

James Low' õpetused  
3.-4. novembril 2017 Tallinnas

## Gönpo Wangyali termatekst

༄། །ཡུམ་དོན་ངོ་སྤྲོད་པ་ནི། །

Sissejuhatus kõikide budade emaloomusesse



Tiibeti keelest tõlkinud ja kommentaarid lisanud Kadri Raudsepp.  
Inglise keelde tõlkinud C. R. Lama (Chhimed Rigdzin rinpotše) ja  
James Low, toimetatud aastatel 2010 ja 2016.  
© 2015 Khordongi ühing ja Eesti-Tiibeti Kultuuriselts.

## Sissejuhatuseks

See tekst, mis kuulub varandustekstide kategooriasse, on seotud James Low' põhiõpetaja Chhimed Rigdzin rinpotše õpetusliini ja Khamist pärit kuulsa tertöni ehk varandustekstide leidja Nüden Dordže Drophen Lingpaga (1791?-1864). Kuna Gönpö Wangyali kohta on infot äärmiselt vähe, siis sissejuhatuse eesmärgiks on välja tuua Nüden Dordže õpetusliini olulisimad õpetajad ja nende roll õpetuste edasiandmises. Nüden Dordže oli 18. sajandi varandustekstide leidja ning Khordongi kloostri õpetaja, kellest sai alguse Khordongi kloostri taassündinud õpetajate pärimusliin, kellest James Low' õpetaja Chhimed Rigdzin rinpotše oli Nüden Dordže neljas taassünd.

Varandustekstide (*gter ma*) kohta öeldakse, et need õpetused pärinevad 8.sajandil budismi Tiibetisse toojalt Guru Rinpotšelt ehk Padmasambhavalt eneselt, kes teadis, et tollel hetkel polnud aeg teatud õpetuste avaldamiseks küps ning ta peitis need oma tulevaste õpilaste meelde. Üheks selliseks õpilaseks, kelle meeles õpetused avaldusid, oli ka Nüden Dordže Drophen Lingpa. Tema varandustekstid koosnevad 16 köitest, mille hulgast esimene oli *Suur Rigdzin*, Guru Rinpotše meele teostusmeetod, mille kohta ta andis juhised vaid Tamdrin Wangmole, kes omakorda andis õpetuse edasi Gyelse Pema Sel'ile ning järgmine lüli ahelas oligi Gönpö Wangyal (mGön po

dbang rgyal). Selliste varandustekstide kohta öeldakse, et kuna õpetusliin on nii lühike, siis õnnistuse jõud on tugev ning õpilased saavutavad kiirelt tulemused. Kuna tegemist on suhteliselt uue varandustekstiga, siis öeldakse, et nendes pole keerukust ning need on ka tänapäeva inimesele selgelt arusaadavad. Gönpo Wangyal oli kolmas isik, kes sai loa seda meetodit teostada, kuid nagu öeldud, temast on teada äärmiselt vähe. Chhimed Rigdzin rinpotše ütleb, et ta oli ka Khordongi kloostri 11. juht ning et tema kohta on küll öeldud, et ta kirjutas palju, kuid tegelikult polevat see nii olnud. Küll oli ta aga väga austatud õpetaja, kes andis palju pühitsusi.

Väga tuntud on Gönpo Wangyali poeg Tulku Tsulo (sprul sku tshul lo) (ka tuntud kui Tsultrim Zangpo, Tshul khriims bzang po) (1884 - 1957), kellest sai *Suure Rigdzini* õpetuse neljas liinihoidja ning kes oli Chhimed Rigdzin rinpotše juureõpetaja. Teda võib pidada 20. sajandi Tiibeti üheks olulisimaks õpetlaseks. Lisaks Gönpo Wangyalile oli tema õpetajate hulgas palju tuntud laamasid, näiteks tertön Sogyal Lerab Lingpa, 3. Dodrupchen Jikme Tenpe Nyima ja Amye khenpo Damchö Özer, kes olevat oma õpilase kohta öelnud: „Mina olen vaid koer, aga õpilaseks on mul lõvi.“ Muuhulgas on tulku Tsulo kirjutanud olulise kommentaari „Samantabhadra palvele“ (*Kun tu bzang po mon lam*, mis on *Gongpa Zangthafi* üks osa ) ning olulisima juhiste kogu Tiibeti budismi ningma koolkonna džangteri õpetusliini

kõrgeimale dzogtšeni-tekstile *Künzang Gongpa Zangthel'ile*  
(„Kõikhea (Samantabhadra) kõikeläbistav kavatsus“).

