྱ་ཉུང་
 འགས་པ་དང་། ལུས་ཚོད་སྲ་སྲི་མ་གཏོགས་ར་ཚོ་ཚང་མས་མཚུགས་འབྲས་སྤྲུང་བསྐྱད་ཡོད།

དེར་སྐྱབས་འཛམ་གླིང་སྟེང་དབུལ་སྐྱལ་གི་བར་ལ་སྲ་ན་མེད་པའི་བར་ཁྲད་རེ་ཆེར་སྲིན་ཉེ་
 དཔལ་འཕྲོར་ཡར་རྒྱས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་མཁན་ནམས་གྱིས་དབུལ་ཐོངས་སྐྱར་མེད་ཏུ་བཞག་
 རྟེ་སྐྱལ་བདག་གི་ཁེ་ཕན་ཁོ་ནར་བསམ་བ་ལྟར་དུ་སྐྱར་གི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་འཛམ་གླིང་གི་
 རྒྱལ་ཁབ་དབུལ་གས་མང་པོའི་ནང་སྟེ་དངོས་ཀྱི་རིགས་སྟེ་ཁ་འཛོམས་ཤོས་དང་རང་བྱུང་ཁོར་
 ཡུག་གི་སྐྱས་ཚད་ཞེན་ཤོས་སྐྱུ་སྐྱུར་ཡོད། དཔལ་འཕྲོར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ནམས་བ་འདིས་ར་ཚོའི་
 ར་ཚོའི་ཐོན་ཁུངས་འདི་དག་ལ་སྐྱབ་སྤྲོད་བམ་བསྐྱར་གསོ་བྱ་སྐྱབ་བམ། ར་ཚོས་རང་བྱུང་གི་
 ཐོན་ཁུངས་གཡང་ལེན་དང་དེ་དག་མི་རབས་རྗེས་མ་ནམས་ལ་བྱིར་སྤོག་སྐྱབ་བམ། གལ་ཏེ་དེ་
 ལྟར་མ་སྐྱབ་ཆེ་ར་ཚོས་འཛམ་གླིང་གི་བདག་དབང་ལ་འཕྲོག་བཙོན་བྱེད་གིན་ཁ་ནས་བྱ་སྤྲོད་
 དེར་ “དཔལ་འཕྲོར་ཡར་རྒྱས་” ཞེས་འཕོད་བཞེན་ཡོད།

ད་ལྟའི་འཛམ་གླིང་འདིའི་དཔལ་འཕྲོར་གནས་སྐྱུངས་ནི་སྟེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་སྐྱབ་ཅིང་འབྲས་
 ལུས་སྐྱལ་པའི་སྤོན་ཤིང་རྣམས་ཀྱི་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་བ་དང་། ར་ཚོས་སྤོན་ཤིང་དེའི་ཡལ་ག་དང་འོད་
 མདངས་འཕྲོ་བའི་མོ་འདབ་ལྡང་ཁུ་མོགས་ལ་བསྐྱགས་པའི་སྤོན་ལས་དེ་ནི་འཛམ་གླིང་སྟེང་གི་
 སྤོན་ཤིང་ལེགས་ཤོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ར་ཚོས་ས་སྟེང་དུ་ཐོན་པའི་སྤོན་
 ཤིང་དེའི་བྱེད་ཅམ་ཁོ་ནར་སྐྱབ་དང་དེའི་བྱེད་གཞན་ནི་ས་ཤོག་ཏུ་གནས་ཡོད། གལ་ཏེ་ར་ཚོས་
 ས་ཤོག་གི་བྱེད་གཞན་དེར་བསྐྱེད་ཤོས་པ་ཡིན་ན། ར་ཚོའི་དོ་སྐྱར་དང་ལྷ་སྤོང་གིས་ཐོངས་པའི་
 སྤོན་ཤིང་དེའི་ཅ་བ་འཆི་བཞེན་འགོ་བ་དེ་མཐོང་རྒྱ་ཡིན་ཅིང་། ལུས་ཚོད་སྲ་སྲིའི་ཁྲད་བར་ཅམ་

ལས་ལྷན་ཚུན་དེ་ས་སྟེང་གི་སྟེང་གཞན་དེར་ཐེབས་དེས་ཡིན། དེས་ན་ལྷོན་གིང་གི་ཡལ་ག་
 དང་ལོ་འདབ་ཀྱི་སྟེང་དུ་བཙོས་ཐབས་ལྷ་ཚོགས་བསྟེན་པ་ནི་འབྲེལ་དོན་གྱི་སེལ་ཐབས་འབའ་
 ཞིག་དང་། ཇི་སྲིད་དེའི་ཙུ་བ་ཁམས་བཟང་དུ་མི་གནས་བར་ང་ཚོས་ལྷོན་གིང་དེ་བདེར་གནས་
 ཡིན་པའི་ཁག་ཐེག་མི་བུས། དེར་བརྟེན་ངས་རྒྱུན་གནས་སྐབ་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་དེར་
 དངོས་སུ་བཟུགས་བརྗོད་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ལྷ་ཚུལ་དེ་ནི་ ༡༩༧༦ ལོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁོར་ལུག་དང་
 འཕེལ་རྒྱས་ལྷན་ཚོགས་ནས་ངས་ཚིག་བརྗོད་པ་ཞིག་སྟེ། “འབྲུང་འབྲུང་མི་རབས་ཀྱི་མ་ཚོའི་
 དགོས་མཁོ་བསྐྱབ་བུས་ཀྱི་འཛོན་ཐང་མི་དོན་བར་ད་ལྟའི་མི་རབས་འདིའི་དགོས་མཁོ་བསྐྱབ་
 བུ་བ་བྱ་རྒྱ་ཞིག་དེད།” ཅེས་དང་། མཐའ་དོན། གལ་ཏེ་སྟེ་བ་ལྷ་ལྷོན་ལྷ་ཚུལ་འདི་དོན་དམ་
 དུ་བསྐྱབ་སྐབ་པ་ཡིན་ན་ང་ཚོ་ནི་འབྲུང་འབྲུང་གྱི་མི་རབས་དེ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།།

ང་ལ་འཕྲོ་བ་མིའི་སེམས་ཁམས་སུ་དགའ་བདེ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེད་སོན་སྐབ་པ་བྱུང་ཡོད།
 བསམ་སྟོན་ལྷ་ཚུལ་གྱི་བུས་སྟོབས་ནི་ཉ་ཅང་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཡིན། དཔེར་ན། འཕྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་
 ཐང་གི་ལྷ་ཚུལ་ནི་ཉ་ཅང་སྐབས་བདེ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེས་ང་ཚོའི་ཡིད་ཆེས་དཀའ་བའི་དཀའ་
 འཕ་ཚག་ཅིག་དང་། སྲིད་དབང་གཅིག་སྟེད་ཀྱི་གཞུང་། དམག་འཁྲུག་དང་། དབྱུང་མོངས་ཀྱི་
 ལོད་ཆག་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་བྱས་ཏེ་ད་ཆ་ཡོངས་ཁྲབ་ཏུ་སྟོང་པའི་ལུལ་བྱུང་གི་མིག་དཔེར་
 ལྷུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་འདས་པའི་མོ་བརྒྱ་ཅམ་གྱི་སྐྱ་རོལ་དུ་ལྷ་ཚུལ་འདི་ང་ཚོར་གསར་པ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད། འདི་བསམས་སྟོན་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྟེ་དངོས་སུ་ཚོགས་ཀྱི་ཉར་ཆགས་ཚུན་
 ཆད་ཀྱི་ཁོར་ལུག་སྟུང་སྟོབ་སོག་ང་ཚོའི་བསམ་སྟོན་ནང་གསར་གཏོད་ཀྱི་རང་བཞིན་བསྐྱབ་
 དགོས་པ་དང་། ཇི་སྟེས་སོག་ཆགས་དང་། ལྷོད་བཅུད་མ་ལག་། རྒྱ་བོའི་རྒྱན་འཁོར་ཉམས་
 མེད་དུ་གནས་པ་སོགས་ལའང་ཁོར་ལུག་གི་ཞབས་ཞུའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་དགོས།།

ངས་དེའི་གཞོན་ཆེན་པོའི་སྐོན་ལས་དེ་སྟེས་སོག་ཆགས་དང་སྟོད་བཅུད་མ་ལག་གི་སྟུང་སྟོབ་དང་
 ། ཁོར་ལུག་གི་ཉེན་རྣོབ་ཆེད་དུ་སྐྱབ་མོང་དུ་བཏོན་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གྲོས་ཚོད་དང་། ད་ལྷོ་ལག་
 བསྟར་བྱེད་བཞིན་པའི་སའི་ལོ་ལའི་གནས་གཤིས་འབྲུང་སྟོན་ལ་འཕྲོ་བ་མིའི་ལྷན་ཚུན་ཇི་
 ཅུང་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་ཁག་ལ་རྒྱབ་སྟོར་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ཅུ་དོན་དེ་དག་སྐྱ་དེའི་ནང་སྟེ་
 ཁྱིང་མཁན་གྱི་གང་ཐག་དེ་ཚོའི་གཞན་པན་གྱི་བསམ་སྟོན་དང་ལྷན་བསམ་ཐོབ་ཐང་གི་ཀུན་སྟོང་

མཚོན་ལུབ་པ་དང་། གང་ཟག་འདི་དག་གིས་ང་ལ་ལུགས་རེ་བརྟན་པོ་ཞིག་སྟེང་བཞེན་ཡོད།
དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་འགྲུང་བ་གཏོང་དགོས་ན། རྒྱུད་ལྷན་
དེ་ཚོགས་པ་རང་ཚོ་རང་ཉིད་ནས་འགོ་ཚུལ་དགོས། རོག་མར་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོས་ནས་བཟང་པོའི་
མིག་དཔེ་མི་ལྟེང་བར་གཞན་གྱི་འགྲུང་བ་དང་ཉན་འཛོགས་ལ་རེ་རྒྱལ་ལྟེང་བ་ནི་དོན་དངོས་དང་
མཐུན་གྱི་མེད།།

གལ་ཏེ་སྟོང་བརྟན་གྱི་མཛད་པ་སྟོང་བའི་ནང་བའི་སྐྱེས་ཆེན་ཞིག་ཡོད་དགོས་ན། ངས་དུས་
རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་ཕེབས་པའི་འཕགས་པ་ཞི་བ་ལྷའི་མཚན་ནས་སྟོན་རྒྱ་ཡིན། ཁོང་གིས་
མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོང་བ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།

ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་ལུས་དང་སེམས།།

སྤྱལ་བསྐལ་ནད་པ་རི་སྟེང་བ།།

དེ་དག་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།།

བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོ་འཛོལ་བར་ཤོག །

གོང་གི་ཆེགས་བཅད་འདིའི་ནང་འཕགས་པ་ཞི་བ་ལྷས་ཆེ་སྟོན་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་
རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་ཉིད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་གཞན་གྱི་སྤྱལ་བསྐལ་བཟོད་ཡང་དུ་
གཏོང་གིར་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བསྟོ་བའི་དོན་དུ་གདམས་ཡོད། གལ་ཏེ་
ང་ཚོས་འཛམ་གླིང་འདིའི་སྟེང་གི་ཆེ་སྟོན་ཀུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་གྱི་གོང་བྱ་གཅིག་ལས་
རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུང་ལོགས་སུ་གནས་མི་ཐུབ་པ་དེ་ཁས་ལེན་སྲུབ་ན་གཞན་གྱི་ནད་དང་སྤྱལ་
བསྐལ་ལ་སྤྱང་མེད་དུ་འཛོག་མི་ཐུབ། འདི་དག་ཚོགས་པའི་སྟོན་ནས་སྐྱེ་འགོ་ཀུན་ལ་སྟེང་རྗེ་
བསྐྱེད་རྒྱའི་ཀུན་སྟོང་འདི་ཉིད་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ནང་ཁ་ཕྱོགས་རྒྱུད་བ་ནི་ང་ཚོས་སྟོང་བརྟན་
ཀྱི་ངང་ནས་དོན་གཉེར་སྲུབ་པའི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།།

འདས་པའི་མོ་ངོ་བརྒྱ་ཅམ་རིང་འཛམ་གླིང་ནང་རི་སྐྱེས་སྤྱལ་གློད་ཀྱི་བྱངས་འཕོར་བརྒྱ་
ཚ་ ༥༥ ལྟག་མཚོང་རྒྱ་མེད་པ་ཆགས་ཡོད། འགྲོ་བ་མིའི་དགོས་མཁོ་རྗེ་ཆེར་སྤྱིན་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་ང་ཚོས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་རེ་མང་ནས་རེ་མང་དུ་སྤྱུད་དེ་སེམས་ཅན་
གཞན་གྱི་ཐོབ་སྐྱལ་རྗེ་ཉུང་དུ་བཏང་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་། སེམས་ཅན་དེ་རིགས་ཀྱི་འགས་པ་
དང་ལུས་པོའི་ཆ་གས་ཀྱི་ཉེར་སྟོང་རྗེ་ཆེར་སྤྱིན་པས་བརྗེད་ཉམས་ལྡན་པའི་སྟོན་ཆགས་དེ་

དག་ཏུ་ལམ་ཡོངས་སུ་སྐྱོད་ལ་ཁད་ཡོད། ར་ཚོས་སློབ་ཆགས་དེ་དག་ཅ་སྐྱོངས་སུ་བཏང་དོན་
 བྱི་སྟེན་བགས་ཀྱི་ན་ལྷག་བདག་ཏུ་མཐོང་བའི་བསམ་ཚུལ་འཆང་བའམ། ཡང་ན། སྟེན་གྱི་
 ཡུས་པོའི་ཆ་ཤས་བསྟེན་ན་ར་ཚོའི་ཡུས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་རེ་ལེགས་སུ་འགོ་སྟོན་པའི་སྐོངས་
 ཚོད་བྱས་བས་ཡིན། འདི་འདྲའི་བྱེད་ཐབས་ནི་སྟེན་གཅིག་ལུ་ཅམ་མ་ཟད་ར་ཚོ་རང་ཉིད་ལ་
 སྤྱིང་རེའི་བཅེ་སེམས་མི་སྟན་བ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བྱ་སྐྱོད་དེས་ར་ཚོ་རང་ཉིད་ལ་མཁུག་
 འབྲས་རན་པའི་རིགས་སྟེན་ལ་ཁད་ཡོད།

ར་ཚོ་རང་ཉིད་སྐྱོབ་སྲུབ་པའི་མཐར་སྲུབ་གྱི་ཐབས་ལམ་གཅིག་ལུ་ནི་འགོ་བ་གཞན་དང་། ཅི་
 ལེན། ལེན་སྐྱོད། འཛམ་སྐྱིད་འདི་ཉིད་བཅས་ལ་སྤྱིང་རེ་བསྐྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། མི་ལས་ཆེ་བ་
 བྱི་གཙོ་མོ་རང་གི་ལས་གནས་དང་། རྒྱ་ལོར། སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་། བང་མི་བཅས་ལ་
 སེམས་འཁྲུང་བྱེད་མཁན་ཤི་སྟེན་ཡིན། སལ་ཆེར་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་མི་ཚང་མར་རང་
 ཉིད་ལ་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་རྒྱ་ལས་རོ་བྱག་པའི་སེམས་ཁྲུང་བྱ་ཡུལ་གཞན་ཡོད་སྤྱིད་བ་དང་
 ། གས་ཉེ་གནད་དོན་འདིར་དོ་ཁྲུང་བྱས་ཆེ་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་སྐྱེལ་སྤྱངས་ཐོག་འཁྲུང་བ་གཏོང་
 དཀོས་ཀྱི་ཡོད་སྟབས་རང་ཉིད་ལ་སྟབས་མི་བདེ་བའི་གདམ་གཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཐད་
 ར་རང་སྐྱེར་ལ་མཚོན་ནའང་གཞན་དང་ཁྲུང་བར་དེ་ཅམ་ཆེན་པོ་མེད། རས་ལོ་མང་རིང་དམར་
 ཟས་སྤངས་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། ར་རང་ཡོངས་སུ་དཀར་ཟས་བསྟེན་མཁན་ཞིག་ལོ་ཤས་ཤིག་གི་
 ཚོན་དུ་མ་གཏོགས་ཆགས་སྲུབ་མེད། མི་ཞིག་གིས་ར་ལ་རྒྱ་གར་ནང་དཀོས་སུ་བྱུང་བའི་སྐོབ་
 བརྟན་སྲུང་སྲུང་ཞིག་རན་པ་སྤྱད་བུང་བ་དེའི་ནང་བཤས་ལ་གཏོང་བའི་རྒྱལ་སེམས་ཅན་མང་
 པོས་སློབ་གཙོད་ཀྱི་སྲུབ་བསྐྱེད་རེ་ལྟར་སྐྱོང་རྒྱལ་དཀོས་སུ་མཐོང་བའི་རྗེས་རས་སྐོར་བུར་དུ་
 སེམས་ཅན་དེ་དག་གིས་སྤངས་པའི་འཛིགས་སྤང་ཚོར་སྲུབ་ཀྱི་འདུག ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་
 མང་པོ་ར་ཚོའི་རྒྱན་འཇགས་ཀྱི་འདོད་པའི་དོན་དུ་སྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱི་རིམ་ལ་རེ་ཅམ་སྐྱོང་རྒྱལ་
 དབྱར་ར་བྲགས་ལ་སྤྱར་རྟོགས་སད་བྱུང་བ་དེ་ནས་བཟུང་དམར་ཟས་སྐྱོད་རྒྱལ་འདི་ར་ལ་བཟོད་
 དཀའ་བ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་ཉེ་འབྲལ་དུ་མཚམས་འཛོག་བྱས་ཡོད།

འདིར་སྐྱེད་བའི་བྱི་བ་ཞིག་ནི། བཟོད་དཀའ་བའི་དུས་ཚོད་དེ་ར་ཚོ་ཚང་མའི་སེམས་ལ་ག་
 དུས་སྟེན་པས་སྲུབ་བམ། ར་ཚོས་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་ཆགས་པའི་སྐྱིད་སྟོན་དེ་དག་མཚོ་ལོག་ཏུ་

བརྟེན་སྐྱོད་དང་ཉེ་མ་ལ་ཡིད་རློན་ལྷན་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལྷན་ལྷན་དུ་སྐྱུར་བཅུག་སྐྱོད་ཡིན་ནམ། ད་ལྟ་
 ར་ཚོར་ཡོད་པའི་རོ་མཚར་ཅན་གྱི་རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་རྣམས་ཅ་སྟོངས་སུ་བཏང་ནས་དེ་དག་
 མི་རབས་ཀྱི་མ་རྣམས་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཅན་དུ་འཛོགས་སྐྱོད་ཡིན་ནམ། ར་ཚོརི་རྫོགས་མཐའ་མེད་པའི་
 དཔོན་མཁོ་སྟོང་སྟེར་ད་ལྟ་རྒྱས་བཞིན་པའི་ནགས་ཚལ་གཅོད་འབྲེག་གིས་དེ་དག་ཞིང་ཐང་དུ་
 སྐྱུར་སྐྱོད་ཡིན་ནམ། ར་ཚོརི་བག་མེད་ལོངས་སྟོང་གི་འཚོ་བ་འདི་མཚན་མ་འཛོགས་མི་སྲུབ་པའི་
 རྩོད་ལས་གང་སྟེགས་རི་ལྟར་སྤྲོད་ནས་བཞག་སྐྱོད་ཡིན་ནམ།

སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་རོས་ནས་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ལ་འདིའི་ནང་ཁོར་ཡུག་གི་དཀའ་ངལ་མཐའ་
 དག་ལེགས་པར་ཤེས་རྟོགས་སྲུབ་པར་ར་ཚོས་གདོང་མེན་འདི་དག་མི་སྐྱེར་སོ་སོའི་ཉིན་འེའི་
 བར་འབྲུད་པའི་འཚོ་བའི་འདམ་གའི་ཚོག་ཏུ་མཐུད་སྟོར་བྱ་དགོས། ར་ཚོས་གནས་གཤིས་
 འཐུར་སྟོག་དང་། གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་རང་བྱུང་གི་ཚོན་ཁུངས་སྟོག་འདོན། ཤིང་ནགས་གཅོད་
 འབྲེག །རི་སྐྱེས་སྲོག་ཆགས་ཀྱི་ཁེ་ཚོར་སོགས་ཆབ་སྲིད་དང་ཚན་རིག་གི་ལྷ་རྩལ་ཁོ་ན་མི་
 སྐྱེར་བར། ར་ཚོས་ད་དུང་དེས་པར་དུ་འགོ་བ་མེད་རིན་ཐང་ཤེས་རྟོགས་དང་སྟེང་རྗེའི་བསམ་བ་
 བསྐྱུན་པའི་སྟོན་ནས་དཀའ་ངལ་འདི་དག་གི་ཐད་སྐྱི་ཚོགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ལྷ་རྩལ་ཁག་སྐྱེར་
 དགོས། དེས་ན་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྟོབ་མཁན་ཞིག་ཏུ་འཐུར་བའི་ཀྱན་སྟོང་སྐྱེ་བ་ནི་སྐྱེ་འགོ་གཞན་
 ལ་ཐན་ལ་གཏོང་བ་ཡིན།

དང་པོ། དེ་ལྟར་ཡོང་བར་བྱ་བ་གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་ནི་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་
 འགན་དབང་སྟོང་དགོས་པ་ལྟེ། ར་ཡོང་མའི་ས་ཁུལ་དེ་ལྟ་སར་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་
 ལུས་ཐེབས་པ་ཞིག་ལ་རོས་འཛིན་པ་དང་། མི་མང་པོའི་བསམ་སྟོར་ར་ཚོརི་ནང་མི་རྣམས་
 ཀྱི་འཚོ་བ་ཉ་ཅང་ཁག་པོ་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གནས་སྤངས་འོག་ཏུ་བཟུང་བར་བསམ་གྱི་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་། རའི་ཨ་མ་སྟོན་གྲུབ་ནས་ཡང་འགོ་སྟོང་མེད་ནའང་ད་དུང་ཁོར་གིས་ཨ་སྐྱེའི་མདུན་
 བས་གལ་ཉེ་ར་ཚོས་དཔྱིད་དཔལ་སྤྱད་དགོས་ན་ལྟོན་ཤིང་འདེབས་འཇུགས་དགོས་པ་དེ་ཤེས་
 རྟོགས་བྱུང་ཡོད། རའི་བསམ་སྟོར་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཉེ་ཤོས་སུ་འཚོ་སྟོང་བྱེད་པའི་ལུལ་མི་
 རྣམས་ནི་དོན་དངོས་ཐོག་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་སྤྱད་སྟོབ་བྱེད་མཁན་གྱི་ར་ཚོརི་རོགས་ལྷ་རྩལ་
 ཆེ་ཤོས་དེ་ཆགས་ཡོད། ར་ཚོས་དེས་པར་འགོག་སྟེན་ཀུན་ལས་བཞུལ་ཉེ་ལག་གདང་སྐྱེལ་

དགོས། མཐར་གལ་ཉེ་ར་ཚོས་ཁོར་ལུག་ལ་སྐྱུར་ཐབས་བྱེད་པ་འདི་ར་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚེད་ཏུ་
མིན་ན་སྲ་ཡི་བྱིར་ཏུ་ཡིན་ནམ།།

གཉིས་པ། ར་ཚོས་བྱས་ཤིང་སྐྱོད་ཚད་ཉུང་ཏུ་གཏོང་དགོས་པ་འཕམ་མ་མཐར་ཡང་རྫོ་
སོལ་དང། རྫོ་སྐྱུམ། རྫོང་ས་རྫས་སོགས་ཀྱི་ཚབ་ཏུ་ཐབས་ལམ་གཞན་འཚོལ་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གལ་
ཚེན་པོ་ཡིན། ར་ཚོས་བསྐྱུར་བྱུང་པའི་བྱ་བ་སྐྱོ་ལོས་ཤིག་ཅི་ཉེ་མའི་བྱས་ཤིང་ནས་ཉེན་
ཁ་མེད་པའི་བྱས་ཁུངས་གཞན་ཀྱི་ཚོན་ཅལ་གོང་རྒྱུང་ཏུ་གཏོང་དགོས། ལྟུང་ས་ཤིགས་པ་ཞིག་
ལ་བོད་ནང་གི་འདི་གདན་ས་གཙོ་བོ་མཚུར་སུ་དགོན་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ནས་ཚོན་པའི་རྒྱ་ཚོན་
ཀྱི་ཉེ་བཞིས་སུ་ཆགས་ཡོད་པར་བརྟེན་ར་ཚོས་རྒྱ་ཚོན་དེ་བྱས་པའི་ཚོན་ཁུངས་ལ་སྐྱོད་སྐབ་ཀྱི་
ཡོད། ད་ཆ་ར་རང་རྒྱ་གར་ནང་གནས་པ་དང་འདིར་ཆགས་པའི་གཞུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་དགོན་པ་
ཚང་མས་བྱས་ཤིང་སྐྱོད་རྒྱུ་ལ་ཐོག་རང་ཁ་རང་གསོ་སྐབ་པའི་འབད་བཙོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་
ཅིང་། ར་ཚོ་ནང་པའི་བྱ་བ་ཚུན་རྣམས་ཀྱིས་འདྲམ་སྐྱིང་ཁོར་ལུག་ལ་འབྲད་པའི་དཀའ་ངལ་དེའི་
ཆ་རྒྱུན་མི་བྱེད་པ་ནི་འོ་མཚར་ཅན་ཞིག་ཏུ་བཤད་ཚོག་པ་རེད།།

གསུམ་པ། རས་མཁས་པ་དང་སྡེ་བཞིན་པ་ཀྱན་འདྲམ་སྐྱིང་འདིའི་སྐྱེ་བོ་ཐེང་འབྲུམ་སྐྱུག་གི་
འཚོ་པའི་ཉེན་གཞིར་སྐྱུར་པའི་རྒྱ་བོ་ཚེན་པོ་རྣམས་འབབ་སའི་བོད་ཀྱི་མཚོ་སྐྱང་ས་ཁུལ་དེར་
སྐྱུང་སྐྱོབ་ཀྱི་རོགས་རམ་བྱ་རྒྱུར་གདན་འདྲེན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེ་གར་ཡིན་ཞེ་ན། རང་བྱུང་གི་རྒྱ་ལ་
གོང་ཚད་འདི་ཡིན་ཀྱི་ཚོར་རྟགས་མེད་པར་བརྟེན་མི་རྣམས་ཀྱིས་དེར་བདག་དབང་ཡོད་ཤིག་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་ཆ་ཡར་སྐྱུང་གཙང་པོ་ནི་རྒྱ་རགས་ཀྱི་ཉེན་ཁའི་འོག་ཏུ་བཅུད་ཐིག་པ་དང་བོད་
ནས་རྒྱ་གར་ཏུ་བབ་པའི་མེད་གེ་གཙང་པོ་དེ་ཡང་རིང་མིན་རྒྱ་མཚོར་བབ་མི་སྲུབ་ཅིང་། བོད་
ཀྱི་མཚོ་སྐྱང་འདི་འདྲམ་སྐྱིང་བྱུང་སྡེ་དང་རྫོ་སྡེ་གཉིས་སུ་པའི་འབྲུགས་རོམ་སྐྱུག་ལོས་གསོག་
འདོག་བྱ་ལུག་ཏུ་སྐྱུར་ཡོད། མཚོ་སྐྱང་ས་ཁུལ་འདིར་གནས་གཤིས་འབྱུར་ལྡོག་གི་ཤུགས་རྒྱུན་
ཏུ་ཅང་སྐྱ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་མཚོ་སྐྱང་ས་ཁུལ་འདིར་གནོད་སྐྱོན་བྱེད་པ་ནི་དེར་མ་གཏོགས་པའི་ཨེ་
ཤི་ཡའི་སྐྱམ་ས་ཚེན་མའི་ཁུལ་གཞན་ཏུ་གནོད་འཚེ་ཏུ་ཅང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

བཞི་པ། དབལ་འཕྱོར་འཕེལ་རྒྱས་དང་མི་རྒྱེད་ཀྱི་འདུ་ལོར་སོགས་ར་ཚོའི་བྱུང་འབྲས་གང་
 ཡིན་ཡང་ར་ཚོས་དེ་དག་ལ་ཚོགས་ཡོངས་ནས་བསྐྱར་ཞིབ་བྱ་དགོས། ད་ལྟོ་དབལ་འཕྱོར་
 ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ནུས་པ་འདི་འཇམ་གླིང་གི་མི་ལུ་མལ་ཆེ་བས་ཚོབ་རྙེད་མི་རླུང་བར་སོ་སོའི་འཚོ་
 གནས་སྲིད་ཉེན་རེ་བཞིན་ཚོལ་ཤུགས་འོག་ཏུ་གནས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ར་ཚོས་རྒྱ་དངོས་དང་
 རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབས་ལ་གལ་ཆེར་འཛིན་པ་ལྟར་གལ་ཉེ་ལྷ་ཚུལ་དེ་དག་ལྷན་མོང་དུ་སློང་
 ཚུལ་དང་། སླིང་རྗེ། ཞི་བདེའི་རིན་ཐང་སོགས་ཏུ་གཅིག་མཚུངས་སུ་བལྟས་པ་ཡིན་ན། ར་ཚོ་རེ་
 རེས་དོན་དུ་གཉེད་བའི་བྱུང་འབྲས་ནང་རང་བཞིན་དང་ར་ཚོའི་རྒྱ་ཚོགས་ཀྱང་འཚུངས་ཀྱི་ཡོད།
 ར་ཚོས་རེས་བར་དུ་ཀྱུང་གིས་འབྲེལ་ཉམ་དུ་མངོན་བར་འདོད་བའི་ཡར་རྒྱས་དང་བྱུང་འབྲས་
 མོག་ཏུ་མན་ལུས་ལྷན་ཅིང་ལག་ལེན་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་གཞན་འཚོལ་སྐྱབ་བྱ་དགོས།

མཐའ་དོན། འཇམ་གླིང་འདིའི་འབྲུང་འགྲུང་གི་ཆེ་སྲོག་ནི་ཉམ་རྒྱུད་བའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བྱུང་
 མཁའ་ནམས་ལ་རྟལ་ལུས་ཡོད། ཉམ་རྒྱུད་གི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་བ་ནི་རང་ཉིད་དང་འཇམ་གླིང་ལ་
 སླིང་རྗེ་སྐྱེད་བ་ཡིན། སླིང་རྗེའི་བསམ་སྒྲོལ་མེད་བར་དངོས་གཙོ་ཁོ་ནའི་སོག་མི་ཆེ་དོན་གཉེད་
 གྲེད་པ་ནི་སྡོད་བཅུད་འགོ་ལུགས་དང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ནས་གང་འཚམ་རྒྱུན་གནས་མི་
 ལུང་བ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་བཟོ་བྱའི་སོན་རྗེས་དང་འབྲེལ་བའི་ལུང་བསྐྱབས་ནང་ཉམ་ཏུ་ར་
 ཚོའི་བདེ་སློང་གི་ལམ་དངོས་ནི་ཁོང་ཚོའི་དངོས་རྗེས་ཉོ་སྐྱབ་ལྟེན་ཚུལ་ནང་ཡོད་བར་སློག་པ་
 དང་། ཁོང་ཚོས་སློག་པའི་འབོད་ཚིག་དེ་དག་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཡོད་ནའང་ར་ཚོས་དེར་ཡིད་ཆེས་
 སྤེས་སུ་འདུག་དོན་རྗེས་ཡིན་ནམ། ར་ཚོའི་བདེ་སློང་དང་། བདག་དབང་། བར་མི། ར་
 སོགས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཤེས་བའི་སྐྱེན་ལས་གནས་ཚུལ་དེ་རིགས་ལ་ར་ཚོའི་སེམས་
 གཏད་སྐོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུར་། གལ་ཉེ་ར་ཚོས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ལེགས་བར་
 རེས་ན། ར་ཚོའི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་ཉེར་སློང་གྲེད་ཚུལ་ལས་གདམ་ག་གཞན་བསྐྱབ་སྐབ་པ་དང་། ར་
 ཚོའི་མི་ཆེ་ཚོར་སོག་ཉོ་སྐྱབ་སོག་སྐྱེལ་མི་དགོས་བར་སླིང་སློབས་ཆེན་པོས་འཚོ་བ་ཉམ་རྒྱུད་
 ཞིང་ལྷན་བདེ་བ་ཞིག་བསྐྱེད་སྐྱེའི་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་རེད།

ཚོས་ལུགས་ཚང་མའི་ཆ་བའི་ལྷ་ཚུལ་ནི་ཉམ་རྒྱུད་གི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་རྒྱ་དང་། སླིང་རྗེ་ལག་

བསྟར་བྱ་རྒྱ། བན་ཚུན་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱ་རྒྱ་སོགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ལ། ཚོས་ལྷགས་གང་གིས་ཀྱང་ར་ཚོའི་འཚོ་གནས་སྐྱོན་མཁན་དེ་ཉིད་ཅ་མེད་གཏོང་དགོས་པ་ཅ་བ་ནས་གསུངས་མེད། དེར་བརྟེན་ཚོས་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་རྒྱལ་ནས་ངས་ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོས་བཤད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཞེ། དེས་པར་དུ་ཚེ་སློབ་ཀྱན་ལ་གཅེས་སློང་དང་འཇམ་སྒྲིང་ལ་སྦྱང་སློབ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན། ར་རང་མི་སྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་སློང་རྒྱ་དང་ལྷག་བསྟུན་ལས་སློབ་རྒྱའི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་གསུང་འདི་དག་ལས་གཞན་པན་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་འདྲེན་རྒྱ་དང་། ལམ་ལོང་ས་སྐྱབས་མཚོན་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་ཀྱན་ལྷབ་སེམས་ཁྱེད་ལྱེད་པ་ཞེ་འཇོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལུན་གནས་ཐུབ་པའི་གནད་འགག་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད།།

ར་རང་ཀམ་པ་བརྟེན་བདུན་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འདི་འདྲའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ཞེ་ཐད་ཀར་ཁོར་ལུག་སྦྱང་སློབ་པ་སྦྱང་ཚོག་པ་ཞེ་ངས་ཡིད་བརྟན་འཕེད་པའི་སློབ་ནས་བཤད་ཐུབ་པ་དང་། འཆར་སྣང་འདི་བརྒྱུད་ནས་ད་ཆ་ར་ཚོས་ཉེ་མ་ལ་ཡིད་རྒྱལ་མདུན་དུ་ཆགས་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བྱ་བཅུན་གྱི་དགོན་སྡེ་བཞི་བརྟེན་ལྷག་ནས་འཇམ་སྒྲིང་རི་རྒྱེས་ཐེབས་ཅ་སོགས་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་ཁག་གི་ལས་སློབ་འོག་དཔེར་ན་ཤིང་ནགས་གཙོད་འབྲེག་དང་། གནམ་གཤིས་འཕྲུང་སྟོག །འཕྲུང་རྒྱའི་དཀའ་ངལ། རི་རྒྱེས་རྒྱེ་དངོས་ཚོང་ལས། སྟོགས་པོའི་ངན་བསྐྱེད་སོགས་ཁོར་ལུག་གི་གནད་དོན་སློང་ལ་གཏམ་སྒྲེང་དང་ལས་གཞི་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ལས་དོན་འདི་ཞེ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་རྒྱ་ཐེགས་ཅམ་ཞིག་དང་། ར་ཚོར་འབྲུད་པའི་དཀའ་ངལ་ནི་རྣོག་འཛིང་ཆེ་ལ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བས་ར་ཚོ་གཅིག་ལུས་དམ་འདྲིན་ཐུབ་ཐབས་བལ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུར་། ཁོར་ལུག་གི་སྦྱང་སློབ་ལྱིར་གལ་ཉེ་ར་ཚོ་མི་དེ་ལོ་རེས་ལྷན་མེད་ཀྱི་ལེགས་སྦྱེས་རྒྱ་ཐེགས་ཅམ་དེ་བསྐྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། མཐར་རྒྱ་ཆེ་བའི་དྲངས་གཙང་གི་རྒྱ་མཚོ་རི་འདྲ་ཞིག་འབྱུང་ཐུབ་པ་ཡིད་ལུལ་དུ་འཆར་ཐུབ་པམ།།

ལེགས་གསོལ།།

འདྲོན་ སེ་ཉར་མི་དང་། ཁལ་ནལ་ རྩོལ་མན། བདེ་སྦྱིད་རྒྱུད་རྒྱལ་པ་བཅས་ཀྱིས་ཚཱ་ཡིག་

འདིར་རིན་ཐང་ལྷན་པའི་ལེགས་སྐྱེས་བསྐྱེད་པར་བཀའ་ཤིན་ཅེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།།

དབྱུང་གཞིའི་རྒྱ་ཚ།

༡༩༡༤ ལོར་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁོར་ཕུག་འཕེལ་རྒྱས་སྣོན་ཚོགས་ནས་བཏོན་པའི་ར་ཚོ་སྤྱིའི་འབྲུང་
འབྲུང་ཞེས་པའི་སྣོན་ཐོ།

༡༩༡༩ ལོར་སེ་ཉིའི་བན་སྤེ་ཅེ་ལར་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་
པ། རྣ་ས་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དབར་སྐྱེན་ཞུས།

ནང་ཚོས་དང་ཚོན་རིག་ནས་བཤད་པའི་འི་དང་འི་འཛིན།

མེད་ལྷན་ལྷ་བཤོ་རྗེ།

༡༢། དང་པོ། ལྷན་གཏན་དང་ཚོས་ལས་སྐྱོ་མོར་འཛོག་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞིབ་
 ཚགས་པོའི་བསམ་བཞིགས་བྱས་ཆེ་དེ་དག་སྤང་མེད་དུ་འཛོག་དགའ་བ་མ་ཟད་དུང་དེ་དག་
 གི་རྒྱལ་ལྷོགས་སུ་ལྷག་པའི་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་འིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་ཉོགས་སུ་བ་ཅིང།
 དེ་དག་གིས་རྒྱན་བྱས་ནས་དྲོགས་འཆར་གསར་བ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱོ་ལུལ་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
 ལྷོ་རོལ་ལུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་ནམ་གངས་མང་ཉུང་གི་སྤྱད་ཡང་གང་སྤྱད་དང་ཚོས་ཉོགས་བ་
 བྱི་སྐོ་སྤེའི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱི་གངས་དང་དངོས་ལྷོགས་གང་དུང་གི་སྐོ་ནས་འབྲེལ་ནས་
 ཡོད། དེའི་ལྷན་དབང་པོ་ལུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལས་དབང་པོས་ལུལ་གི་སྤྱད་ཉོགས་ཚུལ་ལ་
 ཞིབ་འཇུག་བྱ་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།།

སྐབས་འདིར་དང་ཚོས་སྐྱེད་པར་བྱ་བའི་གཞི་ནི་དབང་པོ་སྤེའི་ལུལ་གྱི་ལྷོ་གྲགས་སྐྱ་ཤེས་དང་
 དེའི་བསྐྱོར་བྱ་སྤེའི་སྐྱོར་ལ་རང་སྐོས་གང་ཤེས་གྱི་བཤད་པ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་ཤེས་སྤྱན་ནམ་
 བས་དབྱེད་པར་འཚམ། དེ་ལ་དང་པོ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་མངོན་པ་ལོང་ལོག་གི་གཞུང་
 བས་གསུངས་པའི་དབང་པོ་སྤེའི་བཤད་པའི་སྐབས་ལས་མོན་པའི་འི་དང་འི་འཛིན་གྱི་ངོས་
 འཛིན་ནི། ཀུན་བཏུས་ལས། འི་གང་ཞེ་ན། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱུར་བྱས་པ་སྤེའི་དབང་
 པོའི་སྐྱོད་ལུལ་གྱི་དོན་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འི་ཞིམ་པ་དང་འི་ར་བ་དང་། འི་མཉམ་པ་དང་། ལྷན་
 ཅིག་སྐྱེས་པ་དང་། ལྷན་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལྷན་བ་ལས་བྱུང་བའོ། ཞེས་གསུངས། དེའི་དོན་
 བྱི་ཀུན་བཏུས་འབྲེལ་བ་ཚོས་མངོན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་པོ་ལས། མཚན་ཉིད་ནི། ལྷན་ཤེས་པའི་
 གཞུང་ལུལ་དུ་ལྷན་པའོ། འི་ལ་དབྱེ་ན་བྱུག་སྟེ། བན་གོད་ཀྱི་སྐོ་ནས་དབང་པོའི་འབྱུང་བ་ཆེན་
 པོ་ལ་བན་པ་དང་གོད་པ་དང་། བན་གོད་གང་ཡང་མི་བྱེད་པའི་འི་ཞིམ་པ་སོགས་གསུམ་
 དང་། འཛིག་ཉེན་གྱི་སྐོ་ནས་སྐོག་སྐྱེའི་འི་སྤྱ་བྱུག་ཅིག་སྐྱེས་པ་དང་པུག་སྐོས་སྐྱར་པའི་འི་
 ལྷ་བྱ་སྐྱར་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལ་སྐྱ་སྐྱིན་པའི་འི་སྤྱ་བྱུར་གྱུར་བ་ལས་བྱུང་བ་ནམས་སུ་ཡོད་

བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་སོ།།

ཡང་མངོན་པ་མངོད་ལས། དེ་ནམ་བཞི། ཞེས་དང་དེའི་དོན་མཆིམས་མངོད་ལས། དེ་ནི་སྣ་
 ཡི་དབང་པོའི་ཡུལ་ཉེ། དེ་ནི་དེ་ཞེས་པ་དང་། ང་བ་གཉིས་ལས་རེ་རེ་ལའང་མཉམ་པ་དང་མི་
 མཉམ་པ་གཉིས་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞེདོ། དེ་ལ་མཉམ་པ་ནི་དེ་ཞེས་པ་དང་ང་བ་གཉིས་
 འགས་རྒྱུང་བ་དང་། མི་མཉམ་པ་ནི་འགས་ཆེ་བ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། བསྟན་བཅོས་ལས་ནི་དེ་ཞེས་པ་
 དང་ང་བ་དང་མཉམ་པ་གསུམ་འབྲུང་སྟེ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་མཉམ་པ་ནི་གསུམ་པ་ཡིན་པར་འདོད་ལ།
 གཞན་དག་ནི་མཉམ་པ་གཉིས་པོ་དེའི་སྟོབས་གཅིག་ཡིན་པས་དོན་ནི་ཁྱད་པར་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་
 རོ། ཞེས་གསུངས་སོ། དེ་ལྟར་མངོན་པ་གོང་ལོག་གི་གཞུང་ལ་ཡུབ་མཐའི་ཁྱད་པར་ལས་ཡུང་
 བའི་ཕྱི་རོལ་འདོད་མི་འདོད་ནི་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཕྱེ་བྲག་དེ་དང་དེ་འདྲིན་ཀྱི་རོ་བོའི་འདོད་རྩལ་ལ་ཁྱད་
 བར་མེད་ཀྱང་དེ་ཡི་དབྱེ་བའི་གྲངས་མང་ཉུང་ལ་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་འགག་བ་ཆེར་ནི་
 མེད་དོ། འདིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྲུང་དུ་སྣའི་དབང་པོས་སྤོང་བ་ལ་སྣ་ཡིས་སྤོང་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན་
 ལ་དེ་འདྲ་བའི་སྣ་དབང་དེ་གནས་གང་དང་དབྱིབས་དེ་སྣ་ཡུ་ཞེ་ན་མཆིམས་མངོད་ལས། སྣའི་
 དབང་པོའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་རྣམས་ནི་ཟངས་ཀྱི་མོ་ཁབ་སྣ་ཡུ་སྟེ་མཚུལ་བའི་ནང་སྣའི་རྒྱུད་ན་གནས་
 ཉེ། ཞེས་དང་སེ་ར་རྗེ་བཙུན་པའི་མངོད་འགྲེལ་ལས། སྣའི་དབང་པོ་ནི་དབང་རྟེན་གྱི་དབྱས་ན་
 དབྱིབས་ཟངས་ཀྱི་མོ་ཁབ་སྣ་ཡུ་གཤིབས་པ་སྣ་ཡུ། རོ་བོ་དེའི་སྐྱེ་མཆེད་སྣང་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་དང་
 བ་གཅིག་ཡོད། ཞེས་གསུངས་པས་སྣའི་དབང་པོ་ནི་དབང་རྟེན་གྱི་དབྱས་ན་ཞེས་པས་རང་གང་
 ལ་གནས་པའི་གནས་ས་དང་དབྱིབས་ཟངས་ཀྱི་མོ་ཁབ་སྣ་ཡུ་གཤིབས་པ་སྣ་ཡུ་ཞེས་པས་སྣ་
 དབང་གི་བཞོད་དབྱིབས་བཤད་དོ།།

རོ་བོ་དེའི་སྐྱེ་མཆེད་སྣང་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་དང་བ་གཅིག་ཡོད་ཞེས་པས་སྣ་བས་འདིར་ང་ཚོས་སྣའི་
 བར་ཡུ་བའི་གཞི་ནི་དངོས་སུ་སྤོང་ས་དེ་འདྲིན་སྣ་ཤེས་ཀྱི་སྣུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་ལྱེད་
 མཁན། མེ་མོང་དེ་གཞུགས་བརྟན་འཆར་བ་ལ་དྲངས་བ་སྣང་དེ་ཡི་རྣམས་རྒྱལ་རྣམས་ལ་ལ་ལ་ལ་
 སྣང་བའི་གཞུགས་ཅན་གྱི་དབང་པོའི་རོ་བོ་བསྟན་ནོ། རོ་བོ་དེ་འདྲ་བའི་སྣའི་དབང་པོ་དེས་དེ་ཞི་
 ལྟར་སྤོང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སྣ་ཡི་དབང་པོས་དེ་སྤོང་བ་ལ་ཡུལ་དང་སྲད་ནས་སྤོང་དགོས་ཉེ་མངོན་
 པ་མངོད་ལས། སྣ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་གྱིས་ནི། ཡུལ་ནི་མཉམ་པར་འདྲིན་པར་འདོད། ཞེས་
 གསུངས་ཤིང་དེའི་དོན་ཡང་མཆིམས་མངོད་ལས། སྣ་དང་སྣེ་དང་ཡུས་ཀྱི་ཁམས་གསུམ་ནི་མ་

