

ཐིམ་ཕུག་ རྫོང་ཁག་གི་ཚོས་སྲུང་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་།

GUARDIAN DEITIES OF THIMPHU & HAA  
DZONGKHAG

སྐྱེགས་བམ་གཉིས་པ། VOLUME II



མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པའི་འབྲུངས་སྐར་ལུ་གུས་བཏུང།  
དམིགས་བསལ་དཔེ་སྐྱེན་ཐེངས་དང་པ།

**LIMITED FIRST EDITION**

འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སྟོན་ཁང། སྤ་རོ།

NATIONAL MUSEUM OF BHUTAN, PARO

སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས།

ནང་སྲིད་དང་སྲོལ་འཛིན་ལྷན་ཁག།



## Foreword

Bhutan has had an age-old tradition of worshipping Protective and Guardian Deities. People worship and seek protection from deities who are unique to their villages and localities. Thus far, the tradition has been transmitted orally through generations, and rarely recorded in writing. Proper record-keeping and documentation is a must, to ensure that the sacred practices do not die out and is preserved for future generations.

The National Museum of Bhutan, Paro, led by their Officiating Director Phendey Lekshey Wangchuk has taken the initiative of researching and documenting the principal and universally known Protective and Guardian Deities of the twenty Dzongkhags. They have compiled them into 11 volumes of books, as well as 11 *potis* or volumes of *Soekha* texts.

The initiative has been undertaken to preserve and promote the spiritual and historical values of Bhutan. The books are designed in such a manner that it is easily accessible by a wide range of readers and would encourage interest in the sacred deities of Bhutan, especially those of their locality.

This publication is timely as part of an effort in preserving and promoting our historical, cultural, spiritual and traditional values which makes Bhutan, truly unique in the world.

A handwritten signature in black ink, featuring a large, stylized initial 'S' and 'D' followed by the name 'Sonam Dechan Wangchuck' in a cursive script.

⎵ **HRH Princess Sonam Dechan Wangchuck** ⎶



# སྡོམ་བརྗོད།

༤ ར་བཅས་རའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ག་ཏེ་ལུ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་ལུང་ཕྱོགས་རེ་རེ་ལུ་དབང་བའི་གནས་བདག་  
 དང་གཞི་བདག་རེ་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་ལུ་མིང་གི་རྣམ་གངས་མ་འདྲམ་གནས་བདག་ གཞི་བདག་ ཡུལ་ལྗོ་  
 སྐྱེས་ལྗོ་ ལྷ་དང་བཙན་ལ་སོགས་པ་མིང་བཏགས་ཚུལ་མ་འདྲམ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ཡིན། མིང་དེ་སྐྱེ་  
 བཏགས་དགོ་མི་དེ་ཡང་ ས་གནས་དེ་གི་བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གནས་བདག་དང་། ས་གཞི་དེ་ཚུ་གི་  
 བདག་པོ་འབད་ནི་འདི་གིས་གཞི་བདག་ཟེར་ལཱ་ཡིན། དེ་ཡང་ སྦྱོད་འཇུག་བསྐྱོད་བའི་ལེ་ལུ་ལས། དགོན་  
 སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། །བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་པ། །གཉིད་ལོག་ཕྱོས་ཤིང་རབ་ཕྱོས་རྣམས། །ལྷ་  
 དག་སྤང་བ་བྱེད་པར་ཤོག། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤེ་ཡུལ་མི་ཚུ་ལུ་དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བའི་ལྷ་བཟུམ་སྤེ་མགོན་  
 སྐྱབས་མཛད་ནི་དང་ ཡུལ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ སྐྱབས་མཛད་པའི་ལྷ་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་ནི་འདི་གིས་ཡུལ་  
 ལྷ། མི་ག་ར་ཡིན་རུང་ རང་ག་ཏེ་སྐྱེ་ས་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་དེ་རང་གི་སྐྱེ་ལྷ། བྲག་རེ་དང་གངས་རི་ཚུ་ལུ་  
 གནས་པའི་གཞི་བདག་ལྷ་ལྷ་བདུད་ཚུ་མཉམ་དུ་འདྲེས་པ་ལས་སྦྱོབས་དང་རུས་པ་སྦྱོམ་སྤེ་སྤེས་ཞིན་མ་ལས་  
 དཀར་ཕྱོགས་ལུ་སྤང་སྦྱོབ་མཛད་མི་ལུ་བཙན། འདི་ལུ་ཡང་ ལྷ་བཙན། ལྷ་བཙན། བདུད་བཙན། ཟེར་དབྱེ་བ་  
 མ་འདྲམ་གསུམ་དེ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། སྡོམ་ཤིང་དང་ཚུ་མིག་མཚོ་རྗེ་ཚུ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་ལྷ། བྲག་  
 དང་ཤིང་ཚེན་རྩོ་ལུང་བཟུམ་ལུ་གནས་པའི་གཞི་བདག་ལུ་བདུད་ཟེར་གཞི་བདག་ཡིན་མ་ ཅོག་རང་འཐད་རུང་  
 རང་གསེས་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞི་བདག་གི་གོ་དོན་ཡང་ཉེ་མ་རྒྱ་གར་གཡུས་ལུ་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤིང་པོའི་སྐབས་གོད་སྦྱིན་འཕྲོག་  
 མའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་དུས་ལུ་ སྡོམ་པོ་གཅིག་ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་གོད་སྦྱིན་ལུ་སྐྱེས་ཏེ་  
 གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ལུ་ཚོ་འཕྲུལ་མ་རུངས་པ་སྦྱོན་པའི་སྐབས་ སྡོམ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དམ་ལུ་བཏགས་པའི་  
 ཤུལ་མར་ ཡུལ་ལྷར་བསྐྱོས་ཏེ་ ཡུལ་དེ་གི་མི་ཚུ་གིས་གནས་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བཟུང་དོ་བཟུམ་དང་། སྡོམ་ལུང་  
 ར་སྐྱུག་པོའི་གོང་ལུ་དགོ་སྦྱོང་གཅིག་སྦྱོམ་གནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་རྒྱུན་དཔལ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ རྒྱལ་པོ་གིས་  
 བསད་ནིའི་དཔའ་བཅའ་ས་ལས་ དགོ་སྦྱོང་གིས་སྦྱོན་ལམ་ལོག་པ་བཏབ་སྤེ་ ཤི་བའི་ཤུལ་ལས་ བཙན་རྒྱལ་  
 ཚེ་ལུ་དམར་པོ་དྲག་པོ་སྦྱོན་བདུན་ལུ་འཁྲུངས་ཏེ་ རྒྱལ་རིགས་ཚུ་གི་སྦྱོག་དབྱུགས་ལེན་མི་དང་། འཇིག་རྟེན་ག་  
 ར་ལུང་དགོགས་ཀྱི་གཞི་ལུ་གྱུར་མི་དེ་ དབང་དྲག་པར་དབང་ཚེན་གྱིས་དམ་བཞག་གནང་སྤེ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྐྱབས་པ་སྤང་བར་ཁས་སྤངས་ཚུལ་དེ་ཡང་ ཚེ་ལུ་དམར་གསོལ་མཚོད་ལས། དང་པོ་འདུལ་ཁྲིམས་བསྤངས་  
 པའི་དགོ་སྦྱོང་ཚེ། །བར་དུ་ཚངས་སྦྱོད་ཉམས་པའི་གདུག་པ་ཅན། །ཐམ་སྤིད་གསུམ་སྤང་བ་སྦྱོག་གི་གཤེད། །  
 ད་ལྟ་བསྐྱབས་པ་བསྤང་བའི་མཐུ་ཅལ་ཅན། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྤེ་ ར་བཅས་འཕྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ས་  
 གནས་ཁག་མ་འདྲམ་སོ་སོ་ཡོད་མི་ཚུ་ནང་ཡང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ བཙན་ལ་སོགས་པ་མང་རབས་  
 ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་རང་བཙན་དང་ མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་ཡོད་པ་མ་  
ཚད་མཐའ་སྐོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ལས་ མི་སྡེ་འོ་ནང་  
དར་ཉེ་ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་སྲོམ་ཚུ་གི་འབྲུང་ཁྲུངས་གཙོ་བོ་ཅིག་ཡང་ཨིན། དེ་ཡང་། དཔེར་ན་གནས་བདག་  
གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་རེ་སྤུལ་ཉེ་ འཕྲིན་བཙུག་འབད་བ་ཅིན་ རྩི་ལས་བརྟུ་ཇག་འཕྲོག་གསུམ་དང་  
ནང་ན་ནང་དང་ལུ་གེ་ཚུ་ལས་སྲུང་བུབ་ནི་དང་ ལྷ་དང་བཙན་ རྒྱལ་པོ་ཚུ་གནས་པའི་མཐའ་འཁོར་ཚུ་ནང་ ཤིང་  
བཙན་ནི་དང་བཙོག་པ་བཏང་ནི་ལུ་འཛེམས་གཟུང་འབད་དེ་བདག་འཛིན་འབད་མ་ལས་ མཐའ་འཁོར་གནས་  
སྲུངས་སྲུང་སྐྱོབ་ལུ་ཡང་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་སྡེ་རང་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་བཟུམ་ ལྷ་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་དང་  
དུས་སྟོན་བཙུག་ལྷུ་ནི་ ཨ་ལུ་གསར་སྐྱེས་བཙུག་ནི་བཟུམ་ རང་གི་གོམས་གཤེས་ལུ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ལེ་  
ཤ་ཅིག་རང་ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྲོལ་གྱི་སྲོག་ཤིང་བཟུམ་ཡང་ཨིན་མ་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་ལུ་གསར་བཟང་པོ་སྤོང་  
མོང་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ཡང་ཨིན།

དེ་ཡང་གཏམ་དཔེ་ལས། ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་སྤྱོད་ལམ་གཅིག། ཟེར་གསུང་དོ་བཟུམ་ ཚོས་སྲུང་དང་གནས་  
བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བ་ཅིན་སྲོང་གོགས་མཚོད་ནི་དང་གཞོན་པ་བཀལ་བ་ཅིན་ ཚར་  
གཙོད་ཚུགས་པའི་རུས་པ་ཡང་ཡོད་པ་ལས་དད་གུས་བསྐྱེད་དེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་དགོཔ་ཨིན།  
ལྷག་པར་དུ་ རང་བཙས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ གནས་བདག་དང་གཞི་བདག་ཚུ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་  
ཁབ་ཀྱི་མི་སེར་ཡོངས་ལུ་ སྐབས་དང་མགོན་མཚོད་གནང་སྟེ་ མི་སྡེ་འོ་ནང་ལུ་ཕན་ཐོགས་སྲོམ་བྱུང་མི་དེ་  
འཕྲལ་དང་སྤུང་དུ་རང་ བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་ནི་དང་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཚད་སེལ་ནི་ཚུ་ཨིན་པས།

དེ་ལུ་དགོངས་ཉེ་ མི་དབང་རྒྱལ་པོའི་སྲས་མོ་བསོད་ནམས་བདེ་ཚེན་དབང་ལྷག་མཚོག་གིས་ འབྲུག་གི་གནས་  
བདག་གཞི་བདག་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་སྲུང་ཚུ་ རུས་མཐུ་ཅན་དང་ སྐབས་ཀྱི་སྲོང་གོགས་སྡེ་ འབྲུག་རྒྱལ་  
ཁབ་ནང་ཇི་སྲིད་བསྐྱལ་པ་མ་སྲོང་བར་དུ་གནས་ཐབས་དང་ རྒྱལ་ཁབ་ཞི་བདེ་དང་དགའ་སྐྱིད་ འབྲུང་ནི་ལུ་  
ཐུགས་བཞེད་རྒྱ་ཆེས་ལས་གནང་སྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་མཐའ་དབྱུས་མེད་པའི་ནང་གནས་ཉེ་ཡོད་པའི་གནས་བདག་  
དང་གཞི་བདག་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་དང་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཚུ་ལུ་དགའ་བདེ་དེ་ དུས་སྟོན་ལྷུང་  
པར་ཅན་གྱི་ཉིན་མ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཚོག་གི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཚེན་བཙུག་ལྷུ་ནི་དང་གཅིག་  
ཁར་ གུས་བཏུང་ལྷུ་ནི་ལུ་དམིགས་ཉེ་ དཔེ་སྐྱེན་འབད་མ་ཨིན།

དེ་ལུ་ དདུལ་ཚུམ་ལྷན་ཁག་དང་ སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁྲུངས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ སྤར་རྒྱལ་ཡོངས་  
འབྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཁས་མཚོག་ ༡༤ དེ་ཅིག་གིས་ རྫོང་ཁག་ ༣༠  
གི་འབྲུག་གི་ཚོས་སྲོང་ཡོངས་གཤམས་ཡོད་མི་ཚུ་མ་བཙུག་བར་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ལས་ཕར་གསོལ་

མཚན་ཕུལ་སྒོལ་ཡོད་པའི་ འབྲུག་གི་ཚོས་སྤྱད་དང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཡོངས་བསྐོས་ས་ ༡༠༦༡ དེ་  
ཅིག་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་ ཞིབ་འཚོལ་འདི་ མཐར་འཁྱུལ་ཅན་ཅིག་སྤྱད་ཚུགས་མི་དེ་ཡང་ གཙོ་བོ་རང་ མི་དབང་རྒྱལ་  
པོའི་སྤྲུལ་མོ་མཚོག་གིས་ ཐུགས་སློན་དང་མགོན་སྐྱབས་མཛད་གནང་མི་དང་ དདུལ་ཕྱིས་སློན་པོ་དང་ སྒོལ་  
འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མདོ་ཚེན་ དེ་ལས་རྫོང་ཁག་ ༡༠ གི་རྫོང་བདག་དང་ སྒོལ་འཛིན་འགོ་དཔོན་༡༠ གོད་  
འོག་ ༡༠༥ འི་རྒྱལ་དང་ དམངས་མི་དང་ཚོགས་པ་ གོས་བསྐྱུན་འབད་སའི་མཁས་མཚོག་ཉམས་ཚུང་ཅན་ཚུ་  
གིས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་ག་དེ་འགྲུག་འགྲུག་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན།

དེའི་ནང་དོན་ཉིད་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་གིས་ རང་སོའི་ཉམས་ཚུང་དང་ལྷོགས་གྲུབ་དང་འཁྲིལ་བའི་ འགན་  
ཁུངས་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤེ་སྤྱུགས་ཁར་བསྐྱུལ་ས་ཏེ་ མཉམ་འབྲེལ་གང་འགྲུག་མཛད་དེ་ བྱག་ལུ་གནང་མ་ལས་བརྟེན་  
ད་རེས་གྲུབ་འབྲས་སློམ་བྱུང་མི་ལུ་ འགོ་འདྲེན་པ་རང་འཁྲུག་ལས་ ཉིང་ལས་རང་བཀའ་དྲིན་ཚེ་ཟེར་ལུ་ནི།

ད་རེས་ཀྱི་དཔེ་དེབ་ནང་ལུ་ རྫོང་ཁག་ ༡༠ གི་གནས་བདག་གཞི་བདག་དཔེ་དེབ་སྤྲེགས་བམ་ ༡༡ དང་ ད་  
རུང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་གསོལ་མཚན་གྱི་དཔེ་ཆ་བསྐྱུ་སྤྱིག་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ དཔེ་ཆ་ པོ་ཉི་གངས་  
༡༡ ཡོད་མི་ཚུ་ ད་རེས་ ལུན་དག་ཐངས་གཉིས་པ་འབད་དེ་ དམིགས་བསལ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཐངས་དང་པ་འབད་  
དེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ལུ་ཞོར་བ་དང་འཛོལ་བ་ཡོད་སྤིད་ནི་ཨིན་མ་ལས་ དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

ཕན་བདེ་ལེགས་བཤད་དབང་ལྷུག།  
ཞིབ་འཚོལ་འགོ་འདྲེན་པ།  
འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམས་སློན་ཁང། སྤོ་རོ།





## དཀར་ཆག

ཡང་།	དོན་ཚན་	ཤོག་གྲངས།
༡	ཐིམ་ཕྱོམ་གྱི་གཞི་བདག། (༧)	༡
	༡ རྩོམ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སྐྱེད་བཅའ།	༡
	༢ དོན་ཚང་པ།	༥
	༣ རོར་སྐྱེན་དཔལ་འབར།	༡༠
	༤ ཐོ་སྤྲ་གུ་མར།	༡༣
	༥ བདུད་བྲག་པ།	༡༧
	༦ མ་སངས་སྐྱེན་བདུན།	༢༢
	༧ རྒྱ་ཞེ་མ་མོ།	༢༤
	༨ རོ་རྩེ་དྲག་ཅུལ།	༢༠
	༩ རོ་རྩེ་རོལ་པ།	༢༥
༢	དག་བསྐྱེན་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༢)	༤༡
	༡ གདོད་དཀར་བཅའ།	༤༡
	༢ རྩོམ་དུག་ཆེན།	༤༥
	༣ གཞི་བདག་མོ།	༤༧
	༤ རྩོམ་ལེགས་མོ།	༥༢
	༥ དག་སྐྱོད་བྲག་བཅའ།	༥༧
	༦ ཐོ་སྤྲ་སྐྱེག་ལ་ཟེར་ཆོད།	༦༡
	༧ བར་མའི་ཡུལ་བཅའ།	༦༥
	༨ བྲག་སྐྱེ་རྒྱལ་མོ།	༧༠
	༩ བྲག་དམར་བཅའ།	༧༣
	༡༠ ཡུལ་བཅའ་བསམ་གྲུབ་དར་པ།	༧༤
	༡༡ ལྷགས་ཀྱི་བཅའ།	༧༧
	༡༢ སྐྱེན་རྒྱ་བཅའ།	༨༥
༣	དར་དཀར་ལ་ཆེད་འོག། (༢)	༩༧
	༡ གཡང་བལྟམས་གཡང་རྒྱུད་མོ།	༩༧
	༢ རྩོམ་དར་དཀར་མོ།	༩༩

༤	ན་རོ་རྗེད་འོག། (༤)	༩༩
	༡ གང་བཟུང་།	༩༩
	༢ ཨམ་གེ་ཡི།	༡༠༥
	༣ ཨབ་ཏེ་མ།	༡༠༧
	༤ ཨབ་སྲིབ་བཅད་པ།	༡༡༡
	༥ ཨམ་གེ་ཡི།	༡༡༤
༥	ཅང་རྗེད་འོག། (༧)	༡༡༧
	༡ དབྱུང་ས་པ།	༡༡༧
	༢ ཐང་དཀར་གྱི་སྦྱིང་།	༡༢༤
	༣ ཕོ་སྤྱོད་འཁོར་འཁོར་བཅའ་།	༡༢༩
	༤ སྤྱུས་མོ་བཅའ་།	༡༣༥
	༥ དེ་ལོ་སྤྱོད་བཅའ་།	༡༤༠
	༦ ཐབ་བཅུ་བཅའ་།	༡༤༣
	༧ ལྷགས་ཀྱི་བཅའ་།	༡༤༧
	༨ སྤོང་ག་བཅའ་རྗེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷན་ཆེན་པོ།	༡༥༡
	༩ ཨ་ཚོག་དམར་པོ།	༡༥༥
༦	སྲོམ་རྗེད་འོག། (༡)	༡༦༠
	༡ ཚེ་རིང་མ།	༡༥༩
༧	ཀ་མང་རྗེད་འོག། (༧)	༡༦༧
	༡ དཔེ་བསྐྱེད་ཇག་པ་མེ་ལེན།	༡༦༧
	༢ ཨ་རྩུང་པ་ཏི། གཞིའི་མགོན་པོ།	༡༧༧
	༣ བག་ཡོད་པ།	༡༨༥
	༤ བཅའ་བྲག་སྒོ།	༡༩༠
	༥ ལྷ་བཅུད་པོ།	༡༩༥
	༦ མཚོ་སྤོང་།	༢༠༠
	༧ སྤྱང་བྲག་པ།	༢༠༥
	༨ བཅའ་རྩུང་།	༢༡༡
༨	༩ ཕོ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བཅའ་རྗེད་རྗེ་རྒྱུག་འཕྲེང་།	༢༡༥

༧	སྤྲོད་མང་ཆེད་འོག། (༧)	༢༡༧
	༡ རྒྱུན་སྤྲོད་བཅའ།	༢༡༧
	༢ རྩོམ་གཞི་བཅའ།	༢༢༣
	༣ ཏཱ་ལ་བཅའ་ཚོད།	༢༢༤
	༤ རིགས་རྩོག་སྤྲོད་བཅའ།	༢༢༧
	༥ གཟུར་ལྷག་པ་བཅའ།	༢༣༣
	༦ བཅའ་ལེགས་སྐྱེས་སྤྱོད་ཚོགས།	༢༣༤
	༧ དཔལ་འབར་བཟོ།	༢༤༠
	༨ གྲུང་འབྲོག་བཅའ།	༢༤༤
	༩ གྲུང་བདུད་པོ།	༢༤༧
	<b>རྒྱ་རྒྱུ་ལག</b>	༢༥༣
༡	དབུས་སུ་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༤)	༢༥༥
	༡ ཏཱ་ལ་ལྷག་གནས་པོ།	༢༥༥
	༢ ལྷུང་བདུད།	༢༥༠
	༣ རྩོམ་སྤྱོད་གྲུང།	༢༥༥
	༤ ཏཱ་ལ་ལྷག་མཚོ་སྤྱོད།	༢༥༧
	༥ ར་མིག་བཅའ།	༢༥༤
༢	དགའ་རྒྱུན་གྲིང་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡)	༢༥༥
	༡ འབག་ལེགས།	༢༥༥
	སྐྱེས་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༢)	༢༥༧
	༡ འཛིན་ཀར་བཅའ།	༢༥༧
	༢ སེར་ནག་སྤྲོད་བཅའ།	༢༥༥
	༣ རྩོག་ལག་བཅའ།	༢༥༧
	༤ བཟ་འཛིན་དར་རྒྱས།	༢༥༩
	༥ བཟ་གདངས་བཅའ།	༢༥༥
	༦ རྩོག་ལག་བཅའ།	༢༥༩

	མ འིང་དཀར་བཅན།	307
	༡ ཡངས་ལྷག་པ།	304
	༢ རོ་རྫོང་བཅན།	302
	༡༠ རྒྱ་མཐུད་རྒྱལ་པོ།	377
	༡༡ བྲག་རྒྱུང་བཅན།	374
	༡༢ མ་སངས་ལྷན་བཅུན།	372
3	གསང་སྤྲུལ་རྗེ་འོག་གི་གཞི་བདག། (༢)	327
	༡ རྒྱལ་པོ།	327
	2 རོ་པོ་བྱི་ཤིང།	328
	3 ལྷང་བཅན།	330
	4 ལྷང་རི་པ།	332
	5 ལྷང་བཅན།	332
	6 རྗེ་བྲག་བཅན།	337
	7 ལྷན་རྫོང།	334
	8 ལྷས་མཚོ།	332
	9 རོ་པོ་ལྷང་བཅན།	342
4	རྣམ་ཚོགས་རྗེ་འོག། (1)	344
	1 བྲག་ལྷག་པ།	344

# འབྲུག་གི་ཚོས་སྐྱོད་དང་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཚར་བའི་ཐོ་བཟུང་བསྟུས།

ཨང	རྫོང་ཁག	ཞིབ་འཚོལ་པ།	ཞིབ་འཚོལ་འབད་ཚར་བའི་ཁ་ གྲངས།	ཅན་གསོ།
༡	ཐིམ་ཕུག་	དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན།	༥༤	
༢	དར་དཀར་ན	ཚོ་རིང་ཕུན་ཚོགས།	༡༨	
༣	སྤ་འོ་	འཚིམ་དེ་རིག་འཛིན།	༢༥	
༤	ལྷོ་	རྒྱལ་པོ་ཚོ་རིང།	༢༤	
༥	སྤུ་ན་ཁ་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༤༢	
༦	མགར་ས་	སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན།	༡༤	
༧	མོང་སྐར་	པ་མྱ།	༥༩	
༨	ཕུན་ཚེ་	བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས།	༡༢༠	
༩	བསམ་གྲུབ་སྟོངས་ མཁའ་	ཚོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༢༧	
༡༠	བཀྲིས་སྐར་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༥༩	
༡༡	བཀྲིས་གཡང་ཚེ་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༥༡	
༡༢	གོང་གསར་	བསྟན་འཛིན་དོ་རྩེ།	༤༤	
༡༣	ལུ་ཐང་	བསམ་གཏན་དབང་ཕུག་	༤༥	
༡༤	དབང་འདུས་པོ་བྲང་	ཀམ་དབང་འདུས་	༡༩༢	
༡༥	རྒྱལ་	ཀམ་ཚོ་དབང།	༤༡	
༡༦	བསམ་ཚེ་	ཀམ་ཚོ་དབང།	༩	
༡༧	པ་ལྷ་དགའ་ཚལ་	རིན་ཚེན་དོ་རྩེ།	༣༤	
༡༨	གཞུང་མ་སྐར་	རིན་ཚེན་དོ་རྩེ།	༢༤	
༡༩	གསར་སྐར་	ཚོ་རིང་སྟོབས་རྒྱས།	༩	
༢༠	ཚུ་རང་	དོ་རྩེ་ཚོ་རིང།	༡	
		<b>ཡོངས་བསྟོམས་</b>	<b>༡༠༤༢</b>	



དགེ་བསྐྱེན་ཇག་པ་མེ་ལེན།







ཐིམ་ཁྲོམ་གྱི་གཞི་བདག། (༧)

༡ རྩོམ་ཚུགས་སྐྱད་བཅའ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྩོམ་ཚུགས་སྐྱད་བཅའ།

ཅང་ཇི་ཇི།

ཅང་ཇི་ཇི།

ཐ་བྲག་གནས་དང་ ཅང་ཇི་ཇི་དང་ ལུང་བསྟན་ཕུག་ལུ་སྟོད་མི་ གཞིས་རྙིང་  
དང་ཁང་གྲོ་སྟོད་མི་རྩེ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཤར་ཕང་སྤྲོ་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་ ཕང་ཚོ་ཆེན་བརྒྱད་  
གྱི་ཡ་གྲུལ་ཅང་ འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཐིམ་ཁྲོམ་ནང་འཁོད་ འདེམས་ཁོངས་ ༡ ཡོད་ས་ལས་ ཅང་  
བང་བྱ་དང་ ཨོ་ལ་ཁའི་འདེམས་ཁོངས་ནང་ཅང་ཇི་ཇི་འདི་རྒྱུད་པ་ཡིན་མས། རྩོམ་ཚུགས་སྐྱད་བཅའ་གི་  
གནས་ཁང་འདི་ མཁས་གྲུབ་གསང་སྤྲུགས་རྒྱ་མཚོའི་ ཡང་སྲིད་གཙུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་གིས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༤༤  
རབ་བྱུང་ ༡༩ པའི་ཤིང་སྟེལ་ལུ་ཕྱག་བཏབ་གནང་མི་ ཐ་བྲག་རིག་འཛིན་དགའ་ཚལ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷག་  
ལུ་འདུག། རི་དེ་ཡང་ རིན་པོ་ཆེ་གནས་ལྷགས་ལས་གྲུབ་པའི་རི་རབ་ལྷན་པོ་གནས་ལ་གཟེངས་པ། ཁོར་ཡུག་  
རྒྱ་སྐྱོན་གྱི་ནགས་དང་ བར་སྐྱད་བརྟུན་ཕྱིས་གང་བ། ལྷ་སྤྲུ་མིའི་བྲང་སྲོང་རྣམས་ཀྱང་བསམ་གཏན་ལ་མངོན་  
པར་རོལ་ཞིང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་དང་རི་དྲགས་གཅན་གཟན་སྐྱོ་ཚོགས་རྒྱ་བའི་སྤྲུག་ལུ་ མཚན་ཉིད་ཐམས་  
ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕོ་བྲང་འདི་ རྩོམ་ཚུགས་སྐྱད་བཅའ་གི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།

# དམ་བཞག

གཞན་པོའི་དཔེ་ཆ་ནང་ དམ་བཞག་གཞང་མི་སྐྱམ་དེ་ཡིན་ཟེར་མ་ཅིག་མ་མཇུག་ ཡིན་རུང་དམ་བཞག་གི་ཚིག་གི་བཤད་པ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་བདེ་སྤྱད་མྱོང་མི་འདི་ རང་རང་གི་རྒྱ་དགོ་བ་དང་སྤྱི་ལོ་པོའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་མ་ཡིན། ལས་འབྲས་ལུ་བསྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་པས། རང་ལ་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་ སྤྱད་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པའི་དཔེ་དེ་བཟུམ་སྟེ་ གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་ སྤྱད་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་འབྲས་ལས་ གཞན་ལུ་ཕན་བཏགས་མ་ཚུགས་རུང་ གཞོད་པ་སྐྱེལ་མི་བཏུབ་ཟེར་གསུངས་ཅུག།



རྩོ་བོ་ལྷ་ལྷ་སྐྱེད་བཙམ་མ།

### ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་ཚེན་པོའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྐྱུལ་པ་ དཔལ་ལྷན་ཀྱི་པོ་ཚོ་པོ་ཚོ་གྲོག་སྐྱོང་བཅའ་ཞི་ སྐྱེ་མདོག་གངས་རི་ལ་  
 བས་འཕྱུང་པ་ལྟར་དཀར་ཞིང་། ཞི་ཁོ་བཞད་པའི་ཉམས་ཅན་ ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ ཕྱག་གཡས་པ་ལྷན་  
 རུ་མཚོན་བ་དན་དཀར་པོ་གནས་ཁར་འཕྱར་བས་ མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ།  
 གཡོན་འདོད་དགུ་སྟོལ་བའི་འོར་བུ་ཐུགས་ཀར་བཟུང་ནས་འགོ་བའི་རེ་བ་སྐོང་ཞིང་ སྐྱུལ་དར་དཀར་བེར་གྱི་  
 ཆས་ཉིས་བཅེགས་སུ་གསོལ་བ། དབུ་ལ་ཚོག་ལྷ་དང་ཞབས་ལ་རྟོར་ལྷ་མ་ཅེ་གསུམ་གསོལ་བ། མགུལ་རྒྱུན་སྒྲི་  
 གཡུ་ཉི་མ་འབུམ་གྱི་གཟི་བརྒྱན་འོད་དུ་འཕྲོ་བ། ཞབས་གཉིས་རྟ་དཀར་རྒྱུང་གཤོག་གི་སྟེང་ན་ འོར་བུའི་སྲབ་  
 དང་བཅས་ཏེ་གནས་པ། དེའི་གཡོན་ན་ གསང་བའི་ཡུམ་ཚེན་སྐྱོན་མོ་ཡིད་འཕྲོག་མ་ མེ་ཏོག་གི་མགུལ་རྒྱུན་  
 དང་དར་སྐྱེ་ལྷན་ན་བཟུང་གསོལ་བ། ཕྱག་གཡས་ན་མདའ་དར་དང་གཡོན་དཔུལ་དཀར་གྱི་མེ་ལོང་འཛིན་པ།  
 མིག་གི་བདུད་ཅི་སྟེང་ཞིང་ བདེ་བའི་ཅེད་འཛོལ་རོལ་བ། དེའི་འཁོར་དུ་ ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱུད་བཀའ་སྲུང་བྲེགས་  
 པའི་འབྲུང་པོའི་ཚོགས་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་འདུག།

### གསོལ་མཚན།

ཐ་བྲག་རིག་འཛིན་དགའ་ཚལ་དང་ ལུང་བསྟན་ཕྱག་ ཅང་ཇི་ཇི་ལུ་སྟོད་མི་རྒྱ་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་  
 ཕུལ་བའི་སྐབས་སུ་ གཏོར་གཡུ་དུ་བཅུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་ནི་འདུག། གཞན་ཡང་ དམིགས་བསལ་  
 ཀྱི་ཚེས་བཅུ་དང་ དུས་སྟོན་གྱི་བཅི་སྲུང་འབད་སོལ་མིན་འདུག།

### བསྟེན་པའི་ཐན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།

སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ ཡར་པོའི་ལྷ་བ་བཞིན་རྒྱས་པ་དང་ དཀོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད་པ། ལྷ་  
 མའི་སྐྱེ་ཚེ་སྲིང་བ། དགེ་འདུན་གྱི་སྟེ་སྟོང་བ། ལྷ་པར་རྒྱ་སྦྱོར་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་རྣམས་ཀྱི་ བསམ་དོན་  
 འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གཞོད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ མདོན་སྦྱོད་དྲག་པོའི་  
 སྐོ་ནས་ཚར་གཙོད་མཛད་པ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་གང་བསམ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་  
 དང་ སྟོང་གོགས་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཛད་པ་ཨིན་མས།

རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་ རོ་བོ་ལྷོག་ལྷོག་སྐང་བཙན་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སློབ་ཏུ་མགྲིན་ཚེ་དབང་། ཡོན་ཏན་སློབ་དཔོན་སྐུ་བགྲུ་ས།

སྐུ་སྐུ་བཟང་། ཅང་རི་རི་མི་སྤེའི་སྐུ་མ

ཨོ་རྒྱལ་རོ་རྩེ། ཟམ་ཏོག་གི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

༡ རོམ་ཚང་པ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། རོམ་ཚང་པ།

ས་གནས། ཅང་སྐང་ཁ།

གཡུས། ཅང་སྐང་།

བསྟེན་མི། ཅང་ཨོ་ལ་ཁ་ཡན་ཆད་ཚུ་བར་ཚུ་མན་ཆད་ ཐིམ་ཁོམ་ནང་སྟོད་མི་གར་གིས་  
བསྟེན་མ་མཚན་ ཐིམ་སྐྱ་སྐྱ་ཁང་ནང་ ཨ་ལོ་སྐྱེ་མི་ཡོད་ཚད་ གྱིས་སྐྱེས་ལྟ  
འབད་བསྟེན་དགོབ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྒྱལ་ས་ལྟེ་བ་ཐིམ་སྐྱ་ཁོམ་གྱི་སྐྱུག་ལུ་ སྐང་རྟོག་ཅིག་གུར་ཆགས་འདི་ཡོད་མི་ལྟ་ཁང་འདི་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་  
ཅང་སྐང་ཁ་ལྟ་ཁང་ཟེར་ཞུ་ཨིན། ལྟ་ཁང་འདི་ ཏུས་རབས་ ༡༩ པའི་ནང་ཕྱོན་མི་སྐྱམ་པ་ཚོ་འབྲུག་སྐོམ་  
ཞིག་པོའི་གདུང་སྐྱེ་ཉི་མ་གིས་ ཡབ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་ལྟར་གདན་ས་བཏབ་ཡོད་པ་མཚན་ དཔལ་འབྲུག་པ་  
གོང་མ་རིམ་ཕྱོན་གྱིས་ཞབས་གྱིས་བཅགས་ རྒྱུ་དུ་འཕགས་པའི་སྐྱེ་གསུང་བྲུགས་རྟེན་བཞེངས་ཡོད་པ་ལས་  
བྱིན་རྒྱབས་ཚན་ཁ་ལྟན་པའི་ལྟ་ཁང་རྟོང་ཤོས་ཅིག་ཨིན། ལྟ་ཁང་འདི་གི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་ རྒྱ་རྩི་ལུ་ལས་གྲུབ་  
པའི་ རང་བྱུང་འཕགས་པ་བྲུགས་རྗེ་བརྩུ་གཅིག་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་གྱི་རྒྱུལ་དང་། དཔལ་རྟོ་མ་གྱིན་གསུང་  
ཕྱོན་ལ། གདུང་སྐྱེ་ཉི་མ་གི་བྱུག་བྲིས་མ་ འབྲུམ་པོད་ ༡༠ འབད་མི་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འདུག། ལྟ་ཁང་གི་  
སྐང་རྟོ་དེའི་ལྟག་ལས་ཡར་ ཏུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༤༥ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ ལྟ་རྟོག་ཐང་གི་རྟོངས་སྟོང་སྟེང་སྟེང་ རྒྱ་  
ཤིང་དང་རྩི་ཤིང་མེ་རྟོག་དང་ སྟོན་དང་སྐྱ་འབད་ནི་ དཔལ་གཏུམ་གཅན་གཟན་ལེ་ཤ་ཁོས་པའི་གར་དང་  
གཏུམ་པའི་རར་སྐད་ཡང་སྟོགས་པའི་ས་གནས་ འདྲོག་སི་སི་འདི་ རྟོ་མཚོག་རོལ་པའི་བྲུགས་སྐྱུལ་དགོ་བསྟེན་  
དོམ་ཚང་པ་དང་ ཡུམ་ཨ་ལྟེ་དཔལ་གྱི་ལྟ་མོ་འཁོར་དང་བཅས་པའི་གནས་ཁང་ཨིན་མས།

ལྟ་ཁང་འདི་ ཉེ་མ་མི་སྟེ་གིས་བདག་འཛིན་འཐབ་ཨིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་དང་  
སྐབས་རྗེ་ཞིང་གཤེགས་ རྗེ་བརྩུན་བསྟན་འཛིན་དོན་གྲུབ་མཚོག་གི་སྐྱེ་ཐོག་ལས་ གཞུང་གྲུ་ཚང་གི་ཕྱིས་བཞེས་



# ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཏྲ་མཚོག་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་སྐྱེལ། རིག་འཛིན་པ་རྒྱའི་བཀའ་སྔོན། ཚོས་མཛད་ཡོངས་ཀྱི་དག་ལྷ། སྐྱེ་  
 བཅོན་དག་བསྟེན་ཚེན་པོ་དོམ་ཚང་པ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་མེད་ལྷུང་པོ་ལྟར་ ཤིན་ཏུ་དམར་ལ་རམས་ཤིང་ལོས་པའི་  
 གཟུགས་ཅན། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྐྱེན་གསུམ་པ། ཕྱག་གཡས་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་མཚན་བ་དན་དཀར་པོ་ སྲིད་  
 ཕྱིའི་བར་དུ་འཕྱར་བས་ཉམས་པའི་མགོ་པོ་འགེམས་པ། གཡོན་པས་འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་  
 བུ་རིན་པོ་ཆེ་ དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ཐུགས་ཀར་བརྩེད་ནས་ སྐྱེ་བ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་འབད་མེད་དུ་སྦྱོལ་བ། སྐྱེན་  
 གསུམ་འཛིགས་པའི་སྤང་མིག་དག་པོའི་སྲོག་ལ་གཟེར་བ། སྐྱེ་ལ་བསེ་མོག་དང་བསེ་ལྷབ་ཀྱིས་བརྒྱན་པ།  
 མགུལ་རྒྱན་གྲ་གཡུ་འོད་དུ་འབར་བ། ཞབས་ཉོར་ལྷམ་ཅེ་སྤྱངས་གསོལ་བ། རྒྱུང་ལྟར་མཚོགས་པའི་ཏྲ་དམར་  
 ལ་ཆེབས་ནས་ བསམ་པ་ཙམ་གྱིས་སྤོང་གསུམ་སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ལ་བསྐྱོར་བ། གཡོན་དུ་ གསང་བ་ལས་བྱེད་ཀྱི་  
 ཡུམ་ ཨ་ལྷེ་ལྷ་མོ་སྐྱེ་མདོག་དཀར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ ཕྱག་གཡས་མདའ་དར་དང་ གཡོན་བདུད་ཅི་  
 གང་བའི་བུམ་པ་བསྐྱམས་པ། དབུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་ལྷའི་ཕྱ་ཚོམས་གསོལ་ཞིང་། སྐྱེ་ལ་དར་དཀར་གྱི་ན་བཟའ་  
 དང་ གསེར་གཡུའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྱས་ཏེ་བཞུགས་ལུག།



དག་བསྟེན་དོམ་ཚང་པ།

དམ་བཞག།

སྒོན་གྱི་དུས་སུ་ སྤང་སྲིད་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ རིག་འཛིན་གྱི་སྒོལ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་ཀུ་ར་དང་ བར་བུ་ སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྣམ་སྐྱེལ་པ་ཚོ་འབྲུག་སྒོམ་ཞིག་པོ་ ཐམ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་གོང་མ་རིམ་བྱོན་གྱི་སྤྱན་རླུང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་དེ་འཛིན་ཚེས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ སྤང་ཞིང་སྒྲིང་བའི་ཁས་བྲལ་དམ་བཅའ་ལུའ་ལྷག།

གསོལ་མཚན།

སྤྱིར་བཏང་ ཅང་དང་སྟོད་པའི་གཡུས་སྒོ་ནང་ ཡོངས་ཀྱི་དབྱེ་གཏམ་ འགོ་པན་བདེ་མཚན་པ་དང་།  
མཚུགས་སྐང་ཁའི་ཚེས་བཅུ། ཟེར་སྐབ་སོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ ཅང་སྐང་ཁ་ལྷ་ཁང་ནང་ རང་ལྷ་ ༩ པའི་ཚེས་  
༡༢ ལས་ ༡༤ ཚུན་ ཉིན་མ་གསུམ་གྱི་ཚེས་བཅུ་འཆམ་དང་བཅས་པ་སྟེ་གནང་ནི་འདུག། ཚེས་བཅུ་ཉིན་དང་  
པ་ ཚེས་ ༡༢ ཀྱི་རྩོལ་ གནས་པོ་དོམ་ཚང་པའི་གནས་ཁང་ནང་ལས་ ཆིབས་གཡེལ་གྱི་ཐོག་ལས་ ལྷ་ཁང་ནང་  
གདན་འདྲེན་ལུ་ དེ་ལས་ བཞུགས་གཡེལ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རྩིས་སོལ་འདུག། ཚེས་ ༡༣ ལུ་  
ལྷ་ཁང་གི་གཡུས་ཉོངས་ལུ་ཡོད་པའི་རྟེན་ལྷན་པ་ཚོ་དང་ མཁའ་འགྲོ་བསོད་ནམས་དཔལ་སྒྲོན་གཉིས་ཀྱི་  
བཞུགས་གནས་ས་གོ་ནང་བྱོན་ཏེ་ མགོ་ནམ་དང་ལྷོ་ དེ་ལས་གནས་པོ་དོམ་ཚང་པ་ལུ་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་  
བཞུགས་གཡེལ་གོལ་ཞིན་མ་ལས་ལོག་བྱོན་ཏེ་ ཚེས་བཅུ་ཉི་ལྔ་འཆམ་སྤུལ་ཨིན་མས།  
དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཨ་རྟག་ར་ ལྷ་ཁང་ནང་གསོལ་མཚན་མ་ཆད་པར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ད་ལྟོ་འཛིགས་མེད་དོ་  
ཇི་དབང་སྤྱི་རྒྱལ་ཡོངས་གཙོ་བོ་བསྟན་སྤྱན་ལང་གི་ས་གོ་ ཅང་འཁོར་ལོ་འདི་ཡང་ དགོ་བསྟེན་དོམ་ཚང་པ་གིས་  
དབང་ལས་བརྟེན་ ཐིམ་སྤུ་སྤྱན་ལང་ནང་སྐྱེས་མི་ ཨ་ལུ་ཡོད་ཚད་ཅིག་པོ་གི་སྐྱེས་ལྷ་འདི་ དོམ་ཚང་པ་ལུ་  
བསྟེན་དགོས་ལས་ ཨ་ལུ་སྐྱེས་སྟེ་ཞག་གསུམ་ལངས་ད་ ལྷ་བསངས་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ ཅང་སྐང་ཁ་ལྷ་ཁང་  
ནང་བཀལ་ གནས་པོ་དོམ་ཚང་པ་ལུ་ ཚོགས་དང་དཀར་མེ་གསེར་སྐྱེམས་སྤུལ་ རྒྱལ་སྐས་བསྟན་འཛིན་རབ་  
རྒྱས་ཀྱི་ཕྱག་བཟོ་ སྤུར་པའི་དབང་དང་ཨ་ལུ་འི་མིང་ཡང་ལུ་ཨིན་ཨིན་མས། གནས་བདག་དོམ་ཚང་པ་འདི་  
དཔལ་ཉ་མཚོག་རོལ་པའི་བྱུགས་སྤུལ་ཨིན་མ་ལས་ ཨ་ལུ་གི་མིང་ཡང་ ཉ་མགོན་དོ་ཇེ། ཉ་མགོན་དབང་མོ་ལ་  
སོགས་པ་བཏགས་ནི་འདུག།



བསྟེན་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།

རྒྱལ་བསྟེན་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྱག་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟེན་པ་སྐྱོང་ཞིང་ དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་དང་ འཇིག་རྟེན་གྱི་ལམས་ཐམས་ཅད་དུ་ བད་སྲུག་འབྲུགས་  
ཚོད་བཙའ་ཐན་སད་སེར་ཚུ་ མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཞི་བ་དང་ བྱད་པར་ གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་  
འཁོར་དང་བཙས་པའི་སྤྱང་སྐྱོབ་གཡེལ་བ་མེད་པར་མཛད་ཅིང་། དེའི་བརྒྱུད་འཛིན་སྐྱེན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་  
ལ་ ཅི་འདོད་པ་མཐའ་དག་སྐྱབ་པ་དང་། མི་ཞོར་བུ་བརྒྱུད་ཕྱུགས་ལ་སོགས་པའི་རྐྱེན་ངན་པ་ཐམས་ཅད་སེལ།  
མཐུན་རྐྱེན་ཚོ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཏེ་ མཐར་  
ཐུག་སྐྱེ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་མཛད་པ་ཡིན་མས།  
རྒྱལ་དང་མཐུན་མ་སྟེ་མ་བསྟེན་པ་ཅིན་ སྤྱིར་བཏང་ ས་བདག་ལྷུ་འུ་གཞོད་པ་དང་ ལྷག་པར་དུ་ ཨ་ལུ་གསར་  
སྐྱེས་རིགས་ ཕྱི་རུ་ཉལ་མ་སྟེར་བ་དང་ ཨོམ་སྐྱུག་ནི་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་འོང་མ་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

དད་པའི་ས་བོན། ཀེ་ཨེམ་གྱི།  
དོམ་ཚང་པའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།**

སྐམ་རྣམ་རྒྱལ། ལྷ་ཁང་གི་སྐམ།

### ༣ རོར་སྤྱིན་དཔལ་འབར།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

རོར་སྤྱིན་དཔལ་འབར།

ཉེ་གྲོ་ (ལྷ་གྲོང་)

ཉེ་གྲོ་ (ལྷ་གྲོང་)

ཉེ་གྲོ་གཡུས་ཚན་ནང་ རྗོད་མི་རྒྱ་གིས་བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་གྲོང་དང་ལྷ་གྲོང་། བཙན་གྲོང་ཟེར་སྐབ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྐྱ་ཟུར་ཉམས་  
ཉེ་ ཉེ་གྲོ། སྐང་གྲོ་ཕར་ཀ་ཁྲིམས་ཁང་གོང་མ་ཟེར་སྐབ་སོལ་འདི་ དར་ལུབ་འགྲོ་ལྷག། ཉེ་གྲོ་འདི་ གནད་ས་  
བཀྲིས་ཚོས་རྗོང་ལྷག་ལུ་ མངོན་མཐོ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུན་སའི་གདོང་ཁར་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་བདག་རོར་སྤྱིན་  
དཔལ་འབར་འདི་ ལྷར་ཉེ་གྲོ་དང་ དགུན་སྤྱོད་ཁ་ ཡེར་པའི་སར་བཞུགས་པ་ཡིན་མས།  
ཉེ་གྲོ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྐྱུག་ལུ་ ཁྲིམ་ཐོག་གཅིག་གི་གདོང་ཁར་ དར་ཤིང་གུར་མདོས་ཐགས་ཉེ་བཀལ་སྤེ་  
གཞན་དང་མ་འདྲམ་ཡོད་མི་འདི་ གནས་བདག་རོར་སྤྱིན་དཔལ་འབར་གྱི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།

གནས་བདག་རོར་སྤྱིན་དཔལ་འབར་གྱི་གནས་ཁང།



**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སྐད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ལ་སྒྲོང་གསུམ་སྐོར་བའི་རྟ་དཀར་རླུང་གི་གཤོག་པ་ཅན་ལ་ སྐྱ་སྐབ་གོང་མེད་སོགས་མངོས་  
པའི་ཆས་གྱི་སྒྲིང་ན། ལྷ་ཆེན་འོར་སྦྱིན་དཔལ་འབར་ སྐྱེ་མདོག་བཙོ་ལྷའི་ལྷ་རྟ་དཀར་བ་ཞལ་ཆགས་པའི་  
ཉམས་ཅན། ཕྱག་གཡས་རུ་དར་དཀར་པོ་གནས་དུ་སྐྱོང་བས་ནག་ཕྱོགས་ཡམ་པར་བྱེད་ཅིང་། གཡོན་ཡིད་  
བཞིན་གྱི་འོར་བུ་འཛིན་པས་འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་ཞིང་། སྐྱེ་ལ་དར་གོས་དང་དཔའ་བོའི་རྟ་གས་ཆས་རབ་དུ་  
བརྗིད་པར་གསོལ་བ། ཞབས་གཉིས་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྐབས་སུ་བཞུགས་པ། དེའི་གཡོན་དུ་ གསང་བའི་ཡུམ་  
ཆེན་སྐྱེན་མོ་ནམ་མཁའི་མདོག་ཅན་ ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་ཅིང་ མངོས་སྐྱག་བལྟ་བས་ཚོག་མི་ཤེས་པ་ཕྱག་  
གཉིས་མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་འཛིན་ནས་ གཙོ་བོ་ལ་འདུད་པའི་རྒྱལ་དུ་གནས་པ། གཞན་ཡང་སྐྱས་དང་སྐྱུལ་  
པའི་ནམ་འགྲུང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་ ཕྱི་ནང་བཀའ་ཡི་སྒོན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་བཞུགས་ཀྱི།

**དམ་བཞག།**

གནས་པའི་དཔེ་ཆ་ནང་ དམ་བཞག་གནང་མི་ག་ཡིན་ན་ ཁ་གསལ་མིན་འདུག། ཡིན་རུང་ སློབ་དཔོན་པར་  
འབྱུང་གནས་དང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་སྦྱི་དང་ བྱང་  
པར་དུ་ བྱར་ཉེ་གྱོ་དང་ དཔུན་ས་ཡེར་པའི་སའི་རྒྱ་སྐྱོར་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་ནམས་གྱི་ མཐུན་རྐྱེན་སྐྱབ་ཅིང་  
འགལ་རྐྱེན་སེལ་བའི་རྒྱབ་དང་ དཔུང་གཉེན་གྱི་སྤང་མར་བཀའ་དང་དམ་ལུ་བཞག་བཞག་འོང་མཚོ་བའི་  
བསམ་འཆར་ལྷ་ནི་ཡིན།

**གསོལ་མཚན།**

སྦྱིར་བཏང་ ཉེ་གྱོ་སྔོན་མི་ག་ར་གིས་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་མཚན་སྤུལ་བའི་སྐབས་ གཏོར་གཡལ་ལུ་བཙུགས་ཉེ་  
བཏང་སྔོལ་འདུག། ལྷག་པར་དུ་ རང་ལྷོ་ ཨ་ པའི་ཚེས་ ༡༩ ལུ་ གཡུམ་སྐོ་ནང་སྔོན་མི་གུང་པ་རྒྱུ་ལས་  
ཕུད་ཁ་བསྐྱུ་སྤང་འབད་དེ་ གནས་པའི་ཁྱིམ་ནང་སྤེ་ གསོལ་མཚན་སྤུལ། དེ་ལས་ གནས་ཁང་ཕྱི་ཁར་ཡོད་མི་  
དར་ཤིང་འདི་བརྟེན་ཞིན་ལས་ ཡར་རོལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་རྟ་གས་མཚན་ལུ་ མདོས་ཐགས་  
བཀའ་ཉེ་ ཕྱ་དང་རུར་རྒྱབ་སྤེ་ཡར་སྤོང་མ་ཡིན་མས།

དེ་བརྒྱུ་སྟེ་ མདའ་རྒྱུ་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ གནས་ཁང་ནང་སོང་སྟེ་ གནས་པའི་སྐྱེ་འབྲས་སྐྱེ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་ལྷོ་ལྷོ་ ར་  
སྤྲད་བཀའ་སའི་ཉོན་ལྷན་བརྩམས་ དེ་ནང་རྩ་སྤྲད་བཀའ་། དོ་རུང་གདོང་ཁ་ལས་ ཆང་སྤྲད་བཀའ་ཉེ་ ཆང་  
མཚོན་བཏང་སྟེ་ རྒྱབས་ལུ་བ་ཅིན་ མདའ་རྒྱུ་ཁ་ཐོབ་ཟེར་སྐབ་ནི་འདུག། གནས་པོ་དེ་ ལྷན་མི་དྲངས་ལས་  
སྐད་ལུགས་འབད་ལུ་དགོ་ཟེར་ ཉེ་ཕྱོ་ལུ་བལྟགས་མི་ ཞལ་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་སྐབ་མས།

**བསྟན་པའི་པན་པ།**

རྒྱལ་བསྟན་སྤྱི་དང་ རྩེ་བྲག་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་འདིས་གཙོས་པའི་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྦྱོང་  
ཞིང་ དེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་ཏུ་སྐྱབ་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་ཏུ་ བད་སྤྲུག་འབྲུགས་རྩོད་བཙའ་ཐབ་ སད་སེར་སོགས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཞི་བ་དང་ མཐུན་རྐྱེན་  
སྟོན་པའི་ལེགས་ཚོགས་དགོས་འདོད་ཡིད་ཏུ་བཞེན་ཏུ་འདུ་བའི་ སྤྲུང་སྦྱོབ་དང་ མདའ་རྩོད་དོས་སྦྱོར་ལ་  
སོགས་པའི་རྩོད་རྒྱུས་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་སྟེ་ དུལ་ཕྱོགས་འདིའི་དབང་ཐང་རྒྱུང་རྟ་ རྒྱུས་པའི་དཔུང་གོགས་  
གཡེལ་བ་མེད་པར་མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གནས་བདག་ལོར་སྤྱིན་དཔལ་འབར་གྱི་གསོལ་མཚོན་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

རྒྱལ་མཚན། ཉེ་ཕྱོ་གཡུས་ཁ་སྤོད་མི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

༤ ཕོ་ལྷ་གེ་སར།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཕོ་ལྷ་གེ་སར།

ས་གནས།

ཅང་བང་བྱ།

གཡུས།

ཅང་བང་བྱ།

བསྐྱེད་མི།

ཅང་བང་བྱ་ལུ་སྲོད་མི་རྩུ་གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཤར་མང་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་གཤམ་ལས་ མང་ཚོ་ཚེན་བརྟུན་གྱི་ཡ་གྲུལ་ ཅང་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཐིམ་ཕུ་ཁོམ་ནང་འཁོད་ འདེམས་ཁོངས་ རྒྱ་ ཡོད་ས་ལས་ ཅང་བང་བྱ་དང་ ཨོ་ལ་ཁའི་འདེམས་ཁོངས་ནང་ ཅང་བང་བྱ་འདི་རྩུད་པ་ཡིན་མས། ཕོ་ལྷ་གེ་སར་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཅང་བང་བྱ་ཁོམ་སྤྱིང་ཁྱིམ་ཅིག་གི་རྩུར་ཁར་ སྤུམ་འཁོར་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཤིང་སྤོམ་ཅིག་ཡོད་འདི་ཡིན་མས།



ཅང་བང་སྤུ་ཕོ་ལྷ་གེ་སར་གྱི་གནས་པོའི་ཤིང་།

# དམ་བཞག།

གནས་པོའི་གསོལ་ལ་ནང་ལས་ དམ་བཞག་གནང་མི་སྐྱམ་དེ་ཡིན་ཟེ་རལ་ཅིག་མ་མཇལ་ ཡིན་རུང་དམ་བཞག་གི་ཚིག་གི་བཤད་པ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གདོད་མའི་དབྱིངས་ འཁོར་འདས་ཀྱི་ལ་བྱུང་ཅིང་གདལ་བའི་ཚོས་སྐྱའི་ཕོ་བྲང་ནང་ རང་རིག་ཡེ་ཤེས་གཉུག་མའི་སེམས་ལ་ འཁོར་འདས་བཟང་ངན་སོགས་དུ་མ་ རོ་གཅིག་གི་རོ་བོ་ལས་མ་འདས་ཀྱང་ སྤང་ཚུལ་ཀྱི་རྩོམ་འབྲུལ་པའི་རོ་ན་ དབྱ་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་བཟུང་ནས་ བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ཕན་པའི་མཛད་པ་ རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་པ་སྐྱེ་ག་ར་སོགས་ སྐབ་ཕོབ་དང་སྐྱེ་མ་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་བཞིན་ མཛད་དང་མཛད་བཞིན་དུ་འདུག།



**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྩེ་འཕུལ་གྱི་མཐུ་དང་ལྷན་པའི་རྟ་མཚོག་ཅང་ཤེས་ འདབ་ཤོག་རྒྱུད་གིས་ཤུགས་གྱིས་མཁའ་ལ་སྦྱོད་ཅིང་ སྤྱི་གཙུག་ལོར་བྱ་རིན་ཆེན་འབར་བས་མངོས་པ། དར་དང་རིན་ཆེན་གསེར་སྐྱེའོར་བུས་མངོན་པར་མངོས་པའི་སྤྱི་ན་ ལྷ་མཚོག་གི་སར་རྒྱལ་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་ ཞི་བ་དང་ལྷོ་བའི་བརྗིད་ ཉམས་ཅན་ ཡེ་ཤེས་གྱི་སྤྱན་གསུམ་དང་ སྐྱེ་ལ་དོ་རྗེའི་གོ་ལྷབ་གསོལ་བ་ ཤེལ་མཚོང་སྤེལ་བའི་ཚོག་ལུའི་སྤྱིང་ དགྲའི་ཅེར་ དར་དཀར་རུ་མཚོན་དོ་རྗེའི་མོད་འཕྱུ་དང་ ཉི་ལྷས་མཚན་པའི་དབྱ་ལ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་མདུང་ དར་དང་ གཡོན་པས་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་ས། ཞབས་ལ་ལོར་བུའི་མཆིལ་ལྷམ་ཡུ་རིང་གསོལ། སྐྱེ་ལས་འོད་ཟེར་ ལྷ་ཚོགས་པ་འཕྲོས་ཏེ་བཞུགས་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

སྤོན་མ་ ཅང་བང་བྱ་གི་བྱུལ་པ་རྒྱ་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་ གནས་ཤིང་གི་རྩ་བ་ལས་གསོལ་མཚན་སྤུལ་བའི་ སྤོལ་ཡང་ཡོད་ཟེར་ འཁྲུངས་ཡུལ་ཅང་བང་བྱ་ལས་ཡིན་མི་ སྤོབ་དགོ་འདུན་དཔལ་བཟང་གིས་གསུངས་ ཡིན་མས། ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ བྱང་པ་རང་སའི་ལོ་ལྷན་གྱི་ཚོ་གྲུ་གཏང་མི་སྐྱབས་ གཏོར་གལ་ བརྩུགས་ཏེ་གསོལ་མཚན་སྤུལ་ཕ་མ་གཏོགས་ མི་འདུ་འཛོམས་འབད་དེ་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་སྤོལ་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ཡར་ངོའི་ལྷ་བ་བཞིན་རྒྱས་པ་དང་ དཀོན་མཚོག་གི་དབྱུང་འཕང་བསྟོད། ལྷ་མའི་སྐྱེ་ ཚོ་སྤྱིང་། དགོ་འདུན་གྱི་སྤྱི་སྤྱིང་། ལྷ་པར་རྒྱ་སྤྱིར་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་རྣམས་གྱི་བསམ་དོན་འབད་མེད་སྤྱན་ གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། ས་རོལ་པའི་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གོད་པར་བྱེད་པ་ རྣམས་ མངོན་སྦྱོད་ཀྱི་པོའི་སྤོ་ནས་ཚར་གཅོད་མཛད་པ་དང་ མཐུན་རྐྱེན་གང་བསམ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་ ཏུ་འགྲུབ་པའི་ འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

པོ་ལྷ་གི་སར་གྱི་གནས་པའི་གསོལ་ལ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

དགོ་འདུན་དཔལ་བཟང་། འཁྲུངས་ཡུལ་ཅང་བང་བྱ་ལས།



༥ བདུད་བྲག་པ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱེད།

གཞི་བདག་གི་མཚན། བདུད་བྲག་པ།

ས་གནས། ཐིམ་ཕུ།

གཡུས། བསམ་གཏན་གླིང་།

བསྐྱེད་མི། བསམ་གཏན་གླིང་དང་ བལ་པའི་ནང་སྟོད་མི་ཚུ་གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ་ལས་ ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྐོར་བའི་ ཚོས་འཁོར་ཅེ། རྒྱལ་ཁབ་དབང་དུ་འདུ་བའི་ དབང་  
འདུས་ཅེ། དགའ་ལྷན་ས་ལ་འཕེས་པའི་ བདེ་ཆེན་གྱི་ཕོ་བྲང་། གཡས་སུ་ཉིག་གི་ཐང་། གཡོན་བསམ་འཕེལ་  
གྱི་གླིང་། མདུན་བདུད་བྲག་པའི་སྤྲེལ་མཚོ་ཟེར་ སྤྲེལ་སྟོན་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ། ཚོས་འཁོར་ཅེ་དང་དབང་འདུས་  
ཅེའི་རི་བརྒྱུད་ཀྱི་འདབས་ལུ་ ཉེ་མ་སྤྲེལ་ཕྱོད་པའི་གདན་ས་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཆེས་  
དབང་དུ་བསྐྱེད་ནས་ གདན་ས་སྤྲེལ་ཐིམ་གྱི་ཚང་སྟེ་བ་པན་ཚུན་གཉིས་ཟེར་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་  
དང་སུ་ ཐིམ་ཕུ་གྱི་ཚང་སྟེ་བའི་བུ་གི་བཞུགས་གནས་རྙིང་མ་འདི་ ད་རེས་ བདེ་ཆེན་ཕོ་བྲང་འདི་ནང་ཡིན་མས།  
བདེ་ཆེན་ཕོ་བྲང་གི་གཡོན་གྱི་སུ་འདི་ལུ་ ཉེ་མའི་མིང་བསམ་འཕེལ་གླིང་ཟེར་ཡིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག། ཡིན་  
རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ བསམ་གཏན་གླིང་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ལུག། ལོ་ ༡༠ དེ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ ས་གོ་འདིའི་  
སྟོད་ལུ་ བསམ་གཏན་གླིང་གྲང་པ་ ༡༡ དེ་ཅིག་ཡོད་མི་གཡུས་དང་ བར་ན་ གྲང་པ་ ༡༢ ཚོས་ཡོད་པའི་  
གཡུས་བལ་པའི་ནང་། མཚུགས་ལུ་ ཉེ་གོ་(ལྷ་གོང་།) གཡུས་ཚན་དེ་གསུམ་གྱི་བར་ན་ ལུ་ཞིང་གིས་གང་སྟེ་  
ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ གར་སྤྲིང་བྱིས་གང་ཡོད་པ་ལས་གྲང་པ་ཡང་སྟོང་ཕྱག་ལྷག་སྟེ་འདུག། གཞི་  
བདག་བདུད་བྲག་པའི་གནས་ཤིང་འདི་ བསམ་གཏན་གླིང་གཡུས་སྐོར་རྙིང་མ་མགྲུ་ལས་ སར་ཡོད་པའི་སྐྱེམ་  
འཁོར་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་ སྟོང་སུ་ཤིང་སྐོར་ཁ་སྟོང་གཉིས་པོ་འདི་བརྩམ་ཡིན་མས། བདུད་བྲག་པ་ལུ་ གནས་ཁང་  
ལོགས་སུ་སྟེ་བཞེངས་བཞེངས་པ་ཅིག་ཡིན་འདུག།



གནས་བདག་བདུད་ཟག་པའི་གནས་ཤིང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རབ་དུ་རྩམས་ཤིང་འཇིགས་པའི་སྐྱེ་ལ་ མི་ཤིགས་འཇིགས་པའི་གོ་ཆས་བརྒྱན་ཅིང་ འགྲིང་བའི་སྐྱབས་གྱིས་  
 བཞུགས་པ་ལ་ ཕྱག་གཡས་པ་ མདུང་དམར་འཕྱར་ནས་དམ་ཉམས་པའི་སྦྱིང་ལ་འདེབས་པ་ གཡོན་པ་  
 ཞགས་པ་ནག་པོ་བསྐྱམས་ནས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ གནོད་པའི་རྩ་རྒྱུད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ལུ་བཀྲུག་  
 རྟེ་ སློག་དབྱུགས་རྩོད་པོ་མེ་ལྟར་ལེན་ནས་བསྐྱེད་པ་ཨིན་མས། སྤིང་མོ་སྤོ་གོས་བཟང་མོ་ནི་ མཚར་སྤྱུག་  
 མཛེས་པའི་སྐྱེ་ལ་དར་གོས་ན་བཟས་བརྒྱན་ཅིང་ ཕྱག་གཉིས་ལུ་ ལམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བའི་མདའ་དར་  
 དང་ བསྟན་འགྲོ་བའི་རྒྱད་པ་འགོག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་འཆར་བའི་མེ་ལོང་བཟུང་ནས་ སྤྱང་སྐྱོབ་མཛད་དང་  
 མཛད་བཞིན་བཞུགས་ཏེ་འདུག།

ཏེ་མ་ བཀྲིས་ཚོས་རྫོང་རྫིང་མ་འདི་ ད་ལྟོ་ བདེ་ཆེན་པོ་བྲང་གི་ས་ཁོངས་ནང་བཞུགས་པའི་སྐྱབས་ གདན་  
 སའི་གཞི་བདག་བདུད་བྲག་པ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ སྤེ་སྤིང་ ༡༤ པ་ བསོད་ནམས་ལྷུན་གྲུབ་ མཚན་  
 གཞན་ སྤེ་པ་ནི་དར་བེར་ཡང་ལུ་མི་འདི་ སྐྱེ་ཐོག་སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༣ གནམ་ལོ་ཚུ་སྤྱུག་ལོར་ བཀྲིས་ཚོས་རྫོང་མེ་  
 རྒྱུན་ཐེངས་དང་པ་ཤོར་བའི་སྐྱབས་ གཞི་བདག་བདུད་བྲག་པ་གིས་ མེ་རྒྱུན་སྤྱང་མ་རྒྱུགས་པས་བེར་ མཐར་  
 བཤུད་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ ས་རྫོང་སྤིངས་ཀྱི་གཞི་བདག་དོ་རྗེ་དྲག་རྩལ་ གདན་འདེན་ལུ་སྤེ་ གདན་ས་བཀྲིས་  
 ཚོས་རྫོང་གི་གཞི་བདག་སྤེ་ བཅུགས་གནང་ལུག།



བདུད་བྲག་པའི་སྤེ་བས་རིས།

**དམ་བཞག།**

སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་སྐྱེ་འབྱུང་གནས་དང་ བརྗེ་འབྱུག་སློམ་ཞིག་པོ་ དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཚེ་དག་དབང་  
བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ ཕྱག་རྒྱ་གཉེན་པོའི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཅིང་ དམ་ཚིག་  
གི་དོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་ནས་སྤྱིར་རྒྱལ་བ་རྗེ་གས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྷན་འབྱུག་  
པའི་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ དེ་འཛིན་གྱི་སྤྱེས་བུ་རྣམས་ལ་ མེལ་ཚེ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱ་ར་མཛད་དགོ་པའི་  
དམ་བཞག་གནང་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

བསམ་གཏན་གླིང་གཡུས་སློབ་ནང་ གྲུང་པ་ རྟེན་པོ་དེ་ཚུ་གིས་སློབ་རྒྱུ་སྤྱི་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ གནས་ཁང་  
འདི་གི་རྩ་བར་ སེར་ཁ་ཚར་ཅིག་དང་ སོ་ཁ་ཚར་ཅིག་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་འདུག། དེ་གི་སྐྱབས་ བལ་པོའི་  
ནང་གི་གྲུང་པ་རྩ་ལས་ཡང་ ཁོང་ཚུ་གི་མོས་པ་དང་བསྟན་ཏེ་ བསྐྱེད་འབད་ནི་ཡོད་ཟེར་སྐྱབ་མས། གསོལ་  
མཚོད་དེ་ཡང་ ལྷམ་ཚོས་པ་ལུ་སྤྱི་ བདག་སྤྱིད་བྲག་དམར་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ བརྒྱ་བཞི་ གནས་པོ་བདུད་  
བྲག་པ་གཏང་མ་ཨིན་མས། དོ་རུང་ མི་རྒན་ཤོས་གཅིག་གིས་རྩུར་ཁ་ལས་ལོགས་སུ་སྤྱི་གནས་པོ་མཚོད་ནི་  
འདུག། གནས་པོ་མཚོད་པའི་སྐྱབས་ བསམ་གཏན་གླིང་མི་དབང་འབྱུག་རྒྱལ་བཞི་པ་ལུ་ ལྷན་གསན་སྤུལ་  
ཞིན་མ་ལས་ མི་དབང་མཚོག་གིས་ སྲུང་འཁོར་པ་དང་ འབྲུབ་གཅིག་ཚེད་མངགས་སྤྱི་ ལྷན་དར་ལྷ་གོས་  
སྤྱུགས་སྤུལ་བར་གཏང་ནི་འདུག། དེ་བརྩམ་སྤྱི་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྐྱབས་ གནས་པོ་མཚོད་ཤེས་མི་ཅིག་ བསམ་  
གཏན་གླིང་གཡུས་སློབ་ལས་འབོ་སྤྱི་ པོ་བྲང་ལྷགས་རི་ནང་སྤྱི་ བྲོང་ཚོག་འབད་མཚོད་ནི་ཡང་ཡོད་ཟེར་ ཨལ་  
དག་དབང་དང་ ཨམ་དགའ་ལེགས་མོ་གིས་སྐྱབ་ཨིན་མས། ད་རེས་ནངས་པ་ རང་སོའི་ཁྱིམ་ནང་ ལོ་དུས་  
ཀྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐྱབས་ གཏོར་གྲལ་ལུ་བཙུགས་གཏང་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ག་ར་འཛོམས་ཏེ་ གནས་པོ་  
མཚོད་པའི་སོལ་མིན་འདུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་རྩུ་མ་ཆད་པར་རྩུལ་དང་ལྷན་ཏེ་གཏོ་སྤྱི་སྤུལ་བ་ཅིན་ འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ནི་ སོ་ནམ་  
ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་ སློབ་ཕྱགས་ཏེ་འོར་སེམས་ཅན་དང་ ཚོང་གི་བྱ་བ་ལམ་འགོ་ཅི་བསམ་པའི་དོན་འབྲུབ་ཨིན་

མས། གསོལ་མཚོད་དུས་ཚོད་གུར་ཕུལ་མ་རྒྱགས་པ་ཅིན་ མི་ལུ་ན་ཚ་དང་ བསམ་པའི་རེ་བ་མི་འགྲུབ་ནི་  
རྒྱ་ཡི་འཇིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་བར་ཆད་འོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

### རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

བདུད་བྲག་པའི་གསོལ་འའི་དཔེ་ཆ།  
འབྲུག་སྤེ་སྲིད་ཁྲི་རབས་ཀྱི་མཛད་རྣམ།

### འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཨམ་དག་དབང་དང་ ཨམ་དག་འཁྲུག་སོ།

༤ མ་སངས་སྤྱན་བུམ།

གནད་དོན་བརྒྱད་བསྟུན།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

མ་སངས་སྤྱན་བུམ།

འབྱུང་གཞིས་ན།

འབྱུང་གཞིས་ན།

འབྱུང་གཞིས་ན་ གྲུང་རྗེས་ ། དང་ ད་རེས་ནངས་པ་འབྱུང་གཞིས་ན་  
ས་ཁོངས་ནང་སྟོན་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

རང་སྣང་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ལྷན་ཆགས་རི་བོའི་ངོས་ལ་ ཡུན་ཚོགས་དཔལ་ཡོན་འབྱུང་བའི་གཞི་ བལྟ་  
ན་སྤྱུག་པའི་ཕོ་བྲང་འདི་ནི་ ཕོ་ལྷ་དག་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་མ་སངས་སྤྱན་བུམ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཁྲོམ་ལས་ཁ་  
བྱང་ཕྱོགས་ བསམ་གཏན་གླིང་ཕོ་བྲང་ནང་བྱོན་ལམ་སྤུམ་འཁོར་ལམ་ཁ་ལས་ མདོ་སྡེ་བྲག་དགོན་པ་ལུ་འགྲོ་  
སའི་ འབྱུང་གཞིས་ན་གཡུས་ཚན་གྱི་མགུ་ལུ་ སློ་ཉོག་ཉམས་དག་འཉོག་ཉོ་གུར་ཆགས་ཉེ་འདུག། ས་གནས་  
འདི་ཁར་ ཉེ་མ་ དུས་རབས་ ༡༢ པའི་མེ་འབྲུག་ལོ་ལུ་ ཐིམ་ལུ་འབྱུང་གཞི་ན་ལས་འཁྲུངས་མི་ ཞབས་རྒྱང་  
རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་སྤྱུལ་གཉིས་པ་ ཕྱོགས་ལས་ཤུག་བསྟན་འཛིན་ ༡༧༣༤-༡༧༤༠ གྱི་གཟིམ་རྩུང་ཡོད་རྒྱང་  
མེ་ལྷའི་ཞབས་རྒྱ་ཤོར་སོང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་མས། ཤུལ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ སློར་ཆ་ལུ་ འབྱུང་གཞིས་ན་མི་  
ཚུ་གིས་ ད་ལྟོ་ལྷ་ཁང་ཐོག་གཅིག་པ་འདི་བཞེངས་ཅུག།



གནས་པོ་མ་སངས་སྤྱན་བདུན་གྱི་གནས་ཁང་།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

པོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ མ་སངས་སྤྱན་བདུན་པོ་ སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་ནུམ་འགྲུར་མ་ངེས་པའི་ཆ་ལྷགས་ཅན་  
རིན་ཚེན་དོ་ཤལ་གྱི་ཕྱག་ཞབས་གདུ་བྱ་དང་ ལྷ་རྩམ་དར་གྱི་ན་བཟའ་ལྷ་བ་ལྷུ་བ་ཏུ་བརྒྱན་པ། ཕྱག་གཡས་པ་  
ཞགས་པ་དང་། གཡོན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཚོགས་བཀང་བའི་བྱུང་བསྐྱེད་མཁས་ཤིང་ ཡོན་བདག་མི་འོར་འཁོར་དང་

བཅས་པ་ ཅི་འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྣོད་བའི་ཚུལ་དུ་རྟ་དཀར་ཅང་ཤེས་ལ་ཆེབས་ནས་ སྟོང་གསུམ་ཡུད་ཅམ་  
 ལུ་བསྐྱོར་ནས་ བསྟན་པ་སྤང་ཞིང་འགོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་མེལ་ཚོ་དང་བྱ་ར་མཛད་དེ་བཞུགས་ཅུག།



གནས་པོ་མ་སངས་སྤྱན་ལྷི་སྤྱུ་འདྲ།

**དམ་བཞག།**

དིག་འཛིན་གྱི་སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་དབང་པདྨ་ཀུ་ར་དང་ གྲུབ་བརྟེན་སྤྲོ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱན་ལྷུ་ར་ རྒྱལ་  
 བའི་བསྟན་པ་སྦྱི་དང་ རྒྱད་པར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་དང་ དེ་འཛིན་སྟེ་དང་བཅས་པ་སྤྱང་བ་དང་  
 ལྷག་པར་དུ་ རྒྱ་སྦྱོར་ཡོན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ གཞི་བྱེས་ལམ་འཕྲང་སོགས་ལུ་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་འབད་  
 རུང་ སྟོང་གོགས་མཛད་དེ་ དཔལ་འབྱོར་དང་ཚོ་བསོད་དབྱར་གྱི་མཚོ་ལྷ་ར་སྟེལ་ཞིང་ མི་མཐུན་གཏུག་པའི་



དག་དང་བག་གས་རྣམས་མེད་ཏུ་བཅོམ་ནས་      མཐར་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་འཕྲོ་བ་བཅུག་ནིའི་ལས་སྒྲངས་  
དམ་བཅའ་ཕྱུལ་ལྷག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལྷ་ཁང་ནང་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་ལ་ཕྱུལ་ནི་འདུག། དེ་ལས་      འབྲུང་གཞིས་ན་སྡོད་མི་ཚུ་གིས་      ལོ་ཚོག་དང་རིམ་  
ལྡོ་འབད་བའི་སྐབས་      རླུ་རྒྱུང་སྤེ་གསོལ་ལ་ཕྱུལ་སྡོལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་      དམིགས་བསལ་གྱིས་      མི་དམངས་  
སྤྲུངས་འཛོམས་འབད་དེ་མཚོད་སྡོལ་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

སྡོན་ཚེ་རྒྱལ་དབང་པདྨ་དང་གྲུབ་བརྟེན་སྤྲུལ་མ་རྣམས་གྱིས་      བཀའ་བའི་ཆད་རྩོ་གཉན་པོ་བཏད་པ་བཞིན་      སྤྱིར་  
བསྟན་པ་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་སྤེལ་བ་དང་      ལྷན་པར་      དུལ་ཕྱོགས་འདིའི་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་ལ་  
རྒྱུན་སེལ་མཐུན་སྦྱབ་དུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་པ་དང་།      མཚོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་རྣམས་ལ་      ཅི་འདོད་  
པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཨིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

འབྲུག་དཀར་པོ།      སློབ་དཔོན་གནག་མདོག  
མ་སངས་སྤྱན་བདུན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

སློབ་ཞེས་བྱ་རྒྱལ་མཚན།      ལྷ་ཁང་གི་སྒྲམ།  
ཨོ་རྒྱན་དཔལ་འབྱོར།      འབྲུང་གཞིས་ན་གི་ཚོགས་པ།

། རྒྱ་ཞེ་མ་མོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྒྱ་ཞེ་མ་མོ།

ཅང་ཟམ་ཏྲོག།

ཅང་ཟམ་ཏྲོག།

ཅང་ཟམ་ཏྲོག་ལུ་སྟོན་མི་ བྱལ་རྫིང་དང་གླེ་ཁར་སྟོན་མི་ ལྷག་པར་དུ་ མདའ་  
རྩེད་མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་བསྟེན་སྟོལ་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ ཤར་མང་སྤྱོད་གསུམ་ལས་ མང་ཚོ་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཅང་འདི་ ད་  
རེས་ནངས་པ་ ཐིམ་ཕུ་ཁོམ་ནང་འཁོད་ འདེམས་ཁོངས་ ། ཡོད་ས་ལས་ ཅང་བང་བྱུང་དང་ ཨོ་ལ་ཁའི་  
འདེམས་ཁོངས་ནང་ ཅང་ཟམ་ཏྲོག་འདི་ཡང་རྩེད་པ་ཨིན་མས། ལྷང་ཟམ་ཏྲོག་གི་གནས་པོ་ རྒྱ་ཞེ་མ་མོའི་  
གནས་ཁང་འདི་ ཟམ་ཏྲོག་ཁོམ་གྱི་གཞུང་ལམ་གི་ལྷག་ལུ་ མ་ཉི་དུང་འཁོར་གྱི་བྱུར་ཁར་ ལྷར་སྤང་ལུ་ཁང་  
གཟུགས་མཚོད་རྟེན་གྱི་རྣམ་པ་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ རྒྱ་ཞེ་མ་མོའི་གནས་ཁང་ཨིན་མས། གནས་ཁང་གི་ནང་ན་ རྒྱ་  
ཞེ་མ་མོའི་སྐུ་འདྲ་གཅིག་ཡང་མཇུག་ནི་ཡོད་རུང་ ཤེལ་ཁམ་དང་དྲ་མིག་ནང་ན་ཨིན་མ་ལས་ པར་བཏབ་མི་  
རྒྱུགས་པས།



ཅང་ཟམ་ཉོག་གི་ གནས་པོ་རྒྱ་ཞེ་མ་མོའི་གནས་ཁང་།

**དམ་བཞག།**

གནས་པོ་རྒྱ་ཞེ་མ་མོའདི་ སྤང་སྲིད་ལྷ་འབྲེའི་སྤྱི་དཔལ་ཆེན་པོ་ ཨོ་རྒྱན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་དང་ ས་ཇོ་  
 འབྲུག་སྒྲོམ་ཞིག་པོ་ ཚོས་རྗེ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་ མཐུ་ཆེན་དག་དབང་བདུད་འཛོམས་རྗེ་རྗེ་སོགས་ ལྷ་མ་  
 ལོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པའི་སྤང་མར་འཕྲིན་བཙུག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛད་གྲུག་མཚན།**

སྐྱེ་སྐྱེ་ཚོགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཀྱན་གྱི་བདག་པོ་ མཐུ་དང་རྩེ་འཕྲུལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ལྷ་སྐྱེན་རྒྱལ་མོ་ནི་  
སྣོ་སྣོངས་ནགས་མའི་སྣོངས་འདིའི་ བསྐྱེན་པ་དང་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ནམས་ལ་ རྒྱབ་དང་དབྱུང་གཉེན་མཛད་  
པའི་ཕྱིར་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱེ་ལ་ དར་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་། ཕྱག་གཡམས་  
པ་ལུ་བྱང་འགོ་ (མདའ་) བསྐྱེན་པ་ཏེ་ ས་ལོ་དག་བྱང་ཕྱད་ཀྱི་མདའ་ཕྱེད་ཀྱི་ཕྱལ་ མར་གཞོན་པ་དང་།  
ཕྱག་གཡོན་ན་ རིན་པོ་ཆེའི་བྱམ་པ་བསྐྱེན་པ་ནས་ རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་དང་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མི་ལུ་ གང་  
འདོད་ལོར་གྱི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཡིན་མས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཅང་ཟམ་ཏོག་ལུ་སྣོད་མི་ཚུ་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐྱབས་སུ་ གཏོར་གལ་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ གསོལ་  
མཚོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཕྱག་མཚན་མདའ་བསྐྱེན་པ་མི་ མོ་ལྷ་ཅིག་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཐོ་རྒྱས་ཚུ་མདའ་  
ཕྱེད་བའི་སྐྱབས་ མཚོད་པ་སྤུལ་ གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ལས་ མདའ་ཕྱེད་འགྲན་བསྐྱར་  
ཕྱོགས་མདའ་རྒྱབ་པའི་སྐྱབས་སུ་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མི་ལེ་ཤ་འཕྱོར་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**བསྐྱེན་པའི་སྐྱེ་པ།**

སྣོན་ཕྱོན་རྒྱལ་བ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ལ་གནང་བ་བཞིན་དུ་ སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེན་པ་སྤྱང་།  
དགོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྣོད། སྤྱི་མའི་སྐྱེ་ཆེ་སྤིང་། དགོ་འདུན་གྱི་སྤེ་སྣོད། རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་དག་ཇག་  
གཞོན། འདྲེ་གདོན་ཁོག་པར་ལུགས་མི་ཚུ་གི་བྱས་ངན་བསྐྱོག་པ། ས་ཚུ་མེ་རླུང་འབྱུང་བཞི་འཕྲུགས་པའི་རྒྱེན་  
ངན་སྣོབ་པ། མདའ་ཕྱེད་ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་པ་དང་། ལྷ་པར་ རྒྱ་སྐྱོར་སྤྱིན་པའི་  
བདག་པོ་ནམས་ལུ་ གཞོད་ཅིང་འཆོ་བར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་ག་ར་སེལ་ མཐུན་རྒྱེན་གང་བསམ་ཐམས་ཅད་  
ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྣོད་གོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་མས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་ཞེ་མ་མོའི་གསོལ་ཁ་དབེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སློབ་ཏུ་མགྲིན་ཆོ་དབང་། ཡོན་ཏན་སློབ་དཔོན་སྐུ་བགྲུ་ས།

ཨོ་རྒྱལ་དོ་རྗེ། ཅང་ཟམ་ཏྲིག་གི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

༡ རོ་རྗེ་དྲག་རྩལ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རོ་རྗེ་དྲག་རྩལ།

བགྲིས་ཚོས་རྫོང་གི་རྒྱལ།

བགྲིས་ཚོས་རྫོང་།

གདན་ས་བགྲིས་ཚོས་རྫོང་། སོ་བྱང་གླིང་ག་ན། སེ་རྗེ་སྤྱིངས། ཚོས་འཁོར་  
 ཟེ། དབང་འདུས་ཟེ། བདེ་ཆེན་སོ་བྱང་དང་གི་ལྷ་ཁང་། གཞན་ཟིལ་ལུང་ཁ་  
 དང་། སྤང་གྲོ་སར་ཀ་སྟོད་མི་རྒྱ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མ་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་ནང་གསེས་ གནས་བྱུང་གི་བཞུགས་གནས་ བགྲིས་ཚོས་  
 རྫོང་འདི་ ཚོས་སྤྱིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཆབ་སྤྱིད་འཛིན་སྐྱོང་གནང་སའི་ལྷོ་བ་ཡིན། རྫོང་འདི་ ཉེ་མ་ ལྷམ་ལྷ་པ་  
 (༡༡༤༤-༡༢༢༤) ད་ལྟོ་བདེ་ཆེན་སོ་བྱང་གི་ས་གོ་ནང་བཏབ་སྟེ་ མིང་ཡང་ རོ་རྗེ་རྫོང་ཟེར་བཏགས་ལུགས།  
 དེ་ལས་ སྤྱི་ལོ་ ༡༤༤༡ ལུ་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་ལུ་རྒྱུད་ཞིན་མ་ལས་ རོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐོ་ལས་  
 བགོགས་བསྐྱེད་དང་ བཀའ་གིས་པའི་རབ་གནས་གནང་སྟེ་ མཚན་ཡང་ བགྲིས་ཚོས་རྫོང་ཟེར་བཏགས་གནང་  
 ལུགས། དེ་ལས་རྒྱུར་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་དབུ་གཙོས་ གཞུང་དགོ་འདུན་སྲུང་ཚང་གི་ གནས་བྱུང་གི་  
 བཞུགས་གནས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་གཙོ་བོ་ཅིག་ལུ་གྱུར་ལུགས།

ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༢ ལུ་ མེ་མཚོ་དཔེ་ཐངས་གཉིས་པ་བཞེས་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ སྟེ་སྤྱིད་ ༡༤ པ་ བསོད་  
 བམས་ལྷན་གྲུབ་མཚོག་གིས་ ཐང་རྒྱའི་མཐའ་མ་བུ་ཞིང་བདེ་བའི་ཐང་ན་ རྗེ་སྐུ་བགྲོས་ཁྲི་རབས་ ༡༢ པ་ཀྱུན་  
 དགའ་རྒྱ་མཚོ་དང་། ཁྲི་རབས་ ༡༣ པ་ ཁྲི་ཐོག་པ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་རྣམ་གཉིས་དང་ སྟེ་སྤྱིད་གསུམ་  
 གདན་འཛོམས་ཐོག་ལས་ ས་བསྐྱང་རྟེན་འབྲེལ་མཛད་དེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༣ རྒྱ་སྐུལ་ཡོད་ལྷོ་ ༤ པའི་ནང་  
 རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་བཞེངས་གྲུབ་སྟེ། ཡོ་དེ་ནང་ དགོ་འདུན་གསོལ་ཐབས་སྤོ་ལྷོ་བྱོན་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་  
 ས་ལས་ རྫོང་གི་རབ་གནས་ལུ་རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་དང་འདུས་དམངས་གདན་འདྲེན་ལུ། ཞབས་བྱུང་

ཐུགས་སྐྱུལ་གཉིས་པ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་དང་ ལོང་ས་འཛིགས་མེད་སེའེ་རྣམ་གཉིས་ བཛོ་སྤྱིངས་ལས་ རྒྱལ་  
 བ་ཤུག་རིན་ཚེན་ཡང་ལུ་སྟེ་ རྒྱ་སྐྱུལ་རྒྱལ་ སའི་ཚོས་ ལས་ རབ་གནས་མཛད་དེ་ དགའ་སྟོན་དང་  
 བཅས་པའི་ཐོག་ལས་ རྫོང་གི་མཚན་ཡང་སྟེ་སྤྱིད་ཀྱི་གོས་འཆར་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ བསོད་ནམས་མོ་བྱང་ཟེར་  
 གསོལ་ལུག། ཨིན་རུང་ཡུན་མ་རིང་བར་ སྟེ་སྤྱིད་བསོད་ནམས་ལྷན་སྐྱུལ་ སྟེ་ཁྲི་ལས་པབ་པའི་ཤུལ་ལུ་ རྫོང་  
 གི་མིང་ལོག་སྟེ་ བཏུ་ཤིས་ཚོས་རྫོང་སྟེ་ ཨ་ཏུག་ཏུ་ལུ་དར་བྱུ་སོང་ལུག། དེ་སྐབས་ སྤར་གྱི་རྫོང་གི་གནས་  
 བདག་བདུད་བྲག་པ་ རྫོང་གི་མེ་རྒྱུན་སྤར་མ་རྒྱུགས་པས་ཟེར་ མཐར་བཤུད་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ བཛོ་སྤྱིངས་  
 ལས་ དོ་རྩེ་དྲག་རྩལ་གདན་འབྲེན་ལུ་སྟེ་ བསོད་ནམས་མོ་བྱང་གི་གནས་བདག་སྟེ་བཙུགས་གནང་ལུག།

གནས་བདག་དོ་རྩེ་དྲག་རྩལ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ བཀྲིས་ཚོས་རྫོང་གི་ལྷག་ལུ་ བཅོན་མཁའ་དམར་པོ་ སྟེ་ལྷག་  
 དང་ཉི་ལྷའི་ཐིག་ལེ་གསེར་མདོག་ཅན་འབད་མི་འདི་ཨིན། བཅོན་མཁའ་འདི་ ཉེ་མ་བཀྲིས་ཚོས་རྫོང་ ད་ལྟོ་འི་  
 བདེ་ཚེན་མོ་བྱང་ལས་སྟོ་སྟེ་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་ གསར་བཞེངས་གནང་མི་བསྐྱང་ལས་ཡོད་པ་བཟུམ་ཅིག་  
 འདུག། གནས་ཁང་འདི་གི་འོག་ཐོག་ མཚོ་སྐྱན་གྱི་སྤྲ་མཚོ་དང་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་གིས་ཕུལ་བའི་  
 གནས་བདག་དོ་རྩེ་དྲག་རྩལ་དང་ མཚོ་སྐྱན་གྱི་ཀ་ཁབ་འདུག། སྟེང་ཐོག་ལུ་ དོ་རྩེ་དྲག་རྩལ་དང་མཚོ་སྐྱན་གྱི་  
 ཀ་ཁབ་དང་ དག་ཆས་མེ་མདའ་ལ་སོགས་པ་རྩུ་དཔུངས་ཏེ་ འཛིགས་རུང་ཡང་བའི་རྒྱལ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་  
 བསྐྱབ་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་ རུ་ཏུ་ཐལ་བར་བསྐྱབ་རྒྱུགས་པའི་རྣམ་པ་འདྲོག་སི་སི་ལེ་ཤ་འདུག།  
 གནས་ཁང་གི་གདོང་ཁར་ཡོད་མི་ མཚོ་སྐྱན་གྱི་སྤྲ་མཚོ་འདོམ་གང་ སྟོར་སྟོར་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ནང་ལུ་ མཚོ་  
 སྤང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། དེ་ཡང་ ཉེ་མ་ བོད་པའི་གྲུ་པ་ཅིག་གིས་ སྤྲ་མཚོ་དེའི་བྱར་ཁར་ཡོད་པའི་ལྷང་  
 ཤིང་དེ་བརྟེན་བཏང་མ་ད་ སྤྲ་མཚོ་ནང་ལས་ སྤང་གཉིས་འཐོབ་ཏེ་ཁོ་བརྟེན་ཏེ་ སྤྲ་སྟོར་དཔ་ལས་ ཤི་སོང་  
 ཡི་སྐབ་ནི་འདུག་ཟེར་ གནས་ཁང་ནང་བཞུགས་མི་ སྟོབ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གསུང་མ་ཨིན་མས།



དོ་ཇེ་དྲག་ཅུལ་གྱི་གནས་ཁང་།



### ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང་ཆེན་པོ་དོ་ཇེ་དྲག་ཅུལ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་འོད་ལྟར་དམར་བ། དབྱུ་ལ་གནམ་  
ཕྱགས་ཀྱི་ཚོག་ལྷུ་དང་ སྐྱེ་ལ་བསེ་ལྷབ་དང་སེར་མོ་གསོལ་བ། ཕྱག་གཡས་ བསྟན་དགའི་ཚོགས་རྣམས་  
བསྟན་པའི་རུ་དར་དམར་པོ་ བམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་གཡོན་ལུ་ བདུད་བཞི་དམ་དུ་བཅིངས་པའི་ཞགས་པ་  
བསྟམས་ནས། ལམས་གསུམ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཁོར་བའི་མཚོགས་ཅུལ་ལྟར་པའི་ ཉ་དམར་སེར་སྐྱ་ལོར་བུའི་  
ཕ་ཚོམ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱས་པའི་སྟེང་དུ་ཆིབས་ཤིང་། བསྟན་པ་དང་འགོ་བ་ཀྱུན་ལ་མ་ལྟར་བྱམས་ཤིང་ སྲིང་མོ་  
ལྟར་བཅེ་གདུང་ཅན་གྱི་ངང་ནས་ སྲུང་སྐྱོབ་གཡེལ་མེད་དུ་བཞུགས་པའི་མཐའ་སྐོར་ལུ་ བཅན་དམག་འབྱུལ་  
སྟེའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་བཞུགས་ཏེ་འདུག།



གནས་བདག་དོ་ཇེ་དྲག་ཅུལ།

**དམ་བཞག།**

པརྟ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ པརྟ་འབྱུག་སྐོམ་ཞིག་པོ་གིས་ པན་དང་  
བདེའི་འབྱུང་གནས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་དང་ བྱད་པར་དུ་དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་དང་ དབེན་  
གནས་ཚོས་འཁོར་གདན་ས་དང་བཅས་པ་སྤྱང་ཞིང་སྐྱོང་བའི་གཉེར་ཁ་བཏང་དེ་ བཀའི་སྤྱང་མར་བསྐོས་གནང་  
ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

གཞུང་དགོ་འདུན་གྱ་ཚང་ལས་ དགོ་སློང་གཉིས་བསྐོ་བཞག་གནང་སྟེ་ ཉིན་ལྟར་མཉེས་པའི་མཚན་རྣམས་དང་  
གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མའི་ཕུད་ཀྱིས་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་མ་ཡིན་པས། ལྷག་པར་དུ་ སོ་བྱང་གླིང་ག་ནང་གི་སྤྱང་  
མ་ཡང་ཡིན་མ་མཚན་ རྒྱལ་སྲས་འཛིགས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་དབང་ཕུག་དང་ རྒྱལ་སྲས་ཨོ་རྒྱན་དབང་ཕུག་རྣམ་  
གཉིས་ཀྱི་སྐྱེས་ལྟ་ཡང་ཡིན་མ་ལས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ ཡབ་སྲས་རྣམ་གསུམ་དང་ སྐྱེ་འཁོར་  
ལྷན་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ དུས་རྒྱུན་དུ་ བྱ་ལོ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་བདག་རྒྱུན་མཚན་དེ་ར་འདུག་ཟེར་ལུ་ཞི་ཡིན།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚན།**

རྒྱལ་བསྟན་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྷན་འབྱུག་པའི་གདན་ས་འདིས་གཙོས་པའི་ བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྐྱོང་  
ཞིང་ དེ་འཛིན་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་སྐྱབ་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་དུ་ བད་ལུག་འབྲུག་ཚོད་བཙའ་ཐན་སད་སེར་སོགས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཞི་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་སློན་  
པའི་ལེགས་ཚོགས་དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་དུ་འདུ་བའི་ སྤྱང་སྐྱོབ་གཡེལ་བ་མེད་པར་མཚན་པ་ཡིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

སྡེ་སྡིད་རིམ་བྱོན་གྱི་མཚན་རྣམ། དྲགོས་སངས་རྒྱལ་རྟོ་རྟེ། དཔལ་འབྱུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ།  
དད་པའི་ས་བོན། ཀེ་ཨེམ་གྱི།  
རྟོ་རྟེ་དག་རྩལ་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

སློབ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་མཚན། གནས་ཁང་གི་བླམ།

༧ རྗེ་རྗེ་རྗེ་ལ་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	རྗེ་རྗེ་རྗེ་ལ་པ།
ས་གནས།	མདོ་སྡེ་བྲག།
གཡུས།	མདོ་སྡེ་བྲག་དགོན་པ།
བསྟེན་མི།	མདོ་སྡེ་བྲག་བཤད་གྲ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞི་བདག་རྗེ་རྗེ་རྗེ་ལ་པའི་གནས་ཁང་འདི་ མདོ་སྡེ་བྲག་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ དང་པ་ར་ མདོ་སྡེ་བྲག་གི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཅིག་ལུ་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་གཙུག་ལག་ཁང་ཡོད་སའི་ས་གོ་འདི་ནང་ བྲག་གི་སྐོ་སྐྱེ་ལོ་ཆེ་གི་ཟེ་བུ་ལོད་མི་འདི་  
 ལ་གས་ཉེ་ཕྱེད་ཀ་གདན་དང་ ཕྱེད་ཀ་རྒྱབ་ཡོལ་སྡེ་ཡོད་པའི་བྲག་འདི་ནང་ལུ་ རྒྱུ་བ་བརྗོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་  
 གྱི་གསུང་རབ་ སྡེ་སྡོད་གསུམ་གྱི་ནང་ལས་ མདོ་སྡེ་འདི་སྡོད་གཏེར་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་ལུ་ གྲུབ་པའི་དྲང་  
 སྲོང་དང་ གྲུ་བཙན་རྗེ་རྗེ་རྗེ་ལ་པ་ རྗེ་རྗེ་རྗེ་ལ་པ་བཟང་མོ་ཚུ་གིས་ སྐར་ར་རྒྱབ་སྡེ་སྲུང་མི་ཚུལ་སྡེ་ཡོད་པའི་  
 ཚོས་གྱི་པོ་ཉི་གི་ བཟོ་རྒྱུ་འཐོན་ཡོད་མི་འདི་གུར་ རྒྱུ་ཚོ་དཔག་སྡེ་ཉེ་མ་ད་ མི་ལས་འཕྲོ་ཅན་ཚུ་གིས་དམ་  
 པའི་ཚོས་གྱི་སྐྱ་གོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ མདོ་སྡེ་གཏེར་སྐས་ཡོད་པའི་བྲག་ཨིན་མ་ལས་ ས་གནས་གྱི་  
 མིང་ཡང་ མདོ་སྡེ་བྲག་ཟེར་ སྡོན་རབས་བརྒྱུད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ ལུངས་དང་ལྡན་ཉིག་ཉི་ཅིག་སྡེ་ བཤད་  
 སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་ཟེར་ ད་ལྟོའི་ལས་ཚོགས་སྡོད་དཔོན་སངས་རྒྱུས་རྗེ་རྗེ་ ཉེ་མ་ མདོ་སྡེ་བྲག་བཤད་གྲའི་དབུ་  
 འཛིན་སྡེ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་དེ་ སྤྱི་རྒྱུལ་ཡོངས་འགྲེམ་སྡོན་ཁང་གིས་ པར་སྐྱུན་  
 འབད་མི་དེབ་ནང་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ བཤད་སྲོལ་ལག་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ མདོ་སྡེ་སྐལ་བཟང་གཏེར་  
 ལས་བྱོན་ཉེ་ རྟ་མགོ་རྗེ་པོའི་གཟུངས་སྡེ་ཡོད་ཟེར་སྐབ་ནི་འདུག། མདོ་སྡེ་བྲག་ལུ་འགྲོ་ས་ལམ་ལག་གཉིས་  
 འདུག། དེ་ཡང་ གཅིག་ཐིམ་ཐོམ་ འབྲུང་གཞིས་ན་གཡུས་ཚན་མགུ་ལས་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུམ་ག་ཅིག་གཉེན་  
 གཟུར་དགས་དང་ བདེ་ཚེན་ཚོས་སྐྱིང་དགོན་པའི་འོག་ལས་འགྲོ་བ་ཅིན་ གསེག་ཏུ་མཚམས་ཅིག་སྡེ་འདུག།  
 དུས་ལུ་ཚུ་ཚོད་ ༡ དང་ ༣ གྱི་བར་ན་འགོར་མ་ཨིན་མས།

# ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

དཔལ་ལྷན་སྒྲིལ་འཛིན་བསྟན་སྲུང་ཚོས་དང་ལོ་རྒྱུ་བཏག་པོ་      བསམ་གཏན་འཛིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡོངས་ཀྱི་  
 དག་ལྷ་སྐྱེ་བཙན་རྗེ་རྗེ་རོལ་པ་ཚེན་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་དབང་གི་མདངས་དང་ལྷན་པ་ བསྐྱེ་རྒྱ་གཞི་འོད་ལྷུང་དམར་  
 ཞིང་འཚོར་བས་ ལམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་ དཔལ་བོའི་བྱིན་ཅན་ཞི་བ་དང་ཁོ་བོའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ།  
 ཕྱག་གཡས་ན་གཉིས་འཛིན་དག་བོའི་སྲོག་རྩ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་གནམ་ལྷགས་ཀྱི་རལ་གྱི་གནམ་མཁའ་འཕྱར་  
 ཞིང་། གཡོན་པར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བསྐྱེམས་ནས་ དམ་ཚེག་དང་ལྷན་པའི་ཚོས་བཞིན་སྐྱེ་བ་པོ་རྣམས་  
 ལ་དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་གནང་མ་ཡིན་མས། ཡིད་ལྷུང་མཚོགས་པའི་རྩུ་འཕྲུལ་རྒྱུང་གི་གཤོག་པ་དང་ལྷན་  
 པའི་རྩ་དམར་གྱི་སྤྲོད་ན་ འགྲིངས་ཤིང་དར་གོས་དང་ བསྟན་དག་འཛོམས་པའི་དཔལ་བོའི་ཆས་རབ་དུ་བརྗོད་  
 པར་གསོལ་ནས་བཞུགས་ཏེ་འདུག། གཡོན་ལུ་ གསང་ཡུམ་ཇོ་མོ་གློ་གྲོས་བཟང་མོ་སྐྱེ་མདོག་དཀར་ཞིང་།  
 ཕྱག་གཡས་པ་མེ་ལོང་དང་ གཡོན་མདའ་དར་འཛིན་ཅིང་ དར་གོས་ཀྱི་ན་བཟས་བརྒྱན་ཏེ་ མཛེས་སྤྱད་གི་  
 དཔལ་ལོམས་ནས་བཞུགས་ཏུག།



དོ་རྗེ་རོལ་པའི་སྐུ་པར།

དམ་བཞག།

རུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་འཕྲུལ་མཐུ་དང་སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་      སྐུ་བཙན་དོ་རྗེ་རོལ་པ་དང་རོ་མོ་སྒོ་  
 གོས་བཟང་མོ་    འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་    སྐབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་    འབྲུལ་ཞིག་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་

གསང་བའི་བདག་པོ་རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་      རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཚན་ཡབ་སྲས་རྣམས་གྲིས་  
གཡར་དམ་གཉན་པོ་གཏང་ནས་བསྟན་པའི་སྤང་མ་སྤེ་བསྐྱོས་གནང་འདུག།

### གསོལ་མཚན།

མདོ་སྤེ་བྲག་ལུ་བཞུགས་མི་ བཤད་གྲའི་དགོ་འདུན་པ་ཚུ་གིས་ རྒྱུན་ཏུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཆོས་  
ཉལ་དང་ རྣམ་མགོན་པོ་གཏང་མི་སྐྱབས་ ཆོགས་དང་གཏོར་མ་གསེར་སྐྱེམས་སོགས་ ལྷ་སྤྲུལ་ཉིང་ལེ་  
འཛིན་གྱི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་ མི་ཟད་ནམ་མཁའི་མཛོད་དུ་སྤྱུལ་ཏེ་ སྤུལ་དང་སྤུལ་བཞིན་པ་འདུག། གཞན་  
ཡང་ དགོ་སྤྲིང་ཁ་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ གནས་པོ་མཚན་པ་འོང་མི་ཡང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། ཡིན་ཅུང་  
དམིགས་བསལ་གྱིས་ དུས་སྟོན་ཆོས་བཙུ་འབད་སྟོལ་མིན་འདུག།



གནས་བདག་ རྫོ་རྗེ་རོལ་པའི་གནས་ཁང་། མདོ་སྤེ་བྲག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

