



བཀའ་བསྟན་པའ་སྐྱུར་བའི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ།

ཐེངས་དང་པོ། ལྷོ་ལོ་༢༠༡༣ ཟླ་བ་༡༠ ཚེས་༢༣ ཉམས་༢༧ བར།
རྫོང་ཆེ་གཤམ་རྒྱ།

ཉིན་དང་པོ། རོན་ཀུན་ལེའི་གསལ་བཤད།

ད་ལྟ་རང་གིས་84000 གི་ལས་ཀའི་འཆར་གཞི་སྐོར་ལ་གསལ་བཤད་ལྷུ་ཡག་ཡིན། ད་ལྟའི་ཚོགས་འདུ་འདི་ལ་
84000 གི་ལས་འཆར་གྱི་ངོས་ནས་སྐོར་གྱི་མཁས་དབང་རྣམ་པའི་མདུན་ནས་ལམ་སྟོན་དང་བཀའ་སློབ་ལྷུ་རྒྱ་དེ་
དམིགས་ལུལ་གྱི་གཙོ་བོ་རེད། དེར་ཉེན་ཁོང་རྣམ་པའི་སྤྱད་ལས་གནང་སྐྱོད་གསལ་བཤད་བྱེད་ལྷུ་དེ་གལ་
ཚེན་པོ་མཐོང་གི་ཡོད། གང་རེད་ཟེར་ན། དཔེར་ན་དུས་རབས་བརྒྱད་པ་ནས་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐྱད་ལ་ཡོད་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་བོད་སྐད་ནང་སྐྱུར་བའི་སྤྱད་ལས་གནང་སྐྱོད་དང་། ད་ལྟ་དུས་
རབས་ཉེར་གཅིག་པར་བཀའ་བསྟན་དབྱིན་ཡིག་དུ་སྐྱུར་བའི་སྤྱད་ལས་གནང་སྐྱོད་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་བྱུང་བར་
ཚེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ༢༠༠༩་ལྷོ་ལོ་༣་པ་ནང་ལ་སྤྱི་ལོ་ལ་ཚོགས་འདུ་ཚེན་པོ་ཞིག་ཚོགས་པ་རེད། ཚོགས་
འདུ་དེའི་སྐབས་སུ་ལོ་བརྒྱ་སྤྱད་གཅིག་གི་ནང་ལ་ནང་པའི་རིག་གཞུང་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཆ་ཚང་གཅིག་།
དེར་དུས་མི་མང་ཆེ་བས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྐྱད་ཡིག་ནང་པའ་སྐྱུར་བྱས་ནས་མི་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་ཐོས་བསམ་
བྱེད་སྐབས་པའི་དམིགས་ལུལ་བརྒྱང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་ལོ་ཉེར་ལྗེའི་ནང་ལ་བཀའ་འགྲུར་ཆ་ཚང་དང་བསྟན་
འགྲུར་ནང་ནས་བཀའ་འགྲུར་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཚན་ཁག་གསལ་བསྐྱུར་རྒྱུའི་རེད། ད་ལོ་ལོ་བཞི་པ་རེད། དང་
ཐོག་ལོ་ལྗེའི་ནང་བཀའ་བསྟན་འགྲུར་པའ་སྐྱུར་ལུས་ཟེན་པ་དེ་དག་ལས་གང་འཚམས་ཞིག་ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལྷོ་དང་
དཔར་བསྐྱུར་སོགས་ཀྱི་འཆར་གཞི་སྐྱུར་རྒྱ་དང་། མ་ཟེན་དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ནི་བཀའ་འགྲུར་སྐྱུར་བ་དེ་ཚད་ལྡན་
ཞིག་དང་། ཚང་མས་སློབ་བེད་པོ་འོང་རྒྱ་དེ་རེད། དམིགས་ལུལ་གཙོ་བོ་གཞན་ཞིག་ནི། བསྐྱུར་མཁན་དེ་
སྐྱུར་བཏང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཅེས་ལས་ཆེད་ལས་པ་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ཡོད་པ་མ་རེད། བའ་སྐྱུར་ལུས་པའི་
སྐབས་སུ་མཚན་བཞོད་ལྟ་བུ་ཉམས་ཉེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར། སྐོས་གཙང་གི་སོག་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱུར་
སྐབས་དང་། དེ་ནས་སྐྱུར་ཟེན་གྱི་བཀའ་བསྟན་ཆ་ཚང་སྤྱོད་གཅིག་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ཡང་འཇོག་སྤྱོད་སྤྱོད་གསལ་གང་
ས་ནས་འགྲོ་སོང་བཏང་མི་དགོས་པར་བལྟ་སློབ་སྐབས་དང་། སྐྱུར་ཚད་ཁོད་སྐྱོམས་པ། སྐད་ཡང་ཚོས་སྤྱད་གསལ་