བླ་མ་ལ་གཞན་དུ་ལྷུ་བ་དང་བླ་མ་ལ་འཛིན་ཏེ། དབུགས་མ་རྩལ་པར་མ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་
 དང་། གཞན་ཡང་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཚོད་པའི་ཁྱིམ་ལོགས་པ་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། བླ་མ་
 ཞེས་བྱ་བའང་འདབས་ཆགས་པར་གནས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བར་མེད་པར་གནས་པ་ལ་བརྗོད་ཀྱི་
 རེག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷོགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་རེག་ན་རྩལ་སྲུང་ཐམས་འདྲེས་པ་དང་། ལྷོགས་
 རེས་རེག་ན་ཆ་བཅས་སུ་འགྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། དེས་ན་རྩལ་སྲུང་ནི་མི་རེག་ལ་བསགས་པར་
 གནས་པ་རེག་གྱུར་དེ་ནི་ཆ་བཅས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར་སྟོན་མེད་དོ། ཡང་སྐྱེ་ལ་ལོགས་པ་
 ལྷུ་བ་དང་བླ་མ་པར་བཤད་པ་གསུམ་གྱིས་ནི་དབང་པོའི་རྩལ་སྲུང་པ་དང་ལྷུ་བ་གྱི་རྩལ་སྲུང་པ་
 རྣམས་ནི་མཉམ་པར་འཛིན་པར་འདོད་དེ། གང་བླ་མ་དེ་འཛིན་ཅིང་མ་འབྲུག་པ་མི་འཛིན་པའི་
 ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་སོ། དོན་ནི་མིག་ན་གཉིས་གྱིས་ལྷུ་བ་གསུམ་སྐྱེ་ལོར་བ་ལ་དབང་པོ་
 དང་ལྷུ་བ་སྲུང་མི་དགོས་པ་ལས་གཞན་སྐྱེ་ལོར་གསུམ་གྱི་དབང་པོས་ལྷུ་བ་འི་ལ་ལོགས་པ་
 རྫོང་བ་ལ་དབང་པོ་དང་ལྷུ་བ་དངོས་སུ་སྲུང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ། དབུགས་མ་རྩལ་པར་མི་
 འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་སྐྱེ་ལོར་དབང་པོ་ནི་སྐྱེ་ལོར་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཡོད་ཅིང་གལ་ཏེ་དབུགས་
 མ་རྩལ་ན་རྫུང་ཁམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྲན་ནས་ཡོད་པའི་འི་རྩལ་རྣམས་སྐྱེ་ལོར་དུ་མི་འཛིན་ལ་དེ་
 ལྟར་མ་འཛིན་ན་སྐྱེ་དབང་དང་བླ་མ་པའི་སྐྱབས་མེད་པས་འི་འཛིན་དབང་ལེས་མི་སྐྱེ་ལ་དེའི་
 ཕྱིར་རང་རྒྱུད་ལྷན་གྱི་གང་ཟག་གིས་འི་འཛིན་མི་སྲུབ་སོ། ཡང་སྐྱད་ཆ་སྟོག་ནས་བཤད་ན་སྐྱིར་
 འི་དང་དབང་པོ་སྲུང་དེ་འི་འཛིན་སྐྱེ་ལེས་སྐྱེས་གྱུར་གང་ཟག་དེས་འི་རོས་འཛིན་མི་སྲུབ་པའི་
 གནས་སྐྱབས་ལེག་གྱུར་ཚོས་མངོན་པའི་སྐབས་འདི་ནས་ཚོན་པ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན་དེ་དབང་
 ལེས་རྣམས་ལ་སྐྱང་ལ་མ་རེས་པ་ཡོད་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་བས་སོ། གཞན་ཡང་གཞན་གྱིས་
 བར་དུ་ཚོད་པའི་ཁྱིམ་ལོགས་པ་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་ཅན་གཞན་གྱིས་བར་
 དུ་ཚོད་ན་སྐྱེ་དབང་ལ་ལོགས་གསུམ་གྱིས་ལྷུ་བ་རྫོང་མི་རྣམས་ཏེ་དབང་པོ་དང་ལྷུ་བ་མ་སྲུང་
 པའི་ཕྱིར་དང་། བླ་མ་པའི་དོན་ཏེ་རེག་ནས་སྐྱེ་བ་རྒྱུན་གྱིས་པ་ལ་མ་བཞག་པར་རེག་པ་ཅམ་ལ་
 འདོག་ན། བླ་ན་རྫོང་བས་མ་ཁྲུབ་གྱུར་། མ་སྲུང་ན་མ་རྫོང་དགོས་པ་དེ་སྐྱེ་ལ་ཡིན་པ་ལྟར་སྟེ་
 ལྷུ་བ་གཉིས་ལ་འདབས་མཚུངས་ཏེ། རོ་རྫོང་བ་སྟེ་ལ་སྐྱབས་དགོས་པ་དང་། རེག་བྱ་རྫོང་བ་ལ་ལྷུ་བ་
 ལ་རེག་ནས་རྫོང་དགོས་པ་ཉམས་རྫོང་ལས་ལེས་པའི་ཕྱིར་རོ། སྐབས་འདིར་སྐྱེ་དབང་ལོགས་
 ལྷུ་བ་ཅན་གྱི་དབང་པོ་གསུམ་ཅན་པ་དང་ལྷུ་བ་འི་ལ་ལོགས་པ་ནི་རང་གི་ཚོས་གཞིར་སྐྱུར་

པའི་རྒྱལ་མཉམ་བསལ་པ་ལས་ལྷན་པ་རྒྱལ་མཉམ་ཡང་མངོན་པའི་ལྷགས་ལ་མཐར་གཏུགས་ན་
 ལྷ་རབ་ལ་ལྷག་ཅིང་ལྷ་རབ་དེའང་ཆ་མེད་དུ་འདོད་པས་རྒྱལ་མཉམ་བསལ་པའི་གོང་ལུའི་ནང་
 དུ་རྒྱུ་ལྷ་ཉེ་ཡང་རྒྱལ་མཉམ་པ་ཚུན་ལ་ལྷག་བར་གནས་ཡོད་པར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྐབས་
 འདྲིར་ལྷ་ཚུལ་ཡང་བར་ན་རྒྱལ་མཉམ་གཞན་མེད་པའི་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་བརྗོད་ཀྱི་དེ་ལས་
 གཞན་པ་ལོ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་ཕྱོགས་གཙང་ཅན་ནས་རྒྱལ་མཉམ་པ་ཚུན་དེག་པ་ལོ་མི་སྲིད་
 ལ་ཕྱོགས་དེས་དེག་ན་ལྷ་རབ་ཆ་བཅས་སུ་ཐལ་ལོ། དེས་ན་རྒྱལ་མཉམ་ལོ་མི་དེག་ལ་བསལ་
 བར་གནས་པ། ཞེས་གསུངས་སོ། དེག་གྲང་ཆ་བཅས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར་སྐྱོན་མེད་དོ། ཞེས་
 པ་ལོ་བར་མེད་པར་དེག་པའམ་ལྷ་དྲང་ཆ་བཅས་སུ་ཁས་ལྷན་ཚོགས་པས་སྐྱོན་མེད་དོ། ཞེས་
 མཆིམས་ཆེན་པོའི་བཞེད་པ་ཡིན་པ་འདྲའོ། ལྷ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་གྱིས་ལུལ་འི་ལ་སོགས་པ་
 རྒྱུང་བ་ལ་ཡང་ལུལ་དང་ལུལ་ཅན་བར་གྱི་རྒྱང་ཐག་ལ་ལྷོས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ལྷ་གསུམ་
 བོངས་ཆེ་རྒྱང་དང་ལུལ་གྱི་རྒྱལ་དང་དབང་པོའི་རྒྱལ་གྱི་གངས་ཆད་དང་དབྱིབས་ལའང་དེས་
 གཏན་གྱི་ཆད་གཞི་དགོས་པས་སྐྱ་ལྷེ་ལུས་གསུམ་གྱིས་ལུལ་རྒྱུང་བ་ལ་ལྷ་དང་ནས་འཛིན་དགོས་
 ཞེས་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱ་ལྷེ་ལུས་གསུམ་དང་ལྷ་དེ་དག་གིས་འཛིན་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་མིན་པ་
 དེའི་ཕྱིར། ཡང་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ལུལ་དང་ལྷ་དང་བར་བཤད་པ་གསུམ་གྱིས་ལོ་དབང་པོའི་རྒྱལ་ལྷ་
 རབ་དང་ལུལ་གྱི་རྒྱལ་ལྷ་རབ་རྣམས་ལོ་མཉམ་པར་འཛིན་པར་འདོད་དེ། གང་ལྷ་དེ་འཛིན་
 ཅིང་ལ་ལྷ་དེ་ལོ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་སོ། གང་ལྷ་དང་ལྷ་རབ་ལ་ཆ་ཡོད་མེད་
 དང་ལྷ་རབ་གྱི་དོ་པོ་སོགས་ཀྱི་དཔྲོད་རྒྱལ་ལ་ལྷོས་ན་ལུལ་དབང་ལྷ་ཚུལ་ལོ་རྒྱང་རགས་ཀྱང་
 ལྷ་རབ་པ་ཚུན་རྒྱུ་ལྷ་དང་ལྷ་ལྷེ་དེ་སྐབས་འདྲིར་སྐྱེད་པ་ལོ་མངོན་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དངོས་ཁམས་
 དེག་པའི་ཆེས་ལྷ་པའི་དབྱུད་པ་ཡིན་གྱི་སྐབས་དོན་དངོས་ཀྱི་སྐྱེ་དངོས་རྣམས་འགྱུར་དེགས་པའི་
 བཤད་པ་ལོ་མ་ཡིན་ནོ། དོན་གྲང་དེ་ལྷ་ལོ་འཆམས་པའི་སྐྱོན་ཆེད་ལོ་མེད་དེ་དངོས་ཁམས་
 དང་རྣམས་འགྱུར་རྣམས་ལ་ས་མཆམས་དེས་གཏན་མེད་ཅིང་དེ་དག་པ་ཚུན་བསྐྱོལ་ནས་ཡོད་པ་
 གཞུང་གང་ལའང་མཚུངས་པས་སོ།།

མངོན་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་སྣོད་ཀྱི་འདིག་རྟེན་ལོ་རྒྱུ་ལོ་འཛིན་མཐོང་སྐྱེད་དུ་ཡོད་པའི་
 གསུགས་ཅན་གྱི་འདིག་རྟེན་འདི་ཅུམ་ལས་མེད་པ་མིན་པར། འདོད་ཁམས། གསུགས་ཁམས།
 གསུགས་མེད་ཁམས་ཉེ་ཁམས་གསུམ་དང་། བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡང་མི་དང་དྲུད་འགྲོ་ཅུམ་

མིན་པར། དུལ་བ། ཡི་དགས། ཏུང་འཕོ། མི། ལྷ་བཅས་འཕོ་བ་ལྷ་རྩ་གསུངས་པས་དེ་དག་
 སོ་སོས་རྗེ་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལྗོངས་ལྷུང་དེ་ཞིབ་པར་བྱེན་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་ལྗེ་
 བྲག་པའི་ནང་གི་གང་ཟག་སྐྱེར་སོ་སོའི་དབང་པོས་ལྗོངས་ལྷུང་ནས་ཁམས་མི་འདྲ་བའི་སྐྱེན་པས་
 ཡུལ་ལྗོངས་ལྷུང་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་ལྷུང་གྱི་བར་དུ་སྐྱ་ཁ་མང་པ་གཉིད་ཟབ་པའི་འགྲེལ་བ་འདྲ་
 ལྗེད་ལྷུང་མཆིས་ཀྱང་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་གཞི་ཅར་འཛིན་པའི་སྐབས་དོན་གྱི་བསྐྱེད་ལྗེ་དུ་
 བ་ལས་ཀྱལ་བར་དོགས་པས་སྐྱོས་པར་མི་བྱའོ།།

རོན་གྱང་མངོན་པ་ནས་གསུངས་པའི་རྗེ་ཡི་འཛིན་ལྷུང་ལེགས་པར་རྟོགས་པ་ལ་དེས་པར་དུ་
 དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་གསུམ་ཡོད་པ་ནི་དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་ཁམས་རྗེ།
 རྟེན་དབང་པོའི་ཁམས་སྣ་དབང་། རྟེན་པ་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཁམས་རྗེ་འཛིན་སྣ་ཤེས་བཅས་སོ། དེ་
 རྣམས་ཀྱང་སྐབས་མོང་མ་ཡིན་པའི་བརྗེ་ཆད་དང་འགྲེལ་ནས་དགོངས་པ་ལེན་དགོས་ཉེ། དེར་
 དུས་གྱི་ཚན་རིག་ལྷན་ཡོ་ཆས་དམིགས་བསལ་ཅན་བེད་སྲུང་ནས་དེས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར།
 ཉམས་ལྗོངས་གཞི་བཙུག་། རྒྱུ་ཁ་ནང་དུ་བསྐྱུས། གང་ཟག་དང་པོའི་དབྱུང་ཐབས་གཙོ་བོར་
 བརྒྱུད་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་སྐབས་འདི་དག་ཏུ་བརྗེ་ཆད་རྣམས་བེད་སྲུང་ཆེ་
 ཞིང་རྗེས་རབས་རྣམས་ལ་འགྲེལ་བ་འདྲ་བྱེད་པར་དེས་པར་མཁོ་བའི་ཕྱིར་རོ། མོང་གསལ་གྱི་
 གནད་དོན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་རྗེ་འཛིན་སྣ་ཤེས་གྱི་རོ་བོ་དེ་དུས་ད་ལྷུ་ཡང་གང་ཟག་དང་པོའི་
 དབྱུང་ཐབས་གཞི་ལ་བཞག་ནས་གཙོ་བོར་དེས་དགོས་པའི་གནས་ཞིག་ཡིན་པས་གང་ཟག་
 གསུམ་པའི་དབྱུང་ཐབས་འགངས་ཆེར་འཛིན་པའི་ཚན་རིག་གི་དབྱུང་ཐབས་ལས་ལྷུང་དུ་བྱེས་
 བས་ཡོད་དོ།།

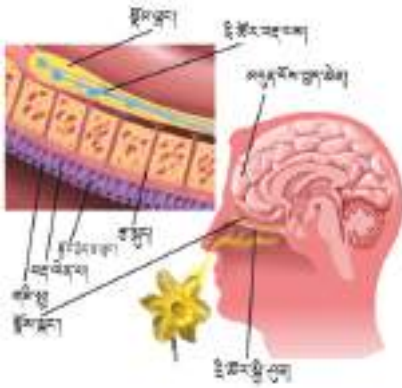
གཉིས་པ། དེར་དུས་ཚན་རིག་གི་ཚོག་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྗེ་འཛིན་དང་། བར་གྱི་རྗེ་འཛིན་གྱི་སྐོར་ལྷང་
 ཟད་འཆད་པ་ལ། ཚན་རིག་གི་ནང་དུ་རྗེ་ལ་དབྱེན་གྲངས་འདི་ཅམ་ཡོད་ཅེས་པའི་དེས་བརྒྱུད་
 མེད། ལྷུ་མཚན་ནི་རྗེ་རྣངས་འགྱུར་འཕོ་སྣ་ཞིང་སྣ་དབང་གིས་ཚོར་སྐབས་པའི་འདུས་རྩལ་ལྷ་
 མོའི་རིགས་རྣམས་སྣ་དབང་དང་སྣང་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེས་པར་དུ་སྣ་དབང་ལ་སྐྱལ་སྐྱེན་བྱེད་
 སྐབས་པའི་ཚན་རིག་དགོས་ཅིང་། དེ་འབྲེལ་སྣ་དབང་ལ་སྐྱལ་སྐྱེན་བྱེད་སྐབས་པའི་འདུས་རྩལ་
 རིགས་མི་འདྲ་བ་ས་ཡ་ཀྱལ་བ་ཡོད་པས་ཡིན། ཚིག་གཞན་གྱི་ཚོག་ནས་བའདྲན་ན་དེ་འདྲའི་སྤེ་

རོ་ལ་གྱི་འདུས་རྒྱལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡི་ཁོངས་སུ་བཞག་ན་ནི་ལ་དབྱེ་ན་ས་ཡ་མང་
 ཤོ་ཡོད་ཅེས་བ་དེ་ཡིན། འགྲོ་བ་མི་གཅིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་ནི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ ༡༠༠༠༠ ཅུ་
 ཚོར་སྐབ་བའི་རྒྱས་བ་ཡོད། ཡང་ན་འདུས་རྒྱལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་ ༡༠༠༠༠ ཅུ་གྱིས་ང་ཚོའི་ནི་
 ཚོར་དབང་པོ་ལ་སྐྱལ་སྐྱེན་སྐོད་སྐབ་བ་ཡིན།།

འོ་ན་ང་ཚོས་ནི་རི་ལྟར་ཚོར་རམ་ཞེ་ན། ང་ཚོའི་སྐ་ཁྲུག་གི་མཚུལ་བའི་ནང་སྐ་ནས་ཐོད་རྒྱས་
 བར་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱད་པའི་བར་ནི་ཚོར་བ་ལ་དེས་བར་མཁོ་བའི་དབང་ཅའི་ཆ་ཤས་མང་པོ་ཞིག་
 ཡོད་པའི་སྐྱད་པོ་དེར་ནི་འཛིན་དབང་པོའི་སྐྱིག་གཞི་འཕེ་ནི་འཛིན་མ་ལག་ཟེར་ཞེས་ཤིང་། ནི་ཡི་
 འདུས་རྒྱལ་དང་དབང་པོ་སྐྱད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྐོག་གི་བརྟ་འཕྲིན་རྣམས་སྐ་ནས་སྐྱད་པ་བར་
 མཚུང་ནས་ཡོད་པའི་དབང་ཅ་རིམ་བ་བཞིན་དུ་བརྒྱུད་ནས་རྩོག་འཛིང་ཆེ་བའི་སྐྱད་པའི་ནང་
 གི་རྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚང་འཕྲིམས་ནས་མཐའ་མར་སྐོར་བའི་རོ་པོར་ཐོན་བ་ན་ང་ཚོས་ནི་ཚོར་བར་
 འཛོག་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་རྒྱུན་གཏན་ང་ཚོས་སྐ་ལ་ནི་སྐྱེབས་ཅུ་ནས་ཚོར་བར་སྐྱམ་
 བ་ནི་དབྱ་མའི་གཞུང་ནས་འདུག་པ་སྐྱར་བས་གཅིག་ཅར་དུ་འཁྲུལ་བའི་རྒྱ་གྲེད་ཅེས་གསུངས་
 བ་སྐྱར་བརྟ་ལན་རྣམས་མཚོ་གས་དྲག་པ་དང་ང་ཚོ་འགོར་བའི་སྐོར་བ་ལ་གོམས་འདྲིས་ཆེ་
 བས་ཡིན། འཕེལ་འགྱུར་གྱི་ཚོགས་ནས་བཞད་ན་ནི་འཛིན་མ་ལག་ནི་ཚོར་གྲེད་གྱི་དབང་པོ་རྩིང་
 ཤོས་ཞིག་དུ་རོས་འཛིན་གྲེད་གྱི་ཡོད།།

འོ་ན་ཀྱང་། དེར་གི་ཚར་ནི་འཛིན་མ་ལག་ནི་ཚོས་འཛིན་དང་། མཐོང་གྲེད། རོ་འཛིན། དེག་
 གྲེལ་ལག་ལ་སོགས་པའི་མ་ལག་གཞན་རྣམས་ལས་ཅུང་སྐབས་བདེ་བའི་རོ་པོར་གནས་
 ཡོད། དེས་ན་སོག་ཆགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་དུ་ནི་འཛིན་མ་ལག་དེ་ཚོས་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་
 མ་ལག་གཞན་ལས་འཕེལ་རིམ་དལ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན།།

སྐྱིར་འགྲོ་བ་མི་སྐྱད་པའི་རྒྱ་གསོ་སེམས་ཅན་དང་སྐལ་རྒྱས་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་པལ་མོ་ཆེར་
 ནི་འཛིན་མ་ལག་གཙོ་པོ་ (main olfactory system) དང་། ལྷན་སྐྱོན་ནི་འཛིན་མ་ལག་ (access-
 sory olfactory system) གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ནི་འཛིན་མ་ལག་གཙོ་པོས་རྒྱངས་གཞུགས་ཀྱི་
 འདུས་རྒྱལ་རྣམས་ཚོར་བ་དང་། ལྷན་སྐྱོན་ནི་འཛིན་མ་ལག་གིས་གཤེར་གཞུགས་ཀྱི་འདུས་
 རྒྱལ་རྣམས་ཚོར་བ་ཡིན། མ་ཟད་དེ་གཉིས་ཆགས་རྒྱལ་དང་ཆགས་སའི་གནས་ལའང་མི་



འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡོད་མོད་མིའི་འདྲི་བརྟེན་གྱི་རྒྱུ་
 འཆད་པའི་སྐབས་དོན་གྱི་རྒྱ་ལས་འདས་པས་སྒྲོ་ས་
 པར་མི་ལྟོག་ འདྲི་བརྟེན་མ་ལག་གིས་འདྲི་ཚོར་བ་དེས་
 རོ་འདྲི་བ་ལ་རམ་འདེགས་སུ་འགོ་སྟེ་འདྲི་བརྟེན་ལ་
 རྒྱུན་ལྷན་ན་ཟས་ཀྱི་རོ་རི་མ་རི་བཞིན་སྲོད་མི་ལྷན་
 པས་མཚམས་རེ་ར་ཚོར་འཆམ་ནད་ཤོག་དུས་འདྲི་
 འདྲི་བ་གྱི་ལྟེན་ལས་ཉམས་འགོ་བས་ཟས་ཀྱི་ལྟོ་བ་
 རྒྱལ་པའི་ཚོར་སྣང་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ། འདྲི་བརྟེན་མ་ལག་

གི་ཆགས་རིམ་ཅུང་ཞིབ་བར་འཆད་ན།
 འགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་སྟེ་སྟོན་ཡོད།

རྒྱན་གཏན་ཚན་རིག་གི་ནད་དུ་འདྲི་བརྟེན་མ་ལག་དེ་ཆ་
 དེ་གསུམ་ནི། འདྲི་བརྟེན་མོག་མར་ཚོར་མཁམ་ (sensa-
 tion) དང་། ཚོར་ནས་བརྗོད་འགོ་སའི་བར་གྱི་རྒྱུད་རིམ། (processing) མཐའ་མར་སྲོད་པའི་རོ་སོ་

མོན་སའི་སྐྱད་པའི་ (association and identification) ཆ་གས་བཅས་སོ། འདྲི་བརྟེན་མོག་མར་ཚོར་
 མཁམ། བེ་སྐབས་ཅན་གྱི་སྒྲིལ་མོ་ (olfactory epithelium) ཞིང་ཚོའི་མཚུལ་བའི་ནད་སྣའི་
 ལྷན་སུ་ཁ་དོག་མེར་ཞིང་སྣན་མའི་སྟོར་ཚད་ཅེས་ལས་མེད་པའི་བེ་སྐབས་ཀྱི་གཤེར་ཁྱེད་དང་
 ལྷན་པའི་སྒྲིལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བེ་སྐབས་ཅན་གྱི་སྒྲིལ་མོ་ཟེར། དེར་འདྲི་ཚོར་དབང་ལོ་གནས་ཡོད།
 འདྲི་ཚོར་དབང་ལོ་ཡང་མཐར་སྟེག་ན་དབང་ཅའི་སྟེ་སྟེ་གི་ཚོགས་པ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པས་འདྲི་
 བརྗོད་དེས་སུ་མེན་མཁམ་གྱི་སྟེ་སྟེ་དེར་ང་ཚོས་འདྲི་ཚོར་སྟེ་སྟེ་དང་མ་སྟོན་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་ཞེས།
 རོ་མ་བཤད་ན་སྟོན་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་དེ་ལྟེ་ལས་ཀྱི་སྟོག་ནས་དབང་ཅའི་སྟེ་སྟེ་གི་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་
 ལྟེ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལས་ཆགས་ཚུལ་ལོགས་སུ་མེད་པས་འདྲི་ཚོར་བ་ལ་མིག་ལ་སོགས་
 པའི་དབང་ལོ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་སྐྱད་ཅ་རོ་མ་ཞིག་གིས་བར་དུ་དབང་ཅ་གཞན་གྱིས་མ་ཚོད་
 པར་གྱི་རོ་ལ་གྱི་ལྟེ་སྟེ་ལས་བརྗོད་དགོས་པ་ལྟ་བུར་འདོད།

བེ་སྐབས་ཅན་གྱི་སྒྲིལ་མོའི་རོ་སུ་གཙོ་བོར་འདྲི་ཚོར་བ་ལ་མཚོ་བའི་སྟེ་སྟེ་རིགས་མི་འདྲ་བ་
 གསུམ་ཡོད། དེ་གསུམ་ནི། རྒྱུད་གཞིའི་སྟེ་སྟེ་དང་། རྒྱུད་ཚེན་སྟེ་སྟེ་དང་། རྒྱུད་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་དང་བཅས་
 སོ། དང་ལོ་ནི་མ་རྒྱུད་སྟེ་སྟེ་གི་རོ་སོར་ཡོད་ཅིང་དུས་ཀྱི་འགྲུར་པའི་ནད་དུ་སྟོན་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་ལ་
 ལོད་ཆག་ལྟེ་སྟེ་བའམ་ཚེ་ཟད་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆ་གས་ཞིག་སྟོན་ལྟེ་སྟེ་སྟེ་གི་རོ་སོར་སྟེ་སྟེ་ནས་

གསོ་བར་ལྷེད་པས་རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་གི་གར་ས་དར་སྤྲུམ་ཚད་ལྷི་རྒྱུན་བརྟན་པར་ལྷེད། གཉེས་
 པ་རྒྱལ་ཉེན་མ་ལུང་ནི་ཚོར་ལྷེད་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་བར་གསེར་ལ་གམ་ནས་ཡོད་པ་དེས་གནས་
 སམ་ལྷལ་ལྷེ་བྲག་པ་གཅིག་ལ་རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་རི་ཅམ་རྒྱེ་སའི་གོ་ས་ལ་ཚོད་འདྲིན་ལྷེད་ལ།
 རྒྱལ་ཉེན་མ་ལུང་ནི་ལེ་རྣམས་ཀྱི་གསེར་ལྷུང་ཁེངས་ནས་ཡོད་ཅིང་དེར་བ་སྤྲུའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་
 འིན་ཏུ་མ་བའི་སྤྲ་ཐོན་མང་པོ་ཡོད། མ་ལུང་དེས་དུས་དུས་སྤྲ་གསེར་ལྷུང་རྣམས་ཀྱི་ཡི་རྒྱུ་མའི་རོས་
 སྤྲ་སྤོད་པར་ལྷེད་ལ་སྤྲ་ཐོན་རྣམས་ཀྱིས་གསེར་ལྷུང་མའི་རོས་སྤྲ་རྒྱུན་རིང་དུ་འདྲིན་པའི་སློབས་
 ལྷེད།

གསུམ་པ། རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་ནི་བྱི་བར་དངོས་སྤྲ་ལེན་མཁན་གྱི་མ་ལུང་རོ་མ་དེ་ཡིན་ཞིང་རྗེ་
 གཅིག་ནི་བྱི་ཚོར་བར་ལྷེད་པའི་ཡལ་འདབ་དང་གཞན་དེ་ནི་བར་སྤོད་པ་ལ་མཁོ་བའི་ཡལ་ག་
 ཡིན། མཚུལ་བའི་ནང་རྣམས་རོས་སྤྲ་བྱི་ཚོར་བར་ལྷེད་པའི་ཡལ་འདབ་ཀྱི་རྗེད་དུ་འིན་ཏུ་མ་བའི་བ་
 སྤྲུའི་རིགས་ཀྱི་འདབ་མའི་རྗེ་ལེན་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་ལེ་རྣམས་ཅན་གྱི་སྤྲུ་མའི་རོས་སྤྲ་གམ་
 བས་ཡོད་པ་དེ་ནི་བྱི་ཡི་འདུས་རྒྱལ་དངོས་སྤྲ་རྒྱག་ས་དེ་ཡིན། རྣམས་བདེ་བའི་དཔེ་དང་སྤྲུང་ནས་
 བཤད་ན་བྱི་ཡི་འདུས་རྒྱལ་ནི་རྗེ་མིག་དང་རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་གི་བར་ལེན་ཡལ་འདབ་ཀྱི་ཅེ་མོར་
 ཡོད་པའི་རྗེ་ལེན་པ་རྣམས་ནི་སྤོ་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པས་འདུས་རྒྱལ་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་རྫོམ་ལྷེད་
 མ་ལུང་ལ་སྤྲུལ་རྒྱུན་སྤོད་མི་རྒྱལ་པ་དེའི་ལྷིང་དབྱུགས་གཏོང་ལེན་བྱས་ཚད་ལ་བྱི་ཚོར་བའི་ལྷལ་
 བ་མེད་པའི་རྣམ་གཞག་འམད་ཐོན་དུ་སྤྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། བྱི་ཡི་འདུས་རྒྱལ་དང་རྗེ་ལེན་པ་གཉེས་
 མད་ནས་རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་གི་ནང་དུ་སྤོབ་གི་བར་འཕྲིན་ཞིག་བྱི་ཚོར་བར་ལྷེད་པའི་ཡལ་འདབ་ཀྱི་
 རྩོགས་ནས་བར་སྤོད་པར་ལྷེད་པའི་ཡལ་གའི་རྩོགས་སྤྲ་འཕྲོ་བ་དེ་བྱི་བཟང་རན་གྱི་གནས་རྒྱལ་རོ་
 མ་ཞིག་སྤྲད་པའི་ནང་དུ་འཕྲོ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་འདྲ་བའི་དབང་ཅའི་རྗེ་མོ་ནས་མཇུག་པར་དུ་འཕྲོ་
 བའི་སྤོབ་བར་དེར་ཚན་རིག་གི་བར་ཚད་ནང་དུ་ལས་རྒྱུང་སྤོབས་ཚད་ཟེར་རོ། བར་སྤོད་པ་ལ་
 མཁོ་བའི་ཡལ་ག་དེ་ནི་དར་ཚགས་ལྷ་སྤྲུའི་སྤྲ་ཡི་ཚོད་དུས་རྒྱུད་ནས་དེ་གའི་ཚོད་དེར་ཡོད་པའི་
 འཛོད་དབྱིབས་ཅན་གྱི་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་རྫོམ་སྤྲང་ཞེས་པ་དེར་མཇུག་ནས་ཡོད། ཉམས་ཞིབ་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་ན་མི་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རྫོམ་ལྷེད་མ་ལུང་ས་ལ་ལྷ་ཅམ་དང་།
 ཅི་ཅི་ལ་ས་ལ་བརྟ། རི་མོང་ལ་ས་ལ་ཉི་ཤུ། བ་ཁྱི་ལ་ས་ལ་བརྒྱ་ཡོད་ཟེར་བས་ཉེན་རྣོག་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་ཉེས་ཅན་པས་བྱ་རན་སྤེལ་སའི་ལྷུ་དུ་སྤྲུག་པའི་བྱི་མ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་ནག་ཉེས་

ཅན་གྱི་རྒྱ་རིགས་ལས་སྐྱོད་པ་བཅས་ཡིན།།

བཞི་པ། ཚོར་ནས་བརྗོད་པའི་བར་གྱི་རྒྱ་ལམ། རྫོམ་མྱང་ (olfactory bulb) ལོང་དུ་བྱི་
ལེན་སྲ་སྲུང་གི་བརྗོད་པ་ལ་མཁོ་བའི་ཡལ་ག་དེ་མཐུན་སའི་སྐྱད་པའི་ཆ་གས་སྲན་མའི་སྐྱང་
ལུ་སྐྱད་འཛོང་དབྱིབས་གྱི་བཞོན་པ་དང་ལྷན་པ་དེར་བྱི་འཛིན་རྫོམ་མྱང་ཞེས་ཟེར། དབྱིན་ཁིའི་
སྐྱང་དུ་ (bulb) ཞེས་པ་རྫོག་རྫོག་ལ་གོ་བ་ཡིན་པ་མ་ཟད་བྱི་འཛིན་མ་ལག་གི་ཆ་གས་གས་ཆེ་
བ་ཞིག་ཡིན་པས་མིང་དེ་དོན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན། ར་ཚོར་བྱི་འཛིན་རྫོམ་མྱང་གཉེས་ཡོད་
ཅིང་དེ་གཉེས་ཞེ་མིག་གི་རྒྱབ་དང་མཚུལ་བའི་ནང་སྐྱའི་ཤེ་སྐྱབས་ཅན་གྱི་སྐྱི་ཚོའི་སྐྱང་དེར་ཡོད་
པའི་ཚོད་རུས་གྱི་ནང་དུ་སྐྱང་པའི་དབྱས་གྱི་འོག་ཆ་ནས་དཔལ་བའི་སྐྱོགས་སུ་སྐྱང་པའི་རྒྱམ་
སྐྱང་གཉེས་གྱི་འོག་ཏུ་སྲན་མའི་སྐྱང་དུ་གཉེས་སྐྱེས་པ་ལྟར་བརྒྱུངས་ནས་ཡོད་ཅིང་སྐྱ་ནང་ནས་
སྐྱེབས་པའི་བྱི་ཡི་གནས་ཚུལ་རྣམས་སྐྱད་པའི་རིམ་པ་མཚོ་སང་སྐྱེལ་བར་བྱེད།།

དེ་འདྲ་བའི་བྱི་འཛིན་རྫོམ་མྱང་ནི་ཆེས་གོ་རིམ་འགྲིག་པའི་རིམ་པ་ཁ་གས་དང་ལྷན་པའི་ཚོག་
ནས་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་མཐུན་མཚམས་དམིགས་བསལ་ཅན་ཡོད་པའི་གནས་ཤིག་གྱུར་
ཡིན། གྱི་ནས་ནང་གི་རིམ་པ་ལྟར་བཙུག་ན་གཤམ་གསལ་ལྟར་ཡིན། བྱི་འཛིན་གནས་རིམ་
(glomerular layer) གྱི་མའི་བྲ་གནས་རིམ་པ་ (external plexiform layer) མི་ལས་སྲ་སྲུང་གི་
རིམ་པ་ (mitral cell layer) ལྷན་མའི་བྲ་གནས་རིམ་པ་ (internal plexiform layer) ཉིལ་འབྲུའི་སྲ་
སྲུང་གི་རིམ་པ་ (granule cell layer) བཅས་སོ། རྒྱུས་གསུགས་གྱི་བཞོན་དབྱིབས་མང་པོ་དང་
ལྷན་པའི་བྱི་འཛིན་གནས་རིམ་ནི་རྫོམ་མྱང་གི་ནང་དུ་སྐྱའི་ནང་དུ་འཐེན་ནས་ཡོད་པའི་རྫོམ་གྱེད་
སྲ་སྲུང་གི་བརྗོད་པ་ཡལ་འདབ་རྣམས་དང་མི་ལས་སྲ་སྲུང་གི་བརྗོད་པ་ཡལ་འདབས་རྣམས་གྱི་
ཆེས་སྲ་བའི་མཐུན་མཚམས་གྱི་གནས་དེ་ཡིན། ལྱུང་མཐར་ཡང་མི་ལས་སྲ་སྲུང་གཅིག་གི་བརྗོད་
པའི་ཡལ་འདབས་སྐྱོམ་གྱེད་སྲ་སྲུང་སྐྱོད་སྲག་རྒྱལ་བ་མཐུན་ནས་ཡོད་པས་རྫོག་འཛོང་ཅན་
ཞིག་ཏུ་མཚོང་།།

རྫོམ་གྱེད་སྲ་སྲུང་བརྒྱུད་ནས་ཡོང་བའི་བྱི་བརྗོད་འོ་མོར་སྐྱུར་པའི་ལས་སྲུང་སྐྱོབས་ཚད་རྣམས་
གྱི་གྱེད་ལས་པ་བརྗོད་ནས་སྐྱོམ་གྱེད་སྲ་སྲུང་གི་བརྗོད་པ་ཡལ་འདབ་གྱི་ཆེ་མོའི་ཆར་སྐྱག་པའི་
བརྗོད་པ་གྱིས་ཁེངས་ནས་ཡོད་པའི་མཐུན་མཚམས་གྱི་སྐྱང་དུ་རྣམས་མང་ལྱུང་དང་མཚོགས་
ཚད་འོ་འདྲའི་ནང་དུ་སྐྱོག་ཚད་འདྲ་མིན་ལས་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་སྐྱོ་གྱེ་ནས་དབང་ཅའི་འཐོན་པ་

ནུས་སྒྲོལ་ལྷོད་ལྷ་སྤྱད་དང་མི་ལམ་སྤྱད་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐོད་པར་ལྷོད་
 ལ། དབང་ཅ་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་མཚམས་ནི་གཤེད་ལྷུ་ཁེདས་ནས་ཡོད་ཅིང་། དབང་ཅའི་འཕྲིན་
 པ་ནུས་སྒྲོལ་གྱི་གཤེད་ལྷུ་ཁེདས་དུ་སྤྱིད་པའི་རྒྱལ་ཀྱིས་དབང་ཅ་ཀྱི་མའི་སྤྱེ་ལེན་པའི་སྲོགས་སུ་
 འཕྲོ་བ་ཡིན། དེ་འདྲ་བའི་དབང་ཅའི་འཕྲིན་པ་ནུས་སྤྱད་གང་གང་ལྷུ་ཁེདས་པ་ཡིན་པར་སྤྱེ་མིག་
 ལྟར་རང་གི་དཀྱིལ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་སྤྱད་གི་བརྟེན་ལམ་འདབ་ཀྱི་ཅེ་མོར་ཡོད་པའི་
 ལྷོ་སྤྱུགས་སྤྱེ་ལྷའི་སྤྱེ་ལེན་པར་སྤྱུལ་སྤྱོད་སྤྱད་ནས་དབང་ཅ་སྤྱེ་མའི་ཅེ་མོར་ཡོད་པའི་སྤྱུར་ལྱིར་
 འཕྲིན་སྤྱད་པོ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱད་ནས་རང་འཇགས་ནང་དུ་འཇུག་ཏེ་སྤྱད་སྤྱུར་ཀྱི་བྱ་ལྷོད་
 ཡང་སྐོར་བསྐྱར་སྐོར་དུ་བྱས་ནས་དེ་བརྟེན་མཐུན་ནས་སྤྱེ་ལ་བར་ལྷོད་དོ། དབང་ཅའི་འཕྲིན་
 པ་ནུས་སྤྱུན་པའི་སྤྱུལ་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་དབང་ཅའི་ལམ་འདབ་ཀྱི་ནང་དུ་
 ལས་དུང་སྐོར་མཚན་སྤྱེ་མ་དང་ཅ་འདྲ་བ་ཞེག་བསྐྱུན་ནས་དེ་བརྟེན་ནུས་སྤྱེ་ལེན་པའི་སྤྱུར་རྒྱུད་
 ལས་ནུས་པར་མཚོ་བའི་སྤྱོད་པའི་རོ་པོ་ཐོན་པའི་སྤྱད་པའི་ཅ་གས་ནུས་སྤྱེ་ལ་བར་ལྷོད་དོ།
 ལྷོ་སྤྱུགས་སྤྱེ་ལྷོ་སྤྱུགས་ལྷོད་ལྷ་སྤྱད་ལ་མཐུན་ནས་ཡོད་པའི་དབང་ཅ་མང་ཅུང་ལ་སྤྱོད་པ་ཅན་ཞེག་
 ཡིན་པས་བསྐྱར་ཚད་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་བཤད་ན་ཅི་ཅི་དང་དེ་པོར་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་སྤྱུར་གྱི་རོ་ཚོ་
 འཕྲོ་བ་མི་ལས་ཅེ་བ་ཡོད་པ་ནི་དོན་ལ་གནས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱོད་སྤྱུར་གྱི་སྤྱོད་ནས་འཕྲོར་བའི་
 དེ་བརྟེན་སྤྱད་པར་འཕྲོ་སའི་རྒྱུད་ལམ་གཅིག་ལྷུ་ཅམ་པ་ཡིན་པར་དེའི་སྤྱོད་སྤྱུགས་ནུས་སྤྱེ་ལྷོད་
 ལྷོད་ལམ་ལྷོད་ཏེ། ཉམས་ཞེབ་པ་ནུས་སྤྱུགས་དེར་རྒྱ་ཚགས་སྤྱེ་ལྷའི་ལྷོད་ལས་ཅན་ཞེག་དང་བམས་
 ལྷུགས་སྤྱུར་དེ་བརྟེན་སྤྱུགས་མི་འདྲ་བ་ནུས་སྤྱུགས་སྤྱུར་པའི་གནས་མི་འདྲ་བར་སྤྱེ་ལ་བར་ལྷོད་པའི་ལྷོད་
 ཚོས་ལྷོད་པར་འདོད། ལྷུ་མཚན་དེས་ཡིན་ནས་གང་སྤྱུར་ཡང་སྤྱོད་འདོད་དང་། མཚོར་ལྷོད། རྒྱ་
 དེག་ལྷུ་ལ་སྤྱོད་པའི་མ་འག་ལམ་མོ་ཅེ་ལྷོད་པའི་དེམ་པ་མཚོ་སའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུར་ལྷོད་
 ལ་མཐུན་པ་ལ་བར་དུ་སྤྱུར་པའི་བམས་ལྷུགས་ཅེན་མོར་འཕོད་པའི་སྤྱུར་སྤྱུགས་བསྐྱུན་ནས་ཡོད་
 ལ། སྤྱུར་སྤྱུགས་ལ་བསྐྱུར་པར་ཐད་གང་སྤྱུར་པའི་སྤྱོད་པ་མཚོ་སའི་ཡོད་པའི་སྤྱུར་ལྷོད་ལ་མཐུན་ནས་
 ཡོད་པ་ནི་དེ་འདྲི་འཕྲིན་ལ་འག་གཅིག་ལྷུ་འདྲི་ཡིན་པའི་གནས་རྒྱལ་ཐོན་ཡོད་དོ།།

དེ་ཚོར་བརྟེན་ལམ།

སྤྱོད་སྤྱུགས་སྤྱུར་པའི་རྒྱལ་ལྷོད་པོ་པོ་བར་དུ་མཐུན་ནས་ཡོད་པའི་མི་ལམ་སྤྱུར་གི་བརྟེན་ལ་
 ཡམ་འདབ་ནུས་སྤྱུགས་མཉམ་དུ་སྤྱིལ་ནས་ཚག་པའི་རྒྱལ་ཀྱིས་གནས་ནས་ཡོད་པ་དེར་དེ་ཚོར་བརྟེན་

ལམ་ (olfactory tract) ཞེས་འབོད།།

མཐུན་གྱི་དབང་ཅ་སྤུམ་སྐྱིལ། (anterior commissure)

དྲི་ཚོར་བརྗེ་ལམ་གྱི་མཐུན་ཉུ་སྐྱོམ་སྤང་གཡས་གཡོན་གཉིས་ནས་འཐེན་ནས་ཡོད་པའི་དབང་
ཅ་ནམས་མཉམ་དུ་མཐུད་སའི་གནས་དེར་མཐུན་གྱི་དབང་ཅ་སྤུམ་སྐྱིལ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་དེ་ནས་དྲི་
འཐེན་སྤང་གཡལ་ལ་ཐད་ཀར་མཐུད་ནས་ཡོད་དོ།།

མཐུན་ལམ་ཚྱོད་པའི་རོ་པོ་ཐོན་སའི་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས། དྲི་འཐེན་སྤང་གཡལ།

སྤྲུལ་འདྲིར་དམིགས་སུ་བཀར་ནས་ཞུ་སྤུལ་པ་ཞིག་ལ་དྲི་དངོས་སུ་ཚོར་མཁུན་གྱི་ཚྱོད་པའི་རོ་
པོ་ཐོན་སའི་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་འདི་གཅིག་སུ་ཡིན་ཞེས་པའི་དེས་བཟུང་གི་རྣམ་གཞག་ནི་ད་བར་
དུ་ཚོན་རིག་གི་ནང་དུ་བྱུང་མེད། འོན་ཀྱང་དྲི་འཐེན་སྤང་གཡལ་ནི་ཚྱོད་པའི་རོ་པོ་ཐོན་སའི་སྤྲད་
པའི་ཆ་ཤས་སུ་འདྲོག་པ་ལ་ཚོན་རིག་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པ་མེད། རྣོམ་སྤང་ནས་བརྒྱུངས་ནས་
ཡོད་པའི་མི་ཉལ་བྲ་སྤུང་རྣམས་ཀྱི་བརྗེ་སྤུལ་ཡལ་འདབ་རྣམས་བརྒྱུད་ནས་དྲི་བརྗེ་རྣམས་ཐད་
ཀར་འཕྲོར་བ་ཙམ་མ་ཟད་མཉམ་ཏུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་སྦྱོར་བྱས་ཏེ་ལས་ཏུང་གི་རོ་པོ་ཐོན་
སའི་སྤྲད་ཆེན་སྤང་ཕྱུག་གྱི་ཆ་ཤས་དེར་དྲི་འཐེན་སྤང་ཕྱུག་ཟེར། དེ་ནི་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་མཐུན་
གྱི་སྤྲད་འདབ་ཀྱི་རོག་དང་། སྤུང་ཕྱོད་སྤྲད་གཡལ་གྱི་དཀྱིལ་མའི་ཕྱོགས་སུ་ཡོད། ཕྱོད་དུ་ཞུས་པ་
ལྟར་དྲི་ཚོར་བའི་ཚྱོད་པའི་རོ་པོ་ཐོན་པ་ལ་ད་བར་དུ་བཤད་ཟེན་པའི་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་དེ་ཙམ་
གྱིས་མ་འགྲིག་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་གཞན་དང་མཉམ་ཏུབ་ཀྱིས་འགྲེལ་སྦྱོར་བྱེད་
གྱི་ཡོད་པ་ཚོན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསར་བརྗེད་བྱུང་ཡོད་དོ། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ་དྲི་མ་འདི་ཞེས་
མོ་སྤུམ་ན་དྲི་བརྗེ་སྤང་པར་འཕྲོར་དགོས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དྲི་ཡི་སྤུག་ཚད་དང་། བཟང་ངན། དྲི་
ཡོང་སའི་ཕྱོགས། ག་རེའི་དྲི་མ་ཡིན་སྤུམ་པའི་བྲན་པ་དང་འགྲེལ་བ། དེ་ལ་འདུ་ཤེས་འཐེན་ཚུལ།
དེ་ལ་བརྗེན་པའི་ཚོར་བ། སོགས་མང་པོ་ཞིག་མཐོན་དུ་བྱུང་དགོས་པས་དེ་དག་དང་འགྲེལ་བའི་
སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་རྣམས་འགྲུལ་དགོས་པ་རིག་ཤེས་ཀྱི་ལམ་ནས་རགས་ཙམ་རྫོགས་སུབ། ད་
བར་དུ་གསར་བརྗེད་བྱུང་བའི་དྲི་འཐེན་དང་འགྲེལ་བའི་རིམ་པ་མཐོ་བའི་སྤྲད་པའི་ཆ་ཤས་གཞན་
མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི། ཚྱོད་ཚོར་མ་ལག་གི་ཆ་ཤས་ཁམ་ཙོག་སྤྲད་ཞོ། (amygdala) སྤྲད་

འགལ་གསར་པ། (neocortex) མཚོ་ཉ་མ། (hippocampus) ལྷོ་ཐེག་ (locus coeruleus) རྩ་ས་
 ཉག་ (substantia nigra) ལ་སོགས་ལ་མཐུན་ནས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ནང་པན་ཚུན་ལ་ཡང་
 མཐུན་ནས་ཡོད་པ་གསར་དུ་རྙེད་ཡོད་པས། གང་ཟག་ཞིག་གིས་འདི་ནི་སྤོས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ལ་
 གོང་དུ་བཤད་པའི་རྣམས་འཛིང་ཆེ་བའི་ལྷན་པའི་གནས་སོ་སོར་ཡོད་པའི་དབང་ཅའི་དུ་བའི་ནང་
 དུ་བརྟེན་འཕྲོད་ཀྱིས་འཛིང་ཆེ་བའི་ལྷན་པའི་གནས་སོ་སོར་ཡོད་པའི་དབང་ཅའི་དུ་བའི་ནང་
 དུ་བརྟེན་འཕྲོད་ཀྱིས་འཛིང་ཆེ་བའི་ལྷན་པའི་གནས་སོ་སོར་ཡོད་པའི་དབང་ཅའི་དུ་བའི་ནང་
 དུ་བརྟེན་འཕྲོད་ཀྱིས་འཛིང་ཆེ་བའི་ལྷན་པའི་གནས་སོ་སོར་ཡོད་པའི་དབང་ཅའི་དུ་བའི་ནང་