རང་གིས་གསོལ་མཚོན་ཚུ་མ་ཆད་པར་ཕུལ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་གཞི་ལམ་བྱེས་གསུམ་ ག་ཉེ་སྡོད་རུང་རྒྱབ་ཀྱི་  
སྤྱང་མ། གདོང་ཁའི་འཁར་མ། ཅན་གི་སློང་དང་རིག་ཅུལ། དཔའ་བོའི་ལུས་སྟོབས། ཚོད་དང་བསོད་ནམས།  
དཔལ་འབྱོར་སྟན་གྲགས་སོགས་ ལེགས་ཚོགས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བ་དང་། ས་རོལ་བསམ་སྦྱོར་ངན་པའི་  
གཞོན་པ་སོགས་ནད་གདོན་འབྱུང་བའི་འཚོ་བ་ཐམས་ཅད་གཞོན་བྱེད་རང་གི་སྟེང་དུ་བསྐྱོག་ཅིང་། ཅི་བསམ་  
པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་ལ་འབྱོར་བའི་གྲོགས་དང་  
དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨོན་མས། ཐུགས་དང་འགལ་ན་ ཅན་ཐུག་འཇུགས་ཚོད་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་  
དང་ ཚོ་བསོད་དབང་ཐང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཉམས་ནས་ ཚོས་སྦྱབ་པའི་བར་ཆད་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

དད་པའི་ས་བོན།  
རྟོ་རྗེ་རོལ་པའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།  
འཇུག་སྟེ་སྲིད་ཁྲི་རབས་ཀྱི་མཛད་ནུམ།

**འབྲི་བསྟེན་འབད་ས།**

སྟོབ་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར། མདོ་སྟེ་བྲག་གི་ཕྱིས་སྟོབ།



དགེ་བསྐྱེད་ཆེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (༡༢)

༡ གདོང་དཀར་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

གདོང་དཀར་བཙན།

མཚོ་ཆེ་ལ། (མཚོ་ཆགས་ལ་)

མཚོ་ཆེ་ལ།

མཚོ་ཆེ་ལ་གཡུས་སྐོའི་གུང་པ་ ༡༥ གིས་གསོལ་མཚོད་ཡུལ་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དགེ་བསྐྱེད་ཆེད་འོག་མཚོ་ཆེ་ལ་གཡུས་ཀྱི་སྐྱུག་ལུ་ ཉེ་མ་མཚོ་ཆགས་ནི་འབད་ཚུ་འབྱེལ་མི་འདི་ ད་རེས་ ཚུའི་  
ཨོམ་ཡོད་མི་འདི་གི་རྩ་བ་ རྩོགས་རུབ་བྱང་མཚམས་ལུ་ཡོད་མི་བྱིམ་འདི་ནང་ལས་ མི་དབང་པོ་གསལ་ཉོག་ཉོ་  
མེད་མི་ཅིག་ རྩོགས་ཀྱུ་ལ་ལུ་ ལུགས་བཏོན་ནི་འབད་ རོར་གྱི་ཀོམ་གི་རྒྱབ་ཉེན་སྐྱེ་བཀའ་སྐྱེ་ ས་བཞོ་སྤོད་པ་  
ད་ ཁོ་གིས་ཆ་རོགས་ཚུ་ལུ་ ང་གིས་ཀོམ་སྐྱེ་འདི་ག་ཤོག་ཐེ་བཀའ་སྐྱེ་ གདོང་དཀར་ལ་ལུ་འཕུར་ཡར་སོང་ག་  
ཟེར་སྐབ་ད་ རྩོད་དེ་མི་རྩ་རྒྱས་ཀྱིས་ ག་དེ་སྐྱེ་འཕུར་ཚུགས་ནི་ གནམ་ཁ་ཟེར་མི་འདི་ བྱ་གིས་འཕུར་མ་ཡིན་  
ཚུང་གིས་འཕུར་ཚུགས་ག་ ཚར་ཅིག་འཕུར་ཞིག་ཟེར་སྐབ་ད་ རྩ་རྒྱས་དེ་གིས་ཀོམ་སྐྱེ་འདི་ ཁོ་རའི་སྐལ་པ་  
ལས་མར་ སྤྲིངས་ཉེ་ཐལ་བ་ཚར་གསུམ་སྤྱད་པ་ཅིག་ གདོང་དཀར་ལ་ལུ་འཕུར་ཡར་སོང་ལུག།

དེ་ལས་ ཁོ་གིས་ ཉེ་མ་ལས་མར་ཡོད་མི་སྐྱེམ་འདི་ལུ་ ང་ལྟེ་གི་སྐྱེམ་འབད་འོང་འོང་མ་ཡིན་ཟེར་སྐབ་ད་ རྩོད་  
བཟུམ་མི་གིས་ སྐྱེམ་ག་དེ་ལྟོགས་ནི་སྐྱོ་ཟེར་སྐབ་པའི་སྐྱབས་ ཁོ་གིས་ལྟོགས་མི་ལྟོགས་ ང་བཅས་གཉིས་མཐུ་  
དང་ལུས་པ་འགྲན་གེ་ཟེར་སྐབ་སྐྱེ་ ཁོང་གཉིས་ཆ་རའི་ཕོར་པ་ནང་ཚུ་སྐྱུགས་ཉེ་ ལྟེ་ཁང་ནང་ལས་རྩོ་གཅལ་ནང་  
བཀོམ་ད་ ཉེ་མ་བཞུགས་མི་སྐྱེམ་འདི་གི་བཞེས་ཆ་ནང་གི་རྩ་བོར་ བཞེས་ཆ་ཡང་ཆག་སོ་ལུག། ཁོ་གི་ཕོར་པ་  
འདི་ཆག་ནི་ཕར་བཞག་ ཚུ་ཡང་མ་བོར་བ་རྩོ་གཅལ་ནང་ ཆགས་པ་ལས་ ཉེ་མའི་སྐྱེམ་དེ་གིས་ ལྟེ་གི་སྐྱེམ་གི་  
ལུང་བསྐྱེད་འདི་ རྩོད་ལུ་འདུག་ཟེར་ལུ་སྐྱེ་ ཁོ་གདོང་དཀར་ལའི་སྐྱེམ་སྐྱོས་གནང་ལུག། རྩོ་མཚན་དེ་ལུ་

བརྟེན་ དག་བསྐྱེན་གྲོང་འོག་མཚོ་ཆེ་ལ་གཡུས་ཚན་ནང་ གདོང་དཀར་བཙན་འདི་ གཏོར་གལ་ལུ་བཙུགས་ཏེ་  
གསོལ་མཚོན་ཕུལ་སྲོལ་འདུག།



མཚོ་ཆེ་ལ་གཡུས་ཚན་ནང་ཡོད་པའི་ གདོང་དཀར་ལ་ སླ་མའི་མི་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱིམ།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ལྷག་མཚོ་དམར་ནག་ཅ་གྲོང་རབ་ཏུ་འཁྲུགས་ཤིང་ མེ་རླུང་རབ་ཏུ་འཚུབ་པའི་དབུས་སུ་ ཇི་ ལས་སྐྱེས་པའི་  
བསྟན་སྲུང་རྒྱལ་བའི་སློ་གྲོས་ཐོགས་མེད་དམ་འདུལ་ཅུལ་ སྐྱ་མདོག་དམར་པོ་ཤིན་ཏུ་རྩམས་ཤིང་ལྷོས་པའི་  
གཟུགས་ཅན་ ཕྱག་གཡུས་ཉམས་པ་སློལ་བྱེད་ཀྱི་རུ་མཚོན་དམར་པོ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་པ་དམ་

བོའི་ཚིག་དམར་པོ་དང་བཙུན་ཞགས་དག་དང་བགོགས་ལ་དེག་པར་བསྐྱམས་ནས། སྐུ་ལ་དར་དམར་དང་བསེ་  
ལབ་བསེ་ཚོག་རུ་མཚོན་བརྒྱན་པ་གསོལ་ཞིང་། མགུལ་རྒྱན་གྲོ་གཡུ་འོད་དུ་འབར་བས་སྤྲོས་པ་ ཡིད་ལྟར་  
མགྲོགས་པའི་ཉ་དམར་གྱི་སྤྲོང་ན། གཟི་བརྗིད་ཉི་མ་འབུམ་གྱི་འོད་ལྟར་འཚོར་ཞིང་ ལྷམ་མེར་གྱི་ཚུལ་དུ་  
བཞུགས་འདུག།

**དམ་བཞག།**

པར་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་པར་འབྱུང་གནས་དང་ ས་ཚོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོས སན་དང་བདེ་བའི་  
འབྱུང་གནས་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ རྒྱལ་པར་དུ་དེ་འཛིན་སྤྲོས་བུ་དམ་པ་རྣམས་དང་ དབེན་  
གནས་ཚོས་འཁོར་གདན་ས་དང་བཙས་པ་སྤྱད་ཞིང་སྤྱོད་བའི་གཉེར་ཁ་བཏང་དེ་བཀའི་སྤྱད་མར་བསྐྱོས་གནང་  
ཅུག།

**གསོལ་མཚོན།**

མཚོ་ཚེན་ཁ་གཡུས་སློའི་ གྲུང་པ་ ༢༥ གིས་ དུས་རྒྱུན་གྱི་ཚོ་གྲུ་གཏང་བའི་སྐབས་སུ་ གཏོར་གྲལ་ལུ་  
བརྩུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚོན་སྤུལ་མ་གཏོགས་ གཞན་དམིགས་བསལ་སྤེ་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་སློལ་མིན་འདུག།

**དག་རྒྱན།**

གདོང་དཀར་བཙུན་ལུ་ སྤྱན་ཆ་སྤང་དཀར་བཙུན་ཟེར་མི་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ཚར་ཅིག་ ཁོང་སྤྱན་ཆ་  
གཉིས་རི་མཐོ་ས་ ག་གིས་འཛོགས་རྒྱགས་ལྷ་གེ་ཟེར་ རི་གྲར་འཛོགས་པ་ད་ གདོང་དཀར་བཙུན་གྱིས་ སྤང་  
མང་གི་མཚམས་རི་མཐོ་ཤོས་ གདོང་དཀར་ལ་གྲར་འཛོགས་པ་ལས་ གཏར་སྤྱོན་ཚོ་རིང་དོ་རྗེ་གི་གདན་ས་  
གནས་ཚེན་གདོང་དཀར་ལའི་སྤྱད་མ་སྤེ་བཞུགས་ཅུག།

དེ་བཟུམ་སྤེ་ ཉེ་མ་ གདོང་དཀར་བཙུན་དང་ སྤྱས་མོ་བཙུན་གཉིས་ སྤྱས་མོ་ལའི་ས་གོ་དབང་ཞི་གི་དོན་ལུ་  
འཁོན་མ་འཆམ་པར་ ཁོང་གཉིས་མཐུ་རྩལ་ལུས་པ་འབྲན་ཏེ་ ག་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མི་འདི་གིས་ སྤྱས་མོ་ལའི་ས་  
གནས་དབང་ཞི་གྲར་གོས་ཐག་ཚོད་དེ་ སྤང་འབྲས་ལ་ལས་ དཔུང་དོ་གཡུག་པ་ད་ སྤྱས་མོ་བཙུན་གྱི་དཔུང་དོ་  
འདི་ གདོང་དཀར་བཙུན་གྱི་དཔུང་དོ་ལས་བཞུགས་ཏེ་ གཡུག་དཔ་ལས་ སྤྱས་མོ་ལའི་ས་གནས་འདི་ སྤྱས་མོ་

བཙན་གྱིས་དབང་མ་ཡིན་མས། ཁོང་གཉིས་གྱིས་གཡུག་པའི་དཔུང་དོ་འདི་ ད་རེས་སྤྱི་མོ་ལ་ལས་ཚོ་ལུང་  
གནས་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁར་ མཐོང་ནི་ཡོད་ཟེར་སྐུམ་བགྲེས་པ་རིག་འཛིན་གྱིས་གསུང་མ་ཡིན་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་  
ལས་བརྟེན་ ད་རེས་ནངས་པ་སྤྱི་མོ་བཙན་དང་ གདོང་དཀར་བཙན་གཉིས་ བྱིམ་དང་ས་གོ་ཅིག་ནང་ ཅ་  
ལས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སྲོལ་མེད་ཟེར་སྐབ་མས།

### བསྟེན་པའི་པན་པ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟེན་པ་སྤྱི་དང་བྲེ་བྲག་སྤྱི་པའི་བདག་པོ་ཚོས་དང་གང་ཟག་ ལྟ་ཁང་དང་དགོན་སྡེའི་ཡོ་བྱད་  
འགངས་ཅན་ཚུ་ མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་སྲུང་ཞིང་ སྦྱོང་བའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྦྱོང་གོགས་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་  
མས།

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གདོང་དཀར་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

### འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།

མཚམས་པ་སྲོལ་བཙན་སྦྱོགས། གདོང་དཀར་སྐུམ་སྤྱི་བགྲེས།  
རིག་འཛིན། སྐུམ་བགྲེས་པ།  
སངས་རྒྱས་རྒྱ་བ། མཚོ་ཆེ་ལ་སྤྱི་འོག་གི་ཚོགས་པ།

## ༡ རྩོམ་འགྲུལ་ཆེན།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེད་མི།

རྩོམ་འགྲུལ་ཆེན།

འཕེལ་རྒྱུ།

འཕེལ་རྒྱུ།

འཕེལ་རྒྱུ་གཡུས་ཚན་ནང་སྡོད་མི་གྲངས་ ༧ གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་མས།

### གནད་དོན་རྒྱུ་ལ།

#### གནས་ཁང།

འཕེལ་རྒྱུ་གཡུས་ཚན་གྲངས་ ༧ འབད་མི་འདི་ དག་བསྐྱེད་ཆེད་འོག་ སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་འོག་ལུ་ཡིན་མས། ཐིམ་ཕུ་ལས་ སྤྱི་རོ་འགྲོ་ སའི་གཞུང་ལམ་ ས་གནས་སྤྱངས་གཞི་ ཟེར་ས་ལས་ འཕེལ་རྒྱུ་སྐོ་ཚུན་ ཀའི་མི་ཀར་ ༤ འགྲོ་དགོ་པས། ཀུན་ལྷབ་བདེ་ཆེན་རང་བཞིན་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱི་གྲོང་དུ་ རང་རིག་འགགས་པ་མེད་པའི་དོར་ སྤྱི་མའི་འཕུལ་ལྷར་ འཁོར་འདས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱངས་བ་གཉིས་ ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་རོལ་པ་འདི་ གསང་བདག་ལྷག་ན་དོ་རྗེའི་རྣམ་སྤྱུལ་ རྩོམ་འགྲུལ་ཆེན་གྱི་གསང་བའི་གནས་ཁང་ཡིན་པས། རང་གི་གནས་ཁང་གནས་མཚོག་ལུང་ལོ་ཅན་དང་། སྤྱི་འགནས་ཁང་ནི་ འཕེལ་རྒྱུ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལས་ཡར་ ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སྡོད་ཤིང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱུན་པའི་རི་འདི་ཡིན་མས།

རྩོམ་འགྲུལ་ཆེན་ལུ་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་སའི་ས་གོ།



**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཐབས་མང་དཀའ་བ་མེད་པའི་ཉེ་ལམ་ གསང་སྐྱགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཚེས་ཀྱི་བདག་པོའི་ནུམ་སྐྱེལ་ རོ་བོ་དུག་  
ཚེན་ནི་སྐྱེ་མདོག་སྐྱེག་ནག་ སྐྱེལ་དར་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་ཅིང་ ལྷུང་མཚོགས་ཀྱི་ཕལ་དང་ལྷན་པའི་ ཉ་  
ནག་རྟིང་དཀར་ལ་ཆེབས་པ་ མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་དང་ སྲ་བའི་གོ་ཆ་བགོས་ཤིང་ ཅི་བསྐྱོ་བའི་ལས་ནུམས་  
ཐོགས་མེད་དུ་བསྐྱབ་པའི་འཁོར་གྱི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་བའུགས་ལུག།

**དམ་བཞག།**

སྲིད་གསུམ་ཟིལ་གཞོན་ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ གཉིས་འཛིན་འཁྲུལ་པ་སྤང་བ་རང་སར་ཞིག་པའི་དགོན་  
པོ་ བ་རྩོམ་སྐྱོམ་ཞིག་པོ་ མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་དག་དབང་བདུད་འཛེམས་དོ་རྗེ་སོགས་ དོ་རྗེ་འཛིན་  
པ་ནུམས་ཀྱི་སྐྱེན་སྲུང་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲོན་པའི་ལས་བསྐྱབ་པའི་འས་སྤངས་དམ་བཅའ་ཕྱེལ་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

སྦྱིར་བཏང་ འམ་རྟོན་གཡུས་སྦྱིའི་གྲུང་པ་ ༤ དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་གཏང་བའི་སྐབས་  
གཏོར་གལ་ལྷུ་བཙུགས་ཏེ་ གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལོ་ལྷུང་བཞིན་ལྷན་ ༧ པའི་ཚེས་ ༡༧ གནས་ཁང་  
ནང་འགྲོ་སྟེ་ མི་འཛེམས་ཏེ་གསོལ་མཚན་ཕྱེལ་ནི་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བ། སེམས་ཅན་ལ་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་བ། ལྷན་པར་ཚོས་འཁོར་ཆེན་པོ་འདིར་  
བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་སྟེ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱ་སྦྱོར་ཡོན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནུམས་ཀྱི་ འགལ་རྒྱུན་མཐའ་  
དག་ཞི་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པའི་དོན་མ་ལུས་པ་ ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་སྟོངས་གོགས་མཚད་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

རོ་བོ་ནག་ཚེན་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

གནག་འཕེལ་ འམ་རྟོན་གཡུས་སྦྱིའི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

३ གཞི་བདག་མོ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

གཞི་བདག་མོ།

སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏུན་ཚོས་གླིང་།

སྤྱི་ཞིང་དགོན་པ།

སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏུན་ཚོས་གླིང་དང་ དེའི་མཐའ་སྐོར་ལུ་སྟོན་མི་ཚུ་གིས་

བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལ་བཞི་སྟེའི་སྟོངས་འདིར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ ལུང་ཕྱོགས་ཤར་ཕང་སྤྲ་གསུམ་གྱི་ནང་གསེས་ ཕང་དང་སྤྲ་  
གྲོའི་ཚུ་བོ་ནམ་གཉིས་འདུས་པའི་ཤར་དོས། རི་གླང་ཆེན་འབྲིང་བའི་སྤྲ་ཞགས་རྒྱང་པ་དང་འདྲ་བ། རྒྱལ་ཡུམ་རྗེ་  
བཙུན་སྟོལ་མ་ ཞབས་གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐྱུལ་པའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ་དང་འདྲ་བའི་ རྒྱགས་ཀར་  
ཆགས་པའི་མཚོན་སྟོང་ བསྟན་པ་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་སྤྱི་འགོ་ནམས་གྱི་བསོད་ནམས་བསམགས་པའི་ཞིང་མཚོག་  
འགྲན་ལྷ་མེད་པ་ བསམ་གཏུན་ཚོས་གླིང་འདི་ བཤད་པའི་བཀའ་བབ་དཔལ་ལྷན་ས་སྤྲ་པ་ལ་ ས་དོར་ཚར་  
གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ དོར་ཨེ་ཤི་ཚོས་གླིང་ དོ་ཆེན་ཀུན་དགའ་བཟང་པོའི་སྟོབ་བརྒྱུད་ རྒྱལ་བ་སྟོ་གོས་རབ་  
ཡངས་གྱིས་ རྒྱལ་བསྟན་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྷན་ས་སྤྲ་རྗེ་བཙུན་གོང་མ་ནམ་ལའི་བསྟན་པ་ སྟོངས་འདིར་  
སྟེལ་བའི་ཕྱིར་ རབ་བྱུང་ ༥ པའི་ནང་ གནད་ས་འགོ་དང་པ་ཕྱག་བཏབ་གནད་ལུགས།



སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚེས་སྤྱིང་ དགོན་པ་རྗེ་མ་གཤིས་པ།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།**

མངོས་ཤིང་བཟླ་ན་སྤྱུག་པའི་སྐྱེ་ལ་ དར་དང་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་ ཞལ་རས་བཙོ་ལྷའི་ལྷ་བའི་  
 ད་གྲིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པ་ལ་ སྤྱན་འཛུམ་པའི་ལུང་མིག་རབ་རྒྱ་གཡོ་ཞིང་ དབྱུ་ལ་མེ་ཏོག་དང་ རིགས་  
 ལྷའི་ཚོད་པན་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ ཡིད་འཕྲོག་མངོས་པའི་རྣམ་འགྲུར་འབྱུང་དང་། ཕྱག་གཡལ་ན་མདའ་དར་དང་  
 གཡོན་རྒྱ་མེ་ལོང་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།





གནས་པོ་ གཞི་བདག་མོའི་སྐུ་པར།

### དམ་བཞག།

བཀའ་དང་དམ་ལུ་གནང་མི་ དཔེ་ཆ་ནང་ཁ་གསལ་མིན་འདུག། གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ ས་ཇོ་འབྲུག་སྒོ་མ་ཞིག་པོ་  
མཐུ་ཚེན་དག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་སོགས་ གྲུ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྲུང་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་སྤན་བདེ་ བསྐྱབ་ནི་གི་གཡེར་དམ་གཉན་པོ་སྤུལ་སྤུལ་ཕ་བཟུམ་ཅིག་འདུག།

### གསོལ་མཚོན།

སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚོས་གླིང་གི་དགོན་འཛིན་གྲུ་ཚང་དང་སྐྱབ་སྤེ་པ་ཚུ་གིས་ ཉིན་ལྟར་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་དང་  
སྤུལ་ཕ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དགོན་པའི་མཐའ་སྐྱོར་གྱི་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ ལོ་དུས་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་བའི་  
རྒྱབས་སུ་ གཏོར་གཡེར་ལུ་ བཅུགས་ཏེ་གཏང་མ་མ་གཏོགས་ གཞན་དམིགས་བསལ་གྱིས་ གསོལ་མཚོན་  
སྤུལ་སྤོལ་མིན་འདུག།



གཞི་བདག་མོའི་གནས་ཁང་།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་དར་བ། སེམས་ཅན་ལ་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་བ། ལྷན་པར་ཚོས་འཁོར་ཆེན་པོ་འདིར་  
བཤད་སྐབས་ཀྱི་སྡེ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱ་སྤྱོད་ཡོན་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་ འགལ་རྒྱུན་མཐའ་  
དག་ཞི་ཞིང་ མཐུན་རྒྱུན་བསམ་པའི་དོན་མ་ལུས་པ་ ཡིད་བཞིན་ཏུ་འགྲུབ་པའི་སྟོངས་གོགས་མཛད་པ་ཨིན་  
མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གཞི་བདག་མོའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།**

སྟོབ་འཆི་མེད་དངོས་གྲུབ་ སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚོས་གླིང་ དགོན་འཛིན་གྲུ་ཚང་གི་སྟོབ་དཔོན།

## ༤ རྩོམ་ལེགས་མོ།

གནས་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

རྩོམ་ལེགས་མོ།

མཚོ་ཆགས་ལ། ཡོངས་གྲགས་སྐབ་སྲོལ་ མཚོ་ཆེ་ལ།

མཚོ་ཆགས་ལ།

མཚོ་ཆགས་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་གྲང་པ་ ༢༥ གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

མཚོ་ཆགས་ལ་གཡུས་ཚན་འདི་ བ་རྩོམ་ལེགས་མོའི་ཞིག་པོ་སྐྱབ་པ་གནང་སའི་ སྐྱུ་བཞིའི་ནང་གསལ་སེའི་  
 སྐྱུ་དང་ དགོ་སྲོང་བྲག་གི་ཞོལ་དུ་ཆགས་ཏེ་འདུག། གཡུས་གྱི་མིང་ལུ་ མཚོ་ཆེ་ལ་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་ལྷངས་  
 འདི་ སྟོན་དང་ཕུ་ ས་གོ་འདི་ནང་མཚོ་ཆགས་ནི་སྟེ་ རྩོ་  
 འབྲིལ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་ཚན་གྱི་མིང་ཡང་ མཚོ་  
 ཆགས་ལ་ཟེར་དར་ལུག། ཡིན་ཅུང་ སྐྱ་ལུང་ཉམས་ཏེ་ ད་  
 དེས་ནངས་པ་མི་རྩོ་གིས་ མཚོ་ཆེ་ལ་ཟེར་སྐབ་ཡིན་མས།  
 རྩོམ་ལེགས་མོའི་གནས་ཁང་ནི་ རི་བོ་སྐྱུ་སྟོངས་ཚང་ཚང་  
 གྲ་བ་རི་བོ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་བཞི་པ་ལྷགས་ཀྱི་རིའི་སྟོན་ན་  
 འདོད་དགུ་ལྷན་གྲུབ་འབྱུང་བའི་གནས་མཚོག་རྩོམ་སྟོན་ལས་  
 འདས་པ་འདི་ རྩོམ་ལེགས་མོའི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།  
 གནས་ཁང་འདི་ མཚོ་ཆགས་ལ་གཡུས་ཚན་ལས་ ཏུས་  
 ཡུན་རྩེ་ཚོད་ ༡ གིས་ཁང་ ལ་ལུབ་བྱང་ལ་སྐྱུ་ལུ་འདུག།



རྩོམ་ལེགས་མོའི་གནས་ཁང།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་བདག་ལྷ་སྐྱོན་ རོ་མོ་ལེགས་མོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་ ལུ་འབྱུང་དོས་སུ་  
ལུ་ཉིག་ཐེང་བ་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་ཕྱག་ཞབས་གདུ་བྱ་དང་ ལྷ་རྗེས་དར་གྱི་ན་བཟའ་ལྷ་བ་ལྷ་བ་ཏུ་བརྒྱན་པ། ཕྱག་  
གཡས་ཁམས་གསུམ་དབང་ཏུ་འདུས་པའི་མདའ་འཕྱར་བ། གཡོན་པ་དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་འཛིན་  
ཞིང་ ཡོན་བདག་མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཅི་འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་བ། ཞི་ཚོ་ཞི་བའི་སྐྱུར་སྦྱོན་ཏེ་  
ལང་ཚོའི་དཔལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་བསམ་གཏུན་འཛིག་ལ་ཁད་པ། ཀྱུན་ལ་བདེ་བ་སྦྱེར་བས་འདོད་འཛོའི་  
དབང་མོར་གྲགས་ཤིང་། ངག་པོ་ཤིན་ཏུ་ཁོས་ཚེ་ མི་སྐྱོན་གདུག་པའི་གཟུགས་ཅན་ཉམས་པའི་སྲོག་དབུགས་  
སྐད་ཅིག་ལ་ཞལ་ཏུ་གསོལ་ནས་ རམས་པའི་སྐྱུར་སྦྱོན་ནས་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་སྦྱོབས་ཟིལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་རྩུལ་  
ཏུ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

རིག་འཛིན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ གཞན་ཡང་གྲུབ་པའི་སློབ་དཔོན་བརྒྱད་པ་བཅས་པའི་  
རྒྱན་སྲར་ མཚོ་ཆགས་ཁའི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིས་གཙོས་ ལྷོ་སྤྱོད་ནགས་མའི་ཡུལ་དང་ འཛོམ་གླིང་ཡུལ་གྱི་ག་  
ར་ལུ་ མི་མཐུན་པའི་རྒྱད་ཚོགས་དབྱིངས་སུ་ཞི་ཞིང་ བགྲིས་དང་བདེ་ལེགས་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་སྤོངས་ལྲོགས་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་ མཛད་ནིའི་ཁས་བླངས་སུལ་ལུག།



རང་ལྔ་ ༡༠ ཚེས་ ༡༥ ལུ་ རྩོ་མོ་ལེགས་མོ་མཚོད་སའི་ཤིང་།

**གསོལ་མཚོད།**

རྩོམ་ལེགས་མོ་ལུ་ གསོལ་མཚོད་སྐུལ་ཐངས་ལག་གསུམ་འདུག། དང་པ་ རང་སོའི་ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་  
སྐུལ་སྐབས་ གཏོར་གྲལ་ལུ་བརྩུགས་ཏེ་གཏང་མི་གཅིག་དང་། གཉིས་པ་ རང་ལྷ་ ༡༠ པའི་ཚེས་ ༣༠ ལུ་  
མཚོ་ཆགས་ལ་ གཡུས་སློབ་ནང་ལ་ཡར་ལྟ་ དུས་ལུན་སྐར་མ་ ༡༥ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ གནས་ལང་རི་དེའི་རྩ་  
བར་ བག་རྩུང་སྐབས་ཐང་ཟེར་མི་འདི་ནང་ མཚོ་ཆེ་ལའི་གྲང་པ་རེ་ལས་མི་རེ་འོངས་ཏེ་ གནས་པོ་སྐྱུ་རྒྱུང་འབད་  
གཏང་དགོཔ་འདུག། དེ་ལས་ གསུམ་པ་ རང་ལྷ་ ༡༠ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་ གྲང་པ་ ༣༥ ག་ར་གིས་  
མས་ཁྲར་བང་ལ་གང་གང་བཟོ་འབག་སྟེ་ གནས་ཤིང་དེའི་རྩ་བ་ལུ་མཚོད་པ་མས།

དེའི་སྐབས་ཚོག་འབད་བ་ཅིན། ད་རིས་ཚེས་བཟང་སྐར་བཟང་གི་ཉིན་མ་ལུ་ ང་བཅས་རའི་གནས་པོ་རྩོམ་  
ལེགས་མོ་ལུ་གསུམ་པའི་སྐུད་དང་རྩིང་པའི་བརྩུད་བསྐྱེ་སྟེ་ དང་སྐུ་པ་མ་ག་བསྟེན་ག་བཞག་སྟེ་ ལོ་དུས་ཀྱི་  
གསོལ་མཚོད་དང་ གཏང་རག་སྐུལ་དོ་གོ་ སང་མོད་ཏང་ལས་ད་རྩུན་ རྩོད་ལས་སད་དང་སེར་མ་ རྩོད་ལས་  
ནད་དང་སྐུ་གོ་ཞི་བརྩུག་ ལོ་སྐྱུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་བརྩུག་ གཅན་གཟན་སྟག་དང་དོམ་གཟིག་རི་ཕག་རྩུ་ ལ་  
རྒྱ་མཚོ་ཕར་ལར་སློག་བརྩུག་མི་ལུ་ བ་ཚོ་དང་ སྐྱུགས་ལུ་གོད་ལ་མ་བྱུང་བར་ དགའ་དགའ་སྦྱིད་སྦྱིད་ཀྱི་ངང་  
ལུ་ རྩོད་ཅིའི་རྒྱབ་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་གནང་བཟེར་བའི་ ཚོག་སྐབས་སྟེ་མཚོད་པ་ཨིན་མས།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

རང་གིས་གསོལ་མཚོད་རྩུ་མ་ཆད་པར་སྐུལ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་གཞི་ལམ་བྱེས་གསུམ་ གཏེ་རྩོད་རུང་རྒྱབ་ཀྱི་  
སྐྱུང་མ། གཏོང་ལའི་འཁར་བ། བྱང་གི་སློབ་དང་རིག་རྩུལ། དཔའ་བོའི་ལུས་སྟོབས། ཚོད་དང་བསོད་ནམས།  
དཔལ་འབྱོར་སྐྱུན་གྲགས་སོགས་ ལེགས་ཚོགས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བ་དང་། བ་རོལ་བསམ་སྦྱོར་ངན་པའི་  
གཞོད་པ་སོགས་ བྱང་གཏོན་འབྱུང་བོའི་འཚོ་བ་ཐམས་ཅད་ གཞོད་བྱེད་རང་གི་སྟེང་དུ་བསྐྱོག་ཅིང་། ཅི་བསམ་  
པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་གོགས་དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨིན་མས།

སྐྱུགས་དང་འགལ་ན་ བྱང་སྐྱུག་འཁྲུགས་རྩོད་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྩུན་དང་ ཚོད་བསོད་དབང་ཐང་དཔལ་  
འབྱོར་སོགས་ཉམས་ནས་ཚོས་སྐྱུབ་པའི་བར་ཆད་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཇོ་མོ་ལེགས་མའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

དད་པའི་ས་བོན།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཀུན་དགའ་བསྟན་འཛིན། སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚོས་གླིང་རྒྱལ་ལྗོངས་སློབ་དཔོན།

སངས་རྒྱལ་རྒྱལ། མཚོ་ཆགས་ཁའི་ཚོགས་པ།



## ༥ དགོསྟོང་བྲག་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

དགོསྟོང་བྲག་བཙན།

མཚོ་ཆགས་ལ། ཡོངས་གྲགས་སྐབ་སྟོལ་ མཚོ་ཆེ་ལ།

༡་ར།

༡་ར་གཡུས་ཚན་གྱི་ གུང་པ་བརྒྱད།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕ་ཚོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ་དང་ གུ་རུ་དོ་རྩེ་གོ་ལོད་ཀྱི་གནས་ སྤྱོད་སྤྲུག་ཚང་ལུ་བཞུགས་པ་ད་ ཡོ་རྒྱུ་སངས་  
རྒྱས་གཉིས་པས་ ཕ་ཚོ་ལུ་ རྫོང་བཞི་དང་ བྲག་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལུང་བསྐྱེན་པའི་བྲག་བཞིའི་ནང་གསེས་སེའི་  
བྲག་འདི་ རྟེན་འབྲེལ་ལའི་སྟེང་པར་ ལྷགས་ཀྱུ་ལའི་ གདོང་གཏད་སྟེ་འདུག། བྲག་འདི་གི་གཡས་རྟོངས་  
ལས་པར་ རུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་ཕྱེད་འགྲོམ་ད་ རྟེ་མ་རྩེ་  
མཁན་ཁྲི་རབས་དགུ་པ་ རྒྱལ་བ་ཤུ་རིན་ཆེན་ སྐྱེ་  
མཚམས་ལུ་བཞུགས་ས་ཡིན་མ་མཚན་ གནས་བདག་  
དགོསྟོང་བྲག་གི་གནས་ཁང་ དགོསྟོང་བྲག་ཟེར་མི་  
འདི་ རྟེན་འོག་ཡིག་ཚང་ལས་ཁ་ཡར་ མཚོ་ཆགས་ལ་  
གཡུས་ཚན་རྟོངས་འགྲོམ་ད་ ཀེ་ལོ་མི་གར་ ༥ དེ་  
ཅིག་གི་ས་ཁར་ སྐྱུ་མ་འཁོར་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་ ༡་ར་  
གཡུས་ཚན་གྱི་མགུ་ལས་བྱང་ལ་བྲུག་ དགོསྟོང་བྲག་  
བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།



དགོསྟོང་བྲག་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་གི་པར།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རང་སྐྱེང་རིག་པའི་རྩལ་ལས་ཀྱབ་པའི་ སྐྱང་སྐྱོངས་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ སྐྱེད་ཚལ་སྐྱོན་ཤིང་སྐྱོ་ཚོགས་མེ་ཉོག་  
དང་འབྲས་བུས་ཡོངས་སུ་དུད་པའི་སྤྲེང་ན་ འདབ་ཆགས་འཛོལ་མོ་ལ་སོགས་པ་སྐྱད་སྐྱོན་འབྱིན་ཅིང་བག་  
ཤེབས་པ། མངོས་སྐྱག་ལང་ཚོ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རི་དྲགས་ནུམས་ཀྱང་ བདེ་བར་རྒྱ་བའི་དོ་མཚར་སྐྱལ་དུ་  
ཕྱིན་པས་མཐའ་ཡོངས་སུ་བསྐོར་བའི་སྐྱག་ལུ་ སྲ་ཞིང་བརྟན་པའི་བྲག་རིའི་བག་གམ་བརྩེགས་པའི་ནང་གི་ཁོང་  
སེང་རྒྱ་ཁྱོན་ཡངས་པའི་ནང་། དོ་རྩེ་པ་ལམ་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོ་ཚོགས་ལས ཀྱབ་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་  
རྒྱ་མིབས་ཉོག་དང་བཅས་པས་བརྒྱན་པའི་དབུས་སུ་སེང་གའི་ཁྲི་ལ་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་རྩ་བ་ དོན་དམ་པའི་  
དགོ་སློང་བྲག་བཙན་ཆེན་པོ་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་ལ་ཞི་ཞིང་འཛུམ་པ་དུར་སྐྱིག་གི་རྒྱལ་མཚན་ཅན། ཕྱག་ན་དམ་  
པའི་ཚོས་ཀྱི་པོ་ཉི་དང་ འཁར་གསེལ། ཟས་བཟང་པོས་བཀའ་བའི་ལྷུང་བཟེད་འཛིན་ཅིང་། རང་འདྲ་བའི་  
འཁོར་དགོ་སློང་དང་ དགོ་བསྟེན་གྱི་ཚོགས་དཔག་དུ་མེད་པ་ནུམས་ལ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཆར་འབབས་བཞིན་དུ་  
ཡུལ་འཁོར་བྱམས་བརྩེ་ཆེན་པོས་དུས་ཀུན་དུ་སྐྱོང་བཞིན་དུ་བཞུགས་འདུག།

**དམ་བཞག།**

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་མཐུ་སྟོབས་ལུས་པའི་རང་གཟུགས་ ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་དང་ གཞན་ཅ་བརྒྱད་  
བླ་མ་ནུམས་ཀྱི་སྐྱོན་སྲུང་ སྤྱིར་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ བྱད་པར་བསྟན་པའི་རྩ་བ་དམ་པའི་ཚོས་འདུལ་བ་  
གཞི་གསུམ་ཚོ་གའི་ ཕྱག་སྟོལ་མི་ཉམས་གོང་དུ་སྟེལ་ཞིང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱད་པ་དང་ ཡང་སྟོས་སུ་ ཡུལ་  
ཕྱོགས་འདྲི་ཉིད་ན་གནས་པའི་སྐྱེ་བོ་ནུམས་ལ་ ཆོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་ལ་སོགས་པའི་མཐུན་རྐྱེན་གོང་དུ་སྟེལ་  
ཞིང་ མི་མཐུན་པའི་རྒྱད་ཚོགས་དབྱིངས་སུ་ ཞི་བའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མངོན་ཞིའི་ཁས་བླངས་སུལ་ལུག།  
སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚོས་སྤིང་དགོན་པའི་སྐྱབ་སྟེ་སྟོབ་དཔོན་ བླམ་བསྟན་འཛིན་ནུམ་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་མི་  
དང་འཁྲུལ་བ་ཅིན་ དགོ་སློང་བྲག་བཙན་ གནས་བདག་ལུ་འགྱུར་དགོ་མི་འདྲི་ ཁོ་གིས་བམ་ཟེ་སྐྱེ་བ་བདུན་  
མའི་སྐྱེ་བ་ལྟོན་མ་བཙོ་སྟེ་བཞེས་ནི་འབདམ་ད་ ཁམས་ལོག་སྟེ་བཞེས་མ་རྩུགས་པ་ལས་ སངས་རྒྱས་ནི་ལུ་བར་  
ཆད་བྱུང་སྟེ་ དེ་ལས་ གཞན་པན་སེམས་ཀྱི་སྟོོ་ལས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་པན་བཏགས་ནིའི་དོན་ལས་  
ས་གོ་དེ་ནང་གི་གནས་བདག་སྟེ་བཞུགས་ལུག་ཟེར་ཨིན་མས།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་ ཉ་ར་གཡུས་ཚན་གྱི་གྲང་པ་ ༥ གྱི་ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་གཏང་བའི་སྐབས་ གཏོར་གྲལ་ནང་  
བརྟུགས་ཏེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་འདུག། དེ་ལས་ འཕྲལ་འཕྲལ་སྐབས་ གནས་གང་། ཚེས་བཅོམ་ལ། ཚེས་  
བརྒྱད་ཚེས་བཟང་དུས་བཟང་དང་བསྟུན་ མས་ལྷར་བང་ལ་གང་གང་བཟོ་འབག་སྟེ་མཚོད་ནི་འདུག། ཚེས་  
བཟང་དུས་བཟང་གི་སྐབས་ཁོང་ར་གྲང་པ་ ཚུ་གིས་ མཚོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཚིག་ ད་རིས་ཚེས་བཟང་སྐར་  
བཟང་གི་ཉིམ་ལུ་ ང་བཅས་རའི་གནས་པོ་ དག་སློང་བྲག་བཅོན་ལུ་ གསར་པའི་སྤྱད་དང་རྙིང་པའི་བརྟུད་བསྟུ་  
སྟེ་ དང་སྤུ་པ་མ་ག་བསྟེན་ག་བཞག་སྟེ་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་དང་ གཏང་རག་སྤུལ་དོ་གོ་ སང་སོད་ཉང་  
ལས་ད་སྟོ་ཚུན་ རྟོད་ལས་སང་དང་སེར་མ་ རྟོད་ལས་ནང་དང་སྤུ་གོ་ནི་ ལོ་སྤྱགས་རྟག་དུ་ལེགས་བརྟུག་  
གཅན་གཟེན་སྟག་དང་དོམ་གཟིག་རི་པག་ཚུ་ ལ་རྒྱ་མཚོ་པར་སློག་བརྟུག་ མི་ལུ་ན་ཚ་དང་ སྤྱགས་ལུ་མྱོད་ལ་  
མ་བྱུང་བར་ དགའ་དགའ་སྦྱིད་སྦྱིད་ ངང་ལུ་རྟོད་ནིའི་རྒྱབ་དང་ དཔུང་གཉེན་མཛོད་གནང་བེར་བའི་ཚིག་  
སྤབ་སྟེ་མཚོད་པ་ཨིན་མས།

**བསྟེན་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

རང་གིས་གསོལ་མཚོད་རྩ་མ་ཚད་པར་སྤུལ་བ་ཅིན་ ང་བཅས་ར་གཞི་ལམ་བྱེས་གསུམ་ ག་ཏེ་སྟོད་རུང་རྒྱབ་ཀྱི་  
སྤང་མ། གདོང་ཁའི་འཁར་བ། རང་གི་སློང་དང་རིག་རྩལ། དཔའ་བོའི་ལུས་སྟོབས། ཚོད་དང་བསོད་ནམས།  
དཔལ་འབྱོར་སྟན་གསལ་སོགས་ ལེགས་ཚོགས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བ་དང་། ས་རོལ་བསམ་སྦྱོར་ངན་པའི་  
གཞོད་པ་སོགས་ རན་གཞོན་དང་འབྱུང་བའི་འཚོ་བ་ཐམས་ཅད་གཞོད་བྱེད་རང་གི་སྟེང་དུ་བསྒྲེག་ཅིང་། ཅི་  
བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་འཕྲོག་པའི་གོགས་  
དང་དཔུང་གཉེན་མཛོད་པ་ཨིན་མས། ཐུགས་དང་འགལ་ན་ རན་སྤྱག་འཁྲུགས་རྩོད་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་  
དང་ ཚོ་བསོད་དབང་ཐང་དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཉམས་ནས་ ཚེས་སྤྱབ་པའི་བར་ཚད་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།

དད་པའི་ས་བོན།

དག་སློང་བྲག་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ཀུན་དགའ་བསྟན་འཛིན། སྤྱི་ཞིང་བསམ་གཏན་ཚུལ་གྱི་རྒྱལ་སྤེའི་སློབ་དཔོན།

སངས་རྒྱལ་ལྷན། མཚོ་ཆགས་ཁའི་ཚོགས་པ།

༤ ཕོ་ལྷ་སྤྲུག་ལ་ཟེར་རྟོན།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

ཕོ་ལྷ་སྤྲུག་ལ་ཟེར་རྟོན།

ཟངས་ལེགས་ལ། (ཟངས་ལུང་ལ་)

ཟངས་ལེགས་ལ།

ཟངས་ལེགས་གཡུས་ཚན་ངོ་མ་ལས་ལ་གྱེས་པའི་ གྲུང་པ་ ༣༠ གིས་

བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ས་གནས་གྱི་མིང་ལུ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ སློབ་དཔོན་ཟངས་ཟེར་མི་འདི་ ཉེ་མ་སོ་  
ནམ་པའི་ལུ་འབད་དེ་ གྲང་ཚེས་ད་ ལ་མིག་ཐོགས་སྡོད་པ་ལས་ ས་སློབ་བལྟམ་ད་ ཟངས་སློམ་ཅིག་གི་ལུང་  
གྲུང་ ལ་མིག་ཐོགས་ཡོད་སྟེ་མཐོང་རུག། ཟངས་འདི་ལོ་ར་གིས་བཏོན་ནིའི་དཔའ་བཅམ་རུང་བཏོན་མ་རྒྱུགས་པ་  
ལས་ གཡུས་ཁང་འགྲོ་སྟེ་ ཆ་རོགས་འཚོལ་འབྱིད་འོང་མ་ད་ ཟངས་སློམ་ལུང་ཅན་མ་ རོ་ལུ་གྲུང་སོ་མི་འདི་  
ད་རེས་ནངས་པ་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཆེ་རིང་རོ་རྩེ་གི་ཀར་ཞིང་ནང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སའི་འོག་ལུ་ཨེབ་སྟེ་  
མཐོང་མི་རྒྱུགས་པས་ཟེར་སྐབ་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་གྱི་མིང་ ཟངས་ལུང་ལ་ཟེར་ཡིན་རུང་  
སྐྱ་ཟུར་ཉམས་ཉེ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་རུག། ད་སྟོ་ཡོངས་གཤགས་ལུ་ཟངས་ལེགས་ལྷ་ཁང་ཟེར་  
མི་འདི་ མང་སི་སི་ནང་ལས་རྒྱལ་དཀར་པོ་གིས་སྤྱིན་བདག་མཛད་དེ་ སློབ་དཔོན་ཟངས་ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་  
འཐབ་སྟེ་ བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་མས། ལྷ་ཁང་འདིའི་ནང་ཉེན་གཙོ་བོ་ འཕགས་པ་བརྟུག་ཅིག་ཞལ་ མི་  
ཚད་ཅིག་བཞུགས་རུག།

མདུན་དུ་ཞེ་ཞེ་གསིང་སྤང་སྡོངས་རྩི་ཤིང་སྤྲོ་ཚོགས་བྱ་བས་འཁྲིགས་པའི་བཀོད་ལེགས་སོ་བྲང་གི་སྟེང་དུ་འདོད་  
དགུ་འབྱུང་བའི་ལྷགས་གྱི་རི་བོའི་ཞོལ་ན་ རིན་ཆེན་སྤྲུལ་ལས་གྲུབ་པའི་སོ་བྲང་ཆེན་པོ་འདི་ ཟངས་ལེགས་  
གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ལ་ཤར་སྟོ་ མདའ་རྒྱང་གང་གི་ས་ཁང་ ས་གནས་གྱི་མིང་རོ་སྤྲུག་སྤང་ཟེར་སར་ཡིན་  
མས།



གནས་བདག་སྟག་ཟེར་ཚོད་ཀྱི་གནས་ཁང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོད་ཀྱི་མཚན།**

རྟེན་གསུམ་ཡོན་བདག་མི་ལོར་སྐྱོད་པའི་ཡུལ་ལྷ་ བོ་ལྷ་ཚེན་པོ་སྐྱུག་ལ་ཟེར་ཚོད་ཅི་ སྐྱེ་མཛོད་ཀྱི་མཚན་  
ནམས་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་པ་ སྐྱ་ཚོགས་སུ་སྟོན་པས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཟུང་བར་དཀའ་བའི་ཡ་མཚན་མངའ་བ།  
འཕྲིན་ལས་ནམ་བཞིའི་སྐོ་ནས་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱར་སྟོན་ནས་ མིག་འཇུག་གཅིག་ལ་སྟོང་གསུམ་  
ཡུད་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་ ཚོ་འཕུལ་སྐྱ་ཚོགས་པ་སྟོན་ཅིང་ དཔའ་ཞིང་བརྗིད་པའི་སྐྱེ་ལ་ རྩི་རྩེའི་གོ་ཐབ་དང་  
བསེ་ཚོག་བསེ་ཐབ་གྱོན་ནས་ རིན་པོ་ཚེའི་རྒྱན་ཏུ་མས་སྤྲས་ཤིང་དམ་ལྷན་སྐྱབ་པ་པོ་ལ་ ཅི་འདོད་པའི་དངོས་  
སྤྱབ་ཆར་ལྷར་འབེབས་ཤིང་བཞུགས་པ། དེའི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ རྟེགས་པའི་ལྷ་སྤོན་སྟེ་བརྒྱད་ལྷ་ལྷ་བཙན་ས་  
བདག་ཚོགས་དང་བཙས་པས་ མི་སྤྱན་གདུག་པའི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ གཏུམ་པའི་ངར་སྐྱད་སྦྱོག་  
ཅིང་རྒྱག་པའི་ཚུལ་གྱི་གནམ་ས་གང་བ་ཙམ་བཞུགས་ཏུག།

**དམ་བཞག།**

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུ་སྟོབས་ལུས་པའི་རང་གཟུགས་ རྒྱལ་བ་པརྩ་ཀླུ་ར་དང་ བ་ཚོ་འབྲུག་སྐོམ་ཞིག་པའི་  
སྤྱན་སྲར་ རྒྱལ་བའི་བཟན་པ་སྤྱང་ཞིང་ འགོ་བ་བུ་བཞིན་སྐྱོད་བའི་ ལས་བྲལ་དམ་བཙའ་ཕུལ་ཏུག།

**གསོལ་མཚན།**

སྤྱིར་བཏང་ ཟངས་ལེགས་ཁ་གཡུས་སྐོའི་གྲང་བ་ ༣༠ དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་གཏང་བའི་  
སྐབས་ གཏོར་གལ་ནང་བཅུགས་ཏེ་ གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་མཚན་ ལོ་ལྷར་བཞིན་ལྷམ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་  
གནས་ཁང་རྩི་སྤྱག་སྐྱང་གི་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་མཚན་རྟེན་ཙ་བ་ལས་ དགོངས་འདུས་བསྐྱང་བཤགས་དང་  
གནས་པོ་ལུ་ཡང་གསོལ་མཚན་ཕུལ་ནི་འདུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

གནས་པོ་སྐྱུག་ལ་ཟེར་ཚོད་ཀྱིས་ མཚན་ཡོན་སྤྱན་པའི་བདག་པོ་ནམས་ལ་ ཆར་པ་དགོས་དུས་ཆར་པ་ ཉིམ་  
དགོས་དུས་ཉིམ་གྱི་དཔུང་གོགས་མཛད་དེ་ སད་སེར་བཙའ་ཐན་མུ་གེ་འབྲུ་སྤོན་བྱིས་པའི་གཞོད་པ་ལ་སོགས་པ་  
འགལ་རྒྱུན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་

ཡར་པོའི་ལྷ་ལྟར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྤོང་གོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཨིན་མས།  
མ་མཉམས་ན་ ལོ་དུས་ལོག་ནས་ ནད་ཡམས་ལུ་གོ་དང་ མི་ནད་ལྷུགས་ནད་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྗེ་  
འབྱུང་མ་ཨིན་མས།

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་སྟག་ལ་ཟེར་རྟོན་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

### འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

དབང་འདུས་ ཟུངས་ལེགས་ཁ་ཚོགས་པ།



ལྷ བར་མའི་ཡུལ་བཅའ་།

གནས་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བར་མའི་ཡུལ་བཅའ་།

ས་གནས།

ཕང་བར་མ།

གཡུས།

ཕང་བར་མ།

བསྟེན་མི།

ཕང་ཚུ་མདོ། བར་མ། ཕྱག་སྐྱེ། ཕྱོ་ཞིང་སྐྱང་། སྤྱིན་མེད་སྐྱང་། དགེ་  
ལེགས་པར་ཀའམ་ཚོད། ར་མ། ཚུ་སྐྱེས་ཐང་ཀ་བཅས་ གྲུང་པ་ ༡༠ དེ་  
ཅིག་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནས་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕང་བར་མ་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ལས་སྤྱོད་འགྲོ་སའི་སྐྱུ་མ་འཁོར་གཞུང་ལམ་ ས་གནས་སྤྱངས་གཞི་ཟེར་ས་ལས་ ཁ་  
ཡར་ལྟ་དགེ་བསྟེན་ཆེད་འོག་ལྟ་འགྲོ་ཕ་ད་ ཀི་ལོ་མི་ཀར་ ༣ གྱི་ས་ཁང་ཡིན་མས། སྤོན་དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་  
དགུན་དམར་ཉོ་ལུང་ཅུང་དང་ བྱར་ཕང་བར་མ་ལུ་སྤྱོད་ བྱར་ས་དགུན་ས་སྤྱོད་ གནས་སྤོ་སྤྱོད་པའི་སྤོལ་ཡོད་  
ཅུང་ ད་རེས་ནངས་པ་སྤོལ་དེ་མིན་འདུག། བར་མའི་ཡུལ་བཅའ་གི་གནས་ཁང་འདི་ གཡུས་སྐྱོ་འདི་ནང་ཡོད་  
པའི་ལྷ་ཁང་ཚུང་ཀུ་ མཚན་དོ་སྐར་ཅན་ལྷ་ཁང་ཟེར་མི་འདི་ནང་ཡིན་མས། རྣ་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ལྷ་ཁང་  
འདི་གི་འོག་ལུ་ གནས་མཁའི་སྐར་མ་བྱུང་བྱུང་ཕ་ཡིན་ཟེར་ དོ་ཕུག་སྤོལ་གཅིག་འདུག། དེ་ལས་བརྟེན་ ལྷ་  
ཁང་གི་མཚན་ཡང་ དོ་སྐར་མ་ཅན་ཟེར་བཏགས་ཡོད་ལུགས་ བར་མའི་ཚོགས་པ་ པ་སངས་དོ་རྗེ་གིས་སྤོལ་  
ཡིན་མས།

རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཕོ་ལྷ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་བར་མའི་ཡུལ་བཅའ་ཆེན་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ཐོ་ཞིང་གཏུམ་པ་ ཆིབས་ཏྟ་དམར་  
པོ་རིན་ཆེན་རྒྱན་ལྷན་གྱི་སྟེང་ན་འབྱིང་བ། ཕྱག་གཡམས་རུ་དར་དམར་པོ་སྤིད་ཅེར་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་ཉམས་  
པ་བསྐྱེལ་བའི་སྟེང་དོན་མོ་ཞལ་དུ་གསོལ་བ། དབུ་ལ་ལྷགས་ཚོག་དང་ སྐྱེ་ལ་ཟངས་ཁབ་གསོལ་བ། འཁོར་  
གསུམ་འདོགས་དུག་སོགས་དཔའ་བོའི་ཆས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྒྱན་ཏེ་ བྱག་ཕྱོགས་དབང་དུ་འདུས་ཤིང་

དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོད་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ། དེའི་གཡོན་དུ་གསང་བའི་ཡུམ་ཆེན་ ལྷ་སྐྱོན་དཀར་མོ་མཛེས་སྤྱད་  
ཡུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ ཕྱག་ན་མདའ་དར་དང་ཟས་གཞོང་བཟུང་ནས་ གང་འདོད་གྱི་དངོས་གྲུབ་སྐྱོལ་བ། དེའི་མཐའ་  
སྐོར་དུ་ ལྷ་སྐྱོན་རྗེ་གསལ་པའི་དཔུང་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བར་སྐྱོས་ཏེ་ གནམ་ས་བར་སྐྱོད་གང་བའི་ཚོ་  
འཕུལ་སྐྱོན་བཞེན་བཞུགས་ཅུག།



ཕང་བར་མའི་ཡུལ་བཅོན་ ཡུམ་ལྷ་སྐྱོན་དཀར་མོ་བཅས་པའི་པར།

### དམ་བཞག།

པར་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་ཚེ་པོ་པར་འབྱུང་གནས་དང་ རྗེ་ངས་འདིར་བྱོན་པའི་མཁས་གྲུབ་གོང་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་ བསྟན་པའི་མེལ་ཚོ་དང་བྱ་ར་བྱེད་པར་མངགས་ནས་ བསྐྱེད་བདེན་པའི་བཀའ་བསློལ་ཞིང་  
འདའ་བར་དཀའ་བའི་དམ་ཚིག་དང་བཅས་དམ་བཞག་གནང་རུག།

### དག་རྒྱུན།

དོ་སྐར་མ་ཅན་ བར་མའི་ལྷ་ཁང་གི་ལྷག་ལས་ཡར་ ཀར་སྟོང་སྟེ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༡༠ དེ་ཅིག་ས་ཁར་  
སྐྱུ་འཁོར་ལམ་གྱི་འོག་ལུ་ བར་མའི་ཡུལ་བཙན་གྱི་ཆེབས་རྟ་ཡིན་ཟེར་ དོ་རྟ་གི་བཟོ་ལྷ་ཅན་ཅིག་ཡོད་པ་ལས་  
ས་ཁོངས་གྱི་མིང་ཡང་ དོ་གི་རྟ་ཡོད་ས་ཟེར་སྐབས་སྟོན་དར་རུག།



བར་མའི་ཡུལ་བཙན་གྱི་དོ་རྟ་ཆེབས་རྟ་འི་པར།

### གསོལ་མཚོན།

མང་རྒྱ་མདོ་དང་ བར་མ་ལ་སོགས་པའི་གཡུས་སློབ་ཀྱང་པ་ ༡༠ དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་མཚོན་ཕུལ་  
བའི་སྐབས་ གཏོར་གྲུལ་ནང་བཅུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚོན་ཕུལ་མ་གཏོགས་ གཞན་དམིགས་གསལ་གྱིས་  
གསོལ་བའི་ལམ་སྟོན་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་དང་ བྱད་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲིར་ བྱོད་ལ་རེ་ཞིང་སྟོས་པའི་ སྤྱིན་བདག་མི་ཞོར་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཚེ་བསོད་  
དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་ཤིང་ མི་ཞོར་ཟས་གསུམ་དབང་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་ བ་རོལ་དག་དང་བགོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་མཐའ་  
དག་ སྤྱིར་བསྟོན་པར་བྱེད་པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཞིན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

བར་ཡུལ་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

པ་སངས་དོ་རྗེ་ མང་བར་མའི་ཚོགས་པ།

༡ བཀ་ལྷ་རྒྱལ་མོ།

གནས་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

བཀ་ལྷ་རྒྱལ་མོ།

འམ་ཚོད།

འམ་ཚོད།

འམ་ཚོད་གཡུས་ཚན་ནང་སྡོད་མི་གྲང་པ་ ༧ གིས་བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

འམ་ཚོད་གཡུས་ཚན་གྲང་པ་ ༧ འབད་མི་འདི་ དག་བསྐྱེན་ཚེད་འོག་ སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་འོག་ལུ་ཡིན་མས། ཐིམ་  
ཕུ་སྤྱི་རོ་འགྲོ་སའི་གཞུང་ལམ་ ས་གནས་སྤྱངས་གཞི་ཟེར་ས་ལས་ འམ་ཚོད་གཡུས་སྤོ་ནང་ཚུན་ ཀའ་ལོ་མི་  
ཀར་ ༤ འགྲོ་དགོ་པས། རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་མེད་ས་མེད་ཡ་མཚན་དང་ རོ་མཚར་ཆེ་བའི་  
སྤྱ་བརྟན་དོ་རྗེའི་ བཀ་རི་ལྷན་དུ་ཆགས་པའི་གནས་ཁང་ ཕྱི་ཤིང་ནགས་ཚལ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ནང་དུ་  
འདབས་ཆགས་རྣམས་བག་ཡངས་སྤྱ་རྒྱ་བའི་གནས་ ངན་པ་ཙམ་གྱིས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཀྱུན་སེལ་བར་བྱེད་  
པའི་རུས་པ་དང་ལྷན་པ་འདི་ གནས་བདག་བཀ་ལྷ་རྒྱལ་མོའི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།

ན་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ བཀ་གི་འོགས་ལུ་དཀར་པོ་སྤོ་མཐོང་མི་འདི་ བཀ་ལྷ་རྒྱལ་མོའི་སྡོད་གོ་ རྒྱང་མ་ལུ་  
བསེལ་བཞག་བཞག་ཡིན་མ་སྤོ་བཤད་པ་ཡིན་མས། གནས་ཁང་འདི་ འམ་ཚོད་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལས་ ལྷོ་  
ཁ་ལྷག་ལུ་འདུག།



བྲག་ལུ་རྒྱལ་མའི་གནས་ཁང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གཏུལ་བྱའི་དོན་དུ་ མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཚར་སྐྱབས་སུ་ཕྱིན་པའི་སྐྱུ་ལ་ རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་  
དར་གོས་ཁ་དོག་ནམ་ལྗེའི་ན་བཟ་གསོལ་ཞིང་ ཕྱག་གཡམས་ལུ་མདའ་དར་བསྐྱམས་ཏེ་ ཆོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་  
གྱི་གཡམས་འགྲུགས་ནས་ རྒྱ་སྐྱོར་སྤྱིན་བདག་འཁོར་བཅས་ལ་བསྐྱེམ་པ་དང་། གཡོན་རིན་པོ་ཆེའི་བུམ་པས་  
དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་སྟེར་བ་བྱེད་ཅིང་། བཀའ་ཉན་རིགས་བཞིའི་འཁོར་དང་ ལྷ་སྐྱུ་བདུད་བཙན་སྟེན་  
མཚོ་སྟེན་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་ནས་ འགོ་ལ་དངོས་སྐབས་སྐྱོལ་བཞིན་བཞུགས་ཏུག།

**དམ་བཞག།**

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཞལ་སྤྱིན་ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྩེ་སོགས་མཁའ་  
སྐབ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ བསྟན་པ་དང་འགོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་སྐྱུང་དགོས་པའི་བཀའ་དང་ དམ་ཚིག་སློབས་པ་  
བཞིན་དུ་ བཀའ་ཡི་སྐྱུང་མ་དང་བྱ་ར་མཛད་བཞིན་དུ་འདུག།

### གསོལ་མཚན།

སྤྱིར་བཏང་ འམ་ཚོད་གཡུས་སྒྲིའི་གྲང་པ་ ༤ དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་གི་གསོལ་མཚན་གཏང་བའི་སྐབས་  
 གཏོར་གྲལ་བཙུགས་ཏེ་ གཏང་སྒོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གྲང་པ་ ༤ བོ་ ཅུ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་སྤེལ་ལོ་ལྟར་བཞུགས་  
 ། སེམས་ཚུལ་ ༡ ། ལུ་ གནས་ཁང་གི་ཅུ་བར་འཛོམས་ཏེ་མཚན་སྒོལ་འདུག། དེ་ལས་ ཅུ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་འབད་  
 དེ་ ལོ་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་ མདོས་བཟོ་སྤྱི་འབྲུ་སྒྲུགས་ ཚོགས་སྤུལ་ནི་དང་ གྲང་པ་གཞན་མི་ཚུ་གིས་  
 ཡང་ ཁྱིམ་གྱི་སྐོལ་ལས་ གནས་ཁང་ཕྱོགས་ལུ་སྐོར་ཞིན་ན་སྤྱོད་དེ་སྤུལ་ཏེ་མཚན་སྒོལ་ཡང་འདུག།

### བསྐྱེད་པའི་ཕན་པ།

རྒྱ་སྐྱེད་ཡོན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ འགལ་རྒྱུན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སྤང་ཞིང་  
 སྐྱོབ་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཅི་བསམ་པའི་དོན་བམས་ཅད་འབད་མེད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་གོགས་དང་དཔུང་  
 གཉེན་མཛད་པ་ཨིན་མས།

### རྒྱབ་ཏེན་ཡིག་ཅ།

བཀ་ལྷ་རྒྱལ་མོའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཅ།

### འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

གནག་འཕེལ། འམ་ཚོད་གཡུས་སྒྲིའི་ གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།



༧ བྲག་དམར་བཙན།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེད་པ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	བྲག་དམར་བཙན། གཡུས་སྒོ་ནང་ བྲག་དམར་བཙན་ཟེར་སྐབ་མས།
ས་གནས།	ཟངས་ལེགས་ལ།
གཡུས།	ཟངས་ལེགས་ལ།
བརྟན་མི།	ཟངས་ལེགས་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་ ས་གོ་བྲག་ལ་གི་གྲང་པ་ ༡༡ གིས་གསོལ་ མཚོད་སྐྱེད་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ་ལྷན་དུ་ཆགས་པའི་འདབས་ ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་འདོད་དགའི་དཔལ་དང་ ཡན་ལག་བརྒྱད་  
དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་བོ་དཔ་གྱིས་བབས་ཤིང་ ཕྱི་ཤིང་མེ་རྟོག་དང་ཞིམ་མངར་གྱི་རོ་བརྟན་ལྷན་པའི་འབྲས་བུ་དང་  
སྤྲོད་གི་ལྷོན་པས་བརྒྱན་པའི་ཡུལ་སྤོངས་གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་རྣམས་ མངོན་པར་དགའ་བའི་སྐྱེད་མོས་ཚལ་གྱི་  
བརྟན་གནས་བསམ་གྲུབ་ཚོས་གྲིང་འདི་ གནས་བདག་བྲག་དམར་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།  
ས་གནས་གྱི་མིང་ལུ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ སློབ་དཔོན་ཟངས་ཟེར་མི་འདི་ ཉེ་མ་སོ་  
ནམ་པའི་ལུ་འབད་དེ་ སྤང་མོལ་ད་ ལ་མིག་ཐོགས་སྤོད་པ་ལས་ ས་སློང་བལྟམ་ད་ ཟངས་སློམ་ཅིག་གི་ལུང་  
གྲར་ ལ་མིག་ཐོགས་ཡོད་སྟེ་མཐོང་ཅུག། ཟངས་འདི་ལོ་ར་གིས་ བརྟན་ནིའི་དཔའ་བཙམ་རུང་བརྟན་མ་  
རྒྱལ་པ་ལས་ གཡུས་ཁར་འགྲོ་སྟེ་ ཆ་རོགས་འཚོལ་ཉེ་ཁྱིད་འོངམ་ད་ ཟངས་སློམ་ལུང་ཅན་མ་འདི་ རོ་ལུ་  
གྲར་སོང་བའི་རོ་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཚེ་རིང་རོ་རྗེ་གི་ཀར་ཞིང་ནང་ཡོད་པ་ཡིན་  
རུང་ སའི་འོག་ལུ་ཨེབ་སྟེ་མཐོང་མི་རྒྱལ་པས་ཟེར་སྐབ་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟན་ གཡུས་གྱི་མིང་  
ཟངས་ལུང་ལ་ཟེར་ཡིན་རུང་ སྤྱ་རུང་ཉམས་ཉེ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཅུག།  
ད་ལྟོ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཟངས་ལེགས་ལྷ་ཁང་ཟེར་མི་འདི་ ལྷ་ཁང་འདི་མང་སི་སི་ནང་ལས་ རྒྱ་པོ་དཀར་པོ་  
གིས་སྤྱིན་བདག་ མཛད་ཞིན་ན་ སློབ་དཔོན་ཟངས་གྱིས་འགོ་འདྲེན་འབབ་སྟེ་ བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་མས།  
ལྷ་ཁང་འདིའི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་ འཕགས་པ་བརྟན་གཙིག་ཞལ་ མི་ཚད་མ་ཅིག་མཇལ་ནི་འདུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གྲུབ་པའི་བསྐྱེད་གནས་སྐྱོད་བའི་སྲུང་མ་བཅོན་ཚོད་ཆེན་པོ་སློབ་གྲོས་བཟང་པོ་   སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་དུས་མཐའི་མེ་  
ལྟར་འབར་བ་   ཕྱག་གཡས་རུ་དར་དང་   གཡོན་བཅོན་ཞགས་སྒོག་འཁྲུག་པ་གཟི་བྱིན་འབྲུམ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱེ་  
ལ་   ལྷ་རྩལ་གྱི་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་   སྲ་བའི་གོ་ཆ་དང་རྩོད་པའི་མཚོན་ཆ་ལ་སོགས་པ་  
གཏུམས་ཤིང་རྩམས་པའི་ཆས་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་   ཅང་ཤེས་རྒྱན་དང་ལྡན་པའི་ཆིབས་གྱི་སྟེང་དུ་འགྲིང་སྟབས་སུ་  
བཞུགས་པ།   དེའི་མཐའ་སྐྱོད་དུ་   སྐྱེ་བདུད་བཅོན་བྲེགས་པའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་   དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོད་  
ཞིང་ནག་ཕྱོགས་འདུལ་བའི་ལས་ལ་ཆས་པའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

ཐོག་མར་   སྣང་སྲིད་ལྟ་འདྲའི་མངའ་བདག་   ཨོ་རྒྱན་པརྩ་ཐོད་ཐེང་ཅུལ་གྱིས་སྤྲིག་སྟོང་དགོ་སྐྱབ་གྱི་བཀའ་  
བཏགས་   ཕྱག་རྒྱ་སྤྱི་བོར་བཀོད་འདུག།   བར་དུ་སྐྱབས་མགོན་བདུད་འཛོམས་ལ་སོགས་པ་   གྲུབ་པའི་དབང་  
ཕྱག་ཚུ་གིས་   རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་   དེ་འཛིན་སྐྱེས་སུ་རྣམས་ལ་མེལ་ཆེ་དང་   བྱ་ར་མཛད་དགོ་  
པའི་འཕྲིན་ལས་གྱི་གཉེན་པོ་ཡང་བཅོལ་རུག།

**གསོལ་མཚན།**

དགོ་བསྟེན་སྤྱི་ལོག་   བྱག་ཁར་གཡུས་ཚན་གྱི་གུང་པ་   །།   གིས་བློར་ཚོག་དང་དགུན་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་  
གཏོར་གཡུ་ལུ་བཙུགས་ཏེ་གཏང་མ་གཏོགས་   དམིགས་བསལ་གྱིས་མཚན་སྟོལ་མིན་འདུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་   མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་སྲུང་   དཀོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད་   དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་སྐྱོད་།   ལྷན་པར་དུ་རྒྱ་  
སྐྱོར་མཚན་ཡོན་མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱི་འགལ་རྒྱུན་ཞི་ཞིང་   མཐུན་རྒྱུན་འབད་མེད་ཡིད་བཞིན་  
འགྲུབ་པ་དང་།   འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་དགོ་ལེགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྟོངས་གོགས་  
མཛད་པ་ཨིན་མས།   དུས་གྱི་མཚན་པ་ཆད་ན་   མི་ནོར་ལུ་གྱོད་ཁ་དང་   ལོ་ཐོག་ལུ་བཅའ་ཐན་སད་སེར་དང་  
ཕགས་དང་འབྲུ་སྲིན་གྱི་གཞོན་པ་འབྱུང་མ་ཨིན་མས།

གྲུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

སློན་ཚུ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

དད་པའི་ས་བོན།

གནས་ཡིག་ཀུན་པན་ལམ་སྟོན།

འཛི་བསྐྱེན་འབད་ས།

ཀམ་རྒྱལ་མཚན། དག་བསྐྱེན་གཤོ།

དབང་འདུས། ཟངས་ལེགས་ཁ་ཚོགས་པ།

༡༠ ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ།

ཟངས་ལེགས་ལ། ཟངས་ལུང་ལ།

ཟངས་ལེགས་ལ།

ཟངས་ལེགས་གཡུས་ཚན་རོ་མ་ལས་ལ་གྲུས་པའི་ གྲུང་པ་ ༡༠ གིས་

བསྟེན་མི་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ས་གནས་ཀྱི་མིང་ལུ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་སྐབ་དགོ་མི་འདི་ཡང་ སློབ་དཔོན་ཟངས་ཟེར་མི་འདི་ ཉེ་མ་སོ་  
ནམ་པའི་ལུ་འབད་དེ་ སྐང་ཚྭ་ལྟ་ ལ་མིག་ཐོགས་སྡོད་པ་ལས་ ས་སློབ་བལྟུ་ད་ ཟངས་སློམ་ཅིག་གི་ལུང་  
གྲུང་ ལ་མིག་ཐོགས་ཡོད་པ་སྟེ་མཐོང་ཅུག། ཟངས་འདི་ ཁོ་ར་གིས་བཏོན་ནིའི་དཔའ་བཙམ་རུང་བཏོན་མ་  
ཚུགས་པ་ལས་ གཡུས་ཁར་སོང་སྟེ་ ཆ་རོགས་འཚོལ་འབྱིད་འོང་མ་ད་ ཟངས་སློམ་ལུང་ཅན་འདི་ རྩོ་ལུ་  
གྲུང་སོ་ཅུག། འ་ནི་དོ་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལུ་ ཚོ་རིང་དོ་རྗེ་གི་ཀར་ཞིང་  
ནང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སའི་འོག་ལུ་ཨེབ་སྟེ་མཐོང་མི་ཚུགས་པས་ཟེར་སྐབ་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བཏེན་  
གཡུས་ཀྱི་མིང་ ཟངས་ལུང་ལ་ཟེར་ཡིན་རུང་ སྐ་ལུང་ཉམས་ཉེ་ ཟངས་ལེགས་ལ་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཅུག། ད་  
ལྟོ་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཟངས་ལེགས་ལྷ་ཁང་ ཟེར་མི་འདི་ བྲང་སི་སི་ནང་ལས་ རྒྱ་པོ་དཀར་པོ་གིས་སྦྱིན་  
བདག་མཛད་ སློབ་དཔོན་ཟངས་ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་མས། ལྷ་ཁང་འདིའི་ནང་  
ཉེན་གཙོ་བོ་ འཕགས་པ་བརྟུ་གཅིག་ཞལ་ མི་ཚད་མ་ཅིག་མཇལ་ནི་འདུག། ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ་གི་  
གནས་ཁང་འདི་ ཟངས་ལེགས་གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལས་ ལ་ཤར་ལ་ཐུག་ལུ་ རྩོས་རྒྱང་གང་གི་ས་ཁར་འདུག།



ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ་གི་གནས་ཁང་།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ་ནི་ སྐྱུ་མདོག་གངས་རིའི་ཕུང་པོ་ལྟར་རབ་རྒྱ་དཀར་ཞིང་ ཉི་མ་འབྲུམ་གྱི་གཟི་  
 བརྗིད་དང་ལྡན་པའི་སྐྱུ་ལ་ ལྷའི་གོས་དར་སྐྱ་ཚོགས་དང་དཔའ་བོའི་ཆས་རྩམས་བརྗིད་ལྷགས་པར་གསོལ་ནས་  
 གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་མོས་པར་སྐྱ་སྐྱ་ཚོགས་སྟོན་པས་གཅིག་རྒྱ་མ་ངེས་ཤིང་ ཕྱག་མཚན་སྐྱ་ཚོགས་སྟོག་ལྟར་  
 འབྲུག་བཞིན་དུ་ སྟོང་གསུམ་ཡུད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་ཅང་ཤེས་ རླུང་གི་འབྲུགས་དང་ལྡན་པའི་སྟེང་འབྲིང་ལ།

འཁོར་རྒྱ་སྐར་དྲེགས་པའི་ལྷ་སྲིན་འབྲུམ་གྱི་དབྱུང་།      ཟླ་བ་ལྟར་མངོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་གཟུངས་རྒྱལ་བ་པདྨ་ཀ་ར་དང་།      དག་གི་དབང་པོ་དཔལ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ལ་  
སོགས་པ་ སྤྱོད་ས་འདྲིར་བྱོན་པའི་རིག་འཛིན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ བསྟན་པའི་མེལ་ཚོ་དང་བྱ་ར་བྱེད་  
པར་མངགས་ནས་ བསྐྱེད་པའི་བཀའ་བསྐྱོད་ཞིང་ འདུང་བར་དཀའ་བའི་དམ་ཚིག་དང་བཅས་དམ་  
བཞག་གནང་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་ཟངས་ལེགས་ཁ་གཡུས་སློའི་གྲང་པ་      ༡༠ དེ་ཅིག་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་གཏང་བའི་སྐབས་  
གཏོར་གྲལ་ནང་བཅུགས་ཏེ་ གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མཚོད་ ཆོས་བཟང་དུས་བཟང་གི་སྐབས་ རང་སེའི་དལ་ཁོམ་  
དང་ མོས་གུས་དང་བསྐྱེད་ མས་ཁུར་བཟོ་སྟེ་ གནས་པོ་ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ་མཚོད་སོལ་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྲིད་ཀྱི་སྲུང་ཞིང་སློབ་པ་ ལྷན་པར་དུ་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་  
མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུན་བར་དུ་གཅོད་པ་མཐའ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་ ཆོ་དང་བསོད་  
ནམས་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་ཟླ་བ་ཡར་གྱི་རོ་ལྟར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།      ཅི་  
བསམ་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་སྤོང་གྲོགས་མངོན་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ཡུལ་བཙན་བསམ་གྲུབ་དར་པ་གི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

དབང་འདུས་ ཟངས་ལེགས་ཁ་ཚོགས་པ།

११ ལྷགས་ཀྱ་བཙན།

གནས་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ལྷགས་ཀྱ་བཙན།
ས་གནས།	དགེ་བསྟེན་ལ།
གཡུས།	དགེ་བསྟེན་ལ།
བསྟེན་མི།	དགེ་བསྟེན་མེད་འོག་གི་གྲུང་པ་ག་ར་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

རྩམས་ཤིང་འཛིགས་རུང་སྐྱི་གཡའ་བའི་ ལྷགས་རི་ནག་པོ་མཚོན་ཅེ་གི་གྲུ་གཟིངས་པ་འདྲ་བའི་ བྲག་རི་ལུན་པའི་མདོག་འཆང་ དཔངས་མཐོ་ཞིང་ རྒྱ་ཁྱོན་བསམ་ཡུལ་འདས་པའི་གནས་མཚོག་ཡང་བ་འདི་ནི་ རྟིང་རྩེ་དྲག་པོར་ཁྲོས་པའི་རྩལ་འཆང་ ལྷོ་བས་ལྷན་དགེ་བསྟེན་ཆེན་པོ་ བཙན་མོད་རྒྱལ་བའི་སྤོ་གྲོས་སྡེ་དཔུང་དང་ བཙན་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་པས། ས་གོ་འདི་ནང་ལས་ རིན་ཆེན་བཞི་པ་ལྷགས་ཀྱི་གཏེར་རྩོགས་ནི་མེད་པ་ ཐོན་ལས་ གནས་བདག་གི་མིང་ཡང་ལྷགས་ཀྱ་བཙན་ཟེར་ཐོབ་ལུག། གཡུས་ཀྱི་མིང་དགེ་བསྟེན་ལ་ཟེར་སྟེ་ མི་ཁྲུངས་འདི་ གཡུས་སྐོ་འདིའི་གནས་བདག་ལྷགས་ཀྱ་བཙན་འདི་ དགེ་བསྟེན་རྩལ་པ་མེ་ལེན་གྱི་བྲང་ཡིན་མ་ ལས་བརྟེན་ གཡུས་ཀྱི་མིང་ཡང་ དགེ་བསྟེན་ལ་ཟེར་དར་ལུག་ཟེར་ དགེ་བསྟེན་རྒྱལ་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ བཤད་པ་ཡིན་མས། དགེ་བསྟེན་ལ་གཡུས་ཚན་ནང་ གྲུང་པ་ ༡༥ འདུག། གཡུས་སྐོ་འདི་ནང་ཡོད་མི་དགེ་ བསྟེན་ལ་ལྷ་ཁང་འདི་ ཞབས་རྒྱང་ཞབས་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་ས་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་མས། ལྷ་ཁང་གི་ནང་ ཞབས་རྒྱང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་འདྲེ་མི་ཚད་ཅིག་འདུག། ཉེ་མ་ལྷ་ཁང་འདི་དང་སྐྱུར་ཉེ་ དགེ་བསྟེན་རྒྱང་པའི་སྐྱག་ ཚང་ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ སྐོ་ཆ་ལུ་ དགེ་བསྟེན་རྒྱང་པ་ འོལ་པ་དགའ་རུང་གི་དོ་བསྐྱང་ལུ་ གཞུང་གི་སྲིད་བྱུས་ལམ་ལུགས་དང་འཁྲིལ་ ལུང་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནང་རྒྱང་པ་བསྐོ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་འདི་ ཅུ་མེད་ བཟོ་གནང་ལུག། པར་ནང་གསལ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ དེས་ནངས་པ་ རྒྱང་པ་གི་སྐྱག་ཚང་འདི་ཉམས་ཉེ་འབད་རུང་ ལྷ་ཁང་འདི་ མ་ཉམས་པར་མཇལ་ནི་འདུག། དགེ་བསྟེན་ལ་གཡུས་ཚན་འདི་ རྒྱལ་ས་ཐིམ་ཕུ་ལས་སྤྱོད་དང་ ལུན་ཚོགས་གྲིང་འཕྱོ་སའི་ས་གོ་ཡོངས་གྲགས་ སྤུངས་གཞི་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཊར་ ༡༠ ས་ཁར་ཆགས་ཉེ་འདུག།



དགེ་བསྐྱེན་ཁའི་ལྷ་ཁང་།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སྣོང་རྗེ་དྲག་པོར་ཁྲོས་པའི་རྩལ་འཆང་སྟོབས་ལྡན་དགེ་བསྐྱེན་ཆེན་པོ་བཙམ་ཚོད་རྒྱལ་བའི་སློ་བྲོ་ལོ་ནི་ ལྷའི་  
 དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེད་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་གཡུལ་ལ་བཞུགས་པ་ལྟར་ དཔའ་བོའི་གོ་ཁབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་རྒྱན་ཏེ་ རྗེ་  
 འཕུལ་གྱི་སྟོབས་ཟེལ་མཚུངས་པ་མེད་པ་དང་བཙམ་ཏེ་ ཕྱག་གཡམས་པ་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ གཞོད་  
 པའི་དག་བགེགས་འགྲུགས་པའི་ཞགས་པ་དང་ གཡོན་པས་དམ་ཉམས་ཀྱི་སྟོག་སྣོང་ཞལ་དུ་བསྟན་པས་  
 བཞུགས་པའོ།།





ལྷགས་ཀྱ་བཙན་གྱི་ཀ་ལྷབ།

དམ་བཞག།

རིག་འཛིན་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ པར་ལྷན་གནས་དང་ རྒྱལ་སྐྱོད་རིམ་བྱོན་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱན་སྲར་  
སྤྲིག་སློབ་དགོ་སྦྱོར་གྱི་བསམ་པས་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་གྱི་གོ་གསལ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་  
བདེ་སྲིད་སྲུང་འཕྲོད་ལས་སྒྲངས་དམ་བཅའ་སྤུལ་ཅུག།

གསོལ་མཚོད།

ལྷགས་ཀྱི་བཅའ་འདི་ དགོ་བསྟེན་ལའི་གཡུས་སློབ་གི་གནས་བདག་གཙོ་བོ་ཅིག་སྟེ་བརྩིས་ཡིན་མས། ལོ་དུས་གྱི་  
གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་ བྱིས་གར་ནང་སྐྱེ་བའི་གཏང་དགོལ་མ་ཚད་ བྱིས་ཐོག་གྱུར་དར་ཤིང་ཡང་  
ལྷགས་ཀྱི་བཅའ་ལུ་ སློབ་འདེབས་རྒྱུ་སྟེ་བཀའ་ལྟ་ཡིན་མས། རང་ལྷན་ ༡༠ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་གྱུང་པ་ ༢༥  
གར་གིས་དཀར་ཕྱེ་གི་མས་ལུར་ ལྷན་གསུམ་རེ་བཟོ་འབག་སྟེ་ ས་གོ་ལྷ་ཤིང་སྐྱང་ སློབ་སྤེལ་གཉིས་ཡོད་མི་  
འདི་གི་ཚུ་བ་ལུ་མཚོད་པ་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཚོགས་འབད་བ་ཅིན། ད་རིས་ཚེས་བཟང་སྐར་བཟང་གི་  
ཉིན་མ་ལུ་ ང་བཅས་འདི་གནས་པོ་ལྷགས་ཀྱི་བཅའ་ལུ་ གསར་པའི་སྤྱད་དང་རྟེན་པའི་བརྒྱུད་བསྐྱེ་ དང་སྤུ་པ་  
མ་ག་བསྟེན་ག་བཞག་སྟེ་ ལོ་དུས་གྱི་གསོལ་མཚོད་དང་ གཏང་རག་སྤུལ་དོ་གོ་ སང་ཕོད་ཉང་ལས་ད་ཚུན་  
སློབ་ལས་སད་དང་སེར་མ་ སྤྲོད་ལས་ནད་དང་སྤུ་གོ་ཞི་བཅུག་ ལོ་ལྷགས་རྟེན་ལེགས་བཅུག་ གཅན་གཟུན་  
སྤྲིག་དང་དོམ་གཟིག་ རི་མག་ཚུ་ ལ་རྒྱ་མཚོ་མར་ལ་སློབ་བཅུག་ མི་ལུ་ན་ཚ་དང་ ལྷགས་ལུ་གྲོད་ལ་མ་བྱུང་  
པར་ དགའ་དགའ་སྲིད་སྲིད་གྱི་ངང་ལུ་སློབ་འདེབས་རྒྱུ་དང་དཔུང་གཉེན་ མཚོན་གནང་ཟེར་བའི་ཚོགས་སྐྱེར་ཉེ་  
མཚོད་པ་ཡིན་མས།



ལྷ་ཤིང་སྐང་།

བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།

མཚོག་གསུམ་ལྟ་དང་བླ་མའི་དབུ་འཕང་བསྟོད་ཅིང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྲིད་དགུང་ཏུ་འཕྱུར་བ་དང་། ཆར་ཚུ་  
དུས་སུ་འབེབས་པ། ལོ་ཕྱུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་པ། མི་ལོར་དར་ཞིང་རྒྱས་པ། བད་ཡམས་སད་སེར་བཙའ་བཞན་  
དང་ ལུ་གཤེན་འབྲུགས་ཚོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ངན་པ་ཞི་ནས། མཐར་ཐུག་རྫོགས་ལྡན་དཔལ་གྱི་དགའ་སྟོན་མཚོག་ལ་  
སྦྱོར་བའི་རྒྱབ་དང་ དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨིན་མས། ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་པ་དང་ དུས་མཚོད་ཆད་པ་ཅིན་  
མི་ལོར་ལུ་གྱོད་ཁ་དང་ནད་ཡམས་སུ་གཤེན་འཛིགས་པ་རྩ་འབྱུང་མ་ཨིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ལྷགས་ཀྱི་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།  
དད་པའི་ས་བོན།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

ཀམ་བསྟན་འཛིན། དག་བསྟེན་གསོ།  
དབང་རྒྱལ་ཚོ་བཟང་། དག་བསྟེན་འདྲི་ཚོགས་པ།

༡༢ སྐྱོན་ཚུ་བཅོལ།

གནས་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྐྱོན་ཚུ་བཅོལ།

ས་གནས།

དགོ་བསྐྱེན་ལ།

གཡུས།

དགོ་བསྐྱེན་ལ།

བསྐྱེན་མི།

དགོ་བསྐྱེན་ལ་གཡུས་ཚན་གྱི་གྲང་བ་ ༢༥ གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཕྱ་ཡིན་

མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

བགྱིས་པའི་དགོ་མཚན་དང་ལྷན་པའི་ས་གནས་འདི་ནང་ ཡམས་ནད་སེའི་ན་ཚ་དང་ ཆབ་གསང་ བྲག་གི་ན་  
ཚ་སོགས་ལ་ཕན་པའི་སྐྱོན་གྱི་ཚུ་རྒྱུན་འབབ་ཅིང་ འདོད་དགུ་སྤྱོད་ཚོགས་འབྱུང་བའི་ས་གནས་མཚོག་ པརླ་རྩ་  
གའི་མདངས་ཆགས་པའི་ལྷན་པོ་རབ་ཏུ་དཀར་ཞིང་ སྲིད་ཚལ་སྐྱོན་གྱི་ལྗོན་ཤིང་གིས་བསྐྱོར་བའི་ནགས་ཚལ་  
བྲག་དཀར་སྐྱ་བརྟན་དོ་རྗེའི་ཚོས་ལྷན་རབ་ཏུ་བརྒྱན་པ་ནི་ སྐྱོན་བརྟུན་འཆི་མེད་མ་བཀའ་སྲོད་ལྷ་སྐྱོན་སྡེ་བརྒྱུད་  
དང་བཅས་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།

ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱལ་བའི་བསྐྱེན་པ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་ཏུ་ སྤྱོད་གསུམ་མེའི་འོད་ལྟར་དམར་ཞིང་བསྐྱེད་དེ་ གཏུག་པའི་སྒོག་ལ་  
གཟིགས་པ་ ཞལ་གདངས་ལ་ དཀར་དམར་མཆེ་བ་བཞི་བཅོགས་པ་ ཕྱག་གཡམས་པས་རྒྱུ་རལ་གྱི་འཕྱར་བ་  
གཡོན་པས་དབང་བསྐྱུས་མདུང་དམར་ དག་ལ་འཕེན་པ་ ལྷུང་མཚོགས་ཀྱི་རྩལ་དང་ལྷན་པའི་རྟ་ལ་ཆེབས་  
ནས་ ཕྱོགས་མཚམས་སྤྱུ་རྒྱུད་བཞིན་རྒྱག་པ། ཡུམ་སྐྱོན་བརྟུན་བཞིན་བཟང་མའི་ ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་དང་  
མེ་ལོང་འཛིན་པ་ ལྷ་ལྷུ་བདུད་བཅོན་གྱི་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་མཛད་དེ་བཞུགས་ལུག།

**དམ་བཞག།**

དེག་འཛིན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྲུང་གནས་དང་ མཁས་ཤིང་གྲུབ་པའི་སྤྱི་མེས་ དག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་  
སྤྱབས་མགོན་དག་དབང་བདུད་འཛམས་དོ་རྗེ་སོགས་དཀར་བརྗེད་གོང་མ་རྣམས་དང་ རོར་ཨེ་མི་དགོན་པའི་  
ཚོས་རྗེ་དག་དབང་འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པའི་སྤྱན་རླུང་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྦྱོང་ཞིའི་གཡར་  
དམ་གཉན་པོ་ཕུལ་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

དགོ་བསྟེན་ཁའི་གུང་པ་ ༥༥ གིས་ ལོ་ལྟར་གསོལ་མཚན་ཕུལ་བའི་སྐབས་སུ་ གཏོར་གྲུ་ལུ་བཙུགས་ཏེ་  
གཏང་མ་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གྱིས་མཚན་སྲོལ་མིན་འདུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

དུས་མཚན་མ་ཆད་པར་ཕུལ་རྒྱལ་པ་ཅིན་ སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པའི་མི་མཐུན་པའི་  
ཕྱོགས་སྤྱི་དང་ བྱད་པར་འབྲུ་སྤྱིན་ཕགས་དང་བྱིའུ་ཡི་གཞོན་པ་དེ་རྒྱ་ལས་སྤང་སྦྱོབ་མཛད་པ་ཨིན་མས། རྒྱལ་  
བཞིན་བསྟེན་མ་རྒྱལ་པ་ཅིན་ མི་ནོར་ལུ་གཞོན་པ་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་འབྲུ་སྤྱིན་དང་ ཕགས་བྱིའུ་གཞོན་པ་  
བསྐུལ་ཏེ་ བད་ཡམས་དང་ལུ་གའི་འཛིགས་པ་འབྲུང་མ་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

སྤན་རྒྱ་བཙན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

ཀམ་བསྟན་འཛིན། དགོ་བསྟེན་ཀམ་པོ།  
དབང་རྒྱལ་ཚེ་བཟང་། དགོ་བསྟེན་ཁའི་ཚོགས་པ།

དར་དཀར་ལ་རྗེད་འོག། (༡)

༡ གཡང་བལྟམས་གཡང་རྒྱུང་མོ།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེད།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གཡང་བལྟམས་གཡང་རྒྱུང་མོ།

ས་གནས།

རྒྱལ་ཏ་ལ།

གཡུས།

རྒྱལ་ཏ་ལ།

བསྟེན་མི།

རྒྱལ་ཏ་ལ་སྡོད་མི་གྲུང་པ་དུག། རྒྱལ་ཏ་ན། སྡོད་སྡོད་གི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་

བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཐིམ་ཕུ་ལས་ཕུན་ཚོགས་གླིང་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁ་ ས་གནས་ཏུ་ཐིམ་གྱི་དང་ ཕུག་འཚལ་སྤྲོ་འདི་བར་ན་ གཡོན་ ཕྱོགས་ལུ་བལྟམས་ད་ དར་དཀར་ལའི་ཞོལ་དུ་ རི་རྩེ་ཆེ་རྒྱུང་གཞན་དང་མ་འདྲམ་གཉིས་མཐོང་ནི་ཡོད་མི་འདི་ གཉིས་ལས་ མཐོ་བ་འདི་ ཡམ་གཡང་གཏམ་གྱི་ཕོ་བྲང་དང་ དམའ་ཉམ་ཡོད་མི་འདི་ གཡང་རྒྱུང་གི་ཕོ་བྲང་ ཡིན་མས། གནས་པའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ རི་རབ་གྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་ གསེར་རི་བདུན་གྱི་ནང་གསེས་ ཉི་མ་དང་རྒྱ་བ་གཉིས་འཐོན་ས་ རི་བོ་གཉེན་ཤིང་འཛིན་དང་ཁྱད་པར་མེད་པ་ གནས་མེད་ས་མེད་མཐོ་དཀའ་ ཡོད་པའི་རིའི་ཕོ་བྲང་དང་ ཕོ་བྲང་གི་མགུལ་ན་ལྷའི་གོས་དར་དཀར་པོ་དང་འདྲ་བའི་སྤྲིན་ཕུང་འཁྲིགས་པའི་ བར་ལས་ ཆར་པའི་བདུན་རྩེ་བབས་པ་ ལོགས་རྣམས་སུ་ ལྷོང་ཤིང་གི་ཚལ་ནས་དྲི་ཞིམ་འབྲུལ་བ་ ཞིམ་ མངར་རོ་བརྟན་ལྡན་པའི་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ཚོགས་དང་ ཕྱི་ནས་འཛིགས་ཤིང་སྤྲི་གཡའ་བའི་བྲག་རི་གི་ར་བས་ བསྐྱར་བ་ བར་དུ་ དྲི་བཟང་སྤྲིན་རིགས་སྤྲོ་ཚོགས་པའི་རིས་བསྐྱར་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་མས།



གཡང་བལྟམས་དང་གཡང་རྒྱང་མའི་ཕོ་བྲང་གི་མཐོང་སྣང་།





གཡང་བལྟམས་དང་ གཡང་རྒྱང་མའི་ལྷེབས་བྲིས།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རབ་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་འབྲུམ་དང་ལྷན་པས་      སྲིད་གསུམ་མཛེས་པའི་མཚར་བསྟུ་གར་ཟླེལ་གྱིས་གཞོན་ཅིང་  
ཕྱག་གཡས་མཚོག་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་      སྐོ་ཕྱུགས་འོར་གྱི་གཡང་ལ་སོགས་པ་གང་འདོད་སྦྱིན་པ། ཕྱག་གཡོན་པ་  
ལུ་      གང་འདོད་སྦྱོར་ཚོགས་དཔལ་ཡོན་སྟེར་བའི་བྲུམ་པ་བཟང་པོ་བསྐྱམས་ནས་      ཅི་བསམ་པའི་རེ་བ་ལྟར་དུ་  
སྐོང་བར་མཛད་པ་དང་། སྐྱེ་ལུ་རིན་ཚེན་དུ་མའི་རྒྱན་བཟང་ལྷའི་གོས་དར་སྐྱེ་ལྷའི་དབང་པོའི་གཞུ་རིས་བཞིན་དུ་  
ན་བཟང་མཚོག་གིས་བརྒྱན་སྟེ་      ལྷ་བ་ལྷུ་བ་དར་གྱི་དབྱུས་སུ་      དགྲེས་པའི་ཞལ་འཇུག་གར་སྐྱབས་གྱི་ཚུལ་དུ་  
བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། མཐའ་འཁོར་ལུ་ སྦྱོན་བཅུན་མོ་བརྒྱུད་སྲུང་མའི་ཚོགས་གྱིས་བསྐོར་བའི་དབྱུས་སུ་  
མ་ངེས་དུ་མའི་རྩུ་འཕྲུལ་སྟོན་ཞིང་      ཡོན་མཚོད་དམ་ཚིག་ཟོལ་ཟོག་སོགས་སྲངས་པའི་མཚོད་པའི་ཡུལ་ལ་  
ཆགས་བཞིན་པར་བཞུགས་ཡོད་པ་སྟེ་      མངོན་རྟོགས་དང་བསྟོན་པའི་ཚིག་ནང་ལས་གསལ་ཡུ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

སྟོན་གྱི་དུས་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་ཚེན་གྱི་བཀའ་དང་།      བར་དུ་རིག་འཛིན་སྟོབ་དཔོན་ཚེན་པོ་པར་ལྷུ་འབྱུང་གནས།  
མཐའ་མར་འབྲུག་ཚེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་དང་      བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ལ་སོགས་པས་བཀའ་བཏགས་གནང་  
བཞིན། སྦྱིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་      དེ་འཛིན་གྱི་སྦྱེས་བུ་འཆད་རྩོད་རྩོམ་གསུམ་ལུ་      ངལ་བ་མེད་པའི་བཤད་  
སྦྱབ་གྱི་བསྟན་པ་འཛིན་སྦྱོང་སྟེལ་ནི་དང་      སྐོས་སུ་      དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རིང་ལུགས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
འཛིན་སྦྱོང་སྟེལ་ནི་ལུ་      རྣམ་ཀུན་ལས་དང་བྱ་བ་ག་ཅི་རང་འབད་རུང་      རྒྱལ་གྱི་རི་དང་མདུན་གྱི་འཁར་བ་བཞིན་  
དུ་ སྐྱབས་དང་དབྱུང་གོགས་མཛད་ནི་ལུ་      ལས་སྒྲངས་བཞེས་ཡོད་མི་དང་འཁྲིལ་      མགོན་སྐྱབས་མཛད་པའི་  
སྲུང་མ་ཅིག་ཡིན་མས།

**བསྟོན་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

ངོ་པ་ཕྱི་རུ་བསང་རེ་གཏང་      ཨོ་སྦྱུད་རེ་བྲང་      དེ་ལས་      དུས་གྱི་མཚོད་པ་རྩུ་མ་ཆད་པར་སྦུལ་བ་ཅིན་      སྐོ་འོར་  
སེམས་ཅན་དང་      ལྷག་པར་ལ་འོར་གོང་ལས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་      ཨོམ་དང་མར་གྱི་འཕྲོན་སྦྱེད་རྒྱུན་མ་ཆད་  
པར་རྒྱ་ཆེ་བྲགས་སྟེ་འོངམ་མ་ཚད་      གཅན་གཟན་ལ་སོགས་པའི་བར་ཆད་རྩུ་ལས་སྲུང་སྦྱོབ་མཛད་པ་ཡིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ མི་ལུ་འབད་རུང་ཚེ་རིང་ནད་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ། ལོངས་སྟོན་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ། མཁོ་  
དགུ་བང་མཛོད་ཅོར་ལ་སོགས་པའི་ རྩལ་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཞིན་མས། དུས་ཀྱི་མཚོན་པ་ཆད་ནི་དང་  
བཙོག་གི་བ་ཞུགས་ནི་ ཚུལ་དང་མ་ལུན་པའི་སྐད་རྒྱུ་པ་ལ་སོགས་པ་འབད་བ་ཅིན་ ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་འཚུབ་ནི་  
དང་ ཅོར་སེམས་ཅན་ལུ་ གཅན་གཟུན་གྱིས་གཞོན་པ་དང་ ཤི་ཆད་བྱུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟུན་འབད་ས།

དགའ་མདོག་ དར་དཀར་ལའི་རྒྱུ།

སྟོབ་རྣམ་རྒྱལ། སྤྱི་མི་བགྲེས་པ།

༡ རྩོམ་དར་དཀར་མོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	རྩོམ་དར་དཀར་མོ།
ས་གནས།	མང་འབྲོག་དང་གཏུང་འབྲོག།
གཡུས།	མང་འབྲོག་དང་གཏུང་འབྲོག།
བསྟེན་མི།	མང་འབྲོག་གཏུང་འབྲོག་རྒྱལ་ཏུ་ཡ། ལྷང་མ་སྐང་སྟོད། ལྷང་མ་སྐང་སྟོད། དར་དཀར་ན་རྩོང་ལག་གི་ མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྩོམ་དར་དཀར་མོའི་གནས་ཁང་འདི་ དར་དཀར་ལུ་ཡིན་མ་ལས་ དང་པ་ དར་དཀར་ལ་ཟེར་སྐབ་དགོ་པའི་  
 ལུངས་ཅིག་ལུ་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་དུས་རབས་ ༡༧ པའི་ནང་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་བོད་ལས་འབྲུག་ལུ་བྱོན་པའི་  
 རྒྱབས་ ལ་ཡ་ལུང་མགུ་ལས་གཟིགས་པ་ད་ རི་མགུ་བོད་ལས་ མཇུག་རྒྱ་ཐང་ཚུན་ཡོད་མི་འདི་ ལམ་ཆགས་  
 ཉེ་ དར་དཀར་པོ་གཡོགས་བཞག་བཞག་པ་བཟུམ་སྟེ་གཟིགས་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ལའི་མིང་ཡང་ དར་དཀར་  
 ལ་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་ལུག་ཟེར་ ད་ལྟོ་དར་དཀར་ལའི་རྒྱུ་གིས་སྐབ་ཡིན་མས། ད་ལྟོ་གཏུམ་ལས་འབད་རུང་  
 འབྲོག་པ་རྒྱས་ཉེ་ཤི་རན་རུང་། དར་དཀར་ལའི་སྤྱ་མི་ཚོད། ཟེར་སྐབ་སྟོལ་ཡོད་པ་བཟུམ་སྟེ་ དར་དཀར་ལ་འདི་  
 མགུ་བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་ལས་ མཇུག་ལྟོ་ཕྱོགས་ རྒྱ་ཐང་ནང་ཚུན་ཡོད་པ་ལས་ དར་དཀར་ལ་ལུ་སྟོད་མི་  
 འབྲོག་པ་ཚུ་གིས་ཡང་ ཚོ་རྒྱས་ཤི་རན་ལུ་ ལའི་མགོ་མཇུག་གི་སྤྱ་མི་ཚོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་  
 དར་དཀར་གསེར་མཚོ་གཡུ་མཚོ། །པད་འཛོམས་བུ་མོའི་གསོལ་ཚུ། །ཟེར་ཞབས་ཁྲ་འཐེན་སྟོལ་ཡོད་པ་བཟུམ་  
 སྟེ་ གཡུ་མཚོ། གསེར་མཚོ། བྱ་རྩོད་མཚོ། རྩོམ་འབྲེན་མཚོ། མདའ་རྩོད་མཚོ། བལ་མཚོ། ཚུ་མཚོ། ལྷོ་མཚོ།  
 རི་སྐུ་མཚོ་ལ་སོགས་མཚོ་ ༡༠༥ བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཅན་ཚུ་མ་  
 གཏོགས་ གཞན་མིང་ཡང་ཤེས་མི་དགོན་མས།