# Sissejuhatus kõikide budade emaloomusesse

## Gönpo Wangyal

Kõik terava taibu ja tugeva usuga inimesed, kes soovivad harjutada Suure Täiuse<sup>1</sup> püsivat kõrvalekaldumatut keskendumist<sup>2</sup>, peaksid minema meeldivasse<sup>3</sup> eraldatud paika ning esmalt mõtlema iseenese ja teiste - kõigi olendite peale. Nüüd, mil meil on inimkehas sündinuna kõik vabadused ja võimalused<sup>4</sup>, on väga oluline mõtlustada praeguse elu

---

<sup>1</sup> Suur Täius ehk dzogtšen on Tiibeti budismi ningma koolkonna kõrgeim õpetus ning seisund, kus pole egosse kinnijäämist, meelega olek on täielikult avaldunud, mis väljendub täieliku kohalolu ja headusena.

<sup>2</sup> *Dgongs pa* tiibeti keeles tähendab 'kavatsust', kuid tihti võib seda Suure Täiuse ehk dzogtšeni tekstides mõista kui seisundit, mis ületab täielikult tavalise meeles seisundi – see on püsiv kõrvalekaldumatu keskendumine.

<sup>3</sup> Tiibeti keeles *yi'd 'ong* tähendab 'meeldivat', 'meelihaaravat', kuid siin mõistetakse selle all paika, kus meeli miski ei häiri ning on võimalik rahulikult keskenduda.

<sup>4</sup> Siin tuuakse välja budismis tuntud nelja meelt pöörava mõtte esimene mõte – *hinnaline inimkeha*. Budistliku vaate järgi peetakse inimesena sündimist suureks võimaluseks, sest vaid inimkehas on võimalik muuta seda olukorda, kus ringleme abitult oma tahtest sõltumata taassündide ringkäigus (sansaaras), ning võime jõuda täieliku meeleselguseni, iseenda ja maailma mõistmiseni, et avalduks kõikehõlmav tarkus ja headus. Hinnalisest inimkehast rääkides peetakse silmas inimkeha, millel on *kaheksa vabadust* ja *kümme võimalust*. *Kaheksa vabadust* (*dal ba brgyad*) on mittesündimine kaheksasse olukorda, kus pole võimalust Buddha õpetuse teostamiseks: 1) sündimist põrgusse – mida võib mõista ka kui sündimist paika, kus valitsevad viletsus ja hädad, 2) sünd näljase vaimuna (mil oleme täielikult oma keha orjad, ihaldades meeldivaid toite ja jooki), 3) loomana (olukord, kus oleme teiste poolt ärakasutatavad ning lõpetame tihti kellegi söögilaul), 4) pikaealise jumalana (liigses külluses sündimine), 5) ääremaadel, kus elavad tsiviliseerimata metsarahvad, 6) vaimse puudega, 7) väärte vaadetega (mil me ei oska mõista headuse ja kaastunde tähtsust), 8) ajastul, mil Virgunuid ei ilmu (mil pole õpetajat, kes õpetaks õiget vaadet).