སྤྱ་གུ་ཆགས་ཚུལ་སྐོར་ལ་ནང་བ་དང་ཚན་རིག་གི་འདོད་ཚུལ།

འབྲས་ཚོ་སྒྲིང་ཏེ་རྟོར་དགེ་བཤེས་ལེ་ཤེས་ཚོས་འཕེལ།

དང་པོ།

༡༧། །ནང་བའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་བར་སྲིད་པ་མའི་མངལ་དུ་རྗེ་ལྟར་འགྲོ་ཚུལ་དང་། མངལ་དུ་སྤྱ་གུ་རི་ལྟར་ཆགས་ཚུལ། མའི་འཕེལ་རིམ། བར་དོ་བ་དེས་མའི་མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ལ། གནས་གསུམ་མངོན་དུ་གྲུར་ཅིང་ཉེས་པ་གསུམ་དང་བྲལ་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རི་བ་ཉེ་བར་འཁོར་ཞིང་འཇུག་འདོད་པ། རོ་མོ་གཉེས་པ་ན་ཚུན་ཆགས་ཤིང་ཕྱད་པ་སྟེ་གནས་གསུམ་མངོན་དུ་འགྲུར་བ་དང་། མའི་མངལ་གྱི་དབྱུང་ནས་གྱི་དབྱེབས་དང་འབྲེལ། མོ་ག་མའི་རྟེན་པ་དང་། ར་མོང་གི་ཁ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་བཀག་པ་སྟེ་མངལ་གྱི་ཉེས་པ་དང་། བ་མ་གཉེས་གང་རུང་ལས་ཁུ་ཁྲག་མ་གྲུང་བའམ་གྲུང་ཡང་སྤྱ་གུ་ལྟེ་འབབ་པ་དང་། དུས་མཉམ་དུ་བབ་ཀྱང་གང་རུང་ཞིག་རུལ་བ་སྟེ་ས་པོན་གྱི་ཉེས་པ་དང་། རི་བ་དེ་པ་མ་གཉེས་གྱི་བྱུང་སྐྱེ་བའི་ལས་བསགས་པའམ། རོ་མོ་གཉེས་དེའི་པ་མར་འགྲུར་བའི་ལས་མ་བསགས་པ་ལས་གྱི་ཉེས་པ་སྟེ་ཉེས་པ་གསུམ་དང་བྲལ་དགོས་པ་དགའ་པོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་ལས་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་མཐུན་ཚུན་གསུམ་རྒྱང་ཞིང་འགལ་ཚུན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་རི་བ་དེས། བ་མ་གཉེས་ཉལ་པོ་བྱེད་པ་སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་གཏོང་སྟེ་འཁྲིག་པ་སྐྱོད་པར་འདོད་པའི་དབང་གིས་པོར་སྐྱེ་ན་མ་ལ་ཆགས་ཤིང་པ་ལ་བྲལ་འདོད་དང་། ལས་གྱི་དབང་གིས་ལུས་གཞན་གང་ཡང་མི་སྣང་བར་པོ་མོ་གང་ཡིན་དེའི་མཚན་མ་ཙམ་སྣང་བས་ཁོང་ཁོ་སྐྱེས་ཏེ་ཆགས་སྣང་གཉེས་གྱིས་འཆི་ཚུན་བྲས་ནས་མངལ་དུ་འཇུག་གོ། །རི་བ་དེས་པ་མ་གཉེས་ཉལ་པོ་བྱེད་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཁུ་ཁྲག་ལ་འཁྲུལ་ནས་ཉལ་པོ་བྱེད་པར་མཐོང་བར་ས་མང་པོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། མཐོང་འབྲེལ་དུ་བ་མ་གཉེས་ཉལ་པོ་བྱེད་པ་མཐོང་བར་ཡང་བཤད་དོ། དེ་ཡང་པོ་མོ་གཉེས་སྣོམས་འཇུག་བྲས་པ་ན་དབང་པོ་གཉེས་

བསྐྱབས་པའི་ཕྱོད་སྐྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་སེལ་གྱི་རྒྱུད་ལྟེན་ཏུ་གཤེས་ཏེ་སྐྱེས་མདོའི་གཏུགས་མོ་ལལ་བ་
 རྣམས་སྐྱེས་པའི་རྒྱུད་ལྟེན་མེད་ལེ་དཀར་དམར་ལྷ་བ་རྣམས་ཅུ་སྐོང་ཐུག་བཏུན་བཏུ་ཅ་གཉིས་
 གྱི་རྒྱུད་སྐོང་རྣམས་ནས་བབས་བས་ལུས་སེམས་བདེ་བས་ཚེ་མ་ཞིང་རྒྱུད་སྐྱེས་དེར་ཆགས་པ་
 དག་པོའི་རྒྱུད་སྐྱེས་སྐྱེས་བབ་བ་ན། མཐུག་ཏུ་ལྷ་བ་སྐྱེས་པའི་དེས་པར་འབྱུང་བ་དེ་མའི་རྒྱེ་གནས་སྐྱེ་
 དངས་ནས་འོ་མ་སྐོལ་བའི་སྐྱིས་མ་ཆགས་པ་སྐྱེས་ཡོད་པའི་དབྱུས་སྐྱེས་བར་དོ་ལི་བའི་རྣམ་ཤེས་
 འཐུག་ལ། དེའི་རྒྱལ་ལོ་སྐོག་མར་བར་དོ་མའི་ཁམས་སྐྱི་མོ་དང་མའི་སྐྱེ་གནས་གྱི་སྐོར་གསུམ་མོ་
 གང་ཏུ་བས་ལྷགས། ཅུ་སྐོང་ཐུག་དོན་གཉིས་གྱི་ནང་ནས་བབས་པའི་མེད་ལེ་དཀར་འཕྲོགས་
 ཏེ་བར་དོའི་གནས་རྒྱུད་སྐྱེས་གྱི་ཀྱན་རྟོག་གཤོ་བའི་རྒྱུད་རྣམས་མེད་ནས་སྐྱེས་མཚེད་མོད་གསུམ་
 རིམ་བཞིན་ཤིང་། བར་དོ་འཚི་བའི་འོད་གསལ་རྣམས་སྐྱེས་ལྷགས་པ་འདོད་པའི་རྒྱུད་སྐྱེས་
 སྐྱེས་བཤད་པ་ལས་ལུན་སྐྱེས་བ་སྐྱེས་མ་ཅམ་དེས་སྐྱེས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་འཆར་ལ། དེའི་ཚེ་སྐྱིག་རྒྱུ་
 རྣམ་འོད་གསལ་བར་གྱི་རྟགས་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་འོད་གསལ་དེའི་རིགས་འབྲ་སྐྱི་མ་ཞིག་གིས་
 ལྷ་ལྷག་འབྲེས་པའི་ཉིང་མཚམས་སྐྱེས་ནས་སྐྱེ་བ་སྐྱེས་པ་དང་ལྷགས་ལྷོག་གི་ཉིང་མོད་ལྷུང་བ་
 དུས་མཉམ། ཉིང་མོད་གྱི་སེམས་རྒྱུད་ཅིག་དང་པོ་དེ་ནི་སྐྱེ་བའི་སྐྱིད་པ་ཞེས་ཐ་སྐྱེད་འདོགས་པའི་
 གཞི་དང་། སྐྱེ་གནས་སྐྱེ་དང་པོར་ཉིང་མཚམས་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཉིང་མོད་རྒྱུད་
 ཅིག་གཉིས་པ་མན་དང་། དེ་ལས་མཚེད་པ་དང་། དེ་ལས་སྐྱེད་པ་དང་། སྐྱེད་པ་ལས་རང་བཞིན་
 བཟུང་ཚུའི་ཀྱན་རྟོག་རྣམས་བཞེན་པའི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་ཞིང་། སྐྱེད་པའི་གཞིན་པའི་རྒྱུད་
 ལས་རྣམ་ཤེས་གྱི་རྟེན་ལྟེན་པའི་བྱས་པ་ལྷན་བར་ཅན་ཏུ་སྐྱེད་པའི་རྒྱུད་སྐྱེ། དེ་ལས་དེ་འབྲའི་
 བྱས་པ་ཅན་གྱི་སའི་ཁམས་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྐྱེའོ།།

མངལ་དུ་སྐྱེས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་རྒྱུལ་ཞེ། མངལ་དེ་ནི་མའི་མོ་བའི་འོག་མོར་གའི་སྐྱེད་གི་བར་
 དེར་ཡོད་པར་དགའ་བོ་མངལ་འཐུག་ལས་བཤད་དོ། དེ་ལ་དང་པོར་མེར་མེར་པོ་ནི། སྐྱེ་འོ་མ་
 སྐོལ་བའི་སྐྱིས་མ་སྐྱེ་ཏུས་གཤོགས་པ་ལ་ནང་ལོན་ཏུ་སྐྱེ་བའོ། དེ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་སྐྱེད་པོར་གསལ་
 པ་ལྷུང་བ་ཡིན་པས་འཚི་བ་པ་ལྷག་གི་བར་གྱི་སྐྱེས་སྐྱེ་རྣམས་རྣམས་འབྱུང་བ་བཞིའི་ཁམས་
 ལས་ལྷུང་བ་ཡིན་པས། མ་རྒྱུད་གིས་འཚིན་པར་ལྟེད། ལྷ་རྒྱུད་གིས་སྐྱེད་པར་ལྟེད། མེ་རྒྱུད་གིས་
 མ་ཏུལ་ཞིང་སྐྱིན་པར་ལྟེད། རྒྱུད་རྒྱུད་གིས་རྒྱས་པར་ལྟེད་དོ། མེར་མེར་པོ་ཞག་བཏུན་པོར་བ་ན་
 རྒྱུད་གསར་བ་སྐྱེ་སྐྱེ་རྒྱུད་གིས་སྐྱིན་པར་ལྟེད་པ་ལས་སྐྱེད་སྐྱེད་པོ་ནི་སྐྱེ་ནང་གཉིས་ཀ་ཞོ་སྐྱེད་སྐྱེ་

ལ་ཤར་མ་གྱུར་པའོ། དེ་ཞག་བརྒྱན་སོང་བ་ན་དེ་ནས་ཡང་རྒྱུ་གསར་བ་སྐྱེ་སྐྱེན་བར་བྱས་པ་
 ལས་གོར་གོར་པོ་ནི་ཤར་ནི་གྱུར་ལ་མཚན་མི་བཟོད་པའོ། དེ་ཞག་བརྒྱན་སོང་བ་ན་རྒྱུ་གསར་
 བས་སྐྱེན་བར་བྱས་པ་ལས་མཁུང་འགྱུར་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཤར་གྱི་ཞིང་མཚན་བཟོད་པའོ། དེ་ཞག་
 བརྒྱན་སོང་བ་ན་དེ་ནས་ཡང་རྒྱུ་གསར་བས་སྐྱེན་བར་བྱས་པ་ལས་རྒྱུ་གསར་པ་ནི་བརྒྱ་
 གཉིས་དང་དབྱེད་པ་གཉིས་མཐོ་པོའི་མཚན་མ་སྐྱེ་འབྱུང་པོ་ལྡན་གསལ་བར་དོད་པ་སྐྱེ་མངལ་གྱི་
 གནས་སྐབས་ལྷན་སྐྱེས་གཞིག་རིམ་པར་གསུངས་ལ། བརྒྱན་ཐག་བཞི་པའི་ཞོངས་སུ་ཐིག་ལེ་
 དཀར་དམར་རྣམས་དྲངས་སྐྱེགས་སྐྱེ་ནས། དཀར་པོ་ལས་ནང་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་གསར་བ་སྐྱེ་བ་ལས་
 མོབ་པའི་མཚོད་གསུམ་དང་། ཐིག་ལེ་དམར་པོ་ལས་སྐྱེ་དུ་ཤར་བའི་ལས་ལྷེ་མ་ལས་མོབ་
 པའི་མཚོད་གསུམ་འབྱུང་།།

ནས་ཤེས་ཐོག་མར་གང་དུ་ཞུགས་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་དེ་སྐྱེས་སྐྱེད་གར་འགྱུར་བ་དེར་
 ཤིན་ཏུ་སྐྱོ་བའི་རྒྱུ་གསར་གཉིས་དང་། ཁྱེད་ཀྱི་དྲངས་མ་གཉིས་ཉེ་བཞི་འབྱུང་པའི་གོང་དུ་
 ཡུངས་དཀར་སྐྱོ་བ་པོའི་ཚད་ཅམ་དེའི་དབྱེས་སུ་ཐིག་ནས་ཅ་དབྱེ་མ་དང་། གཡས་གཡོན་དུ་ཅ་
 རོ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་དབྱེ་མ་ལ་ལན་གསུམ་གསུམ་གྱིས་དཀྱིས་པ་ཆགས། དེ་ནས་ལྷེ་རྒྱུ་རྒྱུ་
 ཡང་སྐྱེ་སྐྱེད་པའི་གྱི་རྒྱུ་མར་སོང་བའི་སྐྱོ་བས་གྱིས་རོ་རྒྱུ་དབྱེ་མ་གསུམ་ཡང་མར་དུ་གྱེས་
 ཉེ། མཐོ་མཐུག་གཉིས་ལྷན་དབྱེས་སྐྱོ་བ་ཉེད་དེའི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་
 པོ་ལྡན་དང་། དེ་རྗེས་ཡན་ལག་ལྷན་དང་། དེའི་ཚོགས་དུ་སྐྱེ་དང་སེན་མོ་བ་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་
 གཞུགས་ཅན་པ་རྣམས་དང་། པོ་མོའི་མཚན་མ་དང་། ལ་ནས་རྒྱུ་པའི་དབྱེགས་རྒྱུ་དང་། ལྷེད་
 པ་སྐྱེ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་དག་གི་གནས་བརྒྱུད། ཡིད་ཤེས་ལུལ་ལ་ཡོད་པའི་དྲན་བརྩོགས་པ་
 རྣམས་རིམ་བཞིན་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྷན་མངལ་ཆགས་ནས་སུ་ཡིན་ན་མའི་སྐོ་གཡས་
 སུ་ལ་རྒྱུ་པོས་སྐལ་གཞུང་ལ་སྐྱོགས་ཉེ་ཅོག་སུ་དང་། ལྷེ་ཡིན་ན་མའི་སྐོ་གཡོན་དུ་ལ་མཐུན་
 རོས་སུ་སྐྱོགས་ཉེ་ཅོག་སུ་གནས། མངལ་དུ་གནས་པའི་ཡུན་ཚད་ཀྱང་དགའ་པོ་མངལ་འཇུག་
 གི་མཚོ་ལས་ཞག་བརྒྱན་སྐབས་སོ་བརྒྱུད་རྗེས་ནས་བཅའ་བར་གསུངས་པས། ཞག་ཉིས་བརྒྱུ་རེ་
 ཟུག་དང་། སའི་དཔོན་གཞིར་དེའི་སྐྱེད་དུ་ཞག་བཞི་བསྐྱེན་ནས་ཞག་ཉིས་བརྒྱུ་བརྒྱུ་རེ་
 བས་བཅའ་བར་གསུངས་ཉེ། དེ་ཡང་བརྒྱན་སྐབས་སོ་སྐྱེ་པ་ལ་སྐྱུང་ལས་སྐྱེ་མཚེད་ཡན་ལག་
 དང་ཉིང་ལག་སྐྱེ་སེན་མོགས་སུས་དང་། དག་སྐྱེ་བའི་གནས་སྐྱེ་རྒྱུ་དང་། ཡིད་ཤེས་ལུལ་ལ་

འདྲུག་པའི་བྱ་བ་ནས་སྐྱོད་པའི་འདྲུག་སོ་སྐྱོད་པ་ལ་མངའ་དུ་མི་དགའ་ཞིང་སྤྱིར་འབྱུང་
 འདོད་སྤྱོད། སོ་བདུན་པ་ལ་མངའ་དུ་བྱི་བྱ་བ་དང་མི་གཙང་བའི་འདྲུ་ལེས་སྤྱོད། མཐར་ཉིན་ཞག་
 འདྲུག་སྐྱོད་པའི་བརྒྱུད་པ་ལ་སྤོན་གྱི་ལས་ལས་སྤྱོད་པའི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱ་བའི་རྒྱུར་ལངས་ནས།
 མངའ་བྱི་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་མགོ་མཇུག་བསྐྱུར་ཏེ། ལག་པ་གཉིས་བཅུམ་སྟེ་མའི་དུམ་
 བས་མངའ་བྱི་སྤོར་སྤོགས་པར་བྱེད་དོ། དེ་ནས་ཡང་སྤོན་གྱི་ལས་ལས་སྤྱོད་པའི་ཁ་སྐྱུར་དུ་
 ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུར་ལངས། མངའ་བྱི་སེམས་ཅན་མགོ་སྐྱུར་དང་རྒྱུར་པ་བྱེན་དུ་བསྐྱེད་པ་འི་
 རྒྱའི་ལམ་དུ་སྐྱུར་ཏེ། བྱིས་པ། གཞོན་ལུ། དར་བབ། དར་ཡོལ། རྣམ་པ་སྟེ་བཙས་པའི་གནས་
 རྒྱལས་ལྟ་པོ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་ཡིན་ལོ།།

གཉེས་པ། ཚན་རིག་ནས་མངའ་བའི་རྒྱུགས་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།

སྤྱོད་པའི་ཁ་སྐྱུར་དང་བྱུང་མེད་གྱི་ཁྲག་གཉེས་འབྲེལ་བའི་དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་མའི་མངའ་ལ་
 སྤོག་གསར་བ་ཞིག་ཆགས་འགོ་བཅུམས། ཁམས་དཀར་དམར་འབྲེལ་བ་ནི་སྤྱོད་འཕེལ་ལྡན་
 པའི་སྤྱ་སྤྱར་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན། དེར་བ་མ་གཉེས་ནས་སྤོན་པའི་རྒྱ་འཛིན་རིགས་རྣམས་དང་སྤྱོད་
 འཕེལ་ལ་མཁོ་བའི་ཚ་རྒྱུན་རྗེ་སྤྱད་ལྡན་ཡོད། འདིར་ཚན་རིག་ནས་བཤད་པའི་མངའ་ཆགས་
 རིམ་དང་ཆེ་སྤོག་འཆར་ལོངས་བྱེད་རིམ་སྐོར་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་སྤྱོད་བར་འདོད།།

སྤྱོད་པའི་སོ་མཚན་གྱིས་ཁྲ་བ་སྐྱུན་སྐྱུབ།

སྤྱོད་པ་དར་མ་ཞིག་གིས་ཉིན་རེར་ཁྲ་བ་དྲུང་ལྷུར་ ༥ ཅམ་བསྐྱུན་ཏེ་སོ་མཚན་གྱི་གཤེད་མེན་
 དུ་གསོག་གི་ཡོད། མའི་ཁྲ་བ་ནི་སྤོང་མོ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བས། མགོ་དང་། རྐྱེད་པ། ར་མ་བཙས་
 ལྡན་ཡོད། མགོ་ནི་སྤྱ་སྤྱར་གི་སྤྱིང་པོ་ཡིན་པ་དང་། རྐྱེད་པས་བར་
 འགོ་རྒྱུར་འོང་བྱེད་སྐྱབས་ལུས་པ་མཁོ་སྤོད་སྐྱབ་པ་དང་། ར་མ་ནི་
 སྤྱ་ཞིང་རིང་བའི་རེག་སྤྱ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྲ་བ་དེ་ཁྲག་དང་འབྲེལ་
 མ་སྐྱབ་ན་ཉིན་གཅིག་གཉེས་ནང་འཆེ་ནས་འགོ་གི་ཡོད།།



བྱུང་མེད་གྱི་ཁམས་དམར་འབྱུང་གནས་གྱིས་ཁམས་དམར་བཟོ་སྐྱུབ།

ལྷན་མེད་ཅིག་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ཁམས་དམར་འབྱུང་གནས་སུ་སྐྱེན་པའི་ཁམས་དམར་གྱི་སྐྱ་
ལྷན་གྱི་ ༥༠ ལྷག་ཡོད། ལྷན་མེད་ན་མོ་དང་ལ་བབ་རྗེས། ཁམས་དམར་འབྱུང་གནས་ནས་པལ་
ཆེར་ཉིན་གངས་ ༥༡ དེའི་ནང་སྐྱེན་པའི་ཁམས་དམར་ཁྲག་འདྲེན་སྐྱ་གྲུར་ཐངས་གཅིག་འབྱིན་

ཁམས་དམར་གྱི་སྐྱ་



བ་དང་། སྐབས་དེར་མངལ་ལ་ཁྲག་ཁ་བསྐྱེད་ནས་ཁྲ་བ་ལེན་གྲབས་
བྱེད། གལ་ཏེ་ཁྲག་གིས་ཁྲ་བ་མ་སྐྱབས་ན། ཁྲག་གིས་བཀང་
བའི་མངལ་གྱི་ནང་ལོགས་གྱི་ཁྲག་རྒྱུན་སྐྱེ་ལམ་བརྒྱུད་
དེ་བཟུང་བར་བྱ་ཞིང་། ཚུལ་དེར་སྐྱ་མཚན་ཞེས་ཟེར།

ཁམས་དམར་ལེན་པ།

ལྷན་མེད་གྱི་སྐྱེ་འཕེལ་དབང་པོ་ལ་ཁམས་དམར་འབྱུང་གནས་དང་། ཁམས་དམར་རྒྱག་ཅ་
(Fallopian Tube) མོ་མཚན། མངལ་བཅས་འདུས་ཡོད། ཁམས་དམར་འབྱུང་གནས་ནི་ལྷན་མེད་
གྱི་སྐྱེ་འཕེལ་དབང་པོ་གཙོ་མོ་ཞིག་དང་། དེ་ནི་ཚང་ཏུས་ལ་གནས་ཡོད། དེ་ནི་སྐྱོགས་གཡས་
གཡོན་གཉིས་སུ་གནས་པ་དང་དེའི་ལུས་པ་ནི་ཁམས་དམར་འདོན་པ་དང་ལྷན་མེད་གྱི་སྐྱལ་
རྒྱ་འཛག་པར་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་འཕེལ་དབང་པོ་ལ་ཁྲ་འདྲེན་སྐྱ་གྲུ་དང་། གཅིན་ལམ།
མོ་འབྲས། མོ་འབྲས་རྗེས་མཐུན། སྐྱི་ཤུན། མོ་མཚན། མཐུན་ཆགས་ཆེན་ཏུ་བཅས་ནི་མོའི་སྐྱེ་
འཕེལ་དབང་པོ་གཙོ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། མོ་མཚན་སྐྱི་ཤུན་ནས་གསང་སྐྱོའི་གཡས་གཡོན་ཏུ་
མོ་འབྲས་གཉིས་རེ་སྐྱེན་ཡོད། དེའི་ལུས་པས་སྐྱེས་པའི་ཁྲ་བ་བཟོ་སྐྱབ་པ་དང་སྐྱེས་པའི་ལུས་
གྱི་སྐྱལ་རྒྱ་འཛག་པར་བྱེད་ཅིང་། མོ་མོ་གཉིས་འཐེག་པ་སྐྱུན་ན་ཁམས་དམར་དམར་གཉིས་
མན་རྒྱན་འདྲེས་ཏེ་ས་བོན་འཛིན་པར་བྱེད་གྱི་ཡོད།

ཐ་དད་དང་འཚར་ལོངས།

ཁམས་དམར་ནི་མིའི་ལུས་ཁམས་གྱི་སྐྱ་ལྷན་གཞན་ལས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བས་དེའི་ཚངས་ཐིག་ལ་
ཐིག་ཁོར་མི་ཏར་ (Micrometer) ༡༠༠ ཅམ་ཡོད། ཁྲ་བ་ནི་མིའི་ལུས་ཁམས་ནང་ཏུ་ཏེ་ཅང་
ཚུང་བའི་སྐྱ་ལྷན་ཡིན་པས། ཁྲ་ཁྲག་གཉིས་འདྲེས་རྗེས་པལ་ཆེར་རྒྱ་ཚོད་ ༣༠ ཅམ་ནང་ཐིག་

ལེ་བལྟས་ལྟོང་གི་སྐྱ་སྤྱང་གཅིག་ལྟ་དེ་སྐྱ་སྤྱང་གཉིས་སྐྱ་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་ཅིང་། ལྷན་ཡང་བལྟས་མར་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་རྗེས་སྐྱ་སྤྱང་རེ་མང་དུ་གྱུར་ནས་མངལ་ཆགས་པ་ཡིན།།

དང་པོ། ལྷ་ལྷག་འདྲེས་པ།

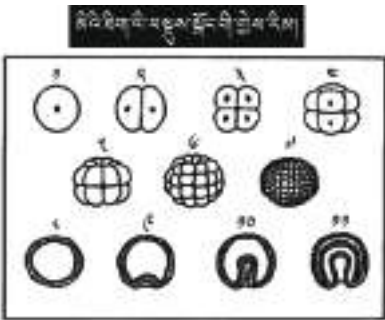
སྐྱེས་པའི་པོ་འབྲས་ནས་མལ་ཆེར་ལྷ་བ་དུང་སྤྱར་ ༣༥ ཅམ་འབྱེད་སྐྱབ། ལྷ་ལྷག་གཉིས་སྤྱང་མེད་ཀྱི་ཁམས་དམར་རྒྱལ་ཅའི་ནང་འབྲེལ་དུས་ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་དུ་གྱུར་ཉེ་མངལ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།།

གཉིས་པ། ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་གི་རྗེས་ལ།

ལྷ་བའི་སྐྱ་སྤྱང་ས་ཡ་མང་པོའི་ནང་ནས་ཁམས་དཀར་གྱི་སྐྱ་སྤྱང་གཅིག་ཁོ་ན་པོའི་ཁམས་དམར་དང་འབྲེས་ནས་མངལ་ཆགས་རྗེས། པོའི་ལྷ་བའི་སྐྱ་སྤྱང་གཞན་ལྷམས་གསོན་གནས་མི་སྐྱབ་པར་འཆི་ནས་འཕྲོ་བ་དང་། བལ་ཆེར་རྒྱ་ཆོད་ ༣༠ ཅམ་ཀྱི་ནང་ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་དེ་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་ནས་སྐྱ་སྤྱང་གཉིས་སྐྱ་འགྱུར་གྱི་ཡོད།།

གསུམ་པ། ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་བལྟས་མར་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་པ།

ཡང་རྒྱ་ཆོད་ ༩༠ ཡི་རྗེས་སྐྱ་སྤྱང་གཉིས་པོ་དེ་སྐྱར་སྐྱ་སྤྱང་བཞི་རུ་འབྱེད་པ་དང་། སྐྱ་སྤྱང་བཞི་པོ་དེ་བརྒྱད་ལ་འབྱེད་པ་སོགས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ནས་བལྟས་མར་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད།།



བཞི་པ། ལྷམ་ལྟོང་འགྱུར་པ།

ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་བལྟས་མར་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་ཅིང་། བལ་ཆེར་ཉིན་ ༥ ཉས་ ༦ རྗེས་སྐྱ་བལ་ཆེར་སྐྱ་སྤྱང་ ༡༠༠ ལྷག་ཡོད་པའི་སྐྱར་སྐྱ་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་པ་དེར་སྐྱ་སྐྱོ་ཞེས་ཟེང།།

ཐིག་ལེ་བལྟས་ལྟོང་མངལ་ལ་ཐོན་པ།

ལྷ་ལྷག་འདྲེས་པ་དེ་བལྟས་མར་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་པ་དང་ཆགས་ཅིག་རིམ་གྱིས་ལྷག་འབྲེན་སྐྱ་སྤྱང་དེ་མངལ་ལ་འབྲུག་པ་དང་། ཉིན་གྲངས་ ༥ ཉས་ ༦ ཅམ་ཀྱི་རིང་དུ་མངལ་ལ་

ལྷགས་ཉེ་མངལ་གྱི་ནང་སྤྱི་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་གྱི་སྤྱི་འཕེལ་གྱི་ཡོད། མིག་ལེ་བསྐྱུས་སྡོད་
 དེ་མངལ་ལས་རྗེ་མེད་འགོ་སྐབས་ལྷ་སྤྱང་རིམ་གྱིས་སོ་སོ་ཐ་དང་དུ་འབྱེད་པའི་སྡོད་ནས་འཆར་
 ཡོངས་ཀྱི་ད། མངལ་ཆགས་སྤྱ་ལཱི་ལྷེ་བའི་ཚོགས་གཞན་ཞིག་ནི་འབྲུག་ལ་འབྲེལ་ཡོད།
 ལྷམ་ལཱ་ལྷེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མའི་ལཱ་ཁམས་ལས་ལྷུང་བའི་འཚོ་རྒྱུད་དང་འཚོ་བརྟེན་ལེན་པ་
 དང་། ལཱ་ཁམས་ལས་ལྷུང་བའི་སོལ་རྒྱུད་ཉེས་འགྱུར་ (CO₂) དང་སྤྱིགས་མ་རྣམས་ལྷེ་བར་
 བརྟེན་ནས་མའི་ལཱ་ཁམས་བརྒྱུད་སྤྱང་གྱིར་གཏོང་བྱུང། མའི་མངལ་དུ་གཤེད་ལཱ་བཀའ་
 ཡོད་པ་དེར་འགོ་རྒྱ་ཞེས་ཟེད། འགོ་རྒྱའི་ལྷེད་ལས་གཙོ་བོ་ནི་ལྷམ་ལཱ་མངལ་དུ་འཆར་ཡོངས་
 ལྷུང་སྐབས་རྒྱ་ཅིང་གཤེད་པའི་ཁོར་ལུག་སྤྱད་རྒྱ་དང་། ལྷམ་ལཱ་འགྲུལ་སྤྱོད་ལྷེད་དུས་དུང་
 དེག་མི་ཡོད་པའི་སྤྱང་སྤོབ་ལྷུ་དེ་ཡིན། ལྷ་བ་གསུམ་རིང་མིག་གིས་མཚོང་དགའ་བའི་སྤ་
 ལྷུང་གཅིག་ལྷུ་དེ་རིམ་གྱིས་དབང་པོ་སྤྱ་ཚོགས་སྤྱ་ལྷེས་ཉེ་འཆར་ཡོངས་ལྷུང་བཞིན་པའི་མངལ་
 ཆགས་སྤྱ་ལྷུ་དེས་འབྲེ་སྤོག་རྒྱག་པ་དང་། དེ་ནས་ལྷ་བ་བདུན་ལ་སོན་སྐབས་གཏོང་ལ་གན་
 གོག་ལྷུ་ལྷུ་གཉེར་མ་དང་མཁལ་མར་ཁ་དོག་སྤྱ་བའི་གཅིན་ཡང་རྒྱན་ཡོད། མངལ་ཆགས་སྤྱ་ལྷུ་
 དེ་མངལ་དུ་གཉེད་ལྷག་པ་ལྷུ་ལྷུ་ཡོད་ལྷུང་། གཉེད་ལས་སད་སྐབས་མའི་སྤྱིང་འཕར་བ་དང་ཁ་
 བརྟེན་ལྷེད་བཞིན་པ་སོགས་ཚོར་བྱུང། ལྷ་བ་ ༤ ཅམ་རིང་མའི་མངལ་དུ་ཉར་རྗེས་ལྷམ་ལཱ་འཆར་
 ཡོངས་ཟེན་པས་འཛིག་རྟེན་འདིར་མངལ་བཅོལ་བ་ཡིན།

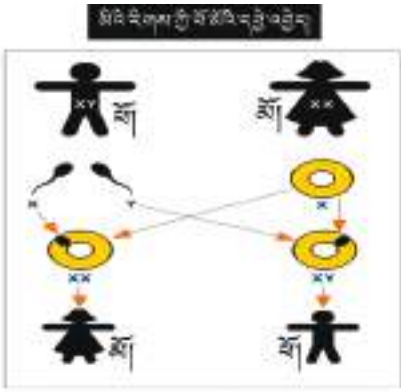
མངལ་ཆགས་སྤྱ་ལཱི་ཆགས་རིམ།

ལྷམ་སྤྱོད་ལྷུང་བའི་རྗེས་སྤྱ་གཟའ་འཁོར་གསུམ་གྱི་འཚོ་ལ་ཆགས་མ་ཐག་པའི་ལྷམ་ནི་རྒྱང་
 པ་དང་སྐལ་ཚོགས་བཅས་ལྱིས་ལྷུ་ཡོད། གཟའ་འཁོར་ལྷའི་རྗེས་སྤྱ་ལྷམ་གྱི་སྤྱིང་འཕར་བྱུ་
 ཅིང་། མིག་དང་། དལུང་པ། ཀྱང་པ་སོགས་རིམ་གྱིས་ཆགས། གཟའ་འཁོར་དུག་སོང་བའི་
 ལྷམ་གྱི་གཏོང་དང་། ལྷུང་ཁོག །གསུམ་ཁོག་བཅས་མཚོང་བྱུང། གཟའ་འཁོར་བརྒྱུད་ལྱི་རྗེས་
 ལ་དབང་པོ་ལྷུ་བ་ཟེན། གཟའ་འཁོར་བརྟེན་རྗེས་ལ་མངལ་ཆགས་སྤྱ་ལྷུ་དེ་མའི་གལུགས་རྣལ་
 མ་ཞིག་ཏུ་ལྷུ་བ་ཅིང་རྒྱུ་ལག་གི་མཛུབ་མོར་སེན་མོ་སྤྱེ་འགོ་རྒྱགས་ལྱི་ཡོད། ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་
 རྗེས་སྤྱ་མངལ་ཆགས་སྤྱ་ལཱི་དབང་པོ་རྣམས་སྤྱེས་ཟེན་པས་སོ་སོའི་དལུ་བ་དལུང་ལྷུ་བ་དང་
 བགས་པའི་རོས་སྤྱ་བ་སྤྱ་སྤྱེ་བ་དང་། ལྷ་བ་བཞིའི་འཚོ་ལ་ལཱ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་བ་དང་སྤྱ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ་

ཅ་སོགས་མཚོང་ལུག། དེ་ནས་མངའ་ཆགས་སྤྱ་གྲ་དེའི་ལུས་པོ་རྗེ་ཆེ་དང་གསུམ་ཁོག་རྗེ་ཆུང་
 གྲ་འགྲུར་ནས་མགོའི་ཆེ་ཆུང་ནི་སྤང་པོ་ལས་ལྡབ་ ༣ ཅམ་ཟེན་གྱི་ཡོད། ལྡབས་དེར་ཨ་མས་སྤྱ་
 གྲ་མངའ་ནས་འགྲུལ་བ་དེ་ཚོར་ལུག། ལྡབ་བདུན་གྱི་རྗེས་ལ་དབུགས་འབྲིན་རྒྱབ་ཤེས་པ་དང་
 ། ལྡབས་དེར་སྤྱུལ་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞན་གྱི་འཚར་ལོངས་མགོ་ལས་སྤྱར་བ་དང་། ལྡབ་
 ལག་ལ་སྤར་ལས་མང་བའི་ཤ་སྐྱིམ་རྒྱས་པ་དང་གདོང་ལ་གཉེར་མ་མང་དུ་འཁོར་ཉེ་དབུགས་
 འབྲིན་རྒྱབ་བྱེད་པ་དང་སྤྱའང་འདོན་ཤེས། དེ་ནས་ལྡབ་དབུའི་རྗེས་ལ་མངའ་ཆགས་སྤྱ་གྲའི་
 གདོང་གི་གཉེར་མ་ཡལ་བ་དང་། ལུས་རྒྱས་པ། མིག་བགྲན་སྤབ་བ་སོགས་བཅོང་ལ་ཁད་ཅིང་
 ། རྒྱུ་ཆུང་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་དུ་ཤེས་པ་ནི་ཐེངས་དང་པོ་དབུགས་འབྲིན་རྒྱབ་བྱེད་པ་དེ་མཚོན་
 གྱི་ཡོད།

ཚོན་སྤང་རྣམ་ཕྱས་པོ་མོ་དབྱེ་བ་འབྲེད་ལུག།

མ་མས་སྤྱ་དང་སྤྱ་མོར་བཏང་བའི་རྒྱུད་པའི་རིགས་རྣམ་མི་འབྲ་བས་སྤྱ་གྲ་པོ་མོའི་རྒྱད་བར་
 རྒྱང་བ་ཡིན། པོ་མོའི་དབྱེ་བ་ནི་ཚོས་སྤང་རྣམ་ཕྱ་ (Chromosome) གཅིག་ལ་རག་ལུས་ཡོད།
 མིའི་རིགས་ཀྱི་ཁམས་དཀར་དམར་གཉིས་སྤྱ་ཚོས་སྤང་རྣམ་ཕྱ་ཆ་ ༢༢ རེ་ཡོད་པ་དེ་དག་



གི་བྱེད་ཀ་མ་དང་བྱེད་ཀ་བ་ལས་རྒྱང་བ་ཡིན།
 མིའི་རྒྱུད་པའི་རིགས་རྣམ་ནི་ཚོས་སྤང་དེ་དག་
 གི་ནང་དུ་གབ་ཡོད། ཚོས་སྤང་ཆ་ ༢༢ པོའི་
 ནང་གི་ཆ་གཅིག་ནི་མཚན་མ་དབྱེ་འབྲེད་གྱི་
 ཚོས་སྤང་ཡིན། ཁམས་དཀར་དམར་གཉིས་ཀྱི་
 ནང་དུ་ཚོས་སྤང་རྣམ་ཕྱ་ ༢ འམ་ ༡ རེ་ལྡན་ཡོད།
 པོ་ཡིན་ན་རྣམ་ཕྱ་ XY དང་། མོ་ཡིན་ན་རྣམ་ཕྱ་
 XX ལྡན་ཡོད། པའི་ཁམས་དཀར་ཕྱ་སྤང་དང་

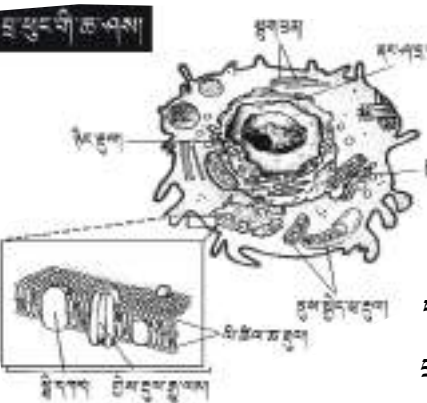
མའི་ཁམས་དམར་ཕྱ་སྤང་གཉིས་སྤྱན་དུ་འཛོམས་ནས་ཆེ་སློག་གསར་བ་ཞིག་འབྱུང་སྐབས།
 གལ་ཉེ་བ་མ་གཉིས་ནས་ཡོང་བའི་མཚན་མའི་ཚོས་སྤང་ཚང་མ་ X ཡིན་ན། ཆེ་སློག་གསར་བ་
 དེ་སྤྱ་མོ་ཡིན་པ་དང་། གལ་ཉེ་བ་ནས་ཡོང་བའི་མཚན་མའི་ཚོས་སྤང་ Y ཡིན་པ་དང་། མ་ནས་

ཡོང་བའི་མཚན་མའི་ཚོས་སྤང་ x ཡིན་ན། ཚེ་སློག་གསུམ་བུ་དེ་ལྟར་ཡིན། །།

རིགས་ཇུས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་དེའི་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རང་བཞིན་ བཤད་པ།

དགའ་བྲང་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཚོ།

།བདག་གི་བརྗོད་འདོད་ལ་དང་དཔྲད་པ་ལ་ཞུགས་འདོད་པ་ནི་སློབ་ཆགས་ཡོད་དོ་
ཙམ་གྱི་རིགས་ཇུས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་། དེའི་བྱེད་ལས། སྐྱེ་འཕེལ་སོགས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་
སྐོར་ལ་བདག་གིས་ཚོག་ཚོགས་སྤངས་ནས་དོན་གོ་བདེ་སླག་རང་སྐོད་སྲུབ་པའི་འབད་བཙོན་
ཤེད་རྒྱ་ཡིན། སློབ་ལྡན་ཡོངས་ཀྱི་རིགས་ཇུས་དང་དེའི་འབྲུང་ཁུངས་ཐོག་མ་ནི་དབྱིན་རྒྱུད་ནང་
སེལ་ (cell) ཞེས་སྤྱད་བྱ་བ་འདི་ཡིན། སྤྱད་ཅི་ཚེ་སློབ་གི་གཞི་ཚའི་ཚད་གཞི་རྒྱུད་ལོས་
ཞིག་ཡིན། མོ་རོ་ས་ཡ་མང་མོའི་མོང་ལ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་སློབ་ཆགས་ཆགས་འགོ་རྒྱགས་པ་
ནས་རིམ་གྱིས་རང་བྱུང་འདེམས་སྐྱེག་དབང་གིས་སྐྱེས་འཕེལ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལྷན། སྤྱད་ཅི་



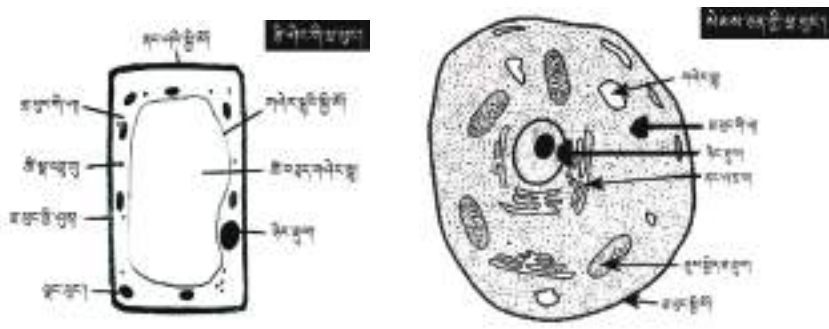
ཐོག་མར་མཚོའི་ནང་སྐྱེས་འཕེལ་བྱུང་བ་ཡིན་
པའི་རྒྱ་མཚོན་གྱིས་དེའི་ཕྱན་པའི་ནང་གི་སྲུབ་
ཆ་གཙོ་བོ་དག་ནི་གཤེར་ཁུ་ཡིན། སྤྱད་
ཁུངས་ཀྱི་སྐྱེ་རྒྱལ་དང་ཕྱན་པ་གཉིས་སོ་
སོར་བྱེད་མོས། སྐྱིད་སྤྱད་ལ་གྱི་ཕྱན་
དང་ནང་ཕྱན་གཉིས་ཡོད་ནའང་སེལ་ས་ཚན་གྱི་
སྤྱད་ལ་ནང་ཕྱན་མ་གཏོགས་ཀྱི་ཕྱན་ (cell
wall) འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་མེད། ཕྱན་པའི་བྱེད་ལས་གཙོ་བོ་ནི་ནང་

གི་གཤེད་མེད་ལྟར་ལྟོད་ལྟེན་རྒྱ་མ་ཐད། ལྷ་ལྷུང་འཆོལ་གནས་ལྷུག་པ་དང་ལྟེན་འཕེལ་གྱི་ཆེད་དུ་
མཁོ་བའི་རྣམ་རེགས་འདྲ་མིན་ལྟར་ལས་སྣངས་འཁོར་དང་མྱེད་དོར་ལྟེན་གྱི་ཡོད། ལྷ་ལྷུང་འཆོ་
བའམ་གནས་པ་ཡོད་ལ་ལྟེན་འཕེལ་ལྟེན་པའང་ཡོད།

ལྷ་ལྷུང་ལྟེན་འཕེལ་རིམ་རྣམས་འགྲུབ་ཞེས་ན། བས་བཅུད་ཐམས་ཅད་གྱི་ལྷས་པ་ཡོད་མ་རྣམས་
ལྟེན་པའི་ནང་ལ་ཐེན་ལྟེ་ཡོད་པ་དེའི་ཚེ་རིམ་གྱིས་འཚར་ཡོད་མེད་ལྟེན་གྱི་ཡོད། དེའི་རྣམས་ལྷ་ལྷ་
ལྷུང་གི་ནང་དུ་ལྷུག་པའི་བས་ལྱི་སྟེགས་རོ་ལྷུག་པ་ལྟེན་པའི་ལྷུང་གས་ལྱིར་ཐོན་གྱི་ཡོད། རི་
རྣམས་ལྷ་ལྷུང་འཆོལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ལྟོད་ལྟེན་པ་ལ་ལྟེན་པ་ཞི་གས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ལྟེན་
པར་སྟོན་ཆ་ལྷུང་ཆེ་ལྷུང་ལ་མཁོ་བའི་རྣམ་རེགས་ལེན་མ་ལྷུག་པར་ལྟེན་འཕེལ་གྱི་ལྟེན་པས་
ཉམས་ན་རང་བཞིན་འཆི་འཕྲོ་བ་ཡིན། དཔེར་ན་མེ་རྟོག་སྟེན་པ་ལ་ཉི་འོད་དང་ས་རྒྱ་སོགས་
ལྷུག་ན་མེ་རྟོག་སྟེན་པ་བཞིན་ལོ། ཡོད་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ལྷ་ལྷུང་གི་ནང་ལ་གཤེད་ཡོད་ཅིང་
། གཤེད་གྱི་ནང་ཆེས་རྒྱུད་པའི་ཆ་ཤིས་སོ་སོར་གནས་པའི་གཟུགས་ཅན་ལྷ་སོ་ཞིག་ཡོད། དེ་
ལོ་ལྷ་ལྷུང་གི་ཆ་ཤིས་གས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་ལྷ་ལྷུང་གི་སྟེ་རྒྱལ་ཞེས་མ་སྟེད་བཏགས་
ཡོད། དེའི་སྟེ་རྒྱལ་ལའང་ལྟེན་པ་རྣམས་སྟེ་འཆི་ཡོད། སྟེ་རྒྱལ་ལོ་རྒྱལ་མེད་པས་སྟེ་འཆི་ལྟེན་པ་ལ་
ཡིན་པར་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བཞེན་གས་སྟེ་འཆི་ལྟེན་པ་ལོ་སྟོན་ལ་ས་ར་ཡོད་ཀྱི་མཐོ་སྟོན་དུ་དགེ་འདུན་
པ་རྣམས་ལ་བཏུན་ལྷག་གཅིག་རིང་སྟེ་སྟེན་ལ་ལྷུང་གི་སྟོན་ཆ་ལྷུང་སྟེན་པའི་ལྷུང་པ་རེ་
ལ་ལེས་དམ་རེ་སྟེད་གས་དེའི་ནང་ལ་རྒྱ་རྣམས་ཏ་ཅང་རྒྱུད་རྒྱུད་གི་ལྷ་ལྷུང་ཞིག་བཞག་སྟེ་ཁ་དམ་
སོ་བརྒྱལས་ནས་ལྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་འཕྲོ་མ་བཏུག་པར་ཉིན་གསུམ་རིང་ཁ་བརྒྱལ་བ་
དང་། དེའི་རྣམས་ལྷ་སྟོན་མ་རེ་རེས་བདག་གཉེར་ལྷས་པའི་ལྷ་ལྷུང་ལ་སྟེ་སྟེན་པས་སྟོན་གྱི་ལྷ་ལྷུང་
རྒྱུད་དུ་དེའི་གཟུགས་ཏ་ཅང་འཕེལ་སྟེད་ལྷས་ཡོད་པས་སྟོན་པོ་གས་དུ་ཁག་ནང་མན་རྒྱུན་ལེས་
དམ་ནང་གི་བཟླ་དུ་ལྱེད་ཀྱི་ལྷུག་དོན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་སོ་ལྷས་རྒྱལ་ད་སྟེ་འདྲུགས་ལ་སོ་བྱ་
སོས་གྱི་འདུག་ཅིང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་སྟོན་གས་འཕེལ་རྒྱས་ལྷ་འཕྲོ་བ་བསྟོན་མེད་
ཡིན། ལྟེན་འཕེལ་ཅན་གྱི་རྣམས་རིགས་དག་ལ་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་ཚང་བའི་དབང་གིས་རོ་སོ་ལྷས་མེད་དུ་
འགྲུབ་པ་ལོ་སྟོན་ལྷུག་གི་རིག་པས་འགྲུབ་པ་ཡིན།

སྟེན་པས་བབ་གྱི་བརྗོད་དོན་ལོ་ལྟེན་པའི་ནང་ན་སྟེ་རྒྱལ་དང་དེའི་ནང་ན་སྟེ་རྒྱལ་དེ་ཉིད་ཆགས་
པའི་གཤེད་ལ་སྟོན་ལྷུགས་པའམ་དེ་དང་ལྷུག་ཆེ་སྟེ་རྒྱལ་འཆི་རྒྱ་ཡིན། ལྷ་ལྷུང་ལོ་ཏ་ཅང་

