

ས་སྤྲེལ་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༢ ལ།

རྒྱལ་ས་ཐམ་སྤྱག་བྱ་ཤིས་ཚེས་ཚོང་དུ་སྤྲོད་ཡོང་ས་འབྲུག་གི་ལྷ་མི་སྤྲོད་སྤྲོད་
ཚོགས་འདུ་ཆེན་མོ་ཐང་ས་ ༢༧ པར་ གྲོས་ཐག་རིམ་པར་ཚད་པའི་ཐོད་བ།

༡. དགེ་འདུན་པའི་གསོལ་ཕྱགས།

གཞུང་གྲྭ་ཚང་དང་སྤྱི་གསུམ་གྱི་རབ་སྤྲེ་བཅས་ལ་ ད་བར་ཁོང་རའི་བབས་ཁུངས་ཀྱིས་ མ་
ལུང་བའི་ཁ་སྐོང་ གཞུང་ནས་རུབ་ ༥༧༧༣༠༥༧༧ འི་གཉེར་ཚང་སྤྲོད་ཚོགས་སྤྲེལ་གྱི་
ཡོད་ཀྱང་ དེང་སང་དུས་བསྐྱེད་མི་སེར་གྱི་ཁྲུལ་ འབྲུལ་མཐའ་དག་དངུལ་ཅིས་སུ་ སོང་
གཤེས་ དགེ་འདུན་ཁག་ལའང་ གཉེར་ཚང་དོ་སྤྲེལ་ཐབས་མ་བྱུང་བར་ བརྟེན་ ས་བྱ་
ཟླ་དང་པོ་ནས་ ཁ་སྐོང་གཉེར་ཚང་དེ་ཉིད་ དངུལ་ཅིས་སུ་བཀོད་ཅིང་ཡར་སེང་གིས་ གྲྭ་
ཚང་དང་རབ་སྤྲེ་བཅས་ཁག་དགྲུལ་ དངུལ་རུབ་ལྡ་འབྲུལ་རེ་ ལོ་ལྟར་ འབྲུལ་རྒྱ་སྤྲེ་ ལོ་
འཁོར་མཚམས་སུ་བབས་ཁུངས་དང་ གཞུང་གི་ཁ་སྐོང་ བཅས་ནས་ ཇི་ཟད་ཇི་ལྟག་
སོགས་ དགེ་འདུན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཅིས་ལ་ རྒྱལ་ཅིས་ཁ་ལོ་བས་ ཞིབ་ དཔྱད་བྱ་རྒྱུ་དང་
དངུལ་དེས་གཉེར་ཚང་ཉི་རྒྱུ་འི་རོགས་རམ་རེའང་ རྒྱལ་ཅིས་ཁ་ལོ་ བས་བྱ་རྒྱ།

༢. རྫོང་གཞིས་སོ་སོའི་གཉེར་ཆེན་མ་དགོས་པ།

རྫོང་གཞིས་སོ་སོའི་གཉེར་ཆེན་ཡང་ ད་ནི་མི་སེར་གྱི་ཁྲུལ་འབྲུལ་མཐའ་དག་དངུལ་ ཅིས་
སུ་སོང་བར་བརྟེན་ དགེ་འདུན་ཁག་སོ་སོ་དང་ མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ དབུ་བཟུང་
ཨ་ཞེ་དགོས་བཅས་ལའང་ དངུལ་རྒྱུང་སྤྲེལ་གྱི་ཡོད་པ་ལས་ རྫོང་གཞིས་ གཉེར་ཆེན་གྱི་
བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་ གཞུང་ལའང་སྐྱོ་གྱུང་ཆེ་གཞིས་འདུག་བསྐྱེད་ ད་ནི་ ས་བྱ་ཟླ་དང་
པོ་ནས་ རྫོང་གཞིས་འི་གཉེར་ཆེན་མི་དགོས་པ་མཛད།