རྩོམ་མེད་ཀྱི་ལོ་ལྷན་ལྟུང་། ཡོངས་ཀྱི་གསལ་ལྟར་ལྷན་ལུ་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་ བོད་རྒྱུ་ལྷན་རྒྱུ་  
 གསལ་གྱི་ལྷན་ཞིག་ན་དཔོན་ཡིད་བཟང་ཟེར་མི་ཅིག་བཞུགས་ཡོད་པ་མས། རྒྱལ་པོ་འདི་གིས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་  
 ཁོ་གི་ཕོ་བྲང་གི་ཤར་ལ་ཐུག་ལུ་ཡོད་པའི་རི་སྒོམ་འདི་ བཞིག་བཏང་དགོས་པའི་བཀའ་གནང་འདུག། མ་བཞིག་  
 པ་ཅིན་ དཔོན་དེ་གི་ཕོ་བྲང་ལ་ རི་ཆེན་འདི་གིས་བར་དུ་བཅད་དེ་ ཉེ་མ་མི་སེར་པས་ཅིས་ཀྱང་བཅུ་དགོས་  
 པའི་བཀའ་གནང་མ་བཞིན་དུ་ ལྷན་དེའི་མི་སེར་ཚུ་ རང་སོའི་སྐྱེར་གྱི་ལུ་བཀོ་བཞག་སྟེ་ རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལྟར་  
 ཉེན་ལུ་བཟུང་སྟེ་ལྷན་ ཡོ་དང་ལྷན་བཅོང་ཡང་ རི་བཅུ་མ་ཚུགས་པས། ཉེན་ཅིག་རི་བཅུ་སྟོན་སྐབས་  
 སེམས་འཁྲུལ་སི་སི་གི་སྐད་ ཉན་ཉོང་ཉོ་གི་ཆོག་དེ་སྟེ་གོ་ལུག། ལྷན་མི་སེར་ནམས་ཀྱིས་རི་བཅུ་མི་ཚུགས།  
 ལྷན་པའི་རི་ཆེན་བཅུ་བལས་ མི་གཅིག་གི་མགོ་འགེམས་ན་མི་དྲག་གམ་ཟེར་བའི་ཆོག་གོ་ལུག། དེ་ལས་ མི་  
 ཚུ་གིས་ལྷན་པའི་རི་སྐྱང་བཅུ་མི་སེར་པར་ རྒྱལ་པོ་ཡིད་བཟང་བཀོངས་དགོས་པའི་ཆོག་ཡིན་པར་ཉ་གོ་སྟེ་  
 སེམས་ལ་སྟོ་སྟང་དང་སྟོ་འང་བདེ་ཐོག་ལས་ དཔོན་པོ་ཡིད་བཟང་ཡང་ བོད་ཀྱི་མཚོ་ནག་གི་འགམ་དུ་བཀོངས་  
 ད་ལུག། ལྷན་ལས་ བཟླ་དཔྱད་འབད་མ་ད་ ལྷན་དཔྱད་དེ་སྟེ་འཐེན་མི་འདི་ ཨ་མ་རྩོམ་ཡིན་པར་ཤེས་  
 འདུག། དཔོན་པོ་ཡིད་བཟང་ལ་ དགའ་མི་ཚུ་གིས་ རྩོམ་མེད་ཀྱི་ཆོག་དེ་ལས་བཅེན་ རྒྱལ་པོ་བཀོངས་པར་ཤེས་  
 ཉེ་ ཨ་མ་རྩོམ་ཡང་དཀོངས་དགོས་པ་དང་ ཞིམས་བཀའ་དགོས་པའི་སྐོར་སྐབས་སྟོན་སྐབས་ ལྷན་མ་བྱ་རས་པ་  
 དང་ ཨ་མ་རྩོམ་མེས་མེས་དངས་ལིང་ཁོང་གསལ་ བོད་ལས་བྱོག་སྟེ་ འདུག་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ མཉམ་  
 ཅིག་མི་དང་གཡག་གསེར་དཔྱད་སོགས་ཅ་ལ་འགངས་ཅན་ལེ་ཤ་བསྐྱམས་བྱོན་ལུག། ཁོང་གི་བསམ་པ་ལ་  
 བོད་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ ང་བཅས་བཟུང་མི་ཚུགས། རྩིང་ལུལ་བདའ་ཡང་འོང་མི་ཚུགས་ཟེར་ སྟོ་བདེ་ཐོག་ལས་  
 འདུག་ལུ་ གཞི་བཅགས་སྟོན་ནི་འབད་ཐག་ཚོད་རུང་ ཁོང་ག་ར་ས་གནས་གཅིག་ནང་གཅིག་ཁར་མ་བཞུགས་  
 པར་ སྟེ་ཚན་གསལ་སྟེ་བཀོ་བཤའ་རྒྱབ་སྟེ་ སྟེ་ཚན་དང་པོའི་མིང་ལ་ ཤར་པ་བདེ་མཚོད་དང་། སྟེ་ཚན་  
 གཉིས་པའི་མིང་ལ་ལྷོ་པ་བདེ་མཚོད། སྟེ་ཚན་གསལ་པའི་མིང་ལ་ ལུབ་པ་བདེ་མཚོད་གསལ་སྟེ་ལ་གཉེས་ལུག།  
 ལྷོ་པ་བདེ་མཚོད་འདི་ རྩོམ་མེད་དཀར་མོ་ཨིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག། ད་ལྟོའི་དར་དཀར་ལ་རྒྱལ་པོ་གིས་ཡང་ མི་  
 རག་གི་རྩོམ་དང་ རྩོམ་མེད་དཀར་མོ་སྐྱེན་ཆ་ཨིན་མ་སྟེ་ ཉེ་མ་མམ་རྒྱན་ཤོས་ཚུ་གིས་སྐབས་སར་གོ་ཡི་ཟེར་  
 བཤད་པ་ཨིན་མས།

རྩོམ་ལུ་ མི་སེར་ཚུ་གིས་སྐབས་འཚོལ་བ་ཅིན་ རྒྱབ་སྐྱོར་གང་དྲག་མཚོད་པ་དང་། གཅིག་ནི་འབྲོག་པ་ཚུ་ ཉེ་  
 མ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བཅུང་བཅེག་གསོད་སོགས་ཀྱི་དཀའ་སྐྱུག་ཡོད་ཀྱང་ ལྷན་ལས་ ཨ་མ་རྩོམ་བྱོན་

ཞིན་མ་ལས་རྒྱུ་ དཀའ་ངལ་དེ་རྒྱ་རིམ་གྱིས་ཡལ་ཏེ་འབྱོམ་མི་འདི་ རྩོམ་མི་རྣམས་པ་ཡིན་ཟེར་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན་མས། དེ་གིས་མ་ཚད་ འབྱོམ་པའི་གནས་ཡུལ་དང་མི་རྒྱུད་མ་ཡལ་གྱི་བར་དུ་ ཨ་མ་རྩོམ་དང་ལ་བྲལ་  
མེད་ཟེར་བའི་བཤད་སྲོལ་ཡང་འདུག།

དར་དཀར་ལུ་ ཉེ་མ་ བོད་ལས་འབྲི་གུང་སྐྱོབ་པ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་གིས་ གཏུལ་བྱ་འབྲུག་ལུ་ཡོད་པར་ལུང་  
བསྟན་པ་ལྟར་བྱོན་མི་ གྲུབ་ཐོབ་དབུ་ཐོན་སངས་རྒྱལ་ཟེར་མི་འདི་སྐྱབ་པ་གནང་སྟེ་ ཡུན་རིང་མ་བཟུགས་  
ཡོད་པ་ཡིན་མས། བྱ་ཚོད་མཚོ་གི་སྐྱུག་ལུ་ གྲུབ་ཐོབ་གྱི་སྐྱབ་སྐྱུག་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ དབུ་ལྷ་པའ་ཆེན་སྐྱ་རིང་  
གི་བཟོ་རྣམ་བཟུམ་ཅིག་ཡང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

གྲུབ་ཐོབ་དེ་ནི་ ལྷའི་ཡུལ་ལས་མཆེད་པའི་བརྒྱུད་པ་སྐྱུ་ར་ཟེར་བའི་ གཏུང་བརྒྱུད་འཛིན་མི་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་  
འབད་ནི་འདི་གིས་རང་གི་གཏུང་ཉམས་མ་བཅུག་པར་བཞག་ནིའི་དོན་ལས་ མཚན་ལྡན་གྱི་གསང་ཡུམ་ཅིག་  
བཞེས་ཏེ་ གཏུང་སྲས་ གུ་རུ་བྲག་པོ་ཟེར་མི་འཁྲུངས་ལུག། ཁོང་ཡབ་སྲས་གཉིས་ གནམ་བུར་དར་དཀར་ལ་  
དང་ དཔུན་སྐྱབས་ཁ་མཚམས་བྲག་དགོན་པ་ལུ་ སྐྱབ་པ་གནང་བཟུགས་ལུག། གཏུང་བརྒྱུད་རིམ་གྱིས་འཕེལ་  
ཏེ་ ལ་ལུ་སྤྱིན་བདག་དང་ ལ་ལུ་ཚོས་སྐྱབ་སྟེ་བཟུགས་ལུག། གཏུང་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་སྲས་གྱི་གསལ་སུ་ ཞལ་  
ངོའི་སྲས་གྲུབ་ཐོབ་ངག་དབང་རྗེ་རྗེ་ཟེར་བའི་ སླ་མ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཅིག་བྱོན་ལུག། གྲུབ་ཐོབ་ངག་དབང་  
རྗེ་རྗེའི་རུ་གཙུང་ ཞལ་ངོ་དར་པོ་ལུ་ སྲས་བཏུན་ཡོད་པའི་རྒྱུང་ཤོས་འདི་ལས་ ངག་དབང་འབྲུག་པ་འཁྲུངས་  
ཡོད་པ་ཡིན་མས།

ད་རེས་དར་དཀར་ལའི་འབྱོམ་པ་ལུ་ མང་འབྲོག་དང་ གཏུང་འབྲོག་ཟེར་ལག་གཉིས་ཕྱེ་ནི་ཡོད་མི་འདི་ཡང་  
མང་ཚོ་ཆེན་བརྒྱུད་གྱི་འབྱོམ་པ་ཡིན་མས། མང་འབྲོག་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་མས། ལྷ་ལས་མཆེད་པའི་སྐྱུ་རའི་གཏུང་  
བརྒྱུད་ གྲུབ་ཐོབ་དབུ་ཐོན་སངས་རྒྱལ་གྱི་གཏུང་བརྒྱུད་འཛིན་མི་འབྱོམ་པ་རྒྱ་ལུ་ གཏུང་འབྲོག་ཟེར་སྐྱབ་ཡིན་  
མས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་གཞིའི་སྐྱུག་ལུ་ དེ་ལས་མེ་ཏོག་པདྨ་འདབ་མ་འབྲུམ་དང་ལྷན་པའི་ལྷེ་བ་ལུ་  
ཅང་ཤེས་ལྷུང་མཚོགས་གྱི་རྩལ་དང་ལྷན་པའི་ ཆིབས་དམར་ལ་ཆིབས་རྩོམ་དར་དཀར་མོ་ སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་  
ཕྱག་གཡས་པ་གསེར་གྱི་རྗེ་རྗེ་རྗེ་དགུ་པ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་ཞིང་ གཡོན་ཚོས་བཞིན་སྐྱབ་པའི་བྱུ་ལ་ གང་འདོད་

ཡིད་བཞིན་སྟེར་བའི་མོ་སྲི་ལྷ་ལོ་མེ་འཛོན་པ། གཟུགས་མཛེས་ཤིང་བཟླ་ན་སྤྱུག་པ་ ལྷའི་བྱ་མོ་ལོ་བཅུ་དྲུག་  
 ལོན་པའི་ལང་ཚོ་དང་ལྷན་ཞིང་། དབུ་སྐྱ་མཐོན་མཐིང་ལྷ་ས་མ་རྒྱབ་ཏུ་འཕྱར་ཞིང་བཅིང་སྟེ་ཡོད་པའི་བྱར་ཕྱད་  
 གྱུར་ ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་བྱའི་རྒྱན་ཆ་གིས་བརྒྱན་པ། གསེར་དང་ལྷན་ལའི་འཕྲེང་བའི་སྟོན་རྒྱན་དང་། དར་གྱི་  
 ཚོད་པན་གཡོ་བ། མོར་བྱའི་རྩ་ཆ། གཏུབ་ཀོར་དང་། མགུལ་རྒྱན་དང་ཕྱག་དང་ཞབས་གསེར་གྱི་གཏུ་བྱས་  
 བརྒྱན་ཞིང་། ལྷ་ཏིག་གི་དོ་ཤལ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་བཅིང་བསྐྱམས་པ། དར་དཀར་པོ་ཡིད་ཏུ་འོང་བའི་སྟོད་  
 གོས་དང་ཀ་ཅ་ལི་ཚྲི་ (ལྷའི་གོས་) གི་སྐྱད་གཡོགས་གསོལ་བ་མཚར་སྤྱུག་ཡིད་ཏུ་འོང་བའི་ འཛོ་སྐྱེག་གི་  
 ཉམས་དང་ལྷན་པས་འགྲིང་བ་འཁོར་ལྷ་ལྷ་བདུད་བཅོན་མ་གསང་རིགས་ཀྱིས་བསྐོར་བའི་སྤྱུག་ལུ་བཞུགས་ཅུག།



# དམ་བཞག།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཐུ་སྟོབས་ལུས་པའི་རང་གཟུགས་ ཨོ་རྒྱན་གྱི་རྩ་ལོ་ལོ་ལོ་དང་ འགྲོ་བའི་  
མགོན་པོ་ཚེས་རྗེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་སྟོབས་མ་ རྒྱལ་བ་ལོ་རས་པ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་རིགས་མང་པོའི་  
སྤྱན་རླབས་ རང་གཟུགས་བསྟན་ནས་ཡན་བདེའི་གཞི་མ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་དང་ བྱད་པར་དཔལ་  
ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྲིད་ཚེས་བཞིན་སྦྱོང་ནིའི་ལས་སྒྲངས་དམ་བཞག་ལུག་ལུག།



ཇོ་མོ་དར་དཀར་མོའི་གནས་ཁང་།





རྫོང་མོ་དར་དཀར་མེའི་གནས་རི་གདོང་ཁར་ཡོད་པའི་ རྫོང་མོའི་སྐྱ་མཚོ།

**གསོལ་མཚོད།**

ལོ་ལྟར་བཞུགས་ཏེ་སྐྱ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༡ ལས་གནས་གང་ཚུན་ རི་རྒྱང་ཟེར་ དར་དཀར་ལ་མེའི་ལ་ཞོལ་ལུ་  
 རོར་སེམས་ཅན་ཅུ་ལས་ གཏང་མི་ཚོགས་པས། ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ རོར་སེམས་ཅན་ཤོར་བ་ཅིན་ ལ་མར་སྐང་  
 གང་རེ་ ཉེས་བྱ་སྟེ་བཏབ་དགོ་ཟེར་ཨིན་མས། དེ་ལས་སྐྱ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡ ལས་ བསང་འབྲོག་ཚུ་ རི་སྟོད་  
 དར་ གཏུང་འབྲོག་ཚུ་ སྐྱ་སྐྱར་ལབ་ཅུ་མགུ་ལས་རོར་གཞིས་བཅའ་ཞེན་ལས་ སྐྱ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་  
 གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་ གཡག་ལོ་གཉིས་ལང་མི་གཅིག་ བསད་དེ་དམར་མཚོད་སྟེ་ རྫོང་མོ་དར་དཀར་མོ་  
 གསོལ་མཚོད་སྐྱལ་ཁུ་ཨིན་མས། དམར་མཚོད་སྐྱལ་སྟོལ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ཚུན་ དེ་སྟེར་ཡོད་རུང་ སྤྱི་ལོ་  
 ༡༠༠༥ ལས་ ད་ལྟོ་གི་དར་དཀར་ལའི་ཁ་ཤོ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ སྐྱབས་རྗེ་ཁྲི་རབས་ ༡༠ པ་ལུ་  
 དགོངས་སྐོར་ལུ་འབྲུག་བཞུགས་ཏེ་ སྐྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ རྫོང་མོ་འདི་རོར་སེམས་ཅན་གྱི་བདག་པོ་ཨིན་མ་གཟིགས་

ཏེ་ དེ་ལས་པར་ དམར་མཚོད་མེན་པར་ དཀར་མཚོད་སྤུལ་དགོ་པའི་ བཀའ་གནང་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་  
དམར་མཚོད་སྤུལ་ནི་འདི་ མཚམས་འཛོག་འབད་ཅུག། ཟླ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཞིན་མ་  
ལས་ འགོ་ས་ཀྱིས་སླེ་ལ་གུས་ཏེ་ མང་འབྲོག་ཚུ་ ཇོ་བལ་ལ་སློབ་ཏུ་གཏེ་ རྒྱལ་པོ་དཔལ་བཟང་ རྩོམ་ལ་ལ་  
ཐུག་ལོར་གཞིས་འགྲུ། གཏུང་འབྲོག་ཚུ་ དར་དཀར་ཉིན་གཏུགས་ལ་དང་ རྒྱབས་ཁྲ་མགུ་ལས་མར་ རང་  
སའི་རྩ་འབྲོག་ ག་ཡོད་སར་ལོར་གཞིས་སློབ་འགྲུལ་ཨིན་མས།

**བསྐྱེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེན་པ་སྤུང་ དཀོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད་ ལྷ་མའི་སྐྱེ་ཚེ་བསྐྱེད་དགོ་འདུན་གྱི་སླེ་  
སྦྱོང་བ་དང་། རྩུང་པར་དུ་མགོན་རྒྱབས་འཚོལ་མི་ཚུ་ལུ་ཚེ་རིང་ནད་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ། ཀུང་བཞི་དུད་འགོ་  
འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་ ཟས་ལོར་ལོངས་སྟོན་སྐྱ་ཚོགས་གྱི་དངོས་གྲུབ། མཁོ་དགུ་བང་མཚོད་ལོར་ལ་སོགས་  
པའི་ ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་མ་གཏོགས་ བཀའ་ཆད་ཕོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་མིན་འདུག། ཨིན་རུང་རང་  
གིས་གསོལ་མཚོད་མ་སྤུལ་བ་ཅིན་ ཚེ་རིང་ནད་མེད་ཟས་ལོར་ལོངས་སྟོན་ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་མ་ཐོབ་  
ལས་ ཚེ་སྤུང་བ་དང་ བདེ་མང་བ་ ལུ་གོ་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྐྱེན་ཅན་འོང་ནི་ ལས་འབྲས་བུ་སྤུང་བ་  
མེད་པའི་ལྷན་ཚོས་ཨིན་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

**རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།**

མཚམས་བྲག་ རག་དབང་འབྲུག་པའི་རྣམ་ཐར།  
ཇོ་མོ་དར་དཀར་མོའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།  
དད་པའི་ས་བོན།

**འདྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།**

སྤྱི་མི་བགེས་པ་ སློབ་རྣམ་རྒྱལ།  
དགའ་མདོག་ དར་དཀར་ལ་རྒྱལ།

ན་རོ་མེད་འོག། (ལ)

༡ གང་ཟབ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      གང་ཟབ།

ས་གནས།    སྐྱེ་ཅེ་སྤྱ།

གཡུས།    ལྷག་སྦྱང།

བསྐྱེད་མི།                                        སྐྱ་ཅེ་སྤྱ་དང་ ལྷག་སྦྱང་ལུ་ལོར་གཞིས་སྡོད་མི་གྲང་པ་ ༡༠ འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྐྱེ་ཅེ་སྤྱ་འདི་ གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པའི་གནས་ཁང་པར་ཅན་ཅིག་ཡིན། འདི་གི་མིང་  
གཞན་ སྐྱེ་ཅེ་འཕྲང་དང་འབྲོག་ གཞན་སྐྱེ་ཅེ་སྤྱ་ཟེར་ཡང་སྐྱབ་སྒོལ་འདུག། ལྷ་ཁང་འདི་ དཔལ་ལྷན་  
འདུག་པའི་སེལ་ལྷོ་འཚན་ཅན་དགའི་བདུན་པ་ འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་དགའ་སེལ་གིས་ དུས་རབས་ ༡༤ པའི་  
ནང་ གནད་ས་བཅགས་གནད་གནང་མ་ཡིན་པས། ཞབས་རུང་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་ མྱིང་བཞི་ལས་གངས་སྐྱུགས་  
ལ་བརྒྱུད་དེ་ སྐྱུབ་གནས་འདི་ཁར་ཕྱོད་ལུག།

ས་གནས་འདི་གི་མིང་ སྐྱེ་ཅེ་སྤྱ་ཟེར་སྐྱབ་དགོ་པའི་ར་ཁུངས་ཡང་ མིང་ཅན་དང་མིང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་རིགས་རྣམས་  
པ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་སྟེ་ཡོད་པའི་ ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་བཀོད་པ་ག་ནི་ལས་ལེགས་ནི་འདི་གིས་ འབྲོག་སྐྱེ་ཅེ་སྤྱའི་  
ལུམ་ར་ཟེར་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྩ་གིས་བསྟོད་བསྐྱེད་གསུགས་གནང་ས་ཅིག་ཡིན་པས།

སྐྱེ་ཅེ་སྤྱ་གི་གནས་བདག་ གང་ཟབ་ཀྱི་གནས་ཁང་འདི་ རོའི་བྲག་རི་སྐོམ་ བུ་ལམ་གིས་སྐྱར་ཏེ་ གཟི་  
བརྗིད་དང་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་འདུག། གནས་པོ་གང་ཟབ་འདི་ བམ་ཀས་ཤོས་རྩ་གི་ལ་རྒྱུན་ལུ་ གཞི་  
བཞག་སྟེ་གསོལ་མཚོད་སུལ་མ་གཏོགས་ ད་ལྟོ་རྩོམ་ཚོད་སྐྱེ་ཅེ་གིས་ཚོ་གྲུ་གཏང་སྟེ་ མཚོད་སྒོལ་མིན་

འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་དང་ ལྷ་ཁང་དང་ཀ་ཁབ་ལྗེབས་  
ཟླིས་ཡང་མིན་འདུག།

དེ་ལས་བརྟེན་ གནས་པོ་འདི་ དམ་བཞག་གནང་མི་ཡང་འདི་ཨིན་ཟེར་ལུ་བ་ལཱ་ཁག་འདུག། ཨིན་རུང་ སུ་  
རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རྒྱུ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ ལྷ་མོན་ཁ་བཞིའི་འདྲེ་སྲིན་གདུག་པ་ཅན་  
རྣམས་ལ་ གོད་ཅིང་གདུག་པའི་བསམ་སྣོན་དན་པ་སྤངས་ནས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་  
གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་གཡེལ་བར་མེད་པར་མཛད་དགོ་པའི་བཀའ་བསློན་དམ་བཞག་གནང་མི་འདི་གིས་  
མ་འཇུག་པའེད་པ་ལས་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་ཡི་དམ་བཞག་ལྟར་ འོར་  
ཕུགས་ཀྱི་སྤང་མ་དང་རྒྱབ་སློབ་མཛད་མའི་འོར་ལྷ་ཅིག་ཨིན་མས།



འབྲོག་སླན་རྩེ་ཕུ་ རྗེ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱན་དགའ་སེའྲེའི་སྤྱོད་ཁང་།



གང་ཟེང་པའི་གནས་ཁང་།

གང་ཟེང་གི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ལས་ རྡོ་གདན་ན་བརྒྱད་དེ་བར་རི་གཤོང་རྩེ་ ཀི་ལོ་མི་  
 ཉར་ ༤༤ དང་ བར་རི་གཤོང་ལས་ ལ་ཤོག་རྩེ་ ཀང་རྩོད་སྤེ་རྩེ་ཚོད་ ། དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཡོད་པ་ཨིན་  
 མས།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱི་ཕྱི་ལུ་ ལ་ཞོར་གི་གཞིས་རྒྱུ་ ༣ ལས་ ༡༠ པ་རྩེ་སྤོད་པ་ཨིན་མས། དེ་ལས་ གཟེང་རྒྱུར་ལེགས་ཤོམ་  
 ཅིག་ལུ་ གནས་པོ་མཚོད་པ་ཨིན་མས། མཚོད་ཐངས་ཡང་ ཨོམ་དང་ལྷོ་སྤྱི་བསྐྱེས་ གཡག་གི་མཚུག་མ་  
 དར་ལ་བཟོ་བཀལ་ བསངས་བཏང་ཞིན་མ་ལས། ད་རིས་ཚེས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་ རྩོད་གནས་པོ་ནི་བཟང་  
 རོ། ང་བཅས་མགོན་པོ་ནི་སྤྱིད་གོ། རྩོད་གཏན་རྒྱུང་བཞུགས་པའི་གནས་པོ་ཨིན། ང་བཅས་བརྒྱུ་ལམ་འཁོར་  
 བའི་མཚོན་མ་ཨིན། ཞོར་རྩ་ཅན་ལུ་གྱོད་ལ་འབྱུང་མ་བཅུག། མི་བྱིམ་གང་མར་ན་ཚ་འབྱུང་མ་བཅུག། དཀར་  
 དཀར་ལ་ལས་ཆད་མ་བཅུག། དམར་དམར་ཐབ་ཁར་བཀལ་མ་བཅུག། སྤྱི་ཕྱི་གས་ཞོར་དང་སེམས་ཅན་ལུ་

གཙན་གཟན་གྱི་གཞོན་པ་ཕོག་མ་བཅུག། བྲག་ལུ་བཞུགས་པའི་བྲག་བཙན། མཚོ་ལུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་སྐྱོན་མོ།  
 བྱིམ་ཚང་སྐྱོམ་དཀར་མོ། ཞོ་ཕུད་གཙང་མའི་ཕུད་དང། ལྷོ་ཕུད་གཙང་མའི་ཕུད་བཞེས་ཤིག། ལུས་ལ་ན་ཚ་  
 མེད་བཅུག། སེམས་ལ་སྐྱབ་བསྐྱལ་མེད་བཅུག། འོར་ལུ་གོད་ཁ་ཞི་བཅུག། ལོ་དུས་ཅི་སང་ཕོད་མེད་པར།  
 བགྱིས་དཔལ་གྱི་དགའ་ལྷོ་མ། གཏན་རྒྱུང་ཤར་བར་ཤོག་ཅིག་ཟེར་མཚོད་པ་ཡིན་མས།  
 གནས་པོ་མཚོད་ཐེངས་གཉིས་པ་འདི་ ལྷམ་ ༤ པའི་ནང་ འོར་ལུ་དར་ཕུད་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལུ་རྟེན་  
 འཇུགས་ཟེར་ཡང་སྐབས་སོལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས། ལྷམ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༤ འབད་རུང་ ཡང་འི་ཚེས་ ༡༧  
 དཔལ་ཉི་གཟའ་སྐར་དགེ་བའི་ཉིན་མ་དང་བསྐྱེན་ འོར་དར་ཕུད་བཏགས་མི་འདི་ སྦྱིར་བཏང་ལོ་མཚོད་གཏང་མ་  
 བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཉེ་མ་པ་མའི་ངོ་བསྐྱང་ལས་ རྟེན་འཇུགས་ཕུལ་མི་ཚོས་སྦྱང་ དཔལ་ལྷན་  
 ལྷ་མོ། རྣམ་སྐས། ཚེ་རིང་མོ། དགེ་བསྟེན། སྐོ་མོ། གཞི་བདག་ལ་སོགས་པ་གི་ སྐྱེ་མདོག་དང་འཇུག་ རྟེན་  
 འཇུགས་གྱི་འོར་ཡང་ གནས་པོ་དང་དམར་པོ་དཀར་པོ་ཚུ་ག་སྦྱིག་འབད་དེ་ ཚོས་སྦྱང་མེ་མེ་ལུ་འོར་མེ་རྟེན་  
 འཇུགས་སྦྱེ་ཕུལ་སོལ་འདུག། རོ་པ་ཉ་སག་ཉི་མའི་ཟེར་དང་འཇུག་ བསངས་བཏང་ རྟེན་འཇུགས་འོར་གྱི་  
 མགུ་ལས་མར་ཚུ་ལྷུག་པ་ད་ གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྦྱང་བུགས་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་དང་ ག་དེམ་ཅིག་སྦྱེ་  
 གཟུགས་མ་གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྦྱང་མ་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་ཡིན་མ་ལས། ང་བཙས་འོར་གཞིས་སྦོ་འགྲོ་  
 བའི་སྐབས་ འོར་གྱུར་སྐྱེ་རྒྱུ་སྦྱེ་ལུར་ཆ་བཀའ་ལམ་ད་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་དབང་གིས་ གིབ་ཞུགས་ཞུགས་པ་  
 འོང། དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ད་ དེ་ལས་མར་ཚུར་བཙོག་གིབ་ཞུགས་མི་བཅུག་བཤགས་པ་ཕུལ་དགོ་  
 ཟེར་སྐབས་མས། དེ་གི་སྐབས་སྐྱེན་ཅི་ཕུ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ གང་བཟག་པའི་ཆིབས་རྟེན་ཟེར་ རྟེན་འཇུགས་ཕུལ་  
 སོལ་འདུག། གནས་པོ་ཐེངས་ ༣ པ་འདི་ ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ འོར་གྱི་གཞིས་ཁ་དམའ་སར་འབབ་ད་ དོ་  
 རུང་ ཉེ་མ་བཟུམ་སྦྱེ་ར་གནས་པོ་མཚོད་ནི་འདུག།



རྟོན་བརྩུགས་ཀྱི་གཡག་ལུ་ དར་ཕུད་བཏགས་པའི་མཐོང་སྣང་།

**ཕུགས་དབྱེས་པའི་ཕན་པ།**

དུས་ཚོད་གྲར་གསོལ་མཚོད་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ མཚོད་པ་ཅིན་ རོར་ཕུགས་འཕེལ་ཞིང་ ཨོམ་དང་མར་  
གྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སྟེ་འོང་ནི་དང་། དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་དང་ བསྐྱར་  
བྱིད་དང་བཙོག་གི་བ་ལུགས་པ་ཅིན་ གཅན་གཟན་གྱི་གཞོད་པ་འོང་མ་ཡིན་ཟེར་ དཔའ་ཚོད་ཚོགས་པ་བཙོན་  
སྐྱོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་མས།

**རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།**

དད་པའི་ས་བོན།

**འབྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

ཚོ་རིང་དོ་རྩེ་ བ་རོ་གཤོ།

ཚོ་རིང་དོ་རྩེ་སྐྱེན་ཅི་ཕུ་ཚོགས་པ།

## ༡ ཨམ་གེ་ལི།

### གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཨམ་གེ་ལི།

ས་གནས།

ལ་ཤོག།

གཡུས།

དཔའ་གྲངས།

བསྟེན་མི།

ལ་ཤོག་དང་ དཔའ་གྲངས་ བྱ་རྗེད་ཐང་ལུ་འོར་གཞིས་སྟོན་མི་ཚུ་གིས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

#### གནས་ཁང་།

བྱ་དྲུག་འཕེལ་བའི་གནས་ཁང་འདི་གཡུས་ལ་ཐུག་ ཨམ་གེ་ལི་གི་གནས་ཁང་གཉིས་ཀྱི་  
 སྐྱུག་ལུ་ མཐའ་འཁོར་ལ་བ་དུང་གི་མདོག་ལྷ་བུའི་གངས་རི་གིས་སྐྱོར་བའི་ནང་ རྫོ་ཡ་མཚན་ཆེ་ཉོ་ཅིག་འདུག།  
 གནས་པོ་འདི་ སམ་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གིས་ལ་བཤད་ཐོག་ལས་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་མ་གཏོགས་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་  
 གྲུམ་ཚོས་པ་གིས་ཚོ་གྲུ་གཏང་འདི་ མཚོད་སྟོལ་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པའི་  
 གནས་པའི་དཔེ་ཆ་དང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་དང་ ཀ་ཁབ་ལྷེབས་རིས་  
 ཡང་མིན་འདུག། དེ་ལས་བརྟེན་ གནས་པོ་འདི་དམ་བཞག་གནང་མི་  
 ཡང་འདི་ཨིན་ཟེར་ལུ་བ་ལྷ་ཁག་འདུག། ཨིན་རུང་ གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་  
 ཞབས་དུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ ལྷོ་མོན་ལ་བཞིའི་འདྲེ་  
 སྲིན་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ལ་ གཞོད་ཅིང་གདུག་པའི་ བསམ་སྦྱོར་དན་  
 པ་སྤངས་ནས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་  
 མཚན་གྱི་མེལ་ཚོ་གཡེལ་བར་མེད་པར་མཛད་དགོ་པའི་བཀའ་བསྐྱོད་དམ་  
 བཞག་གནང་མི་འདི་གིས་མ་འཇུག་པ་མེད་པ་ལས་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་ ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེའི་ བཀའ་ཡི་དམ་བཞག་ལྟར་ འོར་ཕུགས་  
 ཀྱི་སྤྱང་མ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་མའི་འོར་ལྷ་ཅིག་ཨིན་མས།



བྱ་དྲུག་འཕེལ་བའི་གནས་ཁང་།



བུ་དགོངས་ཟབ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་ས་ལས་དོར་གདན་ན་བརྒྱད་དེ་ བར་རི་གཤོང་རྒྱན་ ཀེ་ལོ་  
མི་གར་ ༤༤ དང་ བར་རི་གཤོང་ལས་ ཁ་ཤོག་རྒྱན་ ཀར་སྟོང་སྟེ་ཉིན་ལམ་གཅིག་གི་ས་ཁར་ཡིན་མས།

**གསོལ་མཚོད།**

ལ་ལོར་གྱི་གཞིས་ ས་ཁ་དམའ་ས་ལས་ཉ་བ་ཅིན་ ལྷམ་ ༤ པ་དང་ ཕྱིས་པ་ཅིན་ ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ ཁ་  
ཤོག་ལུ་སྟོན་ཡིན་མས། དེ་ལས་ གཟའ་སྐར་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ལུ་གནས་པོ་མཚོད་པ་ཡིན་མས། མཚོད་  
ཐངས་ཡང་ ཡོམ་དང་ལྟོ་སྟོ་བསྐྱེས་ གཡག་གི་མཇུག་མ་ དར་ཁ་བཟོ་བཀལ་ བསངས་བཏང་ཞིན་མ་ལས།  
ད་རིས་ཚོས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་ རྩོད་གནས་པོ་ནི་བཟང་དོ། ང་བཅས་མཐོན་པོ་ནི་སྦྱིད་གོ། རྩོད་གདན་རྒྱང་  
བཞུགས་པའི་གནས་པོ་ཡིན། ང་བཅས་བརྒྱལ་མ་འཁོར་བའི་མཐོན་མ་ཡིན། རོར་ར་ཅན་ལུ་སྟོད་ཁ་འབྱུང་མ་  
བཅུག། མི་བྱིམ་གང་མར་ན་ཚ་འབྱུང་མ་བཅུག། དཀར་དཀར་ལ་ལས་ཚད་མ་བཅུག། དམར་དམར་ཐབ་ཁར་  
བཀལ་མ་བཅུག། རྩོ་ཕུགས་ལོར་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ གཅན་གཟམ་གྱི་གོད་པ་ཕོག་མ་བཅུག། བྲག་ལུ་  
བཞུགས་པའི་བྲག་བཙན། མཚོ་ལུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་སྐྱོན་མོ། བྱིམ་ཚང་གྲུ་མོ་དཀར་མོ། ཡོ་ཕུད་གཙང་མའི་  
ཕུད་དང་། ལྟོ་ཕུད་གཙང་མའི་ཕུད་བཞེས་ཤིག། ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་བཅུག། སེམས་ལ་སྦྱག་བསྐྱེལ་མེད་བཅུག།  
ལོ་ལུ་གོང་ཁ་ཞི་བཅུག། ལོ་དུས་ཅི་སང་མེད་མེད་པར། བགྱིས་དཔལ་གྱི་དགའ་སྟོན། གཏན་རྒྱང་ཤར་བར་  
ཤོག་ཅིག་ཟེར་མཚོད་པ་ཡིན་མས།

གནས་པོ་མཚོད་ཐངས་གཉིས་པ་འདི་ ལྷམ་ ༤ པའི་ནང་ རོར་ལུ་དར་ཕུད་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལུ་རྟེན་  
འཇུགས་ཟེར་ཡང་སྐབས་སྟོལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས། ལྷམ་ ༤ པའི་ཚོས་ ༤ འབད་རུང་ ཡང་ནི་ཚོས་ ༡༧  
དཔལ་ཉི་གཟའ་སྐར་དགེ་བའི་ཉིན་མ་དང་བསྟུན་ རོར་དར་ཕུད་བཏགས་མི་འདི་ སྦྱིར་བཏང་ལོ་མཚོད་གཏང་མ་  
བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཉེ་མ་པ་མའི་ངོ་བསྐང་ལས་ རྟེན་འཇུགས་ཕུལ་མི་ཚོས་སྦྱང་ དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མོ། རྣམ་སྐྱེས། ཚོ་རིང་མོ། དགོ་བསྟེན། རྩོ་མོ། གཞི་བདག་ལ་སོགས་པ་གི་ སྐྱེ་མདོག་དང་འཁྲིལ་ རྟེན་  
འཇུགས་གྱི་རོར་ཡང་ གནགས་དང་དམར་པོ་དཀར་པོ་རྩྭ་སྦྱིག་འབད་དེ་ ཚོས་སྦྱང་རེ་རེ་ལུ་རོར་རེ་རྟེན་  
འཇུགས་སྟེ་ཕུལ་སྟོལ་འདུག། རོ་པ་ཉ་སག་ཉི་མའི་ཟེར་དང་འཁྲིལ་ བསངས་བཏང་ རྟེན་འཇུགས་ལོར་གྱི་  
མགུ་ལས་མར་རྒྱུག་པ་ད་ གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྦྱང་རྒྱགས་མཉེས་པའི་རྟགས་མཚན་དང་ ག་དམ་ཅིག་སྟེ་  
གཟུགས་མ་གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྦྱང་མ་མཉེས་པའི་རྟགས་མཚན་ཡིན་མ་ལས། ང་བཅས་ལོར་གཞིས་སྟོ་འགྲོ་

བའི་སྐབས་ འོར་གྲུར་སྐྱ་རྒྱུ་སྦྲེ་ལྷུར་ཆ་བཀའ་མ་དུ་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་དབང་གིས་ གྲིབ་ལྷགས་ལྷགས་པ་  
 འོར་། དེ་ལྟ་བུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་དུ་ དེ་ལས་ཕར་རྒྱུར་བཅོག་གྲིབ་ལྷགས་མི་བཅུག་བཤགས་པ་སྤུལ་དགོ་  
 ཟེར་སྐབས་མས། དེ་གི་སྐབས་སྐྱེ་ཅི་སྤུལ་འབད་བ་ཅིན་ གང་ཟེག་པའི་ཆིབས་རྟ་ཟེར་ ཉེན་འཇུགས་སྤུལ་  
 མོལ་འདུག། གནས་པོ་ཐངས་ ༣ པ་འདི་ ལྷན་ ༥ པའི་ནང་ འོར་གྲི་གཞིས་ལ་དམའ་སར་འབབ་དུ་ དོ་  
 རུང་ ཉེ་བཟུམ་སྦྲེར་གནས་པོ་མཚོད་ཅི་འདུག།

**སྤྱགས་དགེས་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

དུས་ཚོད་གྲུར་གསོལ་མཚོད་རྒྱལ་དང་ལྡན་ཉོག་ཉོ་སྦྲེ་ མཚོད་པ་ཅིན་ འོར་སྤྱགས་འཕེལ་ཞིང་ ཨོམ་དང་མར་  
 གྲི་ཐོན་སྦྲེད་རྒྱ་ཆེ་ཉོག་ཉོ་སྦྲེ་འོར་ནི་དང་། དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྦྲེ་སྤུལ་མ་རྒྱུགས་པ་དང་ བསྐྱར་  
 ཅི་དང་བཅོག་གྲིབ་ལྷགས་པ་ཅིན་ གཅན་གཟན་གྲི་གཞོད་པ་འོངམ་ཨིན་ཟེར་ དཔའ་ཚོད་ཚོགས་པ་བཅོན་  
 རྒྱུགས་ཀྱིས་སྐབས་མས།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

ཚེ་རིང་དོ་རྗེ་ བ་རོ་ཀཔོ།  
 བཅོན་རྒྱུགས་ དཔའ་ཚོད་ཚོགས་པ།

༣ ཡབ་ཏེམ།

གནད་དོན་བརྒྱན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཡབ་ཏེམ།

ས་གནས།

ལ་ཤོག།

གཡུས།

དཔའ་རྗོད་པ།

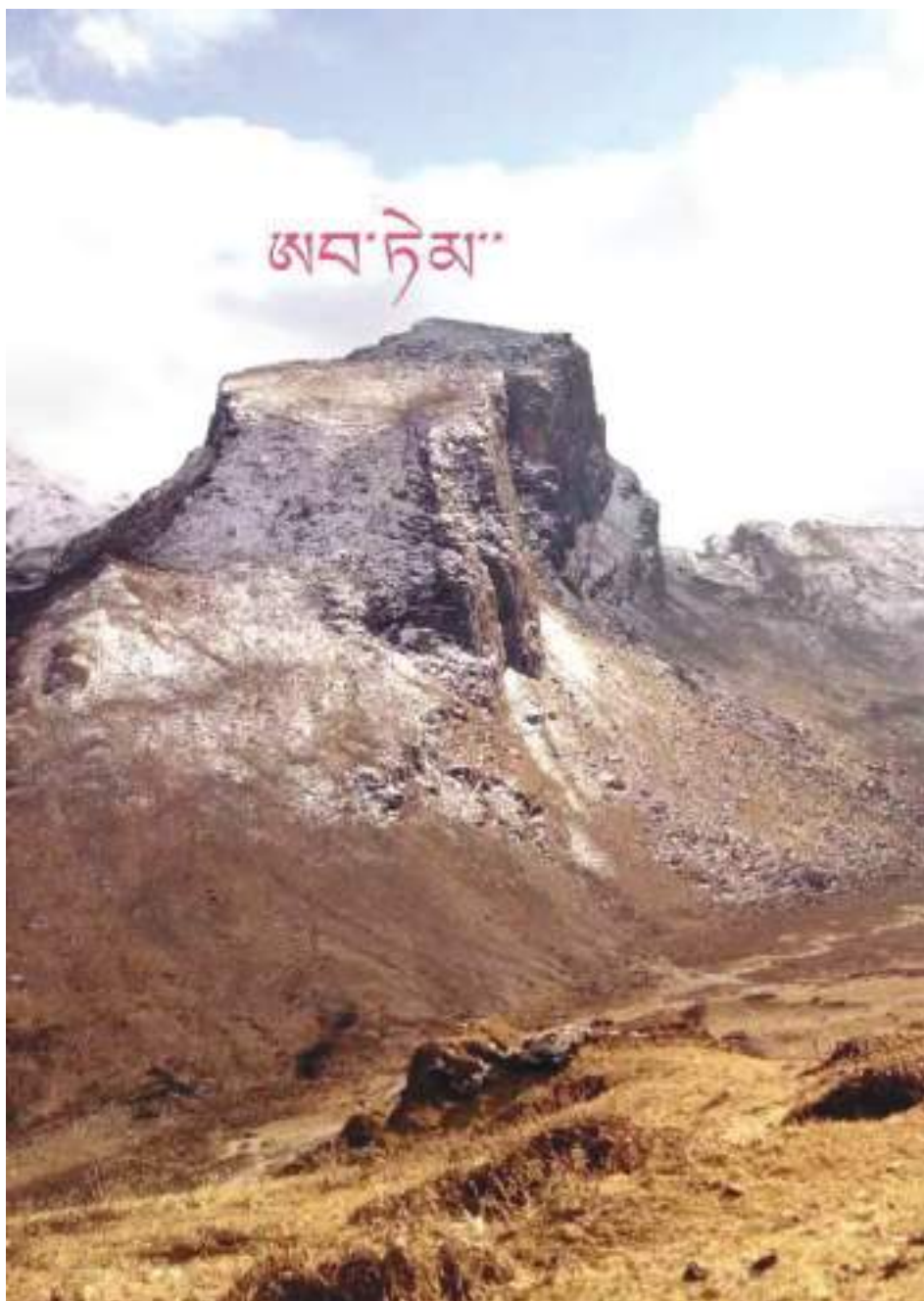
བསྐྱེན་མི།

ལ་ཤོག་དང་ དཔའ་རྗོད་པ་ བྱ་རྗོད་ཐང་ལུ་ལོར་གཞིས་སྡོད་མི་ཚུ་གིས་  
བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གནས་བདག་ཡབ་ཏེམ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་བའི་ལ་ཐང་ཅིག་གུར་ མཐའ་འཁོར་ལ་བ་  
དུང་ལྟ་བུའི་ གངས་རི་གིས་བསྐྱོར་བའི་ནང་ རྩོ་ཕུ་གནམ་མེད་ས་མེད་ཡ་མཚན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་འདུག། གནས་པོ་  
འདི་ སམ་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གིས་ ལ་བཤད་ཐོག་ལས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མ་གཏོགས་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་གྲམ་ཚོལ་  
གིས་ཚོ་གུ་གཏང་སྟེ་ མཚོད་སོལ་མིན་འདུག། ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་དང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་  
ལྟ་ཁང་དང་ ཀ་ཁབ་ལྡེབས་བྲིས་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་པོ་འདི་ དམ་བཞག་གནང་མི་ཡང་འདི་ཡིན་  
ཟེར་ལ་གསལ་མེད་རུང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་དུང་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ ལྟོ་མོན་ལ་  
བཞིའི་འདྲེ་སྲིན་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་ལ་ གཞོད་ཅིང་གཏུག་པའི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པ་སྤངས་ནས་ བསྐྱེན་པ་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་གཡེལ་བར་མེད་པར་མཛད་ དགོ་པའི་བཀའ་བསྐྱོད་  
དམ་བཞག་གནང་མི་འདི་གིས་མ་འཇུག་པ་མེད་པ་ལས་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་  
ཡི་དམ་བཞག་ལྟར་ ལོར་ཕུགས་ཀྱི་སྤྱང་མ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་མའི་ལོར་ལྟ་ཅིག་ཡིན་མས། ཡབ་ཏེམ་གྱི་  
གནས་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་ས་ལས་རྩོར་གདན་ན་བརྒྱན་དེ་ བར་རི་གཤོང་ཚུན་ ཀི་ལོ་མི་ཁར་ ༤༤ དང་  
བར་རི་གཤོང་ལས་ ལ་ཤོག་ཚུན་ ཀང་སྟོང་སྟེ་ཉིན་ལམ་གཅིག་གི་ས་ཁར་ཡིན་མས།



ཨབ་ཉེམ་གྱི་གནས་ཁང་།

གསོལ་མཚོད།

འོ་རྒྱ་གཞིས་ཁ་དམའ་ས་ལས་ཉ་བ་ཅིན་ ལྷམ་ ༤ པ་དང་ཕྱིས་པ་ཅིན་ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ཁ་ཤོག་ལུ་སློམ་  
ཨིན་མས། དེ་ལས་ གཟའ་སྐར་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ལུ་ གནས་པོ་མཚོད་པ་ཨིན་མས། མཚོད་ཐངས་ཡང་  
ཨོམ་དང་ལྷོ་སྤྲོ་བ་སྤེལ་ གཡག་གི་མཚུགས་གི་དར་ཁ་བཟོ་བ་ཀལ་ བསངས་གཏང་ཞིན་མ་ལས་ ད་རིས་ཚོས་  
བཟང་དུས་བཟང་ལ་ རྒྱུད་གནས་པོ་ནི་བཟང་རོ། ང་བཅས་མགོན་པོ་ནི་སྦྱིད་གོ། རྒྱུད་གཏན་རྒྱུད་བཞུགས་  
པའི་གནས་པོ་ཨིན། ང་བཅས་བརྒྱ་ལམ་འཁོར་བའི་མགྲོན་མ་ཨིན། འོ་རྒྱ་ཅན་མ་ལུ་རྒྱུད་ཁ་འབྱུང་མ་བཟུགས།  
མི་ཁྲིམ་གང་མར་ན་ཚ་འབྱུང་མ་བཟུགས། ད་ཀར་ད་ཀར་ལ་ལས་ཚད་མ་བཟུགས། དམར་དམར་ཐབ་ཁར་བཀལ་  
མ་བཟུགས། སློ་ཕྱགས་འོར་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ གཅན་གཟའ་གྱི་གཞོན་པ་ཤོག་མ་བཟུགས། བྲག་ལུ་བཞུགས་པའི་  
བྲག་བཅན། མཚོ་ལུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་སྐོན་མོ། ཁྲིམ་ཚང་སྐོམ་ད་ཀར་མོ། ཨོ་སྤུད་གཅོང་མའི་སྤུད་དང་། ལྷོ་  
སྤུད་གཅོང་མའི་སྤུད་བཞེས་ཤིག། ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་བཟུགས། སེམས་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་བཟུགས། འོར་ལུ་གོད་  
ཁ་ཞི་བཟུགས། ལོ་དུས་ཅི་སང་མེད་མེད་པར། བགྲིས་དཔལ་གྱི་དགའ་ལྷོན། གཏན་རྒྱུད་ཤར་བར་ཤོག་ཅིག་ཟེར་  
མཚོད་པ་ཨིན་མས།

གནས་པོ་མཚོད་ཐངས་གཉིས་པ་འདི་ ལྷམ་ ༤ པའི་ནང་ འོར་ལུ་དར་སྤུད་བཏགས་པ་ཨིན་པས། དེ་ལུ་རྟེན་  
འཇུགས་ཟེར་ཡང་སྤྲོ་བ་སྤེལ་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས། ལྷམ་ ༤ པའི་ཚོས་ ༤ འབད་རུང་ ཡང་ནི་ཚོས་ ༡༧  
དཔལ་ཉི་གཟའ་སྐར་དགོ་བའི་ཉིན་མ་དང་བསྐྱེན་ འོར་དར་སྤུད་བཏགས་མི་འདི་ སྦྱིར་བཏང་ལོ་མཚོད་གཏང་མ་  
བཟུམ་ཅིག་ཨིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཉེ་མ་པ་མའི་ངོ་བསྐང་ལས་ རྟེན་འཇུགས་སུལ་མི་ཚོས་སྤུང་ དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མོ། རྣམ་སྐྱེས། ཚེ་རིང་མོ། དགོ་བསྐྱེན། སློ་མོ། གཞི་བདག་ལ་སོགས་པ་གི་ སྐྱེ་མདོག་དང་འཁྲིལ་ རྟེན་  
འཇུགས་གྱི་འོར་ཡང་ གནས་པོ་དང་དམར་པོ་ད་ཀར་པོ་རྩ་ལྷེ་གི་འབད་དེ་ ཚོས་སྤུང་རེ་རེ་ལུ་འོར་རེ་རྟེན་  
འཇུགས་སྤེ་སུལ་སོལ་འདུག། རོ་པ་ཉ་སག་ཉི་མའི་ཟེར་དང་འཁྲིལ་ བསངས་བཏང་ རྟེན་འཇུགས་འོར་གྱི་  
མགུ་ལས་མར་རྩུག་པ་ད་ གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤུང་སྤུགས་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་དང་ ག་དེམ་ཅིག་སྤེ་  
གཟུགས་མ་གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤུང་མ་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་ཨིན་མ་ལས། ང་བཅས་འོར་གཞིས་སློ་འགྲོ་  
བའི་སྐབས་ འོར་གུར་སྤྲོ་རྒྱུ་ལྷོ་ལུ་ཚ་བ་ཀལ་མམ་ད་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་དབང་གིས་ གྲིབ་ཞུགས་ཞུགས་པ་  
འོང་། དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ད་ དེ་ལས་པར་རྩུར་བཅོག་གི་བ་ཞུགས་མི་བཟུགས་བཤགས་པ་སུལ་དགོ་

ཟེར་སྐྱབ་མས། དེ་གི་སྐབས་སྐྱེན་ཅི་ཕུ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ གང་ཟག་པའི་ཆིབས་ཏྲ་ཟེར་ ཏེན་འཇུགས་ཕུལ་  
སྲོལ་འདུག། གནས་པོ་ཐེངས་ ༣ པ་འདི་ ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ ཝོར་གྱི་གཞིས་ཁ་དམའ་སར་འབབ་ད་ རོ་  
རུང་ ཏྲ་བརྩམ་སྟེ་ར་གནས་པོ་མཚོད་ནི་འདུག།

**ཐུགས་དགུམ་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

དུས་ཚོད་གར་གསོལ་མཚོད་ཚུལ་དང་ལཱ་ཏྲོག་ཏྲོ་སྟེ་ མཚོད་པ་ཅིན་ ཝོར་ཕུགས་འཕེལ་ཞིང་ ཨོམ་དང་མར་  
གྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཆེ་ཏྲོག་ཏྲོ་སྟེ་འོང་ནི་དང་། དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་དང་ བསྐྱར་  
འདོད་དང་བཅོམ་གྱི་བ་ལུགས་པ་ཅིན་ གཅན་གཟན་གྱི་གཞོད་པ་འོང་མ་ཨིན་ཟེར་ དཔའ་ཚོད་ཚོགས་པ་བཅོན་  
སྐྱོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་མས།

**འབྲི་བསྐྱེན་འབད་ས།**

ཚོ་རིང་དོ་རྗེ་ བ་རོ་ཆེལ།  
བཅོན་སྐྱོགས་ དཔའ་ཚོད་ཀྱི་ཚོགས་པ།

༤ ཨབ་སྲིབ་བཅད་པ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ཨབ་སྲིབ་བཅད་པ།
ས་གནས།	གཞོང་མ་ཐང་།
གཡུས།	གཞོང་མ་ཐང་།
བསྟེན་མི།	གཞོང་མ་ཐང་ལུ་འོ་ལ་གཞིས་སྡོད་མི་ཚུ་གིས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞོང་མ་ཐང་གི་གནས་པོ་ ཨབ་སྲིབ་བཅད་ལུ་ གནས་ཁང་ཡང་མིན་འདུག། མཚོད་ཐངས་ཡང་གནས་པོ་གང་  
 ཟབ་འདི་ཡང་ སམ་རྒྱས་ཤོས་ཚུ་གི་ལ་རྒྱུན་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ གསོལ་མཚོད་ཤུལ་ཕ་མ་གཏོགས་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་  
 རྒྱུ་ཚོས་པ་གིས་ ཚོ་གུ་གཏང་སྟེ་ མཚོད་སྲོལ་མིན་འདུག། ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་དང་  
 དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་དང་ ཀ་ཁབ་ལྷེབས་བྲིས་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་པོ་འདི་ དམ་བཞག་གནད་མི་  
 ཡང་འདི་ཨིན་ཟེར་ལ་གསལ་མེད་རུང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རྩུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་  
 ལྟོ་མོན་ལ་བཞིའི་འདྲེ་སྲིན་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་ལ་ གནོད་ཅིང་གཏུག་པའི་བསམ་སྦྱོར་དང་པ་སྤངས་ནས་  
 བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཆེ་གཡེལ་བར་མེད་པར་མཇོད་ དགོ་  
 པའི་བཀའ་བསློང་དམ་བཞག་གནད་མི་འདི་གིས་མ་འཇུག་པའེད་པ་ལས་ ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རྩུང་  
 རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་ཡི་དམ་བཞག་ལྟར་ འོ་ལ་ཤུགས་ཀྱི་སྤང་མ་དང་རྒྱབ་སྦྱོར་མཇོད་མའི་འོ་ལ་ལྟ་ཅིག་ཨིན་མས།  
 ཨབ་སྲིབ་བཅད་པའི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་ལྷེ་བ་ལས་ རོ་གདན་ན་བརྒྱུད་བར་རི་གཤོང་ཚུན་ ཀའལོ་  
 མི་ཁར་ ༤༤ དང་ བར་རི་ གཤོང་ལས་ གཞོང་མ་ཐང་ཚུན་ ཉིན་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ས་ཁར་ཨིན་མས།

གསོལ་མཚོད།

འོ་ལ་གྱི་གཞིས་ཁང་དམའ་ས་ལས་ ༡ བ་ཅིན་ ལྷམ་ ༤ པ་དང་ཕྱིས་པ་ཅིན་ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ལ་ཤོག་ལུ་སྟོན་  
 སྟེ་ དེ་ལས་ གཟའ་སྐར་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ལུ་ གནས་པོ་མཚོད་པ་ཨིན་མས། མཚོད་ཐངས་ཡང་ ཨོ་མ་

དང་ལྷོ་སྤྱོད་པ་སྤེལ་ གཡལ་གྱི་མཚུགས་ དང་ཁ་བཟོ་བཀལ་ བསངས་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ ད་རིས་ཚེས་བཟང་  
 ཏུས་བཟང་ལ་ རྒྱུད་གནས་པོ་ནི་བཟང་རོ། ང་བཅས་མཚོན་པོ་ནི་སྤྱིད་གོ། རྒྱུད་གཏན་རྒྱུད་བཞུགས་པའི་  
 གནས་པོ་ཡིན། ང་བཅས་བརྒྱུ་ལམ་འཁོར་བའི་མཚོན་མ་ཡིན། རོར་རུ་ཅན་ལུ་རྒྱུད་ཁ་འབྱུང་མ་བཅུག། མི་  
 རྒྱུ་གང་མར་ན་ཚ་འབྱུང་མ་བཅུག། དཀར་དཀར་ལ་ལས་ཚད་མ་བཅུག། དམར་དམར་ཐབ་ཁར་བཀལ་མ་  
 བཅུག། རྫོ་སྤྱོད་པ་ལོ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ གཅན་གཟུན་གྱི་གོད་པ་ཕོག་མ་བཅུག། བྲག་ལུ་བཞུགས་པའི་  
 བྲག་བཅེན། མཚོ་ལུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་སྐྱོན་མོ། རྒྱུ་ཚང་རྒྱུ་དཀར་མོ། ཨོ་སྤྱད་གཙང་མའི་སྤྱད་དང་། རྫོ་  
 སྤྱད་གཙང་མའི་སྤྱད་བཞེས་ཤིག། ལུས་ལ་ན་ཚ་མེད་བཅུག། སེམས་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་བཅུག། རོར་ལུ་གོད་  
 ཁ་ཞི་བཅུག། ལོ་ཏུས་ཅི་སང་ཕོད་མེད་པར། བགྲིས་དཔལ་གྱི་དགའ་རྫོན། གཏན་རྒྱུད་ཤར་བར་ཤོག་ཅིག་ཟེར་  
 མཚོད་པ་ཡིན་མས།

གནས་པོ་མཚོད་ཐངས་གཉིས་པ་འདི་ ལྷམ་ ༤ པའི་ནང་ རོར་ལུ་དར་སྤྱད་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལུ་རྟེན་  
 འཇུགས་ཟེར་ཡང་སྤྱབ་སྲོལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས། ལྷམ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༤ འབད་རུང་ ཡང་ནི་ཚེས་ ༡༡  
 དཔལ་ཉི་གཟུང་རྒྱུད་དགེ་བའི་ཉིན་མ་དང་བསྐྱེན་ རོར་དར་སྤྱད་བཏགས་མི་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ལོ་མཚོད་གཏང་མ་  
 བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཉེ་མ་པ་མའི་རོ་བསྐྱང་ལས་ རྟེན་འཇུགས་སྤུལ་མི་ཚོས་སྤྱང་ དཔལ་ལྷན་  
 ལྷ་མོ། རྣམ་སྤྱོད་ ཚེ་རིང་མོ། དགེ་བསྐྱེན། རྫོ་མོ། གཞི་བདག་ལ་སོགས་པ་གི་ སྐྱེ་མདོག་དང་འཁྲིལ་ རྟེན་  
 འཇུགས་ཀྱི་རོར་ཡང་ གནས་པོ་དང་དམར་པོ་དཀར་པོ་ཚུ་ག་སྤྱིག་འབད་དེ་ ཚོས་སྤྱང་རེ་རེ་ལུ་རོར་རེ་རྟེན་  
 འཇུགས་སྤེ་སྤུལ་སྲོལ་འདུག། རོ་པ་ཉ་སག་ཉི་མའི་ཟེར་དང་འཁྲིལ་ བསངས་བཏང་ རྟེན་འཇུགས་ལོར་གྱི་  
 མགུ་ལས་མར་རྒྱུག་པ་ད་ གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤྱང་སྤྱུགས་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་དང་ ག་དེམ་ཅིག་སྤེ་  
 གཟུགས་མ་གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤྱང་མ་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་ཡིན་མ་ལས། ང་བཅས་ལོར་གཞིས་སྤོ་འཕྱོ་  
 བའི་སྐབས་ ལོར་གུར་སྤྱུ་རྒྱུ་སྤེ་ལུར་ཚ་བཀལ་མ་ད་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་དབང་གིས་ གིབ་ཞུགས་ཞུགས་པ་  
 འོང་། དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ད་ དེ་ལས་མར་རྒྱུར་བཟོག་གིབ་ཞུགས་མི་བཅུག་བཤགས་པ་སྤུལ་དགོ་  
 ཟེར་སྤྱབ་མས། དེ་གི་སྐབས་སྤྱན་རྩི་སྤུ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ གང་ཟེག་པའི་ཚིབས་རྟེན་ཟེར་ རྟེན་འཇུགས་སྤུལ་  
 སྲོལ་འདུག། གནས་པོ་ཐངས་ ༣ པ་འདི་ ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ རོར་གྱི་གཞིས་ཁ་དམའ་སར་འབབ་ད་ དོ་  
 རུང་ ཉེ་བཟུམ་སྤེ་ར་གནས་པོ་མཚོད་ནི་འདུག།



ཐུགས་དགེས་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།

དུས་ཚོད་གུར་གསོལ་མཚོན་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏྲི་ཏྲི་སྟེ་ མཚོན་པ་ཅིན་ འོར་ཕུགས་འཕེལ་ཞིང་ ཨོམ་དང་མར་  
ཉི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཚེ་ཏྲི་ཏྲི་སྟེ་འོང་ནི་དང་། དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོན་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཕུལ་མ་ཚུགས་པ་དང་ བསྐྱར་  
འི་དང་བཅོམ་གྱི་བ་ལུགས་པ་ཅིན་ གཅན་གཟན་གྱི་གཞོད་པ་འོང་མ་ཡིན་ཟེར་ གཞོང་མ་ཐང་ཚོགས་པ་ འོན་  
ཐུབ་ཀྱིས་སྐབ་མས།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

ཚོ་རིང་དོ་ཇེ། བ་རོ་གཤོ།

དོན་གྲུབ། གཞོང་མ་ཐང་ཚོགས་པ།

༥ ཡམ་གེ་ལི།

གནད་དོན་བསྐྱེས་པ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

ཡམ་གེ་ལི།

ལ་ཤོག།

དཔའ་ཚོད་པ།

ལ་ཤོག་དང་ དཔའ་ཚོད་པ་ བྱ་ཚོད་ཐང་ལུ་ལོ་ར་གཞིས་སྡོད་མི་ཚུ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཡམ་གེ་ལི་གི་གནས་ཁང་འདི་ ག་ནི་བ་ཉམས་

དགའ་བའི་ལ་སྤང་ཐང་ཅིག་གི་ལྷག་ལུ་ མཐའ་

འཁོར་ལ་བ་དུང་གི་མདོག་ལྷ་བུའི་ གངས་རི་གིས་

བསྐྱོར་བའི་ནང་ རོ་ཕུ་གནམ་མེད་ས་མེད་ཡ་མཚན་

ཆེ་ཉོག་ཉོ་འདུག། གནས་པོ་འདི་ ཡམ་རྒྱས་ཤོས་རྒྱ་

གིས་ ལ་བཤད་ཐོག་ལས་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཤ་

མ་གཏོགས་ ད་ལྟོ་རྒྱ་ཚོད་སྤུལ་ཚོལ་གིས་ཚོ་གུ་

བཏང་སྟེ་ མཚོད་སོལ་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་

འདི་གིས་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་པའི་ གནས་པོ་གི་

དཔེ་ཆ་དང་ དེ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་དང་ ཀ་ལྟལ་

ལྡབས་ཐིས་ཡང་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ གནས་པོ་འདི་

དམ་བཞག་གནང་མི་ཡང་འདི་ཡིན་ཟེར་ ལ་

གསལ་མེད་རུང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རུང་

ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ ལྟོ་མོན་ལ་

བཞུགས་འདྲེ་སྤོང་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་ལ་ གཞོད་

ཡམ་གེ་ལི་...



ཅིང་གཏུག་པའི་ བསམ་སྐྱོར་དན་པ་སྤངས་ནས་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་གྱི་བྱ་ར་དང་མཚན་གྱི་མེལ་ཚེ་གཤེལ་བར་མེད་པར་མཛད་དགོ་པའི་བཀའ་བསྐྱོད་མ་བཞག་གནང་མི་འདི་གིས་མ་འཇུག་པ་མེད་པ་ལས་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་ཡི་དམ་བཞག་ལྟར་ འོར་ཕྱུགས་གྱི་སྤང་མ་དང་རྒྱུ་སྐྱོར་མཛད་མིའི་འོར་ལྷ་ཅིག་ཡིན་མས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། ཡམ་གེ་ལི་གི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྒྱལ་ལྗེ་བ་ས་ལས་ རྗེར་གདན་ན་བརྒྱུད་དེ་ བར་རི་གཤོང་རྒྱན་ གི་ལོ་མི་ཉར་ ༤༤ དང་ བར་རི་གཤོང་ལས་ ཁ་ཤོག་རྒྱན་ ཀར་སྤོང་སྟེ་ཉིན་ལམ་གཅིག་གི་ས་ཁར་ཡིན་མས།

**གསོལ་མཚོད།**

འོར་གྱི་གཞིས་ཁ་དམའ་ས་ལས་ ༡་བ་ཅིན་ ལྷམ་ ༤ པ་དང་ཕྱིས་པ་ཅིན་ལྷམ་ ༥ པའི་ནང་ཁ་ཤོག་ལུ་སྟོན་སྟེ་ དེ་ལས་ གཟུང་སྐར་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་ལུ་ གནས་པོ་མཚོད་པ་ཡིན་མས། མཚོད་ཐངས་ཡང་ ཨོམ་དང་ལྟོ་སྐྱོ་བསྐྱེས་ གཤམ་གཤི་མཇུག་མ་ དར་ཁ་བཟོ་བཀའ་ བསངས་བཏང་ཞིན་མ་ལས་ ད་རིས་ཚེས་བཟང་དུས་བཟང་ལ་ རྩོད་གནས་པོ་ནི་བཟང་ངོ་། ང་བཅས་མགོན་པོ་ནི་སྤྱིད་གོ། རྩོད་གཏན་རྒྱུང་བཞུགས་པའི་གནས་པོ་ཡིན། ང་བཅས་བརྒྱལ་ལམ་འཁོར་བའི་མགྲོན་མ་ཡིན། འོར་རུ་ཅན་ལུ་གྲོད་ཁ་འབྱུང་མ་བཅུག། མི་བྱིམ་གང་མར་ན་ཚ་འབྱུང་མ་བཅུག། དཀར་དཀར་ལ་ལས་ཚད་མ་བཅུག། དམར་དམར་ཐབ་ཁར་བཀའ་མ་བཅུག། རྫོ་ཕྱུགས་འོར་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ གཅན་གཟུང་གྱི་གཞོད་པ་ཤོག་མ་བཅུག། བྲག་ལུ་བཞུགས་པའི་བྲག་བཙན། མཚོ་ལུ་བཞུགས་པའི་མཚོ་སྐོན་མོ། བྱིམ་ཚང་ལྷོ་དཀར་མོ། ཨོ་ཕུད་གཙང་མའི་ཕུད་དང་། རྫོ་ཕུད་གཙང་མའི་ཕུད་བཞེས་ཤིག། ལྷས་ལ་ན་ཚ་མེད་བཅུག། སེམས་ལ་སྐྱུག་བསྐལ་མེད་བཅུག། འོར་ལུ་གོད་ཁ་ཞི་བཅུག། ལོ་དུས་ཅི་སང་མེད་མེད་པར། བཀྲིས་དཔལ་གྱི་དགའ་སྟོན། གཏན་རྒྱུང་ཤར་བར་ཤོག་ཅིག་ཟེར་མཚོད་པ་ཡིན་མས།

གནས་པོ་མཚོད་ཐངས་གཉིས་པ་འདི་ ལྷམ་ ༤ པའི་ནང་ འོར་ལུ་དར་ཕུད་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལུ་རྟེན་འཇུགས་ཟེར་ཡང་སྐབ་སོལ་ཡོད་ཟེར་ཡིན་མས། ལྷམ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༤ འབད་རུང་ ཡང་ནི་ཚེས་ ༡༧ དཔལ་ཉི་གཟུང་སྐར་དགོ་བའི་ཉིན་མ་དང་བསྟན་ འོར་དར་ཕུད་བཏགས་མི་འདི་ སྤྱིར་བཏང་ལོ་མཚོད་གཏང་མ་བཟུམ་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ ཉེ་མ་པ་མའི་ངོ་བསྐྱང་ལས་ རྟེན་འཇུགས་ཕུལ་མི་ཚེས་སྤང་ དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ། རྣམ་སྐལ། ཚེ་རིང་མོ། དགོ་བསྟེན། རྫོ་མོ། གཞི་བདག་ལ་སོགས་པ་གི་ སྐྱེ་མདོག་དང་འཁྲིལ་ རྟེན་

འཇུགས་ཀྱི་ལོ་ཡང་ གནལ་པོ་དང་དམར་པོ་དཀར་པོ་ཚུ་གྲ་སྒྲིག་འབད་དེ་ ཚོས་སྤྱང་མེ་མེ་ལུ་ལོ་མེ་རྟེན་  
 འཇུགས་སྐྱེ་སྤུལ་སྐྱོལ་འདུག། རྩོ་པ་ཉ་སག་ཉི་མའི་ཟེར་དང་འཇིལ་ བསངས་བཏང་ རྟེན་འཇུགས་ལོར་གྱི་  
 མགུ་ལས་མར་ཚུ་སྤྲུག་པ་ད་ གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤྱང་སྤྲུགས་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་དང་ ག་དེ་མ་ཅིག་སྐྱེ་  
 ག་ལྷགས་མ་གསིག་པ་ཅིན་ ཚོས་སྤྱང་མ་མཉེས་པའི་རྟེན་མཚན་ཨིན་མ་ལས། ང་བཅས་ལོར་གཞིས་སྐྱོ་འབྱོ་  
 བའི་སྐབས་ ལོར་གུར་སྐྱབ་རྒྱུ་ལྟེ་ལྟེ་ཆ་བཀའ་ལཱ་ད་ མ་ཤེས་མ་མཐོང་པའི་དབང་གིས་ གྲིབ་ལྷགས་ལྷགས་པ་  
 འོང་། དེ་ལུ་བཟོད་པ་བཞེས་གནང་ད་ དེ་ལས་ཕར་ཚུར་བཅོག་གྲིབ་ལྷགས་མི་བཅུག་བཤགས་པ་སྤུལ་དགོ་  
 ཟེར་སྐྱབ་མས། དེ་གི་སྐབས་སྐྱབ་ཅི་སྤུལ་འབད་བ་ཅིན་ གང་ཟེག་པའི་ཆིབས་རྟེན་ཟེར་ རྟེན་འཇུགས་སྤུལ་  
 སྐྱོལ་འདུག། གནས་པོ་ཐངས་ ༣ པ་འདི་ ལྷན་ ༥ པའི་ནང་ ལོར་གྱི་གཞིས་ཁ་དམའ་སར་འབབ་ད་ དོ་  
 རུང་ ཉེ་བཟུམ་སྐྱེ་ར་གནས་པོ་མཚོད་ནི་འདུག།

**སྤྲུགས་དགེས་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

དུས་ཚོད་གུར་གསོལ་མཚོད་ཚུལ་དང་ལཱ་ཉོག་ཉོ་སྤྱོད་ མཚོད་པ་ཅིན་ ལོར་སྤྲུགས་འཕེལ་ཞིང་ ཨོམ་དང་མར་  
 གྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱ་ཆེ་ཉོག་ཉོ་སྤྱོད་འོང་ནི་དང་། དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་ ལེགས་ཤོམ་སྐྱེ་སྤུལ་མ་ཚུགས་པ་དང་ བསྐྱར་  
 གི་དང་བཅོག་གྲིབ་ལྷགས་པ་ཅིན་ གཅན་གཟན་གྱི་གཞོན་པ་འོང་མ་ཨིན་ཟེར་ དཔའ་ཚོད་ཚོགས་པ་ བཅོན་  
 སྐྱོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་མས།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

ཚོ་རིང་དོ་ཇེ ལ་རོ་ལྟོ།  
 བཅོན་སྐྱོགས་ དཔའ་ཚོད་པ་ཚོགས་པ།

ཅང་མེད་འོག། (༧)

༡ དབྱར་ས་པ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གནས་ཁང་།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

དབྱར་ས་པ།

སྟ་མཛོ་ཕན་བདེ་བསམ་གྱུ་བསྐྱང་།

སྤྱང་མཚོ།

ཅང་དང་བར་པའི་མེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་སྟོ་ལོགས་ཁ་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་  
སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

རྗེ་དཔོན་རས་དར་མའི་ལུང་བཟུན་ལྟར་ གྱུ་ཐོབ་ཉི་མ་སྐྱས་པའི་ནུམ་སྐྱུལ་ རྟོགས་ལྡན་ཉི་ཟླ་ཡེ་ཤེས་མཚོག་  
བུམ་ཐང་དང་སྤྱོད་བྱ་ལྡིང་ཁ་ལས་འཕུར་བྱོན་པ་ད་ ལུང་པའི་སྟ་ཁ་ལས་ མཛོ་དཀར་པོ་གཅིག་ཕྱུད་མི་འདི་གིས་  
ལམ་ཁྱིད་དེ་རྟིང་ལྷུ་བདེ་ལྟེ་ བྱོན་པ་ད་ ཕན་བདེ་ཁའི་ས་ཁོངས་ནང་ཕེབས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལུ་དགོངས་ཏེ་  
ས་གནས་གྱི་མིང་ཡང་ ལྟ་མཛོ་ཟེར་བཏགས་གནང་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ མིང་གི་རྩུར་ཉམས་ཏེ་ ལྟ་མཚོ་  
དང་སྟ་མཛོ་ཟེར་འབྲི་སྟོལ་དང་སྐབ་སྟོལ་དར་བྱབ་སོང་སྟེ་འདུག།

དམ་བཞག།

ཉེ་མ་རྟོགས་ལྡན་ཉི་ཟླ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ གཞི་བདག་ཚེན་པོ་དབྱར་ས་པ་ བཀའ་བསྟོད་དམ་བཞག་གནང་ཞིན་མ་  
ལས་ དམ་ལུ་བཏགས་ས་ཨ་མུང་བྲག་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ དབྱར་ས་པའི་གནས་ཁང་ཡང་འདི་ཁར་ཨིན་པས། ཨ་  
མུང་བྲག་གི་ (ཨ་རུང་བྲག་) བྲག་གི་ལོགས་ལུ་ ཡི་གུ་ཨ་དང་ རུང་དཀར་རང་བྱོན་ཡོད་པ་ལས་ ཨ་རུང་  
བྲག་ཟེར་ཡང་སྐབ་ནི་འདུག། ཨ་མུང་བྲག་གི་ གཡུས་རྟོངས་ལུ་ གསོལ་འདེབས་བྲག་དང་ གཡོན་རྟོངས་  
ལུ་ ཡ་མཚན་བྲག་ཟེར་བྲག་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ཡ་མཚན་བྲག་འདི་ གྱུ་རུ་མཚོ་སྐྱེས་དོ་རྗེའི་གནས་  
ཨིན་སྟེ་བཤད་སྟོལ་འདུག།

ལྷུང་མཚོ་པན་བདེ་ཐེག་ཚེན་ཚོས་སྒྲིང་ལྟ་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ལས་ཤར་ཕྱོགས་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞུང་བདའ་འགྲོམ་  
ད་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་ ༣༠ ས་ཁར་ རྫོང་ལ་མ་ལྟོད་པའི་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་ ༥ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་པོ་དབྱར་སཔ་འདི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་གངས་རིའི་མདངས་དང་ལྗན་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་  
ཆེ་སྤྱང་ཞིང་སྤོང་བའི་བད་མཚོན་ལུ་ ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་དར་དཀར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་དང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་  
འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ དངོས་གྲུབ་གནང་བའི་བདར་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་བསྐྱམས། སྐྱེ་ལུ་དར་གྱི་ན་བཟའ་  
དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཆ་བཞེས། ཆིབས་རྟ་དཀར་པོ་གྱུར་ཆིབས་ཏེ་ དུད་པ་ཐེངས་ཅིག་ལུ་ ས་གནས་མཐའ་  
དབྱས་མེད་པར་ཞབས་སྐོར་བྱོན་ཏེ་ ཁམས་གསུམ་དབང་ལུ་འདུས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གནོད་པའི་  
དགྲ་བགོགས་གདུག་པ་ཅན་ཚུ་ ཚར་གཅད་པའི་ རྣལ་འབྱོར་ཡོངས་ཀྱི་དགྲ་ལྟ་ཅིག་ཡིན་པས།

སྐྱེ་བ་སྒོལ་ཅིག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ དབྱར་སཔ་གིས་གཡག་བསད་བཞེས་ཏེ་ ཉམས་གྲིབ་པོག་པའི་གཏམ་འདི་  
མ་བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་བརྟག་དབྱད་མ་འབད་བའི་སྐྱོན་ཡིན་པས། ཡིན་རུང་ དག་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་མ་ད་ ཏེ་  
མ་གི་དུས་ལུ་ གནས་པོ་དབྱར་སཔ་འདི་ སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་སྐྱོམ་གནང་སྟེ་ དུན་རིང་སོང་མ་མ་ཚད་ བཅུད་ཅན་  
གྱི་གསོལ་ཚོགས་བཞེས་ནི་མེད་ནི་འདི་གིས་ སྐྱེ་གཟུགས་ཀྱི་སྟོབས་ཤོར། ཞལ་གྱི་མདངས་ཉམས་ཏེ་ ཐུགས་  
དམ་ནེ་ཡིན་ཟེར་མ་ཅིག་གནང་མ་ཚུགས་པར་བཞུགས་ཅུག།

ཚར་གཅིག་ འབྲོག་པ་ཅིག་གིས་གཉེར་ཚང་གཏམས་མི་འདི་ ཐབ་གྱི་ལྷག་ལུ་ མེ་བཙག་གྲུ་ལས་མར་དབྱང་  
བཞག་སྟེ་ བཞེས་སྐོ་འབད་མ་ད་ མེའི་བྱོད་ཀྱིས་ཚེལ་ལུ་བཞུ་སྟེ་ ཚོད་སྐྱེར་ནང་འཇགས་མི་འདི་བཞེས་པ་ད་  
སྐྱེ་གཟུགས་ལུ་བདེ་ཉམས་བྱུང་སྟེ་ ཨ་རྟག་དང་མ་འབྲ་བའི་ཉམས་རྟོགས་རྒྱས་ནི་འདི་གིས་ གསོལ་ཤེས་  
ནི་འགོ་བཅུགས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཞིང་བཅུ་ཚང་བའི་ཤེས་བཞེས་ཏེ་ འབྲེལ་ཚད་མཐོ་རིས་ཐར་པའི་ལམ་དུ་  
འབྲེན་པའི་ཆེད་ གྲུབ་ཐོབ་པའི་སྟོན་པ་མཛད་དེ་ དུད་འགོ་སྐྱང་དང་ བ་དང་བོ་ལུ་ལུང་ཚུན་གྱི་ཤེས་བཞེས་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ཚར་ཅིག་ཅང་ལུང་བསྟན་སྐྱེ་ལུ་ ཞིང་མོ་ས་ལས་སྐྱང་ཨར་མ་བརྒྱུ་བྱོན་པ་ད་ མི་གིས་བདའ་  
འོང་སྟེ་ ད་རེས་ནངས་པ་བློ་སྤྲུགས་ཀྱི་གི་ཁྱིམ་གྱི་སྤོ་ལོགས་ཁར་ ལུ་ནང་སྐྱང་དེ་དོ་ལུ་སྐྱེལ་བཞག་སྟེ་  
མགྱུ་ཏེ་བཏོག་འབག་སྟེ་ལྷུང་མཚོ་ལྟོད་པ་ད་ ཕུམ་གྲུ་ལས་འགྲེད་ཏེ་རྒྱབ་སྟེ་ ཞབས་ཞེ་བོ་བཟོ་དཔ་ལས་ ད་  
ལས་པར་ ལྷུང་མཚོ་ལུ་ ཕུམ་བཏབ་ནི་མེད་པའི་དམོན་པ་གནང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། དེ་ལས་རྒྱུར་ ལྷུང་

མཚོ་ས་ཁོངས་ནང་ ཕུམ་བཏབ་ནི་མེད་ཟེར་ཡིན་མས། ཡིན་རུང་ མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་སྤང་མེད་རྒྱབ་ལུ་བསྐྱར་  
ཏེ་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཕུམ་བཏབ་མི་ཚུ་ལུ་ སྲོག་ཐོག་གི་གཞོན་པ་བྱུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་མི་ ད་ལྟོ་བར་ན་  
ཡང་ ལྷང་མཚོ་ལུ་ཡོད་ཟེར་ བན་བདེ་ཁའི་སྐྱམ་བསམ་གཏན་དོ་རྗེ་གིས་གསུང་མ་ཡིན་མས།

དང་ལྷ་ ཅང་དང་བར་པའི་གཡུས་སྒོ་ནང་ ཞིང་རྒྱ་དང་ འཕུང་རྒྱའི་རྟ་ལྷང་མཚོ་ལས་འབད་ནི་འདི་གིས་ ཅང་  
དང་བར་པའི་མི་སེར་ཚུ་ ལྷང་མཚོ་ལས་རྒྱ་བཏོན་ཏེ་ བྱུག་ཅིག་མགུ་ལས་མར་ རྒྱ་གཡུར་རམ་སྟེ་ ལུང་མ་དེ་  
ནང་ལས་རྒྱ་བཏོན་ནི་ཐབས་རྒྱུ་སྟེ་ གནས་པོ་ཐང་དཀར་བྱི་སྟིང་ལུ་གསོལ་ཕྱ་བཏབ་ད་ ཐང་དཀར་བྱི་སྟིང་  
གིས་ ལྷང་མཚོ་ལུ་བཏོན་ཏེ་ དབྱར་ས་པ་ལུ་སྟེ་ གནས་པོ་དབྱར་ས་པའི་ཆིབས་རྟ་ཡང་ ཐང་དཀར་བྱི་སྟིང་ཁོ་  
རང་གིས་ཁྱིད་དེ་ ལུང་མ་ནང་གནད་འདེན་ལུ་ཞིན་མ་ལས་ དབྱར་ས་པ་གིས་ སྐུལ་མེ་ལུ་སྐུལ་ཏེ་ རི་དོང་སྟེད་  
དེ་རྒྱ་བཏོན་མ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཅང་དང་བར་པའི་གཡུས་སྒོ་ནང་ གཞིས་རྟིང་མ་རྒྱ་གིས་ དབྱར་ས་པ་  
ལུ་གསོལ་མཚོན་སྐུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

དེ་བརྒྱུམ་སྟེ་ སྤངས་ཐང་ཁ་ལུ་ དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་ཁ་ཤག་རྒྱབ་ད་ ལྟོད་པའི་དཔའ་མཛངས་པ་ཚུ་གིས་ ཅང་  
དང་བར་པའི་དཔའ་མཛངས་པ་ལུ་ ལྟོད་པའི་རྟ་འཁྱིད་མི་ཟེར་ བྱད་སྤྲད་རྒྱབ་ནི་ཡོད་པའི་རྒྱས་འདུག།



གནས་བདག་ དབྱུང་ས་པའི་ཀ་ལྷབ།





དབུང་ས་པའི་ལྷེབས་རིས།



དབྱར་སང་དང་ སྲིང་མོ་ དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོ།

འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་ གཡས་སུ་ བཅོམ་ཚོད་ཆེན་པོ་དགོ་ལེགས་དཔལ་འབྱོར་སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ། གཡོན་དུ་ཨ་  
ལྷོ་དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོ་བརྒྱད་གཉིས་ལོན་པའི་ལང་ཚོ་ཅན་ བཞེངས་སྟབས་སུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་  
ཡོངས་གཤམ་ལུ་སྟོད་པའི་དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོ་ཟེར་མི་འདི་ཡང་ དབྱར་ས་པའི་སྲིང་མོ་ཨོན་མས་ དཔལ་  
འཛོམས་རྒྱལ་མོའི་བྲག་ཕན་བདེ་ལྷ་ཁང་ཐེག་ཆེན་ཆོས་འཁོར་དགོན་པའི་ཉེ་འདབས་ལུ་ཡོད་མི་དེ་ལས་འཕྱོན་མི་  
དཔལ་འཛོམས་རྒྱལ་མོའི་རྒྱབ་རྒྱ་དེ་ ཕན་བདེ་ལྷ་ཁང་ནང་བཏོན་ཏེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྟན་མའི་མགུ་ཕན་བདེ་མཚོད་པ་དང་ མཚུགས་སྐྱང་ཁའི་ཆོས་  
བརྩ། ཟེར་བའི་དབྱེ་གཏམ་བཟུམ་སྟེ་ ལྷམ་ ། པའི་ཆོས་ ༡༢ དང་ ༡༥ གཉིས་ ཕན་བདེ་མཚོད་པ་ཟེར་  
གསུང་ཚོག་གི་གཞུང་དགོན་པའི་མདོ་ཆོག་གིས་གནང་སྟེ་ གཅན་གཟན་སྟག་གཟིག་དོམ་གྱི་འཆམ་དང་  
གནས་པོ་དབྱར་ས་པའི་ཀ་ཁབ་ཕྱི་ཁར་ལུ་ཞིན་མ་ལས་ ལྷན་དར་སྤུལ་བའི་སྲོལ་ཡང་ཡོད་ཟེར་ཨོན་མས།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་པོ་དབྱར་ས་པ་བསྟེན་མི་ཚུ་ལུ་ སྲོང་གོགས་ལས་ལྷག་པའི་གཞོན་པ་སྐྱེལ་དོ་ཡོད་རུང་  
བར་སྐྱབས་ཅིག་ཁར་ མཁས་དབང་ལམ་བགྲམས་སངས་རྒྱལ་རྩོམ་མཚོག་གིས་ ཀ་ཁབ་གུར་ཞལ་གསེར་སྤུལ།  
དམ་ལུ་བཞག་གནང་ཞིན་མ་ལས་ཚུར་ འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་མཚན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**རྒྱབ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

- ཕ་ཚོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པའི་རྣམ་ཐར།
- དབྱར་ས་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།
- དད་པའི་ས་བོན།

**འདྲི་བསྟན་འབད།**

བསམ་གཏན་རྩོམ་ཕན་བདེ་ལྷ་ཁང་གི་བླམ།

༡ ཐང་དཀར་བྱི་སྒྲིང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ཐང་དཀར་བྱི་སྒྲིང་།
གནས་ཁང་།	རྟ་ལང་ཁ།
གཡུས།	རྟ་ལང་ཁ།
བསྟེན་མི།	ཅང་དང་བར་པའི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སེམས་རྟོགས་ཁའི་རི་མགོ་ལུ་ཡོད་པའི་ རྟ་ལང་བཀ་ཤིས་འབྲུག་རྒྱལ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ གནད་ས་  
བཅགས་མི་ སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་རྟོན་གསུམ་ཐོ་དེབ་ནང་འབད་བ་ཅིན་ ཨ་ཞེ་སྐར་ས་འོད་འབྲུམ་གྱི་ཚ་  
བའི་བླམ་ ། རྒྱ་རྒྱལ་མཚན་ཡིན་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

ཡིན་རུང་ ད་རེས་མི་ཚུ་གིས་ངག་རྒྱུན་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ འབྲུག་ཆེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ཡིན་  
ཟེར་སྐབ་མས། རྒྱལ་ལས་སྐྱུལ་སྐྱུ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་ (བོད་མ་ཨ་ལེམ) གྱིས་རྒྱ་བསྐྱེད་གནད་ཅུག། ད་  
རེས་ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ཡོད་པའི་གསུང་རྟོན་བཀའ་འགྲུང་གིས་མའི་ཤོག་ཀྱང་འདི་ ལྷ་ཁང་གི་རྒྱལ་ཁའི་ནགས་ཚལ་  
ནང་ལས་ གཏེར་སྐྱེ་བཞེས་ཡོད་པའི་ས་ཁོངས་འདི་མཇལ་ནི་འདུག། འདལ་ཤོག་བརྒྱུང་སའི་དོ་ལེབ་འདི་ ལྷ་  
ཁང་ག་དོང་ཁའི་ཕྱི་པའི་སྟེགས་གུར་བཞག་ཅུག། མི་ཚུ་གིས་ངག་རྒྱུན་བཤད་མི་ནང་ དོ་འདི་འབྲུ་འབག་སྟེ་  
ལྷ་ཁང་སྐོར་བ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ ལས་སྐྱིབ་ཚུ་འདག་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས། ད་རེས་དགོན་པ་འདི་ནང་ གཞུང་  
གིས་དགོ་སྐོར་གི་སྐོབ་ལྷ་བཅུགས་ཏེ་འདུག།

ལྷ་ཁང་འདི་ཁར་ སེམས་རྟོགས་ཁ་རྫོང་གི་ལྷག་ལས་ཡར་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་ ༡ ལྷག་པ་ཅིག་ལུ་  
ལྷོད་ནི་དང་ ལུམ་སྐང་ལས་སྐྱེ་ ཤིང་དུམ་བཏོན་སའི་ལམ་བདའ་སྟེ་ ལུམ་འཁོར་བདའ་འགྲོ་བ་ཅིན་ དུས་  
ཡུན་སྐར་མ་ ༣༠ དེ་ཅིག་ལུ་ལྷོད་ཚུགས། གནས་དགུན་ཁམ་རྒྱབ་པའི་བསྐྱང་དང་ ལྷ་ཁང་རྒྱབ་པའི་སྐབས་  
འཁོར་ལོ་བཞི་འགྲོས་ཅན་མ་གཏོགས་ ལུམ་འཁོར་གཞན་མི་ཐལ་བ་ལྷ་ཁག་འདུག།

ཉ་ལང་དགོན་པ་ཟེར་ཞུ་དགོ་མི་འདི་ དགོན་པ་ཕྱག་བཏབ་སའི་རི་འདི་ ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཚྭ་བོའི་སྐྱེས་བཞེངས་  
པ་ དཔལ་ཉ་མཚོག་འོལ་པ་ལང་པའམ་བཞེངས་པའི་སྐབས་སུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ ཉ་ལང་ཁ་ཟེར་མཚན་  
ཆགས་ཡོད་པ་ ད་ལྟོ་ ཉ་ལང་ཁའི་སྐྱམ་གིས་གསུང་མ་ཡིན་མས།



ཉ་ལང་ཁ་ལྷ་ཁང་གི་མཐོང་སྒྲུང་།



ཐང་དཀར་བྱི་སྟོང་པའི་སྐུ་པལ།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ལྷ་ཚེན་ཇོ་བོ་ཐང་དཀར་གྱི་སྤྱིང་པ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་གེ་ལ་ཤའི་རི་བོ་བརྟེན་པ་ལྟར་ མཐོ་ལ་དཀར་བ་ ཕྱག་གཡས་ན་ གདུལ་བྱ་དམ་ལྗན་སྐྱབ་པ་པོའི་བར་ཆད་ཀྱི་གཡུལ་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ ལྷན་གྲགས་ཀྱི་བ་དན་དཀར་པོ་གནམ་ལ་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་ན་ མཚོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འབད་མེད་ཆར་དུ་འབབས་པའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་བསྐྱམས་པ། སྐྱེ་ལ་ལྷ་རྩལ་གྱི་གོས་དང་ དར་ཟབ་སྤྱོད་ཚོགས་འཇའ་ཚོན་ལྟར་བཟ་བས་བརྒྱན་པ། ཏྲ་མཚོག་ཤེལ་གྱི་མདོག་ཏུ་འཚར་བ་ལ་རྒྱལ་པོ་རོལ་པའི་སྐབས་ཀྱིས་འགྱིང་བཞིན་བཞུགས་པའི་འཁོར་དུ་ ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པའི་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་བསྐྱོར་སྟེ་བཞུགས་ལུག།

**དམ་བཞག་གནང་།**

ཨོ་རྒྱན་པརྟ་འབྱུང་གནས་ པལོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ། ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ། རྒྱལ་གྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས། སྐྱེལ་སྐྱེ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན། རོ་རྩེ་བརྟན་པ། དག་དབང་ལྷན་གྲུབ། དག་དབང་འཕྲིན་ལས་བརྒྱད་འཛིན་དང་བཅས་པའི་སྐྱབ་སྲར་ རྒྱལ་བསྟན་གྱི་དང་ བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྗན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་འཛིན་སྲོང་སྟེལ་ནིའི་ཁས་ བྱངས་སུལ་བ་བཞིན་དུ་ དམ་ཚོག་ལ་གནས་པའི་ཚོས་སྲུང་ཅིག་ཨིན་མས།

**གསོལ་མཚན།**

གསོལ་མཚན་སྐྱེལ་མི་འབད་བ་ཅིན་ གཙོ་བོ་ཅང་དང་བར་པའི་མི་སེར་ཚུ་ཨིན་མས། ཏྲ་ལང་ཁ་དགོན་པའི་ནང་ ཉིན་ལྟར་གསོལ་ཁ་སྐྱེལ་ནི་འདུག། དེ་ལས་ ཅང་དང་བར་པའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་ལྟར་བཞིན་ ཚོ་གུ་གཏང་བའི་སྐབས་སུ་སྐྱེ་རྒྱུ་འབད་གཏང་སྟོལ་འདུག།

**བསྟེན་པའི་པན་མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

གནས་བདག་འདི་ལུ་ དུས་མཚན་མ་ཆད་པར་སྐྱེལ་བ་ཅིན་ དབང་ཐང་རྒྱས་ནི་དང་ རྒྱུ་འོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ དངོས་གྲུབ་འཇོན་མེད་གནང་ནིའི་རྒྱབ་དཔུང་མཇོན་འོང་བེར་ཨིན་མས། ག་དེམ་ཅིག་སྟེ་ བ་མེས་བསྟེན་སྟོལ་ ཡོད་པའི་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་ཆད་པ་ཅིན་ གཡུས་སློལ་ ནད་ཡམས་སུ་གའི་འཛིགས་པའི་ཆད་པ་ཡང་ གཏང་མ་ཨིན་ཟེར་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

ཐང་དཀར་བྱི་སྡིང་པའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

དད་པའི་ས་བོན།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ད་ལྟོའི་རྟ་ལ་ཁ་གྲུམ།



༣ ཕོ་ལྷ་ར་མའི་རི་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཕོ་ལྷ་ར་མའི་རི་བཙན།

གནས་ཁང་། ར་མ།

གཡུས། ར་མ།

བསྟེན་མི། ར་མ་གཡུས་ཚན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ར་མའི་རི་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་བྱོན་པ་ལེགས་སེའི་རྒྱལ་སློལ་ལས་ མང་ཚུ་བཀལ་ཏེ་ སྐྱུམ་འཁོར་  
ནང་གི་ལོ་མི་ཉར་ ༣ དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ བ་གི་ལོགས་ལུ་ཆགས་ཏེ་འདུག། ས་ཁོངས་འདི་ནང་ ཉེ་མ་ ཚོས་  
རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་བྱོན་ཏེ་ མི་ཚུ་ལུ་གསེར་མི་ཉོ་ག་ཟེར་གསེར་བཙོང་རུང་ ཉོ་མི་ག་ཡང་མ་ཐོན་མ་ལས་  
བྲ་མ་གིས་ཕྱི་རུ་གསེར་གྱི་ཉོད་ནང་ ཨ་ཕ་སྐྱུགས་བཞག་པ་ད་ མི་ཚུ་གིས་ཨར་ཕ་བརྒྱ་བར་འོང་མ་ལས་ བྲ་མ་  
གིས་བཙོང་ནི་གསེར་ཡང་མི་ཉོ་བས་ བཞག་ནི་ཨ་ཕ་ཡང་བཞག་མི་སྟེར་བས་ཟེར་གསུངས་རུག། དུས་དེ་ལས་  
ཚུར་ གཡུས་སློལ་དེ་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་ རོ་རུ་ལབ་ཅ་བཟུམ་སྟེ་སྐྱུངས་བཞག་པའི་ཅ་བ་ལས་ ཨར་ལྷ་མཚོད་པ་  
ཟེར་ མཚོད་པའི་སློལ་ལོ་དག་པ་ཅིག་གི་ཉེ་མ་ཚུ་ཚོད་འདུག་ཟེར་ སློབ་དཔོན་ཀམ་དབང་འདུས་ཀྱིས་  
བཤད་པ་ཨིན་མས།

ཉེ་མ་ར་མའི་ལྷ་ཁང་ནང་ ས་གནས་གཞན་ཁ་ལས་འཕུར་བྱོན་མི་ རྗེ་བཙུན་སློལ་མའི་སྐུ་བྱིན་ཅན་ཅིག་ཡོད་  
པའི་རྒྱུ་འདུག། ཨིན་རུང་བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ སྐུ་དེ་ཨར་ཕ་ལུ་ཤོར་སོང་འདུག། དེ་ལས་ཚུར་ དང་ཕུ་གི་  
ལྷ་ཁང་ཐོག་གཉིས་མ་དེ་ཡང་ བདག་མེད་འཚམས་སྟེ་ལུས་ཏེ་ རམ་སོང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་  
བར་པའི་ས་ལས་ བཀའ་འགྲུར་རྒྱལ་འབད་བའི་སྐབས་སུ་ ཁོ་གིས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ ལྷ་ཁང་གསར་པ་  
ཅིག་བཞེངས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་སྐྱིན་བདག་འབད་དེ་ སྐུ་ཉེན་གཙོ་བོ་ རྗེ་བཙུན་  
སློལ་མ། དེའི་གཡུས་སུ་ཞབས་རུང་རིན་པོ་ཆེ། གཡོན་རུ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས། ལྷ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།  
ཕུག་ན་དོ་རྗེ། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབང་ས་བཞེངས་ཏེ་འདུག། དེ་ལས་ སྐྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ཟླ་མ་ ༤ པའི་

ཚེས་ ༤ ལས་ ལྷ་ཁང་འདི་ གཞུང་གྲུ་ཚང་ལུ་སྤུལ་མ་བཞིན་དུ་ གྲུ་ཚང་གིས་སླམ་གཅིག་བསྐོ་བཞག་གནང་  
སྟེ་ ད་རེས་སླམ་དེ་གིས་ལྷ་ཁང་འདི་བདག་འཛིན་མཛད་ དེ་ལས་ གཡུས་སྐོ་དེ་ནང་ གསོན་པའི་རིམ་གོ་དང་  
གཤིན་པའི་དགེ་ཚུ་ཡང་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དང་འཐབ་བཞིན་དུ་ར་འདུག།

### དམ་བཞག།

གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ ཁ་བཞི་ལྗོངས་འདིའི་ ལྷ་ཁང་རྣམས་ལ་སེམས་ཅན་  
ལ་གཞོན་འཆོ་སྤངས་ནས་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ ཟུང་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་སྤུང་  
དགོས་པའི་ བཀའ་བསྐོ་དམ་ལ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་ ར་མ་རི་བཙན་གྱི་ཕོ་ལྷ་འདི་ཡང་ ཅི་གསུངས་སྐྱབ་པའི་  
བཀའ་སྤུང་ཅིག་ཡིན་མས།



ར་མ་རི་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་།





ར་མའི་ལྷ་ཁང་གསར་བའི་མཐོང་སྒྲུབ།



ལྷ་ཁང་ནང་གི་སྐུ་ཉེན་གྱི་སྒྲུབ་བརྒྱུ་



ར་མ་རི་བཙན་གནས་བདག་གི་སྐུ་པར།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གཞི་བདག་ར་མ་རི་བཙན་ནི་ སྐྱེ་མདོག་གྲེ་རུ་འཛིན་མདོག་ལྟར་དམར་ཞིང་ ཕྱག་གཡས་པ་བསྟན་པ་དང་སེམས་  
ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་དགྲ་ཡི་ཚྭ་གས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་བཙན་དར་གནམ་ལུ་འཕྱར་ གཡོན་དུ་དམ་ཚིག་ཅན་  
གྱི་ཡོན་བདག་ལ་ དགོས་འདོད་ཡིད་བཞིན་སྦྱོལ་བའི་ཞོར་བུ་བྱུགས་ཀར་བསྐྱམས་ཤིང་ དར་གོས་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཆས་ཀྱིས་སྐྱེ་ལ་བརྒྱན་ནས་ ལྷུང་མགྲོགས་རྩལ་དང་ལྷན་པའི་རྟ་དམར་ལ་བཞོན་ནས་ ཚྭ་གས་དུས་ཀྱན་ཏུ་  
བསྐྱོར་ནས་ བསྟན་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལུ་ ཉིན་མཚན་མེད་པར་བྱ་ར་དང་མེལ་ཚེ་གནང་དང་གནང་བཞིན་  
འདུག།

**གསོལ་མཚན།**

ར་མའི་ལྷ་ཁང་བཞུགས་མི་སླུ་དེ་གིས་ ཉིན་ལྟར་བཞིན་གསོལ་མཚན་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གཞན་ར་མའི་  
གཡུས་ཚན་དང་ ཉེ་འཁོར་ལུ་སྟོན་མི་རྩུ་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་སྤུལ་བའི་སྐབས་ སྐྱེ་རྒྱུང་འབད་སྤུལ་  
ནི་ཡོད་རུང་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ དུས་སྟོན་འབད་སྟོལ་མིན་འདུག།

**རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ཕོ་ལྷ་ར་མ་རི་བཙན་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སླུ་ལྷོན་རིག་འཛིན།

སྟོབ་དཔོན་ཀམ་དབང་འདུས།

༤ ལྷ་སྐྱོ་མོ་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ལྷ་སྐྱོ་མོ་བཙམ་།
གནས་ཁང་།	ལྷ་སྐྱོ་མོ་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར།
གཡུས།	ལྷ་སྐྱོ་མོ་ལ།
བསྟེན་མི།	ལྷ་སྐྱོ་མོ་ལ་ སྡེ་སྡིད་པར་ཀ་ ཚོ་ལུང་ནང་ འཛིགས་མེད་ན་ སྐྱི་བདག་ སྤ་ རོ་གི་མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་སྐྱོ་མོ་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ཁང་འདི་ རྗེ་བཙུན་སྐྱོལ་མ་ཞབས་གཡས་བསྐྱེས་གཡོན་བརྒྱུད་ཀྱི་རིམ་རྒྱུ་  
 པ་གྱུར་ རབ་བྱུང་ ༥ པའི་དུས་རབས་ ༡༤ པའི་ནང་ བོད་གངས་ཅན་སྐྱོད་ས་ལས་ ཁ་བཞི་ལྟོའི་རྒྱལ་ཁབ་  
 འདི་ནང་བྱོན་མི་ དཔལ་འབྱུག་ཆེན་པོ་དབང་ཚོས་རྒྱལ་མཚོག་གིས་འབྱུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ དགོན་པ་མང་  
 རབས་ཅིག་ཕྱག་བཏབ་གནང་མིའི་གྲུ་ལས་ཅིག་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདི་ བཛོ་སྐྱོད་ཀྱི་གཡས་ཉོངས་ལུ་ ས་ཆ་  
 ཉམས་དག་འཁོར་ཉོ་ཉོ་ཅིག་ནང་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷ་ཁང་འདི་ དང་ཕུ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ སྤ་རོ་ལུ་འབྱོ་སའི་གཞུང་  
 ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་འབད་ནི་འདི་གིས་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ བཛོ་འབྱུག་སྐྱོལ་ཞིག་པོ་ གདན་ས་ཕྱག་བཏབ་གནང་མི་  
 འབྱུག་ཆེན་པོ་དབང་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱས་ མི་པམ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ། མི་པམ་བསྟན་པའི་ཉི་མ། དཔལ་འབྱུག་པ་  
 རིན་པོ་ཆེ་པོ་དབང་བཅུད་འཛམས་རྗེ་རྗེ་སོགས་ གྲུ་མ་གོང་མ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ཞབས་གྱིས་བཅགས་ཡོད་པ་ཡིན་  
 པས།

ལྷག་པར་དུ་ གྲུ་མ་པོ་དབང་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་སྤྱས་ ཁྱི་ཐོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ ཡང་སྡིད་ སྐྱབས་  
 རྗེ་ཁྱི་རབས་ ༣ པ་མཁའ་ཆེན་པོ་དབང་ལྷན་གྲུབ་མཚོག་ རབ་བྱུང་ ༡༢ པའི་མེ་སྐྱོད་སྤྱི་ལོ་ ༡༤༧༧  
 དགུང་ལོ་ ༥༧ ལུ་ མཁའ་ཁྱི་ལས་ དགོངས་ཞུས་མཛད་དེ་ ལྷ་སྐྱོ་མོ་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར་ལུ་བྱོན་ཞིན་མ་ལས་  
 ལྷ་ཁང་ཉམས་གསོ་དང་རྒྱ་བསྐྱེད་གནང་སྟེ་ སྐྱབ་པའི་སྟེ་གཞི་བཙུགས་མཛད་དེ་ སྐལ་ལྷན་མང་རབས་ཅིག་  
 རྗེས་སུ་གཞུང་གནང་སའི་ ས་གནས་ཁུད་པར་ཅན་ཅིག་ཡིན་མས།

**ནུས་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱུས་མོ་བཙན་ནི་ གདུལ་བྱ་གང་ལ་འདུལ་གྱི་གཟུགས་ཀྱིས་ ཚར་གཙོད་དང་རྗེས་འཛིན་གྱི་  
ལས་མཛད་ཅིང་ཕྱག་མཚན་ཡང་ ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་བཞིའི་ཕྱག་མཚན་བསྐྱེམས། ཨོ་རྒྱན་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ ས་  
ཇོ་འབྲུག་སྐྱོམ་ཞིག་པོ་ འབྲུག་ཆེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ ཚོས་རྗེ་པད་དཀར་ལྷན་གྲུབ་སོགས་ཀྱིས་དམ་ལ་  
བཞག་ནས་ བསྟན་པའི་སྲུང་མར་བསྐྱོས་ལུག།