ཚུར་ལ་དབྱིབས་ནི་རྒྱུ་ལོ་དང་། ཚོར་དབྱིབས། རྒྱབས་རེ་དབྱིབས་རེས་མེད་སོགས་ཡིན། དབྱིབས་རེས་མེད་ཡོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་མ་ཕུང་རང་ཉིད་འཁོན་འཁོན་ཚོགས་ཚོགས་མེད་པར་གང་སར་འགྲུལ་སྐྱོད་བྱ་དགོས་པས་ཡིན། མ་ཕུང་ཞེས་པ་ནི་གཞུགས་ཀྱི་དབྱིལ་ན་གཤེད་ཡོད་པ་དང་མཐར་མ་ཤིང་སྐྱོད་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་ཕུན་པ་ཡོད་པའི་གཞུགས་ཞིག་ཡིན། རྗེ་རུལ་གྱི་བྱེད་ལས་གཙོ་བོ་ནི་མ་ཕུང་སྐྱེད་འཕེལ་བྱེད་པ་ལ་རེས་པར་དུ་མཁོ་བའི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་གནས་རྒྱུ་གསོག་འདོགས་བྱ་རྒྱ་དེ་ཡིན། རྗེར་མ་ཕུང་སྐྱེད་འཕེལ་བྱེད་པ་ལ་རྗེ་རུལ་གཤེད་མེ་ཡིན་པས་དེ་ཉར་ཚགས་གང་ལེགས་བྱེད་རྒྱ་གཤེད་མེ་ཡིན། འཛམ་གླིང་འདྲིའི་སེམས་ཅན་ཀྱང་དང་ཅི་ཤིང་ལའང་སོ་སོའི་སྐྱེད་འཕེལ་གྱི་དོན་དུ་མ་ཕུང་ལྡན་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། རོན་ལྗང་། སེམས་ཅན་དང་ཅི་ཤིང་གི་མ་ཕུང་ལ་ཡོད་པའི་བྱེད་ལས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་མ་ཕུང་ལ་ཕྱི་ཕུན་མེད་ཅིང་། ཅི་ཤིང་གི་མ་ཕུང་ལ་ཕྱི་ཕུན་ལྡན་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཅི་ཤིང་གི་གཞུགས་མཆོག་སོ་སྐྱེད་ལས་ལམ་སེང་གྱི་རོལ་གྱི་གནོད་སྐྱོན་རྣམས་མི་སྲུབ། དེ་མིན་གྱི་བྱེད་ལས་གཞན་ཞིག་ནི་ཅི་ཤིང་གི་མ་ཕུང་ལ་ལྡང་ཕུང་ (chlorophyll) ལྡན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་ཅི་ཤིང་གིས་སོལ་རྒྱུ་ཉེས་འགྲུང་དང་ཉི་འོད་ཀྱི་རུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚར་ལོངས་དང་སྐྱེད་འཕེལ་ལ་མཁོ་བའི་བས་གཡོ་སྐྱོར་རྒྱབ་ཀྱི་ཡོད། རོན་མིའི་ལུས་ཀྱི་མ་ཕུང་གི་བྱེད་ལས་ཅི་རྣམས་ཡིན་ཞེ་ན། དཔེར་ན། ག་ཁྲག་ལས་རྒྱབ་པའི་



མིའི་ལུས་ཀྱི་ནང་ན་མ་ཕུང་རིགས་འདྲ་མིན་ཁྲག་ཁྲིག་ཆེན་པོ་ ༡༠ ཅམ་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་དག་སོ་སོའི་བྱེད་ལས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡིན། དཔེར་ན་ལུས་ཀྱི་ག་སྐྱིམ་མ་ཕུང་ལ་ཡན་ལག་བཞིའི་སྐྱིམ་སྐྱོད་དང་། ལུས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་རི་རྣམས་དགོས་པ་སྤངས་འདོན་བྱ་སའི་

ལྷན་པའི་ས་གནས་ལྟེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་ཆ་འཕྲིན་ནས་གནས་ཚུལ་སྐྱེལ་འདེན་སྲུབ་པའི་ལྷན་པས་
 ལྷན་པར་བ་ཞིག་ལྡན་ཡོད། རྫོག་ཆགས་རེ་གཉིས་ཙམ་མ་གཏོགས་གཞན་སེམས་ཙན་ཡོད་དོ་
 ཙན་གི་ལས་དོན་དང་ལྷན་དོར་གང་ལའང་འཇུག་པ་ལ་ལྷན་པས་ཐག་གཅོད་ལྷན་དགོས་པ་ནི་
 དེར་དུས་དབང་ཅའི་ཚན་རིག་གི་ཅ་བའི་ལྷན་པ་མཐའ་ཞིག་ཏུ་ལྷན་པ་ཡོད།།

རྗེས་རིགས་འབྲེལ་མིན་དང་ཆ་ཤས་དུ་མ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དབེར་ན་ད་ལྷན་པ་ཚོའི་བོད་
 ལྷན་པ་བཞིན་པའི་སྐབས་བདེའི་ལག་འདོགས་ཁ་བར་འདི་ལྷན་པ་བ་བཞིན་སྲོག་ལྡན་གྱི་དངོས་
 བོ་རྣམས་ལྱང་སྲོན་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་སྤ་སྤར་རྒྱུ་བའི་རིགས་རྣམས་བར་མ་ཆད་བར་སྤ་སྤར་
 རྒྱུ་དུ་དུ་མ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་པ་ཡིན། ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ཚོའི་ལྷན་པ་སྤར་ནང་སྤ་
 ལྷན་པ་སྤར་སྤར་མང་པོ་འཆི་བའང་ཡོད་ལ་སྤྱེད་འཕེལ་ཡང་ལྷན་པ་བཞིན་ཡོད། སྤ་སྤར་རིགས་
 ལྷན་པ་ཚོགས་པ་ཡོད་པ་གོང་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་སྤ་སྤར་རིགས་དང་ལྷན་པས་གཅིག་པ་རྣམས་
 བསགས་པ་ལས་ལྷན་པའི་གོང་དུ་དེར་སྤར་སྤར་ (tissue) ཅས་བརྗོད་ཅིང། ད་ཚོའི་ལྷན་པ་ལོའི་
 བར་སྤྱིར་བཏང་བཤད་པ་ལྟར་ན་གཞི་ཅའི་སྤར་སྤར་རིགས་མི་འབྲེལ་བ་བཞི་ཡོད། དང་པོ། ལྷི་
 ལྷན་པ་སྤར་སྤར་ (epithelial tissue) གི་མཚོན་ལྷན་པའི་ལན་དང་རྒྱ་སྤོའི་ནང་དོས་ཁེབས་
 པའི་བགས་པ་རྣམས་ཡིན། གཉིས་པ། མཐུན་ལྷན་པ་སྤར་སྤར་ (connective tissue) གིས་ཤ་སྤྱིམ་
 རྣམས་མཉམ་མཐུན་ལྷན་པ་དང། ཚོགས་ཀྱི་མཐར་སྤུམ་སྤྱི་པགས་སམ་དུས་པའི་སྤྱི་པགས་
 འཇུག་བར་ལྷན། གསུམ་པ། ཤ་སྤྱིམ་སྤར་སྤར་ (muscular tissue) ལ་ལྷན་པ་གི་བརྒྱུ་བསྐྱུམ་
 དང་འགྲུལ་སྤོད་ཀྱི་བྱ་བར་མན་ཚོགས་ཏེ་ཅང་ལྡན་ཡོད། བཞི་པ། དབང་ཅའི་སྤར་སྤར་ (ner-
 vous tissue) གི་ལྷན་པས་ནི་དབང་ཅའི་བར་འཕྲིན་འཇུག་སྤྱིག་དང། ལྷན་པ་གི་ཤ་སྤྱིམ་དང་
 མེན་སྤ་སྤར་སྤར་འཕྲིན་བྱ་རྒྱ། ལྷན་པ་གི་རྣམས་འཇུག་བསྐྱུ་ལེན་དང་སེམས་ཀྱི་ལྷན་པས་སྤོམ་རྒྱ་
 སྲོགས་ཡིན། གོང་གི་སྤར་སྤར་རིགས་མི་འབྲེལ་བ་བཞི་པོ་རྣམས་ད་ཚོའི་ལྷན་པ་གི་གཞི་ཅའི་ལྷན་
 ལས་ལྡན་པའི་སྤར་སྤར་ཁག་ཡིན་ཅིང། དེ་དག་གི་ནང་ནས་གལ་ཆེ་པོས་ནི་དབང་ཅའི་སྤར་
 ལྷན་པ་དེ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དབང་ཅའི་སྤར་སྤར་ལ་སྲོན་ཆ་ལྷན་པ་ཚོའི་སྤར་སྤར་གཞན་དང་མི་
 འབྲེལ་བར་སྤར་གསོ་ལྷན་པ་དེ་སྤྲུབ། དབེར་ན། ལྷན་པ་གི་བགས་པར་རྣ་སྤར་ཆེ་བགས་པའི་སྤ་སྤར་
 རྣམས་ཀྱིས་གསར་བཟོ་བྱས་ཏེ་རྣ་སྤར་གསོ་བར་ལྷན་པ་ཡོད། དུས་པའི་སྤར་སྤར་ལྱང་གསོ་
 ལྷན་པ་ཡིན་པས་ཁག་གིས་བརྒྱུར་བཟོ་ལྷན་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་གཞན་རྣམས་གོ་སྤར་བས་འདིར་མ་

མིའི་སྐོ།

དེས་ན་སྐྱུ་ལུས་འདུས་པ་ལས་སྐྱུ་ལུས་ལྷན་དང་། ལུས་ལྷན་འདུས་པ་ལས་དོན་སྣོད་ (organ) དེ་དག་ཚོགས་པ་ལས་དབང་པོའི་མ་ལག་ (organ system) ལྷན་པ་ཡིན། ལུས་ལྷན་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་འདུས་ཏེ་རྩོག་འཛིང་ཅན་གྱི་བྱེད་ལས་སྣ་ཚོགས་ལྡན་པའི་གོང་ཁྱེད་ཚགས་པ་དེར་དོན་སྣོད་ཅེས་ཟེར། དཔེར་ན། སྤྱིང་དང་པོ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དབང་པོའི་མ་ལག་ཐམས་ཅད་མཉམ་འདུས་ཀྱིས་ར་ཚོའི་ལུས་ལྷན་པ་ཡིན་པས་དབང་པོའི་མ་ལག་ནི་ཏ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། མིའི་ལུས་པོའི་ནང་བྱེད་ལས་འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཤིག་བཅུམ་སྤྱིར་དབང་པོའི་མ་ལག་མང་པོ་དེས་བར་མཁོ་བ་ཡིན། དབང་པོའི་མ་ལག་ལ་དབྱེ་ན་གཙོ་ཆེ་བ་དགུ་ཅན་འདོད་པས་རིམ་བཞུར་རང་ཉིད་ལ་གང་ཤར་བ་རྣམས་ལ་དོ་སྣོད་མདོར་བསྟུས་ཤིག་སྐྱེད་བར་འདོད། དར་པོ། ལུས་སྣོན་མ་མ་ལག་ (skeletal system) ཞི་རིམ་ལྟར་ཁང་བ་ཐོག་བཅེགས་ཅན་ལ་རྟེན་གྱི་སྣོན་གཞི་ཡོད་པ་ལྟར་མིའི་ལུས་ལའང་ཡོད། དཔེར་ན་མིའི་གཟུགས་སྐྱུ་ལ་ལུས་པ་ཆེ་ཆུང་ཁྲིན་བསྟོམས་ ༥༠༠ གིས་ལྷན་པའི་གོང་ལུས་ཀྱི་སྣོན་གཞི་ཡོད། ལུས་སྣོན་མ་ལག་ནང་ལུས་པ་ཅན་མིན་པར་ལུས་པ་རྣམས་མན་ཚུན་མཐུན་པར་བྱེད་པའི་སྐྱུ་ལྷན་པ་ཡང་དེའི་ལྷངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན། མིའི་ལུས་པོར་ཆ་ཤས་རྣམས་དེས་བར་གཡོ་བྱུང་བ་ནི་སྐྱུ་ལྷན་དང་ལུས་པ་རྣམས་མན་ཚུན་དམ་པོ་མཐུན་མེད་པར་ཚོགས་ཀྱི་མཐུན་པར་བྱེད་པ་འདིའི་རྒྱུ་ཀྱིས་རྟེན་ལག་དང་ལུས་སྐྱུ་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་སྟུང་གི་ཡོད། གཉེས་པ། འགྲུལ་མ་ལག་ (muscular system) ཞི་ལུས་པ་བརྒྱུར་བསྟུམ་བྱེད་པར་གཞན་ཞིག་གིས་འཐེན་དགོས་ཤིང་། དེའི་དབྱིབས་ནི་ཐག་པ་དང་འདྲ་བའི་སྐྱུ་ལྷན་སྟེ། མིའི་འགྲུལ་གྱི་མ་ལག་ནང་འགྲུལ་མི་འདྲ་བ་ ༤༠༠ ལྟག་ཡོད། མ་ལག་འདིར་ལག་པ་དང་། ལག་མཐེལ། མུའ་མོ། མཐོ་དང་། ལུས་སྐྱུ་གི་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་བྱེད་ལས་དུ་མ་ལྡན་ཡོད། དཔེར་ན་མིག་གི་འགྲུལ་གྱི་བྱེད་ལས་ནི་མིག་གཡོ་འགྲུལ་བྱས་ཏེ་སྣོན་བརྟན་དང་ཡུལ་གཞན་མཐོང་སྟུང་བ་སོགས་ཡིན། གསུམ་པ། དབང་ཅའི་མ་ལག་ (nervous system) ཅན་སྐྱུ་ལས་བརྟེན་འགྲོའི་གང་གཏོང་བ་ནི་སྐྱུ་ལས་གནས་ཚུལ་གང་འདྲོར་བར་རག་ལས་ཡོད། ར་ཚོའི་ལུས་པོའི་ནང་གནས་ཚུལ་བརྟེན་སྐྱེལ་གཏོང་བའི་སྐྱུ་ལས་ཐོན་དང་སྣོན་སྐྱུ་ལྟ་བུའི་ཏ་བ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་པ་དེར་དབང་ཅའི་མ་ལག་ཅེས་བརྟོད། ར་ཚོའི་གཟུགས་པོའི་ནང་གི་ཚོར་བ་བདེ་སྟུག་དང་ཆ་གང་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་དབང་

ཅ་ཚེས་འདིའི་ཁྲུང་ས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། མིག་གིས་རྒྱང་པར་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་
 མཚོང་བའི་བརྟེན་གཏོང་བའི་སྐབས་དེའི་རྒྱ་ལམ་ནི་དབང་ཅའི་མ་ལག་འདི་ཡིན་པ་དེར་དུས་
 དབང་ཅའི་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོན་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་བཞིན་ཡོད། གོང་གི་མ་ལག་འདི་
 དག་གི་ཡུལ་དེས་རྒྱལ་ནི་ཡུལ་ཅན་གཤམ་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡུལ་དེས་པར་འདོད་པས་ནང་
 པའི་གཞུང་ལུགས་ནས་བཤད་པའི་བྱེད་པས་ཡུལ་དེས་རྒྱལ་དང་འཛིན་རྒྱལ་དང་འགལ་འདུ་ལྟ་
 ལུང་མཚོང་། དེས་ན་གནས་རྒྱལ་སྤྱི་འདི་དག་ལ་གོ་བདེ་བའི་ཐབས་ལམ་གསལ་བའི་སློབ་
 མེ་སྤར་རྒྱ་ནི་ནང་དོན་རིག་པ་ལ་སྤྲད་པའི་རིག་པ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱི་འོས་འགན་ལས་མ་འདས་
 སོ། བཞི་པ། འཇུ་བྱེད་མ་ལག་ (digestive system) གི་བྱེད་ལས་ནི། ལུས་ཀྱི་བརྒྱུང་བསྐྱུལ་
 དང་འགལ་སློབ་བྱེད་པ་ལ་ལུས་ལྷན་པ་དགོས། ལུས་ལྷན་པའི་དག་ནི་ར་ཚོའི་བཟའ་བུར་
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་ཁྲུང་ས་གང་ཡང་མེད། ཁ་ནང་དུ་ཟས་འོངས་སུ་སློབ་
 དུས་ཟས་ཞིབ་མོར་བྱེད་པ་དང། ཟས་འཇུ་པ་དང་དྲངས་མ་རྒྱངས་ཏེ་ལུས་པའི་རོ་བོར་སྤྲུང་
 བའི་དབང་སོ་དུ་མ་ཡོད། འཇུ་

མིའི་གུགས་པོ།



ཞི་ལུས་ལ་མཁོ་བའི་ལུས་ལྷན་པ་
 རྒྱལ་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། མ་ལག་
 འདིས་ཟས་རིགས་འདྲ་མིན་ལས་བརྒྱུད་
 བཟང་བ་དང་ལུས་པ་ཆེ་བ་རྣམས་བཏོན་
 བས་ལུས་ལ་མཁོ་སློབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་
 པ། འབྲིན་རྒྱུ་མ་ལག་ (respiratory sys-
 tem) གིས་ཟས་ལས་འབྱུང་བའི་ལུས་
 ལྷན་པའི་སློབ་བྱེད་པར་ལུས་ལྷན་
 པ་སློག་འཛིན་ཀྱི་རྒྱུར་དེས་པར་
 དུ་མཁོ་བ་ཡིན། སློག་འཛིན་རྒྱུར་
 བྱི་ར་ཚོའི་སའི་གོ་ལའི་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་
 མོའི་ནང་ཡོད་པའི་རྒྱང་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན་

ཅིང། རྒྱང་ཁམས་ཆེན་མོའི་ནང་རྒྱང་རྒྱས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་འདྲིས་ཏེ་གནས་ཡོད། སློག་འཛིན་

རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ནང་དུ་རྒྱུ་མ་པ་དང་རྒྱུ་རྩལ་གཞན་ལས་ཐ་དང་དུ་ཕྱི་ནས་ཁྲག་གི་ནང་འཕྲེན་པ་ནི་
 དབྱུགས་གཏོང་ལེན་གྱི་མ་ལག་འདྲིའི་ཆ་ཤིས་སུ་སྒྲིག་དང་། རྫོང་ལྷན་མོ་བ་བཅས་ཡོད། ར་ཚོས་
 འབད་བཙོན་ཆེན་མོ་ལྟེང་པའི་སྐབས་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཆེན་མོ་ལེད་སྟེང་ལྟེང་པར་བཞེན་སྟོག་འཛིན་
 རྒྱུ་ཡང་མང་བ་དགོས་པ་ཡིན། དེར་བཞེན་སྐབས་དེའི་དུས་སུ་དབྱུགས་གྱི་རྒྱ་བ་རྒྱུར་མོ་དང་
 མང་བ་ཡོད། དཔེར་ན། མཚོང་རྒྱག་སོགས་ལྟེང་པའི་སྐབས་དབྱུགས་དཀའ་སོ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་
 ཡིན། འབྲིན་རྒྱུ་མ་ལག་གི་ལྟེང་ལས་གཞན་ཞིག་ནི་ལུས་ལས་རྒྱུར་རྩལ་དཔ་སོལ་རྒྱུ་ལས་
 ཉེས་འཕྱར་སྤྱིར་འབྱུང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། དུག་པ། འཁོར་རྒྱག་མ་ལག་ (circulatory system)
 བཞི། འཕྱེད་མ་ལག་གིས་ཟས་ལེན་པའི་ལུས་ལྷན་ལྷན་དང་། འབྲིན་རྒྱུ་མ་ལག་གིས་སོ་སོར་
 འབྱེད་པའི་སྟོག་འཛིན་གྱི་རྒྱུར་རྣམས་ལུས་ཀྱི་ཆ་སྟོང་སྟེང་ཡོངས་ལ་གང་མཚོགས་ཞེས་ཆགས་
 གྱི་སྟོག་ནས་འབྱེད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། འདི་འབྲེལ་བྱེད་ལས་འཕྱར་མཁའ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡན་
 ལག་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལུས་ལྷན་ལྷན་འཁོར་རྒྱག་དེ་ཡིན། འཁོར་རྒྱག་མ་ལག་འདྲིའི་ཆ་ཤིས་སུ་སྤྱིར་
 དང་སྤྱིར་ནས་པར་ཁྲག་འཕྲེན་པའི་ཁྲག་ཅ་དང་། རྒྱུར་སྟེང་ལེན་གྱི་ཁྲག་ཅ་བཅས་གཏོགས་པ་
 ཡིན། སྤྱིར་གིས་སྟོག་འཛིན་རྒྱུར་དང་ལྷན་པའི་ཁྲག་དྲངས་མ་རྣམས་ཁྲག་ཅ་བརྒྱུད་ལུས་ཀྱི་ཆ་
 ཤིས་གཞན་དུ་སྤྱི་མདུན་རྒྱག་པ་ལྟར་བརྒྱུད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བདུན་པ། མེན་བྱའི་མ་ལག་
 (lymphatic system) བཞི་ཁྲག་ཅ་ཡོངས་ལ་ཁྲུབ་ཡོད་ཀྱང་། ཟས་བཅུད་ཀྱི་རྩལ་རྣམས་ཁྲག་ནས་
 བྱ་སྤྱང་དེ་དེར་ཐད་ཀར་མཁོ་སྟོང་མི་སྲུབ། དེའི་ལྟེང་ལས་གཙོ་མོ་ནི་ཁྲག་གི་རྒྱུན་འཁོར་ནང་
 ཐད་ཀར་འཁོ་མི་སྲུབ་པའི་མི་ཚེལ་དང་རྩལ་བཅུད་གཞན་རྣམས་སྤྱེལ་འཕྲེན་བྱ་རྒྱུ་དང་། ལུས་
 མོའི་ཁྲག་དང་སྤྱང་སྲུབ་ནང་ག་ཤེར་ཁུའི་གནས་བབ་ཆ་སྟོན་རྒྱ། ལྷོ་ལ་གྱི་ནང་ཕྱིན་འགོག་
 རྒྱ་སོགས་ཡིན། བརྒྱུད་པ། བྱང་ཟགས་མ་ལག་ (endocrine system) བཞི་ར་ཚོའི་ལུས་མོའི་ནང་
 རྩལ་འཕྱར་གྱི་གནས་བབ་སྤྱངས་འཛིན་བྱ་མཁའ་གཙོ་མོ་དེ་ཡིན། ཟགས་རྩལ་ (hormone)
 དང་། རྩལ། དབང་ཚའི་བྱ་སྤྱང་སོགས་ནི་ར་ཚོའི་ལུས་ཀྱི་ཁྲག་ནང་རྒྱ་ཞིང་། རྩལ་འདི་རྣམས་
 བཞི་ནང་ཟགས་མ་ལག་གི་མོ་ཉ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྩལ་འདི་དག་གིས་ར་ཚོའི་ལུས་མོའི་གནས་སྐབས་
 གྱི་དགོས་མཁོ་སྲུབ་པའི་ལྟེང་ལས་རྣམས་སྤྱངས་འཛིན་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དཔེར་ན། ཁོར་ཁོ་ཟ་
 པའི་སྐབས་སུ་ཟགས་རྩལ་གྱིས་ལུས་ལ་ལྷན་ལྷན་འཕྱར་པ་སྟོང་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དུག་པ། རྒྱེས་
 འཕེལ་མ་ལག་ (reproductive system) བཞི། ལུས་འཚོ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་སྐབས་དེའི་ནང་གི་བྱ་སྤྱང་

སྐྱེ་དངོས་བྱུང་རིམ།

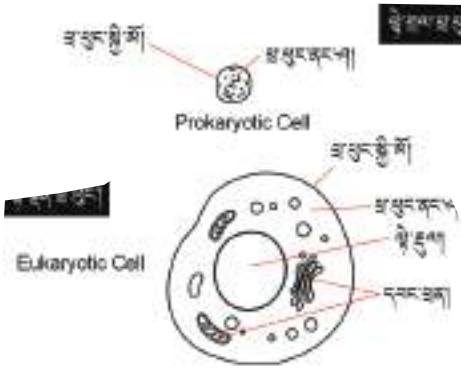
དགའ་ལྗོངས་ལྷོ་ལྷོ་སྐྱེ་བ་བཟང་།

༡༢༡ །སྐྱེ་དངོས་ཚན་རིག་གི་སྐོར་འཆད་སྐབས་སྐྱེ་ལྷན་གྱི་དངོས་པོ་དེའི་བྱ་བ་དང་ཁྱད་
 ཚོས། དེ་གང་ལས་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐོར་འཆད་དགོས་པས་དེ་དག་གི་ཚོག་མའི་བྱུང་ས་
 སོགས་ཡང་དེད་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སོག་མར་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་དང་དངོས་
 པོ་དེ་དག་ལ་ཐུག་བ་འོས་མེད་ཡིན་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཆགས་རྒྱལ་རྒྱུད་ཟད་འཆད་
 བས་སྐྱེ་དངོས་ཚན་རིག་སྐོར་དངོས་བཤད་བ་ནི། དེ་ཡང་སྐྱེ་ལྷན་གྱི་དངོས་པོའི་བརྒྱུད་རིམ་
 བའི་འཇོམ་སྒྲིབ་གི་ས་གཞི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་འདིའི་རྣམ་གྱི་ཅི་ཤིང་གནས་ཚལ་དང་། འབྲུ་
 ལྷན་སྐྱེ་ལྷན་སོག་ཆགས་དུད་འགྲོའི་རིགས། ཀར་གཉིས་མི་ཡི་རིགས་སོགས་ཆེ་སྐྱོག་དང་ལྷན་
 པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་གྱི་རྒྱུན་དེའི་ཁྱད་ཚོས་མི་འབྲུ་བའི་རྒྱུན་
 གྱིས་འབྲས་བུ་དེའི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག། བོངས་ཚོད་དང་ལུས་བ་སོགས་མི་འབྲུ་བའི་ཁྱད་བར་
 ཡོང་གི་ཡོད།།

དེ་དག་གི་རྒྱུན་ཡང་དེད་ན་གང་འབྲུ་ཞིག་ལ་ཐུག་གི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ནི་ཚན་རིག་པ་རྣམས་
 ཀྱི་འདོད་རྒྱལ་གཞི་ལ་བཞག་སྟེ་བཤད་ན་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཚོག་མ་འདི་རེད་ཅེས་བ་ཞིག་ཐག་
 བཅད་ནས་བཤད་དུ་མེད་ཡུང་འདོད་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་སྐོར་ནས་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་
 འགའ་ཞིག་གིས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཚོག་མའི་འབྲུད་ཁྱད་ཚོས་ནི་བར་སྐྱར་སྐོར་པའི་ནང་དུ་གཟུང་སྐྱར་
 རྒྱུད་ཐུག་བྱས་པ་ལས་ཆད་པའི་དུམ་བུ་ཞིག་འཇོམ་བུ་སྒྲིབ་གི་ཚོག་ཏུ་བབ་བ་དང་། དེའི་ནང་
 གི་རིགས་རྣམས་དེ་དག་འཇོམ་བུ་སྒྲིབ་གི་རྟེན་དུ་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་བྱ་བ་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་
 རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཚོག་མ་ནི་གཟུང་སྐྱར་གཞན་གྱི་རྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད་ཟེར་བ་དེའི་རྒྱུ་བ་ལྟེད་ནི་

འཛམ་གྱི་སྤྱི་དུང་གི་སྐྱེ་བཅའ་ཚན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྐྱེ་བཅའ་གྱི་བྱ་བ་ལྟར་བའི་རྣམས་
 གྱི་རྣམས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་གཅིག་པ་ཞིག་གཟུང་སྐྱར་གཞན་གྱི་སྤྱི་དུང་ནས་སྤྱི་དུང་བའི་སྐྱར་རྩོ་
 དེའི་སྤྱི་དུང་འདུག་པ་དེར་བརྟེན་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ནི་དེ་ལས་ལྷོད་པ་འདྲ་ཟེར། ཡང་འཆད་
 ཚུལ་གཞན་ནི་ལོ་ས་ཡ་གསུམ་དང་གངས་ཚུད་བརྒྱད་ཚམས་ཀྱི་སྤྱི་དུང་གཟུང་སྐྱར་མིག་དམར་
 དང་སྐྱར་མ་གཞན་ཞིག་རྒྱུད་ལྷན་གྱི་ལས་དུམ་གྱི་ཞིག་འཛམ་གྱི་སྤྱི་དུང་གི་སྐྱེ་སྐྱེ་ལུས་དུ་སྤྱི་དུང་བ་
 རྣམས་སུ་བརྟུག་དུས་དེར་སྐྱར་སྐྱར་རྩོ་དེའི་ཚོགས་པ་འདི་ནང་དུ་པོ་ལྷོ་གར་ཡོ་ཏེ་ (Proyokary-
 ote) ཞེས་སྤྱི་དུང་གྲུབ་བའི་སྤྱི་དུང་དངོས་པོའི་རྣམས་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་པར་མཚོང་བས་འཛམ་
 གྱི་སྤྱི་དུང་གི་སྤྱི་དུང་གྱི་དངོས་པོའི་རྣམས་རྒྱུན་ནི་སྐྱར་མ་གཞན་གྱི་སྤྱི་དུང་ནས་ཡོད་པ་འདྲ་ཅེས་
 བཤད་པ་དེ་ནི་ལྷན་འཛུགས་འཛུགས་པའི་སྤྱི་དུང་གྱི་ཞིག་ལྷོ་མ་མཚོང་།།

བར་སྐྱར་སྤྱི་དུང་འདི་ནང་དུ་ལོ་ལ་བཟུང་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཡོངས་ལྷན་ཡིན། དེ་
 ཡང་ས་ཚུ་མེ་རྒྱུད་སོགས་ལས་ལྷན་ལངས་ཡང་འདྲ་བའི་གོ་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་དེའི་ནང་



གི་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྤྱངས་ཡང་འདྲ་བའི་གོ་
 ལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཚོགས་པ་ཡིན། དེ་ལ་
 བསམ་སྲོ་གཏོང་ས་ཚུད་ཟད་ཅིག་ཡོད་པར་
 མཚོང་། གཞན་དང་གཞན་དུ་འཇུག་འཇུག་བ་
 ནི་འཇུག་ཅེན་འཇུག་སྤྱི་དུང་ཡོངས་ལྷན་ས་
 ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚོགས་པ་དེ་ནས་ལྷན་ཅེས་
 ཚུད་ཟད་བཤད་དགའ་བར་མཚོང་། དེའི་
 སྤྱི་དུང་གོ་ལ་ཚོགས་པར་གྲུབ་པའི་སྐྱབས་སུ་རྒྱུབ་

བརྟུག་དང་འཇུག་ཟེར་གི་ལས་ཁ་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་གྲུབ་པར་བཤད་པ་རྣམས་ན་སྐྱབས་དེ་
 དུས་ནས་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པ་སྤྱི་དུང་གི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་ཚོགས་པས་རྣམས་དེ་དག་བསྐྱབས་པ་ལ་འགལ་
 བ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ཚོགས་པ་དེ་ནས་ཡོད་ཚོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་རྣམས་ཚོགས་པའི་གྲུབ་ཚུལ་ལ་བསམ་མ་
 ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགལ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་མའོན་ཀྱང་གསལ་ཚན་ནི་རྒྱ་མཚོ་ནས་སྤྱི་དུང་བར་བཤད་པ་ལས་
 ཚེར་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་འདྲ། དེའི་འཆད་ཚུལ་ནི་སྤྱི་དུང་གི་རི་ཡ་ (Bacteria) ཞེས་སྤྱི་དུང་
 གཅིག་ལས་གྲུབ་པའི་སྤྱི་དུང་ཞིག་ལས་འཛུགས་བར་འདོད། དེ་ཡང་རང་ཉིད་འཚོ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་

པོ་གཞན་ནས་ལེན་སྲུབ་པ་དང་རང་གིས་བེད་སྲོད་བྱས་ཐེན་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་པར་གཏུག་
 སྲུབ་པའི་བྱེད་ལས་དམིགས་གསལ་བ་ཞིག་སྲུབ་པ་དང་། དེའི་རྒྱན་འཕེལ་བ་ལས་རིམ་པར་སྲ་
 ཡུང་གཉིས་ལྡན་དང་མང་ལྡན་སོགས་སྲུབ་ནས་ཆེ་ཆུང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་འཕེལ་ཞིང་དེ་དག་
 གིས་རང་ཉིད་འཚོ་བར་བྱེད་པའི་རྣམས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་མི་འདྲ་བའི་རྒྱན་གྱིས་འཕེལ་སྐྱེད་ཆེ་
 ཆུང་དང་དབྱིབས་སོགས་མི་འདྲ་བ་སྲུབ་པ་དང་། ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་ཐོག་མར་
 རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་འཕེལ་རྒྱས་ལུགས་ཆེར་སྲིན་ནས་མཐར་རིམ་པར་སྐྱམ་སའི་སྤྱིང་དུ་འཚར་
 བོངས་བྱེད་སྲུབ་པ་རྒྱུར། དེ་ཡང་ཅི་ཤིང་ལྟ་བུ་དེས་པར་ས་ལ་མཐུན་ནས་སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་
 དགོས་པ་ཞིག་དང་། མི་དང་དུད་འགྲོ་ལྟ་བུ་འཚོ་བཅུད་གྱིས་འདྲང་ན་ས་དང་མཐུད་མི་དགོས་
 པར་རང་གིས་བྱ་བ་བྱེད་སྲུབ་པ་ཞིག་ཅེས་ཅུ་བའི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་རྒྱུར་ཡོད། དེ་
 འདྲ་བའི་རྒྱན་གཉིས་ཀ་ལ་ཚན་རིག་བ་རྣམས་གྱིས་ཆེ་སློག་དང་ལྡན་པའི་འབྲེལ་བ་བཤད་བྱེད།
 འདི་ལ་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་སྐྱེ་བ་རྣམས་གྱིས་ཐོག་མར་སློ་ལ་མི་འཐད་པའི་རྣམ་འགྲུང་ཞིག་
 ལྟོན་དེས། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ང་ཚོའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སློག་ཅེས་པ་དེ་རྫོང་དང་རྣམ་ཤེས་
 གྱི་ཉེན་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་པ་གཞི་ལ་བཞག་ནས་བསམ་སློབ་བཏང་བའི་རྒྱན་གྱིས་ཡིན། ང་
 རང་ཡང་ཐོག་མར་དེ་ལྟར་བསམ་ནས་ཡང་སློང་བསྐྱར་སློང་གྱི་ཁྱི་བ་མང་པོ་གཏོང་སྟོང་། འོན་
 །ཀྱང་ཁོང་ཚོས་འདོད་པའི་སློག་ཅེས་པ་དེ་ལ་བྱུང་ཚེས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཚང་མི་དགོས། ཅི་ཤིང་དང་
 འགས་ཚལ་སོགས་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ཚན་རིག་བསམ་འདོད་པའི་ཆེ་སློག་ཅེས་པ་
 དེ་དང་ལྡན་པར་འདོད་ཀྱང་ནང་པའི་གཞུང་དང་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འགྲོ། ཚན་རིག་པ་
 རྣམས་གྱིས་འདོད་པའི་ཆེ་སློག་ཅེས་པ་དེ་དང་ནང་བསམ་འདོད་པའི་ཆེ་སློག་ཅེས་པ་དེ་གཉིས་
 རྫོང་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཅམ་འདྲ་ན་ཡང་བརྗོད་བྱའི་དོན་མི་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཐ་སྐྱད་སྐྱར་སྐྱངས་
 དང་། འགྲུང་གྱི་བྱུང་པར་སོགས་ལས་གནས་རྩལ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་དུ་ཡོད།།

འདི་དག་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཚན་རིག་པའི་འདོད་རྒྱུ་དང་། བང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་
 གཉིས་དོན་འདི་མི་མཐུན་ཞེས་མ་བཤད་པར་གང་འདོད་པའི་འདོད་གཞི་དེའི་དོན་ལ་དབྱུང་བ་
 བྱེད། དེ་ནས་ཐ་སྐྱད་སྐྱར་སྐྱངས་དང་འགྲུང་སོགས་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་བྱེད། དེ་ནས་གཞི་
 བས་མི་མཐུན་ན་དོན་འདི་འདྲ་བ་ལ་མི་མཐུན་ཞེས་སྐྱ་ན་ཆེག་དེ་ཉིད་བྱས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་

ཏུ་ཡོང་ངེས། དེ་མིན་མགོ་མཐོང་ཅམ་ནས་ཚོད་པའི་ཚུལ་དང་དགག་པའི་ཁྲུལ་བྱེད་ཀྱང་རང་གི་
 དེ་ཉིད་བརྟན་པར་ཟད་ཀྱི་དཔྱོད་ལྡན་རྣམས་བཞད་གང་གི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་ལས་མ་འདས།
 ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྟན་དབྱུང་བྱེད་ཚུལ་ནི་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་དགེ་གན་ཚོས་གསུངས་
 རྟུངས་ལ་དབག་ན་ཐོག་མར་ཡ་མཚན་ཞིག་སྤྲིས། དེ་ནས་དོན་དེ་ལ་ཚོད་དབག་བྱེད། དེ་ནས་
 རྒྱ་མཚན་ཞིག་བསམ་སྒོ་གཏོང་། དེ་ནས་རང་གི་སྟོན་ཚོད་དབག་བྱས་པའི་དོན་དེ་རྒྱ་མཚན་
 འདི་ལྟར་ན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་དགོས་ཀྱང་དངོས་གནས་ག་འདྲ་འདྲུག་སྟེ་བརྟན་དབྱུང་གི་
 ལམ་དུ་འདྲུག་ནས་སྤ་མཐོང་ཆེ་ཤིལ་དང་རྒྱང་མཐོང་ཉེ་ཤིལ་སོགས་གང་ལ་གང་དགོས་ཤིང་
 རྟོན་བྱས་ནས་དུས་ལུག་དང་དཀའ་ལས་ལ་མ་འཛེམ་པར་གནས་སུགས་རོ་མ་དེ་མཐོང་བའི་
 ཐབས་ལ་འབད། མ་མའི་བྱུང་དོན་རྙེད་པ་དེ་ཡང་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་རྙེད་སོང་ཞེས་བརྗོད་དེ་ཁྲུབ་
 བརྟགས་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་མ་མའི་བྱུང་དོན་རོ་མ་འདི་ཡིན་ཞེས་པའི་ཐག་གཅོད་ནས་ཡང་མི་
 བྱེད་པར་མངོན། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་ཚན་རིག་པས་བྱུང་དོན་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་རྣམས་ལ་
 འཕྲུང་མེད་ཀྱི་ངེས་པ་རྙེད་པ་ཞིག་པལ་ཆེར་མེད་ལས་ཆེ། རྫོ་གཟུ་མོར་གནས་པའི་ཚན་རིག་
 པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་རིང་རྙེད་པའི་བྱུང་དོན་དེ་སང་ཉིན་འཚོལ་རྒྱུའི་བྱུང་དོན་དེ་རྙེད་པའི་ཐབས་
 གསལ་ལས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འདོད་པ་ལས་ད་ནི་ངས་ཐ་མའི་བྱུང་དོན་དེ་རྙེད་སོང་ཞེས་མཚམས་
 འདོག་མེད་པར་ད་དུང་དེའི་དོན་ལ་བརྟན་དབྱུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ངས་འདིར་ཚན་རིག་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཤིང་རྟོན་བྱས་ནས་རྣམ་གཞག་འདོད་ཚུལ་འཆད་པ་
 འདི་ཚན་རིག་གི་ཐབས་ལམ་མམ་ཚན་རིག་གི་གཞུང་སྤྱུགས་ལྟར་ན་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་
 པ་ཡིན་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་བ་ཁོ་ན་ཞིག་འདོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་མིན།
 ཚན་རིག་པ་པལ་ཆེ་བ་རང་གི་མ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་ཚོས་སྤྱུགས་ལ་ཞུགས་པ་དང་། འགའ་
 ཞིག་ཚོས་སྤྱུགས་གཞན་ལ་དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་རྙེད་ནས་དེར་ཞུགས་པ་སོགས་ཡོད་པས་
 གང་ཐག་སྐྱེར་སོ་སོ་ལ་ནི་རང་རང་གི་ལྟ་བུར་དང་གཞུང་སྤྱུགས་སོགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབས་
 པའི་བྱུང་དོན་གྱི་ཐག་གཅོད་ཞིག་ཡོད་ཚོགས་སྟེ། ཚན་རིག་པ་གང་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚན་ཡང་
 དག་གི་སྟོན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ནི་ཚོས་སྤྱུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོའི་
 གནས་སྤྱུགས་འཚོལ་བ་དང་དོན་དངོས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་དང་ཡོངས་
 ལྷན་མཐུན་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་བའི་འདོད་ཚུལ་དེ་སྟོན་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་པའི་ཁྱོད་དུ་དང་ཁྲུབ་ཤིན་

ཏུ་རྒྱུ་ཡར་མངོན། དེར་རབས་ཀྱི་ཚོན་རིག་པ་རྣམས་ནི་བསམ་སྒོ་གྲུ་ཡངས་ཅན་ཞིག་ཡིན་
 པས་ཚོས་ལུགས་པའི་འདོད་རྒྱལ་ལ་ཁྱད་གསོད་དང་དམའ་འབེབ་མེད་པར་དེ་དག་གི་འདོད་
 རྒྱལ་གྱི་ནང་དུ་ལེགས་ཆ་གང་ཡོད་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་པ་དང་མན་རྒྱན་བསམ་རྒྱལ་སྤེལ་རེས་
 བྱེད་རྒྱུའི་བསམ་སྒོ་དང་། འགལ་འདྲའི་རྒྱུན་འདུག་ན་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པ་འདི་ནི་སྒོ་
 གཟུ་པོར་གནས་པའི་མཁས་པའི་བྱ་བ་ཡིན་པས་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་
 སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་གལ་ཆེ་བར་མཛོང་། གལ་ཏེ་ང་ཚོའི་གཞུང་ནས་བཤའ་བའི་དོན་རྣམས་
 ཚོན་རིག་པས་དབྱེད་པ་བྱས་པའི་བྱ་བ་དོན་དང་མཐུན་པའི་རྒྱུན་འབྲེལ་བཤའ་ཅིག་བྱེད་ཐུབ་
 བ་གཞི་ནས་འཛམ་སྐྱིད་འདིའི་སྤྱི་དུ་ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ཅིག་འཇུག་ཐུབ། དེས་
 བར་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་འཛམ་བྱ་སྐྱིད་གི་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བདེ་བ་དང་ཐུན་པ། རྒྱལ་བཟུལ་
 དང་བལ་བ་སོགས་ཀྱི་པན་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟུབ་ཐུབ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཚོས་ལུགས་
 དེའི་རོ་བོ་ནི་སྒོད་པའི་ཆ་ནས་བྱམས་པ་དང་། སྤྱི་རྗེ་སོགས་གཙོ་བོར་རྒྱན་པས་འཐབ་ཚོད་
 དང་འབྲན་སེམས་སོགས་རང་གིས་ཞི་བར་བྱེད་ཀྱིས།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤྱི་དུ་ལྷན་པུལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་བཟོ་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་རང་རྒྱལ་
 གཞན་པས་ཀྱི་འབྲན་སེམས་དང་། དེས་རྒྱུན་པས་འཐབ་ཚོད་སོགས་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འབྱུང་
 བ་ཞིན་པ་འདི་ཡིན། འདི་དག་ལ་ཁ་གཏད་གཙོག་ཐུབ་མཁན་གྱི་བསམ་སྒོ་ཡར་རྒྱས་ཤིག་བྱིན་
 བ་འཛམ་བྱ་སྐྱིད་གི་སྤྱི་འབྲེལ་ཀུན་ཞི་བདེ་དང་བག་ཐེབས་རང་གནས་ཐུབ། དེ་འདྲ་བའི་བསམ་
 སྒོ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ཐབས་དམ་པ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་བཤའ་བའི་སྒོ་སྒོར་
 རྒྱལ་ཡས་ལྷག་པ་ཞིག་གང་ན་བཅའ་ཡང་མི་རྟེན། ད་ནི་དཔྱད་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྤྱི་ཆེ་སོག་
 དང་ཐུན་པའི་དངོས་པོ་དེ་དག་གི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་རིགས་རྣམས་རང་གི་འབྲས་བུ་སྤྱི་མ་ལ་
 བརྒྱད་གཏོང་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དང་ཐུན་པའི་རྣམས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོ་དེའི་རྣམ་འགྲུར་
 མི་འདྲ་བ་རྣམས་བྱུང་བར་འདོད། འདིར་སྤྱིར་བཏང་གི་འགྲོས་དང་མཐུན་པར་བཤའ་བ་རྒྱུར་
 ཟད་མི་གསལ་བའི་རྒྱུན་དང་། བྱེ་བྲག་གཅིག་དཔེ་མཚོན་དུ་བཟུང་ནས་བཤའ་བ་ཉན་པ་པོའི་
 སྒོ་རོར་ཤར་བདེ་བའི་དགོ་མཚན་ཡང་ཡོད་པས་གང་ཟག་ཁྱད་པར་བ་མི་ལྟ་བུ་དཔེ་མཚོན་དུ་
 བཟུང་ནས་བཤའ་བར་འདོད།

ང་ཚོ་འགྲོ་བ་མི་ཞེས་སྒོ་རིག་རྣམས་པར་བཟུ་ཞིང་རྣམ་དཔྱོད་མཚོག་ཏུ་ཡངས་པ། ལས་དང་

བྱ་བ་གང་ལྟར་གྲུང་ཐབས་དང་རྒྱུས་སོགས་སློབ་ཆགས་གཞན་ལས་གྲུང་བྱུང་བར་དུ་འབྲེལ་ས་
 ཅིང་འགོ་བ་གཞན་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིས་པའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་སྐྱེས་ཀྱི་ཀར་གཉིས་མི་ཞེས་
 པ་འདྲིའི་རིགས་རྒྱུན་གྱི་ཡུགས་བཅའ་ན་ཚོན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་གོང་དུ་བཤད་པའི་རིགས་
 རྣམས་དེ་ལ་ཕྱག་བར་བཤད་ཅིང་ནང་བ་སངས་རྒྱུས་པ་སྤང་ན་གོང་མ་སྣ་ལས་བབ་ཞེས་འཆད་སྐབས་མཐོ་
 ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱིའི་བཤད་སློབ་དང་མཐུན་ཞིང་གོང་མ་སྣ་ལས་བབ་ཞེས་འཆད་སྐབས་མཐོ་
 ས་ནས་དམའ་སར་བབ་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་གར་ན་སློབ་དུས་སུ་གངས་ཉི་མེ་ལ་དབང་
 རྒྱལ་གི་གནས་དང་། དེ་སློབ་གྱི་རི་དང་འབབ་རྒྱ་དང་མཚོ་སོགས་ནི་སྣ་ལོ་ཞིང་ཁམས་ཡིན་
 པར་བཤད་སློབ་འདུག་པས་ས་བབས་མཐོ་ས་བོད་ནས་ས་བབས་དམའ་ས་རྒྱ་གར་དུ་བབ་
 པའམ་ཆད་པ་ལ་སློབ་པ་ནས་དེ་དག་སྣ་ལོ་ཞིང་ཁམས་དུ་འདོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྣ་ཡུལ་
 བས་བབ་ཅེས་བཤད་གྲུང་མི་ཚོག་པ་མེད། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་གཞིགས་ན་མི་ཡི་ཚོག་མ་བོད་
 ཡུལ་ནས་རྒྱང་ཞེས་བཤད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཞིག་མིན་ལས་ཆེ་སྤྱུལ། མ་ཚད་བོད་ཀྱི་མིའི་
 འགོ་བ་རྒྱང་རྒྱལ་འཆད་སྐབས་ས་སྤྱིལ་གན་ཞེས་དུང་འགོ་གཞན་གྱི་རིགས་རྒྱུད་འཕེལ་བ་ལས་
 མིའི་འགོ་བ་རྒྱང་རྒྱལ་བཤད་པ་འདྲི་ད་སྣ་ཚོན་རིག་པས་མིའི་འགོ་བ་རྒྱང་རྒྱལ་བཤད་པ་དང་
 གཅིག་མཚུངས་སུ་འདུག་པས་དེ་ལ་བདེན་ཁ་གསར་པ་ཞིག་གྲུང་བྱིན་ཐུབ། གཤམ་དུ་མི་ཡི་
 འཕེལ་རིམ་དང་། དེའི་ཆགས་སྤངས་ཀྱི་སློབ་སོགས་ཅུང་ཟད་འཆད་པར་འདོད་དོ།