hetkelisuse üle. Pöördudes ära sansaarast<sup>5</sup> ning püsides teiste hüveks tegutsemise seisundis, lase oma kehal, kõnel ja meelel<sup>6</sup> olla täiesti loomulikus olekus. Jõua kindla arusaamiseni, et [anuma] väline [sisu] – maa, kivid, mäed ja kaljud – ning anuma sisemine sisu – kõik olendid – on pelgalt nimed ja definitsioonid, mille on neile külge riputanud meie endi meel. Mis puudutab aga omaenese meelt, siis uuri ikka ja jälle, kas sellel on mingi kuju, värv või vorm, kas mõtted tulevad kuskilt, püsivad kuskil või lähevad kuskile<sup>7</sup>. Kui arvad, et meelel [mõtetel] on mingi kujuteldav olemus, otsi seda seest ja väljast, uuri omaenese keha pealaest jalatallani, kuni oled kindel, et midagi leida pole võimalik. Jõua aina uuesti arusaamiseni, et on vaid tühjus, pole mingit omaolekut. Vaadeldes seda omaolekust tühi olekut, võib pähe tulla palju erinevaid mõtteid asjade olemasolu ja mitteolemasolu kohta, ent tea, et ka need mõtted on vabad kahesusest – vaatljast, kes vaatleb, ning asjadest, mida

---

*Kümme võimalust (byor ba bcu)* on sündimine kümnesse olukorda, kus Buddha seadmuse harjutamine on võimalik: 1) ajastul, mil Virgunu (Buddha) on ilmunud ja 2) on õpetanud Seadmust; 3) need õpetused on säilinud, kusjuures 4) õpetustel on järgijaid ja 5) tingimused järgimiseks on sobivad; lisaks ollakse 6) sündinud inimesena 7) kultuurisel maal, mitte äärealadel, 8) tervete meeltega, ning 9) meie eluviis pole hävitav; 10) usk, et Virgunu õpetus on tõepärane.

<sup>5</sup> Eluviisist, kus esikohal on „mina“ ja vaid oma egoga seotud vajaduste rahuldamine, mis tegelikult ei too iial täielikku rahulolu.

<sup>6</sup> Tiiibeti keeles nimetatakse neid „kolmeks ukseks“ (*sgo gsum*).

<sup>7</sup> Dzogtšeni ettevalmistavatest harjutustest (*'khor 'das ru shan*) tuntud meelearhutus, kus vaatleme mõtteid – kust nad tulevad, kus nad püsivad ning kuhu lähevad.

vaadeldakse. Seega, mitte oodates uusi mõtteid ning mitte kinni jäädes vanadesse, puhka loomulikus seisundis. Nõnda selle inimese täielik teadvelolek – selle, kes saab aru, kes teab ja kes tunneb – ongi täieliku teadveloleku loomulik kiirgav avaldumine ning kõige tähtsam on püsida alati selles seisundis. Ükskõik millised tunded ka ei tekiks – olgu need siis meeldivad või ebameeldivad – mõista selgelt, et need kõik on täieliku teadveloleku kiirgav avaldumine. Ilma püüdetagi muuta vabaneb tavameelekogemusena avalduv ja mõisteid loov meel täieliku teadveloleku kahesusest vabasse mõistmisse. On äärmiselt oluline kogemuslikult mõista, et vaid täielik teadvelolek on üks ja ainus. Veelgi enam, tehtamatu, algusest peale kiirgav [avalduv] täielik teadvelolek on iseenesest vahetult nähtav. Selles pole kõrvalekaldumist, toetuspunkti otsimist või toetuspunkti otsijat. See on ereselge ja avalik mõistmine, et sansaara ja nirvaana, mõistete paljusus on alguseta avalduvas aluses täiuslikud. Vaata omaenese täielikku teadvelolekut, mis on lootustest ja kahtlustest vaba! Tegelikult on äärmiselt oluline jõuda mõistmiseni, et kõik need tohutul hulgal ilmuvad mõtted pole midagi muud kui täieliku teadveloleku loomulik kiirgamine. Kogu avalduva katkematu vooluna ilmumine sellisena, nagu see on, selge avaldumine üha suureneb ning muutumatu kõikehõlmav täielik teadvelolek on meie loomulik seisund, mis muutub väljendamatuks, mõtlemist ületavaks; seisundiks, kus



lakkavad kõik avaldused, kus pole meelega vaatlemist, iseeneslikult Suureks Pitseriks, Kõikhea [Samantabhadra]<sup>8</sup> olemuse vahetuks avalduseks. Vahelolus<sup>9</sup> vabaned sa lõpmatusse avarusse<sup>10</sup>. Nüüd on sul jõudu tegutseda kõigi olendite hüveks.<sup>11</sup> Just nii tuleb harjutada. See oli “Sissejuhatus kõikide budade emaloomusesse”.