**ངག་རྒྱན།**

རྒྱན་རབས་ཀྱི་ཁ་རྒྱན་ལས་འབད་བ་ཅིན་ དང་སྐྱེ་སྐྱུས་མོ་ལ་གི་ས་ཁོངས་འདི་ གདོང་དཀར་བཙན་གྱི་མངའ་  
ཁོངས་ལུ་བཙུགས་ནིའི་དཔའ་བཙམ་ད་ སྐྱུས་མོ་བཙན་གྱིས་ཉན་མ་བདུབ་ལས་ སྐྱུས་མོ་བཙན་དང་གདོང་  
དཀར་བཙན་གཉིས་ མཐུ་འགྲན་མ་ད་ གདོང་དཀར་བཙན་གྱིས་སྐྱུས་མོ་བཙན་ལུ་ འབད་མ་ཚུགས་པ་ལས་  
དངོས་སུ་དམག་རྒྱབ་རུང་ སྐྱུས་མོ་བཙན་ལུ་སྐྱེམས་མ་ཁེལ་མེད་ལས་བརྟེན་ ད་རེས་ནངས་པ་འབད་རུང་  
གདོང་དཀར་བཙན་བསྟེན་མི་གིས་ སྐྱུས་མོ་བཙན་བསྟེན་ནི་མེད། སྐྱུས་མོ་བཙན་ལུ་ གསོལ་མཚོད་སྐུལ་མི་ཚུ་  
གིས་ གདོང་དཀར་བཙན་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྐུལ་ནི་མེད་ཟེར་ཡིན་མས།

སྐྱུས་མོ་ལ་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ཕུ་ཉིག་ཐང་ལས་ རྒྱང་སྤོང་སྤེ་འགྲོམ་ད་ ཚུ་ཚོད་ ༣ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་  
འདུག།





མཁའ་རྩེ་དུ་པའི་གདན་ལ་རྒྱ་བཞུང་གྲུ་མ་མོ་བདེ་རྩེ་རྩེ་ལ་འཁོར།



སྤྱི་མོ་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར་ལྷ་ཁང་།

### གསོལ་མཚན།

ད་རེས་ལྷ་ཁང་དེ་ནང་ གཞུང་གྲ་ཚང་གིས་བླ་མ་གཅིག་བསྐོ་བཞག་གནང་འདུག། བླ་མ་ནུམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་གིས་ གསུངས་མི་ནང་ ཉིན་ལྟར་ ཚེ་རིང་མོ། དག་བསྟེན། རོ་རྩེ་དག་ཅུལ། སྤྱི་མོ་བཅོན། གཞི་བདག་བཅས་ དཔོན་གཡོག་ལྷ་ལུ་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ འོ་ལྟར་གྱི་དུས་མཚན་འབད་བ་ཅིན་ མགོན་པོ་ ཉིན་མ་གཅིག་ སུར་པ་ཉིན་མ་གཅིག་ ཚེ་རིང་མོ་ཉིན་མ་གཅིག་དང་ དེ་ལས་ ལྷམ་ ༡ མ་ཉི་ཞག་བདུན་ གནང་ནི་འདུག། གསོལ་མཚན་སྤུལ་མི་འབད་བ་ཅིན་ ཐིམ་སྤུ། ཅང་དང་བར་པ། སྤེ་སྤིད་པར་ཀ། དེ་ལས་ སྤུ་ན་ཁ་སྤུ་མ་ལ། སྤུ་རོ། ཚོ་ལུང་ན། འཇིགས་མེད་ན། སྤུ་རོ་སྤྱི་མིག་ཐང་ཁ་རབ་བཅོན་གྱིང་། ལྷ་ལས་ཚུར་ར་ གསོལ་མཚན་སྤུལ་མི་འོང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ དུས་མཚན་སྤུལ་མི་འབད་བ་ཅིན་ ཚོ་ལུང་ན་གི་ ཉེ་འདབས་བྱ་སྤིང་ཁ་གཡུས་ཚན་ནང་ལས་ ལྷམ་ ༡༡ པའི་ཚོས་ ༣ ལུ་ དཀོན་མཚོག་ མཚན་པར་འོང་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས།

དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ བྱ་ལྗིང་ལ་ལས་ དཀོན་མཚོག་མཚོད་པ་འོངམ་ད་ གཡུས་ལ་ལས་ གཞས་དང་  
གཞས་མོ་བསྐྱོར་ཏེ་འཐོན་པའི་བསྐྱེད་ལས་ ལམ་བདེ་ཡོད་མི་གཡུས་ཚན་ཚུ་གིས་ར་ཆང་སྐྱིག་སྟེ་ དགའ་  
དགའ་སྟོ་སྟོ་སྟེ་འོངས་ཞིནམ་ལས་ སྤྲུམ་མོ་ལ་ལུ་ལྟོད་པ་ད་ དང་པ་བླ་མའི་ཕྱག་དབང་བཅུར། དེ་ལས་ ཕོ་  
རྒྱུ་ཚུ་གིས་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ སྤྲུམ་མོ་བྲག་དཀར་ལུ་ བཙན་མཚོད་ནི་དང་། ཨམ་སྤུ་ཚུ་གིས་ སྤྲུ་གཞས་  
བསྐྱོར་ཏེ་འབད་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྟོལ་དེ་ཚུ་ཉམས་ཡོད་པ་མ་ཚད་  
མཐའ་ན་ བཙན་མཚོད་ནི་གི་ཚོགས་ཡང་ འོས་འབབ་ལྡན་ཏྲོག་ཏྲོག་སྟེ་འབག་ནི་མིན་འདུག་ཟེར་ སྤྲུམ་གིས་  
གསུངམ་ཨིན་མས།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡར་འོང་བྱ་བ་བཞེན་རྒྱུས་པ་དང་ དཀོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད་པ། ལྷ་  
མའི་སྤྱ་ཚེ་སྤིང་བ། དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་སྟོང་བ། ལྷ་པར་ རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་དོན་  
འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པ་དང་། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གཞོན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ མངོན་སྟོན་དྲག་པོའི་  
སྟོན་མཚར་གཙོད་མཛད་པ་དང་། མཐུན་རྐྱེན་གང་བསམ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞེན་དུ་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་  
དང་སྟོང་གོགས་རྒྱ་ཚེན་པོ་མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱུ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་མཁན་ཚེན་མི་རབས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

སྟེ་སྤིང་རིམ་བྱོན་རྣམ་ཐར།

དད་པའི་ས་བོན།

སྤྲུམ་མོ་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྤྲུམ་རྣམ་རྒྱལ་ཚེ་རིང་།

## ༥ དངོས་གྲུབ་བཅའ་།

### གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	དངོས་གྲུབ་བཅའ་།
ས་གནས།	ཚེ་ལུང་ན། ཚེ་ལུང་ན།
གཡུས།	ཚེ་ལུང་ན། ཚེ་ལུང་ན།
བསྟེན་མི།	ཚེ་ལུང་ན་གི་ གུང་པ་གེ་ར་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

#### གནས་ཁང་།

ས་གནས་འདི་ནང་ ཨོ་རྒྱན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ རྒྱ་དངོས་ཀྱིས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཞིན་མ་ལས་ ཚེ་རི་སྐྱབ་པ་  
 གནང་། ཚུའི་སྐྱབ་ལུ་ ཚེ་རི་ལྷ་ཚོགས་གཏེར་ལུ་སྐྱས་ དེ་ལས་ ལྷ་ལུ་མ་པར་གསལ་གྱི་དབུ་ཐོད་གཏེར་ལས་  
 བཞེས་པའི་ཤུལ་ལུ་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་ ཚེ་རྒྱ་བཏོན་གནང་། མཁའ་འགོ་བརྒྱའི་ཚེ་རྒྱ་ ཚེ་རི་ལུ་གུ་རུ་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་བསྐྱེལ་མ་ གཏེར་ལུ་སྐྱས་པ་བཅས་ ཚེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཟབ་ཚོས་ལེ་ཤ་ཡོད་པའི་ལུང་ཕྱོགས་  
 ཀྱི་གནས་བྱིན་ཅན་ཅིག་ཨིན་མ་ལས་ ཚེ་ལུང་གནས་ཟེར་དར་བྱེད་མོང་ཡོད་པ་མེན་ན་མཚོ་བའི་བསམ་ཚུལ་འདི་  
 ང་རང་ངོ་རྒྱུང་གི་བསམ་འཚར་ཨིན། ཚེ་ལུང་ན་གཡུས་ཀྱི་མགུ་ལུ་ བྱི་སྟོང་འོ་རུ་བྱའི་བྲག་རི་ (བྱི་སྟོང་གུ) ཟེར་  
 རི་གཞན་དང་མ་འདྲཱ་ ཅེ་རྗོད་གསལ་ཡོད་མི་འདི་ དངོས་གྲུབ་བཅའ་ཀྱི་གནས་ཁང་ཨིན་མས།

#### དམ་བཞག།

ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་ རྟོགས་ལྡན་ཉི་ཟླ་ཡེ་ཤེས་ འབྲུག་ཆེན་པག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ མཐུ་ཆེན་བདུད་  
 འཛོམས་རྡོ་རྗེ་སོགས་སློམ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ གཞན་ལ་ སན་པས་བདེ་བའི་འབྲས་བུ་དང་ གཞོད་པས་སྐྱབ་  
 བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་རྒྱལ་བ་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་ བྱི་སྟོང་རི་བཅོམ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ རང་  
 གི་ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་ལ་ གཞན་ལ་གཞོད་པ་མ་བྱེད་པར་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་སན་བདེ་བ་  
 རྒྱབས་ལ་ བྱེ་བྲག་གནས་ཆེན་འདིའི་ རྒྱ་སྐྱོར་སྐྱིན་པའི་བདག་པོ་རྣམས་ལ་ སྤུང་སྐྱོབ་དང་མལ་ཚོ་གཡེལ་བ་  
 མེད་པའི་དཔུང་གོགས་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་བཏགས་དམ་ལ་གནང་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་ ཚ་ལུང་ན་གི་གཡུས་སྒོ་ག་ར་གིས་ ལོ་དུས་གསོལ་མཚོད་ཕྱུལ་བའི་སྐབས་ སྐྱུ་རྒྱུང་འབད་གཏང་  
དགོལ་ཨིན་མས། ལྷག་པར་དུ་ ལྷན་ ༩ པའི་ཚེས་མཚོགས་པ་ལས་ ཚ་ལུང་ན་གི་གཡུས་སྒོ་ལུ་རི་ལ་ཐུག་  
གི་ གཡུས་མགུ་སྤྱིན་སྐྱེད་དང་ མཚུག་གུང་ས་ཁའི་ གྲུང་པ་ག་ར་གིས་ལྟོ་འབད། པགས་བཙོ་འབག་སྟེ་  
སྤྱིན་སྐྱེད་གི་གཡུས་ཀྱི་ལྷག་ལུ་ སྤོ་ཏོག་འོག་མ་ཟེར་སའི་ས་གོ་འདི་ནང་ལས་ ཁ་ཡར་གནས་ཁང་གི་སྤྱིང་རི་  
ལུ་ལྷ་སྟེ་ ཚེད་གཅིག་ལུ་སྟེ་ ཉིན་མ་གཅིག་མཚོད་སྟོལ་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

སྤྱིར་ སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱང་ དགོན་མཚོག་གི་དབུ་འཕང་བསྟོད་པ་ གྲུ་མའི་སྐྱེ་ཚེ་སྤིང་བ་ དགོ་འདུན་  
གི་སྤེ་སྤྱིང་བ་དང་། ལུང་པར་དུ་ རྒྱལ་བ་པ་སྤྱི་ཟེང་ཟེང་གཏེར་གི་མཚོད་གཅིག་ གནས་མཚོག་འདི་ ལུལ་ཕྱོགས་  
འདིར་ བད་ཡམས་འཁྲུགས་ཚོད་ བཙོའ་ཐན་སད་སེར་ མི་དང་མི་མ་ཡིན་པའི་གཞོན་འཚོ་སྐྱབས་ཤིང་།  
མཐུན་རྐྱེན་ཚེ་དང་བསོད་ནམས་ སྟོབས་དང་མངའ་ཐང་ལོ་ཕྱུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་པ་སོགས་ ཕུན་སུམ་ཚོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་ ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྟོངས་གོགས་མཚན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཐུགས་དང་  
འགལ་བ་གྱུར་ན་ ལོ་ཐོག་ལ་བཙོའ་ཐན་སད་སེར་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་གཞོན་པ་དང་ བད་ཡམས་ ལུ་གོ་ལ་  
སོགས་པ་ལྷས་ངན་པ་འབྱུང་མ་ཨིན་མས།

**དག་རྒྱུན།**

ཚ་ལུང་ན་ ལུ་བ་རི་ལ་ཐུག་གི་གཡུས་སྒོ་ གྲུང་ས་ཁང་ཤར་པའི་དུང་མ་གི་གཟིམ་རྩུང་ ད་ལྟོ་ ཨམ་སྤྱིན་དུགམོ་  
གི་ཁྱིམ་ནང་ལས་ སྤོན་དང་ཕུ་ གྲུ་མའི་མཚན་དོས་གྲུབ་ཟེར་མི་ཅིག་ ཚ་ལུང་ན་གཡུས་ཀྱི་མགུ་ལུ་ཡོད་པའི་  
བྱི་སྤྱིང་རི་ཁར་ཚོ་མཚམས་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཡར་མར་རྒྱགས་སྐལ་བཀའ་མི་ མཚམས་གཡོགས་ལུག་  
གཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་མས། གྲུ་མ་གིས་ ལྷ་སྟེང་པ་ཅིན་ ལུག་གྲུར་སྐྱེ་རྒྱུ་སྟེ་ ལྷ་གི་རྒྱལ་རྩུང་འདི་བཀའ་  
བཏང་མ་ད་ ལུག་འདི་གིས་ གྲུ་མའི་གཟིམ་རྩུང་གྲུང་ས་ཁང་འགྲོལ་ད་ གཟིམ་རྩུང་ནང་སྤོད་མི་རྒྱ་གིས་ཡང་ ལྷ་  
སྟེང་པ་ཨིན་མས་ཤེས་ཏེ་ ལྷ་འདེགས་ཏེ་བཀའ་མི་འདི་ ལུག་དེ་གིས་འབག་སྟེ་ མཚམས་ཁང་ནང་བཀའ་དོ་  
ཡོད་པ་མས། དེ་བརྒམ་སྟེ་ ལུ་མ་དང་ཕྱེ་འདི་རྒྱ་སྟེང་པའི་སྐབས་སུ་ དེ་སྟེ་མཚན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཚར་

ཅིག་འབདམ་ད་ ལུག་འདི་རྒྱལ་སྐྱེལ་ལེན་པར་འགྱུ་བའི་ལམ་ཁར་བསད་དཔ་ལས་ རྣམ་གཤིས་ ང་གི་ད་ལྟོ་  
 ཚུན་ཚོད་ ག་ལུ་ཡང་ལཱ་ངན་འབད་ནི་པར་བཞག་ མཚོ་བསམ་ངན་པ་ཙམ་ཡང་བཏང་བཏང་མེད་ ཨིན་རུང་  
 དེ་གི་མཚམས་གཤམ་ལུག་ མཚོ་མེད་སེམས་ཙན་འདི་ མི་ངན་ཚུ་གིས་བསད་ད་འདུག་ཟེར་ དགོངས་མ་ཁྲེལ་  
 ཏེ་ ཞེ་སྤང་ལངས་ཏེ་ བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་བཏང་མ་ཅིག་ བྱི་སྤྱིང་རི་མཚམས་ཁང་གི་པར་ལོགས་ རྒྱ་སྤོང་ཐང་  
 གི་བདུད་མོ་འདི་གིས་ ཏེ་མ་ལས་ར་ རྣམ་འདི་ལུ་ བར་ཆད་ག་དེ་སྤེ་རྒྱལ་བྱུག་ཟེར་ གནས་སྐབས་འཚོལ་མ་  
 འཚོལ་ས་ཡོད་པ་ལས་ མོ་གི་ཟག་བཙས་གྱི་མངོན་ཤེས་གྱིས་ ད་རིས་འབད་ན་ ཚགས་ཁར་རྒྱུད་ཅི་ཟེར་ ཨོམ་  
 རྩོག་འབག་ གཡག་ཤ་རྒྱུང་ག་ཅིག་འབག་སྤེ་ རྣམ་འབད་སར་བཙར་ཞིན་མ་ལས་ དགོངས་མ་ཁྲེལ་ཟེར་  
 གསོལ་འདེབས་ལུ་བའི་རྩོལ་གྱིས་རྣམ་ལུ་དང་པ་ ཨོམ་བཞེས་བཅུག་ དེ་ལས་དམར་ཤ་བཞེས་ཟེར་ གཡག་  
 ཤ་བྱངས། དེ་ལས་ མོ་དང་ཡང་ལུས་འབྲེལ་འབབ་དགོཔ་སྤེ་ལུ་མ་བཞེས་ཏེ་ རྣམ་གཤིས་དམར་ཤ་བཞེས་པ་མ་  
 ཚད་ མོ་དང་ལུས་འབྲེལ་ཡང་འབབ་ལས་ དེའི་ནངས་པ་ལས་ ལྷུང་གཞི་ཐེབས་ཏེ་བཤགས་སོང་ལུག།  
 རྣམ་དེ་ ཚེ་མཚམས་པ་ཅིག་ཨིན་རུང་ མཐའ་མར་བདུད་མོའི་གཤོ་འཕྲུལ་གྱིས་ བྱང་རྒྱལ་སེམས་བཏང་མ་  
 ལས་བརྟེན་ ཞིང་བཤགས་པ་ཅིག་ ལུང་ཕྱོགས་འདི་ནང་ བཙན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལེན་པ་ད་ ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་ རྟོགས་ལཱ་ཉི་ལྗེ་ཡེ་ཤེས། འབྲུག་ཆེན་པག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ ཞབས་རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་རྣམ་ཚུ་གིས་དམ་  
 ལ་བཏགས་ཏེ་ ལུང་ཕྱོགས་འདིའི་གནས་བདག་སྤེ་བསྐྱོ་བཞག་མཛད་ལུག།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

དངོས་གྲུབ་བཙན་གྱི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

མགོན་མ་ཚེ་རིང་། ཚ་ལུང་ན་གི་ཚོགས་པ།

༤ བྲལ་བཅུ་བཙམ་

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	བྲལ་བཅུ་བཙམ་
ས་གནས།	ལ་ས་ལ།
གཡུས།	ལ་ས་ལ།
བསྟེན་མི།	ལ་ས་ལ་གི་ ལྷ་ ༩༠ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱལ་པ།

གནས་ཁང་།

ལ་ས་ལ་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ལས་ སྤུན་ཚོགས་སྤྱི་འགྲུ་སའི་གཞུང་ལམ་ལ་ ཀི་ལོ་མི་ཏར་ ༡༠ དེ་ཅིག་ ལ་ས་ བྲལ་བཅུ་སློབ་གྲུ་ལྷག་ལས་ཡར་ ཀི་ལོ་མི་ཏར་ ༢ གཉིས་ཀྱི་ས་ཁར་འདུག། དེ་ཡང་ ཉེ་མ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༩ ལུ་ བོད་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་ནག་གིས་དབང་བའི་ཤུལ་མ་ བོད་མི་མང་རབས་ཅིག་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་སྐྱབས་ འཚོལ་བར་འོངསམ་ལས་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་གསུམ་པ་མཚོག་གིས་བྲུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་ རྗེས་སུ་བཟུང་ རྟེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་ཐད་མ་ཐད་ལ་ལས་པར་ གཞིས་བཅགས་ནི་གི་ས་དང་ལག་ཆེ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ གསོལ་རས་གནང་མི་ནང་གསེས་ཅིག་ ལ་ས་ལ་ལྷ་ཁང་གཞིས་ཆགས་འདི་ཡིན་མས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༤༢ ལྷོ་ ཆ་ལུ་ སྐྱབས་བཙུན་བའི་གཞིས་གསར་པ་ཆགས་པ་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷ་ཁང་ཐོག་གཅིག་མ་ མཐའ་སྐྱོར་གྱི་ ཤག་དང་ནང་ཉེན་ཚོས་ལོངས་སྤྱུལ་གསུམ་གྱི་ སྤྱི་འབྲུ་དང་བཅས་བཞེངས་གནང་ལུག། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༩ ལུ་ གཞུང་གྲྭ་ཚང་གིས་བྲམ་གཅིག་ཡང་གསར་བསྐྱོས་གནང་མ་བཞིན་ཏུ་ ད་རེས་བྲམ་སྐྱེལ་བཟང་ལྷ་བ་གིས་འགོ་ འདྲན་ཐོག་ ལྷ་ཁང་འདི་བཞིགས་ཏེ་ གསར་བཞེངས་འབད་ནི་དོན་ལས་ གཞུང་ལས་མ་དདུལ་ ༡,༢༠, ༠༠༠/ (འབྲུམ་བཙུན་བཙུན་) ཐོབ་སྟེ་ད་ལྟོ་ཉམས་གསོ་ལུ་བའི་བསྐྱེད་ར་འདུག། དེ་ཆེན་བྲུག་དེ་འོད་ཟེར་ འབར་བའི་གྲོང་ནས་ ལྷ་ཁང་གཞུང་ལས་ཡས་ཡས་ཁང་མཚན་ཉིད་ ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ འདི་ བྲལ་བཅུ་བཙམ་གྱི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།



ལ་ས་ལ་ ལྷ་ཁང་རྗེས་འགོག་གི་ གསར་བཞེངས་གནང་མི་བསྐྱར་གི་མཐོང་སྣང་།



**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སྐྱེ་སྐྱོང་སྐྱེ་མའི་ནུམ་པོའ་ཐབས་ཤེས་ དག་འདུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཆེན་རྩོ་རྩེ་དག་འཛུམས་ནི་ སྐྱེ་མདོག་པར་རྩ་  
གའི་གཟི་བརྗིད་ཉི་མ་འབྱུང་ལས་འོད་ཟེར་འབར་བ། དབྱུ་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕོག་ལྷ་གསོལ་ཞིང་ ཕྱག་གཡམས་  
འདོད་དག་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུ་བསམ་འཕེལ་འཛིན་པ། གཡོན་འཕྲིན་ལས་ནུམ་བཞི་སྐྱབ་པའི་བ་དན་འཕྱར་བ།  
སྐྱེ་གསུམ་དག་དང་གདོན་བགེགས་ལ་གཟིར་ནས་ སློག་ལྟར་འབྱུག་པ། འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྐྱེ་ལ་དར་གོས་  
སྐྱ་ཚོགས་གསོལ་ཞིང་ ཁྲོ་བའི་ཆས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ། གསང་བའི་སྐྱེ་མོ་ཕྱག་ན་མདའ་དར་དང་མེ་ལོང་  
བསྐྱམས་ནས་ དགོས་འདོད་འབད་མེད་སྐྱོལ་བ། དེའི་ཕྱི་རོལ་སྐྱེད་ཚལ་དུ་ ལྷ་མ་སྤིན་སྤེ་བརྒྱད་འཁོར་དང་  
བཅས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**དམ་བཞག།**

སྤིད་གསུམ་ཟིལ་གཞོན་ཨོ་རྒྱན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྩ་འབྱུང་གནས་གྱིས་ རྒྱང་སྤིད་ལྷ་སྤིན་ཐམས་ཅད་  
དམ་ལུ་བཏགས་པའི་སྐྱབས་ བཀའ་བཏགས་ཕྱག་རྒྱ་གཉེན་པོས་དམ་བཞག་གནང་མ་མ་ཚད་ མཐུ་ཆེན་ངག་  
དབང་ བདུད་འཛུམས་རྩོ་རྩེ་དང་ སྐྱབ་པའི་དབང་ཕྱག་གོང་མ་རྣམས་གྱིས་ བསྟན་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་  
སྤིད་སྐྱེད་དགོས་པའི་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚན།**

སྤྱིར་བཏང་ ཁ་ས་ཁའི་གཡུས་སློ་ནང་གི་ སྤྱང་པ་ ༧༠ ག་ར་གིས་ ལོ་དུས་གསོལ་མཚན་སྐྱེལ་བའི་སྐྱབས་  
གསོལ་མཚན་སྐྱེལ་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ དམིགས་བསལ་གྱི་ དུས་སྟོན་རྩིས་སྐོལ་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷན་པར་དཔལ་ལྷན་འབྱུག་པའི་ཚོས་སྤིད་ལུགས་གཉིས་གྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སློས་ཁ་ས་ཁའི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་གཞིས་ཆགས་ཏེ་སྤོད་མི། བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་  
རྣམས་གྱི་ལུས་གྱི་ན་ཚ་སེམས་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་དང་། ཆོ་སློག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ལོར་ཟས་  
གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་དང་། ས་རོལ་དག་དང་བགེགས་གྱི་འཚོ་བ་བརློག་པ་དང་། གནས་སྐྱབས་འཛིག་རྟེན་དུ་

ལོ་ལྷགས་ཉལ་ཏུ་ལེགས་ཤིང་། ཚར་རྒྱ་རྒྱས་སུ་འབེབས་པ་དང་། བད་མུག་འབྲུགས་སོགས་རྒྱན་ཆད་དེ། བདེ་  
སྲིད་རྫོགས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་མཐོ་རིས་དང་མཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གྲོགས་དང་  
དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨོན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

བཟང་ཅུ་བཙན་གྱི་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

བྲམ་སངས་རྒྱས་ལྷོ་བ། ལ་ས་ལ་ལྷ་ལང་གི་བྲམ།

ལ ལྷགས་ཀྱ་བཙམ་

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

ལྷགས་ཀྱ་བཙམ།

ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་དགོན་པ།

ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་དགོན་པ།

སི་སི་ན། སྤ་ཅེ་ལ། སྤྱང་གཞི། དག་བསྐྱེན་ལ། མཚོ་ཆེ་ལ། ཟངས་ལེགས་  
ལ། དགའ་སང་ ཚོ་གོང་མ་དང་ མཚོ་འོག་མ། དེ་ལས་ སྤ་རོ་ལས་ ཕུ་བོ་  
གཉིས་ཀྱིས་ཡང་དགོན་མཚོག་མཚོད་པར་འོང་ནི་འདུག།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་དགོན་པ་འདི་ མང་བསི་ལེ་ལ་ གཡུས་ཚན་གྱི་ལྷག་ལས་ སྤུམ་འཁོར་ནང་ཚུ་ཚོད་ ༡  
དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ ཤིང་གི་ཚང་ན་ སྤང་ཅིག་ནང་ཆགས་ཏེ་འདུག། དགོན་པ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༧༡༥ ཏུས་  
རབས་ ༡༥ པའི་རབ་བྱུང་ ༡༩ པའི་ནང་ གཏེར་སྟོན་འབྲུག་སྐྱོ་དོ་རྗེ་གིས་གདན་ས་བཅགས་ལུག། ལྷ་ཁང་  
འདི་ གཏེར་སྟོན་འབྲུག་དོ་རྗེའི་སྤྱིན་བདག་ མང་སི་སི་ལྷུག་མོ་གིས་རྒྱ་སྤྱང་གི་སྤྱིན་བདག་འབད་དེ་ བཞེངས་  
བཞེངས་མ་ཡིན་མ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ སི་སི་ལྷུག་མོ་གིས་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་འདུག། རམས་ཤིང་  
འཇིགས་རུང་ སྤྱི་གཡའ་བའི་ལྷགས་རི་ནག་པོ་མཚོན་ཅེ་ གི་གྲག་གཟིངས་པ་འདྲ་བའི་བྲག་རི་ལུན་པའི་མདོག་  
འཆང་ དཔངས་མཐོ་ཞིང་ རྒྱ་ཁྱོན་བསམ་ཡུལ་འདས་པའི་གནས་མཚོག་ཡང་བ་འདི་ནི་ སྤྱིང་རྗེ་དག་པོར་  
ཁོས་པའི་ཕུལ་འཆང་ སྟོབས་ལྡན་དག་བསྐྱེན་ཆེན་པོ་བཙམ་མོད་རྒྱལ་བའི་སྤོ་གོས་སྟེ་དཔུང་བཅས་པའི་གནས་  
ཁང་ཡིན་པས། ས་གོ་འདི་ནང་ལས་ རིན་ཆེན་བཞི་པ་ ལྷགས་ཀྱི་གཏེར་རྗོགས་ནི་མེད་པ་ལེ་ག་འཐོན་མ་ལས་  
གནས་བདག་གི་མིང་ཡང་ལྷགས་ཀྱ་བཙམ་ཟེར་ཐོགས་ལུག།



ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་དགོན་པའི་མཚོང་སྤང་།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

སྣང་རྗེ་དྲག་པོར་ཁོས་པའི་རྩལ་འཆང་སྟོབས་ལྡན་དགེ་བསྟེན་ཆེན་པོ་      བཙམ་ཚོད་རྒྱལ་བའི་སློ་གོས་ནི་ལྟའི་  
 དབང་པོ་      བརྒྱ་བྱིན་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་གཡུལ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་      དཔའ་བོའི་གོ་ཁབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་རྒྱན་ཏེ་རྩེ་  
 འཕྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཟིལ་མཚུངས་པ་མེད་པ་དང་བཙས་ཏེ་      ཕྱག་གཡུལ་པ་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་པའི་  
 དག་བགོགས་འགྲུགས་པའི་ཞགས་པ་དང་      གཡོན་པས་དམ་ཉམས་ཀྱི་སྟོག་སྣང་ཞལ་དུ་བསྟབས་ནས་བཞུགས་  
 པའོ།།



ལྷགས་ཀྱ་བཙན་གྱི་སྐུ་པར།

**གསོལ་མཚོད།**

སྦྱིར་བཏང་ཁང་བསི་ལེ་ལ་ སི་སི་ན། སྤྲ་ཚེ་ལ། སྦྱངས་གཞི། དག་བསྟེན་ལ། མཚོ་ཆེ་ལ། ཟངས་ལེགས་ལ།  
དགའ་སང་ ཚོ་གོང་མ་དང་ མཚོ་འོག་མ། ལོ་ལྟར་གྱི་ཚོ་གུ་གཏང་པའི་སྐབས་སྐྱུ་རྒྱུང་གཏང་དགོཔ་འདུག། དེ་  
ལས་སྤྲོ་ལས་ ཚུ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་ཡང་ ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་ལུ་ དཀོན་མཚོག་མཚོད་པར་འོང་ནི་འདུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟེན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷན་པར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
བསྟེན་པ་དང་། ཡང་སྦྱོས་སྦྱངས་གཞི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནང་སྡོད་མི། བསྟེན་པའི་སྦྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་  
ན་ཚ་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྡུལ་ཞི་བ་དང་། ཚོ་སྦྱོག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ཚོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་  
དང་། ས་རོལ་དགའ་དང་བཞེགས་ཀྱིས་འཚོ་བ་བསྐྱོག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་དུ་ལོ་ཕྱུགས་ཉག་ཏུ་  
ལེགས་ཤིང་། ཆར་རྒྱུ་དུས་སུ་འབེབས་པ་དང་། རན་སྤྱུག་འབྲུགས་སོགས་རྒྱུན་ཆད་དེ། བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྷན་  
གྱི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གྲོགས་དང་དཔུང་གཉེན་  
མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ལུགས་ཀྱི་བཙའ་བྱི་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ།  
དད་པའི་ས་བོན། ཀེ་ཨེམ་གྱི།

**འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།**

དབང་ལྷུག། ད་ལྟོ་ཁང་སི་སི་ལུག་མོའི་ཁྱིམ་ནང་གི་བུ་བརྒྱུད།

༡ ཤིང་ཀ་བཙན་ཚོད་སྟོབས་ལྡན་ཆེན་པོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཤིང་ཀ་བཙན་ཚོད་སྟོབས་ལྡན་ཆེན་པོ།

ས་གནས།

སི་སི་ན།

གཡུས།

སྤངས་གཞི།

བསྟེན་མི།

སྤངས་གཞི་གུང་པ་ ༡༢ གིས་གསོལ་མཚོད་སྟུལ་ཤིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤངས་གཞི་གཡུས་སྟོང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ལས་ཕུན་ཚོགས་སྤིང་སྤུམ་འཁོར་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་ ཀའ་མི་  
འར་ ༡༥ གིས་ཁ་ སྤྲད་མང་ཆེད་འོག་ སི་སི་ན་སྤྱི་འོག་ ལམ་ལྷག་བྱ་ཞིང་དང་སྤངས་ཐང་གི་སྤྱུག་ལུ་  
གཡུས་ཚན་ཉམས་དགའ་ཉོག་འདི་ཡིན་མས། གནས་བདག་ཤིང་ཀ་བཙན་ཚོད་ཀྱི་གནས་ཁང་འདི་ སྤངས་  
གཞི་གཡུས་ཚན་ལས་ ཁ་བྱང་གི་ཕྱོགས་དོས་རྒྱང་གང་དེ་ཅིག་གིས་ཁར་ཀ་ཤིང་གི་རྩ་བར་འདུག། རང་སྤངས་  
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕུན་སྤུམ་དཔལ་དང་ལྡན་པའི་དཔག་བསམ་གྱི་སྟོན་ཤིང་དང་སྤངས་ཐང་ཡངས་པའི་སྤྱུག་ལུ་  
ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་བདུད་རྩི་ཆུ་བོ་ དལ་གྱིས་བབས་པའི་གནས་མཚོག་དམ་པ་དེར་ རིན་པོ་ཆེ་སྤྲ་  
ལྷ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ གཞུང་ཡས་ཁང་གི་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་མས།



ཕོ་ལྷ་ཤིང་ཀ་གཉེར་བདག་བཙན་མོད་སྟོབས་ལྷན་གྱི་གནས་ཁང་གི་པར།



**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཕོ་ལྷ་ཤིང་ཀ་བཙན་ཚོད་གཏེར་བདག་སྟོབས་ལྡན་ཚེན་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་ཟླ་བའི་མདོག་ལྟར་དཀར་བའི་མདངས་  
ཅན། ཕྱག་གཡས་དར་དཀར་གྱི་རྒྱལ་མཚན་འཛིན་པ་ གཡོན་དགོས་འདོད་འབད་མེད་དུ་སྦྱོལ་བའི་ ཡིད་  
བཞིན་གྱི་ཉོར་བུ་བསྐྱམས་པ། སྟོབས་ལྡན་རླུང་གི་འཁྲུགས་ཅན་ཏྲ་དཀར་ལ་ཆིབས་ནས་བཞུགས་པ། དེའི་མཐའ་  
སྐོར་དུ་མངོས་སྐྱག་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པའི་སྐྱོན་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐོར་ནས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱལ་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཚེན་པོ་པརླ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ བཀའ་བཏགས་ཕྱག་རྒྱ་གཉན་པོས་དམ་བཞག་གནང་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་འབྲུག་སྐྱེམ་ཡབ་སྲས་དང་ ཚོས་རྗེ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་ མཐུ་ཚེན་དག་  
དབང་བདུད་འཛོམས་རོ་རྗེ་དང་ རྒྱབ་པའི་དབང་ཕྱག་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་  
སྲིད་སྲུང་དགོས་པའི་དམ་བཞག་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་སྲུངས་གཞི་གཡུས་སྒྲིའི་ གྲུང་པ་ ༡༤ གར་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་  
གཏོར་གཡུ་ལུ་བཙུགས་ཏེ་ གཏང་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད། ལོ་ལྟར་བཞིན་རང་ལྷ་ ༡ པའི་ཚོས་ ༡༡ ལུ་ཅ་པོ་  
སྐོར་རྒྱབ་འབད་དེ་ གནས་ཁང་ནང་གསོལ་ མཚོད་སྤུལ་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་ཁང་  
ནང་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་ གྲང་གཅིག་བསད་དེ་ དམར་ མཚོད་སྟེ་གཏང་དགོཔ་ཡིན་རུང་ བར་  
སྐབས་ཅིག་ལས་ སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་དཀར་མཚོད་ལུ་བསྐྱུར་དགོ་པའི་བཀའ་ཤོག་གནང་མ་ལས་  
འགོ་བཟུང་ གྲང་བསད་ནིའི་སོལ་འདི་རྒྱུན་བཙུག་ཏུ་གྱུ་ ད་ལེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ ལྷམ་ ༡ པའི་ཚོས་  
༡༡ ལུ་སྐྱེམ་ཚོས་པ་གནས་སྐབས་སྤྱི་གཞི་ དུང་ཆ་འབྲོང་མ་སྟེ་ལྷུ་ སྐབས་མ་སྤྱི་གཞི་ ལྷམ་ཅིག་ལུ་ཞུ་ཞུ་ལས་  
གནས་ཁང་གི་ཀ་ཤིང་ཅུ་བར་ རྗེའི་གཏོར་མ་ཡོད་ས་ལུ་ མཚོད་དང་ཚོགས་བཤམ་སྟེ་ ལྷ་བསངས་གཏང་  
གནས་པོ་ལུ་གསོལ་ཁ་སྤུལ་ཨིན་མས། དེ་གི་སྐབས་ གནས་པོ་མཚོད་མི་ཅུ་བོ་སྐོར་རྒྱབ་པོག་མི་འདི་གིས་  
ཉེ་མ་ལས་གནས་པོའི་ཆང་ཕུད་བཙོ་མི་འདི་ གནས་ཁང་ནང་འབག་འོང་ ཤ་ཕུད་ཉོ་སྟེ་ཚོགས་ཤམ་གོ་དེ་ཁར་  
བཙོ། ར་བསྐོལ། ཚོད་མ་བཙོ་སྟེ་བཞག་དགོཔ་འདུག། ཁོང་ར་གཡུས་སྐོར་གི་མི་རྒྱ་ སྟོར་གིས་བཙུང་

འབག་འོང་ཞིན་ལས་ གནས་པོ་མཚོད་ཚར་བའི་ཤུལ་ལུ་ སླམ་ཚོས་པ་ལུ་གསོལ་ཚོགས་བྱང་། ཁོང་ར་ཚ་བྱབ་  
ཡང་ཟ། ར་དང་ཚང་ལུ་སྦྱོད། ཟུ་གར་གཞས་སྒོར་དང་བཅས་པ་སྟེ་མཚོད་པའི་སྟོལ་འདུག།

**བསྟན་པའི་པན་པ།**

སྦྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཚེ་དང་། བྱད་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་གྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སྒོས་སྤངས་གཞི་ཡུལ་ཚུགས་འདི་ནང་སྟོད་མི། བསྟན་པའི་སྦྱིན་བདག་རྣམས་གྱི་ལུས་གྱི་  
ན་ཚ་སེམས་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་དང་། ཚེ་སྟོག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ལོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་  
དང་། ས་རོལ་དག་དང་བགོགས་གྱི་འཚོ་བ་བརྒྱུག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་དུ་ལོ་ཕྱུགས་ཉག་དུ་  
ལེགས་ཤིང་། ཚར་རྒྱུ་དུས་སུ་འབེབས་པ་དང་། བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྷན་  
གྱི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་ མཐོ་རིས་དང་མཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གྲོགས་དང་དཔུང་གཉེན་  
མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ཤིང་ཀ་གཏེར་བདག་སྟོབས་ལྷན་ཚེན་པའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

གནག་ལྟོས། སྤངས་གཞི་གཡུས་སྒོ་ནང་གི་ ལོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

༩ ཨ་ཙམ་དམར་པོ།

གནད་དོན་བརྟན་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ཨ་ཙམ་དམར་པོ།
ས་གནས།	ཙུང་རྒྱང་།
གཡུས།	ཙུང་རྒྱང་།
བསྟེན་མི།	ཙུང་རྒྱང་ དེའི་མཐའ་རྒྱོད་ལུ་སྟོད་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཙུང་རྒྱང་ལྷ་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ལས་ཕུན་ཚོགས་སྒྲིང་སྐྱམ་འཁོར་བདའ་འགྲོལ་ད་ རྣམ་སྲས་སྒྲིང་གཡུས་ཀྱི་  
 སར་གི་ལོགས་ མང་དྲང་ལོགས་ཁ་གཡུས་ཀྱི་མགུ་ལུ་ སྟོ་ཉོག་ཙུང་ཁ་སྐྱབ་བཞག་བཞག་བ་བཟུམ་གྱི་མགུ་ལུ་  
 ཆགས་ཡོད་པ་ལས་ ལྷ་ཁང་གི་མིང་ཡང་ ཙུང་རྒྱང་ལྷ་ཁང་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་བྱུག། ལྷ་ཁང་འདི་ དུས་  
 རབས་ ཞུ་ པའི་ནང་ ལྷ་མ་གནས་རྟེན་པ་གིས་ གདན་ས་བཏབ་གནང་གནང་མ་ཡིན་མས། རང་སྣང་  
 འགགས་མེད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ས་གཞི་ཡངས་པ་ཆེན་པོའི་དབུས་སུ་ རི་པོ་ཚང་ཚང་ལྷོན་ཤིང་རྐྱེད་ཚལ་སྐྱོ་  
 ཚོགས་དང་བདུད་ཅི་ཚུ་མིག་ཞེ་ཞེ་གསིང་སྤང་ལྷོངས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་གཞིར། ཕུན་ཚོགས་རང་བཞིན་གཡུ་བྲག་  
 བརྐྱེས་པའི་པོ་བྲང་ཆེན་པོ་དེ་ པོ་ལྷ་ཨ་ཙམ་དམར་པོའི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།



ཚུ་སྐད་ལྷ་ཁང་།

# ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོད་གི་ཕྱག་མཚན།

ཚ་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་གཟི་བུ་བཞིན་གྱི་མཐུ་དཔལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པའི་ རོ་བོ་སྟོབས་ལྡན་པ་དང་དབང་གི་ལྷ་  
 ཚོགས་བྲེགས་པའི་སྟེ་དཔོན་ཆེན་པོ་ དགོ་བསྟེན་ཨ་ཙམ་དམར་པོ་ནི་ སྐྱེ་མཛོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ལྟར་དམར་  
 ཞིང་ ཉི་མ་འབྲུམ་གྱི་གཟི་བུ་བཞིན་དང་ལྡན་པ་ཚོ་ཞིང་གཏུམ་པའི་ཆ་ལུགས་ཅན་ ལྷུང་མཚོགས་གྱི་རྩལ་དང་ལྡན་  
 པའི་ཉ་དམར་ལ་ཆེབས་པ། སྐྱེ་ལ་དོ་རྗེའི་གོ་ཁབ་གསོལ་ཞིང་དར་གྱི་ན་བཟའ་ལྷུང་ལྷུང་ཏུ་གསོལ་བ། ཕྱག་  
 གཡས་པ་ལུ་ ཏུག་པའི་སྐྱེལ་ཞགས་འཛིན་ནས་མ་རུངས་ཉམས་པའི་ཚོགས་རྣམས་ལ་ མཛེ་ནད་བཙོ་བརྒྱད་ལ་  
 འབྱེད་ཅིང་། ཕྱག་གཡོན་ལྷུང་གྲོག་གི་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ནས་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་ལས་མཛད་པ། ལྷུང་ལ་འགར་  
 སྟོག་གི་བདག་པོ་བུ་ཉར་དང་། ཟབ་མོ་གཏར་གྱི་ཆེན་པོ་དམ་ཐིག་ལེ་རྩལ། བདུད་གྱི་རྗེ་བོ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 སྐྱེའི་བཀོད་པ་སྐྱེ་ཚོགས་སུ་སྟོན་ཅིང་། ལྷུང་འཇུགས་མ་འཁྲིལ་བའི་དབྱུང་ན་བཞུགས་པ། དེའི་འཁོར་ཏུ་བཙོན་  
 དམར་འབྲུམ་སྟེའི་ཚོགས་དང་། ཡང་འཁོར་སྐྱེལ་པའི་ལྷ་མ་སྲིན་བྲེགས་པའི་ཚོགས་གྲོག་ལྷུང་ལྷུང་བའི་ རྩེ་  
 འབྲུལ་གྱི་ལུགས་འཆང་ནས་འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞིའི་ལས་མཛད་ཅིང་ དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས་  
 དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་ཚོས་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་མཐའ་དག་སེལ་ཞིང་ བསམ་གཏན་གྱི་བྱོན་ཉལ་བ། ལྷན་ཏུ་  
 གནམ་གྱི་བཞན་པ་བྱ་བཟན་དམར་པོ་སྟེང་ཞིང་ཁྱི་དམར་ལོ་ལྟར་ལྷིད་པ། གཞན་ཡང་གཅན་གཟན་གཏུམ་དགུའི་  
 ཚོགས་སོ་སོའི་རུར་སྐྱོག་ཅིང་ མཐོང་ན་ འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་པར་བྱེད་པ་བསྟན་དག་ཉམས་པའི་སྟེང་ལ་  
 གཟིར་ནས་ཁམས་གསུམ་དབང་ཏུ་བསྐྱེས་པ་མཚོག་གི་རུས་པ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མས།



མོ་ལྷ་ཨ་ཙམ་དམར་པོ།

**དམ་བཞག།**

དུག་འཛིན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྟ་འབྲུང་གནས་དང་ ངག་དབང་བདུད་འཛམས་དོ་རྗེ་རྒྱལ་སྐུ་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ་  
བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱན་རླབས་སྤྱི་གསོད་དགོ་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་པས་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་  
གྱི་གོ་གསུམ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱུང་འདོད་འཕམ་སྤངས་དམ་བཅའ་ལྷུ་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་ ཅོ་ལུ་སྐྱང་གི་ལྷ་ཁང་ནང་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་ཁ་ལུ་སྤོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མཐའ་སྐོར་གྱི་གཡུས་ཚན་  
ཚུ་ ལོ་ལྷར་གྱི་ཚོ་གྲུ་གཏང་བའི་སྐབས་ གཏོར་གྲལ་ལུ་བཅུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚོད་ལུ་སྤོལ་ཡོད་པ་མ་  
གཏོགས་ དམིགས་བསལ་གྱི་ རུས་སྟོན་སོགས་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྒྱུད་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སྐོས་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞི་བ་དང་། ཚོ་  
སློག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ལོ་ཟུང་གསུམ་དབང་རུ་འདུ་བ་དང་། ས་རོལ་དགྲ་དང་བགོགས་ཀྱིས་  
འཚོ་བ་བསྐྱོག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་རུ་ལོ་སྤྱུགས་རྟག་རུ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་རྒྱུ་རུས་སུ་འབེབས་པ་  
དང་། བདེ་སྤྱིད་འབྲུགས་སོགས་རྒྱུ་ཚད་དེ། བདེ་སྤྱིད་རྗེས་སྤྱོད་ཀྱི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་  
མཐོ་རིས་དང་མཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གོ་གསུམ་དང་དཔུང་གཉེན་མཚན་པ་ཨིན་མས། མ་མཉེས་ན་ ལོ་  
ཐོག་ལུ་གཅན་གཅན་གྱི་གཞོན་པ་འོངམ་ཨིན་མས།

**རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

པོ་ལྷ་ཨ་ཙོག་དམར་པོའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།  
དད་པའི་ས་བོན། ཀེ་ཨེམ་གྱི།  
འདྲི་བསྟན་འབད་ས།  
སངས་རྒྱུས་དབང་འདུས། ཅོ་ལུ་སྐྱང་གི་ལྷ་ཁང་།

# སྲིས་རྗེད་འོག། (༡)

## ༡ ཚེ་རིང་མ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཚེ་རིང་མ།

ས་གནས།

ཇོ་མོ་གླུ་རི།

གཡུས།

ཇོ་མོ་གླུ་རི།

བསྟེན་མི།

ཇོ་མོ་གླུ་རི་ལྷ་ཁང་དང་ འོ་ར་གཞིས་སྟོད་མི།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཉི་མ་ལ་ཡའི་གངས་རི་རྒྱ་ལས་ སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་གངས་ཚེན་ཇོ་མོ་གླུ་རི་ཟེར་མི་འདི་ རྒྱ་མཚོའི་ལ་ལས་  
མཐོ་ཚད་མི་ཉེར་ ༥༣༥༤ གིས་མཐོལ་ལས་ གནས་བྱུར་དགུན་མེད་པར་ ལམ་ཆགས་པའི་བསྐྱེད་པའི་གངས་  
རི་སྟེ་ འབྲུག་དང་བོད་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚམས་ ཐིམ་ཕུ་དང་སྤོ་རོ་ རྫོང་ལག་གཉིས་ཀྱི་བྱང་ལ་བྱུག་ལུ་ཡོད། དེ་  
ཡང་ འབྲུག་གི་ལ་གཏམ་ནང་ ས་གངས་ཀྱི་ཇོ་མོ་གླུ་རི་འདི། འབྲུག་ལས་བལྟ་ན་བོད་བཅར་བས། བོད་ལས་  
བལྟ་ན་འབྲུག་བཅར་བས། བོད་འབྲུག་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚམས་ལུ། རྩི་ལུས་ཀྱིས་གཡོ་གཡོལ་བོད་གཡོ་  
རུང་། འན་སེམས་ཀྱི་དག་སྣང་སྟོ་ལུ་དཀར། ཟེར་སྐབ་སྟོ་ལ་ཡོད་པ་བཟུམ་



ཇོ་མོ་གླུ་རི་གངས།



གངས་ཀྱི་སྤྱི་ཉེན་པོ་དེ་ལྟར་ བཀའ་སྲུ་ཅིག་ཡོད་རུང་ གངས་དེ་ལས་འབབ་པའི་དོན་སྲུབ་ འབྲུག་ལུ་ཐོབ་སྟེ་  
 ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གངས་རི་དེ་གི་གཡོན་ཁ་ཐུག་ལས་འབབ་མི་ སྤོ་གཙང་ཚུ་གིས་ སྤོ་ལུང་པའི་སོ་ནམ་  
 དང་ ཚུ་ཁ་དང་དར་ལའི་སློབ་མེ་འཕུལ་ཁང་གི་ལུ་ལུ་ བན་རྒྱ་ཆེས་མ་ཚད་ གཡམས་ཁ་ཐུག་ལས་ སློ་མོ་  
 བརྒྱུད་དེ་འབབ་མི་གི་ཨ་མོ་ཚུ་འདི་ཡང་ སྤོ་ཚོགས་སྤྱིང་ལས་མར་ ཉོར་ས་གཙང་ཚུ་སྟེ་འབབ་སྟེ་མན་  
 ཐོགས་པ་ཨོན། གངས་རི་འདི་ ལྷ་མོ་ཚོ་རིང་མ་སྤྱན་མཚེད་ལུ་ཡོད་མི་ལས་ གཙོ་མོ་ཚོ་རིང་མའི་གནས་ཁང་སྟེ་  
 བཙོ་སྟེ་ མིང་ལུ་ཡང་ཚོ་མོ་ལྷ་རི་ཟེར་ཞུ་ཨོན།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་གཞིའི་སྐྱུག་ལུ་ པོ་ལས་མེ་ཉོག་པར་འདབ་མ་འབྲུམ་དང་ལྷན་པའི་སྟེ་བ་ལུ་  
 སྟེ་དཀར་མོ་ལ་ཆེབས་པའི་ཚོ་མོ་བཀྲིས་ཚོ་རིང་མ་སྐྱུ་མདོག་དཀར་མོ་ ཕྱག་གཡམས་པ་གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་ཅེ་དགུ་  
 པ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་ གཡོན་འཆི་མེད་ཚེའི་བུམ་པ་འཛིན་པ། གཟུགས་མཛེས་ཤིང་བལྟ་ན་སྐྱུག་པ་ ལྷའི་  
 བུ་མོ་ལོ་བཅུ་དུག་ལོན་པའི་ལང་ཚོ་དང་ལྷན་ཞིང་། དབུ་སྐྱུ་མཐོན་མཐིང་ལྷས་མ་རྒྱབ་དུ་འཕྱར་ཞིང་བཅིང་སྟེ་  
 ཡོད་པའི་ཟུར་ཕྱད་གུར་ ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུའི་རྒྱུ་ཆ་གིས་བརྒྱན་པ། གསེར་དང་ལྷན་ལའི་འཕྲེང་བའི་སྤྱན་  
 རྒྱན་དང་། དར་གྱི་ཚོད་པན་གཡོ་བ། འོར་བུའི་རྒྱུ་ གཟུབ་ཀོར་དང་། མགུལ་རྒྱན་དང་ ཕྱག་དང་ཞབས་  
 གསེར་གྱི་གཏུ་བུས་བརྒྱན་ཞིང་། ལྷ་ཉིག་གི་དོ་ཤལ་དང་ རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱུ་བཅིང་བསྐྱམས་པ། དར་དཀར་པོ་  
 ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྟོད་གོས་དང་ གཙོ་ལི་མེ་ (ལྷའི་གོས་) གིས་སྤྲད་གཡོགས་གསོལ་བ་ མཚར་སྐྱུག་ཡིད་དུ་  
 འོང་བའི་འཛོ་སྐྱེག་གི་ཉམས་དང་ལྷན་པས་འགྲིང་བ་ འཁོར་ལྷ་མ་སྤོན་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུའི་སྐྱུག་ལུ་བཞུགས་ཡོད་པ་  
 ཨོན་པས།



དམ་བཞག།

ཉེ་མ་དུར་ཁྲོད་སི་ཉལ་ཟེར་ས་ལུ་ སྐབ་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ་ཚུ་གིས་ བཀའ་རྒྱ་བཙན་བྱུགས་གནང་སྟེ་  
 སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་བེལ་གྱིས་གཞོན་ནས་ བཀའ་ཅི་གནང་བྱུག་ལུ་དགོ་པའི་དམ་བཞག་གནང་མ་དུ་ ལས་  
 གྲངས་སྤུལ་ནས་ རང་གི་སློག་ཡང་གྲོས་གཏང་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་ དེའི་རྗེས་འཇུག་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་སྦྱོང་མིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་ལུ་གྲགས། དེ་མ་ཚད་ དུས་རབས་༥ པའི་ནང་གུ་རྩ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ རྩོམ་ཆེ་རིང་  
 མ་ལུ་ སྦྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་། བསྟན་པ་འཛིན་མི་ སྦྱིས་བྱུང་མ་པ་ཚུ་ལུ་ སྦྱོང་སློགས་འབད་  
 དགོ་པ་དང་ སྦྱོས་སུ་ ཡུལ་ཕྱོགས་དེར་གནས་པའི་སྦྱི་སྦྱེ་འགོ་ཚུ་ལུ་ཡང་ མགོན་སྐབས་མཛད་དགོ་པ་སྟེ་བཀའ་  
 བསྟོད་དམ་བཞག་གནང་མ་ལས་ མི་ཚུ་གིས་ལྟ་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གངས་རི་དེ་ཡང་ གནས་ཚུ་ཅན་  
 ཅིག་སྟེ་བརྩིས་ཨིན་པས། གནས་དེ་ནང་ དུས་རབས་ ༡༡ པ་ནང་ རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་ (༡༠༩༠-༡༡༢༣)  
 དང་ དུས་རབས་ ༡༢ པའི་ནང་ རྒྱལ་བ་ལོ་རས་པ་ (༡༡༥༧-༡༢༥༠) ཕྱོན་ཏེ་ སྐྱབ་པ་གནང་མ་དུ་ རྩོམ་  
 ཆེ་རིང་མ་གིས་ བྱུག་ག་དེ་བྱུག་བྱུག་ལོད་པ་ལས་ ཉམས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་མ་ལས་བརྟེན་ ལུ་མ་ སྐབ་  
 ཐོབ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་ གྲམ་ཚོས་པ་ལེ་ཤ་ཅིག་རང་ དེ་ནང་སྐྱབ་པ་གནང་པར་བྱོན་ས་ཅིག་ཨིན་མས།  
 རྩོམ་ལྷ་རི་འདི་གི་ལྷོ་ཁ་བྱུག་ལུ་ རྒྱ་མཚོའི་ཁ་ལས་མཐོ་ཚད་མི་ཤར་ ༤༡༥༠ གི་ས་ཁར་ཡོད་པའི་ རྩོམ་ལྷ་རི་  
 ལྷ་ཁང་འདི་ ཐིམ་ཕུ་རྫོང་ཁག་ སྤྱིང་བཞི་དུང་ཁག་ སློས་རྟེན་འོག་ལུ་ཚུད་པ་ཨིན། ལྷ་ཁང་དེ་ཁར་འགྲོ་བ་  
 ཅིན་ སྤར་ལོ་འཛིག་ཟམ་པ་ལས་ཉིན་ལམ་གཉིས་འགོར་དོ་ཡོད་མི་འདི་ དོས་ལམ་འབད་བ་ཅིན་ ཉིན་ལམ་  
 གསུམ་གྱི་ཕྱིས་ཨིན་པས། རྩོམ་ལྷ་རི་ལུ་འགྲོ་མི་དང་ སྐྱབ་པ་གནང་པར་བྱོན་མི་ཚུ་ གནས་མཇལ་མི་ མང་  
 ཤོས་ར་ལྷ་ཁང་དེ་ནང་བཞུགས་པ་མ་ཚད་ རྩོམ་ལྷ་རི་གནས་ཚུ་ཡང་ ལྷ་ཁང་དེའི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ཡོད་པ་ཨིན།  
 ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་བར་ན་ འབྲུག་གི་གངས་རི་མཐོ་ཤོས་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ མི་ག་གིས་ཡང་འཛོགས་འཛོགས་པ་མེད་ནི་  
 འདི་གིས་ གངས་རི་ལུ་ གནས་པའི་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཚུ་ དེ་སྟེ་ར་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་ ཡུལ་སྤྱིངས་  
 གུན་ལུ་ བཀའ་ཤིས་དང་ལོ་ལེགས་ཀྱི་ཐོག་གནས་མི་འདི་ཡང་ རི་འདི་ལུ་ བཙོག་གི་བཙོག་མི་གི་ཉམས་གི་བཙོག་  
 ཤོར་བ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་པས།



ཚེ་རིང་མའི་སྐ་མཚོ།

ཚེ་རིང་མའི་སྤྱོད་མཚོ་འདི་ རྩོམ་ལྷ་རིའི་ལྷ་ཁང་ལས་ཡར་འགྲོལ་ད་ ཏུས་ཡུན་སྐར་མ་ ༤༠ རེ་ཅིག་ལུ་སྒྲིབ་པ་  
ཡིན། སྤྱོད་མཚོ་འདི་ རྒྱ་མཚོའི་ཁ་ལས་མཐོ་ཚད་མི་ ༤༤༥༠ གི་ས་ཁར་ཡོད་པའི་ཁར་ འདི་ཁ་ལུ་ལྷ་མོ་ཚོ་  
རིང་མའི་སྤྱོད་མཚོ་དང་མོ་བྲང་མཇལ་ནི་འདུག།

འདི་ཁ་ལས་གཡས་བསྐྱར་སྤྱོད་སྐར་མ་ ༣༠ རེ་ཅིག་འགྲོལ་ད་ གསེར་སྒོ་དུང་སྒོ་བཟེང་བའི་བྱག་གི་ནང་ལུ་ ཉེ་  
མ་རྒྱལ་བ་གོང་མ་རྒྱ་རྒྱལ་བ་གནང་བའི་རྒྱལ་ཕྱག་དང་། རྒྱལ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱུང་སངས་ས་སྤྱོད་འདུག། འདི་གི་མཐའ་  
བསྐྱར་ལུ་ཡོད་པའི་བྱག་འདི་རྒྱ་གུར་ ཡེ་ཤེས་པའི་རྒྱལ་དང་། མཁའ་འགྲོའི་གསང་ལམ་ མཁའ་འགྲོའི་བདེ་  
ཡིག་རང་བྱོན་རྒྱ་ མ་འབྲས་ལེ་ག་མཇལ་ནི་འདུག། གཡོན་རྩོད་ས་ལུ་ རྩོམ་གསོལ་མ་བཞེས་ས་ཡིན་བཟེང་བའི་  
རྒྱལ་ཕྱག་དང་ འདི་གི་འོག་ལུ་ རྩོམ་འདི་སྤྱོད་མཚོ་འདི་ག་སྤྱོད་ཀར་འབད་མི་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཚེ་རིང་མཚོད་ལྷ་ནི་ འོར་ལྷ་ཡིན་མ་ལས་ བྲང་བྱོགས་ནང་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྩེས་འཇུག་ སྤྱིར་བཏང་གིས་གསོལ་  
མཚོད་སྤུལ་སྒོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་ དཀར་བརྒྱུད་ཚོས་བརྒྱུད་འཛིན་མའི་གྲ་ཚང་དགོན་སྡེ་རྒྱ་ནང་  
ཉིན་ལྷར་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་བརྒྱུལ་སྤྱོད་ འཇིག་རྟེན་ཁྱིམ་པ་རྒྱ་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་ཚོ་གྲུ་  
གཏང་མ་ད་ འོར་ལྷ་རྣམ་སྲས་ཚེ་རིང་མ་བཟེང་གཏོར་མ་ཡང་ ལོགས་སུ་ཚོགས་སྤྱིག་བཀའ་བཞེངས་ ཕུན་ཚོགས་  
གཡང་གི་རྩེས་སྤྱོད་ལེགས་བཤམས་ཏེ་ ཚོ་གྲུ་གདངས་དབྱངས་ཉན་ཏོང་ཏོང་འབྲེན་ཏེ་ གཞན་དང་མ་འབྲས་  
སྤྱོད་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་འདུག། གཡུས་སྒོལ་ལུ་ཅིག་ནང་ འོར་ལྷ་རྣམ་སྲས་འདི་ བཞུགས་གནས་རི་རབ་  
ཀྱི་མཚམས་ལས་ གདན་འབྲེན་དགོས་ལས་ ཐག་རིང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ མི་འོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་  
གནང་ནི་ལུ་ མཚོགས་བྲག་མེད། ཚེ་རིང་མ་འབད་བ་ཅིན་ བཞུགས་གནས་ གདངས་དཀར་རྩོམ་ལྷ་རིའི་  
གདན་འབྲེན་ནི་འཇམ་མ་ཚད་ དངོས་གྲུབ་ཡང་ མཚོགས་པར་གནང་མ་ཡིན་པའི་བཤད་སྒོལ་འདུག། དེ་ལས་  
བརྟེན་ ཁྱིམ་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ ཚེ་རིང་མ་རྒྱུང་ག་ཅིག་ལུ་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སྒོལ་ཡང་འདུག།

**བསྐྱེད་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྤུང་ དཀོན་མཚོག་གི་དབྱེ་འཕལ་བསྐྱེད་པ་ སྤྱོད་མཚོ་བསྐྱེད་པ་ དགོ་འདུན་  
ཀྱི་སྤྱོད་སྤུང་བ་དང་། བྲང་པར་དུ་མགོན་སྤྱོད་འཚོལ་མི་རྒྱ་ ཚེ་རིང་ནད་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ། ཀྱང་བཞེད་དུང་

འགོ་འཕེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་    ཟས་ལོངས་སྤྱོད་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ།    མཁོ་དགུ་བང་མཚོད་ལོངས་ལ་  
སོགས་པའི་ ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཨིན་མས།  
དམིགས་བསལ་གྱིས་ བཀའ་ཚད་ལོག་པའི་ལོ་རྒྱུས་མེད་རུང་ རང་གིས་གསོལ་མཚོད་མ་ཕུལ་བ་ཅིན་ ཚོ་རིང་  
ནད་མེད་ཟས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་མ་ཐོབ་ལས་ ཚོ་སྐྱུང་བ་དང་ ནད་མང་བ་ ལུ་གེ་ལ་  
སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་འོང་བ་ནི་ ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་ཁྱད་ཚོས་ཨིན་ཟེར་ལྷ་ནི་ཨིན།

### རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།

ཚོ་རིང་མའི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

དད་པའི་ས་བོན།

### འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གྲུམ་བཙན་སྤྱོད་ས།    རོ་མོ་སྣ་རི་གྲུམ་སྤྱོད་བཞེས།

ཀ་མང་རྗེད་འོག། (༧)

༡ དག་བསྟེན་ཇག་པ་མེ་ལེན།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྟེན།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

དག་བསྟེན་ཇག་པ་མེ་ལེན།

ས་གནས།

བདེ་ཆེན་ཕུ།

གཡུས།

བདེ་ཆེན་ཕུ།

བསྟེན་མི།

གཙོ་བོ་ཀ་མང་རྗེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་སྲུང་མ་  
ཨིན་མ་ལས་ འབྲུག་མི་བརྒྱ་ཆ་ ༧༠ གིས་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་  
མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

འབྲུག་གི་རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ཁོམ་ལས་ བྱང་ཁ་ཕྱག་ལུ་ཆགས་ཡོད་མི་བདེ་ཆེན་ཚོས་གྲིང་ལས་ ལྷོང་ཕུ་ཤིང་  
དང་ཚེ་ཤིང་ མེ་ཉོག་ཚུ་གི་སྐྱུག་ལས་འགྲོམ་ད་ སྲུང་དང་ནགས་ཀྱི་མཚམས་ལུ་ སྤངས་གཤོང་ཅིག་ནང་ དག་  
བསྟེན་ཇག་པ་མེ་ལེན་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ཡོད་པ་ཨིན། ལྷག་པར་དུ་ བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་ས་གོ་འདི་ དཔོན་རས་  
དར་མའི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ འཕགས་པ་ཕྱགས་ཇེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་སྐྱུལ་ བ་ཇོ་འབྲུག་སྐོམ་ཞིག་པོ་མཚོག་  
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལ་ ཆིབས་ཁ་ལྷོ་ལུ་བསྐྱར་ཉེ་ རྒྱལ་ཡུམ་མ་གཅིག་ལབ་སྐོན་གྱི་རྣམ་སྐྱུལ་ མཁའ་འགོ་བསོད་  
ནམས་དཔལ་སྐོན་ལས་ དིགས་ཀྱི་གདུང་སྲས་འཁྲུངས་པའི་ནང་གསེས་ སྲས་དམ་པ་གིས་སྤྱོད་དང་ཉེ་མགོ་  
འབྲེལ་ཉེ་བསྐྱངས་པའི་སྐབས་ སྤོ་སྤྱང་དཀར་ལྷ་ཁང་དང་། ཐིམ་ཕུ་བདེ་ཆེན་ཕུ་ ར་མགུ་དགོན་པའི་སྐྱུབ་སྤེ་  
བརྟུགས་གནང་བྱུག། དེ་ལས་ ཁོ་རའི་གདུང་སྲས་ འབྲོག་ཀུན་བཟང་དོ་རྗེ་གདན་ས་སྐྱོང་མི་སྤེ་བསྐོས་གནང་  
ཞིན་མ་ལས་ ཡབ་དམ་པ་དགོངས་པ་རྗེས་མི་འབདམ་ད་ ཀུན་བཟང་དོ་རྗེ་གིས་མ་གཤགས་པར་ བཞུགས་  
དགོས་སྤེ་གསོལ་བཅུ་ལུ་ཕ་ ཡབ་ཀྱིས་ཚ་གྲང་མ་ལང་ ང་ལོག་སྤེ་ རྩོད་རའི་བུ་སྤེ་སྤེ་བ་ལེན་ཞི་ཨིན་ཟེར་  
ཞུ་ཆེས་གསུངས་བཞིན་དུ་ ཀུན་བཟང་དོ་རྗེའི་སྲས་སྤེ་འཁྲུངས་མ་ལས་བརྟེན་ མཚན་ཡང་ དམ་སྐྱུལ་སྤོ་

ལྷན་རྒྱལ་པོ་ཟེར་གསོལ་གནང་ཅུག། རིམ་གྱིས་དམ་སྤྱལ་སྒོ་ལྷན་རྒྱལ་པོ་བདེ་ཆེན་སྤྱད་གི་བླ་རབས་ ༣ པ་སྡེ་  
 བསྐོ་བཞག་གནང་ཞིན་མ་ལས་ དམ་སྤྱལ་མཚོག་གིས་ རབ་བྱུང་ ༤ པ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༣༥༤ ལུ་ འཕྲོག་སློབ་ཅི་  
 སྤུ་ལས་ འཇམ་དབྱངས་ཀུན་དགའ་སྡེ་བདེ་ཆེན་སྤྱད་ལུ་ གདན་འདྲེན་ལུ་བའི་སྐབས་ དགོ་བསྟེན་གྱིས་  
 གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ བསྐྱ་བ་མཛད་པའི་མཐའ་མ་ མི་ག་ར་གིས་མཐོང་ས་ལུ་ ད་ལྟོ་ལྟ་ཁང་གི་གདོང་  
 ཁར་ཡོད་པའི་ གནས་ཁང་གུ་བཞི་འདི་ནང་བཅིམ་ཡོད་པ་ལས་ ལུང་པའི་མིང་ཡང་བཅིམ་སུ་ཟེར་དར་བྱབ་སོང་  
 ཅུག།



དགོ་བསྟེན་ཇག་པ་མེ་ལེན།།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**  
 དཔལ་ཏྲ་མཚོག་རོལ་པའི་ཕྱགས་སྤྱལ་བཙན་མོད་ཆེན་པོ་འདིའི་ ཞལ་གྱི་མདོག་ནི་ དམར་པོ་ཁྲག་གི་མདོག་  
 ཅན་དང་ བསེ་ཁྲབ་དང་བསེ་ཚོག་གསོལ་བ་ཟེར་ རོར་བུ་བསི་ལི་རུའི་པགས་ཀོ་གིས་བཟོ་བའི་གོ་ཁྲབ་ དག་  
 ལི་དང་ཕྱགས་ལྷོ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་མདུང་གི་དར་དམར་པོ་གནམ་ལ་འཕྱར་ཞིང་ ཕྱག་གཡོན་པ་ལུ་



སྤྱིར་བརྟན་པ་སེམས་ཅན་ ལྷག་པར་དུ་ དཔལ་འབྱུག་པའི་བསྟན་མིང་ལུ་ གཞོན་པའི་དམ་ཉམས་དམ་པོའི་  
དོན་སྤྱིར་བཟུང་ནས་ ཞལ་ལུ་གསོལ་བ། སྤོང་གསུམ་ཡུད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་རྟ་དམར་རླུང་གི་བང་རྩལ་སེམས་  
ལྷར་མཚོགས་པ་ལུ་ཚིབས། དེའི་འཁོར་དུ་ དུམ་སྟན་མོ་གཅིག་དང་ དམ་ཉམས་ཀྱི་དམ་པོ་ཡུད་ཀྱིས་  
འགྲུགས་པར་བྱེད་པའི་ འགྲུགས་བྱེད་བཅོན་གྱི་བཤའ་པ། སྤོལ་བྱེད་བཅུད་ཀྱི་བཤའ་པ། སྟོག་གཅོད་གཤིན་  
རྗེའི་བཤའ་པ་སོགས་ འཁོར་བཤའ་པ་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ཏེ་བཞུགས་ཅུག།

**དམ་བཞག།**

བཅོན་ཚོད་ཚེན་པོ་འདི་ནི་ སྟོན་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྦྲར་ བཀའ་ཉན་ཅིང་བསྟན་པ་བསྐྱུང་བར་  
ཁས་སྐྱངས་པས་ གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཚེན་པོར་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ གསང་མཚན་དོ་རྗེ་དམ་འདུལ་མཚོགས་  
བྱེད་རྩལ་དུ་བཏགས། དེ་བཞིན་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་གིས་ བསྟན་པའི་སྤྱང་མར་འཕྲིན་བཅོལ་གནང་  
བ་མ་ཚད་ འཇམ་དབྱངས་ཀྱན་སེངྒེ་ལ་ རང་གཟུགས་བསྟན་ནས་ སྟོག་གི་སྤྱིར་པོ་སྤུལ་བ་ལྟར་ དགོ་བསྟེན་  
ཀྱི་སྟོམ་པ་གནང་ནས་ བསྟན་པའི་སྤྱང་མར་བཀོད་ཅུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ འབྲུག་ཚེན་དག་དབང་ཚོས་རྒྱལ།  
གཙུང་དག་གི་དབང་རྒྱལ་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ རྒྱ་མོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ དམ་ཚིག་གི་  
གཉེར་ཁ་གཏད་ནས་ བཀའི་པོ་ཉར་མངའ་གསོལ་གནང་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

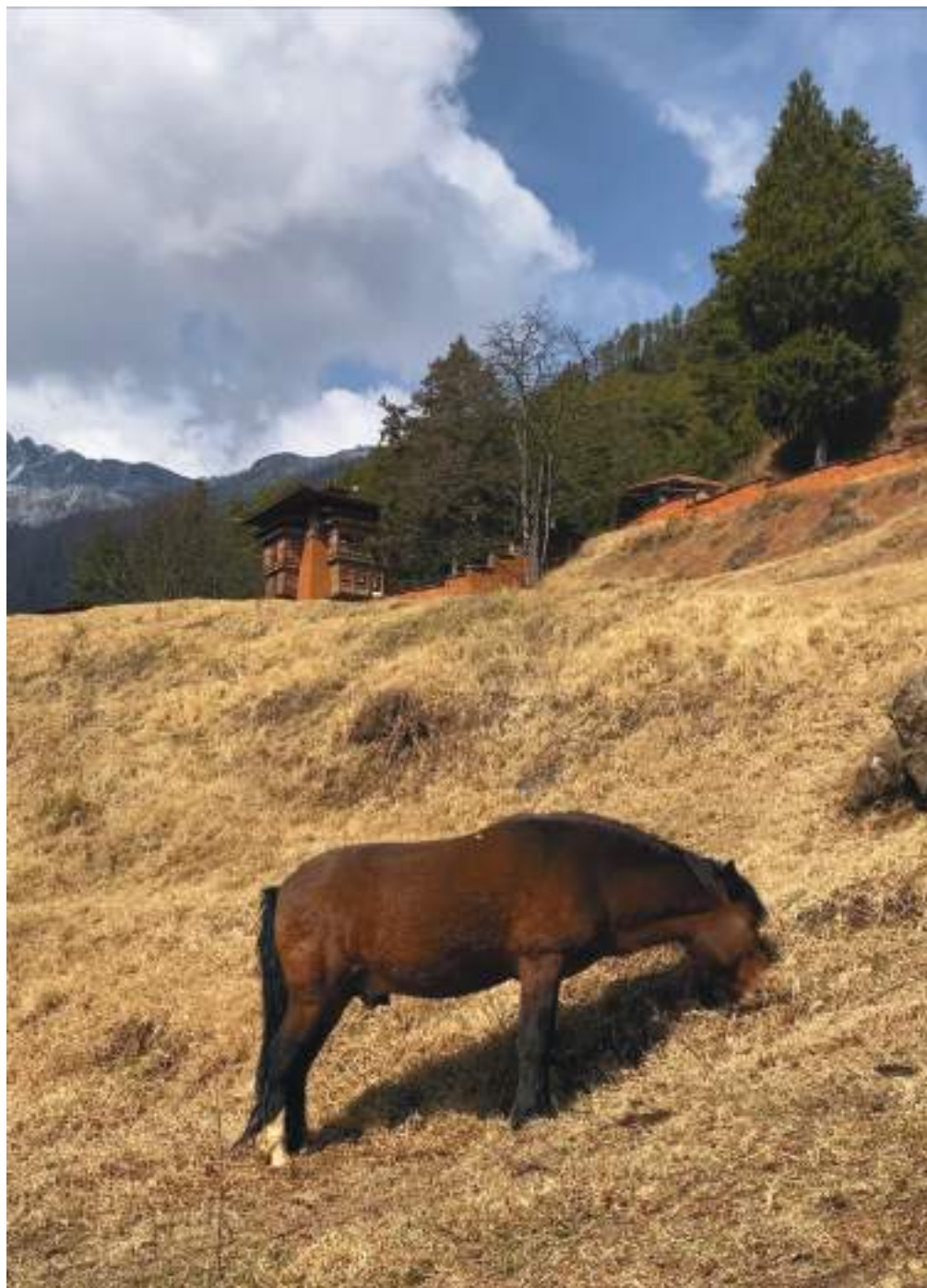
འབྲུག་པ་དཀར་བརྒྱད་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྟེན་ཚེན་རྩ་གིས་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མི་འབྲུག་  
པའི་མི་སེར་ བརྒྱ་ཆ་ ༩༠ དེ་ཅིག་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས། གཡུས་སྟོེ་འབད་བ་ཅིན་ ཕྱག་མདའ་སྐང་དང་  
བདེ་ཚེན་ཚོས་གྲིང་ལུ་སྟོན་མི་རྩ་གིས་ དུལ་ལྷ་གཞི་བདག་སྟེ་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གནས་ཁང་ནང་དེ་  
ནང་ འབྲུག་མི་པོ་མོ་ག་ར་ཡིན་རུང་འཇུལ་ཚོག་པས། བཟླ་བཤའ་པ་དང་ཕྱི་རྒྱལ་མི་རིགས་བྱོན་མི་ཚོག་པས།  
ཡིན་རུང་ མི་དབང་བདག་རིན་པོ་ཆེ་དང་ རྒྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་ གང་རུང་གི་བཀའི་གནང་བ་ཡོད་པ་  
ཅིན་ འཇུལ་ནིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་མས།

བཅོན་ཚོད་ཚེན་པོ་འདི་ནི་ སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་བཀའ་སྤྱང་དང་ ལྷག་པར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་  
ཡོངས་ཀྱི་སྤྱང་མ་ཡིན་མ་ ལས་ དུས་དང་སྤུལ་ལས་རང་ གསོལ་མཚོད་རྩ་མ་ཚད་པར་སྤུལ་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་

བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ དགོ་བསྟེན་བརྒྱ་ཚར་ཟེར་ ཉིན་ལྟར་བཞིན་གསོལ་ཁ་བརྒྱ་སྟེ་བསགས་ཏེ་གཏང་ནིའི་  
སྲོལ་བཅུགས་ལུགས། ལྷག་པར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ དེ་ཅིག་ལས་ ཉིན་ལྟར་གྱི་གསུང་ཚོག་གནང་མི་  
ཡང་ ཏུང་ཆ་འདྲོང་མ་བཅུགས་ཏེ་གཏང་ནིའི་འགོ་བཅུགས་ཏེ་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ རྒྱུན་མ་ཆད་པར་ གནང་ནི་  
འདུག།

དེ་ལས་ རང་ལྷན་ ༩ པའི་ཚེས་ ༩ ལུ་ རྟེན་མདོས་གནང་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ དང་ཕུ་འབད་བ་ཅིན་ ཐིམ་  
ཕུ་ལྷ་ཚང་ལས་ལྷགས་རི་ལུ་གསུང་ཚོག་འབྱོན་མི་ཚུ་ ལོག་བྱོན་མ་ད་ ཕྱེད་ཀ་བདེ་ཆེན་ཕུ་དང་ ཕྱེད་སྤང་རི་  
ཟམ་གདོང་ལུ་བྱོན་ཏེ་ རྟེན་མདོས་གྱི་གསུང་ཚོག་ གནང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ ལྷགས་  
རི་གསུང་ཚོག་ལས་ལོག་བྱོན་ཏེ་ བདེ་ཆེན་ཕུ་ལུ་གནང་ནིའི་སྲོལ་འདི་མེད་ཟེར་ བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་སྐྱམ་སྐུ་བཟེས་  
དགའ་སང་ཡེ་ཤེས་གྱིས་གསུང་མ་ཨིན་མས།

རྟེན་མདོས་གྱི་གསུང་ཚོག་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་གནང་མ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ཚེས་གངས་ལེས་པ་མིན་  
འདུག། རྟེན་མདོས་གྱི་གསུང་ཚོག་གནང་པའི་སྐབས་ རྩོ་པ་ཏ་སག་གནས་ཁང་ནང་ ལྷ་རྟེ་ཟེར་ལྷ་བསངས་  
རྒྱས་པ་གནང་མ་ད་ ཕྱི་ཁ་ལུ་ རྟེན་འཇུགས་ཨ་རྟག་ར་འཚོ་སྤྱོད་སྟེ་གསོ་མི་ དགོ་བསྟེན་གྱི་ཆིབས་རྟེན་དམར་པོ་  
འདི་ཚུ་འབྱུ་ བསངས་བདུག་རྒྱབ། ལྷས་གསོལ་འབད་ཞིན་མ་ལས་ དེལ་གུར་གསེར་བསྟོན་ཡོད་པའི་སྐྱ་  
དང་དམག་གདན་དམག་ཤོ་ཚུ་རྒྱབ། བཙན་ཆས་ཚུ་བརྒྱན་བཞག་མི་འདི་ལུ་ གསུང་ཚོག་གནང་མི་ཚོགས་  
འགུལ་སྐྱམ་གིས་ དབང་གཏོར་བསྐྱམ་བྱོན་ཏེ་ དབང་གནང་མ་ད་ དགོ་བསྟེན་ཇག་པ་མེ་ལེན་རྟེན་གུར་ཆིབས་  
པའི་རྟགས་མཚན་ ག་ར་གིས་མཐོང་ས་ལུ་ བཙན་རྟེན་འདི་ལས་རྩལ་ནག་འཐོན་ནི་དང་ བཙན་སྐད་རྒྱབ་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་རྟགས་ལེ་ཤ་སྟོན་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།



ད་ལྟོ་བདེ་ཆེན་ཕུ་ལུ་ཡོད་པའི་ དགེ་བསྐྱེན་ཇག་པ་མེ་ལེན་གྱི་བཙན་ཏ།

ལོ་རྒྱུས།

སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༣ ལུ་ མི་དབང་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་མཚོག་གིས་ ཞི་རྒྱས་དབང་ཡག་གི་འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་འོ་  
ལས་ རྩོམ་ཚམས་ཀྱི་གཡེ་བ་དམག་ལས་རྒྱལ་བའི་ གཏང་རྒྱ་གོ་རྒྱལ་ལུ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༠༠༥ ལས་འགོ་  
བཙུགས་ རང་རྒྱ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༠ ལུ་ བདེ་ཆེན་སུ་གི་ཚེས་བཅུ་ ཉིན་མ་གཅིག་འབད་མི་འདི་ གནང་  
ཅི་འི་སྲོལ་བཙུགས་ལུག། ཚེས་བཅུ་འོ་སྐབས་ རྩོམ་པ་འདུལ་ཞུ་ནག་རྩེ་འཆམ། དེ་ལས་དགོ་བསྟེན་དམངས་  
འཆམ་ དགོ་བསྟེན་གཙོ་འཁོར་ལྷའི་འཆམ་དང་ ཞབས་ཁ་རྩེ་རྒྱབ་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས།

ད་རེས་ནངས་པ་ གནས་ཁང་ནང་ན་ གོས་ཆེན་དམར་པོ་གིས་སྤྱར་ཏེ་ མགུ་ལས་མར་དབྱངས་ཡོད་མི་འདི་  
ཉེ་མ་དགོ་བསྟེན་གྱི་ཀ་ཁབ་ཀྱི་ཆིབས་རྟ་སྟེ་ ཚར་གྱིས་འབྲུག་སྟེ་བཙུགས་བཙུགས་པ་ཨིན་རུང་ རྒྱལ་ལས་ ཀ་  
ཁབ་ཀྱི་ཆིབས་རྟ་ཤིང་གིས་བཟོ་བཙུགས་ཞིན་མ་ལས་ རྙིང་མ་ཚར་གྱིས་བཟོ་མི་དེ་བཞེ་བཞག་པའི་ནངས་པ་ རྩོ་  
པ་བསྐྱར་རྒྱུན་པ་དེ་ གནས་ཁང་ན་འཕྱོམ་ད་ དགོ་བསྟེན་ཀ་ཁབ་འདི་ བཙུན་ཁང་ནང་མེད་པ་ལས་ ཁོ་རྣམ་  
རྟོག་ལངས་ཏེ་བལྟམ་ད་ ཚར་གྱིས་བཟོ་མི་ཆིབས་རྟ་རྙིང་མ་དེ་གུར་ ཆིབས་བཞགས་ལུག་ཟེར་ཨིན་མས།  
དེ་ལས་ གཉེར་གསོལ་ཅིག་སྤུལ་སྟེ་ འོག་སྟེ་ར་ཤིང་གི་ཆིབས་རྟ་གུར་ལུ་བཀལ་སྟེ་ ཆིབས་རྟ་རྙིང་མ་དེ་  
གནས་ཁང་དབྱངས་ཡོད་པ་ཨིན་མས། རྒྱལ་ལས་ མིག་རྟོ་ཁར་འཇའ་བའི་བྱུང་པར་དང་ ཡུན་བརྟན་གནས་  
ཐབས་ལུ་བལྟ་སྟེ་ སྤེལ་ལས་གོས་ཆེན་གྱིས་སྤྱར་བཞག་འདུག། ད་རེས་ནངས་པ་ གསོལ་མཚོན་སྤུལ་བ་འོང་  
མི་རྩེ་གིས་ ཏི་རུ་བསྐྱེལ་ཏེ་ཡར་བཞེ་མ་ད་ རང་ན་འཇུལ་བ་ཅིན་ བསམ་པའི་དོན་འགྲུབ་ནི་ལུ་ ཨམ་དགོ་  
བསྟེན་གྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་པའི་རྟགས་མཚན་དང་ མ་འཇུལ་བ་ཅིན་ ལཱ་ཁག་འོང་ནི་ཨིན་མས་སྟེ་ཡིད་ཆེས་  
བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ འོ་རྒྱུས་ཤེས་མི་རྩེ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ ཆིབས་རྟ་རྙིང་མ་ཅི་ལུ་དེ་ལུ་ དགོ་བསྟེན་  
ཆགས་ཡོད་པ་ལས་ མོས་གུས་བསྐྱེད་དེ་སྤྲོན་དར་སྤུལ་ཨིན་མས་ཟེར་ གྲམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསུང་མ་ཨིན་མས།  
དགོ་བསྟེན་མཚན་ཇག་པ་མེ་ལེན་ཟེར་ལུ་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན། སྤྱིར་བཏང་ཁ་རྒྱུན་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་  
ཞབས་རུང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ དགོ་བསྟེན་དང་བྱུང་བཅུད་གཉིས་པོ་ སྲིན་ཡུལ་ལུ་ མེ་ལེན་པར་གཏང་མ་  
ད་ དགོ་བསྟེན་གྱིས་མེ་ཨར་མ་བརྒྱ་སྟེ་འོང་མ་ལས་ མཚན་ཇག་པ་མེ་ལེན་ (མེ་ཨར་མ་རྒྱ་མི་) ཟེར་བཏགས་  
བཏགས་པ་ཨིན་ཟེར་བཤད་ནི་ཡོད་མི་འདི་ བརྟགས་ཤིང་མ་དབྱེད་པའི་འོ་རྒྱུས་ཅིག་ཨིན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག།  
ག་ཅི་སྟེ་ཟེར་བ་ཅིན་ ཞབས་རུང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུག་ལུ་མ་བྱོན་མི་ཉེ་མ་ལས་ར་ སྤྱི་གོང་མ་ཀུན་མཁུན་པ་རྩེ་  
དཀར་པོ་མཚོག་གིས་ ལྷག་པར་མོན་ཁམས་ཐིམ་སྤུལ། །བདེ་ཆེན་གནས་ནས་བཙུན་རྩོད་ཀྱང། །རིག་འཛིན་

བླ་མའི་བཀའ་ཉན་མཚོགས། །ཇག་པ་མེ་ལེན་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཟེར་གསུངས་ཡོད་པ་ལས་ །ཇག་པ་མེ་ལེན་  
 ཟེར་མི་འདི་ །ལྷལ་ལས་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྐབས་ །དར་བའི་མཚན་མེན་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག། །ཇག་པ་མེ་  
 ལེན་ཟེར་བའི་དོན་དག་ཡང་ །ཀུན་མཁུན་པད་དཀར་མཚོགས་གིས་ །བདུད་ཀྱི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པའི་  
 བསྟེན་པའི་མན་ངག་ལས་ “དགའ་ལ་ཇག་པར་ཆས་ནས་སློག་དབུགས་མེ་ལྟར་ལེན་པ་” །ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར་  
 དཔེར་ན་ །ཨརཕ་རྩེ་གིས་ཅ་ལ་མཐོང་མ་ཅིག་ །དེ་འཕྲོ་ལས་ཚ་ངེར་སྟོན་འགྲོ་དོ་བཟུམ་སྟེ་ །སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་  
 སེམས་ཅན་ །བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྲིད་ལུ་གཞོན་པ་སྦྱེལ་མི་ཡོད་པ་ཅིན་ །དེ་འཕྲོ་ལས་བྱོན་ཏེ་  
 །དེ་རྩེ་གི་སློག་དབུགས་ཚ་ཏོམ་ །མེ་བཟུམ་འདེས་ལེན་མ་ལས་བརྟེན་ །ཇག་པ་མེ་ལེན་ཟེར་མཚན་བཏགས་ཡོད་པ་  
 །ཨིན་པས།





དགེ་བསྐྱེན་ཀ་ལྟ་བུ་གི་ཆིབས་ཏྲ་ཚུ་རྫིང་མ་དེ་ ད་རེས་དཔུངས་ཏེ་ཡོད་པའི་མཐོང་སྣང་།

འདི་ཚེ་གཞན་དང་མ་འདྲམ་ཐོན་ཡོད་མའི་རི་འདི་ དགེ་བསྐྱེན་གྱི་གནས་རི་ཡིན་མས། རྣལ་འབྱོར་པ་འགོ་  
 འདུལ་དོ་རྗེ་ (གྲུབ་དབང་ཀུན་དགའ་མི་འགྲུར་དོ་རྗེ) གིས། སྐབ་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་བསམ་  
 འདས་གྱི་སྐུན་སྲུང་གཡུང་དམ་མཐོན་ཤིང་ཅི་བཙེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་སྐབ་ལ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ཅི་མི་གཡེལ་བའི་སྐོ་  
 རས་དྲག་རྩལ་ལྷུང་མགོགས་གྱི་ལས་ལ་མངའ་བརྟེས་པས་སྲུང་མ་འདི་ལ་བོད་ཡུལ་གངས་ཚན་གྱི་ལྗོངས་འདིར་  
 འབྲུག་པའི་ཆོས་སྐྱོང་རྒྱུ་པ་མེ་ལེན་ཞེས་ཚོ་ཞིང་མཐུ་རྩལ་ཆེ་བའི་ཚད་དུ་མཆོག་དམན་ཀུན་ལ་ཉི་ཟླ་ལྟར་གྲགས་  
 པ། ཟེར་ཡང་གསུངས་འདུག།



དགེ་བསྐྱེན་ཇག་པ་མེ་ལེན་ཐིམ་སའི་དོ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ལས་ ༢༠༠༩ ཚུན་ བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་གྲམ་སྐྱབ་བཞེས་ འོ་ར་ཕུག་གིས་གསུངས་མི་དང་འཁྲིལ་བ་  
 ཅིན་ དགེ་བསྐྱེན་ཐིམ་སའི་དོ་ལུ་ ཤིང་བཞི་བསྐྱོར་བསྐྱེགས་མི་འདི་ ཉེ་མ་ལས་ར་ཡོད་རུང་ ཟངས་ཐགས་ཀྱི་  
 ཤན་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༩ ལོ་མཇུག་མཚམས་ལུ་ མི་རྗེ་སྐོན་པོ་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱིས་འགོ་འདྲེན་གནང་  
 རྟེ་ བཟོ་རིགས་ ༡༩ ཀྱི་སྐོབ་ཕུག་ཚུ་གིས་སྐྱུར་ཡི་ཟེར་ཨོན་མས།

**བསྟེན་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ལས་ གང་བཙུལ་ལས་རྣམས་སྐྱབ་པའི་མོ་ཉ་བ།<sup>1</sup> ཟེར་གསུངས་པ་ལྟར་ རང་གིས་  
དམིགས་པ་བསྐྱེད་དེ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅིན་ བསམ་པའི་དོན་ག་ཅི་ར་ཡིན་ཅུང་ འཕྲལ་དང་རྒྱུར་ཏུ་སྐྱབ་པའི་  
མོ་གས་མཚན་པ་ཡིན་མས།

དེ་བརྩམ་སྡེ་ སོག་ཚོལ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ ཉེ་མ་བོད་ལུ་བཙོན་ཁང་ནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་ དགོ་བསྟེན་ཇག་  
པ་མེ་ལེན་ལུ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་ བཙོན་ཁང་ནང་ལས་ཐར་ཞིའི་སྐྱབས་འཚོལ་ཕ་བཞིན་ཏུ་ དགོ་བསྟེན་གྱི་སྐྱེ་  
གཞུགས་དངོས་སུ་སྟོན་ཏེ་ བཙོན་ཁང་ནང་ལས་བཏོན་ཏེ་ བོད་འབྲུག་གི་ས་མཚམས་རྒྱུན་ཚོད་ཞབས་སྐྱེལ་  
གནང་འདུག། དེ་ལས་ ལྷམ་དེ་འབྲུག་ལུ་ཐེབས་ཞིན་མ་ལས་ བདེ་ཆེན་ཕུ་ལུ་ལྷམ་ ༤ སྐྱེ་མཚམས་  
བཞུགས་ཏེ་ བཀའ་འདྲི་གཏང་རག་དང་འབྲམ་སྡེ་ དགོ་བསྟེན་འབྲུམ་ཚར་བསགས་གནང་འདུག། དེ་ལས་  
རྒྱ་གར་མི་ཀིམ་(སྐང་ཏོག) ལུ་ཕྱོན་བཞུགས། དོ་རུང་ལོག་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༡ ལུ་ འབྲུག་ལུ་ཕྱོན་ཏེ་ དགོ་  
བསྟེན་ལུ་ གསོལ་ཁ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྡེ་ ལུལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དགོ་བསྟེན་ཐིམ་སའི་དོ་གུར་ གང་གསེར་  
བསྟོན་གནང་ཡི་ཟེར་ཡིན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

ཀུན་མཁུན་པརྟ་དཀར་པོའི་བདུད་ཀྱི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་བཅུད་པའི་བསྟེན་ཡིག་  
སྐབས་མེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱི་ཚེས་འབྲུང་སློ་གསར་ན་བའི་རྒྱལ།  
དགོ་བསྟེན་གསོལ་ཁ།

**འདྲི་བསྟེན་འབད་ས།**

དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་ ཀུན་ལེགས། སྐྱུངས་ཐིམ་གྱ་ཚར་ལྟེ་བ།  
ཡོན་ཏན་སློབ་དཔོན་སྐྱེ་བཤེས་ སློབ་ཏུ་མཐོན་ཆོ་དབང་།  
བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་ལྷམ་སྐྱེ་བཤེས་ ཝེར་རྩུག།  
བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་ལྷམ་སྐྱེ་བཤེས་ ལྷམ་ཡེ་ཤེས།

---

<sup>1</sup>དགོ་བསྟེན་གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ།



༡ ལྷ་རྒྱུ་པ་ཏྲི། གཞིའི་མགོན་པོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

ལྷ་རྒྱུ་པ་ཏྲི། གཞིའི་མགོན་པོ།

ལྷགས་རི་དོ་རྗེ་གདན།

ལྷགས་རི།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་ ལྷགས་རི་དོ་རྗེ་གདན་དང་ རྟོགས་རྫོང་།

དཔལ་གྱི་རི་ལུ་བལྟགས་མི་ཚུ་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཤ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ས་དོ་ལས་གྲུབ་པའི་རི་གཞན་དང་མི་འབྲ་བར་ སྲ་ཀྲག་ཀྲ་དང་བརྟན་ཉོག་ཉོ་ ལྷགས་དང་འབྲམ་ཡོད་པ་ལས་

ལྷགས་རི་དང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་ནམ་ཡང་འརྱུར་བ་མེད་པར་ཡུན་དུ་ བརྟན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལུ་

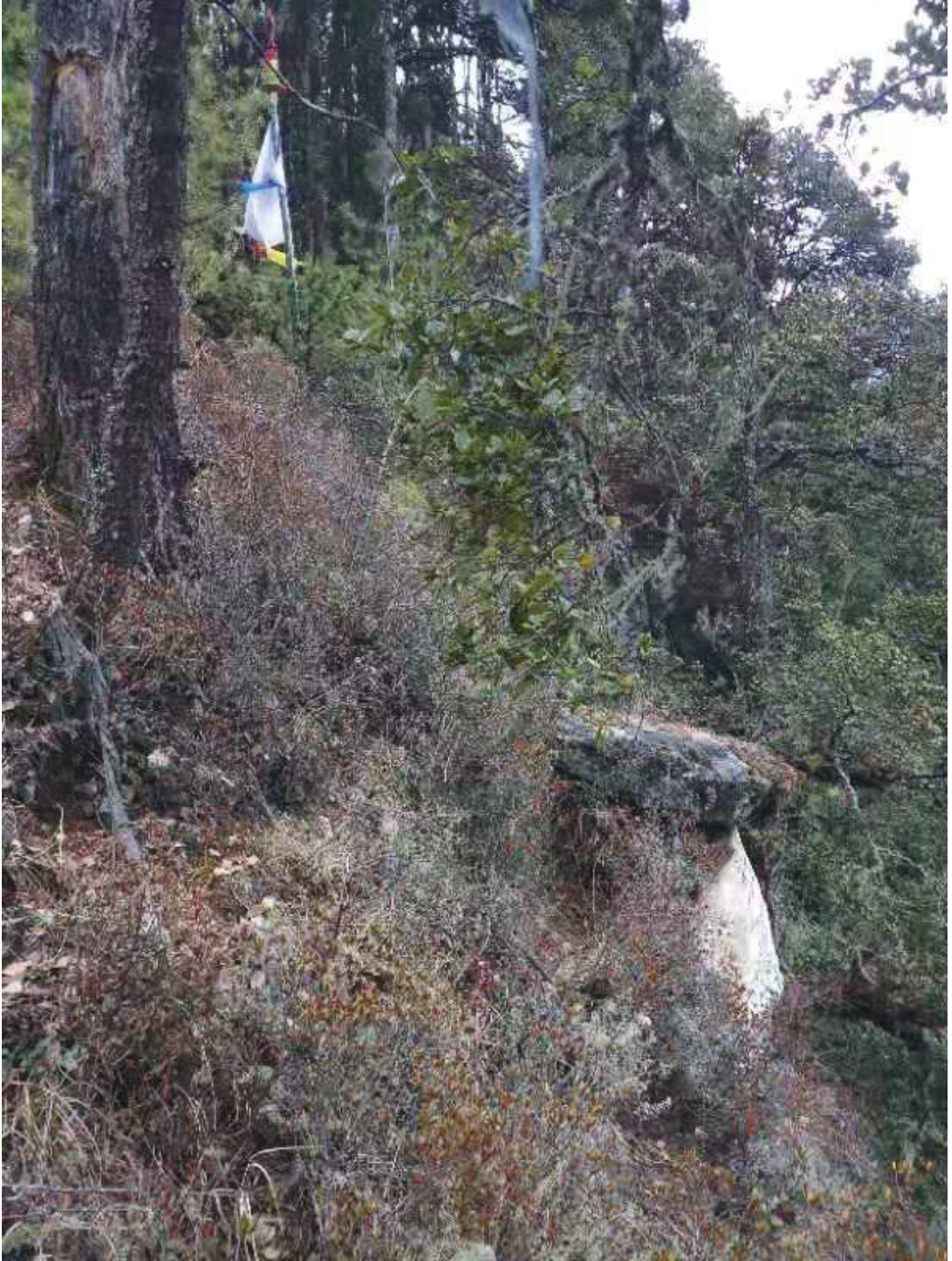


དམིགས་ཏེ་ དགོན་པ་འདིའི་མཚན་ལུ་ལྷགས་རི་དོ་རྗེ་གདན་གསོལ་གནང་ལུ་གཤམ་  
 རྒྱལ་ས་ཐིམ་ལུ་ལས་ རྗེ་གདན་མཚན་རྟེན་རྟེན་གཉིས་མ་ཚུན་ ཀའ་ལོ་མི་འར་ ༡༥ དང་ དེ་ལས་ ལྷགས་རི་  
 དོ་རྗེ་གདན་ཚུན་ རྟེན་སྟོང་འབད་ ཚུ་ཚོད་ ༡ དེ་ཅིག་འགོ་རྩ་ཨིན་མས། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་  
 དང་པ་ ལྷགས་རི་དོ་རྗེ་གདན་ནི་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ བོད་ལས་མར་འབྱོན་མ་ད་ གངས་ལུལ་པ་དོ་རྗེ་  
 དཔལ་འབྱོར་གྱིས་སྤུལ་མི་ཆེབས་ གཡག་ཉི་མ་སེདླ་གིས་ རྒྱ་པ་ལ་ལས་བྲོག་འབྲོ་སྟེ་ ད་ལྟོ་ལྷགས་རི་གཙུག་  
 ལག་ཁང་གི་ས་ཁར་སོང་སྟེ་དཔའི་རྒྱུན་དང་། ལྷག་པར་དུ་ བོད་ལས་མར་བུག་ལུ་འོང་མི་ཡོད་པའི་ཁར་  
 འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལས་ཡང་ ཚོས་ལུ་སྟོད་མི་སྟོབ་མ་ལེ་ག་སྤྲུངས་ཏེ་ སྤྱིར་སྟོ་འབྲུག་པ་དཀར་བརྟུད་པའི་  
 བསྟན་པའི་ དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་ཅིག་བཞེངས་ནིའི་ཕུགས་བཞེད་དང་ ལྷག་པར་ ཡབ་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་ སྤྱི་  
 གཏུང་མཚན་རྟེན་བཞེངས་ཏེ་ བཞུགས་སུ་གསོལ་འབད་སའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཅིག་ དེས་པར་དགོ་པའི་ཕུགས་  
 བཞེད་གནང་སྟེ་ རང་བྱུང་ཁར་པ་ནི་གི་སྤྱི་མཐུན་ལས་བཟླ་པ་ལུ་མ་ད་ ཡན་གསུམ་ཆ་ར་ ལྷགས་རི་ལུ་  
 བཟང་མ་སྟེ་བབས་པ་དང་། དཔལ་ལེ་ཤེས་མགོན་པོ་གིས་ཡང་ བྲག་བྲ་རོག་གི་མཚུ་འདྲ་བའི་སྟེང་དུ་ སྤྱི་བ་པ་  
 བྱས་ན་བསྟན་པ་མཐའ་རྒྱས་སུ་འབྲུང་རོ་བེར་བའི་ ལུང་བསྟན་ཐོབ་ལུ་གཤམ་ དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཨོ་རྒྱུན་རིན་ཆེ་གིས་  
 ཡང་ རྒྱ་གཉིས་བར་དུ་འབྲུག་པའི་སྟོག་རྒྱུང་འཆའ། །བེར་གསུངས་མི་དང་འཁྲིལ་ གཡས་ཀྱི་གཟུང་ཚུ་དང་  
 གཡོན་གྱི་ཐིམ་ཚུ་གཉིས་འཛོམས་ས་ ས་གྲུ་གསུམ་གནམ་གྲུ་གསུམ་གྱི་སྤྱུག་ལུ་ དོན་ཉིང་ ཁ་ཡང་སྟོངས་  
 བཞག་བཞག་དང་འདྲ་བའི་རི་འདི་ བསྟན་པའི་སྟོག་གི་སྤྱིང་པོ་ཆགས་སའི་གནས་ འཛོམ་གྱིང་ཚོས་ཚོགས་  
 ཀྱི་སའི་སྟེ་བ་ འཕགས་ལུལ་དོ་རྗེ་གདན་དང་ལྷན་པར་མེད་པར་གཟིགས་ཏེ་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༢༠ ལུ་ གནམ་ལོ་  
 ལྷགས་སྟེལ་ལྷ་ ༥ པའི་ཚེས་ ༢༡ གཟའ་སྤུང་འཕྲོད་སྟེང་བཀྱིས་པའི་ཉིན་མ་དང་འབྲེལ་ ལྷགས་རི་བདུད་  
 འདུལ་པོ་བྲང་གི་འབྲུམ་བཙུགས་གནང་ལུ་གཤམ་ དེ་ལས་ རྩ་མགོ་ཚོས་རྗེ་མི་པམ་ཚེ་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་  
 ལྷག་འགན་གཙོ་བོ་བཞེས་ཏེ་ ལྷག་ལུ་མི་གྲུ་བཙུན་དང་ དཀར་སྤྱིས་པའི་སྤྱིན་བདག་ཚུ་གིས་ ཉིན་མར་གཙུག་  
 ལག་ཁང་བཞེངས། ལྷི་རུ་ ལྷ་སྤྱི་བུག་ཚེན་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་ལེན་ལུ་སྟེ་བཞེངས་གནང་ལུ་གཤམ་ གཙུག་  
 ལག་ཁང་བཞེངས་ནིའི་ལྷག་རྗེས་ཡང་ གཙོ་བོ་སྤྱི་བས་ཁྲ་དང་རྒྱ་སྤྱི་ལའི་ སྤྱིན་བདག་ཚུ་གིས་ལུ་སྟེ་ གཙུག་  
 ལག་ཁང་ཐོག་གསུམ་ ལུང་བཙུ་གཉིས་ ཁོར་ས་ལྷགས་རི་དང་བཅས་པའི་ ལྟོ་འབྲུག་པ་དཀར་བརྟུད་པའི་  
 བསྟན་པའི་རྒྱ་འགོ་འབབ་ས་ འཕགས་ལུལ་དོ་རྗེ་གདན་དང་དབྱེ་བ་མེད་པ་སྟེ་ བཞེངས་གནང་ནིའི་འགོ་  
 བཙུགས་ཏེ་ ལོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་འཁོད་