མེ་ཆེས་མང་བ་མཐའ་དག་གཞུང་གི་མགོན་ཁྱིམ་དུ་སོང་ཞིང་དེ་གར་བཅའ་སྤྲུགས་མ་
 རྒྱབ་འཐུས་མེད་དུ་སོག་གིས་གཞུང་ལ་སྐྱེ་གྱིང་ཆེར་སོག་པ་ལས་དེ་ནི་གཞུང་དོན་ལ་
 བརྟེན་པའི་སྐྱེ་མགོན་གལ་ཅན་སྐྱེད་སྲོན་དང་ཅིས་སྲོན་གཉིས་ནས་གནང་བ་ཡོད་པའམ་
 ཡང་ན་མངའ་བདག་རེན་པོ་ཆེའི་སྐྱེ་མགོན་གྱི་རིགས་མ་གཏོགས་དེ་མེན་ཨ་ཞེད་གོས་
 སོགས་གཞན་སྲ་དང་སྲའི་མགོན་པོའམ་སྤྱི་སྤྱོད་གྱི་དོན་ཅི་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འོང་བ་
 ཡིན་དུང་དེ་ལ་མགོན་ཁང་འགོ་བྱེད་ནས་སྤེལ་ན་གདོང་བསྐྱུག་ཡང་བྱ་མཆོག།

༤. རྒྱ་ཡུལ་བཏོན་གྱི།

ཡུལ་གྱིང་སོ་སོར་རྒྱ་ཡུལ་བཏོན་གྱི་འོར་ཁྱེའི་ཆོགས་འདུལ་ས་རིམ་འགྲེགས་ཡོད་
 ཀྱང་འགོ་འདྲན་འཐབ་མེ་ཞིག་མེད་པ་ལས་མ་སེར་སོ་སོ་ནས་ལས་མེ་མ་འོང་པ་སོགས་
 གྱི་རྒྱུན་ལས་དོན་འབྲས་ཅི་ཡང་མ་འབྱུང་བར་དེས་གོང་འཕེལ་རྒྱ་ཡུལ་འགོ་བྱེད་
 དེ་ལེག་ཀེ་རྒྱ་ཁ་ཅར་ལྡན་དེ་ལུགས་ཆོགས་ཁང་དུ་གསལ་ཞུས་བྱུང་བར་བརྟེན་དེ་ནི་
 ཆོ་ཁག་རེར་དཔོན་ཁག་རེ་ནས་རྒྱ་ཡུལ་བཏོན་གྱི་འོར་ཁྱེའི་འདྲན་བཀྱི་རྒྱ་སྤེལ་གྱིས་
 སྲོན་ཐིམ་ཕུག་ཏུ་བྲིམས་གོང་སྐལ་བཟང་སྤྱངས་ཐང་དུ་བཀའ་སྲོན་གྱི་ཕག་རྩོམ་ལ་
 བྲིམས་གོང་དངོས་རྣམ་ཆོས་ཅེ་དང་བྱེད་དུ་འཐུས་དཔོན་སྤེལ་སངས་རྒྱས་སྐུར་སྟོད་དུ་
 བྲིམས་གོང་དཔལ་ལྡན་རྩོམ་སྐབས་ཁྱེད་ཀྱི་གསལ་གཙོ་འཛོན་ནག་ཅུང་བྱ་གིས་སྤང་
 དུ་སྐྱེད་སྲོན་དར་དཀར་དུ་སྤྲོ་པ་ཞུ་གཞིང་སྤང་དུ་བྲིམས་དཔོན་བསམ་གྲུབ་སྟོམ་ཆོས་ས་
 རང་འོག་གིས་གནས་ཅི་རང་དྲི་སི་དང་བསམ་ཅ་དྲི་སི་བཅས་ནས་ཁས་སྤངས་བྱུང་
 བ་ལྟར་ཆོགས་འཛོམས་རྩེས་མའི་སྐབས་སུ་ཡུལ་གྱིང་སོ་སོར་རྒྱ་ཡུལ་རིམ་དེ་དང་
 དེ་གྲུབ་ཡོད་ཅེས་པའི་སྐུན་འབྲུལ་ཞུ་གྱི།