Tekst on pärit Gönpo Wangyali varandustekstide kogust “Selge nägemine, mis avab ukse vabanemisse.”

Väga lühike James Low’ kommentaar samale Gönpo Wangyali tekstile, mis on kirjas raamatus „Being Right Here“ („Olla siin ja praegu“), lk 81- 83.

### Vähem jäikust

Nüüd pisut sellest, mida võiks teha siis, kui ilm on kena: Gönpo Wangyali tšö-tekstis (egosse kinnijäämise läbilõikamise meetod) on lühike lõik (ülal tõlgitud tekst) dzogtšeni kohta ning keskendumise nüüd seal öeldule.

---

<sup>8</sup> Samantabhadrat peetakse Tiibeti budismi ningma koolkonnas algbudaks, olendiks, kes vahetult sansaara ja nirvaana ühtsuse ära tabas.

<sup>9</sup> Bardo ehk vahelolu on periood, mis järgneb inimese surmale, mille ajal leiab keha maha jätnud teadvus uue keha ning see protsess ehk kui „hea“ keha ta leiab, sõltub tema karma tulemist (heade ja halbade tegude tulemist).

<sup>10</sup> James Low tõlgib siin *dbyings*’i lõpmatuks külalislahkuseks. Selle termini võrdpilt on peeglis peegelduvad peegeldused – peegel on nii külalislahke, et ta ei põlga ära mitte ühtegi peegeldust, koheldes kõiki peegeldusi võrdväärse lahkusega.

<sup>11</sup> Budismis pole teiste jaoks tegutsemine võimalik enne, kui enese sees on tekkinud teatav meeleelgus ning see seisund on muutunud püsivamaks – nõnda, nagu siin tekstis kirjeldatakse.

Gönpo Wangyal räägib kõigepealt ettevalmistavatest harjutustest, millest oleme juba rääkinud, ja ütleb siis: „Väljas, välise maailma osaks on kivid, kaljud, mäed ja muu taoline, ning maailma sisemine olemus on kõik olendid. See tähendab kõik, mida on võimalik näha. See hõlmab ka kõike seda, mis jõuab Sinuni meelte kaudu. See hõlmab kõiki Sinu eluta objektide või elava tajumise kogemusi, sealhulgas Sinu enda füüsilist olemasolu. Ta ütleb: „Kõik need asjad on vaid nimetused, mille on neile külge pannud Sinu oma meel. Pead aru saama, et just nii see on.“ See on dzogtšeni harjutamise puhul äärmiselt oluline, sest nagu juba pisut nägime, kirjeldatakse budismis väga tihti meele olemust ja meele omadusi. Kui mõistet „meel“ kasutatakse dzogtšenis, tähendab see kõige põhja ja alust. Kui kujutame ette, et miski on olemas väljaspool meelt, siis blokeerib meie kiindumus asjadesse, mida tajume kui teist, meele kõikjale ulatuva loomuse alati. Kui usume, et asjad on meie meelest väljaspool realselt olemas, on meil nende asjadega alati teatud suhe: „Ma mõtlen sellele tassile.“ „Ma vaatan seda tassi“. „Ma hoian seda tassi käes.“ See „mina“ on olemas läbi suhestumise tassiga. Ja see tähendab, et selle tassi täpne olemus kui miski muudab ka minu mingiks piiratud miskiks. Taoline kahesus varjab meele lõpmatu olemuse.