ལྷགས་རི་བདུད་འདུལ་ཕོ་བླང་།

གཙུག་ལག་ཁང་དང་ ཡབ་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་ སྐྱ་གདུང་དདུལ་བུམ་མཚོད་རྟེན་ རང་བྱུང་ལྷ་པ་ཞིའི་  
 བཞུགས་ཁང་དཔལ་ རེག་པ་མེད་པའི་མཚོད་རྟེན་དང་བཅས་པ་ལེགས་བཞེངས་གྲུབ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ་སོ་ཐར་  
 མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་འདི་ནང་གི་རྩ་གཙོ་བོ་སྟེ། །རྣམ་པར་འཕེལ་དང་ཀུན་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་གཞི། །དེ་བཞིན་  
 དམ་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་ཡང་། །གཞི་དང་རྩ་བ་འདུལ་བ་ཡིན་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ སྤྱི་  
 ལོ་༡༩༣༣ ལུ་ བསྟན་པའི་རྩ་བ་རབ་བྱུང་དུར་སློག་འཛིན་པ་གངས་ ༣༠ བཙུགས་ཏེ་ དགོ་འདུན་གྱི་སྡེ་  
 གསར་བཙུགས་གནང་བྱུག།



ཨ་རྒྱུ་པ་ཉིའི་གནས་ཁང་།



ལྷ་རྒྱུ་པ་ཉི་མོ་བྲང།

ཨ་རྒྱུ་པ་ཉི་ལོ་མོ་བྲང་འདི་ ལྷགས་རི་བདུད་འདུལ་ལས་ ཁ་ཡར་དཔལ་གྱི་རི་འགྲོལ་ད་སྐར་མ་ ༡༥ དེ་ཅིག་  
སར་བྲག་གུ་འདུག།



གནས་བདག་ ཨ་རྒྱུ་པ་ཉི་ལོ་སྐུ་པར། གཞིའི་མགོན་པོ།

**དམ་བཞག།**

གནས་སྤང་ཆེན་པོ་ལྟ་རྒྱུ་པ་ཉི་ཞི་ ལོ་རྒྱུན་མ་ཉ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ལབས་བྱང་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་  
བཀའ་བཏགས་ དམ་བཞག་གནང་སྟེ་ སྤྱིར་བསྟན་པའི་སྤང་མ་དང་ ལྷན་པར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་  
གདན་འཛིན་གྱི་སྤང་མ་སྟེ་བསྐོས་གནང་འདུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་རང་གཟུགས་ ལྷ་བདུད་ཀྱི་རིགས་དགེ་བསྟེན་དེད་དཔོན་  
ཆེན་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ་ཞི་བ་མངོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱེ་ལུ་ རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱ་ཚོམ་རྣམ་པར་  
བཀྲ་བའི་རྟོ་རྩེའི་གོ་ལྷབ་བཞེས་ཏེ་གསེར་གྱི་སྐྱེ་རགས་བཅིངས་པ་ ལྷ་གཡུ་འོད་འབར་བའི་མགུལ་རྒྱན་དང་  
རབ་དུ་མངོས་པའི་ན་བཟའ་གསོལ་ཞིང་། ཕྱག་གཡམས་ན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་  
དང་། ཕྱག་གཡོན་དུ་ རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་གཏེར་གྱི་བྱམ་པ་བསྐྱམས་ཤིང་། རབ་དཀར་མགྲོགས་འགྲོ་  
དབྱུགས་ཀྱི་གཤོག་པ་ཅན་གྱི་ཆིབས་ལ་ཆིབས་པ། དག་ལྷ་དང་དམག་དཔོན་གྱི་འཁོར་ རང་རང་སོ་སོའི་གཡོན་  
དུ་ མཚར་སྤྲུག་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱེ་ལོ་ ཕྱག་གཡམས་ན་མདའ་དར་དང་ གཡོན་དུ་ མེ་ལོང་བདུད་རྩིའི་བྱམ་  
པ་བསྐྱམ་ཞིང་འཛོ་སྐྱེག་ལང་ཚོ་ངོམས་པས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ད་རེས་ནངས་པ་ ལྷགས་རི་སྐྱབ་སྟེ་ཕྱི་ནང་ལུ་བཞུགས་མི་ཚུ་གིས་ ལ་ཉག་ར་གསོལ་ལ་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་  
ཕུལ་དང་ཕུལ་བཞིན་འདུག། གཞན་དམིགས་བསལ་གྱིས་ དུས་སྟོན་དང་ཚོས་བརྩུ་སོགས་གནང་སོལ་མིན་  
འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

ང་བཅས་ར་གིས་བསྟན་པ་ཅིན་ སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་མཁན་རྣམས་ ལུ་སྟོབ་བཞིན་དུ་སྐྱོང་བ་  
དང་ བྱེ་བྲག་ཚོས་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱུན་ཞི་ཞིང་ འཚོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་དང་། ལྷན་པར་དུ་

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདན་ས་ ལྷགས་རི་དོ་རྗེ་གདན་འདིའི་ཉིན་གྱི་མེལ་ཚོ་དང་ མཚན་གྱི་སྤྱང་སྐྱོབ་མཛད་  
དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

### རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར། དྲགོས་དྲུང་ཆེན་སངས་རྒྱལ་དོ་རྗེ།  
ལྷ་རྒྱུ་པ་ཉིའི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

### འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

སམ་ཉི་ཉའི་མཁན་པོ་ དཀར་རྩུང་། དོར་གདན་མཁས་པའི་འབྱུང་གནས།



### ३ བག་ཡོད་པ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

བག་ཡོད་པ།

རྟ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་རྫོང་།

རྟ་མགོ།

དཔལ་རྟ་མཚོག་རོལ་པའི་གནས་ རྟ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་རྫོང་། རྟ་མགོ་རྫོང་  
ལ་ རྗེར་གདན་མཁའ་པའི་འབྲུང་གནས། གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ། མདའ་  
གཞི། ཞག་བུལ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།



རྟ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་ཕོ་བྲང་།

རྟ་མགོ་དེ་ ཐིམ་སྤྱི་གི་ས་གནས་ ཐག་རིང་ས་ཅིག་ཁར་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་ ཁྲོམ་ཁ་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཉར་ ༡༧  
དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན། ལྷོ་འཁོར་གྱི་ལམ་ཁ་ལས་ ཏུས་ཡུན་ ལྷར་མ་ ༧༠ དེ་ཅིག་རྒྱང་  
ཐང་འགྱུར་གྲོ་པ་ཡིན།

རྟ་མགོ་ཟེར་བའི་མཚན་དེ་ གནས་རྟའི་མགུ་རྩོད་བརྩམ་ཡོད་མི་རྟ་མགི་ལས་ ལྷ་བྱངས་ཏེ་སྐབ་སྐབ་ཡིན་མ་དང་  
ས་གནས་དེ་ འགོ་དང་པ་ཏུས་རབས་ ༥ རང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ རོས་འཛིན་གནང་གནང་མ་ཡིན་  
མས། ལྷུ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལུ་ ས་ཇོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ་ མདོ་སྡེ་ནང་ལུ་ ཚོས་གནང་བལྟགས་པའི་སྐབས་ རྟ་  
མགོ་ཁ་ཐུག་ལས་རྟ་གི་སྐད་ཅིག་གོ་སྟེ་ ས་གནས་དེ་ཁར་སྟོད་པ་ད་ ས་གནས་དེའི་གནས་བདག་རྟ་མགི་  
གྱིས་ ས་ཇོ་ལུ་ས་གནས་དེ་ཁར་ ལྷུ་ལའང་གཅིག་བཞེངས་ཞེན་མ་ལས་ མཁའ་འགོ་ བསོད་ནམས་དཔལ་  
སྟོན་ གསང་ལུ་སྟེ་བཞེས་ཏེ་ འབྲུག་ལུ་འབྲུག་པ་བཀའ་རྒྱུད་པའི་ཚོས་ལུགས་ དར་བྱུང་མཛད་ནིའི་ ལུང་  
བསྟན་གནང་ལུག།

ལུལ་ལས་ ས་གནས་དེ་ཁར་ ལྷོ་འཁོར་པ་ཀུན་ལེགས་དང་ ཁོ་གི་སྐས་ ལྷོ་འཁོར་དབང་བསྟན་འཛིན་ དེ་  
ལས་ མི་ཕམ་ཚེ་དབང་བསྟན་འཛིན་དང་ ཞབས་བྱང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ ལྷོ་འཁོར་དམ་པ་  
ལེ་ཤ་ཅིག་གིས་ ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་གནང་ལུག། ཞབས་བྱང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་གིས་ ས་གནས་དེ་  
ཁར་སློམ་གནང་སྟེ་ ང་བཙུ་བྲུག་མ་ཡང་བརྩམས་གནང་ཡོད་པ་དང་ ཡབ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་གི་སྐྱ་གཏུང་ཡང་  
གནས་བདག་རྟ་མགི་གྱི་བྲག་སྤྱག་ནང་བཙུགས་གནང་ལུག།

ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་ལྷོ་འཁོར་དེ་ ༡༩༩༩ ལུ་ རྒྱལ་སྐས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ དགུང་ལོ་ ༤༡ བཞེས་པའི་སྐབས་  
བཞེངས་ཡོད་པ་དང་ ཐོག་གསུམ་འབད་མིའི་ལྷོ་འཁོར་དེ་ གཡུས་ཁའི་མི་རྩེ་གིས་གོགས་རམ་འབད་དེ་ ལྷོ་འཁོར་  
གཉིས་གྱི་ནང་འཁོད་ལུ་བཞེངས་གནང་ལུག། རྒྱལ་སྐས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་མཚོག་ ཡབ་ཚེ་དབང་བསྟན་  
འཛིན་དང་ ཅང་སྐང་ཁ་ལྷོ་འཁོར་གི་སྐས་མོ་ དམ་ཚོས་བསྟན་འཛིན་གཉིས་གྱི་སྐས་ལུ་སྐྱ་ལུངས་ཡོད་པ་དང་ ལུལ་  
ལས་ ཞབས་བྱང་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ དགོ་སྟོང་ནང་བཙུགས་གནང་ལུག། རྒྱལ་སྐས་མཚོག་ ཞབས་བྱང་  
དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྗེས་ལུལ་བརྩུང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཚོས་སྲིད་དང་རྒྱལ་སྲིད་གཉིས་ཆ་རའི་ཤེས་ཡོན་སྐྱུངས་  
ཡོད་པ་ལས་ མཚན་རྒྱལ་སྐས་ཟེར་ཐོབ་ལུག། ལྷུ་ལོ་ ༡༩༩༠ ལུ་ ཁོ་ལུ་ རྒྱལ་ཚབ་ཟེར་སྐབ་སྐོལ་ཡོད་པ་དང་  
ལུལ་ལས་ ལྷུ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལུ་ ཁོ་ལུ་ ལྷོ་འཁོར་ཟེར་སྐབ་སྐོལ་བྱུང་ལུག། རྒྱལ་སྐས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་མཚོག་  
ལྷུ་ལོ་ ༡༩༩༠ ལུ་ ལྷོ་འཁོར་བཞེས་ཏེ་ ལྷོ་འཁོར་གསོལ་ཡོད་པ་དང་ ལྷུ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལུ་ དགུང་ལོ་ ༤༩

ལུ་ ཞིང་ལུ་ཕེབས་པའི་སྐབས་ རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་གཟིམ་རྩུང་ནང་གི་ལྷེབས་རིས་ཚུ་ རྒྱམས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
འདུག།



**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་བདག་བག་ཡོད་པ་ནི་ རིན་པོ་ཆེ་དང་དར་གོས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། གཙུག་གཏོར་དུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་  
དང་ ཕྱག་གཡས་ན་འགོ་བའི་ཡིད་དབང་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱུ་དང་ གཡོན་དུ་ ཞོར་བུ་བསམ་འཕེལ་  
སྲུགས་ཀར་འཛིན་ནས་ ཉ་ནག་རྟིང་དཀར་ལ་བཞེན་ཏེ་བཞུགས་པ། གཡོན་དུ་ ལུམ་ཆེན་མོ་བྲག་ཤུལ་མ་ སྐྱ་  
མདོག་དམར་མོ་ཁྲོ་གཉེར་ཅན། དགྲ་བོའི་སྣང་དང་ནད་རིགས་གར་ འཛོམས་པའི་བདུད་རྩིའི་བུམ་པ་བསྐྱམས་  
ནས་ཉ་དམར་ལ་བཞེན་པ། གཡས་ཕྱོགས་སུ་ སྐས་མཚན་དོ་རྗེ་འབར་བ་ ཁྲོས་པའི་ཞལ་འགྲུངས་ཤིང་མཆེ་  
བ་གཙོགས་པ་ སྐྱུན་གསུམ་དགྲ་ལ་གཟེར་བ། ཕྱག་གཉིས་ལུ་ ཤེལ་གྱི་རལ་གྱི་དང་ཐོད་པ་ སྲང་དམར་སྦྱོན་  
པ་ལ་བཞེན་པ་ལ་སོགས་ གནམ་མེད་ས་མེད་འདྲོག་སི་སི་སྟེ་མཇལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

## དམ་བཞག།

དཔལ་རྟ་མཚོག་རོལ་པ་དང་ གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ བ་ཚོ་འབྲུག་སྒྲོམ་ཞིག་པོ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་ གཡམ་དམ་གཉེན་པོ་  
བཞག་ནས་ གནས་ཀྱི་སྤྱང་མ་སྟེ་བསྐོས་གནང་བྱུག།



བྲག་རྟ་མགྲིན་རང་བྱོན།

## གསོལ་མཚན།

རྟ་མགྲིན་གདན་ས་གོང་འོག་གཉིས་ལུ་བཞུགས་མི་ དགོ་འདུན་པ་རྩུ་གིས་ ཉིན་ལྟར་བཞིན་གསོལ་མཚན་སྤུལ་དོ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ མདའ་གཞི་དང་ཞག་ཤུལ་གྱི་མི་སེར་རྩུ་ལས་ བསྐྱུ་སྤྱང་འབད་ཞིན་མ་  
ལས་ གཅིག་ཁར་སྟེ་གསོལ་མཚན་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ཤུལ་ལས་ ལོ་ཚོག་གཏང་མ་ད་ གཏོར་གཡལ་ནང་  
བཙུགས་ཏེ་ གཏང་མ་མ་གཏོགས་ ལོགས་སུ་སྟེ་མཚན་པའི་སྟོལ་མིན་འདུག།

བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།

སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟེན་པ་དང་ བསྟེན་འཛིན་བྱ་བཞིན་སྐྱོང་བ་དང་ བྱེ་བྲག་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟེན་པ་  
དང་ དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུ་ནམས་སྤྱང་སྐྱོབ་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་བརྩམ་སྡེ་ རྒྱལ་བཞིན་ཏུ་བསྟེན་པ་ཅིན་  
ཚོས་སྐྱབ་པའི་བར་ཚད་དང་རྐྱེན་ངན་ལས་སྤྱང་བ་དང་ རྩལ་མ་མཉེས་པ་ཅིན་ ས་རྒྱ་མེ་རླུང་ལ་སོགས་པའི་  
འཛིགས་པ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲུག།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བག་ཡོད་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྟུན་འབད་ས།

སྔ་སྐྱོད་ཏིའི་མཁམ་པོ་དཀར་ཅུང་།

སྔ་སྐྱོད་ཏིའི་སྐོབ་དཔོན། མཚོ་སྤྱིད།

ཚོ་རིང་རྩོ་ཇ། དཀར་སྤྱིས་དམངས་མི་བགྲེས་པ།

༤ བཅོམ་བྲག་སྒོ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བཅོམ་བྲག་སྒོ།

ས་གནས།

ཀ་སྤྱིས་ས།

གཡུས།

ཚོས་འཁོར་དང་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན།

བསྟེན་མི།

ཚོས་འཁོར། སྐྱུ་བཟུགས་ཅན། བོད་སྐར་ན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཚོས་འཁོར་དང་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ སྤང་རི་བཅས་གདོང་གི་བཅས་ལས་ ཀའ་ལོ་མི་ཁར་ ཉ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁང་ཨིན་མས། ས་གནས་འབད་བ་ཅིན་ ཚོས་འཁོར་དང་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་ཟེར་ལག་གཉིས་འདུག། ཚོས་འཁོར་ཟེར་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་འདི་ ས་ཁོངས་འདི་ནང་ ཚོས་ཀྱི་པོ་ཉི་གསུམ་འཕུར་ཉེ་ཆགས་ཡོད་ནི་འདི་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་མིང་ཡང་ ཚོས་འཁོར་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་འདུག། མཐོང་སྐྱེད་ལུ་ རྩོམ་ཆུང་བཞི་གཅིག་ཁར་བརྟེན་ཡོད་རུང་ ལྷག་གི་གསུམ་འདི་ ཚོས་ཀྱི་པོ་ཉི་ལྔ་མ་པ་དང་ འོག་མ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ རྩོམ་རང་བཞིན་སྤེལ་མཐོང་མི་འདི་ འཕུར་ཉེ་བྱོན་མི་སྐྱབས་ཀྱི་གཤོག་པ་ཨིན་ཟེར་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་མས།

ད་རེས་ ང་བཅས་ར་ཆ་བྱུང་གི་ལས་དང་སྐྱེད་བ་ཅན་གྱིས་ མཇུག་ཚུགས་པ་མ་གཏོགས་ དོ་རུང་ འུལ་ལས་ས་གནས་གཞན་ཁར་ འཕུར་བྱོན་འོང་ཟེར་ ས་གནས་ཀྱི་གཞན་ཤོས་ཚུ་གིས་བཤད་པ་ཨིན་མས། ས་གནས་གཞན་ སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་ཟེར་མི་འདི་ ཚོགས་པ་ཨམ་བསོད་ནམས་མཚོ་སྒོན་གྱིས་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་ཟེར་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ཉེ་མ་ས་གནས་དེའི་སྟོན་ལུ་ ལྷམ་ཚོས་ཉིད་རིན་པོ་ཆེ་བཟུགས་ཡོད་པ་ལས་བཞེན་ སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་ཟེར་སྐྱུ་བཟུགས་ཅན་མས།



རྫོ་ཚོས་ཀྱི་པོ་ཉིའི་མཐོང་སྣང་།

**དམ་བཞག།**

བཙན་བྱུང་གི་སྐོར་གྱི་རྩ་བའི་ཐོ་ཆེ་དང་ཚོས་རྗེ་ཀྱན་དགའ་ལེགས་པ་ ཞབས་བྱུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གསུམ་  
ཆ་ར་གིས་དམ་བཞག་གནང་ནས་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་ སྲོང་གོགས་མཛད་མི་སྡེ་ འཕྲིན་ལས་བཙོལ་  
གནང་འདུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།**

བཙན་འདིའི་ལྡེབས་རིས་དང་སྐྱེ་འབྲས་སོགས་མེད་རུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སྐྱེ་རྒྱལ་ལྷན་  
པོ་ལྟར་མཐོ་བ་ལ་ དེ་ལྟར་ཐོ་ཆེའི་གོ་ཁབ་དང་ཚོགས་ལྷན་བཞེས་པ། ཕྱག་གཡས་མདུང་དམར་ནམ་མཁའ་ལུ་  
འཕྱར་བ་ ཕྱག་གཡོན་དུ་ བཙན་གྱི་ཞགས་པ་སློག་ལྟར་འཁྲུག་པ་ ལྷུང་ལྟར་མགྲོགས་པའི་ཆིབས་རྟེན་དམར་པོ་

ལ་བཞེན་ནས་ ལྷོང་གསུམ་ཡུད་པ་ཐངས་ཅིག་ལུ་བསྐྱེར་ཏེ་ དམ་ཚིག་ཅན་རྣམས་ བུ་བཞེན་སྐྱོང་ཞིང་ དམ་  
ཚིག་དང་འགལ་བའི་ལཱ་འབད་མི་སྲིག་ཅན་ཚུ་ བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

### གསོལ་མཚོན།

སྐུ་བཞུགས་ཅན་གཡུས་སྐྱེའི་ཚོགས་པ་ ཞམ་བསོད་ནམས་མཚོ་སྐོན་གྱིས་བཤད་དོ་བརྩམ་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་  
ལྟར་ལྷམ་། པ་དང་ལྷམ་ ཨ པའི་ཚེས་ ༡༠ ལས་ ༣༠ གི་ནང་འཁོད་ གཡུས་འདིའི་མགུ་ལུ་ཡོད་པའི་  
སྲང་ན་སླེ་ གསོལ་མཚོན་སྤུལ་ནིའི་སྲོལ་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས། གསོལ་མཚོན་དེ་ཡང་ ད་  
རེས་ས་ཁོངས་འདི་ནང་ གྲུང་པ་ ༣༥ ཡོད་མི་ཚུ་ ཅུ་བོ་གཉིས་རེ་བསྟོན་ཏེ་ སྐྱེར་རྒྱབ་འབད་དེ་ ས་ཁོངས་  
གྱི་མི་གར་འཛོམས་ གྲུམ་ཚོས་པ་གཉིས་ལུ་ཞེན་མ་ལས་ བསང་དང་གསེར་སྐྱེམས་ གསོལ་མཚོན་ཚུ་སྤུལ་ནི་  
ཡོད་ཟེར་སྐྱབ་ཨིན་མས།

དེ་བརྩམ་སླེ་ ཚོས་འཁོར་གཡུས་ཚན་ནང་སྟོན་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ གྲུ་ཚང་ནང་ལས་སྐྱར་མ་ ༡༠ ས་ཁར་ཡོད་  
པའི་ རྗེའི་ཅུ་བ་ལས་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ ལོ་ལྟར་ཚོ་གྲུ་གཏང་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ གཏོར་  
གཡུ་ནང་བརྩམས་ཏེ་གཏང་ནི་ཡོད་ཟེར་ཨིན་མས། བཙན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་སྟོན་གཞན་ ཚོས་བརྩམ་ལ་  
སོགས་པ་འབད་སྲོལ་མིན་འདུག།





དཀར་སྤྲིས་ལྷོག་པོ་གིས་བཙུགས་མི་དོའི་ཟམ།

**དག་རྒྱུ།**

འཕྲིན་དོའི་ཟམ་ སར་རྒྱུ་མི་ཏར་ ༡ དང་ རྒྱུ་མི་ཏར་ ༡ སྤྱུག་ཚད་ སོར་ ༣ ཙམ་ཡོད་མི་འདི་ ཉེ་མ་  
 དུས་རབས་ ༡༧ དེ་ཅིག་ནང་ དཀར་སྤྲིས་ཚོས་འཁོར་ཕྱུག་མོའི་བུ་ དཀར་སྤྲིས་ལྷོག་པོ་གིས་ ཆང་མེ་ནའི་རི་  
 མགུ་མཐོང་མི་ ཟེ་ལ་ལས་ ཁོ་ར་གཅིག་གིས་འབག་འོང་སྟེ་ རྒྱ་འདི་གུར་ཟམ་སྟེ་བཙུགས་བཙུགས་པ་ཨིན་  
 མས། ལུང་མ་འདི་ནང་ལས་མར་ འཕྲོ་མི་རྒྱའི་མིང་ཡང་ རྫོ་ཟམ་རྒྱ་ཟེར་སྤྱབ་ཨིན་མས། དམངས་མི་བགྲུས་པ་  
 ཚོ་རིང་རྫོ་རྫོ་གིས་བཤད་མི་ནང་ ལུང་མ་འདི་ནང་ལས་མར་ རྒྱ་རུད་ག་དེ་མ་ཅི་ར་ཐོན་རུང་ རྫོ་ཟམ་འདིའི་མགུ་  
 ལས་ཡར་བརྒྱལ་མི་འཕྲོ་ཟེར་སྤྱབ་མས། རྫོ་ཟམ་རྒྱ་འདི་ རྒྱ་བཞུགས་ཅན་དང་ ཚོས་འཁོར་གཡུས་སྟོ་གཉིས་  
 གྱི་མཚམས་ཡང་ཨིན་མས།

ཚོས་འཁོར་གཡུས་ཚན་ རྗེ་ཚོས་པོ་ཉི་ཡོད་སའི་སློ་ལོགས་ཁར་ རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་མཚན་རྟེན་ མགུ་  
ཉོ་རུམ་གྱི་ཅིག་གཡོ་ཡོད་མི་མཇལ་ནི་ཡོད་མི་འདི་ ཉེ་མ་གཡུས་སློ་འདི་ཞིང་ཁའི་བུ་ཚུ་ བྱ་གིས་ཟ་སྟེ་འབད་ར་  
མ་ཚུགས་པ་ལས་ དེའི་ཁ་གཞོན་ལུ་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་མཚན་རྟེན་ བཞེངས་བཞེངས་མ་ཡིན་མས།  
མཚན་རྟེན་བཞེངས་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་མཚོག་ལུ་ མཚན་རྟེན་ལུ་རབ་གནས་གནང་  
དགོ་པའི་ལུ་བ་སྤུལ་མ་བཞིན་དུ་ རྒྱལ་སྲས་རིན་པོ་མཚོག་གིས་ ད་རེས་ཡོངས་གྲགས་ ཕྱག་མདའ་སྦྲང་ཟེར་  
སྐབ་སློལ་ཡོད་མི་ རྟ་མགོ་ལྷགས་རི་འཁྱོ་སའི་ལམ་ཁའི་སྦྲང་འདི་མགུ་ལས་ རབ་གནས་ཀྱི་ཕྱག་འབྲུ་གནང་མ་  
ད་ བར་ཀ་ཡོད་མི་རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་མཚན་རྟེན་གསུམ་ མགུ་ཚུར་བསྐྱར་སོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྐབ་ཡིན་  
མས། སྦྲང་འདི་གུར་ ཕྱག་འབྲུ་གནང་མ་ལས་བརྟེན་ སྦྲང་གི་མིང་ལུ་ཕྱག་སྟེ་ (ཕྱག་འབྲུ) སྦྲང་ཟེར་སྐབ་ཡིན་  
རུང་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཕྱག་མདའ་སྦྲང་དང་ ལྷང་རྟ་སྦྲང་ཟེར་དར་བྱུ་སོང་ལུག།

དེ་ལས་ཚུར་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ ཚོས་འཁོར་གྱི་ས་ཁོངས་འདི་ནང་ ལོ་ཐོག་ལུ་བྱ་དང་རི་དྲགས་ཀྱིས་  
གཞོན་པ་རྩ་ལས་མ་བཀལ་བར་ ལེགས་ཤོམ་སྟེ་བསྐྱེད་ཚུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྐབ་ཡིན་མས།

**བསྟན་པའི་པན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

སོ་ནམ་ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་དང་ ནད་ཡམས་མུ་གེ་ཚུ་ལས་སྤང་སྦྱོབ་འབད་མ་ཚད་ ཅི་བསམ་པའི་དོན་འབད་  
མེད་དུ་འབྲུབ་པའི་སྤོང་གོགས་འབད་མ་ཡིན་མས། བཙན་འདི་ལུ་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚན་ཚུ་ཆད་ནི་དང་  
སྤུལ་རུང་ཚུལ་དང་ལྷན་མ་སྟེ་ སྤུལ་མ་ཚུགས་པ་ཅིན་ ལོ་ཐོག་ལུ་ རི་དྲགས་སེམས་ཅན་ཚུ་གིས་ གཞོན་པ་  
བཀའ་ནི་དང་ བཀའ་མ་ཤིས་པའི་རྟགས་མཚན་ ལེ་ཤ་བྱུང་མས་ཟེར་ ཞུམ་བསོད་ནམས་མཚོ་སྟོན་གྱིས་སྐབ་  
ཡིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

བཙན་བླག་སྟོའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

དམངས་མི་བགྲུས་པ་ ཚོ་རིང་དོ་རྗེ།

## ༥ ལུ་བདུད་པོ།

### གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱེད།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ལུ་བདུད་པོ།
ས་གནས།	ཆང་མེ་ཕུ།
གཡུས།	ཞག་ཤུལ་དང་ཆང་མེ་ན།
བསྐྱེད་མི།	ཞག་ཤུལ་དང་ཆང་མེ་ནའི་མི་སེར།

### གནད་དོན་རྒྱུ་པ།

#### གནས་ཁང་།

འཇིགས་བྱེད་ལུ་བདུད་པོའི་གནས་ཁང་འདི་ སྤང་རི་ཟམ་པ་ལས་ ཆང་མེ་ཕུ་ དེ་ལས་ སིན་ཅུ་ལའི་འཁོར་  
 ལམ་བདའ་སྟེ་འགྲོམ་ད་ ཀའལ་མི་ཀར་ ༥ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་འདུག། ཞག་ཤུལ་དགོན་པ་ཟེར་མི་  
 འདི་ དང་ཕུ་ཏྲ་མགོ་ཚོས་ཇི་འདི་གཞིས་བྱིམ་ཡིན་མ་མ་ཚད་ དུས་རབས་ ༡༧ པའི་ནང་ དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་  
 པོ་ ཆིབས་ཁ་སྟོང་སྟོང་ས་ནགས་མོའི་ཕྱོགས་ལུ་བསྐྱར་ནས་ སྤང་རི་ཟམ་གདོང་ལུ་ཕེབས་ དཀར་བརྒྱུད་གོང་  
 མའི་གདན་ས་གཟིགས་སྐོར་དང་འབྲེལ་ འཇམ་དབྱངས་ཀུན་དགའ་སེར་འདི་གདན་ས་ ཚོས་འཁོར་རབ་བརྟན་  
 ཅེ་དང་ སྤུས་མོ་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར་ ཚོ་ལུང་གནས་ འབྲས་ལ་བསམ་གཏན་ཚོས་འཁོར་བརྒྱུད་དེ་ རིམ་  
 བཞིན་ཡབ་མེས་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་གྱི་གདན་ས་ སྤུ་གོ་ཚོང་འདུས་ལུ་ཡོད་མི་ འབྲུག་དཀར་བརྒྱུད་ཚོས་  
 སྤྲིངས་ལུ་ཕེབས་ཏེ་ ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་ལྷ་མངས་ཀྱི་སྐུ་བ་ཆེན་གནང་ནི་སྟེ་ ག་སྤྲིག་གནང་བཞུགས་པའི་སྐབས་  
 དཔུད་རིག་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་ གཙང་སྟེ་སྤིད་ཀྱི་དམག་འོངས་ལས་ བཅང་དམག་གིས་གདན་འདྲེན་ལུ་སྟེ་  
 ཡོག་ཐིམ་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་མ་ད་ སྤང་རི་ཟམ་པ་དང་ ཞག་ཤུལ་དགོན་པ་ལུ་ དཀྱང་ཞག་དག་པ་ཅིག་བཞུགས་  
 ཡོད་པ་ལས་ ས་གནས་འདི་བྱིན་ཅན་ཅིག་ཡིན་མས་ཟེར་ལུ་ནི་ཡིན། ཡིན་རུང་ ལ་ལུ་ཅིག་གིས་འབད་བ་  
 ཅིན་ རོ་ཤུལ་དགོན་པ་ཟེར་ཡང་སྐབ་སྐོལ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།



ཞག་ཤུལ་དགོན་པའི་མཐོང་སྣང་།

ཆང་མེ་ནང་ཟེར་བའི་ས་གནས་ཀྱི་མིང་གི་འབྱུང་ཁུངས་ ཁ་གསལ་སྟེ་བཤད་མི་ཅིག་ག་ཡང་མེད་པ་མ་ཚད་  
འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཚོས་འབྱུང་རྒྱལ་རབས་ཚུ་ནང་ཡང་མིན་འདུག།

དམ་བཞག།

གནས་བདག་འདི་ ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ ས་ཇོ་འབྲུག་སྒྲོམ་ཞིག་པོ་ ལྷ་མ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་སོགས་ཀྱིས་  
བཀའ་དང་དམ་ལུབ་ཞག་གནང་ཅུག།

ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་ཕུ་བདུད་འདིའི་ ལྡེབས་རིས་དང་ སྐྱེ་འབྲུ་ཚུ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་པར་བཅུགས་མ་ཚུགས། ཡིན་རུང་  
གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན་ལ་སོགས་པའི་བཞུགས་ཚུལ་ལྷུ་བ་ཅིན་ སྲིད་པ་  
གསུམ་གྱི་ལྷ་སྲིན་སྲེ་བརྒྱད་ཀྱི་མཐུ་དང་ལུས་པ་ག་ར་གཅིག་ཁར་བསྐྱེ་བསྐྱེལ་བ་བྱུམ་ གནམ་མེད་ས་མེད་མཐུ་  
དང་ལུས་པ་ཆེ་བའི་གཟུགས་ཅིག་ཡིན་མས། སྐྱེ་མདོག་སྲོ་ནག་ ཞལ་འདྲོག་སི་སིག་སྲེ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གོས་  
ཆེན་ཉོན་མ་གི་ན་བཟའ་བཞེས། ཕྱག་གཡས་པ་ལུ་ རལ་གི་གནམ་ཁར་འཕྱར་ གཡོན་པ་ལུ་ཐོད་པའི་ནང་ཁྲག་  
བཀང་བ་བསྐྱེམས་ཏེ་ ཞལ་ལུ་གསོལ་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། བདུད་ཀྱི་ཉོན་མ་ལུ་ཆིབས་ཏེ་ འཇིག་རྟེན་  
ཁམས་ག་ར་བསྐྱོར་ བསམ་ཡས་ལས་འདས་པའི་ རྩེ་འཕྲུལ་ནུམ་པ་སྣ་ཚོགས་སྲོན་ཏེ་ བསྐྱེན་པ་དང་སེམས་  
ཅན་ལུ་གཞོད་པའི་དབྱ་བོ་ཚུ་གི་སྲོག་ཚ་གཙོད་ དམ་ཚིག་ཅན་གྱི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ སྐྱེ་སྐྱོབ་མཛད་པ་  
མ་ཚད་ ལྷག་པར་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆའི་གསང་སྲུགས་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་སྐྱེད་ དེ་ལས་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་མི་ཚུ་ལུ་ ཆེ་  
བསོད་དབང་ཐང་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་གནང་མ་ཡིན་མས།



ཆང་མེ་སུ་ཡོད་པའི་གནས་བདག་སུ་བདུད་པོ་གི་ གནས་ཁང་།

### གསོལ་མཚོད།

གནས་བདག་འདི་ ལོ་ཚོག་གཏང་མ་ད་གཏོར་གྲལ་ལུ་བཙུགས་ཏེ་ གསོལ་མཚོད་སུལ་ཕ་མ་གཏོགས་ གཞན་ ལོགས་སུ་སླེ་ ཏུས་སྟོན་ཚུ་འབད་སྲོལ་མིན་འདུག།

### བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།

གནས་བདག་འདི་ལུ་ གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་བྱད་ཚོས་ག་ཅི་འདུག་ཟེར་བ་ཅིན་ ཆང་མེ་དང་ཞག་ཤུལ་གྱི་མི་ སེར་ཚུ་གིས་ ཁོ་ལུ་གསོལ་མཚོད་ཏུས་ཚོད་གྱར་སུལ་བ་ཅིན་ ཁོ་གིས་སྤྱིར་ ཚོ་བསོད་དབང་ཐང་རྒྱས་པའི་

སྒྲོངས་གྲོགས་འབདཱ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་དུ་ ས་གཡོམ་དང་ ཚུའི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུགས་ཟེར་སྐབ་མས།  
དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ ང་བཅས་ར་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་གཞན་ཁ་ལུ་ས་གཡོམ་གྱིས་ སྡོད་ཀྱི་ལ་  
སོགས་པ་གཞོན་པ་སློམ་སྟེ་བྱུང་བུང་ ཆང་མེ་དང་ཞག་ལུལ་ས་ཁོངས་ནང་ལུ་ གཞོན་པ་བསྐྱེད་ནི་ལ་བཞག་  
ས་གཡོམ་རྒྱབ་རྒྱབ་ར་མི་ཚོར་ཟེར་ དམངས་མི་བགྲེས་པ་ཚོ་རིང་དོ་རྗེ་གིས་སྐབ་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།**

ཞབས་དུང་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར། འཕགས་སངས་རྒྱས་དོ་རྗེ།

སྒྲོའི་ཚོས་འབྲུང་སློ་གསར་ན་བའི་རྒྱན། རྒྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན།

འཛིགས་བྱེད་ལུ་བདུད་པོའི་ གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

དམངས་མི་བགྲེས་པ་ ཚོ་རིང་དོ་རྗེ།

༤ མཚོ་སྐྱེན།

གནད་དོན་བརྒྱད་བསྟུན།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	མཚོ་སྐྱེན།
ས་གནས།	སྤང་རི་བཅའ་གདོང་།
གཡུས།	འབྲུག་པོ་བྱང་སྤྲིངས།
བསྟེན་མི།	སྤང་རི་བཅའ་པ་ ཚུམ་གཞུང་མཚོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

སྤང་རི་བཅའ་པ་འདི་ རྒྱལ་ས་བེམ་ཕུ་ཁོམ་ལས་ ཀེ་ལོ་མི་ཏར་ ༥ གི་ས་ཁང་ཡོད་པ་ཡིན། འབྲུག་པོ་བྱང་  
 སྤྲིངས་སམ་ སྤང་རི་བཅའ་པའི་གདན་ས་ནི་ རབ་བྱུང་ ༥ པའི་ནང་ འབྲུག་ཚེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ རྫོ་  
 རྩོགས་ནགས་མོའི་རྫོངས་འདི་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་གདུལ་ཞིང་ལུ་དབང་བསྐྱུར་ནིའི་ག་སྤྲིག་དང་ ལུང་  
 བསྟན་གཟིགས་པར་འབྲེལ་འབྲེན་པའི་སྐབས་ དགུ་ལོ་ ༤༩ ས་སྤང་ལོང་ཕྱག་བཏབ་ལུག། དེ་ལས་ འབྲུག་  
 ཚེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ ངག་དབང་གཤགས་པའམ་ ཁྲི་ཐོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན། ཡོངས་འཛིན་ངག་གི་  
 དབང་ཕྱག་དང་ དེའི་སྲས་ མི་ཡམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ དེའི་སྲས་མི་ཡམ་བསྟན་པའི་ཉི་མ་བཅས་ རིམ་པས་  
 ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་ སྐབས་པའི་བསྟན་པ་བརྩམས་ཏེ་ དོན་བརྒྱུད་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྩོགས་པའི་  
 བསྟན་པ་ འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་གསུམ་གནང་སའི་ བསྟེ་གནས་བྱུང་ཏུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན་མ་མཚན་ སྤོན་སྤྱི་ལོ་  
 ༡༩༡༤ ལུ་ དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ངག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྩེ་མཚོག་ སྤང་དང་ཚོས་སྐྱོང་གི་ལུང་  
 བསྟན་དང་འབྲེལ་ ང་བཅས་ཉི་མ་རྫོ་ཕྱོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་ཏུ་འབྲེན་པའི་  
 སྐབས་ཀྱི་ ས་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་མས། གཞུང་ཚུམ་སློབ་དཔོན་སྐབས་ སློབ་ཨོ་རྒྱུན་དོ་རྩེ་  
 གིས་གསུངས་མི་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ ས་ཁོངས་དེ་ནང་ལུ་ ལྷ་ཁང་གཙོ་བོ་གཉིས་ཡོད་ས་ལས་ ལུ་མགུ་ལ་བྱུག་  
 ལུ་ཡོད་མི་ དཀར་བརྒྱུད་སྤང་དང་ མགོན་ཁང་ཡོད་མི་ལྷ་ཁང་འདི་ ཉེ་མ་རབ་བྱུང་ ༩ པའི་ས་སྤང་ལོ་ལུ་  
 འབྲུག་ཚེན་ངག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། འབྲུག་ཚེན་ངག་དབང་ རྒྱལ་སྲས་འཇམ་དཔལ་དོ་



རྗེ་ཚུལ་ གཏུང་འཛིན་རིམ་པས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་ རྒྱལ་པའི་སྡེ་དང་བཅས་པ་བཙུགས་ཏེ་ ཡུན་རིང་  
བཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

ཚུ་མཚུག་ལ་ཐུག་ལུ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ཞབས་བྱུང་ལྷ་ཁང་ཟེར་ཞུ་མི་འདི་ནང་ ཞབས་བྱུང་  
ཡབ་སྲས་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་རྗེན་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ལས་ དུས་རབས་ ༡༧ པའི་ནང་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་ཐོག་  
རྒྱལ་སྲས་འཇམ་དཔལ་རྗེ་རྗེ་ཕྱོན་ཞེན་མ་ལས་ བཞེངས་བཞེངས་མ་བཟུམ་ཅིག་འདུག་ཟེར་ཨིན་མས། ལྷ་ག་  
པར་ལྷ་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་འདི་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་མཚམས་གནང་ས་ཨིན་མི་ལོ་རྒྱུས་ མི་དབང་འབྲུག་  
རྒྱལ་བཞི་པ་མཚོག་གིས་གསུངས་ཡི་ཟེར་ ཕྱིས་སློབ་སྐྱེ་བཞེས་ཀྱིས་དེ་སྡེ་གསུངས་མས།

ད་རེས་ཞབས་བྱུང་ལྷ་ཁང་ཡོད་པའི་ ཞབས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་འདྲའདི་ ཞལ་ཚུ་མཚུག་སྐོར་བཙུགས་ནི་  
འབད་མ་ད་ མ་འོངས་པ་ལུ་ ལྷ་ཁང་གི་རྩ་བ་ལས་འགྲུ་མི་ མང་ཚུ་འདི་ལས་ མཚོད་པ་སྡེ་བཞེས་ནི་ཨིན་ཟེར་  
ཞལ་བམ་གྱི་རྟོངས་སྐོར་ཟེར་ གསུངས་བྱོན་མ་ལས་ སྐྱེ་རྗེན་འདི་བྱིན་རྒྱལ་ཆེ་བཞེས་ཅིག་སྡེ་ གུས་བཀུར་  
ཞུ་ཨིན་མས། དེ་གིས་མ་ཚད་ རང་སོའི་ཁམས་དབང་དང་བསྐྱེན་ སྐྱེ་རྗེན་དེའི་ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་  
སྐྱེན་ཚུ་འབྲལ་འབྲལ་དམར་པོ་དང་ སྐབས་སྐབས་དགེས་པའི་འཇུམ་མདངས་བཅས་པ་ འདྲ་མིན་སྣ་ཚོགས་  
སྐོན་ཚུལ་ཡོད་པའི་བཤད་པ་ཡང་གནང་ནི་འདུག།

**དམ་བཞག།**

འབྲུག་པོ་བྲང་སྤོངས་གདན་སའི་ གནས་བདག་མཚོ་སྤུན་ནི་ འབྲུག་ཆེན་ལག་དབང་ཚོས་རྒྱལ་ ཡོངས་འཛིན་  
ལག་གི་དབང་ལྷུག་ མི་མཚམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ མི་མཚམ་བསྐྱེན་པའི་ཉི་མ་ དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ལག་དབང་  
བདུད་འཛུམས་རྗེ་རྗེ་བཅས་ ལྷ་མ་གོང་མ་དེ་རྗེ་གིས་ བཀའ་ཡི་ཆད་ཐོ་གཉེན་པོ་གཏད་དེ་ གདན་ས་འདིའི་  
སྤུང་མ་སྡེ་འཕྲིན་བཅོལ་གནང་འདུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རང་བཞིན་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་འབྲེལ་བའི་གྲོང་དུ་ རབ་མཛེས་འཇའ་འོད་ཀྱི་ཕུང་པོ་འཁྲིགས་པའི་པོ་  
བྲང་ནང་མ་གཅིག་རྗེ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ལྷུག་མའི་ནམ་པོལ་བསྐྱེན་སྐྱོང་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོ་ མཚར་སྐྱུག་མིག་གི་

བདུད་ཚི་ བརྩུག་ལང་ཚོའི་དཔལ་གྱིས་ངོམས་པ་ ཡུག་གཡས་ན་ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་འདུས་པའི་མདའ་  
 དར་དང་ གཡོན་ན་སྲིད་པ་གསུམ་མཐོང་བའི་མེ་ལོང་འཛིན་པ་ ལྷ་རྩལ་གྱི་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་  
 བརྒྱན་པ་ ཡབ་ཡུམ་སྲས་འཁོར་རྒྱ་མཚོ་དང་བཅས་པ་སྤེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་མས། གཞི་བདག་མཚོ་སྤན་གྱི་  
 སྐུ་འདྲ་སྤང་རི་བཟའ་པ་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་ཁང་དང་ མགོན་ཁང་གཉིས་ཆ་ར་ནང་འདུག། ཡིན་རུང་པར་  
 བཏབ་མི་ཚོགས་ལས་བརྟེན་ ལྷ་ཡུ་བརྩུགས་མ་ཚུགས།



འབྲུག་པོ་བྱང་སྤོངས། སྤང་རི་བཟའ་པ།

# གསོལ་མཚོད།

དང་སྤྱ་འབད་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སྤྱ་ཟམ་དེའི་ལྷ་དཀར་སྤྱིས་འགྲོ་ས་ཁ་ཐུག་ སྤང་ཚུང་ཡོད་མི་འདི་ནང་  
བུམོ་ལྷ་ལུ་མཚོ་སྤྱན་གྱི་རྒྱུན་ཆ་བརྒྱན་ཏེ་ མཚོ་སྤྱན་སྤོར་བའི་སྲོལ་ཡོད་ཟེར་སྤྱབ་ནི་འདུག། ཡིན་ཅུང་ད་རེས་  
ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ སྤང་རི་ཟམ་པའི་རྩིས་གཞུང་མཐོ་རིམ་སྤོབ་གྲའི་དགེ་འདུན་པ་རྩྭ་གིས་ ཉིན་ལྟར་  
གསོལ་ཁ་ཐུལ་མ་གཏོགས་ དམིགས་བསལ་གྱིས་ དུས་སྟོན་སོགས་གནང་སྲོལ་མིན་འདུག།



སྤང་རི་ཟམ་པ་ལུ་ཡོད་པའི་ མཚོ་སྤྱན་གྱི་གནས་ཁང་དང་ སྤྱ་ཟམ།

མཚོ་སྤྱན་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ཡོ་རྒྱུས་ཅིག་ལུ་ ཏེ་མ་དཀར་སྤྱིས་སའི་ དཀར་སྤྱིས་ཚོས་འཁོར་  
(འཕྲ་ཀུ) ལུག་མོའི་བྱ་དཀར་སྤྱིས་ལྷོག་པོ་དང་ ཀ་མང་མང་མཁལ་ ལ་སོགས་པ་རྩྭ་ དགེ་བསྟེན་གྱི་བྱང་  
གྲུང་རྩ་ལེ་ཤ་ཐོན་ཏེ་ བྱ་སྤྱབས་མ་བདེ་བའི་གནས་སྤངས་ལེ་ཤ་ཐོན་ཏེ་ ཐབས་མཁལ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་སྤྲུལ་

ཅིག་གིས་ དགོ་བསྟེན་དང་ མཚོ་སྐྱོན་གཉིས་གཉེན་སྒྲོམ་ཡོད་པའི་ཁ་རྒྱན་འདུག། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་  
ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ བདེ་ཆེན་ཕུ་གི་གནས་ཁང་ནང་ དགོ་བསྟེན་སྤང་རི་ཟམ་པར་འབྱོན་སའི་གསང་ལམ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྤང་རི་ཟམ་པའི་ལྷ་ཁང་གི་ལྷག་ལུ་ གྲང་གི་ལྷགས་རིའི་ནང་ལུ་ཡང་ དགོ་བསྟེན་འབྱོན་སའི་  
གསང་ལམ་ ལོགས་སུ་སྐྱེ་ར་བཞག་ལུག།

**བསྟེན་པའི་ཕན་པ།**

སྤྱིར་དུས་ངན་སྤྱིགས་མའི་ངན་སྤྱོད་ཐབས་གྱིས་འདུལ་བ་དང་ བྱེ་བྲག་བསྟན་པ་དང་དེ་འཛིན་པ་ སྤྱིས་ཆེན་  
དམ་པ་རྣམས་དང་ ཡང་སྐོས་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་འཛིན་སྤྱིས་ཆེན་རྣམས་ མ་གཅིག་པོའི་བྱ་བཞིན་དུ་  
ཉིན་མཚན་གཡེལ་མེད་དུ་ སྤང་སྤྱོད་དང་སྤོང་བློགས་མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ།**

སྤྱིའི་ཚོས་བྱུང་སློབ་གསར་རྣ་བའི་རྒྱལ། སྤྱི་བས་རྗེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན།  
གཞི་བདག་མཚོ་སྐྱོན་གྱི་གསོལ་ཁ་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

སློབ་ཨོ་རྒྱུན་དོ་ཟེ། ཚུམ་གཞུང་སློབ་གྲའི་དབུ་འཛིན་བགས་པ།  
སློབ་གྲི་ཐར་དོ་ཟེ། ཚུམ་གཞུང་མཐོ་སློབ་གྲའི་དབུ་འཛིན། སྤང་རི་ཟམ་གདོང་།  
ཚོ་རིང་དོ་ཟེ། དམངས་མི་བགས་པ། དཀར་གྲིས་ས།

## ལྷ གླང་བྲག་པ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

གླང་བྲག་པ།

རྒྱ་གནས་ཟམ་པའི་ལྷག།

རྒྱ་གནས་ཟམ་པ་དང་ ཅང་ཉ་སྐང་།

གོ་ལུང་དགོན་པ། རྒྱ་གནས་ཟམ་པ། ཅང་ཉ་སྐང་།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།



གོ་ལུང་གསང་སྲགས་ཚོས་གླིང་སྐྱབ་སྡེའི་མཐོང་སྐྱང་།

གནས་བདག་སྲིད་བློ་བཟང་པ་ བསྟེན་མིའི་དགོན་སྡེ་ཅིག་ ཏྲ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་རྫོང་གི་བྱང་ཤར་མཚམས་ལུ་ གོ་  
ལུང་དགོན་པ་ཆགས་འདུག། རྒྱལ་ཐིམ་ཕུ་ལས་དོ་གདན་མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་ཚུན་ ཀི་ལོ་མི་ཏར་ ༡༥  
དང་ དེ་ལས་རྒྱ་རྩོད་སྡེ་ ཏུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༩ དེ་ཅིག་འགོ་རྩལ་ཨིན་མས། ཏྲ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་རྫོང་ལས་  
འབྲོ་ས་གཅིག་དང་ ཏྲ་མགོ་འབྲོ་མ་དགོ་པར་འཕྲང་འབྲོ་སའི་ལམ་ཁག་གཉིས་འདུག།

གོ་ལུང་དགོན་པའི་ས་ཁོངས་དེ་ནང་ ཉེ་མ་རྒྱལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་དང་ རྒྱལ་སྲས་ཀྱི་ཨ་ཞེལ་ རྗེ་  
བཙུན་བསྟན་འཛིན་ཚུ་ཁམས་སངས་འབྲོན་མ་ཨིན་མས། ས་གོ་དེ་ནང་ ལྷ་ཁང་རྒྱང་ཀྱ་ཅིག་ ཉེ་མ་ལས་ཡོད་  
པའི་ཁར་ རྗེ་མཁན་ལྷི་རབས་ ༤༧ པ་སྐབས་རྗེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན་མཚོག་གིས་ ལྷ་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་  
བཅས་ གསར་བསྐྱབས་གནང་སྟེ་ རྗེ་མར་པའི་གདན་ས་ བོད་སྟོ་གོ་བོ་ལུང་གི་གདན་ས་གཉིས་པ་སྟེ་བྱུག་  
བཏབ་གནང་སྟེ་ རྒྱབས་རྗེ་ཁོ་རང་ཡང་ ཡུན་རིང་བཞུགས་པའི་གདན་ས་བྱིན་ལྡབས་ཅན་ཅིག་ཨིན་མས། ད་  
རེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ ལོ་གསུམ་ཚུགས་གསུམ་གནང་སའི་ རྒྱབ་པའི་སྟེ་ཅིག་ལུ་རྒྱུར་ཏེ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

གནས་བདག་རྒྱལ་པོ་སྲིད་བློ་བཟང་པ་འདི་ དེག་འཛིན་གྱི་སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་པར་འབྲུང་གནས་དང་ འཇམ་  
དབྱངས་ཀྱན་དགའ་སེའུ། དེ་ལས་མཐུ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རབ་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ལམ་པ་གསུམ་  
གྱིས་ འཕྲིན་བཅོལ་གནང་སྟེ་ བསྟན་པའི་སྲུང་མར་བསྐྱོས་གནང་ཅུག། རྒྱལ་པོ་སྲིད་བློ་བཟང་པའི་གནས་ཁང་འདི་  
གོ་ལུང་གསར་སྐྱབས་ཚོས་སྤྱིར་སྐྱབ་སྟེ་འོག་ རྒྱ་གནས་ཟམ་པའི་གདོང་རྟོར་ བྱག་སྟོམ་འདྲོག་སི་སི་མཐོ་  
འགས་སྟེ་ཡོད་མི་འདི་ཨིན་མས།



གནས་བདག་རྒྱལ་པོ་སྐང་བྲག་པ།

ནུམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་བཙན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱང་བྲག་པ་ནི་      སྐྱུ་མདོག་བསྐྱལ་པའི་མེ་དཔུང་རབ་ཏུ་འབར་བ་དང་འབྲ་བ་  
མཐུ་སྟོབས་གཟི་བཞིན་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྐྱུ་སྐྱང་ཚོད་ལྷ་བུ་      ཤིན་ཏུ་ལྷོས་པའི་ལོ་གཉེར་ཅན་གར་དགའི་  
ཉམས་དང་ལྡན་པ་    ཕྱག་གཡས་པ་གསེར་གྱི་ལ་ཏྲི་འཛིན་ཏེ་    ཚོས་བཞེན་སྐྱབ་པའི་གང་ཟག་གི་སྐྱང་མ་མཛད་  
ཅིང་    གཡོན་དུ་ཞགས་པ་སྟོག་འབྲུག་པ་དང་འབྲ་བར་འཕེན་པས་    བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པའི་  
དག་བགོགས་ལམས་གསུམ་གར་གནས་ཀྱང་    རྣམ་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ལ་འགྲུགས་པར་བྱེད་པ་    འཁོར་སྐྱབ་བཙུན་  
དང་བཙས་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་མས།



སྐྱང་བྲག་པའི་གནས་ཁང་།



**དག་རྒྱལ།**

གནས་བདག་འདི་ རྩོན་སའི་ལམ་བདའ་ཁྱིམ་རྒྱབ་པ་ཅིན་ ལཱ་ཁག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས། ཉེ་མ་དེ་ཕྱིན་ལོ་ ༢༠༠༢ ལུ་གོ་ལུང་རྒྱབ་སྤེལ་འདི་དོན་ལུ་ ཚོགས་འཁོར་བསྐྱོར་ས་དང་ ཅུ་རྒྱུང་འཕུལ་འཁོར་གནང་ས་སྤེལ་ ལྷ་ཁང་གཅིག་བཞེངས་པའི་སྐབས་ རྒྱུན་བར་ཆད་ལེ་ཤ་བྱུང་སྤེལ་ ལྷ་ཁང་བཞེངས་ནི་ལུ་དཀའ་ངལ་ཐོན་མ་ལས་ མོ་རྩིས་བཏབ་ད་ ལྷ་ཁང་བཞེངས་སའི་སྐྱེད་ཉླེག་འདི་ གནས་བདག་གྲུང་བཟུག་པའི་རྩོན་ལམ་གྱུར་ཨིན་མ་ལས་ བར་ཆད་རྒྱབ་དོ་ཡོད་པ་ཤེས་ལུག། དེ་ལས་གནས་བདག་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཏེ་ ལྷ་ཁང་དེ་ས་ཁོངས་འདི་ བཟང་ར་ བཞེངས་དགོ་པའི་ལུ་བ་སྤུལ་ལུག། ཨིན་རུང་ སྐྱེད་གི་ཐད་འཕྲུང་གནས་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ ཡར་མར་འབྲོན་ནིའི་དོན་ལས་ ལམ་བཏོན་བཞག་ནིའི་ལས་གྲུངས་ནི་འདི་གིས་ ལྷ་ཁང་ནང་གྲུ་མའི་བཞུགས་ ཁྲི་དང་ མཚོད་ཁྲིའི་འོག་ལས་ཕར་ གྲུང་དོང་བཏོན་ཏེ་རྩོན་ལམ་བཞག་མི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྤར་ག་ ཨིན་མ་སྤེལ་བཞག་ཡོད་ཟེར་ རོར་གདན་མཁས་པའི་འབྲུང་གནས་ཀྱི་ སྐྱིེ་ཏའི་མཁན་པོ་ དཀར་ཅུང་གིས་ གསུངས་ཨིན་མས། ལྷ་ཁང་གི་གྲུང་དོང་བཏོན་ཏེ་ཡོད་པའི་པར་བཏབ་སྤེལ་ སྤུལ་ནིའི་དཔའ་བཅམ་ཡི། ཨིན་ ཅུང་ད་རེས་རྒྱབ་སྤེལ་ཚུ་ག་ར་ བསྐྱེན་མཚམས་བཞུགས་ཡོད་པ་ལས་བཞེན་ པར་བཏབ་ནིའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་མ་ ཚུགས།

**གསོལ་མཚོད།**

གསོལ་མཚོད་ཚུ་རྒྱབ་སྤེལ་ཚུ་གིས་ ཨ་རྟལ་གནང་དང་གནང་བཞིན་པ་འདུག། གཡུས་སྐོ་འབད་བ་ཅིན་ བོད་ སྐར་ན་ རྒྱ་གནས་བཟུམ་པ་ དེ་ལས་ལྷང་རྟ་སྐྱེད་སྤོད་མི་ཆ་ཁྱབ་གྱིས་ ལོ་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་ གཏོར་གྲུལ་ བཅུགས་ཏེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཕ་མ་གཏོགས་ གཞན་དུས་སྤོན་ལ་སོགས་པ་ལོགས་སུ་འབད་བའི་སྤོལ་མིན་ འདུག།

**བསྐྱེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

རང་སྤོད་ས་ལུ་ རྒྱུན་བར་ཆད་མེད་པར་བགྱིས་ཤིང་ རྒྱ་ལོར་ལོངས་སྤོད་ སྤུན་སུམ་ཚོགས་ཏོག་ཏོ་འོང་ནི་ དང་ ས་ཐག་རིང་སར་འགྲོ་རུང་ ལམ་ཁ་ལུ་བར་ཆད་དང་ དག་ཇག་ཚོམ་རྒྱུན་གྱི་གཞོད་པ་མེད་པར་ བསམ་

པའི་རེ་བ་སྐྱབ་པའི་སྒོངས་གྲོགས་མཛད་པ་ཡིན་མས། ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་པ་ཅིན་ ཞིང་དང་ བོད་ལྷགས་  
རང་ལུ་ཡང་རྒྱུན་དན་བར་ཆད་དང་ འཚུབ་ཆ་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གྲུང་བྲག་པའི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།  
དད་པའི་ས་བོན། ཀེ་ཨེམ་གྱི།

**འབྲི་བསྟུན་འབད་ས།**

སྐྱེ་ཉའི་མཁན་པོ་དཀར་ཅུང་།  
དམངས་མི་བགེས་པ་ ཚོ་རིང་དོ་རྗེ།

༤ བཙུག་ཅུང་།

གནད་དོན་བསྐྱུས་པ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བཙུག་ཅུང་།

ས་གནས།

རྟ་མགོ།

གཡུས།

རྟ་མགོ་ཚོས་དབྱིངས་རྫོང་།

བསྐྱེད་མི།

གསང་ཚེན་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སློབ་སྦྱོང་སྐྱེལ་ཁང་། སྐྱབ་སྤེ་རེས་དོན་དགའ་ཚལ་

སློང་། རྟ་མགོ་རྫོང་ཁ།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གཞི་གདོད་ནས་བྲག་རི་འཕགས་པ་བྱུགས་རྗེ་ཚེན་པོ་གདུལ་བྱའི་མོས་པ་དང་མཐུན་པར་ ཁོ་བོ་དཔལ་རྟ་མཚོག་  
རོལ་པ་རང་བྱོན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སྤྱ་གྲུབ་པ་མ་ཚད་ པཎ་ཚེན་ན་རོ་ཏ་པའི་རྣམ་འཕྲུལ་ དཔོན་རས་དར་མ་སེངྒེའི་  
ཡུང་བསྟན་ལྟར་ པ་རྩོམ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོ་ཆེབས་ཁ་སློམ་སྦྱོངས་ནགས་མོའི་སྦྱོངས་འདིར་བསྐྱུར་ཏེ་ ཡུལ་གྱི་  
མཐའ་དག་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་། ལྷག་པར་དུ་ དབྱིན་ལོ་ ༡༩༥༧ ཤིང་པོ་འབྲུག་ལོར་གདན་ས་དེར་  
སྐྱབ་པའི་ཚོས་སྤེ་ཚེན་མོ་ཕྱག་བཏབ་སྟེ་ སྦྱོངས་འདིར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་སློལ་གསར་དུ་  
གཏོད་པར་མངོད།



གནས་བདག་བཙན་ཅུང་གི་ཀ་ལྷབ།

**དམ་བཞག།**

གཞི་བདག་བཙུན་ཕྱུང་འདི་ ལྷ་མོ་ལྷ་ལྷ་འདྲེའི་སྤྱི་དཔལ་ཆེན་པོ་ ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རྩ་རིག་པོ་ཆེ་མཚོག་དང་ བཛོ་  
འབྲུག་སྒྲོམ་ཞིག་པོ་ ཆོས་རྗེ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་ མཐུ་ཆེན་དག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་མ་གོང་  
མ་རྣམས་ཀྱིས་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པའི་སྲུང་མར་འཕྱིན་བཙུན་གནང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གནས་བདག་བཙུན་ཕྱུང་ནི་ ལྷ་མོ་དོག་དུས་མཐའི་མེ་རབ་རྒྱ་འབར་བ་ལྟར་དམར་ལ་ བཞེངས་སྐྱབས་ཀྱི་ཚུལ་  
དུ་བཞུགས་པ་ ཞལ་རས་ཤིན་རྒྱ་ལོ་ལ་གདུམ་པོའི་ཚུལ་གྱིས་ བསྟན་པ་དེ་འཛོམས་སྐྱེས་བུ་ བུ་བཞིན་སྐྱོང་ཞིང་  
བསྟན་པའི་རུ་ཏུ་ཡུད་ཙམ་གྱིས་བསྐྱལ་བ། ཕྱག་གཡས་ན་ ཞགས་པ་དང་ གཡོན་དུ་བསྟན་པ་ལ་གོད་པའི་  
དག་བཞགས་གདུག་པའི་ སོག་སྤིང་ཚོན་པ་ཞལ་རྒྱ་སྟོབ་པའི་རྣམ་པ་སྐྱེ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

དུས་རྒྱུག་གསོལ་མཚོད་ཀྱང་ གསང་ཆེན་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྟོབ་སྟོང་སྟེལ་ཁང་གི་དགོ་འདུན་པ་དང་ སྐྱབ་ཕྱེ་ངེས་  
དོན་དགའ་ཚལ་གྱིང་ དོར་གདན་མཁམས་པའི་འབྲུང་གནས་གྱིང་གཙུག་ལག་སྟོབ་གྲ་བ་ཚུ་གིས་ ཨ་ཉག་ར་སྐལ་  
དང་སྐལ་བཞིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

ཆོས་སྐྱབ་པ་པོ་ལ་མི་མཐུན་རྒྱུན་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་ མཐུན་རྒྱུན་དབྱུང་གི་མཚོ་ལྟར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
བ་དང་ ཕན་དང་བདེ་བའི་གཞི་མ་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིག་པོ་ཆེ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ དེ་འཛོམས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ ལྷ་ཆེའི་བར་ཆད་སྲུང་བ་སོགས་ བཤད་སྐྱབ་བསྟན་པའི་རིང་ལུགས་ མི་ཉམས་གོང་ནས་གོང་དུ་  
སྟེལ་བའི་ སྲུང་སྟོབ་དང་ སྟོང་གོགས་མཛད་པ་ཡིན་མས།

ཀྱུ་བ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གཞི་བདག་བཙན་ཅུང་གི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

ཡ་ཙཱ་སྐྱབ་ཞིག་པོའི་རྣམ་ཐར།

ཀྱུ་ལ་སྲས་བསྟན་འཛིན་རབ་ཀྱིས་ཀྱི་རྣམ་ཐར།

འབྲི་བསྟན་འབད་ས།

སྐྱི་ཏའི་མཁན་པོ་དཀར་ཅུང་།

སྐྱི་ཏའི་སློབ་དཔོན་མཚོ་སྐྱིད།

༢ ཕྱ་ཚེན་པོ་བཅན་ཚོད་དོ་རྗེ་སློག་འཕྲེང་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།	ཕྱ་ཚེན་པོ་བཅན་ཚོད་དོ་རྗེ་སློག་འཕྲེང་།
ས་གནས།	རྟ་བབ་ཁྲོམ་སྡེའི་ལྷག་ལུ།
གཡུས།	རྟ་བབ།
བསྟེན་མི།	ཀ་མང་མདའ་གཞི་དང་ རྟ་བབ་ཁྲོམ་སྡེ་ནང་སྡོད་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕྱི་ལྟར་ནོར་བུའི་བྲག་རི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ཕང་དུ། སྤུལ་པའི་འདབ་ཆགས་དང་རི་དྲགས་སྣ་ཚོགས་བག་ཡངས་སུ་རོལ་བའི་གནས། མཚར་སྤྲུལ་ལྡོན་པའི་ནགས་ལྗང་རབ་རྒྱ་རྒྱས་པའི་ཁྲོད། བསམ་གཏན་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དབེན་གནས་ གཉན་པོ་བག་སྲོ་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ། ནང་ལྟར་ ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་སྤང་ལས་སྤུབ་པའི་བརྒྱ་དབང་གི་གཞུང་ཡས་ཁང་རྒྱན་དང་ བཀོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྗེས་པ་འདི་ ཕྱ་ཚེན་པོ་བཅན་ཚོད་དོ་རྗེ་སློག་འཕྲེང་གི་གནས་ཁང་ཡིན་མས། གནས་ཁང་འདི་ རྟ་བབ་ཁྲོམ་གྱི་མགུ་ལས་ཡར་ ཀྱང་སྟོང་སྡེ་སྐར་མ་ ༣༠ དེ་ཅིག་གིས་ཁང་འདུག། ད་རེས་ས་གོ་དེ་ནང་ རྟ་བབ་ཀྱི་གྲང་རྩིང་མ་ཚུ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ གནས་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་བཞེངས་པའི་བསྐྱང་འདུག།

རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཅང་ཤེས་དཀར་པོ་མགྲོགས་པའི་རྩལ་དང་ལྷན་ཞིང་། མཐུར་དང་སྐྱ་སྤུབ་གོང་མེད་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དང་དར་སྣ་ཚོགས་པའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་སྟེང་། ཁྲོ་རྒྱལ་རྟ་མཚོག་རོལ་པའི་གསང་གསུམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོལ་བ། ལྷ་བཅན་ཚེན་པོ་དོ་རྗེ་སློག་ཕྲེང་། སྤུབ་པ་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེ་ཞིང་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་བདར་སྐྱ་མདོག་དམར་པོ། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མཚན་པའི་བདར་ཕྱག་གཉིས་ བསྟེན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་ཅིང་འཚོ་བར་བྱེད་པའི་ བག་ཕྱོགས་མ་རུངས་གཏུག་པ་ཅན་རྣམས་ བཅིངས་ཤིང་སྟོལ་བའི་བདར་ཕྱག་གཡས་རལ་གྱི་དང་

གཡོན་ལགས་པ་བསྐྱམས་པ། རོ་བོ་ཚོས་སྐྱའི་གྲོང་ལས་གཡོ་བ་མེད་པའི་བདར་ལལ་གཅིག་ གཟུགས་སྐྱའི་  
ཁྲོའི་རྣམ་པ་རོལ་པ་ གང་ལ་གང་འདུལ་དུ་སྟོན་པའི་བདར་ ཞི་འཇུག་ཉམས་གྲིས་མངོས་པ། གང་བཙུལ་  
འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་བདར་རྒྱུད་ལྟར་མགྲོགས་པའི་རྟ་མཚོག་ གངས་རི་མདོག་ཅན་གྱི་སྟེང་ན་  
འགྲིང་ཞིང་བཞུགས་པའི་མཐའ་སྐོར་དུ་ ལྷ་ལྷུ་བདུད་བཙན་སྐྱེ་མོ་སོགས་ ལྷ་སྟོན་དེགས་པའི་དཔུང་ཚོགས་  
བསམ་གྲིས་མི་བྱུང་པས་བསྐོར་ཏེ་བཞུགས་འདུག།





ཕོ་ལྷ་རྗེ་རྗེ་སྟོན་མེད་གི་ཀ་ལྷབ་ ད་ལྷོ་བཞེངས་མི་བསྐྱང་གི་མཐོང་སྣང་།

**དམ་བཞག།**

ལྷོ་པོའི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་རྟ་མཚོག་ལོ་ལ་པ་དང་ མགོན་རྩ་ཡབ་སྲིད་པ་པར་བློ་བོད་འཕྲེང་ཚུལ་ པའོ་འབྲུག་སྒོམ་ཞིག་  
པོ་འབྲུག་ཚེན་པོ་ ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་ཡབ་སྲས་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པས་ བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་  
སྦྱིད་སྲུང་བའི་གཉེར་ཁ་གཏང་གནང་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

རྟ་བབ་གྱི་མི་སེར་གྲུང་པ་གཉིས་རེ་གིས་ ལོ་རེར་སྐོར་རྒྱུ་འབད་དེ་ གསོལ་མཚོད་རྒྱས་པར་སྤུལ་ཤ་མ་ཚད་  
བསྐྱང་བཤགས་དེ་ ཉིན་མ་གཅིག་གི་རིང་ལུ་ སྲར་བས་སྤྲུག་པ་སྦྱེ་རྒྱས་པར་གནང་མ་ཡིན་པས།

**བསྐྱེད་པའི་ཕན་པ།**

གནས་སྐབས་གྱི་ཕན་པ་ རྒྱུན་སེལ་དང་བསམ་དོན་གྲུབ་པ། མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་དཔལ་རྟ་མགྲིན་གྱི་ཞིང་  
ཁམས་གང་དུ་སྦྱེ་བ་ལེན་ལུས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་སྦྱེ་ རྒྱལ་བ་གོང་མའི་ཞལ་རྒྱུན་ལས་ཤེས་པ་ཡིན་པས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

པོ་སྣ་དོ་རྗེ་སློབ་འཕྲེང་གི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

ཚོ་རིང་དོ་རྗེ། ཀ་ཤང་དམངས་མི་བགྲོས་པ།  
ཚོ་རིང་དོ་རྗེ། རྒྱལ་ཡོངས་ཚོགས་འདུའི་འབྲུག་མི་བགྲོས་པ།

སྐད་མང་གཏེན་ལོག། (༧)

༡ རྒྱུད་སྐྱུང་བཙན།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

རྒྱུད་སྐྱུང་བཙན།

རྒྱུད་བདག།

རྒྱུད་བདག།

རྒྱུད་བདག་ལུ་སྡོད་མི་གྲང་པ་ ༡༠༠ ལྷག་ཙམ་དང་ བཟོ་གྲ་འབྲུལ་ཁང་

༣༥ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོན་སྐྱུལ་ཕྱ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

རྒྱུད་བདག་ས་གོ་འདི་ རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ ཕུན་ཚོགས་སྤྱི་གི་གཞུང་ལམ་བདེ་ལྷོ་འགྲོ་ཕྱི་ད་ མཁར་  
ས་གྲབ་རྩུང་ལས་ ཀི་ལོ་མི་གྲར་ ༣ དེ་ཅིག་གིས་ཁ་ཨིན་མས། ས་ཁོངས་དེ་ རྩོ་གཏེར་གྱི་མཚོན་ཅིག་ཨིན་མ་  
ལས་ གཞུང་དང་སྐྱེར་གྱི་དོ་གཏེར་ བཏོན་མི་བཟོ་གྲ་ཁང་ ༣༥ དེ་ཅིག་དང་། གཞིས་རྒྱུང་མ་དང་གསར་པ་  
བསྐྱོམས་ ༡༠༠ ལྷག་ཙམ་འདུག།

ས་གཞི་བཀོད་ལེགས་ཤིང་ཕུན་ཚོགས་འདོད་རྒྱུ་དཔལ་ཡོན་མ་ཚང་བ་མེད་པའི་ནགས་སྐྱུང་སྐྱུང་དང་ རིན་པོ་  
ཆའི་བྲག་རི་བདུད་རྩི་རི་རྒྱ་མིག་དགོས་འདོད་འབྲུང་བའི་གཏེར་གྱིས་གཏམས་པའི་ལྷོན་ཤིང་འབྲས་བུས་བརྒྱན་  
པའི་བྲག་རི་གནས་འཕང་མངོན་པར་མཐོ་བ་འདི་ གནས་བདག་རྒྱུད་སྐྱུང་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ཨིན་མས།



སྤྱི་སྤྱང་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་། སྤྱི་བདག།

**སྤྱི་མདོག་དང་ནམ་པ་ཕྱག་མཚན།**

འོ་རྒྱུན་དབང་པོའི་ནམ་འཕྲུལ་ བཙན་ཚོད་ཆེན་པོ་སྤྱི་སྤྱང་པ་ནི་ གཟུགས་བཟང་ལ་ཞལ་འཇུག་པའི་  
མདངས་དང་ལྡན་པ་ སྤྱི་གཞི་ཉམས་དང་བཙན་ ལྷ་རྒྱུན་དར་དཀར་སྤྱི་ལ་གསོལ་ཞིང་ ལྷ་སྤྱན་མཛེས་པའི་  
ཚོགས་ལ་འོལ་བ་ དེས་འགའ་ཅང་ཤེས་ཏེ་དཀར་ལ་ཆིབས་ནས་ཡུལ་ཁམས་བསྐྱོར་བ། དཔལ་པོའི་དགའ་ཆས་

སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་ཉེ་ རུ་ཉེ་དཔུང་ཚོགས་ཐལ་བར་བསྐྱག་པའི་སྟོབས་ལྡན་ གང་འདུལ་སྐྱ་ཚོགས་དུ་མར་སྟོན་  
 པའི་རྒྱ་འཕྲུལ་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་ལུགས།



སྐྱི་སྐྱང་བཙན་གྱི་སྐྱ་འབྲ། སྐྱི་བདག་ལྷ་ཁང་།

**དམ་བཞགས།**

ཨོ་རྒྱུན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ གཉེར་སྟོན་ཚེ་རིང་དོ་རྗེ་ ངག་དབང་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ཡབ་སྐུ་སོགས་ རིག་  
 འཛོན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཚན་གྱི་དོན་མཛད་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞགས་ནས་  
 ཐ་ཚོགས་དང་བཅས་དམ་ཚིག་དོ་རྗེ་ སྐྱི་བོར་བཞགས་པ་ལྟར་ སྐྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཚན། རྒྱད་པར་དཔལ་  
 ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་དང་ དེ་འཛོན་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་སྡེ་དང་རྒྱ་སྐྱོར་སྐྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་བཅས་པའི་རྐྱེན་  
 སེལ་མཐུན་སྐྱབ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་ལྟར་ དུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་ནིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་ལུགས།

**གསོལ་མཚན།**

འཇིགས་མེད་ནང་གཞིས་གསར་རྫིང་གུང་པ་ ༡༠༠ ལྷག་ཙམ་དང་ རྗེ་གཏོར་བཟོ་བྱ་འཕྲུལ་ཁང་ ༣༧ དེ་  
ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་ཚོ་གུ་དང་ རིམ་གྱོ་འབད་བའི་སྐབས་གསོལ་མཚན་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དམིགས་  
བསལ་གྱི་ལྷན་ ༡ ལས་ ༧ པའི་ནང་འཁོད་ ས་ཁོངས་ནང་གི་ མི་སེར་དང་ བཟོ་བྱ་འཕྲུལ་ཁང་ཚུ་ལས་  
བསྐྱུ་གྲངས་འབད་དེ་ འབྲོག་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་ལུ་ སྤྱི་མི་ཐང་ཀའི་གྲུ་ལྷན་ ཚོགས་དུང་ཆ་འདྲོང་མ་སྟེ་ ལྷ་མོ་  
གཏོར་ཅུང་བརྒྱ་ཚར་དང་གནས་པོ་བཏང་། ཤ་དང་ར་ཆང་གི་སྤུད་ ཚོགས་འབག་སྟེ་ གནས་ཁང་མཐོང་སའི་  
ས་གོ་ རྗེ་བསྐྱུ་ཐང་ཁ་ལས་ གྲོང་མཚན་སྟེ་མཚན་སྲོལ་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷན་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉེས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སྒོས་བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་ནམས་ཀྱི་ ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་སེམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐལ་ཞི་བ་དང་།  
ཚེ་སྲོག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས། མི་ནོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ། ས་རོལ་དག་དང་བགེགས་ཀྱིས་འཚོ་བ་བསྐྱོག་  
པ་དང་། འཛད་མེད་རྗེ་གཏོར་གྱི་དངོས་སྤྱོད་གནང་སྟེ་ དཔལ་འབྱོར་དབྱར་གྱི་མཚོ་ལྷར་རྒྱས་ཏེ། ཡུལ་ཚུགས་  
འདྲིར་ ལོ་ལྷུགས་ཉམ་ཏུ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབེབས་པ་དང་། བད་སྤྱུག་འབྲུགས་རྩོད་སོགས་རྒྱུ་  
ཆད་དེ། བདེ་སྤྱིད་རྫོགས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་  
པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གནས་བདག་ ཟར་ལྷག་པ་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**གྲོས་བསྟུན་འབད་ས།**

རྗེ་ཅུང་ འཇིགས་མེད་ན་གཡུས་ཚན་གྱི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།  
ཚེ་རིང་དབང་མོ། འཇིགས་མེད་ན་ཚོགས་པ།

## ༡ རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ།

གནད་དོན་བཟུང་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ།

སྤྱོད་མོ།

སྤྱོད་མོ།

མང་སྤྱོད་མོའི་གྲང་པ་ ༡༠ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོན་སྤུལ་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མང་སྤྱོད་མོ་ལྟ་ཁང་འདི་རྒྱལ་ས་ལྟེ་བ་བཅིམ་ཕུ་ལས་ ཕུན་ཚོགས་སྤྱིང་གི་གཞུང་ལམ་བདེ་འཕྱོལ་ད་ ཀེ་ལོ་  
 མི་ཀར་ ༡ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ གཞུང་ལམ་འོག་སྤྱོད་མོ་གཡུས་ཚན་གྱི་སྤྱི་ལུ་འདུག། སྤྱོད་མོ་གཡུས་ཚན་གྱི་  
 འཕེ་ཕྱོགས་གཡུས་གྱི་སྤོད་ སྤྱོད་འིང་ལྟོན་པའི་ནགས་ཚལ་གྱིས་སྐྱོར་བའི་ མི་འགྲུང་རྗེ་རྗེའི་བྲག་རི་གཞལ་  
 མེད་ཁང་ ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཁང་པའི་ནང་ གནས་བདག་རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ་ འཁོར་ལྷ་སྤྱོད་བཟང་མོ་ ཚོགས་  
 དང་བཅས་བཞུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ མཚན་ཡང་ རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ་ཟེར་དར་བྱ་སོང་བྱས།

སྤྱོད་མོ་དང་རྣམ་པ་སྤྱི་མཚན།

གནས་བདག་རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ་གྱི་ ཀ་ཁབ་དང་ལྟེ་བ་རི་མེད་པའི་ཁར་ གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་ནང་ཡང་རྣམ་པ་སྤྱི་  
 མཚན་དང་སྤྱོད་མོ་གྱི་སྐོར་ལས་མིན་འདུག། དེ་འབད་ནི་འདི་གིས་ རྣམ་པ་སྤྱི་མཚན་དང་སྤྱོད་མོ་གྱི་སྐོར་  
 ལས་ལྷ་ལུ་བྱིས་མ་ཚུགས། གནས་པོའི་མཚན་ལུ་ རྗེ་བཀའ་བཙམ་མོ་ཟེར་ གནས་པོའི་དཔེ་ཆ་དང་ གཡུས་སྐོ་  
 བཟང་གི་མི་རྒྱ་གྱི་སྤྱོད་མོ་དེ་སྤྱོད་མོ་ཡིན་ཅུང་ གསོལ་ཁའི་དཔེ་ཆ་ནང་ གཏོར་བསྐྱོད་དང་ མཚོན་པ། སྐར་གསོལ་  
 ཚོག་གི་སྐབས་ ལྷ་སྤྱོད་རྒྱལ་མོ་ ལྷ་སྤྱོད་གཞིའི་བདག་མོ་ ཟེར་བའི་ཚོག་དང་། སྤྱོད་མོ་རྗེ་ལྷོ་བས་ ༡༠ པ་  
 གིས་ཡང་ དཀར་ཚས་ལུ་སྐོར་བའི་སྤྱོད་མོ་ ལྷ་མོའི་གཏོར་ཅུང་བརྒྱ་ཚར་གྱི་བཞགས་པ་སྤུལ་དགོ་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ལུ་དཔུང་པ་ཅིན་ བཙམ་མོ་ལྷོ་བས་ཅིག་འདུག་ཟེར་བུ་ནི་ཡིན།

**དམ་བཞག།**

གནས་ལུགས་དོན་དམ་པའི་གཤིས་ལུ་ བདེ་སྲུག་དང་དག་སྲིག་ ལས་རྒྱ་འབྲས་སོགས་མ་གྲུབ་ཀྱང་ སྤང་  
ཚུལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་དོན་ ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ སྲིག་སྤོང་དག་སྲུབ་འབད་དགོ་པའི་དམ་  
བཞག་ལུ་གནས་ཏེ་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ རྩད་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་དང་དེ་འཛིན་  
བཤད་སྲུབ་ཀྱི་སྡེ་དང་ རྒྱ་འབྱོར་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་བཅས་པའི་རྒྱུན་སེལ་མཐུན་སྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་ལྟར་  
དུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་ནིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་རུག།

**གསོལ་མཚོན།**

མང་སྲིན་མོ་གི་གཡུས་ཚན་ ༡༠ གི་ལོ་དུས་ཀྱི་ཚེ་གྲུ་གཏང་མི་སྐབས་ གནས་བདག་དོན་གཤམོ་ལུ་གསོལ་མཚོན་  
སྤུལ་ནི་འདུག། གནན་དམིགས་བསལ་གྱི་སྤུལ་སོལ་མེད་རུང་ ལོ་ལྟར་བཞིན་ལྷན་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༧ ལས་  
༡༠ ཚུན་བོན་སྐོར་རྒྱབ་སོལ་འདུག། ཉེ་མ་འབད་ནི་བོན་སྐོར་ (བོང་སྐོར་) ཀྱི་སྤྱང་གཅིག་བསད་དགོ་པ་  
ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༠ སྐོར་ཆ་ལས་སྤྱབས་རྗེ་ཁྱིམ་བས་ ༧༠ པ་མཚོག་གིས་ ལྷན་ ༤  
པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་བཤགས་པ་གནང་མ་དང་འབྲེལ་ ལྷ་མོ་གཏོར་ཅུང་བརྒྱ་ཚར་སྤུལ་ཞིན་མ་ལས་ སྤྱང་གསད་  
མི་དགོ་པར་དཀར་ཚེས་ལུ་སྐོར་གནང་འདུག། བོན་སྐོར་གྱི་སྐབས་ དཔའ་བོ་རྒྱབ་མི་འདི་ རྒྱ་དང་དགའ་སེང་  
ལོག་ ཀྱོང་གསར་ལས་འཚོལ་དོ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ དབང་འདུས་རྫོང་ཁག་ དམར་སྟོང་ལུང་ཅུང་  
ལས་ དཔའ་བོ་ནམ་རྒྱལ་དོ་རྗེ་གིས་རྒྱབ་ཨིན་ཟེར་ སྤྱ་ན་ཁ་རྒྱ་སྤྱག་ཚུ་རྒྱ་བང་སྤྱིས་ལས་ཨིན་མི་ སྲིན་མོ་ལྷ་  
ཁང་གི་དཀོན་གཉེར་ སྤྱིས་ལོ་ ༧༢ ལང་མི་དགོ་བགྲེས་ཚེ་རིང་དངོས་སྤྱབ་ཀྱིས་བཤད་པ་མས།

**བསྟོན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྩད་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚེས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སྐོས་ བསྟན་པའི་སྦྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་སེམས་ཀྱི་སྲུག་བསྐལ་ཞི་བ་དང་།  
ཚེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ཚོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ། ས་རོལ་དག་དང་བགེགས་ཀྱིས་འཚོ་  
བ་བསྐྱོག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་དུ་ལོ་སྤྲུགས་རྟེན་དུ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་རྒྱ་དུས་སུ་འབབས་པ་དང་།  
ནད་སྲུག་འབྲུགས་ཚོད་སོགས་རྒྱུ་ཆད་དེ། བདེ་སྦྱིད་རྫོགས་ལྷན་གྱི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་མཐོ་



རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གྲོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨིན་མས།  
དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་གཙན་གཟན་གྱི་གཞོན་པ་འོངམ་ཨིན་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་མས།

མ་མཉེས་ན་མིའི་ཚོ་སྲོག་

### རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་རྩོམ་གཞི་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

### འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ཚོ་རིང་དངོས་གྲུབ། སྲིན་མོ་ལྷ་ཁང་གི་དཀོན་གཉེར།  
སངས་རྒྱལ་དབང་འདུས། བླ་སྲས་སྤྱིང་ཚོགས་པ།

### ३ ཏྲ་ལ་བཙམ་ཚོད།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཏྲ་ལ་བཙམ་ཚོད།

ས་གནས། ཚ་ཕུ།

གཡུས། ཚ་ཕུ།

བསྟེན་མི། འཇིགས་མེད་ན་སྟོད་མི་གྲང་བ་ ༡༠༠ ལྷག་ཙམ་དང་ བཟོ་གྲ་འཕུལ་ཁང་  
༣༤ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ཤ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཚ་ཕུ་འདི་ རྒྱལ་ས་ལྷེ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ ཕུན་ཚོགས་གྲིང་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་ མཁར་ས་གྲབ་རྩུང་  
སྟོབ་གྲུའི་ལྷག་ལས་ ཡར་ལྷ་གི་ལོ་མི་ཀར་ ༣ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ཨིན་མས། ཚ་ཕུ་ལྷ་ཁང་འདི་ ཉེ་མ་གཡུས་  
སྟོབ་མི་སེར་རྩེ་གིས་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཐོག་ལས་བཞེངས་ཏེ་ བདག་འཇིག་ཡང་གཡུས་སྟོབ་མི་སེར་རྩེ་གིས་  
འཐབ་སྟོད་ལྷག། ཨིན་རུང་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ གི་སྤྱི་ལྷོ་ཉ་ པའི་ནང་གཞུང་གྲུང་ལུ་ཅིས་ཕུལ་ཤ་བཞིན་ གྲུང་  
གིས་ལྷམ་གཅིག་དང་ ཕུག་ལྷུ་མི་གཅིག་བསྟོན་བཞག་ འཇིགས་སུ་རུང་བའི་ནགས་ཚལ་གྱི་སྤྱུག་ལུ་ བྲག་རི་  
དང་སྤང་སྟོངས་མཚོ་དང་རྩེང་ལ་སོགས་པ་ ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་ལྷན་པའི་གནས་དོ་མཚར་ཅན་  
འདི་ སྤྱི་དཔའི་ལྷ་ཚེན་བཙམ་ཚོད་ཚེན་པོ་ཏྲ་ལ་བཙམ་གྱི་གནས་ཁང་ཨིན་མས།

སྤྱི་མདོག་དང་རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན།

ལྷ་ཚེན་ཏྲ་ལ་བཙམ་ཚོད་ཚེན་པོ་ནི་ སྤྱི་ལ་དབང་གི་མདོག་ཅན་གྱི་བསེ་ཁབ་སྤྱི་ནག་དང་ དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་  
རྒྱན་སྒྲ་ཚོགས་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་ ཕྱག་གཡས་པས་མདུང་དམར་མཁའ་ལ་འཕྱར་བ་ གཡོན་བདུད་ཞགས་ནག་  
པོ་བསྐྱེམས་པ། ལྷེ་བ་དང་ཕུས་མོ་གཉིས་ཏེ་ འཁོར་གསུམ་དཔའ་བོའི་ཆས་བརྒྱན་ནས་ ཏྲ་ཚོད་སྤྱུག་ནག་ལ་  
ཆིབས་པ། འཁོར་བཙམ་དམར་འབུམ་སྟེའི་འཁོར་གྱིས་བསྟོན་ཞིང་། སྤྱི་གཟི་བརྩིད་ཉི་མའི་འོད་ཕུང་བཞིན་

འབར་བ་ ཏུས་མཐའི་རླུང་ལྟར་རབ་ཏུ་མགྲོགས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་ སྲིད་པ་གསུམ་སྐད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ལ་ཉུལ་  
 ཞིང་ ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་བྱ་ར་མཛད་ཅིང་ གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ མ་ལུས་  
 འཛོམས་པ་ ལེགས་དང་སྲོད་ ཉེས་དང་བསྐྱོལ་བའི་མཛད་པ་གནང་བཞིན་བཞུགས་ལུག།



རྟ་ལ་བཅན་ཚོད་ཀྱི་གནས་ཁང་།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་ སྲོན་གྱི་ཏུས་སུ་ སྲིད་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཀུན་ལ་ སྲིག་སྲོང་དགེ་སྦྱབ་ཀྱི་ དགེ་སེམས་དང་ལྷན་  
 པའི་ཐོག་ བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་ དོན་མཛད་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞག་ནས་ ཐ་ཆོག་དང་  
 བཅས་དམ་ཆོག་ རོ་རྩེ་སྤྱི་བོར་བཞག་པ་ལྟར་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ཁྱད་པར་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
 པའི་བསྟན་པ་དང་དེ་འཛིན་ བཤད་སྦྱབ་ཀྱི་སྡེ་དང་རྒྱ་འབྲོར་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་བཅས་པའི་ རྒྱུན་སེལ་  
 མཐུན་སྦྱབ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱབས་ལྟར་ ཏུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་ནིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ཚ་སྤུག་གཡུས་ཚན་གྱི་གཞིས་རྟེང་མ་གྲུང་པ་ ༥ དང་གཞིས་གསར་རྩེ་གིས་ ལོ་ཏུས་ཀྱི་ཚོ་གྲུ་དང་ རིམ་གྱོ་  
 འབར་བའི་སྐབས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལྷམ་ ༡ པའི་ཆོས་ ༡༥ ལུ་

སྤྱི་གནས་རྒྱུ་ཚོག་གི་སྐབས་ ལྷ་ཁང་ལྷག་གི་གནས་ཁང་ནང་སྟེ་ ལྷམ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ གནས་པོ་  
སྤྱི་རྒྱུ་སྟེ་གཏང་པའི་སྐབས་ གཡུས་སྟོའི་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ ཕྱག་འཚལ་སྟོན་དར་ཕུལ་ཏེ་ གསོལ་མཚོན་ཕུལ་  
སྟོལ་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཚད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷན་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སྟོས་ བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་སེམས་ཀྱི་སྤྱིག་བསྟལ་ཞི་བ་དང་།  
ཚོ་སྟོག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་ཤིང་། མི་འོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་དང་། ས་རོལ་དག་དང་བགོགས་ཀྱིས་  
འཚོ་བ་བརྒྱོག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་དུ་ ལོ་ཕྱུགས་རྟག་དུ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་རྒྱུས་སུ་འབེབས་  
པ་དང་། བདེ་སྤྱིད་འབྲུགས་སོགས་རྒྱན་ཆད་དེ། བདེ་སྤྱིད་རྫོགས་ལྷན་གྱི་ དཔལ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། མཐར་  
ཕུག་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་སྟོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཛད་པ་ཨིན་མས། མ་མཉེས་ན་  
མིའི་ཚོ་སྟོག་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་གཅན་གཟན་གྱི་གནོད་པ་འོང་མ་ཨིན་མས།

**རྒྱུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

གནས་བདག་ ཏཱ་ལ་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

**གྲོས་བསྟུན་འབད་ས།**

རྟུག་གཟིག། ཚ་ཕུག་སྐྱམ།  
ཉི་མ་ཚོ་རིང་། ཚ་ཕུག་སྐྱམ་མའི་ཕུག་ལུ་མི།

༤ རིགས་རྟོག་སྐྱང་བཅའ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བརྟེན་མི།

རིགས་རྟོག་སྐྱང་བཅའ།

དྲངས་ལོ།

དྲངས་ལོ།

དྲངས་ལོ་གཡུས་ཚན་ནང་སྡོད་མི་གྲང་ ༥༠ དང་སྐུ་ན་ཁ་ཚུ་སྐུ་ག་ཚ་ཚུ་ལས་  
གྲང་པ་ ༩ ཀྱིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཤ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕང་དྲངས་ལུ་ཁ་གཡུས་སྒོ་འདི་ རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ སུན་ཚོགས་སྤྱིང་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་ ཀི་  
ལོ་མི་ཀར་ ༧ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ཕང་ཚུ་གི་ཕར་ཀ་ མཁའ་འགོ་བསོད་ནམས་དཔལ་སྒྲོན་གྱི་གཟིམ་ཅུང་ཡོད་  
སའི་ས་གོ་འདི་ནང་ཨིན། རང་སྐྱང་སྐུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་ཆེན་པོ་རྒྱན་དང་བཀོད་པ་སུན་སུམ་ཚོགས་པ།  
སྐྱན་གྱི་ལྷོན་ཤིང་ཆེན་པོའི་ནགས་ཀྱང་གཡོ་བ། བྱ་དང་བྱིའུ་གི་སྐྱད་སྐྱན་གྱིས་བྱུབ་ཅིང་། རི་དྲགས་སྐྱ་ཚོགས་  
བག་ཡངས་སུ་རྒྱ་བ། གཡུས་གཡོན་དུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟེན་གྱི་རྒྱ་ཀྱང་དལ་གྱིས་འབབ་པ་སོགས། མདོར་ན་  
སུམ་ཅེན་ལྷ་ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་ཚང་བའི་གནས་མཚོག་དམ་པ་འདི་ གནས་བདག་རིགས་རྟོག་སྐྱང་  
བཅའ་གྱི་གནས་ཁང་ཨིན་མས།

སྐྱ་མདོག་དང་ནམ་པ་ཕྱག་མཚན།

གནས་བདག་རིགས་རྟོག་སྐྱང་བཅའ་ནི་ སྟོང་གསུམ་སྐྱད་ཅིག་གིས་བསྐྱོར་བ་རུས་པའི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྟ་ཅང་ཤེས་  
དཀར་པོ་ལ་ཆིབས་པ། ཕྱག་གཡུས་པ་ལྷ་ཡི་བ་དན་དཀར་པོ་ནམ་མཁའི་མཐོངས་སུ་བསྐྱེངས་བ། གཡོན་ཡིད་  
བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་བཟུང་ནས་འགོ་བ་ནམས་ལ་འདོད་དགུ་ཆར་ལྷར་འབབས་པས་ མཐུན་རྐྱེན་བསམ་དོན་ཡིད་  
བཞིན་དུ་གྲུབ་ནས་སྐྱེག་ཅིང་ དཔའ་བོའི་ཉམས་ཀྱིས་བཞུགས་པ། དེའི་གཡོན་དུ་གསང་བའི་ཡུམ་ཆེན་སྐྱན་མོ་  
མཚར་སྐྱག་མིག་གི་བདུད་ཅི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལྷའི་བུ་མོ་བརྒྱད་གཉིས་ལོན་པའི་ལང་ཚོ་ཅན་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་

ཡིད་དབང་མེད་ཏུ་འགྲུག་ཅིང་། ལྷ་ལ་དར་བའོག་གི་དར་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྣ་ཚོ་གས་པས་བརྒྱན་པ།  
ཡབ་ལ་བདེ་བའི་ཕུལ་ཕྱིན་མཚོག་ཏུ་སྟེར་བ་ལ་ལྷ་མོ་གཞན་ལས་རྣམ་འགྱུར་འབྱུང་གིས་ལྷག་པ། ཕུག་གཡས་  
མདའ་དར་དང་གཡོན་སྣ་སྲིད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བརྒྱུང་ནས་སྟེག་པའི་ཉམས་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་འདུག།



འགས་ལོག་སྐངམ།

**དམ་བཞག།**

རིག་འཛིན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བརྟན་འབྱུང་གནས་དང་ སེའོ་འབྲུག་སློབ་ཞིག་པོ་སོགས་ ལྷ་མ་གོང་མ་རྣམས་  
གྱི་སྐུན་སྦྲར་ སྤྱི་གྲོ་དག་སྐྱབ་གྱི་བསམ་པས་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང་བའི་འཕྲིན་ལས་གྱི་གོགས་དང་ སེམས་  
ཅན་གྱི་བདེ་སྲིད་སྲུང་ཞིའི་ ལས་སྒྲངས་དམ་བཅའ་ཕུལ་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སྤྱིར་བཏང་ མཁའ་འགོ་བསོད་ནམས་དཔལ་སློན་གྱི་གཟིམ་ཅུང་གི་སྒྲམ་གིས་ ཨ་ཏྲ་ར་གསོལ་ཁ་ཕུལ་དོ་  
ཡོད་པ་མ་ཚད་ མཐའ་སློར་གྱི་གཡུས་ཚན་གྱུང་པ་ ༥༠ དེ་ཅིག་གིས་ ལོ་ལྟར་ཚོ་གུ་གཏང་པའི་སྐབས་ རྒྱ་  
རྒྱུང་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ནི་འདུག། དེ་ལས་རིགས་དོག་སྐྱང་བཅོན་འདི་ མཁའ་འགོ་བསོད་ནམས་དཔལ་  
སློན་གྱི་ཡུལ་ལྟ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་ མཁའ་འགོ་མའི་གནས་དགུན་གྱི་བཞུགས་གནས་ སྐུ་ན་ཁ་ཚུ་སྐྱུག་ཚུ་  
ལས་གྱུང་པ་ ༩ གྱིས་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ མཁའ་འགོ་མའི་གཟིམ་ཅུང་ན་ དཀོན་མཚོག་མཚོད་པར་འོང་  
ནི་ཡོད་ཟེར་ ལྷ་མ་གིས་གསུང་མ་ཡིན་མས།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

སྤྱིར་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷན་པར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཚོས་སྲིད་ལུགས་གཉིས་གྱི་  
བསྟན་པ་དང་། ཡང་སློབ་ བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་རྣམས་གྱི་ལུས་གྱི་ན་ཚ་སེམས་གྱི་སྐྱུག་བསྐལ་ཞི་བ་དང་།  
ཚོ་སློག་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། མི་ཞོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདུ་བ་དང་། སེའོ་ལ་དག་དང་བཞུགས་གྱིས་  
འཚོ་བ་བརྒྱུག་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཛིག་རྟེན་དུ་ ལོ་ལྷུགས་རྟུག་དུ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབེབས་  
པ་དང་། བདེ་སྐྱིད་འབྲུགས་སོགས་རྒྱུ་ཆད་དེ། བདེ་སྐྱིད་རྩོགས་ལྡན་གྱི་དཔལ་ལ་སྲིད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་  
མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་གོགས་དང་དཔུང་གཉེན་མཚོད་པ་ཡིན་མས། མ་མཉེས་ན་གཏང་བ་  
དང་ ལོ་སློག་ལུ་གཅན་གཟན་གྱི་གཞོད་པ་འོང་མ་ཡིན་མས།

**རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

- གནས་བདག་རིགས་དོག་སྐྱང་བཅོན་གྱི་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ།
- གོས་བསྐྱུན་འབད་ས།
- ཚུ་སྐྱང་ལྟ་ཁང་གི་སྒྲམ།



༥ གཟུང་ལྷག་པ་བཅོན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གནས་བདག་གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

གཟུང་ལྷག་པ་བཅོན།

འཇིགས་མེད་ན།

འཇིགས་མེད་ན།

འཇིགས་མེད་ན་སྟོན་མི་གྲང་པ་ ༡༠༠ ལྷག་ཅམ་དང་ བཟོ་གྲ་

འཕྲུལ་ཁང་ ༣༤ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མེད་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

འཇིགས་མེད་ན་གཡུས་ཚན་འདི་ རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་སྤུལ་ས་ སྤུན་ཚོགས་གྲིང་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་  
མཁར་ས་གྲུབ་རྩེད་ལས་ གི་ལོ་མི་ཀར་ ༤ དེ་ཅིག་གིས་ཁང་ཡིན་མས། ས་གོ་དོའི་གཏེར་མཚོད་ཅིག་ཡིན་མ་  
ལས་ གཞུང་དང་སྐྱེད་ཀྱི་དོ་གཏེར་བཏོན་མི་བཟོ་གྲ་ཁང་ ༣༤ དེ་ཅིག་དང་། རྒྱལ་གསར་དང་ལྷུང་རྒྱུང་  
བསྟེན་མས་ ༡༠༠ ལྷག་ཅམ་འདུག།

བགྲིས་པའི་དགོ་མཚན་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་ཆགས་འདོད་དགུ་འཛོམས་པའི་གནས་ རང་བྱུང་དོ་རྒྱུད་བྲག་རི་  
གཞུང་མེད་ཁང་སྐྱེད་ཚལ་སྟོན་ཤིང་སྤྱོད་ཆགས་མདངས་བཀྲ་བའི་ལྷིང་ཁང་དོ་མཚར་བ་འདི་ མཐུ་ལྷན་ལྷ་ཚེན་  
བཅོན་ཚོད་ཟུང་ལྷག་པའི་གནས་ཁང་ཡིན་མས།

སྤྱོད་ཆགས་དང་རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན།

བཅོན་ཚོད་གཟུང་ལྷག་པ་གི་ ཀ་ཁབ་དང་ལྷེབས་རི་མེད་པའི་ཁར་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ་ནང་ཡང་ རྣམ་པ་ཕྱག་  
མཚན་དང་སྤྱོད་ཆགས་ གི་སྐོར་ལས་མ་གསལ་ཞི་འདི་གིས་ རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན་དང་སྤྱོད་ཆགས་སྐོར་ལས་ ཁ་  
གསལ་བཀོད་མ་ཚུགས།

གནས་པོ་འདི་ལུ་མཚན་ གཟར་ལྷག་པ་བཙན་ཟེར་ལུ་དགོ་མི་འདི་ བཙན་འདི་གནས་ཁང་འདི་ འཇིགས་  
མེད་ནང་གཡུས་ཚན་གྱི་ ཞིང་ཚུ་དང་འབྲུང་ཚུ་གི་རྟ་གཟར་གྱི་ལྷག་ ལུང་མ་གི་སྤུ་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ གཟར་  
ལྷག་པ་བཙན་ཟེར་ལུ་ཨིན་མས།

### དམ་བཞག།

ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ དག་དབང་བདུད་འཛོམས་རྫོང་རྗེ་ཡབ་སྲས་སོགས་ རིག་འཛིན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞག་ནས་ ཐཚོག་དང་བཙས་དམ་  
ཚོག་རྫོང་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་པ་ལྟར་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ རྒྱད་པར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་  
དང་དེ་འཛིན་བཤད་སྦྱབ་ཀྱི་སྟེ་དང་རྒྱ་འབྲོར་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་བཙས་པའི་རྒྱལ་སེལ་མཐུན་རྒྱལ་གྱི་ རྒྱ་  
མཚོའི་རྒྱབ་ས་ལྟར་དུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་ནིའི་དམ་བཙའ་ལུ་ལུགས།

### གསོལ་མཚོད།

འཇིགས་མེད་ནང་གཞིས་གསར་རྟེན་གྲུང་པ་ ༡༠༠ ལྷག་ཙམ་དང་ རྫོང་གཏེར་བཟོ་བྱ་འཕུལ་ཁང་ ༣༤ དེ་  
ཅིག་གིས་ ལོ་དུས་ཀྱི་ཚེ་གྲུང་དང་ རིམ་གྲོ་འབད་བའི་སྐབས་གསོལ་མཚོད་ལུ་སོལ་ཡོད་པ་མཚན་ དམིགས་  
བསལ་གྱིས་ལྷན་ ༡ ལས་ ༤ པའི་ནང་འཁོད་ ས་གོ་ནང་གི་ མི་སེར་དང་ བཟོ་བྱ་འཕུལ་ཁང་ཚུ་ལས་  
བསྐྱུ་སྒྲངས་འབད་དེ་ འབྲོག་པའི་ལྷ་ཁང་ནང་འབད་ སྤྱི་མི་ཐང་ཀའི་སྒྲམ་ལུ་ ཚོས་པ་དུང་ཆ་འདྲོང་མ་སྟེ་ ལྷ་  
མོ་གཏོར་ཅུང་བརྒྱ་ཚར་དང་གནས་པོ་བཏང་། ཤ་དང་ཇ་ཆང་གི་སྤུད་ ཚོགས་འབག་སྟེ་ གནས་ཁང་མཐོང་  
སའི་ས་ཁོངས་ རྫོང་པ་ལྷན་ཐང་ལ་ལས་ གོང་ཚོག་སྟེ་མཚོད་སོལ་འདུག།