དང་ལྷན་མཐའ་རེ་བཟུང་གི་བསམ་ཚུལ་མ་ཡིན་པར་ཚང་མས་ངོས་ལེན་ཡོང་བུ་བ་དང་། སྤྱི་ཚད་ལ་ཀུན་གྱི་
ཡིད་ཉེན་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་བུ་རྒྱུ་དེ་མིག་ས་ལུལ་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་པ་བ་སྦྱར་བྱེད་
པའི་སྐབས་སུ་སྦྱར་བྱེད་མཁན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དང་། དེ་ནང་ནས་བཞིན་སྦྱར་གཞི་དེ་ང་ཚོས་ད་ལྟ་བར་དུ་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་བཀའ་བསྟན་དབྱིན་ཡིག་ཏུ་སྦྱར་ཚར་བ་དེ་གཞིར་བཞག་དགོས་སམ། ཡང་ན་གསར་པ་ཞིག་བསྦྱར་དགོས།
ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་ཆ་བཞག་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཚད་མཐོན་པོ་དང་ཉམས་སྤོང་གིས་སྤྱད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་
སྦོས་མེད་ཐོག །སྦྱིར་བཏང་བ་ལ་སྦྱོར་བརྟེན་རི་ལྟར་སྦྱོར་དགོས་ཚུལ། དེ་དག་ལ་ཡོན་ལུས་ཚུལ།དེ་ནང་བཞིན་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དེ་སྦྱར་བའི་སྐབས་སུ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དེ་གཞིར་བཞག་དགོས་སམ།
ཡང་ན་པོད་ཡིག་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དེ་གཞིར་བཞག་དགོས། དཔལ་བསྟན་དང་འགྲེམ་སྤེལ་རི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་སྤྲིག་པས་
ཚུལ་སྤྲིག་བྱེད་ཡོང་དུས་འཆར་འགོད་ལམ་སྟོན་ག་རེ་ཡོད་མེད། དེ་ཡང་མ་འོང་བར་སུ་མཐུན་ནས་སྦྱབ་སྦྱངས།
སྦྱར་བའི་སྐབས་སུ་དཔེར་ན་ཚིག་མཚོན་བེད་སྦྱད་བཏང་དགོས་ན། ཚིག་མཚོན་གང་ཞིག་བཏང་དགོས་སྟོང་།
ཚོན་རིག་གི་ལག་རྩལ་བེད་སྦྱོར་བཏང་སྟོང་། འགྲོ་གྲོལ། ལུས་དག །དེ་ནང་བཞིན་བསྦྱར་ཞིབ་བྱེད་ཚུལ་
ཐོགས་ཀྱི་གནད་དོན་དེ་ཚོ་གཞིར་བཞག་ནས་ང་ཚོས་གོས་མོལ་དང་ལས་ཀ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་རེད། །

ད་དུང་ནང་མང་པོ་ཞིག་འདུག་མོད། ཡིན་ན་ཡང་གལ་ཆེ་བ་དེ་ཚོ་མར་ལྷ་གི་ཡིན། ལོ་ཉེར་ལྗེ་འཆར་གཞིར་
ནང་ནས་ད་དུང་ལོ་བཅོ་ལྔ་ནས་ཉི་ཤུའི་བར་དགོས་ཀྱི་འདུག་ལ། ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་ལ་སྦྱར་ཚོགས་ཚུང་མི་
འདྲ་བ་ཉེར་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྒྱད་ཞེ་གཉིས་ཀྱིས། འཆར་གཞི་སོ་ལྗེ་ཐོག་ལ་བྱུག་ལས་གནང་བཞིན་
པ་རེད། ལོ་རྒྱུ་བ་གདམ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་སྐད་གཉིས་ཀ་དང་། ལྷག་པར་དུ་པོད་ཡིག་དང་དབྱིན་
རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནའང་རེད། སྐད་ཡིག་ག་རེ་ཡིན་ན་ཡང་ཤེས་ཚད་སྤང་རེས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་དམིགས་བསམ་
སྦྱར་གཞི་ལ་བྱང་ཚུབ་པ། དེ་སྦྱ་ཉམས་སྤོང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་རྣམ་པས་སོ་སོར་སྤྲིར་གྱིས་བསྦྱར་བ་ལས་ཀྱང་།
ཚོགས་ཚུང་སྤྲིགས་འཇུག་བྱས་ཏེ་སྦྱར་བ་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མཐོང་བས་ཚོགས་ཚུང་བཅུ་གཟུ་དང་། ཚོགས་ཚུང་
རེ་རེའི་ནང་དུ་པོད་ཀྱི་སྐྱ་མ་མཁས་པ་རེ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་སུ་ཞིག་ཡིན་གྱང་། མདོ་རྒྱུད་གང་དང་གང་
སྦྱར་བ་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་འོས་ཤིང་བབ་པའི་ཡོན་ལུས་བ་ལས། ལྷན་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་ཐོག་ལུས་རྒྱ་མིག་བ་དང་།
ལོ་རྒྱུ་བ་འདམ་པའི་སྐབས་སུ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཁ་ཤས་ཉམས་སྤོང་དང་མཁུན་རྒྱ་ཚེན་པོ་ཡོད་མཁན་དེ་ཚོ་ལ་བསྦྱར་བུའི་བསྦྱལ་
མ་ལྷ་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་གཞན་དག་ཚོགས་པའི་ངོས་ནས་མ་ཤེས་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་ང་ཚོའི་ལས་གཞིར་ལྷགས་འདོད་
མཁན་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ང་ཚོ་ལ་སྟན་ལུ་བརྒྱབ་ཚོགས་ལ། ང་ཚོས་ཀྱང་དེ་ལ་ཐོག་མར་མདོ་གང་ཡང་རུང་
བ་ཅིག་བསྦྱར་བཅུག་ནས། ཁོང་གི་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་ཚད་ལ་གཞིག་ནས་ལས་གཞིར་ནང་བཅུག་མིན་འདམ་ཁ་བྱེད་