མིའི་རྒྱང་རིམ།

འང་མ་སྤྱིང་འདྲིའི་སྤྱིང་གི་འགོ་བ་མི་རྣམས་ཀྱི་རྣམས་རྒྱན་ཡང་དེད་ན་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཚོག་མ་
 བོར་ཀར་ཡོ་ཞེ་ (Proyokaryote) སོགས་ལ་ཕྱགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་སློབ་ནི་གོང་དུ་བཤད་ཟིན། ད་
 བེ་འགོ་བ་མི་ཞེས་པ་དེ་རྒྱང་ཟེན་པའི་རྣམས་སུ་དེ་དག་སྤྱི་འཕེལ་རི་སྤང་བྱེད་པའི་སློབ་ཅུང་ཟད་
 འཆད་པར་འདོད། དེའི་རྒྱལ་ནི་ང་ཚོ་འགོ་བ་མི་ཞེས་སྤྱིའི་རྒྱལ་དུ་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་ཀྱང་
 འདྲི་དག་གི་བོངས་ཚད་དང་། དཔྱིབས་དང་ཁ་དོག་སོགས་ལ་མི་འབྲེལ་བའི་རྣམས་པ་དུ་མ་ཞིག་
 ཡོད་པ་གསལ་པོ་ཡིན། རིགས་རྣམས་ཚོགས་སུང་གཅིག་དུམ་སུང་ཆད་པའི་ཆ་གས་སོ་སོར་
 འཕེལ་བ་ལས་རྒྱང་བའི་སྤྱི་གྲུ་མཚོ་མ་སྣ་སུ་ལ་ཡང་ཞེས་དུ་བཟླ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་གྱི་
 རྣམས་ཡོངས་སུ་སློབ་སྤངས་དང་། མ་ཡི་མངལ་དུ་སྤྱི་གས་གཡས་གཡོན་གནས་སྤངས་སོགས་

གྲིས་ཁྱད་པར་ཐུག་བྱ་ཞིག་རྒྱུད་དུས་ནས་ཡོད་ལ། དེས་གྲིས་ཆེན་པོར་རྒྱུར་བའི་ཆེ་ན་ཁ་ཐས་
མོངས་སུ་སྤྱོད་རྒྱངས་དང་། ཁོར་ཡུག་གི་ཁྱད་པར་སོགས་ལས་ཤིན་ཏུ་མངོན་གསལ་ཅན་གྱི་
ཁྱད་པར་ཡོད་པ་ནི་སྤོང་བས་བྱུང་བ་ཡིན།།

དེ་ལྟ་བུའི་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་དེ་དག་ནི་ཚོན་རིག་པའི་འཆད་རྒྱལ་ལྟར་ན་ཁོར་ཡུག་སོགས་
ལྷི་ཡི་མཐུན་རྐྱེན་གྱིས་ཁྱད་པར་ཡོང་གི་ཡོད་ཡང་གཙོ་བོ་ནི་མེས་པོ་སྐ་མ་རྣམས་གྲིས་རྒྱུད་
གཏོང་བུས་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་རྒྱུད་པར་འགྲེལ་གྱི་ཡོད། དེ་ཡང་པ་ནས་རྒྱུར་
བའི་རིགས་རྣམས་དང་མ་ནས་རྒྱུར་བའི་རིཊ་རྣམས་གཉིས་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དེས་ནི་གཞན་དེ་
དབང་བརྒྱུད་ཀྱི་ཅེས་སྟོབས་རྒྱུད་བ་དེ་མངོན་གསལ་ཅན་དུ་འགྱུར་མི་སྲུབ་པར་བཤད། འོན་
ཡང་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་སྟོབས་ཆེ་རྒྱུད་མཐའ་གཅིག་དུ་དེས་པ་ནི་མིན། འགའ་ཞིག་
པ་ཡི་རིགས་རྣམས་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་པ་ཡི་རིགས་རྣམས་སྟོབས་ཆེ་བ་སོགས་ཡོད།
དེ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་འེ་འེའི་རིགས་རྣམས་སྟོབས་ཆེ་རྒྱུད་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་པས་སྐྱ་གྲུ་འགའ་
ཞིག་པ་ལ་འདྲ་ཆེ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་པ་ལ་འདྲ་ཆེ་བ་ནས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་འགའ་ཞིག་པ་ལ་
འདྲ་ཆེ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་པ་ལ་འདྲ་ཆེ་བ་སོགས་བྱུང་བར་འདོད། འདིའི་སྐབས་སུ་པ་དང་
མ་གཉིས་ཀ་ལུས་ཀྱི་འོངས་ཚད་རྒྱུད་དུ་ཞིག་ལས་མེད་ཡང་སྐྱ་གྲུ་གཞུགས་འོངས་ཆེན་པོ་ཡོད་
པ་མིག་སྐར་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་བསྟོན་དུ་མེད་ན་དེ་ལ་པ་མ་གཉིས་
ཀྱི་རིགས་རྣམས་བརྒྱུད་གཏོང་བུས་པ་མེད་དམ་སྟུམ་པའི་དོགས་པ་ཞིག་ཡོང་མི་དོ།།

འོན་ཡང་པ་མ་རྒྱུད་གཅིག་གི་སྐྱ་གྲུ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཚོགས་སྤང་ནང་དུ་ཡོད་པའི་
རིགས་རྣམས་ཀྱི་འགྱུར་ཁྱུངས་ཡར་དེད་ན་པ་མ་གཉིས། དེའི་མི་ཚོག་གོང་མ་བར་དེད་ན་པ་ཡི་
པ་མ་གཉིས་དང་མ་ཡི་པ་མ་གཉིས་ཉེ་བཞི། ད་དུང་ཡར་དེད་ན་བརྒྱུད་དང་། དེ་ནས་བརྗེ་བྱུག་
སོགས་མི་ཚོག་བརྒྱ་ཅམ་ཞིག་ཡར་དེད་ན་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་བཤད་ཅི་དགོས། དེ་
དག་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིགས་རྣམས་དེ་དག་སྐབས་འགར་མངོན་པ་གསལ་བ་དང་། སྐབས་འགར་
མངོན་པ་མི་གསལ་བ་བཅས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལྟ་ཚོགས་པ་ཞིག་གི་ལས་ནས་ཡོང་ཡོད། དེར་
བརྟེན་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་གཞུགས་ཀྱི་འོངས་ཚད་ལས་རྒྱུད་པའི་རིགས་རྣམས་དེ་གཉིས་ཀྱི་
སྐྱ་གྲུའི་སྐབས་སུ་མངོན་དུ་རྒྱུར་མ་སྲུབ་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་མི་ཚོག་སྐ་མ་རྣམས་ཀྱི་གཞུགས་
ཀྱི་འོངས་ཚད་ལས་རྒྱུད་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ལུས་པ་མངོན་དུ་རྒྱུར་ཉེ་སྐྱ་གྲུ་དེའི་གཞུགས་ཀྱི་

མོང་ས་ཚད་རིང་མོ་ཚགས་པ་ཡོད་ཚོགས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གི་མདངས་དང་། ལྷ་ཡི་གཞེངས། དགས་པའི་དབྱེས་མོགས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མངོན་དུ་སྤྱང་ཚུལ་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྲད་པར་མེད། འོན་ཀྱང་རིགས་རྣམས་བརྒྱུད་གཏོང་བྱེད་ཚུལ་དང་མངོན་དུ་སྤྱང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་མི་ཡི་གཟུགས་སྤྱད་བྱུང་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། རྩོན་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ནས་སྤྱད་པའི་རྩོག་ལྷན་སྐྱེས་སྤྱད་གཅིག་ལས་སྤྱད་པ་སྟེགས་ཀྱི་རི་ཡ་ (Bacteria) ཞེས་པ་དེ་སྤྱད་པ་ནས་རིམ་གྱིས་རྣམས་འཕྲུང་མི་འདྲ་བ་དུ་མའི་རྩོན་ནས་འཕེལ་རིམ་གྱི་ལམ་ཁ་བརྒྱུད་དེ་ད་ལྟའི་མིའི་འཕྲོ་བ་འདྲའི་བར་དུ་སྤྱང་ཡོད། མི་ཡི་འཕྲོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་ལས་གཟུགས་སྤྱད་བྱུང་ཚུལ་ཚན་རིག་པས་འདོད་པའི་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་བཤད་ན། ལྷ་སྤྱད་འབྲུག་གི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི་རྩིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན་པ་མ་གཉིས་ཚོགས་པ་དེ་ཡིན། ལྷ་མེད་རྣམས་ལ་རྒྱ་བ་འདྲི་ནང་དུ་སྤྱ་བྱ་ཚགས་པའི་ས་མོན་སྐོང་ཞེས་བརྒྱུད་པའི་རྣམས་དེ་ཐངས་མ་རེ་མངོན་དུ་འཕྲུང་བར་བཤད།

དེ་ཡང་སྤྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེད་པ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀ་ནས་ཡོང་བ་དང་བྱ་སྐྱོད་དམ་སྤྱ་བྱ་ཚགས་པའི་གནས་དེར་སྟེབས་ནས་སྤྱ་བྱ་ཚགས་པའི་སྐྱེན་མ་ཚང་ན་རིམ་གྱིས་རུལ་ཉེ་སྤྱིར་ཐོན་པའི་འགོ་བཅའ་ས་ནས་རུས་མེད་དུ་འཕྲུང། འོན་ཀྱང་སྐྱེད་པ་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀ་ནས་ཡོང་བ་ཡོད་པར་བཤད་པ་ལས་ག་དུས་ཡིན་ཀྱང་དེས་པར་དུ་གཉིས་ཀ་ནས་ཡོང་དགོས་པའི་ཁྲབ་པ་ནི་སྤྱས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན། དེ་ལྟ་བུའི་སྐོང་དེ་བྱ་སྐྱོད་དུ་སྟེབས་ནས་པ་ཡི་ཁྲ་བ་དང་འདུས་པ་ལས་སྤྱ་བྱ་ཚགས་པའི་བྱ་བ་དེ་སྤྱད་པར་འདོད། ས་ཡི་ཁྲ་བ་ཐོག་པ་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཡང་སྤྱ་བྱ་ཚགས་པའི་ས་མོན་གྱི་མདངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་གི་ནང་ནས་རྣམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཅུ་ལས་མ་ཡི་རིགས་རྣམས་སམ་ས་མོན་དེའི་ནང་དུ་འཇུག་མི་རུས། དེའི་ཚུལ་ནི་ཁྲ་བའི་ནང་གི་རྣམས་དེ་དག་གིས་མ་ཡི་ས་མོན་དེ་ལ་བརྐྱོར་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པའི་ཐབས་འབྲའ་ཞིག་ལ་བཅོན་པ་ལྟ་བུར་གྱེད། དེ་དག་ནང་དུ་འཇུག་པའི་ཐབས་ནི་སོ་སོའི་མདུན་ངོས་སྤྱ་སྤྱར་ཅི་ལྟ་བུའི་རྣམས་ ཤིག་ཡོད་པ་དེའི་རུས་སྐོབས་ཀྱིས་ནང་དུ་འཇུག་པར་གྱེད་པ་དང་དེ་ཡང་ཐོག་མར་གང་གི་རྣམས་སྐོབས་ཆེ་བ་དེ་འཇུག་གི་ཡོད།

དེའི་རྣམས་སྤྱ་གཞན་རྣམས་རུས་མེད་དུ་སྤྱང་ནས་མངལ་སྐོར་བརྒྱུད་སྤྱིར་ཐོན་པར་བཤད། འོན་ཀྱང་ལྷ་མེད་རྣམས་དེ་དག་ལས་གཅིག་མ་གཏོགས་འཇུག་མི་སྤྱབ་བཤད་པ་ནི་ས་ཡི་ས་མོན་གཅིག་གི་

ནང་དུ་དེ་ལས་ལྷག་མི་འདུག་པར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱས་མེད་ཀྱི་རོ་སོར་
 འཕྲོ་དགོས་པར་བཤད་པ་མིན། ལོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་མ་ཡི་ས་པོན་གཉིས་སྐྱེ་བས་པ་དེའི་ཚེ་
 དེ་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་དེ་རེ་འདུག་བྱས་པས་དེ་བཀག་པ་ག་ལ་ཡིན། འདིའི་སྐྱབས་སུ་སྲུ་གུ་
 མཚེ་མ་ཆགས་པའི་སྐོར་ཅུང་ཟད་བཤད་ན་དེ་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད། སུ་ཡིན་ན་གཉིས་ཀ་སུ་
 དང་སུ་མོ་ཡིན་ན་གཉིས་ཀ་སུ་མོ་མ་ཚད་གདོང་སོགས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་
 མཚུངས་པ་ཞིག་དང་། ཡང་ཡ་གཅིག་སུ་དང་ཡ་གཅིག་སུ་མོ་མ་ཚད་གདོང་སོགས་ལུས་ཀྱི་ཆ་
 ཤས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་མི་མཚུངས་པ་ཞིག་ཅེས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་ནི་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་
 རྗེས་འདྲེས་ནས་འཚར་སོངས་ཀྱི་དུ་པའི་སྐྱབས་རིགས་རྗེས་ཚོགས་སུ་དེ་ཉིད་དུས་སུ་ཆད་
 དེ་སྐྱོགས་སོ་སོར་འཕེལ་བ་ལས་མཐར་སྲུ་གུ་གཉིས་སུ་ཆགས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ལས་སུ་བ་
 ཡིན།།

གཉིས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་མ་ཡི་ས་པོན་གཉིས་སུ་ཞིང་དེ་གཉིས་རེ་
 དེའི་ནང་དུ་པ་ཡི་ས་པོན་ལྷགས་ནས་སོ་སོར་འཕེལ་བ་ལས་སུ་བ་ཡིན་པར་འདོད། ང་ཚོ་ནང་
 པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ན་བར་སྐྱིད་ཀྱི་ལུས་དེ་གཞུགས་ཅན་དབང་པོ་
 ལུན་ཚང་བ་རི་བྲག་སོགས་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་བཤད་ཀྱང་མ་ཡི་མངའ་དུ་ཐོགས་པར་འཆད་པ་
 ནི་འདིའི་སྐྱབས་སུ་མ་ཡི་ས་པོན་ཞེས་འཆད་པ་འདི་ཉིད་པལ་ཚེར་བཞག་ཚོགས་སྐྱེ། རྣམ་ཤེས་
 ལྷགས་པ་ཡང་པ་ཡི་ཁུ་བ་དང་མཉམ་དུ་མ་ཡི་མངའ་དུ་འཕྲོ་བར་བཤད་པ་དང་འབྲེལ་ཆགས་
 པ་ཞིག་ནི་དེ་འདྲའི་ས་པོན་དེས་པ་ལས་སུ་བ་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཅིག་ནང་དུ་མ་ལྷགས་
 པའི་སྐྱོན་དུ་རྗེས་གཞན་ནང་དུ་མི་གཏོང་བ་དང་། དེ་ལྷགས་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་ཡང་རྗེས་གཞན་
 བཀག་པ་སོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་འདི་ཡིན། མདོར་ན་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱེད་ལྷག་འདྲེས་པ་ནས་
 བཟུང་འཕེལ་བའི་སུ་བ་དང་ལྷན་ཞིང་སྲ་སྲུང་རེ་རེ་ཡང་ཆ་ཤས་གཉིས་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྲུང་
 ཉེ་ལྷེ་བ་ནས་རིམ་གྱིས་ཆེ་དུ་བྱིན་ནས་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་སོགས་འབྱུང་དུ་དོད་པ་ནས་
 ཆ་ཤས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བར་འཕེལ་བར་འདོད། འདི་ལྟར་ཐོག་མར་རམ་གཙོ་སོར་ལྷེ་བ་
 ནས་ཅ་འཛིན་ཀྱི་དུ་པ་ནི་སྐྱོན་གྱི་གཞུང་ལས་ཀྱང་བཤད་ཡོད།།

བདུད་ཅི་སྟེང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་དུ་སུ་གཉིས་པ་བཤད་
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལེ་ལྷན་གཉིས་པ་ལུས་ཀྱི་ཆགས་ཚུལ་བསྟན་པ་ལས། མངའ་ཆགས་འཕེལ་བའི་རྒྱ་

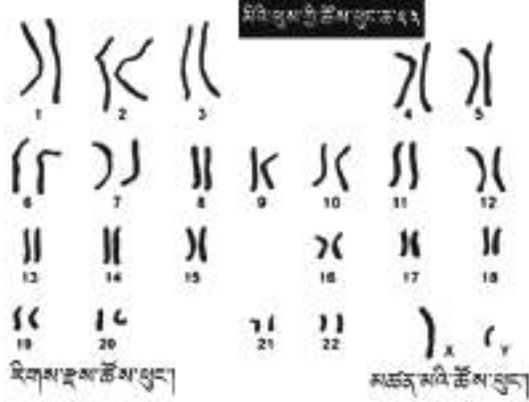
བོ་ལྷོ་བ་ལྷོ། །སུ་སྒོད་གཡས་གཡོན་ཅ་དང་ལྷོ་བར་འབྲེལ། །ཅ་གཉིས་བསམ་སེ་བཅུད་གྱི་
 ཉེན་དང་འབྲེལ། །དེ་ཕྱིར་མ་ཡི་ཁ་ཟས་དང་མ་ཡིས། །དེམ་གྱིས་མངལ་དུ་ནམ་པར་འཕེལ་
 འལྷུར་ཉེ། །དཔེར་ན་རྗེས་ལུང་ལྷོ་ཡིས་ཞིང་སྐྱེད་འདྲ། ཞེས་མ་ཡི་མངལ་དུ་ཆགས་པའི་གྱིས་
 བ་དེ་ཉིད་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཞི་གྱིས་བ་རང་ཉིད་གྱི་ལྷོ་བའི་གནས་དེ་ཡིན་བ་ལྷོ་མ་ཡི་སུ་
 སྒོད་གཡས་གཡོན་གྱི་ཅ་དང་གྱིས་བ་རང་ཉིད་གྱི་སུས་གྱི་ལྷོ་བ་དང་མཐུན་ཅིང་འབྲེལ། མ་ཡི་
 སུ་སྒོད་གཡས་གཡོན་གྱི་ཅ་གཉིས་ལོ་དེ་བསམ་སེ་ནས་དེམ་གྱིས་ཟས་གྱི་བཅུད་ཡོང་སའི་ཉེན་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་མ་ཡི་ཁ་ཟས་ཚོས་པའི་དང་མ་ནམས་ཉེ་བཅུད་དེ་དག་
 དེམ་གྱིས་ལམ་ཁ་དེ་བཅུད་དེ་ཡོང་ནས་མ་ཡི་མངལ་དུ་གནས་པའི་གྱིས་བ་དེ་ཉིད་གྱི་སུས་
 གྱི་ཆ་ཤས་ཀུན་ནམ་པར་འཕེལ་བར་འལྷུར་བ་ཡིན་ཉེ། དཔེར་ན་རྗེས་སུ་ནམ་དེམ་གྱིས་སུར་
 སུ་བཅུད་དེ་ཡོང་བའི་རྒྱ་དེ་ཡིས་ཞིང་ཁའི་ཚོག་ཏུ་མོ་ཉོག་སྐྱེད་བར་བྱེད་བ་དང་འདྲ་ཞེས་པའི་
 གསུང་རྒྱལ་འདིས་སུས་དེ་ཉིད་གཞི་ཉེན་གཙོ་བོ་ལྷོ་བ་ནས་འཕེལ་དགོས་པར་བསྟན་བ་ཡིན།
 འོ་ན་ཁྱོད་གྱིས་སུས་ཚོག་མར་བྱུབ་པའི་སྐབས་མ་ཡི་ས་ཐོན་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་དང་
 དེ་ཡང་རྒྱ་བ་དེ་མ་ཡོང་བར་བཤད་བ་ཡིན་ན་ལུད་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟར་ཡོད་བ་ཡིན་ནམ་
 ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཉེ་སྐྱིར་བཏང་བུད་མེད་ལ་སྤྱ་གྱུ་ཆགས་བ་དང་མི་ཆགས་བ་གཉིས་ཡོད་པ་
 བོ་མངོན་སུས་གྱིས་བྱུབ་བ་ཡིན་པས་ཞིབ་བཤད་མི་དགོས། དེ་ལྟར་མི་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་
 བོ་འགའ་ཞིག་ན་ཚས་སྐྱེན་བ་དང་། འགའ་ཞིག་རྗེས་མ་ཚང་བ་སོགས་གྱིས་ཡིན་ཚོག་བ་ནི་རྒྱ་
 མཚན་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་ན་ཉོག་སུས། འདིར་ནི་སྤྱ་གྱུ་ཆགས་དེམ་གྱི་སྐོར་འཆད་དགོས་
 བས་དེའི་རྒྱལ་ནི་ལུད་མེད་ལོ་ན་རྒྱང་བའི་སྐབས་སུ་དེ་འདྲའི་ས་ཐོན་དེ་འབྲུང་མི་ལུས་ལ་ལོ་
 ལྷན་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ས་ཐོན་དེ་འབྲུང་མི་ལུས། འདི་ནི་རང་དེགས་ནམས་གྱིས་རྒྱ་མཚན་
 འབབ་ཅེས་པའི་ཐ་སྐད་སྐྱར་གཞི་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱ་ཞེས་པས་དུས་བསྟན་བ་དང་མཚན་ཞེས་
 བས་གནས་བསྟན་བ་དང་འབབ་ཅེས་པས་བྱ་བ་བསྟན་བ་ཡིན། དེའི་རྒྱལ་ནི་རྒྱ་བ་དེ་དེ་བཞིན་
 དུ་བྱུང་མེད་གྱི་མཚན་མའི་གནས་ནས་འབབ་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་འབྲེལ་དུ་ཡོད་པས་རྒྱ་མཚན་
 ཞེས་མིང་དུ་སོང་བ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་བྱི་མིང་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུ་སོ་གངས་གཙོ་ནས་གཙོ་དྲུག་
 བར་དུ་ཡོད་ཅེ་ན། ཚན་དེག་པས་དུས་ལ་ངས་བཟུང་བུས་པ་ཞིག་མ་མངོང་ཡང་སྤྱིའི་ཆ་ནས་
 ལུད་མེད་ལོ་བཅུ་གཉིས་ནས་ལྷ་བཅུའི་བར་དུ་ཡོད་པར་གཞུང་ན་གསལ། གོང་དུ་བྱངས་པའི་

སྐྱེན་གྱི་གཞུང་དེ་ཉིད་ལས། ལུང་མེད་བརྒྱ་གཉིས་ལོན་ནས་ལྷ་བརྒྱའི་བར། དང་མ་ལས་བྱུང་
 རྒྱ་རེད་བསགས་པའི་ཁྲག། །ཅ་ཚེན་གཉིས་ནས་ནག་ཅིང་ཇི་བྲལ་བ། །རྒྱུད་གིས་མངལ་གྱི་སྐྱོར་
 འབྲིན་ཞག་གསུམ་འཇག། །དེ་རྟགས་ཉམས་རྒྱུང་བཞིན་རས་རན་པ་དང་། །འཁྱུ་མ་རྟེན་པ་མགུལ་
 པ་མིག་དགུ་གཡོ། ། ཞེས་ལུང་མེད་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ནས་བརྒྱད་སྟེ་ལོ་ལྷ་བརྒྱའི་བར་དུ་རང་གི་ས་
 རོན་དང་མ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་བ་རེད་བསགས་པའི་ཁྲག་དེ་ཉིད་རང་ཉིད་རྒྱ་བའི་ལམ་ཅ་ཚེན་
 གཉིས་ལས་ཁ་དོག་ནག་ཅིང་ཇི་མ་དང་བྲལ་བ་འབྱུང་བ་རྒྱུད་གི་སྐྱོབས་ཀྱིས་མངལ་གྱི་སྐྱོར་
 འབྲིན་པ་དང་དུས་ཀྱང་ཞག་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འཇག་པར་བཤད། །

དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་རྟགས་ནི་ལུང་མེད་དེ་ཉིད་ལུས་ཉམས་རྒྱུང་ཞིང་བཞིན་རས་ཀྱི་མདངས་
 ཉམས་པ་སྟེ་རན་པ་དང་། མ་ཚད་ལུ་མ་དང་རྟེན་པ། མགུལ་པ་དང་མིག། །དགུ་སྟེ་དམི་རྒྱར་
 བཅས་གཡོ་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་ཡོད་པར་གསུང་། འོན་ཀྱང་ཁྲབ་པ་རེས་པ་
 ཞིག་ནི་ག་ལ་ཡིན་དེར་དུས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱོར་ལུས་པ་ཆེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱ་དེ་དང་། སག་པ་སོགས་
 གསོ་སྐྱོར་བྱེད་སྐབས་དུས་རྒྱུད་ཏུ་ཞིག་གི་ནང་ལུས་ཀྱི་ཤོངས་ཚོད་ཡོངས་སུ་རྣམས་པ་བྱེད་
 ལུས་པའི་རྣམ་ཀྱི་སྐྱོར་བ་དེ་སོག་ཆགས་དེ་དག་གི་ག་ཡི་ནང་དུ་དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་གནས་
 ཡོད་པ་ནི་སྐྱེས་ཀྱང་བཤད་མི་དགོས། ག་དེ་དག་རྒྱུན་དུ་ཟ་བའི་ལུང་མེད་ཀྱིས་བ་དེ་དག་ལོ་
 བརྒྱད་དང་དགུ་ཅམ་ལ་ཡང་རྣམ་ཀྱི་ལུས་པའི་སྐྱོབས་ཀྱིས་ལུ་མ་འཕེལ་བ་དང་། རྒྱ་མཚན་
 འབབ་པ་སོར་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་ཡོངས་གྲང་ཡིན་ལ་རྒྱ་མཚན་ནི་རྣམ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ཚོད་འདུག། གཞན་
 གྱིས་པ་ལོ་བརྒྱད་དང་ལྟན་མོ་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པ་ལ་ལྷ་གྲུ་བྱུང་བར་བཤད་པ་སོགས་ནི་ལ་མཚན་
 དངོས་བྱུང་གི་ཁོངས་སུ་བཤད་ཀྱང་ཚོག་སྟུམ། འདི་ནི་ལུང་མེད་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྐྱེས་པ་
 ལ་ཡང་རྣམ་དེ་དག་གི་ལུས་པ་ལུས་ཀྱི་ནང་གི་ག་དང་ཁྲག་དེ་དག་དང་དབྱེད་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་
 དུ་འབྲེས་ནས་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བཞི་རྒྱད་སྟེ་བ་སོགས་སྐྱོན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་སོན་བཞིན་ཡོད། དེ་
 ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ལུན་པའི་ལུང་མེད་མངལ་གྱི་སྐྱོན་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་སྐྱུ་གསུམ་
 པའི་སྐྱོད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན། བ་ཡི་ཁྲ་བ་ཡང་སྐྱོན་མེད་ཅིག་དགོས་པ་ལས་རྒྱུད་འཁྲིས་བད་ཀན་
 སོགས་ཀྱིས་ལུས་མེད་དུ་བྱས་པ་ལྟ་བུས་ནི་སྐྱུ་གྲུའི་ས་རོན་བསྐྱེན་མི་ལུས།

བ་ཡི་ཁྲ་བ་ལ་དུས་དང་ལུས་པ་སོགས་ལ་ཁྲད་པར་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱེན་ལུས་

པར་བཤད་ཀྱང་རིགས་པས་དབྱུང་ན་བྱས་པའམ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་སྤྱད་ནས་ལ་ཁྱད་པར་ཚུང་
ཟད་མེད་དམ་སྟེ། མདོར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམས་འདུས་པ་ལས་ལྷུང་བའི་སྤྱ་བྱ་དེ་ལ་བྱ་དང་བྱ་མོ་
མ་ཉིད་གསུམ་ཡོད་པ་མཚོང་ཚོས་སྤྱ་བྱ་བ་པས་དེ་དག་རི་ལྟར་ཆགས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཚན་



རིག་པ་ནས་ལྱིས་བཤད་པ་ལྟར་
ན་སྤྱ་བྱ་གཅིག་གི་གསུགས་སྤྱད་
གི་བྱ་བ་གཞི་ནི་པ་མ་གཉིས་ལས་
བརྒྱད་པའི་རིགས་རྣམས་ཚོས་སྤྱད་
ཆ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གསུམ་ཡོད་པ་དང་
དེ་ལས་ཉེར་གཉིས་ནི་སྤྱ་བྱ་ཀྱི་
འཕྲོས་དང་ལྷན་པས་མོ་མོའི་ཁྱད་
པར་མི་འབྱེད། ཆ་ཉེར་གསུམ་པ་

དེས་མོ་མོའི་ཁྱད་པར་འབྱེད་པ་ཡིན་ཟེ། དེའི་ཚུལ་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེས་མཚོན་པར་བྱས་
ཉེ་བསྟན་ཡོད། དེ་ཡང་པ་ཡི་རིགས་རྣམས་ཚོས་སྤྱད་མཚོན་བྱེད་ x དང་ y མ་ཡི་རིགས་རྣམས་
ཚོས་སྤྱད་མཚོན་བྱེད་ x དང་ x དེ་དག་དེ་དེ་བཞིན་པན་ཚུན་ཆ་སྒྲིབ་བྱས་པ་ལས་ཐ་མཐམ་
ཉེར་གསུམ་པ་དེ་པ་ནས་ཆད་པའི་ x དང་མ་ནས་ཆད་པའི་ x གཉིས་འབྲང་ན་སྤྱ་བྱ་དེ་ཉིད་བྱ་
མོ་དང་། མ་ནས་ཆད་པའི་ x དང་མ་ནས་ཆད་པའི་ y འབྲང་ན་དེ་ཉིད་མོར་འལྱར་པ་ཡིན་པར་
བཤད།

མ་ཉིད་ནི་འཕེལ་རིམ་གྱི་སྐབས་རྒྱུན་དཔང་གིས་གཞན་ཏུ་འལྱར་བ་ཞིག་ལས་རྣམས་འདུས་
པའི་སྐབས་སུ་འདུས་སྤངས་གཞན་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་པ་མ་མཚོང་། འོན་ཀྱང་མ་མཚོང་གི་རྒྱུ་
ན་མེད་པ་མིན་ཞེས་པ་ལྟར་མེད་པར་བཤད་མི་སྲུབ་པ་མ་ཚད་ཚན་རིག་གི་སྐོར་ལ་མཚོང་རྒྱ་
དང་ཚོས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་མཁན་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་དེད་ཅེས་ཐག་ཚད་པ་ཞིག་མེད་པས་འདི་
དག་ནི་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ཅམ་ཞིག་གིས་པ་ལས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདི་ལྟར་དེད་ཅེས་བཤད་པ་
མིན། ལྷན་གྱི་གཞུང་ལྟར་ན། ཁྱ་བ་མང་བ་བྱ་བྱེ་འལྱར་ཞིང་། །རྒྱ་མཚན་མང་བ་བྱ་མོར་སྤྱེ་
པར་འལྱར། །ཆ་མཉམ་མ་ཉིད་བྱེ་ལས་མཚོ་མར་སྤྱེ། །ཞེས་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱ་ཁྱལ་འདེས་པ་
དེའི་ཆེ་པ་ཡི་ཁྱ་བ་མང་བའམ་སྐོབས་ཆེ་ན་སྤྱ་བྱ་དེ་ཉིད་བྱ་བྱེ་འལྱར་བ་དང་། མ་ཡི་རྒྱ་མཚན་

མང་བའམ་སྒོ་བས་ཆེ་ན་སྤྱ་གྲུ་དེ་ཉིད་སུ་མོར་འགྱུར་བ་དང་། བ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲ་ཁག་མང་ཉུང་
 མཉམ་པའམ་སྒོ་བས་མཉམ་ན་སྤྱ་གྲུ་དེ་ཉིད་མ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་དང་། བ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲ་ཁག་
 འདྲེས་ནས་འཕེལ་བའི་ཆེ་དུམ་སྤྱ་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་ལས་མཚེ་མ་སྐྱེ་བར་བཤད་བ་འདི་དག་ཚན་
 རིག་པའི་འདོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་རྣམ་གཞག་གི་སློབ་ནས་འཆད་ཚོག་པར་མངོན།།

ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེས་མཚོན་པར་བསྟུན་ཉེ་བསྟན་བ་ལྟར་ན་མ་ཡི་
 ཚོས་སུང་ (Chromosome) མཚོན་བྱེད་ལ་ X ཚ་གཅིག་དང་། བ་ཡི་ཚོས་སུང་བྱེད་ལ་ Y དང་
 Y གཉིས་གསལ་བྱེད་སོ་སོ་ནས་བཞག་པས་པ་ཡི་ཚོས་སུང་གི་ནང་ཚན་ X ཡིས་མཚོན་པའི་
 རྩས་དེ་ནི་མ་ཡི་སྤོགས་ཀྱི་ཚོས་སུང་དང་མཐུན་ཤིང་ཆེ་བ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཉིད་མ་ཡི་ཚོས་
 སུང་དང་འབྲུད་པའི་ཆེ་དུམ་མོར་འགྱུར་བར་འདོད་པའི་ཚོགས་པ་དེ་ལ་མ་ཡི་རྩས་སྒོ་བས་ཆེ་བ་
 ཡོད་པས་རྒྱ་མཚན་མང་བ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་མི་མཐུན་བ་མེད་སྟེ། Y ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་
 ཀྱིས་མཚོན་པའི་རྩས་ནི་མ་ཡི་ཚོས་སུང་དང་མི་མཐུན་པའི་པ་ཡི་ཚོས་སུང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
 དེ་ཉིད་མ་ཡི་ཚོས་སུང་དང་འབྲུད་པའི་ཆེ་དུམ་མོར་འགྱུར་བར་འདོད་པའི་ཚོགས་པ་དེ་ལ་མ་ཡི་
 རྩས་སྒོ་བས་ཆེ་བ་ཡོད་པས་ཁྲ་བ་མང་བ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་མི་ཚོག་པ་མིན། ཁྲ་ཁག་འདྲེས་པའི་
 རྩས་དེ་ཉིད་འཕེལ་བའི་སྐབས་སུ་སོ་སོར་བྱེ་བ་ལས་མཚེ་མ་ཆགས་བ་ནི་ཚན་རིག་པའི་གཞུང་
 ལུགས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཡིན། འདིའི་སྐབས་སུ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་སྐྱེ་
 བ་ལེན་ཚུལ་ཞིག་འཆད་པར་འདོད་ཀྱང་དུས་ཀྱི་ཁོ་མོར་མ་བྱུང་བས་དེ་ཅུ་གིས་རྫོགས་པར་
 བསྟུན་སོ།།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཟི་མདངས།

དགའ་ཤར་ཚོ་བཟང་ལུན་ཚོགས།

༡༧། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཁའ་བཙུན་པ་ཀུན། །
 གཅིག་བསྐྱས་ལུན་མཚམས་གསར་པའི་མེ་ལོ་ལོ་ལོ། །
 ས་གསུམ་ཞི་བདེ་བསྐྱུན་པའི་ཉིན་ཤེད་དབང། །
 །རྒྱལ་མཚོག་ལུག་ན་བརྗོད་མི་འགྲུལ་སྐྱོད་ས། །

ཅས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ངག་གི་སྐོ་འཕར་ཡངས་པོར་བྱེས་ཏེ་གང་གྲེང་བར་བྱ་བ་ནི། འཛམ་གླིང་གི་མཚོ་སྐར་འདི་ཏུ་གནས་པའི་དེད་ཁ་བ་གངས་ཅན་པ་ཡི་ཚོས་ལུགས་འདིས་ཀྱི་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞིའི་གནས་ཚུལ་བདེན་པ་གཉིས་དང་། ལམ་གྱི་རོ་པོ་ཐབས་ཤིག་གཉིས། འགྲུས་བུའི་ཡོན་ཏན་སྐྱུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་དག་ལུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་རྗེ་ལྷར་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལྷར་དུ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པའི་དོན་དམ་གྱི་དངོས་གཙུག་པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས། རིགས་ལམ་ལས་འདས་པའི་ལྷ་སྐྱུང་ལྷ་བུའི་མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་སྐོ་བཏགས་དང་། ཡང་འགལ་བ་དང་མ་དེས་མ་གྲུབ་པ་སོགས་མདོར་ན། ལྷ་མཚན་ལྷར་སྐྱུང་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པ་ལ་མེད་པར་སྐྱུ་བའི་སྐྱུར་འདེབས་ཤིང་ལུགས་སོགས་མདོར་ན་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྐོ་འབའ་ཞིག་བརྗོད་པའི་སེམས་གཙུག་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཤིག་གཏན་ནས་མིན་ཞེས་བདག་གིས་མགྱོན་པ་གསལ་ཏེ་སྐྱུ་བའི་སྐོ་བས་པ་ཏུ་ཅང་གི་མཚོ་པོ་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རང་ཉིད་མི་པོ་བཅུ་བདུན་ཅས་ཀྱི་རིང་ལ་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སྐོར་བཙོན་ཚུང་མེད་བྱེད་པའི་ཚོར་སྐྱུང་ཞིག་གིས་དང་། ལུབ་སྐྱོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་གཙུག་པོར་

ལུས་པའི་རྒྱུ་གཞུགས་པོ་ལ་འདིའི་སྐྱོད་གནས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཆ་འཛོག་དང་ཡིད་ཆེས་
 མེད་པའི་གྲགས་ཅན་ཚན་རིག་པ་མང་དག་ཞིག་གིས་ནང་ཚོས་འདི་སྐོངས་དང་དབང་གི་རི་མི་
 རླན་ (Religion) ལྟ་བུ་ཅིག་མ་ཡིན་པར་རིགས་པ་དང་ལྡན་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས་
 བང་ཚོས་ཀྱི་ཚན་རིག་ (Buddhist Science) ཅེས་པ་ནི། བང་ཚོས་ལ་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པའི་
 མ་སྐྱད་ཅིག་མེད་ཅེས་མགྲིན་དབངས་གཅིག་གི་སྐོ་ནས་བཟླགས་བཞོད་ཀྱི་མེ་རྟོག་འཛོར་བཞིན་
 ཡོད་པ་སོགས་བང་ཚོས་ཀྱི་མཚན་སྟོན་ཉི་མ་ལྟར་གར་བ་ལ་ལོག་རྟོག་གི་སྐར་ཚོས་བཀའ་མི་
 ལུབ་པ་ནི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་འདིའི་བང་ཚོས་ཀྱི་གཞི་མདངས་ས་ཆེན་རྒྱུ་པོ་འདི་དུ་ཉ་
 བདུན་དབང་པོའི་འོད་མདངས་དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་བཞིན་པ་བཅས་ཀྱིས་མེད། དེ་ཡང་
 དགོས་གལ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲགས་ཅན་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་ཁག་གཅིག་གི་གསུང་རྒྱན་འགོད་པར་
 ལུ་སྟེ། མཁས་དབང་གེ་རལ་ལུ་པ་མེ་ཡིས་མཛད་པའི་ཚན་རིག་གི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་ཚོ་ལས།
 བང་ཚོས་ནི་ཚན་རིག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་དང་ལྟ་བུ་གང་ཡང་
 མིན། ཚན་རིག་གི་པ་དང་དེ་ཚོག་མར་སློལ་གཏོད་མཁན་རྒྱལ་སྐུ་སྐུ་གཞོན་ལུ་དོན་གྲུབ་བམ་
 རྟོན་པ་བཅོས་ལྡན་འདས་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་སུ་འཕམ་མི་རི་འོ་ཎ་ (Wundt/Freud) མ་ཡིན།
 དེས་ན་བང་ཚོས་ཤང་པོའི་སྐོ་ནས་བཤད་སྟབས་ཤིག་ལ་བང་ཚོས་ནི་ཚན་རིག་ལྟར་མི་སྲུ་ལའང་
 འཛོལ་སྟབས་པའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཡིན། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ཀྱི་མཁས་དབང་ཨ་ཅཱ་
 མི་ལོ་བ་ལྷམེས། ཚན་རིག་གིས་ནང་དོན་རིག་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བང་དོན་རིག་པས་ཚན་
 རིག་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་པན་བདེ་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱབ་སྟབས་ཀྱི་མེད། ད་ལྟ་ཚན་
 རིག་དང་བང་དོན་རིག་པ་གཉིས་ཡང་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་། ཉིན་ཞིག་ཡང་རྒྱས་མཐར་
 ལུག་པའི་སྐབས་ལ་ཚན་རིག་དང་བང་དོན་རིག་པ་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་སྦྲེབས་ཡོང་གི་མེད་དེ་
 དུས་ཚན་རིག་དང་བང་དོན་རིག་པ་གཉིས་ལོགས་སུ་སོ་སོར་མ་བཟུང་བར་གཅིག་པ་ཆགས་
 འགྲོ་ཡི་མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། གཞན་ཡང་འཛམ་གླིང་འདིར་ཚན་རིག་ལ་མཁས་པའི་མཚན་
 རྟོན་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་གྲགས་པ་དང་ཁྲད་པར་དུ་སྟོས་སྟབས་རིག་པའི་རྣམ་བཞག་སློལ་གཏོད་ཀྱི་
 ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་མཁས་དབང་ (Einstein) ཨ་ཡའིན་སི་ལེན་གྱིས། ཚན་རིག་གི་དགོས་འདུན་
 ལ་ཁ་གཏང་སྟབས་པ་མ་ཟད་ཚན་རིག་དང་མཉམ་གནས་བྱེད་སྟབས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཞིག་འཛམ་

སྒྲིབ་འདི་ན་ཡོད་ན། དེ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཉག་གཅིག་ལས་མ་འདས་
 ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཡིན་ནའང་ད་དུང་སྐོང་ས་ཞེན་དང་ཡོག་རྟོག་གི་རྒྱལ་ས་གཉིད་ལས་སངས་
 མ་རྒྱལ་པའི་སྐད་རྒྱུ་མགོ་མཁེགས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཚོས་ལུགས་འདི་སྐོང་ས་དང་
 དང་། བླ་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་སྐོང་ས་དང་ཀྱི་ཆ་ལག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། འོ་
 ལགས་སོ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། བྱིད་རྣམས་ལ་ཚོག་མར་དེ་བའི་སྐོ་ནས་མཚམས་འདི་བཟ་གིས་
 བདེ་ལེགས་ལྷུ་རྒྱ་དང་། དེ་ལ་ལན་ཀྱི་སྐོ་ནས་ལག་རྟོགས་ཀྱི་ལོ་ལ་བ་རེ་ཆབས་ཅིག་ཏུ་འབྲལ་
 རྒྱ་ཡིན། དེས་ན་བྱིད་དག་གིས་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐོ་ནས་ནང་ཚོས་འདི་སྐོང་ས་དང་
 ཁོ་ན་རེད་ཅེས་གཞན་ཟེར་ཀྱི་གནད་གཏམ་རྗེས་སྐོས་བྱེད་པ་ཅམ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་རྒྱ་མཚན་
 ལྟར་སྐྱང་འགའ་ཞིག་མཚོང་བའི་སྐོ་ནས་ནང་ཚོས་སྐོང་ས་དང་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དང་པོ་
 ལྟར་ན་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཚོག་ནི་སྐོ་ན་པའི་ལབ་བརྗོད་དང་མཚུངས་པས་དེ་ལ་རིགས་པ་སྐྱ་
 བ་རྣམས་ཀྱིས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་གནས་མ་ཡིན་པས་བཏང་སྐོ་མས་སུ་འཛོག་ལ། གཉིས་
 པ་ལྟར་ན། བླ་ཚོས་སྐོང་ས་དང་ཡིན་པའི་ཚད་ལྡན་བྱིད་ལེར་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཅིག་
 བཤད་རྒྱ་འདུག་ན་འོ་ཅག་དགའ་སྐོ་དང་བཅས་ཉེ་བྱིད་ཅག་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་རྒྱ་ཡིན།
 གང་ལགས་ཤེ་ན།

བདག་ནི་སྐོ་ན་པ་གཞན་སྐྱངས་ནས།།
 བཅོམ་ལྷན་ཁྲིད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོ།།
 དེ་ཅིའི་སྐྱད་དུ་ཞེ་ན་ཁྲིད།།
 སྐོ་ན་མི་མངའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ལྷན།།

ཞེས་དང་། བདག་ནི་སྐོ་ན་པའི་ཕྱོགས་མི་འདྲིན། །སེར་སྐྱ་སོགས་ལ་མི་སྐྱང་ཡང་།། གང་ཞིག་
 རིགས་པ་ལྷན་པའི་ཚེག་ །སྐྱ་བ་སྐོ་ན་པ་ཡོངས་སུ་ལེན། །
 ཞེས་གང་རིགས་པ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེར་འཇུག་རིགས་ལ་གལ་ཉེ་དེ་མ་མེད་པའི་
 རིགས་པའི་ལམ་འདས་པའི་འགའ་འདུ་ཞིག་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ཡང་ཁས་ལེན་
 མི་དགོས་པ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱིད་ཚོས་ཀྱི་ཡངས་ཤིང་དང་བདེན་
 དང་དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་མིན་པར་འགལ་བ་དང་མ་

དེས་མ་གྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྤང་ལ་བརྟེན་པའི་སོག་རྟོག་གི་བྲག་རིམ་སྤྱད་པའི་
 འཆམ་གཏམ་བྲག་ཅ་ལྟ་བུའི་བཤད་ཡམས་ལོག་ཡིན་ན་དེ་ཆ་རྒྱུས་གཞུགས་ཀྱི་ས་གཞི་འདི་
 ལེས་ཡོན་ཀྱི་འདྲིལ་རྟེན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཟེན་བསམ། ཚད་དང་ལྡན་པའི་ལེས་ལྡན་མི་སྣ་དག་གིས་
 རྣ་བ་གཏོང་བའི་ཡུལ་མིན་པར་མ་ཟད་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་སློབ་སྦྱོང་ལས་སོན་པའི་འི་མེད་རིགས་
 པའི་གནམ་ལྷགས་ཀྱིས་སོག་རྟོག་གི་བྲག་རིམ་རྒྱང་དང་བཅས་པ་གཏོར་བ་ལ་ཐེ་མི་ཚོམ་པ་ནི་
 བར་དོན་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་སྐྱ་བ་གནམ་ལྷ་དཀར་སོ་ཚོའི་ཁྱད་ཚོས་སྐྱ་བ་མེད་པ་ཞིག་
 རེད། དེ་ཡང་མཚོང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་ལོན་ཏུ་རྒྱུ་ཞིང་དོན་དངོས་ལས་བརྒྱལ་བའི་བརྟོག་བརྗོད་བྱ་
 མཁལ་སེམས་གཙོ་སྤྱོད་པ་པལ་ཆེ་བ་དག་གི་ཁ་ལ་མ་ཉི་ལྟར་བྱུང་བའི་གཏམ་སྐྱེད་ནི་འདི་འདྲ་
 ཞིག་སྟེ། བར་ཚོས་ལས། ལས་རྒྱ་འབྲས། སྐྱེ་བ་སྐྱ་ཀྱི། དཀོན་མཚོག་གསུམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 ཞིང་། དཔྱལ་བའི་གནས། ཡི་དྲུགས་ཀྱི་ཡུལ། མི་རྟོག་བ་དང་བདག་མེད་བ་སོགས་ཡོད་
 པར་བཤད་པ་གང་ཞིག དེ་དག་ཡོད་ན་སྐད་རྟོག་མགོ་མཁྲིགས་པ་བདག་ཚོས་མཚོང་རྒྱ་ཡོད་
 དགོས་པ་ལས་དེ་ལྟར་མེད་པས་ནང་པའི་ཚོས་ལྷགས་འདི་རྫོངས་དང་རེད་ཅེས་པ་འདི་རེད།
 འོ་ན་ཁྱེད་དག་གིས་མ་མཚོང་བ་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ན་འདྲིལ་རྟེན་འདི་ན་
 ཡོད་པ་པལ་ཆེ་བ་མེད་པར་ཐམས་པའི་འགམ་འདུའི་སྤང་བོ་དེ་མགོ་ཚོག་ཏུ་སྤྱད་པ་མ་ཟད། ཁྱེད་
 རང་ག་དུས་ལེ་མིན་ཁྱེད་ཀྱིས་མ་མཚོང་བས་ཁྱེད་རང་གི་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་ཅེས་ཁས་ལེན་
 དགོས་པ་དང་། ཁྱེད་རང་ལུས་ཀྱི་ནང་དུ་དོན་ལྡན་དུག་སོགས་གང་ཡང་མ་མཚོང་བས་རང་
 གི་ལུས་ཁོག་སྟོང་སྤང་ལུག་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་སོགས་ནི་
 རང་གི་ཚ་བའི་ཁས་ལེན་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་དང་མ་མཐུན་པས་རེད། མ་ཚད་འཇམ་སྐྱིད་
 འདིར་ཆེས་སྣོན་བྲགས་ཆེ་བའི་ཚན་རིག་གི་སློབ་གཏོང་མཁས་ཅན་ ཟླ་ལི་ལིའོ་ (Galileo) དང་
 ། ལིུ་འོ་ན། (Newton) རར་མིན་ (Darwin) སོགས་རྫོངས་དང་ཅན་དང་། དེ་དག་གིས་གཏན་
 ལ་ཐབས་པའི་ཚན་རིག་གི་གཏན་ཁྲིམས་རྣམས་རྫོངས་དང་ཀྱི་ཆ་ལག་རེད་ཅེས་ཁས་ལེན་
 དགོས་ཏེ། ཁྱེད་དག་ལ་དེ་དག་གིས་གཏན་ལ་ཐབས་པའི་ཚན་རིག་གི་ཐབ་གནད་རྣམས་
 མཚོང་བའི་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྫོ་མིག་དང་མི་ལྡན་པ་དེའི་སྲིད། ཡང་ཡིན་མིན་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་
 རྫོ་སློབ་ཡོད་པའི་ཁྲུལ་བྲས་ཏེ་ཚན་རིག་ནི་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་དང་། བར་ཚོས་ནི་དེ་ལྟར་
 མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་མ་བརྟག་མ་དཔྱད་པའི་སྐྱེད་ཚོལ་ཉམས་དགའ་བ་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་བརྗོད་རྒྱ་