### བསྟེན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།

ལོ་ལྷར་གྱི་སོལ་མཚན་པར་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏོག་ཏོ་འབད་ལུ་བ་ཅིན་ གཟར་ལྷག་པ་བཙན་གྱི་ འབྲུང་ཚུ་དང་  
ཞིང་ཚུ་ནམ་ར་དགོ་རུང་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གནང་མ་ལས་ གཡུས་སྟོན་ནང་ཅུ་ཐན་སད་སེར་མེད་པར་ ལོ་ལྷགས་  
ཏྲུ་ལེགས་ཏེ་ བད་ཡམས་དང་ལུ་གེ་ཞི་ནས་དཔལ་འབྲོར་དང་ཚོ་བསོད་ལྷན་བ་ཡར་ཚོ་ལྷར་རྒྱས་དོ་ཡོད་པ་  
ཨིན་མས། ལོ་དག་པ་ཅིག་གི་ཏེ་མ་ཟར་ལྷག་པ་ལུང་མ་འདི་ནང་ལས་ཡར་ རྫོང་གཏེར་གྱི་འཕུལ་ཁང་ལེ་ཤ་

བཅུགས་ཏེ་ ས་བཞོན་སློག་དང་ འཕྲུལ་ཆས་སྐྱུམ་འཁོར་འགོ་འགྲུལ་གྱི་ ལུང་བྱེལ་མང་སྲུ་འཐབ་ལས་ ཆར་  
རྒྱུང་འཕུ་ རུད་འཐོན་ཏེ་ ལོ་ཐོག་ཐལ་བར་བརྟུག་བཏང་མིའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

### རྒྱལ་ཏེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་ ཟར་ལྷག་པ་བཙན་གྱི་ གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

### གྲོས་བསྐྱེད་འབད་ས།

འགྲོ་རུང་ འཇིགས་མེད་ན་གཡུས་ཚན་གྱི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

ཚོ་རིང་དབང་མོ། འཇིགས་མེད་ན་ཚོགས་པ།

༤ བཅོམ་ལེགས་སྐྱེས་སུན་ཚོགས།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

བཅོམ་ལེགས་སྐྱེས་སུན་ཚོགས།

ཕང་དར་ལུ་ཁ།

དར་ལུ་ཁ།

ཕང་དར་ལུ་ཁ་གཡུས་སྐྱེའི་གྲང་པ་ ༡༥ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོད་སྐྱེལ་ཕྱ་

ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ཕང་དར་ལུ་ཁ་འདི་ རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ སུན་ཚོགས་གྲིང་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོལ་ད་ མཁར་ས་  
གབ་ཅུང་བརྒྱལ་ཏེ་གི་ལོ་མི་ཀར་ ༡ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་སྐྱང་ཏོག་ཅིག་གི་རྒྱབ་ལས་ གཞུང་ལམ་ལས་ཁ་ཡར་  
ལྷ་གསེག་ང་འཚམས་ཅིག་སྐྱེ་ སོ་ནམ་ ཞིང་ལམ་བདའ་གི་ལོ་མི་ཀར་ ༡ དང་ཕྱེད་ཀྱི་ས་ཁར་ཆགས་ཏེ་  
འདུག། དར་ལུ་ཁ་ ལྷ་ཁང་གི་ལྷག་ལུ་ཡོད་མི་བྱུག་ནང་བཞུགས་མི་མཚམས་པ་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་བྱུག་པའི་  
བླམ་ཟེར་མི་འདི་གིས་ བཞེངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག། ཏེ་མའི་ལྷ་ཁང་སྐྱོམ་འདི་ མེ་རྒྱུན་ཤོར་སོང་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་ཨིན་མས། དེ་ལས་རྒྱུར་ལྷ་ཁང་བཞེངས་མ་རྒྱུགས་པར་ ལོ་མང་རབས་ཅིག་སོང་བའི་ལུལ་མ་ གནམ་  
སེར་ཁ་དང་སོ་ཁ་ དམངས་ཀྱི་རིམ་གྲོ་འབད་བའི་ནམ་དུས་ལུ་ དཀའ་ངལ་ལེ་ཤ་ཐོན་མ་ལས་བརྟེན་ ད་ལྟོ་  
ལྷ་ཁང་རྒྱུང་གྲུ་འདི་བཞེངས་ཅུག། དེ་ལས་རྒྱུང་འོག་ཚོགས་སྐྱེལ་མ་དདུལ་གྱི་གོགས་རམ་ལུ་སྐྱེ་ ལྷ་ཁང་རྒྱ་  
བསྐྱེད་གཏང་ནི་འབདམ་ད་ ས་ཁམ་གྱི་དཀའ་ངལ་ལས་བརྟེན་ བཞེངས་མ་རྒྱུགས་པར་ལུས་ཏེ་འདུག། ཕང་  
དར་ལུ་ཁ་འདི་ དུས་རབས་དུག་པ་སྐོར་ཆ་ལུ་ ཕྱོན་མི་སྤྱིང་ཐིག་འོག་མའི་ཚོས་བདག་ མཁས་གྲུབ་འཛིགས་  
མེད་ཀུན་གྲོལ་ལམ་ བྱང་རྒྱབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་འཕྲུངས་ཡུལ་ཡང་ཨིན་མས།



དར་ལུ་དམངས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་།

**སྐུ་མདོག་དང་རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན།**

བཙན་ལེགས་སྐྱེས་ཕུན་ཚོགས་ནི་ སྐུ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་ཤིང་ རབ་ཏུ་མངོས་པའི་  
 ལང་ཚོའི་དཔལ་འབར་བའི་སྐུ་ལུ་ ལྷའི་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་། དཔའ་ཞིང་བརྟུལ་མོད་ཀྱི་  
 ཉམས་དང་ལྷན་པའི་སྐུ་ འཁོར་ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པ་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ངོ་མཚར་གཟི་བརྗིད་འབར་བ་ཚོགས་པའི་  
 དབུས་སུ་ ཡིད་ལྟར་ལྷུང་བའི་ཉ་མཚོག་གི་སྟེང་དུ་བཙུགས་ནས་ ཕྱག་གཡས་པ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
 བའི་བ་དན་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་པས་དམ་ཉམས་རུ་ཏའི་སློག་སྟོང་བསྐྱམས་ནས། གདུལ་བྱའི་མོས་པ་དང་  
 འཚམས་པའི་སྐུའི་མ་ངེས་པ་ ལྷ་ཚོགས་སྤུལ་བཞིན་དུ་བཞུགས་འདུག།

**དམ་བཞག།**

ཨོ་རྒྱལ་གྱི་རྩ་མེད་པོ་ཆེ་དང་ ངག་དབང་བདུད་འཛམས་དོ་རྩེ་ཡབ་སྲས་སོགས་ རིག་འཛིན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་དང་ སེམས་ཅན་གྱི་ རོན་མཛད་དགོ་པའི་ བཀའ་དང་དམ་ལ་བཞག་ནས་ ཐུག་དང་བཅས་དམ་  
ཚིག་དོ་རྩེ་སྤྱི་པོར་བཞག་པ་ལྟར་ སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ ལྟད་པར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་  
དང་དེ་འཛིན་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི་སྤེ་རྒྱ་འབྱོར་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་བཅས་པའི་རྒྱུ་སེལ་མཐུན་སྐྱབ། རྒྱ་མཚོའི་  
རྒྱབས་ལྟར་ དུས་ལས་མི་གཡོ་བར་མཛད་ནིའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་རུག།

**གསོལ་མཚོད་སྐོར།**

མང་དར་ལུ་ཁའི་གཡུས་ཚན་གྱི་གྲང་པ་ ༡༥ ཡོད་ས་ལས་ལོ་ལྟར་བཞུག་ཆུ་སྤྱང་པའི་སྐོར་རྒྱབ་སོག་མི་ གྲང་  
པ་ ༡ རོ་དེ་གིས་ལྷ་ཁང་ཡང་བདག་འཛིན་འཐབ་དགོས་ཨིན་མས། རྒྱ་སྤྱང་པ་དང་འབྲེལ་ལྷ་ཁང་བདག་འཛིན་  
འཐབ་མི་གྲང་པ་གཉིས་ཀྱིས་ ཐུག་འབྱེད་པ་དང་ ཤ་སྤྱད་རྒྱ་ཉོ་ཞིའི་དོན་ལུ་དུལ་རྒྱང་བསྐྱེལ་ལེན་འབད་དེ་ཉོ་  
ཚོང་རྒྱབ། དེ་ལས་གྲང་པ་རེ་ལས་ རྒྱུ་དང་ཆང་སྤྱད་ ཚོད་བསྐྱེ་ག་ཡོད་རེ་འབག་སྟེ་ ལྷ་ཁང་ནང་འཛམས་  
ཞེན་ལས་ སོ་ཁ་རྩམ་ ༡ པ་དང་ ༢ པའི་བར་ན་ སྤྱར་པའི་ཚོ་གྲུ་དང་གདོང་དཀར་བཅན་ བཅན་  
ལེགས་སྐྱེས་སྤུན་ཚོགས་ལུ་ ཚོགས་དང་གདོང་མ་ སྤུན་དར་སྤུལ་ཏེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་མ་ཨིན་མས། དེ་བཟུམ་  
སྟེ་ སེར་ཁ་རྩམ་ ༡ པ་དང་ ༢ པའི་བར་ན་ ཚོས་བཅུ་དང་ གདོང་དཀར་བཅན་ བཅན་ལེགས་སྐྱེས་སྤུན་  
ཚོགས་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སྐོར་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

ལོ་ལྟར་གྱི་སྐོར་མ་ཆད་པར་ཚུལ་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་སྤེ་སྤུལ་བ་ཅིན་ གཡུས་སྐོར་ནང་ཕ་ཐབ་སང་སེར་མེད་པར་  
ལོ་རྒྱུགས་ཏྲག་ཏུ་ལེགས་ཏེ་ བད་ཡམས་དང་མུ་གེ་ཞི་ནས་ དཔལ་འབྱོར་དང་ཚོ་བསོད་ལྷོ་བ་ཡར་ཚོ་ལྟར་རྒྱས་  
དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

གྱུབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

བཙན་ལེགས་སྐྱེས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

གྲོས་བསྟུན་འབད་ས།

ཉ་མགོན། ལྷན་མང་གཤོ་བཟེས་པ།

ཚོ་རིང་དོ་རྗེ། དར་ལུ་ཁ་གཡུས་སྐོའི་གོ་ཤེས་ཉན་ཤེས།

॥ དཔལ་འབར་བཟླ།

གནད་དོན་བརྟུན་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

དཔལ་འབར་བཟླ།

མ་གྲ་སྐྱང་།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པ།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པ་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཤ་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

མདའ་ལྟོང་དགོན་པ་འདི་རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་སུ་ལས་ སུན་ཚོགས་སྤྱི་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་ལྷོ་འགྲོལ་ད་ ཐང་  
དུངས་ལོ་ཁ་ལས་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་བདའ་འགྲོལ་ད་ ཀེ་ལོ་མི་ཀར་ ༢ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ རི་ཅིག་གི་གྲུ་ལུ་  
ཆགས་ཏེ་འདུག། དགོན་པ་འདི་ལྷ་མོ་དུད་སོལ་མའི་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་ རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷུག་ཆེན་པོ་  
ལྷ་མ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱིས་ བོད་སྐད་ཀར་ཅེ་ལས་མར་ རྒྱགས་སློན་གནང་ཏེ་ རང་གི་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་  
བསྟན་གཟིགས་ནིའི་དོན་ལས་ རྒྱག་མདའ་གནང་མ་ད་ ས་གོ་དེ་ནང་ མདའི་ལྟོང་རེག་པ་ལས་ མདའ་ལྟོང་  
དགོན་པ་ཟེར་བའི་དར་བྱབ་སོང་འདུག། རྒྱག་མདའ་གི་ལྟོང་རེག་སའི་ས་གོ་འདི་ནང་ ཁང་བཟང་མཚོད་ཉེན་  
གཅིག་མཇལ་ནི་འདུག།





སྐྱམ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་ ཕུག་མདའི་ལྗོང་ཆགས་ས་ མ་ཀྲ་སྐང་ ཁང་གཟུགས་མཚོན་རྟེན།

**སྐྱུ་མདོག་དང་རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན།**

སྐྱུ་འགྲུར་བསྟན་པའི་སྲུང་མ་གནས་བདག་དཔལ་འབར་བཟོ་ནི་ དྲག་གཏུམ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྐྱུ་མདོག་  
དམར་ཞིང་ ཞལ་གདངས་ཤིང་མཆོ་བ་བརྩེགས་པ་སྐྱུན་གསུམ་མཁའ་ལ་བགྲད་པ་ རབ་ཏུ་བརྗིད་པའི་མེ་  
དཔུང་འབར་བའི་གྲོང་ནས་ དམ་ཉམས་དག་པོའི་སྲོག་ཚ་ལེན་པ། སྐྱུ་ལ་མི་བཞིག་པའི་གོ་ཁབ་དང་དབུ་ལ་  
བསེ་ཚོག་བཞེས་ཤིང་། དར་གོས་ཀྱི་ན་བཟའ་དང་སྲུ་ཏིག་གཡུ་ཡི་མགུལ་རྒྱན། ཉ་མོད་ལ་བཅིབས་ནས་ སྲིད་  
གསུམ་སྐད་ཅིག་ལ་བསྐྱོར་བ། ཕྱག་གཡས་གདུང་དམར་གནམ་ལ་བསྐྱོར་ནས་བསྟན་དགའི་སྲིང་ལ་གཟིར་བ།  
གཡོན་པ་རིན་པོ་ཆའི་འདོད་དགའི་གཏེར་བསྐྱམས་ནས་ གང་འདོད་ཀྱི་རེ་བསྐྱོར་བར་བྱེད་པ། དེའི་མཐའ་སྐྱོར་  
ཏུ་ ལྷ་སྐྱུ་བདུད་བཙན་དྲེགས་པའི་དཔུང་དང་། བཞིན་མཛེས་ཡིད་འོང་སྐྱུན་མོ་སོགས་ ཏུ་འབྲེན་འཁོར་གྱི་  
ཚོགས་དང་བཙས་བཞུགས་ལུག།

**དམ་བཞག།**

སྲོན་གྱི་དུས་སུ་ ཨོ་རྒྱན་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྗེ་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་ ལྷ་འབྲེ་དྲེགས་པའི་ཚོགས་དང་བཙས་པ་  
འདུལ་བའི་ཚོ་དབང་བསྐྱར་མིང་སྐྱུན་ནས་དམ་ལ་བཞག་སྟེ་ སྐྱུ་འགྲུར་བསྟན་པའི་གཉེར་ཁ་བཏང་ལུག། དེའི་  
འལ་ལས་ཡོངས་འཛིན་ངག་དབང་གཉགས་པ་དང་ སྲགས་འཆང་པརྗེ་རིག་འཛིན་གྱིས་ བསྟན་པ་དང་དེ་འཛིན་  
ཚོས་འཁོར་དང་བཙས་པ་མ་ལུས་པ་ ཚོས་བཞིན་སྐྱོང་དགོས་པའི་ བཀའ་དང་དམ་བཞག་གནང་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

མདའ་ལྗོང་དགོན་པ་ལུ་ དུས་རྒྱུན་གསོལ་ཁ་སྤུལ་བའི་སྐབས་ གསོལ་ཁ་སྤུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་ ། པའི་  
ཚོས་ ༡༢ ལས་ ༢༤ ཚུན་ལོ་དུས་ཀྱི་ དུས་མཚན་འབྲུམ་སྟེ་གནང་བའི་སྐབས་ གསོལ་མཚན་རྒྱས་ཤིང་  
རྒྱས་པ་སྟེ་གནང་མ་གཏོགས་ གཞན་གཡུས་སྐོ་ནང་ལས་པར་གནས་པོ་སྟེ་གཏང་མི་སོལ་མིན་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ་དང་ མ་མཉེས་པའི་བཀའ་ཆད།**

ཕན་དང་བདེ་བའི་གཞི་མ་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྐྱིད་དང་ བྱེ་བྲག་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཚོས་འཁོར་སྲུང་ཞིང་སྐྱོང་  
བ་དང་། དེ་འཛིན་རྒྱ་སྐྱོར་འཁོར་དང་བཙས་པ་རྣམས་ཀྱི་ གཞིས་ལམ་བྱེས་གསུམ་གར་འདུག་ཀྱང་ བག་སྐྱུག་

འབྲུག་མཚན་འབྲུང་པོའི་འཆོ་བ་དང་། ཡ་རོལ་གྱི་བསམ་སྦྱོར་དན་པ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུན་དན་པ་ཐམས་  
ཅད་བརློག་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཚེ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་ འབྱོར་ཐམས་ཅད་ལྷ་བ་ཡར་ངོ་བཞིན་གོང་ནས་  
གོང་དུ་འཕེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་སྟོངས་གོགས་མཛད་པ་མ་ཚད་ ཚོས་སྡེ་འདི་ལུ་གཞོན་ཅིང་འཆོ་བར་བྱེད་པའི་  
དག་བགོགས་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ མངོན་སྟོན་དག་པོའི་ལས་ཀྱིས་སྦྱར་དུ་ཚར་གཅོད་པ་ཡིན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

གནས་བདག་དཔལ་འབར་བཟོ་གི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**གྲོས་བསྟུན་འབད་ས།**

ད་རེས་འཆོ་ཞིང་གཞེས་བཞུགས་མི་ མདའ་ལྟོང་སྤུལ་སྐྱེ་ སྐྱེ་འབྲེང་ ༡༢ པ།  
པ་སངས། མདའ་ལྟོང་དགོན་པ་བདག་འཛིན་འཐབ་མི།

༤ གྲང་འབྲོག་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྐྱེན་མི།

གྲང་འབྲོག་བཙམ་ (གདོང་དཀར་བཙམ་)

གྲང་འབྲོག།

གྲང་འབྲོག།

གྲང་འབྲོག་གཡུས་སྒོའི་གུང་པ་ ༡༥ དེ་ཅིག་གིས་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ཤ་ཨིན་  
མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

གྲང་འབྲོག་གཡུས་ཚན་འདི་རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ སུན་ཚོགས་གྲིང་གི་གཞུང་ལམ་བདའ་འགྲོམ་ད་  
མཁར་ས་གྲུབ་རྩུང་ བཀའ་འདི་ ཀེ་ལོ་མི་གར་ ༡ དེ་ཅིག་གིས་ཁ་སྐྱང་ཉོག་ཅིག་གི་རྒྱབ་ལས་ཡར་ སྤྲིངས་  
གཤོང་ཅིག་ནང་འདུག། གྲང་འབྲོག་བཙམ་ཟེར་མི་འདི་ མ་གཞི་གདོང་དཀར་བཙམ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་གྲང་  
འབྲོག་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་རྩེ་གིས་ གདོང་དཀར་བཙམ་གནས་བདག་སླེ་བསྐྱེན་མ་ལས་བརྟེན་ གྲང་འབྲོག་  
བཙམ་ཟེར་དར་བྱུང་སོང་ཡོད་པ་ཨིན་མས། གྲང་འབྲོག་བཙམ་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ གཞུང་ལམ་གྱི་ལྷག་ལུ་ཡོད་  
པའི་ གྲང་འབྲོག་རྩུང་མའི་སྐྱག་ཚང་འདི་ཨིན་མས།



སྐྱུ་མཛོག་དང་མི་གཟིམ་ཅུང་།

**སྐྱུ་མཛོག་དང་རྣམ་པ་ལྷན་མཚན།**

ལྷན་མཚན་དམར་ནག་ཅ་གྲོང་རབ་ཏུ་འབྲུགས་ཤིང་མེ་རླུང་རབ་ཏུ་འཚུབ་པའི་དབུས་སུ་ ཇི་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 བསྟན་སྲུང་རྒྱལ་བའི་སློ་གྲོས་ཐོགས་མེད་དག་འདུལ་ཅུལ་ སྐྱུ་མཛོག་དམར་པོ་ཤིན་ཏུ་རྩམས་ཤིང་ལྷོས་པའི་  
 གཟུགས་ཅན་ ལྷན་གཡས་ཉམས་པ་སློལ་བྱེད་ཀྱི་རུ་མཚོན་དམར་པོ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་པ་དག་  
 བོའི་ཚོར་དམར་པོ་དང་བཙན་ཞགས་དག་དང་བགོགས་ལ་རྟེན་པར་བསྐྱམས་ནས། སྐྱུ་ལ་དར་དམར་དང་བསེ་

ཐལ་བསེ་ཚོག་རུ་མཚོན་བརྒྱན་པ་གསོལ་ཞིང་། མགུལ་རྒྱན་སྒྲ་གཡུ་འོད་དུ་འབར་བས་སྤྲས་པ་ ཡིད་ལྟར་  
མགྲོགས་པའི་ཉ་དམར་གྱི་སྟེང་ན། གཟི་བརྗིད་ཉི་མ་འབྲུམ་གྱི་འོད་ལྟར་འཚོར་ཞིང་ ལྷམ་མེར་གྱི་རྒྱུལ་དུ་  
བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨོན་པས།



གདོང་དཀར་བཙན་གྱི་ཀ་ཐལ།

**དམ་བཞག།**

པརྟ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་དང་ བ་ཇོ་འབྲུག་སློམ་ཞིག་པོས་ཕན་དང་བདེའི་  
འབྱུང་གནས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ རྱུད་པར་དུ་དེ་འཛིན་སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་དང་ དབེན་གནས་  
ཚོས་འཁོར་གདན་ས་དང་བཅས་པ་སྲུང་ཞིང་སྦྱོང་བའི་གཉེར་ཁ་བཏད་དེ་ བཀའ་བའི་སྲུང་མར་བསྐོས་གནང་  
ཅུག།

**གསོལ་མཚན།**

ཟླ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༡༧ ལུ་གྲུང་པ་ ༡༢ པོ་རེ་རེ་ལས་ མཛེར་མ་བང་ཅུང་གང་དང་ ༩་ ༩་དུམ་གང་ དེ་  
ལས་སྒོང་རྟོག་ཕུད་རྟོག་ ༣ རེ་འབག་སྟེ་ གྲང་འབྲོག་དྲུང་མའི་སྐྱལ་ཚང་ནང་ལུ་སྟེ་ དང་ཕུའི་ལུགས་སྒོལ་  
ལྷན་མ་ཉམས་པར་ གྲང་འབྲོག་དྲུང་མའི་ཕྱག་མཇལ་སྟེ་ཕུལ་མ་ཡིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་སྦྱད་མང་ཚལ་ལུ་  
ཕུལ་མ་ཡིན་མས། དེ་ལས་ཚལ་གིས་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྟེ་ བཅོན་ལུ་གསོལ་མཚན་ཕུལ་དགོཔ་མ་ཚད་ གྲམ་  
ཚོས་པ་དང་མི་དམངས་ལུ་ ཉིན་མའི་གསོལ་མ་ཡང་ སྦྱིན་བདག་ཚལ་གིས་འབད་དགོཔ་ཡིན་མས། བཅོན་ལུ་  
གསོལ་མཚན་ཕུལ་ས་འདི་ དུས་དང་ཕུ་ལས་ ལོ་ངོ་དག་པ་ཅིག་ཉེ་མ་ཚུན་ གྲང་འབྲོག་དྲུང་མའི་སྐྱལ་ཚང་ནང་  
གསོལ་མཚན་ཕུལ་སྒོལ་ཡོདཔ་ཡིན་རུང་ སྐྱལ་ཚང་འདི་ནང་ མི་སྡོད་མི་བདུབ་ལས་ ཕྱི་ཁ་ལུ་གསོལ་དོ་  
ཡོདཔ་ཡིན་མས།

**གནས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་རྒྱུས།**

གདོང་དཀར་བཅོན་ལུ་སྐྱལ་ཚ་སྤར་དཀར་བཅོན་ཟེར་མི་ཅིག་ཡོདཔ་ཡིན་མས། ཚར་ཅིག་ཁོང་སྐྱལ་ཚ་གཉིས་རི་  
མཐོ་ས་ ག་གིས་འཛོགས་ཚུགས་ལྷ་གོ་ཟེར་ རི་གྲུང་འཛོགས་པ་ད་ གདོང་དཀར་བཅོན་གྱིས་ སྤར་མང་གི་  
མཚམས་རི་མཐོ་ཤོས་གདོང་དཀར་ལ་གྲུང་འཛོགས་ཚུགས་པ་ལས་ གཉེར་སྟོན་ཚེ་རིང་རྩོུ་གི་གདན་ས་  
གནས་ཚེན་གདོང་དཀར་ལའི་སྲུང་མ་སྟེ་བཞུགས་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ཉེ་མ་གདོང་དཀར་བཅོན་དང་ སྐྱལ་  
མོ་བཅོན་གཉིས་ སྐྱལ་མོ་ལའི་ས་གོ་དབང་ཞིའི་ཞོར་ལས་འཁོན་མ་འཆམས་པར་ ཁོང་གཉིས་མཐུ་ཚུལ་རུས་པ་  
འགྲན་ཉེ་ ག་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མི་འདི་གིས་ སྐྱལ་མོ་ལའི་ས་གནས་དབང་ཞི་གྲུང་གོས་ཐག་ཚོད་དེ་ སྤར་འབྲས་ལ་  
ལས་ དཔུང་རྩོུ་གཡུག་པ་ད་ སྐྱལ་མོ་བཅོན་གྱི་དཔུང་རྩོུ་འདི་ གདོང་དཀར་བཅོན་གྱི་དཔུང་རྩོུ་ལས་བཞག་ལ་

གཡུག་དཔ་ལས་ སྐྱུ་མོ་ལའི་ས་གནས་འདི་ སྐྱུ་མོ་བཙན་གྱིས་དབང་མ་ཡིན་མས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་  
གཡུག་པའི་དཔུང་དོ་འདི་ ད་རེས་སྐྱུ་མོ་ལ་ལས་ ཚོ་ལུང་གནས་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁར་ མཐོང་ནི་ཡོད་ཟེར་  
བྲམ་བགེས་པ་རིག་འཛིན་གྱིས་བཤད་པ་ཡིན་མས། རྒྱ་མཚན་དེ་ལས་བརྟེན་ ད་རེས་ནངས་པ་སྐྱུ་མོ་བཙན་  
དང་ གཤོང་དཀར་བཙན་གཉིས་ བྱིམ་དང་ས་གོ་གཅིག་ནང་ རྩ་ལས་གཏང་སྲོལ་མེད་ཟེར་སྐབ་མས།  
༼གཤོང་བཙན་གྱི་སྐུན་ཆ་ སྲ་ཤར་བཙན་ སྲ་ཤར་ཕུ་ རོ་སྐར་མེད་འོག་༽

### བསྟེན་པའི་པན་པ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་སྤྱི་པའི་བདག་པོ་ཚོས་དང་གང་ཟེག་ ལྷ་ཁང་དང་དགོན་སྡེའི་ཡོ་བྱད་  
འགངས་ཅན་ཚུ་ མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་སྲུང་ཞིང་སྦྱོང་བའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྡོང་གོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་  
མས།

### རྒྱ་བརྟེན་དཔེ་ཆ།

གཤོང་དཀར་བཙན་གྱི་གནས་པའི་དཔེ་ཆ།

### གྲོས་བསྟེན་འབད་ས།

རྟ་མགིན། སྤང་མང་ཀཔོ་བགེས་པ།

ཞམ་བཙོ་ལྷ་མོ། ཉེ་མ་སྤང་འབྲོག་དུང་མའི་ནག་ཚང་ནང་སྡོད་མི།



༧ སྐབས་བདུད་པོ།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ས་གནས།

གཡུས།

བསྟེན་མི།

སྐབས་བདུད་པོ།

དགོན་ས་ཁ།

དགོན་ས་ཁ།

དགོན་ས་ཁ་དང་ ལ་རི་ཕུ་གཡུས་སྐྱེའི་གྲང་པ་ ༡༠༠ ལྷག་པ་ཅིག་  
གིས་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་ཤིང་ཨོན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

དགོན་ས་ཁ་འདི་རྒྱལ་ས་ལྷོ་བ་ཐིམ་ཕུ་ལས་ སུན་ཚོགས་གྲིང་གཞུང་ལས་བདའ་འགྲོམ་ད་ མཁར་ས་གྲབ་རྩེད་  
བརྒྱལ་ཏེ་ ཀི་ལོ་མི་གྲར་ ༩ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁ་ མང་དར་ལུ་ཁའི་གདོང་སྐྱོར་ རྒྱ་མར་གི་ལོགས་ཨོན་མས།  
དང་ཕུ་སྐབས་བདུད་འཁོར་དང་བཅས་པ་གིས་ དགོན་ས་ཁའི་མི་ཚུ་ག་ར་ཟ་སྟེ་ མཚུག་ར་ཨང་རྒྱས་གཅིག་ལུས་  
ཡོད་མི་འདི་གི་བྱིམ་ནང་ ལྷམ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་བྱོན་ཏེ་ ཨང་རྒྱས་ཀྱིས་ལྷམ་ལུ་ཆང་དང་ཚོགས་བྲང་  
ཞེན་ལས་ གཟིམ་པའི་རུམ་ཕྱེད་ལངས་ད་ བདུད་དང་བཅོན་ཚུ་འོངས་ཏེ་ ཨང་རྒྱས་ཀྱི་སྐོ་བརྩེད་མ་ད་ ལྷམ་  
གིས་རྩོ་རྩེ་མེ་འབར་བ་ འདྲེ་གི་ལ་ལུ་བཅུག་སྟེ་ འདྲེ་བདུད་ཚུ་གི་ ཁའི་ཡ་སོ་བཞི་དང་མ་སོ་བཞི་འབལ་  
བཏང་མ་ལས་ འདྲེ་བདུད་ཚུ་ བྲག་ཕུ་སེངྒེ་རྒྱལ་མཚན་ལུ་ ཨ་རྩེ་མོ་བསམ་གཏན་དཔལ་མོ་བཞུགས་སར་  
རྒྱབས་འཚོལ་བར་འགྲོམ་ད་ ཨ་རིམ་གྱིས་ རྒྱབས་ལྷམ་ཁོར་ལས་ལུ་དགོ་པ་སྟེ་གསུངས་བཞིན་དུ་ ལྷམ་ལུ་  
དགོན་རྒྱབས་ལུ་ཕྱེད་ ལྷམ་གིས་ད་ལས་མར་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལུ་གཞོན་པ་བསྐྱེད་མི་ཚོག་པའི་  
བཀའ་དང་དམ་ཚིག་རྩོ་རྩེ་སྤོ་བོར་བཞག་ དགོ་བསྟེན་གྱི་སྐོ་པ་གནད་སྟེ་ ས་གནས་དགོན་ས་ཁའི་གནས་པོ་  
སྟེ་བསྐོས་ཏེ་ མིང་ཡང་སྐབས་བདུད་ཟེར་བཏགས་རུག། རྩོ་རྩེའི་བྲག་རི་དང་ལྗོན་ཤིང་སྐོ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་  
ཅིང་ ལྷག་གཟིག་དོམ་རྩེད་ ཅེ་སྐབས་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་བའི་ཡུལ་ཁམས་ དམར་ནག་ཅ་གྲོང་འབྲུགས་ཤིང་སྐྱི་  
གཡའ་བ་འདི་གནས་བདག་སྐབས་བདུད་ཀྱི་གནས་ཁང་ཨོན་མས།

**སྐྱེ་མདོག་དང་རྣམ་པ་ཕྱག་མཚན།**

གནས་བདག་སྲིད་བདུད་པོ་ནི་ སྐྱེ་མདོག་རྒྱུད་ནག་འཚུབས་པའི་ཆར་སློབ་ཀྱི་མདོག་ལྟར་གནག་ཅིང་ ཞལ་གདངས་ཤིང་མཆོ་བ་གཅིགས་པ། སྐྱེན་གཉིས་མེ་ལྟར་འབར་བ་སྤྲོ་ར་དང་ཨག་ཚོམ་འབྱེད་ཞིང་། ཕྱག་གཡམས་རུ་དར་ཞགས་པ་ནག་པོ་བསྐྱམས་ནས་དམ་ཉམས་ཀྱི་དགའ་བོ་བཅིངས་པ། གཡོན་པར་བཟའ་བཅའི་བཞོན་གཙང་འཛིན་ནས་བུ་སློབ་རྣམས་ལ་དངོས་གྲུབ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་སྦྱོལ་བ། སྐྱེ་བའ་ཆེན་དང་དར་སྤྲོ་ཚོགས་གསོལ་ཞིང་། ཆིབས་སུ་དོམ་ནག་རྟིང་དཀར་ལ་བཞོན་ནས་འགྱིང་ཞིང་བལྟགས་པ། གཡོན་དུ་ཡུམ་ཆེན་དབང་མོ་ན་ཚོད་གཞོན་ཞིང་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་དང་དར་དང་མེ་ལོང་འཛིན་པ། མདུན་དུ་བསྟན་སྲུང་བཀྲིས་འཛིན་ལས་དར་དཀར་པོ་ཕྱག་ལ་ལོར་བུ་འཛིན་པ་རྟ་ངར་སེར་གྱི་སྟེང་ན་གནས་པ། གཡམས་སུ་དོ་རྩེ་འབར་བ་ལྷ་བའི་བཞིན་རས་ཅན། མཛེས་པའི་རྒྱན་དང་སྲ་བའི་གོ་ཆའི་ཆས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྒྱན་ཅིང་ རྟ་དཀར་ལ་ཆིབས་ནས་བལྟགས་ཤིང་། དེའི་ཕྱི་རོལ་དུ་བཙན་དང་འབྲེའི་འཁོར་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས་བལྟགས་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

**དམ་བཞག།**

པར་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ དམ་ལུ་བཞག་ཡོད་པ་སྟེ་ གནས་པའི་དཔེ་ཆ་ནང་འདུག། དེ་བཟུམ་སྟེ་འབྲུག་ཆེན་ཀུན་དགའ་ལེགས་པ་གིས་ དམ་ལ་བཞག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ ལྷ་མའི་རྣམ་ཐར་དང་ལུང་པའི་ལ་རྒྱུན་ལུ་ རྒྱུང་ལྟར་གཏམས་ཏེ་འདུག།

**གསོལ་མཚན།**

དགོན་ས་ཁ་དང་ ལ་རི་ཕུའི་གཡུས་སློབ་ཀྱང་པ་ ༤༠ ལྷག་པ་ཅིག་གི་ལོ་ཚོག་གཏང་བའི་སྐབས་ གསོལ་མཚན་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་མ་ཚད། གཞན་ཤར་རུབ་གྲུང་གསུམ་གྱི་གཡུས་སློ་རྒྱ་ལས་ གནས་པོ་མཚན་པ་འོང་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།

**བསྟན་པའི་ཕན་པ།**

ཕན་དང་བདེ་བའི་གཞི་མ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྱི་དང་ བྱེ་བྲག་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཚོས་འཁོར་སྤྱང་ཞིང་སྦྱོང་བ་  
དང་། དེ་འཛིན་རྒྱ་སྦྱོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ གཞིས་བྱེས་ལམ་གསུམ་གར་འདུག་ཀྱང་ ཉག་ལྷག་  
འབྲུགས་ཚོད་འབྱུང་པོའི་འཚོ་བ་དང་། ས་རོལ་གྱི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ངན་པ་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱོག་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུ་ཚོ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་བྱོར་ཐམས་ཅད་རྒྱ་བ་ཡར་ངོ་བཞིན་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་དང་ སྦྱོངས་གྲོགས་མཛད་པ་ཨིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་ཆ།**

གནས་བདག་སྐང་བདུད་པའི་གནས་པོའི་དཔེ་ཆ།

**གྲོས་བསྟན་འབད་ས།**

ཚོ་རྒྱལ། ལ་རི་སྤྱ་བྲམ།





སྤོང་།



# དབུས་སྐྱེད་འོག་གི་གཞི་བདག། (ལ)

## ༡ ཏྲག་ཕྱུག་གནས་པོ།

གནད་དོན་བཟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཏྲག་ཕྱུག་གནས་པོ།

གནས་ཁང་།

ཏྲག་ཕྱུག་དགོན་པ།

གཡུས།

ཏྲག་ཕྱུག།

བསྐྱེད་མི།

བར་དེས་གྲང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་དང་ ས་གནས་དེ་ཚུ་ལས་འགྲེས་ཏེ་འགྲོ་  
མི་ཚུ་གིས་ཡང་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



སྐྱུག་ཚུ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་།

ཏྲག་ཕྱུག་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་མེ་རི་སྐྱུན་  
གསུམ་གྱི་གཙོ་བོ་དབུས་སྐྱེད་རས་གཟིགས་གྱི་  
གནས་རི་བོ་གྲུ་འཛིན་གཉིས་པ་དང་འབྲམ་འདི་ནང་  
སྐྱེན་རབ་བྱུང་ ༡༤ པའི་ནང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་གདུལ་ཞིང་ལྷོ་མོན་ཁ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རུབ་རྩ་ལི་  
ཚོང་གི་ཚབ་ལུ་ཏྲག་ཕྱུག་ལྷ་ཁང་འདི་བཞེངས་གནང་  
རུག།



རྟག་ཕྱག་གནས་པོ།

དེ་ལས་ཞབས་རྒྱུ་འཇིགས་མེད་འོར་བུའི་སློབ་མ་རྒྱ་ལི་རབ་བྱུང་གི་  
 སངས་རྒྱལ་བ་རྟན་སངས་རྒྱལ་མཚོ་དང་བསྟན་འཛིན་རབ་བྱུང་  
 གིས་དགོན་སྡེའི་སྡེ་དང་བཅས་ས་གནས་འདི་ཁར་གནས་སློབ་  
 གནང་ལུག། ཞབས་རྒྱུ་ཐུགས་སྦྱུལ་འཇིགས་མེད་འོར་བུ་ཡང་  
 དགོན་པ་དེར་ཐེབས་ཏེ་རབ་གནས་དང་བཀའ་ཚེས་གནང་ཡོད་པ་  
 མ་ཚད། དེ་ཁའི་གནས་བདག་འཕགས་མཚོག་ཕྱག་ན་པ་སློབ་སྦྱོར་  
 འཕུལ་ལྟ་བུ་ཅན་རྩི་རྩེ་གཟི་འབར་དང་གསང་ཡུམ་མཚོ་སྦྱོན་གྱི་  
 གསོལ་ཁ་ཡང་ལྷགས་རྩོམ་མཛད་གནང་ལུག། དགོན་པ་དེ་ནང་  
 འོར་ལྷ་རྣམ་ཐོས་སྲས་ཀྱི་དེ་དང་དེའི་མཛུན་རྒྱུ་ཞབས་རྒྱུ་ཐུགས་  
 སྦྱུལ་དང་གསུང་སྦྱུལ་གྱིས་བཀའ་ཚེས་གནང་སའི་བཞུགས་ཁྲི་དང་  
 ཕྱག་འཁར་ལས་སྦྱེས་ཡོད་པའི་ལྷག་པའི་ཤིང་སྤོང་ཅིག་ཡང་མཛུལ་  
 བྱི་ཡོད། རྟག་ཕྱག་དགོན་པ་དེ་ཞབས་རྒྱུ་འཇིགས་མེད་འོར་བུའི་

ལྷུལ་ལས་ཞབས་རྒྱུ་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་བདག་འཛིན་མཛད་དེ་དགོན་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛད་  
 བྱིའི་དོན་ལུ་ཕྱོགས་ལས་ཀྱི་སློབ་མ་གཙོ་བོ་སློབ་དཔོན་དག་དབང་འོར་བུས་གཙོས་སྦྱིན་བདག་བར་དེས་གྲོང་  
 གསུམ་དང་རྟག་ཕྱག་དགོན་པའི་ཞབས་སློབ་ཚུ་གིས་རྒྱུ་སྦྱོར་འབད་དེ་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་དུ་བཞེངས་གནང་  
 ལུག། ནང་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་ཞབས་རྒྱུ་གསུང་སྦྱུལ་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཕྱག་བཟོ་སློབ་པ་ལྷུ་  
 ལུ་ཞེ་ཐོག་ཚད་མ་སོགས་དང་གཙུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་བཞེངས་གྲུབ་པའི་རབ་གནས་ཡང་  
 ཞབས་རྒྱུ་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད་གནང་ལུག།

དེ་ལས་ལྷུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་བོད་ལྷ་ས་ལས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཇུག་དང་བསྟན་འཇུག་གདན་འདྲེན་ལུ།  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛད་རྒྱལ་ཐང་ཀའི་མེ་ལོང་སུམ་ཅུ་སོ་གངས་ཙམ་གྱི་མཐའ་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་ཨ་  
 ཞེ་སྐལ་བཟང་ཚོས་སློབ་དབང་ཕྱག་མཚོག་གི་ཡབ་གོང་གཟིམ་བསོད་ནམས་སློབ་སྦྱོར་རྒྱལ་མཚོག་གི་ན་བཟའ་བཤོ་  
 བཅུ་གསུམ་གནང་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟའི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཞབས་རྒྱུ་ཐུགས་གསུང་གི་ཐུགས་སློབ་ལས་



བརྟེན་ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་རྒྱུད་རི་མ་མེད་པ་ལས་མཆེད་པའི་ཚོས་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་མི་  
དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁྲུ་པ་མཚོག་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལུ་གནད་བའི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་ ལྷ་ཁང་གསར་  
བཞེངས་གྲུབ་པའི་བཀའ་རིན་བཏང་རག་དང་ ཉན་ལུང་གི་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་  
དམིགས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ སྤྱི་ཟླ་ ༤ པའ་སྤྱི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་ སྐབས་རྗེས་འབྲུག་བཙུན་པའི་ཞབས་ལས་  
ས་གནས་འདི་ཁར་ དགོན་འཛིན་གྲུ་ཚང་གཞི་བཙུགས་གནང་སྟེ་ སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་ཕྱག་ལུ་ མཇོང་དང་  
མཇོང་བཞིན་པ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

ཀྲིལྷ འཆི་མེད་པད་འབྲུང་སྐབ་བརྒྱད་དང་། །སླ་མ་གོང་མའི་སྐྱུན་སྡེ་སྤྱ། །དམ་བཅས་ཁས་སྐྱངས་མ་གཤེལ་  
བར། །གནས་དང་དེ་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་སྲུངས། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྲིལྷ ལྷ་རྗེ་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །དུ་མ་རོ་གཅིག་ཚོས་སྐྱར་བསྐྱ་བ་ལྟར། །ལྷ་བཙན་ཁྱོད་  
ཀྱང་ལེགས་ཉེས་སྐྱ་ཚོགས་པ། །ཡུལ་དུས་ཁམས་དབང་གདུལ་བྱའི་རྗེས་འགོ་བས། །ལས་བཞི་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་  
མཚན་ཅི་ཡང་བཟུང་། །དོན་གྱི་རོ་བོ་རང་སྤང་མ་དག་པས། །སྲར་ཕན་ལྷ་འདྲེར་འཛིན་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། །དེར་ནས་སླ་མར་ཤེས་པས་བདག་བསྟོད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྟོད་པས་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །མི་  
ནང་གསང་བའི་འགལ་རྒྱུན་ཀྱན་བསལ་ཞིང་། །དགོ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བདོའི་འགོ་འདི་དག །ཀྱན་མཁྱེན་གོ་  
འཕང་སྐྱབ་པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**གསོལ་མཚན།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ །ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་རོ་མར་རོའི་ཚོས་བཅུ། །བཙུ་བཞི་མགོན་མ་དང་ །ཉེར་དགའི་  
མགོན་པོ་ལྷ་མ་འལ་གྱི་གསོལ་ལ། །ལོ་དུས་ཀྱི་དུས་ཚེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་ནང་ །སྐྱ་མཚོད་འབྲུམ་སྡེ་ཚུ་གནང་དང་  
གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ །རང་སྐྱ་བཙུ་གཉིས་པའི་གནས་གང་ལས་ །དང་པའི་ཚོས་ཉི་ཤུ་ཚུན་ །མ་ཉི་དུང་  
སྐྱབ་ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་དང་འབྲེལ་ །ཕུར་པའི་སྐྱབ་ཚེན་ཉིན་གངས་གསུམ། །ཚོ་དཔག་མེད་བཞག་

གངས་བདུན། དྲག་དམར་བཞག་གངས་བདུན། གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག། མི་འཕྲུགས་པ་སྟོང་མཚོད། ཚོས་  
སྟོང་ལྷམ་དལ་གྱི་གསོལ་ལ། མགོན་པོ་སྟོང་ཚོགས། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱིན་བསྐྱེད། ལྷམ་མཚོད་པ་བཅས་  
གནང་སྲོལ་འདུག།

དེ་བརྩམ་སྟེ་ རང་ལྷ་གཉིས་པའི་ནང་ རྣམ་སྲས་རྟེན་མདོས། རང་ལྷ་གསུམ་པའི་ནང་ཞབས་བྱུང་སྐྱེ་མཚོད།  
རང་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་ ཏུས་ཆེན་ལྷ་འཛོམས། རང་ལྷ་ལྷ་པའི་ནང་ སྤྲེལ་ལྷ་ཚོས་བཅུ། རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ནང་  
དྲུག་པ་ཚོས་བཞི། རང་ལྷ་བདུན་ཚོས་ ༤ ལས་ ༡༥ ཚུན་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཇུག་ཆེན་མོ་དང་ ཚོས་ ༡༧  
ལས་ ༢༠ ཚུན་ ཉིན་གངས་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ ཞབས་བྱུང་འཇིགས་མེད་འོར་བུ་དང་ རྩོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་  
དངོས་གྲུབ། དེ་ལས་ གདན་འཛིན་གྱི་གྲམ་ སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱེ་མཚོད་དང་འབྲེལ་ དགོངས་འདུས་སྐྱབ་  
ཆེན་གནང་སྲོལ་འདུག། རང་ལྷ་དགུ་པའི་ནང་ ལྷ་བབ་དུས་ཆེན། རང་ལྷ་བཅུ་པའི་ནང་ གཏོར་རྒྱུ་བཅས་  
ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དགོན་སྡེ་དེ་ གྲ་ཚང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་དགོན་སྡེ་ཅུ་ཆེ་དྲུག་ཅིག་འབདཱ་ལས་ མི་སྡེ་དང་གཞུང་ལས་  
རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཅོག་འབདཱ་སྡེ་ ཐོབ་དང་ཐོབ་བཞིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཏུས་རྒྱན་གསོལ་  
མཚོད་དང་འབྲམ་སྡེ་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་ཡང་ རྒྱ་གི་གྲ་ཚང་བརྒྱད་དེ་ གཞུང་དགོ་འདུན་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་  
ལས་གནང་བཞིན་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་ལྷ་དང་པའི་མ་ཉི་དུང་སྐྱབ་ཞག་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་གི་སྐྱབས་ བསྟན་པའི་  
སྤྱིན་བདག་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ མཛད་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

དབུས་སུ་ཆེད་འོག་ལུ་ ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་རྟག་ཕྱག་ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་ རྟག་ཕྱག་གནས་པོ་ཟེར་ཞུ་མི་  
འདི་ བར་དེས་གུང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་དང་ ས་གནས་དེ་ཚུ་ལས་ཁ་འབྲེས་ཏེ་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་བསྟེན་མ་  
མ་ཚད་ ཞབས་བྱུང་ཐུགས་སྐྱེལ་དང་ གསུང་སྐྱེལ་གྱི་བཞུགས་གནས་ཅིག་ཡང་ཨིན་མ་ལས་ དགོན་སྡེ་དང་  
གནས་བདག་འདི་ མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ ཚོ་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀའི་སྐྱབས་གནས་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་འདུག།

## རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོ། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ། ལྷ་ཁང་།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས་མ།

ལྷ་ཁང་གི་བླ་མ་ཕུར་པ་ཚེ་རིང་།

## ༡ ལྷ་བདུད།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།            ལྷ་བདུད།

གནས་ཁང་།                            བར་ངེས་ན།

གཡུས།                                བར་ངེས་ན།

བསྟེན་མི།                            རྒྱ་ལུང་བརྒྱུད་བཞི་གི་མི་སེར་དང་ འབྲུག་ཅུབ་ཕྱོགས་གྱི་རྫོང་ཁག་ཆ་མཉམ་  
གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



རྒྱ་རྩེང་ལྷ་ཁང་དཀར་པོ།

རྒྱ་ལུ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་  
ཡང་ བཤད་སློབ་ཁག་མ་འདྲམ་གཉིས་དེ་ཅིག་  
གི་ཐོག་ལས་བཤད་པ་ཡིན་པས། དང་པ་འདི་  
འབད་བ་ཅིན་ སློན་བོད་ལུ་ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་  
སློང་བཙན་སྐུམ་པོའི་རྒྱ་འབྲུལ་གྱིས་ ཡུག་རོན་  
དཀར་པོ་གཉིས་སྤུལ་ཏེ་བཏང་མ་ལས་ ལྷ་  
ཁང་དཀར་པོ་གཉིས་བཞེངས་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་

རུང་ ཚོས་རྒྱལ་སློང་བཙན་སྐུམ་པོ་གིས་བཞེངས་པའི་མཐའ་འདུལ་ཡང་འདུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་གི་གངས་སུ་ཚུད་དེ་  
མེད་པ་ཡིན་པས། བཤད་སློབ་གཉིས་པ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ཚོས་རྒྱལ་སློང་བཙན་སྐུམ་པོའི་ཕྱགས་ཀ་ལས་  
འཕྲོས་པའི་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་གཉིས་ཐོག་སར་ ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་གཉིས་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་

མི་རི་སྐྱུན་གསུམ་གྱི་སྐྱང་ལས་ མི་ཚུ་ཉེད་ཀྱིས་ཐོན་ཏེ་ལྷ་ཁང་དཀར་ནག་གཉིས་པོ་འདི་ བཞེངས་ཡོད་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་ཨིན་པས།

ལྷ་ཁང་ནང་གི་ནང་རྟེན་གཙོ་བོ་འདི་ མགོན་པོ་ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་སྐུ་འདྲ་བལྟགས་ཏེ་ཡོད། དེ་བསྐྱང་ མགོན་པོ་  
ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་སྐུ་འདྲ་བཞེངས་ཏེ་ དབུ་བཞེངས་ནི་གྱུར་སྟོན་པ་ད་ སྐུ་གཟུགས་དང་བསྐྱེད་པའི་དབུ་ཅིག་  
བཞེངས་མ་ཚུགས་པར་སྟོན་པའི་སྐབས་ ལྷ་ཁང་གི་སྐོ་ཁ་ལས་ བོ་སྐྱེས་གོ་ལ་རྟོན་མ་གྱོན་མི་ཅིག་གིས་ བྱེད་  
ཆ་བྱུང་ག་ཅི་འབད་མ་སྟོ་ཟེར་འདྲི་མ་ད་ ང་བཅས་ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་དབུ་འགྲིགས་མ་ཚུགས་ཟེར་སྐབ་ལུག། མི་  
དེ་གིས་ འདི་བཟུམ་མའི་དབུ་ཅིག་ང་ལུ་ཡོད་ དེ་གིས་མི་བལྟ་བ་པས་ག་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ དབུ་གྱུར་བཀལ་མ་  
ཅིག་ལུ་ཐེབས་ཏེ་སྐྱུར་སོང་མ་ལས་ དབུ་འབག་འོང་མི་འདི་མི་དེ་ལུ་ རིན་དུལ་ཅིག་སྟོན་དགོ་མཐོ་སྟེ་ བལྟ་  
བར་འགྲོ་བའི་བསྐྱང་ མི་དེ་གར་སོང་མེད་པར་ཡལ་སོང་མ་ལས་ མི་འདི་ས་གནས་དེ་ཁའི་གནས་བདག་ ལྷུང་  
བདུད་ཀྱི་སྐུལ་པ་ཨིན་པའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་ཨིན་པས། མགོན་པོ་ཚེ་དཔག་མེད་ཀྱི་དབུ་འདི་ ཆེ་སུ་ཅིག་ཡོད་  
པའི་ཁར་ དུམ་ག་ཅིག་གཡས་ཁ་ཐུག་ལུ་གཡོ་སྟེ་སྐྱུར་སོང་མི་འདི་ ག་དེམ་ཅིག་ཐང་ནི་འདི་ཕྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལུ་ཐང་མ་  
ཚུགས་པ་ལས་ སྐུ་འདི་གིས་ངེ་གི་ལུང་བསྐྱེད་དེམ་ཅིག་ར་ཨིན་ ཐང་མི་དགོ་ཟེར་གསུང་འབྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་  
བཤད་སྟོལ་འདུག།

གནས་བདག་ལྷུང་བདུད་འདི་ འབྲུག་ལུ་བཙོགས་ཁ་ཐུག་  
གི་མི་སེར་ཆ་མཉམ་གྱིས་ དག་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་དགོ་མི་འདི་  
ཡང་ དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ཞབས་རྒྱུང་དག་  
དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ བྱིམ་རྟོག་གྱུར་དར་རྒྱུང་དཀར་པོ་  
འཕྲུ་ཚད་ཅིག་པོ་གིས་ གནས་བདག་ལྷུང་བདུད་བསྟེན་  
དགོ་པ་སྟེ་ བཀའ་གནང་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བཤད་ནི་  
འདུག།



ལྷུང་བདུད།

དམ་བཞག།

བཙམ་ལྷན་ཕྱག་ན་རྗེ་དང། །སྤང་སྲིད་ཟིལ་གཞོན་པད་འབྱུང་ལ། །རང་སྲོག་སྤུལ་ནས་དམ་བཞག་པ། །མ་གཡེལ་མ་འདད་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལྷག།

ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

རྒྱུ་ ཏུག་གསུམ་ནམ་དག་རིགས་གསུམ་ལྟ་ཡི་གར། །རྗེ་རྒྱུང་བདུད་བེད་ལྷ་ཡི་མདོག་ །ཕྱག་གཉིས་རྗེ་རྗེ་ཡིད་ །བཞིན་ལོར་བྱས་མཚན། །ལོར་བྱའི་ཚོག་དང་བེར་ནག་གཡུ་ལྷབ་གསོལ། །དར་མཚོན་རིན་ཆེན་རྒྱན་བཟུང་མེ་ །རྒྱུང་དབུས། །ནམ་མཁའི་འོད་ཅན་ལྷུང་མཚོགས་རྟེན་བཅེབས་ནས། །ལོ་ལྷུང་ཐོགས་པ་མེད་པའི་རྩུ་འཕུལ་ །གྱིས། །བསྟན་འགྲོའི་མེལ་ཆེ་མཛད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །ནམ་འཕུལ་ཅིར་ཡང་མི་རྩུ་མེད་པས་ན། །འཁོར་དང་ །གནས་མཐའི་དེས་པ་གཟུང་དཀར་ཡང་། །སྟོ་མོན་རྒྱ་བོད་ཉམས་གྲུབ་འབྲས་སྤོངས་སོགས། །ཡུལ་ནམས་ཀུན་གྱི་ །དག་ལྟ་མཛད་ལ་བསྟོད། །སྐྱབ་ལ་སྲིད་ཉེ་དམ་གཙང་ལས་ལ་ལྷུར། །འཁོན་རྒྱུང་དོ་ཡང་དཀར་པོ་སྟོད་ལ་ །དགྱེས། །མཐུ་ལོ་རྩུ་འཕུལ་སྟོབས་ཆེ་ངང་རྒྱུད་རིང་། །བཙེ་གདུང་མ་འདྲ་ལྷོད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །ཞེས་དང།

རྒྱུ་ །གང་ཐུགས་བདེ་བའི་ཞགས་པས་འཚིང་བ་མོ། །ལྷ་ཤེལ་མདངས་ཅན་གཟི་བཟང་སྲིན་ལེགས་སྟོན། །ཕྱག་ །གཉིས་མདའ་དར་འདོད་སྲིན་བུམ་པ་འབྲེལ། །ཡིད་འོང་རྒྱན་འཆང་རྒྱུང་བཅེབས་ལ་བསྟོད། །རྩུ་འཕུལ་རྟ་ །དམར་སྟེང་ན་ཉེ་མ་འབུམ། །འཆར་ཀའི་འོད་ལྷུང་དམར་གསལ་ལྷ་འོད་རྒྱས། །རྒྱལ་མཚན་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ །བསྐྱམས་པ་ཡིས། །ས་གསུམ་དབང་འདུས་སྲས་མཚོག་དེ་ལ་བསྟོད། །ནང་འཁོར་ཕྱི་ནང་སྲོགས་བཞིའི་བཀའ་ །སྟོན་ཆེ། །མངའ་གཞུག་རྒྱ་བཙན་བདུད་སོགས་སྟེ་བརྒྱད་ནམས། །དངས་པའི་ཤེལ་ལྷུང་རྒྱུན་གྱི་དོས་བཟུང་ །བས། །མདོག་བརྒྱན་ཆ་ལུགས་སྐྱ་ཚོགས་དོལ་ལ་བསྟོད། །དེ་ལྷུང་བསྟོད་པའི་དག་ལྟ་ལྷུང་འཁོར་བཙས་གྱི། །མི་ །མཐུན་འགལ་རྒྱུན་རྩལ་དུ་རྟོག་པ་དང། །མཐུན་རྒྱུན་ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་བདེ་སྲིད་སོགས། །སྟོན་པ་ཚོས་ །བཞིན་འགྲུབ་པའི་སྟོངས་སྲོགས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལྷག།

གསོལ་མཚོད།

སྐྱ་ཕྱི་ལ་སྐྱུ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ །ཉིན་ལྷུང་གྱི་བསྐྱར་རྒྱུན་དང་ །ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་རོལ་རོ། །མགོན་མ་ལུ་མ་ །ངལ་གསུམ་གྱི་གསོལ་ལ། །དུས་ཆེན་ལག་གི་འབུམ་སྟེ། །རྒྱལ་ལབ་གྱི་བསྟན་སྲིད་སྐྱ་རིམ། །ལོ་ལྷུང་གྱི་ཆོས་

བརྩེ་སྐྱེ་འཆམ། གཏོར་རྒྱུ་དང་རྟེན་མདོས་ལ་སོགས་པའི་རྫོང་གཞིས་ཅིག་གི་ནང་ན་ གཏང་དགོཔ་ཡོད་པའི་  
གསོལ་མཚོད་འབྲུམ་སྟེ་གཅིག་ཡང་ ལྷག་ལྷུས་མེད་པ་སྟེ་ དཀོན་མཚོག་གི་སྐྱུགས་རྗེ་བྱིན་རྒྱབས་དང་ གོང་  
མའི་བཀའ་རྒྱུ། རྒྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་རྩ་གི་སྐྱུགས་སྟོན་  
ལས་བརྟེན་ གསོལ་མཚོད་རྩ་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དེ་བརྩེ་སྟེ་ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་འདི་ རྩ་གི་རྫོང་གཞིས་རོ་མ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ རྩ་ལྷུང་བརྒྱུད་བཞིའི་མི་  
སེར་དང་ གཞུང་གི་ཁ་སྐྱུག་ལས་ ཉམས་གསོ་དང་ གསར་སྐྱབ་ཀྱི་ལས་སྒྲུ་ག་ཅི་ར་འཐོན་རུང་ རྒྱབ་སྐྱོར་  
རྩིལ་བྱམ་གནང་དང་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རྫོང་གཞིས་འདི་ནང་ དུས་མཚོད་འབྲུམ་སྟེ་ལ་སོགས་པའི་  
གསོལ་མཚོད་སྐྱུལ་ནིའི་དོན་ལུ་ཡང་ གཞུང་དང་མི་སྟེའི་ཁ་སྐྱུག་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་མ་བཟུབ་བཟུབ་སྟེ་ གནང་མ་  
ཡིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

དབྲུས་སྐྱེ་རྟེན་འོག་ལུ་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་ ལྷ་ཁང་དཀར་པོའི་གནས་བདག་ རྒྱུད་བརྒྱུད་ཟེར་ཞུ་མི་འདི་ རྩ་ལྷུང་  
བརྒྱུད་བཞི་གི་མི་སེར་དང་ འབྲུག་རྒྱབ་སྐྱོགས་ཀྱི་རྫོང་ཁག་ཆ་མཉམ་གྱི་མི་སེར་རྩ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་པས། དེ་  
ཡང་ གནས་བདག་རྒྱུད་བརྒྱུད་འདི་ འབྲུག་རྒྱབ་སྐྱོགས་ཁ་སྐྱུག་གི་མི་སེར་ཆ་མཉམ་གྱིས་ དག་ལྷ་སྟེ་བསྟེན་  
དགོ་མི་འདི་ཡང་ དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་ ཞབས་རྒྱུང་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ ཁྱིམ་ཏོག་གུར་དར་  
རྒྱུང་དཀར་པོ་འཕྱར་ཚད་ཅིག་པོ་གིས་ གནས་བདག་རྒྱུད་བརྒྱུད་བསྟེན་དགོཔ་སྟེ་ བཀའ་གནང་སྟེ་ཡོད་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་རྩ་བཤད་སྟོལ་འདུག།

## ཀླུ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རྗེ་དགོ་འདུན་རིན་ཆེ། (༢༠༠༧) ལྷོ་ཡི་ཚོས་འབྱུང་སློ་གསར་ན་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་

སྐྱུན་ཁང་།

ཅ་རྩིང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ། ལྷ་ཁང་།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།

ལྷང་ཁང་གི་སྐྱམ་དང་དཀོན་གཉེར།



### ༣ རོ་བོ་སྐྱོན་གྲང་།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རོ་བོ་སྐྱོན་གྲང་།

གནས་ཁང་།

བརྩུན་ཚང་དགོན་པ།

གཡུས།

སངས་ཀི་རི།

བསྐྱོན་མི།

སངས་ཀི་རིའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ཡུལ་ལྷ་སྐྱེ་བསྐྱོན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



བརྩུན་ཚང་དགོན་པ།

སངས་ཀི་རི་དགོན་པ་འདི་ བཅའ་ཕྱག་བཏབ་ཡོད་པ་  
ཡིན་ན་དུས་རབས་གཏན་གཏན་ཅིག་མ་ཤེས་ཏེ་  
འབད་རུང་ དག་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ རྒྱ་རྒྱུག་  
རྒྱུག་དགོན་པ་དང་དུས་མཉམ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་  
དབང་རྒྱུག་རྒྱུལ་མཚན་ཟེར་ལུ་མི་འདི་གིས་ གནད་  
ས་བཏབ་ཡོད་པ་སྐྱེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་འདི་ཡང་ རྒྱ་སངས་ཀི་རི་ལས་དུམ་གྲ་ཅིག་  
ལ་ཡར་ལྷ་འགྲོལ་ད་ ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་བའི་ས་

གནས་དགའ་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་འབྲམ་ཅིག་ནང་ཆགས་ཏེ་འདུག། ལྷ་ཁང་འདིའི་མདུན་ཕྱོགས་ལུ་ མཚོ་སྐྱོན་  
གྱི་མཚོ་མིག་ཅིག་ཡང་མཇལ་ནི་འདུག། སྐབས་སྐོལ་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་ཁང་ནང་གི་མཚོད་པའི་རྒྱ་འདི་  
མཚོ་མིག་འདི་ནང་ལས་སུལ་སྐོལ་ཡོད་པ་སྐྱེ་བཤད་པ་ཡིན་པས། ལྷ་ཁང་འདི་ ཉེ་མ་ལས་ ད་ལྟོ་ཚུན་གྱི་བར་ན་

གཡུས་མི་དམངས་ཀྱིས་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡིན་པས། ད་རེས་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་ལྷ་  
 ཚང་ལས་མི་སྡེའི་སྐུ་ཅིག་བསྐོ་བཞག་གནང་སྟེ་ དགོན་སྡེ་འདྲིའི་གསོལ་མཚན་དང་ གཡུས་མི་ཚུ་གི་གསོན་  
 གཤིན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཕྱོགས་ལས་སྣ་ཚུ་ སྐུ་འདྲི་གིས་མཛད་གནང་དོ་ཡོད་པ་མས། ལྷ་ཁང་འདྲི་  
 གཞུང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ མི་སྡེའི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བརྟེན་ ཉམས་གསོ་ལུ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཁང་རྩ་བ་ལས་ར་  
 གསར་བཞེངས་མཛད་གནང་བའི་བསྐྱང་ར་ཡིན་པས།



ཚོ་བོ་སྐྱེན་གུང་།

**དམ་བཞག།**

རྩྭ་མོ་ཚོ་བཙམ་ལྷན་ཤུག་ཐུབ་ཀྱིས། །ལྷ་སྲིན་མ་ལུས་  
 བཀའ་བསྐོས་བཞིན། །བསྟན་པའི་གཉེར་ཁ་ཚུད་ལ་  
 བཙམ། །བཙམ་བའི་དམ་ཚིག་གཉན་པོ་དགོངས། །ཁམས་  
 གསུམ་དབང་འདུས་པད་འབྱུང་གིས། །ཞིང་འདྲིའི་རྒྱལ་  
 བསྟན་སྲུང་བ་དང་། །སྐྱབ་བརྒྱན་སྟེལ་བའི་དམ་བྱེད་  
 པ། །དོ་རྗེ་དབང་བསྐྱར་མ་བསྐྱལ་མེད། །བྲེགས་མཛད་  
 ཕྱག་ན་དོ་རྗེས་ཀྱང་། །མི་བསྐྱེད་བྲེགས་པ་སྟེ་བརྒྱན་  
 ཀྱི། །སྟོན་སྟེང་བཞེས་ནས་དམ་བཞག་པ། །སྟེང་ནས་མ་  
 གཡེལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

བསྟན་པའི་ལས་མཛད་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་བ། །རང་བཞིན་དབྱིངས་ལས་འབར་བའི་རྩལ་ལྡན་པ། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་  
 སྐོ་བ་སྐྱེན་གུང་རྗེ། །སྐྱེ་མདོག་ནག་པོ་ཆེ་བཅིང་རྩམས་པའི་ཞལ། །ཕྱག་གཡམས་ལྷགས་ཀྱུ་ཞགས་པས་ཁམས་  
 གསུམ་འགྲུགས། །འདོད་སྦྱིན་རེ་སྐོང་གཉེར་འབྲུམ་གཡོན་ཏུ་འཛིན། །རིན་ཆེན་རྒྱན་སྐྱེས་སྐྱེས་ནག་བགོ་བ་  
 གསོལ། །སྐྱར་མགྲོགས་རྟ་ནག་བཙུགས་ལ་བདག་བསྟོན་དོ། །ལྷ་ལྷ་མི་ཡི་རིན་ཆེན་དོ་ཤལ་དང་། །ཐོད་དང་

འཇའ་གོས་མེ་ལོང་མདའ་དར་འཆང་། །དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ལྡན་ཡུམ་ཆེན་སྐྱེ། །ཚོས་ལྡན་སྐྱོང་ཞིང་  
བསྟན་དག་གཟིགས་ལ་བསྟོན། །མཐུ་སྟོབས་རྒྱ་འཕུལ་ཅི་དགོས་སྐྱབ་པའི་འབངས་། །མངག་གཞུག་སྐྱབ་བཅོན་  
གཉེན་འཁོར་བསམ་འདས་པ། །རྣམ་འགྱུར་ཕྱག་མཚན་ཅི་ཡང་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །བཀའ་གཉེན་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་  
པའི་སྲས་བཅས་བསྟོན། །རིན་ཆེན་བང་མཛོད་ཡིད་བཞིན་བསམ་འཕེལ་གཏེར། །གཏེར་འབུམ་ཆོ་དཔལ་བསོད་  
ནམས་སྟོབས་དབང་རྒྱལ། །དམ་ལྡན་སྐྱབ་ལ་བཅེ་བའི་དག་ལྷའི་རྒྱལ། །སྐྱབ་བྲལ་ཡུལ་འཁོར་སྐྱོང་བ་རྣམས་ལ་  
བསྟོན། །ཆགས་ཆེ་ཉམས་ངག་ཡུལ་རོ་པ་རོལ་བསྐྱད། །སད་སེར་བཅོའ་དང་ལུ་གེ་མི་ལྷགས་ནད། །མི་ལས་དག་  
ལ་བསྐྱོག་པའི་མཐུ་པོ་ཆེ། །སྣ་ཚོགས་རོལ་པའི་བདག་པོ་ཁྱོད་ལ་བསྟོན། །སྲར་བཞུད་རྒྱལ་བའི་སྐྱབ་སྲར་དམ་  
བཅས་བཞིན། །རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་སྤྲིག་སྟོང་དག་བའི་ལས། །ལས་འབྲས་སྲང་སྲང་དོར་ལྡན་པའི་  
འབྲས། །བྱང་རྒྱལ་རྒྱུར་དུ་ཅི་འདོད་རེ་སྟོང་མཛོད། །ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལོ་དུས་ཀྱི་དུས་ཆེན་ལྷན་པར་ཅན་རྒྱ་ནང་། །སྐྱེ་མཚོད་འབུམ་སྡེ་རྒྱ་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་  
རང་རྒྱ་བརྩུ་གཉིས་པའི་གནམ་གང་ལས་ དང་པའི་ཚོས་ཉི་ཤུ་རྒྱུ་ མ་ཁི་དུང་སྐྱབ་ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་  
དང་འབྲེལ་ ལུར་པའི་སྐྱབ་ཆེན་ཉིན་གངས་གསུམ། ཆོ་དཔག་མེད་བཞག་གངས་བདུན། ངག་དམར་བཞག་  
གངས་བདུན། གནས་བརྟན་བརྩུ་དུག་ མི་འཇུགས་པ་སྟོང་མཚོད། ཆོས་སྐྱོང་ལུམ་ཉལ་གྱི་གསོལ་ལ། མགོན་  
པོ་སྟོང་ཚོགས། ལྷན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱིན་བསྐྱེད། ལྷན་མཚོད་པ་བཅས་ གནང་སོལ་འདུག། དེ་བཟུམ་སྡེ་  
རང་རྒྱ་བདུན་པའི་ནང་ ལྷ་མའི་སྐྱེ་མཚོད་ཉིན་གཅིག་དང་། ལྷན་གནས་ཆ་གཅིག་ དེ་ལས་ དམངས་ཀྱི་འགོ་  
འདྲེན་གྱི་ཐོག་ལས་ དམངས་མཚོད་ཉིན་གཅིག་གནང་སོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གཡུས་མི་  
རྩ་པོ་བཞི་ལྷ་ཅིག་གིས་ སྟོ་རི་རྩེ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱེ་མཚོད་ཉིན་གཅིག་བཟུང་སོལ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་  
ནངས་པ་ ལྷན་ཆད་སོང་མ་ཡིན་མ་སྡེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

མི་སྡེ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཟེར་རུང་ རང་སོའི་དད་མོས་དང་བསྟུན་ ལྷ་མཚོད་འབུམ་སྡེ་རྒྱ་གི་སྐྱབས་ ལྷ་སྐྱོང་གི་  
རྒྱབ་སྐྱོར་དུམ་ག་རེ་དང་གཞུག་ལག་ཁང་ཉམས་གསོའི་ལས་སྣ་རྒྱ་ལུ་ཡང་ ལྷ་སྐྱོང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛོད་དང་

མཛད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ གཞུང་གི་ཁ་བྱུག་ལས་ཡང་ ལྷ་མའི་ལྟོ་སྟོགས་དང་ ལྷ་ཁང་  
ཉམས་གསོའི་དོན་ལུ་ མ་དངུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ དུས་དང་དུས་སུ་གནང་སྟེ་ར་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

དབྱུས་སུ་རྐྱེན་འོག་ལུ་ཡོད་མི་ སངས་ཀའི་དགོན་པ་ཟེར་བུ་མི་འདི་ ངག་རྒྱན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ལྷ་རྟལ་  
རྒྱག་དགོན་པ་དང་དུས་མཉམ་ལུ་ ལྷ་མ་གྲུབ་ཐོབ་དབང་རྒྱག་རྒྱལ་མཚན་ཟེར་བུ་མི་གིས་ གདན་ས་བཏབ་  
ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་འདི་ཡང་ ས་གནས་སངས་ཀའི་ཟེར་ས་ལས་ དུས་ལྷན་དུམ་གྲ་ཅིག་ཁ་ཡར་ལྷ་རྟལ་ཐང་སྟེ་འགྲོམ་ད་  
ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་བའི་ས་གནས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་འབྲམ་ཅིག་ནང་ཆགས་ཏེ་འདུག། ལྷ་ཁང་འདིའི་  
གདོང་ཕྱོགས་ལུ་ མཚོ་སྐོན་གྱི་རྒྱ་མིག་ཡིན་ཟེར་མི་ཅིག་ཡང་མཇལ་ནི་འདུག། དགོན་པ་དེའི་གནས་བདག་འདི་  
རྩོ་སྐོན་གུང་ཟེར་བུ་མི་འདི་ཡིན་པ་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱབ་ས་མགོན་བུ་མི་འདི་ སངས་ཀའི་གཡུས་ཚན་  
ནང་སྟོན་མིའི་མི་སེར་ཚུ་ཡིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

- གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོན་དཔེ་ཆ།
- གནས་ཡིག་བསྟུས་པ།

**འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།**

- གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྟེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།
- གཡུས་ཁའི་དགོ་སྟོང་ རིག་འཛིན་དང་ལུ་གཟུང་།

## ༤ ཉག་ཕུག་མཚོ་སྐོན།

གནད་དོན་བརྩམ་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཉག་ཕུག་མཚོ་སྐོན།

གནས་ཁང་།

ཉག་ཕུག་དགོན་པ།

གཡུས།

ཉག་ཕུག།

བསྐྱེད་མི།

བར་ངེས་གྲང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་དང་ ས་གནས་དེ་ཚུ་ལས་འགྲེས་ཏེ་འགྲོ་  
མི་ཚུ་གིས་ཡང་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ཉག་ཕུག་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་མེ་  
རི་སྐྱོན་གསུམ་གྱི་གཙོ་བོ་དབུས་སྐྱོན་རས་  
གཟིགས་གྱི་གནས་རི་བོ་གྲུ་འཛིན་གཉིས་  
པ་དང་འབྲམ་འདི་ནང་ སྐྱོན་རབ་བྱུང་  
༡༤ པའི་ནང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་  
གདུལ་ཞིང་ལྷོ་མོན་ཁ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ལུབ་  
རྩ་ལི་རྫོང་གི་ཚབ་ལུ་ཉག་ཕུག་ལྷ་ཁང་འདི་  
བཞེངས་གནང་ལུག།

དེ་ལས་ཞབས་དྲུང་འཛིགས་མེད་ཅོར་བུའི་སློབ་མ་རྩ་ལི་རབ་བྱུང་གི་སྐྱམ་གནས་བརྟན་ སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ་དང་  
བསྐྱེད་འཛིན་རབ་བྱུང་གིས་ དགོན་སྡེའི་སྡེ་དང་བཅས་ས་གནས་འདི་ཁར་གནས་སློབ་གནང་ལུག།ཞབས་དྲུང་



རྟམ་ཕྱུག་མཚོ་སྐྱེ།

ཐུགས་སྐྱུལ་འཇིགས་མེད་འོར་བུ་ཡང་དགོན་པ་དེར་  
 སེབས་ཏེ་རབ་གནས་དང་བཀའ་ཚོས་གནང་ཡོད་པ་  
 མ་ཚད། དེ་ལའི་གནས་བདག་འཕགས་མཚོག་ཕྱག་  
 བ་པ་སྐྱོའི་སྐྱུ་འཕུལ་ལྟ་བུ་ཅན་དོ་རྗེ་གཟི་འབར་དང་  
 གསང་ཡུམ་མཚོ་སྐྱེན་གྱི་གསོལ་ཁ་ཡང་ལྷགས་ཚུམ་  
 མཛད་གནང་ལུག་དགོན་པ་དེ་ནང་འོར་བུ་རྣམ་ཐོས་  
 སྐྱེས་གྱི་རི་དང་དེའི་མཇུག་དུ་ཞབས་དུང་ཐུགས་སྐྱུལ་  
 དང་གསུང་སྐྱུལ་གྱིས་བཀའ་ཚོས་གནང་སའི་  
 བཞུགས་ཁྲི་དང་ཕྱག་འཁར་ལས་སྐྱེས་ཡོད་པའི་ཤུག་  
 པའི་ཤིང་སྤོང་ཅིག་ཡང་མཇུག་ཅི་ཡོད། རྟམ་ཕྱུག་  
 དགོན་པ་དེ་ཞབས་དུང་འཇིགས་མེད་འོར་བུའི་ཤུག་  
 ལས་ཞབས་དུང་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་  
 གྱིས་བདག་འཇིན་མཛད་དེ་དགོན་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛད་  
 བའི་དོན་ལུ་ཕྱོགས་ལས་གྱི་སློབ་མ་གཙོ་བོ་སློབ་

དཔོན་དག་དབང་འོར་བུས་གཙོས་སྐྱེན་བདག་བར་དེས་གྲོང་གསུམ་དང་རྟམ་ཕྱུག་དགོན་པའི་ཞལ་སློབ་ཚུ་གིས་  
 རྒྱུ་བསྐྱེད་འབད་དེ་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་དུ་བཞེངས་གནང་ལུག། རང་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་ཞབས་དུང་གསུང་  
 སྐྱུལ་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་གྱི་ཕྱག་བཟོ་སྟོན་པ་ཤུ་ལུ་མེ་ཐོག་ཚད་མ་སོགས་དང་གཙུག་ལག་རྟེན་  
 དང་བརྟེན་པ་བཅས་བཞེངས་གྲུབ་པའི་རབ་གནས་ཡང་ཞབས་དུང་ཕྱོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་གྱིས་མཛད་  
 གནང་ལུག།

དེ་ལས་ལུང་བསྟན་དང་འཁྲིལ་བོད་ལྟ་ས་ལས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཇུག་དང་བསྟན་འཇུག་གདན་འདྲེན་ལུ།  
 སངས་རྒྱུས་གྱི་མཛད་རྒྱས་ཐང་ཀའི་མེ་ལོང་སུམ་ཅུ་སོ་གངས་ཅམ་གྱི་མཐའ་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་མ་  
 ཞེ་སྐལ་བཟང་ཚོས་སྐྱོན་དབང་ཕྱུག་མཚོག་གི་ཡབ་གོང་གཟིམ་བསོད་ནམས་སློབས་རྒྱས་མཚོག་གི་ན་བཟའ་གོ་

བཅུ་གསུམ་གནང་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟའི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཞབས་དྲུང་སྲུགས་གསུང་གི་སྲུགས་སློན་ལས་  
བརྟེན་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་མ་མེད་པ་ལས་མཆེད་པའི་ཚོས་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མི་  
དབང་འབྲུག་རྒྱལ་ལཱ་པ་མཚོག་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལུ་གནང་བའི་བཀའ་དགོངས་ལྟར་ ལྷ་ཁང་གསར་  
བཞེངས་གྲུབ་པའི་བཀའ་རྒྱུ་བཏང་རག་དང་ ༡༩ ལུང་གི་མི་སེར་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་  
དམིགས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༧ སྤྱི་ཟླ་ ༤ པའ་སྤྱི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་ སྐབས་རྗེ་མི་རབས་བདུན་བཅུ་པའི་ཞབས་ལས་  
ས་གནས་འདི་ཁར་ དགོན་འཛིན་གྲུ་ཚང་གཞི་བཙུགས་གནང་སྟེ་ སངས་རྒྱལ་བསྟན་པའི་ཕྱག་ལཱ་ མཛད་དང་  
མཛད་བཞིན་པ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

ཀྱི་ འཆི་མེད་པརྟ་རྒྱལ་བའི་སྟེ། །མཐུ་ཆེན་འབྲུག་པ་རྣམ་འཕྲུལ་བ། །ངག་དབང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་  
བཀའ། །སྤྱི་བོར་འཁྲུང་ལས་འགོ་ཕན་སྐྱབས། །ཟེར་གསུངས་ཅུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ ཀ་དག་ཡེ་ཚོགས་གཉུག་མའི་མདངས། །གང་ཤར་ཚོས་སྐྱའི་རོལ་མོ་ལས། །གཞན་དུ་མི་དམིགས་དོན་གྱི་  
ངོར། །དང་པོའི་ལྷ་མོ་ཆེན་མོར་བསྟོད། །གནས་སྐབས་ཕྱག་རགས་སྤྱིབ་པའི་རྒྱུ། །ཐ་མལ་འཕྲུལ་པའི་རྣམ་  
རྟོག་གིས། །ཕན་གོད་ལྷ་འདྲེ་འཛིན་པའི་ཚོ། །རྟོགས་དང་ཚོ་འཕྲུལ་ཅི་ཡང་སྟོན། །སྤང་བྱང་དགག་སྐྱབ་མེད་  
པའི་ངང། །མཉམ་པར་བཞག་པས་མཚོག་གི་དོན། །སྐྱར་གྲུབ་མ་ཚུངས་བསྐྱུགས་ཤིང་བསྟོད། །ཟེར་དོ་བརྩམ་གྱི་  
རྣམ་པ་ཨིན་པས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཚོས་བཅུ། བཅུ་བཞི་མགོན་པོ་དང་ ཉེར་དགའི་  
མགོན་པོ་ལྷུ་མ་བྲལ་གྱི་གསོལ་ལ། །ལོ་དུས་གྱི་དུས་ཆེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་ནང་ སྐྱ་མཚོད་འབྲུག་སྟེ་རྒྱ་གནང་དང་  
གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རང་རྒྱ་བཅུ་གཉིས་པའི་གནས་གང་ལས་ དང་པོའི་ཚོས་ཉི་ཤུ་ཚུན་ མ་ཉི་དུང་  
སྐྱབ་ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་དང་འབྲེལ་ སྤར་པའི་སྐྱབ་ཆེན་ཉིན་གངས་གསུམ། ཚེ་དཔག་མེད་བཞག་

མངས་བདུན། དག་དམར་བཞག་མངས་བདུན། གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག། མི་འཕྲུགས་པ་སྟོང་མཚོད། ཚོས་  
སྟོང་ལུས་དལ་གྱི་གསོལ་ལ། མགོན་པོ་སྟོང་ཚོགས། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱིན་བསྟེན། ལྷམ་མཚོད་པ་བཅས་  
གནང་སྟོལ་འདུག།

དེ་བརྒྱམ་སྟེ་ རང་ལྷ་གཉིས་པའི་ནང་ རྣམ་སྲས་རྟེན་མདོས། རང་ལྷ་གསུམ་པའི་ནང་ཞབས་དྲུང་སྐྱེ་མཚོད།  
རང་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་ དུས་ཚེན་ལྷ་འཛོམས། རང་ལྷ་ལྷ་པའི་ནང་ སྟེལ་ལྷ་ཚོས་བཅུ། རང་ལྷ་དྲུག་པའི་ནང་  
དྲུག་པ་ཚོས་བཞི། རང་ལྷ་བདུན་ཚོས་ ༩ ལས་ ༡༥ ཚུན་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་འཇུག་ཚེན་མོ་དང་ ཚོས་ ༡༧  
ལས་ ༣༠ ཚུན་ ཉིན་མངས་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ ཞབས་དྲུང་འཇིགས་མེད་ལོ་རྒྱུད་དང་ རྩོགས་ལས་ཡེ་ཤེས་  
དངོས་གྲུབ། དེ་ལས་ གདན་འཛིན་གྱི་བླམ་ སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱེ་མཚོད་དང་འབྲེལ་ དགོངས་འདུས་སྐྱབ་  
ཚེན་གནང་སྟོལ་འདུག། རང་ལྷ་དགུ་པའི་ནང་ ལྷ་བབ་དུས་ཚེན། རང་ལྷ་བཅུ་པའི་ནང་ གཏོར་རྒྱུ་བཅས་  
ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གནང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

དགོན་སྡེ་དེ་ ལྷ་ཚང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་དགོན་སྡེ་རྩ་ཆེ་དྲག་ཅིག་འབདཱ་ལས་ མི་སྡེ་དང་གཞུང་ལས་  
རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཅོག་འབདཱ་སྟེ་ ཐོབ་དང་ཐོབ་བཞིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དུས་རྒྱུན་གསོལ་  
མཚོད་དང་འབྲུམ་སྡེ་ཚུ་གི་ཐོབ་ལམ་ཡང་ རྒྱ་གི་ལྷ་ཚང་བརྒྱུད་དེ་ གཞུང་དགོ་འདུན་ལྷན་ཚོགས་ཡིག་ཚང་  
ལས་གནང་བཞིན་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་ལྷ་དང་པའི་མ་ཉི་དུང་སྐྱབ་ཞག་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གི་སྐབས་ བསྟན་པའི་  
སྤྱིན་བདག་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ མཛོད་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

དབུས་སུ་ཆེད་འོག་ལུ་ ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་རྟུག་ལྷུག་ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་ རྟུག་ལྷུག་མཚོ་སྐྱན་ཟེར་ལུ་མི་  
འདི་ བར་དེས་གྲང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་དང་ ས་གནས་དེ་ཚུ་ལས་ཁ་འབྲེས་ཏེ་འབྲོ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་བསྟེན་མ་  
མ་ཚད་ དེའི་ཉེ་འདབ་ལུ་ཡོད་པའི་ རྒྱ་ཤེལ་དཀར་བྲག་ལུ་ཡང་གནས་བདག་དེ་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།



## རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོ། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་རྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

ལྷ་ཁང་གི་གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས།

ལྷ་ཁང་གི་གྲམ། ལུང་བ་ཚོ་རིང་།

## ༥ ར་མིག་བཅན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ར་མིག་བཅན།

གནས་ཁང་།

ཅི་ལུང་ཁ་ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

ཅི་ལུང་ཁ།

བསྐྱེན་མི།

ཅི་ལུང་ཁའི་མི་སེར་རྩེ་དང་ ས་གནས་དེ་རྩེ་ལས་འབྲེས་ཏེ་འགྲོ་མི་རྩེ་གིས་  
ཡང་བསྐྱེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ར་མིག་བཅན་འདི་ སྐབས་སྐོལ་ཅིག་ལས་འབད་པ་ཅིན་  
སྐོན་བོད་ལས་སྐོལ་ ས་གནས་འདི་ཁར་ དར་ཡོད་པ་སྐོལ་  
བཤད་པ་ཡིན་མས། གནས་བདག་འདི་ལུ་ གནས་ཁང་  
ཟེར་ལོགས་སུ་མེད་པ་ ཤིང་སྤོང་ཅིག་གནས་ཁང་གི་  
རྩེ་ལུ་བརྩི་སྐོལ་ གཡུས་མི་ག་ར་འདི་ཁར་འོང་ཞེན་མ་  
ལས་ ལོ་དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་རྩེ་ སྐོལ་སྐོལ་ཡོད་པ་  
ཡིན་མས། གནས་ཅི་ལུང་ཁའི་མི་སེར་རྩེ་གིས་ གནས་  
ཁང་ ཡང་ན་ལྷ་ཁང་རྩེ་ལུ་བཞུགས་ནི་སྐོལ་ཡིན་རུང་  
ད་ལྟོ་བཞུགས་མ་རྩེ་གསུམ་བས། མ་འོངས་པ་ གནས་  
བདག་གི་སོ་བྲང་ཅིག་ བརྒྱབ་རྩེ་གསུམ་པའི་རེ་བ་རྩེ་

གཡུས་མི་ཚུ་གིས་ བཤད་པ་ཡིན་མས།

**དམ་བཞག།**

མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་ཡིས། །སྤྲོད་ས་འདིའི་ལྷ་འདྲེ་བཀའ་བཏགས་བཞིན། །ལས་འབྲས་བཤེན་པར་  
ཡིད་ཆེས་ཏེ། །བཅེ་དང་གཏུང་སེམས་ཆེ་བར་མཛོད། །ཟེར་མཐུ་ཆེན་བདུད་འཛོམས་དོ་རྗེ་གིས་གནང་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྲག་མཚན།**

ཀྱི་ །འཇིག་རྟེན་དེགས་པ་ཀུན་གྱི་དབུས། །གཞན་ཕན་ལྡན་པ་ཁྱོད་ཁོ་ནར། །ངེས་པའི་རྟགས་སུ་སྐྱེ་རྒྱུ་  
རིགས། །དཀར་པོའི་ཚུལ་བཟུང་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་སྦྱོང་ཅ་ན། །ཅང་ཤེས་རིན་ཆེན་རྒྱན་  
ལྡན་སྟེང་། །ལྷ་དབང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་ལྟར། །དཔའ་མཚན་དུ་མས་བརྒྱན་ལ་བསྟོད། །ནག་ཕྱོགས་བདུད་  
སྤེལ་ས་རྒྱལ་བའི། །ཕྲག་གཡམས་བ་དན་དཀར་པོ་དང་། །དཀར་ཕྱོགས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་ཕྱིར། །གཡོན་ན་  
ལོར་བུ་འཛིན་ལ་བསྟོད། །འཁོར་དུ་སྐྱེ་སྐྱོན་འབྱུང་ཕྲག་དང་། །ས་བདག་སྤེད་ཕྱང་བཅས་པ་ལ། །རང་སྣང་དག་  
པས་བསྟོད་ལགས་ན། །གང་བཅོལ་འཕྲིན་ལས་འབབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་གྱི་ཕལག་མཚན་  
དང་ནམ་པ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ །ཅི་ལུང་ཁའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ །སྤོ་བ་དང་བཅས་པ་སྟེ་ །ས་གནས་འདི་ཁར་འོང་སྟེ་ །གསོལ་  
མཚོད་ཚུ་ །རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྟེ་ །ཕུལ་སྟོལ་འདུག།

**མཐའ་དོན།**

ར་མིག་བཅན་འདི་ །བོད་ར་མིག་ནང་ལས་སྟེ་ །ས་གནས་འདི་ཁར་ །དར་བྱབ་བྱུང་བྱུང་མ་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན་རུང་  
ད་རེས་ནངས་པ་ །གཡུས་སྐོ་འདིའི་མི་སེར་ག་ར་གིས་ །གནས་བདག་ཅིག་སྟེ་ །ངོས་ལེན་འབད་དེ་ །གནས་  
སྐབས་ཀྱི་སྐྱབས་དང་གཙོ་བོ་སྟེ་ །བསྟེན་མ་ཡིན་མས། །དེ་འབད་ཕྱ་ལས་ །མ་འོངས་པ་མི་སེར་ཚུ་ །གནས་པོ་ལུ་

གསོལ་ལ་ཚུ་ཕུལ་ཕ་ད་བྱ་སྒྲུབས་མ་བདེཕ་ མི་འབྱུང་ཞིའི་དོན་ལུ་ མོ་བྲང་ ཡང་ན་ ལྷ་ཁང་ཅིག་ དགོས་ལེས་  
བདེན་ཨིན་མས།

**རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།**

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།  
ལྷ་ཁང་གི་གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

གཡུས་འདྲི་ལའི་སྐུམ་ཚོགས་ སྐུམ་འབྲུག་པ་རྣམ་རྒྱལ།  
ཕམ་རྒྱས་ཤོས་མ་ཚུ།

# དགའ་སྦྱིད་སྦྱིང་རྗེད་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༡)

## ༡ འབར་ལེགས།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྟུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      འབར་ལེགས།

གནས་ཁང་།                                      རོང་ཕྱེ།

གཡུས།                                         རོང་ཕྱེ།

བསྟེན་མི།                                      གསང་སྤྱོད་རྗེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་། སྲིབ་སྦྱང་གི་མི་སེར། དེ་ལས་དགའ་  
སྦྱིད་སྦྱིང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

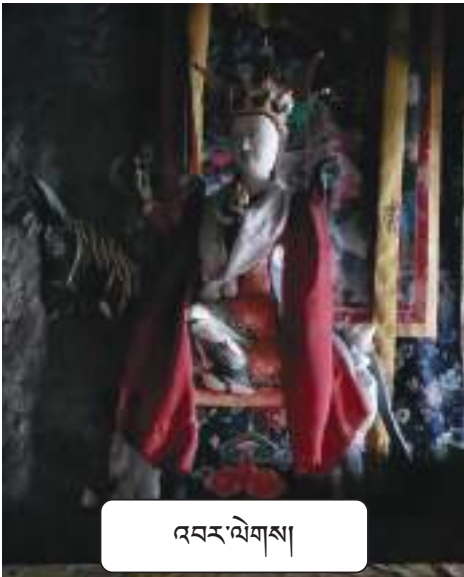
ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུས།



རོང་ཕྱེ་ལྷ་ཁང་།

ཉེ་མའི་དུས་ལུ་ཨོ་རྒྱན་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་འབྲུག་  
ཡུལ་འདི་ས་ཆ་རྟ་མིག་ཚམ་ཡང་ལྷག་ལུས་མེད་པར་  
ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གནང་པའི་  
དུས་ཚོད་ཁར་ས་གནས་དེ་ནང་ཡང་ཞབས་ཀྱིས་  
བཅགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གནང་བྱུག། དེའི་ལུལ་  
མར་རོང་ཕྱེ་མི་སེར་དམངས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་  
ལས་ ལྷ་ཁང་གོང་མ་དེ་ གསང་བཞེངས་འབད་དེ་

མི་སེར་དམངས་ཀྱི་ཚོས་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྒྲུ་ཚུ་འབད་ས་སྟེ་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་རུང་ལོག་ཤུལ་  
 མར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་ དཀོན་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་མི་སེར་གྱི་ལ་རྗེ་ལས་བརྟེན་མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་  
 ཨ་ཞེ་དོ་རྗེ་དབང་མོ་མཚོག་གིས་ས་གནས་འདི་ཁར་བྱོན་མ་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷ་ཁང་འོག་མ་དེ་བཞེངས་གནང་  
 བ་མ་ཚད་སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་དང་ལྷག་པར་གཡུས་ཚོགས་དེ་ནང་ཡོད་པའི་མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཐུགས་  
 བཞེད་བཞེས་ཏེ་རྒྱ་ལྷ་ཚང་ལས་སྒྲུ་གསར་བསྐྱོས་མཛད་དེ་ ད་རེས་སྒྲུ་ཤོ་བེངས་གཉིས་པ་ སྒྲུ་ཚོས་བཅུ་  
 རོ་རྗེ་དང་སྐུ་གཉེར་དེ་ལས་དགོ་ཐུག་ཞལ་གངས་ གཉིས་ཚམ་དགོན་སྟེ་དེ་ཁར་བཞུགས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྐུ་རིམ་  
 དང་སྐུ་མཚོད་འབྲམ་སྟེར་སོགས་གནང་དང་གནང་བཞིན་འདུག། སྐས་མཚོ་དེ་དགོན་སྟེའི་གནས་བདག་གཙོ་བོ་  
 ཨིན་རུང་གསང་སྐས་ཆེད་འོག་དང་བདེ་སྦྱིད་སྦྱིང་ཆེད་འོག་ཚུ་ནང་ཡང་གནས་བདག་བསྟེན་སྟོན་ཡོད་པ་ལས་ད་  
 ལྟོ་གནས་བདག་འབག་ལེགས་གཙོ་བོ་བཟུང་སྟེ་བཀོད་བཀོད་པ་ཨིན།



འབར་ལེགས།

**དམ་བཞག།**

རྒྱུ་རིག་འཛིན་སྒྲུ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། བཀའ་དང་དམ་ཚིག་ལྷུང་  
 ལེན་པའི། དབྱ་བོའི་དབྱུགས་ལེན་སྤངས་ནས་ཀྱང། བཙུན་  
 བའི་འགྲོ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛོད། ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ ལུབ་ཚོགས་དཔལ་གྱི་རི་བོ་ནས། །ལྷ་སྲིན་སྟེ་བརྒྱད་ཀུན་  
 ཀྱི་མགོན། །དག་ཤུལ་མཐུ་དང་སྟོབས་ལྡན་པའི། །སྦྱིས་བུ་  
 བཞིན་བཟང་མཛེས་ཤིང་སྐུ་གསུམ་སྐུ་མདོག་སྐུ་གནས་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །ཕྱག་གཡས་གནས་ལྷུགས་ཐོ་བ་  
 འཕྱར། །གཡོན་པ་སྟེག་མཛུབ་ཞགས་པ་འཛིན། །དབྱ་བོའི་སྟེད་ལ་འཆིང་བ་དང། །སྦྱིས་བུ་ཚྱོད་ལ་བདག་  
 བསྟོད་དོ། །རྟ་དམར་རླུང་མཚོགས་ལ་བཅིབས་ནས། །སྟོང་གསུམ་སྐད་ཅིག་ཚམ་ལ་བསྐྱོར། །རྣལ་འབྱོར་  
 ཡོངས་ཀྱི་དབྱ་ལྷ་སྟེ། །དགོ་བསྟེན་ཚྱོད་ལ་བསྟོད་པར་བཞི། །སྐྱོན་བཅུན་ཡིད་འོང་བཅས་པ་ལ། །མི་མཐུན་

གཞོན་པ་ཚར་གཅོད་པའི། །སྦྱིན་བདག་གཞོན་པ་ཕྱིར་བརློག་གི་ཕྱིར། །བཞིན་མཛེས་ཁྱོད་ལ་བདག་བསྟོན་  
དོ། །དེ་ལྟར་བསྟོན་པའི་བདག་ཅག་གི། །བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་སྐྱབ་པ་དང། །ཡིད་ལ་འདོད་པའི་རེ་བ་  
སྐོངས། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

སོལ་མཚོད་ཡང་ཉིན་ལྟར་བསྐྱང་རྒྱུ་དང་ རྒྱ་རིམ་བཞིན་གྱི་ཡར་འོ་དང་མར་དོ། རྒྱ་བ་དང་པའི་ནང་རྒྱལ་བའི་  
གསུང་རབ་འབྲུམ་ལྷག་ནི། རང་རྒྱ་བཞི་པར་ བཀའ་འགྲུར་གླིང་སྐོར། དེ་ལས་ ཏུས་ཆེན་ཚུ་ལས་ ཞབས་  
རྒྱ་སྐྱ་མཚོད་བཟུང་དོ་ཡོད་པ་ད་རང་རྒྱ་རྒྱལ་པ་ཆེས་བཞི་ལུ་རྒྱལ་པ་ཆེས་བཞི། དེ་མ་ཚད་ཏུས་ཆེན་གཞན་ཚུ་  
གཞུང་དབང་གི་དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཅོག་འཐད་པ་སྡེ་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

ལྷ་ཁང་འོག་མ་བཞེངས་པའི་སྐབས་དེའི་མ་དངུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་ག་ར་མི་དབང་རྒྱལ་ཡུམ་ཨ་ཞེ་དོ་རྗེ་དབང་མོ་  
མཚོག་གིས་གནང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་དང་བྲེ་བྲག་གཡུས་དེའི་མི་སེར་ཚུ་གི་མཐའ་དོན་ལུ་མ་བདུབ་  
བདུབ་སྟེ་བཞེངས་གནང་ལུག། དེ་ལས་དགོན་སྡེ་གོང་འོག་གཉིས་ནང་གསོལ་མཚོད་འབྲུམ་སྟེ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་  
རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་གཡུས་ཚན་དེའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ར་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

**མཐའ་དོན།**

རོང་ཕྱེ་ལྷ་ཁང་འདི་ཉེ་མ་ མི་སེར་དམངས་ཀྱིས་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་སྟོན་ཡོད་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་  
གཞུང་གྲ་ཚང་ལུ་ཕྱིས་སྐུལ་བའི་ལུ་ལུ་ གྲ་ཚང་ལས་སྐྱམ་གསར་བསྐོས་མཛད་དེ་ ད་རེས་འབདཱ་ད་ ལྷ་མ་  
ཤོ་བེངས་གཉིས་པ་ ལྷ་མ་ཚོས་བཅུ་དོ་རྗེ་ཟེར་ལུ་མི་དང་སྐྱ་གཉེར། དེ་ལས་དགོ་སྐྱུག་ཞལ་གངས་དག་པ་ཅིག་  
བཅུགས་ཏེ་ དགོན་སྡེ་འདི་ག་ནི་བ་ཉམས་དགའ་ཉོག་ཉོ་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་འདུག། ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་  
འབའ་ལེགས་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ལུ་ གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྐབས་ལུ་མི་ཡང་ གསང་སྤྱོད་འོག་གི་མི་སེར་  
དང་། སྲིབ་སྐྱོང་གི་མི་སེར། དེ་ལས་དགའ་སྦྱིད་གླིང་གི་མི་སེར་ཚུ་ཨིན་མས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོ། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་རྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས་མ།  
ལྷང་ཁང་གི་བྲམ་མཚོ་སྐྱེད་དོ་ཟེ།



# སྤྱི་སྡེ་འོག་གི་གཞི་བདག་། (༡༢)

## ༡ ཤིང་དཀར་བཙམ་།

གནད་དོན་བརྩམ་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཤིང་དཀར་བཙམ་།

གནས་ཁང་། ཡངས་ཐང་།

གཡུས། ཡངས་ཐང་།

བསྐྱེད་མི། ཡངས་ཐངས་ཀྱི་གཡུས་ཚན་ནང་སྡོད་མི་ བྱང་པ་རྩལ་རྩལ་དེ་ཅིག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་  
སྤྱི་སྡེ་སྤྱོད་བསྐྱེད་ཨོན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



རྒྱ་ལུ་ཡོད་པའི་ཡངས་ཐང་ལྷ་ཁང་འདི་ རྒྱ་ལོ་མི་གར་ ༡༠ དེ་ཅིག་གིས་  
ལར་སྐང་ཉོག་ཅིག་གུར་ ག་ནི་བ་གཟི་བཞིན་ཆེ་  
ཉོག་ཉོ་སྤེ་ཆགས་ཏེ་འདུག། དེ་ཡང་ རྒྱ་ལོ་  
ལ་ལས་ འདས་ཐང་ལ་ཐུག་ གི་ལོ་མི་གར་ ༥  
དེ་ཅིག་འགྲོ་བའི་ཤུལ་ལུ་ གཞུང་ལམ་ལས་  
གཡུས་ལ་ཐུག་ རྒྱང་བདུད་འབྲིང་རིམ་སློབ་གྲྭ་

བར་མའི་སྤྱི་སྡེ་འོག་གི་ལམ་བདེ་ལྟེ་འགྲོ་དགོས་ཨོན། དེ་ལས་ རྒྱང་བདུད་སློབ་གྲྭ་བཟུལ་ཏེ་ གི་ལོ་མི་གར་  
༡ དེ་ཅིག་འགྲོ་ལྟེ་ད་ རོང་ཚུ་རྒྱང་གུ་ཅིག་གུ་ལས་ ལྷགས་ཟམ་ཅིག་རྒྱུ་སྤེ་ཡོད་སར་སྡོད་པ་ཨོན་པས།

ལྷགས་ཟམ་རྒྱ་འདི་བཀལ་ཏེ་མ་འགྲོ་བར་ དེ་གི་གཡས་ཁ་ཐུག་ལས་བཏོན་ཏེ་ཡོད་མི་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་  
བདའ་སྟེ་ཁ་ཡར་ལྷ་ གྲུན་འཛེགས་ཏེ་དུམ་ག་ཅིག་འགྲོ་མ་ད་ ཡངས་ཐང་ལྷ་ཁང་ཡོད་སར་སྟོད་པ་ཨིན་པས།



ཤིང་དཀར་བཙན།

**དམ་བཞག།**

སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྗ་འབྲུང་གནས་དང་། རིག་འཛིན་གྲུབ་  
པའི་སྟགས་འཆང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །དམ་ལ་བཞག་པའི་  
བཀའ་ལས་མ་འདའ་བར། རྒྱོགས་དང་དཔུང་གཉེན་གདུང་  
སེམས་ཆེ་བར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ མཚོད་དོ་བསྟོད་དོ་སྲུང་མའི་ཚོགས། །བཙན་ཚོད་  
འབར་བ་མཐུ་རྩལ་ཅན། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྲུང་བའི་  
ཕྱིར། །མི་ཟད་འབར་བའི་ཆ་ལུགས་ཅན། །མདོག་དམར་  
བསེ་ཁབ་དམར་པོ་དང་། །བེར་དམར་དང་བཙས་སྐྱག་ལྷ་

ཚོན། །སྟག་རལ་གཡས་ལ་གཟིག་ལུབ་གཡོན། །མདའ་གཞུ་འཁོར་གསུམ་ལུས་ལ་བརྒྱན། །ལག་ན་མདུང་  
དམར་བ་དན་འཕྲུར། །ཆིབས་སུ་བཙན་ཏྲ་དམར་ལྷ་ཆིབས། །སངས་  
རྒྱས་བསྟན་པའི་བྱ་ར་མཛོད། །དམ་ཚོག་ཅན་ལ་བདག་བསྟོད་  
དོ། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།