ལ. ཚུ་ཡུར་བཏོན་མའི་སྒྲ་ཆ།

མི་སེར་གྱི་གོང་ཡུལ་ཁག་ཏུ་ཚུ་ཡུར་བཏོན་མའི་ཐད་ཕྱ་ལོའི་ཚོགས་འདུ་ནས་ལས་མི་མི་སེར་སོ་སོ་ནས་སྤྱི་མཐུན་ཐོན་སྐྱེད་ཡོད་ཀྱང་ད་ནི་མི་སེར་ལ་ཕན་ཐབས་སུ་དགོངས་ཏེ་འདི་ལོའི་ཚུ་རྒྱུས་སྒྲིལ་པའི་ཚུ་ཡུར་བཏོན་མའི་སྒྲ་ཆ་ཉིན་རེར་རྩབ་^༡ ༢༠ རེ་དང་དེ་མཉམ་གྱི་རེཌ་ལ་ཉིན་རེར་རྩབ་^༢ ༡-༥༠ རེ་བཙུག་ཏེ་གོང་འཕེལ་ནས་སྒྲ་ཆ་སྒྲིང་གྱི།

༥. ཉན་མོ་ཆུ་འཛིན་ལྷགས་ཐམ།

ཉན་ནས་བསམ་ཅིང་འགྲོ་སའི་མོ་ཆུ་འཛིན་ཐམ་དེ་ཉིད་ཚུ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཁྱེད་བའི་སྤྱི་དུག་ཚོགས་ཁང་དུ་གསལ་ཞུས་བྱུང་བ་བཞིན་མོ་ཆུ་ར་ལྷགས་ཐམ་བཏགས་དགོས་བྱུང་བ་དེ་ཐད་ལྷགས་ཐམ་དེ་ལ་ལྷགས་སྤྱད་ཇི་སོང་ལྟར་བ་ཅིས་སློན་ནས་ཉིས་ཏེ་བསམ་ཅི་ཚུན་བཏོན་གྱི་དང་གོང་འཕེལ་ནས་རྩབ་ཕྱ་སྟོང་(༥,༠༠༠) བཅས་གཞུང་ནས་རོགས་རམ་གནང་གྱི་ཉི་ལྷགས་སྤྱད་བསམ་ཅི་ནས་མོ་ཆུ་ར་འདོན་གྱི་དང་ལྷགས་ཐམ་གྱི་བུ་སྤྱོད་ཉན་མི་སེར་དང་མོ་ཆུ་འཛིན་འཁོར་དུ་སྤྱོད་མི་མཐའ་མཚམས་མི་སེར་གཞན་ཡང་དེ་སྤྱོད་གས་གཏན་འགུལ་བྱ་དགོས་མའི་རོགས་བཅས་ནས་གྱི་བུ་གྱི་འོ།

༦. ཚོགས་དཔོན་གསར་འདེམས།

འདི་ལོར་རང་ཅག་ལྷ་མི་སྤྱད་ཕྱི་ལོའི་ཚོགས་དཔོན་དབྱེངས་སློབ་དངོས་གྲུབ་དེ་ཉིད་ཚོགས་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་དོན་ཚན་^༤ པའི་ནང་གསལ་ལྷན་ཚོགས་དཔོན་གྱི་དུས་ཡུན་ལོ་ངོ་^༥ ༣ ཚང་བར་བཏོན་དེ་ཉིད་དགོངས་ཞུས་ཀྱི་ཆ་བཟུ་དགེ་འདུན་སྐྱེའོ་བ་གཅིག་དང་གཞུང་གི་སྐྱོ་ཆ་བ་གཅིག་མི་སེར་གྱི་སྐྱོ་ཆ་བ་གཅིག་བཅས་མི་ངོ་^༦ ༣ ལ་སྤྱི་མི་དམངས་ནས་ཚོགས་སྤྱོད་བསྐྱར་བས་གཞུང་གི་དཔོན་ཁག་སྐྱོ་ཆ་བ་བྲིམས་གོང་སྐལ་བཟང་གིས་གྲངས་འབོར་