ཡིན་ན་ཉུག་ས་ཤིང་དབྱུང་བའི་ཚོག་གིས་ལན་གདབ་བར་བྱ་སྟེ། སྤྱིར་ནས་མཁའ་ལ་མཐའ་མེད་
 བ་བཞིན་དུ་འདིག་རྟེན་ཁམས་དང་སེམས་ཅན་ལ་མཐའ་མེད་བར་གསུངས་པ་དང་། རྒྱད་བར་
 དུ་སྐར་ཚོགས་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་བ་ཐལ་བརྒྱ་ཡོད་པར་
 གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ནས་མཁའ་དང་། དུས་ཚོད་ཀྱི་ནམ་གཞག་འཛམ་གླིང་འདིའི་
 རྫོང་བཅུད་ཀྱི་ཆགས་རིམ། རྒྱལ་ཐུན་གྱི་ནམ་གཞག་ཉི་ཟླ་གཞུང་སྐར་གྱི་འཕྲོ་བསྐྱོད་སོགས་
 ཀྱི་སྐོར་བཡང་བྱ་ཉེས་སྟོང་ལྷ་བརྒྱའི་སྟོན་དུ་སྟོན་པ་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་འདི་
 ལས་ལྷག་པའི་བཤད་སྟངས་ཤིག་ད་ཆ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ཚོན་རིག་གི་མཁས་དབང་
 ཚོ་ལ་མེད་པ་མ་ཟད། ད་དུང་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དང་། རྫོས་བྱུབ་རིག་པ་རྣམས་མ་འོངས་
 བར་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་ནང་ཚོས་ལ་གཏད་ནས་དེ་དག་གི་ཚེད་ལས་མཁས་ཅན་ཚོས་ཀྱང་
 བར་ཚོས་ལས་ལེགས་ཆ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་རྒྱལ་ཁམས་མཚོང་བའི་མིག་རྒྱང་
 དང་ལྷན་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་ཚད་མས་བྱུབ་པ་འདི་རེད། ད་དུང་བར་ཚོས་ནི་
 རྫོངས་དང་དང་། ཚོན་རིག་ནི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་རེད་ཅེས་པ་ནི་སྐོན་ཉུག་གྱི་
 ཉམ་བཤད་དང་། རི་བོང་ཅལ་འཕྲོག་གི་སྐོན་ནས་མ་ཤེས་ཤེས་མངོན་སྟོན་པའམ། ཕྱོགས་
 ལྷང་གི་རྒྱན་ཚིག་ཅིག་མ་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་བར་ཚོས་ལས་ལུལ་གྱི་གནས་
 ལུགས་ལ་ཅི་ཞིག་འབྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཉེ་ཉེ་མི་གོ་བས་འོ་ཅག་གིས་བར་ཚོས་ཁས་མི་
 ལེན་ཅོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རང་ཉིད་འཕྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་གི་ཁེ་དབང་དང་ཚོབ་ཐང་
 འོངས་སུ་སྤྱད་པའི་སྐད་ཆ་འདྲ་བོ་ཞིག་རེད། བར་ཚོས་ནི་མི་སུ་ཞིག་གིས་ཁས་ལེན་མིན་རང་
 དབང་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་དེ་ལ་བཙུན་གྱིས་བསྐྱུལ་བའི་ཚོབ་ཐང་སུ་ལ་ཡང་མེད་པ་ཡིན། དེ་ནི་
 བར་ཚོས་ཀྱི་བདག་པོ་སྟོན་པ་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འོ་ཅག་ལ་བསྐྱུལ་བའི་རང་དབང་འོ་མ་
 ཞིག་རེད། སྤྱིར་ནི་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་ལས་གང་ཟག་གི་བསམ་འོ་མ་རྫོས་ཉེ་གསུངས་
 བ་དམིགས་གསལ་ཅན་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་ལུལ་མ་རྟགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་གཏན་ལ་བབ་ཀྱང་ཉི་
 མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་ལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་
 ལྟར་དུ་གསུངས་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་དུས་རྒྱ་གར་དུ་མི་ཚེ་རིག་པའི་
 གཞུང་ལུགས་ལ་སྤྱངས་པའི་ཡངས་ཅན་པ་དང་། རྩེ་བྲག་པ་སོགས་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོས་
 ཚོད་པ་བྱས་སྟོང་ཡོད་ནའང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་རྒྱལ་ཐབ་མོ་འདི་ལ་ཚོལ་བ་གཞན་གྱི་

ལྷན་ཀ་འཇུག་མྱོད་མེད་པ་སྤེམ་སྲུ་ཡང་འཇུག་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་པ་མ་ཟད། དངོས་ཚོགས་
 བདེན་འཚོལ་གྱིས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དག་ལ་ཞིབ་དཔྱད་དང་ཅད་འཚོལ་བྱ་མཁན་ཞིག་
 ཡིན་ན་ནང་ཚོས་དང་མཐུན་འགྲིགས་སྲུ་འགྲོ་བ་ལས་དེ་དང་འགལ་འདྲུང་མི་འགྲུར་བ་ནི་ནང་
 རོན་རིག་པ་འདིའི་ཁུང་ཚོས་སྐྱ་ན་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེས་ན་ནང་ཚོས་ནི་ཚན་རིག་གི་རྒྱབ་
 ཉེན་ཡིན་ལ་ཚན་རིག་ནི་ནང་ཚོས་ཀྱི་དཔྱད་རྟོགས་ཤིག་ཡིན། ཚན་རྩལ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་
 བས་མེད་ལུས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་བསྐྱུན་སྲུབ་ཀྱི་ཡོད་ན། བདེ་རོན་རིག་པ་ལ་བརྟེན་བས་མེད་མེས་ས་
 ཀྱི་བདེ་སྲིད་བསྐྱུན་སྲུབ་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱལ་གཞུགས་ཀྱི་གོ་ལར་གནས་པའི་མི་རྣམས་ལུས་
 མེས་ས་གཉིས་ཀ་ལ་བདེ་སྲིད་ལུན་སྲུལ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདོད་ན་ཚན་རྩལ་རྒྱུ་འཇུག་པའི་
 ཉེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཚོགས་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེར་བརྟེན་འཇུག་སྲིད་འདིར་ཚན་རིག་གི་
 རོད་སྟོང་རི་ཅམ་འཕྲོ་བ་དེའི་ཚོད་ཀྱི་ནང་ཚོས་ཀྱི་བཞིན་ངོས་གསལ་དུ་འགྲོ་བྱ་ཡིན་པ་ལས་ཉི་
 རོགས་ཀྱི་སྐར་མའི་དང་ཚུལ་གཏན་ནས་ཚགས་མི་སྲིད། ཡང་ཁག་གཅིག་གིས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱི་
 མིག་ཞིག་བརྟེན་ཆེ་ལོ་རྒྱུད་ལྷག་ཅམ་ཀྱི་རིང་པོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ཞིང་འབྲལ་ལམ་
 ལུགས་དང་བཀས་བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་དུ་གནས་ཤིང་ཚབ་སྲིད་འཛིན་སྐྱོང་དམངས་གཙོའི་ལམ་
 དུ་བསྐྱོད་མ་སྲུབ་པ་ནི་ཚོས་ལུགས་འདིའི་ལན་པ་ཡིན་པས་ཚོས་ཟེང་བ་དེ་སྤྱི་ཚོགས་རྗེས་
 ལུས་གཏོང་བའི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་པོ་ཞིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུད་
 ལྷག་གི་སྟོན་དུ་འཇོམ་སྲིད་ཤར་ལུབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ལམ་ཆེ་བ་བཀས་བཀོད་རྒྱུན་འཛིན་ཀྱི་ལམ་
 ལུགས་སྲུ་གནས་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས་པོད་འདིའང་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་དམིགས་བསལ་
 ཀྱི་རོ་མཚར་བའི་གནས་གང་ཡང་མིན་ལ། གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་གཏམ་འདི་པོད་ཚོས་དཀར་པོ་
 ལ་ཟབ་གནད་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་རྣམས་མ་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་བས་ཚོས་ཁ་ལ་ཁྱེད་བའི་ཚོས་ལྱེད་
 མི་སྣ་དང་། ཚོས་གཉིས་དབྱེ་འབྲེད་མ་སྲུབ་པའི་སྟོན་དུ་སྤང་སྟེ། ཚོས་ཁ་ལ་ཁྱེད་བའི་ཚོས་
 ལྱེད་མི་སྣས་ཚོས་ལ་ཁག་བཏགས་ཉེ་གཞན་ལ་འདིགས་སྐྱུལ་དང་བཤུ་གཡོག་གཏོང་ཡོད་པ་
 ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཚོས་ལུགས་ཁག་གི་ཚོས་རྗེ་ཚོས་ཚོས་ཀྱི་ལམ་
 ལུགས་ལས་བཟལ་བའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གཡུལ་འབྲེད་གཏོང་ཡོད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱི་མིག་
 བརྟེན་པས་དེས་ལུས་པ་འདི་རེད། བདེ་ཚོས་ལ་སྟོན་སྟོན་ལྷན་སྲུ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་འདི་
 ནི་ཚོས་ལྱེད་མི་སྣའི་ལོར་འཇུག་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལོར་འཇུག་ཞིག་མ་ཡིན་པ་

ལས་སྐྱོད་ལོ་ལྟོ་ནས་རྟོགས་སྤྱད་ཀྱི་ཡོད། གང་ལགས་ཤེ་ན། རྟོན་པ་བཅོམ་སྤྱོད་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཚོས་རྒྱལ་འདི་ནི་མི་རིགས་བཟང་འཕེལ་དང་། མོ་མོའི་དབྱེ་འབྱེད། རྟོན་པ་དང་དབང་ལུགས་རྒྱ་ལོར་ཆེ་རྒྱུ་ལོགས་ཀྱི་ལྷན་པར་མེད་པ་མ་ཟད་མ་ན་མི་དང་མི་མིན་གྱི་ཡང་དབྱེ་བ་མེད་པར་སྤྱད་ཀྱི་དྲུང་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རང་ཚོས་ནས་བཤད་པའི་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་འབད་བཅོམ་བྱེད་ན་སྤྱི་ལའང་འཕྲོ་བ་ལོན་ཏན་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་ལྟ་ལག་ཁ་ལས་ཀྱི་རྟོན་དུ་བོད་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ལ་ཡང་གང་ཟག་གིས་དབང་བསྟར་འོག་ཏུ་མ་སོང་བར་ཚོས་ཀྱིས་དབང་བསྟར་བྱས་པའི་ཚོས་སྤེལ་གྱི་ལུགས་སྐོལ་ནི་དེར་སྐྱབས་ཀྱི་དམངས་གཙོའི་ལས་ལུགས་དང་ཡོངས་སུ་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཞིབ་བཤད་ཀྱི་ཡིག་ཚོགས་སྐོལ་པའི་འཕ་བ་མི་དགོས་པར་ཁྲི་བ་དང་། ཚོས་རྗེ། མཁན་པོ་དགེ་བཤེས་སོགས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གོ་ས་རྣམས་རང་གི་ཤེས་ཡོན་ཀྱིས་འདྲངས་ན་སྤྱི་ལའང་འཕྲོ་བ་ལོན་ཏན་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་བོད་མི་མང་ཆེ་བའི་རྫོལ་འེས་འེས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཨ་མའི་བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན། དགའ་ལྷན་ཁྲི་ལ་བདག་པོ་མེད། ཅེས་པའི་གཏམ་དཔེ་འདི་བོད་མི་ཆེ་སྐྱོད་དཀར་བ་རྒྱུ་ལོ་དཀར་བ་ཚང་མའི་དག་ཐོག་ཏུ་རང་ཚོས་སྤྱི་ལོད་པ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་སྤེལ་དེ་དག་ལ་ཚོས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་དམངས་གཙོའི་ལུགས་སྐོལ་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་ཞིག་ཡོད་པར་འཕྲོད་གསལ་པོར་ཡོང་གི་ཡོད། ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་མེད་པར་བརྟེན་ཞིང་རྒྱ་ལོལ་ཁོ་ནར་སྐྱོད་པའི་ཆེ་འདི་བ་དག་གིས་འདི་ལྟར་བྲན་སྲིད་དེ། རྒྱུ་རིང་གི་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་འོན་ཀཉེད་ཀྱི་ལྟ་བ་མཚོག་ཏུ་འཇིག་ཞིང་རྒྱན་རྟོག་སྐོས་པ་སྤངས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དགོས་པའི་ཚོས་ལུགས་འདིས་དབལ་འཕྲོད་དང་། མི་རིགས་རྟོན་པ་ལུགས་སོགས་མདོར་ན་སྤྱི་ཚོགས་རྗེས་སྤྱོད་དང་། ཉམས་ཚགས་སུ་གཏོང་མཁན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཚོས་ལུགས་ལས། བརྒྱུ་མེས་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི་མི་གཞན་གྱི་རྒྱ་དངོས་དེ་རང་ཉིད་ལ་ཐོབ་སྐོར་མེད་པ་དེ་ཡིན། སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་ཞེས་པ་ནི་རང་ཉིད་ལ་བདོག་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་གཞན་ལ་གཏོང་དགོས་པ་དེ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་དབལ་འཕྲོད་དང་རྒྱས་སུ་སྤྱོད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་ཡོང་མི་ཐུབ། དེ་བཞིན་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་སྤང་བ་ཞེས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོ་རྒྱ་མ་གོས་དམར་པའི་ཚོགས་འཕེལ་བ་ནི་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་འཕྲོ་བའི་བཀག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་ཟད་ལས་མེད་ཟ་འཕྲུང་ལ་མཁས་པའི་མི་

ཚོགས་འཕེལ་བ། བཟོད་བསྐྱོན་བ་ཞེས་བ་འདིས་རང་ལ་ཡོད་ཚད་གཞན་ལ་སོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་
 སོགས་ཀྱི་དྲི་བ་ལྟུང་སྟུང་བ་ནི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་སློབ་མཚོ་གསུམ་པའི་འདིག་རྟེན་པའི་
 མཁས་པ་ལ་འཆར་བའི་དོགས་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ར་ཚོ་བོད་པའི་ཁ་རྒྱུན་ལ་ཚོས་དང་
 འདིག་རྟེན་ཁ་ཁ་སོ་སོ་ཡིན་ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་
 གཉེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གྲུ་ལས་སུ་དེ་ཁྱི་གྲུ་འཁོད་ན་སྟེ་གྲུ་ལས་སུ་རྒྱུད་པ་ཞིག་འོང་
 ཞེས་དང་། ཚོ་སྤྱུགས་ཚོས་ལ་གཏད། ཚོས་སྤྱུགས་བྲག་ལ་གཏད། བྲག་སྤྱུགས་སྤྱང་ལ་
 གཏད། སྤྱང་སྤྱུགས་ཤི་ལ་གཏད་ཅེས་དང་། གཞན་ཡང་མདོ་ལས། ཚོས་ཤོས་རན་དོན་ཅམ་
 ཀྱིས་ཚོག་ཤེས་བ་དང་། བསོད་སྟོན་པ་རན་དོན་ཅམ་ཀྱིས་ཚོག་ཤེས་བ། གནས་མལ་དན་
 དོན་ཅམ་ཀྱིས་ཚོག་ཤེས་བ། སྤོར་བ་དང་སྟོན་བ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བ་ཞེས་འབགས་པའི་
 རིགས་བཞི་གསུངས་ཡོད། མདོར་ན་འདིག་རྟེན་འདིའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་
 ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱན་ཚོགས་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་ཐར་པ་ཁོ་ན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཚོས་
 པ་རྣམས་མ་ཞིག་གི་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་
 བེ་འདིག་རྟེན་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུན་ན་པམ་ཁ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་ཡང་། དོན་དམ་ངོ་མ་ལ་རྒྱལ་
 ཁའི་དོ་བོ་དུ་གནས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འདིག་རྟེན་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐ་ཇ་མ་ཤེས་པའི་མོས་པ་ལས།
 ལྟག་འཇུག་དུག་ཉིལ་མི་ཤི་ན་དགའ་ཞེས་བ་ལ། ཚོས་སྤྱུགས་པས་ལྟག་འཇུག་དུག་ཉིལ་མི་
 བ་ལས་ཐ་ཇ་མ་ཤེས་པའི་མོས་ན་དགའ་ཞེས། དེ་གཉེས་ཀྱི་འདོད་བ་མི་མཐུན་ཞིང་འགལ་བ་
 ལྟག་སྟོད་དུ་གནས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་དེ་གཉེས་ཀྱི་མཐའ་མཇུག་གི་སྤྱབ་འབྲས་ཀྱང་དེ་
 བཞིན་དུ་གནས་ཏེ། འདོད་པ་སྐྱ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་གཅེས་པའི་ཆེ་སྟོག་སྤང་བའི་ཐམ་ཁ་
 དེག་པ་སྦྱིད་པ་དང་། སྤྱི་མ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་ཆེ་སྟོག་འཚོ་བའི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་བཅས་
 ཡིན། སྤྱིར་འདིག་རྟེན་འདིར་དཔལ་འཕྱོར་ཡོངས་སྟོད་དང་དབང་དང་གྲགས་པ་རི་ཅམ་ཞིག་
 ཆེ་ཡང་འཚོད་བསྟེན་དང་དཔལ་འཕྱོར་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་སྐྱབས་ན་བ་
 མེད་ཅིང་ཆེ་གང་དང་། བསྐྱེས་སྟོན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེས་ཅམ་མི་འབྱུང་ནའང་། སྤྱི་གསུམ་འགའ་དེ་
 བས་འདོད་པ་ཁེངས་ཀྱང་། འདོད་པའི་དོན་མང་དག་ཞིག་མ་འབྲུབ་པས་མེམས་ནང་དུ་སྤྱུག་
 གི་ལྷར་སོ་གཞན་ལས་མེ་བུ་བཞིག་ཡོད་པ་གཟུང་དུ་གནས་ཏེ་ཞིབ་དཔྱད་ཅིག་བྱས་ན་མཐོང་
 ཚོས་དང་སྟོར་བ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྤྱབ་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་འདིག་རྟེན་གྱི་སྤྱན་

ཚོགས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་རྒྱུ་ལ་ཞིག་འཛོལ་སྤྲུབ་ཀྱི་མེད་པ་ནི་
 དོན་དངོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་རེད། འདིག་ཉེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་བའི་རྒྱུ་ལ་ལྟ་བུའི་སྲིད་
 པའི་སྤྲུག་ཚོགས་རྣམས་ནི་དོན་དམ་ངོ་མ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པ་དང་། འགྲོ་བ་
 རྣམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མཁུ་ལ་ལྟ་བུའི་ལོན་ལྷན་ལྷན་མེད་ཀྱི་ཉེན་མེད་ཅིག་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་
 པར་རྒྱ་རྒྱེན་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་དེ་ཡང་བཙོན་མེད་ཀྱི་ཉེན་པ་རང་བྱུང་
 ཞིག་མ་ཡིན་པར་མི་བརྟེན་པ་འདིག་པའི་ངོ་བོར་གནས་པས་བཙོན་སྤྲུང་བ་དང་། དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་གཏན་མེད་ལྟོ་བའི་ཐབས་ལམ་ཡོད་པ་མ་ཞོར་ཞིང་
 མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་མཚོག་གིས་གཟིགས་པ་ཡིན་ལ། ཉིད་ཀྱིས་
 གཟིགས་པ་ལྟར་འགྲོ་བ་རྣམས་ལམ་བཟང་དེར་འདུག་པའི་ཐབས་སྤྲུག་གསལ་བཅེ་བ་ཆེན་པོའི་
 རྟོན་ལ་ཚོས་ཀྱི་སྤྲུང་བོ་རི་སྟེང་ཅིག་བཀའ་བསྟུན་ཡོད། ཡོང་དུ་དཔལ་འབྱོར་འདོད་རྒྱ་དོན་དུ་
 གཉེར་བ་སྟོན་དུ་གསུངས་པ་ནི། ཚེ་འདི་ཚོས་གཉོང་བའི་ཚོས་པ་དང་། བཅུན་པ་རབ་བྱུང་གི་
 རྩ་རྣམས་ལ་ཡིན་ཀྱི་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་མི་སྡེ་ཡོངས་རྫོགས་དཔལ་འབྱོར་ལོངས་སྟོན་སོགས་དོན་དུ་
 གཉེར་བ་ནི་རྟོན་ཡིན་ཞེས་གཏན་ནས་གསུངས་མེད་པ་མ་ཟད། མདོ་ལས། ཚོས། འོར།
 འདོད་ལ། ཐར་པ་ཞེས་སྤྲུག་སྤུམ་ཚོགས་པའི་སྟེ་བཞི་གསུངས་པ་དང་། རྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་
 ཀྱི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བའི་སྤྱིན་བདག་འབྱོར་ལྷན་ཁྲིམ་བདག་
 མགོན་མེད་ཟས་སྤྱིན་ལ་མཚོག་དུ་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དང་། མ་ཚད་མི་རྣམས་རྒྱ་ལོར་
 ལོངས་སྟོན་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་ལོར་ལྷ་བསྐྱེད་ཐབས་ཀྱི་མདོ་མང་པོ་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་
 དཔལ་མགོན་འབའ་ལས་པ་སྤྲུག་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱ་བའི་གཏམ་རིན་ཆེན་མེད་པ་ལས།
 རྒྱལ་སྲིད་ཚོས་བཞེན་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་དང་། དེ་བཞིན་སྟོབས་དང་དཔལ་འབྱོར་ཐང་ཐང་
 སོགས་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་སྟོན་པ་ཡོང་འཕེལ་གཉོང་བའི་ཐབས་ལམ་ངོ་མཚར་བ་དུ་མ་ཞིག་
 གསུངས་ཡོད་པ་བཙས་ཀྱིས་སོ། ། ཡང་རྒྱལ་སྲིད་ཚོས་བཞེན་བསྐྱུང་ཚུལ་མེད་དེ། དེ་གཉིས་
 གཏན་ནས་མི་མཐུན་ལོ་སྟུམ་ན། མ་ཡིན་ཉེ་སྲིད་སྤྲུག་པས་ཆེ་བ་ཚོས་དང་མཐུན་པ་ལ་སྤྲུག་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དཔེར་ན་རྒྱ་རྒྱུ་དང་གཡོ་ཁམ་སོགས་བྱེད་མི་ཚོག་པ་ལྟ་བུའོ། ། དེ་རིང་
 དུས་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱུན་པས་འདི་ཙམ་ཀྱི་འཕུས་ཚོག་པ་དང་། ཚན་རིག་གི་དུས་དེའི་འདོན་ཐངས་
 རེས་པ་རྣམས་སུ་སྤྲུ་མཐུན་འགོད་ཚོག་པར་ཞུ་རྒྱ་བཙས་སོ། ། །

ཚན་མིག་དང་ནང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཉམ་སྐྱོར་ལ་རོལ་ཅམ་དབྱུང་བ།

རྩོམ་པའི་མི་གསལ་བཤད།

༡༣། །ང་ཚོས་མིག་གིས་མཐོང་བྱས་པའི་རང་བྱུང་གི་གནས་ཚུལ་མང་དག་ཅིག་ཚན་མིག་
 པས་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང་ན་གལ་གནད་ཆེ་བ་དཔེར་ན། རང་བྱུང་ཁམས་ཆེན་
 པོའི་རྒྱུ་གི་འཁོར་སྐྱོད་དང་ཉི་མའི་ཚ་རྫོད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆར་ཆུ་རི་ལྟར་བྱུང་བ། དེ་ལ་བརྟེན་
 བས་མི་དང་སེམས་ཅན་འཚོ་གནས་རི་ལྟར་བྱས་པ་ནི་སའི་གོ་ལའི་འགྲེལ་སྐྱོད་དང་ཉི་ཟེར་
 ལ་རག་ལས་པར་བཤད་ན་ཁྱེད་ཀྱི་སློབ་འོང་དཀའ། གཞི་ཅའི་གནས་སྐྱངས་མང་པོ་ཞིག་
 དངོས་ཁམས་ཚན་མིག་གི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཤད་ལས་སྐྱོར་རྒྱལ་བྱས་ཀྱི་ཡོད། ས་སྐྱང་རིལ་
 པོ་འདྲིའི་སྟེང་དུ་ཉི་འོད་ཐོག་དུས་རྗེས་ཀྱི་རྒྱུས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་ལས་དེ་ཚོ་ནི་རྒྱ་མཚོ་དང་
 རྒྱམ་ས་གཉིས་ཀྱི་འཐེན་འཁྲུགས་ལ་རག་ལས་པ་དང་དེས་ཉི་འོད་ཚད་སྟོམས་པོ་ཞིག་འཐེན་ཏེ་
 རྫོད་ཀྱི་རྒྱུས་པའི་ (heat energy) རོ་པོར་སྐྱུར་པར་བྱེད། དེ་ཡང་རྒྱུས་འཁྲུགས་ (energy) དང་
 བེམ་གཟུགས་ (matter) གཉིས་ནས་ཡང་ཆ་སྟོམས་པོར་གནས་པ་དང་། བེམ་གཟུགས་དང་
 རྒྱུས་འཁྲུགས། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཅས་ལ་དམྱོད་པ་དང་དེའི་སྐར་གཞིའི་ཐོག་ནས་བྱུང་
 བྱོན་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང་པའི་དབྱུང་ཐབས་དེ་ལ་དངོས་ཁམས་ཚན་མིག་ཟེར།
 དངོས་ཁམས་ཚན་མིག་གི་ཡབ་ཆེན་ནི་འོད་ཀྱིས། འདི་ལྟར་བེམ་དངོས་གང་ཞིག་ཕྱིའི་རྒྱུས་
 འཁྲུགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་གནས་འགྲེལ་གྱི་རྒྱུས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དེ་ལ་འགྲུང་འགོག་ (in-
 ertia) ཅེས་ནན་བཤད་བྱས་པ་དེའི་དོན་ནི་གདོས་ཚད་ (mass) དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་
 པ་དེ་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན། དེ་ལ་དབྱེ་ན། མཁྲིགས་གཟུགས་ (solid) དང་། གཤེར་གཟུགས། (liquid)
 རྒྱང་རྗེས་སམ་རྒྱངས་གཟུགས་ (gaseous state) གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་མིག་གིས་མཐོང་བྱས་པའི་

དངོས་པོ་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་དང་། རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་པོ་ལྟོས་པ། མིག་གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་པའི་དབུགས་
 དབྱུང་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་པོ་ལོན། དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་གདོས་ཚད་ཡོད་པ། ལོ་ས་འཛིན་པ།
 རིག་ཐོག་པོ་ཡོད་དགོས་པ་ཞི་སྐོལ་རྒྱུན་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་རྣམས་གཞག་ཁོད་འདོད་དུ་མི་
 རུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།།

རྒྱལ་མཉམ་ (atom) རྒྱལ་འདུས་པ་ལས་འདོད་པོ་འཛིན་པའི་རྒྱལ་རྣམས་ལས་འདུས་རྣམས་ (mol-
 ecule) རྒྱལ། དེ་ནི་གཞུགས་ཏེ་ཅང་མ་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་མང་པོ་འདུས་པ་ལས་ལེས་གཞུགས་
 རྣམས་རྒྱལ་བ་ཡིན། ལེས་གཞུགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཚོམ་གཞིའི་རྒྱལ་མཉམ་དང་འདུས་རྣམས་
 སྤྱོད་གཞུགས་རྣམས་དུས་ཉུག་ཏུ་གཡོ་འགྲུལ་གྱི་བཞུགས་པ་ཞིག་གནས་པ་དང་། འདུས་རྣམས་པོ་རྣམས་
 འགྲུལ་ཞིང་ཚགས་དམ་པོར་གནས་པར་གྱུར་བ་ན་མཁའ་གསལ་གཞུགས་སུ་གྱུར་ཅིང་འདུས་རྣམས་
 རྣམས་ཚགས་ལྡོད་པར་གྱུར་བ་ན་གསལ་གཞུགས་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་འདུས་རྣམས་རྣམས་
 ཚགས་ལྡོད་པོར་སོང་སྟེ་རྣམས་ཚའི་བར་སྤང་དུ་འཕྲོ་ལྷིང་གྱི་དང་པོའི་སྐབས་ལ་རྒྱུང་རྣམས་སུ་གྱུར་
 བ་ཡིན། ལྷིང་བཏང་གཞུགས་རིགས་པའི་གཡོ་འགྲུལ་དང་མཁའ་གསལ་ཚད་སོགས་ལ་དེས་ཤེས་
 བཟུང་པའི་རྒྱལ་པོ་ལས་སྤྱོད་པོར་འཛིན་ཐུབ་ཡོད། རྒྱལ་མཉམ་གྱི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྐོག་རྒྱལ་
 སོགས་རྒྱལ་མཉམ་དེ་ཚོའི་ལོ་ས་དང་མཁའ་གསལ་འགྲུལ། འཁོར་ལམ་གྱི་གནས་སྤངས་སོགས་ལ་
 གཞིགས་ན་གཞུགས་ཅན་རིགས་པ་དང་གཏན་ནས་མི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན།།

ད་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་མཁས་ཅན་རྒྱལ་མཉམ་ལས་རྒྱལ་བ་པ་ཤ་རྣམས་ཡིན། མཁས་པས་
 འགྲུལ་བཞུགས་པའི་རྣམས་ན་ཁམས་ཀྱི་ཚེ་ལོ་གཅིག་གི་རྣམས་དུའང་རྒྱལ་མཉམ་ 60×10^{15} བརྒྱལ་
 བ་ཡོད་པ་དེ་འགྲུའི་སྤྱོད་རྒྱལ་ཞིག་ད་ཚོའི་སྐོར་དུ་འཆར་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན། གཞུགས་པོའི་རྣམས་ཀྱི་
 ཚན་རིག་པ་ཚོས་རྒྱལ་མཉམ་ལས་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་མི་སྲིད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཤིང་། དུས་
 རབས་བཅུ་བདུན་པའི་ནང་དུང་བའི་ཚན་རིག་པ་ཁམས་འོན་ (Dalton) གྱིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༣ ལོར་
 རྒྱལ་མཉམ་དེ་ལྟེན་པས་བཞུགས་པའི་རྣམས་གཏན་འཕེབས་བྱས་ཤིང་། རྒྱལ་མཉམ་ཆ་བསལ་གྱིས་ལེས་
 གཞུགས་རྒྱལ་མཉམ་པར་འདོད་རྣམས་དེ་ནི་དེང་དུས་རྣམས་འགྲུལ་རིག་པའི་སྤང་གཞི་ཞིག་ཆགས་ཡོད་
 བ་དང་། ལྷགས་རྒྱལ་མཉམ་པས་ལ་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱལ་མཉམ་དང་གསེར་རྒྱལ་མཉམ་པས་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱལ་
 མཉམ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། ད་དུང་རྒྱལ་མཉམ་རྣམས་ཆ་ཤིས་དཔེ་རྒྱ་མེད་པའི་ཆ་མེད་དང་
 རྒྱལ་གྱི་རྒྱུང་ལོས་ཡིན་པར་དགོངས་པ་ཡིན། ལྷིང་ལོ་ ༡༩༣༡ ལོར་ཚན་རིག་པ་ཞིས་ལྷོར་ (Neils

Bohr) གྲིས་རྒྱུ་མཉམ་གྱི་རྒྱིག་གཞིའི་ལྷན་དོན་གསར་བ་ཞིག་གཏན་འཁེབས་བྱས་ཤིང་། དེས་
རྒྱུ་མཉམ་ཆ་བཅས་ལྷན་པས་ཤིང་གོང་གི་བསམ་ཚུལ་དེ་ཚོ་ནི་འཁྲུལ་བ་ཅན་དུ་བསྟན་ཡོད་
པ་རེད།།

རྒྱུ་མཉམ་གྱི་དབུས་སུ་ཉེ་རྒྱུ་ལྡེ་ལོ་ (nucleus) ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ལོ་རྒྱུ་ (pro-
ton) ལས་རྒྱ་རྒྱུ་དང་མ་ལོང་རྒྱུ་ (neutron) གཉིས་ཡོད་ལ། ལྡེ་རྒྱུ་དེའི་མཐའ་འཁོར་དུ་
སློབ་རྒྱུ་ (electron) མང་པོ་ཞིག་སོ་སོའི་འཁོར་ལམ་ (shell) མོག་འཁོར་སློང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པའི་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད། རྒྱུ་མཉམ་གྱི་ནང་དུ་སྟོང་ཆ་མང་པོ་ཡོད་ལ་དེ་དང་ཉེ་མའི་བྱིས་
རྒྱུད་གཉིས་དབྱིབས་འབྲ་བར་བཞག་ཡོད། རྒྱུ་མཉམ་དེ་དག་ནི་ཡུད་ཅམ་ལས་གནས་སྟོད་མི་
ལྷན་པ་དང་དེར་སང་ཚོན་རིག་པ་མང་པོས་དེ་ལས་རྒྱུད་པའི་ཅ་པའི་ཆ་རྒྱུ་ (Quark) དང་ལེབ་
ལན་ (Lepton) ཉིད་སོན་ལྷང་བ་དང་དེ་ནི་རྒྱུ་མཉམ་ཚང་མའི་ཅ་པའི་རྒྱུའམ་གཞིའི་གྲུབ་རྒྱུ་
མཐར་ཐུག་པར་བརྗོད་ཡོད། རྫོན་གྱི་ཚོན་རིག་པ་ཚོས་རྒྱུ་མཉམ་ཆ་མེད་འདོད་པ་དང་བྱིས་གྱི་
ཚོན་རིག་པ་ཚོས་ཆ་བཅས་ལྷན་འདོད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་ནི་ཚུགས་གཅིག་ནས་འཇུག་ལས་
རིག་པ་ཡར་རྒྱས་པོར་བ་དང་སློབ་རྒྱུ་གྱི་ལུས་པ་ཚད་མཐོ་པོའི་མོག་བཟླ་དབྱེད་བྱས་པ་
ལས་རྒྱུད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཤིག་ལོས་ཡིན། ཚོན་རིག་པས་གོང་ནས་བརྗོད་པ་ལྟར་རྒྱུ་མཉམ་གྱི་
དབུས་སུ་ལྡེ་རྒྱུ་དང་དེའི་ནང་དུ་ལོ་རྒྱུ་དང་མ་ལོང་རྒྱུ་གཉིས་ཡོད་ལ། ལྡེ་རྒྱུ་དེའི་མཐའ་
འཁོར་དུ་སློབ་རྒྱུ་དུ་མ་ཞིག་སོ་སོའི་འཁོར་ལམ་མོག་འཁོར་སློང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཆ་བཅས་ལྷན་
འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད།།

རྒྱུ་མཉམ་ནི་ལུས་ལྷན་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་དང་རྒྱུ་མཉམ་གང་དག་སྟོད་པ་དང་ཚལ་བར་གྲུས་
པ་དང་ཚལ་བར་གྲུས་ནས་ཅ་རྣམས་འབྲུབ་པ་ལྟར། ལུས་ལྷན་གྱི་ཡུང་དེ་དང་མཚུངས་བར་རྒྱུ་
མཉམ་གྲུས་པའི་ཅ་རྣམས་འཁྲུལ་སྟོང་བཞེན་ཡོད། རང་བྱུང་ཁམས་གྱི་ལུས་ལྷན་གྱི་
དེ་དག་ཡུང་རྒྱུ་མཉམ་ལས་རྒྱུད་པར་བརྗོད་ལ་དེ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། འཕྲེན་ལྷན་སློབ་རྒྱུ་ཁབ་
ལེན་གྱི་ལྷན་ས། ལྡེ་རྒྱུ་གྱི་ལུས་ལྷན་ལྷན་པ་དང་ཞན་པ་བཅས་བཞེན། གདོས་ཚད་དང་
ལྷན་པའི་གཞུགས་ཅན་གང་ཡིན་རྒྱུ་དེ་དང་དེའི་ལུས་ལྷན་ལྷན་པ་ཅམ་ནས་ལྷན་སླེས་
ལྷན་སླེས་པ་དང་། གདོས་ཚད་ནི་འཕྲེན་ལྷན་ལས་རྒྱུབ་པའི་ལུས་པ་ཞིག་ཡིན། སའི་གོ་ལའི་
ཉིད་ལྟེན་རང་གི་གདོས་ཚད་གྱིས་ལྟེན་རང་ཡར་ཡངས་བཞེན་པ་དང་སར་སྟོད་པའི་སྐབས་

མར་འབྲུད་རྒྱག་གཏོང་གི་ཡོད། དངོས་པོ་ནམས་པན་ཚུན་འཐེན་པའི་བྱས་པ་ཞིག་ལ་འཐེན་ཕྱགས་ (gravity) ཟེད། དེར་ས་ཡི་འཐེན་ཕྱགས་ཀྱང་ཟེར་ལ། དེ་ནི་བེམ་གཞུགས་མཐའ་དག་ལ་ཡོད་པའི་དངོས་པོའི་རང་གི་འབྲུང་ཁམས་ཀྱི་བྱས་ཕྱགས་ཤིག་རེད། རྒྱལ་ཕན་གྱི་འཐེན་ཕྱགས་ལ་ག་དུས་ཡིན་ཡང་ཚུར་འགྲུགས་བྱས་པ་ (attractive force) དང་ཕྱིར་ཚོོག་བྱས་པ་ (repelling force) ཟེད། ལྡོད་བརྟུན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཡོངས་རྫོགས་བྱས་ཕྱགས་འདི་དག་ལ་བརྟེན་པར་བརྗོད་པ་དང་། འགོ་གང་ནས་ཚུགས་པ་བརྗོད་པའི་སྐབས་སུ་འབར་གས་ཆེན་མོ་ (big bang) ས་བྱུང་བའི་སྐར་ལྗང་གྱི་རྒྱུ་ལའི་རང་བཞིན་གྱི་གཞུགས་ཅན་དེར་བྱས་ཅོལ་གྱིས་ལྡོད་པ་དང་འཛིག་རྟེན་ཐོག་མའི་སྐབས་འདིར་ཚགས་དམ་པའི་རང་བཞིན་ལྡོད་པ་དང་ཚ་གྲང་གི་ཚད་གཞི་དེས་ཅན་ཞིག་འགྲིབ་པ་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ཅ་རྩས་ཡང་རྒྱུད་ (hydrogen) དང་ཉི་རྒྱུད་ (helium) ལྟ་བུ་གྲུབ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱས་ཕྱགས་ཡོད་ཚད་དེམ་པ་གཉིས་སུ་སྡེ་སྡེ་གནས་ལྡོས་བྱས་ཕྱགས་ (potential energy) དང་འགྲུལ་ལྡོད་བྱས་ཕྱགས་ (kinetic energy) གཉིས་སུ་འདུས་པར་བཤད། སྤྱིར་བཏང་བྱས་ཕྱགས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་བརྟེན་ཡོད་དེ། ལུང་ཤིང་དང་། རྩོ་སོལ། རྩོ་སྐྱམ། ས་སྐྱམ་སོགས་ལུང་རྩས་དེགས་དང་། ཉི་མ། རྩ་མོག་། །ལྷགས་པ། རྒྱལ་ཕན། རྩ་མཐུན་དང་འབར་རྒྱུངས་ (biomass) བཅས་སོ། དེ་དག་གིས་བསྐྱུན་པའི་འཕུལ་ཆས་ཀྱི་བྱས་ཕྱགས། ཚ་ཤོད་ཀྱི་བྱས་ཕྱགས། མོག་གི་བྱས་ཕྱགས། རྩས་འབྲུང་གྱི་བྱས་ཕྱགས། འོད་ཀྱི་བྱས་ཕྱགས། རྒྱ་འཐེན་གྱི་བྱས་ཕྱགས། རྒྱལ་ཕན་གྱི་བྱས་ཕྱགས་དེ་དག་ནི་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་ཀྱང་པན་ཚུན་གཅིག་གནས་གཅིག་ཏུ་འབྲུང་ཚོགས་པར་བཤད་ཡོད། ལྷག་པར་དུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་པའི་ནང་བྱས་ཕྱགས་ཀྱི་ཐ་སྲུང་འདི་དག་དང་ཁུབ་ཆེན་མོར་སྤྱིན་པ་དང་ཁུང་པར་ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་འདིར་ཚན་རིག་པ་ཚོས་དབང་རྒྱུད་ཀྱི་བཞིན་པ་དེའོ། བྱས་ཕྱགས་དེ་དག་ནི་མཐར་གཏུགས་ན་ཉི་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་འདོད་དེ། ལྷ་མཚན་ནི། དངོས་གཞུགས་གང་ཡིན་ཏུང་གས་སྤིད་དེའི་ཚ་གྲང་མྱེད་ཀོར་མན་གྱི་གྲངས་ -273°C ཀྱི་འོག་ཏུ་མར་ཆག་ཆེ་དེ་དག་བྱས་ཕྱགས་ཀྱིས་སྤོང་བར་དེས་བས་སོ།།

དུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་པའི་ནང་བྱུང་བའི་སྤྲོན་གསལ་ཅན་གྱི་ཚན་རིག་པ་ཨ་ཡན་ས་རྟན་ (Einstein) ཀྱིས་ལྡོས་གྲུབ་ཀྱི་ནམ་གཞག་བརྗོད་པའི་སྐབས། རྒྱུ་དེས་ཅན་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་བེམ་

ཆ་རྒྱལ་ཡོད་པས། རྫོགས་ངོས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་པས་ཆ་བཅས་སུ་བརྒྱབས་ཡོད་པ་དང་། དེ་
 ཡང་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ལོན་ཚུན་རྫོགས་གཅིག་གིས་རེག་ན་རྫོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་བཅས་པར་ཐལ་
 པ་དང་། རྫོགས་ཐམས་ཅད་ནས་རེག་ན་འདྲེས་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་ལྷན་མཐའ་གོང་ལོག་
 གི་ཚོད་པའི་གཞི་ནི། རྣམ་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ཡིན་གྱི་བསགས་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ལྷན་ཉེ། གང་སྤེལ་
 ལས། འདྲིའ་ནི་རྣམ་ཀྱི་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ལ་མངོན་པར་འདོད་ཀྱི་འདུས་པའི་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ནི་མ་ཡིན་
 བོ།། དེ་ནི་ཆ་ཤས་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར་རྟོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདོད་དགོས་ཀྱི་དེ་ལྟར་མ་
 ཡིན་ན་ཉི་ཤུ་པའི་ཚོད་པ་འབྲེལ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། ལེགས་སྤྱིང་ལས། ཉི་ཤུ་པར་རྒྱལ་
 ཆ་མེད་འགོག་པའི་རིགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡང་དེ་ལྟར་གོ་དགོས་སྟེ། ཆ་བཅས་དང་ཆ་མེད་
 ཀྱི་གོ་དོན་མི་འདྲ་ས་ནི་མངོན་པ་ལོག་མས་རང་གི་ཆ་ཤས་བསེལ་རྒྱ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཆ་ནས་མ་
 ཡིན་པར་གཞུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བ་དང་རྫོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་པའི་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ནི་རྣམ་རྒྱལ་ལྷན་
 རབ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་རྒྱལ་བཅུ་རྒྱག་མ་བསགས་ན་རྫོགས་ཀྱི་ཆ་བཅས་སུ་མི་འགྱུར་བར་
 འདོད། གཞུགས་རགས་པ་ཚོམ་བྱེད་ཀྱི་འགྱུར་བའི་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ནི་རྫོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་
 པའི་བསགས་རྒྱལ་ལྷན་རབ་དང་། རང་གི་ཆ་ཤས་བསེལ་རྒྱ་ཡོད་པས་ཆ་བཅས་སུ་འདོད་དོ།
 འོན་ཀྱང་བསགས་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ཀྱི་ཚོགས་པར་མ་གཏོགས་པའི་རྣམ་རྒྱལ་ལྷན་རབ་མེད་པས་རྣམ་
 རྒྱལ་ལྷན་རབ་ཡན་གར་པའི་སྤྱི་ཚུལ་མཚོན་ཆ་འབྲེལ་ལས་མ་གསུངས་ཤིང་། འདོད་ན་དབང་སོ་
 མེད་པ་དང་། ལྷ་མེད་ལྷ་རབ་རྒྱལ་རྣམ་བརྒྱད། ཅེས་རང་གི་ཚོགས་པར་ལྷ་དང་དབང་སོ་མེད་
 པའི་བསགས་རྒྱལ་ལྷན་རབ་གཅིག་སྤྱི་བའི་ཚེ། དེས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱལ་དང་གཞུགས་ཀྱི་རོ་
 རེག་གི་རྣམ་བཞི་སྤྱི་རྒྱལ་རྣམ་ལྷན་རབ་བརྒྱད་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྤྱི་དགོས་ཉེ། བསགས་རྒྱལ་ལྷན་
 རབ་ཀྱི་ཚོགས་པར་རྣམ་རྒྱལ་ལྷན་རབ་དེ་ནམས་སུ་ཚོན་ཁ་འབྲལ་མི་ཏུང་བའི་སྤྱིར། དེས་ན་
 བསགས་རྒྱལ་ལྷན་རབ་ནི་གཞུགས་ཅན་གཞན་གྱིས་གཞོན་ཏུ་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ།
 རྒྱལ་ལྷན་ཆ་མེད་འདོད་མཁན་དག་ནི། བོད་ཏུ་མཁས་པ་སྟེག་ཚང་སོ་རྩ་བ་སོགས་ཀྱིས་བཞེད་
 པ་དང་། རྒྱ་གར་ན་སྤྱི་རྩོམ་བྱེ་བྲག་པས། རྒྱལ་ཆ་མེད་དང་འགྱུར་ནས་གོང་ལྷན་འོང་པར་འདོད་
 པ་དང་། རང་སྤྱི་བྱེ་སྤྱི་དང་མདོ་སྤྱི་པའི་དགོ་འདུན་སྤྱང་གིས་རྒྱལ་ཆ་མེད་དང་མ་རེག་པ་དང་།
 བར་དང་བཅས་པ་ལས་གོང་ལྷན་འོང་པར་འདོད་པ་དང་། མདོ་སྤྱི་པའི་བཅུན་པས་མ་རེག་པ་དང་
 བར་མེད་པར་གོང་ལྷན་འོང་པར་འདོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་རྒྱལ་ནི་མངོན་པ་གོང་མ་ཀུན་བཏུས་ལྟར་

ན་མིག་ཤེས་ལ་མི་སྣང་བར་ཡིད་ཤེས་ཁོ་ན་ལ་སྣང་བའི་གཟུགས་ཡིན་པས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཚེད་
 པའི་གཟུགས་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དབྱེ་བ་ལྡེ་ཡོད་པའི་ནང་གི་བཟུས་པ་ལས་ལྷུང་བའི་
 གཟུགས་ཡིན། དེར་སང་མ་མཐོང་ཆེ་ཤེས་ལྟ་བུའི་འཕྲུལ་རིག་ཡང་རྒྱས་སོང་བར་བརྟེན་ནས་
 མིག་ཤེས་རང་ག་བ་ལ་རྒྱལ་མ་མོ་སྣང་བུ་བ་ཀྱང་མཐོན་པ་ལས་དེ་མི་སྣང་བར་བཞག་བ་ནི་སྐྱིད་
 བཏང་མིག་ཤེས་རང་སྟེང་ན་དེ་མཐོང་བའི་ལུས་པ་མེད་པས་ཡིན།

མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱིས། རང་རེས་གང་མཐོང་བ་ནི་དབང་པོའི་
 ལྟོབས་ཀྱིས་ཅི་ཅམ་ཞིག་སྟོབས་པའི་རྣམ་པའམ་གཟུགས་བརྟན་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན་གྱི། དངོས་
 པོ་དེ་རྗེན་པར་མཐོང་བ་མི་སྲིད་དོ་སོགས་སྐྱ་སྟེ། འདི་དག་གྲང་ལེ་ཤུའི་ཚོས་ལུགས་ལྟ་བུ་
 གཞན་ན་སྟོན་ཅམ་ཡང་མེད་པས་ས་ཡན་སིའི་རིགས་པ་སྟོན་མེད་ཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན་གྱི་ཚོས་
 རང་རེ་ལ་སྟོན་ནས་རྣ་བ་བྱང་བྱང་བ་དེ་དག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་སྣང་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཚོས་
 གང་ཡིན་ཐ་མལ་བའི་མིག་ཤེས་ཀྱིས་རྗེན་གཅེར་རམ་མཐོན་གསལ་དུ་མཐོང་མི་ལུས་པར་
 གསུངས་ཏེ། དཔེར་ན་རང་ཚོའི་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཤུའི་སྟེང་གི་སྐྱུག་ཐིག་མཐོང་བ་ནི་དངོས་པོའི་
 ལྷང་ཚུལ་ལ་བརྟེན་པ་ཅམ་དང་། དེའི་ནང་དུ་འབྱུ་ཡོད་པ་ཤུའི་སྟེང་གི་སྐྱུག་ཐིག་དང་། ཤུའི་
 དང་འབྲུའི་སྟོང་གི་སྐྱིད་བཏང་གི་ཤེས་ཡོན་ལས་རྗེས་དཔག་གིས་རྟོགས་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།
 གཞན་ཡང་དཔེར་ན། རྒྱའི་ཁོལ་ཚད་དེ་རྒྱུན་དེས་ཅན་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་དེས་ཀྱང་ཆ་གང་འཇལ་
 ཚས་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་བཞིན་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་གཉིས་དུས་ནས་ཡང་མ་སྐྱེན་
 པ་ཞིག་དགའ་ལོ།

སེམས་ཅམ་པས་ཀྱི་དོན་མེད་དེ། མ་རྒྱལ་དང་འདུས་པ་གང་ཡང་དབང་སྟོང་ལུལ་དུ་མི་འཐད་
 པའི་སྐྱིད། མ་རྒྱལ་གཅིག་ཤུ་ཚོས་ཅན། དབང་སྟོང་ལུལ་མིན་ཏེ། དེ་ལ་མི་སྣང་བའི་སྐྱིད།
 དཔེར་ན་མིག་དབང་བཞིན། རྒྱལ་འདུས་པ་ཚོས་ཅན། དབང་སྟོང་ལུལ་མིན་ཏེ། རྣམ་སྲུ་མེད་
 པའི་སྐྱིད། དཔེར་ན་རྒྱ་གཉིས་བཞིན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཚོད་པའི་ལན་དུ་སྟོབ་དཔོན་ལེགས་
 ལྷན་གྱིས། དཔུ་མ་སྐྱིད་པོ་ལས།

དེ་ལ་གལ་ཏེ་པ་རོལ་པོ།

བསགས་པ་མིན་པའི་གཟུགས་སེམས་ཀྱི།

སྟོད་ལུལ་མིན་པར་སྐྱབ་བྱེད་ན།

དེར་མི་རྒྱལ་པ་ཉིད་རྒྱལ་པ་འབྱུང་།།

གཞུགས་གཞན་དག་གིས་བསམགས་པ་ནི།།

དེར་རྣང་མོ་མི་རྒྱུ་ཕྱིར་རོ།།

དེ་ནི་དམིགས་ཉིད་ཡིན་འདོད་དེ།།

དེར་རྣང་མོ་ཡི་རྒྱ་འབྱུང་ཕྱིར།།

འདོད་ཆགས་བཞིན་ཉེ་དེ་ཡི་ཕྱིར།།

ཁྱོད་དམ་བཅས་ལ་རྗེས་དབལ་གཞོད།།

ཅེས་དང་པོ་ལ་རྒྱལ་པ་རབ་མེ་མེ་བ་དབང་མོའི་ཡུལ་མིན་ཞེས་འདོད་ལན་བཏབ་ནས་རྒྱལ་ཐེན་
 རྒྱལ་པའི་སློན་དང་། གཉིས་པ་རྒྱལ་པ་རབ་མེགས་མཐུན་བསམགས་པ་རྗེས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དབང་
 མོའི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན་བས་དེ་ལ་རྣང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ལུང་མེད་ཀྱི་ཁ་དོག་བསམགས་པ་
 འདོད་ཆགས་ཀྱི་དམིགས་པ་བཞིན། ཞེས་པའི་རྗེས་དབལ་འདིས་ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅས་ལ་གཞོད་
 ཅེས་རིགས་པ་དང་པོ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་ལཱི་གནས་དང་། དམིགས་པ་ནི་བསམགས་
 པ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་པའི་ལུང་དང་ཡང་འགལ་ལོ་ཞེས་བཀག་གོ། དབུ་མ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས་སྤ་
 རྒྱལ་སྐོར་ལ་བསམགས་པ་རྗེས་ཡོད་དང་འདུས་པ་བཏགས་ཡོད་གཉིས་བཤད་པས། དེ་གཉིས་
 ཀྱི་ཁྱད་བར་ནི། རྗེས་རིགས་མཐུན་པ་དཔེར་ན་ཁ་དོག་གི་རྒྱལ་དུ་མ་རྟེན་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་ལྟ་
 ལུ་ནི་བསམགས་པ་རྗེས་ཡོད་དང་། ཉ་དང་མྱང་ཆེན་ལྟ་བུ་རྗེས་རིགས་མི་མཐུན་པ་དང་གཞི་ཐ་
 དད་པ་འདུས་པ་དམག་ལྟ་བུ་ནི་འདུས་པ་བཏགས་ཡོད་ཟེད། བསམགས་པ་ལ་འདུས་པས་ཁྱབ་
 གྲང་རྗེས་ཡོད་ཀྱིས་མ་ཁྱབ་སྟེ། རིགས་མི་མཐུན་ཀྱི་རྒྱལ་བསམགས་པ་ནགས་ཆས་ལྟ་བུ་འདུས་
 པ་བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། རྒྱལ་པ་རབ་མེ་ནི་རྗེས་བརྒྱུད་འདུས་པའི་
 བདག་ཉིད་ཡིན་བས་དེ་ཡང་རྗེས་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་བཟེན་དུ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་
 བདག་ཉིད་གྲང་རྗེས་ཉིད་ཡིན་ཉེ་འབབ་ཞིག་པ་ནི་རྗེས་སུ་མ་རྒྱལ་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་བསམགས་
 པ་ནི་རྒྱལ་པ་རབ་བསམགས་པ་དང་འདུས་པ་ནི་ཆ་དུ་མ་འདུས་པ་ལ་ལྷེད་བས་ཁྱད་བར་ཆེན་པོ་
 ཡོད། འདི་བའི་སྤྲུགས་ལ་རྒྱལ་མཐའ་འོག་མས་ཆ་མེད་དུ་འདོད་རྒྱའི་སྤ་རྒྱལ་ཆ་མེད་དེ་ཡང་
 མིག་ཤེས་རང་ག་བའི་དམིགས་རྒྱུན་ལ་བཞག་ནས་སྤ་རྒྱལ་དེ་ཡང་བསམགས་པ་ཡིན་པས་མིག་
 ཤེས་ལ་རྣང་ཡང་འདུས་པ་ཅམ་མི་རྣང་བར་བཤད། རྗེས་བརྒྱུད་ནི་ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་བཞི་སྟེ་འབྱུང་

པའི་རྒྱལ་བ་ཞི་དང་གཞུགས་ཀྱི་རོ་རེག་བྱ་བ་ཞི་སྟེ་འཇུང་འཇུང་གྱི་རྣམ་བཞི་སྟེ་རྒྱལ་རྣམ་བརྒྱད་
འཛོག་ཚུལ་ནང་བ་ཤུན་མཐུན་པར་སྟོན།།

རིགས་པ་རྒྱག་ཚུ་བ་ལས།

འཇུང་བ་ཆེ་བ་སོགས་བཤད་པ།།

རྣམ་པར་ཤེས་སུ་ཡང་དག་འདུ།།

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན། ཐལ་འཇུང་བས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅན་དང་། ཞི་འཚོས་ཤེས་པའི་
བདག་ཉིད་རྒྱ་འདུ་བར་བཤད། འདི་གཉིས་གའི་ལྷགས་ལ་རྒྱལ་ཐུན་ཆ་མེད་ཁས་མི་མེན། ཞི་
འཚོས་བཞེད་པ་ནི། ལེགས་སྦྱང་ལས། རང་གཞན་སྡེ་པས་རི་འབྲ་ཞིག་ཁས་སྐྱངས་པ་ལ་ཡང་
དུས་ཀྱི་རིམ་བཏམ་ལུལ་གྱི་ཆའམ་ཤེས་པའི་ལུལ་གྱི་རྣམ་པ་སོགས་ཆ་དུ་མ་མེད་པའི་ཆ་མེད་
མི་སྲིད་པར་བསྟན་ནས། ཆ་དུ་མ་དང་ཐུན་པར་བྱལ་བ་ཚོས་གཅིག་ཆ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་
དུ་ཡོད་པ་མ་སྟེད་པའི་དོན་ལ་མི་འགལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་མཐའ་སྐྱེ་བ་
དང་ཚན་རིག་པས་འདོད་པའི་ལུལ་ཚད་བྱལ་རི་འབྲ་ཞིག་ཁས་སྐྱངས་པ་ལ་ཡང་ཆ་དུ་མ་དང་
ཐུན་པར་འབྲུབ་སྟེ། དེ་དག་ལ་དུས་དང་ལུལ་དང་ཤེས་པའི་ལུལ་གྱི་རྣམ་པ་སོགས་ཆ་དུ་མ་
མེད་པའི་ཆ་མེད་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བསྟན་ནས་ཚོས་དེ་ཆ་དུ་མ་དང་ཐུན་པར་བྱལ་བ་
ན། ལུལ་བ་ལྟ་བུའི་ཚོས་གཅིག་མ་སྟེད་དུ་སྟོག་ཆ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་རྒྱ་ཡོད་པ་མི་འགལ་བར་
བཞེད་པ་ལྟར་ཆ་དང་ཆ་ཅན་གྱི་རིགས་པ་འདི། དེལ་མ་རྒྱན་ལས།

དངོས་པོ་གང་གང་རྣམ་དཔུང་པ།།

དེ་དང་དེ་ལ་གཅིག་ཉིད་མེད།།

གང་ལ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་པ།།

དེ་ལ་དུ་མ་ཉིད་ཀྱང་མེད།།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆ་དང་ཆ་ཅན་གཉིས་རོ་སོ་མ་དད་དང་རོ་སོ་གཅིག་པ་གང་རུང་ལས་མ་
འདས་པས། དོན་དམ་པར་བྱལ་བ་ལ་ནི་དེ་གཉིས་རོ་སོ་མ་དད་ན་ཉ་དང་བ་སྐྱང་བཞེད་འབྲེལ་
མེད་དུ་འཇུང། རོ་སོ་གཅིག་ན་ཆ་རྣམས་ཆ་ཅན་བཞེད་གཅིག་ཏུ་འཇུང་བ་དང་། ཆ་ཅན་ཡང་
ཆ་བཞེད་དུ་མར་འཇུང་བའི་རིགས་པས་གཞོད་པ་བསྟན་ཏེ་དོན་དམ་པར་བྱལ་བ་བཀག་གོ།
ལེགས་སྦྱང་ལས། གཞོད་པ་སྟོན་མཚན་མཐར་བྱུག་པ་ནི། ཆ་དང་ཆ་ཅན་ལ་གཅིག་མ་དད་

གྱི་བརྟུག་པ་བྱས་ནས་འགོག་པ་འདྲིའོ། ཞེས་བདེན་གྱུ་བ་འགོག་གྱེད་གྱི་གཞོན་པ་སྟོན་མཚམས་
 མཐར་ཐུག་པ་ནི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་ལ་གཅིག་ཐ་དང་གྱི་བརྟུག་པ་བྱས་ནས་འགོག་པ་འདྲི་ཉིད་ཡིན་
 བར་གསུངས། ཉན་པའི་གྱུ་བ་མཐོང་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡང་ཅེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ། གོང་
 རྩོམ་ལྟར་དུག་གིས་གཅིག་ཅར་སྐྱར་བ་ན། ཞེས་སོགས་གྱིས་རྒྱལ་ཆ་མེད་བཀག་ནས་དེ་མེད་
 བས་དེ་བསགས་པའི་རགས་པ་ཡང་མེད་ལ་སྲ་རགས་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱི་དོན་མེད་
 རོ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པ་འདྲིས་སྤྱིར་སྤྱི་དོན་ཡོད་པ་ལ་མི་གཞོན་དེ། དེས་ནི་ཉན་
 རོས་སྤེ་བས་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱི་དོན་ཆ་མེད་འགོག་ལུས་ཀྱང་། སྤྱིར་སྤྱི་དོན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་
 འགོག་མི་ལུས་པས་སྤྱི་དོན་མེད་པར་འདོད་པ་དེ་ལ་ནི་ལུང་དང་འདྲིག་རྟེན་གྲགས་པ་གཉིས་
 ཀུན་གཞོན་པར་བརྒྱ་བའི་འགྲེལ་བ་ལས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གང་དག་རིགས་པ་བརྟུག་
 བས་རྣམས་བརྒྱད་གྱི་རྒྱལ་སྲ་རབ་གྱི་ཡོད་པ་ཉིད་སེལ་ཞིང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་ཉིད། ཅེས་པ་
 བས། དེའི་རིགས་པ་ལ་འདྲིག་རྟེན་དང་ལུང་གི་གཞོན་པས་གཞོང་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས།
 ལུང་ནི་མདོ་སྤེ་ས་བརྟུ་བ་ལས། ཁམས་གསུམ་པོ་འདྲི་སེམས་ཅམ་མོ། ཞེས་ཅམ་སྤྱི་དོན་
 འགོག་པ་མདོ་དེའི་དོན་མིག་ཏེ། སེམས་ལས་གཞན་པའི་འདྲིག་རྟེན་གྱི་ལྷེད་པ་པོ་བཀག་པར་
 མདོ་ཉིད་ལས་གསལ་བའི་ཕྱིར། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལྟར་ན་སྤྱུག་བཟལ་གྱི་ལུང་པོ་སྤྱུག་
 བཟལ་གྱི་ལྷོན་པ་ལྷེད་པ་པོ་དང་། ཚོར་བ་པོ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་པོ་འདྲི་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་
 ལྟམ་མོ། བས། དེ་དག་ཐམས་ཅན་ཀྱང་སེམས་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་དག་མོ། ཞེས་སྟོན་བརྟུང་
 གྱི་འདྲིག་རྟེན་སྤྱི་ཚོགས་པ་འདྲི་འགོ་བའི་སེམས་སྟེང་གི་བཀག་ཆགས་སམ་ལས་གྱི་དབང་གིས་
 ལུང་བ་དང་། མཚོན་ལས། ལས་ལས་འདྲིག་རྟེན་སྤྱི་ཚོགས་སྟེས། ཞེས་པ་དང་དོན་མཐུན།
 སྤྱི་དོན་མེད་པ་འདྲིག་རྟེན་གྲགས་པས་གཞོན་ཚུལ་ནི། རྣམ་རིག་པས་སྤྱི་དོན་བདེན་པར་མེད་
 ཅིང་རྣམ་ཤེས་བདེན་པར་ཡོད་པ་སྤྱི་དོན་དང་དེ་འདྲིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ཡོད་མེད་གྱི་
 རྒྱད་པར་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་འདྲིག་རྟེན་གྲགས་པ་གང་དུའང་བཤད་པར་མི་ལུས་པས། དོན་
 ཤེས་གཉིས་ལ་ཡོད་མེད་གྱི་རྒྱད་པར་འཕྲེད་པ་ནི་འདྲིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྤྱད་དང་བརྒྱལ་ལ་དོན་
 དམ་པའི་རྣམ་གཞག་ལས་ཀྱང་བརྒྱལ་བས་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་ཏེ།
 བརྒྱ་བ་ལས།

གཅིག་ཡོད་གཅིག་མེད་ཅེས་བྱ་བ།།

དེ་ཉིད་མིན་ཞིང་འདྲིལ་རྟེན་པ་ཡང་མིན།།

དེས་ན་འདི་ཡོད་འདི་མེད་ཅེས།།

བརྗོད་པ་ཉིད་དུ་རྒྱས་མ་ཡིན།།

ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འདིའི་ཐད་ཡགོང་ས་མཚོག་གི་ཞལ་སྒྲ་ནས། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྷ་
 ལྷུང་ལ་གོམས་པའི་ཐེག་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་དངོས་ཁམས་རིག་པ་གསར་པ་འདི་དང་སྟོང་ཉིད་
 ཀྱི་རྣམ་གཞག་བར་ལ་མཐུན་ས་འབྲུལ་མེད་ཅེག་ཡོད་པ་མཚོང་ཐུབ། ཆེས་མ་མོའི་ཁོན་ཏམ་གྱི་
 གནས་རིམ་དུ་དངོས་པོ་ལ་སྐྱ་མཁའི་གས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་ཞིང་གཞི་འདྲིན་ས་མེད་པར་མངོན་
 ཚོ། ཚོན་རིག་ནི་ནང་པའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་རྟེན་འབྲུང་གི་རྣམ་གཞག་ལ་ཐག་ཉེ་དུ་ཆགས་
 ཡོད་པར་སྦྱང་། ཞེས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ནང་གསར་དུ་དར་བའི་ཁོན་ཏམ་དངོས་ཁམས་
 རིག་པ་འཕམ་ཚད་རྒྱལ་ལྷན་མོའི་རྣམ་གཞག་དེས་འགྲུལ་འགྲུགས་དང་རྒྱས་འགྲུགས་རྣམས་རང་
 བཞིན་དུ་གནས་པ་མིན་པར་བཤད་ཅིང་། རྒྱལ་སྐྱོན་གྱི་ཆ་སྐྱོན་གྱི་རྒྱལ་རྣམས་རྒྱབས་དང་
 རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་གཉིས་ཀ་ལྡན་པ་དང་། དེའི་གནས་ལུལ་དང་དེའི་འགྲུལ་སྟོང་གཉིས་ཀྱང་
 དུས་གཅིག་གི་ནང་དུ་རྟོགས་མི་སྲུབ་པ་དང་དེས་མེད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པར་བཤད་པ་དེ་ནི་ནང་
 པའི་རྟེན་འབྲུང་གི་རྣམ་གཞག་དང་ཆ་མཐུན་པར་གསུངས་ལ། མོལ་རྒྱུན་གྱི་དངོས་ཁམས་རིག་
 པའི་རྣམ་གཞག་ལས་བཞུགས་ཏེ། རྟོག་པས་བཏགས་ཅིང་གྱི་མོལ་སྐྱོན་གྱི་གཏོགས་པ་དང་ཐལ་
 འགྲུང་པས་བཞེད་པ་ལྟར་གྱི་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་ཚོས་གང་ཡང་བརྟེན་རྒྱ་མེད་པ་དང་། རང་
 དོས་ནས་མ་གྲུབ་པ་དང་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་གནད་ལ་སྲུག་གོ།། མི་འབྲ་བའི་ཁྱད་
 པར་ནི། བང་པའི་གཞུང་དུ་གཞུགས་འདས་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་མང་བ་དང་དེའི་ཁ་སྟོན་
 དུ་འདྲིལ་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཆེ་ཆུང་དང་དཔྱེགས་བཞོ་ལྷ་སོགས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་ཀྱི་བདག་
 འགྲུས་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་དང་། མཚོང་ལས། ལས་ལས་འདྲིལ་རྟེན་སྐྱ་ཚོགས་སྦྱེས། ཞེས་པ་
 ལྟར་འདོད་དགོས་ལ། ཚོན་རིག་པས། ལུལ་དུས་གནས་བབས་རི་འབྲུ་ཞིག་གི་འོག་དུ་ཚོ་བོད་
 རྒྱ། མོལ་རྒྱས་ (carbon) དང་ཟེ་སྐྱེད་ས་ (nitrogen) བཅས་ཀྱི་འདུས་ཚོགས་འོས་འཚམས་ཤིག་
 ལྟར་ཆེ་དེར་སྦྱེ་དངོས་སྦྱེ་དུང་ཡིན་པར་བརྗོད་ཅིང་། ལྷག་པར་དུ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྐུལ་རྒྱས་
 (catalyst) སོགས་རྒྱ་ཚོགས་ཀྱངས་ཚང་བ་ལས་དུས་ལུན་རིང་པོ་མི་སོགས་པར་ལོ་གཅིག་གི་
 བང་ཚུང་དུ་སྦྱེ་དངོས་སོག་ལྷན་འབྲུབ་དེས་ཡིན་པར་བཤད་དོ། མཁས་དབང་ཉམ་སྐྱེད་མན་

ཏེ་ (Dr. Herbert Wendt) ཡིས་རྒྱ་མཚོ་ནི་མ་དང་འབྲ་བའི་སྐྱེ་དངོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་གལ་ཆེན་
 ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད། འཛིག་རྟེན་གྱི་འགོ་བ་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཡི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོའི་འདམ་
 རྩལ་ནང་ནས་བྱུང་བའི་དང་། ད་ལྟའི་ཚེ་ཤིང་གི་བརྒྱ་ཆ་ ༧༠ བཅས་པ་ད་དུང་ཡང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་
 འཚོ་བཞེན་ཡོད་པ་དང་དེར་སྐབས་ཡི་མཚན་ཆེ་བའི་སྐྱེ་དངོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཚོགས་མཐར་རྒྱ་
 མཚོ་ནང་ནས་འཕེལ་སྐྱེད་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་ཅེས་གཏམ་བཤད་སྐྱེལ་ཡོད།

མདོར་ན། ཚན་རིག་པ་ཚོས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་སྐར་མའི་སྐྱེ་འགག་གི་རིམ་བུ་ནས་བྱ་བྱིའུ་
 འབྲུ་སྲིན་འཚར་ལོངས་རི་ལྗང་བྱེད་སྣངས་ཀྱི་རིམ་བུ། རྩལ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་འབྲུང་ལས་ནས་ཤེས་རི་
 ལྗང་འབྲུང་བའི་རིམ་བུ། འབྲུལ་ལས་རིག་པ་དང་མིའི་རིགས་ལ་དགོས་མཁོ་རི་ལྗང་སྐྱེ་བའི་
 རིམ་བུ། རྩལ་སྐྱེ་བའི་ཤེས་བརྒྱུད་ནས་ཤིན་ཏུ་སྐྱེ་བའི་དུག་སྲིན་ (virus) སོགས་ཤིག་གི་སྐྱོད་
 ཡུལ་མ་ཡིན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་རིམ་བུ་དང་། རྒྱང་ཤེས་བརྒྱུད་ནས་ཤིན་ཏུ་
 ཐག་རིང་བའི་སྐར་མ་དང་སྐར་མའི་ཚོགས། གཟའ་དང་སྐར་མའི་བཅུད་འཁོར་ (nebula) སོགས་ལ་
 ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་རིམ་བུ། ཤེས་རྟོག་ཆགས་འཛིག་ནས་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཆགས་འཛིག་
 གི་བར་གྱི་ཞིབ་འཇུག་བཅས་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱི་ལོ་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྤྱི་དུ་འདུས་ཤིང་
 མཐར་ཐུག་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡོད་ཚད་རྩལ་སྐྱེ་བའི་ནས་བྱུང་བར་འདོད་དོ། །།

ལམ་གྱི་འདུ་མཚམས་སུ།

ཚད་རྒྱལ་དང་པད་མ་ཞེས་པའི་ལེ་ལྷན་དང་པོ་ནས་བརྒྱུས།

མེ་ཐུ་རི་ཀར་ཏ་ (Mathieu Richard) དང་

འེན་ སུའན་ Trinh Xuan གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱུས།

ཉི་མ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བརྒྱུས།

༡། །ཚན་རིག་དང་ནང་ཚོས་དབར་གྱི་བརྒྱུ་ལྷན་དེར་གཞི་ཅ་གང་ཡོད་དམ། དེ་དག་གིས་
རྟོགས་བྱ་བར་ཚོགས་པར་ང་ཚོས་དེས་པར་དུ་བྱུང་བོན་གཉིས་པོའི་ཚེལ་གཞི་གསལ་པོ་བཟོ་དགོས་
ཤིང་། དེ་ནས་ནང་ཚོས་གྱིས་ཚན་རིག་ལ་དམིགས་བཀའ་འདེགས་ཉེན་ཀུན་སྲོད་དང་། མི་སྐྱེར་
གྱི་འགྲུལ་བ། ང་ཚོ་རང་ཉིད་གྱི་ཤེས་ཡོན་དང་། བར་མེས་ཀྱི་དེས་ཤེས་ཡང་དག་གི་གལ་
ཚའི་ཐབས་ལམ་དེ་དག་ལ་ཁ་སྐོར་བསྐྱེད་ཐུབ་མིན་གྱི་དཔྱད་ཞིབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། བར་ཚོས་
གྱིས་རྒྱན་དུ་དེར་སྐབས་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་གཞི་ཅའི་འོ་བ་ཁག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཐུས་ཡིན།
དེས་ན་ཚན་རིག་གིས་ནང་ཚོས་ལ་བདེན་པའི་འཚོལ་ཞིབ་ཐོག་བཞག་ཡོད་སྟེ་དམ།

མེ་ཐུ་རི་ཀར་ཏ། རྒྱུ་རང་གིས་མེ་ཐུ་ནས་ནས་ཨ་རིའི་ནང་རང་ཉིད་གྱི་མི་ཚེ་དེ་སྐད་དཔྱད་དངོས་
ཁམས་རིག་པ་བ་ཞིག་ཆགས་རྒྱུར་འགྲུལ་བའུ་དངོ་མཚར་ཅན་ཞིག་བརྒྱུས་ཡོད། ཅི་ཞིག་
གིས་རྒྱུ་རང་གི་མི་ཚེ་དེ་ཚན་རིག་ནང་བཀའ་བཞག་པ་ཡིན་ནམ།

སུའན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ རེ་གངས་ནང་སྐད་དཔྱད་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ཚོགས་གྲུབ་འབྲས་
དུ་མ་སོན་ཡོད། དཔེར་ན། གས་སྐྱ་ཆེན་མོའི་ཚ་བོ་ལྷག་མ་སྟེ་འདེགས་ཉེན་ཁམས་གྱི་འགྲུལ་
འཕྲོའི་གཞི་གཞན་ (cosmic background radiation) གིས་རྟོགས་དང་། འཕར་འགྲུལ་སྐར་མ་
(pulsars) སྟེ་ཡོངས་སུ་བར་རྒྱལ་ལས་བྱུང་པའི་རྒྱ་སྐར་དང་། ལུས་འབྲེན་རྒྱ་སྐར་ (quasars)

ཉེ་འདྲིལ་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐར་གཞུག་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་དང་། དེས་ལུས་པ་མེན་ཏུ་ཆེན་པོ་སྲིད་འདོན་གྱི་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་འདྲིལ་སོགས་གྲགས་ཆེ་བའི་འཚོམ་རྟེན་མང་པོ་བྱས་ཡོད། ར་རང་ཨ་རིའི་ནང་སྐྱེ་བའ་རྗེས་ཉི་མའི་ཁྲིམ་རྒྱུད་སྐོར་ལ་མི་བཟོས་སྲུང་སྐྱར་གྱིས་གཞུགས་ཚུལ་འཚོམ་ཞིབ་ཐོག་ཡར་རྒྱས་ཏེ་ཅང་སྲིབ་ཡོད། ར་ཚོའི་འདྲིལ་གྲུའི་ནང་བར་སྐྱར་དབྱུང་ཞིབ་ཡོ་ཆས་གྱིས་རྒྱུད་སྲིད་བྱས་པའི་གཟུང་སྐྱར་མིག་དམར་གྱི་དངོས་ལས་སྐྱར་པའི་ཐོག་མའི་བརྟན་དཔར་ལ་འོ་མཚར་ཆེན་པོས་བསྟུན་པ་དེ་དམར་ད་དུང་བཞུག་གྱི་འདུག་ཅིང་། བརྟན་དཔར་དེ་ཚོའི་ནང་སྐྱེས་ཐེང་དང་ལྷ་རམ་གྱི་བྱེ་ཐང་མཐོང་ཚུལ་ལས་འགོ་བ་མའི་རིགས་ལ་གཟུང་སྐྱར་མིག་དམར་གྱི་སྤེལ་རྣམས་དཔྱོད་ལྡན་པའི་ཚེ་སྤོག་ཅིག་གཞུགས་ཐེང་པ་དེ་གསལ་བསྟན་བྱས་ཡོད།

གཟུང་སྐྱར་མིག་དམར་གྱི་སྤེལ་རྣམས་རབས་བརྒྱ་དལུ་པའི་གཞུག་རིག་སྐྱར་དབྱུང་པ་ཚོའི་བསམ་སྐོར་མཐོང་བའི་བྱ་ག་དེ་དག་ནི་བྱེ་ཐའི་རྒྱུ་རྒྱུ་གྱིས་བསྟུན་པའི་འབྲུག་སྐྱར་ཡིན་པར་བསྟན་ཡོད། དེ་འདྲིལ་རྣམས་དཔྱོད་གྱི་སྐྱུལ་རྒྱུན་འདོག་ར་རང་སྐྱར་དབྱུང་དངོས་ཁམས་རིག་པ་ཞིག་གྱུ་དགོས་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་བརྒྱུད་རས་སུ་མཐུད་དེ་འདྲིལ་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་འོ་མཚར་ལ་ལ་མཚན་སྐྱེས་པ་དང་། སྤོན་ཐོན་ཚན་ཅུལ་གྱི་རྒྱུད་ཤེས་བརྒྱུད་ནས་དེ་དག་ལ་བརྟག་ཞིབ་གྱིས་འདྲིལ་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། འབྲུང་ཁུངས། དེའི་འཕེལ་འགྱུར་དང་། ལུགས་རྒྱུད་སྐོར་ལ་བསམ་སྐོར་བཏང་ཡོད།

རས་ཁྲེད་ལ་དྲིལ་གཏོང་རྒྱུར་ཚན་རིག་གི་མཁུན་ལམ་ནང་ཁྲེད་གྱིས་དགོས་དོན་མ་སྐྱབ་པ་ག་དེ་མཐོང་ཡོད་དམ། ལུང་མཐར་ཡང་སྤེལ་ས་ནས་སྐྱེ་དངོས་ཚན་རིག་གི་བརྟག་དབྱུང་ཁང་དེ་བཞག་ནས་བལ་ཡུལ་དུ་ཐོད་པའི་དགོན་པ་ཞིག་ནང་འཇུག་ལུགས་བྱས་པ་དེ་རྒྱུན་ལྡན་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་སྐོས་མིག་རེད།

མེ་བྲུ། མི་ཚེའི་དགོས་དོན་ཐོག་ཆེས་ཆེར་སྐོ་བ་རྒྱས་ལུས་ཀྱི་དབྱུང་ཞིབ་ལ་ལུགས་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་འཕེལ་རིམ་ཞིག་ཡིན། རས་དོ་སྐྱས་གཅིག་ནས་གཞན་དེར་མཁུན་མཚོང་གིས་ལ་རྒྱུད་གཅིག་ནས་གཞན་བརྒྱལ་ཉེ་དུས་གཏན་དུ་ཡིད་ལ་འཐད་པའི་ཁམས་ཤིག་ནང་སྐྱེ་བས་སྐབ་པ་བྱས་ཡོད། རས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པས་གང་དུ་འཁྲིད་པ་དེར་རྗེས་སྐྱེག་དང་རྣམ་དུ་རིན་ཐང་གསལ་བའི་མི་ལུས་འདྲིལ་དུས་ལྟན་སྐྱར་ཅིག་ཅམ་ཡང་རྒྱུད་སྐོས་སུ་མི་འགོ་བའི་འབད་བཟོན་

བྱས་ཡོད། ལྷ་བས་མེགས་པ་ཞིག་ལ་ར་ར་མི་ལོ་སྐྱམ་ཅུ་ཙམ་རིང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ནང་
 པའི་སློབ་དཔོན་ཁ་གསུམ་གྱི་བྱང་དུ་མི་ཚེ་བསྐྱལ་རྒྱ་བྱང་ཡོད། དེ་ནི་ལྷ་བས་བདེ་ལོ་དང་ཐང་ཀའི་
 རྒྱང་བ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཉ་ཅང་གཉིང་ཟབ་ལོ་ཡིན་པས་དེ་དག་འགྲེལ་བརྗོད་བྱ་རྒྱ་ནི་ཉག་ཏུ་ང་
 ལ་ཁག་ཐོར་སྤང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་འགྲོ་བ་མི་དང་ཚོས་སློབ་པས་གྱི་ཡང་དག་པའི་ནམ་པ་མཚོང་
 དུས་དེ་དག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་གྱི་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། ཤེས་བྲུ། དགོ་བ།
 ཡ་རབས། ཉམ་ཚུང་། རྩ་དར་དང་ཚ་ཚང་པའི་རང་བཞིན་སོགས་ང་ཚོས་རྒྱན་དུ་སྦྱོད་པའི་ཐ་
 ལྷན་དེ་དག་ནི་འདད་དེས་ཤིག་མེད། ངའི་བསམ་སྒོར་ཕྱིར་འགྲངས་མ་གོར་གོར་མི་ཚང་མས་
 བསྐྱབ་དགོས་པ་ནི་སོ་སོའི་མི་ཚེའི་ནང་དངོས་སུ་གང་བྱ་འདོད་ཡོད་པ་དེ་འགོ་བརྩམ་དགོས་
 པ་ཡིན། ཚན་རིག་གི་འཚོལ་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིད་ལ་འཐད་ལོ་ཡིན་པ་ནི་བརྗོད་མི་དགོས་ཀྱང་
 ། ངས་ཚོན་འཕྱིའི་རས་ཆའི་སྟེང་མཐའ་མའི་ཚོན་སྦྱོར་དེ་རྗེ་འབྲ་ཞིག་ཡོང་མིན་མ་ཤེས་ནའང་
 ཚོན་ཐིག་སྤ་མོ་ཞིག་སྟོན་གྱིན་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྣང་བྱུང་། དེས་ན་འདོད་དོན་དེའི་ཕྱིར་འགོ་
 བ་མིའི་ཁྱད་འཕགས་གྱི་གོ་སྐབས་ཡོད་ཚད་སྒོས་བཏང་བྱ་དོས་པ་ཡིན་ནམ། སློབ་པས་གཞན་
 ཞིག་ནས་ནང་ཚོས་ནང་ང་ཚོའི་ཐོན་སའི་མཚམས་དང་། སློབ་ས་སའི་དམིགས་ལུལ། མཐའ་
 དེར་སློབ་སའི་ཐབས་ལམ། ལམ་གྱི་བར་ཚད་སོགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་ཁ་གསལ་ལོ་ཡིན། ང་ཚོས་
 གང་བྱ་དགོས་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ལ་བལྟ་དགོས་པ་དང་། དེ་ནི་རྒྱན་དུ་ང་ཚོའི་བདག་
 འཛིན་གྱི་དབང་རྒྱུར་ལོག་ཏུ་ཡོད་ཅིང་། བདག་གཅེས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ང་ཚོ་རང་ཉིད་དང་
 འཛིག་ཉེན་འདིའི་རང་བཞིན་དངོས་གང་ཡིན་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་བ་ལེད། རྩ་བའི་གནས་བབ་
 འདིས་བདག་དང་གཞན་གྱི་ལ་འགོག་མེད་རང་སྐྱུག་བསྐྱལ་འབྲེན་པ་དང་། ང་ཚོའི་བྱ་བ་གཙོ་
 ནི་སྐྱུག་བསྐྱལ་འགོག་བར་བྱ་དགོས་པ་དང་། དེ་འགོག་པའི་ཐབས་ལམ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་
 རྗེ་བསྐྱེད་པའི་སློ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་བསྐྱེག་ནས་མ་རིག་པ་བྱང་ནས་འབྲེན་དགོས་པ་དེ་
 ཡིན།

འབྲེན། དེས་ན་བསྐྱེད་འདི་ཚན་རིག་པའི་མཉམ་དུ་བྱ་དགོས་པ་ཅི་ཡིན་ནམ།

མི་ཐོབ། བར་པའི་ལྷ་བྱུབ་གྱི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་བདེན་པའི་རང་བཞིན་སློབ་གཉེར་བྱ་

རྒྱ་དེ་ཡིན་ཅིང་། ཚན་རིག་གིས་ང་ཚོའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཚོག་ཡིད་ལ་འཐད་
པའི་དེས་ཤེས་མང་པོ་ཞིག་སློད་ཀྱི་ཡོད།།

ཕྱུང་བ། འདི་ཉམས་ཞིབ་བྱ་ཡུལ་ལས་རྒྱན་དུ་དོན་དམ་དང་། བེམ་རྩམ། དུས་དང་བར་སྐྱང་
སོགས་ཀྱི་ཚོག་དོགས་གནད་སློང་གི་ཡོད། དེ་འདྲའི་ལྷ་ཚུལ་ལ་ངས་དུས་ནམ་ཡིན་ཁ་གཏད་དུ་
ལང་སྐབས་ནང་ཚོས་ཀྱིས་གནད་དོན་དེ་དག་ལ་ཐག་གཅོད་རི་ལྟར་བྱེད་མིན་དང་། ཚན་རིག་
གི་བདེན་པའི་ཁས་ལེན་དེ་དག་ནང་པའི་བདེན་པའི་ལྷ་ཚུལ་དང་ཆ་མཚུངས་རི་ལྟར་ཡིན་པ་
དེ་ང་ལ་ཡ་མཚན་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེས་ན་དུས་མཉམ་དུ་སྐབས་ཁེབ་པའི་གནས་ལུགས་
འདི་གཉིས་པན་ཚུན་རྒྱབ་འགལ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན། འདི་གཉིས་ལ་མཐུན་པའི་ཆ་གང་ཡང་
མེད་པ་ཡིན་ནམ། ངས་ནང་ཚོས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱ་སྲོད་མེད་པར་བརྟེན། འདི་
འདྲའི་ཁྱི་གནད་ཚོག་ང་ལ་དགོས་དེས་ཀྱི་ལན་འདེབས་ཤིག་མེད།།

མེ་ཐེའུ། ང་ཚོའི་སྐྱང་ཚུལ་ཀྱི་རྒྱབ་ཏུ་མིག་མཚོང་ལག་འཛིན་བྱུང་པའི་བདེན་པ་ཞིག་ཡོད་
དམ། ང་ཚོའི་སྐྱང་པའི་ཡུལ་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་གང་ཡིན་ནམ། ང་ཚོས་མཚོང་བའི་འཛིག་རྟེན་
འདི་གཡས་གཡོན་ཀུན་ཏུ་དངོས་སུ་ཡོད་དམ། སློབ་ལྟན་དང་སློབ་མེད་ཡུལ་ཅན་དང་ཡུལ་
བཅས་ཀྱི་དབང་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡོད་དམ། དུས་ཚོད་དང་། བར་སྐྱང་། རང་བཞིན་གྱི་གནས་
ལུགས་བཅས་དངོས་སུ་གནས་ཡོད་དམ། འདས་པའི་མི་ལོ་ ༣༥༠༠ ཅམ་རིང་ནང་པའི་ལྷ་
ལྷབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱི་གནད་འདི་དག་ལ་སློབ་གཉེར་བྱས་ནས་སྐབས་ཡོད། ཚད་མའི་བསྟན་
བཅོས་དང་། ཡུལ་འཛིན་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གཞག། ཚོས་ཀྱི་སྐྱང་ཚུལ་དང་རིམ་པ་མི་འདྲ་བའི་དབྱེད་
པ་གཉོང་ཚུལ་ཚོག་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཏེ་ཅང་ལྷག་པོ་ཡོད་ཅིང་། ཤེས་པའི་ལྷ་ཚུལ་དང་
སེམས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་བདེན་པའི་རང་བཞིན་འཚོལ་བའི་ནང་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་བསྟན་
བཅོས་པོངས་པ་མེད་པ་ཡོད།།

ཕྱུང་བ། ཁྱེད་རང་གིས་ནང་ཚོས་འདི་སེམས་ཀྱི་ཚན་རིག་ཅིག་ལ་ཤོད་ཀྱིན་ཡོད་དམ། བར་
ཚོས་འདི་རྟོགས་ཞིབ་དང་གྲངས་ཅིས་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་ཟང་གཞིར་བྱས་པའི་རང་བྱུང་ཚན་རིག་
དང་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནམ།།

མེ་ཐེའུ། ཚན་རིག་གི་བདེན་པ་ཡིན་ཚུལ་འདི་དེས་པར་དུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཚད་འཇལ་དང་རྟོག་

འདྲིང་ཆེ་བའི་ཚེས་གཞིའི་སྟེང་རག་ལུས་པའི་ཁྲབ་པ་མེད། བསམ་སློབ་ཚོད་དཔག་ནི་རྩ་ངར་
 གྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་གི་སྲོང་བས་དབྱུང་ཚོགས་པ་ཡིན། ལང་པའི་ཐབས་དང་ལམ་
 བེ་དབྱུང་བའི་ཚོགས་ལོ་ཚེས་པ་དང་རྟག་ཏུ་བསམ་སློབ་བརྟག་དབྱུང་རྣམས་ལག་ལེན་དུ་
 བཀོལ་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་བསམ་སློབ་ནང་བཀོད་འདོམ་བྱས་པའི་ཚོད་དཔག་གི་བརྟག་དབྱུང་ཡིན་
 པ་དང་། ཕྱི་རོལ་དུ་ལག་བསྟར་བཀོལ་སྤོད་ཐུབ་པའི་བརྟག་དབྱུང་ཅིག་མིན་ནའང་། དེས་སྲུན་
 འབྲིན་མི་རྣམས་པའི་མཚུགས་སྤོམ་ཞིག་རྒྱག་གི་ཡོད། ཐབས་ལམ་འདི་ཚོན་རིག་ནང་ལག་ལེན་རྒྱ་
 ཆེར་བསྟར་གྱི་ཡོད།།

ཤུའལ། དེ་བདེན་པ་མེད། བསམ་སློབ་བརྟག་དབྱུང་རྣམས་དམིགས་བསམ་འདོམ་ཁམས་
 རིག་པའི་ནང་བེད་སྤོད་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། ཨ་ཡན་ས་ཏེན་དང་སྟུན་གྲགས་ཅན་གྱི་དངོས་
 ཁམས་རིག་པ་བ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་གྱི་དོན་གྱི་ཚོས་ཉིད་མིག་སྟོན་གསལ་བཤད་ཅམ་
 མ་ཟད། ད་དུང་ཕྱི་དོན་གྱི་གནས་སྟངས་ཁ་ཤིག་ནང་ཡོད་པའི་འགལ་ཆེག་ཁག་ཐེར་འདོན་
 བྱ་སྲིད་བཀོལ་སྤོད་བྱས་ཡོད། དཔེར་ན། དུས་དང་བར་སྟངས་གི་རང་བཞིན་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱ་
 དུས་ཨ་ཡན་ས་ཏེན་གྱིས་རྟེན་བའ་བཤད་དེ་རང་ཉིད་འོད་རླུང་ཞིག་ལ་འཆར་སྟངས་བཀོད་པ་དང་
 ། འཕེན་ཤུགས་ཀྱི་སྟོང་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་སྐབས་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་སྟོང་སང་ནང་སྟངས་བཞིན་
 པའི་འདེགས་སྟོམ་ཞིག་ནང་ཡོད་པར་མཛོང་ཡོད།།

དེར་སྐབས་ཀྱི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བ་ཚོས་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་པའི་དཀའ་གནད་དེ་དག་ཐོལ་
 ལྷང་གི་ལམ་ནས་ནང་ཚོས་ཀྱི་དབྱུང་ཞིབ་དང་རྗེས་སློབ་ཡིན་པ་ངས་ཤིག་རྟོགས་ཐུབ་གྱི་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་། ལང་ཚོས་འདི་དེར་དུས་ཚོན་རིག་དང་སྟུགས་སར་དུ་དངོས་ཁམས་རིག་པ་དང་སྐར་
 དབྱུང་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ནང་དང་ཞེན་བྱ་དགོས་པ་གང་ཡིན་ནམ།།

མེ་ཐེའུ། དེ་དངོས་གནས་མེད། དེར་སྐབས་ཀྱི་ཚན་རིག་ནི་ནང་ཚོས་ལ་སྟོན་འཚུད་ནས་ཡོད་
 པའི་བདག་དབང་གཙོ་བོ་དེ་མ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། ལང་ཚོས་ཀྱིས་ཚན་རིག་གི་འཚོལ་ཞིབ་ནང་
 དང་དོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ལང་ཚོས་ཀྱིས་སྔ་མ་ཞིག་ནས་འི་བ་གཅིག་མཚུངས་
 ཤིག་འདོན་གྱི་ཡོད་དེ། འདི་ག་རྟེན་ཆགས་པའི་བྱུང་ཆར་ལྷུང་པའི་ཆ་འབྱེད་དུ་མེད་པའི་རླུང་

དེ་དག་ལོགས་སུ་འབྱེད་སྐབ་བཅས། དེ་དག་དངོས་སུ་གནས་ཡོད་དམ། ཡང་ན། དེ་དག་ང་
 ཚོར་བདེན་དངོས་ཉོགས་པར་བྱེད་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཙམ་ཡིན་ནམ། དངོས་ཁམས་རིག་པའི་གཏན་
 ཁེལ་ས་དེ་དག་ནི་ལྷ་ལྷུབ་པ་ལེ་ལེ་ལོ་ཡི་འདོད་པའི་ཁམས་རྣམ་དག་དེ་དང་འབྲེལ་བར་འཇུག་དུ་
 མི་གཏུབ་པ་དང་། དེ་དག་ལ་རང་ག་ལོས་ཀྱི་གནས་པའི་རང་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་དམ། ཁ་ཡབ་ཙམ་
 ཀྱི་འབྲེལ་མཚུངས་དེ་དག་ལ་ང་ཚོས་ལུང་སློབ་མི་བྱེད་པར་ཚན་རིག་དང་ནང་ཚོས་དབར་གྱི་
 མཚུན་པ་དང་མི་མཚུན་པའི་ཆ་གཉེས་ཀར་སློབ་གཉེར་བྱེད་པ་དེས་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གོ་
 ཉོགས་གཉིང་རིང་དུ་འཕྲོ་རྒྱུར་པའི་ཚོགས་ཡོད་སྲིད།

མདོར་ན། བྱང་ཚོས་ཀྱི་ཉོགས་ཞིབ་དེ་སྤོང་བ་དངོས་སུ་བརྒྱུད་པའི་དེས་ལེས་ཡིད་ལ་བྱེད་
 ཚུལ་ལ་གཞིར་བཞག་པ་ལས་མཁྲེགས་འཛིན་གྱི་ལྷ་བའི་ཚོག་བཀག་བྱ་བཅད་པ་ཞིག་མ་
 ཡིན། དེ་ནི་རང་ལ་དངོས་སུ་གང་ཤར་བའི་བདེན་པའི་ཡིན་སྤྱད་གས་གང་ཡང་ཁས་ལེན་ཚོག་
 པ་རེད། བྱང་ཚོས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་གཅིག་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དངོས་དང་སྤང་
 ཚུལ་གཉེས་ཀྱི་དབར་ལ་དབྱིས་སྤྱིན་པའི་སློབ་སྦྱོང་ཆ་གསལ་རྒྱ་དེ་ཡིན། བདག་ཅག་གི་སློབ་
 པས་ཚོངས་དད་ཀྱི་ཉེན་ཚབས་ལས་སྤྱང་སྤྱིར་ཁོང་གི་རྗེས་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་
 གསུངས་སོ།།

