



སྒྲོལ་གཞུང་བཅུ་གསུམ་དང་སྒྲོལ་འགོད་བཅུ་བསུམ།

གྲེ་མ། ་། ༡ ་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་བཞིན་ལ་ཡང་མེད་མི་འགྱུར་།། ཡོད་པ་ཅམ་དང་འགྲེལ་བ་ཡིན།། དེ་
མེད་ན་ནི་ཡོད་པའི་བདག །མེད་གྱུར་ཐ་དད་མེད་སྲིར་རོ།།

དམ་བཅའ་བ། ་། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། འབྲས་རྟགས་སུ་མ་ཟད་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཚིག་ལ་ཡང་མེད་ན་མི་འགྱུར་
བའི་འགྲེལ་བ་ཡོད་དེ། **མི་རྟག་པ་དེ་བྱས་པ་ཡོད་ཅམ་དང་རང་ཚེས་སུ་འགྲེལ་ཞིང་བདག་ཉིད་བྱས་པ་དེ་མི་རྟག་**
པ་དང་ཐ་དད། དེ་ལོག་པའི་སྒྲོབས་ཀྱི་ཁྱོད་ཀྱང་མེད་པར་གྱུར་བའི་སྲིར།།

གྲེ་མ། ་། ༢ ་། མདོ་ཅ་བ་ལས།། བརྗོད་པ་ཐ་མ་གང་ཡིན་པའི་ཆ་གསུམ་པ་ལ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ།། དཔེར་ན་གཞན་
བརྗོད་པའི་དུས་ན་དགོ་ཚུལ་ཉིད་བཞིན་ནོ།།

དམ་བཅའ་བ། ་། དགོ་སྒྲོང་གི་སྒྲོབ་དཔོན་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་འགྱུར་བའི་དུས་ཡོད་དེ། བརྗོད་པ་ཐ་
མའི་ཆ་གསུམ་པ་གྲུབ་པ་དང་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། དཔེར་ན་གཞན་བརྗོད་པའི་མཚམས་དེར་
གྲུབ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་དགོ་ཚུལ་སྒྲོམ་པ་ཐོབ་པ་ན་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་གྱུར་བ་ཉིད་བཞིན་ཡིན་པའི་སྲིར།

གྲེ་མ། ་། ༣ ་། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལས། སེམས་ཅན་ཀུན་མཚོག་ཉིད་སེམས་དང་།། སྒྲོངས་དང་རྟོགས་
དང་གསུམ་པོ་ལ།། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་རང་འགྱུར་གི།། ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཤེས་བྱ།།

དམ་བཅའ་བ། ་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། སེམས་པ་ཆེན་
པོ། སྒྲོངས་པ་ཆེན་པོ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་སྲིར།

གྲེ་མ། ་། ༤ ་། སྒྲོད་འབྲུག་ལས། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ།། བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་
འཕྲུགས།། རྒྱུན་མི་ཆད་པར་དུ་མ་ཞིག ། རྣམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་དུ་འགྱུར།།

དམ་བཅའ་བ། ། འུང་ཚུབ་གི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཚོས་ཅན། བསོད་ནམས་དཔག་མེད་འབྱུང་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ།
སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ་བག་མེད་པར་འགྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་གི་ཤུགས་རྒྱན་མི་
ཆད་པར་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྲིད།

མ་མ། ། ། ༥ ། རྒྱུད་སློབ་མ་ལས། དམ་བའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། སྐབས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན། ལུབ་པ་
ཚོས་གི་སྐྱེ་ཅན་སྲིད། ཚོགས་ཀྱང་དེའི་མཐར་ཐུག་སྲིད།

དམ་བཅའ་བ། ། ལུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་འདས་ཚོས་ཅན། དམ་བ་སངས་རྒྱས་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་འདོད་
པ་ཡི་སྐབས་ཉག་གཅིག་ཡིན་ཏེ། ཚོས་གི་སྐྱེ་མངའ་ཞིང་ཚོགས་གི་མཚོག་དགེ་འདུན་ཀྱང་དེའི་ཆེ་མཐར་ཐུག་པ་
ཡིན་པའི་སྲིད།

མ་མ། ། ། ༦ ། དབུ་མ་རྩ་ཤེ་ལས། བཙུན་ལྡན་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། མཁྱེན་པས་ཀ་རྩ་ཡ་ན་ཡི།
གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་གཉིས་ཀའང་འགག་པར་མཛད།

དམ་བཅའ་བ། ། དངོས་དང་དངོས་མེད་དུ་མཁྱེན་པའི་བཙུན་ལྡན་འདས་ཚོས་ཅན། བྱིད་གི་ཐེག་དམན་གི་སྡེ་
སྡོད་ལས་བདེན་པར་མེད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཀ་རྩ་ཡ་ན་ལ་གདམས་པའི་གདམས་ངག་ལས་རང་བཞིན་གི་
ཡོད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་པ་གཉིས་ཀ་འགག་པར་མཛད་པའི་སྲིད།

མ་མ། ། ། ༧ ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དང་ཁས་ལེན་ཉོགས་དང་ཐེམ་གཞོན་པ། དབྱེ་བའི་རང་བཞིན་
དོན་རྣམས་བཞིའི་བྱེད་པར་གྱིས། ཐེག་པ་མཚོག་སྲིད་དགོན་མཚོག་སྐབས་རབ་སོང་བ་གང་། དེ་ནི་སྐབས་
སྲི་སོང་བ་རྣམས་གི་མཚོག་ཅས་བྱ།