མང་ཤོས་ ༡༥ ཐོབ་པར་བརྟེན་སྐལ་བཟང་དེ་ཉིད་ས་བྱ་ལོ་ཟླ་ ༣ པའི་ཚེགས་འདྲེན་ས་
འགོ་བཟུང་སྟེ་ལོ་ངོ་གསུམ་གྱི་རིང་ཚེགས་དཔོན་དུ་ཆ་འཛིག་གྲུབ།

༡༠. གྲོང་ཡུལ་ཉེ་འདབས་ཀྱི་གཞུང་ས་རིན་མེད་དུ་གནང་བ།

མི་སེར་སྤྱི་མི་ནམས་ནས་སྤྱད་སྤྲུག་གསལ་ཞུས་ལྟར་གྲོང་ཡུལ་སོ་སོའི་ཉེ་འདབས་མེ་ལི་
གཅིག་གི་ནང་འཁོད་དུ་སློོ་ཞོ་ན་ ༥ ལྷག་འབྲམས་སའི་རྩ་འབྲུག་གཞུང་ས་ལ་གཞུང་
གི་ས་བྲལ་ཁོ་ན་ཕོག་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ས་རིན་མེད་པར་བཀྱིན་བསྐྱུངས་པ་སྟེ་དེ་ལས་བཞུལ་
བའི་རྩ་འབྲུག་སོགས་གཞུང་གི་ས་ལ་སྤར་ལུགས་བཞིན་གྱི་ས་རིན་དང་ས་བྲལ་ཇི་ལྟ་བུ་
ཕོག་རྒྱུ།

༡༡. ཕོ་རིགས་བཅུ་གཉིས་བསྐྱམས་རང་འཇགས།

དེ་སྟོན་ཟླ་ ༣ པའི་ཚེགས་འདྲེན་གྲོས་ཚོད་དོན་ཚན་ ༡༢ པར་བཅུ་གཉིས་བསྐྱམས་ལས་
བྱད་མེད་ཀྱི་རིགས་ཡང་ས་ཆ་ག་བཏང་བ་མ་ཟད་ཕོ་རིགས་ཀྱང་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཙམ་ནས་
དགོངས་ཡངས་བཏང་རྒྱུར་གྲོས་མོལ་བྱུང་ཡང་དེང་སང་གཞུང་གི་བྱ་སློ་སྤྱོད་ཚེགས་ཆེས་
མང་བ་ལས་བརྟེན་ཕོ་རིགས་ནི་སྤྱིར་ཡང་ལོ་ཤས་རིང་བཅུ་གཉིས་བསྐྱམས་ཀྱི་ལས་
མིར་ཐོན་དགོས་རྒྱུར་སྤར་བཞིན་རང་འཇགས་སུ་བཞག།

༡༢. བཟོ་བོ་སོགས་ཀྱི་བཅུ་གཉིས་བསྐྱམས་བཅད་ཆ་མེད་པ།

ད་ཚུན་བཟོ་བོ་སྤར་པ་ལྷ་བྲིས་པ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་བཅུ་གཉིས་བསྐྱམས་ཀྱི་ལས་མིའི་
གྲལ་ནས་མི་རེ་ཡང་ས་ཆ་ག་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་ལ་ཟླ་རིམ་གྱི་སྤྱོད་པར་སེང་ཡོད་བརྟེན་ད་
ནི་ས་བྱ་ཟླ་དང་ཕོ་ནས་བཟོ་བོ་སྤར་པ་ལྷ་བྲིས་པ་སོགས་ཀྱི་མི་རེའི་ཡང་ས་ཆ་ག་དེ་ཉིད་
མ་ཐོབ་པར་མཛད།