Niisiis, tegu pole vaid mingi uue mõistete komplektiga. See on hoopis õige võti, mille abil jõuame oma kogemuste

vabastamiseni. See on praktika, mida peame tegema ise. Mitte keegi ei saa meile selle tulemust anda. Peame analüüsima kõiki nähtusi, mida kogeme. Ja see siin on imeline koht seda teha. Väljas on vesi, maapind, puud, mööduvad inimesed. Minge välja ja uurige päriselt, mis on tegelikult olemas, ja te näete, et võite seda viisi, kuidas te oma maailma enese jaoks kokku konstrueerite, läbi näha. Võtke mingi asi, näiteks kivi, ja proovige päriselt leida, mis on selle asja näiliselt eraldi oleva olemasolu aluseks. Peate seda uurima seni, kuni teil tekib kogemus, mida saate usaldada. Võib-olla olete seda varem teoorias õppinud, olete näiteks lugenud sõltuvusliku tekkimise kohta või lugenud „Südasuutrat“. Ent on oluline omada kogemust ja seda alati rakendada, ükskõik mis meie teele ka ei satuks. Vaid siis saad vabaneda uskumusest, et mingid eraldiseisvad asjad on olemas, sealhulgas meie ise. Vaadake lehma, vaadake puid ja mõistke päriselt, mis lehm on! Kus on see lehma lemmasus?! Kes loob selle lehma, mida näeme?!

See on asi, mida peaksime tegema tihti. Loodetavasti hakkame nägema, kuidas sõnad, mõisted ja nimetused hõljuvad helendava välja kohal. Kui sõnade ja mõistete jõud väheneb, avaldub maailma loomulik kiirgav vibratsioon. Näeme samuti, et sõnad ja mõistedki on selle kiirgamise osaks, nad on energia, mis on lahutamatud alustühjusest. See, mida nüüd näeme, on tõeline müstika, ning hakkame tasapisi mõistma, miks

dharmatekstides öeldakse üha uuesti ja uuesti, et tegelikkus on väljendamatu ja mõttega haaramatu.

Gönpo Wangyal ütleb edasi, et kui oled jõudnud arusaamiseni, et kõik nähtav on vaid nimetused, mille paneb kõigele meie endi meel, et kui vaatad nüüd seda meelt ennast, on ka meel ise kuju ja värvita; seda ei saa leida kuskilt kui miskit, millele võiks omistada mingeid omadusi või seda defineerida. See on väga oluline, sest nüüd hakkad nägema, kuidas sansaara ja nirvaana eristuma hakkavad. Kui meel hakkab kasutama keelt ning hakkame keele mõistet pidama millekski tõeliseks ning sulgume sellesse, pistame maailma hiilguse kastidesse, mis on olemas vaid kolme aja kaudu – minevikus, olevikus ja tulevikus. Kui suudame mõistete voolu kinnijäämisest esmalt pisutki lahti lasta ning hiljem mõistame meelega loomulikkust selgust, siis on maailm isegi keelest mõjutatuna avatud ja kaunis.

Kuigi keel oma kokkuleppelisel, tavatõe kujul tundub rääkivat asjadest, mis on juba olemas, hakkame nüüd nägema, et see on meie toetumine mõistetele, mis viib justkui päriselt olemasoleva sünnini. Ent see pole kindlasti nii, et peame keelt pidama vaenlaseks ja töötame edaspidi vaikida. Indias on joogid, keda kutsutakse *munī*deks, kes nii teevad, olles otsustanud rääkimise lõpetada. Psühhiaatriahaiglas näed inimesi, kelle diagnoosiks on valikuline mutism. Kuid mitterääkimine pole vastus. Me ei leia vabadust, kui keerame oma piiratusele ja raskustele selja.

Võtmesõnadeks on lõdvestumine ja kõige ilmuva ühendamine täieliku avatuse seisundiga. Ühendada keele vool nõnda, et võiksime ära tunda, et kui see hakkab liikuma ja näib andvat asjadele elu, siis tegelikult ei sünni sellel hetkel midagi. Ning kui mõistame keele isevabanevat loomust, suudame teistega rääkida ja suhelda viisil, mis aitab ka neil keelekasutust lõdvendada. Tuleb teha palju tööd, et saavutada mittetöötgemine, kus see kõik juhtub loomulikult.