དམ་བཅའ་བ། ། ཐེག་པ་མཚོག་གི་སྲིད་དུ་དགོན་མཚོག་ལ་སྐབས་སྲི་སོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚོས་ཅན།
སྐབས་སྲི་སོང་བ་རྣམས་གི་ནང་ནས་མཚོག་ཅས་བྱ་སྟེ། དམིགས་པ་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ། སྐབས་པ་ཁས་ལེན་ཆེ་བ།

རྟོགས་པའི་ **དམ་བཅའ་བ།** ། མཚོག་ཐོབ་པ། ཉན་རང་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་སྟེ་དབྱེ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་དོན་རྣམས་
བཞིའི་སྐོར་ས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་སྟེང་།

གྲུ་མ། ། ༩ ། ལམ་སྟོན་ལས། བྱང་ཚུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ན། མཚོན་པ་འདི་ནི་ཁྱད་པར་འཕགས།
དམ་བཅའ་བ། ། བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་ཚོས་ཅན། སྐྱབ་པའི་མཚོན་པ་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་
འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་རང་རྒྱད་ལ་མངའ་བ་ཅམ་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལྷག་པར་མཉེས་པར་འགྱུར་བའི་སྟེང་།

གྲུ་མ། ། ༡༠ ། རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས། ། ཇི་སྲིད་སྤང་པོ་འཛིན་ཡོད་པ། ། དེ་སྲིད་དེ་ལ་རང་འཛིན་ཡོད། ། རང་
འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་ལས་ཏེ། ། དེ་ལས་ཡང་ནི་སྐྱེ་བ་ཡིན། །

དམ་བཅའ་བ། ། ཐར་འདོད་གྱི་རྣམ་འགྱུར་པ་ཚོས་ཅན། སྤང་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་འགོག་
རིགས་ཏེ། ཇི་སྲིད་སྤང་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ། དེ་ལས་རང་འཛིན་ཡོད་ཅིང་། རང་འཛིན་
ལས་ལས་དང་། དེ་ལས་ཡང་སྲིད་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡིན་པའི་སྟེང་།

གྲུ་མ། ། ༡༠ ། དབྱུས་མཐའ་ལས། ། རྣམ་དག་སྟོན་ཡུལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། ། གཅིག་སུ་ཁོ་ན་བརྗོད་པ་ཡིན། །
དམ་བཅའ་བ། ། རྣམ་དག་ལམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། ཚོས་གྱི་བདག་
མེད་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཉིས་ཡོད་ཅིང་དེ་གཉིས་ལ་ཡོངས་གྲུབ་ཁོ་ན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་
སྟེང་།

གྲུ་མ། ། ༡༡ ། སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལས། ། འདུག་དོགས་བདེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུང་བདེ། ། ཚོས་ལ་གོམས་པའི་སྐྱེ་བོ་
བདེ། ། ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་བདེ། ། རའོང་རྒྱལ་ཟད་པར་འགྱུར། །

དམ་བཅའ་བ། ། ཚོས་ལ་གོམས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཚོགས་སྟོར་བ་རྣམས་དང་ཟག་མེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཐོབ་པའི་མཐོང་
སྐོམ་པ་དང་རའོ་སྐྱམ་པའི་ར་རྒྱལ་ཟད་པའི་དག་བཙམ་པ་རྣམས་ཚོས་ཅན། བདེ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་

དེ། དཔེར་ན་འཇུག་འོག་བདེ་བའི་ཚུ་སྤྱང་ནས་ཚུ་སྤྱང་བདེ་བ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་གྲོལ་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་།
ཐག་མེད་གྱི་བདེ་བ་དང་། རྣམ་གྲོལ་གྱི་བདེ་བ་མངོན་སྲུང་དུ་འགྱུར་བའི་སྲིད།

གྲུ་མ། ་། ༡༩ ་། བཞི་བརྒྱ་བ་ལས། ། ཡུལ་ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི། ། སྲིད་པའི་ས་བོན་འགག་པར་འགྱུར། །
དམ་བཅའ་བ། ་། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཚོས་ཅན། ། བདག་མེད་མ་མཐོང་བ་མཐོང་བ་དང་། མཐོང་
ཐེན་གོམས་བ་ལ་འཇུག་རིགས་ཏེ། ། དམིགས་ཡུལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི་སྲིད་པའི་ས་བོན་སྟེ། ། འཁོར་བའི་ས་
བོན་རྣམས་འགག་པར་འགྱུར་བའི་སྲིད།

གྲུ་མ། ་། ༡༩ ་། ཚད་མ་རིགས་སྐོ་ལས། ། དེ་ཞིག་འགལ་བ་དང་མ་དེས་པའི་གཉེན་པོར་གཉེས་ཀ་བརྗོད་བ་གང་
ཡིན་པ་དེ་ནི་རིགས་སོ། །

དམ་བཅའ་བ། ་། སྐྱབ་ངག་འགོད་ཡུལ་གྲོལ་བ་རྣམས་ཚོས་ཅན། ། བྱོད་ལ་ཚོས་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱབ་ངག་དང་
ཚོས་མི་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱབ་ངག་གཉེས་ཀ་བརྗོད་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རིགས་ཏེ། ། ཉགས་ཀྱི་སྐྱོག་དོན་འགལ་བ་
དང་མ་དེས་བ་སོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་རྟོགས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་སྲིད།