གྱི་ཡོད། ཡང་སྐྱུར་གཞི་གདམ་པའི་སྐབས་སུ་མདོ་ཆ་ཚང་ཅིག་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་ཐོག་ལ་རྟེན་སོན་མེད་པས་
ཐོད་སྐད་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པའི་བཀའ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་སྐྱུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ནས་སྐར་འབྲེ་མིན་མང་པོ་
ཡོད་པའི་ནང་ནས་སྡེ་དགའི་བཀའ་འགྲུར་གཙོ་བོར་གཞིར་བཞག་ནས་སྐར་གཞན་དང་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་
ན་དེའི་ཐད་དུ་མཆན་བཀོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན་སྐྱུར་གཞི་མདོ་དེ་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་ཐོག་ལ་བརྒྱ་ཆ་བཅུ་ནས་
བཙོ་ལཱི་བར་དུ་ཡོད་ན་དེའི་སྐད་ཐོག་ལ་སྐྱུར་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་ལེགས་སྐྱུར་རང་ལ་གཞིར་བཞག་ནས་སྐྱུར་གྱི་རེད།
ཡང་གལ་སྲིད་ཐོད་སྐད་ཐོག་ནས་སྐྱུར་བ་ཡིན་ན་ཡང་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དང་བསྐྱུར་ནས། གང་
ཐུབ་ཐུབ་གྱིས་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་འོང་རྒྱུར་འབད་བཙོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། གལ་སྲིད་ལེགས་སྐྱུར་
སྐད་ཐོག་བཞུགས་པའི་མདོ་དང་ཐོད་སྐད་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་གཉིས་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ན། ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་རང་ལ་
གཞིར་བཞག་དགོས་པ་འཇམ། ཡང་ན་དེ་གཉིས་སོ་སོར་སྐྱུར་ནས་བཞག་འཆར་ཡིན། མི་མཐུན་པ་མེད་ན་ཐོད་
སྐད་རང་ལ་གཞིར་བཞག་ནས་བསྐྱུར་འཆར་ཡིན། །