ཡུམ་དོན་རི་སྐྱོད་པ་ནི།

གང་ཟག་དབང་རྣེ་དད་འདུན་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་གསལ་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་  
ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཡིད་འོང་དབེན་པའི་གནས་སུ། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སློ་ཡིས་སྤང་སྟེ། ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་  
རྟེན་ཐོབ། ཚོ་འདི་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས། འཁོར་བ་ལ་  
སློ་ལོག་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱའི་སྐྱམ་པའི་རང་ནས། སློ་གསུམ་རང་  
བབས་སུ་བཞག་སྟེ། ཕྱིའི་ས་རྩི་རི་བྲག་ཐམས་ཅད་དང་ཅན་བཅུད་གྱི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། རང་གི་སེམས་ཀྱིས་མིང་བཏགས་པ་ཅོམ་མ་  
གཏོགས་མེད་པར་ཐག་བཅད། སེམས་དེ་ཡང་གཟུགས་དང་ཁ་དོག་  
དབྱིབས་ཐམས་ཅད། རྩེད་གནས་འགྲོ་གསུམ་གྱིས་རྩད་ཡང་ཡང་བཅད།  
ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་རོ་ཡོད་པ་དེ་ཕྱི་ནང་རང་ལུས་མགོ་ནས་ཀར་པའི་བར་  
བཅའ་བས་མ་རྟེན་ནས། སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པར་ཡང་ཡང་བརྟགས།  
སྟོང་པ་བདག་མེད་དེ་ལ་ཡིན་མིན་གྱི་སློ་སྣ་ཚོགས་ཤར་བས་སློ་དེ་ཡང་གཟུང་  
འཛིན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས། སྟོན་བསྟུ་དང་རྗེས་མི་གཙོད་པར་  
རང་བབས་སུ་བཞག་པས། གོ་མཁན་ཤེས་མཁན་ཚོར་མཁན་གྱི་རིག་པ་  
ཞིག་འདུག་པ་དེ་རིག་པའི་རང་མདངས་ཤར་བ་ཡིན་དེའི་རང་ལ་དུས་རྒྱུན་དུ་

གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་གལ་ཆེནོ། བདེ་རྒྱུ་གི་ཉམས་ཅི་བྱུང་ཡང་རིག་པའི་རང་  
 མདངས་ཤར་བ་ཡིན་པར་ཐག་བཅད། བཟོ་བཅོས་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཉམས་  
 གི་སྐྱང་བ་སློ་ཡིད་སེམས་དང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ གཉིས་མེད་དུ་གྲོལ་བས་རིག་  
 བ་ཁོ་ན་ལ་གཙོ་བོར་འདུག་པ་ཤེས་པ་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་མ་བཅོས་ཡེ་  
 གནད་ས་གི་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་གི་རང་བཞིན་དུ་རྗེན་ནེ་བུ། ཡེངས་མེད་ཡུལ་  
 མེད་འཛིན་མེད་དུ་ས་ལེ་རྒྱག་གོ་བ་འཁོར་འདས་གི་རྟོག་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཡེ་  
 གཤོད་མའི་གཞི་ལ་རྗོགས་པུ། རེ་དུ་གས་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་རིག་པ་  
 མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་། དོན་ལ་རྟོག་ཚོགས་ཤར་བའང་རིག་པའི་རང་  
 མདངས་ཁོ་ན་ལས་མེད་པར་ཐག་ཚོད་དགོས་ཤིང་སྐྱང་ཚད་རང་སྐྱང་གསལ་སྐྱང་  
 འགགས་མེད་དུ། གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་རིག་པ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ཀུན་  
 ལ་བྱབ་བཅུལ་དུ་རྟོགས་འདུག་པ་ནི་བརྗོད་མེད་དོན་གི་སློ་འདས་ཚོས་ཟད་  
 སློམ་མེད་ཆེན་པོ་ལྷན་སྐྱབ་སྐྱབ་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཀུན་བཟང་ཐུགས་གི་དགོངས་པ་  
 མངོན་དུ་འགྱུར། བར་དོར་དབྱིངས་སུ་གྲོལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གི་  
 དོན་བྱེད་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གལ་  
 ཆེ། ཡུམ་དོན་རོ་སློད་པ་ནི་སོང་།