༡༣. ཚོགས་དམང་ནས་གྲོས་ཐག་ཚད་པས་འཐུས་པ།

གནམ་ལོ་ཤིང་རྟ་ལོ་ནས་ ད་ཚུན་ཚོགས་ཁང་གི་བཅའ་ཡིག་དོན་ཚན་ ༡༤ པའི་ནང་
གསལ་ལྟར་ ཚོགས་ཁང་དུ་གྲོས་ཐག་ཚད་པ་དེ་ཉིད་ མཐར་ཁྱུ་ལ་ཤིང་ཞབས་ནས་ བསྐྱར་
བཅོས་མཛད་ཆོག་རྒྱུར་གསལ་བ་དེ་ཐད་ ཚོགས་དམང་གིས་གྲོས་ཐག་ཚད་པ་ དེ་ལ་ མི་
བདུ་བ་པའི་གནད་སྒྲིལ་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་ མངའ་བདག་རིན་པོ་ཆེས་ སྤྲོ་ཡང་ ཚོགས་ཁང་
ནང་བསྐྱར་དུ་གྲོས་མོལ་གནང་རྒྱུ་ལ་ གཞན་བསྐྱར་བཅོས་གང་ཡང་བྱ་མི་ དགོས་པར་
ཚོགས་དམང་གིས་གྲོས་ཐག་ཚད་པ་དེས་ འཐུས་ཚུ་ལ་ཞབས་ནས་ ཚོགས་ཁང་དུ་བཀའ་
མོལ་གནང་བ་མི་བཞིན་ ཚོགས་དམང་ནས་ཀྱང་ གོང་དོན་དེ་ལ་ཆ་ འཛོག་གྲུབ།

༡༤. ཚུ་རྩད་ཀྱི་སྤྱད་སྤྱུག།

ད་ལོར་ དེ་ད་རའི་ལྗོངས་འདིར་ཆར་ཞོད་ཆེ་བའི་རྒྱུ་རྩ་ལ་བརྟེན་ནས་ རྫོང་ཁག་ཆ་
འོག་པ་ལ་ཆེར་གྱི་ཞིང་ས་ ལམ་ཐམ་སོགས་ལ་ཆེར་གཞོད་དེ་ མི་སེར་ལ་སྤྱིད་སྤྱུག་སོག་
པའི་ཞུ་ཡིག་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ ཚོགས་ཁང་དུ་འབྱོར་བ་ དེ་ཐད་ སློ་གྲོས་ཚོགས་ལྟེ་འཐུས་
དཔོན་ནམས་ ཚུ་རྩད་ཀྱིས་གཞོད་པའི་ས་གནས་ཁག་ཏུ་བསྐྱོད་ཅིང་ དེ་གར་སོ་སོའི་བྲིམས་
དཔོན་གྱི་དྲུག་བཅས་འཛོམས་ནས་ ཞིབ་དཔྱད་ཀྱིས་གྲོས་མོལ་ཐོག་ བྱ་དགོས་པའི་ཅན་གྱི་
རིགས་ལས་ འགོ་འཇུགས་བཅུག་རྒྱ་སྟེ་ རྗེས་སུ་བྱ་བ་དེ་ཉིད་གྲུབ་མཆོམས་ ས་གནས་སོ་
སོར་བྱ་བ་དེ་དང་འདྲི་ཉིད་བྱས་པའི་ཟད་འགོ་ རི་གནས་ཀྱི་མ་ཡིག་ཁ་གསལ་བཀོད་དེ་
གཞུང་ལ་ཕུལ་བ་ནས་ སོ་སོར་ཟད་འགོ་ཆེ་ཆུང་མི་སོང་དང་བསྐྱུན་ཏེ་ གོང་འཕེལ་ནས་
རྒྱ་གཞུང་གི་སྐྱོབ་གསོའི་རྟེན་རམ་དངུལ་ཐོག་ལས་ རི་ལྗང་བགོ་བཤའ་རྒྱབ་སྟེ་གནང་རྒྱ།