དགེ་སློང་དག་གས་མཁས་རྣམས་ཀྱིས།། བསྐྱེད་བཅད་བརྟེན་བའི་གསེར་བཞེན་དུ།།
 ལེགས་པར་བརྟེན་ལ་ང་ཡི་བཀའ།། ལྷན་བར་བྱ་ཡི་གྲུས་ལྱིར་མིན།།

འོན་ཀྱང་། ལེས་ཡོན་གསོག་འཇོག་བྱེད་པ་གཅིག་ལུས་འགྲིག་དེས་མེད་པ་རེད། འདི་སློ་
 མ་མཁྲེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་ནས། “གལ་ཉེ་ང་ཚོས་ལེས་ཡོན་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་ཡིན་ན་
 རང་ཉིད་གཏམ་དང་ལྷགས་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཆགས་རྒྱ་དང་། ང་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་གནས་བབ་
 དེ་སྤྱད་པོར་བརྟེན་བའི་སྤྱང་བོ་ཞིག་དང་ཁྱད་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་ལེས་ཡོན་གྱིས་རང་གཞན་
 གཉེས་ཀར་པན་ཚོགས་འཇུག་མི་བྱུང་།” ཅེས་གསུངས་སྤོང་ཡོད། འཇིག་རྟེན་གཏམ་དབུང་ཡང་། ལེས་རྒྱ་ཆེ་
 བ། སློབས་པ་ཆེ། ཞེས་དང་། དེས་ན་ང་ཚོས་སོ་སོའི་མི་ཆའི་ནང་མི་དགེ་བའི་འདོད་སྤྱོད་རྣམས་

དབང་རྒྱུད་མ་བྱས་པར་གཞན་ལ་ཕན་པ་རི་ལྟར་གཏོང་བྱུང་བམ། དེ་ལྟར་མི་དགེ་བའི་འདོད་
 སྤྲོད་པས་དབང་རྒྱུད་མ་བྱས་པར་གཞན་ལ་ཕན་པ་གཏོང་བར་བསམ་པ་ནི་དུལ་ལོང་མེད་པའི་
 རྒྱུད་པོ་གཅིག་གིས་ཤོང་སྤེལ་ཡོངས་རྫོགས་གསོལ་སྟོན་ལ་མགོན་འཛོད་བྱེད་པའི་བཞད་གད་ཀྱི་
 དུལ་ལྟ་བུ་ཡིན། ད་ལྟའི་ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་ནང་བྱུང་བའདུས་ཀྱི་རྟགས་མཚན་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་། གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་ལྷ་པ་དང་ལོ་གས་རྗེས་ང་ཚོའི་བདག་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་
 བསམ་སྒོ་རྒྱུད་དང་གཞན་ཕན་ཀྱི་སྒོ་ཆེ་བུ་ཕྱིན་པ་དེ་ཡིན། གལ་ཏེ་འདོད་སེམས་དང་། ཁོང་
 གོ་ང་རྒྱལ། ཞེ་སྤང་སོགས་སྤང་རྒྱུན་ལྟར་རྗེ་ཆེར་གནས་པ་ཡིན་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་དུས་ཚོད་
 འཕྲོ་བརྒྱུག་དང་། ང་ཚོས་སྒོར་སྤང་བའདུས་ཀྱི་ལམ་སྐོར་དུ་ཕྱིན་ཏེ་མི་གཞན་ལ་མགོ་སྐོར་བཏང་བ་
 རེད། དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ། དེར་དུས་ཀྱི་ཚན་རིག་ཤེས་བྱས་ང་ཚོར་ཕན་གཏོང་གཉིས་ཀའི་ཐོག་
 བས་འཛིན་སྒྲིབ་འདིར་འབྲལ་སྤྲོད་འཇུག་པ་དང་། གཞན་ལ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་ང་ཚོ་རང་
 ཉིད་ལ་འབྲལ་སྤྲོད་ཀྱི་ཚན་རིག་ཤེས་བྱས་ང་ཚོར་ཕན་གཏོང་གཉིས་ཀའི་ཐོག་
 གཞན་ཕན་ཀྱི་བསམ་སྒོའི་ནང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེ་ཉ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན་པར་བརྟེན། དེས་
 འཛིན་རྟེན་བཟང་སྟོད་དང་འབྲེལ་བའི་རིན་ཐང་བསྐྱུན་མི་ལུས། དེས་ན་ང་ཚོར་རང་གཞན་ཀུན་ལ་སྤྲུག་
 བསམ་ཉ་ཅང་རྒྱན་མཁན་ཀྱི་གཞི་ཅའི་འཇུག་སྤང་ཀུན་ཚར་གཏོང་བུ་ཕྱིར་སེམས་ཀྱིས་སེམས་རང་ཉིད་
 ལ་བརྟེན་ཞིབ་བྱེད་པའི་བསམ་སྒོམ་ཀྱི་ཚན་རིག་ཅིག་དགོས་པ་ཡིན།

འབྲུའ། རའི་ཤེས་རྟོགས་ལྟར་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་གཙོ་བོ་ཉམས་ལེན་སྟོང་རྒྱ་དེ་
 ཡིན་ཅེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་ནས་ང་ཚོའི་མི་ཚེའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོ་ནི་ང་ཚོ་རང་ཉིད་
 ཡང་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ལས་འཛིན་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཁུངས་དང་བེམ་རྗེས་ཀྱི་རང་
 བཞིན་ཅེ་ཡིན་སོགས་ལ་སེམས་ཁམས་བྱ་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དེ་གསུངས་ཡོད།

མེ་བྲུ། སངས་རྒྱས་ལ་མི་གཞན་ཞིག་གིས་འཛིན་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་སྟོང་ལ་འི་བ་འགའ་ཞིག་
 འིས་པ་ན། དེའི་ལན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཤིང་ལོ་སྐར་མོ་གང་བརྱས་ནས་འདི་སྐར་མོ་དང་
 ཤིང་ནགས་གཉིས་གང་དུ་ལོ་མ་མང་བ་ཡོད་དམ་ཅེས་འིས་བསམ། མི་དེས་ཤིང་ནགས་ནང་དུ་
 ལོ་མ་མང་ལགས་པོ་ཞེས་སྐྱེས་པོ། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདི་ལག་པའི་ནང་གི་ཤིང་ལོ་
 འདི་དག་གིས་སྤྲུག་བསམ་ཀྱི་མཐའ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་བྱའི་ཁམས་མཚན་པ་ཡིན་ནོ།

མོ་བརྒྱ་དགུ་ཡིན་ཏུས་ཚོན་ཅམ་མཚོ་སློབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན། དེར་ངས་སྟུན་གྲགས་ཆེ་བའི་ཚོན་
 རིག་གི་བསམ་སྒྲོ་སྒྲིབ་དང་། རྣོ་སྒྲུལ་གཟེངས་ཉུགས་བཞེས་མཁུན། རྒྱལ་ནང་ཚོན་རིག་
 སྒྲོབ་ཁང་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟུན་དུ་ངས་དབྱུང་བ་མཉམ་བཤད་བྱས་ཡོད། ངས་གཡོ་སྟངས་
 མེད་པའི་སློ་ནས་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་ཆེ་སྤྱིལ་སྤངས་དང་ཡང་སློས་འབྲོ་བ་མེད་འབྲེལ་ལམ་ནང་ཁོང་
 ཚོའི་རིག་ཅལ་དང་གསར་གཏོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་ཁོང་ཚོ་ནི་གཞན་ལས་སྟུག་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
 བསམས་ཡོད། ང་རང་ཉ་ཅང་སློ་བམ་ཆེན་པོ་བྱུང། ང་ཚོ་ནི་རང་ཉིད་སོ་སོའི་སྒྲོབ་གཞིའི་ནང་གྲགས་
 ཆེ་བའི་ཚོན་རིག་པ་དང་ལུལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་ཉེན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་ང་ཚོ་ད་དུང་
 དངངས་སྟུག་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ཏུ་ལུས་ཡོད། འགལ་ཚོས་འདི་མཚོང་དུས་ང་རང་ཉ་ལས་དགོས་པ་བྱུང་
 ། ངའི་བསམ་སྒྲོར་ནང་ཚོས་དང་ཚོས་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཞན་དེ་དག་གིས་ཚོན་རིག་ནང་དམིགས་
 བཀའ་བཟང་སྐྱོད་དང་དེ་མིན་གྱི་ཆད་སྟུག་རྣམས་ལ་ཁ་སྐོང་བྱ་བྱུང་སྲིད།

ཚོན་རིག་གི་མོ་རྒྱས་ནང་ལུལ་བྱུང་གི་མིག་དཔེར་བྱུང་བའི་ཚོན་རིག་པ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་
 ཏུང་མི་སྐྱེར་སོ་སོའི་གནད་དོན་ལ་འཕྲད་དུས་ཁོང་ཚོར་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་སྐྱུ་དེ་ཅམ་མེད།
 མངོན་གསལ་དོད་པའི་དཔེ་ཞིག་ནི་ཚོན་རིག་པ་ཞི་ཉུ་འོན་ཡིན། ཁོང་ནི་ཨ་ཡན་ས་འུ་མ་
 གཏོགས་དེ་མིན་གྱི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བའི་ཁོད་ནས་སྟུན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཆགས་ཡོད།
 ཞི་ཉུ་འོན་གྱིས་དབྱིན་ཡུལ་གྱི་ཚོན་རིག་སྟུན་ཚོགས་ནང་རང་གི་ལས་རོགས་གྱི་ཚོགས་ལ་རང་
 འདོད་དབང་འཛིན་གྱི་རྣམ་འགྲུར་བསྟན་ཡོད། ཚོན་རིག་པ་མེད་སྤི་ནི་ཇ་ (Leibniz) དང་ཞི་ཉུ་
 འོན་ (Newton) གཉིས་ཀས་མན་ཚུན་བརྟེན་མི་དགོས་པར་ཆ་སྟན་བསམགས་ཅིས་གྱི་སྐོར་ལ་
 གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། ཞི་ཉུ་འོན་གྱིས་ཁོང་ལ་འོར་འཁྲུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་རང་ཉིད་གྱི་གསར་
 གཏོད་བརྒྱས་ཁྱེར་བྱས་པའི་ཉེས་འཇུགས་བྱས་དང་། གཞན་ཡང་གཞམ་རིག་པ་འཛོན་ སྟེ་
 ལེམ་སི་འི་ཇ་ (John Flamsteed) ཞི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་གཏད་དུངས་མ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཡོད། དེ་
 ལས་ཀྱང་སྟུག་མོ་བ་ཞིག་ལ་འཇར་མན་གྱི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བ་སྟེ་ལེ་ལི་ནར་ཇ་ (Philipp
 Lenard) དང་འཛོན་རྒྱ་སེ་སེ་འག་ (Johannes Stark) གཉིས་ཀ་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ནང་
 རྣོ་སྒྲུལ་གཟེངས་ཉུགས་ཐོབ་མཁུན་ཡིན་ཀྱང་། ཁོ་ལོ་གཉིས་གྱིས་འཇར་མན་གྱི་ཚོན་རིག་དེ་
 འཛིན་མི་རིགས་ཀྱི་ཚོན་རིག་ལས་སྟུག་པར་བཤད་དེ་སེམས་ཅ་འཁོལ་པོའི་ཐོག་ནས་འཇར་

གཞན་དེར་བཟུགས་བཟོད་བྱ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར། རོན་གནད་གཙོ་བོ་ནི་ཚན་རིག་གི་ཤེས་རྟོགས་
 དང་འགོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་དབང་ལ་ཕན་ཚུན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཙུ་བ་ནས་མེད་པ་དེ་རེད། དེས་སྐྱེན་
 པས་ར་ཚོར་ཚན་རིག་འདི་རྒྱ་ལ་མཐུན་གྱི་ས་ལ་འཛོག་དགོས་པ་བཟོས་ཡོད། དེ་ནས་ར་ཚོས་
 མི་ཚེའི་ལྷ་རྒྱལ་རྒྱ་ཆེ་སའི་ཐོག་ནས་བལྟས་ཏེ་ར་ཚོ་རང་ཉིད་ལ་དེའི་བཞོལ་སྦྱོད་དངོས་གྱི་སྐོར་
 ལ་དེ་བ་འདོན་ཚོག་པ་ཡོད།།

རས་ཚོས་སྐྱོགས་གྱི་རང་བཞིན་ནི་མི་སྐྱེར་གྱི་འགྲུར་བ་གཏོང་བའམ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འཛོང་གི་ཡོད་ཅིང་།
 དེས་ཚན་རིག་ལ་སྐྱབས་བདེ་པའི་ཐོག་ནས་ཁ་སྐོར་མི་བྱེད་པར། དེ་ནི་འགོ་བ་མིའི་གཞི་ཅའི་
 དགོས་མཁོ་དང་། ཚན་རིག་གི་ལྷ་རྒྱལ་དེའི་དཀའ་ངལ་དངོས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད། མི་སྐྱེར་
 གྱི་འགྲུར་བ་གཏོང་བྱ་དེ་བྱ་བ་ལས་སྐྱ་བོ་ཞིག་མ་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱས་ལུགས་ཡོད་ཚད་
 དེའི་ཐོག་དམིགས་མཁན་རྣམས་ལ་འང་དེ་ལྟར་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། དེར་བརྟེན། གལ་ཏེ་
 རང་ཉིད་ཀྱི་འགྲུར་བ་གཏོང་བྱ་དེ་གལ་གནད་རྒྱུ་དང་འདི་གནད་དོན་ལྟ་བུ་ལ་བཅེས་ན་དེའི་བྱ་བ་
 འབྲས་ཀྱང་སྐྱོབས་དམན་པ་ཡོད་གི་ཡོད། ཚོས་སྐྱོགས་ནས་སེམས་ལ་འགྲུར་བ་གཏོང་བྱ་དེ་
 རྒྱབ་སྐྱོངས་གྱི་གདམ་ར་ལྟ་བུ་ལ་བཞག་ནས་ར་ཚོའི་འཚོ་གནས་གྱི་དགོས་དེས་ཆ་ཤས་ཤིག་
 ཆགས་ཏུས་དེས་ཚན་རིག་གི་ལས་གཞི་ཚང་མའི་ནང་ཚོངས་པས་སྐྱིབ་སྟེ་དགོས་དམིགས་
 རྣམས་ལ་ཁ་གསལ་པོ་མེད། དེ་ནི་ཉལ་ཏུ་རྒྱལ་མཐུན་བཞིན་ཆ་སྟོན་པོ་མེད་པ་དང་དེར་འགལ་
 ཚོས་སྐྱུ་ལྷུར་པའི་བྱ་བ་འབྲས་ཤིག་ཡོད་གི་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན། སེམས་ལ་གཞི་ཅའི་སྐོར་སྐྱེན་
 སངས་པའི་ཀྱན་སྐོར་ཡག་པོ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ན། དཔུང་ཞིབ་སྐྱབ་ཏུང་གི་མཚམས་ཚོད་དེ་
 ར་ཚོའི་དགོས་འདོད་གང་དང་མེད་ཏུ་མི་རུང་བ་ཅི་ཡིན་སོགས་ལ་བལྟ་རྒྱ་ལས་གལ་ཆེ་བར་
 མཚོང་གི་ཡོད་པ་ནི་འགོག་མེད་ཡིན།།

ཚན་རིག་པ་ཁ་གསལ་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་ཀ་གཙོ་བོ་ནི་འཚོལ་ཞིབ་དང་གསར་ཉེད་བྱ་རྒྱ་ཁོ་
 ན་ཡིན་པར་བསམས་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་འབྲས་བཞོལ་སྦྱོད་ཐོག་འགན་འཁུར་ལེན་གྱི་མེད། དེ་
 འབྲའི་གནས་སྟངས་ནི་འཇུག་སྟངས་ཅམ་ཞིག་དང་བསམ་བཞིན་དུ་མིག་སྐྱིབ་པ་འཇུག། དེ་བས་ལ་
 ར་བ་ཞིག་ལ་དེ་ནི་ཁར་སྐྱབ་བྱ་བྱའི་སྦྱོད་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན། ར་ཚོར་ཤེས་ཡོན་གྱིས་དབང་ལུགས་
 སྦྱོད་པ་དང་། དབང་ལུགས་ལ་འགན་འཁུར་གྱི་བསམ་སྐོར་དང་། ར་ཚོའི་དངོས་ལུགས་ཀྱི་བྱ་སྦྱོད་

དང་དེའི་མཚུག་འབྲས་གང་ལའང་རང་ཉིད་ལ་འགན་འཁུན་ཡོད་པ་བསམ་དགོས།།

ཚན་རིག་གི་ཉམས་ཞིབ་དེ་ཡང་ཡང་འདུན་པ་ཡང་དག་གི་ལས་ནས་རྒྱས་སྟོན་གྱི་ཡོད་
ཡང་དུས་རྟལ་ཏུ་དེ་ལྟར་ཡོད་གི་མེད། དེ་ནི་ཚབ་སྲིད་པ་དང་། དམག་དོན་པ། ཚོང་པ་སོགས་
ཀྱི་ལག་ཏུ་ཐེབས་ནས་ཁོང་ཚོས་ཚན་རིག་ལ་དོགས་གཞི་ཡོད་པའི་བཀོལ་སྤྱོད་གྱི་ཡོད།
སྲིས་ཡང་ཚན་རིག་དང་། དབང་ཆ། དཔལ་འཕྲོད་བཅས་ཀྱི་ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ནང་སྤང་
མེད་བྱ་བྱུང་གི་མེད། དེ་ལྟར་འདུང་། ཚན་རིག་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལས་སྐྱོལ་འོ་སྟོན་སྟོན་དཔག་
བྱ་བྱུང་པའི་ཚན་རིག་ཉམས་ཞིབ་ནང་བཀོལ་སྤྱོད་སོགས་པའི་སྟོང་ལ་རྟལ་ཏུ་དོགས་སྟོང་གྱི་
ཡོད། དོན་དངོས་ཚོགས་དེ་འདྲའི་དོགས་སྟོང་གྱི་རྒྱལ་ཉི་རྒྱལ་མཚོན་ཆ་གསལ་གཏོང་བྱས་
པ་དེའི་རྗེས་ཁོ་ནར་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་གཞི་ཚའི་ཉམས་ཞིབ་དེ་དག་བར་
གནས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྲོས་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུའི་སེམས་ཁུལ་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་བར་མངོན་
གསལ་དོད་པོའི་སྟོན་སྟོན་ནང་འབྱུང་སྟེ་ལ་རྒྱས་པའི་གོ་མཚོན་ཚོན་སྤྱོད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་
མནར་དུ་འཇུག་པའི་ཐབས་ལམ་གཞན་ནང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་བྱ་བར་གནས་ཡོད།།

ཤུའོ། ཚན་རིག་པ་སྤྱི་ཡོད་ཡང་བསམ་བཞིན་དུ་འཆི་སྟོན་དང་འཛོམ་ཆེའི་གཏོར་བའི་ག་
གཏོར་བའི་གོ་མཚོན་ཡང་རྒྱས་ཀྱི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་ནི་བསམ་ཤེས་བྱ་ཐབས་གྲམ་ཡོད། མེ་
སྒྲ་ནམ་གྱི་དམག་འགྲུག་སྐབས་ལོ་སྤེལ་གཞེངས་རྟལ་མཁུན་འཇུག་པའི་ཨ་རིའི་གྲགས་ཆེ་བའི་ཚན་
རིག་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་ཨ་རིའི་དམག་སྡེ་སྟོན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོས་རྗེས་ང་རང་ཉ་
ལས་པ་བྱུང་། ཚོགས་སྡེ་དེ་ནི་ཨ་རིའི་སྤྱང་སྟོན་ལྟར་ཁང་གིས་བཅུགས་པ་ཞིག་དང་། དམག་དོན་
ནང་གོ་མཚོན་གསལ་པ་བཟོ་སྟོན་གྱི་སྤྱོད་ཐད་སྟོན་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དམ་གྲགས་ཆེ་བའི་
མི་སྤྱོད་དག་མི་རྗེ་ཅམ་མང་བ་གསོད་བྱུང་པའི་གོ་མཚོན་གསལ་བཟོའི་བྱིར་རྒྱ་རེའི་ནང་མན་
ཚུན་ཐེངས་རེ་མཉམ་འཛོམས་བྱེད་པ་དེ་ཞེན་ལོག་སྟེ་གཞི་ཞིག་ཏུ་མཚོང་གི་ཡོད།།

མི་ཐེན་ལྷོ་མོ་ ༡༩༣༦ ལས་ ༡༩༥༦ བར་སྤྱི་མི་ཏེན་ (Swedish) ཀྱི་གཞུང་ནས་མི་སྟོང་
སྤྱུག་དྲུག་ཅུ་ཅམ་རིགས་དམངས་བར་བརྟེན་ནས་དེ་དག་གི་སྤྱི་སྟོན་བཀག་པ་དང་། སྤྱི་མོ་ ༡༩༣༣
ལས་ ༡༩༥༣ བར་ཨ་རི་སྤྱི་ལྷ་རྒྱ་མའི་མངའ་སྡེའི་ནང་ཨ་རིའི་མི་སེང་བཞི་བརྒྱ་ཅམ་དཔུས་
མོངས་དང་མི་རིགས་ནག་ལོ་ཡིན་པར་བརྟེན། མི་དམངས་འཛོད་བསྟེན་ཞབས་ཞུ་སྟོན་ཚོགས་
ཀྱིས་རྒྱུན་རིང་སེ་སོགས་ (syphilis) གི་ནད་གཞིའི་ཉམས་ཞིབ་བྱིར་མི་དེ་དག་ཤེས་ཚོར་མེད་པའི་

སེམས་ཅན་ལྟར་བཞོལ་སྤོང་བྱས་ཡོད། གལ་ཏེ་ནད་པ་རང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་ཁང་དུ་འཆར་ཅན་
 བརྟམ་དཔུང་བྱེད་དུ་ཡོང་ན་གཞུང་སྲིད་ལྟུང་ནས་ནད་པ་དེ་དག་ལ་རིན་མེད་ཚོགས་འཛོལ་བསྐྱེད་
 གྱི་ལྷ་རྟོག་དང་། དེའི་སྤྱི་དུ་དུར་མཚོད་ཀྱི་འགྲོ་སྐོན་ཐེ་བའི་མཐུན་སྦྲེན་གཞན་སྤོང་རྒྱུའི་ཁས་
 ལེན་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། དོན་དངོས་སྐོན་ནད་པ་དེ་དག་ལ་ལྷ་སྤོང་གང་ཡང་སྐོན་མེད། གནད་དོན་
 དེར་མི་རིགས་ནག་པོ་མའི་ནད་སེ་མོག་ནད་གཞིར་བཅོས་ཐབས་མ་བྱས་པའི་ཏེ་མེ་གི་སྤྱིའི་
 ཉམས་ཞིབ་ (Tuskegee Study) ཅེས་གྲགས་པ་དང་། དེ་ནི་སྐྱོན་གྲགས་ཆེ་བའི་སྐྱོན་པ་དང་ཚན་
 རིག་པ་སོགས་གྱིས་བཅོས་ཐབས་མ་བྱས་པའི་སེ་མོག་གི་ནད་གཞིའི་འཕེལ་འགྱུར་སྐོན་གྱི་ཉམས་
 ཞིབ་བྱས་པ་ཅུ་དང་། ཁོང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་ཁག་འབྲས་མཉམ་དུ་གྲགས་ཆེ་བའི་
 སྐྱོན་དཔུང་གི་དུས་དེབ་ནད་དུ་བྱུང་བྱེད་བྱས་ཡོད། ཉམས་ཞིབ་དེའི་ནད་ནད་པ་ ༣༡ ཅུ་
 འདས་ཐོངས་སྤྱོད་པ་དང་། ནད་པ་ ༡༠༠ ཅུ་ལ་ཁོར་དུ་ནད་གཞན་འགོས་པ། ཚུང་མ་ ༤༠
 དང་སྤྱ་གྱ་ ༡༤ ཅུ་ལ་ངན་རྩས་གྱིས་བསྐྱེད་ཡོད།།

གསར་འགོད་པ་འཛིན་སྤྱི་ལར་ (Jean Heller) གྱིས་དམངས་ཁོང་དུ་གནས་ཚུལ་བྱེད་སྤེལ་
 བྱས་ནས་ཉམས་ཞིབ་དེ་སྤོང་དུ་མཚམས་འཛོག་བྱས་པ་དང་། འགྲོད་བསྐྱེད་ཞབས་ཞུ་སྐྱོན་
 ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་མི་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་ཉམས་ཞིབ་བྱས་ཚུལ་སྐོན་འགྱུར་སེམས་སྐྱོན་
 ཏུ་ཅུ་ཡང་བསྐྱེད་མེད། དེ་ལྷ་ནའང་། སྐྱོན་པ་དེ་དག་འཇར་མན་ལྷ་རྒྱུ་རྩིའི་ཚོགས་མི་ཡང་མ་
 ཡིན་ཅིང་། ཁོང་ཚོ་ནི་རང་དབང་ལུང་བའི་ནད་འཚོ་བའི་མི་དམངས་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་བ་དང་ཉམས་
 ཞིབ་པ་ལ་སྐྱབས་ཡིན། མཐར་གཏོད་འཆེ་སོག་ཡུལ་གྱི་མི་སེར་རྣམས་ལ་གྲུན་གསལ་བ་སྐྱོན་ཏུ་
 ཅུ་ཞིག་སྤྱད་ཡོད་ཀྱང་སྐྱོན་པ་གཅིག་ཀྱང་ཁྲིམས་ཁང་དུ་སྤྱར་མེད། ཁོང་ཚོར་ ༡༩༤༧ ལོའི་
 རྗེས་ཁོ་ནར་ཨ་རིའི་སྤྱི་འཛིན་ཁི་ལིན་ཏན་ (Clinton) མཚོག་ནས་ཨ་རིའི་མི་མང་གི་མིང་སྐོན་
 ལས་དགོངས་སེལ་བྱས་ཡོད།།

༡༩༥༡ ལོར་སྐྱོན་པ་ཉི་སའོ་ཡུ་ཤི་མི་རྩ་ (Hisato Yoshimura) མཚོག་ལ་ཁོར་ཞུགས་གི་བསྐྱེད་
 འགྱུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཚན་རིག་ནད་ཉི་ཉོང་གི་བྱ་དགའ་སྐྱོན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དེ་སྐོན་ཡོད།
 འཇར་མིང་དམག་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐབས་ཁོང་ནི་དམག་སྡེ་ཨང་ ༥༣༡ གི་དེས་སྐྱོན་པ་ཡིན་
 ཅིང་། དེའི་སྐབས་ཁོང་གིས་རྒྱ་ནག་དང་དེའི་མཐུན་སྦྲེན་ཁས་ཁབ་ཁག་གི་བཅོན་པ་རྣམས་
 ཚོད་ལྷ་བྱ་ཡུལ་དུ་སྤྱད་ཡོད། ཁོར་ཡུག་ལ་བསྐྱེད་འགྱུར་བྱེད་པའི་ཉམས་ཞིབ་དེའི་དཔེ་མཚོན་

ཞིག་ཞི། ཁོང་གིས་བཙུག་པ་ལྟམས་འབྲུག་ཚུ་གང་མོའི་ནང་འབྱིང་དུ་བརྟུག་པ་དང་དེ་ནས་ཁོང་
 ཚོར་ཐོ་བ་གཞུས་ཏེ་བཙུག་པ་ཚོའི་རྐང་ལག་ག་དུས་འབྲུག་པ་ཐེབས་ཀྱི་ཡོད་མིན་བརྟག་དཔྱད་
 གུས་ཡོད། ཡང་དཔེ་མཚོན་གཞན་ནི་མངར་ཟས་ནང་ནང་འབྲུས་བསྐྱར་དེ་རྒྱ་ནག་གི་ཕྱ་ཕྱ་ཚོ་
 ལ་སྤྱད་ནས་དུས་ལྡན་རྗེ་ཙམ་མཚོ་གས་པོའི་ནང་སྤྱ་གུ་དེ་ནམས་འཆི་འཕོ་མིན་བལྟས་ཡོད།
 ལོང་གི་དཔེ་མཚོན་འདི་དག་ལས་སྤྱིར་བཏང་ཚོན་རིག་གིས་འཕྲོ་བ་མིའི་མཐུན་ཚུན་ཡར་རྒྱས་
 བྱང་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་བཏོན་ཡོད་ཀྱང་། ཚོན་རིག་ལ་ལྡན་སྤྱེས་ནས་ལྡན་པའི་བཟང་སྤྱོད་མེད་པ་
 དེ་བལྟན་ཡོད།།

ལུ་འབྲ། ངས་ཚོན་རིག་གིས་དཔེ་ཉམས་ཞིབ་ཀྱི་མཁུག་འབྲས་ལ་སྤྱད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པའི་
 ཡིད་ཆེས་བརྟན་པོ་ལྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་འགོ་འཁྲིད་དང་། ཆབ་སྲིད་པ། ཚོང་པ་སོགས་
 གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྣོ་བས་ལུགས་དེ་གཡུལ་བཤམ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་སྣོ་བས་རྗེ་ཆེར་གཏོང་
 བའམ། ཡང་ན། སོ་སོའི་དཔུལ་འཕོར་གསོག་འཛོག་གིར་དཔུལ་ཕོངས་ལ་བལྟག་གཞོག་དང་
 ཁོང་ལྷུག་ལ་གཏོར་བཤིག་གཏོར་བའི་མཁུག་འབྲས་ངན་པ་དེ་རིགས་ཀྱི་འགན་འཁུར་དེས་
 བར་དགོས་པའི་ཁས་ལེན་བྱ་དགོས།།

མེ་ཐེ་འུ། དོན་དངོས་ཐོག་གོ་མཚོན་ཚོར་ལས་ལྱེད་ཚུལ་འདི་འབྱོར་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་ཁབ་ཁབ་གི་
 ཚུལ་འཚོས་དང་ཆེས་ཆེར་ཁོང་ཁོ་སྤོང་གཞིའི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ཡིན། འཛམ་གླིང་འདིའི་གོ་
 མཚོན་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་གོ་སྤྱ་ཙམ་ནི་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་བདེ་སྤྱང་ལྡན་ཚོགས་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཡོད་
 པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཁབ་ལྡན་པའོ་སྤྱན་གུས་ཡོད། དེ་ནི་བཟང་སྤྱོད་དང་འགན་ལེན་གྱིས་ཡོངས་
 ལྷན་ཕོངས་པའི་དཔེ་མཚོན་གཞན་ཞིག་ཡིན།།

དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་ནི་འབྱོར་ལྡན་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཚོའི་ནང་ཐོན་ཁུངས་འགོ་བརྒྱག་གཏོང་
 གི་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། འཛམ་གླིང་ཁྲོན་ཡོངས་སུ་གཞི་རིམ་ཤིས་ཡོན་ཐོག་ཨ་སྤོར་ཐེར་འབྲམ་
 གུག་གཏོར་གི་ཡོད། མོ་ལྷར་ལྷ་རོ་བ་དང་ཨ་རིའི་ནང་ཨ་སྤོར་ཐེར་འབྲམ་བརྟུ་གཉེས་ཙམ་གྱི་
 ཞིམ་ལྷུག་ཇས་ཐོག་གཏོང་བ་དང་། འཛམ་གླིང་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཨ་སྤོར་ཐེར་འབྲམ་བཞི་བརྒྱ་
 ཙམ་ཁྲིམས་འགལ་ཀྱི་བཟེ་སྤྱན་དང་། ཨ་སྤོར་བདུན་བརྒྱ་ཙམ་གོ་མཚོན་བཙུག་ཀྱི་ཐོག་གཏོང་
 གི་ཡོད།།

བསྐྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ལས་སྐྱོ་བོར་ཤེས་རྟོགས་ལྷན་སྦྲེན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཐང་ཀའི་སྐྱོར་བ་ཞིག་ལས་བཟང་ངན་རྣམས་འབྱེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསུམ་སྟོན་ཚུད་ནས་ཐག་གཅོད་ཐེན་པའི་ཁྲིམས་སྲོལ་ཞིག་མ་ཡིན། དེ་ནི་ར་ཚོའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྐྱོང་ལ་བར་མཚམས་མེད་པའི་སྐྱོ་ནས་དོ་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་དོན་མིན། ར་ཚོའི་སེམས་ནི་ཡུལ་གང་ལ་བསྐྱེད་པ་དེའི་ཁ་དོག་སྟོན་པའི་ཤེལ་ཚོ་ལྟ་བུ་ལ་དཔེ་འདོན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཡུལ་གང་ལ་འདང་མ་གཏོགས་པའི་བར་གནས་པ་ཞིག་ཡིན། ར་ཚོའི་འཆར་སྐྱོའི་སྣང་ཚུལ་ཅི་ལྟར་ཡང་དེས་ར་ཚོའི་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་དངོས་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

འདིར་གླེང་བའི་དོན་གནད་ནི་ཁོང་ཁྱོད་དང་། འདོད་ཇམ། སློབས་པ། ཞེ་སྣང་སོགས་ཀྱིས་དེད་པའི་གང་ཐག་དེ་ཚོར་ཉེས་འཇུགས་བྱ་རྒྱ་མིན་ལ། དེ་འདྲའི་སྣང་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་མི་དགེ་བའི་འདུ་ཤེས་དེ་དག་ལ་ར་ཚོས་བག་ཡངས་བྱ་རྒྱ་ཡང་མ་ཡིན། བར་ཚོས་ཀྱི་ལག་བསྟར་དེ་དོན་དངོས་ཐོག་ཉ་ཅང་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། ཚན་རིག་གི་ཉམས་ཞིབ་ནས་ར་ཚོར་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རུང་། དེས་ཚོས་སྤྱོད་ཀྱི་འཆར་ཡོང་དང་བར་སེམས་ཀྱི་འགྲུར་བ་གཏོང་མི་ལྟེ། དེ་ལས་སྤོག་སྟེ། ཚོས་སྤོགས་སམ་བསམ་སྐྱོམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ནས་ར་ཚོས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བྱེད་ལས་སྐྱོང་བའི་འདིག་རྟེན་དེའི་ལམ་ནས་དེས་པར་འགྲུར་བ་ཡང་དག་གི་ས་ལ་འབྲིན་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཚད་རུལ་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་ནང་ར་ཚོའི་རྣམ་ཤེས་ནི་བདེན་དངོས་གཞན་ལས་ལོགས་སུ་འཛོགས་ལྟར་གྱི་མེད་པར་ལྟར་དེའི་སྐོར་ལ་རྒྱས་པར་ཤེས་ཀྱི་མེད། ར་ཚོ་སྐྱེད་ཀྱི་སྐྱོར་བ་ལས་ཤེས་རྟོགས་ལྷན་བསྟར་དེ་ནི་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་ཡོད་པའི་བདེན་པའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན། རྣམ་གཞག་གི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཐང་ཀའི་སྐྱོར་བར་བསྐྱོད་པ་ནི་བཟང་སྐྱོད་དང་བཞུལ་བའི་དཀའ་གནད་སེལ་ཐབས་ཤིག་ཡིན། ར་ཚོའི་བཟང་སྐྱོད་ལས་དེ་ནི་ར་ཚོའི་ནང་གི་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོད་ལམ་གྱི་སྟེ་ཤེས་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་གསལ་སྟོན་ཡོང་བུས་ར་ཚོའི་བསམ་སྐྱོད་དང་། སྐད་ཆ། སྐྱོད་ལམ་སོགས་ཀྱི་ནང་རང་བཞིན་གྱི་སྐྱོ་ནས་དེ་དག་རྣམས་འགྲུར་སྟོན་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་དེ་དག་གིས་མི་གཞན་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་བརྒྱལ་བ་རེད།

ལྷོ་ལ། དེར་བརྟེན་དེ་ནི་རྣམ་གཞག་དང་སྐྱོར་བ་གཉིས་གོ་བབས་གཅིག་ཏུ་འཛིན་དགོས་

པའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད།

མེ་ཐེང་། དེ་རེད། འདི་ནི་ཕྱི་དང་བའི་རིན་ཐང་དངོས་ཡིད་ལ་བྱེད་མཁན་དེ་ཡིན། ར་ཚོའི་རྣམ་ཤེས་ནི་བདེན་དངོས་ཀྱི་དང་ཉེ་བར་འཆིང་ནས་ཡོད་པས་ཚན་མིག་གི་སྐོར་ནས་དེ་འཚོལ་རྒྱུ་ལྟའི་རྣམ་པ་ལོང་དེས་ཤིག་མེད། ར་ཚོའི་སེམས་ནི་དེར་འཚོལ་ཞེས་བྱ་རྒྱུ་དང་དབྱེད་མེད་དུ་ཐེང་ནས་ཡོད་ཅིང་། ར་ཚོའི་འཚོ་གནས་ཀྱང་དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་འཇུག་པ་དེས་པར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། བྱང་པའི་ཉམས་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ར་ཚོ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་དང་པན་རྒྱུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་གསུང་དུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བརྗོད་སྐབས་མེད་པའི་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱེ་བ་དང་། སྤྱིར་རྗེའི་སློབ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་གནས་ལ་གཞི་རྩ་ཀྱང་ནས་འཇུག་པ་གཏོང་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ར་ཚོའི་ས་སྐྱབས་མགོན་མཚོ་ག་དང་མཇུག་འབྲུག་གནད་ཚུང་བའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་གི་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་པའི་དུས་ལྷན་སྐྱེད་ཅུ་དེ་བཅེ་བ་དང་སྤྱིར་རྗེའི་སློབ་ལ་གསུང་བཤད་བརྒྱ་ཕྱག་ཐོས་པའི་ཕྱིར་ཚོར་ལས་སྐྱབས་པ་ཡོད་པ་ཤེས་ཏེ་གསུང་དུ་ཡོད།

སྤྱིར་ནང་པའི་འཚོལ་ཞེས་དང་འཇུག་པ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལས་ཁག་ནི་རིམ་བཤ་བཞིན་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་སྤོམས་འཇུག་དང་རྟོག་ཞེས་ནས་འགོ་འཇུག་པ་དང་། དེ་ནས་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་དབྱེད་པའི་ལས་དུ་ཞུགས་ཏེ་ར་ཚོའི་མཐར་ཐུག་ལ་སྐོར་ཤིང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྤོམས་ལེགས་པ་ཞེས་ལ་སྤོམས་ཉམས་ལེན་སྤོར་རྒྱུ་འདི་ཡུལ་དང་སྤོར་ལས་ལ་ལྷ་བའི་ཐབས་གསལ་པ་ཞེས་ཡིན། འདིར་སྤོམས་སྐྱབས་བྱེད་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་འཇིན་རྒྱུ་གསལ་པའི་ནང་ཕྱིར་འདྲིས་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤོམས་སྐྱབས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་ར་ཚོའི་བྱེད་ལས་ནང་རྣམ་འཇུག་སྟོན་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ར་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་ལས་ཐད་ཀར་ནང་གི་བྱང་རྒྱུ་དང་མཐར་དེ་དག་སློབ་ཅེ་སྤོམས་ནས་བཟང་སྤོར་སྐོར་བྱ་བརྒྱུད་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ར་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལེགས་ཉེས་སློབ་སྦྱོར་པའི་མི་ཁ་ཤས་ཤིག་ལས་སྐོར་སྤྱེད་བྱ་རྒྱུ་མེད། དེ་འདྲའི་བཟང་སྤོར་དང་སྐྱབས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནི་གྲགས་ཆེ་བའི་བསམ་སློབ་ཡོད་པའི་མིས་སྐྱབས་ཡོད། ར་རང་སྤོར་པའི་ཤོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དེ་འདྲའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྤོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ཡིན་ཤིག་བྱེད་པའི་མིའི་བྱང་ཚེས་མི་ཚང་བའི་ཚོད་དཔག་བྱེད་པ་ནི་སློབ་དོར་འཆར་མི་སྐྱབས་པ་ཞེས་དང་། ཚོས་སྤོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནང་སྐོར་བ་མེད་བཞིན་དུ་རང་འདོད་དང་། སྤོར་སྐྱེད་

བ། རང་མཐོང་ཅན་ནམ་པན་མེད་གི་སྐྱེ་མ་ཞིག་ནི་ང་ཚོའི་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་ཤིང་། དེ་
དག་གི་ཞབས་ལ་སྲུང་གུང་བསྟེན་གཏུགས་ཤེད་གི་མེད།།

ཤུའབ། སྦྱར་བུ་བ་སྟོགས་གི་སྦྱི་ཚོགས་ནང་ལེགས་ཉེས་འབྲེད་པའི་མིའི་སྡེ་ཚོགས་ནི་ཁོང་
ཚོའི་འཚོ་ཐབས་གི་ཆ་སྟེན་ལ་སྟོན་ནས་འདེམ་ཐོན་བྱེད་པ་དང་། མིའི་རིགས་གི་བཟང་པོའི་
ཁྱད་ཚོས་རྣམས་དེ་ཅུམ་གལ་ཆེན་པོར་མཐོང་གི་མེད། འོན་ཀྱང་། མིའི་ཡོན་ཏན་ངོ་མ་ནི་ཐབས་
ཤེས་རྒྱུང་ལ་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པ་ཁ་གསལ་པོ་ཡིན། ཚོས་སྟོགས་གི་ཐབས་ལམ་
ནས་མི་སྦྱོར་གི་སྦྱོང་ལམ་སྦྱོང་སྟོགས་ལ་སྦོབ་སྟོན་བྱེད་གི་ཡོད། ངའི་སྦོབ་གཞིའི་ནང་ང་ཚོར་
བཟང་སྦོང་དང་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་དུ་མ་འཕྲད་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་
འདྲིའི་ནང་དཔེར་ན་རྒྱལ་ཉིང་མཚོན་ཆ་ཁྲབ་གདལ་དང་། ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་བཤེག་ །ངོ་འབྲེ་
རིགས་སྐྱུན། རིགས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱར་བཅོས་དང་། མིའི་ཁྱད་གསལ་འདེམ་སྐྱུག་སོགས་དཀའ་ངལ་
དེ་དག་ཁ་རྗེ་ཆེར་གསལ་དུ་འགྲོ་བྱུ་ཡིན། དེས་ན་ཉམས་ཞིབ་དེ་དག་ལ་སྦྱངས་འཛིན་བྱ་བྱུ་
བས། ལན་འདེབས་དེར་བསམ་སྐྱོ་ཞིབ་ཐོར་གཏོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ཚོའི་
གསར་གཏོང་དང་འཚོལ་ཞིབ་གི་རང་དབང་ལ་སྦྱང་སྦྱོབ་གུང་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། བསམ་ཚུལ་
དེ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སྟོན་ནས་སྟོན་དགོས་པ་དང་། དེ་མིན་ན་འཆི་ནས་འགྲོ་བྱུ་རང་ཡིན་ནོ།།

འཁོར་གྱི་ཐེག་དང་ཚོན་འབྱེད་སོགས་ལག་ལེན་ཆ་ལག་དང་བཅས་ལེགས་པར་སྦྱངས། གན་བསམ་
 དགའི་མདུན་ནས་སྤུ་རྟགས་དག་གསུམ་དང་། མངོན་བརྗོད། ལྷགས་ཀྱི་བསྐྱེད་ཐབས་སོགས་ལ་
 སྦྱངས། གན་ལེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་ཀྱི་སྐྱེ་མདུན་ནས་རྟེན་ལ་གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་ཚུལ། མཚོན་རྟེན་
 ཆ་བརྒྱན་གྱི་ཐེག །ས་བདག་སྟོ་ཕྱེད་ཐེག་དང་སྟོར་ཕྱོགས་སོགས་ལ་སྦྱངས། ༡༤༤༣ ཡོར་རྒྱ་གར་
 དུ་འཕྱོར་ཉེ་བུ་ཚང་དུ་སློབ་གཉེར་རིམ་པས་དབུ་པར་འདུལ་མཛོད་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ལ་
 སྦྱངས། སྟོ་མཐའི་ཁ་བའི་ཚོམ་སྒྲིག་པ། དགའ་ཤར་བུ་ཚང་གི་རིག་གནས་དགེ་གན། ཚན་རིག་སྟེ་
 ཞིད་ལྟེ་གནས་ཁང་གི་སློབ་ཐོན་ཐེངས་དང་པོའི་གྲས་དང་། ཨེ་མོ་རི་དང་བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་ལས་རིམ་
 ལ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་མ་ཡིན།

དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ།

དགའ་ལྷན་བྱང་ཅེ་སྐྱེ་འབྲུམ་ཁང་ཚན་ནང་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ། ཚན་རིག་སྟེ་ཞིད་ལྟེ་གནས་
 ཁང་གི་སློབ་ཐོན་ཐེངས་དང་པོའི་གྲས་དང་། ཨེ་མོ་རི་དང་བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་ལས་རིམ་ལོ་རིམ་བཞི་
 པའི་སློབ་མ་ཡིན།

སྟོ་བཟང་ཕུན་ཚོགས།

ནགས་ཤོད་པ་ཨོ་རྒྱན་སྤུལ་ཕྱུལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཚོག་གི་གནས་ས་ཚོད་ཕྱང་དཔལ་གྱི་ནགས་
 འདབས་སུ་སྐྱེས་ཤིང་། རྒྱུ་དུས་ནས་ས་གནས་སློབ་རྒྱུང་དང་། མཁས་དབང་རྒྱན་བསམ་དགའ་
 མཚོག་གི་མདུན་ནས་སྐྱོན་དག་དང་སྤུ་རྟགས། ལྷགས་ཡིག་བསྐྱེད་ཐབས་བཅས་སྦྱངས། ༡༤༤༥
 ཡོར་རྒྱ་གར་དུ་འཕྱོར་ནས་དགའ་ཤར་བུ་ཚང་དུ་ཞུགས་ནས་དབུ་པར་འདུལ་མཛོད་སོགས་གཞུང་
 ཆེན་མོ་རྣམས་ལ་སྦྱངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་བུ་ཚང་གི་རིག་གནས་སློབ་དགེ་དང་བུ་ཚང་གི་དུས་
 དེབ་ཚོམ་སྒྲིག་གི་ཚོགས་མི་དང་། ད་ལྟ་དགེ་ལུགས་རྒྱགས་སློབ་ལ་འགྲོ་བཞེན་པ་དང་ཨེ་མོ་རི་དང་
 བོད་ཀྱི་ཚན་རིག་ལས་རིམ་གྱི་ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་སློབ་མ་ཡང་ཡིན།

ལྷ་བཟོ་རྟེ།

བོད་ནས་གསར་དུ་འཕྱོར་ཉེ་སེར་བྱེས་བུ་ཚང་ནང་གཞུང་ཆེན་མོས་བསམ་མི་དམན་ཅམ་བྱེད་ཞོར་

དུ་ཚོན་རིག་སྐྱེ་ཁྱིམ་ལྟེ་གནས་ཁང་གི་སློབ་སློབ་མེད་ས་དང་པོའི་གྲས་དང་། ཨེ་མོ་རི་དང་པོ་དེ་གི་ཚོན་
རིག་ལས་རིམ་ལོ་རིམ་བཞི་པའི་སློབ་མ་ཡིན།།

ཉེ་མ་རྒྱལ་མཚན།

འཕལ་ལུལ་དུ་སྐྱེས། ༡༩༤༣ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་སྐྱེས་ཏེ། ལུ་ར་པོ་དེ་ཁྱིམ་དང་ཟླ་ར་པོ་དེ་ཁྱིམ་ནས་
གཞི་རིམ་སློབ་སློབ་མཐར་སོན་བྱུང་། རྒྱ་གར་སྐྱོ་སྐྱོགས་ཡེ་ཤུ་མཐོ་སློབ་ནས་སྐྱེ་དངོས་ཚོན་རིག་སློབ་
གཞུག་ལག་རབ་འབྲམས་པའི་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་བྱུང་། ད་ཆ་རྒྱ་ས་པོ་དེ་གི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ཚོན་
རིག་སྐྱེ་ཚོན་ནང་ཚོན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་པོ་དེ་སྐྱུར་དང་། པོ་དེ་གི་ཚོན་རིག་དྲམ་དེབ་འདིའི་ཚོམ་སྐྱིག་
པའི་འགན་འཁུར་ངན་ངོན་ཅམ་ཞིག་འཁུར་བཞིན་ཡོད།།