སངས་རྒྱུས་གྱི་གསུང་མི་མང་པོ་ལ་འགྲེམས་སྡེལ་དང་། མང་ཚོགས་གྱིས་བལྟ་སློབ་བདེ་ཤོས་དང་བེད་སྲུང་ལུ་
རིང་ཤོས་དེ་དཔེ་ཆ་དང་དེབ་གྱི་ཐོག་ལ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་མོད། ཡིན་ན་ཡང་དཔེ་དེབ་དཔར་བསྐྱུན་བྱེད་རྒྱུར་དཀའ་
ངལ་ཁ་ཤས་ཡོད་རེད། གཅིག་དཔར་བསྐྱུན་གྱི་འགྲོ་གྲོན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྒྱལ་སྤྱི་ནང་ཡོངས་ལ་འགྲེམ་
སྡེལ་བྱེད་དགོས་ན་དེ་ལས་ཀྱང་དཀའ་ངལ་དང་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཡང་ལ་སྤྱིར་དུ་དཔེ་དེབ་རིན་མེད་ཏུ་
ལུས་བ་ལ་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མ་རེད་ལ། ཚོགས་པ་འབྲེ་མིན་ཁག་བརྒྱུད་ནས་ལུས་ན་སྐྱབས་བདེ་པོ་ཡོད་པ་རེད།
ཡིན་ན་ཡང་རྒྱུ་སྤྱོད་ལ་སྤྱིར་གང་ཅིའི་ཐད་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་རིན་མེད་ཏུ་ལུས་ན།
ཆབ་སྲིད་གྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་གས་ཡང་ན་ཁེ་བྲགས་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་བསམ་ཚུལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གང་
ལྟར་དེ་ཚོ་འགྲོ་གྲོན་ཆེན་པོ་ཡིན་དུས་ད་ལྟ་ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་ལ་མ་དཔུལ་མི་ལྡང་བའི་དཀའ་ངལ། ལྷག་པར་
དུ་དེབ་གྱི་ཐོག་ལ་དཔར་བསྐྱུན་བྱས་བཞག་པ་དེ་ཚོ། ལྷ་དག་དང་དེབ་ཆེ་ཆུང་སོགས་འགྲུར་བ་བཏང་དགོས་ན།
དཔར་བསྐྱུན་རྗེས་མ་མ་བྱེད་བར་དུ་འགྲུར་བ་བཏང་མི་ཐུབ་པའི་དཀའ་ངལ། གཞན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་སྐྱུར་ཟིན་
ནས་སྐྱབས་གཅིག་ཏུ་དཔེ་བསྐྱུན་བྱེད་ན་མ་གཏོགས་ཐར་ཐོར་དཔེ་བསྐྱུན་བྱས་ན་འཆར་གཞི་མི་འདང་བའི་དཀའ་ངལ་
སོགས་ཡིན། །

དེས་ན་ཐོག་མར་དཔེ་བསྐྱུན་མི་བྱ་བར་དུ་རྒྱའི་ཐོག་བཞག་རྒྱ་དེ་ཐབས་ཤེས་ཡག་ཤོས་སུ་མཐོང་གི་འདུག །དེ་ཐོག་
ཏུ་དེབ་བྱས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ན་སྤྱོད་ལ་གང་སར་གྱི་སློབ་པ་སོ་རྣམས་གྱིས་སློབ་ཐུབ་པ་དང་། གང་སློབ་

བསམ་པ་དེ་འཚོལ་བའི་བ་དང་། མ་འོང་པར་ལྷ་དག་དང་དཔེ་གཟུགས་སོགས་ཡར་རྒྱས་དང་འགྱུར་ལྡོག་བཏང་
རྒྱུར་སྐབས་བདེ་ཡོད་རེད། མ་ཟད་དྲ་རྒྱ་མེད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་མིའི་མིའི་ཨེ་རྒྱུ་PDF དང་། གཡེའི་རྒྱག་ཁི་
eBook ལྟ་བུ་བེད་སྤྱད་ནས་དྲ་སྒོག་གི་དེབ་པའི་ལེན་བྱས་པ་ཡིན་ན་བལྟ་སྐབས་གི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་མ་འོང་པར་ག་
ལེར་གོ་རིམ་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་དཔར་བསྐྱུན་དང་དཔེ་རྒྱན་ལུན་རིང་གནས་ཐབས་ལ་དཔེ་མཛོད་ཁག་ལ་བཞག་ཐུབ་
རྒྱའི་འཆར་གཞི་ཡོད་པ་རེད། །

གཞན་ཡང་རྒྱུར་བའི་སྐབས་སུ་ལོ་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱ་རྒྱུར་བྱེད་སྤངས་གཅིག་གྱུར་ཡོང་ཆེད་84000 རས་སྐྱིག་
གཞི་གཅིག་གཏན་འབེབས་བཟོས་ནས་འགྲེམས་སྡེལ་ལྷུས་ཡོད་པས། ཚང་མས་སྐྱིག་གཞི་དང་མཐུན་པར་ལག་
ལེན་བྱེད་རོགས་ཞེས་འཛོལ་བསྐྱུལ་ལྷུ་གི་ཡོད། དེ་ཡང་སྐྱིག་གཞིའི་ནང་དོན་གཅོ་བོ་ནི་རྒྱུར་གཞི་འདི་འདམ་ཚུལ་
དང་། རྒྱུར་བའི་དམིགས་ལུལ། སྒོག་པ་ལོ་གང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱུར་བ། རྒྱུར་སྤངས་དང་ཐ་སྐྱད་བེད་སྤྱོད་བཏང་
སྤངས་ཀྱི་སྐྱིག་གཞི་རེད། །

ད་ངས་བཤད་མཚམས་འདིར་བཞག་རྒྱ་ཡིན། དུས་ཚོད་མ་ལྡར་བའི་རྒྱན་གྱིས། དོན་ཚན་ཁ་གས་འདིར་ལྷུས་
ཐུབ་མ་སོང་བས། རྗེས་སུ་བཟོ་སྐྱེད་བྱེད་སྐབས་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན། །།