༡༥. དགོན་སྡེའི་ནོར་བྲལ་ཡངས་ཆག།

དགོན་སྡེ་ཁག་ལ་མཆོད་མའི་ནོར་ཡོད་རིགས་ཀྱི་བྲལ་འབྲལ་ཡངས་ཆག་དགོས་རྒྱུར་

གསལ་ཞུས་བྱུང་བ་བཞིན་དེ་ཐད་གང་ཡང་དགོན་མཆོག་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་
ཞིག་རང་ཡིན་གཤམས་དེ་ནི་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཆུང་འབྲིང་གསུམ་དང་བསྟན་ཏེ་གཞུང་སྒྲིལ་
དམངས་དབང་བཅས་ཀྱི་དགོན་སྡེ་སོ་སོའི་ཁྲ་མོའི་ནང་འཁོད་ཆུད་པའི་མཆོད་ལོ་རྒྱུ་
ཐོག་ལས་དགོན་སྡེ་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་མཆོད་ལོ་རྒྱུ་^{༢༠} མན་ཆད་དང་འབྲིང་མར་^{༡༥} ཆུང་
བར་^{༡༠} མན་ཆད་བཅས་སུ་ལོ་ལྔ་མེ་མོག་པར་མཛད།

༡༦. བསྟན་པའི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་

སྤྱི་ལོ་དེར་སངས་རྒྱལ་མའི་རང་བཞིན་ཤིན་ཏུ་བདོ་བའི་རྒྱུ་འཕྲུལ་ཆེ་བ་དང་ཕྱི་
ཏུ་རང་ཅག་གི་མྱོང་ས་འདྲིར་དེ་ལོར་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་རྒྱུ་འཕྲུལ་ཆེ་བ་ཆེ་བར་
བརྟེན་གཞུང་གྲུ་ཆར་དང་རབ་སྡེ་དགོན་སྡེ་ཁག་བཅས་ནས་ཞབས་རིམ་ཞུས་དང་ཞུ་ཐུས་
ལ་དེ་རྒྱུ་ཆད་ལྟན་གྱི་སྒྲ་མ་ཁག་དང་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་དེས་འདྲོངས་པའི་བདེན་
ཏྟགས་ཞུ་འབྲས་སུ་དེ་དེ་རའི་བསྟན་པའི་སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་འཕྲུལ་དུ་གཏོང་གི་ལས་སྤྱི་
མདོས་ཤིག་དེས་པར་གཏོང་དགོས་ཚུ་ལ་གསལ་བ་ལྟར་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་དང་པོའི་ནང་གདན་
ས་སྤྱངས་ཐང་ཁར་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་མདོས་གཏོང་གྱི་ཡིན་ན་མེས་པོ་སོ་སོའི་རྒྱུ་འཕྲུལ་རིམ་
མཐོར་དམགས་ཏེ་གྲང་རེ་ནས་ཐ་ལ་རེ་དང་གཞན་ཡང་འབྲུ་སྒྲ་སོགས་འབྱོར་པ་དང་
བསྟན་ཏེ་སོ་སོའི་ཆེད་སྤྱི་ལོ་དང་བདག་ནས་འགོ་འདྲན་གྱིས་དོས་བསྟན་ཐེ་སྤྱི་ལོ་དེ་ས་
སྤྱི་ལོ་^{༡༡} ཆེས་ཀྱི་ནང་འཁོད་དུ་སྟབས་གཅིག་པོར་ཆར་སྤྱི་ལོ་ཐེ་སྤྱི་ལོ་ཡིག་ཆར་གོང་
མར་འབྲུལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི།

ཕྱག་རྟགས་ངོ་མ་ཡོད།

(དབྱངས་སྤྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོ་)

འབྲུག་གི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ཆེ་བའི་ཆོག་སྤྱི་ལོ་