མེ་ཏོག་ལྷ་དུམ་མ་ར།

ལྷ་ཁང་གི་དཀོན་གཉེར་ སྟོབ་ཆེ་རིང་དབང་ཕྱག་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་  
འདི་ནང་མཇལ་ནི་ཡོད་མའི་མེ་ཏོག་འདི་ མེ་ཏོག་ལྷ་དུམ་མ་ར་ཟེར་མི་  
འདི་ཨིན་ཟེར་གསུངས་ཨིན་པས།

མེ་ཏོག་འདི་གི་མཐའ་འཁོར་ལུ་ ཚོག་ཕུར་བརྟེན་ཡོད་པའི་ཁར་  
དེ་གི་ཕྱི་ལས་ རས་རྟོན་མ་ཅིག་གིས་སྲུང་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་ མེ་ཏོག་གི་

ཤིང་དང་འདབ་མ་ ཚོས་གཞི་ལ་སོགས་པ་ལེགས་ཤོམ་ཅིག་སྟེ་མངལ་མ་ཚུགས།

དགོན་གཉེར་གྱིས་གསུང་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ མ་གཞི་ མེ་རྟོག་འདི་རང་ལྟ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་  
ཤར་མ་ཨིན་རུང་ དུས་ཅིག་ཤར་ནིའི་དུས་ཚོད་འདི་ ལྷིས་སུ་ཅིག་འོང་ནི་བཟུམ་ཅིག་འདུག། མེ་རྟོག་འདི་གི་  
སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་གོ་མི་ འབྲུག་པའི་མི་ཚུ་གིས་ལཱ་ཁག་སྟེ་ མེ་རྟོག་མངལ་བར་འོང་ནི་ཡོད་ཟེར་གསུང་ནི་  
འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལྷ་རིམ་བཞིན་དུ་ ཡར་འོང་མར་འོའི་དུས་བཟང་ཚུ་གི་སྐབས་ དུས་རྒྱུན་དུ་ཚོགས་འཁོར་བསྐོར་ནི་དང་  
དུས་ཚེན་འབྲུམ་སྟེ་ཚུ་བཟུང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རང་ལྟ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༥ དུས་ཚེན་ལྷ་འཛོམས་ལུ་ རྣམ་  
རྒྱལ་སྟོང་མཚོད་དང་། དུག་པ་ཚེས་བཞི། ལྷམ་ ༩ པའི་ནང་ རྒྱལ་བ་ལྷ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཚེན་ལ་སོགས་  
པ་ཚད་ལུས་མེད་པར་ བཟུང་སྟོལ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

རྒྱ་ཡངས་ཐང་ལྷ་ཁང་འདི་ ཉེ་མར་ ཡངས་ཐང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་སྟོད་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་  
མི་སེར་ཚུ་གིས་རྒྱུན་སྟོང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འཐབ་མ་ཚུགས་པར་ ཉམས་ཆག་ཤོར་ནི་གུར་སྟོད་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་  
ཡངས་ཐང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་ འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ དཔལ་འཛིགས་མེད་  
སེད་དབང་ལྷུག་མཚོག་ལུ་སྤུལ་ནི་འདི་གིས་ ད་ལེས་ནངས་པ་ ལྷ་ཁང་འདི་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྟེ་ཉམས་བཅོས་ལུ་  
སྟེ་ ཉེན་དང་བརྟེན་པ་ག་ཅི་གི་ཐད་ལས་འབད་རུང་ མངལ་མ་ཚུ་གིས་དད་པ་དང་མོས་གུས་བསྐྱེད་ཚུགས་  
པའི་ལྷ་ཁང་ གཟི་བརྗིད་ཆེ་རྟོག་རྟོ་ཅིག་སྟེ་མངལ་ནི་འདུག། ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ དགོས་ལཱ་ལྟེ་ལྷ་ལྟེ་ ༥༠ དེ་  
ཅིག་གི་རྩིས་བཞུགས་ཉེ་ཡོད་པ་ལས་ དགོན་པའི་འབྲུམ་སྟེ་བཟུང་ནི་དང་ མི་སྟེ་ནང་ག་ཤིན་གསོན་གྱི་དགོ་ཚུ་  
རྒྱུབ་ནི་གཉིས་ཆ་ར་ལུ་ བན་ཐོགས་སྟོམ་འབད་ར་བྱུང་སྟེ་འདུག།

## མཐའ་དོན།

རྒྱ་གི་རྫོང་ཁག་ནང་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བཙན་འདི་ ལྷུང་བདུད་ཨིནམ་ལས་ ཟེད་འོག་དང་གཡུས་  
ཚན་ ག་ཏེ་གི་མི་སེར་ཨིན་རུང་ གནས་བདག་ལྷུང་བདུད་འདི་ བསྐྱེན་དོ་ཡོདཔ་ཨིནམ་ལས་ ཡངས་ཐང་ལྷ་  
ཁང་ནང་ལུ་ཡང་ གནས་བདག་རོ་མ་ ཤིང་དཀར་བཙན་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷུང་བདུད་ཀྱི་ཀ་ཁབ་འདི་ཡང་ ག་  
ནི་བ་གཟི་བཟིན་ཆེ་ཏོག་ཏོ་སླེ་མཇལ་ནི་འདུག།

## རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེ། (༢༠༠༥) ལྷོ་ཡི་ཚོས་འབྱུང་ལྗོངས་རྩ་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།  
ཅ་རྩིང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིདཔ་དང་མི་སེར།  
ལྷུང་ཁང་གི་ལྷམ་དང་དཀོན་གཉེར།

## ༡ སེར་ནག་སྐང་བཙན།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སེར་ནག་སྐང་བཙན།

གནས་ཁང་།

རྒྱ་མཐུང་དགོན་པ།

གཡུས།

རྒྱ་མཐུང་དགོན་པ།

བསྟེན་མི།

རྒྱ་ཡུང་མ་བརྒྱུད་བཞིའི་མི་སེར་དང་། སྤྲོ་ལོ་མི་སེར་དག་པ་ཅིག་གིས་ཡང་  
བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་མས།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ཉེད་ཡུང་དགོན་ཆེ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རྒྱ་མཐུང་  
དགོན་པ་ནི། རྒྱལ་བ་མཛོད་ཚང་པའི་སློབ་མའི་  
གཙོ་བོ་རྟོགས་པ་རང་དང་མཉམ་པ་ཡང་དགོན་  
པའི་སྤྱལ་སྐྱེ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་གིས་  
རབ་བྱུང་དགུ་པའི་ནང་རྩི་རྩེ་ཕུར་པའི་རྒྱ་མཐུང་  
དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས་སུ་རྒྱ་མཐུང་བཀྲ་ཤིས་  
སྤངས་ལྷ་ཁང་ཕྱག་བཏབ་གནང་། ལྷོད་འབྲུག་

གནམ་གྱི་སྐར་མར་གྲགས་པའི་ཤངས་པ་འབའ་ར་བའི་ཚོས་ལུགས་བརྩུགས། སྤུལ་ཐོབ་ཚོས་དབང་བཀྲ་ཤིས་  
དར་རྒྱས་སོགས་ཀྱིས་གདན་ས་དར་རྒྱས་མཛད། ལྷ་ཁང་ཐོག་གསུམ་ཡོད་པའི་བར་མ་ལ་ནང་རྟོན་གཙོ་བོ་རྩོ་བོ་  
བྱམས་པ་མགོན་པོ་ཐོག་ཚད་མ་ གཡམ་སུ་བྱམས་པ་མགོན་པོ་དང་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཞལ་གཅིག་

ཕྱག་བཞི་པ་མི་ཚད་མ་ དེའི་གཡམས་སུ་ཚེ་རིང་མའི་རྟེན་སྐྱམ་རྗེ་རྗེ་པག་མོ་མི་ཚད་མ་གཅིག། འཕགས་མཚོག་  
བཅུ་གཅིག་ཞལ་ཕྱག་སྟོང་སྐྱེན་སྟོང་མི་ཚད་ལྷག་པ་གཅིག། གཡམས་ཀྱི་གོང་དུ་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་མར་མེ་  
མཛད་མི་ཚད་མ་དང་ རྗེ་བརྩམ་མི་ལ་དང་བདེ་མཚོག་ གཡོན་དུ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་པ་  
དང་ ཨོ་རྒྱལ་མ་རྒྱ་ཁུ་ཕྱུ་འབྱུང་གནས་མི་ཚད་མ། གཡོན་གྱི་གོང་དུ་ད་ལྟའི་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པ་མི་ཚད་  
མ་དང་ གདན་ས་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛད་མི་སྐྱེ་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཚོས་དབང་བཀའ་ཤིས་མཚོག་གི་སྐྱེ་འདྲ་ལྷུ་ཚད་ལས་ལྷག་པ་  
གཅིག་དང་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལྷུང་ཚེན་མོ་གསུང་རྟེན་དང་བཅས་བཞུགས་ཡོད། ཐོག་གོང་མར་རྗེ་ཤེས་རབ་  
རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱེ་འདྲ་མི་ཚད་མ། གཡམས་སུ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷུ་ཚད་མ། གཡོན་དུ་སྐྱོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་ལོར་  
བྱ་ལྷུ་ཚད་མ་དང་ མགོན་ལང་ཚེན་མོ་དང་བཅས་བཞུགས་ཡོད།

**དམ་བཞག།**

སྟོན་ཚེ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བསྐྱེད་པ། །ཕན་གཤོད་འབྲས་བུ་མི་བསྐྱེད་པ། །གཤོད་སྤང་ཕན་པ་སྐྱེད་ཅེས་  
གསུངས། །ཁྱོད་ཀྱང་འགལ་ན་ན་ར་ཀལ། །ཟེར་གསུངས་ལུགས།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།**

པར་རྩ་གའི་ལྷན་ལྷར་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེ། །ཉིན་བྱེད་འབྲམ་གྱི་གཟིགས་ལྡན་དཔལ་བའི་ཆས། །མཐོང་བས་ནག་པོའི་  
ཕྱོགས་ནམས་མཐར་བྱེད་པའི། །མཐུ་ལྡན་རྟེགས་པའི་སྡེ་དཔོན་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །སྟོག་གི་ཤུགས་འཆང་རྟ་དམར་  
སྟེང་ན་འབྱིང་། །ཕྱག་གཡམས་རུ་མཚོན་དག་དང་བགེགས་ལ་འཕྱར། །གཡོན་པར་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ལོར་  
བྱ་འཛིན། །འགྲོ་བའི་ཕོངས་པ་སེལ་མཛད་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །དེ་ལྟར་བསྟོད་པའི་ཕྱོགས་འདིར་བགྱིས་  
ཤིང། །བདག་ཅག་ཅི་བསམ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པ་དང་། །ཟེར་གསུངས་ལུགས།

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྷར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཚོས་བཅུ། གསོལ་ལ། ལོ་དུས་ཀྱི་དུས་ཚེན་ལྷད་པར་  
ཅན་ཚུ་དང་ སྐྱེ་མཚོད་འབྲམ་སྡེ་ཚུ་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རང་ལྷ་དང་པའི་ནང་ལུ་ མ་ཉི་  
ཉིན་གངས་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ། རང་ལྷ་གཉིས་པའི་ནང་ རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་ཚར་ཉིན་མ་གཅིག་དང་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་

འགྱུར་ཉིན་གྲངས་བརྒྱ་ཐམ་གྱི་རིང་། རང་ལྷན་གསུམ་པའི་ནང་ཞབས་དུང་སྐྱེ་མཚན། རང་ལྷན་བཞི་པའི་ནང་  
གནས་བརྟན་བརྒྱ་དུག་དང་ལྷ་མོ། རང་ལྷན་ལྷ་པའི་ནང་སྤེལ་ལྷ་ཚོས་བརྟུ། རང་ལྷན་དུག་པའི་ནང་གནས་  
བརྟན་བརྒྱ་དུག་དང་ལྷ་མོ། རང་ལྷན་བརྟན་པའི་ནང་གཟུང་ཚོགས། རང་ལྷན་དགུ་པའི་ནང་གདན་འཛིན་སྐྱེ་མའི་  
སྐྱེ་མཚན་དང་ལྷ་བབ་དུས་ཚེ། རང་ལྷན་བརྒྱ་པའི་ནང་གཏོར་བཞོགས། རང་ལྷན་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ནང་མདོས་  
ཚོགས་ཉིན་མ་གཅིག་དང་མགོན་པོ་ཉིན་མ་གཅིག་སྐྱེ་རས་གཟིགས་ཚོས་མཚོག་བཅས་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་  
གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྒྱ་རྒྱ་མདུད་དགོན་པ་འདི་རྒྱ་རྫོང་ཁག་གི་དགོན་སྡེ་རྒྱ་གི་ནང་ལས་དགོན་སྡེ་རྫིང་མ་ཅིག་དང་བྱིན་བརྒྱབས་  
ཅན་ཅིག་འབདམ་ལས་གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ཡང་ཉམས་གསོའི་དོན་ལུ་མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་དགོན་  
སྡེ་འདིའི་སྐྱེ་མའི་དང་སྲོལ་ཐུག་རྒྱ་ལུ་ཡང་དདུལ་ཕོག་དང་སྲོལ་ཕོགས་རྒྱ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་  
མ་ཚད་མི་སྡེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ཡང་རང་སོའི་དད་མོས་དང་བསྐྱེད་སྐྱེ་མཚན་འབུམ་སྡེ་བཟུང་ནིའི་དོན་ལུ་ཡོ་  
བྱད་མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ཡག་མཚན་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཚད་དགོན་སྡེ་འདིའི་གནས་བདག་ལུ་གསོལ་  
མཚན་རྒྱ་ཡང་རང་གི་སྐྱབས་བདེ་སྐྱེད་དང་བསྐྱེད་སྐྱེལ་དང་སྐྱེལ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

སེར་ནག་སྐང་བཙན་འདི་རྒྱ་མདུད་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་སྡེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་རྒྱ་  
ལུང་མ་བརྒྱད་བཞིའི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་སྤྱོད་ལས་ཡང་མི་སེར་དག་པ་ཅིག་གིས་བསྐྱེད་སྲོལ་  
ཡོད་པ་སྡེ་ཡིན་པས། གནས་བདག་འདི་མཐུ་སྡོལ་དང་རུས་པ་ཅན་ཅིག་འབདམ་ལས་མི་སེར་རྒྱ་ལུ་ཚེ་  
འདིའི་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་བསམ་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ཕྱག་དང་མཚན་པ་སྐྱེལ་མི་ལེ་གཅིག་ར་  
འཐོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

## རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

རྗེ་དཔལ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༥) ལྷོ་ཡི་ཚོས་འབྲུང་སློབ་གསུམ་ན་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ། ལྷ་ཁང་།

## འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།

ལྷང་ཁང་གི་སྐམ་ཕུར་པ་ཚོ་རིང་།



### ༣ རྫོག་གཡག་བཅའ་།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྫོག་གཡག་བཅའ་།

གནས་ཁང་།

རྒྱ་སྟོང་གད་ཚུ་ལ།

གཡུས།

གད་ཚུ་ལ།

བསྟེན་མི།

གཅེན་པ། གཅུང་པ། གད་ཚུ་ལ། གཅེན་གཅུང་བྱང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་  
གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



གད་ཚུ་ལྷ་ཁང་།

གད་ཚུ་ལྷ་ཁང་འདི་ རྒྱ་ཁྲོམ་ལས་རྒྱ་སྟོང་ལ་  
ཐུག་ལུ་ སྐུམ་འཁོར་ནང་འགྲོམ་ད་ ཉ་ལམ་  
ཀེ་ལོ་མི་ཏར་ ༡༤ དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཆགས་  
ཉེ་ཡོད། དེ་ནང་ལས་རྒྱ་སྟོང་སྟེ་ རུས་ཡུན་  
རུས་ག་ཅིག་འགྲོམ་ད་ གད་ཚུ་ལྷ་ཁང་ལུ་  
སྟོང་པ་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་འཕྲིན་ལས་ཟེར་ཞུ་

མི་གིས་བཞེངས་གནང་གནང་མ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། ལྷ་ཁང་དེའི་རྒྱབ་ཁར་ཞབས་རྒྱུང་འཇིགས་  
མེད་ནོར་བུའི་བཞུགས་ཁྲི་ཡིན་ཟེར་ དེའི་ཁྲི་ཅིག་ཡང་མཇལ་ནི་ཡོད། ལྷ་ཁང་འདི་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རུབ་སྟོ་  
སྲུང་མི་ རྒྱ་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་རུས་མཐུ་དང་ལྷན་མི་ རྒྱུང་བུད་ཀྱི་གནས་ཁང་ཡིན་པས། དེ་འབད་

ནི་འདི་གིས་ གཡལ་ཟམ་ཡར་བཅད་ བཀའ་རྩ་ལས་གསོ་མ་ཚོག་པའི་ཁར་ བཀའ་ཤ་ཟུང་མེ་ནང་འཚོག་ངི་  
 དང་གཞོན་ངི་ཚུ་ རྩ་ལས་གཏང་མི་ཚོག་ཟེར་ཨིན་པས། ལྷ་ཁང་འདི་གི་གཡལ་ཁ་ཕྱག་གི་ཚུ་འདི་ ལྷུང་བདུད་  
 གྱི་གསོལ་ཚུ་ཨིན་ཟེར་སྐབ་སྐོལ་འདུག།



ཇོ་གཡལ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་།

གད་ཚུ་ལྷ་ཁང་གི་ཐད་སྐང་སྟེ་ཁ་ཡར་ལྷ་ དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ ༣  
 དེ་ཅིག་འགྲོམ་ད་ བྱག་གི་ལོགས་ལུ་ ཇོ་གཡལ་བཙན་གྱི་  
 གནས་ཁང་ཟེར་ བྱག་ཕྱག་ཅིག་ཡོད་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།  
 མ་གཞི་ གད་ཚུ་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷུང་བདུད་གྱི་གནས་ཁང་ཅིག་  
 ཨིན་ཏེ་འབད་རུང་ ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་འདི་ཡོངས་གཤམ་ལུ་  
 ལྷུང་བདུད་གྱི་གནས་ཁང་འབད་བཙུན་མི་འདི་གིས་ གད་ཚུ་ལྷ་  
 ཁང་འདི་ ཇོ་གཡལ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་སྟེ་བཙུན་ཨིན་པས།

**དམ་བཞག།**

འདིར་བྱོན་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་བཀའ། །དམ་ལ་བཞག་པའི་མི་མ་ཡིན། །ཁྱེད་རྣམས་ཇི་ལྟར་ཁས་སྐྱངས་  
 པའི། །དམ་བཅའ་དགོངས་ལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**



ཇོ་གཡལ་

ཀྱི་ བསྐྱལ་པའི་མེ་ལྟར་འབར་བའི་བཙན། །གངས་ཀྱི་རི་ལྟར་དཀར་བའི་  
 བདུད། །ཨི་རྩུ་རྒྱུ་ལྟར་སྐོ་བའི་སྐྱ། །འཁོར་དང་བཅས་ལ་བདག་བསྟོད་  
 རོ། །དེ་ལྟར་འདོད་པའི་དོན་གསོལ་བ། །མི་མཐུན་འཚོ་བ་ཀུན་ཞི་  
 བས། །མཐུན་སྦྱོར་ཡར་དོའི་སྐྱ་བཞིན་རྒྱས། །ཅི་བསམ་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་  
 ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

## གསོལ་མཚན།

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་། ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོ། དུས་ཚེན་འབྲུམ་སྡེ་ཚུ་ དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཚོག་  
 འབྲེལ་སྡེ་གཞན་སློལ་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་ལྷ་བདུན་པའི་ནང་ ལྷ་བདུན་གྱི་རྟེན་མདོས་དང་ གནས་པའི་  
 གསོལ་ལ། རང་ལྷ་བཅུ་པའི་ཉེར་དགུ་ལུ་ གཏོར་རྒྱུ་དང་ རིམ་གྲོའི་རྒྱལ་དུ་མི་ཁ་དང་སྤྱད་ཚུ་གཏང་སློལ་  
 ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལྷ་ཁང་འདི་ སློན་མར་མི་སེར་གྱི་ལྷ་ཁང་འབད་སློད་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་  
 ལྷ་ཁང་འདི་གྲ་ཚང་ལུ་སྤུལ་ཕུ་ལས་ གྲ་ཚང་ལས་ ལྷ་མ་ཅིག་གསར་བསྐྱོས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལྷ་ཁང་འདི་  
 བར་ དུས་རྒྱུན་བརྩུང་དགོ་པའི་སྐྱུ་མཚན་འབྲུམ་སྡེ་ཚུ་ཡང་ གཞུང་དང་མི་སེར་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བརྟེན་ རྒྱུན་  
 ཚད་མེད་པར་བརྩུང་དང་བརྩུང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

## མཐའ་དོན།

རྒྱ་རྒྱུ་ལག་ སྤྱིས་རྟེན་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་གད་རྒྱ་ལ་ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་ རྩ་གཡལ་ཟེར་ལུ་མིའི་གནས་ཁང་  
 འདི་ རི་ཡི་སྐྱེད་པར་ བྱམ་ཅིག་གི་ནང་ལུ་ཡོད་པ་སྡེ་ཨིན་པས། མ་གཞི་ གད་རྒྱ་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་བདུན་གྱི་  
 གནས་ཁང་ཅིག་ཨིན་ཏེ་འབད་རུང་ ལྷ་བདུན་གྱི་གནས་ཁང་ངོ་མ་འདི་ ཡོངས་གྲགས་ལུ་ལྷ་ཁང་དཀར་པོ་  
 འབད་བཅི་ནི་འདི་གིས་ གད་རྒྱ་ལྷ་ཁང་འདི་ རྩ་གཡལ་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་སྡེ་བཅིལ་ཨིན་པས། གནས་  
 བདག་རྩ་གཡལ་བཙན་བསྟེན་མི་འདི་ རྒྱ་གི་གཡུས་ཚན་ གཅེན་པ་དང་། གཞུང་པ། གད་རྒྱ་ལ། གསུམ་གྱི་  
 གཡུས་ཚན་ལུ་ གཅེན་གཞུང་བྱང་གསུམ་ཟེར་ ལྷ་བསློལ་ཡོད་པའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

## འདི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་པམ་རྒན་ཤོས་མ།

ལྷ་མ་སངས་རྒྱལ་དང་སྐོབ་ཚེ་རྟོ་རྩེ།

༤ བཏུ་ཤིས་དར་རྒྱས།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      བཏུ་ཤིས་དར་རྒྱས།

གནས་ཁང།                                        ཏུ་ལུང་ལོ་ལོ།

གཡུས།    ཏུ་ལུང།

བསྟེན་མི།                                        ཏུ་ལུང་ལོ་ལང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དགོས་ཨིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ལོ་ལོ་ལྷ་ཁང།

རྒྱ་རྒྱུ་ལག་སྤྱོད་ཆེད་འོག་ཏུ་ལུང་གཡུས་ཚན་ནང་ཡོད་  
པའི་ལོ་ལོ་ལྷ་ཁང་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་མཚན་  
གི་སྟེན་པ་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཏེ་ཡོད་པའི་མཚན་པ་  
གྲུབ་ཐོབ་དཔལ་འབྱོར་ཟེར་ལྷ་མི་དེ་གིས་ལོ་ལོ་གཡུས་  
ཚན་གྱི་དོན་ལུ་སྤྲུགས་བཞེད་སློ་མེད་བཞེས་ཏེ་བཞེངས་  
གནང་གནང་ཨིན་མས། མཚན་པ་ཁོ་ར་རྒྱུང་དུས་  
ནས་སྤྱ་རོ་རིན་སྤྲངས་གྲ་ཚང་ནང་འཇུག་ལྷགས་མཛད་  
དེ་གྲ་ཚང་གི་ཕྱག་འགན་བཞེས་ཡོད་པ་མ་ཚད་ལྷལ་

ལས་སྐྱབས་རྗེ་ལྷི་བྱུར་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་མཁུན་ལས་དཔལ་འབྲུག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་གདམས་ངག་ཡོངས་རྫོགས་གསལ་  
པ་མ་ཚད་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་རི་ཁྲོད་འགྲིམས་ཏེ་བཞུགས་མི་མཚན་པ་ཅིག་ཨིན་མས། ལྷིས་སུ་གྲ་ཚང་

གི་བཀའ་དགོངས་བཞིན་རྒྱལ་སྐུ་སྐྱེས་བསྐྱེད་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཀྱི་ཡང་སྲིད་འཛིན་མེད་བསྐྱེད་འཛིན་དབང་པོ་གི་  
ཡོངས་འཛིན་ཡང་མཛད་དེ་རྟ་མགོ་དགོན་པར་བཞུགས་པའི་ལྷལ་ལོག་སྟེ་ར་རི་ཁྲོད་ལུ་བཞུགས་ཅུག།

**དམ་བཞག།**

ཀྱི་སྟོན་ཚེ་སྟོབ་དཔོན་པར་དང་། །མཐུ་ཚེན་བདུད་འཛེམས་རྩོམ་ཡིས། །སྤྲོངས་འདིའི་ལྷ་འདྲེར་བཀའ་བསྐྱོས་  
པའི། །ཐ་ཚིག་འདི་ལས་མ་འདའ་ཞིག། །ཟེར་གསུངས་ཅུག།



བཀྲ་ཤིས་དར་རྒྱས།

**རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ཤུག་ཞན་དོན་སྲིད་པར་གནས་ཀྱང་ནི། །ཉེས་པའི་ར་རི་མི་  
མངའ་བར། །རབ་མཛེས་སྐྱབ་པ་འབྲུམ་ཕྱག་གི། །དཔལ་ལས་  
འགོངས་པ་ཁྲོད་ལ་བསྟོད། །རང་གནས་ཡུལ་འཁོར་སྐྱོང་ཅ་  
ན། །ཕྱག་གཡས་ལྷ་ཡི་བ་དན་དང་། །གཡོན་པ་ལོར་བུ་  
ལེགས་བཟུང་ནས། །དབུལ་ཕོངས་གདུང་བ་སེལ་ལ་  
བསྟོད། །དབྱ་དཔུང་གཞོམ་ལ་ཆས་ཅ་ན། །རྟ་དཀར་རྒྱུང་  
གཞོག་ཚིབས་སུ་བཅིབས། །འཁོར་དུ་ར་ཅ་བདུད་པོ་  
དང་། །ལྷ་སྲིན་དྲེགས་པས་བསྐྱོར་ལ་བསྟོད། །གཞན་ཡང་  
དགའ་བདེ་གསང་བའི་ཡུམ། །བཞིན་མཛེས་ཡིད་འོང་སྐྱེན་

མོ་ནི། །ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་བུམ་པ་འཛིན། །ཚོ་གཡང་འགྲུགས་མཛད་མ་ལ་བསྟོད། །དེ་ལྟར་བསྟོད་པས་  
ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར། །མི་མཐུན་གཞོན་འཚོ་ཞི་བ་དང་། །མཐུན་རྐྱེན་སྲིད་ཞིའི་ལེགས་ཚོགས་ཀྱིས། །བསམ་པའི་  
རེ་བ་གང་བར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཅུག།

**གསོལ་མཚོད།**

དུས་ཀྱི་གསོལ་མཚོད་དང་དམིགས་བསལ་དུས་ཚེན་རྒྱ་གི་སྐབས་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་ཕུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་རྒྱ་དང་  
སྤྲ་རོའི་ལོ་འབག་རན་མ་དག་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་ཕུལ་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

མི་སྡེ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་བེད་རུང་དགོན་སྡེ་དེའི་གནས་བདག་ལུ་གསོལ་མཚོད་ཕུལ་བ་འོང་མི་ཚུ་གིས་ཕུད་ཁ་རེ་  
ཕུལ་མ་གཏོགས་གཞན་རྒྱབ་སྐྱོར་བེད་མ་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ཁར་གཞུང་ལས་ཡང་རྒྱབ་སྐྱོར་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་  
ནི་ཨིན།

**མཐའ་དོན།**

དུ་རྗེད་ཁག་སྤྱིས་མེད་འོག་རྟ་ལུང་གཡུས་ཚན་ནང་ཡོད་པའི་ལོ་ལོ་ལྷ་ཁང་འདི་མཚམས་པ་དཔལ་འབྱོར་བེད་ལུ་  
མི་གིས་ལོ་ལོ་གཡུས་ཚན་ནང་ཚོས་སྤྱོད་གས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྐྱ་ཚུ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ནིའི་དོན་ལུ་བྱུགས་  
བཞེད་གནང་སྟེ་བཞེད་ས་ཡོད་པ་ཨིན་པས། ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་བཟུ་གིས་དར་རྒྱས་འདི་རྟ་ལུང་  
གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་དང་ལོ་ལང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༤) ལྟོ་ཡི་ཚོས་འབྲུང་སློབ་གསུང་རྒྱ་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་  
ཁང་།

ཅ་རྗེད་འཛིན་སྐྱོར་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་བྱིད་པ་དང་མི་སེར།  
སློབ་ཚོ་དོར་དང་སྐྱམ་སངས་རྒྱས།

## ༥ བྲག་གདངས་བཙན།

### གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      བྲག་གདངས་བཙན།

གནས་ཁང་།                                      བྲག་གདངས་རྩེ།

གཡུས།                                         ཉ་ལུང་།

བསྟེན་མི།                                      ཉ་ལུང་གི་མི་སེར་དང་རྒྱ་སྟོད། ཡངས་ཐང་བཙས་སྦྱིས་སྟོད་ཚོགས་གསུམ་  
དང་སྤོ་རོ་ལས་རྣལ་འབྱོར། རྒྱ་གར་ཐང་། རྒྱ་ལ། བཙན་ཉོ་གི་མི་སེར་ལ་  
ལོ་ཅིག་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

#### གནས་ཁང་།



བྲག་གདངས་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་།

བྲག་གདངས་བཙན་གྱི་བུ་གསུམ་གནས་ལྷ་ཁང་ཟེར་  
ལོགས་སུ་མེད་དེ་འབད་རུང་གནས་བདག་དེའི་བུ་གསུམ་  
གནས་བྲག་སྟོམ་ཅིག་གི་རྩ་བར་ཡིན་མས། བྲག་དེའི་རྩ་  
བར་གནས་པོའི་གསོལ་མཚོད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་རྒྱ་མིག་ཅིག་ཡང་  
འདུག། ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གཡུས་མི་རྒྱ་གིས་གནས་དེ་ཁར་

འཛོམས་ཉེ་གནས་པོ་ལུ་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་ཡང་སུལ་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

#### དམ་བཞག།

སྟོན་ཚེ་རྒྱལ་སྐྱེས་པ་རྣམས་འབྲུང་གནས་དང་། །ད་ལྟའི་རིག་འཛིན་གླ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བཀའ་དང་བསྟན་པ་  
ཡུན་དུ་བསྐྱུང་བའི་སྦྱིར། །གང་བཙོལ་རེ་འབྲས་མ་གཡེལ་བཙན་གྲོད་ཆེ། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**



བྲག་གདངས་བཙན་གྱི་གསོལ་མུ།

གྱི་ ལེགས་བྱས་མཐུ་ལས་གྲུབ་པ་ཡི། །རབ་མཛེས་ཉིན་  
 མོར་བྱེད་པའི་གཟུགས། །དབང་གཞུང་མདངས་འཛིན་  
 དཔའ་བོའི་ཆས། །དཀར་ཕྱོགས་དག་བཅུ་སྐྱོང་ལ་  
 བསྟོད། །ཕྱག་གཡས་བསམ་འཕེལ་ལོར་བྱ་བསྐྱམས། །སྐྱེ་  
 འགོ་དབྱལ་བའི་གདུང་བ་སེལ། །གཡོན་པ་ལྟ་ཡི་བ་དན་  
 འཕྱར། །ནག་ཕྱོགས་དག་བགེགས་སྐྱོལ་ལ་བསྟོད། །རྩེ་

འཕྱུལ་རྟ་དམར་སྟེང་ན་འགྱུངས། །སྐད་ཅིག་ཡུན་ཙམ་སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར། །གསོལ་མཚོད་ལས་ཀྱིས་གཉེར་  
 གཏད་པའི། །འབངས་འཁོར་མེལ་ཚོ་མཛད་ལ་བསྟོད། །ཡིད་འོང་ལོར་བྱའི་རྒྱུ་ཆ་ཅན། །མཚོ་སྐྱོན་ལྟ་ཡི་ན་  
 རྒྱུ་ལྟོད། །ཕྱག་གཉིས་མདའ་དར་འབྲང་རྒྱས་བཟུང། །ཅི་འདོད་རེ་སྐྱོང་མ་ལ་བསྟོད། །གཞན་ཡང་ལྟ་སྐྱོན་སྟེ་  
 བརྒྱུད་རིགས། །མིང་དུ་མ་འཚལ་ཐམས་ཅད་ལ། །བསྟོད་དོ་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ཀྱིས། །བསམ་དོན་  
 འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལྷག།

**གསོལ་མཚོད།**

ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་བྲག་གདངས་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་ནང་ལུ་རྟ་ལུང་གི་གཡུས་མི་རྩེ་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་རི་  
 ལོར་གྱི་རིམ་གོ་སྟེ་དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོའི་གསོལ་ཁ་དང་གནས་པོའི་གསོལ་ཁ་བརྒྱ་ཚར་གནང་ནི་འདུག། དེའི་  
 སྐབས་གཡུས་མི་རྩེ་གིས་སྤུད་ཁ་སྟེ་མར་དང་རྒྱམ་ཤ་རྩེ་འབག་སྟེ་གསོལ་མཚོད་རྒྱས་ཞིང་རྒྱས་པ་སྟེ་སྤུལ་སྟོལ་  
 ཡོད་པ་ཡིན་མས།

གནས་ཁང་དང་ལྟ་ཁང་ཟེར་ཕྱ་ལོགས་སུ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་ལུ་དགོཔ་མ་ཐོན་མས།མི་  
 སྟེ་གི་ཁ་སྐྱག་ལས་འབད་རུང་སྤུད་ཁ་རེ་སྤུལ་ཕྱ་མ་གཏོགས་གཞན་འབད་དགོཔ་ཆེན་མོ་ཅིག་ར་མེད་པ་ཡིན་མས།



## མཐའ་དོན།

སྦྱིས་མེད་འོག་ ཏྲ་ལུང་གཡུས་ཚན་གྱི་གནས་བདག་ བྲག་གདངས་བཙན་ཟེར་ལུ་མིའི་བཞུགས་གནས་འདི་ལྟ་  
ཁང་ཟེར་ལོགས་སུ་མེད་པར་ བྲག་སྐོམ་ཅིག་གི་ཙྰ་བར་ཡིན་མས། བྲག་འདི་གི་ཙྰ་བར་གནས་པོ་ལུ་གསོལ་མཚོད་  
སྤུལ་བའི་རྒྱལ་དུ་རྒྱ་མིག་ཅིག་ཡང་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་པས། གནས་བདག་འདི་ལས་ གནས་སྐབས་གྱི་སྐབས་  
འཚོལ་མི་ཡང་ ཏྲ་ལུང་གི་མི་སེར་དང་རྒྱ་སྟོད། ཡངས་ཐང་བཙས། སྦྱིས་སྟོད་ཚོགས་གསུམ་གྱི་མི་སེར་དང་།  
སྤྲོ་རོ་ལས་ཡང་རྣལ་འབྱོག་པ། རྒྱ་གར་ཐང་། རྒྱ་ཁ། བཙན་ཏྲོ་གི་མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ གནས་བདག་བྲག་  
གདངས་བཙན་འདི་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

## རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་པམ་རྒན་ཤོས་མ།

སྟོབ་ཚེ་དོར།

## ༤ རྫོག་ཡལ་ག་བཙམ་།

གནད་དོན་བཟུང་བསྐྱུལ།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྫོག་ཡལ་ག་བཙམ།

གནས་ཁང་།

གཟུང་པ།

གཡུས།

རྫོག་སྟོང།

བསྐྱེན་མི།

རྫོག་སྐྱིལ་ཆེད་འོག་དང་སྤྱོད་ལའང་གོང་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་  
ར་བསྐྱེན་དགོས་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།



རྫོག་ཡལ་ག་བཙམ་གྱི་གནས་ཁང་།

རྫོག་ཡལ་ག་བཙམ་གྱི་གནས་ཁང་བེར་ས་གནས་རྫོག་སྟོང་གི་  
རི་མགོ་ལུ་རི་གཡལ་དང་སྤྱང་འཐབ་པའི་བཟོ་རྒྱུ་ཅིག་  
ཡོད་པ་ཡིན། གནས་བདག་བསྐྱེན་དགོ་མི་ཚུ་གིས་  
གསོལ་མཚན་སྤུལ་ས་དེ་གནས་གྱི་རི་བོའི་རྩ་བར་ས་  
གནས་དུང་དཀར་ཚུ་མིག་བེར་སར་སྤང་སྐྱོམ་སྐྱོལ་ཡོད་མི་  
དེ་ཁང་འགྲོ་ཞིན་མ་ལས་གསོལ་མཚན་ཚུ་སྤུལ་སྐྱོལ་  
ཡོད་པ་ཡིན་མས།

### དམ་བཞག།

འདིར་བྱོན་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་བཀའ། །དམ་ལ་བཞག་  
པའི་མི་མ་ཡིན། །ཁྱེད་རྒྱལ་ཇི་ལྟར་ཁས་སྤངས་པའི། །དམ་བཙའ་དགོངས་ལ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །བེར་  
གསུངས་ལུག།

### ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཀྱི། བསྐྱེད་པའི་མེ་ལྷར་འབར་བའི་བཙན། །གངས་ཀྱི་རི་ལྷར་དཀར་པོའི་བདུད། །ཞི་ལྷ་ལྷོ་ལ་ལྷར་སྐྱོ་བའི་  
སྐྱེ། །འཁོར་དང་བཙས་ལ་བདག་བསྟོན་དོ། །དེ་ལྷར་འདོད་པའི་དོན་གསོལ་བ། །མི་མཐུན་འཚོ་བ་ཀྱན་ཞི་  
ནས། །མཐུན་ཀྱེན་ཡར་ངོའི་ལྷ་བཞིན་རྒྱས། །ཅི་བསམ་འགྲུབ་པའི་འཕྱིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

### གསོལ་མཚོད།

ལོ་ལྷར་བཞིན་དུ་རང་ལྷ་།། པའི་ཡར་ཚོས་ལུ་རྒྱ་སྤྱིས་དང་སྐར་ཚོགས་ཀྟེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་སྤྱོད་ལས་ལམ་  
གོང་དང་རྣལ་འབྱོག། དེ་ལས་ས་མཚམས་དང་བཙན་ཏོ་རྩུ་ལས་གནས་བདག་བསྟོན་དགོ་མི་ག་ར་ས་གནས་  
དུང་དཀར་རྩུ་མིག་ལས་ཤ་ལྷ་འབག་སྟེ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་སོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་རང་སོའི་བྱིས་ནང་ལུ་ཚོས་སྤྱང་  
གནང་པའི་བསྐྱང་གཏོར་གྲུ་ནང་བཅུགས་ཏེ་གསོལ་མཚོད་རྩུལ་དགོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

### གྲོས་འབྲུལ།

གནས་བདག་གི་གནས་ཁང་ལོགས་སུ་མེད་པ་ལས་བརྟེན་གཞུང་དང་མི་སྟེ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་དགོ་པ་ཡང་མ་ཐོན་  
མས།ཨིན་རུང་གནས་བདག་དང་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བར་འོང་མི་རྩུ་གི་དོན་ལུ་གནས་ཁང་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ཕན་  
ཐོགས་སྟོམ་འོང་ནི་ཨིན་མས།

### མཐའ་དོན།

སྤྱིས་ཀྟེད་འོག་ གཙུང་པའི་གཡུས་ཚན་ནང་ཡོད་མི་ རོ་གཡལག་བཙན་གྱི་གནས་ཁང་འདི་ ས་གནས་རྒྱ་སྟོན་གྱི་  
རི་མགོ་ལུ་རི་གཡལག་དང་སྐང་འབབ་པའི་བཟོ་རྣམ་བཟུམ་ཅིག་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་མས། གནས་བདག་ རོ་གཡལག་  
བཙན་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་དགོ་མིའི་མི་སེར་རྩུ་གིས་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ས་དེ་ཡང་གནས་ཀྱི་རི་བོའི་རྩུ་བར་ས་  
གནས་དུང་དཀར་རྩུ་མིག་ཟེར་སར་སྤང་སྟོམ་སྟེ་ཡོད་མི་དེ་ཁང་སོང་ཞིན་མ་ལས་ གསོལ་མཚོད་རྩུལ་དོ་  
ཡོད་པ་དང་། སྤྱིས་ཀྟེད་འོག་དང་སྤྱོད་ལས་གོང་ཀྟེད་འོག་གི་མི་སེར་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ རོ་གཡལག་བཙན་འདི་  
བསྟོན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོན། (༢༠༡༥)གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདྲི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།  
བྲམ་སངས་རྒྱས།

## ལྷ་གི་དཀར་བཙམ་

### གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱེས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

གིང་དཀར་བཙམ།

གནས་ཁང་།

རྟ་ལུང་བཙམ་དཀར།

གཡུས།

གཙང་དཀར་དགོན་པ།

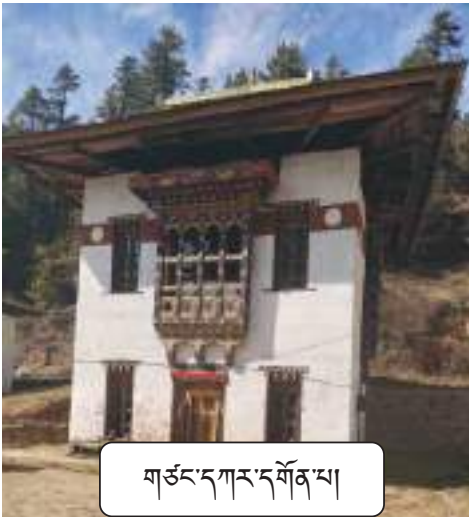
བསྟེན་མི།

སྤྱི་སྐབས་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་དང་། དཀར་ཚོགས་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར། དེ་བཟུམ་སྟེ་དབུས་སུ་ཆེད་འོག་སྤྱི་རོ་བཙམ་རྟ་ཆེད་འོག་དང་ལམ་གོང་ཆེད་འོག་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

### ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱེས།



གཙང་དཀར་དགོན་པ།

རྟ་མའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་མ་དུ་གཙང་དཀར་དགོན་པ་དེ་རྒྱ་ལུང་དགོན་ཆེན་བཞི་དང་དགོན་རྒྱུང་བཞི་ཡོད་ས་ལས་དགོན་རྒྱུང་བཞིའི་ནང་ལས་ཅིག་ཨིན་མས། དགོན་སྟེ་དེ་རྟ་མ་དུས་རབས་༡༥པའི་སྟོན་ཆ་ལུ་གུ་རུ་ཚོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་གིས་གདན་ས་བཅགས་གནང་ཡོད་པའི་ཁར་དེའི་ཤུལ་མར་རྒྱལ་བ་ཚོད་ཚངས་པའི་སྟོན་མ་ཚོས་རྒྱལ་འག་དབང་རྒྱལ་མཚན་ཡང་གདན་ས་འདི་ནང་བྱོན་ཐུག། དེ་མ་ཚད་གཙང་དཀར་དགོན་པའི་གདན་འཛིན་གྱི་སྤྱི་རོ་བཙམ་བཙུན་ཚུ་གིས་རྒྱ་གར་དང་བོད་

རྒྱ་དང་འབྲས་ལྗོངས། དེ་ལས་གུ་མོ་ཚུ་ནང་ཡང་གདན་ས་བཅགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།

ཉེ་མའི་དུས་ལུ་འབད་པ་ཅིན་གཙང་དཀར་དགོན་པ་ལུ་གཙང་དཀར་སྐུ་ལྷ་སྐུ་མེད་ལྷ་པ་ཚུན་ཕྱོན་ཡོད་མི་དེ་  
 ཡང་སྐུ་མེད་དང་པ་ཤུག་དོ་རྗེ། སྐུ་མེད་གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ། སྐུ་མེད་གསུམ་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་འོད་ཟེང་། སྐུ་  
 མེད་བཞི་པ་ཉི་མ་དོ་རྗེ་ཚུ་ཕྱོན་ཏེ་གདན་ས་བདག་འཛིན་མཛེད་དེ་བཞུགས་ཡོད་རུང་སྐུ་མེད་ལྷ་པ་སྤྱོད་འབྲུག་  
 ལྗོངས་ལས་ཡིན་མི་སྐུ་མ་རིག་འཛིན་དེ་གདན་ས་འདི་ནང་བཞུགས་མ་ཚུགས་པས། ཡིན་རུང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁ་རྗེ་  
 ལས་བརྟེན་དགོན་སྡེ་འདི་གི་ས་བརྒྱུད་བུ་བརྒྱུད་ལས་ད་ལྟོ་སྐུ་མ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་འགོ་འདྲེན་གནང་ཐོག་ལས་  
 དགོན་སྡེ་འདི་མི་ཉམས་མི་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་གྱི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་གནང་དང་གནང་བཞིན་འདུག།



ཤིང་དཀར་བཙན།

**དམ་བཞག།**

གྱི་ཉེན་ཚེ་པརྟ་ཀ་རའི་སྐུན་ལྷ་རུ། །ཁས་སྐྱངས་དམ་  
 བཅས་སྲོག་གི་སྡིང་པོ་སུལ། །དཀོན་མཆོག་དབུ་འཕང་  
 བསྟོད་ཅིང་བསྟན་དག་ལོ། །རིག་འཛིན་བུ་བཞིན་སྐྱོང་བར་  
 དམ་ཡང་བཞེས། །རྗེས་འཇུག་སྐུ་མ་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་  
 ཡིས། །དགོན་གནས་བསྟན་པའི་སྐྱང་མར་བཀའ་བསྟོ་  
 བས། །ཁས་སྐྱངས་དམ་བཅའ་དེ་ལས་མ་འདའ་བར། །ཞུལ་  
 འབྱོར་བཙུན་བའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་  
 གསུངས་ལུག།

**རྣམ་པ་དང་སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གྱི་ཉེན་ལོ་ཀ་རྩེགས་པ་ཀུན་གྱི་སྡེ་དཔོན་མཆོག། །དག་བའི་གཤེད་མ་བཙན་ཚོད་ཅག་པོ་ཆེ། །སྐུ་མདོག་དུས་  
 མཐའི་མེ་ལྟར་དམར་བའི་མདངས། །རམ་བརྗེད་ཁོ་གཏུམ་དཔའ་ཆས་སྐུ་ལ་གསོལ། །ཕྱག་གཡས་རུ་མཚོན་  
 མདུང་དམར་དག་ལ་བསྟུན། །གཡོན་པ་ཉམས་པའི་སྐོ་སྡིང་ཞལ་རུ་བསྟུབས། །རིན་ཆེན་རྒྱན་ལྷན་ཏྟ་དམར་  
 སྐོག་འདྲར་ཚིབས། །སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྟོང་གསུམ་ལྷུལ་བར་བྱེད། །གསོད་བྱེད་སྐོལ་བྱེད་འགྲུགས་བྱེད་གཤམ་

པ་དང་། །མྱེ་ནང་གསང་བ་དམག་ཚོགས་འབྲུམ་སྡེས་བསྐོར། །བསྟན་པ་བསྐྱུང་མཛད་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་  
བ། །བཙན་ཚོད་དྲེགས་པའི་སྡེ་དཔོན་ཚོད་ལ་བསྟོད། །ཟེངས་ལ་སོགས་པ་ སྐྱུ་མདོག་དང་ཕྱག་མཚན་རྣམ་པ་  
ཚུ་གི་སྐོར་ལས་དཔེ་ཚ་ནང་ལུ་གསལ་ལས་མས།

**གསོལ་མཚོད།**

རང་ལྷ་། སའི་ཚེས་། ལྷ་དང་རང་ལྷ་བཞི་པའི་ཚེས་། ལུ་འཕགས་པ་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་གི་གསུང་ཚོག་གཞན་  
སྲོལ་ཡོད་པའི་ཁར་རང་ལྷ་། སའི་ཚེས་བཅུ་གཉིས། བཅུ་གསུམ། བཅུ་བཞི། བཙོ་ལུ་ལུ་རྒྱ་པའི་གཙང་དཀར་  
དབང་ཟེར་ཡོངས་གཤམ་ཡོད་མི་དེ་རྟ་མགིན་དབུ་དགུ་མའི་སྐྱབ་ཆེན་གནང་སྲོལ་ཡོད་མི་དེ་ལས་བརྟེན་ཨིན་པའི་  
ཁར་དེའི་སྐབས་གཏོར་རྒྱབ་དང་མགོན་པོ་སྡེ་བདུན་གྱི་ཚོག་བཙུག་གཞན་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་རྒྱ་གི་རྟེན་འོག་  
གསུམ་གྱི་མི་སེར་དང་སྐྱ་གོ་བར་སྐོར་གྱི་མི་སེར་ཚུ་དགོན་སྡེ་དེ་ཁར་འཛོམས་ཏེ་གནས་པའི་གསོལ་ཁ་རྒྱས་ཤིང་  
རྒྱས་པ་སྡེ་སྐྱལ་སྲོལ་ཡོད་མི་དེ་གཞན་དང་མ་འདྲམ་ཅིག་ཨིན་མས།

**གྲོས་འབུལ།**

མི་སྡེ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཟེར་རུང་དགོན་སྡེ་དེའི་གནས་བདག་ཤིང་དཀར་བཙན་བསྟེན་དགོ་མི་ཚུ་གིས་སྐྱུང་ཁ་རེ་  
སྐྱལ་མི་དེ་མ་གཏོགས་གཞན་ག་ནི་ཡང་མེད་པའི་ཁར་ ལྷ་ཁང་འདི་སྐྱེར་གྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་འབདམ་ལས་གཞུང་  
ལས་ཡང་རྒྱབ་སྐྱོར་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི་ཨིན།

**མཐའ་དོན།**

ཏེ་མའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འཁྲིལ་མ་ད་གཙང་དཀར་དགོན་པ་དེ་རྒྱ་ལུ་དགོན་ཆེན་བཞི་དང་དགོན་རྒྱུང་བཞི་ཟེར་ཡོད་ས་  
ལས་དགོན་རྒྱུང་བཞིའི་ནང་ལས་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ཨིན་མས། གཙང་དཀར་དགོན་པའི་གདན་འཛིན་གྱི་སྐྱམ་རིམ་  
བརྒྱུད་ཚུ་གིས་རྒྱ་གར་དང་བོད་རྒྱ་དང་འབྲས་སྡོང་ས། དེ་ལས་སྐྱ་མོ་ཚུ་ནང་ཡང་གདན་ས་བཙགས་ཡོད་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག། གནས་བདག་ཤིང་དཀར་བཙན་འདི་ སྐྱིས་རྟེན་འོག་གི་མི་སེར་དང་དཀར་ཚོགས་རྟེན་  
འོག་གི་མི་སེར། དེ་ལས་ དབུས་སྐྱ་རྟེན་འོག་དང་ སྐྱ་རོ་བཙན་ཏོ་རྟེན་འོག་དང་ལམ་གོང་རྟེན་འོག་གི་མི་སེར་  
ཚུ་གིས་ཡང་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་འབད་ཨིན་པས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥)གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

ལྷམ་སངས་རྒྱས།



## ༤ ཡངས་སྐྱུག་པ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

ཡངས་སྐྱུག་པ།

གནས་ཁང་།

ཚུ་བར་ན།

གཡུས།

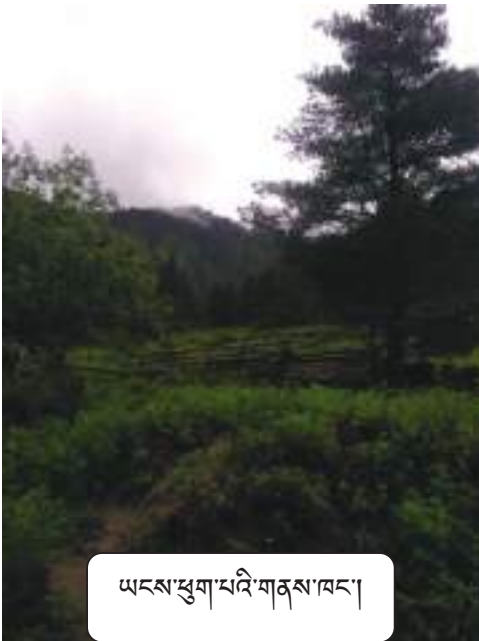
རྟ་ལུང་།

བསྟེན་མི།

དགྲུང་ཚུ་བར་ན་དང་ཡངས་ཐང་དགོན་པའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དགོས་  
ཨོན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།



ཡངས་སྐྱུག་པའི་གནས་ཁང་།

ཡངས་སྐྱུག་པའི་གནས་ཁང་ཟེར་ཚུ་བར་ན་ལས་ཁ་ཡར་ལྟ་  
དུས་ཡུན་ཚུ་ཚོད་ལྷེད་དེ་ཅིག་རྐང་ཐང་སྟེ་འགྲོལ་ད་རིའི་ཚ་  
བ་ལུ་ཡངས་སྐྱུག་པའི་གནས་ཁང་བྱུག་དང་ཤིང་གསོལ་ཚུའི་  
ཚུ་མིག་ཅིག་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གནས་ཁང་དང་ལྷ་ཁང་ཟེར་  
ལོགས་སུ་བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག།

དམ་བཞག།

སྟོན་ཚེ་པར་ཀླ་རྒྱ་ལོས། །རྟ་སྟོན་ཡོངས་ལ་དམ་བཞག་  
པ། །རི་བཞིན་བཙོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་  
གསུངས་ཏེ་འདུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ལྟ་བུ་དུང་ཆེན་པོ་མཐུ་བོ་ཆེ། །སྐྱ་མདོག་སྐྱ་ག་ནག་གཟི་བཟིན་ཅན། །ཕྱག་གཡས་བདུད་ཀྱི་རུ་མཚོན་  
འཕྱར། །གཡོན་པར་བདུད་ཞགས་འཛིན་ལ་བསྟོད། །བདུད་ཏྲ་ནག་པོ་རྒྱུང་གཤོག་བཅིབས། །སྐད་ཅིག་ཡུན་ལ་  
སྟོང་གསུམ་བསྐྱོར། །ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྤངས་འཛིན་ཅིང་། །འཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད་པའི་མཐུས། །ཡོན་  
མཚོན་བསམ་དོན་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**གསོལ་མཚོན།**

དགྲུང་རྒྱ་བར་ན་དང་ཡངས་ཐང་དགོན་པའི་གཡུས་མི་རྩེ་གིས་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གུ་ལྷ་གཏང་ནི་དང་རང་སེའི་  
བྱིས་ནང་ཚོས་སྲུང་གཏོར་གྲལ་ནང་ཡང་གསོལ་ཁ་ཕུལ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

**གོས་འབྲུལ།**

གནས་བདག་ཡངས་ཕྱག་པ་ལུ་ལྟ་ཁང་ལོགས་སུ་མེད་པ་ལས་བཞེན་གཞུང་དང་སྐྱེར་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་དགོཔ་  
ཡང་མ་ཐོན་མས། །ཡིན་རུང་གནས་བདག་དེའི་བཞུགས་གནས་པོ་བྲང་ཅིག་ས་གནས་དེ་ཁར་བཞེངས་གནང་  
རྒྱགས་པ་ཅིན་གནས་བདག་དང་གནས་བདག་བསྟེན་དགོ་མི་རྩེ་ལུ་པན་ཐོགས་འབྱུང་ནི་ཡིན་མས།

**མཐའ་དོན།**

སྤྱིས་ཆེད་འོག་ ཏྲ་ལུང་གཡུས་ཚན་ནང་ལུ་ གནས་བདག་ཡངས་ཕྱག་པའི་གནས་ཁང་ཟེར་རྒྱ་བར་ན་ལས་ཁ་  
ཡར་ལྟ་དུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་སྟེད་དེ་ཅིག་གི་རྩིས་རྐང་ཐང་སྟེ་འགྲོམ་ད་རིའི་རྩ་བ་ལུ་ཡངས་ཕྱག་པའི་གནས་ཁང་ཟེར་  
བྱག་དང་གིང་སྤ། ཡངས་ཕྱག་པའི་གསོལ་རྒྱ་ཟེར་རྒྱ་མིག་ཅིག་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གནས་ཁང་དང་ལྟ་ཁང་ཟེར་  
ལོགས་སུ་བཞེངས་ཏེ་མིན་འདུག། གནས་བདག་འདི་ལས་ གནས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ལུ་མི་ཡང་ དགྲུང་  
རྒྱ་བར་ནའི་མི་སེར་དང་། ཡངས་ཐང་དགོན་པའི་གཡུས་མི་རྩེ་ཡིན་མས།

རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

ངག་རྒྱལ།

འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

གཡུས་འདྲི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།

སློབ་ཚེ་དོར།

# ༧ ཕོ་སྐོད་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན། ཕོ་སྐོད་བཙམ།

གནས་ཁང་། བསྟན་ཆུ་དགོན་པ།

གཡུས། གང་རྒྱ་ལ།

བསྟན་མི། གཅེན་གཟུང་བྱང་གསུམ་གྱི་མི་སེར།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



བསྟན་ཆུ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་དཔོན་སློབ་རྒྱ་པའི་  
 གཟིམ་རྩུང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་མངོས་ཆ་དང་ལྷན་མ་སྡེ་  
 མཇལ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དགོན་སྡེ་དེ་ཉེ་མ་ཞབས་  
 གྱུང་འཛིགས་མེད་ལོར་བྱ་གིས་གདན་ས་བཅགས་གནང་  
 བ་མ་ཚད་བྱུང་ལས་དཔོན་སློབ་རྒྱ་པའི་སྐྱེ་ཚ་བོ་དཔོན་  
 སློབ་སྟེན་གཟིགས་སློབ་མཉམ་བསྐྱེད་ནམས་དཔལ་སློབ་  
 གྱིས་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡིན།  
 ད་ལྟོ་ལྷ་ཁང་དེ་རྒྱ་མདུད་དགོན་པ་ལས་ཡིན་མི་སློབ་

དཔོན་དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་གིས་གསར་བཞེངས་མངོན་དེ་ནང་ན་སྐྱེ་རྟེན་གསུང་རྟེན་སྐྱེས་རྟེན་ཆུ་ཡང་བཅུགས་ཏེ་  
 བསྟན་པ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྲག་གཡུས་ཚན་དེའི་མི་སྡེ་ལུ་པན་ཐོགས་ཅན་གྱི་དགོན་སྡེ་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

ཕན་པའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཆེ། །གཞོན་པའི་འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་། །རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་  
ལ། །གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅེས། །རྒྱལ་བས་བདེན་པའི་བཀའ་བསྐྱེད་པ། །རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་པ་མི་སྲིད་  
པས། །ཞེ་སྤང་གདུག་སེམས་སྤངས་པ་དང་། །བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེས་ཕན་བདེ་སྐྱབས། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

མི་འགྱུར་ཀུན་ལྷན་ཡེ་ཤེས་སྐྱ་མའི་འཕྲུལ། །གང་འདོད་མོས་སྐྱ་མཚོར་འཇུག་པས་ན། །དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་  
བའི་མགོན་དང་ནག་ཕྱོགས་བདུད། །ཅིག་ཅར་གནང་བའི་འགྲོ་འདུལ་མཛད་ལ་བསྟོད། །ལམས་གསུམ་དབང་  
འདུས་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་མདོག་ །དབྱེས་པའི་འཇུག་གིས་ཆེ་དཔལ་དངོས་གྲུབ་སྟེར། །རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན་ལོར་བུས་  
ཕྱག་མཛེས་པ། །ཉམས་པའི་གཤེད་དང་འདོད་དགུ་སྟེར་ལ་བསྟོད། །རྒྱ་འཕྲུལ་ཅང་ཤེས་སྟེང་ན་དཔའ་བོའི་  
ཆས། །གར་དགུའི་ཉམས་ལུན་ཡེ་ཤེས་རོལ་གར་གྱིས། །ལྷ་སྐྱ་བདུད་བཙན་སྐྱོན་མོའི་འཁོར་ཚོགས་  
བཙས། །བསྐྱར་འགྲོའི་མེལ་ཆེ་མཛད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །བརྒྱ་བྱིན་བཞིན་དུ་ཀུན་ལ་དབང་སྐྱུར་ཞིང་། །ནམ་  
ཐོས་བཞིན་དུ་ལོངས་སྟོན་འཕེལ་བ་དང་། །སྟེང་མེད་བྱ་བཞིན་སྟོབས་དང་འཇུགས་ལུན་པས། །འགྲོ་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་  
ཆེན་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**གསོལ་མཚན།**

ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་རང་ལྷན་གསུམ་པའི་ཆོས་བཙུན་ལུ་མ་ཁི་ཉིན་གཅིག་གི་རིང་གཡུས་མི་སྐྱོན་བདག་ཚུ་འཇོམས་  
ཐོག་ལས་བརྒྱུད་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། །དེ་ལས་ལྷ་ཁང་གི་ལྷག་ལུ་དཔོན་སྟོབ་རྒྱ་པའི་གཟིམ་ཅུང་ནང་གཅུང་པའི་སྐྱོན་  
བདག་ཚུ་གིས་ཉིན་གཅིག་གི་རིང་གསོལ་མཚན་ལྷོ་དང་གནས་པའི་གསོལ་ཁ་སྐྱེལ་སྟོལ་འདུག།

སྟེར་གྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་འབད་ཕྱ་ལས་ལྷ་ཁང་ཉམས་གསོ་ཚུ་གི་སྐབས་གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་དུམ་ག་རེ་ཐོབ་ཡོད་རུང་  
སྟོལ་མཚན་གྱི་དོན་ལུ་གཡུས་མི་ཚུ་དང་ལྷ་ཁང་གི་སྐྱོན་བདག་གི་ཁ་སྐྱེལ་ལས་དད་ཅན་ཚུ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུ་ཐོག་  
ལས་མཛད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

## མཐའ་དོན།

སྤྱི་སྐོར་ལོག་གི་གད་ཚུ་ཁའི་གཡུ་མཚན་ནང་ལུ་ཡོད་མི་བསྟན་ཚུ་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་དཔོན་སློབ་རྒྱ་པའི་གཟིམ་ཅུང་གི་ཉེ་འདབས་ལུ་མངོས་ཆ་དང་ལྷན་མ་སྤེལ་མངའ་ཞི་འདུག། དགོན་སྡེ་དེ་ཉེ་མ་ཞབས་དུང་འཛིགས་མེད་ལོར་བུ་གིས་གདན་ས་བཅགས་གནང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ལུ་ལས་དཔོན་སློབ་རྒྱ་པའི་སྐྱེ་ཚ་བོ་དཔོན་སློབ་རྟག་གཟིགས་སློབ་མའམ་བསོད་ནམས་དཔལ་སློན་གྱིས་བདག་འཛིན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཞི་འདུག། ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་པོ་ཚོད་བཅོན་ཟེར་བྱ་མི་ལུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་གནས་སྤེལ་བསྟན་མི་འདི་གཅེན་གཅུང་བྱང་གསུམ་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ཡིན་མ་སྤེལ་བཤད་ཞི་འདུག།

## རྒྱལ་ཉེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

དག་རྒྱུན་ལས།

## འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

བྲམ་སངས་རྒྱལ་དང་སློབ་ཚོ་དོན།

## ༡༠ རྒྱ་མཐུང་རྒྱལ་པོ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྒྱ་མཐུང་རྒྱལ་པོ།

གནས་ཁང་།

རྒྱ་མཐུང་དགོན་པ།

གཡུས།

རྒྱ་མཐུང་དགོན་པ།

བསྟེན་མི།

རྒྱ་ཡུང་མ་བརྒྱུད་བཞིའི་མི་སེར་དང་། སྤྲོ་ལོ་གི་མི་སེར་དག་པ་ཅིག་གིས་ཡང་  
བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་མས།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



རྒྱ་མཐུང་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་།

ཉེ་དུང་དགོན་ཆེ་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རྒྱ་མཐུང་  
དགོན་པ་ནི། རྒྱལ་བ་མཛོད་ཚང་པའི་སློབ་མའི་  
གཙོ་བོ་རྟོགས་པ་རང་དང་མཉམ་པ་ཡང་དགོན་  
པའི་སྐུལ་སྐུ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་གིས་  
རབ་བྱུང་དགུ་པའི་ནང་རྩི་རྩེ་ཕུར་པའི་རྒྱ་མཐུང་  
དང་འབྲེལ་བའི་ས་གནས་སུ་ རྒྱ་མཐུང་བཀྲ་ཤིས་  
སྤངས་ལྷ་ཁང་ཕྱག་བཏབ་གནང་། རྩོད་འབྲུག་

གནམ་གྱི་སྐར་མར་གྲགས་པའི་ཤངས་པ་འབའ་ར་བའི་ཚོས་ལུགས་བརྩུགས། སྐབ་ཐོབ་ཚོས་དབང་བཀྲ་ཤིས་  
དར་རྒྱས་སོགས་ཀྱིས་གདན་ས་དར་རྒྱས་མཛད། ལྷ་ཁང་ཐོག་གསུམ་ཡོད་པའི་བར་མ་ལ་ནང་རྟོན་གཙོ་བོ་རྩོ་བོ་  
བུམས་པ་མགོན་པོ་ཐོག་ཚད་མ་ གཡུས་སུ་བུམས་པ་མགོན་པོ་དང་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཞལ་གཅིག་

ཕྱག་བཞི་པ་མི་ཚད་མ་ དེའི་གཡས་སུ་ཚེ་རིང་མའི་རྟེན་སྐྱམ་རྟེན་རྗེ་པག་མོ་མི་ཚད་མ་གཅིག། འཕགས་མཚོག་  
བཅུ་གཅིག་ཞལ་ཕྱག་སྟོང་སྐྱེན་སྟོང་མི་ཚད་ལྷག་པ་གཅིག། གཡས་ཀྱི་གོང་དུ་འདས་པའི་སངས་རྒྱལ་མར་མེ་  
མཛད་མི་ཚད་མ་དང་ རྗེ་བཙུན་མི་ལ་དང་བདེ་མཚོག་ གཡོན་དུ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་པ་  
དང་ ཨོ་རྒྱན་མ་རྒྱ་ལུ་པར་འབྱུང་གནས་མི་ཚད་མ། གཡོན་གྱི་གོང་དུ་ད་ལྷའི་སངས་རྒྱལ་འཁྱུ་ཐུབ་པ་མི་ཚད་  
མ་དང་ གདན་ས་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛད་མི་སྐྱེ་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཚོས་དབང་བཀའ་ཤེས་མཚོག་གི་སྐྱེ་འདྲ་ལྷུ་ཚད་ལས་ལྷག་པ་  
གཅིག་དང་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལྟར་ཆེན་མོ་གསུང་རྟེན་དང་བཅས་བཞུགས་ཡོད། ཐོག་གོང་མར་རྗེ་ཤེས་རབ་  
རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྐྱེ་འདྲ་མི་ཚད་མ།གཡས་སུ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷུ་ཚད་མ། གཡོན་དུ་སྐྱོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་  
ལྷུ་ཚད་མ་དང་ མགོན་ལང་ཆེན་མོ་དང་བཅས་བཞུགས་ཡོད།

**དམ་བཞག།**

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་བརྒྱ་ཐོད་འཕྲེང་གིས། །དམ་ཚིག་རྟོ་རྗེ་སྤྱི་བོར་བཞག་ནས་ཀྱང་། །བསྟན་པ་བསྐྱེད་དང་དམ་  
ལྷན་འཕྲིན་ལས་ཀྱལ། །ལྷུ་བའི་བཀའ་བསྐྱོས་དམ་བཅས་འཛུལ་པར་མཛོད།། ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མཛོག་ཕྱག་མཚན།**

རྗེ་ ཞི་རྒྱལ་དབང་འཛིན་ལས་སྐྱེ་བ་དང་། །བསྟན་པ་བསྐྱེད་མིར་ཐོ་ཆགས་ཞི་དང་བསྐྱེགས། །ཉ་རྒྱལ་  
རོལ་པའི་གར་མཛད་ནམ་འགྲུང་ཅན། །རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ལྷའི་སྐྱེ་ལ་བདག་བསྟོན་དོ། །ཚོད་ཞལ་ནམ་མཁའི་ཆེ་བའི་  
རྒྱ་འཛིན་འཁྲིགས། །ལྷགས་ཀྱི་སྐྱོག་འཕྲིང་སྲིད་གསུམ་ཟ་བ་བཞིན། །ཉ་ཉའི་གད་བརྒྱུས་རྩྱུ་རྩྱུ་འབྲུག་སྐྱོ་  
སྐྱོག། །ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་ཚོད་ལ་བདག་བསྟོན་དོ། །རང་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་གདོད་ནས་སྐྱོས་དང་  
བལ། །མ་བཙོས་རང་བྱུང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ངོས། །ཀྱུན་ལྷུ་བའི་ཀྱུན་གྱི་རང་བཞིན་ཅི་ཡང་འཆར། །གནས་  
ལུགས་དོན་གཟིགས་ཚོད་ལེ། །ནམ་ལྷའི་ཡོན་ཏན་ཚོགས་ལ་མངའ་སྤྲེས་ཤིང་། །ཚོད་ལ་མཚོན་བསྟོན་བརྟན་  
ཅིང་བསྐྱེབ་པ་ལ། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་ཡོན་ཏན་ཀྱལ། །ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱལ་མཛད་ཚོད་  
ལེ། །ཞི་རྒྱལ་དབང་འཛིན་རབ་འབྱུལས་འཕྲིན་ལས་ཀྱལ། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་རྗེ་ལྷུ་བཀའ་བསྐྱོས་



བཞིན། །ཐོགས་པ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དམ་ཚིག་ཅན། །ཚོས་སྐྱོད་ཆེན་པོ་བྱོད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ།། ཟེར་  
གསུངས་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ རླ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཚེས་བཅུ། གསོལ་ལ། ལོ་དུས་གྱི་དུས་ཚེན་བྱང་པར་  
ཅན་ཚུ་དང་ སྐྱ་མཚོད་འབྲམ་སྡེ་ཚུ་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རང་རླ་དང་པའི་ནང་ལུ་ མ་ཉི་  
ཉིན་གྲངས་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ། རང་རླ་གཉིས་པའི་ནང་ རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་ཚར་ཉིན་མ་གཅིག་དང་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
འགྲུར་ཉིན་གྲངས་བཅུ་ཐམ་གྱི་རིང་། རང་རླ་གསུམ་པའི་ནང་ཞབས་དུང་སྐྱ་མཚོད། རང་རླ་བཞི་པའི་ནང་  
གནས་བརྟན་བཅུ་དུག་དང་ལྟ་ལོ། རང་རླ་ལྷ་པའི་ནང་ སྤེལ་རླ་ཚེས་བཅུ། རང་རླ་དུག་པའི་ནང་ གནས་  
བརྟན་བཅུ་དུག་དང་ལྟ་ལོ། རང་རླ་བདུན་པའི་ནང་ གཟའ་ཚོགས། རང་རླ་དགུ་པའི་ནང་ གདན་འཛིན་རླ་མའི་  
སྐྱ་མཚོད་དང་ལྟ་བབ་དུས་ཚེན། རང་རླ་བཅུ་པའི་ནང་ གཏོར་བརློགས། རང་རླ་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་ མདོས་  
ཚོག་ཉིན་མ་གཅིག་དང་ མགོན་པོ་ཉིན་མ་གཅིག་ སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཚེས་མཚོག་བཅས་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་  
གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

རྒྱ་རྒྱུ་མདུད་དགོན་པ་འདི་ རྒྱ་རྫོང་ཁག་གི་དགོན་སྡེ་ཚུ་གི་ནང་ལས་ དགོན་སྡེ་རྣམས་ཅིག་དང་ ཕྱིན་བརྒྱབས་  
ཅན་ཅིག་འབདཱ་ལས་ གཞུང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ཡང་ ཉམས་གསོའི་དོན་ལུ་ མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་དགོན་  
སྡེ་འདིའི་རླམ་དང་སློབ་སྦྱོང་ཚུ་ལུ་ཡང་ དདུལ་པོག་དང་ལྟོ་པོགས་ཚུ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་  
མ་ཚད་མི་སྡེའི་ཁ་ཐུག་ལས་ཡང་ རང་སེའི་དད་མོས་དང་བསྐྱུན་ སྐྱ་མཚོད་འབྲམ་སྡེ་བཟུང་ནིའི་དོན་ལུ་ ཡོ་  
བྱུང་མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ཉམས་མཛད་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དགོན་སྡེ་འདིའི་གནས་བདག་ལུ་ གསོལ་  
མཚོད་ཚུ་ཡང་ རང་གི་སྐྱབས་བདེ་སྦྱོང་དང་བསྐྱུན་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

རྒྱ་མདུད་རྒྱལ་པོ་འདི་ རྒྱ་མདུད་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་གི་གནས་བདག་སྡེ་ བཞུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ རྒྱ་  
ལུང་མ་བརྒྱུད་བཞིའི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་སྤྲོ་རོ་ལས་ཡང་མི་སེར་དག་པ་ཅིག་གིས་བསྟེན་སྲོལ་

ཡོད་པ་སླེ་ཡིན་པས། གནས་བདག་འདི་ མཐུ་སྟོབས་དང་རྣམ་པ་ཅན་ཅིག་འབདམ་ལས་ མི་སེར་ཚུ་ལུ་ཚོ་  
འདིའི་བར་ཆད་སེལ་ནི་དང་ བསམ་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཕྱག་དང་མཚོན་པ་སྤུལ་མི་ལེ་ཤ་ཅིག་ར་  
འཕྱོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྙིང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚོ། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པམ་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོན་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ། ལྷ་ཁང་།

### འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་པམ་རྒན་ཤོས་མ།

ལྷ་ཁང་གི་བླམ་ཕུར་པ་ཚེ་རིང་།

༡༡ བྲག་རྒྱུང་བཙམ་བ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      བྲག་རྒྱུང་བཙམ་བ།

གནས་ཁང་།    སྲང་སྐྱུག།

གཡུས།    ཉ་ལུང་།

བསྐྱེན་མི།    སྲང་སྐྱུག་དང་མར་དཀར་ནང་གི་མི་སེར་རྒྱ་གོས་བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱུས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།    བྲག་རྒྱུང་བཙམ་བ་ལུ་    གནས་ཁང་གི་རྒྱུལ་ལུ་བྲག་རི་ཅིག་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་  
ལྷ་ཁང་ཟེར་ལོགས་སུ་མིན་འདུག་ཟེར་ལུ་ནི།    བྲག་རི་དེ་ཁར་    གཡུས་མི་གནས་བདག་བསྐྱེན་དགོ་མི་ལ་ལོ་ཅིག་  
གིས་    འ་ཅིག་སློོ་འ་ལྷ་། འབག་སྟེ་    གནས་བདག་བྲག་རྒྱུང་བཙམ་བ་ལུ་    འ་སྲ་གཏང་མ་ཟེར་    གསོལ་མཚོད་  
སུལ་བའི་སློལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན་མས།    ས་གནས་དེ་ཁར་འགྲོལ་ད་    ལམ་དེ་ཡང་ཉ་ལུང་ལས་    རྒྱ་མདུད་དགོན་  
པ་འགྲོ་སའི་ལམ་ཁར་    ཏུས་ཡུན་རྒྱ་ཚོད་ཕྱེད་དེ་ཅིག་གི་ས་ཁར་ཡིན་མས།

དམ་བཞག

སྐབ་དབང་མཚོ་སྐྱེས་དོ་རྗེའི་བཀའ།    །དཀར་ནག་དགོ་སྲིག་བདེ་སྐྱུག་རྒྱ།    །རྒྱ་ཆེར་སྐྱེན་པ་བསྐྱུང་རི་  
བཞིན།    །ཚད་མེད་བྱམས་སེམས་གཞན་པལ་བསྐྱུབ།།    ཟེར་གསུངས་ལུག།

### ནམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

གཤམ་ལུགས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་གདངས། །འགག་མེད་སྐྱེ་འཕྱུལ་རོལ་མོའི་རྩལ། །བརྟན་འགྲོ་བདེ་སྦྱིད་སྤེལ་བའི་  
 གཉེན། །བཅོན་ཚོད་ཆེན་པོར་སྦྲང་ལ་བསྟོད། །ཡེ་ཤེས་རོལ་པའི་ཁོ་བོ་ཆེ། །ཉ་ཡ་གྲི་བའི་སྐྱུར་བཞེངས་  
 བས། །བརྟུན་སྤེད་མིགས་མེད་འཛེམས་མཛད་ཅིང་། །བརྟུན་པའི་རྒྱལ་མཚན་སྐྱེང་ལ་བསྟོད། །སྲས་བཅས་  
 རྒྱལ་བའི་བསྐྱུན་མཛད་ཡུམ། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་མ་ནི། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་དཔལ་སྟེར་མ། །མཛེས་སྤྱད་  
 སྐྱུན་མོར་འཕྱུལ་ལ་བསྟོད། །གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་གཉེན་པ། །དགོ་བསྟོད་ལ་དཀར་པོའི་ལྷ། །སྤྲིག་པ་  
 སྟོད་ལ་ནག་པོའི་བདུད། །འཁོར་ཚོགས་རྒྱ་མཚོའི་སྦྲང་བར་བསྟོད། །སྟོབས་ལྡན་གཞི་བདག་ཁྱེད་ནམས་  
 ལ། །དེ་རིང་བདག་གིས་བསྟོད་ལགས་ཀྱི། །མི་མཐུན་གཞོད་འཚེ་བམས་ཅད་ནི། །བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་  
 འཕྲིན་ལས་མཛོད།

### གསོལ་མཚོད།

ལོ་བརྟན་བཞིན་དུ་ གཡུས་མི་གནས་བདག་བསྟེན་དགོ་མི་ལ་ལོ་ཅིག་གིས་ ཤ་ཅིག་སྟོང་ཤ་ལྷོ་། འབག་སྟེ་  
 གནས་བདག་བྲག་རྒྱུང་བཅན་ལུ་ ཤ་སྤྲ་གཏང་མ་ཟེར་ གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྟོལ་ཅིག་ཡོད་པ་ཨིན་པའི་ཁར་  
 རང་སོའི་བྱིམ་ནང་ལུ་ཡང་ ཚོས་སྤྱང་གི་གཏོར་གྲུལ་ཁར་ གནས་བདག་བྲག་རྒྱུང་བཅན་ལུ་གསོལ་ལ་རྒྱས་  
 ཞིང་རྒྱས་པ་སྟེ་གཏང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཨིན་མས།

### མཐའ་དོན།

གཡུས་སྟོ་རེ་རེ་ནང་ གནས་བདག་གཞི་བདག་ཡང་ མ་འདྲམ་རེ་བསྟེན་སྟོལ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་ གནས་བདག་  
 བྲག་རྒྱུང་བཅན། དེ་ཡང་ སྤང་སྤྱད་དང་མར་དཀར་ནང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཨིན་མས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

བྲག་རྒྱལ་བཙན་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་།

ངག་རྒྱལ་ལས།

འབྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

དགོན་སྡེ་དེའི་སྐྱེན་བདག་གི་ངག་རྒྱལ།

སློབ་ཚེ་དོད།

༡༥ མ་སངས་སྤྱན་པདུན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

མ་སངས་སྤྱན་པདུན།

གནས་ཁང་།

ཡངས་ཐང་།

གཡུས།

ཡངས་ཐང་།

བསྟེན་མི།

ཡངས་ཐངས་ཀྱི་གཡུས་ཚན་ནང་སྡོད་མི་ གུང་པ་དུག་ཅུ་དེ་ཅིག་གི་མི་སེར་  
ཚུ་གིས་སྐྱེས་ལྷ་སྐྱེ་བསྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ཡངས་ཐང་ལྷ་ཁང་།

རྒྱ་ལུ་ཡོད་པའི་ཡངས་ཐང་ལྷ་ཁང་འདི་ རྒྱ་ལྷོ་མ་  
ཁར་ལས་ ཀི་ལོ་མི་ཀར་ ༡༠ དེ་ཅིག་གིས་  
ཁར་སྐང་ཉོག་ཅིག་གུར་ ག་ཞི་བ་གཟི་བཅིང་ཆེ་  
ཉོག་ཉོ་སྐྱེ་ཆགས་ཉེ་འདུག། དེ་ཡང་ རྒྱ་ལྷོ་མ་  
ཁ་ལས་ འདམ་ཐང་ཁ་སྐྱག་ ཀི་ལོ་མི་ཀར་ ༥  
དེ་ཅིག་འཇོ་བའི་ཤུལ་ལུ་ གཞུང་ལམ་ལས་  
གཡམས་ཁ་སྐྱག་ རྒྱང་བདུད་འབྲིང་རིམ་སློབ་ལྷ་

བར་མའི་སྐྱུ་འཁོར་གྱི་ལམ་བདའ་སྟེ་འཇོ་དགོཔ་ཡིན། དེ་ལས་ རྒྱང་བདུད་སློབ་ལྷ་བཀལ་ཉེ་ ཀི་ལོ་མི་ཀར་  
༡ དེ་ཅིག་འཇོ་མ་ད་ རོང་རྒྱ་རྒྱང་གུ་ཅིག་གུ་ལས་ ལྷགས་ཟམ་ཅིག་རྒྱབ་སྟེ་ཡོད་སར་སྡོད་པ་ཡིན་པས།  
ལྷགས་ཟམ་རྒྱང་གུ་འདི་བཀལ་ཉེ་མ་འཇོ་བར་ དེ་གི་གཡམས་ཁ་སྐྱག་ལས་བཏོན་ཉེ་ཡོད་མི་ སོ་ནམ་ཞིང་ལམ་

བདའ་སྟེ་ཁ་ཡམ་ལྟ་ སྐྱེ་འཛེགས་ཏེ་དུམ་ག་ཅིག་འགྲོལ་ད་ ཡངས་ཐང་ལྟ་ཁང་ཡོད་སར་སྟོད་པ་ཨིན་པས།  
མ་སངས་སྐྱེན་བདུན་འདི་ ལྟ་ཁང་ནང་གནས་ཁང་དང་བཀའ་ཁབ་མ་མངལ། ཨིན་རུང་ཡངས་ཐང་གི་བྱུང་ཁར་  
དེ་ཅིག་ཡོད་སར་ཨིན་ཟེར་བཤད་སྟོལ་འདུག།

**དམ་བཞག།**

ཀྱི། རྒྱལ་དབང་པརྟ་ཀུ་ར་དང་། རྒྱལ་བསྟེན་བླ་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྒྱལ་སྲུང་དམ་བཅས་རྗེས་དགོངས་  
ལ། རྒྱལ་བསྟེན་སྟེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། ཟེར་རྒྱལ་དབང་པརྟ་ཀུ་ར་གིས་དམ་ལུ་བཞག་གནང་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྩྭ། རྒྱལ་ཀུན་མཐུ་ལུས་ག་ཅིག་བསྐྱས་པའི། གསང་བདག་དོ་རྗེ་འཛིན་པའི་འཕྲུལ། བསྟེན་འགྲོའི་པན་བདེ་  
སྟེལ་བ་ལ། ཚོས་སྲུང་རྒྱ་མཚོ་སྲུང་ལ་བསྟོད། གནས་སྐབས་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། མགོན་སྐབས་  
སྟོང་གོགས་མཛད་ཀུན་ལ། མ་བསངས་མཆེད་བདུན་འབངས་འཁོར་དང་། རྩུལ་འདིར་བསྲུང་མ་མཛད་ལ་  
བསྟོད། མི་རྟོགས་དབང་གི་ཁྱོད་ནམས་ཀུན། ལྟ་འདྲེ་འཛིན་པའི་པན་གོད་སོགས། གཉིས་སྲུང་ཐམས་ཅད་  
རབ་སྐངས་པ། མ་བཅོས་སངས་རྒྱས་དམ་པར་བསྟོད། དེ་ལྟར་བསྐྱགས་པས་བསྟེན་འགྲོའི་དོན། རི་སྲིད་  
ནམ་མཁའ་མི་བཟད་པ། ལས་བཞི་འཕྲིན་ལས་མད་བྱུང་གིས། པན་བདེའི་ལེགས་ཚོགས་སྟེལ་བར་མཛོད། །

**གསོལ་མཚོད།**

ཟླ་རིམ་བཞིན་དུ་ ཡར་ངོ་དང་མར་ངོའི་དུས་བཟང་ཚུ་གི་སྐབས་ དུས་རྒྱུན་དུ་ཚོགས་འཁོར་བསྐྱོར་ནི་དང་  
དུས་ཚེན་འབུམ་སྟེ་ཚུ་བཟུང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ རང་བླ་ ༤ པའི་ཚེས་ ༡༥ དུས་ཚེན་ལྟ་འཛོམས་ལུ་ རྣམ་  
རྒྱལ་སྟོང་མཚོད་དང་། དུག་པ་ཚེས་བཞི། ཟླ་མ་ ༩ པའི་ནང་ རྒྱལ་བ་ལྟ་ལས་བབ་པའི་དུས་ཚེན། ལ་སོགས་  
པ་ཆད་ལུས་མེད་པར་ བཟུང་སྟོལ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་པས།

## མཐའ་དོན།

ལྷ་གི་རྫོང་ལག་ནང་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བཙན་འདི་ ལྷུང་བདུད་ཨིནམ་ལས་ མེད་འོག་དང་གཡུས་  
 ཚན་ ག་ཏྲ་གི་མི་སེར་ཨིན་རུང་ གནས་བདག་ལྷུང་བདུད་འདི་ བསྟེན་དོ་ཡོདཔ་ཨིནམ་ལས་ ཡངས་ཐང་ལྷ་  
 ལང་ནང་ལུ་ཡང་ གནས་བདག་རོ་མ་ ཤིང་དཀར་བཙན་དང་གཅིག་ཁར་ ལྷུང་བདུད་ཀྱི་ཀ་ཁབ་འདི་ཡང་ ག་  
 བེ་བ་གཟི་བཟིན་ཆེ་ཏྲ་ག་ཏྲ་སྟེ་མངལ་ནི་འདུག། ཨིན་རུང་ གཡུས་མི་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་ མ་སངས་སྐྱུན་བདུན་  
 འདི་ཡང་ ལྷུབས་གནས་སྟེ་བསྟེནམ་ཨིན་མས།

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༥) ལྟོ་ཡི་ཚོས་འབྱུང་སློབ་གསུང་ན་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་  
 ལང།

ཅ་རྗེ་འཇིན་སློང་སྟེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀུན་པན་ལམ་སྟོན།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་པམ་རྒན་ཤོསམ།

ལྷམ་སངས་རྒྱས། ལྷོབ་ཆེ་དོར།



གསང་སྤྱོད་ལོག་གི་གཞི་བདག་། (༧)

༡ རྒྱལ་པོ།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      རྒྱལ་པོ།

གནས་ཁང་།                                      གཏེར་སྤྱོད་དགོན་པ།

གཡུས།    གསང་སྤྱོད་ཁ།

བསྐྱེད་མི།                                      རེར་སྤྱིས་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



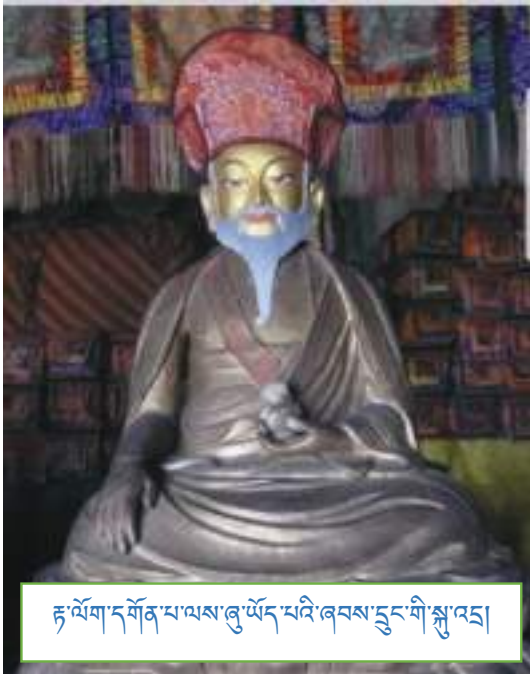
གཏེར་སྤྱོད་དགོན་པ།

རྒྱ་རྒྱུ་ལག་ གསང་སྤྱོད་ལོག་ལུ་ཡོད་  
མི་ གཏེར་སྤྱོད་དགོན་པ་ལྷ་ཁང་འདི་ མི་  
ལོ་ ༡༠༠ དེ་ཅིག་གི་ཉེ་མར་ བཞེངས་  
ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་རྗེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན་པས།

གཏེར་སྤྱོད་དགོན་པ་ཟེར་ཞུ་དགོ་པའི་གནད་  
དོན་འདི་ཡང་ ལྷ་ཁང་འདི་བཞེངས་ནི་སྤྱི་ས་  
སེལ་དོ་སེལ་རྒྱུ་པའི་སྐབས་ ལྷ་འབད་མི་

ཚུ་གིས་ མངོས་ཆ་དང་ལྷན་པའི་ཤེལ་དམ་ཆ་ག་ཅིག་ཐོབ་ཡོད་པ་ལས་བརྟེན་ ལྷ་ཁང་གི་མཚན་འདི་ཡང་  
གཏེར་སྤྱོད་ལྷ་ཁང་ཟེར་ཞུ་ཡོད་པ་སྤྱི་ཡིན་པས། ལྷ་ཁང་གི་དགོན་གཏེར་ ཚོ་རིང་དབང་འགྲུག་གིས་བཤད་མི་དང་

འཇིགས་པ་ཅིན་ ཤེལ་དམ་འདི་ གཡུས་མི་ཚུ་གིས་ སྤོ་རོ་དཔོན་སློབ་ ༡༧ པ་ཚོ་རིང་དཔལ་འབྱོར་ཟེར་ཞུ་མི་  
 ལུ་ཕུལ་ཡོད་པ་སྟེ་ཨིན་མ་དང་། དེ་ལུ་དགའ་ཚོར་བ་བཟུམ་ཅིག་སྟེ་ དཔོན་སློབ་གྲིས་ བརྒྱད་སྟོང་པ་གསེར་  
 ཟଁས་མ་ཅིག་གནང་མི་འདི་ ད་རེས་ནངས་པ་ཡང་ ལྷ་ཁང་གི་ནང་རྟེན་སྟེ་བཞུགས་ཏེ་ཡོད་ཟེར་ཨིན་པས།  
 དཔོན་སློབ་ཚོ་རིང་དཔལ་འབྱོར་འདི་ བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཞབས་ཉོག་གང་  
 ཅག་ཞུ་མི་ཅིག་འབདཱ་ལས་ སྤོ་རོ་དཔོན་སློབ་སྟོང་ཡང་ ཁོ་གི་སྐབས་ལུ་ཉམས་གསོ་ཞུ་ཡོད་པའི་ཁར་  
 མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་གྱི་བླམ་མང་རབས་ཅིག་ལུ་ སྦྱོན་བདག་ཡང་མཛད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག།  
 དེ་བསྐྱར་ ལྷ་གི་ས་གནས་མང་ཤོས་ཅིག་ སྤོ་རོ་དཔོན་སློབ་སྟོང་གི་མངའ་འོག་ལུ་ཨིན་མ་ལས་ གཏེར་ཤེལ་  
 དམ་ཆ་གཅིག་ཐོབ་མི་འདི་ཡང་ སྤོ་རོ་དཔོན་སློབ་ལུ་ཕུལ་ཡོད་པ་ལས་ ད་རེས་ནངས་པ་ སྤོ་རོ་དཔོན་སློབ་  
 ཚོང་ནང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཨིན་པས།



རྟོ་ལོག་དཔོན་པ་ལས་ཞུ་ཡོད་པའི་ཞབས་བྱུང་གི་སྐུ་འདྲ།

ལྷ་ཁང་གི་དཀོན་གཏེར་ སློབ་དཔོན་ཚོ་རིང་དབང་ཅག་  
 གིས་བཤད་མི་དང་འཇིགས་པ་ཅིན་ ལྷ་ཁང་གི་ནང་རྟེན་  
 གཙོ་བོ་ར་ རིང་ཚད་ ཟིལ་ ཉེ་ཅིག་འབདཱ་མི་  
 མཐུ་ཆེན་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ ཞབས་བྱུང་དགའ་དབང་ནམ་  
 རྒྱལ་གྱི་སྐུ་འདྲ་འདི་ཨིན་མ་དང་ སྐུ་འདྲ་དེ་ཡང་  
 ཞབས་བྱུང་འཇིགས་མེད་ལོ་རྒྱུས་ ཁོ་རའི་ཕྱག་  
 སྐར་པ་ ཨེཔ་སྟོབས་ཆེན་ཟེར་མི་ལུ་ གསོལ་རས་སྟེ་  
 གནང་གནང་མ་ཨིན་པའི་སྟོང་ལས་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བཤད་ནི་  
 འདུག།

དེ་བཟུམ་སྟེ་ རྒྱ་སྐྱེན་འདམ་ལས་གྲུབ་པའི་སངས་རྒྱུས་  
 གཉིས་པ་ ཨོ་རྒྱན་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་འདྲ་དང་ མགོན་པོ་ཚོ་དཔག་མེད་ དེ་ལས་ གསུང་རྟེན་གྱི་རིགས་ཚུ་  
 ཡང་མཛལ་ནི་འདུག།

དེ་བསྐྱེད་ ཞབས་རྒྱུ་འཇིགས་མེད་ལོ་རྒྱུ་མཚོག་ སྐྱེ་ན་ཁ་རྩ་ལོག་དགོན་པ་ལུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ ཡལ་  
སྟོབས་ཚེན་དེ་ ཕྱག་ལུ་སྟེ་སྟོན་མི་ཅིག་ཡིན་རུང་ ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་དེ་གིས་དགོངས་ལུ་འབད་དེ་ ལོག་སྟེ་ལོ་རྒྱུ་  
གཡུས་ རྒྱ་གསལ་སྐབས་ཨ་མ་ལུ་འོངས་པའི་སྐབས་ ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གིས་ ལོ་རྒྱུ་ལུ་འབད་དེ་  
བཀའ་ཤིན་དགའ་ཚོར་གྱི་གསོལ་རས་སྟེ་གནང་མི་འདི་ ཡལ་སྟོབས་ཚེན་གྱིས་ ད་རེས་ཡོད་པའི་གསལ་སྐབས་  
ལྷ་ཁང་གི་ནང་རྟེན་སྟེ་སྐུལ་ལུག་ཟེར་ཡིན་པས།

སྐྱུ་འབྲུ་དེ་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ རང་རྟེན་སྟེ་བཞུགས་སུ་གསོལ་ཏེ་ བདུན་ཕྲག་གཅིག་དེ་ཅིག་གི་ལུལ་ལས་ ས་  
གནས་གྱི་མི་གར་ ཁ་སྐབས་མ་ཚུགས་པ་ཐལ་སོང་པ་ལས་ དེ་བཟུམ་གྱི་རྟེན་གསལ་མཚན་རན་པ་འདི་ ཞབས་རྒྱུ་  
གི་སྐྱུ་འབྲུ་ལུ་བའི་ལུལ་ལུ་ བྱུང་ཡོད་པའི་དོགས་པ་ཆགས་ཏེ་ ཡལ་སྟོབས་ཚེན་གྱིས་ སྐྱུ་འབྲུ་དེ་ ལོག་སྟེ་ར་རྩ་  
ལོག་དགོན་པ་ལུ་སྐུལ་ཕུང་ ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སྐྱུ་འབྲུ་དེ་ གནང་དོན་ག་ཅི་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ ལོག་སྟེ་  
འབག་འོངས་ཡི་ཟེར་གསུངས་པའི་ལན་ལུ་ ཡལ་སྟོབས་ཚེན་གྱིས་ སྐྱུ་འབྲུ་ལུ་བའི་ལུལ་ལུ་ གཡུས་མི་གར་ཁ་  
སྐབས་མ་ཚུགས་པ་ཡར་སོང་ཡི་ཟེར་ལུ་བའི་སྐབས་ ཞབས་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ སྐྱུ་འབྲུ་སྐྱུ་ལུ་མེད་མི་ལུ་བརྟེན་  
ཡིན་པས་ཟེར་གསུངས་ཏེ་ སྐྱུ་འབྲུ་སྐྱུ་ལུ་སྟེ་ རྩ་ལོག་རྒྱུལ་པོ་གི་སྐྱུ་འབྲུ་གཅིག་གནང་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུ་ཡིན་  
པས།

དེ་ལས་ ཡལ་སྟོབས་ཚེན་གྱིས་ ཞབས་རྒྱུ་གི་སྐྱུ་འབྲུ་དང་བཀའ་སྐྱུང་ རྩ་ལོག་རྒྱུལ་པོ་གི་སྐྱུ་འབྲུ་དང་བཅས་པ་  
སྟེ་ ལོག་སྟེ་ར་གཏེར་སྐབས་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་ལུ་གནང་འབྲེན་ལུ་ཕུང་ཅིག་ ས་གནས་གྱི་མི་ཚུ་ཡང་ ཨ་རྟག་ག་  
ཡིན་སྟེ་སོང་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ལུང་ཕྱོགས་དེ་ནང་ རང་ཡམས་དང་སྐྱུ་གེ་ཞི་སྟེ་ ཆར་ཚུ་དུས་ལུ་འབབ་ལོ་  
ཕུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ སྟོབ་དཔོན་ཆེ་རིང་དབང་འབྲུག་གིས་བཤད་པ་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་ནང་གི་སྟེབས་རིས་ཚུ་ཡང་ གཡུས་ལུ་སྐྱུར་པའི་ལྷ་ཚོགས་དང་གྲུ་རུ་མཚན་བརྒྱུད་ དགོངས་འདུས་གྱི་  
ལྷ་ཚོགས་ཚུ་མཇལ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཚད་ གྲུ་རུ་མཚན་བརྒྱུད་གྱི་ཞལ་འདི་ གཏེར་སྟོན་འབྲུག་སྐྱེ་རྩི་ལང་སྟོན་  
གྱི་ཕྱག་གིས་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ ཡང་སྟོན་གྱི་ཕྱག་རྟེན་ཚུ་ཡང་མཇལ་ཚུགས་པ་ཡིན་པས། ལུལ་ལས་  
གཏེར་སྐབས་དགོན་པའི་ལྷ་ཁང་འདི་ དགེ་འདུན་སྟོབ་ལྷ་སྟེ་གཞི་བཙུགས་མཇེད་དེ་ ད་རེས་ དགེ་སྟོབ་ཞལ་  
ཤངས་ ༡༤ དེ་ཅིག་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ནི་འདུག།



**དམ་བཞག།**

གྱི། ཀ་དག་དབྱིངས་ནས་སྐྱབས་ལྷོད་ནས། །དྲུང་ལྷོད་མ་མོའི་  
 ཚོགས་རྗེ་མཛད། །དཀར་པོ་ལྷ་ཡི་དམག་ཅངས་ནས། །ཤོང་  
 རྩེར་གསུམ་བཅེགས་ཐལ་བར་བཏགས། །ལ་ག་ཡི་ཡི་རྒྱལ་  
 ལམས་ཕོན། །སྐྱུ་ལྷ་ཚོ་འཕྲུལ་དཔག་མེད་སྟོན། །རྩ་ཏ་ཏོར་གྱིས་  
 དག་ལྟར་ལྷས། །ལྷུང་ར་སྐྱུག་པོའི་སྐྱོམ་གྱར་མཚོད། །ག་ལའང་  
 མཐུ་ཅལ་འདོན་གཟིགས་ནས། །མི་རྗེ་མི་སྤོང་སྡེ་བཙན་  
 གྱིས། །སྐྱུལ་པའི་དམག་གིས་ཟབ་ཡང་བཀུག་པོད་ལམས་  
 གནས་ས་ལྷོད་ལ་གཏད། །ང་རྒྱལ་ཤེགས་པ་ལྷོད་གྱི་  
 འཕྲུལ། །རྒྱལ་སྐྱུ་པ་རྒྱས་ཟིལ་མཐོན་ཏེ། །གཞལ་ལ་གནོད་  
 འགྱུར་གཏུག་རྩུབ་བཀག། །ཚོས་སྐྱོང་རྒྱལ་པོར་དབང་ཡང་

བསྐྱར། །ཅ་ཚོས་སྤིང་པ་བསྐྱུལ་རུས་པའི། །གནོད་སྐྱིན་ཆེན་པོ་ཅེ་མ་ར། །སྐྱུ་ཚོགས་ལས་མཐོན་སྟོན་པོར་  
 བསྐོས། །རྩ་སྤིང་ཐམས་ཅད་འབངས་སུ་བཞག། །ཆ་བྱང་ཅིར་ཡང་བརྒྱས་ནས་སུ། །དམ་པའི་གཏུག་ལག་ཁང་  
 སྐྱོང་ཞིང། །བཙུན་པ་བསྐྱུང་སྤྲད་རྗེས་འབྲང་བཙས། །དད་པས་འཕོད་གྱིས་འདིར་གཤེགས་ཤིག། །ཟེར་  
 གསུངས་རུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྩྱུ་ལྷ་ནི་ཐིབ་ལྷ་དོམ་སྐྱུག་གསོལ། །ཞགས་པ་སྐྱུ་གྱི་ཕྱག་ན་འཛིན། །མོན་བུ་སྐྱུ་ལྷིད་སྐྱང་ཆེན་བཅིངས། །ཐོག་  
 སེར་སྐོག་འགྲེད་བརྒྱ་བྱིན་ལགས། །ཟེ་བྲེད་ཤེན་རོ་གཟན་ཡུམ། །དག་བསྐྱེན་ཤེལ་འབྲེད་སྐྱུལ་པ་སྟོན། །སྐོག་  
 བདག་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་བ། །གཡར་དམ་སྐོངས་སོ་འབྲིན་ལས་སྐྱུབས། །འ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་བེར་ལྷ་ལྱོན། །རྩོ་རྗེ་  
 གསོལ་ཞིང་གསེག་ཤང་ཐོགས། །རྩྱག་གཟིག་དོམ་ཤེད་རོལ་དུ་འདུར། །མདོག་ནག་སེང་གཞོན་སུ་ཏ་ཆེ། །ཡ་  
 མ་རོ་ལངས་མ་དང་རོལ། །དག་སྐོང་དག་བཙོམ་སྐྱུལ་པར་སྟོན། །བཤན་པ་བྱ་ལྷིད་བཀའ་སྤོད་དེ། །གཡར་

དམ་སྐོངས་སོ་འཕྲིན་ལས་སྐྱབས། །རྒྱུའི་གཡང་གཞི་སྟག་ཤམ་གྱོན། །སྐྱུལ་བརྒྱན་དག་སྟ་ཞགས་པ་  
ཞུར། །ནག་པོ་ལྷང་མགོ་གཡུ་འབྱུག་ཞིད། །སྤྲེའུ་སྤྲོ་བའི་ཤིང་བྱ་ཅན། །ལ་ལ་གསེར་གྱི་སྤྲུ་གི་འལྱུད། །སྤོ་སྤྲུ་  
འབར་བ་སྐྱུལ་པར་སྟོན། །མཐིང་ནག་དོ་ཇོ་ལེགས་པར་སྟོན། །གཡར་དམ་སྐོངས་སོ་འཕྲིན་ལས་སྐྱབས། །ཤ་  
གོས་བེར་ནག་སྤྲུག་ལྷུ་ཅན། །སྤྲེའུ་མའར་ཚན་དན་བེར་ཆེན་བསྐྱེད། །སྐྱུང་གི་ཁྲས་བསྐྱོར་དེའུ་གཞོན། །དམར་པོ་  
དག་སྟ་སྤྲེད་གཅིག་སྤུ། །ས་ལ་པར་སྤྲེས་དང་དགེས། །མཐིང་ནག་རལ་བརྗེས་སྐྱུལ་པར་སྟོན། །དོ་ཇོ་གྲགས་  
ལྷན་ཁ་ལོ་པ། །གཡར་དམ་བསྐོངས་སོ་འཕྲིན་ལས་སྐྱབས། །ཉ་རི་ལ་བཞོན་ཞལ་གསུམ་པ། །ཕྱག་དྲུག་མཚོན་  
བསྐྱམས་ཐོད་སྟེང་ལྷ། །དར་དཀར་ཞིང་སྤྲུགས་སྤྲུག་ཆས་ཅན། །འཚུབ་མ་ཁྲིད་པ་པོ་ཀར་ཉ། །ཨ་ཕྱི་བདུད་  
གཟའ་སྤྲིན་དཀར་ཡུམ། །ནག་པོ་སྤྲུགས་གྱོན་སྐྱུལ་པར་སྟོན། །སྟོན་པོ་ཕུ་ཉ་ནག་པོ་སྟེ། །གཡར་དམ་བསྐོངས་  
སོ་འཕྲིན་ལས་སྐྱབས། །འཕྲིན་ལས་མཛད་པའི་རུ་འདེན་དང་། །དུག་གསུམ་གདུག་པའི་སྟ་མ་སྟོན། །དེ་དག་  
ཀུན་ཀྱང་མཚོད་ལགས་གྱིས། །དགོས་པའི་དོན་དེ་སྐྱུར་དུ་སྐྱབས། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**གསོལ་མཚོད།**

དགོན་སྡེ་འདི་ཁར་དུས་རྒྱུན་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ །ཟླ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོ། །དེ་ལས་ །ལོ་ལྷན་དུས་ཆེན་ཚུ་གི་  
སྐྱབས་ །གསོལ་མཚོད་ཚུ་ །མ་བུབ་བུབ་སྡེ་སྤུལ་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ །གཡུས་མི་དད་ཅན་ཚུ་གི་ཁ་སྤྲུག་ལས་  
ཡང་ །ཁོང་རའི་སྐྱབས་བདེ་སྤྲུག་དང་འཁྲིལ་ཉེ་ །གནས་བདག་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱིས་གསོལ་མཚོད་ཚུ་སྤུལ་དོ་  
ཡོད་པ་ཨིན་པས།

སྟ་ཁང་འདི་ །བྱིན་བརྒྱབས་ཅན་གྱི་སྟ་ཁང་ཅིག་ཨིན་པ་ལུ་བརྟེན་ །དུས་རྒྱུན་གྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནི་དང་  
ཉམས་གསོའི་ལཱ་རེ་འབད་དགོཔ་འཕྲོན་པའི་སྐྱབས་ །གཞུང་དགོ་འདུན་སྟོན་ཚོགས་ལས་བརྒྱུད་དེ་ །རྒྱ་གྲ་ཚང་  
ལས་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་ཁར་ །བཀའ་འཇུག་དང་སྐྱུང་གནས་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཕྱོགས་དང་  
འབྲེལ་བའི་ལས་སྟུ་ཚུ་ལུ་ །དད་ཅན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་དུམ་གྲ་རེ་ །སྤུལ་དང་སྤུལ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་  
ཨིན་པས།

## མཐའ་དོན།

རྒྱ་གསལ་སྤྲུལ་རྒྱུ་ལོད་མི་ གཏེར་སྤྲུལ་དགོན་པ་འདི་ མི་ལོ་ ༡༠༠ དེ་ཅིག་གི་རྟེ་མ་ལས་བཞེངས་  
ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ རྟེང་མ་ཅིག་ཨིན་པའི་ཁར་ ནང་རྟེན་ཅུ་ཆེ་བྲག་ཡང་ ལེ་ཤ་ཅིག་ར་ཡོད་པ་ལས་ སྤྱིར་བཏང་  
རྒྱ་རྫོང་ཁག་གི་མི་སེར་དང་ བྱེ་བྲག་ཏུ་ བེར་སྤྱིས་གཡུས་ཚན་གྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ སན་ཐོགས་སྤོམ་སྤེར་ཐོན་ཏེ་  
འདུག།

## རྒྱལ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་སན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

## འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་སམ་རྒན་ཤོསམ།  
ལྷང་ཁང་གི་སྐམ་ཚེས་བཅུ་དོ་རྗེ།

## ༡ རྫོང་པོ་བྱི་ཤིང་།

གནད་དོན་བཟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྫོང་པོ་བྱི་ཤིང་།

གནས་ཁང་།

རྫོང་པོ་ཚོས་འཁོར་སྤྲིངས་ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

རྫོང་པོ་ལ།

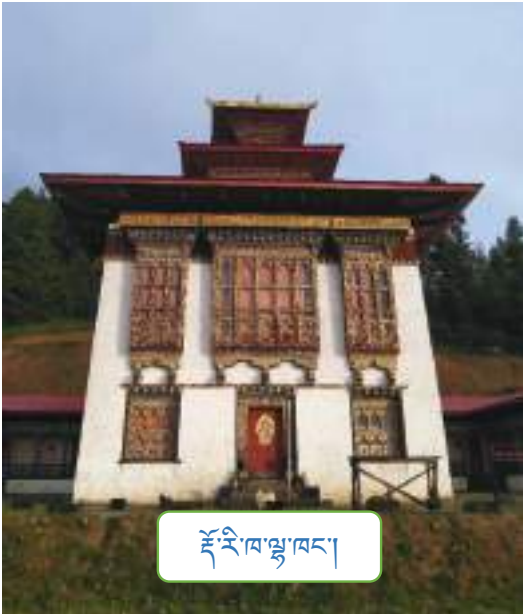
བསྐྱེད་མི།

རྫོང་པོ་ཁ་དང་ཀོང་ལྷ་ནང་སྤྲིང་མཇུག་སྤྲིང་གི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



དེ་ཡང་དུས་རབས་ ༡༥ པའི་ནང་ཚོུན་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་གསར་སྐྱེས་གནས་ཅི་གནས་ལུ་བྱོན་པའི་ལམ་ཁར་རྫོང་པོ་ལ་གཡུས་གྱི་མཇུག་དཔལ་སྤེར་སྤྲིང་ཁའི་ལྷ་ཁང་ཆགས་ས་དེར་ས་འདུལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱ་བས་ཤིང་གཏེར་སྐོ་ལར་མ་སྟོད་པ་ཅིག་ཁར་རྫོང་པོ་ལ་ལྷ་ཁང་མའི་ལྷ་ཁང་དང་ཕྱག་ཤུག་ཤན་གྱི་ལྷ་ཁང་བཞག་སྟེ་བྱོན། དུས་ཚོད་ནམ་ཡིན་ན་གཏན་གཏན་ཅིག་མེད་རུང་ལྷ་ཁང་དང་པ་ས་གནས་དེ་ཁར་ཆགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། དུས་རབས་ ༡༩ པའི་མཇུག་ཚམས་ལུ་གཡུས་གྱི་མཇུག་ལས་སྤོ་ཞིན་མ་དུ་ད་སྟོན་ལྷ་ཁང་ཡོད་པའི་ས་གནས་འདི་ནང་གསར་བཞེངས་གནང་། (རྫོང་པོ་བྱི་ཤིང་།)

མཁལ་མི་རབས་ཉེར་ལྔ་པ་སློང་རི་རྗེ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྣམ་ཐར་ནང་གསལ་མི་ལྟར་དུ། ལྷ་ཁང་གསར་  
བཞེངས་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ བད་གི་བད་རྟེན་སྐྱེ་འདྲ་ཚུ་ལུ་གཟུངས་སུལ་གནང་། རྟེན་གྱི་གཙོ་བོ་ལེ་ཤེས་  
སེམས་དཔའ་སྡེ་སྐབ་དབང་རྒྱ་སྐྱེའི་ལྷན་མཚར་ཁྱད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཕྱག་ལ་སྐྱེགས་བམ་བསྐྱམས་པ་གཅིག་ལུལ་  
ཚོགས་དེ་ནང་ཚོས་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱིགས་ཏེ་སུལ་ལུག།

དཀར་བརྒྱུད་གོང་མ་ཚུ་གི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་རྟེན་རྗེས་སྐྱ་ཚོགས་ཡང་ བད་གཟུངས་སྡེ་སུལ། རབ་གནས་  
གྱི་ཚོག་ཡང་ འདུ་ཁང་ནང་དགེ་འདུན་པ་དམངས་དང་གཅིག་ཁར་ གྲུ་མ་རིགས་དྲུག་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སློ་  
ལས་མཛད་གནང་ཡོད་པ་སྡེ་རྣམ་ཐར་ནང་གསལ། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༧ ཙམ་ལུ་ རིན་སྐྱེངས་དྲུང་ཡིག་ཆེ་རིང་སུན་  
ཚོགས་གྱིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ས་དམར་ཀཔོ་དོའུ་བསྐྱབ་འཛོན་དང་མི་སེར་ཚུ་གིས་ད་སྟོ་ལྷ་ཁང་ཡོད་སའི་ས་  
ཁོངས་དེ་ནང་ ལྷ་ཁང་གསར་བཞེངས་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་ ལེགས་ཤོམ་སྡེ་སྐབ་སྡེ་གནས་བདག་ཚོ་པོ་བྱི་  
ཤིང་འདི་བཀའ་གཉམ་དྲག་ཡོད་པ་མ་ཚད་འཕྲིན་ལས་ཡང་སྐྱུར་དྲག་ཡོད་པ་ལས་ སྐྱུང་སྐྱོབ་མེལ་ཆེ་དུས་དང་  
དུས་སུ་མཛད་ཡོད་པ་སྡེ་བཤད་སོལ་འདུག། དུས་རབས་༡༩པའི་མཇུག་ཙམ་ལུ་ གཡས་གཡོན་གྱི་བྱམས་ར་ཚུ་  
སྐྱུང་གསལ་གྲུ་མ་ཤེས་རབ་མཐར་བུའི་བྱིན་གྱིས་བཏགས་ཏེ་ ཉམས་གསོ་ཡང་མཛད་གནང་ལུག། ལོ་རྒྱུས་དང་  
འཁྲིལ་བ་ཅན་དུས་ཚོད་གཏན་འཁེལ་མེད་རུང་ སྐྱང་པ་ལོར་བུ་སྐྱང་ལྷ་ཁང་དང་། རྫོང་ལྷ་ཁང་། རྫོང་  
མཐར་ས་ལྷ་ཁང་། ཨ་ན་དགོན་པ་དང་ བད་སྐྱིས་ལྷ་ཁང་ལྷ་པོ་དེ་ ལུ་རུའི་སྐྱས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་ མི་  
ཉམས་པར་ཞུགས་ནིའི་བརྗེས་མཚོན་ལུ་བཞེངས་གནང་གནང་མ་ཡིན་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས།

ལྷ་ཁང་ལྷ་པོ་དེ་ཡང་ཤུལ་ལས་ཞབས་དྲུང་འཛིགས་མེད་རྫོང་དང་ཚོགས་ལས་ལེ་ཤེས་དངོས་སྐབ་གཉིས་གྱིས་  
ཉམས་གསོ་ཞུ་ཞིན་མ་ལས་བཀྱིས་རབ་གནས་གནང་ཡོད་པ་སྡེ་བཤད་ནི་འདུག། བྱིས་སུ་རྫོང་ལའི་ལྷ་ཁང་གྲུ་  
ཚང་གི་མངའ་འོག་དུ་སུལ་ཚར་བའི་ཤུལ་མར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལུ་ དགེ་འདུན་སློབ་གྲྭ་གསར་གསར་བཙུགས་  
གནང་སྟེ་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་བཞུགས་ཡོད་རུང་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༡ ལོ་ལུ་འབྲུང་བ་སའི་འཛིགས་པ་ས་ཡོམ་གྱི་རྒྱུན་དན་  
ལས་ཉམས་ཆག་སློམ་སྡེ་ར་ཤོར་སོང་མ་ལས། སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་ ཚོས་སློན་མི་རྗེ་སློན་ཆེན་བགྲེས་པ་དཔོན་ཚོ་  
རིང་སྟོབས་རྒྱས་མཚོག་གིས་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ལུ་སྐྱེན་གསན་སབ་སྟེ་ བཀའི་གནང་བ་ལྟར་  
གཙུག་ལག་ཁང་རྩིགས་འབྲུམ་མང་གཞི་ལས་ཉམས་གསོ་ཞུ་སྟེ་ལྷ་ཁང་ཐོག་༢ མ་གྲུ་ཤག་དང་བཅས་གསར་  
སྐྱབ་མཛད། དེའང་ལྷ་ཁང་གི་སྟེང་ཐོག་སྐྱར་གྱི་རྟེན་ སྐྱུག་ལུ་བཙོམ་ལྷན་འདས་སྐབ་པའི་དབང་པོ་དང་།  
གཡས་ལུ་ཨོ་རྒྱུན་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ། གཡོན་ལུ་སངས་རྒྱས་ཚོ་དཔག་མེད་གྱི་སྐྱེ་རྟེན་བྱིན་ཅན་དང་། གཞན་སྐྱེ་



རྟེན་དང་ལྗེ་བས་རིས་ཚུ་ག་ར་གསར་སྐྱབ་ལེགས་པར་གྲུབ་པའི་མཐར་ སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ སྤྱི་ཟླ་དགུ་པའི་སྤྱི་ཚེས་  
 ༢༧ རང་ལུགས་གནམ་ལོ་ ལུགས་བྱི་ཟླ་༢པའི་ཚེས་༡༡ ལུ་ བགྲིས་རབ་གནས་དང་འབྲེལ་ སློབ་གྲྭ་ལོག་  
 སྟེ་ར་འགོ་བརྩམས་གནང་ཡོད་པ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

སྟོན་ཚེ་སློབ་དཔོན་བརྟན་དང་། །སྐྱབ་པ་འཛིན་པའི་སྦྱན་སྲ་  
 རུ། །བསྟན་པ་སྦྱོང་བར་ཞལ་བཞེས་བཞིན། །དམ་ལས་  
 མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །བར་དུ་རིག་འཛིན་སྦྱིང་པོ་  
 ཡིས། །གཙུག་ལག་ཁང་ནམས་གཉེར་དུ་གཏད། །དབང་  
 བསྐྱར་མིང་བྱིན་དམ་ཕོག་བཞིན། །དམ་ལས་མ་འདའ་  
 འཕྲིན་ལས་མཛོད། །མཐའ་མ་བདག་ཅག་ཡོན་མཚོད་  
 ཀྱིས། །མཉེས་པའི་མཚོད་སྤྱིན་འདི་བཤམས་  
 བས། །འགལ་རྐྱེལ་སེལ་ཞིང་མཐུན་རྐྱེན་སྐྱབས། །བཙོལ་  
 བའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི། དམ་ཚིག་ཅན་གྱི་སྐྱབས་དང་མགོན། །རྩོམ་གྲུ་བདུད་ཆེན་པོ་ནི། །སྐྱུ་མདོག་མཐིང་ནག་ལོས་པའི་  
 ཞལ། །ཕྱག་གཡས་ལུགས་ཀྱུ་ཞགས་པ་འཛིན། །གཡོན་པ་དམ་ཉམས་ཅིངྩ་གསོལ། །ལུགས་ཚོག་གོ་ལྷབ་གོས་  
 ཀྱིས་བརྒྱན། །རྟོན་གཡ་ཆེབས་སྟོང་གསུམ་སྦྱལ། །བསྟན་པའི་བྱ་ར་མཛོད་ལ་བསྟོད། །འཁོར་དུ་སྐྱུ་བཙན་སྦྱོན་  
 མོ་དང་། །ཡང་སྦྱལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ། །ཁྱོད་ལ་ཆ་ཙམ་བསྟོད་པ་ནི། །རྒྱལ་བསྟན་ཚོས་བཞིན་འགྲུབ་ལ་  
 བསྟོད། །བདག་ཅག་འགལ་རྐྱེན་ཀུན་སེལ་ཞིང་། །པ་རོལ་བསམ་སྦྱོར་རན་པའི་དག། །མིང་ཙམ་ལྷག་མ་མེད་  
 པ་དང་། །བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

### གསོལ་མཚོད།

དུས་རྒྱུན་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུན་དང་ ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོ་ བཅུ་བཞི་མགོན་པོ་དང་ ཉེར་དགུའི་མགོན་པོ་ དུས་  
ཚོན་ལྷན་པར་ཅན་ཚུ་གི་སྐབས་ གསོལ་མཚོད་ཚུ་རྒྱུན་ཚད་མེད་པར་ སུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

དགོན་སྡེ་གསལ་བཞེངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ མི་དབང་མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་བློན་  
དང་ མི་རྗེ་སློན་ཚོན་བསྐྱེད་པ་ དྲག་ཤོས་ཚོ་རིང་སྟོབས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ ས་གནས་གཞུང་དང་ མི་སྡེའི་རྒྱབ་  
སྐྱོར་ལས་བརྟེན་ དགོན་སྡེ་འདི་རྩ་བ་ལས་གསལ་དུ་བཞེངས་ཏེ་ ཕྱི་སྲུབ་ནང་སྲུབ་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སྐྱེ་  
མཚོད་འབྲུམ་སྡེ་གི་དོན་ལུ་ཡང་ མི་སྡེ་དང་གཞུང་ལས་ རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ལ་གང་མཚམས་རེ་གནང་དང་གནང་  
བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

### མཐའ་དོན།

རྗོ་རི་ཚོས་འཁོར་སྤྱིངས་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་གསལ་སྐྱེས་ཆེད་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་མི་སེར་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ གཤེན་གསོན་  
དང་འབྲེལ་བའི་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་རིམ་པ་ཚུ་ནང་ བན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེ་དྲགས་སྡེ་ར་བྱུང་སྟེ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་  
ཨིན་མ་མ་ཚད་ ལྷག་པར་དུ་ཡང་ རྗོ་རི་ཁ་དང་། ཀོ་ལུ་ནང་། སྲང་མཇུག་སྐྱང་གི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ མེད་ཐབས་  
མེད་པའི་དགོན་སྡེ་ཅིག་ལུ་རྒྱུར་ཏེ་འདུག།

### རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

### འདྲི་བསྐྱེད་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས་མ།

ལྷ་ཁང་གི་སྐྱེས་དང་དཀོན་གཉེར།

### ༣ སྐང་བཙན།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      སྐང་བཙན།

གནས་ཁང་།    ཐང་སྦྱིས།

གཡུས།    རོ་རི་མཐའ་ས།

བསྟན་མི།    རོ་རི་མཐའ་སའི་གཡུས་མི་ཚུ་གིས་བསྟན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ལྷ་ཁང་འདི་གནས་ལོ་དེ་ཅིག་ཁར་ཕྱག་བཏབ་ཡོད་ཟེར་མ་  
ཤེས་ཏེ་འབད་རུང་དག་རྒྱན་ལྟར་དུ་འབད་བ་ཅིན་ད་རེས་  
ལས་རྩིས་པའི་ལོ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུ་དེ་ཅིག་ཁར་བཞེངས་  
གནང་གནང་མ་འོང་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་མས། གནད་ས་  
བཅགས་གནང་མི་དེ་གྲུམ་ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཟེར་ལྷ་མི་  
དེ་ཡིན་མས། ད་རེས་དགོན་གནས་དེ་ཁར་རྒྱ་གྲ་ཚང་ལས་  
སྦྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་རྣམ་པར་གཡུས་དེའི་མི་  
སེར་གྱི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་རྒྱ་ལས་ཡིན་མི་སློབ་ཚོ་

དབང་རྣམ་རྒྱལ་དེ་ད་ལྟོ་ས་གནས་དེའི་གྲུམ་སྤེ་བསྐྱོས་ཏེ་མི་སྤེ་དང་སངས་རྒྱུས་བསྟན་པའི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་མཛད་དང་  
མཛད་བཞིན་བཞུགས་ཏེ་འདུག།

# དམ་བཞག།

སྒོན་ཚོ་སྒོ་བ་དཔོན་པོ་དང་། ལྷུ་བ་པ་འཛིན་པའི་སྐུ་སྐྱེ་བུ། བསྐྱེད་པ་སྐྱོང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། དམ་ལས་མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། བར་དུ་རིག་འཛིན་སྡིང་པོ་ཡིས། གུ་ལྷུ་ག་ལག་ཁང་རྣམས་གཉེར་དུ་གཏད། དབང་བསྐྱར་མིང་གྱིན་དམ་ཕོག་བཞེན། དམ་ལས་མ་འདའ་འཕྲིན་ལས་མཛོད། མཐའ་མ་བདག་ཅག་ཡོན་མཛོད་ཀྱིས། མཉེས་པའི་མཛོད་སྡིན་འདི་བཤམས་ནས། འགལ་རྒྱུན་སེལ་ཞིང་མཐུན་རྒྱུ་སྐྱབས། བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་སྐྱབ་པར་མཛོད། ཟེར་གསུངས་ལུག།



སྐྱང་བཅའ།

## གསོལ་མཚོད།

རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉན་བཅའ་རྒྱུ་ཆེ། སྦྱིང་བཞི་དབུས་ཀྱི་རི་དབང་བཞེན། ཉི་ཟླ་རྒྱུང་གི་ཐབ་བཤོས་ནས། བཟླ་བས་མི་ངོམས་ཚུད་ལ་བསྟོད། རྩོད་སྐྱུགས་རྒྱ་གཉེར་ཆེན་པོའི་སྐོང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཏགས་ལོར་བུ་འཛིན། གཞོན་འཚོ་གི་མདུང་མཚོན་སྤངས་ནས། སྦྱོངས་གྲོགས་མེལ་ཆེ་མཛོད་ལ་བསྟོད། རྟོ་དམར་སྟེང་ན་ཉི་མ་འབུམ། འོད་འཕྲུང་ཕྱག་གཡས་མི་སྦྱིང་དང་། གཞོན་པ་ཞགས་པ་སྐོག་འཕྲུག་པའི། དམ་ལྷན་བཅའ་རྒྱུ་ཆེན་པོར་བསྟོད། ཡུལ་ཕྱོགས་

འབངས་འཁོར་བཅས་པ་ལ། གཞོན་ཅིང་འཚོ་བའི་འགལ་རྒྱུན་དང་། སང་སེར་སྐྱ་གོ་ཐམས་ཅད་ལས། སྐྱོང་སྐྱོབ་ཚུད་ལ་བདག་གིས་བསྟོད། དེ་ལྟར་བསྟོད་པའི་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས། འཕྲོ་ལེགས་ཆར་རྒྱ་དུས་འབབ་དང་། བདེ་སྦྱིད་ཉི་མ་ཚོགས་ལྷན་ལྟར། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཚུད་ཀྱིས་སྐྱོང་བར་མཛོད། ཟེར་གསུངས་ལུག།

ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ཉམས་གསོ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་གཞུང་གི་འཆར་གཞི་དང་བསྐྱེད་ཏེ་རྒྱུ་སྐྱོར་གནང་དོ་ཡོད་པའི་ཁར་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་གི་སྐབས་ཡང་གཞུང་དགོ་འདུན་ལྷན་ཚོགས་དང་མི་སྡེའི་རྒྱུ་སྐྱོར་དུམ་གྲེ་གནང་ཐོག་ལས་སྐྱོང་མ་གཏིག་དང་ཅན་རྒྱུ་ལས་རྒྱུ་སྐྱོར་ལྷུ་འཚོལ་ཏེ་མཛོད་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

## མཐའ་དོན།

གསང་སྤྲུལ་མཛད་འོག་ རྫོང་མཐའ་སའི་གཡུས་ཚན་ནང་ཆགས་ཏེ་ཡོད་མི་ རྫོང་མཐའ་སའི་ལྷ་ཁང་འདི་ངག་  
རྒྱུན་ལྷན་དུ་འབད་བ་ཅིན་ལོ་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཙུན་དེ་ཅིག་གི་ཉེ་མར་ གྲམ་ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ཟེར་ལྷ་མི་གིས་  
བཞེངས་གནང་གནང་མ་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་ནི་འདུག། དགོན་པ་འདི་ ཉེ་མ་སྟེར་གྱིས་བདག་འཛིན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་  
པའི་དགོན་སྟེ་ཅིག་ཡིན་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་རྒྱ་གར་ཚང་ལུ་ཕྱིས་སུ་ལ་ཏེ་ ད་རེས་གཞུང་གྲ་ཚང་གིས་  
འཛིན་སྐྱོང་འཐབ་གནང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་པས།

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སྐྱོང་སྟེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

## འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྟེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།  
ལྷ་ཁང་གི་གྲམ་ཚེས་བཙུན་དོ་ཟེ།

## ༤ སྒང་རི་པ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      སྒང་རི་པ།

གནས་ཁང་།                                      ཨ་ན་བགྲིས་ཚོས་སྒྲིང་དགོན་པ།

གཡུས།                                         ཨ་ན།

བསྟེན་མི།                                      གནས་བདག་བསྟེན་མི་ཤར་བ་ཤེབ་སྤྱིས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

### ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



བཟུ་ཤེས་ཚོས་སྒྲིང་དགོན་པ།

ཨ་ན་བགྲིས་ཚོས་སྒྲིང་དགོན་པ་འདི་གསང་སྤྱོད་ཆེད་  
 འོག་ཨ་ན་གཡུས་ཚན་ནང་ཆགས་ཏེ་འདུག། ལྷ་ཁང་  
 འདི་གདན་ས་བཏབ་མིའི་སྐབས་དང་ ཅུས་རབས་ལ་  
 སོགས་པ་ ཁ་གསལ་སྟེ་སྐབས་ཚུགས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་  
 ལས་ ལྷ་ཁང་གི་རྒྱུ་རྩའི་ལས་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཞེད་མ་  
 ཚུགས།

ཨིན་རུང་ ལྷ་རིམ་བཞེན་ཏུ་གི་ཡར་ལོ་མར་ལོ་དང་ ཅུས་མཚན་འབྲུམ་སྟེ་ཚུ་ དགོན་སྟེ་གཞན་དང་ཅོག་  
 འབྲུམ་སྟེ་ར་ གནད་སྟོན་ཡོད་པའི་ཁར་ མི་སྟེ་ལས་རྒྱ་སྐྱོད་གི་གྲོགས་རམ་དང་ གཞུང་ལས་ལྷ་ཁང་ཉམས་  
 གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྐྱ་རེ་འབྲོན་པའི་སྐབས་ མ་དུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་གནད་དང་གནད་བཞེན་ཏུ་ཡོད་  
 ཟེར་བཞེད་ཨིན་པས།

# དམ་བཞག།

འཁོར་འདས་ཕན་གོད་འབྱུང་བའི་གཟུང་འཛིན་ཚོས། །རང་བཞིན་ཡོངས་ཤེས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་རྟ། །ཕན་ཚུན་  
འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་ས་གཉེན་པོ། །ཇི་བཞིན་དུས་ཀྱི་གཡེལ་མེད་བྱུགས་ལ་དགོངས། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།



## རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།

ཡེ་ཤེས་འོད་ལྗང་དྲུངས་བའི་མདངས་མཚར་པོ། །སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་  
མཚན་རྣམ་འགྲུར་སྣ་ཚོགས་པ། །ངེས་མེད་རྒྱལ་བའི་འཕྲིན་ལས་  
མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །གང་འདུལ་མོས་གཟུགས་རྒྱུ་མཐོང་སྣང་  
བའི་ཚུལ། །རྒྱལ་བ་སྣུན་འཛིན་སྦྱོང་སྤེལ་ལ་དག་སྦྱོང་  
ཆས། །སྦྲོམ་གསུམ་རྒྱལ་ཁྲིམས་གཙང་བའི་ཉམས་ལྡན་  
ཞིང་། །རྣལ་འབྱོར་འཕྲིན་སྦྱུབ་པར་བྱེད་ཀྱི་གཟུགས། །གཞོན་  
ལུང་ཆས་བཟང་གང་འདོད་སྟེར་བའི་ཚུལ། །དད་དམ་མོས་པའི་  
སྣང་ངོར་ཡིད་བཞིན་ལོར། །མཚོག་མཐུན་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་ལ་  
ལྷག་པའི་ལྷ། །འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པའི་འཕྲིན་ལས་

པ། །ཀུན་འདུས་རེ་དོགས་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་སྦྱོལ། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་ལུག།

## གསོལ་མཚན།

རྒྱལ་དང་པའི་ ཚེས་༥-༡༠ ཚུན་མ་ཁི་ཞག་གསུམ་སྐབས་ ཉིན་དང་པ་ རྩོལ་སྤྱོད་རས་གཟིགས་དང་གསོལ་ཕུ་  
གྲོལ་ཏེ་ སྤར་པ། ཉིན་༥པར་རྩོལ་སྤྱོད་རས་གཟིགས། ཕྱི་ཚུ་བསྐྱང་བཤགས། ཉིན་༩ པར་ རྩོལ་སྤྱོད་རས་  
གཟིགས་ གསོལ་ཕུ་གྲོལ་ཏེ་ ཚེ་དཔག་མེད། དེ་ལས་ ད་རུང་ རང་རྒྱུ་དང་པའི་ ཚེས་ ༡༤-༡༦ ཚུན་  
ཤར་པ་ཤེབ་སྐྱེས་ མི་མེར་དམངས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་སྦྱང་གནས་བཟུང་སོལ་འདུག། ཚེས་༡༥ ལུ་  
སྤྱིན་བདག་ སྐྱེ་གཉེར་གྱིས་མཛད་དེ་ ཚོགས་ཞལ་གངས་ ༤ ལས་མ་ཉུང་ཅིག་དང་ཚོགས་འགུལ་ ལྷམ་

དམ་ལྷན་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་མཚོད་སྤྱད་པ་དང་ ཚོས་སྤྱད་མགོན་པོ་ལས་སྡེ་གནང་དགོ། ཟླ་<sup>2</sup>པའི་ཚེས་ ༡༠ ལུ་  
ཚོས་བརྩེ་ཅིག་ དེ་ཡང་ མི་སེར་དམངས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་བཟུང་སྲོལ་འདུག། ཟླ་<sup>3</sup> པའི་ནང་ཞབས་  
བྱུང་སྐུ་མཚོད་དེ་ གཡུས་ཁའི་དགོ་སློབ་བགྲུས་པ་ཚུ་གིས་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་བཟུང་། རྒྱལ་པོ་ཚེས་<sup>4</sup>  
དམངས་ཀྱིས་བཟུང་སྲོལ་འདུག། ཟླ་<sup>5</sup>པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་སྤྱིན་བདག་ སྐུ་གཉེར་གྱིས་སྡེ་ ཚོ་གཤམ་ཞལ་གངས་  
<sup>6</sup> ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་དང་ཚོགས་འགུལ་ ལྷམ་དམ་ལྷན་ཅིག་གིས་གནང་དགོ། རྒྱལ་མཚོད་སྤྱད་པ།  
མགོན་པོ་དང་ཚོས་སྤྱད་བཅས་གནང་དགོ། ལྷ་བབ་དུས་ཚེན་འདི་ གཡུས་ཀྱི་སློབ་ཆ་ལྷབ་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་  
ལས་བཟུང་སྲོལ་འདུག།

ལྷ་ཁང་འདི་ དམངས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ མི་སྡེ་ལས་རྒྱ་སྤྱད་གི་རྒྱལ་སྤྱི་དུམ་གྲེ་དང་  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་སྐབས་ ཡུད་ཁའི་རྒྱལ་སྤྱི་དེ་གནང་སྲོལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་ ཉམས་གསོལ་ལུ་  
གི་སྐབས་ ཟེད་འོག་བརྒྱུད་དེ་ གཞུང་ལས་རྒྱལ་སྤྱི་ཚུ་ གནང་དང་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

གསར་སྤྱོད་ཟེད་འོག་ལུ་ཡོད་མི་ ཨ་ན་བཀའ་ཤིས་ཚོས་སྤྱི་དགོན་པ་འདི་གི་ཆགས་རབས་ཀྱི་སློབ་ལས་ ཁ་  
གསལ་ཅིག་སྤྱོད་ཚུགས་མི་ག་ཡང་མེད་རུང་ ལོ་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་ནིའི་རིམ་པ་ཚུ་ དགོན་སྡེ་ལེ་ག་  
ཅིག་དང་ཕྱད་པ་ད་ དགོན་སྡེ་འདི་ཁར་ མང་དོབ་བཟུམ་སྡེ་མཐོང་ཅི། མི་སྡེ་དང་གཞུང་ལས་རྒྱལ་སྤྱི་ཚུ་གྱི་རིགས་  
ཚུ་ཡང་ དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཚོགས་འཐད་པ་སྡེ་གནང་སྡེ་འདུག།

**རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།**

ཅ་རྟེན་འཛིན་སློབ་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀུན་པོ་ལས་སློབ།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།**

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་ཁྲིད་པ་དང་མི་སེར།  
ལྷ་ཁང་གི་དགོན་གཉེར།



༥ སྐང་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྐང་བཙམ།

གནས་ཁང་།

ཨ་ན་བཀྲིས་ཚོས་སློང་དགོན་པ།

གཡུས།

ཨ་ན།

བསྟེན་མི།

གནས་བདག་བསྟེན་མི་འདི་ ཤར་བ་ཤེབ་སྤྱིས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་  
ཨོན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



བཀྲིས་ཚོས་སློང་དགོན་པ།

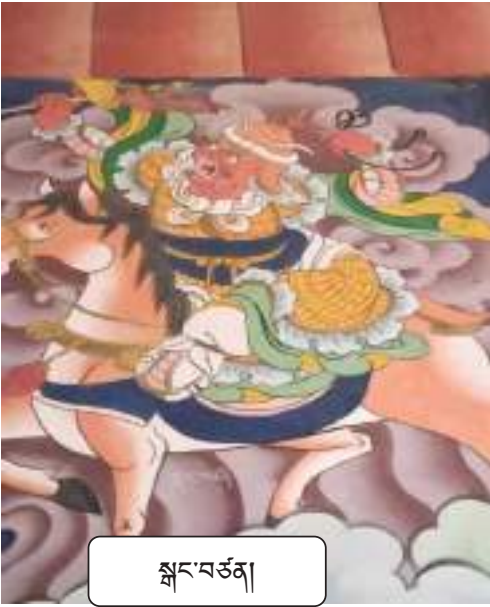
ཨ་ན་བཀྲིས་ཚོས་སློང་དགོན་པ་འདི་གསང་སྐྱེས་  
མེད་འོག་ཨ་ན་གཡུས་ཚན་ནང་ཆགས་ཏེ་འདུག།  
ལྷ་ཁང་འདི་གདན་ས་བཏབ་མིའི་བླ་མ་དང་  
དུས་རབས་ལ་སོགས་པ་ ཁ་གསལ་སྟེ་སྐྱབ་  
ཚུགས་མི་ག་ཡང་མེད་པ་ལས་ ལྷ་ཁང་གི་རྫོང་  
ལས་ལོ་རྒྱུས་ག་ནི་ཡང་བཀོད་མ་ཚུགས།

ཨོན་རུང་ ལྷ་རིམ་བཞིན་དུ་གི་ཡར་རོ་མར་རོ་དང་

དུས་མཚན་འབྲམ་སྡེ་ཚུ་ དགོན་སྡེ་གཞན་དང་ཚུག་འབྲེལ་སྡེ་ར་ གནང་སྲོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ མི་སྡེ་ལས་རྒྱ་  
སྤང་གི་གོ་གསུམ་རམ་དང་ གཞུང་ལས་ལྷ་ཁང་ཉམས་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྤྲོ་རེ་འཐོན་པའི་སྐབས་ མ་  
དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཚུ་གནང་དང་གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་པས།

**དམ་བཞག།**

རིག་འཛིན་པ་སྤྲོ་ཐོད་འཕྲེང་དང་། །སྤྱབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་བཅས་ཀྱིས། །སྤྱན་སྲར་དམ་བཅས་དགོངས་  
མཛོད་ལ། །དེང་འདིར་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།



སྤང་བཅོན།

**རྣམ་པ་དང་སྤྱོད་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

གསང་ཆེན་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ཡི། །བསྟན་དང་དེ་འཛིན་སྐྱོང་བའི་  
ལྷ། །གང་འདུལ་སྤྲོ་ཚོགས་སྤྲོར་བཞེངས་ཏེ། །དམ་ལྷན་བྱ་  
བཞིན་སྐྱོང་ལ་བསྟོད། །བསམ་འཕེལ་ལོར་བྱ་དཔག་བསམ་  
ཤིང་། །འདོད་འཛོལ་བ་དང་གཏེར་བུམ་སོགས། །བསྟན་  
དང་སྲེལ་དང་འདོད་དགུའི་ཚོགས། །སྲོལ་བའི་མཐུ་ལྷན་  
རྣམས་ལ་བསྟོད། །བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
རྣམས། །ཡུལ་ལམ་བྱེས་སོགས་གར་འདུག་ཀྱང་། །ལེགས་  
དང་སྲོད་ལ་ཉེས་དང་བསྟོལ། །ཆེན་པོའི་འབྱོར་པས་ཕྱུག་

པར་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོན།**

ལྷན་དང་པའི་ ཚེས་ ༥-༡༠ ཚུན་མ་ཉི་ཞག་གསུམ་སྐབས་ ཉིན་དང་པ་ རོ་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་གསོལ་མ་  
གོལ་ཏེ་ སྤར་པ། ཉིན་ ༥པར་རོ་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས། ཕྱི་རུ་ བསྐང་བཤགས། ཉིན་ ༩ པར་ རོ་པ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་ གསོལ་མ་གོལ་ཏེ་ ཚོ་དཔག་མེད། ད་རུང་ རང་ལྷ་དང་པའི་ ཚེས་ ༡༤-༡༦ ཚུན་ ༡༨  
པ་ཤེབ་སྤྱི་ མི་སེར་དམངས་ཀྱི་འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་སྤྱང་གནས་བཟུང་སྲོལ་འདུག ཚེས་ ༡༥ ལུ་སྤྱིན་

བདག་སྐྱེ་གཉེར་གྱིས་མཛད་དེ་ ཚོགས་ཞལ་གངས་ ༩ ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་དང་ཚོགས་འགྲུལ་ གྲམ་དམ་  
ལྷན་ཅིག་གིས་ རྒྱལ་མཚོད་ཕྱུར་པ་དང་ ཚོས་སྲུང་མགོན་པོ་ལས་སྟེ་གནང་དགོ།

ཟླ་༥པའི་ཚེས་ ༡༠ ལུ་ཚེས་བཅུ་ཅིག་ དེ་ཡང་ མི་སེར་དམངས་ཀྱི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལས་བཟུང་སྟོལ་འདུག  
ཟླ་༥ པའི་ནང་ཞབས་དྲུང་སྐྱེ་མཚོད་དེ་ གཡུས་ཁའི་དགོ་སྟོང་བཟུང་པ་ཚུ་གི་འགོ་འདྲན་ཐོག་ལས་བཟུང་།  
དུག་པ་ཚེས་ ༩ དམངས་ཀྱིས་བཟུང་སྟོལ་འདུག། ཟླ་༧པའི་ཚེས་ ༡༥ ལུ་སྤྱི་བདག་སྐྱེ་གཉེར་གྱིས་སྟེ་ ཚོ་  
གལ་ཞལ་གངས་ ༩ ལས་མ་ཉུང་མ་ཅིག་དང་ཚོགས་འགྲུལ་ གྲམ་དམ་ལྷན་ཅིག་གིས་གནང་དགོ། རྒྱལ་  
མཚོད་ཕྱུར་པ། མགོན་པོ་དང་ཚོས་སྲུང་བཅས་གནང་དགོ། ལྷ་བབ་དུས་ཚེན་འདི་ གཡུས་ཀྱི་སྐྱོབ་ཚུ་གི་  
འགོ་འདྲན་ཐོག་ལས་བཟུང་སྟོལ་འདུག།

ལྷ་ཁང་འདི་ དམངས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་འབད་མ་ལས་བཟུན་ མི་སྡེ་ལས་རྒྱ་སྲུང་གི་རྒྱལ་སྐྱོར་དུམ་གྲ་རེ་དང་  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་སྐབས་ ལུང་ཁའི་རྒྱལ་སྐྱོར་རེ་གནང་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ ཉམས་གསོལ་ལཱ་གི་  
སྐབས་ ཚེད་འོག་བརྒྱུད་དེ་ གཞུང་ལས་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚུ་ གནང་དང་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

**མཐའ་དོན།**

གསང་སྤྱོད་ཚེད་འོག་ལུ་ཡོད་མི་ ཨ་ན་བཀའ་ཤིས་ཚོས་སྤྱིང་དགོན་པ་འདི་ ས་གནས་ལུ་ཁ་མཚམས་སུ་སྟེ་  
ཆགས་ཏེ་ཡོད་ཅུང་ ཟླ་རིམ་བཞིན་དུ་གི་ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་ དུས་མཚོད་འབྲམ་སྟེ་ལ་སོགས་པ་ དགོན་སྟེ་  
གཞན་དང་ཅོག་འཐད་པ་སྟེ་ར་ བཟུང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ མི་སྡེ་ལས་རྒྱ་སྲུང་གི་གོགས་རམ་དང་ གཞུང་ལས་  
ལྷ་ཁང་ཉམས་གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སྐྱེ་རེ་འཐོན་པའི་སྐབས་ མ་དངུལ་གྱི་རྒྱལ་སྐྱོར་ཚུ་ཡང་ གནང་དང་  
གནང་བཞིན་དུ་ཡོད་ཟེར་བཤད་པ་ཨིན་པས།

## རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

ཇི་དགོ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༥) ལྷོ་ཡི་ཚོས་འབྱུང་སློབ་གསུང་ལྟོ་བའི་རྒྱན། ཐིམ་ཕུ། ཀེ་ཨེམ་གྱི་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

ཅ་རྟེན་འཛིན་སློབ་སྡེ་ཚན། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པའི་ལམ་སློབ།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

## འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་མི་སྡེ་འགོ་བཙུག་དང་མི་སེར།  
ལྷ་ཁང་གི་སྐྱེས་དང་དཀོན་གཉེར།

## ༤ སྲིད་བྲག་བཙན།

གནད་དོན་བརྩུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྲིད་བྲག་བཙན།

གནས་ཁང་།

སིབ་ཆགས་དགོན་པ།

གཡུས།

ན་ཁ་བཀ་ཤིས་སྐང་།

བརྟེན་མི།

གསང་སྤྲུལ་ཁ་ཤེད་འོག་གིས་གཙོས་པའི་རྒྱ་ལུང་མ་བརྒྱུད་བཞིའི་མི་སེར་རྒྱ་  
གིས་བརྟེན་མ་ཡིན་པས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



སིབ་ཆགས་ལྷ་ཁང་།

སིབ་ཆགས་ལྷ་ཁང་འདི་ ལྷ་ཁང་རྗེའམ་ཅིག་འབདཱ་  
ལས་ རུས་རབས་དང་ གནམ་ལོ་རྒྱུ་ཁ་གསལ་མེད་དེ་  
འབད་རུང་ དག་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ བོད་ཚོས་  
རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ལྷ་བཙན་གྱི་སྐབས་ བསམ་ཡས་མི་གྱུར་  
ལྷན་གྲིས་གྱུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་ ལྷ་ཁང་  
བརྒྱ་དང་རྩ་བརྒྱད་བཞེངས་པའི་རུས་ཚོད་དང་རུས་  
མཉམ་ཡིན་མ་སྟེ་བཤད་སྲོལ་འདུག།

ཡིན་རུང་ སིབ་ཆགས་ལྷ་ཁང་གི་སྤྱི་བརྒྱུད་རིམ་པར་  
ཡོད་མི་དང་བསྐྱུན་པ་ཅིན་ ས་ཆ་འདི་ཁར་གྱུ་རུ་རིན་པོ་

ཆེ་གིས་ ཞབས་གྲིས་བཙགས། ཕྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་ཏེ་ཡོད་རུང་ རྒྱལ་ལས་ སིབ་ཆགས་སྤྱི་བཙན་ཅིག་གིས་

བཞེངས་ཡོད་པ་འོང་ནི་བརྒྱུ་ཅིག་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ ད་ལྟོ་རྒྱུ་ཚོད་སློབ་པ་སྐྱེས་མ་ཚད་པར་ཡོད་མི་འདི་གིས་  
 ཉ་གོ་རྒྱུ་གསལ་ཨིན་པས། ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ གནས་བདག་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བའི་སྐབས་ ལོ་གསུམ་གྱི་  
 བར་ན་ སླང་རེ་བསད་ཞིན་མ་ལས་ དེའི་ཤ་དང་ལྷག་ཚུ་ གནས་བདག་ལུ་སྤུལ་སྲོལ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ གནས་  
 ལོ་ལྷགས་མོ་སླང་ལོ་ ལྷ་བརྒྱུད་པའི་ཚེས་བཙུན་ལུ་ སྐབས་རྗེ་མི་རབས་བདུན་ཅུ་པ་མཚོག་གིས་ དམར་  
 མཚོད་བཞག་སྟེ་ དཀར་མཚོད་སྤུལ་དགོ་པའི་བཀའ་ཤོག་གནང་ཞིན་མ་ལས་རྒྱུར་ གསོལ་མཚོད་འདི་ཡང་  
 དཀར་མཚོད་སྟེ་ར་སྤུལ་སྲོལ་འགོ་བརྒྱུགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་པས།

ལྷ་ཁང་འདི་ སླེར་དབང་གི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཨིན་རུང་ མི་སྡེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་ གསང་  
 སྤུལ་ཁའི་མི་སེར་གྱིས་གཙོས་པའི་ལུང་ལྷོགས་སོ་སོའི་མི་སེར་རྒྱུ་ཡང་ ས་གནས་འདི་ཁར་འོངས་ཏེ་ གནས་  
 བདག་ལུ་མགོན་སྐབས་འཚོལ་མ་ཨིན་པས།



**དམ་བཞག།**

ཀྱི་ སྲོན་ཚེ་དབང་དྲག་པར་འཛིན་འཕྲུལ་། །བརྒྱུད་པར་  
 བཅས་པའི་རྒྱན་སྒྲུབ་། །དམ་ལྷན་སྐྱོད་བར་ཞལ་བཞེས་  
 པའི། །ཐུགས་དམ་གཉན་པོ་མ་གཡེང་མཛོད། །དག་བྱེད་  
 འབར་བའི་སློག་འོད་ཀྱིས། །སྤྱངས་པའི་དུད་སྲིན་ཡོངས་  
 འདུའི་ངད། །ས་དང་བར་སྤང་ཀྱུན་བྱུང་པས། །ཞེད་  
 ཐུགས་ཉམས་གྲིབ་སེལ་གྱུར་ཅིག། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**ནུམ་པ་དང་སྐྱ་མདོག་ཕུག་མཚན།**

ཀྱི་ བརྒྱན་སྤུང་ཡོངས་ཀྱི་རྗེ་བོ་ནི། །དོ་རྗེའི་གཟིགས་ལྷན་ལོས་པའི་ལྷགས། །གནམ་ལྷགས་ཐོག་དང་སྐར་  
 མདའ་ལས། །སྤུང་བའི་ཚོ་འཕུལ་སྲོན་ལ་བསྟོད། །སྐྱ་མདོག་རབ་དམར་ཉི་བཞིན་མདོག། །འཇིགས་པའི་ལྷོ་  
 གཟུགས་ཡ་ལད་བཤོས། །དར་དམར་ན་བཟའ་བཞིན་གསོལ་ནས། །ཚོས་མཛད་སྐྱོད་བ་ལྟོད་ལ་བསྟོད། །ཕྱིར་

ཚོད་དག་ལས་རྒྱལ་མཚན་ཚེ། རྩོམ་མེད་གི་སྤྲོད་ན་བསྐྱེད། གི་མདུང་ཕུར་སོགས་ཏྲ་ཆས་ཀྱིས། རྒྱགས་  
པར་བརྒྱུ་པ་ཚོད་ལ་བསྟོད། དཀར་པོ་ལྷ་ཡི་གཡུལ་རྒྱལ་སྤྲད། གནས་ལྷགས་རུ་མཚོན་གཟིངས་པ་ལ། ལེ་  
གན་བ་དན་སྟོག་ལྟ་བུ། འཕྱར་མཛད་དམག་གི་དཔོན་པོར་བསྟོད། འདོད་དགའི་དཔལ་འབྱོར་སྤྲོད་བསྐྱེད་  
པའི། དད་ལྡན་འཕྲིན་ལས་བཞི་ཐོགས་མེད། བསྐྱུབ་ལུས་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ཡོན། དངོས་གྲུབ་སྤྲོད་མཛད་  
ཚོད་ལ་བསྟོད། ལྷུང་གིས་སྤོང་གསུམ་བསྐྱོར་ལུས་པས། རྩེ་འཕྲུལ་རྩལ་ལྷགས་ཀྱུན་རྫོགས་པའི། ཏྲ་དམར་  
རིན་ཚེབ་རྒྱན་སྤངས་པ། བཅིབས་ནས་མ་ལུས་སྐྱོལ་དེར་བསྟོད། བཀའ་སྟོད་སྤྲོད་བརྟུན་སྤོན་བཅོན་ལུས། རུ་  
འབྲེན་འཁོར་ཚོགས་བཅས་རྣམས་ལ། དད་གཏུང་ཚེབ་པོས་བསྟོད་ལགས་ན། བཅོལ་བའི་འདོད་དོན་བསྐྱུབ་  
པར་མཛོད། ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱར་རྒྱུན་དང་ ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོ་རྒྱ་བརྒྱང་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ རང་ལྷ་དང་པའི་ནང་ མ་  
ཁི་ཞག་གསུམ། རང་ལྷ་གཉིས་པའི་ནང་དགོངས་འདུས་ཚོས་བཅུ། རང་ལྷ་གསུམ་པའི་ནང་ཞབས་རུང་སྐྱ་  
མཚོད། རང་ལྷ་བཞི་པའི་ནང་ བཀའ་འགྲུང། རང་ལྷ་ལྷ་པའི་ནང་སྟེལ་ལྷ་ཚོས་བཅུ། རང་ལྷ་རྒྱག་པའི་ནང་  
རྒྱག་པ་ཚོས་བཞི། རང་ལྷ་བརྟན་པའི་ནང་གནས་བརྟན་བཅུ་རྒྱག་དང་ ཚེ་དཔག་མེད་ཚོ་པོ། རང་ལྷ་བརྒྱད་  
པའི་ནང་ ལྷ་མ་ལོར་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་མཚོད། རང་ལྷ་དགུ་པའི་ནང་ལྷ་འབབ་རུས་ཚེན། རང་ལྷ་བཅུ་པའི་ཚོས་  
ཉེར་༡༧ ལས་ ༡༧ རྒྱན་ ཕུར་པའི་གཏོར་རྒྱབ། རང་ལྷ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་ ལྷ་མོའི་ཚོ་ག། རང་ལྷ་བཅུ་  
གཉིས་པའི་ནང་ ཡར་ངོ་མར་ངོའི་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ ལོ་ལྟར་བཞིན་རུ་གནང་སྟོལ་ཡོད་པ་  
ཨིན་མས།

མི་སྡེ་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཟེར་རུང་ རང་སོའི་དད་མོས་དང་བསྐྱེད་ལོ་ལྟར་ཡང་ན་ ལོ་གསུམ་རེ་བར་ན་གནས་  
བདག་ལུ་གསོལ་མཚོད་སྤུལ་བར་འོང་ནི་ཨིན་པས། གཞུང་ལས་ཡང་ ལྷ་ཁང་ཉམས་བཅོས་གྱི་ལས་སྤྲོད་དང་  
འབྲེལ་བའི་ལྷ་རྒྱ་འཕྲོད་པའི་སྐབས་ མ་དདུལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ གང་ལ་གང་མཚམས་རེ་གནང་མི་འདི་མ་གཏོགས་  
གཞན་ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ འབད་དགོཔ་བཅའ་དགོཔ་རྒྱ་ག་ར་ སིབ་ཆགས་སྐྱམ་རིམ་བྱོན་རྒྱ་གིས་ར་མཛད་དོ་  
ཡོད་པ་ཨིན་མས།

## མཐའ་དོན།

གསང་སྤྲོད་ཆེད་འོག་གི་སིབ་ཆགས་ལྟ་ཁང་འདི་ ལྟ་ཁང་རྟོང་མ་ཅིག་འབདཱ་ལས་ ཏུས་རབས་དང་ གནམ་  
ལོ་ཚུ་ལ་གསལ་མེད་དེ་འབད་རུང་ ངག་རྒྱན་དང་འབྲིལ་བ་ཅིན་ བོད་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ཏུ་བཙན་གྱི་སྐབས་  
བསམ་ཡས་མི་རྒྱར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་ ལྟ་ཁང་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་བཞེངས་པའི་ཏུས་  
ཚོད་དང་ཏུས་མཉམ་ཨིནམ་སྟེ་བཤད་སྟོལ་འདུག། ལྟ་ཁང་འདི་གི་གནས་བདག་ སྲིད་བྲག་བཙན་བསྟན་མི་  
འདི་ གསང་སྤྲོད་ཁ་ཆེད་འོག་གིས་མ་དོ་བར་ ཏུ་ལུང་མ་བརྒྱད་བཞེད་མི་སེར་ཚུ་གིས་ཡང་བསྟན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་  
ཨིན་པས།

## རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

གནས་ཡིག་བསྐྱུས་པ། ལྟ་ཁང་།

## འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ལྟ་ཁང་གི་གྲུམ་སྟོབ་རུང་ཚེན་ཚེ་རིང་།



## » སྤྲོད་ཚུལ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

སྤྲོད་ཚུལ།

གནས་ཁང་།

མོ་ཚུ་ཕུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

གཡུས།

མོ་ཚུ།

བསྐྱེད་མི།

མོ་ཚུའི་གཡུས་མི་ཚུ་གིས་བསྐྱེད་མ་ཡིན།

ལྷ་ཁང་གི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ཕུན་སུམ་དར་རྒྱས་གླིང་ལྷ་ཁང་།

མོ་ཚུ་ཕུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་གླིང་ལྷ་ཁང་  
 འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་ མོ་ཚུ་ཨ་ཕ་  
 མགོན་པོ་ཚེ་རིང་དང་ཁོའི་བུ་སྐྱེས་ཀྱི་སྤྱིང་  
 གཉིས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་  
 བཞེངས་གནང་ཅུག་ དེ་སྐྱེ་བཞེངས་  
 གནང་མི་དེ་ཡང་ སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྐྱེད་པ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ལྷག་

པར་དུ་ ང་བཅས་ར་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ག་ར་ མཐར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་དགོ་ན་ རྒྱ་ཚོགས་  
 བསལ་སྤྱི་བ་བྱང་གཉིས་ལུ་ མ་བསྐྱེད་པ་ཐོབ་ས་མེད་པ་ལས་བརྟེན་ ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡོད་པ་ཅིན་ དེ་ལར་ཚོགས་  
 བསལ་གི་འདི་དོན་ལུ་ ཚོགས་དང་གསོལ་མཚན་ཚུ་ཕུལ་གི་དང་། སྤྱི་བ་བྱང་གི་འདི་དོན་ལུ་ ཕྱག་འཚལ་ སྐོར་ར་  
 རྒྱུ་ ཁ་ཕུན་དགོ་སྤྱིར་ཚུ་ངམ་ངམ་འཁྲུགས་ཀྱིས་འབད་ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ལྷན་པར་ཅན་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ དད་

ཅན་སྦྱིན་བདག་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ ཚེ་འདིའི་དོན་ལུ་མ་བསམ་པར་ རྒྱ་འཕང་མེད་བཏང་སྟེ་ གཡུས་མི་བསོད་  
 བམས་གསལ་སའི་རྟེན་སྟེ་བཞེངས་གནང་ལུག།



སྦྱིན་ཚེད།

**དམ་བཞག**

ཀྱི་ གསང་བདག་དོ་རྗེའི་གཞོན་ལུ་དང་། འབྲུ་ཕྱོག་ཐོད་  
 འཕྲེང་ཕུལ། འདིག་འཛིན་གོང་མ་རིམ་ཕྱོན་གྱིས། འཛི་ལྟར་  
 བསྐྱོ་བའི་ཐ་ཚོག་དགོངས། སྦྱིན་བདག་མི་ལོར་འཁོར་  
 བཅས་ཀྱི། མི་མཐུན་འགལ་རྒྱུན་ཀྱུན་ཞི་ཞིང། མཐུན་རྒྱུན་  
 ལུན་སྦྱུལ་ཚོགས་པ་དང། བསམ་འདོན་ཚོས་བཞེན་སྦྱུབས་  
 པར་མཛོད། གཞུན་ལ་ཕན་གཞོད་ལས་ཀྱི་ཆ། འབྲུ་ཡང་བདེ་  
 ལུག་འབྲས་བུའི་རྒྱུན། རྒྱ་ཆེར་སྦྱིན་པ་བསྦྱོ་མི་  
 སྲིད། གཞུན་ཕན་སྦྱུབས་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། ཟེར་  
 གསུངས་ལུག།

**རྣམ་པ་དང་སྦྱོ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

ཀྱི་ ལུན་ཚོགས་འདོད་དགའི་དཔལ་མ་ལུས། འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་ལྷུབ་པའི་ཡུལ། ཐབས་ཤེས་རྒྱ་གཏེར་  
 འཁྲིལ་བའི་དབུས། རྒྱུང་འཇུག་དོ་རྗེའི་བྲག་མཁར་ནང། ལྷ་སྦྱིན་སྟེ་བརྒྱུད་དེགས་པའི་གཙོ། འབ་བཞིན་སྦྱོ་  
 བདུད་ཚེན་པོ་ནི། མཐིང་ནག་སྦྱིན་པོ་ཚོས་པའི་གདོད། ཕྱག་གཉིས་མདུད་དར་ནག་པོ་དང། ཡིད་བཞེན་ལོར་  
 བུའི་ཞགས་པ་འཛིན། ཟེག་འོག་འཛོལ་བེར་གསུམ་བཅུགས་སྟེད། གསེར་སྟེ་རིན་ཚེན་གཏུས་  
 བརྒྱན། ལྷགས་ཀྱི་ཚོག་དང་གཡུ་ཐབ་གསོལ། འདིན་ཚེན་སྦྱོ་ཚོགས་ཀྱིས་སྦྱས་པའི། སམ་རི་ལྷམ་གྱིས་ཞབས་  
 རྒྱུད་སྦྱུད། རྟ་བ་སྦྱུར་མཚོགས་ལ་བཅིབས་ནས། བསྟན་འགྲོའི་མེལ་ཚོ་མཛོད་ལ་བསྟོད། གཞུན་ཡང་གང་  
 འདུལ་སྦྱུལ་པའི་གཟུགས། རྒྱ་རྒྱའི་རོལ་གར་རི་བཞེན་དུ། བསམ་བཞོན་ཡུལ་ལས་རབ་འདས་པ། འཆར་  
 བའི་སྦྱོ་འཕུལ་མངའ་ལ་བསྟོད། རྒྱུད་ཀྱི་གསང་བའི་རྣམ་འཕུལ་གཟུགས། སྦྱོན་བཅུན་ཡིད་ཀྱི་འདོད་འཛོ་

མ། །དར་ཟབ་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆས་སྤྲུམ། །མདའ་དར་མེ་ལོང་གཟུགས་ལ་བསྟོད། །གཞན་ཡང་མངག་གཞུག་  
 འབངས་འཁོར་དཔུང། །ཉི་ཟེར་རྩལ་དང་སྐང་ཚོགས་བཞིན། །རྒྱ་མཚོ་སྤྱོད་གྱི་རོལ་པ་ལྟར། །གནམ་ས་མ་ལུས་  
 རྩབ་ལ་བསྟོད། །དེ་ལྟར་བསྟོད་པའི་བདག་ཅག་གི། །བསམ་དོན་ཚོས་བཞིན་སྦྱབ་པ་དང། །འགལ་རྒྱུན་ལྟར་པ་  
 རབ་ཞི་ཞིང། །མཐུན་རྒྱུན་ཉི་བཞིན་འཕེལ་བར་མཛོད། །ཁ་རོལ་མ་རུངས་གདུག་པའི་དག། །བསྟན་དང་འགོ་  
 ལ་གཞོད་པ་ཀུན། །མིང་ཚམ་ལྷག་མེད་བསྐྱབ་བྱས་ནས། །བྱབ་བསྟན་སྤེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཚོད་དང་ ཡར་རོལ་རོ། ལྷ་དང་པའི་ཚེས་ ༡༥ གནས་རྟེན་བཅུ་དྲུག། ལྷ་<sup>༣</sup> པའི་  
 རང་ཞབས་དྲུང་སྐྱ་མཚོད། བཞི་པའི་ནང་ནམ་རྒྱས་མ་ལྷ་འཛོམས། ལྷ་<sup>༥</sup> པའི་ནང་སྤེལ་ལྷ་ཚེས་བཅུ། དྲུག་པ་  
 ཚེས་བཞི་ལུ་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག། དགུ་པའི་ནང་ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་སོགས་གྱི་སྐབས་ལུ་ མགོན་མ་ལུ་ལྷ་  
 གསུམ་གྱིས་གཙོས་པའི་གནས་བདག་ལུ་ཡང་ གསོལ་མཚོད་རྩ་བ་བཏུབ་བཏུབ་སྤེ། སུལ་སྤོལ་ཡོད་པ་ཨིན་  
 མས། དེ་སྤེ་གསོལ་སུལ་བའི་སྐབས་ལུ་ སྤྱོད་བདག་ཡང་ལྷ་མ་དང་གཡུས་མི་རྩ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཨིན་  
 མས།

**མཐའ་དོན།**

ཕུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་གྲིང་ལྷ་ཁང་འདི་ མོ་རྒྱུའི་མི་སེང་རྩ་གི་དོན་ལུ་ གསོན་གཤིན་གཉིས་གྱི་དོན་ལུ་ མེད་  
 ཐབས་མེད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཨིན་མས་ དེ་འབདཱ་ལས་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་ལྷ་མ་ཅིག་བསྐྱོས་བཞག་གནང་སྟེ་  
 ཉིན་ལྟར་དང་ལྷ་རིམ་ ལོ་བསྟར་གྱི་གསོལ་མཚོད་རྩ་ རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གནང་མི་འདི་གིས་ སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་  
 གྱི་སྐྱེ་རིམ་དང་ལྷག་པར་ གཡུས་ཕྱོགས་འདི་འི་སེང་དམངས་གྱི་རིམ་གོ་བཟུམ་དང་རྒྱ་ལོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་  
 པའི་སྐྱབས་འཇུག་ལྷན་ཨིན་མས།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་འདི་གི་གསོལ་མཚོན་དཔེ་ཆ།

འདྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་འདི་ཁའི་ཕམ་རྒྱས་ཤོས།

ལྷ་ཁང་གི་སྐམ་ཚེ་རིང་དངོས་གྲུབ།

# ༡ སྤྲུལ་མཚོ།

གནད་དོན་བརྟུང་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།                      སྤྲུལ་མཚོ།

གནས་ཁང་།                                      མོ་ཚུ་སྤུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་སྤྱིང་ལྷ་ཁང་།

གཡུས།                                         མོ་ཚུ།

བསྟེན་མི།                                      མོ་ཚུའི་གཡུས་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཞིན།

ལྷ་ཁང་གི་སྐོར་ལས་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།

མོ་ཚུ་སྤུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་སྤྱིང་ལྷ་ཁང་འདི་ སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་ མོ་ཚུ་ཨཕ་མགོན་པོ་ཚེ་རིང་དང་ཁོའི་བུ་  
 བླམ་ཀ་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲེན་ཐོག་ལས་བཞེངས་གནང་ཅུག དེ་སྐོར་བཞེངས་གནང་མི་དེ་ཡང་ སྤྱིར་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ལྷག་པར་དུ་  
 ང་བཅས་ར་ འགོ་བ་སེམས་ཅན་ག་ར་ མཐར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་དགོན་ རྒྱ་ཚོགས་བསགས་སྤྱིབ་བྱང་གཉིས་ལུ་  
 མ་བསྟེན་པ་ཐོབ་ས་མེད་པ་ལས་བཞེན་ ལྷ་ཁང་ཅིག་ཡོད་པ་  
 ཅིན་ དེ་ཁར་ཚོགས་བསག་ཞིའི་དོན་ལུ་ ཚོགས་དང་གསོལ་  
 མཚོད་ཚུ་སྤུལ་ནི་དང་། སྤྱིབ་བྱང་ཞིའི་དོན་ལུ་ ལྷག་འཚལ་  
 སྐོར་ར་རྒྱབ་ ཁ་སྤུན་དགོ་སྐོར་ཚུ་ངམ་ངམ་ལྷགས་ཀྱིས་འབད་  
 ཚུགས་པའི་དགོས་པ་ལྷན་པར་ཅན་ལུ་གཟིགས་ཏེ་ དད་ཅན་  
 སྤྱིན་བདག་ནམ་གཉིས་ཀྱིས་ ཚེ་འདིའི་དོན་ལུ་མ་བསམ་པར་  
 རྒྱ་འཕང་མེད་བཏང་སྟེ་ གཡུས་མི་བསོད་ནམས་གསག་སའི་  
 ཉེན་སྲེ་བཞེངས་གནང་ཅུག།



སྤུལ་མཚོ།

**དམ་བཞག།**

རྩོད་ རྩུ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་མེད་རྒྱལ་པོའི་བཀའ། །བདེ་སྐྱབས་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང། །བསྐྱེ་མེད་བདེན་པའི་བཀའ་ཉིད་  
དང། །སྒོན་གྱི་དམ་ཚིག་ཅིང་དགོངས་ལ། །མ་རྩུང་ལོག་པའི་བསམ་སྦྱོར་དང། །རྩུང་ཕྲག་དོག་ཞི་བར་  
མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལུག།

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ཕྱག་མཚན།**

རིག་འཛིན་བརྒྱ་ཐོད་འཕྲེང་གི། །བཀའ་གཉན་ལྟ་སྤྲིད་དེགས་པའི་གཙོ། །གཞན་གྱི་མི་སྲུབ་མཐུ་སྟོབས་  
བདག་ །མཚོད་ནས་བསམ་དོན་དོས་གྲུབ་སྟེར། །རི་སྤྲིང་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་ལ། །དབང་བསྐྱུར་བསྟན་པའི་བྱ་  
ར་མཛད། །སྤྲིན་འབྲུང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །དབང་མེད་གུས་ཤིང་མཚོད་པ་དང། །བསྐྱོ་བའི་ལས་ལ་ཉལ་ག་  
རྒྱུག་ །ནང་སྟོན་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་བ། །སྤྲོད་རྗེས་སུ་བདུད་སྟོག་གི་བདག་ །འག་ཕྱུལ་ནག་པོའི་རིང་གནས་  
དང། །གཏེར་སྐྱོ་བསྐྱུངས་དང་ཐང་གི་བདག་ །ཡིད་འོང་སྐྱོན་གྱི་བྱ་མོ་དང། །བཅན་རྗོད་ལས་ཀྱི་ཕོ་ཉ་  
བཅས། །ཕྱག་གཡོན་འཛིགས་པའི་འཁོར་ཚོགས་དང། །ཡང་བྲན་ལས་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ། །བདག་གིས་  
གུས་ཤིང་བསྟོད་ལགས་ཀྱི། །ཉ་རྒྱུག་འབྱུ་ལོར་ལོངས་སྟོན་སྟེལ། །རྒྱབ་རྟེན་དཔུང་དང་སྟོངས་སྟོགས་  
མཛོད། །གཞན་ཡང་ཡིད་ལ་གང་འདོད་ནམས། །མ་གཡེལ་སྐྱབ་ཅིང་མཐུ་སྟོབས་ཅན། །ནལ་འབྱོར་བདག་  
ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། །

**གསོལ་མཚོད།**

ཉིན་ལྟར་གྱི་གསོལ་མཚོད་དང་ །ཡར་ངོ་མར་དོ། །ཟླ་དང་པའི་ཚེས་ ༡༥ །གནས་བརྟན་བརྩུ་བྱུག། །ཟླ་ ༣ །པའི་  
ནང་ཞབས་བྱུང་སྐྱེ་མཚོད། །བཞི་པའི་ནང་ནམ་རྒྱས་ལ་ལྟ་འཛོམས། །ཟླ་ ༥ །པའི་ནང་སྟེལ་ཟླ་ཚེས་བརྩུ། །བྱུག་པ་  
ཚེས་བཞི་ལུ་གནས་བརྟན་བརྩུ་བྱུག། །དགུ་པའི་ནང་སྤྲོ་བབས་དུས་ཚེན་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ལུ་ །མགོན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
གསུམ་གྱིས་གཙོས་པའི་གནས་བདག་ལུ་ཡང་ །གསོལ་མཚོད་རྩུ་མ་བརྟུབ་བརྟུབ་སྟེ། །སུལ་སོལ་ཡོད་པ་ཡིན་  
མས། །དེ་སྟེ་གསོལ་སུལ་བའི་སྐབས་ལུ་ །སྤྲིན་བདག་ཡང་སྐྱེ་དང་གཡུས་མི་རྩུ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡིན་  
མས།

## མཐའ་དོན།

ཕུན་ཚོགས་དར་རྒྱས་གྲིང་ལྷ་ཁང་འདི་ མོ་རྒྱུ་མི་སེར་རྒྱ་གི་དོན་ལུ་ གསོན་གཤེན་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལུ་ མེད་  
ཐབས་མེད་པའི་ལྷ་ཁང་ཅིག་ཨིན་མས། དེ་འབདཱ་ལས་ ལྷ་ཁང་འདི་ནང་གྲུམ་ཅིག་བསྐྱོས་བཞག་གནང་སྟེ་  
ཉིན་ལྟར་དང་ཟླ་རིམ་ ལོ་བསྟར་གྱི་གསོལ་མཚོད་རྒྱ་ རྒྱུ་ཚད་མེད་པར་གནང་མི་འདི་གིས་ སྤྱིར་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་སྤྱི་རིམ་དང་ལྷག་པར་ གཡུམ་ཕྱོགས་འདིའི་མི་སེར་དམངས་ཀྱི་རིམ་གོ་བརྒྱུམ་དང་རྒྱ་ལོར་མངའ་ཐང་རྒྱས་  
པའི་སྐྱབས་འཇུག་ལྷུ་ཨིན་མས།

## རྒྱལ་རྒྱུ་ཡིག་ཆ།

གནས་བདག་འདི་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

## འདྲི་བསྟན་འབད་ས།

ལྷ་ཁང་གི་གྲུམ་ཚེ་རིང་དངོས་གྲུབ།

གཡུམ་འདི་ཁའི་ཕམ་རྒྱས་ཤོས།

## ༧ རྫོག་སྐྱབ་བཙམ་།

གནད་དོན་བཅུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

རྫོག་སྐྱབ་བཙམ་དང་།

གནས་ཁང་།

ཐང་སྐྱིས། རྫོ་རི་མཐའ་ས།

གཡུས།

རྫོ་རི་མཐའ་ས།

བསྟེན་མི།

རྫོ་རི་མཐའ་སའི་གཡུས་མི་ཚུ་གིས་བསྟེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



ལྷ་ཁང་འདི་གནས་ལོ་དེ་ཅིག་ཁར་ཡིན་ཟེར་མ་ཤེས་ཏེ་  
འབད་རུང་དག་རྒྱུན་ལྟར་དུ་འབད་པ་ཅིན་ད་རེས་ལས་ཚུས་  
པའི་ལོ་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཅུ་དེ་ཅིག་ཁར་བཞེངས་གནང་  
གནང་མ་འོང་ཟེར་བཤད་པ་ཡིན་མས། དེ་ལས་གདན་ས་  
བཅགས་གནང་མི་དེ་འབད་པ་ཅིན་སྐྱུ་ཤེས་རབ་མཐའ་  
ཕྱིན་ཟེར་མི་དེ་ཡིན་མས། ད་རེས་དགོན་གནས་དེ་ཁར་རྒྱ་  
ལྷ་ཚང་ལས་སྤྱིར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་ལྷག་པར་  
གཡུས་དེའི་མི་མེད་ཀྱི་མཐའ་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་སྐྱུ་དང་  
རྒྱ་གཉེར་འབྲེལ་ཏེ་རྒྱ་ལས་ཡིན་མི་སློབ་ཚོ་དབང་རྣམ་རྒྱལ་

ཟེར་ལུ་མི་དེ་ ད་ལྟོ་ས་གནས་དེའི་སྐྱུ་སྤེ་བསྐྱོས་ཏེ་མི་སྤེ་དང་སངས་རྒྱུས་བསྟན་པའི་ཕྱག་ལུ་ཚུ་མཛད་དང་  
མཛད་བཞིན་བཞུགས་ཏེ་འདུག།



**དམ་བཞག**

ཀྱི། རིག་འཛིན་པ་རྒྱ་ཀུ་ར་དང་། །མཁམ་གྲུབ་གོང་མ་ཡོངས་ཀྱི་མདུན། །ཕན་གོད་ལས་ཀྱི་ལ་བསྐྱར་  
བའི། །གཡར་དམ་གཉལ་པོ་དེང་འདིར་དགོངས། །བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་ཕན་བདེ་དང་། །འབངས་འཁོར་བཅས་  
པའི་མེལ་ཚེ་བྱེད། །

**ནམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།**

རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉན་བཙན་ཚོད་ཆེ། །སྲིང་བཞི་དབུས་ཀྱི་རི་དབང་བཞིན། །ཉི་ཟླ་བྱུང་གི་ལྷབ་བཞོས་ནས། །ལྷ་  
བས་མི་ངོམས་ཁྱོད་ལ་བསྟོད། །ཁྱོད་ཕྱགས་ཚུ་གཉེར་ཆེན་པོའི་གྲོང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་རྟགས་ལོར་བྱ་  
འཛིན། །གཞོད་འཚེ་གི་མདུང་མཚོན་སྤང་ནས། །སྟོང་གོགས་མེལ་ཚེ་མཛད་ལ་བསྟོད། །རྟ་དམར་སྟེང་ན་ཉི་མ་  
འབུམ། །འོད་འཕྲུད་ཕྱག་གཡས་མི་སྟེང་དང་། །གཡོན་པ་ཞགས་པ་སྟོག་འཕྲུད་པའི། །དམ་ལྷན་བཙན་ཚོད་  
ཆེན་པོར་བསྟོད། །ཡུལ་ཕྱོགས་འབངས་འཁོར་བཅས་པ་ལ། །གཞོད་ཅིང་འཚོར་བའི་འགལ་རྒྱུན་དང་། །སད་  
སེར་སྐྱ་གོ་ཐམས་ཅད་ལས། །སྐྱུང་སྐྱོབ་ཁྱོད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྟོད་པས་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས། །འོ་  
ལེགས་ཚར་ཚུ་དུས་བབ་དང་། །བདེ་སྦྱིད་ཉི་མ་རྫོགས་ལྷན་ལྟར། །རྒྱལ་བསྟན་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུང་བར་མཛོད། །

**གསོལ་མཚོན།**

ཉིན་བསྟར་གྱི་བསྐྱེད་རྒྱུན་དང་ཟླ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་དང་མར་ངོ། །དུས་ཆེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཚུ་གི་སྐྱབས་གར་དགོན་  
སྡེ་གཞན་དང་ཅོག་འཐད་པ་སྡེ་བཟུང་སྟོལ་ཡོད་པ་མ་ཚད་དེའི་སྐྱབས་གནས་བདག་ལུ་ཡང་གསོལ་མཚོན་ཚུ་ཕུལ་  
སྟོལ་ཡོད་པ་ཨོན་མས།

**མཐའ་དོན།**

གསང་སྤྱོད་ཆེད་ལོག་གི་མངའ་ལོག་ལུ་ །ཆགས་ཏེ་ཡོད་པའི་དོན་རྗེས་མཐའ་སའི་སྐྱེ་ལང་གི་གནས་བདག་ །སྐྱང་  
བཙན་ཟེར་ལུ་མི་འདི་ །དོན་རྗེས་མཐའ་སའི་མི་སེར་ཚུ་དང་ །ས་གནས་དེ་ཚུ་ལས་ལ་འགྲེས་ཏེ་འགྲོ་མི་ཚུ་གིས་ཡང་  
བསྟེན་མ་ཨོན་མ་ཚན་ །གཡུས་མི་ཚུ་གི་ཚོའདི་བྱི་གཉིས་ཀའི་སྐྱབས་གནས་ལུ་ས་ཅིག་སྡེ་ །ལྷུང་ཏེ་འདུག།

རྒྱལ་ཁྲིམ་ཡིག་ཆ།

དགོན་སྡེ་གི་ལོ་རྒྱུས་སྣོད་བསྐྱུས།

གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚོད་དཔེ་ཆ།

འབྲི་བསྐྱུན་འབད་ས།

གཡུས་དེའི་སྐྱམ་ཚེགས་དང་ཕམ་ཚན་ཤོས།

ལྷ་ཁང་གི་སྐྱམ་ཚེ་དབང་རྣམ་རྒྱལ།

# སྐར་ཚོགས་ཆེད་འོག། (༡)

## ༡ བྲག་ནག་པ།

གནད་དོན་བརྒྱུད་བསྐྱུས།

གཞི་བདག་གི་མཚན།

བྲག་ནག་པ།

གནས་ཁང་།

རྒྱ་དགོན་པ་ཐེག་ཆེན་གསང་སྤྲུགས་ཚོས་གྲིང་དགོན་པ།

གཡུས།

རྒྱ་དགོན་པ།

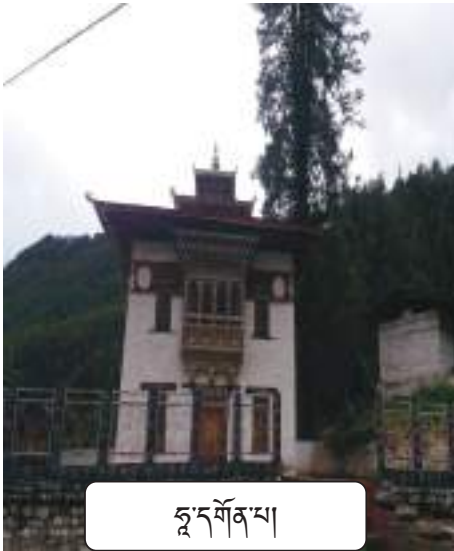
བསྐྱེན་མི།

རྒྱ་ཚ་འཕེལ་གྱི་མི་སེར་དང་སྤྲོ་འེེ་མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བསྐྱེན་མ་ཡིན་མས།

གནད་དོན་རྒྱས་པ།

གནས་ཁང་།

ལྷ་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱུས།



རྒྱ་དགོན་པ།

ལྷ་ཁང་དེ་རྗེས་ཅིག་འབད་ནི་དེ་གིས་གདན་ས་བཅགས་གནང་  
 མི་གཏན་འཁེལ་སྤེལ་ཤེས་པས། ཡིན་རུང་དག་རྒྱུན་དང་  
 འཁྲིལ་མ་ད་ཉེ་མ་གྲུམ་ཁག་ལྟ་ཡོད་ས་ལས་གང་རུང་ཅིག་གི་  
 དགོན་སྡེ་ཡིན་མ་བརྒྱུམ་ཅིག་ཡོད་རུང་ལྷ་ཁང་མ་པ་ཇོ་དང་དཔལ་  
 འབྲུག་པ་ཞབས་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེ་མཁས་གྲུབ་གྱི་གྲུམ་རྒྱ་གིས་  
 ཞབས་གྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ས་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཅིག་  
 ཡིན་མ་སྤེལ་བཤད་པ་ཡིན་མས།

## དམ་བཞག།

འཇིག་རྟེན་མཚོན་འོས་བྲག་ནག་ལྷ་བཙུན་མཚོན། རྩོམ་ཚོ་ལྷོན་པ་སྐྱེའི་བཀའ་བཞུག་དུ། རྩེ་ལ་བདུད་ཅི་དོ་རྩེ་  
བཞག་ནས་ཀྱང་། །ལས་སྒྲུངས་དམ་ལས་མ་བདའ་འཕྱིན་ལས་མཛོད། །ཟེར་གསུངས་ལྷག།

## རྣམ་པ་དང་སྐྱེ་མདོག་ཕྱག་མཚན།



བྲག་ནག་པ།

ཀྱི། ལྷོ་ཕྱག་ས་མོན་ཡུལ་ནག་ས་སྒྲུངས་སྐྱེད་མོས་ཚལ། །མེ་  
རྟོག་འབྲས་བུའི་རྒྱན་ལྷན་འབབ་ཆུས་བསྐྱོད། །ཀྱན་ནས་མཛེས་  
པའི་ས་གཞི་ཉམས་དགའི་གནས། །སྐྱོང་མཛོད་ལྷ་ཡི་སྐྱེ་མདོག་  
ཕྱག་མཚན་སོགས། །མ་ངེས་རྣམ་འགྲུར་ཅི་ཡང་སྟོན་མཛོད་  
པའི། །གནས་བདག་ཆེན་པོ་འཁོར་དང་བཙས་ལ་བསྟོད། །དེ་  
ལྟར་བསྟོད་པས་བདག་ཅག་འཁོར་བཙས་ཀྱི། །བར་ཆད་ཀྱུན་  
སེལ་བཙོལ་བའི་འཕྱིན་ལས་སྐྱབས། །ཟེར་གསུངས་ཏེ་འདུག།

## གསོལ་མཚོན།

ཉིན་ལྟར་གྱི་བསྐྱང་རྒྱུ། ལྷ་རིམ་གྱི་ཡར་ངོ་མར་ངོ་དང་བཅུ་བཞི་མགོ་ནམ་དང་ཉེར་དགའི་མགོ་ནམ་ཚོས་སྐྱོང་གི་  
གསོལ་མཚོན་བཙས་གནང་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་དུས་ཆེན་ཁག་གི་འབྲུམ་སྟེ་རྒྱ་དགོན་སྟེ་གཞན་བཟུམ་སྟེ་ར་  
གནང་སྟོལ་ཡོད་པའི་ཁར་ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་སྐྱ་རོ་དང་རྒྱ་ཚ་འཕེལ་གྱི་མི་སེར་རྒྱ་གིས་དཀོན་མཚོག་མཚོན་པ་ཟེར་  
གནས་བདག་ལུ་གསོལ་ཁ་ཕུལ་སྟོལ་ཅིག་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

དགོན་སྡེ་དེ་གྲ་ཚང་གི་མངའ་འོག་ལུ་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་འབད་དགོཔ་བཅའ་དགོཔ་ཚུ་ཡང་མི་  
སྡེ་དང་གཞུང་ལས་རྒྱབ་སྐྱོར་དུམ་གྲ་རེ་གནང་སྲོལ་ཡོད་པའི་ཁར་མི་སེར་ཚུ་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ལས་བརྟེན་གནས་པའི་  
གསོལ་ཁ་དང་དུས་ཚེན་སྐབས་གསོལ་མཚན་ཚུ་མ་བདུབ་བདུབ་སྟེ་ཕུལ་མ་ཡིན་མས།

**མཐའ་དོན།**

དབུས་སུ་མེད་ལུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་དགོན་པ་འདི་ ངག་རྒྱན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ཉེ་མ་ གླམ་ཁག་ལྟའི་བདག་དབང་ལུ་  
ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་བཟུམ་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན་རུང་། ལུལ་ལས་ འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་པཎྜོ་འབྲུག་སྐྱོམ་ཞིག་པོ་དང་  
དཔལ་འབྲུག་པ་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་གིས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཅིག་ཡིན་  
པས་ཟེར་བཤད་སྲོལ་འདུག། དགོན་སྡེའི་གནས་བདག་ བྲག་ནགཔ་ཟེར་ཞུ་མི་འདི་ལུ་ ཚ་འཕེལ་གྱི་མི་སེར་  
དང་། དེ་ལས་ སྤྱ་རོ་ལས་ཡང་ མི་སེར་ལ་ལུ་ཅིག་གིས་བསྟེན་དོ་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིན་མས།

**རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།**

ཅ་རྟིང་འཛིན་སྐྱོར་སྡེ་ཚོ། (༢༠༡༥) གནས་ཡིག་ཀྱན་པན་ལམ་སྟོན།  
གནས་བདག་གི་གསོལ་མཚན་དཔེ་ཆ།

**འདྲི་བསྟན་འབད་ས།**

ལྷ་ཁང་གི་གླམ་དང་དགོན་གཉེར།

# མཇུག་བསྟུ།

སྒོན་ཚེ་བྱང་ཚུབ་ཚེན་པོའི་ཤིང་དྲུང་དུ། །ཐུབ་པ་ཚེན་པོའི་སྤྱན་སྲུང་ལས་སྤངས་ཤིང། །  
སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་སྤྱང་ལ་ཞལ་བཞེས་པའི། །ཚོས་སྤྱོད་སྤྱང་མའི་ཚོགས་རྣམས་གངས་མེད་ཀྱང། །

དང་འདྲིར་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་ལ། །མིན་ལས་ཐུར་བའི་ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་དང། །  
དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་ལས་མགོན་བྱ་རོག་གསུམ། །འབྲུག་གི་ཚོས་སྤྱོད་སྤྱང་མའི་གཙོ་བོར་མཛད། །

དེ་ཡི་འཁོར་དུ་གནས་བདག་གཞི་བདག་དང། །ཡུལ་ལྷ་བཙན་དང་ལྷ་སྐྱུ་འཁོར་ཚོགས་གྱིས། །  
འབྲུག་མི་ཡོངས་ལ་སྐྱབས་དང་དཔུང་གཉེན་གྱིས། །གནས་སྐབས་ནད་མེད་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་སེལ། །

མཐར་ཐུག་རྫོགས་པའི་ས་ལ་བཀོད་མཛད་པའི། །ལྷ་ཚོགས་ཡོངས་ལ་དད་པའི་གཏང་རག་སྤུལ། །  
དེ་ཡི་དགོ་བས་མི་དབང་སྐྱུ་འཁོར་གཙོས། །དད་ཅན་ཡོངས་ལ་དགའ་བདེའི་ཉི་མ་ཤར། །

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡུན་དུ་བརྟན། །མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་ཚེ་བརྟན་པར་ཤོག། །  
སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག། །ཚོས་སྤྱོད་ལུགས་གཉིས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། །

## DORJI GYELTSHEN – Curriculum Vitae

### Personal information

Name: Dorji Gyeltshen  
Place of birth: Nindhukha, Dagana  
Date of Birth: 21st Sept, 1972  
Address: Royal Thimphu College



Ngagpiphu Thimphu.  
Contact no +975 1790 2824

Email [dorji.gyeltshen@jswlaw.bt](mailto:dorji.gyeltshen@jswlaw.bt) [dorji15@yahoo.com](mailto:dorji15@yahoo.com)

### Education:

2005: Post Graduate Certificate in Education, Samtse College of Education, Royal University of Bhutan

2003: Doctorate in Buddhist Philosophy, Ngagyur Nyingma University  
Bylakuppe, Mysore, India

2000: MA in Buddhist Philosophy, Ngagyur Nyingma University  
Bylakuppe, Mysore, India

1998: BA in Buddhist Philosophy, Ngagyur Nyingma University  
Bylakuppe, Mysore, India

1985-1990: Basic Buddhist Philosophy under Late Drapai Lopen Rinpoche, Tango University of Buddhist Studies, Thimphu

**Mother tongue:** Dzongkha

### Languages:

Tibetan and Dzongkha advanced level (reading, writing and verbal skills)

English: basic level (reading, writing and verbal skills)

Can speak well Lhotshamkha and Hindi

### Experience:

2021 -Till Date: Associate Professor, JSW School of Law

2019: Woodenfish Conference “Monasticism and Monastic Codes Across the Buddhist World,” the paper presentation “The Silent Revolution: the Transformation of Female Monastic Education in Bhutan.” June 22-24 in Chongde Temple, Shangyi, P.R.C.

2019: International Association of Tibetan Studies (IATS), Presenting paper “Monastic Education in Bhutan: Tradition and Transformation” with my colleague Prof. Manuel A. Lopez Zafra from, New College of Florida US, Paris, July 7-13.

2018: GNH and Law Conference presenting paper “Tsema as an indispensable part of a legal Education in Bhutan, 17-18

2009-2017: Associate Professor in Dzongkha, Royal Thimphu College, Thimphu

2009-2017: Program Leader in Dzongkha Department, Royal Thimphu College,  
Thimphu

2017: Member of Dzongkha Expert Group, Dzongkha Development Commission

2011-2017: College Academic Committee Member, Royal Thimphu College, Thimphu

2016-2018: External Examiner, Paro College of Education

2011-2014: External Examiner, College of Language and Cultural Studies, RUB, Taktse

2011-2013: Resource Person for Distance Education , Paro College of Education

2011-2013: College Examination Committee Member, Royal Thimphu College,  
Thimphu

2009-2013; Part time Lecturer, Dzongkha Language Institute, Thimphu

2006-2007: Philosophy Lecturer and HOD of Philosophy, Institute of Language and  
Cultural Studies, RUB, Simtokha.

2004: Lecturer in Palyul Chokhorling Institute, Bir, HP, India

2003: Lecturer in Philosophy, Gangteng Shedra, Wangduephodrang

2001-2002: Philosophy Instructor, Ngagyur Nyingma University, Mysore, India

1996; Philosophy Teaching Practice, Samye Jedren Institute, Kathmandu, Nepal

### **Publications:**

2020: Research on So Old and Yet So New: Buddhist Education and the Monastic  
Curriculum in Contemporary, Oxford University Press, January 2021.

2020: Research on If You Build Them, They Will Come: The Transformation of Female  
Monastic Education in Contemporary Bhutan

2019: Research on Travel Festival of Chizhi Lam,

2018: Tshema (Pramana) as an indispensable key to Law, GNH & Law conference

2017: Developed three modules, Dzongkha for Foreign Learners, Royal Thimphu  
College

2017: Developed two modules, Choekye (Tibetan) for Foreign Learners, Royal Thimphu  
College



2017: Research on Dung Chhen Terma, 8<sup>th</sup> colloquium

2015: Composed Zhabten for His Majesty Drugyel Zhipa during 60<sup>th</sup> Birth Anniversary, Royal Thimphu College

2015: Composed Zhabten for His Holliness Jekhenpo during 60<sup>th</sup> Birth Anniversary, Royal Thimphu College

2014: Research on Dakar Ter Chham, 7<sup>th</sup> Colloquium

2014: Chaired the Curriculum Development of Dzongkha and Bhutanese Studies, Royal Thimphu College, Thimphu

2012: Composed the College Song, Royal Thimphu College

2011: Article on A Brief Explanation of the Buddhist Doctrine, First Faculty Research Meet (18-19 November 2011) Royal University of Bhutan

### **Achievements:**

2016: Certificate of Acknowledgement and Appreciation for the dedicated service ,Royal Thimphu College

2013: Goodwill ambassador to Japan to build a bridge of friendship between Bhutan and Japan

### **Computer skills:**

Windows XP, MS Office (Word, Excel), PowerPoint, Internet

**Hobbies:** Writing, Research, Teaching, History, Reading, Travelling

**Strength;** Multi-lingual, dignity of work, work value, commitment, in-depth subject knowledge in Buddhist Philosophy

### **Referees:**

1. Lyonpo Thakur Singh Powdyel, Former President, Royal Thimphu College, Contact No. +975 1760 3938
2. Sangay Drojee, Dean, JSW School of Law, No. +975 1760 2611
3. Michael Peil, Vice Dean of JSW School of Law Contact No.+975 1778 9820

**ཚོམ་སྐྱིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་བསྟུན།**



ངོ་མིང་ རྒྱལ་པོ་ཚེ་རིང་།

ངོ་སྤོང་ལལ་གྱི་རྩེ་མཚན་ ༡༠༨༡༡༠༠༧༢༥༩

གཡུག་ སྤུང་ཚང་མཚུལ། མང་ཅང་རྒྱུ་ལོག་ འགྲུལ་འཕྲིན་ལེང་ ༡༢༦༠༥༤༣༥།

**ཤེས་ཚད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་གསལ་ལ།**

- ༡ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༢ ལུ་ གསལ་ཚེན་ཚོས་འཁོར་མཐོ་མིམ་སློབ་གྲྭ་ལས་ རིག་གཞུང་སློབ་དཔོན་མཚུགས་བསྟུ་ཡོད།
- ༢ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༥ ལུ་ གསལ་ཚེན་ཚོས་འཁོར་མཐོ་མིམ་སློབ་གྲྭ་ལས་ བསྟན་བཅོས་མཁམ་གྱི་ཤེས་ཚད་མཚུགས་བསྟུ་ཡོད།
- ༣ འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཞུག་ལག་སློབ་གྲྭ་དང་ གཞུང་གྲུ་ཚོང་མཉམ་ཚུབ་ཐོག་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ རྫོང་ཁའི་སློབ་དཔོན་ཚུ་ལུ་ འགོ་དང་པ་རིག་གཞུང་ སློབ་དཔོན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་གི་ནུབ་ལེ་སྐབས་ ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་པ་སྡེ་ལུག་ལྷུ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ སློབ་སྦྱོང་ཡང་འབད་ཡོད།

**སྦྱོང་བཅུ་དང་ཤེས་ཡོན་གཞན་གྱི་རིགས།**

- ༡ རྫོང་ཁའི་བཅུ་གཞུང་དང་ཡིག་འགྲུལ་སྦྱོང་བཅུ་། ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༧ ལྷོ་ཟླ་ ༠༥ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༡༠ ། འགོ་འདྲན་པ་ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།
- ༢ སློབ་སློན་སློབ་གྲྭ་གྲུབ་སྦྱོང་བཅུ་། ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷོ་ཟླ་ ༡༢ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༢༡ ལས་ ༢༡ ཚུན། འགོ་འདྲན་པ་རྟ་དབྱངས་ཤེས་རིག་ལྟེ་བ་ བསྟན་ལས་སྡེ། རྫོང་ཁའི་སློབ་གྲྭ་རིག་ཡུ་ནི་ཀོ་རྟ་གྱི་སྦྱོང་བཅུ་། ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༩ ལྷོ་ཟླ་ ༠༢ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༡༩ ལས་ ༢༠ ཚུན། འགོ་འདྲན་པ་ རྫོང་ཁ་རྒྱུ་དེ་གི་ སློབ་སྦྱོང་སྡེ་ལེ་ཁང་། འཛིན་སྦྱོང་དང་འགོ་འདྲན་པའི་སྦྱོང་བཅུ་། ལྷོ་ལོ་ ༢༠༡༢ ལྷོ་ཟླ་ ༠༥ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༡༡ ལས་ ༡༢ ཚུན། འབྲུག་རྒྱལ་སྤྱི་འཛིན་ཡིག་དང་བཅུ་དོན་འབྲུལ་རིག་འཛིན་སྦྱོང་སྡེ་ལེ་ཁང་། རྫོང་ཁ་ ལྷན་པར་ལེགས་ སློབ་རིག་གི་སྦྱོང་བཅུ་། ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༧ ལྷོ་ཟླ་ ༥ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༡༠ ལས་ ལྷོ་ཟླ་ ༥ པའི་ལྷོ་ཚེས་ ༢༥ ཚུན། རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས།

**རིག་སྐྱོན་དང་སློབ་གྲྭ་གྲུབ།** རྫོང་ཁ་ཡུ་ནི་ཀོ་རྟ་གྱི་རིམ་ལུགས་བཞུགས་བཏོན་དང་། རྫོང་ཁའི་སློབ་གྲྭ་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་དང་ དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་འབད་ ཚུགས་པའི་ཁར་ དེ་བུ་གྱི་བཟོ་བཀོད་དང་ དེ་བུ་གཞུགས་ བཟོ་བཀོད་སོགས་གྱི་སློབ་གྲྭ་གྲུབ།

**ཉམས་སྦྱོང་།** ༡) གསལ་ཚེན་ཚོས་འཁོར་ལུ་ ནང་ཚོས་སློབ་སློན་པ་སྡེ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༢ ལས་ ༢༠༠༢ ཚུན། ༢) གསལ་ཚེན་ཚོས་འཁོར་ལུ་ སློབ་རིག་སློབ་སློན་པ་སྡེ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༥ ལས་ ༢༠༠༢ ཚུན། ༣) གསལ་ཚེན་ཚོས་འཁོར་ལུ་ ཕྱིས་འཛིན་པའི་ལུ་འགན་འབག་སྡེ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༢ ལས་ ༢༠༠༢ ཚུན། ༤) ཀུན་འགྲུབ་ སློབ་གྲྭ་ཚེ་བ་ནང་ རྫོང་ཁའི་སློབ་སློན་པ་སྡེ་ ལྷོ་ལོ་ ༢༠༠༥ ལས་ ༢༠༡༢ ཚུན། ༥) རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ འགོ་འདྲན་ཐོག་ རྫོང་ཁའི་ ཚིག་མཛོད་ ཞུན་དག་པ་ལུག་ལྷུ་ཡོད། ༦) རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་འགོ་འདྲན་ཐོག་ རྫོང་ཁའི་དོ་ཚབ་འགོ་དཔོན་ཡོངས་ལུ་ བཅུ་གཞུང་དང་ཡིག་འགྲུལ་སོགས་གྱི་སྦྱོང་བཅུ་ སློབ་སློན་འབད་ཡོད། ༧) རྫོང་ཁའི་སློབ་དཔོན་རྣམས་ རིག་གཞུང་སློབ་དཔོན་གྱི་སློབ་སྦྱོང་འགོ་དང་པ་ འགོ་འདྲན་འབབ་ད་ ལས་རིམ་འགོ་འདྲན་པ་སྡེ་ ལུག་ལྷུ་ཡོད། ༨) རྫོང་ཁའི་བཅུ་གཞུང་གི་སློབ་སློན་ འབྲུག་རྒྱུ་བསྟན་གསལ་ཐོག་ལས་འབད་ཡོད།

**ཚོམ་སྐྱིག་དང་ལྷན་དག།** རྫོང་ཁའི་བཅུ་གཞུང་གི་དེ་ལྟ་གསལ་བའི་སེལ་ཡོད། སྤུང་ཚང་མཚུལ་གྱི་སྤུང་ཚང་ལེ་ཚུ་ལུ་ཚུ་ལུ་གསལ་བསྐྱིགས་འབད་ཡོད།

༢ རྫོང་ཁ་གོང་འཕེལ་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོས་སྦྱོང་བཅུ་ བསྐྱིགས་ཡང་འབད་ཡོད། ཉམས་སྦྱོང་ལེ་ལུ་ གྲངས་ ༢༠ ལྷན་ཚོས་སློབ་གྲྭ་རིགས་དང་ལྷན་དག།

འབད་ཡོད།

Contact Details      Phone :      0009758271487  
    Mobile :      0097517628784  
    Email :      [chimirinzin.pce@rub.edu.bt](mailto:chimirinzin.pce@rub.edu.bt)

Current Job                              :      Dean of Student Affairs  
    Paro College of Education, Royal  
    University of Bhutan, Paro



### Education

MA in Dzongkha Language and Buddhist Philosophy (Tango Buddhist College, Bhutan, 2007);  
 Post graduate Diploma in Education (NIE Samtse, Bhutan, 2003); BA with Honours in Dzongkha  
 studies (Sherabtse College, Kanglung Bhutan, 1999).

### Employment History and Positon Held

- Dean of Student Affairs, Paro College of Education, Royal University of Bhutan (May 2017 - )
- Head of the School for Dzongkha Studies (1<sup>st</sup> July, 2012 – 30<sup>th</sup> October, 2015)
- Programme Leader for Dzongkha B.Ed. (July, 2009 – 30<sup>th</sup> June, 2012)
- Editorial Board Member of Research and Development, (Dzongkha) appointed by the Royal University of Bhutan (2006 – 2008)
- Hostel Provost (30<sup>th</sup> January, 2001 – 14<sup>th</sup> June, 2017)
- Lecturer, Paro College of Education (July, 1999 – 2008)
- Teacher, Ministry of Education (1992 – 1999)

### Teaching and Research Supervision

Has written several courses and taught undergraduate and post graduate students (both pre-service and in-service) and supervised research dissertation to completion science 2008.

- Supervisor, Master research in Dzongkha, Paro College of Education (2014 - )
- Taught postgraduate courses such as Action Research for (PgDE students), Research dissertation for (Master in Dzongkha students).

Has written and taught several undergraduate courses at the College of Education in Paro from 1999 to till date such as Dzongkha *Keyig*, *Debjor*, *Sumtak*, *Nin-nga*, Teaching Strategy, Teaching Skills, EVS and Creative writing for B.Ed students.

## Academic Programme Development

- Developed and reviewed Primary Dzongkha programme document 2019 - 2020
- Developed and reviewed 18months PgDE Dzongkha programme document in 2019
- Developed and reviewed M.Ed Dzongkha programme document in 2018
- Initiated and led the development of M.Ed Dzongkha programme document from July 2012 – September 2015 as a Head of the School for Dzongkha Studies
- Initiated and developed Self-Instructional Materials (SIM) for Distance Education students (Dzongkha) as a Programme Leader in 2007 – 2009.

## Publications

- Efficacy of the four year B. Ed Primary Programme at Paro College of Education (Research Journal) 2018
- སློབ་ཕྲུག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ཚོང་ཁའི་འབྲི་ལྷག་གི་ཤེས་ཡོན་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འདི་སློབ་རིམ་ག་ཅི་ནང་ལས་འགྱུར་བ་འགྲོ་དོ་ཡོད་པ་ཨིན་ནའི་བརྟག་དཔྱད།(Research Journal) 2017
- གསེར་གྱི་མ་ཐང་།(Presented in the 8<sup>th</sup> Colloquium of National Museum of Bhutan, Paro) 2016
- ཚོང་བྲག་གནས་ཀྱི་ཆགས་ཚུལ།(Research paper) 2015
- སློབ་སྟོན་སྐྱུང་ཅུལ་དང་ སློབ་སྟོན་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སློབ་བཟུང་ལག་དེབ།(Book) 2012
- རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས།(Proceedings of National Seminar) 2011
- སློ་ཅུལ་འབྲི་ཚོམ།(Self-instructional Materials on Creative Writing) 2010
- Impact Study on Teaching of Bhutan History in Dzongkha (Research Journal) 2008
- ཚོང་ཁའི་མིང་ཚིག་དོན་གསལ།(Dictionary, Book) 2008
- Tracers' Study of NIE Paro graduates in teaching of EVS (Research Journal) 2007
- Prayer book for the trainees (Book) 2003

## Institutional Affiliation

- Appointed as a Representative of Dean of Student Affairs among the colleges (2017-2020)
- Appointed as a Member of Academic Board by the Royal University of Bhutan (2013 – 2016)
- Appointed as a Member of Academic Board by the Royal University of Bhutan as a representative of Dean of Student Affairs (since 2017)
- External Examiner to Sherabtse College, Royal University of Bhutan (2014 – 2017)

- External Examiner to Institute of Language and Cultural Studies, Royal University of Bhutan (2011 – 2014)
- Member of Editorial Board, Research and Development, Royal University of Bhutan (2006 - 2008)

### **Research Grant Secured for the University**

Developed grant application and secured the following grant for the Royal University of Bhutan.

- Nu. 800,000 for research project titled “Teaching of Bhutan History in Dzongkha” conducted by the group of 5 members from Paro College of Education in between 2007 and 2008. Awarded by the Ministry of Education, Thimphu Bhutan.

### **Professional Service**

As a teacher educator, has run a numbers of workshops on action research, teaching methodology, programme development and teaching skills for school teachers and university lecturers.

- Resource Person for Workshop on “Teaching Skills” for *Shedra’sLopens of ZhungDratshang*,2018
- Resource Person for Workshop on “Continue Professional Development” for the Dzongkha Lecturers under Royal University of Bhutan at College of Science and Technology, 2018
- Resource Person for Workshop on “Continue Professional Development” for the Dzongkha Lecturers under Royal University of Bhutan at Samtse College of Education, 2017
- Resource Person for Workshop on “Research Method Workshop” for Dzongkha Faculty at the College of Language and Cultural Studies in Taktse, Trongsa 2016
- Resource Person for Workshop on “Teaching Strategy and Assessment” for *Shedra’sLopens of ZhungDratshang*,2012
- Resource Person for Workshop on “Action Research and Teaching Skills” for Mentor Teachers, during summer break, 2011
- Resource Person for Workshop on “Teaching Strategies and Teaching Skills” for the faculty of National Institute of Traditional Medicine at Punakha, 2008.
- Editor of Dzongkha Lobdep: ལྷག་རིག་དང་ཚུམ་རིག་ for class IX and X (2010)

Department of Curriculum and Professional Support Division, Ministry of Education, RGoB (2010)

## Expert Service

Has provided knowledge based services whenever possible.

- Evaluated and edited the online story writing competition among students of Royal University of Bhutan (RUB) on COVID-19 pandemic which was organized by Paro College of Education with support from UNFPA, Bhutan, 2020.
- As a member of panel appointed by the Royal University of Bhutan, validated the Bachelor of Language and Literature (BLL) in Dzongkha, 2012
- Set and evaluated *DriglamNamzhag* paper for the first year students of Institute for Language and Culture Studies (November, 2006)
- Set and evaluated Translation paper for the first year students of Institute for Language and Culture Studies (November, 2005)

## Special Awards

- National Order of Merit (Gold) for Excellence in Academic, His Majesty the King, Royal Government of Bhutan, 106th National Day, the 17 December, 2013.
- Trainees' Lecturer of the Year (Recognition of the exemplary commitment) Paro College of Education, 2004.
- Teaching Practice Award, National Institute of Education, Samtse (Bhutan), 2003.
- Lecturer of the Year (Recognition of the dedication to the learners) Paro College of Education, 2001.